इंदौर, ओम शांति भवन। राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराते हुए ब्र.कु.माधुरी बहन।

रतलाम। 'व्यसन मुक्ति' कार्यक्रम के पश्चात् जिला पुलिस अधिक्षक डॉ.रमनसिंह जी सिकरवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.गीता बहन।

कबीर नगर, रायपुर। नगर में आयोजित राजयोग शिविर को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.सोनाली बहन।

रायपुर। 'पावर ऑफ पॉजिटीव एटिट्यूड्' विषय पर आयोजित सेमिनार में विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.भूमिका बहन।

जबलपुर। सेंट जेवियर स्कूल में टिचिंग स्टाफ को 'वैल्यू एजुकेशन' का प्रशिक्षण देते हुए ब्र.कु.आरती बहन।

मंदसौर। शासकीय अस्पताल में बच्चों के लिए आयोजित हेल्थ चेकअप कैंप में जांच करते हुए ग्लोबल अस्पताल के चिकित्साकर्मी एवं ब्र.कु.समिता बहन।

तनाव का कारण नकारात्मक जीवनशैली

खमतराई, रायपुर। नव निर्मित भवन के उद्घाटन के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.ओम प्रकाश भाई जी एवं मंचासीन हैं क्षेत्रिए संचालिका ब्र.कु.कमला दीदी एवं अन्य बहनें।

खमतराई-रायपुर। वर्तमान सदी को तनाव और अवसाद की सदी कहा जाता है। विश्व में तनाव सबसे बड़ी बीमारी के रूप में उभर रहा है। जीवन में तनाव का मुख्य कारण नकारात्मक जीवन शैली है। जिसके कारण लोग हाई ब्लड प्रेशर, हृदयरोग, डिप्रेशन आदि अनेकानेक बीमारियों के शिकार हो रहे हैं इसलिए लोग तनाव से मुक्त होने का तरीका ढूंढ रहे हैं।

उक्त विचार मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष एवं क्षेत्रीय निदेशक ब्र.कु.ओमप्रकाश भाई जी ने प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के संतोषनगर खमतराई सेवाकेन्द्र के नवनिर्मित भवन 'शिव अनुराग भवन' के उद्घाटन के अवसर पर आयोजित समारोह को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने सेवाकेन्द्र के भवन निर्माण को क्षेत्र के लोगों के लिए अनुपम सौगात बताते हुए आशा व्यक्त की कि यह भवन शिव के प्रति अनुराग रखने वाले लोगों को परमात्म स्नेही बनाने में मददगार सिद्ध होगा। उन्होंने कहा कि ऐसे समा पर इस नो सेवाकेंद्र के

रायपुर। नवनिर्मित भवन ''शिव अनुराग भवन'' का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.ओमप्रकाश भाई जी, क्षेत्रिए संचालिका ब्र.कु.कमला दीदी एवं ब्र.कु.सविता बहन।

निर्माण से इस क्षेत्र के लोगों को तनाव से बचाने का तरीका यहां पर सीखने को मिल सकेगा।

उन्होंने बताा कि यहां पर समय प्रति समय राजयोग अनुभूति शिविर के आयोजन किये जायेगें। शिविर में लोगों की जीवनशैली को सकारात्मक बनाने की शिक्षा दी जाएगी। इस शिविर में राजयोग का गहन अभ्यास कराा जाएगा जो कि शरीर के अनेक घातक रोगों के निवारण में बहुत ही लाभदायक सिद्ध होगा। सहज होने के कारण यह योग समाज के हर वर्ग में तेजी से लोकप्रिय होता जा रहा है।समारोह में छत्तीसगढ़ में सेवाकेंद्रों की संचालिका ब्र.कु.कमला दीदी ने कहा कि आजकल जीवन के हर क्षेत्र में जिस तरह से नित्य नई चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है, उसके परिणामस्वरुप तनावजन परिस्थितियां भी बढ़ती जा रही है। ऐसे वातावरण में कार्या करते हुए शान्ति की गहन अनुभूति करना, कर्मो में कुशलता लाने तथा मानसिक तनाव से मुक्ति प्राप्त कर संतुलित जीवन जीने की कला सीखने के लिए राजयोग का अभ्यास बहुत लाभकारी सिद्ध हुआ है।

बुद्धिमान .....

बुद्धि प्रत्येक प्राणी को प्राप्त है, परंतु किसी को कम व किसी को ज्यादा। किसी की बुद्धि में भोलापन है, व किसी की बुद्धि में चतुर्य, किसी की बुद्धि कमजोर है और किसी की बुद्धि शक्तिशाली। परंतु ज्ञानी पुरुष वही है जो अपनी बुद्धि को ज्ञान व पवित्रता के बल से दिव्य बना देता है।

जो व्यक्ति बुद्धिमान होते हुए भी निरहंकारी है - वही बुद्धिमान है। जैसे परमात्मा ज्ञान-सागर व बुद्धि का दाता व सर्वेसर्वा होते हुए भी पूर्ण निरहंकारी है और जैसे ब्रह्मा बाबा भी सर्वश्रेष्ठ बुद्धिवान होने पर भी पूर्ण निरहंकारी बने, उन्होंने अपने बोल व कर्म से कभी नहीं दर्शाया कि वे बुद्धिवान हैं, इसलिए तो वे सर्वप्रथम दिव्य विवेक प्राप्त कर संपूर्ण बनें।

वास्तव में बुद्धिवान मनुष्य वही है जो बुद्धि बल से विपत्ति आने पर भी अपनी स्थिति को अचल-अडोल बनाये रखे और अपनी बुद्धि को परमपिता पर स्थिर कर सके। जो किसी भी परिस्थिति में अपनी बुद्धि को विचलित न होने दे - ऐसे पुरुष को ही दूसरे लोग बुद्धिमान मानते हैं।

जो व्यक्ति सदैव दूसरों की भलाई में अपनी भलाई देखे, अपने व्यवहार को नम्र व सभ्य बनाकर रखे, कभी किसी को पीछे न धकेले, दूसरों की उन्नति देख गद्गद् हो तथा संगठन को धैर्य-चित्त होकर एकता के सूत्र में बांधे रखे - वही बुद्धिमान है।

जो मनुष्य आये हुए प्रभु को पहचानकर उस पर कुर्बान हो जाए, समय अनुसार उसकी प्रेरणाओं को पकड़कर मग्न हो जाए, वरदानी समय का संपूर्ण लाभ उठाये, अपने भाग्य को सर्वश्रेष्ठ बना ले, तथा प्रभु से सर्वस्व प्राप्त कर स्वयं को संतुष्ट कर ले - वही बुद्धिमान है।

अत: यदि हमारी बुद्धि तेज है तो हम उसका उपयोग जीवन को दिव्य बनाने में करें - यही बुद्धिमानी है। हमारी तेज बुद्धि हमारे ही पतन का कारण न बने। हमारी तेज बुद्धि संगठन के बिखराव का कारण न बने, ईश्वरीय कार्य में विघ्न न बने, किसी में असहयोग की भावना जागृत न करें, किसी को प्रभु पात्र बनने से विच्छेद न कर दे - यही ध्यान देना बुद्धि की श्रेष्ठता है।

भगवान निरहंकारी तो उसके बच्चे अहंकारी क्यों! - तो आओ हम ज्ञानस्वरूप आत्माएं जीवन से इस बुद्धि के अहम का प्रतिकार करें। हम अर्जुन की तरह भूल न जाएं कि मैंने इतना भयंकर महाभारत जीता। सर्वविदित है कि जब ईश्वरीय शक्ति उससे अलग हो गई तो भीलों ने ही उसे परास्त करके लूट लिया। अत: हमारा महत्व तभी है जब हम योगयुक्त हों अर्थात् ईश्वरीय शक्तियां हमसे जुड़ी हों।

अब समय है शीघ्रता से जीवन को संपूर्ण दिव्य, निर्मल व शीतल बनाने का, इस सूक्ष्म शत्रु को, जो कि ईश्वरीय मार्ग पर विषधर तुल्य है - पहचानने का। इसे आवश्यक न समझें और मन से इसका प्रतिकार करें क्योंकि अहंकार मनुष्य के श्रृंगार को बिगाड़ देता है, भगवान के बच्चों को यह शोभा नहीं देता। इसे निकालकर ही हम संपूर्ण निरहंकारी बनकर बाप समान सर्वोच्च स्थिति को प्राप्त कर सकेंगे तथा प्रत्यक्षता का सुनहरा झंडा विश्व में फहरा सकेंगे।

रायपुर, चौबे कॉलोनी। होली क्रास स्कूल में आयोजित दो दिवसीय 'वैल्यू एजुकेशन प्रशिक्षण कोर्स' के पश्चात् समूह चित्र में प्रतिभागियों के साथ हैं ब्र.कु.भूमिका बहन एवं ब्र.कु.रिंकी बहन।