

## एक करोड़ घरों तक पहुंचा पीस ऑफ माइंड चैनल

आप सबको बताते हुए हर्ष हो रहा है कि अब परमात्म का संदेश जन-जन तक पहुंचाने के लिए बाबा ने अपना चैनल दिया है। जिसमें 24 घंटे मधुबन मुख्यालय सहित देश-विदेश की सेवाओं के समाचार, अवेकनिंग विद ब्रह्माकुमारीज, तनाव मुक्त जीवन शिविर सहित राष्ट्रीय तथा अन्तर्राष्ट्रीय सम्मेलनों के पूरे कार्यक्रम दिखाये जाते हैं। जिसमें परमात्म का संदेश प्रचारित प्रसारित हो रहा है। पहले यह केवल रिलायंस डीटीएच पर देखा जाता था। परन्तु अब यह सेटलाइट में उपलब्ध हो

गया है। DNN —अर्थात (Devotional News Network) नामक चैनल को जिसमें पीस ऑफ माइंड चैनल को हर घर में केबल नेटवर्क देखा जा सकता है। क्योंकि आज भी पूरे भारत के अधिकतर घर में केबल नेटवर्क ही है इसके लिए बस आपको अपने-अपने शहर में केबल आपरेटर्स की सेवा कर इस चैनल को शुरू करा सकते हैं। हमारे थोड़े से प्रयास से लाखों-करोड़ों लोगों तक परमात्म संदेश पहुंचा सकते हैं। हमें इस पुण्य कार्य में सहयोगी बने। इसके लिए नीचे दिये जा

रहे फर्क्वेंसी को आपके शहर में केबल आपरेटर्स को देकर चैनल शुरू कराने का प्रयास करें। DNN (Devotional News Network), "C" Band with Mpeg4 Receiver, Frequency-4054 Symbol-13230, Polarisation - Horizontal Setellite - INSAT-4A

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें - ब्र. कु.

करूणा, प्रमुख, मल्टी मीडिया, ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन, आबूरोड(राज.) 307510, 09414193999

ईमेल: [karunabk@gmail.com](mailto:karunabk@gmail.com)

**प्रश्न - मैं एक गृहणी हूँ, मेरी समस्या एकाग्रता की है। मन जरा भी स्थिर नहीं होता। परन्तु मैं योगी बनना चाहती हूँ, मुझे एकाग्रता को बढ़ाने की युक्ति चाहिए।**

उत्तर - एकाग्रता विश्व का सबसे बड़ा विषय है। एकाग्र चित्त हो जाना किसी योगी की भारी सफलता है। आप परिवार के साथ हैं। आजकल परिवारों की अनेक बातें मन को भटका देती हैं। परन्तु सत्य ज्ञान जान लेने के बाद और कुछ अभ्यास दृढ़ता पूर्वक कर लेने से हम इस विषय में काफी सफलता प्राप्त कर सकते हैं। बाबा ने कहा है -बुद्धि को स्थिर करना तुम्हारी सबसे बड़ी साधना है। विश्व झामा के ज्ञान को यूज करके मन को शान्त करें। जैसे सभी का अपना-अपना पार्ट है व अपना-अपना भाग्य है, इसमें विश्वास रखते हुए मन को शान्त करें। जैसा हम चाहेंगे, वैसा ही दूसरे नहीं करेंगे -यह स्वीकार कर लें, इससे स्वयं के अहम् को शान्त करें। इन दो बातों पर ध्यान दें -ऐसे ही दो धारणाओं पर विशेष ध्यान दें। एक है -व्यर्थ बातों से बचें, व्यर्थ सुनाना व सुनना -दोनों से मुक्त हों। प्रतिज्ञा कर लें कि ये प्रभु अवज्ञा है, ये नहीं करना है।

दिन में पाँच बार अशरीरीपन व दस बार स्वमान का अभ्यास अवश्य करें। बाबा ने ज्ञान का भण्डार दिया है, क्लास सुनते रहें। इस तरह अपनी पालना करने से मन शान्त होगा व एकाग्रता बढ़ेगी।

**प्रश्न -हम पति-पत्नी दोनों ही ज्ञान में हैं। हमारा एक सत्रह वर्ष का लड़का है, परन्तु पूर्णतः कलियुग के रंग में रंगा हुआ है। सारे पाप उसके साथ हैं, रोज मारने के लिए बाप का गला पकड़ लेता है। हम बहुत दुखी हो गये हैं, हमें डर भी बहुत लग रहा है। इस बच्चे को हम कैसे सुधारें... ?**

उत्तर - अनेक युवकों पर कलियुग की कालिमा गहरा प्रभाव डाल रही है। पढ़े-लिखे युवक मंद मति होते जा रहे हैं। दिनोंदिन कलियुग भी गहरा होता जा रहा है। ऐसी समस्याएं अनेक परिवारों में बढ़ रही हैं। थोड़ा समझदारी से व धैर्यवान होकर ही रहना होगा। कोशिश करें कि किसी भी बात पर विवाद न हो। माँ-बाप बच्चे पर अपना अधिकार भी समझते हैं, उस अधिकार से उन्हें कुछ डाँट डपट भी कर देते हैं, परन्तु अब ऐसे युवकों से वर्तमान समय इस तरह के व्यवहार की

अनुमति नहीं देता। आप शान्तचित्त होकर अपने घर में योग का वातावरण बनायें। एक समय निश्चित करके आधा घण्टा उसे योगदान करें। याद रखेंगे कि स्व-स्थित श्रेष्ठ होगी तो परिस्थिति स्वतः ही ठीक हो जाएगी। परन्तु यदि आपने अपनी स्थिति बिगाड़ ली तो ये केस हाथ से निकल जाएगा। दूसरी बात रोज सबेरे पाँच बजे, तीन मिनट उसे आत्मा देखकर वायब्रेशन्स देकर मन से उसे कुछ संकल्प दो। जैसे -तुम तो देवकुल की महानात्मा हो, तुम बहुत अच्छे हो, तुम तो भगवान के बच्चे हो, तुम तो मात-पिता के आज्ञाकारी हो। ये क्रम 21 दिन तक रहे। एक-एक संकल्प तीन-तीन बार करें, इससे उसके विचार बदल जाएंगे। विचार बदलते ही जीवन बदल जाएगा। ये काम आपको अति शुभ-भावना व विश्वास के साथ करना होगा।

**प्रश्न -हमें योग के प्रयोग करने की बहुत रुचि है। कोई सुंदर अनुभव हम सुनना चाहेंगे, जिससे हमें प्रेरणा मिले।**



**मन  
की  
छातें**  
- ब्र. कु. सूर्य

उत्तर -उत्तरी भारत के एक परिवार में एक बड़ी समस्या आ गई। रोज गुंडे आकर उन्हें धमकाने लगे कि ये घर खाली करो, इसमें हमें रहना है। सब डर गये। पुलिस भी निष्क्रिय रही। इन्होंने फोन किया। हमने इन्हें राय दी कि 21 दिन तक सभी 108 बार प्रतिदिन दो अभ्यास करें -मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सर्वशक्तिवान मेरे साथ है। उन्होंने दृढ़ता पूर्वक व सम्पूर्ण विश्वास के साथ ये अभ्यास किये और बाइसवें दिन हमें फोन करके बताया कि उस दिन से वे बदमाश आये ही नहीं और हमारा मन भी शान्त व भयमुक्त हो गया है। यही लक्षण थे कि समस्या पूरी तरह लोप हो गई है।

ये दोनों स्मृतियाँ कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ व

सर्वशक्तिवान मेरे साथ है, लोगों को चमत्कारिक अनुभव करा रही है। आप अपनी समस्याओं का समाधान इनसे कर सकते हैं।

एक अन्य अनुभव मैं एक आँखों के सर्जन का लिखना चाहता हूँ उन्होने बताया कि उन्हें आँखों की सर्जरी में मनचाही सफलता व संतुष्टि नहीं मिल रही थी। वे काफी निराश थे। उन्होने ये साधना करने की सोची और एक दिन प्रातः दो बजे उठकर छः घण्टे तक ये अभ्यास किया कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और बस तबसे मानो सफलता का वरदान ही मिल गया।

**प्रश्न -मैं इंजीनियर हूँ। मुझे पानी व ऊँचे पर्वतों से बहुत डर लगता है। मेरी ड्यूटी भी डैम पर है, चारों ओर ऊँचे-ऊँचे पर्वत हैं। मेरा मन इन्हें देख-देखकर भयभीत होता रहता है, मेरी मनोस्थिति दयनीय होती जा रही है। मुझे इस भय से मुक्त होने का उपाय बताइये ?**

उत्तर - निसंदेह, पानी व ऊँचे पर्वतों से पूर्व जन्मों में आपको अति कष्ट हुआ है। पानी में डूबने से मृत्यु हुई है व पर्वत से गिरकर काफी कष्ट हुआ है। यह भय अवचेतन मन में समा गया है। इससे आपको मुक्त होना है। आप प्रतिदिन पन्द्रह मिनट विशेषकर पानी व पर्वतों को श्रेष्ठ वायब्रेशन्स दिया करें साथ में संकल्प करें कि हे जल, हे पर्वत तुम दोनों मेरे मित्र हो, मैं तुम्हें बहुत प्यार करता हूँ। दिन में पाँच बार जल व पर्वत से इस तरह बात किया करो। वायब्रेशन्स देने की विधि ये है -स्वयं को स्वमान में स्थित करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ या मैं पवित्रता का सूर्य हूँ, पवित्रता के साथ शिवबाबा से पवित्र किरणें मुझमें समा रही हैं और मेरे मस्तक से निकलकर जल व पर्वत में समा रही है। आप प्रकृति को वायब्रेशन्स देंगे तो प्रकृति आपकी मदद करेंगे, आपको कभी भी कष्ट नहीं देगी। इस प्रकार अभ्यास करने से इन दोनों का भय भी आपके मन से लोप हो जाएगा। मृत्यु का भय ही सभी तरह के डर का बीज है। मृत्यु और कुछ भी नहीं देह रूपी वस्त्र बदलने का नाम है। आप अभ्यास करें कि मैं आत्मा तो अजर अमर अविनाशी हूँ, अकालमूर्त हूँ। इससे मृत्यु का भय खत्म हो जाएगा।

टीवी चैनल में ब्रह्माकुमारीज के कार्यक्रम

पीस ऑफ माइंड, डी एन एन चैनल 24 घंटे आप क शहर में जागरण टीवी : सुबह 4.00 से 6.00 बजे

राष्ट्रीय सतारा समय : सुबह 6.55-7 बजे, दोप. 2.50-3 बजे

आस्था : रात्रि 7.10 से 7.40 बजे

जी-24 (छत्तीसगढ़) : सुबह 5.30 से 6.00 बजे

जीटीवी (तमिल) : दोप. 2.30 बजे से 6 बजे (सोम. से शुक्र)

दीसा चैनल : सुबह 6.10 से 6.40

ईटीवी सुबह 5.00 से 5.30 (प्रतिदिन)

उ.प्र., म.प्र., बिहार, झारखण्ड, राजस्थान, महाराष्ट्र

ईटीवी - उड़ीसा, कर्नाटक - सुबह 5.30-6.00 (प्रतिदिन)

BSNL IP TV (Divine Box)

Om Shanti Channel (24 Hours)

EASY Box (BoL) (प्रतिदिन)

सुबह 7 बजे से रात्रि 11 बजे तक

मो टीवी - तेलंगु सुबह 5.30 बजे से 6.00 बजे तक

मो ज्युजिक - तेलंगु सुबह 6.00 से 6.30 बजे तक

भक्ति - तेलंगु सुबह 10.00

विदेश - आस्था इंटरनेशनल में - यूके - 8.40 जीएम्टी

यूएसए व कनाडा 8.40 ईन. यूके व यूएस स्टार सुबह 7-7.30

आबू चैनल के अंतर्गत आबू भक्ति 24 घंटे ज्युजिक चैनल

डिवाइल बाक्स के लिए सम्पर्क करें - 9414152296

**ओम शान्ति मीडिया का नवीन संकलन सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ -कथा सरिता, हैपिनेस इन्डेक्स, गीता का आध्यात्मिक रहस्य उपलब्ध है।**



## आगामी कार्यक्रम

### शिक्षा प्रभाग

शिक्षा प्रभाग की एज्युकेशन कम रिट्रीट मेडिटेशन "वैल्यू एण्ड स्पीचुआलिटी फॉर एम्पावरमेंट ऑफ लाईफ" विषय पर 31 अगस्त से 4 सितम्बर तक शांतिवन में आयोजित होगा। इस कॉन्फ्रेंस में भाग लेने के लिए या और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें - Email: [educationwing@gmail.com](mailto:educationwing@gmail.com), Mob. No. - 09414154848

### वैज्ञानिक एवं इंजीनियर प्रभाग

वैज्ञानिक एवं इंजीनियर प्रभाग की रजत-जयंती के अवसर पर "खुशनुमा जीवन के लिए आध्यात्मिक मेघा" विषय पर 7 सितम्बर से 11 सितम्बर 2012 शांतिवन में एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया है। इस कार्यक्रम में भाग लेने के लिए या और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें - फोन नं. - 02974-228101 to 228108, Ext. - 7119 फैक्स - 02974-228116 Email: [bksew@bkivv.org](mailto:bksew@bkivv.org), [sew.shantivan@gmail.com](mailto:sew.shantivan@gmail.com)

### मीडिया प्रभाग

मीडिया प्रभाग की कॉन्फ्रेंस "मुल्यनिष्ठ समाज के निर्माण में मीडिया का योगदान" विषय पर 21 सितम्बर से 24 सितम्बर 2012 को शांतिवन में आयोजित होगी। इस कॉन्फ्रेंस में भाग लेने के लिए या और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें - मोबाईल नं. - 09414156615, 09982388657 फैक्स नं. - 02974228116 ईमेल - [mediawing@gmail.com](mailto:mediawing@gmail.com), [mediawing@bkivv.org](mailto:mediawing@bkivv.org)

### व्यवसाय एवं उद्योग प्रभाग

व्यावसाय एवं उद्योग प्रभाग की वार्षिक कॉन्फ्रेंस "न्यू पैराडाइम फॉर बिजनेस एण्ड इंडस्ट्रीज" विषय पर 27 सितम्बर से 1 अक्टूबर 2012 तक शांतिवन में आयोजित होगी। इस मीटिंग में भाग लेने के लिए या अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें- फोन नं. - 022-26160865 फैक्स नं. - 022-26160820, 26160789 ईमेल - [businesswing@bkivv.org](mailto:businesswing@bkivv.org)

### ग्राम विकास प्रभाग

ग्राम विकास प्रभाग की "संपूर्ण ग्राम विकास आध्यात्मिक सम्मेलन" 17 से 21 नवम्बर 2012 को शांतिवन में आयोजित होगी। इस कॉन्फ्रेंस में भाग लेने के लिए या और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें - मोबाईल नं. - 09414154151 फैक्स - 02974-238952 [ruralwing@bkivv.org](mailto:ruralwing@bkivv.org), [ruralwing@gmail.com](mailto:ruralwing@gmail.com)

### कैड कॉन्फ्रेंस

कैड का "श्री डाइमेंशनल हेल्थकेयर प्रोग्राम" 14 से 18 सितम्बर तक शांतिवन में आयोजित किया गया है। इस कॉन्फ्रेंस में ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन के लिए या और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें - फोन

02974-228880 फैक्स - 02974-228670  
- : [3dhealthcare@gmail.com](mailto:3dhealthcare@gmail.com),  
[www.3dhealthcare.org](http://www.3dhealthcare.org)