टीवी चैनल्स में ब्रह्माकुमारीज के कार्यक्रम

पीस ऑफ माइंड चैनल 24 घंटे

राष्ट्रीय सहारा 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)

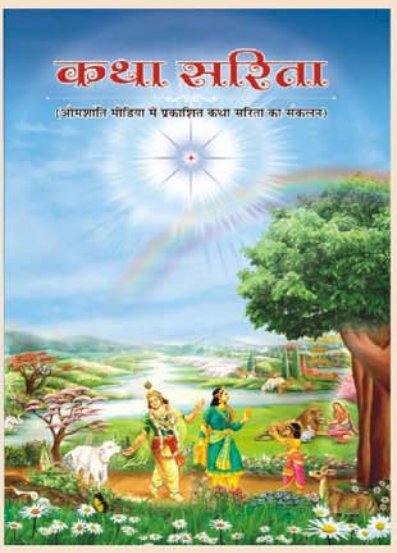
EASY Box (BoL) (प्रतिदिन)
सुबह 7 बजे से रात्रि 11 बजे तक

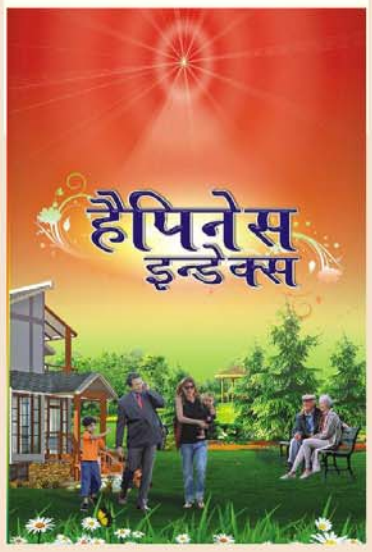
मो टीवी – तेलगु सुबह 5.30 बजे से 6.00 बजे तक
मो म्युजिक – तेलगु सुबह 6.00 से 6.30 बजे तक
भक्ति – तेलगु सुबह 10.00

विदेश –आस्था इंटरनेशनल में – यूके – 8.40 जीएमटी
यूएसए व कनाडा 8.40 ईब, यूके व यूएस स्टार सुबह 7-7.30

आबू चैनल के अंतर्गत आबू भक्ति 24 घंटे म्युजिक चैनल

डिवाइन बाक्स के लिए सम्पर्क करें – 9414152296





पाठकों की विशेष मांग पर 'ओम शांति मीडिया' में निरंतर प्रकाशित हो रही शिक्षाप्रद कहानियों का संग्रह ''कथा सरिता'' तथा ब्र.कु.शिवानी की प्रवचनमाला का संग्रह ''हैप्पीनेस इंडेक्स'' अब संकलन के रूप में उपलब्ध है। इसे आप ओम शांति मीडिया, शांतिवन के कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

प्रश्न:- मैं 20 वर्ष से ज्ञान में हूँ। मैंने बाबा की सेवा में तन, मन, धन लगाया है। एक सेवाकेंद्र भी खोला है। मेरा शिव बाबा से बहुत प्यार रहा, परन्तु बाबा ने हमारे लिए कुछ नहीं किया। मेरा एक जवान बेटा मर गया, लड़कियां ससुराल में सुखी नहीं रही। मैं स्वयं को चारों ओर से समस्याओं से घिरा पाता हूँ। लोग भी कुछ-कुछ बोल देते हैं, मेरा निश्चय डगमगाने लगा है, मैं क्या करूं?

उत्तर:- जीवन में परीक्षाएं तो आती ही हैं। मुख्यत: ईश्वरीय पथ पर चलने वालों को कभी-कभी कड़ी परीक्षा भी देनी पड़ती है। देखिए, इस संसार में हर मनुष्य के साथ उसके कर्मों का खेल भी चल रहा है। मनुष्य ने स्वयं ही कर्म किये हैं तो उसका फल भी उसे ही भोगना होता है। इसमें भगवान का कुछ भी हस्तक्षेप नहीं होता। वह तो राह दिखाता है और मदद भी करता है।

आपने सेवा द्वारा जो पुण्यकर्म किये वे आपके जमा है। उसका फल मिलना ही है। परीक्षा जब देनी पड़े तो निश्चय डगमगाना नहीं चाहिए अन्यथा पुण्य भी क्षीण हो जाते हैं। यही तो समय होता है जब मनुष्य के ज्ञान की व उसकी स्थिति की परीक्षा होती है। आप घबरायें नहीं, विश्वास को कायम रखें, सब कुछ ठीक हो जायेगा।

हो सकता है लड़कियां अपने स्वभाव संस्कार के कारण ससुराल में खुश न हो। उन्हें कहना कि स्वयं को सेट करे। नये घर में जाकर सब कुछ वैसा तो नहीं मिलता जैसा मनुष्य चाहता है। कुछ सहन भी करना पड़ता है। आप उन्हें अपनी शुभ भावनाएं भी देते चलो। समय बदलता है सब कुछ ठीक हो जाता है।

प्रश्न:- बाबा ज्वालामुखी योग करने को बार-बार कह रहे हैं। इसका क्या अर्थ है? हम इसका अभ्यास कैसे करें? इसके लिए क्या कुछ धारणाएं भी आवश्यक है?

उत्तर:- भगवानुवाच आपने सुना ही होगा कि ज्वाला स्वरूप योग से ही संस्कार बदलते हैं, विकार छूटते हैं व विकर्म विनाश होते हैं। यह अत्यन्त पावरफुल योगाभ्यास है। यह राजयोग की सर्वश्रेष्ठ स्थिति है। परन्तु यह अभ्यास सबसे नहीं होता। इसमें चाहिए बुद्धि की शुद्धि। इसके लिए चाहिए अन्तर्मुखता व चित्त की शांति....।

योग जब अग्नि बन जाता है तो उसे ही ज्वालामुखी योग कहते हैं। इसका अर्थ है - आत्मिक स्वरूप व परमात्म स्वरूप पर बुद्धि को स्थिर करना। एक संकल्प में स्थित होना।

इसका अभ्यास इस तरह करें:-

मैं चमकती हुई मणी (आत्मा) भ्रकुटि सिहांसन पर विराजमान हूँ.... मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ... मुझसे चारों ओर शक्तियों की किरणें फैल रही है... अपने इस स्वरूप पर बुद्धि के नेत्र को स्थिर करें।

फिर संकल्प करें... शिव बाबा सर्वशक्तिवान हैं... परमधाम में हैं... महाज्योति हैं उनसे चहुं ओर शक्तियों की किरणें फैल रही है... उनके स्वरूप पर बुद्धि को स्थिर करें व अनुभव करें कि उनकी किरणें मुझमें समा रही है। कभी बाबा को परमधाम में देखें, कभी आँखों के सम्मुख, तो कभी सिर के ऊपर

छत्रछाया।

ऐसा पावरफुल लाइट और माइट हाउस योग करने के लिए श्रेष्ठ पवित्रता, सरल स्वभाव, सकारात्मक दृष्टिकोण और आत्मिक दृष्टि का बहुत अभ्यास करना चाहिए। जिसका मन व्यर्थ का भण्डार बन गया है, वे इस योग की अनुभूति नहीं कर सकते। बार-बार अभ्यास करने से यह योग सरल हो जाता है।

प्रश्न:- मैं कई वर्षों से ज्ञान में हूँ। परन्तु मेरे पतिदेव ज्ञान में नहीं है। वे बहुत अच्छे इंसान हैं, शाकाहारी है। मैं चाहती हूँ कि वे भी ज्ञान में आ जाएं, इसका कोई उपाय बतायें?

उत्तर:- ज्ञान में आना माना भगवान से मिलना। देवकुल की सभी आत्माएं ज्ञान में आयेंगी ही। आपकी उनके लिए अच्छी शुभ-भावना है इसका फल अवश्य मिलेगा। परन्तु उनकी भक्ति, उनके पुण्य कर्म व उचित समय ही उनका भाग्य जगायेंगे।

आप उन्हें पवित्र भोजन खिलायें। भोजन बनाते हुए बार-बार याद करें... मैं परमपवित्र आत्मा हूँ। यदि आप भूल जाएं तो भोजन बनने के बाद उसे दृष्टि देते हुए 21 बार यही संकल्प करें। ऐसा भोजन खाने से उनके दैव संस्कार जागृत हो जायेंगे।आप तीन स्वमान का अभ्यास प्रतिदिन 25 बार करें। मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं इष्टदेवी हूँ और मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। इससे आपको सम्पूर्ण सफलता मिलेगी।

प्रश्न:- बाबा बार-बार कह रहे हैं कि सम्पन्न बनो। सम्पन्न बनना माना समय को समीप लाना। सम्पन्न बनने का अर्थ क्या है? हमें किस-किस में सम्पन्न बनना है व उसकी विधि क्या है?

उत्तर:- सम्पन्न और सम्पूर्ण बनो - ये दो शब्द बाबा यूज करते हैं। सम्पन्न माना भरपूर (फुल), सम्पन्नता के बाद ही सम्पूर्णता आयेगी। सम्पूर्णता का अर्थ है आत्मा को मूल स्थिति में ले जाना। कर्मातीत का अर्थ है आत्मा को विकर्मों से मुक्त करना व सम्पन्नता का अर्थ है - आत्मा को ज्ञान, गुण, शक्ति, पवित्रता व सर्व खजानों से भरपूर करना।

हमारी ये सम्पन्न अवस्था पूर्णिमा के चंद्रमा की तरह होगी। जब हमारा दिव्य तेज सबको आकर्षित करेगा। जब हम सम्पन्न होंगे तो हिलेंगे नहीं।

इस अवस्था को प्राप्त करने के लिए ज्ञान का खजाना बढ़ाने की प्रथम आवश्यकता है। योग द्वारा शक्तियों का खजाना बढ़ाना है। स्वमान द्वारा गुणों का खजाना बढ़ाना है। साधना द्वारा पवित्रता की स्थिति को सूक्ष्म करते चलना है। मैंपन का त्याग करके विचारों को महान बनाते चलो।

प्रश्न:- क्या हमें मूली का भोग भगवान को लगाना चाहिए?

उत्तर:- नहीं। मूली का सेवन आप स्वयं औषधी के रूप में ही कर सकते हैं।

प्रश्न:- चेहरे व चलन से सेवा करने का अर्थ क्या है? यह सेवा हम कैसे करें?

उत्तर:- चेहरे पर खुशी, सरलता व सौम्यता हो। चलन में पवित्रता व रायल्टी हो इससे स्वयं ही सेवा होगी।

जब दूसरे लोग आपका तनाव रहित, संतुष्टता से भरपूर खुशनुमा चेहरा देखेंगे तो उन पर गहरा प्रभाव पड़ेगा। ऐसा चेहरा उन्हें परमात्मा की ओर आकर्षित करेगा। अधिक से अधिक आत्मिक स्थिति का अभ्यास करें।

जीवन में शांति हो, क्रोध न हो। मुख से अमृत बहता हो। हम ज्ञान योग से श्रेष्ठ चरित्रवान बन गये हों। हमारे कर्म सुखदाई हो, हम परेशान न रहते हो - ऐसा जीवन ही सर्विसएबुल जीवन है।

जयपुर, बापूनगर। 'तनावमुक्त जीवन' पर अपने व्यक्तव्य देते हुए ब्र.कु.पद्मा तथा ध्यानपूर्वक सुनते हुए ऑफीसर्स।