सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह स्वमान - मैं मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ।

शिवभगवानुवाच - जब तुम मास्टर सर्वशक्तिमान के स्वमान में रहते हो तो तुम्हें संकल्प-सिद्धि प्राप्त हो जाती है जिससे तुम कोई भी कार्य कर सकते हो और दूसरों से करा सकते हो।

योगाभ्यास - अ. मैं मास्टर सर्वशक्तिमान फरिश्ता हूँ...मुझसे शक्तियों की लाल किरणें चहुँ ओर फैल रही हैं, मेरे मस्तक पर सर्वशक्तिमान की छत्रछाया है...अन्य सभी भी फरिश्ते हैं...उनके ऊपर भी शिव बाबा की किरणें आ रही हैं।

अमृतवेला - अ. उठते ही पहला संकल्प करें कि मैं बाबा के प्यार व दुलार में पलने वाली श्रेष्ठ आत्मा हूँ...बाबा वतन से नीचे आ गये हैं और प्यार से मेरे सिर पर हाथ फेरकर मुझे वरदान दे रहे हैं। मैं बाबा की दृष्टि से निहाल हो रहा हूँ...और अपने श्रेष्ठ भाग्य पर इठला रहा हूँ...।

ब. बाबा ने हमें हमारे पाँचों स्वरूपों की स्मृति दिलाई है। अत: अमृतवेला हम इन पाँचों स्वरूपों का गहराई से अभ्यास व अनुभव करेंगे।

धारणा - संतुष्टता। संतुष्टमणि बन सदा संतुष्ट रहना है और सबको संतुष्ट करना है। याद रहे, जो मेरे भाग्य में है, वह मुझसे कोई छीन नहीं सकता और जो मेरे भाग्य में नहीं है, वह मुझे कोई दे नहीं सकता। समय से पहले और भाग्य से ज़्यादा किसी को कुछ नहीं मिलता। इसलिए संतुष्टता को सदा के लिए अपना श्रृंगार बना लें।

चिन्तन - संतुष्टता क्यों आवश्यक है? अ-संतुष्टता का क्या कारण है? स्वयं संतुष्ट रहने और दूसरों को संतुष्ट करने के लिये क्या करें? संतुष्टता के लिये बाबा के उच्चारे पाँच महावाक्य लिखें।

द्वितीय सप्ताह स्वमान - मैं विघ्नों से मुक्त मन का मालिक हूँ।

मन को जब चाहें, जैसे चाहें, जितना समय चाहें, उतना एकाग्र कर लेना, इसको कहते हैं विघ्नों से मुक्त मन का मालिक बनना।

योगाभ्यास - इस सप्ताह योग में हम अपने भिन्न-भिन्न स्वरूपों पर स्वयं को एकाग्र करेंगे।

अ. मैं आत्मा भृकुटि सिंहासन पर विराजमान हूँ...मुझसे चारो ओर दिव्य प्रकाश फैल रहा है...अपने स्व स्वरूप पर स्वयं को एकाग्र करें।

ब. परमधाम में महाज्योति परमप्रिय शिव बाबा के दिव्य स्वरूप पर स्वयं को एकाग्र करें।

स. अपने सम्पूर्ण फरिश्ते स्वरूप पर स्वयं को एकाग्र करें...मेरा सम्पूर्ण स्वरूप कैसा है...डबल लाइट...उपराम... तेजोमय... सर्वगुणों और शक्तियों से सम्पन्न...।

द. ऐसी धुन लगायें कि जब हम नीचे देखें तो चारो ओर चमकती हुई आत्माएँ ही दिखाई दें और जब ऊपर देखें तो सर्वशक्तिमान ज्ञान सूर्य दिखाई दें। इसके अतिरिक्त संसार में हमें और कुछ भी नहीं दिखाई दे।

अमृतवेला - अ. अमृतवेला उठते ही बाबा का बच्चे के रूप में आह्वान करें और उसे अपनी गोद में लेकर खिलायें, उससे मीठी-मीठी रुहरिहान करें। भगवान को अपना वारिस बनाने का सौभाग्य अभी ही हमें प्राप्त हुआ है...अभी उसे अपना वारिस बनायेंगे तो वह हमारा वर्तमान ही नहीं बल्कि भविष्य भी उज्जवल बना देगा...वह हमसे कौड़ी लेता है और बदले में विश्व की बादशाही देता है।

धारणा - जैसे बाबा नि:स्वार्थ भाव से सर्व मनुष्यात्माओं की सेवा करते हैं, वैसे ही हमें भी अपनी नि:स्वार्थ भावना बनानी है।

चिन्तन - एकाग्रता का क्या महत्व है? एकाग्रता के लिए कौन-सी धारणाएँ आवश्यक हैं? कौन-सी बातें हमारी एकाग्रता को भंग करती हैं? अपनी एकाग्रता को बढ़ाने के लिए क्या-क्या अभ्यास करें? एकाग्रता के लिए कहे गए बाबा के पाँच महावाक्य लिखें।

आधुनिकता और आध्यात्मिकता का संतुलन ज़रूरी

आधुनिकता के साथ नारी को आध्यात्मिकता भी अपनाना ज़रूरी है। आज आधुनिकता को अपनाने में नारी बहुत आगे निकल गई लेकिन आध्यात्मिकता न होने के कारण उनका जीवन असंतुलित हो गया। जहाँ आध्यात्मिकता होगी वहाँ उनके गुणों की खुशबु उनके चरित्र में दिखाई देगी। अत: आज की नारी में जो सुषुप्त गुणों की खुशबु है उसे आध्यात्मिकता के माध्यम से ही बाहर लाया जा सकता है। इससे कुटुम्ब, समाज एवं देश का भी विकास होगा। इस तरह से आध्यात्मिक शक्ति के आधार से अपने जीवन में ताज़गी एवं खुशी का अनुभव करेगी और सभी संबंधों में भी खुशी व उमंग दिलाकर अच्छे प्रकंपन फैलाएगी। नारी दिव्य गुणों का कवच लेकर ही सुरक्षित रह सकती है। -डॉ. सविता.संयोजिका महिला प्रभाग, शांतिवन।

गुण-दान एवं सर्व कलाओं की शक्ति महिलाओं में

आज महिलाओं के सशक्तिकरण की आवश्यकता है क्योंकि महिलाएं घरों को चलाती हैं, बच्चों को चलना सिखाती हैं, संस्कार उनमें भरती हैं। महिलाओं के संस्कार श्रेष्ठ हों तो पूरा परिवार श्रेष्ठ हो सकता है। इसलिए गुण-दान एवं सर्व कलाओं की शक्ति महिलाओं में है। यह सर्वगुण, कलाएं वे अपने परिवार के सदस्यों में भी भर ही देती हैं क्योंकि प्रतिदिन के कार्यों में वे उनमें कह कहकर जागृति ले ही आती हैं। इसी प्रकार समाज में भी दिव्य-गुण एवं पवित्रता की शक्ति आ सकती है। तभी परमपिता परमात्मा शिव बाबा ने उन्हें आगे रखा है, ज्ञान का कलश भी उन्हीं के सिर पर दिया है तथा माताओं को गुरु बनकर कार्य करने की प्रेरणा दी है। आध्यात्मिक क्षेत्र में जो कार्य हमारा ईश्वरीय विश्वविद्यालय कर रहा है यह भी एक बहुत बड़ा उदाहरण है क्योंकि महिलाओं को आगे लाकर, ज़िम्मेवार बनाकर संस्कार निर्माण करना बहुत बड़ी बात है। मातृ शक्ति ही ऐसा नवजीवन प्रदान कर सकती है। इसलिए शिव बाबा ने माताओं को आगे रखा है। -ब्रह्माकुमारी रानी, क्षेत्रीय निदेशिका, मुज़फ्फरपुर बिहार ।

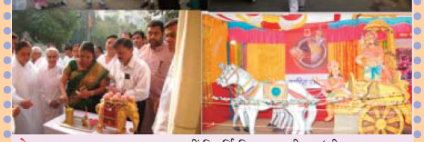
वुमेन अर्थात् विज़डम ऑफ मैन।

एक माँ ही अपने छोटे बच्चे को विज़डम देती है, नहीं तो उसके पास मैनर्स कहां से आए, अपने ऑर्गन्स का ज्ञान कहां से आया। माँ ही तो सिखाती है कि चलो कैसे, बोलो कैसे, बैठो कैसे। माँ ही अपने बच्चों की प्रथम गुरु होती है, इसलिए महिलाओं को अपनी सेल्फ रिस्पेक्ट में रहना चाहिए। एक माँ के पास ही वो ताकत है जिससे वो अपने चार बच्चों के बीच भी रिस्पेक्ट और प्यार क्रियेट कर पाती है जबकि वो शक्ति पिता में नहीं होती। महिलाओं के अंदर नैचुरल दिव्यता और आध्यात्मिकता है, सहनशक्ति है, समाने की शक्ति है, दातापन का भाव है, ये उसकी डिवाइन स्टेज है, ये उसकी आदि शक्ति है। लेकिन जब देह के भान में हम अपने को एक स्त्री समझने लगते हैं तो मॉडर्न बन जाते हैं फिर हमारा ध्यान केवल फैशन, आकर्षण, टेम्पटेशन, डिपेन्डेन्सी इन्हीं चीज़ों में चला जाता है। तो हम मॉडर्न तो नहीं बने लेकिन एक मॉडल बनके रह गए। -ब्रह्माकुमारी सुदेश, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, जर्मनी

अधिकार मांगने के बजाए स्वमान के गौरव में रहें

मेरा स्त्रियों, बहनों के प्रति यही संदेश है कि हम स्वयं ही शक्ति हैं, जब हम ही नारी शक्ति कहते हैं तो नारी कौन है और शक्ति कौन है? शरीर नारी है, शरीर पुरुष है, हम स्वयं चैतन्य शक्ति हैं। जब हम अपने चैतन्य आत्मिक स्वरूप को पहचान लेते हैं तो अपने अंदर रहे हुए जो पवित्रता, सत्यता, शांति, प्रेम इन सभी गुणों का हमें परिचय हो जाता है और जब हमें ये पता चलता है कि वर्तमान समय स्वयं परमात्मा भी इस संसार को पुन: संतुलित करने के लिए माताओं और बहनों को आगे कर रहे हैं और पिता परमात्मा स्वयं हमारा बैक बोन बना है तो अब हमें कोई चिंता, निराशा की बात नहीं है, अब हमें सिर्फ एक ही चीज़ करनी है। परमात्मा के साथ मन-बुद्धि को लगाकर पुन: स्वमान को लौटा लाना है। हमें किसी से भी अधिकार मांगने की ज़रूरत नहीं है, बस हमें अपने स्वमान के गौरव में रहना है।

-ब्र.कु. गीता, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, माउण्ट आबू



लोटस हाउस-अहमदाबाद। 78वीं त्रिमूर्ति शिव जयन्ती पर 'गीता का भगवान शिव' एवं 'अमरनाथ दर्शन' झांकियों का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.जयन्ती,लंदन, गुरुप्रसाद महापात्रा,म्यूनीसिपल कमिशनर अहमदाबाद, डॉ. निर्मला वाधवानी,विधायक नरोडा तथा अन्य।

सिकंदरा बोदला-आगरा। शिवरात्रि के पावन अवसर पर रैली के दौरान विधायक जगन प्रसाद गर्ग, ब्र.कु.सरिता, ब्र.कु.गीता, ब्र.कु.मधु, ब्र.कु.बलवीर, एडवोकेट ब्र.कु.ब्रजमोहन तथा अन्य।

कमला नगर-आगरा। हिन्दुस्तान टाइम्स के संपादक पुष्पेन्द्र शर्मा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.विमला।

वनारस। ज्ञान चर्चा के पश्चात् एम.पी.गोरखनाथ को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.सरोज।

बोंगईगांव-असम। शिवरात्रि पर परमात्मा का संदेश पहुँचाने हेतु झांकी को झंडी दिखाकर रवाना करते हुए एस. दास,एडीशनल जज बोंगईगांव। साथ हैं ब्र.कु.लोनी, ब्र.कु.गंगा, ब्र.कु.भारती तथा अन्य।

जानकीपुरम विस्तार-लखनऊ। शिव जयन्ती आध्यात्मिक मेले के उद्घाटन अवसर पर शहर के मेयर दिनेश शर्मा का पुष्पों द्वारा स्वागत करते हुए ब्र.कु.सुमन।