

## ऑफिस सेक्रेट्री की आवश्यकता

ग्लोबल हॉस्पिटल स्कूल ऑफ नर्सिंग के प्रिंसिपल ऑफिस के लिए एक ब्रह्माकुमारी सेक्रेट्री की आवश्यकता है।

**योग्यता:** मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से ग्रेजुएट एवं ऑफिस एडमिनिस्ट्रेशन या सेक्रेटेरियल प्रैक्टिस में डिप्लोमा आवश्यक है। एम.एस.ऑफिस एवं ई-मेल की जानकारी तथा हिन्दी और अंग्रेजी टाइपिंग आनी चाहिए।

**अनुभव:** 2-5 वर्ष का ऑफिस कार्य में अनुभव अनिवार्य। अधिक जानकारी के लिए: phone - 02974-228950,70, mobile - 8094652109, e-mail - ghsn.abu@gmail.com

## 35वाँ अखिल भारतीय बाल व्यक्तित्व विकास शिविर

35वें अखिल भारतीय बाल विकास व्यक्तित्व शिविर का आयोजन शान्तिवन में 20 से 26 मई 2014 तक होगा। अपने फॉर्म ब्र.कु.जगन्नाथ, कॉन्फ्रेंस ऑफिस, पाण्डव भवन, आबू पर्वत (राजस्थान) के नाम पर भेजें। फॉर्म भेजने की आखिरी तिथि 10 मई है।

## PEACE OF MIND - TV CHANNEL

**Cable network service**  
“C” Band with Mpeg4 receiver  
Frequency:4054,  
Polarisation:Horizontal,  
Symbol:13230, Satellite:INSAT 4A,  
Peace of Mind: (Vision Shiksha)  
**DTH Services**  
Videocon D2H: Channel no. 697,  
Reliance Big TV: Channel no. 171  
**Smart Phone Service**  
Android | Blackberry | iPhone | iPad |  
Tablet | Visit: http://pmtv.in  
**Mobile Audio Service**  
Airtel - 55231 - Rs.2 per day  
Vodafone - 552013 - Rs 1 per day  
Reliance - 56300123 Rs 1 per day  
Enquiry Mob. 9414151111,  
8104777111

**सूचना-ओम शान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने व पत्रकारिता के अनुभवी भाइयों की आवश्यकता है। ई.मेल, वेबसाइट तथा साफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें-**

Email- mediabkm@gmail.com  
M-8107119445



# रेडियो मधुबन 90.4 एफ.एम. का तीसरा वार्षिकोत्सव

देश के सामुदायिक रेडियो स्टेशनों के टॉप-20 में नाम शुमार

**आबू रोड- शांतिवन।** भारत में आज भी कई ग्रामीण इलाके हैं जहाँ योजनाओं की जनोपयोगी जानकारी नहीं मिल पाती है। परन्तु संचार माध्यमों में वृद्धि के कारण लोगों में जागरूकता पैदा हो रही है। सिरौही जिले में भी पिछड़े और दूर दराज के लोगों को नई जानकारी प्रदान करने में रेडियो मधुबन की महत्वपूर्ण भूमिका साबित हो रही है। उक्त उद्गार राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग के अध्यक्ष वी.ईश्वरैया ने रेडियो मधुबन 90.4 एफ.एम. की तीसरी वर्षगांठ पर आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि आज ज़रूरत है छोटे या बड़े हर वर्ग के लोगों में सशक्तिकरण के प्रति जागरूकता फैलाने की। संचार माध्यमों में लोक कल्याणकारी योजनाएँ और स्वस्थ सामग्री ही हमेशा लोगों को एक सूत्र में पिरोने का कार्य करती हैं। रेडियो मधुबन भी इसी राह पर अग्रसर रहा है।

जिला कलेक्टर रघुवीर मीणा ने रेडियो मधुबन को शुभकामनाएँ देते हुए कहा कि

**प्रश्न - मैं एक कुमार हूँ। मुझे अपवित्रता बहुत सताती है। कभी-कभी मुझे बहुत गहरा डिप्रेशन हो जाता है और ऐसा लगता है कि धर्मराज की सजा मिल रही है। शायद पिछले जन्मों में मैंने बहुत पाप कर्म किए हैं। मैं अब अच्छा इंसान बनना चाहता हूँ। मुझे योग की कोई सरल विधि बतायें?**  
**उत्तर -** पवित्रता मनुष्य की सबसे बड़ी गुण्य की पुंजी है। आपको पवित्र बनने का संकल्प है ये प्रशंसनीय है। आप इस बात को सोच-सोचकर निराशा ना हों कि शायद मैंने पूर्व जन्मों में बहुत पाप कर्म किए हैं। अब आपको अपने विचारों को शुद्ध करना है। इसके लिये कम से कम छः मास का आपको सुंदर प्लान दे रहे हैं। बहुत दृढ़ता से इसका पालन कीजियेगा। रोज सवेरे उठते ही और सोने से पहले एक अव्यक्त मुरली का अध्ययन करके 5 प्वाइंट लिखें और दिन में उन्हें याद करने का पुरुषार्थ करें।

आपको रोज 5 बार पानी को चार्ज करके पीना है और पानी को चार्ज करने की विधि है - पानी को दृष्टि देकर 7 बार ये संकल्प करना कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। हर घण्टे में 2 बार याद करना कि मैं आत्मा हूँ, इस देह का मालिक हूँ...ये देह अलग, मैं आत्मा अलग हूँ और प्रति घण्टे में एक बार दूसरों को चमकती हुई आत्मा देखने का अभ्यास करना। धीरे-धीरे आपका योग अच्छा लगने लगेगा। फिर आप अपने योग की साधना को बढ़ाते चलना परन्तु एक घण्टा रोज पवित्रता के लिए विशेष योग करना। योग से पहले 5 बार दो स्वमान याद करना - एक मैं पवित्रता का फरिश्ता हूँ और दूसरा मैं प्रकृति का मालिक हूँ।

**प्रश्न - मैं एक गृहणी हूँ। मुझे टेंशन बहुत रहता है। मेरा मन प्रसन्न नहीं रहता। एक उदाहरण अभी का आपको बताना चाहती हूँ। मेरी 9 साल की पोत्री है। उसका पढ़ने में जरा भी ध्यान नहीं रहता। मुझे उसके भविष्य की बहुत चिंता रहती है। ऐसी**



शान्तिवन। कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.रमेश, ब्र.कु.करुणा, वी.ईश्वरैया, रघुवीर मीणा, कविता सेठ, ब्र.कु.यशवंत, ब्र.कु.संजीव तथा अन्य।

सुने रेडियो मधुबन 90.4 एफ.एम. अपने मोबाइल पर



इससे स्कूली बच्चों को नित नई जानकारी मिलती है। समाज की प्रगति में रेडियो की महत्वपूर्ण भूमिका है और रेडियो मधुबन पर ग्रामीण इलाकों तथा

घर में कई बातें होती हैं जो मुझे तनाव में रखती हैं। मेरा योग भी नहीं लगता। तनाव मुक्त होने का कोई सरल उपाय बताइये?

**उत्तर -** जितनी चिंता आपको अपनी पोत्री की है, उतनी चिंता यदि पुरुषार्थ की लग जाए तो आपके 84 जन्म सुधर जाएँ। आप किस-किस की चिंता करेंगे? आपके कई बच्चे होंगे उनकी चिंता, फिर उनके बच्चों की चिंता! आप ये भी चाहेंगे कि मैं बड़ी हूँ तो सब मेरी बात मानें, सब वही करें जो मैं चाहती हूँ, परन्तु आपको ज्ञानयुक्त होकर अपने चित्त को शांत करना पड़ेगा।



आपकी पोत्री पढ़ती नहीं, उसकी आपको चिंता रहती है और आप ईश्वरीय पढ़ाई पे ध्यान नहीं देती, इसकी चिंता कौन करेगा? इसलिये ड्रामा के ज्ञान को यूज करते हुए थोड़ा-थोड़ा साक्षीभाव बढ़ाने का अब अभ्यास करें। इस संसार में सभी आत्माओं का अपना-अपना भाग्य है। सबकी अपनी-अपनी बुद्धि है। सभी पढ़ाई में फर्स्ट क्लास नहीं हो सकते। इसलिये अपने चित्त को शांत करें। आप ये याद रखें कि जितनी श्रेष्ठ आपकी स्थिति रहेगी, उतना ही परिवार का माहौल अच्छा होगा और बच्चों का कारोबार भी अच्छा होगा। आपका योगबल पूरे परिवार के लिए सहारा बन जाएगा और यदि आपने अपनी स्थिति बिगाड़ी तो परिवार में हर व्यक्ति परेशान होगा इसलिये अपनी चिंताएँ बाबा को अर्पित करके अपने भविष्य की चिंता करें।

**प्रश्न - मैं एक माता हूँ। मुझे बहुत ज्यादा सोचने की आदत है। मैं रात भर सोचती ही रहती हूँ। मैं क्या सोचती हूँ, इसका मुझे भी पता नहीं चलता। इससे मेरी नींद भी अच्छी नहीं होती।**

युवाओं पर प्रसारित की जा रही सामग्री सराहनीय है। मुम्बई से आई सुप्रसिद्ध सूफी गायिका कविता सेठ ने कहा कि मुझे कई जगहों पर जाने का अवसर मिलता रहा है परन्तु यहाँ आने के बाद जिस तरह से आदिवासी एवं पिछड़े इलाकों के युवाओं की भागीदारी देखने को मिली इससे बहुत प्रसन्नता हो रही है। इनकी प्रस्तुतियों ने महसूस करा दिया कि अब नई सदी की झलक भारत के हर कोने में देखने को मिल रही है। कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी के महासचिव ब्र.कु.रमेश तथा रेडियो मधुबन के निदेशक ब्र.कु.करुणा ने कहा कि जब इस रेडियो की शुरुआत की गई तो लगा कि कैसे लोगों में जागृति लाई जाए। इसके लिए हर वर्ग के लोगों का ध्यान रखा गया और लोगों में मूल्यनिष्ठ सामग्री प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया। इसकी वजह से बड़ी संख्या में लोग जुड़े। कार्यक्रम में जापान और चाईना से आए कलाकारों ने अपनी प्रस्तुतियाँ देकर सबका मन मोह लिया। सेंट जोन्स, रायल राजस्थान, अर्बुदा, यू.एस.बी. कॉलेज तथा गोलिया स्कूल और दरबार स्कूल के बच्चों ने अपनी प्रस्तुतियों से मौजूद जनसभा को भाव-विभोर किया। आप रेडियो मधुबन से इन माध्यमों पर भी जुड़ सकते हैं:

**Twitter -**  
<http://twitter.com/fmradiomadhuvan>  
**Facebook -**  
<http://facebook.com/Radio.madhuvan>  
**Youtube -**  
<http://youtube.com/user/FMradiomadhuvan>

**मेरे चेहरे पर प्रभु-मिलन की खुशी भी नहीं झलकती। मैं अपने संकल्पों को कण्ट्रोल करना चाहती हूँ, कोई सरल विधि बताइये?**

**उत्तर -** ज्यादा सोचने की आदत सचमुच आज मनुष्य के लिए अभिशाप बनती जा रही है। संसार में करोड़ों लोग इस मानसिक व्याधि से ग्रस्त होते जा रहे हैं और इससे अनेक मानसिक व शारीरिक रोग बढ़ते जा रहे हैं। इसलिये आपको कुछ बातों पर बहुत ध्यान देना है। कुछ समय के लिए टी.वी. देखना बिल्कुल बंद कर दें। आपको अखबार भी नहीं पढ़ने चाहिए क्योंकि जो कुछ आप देखेंगे-पढ़ेंगे, उससे आपका चिंतन फिर तेज गति से चलने लगेगा।

तीन मास के लिए आप प्रतिज्ञा कर लें कि मुझे ना व्यर्थ बातें देखनी हैं और न ही सुननी हैं। यह हमारी महान नारी जाति की बड़ी कमजोर कड़ी बन गयी है कि वे अपने मन को हल्का करने के लिए व्यर्थ बातों में ज्यादा ही रहती हैं लेकिन उन्हें पता ही नहीं कि इससे मन हल्का नहीं कमजोर होता जाता है और जब समस्याएँ आती हैं तो मनुष्य उनका सामना नहीं कर पाता। किसी को चिंता के संकल्प रहते हैं तो किसी को भय के। कोई दूसरों के व्यवहार के कारण व्यर्थ में फँसा रहता है तो कोई अपनी वासनाओं के कारण। काम वासना की अति भी व्यर्थ संकल्पों की स्पीड को बढ़ा देती है।

आपको प्रतिदिन मुरली क्लास में अवश्य जाना चाहिए। घर में दो बार अव्यक्त मुरली का अध्ययन करना चाहिए और उनकी मुख्य बातें नोट करके सारा दिन उन्हें याद करना चाहिए। इस तरह जब ज्ञान स्मरण में बुद्धि व्यस्त रहेगी तो व्यर्थ समाप्त हो जाएगा। दूसरी बात स्वयं के लिए कोई भी 5 स्वमान चुन लें और उन्हें सारे दिन में 50 बार याद करें। तीसरी बात हर घण्टे में एक बार अशरीरीपन व आत्मिक दृष्टि का अभ्यास करें। चौथी बात भोजन बनाते हुए निरंतर

ये याद करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। **प्रश्न -** हमारा पूरा परिवार ज्ञान में चलता है। मेरी एक कन्या 20 साल से ज्ञान मार्ग में है, उसे पवित्र जीवन बहुत अच्छा लगता था लेकिन अब अचानक उसे एक साथी की ज़रूरत महसूस होने लगी है, वो शादी करना चाहती है। उसकी आयु भी 40 वर्ष हो गयी है। हमारे लिए ये बड़ी समस्या बन गयी है। कृपया इसका समाधान बताएँ?

**उत्तर -** उस कन्या ने अपनी पवित्रता के महत्व को भूला दिया है। जिसने बीस साल में अपने अंदर पवित्रता की शक्ति भरी हो, उसे अब अंत में नष्ट कर देना बुद्धिमान नहीं होगा। स्पष्ट है कि उसके पास योगबल नहीं है। अगर उसने भगवान को अपना साथी बनाया होता तो उसे और किसी साथी की ज़रूरत नहीं होती। उसे ये जानना चाहिए कि इस ईश्वरीय अवज्ञा का परिणाम बड़ा घातक होगा। जिन कन्याओं ने ईश्वरीय मार्ग पर चलकर अपवित्रता का पथ चुना है, वो सुखी बिल्कुल नहीं हैं। वो रात-दिन पश्चाताप की अग्नि में जलती हैं। कइयों के तो तलाक हो गए हैं। कइयों का जीवन तो बोझ बन गया है। वो ना तो जी सकती हैं और ना मर सकती हैं। इसलिये परमात्म प्यार का रिटर्न इस तरह ना दें। सोच लो कितनी कठिनाईयों के बाद तो भगवान मिला है और अब उसे छोड़ने की तैयारी !! किसी भी कीमत पर भगवान का हाथ नहीं छोड़ना चाहिए। आप अपनी कन्या से अच्छी तरह बात करें। उसे उमंग दिलाएँ और चिंतित बिल्कुल ना हों क्योंकि यहाँ सभी का अपना-अपना भाग्य भी है। साथ में 21 दिन की एक विघ्न विनाशक भट्टी भी कर लें। 21 दिन तक एक घण्टा योग करें। योग से पूर्व दो स्वमान पाँच बार याद करें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और विघ्न विनाशक हूँ। इससे आपकी कन्या की बुद्धि बदल जाएगी। पुनः भगवान से जुड़ जाएगी।