

# दृढ़ संकल्प आधार भाग्य निर्माण का

**हडपसर-पुणे। बुलंद  
हौसले का साथ देती है  
किस्मत। कोशिश करें  
तो आसमान में भी हो  
सकता है सुराख। दृढ़  
इच्छा-शक्ति से जीवन  
की हर लड़ाई को जीता  
जा सकता है।**

दृढ़ता ही सफलता की चाबी है। दृढ़ संकल्प की शक्ति के आगे जीवन के सारे विघ्न धराशायी हो जाते हैं। मनुष्य के भीतर ही उसका भाग्य छिपा रहता है और दृढ़ संकल्प वाले उस भाग्य को बाहर ले आते हैं। जीत के लिए जोखिम उठाना पड़ता है। आप जितने भी महान लोगों की जीवितियों का विश्लेषण करेंगे तो पता लगेगा कि उनके जीवन में अनुकूल परिस्थितियों की जगह प्रतिकूल परिस्थितियाँ ज़्यादा रहीं।

उक्त उद्गार प्रख्यात तनाव मुक्ति विशेषज्ञ



**हडपसर-पुणे।** ब्र.कु.पूनम शिविर के लिए आए सभी शहरवासियों को बुराइयों को छोड़ने की प्रतिज्ञा कराते हुए।

ब्र.कु.पूनम ने अलविदा तनाव शिविर में 'मनोबल कैसे बढ़ाया जाए' विषय पर कहीं। साधारण व्यक्तियों के लिए जहाँ असफलता दुःखदायी होती है वहीं असाधारण लोग असफलता से हताश होने के बजाय उसे चुनौती के रूप में स्वीकार करते हैं। उन्होंने आगे आत्मविश्वास का महत्व बताते हुए कहा

कि जब संसार में सभी साथ छोड़ दें, पैरों के नीचे से सभी आधार खिसक जाएं तब वही जीवित रह सकता है जो आंतरिक रूप से प्रबल हो। हम सोचते हैं कि दूसरे सब बदल जाएं पर मैं न बदलूँ। हमारे स्वभाव-संस्कार, भावनाएं, नकारात्मक दृष्टिकोण ही हमारे मार्ग में बाधाएं बनकर खड़े रहते हैं। ज़रूरत है

इन्हें परिवर्तन करने की। यह सब परिवर्तन लाने के लिए मेडिटेशन के अभ्यासों द्वारा सभी मेहमानों को ब्र.कु.पूनम ने 'कोई बदले या न बदले, हम अपनी भावनाएं, विचार, स्वभाव, संस्कार, दृष्टिकोण सबमें परिवर्तन लाएंगे।' की प्रतिज्ञा करवाई।

## सकारात्मक जीवन एवं संतुलित आहार से डायबिटीज़ पर नियंत्रण

**गुड़गाँव।** सकारात्मक जीवन पद्धति एवं संतुलित भोजन द्वारा ही हम डायबिटीज़ को नियंत्रित कर सकते हैं। आज दौड़ती-भागती ज़िंदगी में लोगों के पास समय नहीं है जो सही तरह से भोजन कर सकें, इसलिए फास्ट फुड

सकारात्मक बनाने की। डायबिटीज़ विशेषज्ञ डॉ.श्रीमंत साहू, माउण्ट आबू ने कहा कि हमारे चारों तरफ जैसे-जैसे प्रदूषण बढ़ता जा रहा है और भी नई-नई बीमारियाँ पैदा हो रही हैं। उन्होंने कहा कि आज हमें बाह्य स्वच्छता के



**गुड़गाँव।** कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए डॉ.एल.स्वास्तिकरन, ब्र.कु.बृजमोहन, ब्र.कु.डॉ.श्रीमंत साहू। का चलन बढ़ता जा रहा है। यह विचार डॉ.एल.स्वास्तिकरन, मुख्य चिकित्सा अधिकारी, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार ने ओम शान्ति रिट्रीट सेंटर में "होलिस्टिक अप्रोच टू डायबिटीज़ मैनेजमेंट" विषय पर आयोजित कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि जितना हम खुश रहते हैं उतना ही बीमारियाँ हमसे दूर रहती हैं। ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त मुख्य सचिव ब्र.कु.बृजमोहन ने कहा कि वर्तमान समय जितनी भी बीमारियाँ बढ़ती जा रही हैं उनका प्रमुख कारण हमारे नकारात्मक विचार हैं। इनसे जीवन में तनाव उत्पन्न होता है। इसलिए हमें ज़रूरत है अपने मन को पवित्र एवं

साथ-साथ आंतरिक स्वच्छता की सबसे अधिक आवश्यकता है। उन्होंने आगे कहा कि स्वस्थ का अर्थ ही है स्वयं में स्थित रहना। जब हम स्वयं से दूर हो जाते हैं तो अस्वस्थ हो जाते हैं। वास्तव में जब हम अपने आत्मिक स्वरूप को भूल खुद को भौतिक शरीर समझना शुरू कर देते हैं तो हमारी आंतरिक ऊर्जा रुक जाती है और शरीर में बीमारियाँ शुरू होने लगती हैं। हम अपने संकल्पों की शक्ति से अपने अंदर की ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं। यह प्रक्रिया केवल राजयोग के माध्यम से ही संभव है। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. फाल्गुनी ने किया। इस अवसर पर 350 से भी अधिक लोग उपस्थित थे।

## 'द फ्यूचर ऑफ पावर' कार्यक्रम का आयोजन

**काठमाण्डू-नेपाल।** 'द फ्यूचर ऑफ पावर' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मेन पब्लिक फंक्शन के चीफ गेस्ट नेपाल के सुप्रीम कोर्ट के पूर्व चीफ जस्टिस माननीय खिलराज रेग्मी ने समाज, राष्ट्र और विश्व में चिर-स्थायी सुख-शांति और समृद्धि के लिए भौतिक उन्नति ही प्रगतिपूर्ण नहीं है, इसके लिए आध्यात्मिक शक्ति का होना ज़रूरी है बताते हुए इस क्षेत्र में ब्रह्माकुमारी संस्था का विश्वव्यापी योगदान प्रशंसीय है बताया।

प्रसिद्ध उद्योगपति निज़ार जुमा, केन्या ने बताया कि शक्ति की वर्तमान व्याख्या का आकलन भौतिक प्रचूरता, धन-दौलत, बम-बारूद से होने लगा है मगर इनसे एक शान्त, सभ्य और सुखद संसार का निर्माण हो नहीं सकता। आध्यात्मिक शक्ति का उद्गम स्थान भारतीय उपमहाद्वीप रहा है और फिर से आध्यात्मिक और भौतिक शक्ति का सु-मेल इस क्षेत्र से ही होने जा रहा है, इस रहस्य को बताना ही द



**काठमाण्डू-नेपाल।** 'द फ्यूचर ऑफ पावर' कार्यक्रम का कैडल लाइटिंग कर उद्घाटन करते हुए खिलराज रेग्मी, निज़ार जुमा, ब्र.कु.राज दीदी, एन्थनी फिलिप्स, डॉ.सारा ईगर, फ्रॉन्सोआ बैकर।

प्यूचर ऑफ पावर का लक्ष्य है।

ब्र.कु.राज, डायरेक्टर नेपाल ज़ोन, काठमाण्डू ने आत्म-अनुभूति और परमात्मा की सत्य पहचान और राजयोग साधना से ही विद्यमान सभी प्रकार की समस्याओं का निदान हो सकता है बताया। इससे पहले होटल अन्नपूर्णा में आयोजित डायलॉग प्रोग्राम में संविधान सभा के माननीय सदस्यगण, पूर्व मंत्री, नेपाल सरकार के सेक्रेटरीज़, चीफ इलेक्शन कमीशनर, गवर्नमेंट डिपार्टमेंट

के डायरेक्टर जनरल, वैज्ञानिक, प्रोफेसर, उद्योगपति, डॉक्टर, इंजीनियर्स और वरिष्ठ समाजसेवियों ने भाग लिया। सभी को सेल्फ रियलाइजेशन का केन्द्र बिन्दु स्वयं में आत्मा ही हूँ इस बारे में अनुभूति कराई गई। पत्रकार प्रेस कॉन्फ्रेंस का भी आयोजन किया गया और द फ्यूचर ऑफ पावर की विस्तृत जानकारी दी गई।



**बुटवल-नेपाल।** राजयोग सभागृह के शिलान्यास समारोह का उद्घाटन करते हुए नेपाल के उप-प्रधानमंत्री बाम देव गौतम, ब्र.कु.सुरेन्द्र, ब्र.कु.कमला, सभासद विष्णु पौडेल, बालकृष्ण खंड, टोप बहादुर रायमाझी, छवीलाल विश्वकर्मा, भक्ति पाण्डे, समाजसेवी हीरा प्रसाद तथा अन्य।

**कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510**  
**सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088, Email- mediabkm@gmail.com, omshantimedia@bkivv.org, Website- www.omshantimedia.info**

**सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 170 रुपये, तीन वर्ष 510 रुपये, आजीवन 4000 रुपये। विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक)**  
**कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।**

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/12-14, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)  
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2013-14, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 15th April  
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।