

दिनचर्या को रिशेड्यूल करने की ज़रूरत

21 जून अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस



सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. अनुज। मंचासीन हैं बहन क्षिप्रा, सहायक कलेक्टर, श्रीमती सोनल, मेयर, ब्र.कु. रंजन, क्षेत्रीय संचालिका व ब्र.कु. गंगाधर, संपादक, ओमशान्ति मीडिया।

वलसाड-गुज। 21 जून अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अंतर्गत वलसाड में एक कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में असिस्टेंट कलेक्टर बहन क्षिप्रा, वहाँ की मेयर बहन सोनल तथा कार्यक्रम में मुख्य रूप से भाग लेने पहुंचे माउण्ट आबू से ओमशान्ति मीडिया पत्रिका के सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर तथा दिल्ली से मुख्य वक्ता के रूप में मोटिवेशनल ट्रेनर ब्र.कु. अनुज भी उपस्थित थे।

कार्यक्रम का शुभारंभ एक बहुत सुंदर नृत्य के साथ हुआ। स्वागत की श्रृंखला में वलसाड सेवाकेन्द्र की संचालिका बहन ब्र.कु. रंजन ने बहुत ही सुंदर शब्दों से सबको स्वागत की माला पहनाई।

कार्यक्रम में किसने क्या कहा?
हम वैसे तो जो कार्यक्रम करते हैं, बहुत अच्छी तरह से उसका लाभ भी लेते हैं परंतु उसे सही तरह से समझने का मौका मुझे आज मिला है। ब्रह्माकुमारीज द्वारा योग पर

आयोजित ऐसे कार्यक्रम को देखकर मुझे बहुत खुशी हो रही है और आने वाले समय में मैं भी इससे जुड़ना तथा अपने जीवन में अपना भी चाहूंगी। - **बहन क्षिप्रा, सहायक कलेक्टर।**

यदि हम महर्षि पतंजलि द्वारा सिखाये गये अष्टांग योग को ही सम्पूर्ण रीति से अपनायें तो भी कुछ हद तक परिवर्तन हो सकता है। परंतु परमात्मा द्वारा सिखाया गया राजयोग हमारे तन मन को सम्पूर्ण स्वास्थ्य प्रदान करता है। आज हमारी मनोवृत्ति सिर्फ आसन एवं प्राणायाम तक ही सीमित है, इससे निकलकर हमें राजयोग को समझना चाहिए। - **ब्र.कु. अनुज, दिल्ली।**

आज मनुष्य अपनी दिनचर्या का आरंभ और उसकी समाप्ति देरी से करता है। हमें अपनी दिनचर्या को रिशेड्यूल करने की ज़रूरत है। जब हम जल्दी उठेंगे और जल्दी सोयेंगे तो स्वतः ही बीमारियों से हम दूर रह सकेंगे। इतिहास को देखें तो हमारे

पूर्वज जल्दी सोते और जल्दी उठते थे, और उठते ही पहले मानसिक विचारों को सशक्त करने के लिए परमात्मा को याद करते थे। उसी के परिणामस्वरूप उनके जीवन में वैल्यू के प्रति अडिग रहने की शक्ति रहती थी। हमें तय करना चाहिए कि क्या योग केवल अंगमर्दन का विषय है या मानसिक और शारीरिक विकास करने का सम्पूर्ण माध्यम। जब योग दिवस की शुरुआत हुई तो प्रधानमंत्री ने अपने सम्बोधन भाषण में यह महत्वपूर्ण बात कही थी कि योग हमारी सम्पूर्ण चरित्र के विकास का परिचायक है, इसको अपनाकर मनुष्य नर से नारायण बन सकता है। राजयोग अपनाकर ही हम इस अवस्था को प्राप्त कर सकते हैं। - **ब्र.कु. गंगाधर।**

योग हमारे जीवन को सम्पूर्णता प्रदान करता है। योग से चुस्ती भी रहती है और पूरे दिन हम अपने कार्यक्षेत्र पर अच्छी तरह से कार्य कर पाते हैं। इससे शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक शांति भी मिलती है।

- श्रीमती सोनल, मेयर।
हमारे जीवन का उद्देश्य शांति और खुशहाली है। योग हमें शारीरिक स्वास्थ्य के लिए ज़रूरी है जबकि राजयोग हमें शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक शांति तथा जीवन में खुशहाली प्रदान करता है।

- ब्र.कु. रंजन, क्षेत्रीय संचालिका।
कार्यक्रम के दौरान ब्र.कु. रंजन ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया व ब्र.कु. रोहित ने कुशलतापूर्वक मंच का संचालन किया। योग दिवस के उपलक्ष्य में एक मीडिया मीट का भी आयोजन किया गया जिसमें पत्रकार बंधुओं को अपने व्यवसाय के साथ मूल्य आधारित मीडिया को जगह देने पर प्रकाश डाला गया।

ब्रह्मावत्स ओमप्रकाश जी को भावभीनी श्रद्धांजली



ओमप्रकाश भाई, जोकि ब्रह्माकुमारीज के हेडक्वार्टर में रेलवे डिपार्टमेंट की सेवा में कार्यरत थे। वे ट्रान्सपोर्ट के अध्यक्ष के रूप में अपनी बहुमूल्य सेवायें दे रहे थे। 5 जुलाई 2016 को 82 वर्ष की आयु में अपना पुराना शरीर त्याग कर वे विश्व सेवा अर्थ अव्यक्त हुये। उन्होंने दिल्ली कमलानगर में 1954 में ज्ञान लिया और तब से ही बाबा के वफादार व श्रीमत में पंक्तुअल रहे। अंतिम श्वास तक उन्होंने कभी मुरली मिस नहीं की। यज्ञ के आरंभ काल में विभिन्न डिपार्टमेंट में भी उन्होंने वरिष्ठ भाई बहनों के साथ सेवायें दीं। वे कर्मठ थे व उन्होंने साकार बाबा की पालना भी ली।

मीडिया प्रभाग

ब्रह्माकुमारीज के मीडिया प्रभाग द्वारा 'स्पीरिच्युअल विज़डम फॉर सोशल ट्रान्स्फॉर्मेशन- रोल ऑफ मीडिया' विषय पर नेशनल मीडिया कॉन्फ्रेंस - 2016 का आयोजन ब्रह्माकुमारीज के शांतिवन परिसर में 16-20 सितम्बर-2016 तक किया गया है। ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन तथा अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें। ब्र.कु. शांतनु, मुख्यालय संयोजक, मो. - 9414156615/9928756615, ई.मेल - mediawing@bkivv.org

मेडिकल विंग

ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग द्वारा 30-09-16 से 03-10-16 तक शांतिवन आबूरोड में नर्सिंग प्रोफेशनल्स के लिए 'हेल्दी नर्सेस: पर्सोपेक्टिव ऑन केयरिंग फॉर सेल्फ' विषय पर सम्मेलन का आयोजन किया जा रहा है, जिसमें नर्सिंग प्रोफेशनल्स इन क्लिनिकल प्रैक्टिस, टीचिंग और एडमिनिस्ट्रेशन से सम्बन्धित लोग ही भाग ले सकते हैं, नर्सिंग स्टूडेंट्स व बच्चे इसमें भाग नहीं ले सकते। अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें... डॉ. बनारसीलाल शाह, डायरेक्टर, एवर हेल्दी हॉस्पिटल, ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन मो. - 9782772430/9414153942 ई.मेल - medicalwing@bkivv.org

धार्मिक प्रभाग

धार्मिक प्रभाग द्वारा 22-11-16 से 26-11-16 तक शांतिवन आबूरोड में 'परमात्म शक्ति द्वारा सनातन संस्कृति की पुनर्स्थापना' विषय पर सर्व धर्म सम्मेलन एवं शिविर का आयोजन किया जा रहा है, जिसमें आप महामण्डलेश्वर, साधु, महात्मा व विभिन्न धर्मों के प्रतिनिधि को ला सकते हैं। विस्तृत जानकारी के लिए संपर्क करें। - ब्र.कु. रामनाथ, मुख्यालय संयोजक, धार्मिक प्रभाग, मो. - 9414150854/9982927175 ई.मेल - bkreligiouswing@gmail.com

अनुभव

सुप्रीम सर्जन ने की फ्री सर्जरी

- ब्र.कु. नितिन, गुरुग्राम, हरियाणा

जब किसी के साथ चमत्कार होता है तो चमत्कार को लोग हमेशा इस भाव से देखते कि शायद इसके ऊपर परमात्मा की असीम कृपा है, लेकिन कृपा पात्र भी तो वही बनता है जिसने हमेशा अच्छे कर्म किये हों और उन सारे कर्मों को परमात्मा के प्रति समर्पित किया हो। हमें अपने कर्मों के कारण दुःख होता है और उस दुःख में यदि हमें परमात्मा का सहारा मिलता है तो उस समय अपने आपको हम बहुत भाग्यशाली मानते हैं, और तब से इस बात की गैरंटी मिल जाती है कि हमारे कर्मों को परमात्मा निरंतर देख रहा है और हमें सहयोग कर रहा है। ऐसा ही एक अनुभव है गुरुग्राम, हरियाणा के ब्र.कु. नितिन का, जिन्हें परमात्मा ने उस समय सहारा दिया जब उन्हें बहुत तकलीफ थी। ऐसे ब्र.कु. नितिन का अनुभव हम आपके सामने रख रहे हैं...

सन् 2010 से मैं ज्ञान में चल रहा हूँ। जब मैं किसी कम्पनी में कार्यरत था, उस समय का कार्य थोड़ा टेढ़ा और टेक्निकल था। मुझे एक दिन ऐसा लगा कि बाबा ने मुझे संजीवनी बूटी से पुरस्कृत किया हो। ऐसा लग रहा था जैसे बाबा मुझे आत्मा को बाहर बुला करके मेरे ऊपर अपनी किरणें बड़े प्यार से डाल रहे हैं और मैं बहुत सहज महसूस कर रहा हूँ। इसी प्रकार का एक दूसरा अनुभव मेरा यह है कि सन् 2011 मार्च में मैं कहीं भी नौकरी स्थिरता से नहीं कर पा रहा था और मुझे पानी की प्यास अन्य लोगों से अधिक लगती थी। तब मुझे ऐसा प्रतीत हुआ कि जैसे मेरी लेफ्ट किडनी में कुछ गड़बड़ है। मैं डॉक्टर के पास जाना नहीं चाहता था, शायद बाबा मेरा ऑपरेशन फ्री में करना चाहते थे। ये मेरा एक जबरदस्त अनुभव है। एक दिन रात्रि 7:30 बजे मुझे ऐसा महसूस हो रहा था कि बाबा सूई से



हल्का-हल्का कुछ कर रहे हैं और मैंने देखा कि थोड़ी देर बाद पूरे कमरे में दवाई की महक आने लगी थी। मेरे भाई ने भी मुझसे पूछा कि ये दवाई की कैसी महक है! तब मुझे महसूस हुआ कि बाबा ने मेरा फ्री ऑपरेशन कर दिया। मेरे दिल से निकला कि वाह मेरे ग्रेट बाबा वाह! कहते हैं कि हम अपने हाँथ से किसी को चंदन लगाते हैं तो उसकी खुशबू वैसे ही हमारे हाथ में रह जाती है। इसी प्रकार से जब हम किसी को गुणों और शक्तियों का दान करते हैं तो प्राकृतिक रूप से हमें वो चीज़ें प्राप्त हो जाती हैं, जो दुआओं के रूप में कभी न कभी काम करती हैं।

देखिए...

खुशी और शांति के लिए 'अपना DTH'

देखिए 24 घण्टे 'अपना DTH' में

Peace of Mind channel एवं

उसके साथ 100 अन्य चैनल विल्कुल मुफ्त।

इसके लिए आपको सिर्फ डी.टी.एच. के डायरेक्शन को परिवर्तन करना है जो निम्नानुसार है:

Satellite Position = 75° East

Satellite = ABS-2

LNB Frequency = 10600/10600

Frequency = 12226/12227

Polarization = H

Symbol = 44000

System = MPEG-2(DVB-S) /

MPEG-4(DVB-S2)

FEC = 3/4

22K = On/Auto

Mode = All/FTA

8104777111 / 7014140133