

संकल्प का महत्व...

- ब्र.कु. श्यामसुंदर, लोटस, अहमदाबाद

कहा गया है, जो सच्चा तपस्वी होता है, उसका संकल्प कभी व्यर्थ नहीं जाता, क्योंकि वह सृष्टि और सर्व के कल्याण अर्थ कल्याणकारी शिव से शक्तियाँ प्राप्त कर उन शक्तियों के आधार से स्वयं त्रिकालदर्शी

के प्रति जो भी श्रेष्ठ मार्गदर्शन मिला, उस समय वह ग्रहण कर, उस अनुसार चलने वाले को ज्ञान तू आत्मा कहेंगे। हम सब में ज्ञान है, परंतु माया के प्रभाव, संगदोष और बाह्यमुखता के आकर्षण में आ



स्थिति में स्थित होकर अपनी साधना के बल के द्वारा स्वयं मार्गदर्शी बन सर्व का मार्गदर्शन एवं कल्याण की भावना रखता है, परंतु इस भाव से समझना, समझ कर मान लेना और उस अनुसार चलना है। जिस समय जो आत्मा

जाने से अपनी समझ शक्ति नष्ट कर देते हैं। फलस्वरूप त्यागी-तपस्वी बनने के बदले साधारण मानव स्वरूप में आ जाते हैं, मानव जैसे दिखाई देते हैं और जीवन के मूल उद्देश्य एवं श्रेष्ठ स्वमान में नहीं रहते।

मन एवं बद्धि को शक्तिशाली बनाती है 'आत्मा'। मन शुद्ध संकल्पों के आधार से वातावरण को परिवर्तन करने के साथ-साथ सब को सुख एवं शांति दे सकता है। हम जानते हैं कि नियम अनुसार चलने से हम माननीय बन सकते हैं। इसलिए हमारे संकल्पों के आधार से, संस्कार से ऐसा कोई कार्य न करें जो बड़ी ज्ञानवान आत्माओं और निमित्त आत्माओं के मन व मानसपटल में बार-बार हमारे पुराने संस्कार (वृत्ति) से सूक्ष्म में दुःख पहुँचता हो। जब हम ऐसा जान-बूझकर करते हैं तो हमें समझना चाहिए कि हम वातावरण को खराब कर रहे हैं। आपके प्रति जो शुभ भावना रखते हैं, आपको आगे बढ़ाने की प्रेरणा देते हैं और बोलते हैं, वह अनुभवी त्रिकालदर्शी स्वरूप में बोलते हैं, जो हमें प्रेरणा और मार्गदर्शन देते हैं। इसलिए अपनी स्थिति शांत एवं स्थिर बनानी चाहिए। मन में अभिमान न लाएँ, न कोई ऐसा कार्य करें जो हमारा हर कर्म व वृत्ति देखकर किसी का भी संकल्प चले। अपनी आंतरिक शक्ति और मन की शक्ति से दूसरों को सुख दो एवं सुख लो। ●



नालागढ़-हि.प्र.। 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ' अभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए विधायक के.एल. ठाकुर, पंचायत प्रधान गुरुप्रताप सिंह, डॉ. सविता व अन्य।



वरपाली-ओडिशा। अशोक पंडा, प्रिन्सीपल, श्रीराम कॉलेज को राखी बांधने के बाद ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मामाना। साथ हैं विधायक सुबल साहु व अन्य।



भदोही-उ.प्र.। जन्माष्टमी के कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. विजयलक्ष्मी। साथ हैं एस.पी. अरविंद भूषण पाण्डे, ब्र.कु. भारती, ब्र.कु. अमर तथा ब्र.कु. वृजेश।



डालतनगंज-झारखण्ड। पलामू सांसद बी.डी. राम को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रजनी।



फरीदाबाद सेक्टर 91। स्वतंत्रता दिवस तथा रक्षाबंधन के कार्यक्रम में अपने विचार व्यक्त करते हुए कैप्टन सुनील शर्मा। साथ हैं ब्र.कु. ऊषा, ब्र.कु. बिन्दु तथा अन्य।



कबीसूर्यनगर-ओडिशा। रक्षाबंधन के कार्यक्रम में सांसद लादू किशोर स्वाइन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रभाती। साथ हैं बिबस्था कुमार जेना, इंस्पेक्टर इंचार्ज, लक्ष्मी प्रिय साहू, एन.ए.सी. चैयरपर्सन तथा अन्य।

एक मिनट में गायब हो जाएगा दर्द

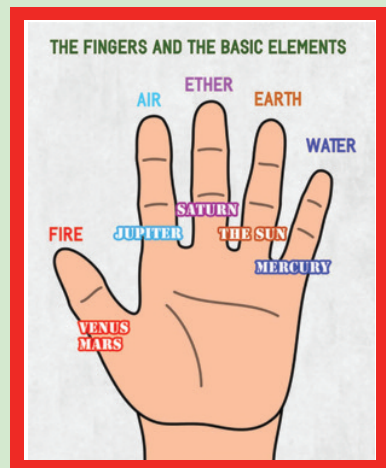
दुनिया में बहुत सारी पद्धतियाँ विकसित की गई हैं। इन सभी पद्धतियों को भारतीय भी समय प्रति समय अपनाते रहते हैं। एक पद्धति जो संवेदनशीलता के आधार से काम करती है, जिसको जापान में प्राचीन जापानी कला के नाम के आधार से अपनाकर बीमारियों का इलाज किया जाता है। इस पद्धति के अनुसार प्रत्येक अंगुली एक विशेष बीमारी और भावना के साथ जुड़ी होती है। वैसे भी हमारे हाथ की पाँचों अंगुलियाँ शरीर के अलग-अलग अंगों से जुड़ी होती हैं। इसका अर्थ तो यही हुआ कि यदि हम दर्दनाशक दवाइयाँ खाने के बजाय इस प्रभावशाली तकनीक का इस्तेमाल करें तो दर्द एक मिनट में छू-मंतर हो जाएगा। हमारे हाथों की पाँचों अंगुलियाँ डर, चिंता और चिड़चिड़ापन दूर करने की ताकत रखती हैं।

अब हम देखते हैं कि किस अंगुली को दबाने से या रगड़ करने से कौन सा अंग तथा किस प्रकार की बीमारी ठीक होती है।

अंगूठा: अंगूठा वैसे भी अग्नि तत्व के साथ जुड़ा हुआ है। यदि हम हाथ के अंगूठे को रगड़ते हैं तो इससे हमारे फेफड़े ठीक होते हैं। अगर आपके दिल की धड़कन कभी तेज़ हो गई हो तो हल्के हाथों से अंगूठों पर मसाज करें, हल्का सा उसे खींच दें, तो आपको तुरंत

आराम मिलेगा। यह प्रक्रिया एक से दो मिनट अवश्य करें।

तर्जनी (इन्डेक्स फिंगर): यह अंगुली शरीर के आँतों से जुड़ी होती है। यदि आपको गैस की समस्या हो रही हो, पेट में दर्द हो तो रगड़ने



से दर्द कम होता जायेगा। इस प्रक्रिया को कम से कम तीन मिनट अवश्य करें। इससे वायु तत्व जुड़ा हुआ है।

मध्यमा (मिडल फिंगर): इस अंगुली का शरीर के परसंचरण तंत्र या सर्कुलेशन सिस्टम से जुड़ा होता है। अगर आपको कभी भी थोड़ा सा जी घबड़ा रहा हो, या फिर हल्की

मिचली जैसी आ रही हो या फिर चक्कर आ रहा हो तो आप इस अंगुली पर हल्की-हल्की मालिश करें। आपको आराम मिलेगा। इस प्रक्रिया को कम से कम चार मिनट करें। इससे आकाश तत्व जुड़ा हुआ है।

अनामिका (रिंग फिंगर): इस अंगुली का सम्बन्ध आपके मस्तिष्क से जुड़ा होता है। वैसे तो रिंग फिंगर का सम्बन्ध पृथ्वी तत्व से है। यह आपकी मनोदशा से जुड़ी होती है। अगर किसी कारण से आपको अशांति लग रही हो, मन उलझा हुआ हो तो आप इसे हल्का हल्का रब करें। आपको इससे आराम मिलने लगेगा।

कनिष्ठिका (लिटिल फिंगर): इस अंगुली का सम्बन्ध किडनी और सिर के साथ होता है। यह अंगुली जल तत्व से जुड़ी होती है। अगर आपको सिर में दर्द है तो इस अंगुली को हल्का सा दबाकर हल्का सा मसाज करें, आपके सिर का दर्द छू-मंतर हो जाएगा। इसको मसाज करने से आपकी किडनी तथा यूरीनरी सिस्टम बिल्कुल ठीक रहता है। इस तरह से आपको जब भी समय मिले, आप पाँचों अंगुलियों को बारी-बारी से हल्का हल्का मसाज कर लें तो आपको किसी अंग में परेशानी होगी ही नहीं। ●

दादी जानकी से मुलाकात की तथा कुशलक्षेम पूछा। सम्मेलन में शामिल नर्सिंग कर्मियों ने जीवन में हमेशा निःस्वार्थ सेवा का संकल्प लिया।

स्वास्थ्य के प्रति गंभीर है सरकार
उदयपुर से लोकसभा सांसद अर्जुन लाल मीणा ने कहा कि स्वास्थ्य के प्रति भारत सरकार बहुत गंभीर है। इसके लिए गाँवों से लेकर शहरों तक तमाम योजनाएं चलायी जा रही हैं, जिससे लोगों को बेहतर स्वास्थ्य मिल सके। संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी, ग्लोबल हॉस्पिटल के मैनेजिंग ट्रस्टी ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि हमारा प्रयास

है कि प्रत्येक लोगों को सही और सस्ते दरों पर चिकित्सा सुलभ हो सके।

कार्यक्रम को मुम्बई से मेडिकल प्रभाग के अध्यक्ष डॉ. अशोक मेहता, सचिव ब्र.कु. बनारसी लाल शाह, मेडिकल प्रभाग की सहसचिव डॉ. निरंजना साह, जयपुर नर्सिंग कॉलेज के प्रिन्सीपल डॉ. जोगेन्द्र शर्मा, मेडिकल प्रभाग के उपाध्यक्ष डॉ. प्रताप मिड्डा, ब्र.कु.रूपा, मुम्बई से मेडिकल प्रभाग के संस्थापक सचिव डॉ. गिरीश पटेल व प्रभाग के एकजीव्युटिव सेक्रेट्री ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह ने भी सम्बोधित किया।

शांतिवन में नर्सिंग ... - पेज 12 का शेष

दूसरे के दर्द को कम करने में मदद मिलेगी। उन्होंने कहा कि परमात्मा सबसे बड़ा चिकित्सक और रक्षक है, लेकिन सृष्टि चक्र चिकित्सक और नर्स भगवान के दूसरे रूप होते हैं। ऐसे में नर्सों और चिकित्सकों के ऊपर बड़ी ज़िम्मेवारी है, जिससे वे ज़िन्दगी और मौत के बीच जूझने वाले को नया जीवन देते हैं' - ब्रह्माकुमारी संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी। केन्द्रीय मंत्री ने कार्यक्रम के बाद संस्था प्रमुख