मेघालय-शिलाँग। मेघालय के राज्यपाल वी.शनमुगानाथन को ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय माउण्ट आबू में आयोजित कार्यक्रम के लिए आमंत्रित करते हुए ब्र.कु. नीलम।

वाल्मिकी नगर-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए ब्र.कु. अबिता। साथ हैं ब्र.कु. रेखा, ब्र.कु. संजू, कस्टम कमिश्नर रमाकान्त तिवारी, सहायक कमिश्नर ए.के. पाण्डेय, सहायक कमिश्नर अशोक कुमार व ए.एस.आई. ब्र.कु. सतीश।

सोजत सिटी-राज.। विधायक संजना अगारी के जन्मदिवस के अवसर पर उन्हें बधाई एवं ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. बहन।

कोटा-राज.। डिप्युटी कमिश्नर शिव कुमार,रामगंग मंडी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उर्मिला।

समराला-पंजाब। संत सरबजीत सिंह भल्ला,डेरा मुखी श्रीचंद,फरोर एवं अन्य संत जनों को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम।

दिल्ली-जनकपुरी। प्रजापिता ब्रह्माबाबा के स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में शरीक होने के पश्चात् चित्र में स्वामी प्रज्ञानंद जी के साथ ब्र.कु. विजया व अन्य।

ध्यान विधि के साइंस को समझो और अपनाओ

गतांक से आगे...

जब आप भोजन करो तो आपकी ऊर्जा इस तरह से आपके पेट में जाये ताकि खाना जो आप खा रहे हो उसको हज़म कर सको। इसलिए पैरों को मोड़ने की सिस्टम थी। गुरुकुल में जब बच्चे पढ़ने जाते थे तो वहाँ भी बच्चों को नीचे बिठाया जाता था। कुर्सी-टेबल नहीं होती थी। लेकिन आजकल हर जगह कुर्सी-टेबल आ गयी है। इसलिए बच्चे भी एक तरफ पढ़ते जाते हैं , तो दूसरी तरफ अर्थिंग हो जाता है। कुछ भी याद नहीं रहता है। बच्चों की एकाग्रता की शक्ति को अगर बढ़ाना है तो उसके लिए उसको नीचे बैठा कर पढ़ाओ। कभी कुर्सी पर, पलंग पर, सोफा पर बैठकर वह पढ़ ही नहीं सकता है, ये साइंस है। इसलिए पैर मोड़ने का सिस्टम हर धर्म में है। हिंदु धर्म में सुखासन, पद्मासन, अर्धपद्मासन के रूप में मोड़ा जाता है। मुस्लिम धर्म में वज्रासन में बैठते हैं । वो ऊर्जा परमात्मा के ध्यान के लिए ज़रूरी है। उसको मोड़ दो व रोक लो। क्रिश्चन धर्म में नीलडाऊन करते हैं, वहाँ भी पैरों को मोड़ लेते हैं। पैर मोड़ने का सिस्टम हर धर्म में है। ये द्वार, सबसे पहले इसको बंद करो, ताकि ऊर्जा बाहर निकलना बंद हो जाये।

दूसरा द्वार है ये हाथ, यहाँ से भी बहुत ऊर्जा निकलती है। इसलिए लोग जब महात्माओं के पास जाते हैं तो आशीर्वाद चाहते हैं। हाथ रखें हमारे सिर पर। सोचते हैं कि हाथ से जो ऊर्जा निकलती है उससे आत्मा जल्दी चार्ज हो जायेगी। ऐसे कोई आत्मा चार्ज नहीं होती है। दूसरे की शक्ति पर कितना निर्भर रहेंगे ? क्यों नहीं हम वो विधि सीख लें जिससे हम अपने आपको चार्ज करें। पड़ोसी के घर से लाईट का कनेक्शन कितना दिन मिलेगा ? दो दिन, चार दिन, उसके बाद तो वो पड़ोसी भी कहेगा कि भाई तुम अपना मीटर क्यों नहीं लगा लेते हो। दूसरे की एनर्जी पर कितना दिन चलोगे। ऐसे लोगों से आशीर्वाद प्राप्त कर-करके कहाँ तक जीवन को चलाते रहेंगे ? क्यों नहीं हम वो विधि सीखें जो अपने अंदर उस शक्ति को, उस ऊर्जा को जेनरेट कर सकें। इसलिए भारतीय संस्कृति में हाथ जोड़ने की प्रथा है । `क्लोज़ द सर्किट' ध्यान के लिए, इसलिए भगवान के सामने जाते हैं तो हाथ जोड़ते हैं। पूजा में बैठते हैं तो पैरों को मोड़ दिया और हाथों को जोड़ लिया यानि दो द्वार को बंद कर दिया। तो वो ऊर्जा फिर मस्तिष्क की ओर जाती है जो भगवान में ध्यान को एकाग्र करने में हमारी मदद करती है। महान आत्मायें जब तपस्या में बैठते थे, हाथ को जोड़ लेते थे। ताकि वो ऊर्जा लगातार मिलती रहे। महान आत्माओं को देखो, जब महावीर स्वामी ध्यान में बैठे तो कैसे बैठे हैं ? महात्मा बुद्ध जब ध्यान में बैठे तो कैसे बैठे हैं ? ये सही आसन है। जितने भी महान पुरुष हुये, जितने भी महान आत्मायें संसार में हुईं, उनकी ध्यान की विधि को आप ध्यान से देखो। उसके पीछे जो साइंस है, कई बार कई लोग उसको स्पष्ट नहीं कर पाये। क्योंकि मनुष्य की बुद्धि शायद इतनी विकसित नहीं थी। लेकिन आज के युग में हरेक की बुद्धि इतनी विकसित है तो हम क्यों ये करें। क्योंकि हरेक व्यक्ति ये सवाल पहले पूछेगा कि क्यों करना चाहिए ? तो उसको तर्क संगत उत्तर चाहिए। आज के बच्चे को आप कहो बैठो, भगवान के सामने हाथ जोड़ो तो कहेगा क्यों जोडूं। आप अगर उसको स्पष्ट नहीं करेंगे तो वो जोड़ेगा ही नहीं। फिर हम कहेंगे तूफानी हो गया है पहले छोटा था तो जोड़ता था मान लेता था। लेकिन अभी हाथ ही नहीं जोड़ता है। उसको उसमें भी शर्म आती है। लेकिन वो तर्कसंगत उत्तर चाहता है। उसको इसकी स्पष्ट व्याख्या चाहिए कि इसको करने से हमें क्या मिलेगा। - क्रमशः

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा

प्रज्ञा से प्रखर... - पेज 2 का शेष

में दादी जानकी जी ने उस ओर कदम बढ़ाया जहां बीजारोपण करना बहुत कठिन कार्य था। लेकिन दादी जी के सतत् प्रयासों से आज संस्था का विस्तार विदेश तक जा पहुंचा है।

ऐसी दादी को यदि हम विश्व की तीव्रतम व सभी के बुद्धि को भेदने वाला ब्रह्मास्त्र कहें तो कोई अतिश्योक्ति नहीं होगी। आज उनका एक-एक शब्द एक अस्त्र की तरह ही लगता है जो सारी बुराइयों को एक सेकण्ड में नष्ट कर सकता है।

आनंद का दूसरा नाम दादी जानकी

कहा जाता है कि सूक्ष्म शरीर में सात चक्र विद्यमान हैं, इन्हीं चक्रों के द्वारा सूक्ष्म शरीर को ऊर्जा मिलती है और शरीर स्वस्थ रहता है। कहते हैं चक्रों में सर्वश्रेष्ठ चक्र सहस्रार है जिसके खुलने के बाद व्यक्ति आनंदित रहता है, उसे और कुछ भी नहीं भाता परमात्मा के सिवाए। वो हमेशा उसी आनन्द में खोया रहता है। हमारी दादी जानकी जी का वही आनंदमयी चक्र पूर्णतया खुल चुका है, उनके मुख से एक ही बात निकलती है ``कितना मीठा कितना प्यारा, मेरा बाबा, मीठा बाबा, प्यारा बाबा'' बस और कुछ नहीं। हमेशा आनंद रस से सराबोर हमारी राजयोगिनी दादी जानकी जी सभी को उसी रस से सराबोर करने की कोशिश करती हैं। उनकी बुद्धि इतनी स्थिर हो चुकी है कि और कहीं बाह्य आकर्षणों में बुद्धि जाती नहीं, स्थिर चित्त दादी जी को विश्व की प्रथम स्थिर चित्त महिला के ख़िताब से भी नवाज़ा जा चुका है। मनोवैज्ञानिकों और वैज्ञानिकों ने भी दादी की शक्ति के आगे अपने आपको नत्मस्तक किया।

फरीदाबाद-हरियाणा। विधायक नगेन्द्र बढ़ाना को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट कर मीडिया की गतिविधियों से अवगत कराते हुए ब्र.कु. शंभुनाथ, ब्र.कु. कौशल्या व अन्य।

पठानकोट-पंजाब। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' चण्डीगढ़ से पठानकोट समापन समारोह का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए अश्वनी शर्मा,विधायक, विजय भाई, ब्र.कु. सत्या व अन्य।

गाज़ियाबाद-कवि नगर। नगर निगम कार्यकारिणी के पूर्व उपाध्यक्ष राजेन्द्र त्यागी को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. राजेश बहन। साथ हैं पूर्व विधायक नरेन्दर सिशोदिया, ब्र.कु. सुतीश बहन, ब्र.कु. सुनीता व ब्र.कु. वनीत।

दसुआ-हरियाणा। नये सेवाकेन्द्र के नींव का पत्थर रखते हुए ब्र.कु. ज्ञानी, ब्र.कु. सुमन, रिटायर्ड चीफ इंजीनियर अमरजीत सिंह नांगलू एवं अन्य भाई बहनें।