ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष-18 | अंक- 13 | अक्टूबर -I | (पाक्षिक) | माउण्ट आबू | Rs. 8.00

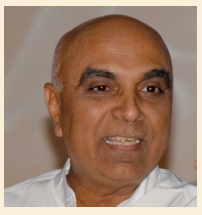
बेहतर जीवन के लिए चिकित्सकों की राय...

सदाकाल की सुख शांति का आधार- सत्यता

दुनिया की, या हमने जो समझी हैं उन मान्यताओं के आधार से हमारा रवैया चलता है। जीवन से जुड़े पहलुओं का अध्ययन करने से पता चलता है कि हम कौन हैं। परमात्मा कौन है। स्वर्ग-नर्क के बारे में हमारी मान्यताएं गलत हैं, तो हमारे कर्म भी गलत होंगे। इसीलिए नये पहलुओं का सत्य जान लेने से हमारा व्यवहार भी सही होगा। सदाकाल की सुख शांति का आधार ही सत्यता है। बिना सत्यता के सुख, शांति व समृद्धि कहाँ? तो स्वयं के सत्य स्वरूप को जानने से उस सत्यता पर चलने में कामयाब भी होंगे और यही खुशी व शांति का आधार बनेगा। -वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.गीता।

बिज़ी नहीं, हम ईज़ी रहें

कलियुग में आज हम एक शब्द बोल देते हैं कि हम बहुत बिज़ी हैं। लेकिन बिज़ी होना आपके मन को उलझा देता है, यदि काम करते हुए भी यह कहें कि ईज़ी हैं, तो हमारा मन खुश रहने लगेगा। सतयुग आ जायेगा। जहां मन खुशियों से भरा होगा और आप ज़िंदगी को जियेंगे। आज की परिस्थिति में भी जो भी कर्म हम जागृत चेतना से करते हैं, तो उसका परिणाम खुशी से भरा होता है। अगर आप जागरुकता के साथ जियेंगे तो आपके जीवन में मिरेकल होगा। -ब्र.कु. शिवानी, प्रसिद्ध जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा।



मन की रिप्रोग्रामिंग करें

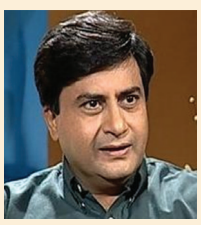
अपने मन को रिप्रोग्रामिंग करना पड़ेगा, एन्ड्रॉइड फोन से पुराने एप्स को डिलीट करना होगा और नये एप्स को डालने से सारा जीवन फिर से अच्छा होगा। इसके लिए हमें छोटा बच्चा बनना होगा क्योंकि जब तक मन की स्लेट साफ नहीं होगी तब तक उसमें नई अच्छी बात लिखी नहीं जा सकती। -डॉ.गिरीश पटेल।

सकारात्मक सोच से सफलता

परिस्थितियों में अपने को शांत रख अपना निर्णय लेना, हमें जीवन में आगे बढ़ाता है। जीवन में काम कर छोड़ देना सभी जानते हैं, लेकिन जीवन में सफल वही होता है जो मन को हर वक्त शांत रख, आगे बढ़े। यह सिर्फ राजयोग मेडिटेशन के द्वारा ही सम्भव है। -डॉ.प्रेम मसंद,ग्लोबल हॉस्पिटल।

राजयोग खोलता है हार्ट

दिल में होने वाले ब्लॉकेज का कारण टेंशन है। डिप्रेशन, तनाव के कारण सारे शरीर में हार्मोन्स परिवर्तन होता है। जैसे मन खुश हो जाता है हार्ट खुल जाता है। जीवन सुधर जाता है। खुश रहने के लिए राजयोग मेडिटेशन कर अपने आपको देखें और पायेंगे कि खुशियां तो मेरे अंदर ही मौजूद थीं। - डॉ. सतीश गुप्ता।



बिना कारण खुशी नहीं मिलती

जीवन में खुश ज़्यादातर लोग तब होते जब उनके पास खुश होने का कोई कारण हो। लेकिन बिना कारण के खुशी परमात्मा से जुड़ाव से ही मिलती है। आप बस खुश हो जायेंगे, जीवन बदल जायेगा। आपके जीने का तौर-तरीका भी सकारात्मक होगा, परिणामस्वरूप खुशियों का ग्राफ बढ़ता जायेगा। - डॉ.अवधेश शर्मा,मनोविशेषज्ञ,दिल्ली।

माइंड, बॉडी, मेडिसिन पर सम्मेलन

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा दिया जा रहा ज्ञान समाज के भेदभाव मिटाने वाला : कुलपति मित्तल

ज्ञानसरोवर। ब्रह्माकुमारी संस्थान के ज्ञानसरोवर परिसर में संगठन के चिकित्सा सेवा प्रभाग द्वारा 'माइंड, बॉडी, मेडिसिन' विषयों को लेकर आयोजित सम्मेलन के उद्घाटन सत्र को सम्बोधित करते हुए इंदौर मेडिकैप विश्वविद्यालय के कुलपति रमेश मित्तल ने कहा कि परमात्मा जो सर्वोच्च चिकित्सा वैज्ञानिक है, यदि मनुष्य उसके बनाए नियमों का पालन करे तो जीवन में कभी भी दु:ख, अशांति आ ही नहीं सकती।

ब्रह्माकुमारी संगठन की ओर से दिया जा रहा ज्ञान न केवल समाज के सभी भेदभावों को मिटाता है, बल्कि अनेक प्रकार की तनावजन्य व्याधियों से निजात दिलाने में भी सक्षम है। ओडिशा समाज कल्याण बोर्ड अध्यक्षा श्रीमति लतिका प्रधान ने कहा कि जब मनुष्य राजयोग के माध्यम से स्वयं की वास्तविकता से परिचित होंगे तभी वे अपने व संसार के कालचक्र, प्रकृति के नियमों की प्रक्रिया को पूर्णरूप से जानने में सक्षम हो सकेंगे।

ज्ञानसरोवर निदेशिका डॉ. निर्मला ने कहा कि चिकित्सा में सफलता के लिए मरीजों को औषधि के साथ साथ दुआओं की भी ज़रूरत होती है।

माइंड, बॉडी, मेडिसिन कॉन्फ्रेन्स का उद्घाटन करते हुए डॉ. बनारसी शाह, ब्र.कु. मृत्युंजय, अनुराग अग्रवाल, लतिका प्रधान, डॉ. निर्मला, डॉ. प्रताप मिड्ढा, डॉ. अशोक मेहता, ब्र.कु. शिवानी, रमेश मित्तल, रजित मेहता तथा डॉ. गिरीश पटेल।

प्रसिद्ध जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि जब मनुष्य की चेतना संगठित रूप से एक ही प्रकार का संकल्प करती है तो उसकी सामूहिक सोच नि:संदेह ही प्रकृति को भी प्रभावित कर सकती है और उसे मनइच्छित परिणाम भी प्राप्त होते हैं। प्रसिद्ध कैंसर विशेषज्ञ एवं चिकित्सा सेवा प्रभाग अध्यक्ष डॉ. अशोक मेहता ने कहा कि अपनी चेतना को सकारात्मक और शांतिपूर्ण बनाए रखने से संगठित रूप से सामूहिक स्तर पर पूरे विश्व में सम्प्रेषित किए जाने से संसार की वर्तमान समस्याओं को भी नियंत्रित किया जा सकता है।

चण्डीगढ़ प्रशासक गृह सचिव अनुराग अग्रवाल ने कहा कि यदि मानव अपने आत्मिक गुणों व शक्तियों की स्मृति व अनुभूति में रहकर उसको वातावरण में प्रवाहित करे तो सुखमय और सभ्य समाज का निर्माण कर सकता है।

दिल्ली मैक्स हेल्थ केयर ग्रुप के सीईओ रजित मेहता ने वर्तमान समय की तनावपूर्ण जीवनशैली से निजात पाने के लिए मेडिटेशन को कारगर उपाय बताया। चिकित्सा सेवा प्रभाग उपाध्यक्ष, ग्लोबल अस्पताल निदेशक डॉ. प्रताप मिड्ढा ने कहा कि जितनी मानवीय चेतना श्रेष्ठ व सकारात्मक होगी, उतनी ही उसकी चिंतन प्रवृत्ति व चरित्र उच्च व महान होगा। कार्यक्रम में प्रभाग सचिव डॉ. बनारसी लाल शाह तथा संस्था के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय ने भी अपने विचार व्यक्त किये। डॉ. गिरीश पटेल ने सम्बोधित करने के साथ ही मंच का कुशल संचालन किया।

सच्चाई व ईमानदारी से हम विश्व बदल सकते हैं

भिलाई-छ.ग.। योग गुरू स्वामी रामदेव जी एवम् पतंजलि प्रोडक्ट्स के डिस्ट्रीब्यूटर्स के बिज़नेस मीट का आयोजन भिलाई के ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र, पीस ऑडिटोरियम में हुआ, जिसमें छत्तीसगढ़ सेवाकेन्द्रों की मुख्य संचालिका ब्र.कु. कमला दीदी ने अपने आशीर्वचन में कहा कि संसार में बड़े परिवर्तन और श्रेष्ठ कार्य के लिए पवित्रता और मूल्यों की आवश्यकता होती है। उन्होंने कहा कि सच्चाई, सफाई, ईमानदारी, आज्ञाकारी गुणों से हम विश्व बदल सकते हैं। कमला बहन जी ने संस्था के साकार संस्थापक पिताश्री ब्रह्मा बाबा के बारे में बताते हुए कहा कि हमें देश को नहीं पूरे विश्व को बदलना है क्योंकि पूरा विश्व ही हमारा अपना परिवार है।

कार्यक्रम में मंच पर योग गुरू बाबा रामदेव, ब्र.कु. कमला दीदी तथा ब्र.कु. आशा।

आगे उन्होंने कहा कि मूल्यों की गिरावट के कारण ही भारत का पतन हुआ जोकि अब परमात्मा द्वारा दी गई शिक्षाओं के द्वारा पुन: मूल्यों की स्थापना कर भारत को विश्व गुरू बना सकते हैं।

योग गुरू स्वामी रामदेव जी ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था अंध विश्वास से सारी दुनिया को बाहर निकालने की जो सेवा कर रही है, वो अत्यंत सराहनीय है। साथ ही उन्होंने कहा कि परमात्मा के साथ योग लगाने से हमारे जीवन में मूल्यों का विकास होता है और मूल्यवान मानव द्वारा ही सही अर्थों में विकास कर सकता है। इस अवसर पर भिलाई सेवाकेंद्रों की संचालिका ब्रह्माकुमारी आशा एवं पतंजलि ग्रुप्स के हेड मंच पर उपस्थित थे।