OM-10 -2018 FINAL_Page 1 and 2 7/27/2018 1:45 PM Page 12

कुशल प्रशासन का आधार स्वयं पर नियंत्रण

स्वयं को हेड समझेंगे तो होगा हेडेक, निमित्त समझ करें प्रशासन : दादी

दादी जानकी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए दीपक पटेल तथा ब्रह्माकुमारीज़ के वरिष्ठ भाई बहनों के साथ गणमान्य लोग।

शांतिवन। मनमोहिनी वन परिसर के ग्लोबल ऑडिटोरियम में आयोजित प्रशासकों के सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए **संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी** ने कहा कि कुशल प्रशासक वही है जिसका स्वयं पर नियंत्रण हो। उन्होंने कहा कि जब हम अपने आपको हेड समझते हैं तो हेडेक पैदा होता है। जब हम अपने लिए केवल निमित्त का भाव रखेंगे तब हम हर कार्य को सबके सहयोग से सुचारू रूप से कर पाएंगे। दादी ने कहा कि शासक यदि स्वयं में अध्यात्म को शामिल कर ले तो वह काफी बदलाव ला सकता है। **मध्य प्रदेश सरकार के पिछड़ा,अल्पसंख्यक और वित्त आयोग के चेयरमैन दीपक पटेल** ने कहा कि सरकारी कर्मचारियों और अधिकारियों को सरकार इतना पैसा देती है, तो भी वह कार्य सुचारू रूप से नहीं चल पाता है। लेकिन यहाँ बिना वेतन और बिना किसी दबाव के सभी कितना प्रेम और हृदय से कार्य कर रहे हैं, ये महिमा योग्य है। केन्द्रीय मानव संसाधन विकास विभाग के संयुक्त सचिव शशांक सिंह, ब्रह्माकुमारी संस्था के अतिरिक्त सचिव ब्र.कु. बृजमोहन, प्रभाग की अध्यक्षा ब्र.कु. आशा, ब्रह्माकुमारी संस्था के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय, प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. अवधेश आदि ने विचार व्यक्त किए।

नारी सशक्तिकरण बिना श्रेष्ठ समाज, एक कोरी कल्पना

ज्ञानसरोवर के महिला सम्मेलन में जुटी देशभर के महिला संगठन से जुड़ी महिलायें

ज्ञानसरोवर। झारखण्ड राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष कल्याणी शरण ने ब्रह्माकुमारीज़ महिला प्रभाग द्वारा 'मूल्यनिष्ठ समाज की पथप्रदर्शक नारी' विषय पर राष्ट्रीय सम्मेलन में कहा कि महिलाओं को आगे बढ़ने के लिए संस्कार, व्यवहार, सोच इस ज्ञान सागर में ही मिलेगा। मैं दादी जानकी जी का इंसान सिर्फ भौतिकता की दौड़ दौड़ रहा है। अध्यात्म एवं मूल्यों को जीवन से जोड़कर रखेंगे तो ऐसा समाज अवश्य ही ला सकेंगे। ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़ने के बाद मैं स्वयं को सशक्त अनुभव करने लगी हूँ। वियतनाम में हुई मिसेज़ वर्ल्ड वाइड प्रतियोगिता की उपविजेता है। भारत की माताएं जागृत होंगी तो सारा विश्व जागृत हो जायेगा। ब्रह्माकुमारीज़ महिला प्रभाग की अध्यक्षा ब्र.कु. चक्रधारी ने कहा कि आज शिक्षा तो है, परंतु मूल्य नहीं रहे। चरित्र की गरीबी बढ़ गई है। पौधा लगाना आसान है, लेकिन उसकी देखरेख करना महत्वपूर्ण कार्य है। बच्चों

दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. श्वेता डागर, ब्र.कु. डॉ. सविता, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. शारदा, ब्र.कु. डॉ. निर्मला, अनिता मखिजानी तथा अन्य।

से मिली तो मेरा रोम रोम रोमांचित हो गया, जैसे मुझे भगवान का ही साक्षात्कार हो गया। उन्होंने कहा कि जब संतान कोई असाधारण कार्य करती है, तो उसे देख सभी खुश होते हैं। तो नारी शक्तिस्वरूपा है, ये हमें समझना चाहिए। यहाँ आकर मैंने देखा कि यहाँ तो शांति का साम्राज्य है।

महिला एवं बाल विकास मंत्रालय दिल्ली में असिस्टेंट टेक्नीकल एडवाइज़र अनिता मखिजानी ने कहा कि हम सभी चाहते हैं कि मनुष्य देवता समान हो, पर आज एवं दंत चिकित्सक डॉ. श्वेता डागर ने कहा कि दिव्य गुणों से भरपूर इस सभा में उपस्थित होकर मैं स्वयं को बहुत ही सौभाग्यशाली अनुभव कर रही हूँ। आधुनिक होने में कोई बुराई नहीं है, लेकिन जब आध्यात्मिकता जीवन में जुड़ जाती है तो ऐसा सशक्तिकरण आ जाता है जो कोई भी शक्ति उसे हिला नहीं सकती।

ज्ञानसरोवर निदेशिका ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने कहा कि माताओं में मृदुता, सहनशीलता एवं त्याग की भावना स्वाभाविक रूप से को बुराइयों से बचाकर उन्हें अच्छे संस्कार देकर बड़ा करना, यह उत्तरदायित्व माता ने ही निभाया है। प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. शारदा ने कहा कि आज ज़रूरत है कि नारी पथ प्रदर्शक बन विश्व परिवर्तन का बीड़ा उठाये। इसके लिए सर्वशक्तिवान परमात्मा से जुड़ने की आवश्यकता है। मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. सविता ने कुशल संचालन किया तथा सेमिनार का उद्देश्य स्पष्ट किया।

युवा प्रभाग द्वारा राष्ट्रीय रिट्रीट का सफल आयोजन

युवा अपनी रचनात्मकता द्वारा नये भविष्य को आकार दे : ब्र.कु. निर्वैर

शांतिवन। युवा प्रभाग द्वारा राष्ट्रीय स्तर की रिट्रीट का आयोजन किया गया, जिसका उद्घाटन ग्लोबल ऑडिटोरियम मनमोहिनीवन में ब.कु. निर्वैर,सेक्रेटरी जनरल, पूर्व रेल मंत्री पवन कुमार बंसल, ब्र.कु. चंद्रिका,उपाध्यक्ष युवा प्रभाग, श्याम सिंह राजपुरोहित,राज्य डायरेक्टर युवा केंद्र संगठन इत्यादि द्वारा किया गया।

सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. निर्वैर। साथ हैं पूर्व रेल मंत्री पवन कुमार बंसल, ब्र.कु. चन्द्रिका व अन्य।

भारत भर से आमंत्रित करीब पाँच सौ प्रोफेशनल युवाओं को सम्बोधित करते हुए पूर्व रेल मंत्री पवन कुमार बंसल ने कहा कि सारे संसार की नज़र भारत पर है और भारत के हर व्यक्ति की नज़र युवा पर है। युवा पूरे विश्व की काया पलट कर सकता है, कल की कला कृति बना सकता है। ब.कु. निर्वैर ने युवाओं को प्रेरित करते हुए कहा कि वे मन की बीमारी से दूर रहें। वे अपनी शारीरिक, मानसिक व बौद्धिक शक्ति को रचनात्मक कार्य में लगाएं और स्वयं को कल का शिल्पकार बनाकर विश्व को स्वर्णिम आकार दें।

उपाध्यक्षा ब्र.कु. चन्द्रिका ने सभी युवाओं को आध्यात्मिकता के माध्यम से अपने को सशक्त बनाने की ट्रेनिंग देते हुए कहा कि हमें स्वयं की ऊर्जा को जान व पहचानकर उसे रचनात्मक कार्यों में लगाना है। कार्यक्रम के दौरान अलग अलग वर्कशॉप का भी आयोजन किया गया, जिसमें सभी ने अपनी रचनात्मकता को खुले मन से साझा किया।

शांति की इच्छा न करें, बल्कि इच्छाओं को ही शांत करें

धार्मिक प्रभाग के समापन सत्र को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. करुणा। मंच पर हैं आमंत्रित आदरणीय संत महात्मायें।

ज्ञानसरोवर माउंट आबू। भौतिक जगत में रहते हुए यदि हम आध्यात्मिक सुरों को अपना लें तो हमारा जीवन सफल हो जायेगा। शांति की इच्छा न करें बल्कि इच्छाओं को ही शांत कर दें तो स्वतः ही शांति आ जायेगी।

उक्त विचार वृन्दावन गीता आश्रम के डॉ. स्वामी अमरीश चेतन ने ज्ञान सरोवर के धार्मिक सम्मेलन के समापन सत्र में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि हम दुनियादारी के प्रपंच में यह भूल गये कि मानव जीवन का उद्देश्य क्या है। हमने जीवन में क्या खोया और क्या पाया, इसके बारे में कभी सोचा ही नहीं। आज हमें जब इसकी महसूसता हुई तब पता चला कि मानव जीवन कितना अमूल्य है। ज्ञान सरोवर की निदेशिका ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने कहा कि आज विश्व नियंता परमात्मा द्वारा शांति स्थापना के कार्य में हमें भी सहयोग देना है। जब हम परमात्मा का सहारा लेंगे तो हमें कल क्या होगा इसकी भी चिंता नहीं होगी और हमारा मन शांत रहने लगेगा।

खुशी की अनुभूति के लिए मन का शांत होना आवश्यक:

मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा ने कहा कि जिस प्रकार सूर्य एक है, चन्द्रमा एक है, तो उसी प्रकार परमात्मा भी एक है और वो ज्योतिस्वरूप है।

दिल्ली से आई बीबी तरविन्द्र कौर खालसा ने कहा कि जब मन में शांति होगी तभी हम खुशी की अनुभूति कर सकते हैं। भगवान ने सभी लोगों को इकट्ठा कर दिया है ताकि हम सभी एक हो सकें।

ज्ञान शब्दों से नहीं, आचरण से झलकता है:

जैन साध्वी डॉ. प्राग्भा विराट ने कहा कि ज्ञान शब्दों से नहीं बल्कि आचरण से झलकता है। यहां तो ऐसा अनुभव होता है कि जैसे अध्यात्म के सातों सुर एकसाथ प्रवाहित हो रहे हों। जब हम खुद को आनंदमय, शांतिमय, प्रेममय बना लेंगे तो हम दूसरों को भी स्वतः यही सबकुछ दे सकेंगे।

व्यक्त की अपनी शुभकामनाएं :

इस कार्यक्रम को वृंदावन धाम ऋषिकेश से आए महामण्डलेश्वर श्रीविष्णु दास महाराज, बद्री आश्रम नागौर के श्री 1008 महामण्डलेश्वर श्री हरिनारायण जी शास्त्री, ब्र.कु. नारायण सहित अनेक संत महात्माओं ने संबोधित किया और इस कार्यक्रम की सफलता के लिए अपनी शुभकामनाएं व्यक्ति की। कार्यक्रम का कुशल संचालन नारनौल की ब्र.कु. कमल बहन ने किया।

दिनचर्या में डायबिटीज़ का सही मैनेजमेंट ज़रूरी

- **डॉ. श्रीमंत साहू ने दिए मरीजों को डायबिटीज़ से निजात पाने की टिप्स**
- **ट्रेनिंग का उद्देश्य लोगों को डायबिटीज़ के बारे में जागरुक करना**

शांतिवन। देश में तेज़ी से बढ़ते शुगर के मरीजों को देखते हुए इसके नियंत्रण के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था के मेडिकल विंग के 'डायमंड प्रोजेक्ट ऑफ डायबिटीज़ मैनेजमेंट' द्वारा डायबिटीज़ से पीड़ित मरीजों को ट्रेनिंग दी जाती है। इस ग्रुप में मुख्यतः गुजरात से आये डायबिटीज़ पीड़ित लोगों ने भाग लिया।

शुभारम्भ करते हुए शांतिवन के प्रबंधक ब्र.कु. भूपाल ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन से हम सभी तरह के

ब्र.कु. डॉ. बनारसी, डॉ श्रीमंत साहू, ब्र.कु. भरत, ब्र.कु. भूपाल, ब्र.कु. जैमिनी,लंदन, डॉ. मिड्ढ़ा व ब्र.कु. सुजाता।

मनोविकारों से मुक्ति पा सकते हैं। मेडिकल विंग के कार्यकारी सचिव डॉ. बनारसी लाल शाह ने कहा कि डायबिटीज़ एक जीवनशैली से जुड़ी बीमारी है, इसे जीवनशैली सुधारकर ही दूर किया जा सकता है।

माउंट आबू ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर के डायबिटीज़ स्पेशलिस्ट डॉ. श्रीमंत साहू ने मरीजों को डायबिटीज़ मैनेजमेंट के साथ स्वस्थ जीवन जीने के राज़ बताए। उन्होंने कहा कि इससे पीड़ित व्यक्ति सिर्फ सही खानपान, व्यायाम, राजयोग मेडिटेशन से ही पूरी ज़िंदगी जी सकता है। बशर्ते ज़रूरत है तो एक स्वस्थ और संतुलित दिनचर्या अपनाने की। सुबह रोज़ाना कम से कम 20 मिनट पैदल ज़रूर चलें। हल्का व्यायाम करें। साथ ही हमेशा तनाव से मुक्त रहें। क्योंकि रिसर्च में सामने आया है कि डायबिटीज़ का एक कारण तनाव भी है। सदा खुश रहें और दूसरों को प्रेरित भी करें। छोटी-छोटी चीज़ों में खुशियां तलाशें। भोजन में स्वाद की जगह स्वास्थ्य को वरीयता दें।

इस दौरान सभी प्रतिभागियों को डायबिटीज़ मापने के लिए मशीन भी प्रदान की गई। संचालन डॉ. गोमती अग्रवाल ने किया।

कार्यक्रम में ब्र.कु. भरत सहित कई गणमान्य लोगों ने अपने विचार रखे।

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SRO/9623/18-20, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2018-20, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 3rd Aug 2018
संपादक : ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक : ब्र.कु.करूणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं अमर उजाला प्रेस द्वारा मुद्रित।