



एस.वी.एस. नगर-नवाशहर(पंजाब)। विधायक अंगद सिंह तथा रायबरेली से विधायक अदिति सिंह को शुभ कामनाएं एवं ईश्वरीय सौगत देते हुए ब्र.कु. राम।



शामली-उ.प्र.। कार्यक्रम के दौरान केक काटते हुए शामिलों की चेरमैन अंजना बंसल, जिला पंचायत अध्यक्ष संतोष चौधरी तथा ब्र.कु. राज बहन।

मन को समझ गये तो उसे चलाना आसान हो जायेगा

गतांक से आगे...

जो है, जैसा है बहुत वन्दरफुल है। आपके जैसा इस संसार में दूसरा कोई है ही नहीं। ये सबसे बड़ी बात है। दूसरा, हरेक

सहयोग ले सकेंगे। इसीलिए हरेक में अच्छाई देखना बहुत जरूरी है। हरेक के अन्दर कुछ न कुछ है। इसीलिए हरेक के अन्दर जो अच्छाई है उसको

तो सब अच्छे ते अच्छा होगा। पीछे में जो कुछ भी हुआ है, रॉन्ग भी हुआ है, उसमें भी हम कुछ लेसन सीख लें और जीवन में आगे बढ़ें तो बहुत

अरे! दूसरे को भी चांस दो। अगर वो चीज़ उसके करने जैसी है तो उसको करने दो। आप कहाँ तक पहुँचेंगे? कहाँ तक दौड़ते रहेंगे और इसीलिए फ्रस्ट्रेशन आता है, गुस्सा आता है, नेगेटिव विचार आते हैं कि मुझे ही करना पड़ता है, यहाँ आपको जरूरी नहीं है। जहाँ आपको जरूरी है वहीं आप करो।

व्यक्ति भी यूनीक है। जैसे मैं यूनीक और वन्दरफुल हूँ, ऐसे ही हरेक व्यक्ति भी यूनीक और वन्दरफुल है। हरेक में कुछ न कुछ अच्छाई है। उसमें जो अच्छाई है वो मेरे में नहीं है। मेरे में जो अच्छाई है वो उसमें नहीं है। तो हरेक के अन्दर जो अच्छाई है उसको देखने का प्रयत्न करो। तो आपमें स्वतः ही उसके प्रति सम्मान उत्पन्न होगा। कि वाह! उसके अन्दर ये चीज़ कितनी अच्छी है। वाह! उसकी विशेषता का भी आप लाभ ले सकेंगे। आपके सामने कोई भी व्यक्ति आता है, तो आप उसके अन्दर यही आत्म विश्वास जगाओ कि वाह! तुम्हारे अन्दर जो चीज़ है ना वो किसी के अन्दर नहीं है। फिर देखो कैसे वो आपकी हर बात मानने के लिए तैयार है। दूसरों को भी कहेगा कि ये एक ही व्यक्ति है जिसने मुझे अच्छी तरह से समझा। दूसरा कोई जानता ही नहीं है। इस तरह से वो आपके साथी हो जायेंगे और आप इसका भी लाभ ले सकेंगे। आप अपने जीवन में उसका भी

स्वीकार करो, उसको एप्रीशिएट करो तो उसको भी अच्छा लगे। इसीलिए ये पॉजिटिव थिंकिंग आपके गृहस्थ जीवन को पॉजिटिव बनाने के लिए बहुत अच्छी युक्ति है। हर अन्धेरे के बाद एक सवेरा है। उस सवेरे को देखो



-ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

तो वो अन्धेरा आपको दिखाई नहीं देगा। जो कुछ भी हुआ था वो भी अच्छा, जो हो रहा है वो भी अच्छा और जो होने वाला है वो भी बहुत अच्छा। इसीलिए गीता के इस महावाक्य के सार को आप याद रखो

अच्छा ही होगा। सबसे बड़ी बात ये कि कई बोलते हैं कि मैं ये नहीं कर सकता हूँ, मैं वो नहीं कर सकता हूँ, ऐसा नहीं है, हम सबकुछ कर सकते हैं। लेकिन, लेकिन भी याद रखना जरूरी है, नहीं तो अहंकार आ जायेगा। हर चीज़ एक साथ नहीं कर सकते हैं। प्रायोरिटी दो और प्रायोरिटी के हिसाब से उसे फिक्स करो कि हम कर सकते हैं, क्यों नहीं कर सकते! आप सबकुछ कर सकते हैं लेकिन क्या आपको करना जरूरी है?

अरे! दूसरे को भी चांस दो। अगर वो चीज़ उसके करने जैसी है तो उसको करने दो। आप कहाँ तक पहुँचेंगे? कहाँ तक दौड़ते रहेंगे और इसीलिए फ्रस्ट्रेशन आता है, गुस्सा आता है, नेगेटिव विचार आते हैं कि मुझे ही करना पड़ता है, यहाँ आपको जरूरी नहीं है। जहाँ आपको जरूरी है वहीं आप करो। आपसे कहीं अच्छी तरह से कोई और भी कर सकता है। वो चीज़ उसको दो। आप जो कर सकते हैं वही आप करो।



कोटा-राज.। आर.ए.सी. ग्राउण्ड में पुलिस अधिकारियों के लिए कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. प्रो. ई.वी. गिरीश, ब्र.कु. उर्मिला, कोटा संभाग प्रभारी तथा अन्य।



भीलवाड़ा-राज.। आध्यात्मिक सशक्तिकरण दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए महावीर पोखरना, जैन धर्म, जीतेन्द्र जोशी, आर्ट ऑफ लिविंग, ब्र.कु. इन्द्रा, अनू कपूर, रामचंद्र मिशन तथा अन्य।



लोहरदगा-झारखण्ड। जो.टी. पब्लिक स्कूल की टॉपर प्रियानी कुमारी की सफलता पर सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में प्रियानी के साथ स्कूल के प्रिन्सिपल तथा टीचर्स को सम्मानित किया गया। मौके पर उपस्थित हैं जो.टी.पी.एस. की प्राचार्या सुनीता चितौड़ा, उप प्राचार्य एस.के. झा, ब्र.कु. आशा तथा स्कूल के शिक्षकगण।



वेतिया-विहार। ब्रह्माकुमारों के प्रभु उपवन भवन के वार्षिकोत्सव में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. पुष्पा, गोरखपुर, ब्र.कु. अंजना, डॉ. अमरनाथ, डॉ. संतोष, डॉ. राहुल, अमित लोहिया, विनोद जायसवाल, प्रमोद सिंघानिया, सोमा अग्रवाल, अनिता जायसवाल तथा सुरेन्द्र राव।

दो रास्ते हैं, कौन सा पसंद करेंगे आप?



ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

हमारी लाइफ में दो इक्वेशन है, एक तो ये कि जब मैं उस दीवार पर पहुंच जाऊंगी तब खुश होऊंगी और दूसरा कि मैं खुश हूँ और मुझे खुशी से दीवार की तरफ चलना है। दोनों में क्या फर्क है, अब क्या होगा? लक्ष्य निर्धारित करना है लाइफ में। लक्ष्य बहुत महत्वपूर्ण है। वे सब मेरे मील के पत्थर हैं कि मुझे यहां पहुंचना है... फिर यहाँ पहुंचना है...। पर एक है कि मैं वहाँ पहुंचकर खुश हो जाऊंगी, या मुझे खुशी से वहाँ पहुंचना है। जब हम ये बिलीफ सिस्टम क्रियेट करेंगे कि जब मैं वहाँ पहुंच जाऊंगी तो खुश होऊंगी, तो क्या होगा? यात्रा कैसी रहेगी? तनाव, फियर, असुरक्षा, अगर रास्ते में कोई आ गया तो उसको गुस्सा भी। अब एक दूसरा बिलीफ सिस्टम है कि मैं खुश हूँ और मुझे खुशी के साथ वहाँ पहुंचना है। तो अब हमारी यात्रा कैसी होगी? निडरतापूर्ण। ऐसा इसलिए होगा क्योंकि अगर हम वहाँ तक नहीं भी पहुंच पाये तो भी हमारी खुशी खत्म नहीं होगी।

जब कोई छोटा बच्चा होता है या हम सभी एक दिन छोटे बच्चे थे। हम एक पीसफुल, ब्लिसफुल सोल थे जब हमने अपनी जीवन यात्रा का आरंभ किया था। हमने देखा कि वो बच्चा खुश था, जबकि उसने कोई लक्ष्य प्राप्त नहीं किया, कोई चीज़ नहीं खरीदी, उसके पास कुछ नहीं है, लेकिन वो सबसे खुश है। इसका मतलब हमने अपनी जीवन यात्रा फुल ग्लास के साथ आरंभ की थी। फिर उस यात्रा में क्या होता गया? हमें याद नहीं था कि हमारा ग्लास फुल है। तो हमने कहा कि मैं जब क्लास में फर्स्ट आ जाऊंगा तब मैं खुश हो जाऊंगा। ये पहला लक्ष्य हमने निर्धारित किया। पूरा साल हमने तनाव और डर क्रियेट किया कि मैं फर्स्ट आऊँ। मैं क्लास में फर्स्ट आ गया, लेकिन उस यात्रा के दौरान मेरा ग्लास क्या हो गया? थोड़ा सा खाली हो गया। और क्योंकि मैं पहली बार फर्स्ट आ गया, तो मैंने कहा कि अब

तो अगली बार भी मुझे फर्स्ट आना पड़ेगा। जितना फेल होने वाले को स्ट्रेस नहीं, उतना फर्स्ट आने वाले को स्ट्रेस होता है कि मुझे उस फर्स्ट को मेन्टेन रखना है। तो वो छोटा सा बच्चा, जो हम सब थे, प्यारे और खुश, वो फर्स्ट आना है... फर्स्ट आना है... फिर उसके बाद ये करना है... फिर उसके बाद ये एडमिशन चाहिए... फिर उसके बाद ये चाहिए...। वो करना आवश्यक था, लेकिन उस करने के प्रोसेस में हम उस ग्लास को क्या करते गये? कम करते गये। अब फाइनली क्या हुआ, जब हम अपने लक्ष्य पर पहुंच भी गये, लेकिन पहुंचते-पहुंचते ग्लास खाली हो गया। तो आज हमने बाहर से सबकुछ पा लिया जो पाना चाहते थे, हर लक्ष्य को अर्जित कर लिया, लेकिन हम अंदर से खाली हैं। तो स्पीरिचुअलिटी हमें क्या सिखाती है? हमें लक्ष्य की तरफ जाना है, लेकिन जो ग्लास भरा हुआ है, उस ग्लास में से एक बूंद भी रास्ते में गिरना नहीं चाहिए। ये पॉसिबल है, लेकिन उसके लिए चाहिए अटेंशन। अटेंशन किस पर? ग्लास पर। इसका मतलब हमारा अटेंशन इस पॉवरफुल, लवफुल सोल पर होना चाहिए। क्या आज हम अपने ऊपर अटेंशन दे रहे हैं? हमारी अटेंशन सारी किस पर है? लक्ष्य के बीच में, रास्ते में आने वालों पर। उनको कंट्रोल करते-करते हमारे ग्लास का पानी क्या होता गया? गिरता गया। हम टक्कर मारते गये, हमारे भी ग्लास खाली होते गए, उनके भी ग्लास खाली होते गये। और फिर हम सब मिलकर दीवार पर पहुंच गये। लेकिन पहुंचने के बाद हमें पता चला कि हम अंदर से खाली हो गये और बाहर से हो गये भरपूर। बाहर से भरपूर हमें होना है, लेकिन हमें अंदर से भी खुद को भरते हुए चलना है। इसका मतलब मुझे लक्ष्य पर पहुंचना है लेकिन बिना क्रोध के, बिना इरीटेशन के, यात्रा के भय के बिना और बिना इर्ष्या के।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारी, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये,

आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक)

कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।