OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 8



ब्रह्माकुमारीज़ के बतौली उपसेवाकेन्द्र में...

# राज्यमंत्री ने किया नवनिर्मित हॉल का उद्घाटन

**अम्बिकापुर-चोपड़ा पारा(छ.ग.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के बतौली उपसेवाकेन्द्र में नवनिर्मित हॉल का उद्घाटन करने के पश्चात् खाद्य एवं संस्कृति विभाग राज्यमंत्री अमरजीत सिंह भगत ने सभी भाई-बहनों का अभिनंदन करते हुए कहा कि परमपिता परमात्मा की अनुकम्पा है जो हम सभी आज बतौली सेवाकेन्द्र में बैठे हैं। ईश्वर अपने कार्य के लिए सभी जगह नहीं जाते, लेकिन किसी न किसी को अपना माध्यम बनाते हैं। लोकहित, जनहित के कार्य करना सबके हाथ में नहीं होता। ईश्वर प्रेरित करते हैं ये कार्य करने के लिए। उन्होंने सराहना करते हुए कहा कि यहाँ ब्रह्माकुमारी बहनों ने राजयोग के द्वारा लोगों के जीवन को व्यसनमुक्त एवं शांतमय बना दिया है। सरगुजा संभाग की संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी ने कहा कि माननीय मंत्री जी के सहयोग से ये स्थान और ये हॉल आज हम सबके सामने है और हम सभी यहाँ शांति की अनुभूति कर रहे हैं। हम सभी की दुआयें आपको मिल रही हैं और ये दुआयें सदा आपको आगे बढ़ाती रहेंगी। इस सेवाकेन्द्र की स्थापना के साथ ही बतौली क्षेत्र का भी विस्तार हुआ है। इस अवसर पर मंत्री जी सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

# 'योग' स्वस्थ जीवन जीने की कला - राज्यपाल

## 'योगयुक्त जीवन रोगमुक्त जीवन' विषय पर ऑनलाइन कार्यक्रम

**रायपुर-छ.ग.।** **राज्यपाल सुश्री अनुसूईया उइके** ने कहा कि 'योग' स्वस्थ जीवन जीने की कला है। योग को प्रायः लोग आसन और प्राणायाम तक ही सीमित मान लेते हैं परंतु यह तो प्रारंभिक विधि मात्र हैं। योग की ध्यानावस्था में जाने की विधि को समझने के लिए राजयोग मेडिटेशन की शिक्षा अत्यंत आवश्यक है। उक्त विचार उन्होंने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'योगयुक्त जीवन रोगमुक्त जीवन' विषय पर आयोजित ऑनलाइन कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि योगासनों से शरीर स्वस्थ हो सकता है किंतु तनाव, काम, क्रोध आदि मनोविकारों को दूर करने के लिए मेडिटेशन यानी ध्यान पद्धति अधिक लाभकारी सिद्ध हो सकती है। **स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री टी.एस. सिंहदेव** ने कहा कि योग विज्ञान से भी जुड़ा हुआ है, इससे स्वास्थ्य में बहुत लाभ मिलता है। योग से हमारे फेफड़ों में आक्सीजन का ठीक से संचार होता है। लेकिन योग के लिए सही मार्गदर्शन और सही पद्धति का ज्ञान होना ज़रूरी है। **ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन,माउण्ट आबू** ने कहा कि योग हमें रोगी और भोगी जीवन से अलग करता है। सभी योगी बनें तो रोगमुक्त विश्व बनाने में हम मददगार बन सकते हैं। **महिला एवं बाल विकास मंत्री तथा योग आयोग की अध्यक्षा श्रीमति अनिला भेडिया** ने कहा कि वर्तमान कोरोना काल में वैश्विक महामारी के समय योग बहुत ही लाभकारी सिद्ध हो सकता है। बहुत सारी गम्भीर बीमारियों को भी योग से ठीक किया जा सकता है। **ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. कमला दीदी** ने कहा कि पूरे विश्व में ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े लाखों लोग राजयोग को अपनाकर तनावमुक्त और शांतमय जीवन जी रहे हैं। मन की शांति के लिए मेडिटेशन के अलावा अन्य कोई दूसरा उपाय नहीं है। अंत में रायपुर की लोकप्रिय गायिका कुमारी शारदा नाथ ने सुंदर आध्यात्मिक गीत गाकर सभी को भाव विभोर कर दिया। वेबिनार का संचालन राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. रश्मि दीदी ने किया।

**योग से हमारे कर्म श्रेष्ठ बनते हैं और श्रेष्ठ कर्मों से हमारी स्थिति श्रेष्ठ बनती है। हमारी आत्मा एक बैटरी की तरह है, उसे सर्वशक्तिवान परमात्मा से जोड़कर शक्तियों को अपने अंदर भर लें। शरीर के स्वास्थ्य के लिए व्यायाम करें लेकिन मन को स्वस्थ रखने के लिए राजयोग मेडिटेशन को न भूलें**
**- जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी दीदी**

**ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान राजयोग के माध्यम से पूरे विश्व में शांति स्थापित करने का महत्वपूर्ण कार्य कर रहा है। राजयोग मेडिटेशन परमात्मा तक पहुंचने व विश्व में शांति स्थापित करने का अच्छा माध्यम है - विधानसभा अध्यक्ष डॉ. चरणदास महन्त**

# ईश्वरीय सेवाओं का 26वाँ वार्षिकोत्सव

**नरसिंहपुर-म.प्र.।** ब्रह्माकुमारीज़ के 'दिव्य संस्कार भवन' द्वारा क्षेत्र में ईश्वरीय सेवाओं के 26वें वार्षिकोत्सव का शुभारंभ प्रथम अपर जिला न्यायाधीश दिनेश देवड़ा, ए.डी.एम. मनोज ठाकुर, एडिशनल एस.पी. सुनील शिवहरे, नरसिंहपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कुसुम बहन, गाडरवारा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला बहन द्वारा दीप प्रज्वलित कर किया गया। ब्र.कु. कुसुम ने वार्षिकोत्सव की बधाई देते हुए कहा कि इस जिले में आज ही के दिन ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ज्ञान की अलख जगाने, ज्ञान सूर्य की किरणें बिखेरने, अनेक आत्माओं को तृप्त करने व तपती हुई धरती को शीतल बनाने के लिए ईश्वरीय सेवाओं की नींव रखी गई थी। ए.डी.एम. मनोज ठाकुर ने कहा कि इस संस्था के भाई-बहनों ने अपनी त्याग-तपस्या के माध्यम से यह 26 वर्षों की यात्रा सम्पन्न की है। संस्था द्वारा परमपिता परमात्मा शिव की असीम कृपा से जो कार्य हो रहे हैं वह समाज के लिए अतुलनीय हैं।

# फिज़िकल के साथ 'मेंटल एक्सरसाइज़' ज़रूरी

**कोटा-राज.।** अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर रेलवे प्रोटेक्शन फोर्स वेस्ट सेंट्रल रेलवे कोटा डिविज़न द्वारा आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से **राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. कृति बहन, ब्र.कु. डॉ. कृष्णा, संजय चौधरी,असिस्टेंट सिक्योरिटी कम्युनिकेशन फर्स्ट आर.पी.एफ. कोटा, दिनेश कनोजिया,असिस्टेंट सिक्योरिटी कमिश्नर आर.पी.एफ. कोटा, रिटायर्ड फौजदार लीलाधर जी** आदि उपस्थित रहे। ब्र.कु. प्रीति बहन ने कहा कि जैसे फिज़िकल एक्सरसाइज़ हमारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए ज़रूरी है, उसी तरह मन को स्वस्थ रखने के लिए परमात्मा ने हमें मेंटल एक्सरसाइज़ सिखाई है जिससे हम अपने मन को तंदुरुस्त रख अनेक रोगों से मुक्त रह सकते हैं। उन्होंने राजयोग मेडिटेशन कराते हुए परमात्मा से मन-बुद्धि को जोड़कर शक्तिशाली बनाने की विधि बताई। **संजय चौधरी** ने ब्रह्माकुमारी बहनों का आभार व्यक्त किया। **ब्र.कु. कृति बहन** ने योगासन-प्राणायाम की विधियाँ सिखाते हुए मन की काउंसलिंग कैसे करें वह भी बताया। बड़ी संख्या में आर.पी.एफ. के जवानों ने इस कार्यक्रम का लाभ लिया।

# 'प्रकृति की रक्षा' समय की मांग

**इंदौर-म.प्र.।** ब्रह्माकुमारीज़ के युवा प्रभाग द्वारा 'यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट' के अंतर्गत 'खुले दिल से प्रकृति से प्रेम करें' विषय पर आयोजित ऑनलाइन वेबिनार में मानवता द्वारा अलग-अलग एक्टिविटी से अवगत कराया। **मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. हेमलता दीदी** ने कहा कि सभी राजयोग के अभ्यास द्वारा चारो ओर पवित्र वायब्रेशन्स बनाकर

## यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट के तहत ऑनलाइन वेबिनार

नगर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मीतू बहन से सभी का स्वागत किया। **मुख्य वक्ता ब्र.कु. गीता बहन,कोर कमेटी मेम्बर,युवा प्रभाग, भीनमाल,राज.** ने कहा कि हमने पेड़ों को काटकर उनसे ही सिगरेट आदि जैसी चीज़ें बनायीं और प्रकृति को ही वायु प्रदूषण कर नुकसान पहुंचाया। पहले ये धरती ऊपर से नीली और हरी नज़र आती थी, आज प्लास्टिक के दुरुपयोग से वही धरती मटमैली नज़र आ रही है। उन्होंने कहा कि हम प्रकृति के तत्वों को बचाएं, यह समय की मांग है। सोलर का प्रयोग करें। इसके लिए युवा आगे आएं और योग के द्वारा अपनी आंतरिक प्रकृति को शुद्ध एवं मन को राजयोग के द्वारा शांत, शुद्ध, उपयोगी व सहयोगी बनाएं, प्रकृति से प्रेम करें तो बदले में प्रेम मिलेगा। **मुख्य अतिथि डॉ. मनीष चांदेकर,डायरेक्टर,ई.एच.एस. कन्सलटेंट,इंदौर** ने बताया कि इकोलॉजी के नियम शिक्षा देते हैं कि प्रकृति हमें लगातार देने का ही कार्य करती है। इसलिए हमें हमेशा प्रकृति का सम्मान भी करना चाहिए और उसका संरक्षण भी। **आगरा युवा प्रभाग के सदस्य ब्र.कु. विभोर** ने प्रकृति से प्रेम कैसे करें, यह पी.पी. प्रोजेक्ट खुले दिल से प्रकृति से प्यार कर सबको खुशहाल बनाने का संकल्प लें। **अम्बिकापुर छ.ग. सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन** ने राजयोग के अभ्यास द्वारा परमात्मा और प्रकृति से बातें कर प्रकृति को सकाश देते हुए उसे शुद्ध बनाने की कला सिखाई। **विशेष अतिथि विश्वास डांगे,डायरेक्टर,इंटरनेशनल योगा गुरु** और **डॉ. अभय वानखेड़े,एग्रीकल्चर साइंटिस्ट, मानव चेतना विकास,इंदौर** ने समस्त युवाओं को अपनी शुभकामनाएं दीं। यूथ विंग की ज़ोनल कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. छाया बहन ने आभार एवं धन्यवाद किया। कार्यक्रम का सफल संचालन साईं नाथ कॉलोनी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन ने किया।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/21-23, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2021-23, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 3rd August, 2021
स्वामी - राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन, प्रकाशक एवं सम्पादक - गंगाधर नरसिंघानी, मुद्रक - डी.बी. कॉर्प.लि. द्वारा भास्कर प्रिन्टिंग प्रेस, डी.बी. कॉर्प.लि.,शिवदासपुरा, टोंक रोड,जयपुर से मुद्रित एवं ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन, आबू रोड(राज.)- 307510
See Latest News - www.omshantimedia.org