



**पणजी-गोवा।** राज भवन में राज्यपाल महोदय श्रीधरण पिल्लई को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शोभा बहन। साथ हैं ब्र.कु. निर्मला बहन।



**इटानगर-अरुणाचल प्रदेश।** माननीय मुख्यमंत्री पेमा खांडू को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. जुनू बहन, स्थानीय निदेशिका, ब्रह्माकुमारीज। साथ हैं डॉ. जयदेव साहू फैकल्टी, ब्रह्माकुमारीज एंड प्रोफेसर, पूर्व डीन एंड हेड, डिपार्टमेंट ऑफ एजुकेशन, राजीव गांधी युनिवर्सिटी।



**दिल्ली-पाण्डव भवन(करोल बाग)।** भारत के प्रथम लोकपाल जस्टिस पी.सी. घोष को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी।



**मनाली-हि.प्र।** शिक्षा राज्यमंत्री गोविन्द सिंह ठाकुर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. संध्या बहन, ब्र.कु. ऋष्टम्भरा बहन तथा अन्य।



**भिवंडी-महा।** राष्ट्रीय पंचायती राज केन्द्रीय मंत्री बनने पर कपिल एम. पाटिल का गुलदस्ता भेट कर अभिनंदन करते हुए ब्र.कु. शिल्पा बहन। साथ हैं ब्र.कु. चीनू भाई, शांतिवन, ब्र.कु. बिन्दु बहन तथा सिलिल इंजीनियर गणेश भाई।



**खालियर-म.प्र।** डॉ. एस.पी. साहनी, संचालक, ओम साई हॉस्पिटल एवं डॉ. सुनीति साहनी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. सुरभि तथा ब्र.कु. प्रहलाद।

## आपके हर कार्य की शुरुआत परमात्म आह्वान के साथ



ब्र.कु. उपासना वारिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

गतांक से आगे...

लोगों के मन में इतने विचार चलते हैं तो नैचुरल है कि वो विचार इतने अधिक तीव्रता से चलने के कारण टेंशन में आ जाते हैं, निगेटिव विचार आ जाते हैं। लेकिन जब वे आपका चेहरा देखेंगे कि जैसे ही यह व्यक्ति ट्रैफिक कंट्रोल करता है ना, तो जैसे उसके अन्दर एक प्रकार की शांति भर जाती है, तो उसके बाद उन्हें भी मन होगा, इच्छा होगी कि हम भी करें। तो शुरू में शयद वे आपके पास न भी आयें, लेकिन जब वे अपने मन को शांत नहीं कर पायेंगे तो आकर पूछेंगे कि आप कैसे करते हो, हमें भी बता दो। तो आप देखेंगे कि जब इस विधि को अपनाते हुए आप चलेंगे तो धीरे-धीरे जहाँ आपका कार्यक्षेत्र है, वहाँ भी एक ऐसा माहौल बन जायेगा और लोग कहेंगे कि आपका ट्रैफिक कंट्रोल ज़रा ज़ोर से ही बजा दिया करो, ताकि हर कोई उसका लाभ ले सके। तो पूरा एनवायरन्मेंट ऐसा बन जायेगा और हरेक की धीरे-धीरे आपके प्रति फिर

श्रद्धा बढ़ेगी कि ये व्यक्ति हमेशा ईश्वर को याद करता है। लेकिन उसके साथ-साथ हमारी धारणा भी फिर ऐसी चाहिए। अगर हम कुछ समय तो मन को एकाग्र करते हैं, परमात्मा को याद करते हैं, लेकिन उसके बाद जैसे ही समय मिला हम किसी की निन्दा करते हैं, किसी की चुगली करते हैं, किसी के बारे में कुछ निगेटिव चिंतन चलाते हैं या निगेटिव वातावरण बनाते हैं तो लोग कहेंगे कि ये एक प्रकार का बगुला भगत है। तो इसीलिए आवश्यकता है कि जब हम कोई ऊंची चीज़ को, श्रेष्ठ चीज़ को,

अगर हम कुछ समय तो मन को एकाग्र करते हैं, परमात्मा को याद करते हैं, लेकिन उसके बाद जैसे ही समय मिला हम किसी की निन्दा करते हैं, किसी की चुगली करते हैं, किसी के बारे में कुछ निगेटिव चिंतन चलाते हैं या निगेटिव वातावरण बनाते हैं तो लोग कहेंगे कि ये एक प्रकार का बगुला भगत है।

इन्होंदियूज़ करते हैं अपने अटेन्शन के लिए, तो उस समय हमारी धारणायें भी ऐसी होनी चाहिए, तब उन लोगों का विश्वास भी बढ़ेगा कि हाँ ये बंदा जब भी ट्रैफिक कंट्रोल करता है तो इसके मन में फिर कोई के प्रति निगेटिव विचार नहीं आता है। और इसीलिए मान लो कोई ने कोई कम्प्लेन भी कर दी तो लोगों का दूसरों के प्रति अटेन्शन जा सकता है लेकिन आपके प्रति कभी नहीं जायेगा। कि

ये व्यक्ति कभी ऐसा कुछ नहीं कर सकता। तो एक विश्वास बहुत बड़ी चीज़ है। आज की दुनिया के अन्दर इस विश्वास को ज़रूर हासिल करना, क्योंकि जितना लोगों के विचार या वायब्रेशन भी हमारे प्रति पॉज़िटिव होंगे, उतना हमारा अभ्यास और सरल हो जायेगा। लेकिन अगर हम निगेटिव बातों को लेकर चल रहे हैं, कुछ परचंतन कर रहे हैं, तो लोग यही कहेंगे, अरे, ये भगवान को याद करने का दिखावा तो नहीं कर रहा है! दिखावा करता है और पीछे से किसी की भी चुगली करके आता है। किसी का भी निगेटिव चिंतन करके आता है। इसीलिए हमें अपने जीवन की धारणाओं को भी बहुत श्रेष्ठ बनाना होगा। जितना उसको श्रेष्ठ बनायेंगे उतना धीरे-धीरे ये धारणायें जो हैं वो हमें और मदद करेंगी कि किस तरह से बीच-बीच में भी हम ईश्वर के सानिध्य में मन को ले जायें या मन को एकाग्र कर सकें। तो दिनभर में भी वो अभ्यास इसीलिए कहा जाता है कि योग लगाने वाले योगी नहीं बनो, योगी जीवन वाले योगी बनो। योगी जीवन माना ही कि उसके जीवन की धारणायें ही उसको योग में सपोर्ट करें, योग के अन्दर एक अपलिफ्टमेंट ले आए। तो बाबा ने भी इसीलिए जीवन की धारणायें जो बताई हैं वो इसीलिए हमें बताई हैं ताकि हमें उसी के आधार से योग में मदद मिल सकती है कि जब भी हम दो मिनट के लिए भी अपने मन को शांत करते हैं तो ये धारणायें हमें मदद करती हैं योगी जीवन के लिए। तब कहा कि योग सहज, सरल, नैचुरल तभी हो पायेगा।



**जयपुर-राजापार्क(राज.)।** जन्माष्टमी के अवसर पर आयोजित चैतन्य झाँकी के मध्य डॉ.एस.पी. राजेन्द्र गुप्ता को ईश्वरीय सौगत भेट करते हुए सबजोन संचालिका ब्र.कु. पूनम दीदी।



**सावनेर-महा।** क्षेत्र की सी.ई.ओ. मुख्याधिकारी श्रीमति हर्षला राणे को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेट करते हुए ब्र.कु. प्रियंका बहन तथा ब्र.कु. ज्योति बहन।



**ग्वालियर-म.प्र।** डॉ. एस.पी. साहनी, संचालक, ओम साई हॉस्पिटल एवं डॉ. सुनीति साहनी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. सुरभि तथा ब्र.कु. प्रहलाद।

## ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु समर्पक करें....

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया

संचालक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी, पास्ट वॉक्स न - 5, अबू गोड (राज.) 307510  
समर्पक - M- 9414006096, 9414182088,  
Email-omshantimedia@bkvv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये,  
कृष्ण सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मीटिंग रूम  
बैंक खाता (ऐप्पल एट शान्तिवन, अबू गोड) द्वारा खोलें।

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)

ACCOUNT NO: - 30826907041

ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA

IFSC - CODE - SBIN0010638

BRANCH:- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya Vishwa Vidhyalaya, Shantivan

Note:- After Transfer send detail on E-Mail -

omshantimedia.acct@bkvv.org or

Whatsapp, Telegram No.: - 9414172087



## आवश्यक सूचना

प्रिय पाठकों,

आपको यह जानकर अति हर्ष होगा कि ओम शान्ति मीडिया पत्रिका मार्च महीने से सुचाल रूप से पोस्ट की जा रही है। इसलिए आप सभी भाई-बहनों से नम्र निवेदन है कि वर्तमान समय आप जो भी मोबाइल नम्बर यूज़ कर रहे हैं उसे नीचे दिए गए फ़ाट्सएप्प या टेलीग्राम नम्बर पर अपडेट अवश्य करायें। धन्यवाद।

Whatsapp, Telegram No.: - 9414172087