

सम्पूर्ण स्वास्थ्य प्रदान करने वाला योग ही 'राजयोग'

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा पंजाबी बाग में 'मानवता के लिए योग' कार्यक्रम का भव्य आयोजन

दिल्ली-पंजाबी बाग। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'मानवता के लिए योग' विषय पर पंजाबी बाग जन्माष्टमी ग्राउंड में योग व ध्यान का भव्य सार्वजनिक कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस मौके पर हजारों लोगों ने राजयोग मेडिटेशन कर चारों ओर शांति व सद्भावना के वायब्रेशन्स फैलाए। साथ ही योगा एक्सरसाइज कर मानवता को स्वस्थ तन, मन, वातावरण और सुखी जीवन का संदेश दिया।

इस अवसर पर संस्थान के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने कहा कि भगवद्गीता में भगवान के द्वारा ही विश्व का सबसे प्राचीन योग 'राजयोग' सिखाया गया है। यह राजयोग कोई शारीरिक हठ प्रक्रिया, आसन, प्राणायाम नहीं जिसको



बूढ़े, बीमार व विकलांग लोग आसानी से न कर सकें। अपितु परमात्मा द्वारा सिखाया गया योग अति सहज, सरल और स्वाभाविक है, जिसे कोई भी, कभी भी, कहीं भी और किसी भी परिस्थिति में कर सकता है। **त्रिनिदाद एंड टोबैगो के हाई कमिश्नर रोजर गोपाल** ने कहा

कि सच्चा योग दैहिक योग नहीं, बल्कि राजयोग व आध्यात्मिक योग है। जो मानवता को आत्मिक सुख, शांति, प्रेम व सद्भाव का पाठ पढ़ाता है। उन्होंने इस योग दिवस को पीस, हारमनी व यूनिटी का दिन कहा। **पंजाबी बाग के विधायक गिरीश सोनी** ने कहा कि सर्वांगीण

स्वास्थ्य देने वाला राजयोग ही सच्चा योग है। सारी बीमारियों का कारण मानसिक तनाव व अस्वस्थ जीवन शैली है। राजयोग मेडिटेशन व हेल्दी जीवन पद्धति ही उसका निदान है। **मोतीनगर विधायक शिवचरण गोयल** ने कहा कि यह हमारा सौभाग्य है कि ब्रह्माकुमारीज

ने योगा दिवस पर यहाँ इतने विशाल कार्यक्रम का आयोजन कर मेडिटेशन द्वारा पूरे क्षेत्र में पवित्र व पॉजिटिव वायब्रेशन्स फैलाए। उन्होंने बिहार विधानसभा में ब्रह्माकुमारीज द्वारा इस महीने विधायकों के लिए किये गये राजयोग मेडिटेशन कार्यक्रम का

जिक्र करते हुए कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा दिल्ली विधान सभा के विधायकों के लिए भी ऐसे योग ध्यान का कार्यक्रम रखने का पूरा प्रयास करेंगे। इस दौरान संस्थान के ओ.आर.सी. की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि इस राजयोग साधना द्वारा व्यक्ति कम समय, संकल्प व शक्ति के विनियोग से कोई भी कार्य में अधिक प्राप्ति कर सकता है।

इस अवसर पर संस्थान के महिला प्रभाग की अध्यक्ष राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, संस्था के सुरक्षा सेवा प्रभाग की उपाध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी आदि ने भी अपने विचार रखे। कार्यक्रम में कई हजार लोगों ने यूट्यूब के माध्यम से भी भाग लेकर लाभ लिया।

योग को अपने दैनिक जीवन का अंग बनाना होगा : कुलपति डॉ. के.एल. वर्मा



रायपुर-छ.ग.। पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. के. एल. वर्मा ने कहा कि सिर्फ एक दिन योग दिवस मनाकर इसे भूल मत जाएं। इसे अपनी दिनचर्या में शामिल कर दैनिक जीवन का अंग बनाना होगा। इससे ही सशक्त और मानवतावादी समाज बनाने में मदद मिलेगी। डॉ. वर्मा ब्रह्माकुमारीज के विधानसभा रोड स्थिति शान्ति सरोवर में आयोजित 'मानवता के लिए योग'

विषयक योग महोत्सव का शुभारंभ करने के बाद अपने उद्गार व्यक्त कर रहे थे। उन्होंने आगे कहा कि योग से सकारात्मक ऊर्जा मिलती है, मन प्रसन्न हो जाता है। हर काम समय पर और सरलता से सम्पन्न हो जाता है। नगर पालिका निगम के अध्यक्ष प्रमोद दुबे ने कहा कि इस संस्थान में आकर सीखा कि जीवन में ऐसा कार्य करो जिससे कि आत्मिक संतुष्टि मिले। इस अवसर पर संस्थान की

क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. कमला दीदी ने अपने आशीर्वाचन में कहा कि राजयोग एक सर्वोत्तम योग पद्धति है। इससे मनुष्य का तन और मन दोनों स्वस्थ और सात्विक बनता है। व्यायाम और योगासन करने से शरीर भले ही पुष्ट और बलवान बन जाए लेकिन मन की आंतरिक शक्तियों को जागृत करने में पूर्ण सफलता नहीं मिलती। मन को तनावमुक्त और शक्तिशाली बनाने के लिए राजयोग मेडिटेशन अत्यन्त लाभकारी सिद्ध हुआ है। इससे पहले विषय को स्पष्ट करते हुए ब्र.कु. चित्रलेखा दीदी ने कहा कि राजयोग में सभी योग समाहित हैं। क्योंकि इसके द्वारा हम कर्मोन्धियों के राजा बन जाते हैं। राजयोग के माध्यम से आत्मा का परमात्मा से सहज मिलन होता है। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. रुचिका दीदी ने किया। इस मौके पर बड़ी संख्या में प्रबुद्धजन उपस्थित रहे।

“मन और मोबाइल पर संयम” हमारी खुशी का पासवर्ड : ब्र.कु. शिवानी

बारडोली-गुज.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'खुशी का पासवर्ड' विषयक कार्यक्रम में अंतर्राष्ट्रीय सपीकर जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. शिवानी दीदी ने कहा कि हमारे देश को विदेशी हुकूमत से तो आजादी मिल गई लेकिन फिर भी हम अपने संस्कारों, छोटी-छोटी आदतों के गुलाम हैं। जब

में खायेंगे तो सेहत सुधर जायेगी और घर का वायब्रेशन बदल जायेगा। जब खान पान का संयम होगा, तब मन पर संयम रहेगा और मन जीत जगतजीत बन जायेंगे। सुबह का पहला संकल्प, स्वराज मेरा अधिकार है, ये हो। इस अवसर पर कीरीट भाई, ऊका तरसाडीया यूनिवर्सिटी, भावेश



इससे मुक्त हों तब होगी सच्ची आजादी। स्वतंत्रता के लिए कई भारतवासियों ने अपनी जान की भी परवाह नहीं की, अपना बलिदान दे दिया, तो क्या हम सुबह एक घंटा मोबाइल से मुक्त नहीं रह सकते! दीदी ने कहा कि हम जिस चीज के गुलाम बन गये हैं उसे छोड़ना है, खाने-पीने पर संयम रखना है। परमात्म याद में बनाकर उसी की याद

भाई, चैयरमैन, बारडोली शुगर फैक्ट्री, ईश्वर भाई, धारासभ्य, डॉ. लक्ष्मी बहन, वाइस प्रेसिडेंट, अखिल हिंद महिला परिषद, दिल्ली, निरंजना बहन, नारी शक्ति अवॉर्ड से सम्मानित, ब्र.कु. रंजन दीदी, ब्र.कु. अरुणा बहन, संचालिका, बारडोली सेवाकेन्द्र आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम का ऑफलाइन 1500 लोगों एवं ऑनलाइन 6000 लोगों ने लाभ लिया।

तन, मन को स्वस्थ व संतुलित बनाये रखता राजयोग : रंजन

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रम

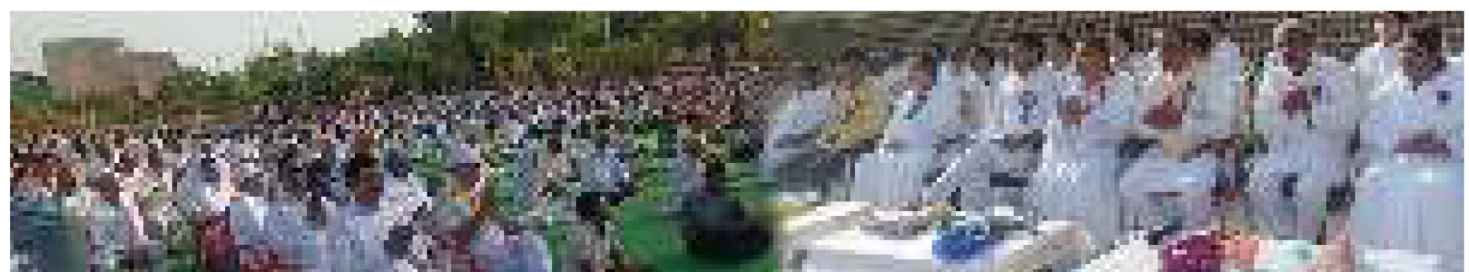
भरतपुर-राज.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित कार्यक्रम में जिला कलेक्टर डॉ. आलोक रंजन ने कहा कि मैं इस कार्यक्रम के लिए ब्रह्माकुमारीज को धन्यवाद देता हूँ और प्रार्थना करता हूँ कि वे विश्व शांति एवं दया करुणा की स्थापना के लिए यूँ ही हम सबका मार्ग दर्शन करती रहें। इसमें कोई शक नहीं कि ब्रह्माकुमारीज का कार्य निश्चित रूप से ईश्वरीय कार्य है। कार्यक्रम की अध्यक्ष राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी, प्रभारी, आगरा सब जोन ने कहा कि जितना हम शारीरिक एवं मानसिक योग

करते हैं उतना ही तन, मन शांत, शीतल एवं प्रसन्न बनता है और हमारे शरीर की आयु भी बढ़ी होती है। राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी, सह प्रभारी, आगरा सब जोन ने कहा कि आज हर्ष का विषय है कि जिस प्रकृति से हमें सुंदर मानव तन मिला, जिस प्रकृति

ने हमें पोषण दिया, जीवन दिया, उसके ऋण को चुकाने हम सभी यहाँ एकत्रित हुए हैं। डॉ. उदयभान सिंह, डीन, कृषि विश्व विद्यालय कुम्हेर ने कहा कि आध्यात्मिकता के साथ व्यवहारिकता का समावेश मैं बहुत लम्बे समय से ब्रह्माकुमारीज विश्वविद्यालय में

देख रहा हूँ, यह अद्वितीय है। ब्र.कु. भावना बहन, प्रभारी, सादाबाद ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया। ब्र.कु. बबिता बहन एवं ब्र.कु. लक्ष्मण भाई, माउण्ट आबू ने सभी को शारीरिक योगा एवं एक्सरसाइज कराया। ब्र.कु. रमेश भाई, माउण्ट आबू ने सुंदर गीतों

की प्रस्तुति दी। कार्यक्रम में रिटा. कर्नल ब्र.कु. ओमवीर, ब्र.कु. प्रवीणा बहन, वरिष्ठ राजयोगी एडवोकेट अमर सिंह सहित ब्रह्माकुमारीज उत्तराखंड, मध्य प्रदेश, आगरा, राजस्थान आदि सेवाकेन्द्रों की प्रभारी ब्रह्माकुमारी बहनें एवं भाई उपस्थित रहे।



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 July, 2022

स्वामी - राजयोग एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन, प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंहानी द्वारा डी.बी. कॉपी. लि. भास्कर प्रिंटिंग प्रेस, शिवदासपुरा, टोंक रोड, जयपुर से मुद्रित एवं ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन-राज. से प्रकाशित।

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, आबू रोड (राज.) - 307510

See Latest News | www.omshantimedia.org