



सुबह की शुरुआत तीन संकल्प के साथ....

कई कहते हैं कि मुझे क्रोध बहुत आता है। ये रियलाइजेशन कि मुझे क्रोध आता है और मुझे इससे मुक्त होना है, ये रियलाइज करना बहुत सुंदर बात है किसी भी आत्मा के लिए। बहुत लोग तो कहेंगे कि ये मुझे तंग करते हैं इसलिए मुझे गुस्सा आता है मैं क्या करूँ! दूसरे कहेंगे क्रोध तो करना ही पड़ेगा, इसके बिना तो काम नहीं चलता संगठन में। कोई कुछ और कारण बतायेंगे। लेकिन ये रियलाइज करना कि क्रोध बहुत बुरी चीज है, ये हमारी आंतरिक शक्तियों को नष्ट करने वाला है, इसे हमें छोड़ना है, ये बहुत सुंदर बात है। सेल्फ रियलाइजेशन है ये। छोड़ने के लिए हमें शक्तियां भी चाहिए और विधि भी चाहिए। एक छोटी-सी विधि है... सवेरे उठने के पहले एक-दो मिनट में ही करनी होगी। उठे, बाबा को गुड मॉर्निंग की और तीन संकल्प कर लेना... मैं विजयी रत्न हूँ, क्रोध मुक्त हूँ, शांत हूँ। इसे पाँच बार कर लेना। विजय होगी, क्रोध से मुक्त होंगे, शांति बढ़ जायेगी। लेकिन करना है उठते ही, ये बात अंडरलाइन कर ले सभी। बाद में नहीं कि स्नान कर के, तैयार होकर फिर कर लेंगे। उसका इफेक्ट बहुत कम होगा।

अपने इमोशन पर विजय पानी है

सबसे बड़ी चीज, विजय में सबसे पहले हमारी जो विजय होती है वो है काम और क्रोध पर। श्रीमद्भगवद्गीता के तीसरे अध्याय में ये एक श्लोक बहुत पावरफुल है, हे अर्जुन! जो योगी

काम और क्रोध के वेग को रोकने में समर्थ है, वो ही सच्चा योगी है। जिसने दोनों पर विजय प्राप्त कर ली, इमोशनल विजय भी है ये। वो पावरफुल आत्मा है, वो श्रेष्ठ योगी है। आज से पहले भी, डेढ़-दो हजार साल से अनेक ऋषि-तपस्वियों ने काम, क्रोध को जीतने के लिए मेहनत की। लेकिन एक यथार्थ विधि न होने के कारण कुछ जीत पाये, किसी परसेटेंज तक जीत पाये, कुछ फेल हो गये। विधि है सर्वशक्तिवान से शक्तियां लेना। बिना इसके कोई मनोविकारों को परास्त नहीं कर सकता। जबरदस्ती कोई सोच ले मुझे पवित्र रहना ही है, मुश्किल काम होगा। लेकिन अगर शक्तियां प्राप्त कर लेंगे तो खेल हो जायेगा। ये मनोविकारों के अंश बीज सहित नष्ट होने लगेंगे। योग एक अग्नि है जो विकारों के बीज को नष्ट कर देती है। तो सभी बहुत सुंदर इस यात्रा पर आगे बढ़ेंगे। इमोशनस को भी जीतना, काम-क्रोध को भी जीतना। एक सुंदर अभ्यास सभी रोज किया करेंगे...

पाँच स्वरूप का अभ्यास व अनुभूति रोज करें आप सभी ने सुना है मुरलियों में, बाबा ने बहुत साल से, लगभग तीस साल पहले से पाँच स्वरूपों का अभ्यास करने पर बहुत जोर दिया। कभी कहा, आठ बार करो सारे दिन में, कभी कहा बारह बार करो। जब-जब बाबा आये, इन अभ्यासों पर विशेष अटेंशन दिलाया। क्यों, क्योंकि अगर हम इस स्मृति में आते हैं कि मैं देवकुल की पवित्र आत्मा हूँ... देवकुल में... देवयुग में... ढाई हजार वर्ष तक मैं सम्पूर्ण निर्विकारी थी...।

श्रेष्ठ स्थिति से बदल जायेगी परिस्थिति

समय जैसे-जैसे आगे बढ़ रहा है, अनेक उल्टी बातें संसार में घटित हो रही हैं... कुछ आत्माओं के साथ ब्राह्मणों में ऐसा भी हो रहा है कि पहले वो बहुत अलबेले रहते हैं और जब परिस्थिति घेरने लगती है तब उन्हें श्रेष्ठ पुरुषार्थ की याद आती है। लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी होती है। आत्मा खाली हो जाती है, निगेटिविटी का शिकार हो जाती है। और ये निगेटिविटी, उल्टे संकल्प, कमजोर संकल्प, व्यर्थ संकल्प सारा खेल बिगाड़ देते हैं। इसलिए सभी को परिस्थिति आने से पहले ही बहुत अच्छी स्थितियों का अभ्यास करते रहना है। कर रहे हैं बहुत, और बढ़ाना है। ताकि स्वस्थिति के प्रभाव से परिस्थितियां पहले ही नष्ट हो जायें।

ये बाबा की बात जो हमारे पास स्लोगन में लिखी है, सभी को अपने घर में ये स्लोगन लिखकर रख लेना चाहिए। 'स्वस्थिति श्रेष्ठ होगी तो परिस्थितियां बदल जायेंगी।' बहुत बड़ा रहस्य है वायब्रेशंस का। बहुत भारी इफेक्ट है वायब्रेशंस का। यदि स्थिति श्रेष्ठ है और कोई परिस्थिति आती भी है तो हम विजयी हो जाते हैं। जल्दी परिवार को भी सम्भाल लेते हैं। कई माताओं को मैं देखता हूँ, परिस्थितियों में इतनी अच्छी स्थिति वो रखती हैं, पूरे परिवार को सम्भाल लेती हैं। ये बहुत अच्छी बात है। इसलिए पहले से ही ये जो हमारी निगेटिविटी है, व्यर्थ विचार हैं, जल्दी परेशान होने का संस्कार है, गहरी चिंताओं में डूब जाने का संस्कार है, जिसको डॉक्टर आजकल एंज्जाइटी कह रहे हैं। इसपर विजय पानी है। इसमें ज्ञान का बल हमें बहुत ज़्यादा मदद करता है। इसलिए जहाँ योग लगाने की बात हम सब करते हैं, हमें चारों ही सब्जेक्ट पर बहुत ध्यान देना चाहिए।



टूंडला-जीवनी नगर(उ.प्र.)। प्रेमपाल सिंह धनगर को टूंडला का पुनः विधायक बनने पर बधाई देने एवं होली मिलन के पश्चात् ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. शालू बहन।



रायपुर-छ.ग.। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' प्रोजेक्ट के अंतर्गत 'सड़क सुरक्षा मोटर बाइक रेली' को शिव ध्वज दिखाकर रवाना करते हुए गृह सचिव,आई.पी.एस. अरुण देव गौतम, इन्दिरा गांधी कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. गिरीश चन्देल, मुख्यालय समन्वयक ब्र.कु. सुरेश भाई, ब्र.कु. कमला दीदी, मुम्बई से आई ब्र.कु. कविता दीदी तथा अन्य।



झुंजर-हरियाणा। वरिष्ठ पत्रकार सोहन गुज्जर, अध्यक्ष संजीत खन्ना तथा अन्य पत्रकारों को सम्मानित करते हुए ब्र.कु. भावना बहन।



लोहरदगा-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के उपसेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में आरती माला,जिला विधिक सेवा प्राधिकार सचिव, जोशफिना हेम्ब्रॉम,महिला थाना प्रभारी, डॉ. शीला, प्रिन्सीपल,उर्सलाइन टीचर्स ट्रेनिंग बीएड कॉलेज,लोहरदगा, डॉ. रानी, वाइस प्रिन्सीपल,उर्सलाइन टीचर्स ट्रेनिंग बीएड कॉलेज, लोहरदगा, डॉ. आईलीन, ईचार्ज,उर्सलाइन हॉस्पिटल,लोहरदगा, स्थानीय संचालिका ब्र.कु. आशामणि बहन तथा अन्य महिलायें उपस्थित रहीं।



जालंधर-ग्रीन पार्क(पंजाब)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'महिलाएं : नए भारत की ध्वजवाहक' कार्यक्रम में बहन डॉ. सुमेल बाथ, सरोज मल्होत्रा,प्रिसिडेंट,सरस्वती सिंधु व्यास एनजीओ, नीरू मल्होत्रा,संचालिका,सरस्वती सिंधु व्यास, सोनिया कुंद्रा, डॉ. प्रोतिमा बजाज, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. मीरा बहन तथा अन्य गणमान्य महिलायें शामिल रहीं।



बरनाला-पंजाब। शिव जयंती के अवसर पर आयोजित विशाल शोभा यात्रा में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बृज बहन सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।



जयपुर-वैशाली नगर(राज.)। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'महिलायें : स्वर्णिम भारत की ध्वजवाहक' के लॉन्चिंग कार्यक्रम में रमा दत्त,एक्जीक्यूटिव ट्रस्टी,महाराजा सवाई मान सिंह म्यूजियम,दिया कुमारी फाउंडेशन, भावना जगवानी,डायरेक्टर,मोहन फाउंडेशन फॉर ऑर्गन टिश्यू डोनेशन, राखी राठौर,प्रदेश मीडिया प्रभारी, सुमन सिंह,डायरेक्टर,एक अनेकी पहल, सरोज मीणा,महिला थाना अधिकारी, सुशीला शर्मा,डायरेक्टर,वीरगंगा, डॉ. मंजुला भाटी,प्रभारी,महिला पतंजलि योग समिति, ऋतु अग्रवाल,उपाध्यक्ष,जयपुर जिला कांग्रेस समिति, ब्रह्माकुमारीज की उपक्षेत्रीय निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुषमा दीदी, ब्र.कु. चन्द्रकला दीदी, ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी, ब्र.कु. जयंती दीदी सहित शहर की अन्य गणमान्य महिलायें एवं करीब सात सौ लोग उपस्थित रहे।



बेंगलुरु-कुमारा पार्क(कर्नाटक)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में बायें से ब्र.कु. सुरेन्द्र,रिजनल कोऑर्डिनेटर,एजुकेशन विंग,ब्रह्माकुमारीज, श्रीमति तेजस्विनी बगाडिया,असिस्टेंट एडिटर,लोकल गुजराती मैगजीन दक्षिण हलचल, डॉ. शोभा, गायनेकोलॉजिस्ट,मल्लिके हॉस्पिटल,बेंगलुरु, ब्र.कु. रेखा,राजयोग शिक्षिका,लंदन, आर.लक्ष्मीदेवी,एडवोकेट,हाई कोर्ट ऑफ कर्नाटक,बेंगलुरु, राजयोगिनी ब्र.कु. सरोजा दीदी,उपक्षेत्रीय निर्देशिका,ब्रह्माकुमारीज, डॉ. श्रीमाधवी एन,मैनेजिंग डायरेक्टर,एनएसीडीसी एंड केयूडीएलसी,गवर्नमेंट ऑफ कर्नाटक, श्रीमति विभा वालिया,प्रिसिडेंट,प्रगति महिला मंडल, श्रीमति जयश्री रमेश,डायरेक्टर,एकेडमी फॉर सिविलर हैडीकेप्स एंड ऑटिज़्म तथा श्रीमति मंजुला,सब इम्पेक्टर,हाई ग्राउण्ड्स पुलिस स्टेशन,बेंगलुरु।



चिलोडा-गुज.। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'जगदम्बा भवन' में 'जीवन में आध्यात्मिकता का महत्व' विषय पर आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी, ब्र.कु. तारा दीदी, आर्मी की लेफ्टिनेंट सुस्मिता बहन, युवा विकास अधिकारी एपीओ गांधीनगर जया भट्ट, वेगाइ नेशनल खिलाड़ी के.एम. हस्ती, महिला कनवीनर-उमीया महिला संस्थान, वीकेर फाउंडेशन, जीवन साथी परसंदगी केन्द्र की सुधा बहन ए. पटेल, जिला पंचायत आरोग्य समिति की चेयरमैन मीना एल.ठाकार, आयुर्वेदिक केन्द्र डोलाराना वासना की डॉ. पलक कटारिया आदि अग्रगण्य महिलाओं सहित लगभग दो सौ महिलायें उपस्थित रहीं।