



**शांतिवन।** ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रत्नमोहिनी जी के 99वें जन्मदिन, राजयोगिनी ब्र.कृ. नलिनी दीदी, मुख्य घाटकोपर सबजोन इंचार्ज के 80वें जन्मदिन एवं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कृ. शील दीदी के 75वें जन्मदिन पर शांतिवन के विशाल डायरेण्ड हॉल में आयोजित भव्य कार्यक्रम में वे केक काटते हुए। साथ हैं संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कृ. मुन्नी दीदी, ब्र.कृ. शुक्ला दीदी, संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कृ. मृत्युंजय भाई तथा अन्य।



**बैतूल-म.प्र।** प्रचलित अखबार दैनिक भास्कर द्वारा केसर बाग में आयोजित 'बेस्ट वृक्षम अवॉर्ड 2023' में ब्रह्माकुमारीज की जिला संचालिका राजयोगिनी ब्र.कृ. मंजू दीदी को अद्यतम के क्षेत्र में महिलाओं को जागरूक करने एवं उन्हें सशक्त बनाने के लिए 'बेस्ट वृक्षम अवॉर्ड 2023' से सम्मानित करते हुए पार्वती बास्कर, नगर पालिका अध्यक्ष, पूर्व सांसद एवं विधायक हेमंत खंडेलवाल, भाजपा जिला अध्यक्ष बबला शुक्ला तथा अन्य।



**राजुला-गुज.।** शिव ज्योति दर्शन आध्यात्मिक मेला एवं 12 ज्योतिर्लिंग दर्शन के पश्चात् आध्यात्मिक चर्चा करते हुए विधायक हीरा भाई सोलंकी, ब्र.कृ. अनु बहन व ब्र.कृ. सरोज बहन।



**राजगढ़-व्यावरा(म.प्र.)।** श्री गीता मानस प्रचार समिति परायण चौक राजगढ़ द्वारा सप्त दिवसीय श्रीमद् भगवत् गीता पर विशेष व्याख्यान कार्यक्रम में दीप प्रज्ञलित करते हुए श्री गीता मानस प्रचार समिति के महासचिव अशोक शर्मा, पत्रकार अनंद त्रिपाठी, समाजसेवी राजेंद्र जोशी, कार्यकारिणी सदस्य कैलाश नारायण सेन, कार्यकारिणी सदस्य शिवनारायण मौर्य, समिति सदस्य रशिम तिवारी, शिक्षिका गायत्री शर्मा तथा ब्रह्माकुमारीज की जिला संचालिका ब्र.कृ. मधु बहन।



**जबलपुर-नेपियर टाउन(म.प्र.)।** छूले लाल जयंती के अवसर पर सिंधी युवा संस्था के द्वारा आयोजित कार्यक्रम में सम्मोहन के लिए मुख्य रूप से ब्रह्माकुमारी बहनों को आमंत्रित किया गया। इस मौके पर ब्र.कृ. मीना बहन एवं ब्र.कृ. पूजा बहन का शांत और पुष्टे से स्वागत किया गया।



**बिलासपुर-राजकिशोर नगर(छ.ग.)।** ब्रह्माकुमारीज के शिव अनुराग भवन में हनुमान जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में राम, सीता, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न, हनुमान आदि अनेक देवी-देवताओं की चैतन्य मोरम झाँकी सजाई गई। इस मौके पर ब्र.कृ. गायत्री बहन सहित बड़ी संख्या में अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।



## आत्मा को पोषित करना उतना ही आवश्यक है... जितना कि शरीर को

ब्र.कृ. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जैसे ही आत्मा शरीर से निकल गई तो शरीर कुछ नहीं कर सकता। सारी ज़िम्मेदारियां खत्म। बच्चे वहाँ हैं लेकिन आप उनके लिए कुछ नहीं कर सकते। पेड़ पानी बिना नहीं रह सकता, गाड़ी पेट्रोल बिना नहीं चल सकती, शरीर भोजन के बिना नहीं चल सकता, लेकिन आत्मा चलती जा रही है जिसका परिणाम आज हमें दिखाई दे रहा है। हम छोटी-छोटी बातों से नाराज़ हो जाते हैं, उदास हो जाते हैं, क्योंकि

बहुत सालों या शायद कई जन्मों से आत्मा को पोषित करना ही भूल गए हैं हम। आत्मा को पोषित कैसे करना है यह हमें मालूम ही नहीं था।

आत्मा को सकारात्मक चिंतन से पोषित करने के बजाय कई ऐसी चीजें डालनी शुरू कर दीं जो उसके लिए सही नहीं हैं तो उसका भी परिणाम दिखाई देने वाला है। हम सुबह उठते थे, तैयार होते थे, काम पर जाते थे, शाम को आते थे परिवार के साथ बैठते थे। ऐसा ही जीवन बहुत सालों से चल रहा था। हमें कभी-कभी थोड़ा गुस्सा आ जाता था, कभी हम थोड़े उदास हो जाते थे, फिर हम ठीक हो जाते थे।

हम बहुत सारे लोगों के साथ सामंजस्य बैठा लेते थे, कभी-कभी नाराज़ भी हो जाते थे। हाँ, यह है कि हम रोज़ सुबह-सुबह पूजा-पाठ करते थे, फिर सारा दिन सामान्य चलता था। सुबह की वो थोड़ी-सी पूजा-पाठ भी आत्मा के लिए पोषण थी। मन भी ठीक चल रहा था,

गई, शरीर की बीमारियां बढ़ गई, रिश्तों में तनाव व कड़वाहट बढ़ते जा रहे हैं। डिप्रेशन रेट बढ़ गया, हृदय रोग बढ़ गए, तलाक बढ़ गए, दुष्कर्म बढ़ गए। आज के बच्चों पर इतना असर क्यों हो रहा है, सूचनाओं का? बच्चों को स्कूल की पढ़ाई मिल रही है लेकिन आत्मा का पोषण नहीं। छोटी-सी उम्र में ही उनके हाथ में फोन हैं, गैजेट्स हैं। वे आज अगर कार्टन भी देख रहे हैं तो उसमें भी हिंसा है। जब ये सारी चीजें आत्मा को बचपन से मिलनी शुरू हो जाएंगी तो आत्मा पोषित कहाँ होगी! मैंने

अपनी सारी ज़िम्मेदारियां निभाई लेकिन इससे मेरी आत्मा खुश नहीं है और मैं संघर्ष का जीवन जीती हूँ। इससे तो हम पीछे की पीढ़ी को भुक्तानी पहुँचा रहे हैं।

शहर में प्रदूषण बढ़ रहा है उसे तो हम देखते हैं। उसके लिए समाधान भी ढूँढ़ते हैं लेकिन आत्मा के प्रदूषण के समाधान की तरफ हम ध्यान नहीं देते हैं। अगर हम आत्मा को थोड़े दिन सिर्फ पोषित करना शुरू कर दें तो वह फिर खिल जाएगी। उसका तनाव-अवसाद, बीमारियां ठीक होने लगेंगी, उसके रिश्ते तो बहुत बढ़िया बन जाएंगे।

शरीर भी ठीक चल रहा था। उस समय इलाज कम होते थे। तब इलाज उतना अच्छा नहीं होता था जितना आज हमारे पास है। लेकिन बीमारियां भी कम थीं। रिश्ते भी अच्छे चल रहे थे। पिछले 50 सालों से हमने भले पोषित नहीं किया लेकिन ज़्यादा कुछ गलत भी नहीं खिलाया। अगर हम पिछले 20 साल को देखें तो हमने इसको बहुत ज़्यादा गलत खिलाना शुरू किया है। इससे क्या हुआ कि मन की बीमारियां बढ़