



अस्का-ओडिशा। नव वर्ष के अवसर पर मत्स्य और पशु संसाधन राज्यमंत्री गोकुलानंद मल्लिक को फूलों का गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रवती। साथ हैं अन्य ब्रह्माकुमारी बहनें।



सिरोही-राज। भारत सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय के तहत नेहरू युवा केंद्र, सिरोही द्वारा आयोजित राष्ट्रीय युवा दिवस पर एसबीआई ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान, आरसेटी के परिसर में कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज युवा प्रभाग के ब्र.कु. जीतू माउण्ट आबू। कार्यक्रम में उपस्थित रहे नेहरू युवा केंद्र के हरिराम जी, विजय कुमार, रघुनाथ जी, आरसेटी कार्यालय सहायक प्रवीण कुमार, भंवरलाल, प्रशिक्षक मामराज सिंह, दीपक कुमार सोनी, आरसेटी प्रशिक्षणार्थी एवं ब्र.कु. रवि, माउण्ट आबू।

FOR ONLINE TRANSFER

Pay Directly to: osmorerf@indianbk



BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan, Talhati
ACCOUNT :- OM SHANTI MEDIA OF RERF
ACCOUNT NO:- 7552337300,
IFSC - CODE:- IDIB000S319

Note:- After Transfer send detail on

E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org

E-Mail - omshantimedia@bkivv.org

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,

पोस्ट बॉक्स न-5, आबू रोड, राज. 307510

संपर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088

Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - ₹-240, तीन वर्ष - ₹- 720, आजीवन - ₹- 6000

Website: www.omshantimedia.org

हमारे हर थॉट पर ही हमारा मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य निर्भर

रिश्ते का मतलब बस देना... देना...

-गतांक से आगे... जैसा कि हमने पिछले अंक में पढ़ा कि मेरे हर संकल्प का प्रभाव मेरे शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। उसके बाद नेक्स्ट फीलिंग्स हेल्थ, फिर नेक्स्ट हर वायब्रेशन हमने जिसके बारे में सोचा चाहे वो उसी कमरे में बैठा है, चाहे वो दूसरे देश में बैठे हैं, हम फोन उठाकर मैसेज टाइप करें फिर वो मैसेज वहां भेजे, उसमें तो कुछ सेकण्ड, कुछ एक मिनट लग जाता है। लेकिन जैसे ही आपने थॉट क्रियेट किया तो वो दूसरों तक तुरंत पहुंच जाता है। अब आगे पढ़ेंगे...

आज हम रिश्तों में बहुत मेहनत करते हैं क्योंकि हम रिश्तों में बोलते क्या हैं, व्यवहार क्या करते, एक-दूसरे के लिए करते क्या हैं, उस पर बहुत मेहनत करते हैं। हम सोचते क्या हैं एक-दूसरे के लिए हम उस पर ध्यान नहीं देते और इसलिए इतनी मेहनत करने के बावजूद भी रिश्ते थोड़े से बिखरते जा रहे हैं। आजकल मिसअंडरस्टैंडिंग जल्दी हो जाती है, गाँठें जल्दी आ जाती हैं। फिर गाँठें आ गई तो खोलते नहीं हैं, बातों को पकड़ कर रखते हैं। झुकने की शक्ति नहीं है, बात को खत्म करने की ताकत नहीं है, क्षमा करना मुश्किल लगता है इसीलिए रिश्ते बिखरते जा रहे हैं। और वो शब्द डायवोर्स जो 25-30 साल पहले बहुत ही कम हुआ करता था, होता था तो लोग बताते भी नहीं थे। लेकिन आज आम होने लग गया। हमारे पास जब कपल्स आते हैं तो हमें तो 25-30 साल से दिख रहा कि समाज में परिवर्तन किस डायरेक्शन में जाता है। तो 20 साल पहले तक ठोस कारण होता था कि क्यों अलग होना है और बड़े-बड़े रिज्जन होते थे। फिर 10 साल पहले तक छोटे-छोटे रिज्जन में

भी, नहीं हमें नहीं रहना, इतनी सी बात में हम नहीं एडजस्ट कर सकते इतना, कहते हैं हमें नहीं रहना इनके साथ। क्यों नहीं रहना? तो बस नहीं रहना। कोई रिज्जन होगा ना, ऐसे कैसे नहीं रहना! मुझे इस रिश्ते में इनके साथ कुछ नहीं मिल रहा है, सामने वाला कहता है मुझे भी नहीं मिल रहा है।



ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

और जब मिल नहीं रहा तो क्यों रहना, क्यों इतना एडजस्ट करना, जब मिल नहीं रहा है। क्योंकि उस रिश्ते में किस लिए गये हैं? लेने के लिए।

रिश्ते में किस डायरेक्शन में जाना चाहिए? रिश्ते में किस डायरेक्शन में हाथ होना चाहिए? लेने के लिए या देने के लिए? रिश्ता मतलब देना, देना, देना, सिर्फ देना, हमेशा देना और सबको देना। फिर मुझे कौन देगा? मुझे कैसे मिलेगा? अगर मैंने सबको देना, देना, देना क्योंकि बार-बार मन में यह संकल्प आता है मैंने इतना किया, मैंने इतना किया, मैंने इसके लिए इतना किया, मैंने परिवार के लिए इतना किया, मेरी तो कोई वैल्यू नहीं है, मुझे तो

कोई कुछ नहीं मिल रहा है सिर्फ मैं ही सबको देते जा रही हूँ। तो मैं अगर सबको देती गई तो मुझे कहां से मिलेगा? मान लीजिए हमने किसी पर गुस्सा किया। एक मिनट आँख बंद कर वो सीन सामने लेके आये, जब आप दूसरों को गुस्सा दे रहे थे, उसको डांट रहे थे, हम किसको डांट रहे थे? हम उनको डांट रहे थे। हम गुस्सा किसको दे रहे थे? हम उनको दे रहे थे। हम देने वाले थे और वो लेने वाले थे। जिसको मिल रहा था सिर्फ आप साक्षी होकर उस सीन को देखो। किस पर असर ज्यादा हो रहा था देने वाले पर या जिसको मिल रहा था? और यहीं बैठे-बैठे उस सीन में जाओ और अपने घर के ड्रावर से पल्स ऑक्सीमीटर उठाये और जो गुस्सा दे रहा था उसकी भी पल्स देखें और जिसको गुस्सा मिल रहा था उसकी भी पल्स देखें और खुद यहां बैठ कर उस डिसप्ले पर देखो किसका हिला हुआ दिखाई दे रहा था, जो गुस्सा दे रहा था या जो गुस्सा ले रहा था। किसकी हार्ट बीट चेंज हुई थी, जो दे रहा था या जो ले रहा था। जब मन में असर पड़ रहा है, शरीर पर असर दिखाई दे रहा है तो इस बात को एक बार फिक्स कर लीजिएगा कि जो देता है देते समय सबसे पहले उसको ही मिलता है।

एनर्जी का इक्वेशन ये नहीं है कि मैंने दिया और मैंने आपसे लिया, नहीं। एनर्जी का इक्वेशन है मैंने आपको दिया और देते समय वो मुझसे प्लो होता हुआ आपके पास गया। तो देना और लेना नहीं है। लेते हुए देना ये एनर्जी का इक्वेशन है। तो इस बार फिक्स कर लीजिए रिश्ते का मतलब देना, देना और देना। और सबको वो देना जो हमें चाहिए।



शंघाई-चीन। मीडिया हाउस द्वारा शहर के केंद्र में शंघाई टॉवर के बगल में 5 सितारा होटल में ब्र.कु. सपना को भीतर के प्रकाश को जगाने, पुराने साल के लिए आभार और नए साल का स्वागत करने पर एक सत्र आयोजित करने के लिए आमंत्रित किया गया। सत्र में एक कार्यशाला, निर्देशित मोमबत्ती प्रकाश ध्यान और माइंडफुलनेस तकनीकें शामिल रही।



ओआरसी-गुरुग्राम। अंतरिक्ष विभाग, दिल्ली सचिवालय में विश्व हिन्दी दिवस पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में डॉ. शंकर कुमार, संयुक्त निदेशक राष्ट्रीय भाषा, डॉ. राजीव जैसवाल, ओएसडी अंतरिक्ष विभाग, ब्र.कु. फलक वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्र.कु. विधात्री, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका तथा इसरो के अधिकारी।