

हमारे संकल्प में असम्भव को भी सम्भव करने की सिद्धि समाहित

नया रायपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज शान्ति शिखर में आयोजित समारोह में जीवन प्रबन्धन विशेषज्ञ एवं मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. शिवानी दीदी ने कहा कि हमारे जीवन की क्वालिटी हमारी सोच पर निर्भर करती है। हम जैसा सोचते हैं वैसा ही बन जाते हैं। विचारों में बहुत शक्ति होती है। श्रेष्ठ विचारों के माध्यम से हर कार्य में सफलता या सिद्धि प्राप्त की जा सकती है। जब हम अपनी सोच बदलते हैं तो चमत्कार होता है। असम्भव भी सम्भव हो जाता है। असम्भव भी सम्भव करने का नाम है संकल्प से सिद्धि। इसलिए कभी भी व्यर्थ विचारों में अपनी शक्ति को गंवाना नहीं चाहिए। कुछ लोग हर बात में निगेटिव सोचते हैं। लेकिन बार-बार निगेटिव बातों के बारे में न सोचें अन्यथा वह सिद्ध हो जाएंगी। क्योंकि हमारा मस्तिष्क हमारी सोच के अनुसार ढल जाता है। हमारी सोच हमारा भाग्य बनाती है। क्योंकि जैसा सोचेंगे वैसा निर्णय करेंगे,



वैसा कर्म करेंगे और कर्म से भाग्य जुड़ा हुआ है। उन्होंने कहा कि हम पॉजिटिव सोच से अपने स्वभाव, संस्कार, व्यवसाय, कारोबार और रिश्ते आदि सबको ठीक कर सकते हैं। पहले बारिश नहीं होती थी तो गाँवों में रामायण सप्ताह करते थे, हवन आदि करते थे, मंत्र पढ़ते थे। उसी प्रकार मन की शक्ति के माध्यम से हम मुश्किल कार्य सहज बना सकते हैं। दीदी ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन वास्तव में

संस्कार परिवर्तन करने की विधि है। रात को सोने से पहले और सुबह सोकर उठने के तुरंत बाद अपने संकल्पों पर अटेन्शन दें। इस समय हमारा अवचेतन मन सक्रिय रहता है। इसलिए सकारात्मक संकल्प करें। सबके लिए अच्छा सोचें और शुभ संकल्प करें। शिवानी ने कहा कि भोजन और पानी को प्रसाद की तरह स्वीकार करें। हमारे शरीर का 70 प्रतिशत हिस्सा पानी है इसलिए पानी को मेडिटेशन से

चार्ज करने के बाद पीएं। भोजन परमात्मा की याद में बनाएं। भोजन बनाते समय अच्छे विचार करें और भजन सुनें तो भोजन प्रसाद बन जाएगा। बाहर जाकर दूषित भोजन खाने की बजाए घर का बना प्रसाद जैसा भोजन ग्रहण करें। अन्न का मन पर गहरा असर पड़ता है। जिसका प्रभाव हमारे कर्म में आता है। कार्यक्रम में जिनदल स्टील के प्रेसीडेंट प्रदीप टण्डन, मुख्यमंत्री के मीडिया सलाहकार पंकज

- 01 हमारे जीवन की क्वालिटी हमारी सोच पर निर्भर - ब्र.कु. शिवानी दीदी
- 02 भोजन और पानी को मेडिटेशन द्वारा चार्ज कर प्रसाद की तरह ग्रहण करें...
- 03 जहाँ विचारों में अपने संकल्पों की शक्ति को न गँवाएँ...

झा, सीमा सुरक्षा बल के महानिरीक्षक हरिलाल, सेना के ब्रिगेडियर तेजीन्द्र सिंह बावा, बैंक ऑफ इंडिया की महाप्रबन्धक श्रीमती गायत्री काम्पा, ग्रामीण बैंक के अध्यक्ष विनोद अरोरा, अपेक्स बैंक के प्रबन्ध संचालक कमल नारायण काण्डे, इंदौर क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी और रायपुर संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सविता दीदी सहित गणमान्य व्यक्तिगण की उपस्थिति रही।

तनावपूर्ण एवं तेज़ गति वाले जीवन में ध्यान का ठहराव जरूरी

जमशेदपुर-आरखंड। ध्यान दिवस के शुभ अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा यूनिवर्सल पीस फैलेस रिट्रीट सेंटर, मरीन डाइव, सोनारी में एक अत्यंत शांतिपूर्ण एवं प्रेरणादायी ध्यान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। ब्रह्माकुमारीज जमशेदपुर एवं कोल्हान क्षेत्र प्रमुख

कल्याण के लिए सरल एवं प्रभावशाली ध्यान विधियों से परिचित कराया गया। राजयोगिनी ब्र.कु. अंजू दीदी द्वारा गाइडेड कॉमिटी के साथ ध्यान सत्र तथा उसके पश्चात् सामूहिक ध्यान ने वातावरण को अत्यंत शक्तिशाली, शान्त और सकारात्मक



राजयोगिनी ब्र.कु. अंजू दीदी ने दीप प्रज्वलन एवं अपने स्वागत उद्बोधन के साथ-साथ संस्था के परिचय एवं नियमित ध्यान के महत्व के लिए सभी को प्रेरित किया। तत्पश्चात् ब्र.कु. प्रियंका ने बताया कि हमारे शरीर की 90 प्रतिशत बीमारियां मन की कमजोरी के कारण होती हैं, इसलिए हमें मानसिक स्वास्थ्य पर भी ध्यान देने के लिए मेडिटेशन नियमित रूप से करने की आवश्यकता है। इसके लिए हमें यह जानना जरूरी है कि मन को चलाने वाली शक्ति है आत्मा। जोकि मन की मालिक है। आत्मा को शक्तिशाली बनाने का एकमात्र साधन है राजयोग मेडिटेशन। राजयोग मेडिटेशन वह सर्वश्रेष्ठ योग है जिसमें आत्मा अपना बुद्धि का कनेक्शन उस सर्वोच्च सत्ता से जोड़ती है और निरंतर शक्तियों के प्रवाह को अनुभव करती है। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य आज के तनावपूर्ण एवं तेज़ गति वाले जीवन में ध्यान के लाभ एवं उसके व्यावहारिक तरीकों के प्रति जागरूकता फैलाना था। विचारोत्तेजक वक्तव्यों के माध्यम से प्रतिभागियों को मानसिक शांति, एकाग्रता, भावनात्मक संतुलन एवं समग्र

बना दिया। सामूहिक साधना के इस अनुभव से प्रतिभागियों ने गहन आंतरिक शान्ति, सकारात्मकता एवं नई ऊर्जा का अनुभव किया। मुख्य अतिथियों ने मानसिक स्वास्थ्य, जीवन मूल्यों और आध्यात्मिक शिक्षा के क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज द्वारा किए जा रहे प्रयासों की सराहना की तथा कहा कि ध्यान एक शांतिपूर्ण समाज और सामंजस्यपूर्ण विश्व के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। साथ ही साथ यह भी बताया कि नियमित ध्यान के अभ्यास को फुट करने एवं अभ्यास को सहज बनाने के लिए अपने नजदीकी सेवाकेन्द्र से सम्पर्क करें। यह राजयोग मेडिटेशन सात दिवसीय कोर्स है जो प्रतिदिन एक घंटा ब्रह्माकुमारीज के किसी भी सेवाकेन्द्र में निःशुल्क सिखाया जाता है। इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. निर्मला शुक्ला, अध्यक्ष, आदर्श सेवा संस्थान, प्रभा जायसवाल, सचिव, आदर्श सेवा संस्थान, सुमित्रा पंडिया, सचिव, आदर्श सेवा संस्थान तथा झारखंड के प्रसिद्ध फिल्म निर्माता संजय सेठिया की उपस्थिति रही। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. निशांत के द्वारा किया गया।

पुलिस और युवापीढ़ी के समन्वय से सड़क बनेगी सुरक्षित



रायपुर-छ.ग.। मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने ब्रह्माकुमारीज के शांति सरोवर रिट्रीट सेंटर में आयोजित पुलिस मितान (दोस्त) सम्मेलन में संबोधित करते हुए कहा कि सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान में पुलिस मितान अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे। पुलिस मितान नागरिकों को सड़क सुरक्षा के लिए जागरूक करने के साथ-साथ गांवों एवं मोहल्लों में पुलिस के रेस्पॉन्स टाइम को भी बेहतर बनाएंगे। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने पुलिस मितान एप की लॉन्चिंग भी की। मुख्यमंत्री ने कहा कि छत्तीसगढ़ में मितान बनाने की एक सुंदर और मानवीय परम्परा रही है। उन्होंने आगे कहा कि रोड सेफ्टी के लिए किया गया कर्म अत्यंत पुण्य का कार्य है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि पुलिस मितान साथियों के निरंतर प्रयासों

से इन सड़क दुर्घटनाओं में निश्चित रूप से कमी आएगी और आम नागरिकों का जीवन अधिक सुरक्षित बनेगा। गृह एवं उपमुख्यमंत्री विजय शर्मा ने कहा कि पुलिस जवान अत्यंत अनुशासन में रहकर कठिन परिस्थितियों में भी अपनी ड्यूटी पूरी निष्ठा से निभाते हैं। अब पुलिस मितान पुलिस के साथ समाज की सुरक्षा में अपनी सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करेंगे। इस अवसर पर रायपुर संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सविता दीदी, पुलिस महानिदेशक अरुण देव गौतम, अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक प्रदीप गुप्ता, अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक अमित कुमार, आईजी रायपुर रंज अमरेश मिश्रा, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक डॉ. लाल उम्मेद सिंह, राम गर्ग सहित बड़ी संख्या में पुलिस मितान एवं गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

- जो स्वयं पर विश्वास करते हैं वही अद्भुत करते हैं - डॉ. अर्चिका सुधांशु
- जीवन की सबसे बड़ी पूंजी है श्रेष्ठ संस्कार - ब्र.कु. बिंदु
- ब्रह्माकुमारीज संस्थान के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में हुआ आयोजन

स्वयं पर विश्वास अद्भुत सफलता दिलाता - डॉ. सुधांशु



गुरुग्राम-ओआरखंडी (हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में 17वें जनजातीय युवा आदान-प्रदान कार्यक्रम का शुभारम्भ हुआ। कार्यक्रम का आयोजन भारत सरकार के गृह मंत्रालय, युवा मामले एवं खेल मंत्रालय के अंतर्गत मेरा युवा भारत के तत्वावधान में हुआ। मेरा युवा भारत के उत्तरी क्षेत्र के क्षेत्रीय निदेशक डॉ. लाल सिंह ने बताया कि कार्यक्रम

का उद्देश्य आदिवासी एवं जनजाति के युवाओं को राष्ट्र की मुख्यधारा से जोड़ना व देश की सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक विरासत से परिचित कराना है। डॉ. सिंह ने कहा कि सप्ताह भर चलने वाले इस आयोजन में नशा मुक्त भारत, आत्मनिर्भर भारत और विकसित भारत 2047 जैसे

विषयों पर कार्यशालाएं एवं सांस्कृतिक प्रस्तुतियां आयोजित की जाएंगी। साथ ही आध्यात्मिक और नैतिक मूल्यों के आधार पर श्रेष्ठ चरित्र का निर्माण करना है। डॉ. सिंह ने कहा कि ये हमारा सौभाग्य है कि इस कार्यक्रम का उद्घाटन योग की तपोभूमि पर हो रहा है। विश्व जागृति

मिशन की उपाध्यक्षा डॉ. अर्चिका सुधांशु ने कहा कि जीवन ईश्वरीय सौगात है। हर कोई अच्छा बनना चाहता है। लेकिन भय मनुष्य को आगे नहीं बढ़ने देता। इसलिए हमें डर पर जीत पानी है। स्वयं पर विश्वास होना जरूरी है। हमेशा सोचें ईश्वरीय शक्ति सदा मेरे साथ है। जिन्हें

स्वयं पर विश्वास होता है, वो लोग ही अद्भुत करते हैं। सफलता के लिए हमेशा कुछ न कुछ सीखना जरूरी होता है। कार्य कैसा भी हो सदैव खुश रहकर करें। सिरसा स्थित सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बिंदु दीदी ने कहा कि नकारात्मक विचार ही खुशी को कम करते हैं। आशावादी व्यक्ति ही सदा खुश रह सकता है। श्रेष्ठ संस्कार ही जीवन की सबसे बड़ी पूंजी है। उन्होंने कहा कि दूसरों को देखने में समय गंवाने के बजाए स्वयं पर ध्यान देना है। संस्थान के गायक कलाकार ब्र.कु. चांद बजाज ने गीत के द्वारा सबका स्वागत किया। ओआरखंडी की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. हुसैन ने संस्थान का परिचय दिया। कार्यक्रम में देश के विभिन्न प्रांतों से 230 युवाओं ने शिरकत की।