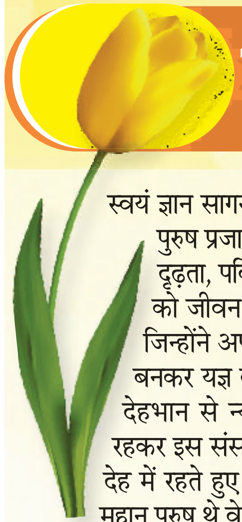
# ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -24 अंक - 19 जनवरी-I-2022 (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. 8.50

## तपस्या की पराकाष्ठा से सम्पूर्णता तक... प्रजापिता ब्रह्मा

स्वयं ज्ञान सागर, त्रिकालदर्शी परम आत्मा ने जिन्हें आदि पुरुष प्रजापिता ब्रह्मा कहकर सम्मानित किया। अपनी दृढ़ता, पवित्रता व तपस्या के बल से जिन्होंने अनेकों को जीवन दान दिया। रूद्र द्वारा स्थापित ज्ञान-यज्ञ में जिन्होंने अपना सर्वस्व स्वाहा कर दिया और यज्ञ पिता बनकर यज्ञ को सफल किया। जिनकी दृष्टि दूसरों को देहभान से न्यारा कर देती थी। जो विदेही स्वरूप में रहकर इस संसार में ऐसे रहे मानो यहाँ रहते ही न हों। वे देह में रहते हुए भी ऐसे रहे मानो देह में हों ही नहीं। ऐसे महान पुरुष थे वे जिन्हें स्वयं निराकार त्रिमूर्ति शिव ने अपना माध्यम बनाया और उनके तन में प्रवेश करके सत्य ज्ञान का रहस्योद्घाटन किया। वे 93 वर्ष की आयु में अव्यक्त हुए। इतनी आयु तक सीधे चलते थे, सीधे बैठते थे और बैडमिंटन भी खेलते थे। इतनी आयु में भी वृद्धावस्था के लक्षण उनके पास नहीं फटकते थे और उनकी गति को मंद नहीं करते थे। उन्होंने पवित्रता व दिव्यता की नींव इतनी गहरी रखी जो आज उनकी राहों पर लाखों लोग आगे आये। कर्म और व्यवहार में उन्हें स्वार्थ स्पर्श तक नहीं कर सका। कुछ महानताएँ हम यहाँ प्रस्तुत कर रहे हैं।

### महान कर्मयोगी

वे कर्म करते हुए कर्मातीत थे। कर्मयोगी केवल वे नहीं होते जो कर्मठ हों या जो समाज सेवा के क्षेत्र में कार्यरत हों। कर्मयोगी उन्हें कहा जाता है जो कर्म करते हुए भी योगयुक्त रहते हों। जिनके मन में कर्म की छाया तनिक भी न रहती हो। जो निष्काम हों तथा कर्मबंधन से मुक्त रहते हों। वे ज्ञान-मुरली सुनाने से लेकर, दो घण्टा पत्र पढ़ने व लिखने का कार्य करते थे। सारे यज्ञ में प्रतिदिन चक्कर लगाते थे। सब कारोबार का संचालन करते थे। रात्रि क्लास कराने के बाद वे सभी वत्सों के कक्ष में जाया करते थे, यह देखने के लिए कि सबके पास पर्याप्त सुविधाएं हैं, सब ठीक से आराम कर रहे हैं। सब बच्चों को सुलाकर फिर वे स्वयं सोते थे। इन सब कार्यों में उनका निर्मल पितृवत प्रेम व हल्कापन, चेहरे की मुस्कान व रमणीकता साफ देखी जा सकती थी। वे कर्म ऐसे करते थे मानो वे स्वयं कुछ न कर रहे हों, परमात्मा ही उनके द्वारा सबकुछ करा रहा हो। वे बुद्धि से सर्वदा ब्रह्मलोक में ही विचरण करते थे।

### सम्पूर्ण बनने के लिए सम्पूर्ण समर्पित

राजयोग का ज्ञान परमशिक्षक से मिलते ही वे निरंतर योगयुक्त स्थिति की ओर चल पड़े। साधक जानते हैं कि साधना का मार्ग परीक्षाओं का मार्ग है, इस पर आशा व निराशा का भी दौर चलता है, माया भी अवरोध उत्पन्न करती है परंतु उन्होंने महावीर बनकर इसके लिए स्वयं को कुर्बान कर दिया।

बस एक ही लक्ष्य... निरंतर योगयुक्त रहना है, सम्पूर्ण बनना है। समय कहीं भी व्यर्थ नहीं, बातों में कहीं बाह्यमुखता या विस्तार नहीं। विष्णु समान ज्ञान में मग्न और सबकुछ समेटे हुए। अन्यत्र कहीं भी रूचि नहीं। बस अर्जुन की तरह लक्ष्य ही दिखाई देता था। इसे कहते हैं महान लक्ष्य के प्रति स्वयं को समर्पित कर देना। न और कुछ पाने की इच्छा, न और कुछ देखने व सुनने की इच्छा।

### महान तपस्वी व वैराग्य सम्पन्न

जब से निराकार त्रिमूर्ति शिव ने उनके तन में प्रवेश किया था और उन्होंने महाविनाश का साक्षात्कार किया था, तब से ही वे वैराग्य की भावना से परिपूर्ण हो गये थे। धन-दौलत के प्रति उन्हें वैराग्य हो गया था। उन्हें एक ही धुन थी कि शीघ्र ही सम्पूर्ण बनकर वापिस अपने घर जाना है। ये विश्व उन्हें नष्ट हुआ सा प्रतीत होता था। वे इसे देखते हुए भी नहीं देखते थे। बस तपस्या ही तपस्या।

हम जानते हैं कि तपस्या हर व्यक्ति नहीं कर सकता। जिसमें त्याग व वैराग्य हो, जो इस विश्व से जीते जी मर गया हो, जिसका चित्त निर्विकार व शान्त हो गया हो, उसकी बुद्धि योग में स्थित होती है।

बाबा को तो जन्म से ही स्थिर व दिव्य बुद्धि का वरदान मिल गया था। प्रातः तीन बजे उठकर वे गहन साधना में तत्पर हो जाते थे। अशरीरीपन व आत्मिक दृष्टि का उन्होंने बहुत अभ्यास किया था। चाहे वे खेलते हों या खाते हों, सैर कर रहे हों या बात कर रहे हों, वे निरंतर योगयुक्त रहते थे। शास्त्रों की भाषा में कहें तो वे चलते-फिरते भी समाधिस्थ रहते थे। उनकी योग-साधना पूर्णतः विश्व कल्याणार्थ थी।

### नारायणी नशे में मस्त

नर से नारायण बनने के नशे में वे सदा दिखाई देते थे। उनके मुख पर भी आ जाता था कि मैं ये बूढ़ा तन छोड़कर छोटा श्रीकृष्ण बनूंगा। उनके चेहरे पर इसके हाव-भाव देखे जा सकते थे। उन्हीं के कारण प्रभु-प्रेम में मग्न रहने वालों को नारायणी नशे में रहने वाले कहा जाने लगा। एक बार वे हॉल में अकेले ही डांस कर रहे थे। दादी जानकी ने उन्हें देख लिया। वे बोले-बच्ची, बाबा को नशा चढ़ा हुआ है कि मैं भविष्य में क्या बनने वाला हूँ! उन्हें न केवल भविष्य का नशा था बल्कि अपने गॉडली स्टूडेंट होने का, प्रभु मिलन का, प्रभु के साथ व उनको रथ देने का भी नशा था।

### बेफिक्र बादशाह

"पाना था सो पा लिया, अब और क्या बाकी रहा"- ये उनके दिल का गीत था, यही उनके जीवन का संगीत था। चाहे जीवन की अलौकिक यात्रा में कुछ भी आया हो, किसी ने उनको उदास, भयभीत, चिंतित या परेशान नहीं देखा। अनेक ब्रह्मा वत्स भी यज्ञ में विघ्न डालते थे, ग्लानि करने लगते थे, परंतु वे सदा यही कहते थे कि शिवबाबा बैठा है, वही यज्ञ का मालिक है, उसी की छत्रछाया हमारे सिर पर है, वह सब कुछ सम्भाल लेगा। यह नशा व निश्चय उन्हें सदा सभी गमों से दूर बेफिक्र बादशाह बनाये रखता था। वे यहीं सच्चे बादशाह, सिंह के समान निर्भय थे और उनका भविष्य में विश्व-महाराजन बनना तो तय ही था।

### नष्टोमोहा स्मृतिर्लब्धा

सम्पूर्ण गीता ज्ञान को उन्होंने अपने जीवन में उतारा था। चाहे दूसरे अध्याय का आत्म-ज्ञान व स्थिर-बुद्धि, चाहे योगयुक्त जीवन व निष्काम भाव, चाहे मनोविकारों पर विजय या सात्विक वृत्ति और अंतिम नष्टोमोहा व स्मृति स्वरूप स्थिति। ये सब उनके जीवन में साकार हुए थे।

यद्यपि उनकी धर्मपत्नी, पुत्र व पुत्री रूद्र यज्ञ में उनके साथ ही थे, परंतु कोई भी यह नहीं जान सकता था कि ये उनका लौकिक परिवार है। उन्होंने तो आत्मिक भाव धारण कर लिया था। सारा विश्व ही उनका परिवार था। वे प्रजापिता थे और सब थे उनकी संतान... जो भी स्मृतियाँ त्रिकालदर्शी परमपिता ने हमें दिलाईं, वे उनका स्वरूप बन गये थे। सभी आत्माएं हैं... अब घर जाना है... खेल पूरा हुआ... तुम मास्टर सर्वशक्तिवान हो, पूर्वज व पूज्य हो, कल्पवृक्ष के मास्टर बीज हो... इन सबका वे स्वरूप बन गये थे।

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 2



## पवित्रता से उपजे प्रेम की संधि से परिवर्तन

परिवर्तन सृष्टि का नियम है। समय की धुरी में किसी भी वस्तु में बदलाव होना निश्चित है। नया, पुराना हो जाता है। उनके मूल्य में भी परिवर्तन हो जाता है। खिल-खिलाता बाल,वृद्ध हो जाता है। इससे कोई छूट नहीं पाता।

परिवर्तन के साथ हर कोई की इच्छा- अच्छे के साथ जुड़ी हुई होती है। जब हम ऐसी कामना को साकार करना चाहते हैं ना तो सबसे पहली शर्त है अथाह प्रेम की, प्यार की। विशुद्ध परमात्म प्रेम की आवश्यकता होती है। प्रेम शब्द अपने आप में एक महान शक्ति है। प्रेम के साथ करुणा, रहम, क्षमा, कृतज्ञता, कल्याण, निःस्वार्थता, समरसता, स्नेह, निर्भयता, समाये हुए है। इन सबको एक शब्द में कहें तो वो है प्रेम। आसुरी शक्तिशाली डाकू अंगुलीमाल को क्रोध से नहीं बल्कि महात्मा बुद्ध ने प्रेम की शक्ति से परिवर्तन किया। इतनी ताकत है प्रेम में।

बिना पवित्रता के प्रेम नहीं और प्रेम के बिना परिवर्तन नहीं। इसलिए निःस्वार्थ प्रेम के लिए पवित्रता का होना पहली शर्त है। छोटे बच्चे को भी ईश्वर समान माना

ब्र.कु. गंगाधर

जाता है। बिना पवित्रता- प्रेम में वो बल नहीं जिसके लिए उसकी महानता गाई हुई है। कहते हैं लव इज़ गॉड, गॉड इज़ लव। पवित्रता एक ऐसा शस्त्र है जो असंभव को भी संभव बना देता है। महान परिवर्तन पवित्रता के बिना संभव नहीं। हम चाहते हैं कि दुनिया में परिवर्तन हो, इस दुनिया से दुःख, अशांति हमेशा के लिए खत्म हो जाये। दंगा, फसाद, अत्याचार का नाम निशान न रहे, उसके लिए पवित्रता ही उपर्युक्त शस्त्र है। वो शक्तिशाली मिसाइल है जो सारे मसलों को हल करने में समर्थ है।

हम चाहते हैं संसार में सुख-शांति का साम्राज्य हो जाये, जहाँ कोई दुःख, गरीबी का नाम निशान न रह जाये, उसके लिए अमोघ शस्त्र है पवित्रता। तब तो कहते हैं पवित्रता सुख-शांति की जननी है। जहाँ पवित्रता है वहाँ स्नेहपूर्ण सम्बन्ध है, सौहार्द है, सभ्यता है, समरसता है, ये सब होगा परमात्म प्रेम व पवित्रता के आधार से। क्योंकि आज जो प्रेम की हमारे मन-मस्तिष्क में मान्यता है वो कहीं न कहीं स्वार्थ के लिए है, इसलिए परमात्म प्रेम जोकि निःस्वार्थ है। जो हमारे अन्दर समूल परिवर्तन करने का आधार है।

सम्पूर्ण परिवर्तन के लिए हम पवित्रता के साथ समय के महत्व को दर किनार नहीं कर सकते। विश्व नाटक में जब अति ऊहा-पोह नकारात्मकता प्रधान कर्मक्षेत्र हो जाता है तब परमात्मा का होना उस समय, उस घड़ी आना ही सम्पूर्ण परिवर्तन की बेला है। इसलिए समय रहते अगर हमने परमात्म प्रेम को पहचाना तो उससे बड़ा भाग्य कोई नहीं। वैसे भी कहावत है समय से पहले, भाग्य से ज़्यादा कोई नहीं पाता लेकिन इस कहावत को चरितार्थ हम समय से पहले परमात्म पहचान के द्वारा प्राप्त कर सकते हैं। आज के विश्व परिदृश्य को आप देखेंगे तो आप पायेंगे कि परिवर्तन की बेला अब ही है। आज वैसा ही संसार दिख रहा है। सब परेशान अवश्य हैं लेकिन समझ नहीं पा रहे हैं कि हमें आखिर में चाहिए क्या! आप प्रत्यक्ष एवं साक्षी होकर आकंलन करेंगे तो आपकी सोच सभी मूर्तियों से निकलकर, मंदिरों से निकलकर उस बिन्दु पर जा टिकेगी, क्योंकि अभी हमें चेहरे से नहीं लेना-देना, हमें तो शक्ति चाहिए। वैसा ही समय आज आ पहुंचा है।

आपको बस यह एहसास हो जाने पर परमात्म प्यार की अनुभूति होने लगेगी। उनका निश्छल प्यार आप पर बरसेगा। पवित्रता की शक्ति आपके साथ जुड़ जायेगी। आप अपने आप में परिवर्तन करने में समर्थ महसूस करने लगेंगे। और पवित्रता की ताकत आपको उसी दिशा में आगे बढ़ने में मददगार होगी। फिर तो क्या कहना! जहाँ परमात्म प्यार है, पवित्रता का बल है, वहाँ महा परिवर्तन निश्चित है ही है। आपकी सही दिशा, सही सोच, श्रेष्ठ संकल्प और परिवर्तन का सपना साकार होके ही रहेगा। आपका इस दिशा में बढ़ा हुआ एक कदम, हज़ार कदम परमात्मा की मदद के आपके लिए हो ही जायेंगे।

# अपने संकल्पों को वेस्ट से बेस्ट बनाओ

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

टीचर्स को बाबा कहता है कि मेरे गुरु भाई हैं। क्योंकि टीचर्स को भी मुरली सुनाने की गद्दी मिलती है। वैसे कोई भी गुरु की गद्दी पर बैठने का एलाऊ नहीं करते हैं। जहाँ गुरु बैठते हैं वहाँ दूसरे किसी को बैठने नहीं देते हैं। लेकिन बाबा ने हमें अपनी गद्दी दी। अपना साथी बना लिया। तो टीचर्स के फीचर्स से सदा बाबा दिखाई दे क्योंकि टीचर का कर्त्तव्य ही है बाबा की बातें सुनाना, समझाना इसलिए बाबा टीचर्स को उसी नज़र से देखते हैं कि मेरे गुरु भाई हैं। मुरली सुनाना कॉमन नहीं है क्योंकि मुरली जीवन परिवर्तन करने का आधार है। अगर पुरुषार्थ में कभी ढीलापन आ जाता है तो मुरली पढ़ने से फर्क पड़ जाता है। कोई न कोई प्वाइंट ऐसी मिल जाती है जो दिल में जच जाती है।

हम ऐसे ही पढ़ने की रीति से मुरली न पढ़ें। बाबा जो मुरली में कह रहे हैं उसकी अनुभूति करें। समझो बाबा कहता है तुम आत्मा परमधाम में थी फिर चक्र में आई तो परमधाम का अनुभव उस समय दिल में हो, सचमुच मैं परमधाम में थी, अभी फिर आई चक्र लगाने के लिए। मुरली सुनने वाले या पढ़ने वाले मुरली उसी ध्यान से सुनें तो अनुभव होगा कि मुरली हमें सारे कल्प का चक्र लगवा रही है। मुरली द्वारा बाबा कभी सतयुग में ले जाता है, कभी द्वापर में ले जाता है, कभी संगम पर ले आता है। तो हमारी बुद्धि चक्र लगाती रहे, उस स्थिति का अनुभव करते रहें तो मुरली में बहुत मजा आता है। इस अनुभूति में रहेंगे तो कभी सुनने वाले को और सुनाने वाले को सुस्ती नहीं आयेगी।

मुरली से हमको अपने लिए कोई न कोई होमवर्क ज़रूर रखना चाहिए। जैसे बाबा पहले कहता कि बच्ची संकल्पों में कोई बात आती है तो हर्जा नहीं है, कर्म में नहीं आना। अभी बाबा कहता है व्यर्थ संकल्प को ही कन्ट्रोल करो। तो व्यर्थ संकल्प को कन्ट्रोल करने का साधन है शुभ संकल्प। जैसे सांप डसता है तो सांप की दवाई ही उसे ठीक करती है। तो हमारे में जो व्यर्थ संकल्प चलते हैं उसको चेंज करने के लिए हमारे पास शुभ संकल्प का स्टॉक चाहिए। शुभ संकल्प के मनन में जाने से हमारी लाइफ वेस्ट से बेस्ट की तरफ टर्न हो जायेगी।

जब याद में बैठते हैं तब ऐसी जो भी कोई बात होगी वो उस समय ज़्यादा याद आती है इसलिए व्यर्थ संकल्प को कन्ट्रोल करने के लिए हमारे पास शुभ संकल्प का स्टॉक होना चाहिए। एक-एक प्वाइंट का मनन करते जायें तो लाइन चेंज हो जायेगी। जितना मनन का अनुभव होगा उतना वेस्ट थॉट को चेंज कर सकेंगे। अगर हमारे पास शुभ संकल्पों का स्टॉक नहीं है तो वेस्ट संकल्प में टाइम वेस्ट होता है। 15 मिनट ऐसे बीत जायेंगे जो पता ही नहीं पड़ेगा कि वेस्ट चल रहा है या क्या चल रहा है। एक होती है बात हो गई है दूसरा होता है बात दिल को लग गई। इनसल्ट हो या कोई न कुछ उल्टा-सुल्टा कर लिया। कुछ भी ऐसी बात जो दिल को लग जाती है वह बहुत लम्बा समय तक चलती रहती है। अगर उस समय ज्ञान का मनन हमारे संकल्पों को कन्ट्रोल नहीं कर रहा है तो उस समय हमको फिर अपने लाइफ की स्टोरी याद करनी चाहिए क्योंकि कहानी कभी भूलती नहीं है। जैसे मानों आप ज्ञान में आई, पहले पहले बाबा से मिली, वो हमारे जीवन की स्टोरी है ना! समझो हम पाण्डव भवन में गये, बाबा ऐसे खड़ा था, बाबा से मिले, बाबा से दृष्टि मिली, तो यह स्टोरी हो गई ना! तो कोई न कोई अपने जीवन की स्टोरी जो है, भले उसी याद में चले जाओ लेकिन वेस्ट खत्म ज़रूर करो। क्योंकि वेस्ट को कन्ट्रोल नहीं करेंगे तो आदत पड़ जाती है। इसीलिए अभी बाबा ने अटेन्शन खिंचवाया है कि वेस्ट को बेस्ट में चेंज करो लेकिन उसके लिए हमारे पास शक्तियों का स्टॉक होना चाहिए।

# जब अन्दर में रिंचक मात्र भी झूठ न हो तब बाबा कहेगा मेरा मीठा बच्चा

## मेरा मीठा बच्चा

राजयोगिनी दादी जानकी जी

बिन्दी लगाई जाती है नेक्स्ट क्या करने का है। बिन्दी बात पूरी करने के लिए नहीं लगाते। बिन्दी निमित्त लगाते कि नया क्या करना है। तो 108 में आने वाले पहली बात को बिन्दी लगाकर आठ शक्तियों से काम लेते हैं। एक बाबा की याद है, फिर बीती को बिन्दी लगाई तो आठ शक्तियां आपे ही काम करती हैं।

आठ शक्तियां नम्बरवार हैं। पहले है धीरज, पेशेन्स, फिर है सहनशक्ति, फिर संतुष्ट रहने की शक्ति, फिर है समाने व समेटने की शक्ति, परखने की शक्ति, फिर है निर्णय करने की शक्ति। नम्बरवार हर शक्ति है। अगर सहनशक्ति नहीं है, धीरज नहीं है तो कोई शक्ति काम नहीं करेगी, तो परखने की शक्ति कहाँ से आयेगी। सहयोग दिया ही नहीं है तो मिलेगा कहाँ से। जब तक सच्चाई अन्दर आई नहीं है तब तक झूठ से छुटकारा कैसे हो! हमारे अन्दर झूठ की रिंचक मात्र भी न हो तब बाबा कहेगा यह मेरा मीठा बच्चा है। अच्छे बच्चों को बाबा याद करता है। जो सच्चे बच्चे हैं उनको याद करता है।

कर्मों की गुह्य गति गहन है। कोई भी किसने गलत काम किया है, रियलाइज़ नहीं किया तो न योग लगता, न कर्म अच्छे होते हैं। वह कोई न कोई प्रकार की भोगना में है। कर्म अच्छे नहीं किये हैं, भूल करके छिपाता है तो उसकी लाइफ क्या है। प्रेजेंट समय कईयों के संकल्प अभिमान वश हैं या अपमान की फीलिंग में हैं, उसकी भोगना बहुत है। स्थिति क्यों नहीं बनती? समझता है इन्हों का व्यवहार ऐसा है। इस सोच की भोगना ऐसी है जो योग लगाने का इन्ट्रेस्ट भी नहीं होगा। योग से कितना फायदा है, सम्बन्ध अच्छा रखना है, वह भी ख्याल में नहीं आयेगा।

हमारे संकल्पों की क्वालिटी हाई क्लास कैसी हो! किस प्रकार के संकल्प हो जिसमें बाबा की याद हो। यह बाबा ने सिखाया है। अन्दर से बाबा निकले। बाबा मुझे चला रहा है। अभी प्रैक्टिकल जो खेल देख रहे हैं, इतनी वृद्धि देख रहे हैं, इतना बड़ा यज्ञ देख रहे हैं, यह बाबा की कमाल है। अच्छे-अच्छे बच्चे ऐसी सेवायें कर रहे हैं। मैं भी अच्छे बच्चों में आऊं ना!

वृत्ति, दृष्टि, स्थिति, स्मृति... जैसी मनोवृत्ति है वैसी दृष्टि है। उनसे स्थिति बनती है। वही हमारी स्मृति में रहता है। पुरुषार्थ में ऐसी अच्छी-अच्छी श्रेष्ठ बातें बुद्धि में हों। दूसरा सबका भला हो, यह भावना हो तो पुरुषार्थ अच्छा चलेगा।

# बुद्धि को श्रीमत रूपी लॉक लगाने वाला ही लक्की है

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

मीठे बाबा ने हम बच्चों को इस बेहद झाड़ की जड़ में राजयोगी बनाकर बिठाया है - नव निर्माण के लिए। हमें इस जड़ में याद की शक्ति का, पवित्रता की शक्ति का जल डालना है। बाबा ने हमें सारे विश्व के नव निर्माण की नींव पर रखा है। जब कोई मकान बनाते हैं तो उसका पहला आधार नींव पर रहता है। जितना फाउण्डेशन पक्का होगा उतनी ऊंची इमारत का प्लैन बनायेंगे। वह पैगम्बर कोई मकान के फाउण्डेशन नहीं, वह तो मरम्मत करने वाले हैं। लेकिन हमें तो नई दुनिया के नव निर्माण के लिए फाउण्डेशन में बाबा ने अन्दर रखा है। हमारा बाबा है फाउंडर उसने हमें फाउण्डेशन में रखा है और कहा इसमें योग का बीज डालो, पवित्रता का बीज डालो और इस ज्ञान की शक्ति से इस इमारत को मजबूत करो।

एक तरफ हम नींव हैं दूसरे तरफ हमें बाबा का पैगाम देना है कि बाप आया है - नव निर्माण करने। हमें बाबा ने सन्देशी बनाया है कि चारों तरफ मेरा संदेश दो। एक तरफ हम राजयोगी, पवित्रता का दान देने वाले योगी बच्चे हैं, हमारा योग ही सहयोग है। पवित्रता ही हमारा सहयोग है। यही हम बाप को नव निर्माण के लिए सहयोग देते हैं। हम नव निर्माण के आधार हैं। हमारे आधार पर ही सृष्टि का उद्धार होना है। दूसरा हम पैगम्बर हैं।

वह पैगम्बर आते हैं अपना धर्म स्थापन करने और हम कल्प के आदि में आये अभी हम फिर जा रहे हैं। अभी हम ऐसी नींव डाल रहे हैं जो 21 जन्म तक हमारा मकान सदा सजा सजाया रहे। तो हरेक ऐसी अपनी जवाबदारी समझते हो कि हम इस जड़ में बैठे हैं? अपनी कूट-कूट कर नींव पक्की कर रहे हैं? हमारा फाउण्डेशन है बुद्धियोग, नींव है याद की यात्रा। अगर हम नींव डालने वालों की बुद्धि भटकती है तो मकान का क्या होगा! अगर नींव डालने वाले नींव डालते-डालते इधर-उधर चले जायें तो उस नींव का क्या होगा! हम सभी नींव में हैं, कहते भी हैं बाबा हम आपके हैं। हमें तो सर्विस की बहुत धुन है। लेकिन बुद्धि को बाहर भटकाते, तो वह नींव हिलेगी या मजबूत होगी? अगर नींव में बैठे-बैठे निकल जाते तो उसके लिए बाबा कहता - तुम्हें 100 गुणा दण्ड मिलेगा।

अगर आज कोई कान्ट्रेक्टर लिखा पढ़ी करके कान्ट्रेक्ट ले और पीछे धोखा दे तो उस पर केस चल जाता। आप ने भी बाबा के लेज़र में नाम लिखाया, फार्म भरा अब कहो मैंने तो यह सोचा ही नहीं था कि फार्म भरा माना फंस गये। सोच कर फंसे ना! अच्छाई के लिए फंसे ना! बाप से प्यार में फंस गये। ठेका ले लिया ना! अब निकलेंगे भी तो कहाँ जायेंगे। हट्टी तो एक ही है। भागे तो भागे कहाँ! कोई रास्ता नहीं, लॉक लग गया है। जिसको लॉक लगा वही लक्की है, हम बाबा की लॉक के अन्दर हैं माना श्रीमत के अन्दर हैं, हमारा लॉक है श्रीमत।

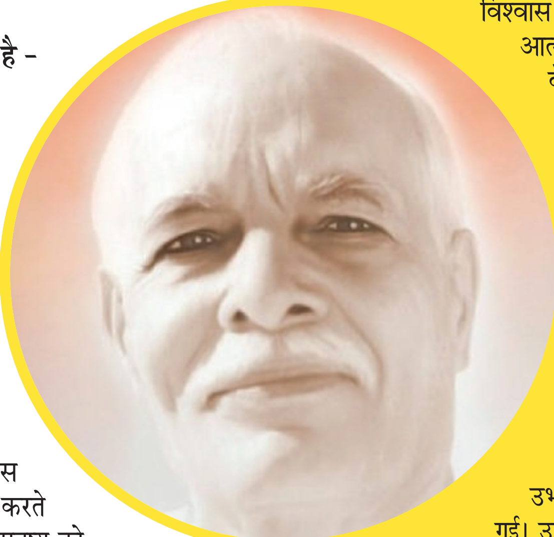
OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 3



# आत्मविश्वासी-एक कुशल प्रशासक

ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

जेम्स एलन ने कहा है - "जिनके व्यक्तित्व से विश्वास और मस्तिष्क से श्रेष्ठता के भाव टपक रहे होंगे, सफलता उन्हें ही मिलेगी।"
किसी और ने कहा है - "जिसका आत्मविश्वास नहीं हार सका, वह स्वयं भी कभी नहीं हार सकता है।"



ठीक ही तो है - जिस समय सारी आशायें समाप्त हो जाती हैं, उस समय अटूट आत्मविश्वास और लगातार काम करते रहने का संकल्प ही मनुष्य को सफल और विजयी बनाता है। इसलिए जिस व्यक्ति में आत्मविश्वास है, वही एक कुशल प्रशासक के रूप में सिद्ध हो सकता है। प्रशासन की कला अपने आपमें एक बहुत बड़ी कला है, क्योंकि इसमें अधिकतर सभी शक्तियों का, गुणों का और विशेषताओं का प्रयोग होता है। एक कुशल प्रशासक की कसौटी है - विपरीत वातावरण ,वायुमण्डल, व्यक्ति एवं स्वभाव-संस्कार आदि में भी वह इन्हें परखकर, यथार्थ निर्णय लेकर, स्वयं संतुष्ट रहता है तथा हरेक को संतुष्ट रखता है, तभी कहेंगे कि वह कसौटी पर खरा उतरा।

## विश्व भर में सर्वश्रेष्ठ प्रशासक थे - प्रजापिता ब्रह्मा।

आज तक सम्पूर्ण इतिहास में ऐसे किसी भी प्रशासक का वर्णन नहीं जिन्होंने इतनी कुशलता से प्रशासन किया हो। ब्रह्मा बाबा में यह विशेष गुण था कि वे किसी भी कार्य को असंभव नहीं मानते थे। यहाँ तक कि सभी मित्र-सम्बंधी आदि उनके विरुद्ध हो गए, समाचार-पत्रों में उनकी बुरी तरह से बदनामी हुई, फिर भी परमात्मा शिवबाबा में अटूट विश्वास व स्वयं में सम्पूर्ण आत्मविश्वास के कारण वे कभी भी हिम्मत नहीं हारे, निराश नहीं हुए अथवा असफलता आने पर भी वे कभी भी उदास नहीं हुए। चिंताओं की रेखा कभी भी उनके विशाल मस्तक ललाट पर उभरी हुई नहीं देखी गई। उनका यही विश्वास था कि हिम्मत करने वाले को ही खुदा की हज़ार गुना मदद मिलती है। उन्हीं के इस आत्मविश्वास की शक्ति के कारण, उनकी त्याग, तपस्या और अथक सेवाओं के कारण आज भी यह रूद्र ज्ञान यज्ञ पिछले 80 साल से निर्विघ्न रूप से दिन दुनी रात चौगुनी उन्नति की ओर बढ़ता जा रहा है।

इसलिए किसी ने ठीक ही तो कहा है - "जिसे अपनी योग्यता, क्षमता और शक्ति सामर्थ्य पर विश्वास है, वही एक कुशल प्रशासक बन सकता है। जिन्हें स्वयं की क्षमता पर ही विश्वास नहीं, दूसरे लोग भी उन पर विश्वास नहीं करते।" ऐसे दृढ़ विश्वास वाले प्रशासक जो निश्चय कर लेते हैं, उसे पूरा करके ही छोड़ते हैं। भले ही उनके मार्ग में कितने ही अवरोध चट्टान बनकर अड़े क्यों न रहे हों। उनका प्रभावशाली व्यक्तित्व सम्पर्क में आने वालों में भी प्राण फूंक देता है और वे अनायास ही उनके सहायक बनते जाते हैं।

## आत्मविश्वास को कैसे बढ़ाएं

आत्मविश्वास को जागृत रखना परमावश्यक है, क्योंकि यदि मानव की आत्मविश्वास रूपी ज्योति बुझ जाए तो उसका जीवन ही अंधकार से घिर जाता है। इसलिए इसे सदा के लिए कायम रखने के लिए... सदा अपने स्वमान की सीट पर सेट रहो। 'मैं कौन हूँ'- इसको जानते हुए भी भूल जाते तभी दिलशिकस्त हो जाते हैं। सदा यह स्मृति रखो कि 'मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ', 'सर्वगुण सम्पन्न हूँ', 'मैं प्राप्ति स्वरूप आत्मा हूँ', 'मैं स्वराज्य अधिकारी सो विश्व राज्य अधिकारी आत्मा हूँ।' जितना-जितना हमारा स्वमान बढ़ता जाएगा, उतना ही हमारा आत्मविश्वास जागृत होता जाएगा।

हम स्वयं भगवान के बच्चे अर्थात् ईश्वरीय संतान हैं। इसलिए जबकि स्वयं भगवान हज़ार भुजाओं सहित मेरे साथ है, तो किसी भी कार्य को करने की क्षमता मेरे में हो सकती है। इसलिए सोचो- "यदि मैं ही नहीं करूंगा तो भला और कौन करेगा।" आत्मविश्वास की कमी तभी होती है जब हम दूसरों की विशेषताओं को, भाग्य को व पार्ट को देख ईर्ष्या करते, उस समय हिम्मत कम रखते और ईर्ष्या ज़्यादा करते। ऐसे समय पर एक बात बुद्धि में रखो कि ड्रामा के नियम प्रमाण संगमयुग पर हरेक आत्मा को कोई न कोई विशेषता मिली हुई है। इसलिए अपनी विशेषता को पहले पहचानो और फिर उसे कार्य में लगाओ। कार्य में लगाने से एक विशेषता और विशेषताओं को लाएगी और इससे हमारा आत्मविश्वास भी बढ़ता जाएगा।

जितना-जितना हम योग-अभ्यास की गहराई में जायेंगे, उतना ही हमारा आत्मविश्वास बढ़ता जाएगा, क्योंकि योग में एकाग्रता की शक्ति द्वारा हमारी आंतरिक शक्तियों का विकास होता है, पाप-कर्मों के बोझ से आत्मा हल्की हो जाती है और आत्म-अनुभूतियाँ बढ़ती जाती हैं, अर्थात् आत्मा की स्वयं को पहचानने की शक्ति बढ़ती जाती है। असफलता मिलने पर जल्दी से हिम्मत हारकर, उमंग-उत्साह खोकर न बैठ जायें, बल्कि 'मैं हूँ ही विजयी रत्न' इस स्मृति स्वरूप से निरंतर श्रम करते रहें।

विपरीत वातावरण, वायुमण्डल में या व्यक्तियों से माया का वार होने पर दिलशिकस्त न हों। यह संकल्प न उठे 'मैं तो सचमुच हूँ ही ऐसा', 'मेरे में शक्ति नहीं' आदि। यह याद रहे कि इस पुरुषोत्तम कल्याणकारी संगमयुग पर मेरा कोई कुछ भी बिगाड़ नहीं सकता है। मेरे भाग्य में सब कुछ अच्छा ही लिखा हुआ है, क्योंकि भाग्यविधाता मेरा अपना हो गया। हरेक आत्मा का भाग्य अपना-अपना है। कोई भी किसी का भाग्य छीन नहीं सकता है।

तो हे जगत के उद्धारकों, इस प्रकार भिन्न-भिन्न युक्तियों द्वारा अपने आत्मविश्वास को बढ़ाते चलो। उसे कभी भी कम न होने दो। क्योंकि अपना आंतरिक विश्वास ही वह प्रकाश है जो कभी साथ नहीं छोड़ता है, धोखा नहीं देता है।

## आत्मविश्वासी होने से फायदे...

- आत्मविश्वासी सदा अपने को प्राप्ति सम्पन्न अनुभव करेंगे।
- माया के किसी भी प्रकार के वार से घबरायेंगे नहीं।
- उनकी निरंतर और एकरस उन्नति होगी।
- उनकी योग्यतायें निखरेंगी।
- मानसिक शक्तियों का विकास होगा।
- चमत्कारिक कार्य करने की क्षमता जागृत होगी।
- वह दूसरों को भी अपने बल की छाया में तन-मन
- की शान्ति और शक्ति की अनुभूति करायेगा।
- आत्मविश्वास से मन मज़बूत और बुद्धि विशाल होगी।
- असंभव कार्य भी संभव होंगे।
- सहज ही परिवर्तन का कार्य कर सकेंगे।

जालंधर-पंजाब। जालंधर क्रिकेट क्लब द्वारा आयोजित ओपन टी-20 क्रिकेट टूर्नामेंट सीरीज़ के उद्घाटन के लिए ब्र.कु. रेखा दीदी को आमंत्रित किया गया। इस अवसर पर उनके साथ ब्र.कु. मीरा, ब्र.कु. रामदयाल कश्यप तथा ब्र.कु. नीरज उपस्थित रहे।

भुवनेश्वर-ओडिशा। दीपावली के अवसर पर आयोजित चैतन्य देवी दर्शन झाँकी में दीप जलाने के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. संतोष भाई, बीजेबी नगर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. तपस्विनी बहन, अलारपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अपर्णा बहन तथा ब्र.कु. बिम्बाधर भाई।

उरई-उ.प्र.। जालौन में आयोजित नारी सशक्तिकरण कार्यक्रम में आमंत्रित किये जाने पर ब्र.कु. मीना दीदी को गुलदस्ता एवं स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए डी.एम. प्रियंका निरंजन, महिला विभाग की अध्यक्षा तथा अन्य गणमान्य महिलायें।

छतरपुर-किशोर नगर(म.प्र.)। विश्व यादगार दिवस पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान सड़क दुर्घटनाओं में पीड़ितों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए एडिशनल डिस्ट्रिक्ट जज अखिलेश मिश्रा, एडीजे राजेश देवालिया, एडीजे एंड सेक्रेट्री डिस्ट्रिक्ट लीगल सर्विस अथॉरिटी अनिल पाठक, ज्युडिशियल मजिस्ट्रेट राजू डावर, डॉ. मनोज चौधरी, सीनियर एडवोकेट रमेश पटेल, ब्र.कु. कमला, ब्र.कु. रीना, ब्र.कु. भारती तथा ट्राफिक पुलिसकर्मी।

कटनी-सिविल लाइन(म.प्र.)। अतिरिक्त न्यायाधीश श्वेता गोयल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी बहन।

राजसमंद-आमेट(राज.)। परमात्म संदेश देने के पश्चात् एस.डी.एम. निशा जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पूनम बहन तथा ब्र.कु. गौरी बहन।

# एक बार की गई गलती दुबारा रिपीट न हो

ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

**बाबा ने कहा है कि मुझे सच बताओगे तो आधा पाप माफ हो जायेगा। तो अभी जब बाबा साकार में नहीं हैं और निमित्त को भी नहीं बता सकते तो बाबा को लिखकर बताने से क्या पाप माफ हो जायेंगे?**

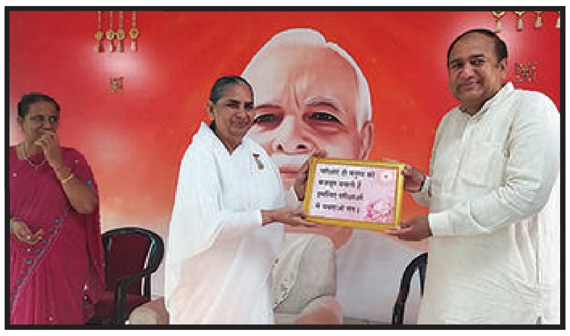
देखो बाबा ने कहा है, इस मुरली के अन्दर श्रीमत है कि बच्चे बचपन से लेकर अब तक आप अपनी हर गलती को जानते हो कौन-कौन से विकर्म हुए, पाप कर्म हुए वो जानते हो। पिछले जन्म का तो भले नहीं जानते हो, इस जन्म का तो सबकुछ मालूम है। अब साकार में बाबा होते थे तो उनको सुना देते थे, वो बात अलग थी। अभी अगर मान लो आप निमित्त को भी बताना नहीं चाहते हैं इसीलिए कहीं ऐसा न हो कि उनका दृष्टिकोण मेरे प्रति बदल जाये। तो कोई बात नहीं बाबा ने तो श्रीमत दी हुई है कि बच्चे लिखकर आप दे दो। लेकिन ऐसा नहीं कि बार-बार वो गलती करते रहें। और बार-बार बाबा ने कहा है कि इसलिए लिखकर देते रहें। ये नहीं चलेगा। उससे माफ नहीं होगा। मातेश्वरी जी हमेशा कहते थे कि पुरुषार्थ उसको कहा जाता है कि जो गलती हो गई वो दुबारा रिपीट नहीं होनी चाहिए। तब कहेंगे कि हाँ मैंने पुरुषार्थ किया। अगर मेरे से बार-बार वो गलती होती जाती है तो फिर मैंने पुरुषार्थ क्या किया! पुरुषार्थ तो किया ही नहीं। तो जिस चीज़ का पुरुषार्थ ही नहीं है उसमें भगवान भी कैसे रियायत दे सकते हैं।

तो इसीलिए मान लो आपने रियलाइज़ किया मेरी ये गलती है और ये गलती दुबारा नहीं होनी चाहिए तो आप बाबा को पूरी सिचुएशन को लिखकर दो, और फिर दृढ़ संकल्प भी करो बाबा के सामने कि बाबा मैं प्रॉमिस करता हूँ, आगे से दुबारा ये गलती रिपीट नहीं होगी। तब जाकर जो लिखा है उसमें आधा माफ हो सकता है। लेकिन

**मातेश्वरी जी हमेशा कहते थे कि पुरुषार्थ उसको कहा जाता है कि जो गलती हो गई वो दुबारा रिपीट नहीं होनी चाहिए।**

उसके बाद सचमुच परीक्षा आयेगी। क्योंकि माया भी देखती तो है ना! तो इसीलिए परीक्षा आयेगी। और फेल हो गये तो फिर वो लिखा हुआ आधा माफ नहीं होगा। क्योंकि वापस उसके वश हो गये। तो इसीलिए जब लिखकर दो, प्रॉमिस करो साथ में और माया टेस्ट करने आयेगी। लेकिन उस समय इतना जागृत हो जाओ कि ये माया आई ही है मेरी परीक्षा लेने के लिए और बाबा केसामने मैंने ये दृढ़ संकल्प किया है तो अब मुझे उसके वश नहीं होना है। तब जाकर बाबा फिर माफ करेगा। क्योंकि बाबा भी कहते हैं कि माया मेरी आज्ञाकारी बच्ची है। मैं माया को कहता हूँ कि जाओ देखो बच्चे ने दृढ़ संकल्प तो किया है, प्रॉमिस किया है तो देखो ये प्रॉमिस रखता है या नहीं। तो इसीलिए माया दो-चार दिन में ही आयेगी। तो जैसे ही आयेगी हमें माया को अच्छी तरह से पहचानना है। और उसके परवश नहीं होना है। अगर पास कर दिया तो उसके बाद बाबा माफ करेगा। तब तक नहीं।

इसीलिए कहा बाबा को लिखकर दो। बाबा को जब लिखकर देते हैं तो जब मधुबन आते हो, मधुबन में बाबा के कमरे में एक भण्डारी में जिसमें बाबा के नाम पत्र डालते हैं, उसमें डाल दो। फिर आपका मन भी नहीं खायेगा। आपने बाबा के घर में स्वाहा कर दिया। उस कमज़ोरी ने आपके यहाँ से विदाई ले ली। इसलिए बाबा के कमरे में आप सोचेंगे कि यहाँ कोई पढ़ेगा! यहाँ कोई किसी के पास पढ़ने का टाइम नहीं है। इतने सारे पत्र रोज़ के पेटी भरके निकलते हैं कौन बैठ के पढ़ेगा, कौन पढ़कर अपने अन्दर समाना चाहेगा। बिल्कुल नहीं, वो सारे पत्र जो बाबा के नाम होते हैं उनको कोई नहीं पढ़ता है और उसको सीधा जाकर बॉयलर में जला दिया जाता है। और वो जल गई तो वो कमज़ोरी आपके जीवन में से भी जल गई, ये समझ लो। फिर आप निश्चिंत हो जायें, हल्के हो जायें। तो इसीलिए बाबा को ये प्रॉमिस ज़रूर करेंगे कि ये दुबारा नहीं करेंगे। जैसे ही माया की परीक्षा आये तो बस दृढ़ संकल्प के साथ उस पर जीत पानी है। तब जा करके यह आधा माफ हो सकता है।


**सोनीपत-हरियाणा।** दीपावली एवं भाई दूज के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि विधायक सुरेन्द्र पवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रमोद बहन। इस मौके पर प्रतिष्ठित व्यापारी एवं समाजसेवी विजय नासा एवं डिस्ट्रिक्ट एजुकेशन ऑफिसर बहन प्रोमिला जी भी उपस्थित रहे।

**पणजी-गोवा।** ब्रह्माकुमारीज़ के खेल प्रभाग एवं फिज़िकल एजुकेशन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया द्वारा भारतीय स्वतंत्रता के अमृत महोत्सव के अंतर्गत कोविड-19 के प्रति जागरुक करने के उद्देश्य को लेकर आयोजित बाइक रैली के उद्घाटन अवसर पर सम्बोधित करते हुए प्रसिद्ध भारतीय टेनिस प्लेयर लिएंडर पेस। साथ हैं ब्र.कु. जगबीर,मुख्यालय संयोजक,खेल प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज़,मा.आबू, ब्र.कु. शोभा बहन,स्थानीय संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़ तथा अन्य।

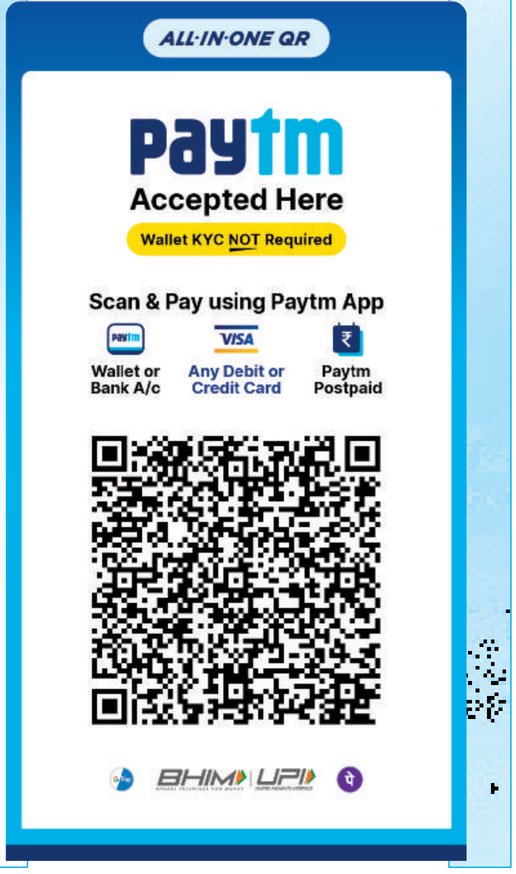

## ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

**कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया**
संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रूपये, तीन वर्ष 600 रूपये,
कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शांतिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

**For Online Transfer**

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)
ACCOUNT NO: - 30826907041
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
IFSC - CODE - SBIN0010638
BRANCH:- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya Vishwa Vidhyalya,Shantivan
Note:- AfterTransfer send detail on E-Mail -omshanti-media.acct@bkivv.org or
Whatsapp, Telegram No.:- 9414172087



**सिकन्दराबाद-हैदराबाद(तेलंगाना)।** साइलेंस रिट्रीट सेंटर में चारधाम तथा शाश्वत यौगिक खेती रोपवाटिका के उद्घाटन पश्चात् पौधशाला में लगाए गए विभिन्न प्रकार की सब्जयों के पौधों का अवलोकन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी। इस अवसर पर माउण्ट आबू से आये राजयोगी ब्र.कु. करुणा भाई एवं ब्र.कु. श्रीनिवास भाई ने सभी किसान भाइयों को अपनी शुभकामनाएं दीं। नांदेड़ के ब्र.कु. बाळू भाई ने उपस्थित सभी किसान भाइयों को यौगिक खेती हेतु ज़मीन को उपजाऊ और उसकी उर्वरा शक्ति बढ़ाने के लिए प्रशिक्षण दिया तथा यौगिक खेती का मॉडल बनाने के लिए भाइयों को प्रेरित किया। ब्र.कु. सुनीता दीदी, ब्र.कु. राजू दीदी, ब्र.कु. सविता दीदी,वरंगल सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें इस मौके पर उपस्थित रहे।

**ओ.आर.सी.-गुरूग्राम।** ब्रह्माकुमारीज़ नॉर्थ इंडियाज़ फरीदाबाद आई.टी. विंग द्वारा आई.टी. विंग के आजीवन सदस्यों के लिए आयोजित त्रिदिवसीय ज्वालामुखी योग भट्टी कार्यक्रम में शरीक हुए केज़ेला मोहम्मद,एक्टिंग एम्बेसडर,युगांडा,हाई कमिशन, बी.बेकर,एजुकेशन अटाशे,युगांडा हाई कमिशन, ब्र.कु. रमा,दिल्ली ज़ोन आई.टी. विंग कोऑर्डिनेटर, ब्र.कु. संजीव,नार्थ इंडियाज़ आई.टी. विंग कोऑर्डिनेटर, प्रिया कौशल,स्पेशल एन्वॉय,ह्युमैनिटी एम्बेसडर ऑफ वर्ल्ड ह्युमैनिटी कमिशन,फ्लोरिडा,यू.एस.ए., ब्र.कु. योगेश पी. सिंह,अंडर सेक्रेट्री मिनिस्ट्री ऑफ डिफेन्स,गवर्नमेंट ऑफ इंडिया, ब्र.कु. डॉ. निर्मला दीदी,चेयरपर्सन,आई.टी. विंग, ब्र.कु. बृजमोहन,एडिशनल सेक्रेट्री जनरल,ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. आशा दीदी,डायरेक्टर,ओ.आर.सी., ब्र.कु. लक्ष्मी,लॉरेन्स रोड,दिल्ली, ब्र.कु. शिवानी,मोटिवेशनल स्पीकर, ब्र.कु. निशा, ब्र.कु. विधात्री तथा अन्य आई.टी. मेम्बर्स।

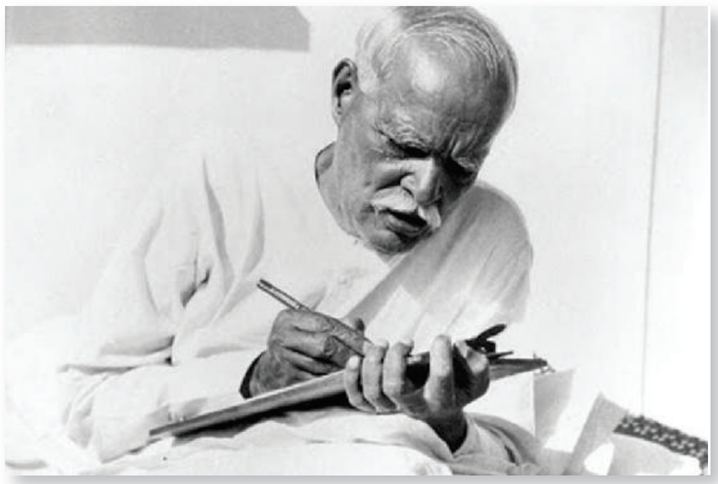
**झाबुआ-म.प्र.।** ब्रह्माकुमारीज़ एवं जैन समाज के संयुक्त तत्वाधान में थांदला में आयोजित 'जोड़ों का दर्द निदान शिविर' के उद्घाटन पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में जैन श्रीसंघ अध्यक्ष जितेन्द्र घोडावत, बोहरा समाज अध्यक्ष अली हुसैन नाकेदार, उमेश पिचचा, डॉ. राजू भाई,बड़ौदा, समाजसेवी सुनीता पवार, श्याम भाई, नरेश भाई, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. जयंती बहन तथा अन्य।

**धमतरी-छ.ग.।** सड़क दुर्घटना में पीड़ित एवं जान गंवाने वालों की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए डॉ. सरिता दोशी,अध्यक्ष,सार्थक संस्था, उषा गुप्ता,संचालिका,लेडीज़ क्लब धमतरी, शत्रुघ्न पाण्डेय,पुलिस उप निरीक्षक, यशवंत साहू,अधिवक्ता, ब्र.कु. सरिता बहन, ब्र.कु. नवनीता बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 5



# परमात्म शिक्षा को ग्रहण करने वाला सर्वश्रेष्ठ ग्राही - प्रजापिता ब्रह्मा



कहा जाता है कि दुनिया में जब बच्चों को बहुत अच्छी शिक्षा देनी होती है, शुरुआत से अभी तक की जो परंपरा रही है, उसमें ब्रह्मचर्य, संयम-नियम का रोल बहुत ज़्यादा होता है। एक बच्चे की पवित्रता, उसका आकर्षण उस हद तक अच्छा होता है जब वो सीख रहा होता है। अब इसको चाहे घटना के रूप में देखें या फिर संयोग कहें कि इस संस्थान के संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा बाबा साठ साल की उम्र में एक परम शक्ति को अपने साथ रख रहे थे। वो परम शक्ति परमात्मा की बातों को सुनते भी थे, समझते भी थे और महसूस भी करते थे। लेकिन एक भक्त की तरह नहीं, एक बच्चे की तरह। जैसे ही उस बच्चे की भावना के साथ उन्होंने जीना शुरु किया, उनके अंदर अलग तरह के भाव पैदा हुए। सीखने का भाव, 'सीख' इस सेंस में था कि ये ज्ञान परमात्मा का है, परमात्मा सर्व शक्तिमान है और उसकी बातों को समझना इतना आसान तो नहीं है। इसीलिए सबसे पहले उन्होंने इस बात को समझना, धारण करना शुरु किया और उसे उसी हिसाब से फॉलो करना शुरु किया। जैसे छोटे बच्चे को जब वो के.जी. या वन,टू, थ्री में पढ़ रहा होता है तो उसे इमेज दिखाकर सिखाया जाता है, वैसे ही परमात्मा शिव ने ब्रह्मा बाबा को अलग-अलग साक्षात्कार द्वारा, अलग-अलग चित्रों द्वारा सिखाना शुरु किया। लेकिन उन सारी शिक्षाओं को समझ पाना, उसके लिए दिव्य बुद्धि की आवश्यकता थी। वो परमात्मा ने प्रदान किया। बड़े ही गर्व का विषय है कि प्रजापिता ब्रह्मा ने उन सभी बातों को, सभी शिक्षाओं को एक-एक करके अपने अंदर समाया और जैसे-जैसे बड़े होते गए एक साठ साल के बच्चे की उम्र से, वैसे-वैसे उनको भगवान भी समझ में आने लग गया। ये उदाहरण क्यों दिया जा रहा है आपको, क्योंकि कोई भी शिक्षा धारण करने के लिए धैर्य की आवश्यकता है। और परमात्म शिक्षा के लिए तो लगातार संयम-नियम और निरंतर ब्रह्मचर्य की आवश्यकता है। हिन्दु धर्म की चार अवस्थाओं में जो हमारी वानप्रस्थ अवस्था होती है, उसमें कहते हैं कि हम अपने गृहस्थ धर्म से मुक्त हो जाते हैं। ऐसी मान्यता है कि उसके बाद आपको परमात्म कार्य में लगना चाहिए। लेकिन आज इतने बंधन हैं कि वानप्रस्थ अवस्था आती ही नहीं। लोग पचास-साठ साल तक भी अपने घरों के पचरे में पड़े हुए होते हैं। क्या होता है उस समय जब इतनी सारी उलझनों को लेकर हम आगे बढ़ रहे होते हैं। न हम किसी को सम्भाल सकते हैं और न खुद को ही सम्भाल सकते हैं, चाहे हमें कोई कितनी भी शिक्षा देने वाला हो। एक प्रजापिता ब्रह्मा बाबा हुए इस धरा पर, जिन्होंने इन शिक्षाओं का एक बहुत बड़ा ब्रिज बनाया। जिसमें कलयुग की सारी मान्यताओं को एक तरफ छोड़ और उस शिक्षा रूपी ब्रिज से बहुतों को उस पार ले गये जिधर एक बहुत सुंदर जीवन को हम जीवंत रूप से जी सकते हैं। इतने सारे छोटे-छोटे बच्चों को बाबा ने उस ब्रिज से पार उतारा। आज बहुत पार उतरे हुए उन आत्माओं ने अपने अंदर उन शिक्षाओं को पूरी तरह से धारण किया, क्योंकि जो ब्रह्माकुमारीज़ यज्ञ है, इसमें जो बाबा के साथ का पहला समूह था, उसने परमात्म शिक्षाओं को वैसे ही धारण किया जैसे प्रजापिता ब्रह्मा बाबा ने किया। यह उदाहरण हम आपको इसलिए दे रहे हैं क्योंकि दिव्य बुद्धि का जो मेन स्रोत है वो परमात्म शिक्षा ही है और जब तक वो शिक्षा हमारी बुद्धि के अंदर नहीं जायेगी तब तक हमारी बुद्धि दिव्य व अलौकिक नहीं बनेगी। बिना दिव्य और अलौकिक बने हम सभी उन महावाक्यों को ग्रहण नहीं कर सकते जो परमात्मा द्वारा कहे जाते हैं। इसीलिए आप देखिये, नम्बर वन प्रजापिता ब्रह्मा बाबा, जिन्होंने अपने को वैसे ही ढ़ाला जैसी शिक्षायें थीं। ये ऐसे एक महामानव के रूप में उभरे जिन्होंने इस धरती पर एक क्रान्ति लाई आध्यात्मिकता की। प्रजापिता ब्रह्मा बाबा अव्यक्त रूप में अभी भी उन शिक्षाओं का पालन करते हुए सभी को बल प्रदान कर रहे हैं। ऐसे ग्रहणी और गृहणी, अति विशिष्ट, अति-अति सौभाग्यशाली, हम सभी आत्माओं को अपने जैसा अति विशिष्ट और शक्तिशाली बनाने वाले प्रजापिता ब्रह्मा बाबा को उनके पुण्य स्मृति दिवस पर शत्-शत् नमन्।

पन्ना-म.प्र.। ब्रजेन्द्र प्रताप सिंह,कैबिनेट मिनिस्टर,म.प्र. सरकार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीता बहन।

हुमनाबाद-कर्नाटक। ब्रह्माकुमारीज़ के नवनिर्मित विश्व कल्याणी भवन के उद्घाटन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, एम.एल.ए. राजशेखर पाटिल, एम.एल.सी. डॉ. चंद्रशेखर पाटिल, ब्र.कु. प्रेम भाई, ब्र.कु. प्रतिमा बहन, ब्र.कु. प्रभाकर भाई, ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. मंदाकिनी बहन तथा अन्य।

मुम्बई-घाटकोपर। फेमस लॉयर अबद पोंडा के साथ ज्ञान चर्चा के पश्चात् उन्हें प्रसाद देते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. शकु दीदी। साथ में अन्य ब्र.कु. बहनें दिखाई दे रही हैं।

स्वीटज़रलैंड-ज्यूरिक। राजयोग के प्रचार-प्रसार के लिए भारत सरकार के संस्कृति मंत्रालय और कन्फ्ल्युएंस मेक इन इंडिया एन.जी.ओ. द्वारा हयात रिजेंसी कन्वेंशन सेंटर,ज्यूरिक,स्वीटज़रलैंड में डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को भारत गौरव सम्मान प्रदान करते हुए ग्लोबल फिटनेस गुरु मिकी मेहता तथा अन्य।

राजसमंद-राज.। दीपावली पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं जिला कलेक्टर अरविंद पोसवाल, उनकी धर्मपत्नी डॉ. शैली, ब्र.कु. पूनम बहन तथा अन्य।

मंदसौर-म.प्र.। सड़क दुर्घटना में पीड़ितों की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर आत्म कल्याण भवन में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए पुलिस अधीक्षक अमित वर्मा, प्रेस क्लब अध्यक्ष ब्रजेश जोशी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उषा बहन, ब्र.कु. श्यामा बहन तथा अन्य। कार्यक्रम में नगर के अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

ऊरगमपेट-कर्नाटक। के.जी.एफ. के ऊरगमपेट में नवनिर्मित सेवाकेन्द्र के उद्घाटन एवं ब्र.कु. यशोदा के समर्पण समारोह में शरीक हुए ब्र.कु. लीला बहन,उपक्षेत्रीय संचालिका,बैंगलोर सिटी, ब्र.कु. गीता बहन,अति. उपक्षेत्रीय संचालिका,बैंगलोर सिटी, ब्र.कु. रतना बहन,सेवाकेन्द्र संचालिका,के.जी.एफ. तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

मोतिहारी-बिहार। नरकटिया पंचायत की नवनिर्वाचित मुखिया विभा देवी के सम्मान में ब्रह्माकुमारीज़ के हेंद्री बाज़ार सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में उन्हें शॉल पहनाकर सम्मानित करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विभा बहन। साथ हैं ब्र.कु. अशोक वर्मा।

सिवान-बिहार। बसंतपुर प्रखण्ड के गांधी आश्रम में आयोजित 'चरित्र निर्माण आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. सुधा बहन, सेवानिवृत्त कर्नल सत्यनारायण सिंह, सुपर मिनर्वा पब्लिक स्कूल के संस्थापक लक्ष्मण सिंह तथा अन्य अतिथिगण।

आरंग-छ.ग.। ज्ञान चर्चा के पश्चात् पुलिस स्टेशन में टी.आई. साहब को ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. लता दीदी। साथ है पुलिस स्टाफ।

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 6

# खाने के पचने और सड़ने की प्रक्रिया को जानना है ज़रूरी

हमने रोटी खाई, हमने दाल खाई, हमने सब्जी खाई, हमने दही खाया, लस्सी पी, दूध, दही, छाछ, फल आदि। ये सब कुछ हमने भोजन के रूप में ग्रहण किया। ये सब कुछ हमको ऊर्जा देता है और पेट उस ऊर्जा को आगे ट्रांसफर करता है।

पेट में एक छोटा-सा स्थान होता है जिसको हम हिंदी में कहते हैं आमाश्य। उसी स्थान का संस्कृत नाम है 'जठर'। उसी स्थान को अंग्रेजी में कहते हैं( epi-gastrium)अधिजठर।
ये एक थैली की तरह होता है और यह जठर हमारे शरीर में सबसे महत्वपूर्ण है क्योंकि सारा खाना सबसे पहले इसी में आता है। ये बहुत छोटा-सा स्थान है इसमें अधिक से अधिक 350gms खाना आ सकता है।

हम कुछ भी खाते सब ये आमाशय में आ जाता है। आमाशय में अग्नि प्रदीप्त होने वाली आग है। ऐसे ही पेट में होता है जैसे ही आपने खाना खाया कि जठराग्नि प्रदीप्त हो गयी। यह ऑटोमेटिक है, जैसे ही आपने रोटी का पहला टुकड़ा मुँह में डाला कि इधर जठराग्नि प्रदीप्त हो गई। ये अग्नि तब तक जलती है जब तक खाना पचता है। अगर आपने खाते ही पानी पी लिया और वो भी ठंडा पानी पी लिया तो वो जो आग(जठराग्नि) जल रही थी वो बुझ गयी।

अगर आग बुझ गयी तो खाने की पचने की जो क्रिया है वो रुक गयी। हमेशा याद रखें खाना जाने पर हमारे पेट में दो ही क्रिया होती हैं। एक क्रिया है जिसको हम कहते हैं डाइजेशन और दूसरी है फर्मेंटेशन का मतलब सड़ना। और डायजेशन का मतलब है पचना। आयुर्वेद के हिसाब से आग जलेगी तो खाना पचेगा, खाना पचेगा तो उससे रस बनेगा। जो रस बनेगा उसी रस से मांस, मज्जा, रक्त, वीर्य, हड्डियां, मल-मूत्र और अस्थि बनेगा और सबसे अंत में मेद बनेगा। ये तभी होगा जब खाना पचेगा। यह सब हमें चाहिए। ये तो हुई खाना पचने की बात।

अब जब खाना सड़ेगा तब क्या होगा? खाने के सड़ने पर सबसे पहला ज़हर जो बनता है वो है यूरिक एसिड। कई बार आप डॉक्टर के पास जाकर कहते हैं कि मुझे घुटने में दर्द हो रहा है, मुझे कंधे-कमर में दर्द हो रहा है। तो डॉक्टर कहेगा आपका यूरिक एसिड बढ़ रहा है। आप ये दवा खाओ, वो दवा खाओ। यूरिक एसिड कम करो।

एक बात और जब खाना सड़ता है तो यूरिक एसिड जैसा ही एक दूसरा विष बनता है। जिसको हम कहते हैं LDL(लॉ डेंसिटी लिपोप्रोटिन) माना खराब कोलेस्ट्रोल। जब आप ब्लड प्रेशर चेक कराने डॉक्टर के पास जाते हैं तो वो आपको कहता है हाई बीपी। आप पूछोगे कि कारण बताओ? तो वो कहेगा कि कोलेस्ट्रोल बहुत ज़्यादा बढ़ा हुआ है। आप पूछोगे कौन-सा बहुत है? तो वो आपको कहेगा कि LDL बहुत है।

इससे भी ज़्यादा खतरनाक एक विष है। वो है VLDL अगर ये बहुत बढ़ गया तो आपको भगवान भी नहीं बचा सकता। खाना सड़ने पर जो ज़हर बनते हैं उसमें एक ओर विष है जिसको अंग्रेजी में हम कहते हैं ट्राइग्लिसराइड्स जब भी डॉक्टर आपको कहे कि आपका ट्राइग्लिसराइड्स बढ़ा हुआ है तो समझ लीजिए कि आपके शरीर में विष निर्माण हो रहा है। तो कोई यूरिक एसिड के नाम से कहे, कोई कोलेस्ट्रोल के नाम से कहे, कोई LDL, VLDL के नाम से कहे समझ लीजिए कि ये विष है और ऐसे विष 103 हैं। ये सभी विष तब बनते हैं जब खाना सड़ता है।

पेट में बनने वाले यही ज़हर जब ज़्यादा बढ़कर खून में आते हैं तो खून दिल की नाड़ियों में से निकल नहीं पाता और रोज़ थोड़ा-थोड़ा कचरा जो खून में आया है इकट्ठा होता रहता है। और एक दिन नाड़ी को ब्लॉक कर देता है। जिसे आप हार्ट अटैक कहते हैं। तो हमें ज़िंदगी में ध्यान इस बात पर देना है कि जो हम खा रहे हैं वो शरीर में ठीक से पचना चाहिए और खाना ठीक से पचना चाहिए। इसके लिए पेट में ठीक से आग(जठराग्नि) प्रदीप्त होनी ही चाहिए। क्योंकि बिना आग के खाना पचता नहीं है और खाना पकता भी नहीं है।

इसके लिए वाग्भट्ट जी ने सूत्र दिया। भोजनान्ते विषं वारी (मतलब खाना खाने के तुरंत बाद पानी पीना ज़हर पीने के बराबर है) इसलिए खाने के तुरंत बाद पानी कभी मत पिएं।

अब आपके मन में सवाल आयेगा कि कितनी देर तक नहीं पीना है? तो 1 घंटे 48 मिनट तक नहीं पीना। क्योंकि जब हम खाना खाते हैं तो जठराग्नि द्वारा सब एक-दूसरे में मिक्स होता है और फिर खाना पेस्ट में बदलता है। पेस्ट में बदलने की क्रिया होने तक 1 घंटा 48 मिनट का समय लगता है। उसके बाद जठराग्नि कम हो जाती है(बुझती तो नहीं लेकिन बहुत धीमी हो जाती है)। पेस्ट बनने के बाद शरीर में रस बनने की प्रक्रिया शुरु होती है।

तब हमारे शरीर को पानी की ज़रूरत होती है। तब आप जितना इच्छा हो उतना पानी पियें। जो बहुत मेहनती लोग हैं जैसे खेत में हल चलाने वाले, रिक्शा खींचने वाले, पत्थर तोड़ने वाले। उनको 1 घंटे के बाद ही रस बनने लगता है। उनको घंटे बाद ही पानी पीना चाहिए। और अगर खाना खाने के पहले पानी पीना है तो वो खाना खाने के 45 मिनट पहले आप पी सकते हैं। क्योंकि जब हम पानी पीते हैं तो वो शरीर के प्रत्येक अंग तक जाता है। और अगर बच जाये तो 45 मिनट बाद मूत्र पिंड तक पहुंचता है। तो पानी पीने से मूत्र पिंड तक आने का समय 45 मिनट का है। तो आप खाना खाने से 45 मिनट पहले ही पानी पिएं।

**चाइना-संघाई।** कॉन्सुलेट जनरल ऑफ इंडिया द्वारा दीपावली के अवसर पर भारतीय संस्कृति को सबके सामने प्रस्तुत करने हेतु आयोजित समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आध्यात्मिकता एवं भारत के प्राचीन राजयोग को प्रदर्शित करते हुए विभिन्न स्टॉल्स लगाए गए। ब्र.कु. सपना ने 'एनशिएंट राजयोगा ऑफ भारत इन मॉडर्न टाइम्स' विषय पर ऑनलाइन सम्बोधित किया। इस मौके पर कॉन्सुलेट जनरल ऑफ इंडिया इन संघाई डॉ. एन. नंदकुमार तथा अन्य ऑफिसर्स सहित गणमान्य लोग उपस्थित रहे तथा स्टॉल्स का अवलोकन किया।

**कोटद्वार-उत्तराखंड।** 'स्नेह मिलन' कार्यक्रम के पश्चात् गणमान्य व्यक्तियों के साथ ब्र.कु. ज्योति बहन।

**सम्बलपुर-सोनपुर(ओडिशा)।** उपक्षेत्रीय संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. पार्वती दीदी की ईश्वरीय सेवाओं के स्वर्ण जयंती महोत्सव में अपने आशीर्वचन देते हुए ब्र.कु. पार्वती दीदी। मंचासीन हैं डॉ. देवव्रत स्वाईं,मेम्बर लोकायुक्त,ओडिशा, डॉ.जीतशत्रु,रिटायर्ड आई.एफ.एस., डॉ. रजनीकांत जेना तथा अन्य।

**राजकोट-मेहूलनगर(गुज.)।** सड़क दुर्घटना में पीड़ित आत्माओं की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर सेवाकेन्द्र में 'निःशुल्क सर्वरोग निदान कैम्प' के उद्घाटन पश्चात् उपस्थित हैं डॉ. कश्यप त्रिवेदी, डॉ. तुषार व्यास, डॉ. महेश चावड़ा, दर्जी समाज के प्रमुख एवं भाजपा बक्षी पंच के महामंत्री उमेश भाई, सी.जे. ग्रुप के डायरेक्टर चिराग धमेचा, राजू राघेलिया, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. चेतना बहन, ब्र.कु. मोनिका बहन तथा अन्य।

**पन्ना-म.प्र.।** विश्व यादगार दिवस पर सड़क दुर्घटना में पीड़ितों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए ए.डी. कनारे,थाना प्रभारी यातायात पन्ना, सुनील पाण्डेय, सज्जन प्रसाद प्रजापति मुंशी, श्रीमति निशा जैन,पूर्व प्राचार्य,शासकीय उत्कृष्ट विद्यालय पन्ना, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीता बहन व अन्य भाई-बहनें।

**रीवा-म.प्र.।** पर्यावरण शुद्धि, स्वच्छता एवं मिट्टी की स्वच्छता बनाये रखने के लिए अंतर्राष्ट्रीय मृदा दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ ने जेलुका तालाब की स्वच्छता हेतु श्रमदान किया एवं मिट्टी की शुद्धता हेतु अन्य सेवाकार्यों में सहयोग दिया। इस अभियान में नगर निरीक्षक विद्या बारिधी तिवारी भी शामिल रहे।

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 7



# जैसे विचार वैसी अनुभूति

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

सारे दिन में हम सोचें कि हम कितनी बार अपने लिए या औरों के लिए कैसे विचारों का निर्माण करते हैं! मैं ऐसा हूँ, मेरे से होता ही नहीं है, मैं कितना भी कर लूँ नहीं होगा, मैं विफल हूँ। अब देखो, अगर एक वृक्ष पर इतना असर हो सकता है आस-पास के लोगों की एनर्जी का, तो हमारा अपने ऊपर कितना असर होगा हमारी अपनी एनर्जी का! अगर कोई नकारात्मक विचार या कोई अन्य ऐसे विचार आते भी हैं, पुराने संस्कारों के वश आते भी हैं, पुरानी सूचनाएं जो हमारे मस्तिष्क में रिकॉर्ड हैं उसकी वजह से आते हैं, खराब परिस्थिति है उसकी वजह से आते हैं लेकिन कितना टाइम, दो सेकण्ड भी विचार चल सकते हैं, दो मिनट भी, दो घंटे भी, उन्हें सिर्फ याद किये जाने की ज़रूरत होती है। पेड़ अपने आप मर जाता है जब ऐसे विचारों का निर्माण करते हैं। तो हम इसे नकारात्मक भी नहीं बोल सकते। हमें लगता है कि नकारात्मक मतलब ये बुरे हैं, ये गलत हैं ऐसा नहीं। नकारात्मक मतलब वो कुछ भी जो हम सोच रहे हैं लेकिन उससे हमें अच्छी अनुभूति नहीं हो रही है। सिम्पल चेकिंग है।

जब भी हम कोई ऐसा विचार निर्मित कर रहे हैं। जिसके परिणाम से हमें अच्छा अनुभव नहीं हो रहा। जैसे विचार वैसी अनुभूति। अगर हमारे विचार सही हैं हमें अच्छा अनुभव होगा। अगर हमारे विचार सही नहीं हैं तो हमें अच्छा अनुभव नहीं होगा। अगर कोई चिंता है, कोई डर है, होगा कि नहीं, नहीं हुआ तो, वो ऐसा नहीं हुआ, मेरे साथ ऐसा होता है, आपने कहा बच्चे कहना नहीं मानते, बच्चों का आगे क्या होगा, अगर इन्होंने ऐसा किया तो, इनका अच्छा नहीं हुआ तो! एक-एक विचार है ये। किसी वृक्ष के आस-पास कुछ दिन ऐसे विचार कर लेना ही काफी है वृक्ष को खत्म करने के लिए। अगर हम इस उदाहरण को सिर्फ याद रखें कि वृक्ष भी हमारी निगेटिव एनर्जी से मर जाता है, तो अब हम अपनी जो एनर्जी अपने आप को देंगे, अपने शरीर को देंगे, अपने परिवार वालों को देंगे और इस वायुमण्डल में फैलायेंगे तो ये परिणाम नहीं होगा जो आज हमारे जीवन का है। एक वृक्ष का मरना मतलब उसका जो जीवन है वो खत्म हो जाता है। और हम जो अपने आप को ऐसे विचार, ऐसे संकल्प देते जाते हैं तो हमारे अन्दर की जो खुशी है, जो पवित्रता है, जो शक्ति है वो खत्म होने लगती है। दाँत से अगर किसी चीज़ को पीस दो तो वो बच सकता है लेकिन विचार से या शब्दों से आप किसी को पीसो तो वो नहीं बच सकता। मतलब अगर दाँत से हम किसी को पीसते हैं तो हम एक फिज़िकल एनर्जी(भौतिक ऊर्जा) दे रहे हैं लेकिन अगर हम शब्दों से या विचार से किसी को दे रहे हैं तो हम उसकी जो एनर्जी है, जो आत्मा है उसको पीस रहे हैं। फिज़िकल एनर्जी थोड़े समय के बाद ठीक हो जायेगी लेकिन अगर नकारात्मक विचार दिये तो वो आत्मा को क्या कर देगी? आत्मा ऐसे मुरझा जायेगी, जिसका आपके शरीर पर असर पड़ जायेगा। उसकी ऐसी क्षति होती है जिसकी पूर्ति करना बहुत मुश्किल है।

**नकारात्मक मतलब ये बुरे हैं, ये गलत हैं ऐसा नहीं। नकारात्मक मतलब वो कुछ भी जो हम सोच रहे हैं लेकिन उससे हमें अच्छी अनुभूति नहीं हो रही है।**

## यह जीवन है

आज की इस कलयुगी दुनिया में हर इंसान में सिर्फ अच्छाई या सिर्फ बुराई ही नहीं होती अर्थात् दोनों ही होते हैं। इसलिए समझदार इंसान कभी किसी से ज़्यादा समय तक नाराज़ नहीं रह सकता, बल्कि यह हो सकता है कि किसी भी इंसान की एक उस कमी के प्रति सावधान ज़रूर हो जायें।

क्योंकि समय के साथ हर हालात बदल जाते हैं, परंतु हमारे साथ अच्छे-बुरे एहसास रह जाते हैं। लेकिन जो बुरे एहसासों से स्वयं को सुरक्षित रख पाता है, अथवा दूसरों की बुराई को भूला पाता है, वही इंसान सही मायने में जीवन को सही तरीके से जी पाता है।

सेंधवा-म.प्र.। अनन्त श्री विभूषित जगतगुरू श्री निम्बार्काचार्य पीठाधीश्वर श्री श्री श्याम शरण देवाचार्य जी को ईश्वरीय सौगात भेंट कर मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. छाया बहन तथा हरीश भाई।

सारंगपुर-म.प्र.। सड़क दुर्घटना में पीड़ित आत्माओं की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम के दौरान कैंडल जलाकर दी पीड़ित आत्माओं को श्रद्धांजलि एवं रैली निकाल कर जागरुकता का दिया संदेश। इस मौके पर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी बहन, ब्र.कु. प्रीति बहन तथा बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

छतरपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के विश्वनाथ कॉलोनी स्थित सेवाकेन्द्र द्वारा सत्य शोधन आश्रम में बेड़िया एवं घुमत्तू जाति के बच्चों के चरित्र निर्माण हेतु आयोजित उत्साहवर्धक कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रमा बहन तथा ब्र.कु. मोहिनी बहन ने बच्चों को सम्बोधित किया। इस अवसर पर सत्य शोधन आश्रम संचालक देवेन्द्र भण्डारी, जिला बेसवाल सचिव मान सिंह, समन्वयक खेल विभाग धीरज चौबे भी उपस्थित रहे। 50 बच्चों ने कार्यक्रम में भाग लिया।

हाथरस-उ.प्र.। दीपावली कार्यक्रम के दौरान उपस्थित रहे ब्र.कु. सीता बहन, ब्र.कु. भावना बहन, ब्र.कु. रश्मि बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

बांदा-उ.प्र.। रजिस्ट्रार राकेश मिश्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता बहन व ब्र.कु. शालिनी बहन।

भरतपुर-राज.। सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा रिज़र्व पुलिस लाइन भरतपुर में आयोजित कार्यक्रम में अभियान यात्री ब्र.कु. अस्मिता बहन, ब्र.कु. प्रवीणा बहन, ब्र.कु. मीनाक्षी बहन तथा ब्र.कु. हेमराज भाई को मोमेन्टो प्रदान कर सम्मानित करते हुए ब्रजेश उपाध्याय,आई.पी.एस. ग्रामीण सी.ओ. भरतपुर।

चंद्रपुर-महा.। ब्रह्माकुमारीज़ के शेषनगर ब्रह्मपुरी एवं प्रगति नगर वणी उपसेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित 'सांस्कृतिक संगीत संध्या' कार्यक्रम में नगराध्यक्षा रीताताई उराडे,ब्रह्मपुरी, ब्र.कु. कुसुम दीदी,चंद्रपुर, ब्र.कु. नलिनी दीदी,गडचिरोली, ब्र.कु. कुंदा दीदी,वणी, ब्र.कु. मिनल दीदी,वणी तथा बड़ी संख्या में अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे। राजू भाई सोनटक्के ने कार्यक्रम संचालन किया एवं गायक ब्र.कु. युगरतन ने सुंदर आध्यात्मिक गीतों की प्रस्तुति दी।

चित्तौड़गढ़-राज.। इंडियन पोस्ट के मैनेजर आशीष चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. आशा बहन।

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 8



# परमात्म ऊर्जा

## पाप कर्मों से छुटकारा पाने का साधन - लाइट हाउस की स्थिति

सभी अपने को लाइट हाउस और माइट हाउस समझते हो? जहाँ लाइट होती है वहाँ कोई पाप का कर्म नहीं होता है। तो सदा लाइट हाउस रहने से माया कोई पाप कर्म नहीं करा सकती। सदा पुण्य आत्मा बन जायेंगे। ऐसे अपने को पुण्य आत्मा समझते हो? पुण्य आत्मा संकल्प में भी कोई पाप कर्म नहीं कर सकती। और पाप वहाँ होता है जहाँ बाप की याद नहीं होती। बाप है तो पाप नहीं, पाप है तो बाप नहीं। तो सदा कौन रहता है? पाप खत्म हो गया ना? जब पुण्य आत्मा के बच्चे हो तो पाप खत्म। तो आज से मैं पुण्य आत्मा हूँ पाप मेरे सामने आ नहीं सकता यह दृढ़ संकल्प करो। जो समझते हैं आज से पाप को स्वप्न में भी, संकल्प में भी नहीं आने देंगे वह हाथ उठाओ। दृढ़ संकल्प की तीली से 21 जन्मों के लिए पाप कर्म खत्म। बापदादा भी ऐसे हिम्मत रखने वाले बच्चों को मुबारक देते हैं। यह भी कितना भाग्य है जो स्वयं बाप बच्चों को मुबारक देते हैं। इसी स्मृति में सदा खुश रहो और सबको खुश बनाओ।

## साक्षीपन की सीट ही है शान की सीट

नुकसान में भी कल्याण समाया हुआ है, ऐसा निश्चय हो। जब बाप का साथ और हाथ है तो अकल्याण हो नहीं सकता। अभी पेपर बहुत आयेंगे, उसमें क्या-क्यों का क्वेश्चन न उठे। कुछ भी होता है होने दो। बाप हमारा हम बाप के तो कोई कुछ नहीं कर सकता, इसको कहा जाता है निश्चयबुद्धि। बात बदल जाये लेकिन आप नहीं बदलो - यह है निश्चय। कभी भी माया से परे-शान तो नहीं होते हो? कभी वातारण से, कभी घर वालों से, कभी ब्राह्मणों से परेशान होते हो। शान की सीट पर रहो।

साक्षीपन की सीट शान की सीट है इससे परे न हो तो परेशानी खत्म जो जायेगी। प्रतिज्ञा करो कि कभी भी कोई बात में न परेशान होंगे, न करेंगे। जब नॉलेजफुल बाप के बच्चे बन गये, त्रिकालदर्शी बन गये तो परेशान कैसे हो सकते! संकल्प में भी परेशानी न हो। क्यों शब्द को समाप्त करो। क्यों शब्द के पीछे बड़ी क्यू है।

जो कुछ भी ड्रामा में होता है उसमें कल्याण ही भरा हुआ है, अगर यह स्मृति में सदा रहे तो कमाई जमा होती रहेगी। समझदार बच्चे यही सोचेंगे कि जो कुछ होता है वह कल्याणकारी है। क्यों-क्या का क्वेश्चन समझदार के अन्दर उठ नहीं सकता। अगर स्मृति रहे कि यह संगमयुग कल्याणकारी युग है, बाप भी कल्याणकारी है तो श्रेष्ठ स्टेज बनती जायेगी। चाहे बाहर की रीति से नुकसान भी दिखाई दे लेकिन उस

आगरा-पिपल मंडी(उ.प्र.)। स्लम स्टार एकेडमी के डायरेक्टर देव राजपूत ने स्लम बच्चों द्वारा आगरा शहर के कुछ समाजसेवी व शहर के लिए कुछ न कुछ योगदान देने वालों को सम्मानित करने की मुहीम चलाई है। इसी श्रृंखला में राजयोग एवं आध्यात्मिक ज्ञान द्वारा जन सेवा करने हेतु ब्र.कु. ममता बहन को सेवाकेन्द्र में आकर छोटी बच्ची संध्या द्वारा सम्मान प्रदान किया।

# कथा सरिता

## ज्ञान कहीं से भी मिले....

बहुत समय पहले की बात है गोविंद रानाडे हाई कोर्ट के जज थे। उनको बहुत सारी भाषाओं को सीखने का मन था, अपने इसी शौंक के कारण उन्होंने अनेक भाषाओं को सीख लिया था। लेकिन वो बांग्ला भाषा अभी तक नहीं सीख पाए थे, उन्होंने खूब प्रयास किया लेकिन सीख नहीं पाए। अंत में उनको एक उपाय सूझा, उन्होंने एक बंगाली नाई को बुलाया और उससे अपनी हजामत बनवानी शुरु कर दी। नाई देर तक हजामत बनाता, वे उससे बांग्ला भाषा सीखते रहते।

रानाडे की पत्नी को यह सब बहुत बुरा लग रहा था, उन्होंने अपने पति से कहा, आप हाई कोर्ट के जज होकर एक नाई से भाषा सीखते हैं। कोई देखेगा तो हमारी क्या इज्जत रह जाएगी, आपको बांग्ला सीखनी है तो किसी विद्वान को बुलाकर सीखो। रानाडे ने मुस्कुरा कर उत्तर दिया, मैं तो ज्ञान का प्यासा हूँ, हमें जात-पात से क्या लेना-देना। यह बात सुनकर रानाडे की पत्नी को बहुत अफसोस हुआ और बोली आप सही हो।

**शिक्षा :-** इस कहानी से हमें यही सीखने को मिलता है कि ज्ञान कहीं से भी मिले, बस ले लो।

दो-तीन दिन पहले की बात है। अपनी आठ वर्षीय पुत्री को स्कूल से घर वापस लाने तीन बजे स्कूल के गेट पर पहुंच गया था। तीन बजकर दस मिनट से जूरियर के.जी. के छात्र बाहर आना शुरु करते हैं जबकि सीनियर छात्र तीन बजे से। गेट पर अभिभावकों की भीड़ लगी थी। एकाएक तेज बारिश शुरु हो गई। सभी ने अपनी छतरी तान ली। मेरे बगल में एक सज्जन बिना छतरी के खड़े थे। मैंने शिष्टाचार वश उन्हें अपनी छतरी में ले लिया।

गाड़ी से जल्दी-जल्दी में आ गया, छतरी नहीं ला सका, उन्होंने कहा।

मैंने कहा, "कोई बात नहीं ऐसा हो जाता है।"

जब उनका बेटा रेनकोट पहने निकला तो मैंने उन्हें छाते से गाड़ी तक छोड़ दिया। उन्होंने मुझे गौर से देखा और धन्यवाद कहकर चले गए।

कल रात नौ बजे पाटिल साहब का बेटा आया।

अंकल गाड़ी की ज़रूरत थी। रूबी(उसकी छः माह की बेटी) की तबीयत बहुत खराब है। उसे डॉक्टर के पास ले जाना है।

मैंने कहा, "चलो चलते हैं।"

अंधेरी, बरसाती रात में जब डॉक्टर के यहाँ हम पहुंचे तो दरवान गेट बंद कर रहा था। कम्पाउंडर ने बताया कि डॉ. साहब लास्ट पेशेंट देख रहे हैं, अब उठने ही वाले हैं। अब सोमवार को नम्बर लगेगा।

मैं कम्पाउंडर से आज ही दिखाने का आग्रह कर ही रहा था कि डॉक्टर साहब चैम्बर से घर जाने के लिए बाहर आए। मुझे देखा तो ठिठक गए फिर बोले आप आए हैं सर! क्या बात है?

कहना नहीं होगा कि डॉक्टर साहब वही सज्जन थे जिन्हें स्कूल में मैंने छतरी से गाड़ी तक पहुंचाया था। डॉक्टर साहब ने बच्ची से मेरा रिश्ता पूछा। मेरे मित्र पाटिल साहब की बेटी है। हम लोग एक ही सोसाइटी में रहते हैं।

उन्होंने बच्ची को देखा कागज पर दवा लिखी और कम्पाउंडर को हिदायत दी - यह इंजेक्शन बच्ची को तुरंत लगा दो और दो-तीन दिन की दवा अपने पास से दे दो।

मैंने एतराज किया तो बोले - अब कहाँ आप इस बरसाती रात में दवा खोजते फिरेंगे सर! कुछ तो अपना रंग मुझ पर भी चढ़ने दीजिए।

बहुत कहने पर डॉक्टर साहब ने न फीस ली और न ही दवा का दाम और अपने कम्पाउंडर से बोले - सर, हमारे मित्र हैं, जब भी आयें तो आने देना।

गाड़ी तक पहुंचाने आये और कहा - सर, आप जैसे निःस्वार्थ समाजसेवी क्या इसी दुनिया में रहते हैं?

मनुष्य द्वारा समाज व देश में समय-समय पर अनेक प्रकार की सेवाएं दी जाती हैं लेकिन उनमें यदि प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप कहीं स्वार्थ छुपा हुआ है तो वह सेवा, सेवा नहीं कहलाती।

बिहार-मोतीपुर। केसरिया,पू.च. उपसेवाकेन्द्र के 16वें वार्षिकोत्सव पर सम्मान समारोह के आयोजन पश्चात् शोभा यात्रा निकाली गई। इस मौके पर मोतीपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मनोरमा बहन, ब्र.कु. रामनाथ भाई, ब्र.कु. सुधीर भाई, शिवहर से ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. रिंकी बहन, डॉ. परमेश्वर, डॉ. अशर्फी सहित कई लोग उपस्थित रहे।

# "आत्मविश्वास" सफल व्यक्तित्व की पहचान

ब्र.कु. निर्मला अग्रवाल,शुजालपुर मंडी

जिस तरह प्रभाव की किरणों से पुष्प अपने लाभ के लिए अपनी पंखुड़ियाँ खोलता है, उसी तरह आत्मविश्वास के ओजस्वी प्रकाश को प्रवेश कराने के लिए अपनी आत्मा को विकसित होने दीजिये। श्रेष्ठ अभिलाषाओं के पंखों से ऊपर ऊड़िये, निर्भीक होइये और महत्तर उपलब्धियों की संभावनाओं में विश्वास रखिये। भले ही आपके पास कितनी ही डिग्रीयां व योग्यतायें हों यदि आपमें आत्मविश्वास नहीं है तो सब बेकार है। आत्म विश्वास सिर्फ आपका जीवन बनाता ही नहीं है बल्कि आपके व्यक्तित्व को दुगुना बल भी प्रदान करता है। कुछ लोगों में आत्मविश्वास की कमी बचपन के खट्टे-मीठे अनुभव के कारण हो जाती है। इसीलिये आत्मविश्वास जगाने के लिए कुछ बातें ज़रूरी हैं।

## सकारात्मक सोच और आशावादी दृष्टिकोण

कहते भी हैं कि मनुष्य जैसा सोचता है वैसा ही बन जाता है। अतः सदैव उगते सूर्य की ओर ही देखें। ढ़लता सूरज अपने साथ अंधियार लेकर आता है। खिलते पुष्प, हरा-भरा उपवन और उसके ऊपर मंडराती रंग-बिरंगी, भोली-भाली तितलियां सभी का मन अपनी ओर आकर्षित कर लेती हैं। अतः ऐसे लोगों के संपर्क में रहें जिनसे कुछ सीखने को मिलता है। अच्छी पुस्तकें पढ़ें तथा उन पुस्तकों की महत्वपूर्ण सीख ऊर्जावान एवं प्रेरणादायक पंक्तियों को काटकर या लिखकर ऐसी जगह लगायें जहाँ बार-बार आपकी नज़र जाती हो। जीवन में बार-बार विघ्नों के तेज हवाओं के झोंके पड़ते ही नाव डगमगाने लगती है - 'अब क्या होगा?' यह सोच इंसान को कमज़ोर बना देती है। अतः सदैव यही सोच चलती रहे कि ईश्वर हमारे साथ है, जो होगा बहुत अच्छा होगा। ऐसी सकारात्मक सोच जीवन को नई दिशा प्रदान करती है और कठिनाइयों से लड़ने की नई ताकत भी देता है।

## बोलने की कला आत्मविश्वास को बढ़ाती है

हमारा उठना-बैठना, बातचीत करने का ढ़ग एवं हाव-भाव किसी को आकर्षित करने के लिए बहुत मायने रखते हैं। इससे न केवल हम दूसरों का दिल ही जीत सकते हैं बल्कि अपने व्यक्तित्व की सही पहचान लोगों को करा सकते हैं।

कई लोग दूसरों के सम्मुख अपने विचार व भाव रखने में या तो घबरा जाते हैं या शरमाते हैं जिसकी वजह से उन्हें नीचा भी देखना पड़ता है। इसके लिए जिस विषय पर आप बोलना चाहते हैं उस विषय पर सामान्य ज्ञान व सामग्री जुटा लेनी चाहिए। निरंतर प्रैक्टिस से एक दिन आप सफल वक्ता बन सकते हैं।

शिव बाबा ने हमें अपनी पुरानी सुखद अनुभूतियों का साक्षात्कार कराया है। अतः स्वयं की पहचान को कायम रखें। ईश्वर की आज्ञाओं को सुनकर हां जी करने की हिम्मत रखेंगे तो ईश्वर भी आपको महानायक बनाने में बेहद मदद करेगा। अगर आप खुद पर, अपने मन, विचारों, कर्मेन्द्रियों, इच्छाओं आदि पर जीत पा लेते हैं तो समझो आपने अपनी सारी दुनिया जीत ली। हमें अपनी प्रेरणाओं का फल बड़ा मददगार लगता है, यदि हम विरोध के दबाव को भी सकारात्मकता से लें तो एक दिन वह भी हमें मददगार लगेंगे।

## पुरानी सुखद स्मृतियों का साक्षात्कार करें

सभी जानते हैं कि समय एक सा नहीं रहता। याद करें उन दिनों को जब आप बहुत खुश और संतुष्ट थे। सोचें क्या थे वो खुशी के कारण? क्या उस समय नकारात्मकता थी आप में? कैसे प्राप्त किया मैंने उस स्थिति को? वही शक्ति और आत्मविश्वास को पुनः प्राप्त करें। अतः सकारात्मक ऊर्जा को जगायें व खोई हुई ऊर्जा तथा आत्मविश्वास को पुनः जागृत करें।

फिर एक दिन आप एक ऊर्जावान व्यक्तित्व की तरह यही कहेंगे कि
मुस्कुराकर हर चुनौति से गले मिला,
मुश्किलें हज़ार आईं पर मैं ना हिला,
है रंज ना कोई हार का, ना कोई जीत की खुशी,
सुख-दुःख में आत्मविश्वास से, मैं निरंतर आगे बढ़ता चला।

## एक नई सोच

**ज्ञान का मार्ग सदा सहज है, लेकिन कभी-कभी मुश्किल लगता है क्योंकि हम कमज़ोर हो जाते हैं। कमज़ोर होने से सहज भी मुश्किल लगता है। कमज़ोर के लिए कोई छोटा-सा भी कार्य भी मुश्किल लगता है। अपनी कमज़ोरी मुश्किल बना देती है, बाकी मुश्किल होता नहीं।**

**कमज़ोर क्यों होते हैं? क्योंकि कोई न कोई विकारों के संग दोष में आ जाते हैं। सत का संग किनारे हो जाता है और दूसरा संग दोष लग जाता है। इसलिए भक्ति में भी कहते हैं कि सदा सतसंग में रहो। सतसंग अर्थात् सत बाप के संग में रहना।**

**सतसंग की कितनी महिमा है! और सबके लिए सत बाप का संग अति सहज है। क्योंकि समीप का सम्बन्ध है। सबसे समीप सम्बन्ध है बाप और बच्चे का। यह सम्बन्ध सहज भी है और साथ-साथ प्राप्ति कराने वाला भी है।**

**सभी सदा सतसंग में रहने वाले को सहज योगी, सहज ज्ञानी का वरदान सहज मिल जाता है। सदैव यह सोचो कि हम औरों की भी मुश्किल को सहज करने वाले हैं। जो दूसरों की मुश्किल को सहज करने वाला होता वह स्वयं मुश्किल में नहीं आ सकता।**

**हल्द्वानी-रामपुर रोड(रानीखेत)।** डोगरा रेजिमेंट में मंथली फैमिली वेलफेयर कार्यक्रम के दौरान सी.ओ. की धर्मपत्नी रीना बहन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम बहन। कार्यक्रम में मेजर की धर्मपत्नी आंचल बहन, विनीता वर्मा, इशिका वर्मा व अन्य बहनें शामिल रहीं।

**मैनपुरी-उ.प्र.।** जिलाधिकारी अविनाश कृष्ण सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. दीप्ति तथा ब्र.कु. ज्योत्सना।

**टोहाना-जींद(हरियाणा)।** विश्व मृदा दिवस पर किसानों के लिए आयोजित कार्यक्रम में विषय विशेषज्ञ रामेश्वर दास, ब्र.कु. मीना बहन,जींद, ब्र.कु. कौशल्या बहन, धर्मपाल भाई,नंदी शाला टोहाना, ब्र.कु. वंदना, मंजू पाहवा, मधु भाटिया तथा विभिन्न गांव के किसान शामिल हुए। डॉल्फिन स्कूल के बच्चों ने डांस के माध्यम से मिट्टी को बचाने का संदेश दिया।

**नवसारी-लुणसीकुंज(गुज.)।** विश्व यादगार दिवस पर सड़क दुर्घटना पीड़ितों के लिए आयोजित श्रद्धांजलि कार्यक्रम में दिवंगत आत्माओं को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए ब्र.कु. गीता बहन, डी.वाय.एस.पी. शिव राणा, ट्राफिक एजुकेशन ट्रस्ट के प्रमुख भरत गांधी, समकालीन पेपर के संपादक तथा समाज सेवक गौतम मेहता, समाज सेवक हरीश भाई तथा ब्र.कु. भानु बहन।

**फरीदाबाद-हरियाणा।** श्री राम कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड मैनेजमेंट,पलवल में ब्रह्माकुमारीज़ नॉर्थ इंडियाज़ फरीदाबाद आई.टी. विंग द्वारा 'मैनेजिंग टाइम एंड टार्गेट्स' विषय पर सत्र का आयोजन किया गया। प्रो. ब्र.कु. रचना,पलवल द्वारा कार्यक्रम को सम्बोधित किया गया। 76 प्रतिभागियों ने कार्यक्रम का लाभ लिया।

**नरवाना-हरियाणा।** कार्यक्रम के मुख्य अतिथि नागरिक अस्पताल के एस.एम.ओ. डॉ. देवेन्द्र बिंदलिश को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए जींद सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विजय दीदी, ब्र.कु. विजय भाई तथा स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन।

# सृष्टि की रचना करने के लिए...

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

शास्त्र कहता है कि ब्रह्मा जी ने संकल्पों से सृष्टि रची। यहाँ तक कि वो तीनों मतलब ब्रह्मा, विष्णु और शंकर को भी साथ जोड़ते हैं। अभी हम सभी कुछ इसमें ऐसे वैज्ञानिक और आध्यात्मिक पहलू की चर्चा करना चाहते हैं। धार्मिक पहलू यही है कि निश्चित रूप से ब्रह्मा ने संकल्पों द्वारा सृष्टि की रचना की लेकिन इसको सिर्फ अंधविश्वास के साथ हम मान सकते हैं, क्योंकि इसपर बहस करने का सरोकार कुछ नहीं लगता। अगर इसके वैज्ञानिक पहलू को देखें तो हम पायेंगे कि ब्रह्मा को चारों वेदों का ज्ञाता कहते हैं। इनको चार मुख दिखाते हैं। आज की कलयुगी सृष्टि में कोई भी ऐसा मनुष्य नहीं होगा जो इस बात को स्वीकार करने को राज़ी हो कि कोई व्यक्ति को चार मुख हो सकते हैं। लेकिन ब्रह्मा को लोगों ने स्वीकार किया है। इसका कारण डर है, भय है इस तरह का कि कहीं कुछ हो ना जाये, अगर हम इसपर बहस करते हैं तो। मामला ये नहीं है कि हम इसपर बहस करें। मामला ये है कि हम उस बात को यहाँ भी स्वीकार कर लें कि अगर किसी के यहाँ चार हाथ, चार मुख, चार पैर वाला बच्चा पैदा हो तो उसको भी स्वीकार करें। लेकिन उसको तो आप हॉस्पिटल ले जाते हैं, ऑपरेशन करवाते हैं।

सिद्ध क्या होता है इससे कि हम सभी सिर्फ और सिर्फ धार्मिक भावना के आधार से इन सब बातों को मानते हैं लेकिन इसके आध्यात्मिक पहलू से रूबरू नहीं हैं। आपको पता हो कि जब तक आपको इसका पहलू समझ में नहीं आयेगा कि ब्रह्मा ने सृष्टि को रचा तब तक न तो आप ब्रह्मा को मानेंगे और न ही सृष्टि को मानेंगे। अगर हम मानते तो डरते कि क्या ब्रह्मा ने ऐसी सृष्टि रची होगी! जहाँ पर अफरा-तफरी है, मार-काट है, एक-दूसरे के प्रति ईर्ष्या, नफरत है ऐसी सृष्टि तो नहीं रची होगी! अगर ब्रह्मा ने सृष्टि रची तो उसकी पूजा भी नहीं करते हैं और पूजा न करने का कारण बताया कि उन्होंने अपनी स्वयं की पुत्री से ही विवाह कर लिया। अब ये बातें क्या मानने योग्य हैं? या सिर्फ और सिर्फ सुन लिया और मान लिया। आप देखो कि जिस ब्रह्मा को लोगों ने इतना ऊंचा दर्जा दिया उससे कहीं ज़्यादा उन्हें गिरा दिया।

अब हम इसके थोड़े आध्यात्मिक पहलू की ओर चलते हैं और इसको समझते हैं विवेकशील बुद्धि से। सभी देवताओं को सजा-सजाया दिखाते हैं लेकिन एक ब्रह्मा है जिनको बुजुर्ग दिखाते हैं। सफेद दाढ़ी-मूँछ वाला दिखाते हैं। शास्त्रों में ऐसी मान्यता है कि जब एक बार देवासुर संग्राम हुआ तब चारों तरफ राक्षसों ने आक्रमण करना शुरु किया। उस समय कोई भी ऐसा नहीं था जो इस सृष्टि को बचा सके। तो कहते हैं कि विष्णु जी ब्रह्मा जी के पास गये और उनके पास जाकर कहा कि हे प्रजापिता इस सृष्टि को कैसे बचाया जाये? उन्होंने कहा कि अब बस वो समय आने वाला है कि कल्की अवतार कलयुग में होगा और नई सृष्टि की रचना की शुरुआत होगी।

अब कल्की अवतार क्या है, कैसे ये शुरु होता है इसपर हमको नहीं जाना है। ये तो आपको सिर्फ एक शास्त्रगत वर्णन बताया कि इनका शास्त्रों में वर्णन है। लेकिन आध्यात्मिक पहलू कहता है कि अगर ब्रह्मा बुजुर्ग हो गये और उनको भी पूरी तरह से ज्ञात नहीं कि कैसे नई सृष्टि का निर्माण होगा तो ज़रूर ऐसी कोई शक्ति होगी जिन्होंने उनको प्रेरणा दी होगी। शिव महापुराण की एक घटना है, कहा जाता है कि एक बार विष्णु जी अपने जन्मों को भूल गये तो वो ब्रह्मा जी के पास गये, ब्रह्मा जी ने कहा मुझे खुद अपने जन्म याद नहीं है तो मैं आपको कैसे बताऊंगा। दोनों मिलकर शंकर जी के पास गये जो तपस्या कर रहे थे, शंकर जी ने कहा कि मैं तो खुद तपस्या में लीन हूँ, मुझे नहीं याद कि हमारे कितने जन्म हुए। कहते हैं तीनों मिलकर शिवलिंग के पास पहुंचे तो मान्यता कहती है कि उसमें से एक ज्योति निकली और वो ब्रह्मा के मस्तक में प्रकट हुई। उसने कहा कि सृष्टि की आदि में तुम कृष्ण थे, बाद में नारायण और तुम्हारा अंतिम जन्म ब्रह्मा का है।

कहते हैं इसका यादगार भी है कि विष्णु की नाभि से ब्रह्मा जी को निकलते हुए दिखाते हैं इसका मतलब है कि ब्रह्मा जी और विष्णु जी का कोई गहरा कनेक्शन है। नाभि से अगर कोई चीज़ जुड़ी हुई है तो उसका कनेक्शन जन्म से है। तो इससे क्या सिद्ध होता है कि ब्रह्मा, विष्णु का लास्ट जन्म है। जिसमें वो ब्रह्मा बने लेकिन ये तीनों बातें बताने वाला कौन? उनको नाम दिया शिव। ज्योति के रूप में प्रकट हुए ब्रह्मा जी के ललाट पर। ये है सबसे दिव्य और सही मान्यता जो सैद्धान्तिक रूप से भी सत्य लग रही है, वैज्ञानिक रूप से भी सत्य लग रही है और आध्यात्मिक रूप से भी सत्य लग रही है। कहा जाता है कि त्रिमूर्ति शिव है न कि ब्रह्मा। मतलब शिव ने ब्रह्मा को रचा। ब्रह्मा द्वारा संकल्पों से सृष्टि की रचना करवाई। अगर आपको इसमें थोड़ा भी संदेह लगता है तो आप महाशिवपुराण को एक बार देख सकते हैं।

ये कथा नहीं है, ये सच्चाई है और इसका हम प्रमाण ब्रह्माकुमारीज़ में 86 वर्षों से देख रहे हैं। जहाँ से उनके संकल्पों से और कुछ पवित्र आत्मायें जो शिव रचनाकार के द्वारा अनेक ब्रह्मावत्सों को, पवित्र आत्माओं को बनाकर इतने बड़े विश्व को परिवर्तन कर रहे हैं इसका प्रैक्टिकल स्वरूप अगर देखना है तो यहाँ देखो। सृष्टि की रचना ऐसी होती है। बिना शिव निराकार परमात्मा के, ज्योति बिन्दु के, बिना ब्रह्मा के सृष्टि की रचना नहीं हो सकती। ऐसे ब्रह्माकुमारीज़ के सम्पूर्ण इतिहास को अगर आप ध्यान से देखेंगे तो पायेंगे कि सच में ये कार्य विश्व परिवर्तन का कार्य है।

## मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

**प्रश्न :- हमारी मन्सा साकाश की विधि सही है या नहीं और वह अन्य आत्माओं तक पहुंच रही है और उनको सहयोग दे रही है, इसका हमें कैसे पता चले?**

**उत्तर :-** हमारी मन्सा साकाश में सबके प्रति शुभ-भावना, शुभ-कामना होती है और हम पूरे विश्व कल्याण के लिए मन्सा सकाश देते हैं तो वह अनेक आत्माओं तक ज़रूर पहुंचती है। लेकिन कोई आत्मा उसे कैसे एडॉप्ट करती है, इसमें उसका अपना भी पार्ट होता है। हम आत्माएं विश्व को साकाश देते हैं पर उस साकाश को वही आत्माएं कैच कर पाती हैं जो परमात्मा की लगन में मगन होती हैं, चाहे किसी भी विधि से हो। हम परमात्मा के साथ जुड़कर फरिश्ते रूप में साकाश देते हैं और उनको ताकत देते हैं। यहाँ भी कहेंगे कि हम उनके विकर्म विनाश नहीं करते हैं, हम उनको मदद करते हैं।

जैसे किसी को सैल्वेशन चाहिए, कोई कहीं पर रास्ता भटक गया है लेकिन हम उसको साकाश दे रहे हैं, तो रास्ता भटकने वाले की बुद्धि में एकदम से टच होगा कि यह रास्ता गलत है, यह सही है। तो यह जो कनेक्शन हम देते हैं, यह साकाश होती है। बाकि कर्म उसका स्वयं का रहता है। उसकी बुद्धि में ही दोनों बातें टच होंगी। उसका अपना परमात्मा के साथ कनेक्शन होगा और हमारे साकाश के पहुंचने का कनेक्शन होगा, तो दोनों जब काम करते हैं तो व्यक्ति को आगे बढ़ा देते हैं। इसलिए साकाश पूरे विश्व को दी जाती है पर उसको एडॉप्ट करने वाली आत्माएं नम्बरवार होती हैं। उसी तरह से परमात्मा पढ़ाते सबको एक समान हैं पर पढ़ने वाली आत्माएं सब नम्बरवार होती हैं। ऐसे ही साकाश दी सबको जाती है पर एडाप्सन कोई-कोई कर पाता है। लेकिन हमको सकाश देनी सबको है।

**प्रश्न :- मन्सा सेवा की सफलता किस आधार पर आधारित है?**

**उत्तर :-** मन्सा सेवा की सफलता के लिए हमारा मन शुद्ध और शांत होना चाहिए, उसमें हरेक आत्मा के प्रति शुभभावना, शुभकामना होनी चाहिए। किसी के लिए भी घृणा या द्वेष नहीं होना चाहिए। इसके लिए ड्रामा का पार्ट हमारे अंदर पक्का होना चाहिए। जब ड्रामा का पार्ट हमारे अंदर पक्का होता है, तो हम प्रश्न चिन्ह नहीं बनते हैं और जब हम प्रश्न चिन्ह नहीं बनते हैं तो हम शांत रहते हैं। प्रसन्न चित्त रहते हैं। तब हमारी मन्सा में ताकत आती है और मन्सा सेवा सहज हो जाती है।

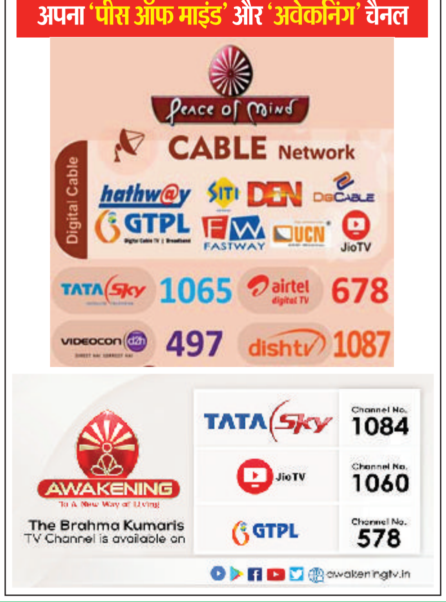
**प्रश्न :- किसी जॉब में सफलता के लिए कैसे संकल्प करें? कैसे योग करें और बाबा को कैसे साथ रखें?**

**उत्तर :-** अपने जीवन में सफलता पाने के लिए सबसे पहले आप परमात्मा के प्यार को और उनकी ब्लैसिंग को अपने जीवन में अनुभव करें। जब आप ऐसा अनुभव करेंगे तो आपके अंदर से वो गुण इमर्ज होने लगेंगे, जो आपको आपके लक्ष्य तक पहुंचाने में आपकी मदद करेंगे। और समस्याएं तो हरेक के जीवन में होती ही हैं, लेकिन हमें उन समस्याओं से निकलने के लिए अपने योग को बढ़ाना होगा। योग से ऐसा वायुमंडल बनाना होगा, जिसमें कोई भी समस्या अपना प्रभाव ना दिखा सके। इसके लिए आप अपनी एकाग्रता को इतना बढ़ा दें कि चारों तरफ जो भी होता रहे, फिर भी हमारी मन-बुद्धि हमारे लक्ष्य की तरफ केंद्रित रहे।

ऐसे कई उदाहरण तो लौकिक दुनिया में भी मौजूद हैं जिन्होंने सिर्फ अपने आत्मविश्वास के द्वारा कठिन हालातों के अंदर भी अपने लक्ष्य को प्राप्त किया, तो आपके साथ तो डायरेक्ट परम सत्ता का साथ है, आप खुद एक शिव शक्ति हैं, जिसके पास शिव की हर शक्ति मौजूद है। तो सिर्फ आप अपना विश्वास बढ़ाएं तो आप उससे बाहर आ सकते हैं, और अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं।

आप अपने संकल्प पर दृढ़ रहें। किसी भी परिस्थिति के कारण, आपका संकल्प कमज़ोर नहीं पड़ना चाहिए और अपने संकल्प को बार-बार दोहराते रहिये, माना अपने लक्ष्य को बार-बार सकारात्मक संकल्पों का पानी दीजिये। जिससे आपकी छाप आपके मानस पटल पर गहरी होती जाये। और उस संकल्प का एक वायुमंडल बनता जाये। आप इसे अभ्यास की तरह भी ले सकते हैं। जितना आप अभ्यास करते जायेंगे। तो उस लक्ष्य पर पहुँचने की पॉसिबिलिटी बढ़ती जाएगी। आपको अपने अंदर सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ाना है। आपके लिए आपको सकारात्मक रहना है और बाबा के साथ का अनुभव करने के लिए आपको बुद्धि से बाबा के साथ कम्बाइन्ड रहना है। और हर कदम श्रीमत प्रमाण चलना है। तो जो बाबा कहेंगे वो आपको अनुभव होगा कि बाबा आपके साथ-साथ चल रहे हैं।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 11



# सरिता की तरह बहते रहो

जीवन जीने का तरीका हम प्रकृति से सीख सकते हैं। प्रकृति में जितने भी तत्व हैं सभी अपने आप में एक निःस्वार्थ और अति समीप का प्रेम दर्शाते हैं। ट्रस्टीपन की भावना भी प्रकृति के हर तत्व के अन्दर है। कहते हैं नदी न स्वयं अपना जल पीती, न ही पेड़ अपना फल स्वयं खाता। आप कल्पना करो कि आपके सामने नदी प्रकट हो जाये और आपसे कहे कि आप कल से मेरा पानी नहीं पी सकते, टैक्स लगेगा। तो आपकी नदी के प्रति भावना बदल जायेगी। तो ऐसे ही अगर फल कहे कि आप मेरा फल नहीं खा सकते तो आपकी पेड़ के प्रति भी भावना बदल जायेगी। सिद्ध क्या हो रहा है कि जैसे वो लेना शुरु करता है हमसे तो हमारी भावनायें उसके प्रति बदलनी शुरु हो जाती हैं। ये सभी मनुष्यात्माओं पर लागू होती हैं। हम किसी को तब तक सहन करते हैं, उसके लिए लड़ते रहते हैं जब तक वो हमें कुछ न कुछ देता रहता है। लेकिन जैसे ही वो हमसे कुछ मांगना शुरु करता है बस हमारी भावनायें बदल जाती हैं।

मनुष्य का जीवन भी आज कुछ इसी तरह का है। मनुष्य आज हरपल अगर किसी को कुछ देता है तो लेने की भी इच्छा रखता है। ये लेन-देन का व्यापार ही हम सबको नीचे गिराता है। आप इसके अन्दर का साइंस देखिए कि जब हम किसी की सेवा करने के निमित्त बनते हैं और उस सेवा के बदले में मुझे कुछ चाहिए तो सेवा में वो भावना सिर्फ और सिर्फ तब तक है जब तक आपको सेवा के बदले में पैसा चाहिए। इसलिए आज लोग नौकरी में सिर्फ ड्यूटी करते हैं। मतलब अगर मुझे 10 बजे से 5 बजे तक काम करना है तो बस करना है। इसके अलावा एक्स्ट्रा मुझे किसी ने काम बता दिया तो मुझे नर्वसनेस शुरु हो जायेगी और कल से कहेंगे कि मैं नहीं करूंगा मेरी सेलरी बढ़ा दी जाये। इसीलिए आज किसी की उन्नति नहीं हो रही, सबकुछ डर से हो रहा है प्यार से नहीं हो रहा है।

समाज का हरेक वर्ग कहता है आज हम सोशल वर्कर हैं। सोशल वर्क करने वाला अगर टेंशन में है तो इसका मतलब उसको कुछ न कुछ चाहिए। क्योंकि सोशल वर्क तो एक सेवा है। उसमें आपको टेंशन आना ही नहीं चाहिए। लेकिन आ रहा है। इस दुनिया में इतने सारी सामाजिक संस्थायें चल रही हैं लेकिन उसके अन्दर विकृति क्यों आ गई,क्योंकि उसके अन्दर निःस्वार्थ भावना नहीं रही। आप एक तरफ बात करते हैं कि परमात्मा की कृपा हमारे ऊपर है, दूसरी तरफ मांगने की बात कर रहे हैं। ये दोनों बातें थोड़ा-सा न्याय नहीं कर रही हैं हमारे जीवन से।

आप देखिए, प्रकृति सेवा करती है और हमसे कुछ नहीं लेती है सिर्फ देती है। और हमें उसको प्रोटेक्ट करने का मन करता है। आज कहते हैं ना जल बचाओ, बिजली बचाओ, पेड़ बचाओ क्योंकि वो हमसे नहीं कह रहा है बचाने के लिए। सिर्फ वो दे रहा है। लेकिन आज हमें कोई प्रोटेक्ट नहीं कर रहा है क्यों!? शायद उत्तर हमारे पास है लेकिन अगर उसे हम स्वीकार करें तब ना! सब अपने आपको बुद्धिजीवी कहते हैं, पढ़ा-लिखा कहते हैं लेकिन अगर कहीं समर्पित रूप से सेवा भी कर रहे हैं तो भी असंतुष्ट हैं। आप सोचिए कौन से वायब्रेशन हम अपनी सेवा में फैला रहे हैं। कौन हमसे अच्छा फील करेगा। सबको अन्दर की वृत्ति, अन्दर की भावना पता चलती है। सब समझते हैं कि ये कुछ न कुछ हमसे चाहते हैं। इसीलिए हम सिर्फ सेवा करें कि न कि बतायें कि हमारा ये प्रोजेक्ट चल रहा है कि चाहें तो आप इसमें सहयोग दे सकते हैं। ये क्या है? पहले से ही अगर हम इस भावना से सेवा करेंगे तो सेवा का बल जमा नहीं होगा। इसीलिए हम सभी प्रकृति के पांचों तत्वों से बने हुए शरीर को आज नैचुरल चिकित्सा पद्धति से ठीक करने की कोशिश कर रहे हैं। इतना ज़्यादा लोभ वृत्ति हमारे अन्दर बढ़ी है कि हमारी आंखों के आगे एक पर्दा-सा पड़ गया है। घर बनना ज़रूरी है चाहे पेड़ कितने भी कट जायें। आज की मनुष्य की विकृति उसे कितना गर्त में ले गयी है ये आज हर मनुष्य की मानसिकता को देखकर जान सकते हैं।

क्यों हमने इस लेख की शुरुआत प्रकृति से की, क्योंकि अगर सीखना है तो सिर्फ प्रकृति से। क्योंकि इस समय कोई भी संसार में ऐसा नहीं है जो देता भी हो लेकिन उसके बदले कुछ लेता न हो। प्रकृति से हमको एक बात और सीखनी है कि इस दुनिया में जो भी चीज़ हमें मिली है वो सिर्फ और सिर्फ यूज़ करने के लिए है और छोड़ देना है। लेकिन आज हमें कोई भी चीज़ अगर मिल जाती है तो उसे प्रयोग भी करते हैं और उसे दबाके भी रखते हैं। लेकिन ज़मीन तो प्रकृति की है ना! लेकिन उसपर हमने कब्ज़ा किया हुआ है इसीलिए डर लग रहा है। कोई हमसे ले न ले। कुछ भी हमारा यहाँ नहीं है।

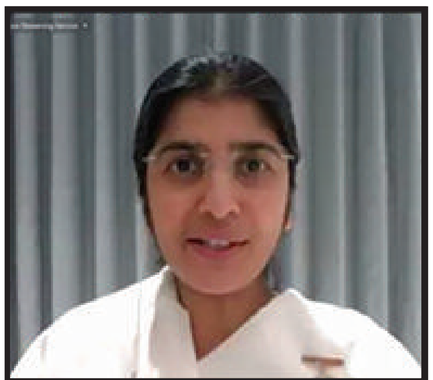
सार ये है कि जिस तरह से सरिता बहती रहती है तो जल बहुत स्वच्छ दिखता है और अगर वो कहीं इकट्ठा हो जाता है तो उसका जल कोई नहीं पीता। तो तभी आपको सभी प्यार करेंगे, सब सम्मान देंगे सभी आपसे शुभ विचारों से मिलेंगे जब आप एक निरन्तर सरिता की तरह बहते रहेंगे। तो जीवन बहने का नाम है, चलने का नाम है, कहावत ही नहीं बनके रह जाना है। कुछ करके दिखाना है, बहते जाना है।

**वैर-भरतपुर(राज.)।** भजनलाल जाटव को कैबिनेट मंत्री बनने पर बधाई एवं ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. गीता बहन एवं ब्र.कु. संस्कृति बहन।

**इंदौर-म.प्र.।** भारतीय मीडिया संस्थान नई दिल्ली के महानिदेशक डॉ. संजय द्विवेदी के इंदौर आगमन पर ज्ञान शिखर,ओमशांति भवन में आर्ट गैलरी का अवलोकन करने के पश्चात् ज्ञान चर्चा कर ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हेमलता दीदी। साथ हैं स्वदेश समाचार के प्रबंधक विवेक गोरे, वरिष्ठ साहित्यकार मुकेश तिवारी, ब्र.कु. अनीता तथा ब्र.कु. उषा।

**सोनकच्छ-म.प्र.।** सेवाकेन्द्र के वार्षिकोत्सव कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. प्रेमलता बहन, टी.आई. नीता डेरवाल, नायब तहसीलदार अभिषेक चौरसिया, ब्र.कु. सोनाली तथा अन्य बहनें।

**भरतपुर-राज.।** सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित कार्यक्रम में ब्रजेश चौधरी,कमांडेंट,पुलिस ट्रेनिंग स्कूल बांसी भरतपुर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अस्मिता बहन, ब्र.कु. प्रवीणा बहन तथा ब्र.कु. मीनाक्षी बहन।



**मैसूर-कर्नाटक।** कनफेडरेशन ऑफ इंडियन इंडस्ट्री मैसूर द्वारा 'कॉर्पोरेट वेलनेस-द की टू ए प्रोडक्टिव वर्कप्लेस' विषय पर आयोजित ऑनलाइन कॉन्फ्रेन्स में ब्रह्माकुमारीज़ की राजयोग शिक्षिका एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन ने सम्बोधित किया। इस मौके पर डॉ. एच.आर. नागेन्द्र,चांसलर,स्वामी विवेकानंद योग अनुसंधान संस्थान युनिवर्सिटी, डॉ. हेमंत कामत,फाउण्डर,महालक्ष्मी परिपूर्ण जीवन प्रतिष्ठान,कारवार, डॉ. वीणा जी. राव,प्रोफेसर एंड एच.ओ.डी.,डिपार्टमेंट ऑफ पंचकर्मा,जे.एस.एस. आयुर्वेदा मेडिकल कॉलेज एंड हॉस्पिटल,मैसूर, पवन रंगा,चेयरमैन,सी.आई.आई. मैसूर एंड मैनेजिंग डायरेक्टर,रैंगसंस तथा सुप्रिया सालियान,वाइस चेयरपर्सन,सी.आई.आई. मैसूर एंड मैनेजिंग डायरेक्टर,प्लैन्सी इंडिया एच.पी.एम. प्रा.लि. ने भी अपने विचार रखे एवं अपनी शुभकामनायें दीं।

**जमशेदपुर-झारखण्ड।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विश्व यादगार दिवस पर सड़क दुर्घटना पीड़ितों की स्मृति में बिष्टूपुर स्थित गोपाल मैदान में आयोजित श्रद्धांजलि कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अंजू बहन ने सम्बोधित करने के साथ सभी को वाहन चलाते समय नशे का सेवन न करने का संकल्प कराया। इस अवसर पर नीरज सिन्हा,चीफ,सेफ्टी,टाटा सटील, डॉ. विनीता पाणीग्राही,सीनियर कन्सलटेंट एंड एचओडी,इमरजेंसी सर्विसेज़,टीएमएच, जे.जे. राम,इंस्ट्रक्टर,ईएलटीसी,टाटा नगर,साउथ इस्टर्न रेलवेज़, प्रबीना कुमार सेनापति,चीफ इंस्ट्रक्टर,ईएलटीसी,टाटा नगर,साउथ इस्टर्न रेलवेज़, डॉ. मनोज कुमार राजन,हेड कन्सलटेंट एंड एचओडी,ऑर्थोपेडिक्स, अशोक कुमार भालोटिया,चेयरमैन,भालोटिया ग्रुप ऑफ इंडस्ट्रीज़, अशोक कुमार मोदी,प्रेसीडेंट,पूर्वी सिंघभूम मारवाड़ी सम्मेलन, डॉ. ए.के. लाल सहित अन्य गणमान्य लोगों ने भी दुर्घटनाओं के कारण और सुरक्षित यात्रा के लिए लोगों को सजग किया। मौके पर ब्र.कु. रागिनी बहन, ब्र.कु. जया बहन व ब्र.कु. राजवंती बहन आदि मौजूद रहे।

**पटिआ-भुवनेश्वर(ओडिशा)।** भारतीय मौसम विभाग के महानिदेशक,आई.एम.डी. डॉ. टू मृत्युंजय महापात्र, भुवनेश्वर मौसम विज्ञान विभाग के प्रमुख डॉ. एच.आर. विश्वास तथा ओडिशा प्रशासन अधिकारी रश्मी रेखा पात्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गुलाब बहन एवं ब्र.कु. दीप्ति।

**अम्बिकापुर-छ.ग.।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा होली क्रॉस कॉलेज में 'हाउ टू ओवरकम फीयर ऑफ ऐन एग्ज़ामिनेशन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. पूजा बहन।

OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 12



# भारत नेपाल सीमा पर नये सेवाकेन्द्र का भव्य उद्घाटन

**भारत नेपाल सीमा-रक्सौल(बिहार)।** नगर के शिवपुरी नागा रोड में ब्रह्माकुमारीज़ के नवनिर्मित सुख शांति भवन के उद्घाटन कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ नेपाल की निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी ने कहा कि परमात्मा की जो प्लानिंग चल रही है, उसके अनुसार नई सतयुगी दुनिया अब बिल्कुल ही निकट है। ईश्वरीय कार्य दिनोंदिन तेज़ हो रहा है और इस अति महत्वपूर्ण भारत नेपाल सीमा पर बने इस भवन से ईश्वरीय सेवाओं में काफी तेज़ी आएगी। दीदी ने कहा कि परमात्मा से दूरी होने के कारण आत्मा की शक्ति कमज़ोर होती गई, इससे ही दुःख और अशांति दिनोंदिन बढ़ रही है। वर्तमान समय पुरुषोत्तम संगम युग में परमात्मा भारत की भूमि पर अवतरित होकर नई दुनिया का निर्माण कार्य कर रहे हैं। सभी के लिए अभी अवसर है, हम उनसे सम्बंध जोड़कर ज्ञान और गुणों से अपनी झोली भर सकते हैं और जीवन को सुखमय बना सकते हैं। भारतीय महावाणिज्य दूतावास के अधिकारी तरुण कुमार ने संस्था के कार्यों की प्रशंसा करते हुए कहा कि आज जहां नैतिक मूल्यों में तेज़ी से ह्रास हो रहा है, रिश्ते तार-तार हो रहे हैं, ऐसे दौर में ब्रह्माकुमारी संस्था जोड़ने का कार्य कर रही है। इस संस्था का सबसे महत्वपूर्ण कार्य लोगों में आत्म बल भरना है। काठमांडू से आये वरिष्ठ ब्र.कु. राम सिंह ने संस्था के कार्यों पर विस्तार से प्रकाश डाला। इस अवसर पर ब्र.कु. रबिना दीदी,बीरगंज, ब्र.कु. किरण दीदी, ब्र.कु. दीपा दीदी, ब्र.कु. गीता दीदी,विराटनगर, ब्र.कु. जगदीश भाई,जनकपुर, ब्र.कु. गुणराज भाई आदि ने भी अपने विचार रखे। मौके पर बड़ी संख्या में मौजूद नगर के लोगों को सात दिवसीय निःशुल्क कोर्स करने के लिए आमंत्रित किया गया।

### सम्बोधन में कहा...

**ईश्वरीय सेवाओं में वृद्धि का माध्यम बनेगा यह सेवाकेन्द्र : राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी**

**लोगों में आत्म बल भरना इस संस्थान का सबसे महत्वपूर्ण कार्य : तरुण कुमार**

## जेल को बंदीगृह नहीं बल्कि सुधार गृह समझें

**छतरपुर-म.प्र.।** व्यक्ति की पहचान उसके कर्मों से होती है, इसलिए हम श्रेष्ठ कार्य करने की स्वयं से प्रतिज्ञा करें और अपने जीवन को परिवर्तन करने का लक्ष्य रखें। इसे बंदीगृह नहीं बल्कि सुधार गृह समझें। उक्त विचार ब्रह्माकुमारीज़ किशोर सागर स्थित सेवाकेन्द्र द्वारा जिला जेल में कैदी भाई-बहनों के 'जीवन उत्थान' के लिए आयोजित कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रमा बहन ने व्यक्त किये। ब्र.कु. सुमन बहन ने व्यसन से मुक्ति के तरीके बताते हुए कहा कि नशा ही हमें गलत कार्यों की तरफ ले जाता है। इसलिए कोई भी नशा नहीं करना है। ब्र.कु. कल्पना बहन द्वारा विभिन्न प्रकार की शिक्षाप्रद एक्टिविटी कराई गई। इस मौके पर 450 कैदी भाई-बहनों सहित जेलर रामशिरोमणि पाण्डे, जेल स्टाफ, ब्र.कु. मोहिनी, ब्र.कु. अर्चना एवं खेल विभाग के ब्लॉक कोऑर्डिनेटर धीरज चौबे उपस्थित रहे।

### हरपालपुर में... पत्रकार स्नेह मिलन समारोह

## मीडिया- श्रेष्ठ समाज के नव निर्माण का आधार

**हरपालपुर-म.प्र.।** ब्रह्माकुमारीज़ के स्थानीय सेवाकेन्द्र द्वारा मीडिया वर्ग के लिए आयोजित स्नेह मिलन समारोह में नगर के सभी सम्माननीय पत्रकार बंधुओं को सम्बोधित करते हुए नौगांव सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. नन्दा बहन ने संस्थान का विस्तार से परिचय दिया और बताया कि ब्रह्माकुमारी संस्थान का मुख्य उद्देश्य मानवीय जीवन में नैतिक मूल्यों का समावेश करना है। हरपालपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आशा बहन ने तिलक लगाकर सभी का स्वागत किया एवं सभी को राजयोग का अभ्यास कराया। ब्र.कु. पूनम,हरपालपुर ने कहा कि मीडिया कर्मियों में ईमानदारी, सदाचार, मानवता, सत्यता जैसे गुणों की आवश्यकता है। दैनिक भास्कर से पत्रकार संजय तिवारी ने कहा कि संस्था इतना अच्छा समाज के लिए कार्य कर रही है, हम हमेशा संस्था के सहयोगी रहेंगे। इलेक्ट्रॉनिक मीडिया से दिनेश दीक्षित ने कहा कि यहाँ आकर हमें एक नया मार्गदर्शन मिला। शुभ भारत से पत्रकार संजीव शुक्ला ने कहा कि दिन की शुरुआत भगवान की याद से करें तो निश्चित है कि हम सफलता प्राप्त करेंगे। छतरपुर भ्रमण से पत्रकार कुलदीप वर्मा, नई दुनिया से पत्रकार पुष्पेन्द्र पायक, ब्यूरो चीफ न्यूज़ लाइव 100, सत्ता सुधार, अनादि टी वी से पत्रकार डी.के. कुशवाहा, दैनिक जागरण से दीपू सोनी, ब्यूरो चीफ दैनिक अमर स्तंभ से शिवम सोनी, चैनल डीएनएन म.प्र., छत्तीसगढ़, उ.प्र. से महेन्द्र विश्वकर्मा, पत्रकार शिवम साहू, पत्रकार रिंकू तथा अन्य पत्रकारों सहित वरिष्ठ डॉ. कलाम अंसारी, वृहत सहकारी समिति अध्यक्ष बलवान सिंह बुन्देला उपस्थित रहे।

## भावनात्मक-मानसिक सकारात्मकता भी ज़रूरी

**अम्बिकापुर-चोपड़ापारा(छ.ग.)।** सड़क दुर्घटना पीड़ितों की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित मेडिटेशन कार्यक्रम में एडिशनल एस.पी. विवेक शुक्ला ने श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि पुलिस प्रशासन यातायात के नियमों के प्रति बहुत ही कड़े नियम लागू करेगी जिसे सभी को पालन करना आवश्यक है जिससे असावधानियों और दुर्घटनाओं से बचा जा सके। सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी ने कहा कि केवल शारीरिक सुरक्षा का ज्ञान होना पर्याप्त नहीं, लेकिन भावनात्मक और मानसिक रूप से भी सकारात्मक होना ज़रूरी है तभी हम सुरक्षित रह सकते हैं। आध्यात्मिकता हमें जीवन जीने की कला सिखाती है और सुरक्षा हमें जीवन जीने का ढंग सिखाती है। उन्होंने सड़क दुर्घटना में मृतकों एवं पीड़ितों तथा उनके परिवार जनों को राजयोग मेडिटेशन कॉमेन्ट्री के माध्यम से शांति का दान दिया। महेन्द्र शोरूम के संचालक रविन्द्र तिवारी ने कहा कि विश्व कल्याण और मानव सेवा के लिए समर्पित ब्रह्माकुमारी संस्था विभिन्न कार्यों के लिए पूरे विश्व भर में जानी जाती है। उन्होंने कहा कि यातायात से सम्बंधित शिक्षा अनिवार्य रूप से स्कूलों एवं कॉलेजों के विद्यार्थियों को देनी चाहिए। आर्ट ऑफ लिविंग के संचालक अजय तिवारी ने कहा कि सड़क दुर्घटना जैसी विकट परिस्थिति को ध्यान और जागरुकता के माध्यम से रोक सकते हैं। इसके लिए सभी को स्वतंत्र नहीं बल्कि स्वाधीन होना पड़ेगा। यातायात अधिकारी वेदांती बहन ने यातायात नियमों एवं संकेतों की जानकारी दी। कार्यक्रम संचालन ब्र.कु.प्रतिमा बहन ने किया।

## नैतिकता से सुखद व सुरक्षित होगी यात्रा

**रतलाम-डोंगरे नगर(म.प्र.)।** वर्तमान समय अच्छी सड़कें, अच्छे वाहन होने के बाद भी रोड एक्सीडेंट दिनों दिन बढ़ रहे हैं। इन दुर्घटनाओं का 90प्रतिशत कारण मानवीय भूल एवं 10 प्रतिशत अन्य कारण होता है। सबसे बड़ी भूल सड़क सुरक्षा के नियमों के प्रति जागरुक न होना है। उक्त विचार विश्व यादगार दिवस पर सड़क दुर्घटना पीड़ितों को मानसिक संबल देने हेतु आयोजित 'सुखद एवं सुरक्षित यात्रा' कार्यक्रम में दो बत्ती स्टेशन रोड थाना प्रभारी किशोर पाटनवाला ने व्यक्त किये। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता दीदी ने कहा कि यदि मानव का अपने मन पर नियंत्रण नहीं तो गाड़ी की स्टेरिंग पर भी नियंत्रण होना असंभव है। हम जिस प्रकार अपनी सुरक्षा के लिए नियमों का पालन करते हुए रोड पर चलते हैं, उसी प्रकार जीवन यात्रा में नैतिक मूल्यों को साथ लेकर चलें तो जीवन यात्रा भी आसान हो जाएगी। ऑल इंडिया मोटर ट्रांसपोर्ट,म.प्र.,आर.टी.ओ. एंड ट्रैफिक चेयरमैन प्रदीप छिपानी ने कहा कि जागरुकता और नियम पालन कर दुर्घटनाओं को रोका जा सकता है। राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. आरती दीदी ने कहा कि मन के अनावश्यक बोझ, तनाव, चिंता सब परमात्मा को सौंप दें, उन्हें अपना साथी बना लें, शांत मन से वाहन चलाएं तो यात्रा सुखद एवं आसान होगी। ब्र.कु. संगीता दीदी ने राजयोग मेडिटेशन द्वारा दुर्घटना पीड़ितों को शांति के वायब्रेशन दिये। ब्र.कु. निरुपमा दीदी ने ट्रैफिक नियमों का पालन करने की प्रतिज्ञा कराई तथा कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. साक्षी दीदी ने किया।

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 12th Dec, 2021
स्वामी - राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन, प्रकाशक एवं सम्पादक - गंगाधर नरसिंघानी, मुद्रक - श्री मुकेश मंगल, डी.बी. कॉर्प.लि. द्वारा भास्कर प्रिन्टिंग प्रेस,शिवदासपुरा, टोंक रोड,जयपुर से मुद्रित एवं ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन, आबू रोड(राज.)- 307510
See Latest News - www.omshantimedia.org