

शिव आमंत्रण

शक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण



05

हमेशा अपने कर्मों पर ध्यान रखने की जरूरत

13

पटियाला में 250 लोगों ने कराया वैक्सीनेशन



वर्ष 08 | अंक 07 | हिन्दी (मासिक) | जुलाई 2021 | पृष्ठ 16 |

मूल्य ₹ 9.50

आध्यात्म की उपलब्धि ▣ ब्रह्माकुमारी संस्थान के मानसरोवर कोविड केयर सेंटर ने देशभर में रचा इतिहास

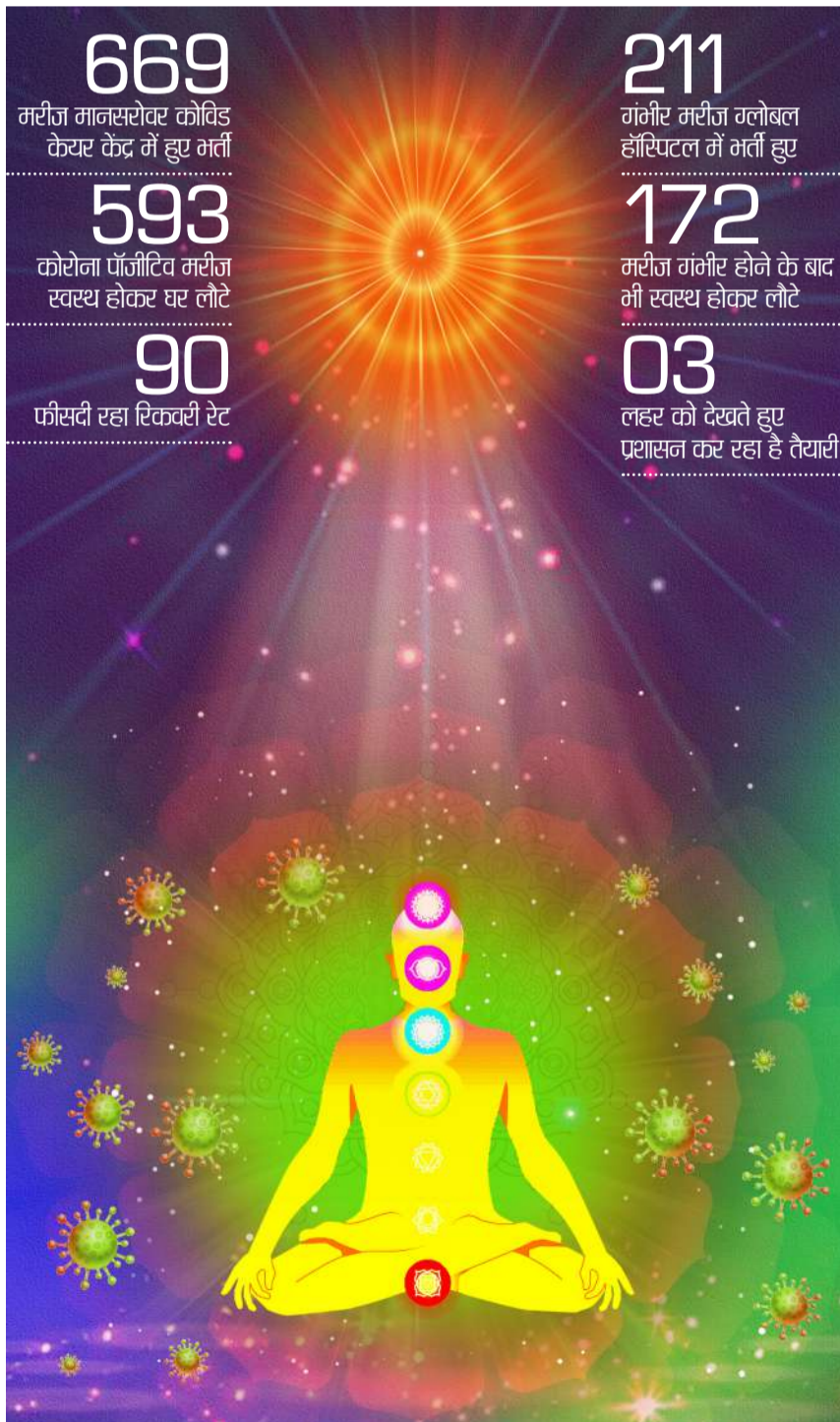
आध्यात्मिक माहौल और राजयोग का कमाल, कोरोनामुक्त हुआ मानसरोवर कोविड सेन्टर

साफ-स्वच्छ और शांत वातावरण, सात्विक भोजन, आध्यात्मिक गीत-संगीत वरदान साबित हुआ

■ शिव आमंत्रण

आबू रोड | वैश्विक महामारी कोरोनाकाल में दुनियाभर में सैकड़ों ऐसे मामले सामने आए हैं जिनमें शतायु पार लोगों ने अपने मनोबल, दृढ़ इच्छा शक्ति और उमंग-उत्साह से कोरोना को मात दी है। कई मरीज गंभीर होने के बाद भी अपने आत्मबल के कारण ठीक हुए हैं। इस बात को वैज्ञानिक भी साबित कर चुके हैं कि किसी इंसान का बीमारी से उबरने में मन का 90 फीसदी योगदान रहता है। यही कारण है कि ब्रह्माकुमारी संस्थान का मानसरोवर कोविड केन्द्र जोधपुर संभाग का सबसे बड़े कोविड केयर सेंटर है जहाँ रिकवरी रेट ज्यादा रहा है। यहां के साफ-स्वच्छ माहौल, शांत वातावरण, सात्विक भोजन, नियमित योग-प्राणायाम और राजयोग मेडिटेशन की बदौलत सैकड़ों कोरोना पॉजिटिव जल्द स्वस्थ होकर घर लौट गए। इसके अलावा कोरोना मरीजों के लिए आध्यात्मिक ज्ञान, मोटिवेशनल गीत-संगीत और सकारात्मकता के चलते उन्हें यह एहसास ही नहीं हो पाया कि वह कोरोना से ग्रस्त हैं। इसके साथ ही कोरोना वारियर्स डॉक्टर और स्टाफ का सौहार्दपूर्ण व्यवहार से डॉक्टर और मरीज के बीच आत्मीयता का माहौल बना रहा। हाल ही में कई आयुर्वेदाचार्य और डॉक्टर भी इस बात का जिक्र कर चुके हैं कि सकारात्मक सोच के साथ खुश रहने से तेजी से बीमारी से रिकवर होते हैं। साथ ही हमारा इम्युन पॉवर भी बढ़ता है। मानसरोवर कोविड सेंटर में पिछले तीन माह के दौरान 669 कोरोना मरीज भर्ती हुए। इनमें से 593 मरीज स्वस्थ होकर लौटे। जबकि कई मरीजों की स्थिति गंभीर थी, लेकिन यहां के सकारात्मक माहौल ने उनमें उमंग-उत्साह भर दिया और उन्हें प्रेरणा मिली। आबू रोड के डॉक्टर और प्रशासनिक अधिकारियों का भी कहना है कि यहां के पवित्र माहौल के चलते कोरोना मरीज जल्द स्वस्थ हुए हैं।

ब्रह्माकुमारी संस्थान के माउण्ट आबू स्थित ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर भी कोरोना काल में लोगों के लिए वरदान साबित हुआ है। यहां का पूरा वातावरण ही आध्यात्मिक ऊर्जा से सम्पन्न है। अस्पताल परिसर में मेडिटेशन कक्ष होने के साथ यहां के अधिकतर डॉक्टर और स्टाफ नियमित हॉस्पिटल में ही मेडिटेशन का अभ्यास करते हैं। इससे कई मरीजों को एक शक्ति का एहसास हुआ और वे मुश्किल वाली जिन्दगी भी सहजता से जीत गए। बहुत ही नाजुक हालत में यहां भर्ती हुए 211 मरीजों में से 172 लोगों ने कोरोना को मात दी जबकि 25 लोग जिंदगी की जंग हार गए। यहां भी भोजन से लेकर चाय और नाश्ता सभी मेडिटेशन करने वाले लोग ही बनाते और मरीजों को खिलाते हैं।



669

मरीज मानसरोवर कोविड केयर केंद्र में हुए भर्ती

593

कोरोना पॉजिटिव मरीज स्वस्थ होकर घर लौटे

90

फीसदी रहा रिकवरी रेट

211

गंभीर मरीज ग्लोबल हॉस्पिटल में भर्ती हुए

172

मरीज गंभीर होने के बाद भी स्वस्थ होकर लौटे

03

लहर को देखते हुए प्रशासन कर रहा है तैयारी



खुला वातावरण, आध्यात्मिक माहौल, मेडिटेशन का प्रभाव और सकारात्मकता की शक्ति से यहां कोरोना मरीज जल्दी ठीक हो गए। चिकित्सकों को भी कभी तनावपूर्ण माहौल नहीं रहा। ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा उपलब्ध कराया गया भोजन शक्ति प्रदान करता रहा।

डॉ. एमएल हिंडोनिया

चिकित्सा प्रभारी, ब्रह्माकुमारी संस्थान मानसरोवर कोविड केन्द्र, किवरली, आबू रोड



हम भाग्यशाली हैं कि ज्यादा से ज्यादा मरीजों की जान बचा जाए। उसका एक प्रमुख कारण यह भी है कि ब्रह्माकुमारी संस्थान के राजयोग ध्यान ने दवा के साथ दुआ का काम किया। इससे ज्यादा से ज्यादा मरीजों को ठीक होने में मदद मिली। केंद्र का वातावरण भी साफ-स्वच्छ और शांत होने से मरीजों को सुकून की अनुभूति हुई।

डॉ. सलीम खान

वरिष्ठ चिकित्सक, ब्रह्माकुमारी संस्थान मानसरोवर कोविड केन्द्र



मुझे कोरोना हो गया था। मेरी स्थिति बहुत खराब थी। मेरा ऑक्सीजन लेवल 50 आ गया था। जिस दिन यहां अस्पताल में भर्ती हुआ उस दिन से मुझे लगा ही नहीं कि अस्पताल में हूँ। यहां का वातावरण और चिकित्साकर्मियों का व्यवहार बहुत ही सराहनीय है। लोगों से सकारात्मकता के प्रति शक्ति मिलती है। बाबा ने मुझे बचा लिया।

अनिल ऐरन

वरिष्ठ पत्रकार, माउंट आबू



कोरोना मरीजों के इलाज के लिए सबसे ज्यादा जरूरत हिम्मत, उमंग उत्साह और आशावादी नजरिए की थी। योग और आध्यात्मिकता के कारण यह सब सहज ही हो जाता है। अधिकतर फ्रिटीकल मरीजों ने भी कोरोना को हरा दिया।

डॉ. सचिन

फिजिशियन, ग्लोबल अस्पताल, माउण्ट आबू



पिछले अंक से क्रमशः

समस्या समाधान

ब.कु. सूरज भाई
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

आप मन में जो महसूस करते हैं, उसे अपनी ओर आकर्षित करते हैं। आप जिसका बार-बार कल्पना करते हैं, वही बन जाते हैं।

शिव आमंत्रण

आबू रोड | आपका चेतन मन जिस भी बात को स्वीकार करता है और उसके सच होने पर भरोसा करता है। अवचेतन मन उसे स्वीकार कर लेगा और हकीकत में बदल देता है। आप जो हासिल करते हैं, और जो हासिल करने में असफल रहते हैं, वह सब हमारे खुद के विचार के परिणाम होते हैं। यानी हम जो सोचते हैं वैसा ही हमारे साथ हो जाता है। हमारे सुख और दुःख हमारे ऊपर ही निर्भर करता है। हमारी सारी खुशी हमारे भीतर है। जैसा हम

योग की शक्ति ▣ चेतन मन की इच्छा के विरुद्ध कोई सुझाव अवचेतन मन पर हावी नहीं हो सकता

चेतन और अवचेतन मन की शक्ति

सोचते हैं, वैसे ही हम होते हैं, जैसा हम वर्तमान में सोचेंगे, भविष्य में हम वैसे ही बनेंगे। चेतन मन जिन विश्वासों, मान्यताओं, राय और विचारों को स्वीकार करता है, वे सभी आपके अधिक गहरे, अवचेतन मन पर अपनी छाप छोड़ते हैं। अवचेतन मन को सही रास्ते पर कैसे ले जायें वह सीखना बहुत जरूरी है। सौंदर्य, प्रेम, शांति, बुद्धिमानि, और सृजनात्मक विचारों वाली सोच रखें। अवचेतन मन उसी के हिसाब से प्रक्रिया करेगा और मानसिकता, शरीर व जीवन की परिस्थितियों को बदल देगा।

मान लें, जो आप अपने अवचेतन मन की मिट्टी में बोते हैं। नकारात्मक विनाशकारी विचार आपके अवचेतन मन में नकारात्मक ढंग से काम करते हैं। तथा निश्चित रूप से समय आने पर आपको उनके अनुरूप ही फसल मिलेगी। आपके चेतन मन के आदतन विचार आपके अवचेतन मन में गहरे खांच बना देते हैं। यदि आदतन विचार सामंजस्यपूर्ण, शांतिपूर्ण और सृजनात्मक है, तो यह आपके तथा आपके कैरियर दोनों के लिए बहुत फायदेमंद होता है।

झूठी छवियों से बचाएं

आप मन में जो महसूस करते हैं, उसे अपनी ओर आकर्षित करते हैं। आप जिसकी बार-बार कल्पना करते हैं, वही बन जाते हैं। यदि आप ऐसा सकारात्मक रूप से कर लेते हैं तो इसके बाद आपके जीवन में चमत्कार होने लगेंगे। आप जहाज के कप्तान हैं, आप आदेश दे रहे हैं और आपका अवचेतन आपके आदेश की छाप को ग्रहण करके उसे साकार कर देगा, चाहे वह सत्य हो या नहीं। इसलिए सिर्फ उन्हीं चीजों को स्वीकार करें

जिन्हें आप वास्तव में साकार देखना चाहते हो। यानी सिर्फ उन्हीं चीजों के बारे में सोचें जिनको आप भविष्य में करना चाहते हैं। आपको यह एहसास करना होगा कि आपका चेतन मन दरवाजे पर खड़े पहरेदार की तरह है। इसका मुख्य कार्य है आपके अवचेतन मन को झूठी छवियों से बचाना। आपका अवचेतन मन सुझावों को ग्रहण करता है। आपका अवचेतन मन तुलना नहीं करता है। न ही यह तर्क करता है या खुद विचार सोचता है ये सारे कार्य तो आपका चेतन मन करता है। अवचेतन मन तो सिर्फ उन्हीं छवियों पर प्रतिक्रिया करता है, जो आपका चेतन मन उसे देता है। यह खुद काम की किसी खास दिशा या योजना को तवज्जो नहीं देता है। चेतन मन की इच्छा के विरुद्ध कोई सुझाव अवचेतन मन पर हावी नहीं हो सकता। आपके चेतन मन में किसी भी झूठे या नकारात्मक सुझाव को टुकड़ाने की शक्ति होती है। आपको यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि अवचेतन मन तक वही सुझाव पहुंचने दें, जो हर मायने में आपका उपचार करते हों, वरदान होते हों, आपको उच्च स्तर पर ले जाते हों और प्रेरित करते हों।

अवचेतन मन
आपकी हर बात पर
विश्वास करता है

अवचेतन मन आपकी हर बात पर विश्वास करता है। यदि आप यह कहते रहेंगे, मुझे वह प्रमोशन नहीं मिल सकता, मैं अपनी आजीविका नहीं चला सकता, तो आपका अवचेतन मन ऐसी परिस्थितियां बना देगा कि आप सचमुच ऐसा नहीं कर पाएंगे। बचपन से ही कई समाज में अधिकतर आत्माओं को बहुत से नकारात्मक सुझाव दिए जाते हैं। नकारात्मक सुझावों की वजह से मानसिक प्रतिक्रिया की बहुत ही बुरी आदत बन सकती है, जिसका परिणाम दुःख, कष्ट, धार्मिक व जातिय पूर्वाग्रह और तबाही होता है।

धर्म-ग्रंथों से ▣ इसी जन्म में हमें कर्मों की गुह्य गति का ज्ञान प्राप्त होता है

दो युगों का संधि काल है संगमयुग



मानव आसुरी लक्षणों और आसुरीयता को जीवन में
अपनाने से विकारी तथा भ्रष्टाचारी बन जाते हैं।

स्व-प्रबंधन

बीके ऊजा

स्व-प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

शिव आमंत्रण

आबू रोड | मानव आसुरी लक्षणों को जीवन में अपनाने से विकारी तथा भ्रष्टाचारी बन जाते हैं। आत्माओं में सिर्फ एक या दो कलायें रह जाती हैं। इसलिए कहा जाता है कि भले किसी व्यक्ति में कितने भी अवगुण हों लेकिन कोई एक गुण तो होगा न, कहने का भाव इस युग में एक या दो गुण ही आत्माओं में रह जाते हैं। इस युग में प्रकृति भी तमोप्रधान होने के कारण मनुष्यों को रोग, शोक वृद्धावस्था और अकाले मृत्यु आदि से पीड़ित करने लगती है। मनुष्य परमात्मा से योग भ्रष्ट होने के कारण प्रकृति के पांच तत्वों को ही ईश्वर मानकर अनेक प्रकार से पूजा करने लगते हैं और भक्ति भी व्यभिचारी स्वरूप वाली हो जाती है। धर्म को भी कमाई का साधन बनाया जाता है और जाति-पाती के साम्प्रदायिक तथा विरोधी धर्मों के बीच खूब झगड़े होने लगते हैं। प्रजा का प्रजा पर राज्य होने के कारण, अनुशासन-हीनता, मत-भेद, धर्म-भेद, प्रांत-भेद, भाषा-भेद आदि आदि के कारण आये दिन दंगे फसाद होते हैं। नारी को भोग का साधन मान कर उसका तिरस्कार किया जाता है। लोग अकाले मृत्यु का शिकार बनते गये और इसलिए जन्मों की संख्या बढ़कर 42 हो गयी। यहां मनुष्यों में विकारी वृत्ति होने के कारण जाने-अनजाने में भी बहुत पापकर्म या विकर्म होने लगे। इस तरह ब्रह्मा की रात्रि का अंत होने लगा और सीढ़ी के अंतिम पायदान पर आ पहुँचते हैं। इस प्रकार अगर देखा जाए तो सतयुग के 8 जन्म, त्रेता के 12 जन्म, द्वापर के 21 जन्म और

कलियुग के 42 जन्म सब मिलाकर 83 जन्म होते हैं और एक जन्म कलियुग व सतयुग के संधिकाल संगम के समय पर होता है, यही जन्म दुर्लभ है जो बार-बार नहीं मिलता।

पुरुषोत्तम कल्याणकारी संगमयुग

यह संगमयुग दो युगों कलियुग और सतयुग के संधिकाल का समय है। इस समय आत्मा और परमात्मा का प्रत्यक्ष मिलन होता है। निराकार परमपिता परमात्मा शिव ब्रह्मा की रात्रि के अंत में अव्यक्त से व्यक्त स्वरूप का आधार लेकर इस संसार में अवतरित होते हैं। अधर्म का विनाश कर सत् धर्म, सनातन धर्म का स्थापना अर्थ अपने गीता के वायदे के हिसाब से दिव्य जन्म को धारण करते हैं। रुद्र परमात्मा इस संसार में आकर अविनाशी रुद्र गीता ज्ञान महायज्ञ रचकर मनुष्यात्मा के ज्ञान के दिव्य चक्षु खोलकर उन्हें धर्म श्रेष्ठ और कर्म श्रेष्ठ बनाकर, पुरुज से उत्तम पुरुज बनाकर सर्व का कल्याण करते हैं। परमात्मा शिव नर से श्री नारायण और नारी से श्री लक्ष्मी स्वरूप में परिवर्तन करते हैं। संगमयुग में मनुष्यात्मा का एक जन्म होता है और इस जन्म को ही दुर्लभ माना जाता क्योंकि यह जन्म बार-बार नहीं मिलता है। संगमयुग के अलौकिक जन्म की विशेषताएँ का वर्णन इस प्रकार है-

- 1) इसी जन्म में मनुष्यों को अपने पूरे 84 जन्मों के आदि, मध्य, और अंत का ज्ञान प्राप्त होता है।
- 2) कर्मों की गुह्य गति का ज्ञान और श्रेष्ठ कर्म करने की प्रेरणा भी प्राप्त होती है। जिसके प्रालम्भ रूप में 21 जन्म सुख भोगते हैं या सद्गति को प्राप्त करते हैं। (एक जन्म संगमयुग का और 20 जन्म सतयुग और त्रेतायुग में)
- 3) आत्मा-परमात्मा की यथार्थ और सम्पूर्ण समझ प्राप्त होती है और परमात्म-मिलन का सुख अनुभव कर सकते हैं। जिसके लिए 63 जन्म हमने भक्ति की और घोर कठिन तपस्या की थी। (21 जन्म द्वापरयुग के और 42 जन्म कलियुग)

अंतर्मन ▣ जब व्यक्तित्व में पवित्रता आ जाए तो जीवन सफल

पूज्य, सृजनहार, शक्ति स्वरूप होता है कुमारी जीवन



ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करने वाला व्यक्ति जो चाहे
सो कर सकता है।

आध्यात्मिक उड़ान

डॉ. सचिन

मेंडिटेशन एक्सपर्ट

शिव आमंत्रण

आबू रोड | ब्रह्माकुमारी अर्थात् जगत माता, मां की संस्कार धारण करने वाली। एक मां जो होती है सबको समा लेती है। माँ अर्थात् जगत-माता उसके लिए सभी मनुष्य आत्माएँ उसकी संतान होती हैं। तो सबसे बड़ा जो स्वमान है वो मैं जगत माता हूँ। मैं साक्षात् जगदम्बा हूँ, मैं जगत जननी हूँ। तो जो माँ होती है उसकी कोई लिमिट इयूटी नहीं होती है वो तो निरंतर सेवा पर है। मां अर्थात् जो सहन करती है, मां अर्थात् समर्पण, मां अर्थात् पालना करने वाली, मां अर्थात् प्रेम स्वरूप। ब्रह्माकुमारी जीवन अर्थात् प्रेम स्वरूप मां बनना। मां का एक संस्कार होता है संस्कार भरना। तो अब से ये संकल्प रखना की असंख्य आत्मा आने वाली है भविष्य में, जिनकी मुझे पालना करनी है, अभी तो शायद उनका जन्म भी नहीं हुआ है। ब्रह्माकुमारी जीवन की गृहस्थी-एक होती है लौकिक गृहस्थी, संसार के लोगों की गृहस्थी जिसमें एक पुरुष होता है, एक गृहणी होती है उनके बच्चे होते हैं। विस्तार भी होता है इसके कहते हैं गृहस्थी। तो क्या एक ब्रह्माकुमारी जीवन की गृहस्थी होती है? गृहस्थी तो उनकी होती है जिनकी शादी होती है, और जो संसार में है, जिनको बंधन है। क्या एक निर्बंधन आत्मा जिसने अपने जीवन को यज्ञ की वेदी पर स्वाहा किया है, ईश्वरीय कार्य अर्थ समर्पण किया है। क्या उसका जीवन भी गृहस्थी बन सकता है? गृहस्थी अर्थात् दुःख, गृहस्थी अर्थात् बंधन, गृहस्थी अर्थात् अधीनता। दूसरों पर अधीनता। जहाँ अधीनता है वहाँ दुःख है। तो यदि स्वयं को निर्बंधन, स्वतंत्र नहीं रखा तो ये जीवन एक

बंधन बन सकता है। कुमारी अर्थात् स्वतंत्र, पूज्य, जिसके सामने संसार झुके, वो किसी के सामने नहीं झुके। ऐसी कई बातें हैं जिसमें ये कुमारी जीवन गृहस्थी बन सकता है दुःखदाई बन सकता है। ऐसी हम 10 बातें क्रमशः देखेंगे जो एक कुमारी जीवन की गृहस्थी बन सकती हैं, उसमें से एक भी बात जो होनी नहीं चाहिए, परंतु वो सारी बातें इतनी सूक्ष्म हैं कि कब आ जाती है और कब आत्मा उसमें फंस जाती है पता ही नहीं चलता। तब स्वतंत्र होते हुए भी बंधन का अनुभव होता है।

1) अलौकिक में लौकिकता

अलौकिक परिवार में लौकिक संबंध खड़े करना यही है गृहस्थी। उदाहरण - किसी के साथ ज्यादा ही दोस्ती कर लेना, साथ-साथ भोजन, साथ-साथ मुरली, साथ-साथ योग चाहिए। साथ अच्छे योग लगता, जब तक वो ना है बेचैनी और वो आ जाए तो फिर ठीक लगता है। मुरली साथ, गीता पाठशाला साथ, सेंटर साथ, मधुवन साथ, भोजन साथ। अलौकिक में लौकिकता ये गृहस्थी बनना है। स्वयं को गृहणी बनाना है। स्वयं को निर्बंधन वाले जीवन से बंधन वाले जीवन में लाना है, ये फिर भी ठीक है, बहन और बहन, परंतु बहन के जगह कोई पुरुज या कोई कुमार है और उससे अगर प्यार हो जाए, और उससे आशक्ति हो जाए, लगाव हो जाए, डिपेंडेंसी हो जाए और फिर अगर जबरदस्त अटैचमेंट हो जाए तो धीरे-धीरे पतन की शुरुआत होती है। अलौकिक परिवार में लौकिक संबंध स्थापन करना या फिर अपनी बड़ी बहन से ही अत्यधिक प्रेम और अत्यधिक आशक्ति। यदि वो ना रहें तो बेचैनी ये भी बंधन है। बाबा ने कहा है तुमको नष्टमोहा होना है, चाहे प्रेम सबसे हों, सबकी सेवा करनी है, किसी में फंसना नहीं है, चाहे वो बड़े हो, साथी या छोटे हों, लौकिक हो या अलौकिक हों। अगर परिवार में फंस गए तो यही बंधन है।

क्रमशः

वर्ज्स ऑफ BRAHMAKUMARIS

इस कॉलम में हम आपको हर बार ब्रह्माकुमारी संस्थान के भाई-बहनों द्वारा समाजसेवा के क्षेत्र में मिलने वाले पुरस्कारों से रुबरु कराएंगे...

राजयोग की शक्ति से कर रहे कोरोना मरीजों की सेवा



कोरोना मुक्ति मुहिम पर स्कूटर के साथ ब्रह्माकुमार विजय अय्यर।

■ शिव आमंत्रण ■ भोपाल/मप्र ■ प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय टीला जमालपुरा सेवाकेंद्र की संचालिका सीमा बहन के मार्गदर्शन में ब्रह्माकुमार विजय अय्यर द्वारा विगत 1 वर्ज से कोरोना मरीजों की सेवा कर रहे हैं। इस दौरान इन्होंने भोपाल शहर के 400 कालोनियों के 5000 हजार मकानों बैंक एटीएम रेलवे स्टेशन पुलिस स्टेशन फीवर क्लीनिक बस स्टैंड मंदिर, मस्जिद, चर्च, गुरुद्वारा, शमशान, कब्रिस्तान आदि स्थानों को सेनीटाइज किया। होम आइसोलेटेड मरीज अस्पताल में भर्ती मरीजों को स्वयं जाकर राजयोग मेंडिटेशन के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य एवं मनोबल बढ़ाकर कोरोना रोग पर विजय कैसे प्राप्त की जाए इस विजय में योग भी करवाते हैं। स्वयं भी अपने परिवार के साथ संक्रमित हुए इस दौरान इनके पिता जी की कोरोना से मृत्यु भी हो गई। इतनी बड़ी घटना घटित होने के बावजूद भी अदम्य साहस एवं देश भक्ति के भाव ने इन्हें एक बार फिर से कोरोना से लड़ने के लिए अपनी कमर कसी तथा वर्तमान समय अपनी स्कूटी पर प्रचार वाहन बनाया तथा भोपाल के नागरिकों को कोरोना से बचाव एवं सुरक्षा मास्क पहनने हाथों को सेनीटाइज करने वैक्सिनेशन कराने तथा कोरोना कर्फ्यू का पालन करने का आग्रह लाउडस्पीकर के माध्यम से करते हैं। सुबह 8:00 बजे से शाम को 6:00 बजे तक सेवा कार्य करने के बाद देर शाम घर लौटते के बाद शाम को 7:00 बजे से रात्रि 10:00 बजे तक स्वयं कॉल सेंटर चलाते हैं। इस दौरान उनके पास डेढ़ सौ से दो सौ कॉल आते हैं। विजय जी द्वारा रोजाना 150 तो कॉल अटेंड किए जाते हैं। इस दौरान इन्होंने भोपाल शहर को 7 जनों में बांट कर रखा है।

50 फीसदी संक्रमण के बाद भी घर पर हुई स्वस्थ

■ शिव आमंत्रण ■ भोपाल/मप्र ■

टीलापुरा जमालपुरा की कमला माता ने कोरोना से कैसे जंग जीती, इस पर अपना अनुभव सांझा किया। वह कहती हैं- ब्रह्माकुमारी से जुड़े पांच साल हो गए हैं। 65 साल उम्र होने के बावजूद कभी कमजोरी नहीं लगी। जब कोरोना के लक्षण आए तो टेस्ट में पॉजिटिव थी। सीटी में 50 फीसदी संक्रमण था। डॉक्टर ने कहा तत्काल अस्पताल में भर्ती हों, लेकिन हमें किसी अस्पताल में बेड नहीं मिला। मेंडिटेशन पर भरोसा था, तो घर पर यही करती थी। प्राणायाम से फेफड़े स्वस्थ होते हैं। रोज राजयोग मेंडिटेशन किया। 15 दिन बाद टेस्ट कराया तो रिपोर्ट भी नेगेटिव आई।



शरिस्मयत

गृहस्थ जीवन के बाद भी 31 साल से संयम पथ पर भर रहे उड़ान

बीके प्रकाश, बीके ज्योति

मुलुंड, मुंबई, महाराष्ट्र

गृहस्थ जीवन में संयम है पवित्रता का व्रत

मेरे माता-पिता, बहनें और चाचा-चाची ब्रह्माकुमारी संस्थान से जुड़े हुए थे। लेकिन मेरा इस परमात्म ज्ञान के प्रति कोई झुकाव नहीं था।

हमारे समाज की प्रायः ऐसी धारणाएं रही हैं कि अगर कोई शादी के बंधन में आ जाए तो उसके बाद आध्यात्मिक जीवन ब्रह्मचर्य जीवन असंभव है। गृहस्थ जीवन में होते हुए पवित्रता के साथ आध्यात्मिक जीवन व्यतीत करने वाला शायद ही कोई व्यक्ति मिसाल के रूप में देखने को मिलता है।

महाराष्ट्र के मुंबई में मुलुंड के रहने वाले पति-पत्नी बीके प्रकाश और बीके ज्योति पिछले 31 वर्ज से ब्रह्माकुमारी संस्थान से जुड़कर राजयोग अभ्यास से गृहस्थ जीवन को गृहस्थ आश्रम में बदल दिया। उन्होंने अपने इस शानदार जीवन के अनुभवों को शिव आमंत्रण के साथ साझा किया है...

■ शिव आमंत्रण

■ आबू रोड ■ मेरे माता-पिता, बहनें और चाचा-चाची ब्रह्माकुमारी संस्थान से जुड़े हुए थे। लेकिन मेरा इस परमात्म ज्ञान के प्रति कोई झुकाव नहीं था। शादी से पहले मुझसे पूछा गया कि ब्रह्मचर्य जीवन पसंद करोगे अर्थात् ब्रह्माकुमार बनोगे या शादी करोगे? कोई जोर जबरदस्ती नहीं थी, इसलिए हमने शादी के लिए हां कर दी। हमारी धर्मपत्नी ज्योति के साथ इंगेजमेंट हुई थी, तभी हमने देखा कि यह भी ब्रह्माकुमारी आश्रम में जाती है। हम लोगों ने इस ज्ञान के बारे में बात की और हमें भी यह पसन्द आया कि ऐसा जीवन अच्छा है। हमारी शादी हुई और शादी के बाद ज्योति का आश्रम पर आना-जाना जारी रहा। जो भी हमारे रिश्तेदार थे उन्हें एक डर था कि ये लोग कहीं ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी ना बन जाएं। जैसे ही लोगों ने देखा फिर शादी के 15-20 दिन बाद ही लोगों ने यह पूछना शुरू कर दिया कि आपने अपने बच्चों के लिए क्या निर्णय लिया है।

1991 में पहली बार माउंट आबू पांडव भवन आना हुआ फिर भी ज्ञान में मेरी बहुत ज्यादा रुचि नहीं थी। मेरी बहन 1998 में इस संस्थान में समर्पित हो गईं। मेरी शादी के दो-तीन साल बीतने के बाद धर्मपत्नी को इस ज्ञान के प्रति काफी लगाव होने के कारण मेरा उनसे हमेशा सवाल रहता था कि इतनी गहराई में जाने की जरूरत क्या है। हमारी तो इच्छा है कि हम भी घर परिवार बसाएं। लेकिन मैंने देखा है की धर्मपत्नी का परमात्मा के प्रति काफी झुकाव और लगाव था। उसकी बुद्धि इन सब बातों में जाती ही नहीं थी। साथ में हमारे घर वाले भी उनके सपोर्ट में होते थे। लेकिन मेरे ससुराल वाले इनके खिलाफ थे। और हमारे सभी रिश्तेदार भी खिलाफ हो चुके थे। सबने हमारा मजाक बनाना शुरू कर दिया था। जब भी कोई रिश्तेदारी में जाना होता था तो वह लोग हम पर हंसते थे। हम दोनों कहीं रिश्तेदारी में अगर गए तो उनका बना हुआ भोजन स्वीकार नहीं करते थे। ज्योति खुद बनाकर हमें खिलाती थी। इससे काफी टीका-टिप्पणी हुआ करता था। संयोग से यदि कहीं पत्नी साथ में नहीं जाती थीं तो मैं रिश्तेदारों के हाथ का बना हुआ खा लेता था। जब मैं कई बार ऑफिस के काम से

बाहर जाता था तो वहां ब्रेड बटर बाबा की याद में खा लेता था या जो पत्नी बना के देती थी उससे काम चला लेता था। जब भी कई बार जैन भोजन मिलता था वहां भी खा लेता था। बहुत बार चावल दाल दही से काम चला लेता था। अपने परिवार में एक ही लड़का था। माता-पिता से लगाव था। वो ज्ञान में चलते थे मेरा उनके साथ बहुत अच्छा सम्बन्ध था और आज भी उनसे सम्बन्ध अच्छे हैं। शुरू में जब आबू आता तो बोर हो जाता था। लेकिन धीरे-धीरे अकाउंट्स डिपार्टमेंट के संपर्क में आया फिर सेवा करने लगा। दस साल मैंने अकाउंट्स डिपार्टमेंट में सेवा दी।

लोगों का बदला नजरिया

हमारे जीवन, रहन सहन और खानपान से सब लोग वाकिफ हो गये थे। कुछ साल पहले जो लोग हमें क्रिटीसाइज़ करते थे। उनके पारिवारिक जीवन में ऐसा बदलाव आया कि उनके खुद के औलाद जिनको उन लोगों ने पढ़ाया लिखाया वही आज उनके विरोधी हो गए तथा उनका ध्यान नहीं रखते थे। उनसे अलग हो गए। उसके बाद वे लोग हमें अच्छी नजर से देखते हैं। पहले मैं ट्रेन से आता तो बाबा का बैज नहीं पहन के आता था। मैं मधुबन आकर पहनता था लेकिन अब पहन कर आता हूँ। क्योंकि इससे लोगों को ईश्वरीय संदेश मिलता है।

मुझे लगा कि ये अपना ही घर है

बीके ज्योति बहन ने बताया कि जब परमात्मा का परिचय मिला तो संपूर्ण निश्चय भी हो गया और पहली बार जब बाबा के घर आयी तो मुझे लगा ये तो मेरा अपना ही घर है। जिसकी मैं खोज कर रही थी वो मुझे मिल गया। बाबा के कमरे में जब मुझे ले गए तो वहां के चित्र से मुझे अपनेपन की फीलिंग्स मिली। वहां से उठने का भी दिल नहीं हुआ, ये सबसे पहला मेरा अनुभव जो बहुत ही गहरा था। जैसे जैसे मुरली सुनने लगी तो मुरली से बहुत प्रीत होने लगी। पहली बार जब दादी गुलज़ार हमारे यहां मुलुंड में आयी तो दादी से मुझे मिलवाया गया और बताया गया कि दादी इन्होंने अभी-अभी विवाह किया है। इनका मुरली से बहुत प्यार है, रोज मुरली सुनती है और पढ़ती है। फिर दादी ने जैसे

मुझे वरदान दिया की मुरली से प्यार माना मुरलीधर से प्यार। उस दिन के बाद हमने कभी मुरली मिस नहीं की। कोर्स के बाद जो भी नियम मर्यादाएं हमें बताया गया वो आज तक हमने कभी उल्लंघन नहीं की। सहज रीति बाबा जैसे हमें चला रहा है, बाबा के वरदानों में पल रहे हैं हमारी कुछ मेंहनत नहीं लगी। हमें इस जीवन में, ज्ञान में चलने में कोई कठिनाई नहीं लगी। भगवान ने मुझे अपना बना कर सुंदर जीवन बना दिया।

परमात्म याद ने जैसे डर एकदम निकाल दिया

लौकिक जीवन में मेरे ऐसे श्रेष्ठ संस्कार नहीं थे लेकिन जैसे ज्ञान मिला, बाबा मिला, दादी की दृष्टि मिली, बड़ी दीदियों की पालना मिली, तुरंत हमारे अंदर परिवर्तन आने लगा। इसमें मेंहनत भी नहीं लगी। इस मार्ग में जिन लोगों को कठिनाई लगती है ऐसा नहीं है। जहां तक मेरा अनुभव है कि भोजन की शुद्धि, पवित्रता का पालन यह सब सहज है। बस राजयोग मेंडिटेशन के जरिए परमात्मा का ध्यान करने से शक्ति आ जाती है। मैंने जिस दिन से कोर्स किया तब से अभी तक वो नियम मर्यादा की शक्ति बाबा देता आ रहा है और बाबा चला रहा है। सेवाओं में आते हुए हम दोनों के रमेश भाई, उजा बहन प्रेरणास्रोत रहे हैं। जो लोग आज इस दूनियां में टेम्पेरी सुख लेकर खुश हो रहे हैं। वे थोड़े समय के लिए हैं, लेकिन जो पवित्रता का टेस्ट है वो कितना अच्छा है ये तो अनुभव वो करे तभी समझे। हम दोनों ने डिसाईड किया कि हमें पूरा जीवन ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करना है। हम इस मार्ग पर कटिन्तु चलेंगे ये हम दोनों की बीच की बात थी। थोड़े समय तक शुरू में एक डर हुआ अगर समाज ने हमें नहीं स्वीकारा तो, हमारे परिवार के बड़ों ने नहीं माना तो क्या होगा। लेकिन जैसे-जैसे मैं बाबा को बताती गई कि बाबा ये सब विचार मेरे अंदर चलता है तो वो कैसे फेस करूँ? तो बाबा ने सामना करने कि पावर अंदर भर दी। वो डर जैसे एक दम निकाल दिया। चलाने वाला बाबा है कराने वाला भी परमात्मा है। जितना हम ज्ञान में योग में आगे बढ़ते जाते हैं तो ये लोक लाज, और समाज कि मर्यादा बाधक बन जाता है। शुरू में तो इतना कॉन्फिडेंस नहीं रहता है, लेकिन बाबा की शक्ति और मिली तो शुरू में थोड़ी तकलीफ होते हुए भी मनोबल और बाबा की मदद के कारण इस समस्या का समाधान निकल गया। लोग कहते रहे, दूसरे तरफ रिश्तेदार इन्सल्ट भी करते थे। कई लोग तो हमें हीनभावना से देखते थे। लेकिन हमें कोई फर्क नहीं पड़ा। कोई भी उल्टा संकल्प चला तो तुरंत बाबा से कनेक्ट होकर बोल देती थी, तुरंत बाबा के स्वमान, बाबा की शक्ति महसूस हो जाती थी। आज वही लोग कहते हैं कि आप लोगों ने जो निर्णय लिया, आप लोगों ने जो जीवन बनाया, यह आपका जीवन सर्वश्रेष्ठ जीवन है।



अव्यक्त पुकार

दादी गुलजार (हृदयमोहिनी)
पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज

हर घड़ी के लिए अंतिम घड़ी समझो

शिव आमंत्रण

आबू रोड | जो परमात्मा बाबा सभी को याद प्यार देता है। ऐसा बाबा तो सतयुग में भी नहीं मिलेगा। रोज भगवान हमको याद करे- कम बात है क्या और ऐसा मीठा याद प्यार तो कोई भी नहीं देता जो इतना टाइल दे करके याद-प्यार दे। मिलेगा, कोई ढूँढकर आओ सारे कल्प में चक्र लगाओ, मिलेगा। नहीं न मिला, न मिलेगा लेकिन हम नशे से कहेंगे कि हमको तो मिला है, मिलेगा नहीं। यह नशा चढ़े उतरे नहीं क्योंकि अब टाइम बहुत कम है। कभी भी कुछ भी हो सकता है।

वर्तमान समय देखने में आता है कि अलबेलापन बहुत रूपों में आता है। सभी में समझ तो बहुत अच्छी आ गई है। एक-एक प्वाइंट पर बहुत अच्छा भाजण कर सकते हैं। प्वाइंटस है, समझ है लेकिन चाहते भी नहीं होता है। उसका कारण - 'अलबेलापन' है। मुझे करना ही है वह नहीं है, करना है लेकिन देखेंगे, सोचेंगे, समय आयेगा, कर लेंगे। अभी ऐसा अलबेलापन नहीं चाहिए। अलबेलापन भी कई प्रकार का है, औरों को देख करके भी अलबेलापन आता है। अभी तो सब चल रहे हैं। अभी कौन सम्पूर्ण बना है, बड़े-बड़े ही नहीं बने हैं, हम तो हैं ही पीछे। अभी बड़े तो पास हो जायेंगे, रह कौन जायेगा अलबेलापन वाले। बड़ों की भी कोई किस समय गलती हो सकती है, अभी बाबा के पास का सर्टिफिकेट किसको भी नहीं दिया है।

एक बार मम्मा ने कहा देखो तुम सोचती हो - यह बड़ा महारथी भी ऐसा करता है, मैंने किया तो क्या हुआ। एक तो जिस समय वह गलती करता है उस समय वह महारथी है ही नहीं। पुरूजार्थी है। कभी महारथी है, कभी गलती करता है तो नीचे भी आता है और दूसरा मानों हमने उसकी कमी देखी, वह भी तो अपनी कमी को छोड़ रहा है ना, तो वह अपनी कमी को निकाल रहा है और हम उसकी निकाली हुई चीज अपने में धारण कर रहे हैं। मम्मा ने कहा कि किसकी गलती देख करके अपने में धारण करना या व्यर्थ संकल्प चलाना, इसमें टाइम भी वेस्ट किया और खुद भी नीचे गिरे। इसके लिए तुम ऐसी सीन सामने लाओ जैसे बहुत गन्दा एक गटर बह रहा है और कोई गटर का पानी बहुत मौज से पी रहे हैं। यानी दूसरे की छोड़ने वाली खराब जो वह खुद ही छोड़ रहा है और आ ले रहे हो। मम्मा मिसाल देती थी तो जब भी हमें किसी की कमी दिखाई देती थी तो हम कहते थे, यह तो गटर का पानी है। कई जो सोचते हैं कि यह तो चलता है, टाइम पर हो ही जायेगा। बस एक मास थोड़ा बन्धन है, एक मास के बाद मैं फ्री हो जाऊँगी। अरे एक मास के बाद तुम होगी या नहीं होगी भरोसा है। कोई तारिख लेकर आया है क्या? हमने देखा है कि बहुत करके जो कहते हैं एक मास के बाद फ्री हो जाऊँगी, एक मास के बाद उसके सामने और ही दूसरी बड़ी बात आ जाती है। यह तो भरोसा ही नहीं है कि हम मास भर रहेंगे भी या नहीं। तो अलबेलापन हमें अलर्ट होने नहीं देता है। कोई न कोई बात सामने आने से आलस्य आ जाता है। होता ही है, होना ही है, यह है आलस्य, अलबेलापन। बाबा कहते अभी अलबेलापन को निकालो, अलर्ट हो जाओ। बस, जो सोचा है, वह अभी करना है। कर रही हूँ, हो जाएगा, नहीं। शुभ कार्य में देरी नहीं करनी है। कल - कल को छोड़ो लेकिन अभी, आज भी नहीं अभी। हर घड़ी अपनी अंतिम घड़ी समझो।

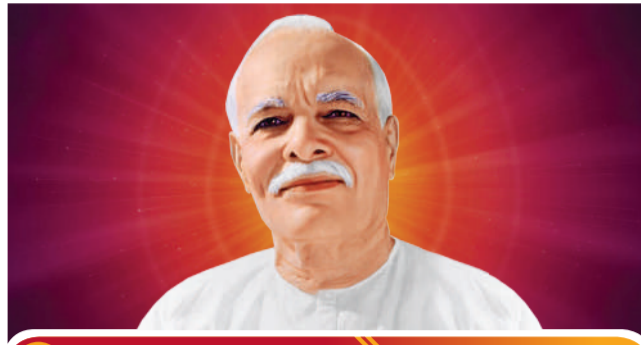
यज्ञ वत्स पहाड़ी पर करते थे मुरली अध्ययन

शिव आमंत्रण

आबू रोड | कभी बाबा कहते- आप बच्चे आगे-आगे चलो, मैं पीछे-पीछे आता हूँ क्योंकि गौओं की रखवाली करने वाला व्यक्ति सदा गौओं के पीछे चलता है ताकि कोई गाय इधर-उधर न हो जाये। कभी वे कहते- आप पीछे-पीछे चलो, मैं आगे-आगे चलूँगा क्योंकि पंडा सदा आगे चलता है। वह रास्ता दिखाता है और यात्री उनके पीछे-पीछे चलते हैं। इस प्रकार की मीठी-मीठी नित्य नई-नई ईश्वरीय ज्ञान की मधुर मुरली से वे सभी को मस्त करते रहते। कभी वे इन माता रूपी गौओं के 'गोपाल' अथवा रक्षपाल बन जाते और कभी आत्माओं को परमधाम तथा बैकुण्ठ की यात्रा पर ले जाने वाले 'पंडा' बन जाते।

कभी उनका हाथ पकड़ कर चल रहे होते तो अचानक ही पुचकार कर पूछते- 'बच्ची, किसका हाथ पकड़ा हुआ है, शिव बाबा का या ब्रह्मा बाबा का? बच्ची, कभी हाथ छोड़ोगी तो नहीं? जानती हो इसका हाथ पकड़ने से कहाँ पहुँच जाओगी।'

फिर दूसरे ही क्षण वे किसी से पूछ लेते- 'बच्चे, किसके साथ चल रहे हो?' वह बोलता- 'बाबा के साथ।' तब बाबा कहते- 'हां बच्चे, परन्तु यह याद है कि इस बाबा से क्या वर्षा मिलता है? उस वर्षे की खुशी में चलते चलना। देखो, शिव बाबा आप बच्चों को राजयोग सिखाकर राजाओं का राजा बनाता है।' फिर वे तीव्र गति से चल पड़ते। काफी



रियल लाइफ

प्रजापिता ब्रह्मा बाबा

संस्थापक, प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

आबू पर्वत पर यज्ञ-वत्स योग-तपस्या करते रहते थे मानो पार्वतियां शिव को वरने के लिए योग साध रही हों।

आगे निकल कर कहते- 'देखो तो यह कैसा शक्ति-दल है, यह कितना पीछे रह गया है! अरे, बुझे जवान हो गये हैं, जवान बुड़े हो गये हैं।' फिर वे समझाते कि इस तन में दो इंजन हैं, एक इंजन है ब्रह्मा की आत्मा, दूसरा इंजन है शिव बाबा अर्थात् परमात्मा इसलिए यह (ब्रह्मा) तेज चलता है।

फिर जान-बूझकर वह चतुर सुजान, बच्चों से हँसी-विनोद करने के लिये उन्हें कठिन रास्ते से पहाड़ी पर ले जाता। कुछ माताएं भारी अथवा वृद्ध शरीर होने के कारण न चढ़ सकती तो कहती- 'बाबा, बाबा!

ठहरो बाबा, यह कहाँ से ले जा रहे हो, यहाँ तो चढ़ने की जगह ही नहीं है। यह तो गोल-गोल-सा पत्थर है, इसे पकड़ें कहाँ से और इस पर पाँव कहाँ से टिकाएँ।' तब बाबा ऊपर के पत्थर पर खड़े होकर उन्हें हाथ देकर ऊपर चढ़ने के लिए सहारा देते। देखो तो सबके दिलों का सहारा प्रभु उन्हें इस बहाने से 'बाबा... बाबा' याद करने की आदत डालते। चढ़ते-चढ़ते, कई-एक का साँस चढ़ जाता। वे कहते - 'बाबा, अब बस करो। अब आगे मत जाओ। बाबा, प्यार बाबा, आज इस पहाड़ी पर ही बैठेंगे।'

कभी बाबा उनकी बात मान लेते तो वे खुश हो जाती कि देखो बाबा हमारी बात मानते हैं।

कभी बाबा न मानते तो वे गोपियाँ हुज्जत से कहतीं कि 'देखो तो बाबा हमारी बात मानते ही नहीं हैं।' इस प्रकार वे मीठा-सा उलहाना देती। इस तरह बाबा के हर कर्म में दिव्य चरित्र भरे होते, हर बात में दिव्य स्नेह और कल्याण की भावना भरी हुई होती थी। बच्चे- बूढ़े, माताएं- कन्याएं सभी उनकी मीठी ज्ञान-मुरली से, उनके दिव्य चरित्रों से अपने जीवन में हर्ज भरते चलते चल रहे थे।

एक ओर पढ़ाई, दूसरी ओर परीक्षाएं

इस प्रकार आबू पर्वत पर यज्ञ-वत्स योग-तपस्या करते रहते थे मानो पार्वतियाँ शिव को वरने के लिये योग साध रही हों। यज्ञ-वत्सों को जितना समय मिलता, वे ज्ञान-मुरली का अध्ययन तथा योग ही का अभ्यास करते रहते और अपनी आत्मिक उन्नति में निरन्तर तत्पर रहते थे। अब पढ़ाई के साथ-साथ कुछ नई परीक्षाएँ भी उनके सामने आती रहती थी।

इस विजय में ब्रह्माकुमार विश्वर। जी ने लिखा है- 'बृज कोठी श्मशान के निकट एकान्त स्थान में थी। यज्ञ-वत्सों के आ बसने से पहले यह कोठी काफी समय तक खाली थी। आबू के कुछ लोग कहते थे कि इस कोठी में भूतों का वास है।



प्रेरणापुंज

दादी जानकी

पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज

शिव आमंत्रण

आबू रोड | मालिक होकर कर्मिन्द्रियों द्वारा कर्म करते हैं और कर्म भी करते हैं श्रीमत अनुसार, न कि रावण की मत से। यह राजधानी हो गई है। खबरदार रहते हैं। भले मन में कोई ख्याल आये लेकिन कर्म में नहीं आओ। वाचा में आये तो वह भी कर्म हो गया। मन्सा में कोई ऐसा ख्याल आये तो वहाँ ही समाप्त कर दो, मैं कौन हूँ, किसकी हूँ? - यह संकल्प और अशुद्ध संकल्पों को समाप्त कर देती है।

कोई खराब ख्याल आये तो बाबा उसे भयंकर रूप दिखाकर भगा देता है। बाबा अपने बच्चों की रक्षा करता है लेकिन किसकी रक्षा करता? जो याद में रहने वाले सच्चे पक्के योगी हैं। पहले हम अपनी रक्षा करते हैं- रावण की मत पर नहीं चलेंगे, श्रीमत पर चलेंगे तो रक्षा है। कभी मन में ऐसी मत पैदा हो जाती जिसे समझते हैं यह अच्छी मत है। अन्दर अभिमान रहा हुआ है तो अपनी मनमत का प्रभाव इतना होता जो श्रीमत क्या कहती वह अन्दर दिल स्वीकार नहीं करता। अवाइड कर देते हैं। बाबा ने कहा अवाइड कर अवाइड लो। तो कौन-कौन सी

मालिकपन से कर्मिन्द्रियों से कर्म करना ही 'कर्मयोगी'

मालिक होकर कर्मिन्द्रियों द्वारा कर्म करना वाला ही कर्मयोगी, तपस्वी कहलाता है। कर्मिन्द्रियां हमारे वश में हों न कि हम उनके वश में हों

बातों को अवाइड करना है? जो हमारे काम की बात न हो तो उसे अवाइड करते जाएं। अगर अवाइड लेना है। तो दिन भर में कौन-कौन सी बातें आती हैं। संकल्प, वचन, कर्म में जो हमारे काम की बात नहीं है उसे अवाइड करो। जैसे मोती चुगने वाला हंस जो काम का नहीं है उसे अलग कर देता। समझ कहती है तुम्हारा सोचने का तरीका बहुत अच्छा हो, जो तुम्हारे काम की बात नहीं उसे अवाइड करो। जो और किसी की ड्युटी है। उसमें अपनी इंटरफियर नहीं करो। हम जिस कार्य के अर्थ निमित्त हैं, उसमें भी अपने को भारी मत करो। भारी होने को अवाइड करो। कैसा होगा, क्या होगा इस नेचर को अवाइड करो। अच्छा ही होगा। जो हो रहा है, जो होगा वह अच्छा इस दृढ़ संकल्प से वीक संकल्प को अवाइड करो। जहाँ कोई परचिंतन वाली बातें चलती हैं, उनसे अपने को अवाइड करो, उससे हमारी उन्नति नहीं है। ईश्वरीय परिवार से प्यार हो लेकिन फाल्तू चर्चा करने वालों से अवाइड करो। व्यर्थ चिंतन करने वालों के संग से अवाइड करो। ईश्वरीय परिवार का स्नेह क्या होता है, उस स्नेह की शक्ति की लेन-

देन करना, रूहानियत में रहना, मीठी-मीठी रूह-रूहान करना यह हमारे फायदे के लिए है। लेकिन और बाते करना उसमें नुकसान है। जहाँ नुकसान है उसको अवाइड करना है, जहाँ फायदा है वह जरूर करना है। कहाँ हमारा कर्म बन्धन, हिसाब-किताब बन न जाए, बड़ा समझदार बनना है। बहुतकाल से समझ से चलने वाला ही अवाइड लेता है। कहाँ भी नीचे ऊपर न होने वाला, अचल अडोल स्थिति में रहने वाला, बाबा से अटूट प्रीत निभाने वाला, एक बल एक भरोसे में रहने वाला, स्वमान में सदा रहने से बाबा को अपना साथी बनाने से अवाइड ले सकते हैं। दिलाराम की दिल पर वहीं बैठते जो साक्षी होकर पार्ट बजाते हैं, दिल को साफ रखते हैं। दिल में किसी के लिए ग्लानि न हो। भले उनके कर्म कुछ भी हों, हमारे मन में ग्लानि न हो। हम अपने को सावधान जरूर रखें लेकिन ग्लानि अगर हमारे मन में पैदा हो गई तो यह हमारा संस्कार पड़ जायेगा। फिर किसी की अच्छाई देख नहीं सकेंगे। बुराई ही दिखाई देगी, इसमें बहुत नुकसान है। किसी की भी कमी कमजोरी को हम मन में न ले लेंगे।



जीवन प्रबंधन

बी.के. शिवानी

जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ, अंतरराष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज की टीवी ऑइकॉन गुरुग्राम, हरियाणा

सबने अपने मन का ध्यान रख लिया तो परिस्थिति का सामना करना आसान हो जाएगा।

■ शिव आमंत्रण

आबू रोड | हम आत्माओं का धर्म है शांति, प्यार, सद्भावना और निडरता। तो इस समय हमें अपने धर्म पर टिकना है। यानी बाहर परिस्थिति हमारे अनुकूल नहीं है लेकिन आत्मा को अपने स्वधर्म पर टिकना है। स्वधर्म मतलब निडर, शक्तिशाली, शांत, भविष्य के लिए असुरक्षा नहीं। आपस में सद्भावना और प्यार, ये हमारा धर्म है। ये समय की पुकार है। आत्मा के धर्म में जीने के लिए आज एक समीकरण पक्का करना है। हमारे मन की स्थिति परिस्थिति पर निर्भर नहीं होती है। ये एक बहुत बड़ी गलतफहमी है, जिसमें हम वजों से जी रहे थे। वैश्विक महामारी से पहले भी हमारे जीवन में ऐसी स्थिति थी कि हम कहते थे, मुझे चिंता हो रही है क्योंकि ऊंगली कहीं बाहर जाती थी, किसी परिस्थिति या व्यक्ति के ऊपर। मुझे अच्छा नहीं लग रहा है क्योंकि...? हमने समझा कि आत्मा के संस्कार, संकल्प, सोच और भावनाएं हैं, वो परिस्थिति और व्यक्ति के व्यवहार पर निर्भर है। फिर कोविड वाली परिस्थिति पुनः आ गई। जैसे ही ये परिस्थिति आई, तो सारे विश्व ने मिलकर कहा, डरना और चिंता तो नार्मल है, स्वाभाविक है। ऐसा सारा विश्व कह रहा है। अब आप एक मिनट के लिए उस दृश्य को देखें जिसमें करोड़ों लोग इकट्ठे होकर कह रहे हैं इस समय डर और चिंता होना स्वाभाविक है। तो सोचिए इस समय सृष्टि की क्या स्थिति होगी। सृष्टि की तरंगें क्या

हमेशा अपने कर्मों पर ध्यान रखने की जरूरत



अब हम जैसा सोचेंगे, जैसा बोलेंगे और जो कर्म करेंगे ये हमारा वर्तमान का कर्म होगा। हमारा वर्तमान का कर्म हमारा वर्तमान और भविष्य के भाग्य का निर्माण करता है।

होनी चाहिए और हो क्या हो चुकी है। जबकि सृष्टि को इस समय शांति और शक्ति की ऊर्जा की जरूरत है।

सृष्टि के मन को शांत रहना चाहिए

बीमारी खत्म करने के लिए मन की स्थिति कैसी होनी चाहिए? किसी भी बीमारी में डॉक्टर हमेशा यही कहता है, निश्चित रहो, हम अपना काम कर रहे हैं। इसी तरह इस समय सृष्टि पर एक बीमारी आई है तो सृष्टि के मन को शांत रहना चाहिए। सृष्टि का मन मतलब हम सबका मन। हमें अपने लिए एक बात पक्की कर लेनी है, जो हमेशा लाभदायक होगी। यहीं एक शब्द आता है-आत्मनिर्भर। हमारे मन की स्थिति, हमारी सोच परिस्थिति पर आधारित नहीं होती है। इसीलिए एक ही परिस्थिति में चार लोग अलग-अलग प्रतिक्रिया देते हैं। मान लें कि आपके घर में कोई समस्या आती है तो घर का पहला सदस्य कहता है इतनी बड़ी बात समस्या आई है, दूसरा कहता है हां बात तो बड़ी है, तीसरा कहता है छोटी-सी बात है, चौथा कहता है ये तो होता रहता है। एक ही परिस्थिति में चार लोग अलग-अलग तरह से सोचते हैं। क्योंकि उनकी सोच परिस्थिति पर आधारित नहीं होती है बल्कि उनके अपने संस्कारों, अपने मन की स्थिति पर आधारित होती है। जीवन में अगर ये समीकरण पक्का कर लिया तो हम अपनी भाजा बदलेंगे। हम ये नहीं सोचेंगे और कहेंगे कि बात ऐसी है, तो डर लगेगा ही। हम कहेंगे कि बात बड़ी है इसलिए निडर और शांत रहना हमारी जिम्मेदारी है। अगर सबने अपने मन का ध्यान रख लिया तो परिस्थिति का सामना करना आसान हो जाएगा।

हम जैसा चाहें वैसा भविष्य बना सकते हैं

अगर देखा जाए तो सृष्टि पर होने वाली हर चीज के जिम्मेदार हम ही होते हैं। हर कर्म का परिणाम तो होता ही है। लेकिन ये न सोचें कि हमने क्या कर्म किया था जिसकी वजह से ऐसा हुआ। ये सोचें कि अब हमारा कर्म कैसा हो। अगर हम अपने निजी जीवन में भी देखें तो हमारे जीवन में परिस्थितियां आती हैं, किसी को व्यापार या नौकरी में, किसी को बाहर परिस्थिति हमारे अनुकूल नहीं है लेकिन आत्मा को अपने स्वधर्म पर टिकना है। स्वधर्म यानी निडर, शांत और सुरक्षित रहना। स्वास्थ्य में, रिश्तों में कुछ हो सकता है। ये सब जो बातें आती हैं ये हमारे कर्म का परिणाम ही होती हैं। लेकिन अब हम इसका कुछ नहीं कर सकते हैं। लेकिन अब हम जैसा सोचेंगे, जैसा बोलेंगे और जो कर्म करेंगे ये हमारा वर्तमान का कर्म होगा। हमारा वर्तमान का कर्म हमारा वर्तमान और भविष्य के भाग्य का निर्माण करता है। हमने क्या किया था जिसकी वजह से ये हुआ। इसको सोचना हमारे लिए यह बहुत अच्छी सोच नहीं होगी। जरूरी ये है कि अब हमें क्या करना है, यानी अब क्या कर्म करना है, अब कितनी सेवा करनी है, अब कैसे एक-दूसरे को सहयोग देना है। अब कैसे एक-दूसरे के मन का ध्यान रखकर अपने वर्तमान कर्म को इतना श्रेष्ठ बनाना है कि हम अपने लिए, देश के लिए, सृष्टि के लिए बहुत सुंदर भाग्य का निर्माण कर सकें। अतीत के कर्म तो हो चुके हैं, अब उसके लिए कुछ नहीं कर सकते, लेकिन वर्तमान कर्म पूर्ण रीति से हमारे हाथ में है। जिस पर हम जैसा चाहें वैसा भविष्य बना सकते हैं।



अलविदा डायबिटीज

बीके डॉ. श्रीमंत कुमार
ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू

डायबिटीज और कर्मट जीवन

■ शिव आमंत्रण

आबू रोड | जीवन में स्वस्थ रहने के लिए नियमित व्यायाम का जितना महत्त्व है, प्रतिदिन स्वयं को कर्मट रखना भी उतना ही आवश्यक है। अनियमित दिनचर्या और भोजन से आज अधिकांश लोग मोटापा का शिकार बन चुके हैं जो की अनेकानेक बीमारियों की जननी है। अधिकतर विकसित राष्ट्रों में जैसे कि अमेरिका में 60 प्रतिशत से भी ज्यादा लोग मोटापा के शिकार हैं। आजकल हमारे बच्चे भी मोटे होने लगे हैं। जबकि किशोर अवस्था में खेल कूद कर सभी को फिट रहना चाहिए। इसलिए छोटे-छोटे बच्चे भी टाइप टू डायबिटीज के शिकार होने लगे हैं। किशोर अवस्था में मोटापा समाज के लिए एक गंभीर समस्या है। कुछ लोग इसके लिए सचेतन भी हो गए हैं, एवं अनेकानेक शहरों में जगह-जगह में जिम् खाने, वेलनेस सेंटर आदि देखने के लिए भी मिल रहे हैं। बहुत लोगों में नियमित एक्सरसाइज करने के लिए भी प्रेरणा तो जागृत हो गयी है। नियमित रूप से एक्सरसाइज करना स्वास्थ्य के लिए लाभकारी है। परंतु दिन में एक या आधा घंटे थोड़ा सा एक्सरसाइज कर लेना, फिर सारे दिन कम्प्यूटर के सामने व टीवी के सामने बैठे रहना यह कितना स्वास्थ्यकारी है। वैज्ञानिक रिसर्च द्वारा यह देखा गया है कि लंबे समय तक बैठे रहना स्वास्थ्य के लिए बहुत हानिकारक है। जो दिन में तीन चार घंटे से अधिक समय लगातार बैठे रहते हैं उनमें डायबिटीज, उच्च रक्तचाप, हृदय रोग आदि ज्यादा देखने में आ रहा है। एक्सरसाइज तो नियमित करना ही है। यह हमारी दिनचर्या का एक अंग हो जाना चाहिए। सवेरे या शाम किसी भी समय पर एक आधा घंटा समय निर्धारित कर नियमित एक्सरसाइज करें, जिसमें चारों ही-एरोबिक (कार्डियो के लिए),

एनोरोबिक (शरीर को मजबूत बनाने के लिए), लचीलापन और सांस लेने का सब कुछ समाहित हो तो बहुत ही अच्छा होगा। परन्तु फिर सारे दिन में भी हमें कर्मट रहना आवश्यक है। इसके लिए निम्नलिखित बातों पर हमें अवश्य ही ध्यान देना पड़ेगा।

- 1) जहां भी लिफ्ट की व्यवस्था के साथ सीढ़ी है, जितना हो सके हम सीढ़ी का उपयोग करें, ना की लिफ्ट का। परंतु अगर ज्यादा मंजिल चढ़ना है तो कम से कम एक दो मंजिल सीढ़ी में चढ़ें फिर लिफ्ट का सहारा लें।
- 2) लंबे समय तक बैठ कर कार्य नहीं करें। हर घंटे में 5 मिनट के लिए भी जरूर उठें और थोड़ा सा टहलकर फिर बैठें।
- 3) बैठ कर टीवी देखना अवाइड करें। कार्य करते चलते-फिरते भले देखें।
- 4) जितना हो सके अपने घर का काम स्वयं ही करें जैसे झाड़ू पोछा, कपड़े साफ करना, खाना बनाना, प्रेस करना, बर्तन सफाई करना आदि-आदि। इससे बचत भी होगी तथा स्वयं का स्वास्थ्य भी अच्छा होगा।
- 5) घर में बगीचों को पानी देना, उन्हें अच्छे तरह से देख रेख का कार्य भी खुद करें। किसी दूसरे से बागवानी ना करवायें। अगर जगह है तो किचन गार्डन बनाएं और स्वयं ही इसका ध्यान रखें। इससे पेस्टीसाइड (किटाणु मारने की दवाई), कैमिकल से भी बचेंगे, भोजन भी स्वादिष्ट होगा।
- 6) मार्केटिंग करने के लिए स्वयं जाएं। नज़दीक है तो गाड़ी, मोटर का सहारा न लें। हाथ से सामान उठाकर लाएं।
- 7) स्कूल अगर ज्यादा दूर नहीं है तो बच्चों को छोड़ने के लिए वा लाने के लिए पैदल साथ दें। इससे बच्चे भी स्वस्थ रहेंगे।
- 8) हॉलिडे में घर की पूरी सफाई सभी परिवार के सदस्य मिलकर करें। बच्चे को भी साथ लें ताकि उनके भी संस्कार अच्छे होंगे।
- 9) ऑफिस का कार्य भी जितना हो सके स्वयं करें। दूसरों की सहायता कम से कम लें। ऑफिस को भी अपने घर समान स्वच्छ तथा व्यवस्थित रखें। सभी को सहयोग दें इससे वातावरण शक्तिशाली होगी तनाव मुक्त रहेंगे।
- 10) ऑफिस ज्यादा दूर नहीं है तो पैदल जाएं या साईकिल का उपयोग करें। बस में जाना पड़ता है तो एक स्टॉप पहले उतर जाएं। कार दूर पार्किंग करें व पैदल जाएं। **क्रमशः**

संपर्क: बीके जगतजीत जो. 9413464808 पेटेंट रिलेशन ऑफिसर, ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, माउंट आबू, जिला- सिरौही, राजस्थान



राजयोग मेडिटेशन, मूल्य शिक्षा को जीवन में अपनाकर आज हजारों युवाओं के जीवन को नई दिशा मिली है...



कृति सोनी
एट्टेड, रामपुर,
बखरी, बिहार

परमात्मा शिव को अपना साथी बनाया

■ शिव आमंत्रण | रामपुर (बिहार)
| 2008 में ब्रह्माकुमारीज के ज्ञान में आना हुआ। उससे पहले जिंदगी काफी

दुःखी बीत रहा था। कुछ भी अच्छा नहीं लगता था। हर छोटी-छोटी बातों में उलझ कर लड़ाई-झगड़े के साथ रोना धोना शुरू हो जाता था। घर के लोग भी परेशान रहते थे। लेकिन एक दिन अपने एक चाची के साथ मेडिटेशन आश्रम पर पहुंची फिर जो हमें परमात्म ज्ञान का स्वाद मिला। सभी कुसंस्कारों को झट से त्याग कर शिव बाबा को अपना साथी बनाया। सुबह-शाम राजयोग का अभ्यास निरन्तर करने लगी। फिर जीवन में जो खुशियां मिली है उसका वर्णन शब्दों में नहीं कर सकती हूं। बस इतना ही कह सकती हूं राजयोग जरूर सीखें।



रमेश झा,
सेवाधारी पुसहो, बिहार

राजयोग ने सब बदलकर रख दिया

■ शिव आमंत्रण | पुसहो, बिहार | 2011 में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के द्वारा बताया जा रहा राजयोग

अभ्यास से जुड़ा। उससे पहले मैं शराब बहुत ही पिया करता था। जिंदगी नर्कमय हो चुका था। बुरी संगत सब कुछ कर दिया था। क्रोध बहुत आता था। एक दिन हमारी मुलाकात एक ब्रह्माकुमार भाई से हुई उसके बाद हमने राजयोग का प्रशिक्षण लिया। सातवें दिन ही सब बुराईयों को त्याग कर बुरी संगती को भी छोड़ दिया। रोजाना परमात्म मुरली महावाक्य और राजयोग ने जीवन को बदलकर रख दिया। आज के युवाओं से यही कहूंगा कि संगत हमारे जीवन पर बहुत ही बड़ा प्रभाव डालता है इसलिए गलत संगत से बचें। मेडिटेशन सीखें।

संपादकीय

कमजोर होते मानवीय रिश्तों की डोर

वर्तमान समय समाज लोक, लॉज मर्यादा और कायदों से बना है। जहाँ एक दूसरे का सम्मान, स्वाभिमान, रिश्ते-नाते, प्रेम, व्यवहार सब समाहित होते हैं। जब कोई बच्चा किसी के घर में पैदा होता है तो उस समय माँ बाप बस एक ही उमीद लेकर लालन-पालन करते हैं कि भविष्य में यह हमारे कुल का दीपक और हमारे जरूरत के समय में सहारा बनेगा। कमोबेश यह भी उम्मीद होती है कि यह समाज में एक ऐसा कार्य करेगा जो हमारे परिवार, समाज और देश का नाम रोशन करेगा। रोशन करने के पीछे मंसा भी मानवीय मूल्यों और सत्यता की

परमात्मा के बताये मार्ग पर चलें। तो वह आपको ऐसी खुशी और आनंद देगा जो आप शायद सपनों में कल्पना करते हैं।

होते खून ने यह सब धूमिल कर दिया है। माँ की ममता आंचल में हमेशा सिसकती रहती है। लेकिन आज के बच्चे और लोग ऐसे इन मानवीय रिश्तों का खून करते हैं जैसे कि लगता है कि कभी वे मानव समाज में रहे ही नहीं। अस्तिर ऐसा क्यों हो रहा है। क्योंकि हम अपने बच्चों, अपने परिवारों को मूल्यों से नहीं सीचते हैं। सीचने की कोशिश भी करते हैं तो सामाजिक दिखावा उन्हें उस कटीले रस्ते की तरफ धकेल देता है। इस दुनिया में परमात्मा, अध्यात्मवाद, संस्कृति सब कुछ इन संस्कारों के ताना बाना से बना है। परन्तु व्यक्ति अपने हिसाब से उसे सिर्फ एक ढाल बना लेता है और उसी राह पर चला पड़ता है जहाँ से सिर्फ आसुरीयता को बढ़ावा मिलता है। इसलिए यदि सुख, आनन्द, शांति और सत्यता का रसास्वादन करना है तो इसके लिए रिश्तों की डोर मजबूत करनी ही पड़ेगी। जितना माँ के आंचल में और अपनों के बीच बैठकर आनन्द की अनुभूति होती है। उतना तो शायद किसी जादू की छड़ी में भी नहीं है। इसके लिए अपने वजूद को समझें, परमात्मा के बताये मार्ग पर चलें। निश्चित तौर पर परमात्मा वह आपको ऐसी खुशी और आनंद देगा जो आप शायद सपनों में कल्पना करते हैं।

बोध कथा | जीवन की सीख

दृष्टिकोण व्यक्तित्व का आइना

एक धर्मात्मा ने जंगल में एक सुंदर मकान बनाया और उद्यान लगाया, ताकि उधर आने वाले उसमें ठहरें और विश्राम करें। समय-समय पर अनेक लोग आते और ठहरते। दरबान हरेक आने वाले से पूछता, आपको यहां कैसा लगा। बताइए मालिक ने इसे किन लोगों के लिए बनाया है। आने वाले अपनी-अपनी दृष्टि से उसका उद्देश्य बताते रहे। चोरों ने कहा- एकांत में सुस्ताने, योजना बनाने, हथियार

जमा करने और माल का बंटवारा करने के लिए। व्यभिचारियों ने कहा- बिना किसी रोक-टोक और खटके के स्वेच्छाचारिता

बरतने के लिए। जुआरियों ने कहा-जुआ खेलने और लोगों की आंखों से बच्चे रहने के लिए। कलाकारों ने कहा, एकांत का लाभ लेकर एकाग्रता पूर्वक कला का अभ्यास करने के लिए। संतो ने कहा-शांत वातावरण में भजन करने और ब्रह्मलीन होने के लिए। कुछ विद्यार्थी आए, उनमें कहा- शांत वातावरण में विद्या अध्ययन ठीक प्रकार होता है। हर आने वाला अपने दृष्टिकोण द्वारा अपने कार्यों की जानकारी देता गया। दरबान ने निष्कर्ष निकाला- जिसका जैसा दृष्टिकोण होता है, वैसा ही उसका व्यक्तित्व और नजरिया होता है।



मानव की चिंतनशील प्रवृत्ति उसे सत्य-शोधन में स्वाध्याय की ओर अग्रसर करती है जिसमें कर्मगत संबंध के जुड़े मनोभाव से आत्मा को मुक्त करने का शुद्ध उपयोग सम्मिलित रहता है।

जीवन का मनोविज्ञान भाग - 35

डॉ. अजय शुक्ला

बिहेवियर साइंटिस्ट, गोल्ड मेडलिस्ट इंटरनेशनल ह्यूमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड, डायरेक्टर (स्पीचुअल रिसर्च स्टडी एंड एजुकेशनल ट्रेनिंग सेंटर, बंगाली, देवास, मप्र)

आत्मिक शांति का वास्तविक स्वधर्म तथा उपलब्धि पूर्ण जीवन

■ शिव आमंत्रण

आबू रोड । मानव जीवन के सम्पूर्ण पुरुजार्थ का परिणाम आत्मा की नैसर्गिक शांति से सम्बद्ध रहता है क्योंकि आत्मा का स्वमान, स्वरूप एवं स्वभाव की वास्तविकता पूर्णतया शांत होती है। आत्मा के स्वाभाविक गुण-धर्म में व्यक्तिगत जीवन की गहन निष्ठा जब प्रबल स्वरूप में विद्यमान होती है तब शांतिपूर्वक तरीके से गतिशील होना सहजता में परिवर्तित होता है। जीवन की विभिन्नता के मध्य सरलता की अवस्था बनाए रखने का चेतना युक्त कर्म विधान आत्मा की शांति का वास्तविक स्वधर्म है जो उपलब्धिपूर्ण जीवन का प्रमाण होता है। परमात्म स्मृति, आत्मा की शांत चित्त स्थिति को बनाए रखने में सहायक होती है जिससे स्वभावगत शांत अवस्था का निर्माण सुनिश्चित ही आत्मिक स्वरूप का आधार बनता है। अंतर्मन की शांति व्यक्तिगत



जीवन के सहज-सरल एवं विनम्र भाव में सम्मिलित रहती है जो आत्मा को उपराम-कर्मातीत और अव्यक्त स्वरूप में स्थापित करती है।

आत्मा की मुक्ति स्वरूप अनुभूति जीवन के पुण्य का परिणाम है जिसमें कर्मफल पूर्णतया शुद्ध उपयोग की ओर प्रेरित करता है जो स्थायी शांति का आधार स्तंभ है। मानव जीवन का दुर्लभ पक्ष साधक के लिए पुरुजार्थ की अनुकूलता में आत्मा की शांति से सहज ही सधने लगता है जो सत्-चित्त आनंद की ओर उन्मुख रहता है। आत्मा के स्वधर्म का अनुकरण और इस स्थिति में श्रद्धावान होकर जीवन के विभिन्न सन्दर्भ एवं प्रसंग में शांति बनाए

रखना श्रेष्ठ और शुभ कर्म का विशिष्ट लक्षण है। शांति के पथ पर मानवीय मूल्य की संवेदनशीलता व्यक्तिगत जीवन के प्रति सम्मान की दृष्टि को व्यावहारिक स्थिति में रूपांतरित कर देती है जिससे आंतरिक गौरवमयी स्वरूप विकसित होता है। जीवन की विराटता के प्रत्येक क्षण एवं पल में निर्णय शक्ति की आवश्यकता होती है जिसे आत्मिक शांति के योगदान से कार्य-सम्पन्नता की स्थिति तक पहुंचाया जाता है।

व्यक्तिगत जीवन के परिवेश में सम्पूर्ण मानव विकास की अवधारणा सर्वाधिक महत्वपूर्ण आयाम होता है, जिसमें आत्मा की शांति से संबंधित व्यावहारिक स्थिति विभिन्न रूप से उपयोगी होती है। नियम का अनुपालन जब संयमित विधि से संपन्न होता है तब जीवन का 'सम्बद्ध पर्याय स्वीकारोक्ति की अवस्था से गतिशील होते हुए विकासत्मक सम्पूर्णता के प्रति निष्ठावान हो जाता है। स्वयंकी निजता से जुड़े भेद विज्ञान का प्रयोजन-स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ आत्मा का निवास है जो आत्मिक शांति की व्यावहारिकता को अभिमुखित करता है। आत्मा की स्वभावगत अनुभूति करना व्यावहारिक जीवन में सम्यक दर्शन, ज्ञान और सम्यक चरित्र का अनुकरण है जो संपूर्ण मानव विकास के भाव एवं भासना की अभिव्यक्ति स्वरूप है। जीवन की सूक्ष्मता का संवेदनशील पक्ष वास्तविक अंतर्मन की शांति का भावना प्रधान नैसर्गिक आचरण है जो व्यवहार की विविधताओं में भाजाई शुचिता द्वारा सदा गतिशील रहता है। उन्नति के शिखर पर विराजमान होने की स्थितियां जब चेतना की चेतनता

को स्वीकार कर लेती है तब आत्म तत्व का बोध अनुभूति में सदुणों का स्वरूप बन जाता है। जीवन में अन्तःकरण की शांति का स्थायी भाव आत्मा की प्राप्ति को प्रतिपादित करता है जो आत्मिक ज्ञान के कर्मफल से पूर्णतः संतुष्टता की श्रेष्ठ अवस्था में स्थापित होता है। स्वयं को सहज रूप से सक्रियता प्रदान करने में शांति की शक्ति मददगार होती है और सूक्ष्म विधि से सदुणों के प्रादुर्भाव को सुनिश्चित करते हुए अग्रसर होती रहती है। धैर्यता के गुण से सुशोभित आत्मा का आभामंडल चहूँ दिशाओं में आलोक बिखेरता हुआ आत्मिक शांति स्वरूप के प्रकम्पन प्रवाहित करता है जिससे मन स्थिति शांत होती है। व्यावहारिक जीवन में आत्मा की सुख-समृद्धि को अंतर्मन की शांतचित्त स्थिति से ही अनुभव किया जा सकता है जो आध्यात्मिक पुरुजार्थ से संभव हो जाता है।

शांति की खोज से आध्यात्मिक पुरुजार्थ द्वारा आत्म एवं परमात्म तत्व की प्राप्ति हेतु राजयोग के मौन से आत्मा का उद्धार करता है। सामाजिक उत्थान में शांति का योगदान आदिकाल से रहा है क्योंकि समाज में शांति और अहिंसा की स्थापना मानवीय संवेदनशीलता को सुरक्षित रखने का कारगर उपाय है। व्यक्तिगत जीवन की गतिशीलता शांतिपूर्ण प्रगति को स्थायित्व प्रदान करने का श्रेष्ठ माध्यम है जो आत्मा के स्वधर्म से अनुप्राणित होकर कल्याणकारी कार्यों की सम्पन्नता को सुनिश्चित करता है। जीवन के अनुक्रम में आत्मिक शांति हेतु व्यक्तिगत पुरुजार्थ की स्थिति सामाजिक अवधारणा में व्यापक परिवर्तन को प्रतिपादित करती है।



अगर आप खुद के मान सम्मान को महत्व देते हैं, तो गुणवान लोगों की संगति में रहें। खराब संगति में रहने से तो अच्छा है कि आप अकेले ही रहें

-जार्ज वाशिंगटन



एक उत्कृष्ट बात जो शेर से सीखी जा सकती है। वो ये है कि व्यक्ति जो कुछ भी करना चाहता है उसे पूरे दिल और जोरदार प्रयास के साथ करे।

- चाणक्य



मेरी कलम से

वेंकैया नायडू

उपराष्ट्रपति, भारत सरकार

हजारों लोग, ब्रह्माकुमार भाई-बहन माउंट आबू में जिस तरह से रहते हैं, मिलते हैं यह मेरे लिए बहुत ही सुखद अनुभव है।

■ शिव आमंत्रण

आबू रोड । भारत की धरा संस्कृति की है, संस्कार की है संतों की है, अध्यात्म की है। भारत को अगर हम अपने दृष्टिकोण से समझने की कोशिश करें तो तीन सिद्धांत हमें हमेशा दिखाई

खुद से खुद के विमर्श का नाम है आध्यात्म

पड़ते हैं। एक तो ऋग्वेद की रचना में कहा गया कि सत्य एक है। विद्वान उसको अपने हिसाब से व्याख्या करते हैं। दूसरी है वसुधैव कुटुंबकम यह पूरा विश्व एक परिवार है, अपना है। हमें किसी को आगे पीछे नहीं देखना है। हमें पूरे विश्व को एक परिवार के रूप में देखना है। तीसरा सर्वे भवंतु सुखिन, सर्वे संतु निरामया। अगर पूरा विश्व परिवार है तो सभी खुश, सुखी और संतुष्ट हैं। यह सब सत्य को जमीन पर उतारने के लिए ईश्वर भी किसी को माध्यम बनाता है। परमात्मा ने दादी जानकी को भी ऐसा ही माध्यम बनाया। ईश्वर द्वारा प्रेरित होकर दादी जानकी ने पूरी दुनिया में सत्य को फैलाया। 1974 में इंग्लैंड जाना, अंग्रेजी में बहुत प्रवीण नहीं होने के बावजूद भी अंदर से लगन है की राजयोग के महत्व को पूरे दुनिया में व्यक्तित्व निर्माण के लिए जागृत किया। अपने आत्मविश्वास से सिर्फ अपना ही नहीं दूसरे के कल्याण अर्थ भी हमेशा सोचें। सरलता से भारत के दर्शन को जिस तरह

पूरी दुनिया में उन्होंने रखा, यह बहुत बड़ी बात है। दादी जी से पहला साक्षात्कार मुझे जयप्रकाश नारायण आंदोलन के समय हुआ था। 1979 में जब जयप्रकाश जी का निधन हुआ था तो उनके प्रार्थना सभा में दादी जानकी भी उपस्थित हुई थी। एक बार गुडगांव में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित आईटी व्यवसायियों के लिए सम्मेलन में शरीक होने गया था। वैसे तो आईटी कर्मियों को मैंने कैलिफोर्निया से लेकर लंदन तक संबोधित किया। लेकिन ब्रह्माकुमारीज की अध्यात्मिक सभा में आईटी वालों को संबोधित करूं यह मेरे लिए भी पहली बार एक अनुभव का विजय था। जेंडर जस्टिस की बात तो बहुत लोग करते हैं दुनिया में, लेकिन जेंडर जस्टिस को जमीन पर उतारने का काम जो यह ब्रह्माकुमारीज संस्थान ने किया है। यह बहुत ही अभिनंदनीय और सराहनीय है। आजकल हम दुनिया के मैटेरियलिस्टिक स्वभाव की हम बहुत चर्चा करते हैं। हर व्यक्ति स्वार्थ से जकड़ा हुआ है। ऐसे में देश की बहनों, बेटियों को बड़े अध्यात्मिक तरीके से अपनी निजी स्वार्थ को त्याग कर, समाज और विश्वकल्याण अर्थ लग जाना यह बहुत ही प्रशंसनीय है। हजारों लोग माउंट आबू में जिस तरह से रहते हैं मिलते हैं यह मेरे लिए बहुत ही सुखद अनुभव है।

कार्यक्रम महिलाओं के लिए आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त विचार

भगवान के हाथ में अंगुली है तो सदा रहेंगे डबल लाइट



महिलाओं के लिए आयोजित ऑनलाइन इवेंट में शामिल अतिथि।

लोधी रोड सेवाकेंद्र की ओर से ई ओर संगोष्ठी का आयोजन

शिव आमंत्रण

गुरुग्राम । महिलाओं के लिए खास ऑनलाइन इवेंट का आयोजन गुरुग्राम के ओम शांति रिट्रीट सेंटर द्वारा किया गया। जिसमें जिम्मेवारी संभालते हुए भी अपनी स्थिति को डबल लाइट कैसे बनाएं इस पर ओआरसी की निदेशिका बीके आशा, लखनऊ के गोमती नगर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके राधा, दिल्ली से निरोगम मेंडिकेयर की को-डायरेक्टर डॉ. मंजू गुप्ता, निजाम्स इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेस हैदराबाद में न्यूक्लियर मेडिसीन विभाग की हेड और प्रोफेसर डॉ. कविता ने मुख्य रूप से प्रकाश डाला। इस मौके पर

बीके आशा ने कहा, डबल लाइट कैसे रहे? आप सब बहने देवियां, शक्तियां, मातायें, कन्याएं भी हैं। आप सब वृक्ष के सदस्य हो। एक वृक्ष सूर्य से रोशनी लेता है, खाना बनाता है और जिस समय जिसको जिस चीज की जरूरत होती है वह देता है। आप बहने प्यारे बाबा से शक्ति लेकर स्वयं को एक वृक्ष की तरह समझते हुए बाबा के कार्य में अपनी छोटी उंगली दे रहे हैं। जो बच्चे उंगली देते हैं तो पिता उंगली सदा पकड़ के रखता है। जिसकी उंगली स्वयं भगवान पकड़ के रखे वह जैसे भी लाइट रहेंगे। मन से भी लाइट और व्यवहार में भी लाइट।

सेवाकेंद्र प्रभारी बीके राधा ने कहा, भोजन हजम होने के बाद खून में उसका परिवर्तन होता है जैसे जैसे ज्ञान को हजम किया तो वह शक्ति में परिवर्तन होता है। इसलिए नॉलेज इज लाइट नॉलेज इज चिंतन, मनन के रूप में हजम करेंगे तो वह शक्ति के रूप में बदल जायेगा। दिल्ली से निरोगम मेंडिकेयर की को-डायरेक्टर डॉ. मंजू गुप्ता ने कहा अपनी स्वस्थिति को बहुत-बहुत शक्तिशाली बनाना है, उसको संभालना है। बाहर नकारात्मकता है लेकिन मैं उस नकारात्मकता का हिस्सा नहीं हूँ। मेरे पास उस पर विजय पाने के लिए भगवान ने सकारात्मक ज्ञान और शक्तियां दी हैं। समुद्र के अंदर पानी का भवरा है लेकिन मुझे तैरने आता है तो मैं उसको पार कर के आ सकती हूँ।

संस्कार देने की पहली सीढ़ी है परिवार

मेरा परिवार विजय पर वेबिनार में व्यक्त विचार

शिव आमंत्रण

मोपाल/ग्वालियर । वर्तमान समय युवाओं को परिवार का महत्व बताना, साथ ही परिवार में सब मिल-जुलकर रहें, एकजुट होकर रहें, बड़ों का सम्मान करते हुए प्यार से उनको सहयोग दें, हर परिस्थिति का सामना करते हुए अपनी ऊर्जा को परिवार, समाज और देश हित में लगाने की प्रेरणा देने के उद्देश्य से मध्य प्रदेश के ग्वालियर में ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग द्वारा चलाए जा रहे यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट के तहत मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा चक्र विजय पर वेबिनार का आयोजन किया गया। छतरपुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा ने बताया कि परिवार से दूर या परिवार में परस्पर प्रेम व आपसी समझ के अभाव में युवा स्वयं को सोशल मीडिया में डुबा लेता है या विभिन्न प्रकार के व्यसनों में रस लेने लगता है। अतः परिवार ही वह कड़ी है जो बच्चों को, युवाओं को संस्कार की पहली रूपरेखा सिखाती है। क्योंकि संस्कार देने की पहली सीढ़ी परिवार ही होता है। मुख्य वक्ता बीके गीता ने कहा कि प्रत्येक युवा अपने परिवार को मजबूती प्रदान करें और परिवार के साथ स्वयं को सुरक्षित रखते हुए अपने आप को सफलता की ओर सदा आगे ले जाए। उन्होंने महाभारत के कुछ पात्रों के माध्यम से युवाओं को कुछ शिक्षाओं को जीवन में आत्मसात करने के लिए आह्वान किया। आप कितने भी बलवान हों लेकिन यदि

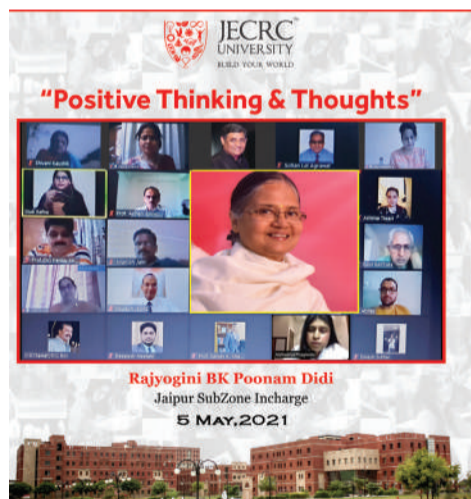
असत्य के साथ रहेंगे तो हार जायेंगे यह कर्ण से सीखना है। महत्वाकांक्षी बनने से अपनी विद्या का अपने उद्देश्यों का दुरुपयोग हो जाता है यह हमें अश्वत्थामा से सीखना है। कभी किसी को ऐसे वचन ना दें जो हमें अधर्म की शरण में जाकर भी निभाने हों यह हमें भीष्म पितामह से सीखना है। संपत्ति, सत्ता, शक्ति का दुरुपयोग हमेशा विनाश की ओर ले जाता है यह हमें दुर्योधन से सीखना है। विद्या, विवेक, विनम्रता सदा विजय की ओर ले जाती है यह अर्जुन से सीखना है। अगर हमेशा आगे बढ़ना है, सुखी और विजयी होना है तो अपने परिवार के सदस्यों को जोड़कर रखना है यह हमें धर्मराज युधिष्ठिर से सीखना है। भारत विकास परिषद के सीए अरुण डगा ने बताया कि हमारे युवाओं को ऐसी परंपराओं ऐसी विचारधारा को अपनाना चाहिए जो समाज, राष्ट्र और संपूर्ण विश्व को समृद्धि दे। भारतीय छात्र संसद के प्रदेश समन्वयक अर्पित शर्मा ने बताया, कि यदि युवा परिस्थितियों, वस्तुओं व घटनाओं को देखने का नजरिया बदलकर स्वयं के जीवन में दया, त्याग, प्रेम, अपनत्व, सहयोग की भावना आदि गुणों को धारण करता है तो वह अपने परिवार के लिए ही नहीं वरन् संपूर्ण समाज के लिए सुखदाई बन जायेगा। बीके नीलम ने योग कमेंट्री के द्वारा राजयोग मेंडिटेशन का अभ्यास करवाया। कार्यक्रम का संचालन बीके सुनीता के द्वारा किया गया। बीके प्रहलाद ने सभी का स्वागत किया। पूरे मध्य प्रदेश से 250 से भी अधिक युवाओं ने इस ऑनलाइन कार्यक्रम में हिस्सा लिया।

परिवार की शान और शक्ति है पारिवारिक मूल्य

इंदौर । मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा चक्र विजय पर ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग और इंदौर जोन द्वारा वेबिनार का आयोजन किया गया। सेंटर फॉर इंटर-रिलीजियस हार्मनी एंड पीस के डायरेक्टर पीयूज लाकड़ा ने कहा कि परिवार में कई बातों, शब्दों के बारे में सिखाया नहीं जाता बल्कि हम देखकर सिखते हैं। परिवार जो हमें जड़ देता है और परिवार जो हमें पंख देता है। जो पेड़ जितना लंबा होता है उसकी जड़ें उतनी ही लंबी जाती हैं। परिवार की जड़ जितनी गहरी जाती है उतना ही वह व्यक्ति भी ऊंचा जा पायेगा। राजस्थान में युवा प्रभाग की जोनल को-ऑर्डिनेटर बीके ममता ने कहा, परिवार के साथ पारिवारिक मूल्यों का गहरा संबंध है। हम परिवार में साथ मिलकर एक-दूसरे को प्यार करते हैं, एक-दूसरे की सुख-सुविधा का ख्याल करते हैं। एक-दूसरे को भावनात्मक सपोर्ट करते हैं, एक-दूसरे का हौसला और हिम्मत बढ़ाते हैं। परिवार की शान व शक्ति उसके पारिवारिक मूल्य ही हैं। प्रभाग के एक्जीक्यूटिव प्लानिंग कमेंटी मैबर बीके जीतू ने कहा जब हम बात करते हैं परिवार की तो विचार आता है कि यह विश्व ही एक परिवार है। जब विश्व एक परिवार है, हम एक-दूसरे से कनेक्टेड हैं लेकिन ऐसे विश्व परिवार को सुदृढ़ बनाने के लिए अपना स्वयं का परिवार सशक्त हो यह आवश्यक है। छत्तीसगढ़ के धमतरी सेवाकेंद्र की प्रभारी बीके सरिता ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

सब ड्रामा के एक्टर्स हैं, अपने पार्ट पर फोकस रखें

शिव आमंत्रण । जयपुर । जेईसीआरसी यूनिवर्सिटी द्वारा 1 हजार से अधिक युवाओं के लिए ऑनलाइन इंटरैक्टिव सेशन में ब्रह्माकुमारीज की जयपुर के राजापार्क सबजोन प्रभारी बीके पूनम को आमंत्रित किया गया। इस मौके पर बीके पूनम ने कहा कि सबके विचार, संस्कार अलग अलग हैं। यह सृष्टि एक ड्रामा है और इस ड्रामा में हर एक का अपना अपना पार्ट है। कोई रावण का भी पार्ट बजा रहा हो तो भी मुझे उस से कुछ लेना देना नहीं है। मैं अपने विचार खुद के प्रति और औरों के प्रति अच्छे रखू, दुवा दू दुवा लू, सुख दू सुख लू की भावना से रहू तो मेरा अच्छा ही होगा। मुझे अपने पार्ट पर फोकस करना है। किसी ने आप के लिए थोड़ा भी अच्छा किया तो उसे धन्यवाद दो, थैंक्स दो तो आपका अच्छा ही होगा। अपने मन के अंदर से निकलने वाले विचार सुंदर तो तन भी सुंदर होगा और खुशहाल भी रहेंगे। इस दौरान जेईसीआरसी यूनिवर्सिटी के प्रेसिडेंट प्रोफेसर विक्टर गंभीर, वाइस चेयरपर्सन अर्पित अग्रवाल और सीएसआर हेड प्रोफेसर सपना शर्मा ने भी शामिल होकर इसका लाभ लिया।



सेमिनार में शामिल बीके पूनम एवं अन्य अतिथि।

कर्म करते हुए भी परमात्मा को याद कर सकते हैं

शिव आमंत्रण । पुणे

। पुणे के क्वार्टर गेट सबजोन द्वारा महिलाओं के लिए विशेष आध्यात्मिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें नाशिक से डॉ. राजेश ने कहा कि मैं आत्मा और अलमाइटी बाप अगर कंबाईंड हैं, दोनों साथ में हैं तो क्या हो गया? एक और एक ग्यारह नहीं, पदम से भी ज्यादा हो गया। क्योंकि इस यूनिवर्स में सबसे पॉवरफुल आत्मा एक हमारा बाप परमात्मा शिव ही है। तो उसकी तुलना संख्या में भी हम नहीं कर सकते। डॉ. राजेश ने कहा दूसरे किसी भी योग में भगवान उपस्थित नहीं है। वह केवल और केवल राजयोग में है। उसको सहज राजयोग नाम देने का कारण यह योग कैसे भी चलते-फिरते, उठते-बैठते, कोई भी कार्य करते कर सकते हो। आत्मिक नाते से शिव परमात्मा हम आत्मा के बाप हैं, इसलिए अपने बच्चों को कोई भी तकलीफ न हो इसका वह ध्यान रखता है।

परिवार की शक्ति है मूल्यों का केंद्र

शिव आमंत्रण । रीवा

। रीवा वर्तमान चुनौतियों में युवाओं को शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक रूप से सक्षम बनाने तथा युवाओं में निहित क्षमताओं का सदुपयोग कर उन्हें विश्व में व्याप्त समस्याओं को दूर करने में प्रयोग करने के लक्ष्य से मध्य प्रदेश के रीवा सेवाकेंद्र और ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग के संयुक्त प्रयास से वेबिनार का आयोजन किया गया जिसका विजय मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा चक्र रखा गया। इस अवसर पर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके निर्मला ने अपने आशीर्वचन में कहा, कि परिवार के साथ मर्यादाओं में रहकर, उनके सहयोग से मानव जीवन सुखी, सुरक्षित और शक्तिशाली बनाया जा सकता है। इसलिए सभी को स्नेह से, प्यार से रहने का जो एक सशक्त माध्यम है, वह है, इसलिए अपने बच्चों को कोई भी तकलीफ न हो इसका वह ध्यान रखता है।

है। युवा समाजसेवी अविराज ने कहा, कि समाज की सेवा का साधन है परिवार के द्वारा सहयोग। वह परिवार के सदस्यों को समुचित सहयोग मिलने से ही तो सेवा करना बहुत ही आसान हो जाता है। पारिवारिक स्नेह के बारे में माउंट आबू से युवा प्रभाग के सदस्य बीके अरुण ने कहा, वर्तमान समय जो संयुक्त परिवार का विघटन हो रहा है ये बहुत ही चिंतनीय विजय है क्योंकि राम और भरत जैसी त्याग समर्पण की पारिवारिक भावना परिवार को जोड़कर रखती है। इससे परिवार में एकता बनी रहती है। भोपाल जोन युवा प्रभाग की जोनल कोऑर्डिनेटर बीके रेखा ने कहा कि विश्वास, अपनापन और प्रेम यही मानवीय मूल्य है जो मानव को एक परिवार के सूत्र में बांधकर रखते हैं। कार्यक्रम का संचालन आगरा (उ.प्र.) की बीके लीला ने किया।

नवनिर्वाचित मेयर को बताया राजयोग का महत्व



मेयर अमरजीत सिंह को ईश्वरीय सौगात देकर बधाई देते हुए बीके प्रेमलता।

शिव आमंत्रण । मोहाली । पंजाब के मोहाली में न्यूली इलेक्ट्रेड मेयर अमरजीत सिंह जीती सिद्धू को मेयर बनने पर तथा सीनियर डिप्टी मेयर अमरीक सिंह सोमल और न्यूली डिप्टी मेयर कुलजीत सिंह बेदी से स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके प्रेमलता, बीके करमचंद, बीके जसिर ने मुलाकाल कर उन्हें ढेर सारी बधाई दी और समाज को बेहतर बनाने में राजयोग मेंडिटेशन और नैतिक मूल्य का योगदान बताते हुए इसके लिए प्रेरित किया। इस सेशन में जेईसीआरसी यूनिवर्सिटी के प्रेसिडेंट प्रोफेसर विक्टर गंभीर, वाइस चेयरपर्सन अर्पित अग्रवाल और सीएसआर हेड प्रोफेसर सपना शर्मा ने भी शामिल होकर इसका लाभ लिया।

इंटरनेशनल नर्सिंग डे ▶ ऑनलाइन कार्यक्रम में वक्ताओं ने बताए नर्स के कर्तव्य व व्यवहार

आत्माभिमान की स्थिति ही सफलता का आधार

सब बातों के साथ उन्हें अपनी भी केअर करनी है।

■ शिव आमंत्रण | माउंट आबू | ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग द्वारा इंटरनेशनल नर्सिंग डे पर ऑनलाइन वेबिनार आयोजित किया गया। इसमें माउंट आबू के ग्लोबल हॉस्पिटल से नर्सिंग सर्विसेस की चीफ और फ्लोरेस नाइटिंगेल नेशनल अवॉर्ड्स बीकेके रूपा ने कहा, हमने इस दिन सब नर्सिंग को चॉकलेट वगैरा भेज दिया और कोविड के क्षेत्र में जो सेवा कर रहे हैं उनको एप्रीशिएशन लेटर भेज दिया। साथ में फ्रूट्स भी भेज दिये। है छोटी सी बात लेकिन बहुत मायने रखती है।



वेबिनार में शामिल अतिथि।

एसएलएम नर्सिंग कॉलेज की प्राचार्या शशि बाला गुप्ता ने कहा नोबल प्रोफेशन होते हुए अगर नर्सिंग को नोबिलिटी चाहिए तो इसके साथ साथ उनको और कई चीजें ऐसी हैं की और क्वालिटीज के साथ होनी ही चाहिए। अब एक नर्स हार्ट से, माईड से, सोल कॉन्शस से केअर करती है

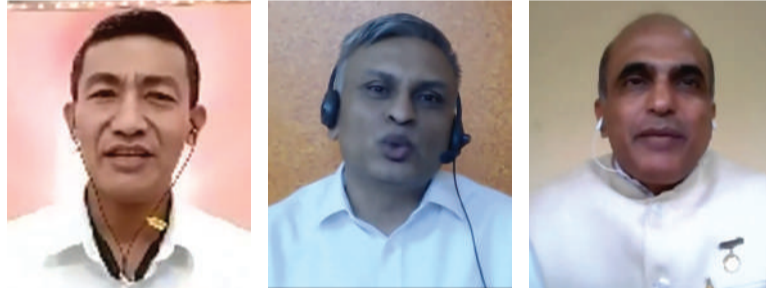
और यह सब है तभी वह नर्स कहलायेगी। तभी वह प्रोफेशन में सक्सेसफुल होगी। इन सब बातों के साथ उन्हें अपनी भी केअर करनी है। मुंबई से सैफी हॉस्पिटल की सोनियर नर्स हीना जोशी ने कहा, फ्लोरेस नाइटिंगेल को लेडी आफ द लैंप कहा जाता है। उसने कहा था कि मेरे दीप

में मुझे सब कुछ दे दो और मुझे जलता हुआ रहने दो। उसने जो दीप में सब कुछ बोला वह क्या है? वह है ज्ञान। चाहे हम पचास के हो या सत्तर साल के हो हमारे जीवन में हर एंगल में ज्ञान मायने रखता है। आप को अपना ज्ञान अपडेट करते रहना चाहिए। तो फ्लोरेस नाइटिंगेल की वह बात मुझे बहुत अच्छी लगी की कोई भी बात से मुझे इन्कार नहीं करना है। उन्होंने कहा कि हमें नई मेंथडस जो आयी है वह सीखते ही रहना है। ताकि हम अपने आप से सेफ रह सके, अपने फैमिली मेंबर्स को सेफ कर सकें और हमारा पर्यावरण भी सेफ रहे ताकि यह जो बड़ी महामारी आयी है वह पूरे प्लेनेट से निकल जाए।

उन्होंने कहा कि हमें नई मेंथडस जो आयी है वह सीखते ही रहना है। ताकि हम अपने आप से सेफ रह सके, अपने फैमिली मेंबर्स को सेफ कर सकें और हमारा पर्यावरण भी सेफ रहे ताकि यह जो बड़ी महामारी आयी है वह पूरे प्लेनेट से निकल जाए।

परमात्मा की याद में रहेंगे तो सब आपके मित्र बनते जाएंगे

शिव आमंत्रण | माउंट आबू | ब्रह्माकुमारीज के सिक्सोरिटी सर्विसेस विंग द्वारा एनडीआरएफ पर्सोनेल के लिए स्ट्रेस मैनेजमेंट थू सेल्फ अवेयरनेस विजय पर ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन किया गया। इसमें मुंबई से कॉरपोरेट ट्रेनर बीके ई वी स्वामीनाथन ने कहा कि शरीर की प्रतिरोधक शक्ति बढ़ाने के लिए जैसे आप व्यायाम करते हैं, अच्छा भोजन लेते हैं उसी तरह मनोबल को बढ़ाने के लिए अच्छा भोजन और सात्विक विचार चाहिए। उसके साथ साथ मन का व्यायाम भी जरूरी है। कर्म करते आत्मिक स्वरूप में परमपिता परमात्मा की याद में रहेंगे तो आपके जीवन में कोई समस्या नहीं रहेगी, सब आपके मित्र बनते जायेंगे और जीवन खुशी से भर जायेगा। इस वेबिनार के दूसरे दिन सेल्फ एंपावरमेंट विजय पर दिल्ली के जीबी पंत हॉस्पिटल से कार्डियोलॉजी



वेबिनार में बीके ई वी स्वामीनाथन, डॉ. मोहित गुप्ता, लेफ्टिनेंट कर्नल विकास राव चौहान एवं राजयोग शिक्षिका बीके कमला।

विभाग के प्रोफेसर डॉ. मोहित गुप्ता ने कहा, जैसे जैसे हम अपने अंदर की शक्ति को जनरेट करते हैं तो ऑटोमैटिकली आप पावरफुल बनते हैं। आप एक व्यक्ति केवल शारीरिक रूप से नहीं, आप के एकेक के संकल्प में इतनी शक्ति है कि परिवर्तन का एक सुंदर स्वरूप निर्माण कर सकते हैं। तीसरे दिन लेफ्टिनेंट कर्नल

विकास राव चौहान ने कहा, राजयोग का ज्ञान लेके मुझे इक्कीस साल हो गये। यह ज्ञान संपूर्ण है, बहुत ही गहरा है और बहुत ही सुलझा हुआ है। दिल्ली के द्वारका से-17 सेवाकेंद्र की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके कमला ने कहा कि कोई भी कार्य करते हुए अपने को बीच बीच में याद दिलाना कि मैं कौन हूँ। अपना सत्य स्वरूप क्या है?

परमात्म संदेश के साथ सौगात



■ शिव आमंत्रण | घोघंबा गुजरात | ब्रह्माकुमारीज घोघंबा संस्थान प्रभारी बीके क्षमा बहन, भूपेन्द्र सिंह बीएएलबी एलएम, जिला पंचायत के सदस्य को ईश्वरीय सौगात देते हुए।

राजयोग से होती है व्यसनमुक्ति



■ शिव आमंत्रण | सोलन | हिमाचल प्रदेश के सोलन में विश्व तंबाकू निजेध दिवस पर विशेष ऑनलाइन कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें लगभग 200 लोगों ने हिस्सा लिया। इस कार्यक्रम का आकर्षण केंद्र रहा बीकेके सदस्यों द्वारा व्यसनमुक्ति पर प्रस्तुत की गई लघु नाटिका जिसमें मनोरंजन के साथ-साथ सभी को ये जानकारी दी गई कि आज नशा कैसे हमारे युवा और हमारे परिवारों को तोड़ रहा है। ऐसे में हम शक्ति बनकर ही नशे को खत्म कर सकते हैं। इस दौरान फॉरेस्ट ब्लॉक ऑफिसर जयपाल कमाल और रवींद्र चौहान ने अपना अनुभव साझा किया कि कैसे राजयोग ने इनके जीवन को व्यसन से मुक्त किया और ये औरों के लिए भी प्रेरणा स्रोत है। अंत में सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सुजमा ने कहा, कि राजयोग के माध्यम से सकारात्मक चिंतन और श्रेष्ठ मनोबल से हम व्यसन पर विजय प्राप्त कर सकते हैं।

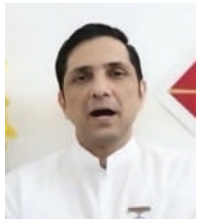
साइलेंस शक्ति की सबसे ज्यादा जरूरत है

■ शिव आमंत्रण | भुवनेश्वर | जीवन में जिस शक्ति की आज जरूरत है उसका आधार साइलेंस है। ब्रह्माकुमारीज संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी भी कहा करती थीं कि कर्म करते हुए साइलेंस पावर जमा होनी चाहिए। ये बातें लंदन से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके गोपी ने ओड़िशा में भुवनेश्वर सेवाकेंद्र द्वारा आयोजित ऑनलाइन कार्यक्रम शांति की शक्ति यानि साइलेंस पावर को कैसे जमा करें विजय पर संबोधित करते हुए कही। इसके साथ ही बीके गोपी ने दादी जी से मिली अन्य प्रेरणाओं को भी अनुभव के रूप में साझा किया और कॉमेंट्री के माध्यम से राजयोग



का सहज अभ्यास कराया ताकि लोग बड़ी सहजता से राजयोग द्वारा स्वयं को शांति की शक्ति से भरपूर बनाने का अनुभव कर सकें। इस मौके पर बीके गोपी ने कहा, करनकरावनहार शिव बाबा तो बैठा हुआ है लेकिन आप निर्संकल्प रहेंगे तो शिवबाबा से मिली हुई शक्तियां जमा होती जाती हैं। शरीर से न्यारेपन की अवस्था में एक बहुत ही अलग मिठास होती है। फिर साक्षीपन की स्थिति में जाकर साक्षीदृष्टा बनने तो देखते हुए भी न देखो, सुनते हुए भी न सुनो अवस्था प्राप्त होती है। आत्मा बीजरूप अवस्था में सर्वशक्तिमान बनती है, सोलह कला संपूर्ण हो जाती है।

आध्यात्म से जीवन बनता है खुशहाल: बीके राजीव



■ शिव आमंत्रण | माउंट आबू | स्पार्क प्रभाग द्वारा साइकोलॉजी बिहाइंड सप्रेशन विजय पर वेबिनार आयोजित किया गया। इसमें बीके राजीव ने कहा कि अगर किसी आदमी के पैर में लोहे का गोला बांध दिया जाए और उसको पहाड़ी पर चढ़ने को कहा जाए तो वह चढ़ पायेगा? कभी नहीं, उसे पहले उस लोहे के गोले से निजात देना पड़ेगा। बेडियों से मुक्ति देनी पड़ेगी तो पहाड़ चढ़ना सहज हो जायेगा। आध्यात्म में यह सब रुकावटें खत्म होती हैं और जीवन सुखमय हो जाता है, जीवन खुशहाल हो जाता है, जीवन का सही अर्थ मिल जाता है।

वेबिनार

युवा सशक्तीकरण विजय पर वेबिनार आयोजित

युवाओं के लिए यह परिवार ही है शक्ति का कवच : रश्मि मित्तल

■ शिव आमंत्रण

पुणे | पुणे के जगदम्बा भवन रिट्रीट सेन्टर द्वारा युवाओं के लिए वर्तमान समय की चुनौतियों से निपटने के लिए युवाओं का सशक्तीकरण विजय पर ऑनलाइन परिचर्चा का आयोजन किया गया। इस परिचर्चा में लवली प्रोफेशनल विश्वविद्यालय पंजाब की प्रो-चांसलर रश्मी मित्तल, पुणे के आईटी प्रशिक्षक बीके राकेश तथा राजयोग शिक्षिका बीके सुप्रिया शामिल हुईं।

इस परिचर्चा को सम्बोधित करते हुए पंजाब के लवली प्रोफेशनल विश्वविद्यालय की प्रो-चांसलर रश्मी मित्तल ने कहा, कि जब हमारे संस्कार बहुत अच्छे हों तो परिवार और खासकर युवाओं में वर्तमान समय की चुनौतियों से सामना करने



वेबिनार में उपस्थित अतिथि।

की शक्ति आ जाती है। जिस परिवार में संस्कार अच्छे हैं। उस घर के युवा बहुत अच्छे तरीके से समस्याओं का सामना कर सकते हैं। उन्होंने कहा, युवाओं को यह समझ लेना चाहिए कि हमारे अराऊंड जो परिवार है वह शक्ति का कारण है, वह शक्ति का कवच है। कई बार हम उसको ग्राटेड लेते हैं। बाबा ने यह सुरक्षा कवच कितने अरमान से हमें दिया

है। क्योंकि हम ब्लेस्ड हैं। सबको यह नहीं मिलता। अगर हम इसको रोज रिअलाइज करे तो वही हमारे अंदर शक्ति भर देगा। पुणे के आईटी प्रशिक्षक बीके राकेश ने कहा कि यदि हम घर या ऑफिस में जहां अहं की बात आती है उस समय हम बालक बन जाए तो हमारे जीवन की बहुत सारी परिस्थितियां कंट्रोल में रख सकते हैं।

सहायता दादी जानकी हेल्थ केयर सेंटर में कोरोना मरीजों का किया गया इलाज

एक्सपोर्टर एसो. ने दादी जानकी हेल्थ केयर सेंटर को तीन ऑक्सीजन कंसन्ट्रेटर मशीनें की डोनेट

■ शिव आमंत्रण | पानीपत | कोरोना पीड़ितों की मदद के लिए लोग सहयोग कर रहे हैं। इसी कड़ी में पानीपत के एक्सपोर्टर एसोसिएशन ने पानीपत-हरियाणा के दादी जानकी पाजिटिव हेल्थ केयर सेंटर में 3 आक्सीजन कंसन्ट्रेटर मशीनें डोनेट की हैं। पानीपत के विधायक प्रमोद विज ने तीनों मशीनें बीके भारत भूषण एवं बीके सोनिया तथा बीके पिकी को सौंपते हुए कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान एक अंतर्राष्ट्रीय संस्थान है। हमें पूर्ण विश्वास है, कि ब्रह्माकुमारीज संस्था द्वारा इन मशीनों को जरूरत मंद लोगों को मदद उपलब्ध करायी जायेगी एवं अपनी शुभकामनाएं



■ आक्सीजन कंसन्ट्रेटर मशीनें स्वीकारते हुए बीके भारत भूषण, बीके सोनिया तथा बीके पिकी। देते हुए यह भी बताया कि भिन्न-भिन्न कंसन्ट्रेटर मंगा कर सेवार्थ प्रदान किए संस्थाओं को पानीपत की जनता के लिए है। इस अवसर पर बीके सोनिया, बीके लगभग 100 से अधिक आक्सीजन पिकी समेत कई लोग उपस्थित थे।

कोरोना मरीजों और परिवारवालों को भोजन, सैनिटाइजर वितरित किया

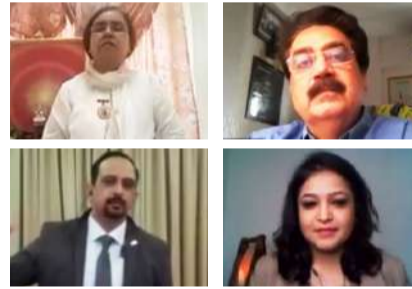


■ गीत के आधार पर कोरोना मरीजों को एक्सरसाइज कराते हुए।

■ शिव आमंत्रण | शहादा | जहां एक तरफ ब्रह्मपुर सेवाकेंद्र द्वारा कोरोना मरीजों व उनके परिवार वालों को भोजन व सैनेटाइजर और मास्क वितरण कर सहयोग प्रदान किया गया वहीं दूसरी तरफ महाराष्ट्र के शहादा कोविडकेयर सेंटर में स्थानीय सेवाकेंद्र द्वारा कोरोना मरीजों की काउंसलिंग द्वारा उनकी सेवा की गई। ऐसे समय पर जब तनाव रोगियों में सबसे ज्यादा हावी होता है उस समय ब्रह्माकुमारीज द्वारा की गई काउंसलिंग किसी दवा व दुआ से कम नहीं थी। इसके अलावा फिजीकल एक्सरसाइज, मेंडिटेशन और डांसिंग के जरिए भी लोगों को स्वस्थ बनाने का प्रयास किया गया जिसमें सेवाकेंद्र प्रभारी बीके विद्या

और सेवाकेंद्र से जुड़े बीके विजय समेत अन्य सदस्यों का विशेष योगदान रहा। लगभग 21 दिनों तक चले इस प्रोग्राम के तहत मरीजों को काफी लाभ मिला जिसे देखते हुए जिलाधिकारी समेत कई अधिकारियों ने संस्थान के इस प्रयास की सराहना की और इसके अलावा पोस्ट कोविड के उन हजारों पेशेंट की ऑनलाइन के जरिए काउंसलिंग करने का अवसर दिया जिन्हें डिस्पेंशनल काउंसिलिंग के सिम्टमस थे। मरीजों ने अनुभव के रूप में शेर किया जिससे साफ जाहिर होता है कि उन्हें इस जंग से जीतने में इन गतिविधियों का कितना अहम रोल रहा है। आध्यात्मिक शक्ति से ही मजबूती आयेगी।

खुद को मैनेज करने वाला ही कर सकता है दूसरों को मैनेज



■ शिव आमंत्रण | गुड़गांव | एचआर एसोसिएशन ऑफ इंडिया तथा एच आर एसोसिएशन ऑफ वर्ल्ड के संयुक्त तत्वावधान में एचआर क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वालों के लिए एचआर डिस्टिंक्शन अवार्ड 2021 का आयोजन किया गया। इसमें अवार्ड समारोह में लासन एवं टुब्रो के एचआर हेड सी जयकुमार, डुल्को कम्पनी दुबई के एच आर डायरेक्टर प्रभू धर्मराजन, स्टेटेजिक ह्यूमन रिसेसर्स एक्सपर्ट नाईजीरिया के डायो एबाटन, हांगकांग ओडी एशिया, आस्ट्रेलिया, न्यूजिलैंड के एक्जीक्यूटिव डायरेक्टर अंजन भौमिक समेत कई विशेषज्ञों को आमंत्रित किया गया। इसमें गेस्ट ऑफ आनर के रूप में वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका तथा ग्लोबल इनिशियेटिव फॉर पीस के संस्थापक बीके बिन्नी सरिन को भी आमंत्रित किया गया। इसमें उन्होंने कहा कि खुद को मैनेज करने वाला ही दूसरों को मैनेज कर सकता है।

घाटकोपर सेवाकेंद्र: दिव्यांग लोगों में बांटी खाद्य सामग्री



■ वांगनी गांव के दिव्यांग लोगों और उनके परिवार वालों को खाद्य सामग्री बांटते हुए घाटकोपर सेवाकेंद्र के भाई-बहने।

■ शिव आमंत्रण | मुंबई | कोरोना महामारी के समय कई ऐसे जरूरतमंद लोग हैं जो इस महामारी से भी लड़ रहे हैं और एक वक्त के भोजन के लिए भी तरस रहे हैं। इन हालातों को देखते हुए मुंबई के घाटकोपर सेवाकेंद्र द्वारा मुंबई से थोड़ी दूर कर्जत स्थित वांगनी गांव के दिव्यांग लोगों और उनके परिवार वालों को खाद्य सामग्री समेत रोजमर्रा के जीवन में लगने वाली वस्तुओं की किट बांटी गई। यह सेवा सरकारी नियमों का पालन करते हुए की गई जिससे बड़ी संख्या में लोग लाभान्वित हुए। जरूरतमंद लोगों की

सेवा करते हुए घाटकोपर सबजोन की संचालिका बीके नलिनी ने कहा, कि हम किसी को सहयोग देकर उनपर कोई उपकार नहीं कर रहे हैं बल्कि प्रकृति के अटल सिद्धांतों का पालन कर रहे हैं जो कहता है कि जरूरतमंदों को देना सबसे श्रेष्ठ कर्म होता और प्यार - मोहोबत से जीना सबसे बड़ा धर्म होता है, अतः हमारे पास यदि अधिक मात्रा में कुछ हो तो उसका संग्रह करने के बजाए उसे किसी जरूरतमंद को देना चाहिए क्योंकि देने में ही सच्चा सुख है, दवा से दुवा जादा असर करती है।

सार समाचार

पवित्रता की दिनचर्या में रहेंगे तो पारिवार नहीं रहेगा आपके खुशी का

■ शिव आमंत्रण | माउंट आबू | ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग द्वारा स्व उन्नति के लिए अभिनव कार्यक्रम बीके युवाओं के लिए दिव्य दर्पण श्रृंखला के अन्तर्गत चलाया जा रहा है जिसके तहत सूक्ष्म जगत की यात्रा विजय पर संबोधित करने के लिए विशेष रूप से युवा प्रभाग की उपाध्यक्षा बीके चंद्रिका को आमंत्रित किया गया। इस अवसर पर माउंट आबू से प्रभाग के कमिटी मेंबर बीके रूपेश ने उनसे स्वउन्नति से जुड़े कई प्रश्न पूछे ताकि सभी के मन में पुरुजार्थ में तीव्रता लाने की स्पष्टता हो और स्व परिवर्तन के जरिए विश्व परिवर्तन का समय समीप ला सकें। इस मौके पर बीके चंद्रिका ने कहा, शरीर के बायोलॉजी के हिसाब से दिनचर्या पर चलना बहुत आवश्यक है। नियम से सूर्योदय होता है नियम से अस्त होता है।



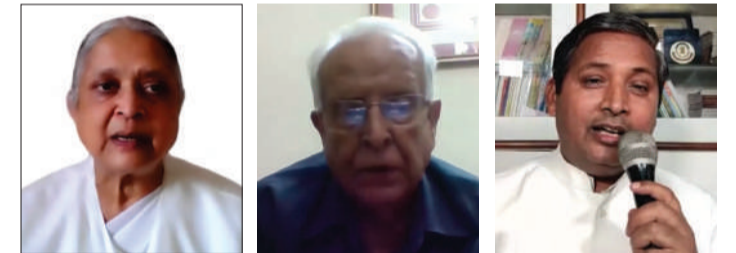
... और गायब हो गया हार्टअटैक

■ शिव आमंत्रण | गुरुग्राम

■ गुरुग्राम के ओम शांति रिट्रीट सेंटर द्वारा निश्चय बुद्धि विजयती विजय पर ऑनलाइन वेबीनार आयोजित किया गया। इसमें वरिष्ठ मनोचिकित्सक बीके डॉ. अवधेश शर्मा से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके हुसैन ने कई प्रश्न पूछे। बीके डॉ. अवधेश शर्मा ने कहा कि पांच साल पहले जब सुबह मुझे हार्ट अटैक आया था तो शिव बाबा से आत्मिक रूप में याद किया तो शाम तक हार्ट अटैक गायब हो गया। यही बात दो साल पहले कैंसर के बारे में हो गई। एक दिन पता लगा, डॉक्टरों ने कहा, सबकुछ छोड़ दो, ट्रीटमेंट शुरू कर लो। वहां पर जो इवेंट्स होते गए और जिस तरह से साथ मिला भगवान का भी और आसपास वालों का भी वह गजब का था। कैंसर भी गायब हो गया। उन्होंने कहा, तो ये जो ज्ञान है साधारण मानव के द्वारा नहीं हो सकता।



आचार, विचार और शुद्ध व्यवहार से जिंदगी बना सकते हैं खुशहाल



■ शिव आमंत्रण | दिल्ली | कोरोना से हम सभी स्वयं का बचाव किस प्रकार कर सकते हैं इसके बारे में खास जानकारी देने और लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से दिल्ली के लोधी रोड सेवाकेंद्र द्वारा कोरोना से लड़ना है डरना नहीं है विजय पर ऑनलाइन कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस विशेष कार्यक्रम में लंदन से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके चारु ने कोरोना से बचने के लिए कई महत्वपूर्ण टिप्स दिए। दिल्ली में एम्स के पूर्व डायरेक्टर प्रोफेसर डॉ. पी के दवे ने कहा, ब्रह्माकुमारीज के कन्सेप्ट बहुत अच्छे हैं और उसे हम अपनी जीवन में अपना कर जिंदगी खुशहाल बना सकते हैं। आचार, विचार और व्यवहार यह तीन चीजे जीवन में बहुत जरूरी हैं। टेन्शनवाली बातें ना सोचे ना करे। मन की विचारों से और बाहर की आचार से स्वच्छता रखेंगे तो इससे आपके शरीर को और मन को ऊर्जा मिलती है और आपका जीवन सुखमय होता जाता है। लंदन से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके चारु ने कहा, जैसी हमारी सोच होगी वैसे हमारे संकल्प होंगे। वह संकल्प हमारे सारे शरीर पर भी प्रभाव डालते हैं और साथ में सारे वायुमण्डल में। जो भी

हम संकल्प करते हैं वह वायुमण्डल में फैलता है, वह मेरे साथ भी जाता है और जिसके बारे में या जिस देश के बारे में सोचती हूं वहां भी पहुंचता है। जैसे शरीर को चाहिए शुद्ध आहार वैसे मन को भी चाहिए शुद्ध, पॉजिटिव संकल्प। सेवाकेंद्र के मोटिवेशनल स्पीकर बीके पीयूज ने कहा, कोरोना हमारे ऊपर हावी क्यों हो रहा है, क्योंकि हम खाली बैठे हैं। कहते भी हैं, खाली दिमाग और शैतान का घर। तो मुझे अपने मन को खाली नहीं रखना है। मुझे अपने मन को सदैव एंगेज रखना है। एंगेज रखना है अच्छे कामों में। कुछ नया करिये। आप चाहो तो पुस्तक भी लिख सकते हैं। चाहो तो संगीत सुन सकते हैं, चाहो तो यु ट्यूब पर देखकर कोई नया खाना बना सकते हैं। कितने सारे चॉइस हैं हमारे सामने अपने को एंगेज करने के लिए। इस दौरान सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गिरीजा ने सभी के प्रति अपना आभार व्यक्त किया और कहा, अगर हम अपने शरीर को ठीक करना चाहते हैं, हम अपने बीमारियों से लड़ना चाहते हैं तो सबसे पहली बात अपने संकल्प शक्ति को बढ़ाना। जितना हम अपनी संकल्प शक्ति को बढ़ायेंगे तो यही एक विल पावर का रूप ले लेता है।

मदर्स डे मां है सारी मुश्किलों को आसान करने वाली जादू की छड़ी: प्रो. अतुल शर्मा

मां के महत्व को समझें, सपूत बनें

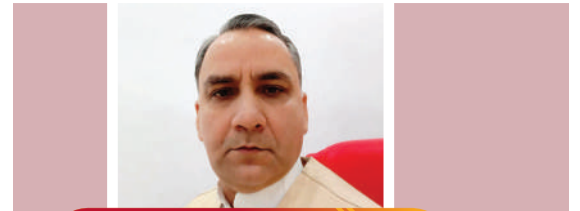
मदर्स डे के उपलक्ष्य में बीके शैली के विचार

■ शिव आमंत्रण | अंबाला कैंट | मां तेरी सूरत से अलग भगवान की सूरत क्या होगी, सच में मां जैसी मां ही होती है। आज तक मातृ दिवस पर शरीर को जन्म देने वाली तथा शरीर की पालना करने वाली मां का हम सम्मान करते आए हैं लेकिन इस मानव जीवन में हमारी और भी अनेक मां हैं, भारत मां, प्रकृति मां, पूज्य देवी मां, आध्यात्मिक मां तथा परमात्मा मां, इसलिए हम सभी जीवन में मां के महत्व को समझें तथा मां का सपूत बनकर दिखाएं। उक्त विचार वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके शैली ने मदर्स डे के उपलक्ष्य में युवा प्रभाग तथा हरियाणा के अंबाला कैंट सेवाकेंद्र द्वारा आयोजित ऑनलाइन वेबिनार के दौरान साझा करते हुए कहे। अंबाला कैंट की सेवाकेंद्र प्रभारी बीके कृष्णा ने अपने आशीर्चन में चरित्रवान तथा नैतिक मूल्यों से संपन्न मां बनने का संदेश दिया। कहा, कि तभी भारत देश पूरे विश्व में महान देश बन सकेगा। चंडीगढ़ की सीनियर गायनोलॉजिस्ट डॉ. सोनिका ने युवा पीढ़ी को आह्वान करते हुए कहा, अपने दैनिक दिनचर्या में बच्चों को आत्मनिर्भर करें तथा कुछ समय अपने मात-पिता के लिए भी



अवश्य निकालें। उन्होंने राजयोग से प्रभावित होकर सबको संदेश दिया राजयोग करना अति सहज है, एक ऐसी पद्धति है जो हमारे मन को सशक्त बनाती है। महाराज अग्रसेन यूनिवर्सिटी के असिस्टेंट प्रोफेसर अतुल शर्मा ने कहा, कि मां शब्द में जादू है। एक ऐसी जादू की छड़ी जो घुमाते ही सारी मुश्किलों को आसान कर

देती है। मां हमारे जीवन में भगवान के महत्व को समझाती हैं। जस्मिता कॉलेज की स्टूडेंट शिवशी ने जीवन में मां के निस्वार्थ प्रेम का वर्णन काव्यात्मक रूप में किया। सुनील कुमार ने अपने मधुर गीत को सभी मां के आगे समर्पित किया। वेबिनार का संचालन कु. सुमनलता ने किया।



ज्ञान मंथन

बीके किशनदत्त, शातिवन

बीती को बिसार आगे की सुध लें

मनोवैज्ञानिक अध्ययन बताते हैं कि हममें से प्रायः सभी लोग अधिकांश समय अतीत में जीते हैं। कोई कम कोई ज्यादा। कोई विरले ही ऐसे लोग होते हैं जो अतीत से मुक्त रहते हैं। हालांकि प्रकृति ने स्वाभाविक रूप से यह व्यवस्था की हुई है कि मनुष्य उसके अतीत की अनावश्यक व्यर्थ अनुपयोगी स्मृतियों को भूल जाए। जैसे » हम रोज नींद लेते हैं। नींद हमारे अतीत की व्यर्थ अनुपयोगी बातों (स्मृतियों) को रोज पोंछ देती है। मृत्यु जीवन भर की व्यर्थ अनुपयोगी, अनावश्यक स्मृतियों को पोंछ देती है। इस संसार में स्थूल और सूक्ष्म सबकुछ निरंतर गतिमान है। विज्ञान कहता है कि सबकुछ निरंतर सूक्ष्म गति से बदल रहा है। प्रकृति की वैज्ञानिक दृष्टि से देखा जाए तो प्रकृति की हर चीज में रोज नयापन होता हुआ नजर आयेगा। वह नयापन हमारी स्थूल इंद्रियों को अनुभव नहीं होता है, वह बात अलग है। जो हवाएं कल चल रहीं थीं वे आज नहीं हैं। कल की और आज की हवाओं में बदलाव आ जाता है। कल भी फूल खिले थे और आज भी फूल खिले हैं। उनके खिलने के प्रकार और

आकार की खिलाने में अन्तर आ जाता है। पक्षी कल भी गीत गाते थे। वे आज भी गीत गाते हैं। रोज उनके गायन के कलरव में बारीक बदलाव आ जाता है। सूर्य की लालिमा,

कुछ लोग तो अतीत चाहे उनका स्वयं का हो, या किसी अन्य का हो, उसे दशकों तक याद रखते हैं।

चमक व गर्मी जैसी कल (अतीत में) थी, वैसी आज नहीं है। ब्रह्मांड में ग्रहों नक्षत्रों की स्थितियां वैसे नहीं हैं जैसी अतीत में थीं। पृथ्वी पर ये जो पहाड़ हमें आज जैसे दिख रहे हैं, कल ये ऐसे नहीं थे। ये जो और जैसी स्थितियां आज हैं, वैसी स्थितियां कल नहीं थीं और आने वाले कल नहीं होंगी। बीते कल का स्थान %आज' ने ले लिया। आज का स्थान आने वाला कल ले लेगा। इत्यादि इत्यादि ऐसा अनेक प्रकार का नयापन प्रकृति में प्रतिपल घटित हो रहा है।

प्रकृति रोज अपने अतीत को अपने में समेटती जाती है। केवल मनुष्य ही ऐसा है जो अपने अतीत को अपनी स्मृतियों के कोज में बड़े इत्मीनान से संभाल कर रखता है। कुछ लोग तो अतीत चाहे उनका स्वयं का हो, या किसी अन्य का हो, उसे दशकों तक याद रखते हैं। वे केवल याद ही नहीं रखते, वे उसका हड्डा भी बना देते हैं। फिर उसी के चिंतन और वर्णन में रस लेते रहते हैं। वे अतीत की लकीर को पकड़ी करते रहते हैं। ऐसे लोग कितना भी रस लेते रहें लेकिन यह तो निश्चित है कि वैसे लोग प्रकृति के और आत्मा के नयेपन विशालता से सदा ही वंचित रहते हैं। प्रकृति की स्वाभाविक व्यवस्था के बावजूद भी मनुष्य अतीत की स्मृतियों से खामखां दुखी रहता है। यह स्वाभाविक है कि यदि व्यक्ति स्वयं अतीत की स्मृतियों में उलझा रहता है तो स्वाभाविक है कि जिनके भी सम्बंध संपर्क में आएगा, अवसर पड़ने पर उनको भी उलझाएगा ही। उलझने या उलझाने से यहां हमारा अभिप्राय अनेक प्रकार की मानसिक विजमताओं और विकृतियों को पैदा करने से है। आदमी का स्वभाव उलझने या दुख देने या दुखी होने का नहीं है। फिर भी आदमी ऐसा करता क्यों है? इसके विशेष तीन कारण होते हैं। पहला » मन की स्थिरता की कमी। दूसरा » आध्यात्मिक प्रज्ञा की कमी। तीसरा » जन्म जन्मांतर की यात्रा में मानसिक संस्थान में वैचारिक पकड़ ज्यादा होती जाती है। इन तीन कारणों से मनुष्य के व्यवहार में मूलभूत परिवर्तन आता है। परिणामस्वरूप वह स्मृति से उत्पन्न एक ही विचार (विजय) को बार बार पुनरावृत्त करने की आदत बना लेता है। चिंता भय, शंका और अनुमान करने की आदत बना लेता है। वास्तव में हमारा स्वभाव अतीत में जीना नहीं है। प्रकृति में जब आत्मा का अस्तित्व प्रकट होता है तब वह वर्तमान में जीने की स्थिति वाला ही होता है।

ब्रह्मपुर सबजोन: 31वें स्थापना दिवस पर जरूरतमंदों को बांटी राहत सामग्री

■ शिव आमंत्रण | ब्रह्मपुर | कोरोना काल में लोगों को बहुत मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है। इसी कड़ी में देश के सारे त्योहार एवं कार्यक्रम स्थगित कर दिये गये हैं। लेकिन ब्रह्माकुमारीज



संस्थान के ब्रह्मपुर सबजोन के 31वीं सालगिराह पर सेलेब्रेशन के बजाए कोरोना प्रभावितों की मदद करने का संकल्प किया गया। इसके तहत सबजोन प्रभारी बीके माला एवं बीके मंजू के निर्देशन में सात दिनों तक अस्पतालों में भर्ती कोरोना मरीजों तथा उनके परिजनों को भोजन कराने, मास्क, सेनेटाइजर तथा पानी की बोतल का वितरण किया गया। इंसानियत ही धर्म और अध्यात्म है। इसको चरितार्थ करते हुए प्रभू उपहार रिट्रीट सेंटर ब्रह्मपुर के संस्था से जुड़े भाई बहनों ने कोरोना काल

में इस सबजोन के सालगिराह को चरितार्थ करते हुए ब्रह्मपुर स्थित एमकेसीजी मेडिकल कालेज में भर्ती कोरोना मरीजों तथा उनके परिजनों को सात दिन तक प्रतिदिन एक हजार लोगों को दोनो समय का भोजन, सेनेटाइजर तथा मास्क का वितरण किया गया। इसमें ब्रह्मपुर के पुलिस अधीक्षक ने अपने पुलिसकर्मियों तथा स्टाफ को भेजकर वितरण में मदद करवाया। इन सात दिनों में तकरीबन 3 हजार लोगों को यह सुविधाएं प्रदान की गयी। साथ आध्यात्मिक उन्नति के लिए साहित्य के साथ मेंडिटेशन के बारे में भी बताया गया। इस उपलक्ष्य में सबजोन प्रभारी बीके मंजू का कहना था, कि इससे ज्यादा अच्छा वाजिकोत्सव नहीं हो सकता है।

प्यार के सागर परमात्मा हैं हम सभी आत्माओं के मात-पिता

■ शिव आमंत्रण | बिलासपुर (छग) | टिकरापारा सेवाकेंद्र द्वारा मातृत्व दिवस के उपलक्ष्य में ऑनलाइन प्रोग्राम में सेवाकेंद्र प्रभारी बीके मंजू ने कहा कि जिस प्रकार सागर में सभी नदियों का जल समा जाता है उसी तरह मां भी अपने बच्चों के गुण-अवगुण, विशेषता-दोष सभी अपने में समा लेती है, मां का प्यार सभी बच्चों के लिए एक समान होता है। ठीक उसी तरह परमात्मा भी हम सभी प्राणीमात्र के मात-पिता हैं जो हमें शिक्षाएं व सावधानियां देकर हमारी सभी कमियों को निकाल हमें सर्वगुण संपन्न, शक्ति संपन्न बनाते हैं। बताया, कि मां हमारे जीवन की प्रथम गुरु तो होती ही है किन्तु मां के अतिरिक्त अनेक अन्य हमारे बड़े भी होते हैं जो हमें बिना किसी स्वार्थ के हमारी कमियों पर ध्यान खिंचवाते हैं, हमें आगे बढ़ने की हिम्मत देते हैं। उनका भी एहसान चुकाया नहीं जा सकता। कोरोना काल में अनेक लोगों ने अपनी मां को खोया होगा उन्हें हम भावपूर्ण श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं।



गीतों की धुन पर झूमे कोरोना मरीज



■ शिव आमंत्रण | आबू रोड | आबू रोड स्थित ग्लोबल अस्पताल के ट्रॉमा सेंटर के कोविड वार्ड में चिकित्सक और नर्सों ने कोरोना मरीजों का उत्साहवर्धन करने के लिए आध्यात्मिक गानों पर डांस किया। मुख्य चिकित्सक डॉ. सुमंर पाटिल के निर्देशन में डॉ. अंसुमान पटनायक, डॉ. पोलोनी, कोविड वार्ड के प्रभारी संदीप सिंह, मैनेजर विशाल सिंह सहित कई नर्सों आर चिकित्सकों ने

म्यूजिक पर डांस कर कोरोना मरीजों का उत्साहवर्धन किया। इसमें कोरोना मरीज प्रफुल्लित नजर आये। डॉ. सुमंर पाटिल ने कहा, डांस से खुशी बढ़ती है, शरीर में इम्युनिटी बढ़ने में मदद होती है और बीमारिया भी कम होने लगती है। इसका प्रभाव हम देख रहे हैं कि पेशन्ट जल्द से जल्द ठीक हाकर घर जा रहे हैं। पेशन्टों की प्रतिक्रिया भी अच्छी है।

बीके मोहिनी अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका व बीके मुन्नी सहित तीन वरिष्ठ बहनों को संयुक्त मुख्य प्रशासिका का कार्यभार



बीके मोहिनी बहन, बीके मुन्नी बहन, बीके डॉ. निर्मला, बीके संतोष।

शिव आमंत्रण | आबू रोड | महिलाओं द्वारा संचालित दुनिया के सबसे बड़े आध्यात्मिक संगठन प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी की अध्यक्षता में सम्पन्न हुई मैनेजमेंट कमेटी की मीटिंग में संस्थान के अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका का कार्यभार पश्चिमी देशों में सेवाओं की जिम्मेदारी संभाल रही बीके मोहिनी को दिया गया है।
वहीं ब्रह्माकुमारी संस्थान की कार्यक्रम प्रबंधिका बीके मुन्नी को संयुक्त मुख्य प्रशासिका बनाया गया है। इसके साथ ही ज्ञान सरोवर की निदेशिका बीके डॉ. निर्मला, पांडव भवन की प्रभारी बीके

शशि तथा महाराष्ट्र जोन की प्रभारी बीके संतोष को भी संयुक्त मुख्य प्रशासिका का दायित्व दिया गया है।
ब्रह्माकुमारी संस्थान के सूचना निदेशक बीके करुणा ने बताया कि संस्थान के विस्तार को देखते हुए तथा पूर्व अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका ईशू दादी के देहावसान के बाद यह पद खाली था। जिस पर ब्रह्माकुमारी संस्थान की प्रमुख राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी की उपस्थिति में प्रबन्धन कमेटी के सदस्यों की मीटिंग हुई। इसमें सर्वसहमत से यह निर्णय लिया गया कि विदेश में संस्थान की सेवाओं की जिम्मेदारी संभाल रही बीके मोहिनी बहन को अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका नियुक्त किया गया। जो पश्चिमी देशों में

संस्थान की ईश्वरीय सेवाओं को बढ़ाने के साथ नई भूमिका भी निभायेंगी। इसके साथ ही संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि की निजी सचिव रही बीके मुन्नी बहन को संस्थान का संयुक्त मुख्य प्रशासिका बनाया गया है। वे पिछले 50 साल से संस्थान में अपनी सेवाएं दे रही हैं।
इसी कड़ी में आस्ट्रेलिया सेवाकेन्द्रों की प्रभारी तथा ज्ञान सरोवर की निदेशिका बीके डॉ. निर्मला, पांडव भवन की प्रबंधक बीके शशि तथा मुम्बई की बीके संतोष दीदी को भी संयुक्त मुख्य प्रशासिका बनाया गया है। ये सभी लोग मिलकर संस्थान के ईश्वरीय सेवाओं सहित प्रशासनिक गतिविधियों का कार्यभार संभालेंगी।

आईकेजे केयर फाउंडेशन ने अंबाला कैट की बहनों का किया सम्मान

शिव आमंत्रण | हरियाणा
अंबाला में आई के जे केयर फाउंडेशन द्वारा ट्रस्टी संजीव जुनेजा के दिशा निर्देशानुसार योग शिक्षिका एकता डंग के सेवा सहयोग से ब्रह्माकुमारी संस्थान को सम्मानित किया गया। संस्था ट्रस्टी राधिका चीमा ने बताया, कि प्रतिदिन की दिनचर्या में एवं आज के महामारी के इस दौर में कोरोना वॉरियर्स के रूप में तन-मन से निरंतर सेवाएं दे रही महान आत्माओं को संस्था की ओर से सम्मानित कर बहुत उल्लास और गर्व एवं आध्यात्मिक सुख का एहसास हो रहा है। उन्होंने आगे कहा, कि दृढ़ संकल्प के साथ निरंतर सेवाएं दे रही ब्रह्माकुमारी आशा, बीके कृष्णा तथा बीके शैली द्वारा घर बैठे हर आत्मा की आंतरिक शक्ति को मजबूत करने के लिए राजयोग तथा मेंडिटेशन के माध्यम से चारों ओर खुशियां, सकारात्मकता एवं मधुरता बिखरने वाले अथक प्रयास को हम सलाम करते हैं। सम्मान समारोह के इस कार्यक्रम की शुरुआत अंबाला के कैट स्थित सेवाकेंद्र पर चल रहे डिजिटल कार्यक्रम के दौरान की गई और अंत में बीके आशा ने एकता डंग का धन्यवाद करते हुए सभी सहयोगी सेवाधारियों को हार्दिक बधाई दी और उत्साहवर्धन किया।



आईकेजे केयर फाउंडेशन द्वारा सम्मान स्वीकारते हुए बीके बहनें।

कोविड पैडेमिक से बचाव में मदद करने पर बीके गीता सम्मानित



सर्टिफिकेट स्वीकारते हुए बीके गीता।

शिव आमंत्रण | मीनमाल (राजस्थान) | लंदन के वर्ल्ड बुक ऑफ रिकॉर्ड्स और डब्ल्यूएचओ द्वारा कोरोना से स्वयं का बचाव करने के लिए प्रेरित करने तथा ऐसे समय पर समाज के लिए सेवा करने को बढ़ावा देने के लिए ग्लोबली प्लेज कैम्पेन चलाया गया। जिन लोगों ने कोविड 19 पैडेमिक समय पर इस महामारी को पार करने में स्वास्थ्य का ध्यान रखने, फिजिकल डिस्टेंसिंग व अन्य अवेयरनेस प्रोग्राम को चलाने में सहयोग दिया उन सभी को डब्ल्यू एचओ द्वारा सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया। मीनमाल सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गीता और उनकी टीम ने कोरोना मरीजों के के मानसिक स्वास्थ्य और आत्म विश्वास को बढ़ाने का प्रयास किया। उनके अंदर के भय को दूर करने के लिए राजयोग का अभ्यास भी कराया तथा जरूरतमंद लोगों को फल, भोजन, काढ़ा व कोविड की दवाईयां आदि देकर स्थूल रूप से भी सहयोग करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई जिसके चलते वर्ल्ड बुक आफ रिकार्ड ने उनको सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया।

बिलासपुर सेवाकेंद्र की बहनों ने कोविड सेंटर में पहुंचाया भोजन



क्षेत्रीय अस्पताल में भोजन के साथ बीके बहनें।

शिव आमंत्रण | बिलासपुर (हिमाचल प्रदेश) | क्षेत्रीय अस्पताल में बनाए गए डेडिकेटड कोविड हेल्थ केयर सेंटर में उपचाराधीन कोविड मरीजों को ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा प्रतिदिन दोपहर का भोजन मुहैया करवाया जा रहा है। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके अनीता, राजयोग शिक्षिका बीके रीना और बीके अमित समेत अन्य सदस्यों की टीम 21 मई से रोजाना दोपहर का भोजन लेकर अस्पताल पहुंच रही है जहां अस्पताल में तैनात सुरक्षाकर्मियों के माध्यम से इस भोजन को कोविड मरीजों तक पहुंचाया जाता है। इस दौरान बीके बहनों ने बताया, कि भोजन परमात्मा की स्मृति में बनाया जाता है और साथ ही ईश्वरीय साहित्य देकर कोरोना मरीजों को तनाव मुक्त बनाने का प्रयास किया जाता है। इस मौके पर ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा की गई इन सेवाओं को देखकर चिकित्सा अधीक्षक डॉ नरेंद्र भारद्वाज ने इसके लिए बीके सदस्यों का आभार प्रकट किया।

अत्यंत लोक के जरिए दादी हमेशा याद आएंगी: दादी रतनमोहिनी

शिव आमंत्रण | आबूरोड | ब्रह्माकुमारी संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी की स्मृति में संस्थान के शांतिवन में मेमोरियल की स्टोन सेरिमनी कर दादी जी के अस्थियों को स्थापित किया गया। इस स्टोन सेरिमनी कार्यक्रम में संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, महासचिव बीके निर्वैर, अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन, मैनेजमेंट कमेटी के सदस्य बीके करुणा, कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, कार्यक्रम प्रबन्धिका बीके मुन्नी तथा दादी हृदयमोहिनी की व्यक्तिगत सचिव रही बीके नीलू सहित अन्य वरिष्ठ पदाधिकारियों ने अस्थि रखकर शिलान्यास किया। इस दुनिया में परमात्मा को साकार करने वाली राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी हमारे बीच नहीं हैं, लेकिन उनकी स्मृति में शांतिवन में बनने वाला अत्यंत लोक लोगों को आजीवन शांति, आनन्द और ईश्वरीय स्मृति का अनुभव कराता रहेगा। संस्थान के वरिष्ठ पदाधिकारियों के बीच में दादी के निवास स्थल के सामने उनके बनने वाले मेमोरियल की नींव रखी गयी। इस अवसर पर संस्थान की मुखिया दादी रतनमोहिनी ने कहा, कि दादी हमेशा इस मेमोरियल के जरिये याद आयेगी। कार्यक्रम के दौरान बीके नीलू, बीके तारा तथा बीके मृत्युंजय ने उनकी अस्थियों को भूमि में स्थापित किया। इसके साथ ही आस पास खड़े संस्थान के आमंत्रित लोगों ने नींव की इंट को हाथ लगाकर दादी जी को याद किया। गौरतलब है कि संस्था की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी ने 11 मार्च 2021 को अपने नश्वर शरीर का त्याग किया था।



दादी गुलजार मेमोरियल के बारे में सभा को संबोधित करते हुए बीके निर्वैर।

साधन में ही डूबे रहेंगे तो साधना कब करेंगे

शिव आमंत्रण | अलीगढ़ | युवा प्रभाग द्वारा चलाये जा रहे अभियान के तहत मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा च' विजय पर यूपी के अलीगढ़ सेवाकेंद्र द्वारा ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में अलीगढ़ की इंटरियर डिजाईनर शुभांगी, आगरा सबजोन प्रभारी बीके शीला, बुलंदशहर सेवाकेंद्र की राजयोग शिक्षिका बीके रचना, अलीगढ़ की राजयोग शिक्षिका बीके रॉबिन तथा युवा प्रभाग के कमेंटी मेंबर बीके अरुण ने भाग लिया। इस अवसर पर एमबीबीएस स्टूडेंट प्रांजली ने कहा कि युवाओं में असीम ताकत है बशर्ते वे अपनी शक्ति को पहचानें। इसके साथ ही आगरा सबजोन प्रभारी बीके शीला ने कहा, कि परमात्मा ने युवाओं को शक्ति पहचानने की अद्भुत क्षमता दी है यदि हम अपनी शक्ति का उपयोग नवनिर्माण के कार्यों में लगाये तो यह धरती स्वर्ग बन सकती है। युवा प्रभाग के कमेंटी मेंबर बीके अरुण ने कहा, युवाओं में अद्भुत ताकत है लेकिन आगे बढ़कर उसे इस्तेमाल करने की हिम्मत न रखने कारण वो जहां है वही रह जाते हैं। सोशल मिडिया का इस्तेमाल अपनी ताकद बढ़ाने में लगाने के बजाए उसी के पीछे पड़े रहते हैं जैसे कि वही साध्य है। वह साधना के लिए साधन है लेकिन साधन में ही डूबे रहेंगे तो साधना कब करेंगे?



BK Sheela
Sub zone
Incharge Agra

BK Rachna
Rajyoga teacher
Bulandshahr
(UP)

BK Robin
Rajyoga teacher
Youth wing
Aligarh

Pranjali
MBBS student
Aligarh

Shubhangi
Interior designer
Aligarh

BK Pooja
Spiritual student
Aligarh

BK Vibhor

BK Avnish

Shubham

हेल्थ वेबिनार ▶ स्प्रिचुअल डॉक्टर्स फॉर होलिस्टिक हेल्थ वेबिनार आयोजित

मनुष्य के सर्वांगीण स्वास्थ्य में राजयोग की भूमिका है अहम

■ शिव आमंत्रण

अहमदाबाद। कोरोनाकाल के बीते वर्ज होने पर स्प्रिचुअल डॉक्टर्स फॉर होलिस्टिक हेल्थ विजय पर विशेषज्ञ चिकित्सकों के लिए ई सेमिनार आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में मनोचिकित्सक डॉ. जी एल सम्पूर्णा, पौराणिक विज्ञानी के लेखक देवदत्त पटनायक, ओशो के छोटे भाई स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती, हृदयरोग विशेषज्ञ डॉ. मोहित गुप्ता, मस्तिष्क रोग विशेषज्ञ डॉ. सुधीर शाह, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके बिन्नी सरिन तथा सुप्रसिद्ध बासुरी वादक आस्ट्रेलिया के बीके डेविड ने भाग लिया। विश्व बेटी दिवस के संस्थापक अहमदाबाद के डॉ. संदीप ज्योत तथा दिल्ली के डॉ. एस रंजन द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में कई विशेषज्ञों ने भाग लिया।

कोरोना काल चिकित्सकों की दोहरी भूमिका के बीते एक साल पर आयोजित इस कार्यक्रम में विशेषज्ञों ने कहा, कि बीमारियों से लड़ने के लिए दवा के साथ दुआ अर्थात् आध्यात्मिक शक्ति की अति आवश्यकता है।

कार्यक्रम में नई दिल्ली के जीबी पंत हॉस्पिटल में कार्डियोलॉजी विभाग के प्रोफेसर डॉ. मोहित गुप्ता तथा माउण्ट आबू की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका डॉ. बीके बिन्नी सरिन ने कहा, कि राजयोग की भूमिका मनुष्य के सर्वांगीण स्वास्थ्य में अहम है। क्योंकि जब आत्मा स्वस्थ



होती है तो शरीर को स्वस्थ होने में मदद मिलती है। हम कोई भी कार्य परमात्मा की आशीर्वाद से करते हैं तो वह कार्य और भी कई गुणा बढ़ते जाता है। तो यह परमात्मा की ब्लेसिंग लेने का समय है। ओशो के छोटे भाई स्वामी शैलेन्द्र ने कहा, मनुष्य का पूरा पूरा स्वास्थ्य तभी संभव है जब सभी तलों पर उसे स्वस्थ रहने की सुविधा मिल सके। अभी जॉर्मेट्रिकल सायन्स विकसित हुई है वह फिजिकल व केमिकल सायन्स पर विकसित है। समझो किसी के पैर की हड्डी टूट गई तो प्लास्टर कर देंगे। किसी की रीढ़ की हड्डी में खराबी आ गई तो फिजिओ

थेरेपी और ट्रैक्शन से ठीक हो जायेगी। ट्यूमर हो गया तो ऑपरेशन कर के निकाल देंगे। फिर मेंडिकल सायन्स में बसे जादा फ्रील्ड मेंडिकल सायन्स का है, रसायनों का है। निश्चित रूप से उपयोगी। किसी विटामिन की कमी है कि हार्मोन की कमी है उस कमी को दूर कर दिया जाए रोग ठीक हो जायेगा। लेकिन यह सब शरीर के लिए हुआ। आप शरीर से डिटेच होने की जबतक प्रैक्टिस नहीं करेंगे तब तक सच्चे अर्थ से आप अतिरिक्त सुख का अनुभव नहीं कर सकेंगे, मृत्यु का भय अंदर से निकल नहीं जायेगा।

जीवन में आनंद का केंद्र होता है अपना घर



■ शिव आमंत्रण। **दुर्गापुर (पश्चिम बंगाल)।** ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग द्वारा यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट के तहत मई माह की थीम 'मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा' के तहत कई स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित किए गए। इसी के अन्तर्गत दुर्गापुर सेवाकेंद्र द्वारा भी ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन किया गया। इस दौरान भीममाल से युवा प्रभाग की कोर कमिटी मेंबर बीके गीता बीके गीता ने कहा, आनंद की अगर परिभाजा करें तो वह एक ही है कि आप कुछ भी बोल सकते हैं, कुछ भी सुन सकते हैं, कुछ भी खा सकते हैं और किसी भी तरह से अपने आप को अभिव्यक्त कर सकते हैं। ना डर है, ना चिंता है वह स्थान होता है अपना घर। इसलिए धरती का अंत घर को कहा जाता है। स्वीट होम आज हुआ क्या है हर एक इच्छा रखता

है कि हमको सब समझ ले। लेकिन मन की बात शेअर नहीं करते। दोस्तों के साथ शेअर करते हैं लेकिन घर में नहीं करते तो सब उनको कैसे समझेंगे।

श्याम नगर की प्रभारी व जोनल को-ऑर्डिनेटर बीके कमला ने राजयोग की उपयोगिता बताते हुए सभी को राजयोग का अभ्यास कराया। असिस्टेंट पुलिस कमिश्नर अमित कुमार शां ने कहा कि अगर खुद के लिए शान्ति चाहिए तो दूसरों के साथ संस्कार मिलन करना, मुचुअल अण्डरस्टैंड करना। ये बात आज अगर अपनायेंगे तो सामनेवाला भी एक न एक दिन जरूर अपनाएगा। दुर्गापुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके प्रमिला, कमिटी मेंबर बीके शुभ्रो ने भी अपने विचार व्यक्त किए। नाशिक से गायक ओमकार द्वारा गीतों की प्रस्तुति दी गई। संचालन बीके खुशबू ने किया।

राजयोग मेडिटेशन से अपने आप छूट जाता है नशा



■ शिव आमंत्रण। **जलगांव।** आयोजन किया गया जिसकी वर्ल्ड नो टोबैको डे के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल प्रभाग और महाराष्ट्र के जलगांव सेवाकेंद्र द्वारा इनर कमिटमेंट टू क्रीट टोबैको विजय पर ऑनलाइन वेबिनार का

आयोजन किया गया जिसकी शुरूआत परमात्मा की याद और जलगांव की उपक्षेत्रीय निदेशिका बीके मीनाक्षी के शुभ संदेश से हुई। इस मौके पर बीके मीनाक्षी ने कहा, मनुष्यों के उपर व्यसनों का

कितना दुष्प्रभाव आते जा रहा है, परिवार सब दुखी होते जा रहे हैं। व्यसन और फैशन में आज व्यक्ति गिरता जा रहा है। इसी के कारण उसके जीवन में अशान्ति फैलती जा रही है। मेडिकल प्रभाग के कार्यकारी

सदस्य और रेडियोलॉजिस्ट डॉ किरण पाटिल ने ब्रह्माकुमारीज की गतिविधियों को बताया वहीं मुंबई से मुख्य मार्गदर्शक ग्लोबल इनिशिएटिव फॉर टोबैको अवेयरनेस के प्रोजेक्ट डायरेक्टर डॉ सचिन परब ने बताया कि तंबाकू छोड़ने के लिए आंतरिक प्रतिबद्धता कैसे करें। साथ ही तंबाकू और शराब के सेवन से होने वाले नुकसान के बारे में बताया।

पॉजीटिव पर्सनालिटी हम तभी बनेंगे जब प्रैक्टिस करेंगे: गिरीश

■ शिव आमंत्रण। **गुरुग्राम।** आज हम सभी प्रायः ये जानते हैं कि पॉजीटिव विचारों से हमारे जीवन में व हमारे शरीर और हमारे मन पर सुंदर प्रभाव पड़ता है लेकिन फिर भी न चाहते हुए भी नकारात्मकता के गिरफ्त में आ ही जाते हैं और बात करें वर्तमान परिस्थितियों की तो ऐसे समय पर विचारों का पॉजीटिव होना जरूरी है। इस बात की महत्ता को मद्देनजर रखते हुए गुरुग्राम के ओम शांति रिट्रीट सेंटर द्वारा 21 डेज पॉजीटिविटी चैलेंज का आयोजन ऑनलाइन किया गया। इस



21 दिवसीय कार्यक्रम के दौरान प्रोफेसर ई वी गिरीश ने सदा सकारात्मक रहने के टिप्स दिए तथा वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके फाल्गुनी और बीके वर्णिका ने इस कार्यक्रम के बारे में विस्तार से लोगों को जानकारी दी।

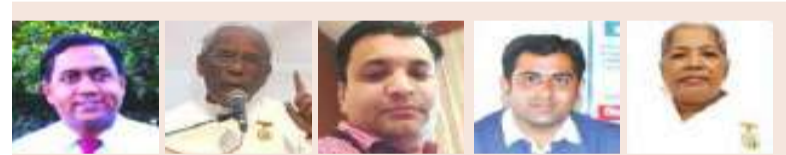
इस मौके पर बीके ई वी गिरीश ने कहा, पॉजीटिव थिंकिंग है क्या? वो है आपके जीवन में घटित कई दुख देनेवाली घटनाओं के प्रति अपना रवैय्या। उसको बहुत पॉजीटिवली और प्रॉडक्टिवली अप्रोच करना ही पॉजीटिव थिंकिंग है। चीजे मेरे जैसी या मैं चाहता हूं वैसी नहीं हो रही है और वह परिस्थिति मुझे दुखदायी है। वह मन को खुशी या समाधान नहीं दे रही है। उस समय भी मैंने अपने को पॉजीटिविटी की तरफ में ले जाऊ तो मैं कहूंगा कि यह व्यक्ति पॉजीटिव पर्सनालिटी है। पॉजीटिव पर्सनालिटी हम तभी बन सकते हैं जब हम प्रैक्टिस करेंगे।

पन्ना सेवाकेंद्र पर किया पौधारोपण



■ शिव आमंत्रण। **पन्ना (मप्र)।** विश्व पर्यावरण दिवस पर पन्ना डिस्ट्रिक्ट हॉस्पिटल में पौधारोपण करते हुए पन्ना सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सीता, डिस्ट्रिक्ट हॉस्पिटल पन्ना के सिविल सर्जन डॉ. एलके तिवारी, डॉ. आलोक गुप्ता और अन्य स्टाफ।

हम कौन हैं इसका ज्ञान होने के बाद अपने आप छूट जाता है नशा



■ शिव आमंत्रण। **जालौर।** विश्व तंबाकू निजेथ दिवस के उपलक्ष्य में राजस्थान के जालौर सेवाकेंद्र द्वारा कमिट टू क्रीट टू दूढ़ता से तंबाकूमुक्त बनें विजय पर वेबिनार का आयोजन किया गया जिसमें मेडिकल विंग के सचिव बीके डॉ. बनारसी लाल शाह, मुंबई से व्यसनमुक्ति अभियान के निदेशक बीके डॉ. सचिन परब, जालौर में मेडिकल और हेल्थ डिपार्टमेंट के डीपीओ अभिमन्यू सिंह, बीसीएमओ डॉ. दिनेश बिश्नोई ने लोगों को व्यसनमुक्त बनने के लिए विशेष रूप से प्रेरित किया। बीके डॉ. बनारसी लाल शाह ने कहा, प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय द्वारा रियलाइज कर रहे हैं कि तुम हो कौन? जैसे कि सचीन भाई ने कहा, कि एक ड्रायवर पीकर नाले पर पडा रहता था और यह ज्ञान मिलने के बाद समझ गया कि मैं आत्मा हूं, यह भारत सोने की चिडिया थी, हम देवता थे और देवताये शराब नहीं पीते हैं। यह बात समझ में आने के बाद उसने शराब छोड़ दिया। तलब को मिटाने की उसे कुछ जरूरत ही नहीं पड़ी। उन्होंने कहा, ब्रह्माकुमारी संस्था में चरित्र निर्माण करने का रियलायजेशन, मेडिटेशन सिखाई जाती है तो उस मेडिटेशन से हमारा जीवन श्रेष्ठ बन जाता है। रियलाइज होने के बाद यह व्यसन तो पाई पैसे की चीज है। बीके डॉ. सचिन परब ने कहा, राजयोग मेडिटेशन को फॉलो करने वाले का नशा छूटता ही है ऐसा मेरा अनुभव है। इसका बहुत सारा क्रेडिट ब्रह्माकुमारी संस्था में समर्पित ब्रह्माकुमारी बहनों को जाता है। जालौर के डीपीओ अभिमन्यू सिंह ने कहा, ब्रह्माकुमारीज को हम हेल्थ डिपार्टमेंट की तरफ से जालौर तंबाकूमुक्त बनाने में हर प्रकार का सहयोग देने के लिए तैयार हैं। पूरे देश के लिए जालौर जिला एक उदाहरण बने और पूरा देश व्यसनमुक्त बन जाए ये हमारा विचार है। भीममाल सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गीता और स्थानीय सेवाकेंद्र की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके रंजू ने राजयोग द्वारा व्यसनों से मुक्ति पाने की युक्ति बताई।

संगारेड्डी: कोरोना मरीजों की सेवा करने पर एडीएम ने किया सम्मान

संगारेड्डी ब्रह्माकुमारीज को एडीएम ने प्रशस्ति पत्र दिया

■ शिव आमंत्रण । संगारेड्डी । तेलंगाना के संगारेड्डी सेवाकेंद्र द्वारा महामारी के इस कठिन दौर में कोरोना संक्रमित परिवार एवं मरीजों को कुछ दिन से लगातार भोजन बनाकर बांटा जा रहा है, जिसके तहत म्यूनिसिपल स्टाफ के सहयोग से 550 से भी अधिक परिवारों की मदद की जा रही है। ब्रह्माकुमारीज द्वारा की जा रही निःस्वार्थ सेवाओं को देखते जिला कलेक्टर और कोरोना मरीजों ने जमकर सराहना की तथा एडिशनल कलेक्टर राजश्री शाह ने ब्रह्माकुमारीज को प्रोत्साहन पत्र देकर सम्मानित किया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सुमंगला ने बताया, कि वे इन सेवाओं को लॉकडाउन तक लगातार जारी रखेंगी और लोगों की हर प्रकार से सेवा करने का प्रयास करेंगी।



■ जरूरतमंदों के लिए तैयार भोजन के पैकेट्स।

गुण-वैल्यूज नहीं होंगे तब तक बाहरी पर्सनॉलिटी रहती है क्षणिक



■ शिव आमंत्रण । पणजी । एक सुखी परिवार को यदि परिभाषित करें तो कहते हैं कि सुखी और खुशहाल परिवार बनाने के लिए ट्रस्ट, एक्सपर्ट्स, लव, म्यूचुअल अंडरस्टैंडिंग, यूनिटी, एडजस्टमेंट, शेयर एण्ड केयर जैसे मूल्यों का होना जरूरी है। इसलिए सभी परिवार सुखी परिवार कैसे बनें इस पर विशेष रूप से लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से माइ फैमिली अ सर्कल ऑफ स्ट्रेथ विजय पर ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग और गोवा के पणजी सेवाकेंद्र द्वारा ऑनलाइन कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर पणजी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शोभा, पुणे में मीरा सोसायटी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके नलिनी और भीनमाल सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गीता ने विजय पर अपने विचार रखे। बीके गीता ने कहा, परिवार एक ऐसी संस्था है जहां संस्कारों का सिंचन होता है और यह संस्कार या हेबिट ही जीवन की पर्सनॉलिटी है। जैसे पर्सनॉलिटी के लिए युवा एक अच्छा इकानामिक कैरियर बनाता है, फिटनेस का ध्यान रखता है, ब्यूटी पालर में जाता है और अच्छे अच्छे स्थानों को विजिट कर अच्छी चायों को अच्छी चीजों को खरीदता है, अच्छे वस्त्र पहनता है, अच्छी रेसीपी बनाता है, सीखता है, घर में बहुत अच्छा फर्निचर, बहुत अच्छी चीजे वो लगाता है। परंतु जबतक उसकी इन पर्सनॉलिटी, गुण-वैल्यूज नहीं होंगे तबतक बाहरी पर्सनॉलिटी क्षणिक रहती है। बीके शोभा ने कहा, मानसिक, शारीरिक, सामाजिक और आध्यात्मिक ऐसे चारो ही एंगल से युवाओं को सक्षम बनाना है। साथ साथ युवाओं का एक सकारात्मक संघटन निर्माण करना जिससे समाज के सकारात्मक कार्य में युवा जुड़े और जो भी समस्याएं हैं उनका समाधान दे सके।

अपने युवा काल के अन्दर हरेक बात में युवा सफलता को प्राप्त करते रहे। सफलता के सितारे बने ऐसी शुभकामना बीके नलिनी ने दी। बीके नागराज ने कार्यक्रम का संचालन किया।

पटियाला में 250 लोगों ने कराया वैक्सीनेशन



■ कोविड वैक्सीन का लाभ लेते हुए लोग।

■ शिव आमंत्रण । पटियाला । पंजाब में पटियाला के मॉडल टाउन सेवाकेंद्र द्वारा कोविड 19 का वैक्सिनेशन कैंप ऑर्गनाइज किया गया, जिसमें एमसी मीनाक्षी सिंगला और गोपाल सिंगला, ज्वाइंट कमीश्नर लाल मुख् अतिथि के तौर पर मौजूद रहे और वैक्सिनेशन के लिए आने वाले लोगों का मनोबल बढ़ाया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके राखी के निर्देशन में करीब 250 लोगों ने इस कैंप का लाभ लिया।

विश्व परिवर्तन का आधार हैं युवा

■ शिव आमंत्रण । नीरसा । ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग और झारखंड के नीरसा सेवाकेंद्र द्वारा माई फैमिली अ सर्कल ऑफ स्ट्रेथ विषय पर वेबीनार आयोजित किया गया। इस अवसर पर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके जया, बिहार मेंडिकल कॉलेज की एमबीबीएस, एमडी डॉ. अर्वातिका और ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय शांतिवन से बीके अवनीश मुख्य वक्ता रहे। बीके जया ने कहा कि राजयोग के द्वारा हमारे जीवन में सकारात्मक चिंतन आ सकता है। अनेक सुंदर विधि को फॉलो करने से युवा शक्ति का विकास होता है और उसके आधार पर समाज को एक बहुत बड़ी सहयोगिता प्राप्त होती है। युवा अपने शक्ति को विनाशकारी कार्यों में न लगाकर, रचनात्मक कार्यों में लगाकर विश्व को सहयोग दे सकते हैं। बीके अर्वातिका ने कहा, हमें बड़े बुजुर्गों का



रिस्पेक्ट करना है, उनसे प्यार से चलना है, उनको खुशी देनी है, अपने माता-पिता के साथ आज्ञाकारी रहना है, डिसिप्लिन मेंटेन करना है, सबकी विशेषताओं को देखना है, सबको आगे बढ़ने की हिम्मत देनी है। अभी बहुत सारे घरों में निराशा हो रही है। किसी की जाँब लुट गई है, किसी के घर में फायनान्सियल प्रॉब्लेम चल रही है। तो इस समय पर हर एक के गुणों को देखना, उन्हें प्रोत्साहित करना, प्रेरणा देना, उन्हें आगे बढ़ाना, हर एक के साथ मधुर व्यवहार करना और बीति बाते भुलाकर उसे नम्रता से व्यवहार करना ये भी बहुत आवश्यक है। बीके अवनीश ने कहा,

जहां समायोजन है, जहां सम्मान है, एडजस्टमेंट है, विश्वास है वह परिवार है। जहां स्वीकार्यता है, जैसे मा को अपना बच्चा हर रूप में स्वीकार्य होता है जैसे परिवार जैसा भी है, मेरा परिवार है, मेरा है। जैसे किसी ने कहा है, बाकी तो सब सपने होते हैं अपने तो अपने होते हैं। यही अपनत्व का भाव सुरक्षा चक्र है। युवा प्रभाग के कमटी मेंबर बीके शुभ्रो ने कहा, परिवर्तन हमारे आधार से होगा क्योंकि वह हमारे आधार से ही होगा। कोलकाता से सीविल इंजीनियर संधी सिन्हा ने कहा, विश्व बनता है राष्ट्र से और राष्ट्र बनता है परिवार से।

हायपरटेंशन के लिए जागरूकता जरूरी



■ वेबीनार में बातचीत करते हुए बीके श्रीनिधि एवं डॉक्टर मोहित गुप्ता।

■ शिव आमंत्रण । माउंट आबू । हाइपर टेंशन आखिर क्या है और यदि ये कोई बीमारी है तो इसके दुष्प्रभाव क्या है और इससे हम स्वयं का बचाव कैसे कर सकें इन तमाम बातों के प्रति आम लोगों को जागरूक बनाने के उद्देश्य से ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउंट आबू के मेंडिकल विंग द्वारा वर्ल्ड हाइपर टेंशन डे के उपलक्ष्य में ऑनलाइन कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर माउंटेर बीके श्रीनिधि ने नई दिल्ली के जीबी पंत हॉस्पिटल में कार्डियोलॉजी विभाग के प्रोफेसर डॉ. मोहित गुप्ता से कन्वर्सेशन के ज़रिए हाइपर टेंशन के बारे में विस्तार से जानकारी ली और दर्शकों को ज्यादा से ज्यादा जागरूक करने का प्रयास किया। कई लोग कहते हैं कि हमको हायपर टेंशन नाम की कोई बीमारी है इसका पता भी नहीं था। तो आप इसके बारे में कुछ जानकारी देंगे? इस सवाल के जबाब में डॉक्टर मोहित गुप्ता ने कहा, हायपर टेंशन वर्ड ही बताता है कि आर्टीज के अंदर ब्लड का इन्क्रिज हो जाना। आर्टिस्ट के अंदर ब्लड थोडा होना भी चाहिए लेकिन ये ब्लड प्रेशर एक विशिष्ट लेवल से ऊपर जाता है तब ये हमारे अलग अलग अंगों पर प्रभाव डालता है। इसलिए इसकी जागरूकता बहुत इंपॉर्टेंट है।

राहुरी सेवाकेंद्र की ओर से 200 से अधिक मरीजों को भोजन बांटा



■ मरीजों को खाना बांटते हुए राहुरी सेवाकेंद्र के भाई-बहनें।

■ शिव आमंत्रण । राहुरी (महाराष्ट्र) । सर्व शासकीय कोविड सेंटर में ब्रह्माकुमारीज द्वारा अन्नदान की सेवा प्रदान कर जरूरतमंदों की मदद करने का प्रयास किया गया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके नंदा के संकल्पों और संस्था से जुड़े भाई-बहनों के सहयोग से राहुरी कृषि विद्यापीठ और देवलाली प्रवारा तथा सहारा मंगल कार्यालय जैसे कोविड सेंटर में 200 से भी अधिक मरीजों को शुद्ध, सात्विक आहार बांटकर शासन की मदद करने का प्रयास किया गया तथा मरीजों का मनोबल बढ़ाते हुए राजयोग द्वारा ईश्वरीय शक्ति लेने का आह्वान कर जल्द से जल्द उनके स्वस्थ होने की मंगल कामना की।



एंड्रॉयड फोन द्वारा ऊपर दिए गए क्यूआर कोड स्कैन कर शिवआमंत्रण पत्रिका एप्लीकेशन इंस्टाल कर फ्री पढ़ें।

विश्व पर्यावरण दिवस ▣ वेबिनार में वक्ताओं ने दिया प्रकृति संरक्षण का संदेश

अपने हर प्रियजन के नाम एक वृक्ष लगाकर दे उन्हें सच्ची श्रद्धांजली

■ शिव आमंत्रण

छतरपुर (मप्र)। इस विपदा ने पूरी दुनिया को भीतर तक झकझोर कर रख दिया। दिवंगत आत्माओं की शांति के लिए विश्व की सभी आत्माओं का आह्वान करते हुए विश्व पर्यावरण दिवस पर पर्यावरण की सुरक्षा का संकल्प लेते हुए एक वृक्ष अपने प्रियजन के नाम लगाकर उन्हें सच्ची श्रद्धांजलि दे। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज छतरपुर द्वारा आयोजित वेबिनार में खजुराहो सेवाकेंद्र प्रभारी बीके विद्या ने व्यक्त किए। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 5 जून विश्व पर्यावरण दिवस को एक नया रूप प्रदान करने पर विचार किया गया कि क्यों न हम एक आत्मा के निमित्त एक पौधा रोपित करें। ब्रह्माकुमारीज परिवार के सदस्यों द्वारा पीपल, बरगद, नीम, तुलसी जो हमें सबसे अधिक ऑक्सीजन प्रदान करते हैं ऐसे पौधों का रोपण किया



■ पौधारोपण में शामिल बीके माधुरी, बीके रमा, बीके कमला, बीके रीना, बीके भारती।

गया। उक्त कार्यक्रम में छतरपुर से डॉ. कपिल खुराना, वृक्ष मित्र की उपाधि से सम्मानित पर्यावरण विद डॉ. राजेश अग्रवाल, बिजावर से एसडीओपी सीताराम अवासया, सीईओ जनपद पंचायत अखिलेश उपाध्याय, लवकुश नगर से टीआई धन सिंह नलवाया, घुवारा से थाना प्रभारी धर्मदेव कुमार ने भी अपने विचार व्यक्त किए। कार्यक्रम छतरपुर

सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा के निर्देशन में हुआ। विश्वनाथ सेवा केंद्र प्रभारी बीके रमा ने शाश्वत यौगिक खेती के बारे में बताया। सिविल लाइन सेवा केंद्र प्रभारी बीके माधुरी ने प्रकृति के पांचों तत्वों को सकाश देते हुए मेडिटेशन कॉमेंट्री कराई। बीके कल्पना बहन ने सभी लोगों से पर्यावरण संरक्षण की प्रतिज्ञा कराई। संचालन बीके रूपा ने किया।

युवा इमोशनल और आध्यात्मिक रूप से खुद को शक्तिशाली बनाएं

■ शिव आमंत्रण। श्यामनगर। बिहार के श्यामनगर सेवाकेंद्र और ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग द्वारा माइ फैमिली अ सर्कल ऑफ स्ट्रेंथ विजय पर ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन किया गया। इस उपलक्ष्य में पारादीप में मरीन पायलट कैप्टन अमित कुमार, काउंसलर और लाइफ कोच अमित विश्वास, श्याम नगर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके कमला, राजयोग शिक्षिका बीके खुशबू ने युथ का अपने परिवार के साथ अच्छा रिलेशन कैसे बनें इस पर अपना वक्तव्य दिया। अमित विश्वास ने कहा, युथ एम्पावरमेंट के चार स्तर होते हैं। उसमें पहला स्तर है शारीरिक, दूसरा है मानसिक। शारीरिक के साथ वह मानसिक रूप में भी जा शक्तिशाली हो उसे युथ कहा जाता है। तीसरा स्पेशल है और चौथा है आध्यात्मिक स्तर। इसमें एक एक के साथ गहरा रिलेशन होता है। इसलिए चारों स्तरों में वह जुड़ा है तो उसे सही अर्थ से युवा कह सकते हैं। ये चार न

होने से अकेलापन, गलत संग, आत्महत्या की प्रवृत्ति, भावनिक रूप से कमजोर, नशापान, एनोसोग्रेशिया आदि बाते आती हैं। आत्महत्या अचानक एक दिन नहीं होती है। उसके पीछे ऐसे बहुत कारण होते हैं और बहुत दिनों से चलते आते हैं और एक दिन उसका परिवर्तन आत्महत्या में होता है। कैप्टन अमित ने कहा, ब्रह्माकुमारी बहने छोटी छोटी बाते बताकर अच्छे परिवर्तन ले आती हैं। वैसे दिखने में वह छोटी लगती है लेकिन वह सब धारण करे तो समाज एक अच्छा स्वरूप ले सकता है जैसे एक वृक्ष के जड़ को पानी दिया जाए तो फलता - फुलता है वैसे। श्यामनगर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके कमला ने कहा, पारिवारिक भावना जहां भी रहे वहां एक दूसरे के साथ रिलेशन अच्छे रहते हैं फिर वह अपना परिवार हो या कोई व्यवसाय, धंदा, कारखाना आदि। लेकिन आध्यात्मिकता के कमी के कारण उसमें कटौति आ गई है और राजयोग के माध्यम से उसको हम प्राप्त कर सकते हैं।

किसी न किसी रूप में पेड़ देते हैं, उनका संरक्षण कर प्रकृति को दें सकाश



■ पौधारोपण करते हुए बीके भाई-बहनें।

■ शिव आमंत्रण। हजारीबाग (झारखंड)। विश्व पर्यावरण दिवस पर सेवाकेंद्र द्वारा पौधारोपण किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में प्रसिद्ध व्यापारी अंजन दत्ता, एडवोकेट अधिनी कुमार तथा विवेकानंद स्कूल की शिक्षिका जया श्रीवास्तव, नूतन श्रीवास्तव और राजश्री उपस्थित रहे। सेवा केंद्र संचालिका बीके हर्जा, बीके तृप्ति, बीके महक, बीके मोनिका, बीके शकुंतला उपस्थित रहे। सभी ने मिलकर विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर फूल के पौधे और कुछ पेड़ जिसमें दादी जानकी के नाम से बरगद का पेड़, दादी गुलजार के नाम से पीपल का पेड़ और दादी इशु के नाम से नीम का पेड़ मुख्य रूप से लगाया गया। साथ ही कुछ इरेक का नींबू, गुलाब, मोगरा इत्यादि फूलों के पौधे भी लगाये गये। सभी ने योग कमेंट्री के माध्यम से प्राकृति को प्रकंपन दिया और प्रतिज्ञा की, कि हम अपने अपने घरों में भी यथा स्थान उचित रूप से पेड़ अवश्य लगाएंगे, साथ ही संरक्षण भी करेंगे।

बीके हर्जा ने प्रकृति और पेड़ों का महत्व बताते हुए कहा, कि आज कोरोना काल में जब सभी को ऑक्सीजन की जरूरत थी तो बहुत मशकत के बाद किसी किसी को ऑक्सीजन मिला और किसी को नहीं मिला। यह सब हमारे ही दुष्कर्म का परिणाम है। अब हमें प्रकृति को सकाश के साथ उचित संरक्षण भी देना है और अपने आप को भी सुरक्षित रखना है। बीके हर्जा ने सभी को पेड़ से मिल रहे लाभ के बारे में अवगत कराया और कहा, कि पेड़ सदा ही दाता के रूप में हमें देते ही रहते हैं चाहे वह छांव के रूप में, इंधन के रूप में या फल-फूल के रूप में हो जीवन रूपी ऑक्सीजन के रूप में सदा ही वह हमें देते ही रहते हैं। इसलिए हमें इसका जरूर ध्यान रखना चाहिए।

हम जितना प्रकृति से जुड़ेंगे उतना स्वस्थ रहेंगे: बीके अरुण

■ शिव आमंत्रण। बीना (सागर, मप्र)। प्रकृति से प्रेम करना सीखें। हम जितना प्रकृति के नजदीक रहेंगे तो उतना ही तन-मन से स्वस्थ रहेंगे। प्रकृति के पांचों तत्वों को रोजाना शुभ बाइब्रेशन दें। पेड़-पौधों से प्यार करें। हमारी भावनाओं को पेड़-पौधे भी महसूस करते हैं, यह बात वैज्ञानिक भी सिद्ध कर चुके हैं। प्रकृति से छेड़छाड़ और लगातार दोहन का ही नतीजा हम वर्तमान में आपदाओं के रूप में भुगत रहे हैं। उक्त उद्गार शनिवार को आयोजित वेबिनार में पंजाब जोन यूथ विंग के जोनल को-ऑर्डिनेटर बीके अरुण कौशिक भाई ने व्यक्त किए। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के बीना सेवाकेंद्र यूथ विंग की ओर से यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट के तहत वेबिनार का आयोजन किया गया। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज के यूथ विंग द्वारा लंबे से समय से प्रकृति से करें प्रेम (लव द नेचर) प्रोजेक्ट चलाया जा रहा है। इससे युवाओं को जोड़कर उन्हें प्रकृति से प्रेम करने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। उन्होंने युवाओं से आह्वान किया कि सभी कम से कम एक पेड़ जरूर लगाएं। सागर के वरिष्ठ पत्रकार पंकज सोनी ने कहा कि पेड़ों की संभाल मंदिर की तरह करें। युवा मोबाइल की दुनिया से निकलकर प्रकृति से जुड़े। उन्होंने अपने जीवन के प्रैक्टिकल अनुभव बताते हुए कहा



कि हमारी टीम ने बहुत ही छोटे स्तर पर सागर के सिटी फारेस्ट के कायाकल्प का बीड़ा उठाया। देखते ही देखते लोग जुड़ते गए और आज सागर का सिटी फारेस्ट लोगों के वॉकिंग के लिए पसंदीदा जगह बन गया है। मोटिवेशनल स्पीकर व बिहेवियर साइंटिस्ट डॉ. अजय शुक्ला ने कहा कि मैंने अपने गुरुकुल में 300 से अधिक पेड़ लगाए हैं। प्रकृति के बीच जीवनयावन करने में जो खुशी, आनंद और शांति मिलती है वह और कहीं नहीं मिल सकती है। भोपाल जोन यूथ विंग की जोनल को-ऑर्डिनेटर बीके रेखा दीदी ने राजयोग का अभ्यास करते हुए कहा कि रोजाना कुछ मिनट मेडिटेशन के माध्यम से प्रकृति के लिए शुभ संकल्प दें। मन ही मन प्रकृति

मां का धन्यवाद करें। आपके आसपास जो भी पेड़-पौधे और पशु-पक्षी हैं उनका आभार मानें। बीना सेवाकेंद्र संचालिका बीके सरोज दीदी ने युवाओं से प्रकृति से जुड़ने का आह्वान किया। खुई सेवाकेंद्र की संचालिका बीके किरण दीदी ने भी संबोधित किया। राहतगढ़ सेवाकेंद्र की संचालिका बीके नीलू दीदी ने अपने जीवन का अनुभव बताते हुए कहा कि कैसे वह रोजाना छत पर लगे गमलों में पौधों और आसपास के पेड़ों से बात करती हैं। संचालन करते हुए यूथ विंग की क्षेत्रीय को-ऑर्डिनेटर बीके जानकी दीदी ने सभी को एक-एक पौधा रोपने का संकल्प कराया। इस दौरान मुख्य रूप से बीके शिव कुमार भाई, डॉ. मेधावी शुक्ला, बीके मधु, बीके गीतिका राजपूत भी जुड़े हुए थे।

पर्यावरण दिवस

आलीराजपुर सेवाकेंद्र के माई-बहनों ने किया पौधारोपण

विश्व पर्यावरण की रक्षा, हम सबकी सुरक्षा: बीके माधुरी

■ शिव आमंत्रण। आलीराजपुर (मप्र)। आलीराजपुर सेवाकेंद्र की ओर से विश्व पर्यावरण दिवस पर पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस मौके पर एमपीईबी के नारायण वर्मा ने कहा कि अभी पेड़ों की काफी कटाई कर ली उसका परिणाम हमें अभी कोरोना काल में ऑक्सीजन की कमी रही और कई दुर्घटना हुईं और कई लोगों ने अपनी जान भी गवाही इसलिए कम से कम अपने घर पर या कहीं पर भी जाकर पांच पौधे अवश्य लगाएं सामाजिक कार्यकर्ता सतीश भटी ने कहा कि हम धरती मां पर पेड़ लगाकर फिर से हरी भरी धरती मां बनाएंगे तो ही हमें ऑक्सीजन



मिलेगा और हम स्वस्थ रहेंगे। वहीं रिटायर बैंक मैनेजर अशोक भाई ने कहा कि पर्यावरण दिवस अंतर्राष्ट्रीय दिवस पर्यावरण ही जीवन है अगर पर्यावरण ना हो तो

हम जी नहीं सकते और हमें इस कोरोनावायरस में ऑक्सीजन की कमी होने के कारण पर्यावरण क्या है और प्रकृति ने हमें दिखा दिया है इसलिए हमें यह संकल्प करते हैं

कि पांच-पांच पौधे सभी को लगाना अनिवार्य है तो ही हम संतुष्ट और खुश रह पाएंगे अच्छा ओम शांति टेलीफोन एक्सचेंज से रिटायर अरुण गहलोत ने भी विचार व्यक्त किए। सेवाकेंद्र संचालिका बीके माधुरी बहन ने कहा कि प्रकृति हमारी मां है और हमारा रिश्ता मां और बच्चे की तरह होना चाहिए आज समय की पुकार है और समय की मांग है ऑक्सीजन की और जो आज जो भी प्रकृति के झाड़ू काटे हैं उसका परिणाम आज पूरा विश्व भुगत रहा है। इसलिए पांच-पांच पेड़ अवश्य लगाएं। मदन भाई, परवल भाई, अरुण भाई भी मौजूद रहे। आभार लालू भाई ने माना।

ब्रह्माकुमारीज सेवा योजना: पूर्व कैबिनेट मंत्री ने की खाद्यान्न वितरण सेवा की शुरुआत



खाद्यान्न वितरण प्रारंभ करते हुए पूर्व कैबिनेट मंत्री राजेंद्र शुक्ल।

शिव आमंत्रण । रीवा । ब्रह्माकुमारीज के झिरिया, रीवा (म. प.) सेवाकेंद्र के द्वारा चलाए जा रहे अंतर्राष्ट्रीय श्रम सेवा योजना अंतर्गत स्लम बस्ती के सर्वांगीण विकास हेतु दिव्य नगरी निराला नगर रीवा के बच्चों को एवम उनके परिवार वालों को खाद्य सामग्री के पैकेट एवं बिस्कुट इत्यादि का वितरण किया गया। खाद्यान्न वितरण सेवा का शुभारंभ रीवा के विधायक एवम् मध्य प्रदेश शासन के पूर्व कैबिनेट मंत्री राजेंद्र शुक्ल के द्वारा किया गया। इस सेवा कार्य में मुख्य रूप से युवा समाजसेवी टीम के अविराज, ब्रह्माकुमारीज रीवा से बीके प्रकाश, समाजसेवी अभिजेत सिंह गहरवार, बीके राजेश शाही, बहन बीके संजू शाही, वरिष्ठ समाजसेवी लईक खान, अजय दुमबानी, राजीव तिवारी तथा व्यापारी संगठन के मुख्य पदाधिकारी तथा क्षेत्रीय नागरिक राजकुमार एवं शौखीलाल उपस्थित रहे।

इंटरनेशनल लीडरशिप समिट सर्वश्रेष्ठ लीडर हैं परमपिता परमात्मा

शिव आमंत्रण

नई दिल्ली । नई दिल्ली में इंटरनेशनल ह्यूमन राइट्स एडवाइजरी काउंसिल के अध्यक्ष और एडवोकेट डॉ. एन्थनी राजू द्वारा 11th इंटरनेशनल इंस्पिरेशनल लीडरशिप समिट का आयोजन किया गया जिसमें देश-विदेश के प्रख्यात आध्यात्मिक लीडर्स और स्पीकर्स लीडरशिप पर खास चर्चा करने के लिए विशेष रूप से एकत्रित हुए। इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज की ओर से माउण्ट आबू के ग्लोबल हॉस्पिटल से बीके डॉ. बिन्नी सरिन ने स्वयं को लीडर समझने के साथ साथ परमात्मा को भी लीडर मान उससे सकारात्मक उर्जा और शक्ति लेने का आह्वान किया तथा कॉमेंट्री के द्वारा प्रैक्टिकल रूप से सभी को राजयोग मेंडिटेशन कराया। इस मौके पर बीके डॉ. बिन्नी ने कहा, हमारे आत्मा का पिता परमपिता परमात्मा सर्वश्रेष्ठ लीडर है। उसमें सब डिवाइंड क्वालिटीज और वेल्थ है। जब भी हमारे जीवन में कोई समस्या आती है तो हम भगवान को याद करते हैं और हमें कुछ न कुछ समाधान मिलता है। उसका कारण उसमें उपस्थित डिवाइंड क्वालिटीज। हमारी क्वालिटीज आत्मा में उपस्थित है और हम अपने को आत्मनिश्चय कर परमात्मा को याद करते हैं तो वह जाग्रत होने में मदद मिलती है। हम एक-दूसरे के साथ प्रेम से रहे, एक-दूसरे का आदर करें, हमारे अंदर सब के प्रति श्रेष्ठ विचार रहे। हमारे अंदर गलत बात समझने की महसूसता रहे तो हम सही मार्ग पर जा सकते हैं। इसमें अहिंसा विश्व भारती के संस्थापक आचार्य डॉ. लोकेश मुनि, महाबोधी इंटरनेशनल मेंडिटेशन सेंटर के फाउंडर भोखू संघासेना, फिल्म निर्माता, निर्देशक, पत्रकार संदीप मारवाह जैसी कई प्रख्यात हस्तियां शामिल हुईं।

नई राहें

बीके पुष्पेन्द्र

संयुक्त संपादक, शिव आमंत्रण

व्यक्तित्व को कुंदन बनाती हैं समस्याएं

सृष्टि चक्र में जो भी महान व्यक्तित्व हुए हैं वह कठिन परिस्थितियों, समस्याओं, वेदना, दुःख और दर्द की पाठशाला से निकलकर व्यक्तित्व का विश्वविद्यालय बने हैं। उन्होंने दुःख, तकलीफ और कठिन परिस्थितियों के बीच ही निराशा को आशा, हताशा को उमंग-उत्साह और प्रेरणा की ओर मोड़ दिया। वास्तव में यही वह दौर होता है जब व्यक्तित्व की असली पहचान होती है और उसकी कीमत पता चलती है। जब हम उस कठिन दौर से गुजर जाते हैं और समस्याओं में समाधान ढूंढकर सफलता का वरण करते हैं तो यहीं से हमारी श्रेष्ठता और जीवन की सार्थकता का अध्याय शुरू हो जाता है।

यदि आपका जीवन समस्याओं रूपी नाव पर सवार है तो यकीन मानिए इसका मांझी खुद परमात्मा है। क्योंकि यही वह वक्त होता है जब हम खुद के साथ परमात्मा के सबसे समीप होते हैं। समस्या आने पर ही हम अपने पुराने अनुभवों के साथ उसके समुचित पहलुओं पर विचार करते हैं। साथ ही खुद की, मनोस्थिति और कर्मों की समीक्षा करते हैं। उन कारणों की तलाश करते हैं जो समस्या रूप में सामने आईं। ऐसे में हमें अपने कर्मों को संयमित, संतुलित बनाने का मौका मिलता है। हम पग-पग फूंककर रखते हैं ताकि प्रत्येक कर्म सुकर्म हो। जितनी हम अपने मनोस्थिति की समीक्षा करते हुए खुद से संवाद स्थापित करेंगे उतना ही व्यक्तित्व कुंदन सा निखरता हुआ महानता को प्रतिस्थापित करने की ओर अग्रसर होने लगता है। यदि समस्याएं ही न आए तो जीवन सावन के पपीहे के समान हो जाएगा जो चारों ओर पानी का अथाह सागर होने के बाद भी प्यासा रहता है। समस्याओं का काम है आना और चला जाना। किसी का भी जीवन कभी एक समान नहीं होता है। इस पल सुख है तो अगले पल दुःख भी निश्चित है। जब सुख और दुःख की स्थिति में हमारी कर्मोन्ध्रियां संतुलित और एक समान व्यवहार को दर्शाते हुए उदाहरण पेश कर श्रेष्ठता की स्थिति को स्थापित करती हैं तो वह कर्म साधारण न होकर श्रेष्ठ कर्म बन जाते हैं। ऐसी स्थितियां ही देवत्व रूपी व्यक्तित्व बनाती हैं।

युवा हैं आशा के दीपक

कोरोनाकाल में प्रायः हर दूसरे घर-परिवार ने समस्याओं का सामना किया। कुछ ऐसे परिवार भी हैं जिनका पूरा का पूरा परिवार कोरोना की चपेट में आकर पॉजीटिव हो गया और कई सदस्य सदा के लिए विदा भी हो गए। लेकिन इसके बाद भी उन्होंने हार नहीं मानी और आज फिर से नई उम्मीदों के साथ जीवन को सार्थक दिशा देने में जुट गए हैं। वहीं कुछ युवा जरा सी समस्याओं से हारकर हताश हो जाते हैं, टूट जाते हैं। लेकिन ऐसे समय में वह भूल जाते हैं कि समस्याओं के काले बादल के पीछे ही सुबह रूपी उम्मीद का सूरज छिपा है। काली-घनेरी रात के बाद सुबह आना तय है। युवा तो वह रवानी है जो बुझे दिलों में उम्मीद की आस जगाकर उनमें पानी भर दे। युवाओं पर ही घर के बड़े बुजुर्गों, बच्चों की आस टिकी रहती है। युवा ही देश, समाज की धड़कन हैं। हे! युवाओं आपके जीवन में आज जो समस्याओं हैं, इनकी आंच में तपकर कल आपका व्यक्तित्व दीपक की तरह चारों ओर प्रकाश फैलाएगा। तुम्हें खुद के साथ दूसरों को जगाना है। काली रात के बादल तुम्हारा रास्ता नहीं बदल सकते हैं। तुम्हें सागर से मोती चुगना है। यदि आपके जीवन में भी लगातार समस्याएं आ रही हैं तो यकीन मानिए परमात्मा ने जरूर आपके सुनहरे भविष्य को लेकर कुछ प्लानिंग कर रखी है। क्योंकि लोहा को कड़ी आग में तपाकर ही मन माफिक आकार दिया जा सकता है। जितना लोहे को आग में तपाया जाता है वह उतनी ही आसानी से नए सांचे में ढल जाता है। हमारा जीवन जितनी विपदाओं, परेशानियों और समस्याओं से होकर गुजरता है व्यक्तित्व उतना ही कुंदन बनता जाता है।

मौन रखकर कोरोना से मृत आत्माओं को दी श्रद्धांजली

शिव आमंत्रण । कादमा (हरियाणा) । ब्रह्माकुमारीज के सेवाकेंद्र में दैनिक जागरण समाचार पत्र द्वारा आयोजित सर्वधर्म प्रार्थना सभा के साथ सभी ब्रह्माकुमारी बहनों ने मौन योग साधना कर कोरोना महामारी पर विजय, कोरोना योद्धाओं को शक्ति एवं दिवंगत आत्माओं की शांति के लिए परमपिता परमात्मा से शक्ति प्राप्त कर शुद्ध व श्रेष्ठ वायुब्रेशन वातावरण में फैलाएं। सर्वधर्म प्रार्थना सभा मौन साधना के बाद विश्व पर्यावरण दिवस पर कादमा



पौधा लगाकर उसको जल देते हुए बीके वसुधा एवं अन्य बहने।

सेवाकेंद्र पर पौधारोपण करते हुए सेवाकेंद्र प्रभारी बीके वसुधा ने कहा, कि राजयोग (मेंडिटेशन) मौन के

नियमित अभ्यास से आध्यात्मिकता को जीवन में अपना कर हम पर्यावरण प्रदूषण एवं मानसिक प्रदूषण से

अपनी रक्षा कर कोरोना जैसी महामारी पर भी जीत पा सकते हैं। उन्होंने कहा कि पर्यावरण प्रदूषण तो शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याएं पैदा करता है परंतु मानसिक प्रदूषण मनुष्य के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक व एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है जिससे समाज का टूटना संभव है। बीके वसुधा ने कहा, कि पर्यावरण प्रदूषण को रोकने के लिए अधिक से अधिक पेड़-पौधे लगा कर प्रकृति को हरा भरा बनाना होगा।

पर्यावरण दिवस

शांति सरोवर रिट्रीट सेंटर द्वारा रोपे गए पौधे, संरक्षण का लिया संकल्प

वृक्ष नहीं लगाए तो आपदाओं से सुरक्षा पाना मुश्किल

पर्यावरण दिवस पर प्रकाश चन्द्र पाण्डे के विचार

शिव आमंत्रण

रायपुर । अंतरराष्ट्रीय पर्यावरण दिवस पर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के विधानसभा रोड स्थित शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर द्वारा पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें प्रधान मुख्य वन संरक्षक प्रकाश चन्द्र पाण्डे ने कहा कि वर्तमान समय प्रदूषण इतना विकराल रूप ले चुका है कि हरेक को अपनी व्यक्तिगत जिम्मेदारी लेने की जरूरत है। पर्यावरण को संरक्षित और संवर्धित करने के लिए जहां पर भी खाली जगह मिले वहां पेड़ लगाकर प्रकृति से जुड़ें। पर्यावरण हम सभी के लिए है। पर्यावरण में वृक्षों की अहम भूमिका है। अतः हमें



पौधा लगाते प्रकाश चन्द्र पाण्डे, कमला दीदी एवं अन्य बहने।

अधिक से अधिक वृक्ष लगाकर उनकी सुरक्षा पर ध्यान देना होगा, अन्यथा जिस रफतार से आपदा मूलक तूफान आदि आ रहे हैं उनसे सुरक्षित रह पाना मुश्किल हो जाएगा। ब्रह्माकुमारी संस्थान की क्षेत्रीय निदेशिका कमला दीदी ने कहा कि हम लोग विकास की दौड़ में अपने धरातल को

छोड़कर आगे बढ़ रहे हैं। यह दौड़ हमें पाश्चात्य संस्कृति की ओर ले जा रही है। किन्तु अब हमें फिर से अध्यात्म की ओर लौटने की जरूरत है। लोग घरों में जगह कम होने के कारण बोन्साई पेड़ लगा रहे हैं किन्तु इससे पर्यावरण का संरक्षण नहीं हो सकता। अगर किसी के घर में जगह होती भी है तो वह मनी प्लान्ट लगाने में रुचि रखते हैं। अगर आपके घरों में या उसके आसपास जगह है तो छायादार और फलदार पेड़ अवश्य लगाएं। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके सविता ने कहा, कि पर्यावरण प्रदूषण एक वैश्विक समस्या है। इसलिए इस पर गंभीरता से विचार करने की जरूरत है। प्रकृति के अत्यधिक दोहन से सारी समस्या पैदा हुई हैं। प्रकृति ने हमें दैनिक उपयोग के लिए सारी चीजें दी हैं किन्तु जब हम उनका बेतहासा दोहन करने लग पड़ते हैं तब समस्या पैदा होती है। इस दौरान बीके वनिशा और बीके किरण भी उपस्थित थीं।

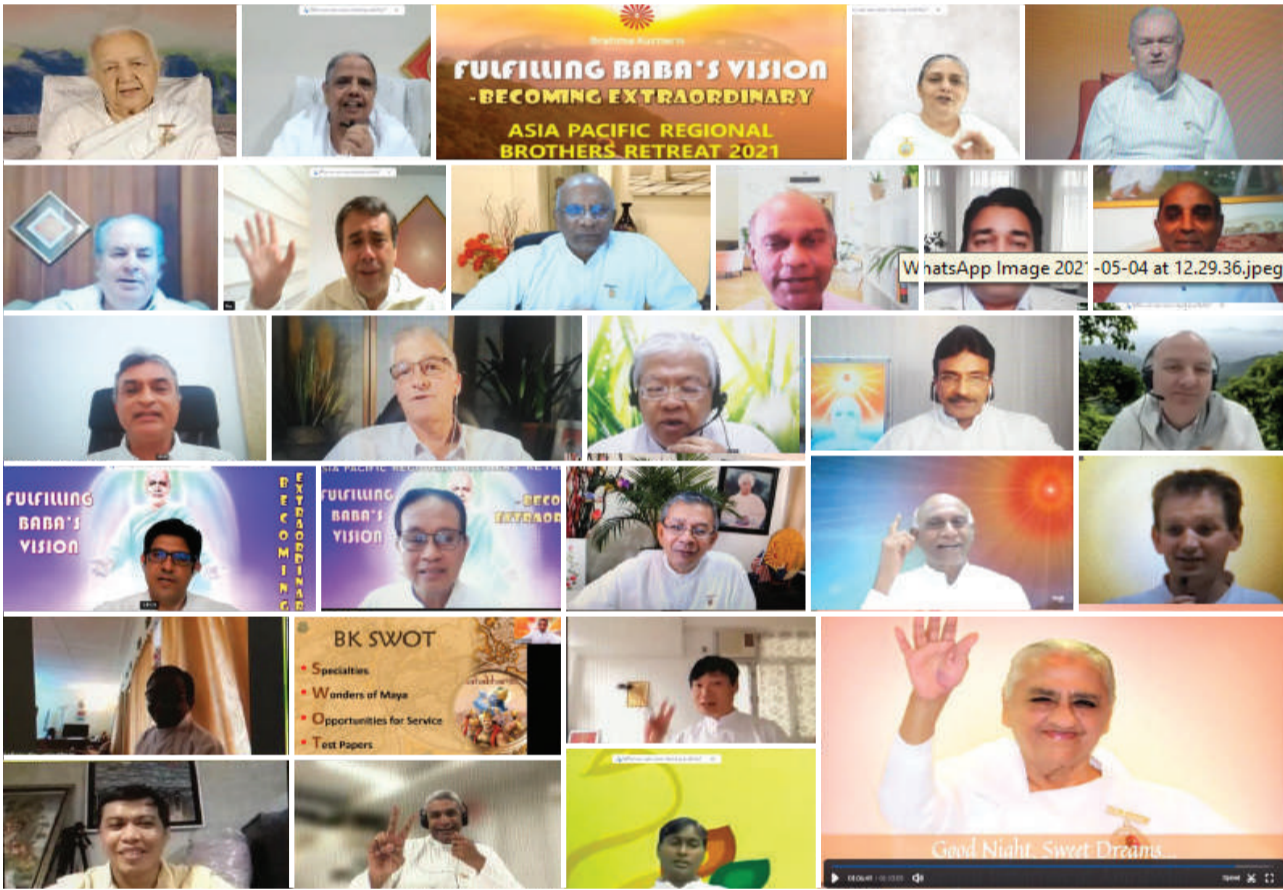
भारत के लिए न्यूजीलैंड के 400 से अधिक लोगों ने की विशेष प्रार्थना



बीके भावना ईश्वरीय संदेश देने के बाद मेडिटेशन कॉमेंट्री करते हुए।

■ **शिव आमंत्रण | वेलिंगटन (न्यूजीलैंड)** | वेलिंगटन में किलबीनी के भारत भवन हॉल में भारत के लिए विशेष प्रार्थना सभा का आयोजन ब्रह्माकुमारीज द्वारा इंटरफेथ ग्रुप के संयुक्त प्रयास से किया गया, जिसमें 400 से अधिक लोगों ने आकर अपने विचार, प्रार्थना और ध्यान भारत के उन लोगों तक भेजे जो लोग कोरोना जैसी महामारी से ज्यादा जूझ रहे हैं। इस मौके पर बीके भावना ने सभी उपस्थित लोगों को ईश्वरीय संदेश दिया। साथ ही मेडिटेशन की कॉमेंट्री द्वारा भारत में सुख-शांति के वायब्रेशन भेजने का अभ्यास कराया। यह प्रेरणामय अनेकता में एकता का बहुत ही सुंदर उदाहरण रहा।

मलेशिया: तीन दिनी 28वीं एशियन रिट्रीट आयोजित



■ **शिव आमंत्रण | कुआलालम्पुर (मलेशिया)** | मलेशिया में स्थित ब्रह्माकुमारीज रिट्रीट सेंटर द्वारा तीन दिवसीय ऑनलाइन 28वां एशियन रिट्रीट आयोजित किया गया था। रिट्रीट के दूसरे दिन एक्सपीरियंसिंग बीईंग बियाड विषय पर यूरोप एवं मिडिल ईस्ट की निदेशिका बीके जयंती, बी एवर रेडी फॉर सडेनली विजय पर बीके केन तथा ऑस्ट्रेलिया से बीके चार्ली ने ईश्वरीय महावाक्यों पर खास ध्यान खिंचाया। साथ ही स्व परिवर्तन के पुरुषार्थ को तीव्र करने का आह्वान किया। रिट्रीट के अंतिम दिन माय प्लेन गॉड्स प्लेन विजय पर पैन्ल डिस्कशन किया गया। इसमें

जापान और फिलीपीन्स की निदेशिका बीके रजनी, कोरिया से बीके मीरा ने अपने विचार व्यक्त किए। इसमें भगवान के महावाक्यों के आधार पर हम उस से कनेक्शन जोड़कर विश्व परिवर्तन कैसे करे इस पर विचारों की लेनदेन हो गई। इस रिट्रीट को ज्ञानवर्धक और अनुभवयुक्त बनाने के लिए पैन्ल डिस्कशन के साथ क्वेश्चन आन्सर सेशन भी आयोजित हुआ जिसमें मलेशिया की निदेशिका बीके मीरा और बीके लेचु ने स्व उन्नति से जुड़े सवालों के बेहतरीन आन्सर दिए और ईश्वरीय ज्ञान का गहराई से अनुभव कर मनजीत, जगतजीत बनने के सुंदर उपाय बताए।

भविष्य उज्ज्वल बनाने का आधार है सकारात्मक चिंतन: बीके जेना



■ ड्रीम यूनिवर्सिटी की सीईओ मार्शिया विडर से बात करते हुए बीके जेना।

■ **शिव आमंत्रण | वॉशिंगटन** | वॉशिंगटन डीसी के मेडिटेशन म्यूजियम द्वारा चल रहे द नेस्कट नॉर्मल सीरीज के अंतर्गत क्रिएट योर फ्यूचर नाऊ विजय पर ऑनलाइन कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें ड्रीम यूनिवर्सिटी की सीईओ मार्शिया विडर और मेडिटेशन म्यूजियम की डायरेक्टर बीके डॉ. जेना ने विजय को लेकर अपने अनुभव शेयर किए। साथ ही राजयोग मेडिटेशन, श्रेष्ठ विचार और सकारात्मक चिंतन द्वारा अपना भविष्य उज्ज्वल बनाने पर जोर दिया।

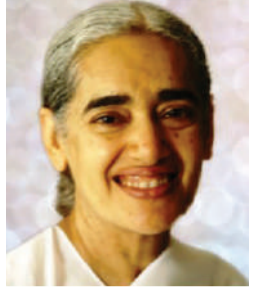
Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2021-23, Licensed to Post without pre-payment No. RJ/WR/WPP/18/2021
Posted at Shantivan P.O. Dt. 17-20 of Each Month

सार समाचार

मानव के बिहेवियर में बदलाव लाता है सारे सृष्टि में बदलाव

■ **शिव आमंत्रण | कुआलालम्पुर (मलेशिया)**

ब्रह्माकुमारीज के ऑस्ट्रेलिया सेंटर द्वारा एन्वायरमेंट इनीशिएटिव को लेकर जारी इको योगीज सीरीज के तहत हीलिंग नेचर फ्रॉम द सोल विजय पर कन्वर्सेशन का आयोजन किया गया। इस मौके पर यूनाइटेड नेशन में ब्रह्माकुमारीज की रिप्रेजेंटेटिव और यूरोप एवं मिडिल ईस्ट की निदेशिका बीके जयंती ने पर्यावरण से जुड़े कई अहम सवालों के जवाब दिए। उन्होंने कहा कि हमारे बिहेवियर में बदलाव आने के बाद सारी सृष्टि में बदलाव आता है। वह कार्य परमात्मा के ज्ञान और शक्ति से अभी शुरू है। मानव हार्मोनी के साथ रहा तो प्रकृति और प्राणी में भी बदलाव आता है। वह भी अच्छी बिहेवीयर दिखाने लगते हैं। मनुष्य गलत बर्ताव कर रहा है, उसके कारण ही प्रकृति भी अपना रौद्र रूप दिखा रही है। मानव में बदलाव आने के बाद वह भी शांत होती है और अपना स्वर्ग का मूल रूप लेकर उपस्थित होती है।



सभी से उपराम रहने के लिए करें राजयोग का अभ्यास

■ **शिव आमंत्रण | वैकूवर (कनाडा)**

ब्रह्माकुमारीज के वैकूवर सेवाकेंद्र और विहासा के अंतर्गत वैल्यूज फॉर सीरीज चलाई जा रही है। इसके तहत संस्थान से जुड़े वरिष्ठ सदस्य लगातार विभिन्न मूल्यों के आध्यात्मिक महत्व पर चर्चा करते हैं। इसी कड़ी में डिटैचमेंट अर्थात् अनासक्ति, न्यारापन विषय पर गुरुग्राम के ओम शांति रिट्रीट सेंटर की निदेशिका बीके आशा ने प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि जो न्यारे रहते हैं, वही सभी के प्यारे बनते हैं। व्यर्थ व तनाव से दूर रहते हैं इसलिए हम सभी को इस संसार में रहते हुए भी सभी से उपराम, न्यारे रहने का अभ्यास करना चाहिए। इसके लिए राजयोग मेडिटेशन को जीवन में शामिल करना जरूरी है।



ब्रह्माकुमारीज की जीवनशैली से ठीक कर सकते हैं पर्यावरण

■ **शिव आमंत्रण | कॅनबेरा**

एन्वायरमेंट इनीशिएटिव को लेकर ब्रह्माकुमारीज के ऑस्ट्रेलिया सेंटर द्वारा जारी योगीज सीरीज चलाई जा रही है। इसके तहत हीलिंग नेचर फ्रॉम द सोल विजय पर कन्वर्सेशन का आयोजन किया गया। इस मौके पर एन्वायरमेंटल एक्टिविटीज की को-ऑर्डिनेटर रैबेका एटवुड ने पर्यावरण से जुड़ी कुछ परियोजनाओं के बारे में बताया। उन्होंने बताया कि ब्रह्माकुमारीज की जीवनशैली अपनाने से कैसे उन्हें पर्यावरण को ठीक करने में मदद मिली।



सूचना के लिए संपर्क करें

सामाजिक सेवाओं तथा आंतरिक सशक्तिकरण के प्रयास के साथ निकाला गया मासिक **शिव आमंत्रण समाचार पत्र** एक संपूर्ण अखबार है। इसमें आप सभी पाठकों का लगातार सहयोग मिल रहा है, यही हमारी ताकत है।
वार्षिक मूल्य ₹ 110 रुपए, तीन वर्ष ₹ 330
आजीवन ₹ 2500 रुपए

पत्र व्यवहार का पता

संपादक **ब्र.कु. कोमल**
ब्रह्माकुमारीज शिव आमंत्रण ऑफिस,
शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरौही,
राजस्थान, पिन कोड- 307510
मो 9414172596, 9413384884
Email shivamantran@bkivv.org