RNI:RAJHIN/2013/53539
Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2024-26
Licensed to Post without pre-payment
No. RJ/WR/WPP/18/2024-26
Posted at Shantivan P.O. Dt. 17 to 20 of Each Month

शिव आमंत्रण

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण

वर्ष-13, अंक-05, हिन्दी (मासिक), मई 2026, पृष्ठ 16, मूल्य- 17:50

10 ब्रह्माकुमारीज कम्युनिटी क्लाइमेट एक्शन अवॉर्ड...

ब्रह्माकुमारीज़ अंतरराष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक आयोजित

90 लाख पौधे लगाने और दस करोड़ लोगों को नशामुक्ति का संकल्प दिलाने का रखा लक्ष्य

शिव आमंत्रण, आबूरोड। ब्रह्माकुमारीज संस्थान की अंतरराष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में बड़ा फैसला लिया गया है। संस्थान के 90 वर्ष पूर्ण होने पर इस वर्ष देशभर में 90 लाख पौधे लगाने का लक्ष्य रखा गया है। केवल पौधे रोपे ही नहीं बल्कि उसकी सालभर संभाल भी की जायेगी। इसके साथ ही दस करोड़ लोगों को नशामुक्त भारत अभियान के तहत संकल्प दिलाने का भी लक्ष्य रखा गया है। वहीं किसानों के सशक्तिकरण और विकास के लिए कई प्रकल्पों पर विचार किया गया। जिसमें से पराली के निस्तारण, गोकुल ग्राम, नशामुक्ति के साथ जागरुकता पर भी जोर दिया गया है। संस्थान का कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग देश के कई शहरों और गांवों में गोकुल गांव, शाश्वत जैविक-यौगिक खेती, कुरीति उन्मूलन के लिए कार्य योजना बनाकर गांव-गांव तक किसानों को सशक्त करने का कार्य करेगा।

फैक्ट फाइल-

06 चार दिन चली अंतरराष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक

2000 से अधिक देशभर से पदाधिकारियों ने लिया भाग

90 सूत्रीय एजेंडा पर किया चिंतन-मंथन

04 नए सेवा प्रकल्पों का किया गठन

बैठक में देश के विभिन्न हिस्सों से आए वरिष्ठ पदाधिकारी-

बैठक में संस्थान के वरिष्ठ पदाधिकारियों ने अपने-अपने क्षेत्र में सामाजिक विकास के लिए कई कार्य योजनाओं की रुपरेखा प्रस्तुत की। डिजीटल वेलनेस के तहत युवाओं में तेजी से फैल रही मोबाइल एडक्शन को दूर करने के लिए स्कूलों तथा कॉलेजों में अभियान चलाकर जागरुकता फैलाई जाएगी।

पांच नए प्रकल्पों की घोषणा-

दिव्यांगों के लिए दिव्यांग जन सेवा प्रभाग, वित्त व्यवसायियों के लिए प्रभाग, डिजाइन एवं इनोवेशन प्रभाग तथा विश्वकर्मा प्रभाग का निर्माण किया गया। इसके तहत इस क्षेत्र से जुड़े लोगों को सशक्तिकरण के प्रयास किए जाएंगे।

90 सूत्रीय एजेंडे पर हुई चर्चा-

बैठक में मैदानी इलाकों से लेकर पहाड़ों और मैदानी इलाकों तक प्रत्येक स्थानों पर ईश्वरीय सेवाओं की रुपरेखा पर चर्चा की गई। खासकर युवाओं, महिलाओं, बाल व्यक्तित्व विकास शिविर, पौधरोपण, तनाव मुक्ति, नशामुक्ति से लेकर कई प्रकार के विशाल मेलों और सभाओं का आयोजन इस वर्ष किया जाएगा। इसके अलावा विभिन्न प्रभागों के तहत सम्मेलनों का आयोजन होगा।

इन पदाधिकारियों ने लिया भाग

अंतरराष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में जोन, सबजोन इंचार्ज, सभी प्रभागों के अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, राष्ट्रीय कोआर्डिनेटर, मुख्यालय कोआर्डिनेटर, जोन कोआर्डिनेटर, मुख्य सेवाकेन्द्रों के प्रमुख भाई-बहनों ने लिया भाग।

ब्रह्माकुमारीज के 90 वर्ष पूर्ण होने पर नवदशकोत्सव पर केंद्रित रहेंगे कार्यक्रम

इस वर्ष ब्रह्माकुमारीज अपनी स्थापना के 90 वर्ष मना रहा है। इसे ध्यान में रखते हुए इस वर्ष साल भर देश-विदेश में नवदशकोत्सव महोत्सव के तहत विभिन्न कार्यक्रम और सेवा प्रकल्प चलाए जाएंगे। मेगा शहरों में मेगा प्रोग्राम आयोजित किए जाएंगे। इस दौरान संस्थान की 90 वर्ष की सेवा, संकल्प, समर्पण की दिव्य यात्रा और सफर से जन-जन को अवगत कराया जाएगा। बैठक में अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी बीके मुन्नी दीदी व राजयोगिनी बीके जयंती दीदी, महासचिव राजयोगी बीके करुणा भाई, अतिरिक्त महासचिव राजयोगी डॉ. मृत्युंजय भाई, संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी बीके संतोष दीदी, राजयोगिनी बीके सुदेश दीदी, राजयोगिनी बीके शशि दीदी, गुजरात जोन की निदेशिका बीके भारती दीदी, जयपुर सबजोन की निदेशिका राजयोगिनी बीके सुषमा दीदी सहित देशभर से आए पदाधिकारी मौजूद रहे।

जब हम मिलकर एक संकल्प के साथ आगे बढ़ते हैं, तो असंभव भी संभव हो जाता है

हम सभी एक ईश्वरीय परिवार के सदस्य हैं और हमारा प्रत्येक संकल्प एवं कर्म विश्व कल्याण की भावना से जुड़ा हुआ है। सेवा केवल कार्य नहीं, बल्कि हमारी आंतरिक स्थिति का दर्पण है। जब हमारी स्थिति स्थिर, शांत और शक्तिशाली होती है, तब हमारी सेवा स्वतः ही प्रभावशाली बन जाती है। इसलिए सबसे पहले हमें स्वयं को सशक्त बनाना है—योग, ध्यान और आत्मचिंतन के द्वारा। आज आवश्यकता है कि हम एकता, सहयोग और समर्पण की भावना को और मजबूत करें। हर एक का सहयोग संस्था की शक्ति है। जब हम मिलकर एक संकल्प के साथ आगे बढ़ते हैं, तो असंभव भी संभव हो जाता है।

- राजयोगिनी मोहिनी दीदी, **मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़**

ब्रह्माकुमारीज़ के इतिहास में एक नया अध्याय लिख गईं दादी रतनमोहिनी

राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी की प्रथम पुण्य तिथि विश्व एकता दिवस के रूप में मनाई

शिव आमंत्रण, आबूरोड

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी की प्रथम पुण्य तिथि विश्व एकता दिवस के रूप में मनाई गई। दादी की स्मृति में शांतिवन में बनाए गए ज्ञान रत्न स्तंभ पर देशभर से आए संस्थान के वरिष्ठ पदाधिकारियों ने पहुंचकर श्रद्धांजली अर्पित की।

डायमंड हाल में आयोजित श्रद्धांजली सभा में मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मोहिनी दीदी ने कहा कि दादी का जीवन योग, तपस्या, साधना की मिसाल था। दादी उन महान आत्माओं में से एक थीं जिन्होंने इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय की वर्ष 1937 में स्थापना से लेकर वर्ष 2025 तक 89 वर्ष की यात्रा की साक्षी रही हैं। 40 से अधिक वर्षों तक आपने युवा प्रभाग की अध्यक्षा की भी जिम्मेदारी संभाली। आपके नेतृत्व में युवा प्रभाग द्वारा देशभर में अनेक राष्ट्रीय युवा पदयात्रा, साइकिल यात्रा और अन्य अभियान चलाए गए। अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मुन्नी दीदी ने भी अपने अनुभव सांझा किए।

महासचिव बीके करुणा भाई ने कहा कि दादी के साथ वर्षों तक साथ रहना का सौभाग्य मिला। दादी के जीवन से बहुत कुछ सीखा। युवा प्रभाग द्वारा दादीजी के नेतृत्व में 2006 में निकाली गई स्वर्णिम भारत युवा पदयात्रा ने ब्रह्माकुमारीज़ के इतिहास में एक नया अध्याय लिख दिया। पद यात्रा द्वारा पूरे देश में 30 हजार किमी का सफर तय किया गया।

बहनों की ट्रेनिंग की जिम्मेदारी दादीजी के हाथों में रहीः अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी जयंती दीदी ने कहा कि वर्ष 1996 में ब्रह्माकुमारीज़ की राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में तय हुआ कि अब विधिवत बेटियों को ब्रह्माकुमारी बनने की ट्रेनिंग दी जाएगी। इसके लिए एक ट्रेनिंग सेंटर बनाया गया और तत्कालीन मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि ने आपको ट्रेनिंग प्रोग्राम की हैड नियुक्त किया। तब से लेकर आज तक बहनों की नियुक्ति और ट्रेनिंग की जिम्मेदारी दादीजी के हाथों में रही। ।

बाबा के साथ 32 साल लंबा सफरः अतिरिक्त महासचिव राजयोगी डॉ. मृत्युंजय भाई ने कहा कि दादी रतनमोहिनी में बचपन से ही भक्तिभाव के संस्कार रहे। छोटी सी उम्र होने के बाद भी आप अन्य बच्चों की तरह खेलने-कूदने के स्थान पर ईश्वर की आराधना में अपना ज्यादा वक्त गुजारती थीं। स्वभाव धीर-गंभीर था। पढ़ाई में भी होशियार होने के साथ प्रतिभा संपन्न रहीं हैं। दादीजी ने वर्ष 1937 से लेकर ब्रह्मा बाबा के अव्यक्त होने (वर्ष 1969) तक साए की तरह साथ रहीं। इन 32 साल में आप बाबा के हर पल साथ रहीं। बाबा का कहना और दादी का करना यह विशेषता शुरू से ही थी। संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी संतोष दीदी ने कहा कि बचपन से अध्यात्म के प्रति लगन और परमात्मा को पाने की चाह में मात्र 13 वर्ष की उम्र में दादी ने विश्व शांति और नारी सशक्तिकरण की मुहिम में खुद को झोंक दिया।

1985 में भारत एकता युवा पदयात्रा निकाली गई

युवा प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा राजयोगिनी चंद्रिका दीदी ने कहा कि आपको देश-विदेश में कई राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पुरस्कारों से समय प्रति समय दादी को सम्मानित किया गया है। इस दौरान दादी के जीवन पर बनी पुस्तक का भी विमोचन किया गया। दादी का निज सचिव रहीं राजयोगिनी लीला दीदी ने भी अपने अनुभव सांझा किए।

ये भी रहे मौजूद

इस मौके पर संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी सुदेश दीदी व राजयोगिनी शशि दीदी, अतिरिक्त महासचिव डॉ. प्रताप मिड्ढा, मीडिया विंग के उपाध्यक्ष बीके आत्मप्रकाश भाई, ओआरसी गुरुग्राम की निदेशिका राजयोगिनी आशा दीदी, अजमेर सबजोन की निदेशिका राजयोगिनी शांता दीदी, प्रयागराज की निदेशिका राजयोगिनी मनोरमा दीदी, बीके शारदा दीदी ने भी दादी के साथ के अपने अनुभव सांझा किए। श्रद्धांजली सभा में देशभर से आए संस्थान के ढाई हजार से अधिक पदाधिकारी भी मौजूद रहे।

ब्रह्माकुमारीज़ तन और मन को स्वस्थ करने का कार्य कर रही हैः खिंवसर

दादी जानकी की छठवीं पुण्य तिथि पर हजारों लोगों ने अर्पित की पुष्पांजलि

शिव आमंत्रण, आबूरोड

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी की छठवीं पुण्य तिथि पर देशभर से पहुंचे हजारों लोगों ने पुष्पांजली अर्पित कर दादी के जीवन चरित्रों को याद किया।

इस दौरान राजस्थान सरकार के स्वास्थ्य मंत्री गजेन्द्र सिंह खींवसर भी दादी की पुण्य तिथि पर श्रद्धांजलि देने शांतिवन पहुंचे। जहां उन्होंने दादी के समाधि स्थल शक्ति स्तम्भ पर पुष्पांजलि अर्पित कर श्रद्धांजलि दी।

उन्होंने कहा कि दादी जानकी ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की आधार स्तम्भ रहीं। वे लगातार देश और दुनियाभर में मानवता का प्रचार-प्रसार करती रहीं। दादी नारी शक्ति की प्रेरणा स्रोत थीं। ब्रह्माकुमारीज संस्थान उनके निर्देशन में लेकर आज तक समाज को मन और तन से मजबूत करने का कार्य कर रहा है।

दादी की स्मृति दिवस पर संस्थान प्रमुख राजयोगिनी बीके मोहिनी दीदी ने कहा कि दादी ने पूरी दुनिया में ईश्वरीय पैगाम फैलाया। उनकी सोच हमेशा समाज के लिए रही है। उन्होंने आध्यात्मिक ज्ञान से जाति, धर्म, रंग, भाषा, भेद की सारी दीवारें तोड़ी। एक समाज, नयी दुनिया का निर्माण ही उनका लक्ष्य रहा। कार्यक्रम में अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका बीके मुन्नी दीदी व बीके जयंती दीदी ने कहा कि दादी में हमेशा मातृत्व का प्यार मिलता रहा। चाहे वे कुछ बोलें या ना बोलें परन्तु उनके बायब्रेशन बहुत सुकून देते थे।

संस्थान के महासचिव बीके करुणा भाई ने कहा कि दादी ने अंतिम सांस तक पूरी दुनिया का चक्कर लगाकर इतिहास रच दिया था। उनके कदमों में केवल लोक कल्याण

की भावना थी। इस दौरान संयुक्त मुख्य प्रशासिका बीके संतोष दीदी, बीके सुदेश दीदी, अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई, डॉ. प्रताप मिड्डा, बीके आशा दीदी, बीके मोहन सिंघल भाई भी मौजूद रहे।

ये भी रहे मौजूदः विधायक समाराम गरासिया, बीजेपी जिलाध्यक्ष डॉ. रक्षा भंडारी, पूर्व जिलाध्यक्ष सुरेश कोठारी, बीके प्रकाश भाई, डॉ. बनारसी लाल, बीके शारदा दीदी सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद थे।

उपलब्धि : सौर ऊर्जा के क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज़ के बढ़ते कदम

अब चार मेगावॉट बिजली का होगा उत्पादन

शिव आमंत्रण, आबूरोड

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान ने ऊर्जा क्षेत्र में बड़ा कदम बढ़ाया है। संस्थान के सोलार थर्मल पावर प्लांट में सोलार पैनल के तीन मेगावॉट बिजली उत्पादन का नया प्लांट लगाया गया है। पहले इन पैनल से एक मेगावॉट बिजली उत्पादन होता था, वहीं अब नया प्लांट शुरू होने से रोजाना चार मेगावॉट बिजली का उत्पादन होगा।

प्रोजेक्ट का उदघाटन अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी बीके जयंती दीदी, अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई, सीए ललित भाई द्वारा किया गया। इस दौरान बीके जयंती दीदी ने कहा कि वर्तमान समय को देखते हुए जिस तरह से ऊर्जा की जरूरतें बढ़ गईं हैं। इससे सौर ऊर्जा ही एक साधन है जिससे ऊर्जा जरूरतों को पूरा किया जा सकता है। अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई ने कहा कि राजस्थान में सौर उर्जा की अपार संभावनाएं हैं। इसके लिए ज्यादा से ज्यादा सौर ऊर्जा का उपयोग करना चाहिए। सीए बीके ललित भाई ने कहा कि अब तक यहां 3 मेगावाट सोलार प्लेट के जरिए बिजली पैदा हो रही है। सौर उर्जा थर्मल पावर प्लांट की कुल मिलाकर प्रतिदिन 20 हजार यूनिट बिजली उत्पादन किया जा रहा है। आने वाले समय में इसे और बढ़ाया जायेगा। प्रोजेक्ट की जानकारी देते सीईओ बीके जयसिम्हा ने कहा कि हमें धीरे-धीरे बिजली उत्पादन में आत्म निर्भर बनना है। ताकि किसी भी स्थिति से सहज ही निबटा जा सके। आने वाले दिनों में संस्थान की पूरी जरूरतों के लिए और प्रोजेक्ट लगाने की जरूरत है। सबसे बड़ी बात यह है कि इसमें काम करने वाले स्थानीय लोगों का बड़ा सहयोग है। एक बार यह प्रोजेक्ट लगाने के बाद 20 साल तक चलेगा। इस दौरान पीआरओ बीके कोमल भाई, इंजीनियर बीके योगेन्द्र भाई, बीके पंकज भाई, बीके हंसा बहन, बीके शिविका बहन ने भी विचार व्यक्त किए।

अरुणाचल प्रदेश के राज्यपाल पहुंचे मुख्यालय

आबूरोड। अरुणाचल प्रदेश के राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल कैवल्य त्रिविक्रम परनाइक ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञान सरोवर में आयोजित सम्मेलन में भाग लेने के लिए पहुंचे। शांतिवन में संस्थान के अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई ने उनका स्वागत किया। राज्यपाल ने मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मोहिनी दीदी से मुलाकात कर अध्यात्म पर चर्चा की। इस दौरान उन्होंने कहा कि संस्थान द्वारा बहुत ही सराहनीय सेवाएं की जा रही हैं।

ब्रह्माकुमारीज़ के प्रतिनिधिमंडल ने सीएम से की जल्दी एअरपोर्ट बनाने को लेकर चर्चा

शिव आमंत्रण, आबूरोड

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई ने राजस्थान के मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा से जयपुर में मुलाकात की। इस दौरान उन्होंने मुख्यमंत्री से आबूरोड में एअरपोर्ट को जल्दी से जल्दी विस्तार करने का अनुरोध किया। इस पर मुख्यमंत्री शर्मा ने आश्वासन दिया कि जल्दी ही इसके आगे की प्रक्रिया की जाएगी। साथ ही आबूरोड में एअरपोर्ट बनाने पर सहमति जताई। इसके साथ ही माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया। जिस पर मुख्यमंत्री ने जल्दी ही आने की बात कही।

इस दौरान सीएम ने माउण्ट आबू में स्प्रीचुअल टूरिज्म को भी बढ़ावा देने पर जोर दिया। साथ ही सीएम को बताया कि अंतरराष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में हुए पूरे देश में 90 लाख पौधारोपण करने का लक्ष्य रखा गया है। वहीं 10 करोड़ लोगों को नशामुक्त बनाने का भी संकल्प लिया गया है। देशभर में सड़क सुरक्षा के तहत रैली और जागरुकता अभियान चलाने पर भी विचार किया गया। इस दौरान वरिष्ठ सदस्य बीके प्रकाश भाई, बीके शिविका बहन, बीके चन्द्रकला बहन समेत कई लोग मौजूद थे।

विश्व तंबाकू निषेध दिवसः स्वस्थ तन, शांत मन और पवित्र आत्मा की ओर तंबाकू से मुक्ति का संकल्प

आबूरोड। आज का युग तेज़ी, तनाव और प्रतिस्पर्धा का युग है। ऐसे में बहुत से लोग तनाव से राहत पाने के लिए तंबाकू का सहारा लेने लगते हैं। चाहे वह सिगरेट, बीड़ी, गुटखा, पान मसाला या अन्य किसी रूप में हो। लेकिन यह तथाकथित "सहारा" धीरे-धीरे जीवन को अंदर से खोखला कर देता है। विश्व तंबाकू निषेध दिवस हमें यह स्मरण कराता है कि तंबाकू केवल एक आदत नहीं, बल्कि एक धीमा जहर है जो शरीर, मन और आत्मा तीनों को प्रभावित करता है। मनुष्य का जीवन अत्यंत मूल्यवान है। यह शरीर एक दिव्य मंदिर है, जिसमें आत्मा निवास करती है। ऐसे पवित्र मंदिर को तंबाकू जैसे विषैले पदार्थों से दूषित करना न केवल शारीरिक बल्कि आध्यात्मिक दृष्टि से भी हानिकारक है।

तंबाकू सेवनः एक खतरनाक आदत

तंबाकू में मुख्य रूप से निकोटीन पाया जाता है, जो अत्यधिक नशे की लत पैदा करने वाला रसायन है। इसके साथ ही इसमें टार, कार्बन मोनोऑक्साइड और लगभग 7000 से अधिक रसायन होते हैं, जिनमें से सैकड़ों विषैले और लगभग 70 कैंसरकारी होते हैं। जब कोई व्यक्ति तंबाकू का सेवन करता है, तो ये हानिकारक तत्व सीधे रक्त में मिल जाते हैं और पूरे शरीर में फैल जाते हैं।

शारीरिक दुष्प्रभावः शरीर का मौन विनाश

1. फेफड़ों पर प्रभावः तंबाकू का सबसे अधिक प्रभाव फेफड़ों पर पड़ता है। सिगरेट के धुएं में मौजूद टार फेफड़ों में जमा हो जाता है, जिससे फेफड़ों की कार्यक्षमता कम हो जाती है। फेफड़ों का कैंसर, क्रॉनिक ब्रोंकाइटिस, अस्थमा, सांस लेने में कठिनाई, हृदय और रक्त संचार तंत्र पर प्रभाव, निकोटीन रक्त वाहिकाओं को संकुचित करता है, जिससे रक्तचाप बढ़ता है और हृदय पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है। हृदयाघात, स्ट्रोक, उच्च रक्तचाप, मुँह और गले के रोग, गुटखा, पान मसाला और खैनी जैसे उत्पाद मुँह के कैंसर का प्रमुख कारण हैं। मुँह का कैंसर, मसूड़ों की बीमारी, दांतों का गिरना, गले का कैंसर, पाचन तंत्र पर प्रभाव, तंबाकू पेट में एसिडिटी बढ़ाता है और पाचन प्रक्रिया को बाधित करता है। गैस्ट्रिक अल्सर, अपच भूख कम लगना, प्रजनन क्षमता पर प्रभाव, तंबाकू पुरुष और महिलाओं दोनों की प्रजनन क्षमता को प्रभावित करता है। पुरुषों में शुक्राणुओं की गुणवत्ता में कमी, महिलाओं में गर्भधारण में कठिनाई, गर्भस्थ शिशु पर दुष्प्रभाव,

वैज्ञानिक दृष्टिकोणः तंबाकू शरीर को कैसे नुकसान पहुंचाता है?

1. डीएनए को नुकसानः तंबाकू में मौजूद कैंसरकारी रसायन शरीर की कोशिकाओं के डीएनए को क्षति पहुंचाते हैं। इससे कोशिकाओं की सामान्य वृद्धि प्रक्रिया बाधित होती है और कैंसर की संभावना बढ़ जाती है।
2. ऑक्सीजन की कमीः कार्बन मोनोऑक्साइड रक्त में हीमोग्लोबिन से जुड़ जाती है, जिससे शरीर को मिलने वाली ऑक्सीजन की मात्रा कम हो जाती है। इससे शरीर के अंगों को पर्याप्त ऊर्जा नहीं मिलती।
3. ऑक्सीडेटिव स्ट्रेसः तंबाकू शरीर में फ्री रेडिकल्स बढ़ाता है, जो कोशिकाओं को नुकसान पहुंचाते हैं और उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को तेज करते हैं।
4. न्यूरोकेमिकल प्रभावः निकोटीन मस्तिष्क में डोपामिन का स्तर बढ़ाता है, जिससे व्यक्ति को अस्थायी आनंद का अनुभव होता है। लेकिन धीरे-धीरे मस्तिष्क इसकी आदत डाल लेता है और व्यक्ति बार-बार तंबाकू की ओर आकर्षित होता है।

मानसिक दुष्प्रभावः शांति से अशांति की ओर

तंबाकू का प्रभाव केवल शरीर तक सीमित नहीं रहता, यह मन को भी अस्थिर करता है। लोग सोचते हैं कि तंबाकू तनाव कम करता है, जबकि यह वास्तव में तनाव को बढ़ाता है। व्यक्ति मानसिक रूप से तंबाकू पर निर्भर हो जाता है। लगातार सेवन से मस्तिष्क की कार्यक्षमता प्रभावित होती है। तंबाकू न मिलने पर व्यक्ति चिड़चिड़ा और बेचैन हो जाता है। आत्मा की शक्ति का ह्रास होता है। आत्मा मूलतः शुद्ध, शांत और शक्तिशाली है। लेकिन तंबाकू जैसे नशे आत्मा की सात्विकता को कम करते हैं। तंबाकू की लत व्यक्ति की इच्छाशक्ति को कमजोर कर देती है। वह जानते हुए भी गलत आदत को छोड़ नहीं पाता। तंबाकू हर रूप में शरीर और मन के लिए हानिकारक है।

ओम शांति रिट्रीट सेंटर : रिबन काटकर किया स्वर मंजरी ऑडियो स्टूडियो का उद्घाटन

संगीत मन को एकाग्र कर ईश्वर से जोड़ता है: डॉ. संगीता शंकर

शिव आमंत्रण, गुरुग्राम, हरियाणा।

ब्रह्माकुमारीज के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में स्वर मंजरी ऑडियो स्टूडियो का शुभारम्भ हुआ। संस्थान के वरिष्ठ पदाधिकारियों ने रिबन काटकर स्टूडियो का उद्घाटन किया। संगीत संध्या समारोह का आयोजन भी किया गया। गीत और संगीत में अनेक कलाकारों ने अपनी कला का मंचन किया।

मुंबई से पधारी सुप्रसिद्ध वायलिन वादक डॉ. संगीता शंकर ने शास्त्रीय संगीत के माध्यम से विशेष प्रस्तुति दी। उन्होंने पायो जी मैंने ज्ञान रतन धन पायो की धुन पर सबको मंत्रमुग्ध कर दिया। डॉ. संगीता ने कहा कि संगीत मन को एकाग्र कर ईश्वर से जोड़ता है। संगीत और योग का बहुत गहरा संबंध है। हमारे शास्त्रों में संगीत की गहरी शिक्षा दी गई है।

ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी आशा दीदी ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान की स्थापना में आध्यात्मिक गीतों का विशेष महत्व रहा है। संस्थान के संस्थापक ब्रह्मा बाबा स्वयं भी गीत लिखा करते थे। उन्होंने कहा कि ओआरसी में बना ये स्टूडियो अनेक गीतों की रचना का माध्यम बनेगा।

ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी शुक्ला दीदी ने कहा कि संगीत हमें खुशनुमा जीवन जीने की कला सिखाता है। शक्ति नगर सेवाकेंद्र की निदेशिका राजयोगिनी चक्रधारी दीदी ने कहा कि संगीत के साथ भावना, आस्था और विश्वास गीत को अमर बना देते हैं। संगीत एक साधना है। कार्यक्रम में प्रसिद्ध गायक पंडित ब्रजेश मिश्रा, हरीश मोयल, चांद बजाज, बीके नितिन, बीके अविनाश, बीके रीना एवं बीके हंसी विश्वकर्मा ने अपने मधुर स्वरों से सबका मन मोह लिया। मुख्यालय माउंट आबू से पधारे बीके ललित, बीके सतीश एवं बीके विवेक ने भी अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की। संचालन बीके चांद ने किया। इस अवसर पर संस्थान से जुड़े 1200 से भी अधिक लोग उपस्थित थे।

बागेश्वर धाम महाराज से की मुलाकात

मुलुंड (मुंबई)। बागेश्वर धाम के पीठाधीश्वर पं. धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री महाराज से मुलुंड सेवाकेंद्र की वरिष्ठ राजयोग शिक्षीका बीके वर्षा दीदी ने स्नेहभरी मुलाकात की। उन्होंने बागेश्वर धाम सरकार को शॉल ओढ़ाकर व परमपिता परमात्मा शिव बाबा का परिचय देकर परमपिता परमात्मा शिव का स्मृति चिंह भेंट किया। इस दौरान बीके डॉक्टर दीपक हरके, बीके गौरी दीदी भी विशेष रूप से उपस्थित रहे।

इंदौर में बीके हेमलता दीदी शक्ति अवार्ड से सम्मानित

इंदौर। मध्य प्रदेश के स्टेट वूमेंस प्रेस क्लब द्वारा इंदौर जोन की क्षेत्रीय निदेशिका ब्रह्माकुमारी हेमलता दीदी को एक विशेष समारोह में उनकी उत्कृष्ट सेवाओं के लिए शक्ति अवार्ड प्रदान किया गया। यह अवार्ड मध्य प्रदेश हाई कोर्ट के प्रधान न्यायाधीश विजय कुमार शुक्ला, वुमन स्टेट प्रेस क्लब की अध्यक्षा शीतल राय, लक्ष्मी नारायण कॉलेज ऑफ टेक्नोलॉजी की डायरेक्टर डॉक्टर संध्या चौकसे ने प्रदान किया। इस दौरान ब्रह्माकुमारी अनिता दीदी का भी सम्मान किया गया।

आयुर्वेद और आधुनिक चिकित्सा का समन्वय करके कई बीमारियों का इलाज कर सकते हैं

शिव आमंत्रण, बीदर (कर्नाटक)।

ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र द्वारा शहर के सपना कंवेक्शन् हॉल में स्वास्थ्य और रोग के लिए एकीकृत दृष्टिकोण (एलोपैथी और आयुर्वेद) विषय पर संगोष्ठी का आयोजन किया गया।

हैदराबाद के विश्व विख्यात हृदय सर्जन डॉ. रवीशंकर पोलीसेट्टी जिन्होंने अब तक नाड़ी परीक्षा द्वारा वात, पित्त, कफ संतुलन से असंभव बीमारियों इलाज कर हजारों मरीजों को स्वास्थ्य प्रदान किया है। इस दौरान डॉ. पोलिसेट्टि ने आधुनिक तकनीकी का उपयोग कर वात,पित्त, कफ संतुलन के लिए आयुर्वेद, योग विज्ञान के जरिये जीवन भर स्वस्थ कैसे रह सकते हैं इस पर विस्तृत जानकारी दी।

डॉ. पोलीसेट्टी का कहना है कि आयुर्वेद और आधुनिक चिकित्सा का समन्वय करके हम कई बीमारियों का इलाज कर सकते हैं। उनका प्रिज्म फ्रेमवर्क इस दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है, जो व्यक्तिगत स्वास्थ्य और रोग प्रबंधन पर केंद्रित है। इस अवसर पर शहर के गणमान्य डॉक्टर्स, समाजसेवी व्यक्तियों ने शिरकत की।

ये भी रहे मौजूद-

इस मौके पर मुख्य रूप से बीदर येदलापु स्थित राजऋषिवन की निदेशिका राजयोगिनी बीके सुमंगला दीदी, रामपुरे कॉलोनी की संचालिका राजयोगिनी बीके सुनंदा दीदी, डॉ. रविशंकर पोलीसेट्टी, एमडी (फिजिशियन), ऑर्डिनटुरा कार्डियोवस्कुलर सर्जन, बीजी शेटकार अध्यक्ष जिला वाणिज्य और उद्योग, चंद्रकांत हाल्लि प्रिंसिपल एनके जबशेट्टी आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज, वीरशेट्टी पाटिल एमडी सपना ग्रुप्स, डॉ. शोभा भूमे स्त्री रोग विशेषज्ञ, डॉ. नीता शैलेंद्र बेलदाले व्यवसायी आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम में करीब 400 भाई-बहनें सहभागी रहे। बीके सुमंगला दीदी और बीके सुनंदा दीदी ने अपने अनुभव साझा किए। बीके पार्वती बहन ने मंच संचालन किया। साथ ही सभी को राजयोग से शांति की अनुभूति कराई।

शान्ति शिखर देखने आए आर्मी के बच्चों के लिए व्याख्यान आयोजित

स्वयं पर विश्वास ही सफलता की असली कुंजी है

शिव आमंत्रण, नवा रायपुर।

आत्मविश्वास सफलता की नींव है जो कि खुद की क्षमताओं और निर्णयों पर अटूट भरोसा रखने से उत्पन्न होती है। यह हमें जोखिम उठाने और चुनौतियों का सामना करने तथा लक्ष्य हासिल करने में मदद करता है। यह कोई जन्मजात गुण नहीं, बल्कि छोटे-छोटे लक्ष्य को पूरा करके और सकारात्मक सोच से विकसित किया जा सकने वाला कौशल (हुनर) है।

यह विचार ब्रह्माकुमारी अंशु दीदी ने प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के नवा रायपुर सेक्टर-20 स्थित एकेडमी फॉर ए पीसफुल वर्ल्ड-शान्ति शिखर देखने आए आर्मी स्कूल के बच्चों को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि जीवन के हर क्षेत्र में सफलता का सीधा सम्बन्ध उस व्यक्ति के आत्मविश्वास से जुड़ा होता है। विशेषज्ञों और सफल लोगों के अनुभव यह बतलाते हैं कि बुद्धिमत्ता या संसाधनों से भी आगे बढ़कर आत्मविश्वास ही वह शक्ति है जो कि एक साधारण व्यक्ति को असाधारण बनाती है। यह न केवल हमारे व्यक्तिगत और व्यावसायिक लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करता है बल्कि कठिन परिस्थितियों में हमें डटे रहने का साहस भी देता है।

उन्होंने कहा कि आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति न केवल खुद पर भरोसा करता है बल्कि अपने डर पर काबू पाकर जोखिम उठाने से भी नहीं डरता। मनोवैज्ञानिकों के अनुसार आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए सकारात्मक रूप से आत्म-मंथन करना और छोटे-छोटे लक्ष्य निर्धारित कर उन्हें हासिल करना बहुत ज़रूरी है। असफलता से सीखें। गलतियों को स्वयं को सुधारने का अवसर मानें, उनसे हार नहीं मानें।

उन्होंने कहा कि आत्मविश्वास रातों-रात नहीं आता। छोटे-छोटे लक्ष्य निर्धारित करें और उन्हें पूरा करके अपना हौसला बढ़ाएं। अंत में मैं बस इतना ही कहूँगी कि मंजिलें उन्हीं को मिलती हैं जिनके सपनों में जान होती है। पंखों से कुछ नहीं होता, हौसलों से उड़ान होती है। खुद पर भरोसा रखें, क्योंकि आप अपनी परिकल्पना से कहीं अधिक योग्य और बुद्धिमान हैं। इस दौरान बीके रश्मि दीदी सहित अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे। साथ ही बच्चों के साथ शिक्षकगणों ने भी भाग लिया।

नकारात्मक खबरों के प्रभाव से न्यारे होकर कर्म करें

शिव आमंत्रण, भिलाई, छत्तीसगढ़। ब्रह्माकुमारी द्वारा स्थापना के 90 वर्ष पूरे होने पर नवदशकोत्सव महोत्सव के उपलक्ष्य में सेक्टर 7 स्थित पीस ऑडिटोरियम में मीडिया परिचर्चा स्नेह मिलन का आयोजन किया गया। इसमें भिलाई सेवाकेंद्रों की निदेशिका ब्रह्माकुमारी आशा दीदी ने कहा कि सिंध से ब्रह्मा बाबा द्वारा परमात्म प्रेरणाओं और नई सतयुगी दुनिया के दिव्य साक्षात्कार के आधार पर इस यज्ञ की शुरुआत 1936 में हुए। ब्रह्मा बाबा ने अपने लौकिक बच्चों के होते हुए भी अपनी संपूर्ण संपत्ति को माताओं और बहनों का ट्रस्ट बनाकर सर्वस्व समर्पित किया और इस संस्था की शुरुआत हुई और तब से लेकर आज तक अनवरत अथक रूप से संस्था 140 देशों में 6 हजार से अधिक सेवाकेंद्रों के माध्यम से समाज के हर व्यक्ति को निशुल्क रूप से राजयोग मेडिटेशन, सकारात्मक जीवनशैली, तनाव प्रबंधन की सेवाएं दे रही। परमात्मा ने अपने विशेष कार्य नई दुनिया की स्थापना के लिए शिव शक्ति, नारी शक्ति बहनों और माताओं को इस कार्य के लिए चुना क्योंकि माताएं और बहनें त्याग ईश्वरीय स्नेह से सभी को निस्वार्थ पालना से सींचती है। बीके प्राची दीदी ने मीडिया सदस्यों को अपने प्रतिदिन के कार्य से तथा नकारात्मक खबरों के प्रभाव से न्यारा (डिटेच) होकर अपना पार्ट बजाने का आह्वान किया। थोड़े समय के लिए शरीर से न्यारा होकर परमात्मा स्नेह की छत्रछाया में रहें। आपने सभी मीडिया सदस्यों को गहन राजयोग मेडिटेशन की अनुभूति कराई।

शिक्षकों को तनावमुक्त रहने के आध्यात्मिक उपाय बताए

शिव आमंत्रण, नरसिंहपुर, मप्र।

ब्रह्माकुमारीज़ के हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी स्थित स्थानीय सेवा केंद्र दिव्य संस्कार भवन में शिक्षक स्नेह मिलन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें नगर के विभिन्न शिक्षण संस्थानों के प्रधानाचार्य, शिक्षकगण और शिक्षाविदों ने हिस्सा लिया।

इसमें जिला संचालिका बीके कुसुम दीदी ने कहा कि शिक्षक समाज का वह आधार स्तंभ है जो आने वाली पीढ़ी के चरित्र का निर्माण करता है। वर्तमान समय में भौतिक शिक्षा के साथ-साथ नैतिक और आध्यात्मिक शिक्षा का समावेश अनिवार्य हो गया है। ब्रह्माकुमारीज़ का यह प्रयास शिक्षकों को आंतरिक रूप से सशक्त बनाने की एक अनूठी पहल है। कार्यक्रम के दौरान शिक्षकों को मानसिक शांति और कार्यस्थल पर तनाव मुक्त रहने के सरल आध्यात्मिक उपाय बताए गए। बीके पूजा दीदी द्वारा कराए गए राजयोग के अभ्यास से सभी शिक्षकों ने गहन शांति और अतीन्द्रिय सुख का अनुभव किया।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, ईटानगर (अरुणाचल प्रदेश) | अरुणाचल प्रदेश के राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल केटी परनाइक को सेवाकेंद्र प्रभारी ब्रह्माकुमारी जूनू दीदी ने सभी आत्माओं के परम पिता का स्मृति चिंह्न भेंट किया गया। इस अवसर पर राजीव गांधी केंद्रीय विश्वविद्यालय के प्रभारी कुलपति बीके डॉ. जयदेव साहू, बीके ज्योतिष रॉय, बीके बोआ तामा, बीके गोले ताइपोडिया, बीके लुलिर गामलिन, राज्यपाल के एडीसी रमेश चंद उपस्थित रहे।

शिव आमंत्रण, मधुबनी(बिहार) | बिहार के कृषि मंत्री रामकृपाल यादव एवं कृषि विज्ञान केंद्र मधुबनी एवं भारत के 41 इंजीनियरिंग कॉलेज के चेयरमैन एवं संचालक डॉ. संत कुमार चौधरी को ईश्वरीय सौगात देते हुए बीके संगीता बहन, बीके विभा बहन एवं बीके बृजराज भाई।

शिव आमंत्रण, सासाराम, बिहार | मंडलकारागार में विशेष सेमिनार आयोजित किया गया। आत्म चिंतन से जीवन परिवर्तन विषय पर मुजफ्फरपुर से पधारे मोटिवेशनल स्पीकर अरविंद भाई ने कहा कि चिंता को भूल चिंतन के मार्ग पर चलकर आपके जीवन में एक नई शुरुआत और एक ऊर्जा का संचार होगा, इसलिए सब भुलाकर अपना जीवन प्रभु चिंतन में लगाएं। ब्रह्माकुमारीज़ सेंटर से बीके नीतू बहन और अन्य जेल के अधिकारी भी मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, केशोद (गुजरात) | ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर आपणु स्वास्थ्य, आपना हाथ मा" विषय पर सेमिनार आयोजित किया गया। इसमें माउंट आबू से पधारे हृदय रोग विशेषज्ञ बीके डॉ. सतीश गुप्ता ने उपरोक्त विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। शुभारंभ पर डॉ. राहुल गुप्ता, नगरपालिका प्रमुख मेहुलभाई गोंडलिया, डॉ. अजुडिया, डॉ. सांगाणी, डॉ. छाया, एडवोकेट डीडी देवाणी तथा बीके रुपा बहन मौजूद रहीं।

शिव आमंत्रण, पन्ना, मप्र | जिला स्वास्थ्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. राजेश तिवारी व ब्लड बैंक अधिकारी डॉ. प्रवीण द्विवेदी ने ब्रह्माकुमारीज़ की पन्ना प्रभारी बीके सीता बहन को प्रशस्ति पत्र एवं मोमेंटो भेंटकर सम्मानित किया।

संपादकीय

मदर्स डे: ममता से महाशक्ति तक का आध्यात्मिक सफर

मदर्स डे केवल एक तिथि नहीं, बल्कि उस दिव्य शक्ति के प्रति कृतज्ञता प्रकट करने का अवसर है, जिसे हम "माँ" के रूप में जानते हैं। माँ केवल जन्म देने वाली ही नहीं, बल्कि जीवन को संस्कार, प्रेम और दिशा देने वाली प्रथम गुरु होती है। माँ का स्वरूप केवल शारीरिक संबंध तक सीमित नहीं है, बल्कि यह आत्मा की मूल शक्तियों प्रेम, करुणा, सहनशीलता और त्याग का जीवंत प्रतीक है। आज के भौतिकवादी युग में, जहाँ संबंधों में स्वार्थ और अपेक्षाएँ बढ़ती जा रही हैं, वहाँ माँ की निःस्वार्थ ममता हमें सच्चे प्रेम का अनुभव कराती है। ब्रह्माकुमारीज़ का ज्ञान हमें यह समझाता है कि हर आत्मा मूलतः शुद्ध, शांत और प्रेममयी है। माँ का हृदय इस दिव्यता का सबसे सुंदर प्रतिबिंब होता है। जब एक माँ अपने बच्चों को बिना किसी अपेक्षा के प्रेम करती है, तो वह वास्तव में अपनी आत्मिक शक्ति को प्रकट कर रही होती है। इस सृष्टि की परम माँ स्वयं परमपिता परमात्मा शिव हैं, जो निराकार, ज्योति बिंदु स्वरूप में समस्त आत्माओं के सच्चे माता-पिता हैं। शिव बाबा का प्रेम सर्वव्यापी और निष्काम होता है, जो हर आत्मा को आंतरिक शांति, शक्ति और स्नेह का अनुभव कराता है। जब हम राजयोग ध्यान के माध्यम से उस परम स्रोत से जुड़ते हैं, तो हमारे भीतर भी वही मातृत्व गुण जागृत होने लगते हैं। क्षमा, सहनशीलता, और सभी के प्रति शुभभाव। आज की माताएँ अनेक चुनौतियों का सामना कर रही हैं। परिवार और करियर के बीच संतुलन, बच्चों के संस्कारों की चिंता, और समाज की बदलती परिस्थितियाँ। ऐसे समय में, आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग ध्यान उन्हें आंतरिक शक्ति प्रदान करता है। जब माँ स्वयं मानसिक रूप से सशक्त और शांत रहती है, तो वह अपने परिवार को भी सकारात्मक ऊर्जा और संस्कारों से भर देती है।

बोध कथा/जीवन की सीख

परिवार: प्रेम का सच्चा आश्रय

एक छोटे से गाँव में एक संयुक्त परिवार रहता था। घर में दादा-दादी, माता-पिता और दो बच्चे थे। बाहर से देखने पर सब कुछ बहुत अच्छा लगता था, लेकिन अंदर ही अंदर परिवार के सदस्यों के बीच मनमुटाव बढ़ने लगा था। छोटी-छोटी बातों पर तकरार, अपेक्षाएँ और अहंकार ने घर की शांति को भंग कर दिया था। एक दिन दादी ने सबको एक साथ बुलाया और एक छोटी सी कहानी सुनाने लगीं। उन्होंने एक दीपक जलाया और कहा, "यह दीपक हमारे परिवार जैसा है। जब तक इसमें तेल (प्रेम) और बाती (सहनशीलता) है, तब तक यह प्रकाश देता रहेगा। लेकिन जैसे ही इनमें से कोई एक कम हो जाए, अंधकार छा जाएगा।"

बच्चों ने ध्यान से सुना, लेकिन बड़ों के मन में अभी भी अपनी-अपनी बातों का भार था। उसी समय गाँव में एक संत आए। परिवार के सभी सदस्य उनके पास गए और अपनी-अपनी समस्याएँ बताने लगे। संत ने मुस्कुराकर एक सरल प्रयोग किया। उन्होंने सभी को एक-एक काँच का गिलास दिया और उसमें थोड़ा-सा नमक डालकर पानी भरने को कहा। फिर बोले, "अब इसे पीकर बताओ कैसा स्वाद है?"

सबने एक स्वर में कहा, "बहुत कड़वा!" संत ने फिर सभी गिलासों का पानी एक बड़े घड़े में मिलाया और कहा, "अब इस घड़े से पानी पीओ।" जब सबने पिया, तो पानी सामान्य लगा। संत ने समझाया, "तुम्हारी छोटी-छोटी शिकायतें नमक की तरह हैं। जब तुम उन्हें अपने-अपने मन में अलग-अलग रखते हो, तो जीवन कड़वा लगता है। लेकिन जब परिवार एकजुट होकर प्रेम और समझदारी का बड़ा घड़ा बनाता है, तो वही कड़वाहट भी घुलकर समाप्त हो जाती है।"

यह सुनकर सभी की आँखें खुल गईं। उन्हें एहसास हुआ कि समस्या बाहर नहीं, उनके अपने दृष्टिकोण में है। उस दिन से उन्होंने यह संकल्प लिया कि वे एक-दूसरे को समझेंगे, क्षमा करेंगे और प्रेम से रहेंगे।

संदेश: जब हम एक-दूसरे को आत्मा समझकर व्यवहार करते हैं, तो अपेक्षाएँ कम और अपनापन अधिक हो जाता है। अंतरराष्ट्रीय परिवार दिवस हमें यह याद दिलाता है कि सच्चा सुख बाहरी उपलब्धियों में नहीं, बल्कि परिवार के प्रेम, एकता और आध्यात्मिक समझ में छिपा है। जब हर सदस्य अपने भीतर शांति और प्रेम के संस्कार जागृत करता है, तब परिवार वास्तव में स्वर्ग का रूप बन जाता है।

मेरी कलम से

राजयोग के अभ्यास से नशा छूट गया, जीवन बन गया आनंदमय

राजेंद्र कुमार (55), ऑटोमोबाइल पार्ट्स व्यवसाय फरीदाबाद, हरियाणा

शिव आमंत्रण, आबू रोड। राजयोग बना असली समाधान दस वर्षों तक शराब और सिगरेट मेरे जीवन का हिस्सा रहे। ऑटोमोबाइल पार्ट्स के व्यवसाय और फैक्ट्री की नाइट शिफ्ट के दौरान साथियों के साथ व्यसन लेना रोज़मर्रा की आदत बन गई थी। कार्यस्थल के तनाव को कम करने के लिए मैंने नशे का सहारा लिया, लेकिन धीरे-धीरे वही सहारा कमजोरी बन गया।

इन व्यसनों के कारण आलस्य, स्वास्थ्य समस्याएँ, गुस्सा और चिड़चिड़ापन बढ़ गया। निर्णय लेने की क्षमता कमजोर हो गई और घर में कलह का वातावरण रहने लगा। परिवार समझाता रहा, पर मैं मानने को तैयार नहीं था।

जीवन में परिवर्तन तब आया जब मैंने ब्रह्माकुमारीज़ में राजयोग कोर्स किया। शुरुआत में व्यसन और ज्ञान साथ-साथ चलते रहे, लेकिन भीतर से आवाज आने लगी कि यह मार्ग सही नहीं है। नियमित अभ्यास से जो आत्मिक सुख मिला, उसके सामने नशे का आकर्षण फीका पड़ गया और व्यसन सहज ही छूट गया। आज मेरा स्वभाव शांत है और परिवार में खुशहाली है। मेरे परिवर्तन को देखकर मेरी पत्नी और बेटी ने भी इस आध्यात्मिक मार्ग को अपनाया है। सच्चा सुख भीतर है-नशे में नहीं, आत्म-जागृति में है।

मेरा सभी से यही आह्वान है कि अपने जीवन में एक बार आप राजयोग को शामिल करें, आपका जीवन ऐसा बदल जाएगा कि आपको खुद पर ही यकीन नहीं होगा। वास्तव में राजयोग हमारे विचारों को शुद्ध, पवित्र और पूरी तरह से सकारात्मक बना देता है, इससे जीवन में व्याप्त व्यसन, बुराइयां, तनाव छू मंतर हो जाते हैं। जब से मैंने राजयोग का अभ्यास शुरू किया है, मन सदा ही शांत रहता है। अब किसी भी बात की फ्रिक नहीं होती है। सबकुछ ईश्वर पर छोड़कर चलते हैं, इससे कभी तनाव भी नहीं होता है।

खुद को भाग्यशाली समझता हूं कि मुझे परमपिता शिव परमात्मा का सत्य ज्ञान मिला। नशे के दल-दल में फंसे लोगों के लिए ब्रह्माकुमारीज़ में सिखाया जाने वाला राजयोग मेडिटेशन किसी वरदान से कम नहीं है। हमारा मनुष्य जीवन अमूल्य है। मैं मैंने अपने जीवन के अमूल्य क्षण ऐसे ही नशे में गंवा दिया लेकिन अब एक-एक पल को सफल कर रहा हूं। मेरे परिवार में अब सुख-शांति रहती है। अब मुझे एहसास हुआ है कि जीवन का सच्चा मार्ग मिला है। आध्यात्मिक ज्ञान से ही जीवन में बदलाव संभव है। युवाओं को खासकर इससे जुड़ना चाहिए।

लोकोपयोगी उत्कर्ष हेतु सात्विक दायित्वबोध के निर्धारित मानदंड

जीवन का मनोविज्ञान

भाग - 94

- डॉ. अजय शुक्ला, बिहेवियर साइंटिस्ट
गोल्ड मेडलिस्ट इंटरनेशतनल, ह्यूमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड डायरेक्टर
(स्प्रीचुअल रिसर्च स्टडी एंड एजुकेशनल ट्रेनिंग सेंटर, बंजारी, देवास, मप्र)

शिव आमंत्रण, आबू रोड। लोकोपयोगी उत्कर्ष हेतु सात्विक दायित्वबोध जीवन के आचरण को धारण करने की महानतम परिणिति है जिसे आत्मगत स्वभाव की श्रद्धा से सम्बद्ध , निष्ठापूर्ण आस्था ' जहाँ सुमति तहाँ सम्पत्ति नाना...' के गूढ़तम रहस्य द्वारा आत्मिक जागृति के सानिध्य में भगीरथ प्रयत्न के माध्यम से प्राप्त किया जा सकता है। गतिशील जीवन में जागृत चेतना द्वारा सत्य, प्रेम एवं अहिंसा का अभिव्यक्त स्वरूप कल्याणकारी उद्देश्य से सुसज्जित रहता है जिसमें मंगलकारी स्थिति के अन्तर्गत चैतन्यता की भव्यता आत्मिक अवस्था में सराबोर होकर आत्मीयता से युक्त अहिंसक जीवन शैली को सम्पूर्ण रूप से आत्मसात कर लेती है।

आत्मगत उच्चतम स्वरुप की नैसर्गिकता का गहन बोध से सम्बंधित पक्ष जीवन की सत्यता में समाहित रहकर जीवात्मा को अनुप्राणित करते हुए निर्धारित नैतिक मानदण्ड को अनुकरण एवं अनुसरण करने के लिए सदा ही अभिप्रेरणा प्रदान करता रहता है । जागृत चेतना का विराट स्वरूप आत्महित की परिधि से सक्षमता ग्रहण करके स्व कल्याण के मार्ग की अनुशंसा लोकोपयोगी उत्कर्ष हेतु स्वयं के सात्विक दायित्वबोध द्वारा सम्पन्न करने की कर्त्तव्योन्मुखी श्रेष्ठतम अवस्था की ओर प्रस्थान करना ही जीवन की जिम्मेदारी एवं जवाबदेही को सम्पूर्ण समर्पित भाव के साथ स्वीकार करने के समदृश्य होता है । '

आत्मगत उच्चतम स्वरूप के निर्धारित मानदण्ड: आत्मगत स्वभाव सदा ही श्रेष्ठता की ओर गतिशील रहता है जिसमें चेतना का अभिमुखिकरण सुमति के माध्यम से स्वयं को सर्वगुण सम्पन्नता के स्वरूप में विकसित करते

हुए सम्पूर्णता के उच्चतम् निर्माण द्वारा आत्मानुभूति की भव्यता में स्थापित हो जाता है । जीवन में स्वयं को उच्चतम स्वरूप में रूपान्तरित - करने के लिए आत्मिक पुरुषार्थ का अनुभवी परिवेश सम्पूर्ण व्यक्तित्व को गरिमामयी अभिव्यक्ति के द्वारा यह सम्प्रेषित करता है कि नियम - संयम , जप - तप, ध्यान -धारणा तथा स्वाध्याय से ही सत्य की प्राप्ति पूर्णतः संभव होती है । स्वयं को चेतना के स्तर पर परिष्कृत करने के दायित्वबोध से सृजित जीवात्मा को सैद्धान्तिक एवं व्यावहारिक स्थिति में उच्चतम् स्वरूप के निर्धारित मानदण्ड का वास्तविक अनुपालन करने की मूलभूत आवश्यकता होती है जिसे मन, वचन एवं कर्म की पवित्रता को आत्मसात करके प्राप्त किया जा सकता है ।

व्यक्तित्व, कृतित्व एवं अस्तित्व का निर्माण

जीवन की सत्यता का उजला पक्ष सदा से ही चेतना को आकर्षित करने के साथ ही अनुगमन के लिए सद्प्रेरणा प्रदान करता है जिसमें मानवीय चित्त एवं चरित्र की शुद्धता के विविध आयाम सम्मिलित रहते हैं जो जीवात्मा के व्यक्तित्व, कृतित्व एवं अस्तित्व निर्माण का महत्वपूर्ण आधार बन जाते हैं । चेतना के अनुभूतिगत, विकासात्मक पक्ष से जुड़े गुणात्मक अनुक्रम में आत्मा की नैसर्गिक वृत्ति का स्वीकारोक्ति युक्त परिमार्जन सुनिश्चित होता है जो जीवित जिजीविशा के जीवंत स्वरूप में सात्विक संदर्भ एवं प्रसंग को आत्मगत उच्चता के निर्धारित मानदण्ड से स्वमेव ही सम्बद्ध कर देता है ।

लोकोपयोगी उत्कर्ष हेतु सात्विक दायित्वबोध

आत्म भाव भावना - निज निधि निजानंद स्वरूप का व्यावहारिक परिदृश्य जीवात्मा को आध्यात्मिक पुरुषार्थ के सुखद परिणाम अर्थात आत्मानुभूति के वृहद् रूप में प्राप्त हो जाने के पश्चात् आत्मगत चेतना सत्यम शिवम सुन्दरम - सत् चित्त आनंद सच्चिदानंद के प्रति आभार युक्त धन्यता के दुर्लभ सौभाग्यशाली आत्मिक योग एवं संयोग को सदा के लिए पवित्र स्मृतियों को संजोकर रखने के आनंद से भरपूर हो जाती है । लोकोपयोगी उत्कर्ष हेतु सात्विक दायित्वबोध जीवन के आचरण को धारण करने की महानतम परिणिति है जिसे आत्मगत स्वभाव की श्रद्धा से सम्बद्ध , निष्ठापूर्ण आस्था - ' जहाँ सुमति तहाँ सम्पत्ति नाना...' के गूढ़तम रहस्य द्वारा आत्मिक जागृति के सानिध्य में भगीरथ प्रयत्न के माध्यम से प्राप्त किया जा सकता है । गतिशील जीवन में जागृत चेतना द्वारा - सत्य , प्रेम एवं अहिंसा का अभिव्यक्त स्वरूप कल्याणकारी उद्देश्य से सुसज्जित रहता है जिसमें मंगलकारी स्थिति के अन्तर्गत चैतन्यता की भव्यता आत्मिक अवस्था में सराबोर होकर आत्मीयता से युक्त अहिंसक जीवन शैली को सम्पूर्ण रूप से आत्मसात कर लेती है ।

"शिक्षा को पूर्ण होने के लिए मानवीय होना चाहिए, इसमें न केवल बुद्धि का प्रशिक्षण शामिल होना चाहिए, बल्कि हृदय का परिष्कार और आत्मा का अनुशासन भी शामिल होना चाहिए।"

- डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन्

"शिक्षा ही सामाजिक बदलाव का सबसे महत्वपूर्ण माध्यम है। स्त्री शिक्षा समाज की प्रगति के लिए आवश्यक है।"

- राजा राममोहन राय

ज्ञान सरोवर में आईटी प्रोफेशनल्स के लिए चार दिवसीय रिट्रीट आयोजित

आईटी प्रोफेशनल्स सीख रहे इनर पावर बढ़ाने की टेक्निक

शिव आमंत्रण, माउंट आबू।

ब्रह्माकुमारीज़ के आईटी विंग द्वारा ज्ञान सरोवर, में आईटी लीडर्स एवं प्रोफेशनल्स के लिए चार दिवसीय रिट्रीट का आयोजन किया गया। इस रिट्रीट में देश-विदेश से तकनीकी क्षेत्र के अग्रणी विशेषज्ञों और पेशेवरों ने भाग लिया। इस रिट्रीट का उद्देश्य आईटी क्षेत्र से जुड़े लोगों को आत्म-सशक्तिकरण, मानसिक स्पष्टता और आंतरिक संतुलन के माध्यम से अपने व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए प्रेरित करना है। कार्यक्रम के दौरान प्रतिभागियों को राजयोग मेडिटेशन, आध्यात्मिक सत्रों, अनुभव आधारित गतिविधियों एवं संवाद के माध्यम से आत्म-अनुभूति और सकारात्मक सोच विकसित करने का अवसर मिलेगा। रिट्रीट आईटी प्रोफेशनल्स को तनाव प्रबंधन, निर्णय क्षमता में सुधार और नेतृत्व कौशल को सुदृढ़ करने में सहायक सिद्ध होगा। अपने भीतर की शक्तियों को पहचानकर जीवन में संतुलन और सफलता प्राप्त करने की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करेगा। चार दिनों तक चलने वाले इस विशेष रिट्रीट में आध्यात्मिक ज्ञान और आधुनिक जीवन के समन्वय के माध्यम से प्रतिभागियों को एक नई दिशा देने का प्रयास किया जा रहा है।

तुमकुर में राष्ट्रपति से मिलीं ब्रह्माकुमारी बहनें

तुमकुर। ब्रह्माकुमारीज़ तुमकुर की प्रभारी राजयोगिनी बीके सुजाता बहन के नेतृत्व में बीके रश्मि बहन एवं बीके विमला बहन सहित बहनों के प्रतिनिधिमंडल ने राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु से सौजन्य भेंट की। इस अवसर पर बहनों ने राष्ट्रपति को आध्यात्मिक मूल्यों पर आधारित एक दिव्य उपहार एवं पुष्पगुच्छ भेंट कर उनका सम्मान किया। साथ ही ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा समाज में नैतिकता, आत्मिक जागरूकता एवं आध्यात्मिक सशक्तिकरण के लिए किए जा रहे विभिन्न सेवा कार्यों की जानकारी भी साझा की। राष्ट्रपति ने ब्रह्माकुमारीज़ की सेवाओं की सराहना करते हुए कहा कि वर्तमान समय में आध्यात्मिक मूल्यों का प्रसार समाज के लिए अत्यंत आवश्यक है। संस्था लोगों में सकारात्मक परिवर्तन लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है।

दिल्ली की मुख्यमंत्री से की मुलाकात

दिल्ली। किंग्सवे कैंप सेवाकेंद्र की संचालिका बीके साधना दीदी ने दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता से शिष्टाचार भेंट की। इस अवसर पर ओम शांति रिट्रीट सेंटर की रजत जयंती पर चल रहे 'रजत रश्मियां' अभियान की जानकारी दी। साथ ही माउंट आबू में आयोजित राजनीतिज्ञ सेवा प्रभाग के राष्ट्रीय सम्मेलन में सहभागिता हेतु भी आमंत्रित किया गया।

मातृ दिवस पर विशेषः माँः सृष्टि की प्रथम शक्ति, संस्कारों की आधारशिला

जब भी ''माँ'' शब्द का उच्चारण होता है, तो मन स्वतः ही प्रेम, सुरक्षा, त्याग और करुणा की अनुभूति से भर जाता है। माँ केवल एक संबंध नहीं, बल्कि वह शक्ति है जो जीवन को जन्म देती है, उसे पोषण देती है और सही दिशा भी प्रदान करती है। माँ केवल शारीरिक जन्म देने वाली नहीं, बल्कि आत्मा के संस्कारों को सँवारने वाली प्रथम गुरु भी है। आज के भौतिकवादी युग में, जहाँ संबंधों की गहराई धीरे-धीरे कम होती जा रही है, वहीं मातृ दिवस हमें यह अवसर देता है कि हम माँ के महत्व को पुनः समझें, उनके योगदान को सम्मान दें और उनके प्रति अपने कर्तव्यों को याद करें। हर आत्मा एक शाश्वत, ज्योति बिंदु स्वरूप है। लेकिन जब यह आत्मा शरीर धारण करती है, तो माँ ही वह माध्यम बनती है जिसके द्वारा यह संसार में प्रवेश करती है। इस दृष्टि से माँ सृष्टि की सह-निर्माता है।

माँ के गर्भ में ही बच्चे के संस्कारों का बीजारोपण शुरू हो जाता है। माँ के विचार, भावनाएँ और मानसिक स्थिति सीधे शिशु पर प्रभाव डालती हैं। इसलिए कहा जाता है कि ''माँ का मन ही बच्चे का पहला विद्यालय है। यदि माँ सकारात्मक, शांत और आध्यात्मिक विचारों से युक्त रहती है, तो वही संस्कार बच्चे में भी आते हैं। यही कारण है कि ब्रह्माकुमारीज़ में गर्भ संस्कार पर विशेष बल दिया जाता है।

माँः प्रथम गुरु और संस्कारों की निर्माता

बच्चे के जीवन में सबसे पहला शिक्षक माँ ही होती है। वह बोलना, चलना ही नहीं सिखाती, बल्कि जीवन जीने की कला भी सिखाती है। हर आत्मा अपने साथ पिछले जन्मों के संस्कार लेकर आती है, लेकिन वर्तमान जीवन में उन्हें आकार देने का कार्य माँ करती है। माँ के स्नेह, अनुशासन और मार्गदर्शन से ही बच्चे का व्यक्तित्व बनता है। आज समाज में जो नैतिक पतन दिखाई दे रहा है, उसका एक कारण यह भी है कि बच्चों को सही संस्कार देने में कहीं न कहीं कमी रह जाती है। इसलिए आवश्यक है कि माँ स्वयं भी आध्यात्मिक रूप से सशक्त बने, ताकि वह अपने बच्चों को श्रेष्ठ संस्कार दे सके।

आधुनिक युग की चुनौतियाँ और माँ की भूमिका

आज की माँ के सामने अनेक चुनौतियाँ हैं—काम और परिवार के बीच संतुलन, बच्चों की शिक्षा, डिजिटल युग का प्रभाव, और बदलती सामाजिक परिस्थितियाँ। यदि माँ आत्म-चेतना में स्थित होकर जीवन जीती है, तो वह हर परिस्थिति का सामना सहजता से कर सकती है। जब माँ यह समझती है कि वह एक शांत, शक्तिशाली आत्मा है, तो उसका व्यवहार अधिक धैर्यवान, प्रेमपूर्ण और संतुलित हो जाता है। इससे घर का वातावरण भी सकारात्मक बनता है और बच्चों पर भी अच्छा प्रभाव पड़ता है।

माँ और आध्यात्मिक सशक्तिकरण

ब्रह्माकुमारीज़ का मुख्य आधार है—राजयोग ध्यान। यह ध्यान विधि माँ को आंतरिक शांति, शक्ति और आत्मविश्वास प्रदान करती है। जब नियमित रूप से ध्यान करते है, तो धैर्य और सहनशीलता, सकारात्मक सोच,
भावनात्मक संतुलन, निर्णय लेने की क्षमता आदि गुणों का विकास होने लगता है। ऐसी माँ न केवल अपने परिवार को खुशहाल बनाती है, बल्कि समाज के लिए भी प्रेरणा बनती है।

परमपिता परमात्माः सर्वोच्च माता-पिता

परमपिता परमात्मा को ''माता-पिता'' दोनों रूपों में माना गया है। परमात्मा शिव, जो निराकार ज्योति बिंदु हैं, वे सभी आत्माओं के सच्चे माता-पिता हैं। जब माँ स्वयं को परमात्मा की संतान समझती है और उनसे शक्ति प्राप्त करती है, तो वह अपने जीवन की सभी भूमिकाओं को और भी बेहतर ढंग से निभा सकती है। यह संबंध सिखाता है कि अपने बच्चों के प्रति निस्वार्थ प्रेम रखे, लेकिन आसक्ति से मुक्त रहे। ऐसा संतुलन ही सच्चे मातृत्व की पहचान है। जब हम जीवन में परमात्मा को सर्वस्व समर्पित करके चलते हैं तो फिर हमारी जिम्मेदारी परमात्मा की हो जाती है।

माँ का त्याग और निस्वार्थ प्रेम

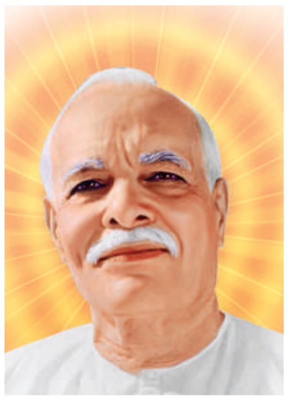
माँ का जीवन त्याग और समर्पण का प्रतीक होता है। वह अपने बच्चों की खुशी के लिए अपने सपनों का भी त्याग कर देती है। सच्चा प्रेम वह है जिसमें कोई स्वार्थ न हो। माँ का प्रेम इसी का सर्वोत्तम उदाहरण है। लेकिन आज आवश्यकता है कि माँ अपने त्याग के साथ-साथ स्वयं का भी ध्यान रखे। जब माँ स्वयं खुश और संतुलित होगी, तभी वह दूसरों को भी खुशी दे पाएगी। माँ केवल परिवार तक सीमित नहीं है, बल्कि वह समाज निर्माण में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। एक संस्कारी माँः एक अच्छे नागरिक का निर्माण करती है, समाज में नैतिक मूल्यों को बढ़ावा देती है, शांति और सद्भाव का वातावरण बनाती है। ब्रह्माकुमारीज़ की हजारों बहनें इसका उदाहरण हैं, जो माँ के रूप में समाज को आध्यात्मिक दिशा दे रही हैं।

मातृ दिवस का वास्तविक अर्थ

मातृ दिवस केवल उपहार देने या औपचारिक शुभकामनाएँ देने का दिन नहीं है। यह दिन है- माँ के त्याग को समझने का, उनके प्रति कृतज्ञता व्यक्त करने का, उनके साथ समय बिताने का, उनके भावनात्मक स्वास्थ्य का ध्यान रखने का सच्चा सम्मान तब है जब हम माँ द्वारा दिए गए संस्कारों को अपने जीवन में अपनाते हैं।

रियल लाइफ

परमात्मा जन्म-मरण और सुख-दुःख से न्यारे हैं



प्रजापिता ब्रह्मा बाबा, संस्थापक, प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय, माउंट आबू

परमात्मा जन्म-मरण और सुख-दुःख के चक्र से न्यारा है, वही पतित-पावन और सुख-शान्ति का दाता है।

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

सम्मेलन में जानकी बहन ने आत्मा-परमात्मा में अंतर बताते हुए कहा कि परमात्मा जन्म-मरण और सुख-दुःख के चक्र से न्यारा है, वही पतित-पावन और सुख-शान्ति का दाता है, उससे योग लगाने से ही सद्गति हो सकती है। वही धर्मग्लानि के समय अवतरित होकर गीता-ज्ञान देता है। आत्मा को परमात्मा मानना ही भ्रम अथवा मिथ्या ज्ञान है। बहुत-से भक्तों ने, इस भाषण को बहुत पसन्द किया परन्तु सम्मेलन के आयोजकों ने सोचा कि हमारे अद्वैतवाद के मंच से आत्मा और परमात्मा को पुत्र और पिता के रूप में अलग बताया जा रहा है यह ठीक नहीं है। अतः उन्होंने मुझे भाषण का अवसर नहीं दिया हालाँकि उन्होंने घोषणा की हुई थी कि इन दोनों का भाषण होगा। प्रतिदिन वे मंच से घोषणा करते थे कि दूसरी बहन का अर्थात् मेरा भी भाषण होगा परन्तु हर रात्रि को प्रोग्राम का अन्त होने के बाद वे कहते कि 'समय के अभाव' के कारण बहन जी का भाषण आज नहीं रखा जा सका। इस प्रकार उन्होंने सप्ताह का कार्यक्रम पूरा कर दिया। लोगों को उनका यह व्यवहार अन्यायपूर्ण लगा। कई लोगों ने आयोजकों को उलहना भी दिया।

सम्मेलन के स्थान के निकट जहाँ हम रहती थीं वहाँ सारा दिन हम लोगों को ज्ञान सुनाने में व्यस्त रहती। अब जब सम्मेलन समाप्त हुआ तो लोग हमसे पूछने लगे कि अब आप कहाँ जायेंगी? हमने कहा कि हमें जो निमन्त्रण मिला था, वह समाप्त हुआ है अतः अब हम वापस देहली जायेंगी परन्तु वे हमें रहने के लिए आग्रह करते थे। उनका बहुत आग्रह देखकर हमने उनसे कहा कि हम निर्मल स्वामी जी के निमन्त्रण पर आयीं थीं; यदि वे कहेंगे कि आप लोग कुछ दिन ठहरें तब हम ठहरेंगी वरना नहीं। तब उनमें से कई माताएँ, भाई आदि निर्मल स्वामी जी के पास गये और उन्होंने उनसे कहा कि इन बहनों को अभी कुछ दिन हमारे निमन्त्रण पर ठहरने के लिए कहा जाये। वे माताएँ तथा पुरुष अमृतसर के गिने-चुने परिवारों में से थे अतः निर्मल स्वामी जी उनकी बात को टाल न सके। वे उनके साथ ही हमारे यहाँ आये और बोले कि 'इन लोगों की इच्छा है कि अभी कुछ समय आप इस नगर में इनके निमन्त्रण पर ठहरें और ज्ञान-वर्षा करें। सो यदि हो सके तो आप इनकी बात स्वीकार कर लें।' अतः हम वहाँ ठहर गयीं। जिस दिन हमें वहाँ से विदा होना था, निर्मल स्वामी जी हमारे पास बादामों से भरा हुआ एक थाल लिवा आये। उस थाल में हमारे आने-जाने का किराया भी रखा था परन्तु हमने उन्हें एक तरफ का किराया लौटा दिया। हमने कहा कि हम आपके निमन्त्रण पर आई तो थीं परन्तु अभी हम वापस जा तो नहीं रही हैं, अभी तो हम इन लोगों के निमन्त्रण पर यहाँ कुछ समय के लिए ठहर रही हैं अतः हम जाने का किराया नहीं लेंगी। हमें निमन्त्रण देने वाले दो परिवार थे और दोनों अपनी-अपनी ओर हमें ले चलने के लिये आग्रह करते थे। आख़िर दोनों को राज़ी करने के लिए हम दोनों बहनों में से एक बहन एक निमन्त्रण पर और दूसरी दूसरे निमन्त्रण पर चली गईं। हम प्रातःकाल क्लास कराके फिर दिन में दोनों मिलती थीं और ईश्वरीय सेवा का प्रोग्राम बना लेती थीं। दो-चार दिनों में देहली से और बहनें भी आ गईं और अब शहर में कई स्थानों पर हमारे प्रवचन होने लगे। अब सत्संग सुनने वालों की संख्या काफ़ी बढ़ चुकी थी। अच्छे-अच्छे परिवार ज्ञान से लाभ उठा रहे थे परन्तु अब कई लोगों ने देखा कि प्रचलित मन्तव्यों और इन बहनों के मन्तव्यों में काफ़ी अन्तर है। बहनें परमात्मा को सर्वव्यापी नहीं मानतीं बल्कि भिन्न मानती हैं। इस-इस प्रकार के ईश्वरीय ज्ञान बिंदु कई लोगों को तो बहुत युक्तियुक्त मालूम हुए और अन्य कई को लोगों ने भड़का दिया। अतः कुछ लोगों ने आना बंद कर दिया। जो निष्पक्ष थे, अपने विवेक का प्रयोग करके सुनने वाले थे तथा दूसरों के बहकावे में आने वाले नहीं थे, वे नित्य प्रति आते रहे। उनके जीवन की धारणाएं ऊंची उठीं।

प्रेरणापुंज

आज्ञाकारी, वफादार, ईमानदार बच्चे ही परमात्मा के प्यारे हैं

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

यह डायमण्ड हॉल किसलिए बना है, जो हरेक कहता है- बाबा के लिए बना है। हरेक उस खींच से आते हैं। मेरा बाबा, मैं बाबा से मिलूं। अभी तो पहले जैसा गले लगाके मिलने का मौका नहीं मिलता है, वरदान सुनने का भी चान्स नहीं मिलता है, परन्तु मिलूं तो कैसे मिलूं। इतनी कशिश है बाप में, हरेक दूर बैठे कहां भी बैठे हैं, खुशी से मिलन मनाते हैं। मिलने में अन्दर से आत्मा को जो सुख कभी न महसूस किया था, वह अभी कहता है कि यह सुख जो आज पाया, वह कभी भूल नहीं सकता। तो बाबा के अन्दर क्या है जो इतना दूर और न्यारा होते भी इतना प्यारा बना है। यही ज्ञान सागर शिवबाबा जो देता है वह सबको मिले। हर आत्मा अपने बाप को पहचाने, बाप से वर्सा लेवे। सर्व आत्माओं को अपने यह वायब्रेशन मिलते रहें। आज भी अव्यक्त रूप से बाबा ने सबको अपना बनाके रखा है, साथ ले जाने के लिए।

राजयोगिनी दादी जानकी, पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़, माउंट आबू

कोई बाबा-बाबा कितना भी कहे लेकिन आज्ञाकारी, वफादार बनने के बिगर वर्सा नहीं मिलेगा। वर्से के अधिकारी वही हैं जो आज्ञाकारी, वफादार और ईमानदार हैं। गुणों में, विशेषताओं में और सम्बन्ध में बाबा के साथ इतना वफादारी हो जो किसी को भी अपना न समझकर एक के साथ ही सब सम्बन्ध हों। एक द्वारा ही सर्व प्राप्तियां हों, इससे हमको फालो करना आसान हो गया। कोई की भी बात हो परन्तु अन्दर से करेंगे वही जो बाबा कराने वाला है। रूकावटें आएंगी पर हम रूकने वाले नहीं हैं क्योंकि फालो फादर। जैसे बाबा ने कर्मातीत, अवस्था को पाया, सम्पूर्ण स्थिति को पाया, हमको भी फालो करते-करते दोनों स्थितियों तक पहुंचना है। अभी अन्तिम घड़ियां हैं, अनुभवी मूर्त हो करके रहना है। न सिर्फ थोड़े समय के लिए अनुभव करना है परन्तु अनुभवी होकर रहना है। अव्यक्त फरिश्ता फिर आकारी मूर्त या अनुभवी मूर्त बनना है।

> जैसे बाबा ने कर्मातीत, अवस्था को पाया, सम्पूर्ण स्थिति को पाया, हमको भी फालो करते-करते दोनों स्थितियों तक पहुंचना है।

एंजिल की दिल कैसी होती है, माइन्ड कैसी होती है, एंजिल की आँखें कैसी होती हैं तो यह देखते, सोचते, सुनते फिर मैंने पूछा कि एंजिल बनना हो तो क्या करों? स्टडी और मंथन। सम्पूर्ण वा एंजिल बनना हो तो क्या करो? क्या औरों की कमियों, कमजोरियों को देखें- उससे संपूर्ण बनेंगे? और ही उनकी कमी हमारे पास आ जाएगी। जो देखेंगे वह हमारे पास आ जाएगा। फिर बड़ा पश्चाताप करना पड़ेगा। तो किसकी कमी-कमजोरी कभी न देखें। उसकी अन्दर से बला निकल जाए और इसका भी भला हो जाए। हम तो संपूर्ण बनें, हमारे अन्दर कमी न रहे, न देखें, न सोचें, न वर्णन करें इससे फ्री हो जाए।जब हम मंथन करते हैं तो सागर भी ऊपर से उछालें मारता है। अन्दर से फिर रत्न निकल आते हैं। बाबा ने हमारे अन्दर सब कुछ भर दिया है। सिर्फ अब उसे अमल में लाने के लिए थोड़ा मन्थन करना है फिर निमित्त भी बनना है।

अव्यक्त इशारे

यज्ञ सेवा बहुत ही मूल्यवान सेवा है, इसे खुशी से, प्यार से करें

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

> चाहे कोई भी हो क्रोध नहीं करेगा लेकिन क्रोध का अंश जो है ना वह चिड़चिड़ा जरूर होगा।

आज मधुबन की चारों ओर की फुलवारी को देख खुशी हो रही कितने सेवाधारी सेवा के भाग्य को प्राप्त कर आगे बढ़ रहे हैं। मधुबन की सेवा यज्ञ सेवा है। यज्ञ का महत्व तो आप सभी जानते हैं। ऐसे यज्ञ की सेवा यह भी बहुत ही मूल्यवान है। चाहे कोई भी सेवा करते हैं। इन्टरनल करते हैं या कोई स्थूल सेवा करते हैं, लेकिन स्थूल सेवा करने वालों की भी इन्टरनल सेवा हो ही जाती है। भले कर्मणा कर रहे हैं लेकिन जो खुश रहते हैं, बाबा की याद में रहते हैं उन्हों के वृति का वायुमण्डल अवश्य बनता है। देखने वाले सब वर्णन भी करते हैं कि यहां सेवा भाव और खुशी की झलक दिखाई देती है वह और कहां नहीं दिखाई देती है क्योंकि फर्क यह है कि हम अपने बाबा का घर समझकर, अपना घर समझकर कार्य करते हैं। और दूसरे लोग जो हैं वह एक ड्यूटी समझकर अपने को तनख्वाह लेने वाले समझकर कार्य करते हैं। तो आप लोगों की स्थूल सेवा में सूक्ष्म सेवा हो रही है। तो ऐसे नहीं कोई समझे कि हम कोई जिज्ञासुओं को समझाते थोड़े ही हैं। हम तो अपने काम में ही लगे रहते हैं। लेकिन आपकी डबल सेवा हो रही है और उस सेवा के प्रभाव से जो भी आता है वह सन्तुष्ट हो कर ही जाता है। तो बाबा की कमाल है। बैठा गुप्त है लेकिन है चारों ओर। हरेक के साथ बाबा है। यह तो सभी अनुभव करते ही हैं कि बाबा हमारे साथ है। तो जहां बाबा है वहां कमाल ही कमाल है। जब से बाबा ने अचानक और एवररेडी शब्द कहा है तब से आप देखेंगे, समाचार सुनेंगे तो अचानक कितनी बातें हो रही हैं जो ख्याल-ख्वाब में नहीं है। वह अचानक ही बाबा दिखा रहा है। और भी जितना समय बीतता जायेगा तो अचानक के किस्से और भी ज्यादा दिखाई देंगे लेकिन जब से बाबा ने कहा है तब से दिखाई देता है कि कई अचानक की बातें हमारे ब्राह्मण परिवार में, चाहे बाहर भी हो ही रही हैं। और हालतों को भी हम देख रहे हैं कि बहुत नाजुक होती जाती हैं, जो बाबा कहते हैं ना अति में जाना है तो सब अति में जा रहा है।

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी (गुलजार दादी), पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

बीमारियां देखो तो भी अति जा रही है। प्रकृति की हलचल देखो तो भी अति में जा रही है, आत्माओं की वृति दृष्टि एकदम गिरावट की विकारी, चाहे क्रक्रोध, चाहे लोभ, भ्रष्टाचारियों की लाइन लंबी होती जाती है। रोज नये नेता का नाम आ जाता है। एक पूरा होता तो दो और पैदा हो जाते हैं तो यह क्या हुआ! हम सुनते हैं तो लगता है कि फॉरेन वाले क्या समझेंगें कि भारत ऐसा है क्या! लेकिन हम समझते हैं कि भारत में ही सब अति में होना है क्योंकि भारत ही ऊंचा होता है तो गिरेगा भी इतना ही, वह तो अण्डरस्टुड है इसीलिए दिखाई दे रहा है कि सब अति में जा रहा है। प्रकृति भी अभी अति में जा रही है। जैसे कोई तंग हो जाता है तो तंग हो करके क्या करता है? जब बहुत काम होता है, बहुत बिजी होते हैं, बोझ लगता है तो चिड़चिड़ापन ज़रूर आता है। **क्रमशः....**

ज्ञान अनुभूति सभागृह का उद्घाटन

झालावाड़, राजस्थान। ब्रह्माकुमारीज़ के नवनिर्मित ज्ञान अनुभूति सभागृह का उद्घाटन इंदौर जोन की जोनल निदेशिका ब्रह्माकुमारी हेमलता दीदी, उज्जैन से ब्रह्माकुमारी ऊषा दीदी, इंदौर से ब्रह्माकुमारी ऊषा दीदी, कोटा से ब्रह्माकुमारी उर्मिला दीदी, राजगढ से ब्रह्माकुमारी मधु दीदी, सवाईमाधोपुर से ब्रह्माकुमारी निर्मला दीदी, ब्रह्माकुमारी नेहा दीदी सहित बड़ी संख्या में भाई-बहन मौजूद रहे।

विद्यार्थियों को बताए मेंटल हेल्थ अवेयरनेस के बारे में

शिव आमंत्रण, सासाराम/रोहतास। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा गवर्नमेंट सेरशाह इंजीनियरिंग कॉलेज, गवर्मेन्ट पॉलिटेक्निक कैमूर और डेहरी ऑन सोन में मेंटल हेल्थ अवेयरनेस एवं नशा उन्मूलन विषय पर कार्यशाला आयोजित की गईं। इसमें मुजफ्फरपुर से पधारे मोटिवेशनल स्पीकर बीके अरविंद भाई ने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने के लिए विशेष रुप से अपनी गलत मान्यताएं और नकारात्मक सोच से बाहर निकलें। सत्र के लास्ट में तनाव मुक्ति के लिए एक्टिविटी कराई। साथ ही कुछ स्टूडेंट के लिए काउंसलिंग का आयोजन किया गया। सत्र के दूसरे आयाम में बीके लिली बहन ने नशा से युवाओं को जागरुक किया और सबको नशा ना करने की शपथ दिलाई। इस दौरान कॉलेज स्टाफ, प्रिंसिपल सहित 200 से ज्यादा विद्यार्थी मौजूद रहे। राजयोग मेडिटेशन से गहन शांति की अनुभूति कराई गई।

अभी परमात्मा शिव से संबंध जोड़ने का शुभ अवसर है : बीके राजू भाई

आगरा, उप्र। ब्रह्माकुमारी आर्ट गैलरी म्यूजियम में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के वरिष्ठ राजयोग शिक्षक बीके राजू भाई के आगमन पर विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान बीके राजू भाई ने कहा कि दादियों का जीवन स्वयं एक जीवंत मुरली था, जो हर आत्मा को सेवा और ईश्वरीय प्रेम की राह दिखाता है। यह समय आत्मा को अपने सत्य स्वरूप की पहचान कराने और परमात्मा शिव से संबंध जोड़ने का अत्यंत शुभ अवसर है। राजयोग के अभ्यास से मनुष्य अपने जीवन में शांति, शक्ति और सुख का अनुभव कर सकता है तथा अपने जीवन को श्रेष्ठ और पवित्र बना सकता है। माउंट आबू मुख्यालय में वर्षों से मुरली टाइपिंग सेवा करते हुए बाबा के महावाक्यों को विश्वभर के भाई-बहनों तक पहुंचाने का सौभाग्य मिला है। बाबा की मुरली आत्मा के लिए आध्यात्मिक शक्ति का स्रोत है, जो जीवन को बदलने की प्रेरणा देती है और आत्मा को परमात्मा के समीप ले जाती है। राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कर आत्मिक शांति का अनुभव किया। इस दौरान बीके मधु दीदी, बीके माला दीदी, बीके संगीता सहित बड़ी संख्या में भाई-बहन मौजूद रहे।

नि :शुल्क स्वास्थ्य शिविर में मरीजों को राजयोग से कराई शांति की अनुभूति

शिव आमंत्रण, मुंबई।

विराज प्रोफाइल प्राइवेट एवं ब्रह्माकुमारीज़ ग्लोबल हॉस्पिटल मुंबई की ओर से तीन दिवसीय निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर अलग-अलग जगह आयोजित किया गया। इसमें मुफ्त फुल बॉडी चेकअप किया गया और जरूरी होने पर मरीजों को निःशुल्क दवाई भी उपलब्ध कराई गईं।

बीके नम्रता दीदी ने बताया कि बीमार होने का बड़ा कारण हमारी सोच है। यदि हमने सोच को ठीक कर लिया तो बीमारियां कम होने लगती हैं। जीवन में आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग के समावेश से सुख-शांति आती है। हमारी जीवन तनावमुक्त बनता है। बीके जागृति दीदी ने कहा कि स्वस्थ जीवन शैली के लिए हमें अपने घर, परिवार या संबंधों में मिठास, प्रेम, स्नेह की जरूरत है। शरीर को दवा देने के साथ आत्मा को भी परमात्मा से कनेक्ट करके चार्ज करने की जरूरत है।

उन्होंने कहा कि राजयोग ध्यान से हमारी आत्मा की शक्ति बढ़ती है। मन शांत होता है। इससे मानसिक विकार दूर हो जाते हैं। जीवन सरल होता है। विराज कंपनी के वरिष्ठ पदाधिकारी भी मौजूद रहे। साथ ही मरीजों को राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से गहन शांति की अनुभूति कराई गई।

भडगांव, जलगांव में अध्यासन केंद्र भवन का भव्य उद्घाटन, राजयोग की दी जाएगी शिक्षा

केंद्र से देंगे नैतिक मूल्य और अध्यात्म की शिक्षा

शिव आमंत्रण, भडगांव/जलगांव।

ब्रह्माकुमारीज़ के अध्यासन केंद्र भवन का भव्य उद्घाटन आयोजित किया गया। इसमें आध्यात्मिक शिक्षा, राजयोग ध्यान प्रशिक्षण, गीता अध्ययन तथा नैतिक मूल्यों पर आधारित विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। ग्रामीण क्षेत्र के नागरिकों में आध्यात्मिक जागरूकता बढ़ाना, सकारात्मक सोच विकसित करना तथा संस्कारमूलक जीवनशैली को प्रोत्साहित करना केंद्र का प्रमुख उद्देश्य है। केंद्र का उद्घाटन राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी मीनाक्षी दीदी (सब-ज़ोन इंचार्ज, जळगांव), ब्रह्माकुमारी मीरा दीदी (पाचोरा) तथा जळगांव उपक्षेत्र की वरिष्ठ ब्रह्माकुमारी बहनों की प्रमुख उपस्थिति में संपन्न हुआ।

माउंट आबू मुख्यालय से संस्थान के महासचिव राजयोगी ब्रह्माकुमार करुणाभाई तथा वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी उषा दीदी, ब्रह्माकुमारी रुक्मिणी दीदी ने ऑनलाइन शुभकामनाएं देते हुए इस आध्यात्मिक पहल की सराहना की। कार्यक्रम में बाळासाहेब प्रदीपराव गुलाबराव पाटील (पूर्व जिला परिषद सभापति), जिबुसो राजेंद्र महादू पाटील (पूर्व नगराध्यक्ष, भडगांव), अभिमन सीताराम पाटील (पूर्व सभापति), आप्पासो संजय श्रावण पाटील (पूर्व जिला परिषद सदस्य), युवराज धोंडू सूर्यवंशी (पूर्व विकास सोसायटी चेयरमैन, वडजी) सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

उपलब्धि : भारत मंडपम में आयोजित इंडिया क्लाइमेट वीक 2026 में प्रदान किया पुरस्कार

ब्रह्माकुमारीज़ कम्युनिटी क्लाइमेट एक्शन अवॉर्ड से सम्मानित

शिव आमंत्रण, नई दिल्ली।

राजधानी के भारत मंडपम में आयोजित इंडिया क्लाइमेट वीक 2026 के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज संस्थान को कम्युनिटी क्लाइमेट एक्शन अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। यह सम्मान भारत सरकार के नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा राज्य मंत्री श्रीपाद नाइक, कार्बन मार्केट्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया के अध्यक्ष एवं ईकेआई एनर्जी सर्विसेज लिमिटेड के चेयरमैन मनीष दबकारा तथा सेक्रेटरी जनरल रोहित कुमार द्वारा प्रदान किया गया। ब्रह्माकुमारीज की ओर से बीके सोनिका बहन, बीके मित्ताली बहन, बीके माधवी बहन एवं बीके नीरज भाई ने यह पुरस्कार प्राप्त किया। संस्था को यह सम्मान जलवायु परिवर्तन के प्रति जागरूकता बढ़ाने, पर्यावरण संरक्षण और सामुदायिक स्तर पर सतत विकास के क्षेत्र में किए जा रहे उल्लेखनीय कार्यों के लिए दिया गया। उल्लेखनीय है कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान लंबे समय से आध्यात्मिक मूल्यों के साथ पर्यावरण संरक्षण की दिशा में सक्रिय योगदान दे रहा है। संस्था द्वारा विभिन्न जागरूकता अभियानों, पौधारोपण कार्यक्रमों एवं जीवनशैली में सकारात्मक बदलाव के माध्यम से समाज को प्रेरित किया जा रहा है। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज ने कार्बन मार्केट्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि यह सम्मान उनके प्रयासों को और अधिक गति देने में सहायक सिद्ध होगा।

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर घर मेरा स्वर्ग परियोजना लॉन्च

शिव आमंत्रण, नई दिल्ली।

ब्रह्माकुमारीज के किंग्सवे कैंप सेवाकेंद्र दिल्ली में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर एक विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पुदुचेरी की पूर्व उपराज्यपाल एवं पूर्व आईपीएस अधिकारी डॉ. किरण बेदी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहीं। इस दौरान डॉ. किरण बेदी ने घर मेरा स्वर्ग परियोजना का प्री-लॉन्च किया। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि यदि विश्व को युद्धों से बचाना है, तो माताओं को अपने बच्चों विशेषकर पुत्रों में शांति, अहिंसा, प्रेम और संस्कारों के बीज बोने होंगे। उन्होंने बताया कि तिहाड़ जेल में सुधार और आध्यात्मिक उत्थान के कार्यों में ब्रह्माकुमारीज का महत्वपूर्ण सहयोग रहा है। उनके अनुसार, आध्यात्मिक शिक्षा और सकारात्मक चिंतन के माध्यम से जेल का वातावरण सुधार की दिशा में परिवर्तित हुआ। कार्यक्रम में उपस्थित सभी महिलाओं को सशक्तिकरण, संस्कार निर्माण और परिवार को स्वर्ग बनाने की प्रेरणा दी गई। यह आयोजन समाज में शांति और मूल्यों की स्थापना की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल के रूप में देखा गया।

बीके ऊषा दीदी को आईसीएफएआई यूनिवर्सिटी ने लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड से नवाजा

शिव आमंत्रण, गंगटोक/सिक्किम

आईसीएफएआई यूनिवर्सिटी सिक्किम द्वारा ब्रह्माकुमारीज की वरिष्ठ राजयोगिनी बीके ऊषा दीदी को लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। यह सम्मान उन्हें आध्यात्मिक सेवा, मूल्य-आधारित शिक्षा तथा हजारों लोगों को शांति, पवित्रता और उद्देश्यपूर्ण जीवन की ओर प्रेरित करने के लिए उनके आजीवन योगदान के लिए प्रदान किया गया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के पदाधिकारियों ने बीके उषा दीदी के समर्पण और सेवाओं की सराहना करते हुए कहा कि उन्होंने अपने जीवन के माध्यम से समाज में सकारात्मक परिवर्तन की एक सशक्त मिसाल प्रस्तुत की है। उनके प्रयासों ने अनेक लोगों को आध्यात्मिकता के मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित किया है। यूनिवर्सिटी के कुलपति ने अवार्ड प्रदान किया।

संयुक्त राष्ट्र सम्मेलन में शोध पत्र प्रस्तुत किया

शिव आमंत्रण, नई दिल्ली/यूरोप। संयुक्त राष्ट्र से संबद्ध यूनाइटेड नेशन इंस्टीट्यूट फॉर ट्रेनिंग एंड रिसर्च द्वारा यूरोप में आयोजित तृतीय अंतरराष्ट्रीय शोध सम्मेलन में ब्रह्माकुमारीज की बीके ऋतु ने दो महत्वपूर्ण सत्रों का संचालन किया। उन्हें इस सम्मेलन में एक स्वतंत्र शोधकर्ता एवं आध्यात्मिक लेखिका के रूप में आमंत्रित किया गया था। सम्मेलन के दौरान बीके ऋतु ने पहला सत्र पैनल चर्चा एवं शोध-पत्र प्रस्तुति के रूप में "शांतिपूर्ण संस्थानों के लिए कॉन्शियस लीडरशिपः आंतरिक शांति एवं संस्थागत विकास और प्रभाव का समन्वय विषय पर प्रस्तुत किया। इस सत्र में उन्होंने नेतृत्व के आध्यात्मिक आयामों और संस्थानों में आंतरिक शांति के महत्व पर प्रकाश डाला। दूसरे सत्र में बीके ऋतु ने "माइंडफुलनेस और म्यूजिकल मेडिटेशन" पर आधारित विशेष अनुभवात्मक सत्र कराया, जिसमें प्रतिभागियों ने ध्यान एवं संगीत के माध्यम से मानसिक शांति और एकाग्रता का अनुभव किया। इस अंतरराष्ट्रीय मंच पर बीके ऋतु की भागीदारी को ब्रह्माकुमारीज के आध्यात्मिक ज्ञान एवं शोध-आधारित दृष्टिकोण की वैश्विक स्तर पर बढ़ती स्वीकार्यता के रूप में देखा जा रहा है।

हिंदू स्वयंसेवक संघ के सदस्यों के लिए प्रेरणादायक आध्यात्मिक सत्र का आयोजन

सकारात्मकता, एकाग्रता को विकसित करने के उपाय सीखे

शिव आमंत्रण, मॉस्को, रूस

ब्रह्माकुमारीज मॉस्को में हिंदू स्वयंसेवक संघ के सदस्यों के लिए प्रेरणादायक आध्यात्मिक सत्र का आयोजन किया गया। इसमें वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके सुधा दीदी ने कार्यक्रम की शुरुआत मौन साधना से की। जिसने पूरे वातावरण को शांति, एकाग्रता और आत्मचिंतन से भर दिया। इसके पश्चात बीके सुधा दीदी ने राजयोग मेडिटेशन के गहन विषयों पर प्रकाश डालते हुए आत्म-साक्षात्कार, आत्मा के स्वरूप और परमात्मा के साथ उसके दिव्य संबंध को सरल एवं प्रभावशाली ढंग से समझाया। सत्र के दौरान प्रतिभागियों ने सक्रिय रूप से भाग लिया और राजयोग ध्यान का अनुभव किया। इससे उन्होंने सकारात्मकता, एकाग्रता और आंतरिक स्थिरता को विकसित करने के व्यावहारिक उपाय भी सीखे। कार्यक्रम का समापन एक प्रेरणादायक संदेश के साथ हुआ, जिसमें सभी को इस सनातन आध्यात्मिक ज्ञान की निरंतर खोज और अभ्यास के लिए प्रोत्साहित किया गया। यह सत्र आत्म-अन्वेषण की एक सुंदर यात्रा बना जो शांति, स्पष्टता और आत्म-ज्ञान की ओर ले जाने वाला एक सशक्त कदम सिद्ध हुआ।

ब्रह्माकुमारीज़ के इतिहास में पहली बार ऐतिहासिक विक्टोरिया मेमोरियल हॉल में कार्यक्रम आयोजित

राजयोग ने मुझे जीवन की चुनौतियों को पार करने की शक्ति दी: पूर्व पुलिस महानिदेशक

शिव आमंत्रण, कोलकाता।

विश्व रंगमंच दिवस पर जीवन के नाटक में स्थिरता का अभ्यास विषय पर आध्यात्मिक कार्यक्रम का आयोजन ऐतिहासिक विक्टोरिया मेमोरियल हॉल में संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज़ म्यूज़ियम के संयुक्त तत्वावधान में किया गया।

ब्रह्माकुमारीज़ के इतिहास में यह पहली बार था कि इस प्रतिष्ठित स्थान पर कार्यक्रम आयोजित हुआ, जिसमें 700 से अधिक भाई-बहनों एवं गणमान्य अतिथियों ने सहभागिता की। स्वागत भाषण इंडियन म्यूज़ियम के डायरेक्टर एवं क्यूरेटर, विक्टोरिया मेमोरियल हॉल के सचिव सयान भट्टाचार्य ने दिया।

मुख्य वक्ता बीके सुप्रिया बहन ने कहा कि आज दुनिया विश्व रंगमंच दिवस मना रही है और हम एक ऐसे दिव्य अभिनेता को याद कर रहे हैं जिसने हर परिस्थिति में स्थिरता को जीकर दिखाया। स्थिरता का अर्थ बाहरी परिस्थितियों को नियंत्रित करना नहीं, बल्कि अंदर से अडिग रहना है। मैं भूमिका नहीं हूँ... मैं भूमिका निभाने वाला हूँ। एक सच्चा अभिनेता अपनी अभिनय पर ध्यान देता है, न कि दूसरों की भूमिका पर, दूसरे क्या कर रहे हैं... वह उनका पात्र है, मैं क्या कर रहा हूं... वह मेरा कर्म है।

बीके जया बहन द्वारा गहन राजयोग ध्यान का अनुभव कराया गया। प्रख्यात नृत्यांगना एवं समाजसेवी अलोकानंदा रॉय ने कहा कि प्रेम सर्वोच्च शक्ति है और प्रेम किसी को भी बदल सकता है। उन्होंने अपने कार्यों के माध्यम से संगीत, नृत्य, कला, देखभाल और करुणा द्वारा सुधार गृहों के कैदियों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाने का प्रेरणादायक उदाहरण प्रस्तुत किया है।

आईपीएस पूर्व पुलिस महानिदेशक वीरेन्द्र भाई ने कहा कि राजयोग ने उन्हें जीवन की चुनौतियों को पार करने की शक्ति दी है। जब हम परमात्मा से जुड़ते हैं, तो आत्मा शक्तिशाली बनती है और हर परिस्थिति का सामना सहजता से कर पाती है। राष्ट्रीय विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी संग्रहालय संगठन के डायरेक्टर विनोद कुमार सिंह ने भी अपने शुभ संदेश दिए।

बीके अंजलि बहन ने दादी जानकी जी के चार सशक्त शब्दों को साझा किया- शेयर, केयर, इंस्पायर, एम्पावर। यदि हमें जीवन के इस नाटक में निपुण बनना है, तो इन मूल्यों को अपने जीवन में धारण करना आवश्यक है। अंत में बीके मुन्नी बहन, सब ज़ोन इंचार्ज, पूर्वी ज़ोन मुख्यालय ने अपने आशीर्वचन में कहा कि सभी को एक-दूसरे के प्रति शुभ भावनाएं और शुभ कामनाएं रखनी चाहिए, क्योंकि यही आध्यात्मिकता का सच्चा आधार है। कार्यक्रम में दादी जानकी जी के जीवन पर आधारित प्रेरणादायक वीडियो भी प्रस्तुत किया गया, जिसने सभी को गहराई से भाव-विभोर कर दिया।

शिव आमंत्रण, दिल्ली | विपिन गार्डन एवं प्लेटिनम हाइट्स में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा शांति मेरी स्वाभाविकता विषय पर शांति यात्रा एवं ध्वजारोहण समारोह आयोजित किया गया। इस मौके पर बीके जानकी दीदी, बीके विमला दीदी, बीके सुनीता दीदी, लोक जन शक्ति पार्टी की अध्यक्ष शबीना खान ने दीप प्रज्वलन कर शांति यात्रा का समापन प्लेटिनम हाइट्स में किया गया।

भोपाल : द्वादश ज्योर्तिलिंग मेला महोत्सव में उमड़ी भारी भीड़

मेले में 45 फीट ऊंचा शिवलिंग बना आकर्षण का केंद्र

शिव आमंत्रण, भोपाल, मप्र

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के अविनाशी रुद्र गीता ज्ञान यज्ञ का 90वां स्थापना वर्ष नवदशकोत्सव के रूप में भव्य स्तर पर मनाया जा रहा है। इस अवसर पर भारत एवं विश्वभर में व्यापक कार्यक्रमों के माध्यम से जन-जन तक शिव संदेश पहुंचाकर परमात्मा शिव की प्रत्यक्षता का लक्ष्य रखा गया है।

इसी लक्ष्य को संपन्न करने के उद्देश्य से टीटी नगर दशहरा मैदान भोपाल में महानगर मेला समिति द्वारा आयोजित हिंदू नव वर्ष मेले में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा एक मास का द्वादश ज्योर्तिलिंग मेला महोत्सव आयोजित किया गया है।

उद्घाटन समारोह में महानगर मेला उत्सव समिति के अध्यक्ष व पूर्व गृह मंत्री उमाशंकर गुप्ता समिति, नगर निगम के पूर्व अध्यक्ष व समिति के कार्यकारी अध्यक्ष कैलाश मिश्रा,

मानव अधिकार आयोग के अध्यक्ष अवधेश प्रताप सिंह, भोपाल जोन की निर्देशिका बीके निर्मला दीदी, बीके नीतू दीदी, बीके डॉ. रीना दीदी, बीके प्रीति दीदी, मेला समिति सह-संयोजक वैभव सिंह सिसौदिया सहित बड़ी संख्या में नगरवासी उपस्थित थे।

मंच संचालन बीके डॉ. रावेंद्र भाई ने किया। मेले में लगाई गईं झांकी को देखने के लिए रोजाना बड़ी संख्या में लोग पहुंचे।

द्वादश ज्योर्तिलिंग मेले के आकर्षण

- द्वादश ज्योर्तिलिंग मन्दिर की स्थापना
- आध्यात्मिक ज्ञान प्रदर्शनी
- 45 फीट ऊंचे शिवलिंग
- चैतन्य नौ देवियों की झांकी
- मेडिटेशन प्वाइंट
- सेल्फी प्वाइंट

सार समाचार

शिव आमंत्रण, इंदौर, मप्र | ब्रह्माकुमारी उपसेवाकेंद्र इंदौर बिजलपुर एवं मुख्य केंद्र प्रेमनगर के संयुक्त तत्वावधान में स्नेह मिलन एवं शिव झंडा वंदन कार्यक्रम का आयोजन बिजलपुर में किया गया। इसमें बीके शशि दीदी (प्रभारी, इंदौर प्रेमनगर यूनिट) बीके यशवनी (प्रभारी, बिजलपुर) राजेश वलेचा (व्यवसायी), गोपाल गंगराड़े ने अपने विचार व्यक्त किए।

शिव आमंत्रण, दिल्ली, लोधी रोड । भारत सरकार के आईक्लास में महिला दिवस पर गोष्ठी का आयोजन किया गया। इसमें सेवाकेंद्र संचालिका बीके गिरिजा दीदी, प्रेरक वक्ता बीके पीयूष भाई ने राजयोग का महत्व बताते हुए प्रेरक वक्तत्व दिया। इस दौरान मुख्य वित्तीय अधिकारी किशोर सेनापति सहित विभाग की महिलाकर्मी मौजूद रहीं।

शिव आमंत्रण, कतारगाम/सूरत। सेवा केंद्र द्वारा चैतन्य देवियों की झाँकी हरिओम सोसायटी में लगाई गई। तीन दिनों तक चले इस आध्यात्मिक कार्यक्रम में बहनों ने राजयोग के बारे में बताया। झांकी देखने के लिए बड़ी संख्या में श्रद्धालु पहुंचे।

बिलासपुर। श्री झूलेलाल जयंती पर समाज ने भव्य शोभा यात्रा निकाली गई। इसमें ब्रह्माकुमारी स्वदर्शन भवन शुभम विहार सेवाकेंद्र द्वारा चैतन्य देवियों की झांकी सजाई गई। इस दौरान बीके सविता दीदी ने सिंधी समाज के मुखिया अशोक गवलानी को ईश्वरीय सौगात भेंटकर सम्मानित किया।

शिव आमंत्रण, आगरा,उप्र । नवरात्रि पर इटोरा स्थित खाटू श्याम मंदिर में लगने वाला प्रसिद्ध धार्मिक मेला इस क्षेत्र की आस्था और श्रद्धा का प्रमुख केंद्र है। मेले में ब्रह्माकुमारी आर्ट गैलरी म्यूजियम न्यू सुरक्षा विहार द्वारा आध्यात्मिक प्रदर्शनी लगाई गई। इस मौके पर सावित्री बहन के निर्देशन में बीके महावीर सिंह भाई, लक्ष्मण भाई एवं अन्य भाई-बहनों ने सेवाएं दी।

लवली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी में संचालित है राजयोग थॉट लैब

यूनिवर्सिटी में स्थापित राजयोग थॉट लैब में आकर अपने विचारों को सही दिशा दे सकते हैं विद्यार्थी

शिव आमंत्रण, जालंधर, पंजाब।

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा लवली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी में प्रेरणादायी कार्यक्रम का आयोजन किया गया। शांति देवी मित्तल ऑडिटोरियम में लुकिंग फॉर राइट थिंक्स एट रांग प्लेस विषय पर आयोजित व्याख्यान में मेडिकल विंग के ज्वाइंट सेक्रेटरी डॉ. सचिन परब ने कहा कि आज का युवा खुशी, शांति और संतुष्टि जैसी आंतरिक भावनाओं को बाहरी चीज़ों में खोज रहा है। यही खोज धीरे-धीरे उसे नशे जैसी आदतों की ओर ले जाती है। सही चीज़ों को सही जगह पर ढूंढ़ना ही सच्ची सफलता और संतुलन की कुंजी है।

यदि वास्तव में नशे की आदत से मुक्त होकर एक सकारात्मक और सशक्त जीवन जीना चाहते हैं, तो उन्हें राजयोग थॉट लैब में अवश्य विजिट करना चाहिए। जहां राजयोग मेडिटेशन, सकारात्मक चिंतन और आत्म-जागरूकता के माध्यम से व्यक्ति अपने विचारों को सही दिशा दे सकता है और नकारात्मक आदतों पर प्रभावी नियंत्रण पा सकता है। इस अवसर पर देश-विदेश से पढ़ने वाले करीब 700 विद्यार्थियों ने इस व्याख्यान को सुना और विषय को गहराई से समझा।

सेवाकेंद्र प्रभारी बीके संधिरा दीदी, डॉ. विशाल शर्मा, डॉ. नितिन भारद्वाज विशेष रूप से मौजूद रहे। आयोजकों ने सभी का आभार व्यक्त किया और ऐसे जागरूकता अभियानों को आगे भी जारी रखने का संकल्प लिया।

वर्तमान समय परिवर्तन का काल है: बीके नीलम दीदी

शिव आमंत्रण, मुंगावली/बीना। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा श्रीशिव महापुराण ज्ञान महायज्ञ कथा का आयोजन किया गया। कथावाचक राजयोगिनी बीके नीलम दीदी ने समय चक्र और परिवर्तन की कथा पर कहा कि सृष्टि एक निश्चित समय चक्र के अनुसार चलती है। यह चक्र सतयुग, त्रेतायुग, द्वापर और कलियुग के क्रम से निरंतर घूमता रहता है। जैसे ऋतुएँ बदलती हैं, वैसे ही युग परिवर्तन भी प्रकृति का नियम है। वर्तमान समय परिवर्तन का काल है, जब मानवता को आत्म चिंतन और आत्म परिवर्तन की आवश्यकता है। जब-जब समय चक्र अपने चरम पर पहुंचता है, तब समाज में मूल्यहीनता, अशांति और भ्रम की स्थिति उत्पन्न होती है। ऐसे समय में परमात्मा शिव का अवतरण होता है, जो मानव आत्माओं को सत्य ज्ञान देकर उन्हें आत्मजागृति की ओर ले जाते हैं। परमपिता परमात्मा शिव सृष्टि के रचयिता और कल्याणकारी हैं, परंतु वे स्वयं समय चक्र के बंधन में नहीं आते हैं। शिव निराकार, अजर-अमर और समय चक्र से न्यारे हैं। वे परिवर्तन के साक्षी हैं, परिवर्तन के अधीन नहीं हैं। वर्तमान समय आत्मपरिवर्तन का स्वर्णिम अवसर है। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी जानकी दीदी ने शिविर में तनाव से बचने के टिप्स बताए।

गीता ज्ञान से संस्कार परिवर्तन विषय पर कार्यक्रम आयोजित

आज हमें गीता ज्ञान की बहुत आवश्यकता है

शिव आमंत्रण, बलरामपुर, छग। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा गीता ज्ञान से संस्कार परिवर्तन विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें सरगुजा संभाग की संचालिका राजयोगिनी बीके विद्या दीदी ने कहा कि ज्ञान हमें स्व परिवर्तन करना सिखाता है। हम विश्व को परिवर्तन नहीं करते हैं, हम संस्कारों को परिवर्तन करते हैं। जब स्वयं को परिवर्तन करते हैं तो संसार स्वयं परिवर्तन हो जाता है। वर्तमान समय में गीता ज्ञान प्रकाश स्तंभ बनकर हमें एक सही मार्ग दिखाने में बहुत बड़ा मार्गदर्शक बनता है।

उन्होंने कहा कि वर्तमान समय हमें गीता ज्ञान की बहुत आवश्यकता है। वर्तमान समय दुनिया में बहुत तनाव, निराशा, दुःख का वातावरण है। ऐसे समय में गीता ज्ञान ही हमारे दुःख को दूर कर सकता है। आत्मज्ञान हमारे जीवन में प्रकाश ला सकता है। आलोक कुमार बाजपेई, जिला पंचायत सीईओ नयनतारा सिंह तोमर, आरआई विमलेश देवांगन, पूर्व जिलाध्यक्ष गोपाल कृष्ण मिश्रा, भाजपा जिला महामंत्री भानु प्रताप दीक्षित लखनपुर संचालिका ब्रह्माकुमारी पुष्पा दीदी ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, नालंदा, बिहार | नालंदा यूनिवर्सिटी के सेकंड दीक्षांत समारोह में पहुंची राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु का ब्रह्माकुमारी अनुपमा दीदी, बीके पूनम बहन, बीके ज्योति बहन, बीके समीर आनंद भाई, बीके जवाहरलाल भाई ने स्वागत किया।

शिव आमंत्रण, पटना, बिहार| ब्रह्माकुमारीज़ पटना सिटी पंचवटी कॉलोनी सेवाकेंद्र संचालिका ब्रह्माकुमारी रानी बहन ने नवनिर्वाचित नागालैंड के राज्यपाल नंदकिशोर यादव से उनके निवास पर भेंट कर सम्मानित किया। साथ ही संस्थान द्वारा की जा रहीं सेवाओं के बारे में बताया।

शिव आमंत्रण, आलीराजपुर, मप्र | मप्र की लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी मंत्री संपतिया उइके, अनुसूचित जाति कल्याण मंत्री नागरसिंग चौहान, बीजेपी जिला अध्यक्ष मक्कू परवार को बीके नारायण भाई व बीके माधुरी दीदी, बीके ज्योति दीदी ने मुलाकात कर स्मृति चिंह्न भेंट किया।

शिव आमंत्रण, हरपालपुर, छतरपुर, मप्र | विश्व स्वास्थ्य दिवस पर नशा मुक्त भारत अभियान के तहत कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें चिकित्सा अधिकारी डॉ. उदय प्रकाश सेन, डॉ. अरविंद कुमार राजपूत, डॉ. सुनील राजपूत, डॉ. योगेंद्र दीक्षित, डॉ. केके सोनी, डॉ. अशोक श्रीवास्तव, डॉ. दिनेश राजपूत, ब्रह्माकुमारी पूनम बहन ने अपने विचार व्यक्त किए।

शिव आमंत्रण, करेली, मप्र | बजरंग बानर सेना एवं मर्चेंट एसोसिएशन द्वारा हनुमान जन्मोत्सव पर विशाल शोभायात्रा निकाली गई। इसमें ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से श्रीराम-सीता की सुंदर झांकी सजाई गई।

मीडिया की सकारात्मक भूमिका पर सेमिनार एवं सम्मान समारोह आयोजित

पत्रकारों की लेखनी भारत को पुन: विश्व गुरु बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है: चंद्रकला दीदी

शिव आमंत्रण, टोंक, राजस्थान।

ब्रह्माकुमारी द्वारा विश्व शांति, एकता एवं विश्वास के निर्माण में मीडिया की सकारात्मक भूमिका विषय पर एक मीडिया सेमिनार एवं सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इसमें जिलेभर से मीडियाकर्मी उपस्थित रहे। शुभारंभ अतिथियों के स्वागत एवं सम्मान के साथ हुआ। कुमारियों द्वारा सुंदर एवं मनमोहक स्वागत नृत्य प्रस्तुत किया गया, जिसने कार्यक्रम में आध्यात्मिकता एवं सांस्कृतिक गरिमा का वातावरण निर्मित कर दिया।

मुख्य अतिथि के रूप में जयपुर से पधारीं मीडिया प्रभाग की जोनल को-ऑर्डिनेटर राजयोगिनी बीके चंद्रकला दीदी ने कहा कि मीडिया अपनी आंतरिक शक्ति के बल पर समाज की दिशा बदलने का सामर्थ्य रखता है। मीडिया कर्मी कलम के धनी होते हैं, और उनकी लेखनी भारत को पुन: विश्व गुरु बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है।

उन्होंने कहा कि कलम कमाल भी कर सकती है और धमाल भी, इसलिए मीडिया को अपनी शक्ति का उपयोग समाज को एकजुट करने और सकारात्मक परिवर्तन लाने में करना चाहिए। मीडिया में अदम्य साहस और चुनौतियों का सामना करने की शक्ति उसके आंतरिक एवं आध्यात्मिक बल से आती है। इसके लिए मेडिटेशन अत्यंत आवश्यक है, जिससे मन संतुलित रहता है और कार्य में सत्यनिष्ठा बनी रहती है। उन्होंने सभी को दिन की शुरुआत ध्यान के साथ करने का संदेश दिया।

जल संसाधन विभाग के अधिशासी अभियंता निरंजन लाल मीणा ने कहा कि ब्रह्माकुमारी द्वारा समाज में आध्यात्मिकता, नैतिकता और सकारात्मकता का जो संदेश दिया जा रहा है, वह वर्तमान समय में अत्यंत आवश्यक है। ब्रह्माकुमारीज द्वारा संचालित सेवाएँ लोगों के जीवन में आंतरिक शांति, संतुलन और मूल्यों की स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। उन्होंने मीडिया से आह्वान किया कि वह ब्रह्माकुमारीज के मूल्यों जैसे शांति, प्रेम और नैतिकता को भी समाज तक पहुँचाने में सहयोग करें। सेवाकेंद्र प्रभारी ब्रह्माकुमारी अपर्णा दीदी ने आभार व्यक्त किया।

इस अवसर पर जिलेभर से बड़ी संख्या में पत्रकारों एवं मीडिया प्रतिनिधियों की उपस्थिति रही।

विहासा ट्रेनिंग में बताया सकारात्मक चिंतन का महत्व

शिव आमंत्रण, जालंधर, पंजाब। ब्रह्माकुमारीज आदर्श नगर स्थित ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र में स्वास्थ्य, आंतरिक सशक्तिकरण एवं समग्र व्यक्तित्व विकास पर आधारित दो दिवसीय विहासा प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसका संचालन मेडिकल विंग के जॉइंट सेक्रेटरी डॉ. सचिन परब द्वारा किया गया। प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य प्रतिभागियों को मानसिक, भावनात्मक एवं आध्यात्मिक रूप से सशक्त बनाते हुए उन्हें एक संतुलित, सकारात्मक एवं मूल्य-आधारित जीवनशैली अपनाने हेतु प्रेरित करना रहा। इस दौरान राजयोग मेडिटेशन, तनाव प्रबंधन, सकारात्मक चिंतन, जीवन मूल्यों के सहज समावेश जैसे विषयों पर प्रभावशाली मार्गदर्शन प्रदान किया गया।

विश्व स्वास्थ्य दिवस: पुराना सिविल हॉस्पिटल एवं नया सिविल हॉस्पिटल में लगाई प्रदर्शनी

व्यसन की लत व्यक्ति को पतन की ओर ले जाती है

शिव आमंत्रण, नौगांव, छतरपुर, मप्र।

ब्रह्माकुमारीज द्वारा विश्व स्वास्थ्य दिवस पर पुराना सिविल हॉस्पिटल एवं नया सिविल हॉस्पिटल नौगांव में स्वास्थ्य जागरूकता हेतु व्यसन मुक्ति प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। इसका उद्देश्य लोगों को नशे के दुष्परिणामों से अवगत कराकर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना रहा। अस्पताल परिसर में उपस्थित डॉक्टर, नर्स, मरीज एवं उनके परिजनों ने व्यसन के दुष्प्रभावों को समझा।

इस दौरान बीके सुमन बहन ने कहा कि लोग अक्सर कहते हैं कि हमारा भारत देश गरीब है, परंतु इस गरीबी का एक मुख्य कारण व्यसन है, जो व्यक्ति को पतन की ओर ले जाता है। बीके मोहिनी बहन ने कहा कि शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य का भी संतुलन अत्यंत आवश्यक है। मन को स्वस्थ और शांत रखने के लिए नियमित रूप से मेडिटेशन का अभ्यास करना चाहिए।

प्रदर्शनी के माध्यम से लोगों को तंबाकू, शराब एवं अन्य नशों के हानिकारक प्रभावों के बारे में विस्तार से बताया गया। सभी लोगों ने व्यसन मुक्त जीवन जीने का संकल्प भी लिया। कई मरीजों एवं उनके परिजनों ने इस पहल से प्रेरणा प्राप्त कर नशा छोड़ने की इच्छा व्यक्त की। कार्यक्रम में ब्लॉक मेडिकल ऑफिसर रविंद्र पटेल, डॉ. प्रियंका चौहान, अशोक भाई, धर्मेंद्र भाई, महेश भाई सहित डॉक्टर, नर्सिंग स्टाफ उपस्थित रहे।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, सम्बलपुर, ओडिशा | ब्रह्माकुमारीज़ के पावन सरोवर रिट्रीट सेंटर में सेंट पीटर्सबर्ग रुस की निदेशिका बीके संतोष दीदी के आगमन पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान निदेशिका ब्रह्माकुमारी पार्वती दीदी, व्यवसायी विनोद अग्रवाल ने धर्मपत्नी के साथ दीदी का सम्मान किया।

शिव आमंत्रण, येवला, महाराष्ट्र | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विश्व स्वास्थ्य दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें डॉ. नवनाथ ठाकुर, डॉ. किशोर पहलवान, डॉ. संजय जाधव, डॉ. विद्या जाधव, डॉ. गणेश सवलके, डॉ. किरण औताडे, बीके नीता दीदी, बीके अनुराधा दीदी ने अपने विचार व्यक्त किए।

शिव आमंत्रण, विदिशा, मप्र | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विश्व स्वास्थ्य दिवस पर साईं कॉलेज आफ नर्सिंग एंड पैरामेडिकल कॉलेज में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बीके रेखा दीदी, बीके रुक्मणी दीदी ने अपने विचार व्यक्त किए। इस दौरान प्रिंसिपल अमित यादव सहित टीचर स्टाफ व स्टूडेंट्स मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विश्व स्वास्थ्य दिवस पर नगर के विभिन्न डॉक्टर्स से आत्मिक एवं स्नेहपूर्ण मुलाकात की गई। इस दौरान ब्रह्माकुमारी रीना बहन ने संदेश दिया कि वास्तविक स्वास्थ्य केवल शारीरिक स्वास्थ्य तक सीमित नहीं है, बल्कि मन की शांति, सकारात्मक सोच और आत्मा की पवित्रता भी उतनी ही आवश्यक है।

शिव आमंत्रण, अनुगूल, ओडिसा | विश्व स्वास्थ्य दिवस के उपलक्ष्य में नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत डीएवी स्कूल, गवर्नमेंट पॉलिटेक्निक कॉलेज, गवर्नमेंट ऑटोनॉमस कॉलेज के विद्यार्थियों और शिक्षकों के लिए कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें युवाओं को उनके अस्तित्व का मूल्यांकन कराते हुए नशे से बचाव के बारे में बताया गया।

गुजरात जोन की बहनों का स्नेह मिलन आयोजित

शिव आमंत्रण, मेहसाणा, गुजरात।

ब्रह्माकुमारीज़ के गॉडली पैलेस में गुजरात जोन की सभी 13 सबज़ोन इंचार्ज एवं सब जोनल कमेटी मेंबर्स बहनों का दो दिवसीय अलौकिक स्नेह मिलन आयोजित किया गया। इसमें पूरे गुजरात से 70 वरिष्ठ बहनें उपस्थित रहीं। कुमारियों ने उनके थिरकते पांव के साथ स्वागत नृत्य प्रस्तुत कर वातावरण को आनंदमय बना दिया।

महेसाणा सबज़ोन की संचालिका बीके सरला दीदी जी ने सबका शब्दों से स्वागत किया। महादेव नगर सबज़ोन की संचालिका बीके चंद्रिका दीदी कहा कि आदि में हमारी दादियों ने यज्ञ का सूत्र हाथ में लिए तप, साधना, कठोर परिश्रम करते हुए लोक, लाज, कुल, मर्यादा को छोड़ते हुए यज्ञ को बनाये रखने में अपना अविरत योगदान दिया। अभी यज्ञ के कारोबार को और आगे बढ़ाने के लिए, सबज़ोन कमेटी को और सशक्त बनाने के लिए यह अलौकिक स्नेह मिलन का आयोजन किया गया है। अहमदाबाद, आंबावाड़ी सब जोन संचालिका बीके शारदा दीदी ने कहा कि हम सब बाबा के गुरु भाई गुरु आसन पर आसीन हैं। बाबा के इस बेहद यज्ञ में जिम्मेदार और साथी दोनों ही हैं। हम बाबा के समर्पण बुद्धि हैं, अर्पणमय हैं। जहाँ अर्पणमयता है वहाँ उनका जीवन, बोल, उठना, बैठना, पहनना, चलना, फिरना, बात करना वो सब औरों के लिए एक दर्पण बन जाता है। गुजरात जोन डायरेक्टर भारती दीदी ने कहा कि बाबा जो हमसे कराना चाहता है वो करने के काबिल भी हमें बनाता है और बनेंगे भी जरूर। बाबा (परमात्मा) के वो अधूरे कार्य को हम संगठित रूप से जल्दी जल्दी सम्पन्न करें यही इस वर्ष में कुछ हमें नवीनता करके दिखानी है। इस मौके पर बीके नेहा बहन, बीके रंजन बहन, बीके तृप्ति बहन, बीके प्रभा बहन, बीके पूर्णिमा बहन, बीके गीता बहन सहित जोन की सभी वरिष्ठ बहनें मौजूद रहीं।

पूर्व मंत्री पहुंचे घाटकोपर सेवाकेंद्र

शिव आमंत्रण, मुंबई।

महाराष्ट्र के पूर्व कैबिनेट मंत्री सुधीर मुनगंटीवार ने घाटकोपर स्थित ब्रह्माकुमारीज़ योग भवन में प्रेरणादायक फिल्म जननी द स्टोरी सी राइट का विशेष प्रदर्शन देखा। उन्होंने फिल्म के परिवर्तन, मार्गदर्शन और उद्देश्यपूर्ण जीवन के संदेश की सराहना की तथा आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और ऑगमेंटेड रियलिटी के प्रभावशाली उपयोग की प्रशंसा की। इसे युवाओं पर सकारात्मक प्रभाव डालने वाली फिल्म बताया। इस दौरान बीके विष्णुप्रिया बहन एवं अन्य सदस्यों ने भाजपा नेता मुनगंटीवार का स्वागत किया।

ब्रह्माकुमारी बहनों ने पूर्व उपमुख्यमंत्री से की मुलाकात

पूर्णिया (बिहार)। ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से बीके सुनीता दीदी, बीके मुकुटमणि दीदी एवं बीके अनीता दीदी ने बिहार के वरिष्ठ राजनेता एवं कटिहार के विधायक एवं पूर्व उपमुख्यमंत्री तारकिशोर प्रसाद से शिष्टाचार भेंट की। इस अवसर पर बहनों ने उन्हें आध्यात्मिक साहित्य एवं दिव्य संदेश भेंट करते हुए राजयोग ध्यान के माध्यम से जीवन में शांति, संतुलन एवं सकारात्मकता लाने के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ संस्था द्वारा समाज में नैतिक मूल्यों के उत्थान, नशामुक्ति, महिला सशक्तिकरण एवं आध्यात्मिक जागरूकता के क्षेत्र में किए जा रहे सेवा कार्यों की जानकारी भी साझा की।

हिंदू नववर्ष पर कार्यक्रम आयोजित

शिव आमंत्रण, कूचबिहार, जुंजवाडी, पश्चिम बंगाल | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा हिंदू नववर्ष की उपलक्ष्य में सेवाकेंद्र पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें सवरी जी फेमस गायकी बासुदेव जी, समाज सेवक तपन जी, सेन्टर प्रभारी बीके सम्पा बहन, समाज सेविका दीपिका बहन, समाजसेवी सुदीप कुमार सहित अन्य भाई-बहन मौजूद रहे।

प्रस्तुतियों से दिखाई भारतीय संस्कृति

शिव आमंत्रण, शंघाई/ग्वांगझू (चीन)। भारतीय सांस्कृतिक संबंध परिषद के स्थापना दिवस पर शंघाई और ग्वांगझू में भारतीय वाणिज्य दूतावास द्वारा आयोजित कार्यक्रमों में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान ने सक्रिय सहभागिता निभाई। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ बहनों ने भारतीय संस्कृति और परंपराओं को दर्शाती आकर्षक सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दीं, जिन्हें उपस्थित अतिथियों ने सराहा। शंघाई में आयोजित कार्यक्रम में बीके बहन सपना विशिष्ट अतिथि के रूप में शामिल हुईं। ग्वांगझू में में चीन की बीके आइवी बहन ने हिंदी गायन प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान प्राप्त किया, जिससे भारतीय भाषा और संस्कृति के प्रति उनके समर्पण को सराहा। आयोजन भारत और चीन के बीच सांस्कृतिक संबंधों को सुदृढ़ करने के उद्देश्य से किया गया।

बाबा साहेब की 135वीं जयंती पर रक्तदान शिविर आयोजित

शिव आमंत्रण, झोझूकलां (हरियाणा)।

भारत रत्न, संविधान निर्माता डॉ. बीआर आंबेडकर के 135वीं जयंती पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र, वंचित जन जागृति ट्रस्ट एवं समाज सेवा समिति के संयुक्त तत्वाधान में डॉ. बीआर आंबेडकर धर्मशाला में रक्तदान एवं नेत्र जांच शिविर का आयोजन किया। सभी ने मिलकर डॉ. आंबेडकर के जन्मोत्सव को समरसता दिवस के रूप में मनाया।

इसमें राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने कहा कि महिलाओं की शिक्षा, महिलाओं के अधिकार के लिए डॉ. भीमराव आंबेडकर ने संविधान में विशेष प्रावधान किया। रक्तदान महादान है सबसे बड़ा पुण्य है। किसी को जीवन दान देना है। भाजपा मंडल अध्यक्ष मास्टर हरीश बीजना, पार्षद प्रतिनिधि अशोक थालोर, बाल योगी महंत सुखदेव नाथ, महंत सत्यदेव, नरेश ठेकेदार, ट्रस्ट अध्यक्ष मास्टर लीलाराम, जिला प्रधान पवन कुमार, दयानंद झोझू सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, सदस्यता हेतु संपर्क करें-

वार्षिक मूल्य 210 रुपए तीन वर्ष 630 रुपए

मो 9414172596, 8521095678

Website www.shivamantran.com

पत्र व्यवहार का पता

प्रधान संपादक ब्र.कु. कोमल
ब्रह्माकुमारीज़, शिव आमंत्रण ऑफिस, शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरोही, राजस्थान, पिन कोड- 307510
मो 8538970910, 9179018078
Email shivamantran@bkivv.org

For online transfer

A/C Name: Rajyoga Education & Research Foundation
A/C Number: 35401958118, IFSC Code: SBIN0010638
Bank & Branch: State Bank Of India, PBKIVV, Shantivan, Abu Road, Rajasthan
Note: On transfer please email details to: shivamantran.acct@bkivv.org, Helpline: 9471854331

Scan To Pay

कॉन्शियस थिंकिंग और सेल्फ-अवेयरनेस ही शांतिपूर्ण और सफल जीवन की कुंजी है: बीके शिवानी दीदी

लखनऊ के टेक्नो ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशंस में अवेकनिंग सेशन आयोजित

शिव आमंत्रण, लखनऊ।

प्रख्यात आध्यात्मिक वक्ता बीके शिवानी दीदी ने टेक्नो ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशंस, लखनऊ में आंतरिक नेतृत्व और सजग जीवनशैली विषय पर एक विशेष अवेकनिंग सेशन को संबोधित किया। इस कार्यक्रम में छात्र-छात्राओं, शिक्षकों एवं आमंत्रित अतिथियों ने भाग लिया। कार्यक्रम में उत्तर प्रदेश के उपमुख्यमंत्री बृजेश पाठक ने कहा कि ऐसे आयोजन युवाओं में मूल्यों के संस्कार स्थापित करने और उन्हें संतुलित एवं जिम्मेदार नागरिक बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। कार्यक्रम में 'यंग इंडियंस' संगठन के सदस्य भी शामिल हुए।
बीके शिवानी ने भावनात्मक संतुलन और मानसिक स्वास्थ्य पर व्यावहारिक मार्गदर्शन देते हुए कहा कि सजग सोच (कॉन्शियस थिंकिंग) और आत्म-जागरूकता (सेल्फ-अवेयरनेस) ही एक शांतिपूर्ण और सफल जीवन की कुंजी हैं। उन्होंने बच्चों में बढ़ते स्क्रीन उपयोग की चिंता पर भी प्रकाश डाला और जीवन में संतुलन एवं मूल्य-आधारित जीवनशैली अपनाने की आवश्यकता पर जोर दिया। यह सत्र प्रतिभागियों के लिए प्रेरणादायक रहा, जिसने उन्हें आत्म-नेतृत्व, सकारात्मक सोच और संतुलित जीवन जीने की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान किया।

मेडिटेशन के अभ्यास से मेरा जीवन सुखमय बना : भाटिया

शिव आमंत्रण, फरीदाबाद।

सेक्टर-21 डी. फरीदाबाद स्थित ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें समाज की प्रतिष्ठित हस्तियों ने भाग लेकर महिलाओं की शक्ति, सम्मान और उनके योगदान पर अपने विचार व्यक्त किए।
मुख्य अतिथि प्रवीन जोशी (मेयर, फरीदाबाद नगर निगम)ने कहा कि एक महिला ही बेटी, बहन, पत्नी और माँ बनकर पूरे घर की जिम्मेदारी निभाती है। वह बच्चों, पति और अपने कार्यक्षेत्र सभी का समान रूप से ध्यान रखती है। उन्होंने ब्रह्माकुमारी संस्था की प्रशंसा करते हुए कहा कि यह एक अनूठी संस्था है, जिसे मुख्य रूप से महिलाएँ ही संचालित करती हैं। आज देश में भी महिलाओं का नेतृत्व बढ़ रहा है और इसका सबसे बड़ा उदाहरण हमारी राष्ट्रपति द्रौपद्री मुर्मु जी हैं, जो पूरे देश का नेतृत्व कर रही हैं।
कार्यक्रम में हरियाणा स्टेट कमिशन फॉर वूमन की चेयनपर्सन रेणु भाटिया ने कहा कि जब से वे ब्रह्माकुमारी संस्था से जुड़ी हैं, उनके जीवन में सकारात्मक परिवर्तन आया है। मेडिटेशन के अभ्यास से उनका जीवन सुखमय बना और गंभीर बीमारी जैसी समस्याओं का भी समाधान मिला। उन्होंने सभी को नियमित रूप से ध्यान (मेडिटेशन) करने की प्रेरणा दी। श्रीराम एजुकेशन सोसायटी की निदेशिका डॉ. अमृता ज्योति बहन ने कहा कि बच्चों का उज्ज्वल भविष्य उनके अच्छे संस्कारों पर निर्भर करता है और इन संस्कारों का निर्माण एक माँ ही करती है। राजयोगिनी बीके ऊषा दीदी ने कहा कि महिला के अंदर अपार शक्ति होती है, जिससे वह हर कार्य को सफलतापूर्वक कर सकती है। जीवन में कितनी भी कठिनाइयाँ आएँ, लेकिन हिम्मत नहीं हारनी चाहिए। दृढ़ संकल्प और आत्मविश्वास से ही जीवन में प्रगति संभव है। बीके प्रीति बहन ने अतिथियों का स्वागत किया। बीके रंजना बहन ने राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से परमात्मा की अनुभूति कराई।

राजयोगिनी बिंदु दीदी विंध्य रत्न सम्मान 2026 से अलंकृत

शिव आमंत्रण, मीरजापुर, उप्र।

आध्यात्मिक चेतना और मानवीय मूल्यों के प्रसार की दिशा में उत्कृष्ट योगदान के लिए सिटी क्लब में आयोजित समारोह में राजयोगिनी बिंदु दीदी को प्रतिष्ठित विंध्यरत्न सम्मान-2026 से सम्मानित किया गया। यह गौरवपूर्ण सम्मान विंध्यामाउंट द्विभाषी समाचार पत्र द्वारा प्रदान किया गया, जो समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने हेतु समर्पित व्यक्तित्वों को सम्मानित करता है। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि राज्य मंत्री सोहनलाल श्रीमाली, विशिष्ट अतिथि के रूप में मिर्जापुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके बिंदु दीदी, भाजपा जिला अध्यक्ष लाल बहादुर सरोज, नगर पालिका अध्यक्ष श्याम सुंदर केसरी, पद्मश्री सम्मान से अलंकृत उर्मिला श्रीवास्तव मुख्य रूप से मौजूद रहीं।

नई राहें

बीके पुष्पेंद्र, संपादक
शिव आमंत्रण, शांतिवन, आबू रोड

साधना की सीढ़ी है मनन-चिंतन

शिव आमंत्रण, आबू रोड, राजस्थान। आत्मा की तीन शक्तियां हैं- मन, बुद्धि और संस्कार। इनमें पहली शक्ति 'मन' सबसे महत्वपूर्ण और प्रभावी है। क्योंकि मनुष्य की सोच के आधार पर ही उसके गुण, व्यक्तित्व झलकता है। व्यक्ति की सोच ही उसे सामान्य से महापुरुष बनाती है। मनुष्य के निम्नस्तर के कर्मों के पहले उसके मन का स्तर गिर जाता है। हिंसा, मारपीट, बदले का भाव, द्वेष, ईर्ष्या के विचार पहले मन में जन्म लेते हैं फिर वह कर्म में प्रवीण होते हैं। इसलिए धर्म-ग्रंथों में मन की पवित्रता और शुद्धता पर सबसे ज्यादा जोर दिया गया है।
चिंतन का अर्थ होता है सोचना या विचारना। सुने हुए ज्ञान के बिंदू या बातों का, पढ़े हुए वाक्यों या किसी विषय पर एकांत में गंभीर विचार करना ही 'मनन' है। मननशीलता का गुण होने के कारण ही मानव को मनुष्य कहा जाता है। मनन-चिंतन एक ऐसी विधा है जो मनुष्य के व्यक्तित्व को संवारने, समृद्धशाली और प्रभावशाली बनाने में अमृततुल्य है। मनन-चिंतन जितना व्यापक, गहराईपूर्ण और उद्देश्यपूर्ण होगा, विचार और कर्म भी उसी अनुरूप व्यापक, समृद्ध और सुखदायी होंगे। एकांत में प्रकृति के सान्निध्य में किया गया मनन-चिंतन से हमें अपनी कमी-कमजोरी का आभास होता है वहीं मजबूत पक्ष भी जान पाते हैं। सफलता प्राप्ति के लिए किन बातों पर फोकस करना है, किस पक्ष को मजबूत करना है यह जान पाते हैं। हम अपने जीवन के मार्गदर्शक, गुरु और शिक्षक खुद बन पाते हैं। जरूरत है तो अपने जीवन के अनुभवों से सीख लेकर आत्म विश्वास और दृढ़ निश्चय के साथ हिम्मत का कदम बढ़ाने की। एकांत में गहराई से किसी विचार को लेकर अंतर्मन में झांकते हैं या ज्ञान रत्नों का विश्लेषण करते हैं तो मन में नए विचार और आइडिया जन्म लेते हैं। मन में सकारात्मक विचारों की पूंजी बढ़ती है। मन शांत होता है। जीवन के प्रति नजरिया स्पष्ट होता है। व्यर्थ के विचारों से बच जाते हैं और बड़ी से बड़ी समस्या का हल मिल जाता है। विचारों, भावनाओं और अनुभवों का विश्लेषण नई खोज की ओर ले जाता है। खुद का मूल्यांकन कर पाते हैं कि जीवन किस दिशा में जा रहा है। साक्षी भाव उत्पन्न होता है और परिस्थितियों, घटनाओं से निर्लिप्त, निर्विघ्न और निडर बनने का गुण विकसित होता है।

आध्यात्मिक पुरुषार्थ की पहली सीढ़ी, अवस्था है चिंतन-

अध्यात्म की राह पर चल रहे पथिकों के लिए मनन-चिंतन साधना की पहली अवस्था या सीढ़ी है। योग-साधना का आधार श्रेष्ठ मनन-चिंतन है। कितना भी ज्ञान अर्जन कर लें लेकिन जब तक उस ज्ञान का गहराई से चिंतन नहीं करेंगे तो वह सिर्फ ज्ञान तक ही सीमित रह जाएगा। मंथन से निकले ज्ञान रूपी अमृत से ही इसकी गहराई का एहसास होता है, जो हमारी पूंजी बन जाती है। इससे संवेदनशीलता का भी विकास होता है और संवाद कौशल बढ़ता है। जीवन को सार्थक, उपयोगी और प्रेरणादायी बनाने में मदद मिलती है। स्वामी विवेकानंद ने कहा है कि मनन-चिंतन से हम अपने जीवन को सार्थक बना सकते हैं और अपने लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। गौतम बुद्ध कहते हैं कि मनन-चिंतन से हमारा मन शांत होता है और जीवन सुखमय बनता है। अल्वर्ट आइंस्टीन के विचार थे कि मनन-चिंतन से हमें जीवन को समझने में मदद मिलती है, मन का विकास होता है और लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं।

मन हो जाता है शांत, शक्तिशाली-

जब महान विचारों को मन में बार-बार चिंतन में लाते हैं, स्मरण करते हैं, दोहराते हैं तो मन शक्तिशाली हो जाता है। मन सकारात्मक विचारों से भरपूर होने से जीवन में निराशा, हताशा, दुख, चिंता कोसों दूर रहते हैं। नकारात्मकता तभी हावी होती है जब सकारात्मक विचारों का अभाव हो। इससे निर्णय करने की क्षमता का भी विकास होता है क्योंकि मनन शक्ति से हम संबंधित विचार के सभी पहलुओं पर नजर डाल पाते हैं। जब हमें जीवन में कोई बड़ा निर्णय लेना होता है तो हम कहते हैं कि मुझे कुछ वक्त दीजिए। मैं सोचकर आपको अपना निर्णय बताऊंगा। इसके बाद हम अपने शुभचिंतकों, परिचितों और जानकारों से उनका मत, अनुभव लेते हैं और फिर अपने अनुभव के आधार पर उस बात या विचार पर मनन-चिंतन कर आगे के लिए निर्णय लेते हैं। शांत मन से किसी बात की गहराई में जाने के बाद मन उचित निर्णय ले पाता है। इससे दूरदर्शिता का गुण भी विकसित होता है। खुद को खुद से मिलाता है। जीवन की भागदौड़ में कितने ही व्यस्त क्यों न रहें कुछ पल अपने साथ भी बिताना चाहिए। यही वह पल होते हैं जब हम खुद से बात करते हैं। अपने मन की सुनते हैं। इसके लिए है खुद से प्यार करना। अपनी भावनाओं और विचारों का सम्मान करना बेहद जरूरी है। मनुष्य चिंता करके चिता की स्थिति में पहुंच जाता है लेकिन चिंतन करके परमात्मा प्राप्ति के मार्ग पर अग्रसर हो जाता है। परमात्मा को पा लेता है, उसे अपना बना लेता है।

परमात्मा के महावाक्य हैं- अपनी घोट तो नशा चढ़े

अपनी घोट तो नशा चढ़े अर्थात् परमात्मा द्वारा दिए गए खजाने को मनन शक्ति से कार्य में लगाकर प्राप्तियों की अनुभूति करो तो नशा चढ़े। सुनने के समय नशा रहता है लेकिन सदा क्यों नहीं रहता? इसका कारण है कि सदा मनन शक्ति से अपना नहीं बनाया है। मनन शक्ति अर्थात् सागर के तले में जाकर अंतर्मुखी बन हर ज्ञान रत्न की गुह्रता में जाना। परमात्म ज्ञान तभी हमारी पूंजी बन सकता है जब हम उसका मनन-चिंतन करेंगे। जितना मनन शक्ति बढ़ेगी तो पुरुषार्थ भी उसी तीव्र गति से बढ़ता जाता है। आत्मा अनुभवीमूर्त बनती जाती है। मनन-चिंतन से हमारे सामने जीवन के ऐसे राज सामने आते हैं जो कहीं और नहीं मिल सकते हैं। प्रभु चिंतन उन्नति की सीढ़ी है और परचिंतन पतन की जड़ है।

जीवन प्रबंधन

बीके शिवानी दीदी

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

नई सृष्टि में जाने के लिए सतयुगी संस्कार बनाने होंगे

शिव आमंत्रण, आबू रोड। हमेशा अपनी कैपेसिटी बढ़ाते रहें। कोई भी चीज को यदि हम बढ़ाते नहीं हैं तो वह धीरे-धीरे घटने लगती है। इसी तरह चेक करते रहें कि मेरी सोच कैसी चल रही है। मेरा व्यवहार कैसा है, अभी वर्तमान स्थिति क्या है। चेक करें कि मैंने क्या सृष्टि को देख कर संकल्प किया। जीवन में एक छोटी सी प्रॉब्लम आती है और हम सोचना शुरू करते देते हैं कि बड़ी प्रॉब्लम है तो वह बड़ी हो जाएगी। जैसे कोई घर में बीमार है यदि सभी लोग बोलेंगे बीमार है, बीमार है तो वह और बीमार हो जाएगा। क्योंकि संकल्प से सृष्टि बनती है। तो चैक करें मेरी सृष्टि क्या है? मेरे रिश्ते, मेरी सृष्टि क्या है? मेरा काम और मेरी सृष्टि क्या है? जो सोचेंगे वह होता जाएगा।

जैसे आप ऑफिस जा रहे हैं। रास्ते में ट्रैफिक है। बारिश भी हो रही है। ऐसे में मन में ख्याल आएंगे कि आज फिर ऑफिस टाइम पर नहीं पहुंच पाऊंगा। आज फिर लेट हो जाऊंगा। संकल्प से सृष्टि बनती है तो आपके साथ वैसा ही होने लगेगा। इसकी जगह सोचें ट्रैफिक कम हो रहा है। जगह खाली है और मैं अपनी जगह पर पहुंच रहा हूं तो आप समय पर पहुंच जाएंगे। बीज गलत डालेंगे तो परिणाम भी गलत आएगा।

जिसे याद करेंगे वैसे ही वाइब्रेशन हमें मिलेंगे

ज्ञान सुनते हैं और मेडिटेशन करते हैं। परमात्मा का ज्ञान और परमात्मा से कनेक्शन जोडक़र मेडिटेशन जिसे हम याद करेंगे, उसके मन की स्थिति के साथ हमारी मन की स्थिति जुड़ जाएगी। अगर आपने यहां बैठे किसी को याद किया जो घर पर हैं। तो उनकी जो अभी मन की स्थिति होगी। उसका वाइब्रेशन आपके मन से कनेक्ट हो जाएगा। एनर्जी ट्रांसफर इसीलिए कभी-कभी बिना कोई कारण के दुख हो रहा है, बिना कोई कारण की चिंता हो रही है उस टाइम याद किसको कर रहे थे। जो यहां होगा मतलब उसके साथ मेरा कनेक्शन जुड़ गया। इसलिए बचपन से हमें सिखाया गया था सारा दिन किसको याद करो। क्योंकि अगर उसको याद करते रहोगे तो यहां कनेक्शन किसके साथ जुड़ा रहेगा। उसके साथ जुड़ा रहेगा। परेशान को याद करेंगे तो परेशान होंगे। नाराज को याद करेंगे तो नाराज होंगे। शांति के सागर को याद करेंगे, सर्वशक्तिमान को याद करेंगे तो वैसे बनते जाएंगे।

जो कर्म करें, मन भी उसमें लगा हो...

लोग परमात्मा को याद करने बैठते हैं लेकिन मन इधर-उधर भटक जाता है। जैसे मुझे अपना पूजा पाठ करना है, जाप करना मैंने सबकुछ किया। ईश्वर को फूल भी चढ़ाए, अगरबत्ती लगाई। लेकिन बीच-बीच में बच्चों के बारे में भी सोच लिया। ऑफिस जाकर आ गए। इसीलिए क्या हुआ इतना अच्छा विधिपूर्वक सबकुछ करते हुए भी चार्जिंग नहीं हुई। दूसरा तरीका यह है कि हम घर के काम करते, खाना बनाते, ऑफिस में काम करते, गाड़ी चलाते भी भगवान को मन से याद कर सकते हैं। क्योंकि हमारे मन की आवाज ही परमात्मा तक पहुंचती है। कर्मयोगी मतलब हम कर्म पर फोकस करते हैं। राजयोग में रहते हुए कर्म किया। जो कर्म परमात्मा की याद रखते हुए करेंगे ऑटोमेटिकली उनका हर कर्म कर्मयोग हो जाएगा। मेडिटेशन मतलब ध्यान रखना, मन का ध्यान रखने के लिए ध्यान करना होता है। तो परमात्मा को याद करने के लिए मेडिटेशन कहते हैं। मेडिटेशन मतलब सारा दिन परमात्मा से एक सुंदर रिश्ता, कनेक्शन।

समस्या आने पर सबसे पहले परमात्मा से समाधान पूछें

जब भी हमारे जीवन में कोई समस्या आती है तो हम पहले अपने साथी वालों से, परिवार के सदस्यों से पूछते हैं। सभी से पूछने के बाद जब कोई समाधान नहीं मिलता तो लास्ट ऑप्शन के तौर पर परमात्मा के पास जाते हैं। जबकि जीवन में कोई भी परेशानी या समस्या आए परमात्मा लास्ट ऑप्शन की जगह फर्स्ट ऑप्शन हो। सुख हो या दु:ख सभी में पहले परमात्मा के साथ शेयर करें। कोई भी काम करने से पहले, सुबह उठने के बाद, रात को सोते समय, खाना खाने से पहले, ऑफिस जाने से पहले परमात्मा को जरूर याद करें। सुबह का समय सात्विक होना चाहिए। सुबह पूरे दिन के लिए मन को चार्ज करना चाहिए।

सतयुग में जाने के लिए बनाने होंगे दिव्य संस्कार

जैसे सुबह के बाद दोपहर फिर शाम और रात आती है। फिर रात के बाद सुबह होती है। इसी तरह सृष्टि चक्र भी चलता है। सतयुग के बाद त्रेतायुग, द्वापरयुग और फिर कलियुग। वर्तमान समय पुरुषोत्तम संगमयुग चल रहा है। इसके बाद फिर से सतयुग आएगा। तो सतयुग में जाने के लिए हमें कैसे संस्कार बनाना होंगे। जब हमारे यहां पर सतयुगी और दिव्य संस्कार होंगे तभी हम सतयुग में पहुंच पाएंगे। जैसी यहां हमारे कर्म होंगे वैसे ही हमें अगले जन्म में उसका फल मिलेगा। देने वाले दाता ही देवी-देवता बनते हैं, यहां सभी को प्यार दें, सम्मान दें। वर्तमान समय नर से नारायण बनने का समय है। नर ऐसी करनी करे जो नारायण पद पाए और नारी ऐसी करनी करे जो लक्ष्मी बद पाए।

परमात्मा की याद में बनाया भोजन प्रसाद बन जाता है

यदि आप रांग वाइब्रेशन का खाना खा लो या रांग वाइब्रेशन का पानी पी लो तो उसका असर आत्मा की स्थिति पर हो जाता है। अगर आपके लिए किसी ने खाना बनाया जो बहुत परेशान है और आपको कोई चिंता नहीं आप सिर्फ खाना खा लो तो इसका असर आप पर भी होना निश्चित है। जो डरा हुआ है उसके हाथ का खाना खा लो तो किसी बात से आपको डर लगने लगेगा। इसलिए हमेशा परमात्मा को याद करते हुए ही खाना बनाएं और याद में ही खाना खाएं। यदि माताएं अच्छे विचार करते हुए, अच्छी भावना के साथ और परमात्मा को याद करते हुए भोजन बनाएंगी तो वह भोजन नहीं प्रसाद बन जाएगा। जिस घर में रोज प्रसाद बनेगा वह घर मंदिर बन जाएगा। कभी भी खाने की मेज पर घर की प्राब्लम डिस्कस नहीं करें। न ही परेशानी, दर्द और तकलीफ की बातें करें।

शुद्ध संकल्प लेकर ही सोएं...

रात को सोने से पहले 10 मिनट परमात्मा को याद करें। उसका शुक्रिया अदा करें। मन शांत होने से कम समय में ही नींद पूरी हो सकेगी। यदि हम मन डगमग वाइब्रेशन पर रखकर सो गए तो हमारी सुबह स्थिति भी वैसी ही रहेगी। इसके अलावा जब भी पानी पीएं तो कुछ सेकंड उस पानी के गिलास को हाथ में लेकर पवित्र और शुद्ध वाइब्रेशन दें। इससे आपका मन शांत रहेगा। साथ ही पानी के साथ वह शुद्ध वाइब्रेशन आपके थॉट्स को भी चैंज करेंगे। शरीर में कोई प्रॉब्लम है तो विचार करें मेरा शरीर निरोगी है। परफेक्ट है। यदि जीवन में कोई प्रॉब्लम है उसी मनोस्थिति में खाना खाया और रात को सोने से पहले वही संकल्प करते-करते सो गए। इससे सारी रात माइंड उसी संकल्प को दोहराता रहेगा। रात को सोने से पहले कभी गलत नहीं सोचना, कभी उदास नहीं होना क्योंकि सारी रात में वह प्रॉब्लम रहती है। यही बात रिश्तों में लागू होती है। यदि आपके परिवार में रिश्तों में कड़वाहट है, दूरियां हैं तो मन में विचार करें कि मुझे सभी बहुत प्यार करते हैं, सभी परिवार के सदस्य मेरे सहयोगी और स्नेही हैं। सभी का आपस में प्रेम है। ये वाइब्रेशन धीरे-धीरे सामने वाले के पास पहुंचेंगे और आपके रिश्तों में सुधार आना शुरू हो जाएगा।

सभी के लिए जानना जरूरी...

- हमारी हर थॉट्स (विचार) वायुमंडल में जा रही है, वैसी ही सृष्टि बन रही है। उसका असर औरों के ऊपर पड़ रहा है। वह कर्म वैसे कर रहे हैं। यदि हमने विचार को ठीक कर लिया तो बाहर सबकुछ अपने आप ठीक होना शुरू हो जाएगा। इसके लिए जरूरी है कि हम अपने संकल्प को रोज श्रेष्ठ बनाएं।
- सुबह उठते ही यदि मन और बुद्धि को ज्ञान की अच्छी बातें दे दी जाएं तो वह ज्ञान सारा दिन काम करेगा।
- यदि हमने आत्मा के दाग को ठीक नहीं किया तो वह दाग हमारे साथ अगले शरीर में भी जाने वाला है। जैसे घर को रोज साफ करते हैं वैसे ही रोज हमें अपनी खराब आदतों की सफाई करनी है। जो चीज हम बाहर करते हैं वह चीज हमें अपने विचार के स्तर पर करना है।
- माता-पिता और बच्चे के रिश्ते के बीच बहुत प्यार, रिस्पेक्ट, भावना चाहिए। आपके आसपास में किसी को गुस्सा है।
- कोई गलत संस्कार है तो उसे ब्लैसिंग दें। ताकि वह अपने उस संस्कार से बाहर निकल सके।
- अगर मन में कोई विचार है, कोई समस्या है तो उसे परमात्मा को सुना दें आपको अपने आप जवाब मिल जाएगा।

समस्या- समाधान

- राजयोगी बीकें सूरज भाई, माउंट आबू

भगवान से अपना नाता जोड़ लें तो सब आसान हो जाएगा

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान। मैं आपको मेडिटेशन के दो स्वरूपों की तरफ ले चलता हूं एक मैं आत्मा पीसफुल हूं लेकिन दूसरी चीज जो भगवान है जिसके बारे में आप सभी शायद कभी ना सोचते हों। क्योंकि एक विश्वास हो गया था वह कोई बहुत दूर की चीज है, उसको प्राप्त करना बहुत मुश्किल है छोड़ो इस झंझट को पता नहीं कहां है? कैसा है? मिलेगा या नहीं मिलेगा? मिलेगा तो आंख दिखाएगा क्या? हमारे पापों की हमें सजा देगा क्या? पता नहीं क्या, कैसा होगा? धर्मराज तो नहीं है वह? कई प्रकार के डर को पैदा कर दिया था लोगों के मन में। संसार में बहुत धर्मों में यह खेल हुआ लेकिन जब आप उसे जानेगें तो आपको पता चलेगा वह तो प्यार का सागर है, उससे ज्यादा हमें प्यार करने वाला कोई नहीं इस संसार में, बहुत मीठा है वो, उसके जैसा स्वीट इस दुनिया में कोई होता ही नहीं, वह शांति का सागर है उसके पास जाते ही मन शांत हो जाएगा, वह आनंद का सागर है उसके पास जाते ही हम आनंद में खो जाएंगे। हमारी खुशी का पारावार नहीं रहेगा। ऑलमाइटी है वह। हमें अपनी शक्ति देता है।

भगवान से हमारा पहला नाता पिता का है-

सोचो एक बार कि वह हमारे परम पिता है हम उनकी संतान है यह सत्य है हम आत्माएं हैं और उसके बच्चे हैं। 1 मिनट आंखें बंद करके मेरे साथ सोचें 'जिसे लोग भगवान कहते हैं वह मेरा परमपिता है.... इसका अर्थ है वह मेरा है.... हम उसके वह हमारा... उसका सब कुछ मेरा है...... 'यह बहुत गुड फीलिंग है कि वह मेरा है। अभी मैं आपको एक सुंदर संकल्प देता हूं उसे अपने जीवन का साथी बना लो, गुड फ्रेंड बना लो, वह खुदा दोस्त है। राजयोग की सबसे अच्छी बात है कि भगवान से नाता जोड़ लो जब आप उसे स्वीकार कर लेते हैं कि वह मेरा है तभी आपका नाता उससे जुड़ जाता है। हम साधारण भाषा में उसे कहते हैं 'मेरा बाबा' अब कैसे यूज करेंगे उसको?

उठो भी मुस्कुराते, सोएं भी मुस्कुराते हुए: मैं आपको उसके बारे में बताता हूं आपके मन में कोई चिंता हो, भय हो, भारीपन हो तो रात को सोने से पहले उसके नाम एक और छोटा सा पत्र लिख दो। घर में एक डायरी बना देना लेटर टू गॉड, लेटर टू खुदा दोस्त। लिखो अपने मन की सारी बात उसे जो आपके मन में खलबली मचा रही हो जो आपके मन को अशांत कर रही हो उसके नाम लिख दो तो आप पाएंगे कि जब आप सवेरे उठेंगे तो आप बहुत आनंद में है। उसने हर लिया है वह बोझ। इसको कहते हैं उस को समर्पित करना अपनी समस्याओं को उसे अर्पित कर देना। अपने मन को हल्का कर दो क्योंकि जीवन को एंजॉय करना है तो उठो भी मुस्कुराते हुए और सो भी मुस्कुराते हुए।

ब्रेन की बैटरी भी बहुत डिस्चार्ज हो चुकी है

देखें क्या क्या होल्ड किया है इस ब्रेन में और उसको रिलीज कर दो। जीवन को सुखी बनाना है। ये जो हमारा ब्रेन है यह बहुमूल्य है, बेशकीमती है। इसकी कीमत नहीं आंकी जा सकती। मैं एक बात आपसे कहता हूं कि अब से 100 साल पहले मनुष्य का ब्रेन जितना पावरफुल था वह 50 साल पहले नहीं था और जो 50 साल पहले जितना था वह आज नहीं है जैसे हमारे मोबाइल की बैटरी डाउन हो जाती है शाम तक, ऐसे इस ब्रेन की बैटरी भी बहुत डिस्चार्ज हो चुकी है और इस पर प्रेशर ज्यादा हो तो क्या हाल होगा? यह मनुष्य की अशांति का कारण है जब प्रेशर ज्यादा होता है तो मनुष्य इरिटेट होता है, उसे गुस्सा आता है उसे, टेंशन होती है और इन सब चीजों से ब्रेन की एनर्जी नष्ट होती है। सबसे बहुमूल्य ब्रेन है आपके पास। कोई बेशकीमती हार हो 9 करोड़ का हो तो कैसे संभाल कर रखेंगे उसे ऐसी जगह रखेंगे जहां चोरों की नजर ना पड़े, ऐसे ही बहुत कीमती जेवर है यह ब्रेन।

RNI No.: RAJHIN/2013/53539, Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2024-26. Posting at Shantivan- 307510 (Abu Road)
Licensed to Post without pre-payment No. RJ/WR/WPP/18/2024-26, Posting on 17 to 20 of Each Month, Published on 14 April. 2026

» प्रकाशक व मुद्रकः करुणाकर शेट्टी द्वारा डीबी कार्प लिमिटेड भास्कर प्रिंटिंग प्रेस, शिवदासपुरा, टोंक रोड, जयपुर से मुद्रित एवं शिव आमंत्रण, ब्रह्माकुमारीज़ शांतिवन, आबू रोड, राजस्थान से प्रकाशित » प्रधान संपादकः बीकें कोमल » संपादकः बीकें पुष्पेन्द्र