



20 जनवरी से  
दिसंबर 2022  
तक चलेगा  
**अभियान**

वर्ष 09 | अंक 03 | हिन्दी (मासिक) | मार्च 2022 | पृष्ठ 16 | मूल्य ₹ 9.50

**आगाज ]** प्रधानमंत्री ने किया आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर राष्ट्रीय अभियान का शुभारंभ

# ब्रह्माकुमारीज्ञ के प्रयासों से देश को मिलेगी एक **नई ऊर्जा और शक्ति**॥

## —प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी

[ राज्यपाल कलराज मिश्र, लोस स्पीकर ओम बिरला, सीएम अशोक गहलोत, सीएम भूपेन्द्र पटेल, केंद्रीय मंत्री जी किशन रेड्डी शामिल हुए ]



**15**  
हजार कार्यक्रम देशभर  
में करने का लक्ष्य

**10**  
करोड़ लोगों तक  
पहुंचने की योजना

**07**  
अभियानों को पीएम ने  
दिखाई हरी झंडी

**5000**  
सेवाकेंद्रों पर होंगे  
कार्यक्रम

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड (राजस्थान)**  
आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर राष्ट्रीय अभियान का प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 20 जनवरी को वर्चुअल शुभारंभ किया। सात अभियानों को भी हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। ऑनलाइन संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज्ञ संस्थान के प्रयासों से देश को एक नई ऊर्जा और शक्ति मिलेगी। त्याग और कर्तव्य भाव से करोड़ों देशवासी आज स्वर्णिम भारत की नींव रख रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज्ञ का प्रभाव पूरे विश्व में है। मुझे उम्मीद है आने वाले समय में इस अभियान में एक नई ऊर्जा का संचार होगा।

उन्होंने कहा कि इस अभियान में स्वर्णिम भारत के लिए भावना भी है और साधना भी है। इसमें देश के लिए प्रेरणा भी है और ब्रह्माकुमारियों के प्रयास भी हैं। मैं देश के संकल्पों के साथ, देश के सपनों के साथ निरंतर जुड़े रहने के लिए ब्रह्माकुमारी परिवार का अभिनन्दन करता हूं। जब संकल्प के साथ साधना जुड़ जाती है, जब मानवमात्र के साथ हमारा मम्भाव जुड़ जाता है, अपनी व्यक्तिगत उपलब्धियों के लिए इद न मम् का भाव जागने लगता है तो समझिए हमारे

संकल्पों के जरिए एक नए कालखंड का जन्म होने वाला है। एक नया सवेरा होने वाला है। सेवा और त्याग का यही अनुभव आज अमृत महोत्सव में नए भारत के लिए उमड़ रहा है। इसी त्याग और कर्तव्य भाव से करोड़ों देशवासी स्वर्णिम भारत की नींव रख रहे हैं। हमारे और राष्ट्र के सपने अलग-अलग नहीं हैं। हमारी नीति और सफलता अलग-अलग नहीं है। राष्ट्र की प्रगति में ही हमारी प्रगति है। हमसे ही राष्ट्र का अस्तित्व है और राष्ट्र से ही हमारा अस्तित्व है। यह भाव, यह बोध नए भारत के निर्माण में हमारी ताकत बन रहा है। आज दादी जानकीजी और राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी सशरीर हमारे बीच उपस्थित नहीं हैं, लेकिन उनका आशीर्वाद महसूस हो रहा है। कुछ स्थल ऐसे होते हैं जिनमें एक अलग चेतना व ऊर्जा होती है।

ये ऊर्जा उन महान व्यक्तियों की होती है जिनकी तपस्या से बन, पर्वत, पहाड़ भी जागृत हो उठते हैं। मानवीय प्रेरणाओं का केंद्र बन जाते हैं। माउंट आबू की आधा भी दादा लेखराज जैसे सिद्ध व्यक्तियों की वजह से निरंतर बढ़ती रही।

शेष पृष्ठ 2 पर ►

**66**  
ओम शांति मंत्र  
से तनाव हो  
जाता है दूर



**तै** बधान से ही यहां आता रहा हूं। बधान से ही दादियों के दर्शन करने और आशीर्वाद लेने का अवसर मिला। यहां दादियों ने मुझे मूलमंत्र दिया है कि जब भी आपको तनाव हो तो तीन बार 'ओम शांति' बोल दें तो सारा तनाव दूर हो जाता है। ओम शांति एक ऐसा मंत्र है जिसके उच्चारण से ही तनाव दूर हो जाता है। आज माउंट आबू अपनी पहचान देश-तुलिया में रखता है, उसके पीछे ब्रह्माकुमारीज्ञ आश्रम का विशेष योगदान है। हमारा गुरुकृपा वसुधैव कुटुम्बम् की भावना वाला है। भारत की महान पर्याय रही है। ब्रह्माकुमारीज्ञ ने देशभर में पांच हजार केंद्रों पर हजारों प्रोग्राम करने का जो लक्ष्य रखा है वह अपने आप में बड़ी बात है। सरकार आजादी का अमृत महोत्सव मना रही है यह अच्छा कदम है। सत्य, अहिंसा के मार्ग पर चलकर ही हम समाज को आगे बढ़ा सकते हैं। जहां शांति होगी वहां विकास होगा। शांति, अहिंसा, भार्द्याचार्य हमारे मूलमंत्र हैं। इन्हें आगे बढ़ाने का कार्य ब्रह्माकुमारीज्ञ सद्या कर रही है। संरथा आने वाली पीढ़ी को अच्छे संस्कार देने का कार्य कर रही है।

अशोक गहलोत  
मुख्यमंत्री, राजस्थान



“मूल्यों का सिंचन कर रही है संस्था

**आ** जादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान बहुत ही साहानीय पहल है। ब्रह्माकुमारीज जैसी संस्थाएं इस दिनों में महत्वपूर्ण कार्य कर रही हैं। मानवीय मूल्यों का सिंचन करने का कार्य ब्रह्माकुमारीज कर रही है। संस्था के लाखों समर्पित ब्रह्माकुमार भाई-बहन और सेवकोंद अपना विशेष योगदान दे रहे हैं। संस्था ने युवाओं को गलत मार्ग से हटाकर अच्छे सद्मार्ग की ओर लाने और संस्करणों का बीजारोपण करने का कार्य किया है। मन की शांति, चित्त की शिथरता, आत्मा की शुद्धि और व्यवहार में पवित्रता के लिए समाज में ब्रह्माकुमारीज द्वारा सकारात्मक मार्गदर्शन दिया जा रहा है। प्रजापिता ब्रह्म बाबा के 53वें अव्यक्त अरोहण दिवस के उपलक्ष्य में आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान की लाइंग प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा की जा रही है। पांच हजार सेवकोंदों पर 15 हजार से ज्यादा कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। दस करोड़ दो ज्यादा लोगों तक पहुंचने का लक्ष्य रखा है। संस्था द्वारा नई पीढ़ी में राष्ट्र प्रेम, मानवीय मूल्य और समाज के प्रति कार्यक्रम बोध जगाने का कार्य किया जा रहा है।

मुपेन्द्र पटेल  
मुख्यमंत्री, गुजरात

# ‘विश्वमर में पहुंचाना होगी भारत की अछाई’

प्रधानमंत्री ने ब्रह्माकुमारीज के सोलर पॉवर से बनने वाले भोजन को सराहा



## ब्रह्माकुमारीज का आध्यात्म के साथ

### शिक्षा, कृषि, स्वास्थ्य में योगदान: पीएम

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि अमृत और अमरत्व का रास्ता बिना ज्ञान के प्रकाशित नहीं होता है। इसलिए अमृत काल का यह समय हमारे ज्ञान, योग और इनोवेशन का समय है। हमें एक ऐसा भारत बनाना है, जिसकी जड़ें प्राचीन परंपराओं और विरासत से जड़ी होंगी। जिसका विस्तार आधुनिकता के आधार पर अपनी संस्कृति और सभ्यता के साथ होगा। इन प्रयासों में ब्रह्माकुमारीज जैसी आध्यात्मिक संस्थाओं की बड़ी भूमिका है। मुझे खुशी है आप आध्यात्म के साथ-साथ शिक्षा स्वास्थ्य और कृषि जैसी कई क्षेत्रों में कई बड़े काम कर रहे हैं। आज जिस अभियान का शुभारंभ कर रहे हैं उसे आप पढ़ते से ही आगे बढ़ा रहे हैं।

## ब्रह्माकुमारी संस्था से प्रधानमंत्री के तीन बड़े आह्वान-

### 1. नागरिकों में कर्तव्य भावना का विकास करें-



पीएम मोदी ने आग्रह किया कि ब्रह्माकुमारीज जैसी संस्थाएं आने वाले 25 वर्ष के लिए एक मंत्र बना लें कि भारत के जन-जन को कर्तव्य के लिए जागरूक करें। इससे आप लोग बहुत बड़ा बदलाव ला सकते हैं। आप सभी अपनी शक्ति और समय, जन-जन में कर्तव्य बोध जागृत करने में जरूर लगाएं। ब्रह्माकुमारी जैसी संस्था दशकों से कर्तव्य के पथ पर चल रही है। इसी भाव से हम सभी को देश के हर नागरिक के मन में कर्तव्य का दीया जलाना है। इससे समाज में व्याप्त बुराइयां दूर होंगी और देश नई ऊँचाई पर पहुंचेगा।

### 2. भारत की सही बात को दूसरे देशों तक पहुंचाएं, उन्हें भारत दर्शन के लिए लाएं-

पीएम ने आह्वान किया कि भारत के छवि को धूमिल करने के लिए राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अलग-अलग प्रयास चलते रहे हैं। ऐसे में हमारा दायित्व है कि दुनिया भारत को सही रूप में जाने। ब्रह्माकुमारीज जैसी संस्थाएं जिनकी अंतरराष्ट्रीय स्तर पर उपस्थिति है, वह भारत की सही बात को दूसरे देशों में पहुंचाएं। भारत के बारे में जो अफवाएं फैलाई जा रही हैं, उनकी सच्चाई वहां के लोगों को बताएं, उन्हें जागरूक करें। यह भी हम सबका कर्तव्य है। जिन देशों में आपकी शाखाएं हैं, वहां कोशिश करें कि हर शाखा से हर वर्ष कम से कम 500 लोग भारत दर्शन के लिए, जानने के लिए आएं। जब वह यहां आकर हर बात को समझेंगे, देखेंगे तो अपने आप भारत की अच्छाइयों को विश्व में लेकर जाएंगे। आपके प्रयासों से बहुत बड़ा फर्क पड़ जाएगा। आपके यह प्रयास अन्य संस्थाओं के लिए भी आजादी के अमृत महोत्सव में नए लक्ष्य गढ़ने के लिए प्रेरित करेंगे। आपके प्रयासों से आने वाले समय में भारत की ओर बढ़ेगा।

### 3. आत्म निर्भर भारत को दें गति, जैविक खेती अपनाने के लिए किसानों को प्रेरित करें-

पीएम मोदी ने आह्वान किया कि ब्रह्माकुमारी संस्था आध्यात्म के साथ शिक्षा, स्वास्थ्य और कृषि जैसे कई क्षेत्रों में कई बड़े-बड़े काम कर रही है। आप आत्मनिर्भर भारत अभियान को भी गति दे सकते हैं। बोकल फॉर लोकल। स्थानीय उत्पादों को गति देकर इस अभियान में बहुत बड़ी मदद हो सकती है। खान-पान की शुद्धता को लेकर ब्रह्माकुमारी बहनें समाज को लगातार जागृत करती रही हैं। साथ ही सालिक जीवनशैली अपनाने को लेकर आपने लोगों में जनजागरण किया है। ब्रह्माकुमारीज प्राकृतिक खेती को बढ़ावा देने के लिए बहुत बड़ी प्रेरणा बन सकती है। कुछ गांवों को प्रेरित करके ऐसे मॉडल खड़े किए जा सकते हैं।

चेनम्मा, मतंगनी हाजरा, रानी लक्ष्मीबाई, वीरांगना ज़लकरी बाई, सामाजिक क्षेत्र में अहिल्याबाई होलकर, सावित्री फुले इन देवियों ने भारत की पहचान बनाए रखी है। आज देश आजादी की लड़ाई में नारी शक्ति के योगदान को भी याद कर रहा है।

वलीन एनर्जी में बड़े जनजागरण की जरूरत-क्लीन एनर्जी और पर्यावरण के क्षेत्र में भी दुनिया को भारत से बहुत सारी अपेक्षाएं हैं। इसे लेकर भी जनजागरण के बड़े अभियान की जरूरत है। ब्रह्माकुमारीज ने सोलर पॉवर के क्षेत्र में बड़ा उदाहरण रखा है। यहां लंबे समय से आश्रम की रसोई में सोलर पॉवर से खाना बनाया जा रहा है। सोलर पॉवर का इस्तेमाल ज्यादा से ज्यादा लोग करें, इसमें भी आपका विशेष सहयोग हो सकता है। आप सभी आत्म निर्भर भारत को भी विशेष गति दे सकते हैं।

“



आ जादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान से दुनिया को भारत की संस्कृति और वैभवशाली परंपरा का ज्ञान दिलाया। यह कोई साधारण कार्यक्रम नहीं है। आत्मनिर्भर भारत के निर्माण, भारत को समृद्ध बनाने और भारत की गौविषाली सभ्यता को विश्वमर ने पहुंचाने के लिए यह अभियान चलाया जा रहा है। ब्रह्माकुमारीज के आयोजनों से दुनिया को नया दास्ता मिलेगा। इसके तहत संस्थान का 15 हजार कार्यक्रमों के जरिए दस करोड़ लोगों तक पहुंचने का लक्ष्य रखा है। यह बहुत ही गर्व का विषय है। भारत की आजादी के बाद अब तक का यह सबसे बड़ा अमृत महोत्सव है जो भारत सरकार द्वारा मनाया जा रहा है।

जी किशन ईडी

केंद्रीय संस्कृति एवं पर्यटन मंत्री, भारत सरकार

## ये भी रहे शामिल

इस दौरान संसदीय कार्य और संस्कृति केंद्रीय मंत्री अर्जुनराम मेघवाल, राजस्थान के राज्यपाल कलराज मिश्रा, राजस्थान में विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष गुलाब चंद कटारिया, पहलवान रितु फोगार, केंद्रीय पर्यावरण, वन और जलवायु परिवर्तन मंत्री भूपेंद्र यादव, केंद्रीय कृषि और किसान कल्याण राज्यमंत्री कैलाश चौधरी, फिल्म डायरेक्टर सुभाष घई, म्यूजिक कंपोजर घेमी अवार्ड विनर रिक्की केज, संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजेविंग्नी दादी रत्नमोहनी, संयुक्त मुख्य प्रशासिका बीके मुन्नी भी मौजूद रहीं।

“

## संस्था व्यवितृत्व निर्माण में जुटी

मा नव कल्याण के लिए समर्पित ब्रह्माकुमारीज संस्था द्वारा आजादी चलाने का जो निर्णय लिया गया है वह बहुत ही साधारणी है। ब्रह्माकुमारीज एक विवित संस्था है जो पिछले आठ दशकों से पूरे संसार में मानव देवा का पुनर्जीवन कार्य कर रही है। व्यवितृत्व निर्माण का कार्य संस्था कर रही है। आपने राज्यों से समर्दद मानवता को देखा तो जारी रहा है। जो अपनी ऊर्जा को संरक्षित करते हुए स्वयं को परमात्मा से जोड़ देता है। मानव सभ्यता के आंदोलन से ही भारत आध्यात्मिक घेतना का केंद्र रहा है। आध्यात्मिक जीवनशैली समाज को नई दिशा दिया रही है। यह अभियान स्वर्णिम भारत की ज़लक और आधुनिक भारत की छवि दिखाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। स्वर्णिम भारत का निर्माण तभी हो सकता है जब देश का प्रत्येक नागरिक आगे बढ़ने और विकास के लिए सामूहिक प्रयास करे।

ओम बिरला

लोकसभा स्पीकर, नई दिल्ली



# प्रधानमंत्री ने सात देशव्यापी अभियानों का किया शुभारंभ

● ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग, महिला प्रभाग, चिकित्सा प्रभाग, यातायात प्रभाग, शिपिंग-एविएशन प्रभाग, कृषि एंव ग्राम विकास प्रभाग सहित सभी 20 विंग्स के कार्यक्रम देशभर में चलेंगे, ब्रह्माकुमारीज से जुड़े भाई-बहन उमंग-उत्साह के साथ विश्व सेवा में जुटे ● गांव से लेकर महानगरों में प्रत्येक वर्ग के लिए कार्यक्रम

## 'एक भारत-श्रेष्ठ भारत' मोटर साइकिल यात्रा: सात दिन में पूरी की यात्रा

» शिव आमंत्रण, आबू रोड (राजस्थान)। ब्रह्माकुमारीज से जुड़े बीकेर राइडर्स टीम द्वारा 'एक भारत-श्रेष्ठ भारत मोटर साइकिल यात्रा' आबू रोड से नई दिल्ली तक निकाली गई। इसका शुभारंभ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने किया। रैली आबू रोड से अजमेर, जयपुर, ग्रेटर नोएडा होते हुए गुरुग्राम पहुंची, जहां इसका गरिमामय कार्यक्रम के रूप में समापन किया गया। हाईवे पर रिसोर्ट, क्लब, संस्थाओं में कुल मिलाकर 35 से अधिक कार्यक्रम आयोजित किए गए। इनके माध्यम से लोगों को राजयोग मेडिटेशन और आध्यात्म का संदेश दिया। साथ ही सुरक्षित सड़क यात्रा को बढ़ावा देना रहा। यात्रा में शामिल सभी राइडर्स ने गति, संतुलन और सुरक्षा का संदेश दिया। पूरे सुरक्षा साधनों के साथ निकले इन युवाओं ने रास्ते में आने वाले शहरों में कार्यक्रम के माध्यम से लोगों को जीवन में आध्यात्म और राजयोग मेडिटेशन अपनाने के लिए प्रेरित किया।



1

## कृषि-ग्राम विकास प्रभाग: आत्मनिर्भर किसान अभियान

» कृषि एंव ग्राम विकास प्रभाग की ओर से देशव्यापी 'देश की शान आत्मनिर्भर किसान अभियान' का शुभारंभ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा किया गया। इस अभियान के तहत देशभर में खेती-किसानी से जुड़े ग्रामीण, किसान वर्ग, सरकारी अधिकारी, कृषि वैज्ञानिक, सरपंच आदि के लिए सभा और सम्मेलनों का आयोजन किया जाएगा।

ये होंगे कार्यक्रम: 75 किसान सशक्तिकरण अभियान

- 75 किसान सम्मेलन
- 75 शाश्वत यौगिक खेती ट्रेनिंग कार्यक्रम
- 75 कृषि वैज्ञानिकों के लिए कार्यक्रम
- 75 कृषि अधिकारियों के लिए कार्यक्रम
- 75 सरपंच सम्मेलन

उद्देश्य: किसानों को व्यसनमुक्त बनाना।



2

आध्यात्मिकता का विकास। किसानों की आर्थिक खुशहाली, तरकी, उन्नति की राह प्रशस्त करना। जैविक-यौगिक खेती को बढ़ावा देना। किसानों को प्रशिक्षण देकर जैविक खेती का महत्व बताना। सरपंचों को गांव के संपूर्ण विकास के लिए प्रेरित करना।

## युवा प्रभाग: शांति की शक्ति बस अभियान, 75 शहर पहुंचेगा

» युवा प्रभाग द्वारा शुरू किए गए देशव्यापी शांति की शक्ति बस अभियान का शुभारंभ भी प्रधानमंत्री ने किया। यह अभियान देश के 75 शहरों और तहसीलों में पहुंचेगा। इसके लिए खासतौर पर एक बस डिजाइन की गई है, जिसमें युवाओं को प्रेरित करने के लिए 3D चित्रों के माध्यम से सजाया गया है। बीकेर भाई-बहनों का दल शामिल रहेगा।

ये होंगे कार्यक्रम: 75 डिजाइन योर डेस्टिनी कार्यक्रम। 75 दिव्य युवा मंच के तहत स्व सशक्तिकरण कार्यक्रम। राइज टू द वर्ल्ड कार्यक्रम के तहत स्वच्छ भारत, पौधारोपण और रक्तदान अभियान आयोजित किए जाएंगे।

उद्देश्य: युवाओं में बढ़ रहे तनाव को दूर करके उन्हें श्रेष्ठ लक्ष्य की ओर अग्रेसित करना। नशामुक्त करके स्वर्णिम भारत के निर्माण में



4

सहयोगी बनाना। उनमें आध्यात्मिकता का विकास और सकारात्मक प्रेरणा से देशभक्ति और स्व उन्नति की ओर प्रेरित करना। प्रकृति से जोड़ने के लिए पौधारोपण अभियान, स्वच्छता अभियान और समाजसेवा का भाव जागृत करने के लिए रक्तदान शिविर लगाए जाएंगे।

## शिपिंग एविएशन टूरिज्म प्रभाग: मेरा देश- मेरी शान अभियान

» शिपिंग एविएशन टूरिज्म विंग की ओर से देशव्यापी 'मेरा देश, मेरी शान अभियान' की शुरूआत की गई। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने विरासत स्थलों के लिए समर्पित 'अनंदेखा भारत साइकिल यात्रा' का शुभारंभ किया। ये यात्राएं देशभर में अलग-अलग सेवाकेंद्रों से निकाली जाएंगी।

ये होंगे कार्यक्रम: सच्चे भारतीय नायकों का सम्मान समारोह, पदयात्राएं, पारंपरिक वेशभूषा प्रतियोगिता, विरासत स्थलों के लिए साइकिल यात्रा, भारत हमको जान से प्यारा- प्रतिज्ञा पत्र, मातृभूमि को लोगों द्वारा पत्र लिखवाए जाएंगे। सातिक जीवनशैली पर टॉक शो और प्रश्न-उत्तर का आयोजन।

उद्देश्य: मेरा देश-मेरी शान अभियान का उद्देश्य नागरिकों को भारत की प्राचीन और पुरातात्त्विक



6

धरोहर तक पहुंचकर उनका ऐतिहासिक, पौराणिक और धार्मिक महत्व से रुबरु कराना, पुरातन संस्कृति और सभ्यता को बढ़ावा देना है। साथ ही सातिक जीवनशैली को अपनाने के लिए लोगों को प्रेरित करना, मातृभूमि के प्रति सच्ची देशभक्ति और चिकित्सा प्रतिनिधियों के लिए सम्मेलन और कैंसर जांच शिविर का आयोजन।

## महिला प्रभाग: महिलाएं- नए भारत की ध्वजवाहक अभियान

» महिला प्रभाग द्वारा 'महिलाएं-नए भारत की ध्वजवाहक अभियान' की शुरुआत की गई। अभियान के माध्यम से महिलाओं को उनका महत्व बताना, उन्हें रचनात्मक कार्यों की ओर प्रेरित करके आध्यात्मिकता का विकास करना। भारत की पुरातन संस्कृति को बढ़ावा देना है।

ये होंगे कार्यक्रम: महिला सशक्तिकरण द्वारा समाज परिवर्तन विषय पर सम्मेलन एवं अभियान का आयोजन। बेटी बच्चाओं-शासक बनाओं और सुखी पारिवारिक जीवन के लिए मूल्य, संस्कार परिवर्तन एवं व्यवहार शुद्धि विषय पर सभा, सम्मेलन, संगोष्ठियों का आयोजन। रंगोली प्रतियोगिता, मैंहंदी, व्यंजन बनाना, विवर प्रतियोगिता आदि प्रतियोगिताओं का आयोजन। उद्देश्य: महिलाओं में आध्यात्मिकता और मूल्यों



3

का विकास करके समाज परिवर्तन में उनकी भूमिका के प्रति कर्तव्यबोध कराना। बेटी बच्चाओं-सशक्त बनाओं की भावना का विकास करना। सुखी पारिवारिक जीवन के लिए मूल्यों को जीवन में अपनाने पर जोर देना।

## यातायात प्रभाग: सुरक्षित भारत सड़क सुरक्षा बाइक यात्रा

» यातायात प्रभाग द्वारा शुरू की गई 'सुरक्षित भारत सड़क सुरक्षा मोटर साइकिल यात्रा' का शुभारंभ भी प्रधानमंत्री मोदी ने वर्चुअल बटन दबाकर किया। यात्रा आबू रोड से बीकानेर के लिए रवाना की गई।

ये होंगे कार्यक्रम: 75 शहर/तहसीलों में सड़क सुरक्षा से जुड़े आयोजन होंगे। इनमें 75 मोटर साइकिल यात्रा और 75 शहरों को कवर किया जाएगा। खास बात ये है कि इनका शुभारंभ और समाप्त भारत के ऐतिहासिक स्थलों से किया जाएगा। स्कूल, कॉलेज, आरटीओ, पुलिस स्टेशन, पेटोल पम्प, ट्रांसपोर्ट कार्पोरेशन आदि स्थानों पर कार्यक्रम होंगे।

उद्देश्य: सड़क दुर्घटनाओं को कम करने और रोकने के लिए लोगों को सड़क सुरक्षा के नियम बताना और यातायात के नियमों के मुताबिक



5

वाहन चलाने के लिए प्रेरित करना। वाहन सीमित गति में चलाने, सुरक्षा सकेतों का महत्व बताने के लिए कार्यक्रम। साथ ही स्पीड, सेफ्टी और स्ट्रीचुअलिटी का आपस में संबंध स्पष्ट करना। ताकि लोग असमय दुर्घटना में काल के गाल में समाने से बच सकें।

## चिकित्सा प्रभाग: माई इंडिया-हेल्दी इंडिया

» चिकित्सा प्रभाग की ओर से राष्ट्रीय माई इंडिया-हेल्दी इंडिया अभियान की लाँचिंग की गई। इसके तहत पहले चरण में मुख्यालय आबू रोड में कोविड-19 टीकाकरण एवं जागरूकता अभियान चलाया गया। मेडिकल विंग की ओर से पांच एंबुलेंस और 40 मेडिकल स्टाफ की टीम ने गांव-गांव जाकर वैक्सीनेशन किया।



7

ये होंगे कार्यक्रम: कोविड-19 टीकाकरण एवं जागरूकता अभियान के माध्यम से लोगों में वैक्सीनेशन के लिए लेकर व्याप्त भय, शंका और अफवाहों को दूर करने उन्हें वैक्सीन लगाने के लिए काउंसलिंग करना, बीके मेडिकल टीम द्वारा टीकाकरण करना है। साथ ही मेडिकल क्षेत्र से जांच शिविर का आयोजन।

# राजयोगी राइडर्स ने सात दिन में पूरी की 1600 किमी की यात्रा

‘एक भारत-श्रेष्ठ भारत’ मोटर बाइक अभियान: आबू रोड से गुरुग्राम का सफर किया तय



शांतिवन में मोटर बाइक अभियान यात्रा के लौटने पर बीके राइडर्स का वरिष्ठ पदाधिकारियों का किया गया सम्मान।

» शिव आमंत्रण, आबू रोड (राजस्थान)। एक भारत-श्रेष्ठ भारत का संकल्प लेकर शांतिवन से निकले बालब्रह्मचारी, राजयोगी ब्रह्माकुमार राइडर्स सात दिन में 1600 किमी की यात्रा कर वापस लौट आए। इस बीच कड़के की ठंड, बारिश और सर्द हवाओं के झोके इन राजयोगी राइडर्स का उत्साह कम नहीं कर सके। अजमेर, जयपुर, दिल्ली एनसीआर होते हुए मोटर बाइक अभियान 25 जनवरी को हरियाणा के गुरुग्राम पहुंचा। रास्तेभर कई क्लब और संगठनों द्वारा राइडर्स का पुष्पवर्षा कर सम्मान किया गया। सात दिन में 35 कार्यक्रम के माध्यम से लोगों को राजयोग मेडिटेशन, स्वर्णिम भारत निर्माण और श्रेष्ठ भारत के प्रति जागरूक कर संदेश दिया गया।

यात्रा पूरी कर राइडर्स के शांतिवन पहुंचने पर सम्मान समारोह आयोजित किया गया। आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर राष्ट्रीय अभियान के शुभारंभ पर 20 जनवरी को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बर्चुअल हरी झंडी दिखाकर शांतिवन से गुरुग्राम मोटर बाइक अभियान का शुभारंभ किया था।

समारोह में संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, पांडव भवन दिल्ली की निदेशिका बीके पुष्पा दीदी, खेल प्रभाग के मुख्यालय संयोजक बीके मोहन ने बाइक राइडर्स के हौसले और साहस की सराहना की। मधुरवाणी गुप्त ने देशभक्ति गीत की प्रस्तुति दी।

**20**

जनवरी को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने किया था वर्षुअल शुभारंभ

**35**

से अधिक कार्यक्रम अभियान के दैरान आयोजित

**10**

राइडर्स मोटर बाइक अभियान में थे शामिल

**27**

जनवरी को वापस शांतिवन पहुंचे राइडर्स

## राइडर्स टीम में ये भी रहे शामिल

मोटर बाइक अभियान टीम में बीके शक्तिराज, बीके प्रदीप, बीके मंजुनाथ, बीके प्रीतम, बीके राजेंद्र, बीके ऋषि, बीके श्रीधर और बीके पराशुमन भी शामिल रहे।

## पहले दिन 350 किमी की दूरी तय की

पहले दिन 350 किमी की यात्रा पूरी कर अजमेर पहुंचे। जहां दूसरे दिन अजमेर से जयपुर पहुंचे। यहां विभिन्न संगठनों में राजयोग मेडिटेशन का संदेश दिया। तीसरे दिन दिल्ली से एनसीआर फिर गुरुग्राम पहुंचे, जहां समापन समारोह आयोजित किया गया।

- बीके जयसिंह, टीम लीडर व डायरेक्टर, सोलर पॉवर प्रोजेक्ट, शांतिवन, आबू रोड

## दस साल से कर रहे हैं बाइक राइड

हम लोग राजयोग मेडिटेशन के साथ दस साल से बाइक राइड कर रहे हैं। बाइक से लदवाख की यात्रा भी कर चुके हैं। इस दौरान कई विषम परिस्थितियों का सामना किया लैकिन कभी हमारा हौसला कमजोर नहीं हुआ। यह देखकर अन्य राइडर्स ने भी मेडिटेशन सीखने की इच्छा जताई।

- बीके व्यंकटेश, टीम लीडर व डायरेक्टर, फिल्म डिवीजन डिपार्टमेंट, शांतिवन, आबू रोड

- आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान के तहत आयोजन
- ब्रह्माकुमारीज्ञ से जुड़े भाई-बहनों ने उत्साह से लिया रंगोली प्रतियोगिता में भाग

## रंगोली में उकेरे मन के भाव

**1000**

रंगोली प्रतियोगिता देशभर में आयोजित

**400**

कविताएं बीके भाई-बहनों ने लिखीं



## देश की खुशहाली, तरक्की की उकेरी तस्वीर...

देशभर में सेवाकेंद्रों पर बनाई गई रंगोली के माध्यम से आजादी के संघर्ष की गाथा, वीर जवान, आजादी के सिपाही के साथ भारत की विरासत, प्राचीन धरोहरें, स्वच्छ पर्यावरण, जल संरक्षण, पर्यावरण संरक्षण, मेरा भारत- स्वर्णिम भारत, तकनीकी और वैज्ञानिक सक्षमता और देश की खुशहाली और तरक्की की तस्वीर इन रंगोली के माध्यम से उकेरी गई।

## 18 हजार फीट पर फहराया शिव ध्वज

एक बार हमारी टीम के राइडर्स 18 हजार फीट की ऊंचाई पर परमात्मा शिव बाबा का ध्वज लहरा चुके हैं। वहां जाकर लोगों को राजयोग मेडिटेशन का भी संदेश दिया है। भारत में राइडर्स के 5 हजार ग्रुप हैं जिन्हें जोड़ने का लक्ष्य हमारी टीम ने रखा है।

- बीके राजशेखर, टीम लीडर व संचालक, किचन विभाग, शांतिवन, आबू रोड

## देशभर में कार्यक्रम करने का लक्ष्य

शांतिवन के राजयोगी, बालब्रह्मचारी राइडर्स टीम ने देशभर में कार्यक्रम आयोजित करने का लक्ष्य रखा है। हमें बहुत गर्व होता है कि राजयोगी राइडर्स की टीम अपने शौक के साथ लोगों को आध्यात्म और राजयोग मेडिटेशन का भी संदेश दे रही है।

- बीके जगबीर, राष्ट्रीय समन्वयक, खेल प्रभाग, ब्रह्माकुमारीज्ञ, शांतिवन, आबू रोड

## मेडिकल विंग का वैक्सीनेशन और जागरूकता अभियान

21 जनवरी से 31 जनवरी तक चला अभियान

**05**

एंबुलेंस ने प्रथम चरण में सेवाएं दीं

**30**

गांव किए गए कवर

**10**

दिन आबू रोड तहसील में चला अभियान

**40**

मेडिकल स्टाफ ने दीं सेवाएं



» शिव आमंत्रण, आबू रोड। ब्रह्माकुमारीज्ञ की सहयोगी संस्था राजयोग एजेंसन एंड रिसर्च फाउंडेशन के मेडिकल विंग द्वारा कोविड-19 टीकाकरण और जागरूकता अभियान शुरू किया गया। इसे आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान के तहत चलाया जा रहा है। संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय और मेडिकल विंग के सचिव डॉ. बनारसी लाल शाह ने हरी झंडी दिखाकर रखाना किया। मेडिकल विंग और सिविल हॉस्पिटल की टीम द्वारा 21 जनवरी से 31 जनवरी तक आबू रोड तहसील के गांव-गांव जाकर लोगों को वैक्सीन लगाई गई। साथ ही ग्रामीणों में वैक्सीन को लेकर जो भ्रम की स्थिति है उसे दूर किया गया। पांच एंबुलेंस में 40 लोगों की टीम ने पहले चरण में 30 गांव कवर किए। एक हजार से अधिक लोगों को वैक्सीन लगाई गई। अभियान में डॉ. पूर्वी, बीके कृष्णा और बीके पवित्र व अन्य भाई-बहनों ने सेवाएं दीं।

# समाधान परक पत्रकारिता की जरूरत: प्रो. द्विवेदी

भारतीय जनसंचार संस्थान के निदेशक प्रो. संजय द्विवेदी ने रखे अपने विचार



» **शिव आमंत्रण, आबू रोड।** वर्तमान परिस्थितियों के हिसाब से आज देश में समाधान परक पत्रकारिता की जरूरत है। पश्चिमी देशों में नकारात्मक खबरों को प्रमुखता से स्थान दिया जाता रहा है, जिसका अनुशरण भारतीय मीडिया ने भी किया है। हमारे देश में शास्त्रार्थ करके किसी समस्या का समाधान निकालने की परंपरा रही है। समाज में बदलाव और समृद्धि भारत के स्वन को साकार करने के लिए मीडिया को प्रमुखता से अपनी जिम्मेदारी निभाना होगी। मीडिया समाचारों में समस्या के साथ समाधान पर भी बात करे। इससे बेहतर समाज का निर्माण हो सकेगा। उक्त उद्गार नई दिल्ली स्थित भारतीय जनसंचार संस्थान के निदेशक प्रो. संजय द्विवेदी ने व्यक्त किए। वह ब्रह्माकुमारीज की सहयोगी संस्था राजयोग एजुकेशन एंड

रिसर्च फाउंडेशन के मीडिया विंग द्वारा शांतिवन में आयोजित तीन दिनी राष्ट्रीय मीडिया ट्रेनिंग को ऑनलाइन संबोधित कर रहे थे। इस दौरान मीडिया विंग द्वारा देशभर में होने वाली सभा, सम्मेलन कार्यक्रमों की राष्ट्रीय लांचिंग की गई। संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, मीडिया विंग के उपाध्यक्ष बीके आत्म प्रकाश, नेशनल को-ऑर्डिनेटर बीके मुशांत, पीआरओ बीके कोमल, ओम शांति पत्रिका के संपादक बीके गंगाधर ने भी अपने विचार व्यक्त किए। वरिष्ठ पत्राधिकारियों का सम्मान किया।



● प्रो. संजय  
द्विवेदी, निदेशक,  
भारतीय जन  
संचार संस्थान,  
नई दिल्ली

## ऐली से दिया कैंसर से बचने का संदेश

विश्व कैंसर दिवस: मेडिकल विंग ने आबू रोड के तलहटी क्षेत्र में निकाली जनजागरूकता रैली

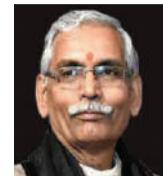


» **शिव आमंत्रण, आबू रोड।** ब्रह्माकुमारीज संस्थान के मेडिकल विंग की ओर से विश्व कैंसर दिवस पर तलहटी क्षेत्र और शांतिवन परिसर में जन जागरूकता रैली निकाली गई। आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णम् भारत की ओर अभियान के तहत निकाली गई इस रैली में बीके भाई-बहनें हाथों में कैंसर से बचाव का संदेश देतीं तरिखायां, बैनर और पोस्टर लेकर चल रहे थे। रैली को हरी झंडी दिखाते हुए ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, माउंट आबू के डायरेक्टर डॉ. प्रताप मिढ़ा ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन ही वह संजीवनी बूटी है जिसके प्रयोग और अभ्यास से हम कैंसर जैसी गंभीर बीमारी से बच सकते हैं। इससे हमारी बॉडी में पॉजीटिव सेल्स बढ़ते हैं जो निगेटिव सेल्स को खत्म करते हैं। 3 डी हार्टकेयर तकनीक डायरेक्टर डॉ. सतीश गुप्ता ने कहा कि हमें जीवन में संयमित रहते हुए जीना होगा। मेडिकल विंग के सचिव डॉ. बनारसी लाल शाह ने कहा कि ज्यादातर बीमारियों का कारण मानसिक अस्वस्था ही है। जिसका निदान राजयोग मेडिटेशन में समाया हुआ है।

1000+  
सहभागी  
01  
किमी लंबी ऐली

शांतिवन में तीन दिवसीय मीडिया ट्रेनिंग एवं योग-तपस्या भट्टी आयोजित

हमें स्वर्णम् भारत का निर्माण करना है

  
हमें स्वर्णम् भारत का निर्माण करना है। हमारी ऋषि परंपरा, वसुधैव कुटुबग्रंथ की परंपरा रही है। ऋषि लोककल्याण के लिए होते हैं। पत्रकारिता का काम सिर्फ सवाल खड़े करना ही नहीं है, बल्कि लोकोपकारक समाधान भी प्रयत्न करना है। पत्रकारिता पर नवनिर्माण की बड़ी जिम्मेदारी है।

- प्रो. बलदेव भाई शर्मा, कुलपति, कुशभाऊ राकरे पत्रकारिता एवं जनसंचार विद्यविद्यालय, रायपुर, छग

विश्व एक परिवार है

  
ब्रह्माकुमारीज संस्थान स्थापना के समय से ही एक विश्व, एक ईर्ष्य, एक परिवार की थीम के साथ कार्य कर रही है। इसी उद्देश्य को पूरा करने के लिए दिनरात सेवा में जुटी है। मीडिया में जनमानस और समाज का नजरिया और सोच बदलने की ताकत है। वर्षभार चलने वाले इस अभियान के तहत पत्रकारों को समाधान परक पत्रकारिता की ओर से अग्रसर करने में हमारा प्रयास रहेगा। इसके लिए देशभर में कार्यक्रम किए जाएंगे।

- बीके कलणा, अध्यक्ष, मीडिया विंग, ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन

सभी मिलकर करेंगे काम

  
ब्रह्माकुमारीज के मीडिया विंग ने जो समाधान परक पत्रकारिता का बीड़ा उठाया है उसने विद्यविद्यालय परिवार पूरे मनोभाव से आपके साथ खड़ा है। हम सभी मिलकर मीडिया हाऊस, पत्रकार संगठन आदि में कार्यक्रमों के जाएं उक्त उक्त विषय पर वित्तन-मनन और प्रशिक्षण कार्य करेंगे।

- प्रो. केंजी सुरेश, कुलपति, माध्यनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता एवं संचार विद्यविद्यालय, भोपाल, मध्य प्रदेश

यहां से प्रशिक्षण लेकर आप सभी अपने-अपने कार्यक्षेत्र में समा, सम्मेलन और गोष्ठीयों का आयोजन करें। साथ ही पत्रकारों को उपरोक्त विषय पर कार्य करने के लिए प्रेरित करें।

- बीके शंतनु, मुख्यालय समन्वयक, मीडिया विंग, शांतिवन

## जरूरतमंदों के लिए बांटे कंबल



■ ग्राम उपलाखेजड़ा में जरूरतमंदों के लिए कंबल वितरित करते हुए बीके यशवंत।

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड।** ग्राम पंचायत उपलाखेजड़ा में रेडियो मधुबन की ओर से आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णम् भारत की ओर अभियान के तहत कंबल वितरण किया गया। ग्रामीणों को राजयोग मेडिटेशन का महत्व बताते हुए जीवन में अपनाने की सीख दी। रेडियो मधुबन (90.4 एफएम) के स्टेशन हैंड बीके यशवंत पाटिल ने कहा कि रेडियो मधुबन का प्रयास रहा है कि आप लोगों को अपनी बोली में लोकसंगीत और ज्ञानवद्धक जानकारी पहुंचाई जाए। ग्रामीणों ने कहा कि हम सभी लोग रोजाना रेडियो मधुबन मोबाइल पर सुनते हैं। आरजे रमेश ने राजयोग मेडिटेशन के फायदों से रूबरू कराया। सरपंच रेखा देवी गरासिया ने जरूरतमंदों की मदद के लिए रेडियो मधुबन के प्रयासों की सराहना करते हुए इसे समाजसेवी कदम बताया। इस दौरान पंचायत समिति सदस्य देवराम गरासिया, रेशमा राम गरासिया, त्रिप्ति, विनोद सिंघानिया सहित पास की ग्राम पंचायत के पंचायत प्रतिनिधि, महिलाएं, बच्चे और बुजुर्ग मौजूद रहे।

## तलहटी क्षेत्र में चलाया दृष्टिकोण संचार अभियान

- ब्रह्माकुमार भाई-बहनों ने थामी झाड़ सड़कों को किया साफ

- आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णम् भारत की ओर अभियान के तहत आयोजन

200+

सहभागी

50+

ब्रह्माकुमारी बहनों ने भी थामी झाड़



» **शिव आमंत्रण, आबू रोड (निप्र)।** ब्रह्माकुमारीज संस्थान द्वारा तलहटी क्षेत्र में आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णम् भारत की ओर अभियान के तहत स्वच्छता अभियान चलाया गया। इसमें 200 से अधिक भाई-बहनों ने हाथों में झाड़ थामकर सड़क के दोनों ओर सफाई की। साथ ही आसपास के लोगों से अपने घरों व दुकानों के पास सफाई रखने की समझाइश दी। सफाई अभियान में बच्चों से लेकर बुजुर्ग भाई-बहनों ने भाग लिया और उत्साह के साथ साफ-सफाई की। कचरे को पालीथिन बैग में भरकर टॉली से ट्रैचिंग ग्राउंड भिजवाया गया। संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय ने कहा कि दैशभर में संस्थान से जुड़े सेवकोंद्वारा पर सफाई अभियान चलाया जाएगा। मेरा सभी दुकानदारों और नागरिकों से आह्वान है कि अपने घरों और दुकानों को आसपास सफाई बनाकर रखें। दुकान के बाहर एक डस्टबिन जरूर लगाएं। इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज संस्थान के पीआरओ बीके कोमल, बीके शिविका, बीके भानु, बीके बुरहान सहित दो सौ से अधिक भाई-बहनों ने भाग लिया।



## शिवित द्वरूप महिला बन सकती है देवी

**मा**र्च 2022 का महीना शिवि द्वरूप बनने का महीना है। क्योंकि इस महीने की पहली तारीख को ही महाशिवरात्रि का पर्व है। जो परमात्मा शिव के इस दुनिया में अवतारित होकर नारी को लक्षी और नर को नारायण जैसा बनाने की शिक्षा का यादगार दिवस है। दूसरा 8 मार्च को महिला दिवस है। जिस दिन पूरी दुनिया में महिलाओं के अधिकारों और उसे शिवि द्वरूप बनाने की चर्चा की जाती है। 11 मार्च को ब्रह्माकुमारीज संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिक राज्योगिनी दादी हृदयालिहिनी जी की पहली पूज्यतिथि है। जबकि 25 मार्च को वर्तमान संस्थान प्रमुख राज्योगिनी दादी रत्नमोहिनी जी का 98वां जन्मदिन है। इसके साथ ही 27 मार्च को संस्थान की पूर्व प्रमुख राज्योगिनी दादी जानकी जी की द्वितीय पुण्यतिथि है। तीनों ही दिवै इस बात का प्रतीक है कि नारी के शिवि द्वरूप की ही यादगार है। यह महीना इसलिए खास है कि अर्धनारेष्वर परमात्मा शिव की जयंती और महिला दिवस दोनों ही अपने आप में विशेष हैं। इस दिन यदि हम शिवरात्रि पर परमात्मा शिव की स्मृति में अपने अंदर की बुराईयों को समाप्त करते हुए जीवन में मूल्यों का स्थान दें तो यह जीवन में साधारण से दिव्य बन जाएगा। यह सही वर्ता है कि हम अपने शिवि द्वरूप को पहचाने और खुद के साथ दुनिया से बुराईयों को विदा करें। ब्रह्माकुमारीज संस्थान पूरी दुनियाभर में नारी को शिवि बनाने का महान कार्य किया है। इसलिए इन अनुभवों का लाभ लेकर जीवन को महान बनाने का प्रयास करना चाहिए।



### बोध कथा/जीवन की सीख

## शिष्यों की मन की हालात

[ संसार में घटनाएं समान रूप से घटती हैं कोई उन्हीं घटनाओं से सुख प्राप्त करता है, कोई दुःखी होता है ]

**उ**क बार एक सेरठ ने पड़ित जी को निकंत्रण दिया। लैकिन पडितीनी का एकादशी का व्रत था तो वह जा नहीं सके। इसकी जगह उन्होंने अपने दो शिष्यों को सेरठ के यहां भोजन के लिए भेज दिया। जब दोनों शिष्य वापस लौटे तो उन्हें एक शिष्य दुःखी और दूसरा प्रसन्न था। पडित जी को देखकर आश्चर्य हुआ और पूछा बेटा क्यों दुःखी हो

- क्या सेरठ ने भोजन में अंतर कर दिया? नहीं गुरु जी। क्या सेरठ ने आसन में अंतर कर दिया? नहीं गुरु जी, क्या सेरठ ने दक्षिण में अंतर कर दिया? नहीं गुरु जी। अब तो गुरु जी को और भी आश्चर्य हुआ और पूछा फिर क्या कारण है? जो तुम दुःखी हो?



क्योंकि-कामना पूरी न हो तो दुःख और कामना पूरी हो जाते हो सुख। लैकिन यदि कोई कामना ही न हो तो आनंद... जिस शरीर को लोग सुंदर समझते हैं। मौत के बाद वही

शरीर सुंदर क्यों नहीं लगता? उसे घर में न रखकर जला क्यों दिया जाता है? जिस शरीर को सुंदर मानते हैं। जरा उसकी चमड़ी तो उतार कर देखो। तब हकीकत दिखेगी कि भीतर वया है? भीतर तो बस रक्त, देह, मल, और कपण भरा पड़ा है। फिर यह शरीर सुंदर कैसे हुआ?

**संदेश:** शरीर में कोई सुंदरता नहीं है। सुंदर होते हैं व्यक्ति के कर्म, उसके विचार, वाणी, व्यवहार, संकार और उसका चित्र। जिसके जीवन में यह सब है, वही इंसान दुनिया का सबसे सुंदर शख्स है।

## राजनीति में उठनति के लिए मेडिटेशन जरूरी



### मेरी कलम से

#### अंबादास दान्धे

महाराष्ट्र विधान परिषद के सदस्य व शिवदेना पार्टी के प्रवक्ता

- पढ़ाई मैंने सिर्फ 6 क्लास किया। मगर मेहनत से सब कुछ संभव हो सका...

**कै-**

छह साल पहले ब्रह्माकुमारीज से जुड़ा हूं। यहां सात दिन का राज्योग मेडिटेशन का कोर्स करने के बाद मेरे धर्म और अध्यात्म से जुड़े कई सवालों के जवाब मिल गए। राजनीतिक जीवन में रोजाना अनेकों लोगों से मिलना होता है। उनकी समस्याओं को सुलझाना और काम करना होता है। एक साथ कई तरह के चैलेंज होते हैं। ऐसे में राज्योग के अध्यात्म से हम खुद को प्रसन्न और खुशहाल रख पाते हैं। व्यक्ति को निजी जिंदगी के साथ राजनीतिक जीवन में भी तरक्की के लिए

आध्यात्म और योग जरूरी है। मेडिटेशन के अध्यात्म से मेरी जिंदगी में इतने बदलाव आए हैं जिन्हें मैं बता नहीं सकता हूं। पहले जहां देर से सोकर उठता था वहीं अब सुबह 4 बजे उठकर परमात्मा का ध्यान करता हूं। परमात्मा के महावाक्यों को

सुनता हूं। इससे हमें दिनभर के लिए सही गाइडेंस मिल जाता है और मन में सदा सकारात्मक चिंतन बना रहता है। राज्योग सीखने के बाद मेरे सोचने, कार्य करने का नजरिया सकारात्मक हो गया है। यहां समाज बदलाव के लिए कई अभियान चलाए जा रहे हैं। स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन के इस संकल्प से स्वर्णिम युग आ रहा है। ये संस्था ही स्वर्णिम युग ला सकती है। संस्था से जुड़ने के बाद व्यक्ति के जीवन में निश्चित तौर पर परिवर्तन आता है। आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर जैसे अभियान से ही भारत में स्वर्णिम युग लाने के सफेद को साकार कर सकते हैं।



### जीवन का मनोविज्ञान

भाग - 44

#### डॉ. अजय शुला

बिहेवियर साइटिस्ट, गोल्ड मेडलिस्ट इंटरनेशनल हैयमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड डायरेक्टर (एप्रील इसर्च स्टडी एंड प्रूफेशनल ट्रेनिंग सेंटर, बंगारी, देवास, मप्र)

- सद्गुणों की आत्मिक अनुभूति का नैसर्गिक स्वरूप

**3**

तर्मन से अंतर्मुखी जीवन में समर्पण का बोध परमात्म ज्ञान के प्रति निष्ठा को प्रतिपादित करता है जिससे स्वयं का परिवर्तन ही रूपांतरण के संदर्भ में पवित्रता का आधार बनता है। महान जीवन के लिए पवित्रता की स्वीकारोक्ति ईश्वरीय सत्ता में मग्न होने की श्रेष्ठ अवस्था है जिसमें लगन-मनन की अनुभूति का धारणात्मक पक्ष प्रमुख होता है। आत्म और परमात्मा ज्ञान से स्वयं को शक्तिशाली बनाकर बेहद की वैराग्यवृत्ति का निज सुख न्यारे एवं यारे स्वरूप का स्तंभ है, जिसमें पूज्य भाव समाहित रहता है। परिवर्तन की प्रक्रिया में स्वयं को ढालकर गुणवान स्वरूप में आधारमूर्त, उद्धारमूर्त, कल्याणकारी व्यवहार आत्मजगत को अनुभवीमूर्त बनाता है। जो उदाहरण मूर्त मंगलकारी साक्षात्कार मूर्त स्वरूप की अभिव्यक्ति का केंद्र है। एकाग्रता से विकसित चिंतनशीलता आत्मा का नैसर्गिक गुण है जो अंतर्जगत से विजयी मूर्त स्वरूप में सफलताओं की उपलब्धि पूर्ण गरिमा से पूर्णतः निश्चित कर देता है।

चेतना की प्रवृत्ति में पवित्र आत्मिक स्वरूप पवित्र आत्मिक स्वरूप की संपूर्णता जीवन

की वह श्रेष्ठतम प्राप्ति है जिसके परिदृश्य में चेतना की ऊर्झगमी चिंतनशील अवस्था का आभासमंडल महत्वपूर्ण घटक के रूप में प्रेरणादाई भूमिका निभाता है। चेतना से जुड़ी गतिशीलता को ईश्वरीय शक्ति निरंतर प्रवाहमान बनाए रखती है, जिसमें आत्म तत्त्व और परमात्मा से सर्वसंबंध निभाने की स्मृति का नैसर्गिक बल कार्यरत रहता है। आत्मचित्र का चरित्र जब पूर्ण चैतन्य होकर मुखरित होता है, तब सूक्ष्म शक्तियों एवं गुणों का स्वरूप व्यावहारिक जगत में आत्मिक संपत्रता का प्रामाणिक आधार बन जाता है। संतुष्टित स्वरूप आत्मा की उच्चता को स्थिरता द्वारा स्वदर्शन से बेहद की प्राप्ति के साथ कर्मजगत की पवित्रता से आंतरिक आनंद को पूर्णता प्रदान करने में सहायक होता है। आत्मगत महानता, समर्थ प्रबल पुरुषार्थ से चेतनता के मूलभूत श्रेष्ठतम स्वभाव को संस्कारण परिवेश में आत्मसात करके आत्मा के स्वमान से परिष्कृत होकर पवित्र आत्मिक स्वरूप में अभिव्यक्त होती है।

**महान जीवन की स्थापना का श्रेष्ठ मापदंड** जीवन की दिव्यता से कर्मयोगी व्यवहार में उपराम रिष्टि द्वारा कर्मातीत अवस्था जब अव्यक्त स्वरूप में रूपांतरित होती है तब आत्मा संपूर्ण साक्षी भाव का दिग्दर्शन करती है। आत्मा के मूलभूत स्वभाव में आत्मगत स्वमान और स्वरूप का अभ्यास करने से

आदि, मध्य एवं अंत के ज्ञान का सदुपयोग संपूर्ण आत्महित में सुनिश्चित होता है। रूहानी याद की यात्रा कर्मयोग के व्यावहारिक पक्ष से आत्मज्ञान की धारणा कल्याणकारी बनकर गुण एवं शक्ति के आधार से परमसत्ता के साथ पवित्रता को प्राप्त करती है। देवात्मा के चित्र एवं चरित्र की गाथा का स्थायित्व स्वयं की स्थिति को बहुमूल्य बनाता है, जिसमें श्रेष्ठता का निर्माण सहज ही आत्म तत्त्व द्वारा स्वीकृत हो जाता है। अलौकिक शक्तियों तथा गुणों से सुसज्जित आत्मा साक्षी भाव की स्थिति में स्थापित होकर परमात्म शक्ति से प्रकृति के तत्वों को साकाश देकर पवित्र वातावरण का निर्माण करती है।

**ज्ञानार्थ के आरंभ से सेवार्थ की संपूर्णता** सुखदाता द्वारा संपूर्ण जगत से सुख प्राप्त करने की गुणप्राप्ति दृष्टिकोण को विकसित करना ही सर्व आत्माओं को सुख देना है, जिसमें आत्म एवं परमात्म संबंधों की सूक्ष्मता विद्यमान रहती है। आत्मज्ञान का बोध व्यावहारिक पृष्ठभूमि में जीवन की विवारणा है जो अनुभूति जगत को सरल बनाता है और आत्मा की सर्वगुण संपत्ता नैसर्गिक संपूर्णता को प्रतिपादित करती है। स्वयं के जीवन में सुखदेव बनने की प्रक्रिया संपत्र होना स्व के साथ संबंध और संपूर्ण सुख के मूलभूत स्रोत से सुख प्राप्त ही आत्मज्ञान को आत्मसात करना है। आत्मज्ञान की सत्यता आत्म स्वभिमान का व्यक्त स्वरूप है जिसमें कर्म दर्शन सर्व के लिए नियम और संयम का प्रारूप बनकर सेवार्थ के भाव जगत में परिणीत होता है। जीवन में ज्ञान प्राप्ति का अधिकार एवं सेवा की कर्तव्य-प्रायणता, अधिकारी स्वरूप में अनुभवी बनाती है जिसके सानिध्य में सेवार्थ की संपूर्णता का परिदृश्य स्वतः ही निर्मित हो जाता है।



**दादी जानकी: द्वितीय पुण्य स्मरण ]** तपस्या का तप है कि योग के प्रकाम्पनों को आज भी शक्ति स्तंभ पर महसूस कर सकते हैं

# राजयोगिनी दादी जानकी

## दादी के जीवन के तीन मंत्र- सच्चाई, सफाई और सादगी

भगवान कहते हैं- मेरे बच्चों तुम कोई भी फिक्र मत करो, सिर्फ मुझे याद करो, मैं तुम्हारे सारे कार्य आसान कर दूँगा। खुशी सबसे बड़ा गहना है, सदा खुशी में नाचते रहो। खुशी जीवन का शृंगार है।

■ **शिव आमंत्रण, आबू रोड।** विश्वभर को सच्चाई, सफाई और सादगी का संदेश देने वालीं योग शक्ति राजयोगिनी दादी जानकी जी की तपस्या का ही कमाल है कि उनके योग के प्रकाम्पनों को आज भी महसूस किया जाता है। दादी की याद में बने शक्ति स्तंभ पर पहुंचते ही मन योग में रम जाता है। दादी की कथनी और करनी एक समान थी। यही कारण है कि उन्होंने तात्पुर अपने जीवन के मूलमंत्र- सच्चाई, सफाई और सादगी को प्रत्येक पल जीया। हृदय इतना विशाल की 50 हजार ब्रह्मकुमारी बहनों की मार्गदर्शिका और पांच हजार से अधिक सेवाकेंद्रों की निर्देशिका होने के बाद भी कहती थीं कि मेरा जेब खाली और मैं विश्व का मालिक। दादीजी 27 मार्च 2020 को 104 वर्ष की उम्र में स्थूल देह का ल्याग कर अव्यक्त वत्तन वासी हो गई थीं, द्वितीय पुण्य स्मरण पर विशेष...

### बचपन से ही थे भक्तिभाव के संस्कार

अविभाज्य भारत के हैदराबाद सिंध प्रांत में वर्ष 1916 में जन्मी दादी जानकी ने मात्र चौथी कक्षा तक ही पढ़ाई की थी। भक्ति भाव के संस्कार बचपन से ही मां-बाप से विरासत में मिले। उन्होंने लोगों को दुःख, दर्द, तकलीफ, जातिवाद और धर्म के बंधन में बंधे देख अल्पायु में ही समाज परिवर्तन का दृढ़ संकल्प किया। माता-पिता की सहमति से 21 वर्ष की आयु में आप ओम् मंडली (ब्रह्मकुमारीज का पहले यही नाम था) से जुड़ गईं। ब्रह्म बाबा के सान्निध्य में 14 वर्ष तक गुप्त तपस्या की।

### 37 देशों में किया आध्यात्म का शंखनाद

दादी पहली बार 60 साल की आयु में वर्ष 1970 में विदेशी जमीं पर मानवीय मूल्यों और आध्यात्मिकता का बीज रोपने के लिए निकलीं। सबसे पहले लंदन से आध्यात्म का बोजारोपण किया। यहां 1991 में कई एकड़ क्षेत्र में फैले ग्लोबल को-ऑपरेशन हाऊस की स्थापना की।

कारवां बढ़ता गया और यूरोप के देशों में आध्यात्म का शंखनाद हुआ। दादी ने अकेले ही 100 से अधिक देशों में आध्यात्म का संदेश पहुंचाया। उन्होंने वर्ष 1970 से 2007 तक 37 वर्ष विदेश में अपनी सेवाएं दीं। वर्ष 2007 में संस्था की तल्कालीन मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि के अव्यक्त होने के बाद 27 अगस्त 2007 को ब्रह्मकुमारीज की मुख्य प्रशासिका बनकर अंतिम सांस तक ईश्वरीय सेवा की।

### प्रधानमंत्री ने बनाया था स्वच्छता का ब्रांड एंबेसेडर

देश में स्वच्छता को बढ़ावा देने के लिए भारत के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने दादी जानकी को स्वच्छ भारत मिशन का ब्रांड एंबेसेडर भी नियुक्त किया था। दादी के नेतृत्व में पूरे भारतवर्ष में विशेष स्वच्छता अभियान भी चलाए गए। इसके अलावा दादी को देश-विदेश में मानव मात्र की सेवाओं के लिए कई राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय अवार्ड से भी नवाजा गया। मूल्यनिष्ठ शिक्षा एवं आध्यात्मिकता में विश्वभर में सराहनीय योगदान देने पर दादीजी को वर्ष 2012 में गीतम विश्वविद्यालय, विशाखापट्टनम ने डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया। आध्यात्मिक एवं धर्मिक लोगों के एक संगठन की पर्स ॲफ विजडम की दादी जी सदस्य भी थीं। विश्व स्तर पर मानव आवास एवं पर्यावरण की समस्याओं के समाधान के लिए यह संगठन कार्य करता है। दादी के सम्मान में वर्ष 1977 में लंदन में जानकी फाउंडेशन फॉर ग्लोबल हेल्थकेयर की स्थापना की गई।

### विश्व की सबसे स्थिर मन की महिला का खिताब मिला था

दादी जानकी दुनिया की पहली ऐसी महिला थीं, जिन्हें सबसे स्थिर मन की महिला का खिताब मिला



## दादी जी के जीवन की 10 अनमोल शिक्षाएं

01 प्रभु से इतना प्यार है कि उसे अपने दिल में बैठा रखा है। उसे हरदम अपने दिल-जिगर के पास महसूस करती हूं। जब आंख खोलती हूं तो बाबा की दृष्टि पड़ती, उन्हें अपनी आंखों से निहारती हूं। परमात्मा से अन्य ऐसी ही जीवन का सार है।

02 मेरे दो बच्चे हैं- सुख और शांति। मेरा पति दिलवाला (परमात्मा शिव परमात्मा) है। अब मेरा तीसरा बच्चा है प्रेम। जीवन का आधार सुख-शांति और प्रेम है।

03 मेरा सफेद कपड़ा, जेब खाली और सारे विश्व की मालिक हूं। मैंने कभी जीवन में अपने साथ पर्स नहीं रखा। कभी भी एक रूपए की फिक्र नहीं रही। करनकरावनहार परमात्मा शिव बाबा सब करा लेता है। जब सबकुछ उसे अपण कर देते हैं तो फिर सारी जिम्मेवारी प्रभु पिता की हो जाती है।

04 जीवन में सच्चाई है तो खुशी मिलेगी, खुशी से प्रेम और प्रेम से नम्रता-मधुरता।

05 जीवन में सदा ओके रहना, चाहे लाख परेशनियां आएं, अपने मन की स्थिति कभी बिगड़ने नहीं देना।

06 सारे संसार में कोई बात मुश्किल नहीं है। परमात्मा पिता पर विश्वास हो तो सब आसान है। ब्रह्माकुमारी बहनों जो संकल्प करती हैं वह पूरा हो जाता है क्योंकि सब कार्य परमात्मा शिव बाबा कराते हैं। करनकरावनहार तो बाबा है।

07 भगवान कहते हैं- मेरे बच्चों तुम कोई भी फिक्र मत करो, सिर्फ मुझे याद करो, मैं तुम्हारे सारे कार्य आसान कर दूँगा। खुशी सबसे बड़ा गहना है, सदा खुशी में नाचते रहो।

08 दुनिया में प्रत्येक व्यक्ति महत्वपूर्ण है। जब हम मिलकर कोई कर्म करते हैं तो वह आसान हो जाता है और सफल होता है।

09 जीवन में सच्चाई से चलेंगे तो सुख मिलेगा। त्याग-तपस्यामूर्त बनेंगे तो ही आत्मा का विकास होगा। धीरज रखो, शांति से रहो।

10 पांच बातें हर एक के दिल में छपी हों- पवित्रता, सत्यता, धैर्यता, नम्रता, मधुरता।



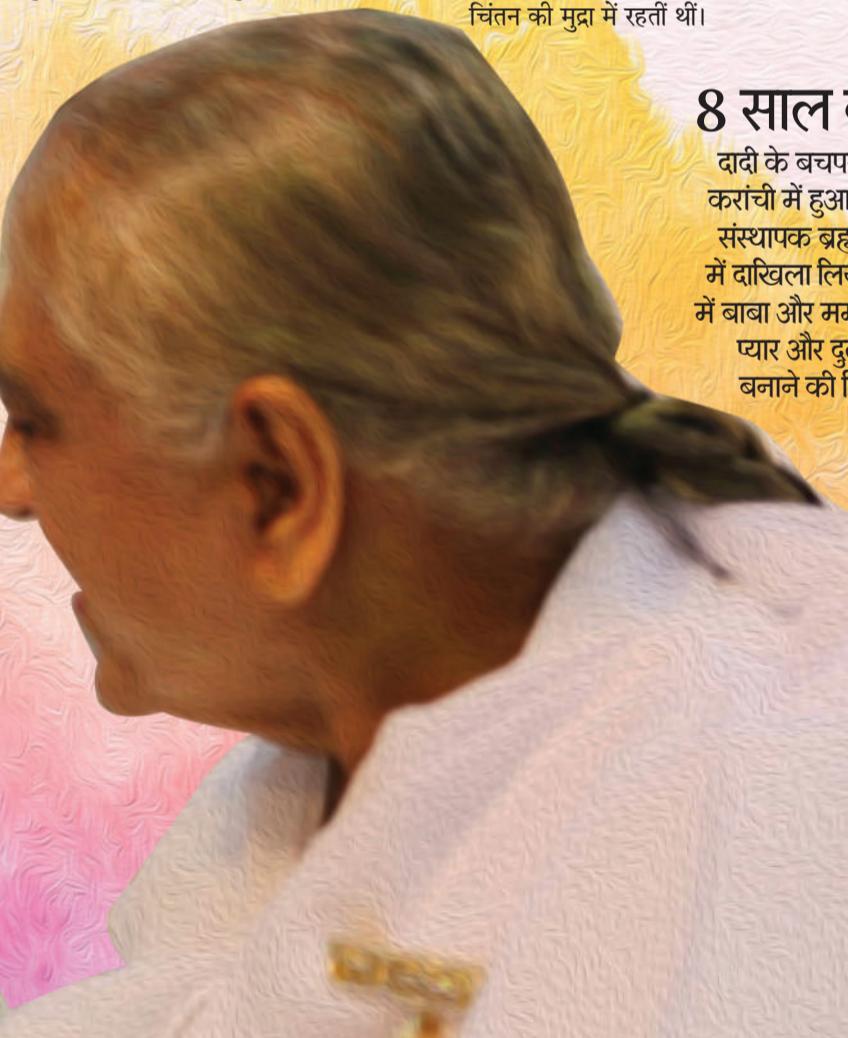
राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी: प्रथम पुण्य स्मरण विशेष ] 11 मार्च  
2021 को महाप्रयाण कर अव्यक्त वतनवासी हो गई थीं दादी

# जिनका जीवन दिव्य गुणों के गुलदरते की तरह था **‘गुलजार’**

जीवन से जुड़े अनछूए पहलू, प्रेरणाएं और  
शिक्षाओं को लेकर विशेष....

## बचपन में ध्यान में होती थीं दिव्य अनुभूतियां-

दादी हृदयमोहिनी ने मात्र चौथी कक्षा तक ही पढ़ाई की थी। लेकिन तीक्ष्ण बुद्धि होने से आप जब भी ध्यान में बैठती तो शुरुआत के समय से ही दिव्य अनुभूतियां होने लगीं। यहां तक कि आपको कई बार ध्यान के दौरान दिव्य आत्माओं के साक्षात्कार हुए, जिनका जिक्र उन्होंने ध्यान के बाद ब्रह्मा बाबा और अपनी साथी बहनों से भी किया। दादी की सबसे बड़ी विशेषता थी उनका गंभीर व्यक्तित्व। बचपन में जहां अन्य बच्चे स्कूल में शरारतें करते और खेल-कूद में दिलचस्पी के साथ भाग लेते थे, वहीं आप गहन चिंतन की मुद्रा में रहती थीं।



## 8 साल की उम्र में संस्था से जुड़ी-

दादी के बचपन का नाम शोभा था। आपका जन्म वर्ष 1928 में कराची में हुआ था। आप जब 8 वर्ष की थी तब संस्था के साकार संस्थापक ब्रह्मा बाबा द्वारा खोले गए ओम निवास बोर्डिंग स्कूल में दाखिला लिया। यहां आपने चौथी कक्षा तक पढ़ाई की। स्कूल में बाबा और मम्मा (संस्थान की प्रथम मुख्य प्रशासिका) के स्नेह, प्यार और दुलार से प्रभावित होकर अपना जीवन उनके समान बनाने की निश्चय किया। आपकी लौकिक मां भवित भाव से परिपूर्ण थीं।

## मन हो जाता शक्तिशाली

**दा** दी का इलाज करने वाले डॉक्टर कहते थे कि जैसे ही दादीजी के रूम में जाते थे तो मन को शक्तिशाली फीलिंग होती थी। बीमारी के बाद भी दादीजी के चेहरे पर कभी दर्द, दुःख या उदासी की फीलिंग नहीं देखी। दादीजी के साथ के अनुभव को शब्दों में बयां नहीं किया जा सकता है। उन दिव्य अनुभूतियों को सिर्फ अनुभव ही किया जा सकता है। हमारे जीवन का दादीजी एकमात्र ऐसी मरीज थीं जिन्होंने यह कभी नहीं कहा कि मुझे यह तकलीफ है।

## ज्यादातर मौन रहती थीं दादी-

दादी ने 14 वर्ष तक बाबा के सानिध्य में रहकर कठिन योग-साधना की। इन वर्षों में खाने-पीने को छोड़कर दिन-रात योग साधना में वह लगी रहती थीं। बाबा एक-एक सप्ताह का मौन करते थे। तभी से दादी का स्वभाव बन गया था कि जितना काम हो उतना ही बात करती थीं। अंत समय तक वह मौन में रहीं। 23 मार्च 2020 में संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका 104 वर्षीय राजयोगिनी दादी जानकी जी के अव्यक्त होने के बाद आपको संस्थान की मुख्य प्रशासिका नियुक्त किया गया था। अस्वस्थ होने के बाद भी आपको दिन-रात लोगों का कल्याण करने की भावना लगी रहती थी। दादीजी मुंबई से ही संस्थान की गतिविधियों का समाचार लेतीं और समय प्रति समय निर्देशन देतीं। दादी को नौर्थ उड़ीसा विश्वविद्यालय, बारीपाड़ा ने डी. लिट (डॉक्टर ऑफ लिटरेचर) की उपाधि से विभूषित किया था।

## संपर्क में आने वालों को होती थी दिव्यता की महसूसता-

जब आप मात्र 9 वर्ष की थीं तब से आपको दिव्य लोक की अनुभूति होने लगी। इसके बाद से वह जीवन की अंतिम यात्रा तक ज्यादातर समय ध्यान मन ही रहती थीं। दादी का पूरा जीवन सादी, सरलता और सौम्यता की मिसाल रहा। बचपन से ही विशेष योग-साधन के चलते दादी का व्यक्तित्व इतना दिव्य हो गया था कि उनके संपर्क में आने वाले लोगों को उनकी तपस्या और साधना की अनुभूति होती थी। उनके चेहरे पर तेज का आभास उनकी तपस्या की कहानी साफ बयां करता था। एक साक्षात्कार के दौरान दादी ने बताया था कि जब वह 9 वर्ष की थीं और अपने मामा के यहां गई थीं, तभी उनके घर ब्रह्मा बाबा का आना हुआ। यहां बाबा से उन्हें दिव्य साक्षात्कार हुआ था। बाबा हम बच्चों का इतना ख्याल रखते थे कि खुद अपने हाथ से दूध में काजू-बादाम डालकर खिलाते थे। बाबा का प्यार, स्नेह इतना मिला कि कभी भी लौकिक मां-बाप की याद नहीं आई।

## 1969 से 2016 तक कराया परमात्मा मिलन-

18 जनवरी 1969 में संस्थापक ब्रह्मा बाबा के अव्यक्त होने के बाद परमात्मा आदेशानुसार दादी ने परमात्मा संदेशवाहक और दूत बनकर लोगों के लिए आध्यात्मिक ज्ञान और दिव्य प्रेरणा देने की भूमिका निभाई। दादीजी ने 2016 तक परमात्मा का दिव्य संदेश देकर लाखों भाई-बहनों को योग-तपस्या बढ़ाने के लिए प्रेरित किया। एक बार चर्चा के दौरान दादीजी ने बताया था कि जब मैं मन की शक्ति से वतन में जाती हूं तो आत्मा तो शरीर में रहती है लेकिन मुझे इस शरीर का भान नहीं रहता है।

## दादी जी के जीवन की 10 अनमोल शिक्षाएं

**01** जो भगवान से संबंध जोड़ते हैं वह भाव्यवान बन जाते हैं। परमात्मा का साथ जीवन की ज्योति जगा देता है, जिससे दुःखों का अंधकार समाप्त हो जाता है। भगवान का बच्चा होने का अर्थ है, उनकी विशेषताओं को स्वयं में प्रत्यक्ष करना।

**02** जब आपको गर्मी होती है तो पंखे से हवा मांगते नहीं हैं, आप उसके सामने बैठ जाते हैं और हवा अपने आप आपको मिल जाती है, उसी प्रकार परमात्मा के सामने बैठ उसे हम दिल से याद करें तो परमात्मा की सारी शक्तियां आपको स्वतः मिल जाएंगी, आपको मांगने की ज़रूरत नहीं।

**03** समर्थन और विरोध के बीच विचारों का होना चाहिए, किसी व्यक्ति का नहीं। क्योंकि अच्छा व्यक्ति भी गलत विचार रख सकता है और किसी बुरे व्यक्ति का भी विचार सही हो सकता है।

**04** किसी चीज को समझाने के लिए ज्ञान की आवश्यकता होती है, किन्तु उसे महसूस करने के लिए अनुभव की आवश्यकता होती है। जीवन में प्रसन्न व्यक्ति वह है जो स्वयं का मूल्यांकन करता है, जो दूसरों का मूल्यांकन करता है वह दुःखी रहता है।

**05** चित्र बनाना जितना आसान है चरित्र बनाना उतना ही मुश्किल। जब कोई गुण दिखाई देता है तो अपने मन को कैमरा बना लीजिए और कहीं अवगुण दिखाई दें तो अपने मन को आइना बना लीजिए।

**06** मन की बीमारी से बचना चाहते हैं इसके लिए गीता में इंधर के महावाक्य हैं कि मन को मेरी याद में लगा दो अर्थात् "मनमनाभव" हो जाओ। जो अपने मन से शुभ भावनाओं का दान करते रहते हैं, वह हर प्रकार की मानसिक बीमारी से सदा मुक्त रहते हैं।

**07** किसी के साथ रिश्ता बनाना हो तो उसके लिए समय निकालना पड़ता है उससे प्यार करना पड़ता है तब जाकर रिश्ता बनता है। फिर हमने कैसे सोच लिया कि मंदिर गए, पंटी बजाई, प्रसाद लिया और चलो... भगवान से रिश्ता बन गया, नहीं उससे रिश्ता बनाना है तो उस परमात्मा के लिए समय निकालना पड़ेगा, उसे याद करना पड़ेगा, उससे प्यार करना पड़ेगा, तब जाकर भगवान के साथ रिश्ता बनेगा।

**08** नम बनो तो लोग नमन करते हुए सहयोग देंगे। दो ही चीजें ऐसी हैं, जिसमें किसी का कृष्ण नहीं जाता- मुस्कुराहट व दुआ। हमेशा बांटते रहें, जो व्यक्ति किसी दूसरे के चेहरे पर हंसी और जीवन में खुशी लाने की क्षमता रखता है, इंधर उसके चेहरे से कभी हंसी और जीवन से खुशी कम नहीं होने देता।

**09** परिक्षा के समय पेपर में शिक्षक थोड़ी ही मदद करता है। उस समय तो पेपर चेक करने वाला हो जाता है। इसलिए बाबा कहते हमेशा एवररेडी रहो। बच्चों का सोचना और करना दोनों ही समान हो, जो सोचा वह किया। अपने को सदा चेक करते रहना कि मेरी अवस्था क्या है?

**10** अभी समय कम है इसलिए अपनी कमियों को समझाकर निकालो। हमारी स्थिति अच्छी होगी तो सेवा पीछे-पीछे आएगी। वाणी की सेवा नहीं भी हुई तो मन्सा तो मैं करूंगी। जो कहते हैं मेरा शरीर नहीं चलता, मैं सेवा नहीं कर सकती। लेकिन मन्सा सेवा तो अंत तक कर सकते हैं। अगर मन ठीक है तो दिमाग ठीक काम करता है तो मन्सा सेवा कर सकते हैं।

# श्रेष्ठ विचारों से बनेगी सुंदर पर्सनॉलिटी

✓ विचारों की दीपि जितनी कम होगी माइंड की शक्ति उतनी ही बढ़ेगी

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड** | हम जब फास्ट बोलते हैं और जोर से बोलते हैं, उसका कारण यह है कि हम ज्यादा सोचते हैं मतलब हमारी थॉट्स बहुत फास्ट चलती हैं। जब हमारी थॉट्स बहुत फास्ट चलती हैं तो हमारे वर्ड्स भी बहुत जल्दी-जल्दी निकलते हैं। जैसे यहां जब ज्यादा क्रियेट होगा तो वही ज्यादा मुख से निकलेगा। यहां जब हंड्रेड वर्ड तैयार होंगे तो मुख से उतने ही वर्ड बाहर आएंगे। अगर यहां सब ठीक हो गया और इसकी स्पीड कम हो गई तो वर्ड्स निकलने वाले अपने आप स्लो हो जाएंगे। कभी भी वर्ड्स पर कुछ करना ही नहीं होता। अगर हमारा चलने का तरीका, बात करने का तरीका, जैसे हम कई बार बोलते हैं तो कि हमारी पर्सनॉलिटी कैसी होती है। हमारा उठना, बैठना, चलना, मूव करना, सबकुछ, अगर आप साइकिल चलाते हैं तो आपके साइकिल चलाने का तरीका। जैसे मैं कर चलाती थी तो मैं बहुत फास्ट चलाती थी। फास्ट मतलब जितनी चाहिए उससे फास्ट चलाती थी और जैसे मैंने रियलाइज किया कि फास्ट चलाना मतलब मेरा माइंड फास्ट चल रहा है। जैसे ही यहां चैंज आने लगा वो कार चलाने का तरीका अपने आप चैंज हो गया।



## जीवन प्रबंधन

### बी.के. शिवानी

जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ, अंतर्राष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज की टीवी ऑफिकल गुरुग्राम, हरियाणा

है। सबको दिखता है, हमको भी दिखता है। अगर हम सिर्फ प्लाट को ठीक करना चाहें तो पूरा प्लाट नहीं ठीक हो सकता। आपको बीज की क्वालिटी अच्छी डालनी है। आपको बीज को रोज पानी डालना है। अगर आप पौधे के हर एक पत्ती को पानी से धोएं तो क्या पौधे में ग्रेथ होगा, नहीं न। तो हमें पानी सीट को देना है, जड़ को पानी देना है।

### शुभ संकल्पों के बीज को रोज देना होगा पानी-

ए सा नहीं कि बीज बोया और छोड़ दिया। फिर तो कौन सा प्लाट निकलेगा उसमें से। लेकिन उस बीज को रोज पानी भी देना होता है। लेकिन अब सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि जो-जो भी लिस्ट आपने अभी बनाई, चार्ट में लिखा, अब उस लाइन को थोड़ा सा चैंज करते हों। आपको करना यह है अपनी डायरी में लिखना है। उदाहरण के लिए अगर आपने लिखा- मैं सकारात्मक रहना चाहता हूं, मैं शांतिपूर्ण रहना चाहता हूं। अब उसको सिर्फ चैंज करके नोट कीजिए- मैं सकारात्मक हूं। भले आप नहीं हैं अभी लेकिन आप लिखेंगे- मैं खुश रहना चाहता हूं, उसको चैंज करके लिखेंगे- मैं बहुत खुश हूं। मतलब मैं यह करना चाहता हूं इसे मैं ऐसा शुभ संकल्प हूं मैं चैंज कर दीजिए। यह बहुत बड़ी पावर है। हमें इस पावर को यूज करना है। यह हमारे लाइफ में मैजिक क्रियेट करती है। बहुत बड़ी मैजिक है आई एम वाली।

### पौधे की जड़ अर्थात् मन व आत्मा पर ध्यान देना होगा

हमने सोचा कि अरे ये पौधा तो मुरझा रहा है। पानी लाकर एक-एक पत्ते को धोया तो भी सभी पौधे मुरझा जाएंगा। हमें पौधे के जड़ में पानी देना है। इसी तरह हम अपनी पर्सनॉलिटी, बिहेवियर, बात करने के तरीके, पढ़ने के तरीके में परिवर्तन लाना चाहते हैं। लेकिन हम उसे बाहर करने की कोशिश करते हैं। उसमें से मैजिस्टरी चीजों का संबंध मन और आत्मा से होता है। इसलिए आज हमारा सबसे पहला लर्निंग होगा जो आपने बहुत सारे सुन्दर-सुन्दर प्लाट हमें दिखाएं, उससे यह सीख मिलती है कि हमें बीज में, जड़ में परिवर्तन लाना है। पौधे पर परिवर्तन नहीं लाया जा सकता है। पौधा तो उस बीज का रिजल्ट है।

### बीज (विचार) की क्वालिटी सुधारना होगी

हमारा जो बाहर के बिहेवियर होते हैं, जो बाहर की पर्सनॉलिटी होती है, जनरली हम उसके देखते हैं। लेकिन हकीकत में वह हमारे बाहर के पौधे होते हैं। बाहरी पौधा दिखता है न, बीज नहीं दिखता है। बीज नीचे होता है जो नहीं दिखता, प्लाट दिखता है। ऐसे ही हमारा बाहरी बिहेवियर दिखता है।

### शुभ संकल्पों रूपी बीज का पूरे शरीर पर होता है असर

**आ**प सबने अलग-अलग क्वालिटी के बीज बोए हुए होंगे और कौन सी चीज का बीज बोया। जिस फ्रूट का, फ्लावर का आपने बीज बोया होगा तो वही निकलेगा? अगर मैंने गुस्से का बीज बो दिया, तो उसके बाद कितने फ्लावर हमारे मुख से निकलेंगे। सोचो कैसे वाले निकलेंगे। ऐसे पत्थर निकलेंगे, सबको मारेंगे। मैंने अंदर बीज ही गुस्से पाला बोया है। यदि हमने मैं शांत स्वरूप आत्मा हूं, मैं परमात्मा का बच्चा हूं, मैं सबके साथ बहुत शांत रूप से, आराम से बात करने वाली आत्मा हूं। ऐसा मैंने सिर्फ थॉट क्रियेट किया मतलब मैंने बीज बोया तो धीरे-धीरे बीज का असर पूरे प्लाट पर दिखाई देना शुरू हो जाएगा। बाहर कुछ भी नहीं करना है। फर्स्ट चैंजिंग जो हम अपने मैं लाना चाहते हैं वो अपने अंदर थॉट लेवल पर और अंतःकरण में करना है। बीज को शो करके हमें उसको रोज पानी देना है।

पिछले अंक से क्रमांक:

अलविदा डायबिटीज

बीके डॉ. श्रीमंत कुमार  
ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू



## डायबिटीज और हमारे पांव

■ **शिव आमंत्रण, आबू रोड** | हमारे पांव शरीर के एक मुख्य अंग हैं। पांव के बिना के बिना मनुष्य अपंग हो जाता है। एक मनुष्य को सारे जीवन काल में इतना चलना पड़ता है कि लगभग वह सारे विश्व का 3 बार परिक्रमा लगा देता है। परंतु क्या आप जानते हैं कि डायबिटीज के कारण सारे विश्व में हर 20 सेकंड में किसी न किसी एक मरीज अपना पैर खो रहा है अर्थात् एप्प्टोइटेशन किया जा रहा है। लंबे समय तक जब शुगर नियंत्रण में नहीं रहता है तब उसका दुष्प्रभाव स्नायु तथा रक्त नलियों पर दिखाई देता है। जब पैरों के स्नायु प्रभावित हो जाते हैं, पैरों में सूनापन अनुभव नहीं होता है। पांव से चप्पल भी निकल जाए तो पता नहीं पड़ता है। छोटा मोटा चोट लगने से भी महसूस नहीं होता है। शुगर नियंत्रण में नहीं है, घाव हो गया तो शीघ्र ही इंफेक्शन हो जाता है। बहुत इंफेक्शन हो जाने से कभी कभी अनियंत्रित होने के कारण पांव को काटना पड़ता है।

### पांव में दुष्प्रभाव के लक्षण

- पांव में सूनापन महसूस होना, चलते चलते पैरों से चप्पल निकल जाना, पिन काटा चुभने जैसा महसूस होना, आग में जलने जैसा वा आरी से काटने जैसा महसूस होना।
- पांव से पसीना ना आना, एड़ी का फटना। पांव में गाठें हो जाना।
- उंगलियां टेढ़ी हो जाना, नाखून के रंग में बदलाव आना, टूटने लगना। घाव हो जाना और लंबे समय तक न भरना।
- अंगुलियों के बीच में फंगल अथवा बाइक्टेरियल इन्फेक्शन हो जाना। थोड़े समय चलने के बाद पिण्डलियों में दर्द होना और रुक जाने से अथवा बैठ जाने से दर्द कम हो जाना।
- पांव नीला पड़ जाना अथवा काला हो जाना (गेन्नीन) आदि।

### पांव की ऐसे करें जांच-

- डायबिटीज में शुगर चेक करना जितना ज़रूरी है, अपने पैरों का जाँच करना असर से भी ज्यादा महत्वपूर्ण है। नियमित रूप से स्वयं ही पांव के तलवे का, उंगलियों के बीच के हिस्सों को, एड़ियों को रोज चेक करना है। ऊपर वर्णित कोई भी लक्षण संबंधित बातें दिखाई देती हैं तो तुरंत ही अपने पैरिजीशन से चेक कराना बहुत ज़रूरी है, तथा शीघ्र ही उपचार कराना ज़रूरी है।
- साल में एक बार फिर बायो से सिओमेट्री जांच अवश्य कराएं। इससे पैरों के स्नायु पर कितना असर हुआ है पता चलता है।
- पीड़ों स्कान कराना भी सहज है। इससे पैरों के तलवे में कहीं प्रेसर पॉइंट हैं तो पता चलता है और होने वाले केलोसिसीज को रोका जा सकता है। पैरों में रक्त प्रभाव की कमी वह संदेह रहता है तो लास्कुलर से रक्त नलियों में ब्लॉकेज का पता पड़ता है।

**संपर्क:** बीके जगतजीत मो. 9413464808 पैरेंट इलेशन ऑफिसर, ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, माउंट आबू, जिला- दिहारी, राजस्थान



### बीके मनीषा (32)

एमएससी, बीए, गोहाना, हरियाणा

### मुझे बचपन से ही पवित्र जीवन अद्भुत लगता था

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड** | जब ब्रह्माकुमारीज और बहनों के संपर्क में आई और राजयोग मेडिटेशन का कोर्स किया तो मुझे सबसे ज्यादा दीदियों की पवित्रता ने आकर्षित किया। क्योंकि बचपन से मेरा भी सपना था कि मुझे पवित्र जीवन जीना है। राजयोग मेडिटेशन के नियमित अभ्यास से पहले से ज्यादा आत्म विश्वास बढ़ गया है। अब ऐसा लगता है कि मैं जीवन में सबकुछ कर सकती हूं। इसके साथ ही सहनशक्ति भी बढ़ गई है। अब कोई परिस्थिति या



### उपासना रावत (34)

बीएटेक, ग्वालियर, मप्र

### मेरे सपने में दिखता था माउंट आबू

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड** | बाहर के विश्व विद्यालयों में जीवन यापन करने और भौतिक रूपी से तरकी करने का ज्ञान दिया जाता है लेकिन ब्रह्माकुमारीज ही एकमात्र ऐसा विश्व विद्यालय है जहां आत्मा-परमात्मा की सत्य पहचान, उन्नति, तरकी करने की शिक्षा दी जाती है। मझे सपने में सतयुगी दुनिया दिखी थी और ब्रह्माकुमारीज में राजयोग मेडिटेशन का कोर्स करने के बाद सब स्पष्ट हो गया। राजयोग से मन पर नियंत्रण हो जाता है। वास्तव में जैसे शरीर का भोजन अन्न,

फल-सब्जियां, अनाज है वैसे मन और आत्मा का भोजन राजयोग मेडिटेशन है। जब से ब्रह्माकुमारीज संस्थान से जुड़ी हूं और राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास शुरू किया है तब से मन की सार

**प्रेरणापुंज**

**दादी गुलजार (हृदयमोहिनी)**  
पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीजी

### सर्व संबंध बाबा से जोड़ेंगे तो प्यार की अनुभूति होगी

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड** | बाबा ने माताओं के ऊपर भारत या विश्व के कल्याण का कलश रखा है। द्वापर से विश्व कल्याण की जिम्मेवारी भाइयों (जो भी धर्म पिताएं आए हैं) ने उठाई है। लेकिन भाइयों की जिम्मेवारी से क्या हुआ? अब बाबा ने माताओं के ऊपर कलश रखा है, क्योंकि माताओं में कल्याण की भावना ज्यादा होती है। माताओं का बच्चे के प्रति सेह भी होता है, त्याग भी होता है और कल्याण की भावना भी होती है। तो वो हृद की आदत तो है ही। अभी बाबा ने वो ही गुण बेहद के विश्व की जिम्मेवारी के लिए दिया है। माताओं को आगे आते हुए देख जो भारत के नेता वा जगतगुरु आदि हमारे पास समय प्रति समय आए हैं, उन्होंने भी कहा कि माता का प्यार हमने यहां देखा है। बाबा कहते हैं कि परिवार में रहते द्रृस्टी होकर रहो। परन्तु कईयों ने एक शब्द पकड़ लिया है कि प्रवृत्ति में रहना है लेकिन प्रवृत्ति में रहते द्रृस्टी रहो, उसमें गड़बड़ हो जाती है। तो निराले रहो परिवार में लेकिन अपने को जगत की जिम्मेवारी होगी ना। उसी जिम्मेवारी को अगर हर एक माता संभाले तो विश्व का कल्याण हुआ पड़ा है। होना तो है सिर्फ हम लोगों को बाबा निमित्त बनाकर आगे रखता है। तो अपनी इन विशेषताओं से विश्व का कल्याण करो।

**वायदा किया तो उसे निभाओ...  
क** ई बार वायदा तो करते हैं लेकिन यहां नहीं करना। वायदा करते हो तो निभाओ। योग भी क्या है? योग माना परमात्मा से लगन, परमात्मा से प्यार। परमात्मा से सर्व संबंध जोड़ना। जब बाबा से सर्व संबंध जोड़ लिया, जब बाबा ही मेरा संसार है तो बुद्धि संसार से बाहर कहां जाएगी? संसार में दो चीजें होती हैं—एक व्यक्ति, दूसरा वैभव और कुछ है क्या? अगर सर्व संबंधों का अनुभव नहीं किया है तो बुद्धि इधर-उधर जाएगी, योग नहीं लगेगा। जो संबंध बाबा से नहीं जोड़ा, अनुभव नहीं किया, वहां बुद्धि जाएगी ना।

**तो फिर याद आएगा सखा....  
बा** बा को सखा नहीं बनाया है तो आप को सखी-सखा याद आएगा। मनुष्य की नेचर होती है कि जो ऐसी-वैसी बात मन में आई, वह जब तक निकालेंगे नहीं तब तक मन में चलती रहेगी। अच्छी बात है तो समां जाएगी। अगर कोई बात आप के सामने आती है और उस समय आपको फैंड बिजी है, तो उस समय तक अपने मन में बात रखनी है। लेकिन मान लो उसी समय आपकी मृत्यु हो जाए तो आपका पद क्या होगा। अंत मरि सो गति होगी? अंत अच्छी नहीं हुई तो बाकी आए किसलिए? इसलिए सर्व संबंध बाबा से जोड़ना है। एक भी संबंध कम नहीं करते हैं, क्योंकि अपने पुराने

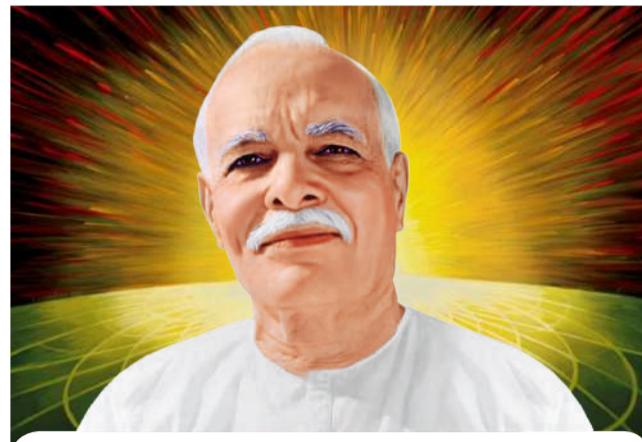
# पूर्ण स्वराज्य ईश्वरीय ज्ञान से ही संभव

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड** |

ब्रह्माकुमार चंद्रहास जी ने लिखा है— समाचार पत्रों और रेडियो द्वारा ब्रह्मा बाबा को यह तो समाचार मिलता ही रहता था कि कौन विशिष्ट व्यक्ति क्या कर रहा है अथवा संसार में कहां क्या हो रहा है। अतः बाबा उन विशिष्ट व्यक्तियों को पत्र या तार भिजवाकर उनका भी कल्याण करने, उन्हें ईश्वरीय संदेश और शिक्षा से परिचित करने अथवा उन्हें ईश्वरीय यज्ञ के किसी कार्य से सहयोगी बनाकर उनका भाग्य भी उच्च बनाने की कोशिश करते थे।

जब ओम मंडली हैदराबाद में श्री तो ब्रह्मचर्य व्रत लेने के कारण कई कन्याओं पर उनके पिता अत्याचार करते थे। उन्हें विकारी विवाह करने के लिए बाध्य करने की कोशिश करते थे। कई पुरुष वासना के लिए अपनी पत्नी पर सितम ढाते थे। अतः अच्य लोगों को भी पवित्रता के ईश्वरीय आदेश से परिचित कराने के लिए और अन्य कन्याओं-माताओं के बचाव के लिए कुछ उपाय करने के लिए बाबा ने कुछ पत्र लिखवाए थे।

एक पत्र पशुओं पर होने वाले अत्याचार की रोकथाम की संस्था की प्रधान को 23 जुलाई 1938 को भेजा गया था। उसमें बताया गया कि किस प्रकार 15 वर्षीय कन्या गोपी को उसके संबंधियों ने एक कमरे में चार दिन ताले में बंद रखा और उसे खाना नहीं दिया। कन्या के भाई ने उसे बहुत ही निर्दयता से मारा। इस प्रकार



## रियल लाइफ

### प्रजापिता ब्रह्मा बाबा

संस्थापक, प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

- ✓ **अन्ध-श्रद्धा पर आधारित भक्ति से मनुष्य कैसे पतित होता आया है?**

प्रधान मिस पिगट को लिख कर कहा गया कि पशुओं की तो बात एक ओर रही, मुझ्यों पर देखो कितने अत्याचार हो रहे हैं। इसके साथ ही उसे सुझाव दिया गया कि मनुष्य-जाति पर हो रहे अत्याचारों की रोकथाम के लिए भी कोई कदम उठाना चाहिए। अगर उनकी संस्था केवल पशुओं पर होने वाले अत्याचार की रोकथाम के लिए ही कार्य करती है तो एक दूसरी संस्था बनानी चाहिए जो मनुष्य-जाति पर हो रहे अत्याचार की रोकथाम के बारे में कुछ ठोस कार्य करे।

महात्मा गांधी, रवीन्द्रनाथ टैगोर और चक्रवर्ती राजगोपालाचार्य आदि-आदि के नाम पत्र, तार और प्रवचन-

बाबा ने महात्मा गांधी जी को वर्धमान में और कविराज रवीन्द्रनाथ टैगोर जी को एक पत्र (यह पत्र दिनांक 27 अगस्त, 1938 को भेजा गया था) संलग्न करके दो ज्ञान-मुरलियों (प्रवचनों) की प्रतियां भेजी थीं। उन प्रवचनों में तत्कालीन परिस्थितियों पर और अनेक वाले समय पर प्रकाश डाला गया था और वास्तविक स्वतंत्रता कैसे प्राप्त हो सकती है।

# मन में थांति है तो ईश्वरीय सुख माह्यवान की महूससता होती है

- ✓ **संगठन में चाहिए सहनशीलता, सच्चा सज्जेह और सच्चाई**

## सभी में देखें गुण व विशेषताएं...

**स** भी के गण और विशेषताओं को देखें तो हम मिलनसार बन सकते हैं। थोड़ा साक्षी हो करके देखो। एक-एक को देखते हुए यह चेक करो कि मेरे मन में किसी के लिए ब्लानी तो नहीं है? नहीं है तो अन्दर आत्मा शांत है। शांति है तो अन्दर ईश्वरीय सुख की संपत्ति में अपने आपको भाव्यवान महसूस करते हैं। क्योंकि यह संपत्ति जिसके पास होनी वह सबको अच्छा लगता है और उसे भी सब अच्छे लगते हैं, जिसमें जिसमानी प्यार की अंश भी नहीं है, रुहानी स्नेह जो बाबा से मिलता है, वह हमारे नयनों में बरसता रहे।

हमारी वृत्ति शुभभावना वाली, रुहानी स्नेह को अन्दर कायम रख सकती है। देखा जाता है पहले हमारी कामना जो भी है वह बिल्कुल शुद्ध हो। बाकी और सब कामनाओं से फ्री, मुक्त हों।



संस्कार, स्वभाव जो बाबा चाहता है, वह हमको करने नहीं देते हैं। इसलिए इस बार बाबा ने हम बच्चों को इन सबसे मुक्त होने वा मुक्त वर्ष मनाने का इशारा दिया है। इन इशारों को ध्यान में रख कर, समझदार बन सर्व बंधनों से मुक्त रहने की मेहनत करनी है। कोई न कोई बंधन जो पहले नहीं था, वह भी पैदा हो जाएगा तो अपने आपको बंधन से मुक्त करने के लिए गुप योगी, सच्चा और निरन्तर सहयोगी रहना है। किसी बात से किनारा नहीं करना है, परन्तु अच्छी तरह से निभाना है। इसमें सिर्फ सहनशीलता, सच्चा स्नेह और सच्चाई चाहिए। इस ज्ञान मार्ग में अकेला कोई पुरुषार्थ करके अपनी अच्छी स्थिति बनाकर रखते हैं, लेकिन जिसमें थोड़ा सा परचंतन में आने की और अपसेट होने की आदत है, वह मिलनसार नहीं बन सकते हैं। जो औरों के अवगुणों को नोट करते हैं, वह मिलनसार नहीं बन सकते हैं।

वर्ल्ड ग्लूकोमा वीक ] ट्रॉमा सेंटर आबू रोड की ग्लूकोमा और आई स्पेशलिस्ट डॉ. शालिनी ने बताए आंखों की देखभाल के उपाय

# अपनी आंखों की समय रहते देखभाल जरूरी



- ✓ 35 साल की उम्र की बाद हर छह माह में आंखों की जांच जरूरी, बिना डॉक्टर के परामर्श कोई भी दवा आंखों में नहीं डालें

- ✓ समय रहते सही इलाज मिलने से बच सकता है आंखों का अंधापन

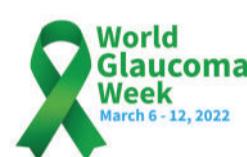


- ✓ हर दस में से एक आदमी ग्लूकोमा की समस्या से पीड़ित है। दुनियाभर में करीब 6.50 करोड़ लोगों को ग्लूकोमा है।

- ✓ भारत में अंधेपन के 100 में से 12 केस ग्लूकोमा की वजह से हैं।



**डॉ. शालिनी**  
ग्लूकोमा और आई स्पेशलिस्ट  
ट्रॉमा सेंटर आबू



वर्ल्ड  
ग्लूकोमा वीक  
(6 से 12 मार्च)  
पर धिरोष....

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड (राजस्थान)**। आंखों हमारे शरीर की सबसे महत्वपूर्ण और नाजुक अंग होती हैं। ऐसे में इनकी देखभाल करना उतना ही जरूरी है। क्योंकि बिना रोशनी के जीवन अंधकारमय हो जाता है। सामान्यतः लोग आंखों की देखभाल और इलाज को लेकर लापरवाही बरतते हैं जो आगे चलकर गंभीर रोगों का कारण बन जाता है। ऐसे में यदि आप भी 35 साल से ऊपर उम्र पार कर चुके हैं और आंखों से जुड़ी समस्याओं से जूझ रहे हैं तो तुरंत नजदीकी नेत्र रोग विशेषज्ञ से परामर्श लें। विश्वभर में हर साल 7 से 13 मार्च तक वर्ल्ड ग्लूकोमा वीक मनाया जाता है। इस दौरान आई अवेयरनेस प्रोग्राम आयोजित किए जाते हैं। नेत्र संबंधी समस्याओं और उनके समाधान को लेकर शिव आमंत्रण ने खास ट्रॉमा सेंटर आबूरोड की ग्लूकोमा और आई स्पेशलिस्ट डॉ. शालिनी से बातचीत की, आइए उन्हीं से जानते हैं कैसे करें अपने नैत्रों की संभाल-



## ग्लूकोमा क्या है?

### ग्लू

कोमा को आम भाषा में काला मोतिया कहते हैं। आंख के अंदर अंगों के पोषण के लिए एक तरल पदार्थ उत्पन्न होता है। पोषक के बाद यह तरल पदार्थ आंख के महीन छिद्र (फिल्टर) से बाहर निकलते हैं। उम्र के साथ छिद्र तंग होने शुरू हो जाते हैं। इससे तरल पदार्थ के निकलने की प्रक्रिया थोड़ी बाधित होती है। इससे आंख का प्रेशर बढ़ने लगता है। आंख का बढ़ा प्रेशर ऑप्टिक नर्व (आंखों से दिमाग को सिग्नल मेंजाने वाली नर्व) को डैमेज करता है। आमतौर पर ऐसा आंखों पर ज्यादा जोर पड़ने से होता है। दरअसल, ऑप्टिक नर्व काफी सेंसिटिव है, इसलिए जरा भी ज्यादा प्रेशर पड़ने पर यह ब्लॉक हो जाती है। इससे दिखना बंद हो जाता है।

### दो तरह का होता ग्लूकोमा

#### 1. ओपेन एंगल ग्लूकोमा

यह धीरे-धीरे बढ़ता है और मरीजों को पता ही नहीं चलता। जब आंख के बढ़े प्रेशर से ऑप्टिक नर्व खराब हो जाती है तो उसे ओपेन एंगल ग्लूकोमा कहते हैं। यह सबसे ज्यादा कॉमन है। इसमें तरल पदार्थ को ड्रेन करने वाली कनेल ब्लॉक हो जाती है। इससे आंख का प्रेशर बढ़ जाता है। इसके होने से आंख की नजर धीरे-धीरे कमज़ोर होती है। यदि इसका समय रहते पता चल जाए तो आंख की रोशनी बचाई जा सकती है। वरना इसका कोई इलाज नहीं है।

#### ओपेन एंगल ग्लूकोमा के लक्षण

- हल्का सिर में दर्द
- आंख में भारीपन
- नजदीक का चर्शमा बार-बार बदलना
- बल्ब बुझने के कुछ देर बाद भी नहीं दिखना

#### 2. एंगल क्लोजर ग्लूकोमा

यह कम खतरनाक है और इसका इलाज उपलब्ध है। इसमें मरीज को अचानक अटैक पड़ता है और नजर कमज़ोर हो जाती है। इसमें बहुत तेज दर्द होता है और मरीज सीधे डॉक्टर के पास पहुंचता है।

#### ये हैं लक्षण

- भयंकर दर्द होता है। आधे सिर में दर्द होता है।
- उल्टी आने की आशंका रहती है।
- अचानक से नंबर कम हो जाता है।

#### ये रिस्क फैक्टर हैं तो ग्लूकोमा हो सकता है

- परिवार के किसी सदस्य की हुआ हो।
- यदि शुगर के मरीज हैं तो
- माझेस नंबर है और बार-बार कम हो रहा है
- 35 वर्ष के उम्र के पार हैं।

- अंधेरे में देर से नजर आना।

- रोशनी में अलग-अलग रंग दिखना
- अस्थमा व आथराइटिस जैसे रोगों में लंबे समय तक स्टेरोयल ले रहे हों।
- कभी आंख का कोई जख्म हुआ हो या कोई सर्जरी हुई हो।
- यह बच्चों में भी हो सकता है।

#### आंखों की चली जाती है रोशनी

ग्लूकोमा के बारे में सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इसके चलते नजर का जो नुकसान हो गया, उसका कोई इलाज नहीं है। अगर पता न चले तो यह मर्ज धीरे धीरे बढ़ाता रहता है और ज्यादा बढ़ जाने पर अंधेपन की भी नैबत आ सकती है। हाँ, अगर इसका पता वक्त रहते चल जाए तो आगे और नुकसान से बचने के लिए इलाज और देखभाल की जा सकती है।

#### 35 के बाद आंखों की नियमित जांच कराएं

35 साल की उम्र के बाद ग्लूकोमा होने के संभावना बढ़ जाती है। 35 की उम्र के बाद आंखों की नियमित जांच कराते रहें। हो सकता है इस उम्र के लोगों को लगे कि उनकी नजर मोतियांबिंद की वजह से कमज़ोर हो रही है, लेकिन नजर की कमज़ोरी ग्लूकोमा की वजह भी हो सकती है।

**खुद भी कर सकते हैं अपनी आंखों की जांच**  
इस उदाहरण से समझें-अपनी आंख से किसी एक चीज को देखें। मान लिजिए पार्क में एक बच्चा बैठा

#### आपके लिए विशेष जानकारी

अक्सर 40 की उम्र में लोगों की पास की नजर कमज़ोर पड़ने लगती है। आमतौर पर लोग पास की चश्में की दुकान में जाते हैं और अपनी आंखें टेस्ट करवाते हैं। दुकानदार सिर्फ आंख टेस्ट कर बढ़िया चश्मा दे देता है। उससे लोगों को अच्छा दिखता है और वे चलते बनते हैं, लेकिन जब भी इस उम्र में चश्मा बनवाएं तो अच्छे डॉक्टर से आंखों का पूरा चेकअप करवाएं।

है। बच्चे के एक तरफ हाथी का खिलौना है और दूसरी तरफ शेर का खिलौना है। हाथी और शेर के साथ एक-एक कुर्सी है। कुर्सी के साथ पेड़-पौधे। यदि आप की आंख ठीक हैं तो आपको बच्चा भी दिखेगा, हाथी-शेर भी दिखेंगे और पेड़-पौधे। यदि ग्लूकोमा के आप करीब हैं तो आपको बच्चे के साथ हाथी और शेर नहीं। विशेषज्ञों के मुताबिक ग्लूकोमा में फील्ड ऑफ विजन यानी नजर का दायरा सिकुड़ता है। जब ग्लूकोमा हो जाएगा तो आपको बच्चा भी नहीं दिखेगा।

#### ग्लूकोमा से बचने के उपाय

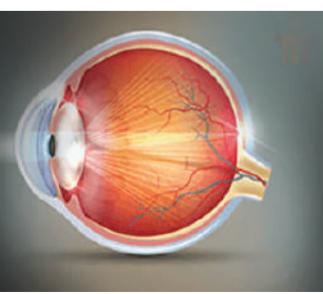
1. घर में अगर किसी को ग्लूकोमा है तो बच्चे को होने की ज्यादा संभावना होती है, क्योंकि यह एक आनुवांशिक बीमारी है। ऐसे में बच्चे की आंखों की जांच करवाना जरूरी है।
2. आंखों की एलर्जी, अस्थमा, चर्म रोग या किसी अन्य रोग के लिए स्टेरोइड दवाओं का प्रयोग करने से आंखों में दिक्कत आ जाती है। ऐसी दवाइयों के सेवन से बचें।
3. आंखों में दर्द हो या लाल हो जाएं तो स्पेशलिस्ट डॉक्टर से सलाह लें। ही दवा का प्रयोग करें।
4. खेलने के दौरान (टेनिस या क्रिकेट बॉल से) अगर आंखों में चोट लग जाए तो इसका इलाज कराएं।
5. आंखों में कभी किसी प्रकार की कोई सर्जरी हुई हो या कोई घाव हो गया हो तो उसकी जांच

#### ये भी सावधानी बरतें

ग्लूकोमा से बचने के लिए आपको कुछ सावधानियां बरतने की जरूरत होती है। जैसे कि आंखों में कोई भी ड्रॉप डालने से पहले अपने हाथों को अच्छी तरह धो लें। दवाई को ठंडी और ड्राइ जगह पर रखें। एक बार में एक ही ड्रॉप डालें और दो दवाइयों के बीच में आधा घंटे का गैप जरूर करें। अगर आप अपने आई स्पेशलिस्ट से लगातार मिलते रहते हैं और समय से दवाइयां लेते हैं, तो आप अपने ग्लूकोमा को समय से कंट्रोल करके एक नॉर्मल लाइफ जी सकते हैं।

#### ग्लूकोमा से जुड़े कुछ तथ्य

- दुनियाभर में 10 में से 1 आदमी ग्लूकोमा से पीड़ित है। दुनियाभर में करीब साढ़े छ्य करोड़ लोगों को ग्लूकोमा है।
- भारत में एक करोड़ से ज्यादा लोगों को ग्लूकोमा है। इनमें से करीब 10 लाख लोग अंधेपन का शिकार हो चुके हैं।
- भारत में अंधेपन के 100 में से 12 केस ग्लूकोमा की वजह से हैं।





समस्या समाधान

ब्रू. सुरेण नाई

विष्णु राजयोग प्राप्तिक

✓ अपने श्रेष्ठ भाव्य को याद करके मन को आनंदित कर दें...

पिछले अंक से क्रमांक:

## सुष्टुप्त हुए कर्मों पर पांच स्वरूपों का अध्याय

**ह**म सभी ने बाबा की मुरलियों में सुना है, स्वदर्शन चक्र घुमाने से तुम्हारे पाप कट जाएँ। मनमनाभव होने से पाप कटेंगे। बीजरूप से पाप कटेंगे। स्वदर्शन चक्रधारी होने से भी पाप कटेंगे। पांचों स्वरूपों का अध्याय स्वदर्शन चक्र का अध्याय है। रोज सुबह यदि उठकर पांच स्वरूपों का अध्याय पांच बार कर लिया जाए तो अमृतवेले की सभी समस्याएं समाप्त हो जाएंगी। याद कर लें अनादि स्वरूप निराकार आत्मा, दूसरा आदि स्वरूप देव स्वरूप, तीसरा पूज्य स्वरूप, ब्राह्मण स्वरूप और फरिश्ता स्वरूप। हर एक स्वरूप के अध्याय के साथ खुद को कोर्मेंटी दें। पहले तीन-तीन सेंकंड करें, फिर पांच-पांच सेंकंड और फिर दस-दस सेंकंड। मैं आत्मा हूं... मुझसे चारों ओर किरणें फैल रही हैं शान्ति की, इसे तीन सेंकंड के लिए देखें। मैं देवता हूं... सतयुग में डबल ताजधारी। देवयुग में ले चलें अपने को तीन सेंकंड के लिए। मैं इष्ट देव... मैं इष्ट देवी मंदिर में हूं। ये बहुत अच्छा स्वरूप है। मेरे सामने हजारों भक्त और मैं अपनी दृष्टि से, हाथ से सभी को शान्ति के वायब्रेशन्स दे रही हूं। बहुत अच्छा अनुभव होगा।

योग में करें भिन्न-तरह के अभ्यास

**मैं** फरिश्ता ब्लोब के ऊपर बैठा हूं... धरती के गोले के ऊपर सर्वशक्तिमान बाबा मेरे सिर के ऊपर छत्र हैं। उसकी किरणें मुझमें समां रही हैं। कुछ देर अपने को इस स्थिति में स्थित करेंगे। अनुभव करें वह किरणें मुझसे चारों ओर फैल रही हैं, सारे विश्व में पहुंच रही हैं। क्वाबा की पावरफुल शक्तियां मिल रही हैं।



मैं मास्टर ज्ञानसूर्य हूं

**मैं** मास्टर ज्ञानसूर्य शिव बाबा की किरणें मुझ पर आ रही हैं और मुझसे चारों ओर फैल रही हैं। इस स्थिति के बारे में बाबा के बहुत ही शक्तिशाली महावाक्य हैं। शक्तिशाली महावाक्य का अर्थ है एक महावाक्य है- बाबा ने कहा 'तुम्हारा मुख्य कार्य है ज्ञानसूर्य से शक्तियों की किरणें लेकर सारे संसार में फैलाना' बाबा की सभी कार्य निमित्तमात्र हैं।

बाबा मेरा सद्गुरु है

चौथा ब्राह्मण स्वरूप के लिए हमें किसी न किसी स्वमान में स्थित होना है। सुबह उठते ही पहला संकल्प करें कि बाबा मेरा सद्गुरु है और सद्गुरु ने अपना वरदानी हाथ रख दिया मेरे सिर पर। सद्गुरु का वरदानी हाथ आ गया मेरे सिर पर और उसके हाथ से निकलने लारी रंग-बिरंगी किरणें। जो हमारे सारे शरीर में फैलने लगी हैं। एक मिनट तक ले आओ अपने को इस स्वरूप में तो सर्वशक्तिमान की शक्तियां ब्रह्म बाबा के सूक्ष्म भाग द्वारा आत्मा में और हमारे पूरे शरीर में फैलने लगी हैं। ब्राह्मण स्वरूप का ये अध्याय करें। फिर मैं फरिश्ता हूं लाइट के शरीर में हूं। इससे एकाग्रता बढ़ जाएगी। सुबह नींद आती है तो समाप्त हो जाएगी।

तो मन होगा शांत...

परमधाम की स्थिति जिसे बीजरूप कहते हैं। ज्वाला स्वरूप कहते हैं। पावरफुल स्थिति कहते हैं। मुक्त स्थिति कहते हैं। बंधनों से मुक्त। मैं आत्मा परमधाम में हूं। बाबा के साथ बाबा की किरणें मुझमें समां रही हैं। इसके अलावा ज्यादा संकल्प नहीं किरणें लेते रहना। जब हमारी बुद्धि स्थिर हो जाती है तो संकल्प भी शांत हो जाते हैं। बुद्धि से हम विजुलाइज कर रहे हैं। सर्वशक्तिमान की किरणें आ रही हैं। इससे जहां मन शान्त होगा तो योग भी शक्तिशाली होगा।

# हमारे हर कर्म पर होती है प्रभु की नज़र



स्व-प्रबंधन

बीके ऊषा

स्व-प्रबंधन विशेषज्ञ,  
माउंट आबू

✓ व्यक्ति के अच्छे कर्म का फल भी जमा होता जाता है जो उसे सुख के रूप में जीवन में मिलता है

**जै** से आज की दुनिया में किसी व्यक्ति के कर्मों का स्टिंग ऑपरेशन किया जाता तो वह इन्कार नहीं कर सकता। ठीक इसी प्रकार चित्रगुप्त ने भी हम सभी में एक गुप्त कैमरा ऐसा लगाया है जो हर कर्म को चाहे कोई देखे या न देखे लेकिन हर पल गुप्त स्टिंग ऑपरेशन होता रहता है। तभी तो दुनिया में कहा जाता है कि व्यक्ति अपने आप से छिप नहीं सकता। माना हरेक व्यक्ति में एक चित्रगुप्त है। वह कभी कोई गलत हिसाब नहीं रखता। इसीलिए मनुष्य जब भी कोई कर्म करते हों तो यह न सोचे कि जो मैं कर रहा हूं वह कोई देख नहीं रहा है। भगवान भी नहीं देख रहा है। लेकिन हर कर्म करते समय किस वृति से किया? किस भावना से किया? उन सब बातों का गुप्त चित्र संस्कारों में समा जाता है जिसको कोई मिटा नहीं सकता और वह चित्र हमारे भीतर ही रहता है। जब व्यक्ति शरीर त्याग करता तो संस्कारों में पड़े सारे चित्रों की फाईल को चित्रगुप्त खोलकर रख देता है। जैसे किसी कीड़े को मैग्निफाइंग

ग्लास के नीचे देखने से बहुत बड़ा भयानक दिखता है, वैसे ही एक-एक कर्म की सारे चित्र मैग्निफाइयड होकर व्यक्ति के सामने बहुत स्पष्ट और भयंकर रूप में नज़र आते हैं। उस कर्म करते समय की उसकी मनोवृत्ति, भावनाएं भी बहुत ही स्पष्ट दिखाई देती हैं। उस समय भगवान तो क्षमा का सागर है, वह तो क्षमा कर देते हैं। लेकिन आत्मा खुद ही खुद को कभी क्षमा नहीं कर पाती। जब हम खुद स्वयं को क्षमा नहीं कर पाते हैं तब उन कर्मों को स्वीकार करके, बुरे कर्म का फल भोगने के लिए संसार में पुनः आते हैं। कर्मों के आधार पर आत्मा आने वाले जन्मों में भावी या होनी को निश्चित करती है, जिससे कोई भाग नहीं सकता तभी कहा जाता है कि भावी या होनी टाले नहीं टले।

यदि भगवान कुछ नहीं कर सकता, फिर भगवान को याद क्यों करें?

भगवान क्षमा का सागर है वह मनुष्यों को



अपनी गलती को सुधारने का मौका जल्दी देता है ताकि मानव अपने भविष्य को सुधार सकें। परन्तु मनुष्य अपने अंहकार में इतना चुर होता कि वह सारे अवसरों को गंवा देता है। या कभी-कभी वह भगवान को भी खरीदने का प्रयत्न करता है या एक प्रकार से रिश्ता देने का प्रयत्न करता है। मनुष्य अपने ज्ञान और अंहकार में आकर यही सोचता है कि एक तरफ बुरे काम हो रहे हैं तो दूसरी ओर वह कुछ गरीबों को दान करके या भगवान के नाम पर मदिरों में दान करके या मंदिर बनवाकर सोचता है कि भगवान उसके बुरे कर्मों को माफ कर देगा और वह सारे बुरे कर्मों की भोगना से छूट जाएगा। परन्तु कर्म की गति अति गुहाहृ है। इस बात को समझने के लिए एक उदाहरण प्रस्तुत है - मान लो हमने कोई व्यापार करने के लिए किसी से पैसे उधार लिए हैं और व्यापार में मुनाफा होने पर हम सोचें कि किसी मंदिर में दान करते हैं। यह बहुत अच्छा विचार है, परन्तु जिससे उधार लिया है वह व्यक्ति जब अपना पैसा मांगने आये तो उस बक हम उसे कह दें कि वह तो मैंने मंदिर में दान कर दिया अब भगवान तुम्हारी उधारी चुका देंगे, तो यह कैसे संभव है? विवेक भी यही कहता है कि जिससे उधार लिया है उसको तो पहले चुकाना पड़ेगा और दान करके पुण्य कमाया है उसका फल समय आने पर मिल जाएगा। वैसे व्यक्ति के अच्छे कर्म का फल भी जमा होता जाता है, जो उसको सुख के रूप में प्राप्त होता है लेकिन बुरे कर्म का हिसाब अलग जमा होता है जिसकी भोगना दुःख के रूप में भोगनी पड़ती है।

क्रमशः

## अहिनपथ के समाज है आध्यात्म का मार्ग



आध्यात्म की उड़ान

डॉ. सचिन

मेडिटेशन एक्सपर्ट

✓ जीवन में तमाम परिस्थितियों के बीच हमें मन को शांत और स्थिर रखने की कला सीखना होगी।

**त**त-बात में नाराज, बात-बात में उदास, मुरझाना-रूसना। अंसू तो यहीं रोक के रखे हैं बस बटन दबाने के दरी हैं। योग की धूप भी नहीं सुखा सकती। इतनी पावरफुल टंकी है, चाहे जितना भी अमृतवेला कर लो, मुरली का अध्ययन कर लो, भट्टियां कर लो हमारी टंकी

खाली नहीं होगी। योग की धूप से आंसुओं की टंकी को सुखा दो तो महावाक्य है बाबा का कि फीलिंग देवी, टच मी नाट देवी, छुई-मुई, सेंसीटिव नेचर एक बहुत बड़ी कमजोरी है। आधी मृत्यु है। ये मार्ग तो अर्द्धन पथ है। आग पर चलने का मार्ग है, अंगारों पर चलने का मार्ग है। यहां अगर रोते रहे, दुःखी, उदास, नाराज, रूसते-रूठते रहे तो चल नहीं पाएंगे।

यूनान में बहुत महान योद्धा था हरक्यूलिस। ऐसा माना जाता है कि उस जैसा योद्धा आज तक नहीं हुआ। महानायक इलियाट की किताब, इलियाट का महानायक, सबसे बड़ा योद्धा और जब उसका जन्म ही नहीं हुआ था कि उसके बारे में भविष्यवाणी थी कि वो जल्दी मर जाएगा तो उसकी मां ने उसे रहस्यमयी नदी के पास ले गई। इथिट्स नाम की चोटी थी। मां ने उसे नदी में डाल दिया और उसका सारा शरीर वज्र जैसा



लोग कांटे लेकर खड़े हैं...

**मु**रली क्लास पूरी हुई, दरवाजे से बाहर निकलते ही लोग कांटे लेकर खड़े हैं। वहां से कांटे चुभने चालू। इधर से चुभाया, उधर से चुभाया। पता नहीं कहां-कहां से चुभाया। जिधर देखो लोग कांटे ही चुभाने वाला कार्य कर रहे हैं। यह सारा संसार ही कांटों का सागर है। ऐसे कांटों के सागर में, इस प्रकार की दुनिया में चारों तरफ शूल बिछे हैं। जहां चारों तरफ आंधी, तूफान, विरोध, कर्मेंट, दुखी करने वाले शब्द, पता नहीं क्या-क्या हैं पूछो मत। कर्मेंट बिल्कुल आत्मा को अंदर से हिला देते हैं। यहां दोष ल

## बाबा की शिक्षाओं को किया याद



» **शिव आमंत्रण, निम्बाहेड़ा (राजस्थान)**। ब्रह्माकुमारी सेवाकेंद्र पर संस्थापक ब्रह्मा बाबा के पुण्य स्मृति दिवस 18 जनवरी पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान सदर थाना प्रभारी सूरज बैरवा, ब्रिज किशोर भाई, बीके शिवली, बीके अनिता ने श्रद्धासुमन अर्पित कर बाबा की शिक्षाओं को याद किया।

## खाद्य मंत्री ने पुष्पांजली अर्पित की



» **शिव आमंत्रण, बतौली (छग)**। ब्रह्माकुमारीज उपसेवाकेन्द्र में पिता श्री ब्रह्मा बाबा के 53वें पुण्य स्मृति दिवस पर शांति स्तम्भ और बाबा की कुटिया बनाई गई। कार्यक्रम में पहुंचे छग के खाद्य एवं संरक्षित विभाग राज्यमंत्री अमरजीत भगत ने ब्रह्मा बाबा को श्रद्धांजलि देने के साथ मेडिटेशन की सुखद अनुभूति की। साथ ही राज्योग मेडिटेशन अपनाने पर जोर दिया।

## रीता बहुगुणा को दिया संदेश



» **शिव आमंत्रण, चुनार/वाराणसी (यूपी)**। भाजपा की जन विशाल रैली के चुनार पंडरी बाजार में पहुंचने पर वाराणसी सेवाकेंद्र की बीके तारा ने रैली में आई भाजपा नेता रीता बहुगुणा जोशी को ईश्वरीय संदेश एवं ईश्वरीय सौगत प्रदान की। इस मौके पर कौशांबी सांसद विनोद सोनकर, विद्युत मंत्री रमाशंकर सिंह पटेल व अन्य मौजूद रहे।

## व्यसनमुक्ति का लिया संकल्प



» **शिव आमंत्रण, पट्टा, मप्र।** राष्ट्रीय युवा दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में युवाओं ने व्यसनमुक्त जीवन जीने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सीता, डॉ. देवब्रत सिंह, मनोज मिश्रा, लेक्चरर सुनील श्रीवास्तव आदि मौजूद रहे।

## अमृत महोत्सव का शुभारंभ



» **शिव आमंत्रण, राजगढ़ (मप्र)**। आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान का शुभारंभ व्यावरा सेवाकेंद्र द्वारा किया गया। विधायक रामचंद्र दांगी, एसडीएम जूही गर्मा, पूर्व विधायक नारायणसिंह पंवार, ब्रह्माकुमारीज की जिला प्रभारी बीके मधु, वैश्य महिला प्रकोष्ठ की जिला अध्यक्ष आरती मंगल, बीके लक्ष्मी मौजूद रहीं।

# अपने मन में संकल्प लें कि मुझे शक्ति रूप बनना है: बीके शैलजा



✓ आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान के तहत राष्ट्रीय बालिका दिवस पर कार्यक्रम आयोजित

» **शिव आमंत्रण, छतरपुर (मप्र)**। जीवन में यदि सही दिशा मिले तो नारी हर क्षेत्र में नंबर वन स्थान ले सकती है। हम अपने मन में संकल्प लें कि मुझे शक्ति रूप बनना है। आई केन डू इट यह एक संकल्प ही हमें हर कार्य को सभव बनाने में मदद करेगा। कन्या ही वह रत्न है जो इस जग का उद्घार करेगी। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज के छतरपुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा ने व्यक्त किए। मौका था राष्ट्रीय बालिका दिवस पर पावन धाम में आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर आयोजित कार्यक्रम का। महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी प्राची सिंह ने कहा कि मां का कर्तव्य निभाना सबसे महान है। केवल बच्चे पैदा करने से मां नहीं बन जाती। उसके लिए

हमें त्याग और बलिदान की मूरत बनना पड़ता है। भाजपा महिला मोर्चा जिलाध्यक्ष उर्मिला साहू, अभिनेत्री रूपाली भारद्वाज, गार्गी आनंद (बीएसएनएल टीडीएम), महिला मोर्चा उपाध्यक्ष प्रियंका द्विवेदी, रेखा

सिंह, बीके कमला, बीके भारती, बीके रजनी, बीके मधुकर, बीके माहिनी, बीके नम्रता, बीके पनम भी उपस्थिति रहीं। संचालन बीके रीना ने किया। बीके रीमा, बीके सुमन ने म्यूजिक दिया।

## राजयोग देता है मन को गहन शांति: एसपी सचिन शर्मा

» **शिव आमंत्रण, छतरपुर (मप्र)**। मैं जब भी ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय आता हूं तो मन को गहन शांति की अनुभूति होती है। मन में एक नई ऊर्जा का संचार होता है। उक्त उद्गार ऑडिटोरियम में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित खुशियों के बिंग बाजार कार्यक्रम में छतरपुर एसपी सचिन शर्मा ने व्यक्त किए। माउंट आबू से पहुंचे मोटिवेशनल स्पीकर बीके शक्तिराज ने कहा कि मेडिटेशन एक ऐसी विधि है जिससे सभी प्रकार के ब्लॉकेज दूर किए जा सकते हैं। उन्होंने डीप मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई। कार्यक्रम में महाराजा छत्रसाल बुद्देलखंड विश्व विद्यालय के स्पोर्ट्स ऑफिसर डॉ. अरविंद महलोनियां, शा. उक्तष्ट विद्यालय क्र. 1 स्पोर्ट्स ऑफिसर बृंदेंद्र द्विवेदी, सचिव जिला बेसवाल संघ मानसिंह, हाईस्कूल प्राचार्य पुष्पेंद्र सिंह बघेल, आरडीएस उमा विद्यालय बमीठा संचालिका मती बघेल, स्पोर्ट्स ऑफिसर शाउ मॉडल वि. जितेन्द्र सिंह, जेलर राम रोमणी पांडेय, रोटरी क्लब अध्यक्ष मुकेश चौबे, पैथोलॉजी एसोसिएशन अध्यक्ष अशोक अवस्थी, सत्य शोधन आश्रम संचालक देवेन्द्र भंडारी सम्मिलित हुए। संचालन सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा ने किया।

## आगरा: नव शक्ति समारोह आयोजित



» **शिव आमंत्रण, आगरा (उप्र)**। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के प्रभु मिलन सेवाकेंद्र पर कला एवं संरक्षित प्रभाग द्वारा नवशक्ति समारोह आयोजित किया गया। इस मौके पर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके अश्विना, साहित्य गैरव सुरुचि सिंहा, अपर आयुक्त आगरा मंडल साहब सिंह आईएएस, केंद्रीय हिंदी संस्थान के कुलसचिव चंद्रकांत त्रिपाठी, पत्रकार बिज खंडेलवाल, संगीतज्ञ डॉ. रंजना स्क्वर्सेना मुख्य रूप से मौजूद रहीं।

## नशामुक्ति के लिए वरदान है संस्था



» **शिव आमंत्रण, रीवा (मप्र)**। ब्रह्माकुमारीज के शांतिधाम द्विरिया सेवाकेंद्र पर युवा वर्ग के लिए स्नेह मिलन कार्यशाला आयोजित की गई। इसमें युवा समाजसेवी अविराज चौथवानी, एडिशनल एसपी शिव कुमार वर्मा ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज नशामुक्ति के लिए एक वरदान है। स्वच्छ भारत मिशन के नोडल अधिकारी एसके चतुर्वेदी, संचालिका बीके निर्मला दीदी, डॉ. बीके अर्चना, प्राचार्य बीके दीपक, बीके प्रकाश मौजूद रहे।

» **अमृत महोत्सव** || आजादी के अमृत महोत्सव से दर्शनीय भारत की ओर अभियान के तहत शास. हायर सेकंडरी स्कूल में आयोजन

# छात्राओं ने दंगोली से दिखाई प्रतिमा

» **शिव आमंत्रण, बीना**। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के युवा प्रभाग द्वारा शासकीय हायर सेकंडरी स्कूल, खिमलासा में बसंत पंचमी पर रंगोली प्रतियोगिता आयोजित की गई। आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान के तहत आयोजित प्रतियोगिता में 50 छात्राओं ने भाग लिया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके जानकी दीदी ने बताया कि रंगोली प्रतियोगिता में छात्राओं ने पर्यावरण संरक्षण, भारत की स्वर्णिम संस्कृति से खुशहाली और उन्नति का संदेश दिया। बेटी बच्चाओं-बेटी पद्माली, पशु-पक्षियों के प्रति प्रेम जताते हुए उनकी आकृति को रूप दिया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान संयुक्त रूप से मीना कुशवाहा, हँसिका नामदेव, द्वितीय स्थान दिशा सोनी, कुमुकम, अनुष्ठा पटवा, आरजु खान, स्नेहा लोधी, कंचन लोधी, साहनी लोधी और तृतीय स्थान सजना, स्नेहा, सारिका पटवा, प्रतीक्षा पटवा और श्वेता ने संयुक्त रूप से प्राप्त किया। प्राचार्य संजय जैन, राज्योग शिक्षिका बीके गुड़ी भी मौजूद रहीं।

**सम्मान समारोह:** बीना सेवाकेंद्र पर जैविक खेती कर रहे नशामुक्त किसानों का सम्मान समारोह आयोजित किया गया। इसमें कृषि उद्यानिकी अधिकारी प्रवीण साहू, सिंधी पंचायत के अध्यक्ष मंसाराम सुंदरानी, बीके सरस्वती, मुत्रालाल साहू सहित अन्य भाई-बहन मौजूद रहे।



» **शासकीय हायर सेकंडरी स्कूल में आयोजित रंगोली प्रतियोगिता में की 50 छात्राओं ने भाग लिया। स्वर्णिम भारत की दिखी झलक।**

# सभी को अपनी हिमेदारी समझनी होगी

✓ अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान का शुभारंभ

✓ स्वर्णिम भारत की झलक

» शिव आमंत्रण, रांची (झारखण्ड)

ब्रह्माकुमारीज के चौधरी बगान हरमू रोड सेवाकेन्द्र पर आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान का शुभारंभ विधायक सीपी सिंह ने किया। उन्होंने कहा कि महात्मा गांधीजी के सत्य अहिंसा व ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करके भारत स्वर्णिम बनेगा और वही सच्ची आजादी होगी। बागवानी शोध संस्थान के निदेशक प्रो. अरुण कुमार सिंह ने कहा कि सारी जिम्मेवारी सरकार के ऊपर छोड़ देने से, काम नहीं बनेगा, एक-एक व्यक्ति को अपनी नैतिक जिम्मेवारी के साथ कार्य करना पड़ेगा। इस दिशा में ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा किए जा रहे कार्य सराहनीय हैं।

सेवाकेन्द्र संचालिका बीके निर्मला



■ कार्यक्रम में बालक-बालिकाओं ने देशभक्ति गीतों पर जोरदार प्रस्तुति दी।

बहन ने कहा कि भगवान का एक नाम धर्मराज भी है। इसका अर्थ है कि वे धर्म युक्त राज्य की स्थापना करने वाले हैं। परमात्म सत्ता, धर्म और राज्य इन दोनों सत्ताओं में सर्वोच्च हैं। धर्म, सत्ता और राज्य-सत्ता अपनी चरम श्रेष्ठ स्थिति में एक ही हैं। दोनों में कोई विरोध नहीं है। सर्वश्रेष्ठ धर्मात्मा

वही है जो राजाई सामर्थ्य के साथ अपनी कर्मन्द्रियों को पूर्ण नियंत्रण में रखता है और सर्वश्रेष्ठ राजा वही है जो धर्म (धारणा) का स्वरूप बनकर अपने हर कर्म में दिव्य गुणों की झलक दिखाता है। राची के पूर्व आईएमए सचिव डॉ. श्याम सिंहाना ने कहा हमें परमपिता परमात्मा शिव ने इस सत्यता का

स्पष्ट रूप से बोध कराया है कि वह सत्युगा का सुखमय जमाना अब आ पहुंच है। ईश्वरीय कार्य गुप्त रूप से हो रहा है। विधिक माप विज्ञान संस्थान के पूर्व निदेशक डॉ. अवध मणि पाठक, इंस्पेक्टर द्विवेदी कनक भूषण, एचईसी के पूर्व महाप्रबंधक हैमन्त गुप्ता ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

## 500 वर्गफीट में बनाई विशाल दंगोली



ब्रह्माकुमारीज शांति सरोवर रायपुर

» शिव आमंत्रण, रायपुर (छग)। ब्रह्माकुमारीज के विधानसभा मार्ग स्थित शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर पर विशाल रंगोली सजाई गई है। क्षेत्रीय निदेशिका ब्रह्माकुमारी कमला दीदी ने बताया कि 25 फीट बाई 20 फीट (पांच सौ वर्गफीट) में रंगोली सजाई गई। इसमें आजादी की जंग में बलिदान देने वाले महापुरुषों को प्रदर्शित करते हुए देशभक्ति की भावना को उकेरा गया है। स्वर्णिम भारत की भी झलक दिखाई गई है। 80 किलो रंग से इसे तीन दिन व रात में बनाया गया। बीके हितेन्द्र व ब्रह्माकुमारी बहनों का योगदान रहा।

## बीके विद्या सम्मानित



» शिव आमंत्रण, अबिकापुर (छग)। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के नव विश्व भवन चोपड़ापारा में 73वां गणतंत्र दिवस हर्षोल्लास से मनाया गया। इस दौरान ध्वजारोहण कर भारत के वीर शहीदों को दीपक प्रज्वलित कर तीन मिनट मौन में रहकर श्रद्धांजली अर्पित की। सरगुजा संभाग की संचालिका बीके विद्या दीदी ने कहा कि भारत ही एक ऐसी भूमि हैं जिसे परी दुनिया प्यार और श्रद्धा से मां कहकर पुकारती है, क्योंकि यह अपने आंचल में बिना जाति- पाति का भेद किए हर एक को छाँव, ममता, प्यार देती है। जिला प्रशासन की ओर से आयोजित मुख्य कार्यक्रम में जिले के प्रभारी मंत्री शिवहरे डहरिया द्वारा ब्रह्माकुमारीज द्वारा समाज कल्याण में की जा रही उत्कृष्ट सेवाओं के लिए बीके विद्या दीदी के लिए प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सम्मानित किया।

» स्वर्णिम भारत | छतरपुर में अमृत महोत्सव अभियान की लांचिंग

## संरथा की दिशा-दृष्टि पहले से ही तय है



» शिव आमंत्रण, छतरपुर (मग्र)। किशोर सागर स्थित ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर थीम पर संस्थान के समाज सेवा प्रभाग द्वारा मानवता के संरक्षक कार्यक्रम आयोजित किया गया। गंगा विचार मंच के राष्ट्रीय संयोजक डॉ. भरत पाठक ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान की दिशा और दृष्टि दोनों आजादी के पहले से संस्थान के संस्थापक दादा लेखराज जी के समय से ही

तय है। जब दिशा और दृष्टि तय हो तो हमें केवल सहयोग करना है। भाजपा महिला मोर्चा की प्रदेश उपाध्यक्ष डॉ. नंदिता पाठक ने कहा कि जब से मैं इस संस्था के प्रांगण में आई हूं मुझे इनके काम करने के तरीके ने अभिभूत किया है। समाज सेवा प्रभाग की जोनल कोऑर्डिनेटर और सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शैलजा भी संबोधित किया। बीके कल्पना ने राज्योग का अभ्यास कराया। संचालन बीके रीना ने किया।



नई राहें

बीके पुष्टेन्द्र  
संयुक्त संपादक, शिव आमंत्रण

## नए भारत की ध्वज वाहक 'नारी शक्ति'

» 'यत्र नार्यस्तु पूज्यते, रमंते तत्र देवता' अर्थात् जहां नारियों की पूजा होती है, वहां देवता निवास करते हैं। भारत मातृशक्ति की पूजा देवी के रूप में करता रहा है। नारी का सम्मान भारतीय सभ्यता, संस्कृति और परंपरा रही है। हमारी संस्कृति की विशालता, महानता और वैभवता को बढ़ाव बनाने, उसे मूर्त्यों के धागे में पिरोकर नवी पीढ़ी को संस्कारित करने में नारी की अतुलनीय भूमिका रही है। हमारी देव संस्कृति में देखें तो नौ देवियों का ही गायन शास्त्रों में मिलता है, न कि नौ देवताओं का। नारी, मां के रूप में ईश्वर की वह अद्वितीय कृति है जिसकी वंदना, आराधना और उपासना स्वयं देवगण ने भी की है। व्यक्तित्व और कृतित्व की दृष्टि से नारी का चरित्र पुरुषों की तुलना में श्रेष्ठ और बहुआयामी रहा है। जब हम ईश्वर की वंदना करते हैं तो गते हैं तुम्हीं हो माता, तुम्हीं पिता हो...। नई सत्युगी सृष्टि की स्थापना और सृजनहार होने से ब्रह्मा को 'ब्रह्मा मां' भी कहा जाता है। किसी ने कहा है कि जो स्त्री का अपमान करता है, वो मां का अपमान करता है, जो मां का अपमान करता है, वो भगवान का अपमान करता है और जो भगवान का अपमान करता है, उसका पतन निश्चित है।

हर क्षेत्र में कीर्तिमान रच रही है नारी शक्ति: कोई भी राष्ट्र प्रगति के पथ पर तब तक आगे नहीं बढ़ सकता है, जब तक कि वहां की महिलाएं आगे नहीं बढ़ती हैं, विकास में सहयोगी नहीं बनती हैं। आज धरती से लेकर आकाश तक महिलाओं ने अपनी प्रतिभा, कौशल, शक्ति, नेतृत्व और अदम्य साहस का परिचय दिया है। खेलों से लेकर प्रशासन, राजनीति, शिक्षा, स्वास्थ्य और आध्यात्म के क्षेत्र में महिलाएं रोज नित नए कीर्तिमान रच रही हैं। समाज भी इस बदलाव को स्वीकार कर रहा है और बेटों की तरह बेटियों को भी शिक्षा-दीक्षा, लालन-पालन में सम्भाव और खुलकर जीने की आजादी दी जा रही है।

पुरातन काल से समाज को देती आ रही हैं दिशा: हमारे देश में गार्मी, मैत्री, अनुसुर्या, अरुंधति, मदलशा जैसी महान नारियों ने समाज को जहां नहीं रहा दिखाई है, वहीं कठिनाइयों से भरे मध्यकाल में पत्राधाय, मीराबाई जैसी नारियों ने अपने कृतित्व से नारी की एक नई परिवाष को गढ़ा है। चित्तर की रानी चैनमा, मतंगी वाजरा, रानी लक्ष्मीबाई, वीरांगना झलकारी बाई ने अपने अदम्य साहस, शक्ति, वीरता और शैर्य से लोहा मनवाया है। सामाजिक क्षेत्र में नजर डालें तो अहिल्याबाई होलकर, सावित्री फुले ने भारत की पहचान को नए तरीके से रेखांकित किया है। नारी जब प्रेम स्वरूप का रूप लेती है तो मर्द टैरेसा जैसी महिला इस समाज को मिलती है।

महापुरुषों ने भी नारी के योगदान को सराहा: आध्यात्मिक क्रांति के प्रणाली स्वामी विवेकानन्दजी ने कहा था कि कुछ सच्ची, ईमानदार और ऊर्जावान महिलाएं, जितना कोई एक सदी में कर सकती हैं। नारी ही परिवार और समाज का केंद्र बिंदु है। वहीं बाबा साहेब भीमराव आंबेडकर का मानना था कि मैं किसी समुदाय की प्रगति उस समुदाय में महिलाओं द्वारा की गई प्रगति से मापता हूं। काल मार्क्स कहते का मानना था कि पुरुष अपना भाग्य नियंत्रित नहीं करते, उसके जीवन में मौजूद औरत अपने गुणों से उसके लिए भाग्य निर्माण करती है।

नव सृजन के कार्य में समर्पित ब्रह्माकुमारीयां: नारी जब शक्ति का रूप लेती है तो ब्रह्माकुमारीज जैसे संस्थान की संकल्पना साकार हो जाती है। जिन्होंने समाज को स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन का महान लक्ष्य दिया है। शक्ति स्वरूप की गाथा को साकार करते हुए 47 हजार ब्रह्माकुमारी बहनें त्याग, सेवा, समर्पण, निष्ठा और आत्म विश्वास के साथ विश्व बंधुत्व के कार्य में जुटी हैं। इस महान लक्ष्य में वह परमात्मा की शिक्षाएं, वरदान और दिव्य प्रेरणा को आत्मसात करते हुए अपने पथ पर निरंतर बढ़ती जा रही हैं।



**उद्घाटन ]** भोपाल जोन में भी आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान का आगाज

## स्वर्णिम भारत का सपना होगा साकार

✓ 20 बहनों को सौंपी 20 विभिन्न प्रभागों की कमान

» **शिव आमंत्रण, भोपाल (मप्र)**। आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान भारत की सभ्यता, संस्कृति को देश-दुनिया को बताने का अभियान है। हम सबको मिलकर भारत को स्वर्णिम बनाने के कार्य में संपूर्ण समर्पण के साथ सेवा में जुटना होगा।

उक्त विचार भोपाल जोन की निदेशिका राजयोगिनी बीके अवधेश ने व्यक्त किए। मौका था ब्रह्माकुमारीज के जोनल हैडक्वार्टर राजयोग भवन में गणतंत्र दिवस के पावन पर्व पर आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर अभियान के शुभारंभ का। इस दैरान स्वर्णिम भारत की थीम पर ज्ञानी सजाई गई। इसमें देश के लिए शहीद हुए वीरों सुभाष चंद्र बोस, चंद्रशेखर आजाद, भगत सिंह, वीरगना लक्ष्मीबाई, रानी पद्मावती, हुए राधा कृष्ण, भारत माता की



■ जोनल सेवाकेंद्र राजयोग भवन भोपाल में राज्य स्तरीय अभियान की लांचिंग की गई।

200  
02

ब्रह्माकुमारी बहनों  
लिया गया  
दिन घला राज्य  
स्तरीय घितन शिविर

रानी अहिल्याबाई, झलकारीबाई, जनरल बिपिन रावत, स्वामी विवेकानन्द आदि के स्वरूपों का प्रदर्शन किया गया है। साथ ही स्वर्णिम भारत की झलक दिखाते हुए राधा कृष्ण, भारत माता की

ज्ञानी सजाई गई। सबसे पहले तिरंगा फहराया गया। देशभक्ति की गीतों पर बालिकाओं ने प्रस्तुति दी। इस दौरान सभी को प्रतिज्ञा कराई गई कि हम सभी दृढ़ संकल्प लेते हैं कि परमात्मा ने हमारे अंदर जो आध्यात्मिक शक्ति का फाउंडेशन डाला है, उसका सुधार्योग करें। एक दिन स्वर्णिम भारत और विश्व गुरु का सपना जरूर साकार होगा।

प्रदेशभर से पहुंचीं बहनें: दो दिन चले इस चिंतन शिविर में मध्यप्रदेश के विभिन्न सेवाकेंद्रों से लगभग 200 ब्रह्माकुमारी बहनों ने भाग लिया। इस दौरान सभी ने अमृत महोत्सव के तहत अपने-अपने कार्यक्रमों सेवाकेंद्रों पर कार्यक्रम आयोजित करने की रूपरेखा बनाई। 20 प्रभागों के कार्यक्रमों की 20 ब्रह्माकुमारी बहनों को जिम्मेदारी सौंपी गई।

## अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय शांतिवन में आन-बान-शान से लहराया तिरंगा

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड।** ब्रह्माकुमारीज संस्थान के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय आबू रोड शांतिवन में गणतंत्र दिवस पर आन-बान-शान से तिरंगा झंडा फहराया गया। ध्वजारोहण कर संस्थान के सचिव बीके निवैर, संयुक्त मुख्य प्रशासिका बीके मुन्नी बहन ने परेड की सलामी ली। बीके निवैर ने कहा कि बहुत ही र्हष की बात है कि भारत तेजी से विश्व गुरु बनने की ओर बढ़ रहा है। आध्यात्मिकता और योग का लोहा दुनिया मान रही है।



## सामाजिक सेवाओं पर मंत्री ने किया बीके दमेश का सम्मान



» **शिव आमंत्रण, हिसार, हरियाणा।** 26 जनवरी गणतंत्र पर हिसार महावीर स्टेडियम में ध्वजारोहण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें मुख्य अतिथि हरियाणा के सहकारिता मंत्री डॉ. बनवारी लाल ने हिसार सेवाकेंद्र संचालिका बीके रमेश कुमारी बहन को उनके द्वारा कोरोना उन्मूलन अभियान में सक्रिय योगदान देने पर प्रशस्ति पत्र प्रदान कर समानित किया गया। इस बीके पर बीके अनिता, बीके डॉ. रामप्रकाश, डिटी कमिशनर डॉ. प्रियंका सोनी, सीएमओ डॉ. रत्ना भारती सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

■ प्रकाशक एवं मुद्रक: ब्र.कु. करुणा द्वारा प्रकाशित एवं डीबी कॉर्प लिमिटेड जयपुर से मुद्रित

सुस्ती के भिन्न-भिन्न रूपों को चेक कर चैंज करना है!

## ब्रह्मा बाबा के कर्म बने आदर्श



» **शिव आमंत्रण, नवापारा/राजिम (छग)**। ब्रह्माकुमारी संस्थान के संस्थापक पिताश्री ब्रह्मा बाबा की 53वीं पुण्यतिथि विश्व शांति दिवस के रूप में मनाई गई। बीके प्रिया ने कहा कि ब्रह्मा बाबा ने कर्तव्य किए वह सभी के लिए आदर्श बन गए। इंदौर से पथरे बीके नारायण ने कहा कि ब्रह्मा बाबा की लोक कल्याण की भावना हमारे लिए अनुकरणीय बन गई। पवित्रता की पराकाष्ठा, मधुरता, मानवता हमारे लिए आदर्श बन गई। व्याख्याता हेमंत साहू, विवेक शर्मा, सेवाकेंद्र संचालिका बीके पुष्पा सहित अतिथियों ने पुष्पांजलि अर्पित की।

## ईर्वर का ध्यान ही जिंदगी है



» **शिव आमंत्रण, भरतपुर (राजस्थान)**। श्री हरिदत डिग्री कॉलेज के अंतर्गत राजस्थान सरकार के मुख्य सचिव आईएएस निरंजन आर्य के आगमन पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा स्वागत किया गया। मुख्य सचिव आर्य ने कहा कि आध्यात्म के मार्ग पर चलकर ईश्वर का ध्यान करना ही जिंदगी है। ब्रह्माकुमारी बहनों को देखकर मुझे बहुत खुशी हो रही है। आयुक्त हिमांशु गुप्ता, कलेक्टर प्रसन्न कुमार, पुलिस महानीराक्षक सुशील कुमार, बीके प्रवीणा, बीके गीता, बीके पावन, बीके कर्नल ओमवीर मौजूद रहे।

» || राष्ट्रीय युवा दिवस || ब्रह्माकुमारीज में दो लाख से अधिक युवा ब्रह्मार्थ व्रत को धारण कर विश्व परिवर्तन के कार्य में जुटे

## स्प्रीचुअल इम्युनिटी से मेंटल व प्रोफेशनल इम्युनिटी होती है मजबूत: बीके मोहन

✓ राष्ट्रीय युवा दिवस पर कार्यक्रम आयोजित

» **शिव आमंत्रण, आबू रोड।** जब हम स्प्रीचुअल इम्युनिटी को शक्तिशाली बनाते हैं तो इससे हमारी मेंटल और प्रोफेशनल इम्युनिटी भी स्ट्रांग बनती है। आज के समय में युवाओं को स्प्रीचुअल इम्युनिटी को बढ़ाने के लिए प्रयास करना होगा।

उक्त उद्गार वैज्ञानिक एवं अध्ययन तंत्र प्रभाग के अध्यक्ष बीके मोहन सिंघल ने व्यक्त किए। मौका था स्वामी विवेकानन्द की 159वीं जयंती पर आयोजित कार्यक्रम का। राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन के युवा प्रभाग, ब्रह्माकुमारीज और ग्राम स्वराज मंच के संयुक्त तत्वावधान में मनमोहिनीवन के ग्लोबल ऑडिटोरियम में एकल विद्यालय के विद्यार्थियों और शिक्षक-शिक्षिकाओं के लिए कार्यक्रम आयोजित किया गया। भीनमाल से पधारी युवा प्रभाग की वरिष्ठ राजयोग शिक्षक बीके गीता बहन ने कहा कि स्वामी विवेकानन्द जी को बचपन से ही मैं कौन हूं? कहाँ से आया हूं? आदि प्रश्नों को गुरुत्व सुलझाने के लिए दिन-रात चित्तन में लगे रहते थे। जब वह पहली बार अपने गुरु रामकृष्ण परमहंस जी के आश्रम पहुंचे तो उन्होंने



बाहर से आवाज लगाई। इस पर अंदर से गुरुजी ने पूछा कि कौन? इस पर स्वामीजी ने जवाब दिया कि मैं कौन हूं, इसी का रहस्य जानने के लिए आपके पास आया हूं गुरुवर। यह जबाब सुनकर गुरुजी ने कहा आओ, मुझे ऐसे ही शिष्य की तलाश थी। स्वामी विवेकानन्द जी ने कहा कि मुझे सौ बालब्रह्मचारी युवा मिल जाएं तो मैं दुनिया को बदल दूँगा। ब्रह्माकुमारीज ही एकमात्र ऐसा संस्थान है जहाँ दो लाख से अधिक युवा जीवन में ब्रह्मचर्य व्रत को धारण कर, संपूर्ण

नशामुक्त और संयमित जीवनशैली अपनाते हुए विश्व शांति के कार्य में जुटे हुए हैं। बीके कृष्ण बहन ने राजयोग की अनुभूति कराई। ग्राम स्वराज मंच के भाग अध्यक्ष जगदीश रावल, पीआरओ बीके कोमल, राजेंद्र बाकलीवाल, भगाराम जी, प्रभुराम गरासिया, सच्चिदानन्द जी, युवा प्रभाग के बीके

हरीश ने भी विचार व्यक्त किए। संचालन मधुबन न्यूज की एकर बीके शिवांगी और ग्राम स्वराज मंच के संभाग प्रमुख प्रभुराम लोटाणा ने किया। गांवों से आई बालिकाओं ने राजस्थानी गीतों पर जोरदार प्रस्तुति दी। अतिथियों का राजस्थानी पगड़ी से स्वागत किया गया।

### सूचना के लिए संपर्क करें

सामाजिक सेवाओं और आतिथिक संश्वरितकरण के प्रयास के साथ निकाला गया मासिक **शिव आमंत्रण समाचार** पत्र एक संपूर्ण अखबार है। इसमें आप सभी पाठकों का लगातार सहयोग मिल रहा है, यही हमारी ताकत है। **वार्षिक गूल्य** □ 110 रुपए, तीन वर्ष □ 330 आजीवन □ 2500 रुपए

### पत्र व्यवहार का पता

**संपादक** □ ब्र.कु. कोमल ब्रह्माकुमारीज शिव आमंत्रण ऑफिस, शांतिवन, आबू रोड, जिला-सिरोही, राजस्थान, पिन कोड- 307510 नो □ 6377090960, 9414172596, 941338 4884, Email □ shivamantran@bkviv.org

Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2021-23, Licensed to Post without pre-payment No. RJ/WR/WPP/18/2021

Posted at Shantivan P.O.  
Dt. 17 to 20 of Each Month