



A Unit of Global Hospital & Research Centre

जीवन सौरभ

Shivmani Geriatric Home



Apr - June 2022
Volume 29

अंदर देखिए

खुशी- एक तोहफा...	..1
शुक्राना	..2
विशेष एक्टिविटी	..3
मातेश्वरी जगदंबा सरस्वती जी को स्नेहमयी भावांजलि	..4
अनुपम दृश्यावली	..5
दिव्य दर्पण	..10



आज धनी और सफल हो गए हैं लेकिन खुश नहीं हैं। सच तो यह है कि हम जहां हैं वहीं खुशी पैदा की जा

सकती है। यह हमारे साथ है और हमारे भीतर है। करने के लिए कुछ नहीं है, हमें बस पल-पल खुश रहने की जरूरत है।

खुशी- एक तोहफा

हम में से बहुत से लोग खुशी को जटिल बनाते हैं, इसलिए यह एक क्षणभंगुर भावना की तरह लगता है। पैसा, भोजन, कार, संपत्ति या पद कमाने के लिए हमें कुछ करने की जरूरत है। लेकिन हम वही



समीकरण लागू करते हैं कि खुशी कमाने के लिए कुछ करना होता है। तो हम या तो इसकी प्रतीक्षा करते हैं, इसकी खोज करते हैं, इसका पीछा करते हैं, इसे खरीदने के लिए देखते हैं, इसकी मांग करते हैं,

इसे स्थगित करते हैं, या इसे किसी उपलब्धि के साथ जोड़ते हैं। तो एक समाज के रूप में हम



क्या हम हमेशा खुश रह सकते हैं? यह हमारी पसंद है। खुशी का मतलब यह नहीं है कि हम नकारात्मकता या दर्द को नकार दें। साथ ही हमें याद रखना चाहिए कि हमारे जीवन में परिस्थितियाँ या लोग हमारी खुशियाँ चुराने के लिए नहीं हैं। वे अपनी भूमिका निभा रहे हैं। वे हमें कभी-कभी चुनौती देते हैं लेकिन अन्य सभी समयों में हम ही होते हैं जो स्वयं को खुश होने से रोकते हैं। खुशी केवल एक मनोदशा या भावना के बारे में नहीं है, यह हमें हमारे रास्ते में आने वाली किसी भी चुनौती को पार करने की शक्ति प्रदान करती है। यह हमारे मन, बुद्धि और शरीर को शांति, ज्ञान और आशावाद से काम करने का कारण बनता है। इसलिए समस्याएं दुख नहीं देतीं। इसके बजाय हम अनुभवों से सीखेंगे और आगे बढ़ेंगे।

खुश लोग लोगों को खुश करते हैं। लेकिन अक्सर हम अपने लक्ष्यों पर इतने केंद्रित हो जाते हैं कि हम वहां पहुंचने की प्रक्रिया का आनंद लेना भूल जाते हैं। अगर हम गलत कर्म नहीं भी करते हैं, तो भी हमारी खुशी कम होने लगती है क्योंकि हम अपने मूल गुणों जैसे संतोष या हल्कापन से संपर्क खो देते हैं। यह हमारे

समय प्रमाण स्वयं को चेक करके चेंज करने वाले ही सदा विजयी होते हैं।

प्रदर्शन, स्वास्थ्य और रिश्तों को प्रभावित करता है। आइए हम खुशी को अपनी प्राथमिकता सूची में सबसे ऊपर रखें, जिसका अर्थ है कि हम इसकी जिम्मेदारी लेने का वादा करते हैं। जब हम खुश होते हैं तो हमारे आस-पास के सभी लोगों को इसमें हिस्सा मिलता है - हम एक ऐसा तोहफा देते हैं जो दुनिया को खूबसूरत बनाता है।

बी.के. ओम भाई,
प्रोजेक्ट मैनेजर,
शिवमणि होम



"शुक्राना"

शुक्राना वास्तव में हमारे अंतःकरण का वह भाव है जो स्वयं में भरपूरता का अनुभव कराता है। दिल से किया शुक्राना न केवल स्वयं को हर हाल में खुश व संतुष्ट

रखने में मदद करता है, बल्कि हमारे आसपास के वातावरण को भी परिवर्तित कर देता है और यदि यह भाव प्यारे प्रभु के प्रति जागृत हो जाए तो फिर तो क्या कहने! उसकी कृपा दृष्टि व मदद स्वतः और सहज ही



प्राप्त होती है एवं अपने रास्ते में आने वाले कष्ट अथवा विघ्न भी सहज ही पार हो जाते हैं। एक पक्षी था



जो रेगिस्तान में रहता था, बहुत बीमार, कोई पंख नहीं, खाने-पीने के लिए कुछ नहीं, रहने के लिए कोई आश्रय नहीं था।

एक दिन एक कबूतर उधर से गुजर रहा था, उस बीमार और दुःखी पक्षी ने कबूतर को रोका और पूछा- "तुम कहाँ जा रहे हो?"

उसने उत्तर दिया- "मैं स्वर्ग जा रहा हूँ।"

बीमार पक्षी ने कहा- "कृपया मेरे लिए पता करें, मेरी पीड़ा कब तक समाप्त हो जाएगी?" कबूतर ने कहा- "निश्चित ही मैं पता करूँगा।" इतना कह कर बीमार पक्षी से विदा ली। कबूतर स्वर्ग पहुंचा और प्रवेश द्वार पर देवदूत को बीमार पक्षी का संदेश दिया।

देवदूत ने कहा-

"पक्षी के जीवन में अगले सात वर्ष तक इसी तरह कष्ट लिखा हुआ है, उसे ऐसे ही सात वर्ष तक कष्ट भोगना पड़ेगा, तब तक उसके जीवन में कोई खुशी नहीं है।

कबूतर ने कहा- "जब बीमार पक्षी यह सुनेगा तो वह निराश हो जाएगा क्या आप इसके लिए कोई उपाय बता सकते हैं।"

देवदूत ने उत्तर दिया-

"उससे कहो कि इस वाक्य को हमेशा बोलता रहे..."

"इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है।"

वापसी पर जब वह बीमार पक्षी कबूतर से फिर मिला तो कबूतर ने उस स्वर्गदूत का संदेश दिया। सात-आठ दिनों के बाद कबूतर जब फिर उधर से गुजर रहा था, तब उसने देखा कि पक्षी बहुत खुश था उसके शरीर पर पंख उग आए थे।

उस रेगिस्तानी इलाके में एक छोटा सा पौधा लगा हुआ था, वहां पानी का एक छोटा सा तालाब भी बना हुआ था। पक्षी खुश होकर नाच रहा था। कबूतर चकित था। देवदूत ने कहा था कि अगले सात वर्षों तक पक्षी के लिए कोई खुशी नहीं होगी इस सवाल को ध्यान में रखते हुए कबूतर स्वर्ग के द्वार पर देवदूत से मिलने पहुंच गया।

मन बुद्धि को कंट्रोल करने का अभ्यास हो तब सेकंड में विदेही हो सकेंगे।

कबूतर ने देवदूत से अपने मन में उठते हुए सवालों का समाधान पूछा तो देवदूत ने उत्तर दिया-

"हाँ..!! यह सच है कि पक्षी की जिन्दगी में सात साल तक कोई खुशी नहीं लिखी थी लेकिन क्योंकि पक्षी हर स्थिति में "इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है।" बोल रहा था और भगवान का शुक्र कर रहा था, इस कारण उसका जीवन बदल गया। जब पक्षी गर्म रेत पर गिर गया तो उसने कहा-

"इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है।"

जब यह उड़ नहीं सकता था तो उसने कहा-"इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है।"

जब उसे प्यास लगी और आसपास पानी नहीं था, तो उसने कहा- "इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है।"

जो भी स्थिति हो, पक्षी दोहराता रहा- "इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है" और इसलिए सात साल सात दिनों में समाप्त हो गए।

यदि इस दृष्टांत का हम अपने जीवन में प्रयोग करें एवं अपने जीवन में कृतज्ञता का मनोभाव धारण करते जाएं तो हमारा जीवन पूर्णतया परिवर्तित हो सकता है। हमारी दृष्टि, वृत्ति, कृति भी शुद्ध एवं श्रेष्ठ हो सकती है। साथ ही हमारे पारिवारिक जीवन, सामाजिक जीवन, व्यवसायिक जीवन एवं आध्यात्मिक जीवन में भी इसका गहरा सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। इसीलिए हमें हर पल, हर चीज में परमपिता परमात्मा का कृतज्ञ होना चाहिए एवं हमेशा उनका शुक्रगुजार रहना चाहिए।

बी.के. विजय बहन,
डिप्टी मैनेजर,
शिवमणि होम



विशेष एक्टिविटी

2 जून को बी.के. विजय बहन के द्वारा सभी शिवमणि होम निवासियों के लिए विशेष सत्र का आयोजन किया गया जिसमें उन्होंने बताया कि मुरली को किस प्रकार हम स्मृति में रख सकते हैं एवं मनन के लिए चिंतन बिंदु भी निकाल सकते हैं जैसे कि-

1. प्रतिदिन की मुरली में बाबा के द्वारा तुलनात्मक शब्द प्रयोग किए जाते हैं, जैसे उत्थान- पतन, स्वर्ग-नरक आदि।

2. कौन से तुलनात्मक महावाक्य प्रयोग किए गए, जैसे कि बाबा सतयुग और कलयुग की तुलना करते हैं।

3. मुरली में बाबा ने कौन-कौन सी भविष्यवाणी की है। उदाहरण के तौर पर अच्छी रीति पढ़ेंगे तो ऊंच पद पाएंगे आदि।

4. मुरली में बाबा कई तरह के उदाहरण भी देते हैं जैसे- मीराबाई, नारद, हातिमताई आदि। बाबा मुरली में अलग-अलग भाषाओं का उपयोग करते हैं तो यह चिंतन करें कि उन उदाहरणों अथवा भाषा का ज्ञान के किस बिंदु के संदर्भ में बाबा ने उपयोग किया वा बाबा हमें क्या समझाना चाहते हैं।

6. मुरली का सार क्या रहा।

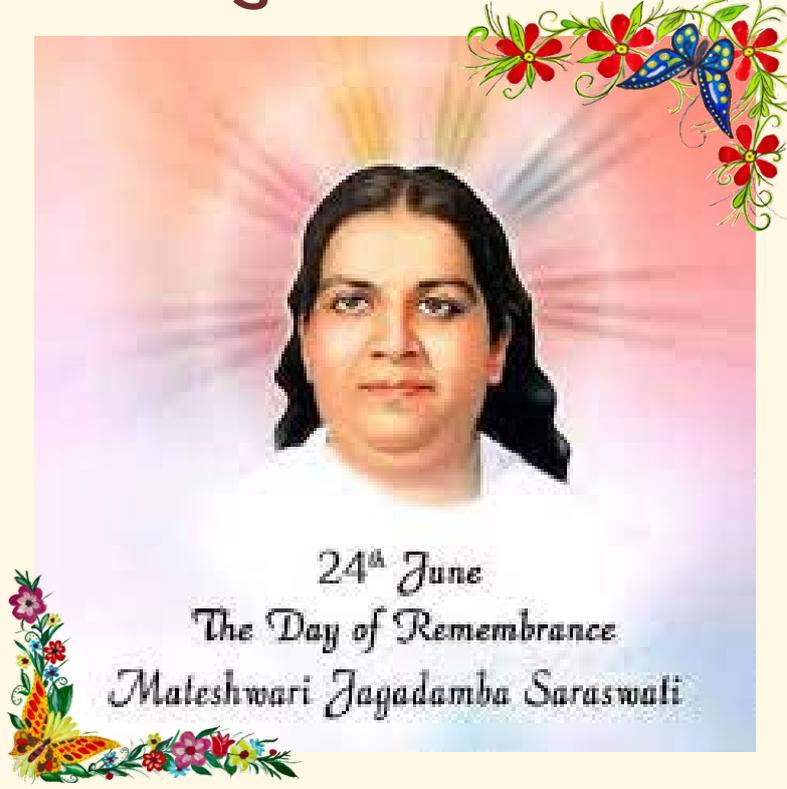


इस प्रकार से इस विशेष सत्र में यह चिंतन किया गया की मुरली मंथन किस प्रकार करके सहज ही स्मृति स्वरूप बना जा सकता है। इस सत्र में सभी ने अपने-अपने चिंतन बिंदुओं का आपस में लेनदेन किया तथा सक्रिय रूप से सभी सम्मिलित हुए।



सकाश देने के लिए अविनाशी सुख शांति व सच्चे प्यार का स्टॉक जमा करना है।

अनुपम दृश्यावली



मातेश्वरी जगदंबा सरस्वती जी को स्नेहमयी भावांजलि

संपूर्ण साक्षात देवी थीं मातेश्वरी जगदंबा
इसलिए भक्ति में पूजी जाती अष्टभुजाधारी अंबा
संकल्प थे अटल-अडिग जैसे हो चट्टान
इसीलिए हिला नहीं पाया कोई भी व्यवधान
थे उनके बोल मीठे तथा सार युक्त
हर कर्म रहे श्रेष्ठ तथा युक्तियुक्त
महसूस करते सभी जैसे वे थीं चलता-फिरता लाइट हाउस
शक्तियों की स्रोत थीं जैसे कि माइट हाउस
बन कर रहीं रूहानी मां सर्व की
इसीलिए कहलाती माता सारे जग की
शिवमणि होम निवासी करते अर्पित स्नेह पुष्पांजलि
व्यक्त करते सच्चे हृदय की भावांजलि
व्यक्त करते सच्चे हृदय की भावांजलि

याद और सेवा के बैलेंस से ही परमात्म मदद का अनुभव कर सकते हैं।

अनुपम दृश्यावली



30 अप्रैल, सभी शिवमणि निवासी बर्थडे सेलिब्रेशन का आनंद लेते हुए



19 मई, बी.के. डॉ. मनीषा बहन ने 'कर्मयोगी जीवन' पर वर्कशॉप कराया, जिसमें सकारात्मक व्यक्तित्व पर भी प्रकाश डाला गया।

रूहानी अथॉरिटी के साथ निरंकारी बन सत्य ज्ञान का प्रत्यक्ष स्वरूप दिखाना है।

अनुपम दृश्यावली



2 जून, आहार विशेषज्ञ बी.के. विद्या बहन ने सभी शिवमणि होम निवासियों को 'आहार संतुलन' विषय पर क्लास कराया, जिसमें उन्होंने संतुलित भोजन पर विशेष रूप से ध्यान केंद्रित कराया।



5 जून, विश्व पर्यावरण दिवस पर आरोग्य वन में वृक्षारोपण करते शिवमणि होम निवासी

बाप और वरदाता इस डबल संबंध से डबल प्राप्ति करने वाले ही सदा शक्तिशाली आत्मा है।

अनुपम दृश्यावली



5 जून विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में दहिसर-ईस्ट, अशोक वन, मुंबई के सेवा केंद्र में शिवसेना प्रवक्ता एवं कार्पोरेटर की युगल श्रीमती संजना गड़ी तथा अपना युवा संघ के अध्यक्ष भ्राता श्री अनिल यादव जी, सेवाकेंद्र की संचालिका बी.के. कोकिला बहन तथा शिवमणि होम निवासी बी.के. हर्षा बहन ने वृक्षारोपण किया तथा अपनी शुभकामनाएं भी व्यक्त कीं।



12 जून, शिवमणि होम निवासियों के लिए विशेष वर्कशॉप का आयोजन किया गया, जिसमें अव्यक्त मुरली के मुख्य पॉइंट पर विशेष चर्चा की गई तथा मुरली को किस तरह गहराई से समझ कर उसे सहज रिती हम जीवन में धारण कर सकते हैं, इस विषय पर भी मनन चिंतन किया गया। जिसमें सभी सक्रिय रूप से सम्मिलित हुए।

देह और देह के साथ, पुराने स्वभाव व संस्कार एवं कमजोरियों से न्यारा होना है

अनुपम दृश्यावली



18 जून, प्रकृति को सकाश देने के विशेष योग अनुभूति सत्र में विशेष अनुभूति करते हुए शिवमणि होम निवासी



20 जून, कर्नाटक से श्री श्री परम पूज्य शिवानुभव चरकमूर्ति शिवारूद्र स्वामी जी तथा श्री सिद्धैया स्वामी जी ने शिवमणि होम का अवलोकन किया तथा बी.के. ओम भाई जी ने उन्हें प्रशासन संबंधित जानकारी दी।

स्वमान की सीट पर स्थित हो सर्व शक्तियों को ऑर्डर प्रमाण चलाने वाले ही विशाल बुद्धि है।

अनुपम दृश्यावली



21 जून को मुंबई से महामंडलेश्वर श्री प्रेमानंद गिरी जी, गुजरात से महामंडलेश्वर श्री हरिहरानंद जी तथा सूरत से श्री ओंकारानंद जी ने शिवमणि होम का अवलोकन किया तथा बी.के. ओम भाई जी से प्रशासनिक जानकारी ली।



21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में इंडियन ऑयल कंपनी रिको में फिजियोथैरेपिस्ट बी.के. डॉ. मनीषा बहन ने सभी प्रतिभागियों को शारीरिक योग का अभ्यास कराया। बी.के. हर्षा बहन ने सभी को राजयोग की विधि से अवगत कराया तथा बी.के. चंदा बहन ने राजयोग अभ्यास कराया।

कोई भी कार्य प्रारंभ करने से पहले यह स्मृति रखें कि सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है।

दिव्य दर्पण

जिस तरह से भटकते हुए पथिक को सही और सच्चा रास्ता मिल जाता है, उसी प्रकार से मुझे जैसे भटकते पथिक को परमात्मा का सत्य परिचय मिल



गया। बचपन से ही परमात्मा को ढूँढने की चाह रही और शिवजी बाल्यकाल से ही मेरे आराध्य रहे। परमात्मा के प्रति मेरा जो विश्वास था वह 2009 में फलीभूत हुआ और कर्नाटक के बीदर सेंटर में खुद वरिष्ठ बी.के. भ्राता मोहन सिंघल जी से 7 दिन का कोर्स करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। 7 दिन का कोर्स किया तो मुझे परमात्मा पर पूरा निश्चय हो गया और जो थोड़ी बुरी आदतें थीं फिर वह भी छूट गईं मेरे बोल-चाल, रहन-सहन, चाल-चलन खान-पान सब में परिवर्तन आ गया। परमात्मा ने मुझे पत्थर को तराश कर हीरे जैसा बना दिया। कई पारिवारिक समस्याओं का भी मन के शक्तिशाली होने के कारण निवारण हो गया। बाहर की दुनिया में भी रहते ईश्वरीय मर्यादाओं एवं नियमों का दृढ़ता से पालन करने लगा और बाबा के सामने एक संकल्प रखा कि बस बाबा अब मुझे मधुबन में ही रहना है और बाबा ने वह संकल्प भी पूर्ण कर दिया और मुझे शिवमणि होम में रहने का सुनहरा अवसर मिला एवं हम युगल सहित 27 मार्च 2014 से शिवमणि होम निवासी बन गए। कई परिस्थितियां भी आईं लेकिन जब सर्वशक्तिमान परमात्मा साथ है तो हर असंभव कार्य भी संभव होता गया। बाबा ने मुझे एकनामी और इकोनामी का जैसे अवतार बना दिया। अब मेरे मन में कुछ भी आश नहीं है, क्योंकि बाबा ने कहा है खाली हाथ आए थे और खाली हाथ जाना है। यहां का बैंक-बैलेंस, गाड़ी-बंगला, महल-माडियां कुछ साथ चलने वाला नहीं है। हमारे साथ चलेंगे तो हमारे पुण्य कर्म एवं दुआओं का खाता। बाबा ने अभी

ही मुझे बेगर टु प्रिंस बनने का पूर्ण निश्चय करा दिया। बाबा के लिए दिल से बहुत-बहुत शुक्रिया निकलता है, शुक्रिया बाबा शुक्रिया।

बी.के. चंद्रप्पा
शिवमणि होम



21 जून, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के दिन शिवमणि होम निवासियों के द्वारा शारीरिक व्यायाम के साथ-साथ सारे विश्व में शांति के प्रकंपन फैलाने के लिए संगठित योग का भी आयोजन किया गया जिसमें सभी ने उमंग-उत्साह से भाग लिया।



श्रेष्ठ संकल्प की शक्ति द्वारा सिद्धियां प्राप्त करने वाले ही सिद्धि स्वरूप है।



जब तक रास्ते समझ में आते हैं,
तब तक लौटने का वक्त हो जाता है,
यही जिंदगी है।

SHIVMANI GERIATRIC HOME
(Project of Global Hospital & Research Centre)
Near Global Hospital Trauma Centre
Taleti, Abu Road, Dist Sirohi
Rajasthan (India) - 307 510
9414092383; 9413372922 (Mobile)
9414037045; 9875050933 (Manager)
E-mail: shivmani.opk@gmail.com
Website : www.shivmani.org

Feedback

Valuable feedback and information may be emailed at
shivmanihome@gmail.com

कल्प कल्प का विजयी हूं, यह रूहानी नशा इमर्ज हो तो माया जीत बन जाएंगे।