

# ब्रह्माकुमारी शिवानी की जीवन कहानी (जीवनी)

आध्यात्मिक संस्था प्रजापिता ब्रह्मा कुमारी ईश्वरिय विश्वविद्यालय की शिक्षिका राजयोगिनी शिवानी बहिन को घर घर में आज पहचाना जाता है। ब्रह्मा-कुमारी (बी.के) शिवानी बहिन एक घरेलू नाम बन गई हैं। वह 2007 में टेलीविजन श्रृंखला 'अवेकनिंग विथ ब्रह्मा कुमारिस' में दिखाई दीं। बहिन ने जीवन मूल्यों, आत्म-प्रबंधन, आंतरिक शक्तियों, रिश्तों में सामंजस्य, कर्म के कानून, उपचार, आत्म-सशक्तिकरण, आत्म-अनुशासन, बीके संगठन के बारे में, आध्यात्मिकता और जीवन जीने की कला पर कई एपिसोड दर्ज किए हैं। दुनिया भर में कई लोग 'अवेकनिंग श्रृंखला' से लाभान्वित हुए हैं। यह आधिकारिक जीवनी पृष्ठ है, जो आपको बीके संगठन (बीके परिवार) के संबंध में शिवानी बहिन के जीवन की यात्रा पर ले जाता है।



## शिवानी बहिन की कहानी

शिवानी वर्मा का जन्म 31 मई 1972 को पुणे सहर (महाराष्ट्र) में हुआ था। उन्हें विज्ञान में रुचि थी और वह एक अच्छी छात्रा थीं। स्कूली जीवन के बाद, उन्होंने 'पुणे विश्वविद्यालय' में सॉफ्टवेयर इंजीनियरिंग का अध्ययन किया। इस समय के दौरान, उनकी माँ ब्रह्माकुमारी के एक स्थानीय राजयोग केन्द्र के संपर्क में थीं। कॉलेज के बाद, उन्होंने विशाल वर्मा से शादी कर ली, जिनके साथ उन्होंने एक सॉफ्टवेयर व्यवसाय शुरू किया। कॉलेज की समाप्ति से पहले, हालांकि, शिवानी बहिन अपने स्थानीय बी.के राजयोग केंद्र में भाग ले रही थीं और ब्रह्माकुमारी से जुड़ी हुई थीं। भगवान का संदेश प्राप्त करने के बाद, उन्होंने अपने पति के साथ पूर्ण ब्रह्मचर्य के साथ रहने का फैसला किया, लेकिन शादी नहीं तोड़ी। शिवानी बहिन यही 'अवेकनिंग श्रृंखला' पर सिखाती हैं।

## ब्रह्माकुमारी संस्था के साथ यात्रा

अपनी मां के व्यवहार और व्यक्तित्व में सकारात्मक अंतर को देखते हुए, शिवानी बहन ने बीके केंद्र में 7 दिन का कोर्स करने का फैसला किया और फिर सप्ताह में एक या दो बार वहां जाना शुरू किया। शिवानी बहन ने तब राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास सीखा, जिस दौरान उन्हें ईश्वर से जुड़ाव महसूस हुआ। धीरे-धीरे उन्हें एहसास हुआ कि वास्तव में भगवान सीधे यहां शिक्षा दे रहे हैं। उन्होंने विज्ञान के ज्ञान का उपयोग यह समझने के लिए किया कि कैसे निराकार भगवान, एक माध्यम से दुनिया में अपनी भूमिका निभाते हैं। यह जानकर, वह भी नई दुनिया (सतयुग) लाने के मिशन में शामिल हो गईं। इस पर और अधिक जानने के लिए इस पृष्ठ पर 'समाचार' पढ़ें।

## विवरण में जाते हैं

शिवानी वर्मा 1994 तक विश्वविद्यालय की छात्रा थीं और फिर उन्होंने पुणे में 3 साल तक भारतीय विद्यापीठ कॉलेज में व्याख्याता के रूप में कार्य किया। इस अवधि के दौरान, उनकी माँ ब्रह्मा कुमारिस' में एक नियमित छात्रा थीं। शिवानी ने अपनी मां के स्वभाव में उल्लेखनीय बदलाव देखा। वह बहुत शांत, प्यारी और भावनात्मक रूप से मजबूत हो गईं। इससे शिवानी बहन को पास के बीके केंद्र पर जाने की प्रेरणा मिली। पहुंचने पर, उन्हें एक आत्मा (एक आध्यात्मिक सत्ता) के रूप में स्वयं के बारे में बताया गया था। उस केंद्र की बड़ी बहन ने ईश्वर के बारे में इस तरह से समझाया: "सर्वोच्च आत्मा को ईश्वर के रूप में जाना जाता है। वह हमारे प्रिय आध्यात्मिक पिता हैं। हम सभी उनके बच्चे हैं। भगवान कब आएंगे? बेशक, जब दुनिया इसके सबसे निचले चरण में होगी, दुनिया के पिता को पूरी मानवता का उत्थान करने के लिए आना होगा और सच्चे धर्म को फिर से स्थापित करना होगा।" शिवानी बहन एक आत्मा के रूप में स्वयं के बारे में आश्वस्त थी, लेकिन यह स्वीकार करने में कठिनाई थी कि भगवान वास्तव में आए हैं और ज्ञान दे रहे हैं।

शिवानी को बचपन से ही विज्ञान में रुचि थी। इसके कारण वो भगवान का अवतरण हुआ है - यह जान, इस बात का विरोध उनकी लौकिक माता के साथ करती थी। यह पहले-पहले की बात है। फिर जब राजयोग के अभ्यास द्वारा उनको शांति और शक्ति का, वा परमात्म मिलन का अनुभव हुआ, तो शिवानी बहन ने ज्ञान में भी रुचि दी और समझा।

"यह बात की परमात्मा कोई शरीर धारी देवता नहीं, लेकिन एक निराकार ज्योति बिंदु है, प्रकाश और शक्ति स्वरूप है, मुझे समझ में आयी क्यूकी मैं विज्ञान की स्टूडेंट थी।" - **बि.के शिवानी**

## \* ब्रह्माकुमारी शिवानी की शिक्षाए

(Quotes of Brahma Kumari Shivani in Hindi)

१. हम सोचते हैं कि भगवान को याद करने से वो मेरा काम कर देगा लेकिन ऐसा नहीं है हम जब भी भगवान की याद में कोई काम करते हैं तो वो हमारी शक्ति को बढ़ा देता है, और असम्भव कार्य भी संभव हो जाते हैं।

२. यदि मैं मन की आत्मा को व्यर्थ संकल्पों का बोझ ढोने दूंगी तो भारीपन महसूस होगा और जल्दी ही थक जाऊंगी।

३. जब "मैं" को "हम" से बदल दिया जाता है तो 'कमजोरी' भी 'तंदुरुस्ती' में बदल जाती है।

४. एक मजबूत आत्मा अपने प्यार का इजहार कर सकता है. केवल वही आत्मा मजबूत हो सकती है जिसमें विन्नमता हो. एक कमजोर आत्मा हमें स्वर्धी बना देती है। अगर हम खाली हैं तो हम दूसरों से लेते हैं, लेकिन अगर हम भरे हैं तो हम अपने आप ही सभी को देते रहते हैं. यही हमारा स्वभाव है।

५. किसी को भी दिया हुआ प्यार या दी हुई खुशी हमेशा लौट कर वापस आती है संयोग से हम उस व्यक्ति से यह आशा भी रखते हैं।

६. अगर हमें किसी में कुछ पसंद नहीं आता तो हम आसानी से नकारात्मक बातों को बोल देते हैं. हम पहले अपने मन में उन भावों के बारे में सोचते हैं और गुस्से में उन पर अपनी प्रतिक्रिया दे देते हैं। गुस्से में कही हुई बात स्वाभाविक रूप से अव्यवहारिक और अपमानजनक होगी. जोकि रिश्तों में एक खाई उत्पन्न कर देता है जिससे रिश्ते टूट भी सकते हैं। किसी भी तरह की प्रतिक्रिया देने से पहले हमें उसके व्यवहार के बारे में सोचना चाहिए और उसको समझने की कोशिश करना चाहिए, क्योंकि हर व्यक्ति के पास अपने व्यवहार को लेकर कुछ कारण होता है जिसको उस समय हम नहीं समझ सकते और उस समय उस व्यवहार पर अपनी प्रतिक्रिया देने से दुरी बढ़ जाती है। इसलिए हमें उन्हें कुछ समय देना चाहिए. हमें उनमें कुछ सकारात्मक बातों और व्यवहार को पहचान कर सकारात्मकता की शुरुआत करनी चाहिए।

७. जीवन में आपकी सोच दुनिया के उपर ऊची उड़ान भरना है तो हवा में उड़ती उन पंछियों से शिक्षा ले, जो उन्मुक्त होकर अपनी उड़ान का आनन्द लेती है। आपके पास भी ऐसी क्षमता है कि आप समूह में सद्भावना के साथ उड़ान भर सकते हैं, और अपने आपको आनन्दित कर सकते हैं।

८. मुश्किल से हम अपने समय को बचाने की योजना बनाने की कोशिश करते हैं। हालांकि जब तक हम अपने दिमाग को स्थिर कर योजनाबद्ध तरीके से नहीं चलाते हैं तब तक हमारे मन में बेकार और नकारात्मक विचार आते रहेंगे, जिस वजह से हमारा बहुमूल्य समय बेकार होता रहेगा। अगर योजना बना कर उस योजना पर समय पर अम्ल न कर पाए तो यह भी तनाव पैदा कर देता है। इसलिए हमें योजना बनाने पर अपने समय को बर्बाद न करके अपने विचारों का अच्छी तरह इस्तेमाल करना चाहिए। आज से

हम पुरे दिन में से अपने लिए 15 मिनट का समय निकालेंगे जो हमारे दिमाग को सकारात्मक उर्जा से भर देगा। अपने लिए समय लेने की सोच को हम कुछ दिनों तक बनाये रखेंगे ताकि अपने में हुए उस परिवर्तन को देख सके।

९. एक सकारात्मक विचार किसी भी स्थिति को पूरी तरह से बदलने की क्षमता रखता है। जब मैं एक सकारात्मक विचार को सोचती हूँ और इसे लगातार अपने मन के अंदर रखने लगती हूँ, तो मुझे ऐसा लगता है कि मेरे अंदर सकारात्मक उर्जा का प्रवाह हो रहा है और मेरे आस पास चीजें बदल रही हैं। असम्भव भी संभव में बदल रहा है और सब लोग मेरा सहयोग कर रहे हैं। आज सुबह मैं फिर से एक सकारात्मक विचार के साथ शुरुआत करूँगी, चाहे नकारात्मक स्थिति हो तो भी मैं अपने सकारात्मक विचार को बनाये रखूँगी। ये सोच ही सकारात्मकता को लाती है और इस तरह के विचार हमेशा जारी रहे तो मुझे ऐसा लगता है कि ये हर स्थिति को बेहतर बनाये रखने में संभव हो सकते हैं।

१०. जब हम मजबूत सोच के साथ किसी भी कमजोरी को कम करने या खत्म करने की कोशिश करते हैं, तो हमें अपने आप ही कुछ सदाचारी गुण उपहार स्वरूप प्राप्त होते हैं। कमजोरी को खत्म करने की कोशिश ही हमारे अंदर गुण लाते हैं, लेकिन हम ऐसा सोचते हैं कि हम में कुछ परिवर्तित नहीं हो रहा है लेकिन अंत में निश्चित रूप से हमारे अंदर कुछ सदाचारी गुण प्राप्त होते हैं। इसलिए यह महत्वपूर्ण हों जाता है कि हम अपनी कमजोरियों को पहचान कर उसको दूर करने के लिए प्रयास करते रहे। चाहे इसका लाभ हमें तुरंत दिखाई दे या न दे। आज मैं अपनी कमजोरी को पहचान कर दूर करने की कोशिश करूँगी, इसके लिए एक योजना बनाऊँगी और अपनी कमजोरी को पूरी तरह से हटाने की कोशिश करूँगी। समय समय पर मैं अपनी इस योजना की समीक्षा भी करूँगी और इस प्रक्रिया से अपने अंदर विकसित हुए गुणों को उपहार समझ कर इसकी सराहना करूँगी।

## Useful Links and Source

Visit the main BK website – [www.brahma-kumaris.com](http://www.brahma-kumaris.com) | [www.bkgsu.com](http://www.bkgsu.com) (One Site for Everything)

Search anything related to 'Brahma Kumaris' using our 'search engine' –

**BK Google** – [www.bkgoogle.com](http://www.bkgoogle.com)



**Source:** 'Biography' section ~ [www.brahma-kumaris.com/biography](http://www.brahma-kumaris.com/biography) OR scan

( Scan above QR code with your smart phone's camera )