हृदय में करुणा भरना

परीक्षा की इस घड़ी में , तुम निराश ना होना।
विचारों को करना शुद्ध , शुभ कर्मों के बीज बोना ।
सब सुखी और स्वस्थ हों , बस यही भावना रखना ।
पाने के लिए मुक्ति-करोना से , हृदय में करुणा भरना।

हाथों के साथ-साथ , मन को भी धोना बार-बार ।
वहां क्रोध , लोभ और अभिमान का होता रहता वार ।
ज्ञान के साबुन और प्रभु-प्रेम के जल का ,सदा प्रयोग करना ।
पाने के लिए मुक्ति करोना से , हृदय में करुणा भरना ।

मुख और नाक को तो ,बहुत ज़रूरी है ढकना ।
व्यर्थ चिंतन और समाचारों के लेन-देन से भी , ज़रूरी है बचना ।
स्व चिंतन और प्रभु चिंतन में ,समय को सफल करना ।
पाने के लिए मुक्ति करोना से ,हृदय में करुणा भरना।

सुधा रानी गुप्ता
मुख्य संचालिका
ब्रह्माकुमारीज़
मास्को , रशिया

Ms Sudha Rani Gupta
General Director
Brahma Kumaris
Moscow , Russia