ज्ञानज्योति

आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १५ अंक : ०९ | मासिक | २०७१ चैत्र

क्षमा– बहु-आयामी चिन्तन

✍ब्रह्माकुमार किसनदत्त, शान्तिवन आबुरोड

व्यावहारिक जगत्मा यदि कहिल्यै कुनै व्यक्तिबाट भाव-विचार-बोली-कर्मद्वारा शिष्टाचार वा नियमविरुद्ध केही कर्म हुन्छ, यदि कसैको कर्मबाट कसैको भावनालाई ठक्कर पुग्छ त्यतिखेर हामी एकापसमा– 'कृपया मलाई माफ गर्नुहोस्, म क्षमा चाहन्छु' जस्ता शब्द प्रयोग गर्दछौं । भावार्थ यो हुन्छ– म आफ्नो गल्तीलाई दिलबाटै महसुस गर्दछु । यो त्रुटि मबाट नजानेरै भएको हो, मलाई यसको वास्तविकता थाहा थिएन, यसैले यो त्रुटि भयो । मलाई यस कुराको दु:ख छ– मैले अन्जानमा हजुरको हानि गरें । मलाई आफ्नो कर्मप्रति अपसोच भयो ।

नीति शास्त्रमा यस्तो भनिएको छ– आफ्नो रजोगुणी वा तमोगुणी स्वभावको वश भएको व्यक्ति, बालक, भोकले तड्पिएको व्यक्ति, अन्जानमा कुनै भूल गर्ने मनुष्य, यी सबै क्षमाका पात्र हुन् । कुनै गल्ती गरेपछि आफ्नो गल्तीमा पछुताउँछ र गल्तीको क्षमा माग्छ भने त्यो व्यक्ति पनि क्षमाको पात्र हुन्छ । क्षमा गर्नयोग्य व्यक्तिलाई यदि सताइयो भने त्यसको विपरीत असर हुनजान्छ ।

कहिले काहीं नकारात्मक दृष्टिकोणका कारण मानिसले आफ्नो त्रुटिलाई बुझ्नै सकेको हुँदैन । आफ्नै भयका कारण अर्काको नभएको त्रुटिलाई देखाएर चोखिन खोज्नु पनि व्यक्तिको स्वभाव हुन्छ । अर्कोमा बनावटी त्रुटि थोपर्दा हामी उसप्रति नकारात्मक ऊर्जा पठाइरहेका हुन्छौं । यसैले यो सम्भावना धेरै हुन्छ– ऊ सकारात्मक हुँदा-हुँदै पनि नकारात्मक बन्न पुग्दछ । यस्तो भएपछि– गल्ती नगर्नेले पनि गल्ती गर्न सक्छ । अर्काको त्रुटिको रागलाई व्याख्या गर्दा अन्जानमा विकर्म नै भएको हुन्छ । यसरी गल्तीको एउटा लामो शृंखलाको निर्माण हुन्छ ।

पुनश्च, के हामी कुनै विषय वस्तुको पूरा जानकारी राख्दछौं ? के हामीलाई अन्तर्निहित भावनाको ज्ञान छ ? के हामी उसको अन्तर्ज्ञानको स्तरलाई जान्दछौं ? के हामी पूरा परिस्थितिसँग अवगत छौं ? कहीं यस्तो त होइन, हामी आफ्नो पूर्वाग्रहको सिकार बनिरहेका छौं ? मनोवैज्ञानिकता यति गहिरो छ कि यसलाई बुझ्नु साधारण कुरा छैन । हामीले यो बुझ्नुपर्छ– तथाकथित व्यावहारिक विवेकभन्दा पर पनि धेरै कुरा यस्ता छन् जसलाई हाम्रो बुद्धिको सीमाले भ्याउँदैन । धेरैजसो मानिसको यो समस्या हुन्छ, हर कुरामा हर व्यक्तिलाई आफ्नै चश्माले देख्न खोज्दछ, जहाँ परिस्थिति फरक हुन सक्छन् । उसको अनिर्णयको मनोदशाको परोक्षमा यो मनावैज्ञानिकताले पनि कार्य गरिरहेको हुन्छ ।

कुनै गम्भीर गल्तीहरूले अपराधको रूप लिन्छन् । यस्तो अवस्थामा के गरियोस्– माफ वा सजाय । यसमा त शंका नै छैन– गम्भीर गल्ती गर्नेलाई सजाय मिल्नै पर्छ, प्रकृतिको नियमानुसार मिल्छ नै पनि । सजाय दिनुको उद्देश्य हुन्छ– सजाय पाएपछि मानिस सुध्रियोस् । तर कसैलाई शारीरिक वा मानसिक सजाय दिएपछि के यो पक्का छ कि ऊ सुध्रिन्छ । हाम्रो पूरा न्याय व्यवस्था यसै सिद्धान्तमा कार्य गरिरहेको छ– सजाय दिएपछि मानिस सुधन्छ । अलग-अलग सजाय दिनका लागि अलग-अलग धाराहरू बनेका छन् तर सजाय भोगेपछि पनि मानिस त्यही गल्ती दोहोऱ्याइरहेको हुन्छ । फेरि पनि त्यही गल्ती गर्छन् । हर दिन साना-तिना अपराध त बढिरहेका छन् । यस्तो किन हुन्छ ?

यस्तो लाग्छ– न्याय व्यवस्थामा कहीं न कहीं कमी त अवश्य छ । मेरो यो भाव होइन– म न्याय व्यवस्थालाई असंगत मानिरहेको छु । भन्नुको भावार्थ यो हो– सतही रूपमामात्र चोट पुऱ्याइन्छ । मानिसको व्यवहारको जिम्मेवार उसको अन्तर्जगत् हो, संस्कार हो । मानिसको भित्री भागमा सुधार्नका लागि कुनै कार्य गरिएको छैन । भित्री सुधार हुने हो भने बाहिरी जगत् त आफैं सुध्रिने थियो । ज्ञानरूपी शक्तिद्वारा अन्तर्जगत्लाई सुधार्न सकिन्छ । मानिस एउटा विशेष प्रक्रियाबाट पार भयो भने उसको अन्तर्जगत् परिवर्तित हुनसक्छ । यसरी आन्तरिक सुधारको प्रक्रियाबाट पार हुनु पनि एक प्रकारको आन्तरिक प्रहार नै हो । अन्तर्जगत्को सुधारबाट यो निश्चित छ– उसबाट भविष्यमा यस्तो कुनै गलत कर्म हुन सक्दैन जसले अरूलाई कुनै प्रकारको आघात पुऱ्याओस् । यसरी आन्तरिक सुधार गरेर महसुसपछि माफी माग्ने मान्छेले धेरै मानसिक सन्तापको अनुभव गरिसकेको हुन्छ ।

वर्तमान समय अज्ञानता आफ्नो चरम अवस्थामा छ । अब हामी अझ बढी जागरुक रहनुपर्छ । हामी जहाँ छौं । कुनै पनि स्थितिमा छौं । जुनसुकै कार्य गरिरहेका हौं, अरूको गल्तीलाई क्षमा गर्ने स्वभाव बनाउनु नै छ । साथै आत्माको सम्पूर्णताको लागि पुरुषार्थ पनि जारी राख्नु छ । अन्यथा अरूको गल्तीको रागको वर्णन गर्नमा नै

बाँकी ७ पेजमा ......

काठमाण्डौ : ७९ औं महाशिवरात्री पर्वको अवसरमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रममा माननीय उप-प्रधान मन्त्री तथा गृह मन्त्री वामदेव गौतमलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै राजयोग सेवाकेन्द्र नेपालका निर्देशक राजयोगिनी राज दिदी ।

कृष्णपुर, भरतपुर : ७९ औं महाशिवरात्रीको उपलक्ष्यमा आयोजित कार्यक्रमको समुद्घाटन गर्नुहुँदै गलेश्वर संन्यास आश्रम देवघाट धामका पीठाधीश महामण्डलेश्वर अनन्त श्री आत्मानन्द गिरिजी महाराज, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, ब्रह्माकुमारी कविता तथा अन्य ।

वीरगञ्ज: ७९ औं महाशिवरात्री पर्वको अवसरमा आयोजित परमात्मा शक्तिद्वारा महापरिवर्तन समय विषयक प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व प्रधानमन्त्री माधव कुमार नेपाल, राजयोगिनी राज दिदी तथा अन्य ।

रत्ननगर टाँडी : झण्डोत्तोलन पश्चात् सम्बोधन गर्नुहुँदै माननीय सभासद् शेषनाथ अधिकारी, डी.एस.पी. टीका ब. कार्की, ब्रह्माकुमारी शर्मिला तथा अन्य ।

जस्तोसुकै परिस्थिति होस्, परिस्थिति जाओस् तर खुशी नजाओस् । ✵ शिवबाबा

शिव भगवानुवाच

जो यथार्थ रूपमा लगनशील छन् उनीहरू कहिल्यै मेहनत वा थकावटको अनुभव गर्दैनन्, सधैं स्नेहमा मस्त रहन्छन् । उनीहरू संकल्पबाटै समर्पित हुने भएकाले यस्तो अनुभव गर्छन्– हामीलाई परमात्माले चलाइरहनुभएको छ । मेहनतको पाउले होइन, स्नेहको गोदमा चलिरहेका छौं, स्नेहको गोदमा सर्व प्राप्तिहरूको अनुभूति हुन्छ त्यसैले उनीहरू हिंड्नेमात्र होइन सधैं खुशीमा, आन्तरिक सुखमा, सर्व शक्तिहरूको अनुभवमा उडिरहन्छन् ।

सम्पादकीय

मूल्य र खुशी

जगत् यो अपरम्पार । चाहना गर्नुस्, तत्काल मौजुद । चाहिरहनका लागि भने मूल्य चुकाउनु पर्ने हुन्छ । चुकाउनु नै पर्ने भएपछि खुशी मनले चुकाएको राम्रो । चुकाएपछि पाइने खुशी दीर्घकालीन र लाभदायक हुने गर्दछ । यो आध्यात्मिक चुकाइ हो । अर्कातर्फ चुकाउनुभन्दा अगावै पाइने खुशी अल्पकालीन एवम् भौतिक खुसी हो । परिणाम मन बोझिल एवम् तनावमय हुने गर्दछ । यही फरकको असमझले मूल्य र तनावका बिच औसत मानिस भिन्नता नै भेटाउँदैनन् । कस्तो विडम्बना ?

तनाव आफैंमा मनको अवस्था हो, जीवनको रोजाइको परिणाम हो । मूल्य विनाको खुसी लामो समय स्थिर हुनै सक्दैन । फगत चाहनामात्रै गर्छौं आज हामी मानव । सामान्य औपचारिकता निभाउन पनि कत्रो कञ्जुस्याइँ ? नौ कदम अगाडि बढ्नका लागि पनि एक कदम त अगाडि बढाउनु पर्ने हो नि ! र पनि कता-कता अलमल पर्‍या हो कि ?

महिनौं महिनादेखि अलाप-विलाप गरिरहेको भक्तले लाखौंको लटरी पारिदिन भगवान्सँग प्रार्थना गर्‍या गरै । दिक्क बनाएपछि ढुंगाको मूर्तिबाट सरर्र बाहिर निक्लेएर देवीमाताले भन्नुभएछ– हे बालक तिम्रो इच्छा पूरा गरिदिउँला तर लटरी पाउनका लागि लटरी फरम त भरेर आऊ । युवक तीन छक्क । लाखौंको लटरीका चाहा गर्ने युवा, सामान्य दश रूपैयाँको मूल्य चुकाउन चुकेछ । यथार्थता हो आजको समाजको ।

परमात्मा शिवबाबा भन्नुहुन्छ माग्नुभन्दा मर्नु बेस । माग्यौ भने पाउँदैनौ । नमाग, स्वतः प्राप्त हुनेछ । भीख माग्न आएको भिखारी चुपचाप उभिएको अवस्थामा दिऊँ दिऊँ जस्तो लाग्छ । कतै माग्ने बहानामा कराउन थाल्यो भने दिन निकालेको भिक्षा पनि लुकाउन मन लाग्छ । नियम यही हो सर्वत्र ।

कि त खुशी नै चाहना नर्गनुस् तनाव नै हुँदैन । चाहना हो भने सामान्य मूल्य चुकाउनुपर्ने त हुन्छ । समझदारीको कुरा हो यो केवल अगाडि र पछाडिको । धेरै र थोरैको । अकारण यो जगत् रत्तिभर अगाडि बढ्दैन । यो यथार्थ बोधले जीवनलाई सरल र सुलभ बनाइदिने गर्दछ वा भनौं प्रकृतिमय भइ नै हाल्छ ।

आऔ, जीवनलाई अझै सरल, व्यवस्थित र खुसहालमा राख्नका लागि हार्दिकतापूर्वक जति सक्छौं, मूल्य चुकाउन तयार होऔं । लर्ड जिजस, बुद्ध, मदरटेरेसा, पिताश्री ब्रह्मा बाबा ज्वलन्त उदाहरण हुन मानव सभ्यताका । सम्पूर्ण समर्पणका शिखर । सम्पूर्ण त्यागका प्रतिमूर्ति । जगत् आज नतमस्तक छ उहाँहरूप्रति । के पायौं, प्रश्न ठूलो होइन रहेछ, के मूल्य चुकायौं यो समाजका लागि । भोलिका सन्ततिलाई हामी के दिन तयार छौं ? आजको खुशी हिजोको तयारी हुनसक्छ र अनि भोलिका लागि ? सोचौं । समय बलवान् छ कसैलाई पर्खेर बस्ने कुरा आउँदैन ।

मूल्य चुकाउनका लागि फराकिलो हृदय चाहिन्छ । झुक्नु नै झुक्नु पर्ने हुन्छ । असहमतिका बावजुद सहमतिको खोजी गर्नसक्नु पर्ने कलाको विकास अनिवार्य हुने गर्दछ । न कसैसँग अपेक्षा, नत कसैसँग उपेक्षा । यी दुवै अवस्थाको सन्तुलन जीवनको कला हो । फगत यो ऊचाइमा उठ्नका लागि सम्पूर्णताको गहन अभ्यास एवम् भरपुरताको महसुस, अनिवार्य सर्त । भरपुरतामा अपूर्णताको प्रश्नै आउँदैन । भरपुरता र महसुस एक सिक्काका दुई पाटा हुन् । महसुसताको सघनताले भरपुरतालाई पूर्णतातर्फ उन्मुख गराइदिने गर्दछ । यद्यपि यी दुवै सत्य सूक्ष्म भएर पनि सापेक्ष छन् ।

अतः निरन्तरता जीवनको कडी हो, अनि आयाम पनि । यसका लागि व्यक्ति कति तयार छ मूल्य चुकाउन । यो अहम् प्रश्न हो जीवनका लागि । जीवन जति जटिल छ उति सहज पनि । केवल हडप्न मात्र खोज्नेहरूका लागि जीवन जटिल हुनसक्छ र मूल्य चुकाउन तयार हुनेहरूका लागि अधिकतम सरल पनि । दुवै वेग मानव मनका अवस्था हुन् भन्दा फरक पर्दैन ।

– ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

पवित्रता-सुख-शान्तिको आधार– राजयोग

✍ब्रह्माकुमार रामलखन, शान्तिवन आबुरोड

आत्मा र परमात्माको सम्बन्ध जोड्नुलाई राजयोग भनिन्छ । भक्तिद्वारा सबै कर्मकाण्ड शरीर र सम्पत्तिसम्म नै सीमित रहन्छ । राजयोगद्वारा राजपद अर्थात् ताज, तिलक र तख्त तीनैलाई प्राप्त गर्न सकिन्छ । ताज अर्थात् जीवनमा पावनताको प्रकाश आएपछि राजाईं संस्कार जागृत् हुन थाल्छ । तिलक अर्थात् आत्मिक वृत्ति बनिरहनाले विश्व बन्धुत्वको बेहदको स्थिति आउँछ । तख्त अर्थात् आत्माको अजर-अमर-अविनाशी स्मृतिद्वारा भय र शोक खत्तम भएर आनन्द परमानन्द छाइरहने भएकाले निश्चिन्त बन्न सकिन्छ । हामी आत्माहरू भावना प्रधान छौं । परम चैतन्य परमात्मा पनि सद्भावनाको भोको हुनुहुन्छ । परम चेतनाबाट प्राप्तिका लागि हामी आत्माहरूले चेतनापरक क्रियाहरू गर्नुपर्छ । परमात्मा मिलनको परम सुख लिनका लागि वस्तु-व्यक्ति वा कर्मकाण्डको देखावटी हुनुहुँदैन । ज्ञान सागरको लगनमा मग्न हुनका लागि हामी पनि ज्ञान स्वरूप बन्नुपर्छ । हाम्रो जीवनको हरेक गतिविधि ज्ञानयुक्त हुनुपर्छ । भावनात्मक खेल-पालले मात्र फाइदा हुन सक्दैन । दिनमा सुतेपनि रातारात जागेर तपस्या गर्नेवाला आत्मालाई नै महारथी-महावीर भनिन्छ ।

साधारण आत्माहरू पेट पाल्ने र साधन सामान जुटाउने खेलमा नै फँसिरहन्छन् । आम जनता जनार्दनको कार्यशैलीजस्तै योगीहरूको गतिविधि चल्दैन । सांसारिक सबै क्रिया-कलाप र कर्मकाण्डलाई मार्गदर्शक भन्न सकिन्छ । राजयोगद्वारा राजपदका क्रियाहरू अलौकिक हुन्छन् । हाम्रो भावनात्मक वृत्ति जति-जति परमात्मासँग जोडिइरहन्छ हाम्रो योगी जीवन त्यति नै निखारिँदै जान्छ । भावमयताद्वारा हामी भगवान्को समरूप भएर सारा संसारको लागि सुख-शान्ति-आनन्द बाँड्न थाल्दछौं । योगमा आत्मालाई परमात्मासँग जोडौं अर्थात् हामीले जे गरे पनि हर कर्ममा ज्ञानको आधारमा परमपितासँग जोडिइरहौं । थोपा र सागर दुवै जड पदार्थ हुन् यसैले ती कुराहरू आपसमा घुल-मिल भएर एक हुन्छन् । अविनाशी आत्माको चेतना परम चेतनासँग जोडिन्छ भने हामीमा पनि परम चेतना जस्तै ज्ञानमय एवं गुणमय स्थिति आउँदछ । जसरी आजको मानिसको चेतना घर-समाज-देश-प्रान्तमा अल्झिइरहेको छ त्यसरी नै योगी आत्माहरूको चेतना यदि सर्वशक्तिमान्सँग जोडिइरहन्छ भने सम्पूर्ण जड-चैतन्यलाई जागरुक प्रकाशमय बनाउन सक्दछ । शारीरिक क्रियाहरूद्वारा समस्याको नै हल गर्न सकिन्छ ।

हाम्रो मनोकामना अनुसार हाम्रो यो अलौकिक जीवन शुरु भएको छ । भगवान् त के सबै देवी-देवताहरू पनि मिलेर कसैको इच्छालाई (लालसालाई) पूरा गर्न सक्दैनन् । योगद्वारा भगवान्ले हाम्रो मनोकामना पूरा गर्नुहुन्न बरु हामीले उहाँको मनोकामना पूरा गर्दछौं । आफ्नो वृत्तिलाई भगवान्सँग जोड्नु अर्थात् उहाँको श्रीमत अनुसार चल्नु । उहाँको इच्छा अनुसार चल्दा आन्तरिक सन्तुष्टता बढ्दै जान्छ । उहाँले हाम्रो मनोकामना पूरा गर्नुहुन्न बरु दिव्य बुद्धिको वरदान दिनुहुन्छ जसद्वारा व्यक्तिले स्वयंलाई उहाँमा अर्पण गरिदिन्छ । आफूले आफैंलाई भगवान्को अगाडि सुम्पिदियौं भने उहाँ हाम्रो इच्छा अनुसार नाच्न तयार हुनुहुन्छ । आफ्ना इच्छा, कामना र तृष्णालाई जब उहाँमा अर्पित गरिदिन्छौं तब हाम्रा

बाँकी ७ पजमा......

तीव्र पुरुषार्थद्वारा सहज परिवर्तन

✍ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

विश्व दिन प्रतिदिन भौतिक पदार्थको सूक्ष्म गुण (properties) को अध्ययन, अनुसन्धान र विश्लेषणबाट विकासको विद्युतीय गतिले अगाडि बढिरहेको छ । सूचनाको संसार सम्पूर्ण दुनियाँलाई जोड्न सफल भएको छ । मिनटभरमा नै संसारका घटना, परिघटना छर्लङ्ग गर्न विज्ञान सफल भएको छ । विज्ञानको चमत्कारिक उपलब्धिले मानिसलाई मोहित गरेको छ । प्रत्येक मुख र मगजमा विज्ञानको गीत गुन्जायमान छ । हुन पनि विज्ञानले आफ्नो क्षेत्रमा गरेको कोरो कल्पना नभएर व्यावहारिक र परिणाममुखी छ । जसले कुरा र वर्णनमात्र होइन, गरेर सबैका सामु उदाहरण पेस गरेको छ । विज्ञानको धरातलमा टालटुल होइन तत्कालै गरौं र फल खाऔं भन्ने कुराले बढी प्रभाव राख्दछ । गरौंला भन्दा पनि गरौं र नतिजा प्राप्त गरिहालौं भन्ने हुन्छ । अत: विज्ञानको दौड तीव्रगामी छ र नयाँ-नयाँ प्रविधिको विकास एवं परिशोधन भइरहेको छ । एक दिन विज्ञानको पूर्णताले एक्सिडेन्ट प्रुफ साधनहरूको समेत सफलतापूर्वक आविष्कार गर्नेछ जो आगामी नयाँ सभ्यता र युगका लागि प्रयोजनमा आउने छ ।

आध्यात्मिक विज्ञान बाह्य तीव्रताभन्दा पनि आन्तरिक स्थिरता र शुद्धताप्रति बढी सजग, सचेत र लगनशील रहन्छ । यस विज्ञानको सिद्धान्तले स्पष्ट गर्दछ कि बाह्य जगत्‌को रचना, निर्माण, परिवर्तन र परिपालनको मूल कारक तत्त्व आन्तरिक संस्कारको सबलता, सूक्ष्मता र सुन्दरतामा निर्भर गर्दछ । बाह्य प्रकृतिका प्रत्येक कणहरू आन्तरिक प्रकम्पनबाट परिचालित हुने गर्दछन् । यदि सूक्ष्म मनमा नकारात्मक, दूषित, विकारजन्य तरङ्गहरू तरङ्गित हुन्छन् भने चराचर जगत्‌का सम्पूर्ण प्रणालीलाई समेत नकारात्मक रूपमा परिचालित गरी प्रदूषित, विप्लवकारी, उपद्रवकारी, विध्वंसकारी बनाइदिन्छन् । मानव मनका तरङ्गहरू प्रकृतिका पञ्चतत्त्व, वनस्पति जगत्, सम्पूर्ण प्राणी तथा मानव जातिलाई समेत उपद्रवी बनाउन पुग्दछ । आजको संसारमा देखापर्ने, प्राकृतिक प्रकोप, प्राकृतिक असन्तुलन, प्राणी जगत्‌मा प्रजाति जीव-जन्तुको विलय, मानव जगत्‌का हिंसा-हत्या, बलात्कार, दुराचार अन्य व्यावहारिक कठिनाइ आदि दूषित मानवका नै बाह्य उपज हुन् । यो कुरा सत्य हो सत्य-न्यासीका (संन्यासीका) हिसाबले गहन चिन्तन गरी विवेकको आँखाले हेर्नुभएमा यस कटु सत्यलाई स्वीकार गर्न गाह्रो हुने छैन, अर्थात् वर्तमान युगका सम्पूर्ण समस्या जटिलता र घटना तथा विखण्डनको मूल कारण मानव मनको विखण्डन र विकारजन्य स्थिति नै हो । तसर्थ त्यसको सुधार शुद्धि र दिव्यीकरणबाट मात्र सुखद संसारको रचना गर्न सकिनेछ ।

अध्यात्म-विज्ञान

आध्यात्मिक विद्याका माध्यमबाट तीव्र गतिमा सहज परिवर्तन ल्याउन मनको सूक्ष्मतामा जानु जरुरी छ । मनलाई कदाचित् मार्ने, दबाउने चेष्टा र यत्न गर्नु हुँदैन । यस प्रयासबाट परिणाम अझ प्रलयकारी हुनेछ । यसको अर्थ मनलाई बेलगामी घोडासमान स्वच्छन्दकारी बनाउने पनि होइन । यसको सत्य स्वभावलाई पहिचान गरी यसलाई राजी-खुशी साथ सकारात्मक दिशा निर्देशन गर्ने हो भने मनमा मानिसको शक्तिशाली रचनात्मक शक्ति सिद्ध हुन्छ । यसलाई सकारात्मक चिन्तन र शुभभावनाको बाटो प्रशस्त गर्नाले यसले आश्चर्यजनक कार्य गर्न थाल्दछ । यसका स्मृति पटलमा भएका सकारात्मक शाश्वत मूल्य र गुणहरूलाई सक्रिय गर्न र हराभरा गर्न सफल हुन्छ । सकारात्मक चिन्तनको पौष्टिक आहारबाट साँच्चै मन हृष्ट-पुष्ट हुन गई एक दृढताको शक्तिमा परिवर्तित हुन पुग्दछ र उसको मौजुदा फितलोपन समाप्त हुनजान्छ । मनका शुद्ध विचार, भावना र वृत्तिबाट बुद्धि समेत शालीन, शुद्ध र दिव्य हुन पुग्दछ । फलत: आन्तरिक एकात्मकता सार्वभौम सत्ताको स्थिति निर्माण हुन्छ । आन्तरिक चेतन शक्ति आफैंमा स्वराज्याधिकारी बन्न पुग्दछ । स्वयंको स्वाराज्याधिकारी पनको स्थितिले सम्पूर्ण बाह्य परिस्थितिलाई सकारात्मक रूपमा रूपान्तरण गर्न समर्थ र कामयाब हुन्छ समयले यस प्रकारको तीव्रताको माग गरेको छ ।

आध्यात्मिक सूक्ष्म चिन्तन र राजयोग साधनाको गहिराइपूर्वक अभ्यासलाई जति तीव्रता दिन सकिन्छ त्यही अनुपातमा व्यक्तिमा अन्य पक्षहरू पनि सशक्त र सुमधुर बन्न पुग्दछन् । मनको शुद्धता र सुन्दरताले वाणीमा मधुरता, शिष्टता र प्रभावकारिता स्वत:स्फर्त रूपमा पैदा हुन्छ । यस्ता आध्यात्मिक चिन्तनबाट परिमार्जित परिस्कृत व्यक्तिका वचन बोलहरू ज्ञानयुक्त, युक्तियुक्त र वरदानयुक्त तथा प्रेरणाका श्रोत हुने गर्दछन् । उनीहरूबाट कदाचित् व्यर्थ बोल, अशिष्ट बोल र कटुवचन निस्कनै सक्दैनन् । वाणीमा ज्ञानामृतको धारा अविरल बगिरहन्छन् । केवल सकारात्मक र गुणमोतीका रत्नहरूमात्रै वाणीबाट विनिसृत हुने गर्दछन् । कसैका अवगुण दोषको रतिमात्र पनि उनीहरूका मुखबाट मुखरित हुन सक्दैनन् । मानौं उनीहरूको वाणी अलौकिक वरदानले भरपूर हुने गर्दछ । उनीहरूको जीवनले कम बोली, मीठो बोली, र बिस्तारै बोलिने बोली जस्ता मूल मन्त्रले व्यावहारिक स्वरूप प्राप्त गरेको हुन्छ ।

आन्तरिक परिष्करणबाट सुसज्जित व्यक्तिको कर्म र व्यवहार अति कुशल सुखकारी, सुखदायी र सर्व कल्याणकारी हुन्छ । व्यक्ति स्वार्थ, इच्छा, आकांक्षा र कामनाबाट पूर्णरूपमा मुक्त, केवल सुख दिऔं, शान्ति दिऔं र सबैको कल्याण गरौं भन्ने नियतको कर्मका हर पाइलाहरू उठाउने गर्दछ । व्यवहारमा "अहिले र यहीं"को सन्तुलन तर निरन्तर सत्कर्म र पुण्य कर्म गर्नु नै उसको जीवनको धर्म र स्वभाव बनेको हुन्छ । कुनै पनि प्रकारको व्यक्ति, वैभव र वस्तुले उसको सत्कर्मको मार्गलाई विचलित गर्न सक्दैन । उसले धर्ती नै एक भए पनि सत्कर्मरूपी धर्म न छोड्ने संस्कार र स्वभावबाटै प्रण गरेको हुन्छ । निष्काम भाव, निस्वार्थ भाव र निमित्त भावमात्र उसको कर्ममा देख्न पाइन्छ । आफूले गरेको महान् कर्मको समेत उसमा अहम् भाव हुँदैन । उसले प्रत्येक कर्मलाई प्रभुमा अर्पण गरेको हुन्छ तथा करन करावनहार उसैलाई सम्झेको हुन्छ । यसरी कर्म गर्ने व्यक्तिको सम्बन्ध, सम्पर्क पनि मानिसका लागि वरदान सिद्ध हुने गर्दछ । आन्तरिक तीव्र पुरुषार्थको सूक्ष्मताले आलोकित दैवीसमान व्यक्तिको सान्निध्य र दर्शनमात्रले पनि अनेक दु:खी, अशान्त र चञ्चल वृत्तिका मानिसलाई मनोकामनापूर्ण हुने शान्ति, शीतलता र शक्तिको प्राप्ति हुन्छ ।

अत: नयाँ युगको सहज अभ्युदयको लागि विज्ञानको भौतिक Refinement र मानव आत्माको सूक्ष्म divinization को समानुपातिक तीव्र दौड हुनु आवश्यक छ । विज्ञानलको दौडले Refinement को प्रत्याभूति व्यावहारिक रूपमा दिएजस्तै आध्यात्मिक ज्ञान र योगले स्वयंलाई परिस्कृत गरी सबैलाई प्रत्याभूति दिनु जरुरी छ । त्यसैले आध्यात्मिक क्षेत्रका अभियन्ता र पथिकहरूले अब झिना मसिना कुरा छोडी आध्यात्मिक उचाइ लिई सहज परिवर्तन गर्नु र हुनु आवश्यक छ । ✺

नयाँपन खोजौं

दु:खको अनुभूति त्यतिखेर गरिन्छ जब जीवनका विविधतासँग अन्तर्क्रिया गर्दा नयाँपन आउँदैन । हामी त्यसरी नै प्रतिक्रिया वा अन्तर्क्रिया गरिरहेका हुन्छौं जसरी गर्दै आएका थियौं, त्यसैले हामी त्यही कमजोरीको वृत्तमा घुमिरहन्छौं । हामी आफ्नो नयाँ क्षणको नयाँपनलाई हेर्न सकिरहेका हुँदैनौं । यतिखेर विचारले हामीलाई भारी गराइरहेको हुन्छ, जसले दिमागलाई खाली गराइदिन्छ । जब परिस्थितिसँग संघर्ष गरेर जीवनमा नयाँपन खोज्दछौं त्यतिखेर धेरै खुशी हुन्छ । मनको अन्तर्निहित क्षमता र शक्तिलाई नयाँ दिशा दिइरहेका हुन्छौं फलत: भरपूरताको अनुभव हुन्छ, सन्तुष्टि हुन्छ । मन नकारात्मकता र व्यर्थमा फँसेको हुँदैन । बरु हरेक परिस्थितिमा कसरी उत्तम तरिकाले जिउने भन्ने खोजिरहेको हुन्छ, अन्तत: जीवन आफैं सुन्दर र सुखदायी बन्न पुग्दछ ।

आफ्नो नामलाई कमलको फूलजस्तै निष्कलंक बनाऊ । – लंगफेलो

स्वाइन फ्लु

फ्लुबाट बच्ने सामान्य तरिका :

स्वाइन फ्लुबाट बच्नका लागि हामी मास्क त लगाउँछौं, लगाउनुपर्छ, तर घरबाट बाहिर निस्कँदा हरेक पटक लगाइरहनु पर्दैन । जब कुनै भीड भएको ठाउँमा जानुपर्छ त्यतिखेर लगाऔं । मास्कले पनि थोरैमात्र काम गर्छ पुरै नियन्त्रण गर्ने होइन । तर डराउनु धेरै पर्दैन, मात्र ध्यान दिनुपर्‍यो कि तपाईंको प्रतिरोधात्मक शक्ति मजबुत छ, इम्युन सिस्टम ठीक छ । तपाईंको प्रतिरोधात्मक शक्ति कमजोर छ भने जुनसुकै ब्याक्टेरियाले पनि तपाईंलाई आक्रमण गर्न सक्छ । त्यसैले आफ्नै प्रतिरक्षाको लागि पहिलेदेखि नै ध्यान दिनु नै दीर्घकालीन, कम खर्च गराउने विधि हो यसैमा बुद्धिमत्ता हुनेछ ।

यहाँ केही विधिहरू छन् जसद्वारा स्वाइन फ्लु लगायत जुनसुकै प्रकारको फ्लुबाट पनि बच्न सकिन्छ । यी सबै विधिलाई एकै पटक अवलम्बन गर्नुपर्ने हुँदैन । आफूलाई जच्ने विधिहरूलाई अपनाउन सकिन्छ । तर यदि तपाईं पहिले नै स्वाइन फ्लुबाट पीडित हुनुहुन्छ भने यी विधिले थोरै मात्र सहयोग गर्छन् । यदि H1N1 ले पकडिसकेको छ भने एक्लै बस्न र हस्पिटल जान अनिवार्य हुन्छ ।

लक्षणहरू : कडा ज्वरो आउँछ, खाँसी लाग्नुका साथै पहेँलो खकार आउँछ, पूरै शरीरमा दर्द हुन्छ, पेन किलरले पनि ठीक हुँदैन, शरीर काम्ने गरी जाडो हुन्छ, धेरै थकाइ लाग्छ, निरन्तर हाच्छिउँ आइरहन्छ, H1N1 ले आक्रमण गर्नेबित्तिकै कडा ज्वरो सुरु हुन्छ, दुखाइ सुरु हुन्छ, हाच्छिऊँ पनि आउँछ, खोकी लाग्छ, खकार

पनि आउँछ । ४ देखि ७ दिनसम्ममा पूरै शरीरलाई खँगारिदिन्छ । सहनै नसक्ने गरी टाउको दुख्छ । छातीमा भारीपन हुन्छ । सास फेर्न धेरै गाऱ्हो हुन्छ । अरू ज्वरोमा जस्तो यसमा घाँटी चाहिँ बस्दैन ।

यसरी स्वाइन फ्लुले जटिल बनाउँदै लैजान्छ, निमोनियाँ हुन्छ । मधुमेह र दम अझ बढ्छ । यसैले श्वास बढ्ने, उल्टी हुने, पेट दुख्ने, रिङ्गटा लाग्ने भयो भने डाक्टरसँग सम्पर्क गर्नुपर्ने हुन्छ ।

यसबाट बच्नका लागि घरेलु उपायहरू :

१) हरेक दिन बिहान पाँचवटा सफा तुलसीका पत्ता खाने । यसमा उपचारका विभिन्न गुणहरू हुन्छन् । यसले तपाईंको घाँटी र कलेजो सफा राखी शरीरको प्रतिरोधात्मक शक्तिलाई बढाइदिन्छ ।

२) १०० ग्राम गुर्जो, १०० ग्राम नीमको बोक्रा, ५० ग्राम तुलसीको पात, ५० ग्राम दालचिनी, २५ ग्राम ल्वाङ्ग सबैलाई पिसेर ४०० मि.लि. पानीमा एक चम्चा धुलो राखी उमाल्ने, उम्लँदै जाँदा जब १०० ग्राम पानी रहन्छ त्यसलाई छानेर पिउने । दिनमा २-३ पटक पिलाउनाले स्वाइन फ्लु लाग्दैन, यदि लागेको छ भने पनि आरामै हुँदै जान्छ ।

३) हर एक वा दुई महिनामा एउटा ट्याब्लेट जति कपुर लिने, तर यो हरेक दिन लिनु हुँदैन ।

४) दूध खाँदा एलर्जी नहुनेहरूले बेसार मिसाएर हरेक दिन सुत्नेबेलामा एक ग्लास दूध पिउने ।

५) हरेक दिन एक चम्चा घिउ कुमारी खाने । यसले न केवल छाला र जोर्नी अपितु शरीरको प्रतिरोधात्मक शक्तिलाई पनि वृद्धि गराइदिन्छ ।

६) होमियोपेथीको पाइरोजेनियम Pyrogenium २०० र इन्फ्लेनजियम Inflenzium २०० पाँच पाँच ट्याब्लेट तीन पटक वा दुई तीन थोपा तीन पटक ।

७) नित्य प्राणायाम गर्ने । नित्य बिहान हावामा हिंड्ने । यसो गर्दा हाम्रो शरीरको प्रतिरोधात्मक शक्ति बढ्छ साथै नाक, घाँटी र फोक्सोमा आक्रमण हुनबाट बचाउँछ ।

८) भिटामिन सी पाइने फल विशेष गरी अमला नित्य खाने ।

९) सार्वजनिक स्थानमा घुमेर आउनुभएको छ, सार्वजनिक चिजहरू प्रयोग गर्नुभएको छ भने साबुन र मनतातो पानीले हात धुने ।

स्रोत : इन्टरनेट

1. http://www.planetayurveda.com/swine-flu-treatment.htm
2. www.facebook.com/AcharyaBalkrishanJi

भगवान्‌को साथी

वर्तमान युगलाई पुरुषोत्तम संगमयुग भनिन्छ, यो त्यही समय हो जब हरेकलाई भविष्यको लागि राम्रो काम गर्ने मौका मिलेको छ । सबैलाई आफ्नो आध्यात्मिक उन्नतिको लागि सक्दो पुरुषार्थ गर्न प्रोत्साहन मिलेको छ ।

यहाँ एउटा कहानी छ जसमा एउटा राज्य हुन्छ र त्यहाँ बिहानै एउटा पुलबाट पार हुने पहिलो यात्रीलाई राज्यमा शासन गर्न अनुमति दिइन्छ । त्यो व्यक्तिलाई राज्यमा कसरी शासन गर्ने त्यसको निर्णय गर्न पूरा स्वतन्त्रता दिइन्छ । एकमात्र सर्त के राखिन्छ भने त्यसले एकदिनको लागि मात्र शासन गर्न पाउने छ ।

पहिलो शासक एउटा चर्मकार थियो । त्यो धेरै पैसा मुखी थियो । त्यसकारण उसले जब शासन गर्ने मौका पायो, उसले सबै पैसालाई छालामा परिणत गरिदियो । अर्को दिन त्यो सबै काम नलाग्ने भयो र उसको शासन व्यर्थ सिद्ध भयो ।

अर्को व्यक्ति एउटा किसान थियो, उसले पनि एक दिनको लागि शासन गर्ने मौका पायो । किसानले आफ्ना लागि सबैभन्दा पहिले एउटा राम्रो भवन बनायो र सबै प्रजालाई खेतमा राम्रो बीऊ छर्न प्रोत्साहन गऱ्यो जसले गर्दा तिनीहरूले अर्को मौसमको लागि असल बाली उमार्न सकून् ।

किसानले आफ्नो शासनकालमा गरेको कामबाट दुइटा फायदा भए । पहिलो, उसले आफ्नै लागि दरबार बनायो र त्यसलाई आफ्नै नाममा दर्ता समेत गऱ्यो जसले गर्दा अर्को दिन जब ऊ आफू राजा रहेन तब पनि त्यो दरबार उसकै स्वामित्वमा रह्यो । यसरी उसले आफ्नै भाग्य निर्माण गऱ्यो । दोश्रो, किसानले अरूको पनि भाग्य बनायो । उसले आफ्ना सबै जनतालाई खेत जोत्ने र अर्को मौसमको लागि असल बाली उमार्न प्रेरित गऱ्यो र हौसला बढायो । ६ महिना लाग्ने कामलाई ऊ एकदिनमै गर्न सफल भयो । उसले आफूलाई ऊ कति बुद्धिमान् रहेछ भन्ने कुरा सावित गऱ्यो ।

यस कथाको आध्यात्मिक महत्त्व यो छ कि भगवान्, हाम्रो साथी बनेर पुलमा उभिनुभएको छ जुन पुलले संगमयुग (कलियुगको अन्त र सत्ययुगको आदि) लाई जनाउँछ । हामी आत्माहरू अहिले कलियुगबाट सत्ययुगतर्फ गइरहेका छौं । यस कथाले हामीलाई हाम्रो भाग्य आफ्नै हातमा छ भन्ने देखाउँछ । यदि हामी भगवान्‌का साथी हौं भने हामी हाम्रै पनि साथी हुन सक्छौं । यो कुरा हामी के चाहन्छौं, चर्मकार जस्तै समयलाई आफ्नो छालाकै बारेमामात्र सोचेर व्यर्थ गुमाऔं वा किसानजस्तै असल बिऊ छर्न सिकाई अरूको भाग्य बनाऔं वा आफ्नै नाममा रहने गरी दरबार बनाऔं, यसमा निर्भर गर्दछ । राज्य केवल एक दिनको छोटो अवधिको लागि मात्र सुम्पिएको थियो । संगमयुग पनि एउटा छोटो अवधि हो जतिखेर हामी ईश्वरीय ज्ञान र प्राप्त सबै श्रोत र साधनहरूलाई प्रयोग गरेर आफ्नो भाग्यलाई बुद्धिमानी पूर्वक निर्माण गर्न सक्छौं ।

स्रोत : इन्टरनेट

Link : http://bkdrluhar.com/00-Books/01-Book%20Store%20Books/02.%20English%20Book%20Store%20Books/061.%20Story%20Time.pdf

राम नवमी

✍ ब्र.कु. कृष्णहरि श्रेष्ठ, भरतपुर

"रघुपति राघव राजाराम, पतित पावन सीताराम"

भक्ति मार्गमा गाइने लोकप्रिय भजन कीर्तनहरूमध्ये यो एक हो । त्रेतायुगमा राजारामको जन्म प्रसिद्ध रघुवंशी कुलमा भएको थियो । पतितलाई पनि पावन बनाउन सक्ने भगवान्‌को अवतारको रूपमा राजारामलाई चिनिन्छ । हिन्दु दर्शनमा प्रख्यात धार्मिक ग्रन्थहरूमध्ये एक रामायणका प्रमुख पात्र राजा राम अयोध्याका राजा दशरथका जेष्ठ पुत्र थिए । जनकपुरका राजा जनककी सुपुत्री सीतासँग उनको पाणिग्रहण भएको थियो । राजा दशरथका तीन रानीहरू थिए । रानी कौशल्याका तर्फबाट राजा रामको जन्म भएको थियो भने रानी कैकेयीबाट भरत तथा रानी सुमित्राको तर्फबाट लक्ष्मण र शत्रुघ्नको जन्म भएको थियो । हिन्दु धर्ममा राजा रामलाई भगवान्‌को अवतार मानिन्छ । चैत्र महिनाको शुक्ल पक्षको नवमी तिथीको दिनमा, जतिखेर अयोध्याको आकाशमा कर्क लग्न र पुनर्वसु नक्षत्रको समय चलिरहेको थियो अनि नवग्रहहरू मध्येका पाँच ग्रहहरू उच्च स्थानमा र सूर्य मेष राशीमा अवस्थित थिए । यस्तो शुभ साइतमा राजा रामको शुभ जन्म भएको थियो । भनिन्छ राजा रामको जन्म समयमा आकाशबाट देवताहरूले पुष्प वर्षा गरेका थिए । किनकि राजा रामको जन्म देवताहरूको शत्रु लंकाधिपति रावणको सर्वनाश गर्नको लागि भएको थियो ।

लंकाधिपति रावण वैश्रवस मुनिका पुत्र थिए र अति विद्वान् थिए । राक्षसहरूका मुखिया सुमालीका पुत्री कैकस र मुनि विश्रवसको संसर्गबाट रावणको जन्म भएको थियो । रावणले धेरै वर्षसम्म तपस्या गरेर ब्रह्माजीबाट जुनसुकै रूप धारण गर्न सक्ने शक्तिको वरदान प्राप्त गरेका थिए साथैमानिसबाहेक अरू कसैले पनि मार्न नसक्ने पनि वरदान लिएका थिए । मानिसलाई उनी भुसुनासरि गन्दथे र मानिसले आफूलाई कुनै पनि हालतमा मार्न नसक्ने दृढ विश्वास उनीमा थियो । ब्रह्माजीबाट वरदान प्राप्त भएपछि उनले आफूलाई सर्वशक्तिमान् ईश्वर नै ठान्न थाले र आफ्नै दाजु कुबेरलाई लंकाबाट निकालेर स्वयं लंकाधिपति बने । उनमा काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष, छल, हठ र तन्द्रा (आलस्य) आदि दश विकारले डेरा जमाएको थियो । त्यसैले उनलाई दशवटा टाउको भएको दशानन पनि भनिन्थ्यो । उनले संसारका सारा प्राणीहरूलाई दुःख कष्ट दिन थाले । उनको अन्याय र अत्याचारले सीमा नाघ्न थाल्यो ।

राक्षसहरूका राजा लंकाधिपति रावणको अन्याय र अत्याचारको कारण अत्यन्त दुःखी भएकी पृथ्वी माताको करुण रोदन, क्रन्दन एवं आर्त पुकार सुनेर द्रवित हुनुभएका भक्त वत्सल भगवान् विष्णुले दशानन रावणको शीघ्र वध गरेर पृथ्वीलाई रावणको अन्याय अत्याचारबाट मुक्त गर्ने आश्वासन दिनुभएको थियो । अब त्यही आश्वासन पूरा गर्न स्वयं भगवान् विष्णुले दशरथपुत्र रामको रूपमा चैत्र शुक्ल नवमीको शुभ दिनमा जन्म लिनुभएको कुरा रामायणमा वर्णन गरिएको छ । लंकाधिपति रावणको वध गरेर संसारलाई असत्‌बाट सत्यतिर, अँध्यारोबाट उज्यालोतिर र मृत्युको पथवाट अमृत कुण्डतिर डोऱ्याउने भगवान् रामको जन्म भएको दिन भएको हुनाले नै यस दिनलाई "राम नवमी" भनिएको हो ।

त्यसो त, परमपिता परमात्मा शिवको एउटा अर्को नाम 'राम' पनि हो । विष्णु भगवान्‌को अवतार मानिने राजा रामका समेत आराध्यदेव हुन् शिव परमात्मा । लंकाधिपति रावणसँग युद्ध गर्न जानुभन्दा अघि राजा रामले युद्धमा विजय प्राप्तिको लागि शिव भगवान्‌को पूजा आराधना गर्नुभएको थियो । त्यसैले भगवान् शिवलाई "रामेश्वर" भनेर पनि पुकारिन्छ ।

रामको अर्थ हुन्छ आनन्द वा खुशी प्रदान गर्ने अनि रावणको अर्थ हुन्छ रुवाउने, दुःख दिने । जब संसारमा रावणको अन्याय अत्याचारले सीमा नाघ्दछ वा विश्वका सबै प्राणीहरू अति दुःखी, पीडित बन्न पुग्दछन् तब रावणको अन्याय अत्याचारबाट सम्पूर्ण प्राणीहरूलाई दुःख एवं कष्टबाट मुक्ति दिलाउन स्वयं परमात्मा शिव परमधामबाट यस धरामा अवतरण गर्नुहुन्छ र दादा लेखराजको तनको माध्यमबाट अति गुह्य राजयोगको ज्ञान प्रदान गर्नुहुन्छ । अनि स्व-परिवर्तनद्वारा विश्व परिवर्तन गर्ने शिक्षा दिएर सम्पूर्ण देवात्माहरूलाई पतितबाट पावन बनाउनु हुन्छ र तिनीहरूको कर्मभोगको परिणाम अनुसार मुक्ति र जीवनमुक्ति प्रदान गर्नुहुन्छ । यो प्रक्रिया प्रत्येक पाँच हजार वर्षमा एकपल्ट जस्ताको तस्तै दोहोरिइरहन्छ ।

त्यही प्रक्रियाको क्रममा, सत्य-त्रेता-द्वापर युग पश्चात् कलियुगको अन्तिम चरणमा अहिले शतवर्षीय पुरुषोत्तम संगमयुगको पनि तीन भाग बितिसक्यो र अब चौथो भाग बितिरहेको छ । स्पष्ट छ, अब यो कल्प समाप्त हुँदैछ र नयाँ कल्प अन्तर्गत नव सत्ययुगले पदार्पण गर्दैछ । परमपिता शिव परमात्माले यस कल्पमा जुन कार्य सम्पादन गर्नुपर्ने हो त्यसको पनि तीन भाग पूरा भइसकेको छ र अब अन्तिम चरणको कार्य सम्पादन गर्दै हुनुहुन्छ । विभिन्न कारणले अशुद्ध भएको पृथ्वीलाई शुद्धीकरण गर्ने क्रममा विश्वका हिमशिखरहरू पग्लिएर सागरको सतह माथि उठ्नाले समुद्र तटका सारा जमिन समुद्रमा डुब्नेछन्, अनावश्यक रूपमा निर्माण भएर थुप्रिएका बमहरू अचानकै पड्किएर असंख्य धन जनको नाश हुनेछ, कुबुद्धिले कुत्कुत्याएका नेताहरूको कारण देशमा फैलिने विद्रोहका कारण हुने युद्ध र गृह युद्धका कारण पनि असंख्य जन धनको नाश हुनेछ र पृथ्वीमा रगतको खोलो बग्ने छ । प्राकृतिक प्रकोपको कारण भूकम्प एवं ज्वालामुखीको विस्फोट भएर तथा अत्यधिक वर्षा एवं आँधी बेहरीको कारण

बाँकी ६ पजमा……

अमृत ज्ञान

✍ पुतली तामाङ, भरतपुर जेल

जबदेखि मैले बाबाको ज्ञान पाएँ तबदेखि मेरो मनमा खुशी नै खुशी छाएको छ । आत्माको पिता परमात्मालाई चिन्न पाउनु मेरो भाग्यको कुरा हो । जबसम्म यो ज्ञान पाएकी थिइनँ तबसम्म अनेक चिन्ताहरूले सताइरहन्थे ।

२०६८ साल फाल्गुण महिना १० गते मलाई ज्यान मुद्दामा हिरासतमा राखियो । त्यसपछि मलाई पूर्पच्छेका लागि सुधार गृहमा राखियो । लगभग दुई महिनाजस्तै भएको थियो ।

२०६९ साल मेरा लागि राम्रो रहेछ । यसै सालमा मैले बाबालाई पाएँ । वैशाखको ११ गते भएको थियो, हामी सबै खाना खाएर बसेका थियौं । १२:०० बजेतिर बाहिरबाट ओम् शान्तिको मान्छेहरू आउँछन् अरे तयारी भएर बस्न भनियो । ओम् शान्ति भनेको नै थाहा थिएन । ठीक १२:०० बजे नै उहाँहरू आउनुभयो । सेतो वस्त्रमा सजिएर भाइजी बहिनीजीहरू सुधार गृहभित्र प्रवेश गर्नुभयो । उहाँहरूलाई बस्ने मुडाको व्यवस्था गरियो । हामीमध्ये जस-जसलाई इच्छा थियो सबै गएर त्यहाँ बस्यौं । त्यहाँ एकजना दिदीले हामी सबैलाई 'ओम् शान्ति' भनेर सम्बोधन गर्नुभयो र सोध्नुभयो 'ओम् शान्ति' भनेको के हो ? हामी सबैले थाहा नभएको कुरा सुनायौं । त्यसपछि उहाँले भन्नुभयो– ओम् शान्तिको अर्थ हो– 'म शान्त स्वरूप आत्मा हुँ ।' यसरी हामीले नै परम्पराका रूपमा गर्दै आएका कुराहरूको रहस्य र अर्थ सम्झाउँदै बुझाउँदै सात दिनको कोर्स पूरा गऱ्यौं । त्यसपछि हरेक दिन परमात्माको वाणी– मुरली पनि सुन्न थाल्यौं । हामीलाई मुरली सुनाउनका लागि बाहिरबाट भाइजी आउनुहुँदो रहेछ, उहाँले सुनाउनुभयो । हरेक चाड पर्वमा नारायणगढ आश्रमबाट र भरतपुरबाट दिदीहरू आउनुहुन्छ । हरेक चाड पर्वमा गरिने रिति रिवाजको अर्थ सुनाएर धन्य-धन्य बनाउनुहुन्छ, आश्रममा बनेका प्रसादी खुशी-खुशीसाथ दिनुहुन्छ । उहाँहरू आउँदा हामी सबैलाई आफ्नै परिवारबाट आफन्त आएजस्तो लाग्छ । उहाँहरू आउँदा फूल गुच्छा लिएर आउनुहुन्छ । शिवबाबाको वाणी सुन्दा मलाई धेरै खुशी लाग्छ ।

यहाँ मैले बाबाको धेरै मदतको अनुभव गरेकी छु । मेरो मुद्दा पनि अब छिनो फानोको अवस्थामा पुग्दैछ । म बाहिर जाने दिन पनि आउँदैछ । बाहिर गएपछि म बाबाको साथ र हात छोड्ने कल्पना पनि गर्न सक्दिनँ । आफ्नो घर परिवारलाई पनि यो ज्ञान सुनाउने छु, र अन्य आत्माहरूलाई पनि यो ज्ञान सुनाएर उहाँहरूलाई पनि खुशी बाँड्ने काम गर्नेछु । अहिले गरेको कर्मको फल हामीले २१ जन्मसम्म भोग गर्ने रहेछौं । आफूलाई आत्मा सम्झिएर परमात्मालाई याद गरी आफूभित्र रहेका कमी कमजोरीलाई समाप्त गरौं तबमात्र हामी सदा खुशी रहन सक्नेछौं । हाम्रो तथा सबैको कल्याण हुनेछ ।

लोभ-मोहबाट मुक्ति नै सुखी जीवनको युक्ति

ब्रह्माकुमार हेमन्त, शान्तिवन, आबुरोड

एउटा नगरमा धनपति नामको धेरै धनी व्यक्ति बस्दथ्यो । छोरा नातिहरूका कारण घर आँगन नै गुञ्जिरहन्थ्यो । ऊसँग सन्तानका साथै सम्पत्तिको पनि कमी थिएन । अथाह धन दौलत साधन सम्पत्तिको मालिक थियो । उसले पेटमा पट्टी बाँधेर एउटा-एउटा कौडी बडो जतनले जम्मा गरेको थियो । सेठ हरेक दिन आफ्नो भण्डारका हीरा मोतीलाई हेरेर रमाउँथ्यो । धेरै सन्ततिसम्मका लागि त्यो सम्पत्ति पर्याप्त थियो । त्यही धन, बाल-बच्चाको मोहमा जीवन बिताइरहेको थियो । एकदिन उसले उसको मुनिम (हिसाब-किताब राख्ने व्यक्ति) लाई बोलाएर भन्यो– "मुनिम जी मलाई भन, मेरो भण्डारमा कति धन छ ?" मुनिमले भन्यो– "सेठजी हजुरलाई के भन्ने, हजुरका पासमा त सातौं पुस्तासम्म भरपेट खान पुग्छ, यति धेरै सम्पत्ति छ ।" यो कुरा सुनेर खुशी हुनुको साटो सेठको मुखबाट निस्कियो– "हाय, अब आठौं पुस्ताले के खालान् ।"

यसै मोहान्ध भावनाले सेठको दिनको सुख वा रातको निद्रा छिन्यो । छोरा छोरीको मोहबाट उब्जिएको भविष्यको चिन्ताले खाना पिना पनि फिका लाग्न थाल्यो । सेठ चिन्ताको चितामा रात दिन जल्न थाल्यो । एकदिन अनायासै त्यस नगरमा महात्माको आगमन भयो । आफ्नो चिन्ता लिएर सेठ महात्माजीका पासमा पुग्यो । दिलको हाल बताउँदै भन्यो, "महाराज म बडो चिन्तामा छु, मलाई मनको शान्ति वा साँचो सुख छैन, मलाई रात दिन एउटै कुराले सताइरहन्छ– मेरो आठौं पीढीले के खाला, महात्मा कुनै उचित उपाय बताइदिनुहोस् ।" महात्मा मुस्कुराउँदै बोले– "भाइ तिमी आठौं पीढीको कुरा सोच्दछौ, तर पहिले त एउटा कुरा बताऊँ, आजको सातौं दिनमा तिम्रो मृत्यु हुँदैछ । अतः लोभ मोहलाई त्यागेर आफ्नो लोक र परलोक सुधार ।" मृत्युको नाम सुन्नेबित्तिकै सेठको उसको सातो उड्यो ।

घर आउनेबित्तिकै पूरा लेनदेनमा लागिरह्यो । जसलाई दिनुथियो उसलाई दियो । खुला हातले ऊ दान दिँदै गयो । एक दुई गर्दै दिन बित्दै गए । सेठ बिस्तारै-बिस्तारै बदलियो । उसको मन वैराग्यले भरिएर आयो, ऊ आफ्नो पराईको भेदलाई भुलेर सबैसँग आत्मियताको व्यवहार गर्न थाल्यो । कोहीसँग कुनै खराब व्यवहार भएको छ भने पनि सम्झिएर सबैसँग क्षमा मागेर मनको मैलो धुन थाल्यो । उसको मन उदारताले भरिन थाल्यो । सेठमा आएको परिवर्तनले आफन्तहरू पनि आउन थाले । महात्माले जुन भविष्यवाणी सुनाउनुभयो त्यो उसैको मुखबाट पनि उजागर हुन थाल्यो । पाँचौं, छैटौं गर्दै आखिर सातौं दिन पनि आयो, मृत्युलाई निकट सम्झिएर सेठको समय सन्त मुनिजनको सान्निध्य र प्रभुचिन्तनको साधनामा बित्न लाग्यो । तर जब रातको १२ बज्यो तब आएका पाहुना सबै वापस फर्किए ।

आठौं दिन पनि सूर्य उदय भयो तर सेठको प्राण त गएन । महात्माको वचन झुटो भएको देखेर सेठको होस हरायो । कसैले सहानुभूति देखाए त कोही हाँस्न थाले । सबै हाँसेको देखेर सेठ झोंकियो । रिसमा मस्त सेठ महात्माको पासमा गयो । महात्मा ध्यानमा मग्न थिए । सेठ आउने आवाज सुनेर महात्माले आँखा खोले र मन्द-मन्द मुस्कुराउँदै सेठलाई हेरेर आउने कारण सोधे । रिसाएको सेठ महात्मालाई झम्टिँदै बोल्यो– तिमी त झुट पो रहेछौ, ढोंगी हौ, तिम्रो भनाइ गलत निस्कियो । म त लुटिएँ । म कहींको पनि रहिनँ । महात्मा हाँस्दै बोले, सेठजी पहिले त यो बताऊ– मैले तिमीलाई के भनेको थिएँ । तिमी त आफ्नो चिन्तालाई मुक्ति पाउन मेरो पासमा आएका थियौ । मैले त भनेको थिएँ, तिमी सातौं दिनमा जानेछौ । पहिले यो त बताऊ, तिमीले यी सात दिनमा के-के गर्‍यौ र कसरी बिते यी दिनहरू । सेठ बोल्यो, बडो शान्तिसँग बिते बित्न त महाराज, महाराज म गर्छु नै के र ? मृत्युको सूचनाले त मेरा कान खोलिदियो । यसैले मैले मेरा सारा हिसाब किताब चुक्ता गरिदिएँ, जोसँग राम्रो सम्बन्ध थिएन उनीहरूसँग माफ मागें । खुला हात गरेर गरिबलाई दान गरें । बडो शान्ति मिल्यो मलाई ।

महात्माले फेरि सोधे– सेठजी जुन समस्याको समाधानका लागि मसँग आएका थियौ यो नै त्यसको वास्तविक समाधान थियो । मैले त्यही गरें । प्यारा मित्र थोरै सोच त– जब तिम्रो मृत्यु हुन्छ त्यो यिनै सात बारहरूमध्येको एउटा बारमा त हुन्छ । यी नै सात दिनहरूमा तिम्रा सबै मोह र लोभबाट मुक्त भयौ, फलत: तिम्रो मनको चिन्ताको चिता शान्त भयो ।

वास्तवमा मनुष्यको दुःख वा अशान्तिको मूल कारण अज्ञान नै त हो । वास्तवमा व्यक्ति यस दुनियाँमा आउँदा त खाली हातै आउँछ र जाँदा पनि खालि हात नै । जे उसको होइन त्यसैलाई मेहनत, इमानदारी वा बेइमानीबाट कमाउँछ । यस संसारमा उसलाई देहका सम्बन्धी पनि प्राप्त हुन्छन् । जसलाई आफ्ना सम्झिएर उनीहरूकै मोहमा फँसेर धनको अथाह राशी जम्मा गर्छ । पेटको भोक मेटाउन भन्दा पनि सधैं पेटी (बक्स) भर्नमा नै लागिरहन्छ । तर यो भुल्दछ– जसलाई आफ्नो मानिरहेको छ, जसका लागि कमाइरहेको छ ती पनि एक दिन छुट्नेछन् । दुनियाँबाट विदा हुने दिन कालको हातमा निश्चित छ, मृत्युका लीग हप्ताका सात दिनमा एक दिन निश्चित छ । जुन दिन मृत्यु आउँछ, त्यसदिन कुनै घरको द्वारसम्म, कोही अलि परसम्म त कोही घाटसम्म जान्छन् । मानिसका साथमा न धन दौलत जान्छ, न महल, न दैहिक सम्बन्धी । जान्छ त केवल उसले गरेको सत्कर्ममात्र ।

वास्तवमा मनुष्य सृष्टि रङ्गमञ्चमा नियतिको खेलमा सुख दुःखको नाटकमा आफ्नो भूमिका निभाइरहेको छ । जसरी नाटकमा दुई दाजु भाइ पात्र छन्, एउटामा शान्ति, प्रेमका गुण हुन्छन् भने अर्कोमा क्रोध जोश हुन्छ । डाइरेक्टरले पनि उसका विशेषता अनुसार नै उनीहरूलाई भूमिका दिन्छ । जस्तै एउटालाई रामको त अर्कोलाई रावणको भूमिका । जब उनीहरू स्टेजमा हुन्छन् तब शत्रुताको अभिनय गर्छन् । तर यो केवल थोरै समयका लागि मात्र हुन्छ, यी नै दुई भाइहरू नाटकबाट बाहिर आएपछि उनीहरू त्यही नाटकको भूमिकामा अल्झिइरहँदैनन् । अंकमाल गर्दै आउँछन् । जति पनि धन सम्पत्ति वा परिवार मिलेका छन् ती सबै थोरै समयका लागि मा त्र हुन् । यस विशाल नाटकको नियम छ, जसअनुसार मानिस यस संसारमा एक्लै आउँछ र एक्लै जान्छ । जसले जस्तो जति राम्रो वा नराम्रो कर्म गर्छ त्यसको फल उसैलाई मिल्दछ । न हामी कसैलाई केही दिन सक्छौं न हामी कसैबाट लिन सक्छौं । मानवको हातमा केवल कर्म छ । यदि राम्रो कर्म गर्‍यौं भने निश्चित सुखरूपी फल नै मिल्नेछ र यदि कारणे अकारणे, जानी वा जानी कुनै पाप कर्म भयो भने त्यसको दुःखद परिणामबाट बच्न सकिदैन ।

जसरी यात्रा गर्ने व्यक्तिले दृश्यलाई बदल्न सक्दैन, न त्यसलाई बदल्ने सोच राख्दछ । न सुन्दर दृश्यलाई देखेर रोकिन्छ, न अप्रिय दृश्यलाई देखेर उदास हुन्छ । यसरी नै जीवनरूपी यात्रामा पनि सुख, दुःख, हानि लाभका बद्लिँदा परिवेशमा मनलाई हल्का राख्न सकियोस् । जबसम्म यस सत्यलाई स्वीकार गरिदैन तबसम्म धन सम्पत्तिको लोभ वा देहधारीहरूको मोहबाट मुक्ति पनि मुस्किल छ । जीवन साथी, देहधारी नाता सम्बन्धी वा तमाम सुविधाहरूलाई यदि जीवनयात्राका सँगी साथी सम्झिएर बुद्धिमानीपूर्वक तिनीहरूको साथ र सदुपयोग गरियो भने सहजै मनुष्य लोभ र मोहको स्वर्णिम आकर्षणबाट मुक्त हुन सक्छ र जीवनको साँचो सुख पाउन सक्छ । साँचो अर्थमा लोभ मोहबाट मुक्ति नै सुखी जीवन जिउने सर्वश्रेष्ठ युक्ति हो । ✺

राम नवमी.........

पनि पृथ्वीमा असंख्य धन जनको नाश हुनेछ, थुप्रै मानिसहरू भुसुनासरि मर्नेछन् ।

त्यसैले ब्रह्मा बाबाको तनको माध्यमबाट विश्वका कुना-कुनामा रहेका प्रत्येक मानव आत्मासम्म यस धर्तीमा शिव परमात्माको अवतरणको शुभ सन्देश पुर्‍याउन परमात्मा शिव स्वयं निराकार रूपमा आफ्ना प्रिय बच्चाहरूलाई आव्हान गर्दै हुनुहुन्छ । कुनै पनि आत्मा यस सन्देशबाट अलग नरहून्, परमात्माबाट प्राप्त राजयोगको ज्ञानबाट कोही पनि वञ्चित नहोऊन् । "मन्मना भव, मद्याजी भव"को मन्त्र प्राप्त गरी मुक्ति र जीवनमुक्ति पद हासिल गरेर आफ्नो वर्तमान र भविष्य जीवन सुख र शान्तिले सम्पन्न बनाउन सकून् भन्ने भगवान् रामेश्वर शिव बाबाको सदिच्छा साकार पार्न यस रामनवमीको पावन पर्वमा दृढ निश्चययुक्त बनौं र ज्ञानको ज्योति चारैतिर फैलाउँदै जाऔं । ✺

क्षमा.........

जीवन अलमलिइरहन्छ । क्षमा गर्नु कमजोरी होइन । क्षमालाई त वीरहरूको आभूषण भनिएको छ । हर कोहीले क्षमा पनि गर्न सक्दैन । महाभारत ग्रन्थमा एउटा वृत्तान्त छ । युधिष्ठिरलाई क्षमाको मूर्ति मानिएको छ । गुप्त वासमा द्रौपदी युधिष्ठिरलाई क्रोधित गर्ने कोसिस गर्दै भन्छिन्– हजुरलाई मेरो, हजुरका भाइहरूको र माताको पनि दया लाग्दैन ? हजुरमा क्रोधको मात्रा शून्य छ, यसैले तेजको अभाव छ । कसैले भूल वा अज्ञानता वश भएर गल्ती गर्छ भने उसलाई क्षमा गर्नु त क्षेत्रिय धर्म हो तर जसले जानी-जानी पटक-पटक अपराध गर्छ उसलाई क्षमा गरिरहनु क्षत्रिय धर्म होइन । हजुरले धृतराष्ट्र पुत्रलाई दण्ड दिनैपर्छ । यसको जबावमा युधिष्ठिर भन्छन्– द्रौपदी तिमी ठीक भन्छ्यौ ! तर जुन मनुष्यले क्रोधको पात्रलाई पनि क्षमा गरिदिन्छ उसले आफ्नो तथा उसको दुवै संकटबाट बचाउँछ । क्रोधबाट त अनिष्ट हुन्छ । यसैले हे द्रौपदी तिमी नै भन– यति ठूलो अनर्थको मूल क्रोधलाई म आफ्नो मनमा कसरी आश्रय देऔं ? तिमी क्रोधलाई तेज गरिरहेकी छ्यौ । शास्त्र र ज्ञानी पुरुष भन्छन्– वस्तुत: जसले क्रोधको पात्रलाई पनि क्षमा गरिदिन्छ ऊ नै तेज हुन्छ । क्षमा गर्नाले स्वयंलाई र भूल गर्नेवालालाई संकटबाट बचाउन सकिन्छ । बदला लिने आनन्द क्षणिकको हुन्छ, जबकि क्षमा गर्नेवाला व्यक्ति चिरायुसम्म कीर्तिमान् बनिरहन्छ ।

क्षमा गर्नका लागि पनि आत्मिक शक्ति चाहिन्छ । किन ? क्षमा गर्ने प्रक्रियामा दोस्रो व्यक्तिको नकारात्मक कर्मबाट पठाइएको ऊर्जालाई आफ्नो आभामण्डलको क्षेत्रबाटै अव्यक्त आकाशमा पठाउन तागत चाहिन्छ । यसो गर्दा त्यो ऊर्जा अव्यक्त आकाशमा स्थानान्तरित हुन्छ । त्यो ऊर्जा जब आफ्नो समयअनुसार वापस फर्किएर आउँछ त्यतिखेर त्यसमा मेरो कुनै प्रक्रिया हुँदैन ।

आफ्नो गल्तीलाई महसुस गरेर त्यसको क्षमा माग्नु पनि सबैका लागि यति सजिलो विषय होइन । स्तरको चेतना बनेपछि गल्तीको महसुस हुँदा-हुँदै पनि क्षमा माग्न सजिलो हुँदैन । आफ्नो गल्तीलाई महसुस गर्दा एउटा गहिरो मनोवैज्ञानिकताले कार्य गर्दछ । जब कुनै व्यक्तिले आफ्नो गल्तीलाई दिलबाट महसुस गर्दछ भने उसले आफ्नो पुरुषार्थलाई एउटा नयाँ मोड दिन पाउँछ । यदि गल्ती गऱ्यो र महसुस गरेन भने त्यो व्यक्ति फेरि-फेरि त्यही मार्गमा गइरहन्छ । परिणामस्वरूप उसको जीवनमा केही यस्तो नयाँ हुनैसक्दैन जसले उसलाई आत्म-सन्तोषले भर्न सकोस् । कृपया मलाई माफ गरिदिनुहोस्, मेरो यो भाव थिएन,..... आदि आदि भनेर आफ्ना भावनालाई जाहेर गर्नुपऱ्यो । अत: आफ्नो गल्तीलाई महसुस गरेर अरूसँग क्षमा याचना गरौं । उसलाई आफ्नो गल्तीका लागि क्षमा दान देऔं । क्षमा माग्ने र क्षमा दान दिनाले वर्तमानको जगमा भविष्यको स्वस्थ बिरुवा उमार्न सकिन्छ । वर्तमानलाई सहज र स्वस्थ बनाउन सकिन्छ ।

पवित्रता.........

इच्छा, हाम्रा आदेश पनि उहाँकासँग मिल्न पुग्छन् । विश्वमा सतोप्रधान दुनियाँ स्थापना गर्नका लागि आध्यात्मिकता सबैलाई योगी प्रयोगी बनाउन चाहन्छ ।

यस समय ज्ञान-विज्ञान, काव्य-शास्त्र, रामायण ग्रन्थका यति धेरै कुराहरू छन् जसकारण मानिसहरू अलमलिन्छन् । हरेकमा एक अर्काको विरोध हुने गरेर केही न केही लेखिदिएका छन् । फलस्वरूप व्यक्तिको भ्रम र भय बढ्दै गइरहेको छ । हामीसँग जति पनि थियो त्यो भगवान्‌को कार्यमा लगाइदिऔं, उहाँको विश्व नवनिर्माणको कार्यमा जोडिएर योगी बनौं । आफ्नो सर्वस्व सुपूर्द गरेर आफ्ना सारा गुण, शक्ति उहाँसँग जोडेर प्रयोगी आत्मा बनौं । अब तपाईं जहाँ चाहनुहुन्छ त्यहाँ प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । योगी मानिसले आफ्नो बुद्धिलाई पनि आफ्ना लागि प्रयोग गर्दैन । उनीहरू भगवान्‌सँग जोडिन चाहन्छन् त्यसैले उनीहरूको सक्कल पनि उहाँसँग जोडिएको छ । योगी अर्थ दिनेवाला हो, लिनेवाला होइन । उहाँकै हुकुम अनुसार चल्नेवाला । सर्वशक्तिमानका साथै उहाँ ज्ञानको सागर र त्रिकालदर्शी हुनुहुन्छ । उहाँकै आज्ञा अनुसार चल्नाले हामी कल्प कल्पान्तर, जन्म-जन्मान्तरका लागि मालामाल, खुशहाल र निहाल हुन सक्नेछौं । भनिएको पनि छ–

कर्म क्षेत्रको धन्य वीर ऊ जो पहिले अघि सर्दछ ।
पछि त लाखौं अनुयायीहरू नबोलाइकन आइहाल्छन् ।
हिजो के थिएँ त्यो नसोच, सोच अब के बन्ने ?
अतीतबाट उचित प्रेरणा लिएर निज भवितव्य गढ्ने ।
संकल्पबाट उठ्छ मानव र त्यसैबाट गिर्दछ,
राम्रा नराम्रा भावहरूद्वारा जगमा मेला भर्दछ ।
जस्तोसुकै स्थिति आओस्, भावलाई गिर्न नदिनु
शुभको ज्योति ठूलो छ जगमा यसलाई निभ्न नदिनु ।

चक्र

चक्र संसारका हुन्छन् अनेक थरी
घुमी रहन्छन् मानव-जीवनमा घरी-घरी
स्वीकार्छन् हर्षले कोही आत्मसात गरी
धिक्कार्छन् कोही यसलाई मनै नपरी ।

सुख दु:ख उपहार यहाँ लिनै पर्ने अघि सरी
विचलित हुन पुग्छौं हामी अज्ञानतामा परी
बुझेमा रहस्य चक्रको खुसी छाउने जीवनै भरी
तार्नलाई भवसागरबाट आउनुभयो शिवहरि ।

बाँधिनुभएको छ यसमा प्रभु स्वयं धरी
सम्भव कल्याण मनुजको प्रभु शरणमा परी
स्वयंको वचन पूर्ण हेतु परकाया प्रवेश गरी
पदार्पण भयो प्रभुको आबू तीर्थमा खास गरी ।

आशुतोष वरदानी, गरुँ बन्दना सधैं भरी
पुन: भेट हुनेछ हाम्रो कल्प-कल्प यसै गरी
अभिनय गर्न हामी आयौं स्वदेशबाट झरी
फर्कौं अब निज धाम सत्यमार्ग पहिचान गरी ।

✍ ब्रह्माकुमारी निरु, गीतानगर

आव्हान

तपाईंको घरछेऊमै बाबाको घर बनिरहेछ
नित्य निरन्तर ज्ञान सरिता त्यहाँ बगिरहेछ
आऊ बच्चे आऊ पतित आत्मालाई पावन बनाऊ
परमात्माको शंखध्वनि त्यहाँ भइरहेछ ।
दु:ख अशान्तिको कालो बादल माथि आकाशमा मडारिइरहेछ
अन्याय, अत्याचारको डरलाग्दो छाया चारैतिर बढिरहेछ
धैर्य गर अब धेरै नरोऊ हर्षमा रमाऊ
कालरात्रि अब यत्ति बाँकी छ, सुनौलो बिहानी आइरहेछ ।
कलियुगको यस अन्त्य घडीमा संगमयुग चलिरहेछ
युग परिवर्तनको दिव्य कर्तव्य भगवानको भइरहेछ
आऊ परमात्माको साथले यस गोवर्धन पर्वतलाई उठाऔं
परमात्माको दिव्य आव्हान भइरहेछ ।
दु:ख दर्द र सन्तापले पिल्सिई कलियुग रोइरहेछ
आफ्नो अन्त्य निश्चित ठानी अन्तिम घडी गनिरहेछ
उठ जाग तिमी पनि कर्तव्य बोध गरी आफूलाई तयार गर
नवयुगको सुनौलो बिहानी तिम्रो स्वागतार्थ पर्खिरहेछ ।
रहने छैन दु:ख अशान्तिको त्यहाँ कुनै पनि नाम निसान
यथा राजा तथा प्रजा रहनेछन् सुखी सारा जहान
मात्र तिमी एक काम गर परमात्माको इसारालाई बुझ
बन्ने छ तिम्रो जीवन उच्च र महान् ।

✍ ब्रह्माकुमार प्रेमराज लेखक, गीतानगर

७९ औं महाशिवरात्री पर्वका उपलक्ष्यमा आयोजित विभिन्न कार्यक्रमहरूका केही दृश्यहरू

भरतपुर : कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै माननीय सभासद् कृष्णभक्त पोखरेल, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, ब्रह्माकुमारी गंगा, नारायाणी उ.मा.वि.का अध्यक्ष टेक ब. थापा तथा अन्य ।

नारायणगढ : शिव जयन्तीको उपलक्ष्यमा आयोजित कार्यक्रममा केक काट्नुहुँदै माननीय सभासद् रामकृष्ण घिमिरे, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, समाजसेवी के. एल. भूषण, जवाहारलाल प्रधान तथा अन्य ।

हेटौंडा : कार्यक्रमपश्चात् पुनरावेदन अदालतका माननीय न्यायाधीश हरि पोखेललाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदी साथमा ब्रह्माकुमारी रेवती तथा अन्य ।

माडी, चितवन : प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै माननीय सभासद् रामकृष्ण घिमिरे, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, ब्र.कु. अम्बिका, ब्र.कु. सुभद्रा, ब्र.कु. राजु, रामकृष्ण चौधरी तथा अन्य ।

धरान : कार्यक्रमपश्चात् सनातन धर्म सेवा समितिका केन्द्रिय उपाध्यक्ष गोपाल भण्डारीलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी नानी मैया ।

टाउन, भरतपुर : शिव जयन्तीको उपलक्ष्यमा आयोजित कार्यक्रममा केक काट्नुहुँदै भरतपुर उ.म.न.पा.का कार्यकारी अधिकृत नारायण प्र. सापकोटा, ब्र.कु. लक्ष्मी दिदी, ब्र.कु. सीता तथा अन्य।

गौरीगञ्ज, भरतपुर : झण्डोत्तोलन कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी चितवनका अध्यक्ष हरिप्रसाद न्यौपानेलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. अमृता, लक्ष्मी दिदी साथमा ब्र.कु. मिना तथा अन्य ।

पीसपार्क, गैंडाकोट : पीसपार्क परिसरमा महाशिवरात्रीको अवसरमा झण्डोत्तोलन गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, समाजसेवी प्रेम सापकोटा, गुरु प्रसाद कँडेल तथा अन्य ।

सुधार गृह, भरतपुर : आध्यात्मिक प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, जेलर चोलाकान्त पोखेल, रामबाबु श्रेष्ठ, ब्र.कु. अम्बिका, समाजसेवी ओम् गौचन तथा अन्य ।

मनोहरी : कार्यममा दीप प्रज्वलन गर्नुहुँदै पूर्व सभासद प्रल्हाद लामीछाने वरिष्ट समाजसेवी रिता खनाल, समाजसेवी हरिवंश भेटवाल, ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदी एवं ब्रह्माकुमारी संगीता तथा अन्य ।

प्रगतिनगर : प्रवचन कार्यक्रमको समुद्घाटन गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, प्रिन्सिपल विष्णु प्र. बाँसकोटा, समाजसेवी श्रीमती कृष्ण शर्मा, प्रिन्सिपल खेमराज भट्टराई, ब्रह्माकुमारी सरस्वती तथा अन्य।

चौघडा : महाशिवरात्री कार्यक्रममा दीप प्रज्वलन गर्नुहुँदै माननीय सभासद् इन्द्र बानियाँ साथमा कार्यकारी अधिकृत भगवान् अर्याल ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदी तथा अन्य ।

धादिङ : महाशिवरात्रीको उपलक्ष्यमा सेवाकेन्द्रद्वारा आयोजित शान्ति र्‍यालीले धादिङ बजार परिक्रमा गर्दै ।

ठेगाना :

संरक्षक : निर्देशक ब्रह्माकुमारी राजदिदी सल्लाहकार : ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर प्रधान सम्पादक : ब्रह्माकुमार अर्जुन श्रेष्ठ सम्पादक : ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल सह-सम्पादक : ब्रह्माकुमार भागवत नेपाल प्रकाशक : ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र, ॐ शान्ति भवन, नारायणगढ, चितवन। फोन: ०५६-५२०५४७, E-mail:gyanjyoti.monthly@gmail.com, Website:www.bkchitwan.org, www.brahmakumaris.com मुद्रक : मल्टि ग्राफिक प्रा. लि., बाफल, काठमाण्डौं