ज्ञानज्योति

आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १६ अंक : ०४ | मासिक | २०७२ कार्तिक

वीरगञ्ज : सम्माननीय प्रधान मन्त्री सुशील कोइरालालाई ईश्वरीय सौगात प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. रवीणा दिदी ।

काठमाण्डौ : शान्त मन तथा आनन्दमय जीवन विषयक कार्यक्रमको दीप प्रज्ज्वलन गरी उद्‌घाटन गर्नुहुँदै प्रमुख अतिथि माननीय उप-प्रधानमन्त्री, संघीय मामीला तथा स्थानीय विकास मन्त्री प्रकाशमान सिहं साथमा राजयोगिनी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी शिवानी, डा. बनारसीलाल, डा. मोहित, ब्रह्माकुमारी किरण दिदी तथा अन्य ।

त्यागमूर्ति यशोदा मैया

✍ ब्रह्माकुमार रामलखन, आबुरोड

विश्वव्यापी ब्रह्माकुमारी संस्थाका साकार संस्थापक दादा लेखराजजीको जन्म एउटा साधारण स्कूल हेडमास्टर खुबचन्द कृपलानीजी को घरमा भएको थियो । उहाँ दुई दाजु तथा एउटी दिदीको सबैभन्दा कान्छो भाइ हुनुहुन्थ्यो । 'हुने बिरुवाको चिल्लो पात' भने झैं उहाँ बाल्यकालदेखि नै सबै काममा दक्ष देखिनुहुन्थ्यो, परन्तु अल्पायुमा नै आमालाई गुमाउनुभयो । उहाँलाई लौकिक काकीले लालन पालन गरेर केही ठूलो भएपछि उहाँको विवाह यशोदा नामकी एउटी सुशील तथा सुलक्षिणी कन्यासँग गराइदिनुभयो । केही वर्षपछि बधू घरमा आउनेबित्तिकै उहाँको जीवनमा नयाँ पद्धती आयो । सानो गल्लीको पसलमा काम गर्ने लेखराजजी, काका मूलचन्दको हीरा-जवाहरातको व्यापार चलाउनमा दक्ष हुनुभयो । हेर्दा हेर्दै आफ्नो अचुक पारखी शक्ति र व्यवहार कुशलताको आधारमा उहाँलाई कलकत्ता हीरा व्यापार संघको अध्यक्ष बनाइयो । उहाँको व्यापार र व्यवहार कुशलताका कारण महारानी एलिजाबेथ, नेपाल नरेशजस्ता राजा-महाराजाले पनि उहाँसँग नै आभूषण गहनाहरू किन्न थाले । यस्ता सबै कामहरूमा नाम त दादा लेखराजको नै हुन्थ्यो परन्तु उहाँको उत्थानको मेरुदण्ड उहाँकै पतिपरायण धर्मपत्नी मैया यशोदा हुनुहुन्थ्यो जसलाई सबैले प्रेमले 'पालुमा' भनेर पुकार्दथे ।

सुसंकारित माइती भएकी यशोदाजी बाल्यकालदेखि नै श्रद्धा-भक्ति र अरूप्रति सम्मानको भावनाले ओत प्रोत हुनुहुन्थ्यो । 'एक सफल पुरुषका पछि एक नारीको हात हुन्छ' भन्ने उक्ति शतप्रतिशत मैया यशोदामा चरितार्थ हुन्छ । यस्तो विशेष देवीको समर्पणको कारणले नै अखिल ब्रह्माण्डमा प्रजापिता ब्रह्माको दुन्दुभी बजिरहेको छ । यस्ता महान् विभूतिलाई कोटिश: नमन नगरिकन कसरी रहन सकिन्छ ? यिनै त्याग, तपस्या, बलिदान र सेवाभावनाको नै परिणाम हो– श्री कृष्णसँग मैया यशोदाको नाम स्वर्णाक्षरले गाँसिएको छ । किनकि यो ईश्वरीय पढाइले यस जीवनलाई मूल्यवान् त बनाउँछ नै साथै अहिलेको

तीव्र पुरुषार्थ अगिल्लो जन्ममा साक्षात् देखिन्छ । मैया यशोदाको पुण्य कर्मको नै प्रताप हो– कल्प अन्तिम जन्मसम्म दादा लेखराज जस्तो पति मिलोस् जसलाई स्वयं भगवान्ले प्रजापिता ब्रह्मा अर्थात् मूल्यनिष्ठ सृष्टिको शृजनहारजस्तो सर्वोच्चताको सिंहाशनमा बसाइयोस् । दादा लेखराज पनि यति महान् हुनुहुन्थ्यो जसलाई मैया यशोदाजीजस्ती पतिव्रता सुलक्षिणी धर्मात्मा पत्नी प्राप्त हुनुभयो ।

माता यशोदा आफ्ना बच्चाहरूका लागि त ममताको मूर्ती हुनुहुन्थ्यो नै परन्तु स्वभावद्वारा पनि सारा संसारप्रति उहाँको दृष्टि-वृत्ति र कर्मद्वारा सद्भावनाको वर्षा भइरहन्थ्यो । वात्सल्य, सत्कार, प्रेम र स्नेहको समुद्र उहाँको जीवनको हर पक्षद्वारा प्रवाहित भइरहन्थ्यो । कुनै बच्चाले स्वभावत: केही गल्ती गरिहाल्यो भने उहाँ यस्तो आमा हुनुहुन्थ्यो जसले गाली गर्नुको सट्टा बिस्कुट, मीठाई आदि खुवाएर प्रेमसँग उनीहरूलाई सम्झाउनुहुन्थ्यो । उहाँ छोरा छोरी, बुहारी सबैसँग समान रूपले प्रेम गर्नुहुन्थ्यो । "अतिथि देवो भव:" को संस्कृति त उहाँको स्वभावमा नै समाहित भएको थियो । कसलाई, कुनचाहिँ उपहार कहिले दिनु ठीक हुन्छ– त्यसको अचुक पहिचान यशोदामा स्वभावत: थियो । गृहस्थको अभिभाराको सारा आन्तरिक व्यवस्था दादा लेखराजजीको सल्लाहद्वारा माता यशोदाजीले नै चलाउनुहुन्थ्यो । वास्तवमा परिवारको केन्द्र बिन्दु मैया यशोदा नै हुनुहुन्थ्यो । उहाँले ब्रह्मा बाबाको व्यवहारमा माता प्रधानता पहिले नै स्थापित गर्नुभएको थियो । उहाँ महारथीजस्तै त्यागको पनि त्याग गर्ने हुनुहुन्थ्यो ।

मैया यशोदाजीको जन्म १८९१मा भएर दादा लेखराजसँग विवाह सन् १९०० सम्पन्न भएको थियो । केही वर्षपछि आफ्नो पतिको घर आउनेबित्तिकै उहाँले सारा जिम्मेवारी सम्हाल्नुभयो । पहिलो पुत्र किशन १९१० र पुत्री निर्मल शान्तजी १९१७ मा पैदा भए । जम्मा तीन छोरी र दुई छोरा थिए । बुहारी वृज इन्द्रालाई उहाँले छोरीसरह पालना दिनुहुन्थ्यो

पृष्ठ संख्या २ ——

नारायणगढ : चितवन जिल्लामा भर्खरै पद भार सम्हाल्नुभएका पदाधिकारीहरू– उपकुलपति डा. आइ.पी ढकाल, माननीय जिल्ला न्यायाधीश त्रय–शेखर चन्द्र अर्याल, कवि प्रसाद न्यौपाने एवं सुभास बाबु पुरी, एस.पी. विदुर खड्का, स्थानीय विकास अधिकारी श्रवण कुमार पोखेल, कार्यकारी अधिकृत महेश बराललाई स्वागत कार्यक्रमपश्चात् समूह चित्रमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी, ब्रह्माकुमार अर्जुन तथा ब्रह्माकुमारी अम्बिका ।

पालुङ, मकवानपुर : नेपाल जेसिसद्वारा आयोजित कन्फरेन्समा डा. योगी विकासानन्दलाई स्वागत तथा उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. शर्मिला, ब्र.कु. सरिता तथा अन्य ।

हेटौंडा : एल.डी.ओ. लक्ष्मण बिक्रम थापा, हेटौँडा न.पा. कार्यकारी प्रमुख सुदेव कु. पोखेल, योजना अधिकृत किसन न्यौपानेलाई स्वागत गर्नुहुँदै ब्र.कु. सुशीला दिदी एवं ब्र.कु. रेवती

संकल्पमा यस्तो दृढता धारण गर जसद्वारा सोचाइ र गराइ समान होस् । ✳ शिवबाबा

शिव भगवानुवाच

त्याग र तपस्या नै सफलताका आधार हुन् । त्यागको भावना भएकाहरू नै सच्चा सेवाधारी बन्न सक्दछन् । त्यागबाट नै स्वयंको र अन्यको भाग्य बन्दछ र दृढ संकल्प गर्नु– यही तपस्या हो । त्यसैले, तपस्या र सेवा भावबाट अनेक हदका भावहरू समाप्त हुन जान्छन् । संगठन शक्तिशाली बन्दछ । एउटाले भन्यो अर्कोले गऱ्यो, कहिल्यै पनि तँ म, मेरो तेरो नआओस् तब सफलता स्वरूप, निर्विघ्न बन्नेछौ ।

सम्पादकीय

सम्पूर्ण समाधान

कसैलाई दिनै लागेको कुरा तत्कालै दोब्बर भएर त्यही कुरा फर्किएर आउने छ भन्ने थाहा पाएर दिदै छौं भने कस्तो कुरा दिन्छौ होला हामी ? कल्पना गरौं । यो स्मृति नै सम्पूर्ण समाधानको एक अद्‌भुत चाबी हो । आज हामी जहाँ छौं, हाम्रो चाहनाले भएको होइन, अपितु हाम्रो आन्तरिक अवस्थाको उपज हो । चाहेर यो जगतमा कुनै पनि कुरा प्राप्त हुँदैन, हामी जो छौं, जस्तो छौं, वर्तमान समयको अवस्थाको परिणाम हो । के पायौं, प्रश्न गर्ने कुरा नै होइन, के दिन सक्यौं त्यही कुरा दोब्बर भएर हामी सामु आइपुग्ने हो । दिँदै गर्दा पनि सुखको प्रत्याभुतिहुने र फर्केर दोब्बर हुँदा त झन् कयौं गुणा।

दिनु नै पाउनका लागि हो भन्ने स्मृतिले मानव मन हवातै स्थिर उन्मुख हुन थाल्दछ । मनको स्थिरता नै योगीको पहिलो कदम हो । जति-जति स्थिरता बढ्न थाल्दछ, अरूप्रतिको दृष्टिकोण फराकिलो, विशाल अनि स्वीकारभावले ओतप्रोत हुन थालिहाल्छ । कृतज्ञ भएर दिनुको आनन्द नै बेग्लै हुन्छ जसको कुनै जोड-घटाऊ हुँदैन ।

कहिले काहीं दान, दक्षिणा वा सहयोग नै गर्नु पर्दाको अवस्थामा एउटा निश्चित रकम दिनु नै पर्ने अवस्थामा पनि अलिकति आफ्नै विवेकले स्वतन्त्रपूर्वक थपेर दिन्छौं, त्यसको परमसुख नै अव्यक्त हुने गर्दछ । त्यो झुण्डिएर गएको रकमले सम्पूर्ण सन्तुष्टि प्रदानगर्दा रहेछ र कयौं गुणा दोब्बर भएर आउने रकम त्यही झुण्डिएको मात्र हो । ठूलो रकम त समाजलाई देखाउनका लागि, मान सम्मान जोगाउनका लागि पनि हुनसक्छ, त्यो पछाडि कसैले आशा नै नगरेको रकम नै विशाल भएर फर्केर आउने हो । आफूले जानेर स्वविवेकले देखेर गरेको कर्ममात्र दोब्बर हुने हो ।

अरूलाई देखाउन, अरूको नजरमा राम्रो गरेको देखाउन गरिएको व्यवहारले अन्ततः जीवनमा दुःखलाई निम्त्याउँछ । अरूलाई थाहै नदिइकन दिइएको सुखले मात्र जीवनमा आनन्दानुभूति गराउने हो । जसका लागि गर्दैछौं, उसलाई नै थाहा नहोस्, कसैले मलाई केही गर्दैछ । यो कर्ममात्र दोब्बर भएर आउने हो । मन कृतज्ञ होस्, आल्हादित होस् , दिन पाएकोमा परम सुख होस्, दिइयोस् अनि तत्कालै बिर्सि पनि हालियोस् ।

लिनु नै नपरोस् उससँग, यो प्रार्थनाहोस् । उससँगभएको हो नै मेरो । यो भावले जीवनमा प्राप्ति नै प्राप्तिको महसुस हुन थाल्दछ । कसैलाई कसैले दिएको भान नै नहोस्, कसैका लागि नै होइन, यो भावमा गरिएका हरेक कर्म श्रेष्ठ कर्म हुन पुग्दछन् जसको प्राप्ति कयौं जन्म-जन्म हुनथाल्दछ ।

परमात्मा शिवबाबा भन्नुहुन्छ, दिनेहरु आधा कल्पसम्म सुखी र खुशीले भरपुर हुने गर्दछन् । जीवन भरपुर हुन्छ, मन सधैं सन्तुष्ट हुन थाल्दछ । भौतिक र मानसिक सुख र खुसीको औसत हवात्तै दोब्बर हुन्छ । चौतर्फी प्राप्ति नै प्राप्तिको प्रत्याभुति हुन थालिहाल्छ । भएर दिउँला भन्नेहरुसँग न कहिले हुन्छ, न पुग्छ र दिन्छन् नै । दिनै पर्ने अवस्थामा यस्तो परिस्थिति शृजना हुनपुग्दछ, जसकारण उसका हातहरु अनायास रोकिन पुग्दछन् ।

कयौंलाई भविष्यको चिन्ताले पनि सताउन छोड्दैन् । केही भइहाल्यो भने यो बचाएको रकम काममा आउँछ भन्दै राखिएको रकम अन्ततःत्यही हुन्छ, जसका लागि उसले उल्टो गतिबाट सङ्कल्प गरेको थियो । सूक्ष्म डर नै समस्याको जड हो ।

अपेक्षातीत प्राप्तिको कमीको कारण म स्वयम् हुँ । चाहेको होइन अपितु भएको पाउने हो भन्ने शास्वत महान् सत्यले जीवनलाई उत्कृष्ट बनाउँदै लैजान्छ । अब स्थिर हुने प्रयत्न गरौं, हृदयलाई फराकिलो बनाऔं, हर कदम-कदममा आफूलाई सकारात्मक बनाउने भरपुर कोशिस गरौं । परिस्थिति मेरो अनुकुलको होस्,सबै कुरा मैले भनेजस्तै होस्, होइन बरु परिस्थिति जस्तो सुकै होस्, जेसुकै होस्, विपरीत होस् तर मेरो मन स्थिर रहोस्, सकारात्मक होस् । पुरुषार्थ नै आजको समयको यही हो ।

समयले आफ्नो गतिको मूल्यलाई जानेकै कारणले महत्वपूर्ण बनेको छ, हामी पनि सत्यको यो नियमलाई बनाइराखौं, जीवन स्वतः मूल्यवान् बन्नेछ । त्यसै पनि आध्यात्मिक पथिकको जीवन असामान्यतर्फ लम्किइरहेको छ, अझ प्रगाढतर्फ लम्किरहन सकोस् यही छ शुभकामना विजयादशमीको ।

– ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

त्यागको पनि ....

महारानीलाई जस्तै सजाउनुहुन्थ्यो । समय बित्दै जाने क्रममा दादा लेखराजको उमेर ६० वर्षको नजिक पुग्दै गर्दा दादा सँग-सँगै मैयामा पनि वैराग्य वृत्ति उत्पन्न भयो । सन् १९३६मा जब परमात्मा शिवको दादाको तनमा पहिलो पटक सन्निवेश भयो तब सौभाग्यशाली मैया पनि त्यस दृश्यको साक्षी हुनुहुन्थ्यो । यस अति महान् अवतरणका कारण केवल पिता श्रीको जीवनमात्र बदलिएन साथ-साथै मैयाको जीवनमा पनि परिवर्तन आयो । लौकिक पतिलाई उसै दिनदेखि परमपिताको माध्यमको रूपमा स्वीकार्दै पितासमान मान्न थाल्नुभयो । यस अलौकिक दृश्यलाई देखेर सिन्ध हैदरावादमा रहेको "यशोदा भवन"लाई सत्संग चलाउन सहर्ष समर्पित गरिदिनुभयो । यस ज्ञान यज्ञका लागि सबैभन्दा पहिले तीन पाउ पृथ्वी समर्पित गर्ने मैया यशोदा नै हुनुहुन्थ्यो किनकि त्यस स्थानको नाम थियो "यशोदा भवन" । हीरासमान आफ्ना कुल वधू वृजेन्द्रा र छोरी निर्मलाशान्तालाई पनि ईश्वरीय सेवामा समर्पित गरिदिनुभयो ।

यशोदा मैयाले समर्पण दिवसलाई साधारण नभई विजय दिवसका रूपमा स्वीकार गर्नुभयो । त्यसपछि उहाँहरूलाई देखेर अन्य मानिस पनि समर्पित भए । उनीहरू सबैको मैयाले दिलोज्यान लगाएर, सम्पूर्ण प्रेमसहित योगयुक्त भएर पालना गर्नुभयो । यसैले सम्मान पूर्वक सबैले उहाँलाई मैया भनेर पुकार्दथे । घोर तपस्वीसरह अर्ध उन्मीलित (उघ्रेको) नयनले उहाँको योगको पराकाष्ठालाई दर्शाउँथ्यो । १६ जुन १९६१सम्म ईश्वरीय सेवा गर्दा गर्दै उहाँले मृत्यु वरण गर्नुभयो, तपस्वीहरूले जस्तै । क्यान्सरका कारण हरकिसन दास हस्पिटल बम्बेमा भरना गरिएको थियो, पाँचौं दिन अमृतवेला दादी निर्मल शान्ताजीको काखमा सिर राखेर मुरली सुन्दा-सुन्दै दृष्टि लिदै, बाबा-बाबा भन्दै ईश्वरीय गोदमा समाहित हुनुभयो । जब बम्बेबाट दादी निर्मल शान्ताजीले फोनद्वारा मधुवनमा बाबालाई सन्देश दिनुभयो त्यतिखेर निर्लिप्त भावसहित बाबाले भन्नुभयो– 'बच्ची ! बिबी मरे तो हलुवा खाओ, अम्मा मरे तो हलुवा खाओ' । तर उहाँ (बाबा) सधैं उहाँको ख्याल राख्नुहुन्थ्यो । आजसम्म पनि उहाँले सारा विश्वलाई सकाश प्रकाश दिइरहनुभएको छ, दिइरहनुहुनेछ । जडसमान शरीरलाई त्यागेर शिव बाबासँग एक रूप भएर सबैका लागि उदाहरण स्वरूप बन्नुभएको छ ।

यज्ञ माता जगदम्बा सरस्वतीलाई यज्ञमा समर्पित गराउनमा स्वयं मैया यशोदा निमित्त बन्नुभएको थियो । उहाँलाई पहिले नै साक्षात्कार भएको थियो– ॐ राधे भविष्यमा श्री लक्ष्मी बन्नेवाला छिन् । जब बाबाले आफ्नो सर्वस्व यज्ञमा समर्पित गर्नुभयो तब यशोदा मैयाले पनि युगल रूपबाट सहर्ष समर्थन दिनुभयो । सन् १९५०मा जब यज्ञ १४ वर्षको गहन तपस्यापछि माउन्ट आबुमा स्थानान्तरित भयो त्यतिखेर मैया यशोदा पनि साथैमा आउनुभयो । निरहंकारी मैया जो राजसी ठाँट बाँठसँग रहनुहुन्थ्यो, उहाँ नै अब यज्ञमा सब्जी काट्ने, सरसफाइ गर्ने जस्ता सेवामा सम्मिलित हुनुभयो । माउन्ट आबु आउनेबित्तिकै बेगरी (अनिकालको) पार्ट सुरु भयो त्यसबेला पनि ईश्वरीय आधार लिएर निश्चिन्त रहनुभयो । एकडेढ साल कुन्ज दादीसँग पटनामा रहेर सेवा गर्नुभयो त्यसपछि बम्बेको सेवामा सहयोगी हुनुभयो । त्यहींबाट विदाई र बधाइ लिएर नयाँ चोलाद्वारा यज्ञ सम्हाल्न तन बदल्नुभयो । उहाँकै आशीर्वाद र उच्च धारणाको हात र साथले आज पनि सबैलाई त्याग र तपस्या साथै दिलबाट सेवा गर्ने पाठ पढाउँदै अघि बढाइरहेको छ ।

शान्त मन र आनन्दमय जीवन

✍ ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

अध्यात्म-विज्ञान

संसारमा सबैभन्दा अद्भुत र शक्तिशाली शक्ति मानवको मन हो । मानवको मनबाट नै संसारका सम्पूर्ण प्रक्रियाहरू सञ्चालन हुन्छन् भन्नु अतिसयोक्ति नहोला किनकि संसारको संरचना कस्तो बनाउने, कुन रूप रेखामा लैजाने भन्ने कुरा मानव मनले नै निर्धारण गर्दछ । मानव मनमा नै संकल्प विचार, भावना, कल्पना, नयाँ–नयाँ सोच र योजना उत्पन्न हुने गर्दछन् । मानव मन त्यतिकै चुप लागेर बस्न पनि सक्दैन । कुनै न कुनै विचार वा संकल्प मनमा चलिरहन्छन्, तर प्रश्न के भने कुन गुण स्तरका संकल्प चल्दछन् । त्यसको नै अहम् भूमिका हुन्छ । त्यसैले कुनै विद्वान्ले ठीकै भनेका छन्, सारा ब्रह्माण्डको सञ्चालक मानव चेतना नै हो । (Consciousness Controls the cosmos)।

वास्तवमा शान्ति र अशान्ति मानव भनेको आन्तरिक मनस्थिति हो । मनले दृढता पूर्वक कुनै संकल्प गर्दछ– मैले यस्तै अनुभव गर्नु पर्दछ, तब त्यस्तै परिणाम हासिल हुन सक्दछ । तर संकल्प भने दृढ, अडिग र एकाग्रचित्त हुनु पर्दछ । कुनै पनि प्रकारको बाह्य चुनौति, समस्या र विपरीत परिस्थितिबाट विचलित हुनु हुँदैन । बाह्य चुनौति जतिसुकै भयङ्कर र उपद्रव मच्चाउने खालका किन न हुन् मनको स्थिरता, धैर्यता र निर्भीकतामा रत्तिभर पनि प्रभाव नपरोस् । मन आफ्नो निर्धारित लक्ष्यमा दृढताका साथ एकचित्त रहन सकोस् । यस्तो मनको अडोल स्थितिका अगाडि परिस्थिति, समस्या, घटना र व्यक्तिहरू सबै नतमस्तक हुन्छन् । अर्थात् स्वस्थिति सबै प्रकारका परिस्थितिमाथि विजयी हुन सक्दछ । मनभित्रको अथाह सम्भाव्य ऊर्जा जब सक्रीय हुन्छ त्यस अवस्थामा व्यक्ति सबै प्रकारका अड्चन, बाधा र व्यवधानलाई सहजै पार गर्न सक्दछ ।

मानव मनमा असीमित सम्भावनाहरू रहेका हुन्छन् जो अति नै मनन योग्य छन् । संसारमा जे जति पनि नयाँ खोज आविष्कार भएका छन् यी सबै मानव मनका नै अभिव्यक्ति हुन् । मानव जब कुनै कुरामा उत्साह, उमंग र हौसलाका साथ उत्प्रेरित भएर तल्लीन हुन्छ निश्चित रूपमा अपेक्षित लक्ष्य हासिल भएरै छाड्दछ । उसका लागि कुनै कुरा असम्भव हुन सक्दैन, असम्भव भन्ने शब्द नै उसको शब्दकोषमा रहँदैन । जसरी भौतिक दुनियाँका यावत उपलब्धीमा मानव मनको नै अहम् भूमिका हुन्छ त्यसै गरी आध्यात्मिक क्षेत्रको उच्चतम प्राप्तिका लागि मानव मनको नै महत्त्वपूर्ण रोल हुन्छ । कुरा शान्तमय मनको हो । वर्तमान युगमा सबैभन्दा महंगो मानव मनको शान्ति भएको छ । सुख-सुविधाका प्रचुर साधनहरू छन्, पद, प्रतिष्ठा, मान-शान, शिक्षा र बौद्धिक स्तर अति उच्च हुँदा-हुँदै पनि मनमा शान्ति छैन । मन अमन्चयनको अनुभव गरिरहेको छैन । अनेक प्रकारका संकल्प विकल्पका हुरी-तुफानहरू मनमा चलिरहन्छन् । कहिले द्वन्द्वात्मक विचारहरू, कहिले नकारात्मक विचारहरू, कहिले अशुद्ध चेष्टा भएका विचारहरूले मनलाई उद्वेलित र हैरान गरिरहेका हुन्छन् । ईर्ष्या, द्वेष, घृणा, वैरभाव, बदलाको भाव तथा अनेक सांसारिक इच्छाले मनलाई पिरोलिरहेको हुन्छ । समग्रमा जब मन यस्ता आन्तरिक अस्थिर तरङ्गहरूमा तरङ्गित हुन्छ मनको शान्ति भंग भएर जान्छ । यसरी अशान्त, असन्तुलित र तनावग्रस्त मन आफैंमा एक समस्या बन्न पुग्दछ । जसबाट उसमा अनेक प्रकारका उल्झन र दुविधाहरू मानसिक तनाव र दबावका कारण बन्दछन् । अक्सर वर्तमान मानव जीवन यिनै दुविधा, उल्झन र अशान्तिका बीच 'चल्ती का नाम गाडी' भन्ने अयथार्थतालाई यथार्थ मानेर चलिरहेको छ ।

जीवनलाई सुखमय, आनन्दमय, सकुशल र सौहार्द्रमय बनाउन प्रथमत: मनलाई नै शान्त, सन्तुष्ट, शालीन र स्वच्छ बनाउनु जरुरी छ । आध्यात्मिक विज्ञानले मानिसको चेतन, अर्धचेतन र अचेतन मनलाई सही अर्थमा जानी बुझी तिनीहरूको उचित व्यवस्थापन गर्न आवश्यक सूत्रहरू वा मार्ग निर्देशन प्रदान गर्दछ । वास्तवमा मनको खुशी, मनको प्रशन्नता र मनको सन्तुष्टी बाह्य वस्तु, वैभव र व्यक्तिभन्दा पनि सत्य ज्ञान, आत्मिक चिन्तन, मनको शुद्धि आफ्नो अनादि अस्तित्व तथा स्वधर्म र शाश्वत मूल्यहरूको बोध एवं उपलब्धीमा दिगो रहन्छ । साथ-साथै सबै आध्यात्मिक उच्च मूल्य, गुण र शक्तिको परम स्रोत परमात्म शक्तिसंगको निकटतम सम्बन्ध, सान्निध्य र याद गर्ने विधि विधानको निरन्तर अभ्यासबाट नै मनमा अथाह शान्ति सन्तुष्टी र तृप्तिको प्राप्ति हुने गर्दछ । ईश्वरसंगको आत्मिक सम्बन्धमा नै मानव आत्मालाई सही सुख अर्थात् अतीन्द्रिय सुख प्राप्त हुन्छ । अन्तत: मन, आध्यात्मिक चेतनाले आलोकित मन (supra conscious mind) बन्न पुग्दछ ।

भौतिक उन्नतिको दौडका साथै अग्रगति लिने क्रममा मानिसको मन भौतिक साधन र सामग्रीको प्रचुरता र जोड जोखनको व्यवस्थापनमा नै बढी केन्द्रित हुन पुग्यो । सर-साधन र वस्तु-वैभवको उपलब्धीको पछिल्तिर मानिसको आसय (intension) यही थियो– यावत भौतिक आवश्यकताको परिपूर्ति गर्न सकेमा मात्र मानव जीवन सुखमय र आनन्दमय हुनेछ । तर परिणाम भने सोचेजस्तो वा अपेक्षा गरेजस्तो हुन सकेन । विविध कुराको अचिकारताका बाबजुद पनि मानवको जीवनबाट चिन्ता, भय, शोक, अशान्ति, अनेक प्रकारका अन्तर पीडा समाप्त हुन सकेनन् । कतिपय अवस्थामा भौतिक सर साधनको चकाचौधका बीच मानिस आफ्नो भोक र निद्रालाई समेत गुमाउन पुगेको छ । स्वाभाविक रूपमा लाग्ने भोक र निन्द्रा समेत उसको जीवनबाट छिनिएको छ । स्वाभाविक रूपमा निद्रा न लाग्दा कृत्रिम औषधिको सहाराबाट सुत्नुपर्ने अवस्थाको सिर्जित हुन गएको छ । नि:सन्देह विज्ञान प्रदत्त साधनहरूले मानिसलाई सुख सुविधा प्रदान गरेको छ । कार्य क्षमतामा वृद्धि गरेको छ । सबै क्षेत्रलाई सुगम र सहज पारिदिएको छ । तर साथ-साथै मानिसको मनमा खैलाबैला, अशान्ति पनि थपिदिएको छ । मानिस भोगवाद र मुनाफावादको शिकार बनेको छ । उसलाई इन्द्रिय लोलुपतातिर धकेलिदिएको छ । उसको मनभित्र छटपटी र चञ्चलता पैदा गरिदिएको छ । जीवनबाट संयमशीलता, स्वअनुशासन र सदाचार खोसिएको छ । परिणाम स्वरूप व्यक्ति सर, साधन र सम्पत्तिको स्वयं मालिक नभएर तिनै क्षणभंगुर कुराको वशीभूत हुन पुगेको छ । वर्तमान मानव जीवनको अनौठो विडम्बना बाहिरबाट भरपुर र सम्पन्न भित्रबाट खाली, अभावग्रस्थ र कंगाल रहेको देखिन्छ । यस्तो मानसिक अवस्थामा न मन शान्तमय हुन्छ न त आनन्दमय र सुखमय जीवनको नै परिकल्पना गर्न सकिन्छ ।

उल्लिखित अवस्थालाई सन्तुलित र सुव्यवस्थित गर्न अन्तत: आध्यात्मिक विज्ञानको ढोकामै फर्किनु पर्दछ । आध्यात्मिक विज्ञानले मानिसलाई भौतिक वस्तु, वैभव विहीन बनेर मगन्ते बन्ने पक्षमा प्रेरित गर्दैन बरु यस विद्याले मानिसलाई आत्मसंयमका साथ अनाशक्त भावले वस्तु वैभवलाई उपयोग र प्रयोग गर्ने तौर तरिका बोध गराइदिन्छ । भौतिक रूपमा सम्पन्न हुनु नराम्रो होइन तर त्यसको मातले मात्तिने पनि होइन । सम्पत्तिले सम्पन्न हुँदा-हुँदै पनि सबैको हीत र कल्याणको भावनाका साथ जीवनलाई सात्विक, सदाचारी र राजयोगी बनाउँदै मानव सेवाका लागि जीवनमा प्राप्त भएको तन, मन र धन, संकल्प र सामर्थ्यलाई अरूको सुख सुविधाको कार्यमा समर्पित गर्नु-गराउनु नै आध्यात्मिक विद्याको मूल ध्येय र उद्देश्य हो । आध्यात्मिक जागृतीमा मानिस निहीत स्वार्थ, संकुचित मान्यता तथा नानाथरिका भेद्भावबाट मुक्त रहेर स्वयम् शान्ति, प्रेम, स्नेह, सम्मान र सहयोग जस्ता गुणहरू धारण गर्दछ तथा तदनुसार नै उसको व्यवहार कर्म हुने गर्दछ । जसले प्रत्येक कर्म र व्यवहारलाई त्रिकालदर्शी बनेर जीवनमा प्रयोग गर्दछ उसको मन नै वास्तवमा शान्त शीतल र निर्मल हुन्छ । अनि उसको जीवन नै यथार्थमा सुखमय, आनन्दमय र अमनचयनले सम्पन्न हुन्छ । अत: आनन्दमय र सुखमय जीवनको परिकल्पनालाई मूर्तरूप दिन आन्तरिक मनस्थिति हर प्रकारले स्थिर, धैर्य, शान्त र शीतल बनाऔं तथा जीवनको गन्तव्यलाई प्राप्त गरौं ।

स्वर्गको एक टुक्रा- मधुवन

✍ रमिला पन्त, कृष्णपुर, चितवन

भारतको राजस्थान स्थित माउन्ट आबुमा रहेको ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालय पुग्दा र पुगेपछि प्राप्त शान्ति र आनन्दको विषयमा केही महिनापछि मात्रै संस्मरण लेख्ने सोच बनाइरहेकी थिएँ । तर अकस्मात् मेरो लौकिक पिता खेसरीप्रसाद पन्तले गत असार १० गते उहाँको भौतिक शरीर सदाका लागि छाड्नुभयो । पहिले मैले जुन शरीरलाई पिताको सम्बोधन गर्थें त्यो मौका मेरा लागि अब रहेन । यतिखेर यसै वर्षमा भएको माउन्टआबु भ्रमणको सम्झनामा कलम चलाउँदा उपयुक्त होला भन्ने विचार उत्पन्न भएको र त्यसकै लागि तरखर गर्दैगर्दा यी शब्दहरूले जन्म लिएका हुन् ।

यस संसारमा मानिसको जन्मिने, हुर्किने र कहाँबाट कहाँ पुग्ने कसैलाई थाहा नहुने प्रक्रिया एउटा कास्मिरमा रोपिएको, कार्टूनमा प्याक भएको विभिन्न ढुवानी र व्यापारीको माध्यम हुँदै कहाँबाट कहाँ पुगी खानाको रूपमा परिणत भएजस्तै हुँदो रहेछ । मेरो जीवनचक्र पनि यस्तै रहयो ।
म गोर्खामा जन्मिएकी रहेछु । बुवा खेसरी पन्त र आमा एकुमाया पन्त । राजा वीरेन्द्रको वंशनास भएकै दिन हामी गोर्खाबाट चितवन आएका थियौं । चितवनको शरदपुर माविबाट एस.एल.सी पास गरेपछि केही समय नारायणी उच्चमाविमा अध्ययनपश्चात् म मैयाँदेवी कन्या कलेजमा भर्ना भएँ । चितव(नबाट प्रकाशन हुने नारायणी टुडे राष्ट्रिय मासिकमा जागिरे पनि भएँ । कलेज पढ्दै नोकरी गर्दै गर्दा विभिन्न विषयमा जानकारी हासिल गर्ने मौका पनि पाएँ । सिक्ने अरूबाट नै हो । मैले पनि मेरो अफिसका अग्रज वीरेन्द्रमणि पौडेलबाट नै धेरै कुरा सिकें । कतिपय कुरा उहाँले सिकाएर सिकें भने कतिपय कुरा उहाँको बोली र व्यवहारबाट सिकें । उहाँ धनीबाट लिएर गरीबलाई दिनुहुँदो रहेछ । धनीलाई मर्का नपार्ने र गरीबलाई खुशी पार्ने उहाँको विशेषता मलाई खुबै मन पर्‍यो । उहाँले धेरै गरिबहरूलाई सहयोग गर्नुभएको छ । उहाँको थप विशेषता चाहीं जसलाई उहाँले सहयोग गर्नुहुन्छ त्यो व्यक्तिबाट कुनै पनि सहयोग नलिने घोषणा गर्नुहुँदो रहेछ । मलाई अचम्म लाग्यो । त्यसो गर्दा व्यापार गरेको अर्थ लाग्छ उहाँ भन्ने गर्नुहुन्छ ।

"ज्ञान" अविनाशी धन हो, ज्ञानी मानिस सधैं हरप्रकारले धनी हुन्छ, सत्कर्म गर्नु, कसले के भन्छ वास्ता नगर्नु किनकि संसारमा भएका अरबौं मान्छेको मुख थुन्न सकिन्न, धनी धन भएका कारणले दुखी छन्, गरीब धन नभएका कारणले दुखी छन्" जस्ता उहाँले व्यक्त गर्नुभएका भनाइबाट मैले धेरै हदसम्म आफ्नो चिन्तनलाई फराकिलो पार्न सकें । उहाँकै प्रेरणाबाट आज म विभिन्न विधामा अनुभवी र परिपक्व बन्दैछु, यो महसुस गरेकी छु ।

मान्छे किन दुःखी छन्, किन एकले अर्कोलाई हेप्ने दबाउने गर्छन्, लोभी र रिसाहा किन छन् यस्ता प्रश्नहरूले मलाई सताएको सतायै गर्थे । यी सबै प्रश्नको एउटै जवाफ वीरेन्द्रमणि सरले मलाई "ज्ञानको कमीका कारणले हो" भन्नु भएको थियो ।

एकदिन पत्रिकाको वार्षिकोत्सव कार्यक्रमका लागि निम्तो दिन सरसँग म नारायणगढको ओमशान्ति भवनमा गएँ । त्यो भवनभित्र छिर्दा नै कस्तो कस्तो अनौठो आनन्दको अनुभूति भयो मलाई । मेरो अनुहारको रङ्ग बदलिएको देखेर नै होला सायद सरले मलाई "यिनीहरू नै हुन् ज्ञानी मान्छेहरू" भन्नुभयो । सरले त्यसो भन्दा इशारा सेतो कपडामा सजिएका ब्रह्माकुमारी दिदीहरू र ब्रह्माकुमारहरू तर्फ थियो । म ज्यादै उत्सुक भएँ । केही दिनपछि सरसँग म पुनः सोही आश्रममा गएँ । ब्रम्हाकुमारी अम्बिका दिदी र ब्रम्हाकुमार अर्जुन भाइजीले हामीलाई सातदिने कोर्ष गराउनु भयो । कोर्ष समाप्तीपछि मैले मुरली निरन्तर सुनिरहने अठोट गरें । मुरली भनेको ज्ञान र विवेक हो, गीताज्ञान हो र भगवानको शब्दमार्फतको वरदान हो । मैले मुरली मार्फत् नै जीवन र जगत्का अनेकानेक रहस्य थाहा पाउँदै गएँ । गीता ज्ञान मार्फत् सत्यको नजिक पुग्दै गएँ । जब मानिसलाई सत्य बोध हुन्छ स्वाभाविक रूपमा उसलाई आनन्द प्राप्त हुँदै जान्छ । मैले पनि त्यस्तै महशुस गरें । एकातर्फ पढाइ, अर्कोतर्फ अफिसको काम त्यसको अतिरिक्त आफ्नो मनमा एकपटक माउन्टआबु जान पाए हुन्थ्यो भन्ने चाहनाले कोतरीरहन्थ्यो । भगवानको आशीर्वाद भन्छु म । त्यो एकदिन आयो म माउन्ट आबु जान पाउने भएँ । अफिसबाट छुट्टी मिल्यो । केही समय अघि माउन्टआबु जान नाम लेखाएँ । तोकिएको दिन फागुन २३ गते नारायणगढबाट सुनौली हुँदै गोरखपुर पुग्यौं । भोलिपल्टको बिहान ३ बजे ट्रेन चढ्यौं । जिन्दगीमा पहिलो पल्ट ट्रेन चढ्दा निकै रमाइलो लाग्यो । ट्रेन र बस चढेको समय जोड्दा तीन दिनमा माउन्ट आबु पुगियो । राजस्थानको आबुरोड स्थित स्टेशनमा पुगेपछि हामीलाई लिन बाबाको घर शान्तिवनबाट गाडी आइपुगे । गाडी चढेर बाबाको आश्रमभित्र प्रवेशपछि हामीलाई प्रकाश कुञ्जमा बसोवासको बन्दोवस्त मिलाइएको रहेछ । केही समयको आरामपछि नियमित क्रियाकलापतर्फको रुटिन पछ्याउन तर्फ लागियो । जसअन्तर्गत साँझमा ५:३० बाट ६:३० सम्म मेडिटेशन, ८ बजेसम्म क्लास (प्रवचन) ८ बजेदेखि ९ सम्म खाना । ९ देखि ११ बजेसम्म क्लास । त्यसपछि गुडनाइट ।

बिहान हामी ३ बजेदेखि नै मेडिटेशन हलमा पुग्थ्यौं र ५ बजेसम्म डायमण्ड हलमा मेडिटेशन गर्थ्यौं । ७ देखि ८ बजेसम्म मुरली क्लास, नास्ता पश्चात् ११ बजेसम्म महायज्ञको सेवा गरिन्थ्यो । ११ देखि १२ बजेसम्म ब्रम्हाभोजन अर्थात् बिहानको खाना । १२ देखि १ बजेसम्म आराम र १ बजेदेखि ४ बजेसम्म विभिन्न स्थानहरूको भ्रमण र दृष्यावलोकन गरिन्थ्यो । यो कार्यक्रम सकिएपछि चियानास्ताको प्रकिया शुरु हुन्थ्यो र पुनः क्लास र मेडिटेशनहरू हुन्थे । मैले माउन्टआबुमा ७ दिन बिताएँ । गन्ती गर्दा सात दिन पुग्यो तर त्यो सातदिन कतिखेर बित्यो कुनै पत्तो भएन । दुःख, कष्टको महशुस वा नरमाइलो लागेको हुन्थ्यो भने समयको गन्ती पनि हुन्थ्यो होला तर मलाई त जीवनमा यति आनन्दको अनुभूति भइरहेको थियो कि म त स्वर्गमै थिएँ । मानव जीवनमा स्नेहको स्थान अरू भन्दा बेग्लै छ । त्यहाँ बाबाका बच्चाहरूले, दिदी र दादीहरूले यतिसम्म स्नेह दिनुहुँदो रहेछ, देख्दा र महशुस गर्दा निकै खुशी भएँ । फेरि मलाई स्नेह गर्ने, मार्गदर्शक नारायणगढ आश्रमकी आदरणीय ब्रह्माकुमारी राजयोगिनी लक्ष्मी दिदी लगायत अन्य दिदी बहिनी तथा भाइजीहरू पनि साथमै हुनुहुन्थ्यो । उहाँहरूले मलाई विभिन्न स्थानहरूमा भ्रमण गराउनु भयो । मलाई यतिबेला पनि झलझली सम्झना आउँछ- दादी पार्क जहाँ पिकनिक आयोजना गरिँदो रहेछ, निकै मनमोहक लाग्यो । सफासुग्घरको त के चर्चा गर्नु भुईंदेखि भित्तासम्म, बाटोदेखि बगैंचासम्म पूरै सफा । बाबा साकार हुँदा बसोवास गर्नुहुने स्थल पाण्डव भवन, हिस्ट्री हल जहाँ बाबाले मुरली चलाउनुहुन्थ्यो, ज्यादै आकर्षक लाग्यो । बाबाको कुटी जहाँ बसेर बाबाले हातैले मुरली लेख्नुहुन्थ्यो त्यहाँ भित्र पसेर मेडिटेसन गर्दा अतीन्द्रिय सुखको अनुभूति गरें । अहिले पनि मलाई अचम्म लाग्छ त्यतिबेला मलाई कुनै कुराको सम्झना आएन । न भौतिक शरीरमा आएका कुनै आफन्तको सम्झना आयो न कुनै चिन्ता वा समस्याबारे सम्झना नै । गज्जबको स्फूर्ति प्राप्त गरेकी थिएँ । फूलैफूलको आकर्षक बगैंचाले भरिएको, झुलाहरूले सजाइएको पिसपार्कमा टहलिँदा स्वर्गको आँगनमा टेकेको अनुभूति हुन्थ्यो । संसारका हरेक पुण्यात्मा जो त्यस पार्कमा पुग्छन् वाह! वाह! नगरी सुखै पाउँदैनन् । मलाई त्यस्तै लाग्छ । अनुशासनको चर्चा गर्दा दुनियाँ छक्क पर्छन् । हजारौं मानिस सँगै-सँगै हुन्छन् तर आवाज सुनिँदैन । कति शान्त ! भौतिक सुविधा भनौं वा नयाँ आविस्कार- सोलार सिस्टमको कुरा गर्दा अचम्म लाग्छ । दुनियाँको सबैभन्दा ठूलो प्रोजेक्ट नै त्यही हो जस्तो लाग्छ । सोलार मार्फत चौबीसै घण्टा विद्युत

पृष्ठ संख्या ६ ——

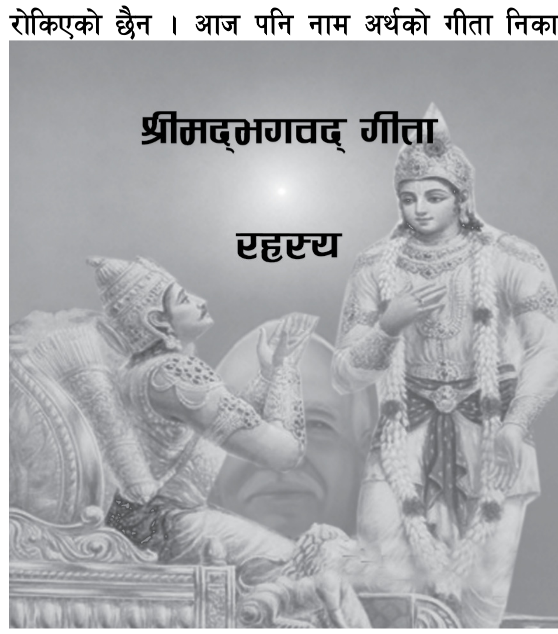
सच्चा गीता- ५

गीता १:३१ देखि १:४६ सम्मका श्लोकहरूको अर्थ हरेक टीकाकार र अनुवादकहरूको दैहिक दृष्टिको देखियो र सबै गीताहरू फरक-फरक नै पाइयो । यस कारण ती गीता जीव र जगत्को कल्याणका निमित्त बन्न सकेनन् । सिद्धार्थ गौतम बुद्धले यही गीतालाई जसरी बुझे त्यसैअनुरूप बौद्ध दर्शनको प्रादुर्भाव भई बौद्ध धर्म नै बन्यो, यही देहकै अर्थमा जैन, इश्लाम, सिख्ख, वहाई, आदि धर्मको उत्पत्ति भयो । आज आएर गन्नै नसकिने दर्शनहरू बने र बनाउनेहरू सबै महान् विद्वान कहलाइए । अझै पनि अलग-अलग दर्शन निकाल्ने प्रयासमा छन्– सबै दैहिक अर्थमा नै । देह (शरीर)भन्दा माथि देही (आत्मा)मा कोही पुग्न सकेन । पाठ गर्नमा मात्र सीमित राखियो, गीता कल्याणको निमित्त बन्न सकेन । जब कि देही (आत्मिक) दृष्टिले गीता पूरा ब्रह्माण्डको नै कल्याण गर्न सक्ने शास्त्र हो । गीता कुनै एक धार्मिक सम्प्रदायमा मात्र सीमित कहिल्यै होइन यो त विश्वका हरेक जीवात्मा र प्रकृतिको कल्याणका लागि हो ।

संसारका जति पनि भिन्न-भिन्न, दर्शन र धर्म वा संप्रदायहरू छन् ती सबै देही (आत्मिक) दृष्टिको गीताभित्रकै हुन् तर गीता स्वयं भने कुनै एउटा दर्शन धर्म वा संप्रदाय भित्रमात्र सीमित छैन । यसरी श्रीमद्भगवद्गीता सबैको साझा शास्त्र हो । अन्य धर्मका धर्म शास्त्र र दर्शनले देहलाई मात्र अर्थ लगाएका छन् । देहलाई नै बुझाउने धर्म शास्त्र र दर्शनका प्रवर्तक वा संस्थापकहरूको मूर्ति बनाई पुजा गरेको पाइन्छ । देही (आत्मा) लाई बुझाउने केही नभएका कारण गीता ५ हजार १ सय ५१ वर्षदेखि विद्यमान हुँदा पनि दुनियाँ र मानव कहीँ र कोही पनि सतो अगस्थाको (सतको) नबन्न सके, नबनाउनै सके । प्राय: तमो (तमस)मा पनि प्रधानताले कहाँ कुन धरातल तिर पुऱ्याउने हो थाहा छैन । हो आज यो संसार विज्ञानले भौतिक विकासमा यम ग्रहतिर नै पुग्यो तर मानवीय मूल्य र मान्यता कुन स्थानमा खोज्नुपर्ने हो जस कारण आन्तरिक सुख, शान्ति, प्रेम, आनन्द, न त ती दैहिक अर्थ भएका गीता, न अन्य धर्म शास्त्रहरू, न त कुनै दर्शनबाट, न विज्ञानबाट नै पाइन्छ । कोही समर्थ रहेन र ती आन्तरिक सुख, शान्ति खोजीमा नै सीमित बने ।

शरीर सहितका द्वापरयुगी श्री कृष्ण जो अष्टमीको मध्य रातमा देवकीको कोखबाट जन्म लिई १२५ वर्षको पूरा आयुपछि मृत्यु वरण गरेका देवताबाट ५१५१ वर्ष अगाडि नै धर्म स्थापना (४: ७, ८, गीता)का लागि दिइएका देहकै अर्थका गीताबाट कुन धर्मको स्थापना भयो यो त देखिएन– वैदिक सनातन धर्म त कल्पौं देखिको हो जसको न आदि छ न अन्त्य । त्यसपछि झनै अधर्मको तमस रूपी तमोप्रधानताको घोर कलि शुरु भई आज अति तमोप्रधानताले संसार नै व्याप्त छ अझ कहाँ पुग्ने हो थाहा छैन ।

निरञ्जन, निर्विकारी, निराकारी, अजन्मा, अभोक्ता, मंगलकारी, शुभकारी, अव्यय, अचिन्त्य, शाश्वत, अजर, अमर, अविनाशी सम्पूर्णको आराध्य आदि देव, विश्वकल्याणकारी, ''शिवु परमपिता परमात्माबाट विगत ७८ वर्ष अगाडि एक वृद्ध मानव तनमा अवतरण हुनु भई जगत् कल्याण अर्थ दिइरहनुभएको गीता "ज्ञानलाई" "सच्चा गीता" शीर्षकमा परमात्माप्रेमी सम्पूर्णको कल्याणार्थ सबैसमक्ष प्रस्तुत गर्ने पंक्तिकारको प्रयास हो । श्रीमद्भगवदगीतामा भएका श्री भगवानुवाच र गुडाकेश (अर्जुन) उवाचका श्लोकहरूलाई देही स्वरूप वा आत्मिक दृष्टिको अर्थमा पाउनु हुनेछ । आजसम्म उपलब्ध सम्पूर्ण गीताका टीका वा अनुवादहरू कुनै आत्मिक अर्थभन्दा आफूद्वारा लेखिएका टीका वा अनुवादलाई प्रमाणित गर्न अनेक प्रयत्नले देह अर्थको गीता मोटो बन्ने क्रम रोकिएको छैन । आज पनि नाम अर्थको गीता निकाल्ने



क्रम जारी छ । सत् (आत्मा) अर्थको गीता आजसम्म नरहेकाले भगवानुवाच १०:२ को श्लोक आज पनि यत्तिकै सान्दर्भिक छ– "मेरो प्रकटता न देवता, न महर्षिले जाने", ७:३ मा "मलाई तत्त्वसहित जान्ने अति दुर्लभ", ७:२४ र २५ मा– "म अजर, अविनाशी, परम अव्यक्तलाई बुद्धिहिन र मूढ मनुष्यले जानेनन्" । यसैले भगवान्ले ती मूढ मनुष्यलाई (११:८) दिव्य दृष्टि नै दिनुभयो र पनि आजसम्म भगवान्को खोजीमा भौतारिन छोडेका छैनन् यसैले सान्धर्भिक लाग्दछ गरुडपुराणको १६:७०को श्लोक जुन गरुड पुराणकै १ देखि १५ अध्यायसम्म दिएका कर्म काण्ड र भक्तिका अनुष्ठानहरूलाई इसारा गर्दै– पूर्वोक्त सबै कर्म अनुष्ठानहरू सबै लोक रञ्जनमात्रको लागि हो । मोक्षको कारण त साक्षात तत्त्वज्ञान नै हो ।" चाहे पितृ मोक्ष होस्, चाहे आफ्नै मोक्ष । ज्ञान बाहेक अन्य ती कर्म काण्डीय क्रिया वा अनुष्ठान वा वेद पाठ, पुराण, गीता पाठ वा पूजा, तप, यज्ञ, व्रत, होम, रुद्री, तीर्थाटन, दान आदि सबै व्यर्थ हुन्छन् । गरुड-पुराणकै १६:७२देखि १६:९९ सम्मका भनाइमा दृष्टि पुऱ्याउनु भए सबै स्पष्ट पाइन्छ । यस "सच्चा गीता" वा सत्य ज्ञान सहितको गीता कसैको अनुवादित गीताको टीका टिप्पणी मनसाय होइन । "गीता" स्वयम् तत्त्व ज्ञानको खजाना हो, त्यही तत्त्व ज्ञानलाई आफूले परमपिता परमात्मा शिवबाट पाएकोलाई सबैमा बाँड्ने प्रयत्न हो । ❋

.........क्रमश:

✍ पद्मवी श्रेष्ठ, रत्ननगर, टाँडी
फोन नं : ९८४५१४२५२०

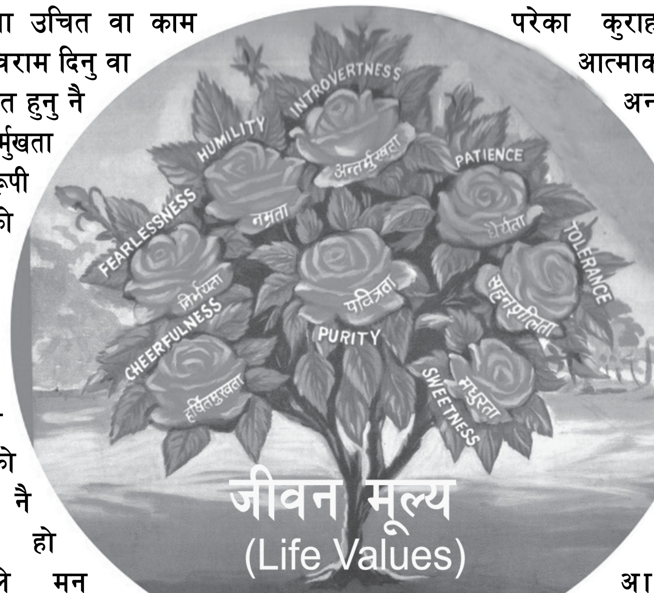
गीता ज्ञान दाता

सबै आत्मा, महात्मा, देवआत्मा आदिको परमपिता एउटै हुनुहुन्छ । उहाँलाई नै भगवान् अथवा परमात्मा भनिन्छ । ज्ञान, शान्ति, आनन्द, प्रेम र पवित्रताको सागर सर्व शक्तिमान् पनि उहाँ एउटै हुनुहुन्छ । यो महिमा अरू कुनै पनि सामान्य आत्मा, महात्मा, देवआत्मा आदिको हुन सक्दैन । यस दिव्य कर्तव्यको लागि उहाँले दिव्य जन्म लिनुहुन्छ । उहाँले माताको गर्भबाट जन्म लिनुहुन्न । उहाँले शैशव आदि अवस्थाहरू या राज्य भाग्य तथा सुख सम्पत्ति भोग्नु हुन्न किनकि उहाँ अभोक्ता र कर्मातीत हुनुहुन्छ । उहाँ सारा सृष्टिको माता-पिता अविनाशी शिक्षक तथा एकमात्र सद्‌गुरु अर्थात् सद्‌गति दाता हुनुहुन्छ । निराकार शिव वास्तविक रूपमा परमात्माको नाम हो । परमात्माले आफ्नो साकार माध्यम प्रजापिता बह्माद्वारा जुन ज्ञान दिनुहुन्छ त्यो अति सहज छ, जसलाई सबैले अपनाउन सक्नुहुन्छ । गीता शब्द गीतबाट बनेको हो । गीत धेरै नै मधुर र मनमोहक हुन्छ । जसलाई सबैले सुन्छन् र आनन्द विभोर हुन्छन् । त्यसरी नै यो ज्ञान पनि एक गीतजस्तै हुन्छ जसलाई ध्यानसँग सुनेर त्यसको अमल गरेमा त्यसबाट आनन्द प्राप्ति भई मनमोहक "कृष्ण" पैदा हुन्छ । परमात्मा शिव सच्चा गीता ज्ञान दाता हुनुहुन्छ । जुन गीतालाई सुनेर मनमोहनजस्तै बन्न सकिन्छ । श्रीमद्भगवद्गीताको लागि संसारमा मानिसहरू भन्छन्– गीता सुनेर मोक्ष वा स्वर्गको प्राप्ति हुन्छ र जीवनको अन्तिम क्षणमा गीता जरुर सुन्नु पर्छ । यो एउटा मान्यता हो । यो विचारणीय छ– धेरैले यस जीवनमा तथा अन्तिम क्षणमा गीता सुन्यो वा पढ्यो भने के त्यसबाट मोक्ष या स्वर्ग मिल्छ होला ? यस समय त्यो मोक्ष वा स्वर्गलाई दिलाउनको लागि परमात्मा स्वयं यस धरामा अवतरित भएर सहज गीता ज्ञानबाट स्वर्णिम संसार ल्याउने अद्‌भुत कार्य गरिरहनु भएको छ । त्यसो त गीतामा वर्णित छ– म परमात्मालाई जान्न र बुझ्नको लागि दिव्य चक्षु अर्थात् दिव्य ज्ञान चाहिन्छ । त्यस बाहेक मलाई जान्न सक्दैनन् । भगवान् शिवको यस ज्ञानलाई नै गीता भनिन्छ, यो नै वास्तविकता हो । यस कुरालाई सबैले बुझेर त्यस बाटोमा लागेमा आफ्नो जीवनमा अपनाएर देवत्व पाप्त गर्न सकिन्छ । गीता ज्ञान ज्ञानको सागर पतित पावन सबै आत्माहरूको परमपिता, मनुष्यहरूलाई देवता बनाउने एकमात्र भगवान् "शिव" ले दिनुभएको थियो जो श्रीकृष्णको पनि परमपिता हुनुहुन्छ । श्रीकृष्णले त उनै परम सद्‌गुरु शिवबाट नै त्यो श्री नारायण पद प्राप्त गर्नुभएको थियो । यसैले वृन्दावनमा गोपेश्वरको मन्दिर छ जसमा देखाइएको छ कि भगवान् शिव श्रीकृष्णको पनि पूज्य हुनुहुन्छ र गोप गोपिनीहरूको पनि मान्य ईश्वर हुनुहुन्छ । ❋

साभार : ओम् शान्ति मिडिया
प्रस्तोता : पद्मपाणि सुवेदी, भरतपुर

जीवन मूल्य– २) अन्तर्मुखता

धेरै बोल्ने, सधैं टीका टिप्पणी गर्ने व्यक्ति कसलाई प्रिय लाग्छ ? आवश्यकताभन्दा बढी बोल्नेलाई फाल्तु बकबास भनिन्छ । जसद्वारा व्यक्तिको छवी खराब हुन्छ । यस्ता व्यक्तिलाई सबैले टार्न चाहन्छन् । परन्तु जो सदा मधुर भएर पेश हुन्छ, सारगर्भित वचन बोल्छ, जो मीतभाषी छ मतलब कामका कुराहरू मात्रै बोल्छ ऊ सबैको प्यारो बन्दछ । अर्थात् कार्यको लागि बोलेर शान्त रहनेवाला नै सर्वप्रिय बन्न सक्छ । वास्तवमा उचित वा काम परेका कुराहरूमात्र बोलेर वाणीलाई विराम दिनु वा आत्माको मूल गुण शान्तिमा स्थित हुनु नै अन्तर्मुखी हुनु हो । अन्तर्मुखता अर्थात् मनरूपी मुखको अन्तरात्माको डोरीलाई मोड्नु । आत्माको मूल गुण शान्तिमा स्थित हुनु तथा आत्माको दिव्य गुणहरूको अनुभव गर्नु नै अन्तर्मुखी हुनु हो । अन्तर्मुखी हुनाले मन आत्मिक गुणहरूको चिन्तनमा मग्न हुन थाल्दछ । ऊ आन्तरिक सौन्दर्यलाई निहाल्नमा मस्त हुन्छ र बाह्य आकर्षणहरूबाट मुक्त हुन्छ । मन पन्छी आवाजको दुनियाँभन्दा पर उड्दछ साथै शान्तिको गहन अनुभव वा सुखको महसुस गर्दछ । यसैले भनिएको छ– “अन्तर्मुखी सदा सुखी” । अन्तर्मुखीले वाणीको दुरूपयोग गर्दैन, सदुपयोग गर्दछ । जसद्वारा जरुरीभन्दा बढी बोल्ने आदत मेटिन्छ । ऊ सदा शान्त रहन्छ एवं चेहरामा प्रसन्नता देखिन्छ । यस्तो किन हुन्छ त भन्दा आवश्यकमात्र सोच्ने बानीले चिन्ताबाट मुक्त गरिदिन्छ । जसरी कुटीमा बलेको दियोले प्रकाश दिइरहन्छ, यस्तै अन्तर्मुखीले पनि देहरूपी कुटीमा मौनको साधना गर्दछ र उसको यो साधनाले सुखरूपी प्रकाश दिन्छ । यस महान् गुणलाई अपनाउनाले शक्तिको क्षय हुँदैन, बरु सञ्चार हुन्छ । यसैबाट सत्य ज्ञानको प्राप्ति पनि हुन्छ । बुद्धले मौनको साधनाद्वारा नै अन्तरको ध्यानमा जीवनभर मग्न रहेर सत्यलाई जानेर महात्मा बने ।



अन्तर्मुखताले सुखी जीवनको द्वार खोल्दछ । राबिया नामकी एक सुफी सन्त एकदिन साँझको समयमा कुटीको द्वारमा बसेर कपडा सिलाइरहेकी थिइन् । अचानक सुइरो तल झ्र्यो अनि राबिया सुइरो खोज्न थालिन् । केही खोजिरहेको देखेपछि एउटा बटुवाले सोध्यो– राबिया, के खोजिरहनुभएको छ ? राबियाले भनिन्– ‘सुइरो’ । त्यसपछि बटुवा पनि सुइरो खोज्नमा राबियालाई सहयोग गर्न थाल्यो । अन्य बटुवाहरूमध्ये जो परिचित थिए उनीहरू पनि सुइरो खोज्नमा जुटे । एक, दुई, तीन गर्दै धेरै मानिसहरू सुइरो खोजीमा एकजुट भए । जब साँझको अँध्यारो बढ्दै गयो त्यतिखेर कसैले भित्रबाट बत्ती ल्यायो । यत्तिकैमा कसैले राबियालाई सोध्यो– ‘राबिया सुइरो कहाँ खसेको थियो ?’ तब अनभिज्ञ भावसहित राबियाले भनिन्– ‘त्यो भित्रै हराएको थियो’ । झट्ट कसैले भनिहाल्यो– ‘तिमी त पागल हौ, भित्र हराएको चीज कसरी बाहिर भेटिन्छ ?’ त्यतिखेर राबिया बोलिन्– “यही त म तपाईंहरूलाई बताउन चाहन्थें– भित्र हराएको चीजलाई बाहिर खोज्नाले के लाभ ? मेरो सुइरो न बाहिर हराएको हो न भित्र । जुन सुखचैन तपाईंहरू बाहिर खोज्नुहुन्छ त्यो त अन्तर्मनको पट्टी खोलेर अन्तर्मुखी भएपछिमात्र भेटिन्छ । किनकि अन्तर्मुखी नै सदा सुखी रहन्छ ।” राबियाको युक्तिले अन्तर्मुखताको रहस्यलाई उजागर गरिदिएको थियो ।

कुरा विज्ञानको अनुसन्धानको होस् वा पढाइ लेखाइको, अन्तर्मुखीले नै सफलता पाउँदछ । समाजमा पनि जो बाह्यमुखी हुन्छ उसले आफ्नो प्रभाव गुमाउँछ । अन्तर्मुखी व्यक्ति व्यर्थको झन्झट झमेलाबाट बच्दछ । ऊ अधिक ऊर्जावान् हुन्छ । उसको अनुभवयुक्त बोलीले सबैलाई लाभ पुऱ्याउँछ, जसद्वारा ऊ सर्वप्रिय बन्दछ । यस्तो व्यक्ति दुनियाँको व्यर्थ कुरामा अल्झिनुको सट्टा प्रभुचिन्तनमा मग्न रहेर, ईश्वरको यादमा हराइरहन्छ । जसद्वारा ऊ परमात्मा प्रदत्त शक्तिले भरपूर हुन्छ । अत: अन्तर्मुखी बनौं सदा सुखी रहौं ।

ब्रह्माकुमार हेमन्त, शन्तिवन, आबूरोड

फेरि त्यो दिन आउनेछ

सुख शान्ति आनन्दमय
फेरि त्यो दिन आउनेछ
हरेक मनले स्नेह प्रेमले
हर्षको गीत गाउनेछ

पवित्रताको संसार हुनेछ
प्रकृति पनि दासी बनी
हर मानवलाई स्वागत गर्न
स्वर्गको द्वारमा नै छाउनेछ

देह भानको नाम हुँदैन
अभिमानको काम हुँदैन
ईर्श्या, द्वेष, घृणाले
हर मानवलाई छुँदै छुँदैन

प्रकृति जल कञ्चन हुनेछ
पुष्प वाटिका हराभरा हुनेछ
चराचुरुङ्गी मधुर स्वरमा
हर आत्माभाव विभोर हुनेछ

सुनको महल सुनकै संसार
त्यहाँ हुँदैन कुनै भन्सार
राजनीतिको खेल हुँदैन
भ्रष्टाचार तथा झेल हुँदैन

मानव सबै सुन्दर हुन्छन्
ब्युटि, पार्लर, सैलुन हुँन्नन्
सबै हँसिला सबै रसिला
हस्पिटल, क्लिनिक, जेल हुँदैन

प्रकृति प्रदत्त चीज खाँदै
सुबिरसको स्वादमा तृप्त हुँदै
नाच्ने, गाउने, चित्र बनाउने
अरू कुनै काम हुँदैन

स्वर्णिम संसार कति रमाइलो
सम्झँदा मन अति खुशी भो
गरौं पुरुषार्थ, बनौं ज्ञानी
भरौं मनमा सुन्दर बानी ।

ब्रह्माकुमारी निर्मला, भोजाड, भरतपुर

स्वर्गको एक........

सेवा उपलब्ध छ । माउण्टआबु एकप्रकारको मरुभूमि नै हो तर पानीको पर्याप्तता देख्दा झनै अचम्म लाग्छ । अचम्ममध्ये मलाई त्यहाँको भान्छा पनि एउटा हो । हजारौं मानिसलाई खान पुग्ने खाना एकैछिनमा तयार हुँदो रहेछ । यसमा सोलारकै कमाल होला । त्यहाँको व्यवस्थापनको काम गर्ने शैली देख्दा अचम्म नमान्ने कोही हुँदैन । पकाउनेले पकाएको पकाई, जसले जे खान्छ चिसो, तातो, चिया, कफी, भात, खिर, फलफूल जतिबेला पनि उपलब्ध हुने । आज पनि मानव विश्वमा पुरुषहरूको ज्यादा स्थानमा नेतृत्व रहेको देखिन्छ । पुरुष नेतृत्वमा चलेको विश्व आज व्यवस्थित र शान्त किसिमले अघि बढेको छैन । झगडा, विवाद, मारकाट र अशान्त तरिकाले जेनतेन चलेको देखिन्छ तर यतिबेला माउन्ट आबुमा स्त्री शरीर धारण गर्नुभएका पवित्र आत्माहरूले नेतृत्व गर्नुभएको त्यो संस्था असाध्यै व्यवस्थित र अनुशासित ढङ्गले चलेको देखिन्छ । यसो भन्दा दुनियाँका मान्छेहरू दङ्ग पर्लान् । सातदिन माउन्ट आबुमा बिताएर फर्किंदा चाहीं नरमाइलो लाग्यो । त्यस्तो स्वर्ग जहाँ नकारात्मक भन्ने कुनै चिज र विषय नै पाइँदैन, पाइन्छ त सिर्फ ज्ञान, विवेक र आनन्द पाइन्छ, शान्ति पाइन्छ त्यस्तो ठाउँ छाडेर आउनु पर्दा खल्लो महशुस भयो । फर्किंदा ट्रेन यात्राभरि आँखामा माउन्ट आबुका मनमोहक दृष्यहरू नाचिरहे । कानमा मुरलीका शब्दहरू बजिरहे । विना कठिनाइ र अवरोध माउन्ट आबु यात्रामा निस्किएका हामीहरू चैत्र ५ गते नेपाल आइपुग्यौं । छ महिना हुन लाग्यो माउन्टआबु भ्रमणको तर सम्झना ताजा छ, कहिल्यै नमेटिने र पूरानो नहुने खालको । आज पनि जब म बिहान-बिहान ब्रम्हाकुमारी दिदीहरूको मुखद्वारा ज्ञानले भरिपूर्ण वाणी (मुरली) सुन्छु म तुरुन्तै माउन्ट आबु पुग्छु र केही बेर तिनै दृष्यहरूमा हराउँछु । मैले यो जुनीमा पूण्यधाम माउन्ट आबु जान पाएँ । ज्ञान के हो, जीवन र जगत् के हो बुझ्न पाएँ । आफू भाग्यमानी भएको थाहा पाउने मौका पनि पाएँ । यो मौका जुराइदिने चितवन नारायणगढ आश्रमकी मुख्य सञ्चालिका अति आदरणीय ब्रम्हाकुमारी राजयोगिनी दिदी लक्ष्मीप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु । ब्रम्हाकुमारी अम्बिका दिदी, ब्रम्हाकुमार अर्जुन भाइजी, गाइड मणि भाइजी, शर्मिला दिदी, कविता दिदी, गौरीदिदी लगायत मलाई यात्रामा सहयोग गर्ने माताजी र अन्य सहयोगी आत्माहरूलाई पनि हार्दिक हार्दिक धन्यवाद ।

ताली बजाऔं स्वस्थ रहौं

"ताली बजाउनुहोस् स्वस्थ रहनुहोस्" यो भनाइ पुरानो हो । पूरा शक्ति लगाएर बजाए त अत्युत्तम, अन्यथा जति शक्तिले तपाईं बजाउन सक्नुहुन्छ, बजाउनुहोस् । यसबाट कुनै हानि हुने सम्भावना छैन । ताली बजाउँदा तपाईंलाई एउटा उत्कृष्ट प्रकारको व्यायाम हुन्छ, जसबाट शरीरको निष्क्रियता समाप्त भएर क्रियाशीलताको वृद्धि हुन्छ । शरीरको कुनै भागमा रक्त सञ्चारमा रोकावट वा बाधा छ भने त्यो बाधा तुरन्त समाप्त हुन्छ । यसद्वारा शरीरका अंगले सम्यक रूपले काम गर्न थाल्दछन् । रक्त नलीहरू ठीक तरिकाले तत्परताका साथ शुद्धीकरणहेतु रक्तलाई हृदयतर्फ लिएर जान थाल्दछन् र त्यसलाई शुद्ध गरेर सारा शरीरमा शुद्ध रक्त पुऱ्याउँछन् । यसबाट हृदय रोग, रक्त नलीहरूमा रक्तको थोप्ला बन्न समाप्त हुन्छ र भविष्यमा हृदय वा धमनीहरूको शल्य क्रिया गराउने आवश्यकता रहँदैन । फोक्सोमा शुद्ध अक्सिजनको पर्याप्त मात्रा हुने भएका कारण तथा अशुद्ध हावाको फोक्सोबाट पूर्ण क्षमताले निष्कासन भइरहने भएकाले, फोक्सोको बिमारी समाप्त हुन्छ । रगतमा रातो रक्त कणको वृद्धि हुन्छ । जसबाट जुन सुकै रोगहरूबाट पनि मुक्ति मिल्दछ । हृदयमात्र होइन सारा शरीरमा शुद्ध रगतको सञ्चार सुव्यवस्थित रूपले भइरहन्छ जसकारण रोगको प्रभाव समाप्त प्राय हुन्छ र शरीरमा चुस्ती, फूर्ती तथा ताजापन आउँछ ।

ताली बजाउनाले श्वेतरक्त कण सक्षम तथा सशक्त बन्दछन्, जसबाट शरीरको रोग प्रतिरोधक क्षमता धेरै बढ्दछ । हामी निरोगी बन्न पुग्छौं । शरीरका अधिक्तम एक्युप्रेसर प्वाइन्ट पैताला एवं हतकेलामा नै हुन्छन् । ताली बजाउनाले हातका एक्युप्रेसर केन्द्रमा राम्रो दबाब पर्दछ र शरीर निरोगी हुनथाल्दछ । शुद्ध रक्त हृदयबाट पैतालासम्म पूर्ण क्षमताका साथ दौडन्छ र पैतालाको एक्युप्रेसरले केन्द्रहरूलाई पनि शक्तिमय बनाइदिन्छ, जसबाट हाम्रो शरीर निरोगी बनिरहन्छ ।

पूरै शरीरमा शक्ति सञ्चार गर्न, शरीर सञ्चालनलाई व्यवस्थित राख्न, शरीरलाई रोगमुक्त राख्न एउटा विशिष्ट साधन हो ताली बजाउनु । कुन रोगमा कुन ताली बजाउने र कति समयसम्म ताली बजाउने, यसको निर्धारण तपाईंको शारीरिक शक्ति एवं रोग जसको उपचार गर्नु छ, त्यसको अड्कल गरेर गर्न सकिन्छ । यदि तपाईं सामान्य रूपले स्वस्थ हुनुहुन्छ भने जोडले ताली बजाउनुहोस् र डाक्टर तथा औषधिको फन्दाबाट मुक्त रहनुहोस्, तिनको साइड इफेक्टबाट पनि बच्नुहोस् ।

ताली बजाउने कति भेद-विभेद छन् । आफ्नो शरीरको शक्तिको अनुमान लगाएर जति आवश्यकता हुन्छ त्यति बजाउनुहोस् । यस सहज स्वाभाविक योगले केवल केही दिनमा तपाईं रोगलाई दूर गरेर शरीरलाई धेरै नथकाइकन विना खर्च स्वयंलाई चुस्त, दुरुस्त एवं स्वस्थ बनाइराख्न सक्नुहुन्छ ।

यसबाट पहिलो र प्रत्यक्ष फाइदा त तपाईं हल्का महसुस गर्नुहुनेछ, यसले रक्त सञ्चारलाई सक्रिय गर्दछ, रक्त नली तथा धमनीमा रहेको रक्त अवरोधलाई पनि खोल्ने काम गर्दछ । विशेष गरी, तनावमा, मधुमेहमा, डिप्रेसनमा, दममा, रुघा खोकीमा, टाउको दुखाइमा, कपाल झर्नेमा ठीक गर्दछ ।

साभार : १५९२ आरोग्य– अंक

गताङ्कको क्रमशः

....प्रेम

...प्रेम केन्द्र सक्रीय भएपछि अनेक गुण प्रकट हुन्छन् । यो प्रेम भावले जीवनमा राम्रो प्रेरणालाई जन्म दिन्छ । यदि मनुष्यलाई कुनै पनि कुरा राम्रै लाग्दैन भने त्यो राम्रो पक्षलाई जीवनमा कसरी अपनाउँछ । कुनै पनि कर्मलाई जीवनमा अपनाउनका लागि राम्रो पक्षप्रति जागरुक भाव हुन आवश्यक हुन्छ । यसैले यो त्यो भाव हो जसले श्रेष्ठ कर्मप्रति प्रेरित गर्दछ । अनेक प्रकारका महान् कार्यका परोक्षमा यही (प्रेम) प्रेरणा शक्तिको आधार बन्दछ ।

यो त्यो भाव हो जसमा यो विवेक घनीभूत हुन्छ– यस सृष्टिमा निरर्थक वा अनुपयोगी केही पनि हुँदैन । यहाँ सबै चीज देश काल परिस्थिति अनुसार अर्थ सहित उपयोगी छन् । यसैले यो एउटा यस्तो भाव पनि हो जसले आफ्नो निजतामा व्यापक दृष्टि बनाएर स्वीकार भाव राख्दछ । यस सृष्टिमा सबै प्रेम गर्न एवं सम्मान योग्य छन् ।

प्रेम गर्नेहरू दुई प्रकारका हुन्छन् । एक प्रकारका उनीहरू जो प्रेमलाई बाहिरबाट प्राप्त गर्ने पुरुषार्थ गर्छन् । त्यसलाई बाहिर खोज्दछन् । दोस्रो प्रकारका उनीहरू जो प्रेमको ऊर्जालाई आफ्नो अन्तस्करणबाट जगाउँछन् । आन्तरिक प्रेमलाई जगाउनुको अर्थ हो सतत् योग ध्यानको क्रियाको अभ्यासद्वारा आत्माको त्यस अवस्थाको अनुभवमा जानु जसमा आत्माका सबै आदि अनादि गुणको अनुभव एकै साथ घनीभूत रूपमा होस् । उसको भित्री प्रयास हुन्छ । त्यो प्रेम भावको अगाध ऊर्जा अन्तसमा विराजमान छ । यसमा हर आत्माको आफ्नै चुनाव हुन्छ– उसले कुन चाहिँ मार्ग चुन्ने । यदि सृष्टिको सर्वे गर्ने हो भने अधिकांश बाहिरी प्रयास गर्नेहरू छन् । किनकि त्यो थोरै सहज मार्ग हुन्छ । मनोविज्ञानले भन्छ– जतातर्फ सहज अनुभूति हुन्छ त्यतैतर्फ उसको यात्रा शुरु हुन्छ । यसैले स्वाभाविक हो कि त्यो सूचि लामो हुन्छ, तर आन्तरिक प्रयास गर्नेहरू न्युनतम हुन्छन् । किनकि त्यो चढ्ने मार्ग हो साथै थोरै कठिन पनि छ । त्याग तपस्याको सतत् प्रयास गर्नुपर्छ । यस्ता आत्माहरूको सूचि छोटो हुन्छ ।

बाहिरी प्रयास गर्नेहरूमा सामान्यतया कर्म-चेतनाको बलियो पकड हुन्छ । पदार्थको आसक्ति बढी हुन्छ । आफ्नो अन्तससम्म पुग्नमा यो प्रायस: बाधक बन्छ । कर्मको आसक्तिको यस प्रक्रियामा उनीहरूले आफ्नो धेरै अहित गर्छन् । अर्कोतिर जगाउने पुरुषार्थ गर्नेहरू अनासक्तिलाई सतत् साध्दा साध्दै पुरुषार्थमा अग्रसर हुन्छन् । यस संसारका धेरै परिस्थितिहरू वा मान्याताहरू उनीहरूका सामुन्नेमा आउँछन् । तर उनीहरूको उच्चतम दृष्टिकोणले नै उनीहरूलाई यस्ता परिस्थितिहरूबाट पार गराइदिन्छ । योग मार्गमा चल्नेहरूको गति र प्रगतिलाई बुझ्न त्यति सजिलो हुँदैन । उनीहरूभित्र जुन कुरा घटित हुन्छ त्यो धेरै गूढ हुन्छ । शब्दभन्दा पर हुन्छ । अभौतिक आत्माको नीजतामा आत्मिक अनुभव हुन्छ । यी अनुभवहरू नै पूरा कल्पका लागि अनुभूतिहरूका आधार बन्दछन् ।

उपरोक्त विश्लेषणबाट हामीले यो बुझ्यौं– स्नेह-प्रेम के हो र यो कति अनिवार्य छ । प्रेमको यस गुणलाई व्यावहारिक धरातलमा प्रगाढ बनाउनका लागि दुवै प्रकारले पुरुषार्थ हुनसक्छ । पहिलो– प्रेम आत्माको मौलिक गुण हो । यो आत्माको केन्द्रीय अनादि आदि गुण हो । सतत् आत्म-चेतनाको अभ्यासलाई बढाउनाले आत्मिक दृष्टि प्रगाढ हुँदै जान्छ । यस्तो स्थितिमा प्रेमको सम्वेदन-प्रकम्पन स्वत: प्रवाहित हुन्छ । केन्द्रीय गुण– 'प्रेम-स्नेह' सक्रीय भएपछि तिनका परिधिका गुण जस्तै– सम्वेदनशीलता, दया, क्षमा, समानुभूति, सहानुभूति, उदारता, सहयोग, सम्मान आदि यथा समय यथा परिस्थिति र यथा स्थान स्वत: प्रस्फुटित हुन्छन् ।

केन्द्र र परिधिको नाता अटूट छ । केन्द्रले स्वयंलाई अभिव्यक्त गर्छ भने परिधि निर्मित हुन्छ । परिधिमा काम गरियो भने केन्द्रमा घटना घट्दछ । परिधिमा काम गर्नाले केन्द्रका परमाणु सक्रीय हुन्छन् । यदि परिधिमा काम गऱ्यौं भने यी केन्द्रीय गुण स्नेह-प्रेम का ऊर्जा प्रकट हुन्छन् । केन्द्रमा काम गरियो भने परिधिको सात्विकताको सिँचाइ हुन्छ । केन्द्रमा काम गर्दा परिधिका अणुहरू झंकृत हुन्छन् । फलत: जीवन मूल्यको प्रादुर्भाव हुन्छ । यी परस्पर सम्बन्धित हुन्छन् । यी यस्ता गुण हुन् जो जीवनका पारस्परिक तथा परिपूरकताका अनिवार्य अंग हुन् । यिनीहरूविना जीवन असम्भव हुन्छ । जीवन मूल्य वा आध्यात्मिक मूल्यका रूपमा आत्मिक ऊर्जा प्रवाहित हुन अत्यन्त जरुरी हुन्छ । यसैले यस केन्द्रिय गुण प्रेमको गरिमालाई हामीले बुझ्नुपर्छ । यसको पवित्रतम स्वरूपको अनुभव गर्नु र गराउनु– यो सर्वश्रेष्ठ सेवा हो ।

सफलताको रहस्य

एक पटक एउटा नौजवान युवकले सुकरातसँग सोध्यो– सफलताको रहस्य के हो ? सुकरातले त्यस युवकलाई भने– तिमी भोलि मलाई नदीको किनारामा भेट्न आऊ । भोलिपल्ट सुकरातलाई भेट्न ऊ गयो र भेट्यो । सुकरातले युवकलाई आफूसँग नदीतर्फ लिएर गए । दुवै जना नदीमा पसे । अगाडि बढ्दै गर्दा दुवैजनाको गलासम्म पानी आइपुग्यो त्यतिखेर सुकरातले अचानक त्यो युवकको टुप्पीमा समातेर पानीमा डुबाइदिए । सुकरात बलशाली थिए, युवक जति बाहिर निस्कन खोज्थ्यो त्यति उसलाई दबाइदिन्थे । उसलाई ऊ निलो हुनजेलसम्म डुबाइराखे । निलो भएर होस गुमाउँला कि जस्तो भएपछि सुकरातले उसलाई पानीबाट बाहिर निकालिदिए । बाहिर निस्कनेबित्तिकै जुन कुरा त्यो युवकले सबैभन्दा पहिले गऱ्यो त्यो हो– उसले स्वाँ..... स्वाँ...... गर्दै तेजले सास लिनु । सुकरातले सोधे– जब तिमी त्यहाँ थियौ त्यतिखेर तिमी के चाहन्थ्यौ ? युवकले उत्तर दियो– स्वास लिनु, र मात्र स्वास लिनु । सुकरातले भने– यही सफलताको रहस्य हो । जब तिमी सफलतालाई त्यति नै घनीभूत तरिकाले चाहन्छौ जति तिमी सास लिन चाहन्थ्यौ । तब त्यो तिमीलाई प्राप्त हुनेछ । योभन्दा अरू कुनै विकल्प छैन ।

–स्रोत : प्रेरणादायक कहानी

शुभकामना

जाति वर्ग र लिंग भेद, सबै बिर्सिएर ।
आपनो स्वधर्म शान्तिलाई, सधैँ नै सम्झेर ।
पारलौकिक पिता शिवसँग, मिलन मनाएर ।
मनाऔं विजया दशमी स्नेहको, दीप जलाएर ।।

ब्रह्माकुमारी तनमा, स्वयम् शिव आई ।
दिव्य ज्ञान वाणीले, दुर्गा उत्पन्न गराई ।
हर व्यक्ति भित्र, भएको रावणहरूलाई ।
गरी भष्म मानवहरू, देव समान बनाई ।।

यिनै महान् देवहरूको, पावनता छाउँदै छ ।
यो संसारमा अब हाम्रो, दैवी राज्य आउँदैछ ।
प्रत्येक व्यक्तिको दिलमा, खुशीको दीप जल्दै छ ।
मानव जगत्ले अब छिट्टै, सम्पन्न जीवन पाउँदैछ ।।

जलोस् खुशीको दीप आत्माहरूमा, हाम्रो चाहना ।
लक्ष्य प्राप्त गरौँ हामी, गरी विघ्नको सामना ।
नारी सबै लक्ष्मी बनून् भनी, राख्दै पवित्र भावना ।
दशैं तिहार र छठको, हार्दिक शुभकामना ।।

✍ रामकाजी, सिमरा

मलेखु, धादिङ : पूर्व युवराज्ञी हिमानी शाहलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी जया ।

नारायणगढ : एस.पी. शम्भू प्रसाद उप्रेतीलाई विदाइ कार्यक्रममा ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी ।

मंगलपुर : कृष्णजन्माष्टमीको उपलक्ष्यमा आयोजित कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै रामपुर क्याम्पसका परीक्षा नियन्त्रण प्रमुख प्रो. जगत्लाल यादव, ब्र.कु. सुनिता, ब्रह्माकुमारी सविता तथा अन्य ।

पथरी, मोरंग : पथरी शनिश्चरे नगरपालिकाका कार्यकारी अधिकृत विनोद भण्डारी तथा अन्य अतिथिलाई ईश्वरीय उपहारपश्चात् ग्रुप फोटोमा ब्रह्माकुमारी मीरा तथा अन्य ।

गजुरी : कृष्णजन्माष्टमीको उपलक्ष्यमा आयोजित कार्यक्रममा दीप प्रज्वलन गर्नुहुँदै आदर्श बहुमुखी क्याम्पसका प्रमुख रुद्र दनई, समाजसेवी पुरुषोत्तम दास श्रेष्ठ, ब्रह्माकुमारी जमुना तथा अन्य ।

शरदपुर, चितवन : एस.ओ.एस. भिलेजमा सेवाकेन्द्रको तर्फबाट भाइ बहिनी तथा आमाहरूलाई रक्षा बन्धनपश्चात् ग्रुप फोटोमा ब्रह्माकुमारी मीना, भगवती सापकोटा तथा अन्य ।

रामेछाप : नन्द बक्स गणका गणपति दिवाकर बिक्रम राणालाई सेवा केन्द्रमा राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी विष्णु ।

सिनर्जी एफ.एम. भरतपुर तथा ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र नारायणगढको संयुक्त प्रस्तुतिमा 'मूल्य जागृति' मंगलबार बिहान ५:१५ बजे सिनर्जी एफ.एम. ९१.६द्वारा प्रसारण भइरहेको कुरा सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।

–ज्ञानज्योति परिवार

प्रापक : ....

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 ग्राफिक्स प्रा. लि., बाफल, काठमाण्डौ