# ज्ञानज्योति

आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १७ अंक : ०७ मासिक २०७३ माघ

**धादिङ** : पाँचौं धादिङ महोत्सवको उद्घाटन अवसरमा सम्माननीय प्रधानमन्त्री पुष्प कमल दाहाललाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी नन्दा दिदी।

**भरतपुर** : पूर्व प्रधानमन्त्री तथा नेपाली कांग्रेसका सभापति शेर बहादुर देउवालाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी अम्बिका साथमा पूर्व सांसद उमा रेग्मी, ब्रह्माकुमारी अञ्जु तथा अन्य।

**भरतपुर, टाउन** : राजयोग मेडिटेसन शिविरमा दीप प्रज्ज्वलन गर्नुहुँदै माननीय संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री जीवन बहादुर शाही, माननीय सांसद गीता वाग्ले, देवघाट क्षेत्र विकास समितिका अध्यक्ष टंक पौडेल तथा अन्य।

**गीतानगर** : राजयोग मेडिटेसन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै माननीय सांसद रामकृष्ण घिमिरे, राजयोगिनी राज दिदी, ब्र.कु. सुवर्ण, ब्र.कु. रामसिंह ऐर, प्रशिक्षक ब्र.कु. राजु तथा अन्य।

# पुनर्जन्म एक वरदान


✍ ब्रह्माकुमार रामलखन, आबु


**पु**नर्जन्म भगवान्‌को एउटा उपहार हो। हामी सबै यस्तो जिन्दगी गुजार्न चाहन्छौं, जहाँ तमाम खुसीका द्वार खुल्ला होऊन्। परमात्मा पनि मानवको दु:खाइलाई हेरिरहन सक्नुहुन्न। त्यसैले त उहाँले मानिसको हर यात्रालाई सजिलो एवम् सुन्दर बनाउनका लागि पुनर्जन्मको अनौठो सौगात दिनुभएको छ। जसरी अन्धकार आउनुभन्दा पहिले दियो बालिन्छ। त्यसरी नै सुख, शान्ति, आनन्दका प्यासी आत्माको जिन्दगी अन्त्य हुनेबित्तिकै कुनै बाल पिण्डमा गएर बस्दछ, पहिले नै उसका लागि पिण्ड तयार भएको हुन्छ।

यस सृष्टि योजनामा पुनर्जन्मपछि बाल्यपनलाई जीवनको स्वर्णिम समय भनिएको छ। यो शाश्वत विधान, लौकिक दृष्टि हुनेहरूका लागि एक कष्टमय तरिका हो, त्यसैले त राजादेखि रंकसम्म, मृत्युदेखि डराउँछन्। प्रज्ञावान् योगीको दृष्टिमा मृत्यु एक स्वादिष्ट मसला हो, जसले जीवनलाई स्वादिलो बनाइरहन्छ। जब जीवले शिवको सांनिध्यद्वारा आत्माको उत्थान पतनको, इतिहास भूगोलको अध्ययन गर्दछ, तब पुनर्जन्म उसका लागि सर्पले काँचुली फेरेजस्तै स्फूर्तिदायक सर्जरीसमान हुन्छ। सुन्दर पुनर्जन्मको अटूट अभिलाषी भएका कारण नै त सोक्रेटस, क्राइस्टले हाँस्दै-हाँस्दै मृत्युलाई वरण गरेका थिए। हाम्रो ब्रह्मा बाबाको सुन्दर कहानी पनि जीवन छँदै पुनर्जन्म लिएर जीवन शैलीलाई बदली अनमोल हीरा तुल्य सच्चा ब्राह्मण जीवन शैली अपनाएको सत्य कहानी छ। यस प्रभु प्रेमको रसास्वादन गरेपछि मन तृप्त भएर कमलवत् खिलेर उठ्दछ। जन्म-जन्मको वासनालाई धोएर जीवनमा अविनाशी खुसी भरिन्छ। आत्म-चिन्तनद्वारा परमात्माको पावन विचारले मनको आलस्य समाप्त भएर अविरल आत्म-ज्योति जागिरहन्छ। यदि मानवले अचेतन मनलाई खोल्न सक्ने हो भने पुनर्जन्मको स्मृति पनि प्राप्त गर्न सक्ने थियो। जब अचेतन मनका हजारौं वर्ष अगाडिको स्मृति ज्ञात हुन थाल्दछ तब एउटा नयाँ समाजको निर्माण हुनेछ। प्लेटो तथा पाइथागोरसले पनि भनेका छन्– पुनर्जन्मलाई रोक्नु छ भने कर्मको प्रवाहलाई रोक्नुपर्छ। आत्माले अनन्त ज्ञान, अनन्त सुख धारण गर्दछ। म सुखी हुँ, दु:खी हुँ, यो अनुभव शरीरलाई हुने होइन। मरणोपरान्त जे गरे पनि केही महसुस हुँदैन। इन्द्रिय नष्ट भएपछि पनि आत्माले जानेका विषय स्मृतिमा रहिरहन्छन्। आत्माका कारण नै जीवनको अस्तित्व छ। जसरी आत्माको जानकारीका लागि स्टेनगनद्वारा घायल भएको एक अमेरिकन सैनिकलाई काँचको सम्पूर्ण एयरप्रूफ कोठामा राखियो। तड्पिइरहेको सैनिकलाई बाहिरबाट सबै मानिसले हेरिरहेका थिए, मूवी क्यामराले हर क्षणको उसको चित्र लिइरहेको थियो। केही समयमा त्यो सैनिकबाट प्रकाशको लहर निस्कियो र उड्दै सिसा तोडेर बाहिर आउनेबित्तिकै सैनिक शान्त भयो, तर के उडेर गयो त्यसको चित्र निकाल्न सकिएन।

जसले आफूमा आत्माको सर्वश्रेष्ठता स्थापित गर्दछ, भौतिकताको अपेक्षा आध्यात्मिकतालाई महत्त्व दिन्छ ऊ नै आदर्श मनुष्य हो। यसै आदर्शका कारण मानिस महान् बन्दछ। अखण्ड, एकरस, निष्पाप, निर्विकार, आत्माको विनाश सम्भव छैन। सम्पूर्ण जगत्‌को स्वामित्व प्राप्त गर्‍यो तर आफू आत्मालाई जानेन वा भुल्यो भने कुनै कामको भएन। आत्मालाई प्रयोगशालामा जति देख्न खोजे पनि देख्न सकिदैन। आत्माको अस्तित्वलाई स्वीकार गर्नेवाला सबै धर्मले पुनर्जन्मलाई मान्दछन्। आत्माले वंश परम्परागत अनुकूल शरीरमा आउनु नै पर्दछ। यदि उसको पाप कर्म सञ्चित छ भने उसको आकर्षण यस्तै परिवारतर्फ हुन्छ जुन दु:खी हुन्छ। यदि पुण्य कर्म सञ्चित छ भने आत्माको आकर्षण समृद्ध सुखी चरित्रवान् परिवारतर्फ हुन्छ। निम्न संस्कार भएको आत्मा धनी परिवारमा जन्म लिए पनि हात खुट्टा नभएको हुनसक्छ। सारा विश्व कर्मको विधान अनुसार चल्दछ।

प्रारब्ध कर्म अनुसार नै माता-पिता, पुत्र, धन आदि प्राप्त छ। कसैको मनलाई नदुखाइकन, नीच मनुष्यले जस्तो चाप्लुसी नगरिकन, आफू आत्मामा क्लेष उत्पन्न नगरिकन जे मिल्छ त्यसैलाई स्वीकार गर्नु नै उत्तम हो। कुनै पनि मनुष्य एक क्षण पनि कर्मविना रहन सक्दैन। विना कर्म शरीर यात्रा पनि बन्द हुनजान्छ। परमात्माको जन्म र कर्म दिव्य छ किनकि उहाँको मनुष्यको जस्तो माताको गर्भबाट जन्म हुँदैन। साधारण तनमा प्रवेश


......पेज २ मा

## शिव भगवानुवाच

*जुन संकल्प गर्दछौ, बोली बोल्दछौ, कर्म गर्दछौ सम्बन्ध वा सम्पर्कमा आउँछौ, केवल यो चेकिंग गर– यो कर्म जस्तो हुनुपर्ने हो त्यस्तै छ । पहिले मिलाऊ अनि व्यवहारमा ल्याऊ। जसरी स्थूलमा पनि कति आत्माहरूको संस्कार हुन्छ, पहिले चेक गर्दछन् फेरि स्वीकार गर्छन् । तिमी महान् पवित्र आत्मा हौ, त्यसैले चेकिंगको मेसिनरी तेज गर । यसलाई आफ्नो निजी संस्कार बनाऊ । यो नै सबैभन्दा ठूलो महान्‌ता हो ।*

## सम्पादकीय

### पुण्यको चमत्कार

एउटा गाउँमा एक अत्यन्त गरिब व्यापारी बस्ने गर्दोरहेछ। जो कुनै समयमा अति धनवान् थियो। जतिबेला व्यापारी धनाढ्य अवस्थामा थियो, उसले धर्म, कर्म र दान-पुण्यको प्रसस्त सुकर्म पनि गरेको रहेछ। गौशाला बनाउने, गरिबहरूलाई कयौं पटक भरपेट खाना खुवाउने, अनाथालय पनि बनाउन भ्याएको रहेछ। साथै अनगिन्ती समाजसेवामा आफूलाई समर्पित गरेर पुण्य जम्मा गरेको थियो। तर जसै-जसै समय बित्दै गयो व्यापारी निर्धन भयो।

एउटा समय यस्तो आयो, त्यो देशको राजाले घोषणा गरेछ– यदि कसैले कुनै पुण्य कार्य गरेको छ भने त्यो पुण्य राजासमक्ष जाहेर गरेर आफ्नो पुण्यको जे जति उचित फल हुनसक्छ, लिएर जान सक्नेछ। त्यो कुरा सुनेर व्यापारीकी पत्नीले उसलाई स्मृति दिलाउन थालिछन्। जीवनभर आफूले गरेको असंख्य दान पुण्यको बारेमा केहीमात्र भएपनि राजालाई भनेर आफूलाई प्राप्त हुने उचित फल लिएर आउनुस्। यतिबेला आफूहरूलाई अति नै अप्ठ्यारो परिवेशमा जुध्नु परिरहेको छ। केही हदसम्म भएपनि अगाडि बढ्न सहज हुने थियो, आदि। यो कुरा सुनेर व्यापारी पनि सहमत भएछ। भोलिपल्ट बिहानै राजाको दरबारतिर आफ्नो यात्रा तय गर्ने जानकारीसमेत गराएछ, आफ्नी धर्म पत्नीलाई। यात्रा लामो थियो। कहीं कतै बाहिर भोजन गर्ने व्यवस्था पनि रहेनछ। सहजताका लागि यात्रा भोजनको व्यवस्था पनि मिलाइदिइन्। चारवटा जति रोटी बनाइदिएर बाटोमा खाजाको व्यवस्था गरिदिइन्। व्यापारी पनि खुसी भयो। उमंग, उत्साहपूर्वक राजमहलतर्फ व्यापारी एका बिहानै हानियो।

लामो समय हिँडिसकेपछि कहीं कतै थकाई मार्ने अनि त्यति नै बेला चौताराको छायाँमा बसेर आराम पूर्वक श्रीमतीले पठाइदिएको रोटी खाने योजना बनायो उसले। संयोगवश सफा पानीको मूल पनि त्यहीं रहेछ। खाजाको पोकालाई एकछेउमा थन्क्याउँदै हातमुख धुने सुर कस्दै थियो। उसको आँखा एकाएक एउटा कुकुर्नीले चार-पाँच बच्चाहरूका साथ, कुम हल्लाउँदै, पुच्छर चलाउँदै, बच्चाहरूलाई अघि-पछि गराउँदै नजिकै पुग्यो। सम्भवत: कुकुरले व्यापरीले बोकेर हिँडेको अनाजको बासना थाहा पायो होला, निकै खुसी मुद्रामा थियो त्यो जमात। बच्चाहरु अलि बेशी भोकाएको भान भएछ क्यारे। दया लागेछ। एकाएक व्यापारीले आफूसँग भएका रोटीमध्ये दुईवटा छाउरालाई दियो। अति भोकाएर पनि होला, एकैगाँसमा दुईवटा रोटी लुछाचुँडी गर्दै खाइ हाले। क्रम पुनः उही दोहोरियो। व्यापारीको अघि-पछि गर्दै मडारिन थाल्यो त्यो जमात। फेरि पलाएछ दया उनलाई। यत्रा बच्चाहरूलाई दुध चुसाउन पर्दा माऊ कुकुर्नीलाई अवश्य पनि भोक मेटिएको छैन होला भन्ठानेर बाँकी भएको सबै रोटीहरू ख्वाइदियो। अनि आफू पानी पिएर अगाडि बढ्ने निधो गऱ्यो उसले।

व्यापारी राजाको महलमा उपस्थित भयो। आफूले गरेको पुण्यको कर्मलाई बेलि-विस्तार गर्न थाल्यो उसले र अनि, आफूलाई जे-जति प्राप्त हुन्छ, फल छिटो दिनका लागि आग्रह पनि गऱ्यो। आश्चर्य, राजाले पूर्णरूपमा इन्कार गरिदिए, फल दिने कुराको। विस्तारपूर्वक वर्णन गरेको पुण्य कर्मबाहेक अन्य कुनै कर्म छन् भने फल दिनेकुरा विचार गर्न सकिन्छ। राजाको जवाफ। व्यापारी फनक्क फर्क्यो र आफ्नै कुटीतर्फ अगाडि बढ्ने शुर कस्यो। त्यहाँ बस्नु व्यर्थ छ यदि कुनै फल प्राप्त हुँदैन भने, किन गन-गन गरिरहनु पर्‍यो भन्ठानेछ क्यारे।

अलि पर पुगिसकेको व्यापारीलाई बोलाउँदै राजाले भने, हे व्यापारी, तिमीले हिजो पनि एउटा पुण्य कर्म गरेका थियौ, त्यो त तिमीले भन्दै भनेनौ। हिजो आफूले खासै कुनै पुण्य नै नगरेको कुरा सुनायो उसले। राजाले नै याद दिलाइदिएछन्, हिजो तिमीले आफूले खान भनेर ल्याएको भोजन रोटी कुकुर्नीलाई दिएको कुरा तिमीले बिर्सिएछौ। हो, त्यो पुण्य कर्मको बदलामा तिमीले जे चाहन्छौ, मबाट उपलब्ध गराइदिन तयार छु। यहाँसम्म कि तिमीले राज्य नै चाहन्छौ भने पनि म सुम्पिन तयार छु।

व्यापारी तीन छक्क। राजाले अगाडि भनेछन्, हे व्यापारी जुन पुण्य कर्म गरेर तिमीले याद राख्छौ, अनि गनि-गनी दुनियाँलाई सुनाउँछौ, त्यो सबै बेकार हुनपुग्छ। किनकि तिमीभित्र "म, मैले" अंहकार बोलिरहेको हुन्छ, त्यो सबै व्यर्थ जान्छ। मैले गरें, म बिना हुनै सक्दैनथ्यो भन्दै सुनाउँदै गर्दा सबै फल समाप्त भइसक्या छ।

हिजो तिमीले बाटोमा कुकुर्नीलाई चारवटा रोटीद्वारा जुन पुण्य गर्‍यौ, यो तिम्रो सबैभन्दा ठूलो सेवा हो, यसको बदलामा तिमीले मेरो सबै राज्य लियौ भने पनि त्यो कमी हुनेछ।

– ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

## पुनर्जन्म.......

गर्नुहुन्छ। आफ्नो पूर्व जन्मबाट सञ्चित कर्म फल भोग्नका लागि शरीर धारण गर्नुहुन्न। साथै राग-द्वेषबाट प्रेरित भएर वा स्वार्थ, अभिमानले पनि केही गर्नुहुन्न। इच्छा अनुसार देहको आधार लिएर सत्य धर्मको स्थापना गराउनुहुन्छ। कर्म नै पुनर्जन्मको एकमात्र कारण हो।

सम्मोहन विधिद्वारा यो प्रमाणित भएको छ– मनुष्यले, मनुष्यको नै शरीर धारण गर्दछ। पुनर्जन्मको सवाल अरू प्राणीका लागि हुँदैन। किनकि उनीहरू भोगको शरीर समाप्त भएपछि स्वय् पनि समाप्त हुन्छन्। राग-द्वेष आदिद्वारा आत्मालाई नयाँ कर्मले बाँधिरहन्छ। पशु पक्षीले त आफ्ना सम्वेगद्वारा कर्म गरेर तुरन्तै फल प्राप्त गर्दछन्। मृत्युको समयमा सूक्ष्म शरीर पतिंगरजस्तै उडेर आफ्नो कर्म अनुसारको फल प्राप्त गरी भोग गर्न मिल्ने गर्भमा पुग्दछ जहाँ उसका पूर्ण नभएका वासना वा इच्छाहरू पूर्ण हुन्छन्। चित्तमा जन्म-जन्मान्तरका संस्कार सञ्चित हुन्छन्। अरू कुनै कारणले मनुष्य आत्मा अन्य योनीमा जन्म लिन्छ भन्ने प्रमाण छैन, हुँदैन। मानौं चोरी गर्नेवालालाई दण्डस्वरूप बिरालो योनी मिल्यो भने उसको संस्कार त सुध्रँदैन अझै जटिल भएर जान्छ। यदि मनुष्यलाई सुधार्नु छ भने राम्रो सँगत मनुष्य योनीमा नै मिल्दछ। जसरी बाल्मीकिलाई सत्संगको सट्टा सिंह योनी मिल्थ्यो भने के उनी सुध्रन्थे?

कर्म योनिको प्राणी हुने भएकाले नै मनुष्यको बच्चा पैदा हुँदा सबै कुरा सिक्नुपर्दछ। पशु पक्षीका बच्चाले आवश्यक संस्कार आमाकै गर्भबाट सिकेका हुन्छन्। जसरी बाँदरको बच्चालाई रुखमा चढ्न आमाको पेटमा हुँदा नै पेटमा टाँसिएर बस्न सिकेको हुन्छ। देव लोकमा भोग देह प्राप्त हुन्छ त्यसमा नवीन संस्कार ग्रहण गर्ने क्षमता हुँदैन। पुण्य लोकमा सबैले पुण्यलाई भोगेर क्षीण गर्छन्। कर्मको खाता जम्मा गर्नका लागि त अहिले धरामा श्रेष्ठ कर्म गर्नुपर्दछ। जुन कर्मबाट मनुष्य निम्न कोटिको बन्दछ, ती हुन्– कसैलाई सताउनु, लोभ, कपट, असत्य भाषण, कुटिलता, फुट ल्याउनु, मिसावट गर्नु, सँग्रह गर्नु, अनैतिक साधनाद्वारा धन कमाउनु, दोषारोपण गर्नु, आफ्नो प्रशंसा वा अरूको निन्दा गर्नु आदि, यस्ता कर्म गर्नुहुँदैन। उच्च कोटिको मनुष्य विनयशील, सरल स्वभावी, कोहीसँग राग-द्वेष नराख्ने, क्रोध नगरी जिभ्रोलाई अनुकम्पा राख्ने, अरूलाई चिन्ता, भयबाट मुक्त गराउने र लोभी स्वभावको हुँदैन। अरूको सफलता र समृद्धिमा ईर्ष्या नगरी, श्रम सन्तोष, प्रेम र मैत्री भावले जीवन बिताउनेले पुनर्जन्ममा समृद्ध माता पिताको घरमा जन्म लिन्छ। उसका लागि प्रकृतिले पनि सुखको द्वार खोलिदिन्छ।

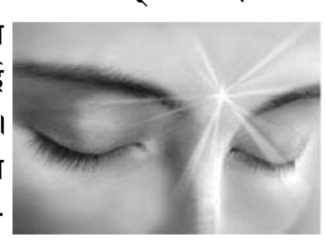
जब परमात्माको अनुकम्पा र शक्तिद्वारा आत्मा तेजोमय बन्दछ तब उसका कर्मका बन्धन समाप्त हुन्छन्। सांसारिक भोगबाट बचेर जब उसले कर्म जम्मा गर्दछ तब मुक्ति, जीवनमुक्तिको अधिकारी बन्दछ। अकारण भय, चिन्ता, तनाव आदि भयानक बिमारी केवल आत्मा बलद्वारा नै हट्न सक्दछन्। जीव पुन:पुन: विषयमा आसक्त हुन्छ जसबाट जन्मनु, कर्म र कर्मणाको ताँती लागिरहन्छ। पूर्व जन्मको सञ्चित पुण्यको प्रतापद्वारा नै कुलीन बन्दछ। कुनै अनौठो रत्नलाई माटोमा गाड्नुको सट्टा आभूषणमा सजाउने हो भने कति सुशोभित हुन्छ। यसरी नै सँगमको पावन जीवन पाएर जसले आफ्नो कल्याण गर्न सक्दैन ऊभन्दा महापापी, आत्मघाती को हुनसक्छ? जबसम्म शरीर हृष्टपुष्ट हुन्छ, इन्द्रियहरू पनि आ-आफ्नो व्यापारमा समर्थ हुन्छन् तबसम्म ज्ञान, योग, धारणा, सेवामा निरन्तर लागि रहेर स्वयम्‌लाई सफल सम्पूर्ण बनाउनुपर्छ।

# आत्मिक तथा दैहिक चेतना

✍ ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

मानव जीवन पद्धति परिचालनको मूलधार आत्मिक एवम् दैहिक चेतना हुन्। पहिलो पक्ष जीवनलाई सुख, शान्ति, पवित्रता र आनन्दमय रूपमा निरन्तर अग्रगति दिन आत्मिक चेतनाको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। आत्मिक चेतनामा मानिसले शुद्ध संकल्प, स्थिर चित्तवृत्ति र उच्च शक्तिशाली स्मृतिलाई प्राप्त गर्दछ। जसको परिणाम स्वरूप मानिसको दृष्टिमा आत्मीय भ्रातृत्वभाव, बोलीमा मधुरता तथा कार्य र व्यवहारमा नि:स्वार्थ भाव एवं कार्यकुशलता रहने गर्दछ। आत्मिक चेतनामा सबैप्रति स्नेह, प्रेम, दया, करुणा र परोपकारको भावका साथ कर्म र व्यवहार हुने गर्दछ। कसैप्रति ईर्ष्या, घृणा, वैर-विरोध, तिरस्कार तथा भेद्भावको भावना हुँदैन। समग्र मानव जातिप्रति मानवताको भाव तथा आत्मिक नाताले विश्व बन्धुत्वभाव रहन्छ। बाह्य जगत्‌बाट आइपर्ने विविध परिस्थिति र व्यवहारका बीचमा पनि आत्मिक चेतनाबाट परिचालित व्यक्तिले नैतिक, चारित्रिक मूल्य, मान्यतालाई जीवन्त राखी व्यावहारिक आदर्शको नमूना पेश गर्दछ।

आत्मिक चेतना अति सूक्ष्म चर्मचक्षुको माध्यमबाट दृश्यमा आउन नसक्ने सत्यसँग सरोकार राख्ने विषय वस्तुमा पर्दछ। ज्ञानेन्द्रियबाट थाहा हुने सत्यलाई मात्रै स्वीकार गर्ने वर्तमान मान्यतामा यस शाश्वत् सत्यलाई प्रस्ट्याउन निकै मेहनत पर्दछ। तथापि सत्य अन्वेषण कर्ताले यस पक्षमा आफ्ना विचारका उद्‌वोधहरूलाई जनसमक्ष प्रस्तुत गर्नु जिम्मेवारी र कर्तव्य ठान्नु पर्दछ। जब व्यक्तिमा आत्मिक चेतना हुन्छ उसलाई आफ्नो अविनाशी र नित्य अस्तित्वको बोध हुन्छ। जन्म-मृत्युसँग सरोकार हुने भय, त्रास र चिन्ताबाट मुक्त हुन्छ। साथै आफूभित्र अनादि कालदेखि अन्तर्निहित सद्‌गुण र मूल्यहरू रहेका तर स्वचेतनाका अभावमा निस्क्रिय भई ओझेलमा परेका रहेछन् भन्ने जानकारी हुन्छ। त्यसै कारण जीवन मूल्यवान् र गुणवान् बन्न नसकेको समेत अनुभव हुन्छ। यस जागृतिबाट व्यक्ति आफ्ना मौलिक कुराहरूको खोज, अनुसन्धान तथा तिनीहरूको पुनरुत्थानका लागि लालायित एवं प्रयत्नशील रहन्छ। वास्तवमा आत्मिक चेतनाबाट व्यक्ति स्वयंमा ज्ञान, शान्ति, प्रेम पवित्रता, खुसी, शक्ति र आनन्दजस्ता गुणको विकास गर्न सफल हुन्छ।



अध्यात्म-विज्ञान

दिगो रूपमा शान्ति, सन्तुष्टि, खुसी र आन्तरिक शुद्धिका लागि आत्मिक चेतनाको विकल्प छैन। साँच्चै जीवनलाई सहज, सार्थक, सदाचारी र सतोगुणी बनाउनका लागि स्वयंलाई नित्य आत्मिक चेतनामा स्थित गराएर बाह्य कार्यव्यवहारमा आउनाले सुसंस्कृत, सत्यनिष्ठ र संयमशील व्यक्तित्व विकास गर्न सकिन्छ। मानिस विद्या र बुद्धिले जतिसुकै जानकार र चतुर भए पनि आध्यात्मिक सूक्ष्म सत्यलाई सहज रूपमा बुझ्न कठिन महसुस गरिरहेको हन्छ। बौद्धिक चेतनाको स्तर उच्च तथा पद-पोजिसनले प्रतिष्ठित हुँदा-हुँदै पनि आत्मिक चेतनाविना जीवनमा आत्मिक सुगन्धको अनुभूति गर्न सकिँदैन। शुद्ध र श्रेष्ठ सोच तथा सकारात्मक दृष्टिकोणलाई बनाइराख्न आत्मिक चेतनाको प्रधान भूमिका हुन्छ। जीवनलाई महान्, मूल्यवान् र सबैका लागि सुखकारी बनाउन आत्मिक चेतनाको ठूलो आवश्यकता पर्दछ। वास्तवमा आत्मिक चेतनाबाट मानिस मानसिक विकारबाट मुक्त भई त्याग, तपस्या र समर्पण भावले ओतप्रोत हुन्छ। आत्मिक चेतनामा रहने व्यक्ति सीमित र निहीत स्वार्थ, सांसारिक अशुद्ध र क्षणिक इच्छा, आकांक्षाबाट मुक्त रहन्छ। उसका लागि उपलब्धिभन्दा पनि अरूको सही सेवा नर्गु'ले बढी महत्त्व राख्दछ। उसमा दातापनको मनोवृत्ति हुन्छ र आफ्नातर्फबाट स्नेह, सहयोग र सम्मान दिनमा नै आनन्दको अनुभूति गर्दछ।

मानव इतिहासको अधोपनको प्रारम्भ दैहिक चेतनाबाट नै भएको पाइन्छ। दिव्य गुण र शक्तिले सम्पन्न सुसंस्कारित दैवी समाज सृष्टि चक्रको उत्तरार्धमा आत्मिक चेतनाबाट दैहिक चेतनामा ढल्केको पाइन्छ। दैहिक चेतनासँगै मानव मनोवृत्तिमा अनेक, मनोविकारहरू काम, क्रोध, लोभ, मोह, आदि क्रमबद्ध रूपमा प्रवेश हुँदै गए। फलत: मानिस दैहिक लैंगिकता, लोलुपता र भोग वासनाको शिकार हुन पुग्दछ। आत्मिक चेतनाको शुद्ध चित्तवृत्ति दैहिक आकषर्णको मलिन र पतित वृत्तिमा परिवर्तन हुन पुग्दछ र क्रमस: सबै विकारहरू प्रबल हुँदै जान्छन्। विकारजन्य सोच, वृत्ति र स्मृतिबाट गरिने कर्म र व्यवहारमा कुचेष्टाको कामना रहेको हुन्छ। उच्च आध्यात्मिक नियम मर्यादाको लक्ष्मण रेखालाई तोडी गरिएका कर्म क्षणिकरूपमा सुखदायी देखिए तापनि अन्तिम परिणाममा दु:ख र अशान्तिका कारण बन्दछन्। मानिस दिन प्रतिदिन दीन, हीन र आन्तरिक रूपमा खोक्रो, शक्तिहिन बन्दै जान्छ तथा सर्वत्र नकारात्मक वातावरण बन्न पुग्दछ।

आजको मानिस मन, बुद्धि र संस्कारसहित सोच्ने, विचार गर्ने, सत्य असत्यलाई बुझ्न सक्ने तथा दु:ख, सुख, लाभ, हानि आदिलाई महसुस र अनुभव गर्न सक्ने क्षमता भएको म एक सूक्ष्म अभौतिक प्रकाशको पुञ्ज चेतनशक्ति आत्मा हुँ भन्ने सत्य ज्ञानको सट्टामा पञ्च प्रकृतिबाट बनेको कालो, गोरो, स्त्री, पुरुष रूपमा रहेको एकदिन नासिएर जाने भौतिक शरीरमात्रै हुँ भन्ने भ्रमपूर्ण अज्ञानमा फँसेको छ। दैहिक चेतनामामात्रै सीमित हुँदा मानिस आन्तरिक रूपमा निकै कमजोर हुन पुग्यो। मानिसमा सहजै बाह्य कुराको प्रभाव पर्दै गयो। देहको रूप, रंग, सुन्दर, कुरूपजस्ता आन्तरिक चिन्तनहरूले बुद्धिलाई मलिन र तुच्छ बनाउँदै गयो तथा चारैतिर अशुद्ध, आसुरी र तमोगुणी परिस्थितिको निर्माण भयो। फलत: बुद्धिले मन र संस्कारमाथि नियन्त्रण र सन्तुलन कायम गर्न सकेन। मनले मनमानी गर्ने तथा कुसंस्कारले सताउने र हैरान गर्ने अवस्था बन्यो। किनकि दैहिक चेतनाका कारण बुद्धि विकारबाट प्रभावित हुँदा सत्कर्म र निष्काम भावबाट कर्म गर्ने उचित निर्णय लिन सकेन। आशक्ति र मैपनको भावनासाथ मिथ्या अहंकारको वश भई काम गर्दा निर्णय नै कमजोर र गलत हुनपुग्यो। त्यही अनुसारको विकर्म हुँदा संस्कार पनि कुसंस्कारका रूपमा निर्माण हुनपुग्यो र कुचक्रले जीवनमा पुनरावृत्तिको निरन्तरता पायो। यो सबैको मूलकारण दैहिक चेतनाको प्रभाव नै हो।

दैहिक चेतना सशक्त हुँदै जाने क्रममा जाति, धर्म, रंग, लिंग, उच, नीच लगायत क्षेत्रगत, भाषागत तथा अन्य संकुचित भेद्भावहरू उत्पन्न भए। मतभेद्का कारण मानिसहरूका बीचको सुमधुर सम्बन्धमा तिक्तता, रिक्तता, कटुता र क्रुरतासमेत मौलाउन थाल्यो। फलत: जाति, धर्म, रंग-लिंगका नाममा वाद-विवाद, झै-झगडा, थिचोमिचो सहितको पक्षपातपूर्ण व्यवहारको प्रवृत्तिले जरो गाड्यो। उल्लिखित विभेद र अज्ञानताका कारण समाज द्वन्द्व, लडाईं र युद्धको भुमरीमा ठोसिन पुग्यो तथा जाति, धर्मका नाममा रक्तरंजित युद्ध समेत हुनपुगे। मानवताको पवित्रभाव समाप्त भई हत्या, हिंसा, अपहरण तथा अन्य दर्दनाक घिनलाग्दा क्रिया करतुतहरूको बिगबिगी समाजमा पैदा भयो।

२१ शताब्दीको संसार एकातिर चरम भौतिक उन्नतितिर लम्किरहेको छ भने विश्वव्यापीरूपमा विद्यमान युद्ध, लडाईं, आतंगवाद, बमवाद र बारुदवादबाट मानव जाति पीडित, दु:खी र भयको अवस्था बेहोरिरहेको छ। अत्यन्तै भय, त्रास र अनिश्चितताको स्थितिमा समाज अशान्तिको स्वास फेरिरहेको छ। यदि यी सबै अनिष्टहरूको गहनतासँग चिन्तन, मनन र विश्लेषण गर्‍यौं भने देहभान, देह अहंकारजन्य मिथ्या दैहिक चेतना नै मूल कारण भएको सावित हुन्छ।

वस्तुत: आत्मिक चेतना र दैहिक चेतना मानव प्राणीलाई परिचालन गर्ने शक्तिशाली आधार हुन्। जब आत्मिक चेतनाले मानव प्राणी बलशाली

......पेज ५ मा

**प्रकृति**– शुष्क र पाचक।

**जोर्नीको दुखाइ**– जोर्नीको दुखाइ होस्, सामान्य दुखाइ शरीरमा जहाँ भए पनि, घुँडा, पाखुरा, घाँटी, कमरमा दुखाइ छ भने दुई ग्लास पानीमा चार चमच ज्वानो र तीन चमच कालो वा सामान्य नून राखेर उमाल्ने। यस गरम पानीमा कपडा भिजाएर बिहान बेलुका सेक्ने। त्यसपछि ज्वानोको तेलले दुई पटक मालिस गर्ने। तेल बनाउनका लागि ५ चमच ज्वानो र दश चमच तिलको तेल मिसाएर उमाल्ने। राम्ररी उम्लिइसकेपछि तेल सेलाएपछि छान्ने अनि त्यसैले मालिस गर्ने। त्यो तेलले मालिस गर्नाले दुखाइमा लाभ हुन्छ। पेट दुखाइमा पनि लाभ हुन्छ।

नित्य ५-५ चमच ज्वानो र सक्खर मिसाएर खानाले जोर्नीको दुखाइमा लाभ हुन्छ।

**फ्लू** – १) तीन ग्राम ज्वानो र ३ ग्राम दालचिनी दुवैलाई उमालेर त्यसको पानी पिलाउने। २) १२ ग्राम ज्वानो दुई कप पानीमा उमालेर आधा भएपछि चिसो पारेर छानेर पिउने। यसै प्रकार नित्य चार पटक पिउनाले फ्लू शीघ्र ठीक हुन्छ।

**रक्सीको आदत** – यदि कसैलाई रक्सी खाने आदत छ र छुट्न चाहेको छ भने आधा किलो ज्वानो पिँधेर सात लिटर पानीमा भिजाउने। हर पाँच घण्टापछि चलाइदिने। त्यसछि सानो आगोमा दुई लिटर पानी रहुन्जेल उमाल्ने। उमाल्ने क्रममा पनि चलाइरहने। चिसो पारेर छानेर बोतलमा भर्ने। यसको पाँच-पाँच चमच हरेक दिन दुई पटक वा जब-जब रक्सी पिउँजस्तो लाग्छ तब यसलाई पिउने। जसले गर्दा रक्सी पिउने आदत छुटेर जान्छ। पेट सफा हुन्छ, भोक राम्रो लाग्छ।

**दम**– एक चमच ज्वानो र एक-दुई चुट्की मरिच दुवैलाई पिँधेर मिसाएर तातो पानीसँग बिहान बेलुका खाएमा लाभ हुन्छ।

**बहुमूत्र**– १) ज्वानो र तिल मिसाएर खायो भने ठीक हुन्छ। २) सक्खर र पिँधेको काँचो ज्वानो बराबरी मात्रामा मिसाएर एक एक चमच नित्य चार पटक खाने। यसबाट मृगौलाको दुखाइ पनि ठीक हुन्छ।

**अम्लपित**– एक चमच ज्वानो+३ वटा मरिच+२ वटा पिप्लाका दाना यी सबैलाई राती ठिक्क भिज्ने गरी पानीमा भिजाउने। प्रात: यी सबैलाई पिँधेर एक ग्लास पानीमा राखेर ३ चमच मिस्री मिसाएर छान्ने अनि बिहान-बिहान पिउने। जबसम्म अम्लपित्त पूरै ठीक हुँदैन तबसम्म पिइरहने।

**ग्यास**– १) ६ ग्राम ज्वानोमा डेढ ग्राम कालो नून मिसाएर खाई पानी पिउनाले ग्यास ठीक हुन्छ। ज्वानोले पेटको वायुलाई बाहिर निकाल्छ। भोजनमा कुनै पनि रूपले ज्वानोको सेवन गर्नुपर्छ। २) ज्वानो र कालो नून समान मात्रामा पिँधेर ४-४ ग्रामलाई महीसँग लिनाले वायु गोला हट्दछ।

**डण्डीफोर आएमा**– पिँधेको चार चमच ज्वानो दुई चमच दहीमा मिसाएर एक घण्टा भिजाएर चेहरामा लगाएर दुई घण्टा पछि धुने।

हृदयमा च्वास-च्वास घोच्नेमा पनि ज्वानो खानाले ठीक हुन्छ।

**पत्थरी**– ६ ग्राम ज्वानो नित्य खानाले मृगौला र मूत्राशयको पथरी निस्कन्छ।

साभार : भोजन के द्वारा चिकित्सा

# जीवन मूल्य– (१७) एकता

रंगीबिरंगी फूलहरूले सजिएको बगैंचा राम्रो लाग्दछ। ती रंगीबिरंगी फूलको गुच्छा दिएर हामी स्नेह प्यारको अनुभूति गर्छौं। अलग अलग रूप रंग वा सुगन्ध हुँदा-हुँदै पनि सजाइएका फूलले नै गुच्छाको शोभा बढाउँछ, यस्तै विभिन्न प्रकारका पुष्पहरूद्वारा सुन्दर हार बन्दछ यसरी नै जब एक-एक व्यक्ति मिलेर भने दुवैले एघार जनाको समान तागत निकाल्दछन्। मतलब एकतामा नै सच्चा सौन्दर्य र शक्ति हुन्छ। तर अहिलेको समाज वा संसारमा एक पटक हेर्दछौं भने जहाँ तहाँ फाटोमात्रै देखिन्छ। तर फाटो भएपछि कटराब र टकराबबाट समाज व्यवस्था बिग्रन्छ। विकास रोकिन्छ तथा प्रगति हुनुभन्दा दुर्गति हुन थाल्दछ। तर घर परिवार समाज वा सँगठनमा सबैका बीच आपसी सामञ्जस्य होस्। आपसी तालमेल होस्। सबै एकमत भएर काम गरून्। काम जति सुकै ठूलो किन नहोस्, काम पूर्ण गर्नमा सबैले हात बढाउने हो भने कार्यले सफलता पाएरै छोड्दछ। यो नै एकता हो।

वास्तवमा एकतामा ठूलो बल हुन्छ। यसैले भनिन्छ पनि– एकताको बलले फल दिन्छ। विचारमा भिन्नता हुँदा हुँदै पनि सामुहिक रूपले एकमत भइरहिन्छ र मिलेर कार्य गरिन्छ। विविधतामा पनि तालमेल बनाइराखियो भने सँगठन बलियो हुन्छ। यही सँगठनको शक्तिलाई सामाजिक एकता भनिन्छ। वास्तवमा यो एउटा महान् शक्ति हो जसले ठूलोभन्दा ठूलो कार्यलाई सजहतासँग सम्पन्न गराइदिन्छ। पाँच पाण्डवको सेना सानो थियो तर उनीहरूको एकताले विशाल कौरव सेनालाई हराइदियो। वास्तवमा एकताको शक्तिले जादुको काम गर्दछ। पाँच औंलाहरू मिलेर मुठी बनेपछि तागत बन्दछ, परन्तु एउटा एउटा औंलाले अलग-अलग कार्य गर्ने हो भने भोजनको एक गाँस उठाउन पनि कति कठिन हुन्छ। एउटा दाउरालाई सहजै फुटाउन सकिन्छ तर दाउराको बिटो लाई फुटाउन गाह्रो हुन्छ। अर्थात् एकतामा नै रक्षा हुन्छ। जुन घर, समाज वा राष्ट्रमा एकता हुन्छ त्यसमा स्वर्गसमान अनुभव हुन्छ।

एउटा घना जंगल थियो। त्यसमा कुनै भैंसीको परिवार रहन्थ्यो। आक्रमणकारी सिंह पनि एउटै थियो। उसले जब चाहन्थ्यो तब हमला गर्दथ्यो र कुनै पनि सानो वा ठूलो भैंसीलाई समाप्त गरिदिन्थ्यो। समूहका अन्य सदस्य आत्तिएर चार खुट्टाले उफ्रँदै यहाँ र वहाँ दौडन्थे। एक दिन एउटा बूढो भैंसीले आफ्नो जातिका भैसीलाई एकत्र गऱ्यो र भन्यो– मर्नु नै छ भने बहादुरीका साथ किन नमर्ने। बाँच्नु छ भने मिलेर किन नबाँच्ने। कुरा सबैलाई राम्रो लाग्यो र सबै उसले जे भन्छ त्यसमा चल्न सहमत भए। अर्को दिन त्यो ठूलो भैसीले एउटा दल बनायो र योजना बन्न पुग्यो– आक्रमणको प्रतीक्षा नगरी सिंहको गुफामा जाऔं अनि त्यसलाई आक्रमण गरौं। नयाँ योजना, नयाँ हिम्मत र नयाँ आशाले भरिएका भैंसीको हौसला धेरै बढेको थियो। त्यसैले उनीहरू बहादुरीका साथ गए र गुफामा बिजुलीजस्तै सिधै सिंहमाथि जाइलागे। सिंहले योभन्दा पहिले कहिल्यै यस्तो सामना गर्नुपरेको थिएन। ऊ आत्तियो र ज्यान बचाउनलाई यति छिटो भाग्यो कि उसले देख्नै सकेन– आक्रमण गर्ने को थिए र कति थिए। भयभीत सिंहले त्यस जंगलमा भूत बस्दो रहेछ भन्ने ठानेर अब कहिल्यै नफर्कने निश्चय गऱ्यो। धेरै टाढा अर्कै वनमा डेरा जमायो। अब भैंसीको परिवार निश्चिन्त भएर बस्न थाल्यो, वन विहारको आनन्द लिन थाले। एकताको शक्तिले उनीहरूको काम सजिलो बनाइदिएको थियो।

जुन काम एक जना व्यक्तिले गर्न सकिँदैन त्यो काम धेरै जनाको एकताद्वारा सहजै सम्भव हुन्छ। एकताले समाजमा सुरक्षा र सुव्यवस्था स्थापना गर्नमा अहम् भूमिका निर्वाह गर्दछ। अत: एकबाट अनेक हुँदै कल्याणकारी परिणाम निकालेर सामुदायिक रूपमा सुख समृद्धि प्राप्त गरौं, यही हामी सबैको सबैप्रति शुभकामना।

ब्रह्माकुमार हेमन्त, शान्तिवन, आबूरोड

सज्जनहरूको सम्मान परोपकारको लागि नै हुन्छ। – संस्कृत उक्ती

# सच्चा गीता- २०

शरीरको इन्द्रियजन्य जन्मजात महाशत्रु, महावैरी र महाभक्षी सम्पूर्ण मानव (आत्मा)सँग भएको विजयी बन्न आफ्नो धर्म (स्वधर्म)र आफ्नो बल वा शक्ति (आत्मिक शक्ति) लाई जान्न अत्यावश्यक छ। सर्वप्रथम त आफ्नै पहिचान त्यसपछि मात्र आफ्नो शत्रुको पहिचान हुने हो। श्रीमद्‌भगवद्‌गीताको दोश्रो अध्यायमा ११ औं श्लोकदेखि लेखिएका भगवानुवाच श्लोकहरूले स्पष्ट दिए सबै मानवको यथार्थ परिचय। यही परिचयलाई जान्न नसकेर गीताका टीकाकार, भाष्य र अनुवादकहरू पनि परको– शरीरलाई नै आफू मानी सम्पूर्ण गीता त्यही परको– शरीर अर्थको गीता प्रक्षेप भयो। जसले केही हदसम्म आफूलाई जाने उनी (रमण महर्षि) मौनमा रहेरै (आफैं अनुभूति गर्दै) शरीर छोडे। अन्य महारथी कसैलाई शास्त्र पुराणले जन्म दिन सकेन। शास्त्र पुराणहरूमै सीमित रहे।

कोही अर्को मानव शत्रुलाई देख्नु आफूलाई शरीर नै मान्नाले हो। आफैंमा रहेको अज्ञात, अजय, महाभक्षी शत्रुरूपी काम (वासना, कामना) र क्रोधलाई मित्रु मानी आफूभन्दा भिन्न वा अर्को शरीरधारी मानवलाई शत्रु देखेका कारण सुखी, शान्त र आनन्दित बन्न नसकेको हो। त्यसैले सम्पूर्ण मानवलाई त्यस शत्रुको पहिचान गराउनकै लागि भगवान्‌बाट पहिलो पाठ वा ज्ञान आत्माको त्यसपछि कर्मयोगी वा सांख्ययोगी बन्दै आफैंमा रहेको अजय शत्रुमाथि विजयी वा शत्रुलाई परास्त गरी आफू (आत्मा) सुखी, शान्त र आनन्दित बन्न परमपिता परमात्मा शिव भगवानुवाच– इन्द्रियलाई सबल भनिन्छ, इन्द्रियभन्दा सबल मन देखिन्छ, मनभन्दा पनि सबल वा समर्थ बुद्धि छ र बुद्धिभन्दा समर्थ छ काम वासना। त्यस काम वासनालाई बुद्धिभन्दा सबल वा अप्रकाशक जानी आफू आत्मा स्वरूपमा आत्माद्वारा वश गर्दै काम वासनारूपी दुर्जय महाबलशाली शत्रुलाई परास्त गर।।३:४२, ४३।।

संसारका हरेक मानवको जन्मजात दुर्जय अजय, महाबलशाली, महाभक्षी, महावैरी शत्रुलाई सदाको लागि परास्त गर्न भगवान् परमात्मा शिव हरेक मानवलाई आत्मा स्वरूपमा आफूलाई जानी मन, बुद्धि, इन्द्रियभन्दा सबल वा समर्थी काम वासनारूपी आफैंमा भएको शत्रुसँग ज्ञानरूपी अस्त्रद्वारा विजयी बन्न (३:४१, ४२, ४३को प्रजही, जही) दिनुभएको पूर्ण अहिंसक ज्ञान हो। श्रीमद्‌भगवद्‌गीता जबकि यही गीता आजसम्म "श्रीकृष्ण"द्वारा अर्जुनलाई नै दुर्योधन लगायत दुर्योधन पक्षका सम्पूर्ण कौरव सेना विरुद्ध स्थूल अस्त्र-शस्त्र (धनुष बाण, तरबार, गदा आदि), हतियार उठाएर मार्न (पूर्ण हिंसक) दिएको ज्ञान भनी प्रक्षेप गर्दा श्रीमद्‌भगवद्‌गीताको पूरा ग्लानि (अवमूल्यन) भएको पाइयो। हिंसाको समभ वा सल्लाह दिई हिंसक बनाउन दिइएको प्रवचन ज्ञान होइन, अज्ञान हो। आफैंमा भएको शत्रुलाई पहिचान गरी स्थूल अस्त्र-शस्त्रले होइन, ज्ञानको अस्त्र-शस्त्र लिई (युद्धमा) विजयी (पूर्ण अहिंसक) बन्न दिइएको शिक्षालाई ज्ञान अर्थले स्वीकार्न सकिन्छ। जबकि हिंसा नै गर्न दिएको समझलाई होइन। जुन अर्थले "श्री कृष्ण" द्वारिकाधीश भगवान् साथै गीता ज्ञान दाता नभएको गीतालाई आज संसारमा फिंजाएको वा सबैको हात-हातमा पुऱ्याएको पाइयो। यसर्थ अहिंसाको गीता ज्ञानदाता परमपिता परमात्मा शिव भगवान्‌लाई ओझेलमा पारी प्रकाशमा ल्याइएको सत्यलाई पचाउन वा स्वीकार्न जो कोही अज्ञानमा रुमल्लिएका भक्त जनलाई मुस्किल वा हम्मे-हम्मे परेको देखिन्छ। यथार्थ सत्य त त्यही हो।

परमात्मा शिवबाट प्राप्त गीता ज्ञानलाई (शरीर अर्थ) स्थूल अर्थले बुझाई आत्माको लागि शरीर वस्त्र हो र आत्मा शरीरविना वस्त्र विहीन वा नाङ्गै बुझ्न दिएको गीता ज्ञानलाई अज्ञानता (शरीर अर्थको) वश सम्पूर्णतया कोही धर्मभिरुहरू वस्त्र बिहीन बनी हिंडेको देखिन्छ। अहिंसाको अर्थ कर्मको हिंसामात्र नभई मनसा र वचसा (वचन) को पनि हिंसालाई देखाउन मुखमा पट्टी लगाई स्थूल अर्थले बुझाउने प्रयासमा साधक साधिकाहरूका लागि राख्नुभएको पाइन्छ। शरीरमै रहेर आत्मा स्वरूपमा आत्माको धर्म स्वधर्ममा टिकिराख्न दिनुभएको गीता ज्ञानलाई शरीरलाई नै आत्मामा ढाल्ने प्रयासको ती क्रियाको कारण पनि सही सत्य ज्ञान जीवनमा अवलम्बन गर्न जो कोहीलाई फलामको चिउरा चपाउनु सरह लागेर ज्ञान प्रकाशमा आएन र अज्ञान अन्धकारमा संसार नै रुमल्लिएको पाइयो। जसकारण गीता ज्ञानपछि झनै तमोप्रधान घोर कलितर्फ सबै उन्मुख बने जबकि ज्ञानले त सतोगमय वा सतो उन्मुख बन्नुपर्ने तर दुर्भाग्यवश शरीर अर्थ बुझेर बुझाउनाले नै जस्तोसुकै ठूल-ठूला वृहत अनुष्ठानहरू करोडौंको सम्पादन गरे पनि संसारलाई सत्यको मार्ग पहिल्याउन (समर्थ) आजसम्म असमर्थ बन्यो भक्तिको पथ।

आफैंभित्र विद्यमान ती जन्मजात अजय शत्रुरूपी काम (विषय वासना) र क्रोधमाथि विजयी बन्न आफ्नो स्वरूप, आफ्ना धर्म (स्वधर्म) र आफ्नो बल (आत्मिक बल) लाई जान्न अत्यावश्यक छ, यिनै जानकारीका साथ अन्य बेहदको (आध्यात्मिक) ज्ञान वा जानकारी दिन परमपिता परमात्मा शिव भगवानबाट एक वृद्ध मानव तनको आधार लिई जगत्‌को कल्याण हेतु ब्राह्मण वत्सहरूका साथै अविनाशी अश्वमेध रुद्र गीता ज्ञान यज्ञको स्थापना गरी विश्वमा हालसम्म १४५ राष्ट्रमा ८५०० भन्दा बढी सेवाकेन्द्रहरूबाट जन-जनलाई कल्याणार्थ सेवा पुऱ्याउन प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयको नामको आध्यात्मिक संस्थासँग करिब १२ लाख ब्राह्मण वत्सहरूले अहोरात्र निष्काम कर्ममा लागिरहेका देख्न सकिन्छ। जसको स्थापना १९३६ ई.सं. मा भएको थियो। नेपालमा पनि वि.सं. २०२१ सालबाट ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्रको नामले यस संस्थालाई चिन्न सकिन्छ। जहाँ परमात्माबाट प्राप्त गीताको नै अध्ययन र अध्यापन दैनिक हुने गर्दछ। यो शृंखलावद्ध "सच्चा गीता" पनि त्यही अध्ययनको प्रतिफल हो जसको उद्देश्य एवम् प्राणी वा सम्पूर्ण मानवले परमात्माबाट प्राप्त ज्ञानको प्रसादद्वारा जीवन धन्य-धन्य बनाई सबैले आफ्नो (आत्माको) कल्याण साथै अरू आत्माहरूको कल्याणमा वा परमार्थ सेवामा स्वास संकल्प पनि सफल गर्दै पुण्यको खाताबाट परिपूर्ण होस्। ☸

......क्रमशः

✍ पद्वी श्रेष्ठ, रत्ननगर, टाँडी
फोन नं : ९८४५१४२५२०

## आत्मिक चेतना.......

हुन्छ अर्थात् आत्माका मूल, गुण, स्वभाव, संस्कार दिव्य र सतोगुणी हुन्छन् त्यस अवस्थामा समग्र मानव जाति, चराचर जगत्‌का प्राणी र प्रकृतिका तत्त्वहरू समेत संयमशील, सतोगुणी र सुखी हुन्छन्। हिंसक प्राणीसमेत अहिंसक बन्ने तथा प्रकृतिमा समेत कुनै पनि प्रकारको विप्लव र विध्वंसकारी प्रकोपहरू हुँदैनन्। सम्पूर्ण जगत्‌को भौतिक ऊर्जा पनि अत्यन्तै सुसँगठित अवस्थामा रहन्छ। अर्को शब्दमा भन्नु पर्दा यो वसुधा नै स्वर्गिक भूमिका रूपमा सदाबहार हुन्छ। अर्कोतिर जब मानिसमा दैहिक चेतना हावी हुन्छ मानिस आफ्नो मन, बुद्धि र संस्कार माथिको नियन्त्रणलाई गुमाउन पुग्दछ अनि उसका इन्द्रिय कर्मेन्द्रियहरू अभद्र र स्वेच्छाचारी बनी भद्दा क्रिया कलापका लागि उद्यत हुन्छन् तथा सर्वत्र अशान्ति र हाहाकारको परिस्थिति निर्माण हुन्छ। तसर्थ वर्तमान दैहिक चेतनाको संस्कारलाई रूपान्तरण गरी पुन: नर्कलाई स्वर्ग बनाउन प्रत्येक नरनारीले आफ्नो असली आत्मिक चेतनामा स्थित हुन जरुरी छ तथा कमजोर भएको आन्तरिक शक्तिलाई शशक्त गर्न परमसत्य सर्वशक्तिवान् परमात्माको सान्निध्य र स्मृतिलाई जीवनमा अभ्यास गर्नु आवश्यक हुन्छ। जसबाट नै नयाँ बिहानीको उदय हुनेछ तथा चीरकालका लागि संसार सुख, शान्ति र समृद्धिको सुखद् स्थल बन्नेछ। ☸

योगी आत्मा उसलाई भनिन्छ, जसलाई प्रकृतिको हलचलले आकर्षित गर्दैन! ☸ शिवबाबा

# सुन्नेलाई सुनको माला

ब्रह्माकुमार कृष्णहरि श्रेष्ठ, भरतपुर

सुन्नेलाई सुनको माला, भन्नेलाई फूलको माला अनि फेरि यो कथा सुन्ने सबै बैकुण्ठ जाला। हो, यो कथा सुनेर त्यस कथालाई चिन्तन मनन गरी त्यसलाई व्यवहारमा धारणा गर्ने बाबाका सबै सज्जन बच्चाहरू निश्चय नै वैकुण्ठमा जान पाउँछन्। नपाऊन् पनि कसरी? जबकि यो कथा स्वयम् परमपिता परमात्मा शिवबाबाले नै सुनाउँदै हुनुहुन्छ। पतित-पावन परमपिता परमात्मा शिवबाबा आफ्ना बच्चाहरूको सद्भावको अपेक्षा राख्नु हुन्छ। बच्चाहरूले त परमात्माको प्रतीक शिवलिङ्गमा फूलको माला चढाएर आफ्ना भक्ति एवं निष्ठा प्रकट गर्दछन् तर शिवबाबा आफूले सुनाएको कथा सुनेर त्यसमा अन्तरनिहीत शिक्षालाई धारणा गर्ने सबै बच्चाहरूलाई स्वयं सुनको माला लगाई दिएर सजाई दिनुहुन्छ। एक्काईस जन्म स्वर्गको राज्यभाग्यको सुख प्रदान गर्नुहुन्छ भने बाँकी त्रिसठ्ठी जन्म पनि झण्डै दुई तिहाई भाग सुख सम्पत्तिले भरपूर गरिदिनुहुन्छ।

शिव बाबा भन्नुहुन्छ– यो कथा धेरै-धेरै वर्ष पहिलेदेखि शुरु भएको हो र धेरै-धेरै वर्ष पछिसम्म पनि रहिरहने छ। उहिलेको कुरा हो। एकादेशमा एउटा राजा थिए, उनकी अति प्रिय एउटी रानी थिइन्। अनि ती राजा रानीका राज परिवारमा सोह्र हजार एक सय आठ सदस्यहरू थिए भने प्रजाजनको संख्या नौ लाख थिए। राजा प्रजा सबै अति सुखी थिए, खुसी थिए अनि थिए पवित्र, चरित्रवान् एवं सुस्वास्थ्य सम्पन्न। त्यो देशलाई वैकुण्ठ अर्थात् स्वर्ग भनिन्थ्यो। देशका राजालाई महाराजा श्री नारायण भनिन्थ्यो अनि महारानी थिइन् श्रीलक्ष्मी। राजारानी दुवै सर्वगुण सम्पन्न, सोह्रकला सम्पूर्ण बत्तीस लक्षणले युक्त सम्पूर्णरूपले निर्विकारी सतोप्रधान थिए। अचम्मको कुरा के थियो भने त्यो देशमा राज्य संचालनका लागि राजाको सहयोगीको रूपमा न त कुनै मन्त्री थिए, न कुनै सभासद्हरू हुन्थे। न त कुनै प्रहरी नै थिए भने न त कुनै सेना इत्यादि नै। किनकि सबै सतो गुणी हुनाले कुनै चोर, डाँका, फटाहाहरू थिएनन्। सारा भूमण्डलमा एउटै राज्य थियो, एउटै राजा थियो अनि एउटै भाषा र भेषभुषा थियो। एउटै राज्य हुनाले अन्य राज्यबाट आक्रमण हुने कुनै डर थिएन। त्यसैले कुनै सेनाको आवश्यकता नै रहेन। सबै प्रजा जनमा आपसी सद्भाव, मेल, मिलाप र सहयोगको भावना भएकोले कुनै प्रहरी, कुनै अड्डा अदालत, कुनै वकिल तथा न्यायाधीशहरूको आवश्यकता थिएन। प्रजाजनहरूले आफूले आर्जन गरेको सम्पत्तिमध्ये आफूलाई चाहिंदो जतिमात्र राखेर बाँकी सबै सम्पत्ति राज्यकोषमा जम्मा गर्दथे। पवित्र खानपान एवं सच्चरित्र र सधैं स्वस्थ रहने भएकोले कुनै वैद्य वा डाक्टरको पनि आवश्यकता पर्दैनथ्यो। सबैले स्वत:स्फुर्त रूपमा आ-आफ्ना कर्तव्य पालना गर्दथे। दु:ख, कष्ट, चिन्ताको नाम निशानै थिएन। मेहनत गरेर खेती गर्नु पर्दैनथ्यो। धर्ती माताले धक फुकाएर स्वादिष्ट फलफूल एवं मेवा मिष्ठान्न अन्नादि सबैलाई सहजरूपमा उपलब्ध गराउँथिन्। मौसम एवं समयानुसार प्रकृति देवी आफ्नो कर्तव्य पालना गर्दथिन्। सारा वातावरण हरियालीले छाएको सुगन्धित वास्नायुक्त सुन्दर वगैंचाहरू, वनकुन्जहरूले सुशोभित हुन्थे। राजा प्रजा सबै भव्य महलहरू एवं भवनहरूमा निवास गर्दथे। हाँसखेल, नाचगान र गायन वादनमा दिन बित्दथे। घुमफिर गर्न सुन्दर विमानहरू प्रयोग गरिन्थे। लक्ष्मी-नारायणको राज्यमा एक धर्म र एक मत थियो। सत्य युगमा मनुष्यहरूको जन्म, काम विकारबाट हुँदैनथ्यो। पति एवं पत्नीको इच्छाले योग शक्तिबाट गर्भ धारण गरिन्थ्यो। सत्य युगमा सबै आत्माहरूलाई देह त्याग गर्नु अगाडि नै आफूले कहाँ जन्म लिन जाँदैछु भन्ने कुरा थाहा भइसक्दथ्यो। त्यसैले उनीहरू मृत्युसँग डराउँदैनथे। खुसी खुसीले देह त्याग गर्दथे र निर्दिष्ठ स्थानमा पुनर्जन्म लिन जान्थे। मृत्युपश्चात् मृतकको शरीरलाई शव दाह गृहमा राखिदिन्थे, एकै छिनमा खलास। कुनै अस्तु नदीमा बगाइरहने आवश्यकतै थिएन। शरीर छोडेको आत्माको यादमा कोही रुँदैनथे। श्राद्ध गर्ने, पिण्ड दिने, ब्राह्मणहरूलाई खुवाउने आदि केही गरिँदैनथ्यो। सत्ययुगमा महाराजा नारायणको आठ पुस्ताले राज्य गरे। यस्तो व्यवस्था लगभग १२५० वर्ष चल्यो। यो समयावधीलाई सत्ययुग भनिन्छ।

सत्ययुग पश्चात् त्रेतायुग आयो। त्रेतायुगको आदिमा दुई करोड जनसंख्या थियो। त्रेतायुगमा आएर राजा एवं प्रजाहरू सतोप्रधानबाट दुई खुट्किला तल झरेर सतोगुणीमात्र बन्न पुगे। सोह्रकला सम्पूर्णबाट दुई कला घट्यो र चौध कलामात्र बाँकिरह्यो। तर पनि राजा प्रजा सबै सुखी खुसी नै थिए। यस त्रेतायुगमा राजा राम एवं रानी सीताको बाह्र पुस्ताले सकुशल राज्य चलाए। यस त्रेतायुगको अन्त्यसम्ममा राज्यको जनसंख्या दुई करोडबाट वृद्धि भएर तेत्तीस करोड पुग्यो। सत्ययुग र त्रेतायुगको राज्य व्यवस्थालाई स्वर्ग नै भनिन्छ। यस अवधिका मानिसहरू दैवी गुणले सम्पन्न हुनाले देवता नै कहलाइन्थे। सत्ययुग र त्रेतायुगको समयावधिलाई ब्रह्माको दिन भनिन्छ र द्वापरयुग र कलियुगको समयावधिलाई ब्रह्माको रात भनिन्छ।

सत्य र त्रेतापछि द्वापरयुगको सुरुवात भयो। द्वापरयुगको सुरुवातसँगै देवताहरूमा भएका दैवी गुणका कलाहरू चौधबाट पनि घटेर आठ हुन पुगे। देवताहरू वाम मार्गमा चल्न थाले। शनै: शनै: सत्व गुणी देवताहरूमा विकार हरूले प्रवेश गर्न थाले। यसरी क्रमैसँग देवताहरूमा देह अभिमानको साथै काम, क्रोध, लोभ, मोह र अहंकार अनि निन्दा, हिंसा, ईर्ष्या, द्वेष, घृणा आदिले आफ्नो प्रभुत्व जमाउन थाले। यसरी पुज्य श्री नारायण तथा श्रीलक्ष्मीको आत्माले द्वापरयुगमा २१ जन्म बिताए। जो स्वयं पूज्य आत्मा थिए अब उनै रजोगुणी पुजारी बन्न पुगे। आरम्भमा परमात्मा शिवको प्रतीकको रूपमा हीराको शिवलिंग स्थापना गरेर पूजा गरिन थालियो। विकारहरूले जरा गाड्दै गएपछि रोग, शोक, चिन्ता, कष्ट आदि वृद्धि हुँदै गयो अनि तिनीहरूबाट बच्नको लागि आफ्नै पूर्वज विभिन्न देवी देवताहरू एवम् पञ्च तत्त्वको पनि पूजा गर्न थाले। यज्ञ, तप आदि गर्न थाले। विभिन्न धर्म, विभिन्न शास्त्रहरूको निर्माण कार्य शुरु भयो। यसरी द्वापरयुगको १२५० वर्ष व्यतीत भएपछि कलियुगको सुरुवात भयो।

कलियुगको सुरुवातका साथै मानिसहरूमा विकारहरूले प्रचण्ड रूपले आक्रमण गर्न थाले। दैवी गुणका सोह्र कलाहरू सबै घटेर शून्य कला हुनगयो। दैनिक रूपमा काटमार, झै-झगडा गर्नुका साथै अखाद्य वस्तुहरू मासु-मदिरा भक्षण गर्न थाले। रिसको झोंकमा कसैलाई कुटपिट गर्नु, अबलामाथि बलात्कार गर्नुजस्ता कार्यहरू साधारण हुन गए। धर्मको नाममा पनि धर्मयुद्धहरू हुन थाले। सत्ययुगी आदि सनातन देवी-देवता धर्म अब नाम परिवर्तन भएर हिन्दु धर्म बन्न पुग्यो। हिन्दु धर्ममा पनि विभिन्न पन्थ, सम्प्रदायहरू बनेर विभक्त हुन थाले। ईस्लाम धर्म, मुस्लिम धर्म, बुद्ध धर्म, जैन धर्म, सिक्ख धर्म, क्रिस्चियन धर्म एवं अन्य थुप्रै धार्मिक सम्प्रदायहरू उत्पन्न भए र एक आपसमै लडाईं झगडा गर्न थाले। सत्ययुगको एक राज्य, एक राजा, एक धर्म, एक भाषा अनि एक भेषको सिद्धान्तले पल्टी खायो। विश्वमा थुप्रै राज्यहरू भए, थुप्रै राजाहरू भए। फेरि विभिन्न वाद र राजनैतिक सम्प्रदायको सृजना भयो। जमिन, पानी र आकाश समेत तेरो र मेरोमा बाँडियो। विभिन्न भयानक सामरिक शास्त्रास्त्रहरूको निर्माण गरियो। यस्तै लुछा-चुँडी र आपसी द्वन्द्वको अग्निज्वालामा पृथ्वी बली रह्यो। अणुबमको प्रहारले जापानमा भयानक नर संहार गरेपछि विश्वमा शान्ति स्थापना गर्ने ध्येय लिएर यु.एन.ओ.को स्थापना गरियो। तर पनि विभिन्न राष्ट्रहरूमा बाह्य एवं आन्तरिक कलहको आगो बलि नै रहेको छ। एशियाका तारा बुद्धको देश र शान्तिक्षेत्र भनेर चिनिएको देश नेपालमा पनि आन्तरिक कलहको अग्नि ज्वाला बलिरहेको छ।

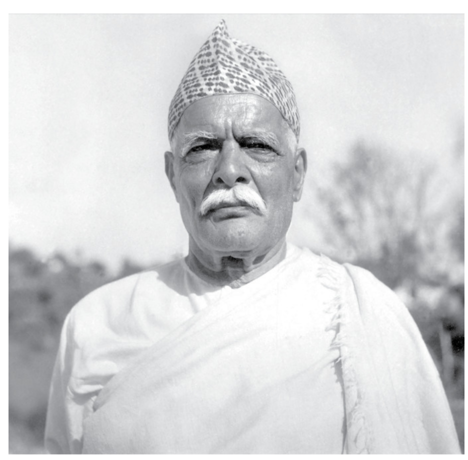
यस्तै-यस्तै विभिन्न कारणहरूले प्रदूषित वातावरणहरूको बीचमा सन् १९३७ (वि.सं. १९९४)मा भारतको सिन्ध प्रदेश (हाल पाकिस्तान)मा शान्तिधाम निवासी परमपिता परमात्मा ज्योति बिन्दु शिवले एक वृद्ध एवं साधारण मानिसको शरीरमा प्रवेश गरेर आदिदेव प्रजापिता ब्रह्माद्वारा प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालयको आदि रूप ओम् मण्डलीको सूत्रपात गर्नुभयो। परमपिता परमात्मा ज्योति बिन्दु शिवले जुन वृद्ध एवं साधारण मानिसको तनमा अवतरण गर्नुभयो उहाँको नाम लेखराज थियो। एक साधारण शिक्षकको छोरा भएर पनि आफ्नो मिहिनेत र सीपले उहाँ देश विदेशसम्म

......पेज ७ मा

## आत्मिक चेतना……

प्रख्यात हीराको व्यापारी बन्न पुग्नुभएको थियो। उहाँलाई सबैले दादा भन्थे। दादाको अर्थ सिन्धी भाषामा ठूला दाई र दादीको अर्थ ठूली दिदी भन्ने हुन्छ।

सन् १९३७ मा परमपिता परमात्मा शिवसँगको साक्षात्कारपछि उहाँले आफ्नो व्यवसायबाट सन्न्यास लिनुभयो र ओम् मण्डलीको माध्यमबाट राजयोगको अनुपम ज्ञानको प्रचार प्रसारमा लाग्नुभयो। परमपिता परमात्मा गीता ज्ञानदाता शिव स्वयंले ब्रह्मा (दादा लेखराज) मुखबाट “निजानन्द स्वरूपम् शिवोऽहम् शिवोऽहम्, ज्ञान स्वरूपम् शिवोऽहम् शिवोऽहम्, प्रकाश स्वरूपम् शिवोऽहम् शिवोऽहम्” को उच्चारण गर्नुभएर आफ्नो परिचय दिनुभयो। परमात्मा शिव आनन्द स्वरूप, ज्ञान स्वरूप अनि प्रकाश स्वरूप हुनुहुन्छ। परमपिता परमात्मा गीता ज्ञानदाता शिव स्वयंले नै दादा लेखराजलाई आदि मानव ब्रह्माको उपाधिले विभूषित गर्नुभएको थियो। स्वयं परमपिता परमात्मा शिवबाबाबाट अद्वितीय राजयोगको ज्ञान हासिल गरी सम्पूर्णरूपले पवित्रताको पालना गर्ने प्रथम व्यक्ति हुनुभएकोले दादा लेखराजलाई आदि मानव भनिएको हो। ब्रह्माबाबाको मुखारबिन्दबाट स्वयं परमात्मा शिवले अद्वितीय राजयोगको सम्पूर्ण विधि एवं रहस्यहरू उजागर गर्नुभयो। एकपल्ट ब्रह्माबाबाको अगाडि स्वयं विष्णु प्रकट भएर भन्नुभयो- “अहम् चतुर्भुजः तत् त्वम्”। अर्थात् ब्रह्माबाबाको अर्को रूप नै विष्णुको रूप हो।



उहाँ नै अब आउने सत्ययुगमा नारायण अर्थात् पहिलो विश्व सम्राट बन्नु हुनेछ। शिवबाबा एवं विष्णुसँगको साक्षात्कारपछि दादा लेखराजको सम्पूर्ण जीवनचर्यामा परिवर्तन हुनगयो। उहाँले आफ्नो व्यवसायबाट हात झिक्नुभयो र आफ्नो भागमा परेको सबै सम्पत्तिको एउटा ट्रस्ट बनाएर त्यसको जिम्मा एक कुमारी ओम् राधेलाई सुम्पनुभयो। त्यसो त उहाँका आफ्नै छोरी एवं श्रीमती पनि ओम् मण्डलीमा संलग्न हुनुहुन्थ्यो, उहाँले आफ्नी छोरी वा पत्नीलाई नै पनि ट्रस्टको अध्यक्ष बनाउन सक्नुहुन्थ्यो। तर उहाँले त्यसो गर्नुभएन। ज्ञान यज्ञ सञ्चालन गर्न योग्य एवं सक्षम कुमारी ओम् राधे जगदम्बा सरस्वतीलाई नै ट्रस्टको उत्तरदायित्व सुम्पनुभयो। त्यसपछि ब्रह्माबाबा मनसा-वाचा-कर्मणा अलौकिक बन्नुभयो। साक्षात्कार पश्चात् ब्रह्माबाबा सधैं आफ्ना शरीर तथा शरीरसँग सम्बन्धित सबै नाता कुटुम्बहरू एवं सम्बन्धदेखि उपराम र नष्टोमोहा भएर व्यवहार गर्नुहुन्थ्यो। सदा अचल अडोल एवं आत्मा हुँ, यो शरीर नाशवान् छ। हामी त परमपिता परमात्मा शिवबाबाका सेवक हौं, जस्तोसुकै विघ्न आइपरे तापनि उहाँले नै सबै ठीक गरिदिनु हुनेछ। धर्मको मार्गमा परीक्षाहरू त आउँछन् नै। तर हामी आफ्नो निश्चयमा अडिग भएर रहनुपर्छ। सत्यको डुङ्गा ढल्पल त हुन्छ नै तर कहिल्यै पनि डुब्दैन। उहाँका यिनै कथनबाट प्रेरित भएर अन्य सबै माताजीहरू, भाइजीहरू तथा बहनजीहरू पनि सत्यताको पथमा अडिग भएर ईश्वरीय मस्तीमा मस्त रहन्थे। ओम् मण्डलीको स्थापनाकाल ताका ब्रह्माबाबा एवं ओम् मण्डलीमा सम्मिलित भएका सबैले अनेकौं दुःख कष्ट खेप्नु पऱ्यो। हुन पनि विरोधीहरूले के मात्र गरेनन्, ब्रह्माबाबा एवं सत्संगमा आउने बच्चाहरूलाई दुःख दिन? उनीहरूले धारामा आउने खाने पानीमा विष हाल्ने कोशिस गरे, बाबालाई जिउँदो सर्पको माला लगाई दिन खोजे, ढुंगाले हाने, गाडीले किच्ने कोशिसमा लागे। यहाँसम्म कि शहरबाटै बाहिर निकाल्ने कोशिस गरे तर परमपिता परमात्मा शिवले सधैं रक्षा गर्नुभयो, त्यसैले कसैलाई पनि केही भएन। पछि भारत र पाकिस्तानको विभाजनपश्चात् ओम् मण्डली सिन्धबाट भारतको माउण्ट आबूमा स्थानान्तरण भयो। ओम् मण्डलीको नाम पनि परिवर्तन भएर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरी विश्व विद्यालय रहन गयो।

ब्रह्माबाबा वृद्ध भइसक्नु भएको थियो तर पनि उहाँ सधैं निरन्तर सेवा कार्यमै लागिरहनु हुन्थ्यो। जब कुनै यज्ञवत्सले उहाँलाई धेरै परिश्रम नगर्नका लागि अनुरोध गर्दथे, तब बाबा भन्नुहुन्थ्यो- हैन वत्स, यज्ञको सेवा गर्न बडो मीठो र प्यारो लाग्छ। कल्पभरीमा एकै पल्ट त शिव बाबाले यो सर्वोत्तम ज्ञानयज्ञ रच्नुहुन्छ र यस कार्यको लागि यो बुढो शरीरमा आउनुहुन्छ। तब के म यो बुढो शरीरलाई हेरेर सेवा कार्य गर्नै छाडि दिऊँ? म पनि त शिवबाबाको स्टुडेण्ट हुँ नि। यदि मैले शारीरिक सेवा गरिनँ भने मलाई सुन्दर र स्वस्थ शरीर कसरी प्राप्त हुनसक्छ? जब शिवबाबाले नै म तिमी बच्चाहरूको आज्ञाकारी सेवक हुँ भनेर भन्नुहुन्छ भने म पनि त तिमी बच्चाहरूको आज्ञाकारी सेवक हुँ नि हैन र? यसरी ब्रह्माबाबा आफैंले मिहिनेत गरेर उदाहरण बनेर देखाउनु हुन्थ्यो। बाबा सरल जीवन रुचाउनुहुन्थ्यो। उहाँमा न त मान शानको लालसा थियो, न त मीठो खानाको इच्छा नै। उहाँको मूलमन्त्र थियो- जे पाउनु थियो सो पाइसकें अब अरू के नै पो पाउन बाँकी रह्यो? स्वागत कार्यक्रमहरूमा पनि उहाँ माला लगाउन चाहनुहुन्नथ्यो। उहाँ भन्नुहुन्थ्यो- यो त पतित तन हो, माला लाउन योग्यको छैन। काम विकारबाट पैदा भएको यो शरीर पुरानो फाटेको जुत्ताजस्तै हो, यसप्रति के-को मोह ममता राख्नु? देहसँग मोह ममता राख्यो भने स्वर्गीय राज्य भाग्यबाट हात धुनु पर्नेछ।

चौरान्नब्बे वर्षको वयोवृद्ध उमेरमा पनि ब्रह्माबाबा खुब मेहनत गर्नुहुन्थ्यो। फेरि पनि बाबाको चेहरा सधैं हँसिलो एवँ खुशियालीले भरिएको हुन्थ्यो। जतिसुकै क्रोधित एवं अशान्त व्यक्ति पनि उहाँको अगाडि पुगेपछि एकदम शान्त र खुसीले पूर्ण हुन्थ्यो। बाबाले ट्रस्टका अधिकारी बच्चाहरूलाई अब नयाँ आईपर्ने परिस्थितिहरू र त्यसलाई कसरी पार गर्ने भन्ने बारे पनि आवश्यक जानकारी गराउन थाल्नुभएको थियो। बाबाले अब बच्चाहरूलाई उनीहरूको योग्यता अनुसार यज्ञको विभिन्न कार्यको जिम्मेवारी सुम्पिदै हुनुहुन्थ्यो।

यस्तैमा, १८ जनवरी १९६९ को दिन पनि आइपुग्यो। त्यसदिन ब्रह्माबाबाको स्वास्थ्य बिहानैदेखि अलि अस्वस्थ देखिन्थ्यो। तर पनि बाबा सधैं झैं प्रफुल्लित एवं हँसिलो नै देखिनुहुन्थ्यो। त्यसदिन बच्चाहरूको अनुरोधलाई स्वीकार गरेर बाबाले प्रातःकालीन क्लास त गराउनुभएन तर साँझको क्लास भने सधैंको निर्धारित समयभन्दा चाँडै नै गराउनुभयो। हलमा प्रवेश पश्चात् बाबाले ओजस्वी वाणीमा बोल्न थाल्नुभयो- बच्चे, निन्दा गर्ने प्रति पनि कहिल्यै घृणा गर्नुहुँदैन। बरु जसले हाम्रो आलोचना गरेर हाम्रा कमी कमजोरीहरूतिर ध्यानाकर्षण गराइदिन्छ त्यसलाई त हामीले यस ज्ञान मार्गमा एकजना मित्र नै मान्नु पर्छ। किनकि कमीहरूप्रति ध्यान गएमा नै त हामी ती कमजोरीहरूलाई समाप्त गरेर आफ्नो लक्ष्यसम्म पुग्न सक्छौं। पर चिन्तन पतनको जड हो र आत्म-चिन्तन उन्नतिको खुड्किलो हो। त्यसबेला रात्रीको नौ बजेको हुँदो हो, बाबाले क्लास समाप्त गर्दै यी वरदानी वचनहरू भन्नुभयो– बच्चे, निराकारी भव, निर्विकारी भव, निरहंकारी भव। अनि अन्त्यमा “अच्छा, बच्चे बिदाई” भन्दै हात हल्लाउँदै क्लासहलबाट बाहिरिनुभयो। बाबाले सधैं क्लास सकिएपछि “गुड नाइट” भनेर जानुहुन्थ्यो तर त्यस दिन बिदाई लिएर जानु भएकाले बच्चाहरूको मनमा केही संशय एवं सन्त्रास उत्पन्न भयो। अतः दादीहरू तुरुन्तै बाबाको पछि लागेर बाबाको कक्षमा जानुभयो। कक्षमा बाबा चारपाईमाथि बस्नु भएको थियो र उहाँको चेहरामा सम्पूर्ण शान्ति एवं दिव्यता झल्किइरहेको थियो। बाबाले दादी प्रकाशमणीको हात आफ्नो हातमा लिनुभयो र दृष्टि दिन लाग्नुभयो। दृष्टि दिंदादिंदै बाबाको हातबाट दादीको हात खुस्कियो अनि बाबा साकार तनबाट अव्यक्त हुनुभएर अव्यक्त धाममा शिवबाबाको पासमा पुग्नुभयो। यसरी १८ जनवरी सन् १९६९ले बाबाका सम्पूर्ण बच्चाहरूको शिरबाट बाबाको छत्रछायाँको साकार हात हटाइदियो। अहिले साकार ब्रह्माबाबा हाम्रो समक्ष त हुनुहुन्न तर पनि बाबाले गुल्जार दादीद्वारा हामीलाई हाम्रो लक्ष्यतिर अग्रसर हुन पथ प्रदर्शन गर्दै हुनुहुन्छ। यो हो श्री लक्ष्मी-नारायणको यस कल्पको कथा। हो, कथा अझै टुङ्गिएको छैन। कथाको अन्तिम दृष्य अझै बाँकी नै छ। लौ त, सुन्नेलाई सुनको माला। सुनको माला लगाउन तयार हुनुहोस्। कथा वाचक परमपिता परमात्मा शिवबाबालाई श्रद्धापूर्वक फूलको माला समर्पण।

प्रकाश सत्यको प्रतीक हो। – जे.आर लोबेल

**छालिंग, भक्तपुर** : "मूल्य निष्ठ शिक्षा तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमको" उद्घाटन गर्नुहुँदै माननीय सांसद भिमसेनदास प्रधान, राजयोगिनी राज दिदी, चाँगुनारायण न. पा का कार्यकारी अधिकृत लोकनाथ भूसाल, ब्रह्माकुमारी बाबा मैया दिदी, ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर तथा अन्य।

**वीरगञ्ज** : योग गुरु रामदेव स्वामीज्यूलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रवीणा दिदी साथमा ब्र.कु. बेली, मधु, मीरा एवम् ब्र.कु. छोटेलाल तथा अन्य।

**नारायणगढ** : ट्राफिक प्रहरी कार्यालयका प्रमुख राजेन्द्र भेटवाललाई विदाइ हुने क्रममा सेवाकेन्द्रमा ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. लक्ष्मी दिदी।

**फूर्तीचोक, चितवन** : भवनको शिलान्यास गर्नुहुँदै राजयोगीनी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी अम्बिका, ब्रह्माकुमार अर्जुन, ब्र.कु. सुनिता तथा अन्य।

**माउन्ट आबू, भारत** : "परमात्म शक्तिद्वारा विश्व परिवर्तनमा नारीको भूमिका" कार्यक्रमको उद्घाटन सत्रमा शिव ध्वजा फहराउने क्रममा नेपालबाट सहभागीता जनाउनुहुँदै समाजसेवी सूर्य वदना हमाल र प्रमिला मालाकार।

**हर्कपुर** : "स्वस्थ जीवनका लागि सहज मार्ग" विषयक कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै बजार व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष माधव कोइराला, ब्र.कु. सरस्वती, ब्र.कु. उमा, समाजसेवी रामचन्द्र घिमिरे प्रशिक्षक ब्रह्माकुमार मणि तथा अन्य।

**हेटौंडा** : हाइकोर्ट हेटौंडाका माननीय मुख्य न्यायाधीश शुष्मा लता माथेमालाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. सुशीला दिदी साथमा ब्र.कु. रेवती।

**देवघाट** : पूर्व उद्योग मन्त्री महेश बस्नेतलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. विराजमान।

*नेपाल टेलिभिजन (NTV)द्वारा "नयाँ दिग्दर्शन" कार्यक्रम हरेक हप्ता आइतबार र सोमबार बिहान ५:३०-५:५५ बजे, मुकुन्दसेन टेलिभिजन(MTV)द्वारा "दिव्य अनुभूति" कार्यक्रम शनिबार बिहान ६:००-६:३० बजे एवम् सिनर्जी एफ एम. ९१.६द्वारा "मूल्य जागृति" कार्यक्रम मंगलबार बिहान ५:१५ बजे प्रसारण भइरहेको कुरा सहर्ष जानकारी गराउँदछौं।*

*-ज्ञानज्योति परिवार*

**सातदोबाटो** : युनाइटेड स्कूलका विद्यार्थी भाइ बहिनीहरूलाई राजयोगको अभ्यास द्वारा गहन शान्तिको अनुभूति गराउनुहुँदै प्रशिक्षक रमण नेपाली।

*जुन व्यक्ति वा परिस्थितिलाई तपाईं परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्न त्यसको चिन्ता गरेर मनलाई नअल्झाउनुहोस्, त्यसलाई छोडिदिनुहोस्, अगाडि बढ्नुहोस् जुन कुरा गर्नु छ, जसले तपाईंको उन्नति गराउँछ त्यसमा एकाग्र हुनुहोस् तपाईं खुसी हुनुहुन्छ।*

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, वार्षिक शुल्क : रु १२५। E-mail : gyanjyoti.monthly@gmail.com, www.brahmakumaris.com ✵ मुद्रक : मल्टि ग्राफिक प्रा. लि., बाफल, काठमाण्डौ।