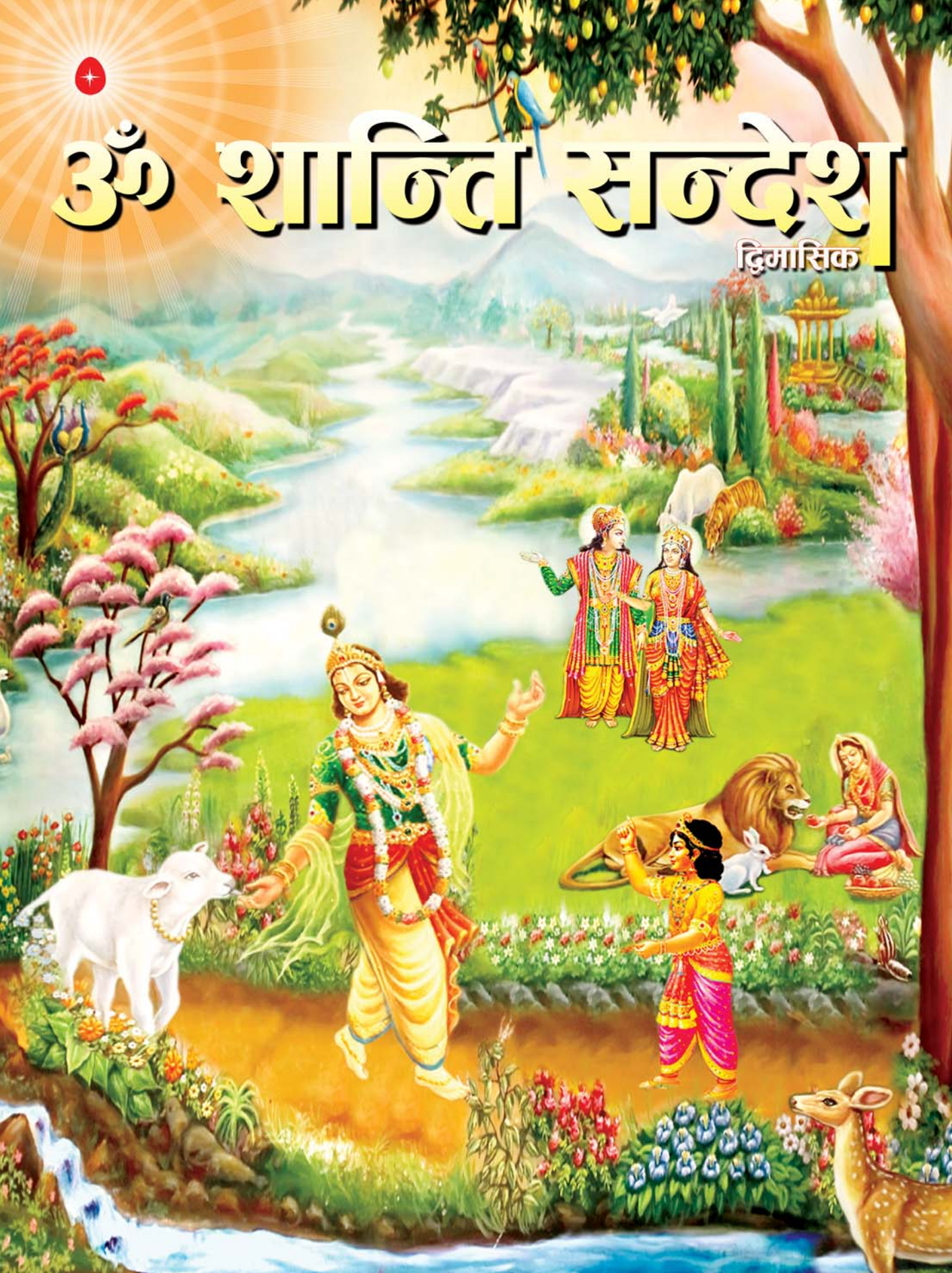


ॐ

शांति सन्देश

द्विमासिक





१



२



३



४



५



६



७



८



९



१०



११



१२

१. वीरगंज : महाशिवरात्रि मेलाको उद्घाटन गर्नुहुँदै सांसद बलवीर चौधरी, प्रमुख जिल्ला न्यायाधीश केशवराज घिमिरे, ब्रह्माकुमारी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी रविणा बहिनी, ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर । २. हेटौँडा : सांसद अनन्त पौडेललाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी विष्णु बहिनी । ३. रामेछाप : सांसद शिव बहादुर खड्कालाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी विष्णु बहिनी । ४. बोदे वरसाइन : शिवरात्रि कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व मन्त्री मृगेन्द्र कुमार सिंह यादव, सशस्त्र प्रहरी निरीक्षक तेज बहादुर बुढाथोकी, ब्रह्माकुमारी नीरा बहिनी, ब्रह्माकुमारी पुनम बहिनी । ५. कलंकी : शिवरात्रिमा आयोजित शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै त्रि.वि.का उपकुलपति तीर्थ राज खनिया साथमा ब्रह्माकुमारी अञ्जु बहिनी, ब्रह्माकुमारी गौरी बहिनी । ६. हेटौँडा : चिल्डेन पार्कको उद्घाटन गर्नुहुँदै पुनरावेदन अदालतका मुख्य न्यायाधीश विश्वम्भर प्रसाद श्रेष्ठ, ब्रह्माकुमारी राजदिदी, ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी तथा अन्य । ७. नारायणगढ : महाशिवरात्रि कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष राजेन्द्र गौतम, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमार अर्जुन भाइ । ८. मध्यमुरा, विहार : वी. एन. मण्डल युनिभर्सिटीका उपकुलपति डा. जयप्रकाश नारायण भालाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रञ्जु बहिनी । ९. विराटनगर : महाशिवरात्रि कार्यक्रमको अवसरमा प्र.जि.अ तोयम राय लाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी मनु बहिनी । १०. भरतपुर : ८० औं शिवजयन्ती कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै प्र.जि.अ विनोद प्रकाश सिंह, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमारी गंगा बहिनी तथा अन्य । ११. विराटनगर : त्रिमूर्ति महाशिवरात्रिको अवसरमा आयोजित शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै डि.आई. जी केशरी राज घिमिरे, ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी, ब्रह्माकुमारी बविता बहिनी तथा अन्य । १२. वनेपा : शिवरात्रि कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै काभ्रे उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष सुरकृष्ण ा वैद्य, ब्रह्माकुमारी राजदिदी तथा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी ।



ॐ शान्ति सन्देश

वर्ष १६, अंक १, २०७३, वैशाख-ज्येष्ठ

का. जि. द. नं ६५/०५७/०५८

नव वर्षको शुभकामना

नव युगको संकेत र स्मृति दिलाउँदै हाम्रो घर आङनमा आएको नव वर्षको अवसरमा सर्वका रक्षक, विश्वकल्याणकारी परमात्माको लगनमा मगन हुँदै सर्व प्रति शुभ भावना फैलाऔं । आफ्नो दृढ संकल्पको शक्तिबाट असम्भव कार्यलाई साकार गरेर देखाऔं । एक बल एक भरोसाको आधारमा श्रेष्ठ कर्मद्वारा श्रेष्ठ संस्कार बनाऔं । पुराना व्यर्थ कुरालाई बिदाइ दिदै निर्मल भावका साथ नव वर्षको स्वागत गरौं । यिनै शुभेच्छाका साथ सबै आत्माहरूको सुख, समृद्धि र दीर्घायुको मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

ब्रह्माकुमारी राजदिदी तथा
सम्पूर्ण दैवी परिवार

अमृत सूची

विषय	पृष्ठ
१. नयाँ वर्षको महत्व....	२
२. नव वर्ष ज्ञानसूर्यको सन्देश (कविता)	५
३. नयाँ सोच, जोश र नवयुगको आगमन	६
४. स्वयं महाकाल नारीका शिक्षक....	१०
५. मनसाद्वारा सेवा	१२
६. जीवनमुक्त अवस्था	१५
७. प्रेरणा (चित्र कथा)	१६
८. अचानकको पाठ	२०
९. एक चुप-अनेक सुख	२३
१०. खुशीको वहार (कविता)	२४
११. नवीन कार्ययोजना सहितको नयाँ वर्ष	२५
१२. बाबाले मेरो जीवनलाई जिवन्त....	२८
१३. मूल्य शिक्षामाला	३१

संरक्षक

निर्देशक, ब्रह्माकुमारी राजदिदी

सम्पादक

ब्रह्माकुमार तिलक बहादुर शाही

प्रकाशक

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र

विश्व शान्ति भवन, ब्रह्माकुमारी मार्ग, ज्याठा, ठमेल, काठमाण्डौ

फोन : ४२४९०५८, ४२६२३३०

E-mail : omshantisandesh@gmail.com, kathmandu.np@bkivv.org

कला निर्देशक

प्रा. राधेश्याम मुल्मी

कम्प्युटर डिजाइन एण्ड सेटिङ्ग

ब्रह्माकुमार बाल कृष्ण श्रेष्ठ

मुद्रण

मल्टी ग्राफिक प्रेस प्रा. लि.

वार्षिक शुल्क : रु १२५

वाफल, काठमाण्डौ फोन : ४२७४६५९

सम्पादकीय



नयाँ वर्षको महत्व र आनन्दको अनुभूति

निकै ठूलो उत्साह र उमंग, खुशी र हौसला, जोश र जाँगर लिएर नव वर्ष हाम्रो घर आडनमा आइपुगेको छ। हामी सबैको कल्याण, मंगल र शुभ गर्न आएको नव वर्षको भव्यताका साथ सम्मान गछौं, स्वागत गछौं र सत्कार गछौं। जुन क्षणको लागि हामी लामो समयदेखि प्रतीक्षारत थियौं त्यो पनुपम क्षण हाम्रो सम्मुख आउँदा हामीलाई कति खुशी हुन्छ, त्यो अवर्णनीय नै हुन्छ। नव वर्षको उदयले, नव वर्षको बिहानीले सबैमा झलमल्ल उज्यालो छाएको छ। गरीबको भोपडीमा पनि नव वर्ष आएको छ, संन्यासीको कुटीमा पनि नव वर्ष आएको छ, अनि धनीको महलमा पनि नव वर्ष आएको छ। त्यसैले सबै खुशीले रमाएका छन्, प्रसन्नताले ओतप्रोत भएका छन् र आनन्दले विभोर भएका छन्। यस बेलामा आफ्नो खुशीलाई आफैमा थाम्न नसकी चारैतिर फैलाइरहेका हुन्छन्, फिजाइरहेका हुन्छन्। के बाल, के युवा, के वृद्ध सबैले नव वर्षको खुशी बाँडिरहेका हुन्छन्। सबैको मुखमा नव वर्ष गुञ्जिएको हुन्छ, हरेकको रेडियोमा नव वर्ष घन्किएको हुन्छ, हरेकको टी भी मा नव वर्ष नै रन्किएको हुन्छ। नव वर्षको सिजनले सबैलाई रोजगारी दिएको हुन्छ। हरेकको मनमा, मुखमा, भावनामा र पेपरमा केवल Happy New Year, Happy New Year को आवाज गुञ्जिएको हुन्छ। शुभकामना, शुभभावना र शुभेच्छाका

शब्दहरू मात्र प्रस्फुटन भएका हुन्छन्। भित्री जगत् जतिकै प्रफुल्लित हुन्छ बाह्य जगत् पनि त्यतिकै प्रफुल्लित हुन्छ। यस बेला सबैको दिल प्रसन्न भएकोले बाह्य वातावरण पनि रमणिक हुन्छ। हाम्रो नव वर्ष वसन्त ऋतुको अवसरमा पर्ने हुँदा बाह्य परिवेश अत्यन्तै मनोरम हुन्छ, रमाइलो हुन्छ, सुन्दर हुन्छ। चारैतिर फूल फुलेका, फल फलेका, पालुवा पलाएका कति सुन्दर दृश्यहरू हुन्छन्। स्रष्टाको अकल्पनीय उपहार र वरदानले सिर्जित प्रकृतिको रूप हुन्छ। उच्च हिमाली क्षेत्रमा भिन्न-भिन्न जाति-प्रजातिका लालीगुरासले हरेकको मनलाई हरेको हुन्छ। नव वर्षका यी अमूल्य सौगात हुन्। नयाँ वर्ष खुशीको उत्सव हो, यसलाई सबैले आ-आफ्नो प्रकारले मनाउने गर्छन्। कसैले खाएर मनाउँछन्, कसैले गाएर मनाउँछन्, कसैले नाचेर मनाउँछन्, कसैले पिकनिक गर्दै मनाउँछन्। धनी मानी व्यक्तिहरू होटल, रेष्टुरेन्ट र क्लबमा मनाउँछन् भने जन साधारण सार्वजनिक स्थलमा गीत-संगीतमा रमाउँदै मनाइरहेका हुन्छन्। हरेक व्यक्ति नव वर्षको खुशीयालीमा मस्त हुन्छन्, व्यस्त हुन्छन्, प्रफुल्लित हुन्छन्। पुरानो वर्षको अन्तिम रातको १२ बजे घण्टी घडियाल बजाउने, शुभकामना दिने, प्रिय जनलाई पुष्प गुच्छाहरू दिने कार्य पनि गर्छन्। यस समयमा कतै-कतै खुशीयालीमा पटका पटकाउने, आतसवाजी गर्ने

समेत गरिन्छ । नयाँ वर्षको यो उत्सव हामी विक्रम सम्बत् अनुसार वैशाखमा मनाउँछौं भने सारा दुनियाँले आ-आफ्नो क्यालेण्डर अनुसार विभिन्न समयमा मनाउने गर्छन् ।

नयाँ सोच, नयाँ विचार, नयाँ भावना बोकेर आएको नयाँ वर्षको पूर्व सन्ध्यामा बितेको वर्षको महत्वपूर्ण घटनाको सम्झना गरिन्छ, मूल्याङ्कन गरिन्छ । पुरानो वर्षमा भए गरेका कुनै कमी कमजोरी छन् भने त्यसको चिन्तन गरेर त्यसको निवारण र निराकरण कसरी गर्न सकिन्छ त्यसको पनि मूल्याङ्कन गर्ने पनि गरिन्छ । पुरानो वर्षको विदाइको साथ कमी-कमजोरीलाई समेत विदाइ दिन सकेको खण्डमा नयाँ वर्षमा तिनले जरा गाड्न नसक्ने कुरा सर्वविदित छ । साथै पुरानो वर्षमा गर्न नसकेका महत्वपूर्ण कार्यहरू, राम्रा कार्यहरू उपयोगी कार्यहरूलाई निरन्तरता दिनको लागि पनि सोच्ने विशेष बेला हो । यिनै विशेष कार्यको सेरोफेरोमा रहेर पुरानो वर्षलाई विदाइ दिदै नयाँ वर्षको नयाँ सोचमा प्रवेश गर्दा निकै प्रभावकारी हुने र सफल हुने पनि यथार्थ हो । नयाँ वर्षको पहिलो दिनलाई जति दिलो ज्यानले मनाउँछौं शुभेच्छा प्रकट गर्छौं त्यसको प्रभाव सारा वर्ष भरि रहन्छ । शुभकामना एक प्रकारको शुभ सोच हो, शुद्ध विचार हो, हृदयको प्यार हो, दिलको आशीर्वाद हो । यसमा चमत्कारिक शक्ति हुन्छ । यस सम्बन्धमा एक दृष्टान्त प्रस्तुत छ ।

धेरै पहिलेको कुरा हो जापानमा एक जना महापुरुष थिए जो सबैलाई स्नेह, सम्मान र प्यार गर्दथे । उनको सबैप्रति सद्भाव थियो र सबैले उनलाई बडो आदर-सम्मानका साथ

व्यवहार गर्थे । यही सद्भावका कारण उनको महिमा र प्रशंसा चारैतिर फैलिन थाल्यो । यो कुरा त्यही बस्ने एक व्यक्तिलाई मन परिरहेको थिएन । ऊ साह्रै दुष्ट प्रवृत्तिको थियो । उसले सबैलाई दुःख दिने, सताउने मात्र काम गर्थ्यो । उसलाई कसैले पनि मन पराउदैनथे । महापुरुषको निरन्तर चारैतिर महिमा भएको देखेर दुष्ट मान्छेलाई सहन भएन । एक रात त्यो दुष्ट मान्छे ती महापुरुषलाई सिध्याउँछु भनेर ठूलो तलवार लिएर गयो उनको कोठामा पुग्यो । कोठामा ती महापुरुष एकलै मस्त सँग सुतेका थिए । दुष्ट मान्छेले जोर जोरले कराउँदै हे मानव अब उठ तेरो अन्तिम बेला आइपुग्यो भन्न थाल्यो । जोरको आवाज सुनेर ती महापुरुष उठे । हेर्छन् त हतियारधारी डरलाग्दो मान्छे आफ्नो सामुन्ने खडा छ । उनलाई त्यो व्यक्ति प्रति स्नेह, दया र करुणा उत्पन्न भयो । उनले चुपचाप बसेर भगवान् सँग हात जोडेर त्यही दुष्ट मान्छेको उन्नतिको शुभेच्छा गर्न थाले । मेरो सम्मुख भएको महान् व्यक्तिको उन्नति होस्, प्रगति होस्, दीर्घायु होस् भन्न थाले । यो सुनेर दुष्ट मान्छे साह्रै विह्वल भयो । यी महापुरुषले त मेरै महिमा गर्दैछन् । मेरो आफ्नै महिमा गर्ने महापुरुषलाई म कसरी मार्न सक्छु, यी त महान् रहेछन्, म त साह्रै कनिष्ठ रहेछु भन्दै उसको हातबाट तलवार खस्यो । ऊ महापुरुषको चरणमा पत्थो । रुँदै कराउँदै आफूलाई माफ गर्न भन्न थाल्यो र ऊ महापुरुषको आजन्म चेला बन्यो ।

यसरी शुभभावना र शुभकामनामा ठूलो शक्ति हुन्छ । एकको शुभभावनाले दुवैको जीवन महान् बन्यो । यही शुभभावना र

शुभकामना, सकारात्मक भावना, कल्याणकारी भावनाको प्रयोग हामीले नव वर्षमा गरिरहेका छौं । नव वर्षको पहिलो दिनमा जुन शुभेच्छा सबैप्रति गर्दछौं त्यही सारा वर्ष भरि गत्यौं भने यसले बडो आश्चर्यजनक कार्य गर्दछ । जसरी सूर्यको उदयले सम्पूर्ण अन्धकार समाप्त हुन्छ त्यस्तै शुभभावना त्यो सकारात्मक सोच हो जसले नकारात्मक रूपी अन्धकारलाई समाप्त गरिदिन्छ । आत्मामा भएको कमी कमजोरी सबै नष्ट हुन्छ । व्यक्तिमा आपसी प्रेम, पारस्परिक सद्भाव र आन्तरिक शान्तिको संचार हुन थाल्छ । उसलाई बडो आनन्दको अनुभूति हुन्छ ।

यथार्थमा भन्ने हो भने आत्माको वास्तविक स्वरूप आनन्द हो । त्यसैले सत् चित् आनन्द स्वरूप पनि भन्ने गरिन्छ । यही आनन्द प्राप्तिको लागि कैयौं महान् पुरुषहरूले आफ्नो परिवारको त्याग गरेका छन्, कारोबारको त्याग गरेका छन्, घरबारको त्याग गरेका छन् । अझ मार्मिक कुरा त यो छ उनीहरूले आफ्नो नामको पछि आनन्द शब्द जोडेका छन् ता कि जीवनको हरपल निरन्तर आनन्दको स्मृति आइरहोस्, आनन्दको अनुभूति भइरहोस् । जस्तै विवेकानन्द, नित्यानन्द, सत्यानन्द, रमानन्द आदि-आदि । आनन्द आफैमा एक महत्वपूर्ण र सर्वोच्च गुण हो । यसको कुनै विपरीतार्थ शब्द नै छैन । जसरी सुखको साथमा दुःख, शान्तिको साथमा अशान्ति, प्रेमको साथमा घृणा आदि विपरीत अर्थ भएका शब्द छन् । तर आनन्दको साथमा यस्ता कुनै शब्द छैनन् । आनन्दलाई अलौकिक र ईश्वरीय धरोहरको रूपमा लिन सकिन्छ । हाँस्नु, मुस्कुराउनु नितान्त अस्थायी हुन्छ तर खुशी, प्रसन्नता र आनन्द स्थायी हुन् ।

यिनीहरू कुनै विशेष परिस्थिति बश मात्र आउने कुरा नभई हर परिस्थितिमा एकरस रहने स्थिति हो । आनन्द त्यति बेला सम्म आउँदैन जब सम्म हामी सन्तुष्ट हुँदैनौं । आनन्द हाम्रो मूल गुण हो, आनन्द हाम्रो मूल संस्कार हो, आनन्द हाम्रो निजी सम्पत्ति हो । यो बाह्य व्यक्ति, वस्तु र परिस्थितिबाट पाइँदैन । व्यक्ति वा संचारका माध्यमहरू रेडियो, टिभी, पत्रपत्रिका आदिबाट जुन जोकहरू तथा हास्य कार्यक्रमहरू प्रसारण र प्रकाशित हुन्छन् तिनलाई सुनेर पढेर केही समय खुशी हुन सक्छ, हाँसो उठ्न सक्छ तर त्यो क्षणिक मात्र हुन्छ । आनन्द आत्माको मौलिक स्वभाव हो । वास्तविक खुशी नै सच्चा आनन्दको अवस्था हो ।

सच्चा आनन्द केवल एक परमात्माबाट मात्र पाइन्छ । परमात्मा सुखका सागर हुनुहुन्छ, शान्तिका सागर हुनुहुन्छ, आनन्दका सागर हुनुहुन्छ । यदि परमात्मालाई स्नेहले याद गयो भने व्यक्तिमा आनन्दको अविर्भाव हुन थाल्छ । शान्ति र शक्तिको प्राप्ति हुन थाल्छ । जसरी म्याग्निफाइड ग्लासमा सूर्यको किरण एकाग्र भएर कागजको टुकामा पयो भने क्षणभर मै कागज जलाउँछ त्यस्तै निराकार परमात्मामा मन एकाग्र गर्दा आत्माका दुर्गुणहरू, दुर्भावहरू र दुराचारहरू सबै भष्म हुन्छन् । आत्मा पावन बन्छ, पवित्र बन्छ, दिव्य बन्छ । अनि आत्मा आनन्द मात्र होइन परमानन्दको अनुभूति गर्न थाल्छ । त्यसैले आनन्द आनन्द परमानन्द भनिन्छ । यो यथार्थ आनन्द, वास्तविक आनन्द, शाश्वत आनन्द, अतीन्द्रिय सुखको आनन्द केवल परमात्माको स्नेहयुक्त स्मृतिबाट मात्र बाँकी अंश पेज ९ मा...

नव वर्ष : ज्ञानसूर्यको सन्देश

प्रा. गोपीकृष्ण शर्मा, ज्ञानेश्वर

आयो यो नव वर्ष सुन्दर निकै सन्देश नौलो दियो
छायो रक्तिम बिम्ब सूर्य छविको पूर्वी दिशा चत्कियो
न्यानो ज्ञान र सूर्यका किरणले संसार भो उज्ज्वल
वासन्ती फल फूल अन्न जलले सौन्दर्यको भो स्थल



यो सूर्योदय शुभ शान्त रसिलो वैशाख संक्रान्तिको
यो भाज्योदय ब्रह्मवत्सहरूको हो ज्ञान-विज्ञानको
ज्ञानी सूर्य प्रकाश भो अब कहाँ त्यो अन्धता टिक्छ र !
ज्ञानी आत्मप्रबोधको निकटमा अज्ञानता टिक्छ र !

मान्छेका मनमा पवित्र शुभ यी सद्भावना जाउदछन्
मान्छेका मनबाट दूषितपना ईर्ष्या घृणा भाउदछन्
यो हाम्रो नव वर्ष योग बलको उददीप्तिको याम हो
यो हाम्रो शुभ ज्ञान प्रोज्ज्वल हुने उददीप्त आयाम हो

मिल्छन् सुन्दर प्रेरणा प्रगतिका नौलो नयाँ वर्षमा
मिल्छन् श्रीमतका सुसंस्कृत बुँदा यी वर्ष आरम्भमा
लागेका नव पालुवा प्रकृतिका जाउछन् भई उज्ज्वल
पाएका शुभ धारणा पनि यहाँ छन् शान्तिले शीतल

स्नेह प्यार र बन्धुता मधुरता छन् यी सबै सद्गुण
ईर्ष्या द्वेष घृणा र क्रोध सब यी हुन् व्यक्तिका दुर्गुण
सारा मानवका दिमाग-दिलमा साद्गुण्य यो फैलियोस्
राम्रो भाव-विचार उन्नत बनोस् सत् शान्ति नै काङ्गियोस्





नयाँ सोच, जोश र नवयुगको आगमन

सोच-संकल्प मानिसको अति मूल्यवान् स्रोत र खजाना हो। यो खजाना स्वयंको हो अरूको होइन। जस्तो भन्ने गरिन्छ, पर धर्म र पर वस्तुमा सुख, शान्ति हुँदैन स्वधर्ममा नै सम्पूर्ण र वास्तविक सुख-शान्ति प्राप्त हुन्छ। त्यसैले आफू भित्रको मूल र शाश्वत स्रोतलाई सही रूपमा उपयोग गर्नमा जीवन सन्तुष्ट, तृप्त र भरपूर हुनेछ। तर विडम्बना के भन्ने बाह्य स्रोत, साधन र सुविधाको सुखभोग गर्न पल्केको र बानी परेको मानिसलाई आफ्ना आन्तरिक स्रोत प्रति त्यति गम्भीर चासो र आन्तरिक रुचि देखिदैन, कारण त्यसको महत्वको विषयमा चेतनाको कमी पनि हो। हुन त बाह्य जगत्का यावत सर-साधन र वस्तु-वैभवको चाजोपाजो पनि आन्तरिक सोच र संकल्पको उत्पादन र व्यवस्थापन नै हो। तर मानिसमा वस्तु, वैभव, व्यक्ति र पदार्थसंगको बढ्दै गएको आसक्ति र आकर्षण उसका संकल्प, सोच र मनोवृत्तिरूपी खजानालाई अस्तव्यस्त र खैलाबैला मच्चाउने कारण बन्न पुगेको छ। अतः आधुनिक जीवन शैलीमा यस यथार्थता र अवस्थाका बीच पुनः नयाँ सोच र जागरणको जागृति हुनु जरुरी छ।

मानव सोचको विशालता र व्यापकता अमापीय, अकल्पनीय र अद्वितीय छ। यसले समग्र विश्व ब्रह्माण्डलाई समेट्न सक्दछ, तथा आफ्नो अनुसार संचालन गर्न सक्दछ। यदि मानव सोच उच्च आध्यात्मिक चेतना र स्मृतिका

ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर साथ अखण्डरूपमा सशक्त र सुसंगठित हुने हो भने संसारका सम्पूर्ण सिस्टमहरू सदाचारयुक्त, स्वअनुशासित र संयमीत रूपमा संचालन हुन गई निरन्तर सुखकारी बन्न सक्दछन्।

शुभ-शुद्ध र सकारात्मक सोच र संकल्पको समयमा संकल्पको गति विस्तारै तरंगित हुन्छ। उच्च र श्रेष्ठ संकल्पबाट मन प्रशसन्नता, हर्ष र खुशीले आल्हादित हुनुका अतिरिक्त हुलुका र स्वतन्त्रताको अनुभूति गर्दछ। मन भित्रीरूपमा निर्बोझ र तनावमुक्त रहन्छ। यसको अर्थ मानसिक द्वन्द्व, संघर्ष वा घर्षण हुँदैन। मनको स्थिति शालीन, सहज र अरामदायी रहन्छ। त्यस अवस्थामा उसमा मानसिक थकान, असहजता वा नैराश्यता हुँदैन। फलतः शारीरिक रूपमा पनि व्यक्ति फुर्तिलो नै रहन्छ। नकारात्मक, आक्रोशमय र ईर्ष्यायुक्त संकल्पको भूमरी पैदा हुँदा व्यक्ति मानसिक र शारीरिक दुवै रूपमा थकित र शीथिल बन्दछ। तसर्थ नयाँ जोश, जागर र उत्प्रेरणाका लागि सांकल्पिक व्यवस्थापन र आन्तरिक टीमलाई सकारात्मक रूपमा जागृत राख्नुपर्दछ। मन भित्र उच्च संकल्पनाका लागि दृढ इच्छा शक्तिलाई स्थायी रूपमा बनाई राख्नाले नै संकल्परूपी मूल्यवान् खजानालाई बढी भन्दा बढी उपयोगी, फलदायी र नवीनरूपमा प्रकट गर्न सकिन्छ, तथा चिन्तनको धारामा नयाँ नयाँ सकारात्मक सोचहरू पैदा गर्न समर्थ र सक्षम

बन्त पुगिन्छ ।

सोचबाट नै सबै कुराको रचना हुने हुँदा सोचप्रति बढी सावधान हुनु जरुरी छ । जस्तो भनिन्छ, जस्तो सोचिन्छ, त्यस्तै बनिन्छ । व्यक्तिले आफ्नो व्यक्तित्वलाई कुन उचाइ वा निचाइमा लौजाने हो उसको सोचको स्तरले निर्धारण गर्दछ । कनिष्ठ र निम्न कोटीका सोचले व्यक्तिलाई तल्लो दर्जामा पुऱ्याई दिन्छ, भने महान्, विशाल, उच्च सोचबाट मानिस सम्मानित सिंहासनमा आरूढ हुन पुग्दछ । जीवनमा सफलता र असफलतामा पनि मानिसको सोचको नै अहम् भूमिका हुन्छ ।

व्यक्तिगत जीवन, पारिवारिक संरचना, समाज, राष्ट्र र विश्वलाई कुन प्रकारको आकार प्रकार दिने हो यो सबै मानव सोच र संकल्पमा नै निर्भर गर्दछ । यदि कुनै व्यक्तिले आफूलाई पुनः पुनः कमजोर संकल्प दिने गर्दछ- “म असक्षम छु, ममा कुनै योग्यता छैन, मेरो बुद्धि नै कमजोर छ, मेरो भाग्य नै खोटो छ । कसैले पनि मलाई पत्याउदैन । मेरो कोही पनि आफ्नो छैन..... आदि ।” यस प्रकारका सोच गर्नाले अन्ततः त्यस्तै किसिमको परिस्थिति र वातावरणको सृजना हुन्छ । यसमा कोही दोषी हुँदैन । व्यक्ति आफैले आफूलाई त्यस अवस्थामा पुऱ्याएको मानिन्छ । अर्कोतिर यदि व्यक्तिले आफूलाई सकारात्मक रूपमा मूल्य दिन जानको छ- “म मा अथाह क्षमता, विशेषता र खुबी छ । मैले पनि केही गर्न सक्दछु, जो मसंग छ त्यो नै मेरो लागि कुदरतको उपहार हो, अवश्य पनि मेरो भविष्य उज्वल छ, महान् छआदि ।” यस प्रकारको चिन्तनबाट सकारात्मक उर्जाको आभामण्डल बन्दछ तथा

तद् अनुसार नै व्यक्तित्वको विकासका लागि सबै प्रकारले अनुकूलता बन्दै जान्छ । वास्तवमा मूल रूपमा मानवको चिन्तन धाराले नै महत्वपूर्ण कार्य गरिरहेको हुन्छ । यही सिद्धान्त परिवार, समाजदेखि समग्र परिवेशमा लागु हुन्छ ।

विक्रम सम्वत् २०७३ नया वर्षको शुभ आगमन संगै नयाँ सोच र जोशका थुप्रै तरंगहरू, उछालहरू अन्तरमनमा उछलिरहेका छन् । मनमा अनेक संकल्पहरू जुरमुराइ रहेका छन् कि छिटो भन्दा छिटो आफूमा आमूल परिवर्तन गरी समग्र विश्वलाई परिवर्तन गरौं । अर्थात् आफूभिन्न जन्म-जन्मान्तर सम्म कडा रूप धारण गरी जमेर बसेका पुराना स्वभाव, संस्कार र मनोवृत्तिलाई अंश वंश रूपमा समाप्त गरौं र जीवनका प्रत्येक पाइला पाइलामा दैवी चलन, चरित्र र चेहराबाट प्रत्यक्ष जीवन मूर्ति बनौं । कुनै पनि कमी कमजोरी र विकारको अंशमात्र पनि न देखियोस् । केवल शान्ति, कान्ति र दिव्यताको झलक फलक मात्रै प्रदर्शन होस् । व्यक्तित्वको दर्शन मात्रले अनेक आत्मालाई शान्ति, सुख, पवित्रता र शक्तिको अनुभूति हुन सकोस् । एक अलौकिक फरिश्तापनको दर्शन हुन सकोस् । मेरो सानिध्य मात्रले सम्पर्क, सम्बन्धमा आउने अनेकौं तमोगुणी, कठोर संस्कारवाला व्यक्तिहरूलाई समेत आफ्ना तमोगुणलाई त्यागी सात्त्विकता र सदाचारले लालायत गरोस् । मानसिक पीडा, अशान्ति, भय, चिन्ताले छटपटिएको मनस्थितिलाई समेत राहत मिल्न सकोस् तथा त्यस्ता कमजोरीबाट मुक्त हुन सक्ने शक्ति मिलोस् । यस नव वर्षमा यदि हामीले यस किसिमका नयाँ, सोच, व्यवहार, कर्म र चरित्रलाई निर्माण गर्न सकेको

खण्डमा निश्चित छ, नयाँ युगको प्रादुर्भाव हुन धेरै समय लाग्ने छैन ।

उल्लेखित जीवन्त व्यक्तित्व विकासका लागि सोचमा केही निम्न कुराहरू हुनु जरुरी ठानिन्छ । यस्तो सोचलाई स्थायित्व दिऔं कि जीवनमा जे जति पनि दुःख, कष्ट तथा अनिष्ट, अभद्र व्यवहार र परिस्थिति आइ पर्दछन् ती सबै मेरै संकल्प, बोल र कर्मका नै प्रतिफल हुन् । यसमा कसैलाई पनि दोष दिनु हुँदैन । सबै निर्दोष छन् । यो अति उच्च चेतनाबाट जागृत हुने विचार हो । तसर्थ नयाँ युग निर्माणका लागि यस सोचलाई जीवनमा स्थायित्व दिनु उचित हुनेछ । अन्यथा दोष दिने र गुनासो नै पोख्ने प्रवृत्ति रहि रह्यो भने नवयुगको आह्वान गर्नको सट्टा दोषपूर्ण संसारको नै निर्माण हुनेछ । अब समयले यस्तो सोचलाई महत्व दिन जोर दिइरहेको छ ।

साथै अर्को उच्चकोटीको सोच भनेको प्रथमतः मैले नै दाता बनेर निरन्तर सबैलाई स्नेह, सम्मान, शुभभावना र सहयोग दिने गर्नुपर्दछ । अरूले दिउन वा न दिउन तर मेरो काम हो दाता बनेर दिदै जाने, किनकि म दाता हुँ, तसर्थ अरूबाट लिने अपेक्षा गर्ने वा नाम, मान, शान, सहयोग, स्नेह आदि माग्ने मेरो धर्म र सिद्धान्त होइन । सत्य सिद्धान्त त के हो भने जसले जति बढी दिन्छ उसले त्यति नै बढी प्राप्त गर्दछ । आफ्ना तर्फबाट गर्न सकिने र दिन सकिने स्नेह, सहयोग वा शुभभावना, शुभकामनामा किंचित पनि कसर बाँकी राख्नु हुँदैन । आधुनिक जमानामा मानिसको स्वभाव र प्रवृत्ति दिने भन्दा लिने बन्न पुगेका कारण अभावै अभाव र असन्तोष बढ्न गएको

छ । वास्तवमा दिने मानिसलाई महान् मान्न सकिन्छ र जहिले पनि लिने मानिस भन्दा दिने मानिस नै ठूलो हुन्छ । जबकि प्रकृतिका तत्वहरू, फलफूलका वृक्षहरू अन्य कतिपय प्राणीहरू कुनै पाउने इच्छा नराखी निरन्तर सुविधा, साधन वा खाद्यान्न प्रदान गरिरहेका छन् भने एक उपकारी, परोपकारी विवेकवान मानवप्राणीले दिनमा किन कञ्जुस्याई गर्ने ? दाता बनौं ।

आफूले गरेको कार्यमा वा आफ्ना विशेषता, गुण र कलामा मानिसको मेरोपनको अहंकार सूक्ष्म रूपमा लुकेको हुन्छ । यो मानिस भित्रको सूक्ष्म अहम्पना हो । आध्यात्मिकताले अन्तर वस्तुको सत्य ज्ञान दिन्छ जसले आत्माको सूक्ष्मता उसका शाश्वत मूल्य र गुणहरूको बोध गराइदिन्छ साथै आध्यात्मिक शक्ति र खजानाहरूको परमस्रोत सर्वोच्चसत्ता परमात्माको सत्य पहिचान दिन्छ । उसबाट आफूलाई हुने अविनाशी र अनमोल प्राप्तिको जानकारी हुनाले उसको चिन्तन र मान्यतामा महान् परिवर्तन आउँछ । यसबाट उसको सूक्ष्म अहंकार समाप्त हुन्छ तथा आफूले गरेका असल र महान् कर्महरू स्वयं परमात्मा द्वारा गराइएको सम्झेर सबै कुरा उसैलाई अर्पण गरिदिन्छ ।

यस बेहद सृष्टिरूपी रंगमंचमा प्रत्येक पात्रको आआफ्नै अनादि भूमिका निर्धारित छ । तसर्थ प्रत्येकको स्वभाव, संस्कार, कार्यशैली, कार्यक्षमता, व्यवहार केही न केही रूपमा एक अकासंग पृथक हुन्छ । कुनै व्यक्ति कसैसंग जस्ताको त्यस्तै समान हुन सक्दैन । अतः आत्माको पृथक पृथक पार्टलाई ख्यालमा राखी

मैले चाहे जस्तै सबैले कर्म र व्यवहार गरुन भन्ने सोचलाई परिवर्तन गर्नुपर्दछ, तथा प्रत्येकको भूमिका र यस संसारको उपस्थितिलाई साक्षी दृष्टा भएर हेर्नुपर्दछ । हो, कसैले पनि दुःख र अशान्ति फैलाउने कार्य न गरुन । समाज वा विश्वमा उदण्ड मच्चाउने, भयत्रासको हाहाकार फैलाउने कार्य कसैले पनि न गरोस्, यो शुभ सोच र चाहना गर्नु र राख्नु प्रत्येकको मौलिक कर्तव्य हो । तर त्यसको विपरित भइरहेका र घटिरहेका घटनाबाट स्वयंलाई दुःखी भने गर्नु हैदैन । यसका लागि शुभ सोचको आवश्यकता पर्दछ ।

मानिसको सोच र संकल्परूपी शक्ति नै अन्ततः उसको बोली, वचन, कर्म, व्यवहार र चरित्रलाई परिचालन गर्ने मूल शक्ति भएको हुँदा नवयुगको निर्माण तथा नयाँ समाजको निर्माणका लागि सोचलाई नै शुद्ध, समर्थ र उच्च कोटीको बनाउनु जरुरी छ । जबसम्म सोचमा पुरानोपन नै रहन्छ अथवा पूर्वाग्रही भएर निर्णय लिने गरिन्छ एक सुन्दर जीवन पद्धतिको निर्माण हुन सक्दैन । व्यक्तिगत जीवनमा आएको सुधार, सद्गुण र सदाचार नै समष्टीगत रूपमा सकारात्मक परिणाम उपलब्धीको आधार बन्दछ । हामी सबैले यस धरालाई हराभरा, सबै प्रकारका फसल फलफूलले प्रचुर तथा प्रदूषण रहित हेर्न र बनाउन चाहेका छौं । प्राकृतिक रूपमा पनि कुनै प्रकारको प्रकोप र विप्लव न होस्, वातावरण सदावहार र मनोरम होस् । प्रकृतिका सबै तत्व, बनस्पति जगत तथा विविध प्राणीहरूको जीवन सुरक्षित रही कुनै पनि प्रकारको सन्तुलनमा गडबडी र खलबली न होस् । समाज र विश्व जगत्बाट सबैप्रकारका अनाचार, उत्त्याचार,

हत्या, हिंसा, युद्ध तथा अलगाववाद र आतंकवाद सदाका लागि समाप्त होस् । मानिस मानिसका बीच स्नेह, सम्मान, सहअस्तित्व र सहयोगको भावनाको सुमधुर सम्बन्ध संस्कारजन्य रूपमा पुनर्स्थापित होस्, यस्तो नयाँ युग निर्माण गर्न तथा यस धरामा सत्ययुगको आगमनलाई मूर्तरूप दिन नयाँ वर्षमा प्रत्येक जिम्मेवार व्यक्तिले तथा आम सबै नागरिकले आफ्ना सोचमा नयाँपनलाई जोस, जागर र होसका साथ त्यसको कार्यान्वयन गर्नु जरुरी छ । सबैमा नयाँ वर्षको यही मंगलमय शुभकामना र बधाई ।



४ पेजको बाँकी अंश...

प्राप्त हुने कुरा हुन् अनि परमात्माको सृष्टिमा प्रत्यक्ष प्राप्त हुने कुरा हुन् । सुखधाम, सत्ययुग, स्वर्ग निराकार परमात्मा शिवको दिव्य रचना हो । जहाँ अकल्पनीय सुख, शान्ति र आनन्द हुन्छ । प्रत्येक वर्ष हाम्रो मूल ढोकामा आउने नव वर्षले हामीलाई नवयुग आगमनको पनि संकेत दिइरहेको छ ।

अन्त्यमा नव वर्षको पुनीत अवसरमा सदा शुभ सोचौं, शुभ बोलौं, शुभ गरौं, सात्विक बनौं, आत्माका पिता परमात्माको स्मृतिमा रहौं, सदा आनन्दको अनुभूति गरौं । नयाँ वर्षले सबैको जीवनमा खुशीको वर्षात ल्याओस्, प्रसन्नताको उपहार ल्याओस्, आनन्दको बहार ल्याओस् । नव वर्ष २०७३ को पुनीत उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण पाठकवृन्द एवं सबै आत्माहरूको उन्नति, प्रगति, समृद्धि र दीर्घायुको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।



स्वयं महाकाल नाडीका शिक्षक, बक्षक व पथप्रदर्शक

भनिन्छ परमपिता शिव परमात्मा प्रजापिता ब्रह्माद्वारा केही निर्माणको कार्यमा व्यस्त हुनुहुन्थ्यो । त्यहाँबाट एउटा फरिश्ता गइरहेको थियो । त्यस फरिश्ताले सोध्यो प्रभु धेरै समयदेखि हजुरले के बनाइरहनुभएको छ ? स्वयं सर्वशक्तिमान् भगवान्ले उत्तर दिनुभयो – म स्वर्णिम दुनियाँको रचना रचिरहेको छु, त्यस दुनियाँको लागि लायक माँ लाई निर्माण गर्ने कार्यमा व्यस्त छु । फरिश्ताले फेरि सोध्यो कस्ती माँ बनाइरहनुभएको छ ? भगवान्ले भन्नुभयो जसको कोखबाट देवी-देवताको जन्म होस् । जसको कोखमा सारा सृष्टि समाहित होस् । जसको स्नेह स्पर्शबाट ठूलो भन्दा ठूलो चोट लाग्नेहरूमा पनि मलम लागोस् अनि पहिलेको भन्दा पनि धेरै उमंग-उत्साह छाओस् । जसको स्नेह, प्यार र पालनाबाट सबै कष्टहरू समाप्त हुन् । जसका भौतिक रूपमा दुई हात भए पनि सारा दुनियाँलाई सम्हाल्नका लागि हजारौं हात हुन् । जसको दिमागको साथै दिलमा पनि आँखा हुन् । यसबाट सारा संसारका दिव्य आत्माहरूलाई पालन-पोषण गर्दै रहून् । जसको एक आँखामा शुभ भावनाको जल होस् दोस्रोमा ज्वाला रूप, शक्ति रूपको संचार होस् । जो अस्वस्थ भएर

ब्रह्माकुमार रामलखन, शान्तिवन, माउण्टआबू पनि मुश्किललाई सरल गर्ने बलवान् हुन् । म उनलाई बनाइरहेको छु जसलाई ठेस र चोट लागेर पनि आशीर्वाद दिऊन् । जसको आँचलमा सारा सृष्टि सुरक्षाको अनुभव गरून् । शिव भगवान्ले फेरि भन्नुभयो म आफ्नै प्रतिरूप बनाएर नारी शक्तिलाई नमन गर्न चाहँदै छु । त्यसैले भनिन्छ – जब ममताले आकार लियो तब सारा सृष्टिकी माँ बनिन् । यस्ता आध्यात्मिक मातृत्वको महिमा कसरी गाउन सकिन्छ । जसका नाऊका नाविक स्वयं सृष्टिका सृजनहार सर्वशक्तिमान् भगवान् बनेका हुन् ।

यस्ता महिलाहरूलाई फूल जस्तै फुल देऊ । निर्मल सरिता जस्तै बग्गन देऊ । वायु समान गतिमान् हुन देऊ । पंछी समान निर्विघ्न उड्न देऊ । अगरबत्ती जस्तै सुगन्ध फैलाउन देऊ । स्वतन्त्र रूपले आकाश छुन देऊ । ज्ञान सागरकी बुलबुल बनाऊ । यिनलाई तोड-मोड गर्नाले समाजमा हलचल पैदा भएको छ । यसैले यिनलाई मैलो नगर । ठूलो बन्धनको कारण प्यारका सागरकी यी सन्तानले ममत्वलाई लुटाउन सकेकी छैनन् । उनलाई पिजराका पंछी जस्तै बन्दी बनाउने मापदण्ड होइन स्वतन्त्र पंछी बनेर उन्मुक्त

गगनको उचाइमा छुन देऊ । यस्तै सुअवसर दिएर पुरुषले शान सँग मनु जस्तै भन्न सक्नेछन् “यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते-रमन्ते तत्र देवताः” । अर्थात् जहाँ महिलाहरू पूजनीया-वन्दनीया-सम्माननीया हुन्छन् त्यही देवता रमण गर्छन् । तब धरती स्वतः वैकुण्ठधाम कहलाउँछ ।

महान्पुरुषकोनिर्माणमा महिलाहरूको विशेष योगदान हुन्छ । मूल्यनिष्ठ समाज अर्थात् नारीलाई श्रेष्ठ स्थान । यसैले भनिन्छ “माँ र मातृभूमि स्वर्गभन्दा पनि महान् हुन्छन्” । आज भौतिकताको भ्रमजालमा महिलाहरू नराम्ररी फसिसके । अन्यथा शी (she) मा ही (he), वुमन (woman) मा म्यान (man) र लेडी मा (lad) स्वतः समाहित हुन्छ । यस सृष्टि रङ्गमञ्चका महिलाहरू विधात्री मात्र होइनन् सृष्टिकी सुषुम्णा पनि हुन् । सृष्टिका शोभालाई सम्मान र समादर गर्नुपर्छ । तिरस्कार गर्नेमाथि कठोर कदम चाल्नुपर्छ । गिरेको समाजबाट नारीको उत्थान गर्नको लागि सतत जागरुक हुनुपर्छ । सामाजिक उत्थानको साथै उनमा शारीरिक र आध्यात्मिक चेतना पनि जगाउनुपर्छ । उनी सभ्य र स्वतन्त्र हुनाले वसुन्धरा फूल समान सुभाषित हुन थाल्छ । तर स्वतन्त्रताको नाममा महिलाहरूले कहिल्यै पनि उच्छृङ्खल हुनुहुँदैन । अन्य देशको जस्तै भारतवर्ष भोग भूमि होइन देव भूमि हो । मर्यादाको कारणले नै यहाँ घर-घरमा देवी-देवताहरूको पूजा हुन्छ । महाकाल निराकार शिव अब स्वयं

उनका साथी-सारथी एवं शिक्षक-रक्षक र पथप्रदर्शक बनेर अगाडि बढाइरहनुभएको छ । अब महिलाहरूलाई तिरस्कार गर्नेहरू स्वतः कालको गालमा जानेछन् ।

भनिन्छ— जसका साथी छन् भगवान्, उसलाई के रोक्छ आँधी र तूफान । यो पनि भनिन्छ— चाहे जगको कुरा नमान, माँ को कुरा अवश्य मान, उनले तिमीलाई ठूलो बनाए, पालेर खडा गरे । चाहे अरू कसैको कुरा नमान, तर माँ को कुरालाई नाइँ नभन ।

यदि संसारको सबैभन्दा शानदार पहलु सत्य हो भने त्यसको सुगन्धित पहलु हो सद्गुण र पवित्रता सम्पन्न नारी । मूल्यवान् नारीमा निहित नैसर्गिक गुणले काँटा समान संसारलाई पनि सुगन्धित-सुन्दर फल-फूलको बगैचा बनाउन सक्छ । परमात्मा र प्रकृतिको प्रेमपूर्ण सम्बन्धको नाम नै हो नारी । ज्योतिर्मय संस्कार भएका नारीको हात संसारका सम्पूर्ण महान् कार्यमा लाग्नु परम आवश्यक छ । तिनले विकृतिपूर्ण जीवलाई पनि सबै प्रकारको खुशीले भर्न सक्छन् । यस वसुन्धरालाई दैवी धाम बनाएर सारा भूमण्डललाई नवीकरण गर्न सक्छन् । प्रशंसनीय कार्यद्वारा देवी, महादेवी र सुखदेवी पनि बन्न सक्छन् ।





भगवान भाइ, शान्तिवन, माउण्ट आबू

सेवाको अर्थ हो आत्माहरूलाई देश, काल, परिस्थिति अनुसार उनको अनुकूल कुनै रूपबाट गुण र शक्तिको निःस्वार्थ भावबाट दान दिनु । स्थूल वा सूक्ष्म रूपबाट शक्ति प्राप्तिको अनुभव गराउनु सेवा कहलाउँछ । निःस्वार्थ भावनाबाट दिइएको सहयोग नै सेवा हो । सेवाका आयाम धेरै छन् । परोक्ष-अपरोक्ष, दृश्य वा अदृश्य आदि अनेक प्रकारका सेवा हुन सक्छन् । स्थूल रूपको सेवाको ठूलो लिफ्ट बन्न सक्छ भने सूक्ष्म सेवाको पनि लामो लिफ्ट बन्न सक्छ । स्थूल र सूक्ष्म सेवाका प्रकार अनेक हुन सक्छन् ।

आफ्नो श्रेष्ठ संकल्प वा भावनाको प्रकम्पन अन्य आत्मालाई दिएर उनलाई सुखको अनुभव गराउनु उनको विचारमा श्रेष्ठ परिवर्तन ल्याउनुलाई नै मनसा सेवा भनिन्छ । जसरी स्थूल सेवाको आ-आफ्नो क्षमता र योग्यता हुन्छ । कुनै पनि सेवा गर्नको लागि यस्तो क्षमता र योग्यता हुनु आवश्यक पर्छ । जस्तै कुनै मानिस वा आत्माले बोलीले सेवा गर्दछ भने उसको त्यस्तै दृढ धारणा, विषयको विद्वत्ता, चिन्तन र अनुभव हुनु आवश्यक पर्छ । त्यस्तै मनसा सेवा गर्नको लागि पनि त्यस्तै योग्यता हुनु आवश्यक पर्छ । मनसा सेवाको लागि योग्युक्त मानसिक स्थिति र अवधारणा सकारात्मक हुनु आवश्यक पर्छ ।

अनिवार्यता

आफ्नो निश्चित ध्येयलाई बारम्बार स्मृतिमा ल्याउनु । जस्तै मैले सर्वश्रेष्ठ सेवा मनसाबाट गर्नुपर्छ । अनेक आत्माहरूको कल्याण गर्नुपर्छ । यो म आत्माको नै कर्तव्य हो । मेले कर्तव्य विमुख हुनु हुँदैन । परमात्मा पालनामा पालिने आत्मामा मनसा सेवाको योग्यता हुन्छ नै । मनसा सेवा मैले गरिन्न भने अरू कसले गर्न सक्छ ? अनेक आत्माहरूलाई मनसा सेवा आवश्यक छ । कैयौं आत्माहरू सुख, शान्ति, शक्तिको लागि पुकार गरिरहेका छन् । मैले मनसा सेवाद्वारा परमात्म-कार्यमा सहयोगी बन्नुपर्छ । यस्तो श्रेष्ठ स्मृतिबाट मनमा उमंग, उत्साह पैदा गर्नुपर्छ ।

मन-बुद्धिको एकाग्रता मनसा सेवाको लागि पहिलो अनिवार्यता हो । मन-बुद्धिलाई एकाग्र गर्ने अभ्यासीले नै मनसा सेवा गर्न सक्छ । व्यर्थ र नेगेटिभ कुरालाई भुलेर राजयोगको अभ्यास गर्नुपर्छ अनि स्वयंलाई आत्मिक स्थितिको अनुकूल बनाउनुपर्छ । आफ्नो स्थितिलाई अलौकिक बनाउनको लागि भौतिक स्मृतिबाट माथि उठेर श्रेष्ठ चेतनाको अभ्यास गर्नु आवश्यक हुन्छ । भौतिक चेतनाको विस्मृति र अलौकिक चेतना जगाउनको लागि मन-बुद्धिको गहन एकाग्रता हुनु आवश्यक छ । सबैको लागि शुभभावना शुभकामना राख्नु पनि

आवश्यक हुन्छ । कसैको प्रति पनि घृणाको भाव, बदलाको भावना, तल गिराउने भावना, दुःख दिने भावना हुनु हुँदैन । सबै प्रति आत्मिक भाव र भावना राख्नुपर्छ । सबै आत्माहरूको लागि कुनै पनि प्रकारको यथाशक्ति सहयोग मैले दिनुपर्छ । यस्तो पवित्र भावना राख्नुपर्छ ।

मनसा सेवा गर्ने सेवाधारीको स्थिति सर्व शक्ति सम्पन्न हुनुपर्छ । तर केही मुख्य शक्तिहरूलाई कार्यमा लगाउनुपर्छ । मनसा सेवाको लागि आत्माहरूको अन्तर्भावलाई चिन्नुपर्ने हुन्छ । यस समयमा यस आत्मालाई कुन गुण वा शक्तिको आवश्यकता छ । आत्माको आन्तरिक भावनालाई बुझेर निर्णय लिनुपर्ने हुन्छ अनि सहयोगको शक्तिको प्रयोग गरेर यस आत्मालाई मनसा सेवा गरेर यसको कल्याण गर्नुपर्छ ।

सेवा गर्ने विधि

मनसा सेवाको व्यापक स्वरूप : मैले आफ्नो अव्यक्त स्थितिमा रहेर अनेक आत्माको सेवा गर्नुपर्छ । परमात्माले म आत्माद्वारा विश्वका अनेक आत्माको सेवा गराइरहनुभएको छ । आफ्नो सेवाको संकल्पलाई भगवान्मा समर्पित गर्नुपर्छ । आफ्नो अव्यक्त स्थितिमा स्थित हुनुपर्छ । हाम्रो अव्यक्त स्थितिबाट विश्वको कुनै स्थानमा रहेर पुकार गरिरहेका आत्माहरूले उनको आवश्यकता अनुसार गुण र शक्तिको अनुभव गरिरहेका छन् । नजिकका आत्माहरूलाई शक्ति र सकाशको अनुभव हुन्छ । जसको जे चाहना छ त्यो पूरा भएको अनुभव हुनेछ । उनीहरूलाई यस्तो अनुभव हुन्छ म माथि कुनै दैवी शक्तिको दिव्य छत्रछायाको अनुकम्पा

भइरहेको छ । हाम्रो अव्यक्त स्थितिद्वारा स्वतः अनुभव हुन्छ । कहिले कुनै आत्मालाई हाम्रो फरिशता स्वरूपको साक्षात्कार पनि हुन सक्छ । यो मनसा सेवाको व्यापक रूप पनि हुन सक्छ ।
मनसा सेवाको विशेष स्वरूप : यदि कुनै आत्मालाई उनको विशेष परिस्थिति अनुसार विशेष सकाश दिनु छ भने यस्तो पनि गर्न सकिन्छ । सर्वशक्तिमान् परमात्मा र अव्यक्त ब्रह्माबाबा सँग स्वयंलाई कम्बाइन्ड अनुभव गर्नुपर्छ । योगयुक्त भएर जो आत्मालाई मनसा सेवा गर्नु छ उसलाई आफ्नो बुद्धिको सामुन्ने प्रकट गरेर विशेष गुण र शक्तिको किरण दिने संकल्प गर्नुपर्छ । योगयुक्त स्थितिबाट पठाएको संकल्पले शक्तिको काम गर्दछ । मानौं कुनै आत्माको बुद्धिमा ज्ञान स्पष्ट भएको छैन भने उसलाई आफ्नो बुद्धिको सामुन्ने प्रकट गरेर संकल्प दिऔं यस आत्माले ज्ञानको गहन रहस्यलाई जान्दै गइरहेको छ । यदि कुनै आत्मामा सहन शक्तिको कमी छ भने उसलाई संकल्प दिऔं यसले हर कुरालाई सहज रूपमा लिइरहेको छ । यो आत्माले जीवनलाई एक खेल अनुभव गरिरहेको छ । यस आत्मामा सहनशक्ति बढिरहेको छ । अशान्त आत्मालाई यस्तो संकल्प दिऔं – यस आत्माका व्यर्थ संकल्प समाप्त भइरहेको छ । यो आत्मा परम शान्तिको अनुभव गरिरहेको छ ।

जो भक्त आत्मा-परमात्मालाई खोजिरहेका छन्, परमात्म-मिलनका प्यासी छन् ती आत्माहरूलाई संकल्प दिऔं निराकार ज्योतिस्वरूप परमात्मा मानवीय शरीरमा दिव्य अवतरित भएर राजयोगको शिक्षा दिइरहनुभएको

छ । राजयोगको माध्यमबाट तपाईं परमात्म-मिलनको अनुभव गर्न सक्नुहुन्छ । संकल्प गरौं यी आत्माहरू राजयोगको अभ्यास गरिरहेका छन्, आफ्ना कर्मेन्द्रियहरूको आसक्तिबाट मुक्त भइरहेका छन् । यिनीहरू आफ्नो आत्म-स्वरूपमा मगन भइरहेका छन् । यी आत्माले परमात्मालाई चिनी सकेका छन् । यी आत्माहरू आफूलाई धन्य-धन्य अनुभव गरिरहेका छन् ।

यदि कुनै आत्मा श्रेष्ठ जीवनको मार्गबाट भट्की रहेका छन् भने उनको विवेकलाई जगाउने संकल्प दिऔं । उनीहरूलाई के संकल्प दिऔं भने ईश्वरीय शक्तिमा भरोसा राख्नु हो । धैर्य राख्नु पनि राम्रो कुरा हो । परमात्माले दिनुभएको यो ज्ञानको बाटो नै सबैभन्दा श्रेष्ठ हो । जीवनको प्रत्येक रहस्य यसै परमात्म-ज्ञानमा लुकेको छ । संकल्प दिऔं यो आत्माले ज्ञानलाई शान्तचित्त भएर सम्भरिरहेको छ । यस आत्मामा भावना र विवेक दुवै सक्रिय भइरहेका छन् ।

अज्ञानताको अन्धकारमा रहेका आत्माहरूलाई संकल्प दिऔं तपाईं ज्योतिस्वरूप आत्मा हो, परमात्माका सन्तान हो । यो सृष्टि-चक्रको अन्तिम समय चलिरहेको छ । संकल्प दिऔं यी सबै आत्माहरू आफ्नो वास्तविक स्वरूपलाई चिन्दै गइरहेका छन् । यी सबै आत्माहरूको विवेक जागृत भइरहेको छ । यी सबै आत्माहरूलाई अलौकिक प्रकाशको महसुस भइरहेको छ ।

यदि कोही आत्मा व्यर्थमा वा बेकारको कार्यमा रूची लिइरहेको छ भने उसलाई सामुन्नेमा प्रकट गरेर संकल्प गरौं यस

आत्माको रूची सकारात्मक र सृजनात्मक हुँदै गइरहेको छ । यस सकारात्मक रुचिबाट यो आत्माको उत्थान गर्दै गइरहेको छ । यस आत्मा द्वारा सदा श्रेष्ठ कार्य भइरहेको छ । यो आत्मा निरन्तर उन्नति तिर अग्रसर भइरहेको छ ।

यदि कोही आत्मा व्यर्थको चिन्तन वा विवादमा स्वयं पनि फसिरहेको छ र अरूलाई फसाइरहेको छ भने त्यस आत्मालाई सामुन्ने प्रकट गरेर संकल्प दिऔं बुद्धिमान् आत्मा त सदा समाधान स्वरूप हुन्छ । संसारको हर समस्याको साथमा नै समाधानले पनि जन्म लिन्छ । यो आत्मा अन्तर्मुखताको गहनतामा आफ्नो समस्या समाधान गरिरहेको छ । यो आत्मा समाधान स्वरूप बनिरहेको छ । यस आत्माको जीवन उज्वल भइरहेको छ ।

यदि कुनै आत्मा कुनै कारण वश निराश भएर अकर्मण्य भएको छ, उसमा कर्म गर्ने रूचि रहेन, जीवनमा निराशाको कालो बादल छाएको छ भने उसलाई संकल्प दिऔं तपाईं चैतन्य अविनाशी आत्मा हो । तपाईंलाई प्राप्त जीवन प्रभुको वरदान हो । यस परमात्माको वरदानलाई खुशीले स्वीकार गर्नु नै लाभदायक हुन्छ । यस संसारमा सुख र दुःख दुवैको सीमा बराबर हुन्छ । दुवै स्थिति आउँछ, जान्छ । तपाईं साहसी आत्मा हो । साहसी पुरुष कहिल्यै पनि दुःख र समस्यामा घबराउदैनन् । सेवा गर्दै रहनु जीवनको आदि-अनादि सत्य हो । यस सत्यलाई स्वीकार गर्नु नै पर्ने हुन्छ । संकल्प गरौं त्यस आत्माको जीवन खुशीले भरिएको छ । त्यस आत्मामा सेवाको भावना जागृत भइरहेको छ ।

बाँकी अंश पेज १९ मा...



जीवनमुक्त अवस्था

बी.के. किशन दत्त अनुदर्शी, शान्तिवन, माउण्ट आबू

मनोवैज्ञानिक अध्ययनले के बताउँछ भने मनुष्यको मनोस्थिति बडो विचित्र प्रकारको छ । मनुष्य पदार्थ प्रति आसक्त रहन्छ । पदार्थ भोगमा इन्द्रियहरू आसक्त रहन्छन् । मनुष्य स्थूल इन्द्रियहरूको अनुभूतिलाई नै यथार्थ जीवन मानेर चल्दै रहन्छ । पदार्थ नै सबै कुरा हुन्, यस भ्रममा रहेर ऊ स्वयं अविनाशी अस्तित्वलाई पूर्ण रूपले भुल्दै जान्छ । खाऔं पिऔं मोज गरौं को मनस्थितिलाई लिएर ऊ जीवन यापन गर्दै रहन्छ । यस प्रक्रियामा आत्म चेतना विस्तार-विस्तारै आफ्नो स्व केन्द्रमा नै संगठित रहनुको बदलामा बाहिर तिर फैलिन थाल्छ । स्वयंको विस्मृति र पदार्थ भोगको आसक्तिबाट विचारमा विखण्डन हुन्छ । परिणाम स्वरूप संकल्पमा अनियन्त्रण हुन्छ । स्थिति जीवनको स्वाभाविकताबाट विलकुल विपरीत हुन जान्छ । मानौ बुद्धिको लगाम नै टुटेको छ र मन एक बेलगामको घोडा जस्तै आत्माको चालक बनेको छ । यो स्थिति ठिक त्यस्तै हुन्छ जसरी विद्युत ब्याट्रीको उपयोग हुँदा हुँदा उसका रासायनिक कण आफ्नो मूल केन्द्रबाट हट्दछन् । ब्याट्रीलाई जब रिचार्ज गरिन्छ तब तिनै कण पुनः मूल केन्द्रमा समायोजित हुन जान्छन् । ब्याट्री पुनः उपयोग गर्नको लागि तयार हुन जान्छ । आत्म-विस्मृति र पदार्थमा आसक्ति दुवै

साथ-साथै घट्छन् । जसको सीधा असर मन-बुद्धिमा पर्छ, अधिकाधिक इच्छाहरू पन्पन थाल्छ । मन विक्षिप्त हुन जान्छ । आत्मा स्वयं भित्र-भित्रको खालीपनलाई भर्ने व्यर्थ प्रयास गर्दछ । यसै प्रयासमा पदार्थ भोगवादको एक कडा दृष्टिकोण बन्दछ । पदार्थ भोग गर्दा-गर्दा आत्माको ऊर्जा मन्द हुन जान्छ । तब पदार्थ र पदार्थ जगतको वैभव व्यर्थ महसुस हुन थाल्छ । यदि भौतिकताको थुप्रो लागेको भए पनि पदार्थ भोगमा कुनै रस आउँदैन । सबै कुरा निरस लाग्न थाल्छ । वैराग्य भाव पैदा हुन्छ । यस स्थितिमा मुक्तिको अनुभव हुँदैन । यो जीवन-बन्ध स्थिति हो । आसक्ति-विरक्ति, राग-वैराग यी दुवै स्थितिमा आत्माको जीवन चक्र चल्दै रहन्छ । जीवनका यी दुवै स्थिति स्वाभाविक होइनन् । तब प्रश्न उठ्छ जीवनको यथार्थ स्थिति के हो ? **प्रकृतिको उपयोगितालाई सहज स्वीकार गरौं** : प्रकृति-पुरुषको यस खेलमा प्रकृतिको नितान्त उपयोगिता हुनु स्वाभाविक हो । चैतन्य शक्ति आत्मा प्रकृतिबाट निर्मित शरीरमा रहेर सतत् अनुभूति गर्दछ । पदार्थ छ त जीवन छ । पदार्थको अस्तित्व छ । पदार्थको उपयोगिता छ । यी दुवै कुरा हामीलाई स्पष्ट हुनुपर्छ । आत्माले प्रकृतिलाई धारण गर्दछ । प्रकृतिले आत्मालाई धारण गर्दैन । आत्माले प्रकृतिको शरीरलाई उपयोगको लागि धारण गर्दछ । यो प्रकृति-पुरुषको नाटक



प्रारम्भ

एक वृद्ध व्यक्ति एक फल र छायाँ दिने वृक्षको बोट रोपिरहेको थियो ।

एक युवालाई यो देखेर आश्चर्य लागे छ ।

यत्रो उमेरमा फलको बोट रोपेर खान पाउने हुन र ।

युवाले भन्यो -

बुबा हजुर को उमेर हेर्दा साह्रै वृद्ध हुनुहुन्छ जस्तो छ ।

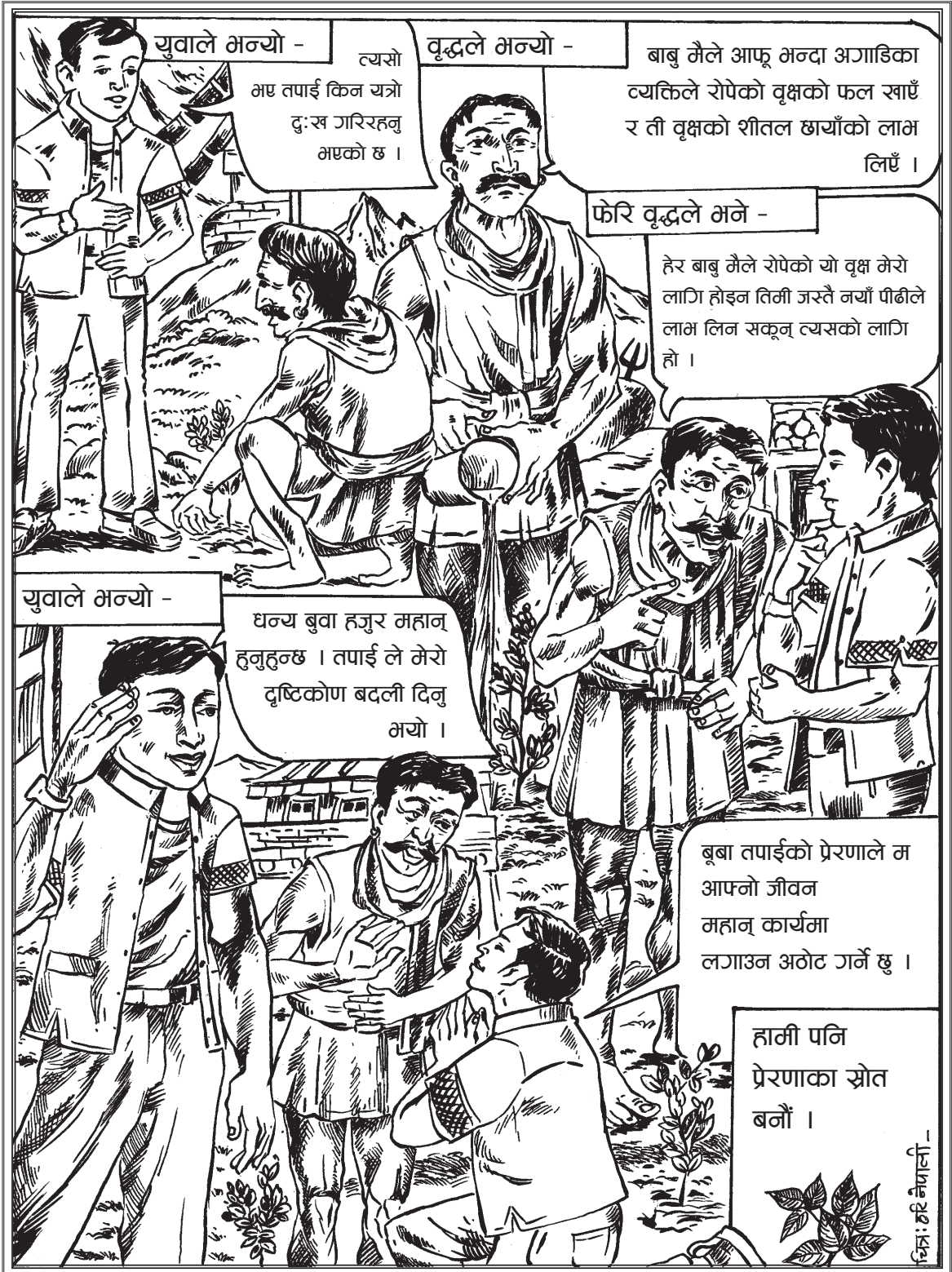
बाबु म निकै वृद्ध भएको छ

युवाले भन्यो -

बुबा तपाईं यी रुखबाट फल्ने फल र शीतल छायाँ लिने अवसर पाउनु होला ।

बृद्धले भन्यो -

पक्कै हो म यो रुखबाट फल्ने फल खान सकिदैन न छायाँ लिन सक्छु ।



युवाले भन्यो -

त्यसो
भए तपाईं किन यत्रो
दुःख गरिरहनु
भएको छ ।

वृद्धले भन्यो -

बाबु मैले आफू भन्दा अगाडिका
व्यक्तिले रोपेको वृक्षको फल खाएँ
र ती वृक्षको शीतल छायाँको लाभ
लिउँ ।

फेरि वृद्धले भने -

हेर बाबु मैले रोपेको यो वृक्ष मेरो
लागि होइन तिमी जस्तै नयाँ पीढीले
लाभ लिन सकून् त्यसको लागि
हो ।

युवाले भन्यो -

धन्य बुवा तजुर महान्
हुनुहुन्छ । तपाईं ले मेरो
दृष्टिकोण बदली दिनु
भयो ।

बूबा तपाईंको प्रेरणाले म
आफ्नो जीवन
महान् कार्यमा
लगाउन अठोट गर्ने छु ।

हामी पनि
प्रेरणाका स्रोत
बनौं ।

चित्र: शशि नैपाली -

आदि-अनादि रूपबाट चल्दै आएको छ । यसैले प्रकृतिको उपयोगितालाई नकार्न सकिदैन । केवल वैराग्य भाव हुनु वा केवल आसक्त भाव हुनु यो जीवनको यथार्थता होइन । यो अवश्य हुन सक्छ आत्मा वैराग्यको स्थितिमा रहेर आफ्नो उच्च मानसिक स्तरबाट आफ्ना संकल्पद्वारा महान् कार्यको नतिजा दिन सक्छ । तर यस्तो केवल केही निश्चित समयको लागि नै सम्भव हुन सक्छ । जब यस्तो केही हुन्छ भने त्यो सामान्य जीवनबाट हटेर हुन्छ । त्यो अलौकिक सम्पन्न स्थितिबाट अलौकिक कार्य गर्ने स्थिति हुन्छ । यस प्रकार हामी सम्भन्न सक्छौं गहन शान्त चित्तको अवस्थामा सम्पूर्ण वैराग्यको मनोभाव हुनु पनि जीवनको यथार्थतालाई अस्वीकार गर्नु हो । दोस्रो तर्फ पूर्ण आसक्तिको मनोवृत्तिबाट पनि जीवन यथार्थ रहँदैन ।

सम्पूर्ण सन्तुलन नै सम्पूर्ण जीवन हो : पदार्थ भोगबाट आसक्तिको स्थिति सहज बन्दछ । सजगता द्वारा अनासक्तिको स्थितिलाई पनि साधन सकिन्छ । तर यी दुवैको बीचको तेस्रो स्थिति जीवनमुक्तिको स्थितिलाई कोही विरलैले मात्र प्राप्त गर्न सक्छन् । ऋषि-मुनिहरूले जीवनमुक्त अवस्थाको प्राप्तिलाई दुर्लभ मानेका छन् । मनुष्य प्रायः कुनै एक स्थितिको अतिमा बाँचेको हुन्छ, त्यसैले दुर्लभ मानेका हुन् । कि त ऊ पदार्थ प्रति अत्यधिक आसक्त हुन जान्छ, अथवा ऊ पदार्थ प्रति अत्यधिक विरक्त हुन जान्छ । ऊ यी दुवैको बीचको तेस्रो स्थितिको अनुभव गर्न सक्दैन । यसैले ऊ जीवनमुक्त अवस्थाको महसुस गर्न सक्दैन । सम्पूर्ण जीवनको यथार्थतालाई तेस्रो नजरले हेरौं । जीवनमा रहेर पनि जीवनबाट मुक्त । जीवन आफ्नो स्वाभाविक प्रवाहमा छ ।

यसैलाई नै सम्पूर्ण जीवन भनिन्छ । बीचको सन्तुलनको स्थितिको नाम नै सम्पूर्ण जीवन हो । आसक्त भएर पनि अनासक्त रहनु र अनासक्त रहेर पनि आसक्त रहनु । आत्मा न त आसक्त हो न त अनासक्त हो । राग छ तर साथ-साथमा वैराग्य पनि छ । वैराग्य छ तर साथ-साथमा राग पनि छ । राग छ तर आन्तरिक होसपूर्ण स्थिति छ । होसपूर्ण स्थितिमा एक सूक्ष्म तार प्रकृति संग जोडिएको छ । कर्म गरेर पनि अनासक्त र आसक्तिको सन्तुलन । यो जीवनको सम्पूर्ण सन्तुलित अवस्था हो । यसैको नाम नै सम्पूर्ण जीवन हो ।

सर्वोत्तम स्थिति : यो जीवनको सर्वोत्तम स्थिति हो । जब आत्मा पदार्थ भोगको चेतनाबाट माथि उठेर रहेको हुन्छ । मन पूर्ण रूपमा शान्त रहन्छ । इच्छा मात्रम् अविद्याको मनस्थिति बन्दछ । यस्तो गहन शान्तको स्थितिमा आत्मा आसक्त-अनासक्तको स्थितिमा रहन्छ । इन्द्रियहरू अन्तर्मुखी र शीतल रहन्छन् । इन्द्रिय सुखको कुनै कामना रहँदैन । मनमा कुनै कतै खिचाव हुँदैन । विचारमा संघर्ष हुँदैन । मानसिक सन्तुलन यति अद्भुत रहन्छ, मानौ जीवन सरिता आफ्नो मधुर कलकल ध्वनि गदै बगिरहेको छ । जीवन जसरी एक प्रवाह बनेको छ । यस स्थितिमा केवल आनन्द नै आनन्द, एक आल्हादित अनुभूति भइरहन्छ । यस स्थितिमा जीवन आफ्नो नि-अस्तित्वको विराटतामा हुन्छ । यसमा मुक्तताको अनुभव हुन्छ । आकाशमा उन्मुक्त उडेको पंखी समान अनुभव हुन्छ । यस स्थितिमा जीवन निर्बाध गतिले चल्दछ ।

पुरुषार्थको पूर्णता : हाम्रो पुरुषार्थका दुई मुख्य बिन्दु छन् । पहिलो मनमनाभव र दोस्रो

मध्याजीभव । यी दुवै बिन्दुमा सम्पूर्ण जीवनको सम्पूर्ण वास्तविकता निहित छ । पहिलो पुरुषार्थमा आत्माको सम्पूर्णताको बोध छ । राजयोगको उच्चतम अनुभूतिको सम्बन्ध छ । दोस्रो पुरुषार्थमा प्रकृतिको सम्पूर्णता र प्रकृतिको सम्पूर्णतालाई स्वीकार गर्ने भाव छ । हाम्रो पुरुषार्थमा न त प्रकृतिको अधीनतालाई अनुभव गर्नु छ न त प्रकृतिको उपयोगितालाई अस्वीकार गर्नु छ । प्रकृतिको अधीन हुनु र प्रकृतिलाई अस्वीकार गर्नु यी दुवै नकारात्मक स्थिति हुन् । पुरुषार्थको पूर्णताको लागि हामीले स्वयंलाई सम्पूर्णता र प्रकृतिको वास्तविकता दुवैलाई सम्पूर्ण रूपले स्वीकार गर्नुपर्छ । यस प्रकारको स्वकार्यतामा सम्पूर्ण सन्तुलन हुन्छ । जब आत्मा आफ्नो सम्पूर्ण रूपको जागृत अवस्थामा हुन्छ तब नै प्रकृतिलाई पूर्ण रूपले उपयोग गर्न सक्छ । स्वयंको जागृत अवस्थामा भयो भने उसले प्रकृतिको आसक्ति र अनासक्तिको भावलाई सन्तुलन राख्न सक्छ । आत्माको निज पुरुषार्थको गहनताको अन्तर अनुसार नै जीवनमुक्त अवस्थाको प्राप्तिमा पनि अन्तर रहन जान्छ । आत्मा मनमनाभव र मध्याजीभवलाई आफ्नो उद्देश्य बनाएर जति आत्म जागृतिको स्थिति बनाउँछ त्यसै अनुसार जीवनमुक्त स्थिति प्राप्त गर्दछ । भविष्यमा पनि शक्तिशाली स्थितिमा रहने योग्य बन्दछ । अतः सम्पूर्ण जीवनको यथार्थलाई सम्भन्धेर आत्म-जागृति र प्रकृति प्रति पूर्ण स्वीकार भाव राख्नु यही हाम्रो पुरुषार्थको लक्ष्य हुनुपर्छ । यही जीवनमुक्त अवस्थाको स्थिति हो ।



१४ पेजको बाँकी अंश...

त्यो आत्माले सेवाको आनन्द लिइरहेको छ ।

यदि कुनै आत्मा अभावग्रस्थ छ, जीवन निर्वाहमा असमर्थ छ, चिन्ताग्रस्थ छ, धेरै दुःखको अनुभव गरिरहेको छ भने त्यस आत्मालाई आत्म-विश्वास जगाउने संकल्प दिऔं । संकल्पमा भनौं तपाईं आत्मा हो, तपाईं भित्र धेरै शक्ति लुकेको छ । आफ्नो शक्तिलाई चिनेर उपयोग गर्नुहोस् । संकल्प गरौं त्यो आत्मा सर्व प्रकारको भरपूरताको अनुभव गरिरहेको छ । त्यस आत्माको अभाव दूर भइरहेको छ । त्यो आत्मा स्वयंलाई सुखद र सम्पन्न अनुभव गरिरहेको छ ।

यस प्रकार जस्तो परिस्थिति त्यस्तै योगको प्रयोग मनसाद्वारा सकाश दिन सक्छौं । अनेक आत्मालाई प्रेरणा दिन सक्छौं । जति हाम्रो आत्मिक अव्यक्त स्थिति राम्रो हुन्छ त्यति नै परिणाम राम्रो हुन्छ । तर सबै प्रकारको प्रयोगको परिणाम शीघ्र आउन पनि सक्छ नआउन पनि सक्छ । शीघ्र र अपेक्षित परिणामको लागि ट्रान्समिटिड र रिसीभिड बीच गहिरो तारतम्य हुनुपर्छ । यी दुईको बीचमा तारतम्य मिलेन भने अपेक्षित परिणाम नआउन पनि सक्छ । हामीले सेवाको प्रयोग गर्दै रहनुपर्छ । कर्म गर्दै जाऔं फलको परिणाम धैर्य सँग प्रतीक्षा गरौं । अन्त्यमा श्रेष्ठ परिणाम आउने नै छ । यस्तो आशावादी बनेर प्रयोग कायम राख्दै जाऔं ।



अचानकको पाठ

हेम शर्मा पोखरेल

परमप्रिय शिवबाबाले हामी बच्चाहरूको पुरुषार्थ वृद्धिका लागि बारम्बार नयाँ नयाँ वरदानबाट भरिपूर्ण गराउनुहुन्छ। देह र देहको सम्बन्धलाई विर्सिएर स्वस्थितिमा स्थित हुँदै म निराकार पितालाई याद गर भन्ने मूल श्रीमतमा आधारित भएर देही-अभिमानी बन, मास्टर सर्वशक्तिमान् बन, सम्पूर्ण पावन बन, हर परिस्थितिलाई अवसरका रूपमा प्रयोग गर, योगी प्रयोगी बन, हिरो पार्टधारी बन, मास्टर ब्रह्मा मास्टर सरस्वती बन, मास्टर लक्ष्मी-नारायण बन, पुण्य आत्मा बन, पारसबुद्धि बन, सूर्यवंशी बन आदि। यस्ता वरदानहरू र स्वयं शिवबाबाको श्रीमतद्वारा हामी ईश्वरीय सन्तानहरूलाई प्राप्त हुने अलौकिक मार्गदर्शनले हामीलाई सदा उत्कृष्ट जीवन जीउने तथा सुन्दर भविष्यको निर्माण गर्ने कला सिकाइरहेको हुन्छ। त्यसलाई हामीले कति महसुस गर्दछौं, कति व्यवहारमा अपनाउँछौं त्यो चिन्तनको विषय हो।

झामा अनौठो र एक्यूरेट छ। गत चैत्र ४ गते साँझ भरिसकेको थियो। भतिजा गोविन्द अकेलाले भर्खरै छिमेकमा सञ्चालन गरेको Healthy Network को Central Lab मा परीक्षण गराउँदा रक्त अल्पता भएको पाइएकोले शरीर शिथिल भएको हुनाले तत्कालै उपचारका लागि अस्पताल भर्ना हुनुपर्ने राय अनुसार ग्यास्ट्रो

इन्टरोलोजी सम्बन्धी सेवा लिनका लागि राती अवेर सम्म विशेषज्ञ सेवा प्राप्त हुने बानेश्वर स्थित भरोसा अस्पतालमा साँझ करिब ८ बजेतिर पुग्यौं। अस्पताल पुग्नासाथ स्थितिको गम्भीरतालाई विचार गरी तुरुन्तै सलाईन दिने कार्य र राती करिब ११ बजेतिर रगत दिने कार्य आरम्भ भयो। त्यस अस्पतालका प्रमुख डा. दिनेश चन्द्र पोखरेल स्पष्ट वक्ता, आफ्नो व्यवसायमा यथार्थ रूपमा इमान्दार, मृदुभाषी चिकित्सक रहको पाइयो। विमारी निको हुनमा चिकित्सकको बोली बचन र व्यवहारले पनि धेरै मद्दत गर्दो रहेछ।

उत्तानो फर्केर एक क्षण पनि रहन नसक्ने स्वभाव भए पनि एक हातमा रगत र अर्को हातमा सलाईन दिँदै पानी पिउन समेत बन्द गरेर करिब दुई दिन उपचार गरिरहँदा घरी घरी अष्टेरो भए पनि बाबाको याद र बाबाको पालना तथा ब्राह्मण परिवारको योगदानले गर्दा असजिलो महसुस भएन। बरु सजिलैसँग कर्मभोग चुक्ता भएको अनुभव भयो।

पहिलो दिन राती सलाईन र रगतका पोका हटाएर शौचालय जान उठ्दा र शौचालय पुगेपछि पनि अकस्मात् बेहोस भएपछि कुरुवा बसेकी छोरी शताक्षी स्वयम् चिकित्सक भए पनि अलिबेर आत्तिइछन्। त्यो कुरा घरमा युगललाई खबर गरिएनछ, पुत्र यशस्वी स्वयम्

अमेरिकामा हृदय रोगका चिकित्सक हुनाले उनलाई छिन छिनमा स्थितिको जानकारी गराइरहेकी थिइन् छोरी नानीले । मेरो मनमा बारम्बार एक संकल्प प्रवल रूपमा उब्जिरहेको थियो । गम्भीर मधौरु भएको जीवनको यस्तो कठिन अवस्थामा बाबाको यादमा म कति रहन सकेको छु ? यस अवस्थालाई शक्तिशाली र अन्त मति सो गतिको भावना अनुसार स्थित राख्न के गर्नु पर्ला ? कसरी म बाबाको यादमा निरन्तर रहन सकौंला ? सन्चो हुने कुरामा म भित्र कुनै द्विविधा थिएन । एक क्षण बेहोस भएको रक्त अल्पताले होला त्यो ठीक भइहाल्छ भन्ने विश्वास पनि थियो ।

अस्पतालबाट डिस्चार्ज हुने दिन डा. दिनेशले नेपाल र विश्वको वर्तमान स्थितिका सम्बन्धमा लामो चर्चा गरेपछि नेपालमै हामीले धेरै कुरा गर्न सक्छौं त्यसकोलागि केवल आत्मविश्वास र लगनको खाँचो छ भन्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । त्यस भनाइलाई छिचोल्दै मैले उहाँलाई सोधें म सात्विक आहार गर्ने, दिनहुँ राजयोगको अभ्यास गर्ने र सदा ईश्वरीय स्थूल वा सूक्ष्म सेवामा लागि रहने आत्मा हुँ । म भित्र अल्सर वा ग्यास्टरिकको कुनै सिकायत छैन । मलाई मेरो दैनिकीदेखि चरम सन्तुष्टि छ । समस्याहरू आउँछन् एक क्षणमै जान्छन् । म भित्र कुनै तनाव पनि छैन । तर पनि यस्तो बيمारी कसरी लाग्यो । डा. दिनेशजीका अनुसार वास्तवमा मलाई डयूडेनममा अल्सर भएर रक्तश्राव भएको रहेछ । करिब ३ लिटर रगत बगेछ । यो समस्या आहारविहार, जीवनशैली आदिका कारण नभई एच पाइलोरी भन्ने

जीवाणुको संक्रमणबाट हुन्छ । नेपालमा हुने अल्सरमा करिब दश प्रतिशत यस्तो प्रकृतिको हुने रहेछ । यो समस्या सामान्यतया निश्चित समयवाधिको औषधि उपचार पछि निको हुन्छ । अहिले उहाँकै सल्लाहमा उपचार कायम छ । क्रमिक रूपमा स्वास्थ्यलाभ भइरहेको छ । नेपालमा पनि विश्व स्तरको स्वास्थ्य सेवा दिनका लागि प्रतिबद्धता र लगनकै आवश्यकता छ, त्यो कार्य नेपाली चिकित्सकहरूले पनि पूर्ण रूपमा गर्न सक्छन् भन्ने विचार राख्ने यी चिकित्सकसँग मैले सहमत नहुने कुनै आधार भेटिन ।

अस्पतालमा बसेका तीन दिन बाहेक निवासदेखि करिब दुई सय मिटरको दुरीमा रहेको बाबाको घरमा विहान र अपरान्ह जान आउनका लागि चिकित्सकको अनुमति प्राप्त भएकोले त्यसपछि ईश्वरीय महावाक्य मुरलीको आत्मिक भोजनबाट विमुख हुन परेन । अस्पतालमा पनि स्वाभाविक रूपमा ब्रह्माकुमारी बहिनीजीहरूबाट मुरली श्रवण गर्ने चाँजो बाबाले मिलाउनुभयो ।

अस्पतालमा बस्दा, घरमा स्वास्थ्यलाभ गरिरहेको वेलामा अमृतवेला र गोधुली साँभको यादको यात्रा मात्रै होइन दिनमा स्वास्थ्यलाभको कामना सहित पाल्नुहुने आगन्तुकहरूसँगको भलाकुसारीका समयमा पनि गुप्त रूपमा बाबाको याद यात्रा चलि नै रह्यो । अझ अस्पतालमा इन्डोस्कोपी गरिरहेको बेला, सलाइन दिनका लागि विभिन्न स्थानमा पटक पटक नशामा सीयोले घोचेको बेला, दुवै हातमा रगत र सलाइन दिएको बेला राती वा दिनमा

बाबाको याद गर्न कठिन भएन । हुन त राती ओछ्यानमा पल्टिरहेको बेला बाबाको याद गरिरहेकै हो । तर रातमा उठेर शौचालय जाने बेलामा उठ्ने वित्तिकै बेहोस हुनुपूर्व बाबाको याद रहेको हेक्का भएन । होसमा आएपछि मात्र बाबाको याद हुन पुग्यो । यस यथार्थताले मनमा एक अहं प्रश्न खेलिरहेको छ । अन्तमति सो गतिको पाठलाई कसरी पक्का गर्ने ?

बाबाले हामीलाई विभिन्न साकार मुरली, रिभाइज कोर्स एवं रियलाइजेशन कोर्सका माध्यमबाट अविरल रूपमा श्रीमत वर्सा गरेर सावधान गराइरहनु भएको छ । प्यारा बच्चाहरू अन्तमति सो गति हुने भएकोले सदा तत्पर अर्थात् सदा एभररेडी बन । हर घडि अन्तिम घडि सम्भ्र र अचानकको पाठ याद गर । हुन पनि हो मानिसलाई विमारी पर्न खासै निहुँ चाहिने रहेनछ । भनिन्छ पनि समय आएपछि घरको दैलोठेलो पनि कारण बन्न सक्छ । त्यसैले बाबाका श्रीमतका हरेक सूत्रहरूलाई अभ्र गहिराइमा गएर चिन्तन मनन गर्ने, आफ्नो दिनचर्यालाई श्रीमत सम्मत गराउने र खासगरी सहज परिस्थितिमा मात्र होइन जीवनको आकस्मिक एवं कठिन परिस्थितिमा पनि बाबाको याद निरन्तर कायम गर्नका लागि बाबाको एउटै पाठ आफूलाई आत्मा निश्चय गरेर म ज्योतिर्विन्दु स्वरूप बाबालाई याद गर भन्ने साधारण लाग्ने तर अत्यन्तै महत्वपूर्ण श्रीमतको पालना गर्नुको विकल्पै रहेनछ ।

अहिले स्वास्थ्य लाभ भइरहेको छ । आफू हिजो विमारी परेर कमजोर भएको भन्ने

भाव न्यून भइरहेको छ । यस विचमा अलौकिक परिवारबाट प्राप्त शुभभावना, शुभकामना, योगदान र पालनाबाट चरम सन्तुष्टि भएको छ । एक दिन साँभ्र आश्रममा मुरली श्रवण गरिरहेकै बेला बडिदिदीजी आउँदै हुनुहुन्छ आश्रममा भए त्यहीं बसिरहनु होला भन्ने रामसिंह भाइजीको फोन आयो । हामी आश्रममै थियौं । बडिदिदीजी पाल्नुभयो । उहाँको शुभकामना शुभ भावनाबाट गहन तृप्तिको अनुभूति पनि भयो । बडिदिदीजीलाई संगम कोलोनी आश्रममा रहेको बाबाको फोटो अत्यन्तै जीवन्त लागेछ, कुराकानीलाई विचैमा रोकेर उहाँ जुरुक्क उठ्नुभयो, बाबाको फोटो सामुन्ने सन्दलीनेर पुग्नुभयो, सबैलाई निकट आउने इशारा गर्नुभयो र बाबाको गहन यादमा हराउनुभयो । करिब १५ मिनटको समयवधिमा आश्रमको वातावरण शान्त, पवित्र, स्नेहशिक्त, रमणिक र आनन्ददायक बन्यो । वयोवृद्ध माता द्वय समेत उपस्थित आत्माहरू बाबाको दृष्टि पाएर गद्गद् भयौं । म भित्र एक प्रकारको शक्ति संचार भएको अनुभव भयो । आत्मविश्वास अभ्र प्रखर भएको र अब स्वाभाविक रूपमा जीवनचर्या सञ्चालन हुने आशा पलायो र नभन्दै त्यसको भोलिपल्ट देखि जीवन सहज र तन स्वस्थ भएको महसुस भएको छ । मनमा भने अचानकको पाठ पक्का गर्ने बाबाको श्रीमतको बारम्बार सम्भ्रना भइरहेको छ ।





एक चुप-अनेक सुख

ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

घत लाग्यो, पहिलो पटक सुनें, दिलस्पर्शी भावना । आफूलाई नै भन्या हो कि जस्तो लाग्याथ्यो । उही कुरा मन पर्छ र बुझ्छ व्यक्तिले जुन कुरा ऊ सुन्न चाहेर बसेको हुन्छ । कसैलाई कुनै कुरा बुझाउन नै सकिदैन, बुझाउन खोज्नु एउटा भ्रम मात्र हुन पुग्छ । बुझाउन खोजेको कुरा सत्य होला तर बुझिरहेका होलान् भनेर बुझ्नु अवश्य पनि भ्रम हुन पुग्छ । बुझ्ने कुरा नै बुझिन पुग्छ हुनपनि धेरैजसो मध्ये हामीले अरूलाई बुझाउन र उसभित्रको मनोभावना दोस्रो व्यक्तिले स्वतः बुझिदेओस् भन्ने लालसा र अपेक्षामा जीवन गुजारिरहको हुँदा रहेछौ । आफ्ना तर्फबाट गर्नपर्ने कर्तव्य मानौं सकिनै सक्यो, अब अधिकारको स्वामी हुँ भन्ने मान्यतामा अगाडि बढिरहेको देखिन्छ । अधिकार र कर्तव्य सापेक्ष कुराहरू हुन् । एउटाको अभावमा अर्कोको स्वभाव लामो समय टिक्न नै सक्दैन । बडो विचित्रको मनोविज्ञान हो यो ।

सक्छौ हामी अरूको महिमा गर्न, अति उत्तम । गर्दै गरौं, उमंग उत्साह दिदै जाऊ, यो मानवीय धर्म बनोस् । सकिदैन, उसको अनुपस्थितिमा आलोचना, प्रतिआलोचनाबाट बच्न पाए पनि अरू धर्म कमाउन कुनै तरिका अपनाउनु पर्दैन । जसरी आफूलाई काट्ने बन्चरोलाई सुगन्धित बनाइदिन्छ श्रीखण्डले ।

आफ्नो प्रभाव पो छाड्ने हो । प्रभावित भएर अरूका बारेमा चिन्तन गर्नु पनि मानसिक रोगीको एउटा लक्षण हो ।

अरूलाई निरुत्साहित गराइदिनु नियति बनेको छ समाजमा आज । कदापि राम्रो स्वभाव होइन यो । आफू पनि गर्न नसक्नेहरू नै अरूको प्रगतिमा छटपटाइरहन विवश हुँदा रहेछन् । जति जति छटपट, उति उति मानसिक खटपट । शक्तिको ह्रास । आन्तरिक खुशीबाट वञ्चित ।

बच्नु नै निरापद उपाय हुन्छ । सम्भव भएसम्म सम्पर्कमै नआनुस्, कल्याण हुन्छ । एक प्रसंग । ६ वर्षको बालकले ९ वर्षको आफ्नो दाइलाई इनारभित्रबाट उद्धार गर्नुपर्ने अवस्था आएछ । सुनसान जंगलको माझमा कुनै हाइगुहारले काम चल्ने अवस्था देखिएन । र त, लगायो आफ्नो सम्पूर्ण ऊर्जा र निकालिछाडयो । घरमा आएपछि सबै वृत्तान्त कट्यो बालकले । चकित । कौतूहलता छायो चौतर्फी । कसरी सम्भव भयो होला भनी गहिरो अनुसन्धान गर्दा ६ वर्षको बालकले मेहनत गर्दै गर्दा तिमीले सक्दैनौ भनिदिने अरू कोही भइदिएनछन् । परिणाम आफूभित्रको अथाह सम्भावनाको प्रयोग गर्नुको बालकले । फगत चरितार्थ हो यो जीवनको ।

आफूभित्रको शक्तिको आकलनको

साटो अरूले के भन्छन्, सोच्छन् भन्ने तिर लाग्ने हो भने हामी कहीं पुग्न सक्दैनौं । आन्तरिक तयारी गरौं । यो समाजमा कसैले कुनै विशेष कार्य गरेका छन् भने केवल ना बहादुरले मात्र गरेका छन् । ना गर्ने कुरा असमान्य कुरा हो सबैबाट सम्भव हुँदैन । हाँ मा हाँ गरिदिने जति सजिलो कार्य अरू कुनै हुँदैन । यो जीवनको सहज राजमार्ग हो जहाँ कुनै घुम्ती नै हुँदैन । बच्न परोस् ।

बचौ एक पटक अरू । सूत्रलाई जीवनमा अपनाउँदै जाऊ, सफलता अवश्य हात लाग्ने छ । सफलतालाई जीवनको अधिकार बनाउनका लागि अरूको जीवनमा विशेष कुनै सफलता देखिरहनु भएको छ भने त्यो सफलताको र सफल हुनै व्यक्तिको यति धेरै महिमा र प्रशंसा गरौं, ऊ सँग रमाइरहेको सफलता स्वतः लोभियोस् र आफूतिर आकर्षित हुन विवश होस्



खुशीको वहार

रामकाजी भाइ, सिमरा

नयाँ जोश नयाँ जाँगर नयाँ शक्ति, बोकेर नयाँ उमंग ।
उदाए ब्रह्माकुमारी संसार भरि, पाउँ सबैलाई दंग ।

जोडेर अटुट मन र बुद्धि आफ्नो, जगत्का पिता संग ।
छन् सिकाइरहेका हरपल हामीलाई, देव समान बन्ने ढंग

जाग मित्र उठ अब स्वागतमा, नयाँ बिहानी आयो ।

सुनौलो भाग्यको पूर्व क्षितिजमा, ज्ञान सूर्य उदायो ।

जीवन हाम्रो महान् बनाउने, अमूल्य समय छ यो ।

पारलौकिक पिताको पावनता, सबको सामु वर्षियो ।

ईश्वरीय फूलबारीका सुन्दर फूलहरू, छुट्टैछन् चौतर्फी सुगन्ध ।

मिलाउँदै छ जगन्नाथद्वारा धरामा, स्वर्ग ल्याउने प्रबन्ध ।

हुन्छ जगमग फेरि संसार, हट्दछ पुरानो दुर्गन्ध ।

बनेर नयाँ रमन सुखमा, राखौं राजयोग सँग सम्बन्ध ।

सुख, शान्ति र समृद्धि बोकी, हाम्रो नयाँ वर्ष आओस् ।

हर घडी हर क्षण प्राणि जगत्, परम आनन्दमा रमाओस् ।

दुःखमा छटपटिएका आत्मा, सदा अमन चयन पाओस् ।

सर्व धर्महरू एक भएर अहिले, परमात्माको प्रत्यक्ष होस् ।

प्यारो परमात्माको न्यानो गोद, देओस् नयाँ वर्षले उपहार ।

लागून् श्रेष्ठ कर्म गर्न तर्फ सबै, होस् संसारको निरन्तर सुधार ।

प्रभु नयनको नुर बनी, सकूँ बन्न उनकै गलाको हार ।

हाँसून् सबै फूल जस्तै, आओस् दिलमा खुशीको वहार ।



नवीन कार्ययोजना सहितको नयाँ वर्ष

वर्षको पहिलो दिनलाई नव वर्षको रूपमा हर्ष उल्लास, उमंग, उत्साह र नवीन ऊर्जाका साथ नयाँ आशा, नयाँ योजना, सकारात्मक उपलब्धिाको अपेक्षा गर्ने गरिन्छ र सो अनुरूप कार्य योजना बनाउने गरिन्छ ।

नव वर्षले पुरानो वर्षमा भोगेका दुःख पीडा असहज अवस्थालाई दीर्घ अतीतको अँध्यारोमा धकेलिदिने र सुख, खुशी, उत्साह, उमंग र उपलब्धिहरूलाई थप सकारात्मक परिमार्जन सहित लाखौँ प्रकाशपुञ्जहरूले सुसज्जित क्षितिजतर्फको यात्राको निरन्तरता दिने सुखदायी दिनको रूपमा पनि लिने गरिन्छ ।

नव वर्षले व्यक्ति विशेषमा शुद्धता, पवित्रता, विश्व बन्धुत्वको कामना, सुख स्वास्थ्य समृद्धि, शान्ति सहितको सकारात्मकता तर्फको यात्रामा अग्रसर गराउने गरेको देखिन्छ ।

नव वर्षको सुख र उत्साह एउटा व्यक्ति विशेष सँग मात्र सम्बन्धित रहेको पाइँदैन । पोष्ट कार्ड शुभकामना कार्ड र पत्र-पत्रिकाका शुभ कामना विज्ञापनमा उल्लेख हुने सुख स्वास्थ्य समृद्धि उत्तरोत्तर प्रगति जस्ता शब्दहरूले परिवार समाज र समग्र विश्वमा मैत्रीभाव, सुख शान्ति विश्वबन्धुत्वको भावनाको विकास गर्नमा सकारात्मक योगदान दिइरहेका हुन्छन् । सूचना प्रविधिको विकास

दामोदर रेग्मी, बसुन्धरा काठमाण्डौ पछि इमेल र अझ केही वर्ष यता फेसबुक, ट्वीटर जस्ता सामाजिक संजालहरूका भित्ताहरू यस्ता सकारात्मक सन्देशले भरि पूर्ण भएका शुभकामनाका आदान प्रदानहरू पाइन्छन् । मोवाइल एस एम एसको सुविधाले सेकेन्डमै यस्ता शुभ भावनाहरू सम्बन्धित व्यक्तिको मोवाइलमा पुग्न सक्ने भएको छ ।

आध्यात्मिक रूपमा पनि नव वर्षको दिनमा मन, शरीर र आत्मिक शुद्धीकरण गर्ने गरिन्छ र धार्मिक रूपमा पूजा पाठ गर्ने, पवित्र तीर्थस्थल, मन्दिर जाने, धार्मिक रूपले पवित्र ठानिएका नदी, ताल, तलैयामा नुहाउने, पवित्र वैदिक विधि पूजा पाठ गर्ने गरिन्छ । यसरी नयाँ वर्षलाई भौतिक, आध्यात्मिक र धार्मिक जुनसुकै आयामबाट हेरिए पनि यसको उच्च महत्व रहेको छ ।

विश्वका विभिन्न देशमा नव वर्ष मनाउने प्रक्रिया र परम्परामा खासै फरक नपाइए पनि नव वर्ष मनाउने दिनमा भने एकरूपता पाइँदैन । तथापि सौर्यमासमा आधारित ग्रेगोरियन क्यालेण्डर अनुसार जनवरी १ लाई नव वर्षको रूपमा मनाउने परम्परा विश्वका अधिकांश देशहरूमा रहेको छ । यसको साथै नेपाल, क्याम्बोडिया, लाओस, थाइल्याण्ड, बर्मा लगायतका पूर्वी एशियाली देशहरूमा वैशाख १(मध्य अप्रिल)

का दिन विक्रम सम्बत् अनुसार नयाँ वर्ष मनाउने गरिन्छ । विक्रम सम्बत्को शुरुवात राजा विक्रमादित्यले गरेकाले यसलाई विक्रम सम्बत् भनिएको हो । नेपाली शब्दसागर (सोपत्तिक कोष) का अनुसार विक्रम शब्दले पैताला सार्नु, टेक्नु, आक्रमण गर्नु क्रान्ति छेड्नु, पराक्रम, शक्ति सामर्थ्य कदम, ईश्वर विष्णु, विक्रमादित्यले शुरू गराएको सम्बत् आदि अर्थ जनाउने गर्दछ ।

नयाँ वर्षको पहिलो दिनमा गरिने यी सुखद अपेक्षाको प्राप्त र यसमा दिगोपनाको लागि शुद्ध आत्मिक अवस्थाको आवश्यकता पर्दछ । शुद्ध आत्मिक अवस्थाले सुखद चाहनाको प्राप्तमा अग्रसर बनाउने र त्यसको परिणामको सुनिश्चितता गर्ने गर्दछ । विक्रम सम्बत्को सम्बन्धमा नेपाली शब्दसागर (सोपत्तिक कोष) ले गरेको परिभाषा अनुसार पनि सकारात्मकता तर्फ पैताला सार्नु, पवित्रताको धरातलमा टेक्नु, हामी भित्र विद्यमान विकृति, विसंगति र विकारहरू विरुद्ध आक्रमण गर्नु, तिनीहरू विरुद्ध क्रान्ति छेड्नु, यस्ता विकृति, विसंगति र विकारहरू विरुद्ध लड्नको लागि पराक्रम र शक्ति संचय गर्नु, सामर्थ्य अभिवृद्धि गर्नु र आफ्ना कदमहरू त्यस तर्फ केन्द्रित गर्नु भन्ने बुझिन्छ ।

नव वर्षको दिनमा गरिने अपेक्षा र प्रतिबद्धतालाई एउटा निश्चित कार्य योजना बनाई कार्यान्वयनको चरणमा लग्ने र कार्यान्वयन प्रति स्व इमान्दारी देखाउन सकेमा मात्र नव वर्षमा गरिने चाहना र

अपेक्षाले अपेक्षित परिणाम दिन सक्दछन् । होइन भने प्रत्येक वर्ष घर, अफिस र अन्य कार्यक्षेत्रका भित्ताहरूमा नयाँ क्यालेण्डर फेरिन्छन्, सो दिनमा नयाँ प्रतिबद्धता पनि गरिन्छ र भौतिक सुख, सयल, पार्टी, भोज, नाचगान पनि हुने गर्दछ तर प्रतिबद्धता कार्य योजना सँग आवद्ध नभएको कारणले र प्रतिबद्धताको कार्यान्वयनको सुनिश्चितताको लागि आत्मिक साहस नजुटिसकेको कारणले नव वर्षको पहिलो दिनमा गरिएका इच्छा, आकांक्षा, खुशीहरू दिनहरू बित्दै जाँदा धमिला हुँदै जान्छन् र व्यक्ति पुनः पुरानै दुःखद दिनचर्याको एउटा प्रक्रियागत नियतिमा बाधिन पुग्दछ । एक वर्ष पछि पुन अर्को नयाँ वर्ष आउँछ सो दिन फेरि खुशी रमाइलो हुन्छ नयाँ सुखद प्रतिबद्धताहरू गरिन्छन् तर यसले पनि पुरानै नियति भोग्ने गर्दछ र यो प्रक्रियाले निरन्तरता पाउँदै जान्छ ।

हामीले आफू भित्र आत्मिक साहसमा अभिवृद्धि गर्न नसक्दा, स्व अनुशासनमा अभिवृद्धि गर्न नसक्दा र नव वर्षको पहिलो दिनमा गरिने प्रतिबद्धतालाई एउटा परम्पराको रूपमा मात्र लिदा यस्तो समस्या देखिने गरेको हो । नव वर्ष एउटा परम्परा हुन सक्दछ तर त्यो परम्परालाई हामीले एउटा सुखद निरन्तरतामा बदल्न सक्ने प्रशस्त सम्भावनाहरू छन् । यसमा धार्मिक, आध्यात्मिक र भौतिक आयामहरू हुन सक्दछन् ती आयामहरूको प्रयोग आफ्नो परिवेश र आवश्यकता अनुकूल हुने गरी अपनाउन सक्ने संभावनाहरू पनि प्रशस्तै

हुन्छन् । यसको लागि हामीले एउटा निश्चित कार्ययोजना बनाउनु आवश्यक हुन्छ । यस सन्दर्भमा हाम्रा कार्ययोजनाका विषयवस्तुहरू निम्नानुसारका हुन सक्छन् ।

➤ आत्मिक सुख र शान्तिको लागि आफूमा असल विचारको प्रवेश गराउने । मन, वचन र कर्म यी तीनै अवस्थामा भाव ग्रहण वा भाव अभिव्यक्तिमा असल विचारको प्रवेश र प्रवाह गराउने ।

➤ स्वास्थ्य प्रत्येक व्यक्तिको पहिलो चाहना हो । संभवतः नव वर्षमा गरिने पहिलो प्रतिबद्धता यो नै हो । यसको लागि सुसंस्कृत विचारको अवलम्बन, विलासी भन्दा कर्ममा रमाउने जीवनशैली अपनाउने । खानपान र चालचलनलाई सादा बनाउने । राजसी र तामसी भोजनको सट्टा सात्विक भोजनमा ध्यान दिने ।

➤ अत्यधिक र शीघ्र प्राप्तिको चाहना नराख्ने । हर सफलताको उचाइमा पुग्न सिँढीका हरेक तहमा पाइला राख्नु अनिवार्य हुन्छ । शीघ्र चाहनाको प्राप्तिले सिँढीका प्रत्येक तहमा पाइला नराख्दा अर्को दुर्घटना निम्तन पनि सक्दछ । ढिलो हुन सक्छ तर गन्तव्य टाढा छैन भन्ने दृढताका साथ यात्रालाई अनुशासित बनाउदै निरन्तरता दिने ।

➤ आफ्नो पेशा प्रति अनुशासित रहने । पेशागत उन्नति र त्यसमा थप विज्ञता र विशिष्टीकरणका लागि आफ्नो क्षमता अनुसार अद्यावधिक हुँदै जाने ।

➤ आफूमा केही कमजोरीहरू छन् भने त्यसलाई क्रमशः हटाउँदै जाने । कुनै पनि कमजोरीलाई एकै पटक हटाउन सकिँदैन यसर्थ कमजोरीको समग्र परिमाणलाई साना-साना टुक्राहरूमा विभक्त गरी क्रमशः हटाउँदै जाने ।

➤ प्राप्त सफलताको जगेर्ना गर्दै सफलता प्राप्त तर्फको यात्राको गतिलाई धीमा रूपमा भए पनि अगाडि बढाउने । असफलता प्रति नआत्तिने यसलाई शिक्षाको रूपमा लिने र आफ्नो कमजोरीको कारणले असफलता हुने गरेको भए कमजोरीलाई क्रमशः न्यूनीकरण गर्दै जाने ।

➤ आत्मिक सम्बन्धलाई परमात्मिक स्नेह, प्यार र वर्षाबाट सुसज्जित बनाउने । आफ्नो दैनिक दिनचर्याको सूचीमा राजयोगलाई समावेश गरी आत्मिक र परमात्मिक सम्बन्ध सम्पर्कलाई निरन्तरता दिने ।

➤ चिन्तन, प्रवृत्ति र कर्मलाई सकारात्मक बनाउने सबै प्रति आफ्नो क्षमता अनुसार प्यार, स्नेह, सहयोगको लागि अवसरको खोजी गर्ने ।

➤ भौतिक वस्तुको प्राप्त र अप्राप्तिको क्षणिक हर्ष र विस्मातमा रुमलिनुको साटो आत्मिक उन्नतिलाई थप उन्नत बनाउन प्रयत्नशील रहने ।



बाबाले मेरो जीवनलाई जीवन्त बनाउनुभयो

जीवनमा खुशी, आनन्द र सन्तुष्टि सबैलाई एकैसाथ प्राप्त हुँदैन । जसलाई परमात्माको कृपादृष्टि, दयादृष्टि र करुणादृष्टि प्राप्त हुन्छ उसले मात्र यो सौभाग्य प्राप्त गर्दछ । त्यस्तो भाग्यशाली आत्मा मध्येको म आफूलाई ठान्दछु । मेरो जीवनमा बाबा कसरी आउनुभयो, मेरो सात दशक लामो जीवनयात्रामा अनेक घुम्ती र मोडहरू आए जहाँ बाबाले मलाई निरन्तर पथ प्रदर्शन गरिरहनुभयो । त्यसको अनुभव विशाल र विराट् छ तर सार संक्षेपमा यहाँ प्रस्तुत गर्दैछु । सन् १९५४ तिरको कुरा हो जुनबेला मेरो उमेर भर्खर बाह्र वर्षको मात्र थियो । कार्तिक शुक्लपक्ष यम द्वितीया, भाइटीका दिन मथुराको विश्रामघाटमा यमुनाजीमा स्नान गर्नाले यमराज प्रशन्न हुन्छन् र यमलोकमा जानु पर्दैन भन्ने धार्मिक मान्यता अनुसार मेरो माइला दाजु नारायणप्रसाद उपाध्याय र म यमुनामा स्नान गर्न गयौं । त्यहाँबाट फर्किँदा मथुरा नगरीको कुनै एक भित्तामा एकजना तेजिला यशस्वी वृद्ध कमलको फूलमाथि योगयुक्त अवस्थामा बसेको चित्र मेरो नजरमा पयो । मेरो बाल जिज्ञासाले दाजुलाई सोधें दाजुले भन्नुभयो - “यी कुनै बूढा भारतकै राजस्थानमा प्रकट भएका छन्, यिनले आफूलाई ब्रह्माको अवतार मान्दछन् भन्ने सुनिन्छ” भन्नुभयो । धार्मिक ग्रन्थहरूमा सुनिने गरेका ब्रह्माजी यिनै हुन कि यिनलाई भेट्न

टीकाराम अर्याल, नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं ।

पाए कस्तो हुँदो हो ।” भन्ने सोच र खोजका साथ त्यतिबेला यो यत्तिमै सिमित रह्यो ।

२०२४ साल तिरको कुरा हो । म परराष्ट्र मन्त्रालय सिंहदरबारमा जागिरे हुँदा मेरो डेरा पकनाजोलबाट सिंहदरबार आवतजावत गर्दा ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालयको शाखाद्वारा आयोजना गरेको चित्र प्रदर्शनीमा मेरो नजर पुग्यो । ती चित्र प्रदर्शनी मध्ये सबैभन्दा मलाई मन परेको चित्र थियो कुम्भकर्ण सुतेको र उसको कानमा घैंटाका घैंटा पानी खन्याउँदा पनि ऊ नबिउँझिने । पकनाजोल डेरामा सँगै कोठामा बस्ने तनहुँ चुँदीका अति मिलनसार श्रीभक्त शर्मा (शाखा अधिकृत) हुनुहुन्थ्यो । २०२८/२९ तिर जस्तो लाग्छ हामी दुवैजना सँगै घुम्दै लालदरबार आश्रममा पुग्यौं । त्यहाँ बी.के. बहिनीहरूको स्नेहमय आग्रहमा ३ दिन जति राजयोग कोष पनि गयौं । त्यसपछि सरकारी सेवाको प्रतिकूलताले आश्रम जान सकेनौं ।

२०४६ साल तिरको कुरा हो । म सर्वप्रथम काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा प्रमुख जिल्ला अधिकारी नियुक्त भएर गएँ । ठमेल आश्रमले धुलिखेल कारागारमा चित्र प्रदर्शनी गर्ने कार्यक्रम तय गरेर स्वीकृतिका लागि प्र.जि.अ.लाई भेट्न आउनुभयो । कारागारभित्र कार्यक्रम गर्न स्वीकृति दिएँ । मैले स्वीकृति त दिएँ, तर मेरा मनमा कुरा खेल्न थाले कारागार

भिन्न कसैले कुनै घटना बी.के.परिवार माथि पनि घटाई दियो भने त म पुरै दोषी बन्दछु, त्यसकारण उहाँहरूले कारागारमा चित्र प्रदर्शनी गरूजेल म पनि बस्नुपर्छ भन्ने अठोट गरेर चित्र प्रदर्शनी हुँदाका सातै दिन म उहाँहरूको साथमा रहें । चित्र प्रदर्शनीमा उहाँहरूबाट दिइएको शिक्षाले कारागार भित्रका कैदी बन्दीहरूका साथसाथै म पनि प्रभावित भएँ ।

२०४८/४९ मा म धादिङ्मा प्र.जि.अ. भएर गएँ । त्यहाँ पनि त्यस्तै कारागारमा चित्र प्रदर्शनी र राजयोगको शिक्षा दिने कुरा भयो । मैले स्वीकृति दिएँ । सातदिनसम्म कार्यक्रम रह्यो मैले फेरि बाबालाई भेट्ने मौका पाएँ । २०४९ मा म जनकपुरको प्र.जि.अ.भएर गएँ । त्यहाँ आश्रम सञ्चालिका बी.के.गंगामाताज्यू हुनुहुन्थ्यो । आश्रममा वर्षभरि हुने विभिन्न विशेष कार्यक्रमहरूमा प्रमुख जिल्ला अधिकारीका रूपमा मात्र नभै आदरणीय बी.के. गंगामाताजी र बाबासँगको विशेष लगावले होला मलाई हरेक कार्यक्रममा निम्ता गर्नुहुन्थ्यो । म जान्थेँ र साथमा मेरो युगल कृष्णालाई पनि लान्थेँ । २०५१ मा रौतहटको प्र.जि.अ.मा सरुवा भयो । त्यहाँ गएपछि बाबाको नयाँ आश्रम खुल्यो । त्यसमा पनि निमित्त भएर सेवा गर्ने अवसर पाएँ । बी.के. बहिनीहरूले विभिन्न कार्यक्रमहरूमा सम्भना गर्नुहुन्थ्यो । आश्रममा जान्थेँ बाबासँग रुहरिहान गर्थेँ । यसपछि २०५३ मा मेरो सरुवा भैरहवा प्र.जि.अ.मा भयो त्यहाँ लामो समय बस्न पाइँनँ । २०५४ पौषमा म सुनसरीको प्र.जि.अ.भएर आएँ, त्यहाँ धरानमा आश्रम थियो बेलाबेलामा जान्थेँ । २०५५ असारमा म मोरङ्गको प्र.जि.अ. भएर गएँ । विराटनगरमा

ठूलो आश्रम थियो । त्यहाँका मुख्य सञ्चालिका बी.के.गीता बहिनी हुनुहुन्थ्यो अहिले पनि उहाँ नै हुनुहुन्छ । आश्रमको विशेष कार्यक्रममा प्रायः सधैं बोलाउनुहुन्थ्यो म जान्थेँ । एक पटक केन्द्रबाट आदरणीय राजदिदीज्यू पाल्नु हुँदा उहाँले आफ्नो आशीर्वचनको समयमा समयको महत्व जुन भन्नुभयो त्यसले मलाई छ्योयो भित्रैदेखि घचघच्यायो । मैले बी.के. बहिनीलाई भनें “बैनी अब म समय निकालेर नित्य प्रातः आश्रममा आउँछु, मलाई कोर्ष गराउनु होस्” बी.के.गीता बहिनीज्यूले कोर्ष गराउन शुरु गर्नुभयो, कोर्ष पछि नित्य प्रातः मुरलीमा ठीक ५:५५ बजे आश्रममा आइपुग्थेँ, योग, ध्यान, मुरली क्लास सकेर ७:४५ मा निवास फर्किन्थेँ र आफ्नो दैनिक प्रशासन सहज रूपमा सञ्चालन गर्थेँ । विराटनगरमा बाबाको गहिरो र अमेट छापलाग्यो । जसले ज्ञान र योगको गहिराइमा डुबायो ।

२०५६ मा चितवन प्र.जि.अ.मा सरुवा भयो । त्यहाँ पनि त्यसरी नै निरन्तरता रह्यो त्यहाँकी मुख्य सञ्चालिका बी.के.लक्ष्मी बहिनीको स्नेहमय पालना पाएँ । त्यहाँ पनि नित्य प्रातः ६:०० बजेदेखि ७:४५ सम्म राजयोग ध्यान, मुरली क्लासमा अटुट आश्रममा जान्थेँ बाबासँग रुहरिहान गर्थेँ ।

यसपछि मेरो सरुवा कास्की पोखरा प्र.जि.अ.मा भयो । त्यहाँ पनि नयाँबजारमा रहेको मुख्य आश्रममा नित्य ६:०० बजे राजयोग ध्यान, मुरली क्लासमा हाजीर हुँन्थेँ । यसपछि मेरो सरुवा भ्नापाको प्र.जि.अ.मा भयो । भ्नापा, चन्द्रगढी गएँ । त्यहाँ भाडाको घरमा सानो कोठामा आश्रम सञ्चालन भएको थियो । साह्रै

साँघुरो थियो जहाँ क्लास चल्थ्यो । नित्य प्रातः ६:०० बजे क्लासमा पुग्थे । त्यहाँ तीनवर्ष सेवा गर्दा बाबाको आफ्नै आश्रम बनाउने कार्यमा सेवा गर्ने मौका मिल्यो । आश्रमलाई एककट्टा जमीन मिल्यो । आश्रम निर्माणमा शिलान्यासदेखि आश्रम भवनको छत ढलान गर्दा सम्मको नौलो प्रकारको सेवाको अवसर मिल्यो । जुन यसअघि कहीं भएको थिएन । सद्गुरुवारको दिन आश्रमको छत ढलाइको ठूलो कार्य थियो । त्यहाँ टुक्राटुक्रा ढलान गर्ने चलन रहेछ, मैले एकैपटक एकैदिनमा ढलान गर्नुपर्छ भनें । ढलान गर्ने ज्यामी नाइके काम छोडेर गए । अब बाबालाई सम्झेर राय मागे । तुरुन्त अन्तरात्माबाट उत्तर आयो । चारआली नेपाली सेनाको ब्यारेकमा गणपति प्र.से. ध्रुवशाहलाई फोनमा यो समस्या राखे । उहाँले एक प्लाटुन सैनिक जवान तुरुन्त खटाई पठाइ दिनुभयो । ढलानको कार्य सुरु भयो । त्यसैगरी अञ्चल प्रहरी कार्यालयका एस.एस.पी.शिव बहादुर कार्कीसँग सम्पर्क गर्दा उहाँले पनि एक प्लाटुन प्रहरी जवान पठाइदिनुभयो । बाबाको काम बाबाले नै म्यानेज गर्नुभयो । यस्तो कार्य नेपालमा पहिलोपटक भएको हो । त्यहाँ रातभरि ढलान भयो बिहान ५:०० बजे ढलान राम्रोसँग सम्पन्न भयो राती २:०० बजेसम्म म स्वयम् पनि ढलान कार्यकै रेखदेखमा खटिएँ । रातभरि सेवामा खटेका नेपाली सेनाका जवानहरू र नेपाल प्रहरीका जवानहरूलाई आश्रममा टिचर्स बहिनीले बाबाको परिचय गराएर टीका, टोली सहित धन्यवाद दिएर पठाउनुभयो । उहाँहरू पनि यसरी परमपिता शिव परमात्माको सत्कार्यमा खटेर सेवा गर्न पाएकोमा खुशी भएर जानुभयो ।

२०६१ मा सरकारले का.मु.विशिष्ट श्रेणीमा बहुवा गरेर सुर्खेत क्षेत्रीय प्रशासकमा नियुक्ति भयो । त्यहाँ पनि बसुञ्जेल नित्य आश्रममा गएर मुरली क्लासमा योगध्यान गर्थे मुरली सुन्थे । यसरी सेवा गर्दागर्दै २०६२ वैशाखमा दीर्घसेवा करिब ४० वर्षजति आफूलाई सरकारी सेवामा समर्पित गरेर अनिवार्य सेवा अवकाशमा सेवा निवृत्त भएँ । बानेश्वर निवासमा विश्राम लिएँ । अब नित्य क्लास कहाँ लिउँ भन्ने मनमा चिन्तन गरेँ, ठमेलमा जान अलि टाढा लाग्यो । मलाई पायक पर्ने बानेश्वर सेन्टर रोजेँ, निरन्तर क्लास गरेँ र बानेश्वर छाडेर अन्यत्र जान मन लागेन । बानेश्वर सेवा केन्द्रकी मुख्य सञ्चालिका बी.के. दिपा बहिनीको मीठो पालना पनि हामीले पायौं । बानेश्वर सेन्टर भवनको शिलान्यास भएदेखि नै विना कुनै झञ्झट सहजरूपमा आश्रम निरन्तर निर्माण हुँदै गयो । चारतल्ला भवन बन्यो । बापदादाका रथ परमादरणीय राजयोगिनी हृदयमोहिनी दादीजूका हस्त कमलबाट लाइट हाउस भवनको समुद्घाटन भयो । मधुवनबाट पाल्नु हुने विशिष्ट पाहुनाहरूको यस आश्रममा बेलाबेलामा पदार्पण हुने गरेको छ, र ठमेलको पनि ठूलो स्नेह छ ।

मेरा सात दशक लामो जीवनयात्रामा सन १९५४ तिर मेरो दृष्टिमा परेको बाबाको चित्र मेरा मानस पटलमा अंकित हुँदै २०२८ देखि बाबाको नजिक भएँ । २०४६ मा प्रत्यक्ष संलग्न हुँदै २०५४ देखि निरन्तर अटुट रूपमा सहज राजयोगको शिक्षा प्राप्त गरेर नित्य मुरली क्लास, योग, ध्यानको माध्यमबाट जीवनलाई सार्थक रूपमा सफल र धन्यधन्य बनाउँदै हामी दुवै युगल स्वराज्य अधिकारी बन्ने पुरुषार्थमा बाँकी अंश पेज ३२ मा...



मूल्य शिक्षामाला (५)

नैतिक, आध्यात्मिक एवं नीति शास्त्रीय मूल्य कुनै समाजको आकांक्षालाई प्रकट गर्दछ र त्यसको दिग्दर्शन पनि गराउँछ । मूल्य ती सिद्धान्त स्वपोषित नियम अथवा नीति शास्त्रीय अवधारणा हुन् जसलाई हामी आफ्नो जीवनमा अपनाउँछौं । यसबाट हाम्रो विवेक स्वच्छ बन्दछ । यस्ता अनेक नकरात्मकताहरू भ्रम एवं लोभ, लालच छन् जसले हामीलाई गलत आचरणको लागि प्रेरित गर्दै रहन्छन् । जो मान्छे मूल्यहरूलाई आफ्नो जीवनमा धारण गर्दछन् तिनीहरू भित्र आन्तरिक शक्तिको उदय हुन्छ जसबाट ती साधारण मानवीय कमजोरीहरूमाथि सफलता पूर्वक लडन सक्छन् । मनुष्यको जीवन मूल्यहरूलाई हेर्नाले उसको चरित्र र नैतिक रुचि बारे थाहा हुन्छ । किनकि नैतिक र आध्यात्मिक मूल्य भावनात्मक हुन्छन् । अतः यिनलाई यथार्थ रूपले सम्झन कठिन छ । मूल्यहरूको तुलना भौतिक मूल्यहरूसँग गर्नुको कारण नैतिक एवं आध्यात्मिक मूल्य कम महत्पूर्ण जस्तै प्रतीत हुन्छन् । मानवीय मूल्यहरूको उदय सार्वभौमिक मूल्यहरूबाट भएको हो । यी वैयक्तिक हुन्छन् । यसको परिभाषा आत्म परक हुन्छ र प्रत्येक व्यक्तिको आफ्नो अलग-अलग आध्यात्मिक मूल्य हुन्छ ।

आपसी सम्बन्धहरूमा मूल्यहरूको प्रदर्शन हुन्छ । हामी जति धेरै आफ्नो अन्तर्मनलाई जान्दछौं, नैतिक र आध्यात्मिक मूल्यहरूको आधारमा अरूलाई जान्नु त्यति

सहज हुन्छ । जब मनुष्य भौतिकता बाट प्रभावित हुन्छ तब आध्यात्मिकता लोप हुने भय उत्पन्न हुन्छ । मूल्यहरूको विकासको लागि आफ्नो आध्यात्मिक स्वरूपको परख हुनु आवश्यक छ किनकि मूल्य मन, भावना एवं आध्यात्मिक स्वरूपमा वास गर्दछ न कि पदार्थमा । इच्छाहरूलाई नै मूल्य मान्नुको कारण मनुष्यको नैतिक पतन भएको हो । नैतिक मूल्यको स्पष्ट परिभाषाको अभावमा अन्तरविरोध हुन्छ एवं संशयको स्थिति उत्पन्न हुन्छ । यस स्थितिमा कुनै अनैतिक मूल्यलाई नै चलाकीले नैतिक मूल्य बनाएर प्रस्तुत गरिन्छ तथा कुनै गलत आचरण लाई उचित ठहराउने प्रयत्न गरिन्छ । अल्पकालीन मूल्यहरूको तुलनामा सार्वभौमिक मूल्यहरूलाई प्राथमिकता दिनु महत्वपूर्ण कदम हो । सार्वभौमिक मूल्यहरूको लागि सन्दर्भ बिन्दु हो सर्वोच्च सत्ता ।

परम्पराहरू तथा अल्पकालिक मूल्यहरू एवं सार्वभौमिक मूल्यहरूको बीच संघर्ष पैदा हुन्छ पूर्वाग्रह ग्रस्त निर्णय बाट (Value Judgement) । हामीले आफ्नो वृत्ति अथवा भावनाहरूको समीक्षा गर्नुपर्छ । पूर्वाग्रह ग्रस्त निर्णय लिनबाट बच्नुपर्छ ।

मूल्यहरू धारण गर्नमा आन्तरिक र बाह्य चुनौतीहरू अवरोध उत्पन्न गर्छन् । चारित्रिक कमजोरीहरूको कारण आन्तरिक चुनौतीको जन्म हुन्छ । जबकि बाह्य चुनौतीहरू हाम्रा वरपरका व्यक्तिहरू एवं परिस्थितिहरूको कारण

उत्पन्न हुन्छ । कुनै सिद्धान्त प्रति प्रतिवद्धता दर्शाउनको लागि एवं नैतिक रूपबाट शुद्ध कर्म गर्नको लागि बलियो (मजबूत) चरित्रको आवश्यकता हुन्छ । विरोध र विरोधीहरू प्रकट हुँदा बलियो (मजबूत) चरित्र हुनु अनिवार्य हुन्छ । नैतिक रूपबाट बलवान (मजबूत) व्यक्तिहरू नै सत्यनिष्ठ जीवन व्यतीत गर्छन् । पूर्ण रूपले समायोजित एक पूर्ण व्यक्तित्वको लागि मूल्य अभिन्न अंगको (हिस्सा) सम्बन्ध हाम्रो विवेक संग छ । आफ्ना सिद्धान्तहरूकै अनुसार जिउने इच्छा हाम्रो सामुन्ने चुनौतीहरू उत्पन्न गर्दछन् ताकि हामी उनलाई चिनौ र आफ्ना कमजोरीहरूसँग लडौं । कुनै पनि सामाजिक परिदृश्यमा हामी समायोजनको लागि तयार रहनुपर्छ र अरूको साथ सौहार्द पनि बनाइराख्नु आवश्यक छ । मन, वचन, कर्ममा कुनै प्रकारको दोहरोपन स्वयंलाई धोखा दिन्छ र यसबाट अरूलाई पनि धोखा दिने भावना पैदा हुन्छ । सौहार्दपूर्ण मानवीय सम्बन्ध, इमानदारी, खुला सम्वाद, विश्वास एवं उदारतामा आधारित हुन्छ । वातावरण माथि हाम्रो अन्तर्निर्भरता हामीलाई जनावर एवं बोट विरुवाको आवासको सुरक्षा गर्न एवं तिनको आदर गर्ने शिक्षा दिन्छ र यसै आधारमा दुनियाँको प्राकृतिक सम्पदाको संरक्षणको भावना हाम्रो मनमा जागृत हुन्छ ।

(ब्रह्माकुमारीजद्वारा सन्चालित अन्नामलाई विश्वविद्यालयको मूल्य शिक्षा एवं आध्यात्मिकता विषयको पाठ्यक्रममा आधारित)

३० पेजको बाँकी अंश...

अघि बढ्दै अन्तिम लक्ष्य लक्ष्मी-नारायण समान बन्न सकौं भन्ने चिन्तनमा बाबाको वरदानि हात सधैं शिरमा रहेको अनुभूति भइरहेको छ । हालसम्म एघार पटक मधुवन यात्रा, बाबाको

चिन्तन, ध्यान र आत्मिक आनन्दका साथ बितिरहेका छन् ।

यस अवधिका अत्यन्त महत्वपूर्ण क्षणहरूमा २ वर्ष अघि ब्रह्माकुमारीजको हिरक महोत्सव प्लाटेनियम जुविलीमा मधुवनमा तत्कालीन उपराष्ट्रपति परमानन्दभाज्यू प्रमुख अतिथिका रूपमा भाग लिन जानु हुँदा र यस वर्ष ब्रह्माकुमारी अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाकी मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी जानकी दादीज्यूको १०० वर्ष पुगेको शतवार्षिक शुभजन्मोत्सव मधुवनमा मनाइएको अति विशिष्ट कार्यक्रममा प्रमुख अतिथिका रूपमा नेपालका प्रथम पूर्व राष्ट्रपति डा.रामवरण यादवज्यू मधुवन पाल्नु हुँदा उहाँको टोलीमा सामेल भइ आत्मिक लाभ प्राप्त गर्ने सौभाग्य पाएको ठान्दछु ।

दाता वरदाता विधाता भाग्यविधाता परमात्मा शिव बाबाको साथ पाएपछि जीवन सहज, सुखी र आनन्दित बनेको छ । यसरी मेरो बाल मस्तिष्कमा वीजांकुरित भएको सुख शान्तिमय आध्यात्मिक जीवन प्रदान गर्ने राजयोग वटवृक्ष क्रमशः पल्लवित पुष्पित हुँदै भाँगिदै गएर लामो जीवन यात्रामा फलित हुन पुगेको छ । आत्मा र परमात्मा, जीवन र जगत्को लौकिक र अलौकिक पाटाहरूको केसाकेसा केलाएर आत्म चिन्तनपरक अन्तरमुखी वृत्तिको विकास गराउने लामो सांसारिक व्यस्त जीवनको उत्तरार्द्धमा उपराम वृत्ति अँगाल्दै राजयोग आध्यात्मिक शिक्षा फलित हुन पुगेको छ । यही मेरो बाबा प्राप्ति पछिको बाबाले जीवन्त बनाइ दिनुभएको आनन्दी जीवनको रहस्य हो ।





१. जनकपुर : शिवरात्रिको अवसरमा शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै प्र.जि.अ. दीपक कुमार चापागाई साथमा ब्रह्माकुमारी कोमल बहिनी, ब्रह्माकुमार जगदीश भाइ । २. धरान : शिवरात्रिमा आयोजित व्लड डोनेशन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै वी.पी. स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान सर्जरी विभागका प्रमुख प्रा.डा. चन्द्रशेखर अग्रवाल साथमा ब्रह्माकुमारी नानीमैया तथा अन्य । ३. राजविराज : शिवरात्रि कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै श्रीकृष्ण दल गणका कर्णेल भुवनेश्वर आचार्य, एस.पी भीम ढकाल, सशस्त्र प्रहरीका एस.पी दमन थापा, ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी तथा अन्य । ४. विराटनगर : एस.पी सन्दिप भण्डारीलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी । ५. सिमरा : गडिमाइ न.पा.का कार्यकारी प्रमुख नाथु साहलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी मधु बहिनी । ६. वेल्टार : शिवरात्रिमा आयोजित शान्तियात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै पूर्व मेजर रामबहादुर राई, ब्रह्माकुमारी नीरा बहिनी तथा अन्य । ७. धादिङ्ग : शिवरात्रि कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै समाजसेवी पार्वती खान, ब्रह्माकुमारी नन्दा बहिनी, ब्रह्माकुमारी सरिता बहिनी । ८. उर्लावारी : ब्रह्माकुमारी मीरा बहिनीलाई सम्मान गर्नुहुँदै नेपाल सहकारी संस्थाका केन्द्रीय सदस्य केशव पोखरेल तथा अन्य । ९. जनकपुर : उद्योगपति राजेश अग्रवाललाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा माता । १०. उदयपुर : स्वामी सत्याव्रतलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी नीरा बहिनी । ११. महली : महाशिवरात्रिको कार्यक्रममा वरिष्ठ समाजसेवी भुपेन्द्र चौधरीलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी पुष्पा बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी नितु बहिनी । १२. काठमाण्डौ : महाशिवरात्रिमा आयोजित शान्ति यात्राको एक भलक ।



१. काठमाण्डौ : महाशिवरात्रि महोत्सव शान्ति यात्राको समापन समारोहमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै उपप्रधान मन्त्री तथा महिला, बालबालिका एवं समाज कल्याण मन्त्री सी.पी मैनाली, ब्रह्माकुमारी राज दिदी साथमा जनकपुर न. पा का पूर्व मेयर वजरङ्ग प्रसाद साह तथा अन्य । २. तीनकुने : महाशिवरात्रिमा आयोजित शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै न्याय, कानून र संसदीय व्यवस्था मन्त्री अग्नि खरेल साथमा ब्रह्माकुमारी सती बहिनी, ब्रह्माकुमारी रुजला बहिनी, ब्रह्माकुमारी शोभा बहिनी तथा अन्य । ३. सातदोबाटो : महाशिवरात्रिमा आयोजित शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री आनन्द प्रसाद पोखरेल, खानेपानी मेलन्वी आयोजनाका उप महानिर्देशक ज्योतिकुमार श्रेष्ठ, ब्रह्माकुमारी कुमारी बहिनी तथा ब्रह्माकुमार विश्वनाथभाइ । ४. इटहरी : महाशिवरात्रिमा आयोजित कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै भूमिसुधार तथा व्यवस्था मन्त्री रामकुमार सुब्बा, सांसद रेवतीरमण भण्डारी, ब्रह्माकुमारी शारदा बहिनी तथा अन्य । ५. फुटुङ्ग : महाशिवरात्रिमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै भूमिसुधार तथा व्यवस्था मन्त्री राम कुमार सुब्बा, ब्रह्माकुमारी राजदिदी, ब्रह्माकुमारी स्मृति बहिनी तथा अन्य । ६. कलंकी : महाशिवरात्रिमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै स्वास्थ्य र जनसंख्या राज्यमन्त्री मो. मुस्ताक आलम, ब्रह्माकुमारी राज दिदी साथमा ब्रह्माकुमारी गौरी बहिनी तथा अन्य । ७. रामकोट : महाशिवरात्रिमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै भूमि सुधार तथा व्यवस्था राज्यमन्त्री विक्रम बहादुर थापा, ब्रह्माकुमारी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी उमा बहिनी तथा अन्य । ८. सातदोबाटो : महाशिवरात्रिमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको अवसरमा मञ्चमा आसीन खानेपानी तथा सरसफाइ राज्यमन्त्री प्रेम बहादुर सिंह, ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी कुमारी बहिनी, खानेपानी विभाग मेलन्वीका उप महानिर्देशक ज्योतिकुमार श्रेष्ठ । ९. धानकोट : महाशिवरात्रिमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व मन्त्री मोदनाथ प्रश्रीत, सांसद विनोद श्रेष्ठ, पूर्व सांसद गोपाल ठाकुर, ब्रह्माकुमारी अन्जु बहिनी । १०. बुढानिलकण्ठ : शिवरात्रिमा आयोजित कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै सांसद दीपक खडका, ब्रह्माकुमारी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी शोभा बहिनी । ११. काठमाण्डौ : महाशिवरात्रिको अवसरमा सर्वोच्च अदालतका न्यायाधीश दीपकराज जोशीलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी । १२. रानीबारी : शिवरात्रिमा आयोजित शान्तियात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै राष्ट्रिय न्यायिक प्रतिष्ठानका कार्यकारी निर्देशक केशरी राज पण्डित, ब्रह्माकुमारी रीता बहिनी, प्रा. राधेश्याम मुल्मी तथा अन्य ।