

ॐ शान्ति सन्देश

द्विमासिक





१) काठमाण्डौ : आध्यात्मिक प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व प्रधान न्यायाधीश तथा पूर्व मन्त्रीपरिषदका अध्यक्ष खिलराज रेग्मी साथमा राजयोगिनी राजदिदी, स्रोत व्यक्ति ब्रह्माकुमारी शिवानी बहिनी, ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । २) लाजिम्पाट : कानून, न्याय, संविधान सभा तथा संसदीय मामिला र शान्ति तथा पुननिर्माण मन्त्री नरहरि आचार्यलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी मुना बहिनी । ३) काठमाण्डौ : वन तथा भू संरक्षण मन्त्री महेश आचार्यलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । ४) काठमाण्डौ : सूचना तथा संचार मन्त्री डा. मिनेन्द्र रिजाललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी कुसुम बहिनी । ५) काठमाण्डौ : उर्जा मन्त्री राधाकुमारी ज्ञवाली लाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी कुसुम बहिनी । ६) काठमाण्डौ : परराष्ट्र मन्त्री महेन्द्र बहादुर पाण्डेलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । ७) काठमाण्डौ : स्वास्थ्य मन्त्री खगराज अधिकारीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । ८) काठमाण्डौ : संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री कृपासुर शर्पालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । ९) काठमाण्डौ : सामान्य प्रशासन मन्त्री लालबाबु पण्डितलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी साथमा ब्रह्माकुमार किशोर मल्ल, ब्रह्माकुमार उत्तम चापागाई । १०) काठमाण्डौ : आध्यात्मिक प्रवचनको उद्घाटन गर्नुहुँदै नेपाल सरकारका मुख्य सचिव डा. सोमलाल सुवेदी र नेपालका लागि भारतीय राजदूत रन्जित राय साथमा ब्रह्माकुमारी राजदिदी, ब्रह्माकुमारी शिवानी । ११) कुलेश्वर : मुख्य सचिव डा.सोमलाल सुवेदीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी कविता बहिनी । १२) काठमाण्डौ : भारतीय राजदूत रन्जित रायलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी ।



१



२



३



४



५



६



७



८



९



१०



११



१२

- १) तीनकुने : पूर्व प्रधानमंत्री लोकेन्द्र बहादुर चन्दलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सती बहिनी । २) कुलेश्वर : पूर्व प्रधान न्यायाधीश रामकुमार प्रसाद साहलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी कविता बहिनी । ३) ओमबहाल : राखी बाँधे पश्चात ग्रुप फोटोमा पूर्व मन्त्री तथा सभासद नविन्द्रराज जोशी, ब्रह्माकुमारी श्रीलक्ष्मी बहिनी तथा अन्य । ४) बसुन्धरा : पूर्व मन्त्री प्रकाश शरण महतलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रोजी बहिनी । ५) तीनकुने : पूर्व मन्त्री शंकर पोखरेललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सती बहिनी । ६) ओमबहाल : पूर्व मन्त्री प्रयाग राज सिंह सुवाललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी श्रीलक्ष्मी बहिनी । ७) सातदोवाटो : राखी बाँधे पश्चात् ग्रुप फोटोमा पूर्व प्रधान सेनापति रूकमान्द कटवाल, ब्रह्माकुमारी कुमारी बहिनी तथा अन्य । ८) थापाथली : पूर्व गभर्नर हिमालय शम्शेर जबरालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी शीला बहिनी । ९) हेटौडा : पुनरावेदन अदालतका मुख्य न्यायाधीश विश्वम्भर श्रेष्ठलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी । १०) विराटनगर : पुनरावेदन अदालतका न्यायाधीश वीरेन्द्रकुमार कर्णलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी । ११) राजविराज : पुनरावेदन अदालतका न्यायाधीश राजकुमार वनलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी । १२) धनुषा : जिल्ला न्यायाधीश अर्जुनप्रसाद कोइरालालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा माता ।



१) हेटौडा : पुनरावेदन अदालतका न्यायाधीश हरि पोखरेललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी । २) नारायणगढ : जिल्ला न्यायाधीश शेखर अर्याललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी । ३) रामेछाप : जिल्ला न्यायाधीश किरणप्रसाद शिवाकोटीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सीता बहिनी । ४) जनकपुर : प्रमुख जिल्ला अधिकारी कालीप्रसाद पराजुलीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा माता । ५) विराटनगर : प्रमुख जिल्ला अधिकारी गणेश राज कार्कीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी । ६) हेटौडा : प्रमुख जिल्ला अधिकारी रामप्रसाद थपलियालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी । ७) राजविराज : प्रमुख जिल्ला अधिकारी वीरेन्द्रकुमार यादवलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी । ८) धरान : राष्ट्रिय अनुसन्धान पूर्वाञ्चल क्षेत्रका डि.आई.जी महेन्द्र भट्टराईलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी नानीमैया बहिनी । ९) बसुन्धारा : डी. आई. जी रणबहादुर चन्दलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रोजी बहिनी । १०) हेटौडा : डी. आई. जी देवेन्द्रजंग सुवेदीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रेवती बहिनी । ११) कालिङपोङ : राखी पश्चात् ग्रुप फोटोमा कमाण्डिङ्ग अफिसर सुरेश गुप्ता, कर्नेल डा. अजय गोभर, ब्रह्माकुमारी अल्का, ब्रह्माकुमारी रचना, ब्रह्माकुमार देवराज तथा अन्य । १२) दार्जीलिङ : जिल्ला कारागारका सुपरिटेण्डन्ट टी. आर भुटियालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी बबिता बहिनी ।



ॐ शान्ति सन्देश

वर्ष १५, अंक ४, २०७२, कार्तिक-मंसिर

का. ज. द. नं ६५/०५७/०५८

मङ्गलमय शुभकामना

हाम्रा महत्वपूर्ण, महान् र विशेष पर्वहरू विजया दशमी, भाइटीका र छठ पर्वको पुनीत उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ब्रह्माकुमार/ब्रह्माकुमारी भाइ, बहिनीहरू, शुभचिन्तक महानुभावहरू तथा समस्त आत्माहरूको आध्यात्मिक उन्नति, सुस्वास्थ्य दीर्घायु तथा समृद्धिका लागि हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं

ब्रह्माकुमारी राजदिदी तथा
समस्त दैवी परिवार

अमृत सूची

विषय	पृष्ठ
१ सुखमय जीवनका सिद्धान्त	२
२ आध्यात्मिक कायापलट...	६
३ मनलाई वशीकरण...	९
४ जसको मन स्वस्थ उसको..	११
५ साधना, कामना र भावना..	१३
६ समयको पुकार...	१४
७ अहंको परिभाषा (चित्र कथा)	१६
८ दिगो स्व विकास..	१९
९ अलौकिक जन्म..	२२
१० प्रजापिता ब्रह्माकुमारी..	२६
११ मूल्य शिक्षामाला (२)	३०

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

कला निर्देशक

प्रा. राधेश्याम मुल्मी

कम्प्युटर डिजाइन एण्ड सेटिङ्ग

बि.के. बाल कृष्ण श्रेष्ठ

मुद्रण

मल्टी ग्राफिक प्रेस प्रा. लि.

वाफल, काठमाण्डौ फोन : ४२७४६५९

सम्पादकीय



सुखमय जीवनका सिद्धान्त

सुख मानवको सर्वश्रेष्ठ सद्गुण हो, सुख मानवको अमूल्य खजाना हो, सुख मानवको बहुमूल्य सम्पत्ति हो । हर मानवको चाहना, कामना र भावना नै सुख हो । सुख मानवको धरोहर हो, सुख मानवको अमूल्य निधि हो, सुख मानवको विशेषता हो । दुनियाँमा सबैले सुख चाहन्छन्, सुख नचाहने कोही पनि छैनन् । सुख आत्माको स्वधर्म हो, सुख आत्माको मूल संस्कार हो, सुख आत्माको मौलिक गुण हो । जब हामी आफ्नो मौलिकताबाट विचलित हुन्छौं वा दिग्भ्रमित हुन्छौं तब सुख हामीबाट टाढा हुन्छ । जतिसम्म हामी हाम्रो आफ्नोपन आत्मभावमा रहन्छौं त्यतिसम्म सुख हाम्रो साथमा रहन्छ । जब हामी आत्मभावबाट दैहिक भावमा आउँछौं तब हामीमा भय, चिन्ता, तनाव जस्ता नकारात्मक भाव आउन थाल्छन् र सुख हामीबाट दूर हुँदै जान्छ । आत्मभाव नै ईश्वरीय स्मृतिको मूल आधार हो । आत्मभावमा रहेर जब ईश्वरीय स्मृतिमा रहन्छौं तब ती सुखका सागर परमात्माको एक सेकेण्डको स्मृति नै मानवलाई अथाह सुखको अनुभूति गराउँछ । जब आत्मभावमा हुन्छौं तब हरवस्तुवैभव सेवाभावमा उपस्थित हुन्छन् । वस्तु वैभव मात्र होइनन् अपितु प्रकृतिका सबै तत्व-तत्वहरू मानव सेवामा सदा हाजिर रहन्छन् । हाम्रो आत्मभाव नै सच्चा-सच्चा शुद्धिको आधार हो । जहाँ शुद्धता, स्वच्छता र पवित्रता हुन्छ त्यहाँ स्वाभाविक सुख हुन्छ । हामी सुखको इच्छा गर्दैनौं तर पनि निरन्तर सुखका साधन सेवामा रहन्छन् ।

आज हामीले हाम्रो मौलिकतालाई गुमाएका छौं, आज हामी आफ्नो वास्तविकतालाई भुलेका छौं, आज हामी आफ्नो यथार्थतालाई बिर्सका छौं । त्यसैले आज चारैतिर दुःख छ । आज सुखको ठाउँ दुःखले लिएको छ, प्रेमको ठाउँ घृणाले लिएको छ, समृद्धिको ठाउँ विपन्नताले लिएको छ, स्वस्थताको ठाउँ रोग-व्याधिले लिएको छ । आज हामीले सुखको लागि सही मार्ग छनोट गर्नुपर्ने हुन्छ । हामीले हाम्रो सोचलाई बदल्नुपर्छ, हामीले हाम्रो दृष्टिकोणलाई बदल्नुपर्छ, हामीले हाम्रो संस्कारलाई बदल्नुपर्छ । यस सन्दर्भमा एउटा दृष्टान्त प्रस्तुत छ—

एक समयको कुरा हो तीन जना वृद्धहरू यात्रामा निस्के । पहाडी बाटो थियो, जाडोको मौसम थियो, वर्षात पर्न थाल्यो साथ-साथै हिउँ पनि पर्न थाल्यो, भ्रमकक साँभ भइसकेको थियो । यात्रा अवरुद्ध भयो । कतै ओत लाग्नुपथ्यो भनेर एउटा घरको मुनि बसे । जाडो अत्यधिक थियो । घरमा तीन पुस्ता थिए । बच्चाहरूले भने घरको मुनि कोही बसेका छन् साँभै जाडो छ तिनलाई भित्र बोलाउँदा राम्रै हुन्छ । बाबुले आफ्नी पत्नीलाई भने गएर हेर न को आएका छन् भित्र बोलाऊ । पत्नी गई र भेटी । भित्र आउन आग्रह गरी । उनले भने हामी सबै संगै जाँदैनौं । एकलै-एकलै जसलाई बोलाउछौं त्यही मात्र जान्छ । उनले परिचय मागिन् । उनीहरूले आ-आफ्नो परिचय दिए । पहिलोले भन्यो स्वास्थ्य, दोस्रोले भन्यो समृद्धि तेस्रोले भन्यो प्रेम । पत्नीले सबै कुरा

सुनाई । हजुर बुवा आमाले भने हामी विमार छौं स्वास्थ्यलाई बोलाऊ ताकि हाम्रो विमारी ठिक होस् । बुवाले भने धनको कति खाँचो छ धन भए त औषधी सबै आउँछ, त्यसैले समृद्धिलाई बोलाऊ । खेलिरहेका बच्चाहरूले एकाएक आएर भने प्रेमलाई बोलाऊ, प्रेम भए त आपसी मेलमिलाप हुन्छ, घरै उज्यालो हुन्छ । बुवाले बच्चाहरूको कुरा नै सदर गरे । पत्नी प्रेमलाई बोलाउन गई । प्रेम भित्र आउनुहोस् भनी । प्रेमको साथमा तीनै जना आए । मैले प्रेम एक जनालाई बोलाएको थिएँ तपाईंहरू कसरी आउनुभयो ? पछि साथै भएका दुई जनाले भने प्रेम बाहेक अरूलाई बोलाएको भए एकलै-एकलै आउने थियौं तर प्रेमलाई बोलाएकोले हामी पनि संगै आएका हौं । जहाँ प्रेम जान्छन् त्यहाँ हामी पनि जान्छौं ।

हामी पनि कहिले कही दूरदर्शी, विशाल बुद्धि, निःस्वार्थ र परिपक्व भएर सोच्दैनौ । वर्तमानको परिस्थिति अनुकूल नै सोच्छौ, वर्तमानको लाभलाई नै हेरेर निर्णय लिन्छौ । दीर्घकाल सम्मको लागि सोचेको कुराको प्रभाव दीर्घकाल सम्म पर्छ । यसको लागि हामीले केही विधिहरू, सूत्रहरू, नियमहरू वा सिद्धान्तहरू जान्नुपर्छ । जहाँ यी नियमहरूलाई उल्लङ्घन गर्न खोज्यो वा तोडन खोज्यो त्यहाँबाट सुख जान्छ, समृद्धि जान्छ, स्वास्थ्य जान्छ, प्रेम जान्छ । हाम्रा सुखमय जीवनका केही मान्यता, नियम र सिद्धान्तहरू छन् तिनलाई सदा हामीले कायम राख्नुपर्छ । ती मध्ये केही नियम यहाँ उल्लेख गरिएका छन् ।

जे दिन्छौ त्यही पाउँछौ : जसरी हामी एक गुफामा गएर जति ठूलो आवाजले बोल्छौ त्यति ठूलो आवाज फर्केर आउँछ, त्यस्तै जुन कुरा

हामी अरूलाई दिन्छौ त्यही कुरा फर्केर हामी कहाँ आउँछ । जुन बाटोमा हिंडिरहेका छौ त्यसैमा काँडा छर्दै गयौ भने केही गरी त्यही बाटो फर्किनु परे हाम्रै खुट्टामा ती काँडा विज्छन् तर त्यसको बदलामा फूल विछाएर गयौ भने फर्किदा त्यही बाटो आउनु परे फूलमाथि हिंड्दा कति सुखद अनुभव हुन्छ होला । हामीले कसैलाई सुख दियौ भने सुख मिल्छ, शान्ति दियौ भने शान्ति मिल्छ, गाली दियौ भने गाली मिल्छ, घृणा दियौ भने घृणा मिल्छ । जे सोच्छौ त्यही मिल्छ, जे दिन्छौ त्यही मिल्छ, यो प्रकृतिको अकाट्य नियम हो । यदि हामीले अरूलाई सधैं सुख दियौ भने सधैं सुख मिल्छ ।

जस्तो सोच्छौ त्यस्तै बन्छौ : हामी व्यर्थ कुरा सोच्छौ भने हाम्रो जीवन व्यर्थ जान्छ, नकारात्मक सोच्छौ भने नकारात्मक बन्छौ, अपवित्र सोच्छौ भने अपवित्र नै बन्छौ । तर शुद्ध, समर्थ कुरा सोच्छौ भने शुद्ध र समर्थ नै बन्छौ । सकारात्मक सोच्छौ भने सकारात्मक नै बन्छौ । जस्तो बिउ रोप्छौ त्यस्तै विरुवा हुन्छ, वृक्ष हुन्छ, फल फल्छ । आँपको बिउ रोपेर स्याउ कहिल्यै पनि फल्दैन । भनिन्छ, दिल साफ तो मुराद हासिल । अरूको आशीर्वाद र पुण्य प्राप्त गर्नु छ भने मन शुद्ध, साफ र सकारात्मक हुनुपर्छ । मन साफ छैन भने सुख कसरी मिल्छ ? साफ मन सुखको कारण हो भने मैलो मन दुःखको कारण हो । परमात्मा पिताबाट प्राप्त आध्यात्मिक ज्ञान र राजयोग साधना मनको मैल धुलाउने आधार हुन् । जति-जति राजयोगको अभ्यास गर्दै जान्छौ त्यति मनको फोहर मैला साफ हुँदै जान्छ, मन स्वच्छ बन्छ र सुखी जीवन बन्छ ।

अरूको गल्तीलाई आफ्नो गल्ती मानौ : हामी अरूको गल्ती प्रति बढी सचेत र सजग हुन्छौ

भने आफ्नो गल्ती प्रति कम । मिथ्या अहंकारको कारण हामी अरूको गल्तीको आलोचना गर्छौं तर स्वयंलाई अरूभन्दा राम्रो सम्झिन्छौं । अक्सर हामी आफ्नो गल्ती लुकाउँछौं तर अरूको गल्तीलाई प्रकट गर्छौं । यस सन्दर्भमा एक दृष्टान्त प्रस्तुत छ—

पूरा शिशा लगाएको कोठामा बसेकी महिलाले छिमेकीको छतमा सुकाएको लुगा फोहर देखिरहेछिन् र पतिलाई सिकायत गर्दिरहेछिन् छिमेकी संग राम्रो सर्फ र साबुन नभएर होला धोएर सुकाएका लुगा सबै मैला छन् । एक महिना सम्म सिकायत सुनिसकेपछि पतिले एका बिहानै उठेर शिशा साफ गरेछन् । महिलाले उठेर हेर्दा त आज छिमेकीका लुगा साह्रै साफ छन् । राम्रो साबुनले धोएछन ब्यार भन्दा पतिले भनेछन् छिमेकीको लुगा त सधैं साफ थियो तर हाम्रै शिशा फोहर थियो । आज मैले बिहानै साफ गरेँ त्यसैले लुगा पनि साफ देखिए । महिला जिल्ल परी । आफ्नो गल्तीलाई त सुधार्नु छ अरूको गल्तीलाई पनि आफ्नै मानौं । यसले सम्बन्ध सुमधुर रहन्छ र सुखी जीवन बन्छ ।

परिस्थिति जित बनाँ : कहिले काहिँ मानिसको जीवनमा यस्तो जटिल परिस्थिति आउँछ जसले उसलाई उदास बनाउँछ । प्रायः मानिसहरू के सोच्छन् भने जहिलेदेखि यो कुरा आयो, जहिलेदेखि यो परिस्थिति आयो, जहिलेदेखि यो समस्या आयो त्यस बेलादेखि मेरो जीवनको सम्पूर्ण सुख चैन समाप्त भएको छ । वास्तवमा यी परिस्थिति, समस्या, विघ्न केही पनि होइनन् । यी त केवल हाम्रा कमजोरीका प्रतीक मात्र हुन् । कुनै पनि परिस्थिति आउँदा हाम्रो छनोट दुई प्रकारको हुने गर्छ । सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाउने वा नकारात्मक दृष्टिकोण अपनाउने । जटिल

परिस्थिति आउँदा पनि यदि हाम्रो सकारात्मक दृष्टिकोण रहन्छ भने हामी त्यसबेला पनि सुखी हुन्छौं । यदि सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाउदा पनि परिस्थिति बशमा आएन भने परमात्माको सहारा आवश्यक हुन्छ । यदि सच्चा लगनले, निःस्वार्थ भावले परमात्मालाई याद गरेको छ भने त्यसबेला जस्तोसुकै जटिल परिस्थिति पनि समाप्त भएर जान्छ । यदि परमात्माको स्मृतिमा रहेर पनि समस्या समाधान हुन समय लाग्यो वा ढिलाइ भयो भने त्यसबेला परमात्माले हाम्रो सहनशीलता र धैर्यलाई अभि मजबूत बनाउदै हुनुहुन्छ । परमात्मा त्यसबेला पनि साथमा हुनुहुन्छ भन्ने लाग्यो भने बडो सुखको अनुभव हुन्छ । परिस्थिति अभै पनि मिलेन भने परमात्माले त्यसभन्दा पनि राम्रो उपहार हामीलाई दिन चाहनुहुन्छ । परमात्मा कल्याणकारी हुनुहुन्छ, सृष्टि नाटक कल्याणकारी छ । हाम्रो चाहना भन्दा राम्रो उपहार परमात्माले हामीलाई दिन खोज्दै हुनुहुन्छ । हामीले अभै धैर्य र सहनशीलताको परीक्षा पास गर्नुपर्छ । जसरी योग्य पुत्रलाई लौकिक पिताले उत्तम उपहार दिन्छन् त्यस्तै परमात्माले पनि हामीलाई सर्वोत्तम उपहार दिन चाहदै हुनुहुन्छ । यस सम्बन्धमा एक सत्य घटना प्रस्तुत गरिदै छ —

परमात्माको दृढ विश्वासपात्र एक व्यक्तिले उच्च शिक्षा हासिल गरेर ठूलो बैंकमा शुरु मै मेनेजरको पद पायो । ऊ खुशी थियो, अथक भएर काम पनि गर्न थाल्यो । एकाएक बैंकमा कुनै काण्डको आरोप आयो र उसले राजिनामा दिनै पर्ने भयो । ऊ दुखित भयो । जहाँसम्म लाग्छ मेरो कुनै दोष छैन, निर्दोष भएर पनि यस्तो आरोप किन लाग्यो भन्दै चिन्तित भयो । एक वर्ष बिता पनि कुनै नोकरी

पाएन । बडो योग्य व्यक्ति थियो । उसका शुभचिन्तकले एक आई. ए. एस. को फर्म ल्याएर दिए । उसले भन्यो, परीक्षा पास गर्‍यो । I.A.S. मा छानियो । उसको खुशीको सीमा नै रहेन । बैंकको जागिर छोडेर आई. ए. एस. मा भर्ने नै थिएन तर ड्रामा कति कल्याणकारी छ । परमात्माले कति ठूलो उपहार दिनुभयो । परिस्थिति परिवर्तनको संवाहक हो । परिस्थिति एक परीक्षा हो जसले विजयी बनाउँछ । त्यसैले परिस्थितिमा नघबराऔं बरु परिस्थिति जित् बनौं । यसले सुखको उपहार ल्याउँछ ।

देहीको स्मृतिमा रहौं, गुणग्राही बनौं : देह केवल देही (आत्मा) रूपी देवता वा मूर्तिको सुन्दर मन्दिर हो । आज हामी देही (आत्मा)लाई भुलेर देह (शरीर) लाई आफू सम्झिरहेका छौं र विकाराधीन बनेका छौं, अवगुणग्राही बनेका छौं । देह र देहको सम्बन्धरूपी माकुराको जालमा नराम्रो सँग फसेका छौं यही दुःखको कारण बनेको छ । परमात्माले भन्नुहुन्छ देह र देहको सम्बन्धलाई भुलेर मेरो शरणमा आऊ अनि दुःखबाट मुक्त गरिदिन्छु । यस सन्दर्भमा एउटा दृष्टान्त यहाँ प्रस्तुत छ—

एक व्यक्तिले धेरै तपस्या गरेछ । उसको तपस्याबाट खुशी हुँदै भगवान्‌ले भने तिम्रो तपस्याबाट म धेरै खुशी भएँ तिम्री जे वर माग्छौं माग त्यो दिन म तयार छु । व्यक्तिले भन्यो भगवान् म जीवनमा जहिल्यै पनि सुखी मात्र बनूँ दुःखी कहिल्यै न बनूँ त्यस्तो वर दिनुहोस् । भगवान्‌ले भने यदि तिम्री सधैं सुखी हुन चाहन्छौं भने मैले भनेको मान्नुपर्छ र गर्नुपर्छ, तिम्री कहिल्यै पनि दुःखी हुँदैनौं । उसले हुन्छ, मान्छु, गर्छु भन्यो । भगवान्‌ले उसलाई एक खरपन दिदै भने यसको एक पलडामा सेतो कपडा बेरेको छ, अर्को पलडामा कालो

कपडा बेरेको छ । सेतो कपडा बेरेको पलडा अगाडि राख्नु र हिड्दै जादा हर व्यक्तिका गुण देखिए त्यसमा राख्दै जानु, त्यही व्यवहार गर्दै जानु । कालो कपडा बेरेको पलडा पछाडि राख्नु र उनका अवगुण देखिए ती त्यसमा राख्नु जीवनमा तिम्रीलाई कहिल्यै दुःख हुने छैन । यही सुखी रहने विधि हो । मनुष्य हिड्दै जादा गुण अगाडि राख्थ्यो र अवगुण पछाडि राखेर व्यवहार गर्थ्यो । पूरा सत्ययुग र त्रेता युग भरि ऊ सुखी रह्यो । त्यसपछि पृथ्वीमा हलचल आयो र ऊ सुत्यो । अकस्मात् उठेर हिडदा कालो कपडा बेरेको पलडा अगाडि र सेतो कपडा बेरेको पलडा पछाडि पन्यो । हर व्यक्तिका अवगुण देख्दै अगाडि राख्दै त्यस्तै व्यवहार गर्न थाल्यो । ऊ साह्रै दुःखी भयो ।

अब हर व्यक्तिका गुण, विशेषता हेर्दै व्यवहार गर्दै जानुपर्ने कुरा बताउने परमात्माको आज्ञा पालन गर्दै याद गर्दै जादा सदा-सर्वदा सुखी हुन्छौं र सुखी दुनियाँ सत्ययुगमा जान लायक बन्छौं । सत्ययुग हरपल सुख नै सुख हुने दुनियाँ हो जहाँ कहिल्यै पनि दुःख हुँदैन । सधैं सुख पाउन आफ्नो खरपन बदलौं, परमात्मा संग सर्व सम्बन्ध र सर्व रसको अनुभव गरौं । देह र देहधारीलाई भुल्दै देही-अभिमानि बनौं । अवगुण कसैको पनि धारण नगरौं । हरेकको गुण मात्र हेरेर व्यवहार गर्ने बनौं । यही हो सुखमय जीवनको सच्चा सिद्धान्त ।



आध्यात्मिक कायापलट : समयको पुकार

- ब्रह्माकुमार रामसंह ऐर

मानव जीवनलाई गुणवान, चरित्रवान र नैतिकवान बनाउन आध्यात्मिक विद्याको आवश्यकता पर्दछ। आध्यात्मिक विद्याले चेतन शक्ति मानव भित्रको अन्तर वस्तुको विषयमा यथार्थ ज्ञान र समझ दिने कुरामा जोर दिन्छ। मानवले जबसम्म आफू भित्रकै शाश्वत चेतन सत्ताको सही पहिचान गर्न सक्दैन तबसम्म उसको जीवनको लक्ष्य-उद्देश्य नै अधुरो हुन्छ वा अल्पकालीन लक्ष्य प्राप्तिलाई नै महत्व दिइएको हुन्छ। जीवनमा चिरस्थायी खुशी, आनन्द र सत्कर्मका लागि आफ्नो स्व अस्तित्वको निरन्तरतालाई थाहा पाउनुपर्दछ। यसको अर्थ हो मानिसको यस भौतिक देह परित्याग पश्चात् पनि त्यस सत्ताको अस्तित्व रहिरहन्छ। यसका साथ-साथै आध्यात्मिक ज्ञानले मानिसलाई स्वयंका शाश्वत मूल्य र गुण तथा अर्जित मूल्य र योग्यताको भिन्नताका विषयमा छर्लंग गरिदिन्छ। चेतन शक्ति आत्माका innate qualities सत्य ज्ञान, शान्ति, प्रेम, खुशी, शुद्धि, शक्ति तथा आनन्द हुन्। अर्जित मूल्य (Acquired values) भन्नाले मानिसमा पछि विकास भएका कला, कौशल, प्रविधि, काम गर्ने क्षमता, बाहिरी जगतको ज्ञान आदि पर्दछन्। साथै मानिसमा देखापर्ने काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, घृणा आदि नकारात्मक प्रवृत्तिहरू पनि अर्जित सूचना र जानकारीका उपज हुन्। यसरी आध्यात्मिक ज्ञानले शाश्वत गुण, मूल्य र अर्जित मूल्यको

विषयमा स्पष्ट जानकारी प्रदान गरी मानिसलाई निर्णायक मनस्थिति प्रदान गर्दछ। उस भित्रको सबै प्रकारको द्वन्द्वात्मक र दोधारे मनस्थिति समाप्त हुन्छ।

केवल मूर्त कुरालाई मात्रै सत्य मान्ने, sense organs बाट देख्न, सुन्न र छाम्न (touch) सकिने वा विज्ञानबाट प्रमाणीकरण हुन सक्ने कुरामा मात्र विश्वास गर्ने मनस्थितिका बीच अमूर्त तर परम सत्य (Abstract but Absolute truth) लाई प्रष्ट गर्न र परमात्माको ज्ञान समेत आध्यात्मिक विद्याले निश्चयका साथ सबैका सामु स्पष्ट रूपमा राखिदिन्छ। परम सत्य के हो कस्तो छ? कहाँ छ, के गर्छ? मानवको उससंग के सम्बन्ध छ? उसको आवश्यकता कहिले किन पर्छ? उससंग कसरी सरोकार र सम्बन्ध राख्न सकिन्छ? त्यसको विधि-विधानका बारेमा आध्यात्मिक विद्याले नै व्याख्यान, वर्णन र सत्य तथ्य रूपमा ज्ञान दिने गर्दछ।

आध्यात्मिक विज्ञानले निरन्तर चलिरहने संसारको काल खण्डका बारेमा स्पष्ट पार्दछ। आम मान्यता छ कि संसारमा दुःख-सुख, शान्ति-अशान्ति, गुण-अवगुण, दानवी वृत्ति र दैवी वृत्ति, लडाई, भगडा, ईर्ष्या, द्वेष, सत्कर्म, दुष्कर्म आदि इत्यादि नकारात्मक र सकारात्मक कुराहरू प्रत्येक कालखण्डमा रहिरहन्छन्। समय अनुसार केही कम बेसी मात्रै हुने गर्दछन्। तर कुनै पनि समयमा संसार यी कुराहरूबाट पूर्णतः मुक्त रहन सक्दैन।

मानिसको यस्तो मान्यता र मनस्थितिका बीच अध्यात्म ज्ञानले वास्तविक सत्यलाई उजागर गर्दछ । सृष्टिको आदि कालखण्ड अर्थात् सत्ययुग र त्रेता युगमा संसारमा पूर्ण रूपमा सुख, शान्ति, समृद्धि र पवित्रता थियो । जन्म लिएदेखि शरीर रूपी चोला न फेरुन्जेलसम्म कुनै प्रकारको दुःख कष्टको अनुभव हुँदैनथ्यो । कुनै पनि प्रकारको भय, चिन्ता त्रासको प्रश्न नै उठ्दैनथ्यो । किनकि त्यस काल खण्डमा मानिसहरू दैवी गुणले सम्पन्न देवरूपमा हुने गर्दथे । जहाँ एक अर्कामा स्नेह, प्यार सम्मान, सहयोग र सदाचार थियो तथा अहिंसा परमोधर्म थियो । नानाथरिका दुःख, कष्ट, रोग, शोक, चिन्ता आदि पछिल्लो कालखण्ड द्वापरयुगबाट शुरु हुनगई कलियुग अन्तसम्म आइ पुग्दा यी कुराहरू अतिलाई प्राप्त गर्दछन् । साथै सृष्टिको वर्तमान कालखण्ड कलियुगको अन्तिम चरण र सत्ययुगको आदि कालको सन्धिकालका रूपमा थाहा हुन्छ । यस बेलामा परमसत्ता परमात्माबाट प्राप्त हुने पूर्ण सत्य ज्ञानको प्रकाशबाट मानवको सोच, समझ, मनोवृत्तिमा नयाँपन आउँछ । सम्पूर्ण पूर्व मान्यतालाई त्यागी प्रभु मार्गदर्शन र श्रीमतलाई स्वीकार गरी तदनुसार जीवन शैली, आचरण र संस्कार निर्माण गर्न स्वस्फूर्त रूपमा मानिस लागि पर्दछ । यसरी मानिसमा आएको स्वपरिवर्तन नै विश्व परिवर्तनको आधार बन्दछ । कलियुग सत्ययुगमा रूपान्तरण हुन्छ । संसारको सम्पूर्ण प्रणाली सतोप्रधान रूपमा पुनरावृत्तिलाई प्राप्त गर्दछ । सबै प्रकारका दुःख, कष्ट, अनाचार, अत्याचार तथा विकारहरूको अन्त्य हुन्छ । नर्कलोक पुनः स्वर्गलोकमा परिवर्तन हुन्छ । यो क्रम प्रत्येक ५००० वर्षको अवधि भित्र पुनरावृत्तिलाई प्राप्त गर्दछ । अध्यात्मिक

विज्ञानले यही सत्यलाई निर्विवाद र निसंकोच रूपमा मानव सामु पस्किने गर्दछ ।

आध्यात्मिक विज्ञानले कर्मको अकाट्य प्रबल सिद्धान्तलाई जोरदार शब्दमा सबैलाई भकभक्याउने र सावधानी दिने कार्य गर्दछ । मानवको जीवनमा आइपर्ने दुःख, कष्ट, अशान्ति उसैले विगतमा गरेका कर्मका प्रतिफल हुन् । यसमा अरू कसैलाई दोष दिनु अनभिज्ञता मात्र हो । त्यसैगरी जीवनमा प्राप्त हुने सुख, शान्ति, समृद्धि र सफलता पनि उसैका कर्मका प्रतिफल हुन् । अतः यदि मानिसलाई जीवनमा सुख, शान्ति, खुशी आनन्दलाई स्थायित्व दिनु छ भने त्यसका लागि उसले समयमा नै सत्कर्मको खेती गर्नु पर्दछ । रिठाको बीउ रोपेर सुन्तलाको फलको आशा राख्नु बेसमझदारी हो भन्न सकिन्छ । गीता दर्शनको मूल मान्यता र शिक्षा पनि यही हो जस्तो व्यक्तिले कर्म गर्दछ, त्यस्तै प्रकारको फल उसलाई परमात्माले दिने गर्दछन् । कर्म सिद्धान्त र कर्म अनुसार परिणाम प्राप्त हुने विषयमा अध्यात्म र विज्ञान दुवै पक्ष पूर्णरूपमा आपसमा सहमत छन् । किनकि प्रत्येक कर्मको पछिल्लिर त्यत्तिकै विकर्म हुन्छ अर्थात् (Every action has equal and opposite reaction) । अतः जीवनलाई कुन मोडमा पुऱ्याउने भन्ने मुख्य तत्व मानिसले गर्ने कर्म नै भएकोले सदैव सत्कर्म, अरूको कल्याण र भलो हुने कर्म, पुण्य कर्म नै मानिसले गर्नुपर्दछ, किनकि पुण्य कर्म नै जीवनमा सुख-शान्ति दिने आधार बन्दछ ।

आध्यात्मिक विज्ञानको प्रयोगशाला कुनै विशेष स्थान न भएर मानवको आफ्नै जीवन हो । जुन व्यक्तिले आध्यात्मिक मूल्य र मान्यतालाई आफ्नै जीवनमा प्रयोग गर्दछ, त्यसबाट उसको जीवन स्वच्छ, निर्मल, शुद्ध तथा

मूल्यनिष्ठ बन्दछ । अध्यात्म विज्ञान जिब्रोद्वारा बोलेर मात्रै सिद्ध हुन सक्ने कुरा होइन उसको जीवन नै बोल्थो भने स्वतः सिद्ध हुन्छ । जस्तो भनिन्छ प्रत्यक्ष दर्शनका लागि प्रमाणको जरुरत नै हुँदैन । आध्यात्मिकता जीवनमा आहार, विचार, व्यवहार, जीवन शैलीबाट प्रत्यक्ष हुने गर्दछ । जीवनमा आत्मिक दृष्टि, वृत्ति तथा स्मृतिको विकास हुँदै जान्छ र त्यसको निरन्तर अभ्यासबाट उसका सबै इन्द्रिय कर्मेन्द्रिय शान्त, शीतल, निर्मल र संयमशील बन्दछन् । उसबाट निस्क्ररहने शुद्ध आध्यात्मिक प्रकम्पन (vibrations) ले अरूका अशुद्ध मनोवृत्ति र भावनालाई समेत सकारात्मक शान्त र शीतल पारिदिन्छन् ।

समय समयमा संसारमा धेरै प्रकारका परिवर्तन आएका छन् जसले तत् समयमा आफ्नो महत्वपूर्ण योगदान दिई समाज रूपान्तरण गर्नमा सहयोग प्रदान गरेका छन् । खासगरी, राजनैतिक, आर्थिक, सामाजिक, बौद्धिक आदि परिवर्तनले समाजलाई अगाडि बढाउँदै यहाँसम्म ल्याई पुऱ्याएको छ । अबै पनि परिवर्तनको सिलसिला जारी छ । तर पाठक बृन्दमा यहाँ जोरदार रूपमा आह्वान गर्न खोजिएको तथ्य के हो भने अबको समयले समग्र मानव जातिलाई चाहे जुनसुकै धर्म, जाति, रंग, लिंग, तह, तप्का वा स्तरको होस् सबैलाई आध्यात्मिक कायापलट (Spiritual Metamorphosis) का लागि जोरदार माग गरेको छ । संसारको समग्र परिवर्तनका लागि आध्यात्मिक रूपमा नै परिवर्तन हुनु जरुरी छ । त्यो परिवर्तन भनेको बाहिरी रूप रंग, पहिरनको परिवर्तन होइन । अन्तस्करणमा लामो समयदेखि कडा रूपमा रहेका पुराना स्वभाव, संस्कार, मनोवृत्ति र नकारात्मक प्रवृत्तिको परिवर्तन हो ।

अर्थात् देह अहंकारका कारण उत्पन्न काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकारजन्य संस्कारको पूर्ण संस्कार अर्थात् आहुतिको परिवर्तन हो । सम्पूर्ण विभेदबाट मुक्त भएर सबै मानव आत्मा भाइ-भाइ र एउटै परमात्माका सन्तान हुन् अर्थात् वसुधैव कुटुम्बकम्को मान्यताको परिवर्तन हो ।

तर सवाल के भने उल्लेखित परिवर्तनका लागि कुन शक्ति र ज्ञानको आवश्यकता छ ? ताकि उसले जीवनमा त्यस्तो परिवर्तन गरी अरूलाई समेत परिवर्तन गर्न सक्ने हैसियत राख्न सकोस् । एउटा सुन्दर प्रसंगबाट यसलाई पुष्टि गर्ने प्रयत्न गरिनेछ । भनिन्छ एक पटक एउटा व्यक्तिले सम्पूर्ण सुविधा सम्पन्न सुन्दर भवनको निर्माण गरेछ । सजिसजावटका साथ घर भित्र आधुनिक सुविधाका साधनहरू जडान गरिएका थिए । यसै क्रममा त्यस व्यक्तिको आफ्नो घनिष्ठ मित्रसंग भेटघाट भयो । भलाकुसारीका दौरान नयाँ भवन निर्माणको प्रसंग समेत मित्रसंग साटासाट भएछ । उसको मित्रले भनेछन्— तपाईंको नव निर्मित भवनभित्र कम्प्यूटर, फ्याक्स मेशिन, रेफ्रिजेरेटर, ए.सी., गिन्डर आदि अनेक सुविधाजन्य कुराहरू जडान भएका छन्, मित्र तपाईं अति हर्ष र खुशीमा हुनुहुन्छ होला नि ? तर मित्रले जवाव दिएछन् अहं म खुशी छैन । किनभने त्यो घरमा एउटा major problem छ । मित्रले सोधेछ त्यो के मेजर समस्या हो ? उसको जवाव थियो, त्यस घरमा power supply नै छैन, अर्थात् विद्युत लाइन जडान नै छैन भने यावत् सुविधाका सामग्रीहरू प्रयोग हुन सकेका छैनन् । अनि कसरी खुशी हुन सक्छु र ?

उल्लेखित सन्दर्भ अनुसारको अवस्था वर्तमान मानव जीवनको छ । मानिससंग सबै बाँकी अंश पेज २९....

मनलाई वशीकरण गर्ने मन्त्र : मनमनाभव

प्रा. गोपीकृष्ण शर्मा, ज्ञानेश्वर

मन निकै चञ्चल छ । एक ठाउँमा स्थिर भएर रहन सक्दैन । चालै नपाइकन कहाँ-कहाँ दौडिरहेको हुन्छ । गीता ज्ञानमा पनि मनलाई चञ्चल भनिएको छ । बेला मौकामा हामीले देखेका छौं – कुनै मानिस साथीसँग गफ गरिरहेको छ तर उसले चालै नपाई खुट्टा हल्लाइरहेको हुन्छ । कहिलेकाही अनायास हात मुसारिरहेको देखिन्छ । उससँग सोधौं – खुट्टा किन हल्लाइरहेको ? हात किन मुसारिरहेको ? तब ऊ एकदम सावधान हुन्छ । स्थिर भएर बस्छ । उसलाई खुट्टा हल्लाएको अथवा हात मुसारिरहेको थाहा नै भएको थिएन । सबै काम स्वतः भएका थिए । यसरी शरीरको कुनै अङ्ग त चालै नपाई सञ्चालन हुन्छ भने मनको के कुरा ? मन त अति सूक्ष्म छ । ख्यालै नगरी छिन-छिनमा कहाँ-कहाँ पुगिरहेको हुन्छ । त्यस कारण यस सूक्ष्म मनको हरेक सूक्ष्म गतिबारे ध्यान दिनु जरुरी छ । मनको यस्तै अस्थिरता र दिशाहीनतालाई रोक्नका लागि प्रमुख साधन हो मनमनाभवको स्थिति ।

मनमनाभव । भगवान् भन्नुहुन्छ मन मेरोमा लगाऊ । मन भगवान्मा तब मात्र लाग्छ जब यी पाँच तत्वले बनेको जगतमा वैराग्य हुन्छ । जस्तो कि कुनै व्यक्तिलाई

सर्पले टोक्छ भने शरीरमा विष फैलन्छ । यो विषको प्रभावले नीमको तीतो पात पनि मिठो लाग्छ । यसै गरी विषय-वासना रूपी सर्पले डसेको कारणले मायामा फसेर यो संसार भोग्गौं भोग्गौं भनेर मिठो लाग्न थाल्छ । जब शरीरमा व्याप्त वासना-विष हटेर जान्छ तब मायाले सताउँदैन । संसारको बन्धनबाट छुटकारा मिल्छ । अनि त पिता-परमात्मासँग मन जोडिन पुग्छ । मनमनाभवको स्थिति हुन्छ ।

मनमनाभव हुनु भन्दा पहिले मनको यथार्थ जानकारी राख्नु आवश्यक हुन्छ । मन भनेको आत्माको एक शक्ति हो र आत्मा चाहिँ त्यो चेतना शक्ति हो जसको चेतना सारा शरीरमा व्याप्त छ । त्यसो हुनाले नै शरीरको हरेक अङ्ग जीवित लागेको हुन्छ । आत्मा शरीरबाट अलग भएपछि हरेक अङ्ग मृत वा मरेको हुन्छ । अर्को शब्दमा हामी यो पनि भन्न सक्छौं कि शरीर रूपी घरमा आत्मा मालिक रहेको समयमा शरीरको हरेक अङ्ग-प्रत्यङ्ग ठीक सँग सञ्चालित हुन्छ ।

आत्माले मस्तिष्कको माध्यमबाट काम गरेको हुन्छ । सम्पूर्ण शरीरमा यसरी नसाका सूक्ष्म तन्तुहरूको जाल बिछ्याएको हुन्छ जसले हरेक अङ्गलाई सूक्ष्म मस्तिष्कसँग जोडेको

हुन्छ । यिनै तन्तुहरूद्वारा आत्मा र अङ्गहरू बीच सूचना र अनुभवको आदान-प्रदान हुन्छ । यसको तुलना हामी घरमा लगाएको विजुलीको तारसँग गर्न सक्छौं । विजुलीको मुख्य शक्ति केन्द्रबाट विजुलीका अलग-अलग तारहरू कोठाहरूमा पुऱ्याइएका हुन्छन् जसको आधारले कोठामा विजुलीबत्ती बल्छ । कुनै कोठामा बल्ब जल्यो अथवा ट्युबमा कुनै खराबी भयो भने बत्ती बल्दैन । मरमत गरेपछि बत्ती बल्छ । यसरी नै शरीरको कुनै अङ्ग अप्रेसन गर्न पऱ्यो भने बेहोशीकरणद्वारा त्यत्ति अङ्गलाई थोरै समयका निम्ति मस्तिष्क र आत्मासँग अङ्गको कनेक्सन काटिएको हुन्छ । अप्रेसन पछि सम्बन्ध पुनः जाड्ने काम हुन्छ । यसबाट के स्पष्ट हुन्छ भने जड तत्वबाट बनेको शरीरको हरेक क्रियाको सञ्चालनको आधार चेतन आत्मा नै हो ।

आत्माले स्व-स्वरूपमा स्थित भए पछि नै मन पनि स्थिर हुन पुग्छ । स्थिर मनलाई परमात्मासँग जोड्न सजिलो पनि हुन्छ । जस्तो कि हामी संकल्प गर्दछौं -“म शुद्ध, चेतन, साक्षी द्रष्टा, अलिप्त आत्मा हुँ । म भृकुटी सिंहासनमा विराजमान भएर कर्मेन्द्रियको जिम्मेवारी समालिरहेको छु ।” यसको तुलना हवाइ यात्रु सँग गर्न सकिन्छ । जसरी हवाइ जहाज चढ्ने यात्रु सीटमा बसे पनि धरती देखि टाढा भएको बोध हुन्छ । त्यसरी नै भृकुटीमा बसे पनि र कर्मेन्द्रियको मालिक भए पनि आत्मालाई सब भन्दा पृथक, हल्का र निर्बन्धन हुने आनन्ददायी स्थितिको बोध हुन्छ ।

हल्का र निर्बन्धन आत्माले यो

संसार भन्दा पर निजधामको यात्रा गरेको हुन्छ । आत्माको धाम हो पिता परमात्माको धाम जसलाई परमधाम र शान्तिधाम पनि भनिन्छ । यहाँ अखण्ड शान्ति हुन्छ । यही शान्तिधाममा आत्माका पिता परमात्मा सँग मिलन हुन्छ र परमात्मा पिताका सर्व शक्ति रूपी किरणहरू आत्मामा भरिन्छन् । परमधाममा ज्योतिबिन्दु परम पिता परमात्मासँग ज्योतिबिन्दु आत्माको मिलन चाहिँ राजयोगको सर्वोच्च स्थिति हो । यस अवस्थामा पिता परमात्माको शाक्तिशाली किरणले आत्मा ओतप्रोत हुन्छ । पुराना स्वभाव र संस्कारहरू मेटिन्छन् । यही नै ज्वालामुखी योगको स्थिति हो । मनमनाभवले सिँढी चढ्दै गएर यस स्थितिमा पुऱ्याएको हुन्छ ।

भगवान्ले ब्रह्मावत्सहरूलाई ‘मनमनाभव’ भन्ने श्रीमत दिनुभएको छ । यसका लागि निरन्तर परम पिताको याद आवश्यक हुन्छ । जति-जति यादको अभ्यास गर्दै रत्यो त्यति-त्यति भगवान्मा मन दृढताका साथ जुट्दै गएको हुन्छ । यादको अग्निले आत्मामा परेको मयल जल्दै जान्छ । यसबाट आत्मालाई यस्तो सुख प्राप्त हुन्छ जसको वर्णन गर्न सकिदैन । वास्तवमा ज्ञानसूर्यको सानिध्यबाट ऊर्जाशील बनेको आत्माले पनि स्वतः भित्री तहमा शान्ति, प्रेम र शक्तिको प्रकम्पन फैलाउन लाग्छ । यहाँ सम्म पुऱ्याउने प्रस्थान बिन्दु हो मनमनाभवको स्थिति । मनलाई वशीकरण गर्ने यो महत्वपूर्ण मन्त्र पनि हो ।





जसको मन स्वस्थ उसको तन स्वस्थ

ब्र. कृ. भगवान भाइ, माउण्ट आबू, शान्तिवन

वर्तमान समय सृष्टिचक्रमा जसरी अन्त्यको समय नजिक आउँदै छ त्यस्तै मानवका अन्तरमनमा रहेका पाप कर्म, समस्या, बिमारीको रूपमा सामुन्ने आउँदै छन् । संसारमा अनेक पेथीहरू छन् जस्तै एलोपेथी, होमोपेथी, नेचरपेथी, फिजियोथेरापी, म्यागनेटथेरापी आदि । ती सबै भएर पनि शारीरिक, मानसिक रोग बढ्दै गइरहेका छन् । यी बिमारी किन बढिरहेका छन् भन्ने कुरा आजका बुद्धिमान् मानिसहरूले पनि जानिरहेका छैनन् ।

रोग देहमा किन र कसरी आउँछन् : मनुष्यको शरीर आत्माको मन्दिर हो । रोगको कारण कमजोर मानसिकता हो । मानव देहमा जब सन्तुलन बिग्रिन्छ तब ऊर्जाको प्रवाह बदलिन्छ । ऊर्जा अनिश्चितता एवं निर्धारित मार्गबाट भिन्दै दिशामा बग्न थाल्छ तब शरीरका आन्तरिक अंगमा विकृति आउन थाल्छ । यसबाट नै रोग बढ्छ । मनुष्य स्थूल देहलाई त जान्दछ, मान्दछ तर आफ्नो सूक्ष्म देह प्रति सजग हुँदैन र त्यसबाट प्रवाहित हुने ऊर्जालाई वास्ता गर्दैन । यथार्थमा हाम्रो सूक्ष्म देहले स्थूल देहको निर्माण गर्दछ । अनावश्यक तनावबाट शारीरिक अंग विकृत हुन्छ । यसको कारण अन्तःस्रावी ग्रन्थिबाट जुन स्टेरिस हार्मोन बन्दछ जसरी भय, डर, क्रोध आउँदा जिब्रो सुक्न थाल्छ मुखबाट स्रावित पाचन हार्मोन बन्न कम हुन जान्छ । यसबाट पाचन क्रिया रोकिन्छ फलस्वरूप भोजन पूर्णरूपले

पचदैन । नपचेको भोजन ठूलो आन्द्रामा पठाउँछ त्यही अपच भोजनको कारण व्यक्तिमा एसीडीटी बढ्छ । यसरी अन्तःस्रावी ग्रन्थि असन्तुलित हुनको कारण हाम्रा मुख्य अंग हृदय, लीवर, फोक्सो आदि प्रभावित हुन थाल्छन् । यस्तो अवस्थामा शारीरिक अंग सुचारु रूपले आफ्नो कार्य गर्न सक्दैन र व्यक्ति विमार पर्दछ ।

रोगको कारण स्वयं हो : हामीलाई जब कुनै रोग हुन्छ तब त्यसको दोष अरूलाई दिने गर्छौं, तर रोगका जिम्मेवार स्वयंका विचार हुन्छन् । मेरा नकारात्मक विचारले यो बिमारी ल्याएको हो । जब रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता घट्छ तब कुनै जीवाणुबाट संक्रमण फैलिन्छ । कुनै पनि गम्भीर बिमारी एक दिनमा हुँदैन । क्यान्सर जस्तो बिमारी हुनमा १० देखि २० वर्ष लाग्छ । चैतन्य मनमा अरूलाई दोष दिएर हामी आफ्नो जिम्मेवारीबाट बच्दछौं तर अचेतन मनले हामीलाई छोड्दैन । यसबाट रोगी बन्ने सम्भावना बढ्छ । रोगको लागि हाम्रो खानपिन, सोच, दृष्टिकोण, दिनचर्या जिम्मेवार हुन्छ ।

बिमारी के हो ? : वास्तवमा बिमारीको बीज हो भय । बिमारीको अर्थ बी “भय” मारी “भइरहनु” अर्थात् भय, डर भइरहनु सबै बिमारीको जड हो । जब हाम्रो सोचमा शंका, भय आउँछ र त्यसलाई बारम्बार सोच्नाले त्यो बिमारी हाम्रो तनमा पैदा हुन्छ । हाम्रो स्वास्थ्य २५% यस कुरामा निर्भर गर्दछ हामी के गर्दछौं तर हामी के सोच्छौं यसमा

75% निर्भर गर्दछ । मन कमजोर छ भने शरीर कमजोर हुन्छ । डा. नार्मन कुजाप्सका अनुसार रोगी ठिक हुन 50% औषधीमा निर्भर गर्छ भने 50% रोगीको स्वयंको विचारको हुन्छ ।

सामान्यतः रोग पहिला हाम्रो विचारमा आउँछ अनि हाम्रो भावना बन्छ जुन सूक्ष्म देहमा प्रकट हुन्छ । किरलियन फोटोग्राफीले आज यसलाई प्रमाणित गरेको छ -हाम्रो भाव शरीर अर्थात् आभा मण्डलमा रोगका लक्षण ६ महिना पहिले देखिन थाल्छ । जब किरलियन फोटोग्राफी शरीरको चित्र खिचिन्छ त्यसबेला भौतिक शरीरमा हुने रोग गाठको ६ महिना पूर्व भाव शरीरको चित्रमा गाठको स्थानमा कालो धब्बाको रूपमा देख्न सकिन्छ । सूक्ष्म शरीरको विचार तरंगमा बाधा उत्पन्न हुन्छ भने शरीरमा अनेक रोग आउन थाल्छन् ।

रोगको महत्व : हाम्रो शरीर तन्त्रले हामीलाई फिडव्याक दिन विमारी उत्पन्न गर्दछ । यसले यो पनि बताउँछ हाम्रो दृष्टिकोण सन्तुलित छैन । डा. जोन डेमार्टिनीका अनुसार हाम्रो शरीरले एक स्वतः प्राकृतिक मेसेनरी जस्तो काम गर्दछ । जसरी रात पछि दिन र गर्मी पछि वर्षा हुन्छ । त्यस्तै शरीरको प्रकृतिले पनि आफ्नो काम गर्दा हामी यो सम्झन सक्दैनौं यस्तो किन भइरहेको छ । वास्तवमा प्रकृतिले शरीरको सफाई गरिरहेको हुन्छ । त्यसबेला जरो आउँछ, खोकी लाग्छ, हाच्छ्यू आउँछ, बान्ता हुन्छ, कफ आउँछ, टाउको दुख्छ, कान दुख्छ, नाक बग्छ, पसिना आउँछ, चक्कर लाग्छ, शरीर चिलाउँछ, फोडा आउँछ, रगत बग्छ, पेसाब पोल्छ, आँखामा सेतो पदार्थ आउँछ आदि । त्यसबेला भयभीत हुनुहुँदैन । यसबेला हाम्रो शरीर ठिक भइरहेको छ भन्ने बुझ्नुपर्छ । यसबेला दर्द निवारक कुनै

पनि ट्याब्लेट लिदा घट्टनुको बदला बढ्न थाल्छ । विमारीले नयाँ दृष्टि दिन्छ, आफूलाई चिन्ने अवसर दिन्छ । नार्मन कुजिन्सले लेखेका छन् आपद-विपद आउँदा व्यक्तिले आफ्नो आदत बदल्छ ।

रोगको सामना कसरी गर्ने : रोगको सामना गर्नको लागि मानसिक रूपबाट स्वस्थ हुनु आवश्यक छ । हाम्रो सबैभन्दा ठूलो समस्या रोग होइन बरु त्यसद्वारा हुने प्रतिक्रिया, प्रतिरोध र कमजोर सोच हो । भयभीत हुने अनि विमारी ठिक नभए धेरै सोचन थाल्छन् । आकर्षणको सिद्धान्तले भन्छ जुन विषयमा हामी धेरै सोच्छौं त्यसलाई हामी आफूतिर आकर्षित गर्दछौं । जीवनमा जुन व्यक्ति, वस्तु, समस्या, विमारीको बारेमा जति धेरै साच्छौं त्यति त्यसलाई आफूलाई आकर्षित गर्दछौं ।

कहिल्यै पनि विमारीको त्यति दुःख हुँदैन जति रोग प्रतिको प्रतिक्रियामा हुन्छ । हामी रोगबाट धेरै डराउँछौं, आशंकाले सताउँछ । हामी आफ्नो विश्वास गुमाउँछौं, आत्मबल कमजोर हुन्छ, चिन्तामा डुब्छौं । वास्तविक दुःख पीडा रोगबाट होइन रोगको भयबाट हुन्छ । विज्ञानले सिद्ध गरेको छ मस्तिष्क बाहेक शरीरका पूरा अंग, हड्डी, रौं आदि बदलिन्छन् ।

कुनै पनि रोगलाई मानसिक शक्तिले ठिक गर्न सकिन्छ । मानसिक शक्ति भौतिक शक्ति भन्दा धेरै शक्तिशाली हुन्छ । सूक्ष्म सधैं स्थूल भन्दा धेरै शक्तिशाली हुन्छ । आध्यात्मिक शक्तिद्वारा रोगलाई राम्रो गर्न सकिन्छ । यसमा जसको विश्वास हुन्छ ऊ रोगको भयबाट डराउँदैन । विश्वास एक ठूलो शक्ति हो । यसमा चमत्कारिक परिवर्तन हुन थाल्छ । स्वयंलाई बाँकी अंश पेज ३२ मा..

साधना



कामना

भावना

साधना, कामना र भावना

त्रिकोणात्मक सम्बन्ध

शुभभावनाले कसैलाई परिवर्तन नै गराइहाल्न त नसक्ला तर शुभचिन्तकलाई भने आफ्नै शुभसंकल्प कवचको रूप धारण गर्दछ। बुद्धिमत्ता पनि यही हो किनकि अरूलाई परिवर्तन गराउन खोज्नु फगत धृष्टता हो। परिवर्तन कसैले गराएर हुने विषय नै होइन। यो हुने प्रक्रिया हो। आफै हुनुमा सहजता र समझदारीले सहकार्य गर्दछ, परिणाम चाहने र हुने दुवैलाई अति स्वाभाविक कर्मका रूपमा देखापर्दछ। अवश्य पनि शुभसंकल्पले धर्ती तयार गर्न सहयोग गर्छ, बीजारोपण स्वयम् पात्रले गर्नु पर्छ। बीज अनुकूल वृक्ष र फलको आकार निश्चित हुने गर्दछ। कर्म त संकल्परूपी बीजको प्रतिरूप हो। बीज अदृश्य हुने भएकाले यसका बारेमा औसत मानिस कल्पना समेत गर्न चाहँदैनन्।

शुभभावना एकाध क्षण दिने कर्म होइन। यो निरन्तरको प्रक्रिया हो। निरन्तर भएपछि एकाध क्षण भन्ने कुरा नै रहँदैन। शुभभावना सापेक्ष कुरा हो। यथार्थमा शुभभावना भन्ने कुरा, एकाध श्रद्धा, प्रेम, विश्वास, सहयोग र निःस्वार्थ भावमा मात्र पूर्णरूपले हुर्किन अवसर पाउँछ। स्वस्फूर्त हुने कर्म हो शुभभावना जसका लागि कुनै हदका दायराहरू बाधक हुनै पाउँदैनन्। भौगोलिक दूरी भएतापनि निरन्तर सामीप्यको महसुस भइ नै रहन्छ। मन बोल्छ, आँखा रसाउँछ, अनि हृदय प्रभुल्ल हुन

ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल, हेटौडा थाल्दछ। आवाजमा नआएर पनि मनले सबै कुरा बोलिसकेको हुन्छ। एकअर्काको सुख र दुःखमा पूर्णतया सहयात्री बन्न पाउँदा आनन्दको प्रत्याभूति हुने गर्दछ। प्रसंग मिलेर सम्वाद हुन थाल्यो भने कुन विषयमा कुरा गर्ने भन्ने नै हुँदैन। धाराप्रवाह एक अर्काको भावलाई बुझ्दै प्रसंग माथि प्रसंग थपिन थाल्दछ, अनायास सम्वादले शक्तिको आकार ग्रहण गर्दछ। अनि क्रमशः कुनै कुरा नै छिप्न पाउँदैन।

कामना भावनाको ठिक उल्टो स्वरूप हो। यो क्षणिक अनि स्वार्थपूर्ण हुने गर्दछ। यो दैहिकतासँग पनि सम्बन्धित छ। समीपमा भएर पनि टाढा अनि अत्यासलाग्दो सम्बन्ध हो यो। अरूसँग लिनुमा यसले प्रत्यक्ष सम्बन्ध राख्दछ। व्यक्तिगत रूपमा पाउँदा सम्म मात्र सीमित हुने कुरा हो कामना। औपचारिकता बोल्दछ, कामनामा, हृदयमा भने शून्यताको बास हुन्छ।

काम अर्थात् वासना। नितान्त भौतिक र दैहिक। पाउँदा सम्म सबै कुरा ठिक, बहुरूपी मायावी चाल।

समयको प्रभावसँग सँगै कामना हावी हुँदै जान थालेको छ। रूप साधनाको भए पनि कामनाको मार्ग हुँदै अगाडि बढ्नेहरूको संख्या बढेको प्रतीत हुन थालेको छ। भाव गुण भन्दा स्वरूपमा बदलिएपछि कामनाले आफ्नो रूप देखाउन थाल्दछ तर साधक यति बाँकी अंश पेज १८ मा...

समयको पुकार – राजयोगको प्रयोग

ब्रह्माकुमार सुदीप

समयको सतत प्रवाहमा विश्व रंगमंचमा मनुष्यात्माहरूको चलिरहेको एक विशिष्ट नाटक फेरि एउटा उत्सर्गमा पुग्न लागेको आभास भइरहेको छ। विश्व रंगमंचमा पछिल्लो समय देखा परेको जटिल परिस्थिति भनौं वा अवस्था भनौं यसले यही कुरालाई इंगित गर्दै छ जस्तो लाग्दछ। यो रंगमंचका वर्तमान समयका प्रमुख पात्रहरू भनौं वा महाशक्ति राष्ट्रहरू भनौं तिनीहरूका बीच जुन तनाव उत्पन्न भइरहेको छ त्यसले नाटकलाई क्लाइमेक्स मा पुऱ्याउने संकेत गरिरहेको छ। युक्रेनको घटनालाई लिएर यूरोप-अमेरिका तथा रुस बीच बढेको तनावले समुचा यूरोपका देशहरूमा अन्योल र त्रासको वातावरण फैलाइदिएको छ। यूरोपका अनेकौं देशहरूमा तीव्र सैनिकीकरण बढेको छ किनकि भोलि युक्रेनको भागलाई खाए जस्तै अरू देशलाई पनि रुसले नखाला भन्न नसकिने अवस्था छ। विगतको इतिहासले त यो कुराको पुष्टि नै गर्दछ। तसर्थ यो गहिरो रूपमा जरा गाडेको मानसिक भयका कारण यूरोपका धेरै देशहरूले डिफेन्समा बजेट बढाएको कुरा सबैलाई थाहा नै छ।

अर्को तर्फ मध्यपूर्वको सिरियामा रुसले सैनिक उपस्थिति गराएर अमेरिका र तिनका सहयोगीहरूले असाद र ISIS विरुद्ध चलाइरहेको युद्धलाई ठाडो चुनौती दिएको

छ। रुस असादको पक्षमा सैनिक क्षमता सहित उपस्थित भएपछि रुस र अमेरिका बीचको सम्बन्ध अझ चीसो हुन पुगेको भर्खरै भइरहेको राष्ट्र संघको महासभामा ओबामाको वक्तव्यले नै यो कुरा पुष्टि गरिसकेको छ। त्यति मात्र नभएर भर्खरै अमेरिकाले यूरोपको जर्मनीमा न्यूक्लियर आर्सनल राख्ने निर्णय गरेर रुसलाई अमेरिका विरुद्ध कडा रूपमा प्रस्तुत हुन बाध्य तुल्याइदिएको छ। यी दुई संसारकै सबैभन्दा बढी न्यूक्लियर आर्सनल भएका महाशक्ति राष्ट्र बीच उत्पन्न सम्बन्धको दरार, चीसोपना तथा तनावको उचाइले वास्तविक मतभेदको रूप नलेला भन्न सकिन्न।

उता एसियामा उदाउँदो महाशक्ति राष्ट्र चीनको साउथ चाइना सी मा रहेका टापुहरूमा बढ्दो दाबीले चीन र उसका छिमेकी मुलुकहरू बीच डरलाग्दो तनावको स्थिति उत्पन्न भइरहेको छ। यसले प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष रूपमा चीन र अमेरिका बीच सामरिक द्वन्द्व बढ्दै गइरहेको छ। अमेरिकी राष्ट्रपतिले चीन भ्रमणको क्रममा चीनभित्रबाट अमेरिकाको सामरिक महत्वको स्थलहरूमा भइरहेको साइबर हमलाको कुरा मुख खोलेर नै भन्नुपरेको छ। यसरी चीन र अमेरिका बीच पनि गहिरो मतभेद र तनाव बढ्दै गइरहेको स्पष्ट देखिन्छ। चीनले अमेरिकी डलरको प्रभुत्वलाई खतम गर्न र IMF र विश्व

बैंकको प्रभावलाई न्यूनीकरण गर्न नयाँ बैंक नै स्थापना गरेको छ भने जी सेभेन जस्तै ब्रिक्स जस्तो समूह खडा गरी प्रमोट गरिरहेको छ ।

यति मात्रले नपुगेर वर्तमानमा नेपाल भारत जस्ता असल र प्रगाढ सम्बन्ध भएका देशमा पनि विभिन्न कारणले तनाव उत्पन्न भइरहेको छ । यसरी समग्र विश्वमा कुनै न कुनै कारण चाहे त्यो आर्थिक, राजनैतिक, सामाजिक वा जातीयता, क्षेत्रीयताको कारणले होस् यसले एक प्रकारको धुवीकरण र तनावलाई जन्म दिएको छ भन्नुमा कुनै अत्युक्ति नहोला ।

यी सबै द्वन्द्वले मानव-मानव बीच रहेको भाइचारा, प्रेम, स्नेह, दया, क्षमा, करुणा जस्ता उच्च मानवीय मूल्यमा तीव्र गतिमा ह्रास आएको छ भने त्यसको बदलामा घृणा, क्रोध, ईर्ष्या, द्वेष, रिस, राग अहंकार, जातीयता, क्षेत्रीयता जस्ता आसुरी विखण्डनकारी खतरनाक मनोवृत्तिको वृद्धि भइरहेको छ । उसको बुद्धि, विवेक प्रयोग गर्ने क्षमता क्षीण भएको छ जसले सम्पूर्ण विश्वमा एक प्रकारको भय, त्रासको वातावरण पैदा हुन पुगेको छ । ठूला र शक्ति सम्पन्न राष्ट्रहरूलाई हामीले जे गरे पनि हुन्छ भन्ने अभिमान, अहंकार पैदा भएको छ भने साना कमजोर राष्ट्रमा हीनताबोध । कुनै पनि समय यी अहंकार, अभिमान र क्रोधका अग्निमा जलेका व्यक्तिहरूले विश्वलाई एउटा भयंकर युद्धको चपेटामा नपुऱ्याउलान् भन्न सकिदैन ।

तसर्थ यस्तो विषम र जटिल परिस्थितिमा सद्भाव, भाइचारा, बन्धुत्वभाव, शान्ति, अहिंसा र प्रेम भावलाई मानव भित्र पुनः जागृत गर्नु अत्यन्तै आवश्यक भएको छ । यी उच्च मानवीय, आध्यात्मिक मूल्य र

मान्यतालाई समाजमा पुनःस्थापित गराउनु र मानवमा पुनः आशाको दियो बाल्नु आजको टड्कारो आवश्यकता हो । यी उच्च मानवीय, आध्यात्मिक मूल्य र मान्यतालाई समाजमा फेरि कसरी प्रतिस्थापित गराउने यो नै अहिलेको अहम् प्रश्न हो ? यसै सन्दर्भमा ब्रह्माकुमारिज मुभमेन्टले समस्त विश्वमा विशेष भूमिका खेलिरहेको छ भन्नुमा अत्युक्ति नहोला । स्वयम् परमपिता परमात्मा शिवले वर्तमान समयमा ब्रह्माकुमारिज मुभमेन्टकोद्वारा विश्वमा पुनः भाइचारा, बन्धुत्वभाव, प्रेम भाव, दया भाव, करुणा भाव, सद्भाव, शान्ति, अहिंसाको सन्देश हर एक मानव आत्मालाई दिइरहनुभएको छ । हरेक मनुष्यात्मालाई पुनः देवत्व तर्फ लैजाने मार्ग प्रदर्शना गरिरहनुभएको छ । जसका लागि राजयोग जस्तो श्रेष्ठ, महान् र अति गुह्यमा गुह्य ज्ञान मनुष्यात्मालाई दिदै हुनुहुन्छ । राजयोगको अभ्यासद्वारा मानवमा अन्तर्निहित दिव्य गुणहरू पुनः जागृत हुन पुग्दछ र मानव मनमा दया, प्रेम, क्षमा, करुणा जस्ता मूल्यहरू पुष्पित, पल्लवित हुन थाल्छ । जसले समाजमा पुनः भाइचारा, बन्धुत्व भाव स्थापित हुन पुग्दछ । राजयोगको अभ्यास र प्रयोगले अहंकार र क्रोधको अग्निमा जलिरहेका मानव पुनः शान्ति, प्रेम, अहिंसाको शीतल जलमा डुब्न पुग्छन् । जसबाट समाजमा अमन, चयन कायम हुन जान्छ र जातीयता, धार्मिकता, क्षेत्रीयता लगायत विभिन्न देह-अभिमान जनित कुराहरूले अन्धो बनेका मानवलाई पुनः दिव्य चक्षु प्राप्त हुन पुग्दछ । जसले गर्दा मानवमा आत्मा-आत्मा भाइ-भाइको सद्भाव वृद्धि हुन पुग्दछ र सम्पूर्ण विश्वलाई एक परिवारको

अहंको परिभाषा

एक बडा प्रतापी राजा थिए ।



ती राजा एक ठूला महात्मालाई भेट्न गए ।



एकै छिन राजाको प्रश्न सुनेर महात्मा अचम्म भए र हेर्दै रहे ।

महात्माले बनावटी क्रोध गरेर भने ...

राजाले महात्मासंग जिज्ञासा राखे



अहंको परिभाषा के हो ?



देशको प्रमुख बन्छौ, बोल्ने सभ्यता पनि छैन, यहाँबाट गइहाल व्यर्थ कुरा, किन गर्छौ ।

यो सुनेर राजाको मुख क्रोधले रातो-पिरो भयो ।

राजा भन्छ



तिमी ढोगी तौ नाम मात्रको महात्मा तौ ।

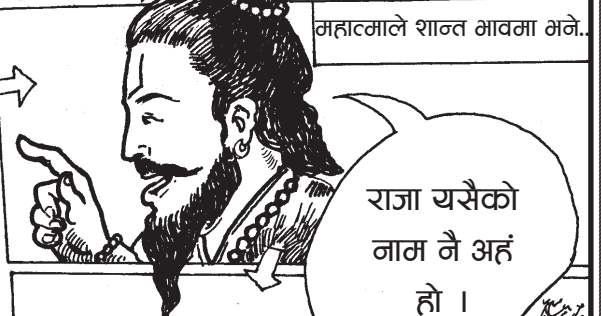
महात्मा त्यहाँबाट उठेर गए आफ्नो कार्य गर्न थाले



यो देखेर राजालाई धेरै क्रोध भयो अनाप-सनाप बोल्न थाल्यो उनमा क्रोधको सीमा नै रहेन ।



महात्मा पुनः राजाको सामुन्ने आए



महात्माले शान्त भावमा भने..

यो सुनेर राजा शर्मिन्दा भए
र शान्त भएर राजाले महात्मासँग
माफी मागे ।



रूपमा हेर्न सक्ने विशाल मन, मस्तिष्कको विकास हुन्छ ।

यसर्थ राजयोगद्वारा मनुष्यको चरित्र निर्माण र सुधारका साथै उसको दिव्यीकरण हुने कुरालाई व्यावहारिक रूपमा अहिले नै अनुभव गर्न सकिन्छ र सो का लागि वर्तमानको व्यस्त जीवन शैलीबाट केही समय आफ्नै लागि निकाल्नुपर्ने हुन्छ । आफै भित्र गएर आफ्नै बारेमा अनुसन्धान, अध्ययन, मनन, चिन्तन र अनुभव गर्नुपर्ने हुन्छ । परमात्माले दिनुभएको राजयोग प्रदत्त ज्ञान र विज्ञानको समझले सम्पूर्ण मानव जीवनमा एक प्रकारको विशिष्ट सन्तुलन ल्याइदिन्छ र जीवन सुखमय, शान्तमय र आनन्दमय बन्न पुग्दछ । सिद्धै निराकारी, निर्विकारी र निरहंकारी परमात्मासँग सर्व सम्बन्धको अनुभूति गर्न सकिने, उनीबाट सर्व प्राप्तिको अनुभूति गर्न सकिने, ज्ञान, गुण र शक्तिको स्रोतबाट सिधा लिन सकिने तरिका स्वयं उहाँले नै सिकाएको सर्वोत्तम योग प्रणाली राजयोग बहुतै सहज र सरल छ र हर मानव आत्माले यसलाई सिक्न, जान्न, बुझ्न सक्छन् र यसको प्रयोग, उपयोग गरेर आफ्नो जीवनलाई पनि सुखमय, शान्तमय र समाज, राष्ट्र र समुचा विश्वलाई शान्तमय बनाउन सक्दछन् । तसर्थ समयको आवश्यकता र पुकारलाई चिनाँ, जानौँ र त्यस अनुरूप राजयोगको प्रयोगद्वारा आफ्नो जीवनलाई श्रेष्ठ, महान् र सार्थक पारौँ ।



१३ पेजको बाँकी अंश...

अभ्यस्त भइसकेको हुन्छ, यसको बहुजाललाई महसुस गर्न समेत सक्दैन । अनि पछारिन्छ । मैले के गर्नुपर्छ, कर्तव्य के हो भन्नु भन्दा पनि मेरा लागि के गरिदिए भन्ने मात्र कुरा हावी हुन थाल्दछ । संस्थागत उन्नतिमा भन्दा पनि व्यक्तिगत संग्रहमा लिप्त हुन थाल्दछ ।

अतः अरूलाई परिवर्तन गराउने कुचक्रबाट अब हामी फर्कौँ । हामी हाम्रै सूक्ष्म कमजोरीबाट उठ्न कोशिश गर्दै छौँ । मानिसमात्र यस्तो प्राणी हो जसले सबै कुरा देख्दछ, मात्र आफ्नो कमजोरी देख्न सकेको हुँदैन । गीतामा लेखिएको छ, यदि हामीलाई कुनै कुरा राम्रो लागेको छ भने राम्रो त्यो कुरा होइन वरु राम्रो त हामी हौ किनकि उसभित्र राम्रो देख्ने नजर त हामीसित छ नि ।

भित्रको प्रतिबिम्ब बाहिर हो । शब्दमा जे जस्तो भए पनि मनमा शुभ नै छ नि भन्दै राम्रो बन्ने खेल खेल्छौँ हामी । शब्द त धेरै पछिको कुरा हो प्रारम्भ त भाव नै हो । भाव शुद्ध हुनासाथ हामी कसैको कमजोरी देख्न छाड्छौँ । उसभित्रको कमजोरी पनि मेरो हो भन्ने तहसम्म पुगेर पनि सबै कुरा समाइन्छ ।

जे जस्तो उही रूपमा स्वीकार गर्न सक्नु, सबै आत्मा स्वयम्मा स्वतन्त्र छन् जान्नु, भाग्य र प्रारब्ध पूर्व निश्चित छ भनेर विश्वास गर्नु आदि महान् सत्य ज्ञानले मात्र शुभभावनालाई निरन्तर जीवनमा धारणा गर्न सकिन्छ । निरन्तर आत्मिक भावको गहन अभ्यास विना यो सम्पूर्ण कुरा जानकारी सम्म हुन सक्छ, धारण हुनै सक्दैन ।





दिगो स्व विकासको लागि योगबल

योगले मनुष्यलाई भौतिक परिवेशमै रहेर अलौकिकताको अनुभूतितर्फ अभिप्रेरित गर्दछ । योगाभ्यास अनुशासित प्रक्रिया हो यसले मन, कर्म, संकल्प, विचार व्यवहारलाई सकारात्मक बनाउनमा सहयोग पुऱ्याउँछ ।

विचार मानसिक ऊर्जाको एउटा रूप हो, योगबलले मानसिक ऊर्जालाई सकारात्मक मात्र बनाउँदैन यसले यो ऊर्जालाई सकारात्मक प्रयोग गर्न र सकारात्मक विचारको निर्माण गर्नमा सहयोग पुऱ्याउँछ । शक्तिशाली विचारमा अधिक ऊर्जा हुन्छ यही ऊर्जायुक्त विचार नै सही कर्ममा रूपान्तरण हुन्छ । कमजोर विचारमा कम ऊर्जा हुन्छ । कमजोर योगबल भएका व्यक्तिहरूको विचार कमजोर र कम ऊर्जायुक्त हुन्छ । यदि विचार सकारात्मक छ तर कमजोर छ भने त्यसलाई सकारात्मक कर्ममा बदल्ने संभावना न्यून रहन्छ । एक कमजोर सकारात्मक विचार एक कमजोर नकारात्मक विचार वा शक्तिशाली नकारात्मक विचारमा बदलिन सक्दछ । विचार, कर्म र यसबाट निर्माण हुने संस्कार निर्माणमा तथा विचारलाई बलवान् र सकारात्मक बनाउन योगबलले सहयोग पुऱ्याइरहेको हुन्छ ।

सकारात्मक मूल्यको विकास योगबलको योगदानको अर्को महत्वपूर्ण क्षेत्र हो । मूल्य तथा मान्यता गुण र अपेक्षित स्तरको आवश्यकीय

दामोदर रेग्मी, बसुन्धरा, काठमाण्डौ आदर्श सैद्धान्तिक आधार हो । यो स्व प्रयोगमा आधारित नियम तथा नैतिकताको आधारशिला हो जसले जीवनको स्पष्ट र सहज यात्रामा सहयोग पुऱ्याउँदछ । मूल्यलाई विश्वव्यापी, मानवीय र अल्पकालीन मूल्यमा वर्गीकृत गर्न सकिन्छ जसमा धार्मिक, कलात्मक, व्यावसायिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, वातावरणीय, नैतिक, पारिवारिक, सामाजिक संस्थागत, राजनीतिक मूल्यहरू पर्दछन् । नैतिकताभिन्न सकारात्मक प्रकृतिका आवश्यकीय अपेक्षित व्यवहार र संस्कृति पर्दछन् । यी सबै कार्यमा योगबलको महत्वपूर्ण स्थान रहन्छ ।

योगबलले मनुष्यलाई कर्मकुशल बनाउँछ र वर्तमान यस दूषित जटिल भौतिक अन्तर सम्बन्धहरूको परिवेशलाई सहज रूपमा स्वीकार्ने तथा हर असहजतालाई सहजता, हर विषम परिस्थितिलाई अनुकूल बनाउन सक्ने क्षमताको विकास गरी सन्तुलित जीवन जीउने कला पनि सिकाउँछ । राजयोगको निरन्तर अभ्यासले अन्तर आत्माका गुप्त र सुषुप्त शक्तिहरू जागृत हुन थाल्दछन् । योगले आत्मिक शक्तिलाई परमात्माको शक्ति सँग निरन्तर सम्पर्कमा राख्ने र लौकिक परिवेशमा रहेर लौकिक परिवेशका विकृति र विसंगतिबाट मुक्त बनाई कर्मयोगी बन्नमा सहयोग पुऱ्याउँछ । यसको अतिरिक्त राजयोग व्यक्तिको

मानसिक, चारित्रिक र दैनन्दिनी जीवनलाई आदर्श र सुखमय बनाउन र यसको निरन्तर विकासमा सहयोगी सिद्ध संयन्त्र बन्दछ। योगले मूलतः आठ शक्तिहरू : विस्तार (गलतविचार, पद प्रतिष्ठा र ऐश्वर्यका अहमता)लाई संकीर्ण गर्ने शक्ति, सहयोग (यथाशक्य सेवाभावका भावना) शक्ति, सामना गर्ने (असहज परिस्थिति र अवस्थालाई सहज रूपमा स्वीकार्ने) शक्ति, समाहित (हर परिवेश अनुरूप आफूलाई अनुकूल बनाउने) हुने शक्ति, निर्णय गर्ने शक्ति, परख शक्ति, सहनशक्ति र समेट्ने शक्तिको प्राप्तिको सहयोग पुऱ्याउँछ। राजयोगीमा यी दिव्य गुण र शक्तिहरूको धारणा हुने हुनाले ऊ समाजको लागि एउटा प्रेरणादायी अंग बन्दछ। राजयोगको गुणको अवलम्बनको कारणले व्यक्तिमा आवश्यक चारित्रिक विकासको पर्याप्तता रहने गर्दछ।

हामी जति आफ्नो सकारात्मक विशेषतालाई प्रयोगमा ल्याउँदछौं त्यति नै हाम्रो विचार व्यवहार, संकल्प, कर्म मजबुत हुँदै जान्छ र हाम्रो आफ्नो क्षमता र विश्वासको दृढता बढ्दै जान्छ। आफ्नो क्षमता र विश्वासको दृढताको अभिवृद्धिमा योगबलको महत्वपूर्ण भूमिका रहने गर्दछ। हाम्रो विचार हाम्रो अनुभूति, वृत्ति, व्यवहार, व्यक्तित्व, स्वास्थ्य, सम्बन्ध र भविष्यको आधार हो। हामी हाम्रा विचारका रचनाकर्ता हौं। आफ्नो विचार प्रणाली र विचार प्रणालीका शृङ्खलाका अवयवहरू प्रति अनभिज्ञ रहदा र यो शृङ्खलाको सम्बन्धहरूमा नियन्त्रण राख्न नसक्दा विचारले सकारात्मकता प्राप्त नगर्न पनि सक्दछ। विचार हाम्रो जीवनमा एउटा वृक्षको रूपमा रहेको हुन्छ। विचारबाट भावनाको जन्म

हुन्छ, भावना वृत्तिमा परिवर्तन हुन्छ, वृत्तिशब्द कार्य र व्यवहारमा परिवर्तन हुन्छन्, शब्द र कार्य र व्यवहारले व्यक्तित्व र चरित्रको जन्म गराउँछ, व्यक्तित्व र चरित्रले असल र सकारात्मक सम्बन्धको निर्माण गर्दछ। सकारात्मक विचारको जन्म गराउन यसलाई सकारात्मक व्यवहारमा परिवर्तन गर्न र दिगो सकारात्मक संस्कार निर्माण गर्न योगबलको महत्वपूर्ण योगदान रहने गर्दछ।

इन्द्रियको चञ्चलताले हाम्रा जीवनका प्रत्येक कदमहरू संकट, समस्या र निराशापूर्ण बनेका छन्। यसको समाधान कसरी गर्ने? स्वयंलाई निराश र हताश हुनबाट कसरी बचाउने? यी प्रश्नको समाधान केवल आफै भित्र आध्यात्मिकताको खोजीबाट मात्रै संभव छ। आध्यात्मिकताको प्राप्ति कुनै मन्दिर, मस्जिद, चर्च वा कुनै सत्संगको आबद्धताबाट मात्र संभव छैन यिनीहरूलाई आध्यात्मिकताको अवलम्बनलाई योगदान दिन भने सक्दछन् तर आध्यात्मिकता भनेको मन, संकल्प, बोल, कर्म, सोचाइ, व्यवहार आदि सबैमा पवित्रताको निरन्तर व्यावहारिक अवलम्बन हो। यसको दिगोपनामा योगबलको आवश्यकता रहने गर्दछ। आफ्नो चेतना जागृत बनाउन 'स्व'को ज्ञानको आवश्यक हुन्छ। योगबल सहितको आध्यात्मिक ज्ञानले मानिस भित्र सकारात्मक चिन्तन उत्पन्न हुन्छ जसले जीवनप्रतिको यथार्थ दृष्टिकोण विकास गर्नमा सहायक सिद्ध बन्दछ। आध्यात्मिक ज्ञानको यो सम्मिश्रणले जीवनमा उत्पन्न हुन सक्ने नकारात्मकता र यसबाट सिर्जित हुने कष्टलाई कम गराउनमा सहयोग पुऱ्याउँछ। स्वयं प्रति बढी भन्दा

बढी सकारात्मक दृष्टिकोणको उत्पत्ति गराउँदा हाम्रो मनोवृत्ति अरू व्यक्ति र अन्य परिस्थितिप्रति पनि सकारात्मक बन्न पुग्दछ । वर्तमान समयको माग यो हो कि मानिसले आफ्नो आन्तरिक शक्तिको विकास आफैबाट गर्न सक्नुपर्दछ, किनकि जीवनलाई प्रभावित गर्ने बाह्यपक्षले जीवनलाई चुनौती दिदै भ्रम उत्पन्न गरिरहेका छन् । यसर्थ आन्तरिक शक्ति नै आध्यात्मिक व्यक्तिको लक्षण हो यसबाट जीवनमा सन्तुष्टता मात्र प्राप्त हुने होइन कि जीवनको सार्थकताको समेत स्पष्ट अनुभूति हुन पुग्दछ । यसरी योगबलले आध्यात्मिकताको सही अवलम्बन गर्न र सकारात्मक दृष्टिकोणको विकास गरी हाम्रा मनोवृत्ति अरू व्यक्ति र अन्य परिस्थितिप्रति पनि हाम्रा धारणाहरूलाई सकारात्मक बनाउँदछ ।

योगबलले हामीमा हामी ईश्वरीय परिवारका सदस्यहरू हौं, हामीमा ईश्वरीय गुणहरूको प्रवेश भएका छन् आसुरी गुणहरूको अवलम्बन हाम्रो सोचाइ भन्दा बाहिरको विषय हो भन्ने भावनाको विकास गराउँदछ । कर्मेन्द्रियहरूको वशमा रहने गरेको हाम्रो प्रवृत्तिलाई समाप्त गरी कर्मेन्द्रियहरू हाम्रो वशमा रहने, इन्द्रियहरूको चञ्चलता समाप्त हुने र इन्द्रिय तथा कर्मेन्द्रियहरूलाई शान्त र शीतल बनाइदिन्छ । इन्द्रिय तथा कर्मेन्द्रियहरू शान्त र शीतल बन्न पुग्दा हामी हाम्रो भूत, वर्तमान र भविष्यका हर पहलुहरूलाई सकारात्मक परिणतिको रूपमा स्वीकार्ने, हर क्षणलाई अवसरको रूपमा लिने, आफ्ना कमी कमजोरीहरूलाई तत्काल न्यूनीकरण गरी आफ्नो श्रेष्ठ भाग्यको गुण गाउन सक्ने बन्दछौं ।

समस्याहरूलाई समाधानमा परिवर्तन गर्न सक्ने क्षमताको विकास हामीमा हुनेछ । हामीमा आफ्नो ईच्छालाई कम गरी ईच्छाको पूर्ति हुन नसक्दा समस्या उत्पन्न हुन सक्ने अवस्था नै रहँदैन । आफ्नो समय र संकल्पहरूलाई अरूको सेवामा अर्पण गर्ने क्षमताको विकास हुन पुग्दछ । प्रकृतिको दास बन्ने व्यक्ति सधैं उदास हुन्छ, किनकि प्रकृतिको भिन्न भिन्न अवस्थाको भिन्न भिन्न स्वरूप हाम्रो लागि सदा सर्वदा अनुकूल नहुनपनि सक्दछ, तर योगबलको सहाराले हामीलाई प्रकृतिको दास बन्न नदिई प्रकृतिजित बनाउँदछ । अनेक प्रकारका प्रवृत्तिहरूबाट निवृत्त बनाई नष्टोमोहा बन्नमा सहयोग पुऱ्याउँछ । हर समयलाई सफल बनाउन सक्ने क्षमताको विकास गरी समयको संभावित धोखाबाट बचाउने मनसा शक्तिको अनुभव द्वारा निर्भयी, नम्र, शुभचिन्तक, श्रेष्ठ र अथक सेवाधारी र निश्चय बुद्धियुक्त बनाउन योगबलको सकारात्मक भूमिका रहने गर्दछ । यसरी योगबल स्व विकास, स्व उन्नति र आफ्ना कर्म, व्यवहार, चालचलन र संस्कारलाई उन्नत र स्वीकारयोग्य बनाई पारिवारिक, सामाजिक, सामुदायिक, सामूहिक जीवनलाई व्यवहार कुशल बनाउन सहयोग पुऱ्याउने भरपर्दो आवश्यकीय दिगो आयाम हो ।



अलौकिक जन्म दिनको अमृतवेलाका स्मृतिहरू

हेम शर्मा पोखरेल

रुनातक तह अध्ययन गर्ने क्रममा काठमाण्डौँ चहार्दा अट्ठाइस-उनान्तिस सालतिरको कुरा हुनुपर्छ एक दिन अपरान्हतिर पुतलीसडकमा पद्मोदय माध्यमिक विद्यालय नजिकै एक भवनमा काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकारद्वारा कब्जामा लिइएको कलियुगको अन्त्यको चित्र अंकित प्रजापिताब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय भन्ने साइनबोर्ड देख्दा केही नवीनता, कतै अलौकिकता, सूक्ष्म अपनत्व, महिन आकर्षण अनुभव भएको थियो। अर्को दिन लगत्तै त्यतैबाट हिंड्दा श्वेत वस्त्रधारी सौम्य, शान्त, स्नेहसिक्त, गहुँगोरो वर्णका नारी आकृतिहरूमा अनुभव गरिएको साख्य भाव अहिले पनि ताजै छ। तेस्रो दिन त्यस संस्थामा प्रवेश गरेर संस्थाको परिचय लिन भनी जाँदा त्यो संस्था त्यहाँबाट सरिसकेको थियो। केही वर्ष पछि राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठानमा भएको एक आध्यात्मिक सम्मेलनमा एक वक्ताले कल्पको आयु ५ हजार वर्ष भएको र त्यो अवधि अब पूरा हुन लागेकाले आगामी २१ जन्मका लागि पुरुषार्थ गर्ने बेला यही हो भन्ने सम्मका कुरा कानमा परेका थिए। त्यसपछि वर्षौंसम्म यस्तो अलौकिक ज्ञान श्रवण गर्ने कुनै सम्पर्क सूत्र फेला परेन। करिब २० वर्ष पहिला हरिबोधिनी एकादशीका दिन नारायणी स्नान गरेर मातापिता सहित सपरिवार घर फर्केर आउँदा भरतपुरको हाकिम चोकमा भएको चित्र प्रदर्शनीमा अर्जुन भाइजीले शिव र शंकर एउटै होइनन् भनी बुझाउँदा त्यो कुरा केही चित्त बुझे पनि एक

युगको आयु १२५० वर्ष भनेर व्याख्या गर्दा त्यतिखेर मैले इस्कोनको गीता पाठ गरिरहेको र कलियुगको आयु चारलाख बत्तीस हजार वर्ष भएको तथा कलियुग अझै लामै समय रहने भन्ने बुझिरहेकोले त्यस प्रदर्शनीको ज्ञानले पनि छुन सकेन। त्यसपछि युवनाथजी, निरुजी र विश्वबाबुले पनि पटक पटक ज्ञानमा आउन आग्रह गर्नुभएको हो तैपनि त्यो अवसर जुटेन। तर भरतपुर नगरपालिकामा कार्यरत भएका बेला मित्रवर अनिल वाग्लेजीले बाबाको ज्ञानमा आउन बारम्बार गर्नुभएको आग्रहले आज भन्दा करिब डेढ दशक पहिला एक अपरान्ह अब त ढिला भयो भन्ने अभिव्यक्ति सँगै कार्यकक्षबाट जुरुक्क उठेर नारायणगढ बेलटाँडी स्थित ब्रह्माकुमारी आश्रममा गएर श्रद्धेय लक्ष्मी दिदीज्यू तथा आदरणीय विजय भाइजीसँग आधारभूत कोर्स पूरा गरे यता यो अलौकिक जीवनमा बेहदको यात्रा अद्यापि अविरल रूपमा चलिरहेको छ।

चौथो दिन तिर होला विजय भाइजीले बाबाको कोठामा लगेर योगाभ्यासको कमेन्ट्रीमा बाबाको याद गर्न लगाएपछि प्राप्त गहन अनुभूति र हल्कापन (अशरीरीपन) को अनुभवले अहिले पनि मन पुलकित हुन पुग्दछ। पाँचौँ दिनदेखि आरम्भ भएको नियमित मुरली श्रवण र त्यसपछिको पहिलो सत्गुरुवार भोगका दिन आदरणीय लक्ष्मी दिदीजीका सामु टीका ग्रहण गर्न बसिरहेकै बेला दिदीजीले अम्बिका बहिनीजीलाई व्याज ल्याउन लगाएर लौकिक आमा र मलाई

बाबाको व्याज लगाइदिनु हुँदा त्यतिवेला सामान्य खुशी सम्म लाग्यो । व्याजको मर्यादाबारे विजय भाइजी र अर्जुन भाइजीसँग सामान्य परिचर्चा पनि भयो । सात्विक भोजनका लागि घर गएर छलफल गर्दा हामीले लसुन प्याज सम्म छोड्नुपर्ने र त्यो पनि वर्षमा कैयौं महिना भोजनमा लसुन प्याज पनि ग्रहण नगर्ने प्रचलन परिवारमा भएकाले कठिन भएन । पवित्रताका विषयमा पनि सत्यबोध भएपछि क्रमशः पालना हुँदै गयो । तर त्यो दिन बाबाको महान् अनुकम्पाबाट विना कुनै सोधखोज बाबाको व्याज लगाउन पाएर प्रत्यक्ष रूपमा २१ जन्म र अप्रत्यक्ष रूपमा कल्पभरिकै आफ्नो भाग्य आफै निर्माण गर्ने अवसर जुटेकोमा खुशीले पुलकित भएको छु, कृतज्ञभावले रोमान्चित भएको छु । धन्य ड्रामा, तेरो कल्याणकारी चरित्र ! धन्य बाबा, ड्रामा प्लान अनुसार आफ्ना सन्ततीका लागि वात्सल्य छुटाछुल्ल पार्ने तिम्रो अलौकिक स्नेह र अकिञ्चन पालनाको चमत्कार !

ज्ञान प्राप्त गरे पछि एक किसिमको धुन सवार भइरह्यो नियमित रूपमा ज्ञान सुन्ने, सुनाउने र योगाभ्यास गर्ने । त्यसक्रममा भएका केही स्मृतिहरू यहाँ पस्कने अनुमति चाहन्छु । करिब दुई महिना भएपछि लौकिक कार्यको सिलसिलामा दक्षिण भारतको चेन्नई यात्रा गर्नुपर्ने भयो । त्यहाँ गएर होटलमा कोठा लिनासाथ स्थानीय आश्रममा फोन गर्दा त्यसै साँझ मरियाना विच (beach) मा An Evening with Three Angles भन्ने तीनै जना दादीजीहरू उपस्थित हुने कार्यक्रम रहेछ । मैले अरू कुनै कुरा नसोधी स्थानीय सार्वजनिक यातायातको साधन प्रयोग गरेर कार्यक्रममा स्थलमा पुगें । सुव्यवस्थित कार्यक्रममा हजारौंको संख्यामा ज्ञानी जिज्ञासु आत्माहरूको उपस्थिति थियो । सबै तहमा

म नेपालबाट आएको हुँ अगाडि जान दिनुहोस् भन्दै स्वयम्सेवक आत्माहरूलाई अनुरोध गर्दै गर्दै स्टेजको अग्रपंक्तिमा पुगेर दादीजीहरूका ज्ञानयुक्त प्रेरणादायी अभिव्यक्तिहरू प्रत्यक्ष श्रवण गरेर राती करिब १० बजेतिर होटलमा आइपुगें । त्यस दिन त्यो कार्यक्रममा जाने र ती महान् आत्माहरूलाई दर्शन गर्ने तथा उहाँहरूका मुखारविन्दबाट खासगरी पवित्र बन्ने, आत्मिक स्मृतिमा रहने तथा सर्वको कल्याणको भाव राख्ने जस्ता बाबाका ज्ञानयुक्त महावाक्यहरू सुन्न पाएकोमा आफूलाई धन्य धन्य सँभिएँ ।

यसै गरी भरतपुर नगरपालिकाबाट स्थानीय विकास मन्त्रालयमा सरुवा भएपछि ज्ञानको चात्रकका रूपमा कुलेश्वरमा गीता पाठशाला खोज्न घर घर चाहरेको, हैदराबादमा शान्ति सरोवरमा कुलदिप दिदीजीको निर्देशन पश्चात आफू रहेको ग्रामिण विकास प्रशिक्षण केन्द्र समीप रहेको स्थानीय सेवाकेन्द्रको खोजीमा ट्याक्सिमा कुदेको, आश्रमकै खोजीमा अमेरिकाको लस एन्जल्समा ट्याक्सि र सार्वजनिक यातायातमा फनफनी घुमेको, सिंगापुरमा ट्याक्सिमा दौडँदा दौडँदै समयभावले आश्रम पुग्न नसकेको तथा साँघाइमा होटलमा योग गर्न नसकेर नदी किनार र बगैँचा चाहरेको, सिन्धुपलान्चोकको बराम्चीमा नाकै छुने ठाडो उकाली चढ्दा भोक, प्यास र थकाइले अगाडि चलन नसकिरहेको बेला सामुन्ने गीता पाठशालामा बाबाको भण्डा लहराएको देख्दा खुशीले पुलकित भएको, जेनेभा आश्रममा मुरली कक्षामा जाँदा विहान करिब एक घण्टाजति आश्रमको खोजीमा भौँतारिँदा शिशिर ऋतुको हिउँको चिसोमा पंजा नलगाएको हात ठिहियाएको, सोही आश्रममा संयुक्त राष्ट्र संघका लागि स्थायी नेपाली प्रतिनिधि ज्ञान चन्द्र शर्माजीसँग दिनमा पुग्दा ब्रह्माकुमारी थिलन

बहिनीजीको शक्तिशाली सकाशको अनुभूति भएको, नेपालको जुम्ला जस्तो दुर्गम स्थानमा गएर आश्रममा बस्न पाउँदा अत्यन्तै खुशीको अनुभव भएको, अमेरिकाको युजिन नगरकी मेयर श्रीमती किट्टीलाई ब्रह्माकुमारीज आश्रममा स्नेहमिलनमा बोलाउँदा सहर्ष उपस्थित हुँदा अभूतपूर्व सुख अनुभव भएको, पटक पटकका बाबा मिलनमा भएका रोमान्चकारी अनुभूतिहरू, दादीजीहरू, राजदिदीजी र अरू महान् राजयोगी आत्माहरूसँगको भेटघाटमा प्राप्त पालना, दृष्टि तथा बेहदको अनुभूति, नेपालमै पनि ताप्लेजुङ्ग देखि दार्चुला सम्मको यात्रामा विभिन्न आश्रमहरूमा अलौकिक परिवारसँगको मिलन, ती आश्रमहरूमा प्राप्त स्नेह र पालना, नियमित रूपमा अलौकिक परिवारका महारथी आत्माहरू, सहयोगी आत्माहरू, निमित्त आत्माहरू, परिवारका नवागन्तुक आत्माहरू सबैसँग हुने अन्तरक्रिया, स्नेहमिलन, आध्यात्मिक वार्तालाप वा रुहरिहानहरू सबै सुखद छन्, प्राप्तिहरूले सम्पन्न छन्, फलदायी छन्, प्रेरणादायी छन् । बाबाको व्याज लगाएर बजार जाँदा वा कुनै कार्यक्रममा जाँदा प्राप्त सम्मान र लौकिक आत्माहरूको आशाभरी दृष्टिकोण, स्नेह, प्यार आदिलाई कुन रूपले अभिव्यक्त गरौं, कुन रूपले व्याख्या गरौं । जहाँ पनि आनन्द छ, सुख छ, प्राप्ति छ, सन्तुष्टि छ ।

ज्ञानमा प्रवेश गरेको करिब तीन महिना पछि नारायणगढमा सम्पन्न योगभट्टीमा आदरणीय राजदिदीज्यूको क्लास भइयुन्जेल र अन्त्यमा उहाँबाट दृष्टि लिइरहेको बेला पनि उहाँको भृकुटिमा एक ज्योति चम्किरहेको स्पष्ट अनुभूति निरन्तर भइरहेको दृश्यले त्यतिबेला भन्दा अहिले मन हर्षित भइरहन्छ ।

काठमाण्डौ आए पछि केही दिन कुलेश्वर

गीता पाठशाला र त्यसपछि ठमेलमा नियमित क्लास गर्ने सुअवसर प्राप्त भयो । नेपालमा दशकौं देखि ईश्वरीय सेवामा समर्पित बडिदिदीज्यू मात्र होइन लामो समय देखि यस अलौकिक सेवामा समर्पित आत्माहरूसँग नियमित सम्पर्कमा आएर ज्ञान र योगको प्रयोग व्यावहारिक जीवनमा गर्न पाउनु अझ सौभाग्यको अवसर हो भन्ने महशुश भएको छ ।

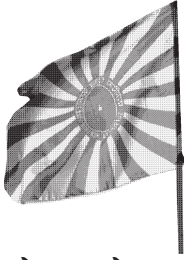
यो जीवन आखिरमा रहेछ नै एक नाटक, बृहत नाटक, विश्व नाटक । त्यही विश्व नाटकका हामी महान् कलाकारहरू । कसरी यो नाटक खेल्न चाहन्छौं सबै हाम्रै हातमा छ । हामी आत्माका बाबा यस सृष्टि रंगमञ्चका मुख्य कलाकार, सर्वश्रेष्ठ नियन्ता, सर्वोच्च निर्देशक, परम नायक हुनुहुन्छ । उहाँको सम्पत्ति, उहाँका गुणहरू, उहाँको शक्ति, वैभव सबैमा हाम्रो हक पनि छ, अधिकार पनि छ । विश्वकल्याणकारी बाबाले हामीलाई विश्वको बादशाही दिनुहुन्छ । विश्वको मालिक बनाउनुहुन्छ । यस सृष्टिमा एक मानव आत्माले आँकलन गर्न सक्ने र प्राप्त गर्न सक्ने सम्पूर्ण शक्ति र खजाना दिनुहुन्छ ।

के सँग तुलना गरौं मेरा परम श्रद्धेय आत्मजनहरू हो यो जीवनलाई । यस्तो लाग्दछ यो अलौकिक जीवनको प्राप्ति यस संसारमा प्राप्त हुने विनाशी पद, प्रतिष्ठा र वैभव भन्दा पदमौ गुना बढि छ । एक परिपक्व ब्रह्माकुमार ब्रह्माकुमारीका लागि विनाशी बस्तु, वैभव, पद, प्रतिष्ठा जस्ता सांसारिक प्राप्तिहरू गौण छन् । अहिले पनि कतिपय स्वजनहरू, मित्र सम्बन्धीहरू जसले हाम्रो जीवनको यो सुख र सम्पन्नतालाई छाम्न नसकी सतही रूपमा मात्र आँकलन गर्दछन् उनीहरू प्रति दयाभाव प्रकट गर्न मन लाग्छ । कतिपयले भने यस महान् अलौकिक जीवनको महानतालाई बुझ्नै नचाहेर यस जीवनलाई

सांसारिक मापदण्डको कसौटीमा मात्रै राखेर नापतौल गर्दा गर्दै आफ्नै जीवन समाप्त हुन गइरहेको थाले पाउंदा नै । यस ज्ञानमा आएर आफ्नो जीवनलाई धन्य धन्य बनाउन नसक्ने ती सबै आत्माहरूलाई बुद्धि खुलोस् भनी शुभ भावना राख्नु सिवाय गर्नु के सकिन्छ, र ?

संगम युगको यो अलौकिक जीवन पद्मापद्म अवसर संगसंगै चुनौतीहरूले पनि भरिएको छ । धेरै पक्षमा सन्तुलन राख्ने कुरा एक जटिल तर समाधानयोग्य चुनौती रहेछ । लौकिक परिवार र अलौकिक परिवार बीचको सन्तुलन, लौकिक तथा अलौकिक सेवा तथा कर्तव्य बीचको सन्तुलन, कर्म र योग बीचको सन्तुलन, न्यारा (detached) र प्यारा (spiritual love) अवस्था बीचको सन्तुलन, मेरो र तेरो बीचको सन्तुलन । यी अवस्थाहरूमा सन्तुलन मिलाउँदा हुने प्राप्ति अथाह छ । यो सन्तुलन कायम गर्न सकिन्छ, केवल कमल फूल समान पवित्र रही आत्मिक दृष्टि, वृत्ति र श्रीमतको पालनाद्वारा, विराट् विश्व नाटक अर्थात् ड्रामाको सही ज्ञानद्वारा, परमपिता परमात्माको यथार्थ यादद्वारा, नष्टोमोहा स्थितिद्वारा, ईश्वरीय सेवामा सर्व समर्पण र लौकिक सेवामा कर्तव्य निर्वाहद्वारा, कर्ममा निमित्त भावद्वारा, कमी कमजोरीहरूलाई हटाउने प्रतिबद्धता र देह तथा देहको सम्बन्ध र विनाशी वैभव सबै क्षणिक हुन् भन्ने भावद्वारा, गुणग्राही स्वभावद्वारा, बाबाद्वारा प्राप्त अखुट ज्ञानरत्नहरूका खजानाहरूद्वारा । यति हुँदा हुँदै पनि कर्मभोग तथा संस्कारवस आउने धेरै जटिल तथा कठिनतम समस्याहरूलाई हटाउनका लागि आत्मिक स्थितिमा रहेर गरिने बाबाको निरन्तर याद खासगरी अमृतवेलाको बीजरूप याद वा ज्वालामुखी याद नै अचूक औषधी हुन सक्ने रहेछ ।

बाबाले लौकिक जन्म भन्दा अलौकिक जन्म दिवसको संभना गर र मनाऊ भन्ने श्रीमत दिनुभएको छ । अलौकिक जन्म दिनको अमृतवेला गर्न सकिने श्रेष्ठ संकल्प यस ज्ञानमा वामे सर्न थाले पछि प्राप्त पहिलो पाठ आत्मानुभूति, सम्पूर्ण पवित्रताको अकण्टक पालना, निमित्त भाव, यस सृष्टिको सर्वोच्च सत्ता परमपिता परमात्मा शिव बाबाको अटुट याद, यस विनाशी दुनियाँ प्रति बेहदको बैराग्य, सृष्टिको निरन्तरता र चक्रको याद आदि यी नै सूत्रहरू त हुन् जसलाई पालना गर्नाले यो वर्तमान संगमयुग र आगामी जीवनका सबै पक्षहरू भरिपूर्ण र सम्पन्न रहने रहेछन् । सर्व समस्याहरूको समाधान र सबै पुरुषार्थको आधार सर्वोषधि एक बाबाको याद नै हो । अझ प्यारा बाबाले त स्पष्ट भनिदिनुभएको छ हरेक कुरामा योगबलद्वारा काम लेऊ, बाबासँग सोधिरहन पनि आवश्यक छैन । हामी योगयुक्त अवस्थामा रहन सक्थौं भने हामी सिद्धि स्वरूप बन्दछौं र हाम्रा यावत् समस्याहरू समाधान हुन्छन् । न लौकिक धन्दाको चिन्ता न अलौकिक प्राप्तिको टण्टा । आत्मिक स्थितिमा रहेर निराकार ज्योतिर्विन्दु स्वरूप बाबाको याद र श्रीमत अनुसारको जीवन शैली । वस पुग्यो । राजयोगको अभ्यास भनेको यस सृष्टिका सर्वोच्च कलाकार, महान् रचयिता, पतित पावन, सर्व आत्माहरूका परमपिता परमात्मा शिव बाबा सँग रुहरिहान अर्थात् प्रत्यक्ष वार्ता, हाँसखेल, सर्व सम्बन्धको अनुभूति, सदा कम्बाइण्ड स्वरूपको अभ्यास गर्दै समय विताउने अभ्यास पनि रहेछ । जीवनमा आउने समस्याहरूलाई स्वाभाविक रूपमा स्वीकार गरी साक्षी भावले सामना गर्ने र खेल खेलमा ती समस्यालाई सहज पार गर्ने यही त रहेछ राजयोगको अभ्यास । केवल बाबाको यादको बाँकी अंश पेज ३२ मा...



प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय एक भलक

यज्ञराज प्रसाई, क्याम्पस प्रमुख, काकरभिट्टा बहुमुखी क्याम्पस

राजयोग सेवा केन्द्र काकरभिट्टाको आयोजनामा २०७१ साल फागुन १२ गते म समेत आठ जनाको समूह (मीरा, राधा, सरिता, हेमराज, हिम्मत, मदन, ऋषिकेश र यज्ञराज) भारत राजस्थानको माउण्ट आबू स्थित ब्रह्माकुमारीज अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाको तीर्थ यात्रामा निस्केका थियौं । हाम्रो यात्राको केन्द्रीय ध्येय प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालयको भ्रमण गर्नु रहेको थियो । यो माउण्ट आबू पर्वतमा रहेको छ ।

यसको स्थापनामा सुप्रसिद्ध हीरा व्यापारी दादा लेखराजको एकलौटी योगदान रहेको छ । उहाँ वि.सं. १९३३ मा हैदरावाद-सिन्ध प्रान्तमा जन्मनुभएको थियो र हाल यो पाकिस्तानमा पर्दछ । दादा लेखराज आफ्नो चमत्कारी बुद्धि र अथक प्रयासबाट गहूँको सानो व्यापारीबाट उठेर प्रसिद्ध जवाहरातका व्यापारी बन्न पुगनुभयो । उहाँ असल, कमसल जवाहरात परख गर्न निपूण हुनुहुन्थ्यो । उहाँ साह्रै दयालु, संवेदनशील र परोपकारी हुनुहुन्थ्यो । उहाँकोमा आउने राजा-महाराजा तथा मानिसहरू उहाँको धार्मिक निष्ठासँग परिचित थिए ।

दादा बालककालदेखि नै श्री नारायणको भक्त हुनुहुन्थ्यो । उहाँले आफ्नो कोठा तथा शयनकक्षमा नारायणको चित्र टाँस्नु भएको थियो । आफ्ना गुरुप्रति पनि ठूलो सम्मान गर्नुहुन्थ्यो । १९३६-३७ मा जब

उहाँ ६० वर्षको हुनुभयो उहाँमा परमात्मालाई प्राप्त गर्ने ठूलो उत्कण्ठा पैदा भयो । उहाँलाई ध्यानमा रहेको बेला केही दिव्य साक्षात्कार भयो । सबैभन्दा पहिला उहाँलाई ज्योतिस्वरूप निराकार परमपिता परमात्मा शिवको साक्षात्कार भयो । दोस्रोमा उहाँलाई मूल्य-आधारित स्वर्णिम संसारको साक्षात्कार भयो । उहाँलाई परमात्माको निमित्त बनेर ज्ञानले भरिएको आध्यात्मिक संसार निर्माण गर्न प्रेरणा प्राप्त भयो । उहाँलाई यो कलियुग पुरानो संसारको विनाश हुँदैछ र मानिसहरू सम्पूर्ण नैतिक एवं चारित्रिक पतन तथा क्रूरताको सीमासम्म पुग्ने कुरा पनि साक्षात्कार भयो ।

अब परमात्माबाट उहाँलाई आफ्नो मानवीय माध्यम बन्नका लागि निर्देश प्राप्त भयो । यो परमात्म-ज्ञानलाई मानिस-मानिसहरूमा पुऱ्याउन उहाँलाई प्रेरणा मिल्यो । नैतिक, मानवीय र आध्यात्मिक मूल्यहरूको पुनर्स्थापनाको लागि यो विश्वविद्यालयको स्थापना सन् १९३७ मा हुनपुग्यो । अब दादा सांसारिक बन्धनबाट मुक्त हुँदै तीव्र उन्नति र प्रगति गरिहेको हीरा व्यापारको कारोबार साभेदारहरूलाई जिम्मा लगाउनुभयो र आफ्नो जन्मस्थल सिन्ध प्रान्तमा आउनुभयो । यहाँ उहाँले एउटा 'ट्रष्ट' स्थापना गर्नुभयो र ट्रष्टमा सदस्यहरू आमा दिदी बहिनीहरू मात्र थिए । आफ्नो विपुल सम्पत्ति यो संस्था सञ्चालन गर्न

यी आमा-बहिनीहरूलाई सुम्पिनुभयो । यसप्रकार सिन्ध प्रान्तमा शदियौंदेखि अपहेलित नारीजातिलाई उठाउन र उच्च सम्मान दिन उहाँले अठोट लिनुभयो र नारी उत्थान तथा नैतिक र आध्यात्मिक मूल्यहरूको स्थापना गर्ने अग्रदूत बन्न पुगनुभयो ।

निराकार शिव परमात्माद्वारा दादा लेखराजको अलौकिक नाम प्रजापिता ब्रह्मा प्राप्त भयो । यसप्रकार उहाँ शिव परमात्माका साकार माध्यम बन्नुभयो । उहाँको माध्यमबाट शिव भगवान्‌ले उच्चारित महावाक्यको आधारमा प्रशिक्षित सबै भक्तहरू ब्रह्माकुमारी र ब्रह्माकुमार भनिन थाले तथा यस शैक्षणिक संस्थाको नाम रथ्यो – प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय ।

यो ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय ५ मई १९५० मा सिन्ध प्रान्तको कराँचीबाट आबू पर्वतमा स्थानान्तरित गरियो । यसैले यो स्थानमा यो विश्वविद्यालय सञ्चालन भएको ६५ वर्ष मात्र भएको छ । पहिले यो संस्था ब्रज कोठीमा स्थापित भयो र त्यसपछि यो पोंकरण हाउसमा र पछि पाण्डव भवन (मधुवन) नामले यो स्थान प्रसिद्ध हुन पुग्यो । यसै मधुवनमा ब्रह्माबाबाले गहन योग साधना गर्नुभयो । उहाँले यज्ञ-वत्सहरूलाई दिव्य प्रेरणा प्रदान गर्नुभयो । ब्रह्माबाबाले यही मधुवन क्षेत्रमा १८ जनवरी १९६९ मा आफ्नो पुरानो शरीर त्याग गर्नुभयो अर्थात् सम्पूर्णता प्राप्त गर्नुभयो ।

यस विद्यालयको शिक्षालाई अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता प्राप्त छ । यो संस्था संयुक्त राष्ट्र संघको NGO र यूनिसेफ एवं आर्थिक तथा सामाजिक परिषद (ECOSOC)

को परामर्शदाता सदस्य हो । UN बाट यो संस्था अन्तर्राष्ट्रिय शान्ति पदकबाट सम्मानित छ । यो विश्वविद्यालय विश्वको लगभग १४० देशहरूमा ८ हजार भन्दा बढी शाखाहरूमा विस्तारित छ र यो विशाल वटवृक्षको रूपमा विकसित भएको छ । यस विश्वविद्यालयका प्रमुख शिक्षाहरू यस प्रकार छन् :-

☞ परमात्मा एक छन्, उनी ज्योतिस्वरूप निराकार एवं अनादि छन् । उनी विश्वको सर्वशक्तिमान् सत्ता हुन् र ज्ञानका सागर हुन् । उनी सत्यम् शिवम् सुन्दरम् हुन् ।

☞ परमात्मा विश्वका सबै आत्माहरूका निराकार माता-पिता हुन् । परमात्माको साथ सम्बन्धको स्मृति र परमात्माको प्रति प्रेमलाई 'राजयोग' भनिन्छ । राजयोगको आभ्यासले व्यक्तिलाई आध्यात्मिक परिवर्तनको शक्ति प्रदान गर्छ र व्यक्तिको संस्कार शुद्ध हुन्छ । राजयोगले मानसिक तनावबाट मुक्ति मिल्दछ ।

☞ हामी स्वयंले नम्रता, सहनशीलता, धैर्य, सन्तुष्टता, मधुरता आदि दिव्य गुणहरूलाई धारण गर्ने प्रयास गर्नुपर्छ ।

☞ हामी आफूलाई पूर्णतया दिव्य बनाएर आउने सत्ययुगको लागि तैयार गर्नुपर्छ ।

☞ सत्य परमात्माले स्वयं मानिसको शरीरमा अवतरण गरेर उनैलाई साकार माध्यम बनाएका छन् । परमात्माले यो दिव्य कर्तव्य कलियुगको अन्त्य र सत्ययुगको आदि वर्तमान पुरुषोत्तम संगमयुगमा गरिरहेका छन् । अहिले सत्ययुग पुनर्स्थापनाको कार्य भइरहेको छ । अब चाडै सत्ययुगको समय आउँदैछ ।

आबू पर्वतमा सन् १९८३ मा निर्मित अर्को आकर्षक ओम शान्ति भवन हो र यसमा

‘यूनिभर्सल पीस हल’ स्थित छ । यो असाध्य आकर्षक तरीकाले बनेको छ र यस सभाहलमा ५ हजार मानिसहरू अटाउन सकछन् । यहाँ एकै समयमा १६ भाषाहरूको अनुवादको सुविधा छ । यहाँ प्रत्येक दिन ८ हजार देशी विदेशी पर्यटकहरू आउने गर्दछन् ।

मधुवनमा मुख्य चारवटा धामहरू छन् :-

१) बाबाको कोठा या मेडिटेसन रुम : यो ब्रह्माबाबाको निवास थियो र यहीं बाबाले योग गर्नुहुन्थ्यो । यो ‘योगानुभूति-कक्ष’ को रूपमा चिनिन्छ । यो स्थानलाई ‘स्नेहको धाम’ पनि भनिन्छ ।

२) बाबाको भ्रुपडी : प्रजापिता ब्रह्माबाबाले यसलाई १९५९ मा निर्माण गराउनुभएको थियो । यहाँ नै बाबाले यज्ञवत्सहरूलाई पत्र लेख्ने, पठाउने र विशेष तपस्या गर्नुहुन्थ्यो । यहाँ पुग्ने बित्तिकै मानिसहरूको अन्तःकरण पावन हुन थाल्छ । यो त्याग-तपस्या, स्वच्छता र सादगीको स्थल हो र यहाँ परम आनन्दको अनुभूति हुन्छ । यस स्थललाई ‘स्नेह मिलनको धाम’ भनिन्छ ।

३) शान्ति स्तम्भ : प्रजापिता ब्रह्माबाबा १८ जनवरी १९६९ मा अव्यक्त हुनुभयो र यहाँ उहाँको संस्कार गरियो । उहाँको सम्झनामा शान्ति स्तम्भको स्थापना भयो । ब्रह्मा-वत्सहरू यस स्थललाई ‘महा-धाम’ मान्छन् । शक्तिशाली बन्न शान्ति स्तम्भ पुग्नु आवश्यक छ - परमपिताको निर्देश छ ।

४) हिस्ट्री हल : ब्रह्माबाबाद्वारा यो हल सन् १९६० मा बनाइएको हो । यो बाबा-मम्मा सरस्वतीद्वारा बनाइएको ज्ञान-योगको पहिलो हल हो । ज्ञान-यज्ञका आदि-रत्नहरूको चित्रमाला

हिस्ट्री हलमा प्रदर्शन गरिएको छ । यहाँ नव-निर्माणका गोष्ठीहरू गरिन्छन् । यसै कक्षमा साकार ब्रह्मामुखबाट निराकार शिव पिताले महावाक्य (मुरली) उच्चारण गर्नुहुन्थ्यो । यो पवित्र मुरली सबै स्थानीय केन्द्रहरूमा नियमित रूपले सुनाइन्छ ।

‘ज्ञान-सरोवर’ आबू पर्वतको अर्को महत्वपूर्ण स्थान हो । यो अकादमीले मानिसहरूलाई दिइने शिक्षाहरूमा ‘मूल्यानिष्ठ शिक्षा’ मा जोड दिन्छ । यसले व्यावहारिक प्रयोगमा जोड दिन्छ । यो २८ एकड क्षेत्रफलमा फैलिएको छ । यस क्षेत्रमा ३ वटा कृत्रिम तालहरू छन् । यहाँ फल दिने २० हजार वृक्षहरू र अन्य वृक्षहरू छन् । असाध्य मनमोहक सुन्दर वातावरण छ । यो अकादमी आध्यात्मिक बौद्धिकता र आधुनिक मान्यताहरूको समन्वित रूप हो । यहाँ २००० जनाले एकैपटकमा भोजन ग्रहण गर्न सक्ने गरी राम्रो प्रबन्ध मिलाइएको छ । ज्ञान सरोवरमा युनिवर्सल हारमनी हल, प्रशिक्षण केन्द्र, राजयोग सभागृह, आर्ट गैलरी, आवासीय भवन, भोजन कक्ष, अस्पताल, पुस्तकालय एवं अनुसन्धान प्रयोगशालाको स्पार्क (Spark) व्यवस्था छ ।

आबू पर्वतमा एउटा अत्याधुनिक अस्पताल विश्वविद्यालयको निर्देशनमा सन् १९९० मा स्थापना भएको छ । यो आधुनिक र उच्च स्तरको छ । यसको नाम ‘जे.डब्लु.एम. ग्लोबल अस्पताल एवं शोध संस्थान’ हो । अस्पतालको प्रबन्धन र सञ्चालन एक धार्मिक ट्रष्टले गरेको छ, जसको स्थापना र रेखदेख ब्रह्माकुमारी संगठनका सदस्यहरूद्वारा गरिन्छ । यहाँ ८० जना भन्दा बढी योग्य डाक्टर र नर्सहरू कार्यरत छन् । अन्तरंग रोगी विभागमा

७० शैया छन् र अपरेशन-कक्ष सहित ४ वटा ठूला वार्डहरू छन्। यहाँ २४ घण्टे आपत्कालीन सेवा उपलब्ध छ। यहाँ I.C.U. / Emergency Ward को पनि व्यवस्था छ।

त्यस्तै हामीले फागुन १७ गते आइतबार पिस पार्क पनि हेर्‍यौं। यो असाध्य सुन्दर र स्वप्निल उपवन हो। यो मधुवनबाट ८ कि.मी. टाढा स्थित छ। यहाँ बाबाको बाँसले बनेको मनमोहक भुपडी छ। बाबाले लगाएका अंगुर, सतिवयर, आँप फुलिरहेको देखिन्छ। मैले सतिवयर टिपेर खाएँ र बाबाप्रति श्रद्धा व्यक्त गरें। यो १२ एकड क्षेत्रमा फैलिएको रहेछ।

हामीले शान्तिवन परिसर पनि हेर्‍यौं। २५००० मानिस उटाउने विशाल डाइमण्ड हल हेर्‍यौं। चोपट्टै राम्रो छ। हामी तपोवन तिर पनि पुग्यौं। Solar power plant को विशाल निर्माण संरचना हेरियो र यो जर्मन प्रविधिमा आधारित थियो। यो एशियाको पहिलो ठूलो plant भनेर अर्थ लाइयो। त्यसपछि ब्रह्माकुमारीले सञ्चालन गरेको गौशाला हेरियो।

६५ वर्षमा निर्माण भएको त्यो विशाल संरचना र त्यो पनि सुन्दर बगैचा जस्तो आकर्षक र मनमोहक स्थल। म ब्रह्माबाबा, मम्मा सरस्वती, दादी प्रकाशमणि, दादी जानकी, दादी गुल्जार तथा संसार भरका सबै ब्रह्माकुमारीहरू तथा ब्रह्माकुमारहरू प्रति हार्दिक सम्मान जाहेर गर्छु। मलाई लाग्छ, २० हजार ब्रह्माकुमारी र सहयोगी ब्रह्माकुमारहरूको समन्वित प्रयासको प्रतिफल हो Mount Abu। यसैले मलाई भन्न मन लाग्छ नारी शक्तिकी स्रोत हुन्। एकल व्यवस्थापन र सञ्चालनमा Mount Abu मनमोहक तीर्थस्थल बनेर स्थापित छ, खडा

छ। Mount Abu महिला सशक्तीकरण बिम्ब बनेर हाम्रो सुन्दर तीर्थस्थलको रूपमा खडा छ। मलाई फेरि पनि अर्को पल्ट पुग्ने तिर्खा लागेको छ। ब्रह्माबाबाको सानो आशीर्वाद भए पक्कै पनि पुगिएला। मलाई खालि आशीर्वाद र अनुकम्पाको खाँचो छ, प्यारा बाबाको।



८ पेजको बाँकी अंश..

कुरा छ- धन, दौलत, पद, पोजिसन, मान, प्रतिष्ठा, साधन, स्रोत, महल, माणिक्य तर पनि खुशी, सन्तुष्टि र शान्ति छैन। किनकि उसको जीवनमा आध्यात्मिक प्रकाश र शक्ति छैन। अतः जीवनमा आध्यात्मिक ऊर्जा Supply का लागि सत्य ज्ञानका आधारमा राजयोग मेडिटेसनको अभ्यास हुनु जरुरी छ जसबाट उसको जीवनमा आध्यात्मिक उर्जा प्राप्त हुनेछ र त्यसबाट आन्तरिक शक्ति प्राप्त भई सहजै परिवर्तन ल्याउन सकिने छ। जीवनमा स्थायी सुख, शान्तिको अनुभव गर्न सकिनेछ। जीवनको पूर्णरूपमा आध्यात्मिक कायापलट हुनेछ र त्यसैको परिणाम स्वरूप वर्तमान कालो कलहको कलियुग शुद्ध, पवित्र र समृद्ध सतोगुणी सत्ययुगका रूपमा रूपान्तरण हुनेछ। यही समयको सत्य पुकार हो। अतः समयलाई चिनाँ, जानौं र जीवनमा पूर्ण परिवर्तन गरौं। जसरी भुसिल्कीरा (Caterpillar) बाट पुतली बनेर उड्न सक्ने हुन्छ त्यसैगरी मानव आत्मा पनि आध्यात्मिक अनुष्ठानबाट पूजनीय देवात्मा बन्न सक्दछ।





मूल्य शिक्षामाला (२)

मूल्यहरूको वर्गीकरण : मुलतः मूल्यहरूलाई तीन वर्गमा विभाजित गर्न सकिन्छ।

१. **सार्वभौमिक मूल्य (Universal Values)** : सामान्यतया सार्वभौमिक मूल्य सर्वकालिक र सर्वमान्य हुन्छन् । सार्वभौमिक मूल्यहरूमा सबै धर्महरू र दर्शनहरूको सार समाहित भएको हुन्छ । यी मूल्यहरूले सौन्दर्यात्मक मूल्य (Aesthetic Values), नैतिक मूल्य र आध्यात्मिक मूल्यहरूलाई पनि स्वीकार गर्दछन् ।

यस प्रसंगमा सार्वभौमिक मूल्यहरूका विशेषताहरूको विषयमा जान्नु सान्दर्भिक हुन्छ । यी मूल्यहरू शाश्वत सत्यलाई प्रकट गर्ने सिद्धान्त हुन् र मनुष्य आत्मामा निहित मौलिक गुण हुन् । यी मूल्यहरू सर्वोच्च सत्ताद्वारा प्रकट हुन्छन् तथा सर्वोच्च सत्ताद्वारा नै विकसित पनि हुन्छन् । आदिकालका सबै ग्रन्थहरू एवं साहित्यहरूमा यिनको व्याख्या र वर्णन छ । सबै धर्म एवं सभ्यताका मानिसहरूले यी मूल्यहरूलाई धारण गर्ने पुरुषार्थ गर्दछन् । यी यस्ता शक्ति हुन् जसले सभ्यताहरूको रक्षा गर्दछन् एवं टिकाउ बनाउँछन् ।

सार्वभौमिक मूल्य शाश्वत हुन्, आध्यात्मिक हुन् एवं समयसँगै अपरिवर्तनीय छन् । धर्म अस्तित्वमा आउनुपूर्व पनि यिनको अस्तित्व हुन्छ । “सर्वोच्च सत्ता” बाट यिनको जन्म भएको हो । सत्यका सबै साधकहरू एवं धर्महरूको लक्ष्य हो सार्वभौमिक मूल्यहरूको

धारणा । सार्वभौमिक मूल्यमा हाम्रो सौन्दर्य बोध समाहित छ जसबाट सर्वोच्च सत्ताको सुन्दरता एवं दिव्यता प्रकट हुन्छ । सार्वभौमिक मूल्यहरू द्वारा गणितीय मूल्य पनि प्रकट हुन्छन् (२+२=४) जुन परम मूल्यको भाषा हो ।

शून्य “विज्ञान एवं अध्यात्म” तथा “भौतिक वास्तविकता एवं आध्यात्मिक वास्तविकता” को बीच एक अन्तरसम्बन्ध जस्तै छ । अध्यात्ममा शून्यको अर्थ हो शान्ति तथा विज्ञानमा शून्यको अर्थ हो गतिशीलताको अभाव । अध्यात्ममा शून्यको अर्थ हो सूक्ष्म अर्थात् प्रकाश तथा विज्ञानले शून्यलाई पदार्थको अनुपस्थिति अर्थात् स्थान, समय, भार तथा आकार रहित मान्दछ ।

सार्वभौमिक मूल्य, मानवीय मूल्यहरूको आदर्श हो एवं त्यसको आधार हो । व्यक्तिमा सार्वभौमिक मूल्यहरूको ज्ञान गहिरो भएपछि अल्पकालीन मूल्यहरूको प्रभाव पर्दैन बरु दुवै मूल्यहरूले एक अर्काको सुरक्षा गर्छन् ।

२. **मानवीय मूल्य (Human Values)** : मानवीय मूल्यले मनुष्यको सभ्य जीवनको निरन्तरतालाई संरक्षण गर्दछ । मानवीय मूल्यले धर्मनिरपेक्ष सार्वभौमिक मूल्य र व्यावहारिक मूल्यहरूलाई दैनिक जीवनमा लागू गर्दछ जस्तै सहयोग, इमानदारी, विनम्रता, दायित्व, सरलता एवं एकता आदि । मानवीय मूल्यले मानवताको उत्थानको लागि आवश्यक एवं सम्मानजनक

मूल्यहरूलाई विनम्रतापूर्वक स्वीकार गर्दछ । मानवीय मूल्य समय, स्थान र परिस्थिति अनुसार क्रमशः परिवर्तनशील हुन्छन् । यिनको प्रभाव कैयौं पीढीहरू सम्म रहिरहन्छ । सबै मूल्य एक अर्का सँग सम्बन्धित छन् र अन्तरनिर्भर पनि छन् । मानवीय मूल्यद्वारा यस भौतिक जगतमा आत्मिक संप्रेषणलाई सार्थक एवं स्थायित्व प्रदान गर्नका लागि मात्र होइन सार्वभौमिक मूल्यहरू एवं अल्पकालिक मूल्यहरूको बीच सेतु स्थापन गर्ने एक कडी अध्यात्म हो । मानवीय मूल्यहरूलाई हामी पुरुषार्थबाट आफ्नो जीवनमा विकसित गर्न सक्छौं । यिनै तत्वहरू मूल्य शिक्षाका मुख्य केन्द्रबिन्दु हुन् ।

३. अल्पकालिक मूल्य (Temporal Values) : अल्पकालिक मूल्यहरू सामान्यतः तीव्र परिवर्तनशील हुन्छन् । कहिलेकाहिं यो परिवर्तनको प्रक्रिया केही मन्द अर्थात् लगभग ३० देखि ७५ वर्षको बीचमा पर्ने हुन जान्छ र एक वा दुई पीढी सम्म लागू हुन्छ । यी मूल्यहरू सारा विश्वमा देश, काल र परिस्थितिहरू अनुसार बदलिन्छन् । कैयौं संस्कृतिमा अल्पकालिक मूल्य कुनै तानाशाहद्वारा स्थापित हुन्छन् र कुनै संस्कृतिमा जनमतद्वारा पनि स्थापित हुन सक्छन् । भौतिकताको आधारमा यस जगतमा सूचनालाई सर्वाधिक मूल्यवान् महत्व दिइएको छ भने कहीं भोजन र पानीलाई दिइन्छ । अल्पकालिक मूल्य सामाजिक रीति-रिवाज, स्वास्थ्य सुरक्षाको प्रवृत्ति, शिक्षा, महिला अधिकार, सामूहिक अपराध, सेन्सरशिप एवं पीढी का पीढीमा परिवर्तन हुने तत्वद्वारा निर्धारित हुन्छन् । व्यक्तिगत आवश्यकता

एवं चयनको आधारमा अल्पकालिक मूल्य बदलिइरहन्छन् एवं यी मूल्यहरूमा प्रायः जीवन पर्यन्त कैयौं परिवर्तन आउँछन् । यस विविधताको पहिचानले हामीलाई अरूका मूल्यहरूप्रति अधिक सहिष्णु, समझदार एवं निर्मान बनाउँछ । कैयौं अल्पकालीन मूल्यहरू युवावस्थामा धेरै महत्वपूर्ण प्रतीत भए पनि उमेर बढ्दै जाँदा कम महत्वका हुन थाल्छन् । उदाहरणको लागि युवाले प्रयोगहरू, स्वतन्त्रता, अवसर एवं दौडधुपबाट अधिक आनन्द लिन्छन् एवं यी कुराहरू तिर अधिक आकर्षित हुन्छन् । तर पाका मानिसहरूले स्थायित्व, यथास्थिति, सुरक्षा एवं सक्रिय तथा जीवन्त पारिवारिक सदस्यहरूको निकटता मन पराउँछन् तथा जीवनका शेष घडीहरू अमन चैनका साथ व्यतीत गर्न चाहन्छन् । प्रौढावस्थामा कतिपय व्यक्तिहरूका लागि धन, प्रतिष्ठा, मान-सम्मान एवं उच्च जीवन स्तरको अधिक महत्व हुन सक्छ । अल्पकालिक मूल्यले हाम्रो दैनिक जीवनमा प्रयुक्त मानवीय मूल्यहरूको साथमा सामञ्जस्य स्थापित गर्न सकेको खण्डमा लाभदायक हुन सक्दछन् तथा सार्वभौमिक मूल्यहरूको साथमा पनि यी मूल्यहरूको उपस्थिति महत्वपूर्ण हुन्छ । (ओम् शान्ति सन्देश व्यूरो)

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



१२ पेजको बाँकी अंश..

नै ठिक हुने स्वयंमा भरोसा हुनुपर्छ । दृढ मनोबलबाट कुनै पनि विमारी ठिक हुन्छ । स्वामी योगानन्दजी भन्नुहुन्छ सबै रोगको उपचार छ तर सबै रोगीहरूको उपचार छैन किनकि केहीमा धैर्य, शान्ति हुँदैन । दादी जानकीजी भन्नुहुन्छ पेशेन्स, पीसमा बस कहिल्यै पनि पेशेन्ट बन्दैनौ । अव्यक्त बापदादाले भन्नुभएको छ चिन्ता छैन भने विमारी हुँदैन । सधैं खुशी र बेफिक्र रहने ट्याब्लेट खानाले रोगको असर कम हुन्छ ।

मनोबल विना हामी कुनै पनि क्षेत्रमा सफल हुन सक्दैनौ । जति सम्म ठिक हुने इच्छा छैन त्यति सम्म जतिसुकै औषधि खाए पनि ठिक हुँदैन । यदि ठिक हुने इच्छा छ भने कुनै पनि औषधि नखाए पनि ठिक हुन्छ ।

“म स्वस्थ हुँ”, “म हुँ नै स्वस्थ” यही दृढ संकल्प नै विमारीको अचुक औषधि हो । अव्यक्त बापदादाले भन्नुभएको छ विमारीको विचारले नै विमारीलाई बढाउँछ । म विरामी छु, म विरामी छु भन्नु विमारीको चाकरी गर्नु हो । साक्षी भएर हेर्नु भने रोगको पीडा पनि हुँदैन रोग पनि चाडै ठिक हुन्छ ।

कुनै पनि चीजको विरोध गरेर हामी त्यसलाई शक्ति दिन्छौं । रोगबाट बच्ने उपाय गरौं तर रोगको विरोध होइन । अन्त्यमा मानौं तपाईं विमार हुनुहुन्छ । अब त्यसमा ध्यान केन्द्रित गरिरहनुभएको छ, अरू सँग त्यसको बारेमा चर्चा गरिरहनुभएको छ भने तपाईं धेरै रोगका कोशिकाहरू उत्पन्न गरिरहनुभएको छ । पूर्ण स्वस्थ शरीरको तस्वीर हेरौं । विमारीको उपचार डाक्टरमा छोडौं तब छिट्टै सफलता मिलेछ ।



२५ पेजको बाँकी अंश..

यो महामन्त्र अर्थात् मन्मनाभव मध्याजीभवको महासागरमा लहराउने सहज उपायबाट सम्पूर्ण प्राप्तिको अनुभूति गर्ने, कर्मन्द्रियहरू तथा लोकको राजा बन्ने योग अर्थात् योगहरूमा राजा योग अर्थात् राजयोगको सफल प्रयोग गर्ने अवसरको सदुपयोग गरेर इहलोक र परलोकमा मालामाल बन्ने अभ्यास नै त रहेछ यो संगम युगको प्राप्ति । संसारभरिका सर्व आत्माहरूले विभिन्न नाम र रूपमा खोजिरहेको त्यस परमात्मा सत्तालाई हरपल आफ्नै जस्केलोमा र मन मन्दिरमा अनुभव गरेर रमाउनु नै राजयोग रहेछ । परमात्मासँग दिनहुँ भेटघाट गर्ने, भलाकुसारी गर्ने, दुःखसुखका कुरा सुनाउने अभ्यासद्वारा जीवनलाई धन्य धन्य बनाउने मार्ग अबलम्बन गरेर अहिले पनि सुखी र भोलि पनि सुखी बन्ने उपाय नै त राजयोग रहेछ ।

अलौकिक जन्म दिनको अमृतवेला यी नै स्मृतिहरू र प्रतिवद्धता सहित बिताउन पाएकोमा सदा प्यारा बाबा र अलौकिक परिवार खास गरी ब्रह्माबाबा र मम्माले गरेको अतुलनीय समर्पण र सर्वोत्कृष्ट पुरुषार्थको बारम्बार अति स्नेह र सम्मान सहित स्मरण गर्दै त्यसैको पथगामी बनी बाबाको पदचिन्हमा अग्रसर हुने दादी, दिदी, बहिनी, भाइ तथा सकल ब्रह्माकुमार ब्रह्माकुमारी आत्माहरू प्रति हार्दिक धन्यवादका भावहरू अभिव्यक्त गर्दै आफू पनि त्यही मार्गको पथिकका रूपमा अग्रसर हुने सूक्ष्म प्रतिवद्धता सहित विश्राम लिन चाहन्छु ।





१



२



३



४



५



६



७



८



९



१०



११



१२

१) तीनकुने : प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै अनन्त श्री विभूषित बालसन्त जगतगुरु मोहनशरण देवाचार्य साथमा ब्रह्माकुमारी राज दिदी, सभासद बलवीर चौधरी तथा अन्य । २) जनकपुर : मानव धर्मका धर्मगुरु श्री सतपालजी महाराजलाई ईश्वरीय उपहार दिनुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा माता साथमा अन्य । ३) पालुंग : योगी विकासानन्दलाई ईश्वरीय उपहार दिनुहुँदै ब्रह्माकुमारी शर्मिला बहिनी तथा अन्य । ४) जनकपुर : वृन्दावनका प्रसिद्ध कथा वाचिका देवी चित्ररेखाजीलाई ईश्वरीय उपहार दिनुहुँदै गंगा माता साथमा अन्य । ५) साँखु : शाली नदीका महन्त डिल्लीनाथ योगीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सरिता बहिनी । ६) जनकपुर : जानकी मन्दिरका महन्थ श्री श्री १००८ श्री रामतपेश्वर दास वैष्णवजीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी कौशल्या बहिनी तथा अन्य । ७) वीरगंज : भारतीय महावाणिज्यदुत सुश्री अन्जु रंजनलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रवीणा बहिनी तथा अन्य । ८) गोगवु : ललितपुर उप-महानगरपालिकाका कार्यकारी प्रमुख ताराबहादुर कार्कीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रीता बहिनी । ९) नारायणगढ : वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक रमेश खरेललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी । १०) टोखा : टोखा नगरपालिका प्रमुख ऋषिराम अर्याललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा बहिनी । ११) विराटनगर : उद्योगपति दिनेश गोल्डालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी साथमा ब्रह्माकुमार लीला भाइ । १२) छपकैया, वीरगंज : एन पाक्सनका पूर्व अध्यक्ष नन्दन यादव तथा नेपाल नेत्र ज्योति संघका महासचिव श्याम पोखरेललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रवीणा बहिनी ।



१) **भक्तपुर** : रक्षा बन्धन पश्चात् ग्रुप फोटोमा जिल्ला प्राविधिकका डि.ई माधवजंग, आयुक्त नवराज पोखरेल, स्थानीय विकास अधिकारी पशुपतिबाबु पुरी, ब्रह्माकुमारी मोहनदेवी बहिनी तथा अन्य । २) **रानीवारी** : रक्षा बन्धन पश्चात् ग्रुप फोटोमा संगीत महाविद्यालयका पदाधिकारीहरूका साथ ब्रह्माकुमारी सृजना बहिनी, प्रा. राधेश्याम मुल्मी तथा अन्य । ३) **देवघाट** : राखी पश्चात् ग्रुप फोटोमा वृद्धाश्रममा रहनुहुने आमा, बुवाहरूका साथमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमारी अम्बिका बहिनी तथा अन्य । ४) **चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज कसरा** : रक्षा बन्धन पश्चात् ग्रुप फोटोमा श्रीजंग गणका गणपति संजय देउजा, सहायक संरक्षण अधिकृत वेदबहादुर खडका, ब्रह्माकुमारी सुवर्ण बहिनी, ब्रह्माकुमारी पदमा बहिनी तथा अन्य । ५) **रानीवारी** : विनायक हस्पिटलका विरामीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सृजना बहिनी साथमा अन्य । ६) **नारायणगढ** : राखी पश्चात् पुनर्स्थापना केन्द्र हाम्रो घरमा बस्ने भाइ-बहिनीहरूसँग ग्रुप फोटोमा ब्रह्माकुमारी पुष्पिका बहिनी, ब्रह्माकुमार मणि भाइ तथा अन्य । ७) **भरतपुर** : रक्षा बन्धन पश्चात् मदर्स प्राइड मन्टेश्वरीका बाल-बालिका तथा शिक्षिकाहरूसँग समूह फोटोमा ब्रह्माकुमारी गंगा बहिनी । ८) **बनेपा** : काभ्रे उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष सुरकृष्ण श्रेष्ठलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी राधिका बहिनी । ९) **भरतपुर** : रक्षा बन्धन पश्चात् ग्रुप फोटोमा एस. पी सहदेव बहादुर थापा, नारायणी नमूना उच्च मा. वि. का. प्राचार्य पूर्णप्रसाद दवाडी एवं सञ्चालक समितिका अध्यक्ष टेकबहादुर थापा, ब्रह्माकुमारी गंगा बहिनी तथा अन्य । १०) **उर्लावारी** : प्रहरी निरीक्षक श्रीराम भण्डारीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी मीरा बहिनी । ११) **फत्तेपुर** : सशस्त्र प्रहरी बलका प्रहरी निरीक्षक कुलबहादुर भण्डारीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी नीरा बहिनी । १२) **मधुमल्ला** : इलाका प्रहरी कार्यालका जवानहरूलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी बविता बहिनी ।



१



२



३



४



५



६



७



८



९



१०



११



१२

१) काठमाण्डौ : आध्यात्मिक प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व युराजी हिमानी शाह साथमा राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी राजदिदी, राजयोगिनी शिवानी बहिनी । २) गोंगवु : पूर्व उप प्रधानमन्त्री तथा सभासद रामचन्द्र पौडेललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रीता बहिनी । ३) पाटन : सभासद मदन बहादुर अमात्यलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी बबिता बहिनी । ४) महादेवटार : सभासद डा. शेखर कोइरालालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी अप्सरा बहिनी । ५) कुलेश्वर : सभासद ध्यान गोविन्द रन्जितलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी कविता बहिनी । ६) थानकोट : सभासद विनोद श्रेष्ठलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी अन्जु बहिनी । ७ काठमाण्डौ : जनपथ प्रहरीका आई.जी.पी उपेन्द्रकान्त अर्याललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । ८) कुलेश्वर : त्रि.वि.वि का उपकुलपति प्रा. डा. तीर्थ खनीयालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी कविता बहिनी । ९) नारायणगढ : कृषि तथा वन विश्वविद्यालयका उपकुलपति डा. आई. पी. ढकाललाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी । १०) विराटनगर : पुनरावेदन अदालतका मुख्य न्यायाधीश डा. आनन्द मोहन भट्टराईलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी । ११) जनकपुर : पुनरावेदन अदालतका मुख्य न्यायाधीश पुरुषोत्तम भण्डारीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा माता । १२) राजविराज : पुनरावेदन अदालतका मुख्य न्यायाधीश ईश्वरप्रसाद खतिवडालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी ।



१) काठमाण्डौ : महामहिम राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी । २) सिराहा : महामहिम राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी मन्जु बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी रामकुमारी बहिनी । ३) काठमाण्डौ : महामहिम उपराष्ट्रपति परमानन्द भालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी । ४) काठमाण्डौ : प्रधानमन्त्री सुशील कोइरालालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी । ५) धिमी : प्रधानमन्त्री सुशील कोइरालालाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी तिमिला बहिनी । ६) काठमाण्डौ : सर्वोच्च अदालतका प्रधान न्यायाधीश कल्याण श्रेष्ठलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी । ७) काठमाण्डौ : संविधान सभाका अध्यक्ष सुभास नेम्वाङ लाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी । ८) काठमाण्डौ : उपप्रधानमन्त्री तथा गृह र कृषि विकास मन्त्री वामदेव गौतमलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी । ९) काठमाण्डौ : सुख शान्तिमय समाजका लागि राजयोग विषयक राष्ट्रिय छाता उद्देश्य कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै उपप्रधानमन्त्री तथा सङ्घीय मामिला र स्थानीय विकास मन्त्री प्रकाशमान सिंह साथमा राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी राज दिदी, राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी शिवानी तथा अन्य । १०) घट्टेकुलो : उपप्रधानमन्त्री तथा स्थानीय विकास मन्त्री प्रकाशमान सिंहलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुगन्धी बहिनी । ११) वसुन्धरा : अर्थ मन्त्री डा. रामशरण महतलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी रोजी बहिनी । १२) काठमाण्डौ : भौतिक योजना तथा यातायात मन्त्री विमलेन्द्र निधीलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी ।