# ज्ञानज्योति

आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १५ अंक : ०२ मासिक २०७१ भाद्र


# बहुमुखी प्रतिभाकी धनी, दिव्यमणि– डा. दादी प्रकाशमणि


✍ब्रह्माकुमार हेमन्त, शान्तिवन, आबुरोड


अमावस्याको कालो रातमा, त्यसमा पनि चारैतिर भयानक अँध्यारोको साम्राज्य भएको बेला भय उत्पन्न हुनु स्वाभाविकै हो । यस्तो अवस्थामा एउटा पनि कदम अगाडि बढाउने हिम्मत हुँदैन । परन्तु कुनै अचानक, कुनै दिव्य प्रकाश फैलाउनेवाला मणि मिल्यो; त्यो अद्भुत मणिको प्रकाश चारैतिर फैलियो, मार्ग स्पष्ट देखियो भने यात्रा सहज हुन्छ अनि हाम्रो यात्रा सफल पनि । वास्तवमा जसरी अमावस्याको कालो रातमा प्रकाश फैलाउनेवाला मणिको महत्त्व हुन्छ, यसरी नै कलियुगी घोर कालरात्रीमा पवित्रताको प्रकाशद्वारा सत्कर्मको पथ देखाउनेवाला दिव्य आत्माहरूको महती महिमाको महान् महत्त्व छ । जब-जब संसारमा अज्ञानको अँध्यारो छाउन थाल्दछ, पापाचार, अनाचार र भ्रष्टाचारको बाढी आउँछ, धर्ती काँप्दछ र मानवताको गला रोकिन्छ तब-तब सबै आत्माहरूको रक्षक प्राणाधार प्रभु कुनै दिव्यात्मारूपी चैतन्य मणिको रचना गर्नुहुन्छ र उनीहरूको पुण्यकर्मको प्रकाशद्वारा पतित तथा पददलित आत्माहरूलाई मुक्तिको मार्ग देखाउनु हुन्छ । यस्तो चैतन्य दिव्य मणिहरूको मालामा एउटा अद्भुत-अलौकिक-अनमोल दिप्तिमान् प्रकाश हुनुहुन्थ्यो– डा. दादी प्रकाशमणि । स्वयं 'सत्यम् शिवम् सुन्दरम्' शिवपिताले नै उहाँको भविष्यको उज्ज्वल कर्तव्यनिष्ठ स्वरूपलाई देखेर यथा नाम तथा काम यस लोकोक्तिअनुरूप 'प्रकाशमणि' नाम दिनुभयो । स्वयंको अथक परिश्रम र पुरूषार्थको पराकाष्ठाद्वारा दादीजीले परमात्माद्वारा प्रदत्त 'प्रकाशमणि'को शुभनामलाई सार्थक पार्नुभयो । साँचो अर्थमा आध्यात्मिक ज्ञानको प्रकाश फैलाउनेवाला आत्मिक प्रकाश नै हुनुहुन्थ्यो उहाँ । जीवनभर असंख्य दु:खी र अशान्त आत्माहरूलाई जसले आत्मिक दीपस्तम्भ बनेर सुख शान्तिको मार्ग देखाउनुभयो उहाँ वास्तवमा भव्य, दिव्य व्यक्तित्वकी धनी 'न भूतो न भविष्यति' बहुमुखी प्रतिभा हुनुहन्थ्यो । पिताश्री ब्रह्मा बाबा अव्यक्त हुने समयमा दादीजीको हात समाई दिव्य शक्ति थमाएर जानुभएको थियो । विश्व विद्यालयको एउटा सानो वृक्ष दिएर जानुभएको थियो जसलाई दादीजीले विशाल वटवृक्ष बनाइदिनुभयो । जसरी अमावस्याको चन्द्रमा पूर्णिमातर्फ बढ्दै गर्दा एक-एक कलाले बढ्दै जान्छ अनि अन्तत: सम्पूर्णता प्राप्त गर्दछ साथै त्यसको उज्ज्वल प्रकाशले सबैलाई शीतलता प्रदान गर्दछ त्यस्तै पूर्णिमाको जूनसरह सोह्रकलाले सम्पूर्ण दादीजीको जीवनले हामीलाई पनि सम्पूर्ण बन्ने प्रेरणा दिन्छ । उहाँको जीवन सबै कलाहरूले सजिएको चैतन्य संग्रहालय थियो । दादीजीको पावन स्मृति दिवसको उपलक्ष्यमा प्रस्तुत उहाँको नानाविध कलाहरूको दिव्य साक्षात्कार, जसले तीव्र पुरुषार्थका लागि हरेकलाई सागरसरि उमंग उत्साह पैदा गर्दछ ।

१) **नेतृत्व कला** : 'सच्चा आदर्श नेता नअघि हिँड्छ नपछि, ऊ त सबैलाई साथ लिएर अघि बढ्दछ' यही मन्त्र अनुरूप दादीजीले सबै आदिरत्न दादीहरू, भाइजीहरूको साथसाथ समवयस्क तथा आफूभन्दा सानालाई साथ लिएर यज्ञको उन्नतिको लागि नेतृत्व गर्नुभयो । आफ्नो आदर्श आचरणद्वारा आदर्श प्रस्तुत गर्नुभयो । यतिमात्र होइन जगत्मा पनि अनेक धर्म नेता-विज्ञान नेता-राजनेताहरूलाई मार्गदर्शनसमेत गर्नुभयो ।

२) **वक्तृत्व कला** : दादीजीको मुखकमलमा सरस्वतीकै वास थियो । कुनै पनि विषयमा धाराप्रवाह प्रवचन वा व्याख्या दिनमा दादीजी प्रवीण हुनुहुन्थ्यो । विशेषत: दादीजीको वाणीमा सत्यताको तेजधार वा योगशक्तिको चमत्कार थियो । आफ्नो ओजस्वी वाणीद्वारा श्रोताको दिल वा मनमा उहाँले अमिट छाप छोड्नुहुन्थ्यो । सरल तथा सहज शब्दमा उहाँले गुह्य र गोपनीय ईश्वरीय ज्ञानको रहस्योद्घाटन गरी सबैलाई प्रभु आगमनको सन्देश दिनुहुन्थ्यो ।

३) **सत्य वचनको कला** : दादीजी साक्षात् सत्यताकी दीपस्तम्भ हुनुहुन्थ्यो । ब्रह्माकुमारीको विश्वव्यापी सञ्चालन गर्दा-गर्दै पनि सदा मधुर र सत्य वचन नै बोल्नुहुन्थ्यो । एकपटक उहाँको कुशल प्रशासनको रजत जयन्तीको उपलक्ष्यमा, महामण्डलेश्वर वा सन्तहरूले दादीजीको सम्मान गरे । त्यस समयमा खुल्ला सभामा साधु-सन्तलाई सम्बोधन गर्दै भन्नुभयो– "दादीजीले जिन्दगीमा कहिल्यै पनि झुटो बोल्नुभएन ।" यो थियो उहाँको वाणीको सत्यवादिता । दादीजीको सत्यप्रति गहिरो निष्ठा थियो, त्यसै कारण उहाँ महानताको शिखरमा पुग्नुभयो ।

४) **अतिथि सत्कार कला** : दादीजीको रुचि थियो– सबैलाई आफ्नोपनको अनुभूति गराउनु– यो नै अतिथि सत्कारको महान् कला हो । कुनै ठूलो होस् वा सानो, धनी होस् वा गरिब, सबैलाई भगवान्का बच्चा हुन्, ईश्वरको घर वा प्रभुको द्वारमा आएका आत्मिक बच्चाको ध्यान राख्नु तथा उनीहरूको हरेक आवश्यकतालाई पूरा गर्नु । 'तपाईंलाई के चाहिएको छ ? यात्रामा गाह्रो त भएन ?' यस प्रकारको प्रेमका दुइटा मीठा बोलीको आतिथ्यले अतिथिको थकानलाई मेटाइदिनुहुन्थ्यो ।

५) **व्यवस्थापनको कला** : आफ्नो शान्तिसम्पन्न निर्विघ्न व्यवस्थापनको लागि ब्रह्माकुमारी विद्यालय विश्वप्रसिद्ध छ । यसको श्रेय दादीजीलाई नै जान्छ । हरेकलाई दिलको स्नेह दिएर, आफ्नोपनको भावनाले भरेर व्यवस्थापन गर्नमा दादीजी खप्पिस हुनुहुन्थ्यो । मधुवन वा शान्तिवनका अनेक विभागहरूको रचना गरेर, कार्यको जिम्मेवारी दिएर उनीहरूलाई पछिबाट भरपूर सहयोग गरेर निपुण बनाउनुहुन्थ्यो दादीजी । कार्य थाल्नुभन्दा अगाडि योजना बनाउनु र त्यसलाई प्रेक्टिकलमा गर्नु वा गर्न प्रेरणा दिनु, यो दादीजीको कुशल व्यवस्थापनको खुबी थियो ।

६) **सेवाको विस्तारको कला** : सधैं नयाँ-नयाँ सेवाको योजना गर्नु र तिनीहरूलाई मूर्तरूप दिनमा दादीजीमा विशेष रुचि रहन्थ्यो । हर समय कुनै नयाँ विधि निकाल र त्यसद्वारा सफलता प्राप्त गर यो दादीजीको संकल्प हुन्थ्यो । जसद्वारा नै सेवाको वृद्धि हुँदै गयो । महाशिवरात्रिको महान् पर्व होस् वा महासम्मेलन वा अरू कुनै उत्सव, जहाँ पनि नवीनता हुनुपर्छ भन्ने दादीजीको


बाँकी ७ पेजमा

# शिव भगवानुवाच

**शुभचिन्तक आत्माहरूप्रति हर एकको दिलबाट स्नेह उत्पन्न हुन्छ र त्यही स्नेहले सहयोगी बनाइदिन्छ । जहाँ स्नेह हुन्छ, त्यहाँ समय, सम्पत्ति, सहयोग सदा अर्पण गर्नका लागि तयार हुन्छ । त्यसैले शुभचिन्तनले स्नेही बनाउँछ र स्नेहले सबै प्रकारको सहयोगमा समर्पण बनाइदिन्छ यसोभएको हुनाले सदा शुभचिन्तनले सम्पन्न भइराख र शुभचिन्तक बनेर सबैलाई स्नेही र सहयोगी बनाऊ ।**

# सम्पादकीय

## सेवा भाव

सेवाभाव ईश्वरानुभूतिको प्रथम प्रयास हो । सच्चा हृदयले गरिएको सेवामा कसै-कसैले मात्र ईश्वरीय प्रतिबिम्ब पाउने गर्दछन् । ईश्वर अमूर्त रूप हो, सेवा उसको मूर्त रूप हो । मूर्त हुँदै अमूर्तमा प्रवेश गर्नसक्नु अध्यात्म विज्ञानको विधान हो ।

"प्रार्थना गर्ने ओठहरूभन्दा सेवा गर्ने हातहरू पवित्र हुन्छन्" भन्ने शाश्वत भनाइलाई हृदयंगम गर्नेपर्ने हुन्छ । हजारवटा महान् शब्दहरू हामी बोलौं त्यसको प्रभाव एउटा सेवाको भन्दा कम हुन्छ । कार्य नबोलेर पनि बोल्दछ, बोल्नेहरूको आवाज बोलिरहेरै पनि नसुनिने हुनसक्छ । ईश्वरीय प्रेमविना निस्स्वार्थ सेवा प्रस्फुटित हुनै सक्दैन । भइ नै हाल्यो भने पनि निरन्तर हुनै सक्दैन । सेवा पनि त्यो गरौं जुनसँग सच्चा प्रेम छ । प्रेम भएपछि मात्र सेवालाई अपनाऔं । सेवा र प्रेम एक नदीका दुई किनारा हुन् । कुनको बढी महत्त्व छ भन्ने सवालै उठ्दैन । सेवा कसरी गर्ने, कुन माध्यमले सुरु गर्ने भनेर अलमलिएर बस्नेहरूको संख्या पनि कमी छैन । सेवा भइरहेको स्थानमा सद्भावपूर्ण तरिकाले सोधेको पाउँछौं, "मेरो आवश्यकता पऱ्यो भने सम्भिनु होला वा बोलाउनु होला" आदि । आश्वासन दिनेहरूको आवश्यकता पर्दासम्म अरू नै आएर त्यो अवसर छोपिसकेको हुन्छ । गर्नेहरूका लागि समय पर्खिनै पर्दैन र पर्खिएर बस्नेहरूका लागि मौका आउँदैन । कार्यको सुरुमात्र गर्ने हो, बाँकी त सद्गुरुले गराइदिनुहुन्छ । कार्य सद्गुरुको भएपछि कार्यको विलम्ब केका लागि ? सेवामा सहयोगी हुन पाउनु त जन्म-जन्मको पुण्यकर्मको सञ्चित फल हो । व्यक्तिगत फाइदा बेफाइदाबाट माथि उठी समाज सेवामा हात बढाउनु भनेको बाँकी जन्महरूको भाग्यलाई सोझ्याउनु हो । भूत पनि राम्रो रहेछ र भविष्य पनि अचम्मै सुन्दर हुँदैछ भन्ने कुराको संकेत हो ।

एकपटक सामाजिक क्षेत्रका नक्षत्र, मानवीयताको धरातलमा कहिल्यै ननिभ्ने प्रकाश, सेवाको शिखर चुम्नु भएका महान् योद्धा, मदर टेरेसासँग पत्रकारले प्रश्न गरेछन् । "जीवनमा सबैभन्दा आनन्द केमा आउँछ ? मदर टेरेसा !" उनको प्रत्युत्तरमा थियो– "जतिबेला म दुःखी मानिसहरूलाई आफ्नो काखमा राखेर हत्या भएको दृश्य देख्छु" । पत्रकारले उहाँको गहन भावको थोरै पनि अर्थलाई बुझेनछ । मदर टेरेसा हत्याराको प्रतिरूप भन्ने अनर्थ रूप फैलियो । भावनाका आँखा बन्द हुनेहरूलाई शब्दले अत्यन्त ठूलो अर्थ राख्ने गर्दछ । यो जगत् त भीडहरूको समूह हो । जता हावा बग्यो त्यतै बग्छ समाज । यथार्थमा जति बेला कुष्ठरोगीहरू पीडामा छट्पटाई छट्पटाई मृत्यु वरण गर्न पुग्थे त्यतिबेला मदर टेरेसाले उनीहरूलाई आफ्नो काखमा राख्ने, मलमपट्टी लगाएर सेवा गर्ने क्रममा, मृत्यु वरण गर्नैपर्‍यो भने पनि आनन्दपूर्वक आमाको काखमा प्राण त्याग्न पाएँ भन्ने लागोस् भनेर त्यो पद्धति अपनाउनुभएको थियो । त्यति गर्न पाउँदा मदर टेरेसालाई चरम खुसी लाग्दो रहेछ ।

आफ्नो कारणले भन्दा पनि उपचारको अभावमा अल्पायुमा उहाँले जीवन गुमाउनु परेकाले त्यो घटनालाई तत्कालीन समाजद्वारा घटाइएको मृत्यु जसलाई हत्या शब्दको प्रयोग गर्नुहुँदो रहेछ । हिजो अर्थ बुझ्न र बुझाउन नसकेको समाजले आज उहाँलाई यस धराको कहिल्यै ननिभ्ने ज्योतिको नामले लाखौंको संख्यामा प्रेम गर्नेहरू धर्तीमा छन् र अझै बढ्दै जानेछन् ।

आध्यात्मिक नक्षत्र दादी जानकी, वर्तमान समय ब्रह्माकुमारी राजयोग ईश्वरीय विश्व विद्यालयकी प्रशासिका हुनुहुन्छ । उहाँले भौतिक शरीरको उमेर ९८ वर्ष हुँदासम्म लाखौंलाख ब्रह्मा वत्सहरूको जीवनको ऐना बनेर जीवन व्यतीत गरिराख्नु भएको छ, आज पनि । धर्तीलाई नै स्वर्ग बनाउने अभियानका प्रेरणाकी स्रोत दादी माँ यज्ञको शुभारम्भका दिनमा ब्रह्मावत्सहरूलाई सामान्य नर्सले पुऱ्याउने सेवा गरेको कुरा दादीको अनुभवमा श्रवण गर्न पाइन्छ । आज दादी जानकीले हेल्थ फाउण्डेसन मार्फत लाखौं लाख मानवको सेवामा अतुलनीय सेवा पुऱ्याउनु भएको छ । दादी माँ हजुरको यो महानतम सेवा भावका लागि सत् सत् नमन ।

\- ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

## योगद्वारा सिद्धि

प्रस्तोता : पद्मपाणि सुवेदी, भरतपुर

भगवान् परमपिता परमात्माले गीतामा भन्नुभएको छ– मानिसलाई योगाभ्यास आत्म-शुद्धिको लागि, मनलाई नियन्त्रण गर्नको लागि र कर्मेन्द्रियहरूमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि गर्नुपर्दछ । आत्म-शुद्धि योगको मुख्य लक्ष्य हो । यस पवित्रतामा पूर्व जन्मको विकर्म पनि दग्ध हुन्छ र संस्कार पनि परिवर्तन हुन्छ । यही पवित्रताद्वारा मानिसलाई सम्पूर्ण सुख र शान्ति प्राप्ति हुन्छ । यसैले गीतामा भनिएको छ– बुद्धिको योग परमात्मासँग नहुनाले मानिसमा न शान्ति हुन्छ न उसको सद्विवेक नै जागृत् भएको हुन्छ । यदि बुद्धिको योग परमात्मासँग हुने हो भने मानिसमा दुःख अन्त्य हुने थियो, उसलाई शान्ति, पवित्रता र परमसुख प्राप्त हुने थियो । ऊ अतीन्द्रिय सुखमा स्थित हुनपुग्थ्यो । उसका सबै कठिनाइहरू समाप्त भएर जान्छन् र ऊ संसार सागरबाट पार तर्न सक्छ ।

पहिला उसको कर्म, विनायोगको हुने भएकाले ऊ आत्मालाई चढ्ती कलातर्फ लैजानेवाला हुँदैनथ्यो बरु तुच्छ प्रकारको हुन्थ्यो तर अब उसले योगद्वारा कर्मलाई कुशल बनाउँछ र ऊ सिद्धि, असिद्धि, हानि, लाभ इत्यादिमा एकसमान रहन्छ । यस प्रकारको योग प्रत्यक्ष फल दिनेवाला हुन्छ जसबाट यस जीवनमा पनि मानिस सदाचारी, पवित्र र शान्त हुन्छ तथा ईश्वरानुभूति गर्दछ साथै अन्त्यमा परमधाम पनि फर्कन्छ । यसैले भगवान् परमपिता परमात्माले आश्वासन दिनुभएको छ कि– हे वत्स, कोही जतिसुकै पतित अथवा दुराचारी किन नहोस्, यदि उसले यो योगको अभ्यास गर्दछ भने शीघ्र नै उसलाई सुख र पछि ब्रह्मनिर्वाण प्राप्त हुन जान्छ । गीतामा योगीको जुन लक्षण बताइएको छ त्यसबाट पनि स्पष्ट हुन्छ कि योगको स्थिति धेरै उच्च हुन्छ, योगीलाई यसै जीवनमा पनि श्रेष्ठ प्राप्ति हुन्छ भने भविष्यमा पनि मुक्ति र जीवन मुक्ति प्राप्त हुन्छ ।

साभार : श्रीमद् भगवद्गीता

## खुसीमा नृत्य

खुसी रहने सहज विधि हो निरन्तर हल्का रहनु । पवित्र विचारहरू हल्का हुन्छन् भने व्यर्थ विचारहरू बोझिला हुन्छन् । त्यसैले, तपाईंको बुद्धिलाई पवित्र विचारहरूद्वारा व्यस्त बनाइराख्नुहोस् त्यसपछि त तपाई हल्का भइरहनुहुन्छ अनि खुसीको नृत्य भइरहन्छ । हामीले ध्यान दिने भनेको विनाकुनै अपेक्षा अरूलाई खुसी दिनेमात्रै हो । यसो गर्नका लागि जस्तोसुकै परिस्थिति भइरहे पनि खुसीको खजानालाई निरन्तर बढाइरहनुपर्दछ ।

# भौतिक र आध्यात्मिक मूल्यहरूबिच सन्तुलन

✍ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

मूल्यहरूलाई कदर र महत्त्व दिनाले मानिस स्वयं मूल्यवान् हुनुका साथै महानताको जल्दो-बल्दो उदाहरण बन्न सक्दछ । सबै प्रकारका वस्तु, वैभव र सुख सुविधाले सम्पन्न हँदाहुँदै पनि मूल्य र गुणहरूको अभावमा जीवन अधुरो र अभावग्रस्त नै रहेको अनुभव हुन्छ । सफलतासँगै सन्तुष्टि र सुखद अनुभूतिका लागि मूल्यहरूको अवमूल्यन हुन दिनुहुँदैन । किनकि मूल्यहरू नै जीवनमा सदावहार र समरसता कायम राख्ने सुन्दर शृंगार हुन् । यिनीहरूलाई जीवन दर्शनमा धारणा गर्नु बुद्धिमानी मानिने छ । कदाचित् यिनीहरूलाई वेवास्ता गरी कुल्चिदिनाले जीवन मूल्यहीन, कुरूप र निकम्मा बन्दछ ।

प्रश्न भौतिक र आध्यात्मिक मूल्य बीचको सन्तुलनका बारेमा विवेचना र विश्लेषण गर्नेबारे उठाइएको छ । निश्चित रूपमा मानव जातिले आफ्ना सम्पूर्ण क्रियाकलाप भौतिक जगत्मा नै गर्दछ । उसले आफ्नो भूमिका प्रदर्शनका लागि भौतिक शरीरको आधार नै लिनुपर्दछ । व्यक्तिलाई यस संसारमा अवतरित हुन भौतिक शरीरको नै आवश्यकता पर्दछ । भौतिक शरीरलाई हृष्ट-पुष्ट र सबल राख्न यसलाई उचित पौष्टिक आहार दिनुका साथै अन्य आधारभूत आवश्यकताको परिपूर्ति गर्नु पर्दछ । तिनीहरूका आधारमा नै शरीरको पालन, पोषण, विकास तथा सुरक्षा आदि हुने गर्दछ । भौतिक जगत्मा अभिनय गर्न भौतिक कुराको चाँजोपाँजो अपरिहार्य हुन्छ ।

प्रगतिशील संसारमा भौतिक समुन्नतिका लागि मानिसले तमाम परिकल्पना, योजना तर्जुमा गर्नुका साथै तिनीहरूको लक्ष्य प्राप्तिका लागि प्रशस्त समय, शक्ति र श्रोत व्यय गदर्छन् । अथक रूपमा प्रयत्नशील रही लक्ष्य प्राप्तिका दौरान आइपर्ने तमान चुनौतीहरूलाई समेत धैर्य र साहस पूर्वक सामना गर्दछन् । आजको युगमा देखापरेको विद्युतीय उन्नति-प्रगति मानवको निरन्तर प्रयत्न, प्रयास, लगनशीलता र सक्रियताको नै परिणाम हो । मानिसमा भएको योग्यता, क्षमता, कला, सीप र प्रविधिको साकार दर्शन बाह्य संसारमा भएको उपलब्धिमार्फत देख्न पाइन्छ । मानव सोच, भावना, वृत्ति र कर्मले संसारमा धेरै कुरा गर्न सक्दछ । मानवको दृढ इच्छाशक्ति र समर्पणभावका अगाडि कुनै पनि कुरा असम्भव हुन सक्दैन । बुद्धि र विवेकको वरदान प्राप्त मानव जाति यदि सकारात्मक रूपमा अगाडि बढ्दछ भने संसार सधैंका लागि अमन चयनको थलो बन्दछ । यदि निहित स्वार्थवश नकारात्मक कदम उठाउने हो भने संसार दुर्गतिको चरम अवस्थालाई प्राप्त गर्दछ ।

भौतिक मूल्यलाई मात्रै प्रधानता दिई त्यसैको आधारमा कार्य गर्नाले मानिसमा अति महत्त्वाकांक्षाको प्रवृत्ति हावी हुने र क्रमबद्ध रूपमा मानिस संकुचित स्वार्थको प्रभावबाट परिचालन हुन थाल्दछ । जहाँ निहित स्वार्थ हुन्छ त्यहाँ मानिसमा लोभ, लालच, म र मेरो पनका साथै ईर्ष्याभाव, वैरभाव जस्ता नकारात्मक वृत्तिहरू सशक्त हुँदै जान्छन् । फलत: मानिसको स्वभाव संस्कार निर्दयी, क्रूर, अरूलाई सताउने र चिडचिडापनको हुन पुग्दछ । त्यसबाट मानिस स्वयं पनि अशान्त, तनावग्रस्त र असन्तुष्ट रहन्छ र साथै अरूप्रति अन्यायी र अत्याचारी बन्न पुग्दछ । आफ्नो मात्रै हित र लाभ हेर्ने मानसिकताका कारण अरूलाई परेको पीर, मर्का र अप्ठ्यारोलाई उसले महसुस गर्न सक्दैन । त्यस्तो व्यक्तिले कहिल्यै पनि आफूले गरेको गल्ती स्वीकार गर्न सक्दैन ।

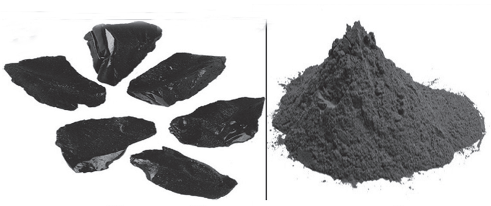
भौतिक उपलब्धिलाई आधार मानेर अग्रगति लिने व्यक्तिमा सूक्ष्म रूपमा अहंकार हुनुका साथै ऊ आफ्नो यश-कीर्तिको भोको हुन्छ । उसमा आफूलाई बढीभन्दा बढी प्रदर्शन गर्ने बानी हुन्छ । यस्तो रवैयाले वास्तवमा कसैको हृदय जित्न सकिदैन, बरु मानिसहरू 'मेरो गोरुको बाह्रै टक्का' भन्ने व्यक्तिबाट टाढै रहन चाहन्छन् । भौतिक वस्तु वैभवप्रतिको रागले मानिसमा असीमित इच्छा, आकांक्षा पैदा गरिदिन्छ जो कहिल्यै पनि पूर्ण हुन सुक्दैन, बरु मृगतृष्णासमान बनेर उसलाई परेसान गरिरहन्छन् । भौतिक मूल्यलाई प्रधानता दिने मानिस धन, दौलत, मणि, महल आदिका लागि नै मर्ने मेटिने गर्दछ र यस क्रममा उसले उच्च नैतिक, चारित्रिक र मानवीय मूल्यहरूलाई कुल्चिन पुग्दछ । इतिहास साक्षी छ कि कतिपय राज्य सत्ता समेत औधि भौतिकवादको प्रभावमा आई भोग, विलास र वासनामा फँसेर निकृष्ट आचरणको वश हुनपुग्दा आफैं समाप्त भएका छन् । भनिन्छ– रोमको उत्थान हुनु नै उसको पतन हुनु हो । (The rise of Rome is the fall of Rome) अर्थात् भौतिक विपुलताको उचाईमा पुगेका प्राचीन सभ्यता र संस्कृति पनि आध्यात्मिक र चारित्रिक मूल्यका अभावमा विलय हुन पगेका छन् ।

वर्तमान विज्ञानको समुन्नत युगमा पनि सत्यनिष्ठा र चारित्रिक मूल्यमा आएको ह्रासले भयावह खतराको संकेत दिइरहेको छ । निस्सन्देह भौतिक उन्नति र प्रगतिको तीव्रगामी दौडमा मानिस असीमित ढंगले अगाडि बढिरहेको छ । मानिसले असम्भव कुरालाई पनि सम्भव तुल्याएको छ । तर यसका साथै विकासको यस युगमा तनाव, चिन्ता, भय, त्रास, दिक्दारी, निराशा र हत्या हिंसाको संस्कृतिमा समेत परिवर्तन भएको छ । मानिसको मन र शरीरलाई रेस्ट, रिफ्रेस र रिचार्ज गर्न नैसर्गिक रूपमा प्राप्त निद्रासमेत छिनिएको छ । अझ सुविधा सम्पन्न विकसित मुलुकहरूमा आपसी सम्बन्ध विच्छेद (divorce) का केसहरू वृद्धि हुनुका साथै युवाहरूमा आत्मघाती घटना (Suicidal events) बढिरहेका छन् । हत्या, हिंसा, बलात्कार, पापाचार, अपहरण, लडाइँ, युद्ध, बमबारीका घटना दिनहुँ अति वृद्धि भइरहेको तथ्य सबैका सामु छ । गहिराइसँग अध्ययन गर्दा यी सबै प्रकारका घटनाको मूल कारण, मानिस बढीभन्दा बढी भौतिकवादी हुनु र आध्यात्मिकतालाई वास्ता नगर्नु नै हो भन्न आपत्ति न होला । किनकि आध्यात्मिकताले जीवनको चौतर्फी संचालनमा लुब्रिकेन्ट (चिल्लो पार्ने) तत्त्वको काम गर्दछ । भौतिक सम्पन्नता र विपुलता हुनु हुँदैन भन्ने मनसाय कदाचित् होइन । मानिसका आवश्यकता आपूर्तिका अतिरिक्त धन दौलतको प्रचुरता, वस्तु वैभवको भरपूरता हुनु राम्रो पक्ष हो । तर यी सबैको सही र अनासक्त भावले प्रयोग गर्नका लागि भने आध्यात्मिक जागृतिका साथ संयम, नियम र मर्यादाको परिधिभित्र रही उपभोग गरेमा दिगो सुखकारी हुनेछ । अन्यथा समस्या र जटिलताले झन् झन् उग्रता र कठोरता प्राप्त गर्दै जानेछ । वास्तवमा आध्यात्मिक मूल्यले मानिसलाई आत्म-अभिमानी बनाइदिन्छ । साथै परमात्म स्मृतिमा रहेर मन, बुद्धि, संस्कार र चित्तको शुद्धिका लागि ध्यान योग गर्नमा बल दिन्छ । मानिसले जब ज्ञान र योग अभ्यासको चिन्तन गर्दछ त्यसबाट उस भित्रका शाश्वत मूल्य, गुण र शक्तिहरू सशक्त र सक्रिय हुन पुग्दछन् भने कमजोर र नकारात्मक कुराहरू मेटिंदै जान्छन् । मानिस स्वभावैले, शान्त, स्नेही, सहयोगी बनी एक अर्कालाई सम्मानभावले व्यवहार गर्न पुग्दछ । उसभित्र दया, क्षमा, परोपकार र सहनशीलताजस्ता दिव्य गुणहरू विकसित हुन्छन् । ऊ सबैले सुख पाऊन् र कोही पनि दु:खी अशान्त, रोगी र कमजोर नबनून् भन्ने विशाल भावना राख्दछ । आफ्नो तर्फबाट कसैलाई पनि पीडा हुने संकल्प, बोल र कर्म गर्दैन । यसको सट्टा आफ्ना तर्फबाट यथाशक्य सहयोगी र सहजकर्ताको भूमिका निर्वाह गर्दछ ।

वास्तवमा आध्यात्मिक मूल्य र गुणले सम्पन्न सत्ययुगमा वस्तु वैभवका सम्बन्धमा उदार मान्यता थियो, 'तपाईंको त तपाईंकै हो तर मेरो पनि तपाईकै हो 'मध्यकालीन द्वापरयुगमा मानिसमा इमान्दारी थियो, "महाशय तपाईंको तपाईंकै हो र मेरो मेरै हो" । तर दुर्भाग्य वर्तमान कलियुगी जमानामा मानिसको प्रवृत्तिले कस्तो पल्टा खाएको छ, "मेरो त मेरै हो, तपाईंको पनि मेरै हो" । अर्थात् स्वार्थ चरम सीमामा पुगेको छ । त्यसैले पुन: आध्यात्मिक मूल्य, गुण र शक्तिबाट स्वयंलाई परिमार्जन र परिस्कृत गरी वर्तमान मानव सभ्यतालाई भौतिक सम्पन्नता र आध्यात्मिक सशक्तीकरणको सन्तुलनका साथ अघि बढाउनु पर्ने आवश्यकता छ । दुवै मूल्यहरूको समानुपातिक सन्तुलनका साथ अगाडि बढियो भने समस्त विश्वबाट सबै प्रकारका अनिष्ट समाप्त हुने छन् तथा यो धरा पुन: सुखधाम र अमन चयनको स्थल बन्नेछ । हाहाकारको ठाउँमा जयजयकार हुनेछ ।

## अध्यात्म-विज्ञान

*भय केवल हाम्रो कल्पनाको उपज हो ।* –महात्मा गान्धी



## शिलाजित् शुद्ध कालो
(Black Rock Exudate)

**परिचय** : गर्मी महिनाताका चैत्र-साउनमा भित्रीचट्टान पग्लिएर शिलालाई जितेर बाहिर आउने रसलाई शिलाजित् कालो भनिन्छ । फलाम-लौहखानीबाट निक्लिएको/रसाएको पत्थर-ढुङ्गालाई भेदन गरी मूल फुट्ने यो शिलारस प्राय: असजिलो तारेभिर-पहरामा पाइन्छ । ढुङ्गा माटो सहितको यो शिलाजित्लाई ल्याएर हर्रो, बर्रो, अमला, भृङ्गराज, पाखनभेद, गुर्जो या काउलोलाई चर्ने गाईको मूत्रमा अथवा रोगअनुसारको जडीबुटीको रसमा राखी/घोली सङ्लो भएपछि छानेर पकाइन्छ वा

## स्वास्थ्य रहस्य
*HEALTH*

सूर्यतापमा तपाइन्छ । पकाएर बनाएको र सूर्यतापी गराएको शास्त्रीय विधिबाट निर्मित यो प्रक्रियालाई शुद्ध शिलाजित् भनिन्छ । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव गरम हुन्छ । **गुण-धर्म** : यो खनिजीय लवण र लौहतत्त्वहरूले भरिपूर्ण, अर्बुदहर, सर्ववातव्याधि-कफनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, त्रिदोषजविकारनिस्काशक, वेदनाशामक, शोथहर, रक्तदोषनिवारक, आयुर्वर्धक, चर्मरोगनाशक, महारोगहारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : शुद्ध शिलाजितले श्वासनली सुन्निएको, कफग्रस्त दमखोकी, पित्तपत्थरी, मृगौलापत्थरी, अर्श, मधुमेह, मूत्राघात-मूत्रकृच्छ्र, मृगौला-मुटु सुन्निएको, जोर्नीवाथ, पक्षघात, वाथरक्त, वायुगोला-शूल, अर्बुद, गृधर्सीवात, त्रिदोषज विकार, चर्मरोग, घाउ-चोट, सुन्निएको, अङ्गदर्द, निम्नरक्तचाप-अग्निमन्द, मोटो-बोसो वृद्धि, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, कलेजोको गिर्खा-गाँठा, आन्द्राका हररोग, रक्तश्राव, आमवात, इत्यादि सञ्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो १-३ ग्राम चनाको दाना जति चम्चाको बींडले झिकेर, बटी १-२ मासको दानाजत्रो, धूलो १-२ ग्राम, काँडापानी १ गिलास रङ्ग र गन्ध आउनेमात्र, मुखमा च्याप्ने, चुस्ने १-२ पटक । बालबालिकाका लागि १-२ पटक, वयस्कका लागि ३-५ दिन देखि १ हप्ता, जीर्णरोगमा महिनाभर, बुढ्यौलीको असाध्यरोगमा सधैं खानुपर्छ । **होसियार**: तातो र मात्रा धेरै नगर्नुस् । यथासम्भव अनुपान-सहपान र समय मिलाउनुपर्छ ।

साभार : आधुनिक जडीबुटी विज्ञान
लेखक : योगी धर्ममहारस

# मृत्युसँग मित्रता

प्रस्तोता : ब्रह्माकुमार भागवत,
नारायणगढ

एउटा चतुर व्यक्तिलाई कालसँग धेरै डर लाग्थ्यो । एक दिन उसलाई एउटा अनौठो चतुराईं बुद्धिमा आयो जस अनुसार उसले काललाई आफ्नो मित्र बनायो । ऊसँग भन्यो– मित्र, तिमीले कसैलाई पनि छोड्दैनौ, कुनै दिन मलाई पनि गला लगाउनेछौ । कालले भन्यो– सृष्टि नाटकको यो नियम हो यसैले म बाध्य छु । म तपाईंको मित्र हुँ, म जति सेवा गर्न सक्छु त्यो गर्ने नै छु, तपाईं मसँग के आशा राख्नुहुन्छ बताउनुहोस् । चतुर व्यक्तिले भन्यो, म यति नै चाहन्छु– तपाईं मलाई लिन आउनुभन्दा केही दिन अगाडि एउटा पत्र अवश्य पठाउनुहोला जसकारण म आफ्ना बाल-बच्चालाई कारोबार सम्बन्धी सबै कुराहरू राम्रोसँग बुझाउन सकूँ र स्वयं पनि भगवान्को भजनमा लाग्न सकूँ । कालले प्रेमसँग भन्यो– यो कुनचाहिँ ठूलो कुरा हो र ! म एउटामात्र होइन मित्र चारवटा पत्र पठाउनसक्छु, पठाउँला । मनुष्य बडो प्रसन्न भयो र सोच्न थाल्यो आजदेखि मेरो मनमा कालको भय पनि समाप्त भयो । म जानुभन्दापूर्व नै आफ्ना सबै कार्य पूर्ण गरेर जानेछु र देवताहरूले पनि स्वागत गर्नेछन् । दिन बित्दै गए, आखिर मृत्युको घडी त आउनु नै थियो, आयो । काल आफ्ना दूतहरूसहित त्यस चतुर व्यक्तिको समीपमा आएर भन्नथाल्यो– तिम्रो नाममा मसँग पत्र छ, म सत्यता र दृढतापूर्वक आफ्नो स्वामीको आज्ञा पालन गर्दै एक क्षण पनि तिमीलाई यहाँ छोड्न सक्दिनँ । मनुष्यको टाउको दुख्न थाल्यो, भृकुटीमा भारी भयो, गह्रुङ्गो भयो । भन्नथाल्यो– धिक्कार होस्, तिमीजस्तो मित्र हुनु त, मसँग विश्वासघात गर्दा लाज लाग्दैन ? तिमीले मलाई वचन दिएका थियौ– लिन आउनुभन्दा पहिले पत्र लेख्नेछु । मलाई यो कुरामा धेरै दु:ख भयो कि विना कुनै सूचना अचानक दूतहरूसहित मलाई लिन आयौ । मित्रताको भूमिका निभाउनु त कहाँ हो कहाँ, आफ्ना वचनलाई पनि पूरा गरेनौ ।

काल हाँस्यो र भन्यो– मित्र यति धेरै झुटो नबोल । मेरै साम्नेमा मलाई नै झुटो सिद्ध गरिरहेका छौ । मैले तिमीलाई एउटामात्र होइन चार-चार वटा पत्र पठाएँ । तिमीले एउटाको पनि उत्तर दिएनौ । मनुष्यले छक्क पर्दै सोध्यो– कुनचाहिँ पत्र ? कुनै प्रमाण ? मलाई पत्र प्राप्त भएको कुनै प्रमाणको लागि डाक रसिद तिमीसँग छ भने देखाऊ । कालले भन्यो– मित्र, न हतारियौ– मेरा चारवटै पत्र अहिले तिमीसँग छन् । मेरो पहिलो पत्रले तिम्रो शिरमा चढेर, तिम्रो कालो सुन्दर कपाललाई सेतो बनाइदियो र यो पनि भन्यो कि 'सावधान ! जो गर्नु छ गरिहाल । नाम बढाउन, धन संग्रह गर्न छोडेर भजनमा लाग', तर मेरो पत्रले तिमीमाथि थोरै पनि असर गरेन । बनावटी रङ्ग लगाएर तिमीले आफ्नो कपाललाई अझ कालो बनायौ, पुन: जवान बन्ने सपनामा मस्त रह्यौ । आजसम्म पनि मेरा सेता अक्षर तिम्रो टाउकामा लेखिइरहेका छन् । फेरि केही दिनपछि मैले दोस्रो पत्र तिम्रो नेत्रप्रति पठाएँ । दुई मिनट पनि संसारबाट ध्यान हटाएर ज्योतिस्वरूप प्रभुको ध्यान गरेनौ । अझ ठूला-ठूला शिशा भएको चश्मा लगाएर सांसारिक दृश्यप्रति उद्यत भइरह्यौ । यतिमा पनि सावधान नभएपछि मलाई तिम्रो दीन दशाप्रति धेरै दया जाग्यो र मैले मित्रताको नाताले तेस्रो पत्र पनि लेखें, पठाएँ । त्यो पत्रले तिम्रो दाँतलाई छोयो, हल्लायो, र उखेलिदियो । आफ्नो पत्रको जबाव पनि नदिइकन अझै नक्कली दाँत लगाएर संसारका भौतिक पदार्थको स्वाद लिइरह्यौ । मलाई धेरै दु:ख यस कुरामा भयो– म सधैं यसको भलो सोच्दछु तर यो हर कुरामा एउटा नयाँ र बनावटी मार्ग खोज्न तयार हुन्छ । अन्तिम पत्रको रूपमा मैले रोग-क्लेश तथा पीडालाई पठाएँ परन्तु तिमीले अहंकारको वशमा परेर सबै सुनेको नसुनै गर्‍यौ ।

जब मनुष्यले कालले पठाएका पत्रहरूलाई सम्झियो र बुझ्यो तब ऊ गला फाटुन्जेल रुन थाल्यो र आफ्नो विपरीत कर्ममा पश्चात्ताप गर्न पुग्यो । उसले स्वीकार गर्‍यो– मैले व्यर्थमा शुभ चेतावनीले भरिएका यी पत्रहरूलाई पढिनँ, म सधैं यही सोच्दै रहें– भोलिदेखि नै भगवान्को भजन गर्नेछु । आफ्नो कमाइ राम्रो शुभ कार्यमा लगाउनेछु, तर भोलि आएन । कालले भन्यो– आजसम्म तिमीले जति पनि गर्‍यौ, सबै राग-रंग, रस-रञ्ज, स्वार्थ र भोगका लागि गर्‍यौ । जानी-बुझी ईश्वरीय नियमलाई तोड्यौ, यो कार्य अक्षम्य छ । मनुष्यले जब बोलेर नहुने रहेछ भन्ने बुझ्यो तब उसले करोडौं सम्पत्तिको लोभ देखाउन थाल्यो ।

कालले हाँसेर भन्यो– यो त मेरो लागि धूलोसमान हो । लोभले सांसारिक मानिसलाई वशमा गर्न सक्छ, मलाई होइन । यदि तिमी मलाई लोभ्याउन चाहन्थ्यौ भने त सच्चाइ र शुभ कर्मको धन संग्रह गर्ने थियौ । कालले जब मनुष्यको एउटा पनि आग्रहलाई सुनेन तब ऊ हाय-हाय गर्दै रुन थाल्यो । सबै सम्बन्धीहरूलाई पुकार्‍यो परन्तु कालले उसको प्राणलाई समातेर आफ्नो गन्तव्यतर्फ सुईंकुच्चा ठोक्यो, सबैले रोइदिनमात्र सके, कसैको केही लागेन ।

शिक्षा– समयको साथ-साथै उमेरका लक्षणहरूलाई पनि हेर्दै कम से कम हामीले प्रभुको यादमा त रहने अभ्यास गर्नुपर्छ त्यसमा पनि अहिले त कलियुगको अन्तिम समय चलिरहेको छ यसमा त हर एकले सानो भए पनि ठूलो भए पनि प्रभुको यादमा रहेर नै कर्म गर्नु पर्छ, किनकि कसको कतिखेर अन्तिम समय आउँछ थाहा हुँदैन ।

स्रोत : फेसबुक, ज्ञानामृतद्वारा प्रेसित

# बाबाले जिउन सिकाउनुभयो

एकलदेवी पौडेल, माडी

मेरो जन्म साधारण परिवारमा भयो । म बचपनदेखि नै धार्मिक, स्वभावकी थिएँ । व्रत पूजा पाठप्रति मेरो विशेष ध्यान रहन्थ्यो । परिवारको कल्याणका लागि गणेशको मंगल चौथीको व्रत लिन्थें । व्रत बसेको बेलामा न कहिल्यै भोक लाग्थ्यो न कहिल्यै थकाइ । मलाई लाग्थ्यो भगवान्‌को नाम लिइरहँदा शरीरमा एक प्रकारको शक्ति आउँदो रहेछ । शिवरात्रिमा म रातभर जाग्राम बस्ने गर्दथें । २०६७ सालमा वसन्तपुरमा जब ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्रको सेवा सुरु भयो । शुरुदेखि नै जब मैले कोर्स गर्न थालें तबदेखि नै मलाई यति आनन्द लाग्यो कि भक्तिमा मैले जसलाई पाउनका लागि व्रत पूजा आदि गर्दै थिएँ उहाँ नै मेरो भक्तिको फल दिन मेरो घरको ढोकैमा आउनुभयो । अहिले पनि मुरली सकेपछि जब गीत बज्दछ तब म भाव विभोर भएर आउँछु । साँच्चै मेरो बाबा मेरो दुःख पीडालाई देखेर मलाई सम्हाल्न आउनु भएको छ, अनुभव हुन्थ्यो । म जब दिनहुँ मुरली सुन्न जान्थें, मेरो श्रीमान् भन्नु हुन्थ्यो– सधैं किन जानुपर्‍यो ?

तर पनि मेरो मन मान्ने त कुरै भएन । मेरो श्रीमान्‌लाई धार्मिक कुरामा विश्वास हुँदैनथ्यो । त्यसैले बाबाको पासमा आउँदा बाबालाई भन्ने गर्थें– उहाँलाई पनि बाबामा विश्वास हुने हो भने उहाँको व्यवहारमा पनि परिवर्तन आउने थियो र मलाई पनि बाबाको ज्ञानमा चल्न सजिलो हुनेथियो, बाबालाई सुनाउने गर्दथें । त्यसैको प्रभावले हुनसक्छ– उहाँले मधुवन जाने इच्छा राख्नुभयो र बाबा अनि सबै दिदीहरूको सहायताले उहाँ मधुवन जानु पनि भयो । उहाँ मधुवनबाट आएपछि मलाई यो कुरामा अचम्म र खुसी लाग्यो कि उहाँ जो स्वर्ग र नर्क हुन्छ भनेर विश्वसै नगर्ने मान्छेले भन्नुभयो– त्यो “ठाउँ त साँच्चै नै स्वर्ग रहेछ” ।

उहाँ गएर आएपछि मलाई पनि बाबा मिलनमा जान पाउने आँट बढेर आयो र उहाँले नै २०७०को सेवाधारीको ग्रुपमा जाने व्यवस्था मिलाइदिनुभयो । मधुवन जान पाउँदा मलाई लागिरहेको थियो मेरो जन्म-जन्मान्तरको बिछोडिनुभएको बाबासँग मिल्न जाँदैछु, भित्र खुसीको सीमा रहेन ।

हामी मधुवन जाने दिन पनि आयो । सुभद्रा बहिनीजी सहित हामी ८ जना माघ २३ गते मधुवनका लागि माडीबाट प्रस्थान गर्‍यौं । हामी गीतानगरको एकदिन बसाइपछि भोलिपल्ट बिहान नारायाणगढमा लक्ष्मी दिदीको हातबाट टीका तथा आशीर्वाद लिई बसमा चढ्यौं । हामी सुनौली हुँदै लगभग ४ बजे गोरखपुर पुग्यौं । हामी सबैको गाइड मणी भाइजी हुनुहुन्थ्यो । वास्तवमा हाम्रो ट्रेनको समय बेलुकाको ७:३० बजेको थियो तर ट्रेन त भोलिपल्ट बिहान ५:०० बजेमात्र आयो । हामी ६३ जनाको ग्रुप बिहान त्यस ट्रेनमा चढ्यौं । त्यही दिन बेलुका हामी देल्लीबाट अर्को ट्रेनमा १० :४५ बजे चढ्नु थियो । तर गोरखपुरबाट जाने ट्रेन थोरै ढिलो भएको हुनाले दिल्लीबाट उता जाने हाम्रो ट्रेन छुट्यो । मलाई भने भित्र-भित्रै डर लाग्यो कि अब कसरी जाने हो । पहिलोपटक बाबा मिल्न आएकी म कतै छुट्ने त होइन ! तर बाबाले एकै छिनपछि अर्को ट्रेनको व्यवस्था गरिदिनुभयो । त्यो ट्रेन धेरै खाली थियो । हामी आरामसँग आबुरोड पुग्यौं । त्यहाँ पुग्दा बाबाका गाडीहरू आइराखेका थिए । ती गाडीमा चढेर हामी बाबाको घरमा पुग्यौं । जब गाडी गेटबाट भित्र छिरेर बाबाको घरको आँगनमा पुग्यो, भित्र-भित्रै यति आनन्द आयो– “आओ बच्चे !” भनेर गरेको स्वागतको इशाराले मेरो मनलाई अथाह खिच्यो । केही समयपश्चात् हामी तोकिएका कोठाहरूतर्फ लाग्यौं ।

भोलिपल्ट हामी शान्तिवनको सम्पूर्ण परिसर घुम्यौं । पहिलोपटक भएकाले जहाँ पुगिन्थ्यो त्यहीं बसिराखौं जस्तो लाग्दथ्यो । अर्को दिनमा हामी मधुवन घुम्न गयौं । विभिन्न ठाउँमा घुम्न जाने क्रममा पाण्डव भवन, जहाँ बाबा आफैंले यस धर्तीमा चरित्र निभाउनुभयो त्यस ठाउँमा पुग्यौं । वास्तवमा बाबाले एउटा सामान्य कुटीमा बसेर यत्रो ठूलो यज्ञ सञ्चालन गर्नुभयो । यसलाई देख्न र त्यहीं बसेर बाबाको याद गर्दा दिल भरिएर आउँथ्यो साथै अति खुसीको अनुभूति पनि भयो । बाबाले मुरलीमा भन्नुभएका चार धामहरू– बाबाको कुटी, हिस्ट्री हल, बाबाको कमरा, शान्ति स्तम्भमा बसेर योग गर्ने अवसर प्राप्त भयो । साथै ज्ञान सरोवर, पीस पार्कजस्ता ठाउँमा घुम्न पाउँदा मन खुशीले गद्-गद् भयो ।

त्यसपछि मेरो मन बाबा मिलनको प्रतीक्षामा थियो । सेवाधारी ग्रुप भएको हुनाले हामी बिहान र बेलुका बाबाको घरको सेवामा मस्त हुन्थ्यौं । फाल्गुण २ गते बाबा आउने दिन हामी सबै समयमै डायमण्ड हलमा उपस्थित भयौं । हलमा हामी लगभग २५००० थियौं । मानिसको यत्रो ठूलो भेला भएर पनि वातावरण एकदम शान्त थियो । बेलुकाको लगभग ७:३० बजे आदरणीय दादी गुल्जारजीको तनमा अव्यक्त बाबाको प्रवेश भयो । बाबाले जब दृष्टि दिन थाल्नुभयो, त्यतिखेर बाबाले मलाई– ‘बच्ची तिमी आइपुग्यौ’ भनेजस्तो लाग्यो । बाबालाई सबै मनका कुराहरू सुनाएँ । जन्म-जन्मान्तरपछि फेरि यो कल्पमा पहिलो पल्ट मिल्न पाउँदा अत्यन्तै हर्ष भएर आँखा रसाए । बाबासँग प्रतीज्ञा गरें– बाबा जस्तो-जस्तो परीक्षा र परिस्थिति आए पनि हजुरको हात र साथ छोड्ने छैन । बाबा मिलेको दुई दिनपछि हामी फर्किने दिन आयो । फर्किन मन त लागेको थिएन तर पनि फर्किनु त थियो नै । तपस्या धाममा गएर बाबासँग विदाइ लिएर फाल्गुण ४ गते मधुवनबाट नेपालतर्फ लाग्यौं । आउँदा यात्रा एकदमै आरामसँग भयो र फाल्गुण ६ गते हामी लौकिक घर आइपुग्यौं ।

साँच्चै बाबाको ज्ञानले मेरो जीवनमा धेरै परिवर्तन आएको छ । बाबाको ज्ञानले जीवन जिउने कला सिकाउँछ, खाने, बोल्ने, हिंड्ने हरेक कुरा सिकाउँछ । मलाई यति खुसी लाग्छ कि बाबाले प्रत्येक दिन हिम्मत आँट भरिदिनुहुन्छ । म ज्ञानमा आउनुभन्दा पहिला गाउँमा कुनै कार्यक्रम वा कुनै विषय-वस्तुमा बोल्नु पर्दा वा सबै मानिसको अगाडि कविता वाचन गर्नुपर्दा मलाई धेरै डर लाग्थ्यो तर बाबाको मदतले म अहिले कुनै कार्यक्रममा बोल्न र कविता भन्न सक्दछु, यो आत्मबल बाबाको ज्ञान मुरलीबाट पाएँ । बाबाको मुरलीमा अथाह शक्ति छ जसले निराश आत्मालाई आशाको किरण भरिदिन्छ दुःखी आत्मालाई सुख दिन्छ । बाबाले त मलाई कमाल गरिदिनुभएको छ ।

## पुस्तकालयको वातावरण

तपाईंले कहिल्यै यो विचार गर्नुभएको छ– किन पुस्तकायलमा विशेष प्रकारको वातावरण हुन्छ ? त्यो त्यस्तो ठाउँ हो जहाँ धेरै मानिसहरू भेला हुन्छन् तर त्यहाँको भाषा नै मौन हुन्छ, शान्ति हुन्छ । वातावरणमा शान्ति हुनु भनेको त्यहाँ शान्त मनहरूको उपस्थिति छ, र शान्त मनहरू केवल मनोरञ्जनमा मात्र हुँदैनन्, उनीहरू सहजै तथा स्वतन्त्ररूपमा रचनात्मक पनि हुन्छन् । सोच्नुहोस्, तपाईं मनको पुस्तकालयमा हुनुहुन्छ, जीवनका दराजहरूमा सजाइएका वा थुप्रिएका विवेक र ज्ञानलाई पल्टाइ-पल्टाई हेर्दै हुनुहुन्छ । मौनतालाई हेर्नुहोस्, त्यो स्थिरतालाई नियाल्नुहोस्, त्यसैमा चेतनालाई संलग्न गराउनुहोस् । अब तपाईं वास्तवमा नै सुन्न सक्नुहुन्छ । अनि सुन्न चाहेको कुरालाई सुनिन्छ पनि । अब तपाईं वास्तवमा नै सोच्न सक्नुहुन्छ, सोच्न चाहेको विषयमा सोचिन्छ पनि । अब तपाईं रचना गर्न सक्नुहुन्छ । हेर्नुहोस्, तपाईं एउटा रचनाकार, कलाकार हुनुहुन्छ । थाहा पाउनुहुनेछ– मौनता र रचनात्मकता एक आपसमा प्रेमी-प्रेमिका हुन् ।

# नैतिक शिक्षा आजको आवश्यकता

ब्रह्माकुमारी प्रतिमा, भरतपुर

मानव जीवनमा गाँस, वास र कपासको जति महत्त्व छ त्यति नै महत्त्व छ शिक्षा र स्वास्थ्यको पनि । परिवारको आर्थिक स्तर जस्तोसुकै भए पनि पारिवारिक वातावरणले हर एकको जीवनमा ठूलो प्रभाव पार्दछ । बिहानीले दिनको संकेत गर्छ भनेझैं बाल्यावस्थाले पछिको जीवनमा ठूलो भूमिका खेलेको हुन्छ (Child shows the man as morning shows the day) । औपचारिक शिक्षाको लागि विद्यालय जानुपूर्व बच्चाको लागि घरको वातावरण महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनकि उसका लागि घर नै पहिलो विद्यालय हो र आमा नै पहिलो शिक्षिका हुन् ।

बदलिंदो परिस्थिति सँग-सँगै हरेक मानवको दिनचर्यामा आमूल परिवर्तन आइरहेको छ । आफ्ना सन्तानलाई राम्रो लालन-पालन दिने र परिवारको आवश्यकता पूर्ति गर्ने सोचमा आज प्राय: मानिसहरू व्यस्त रहेको पाइन्छ । तर व्यस्तता पनि यहाँसम्म कि आफ्ना परिवारका सदस्यहरू एकै साथ जम्मा हुने समयसम्म पनि मिल्दैन । अभिभावकहरूकै कारण परिवारमा जेनरेसन ग्याप (Generation Gap) भइरहेको छ । आमा बुवाबाट पाउनुपर्ने मातृ तथा पितृ-वात्सल्यको अभाव भइरहेको छ । बच्चाहरूकै लागि भनेर रचिएको व्यस्तताले बच्चालाई बाल क्रीडा केन्द्रमा छोड्नुपर्ने विवशता छ । आमाको ममतायुक्त काखमा खेलेर हुर्किने बच्चाको अधिकार विज्ञाननिर्मित साधनसँग सीमित हुन पुगेको छ । फलत: अहिलेका बच्चाहरू सानै उमेरदेखि साधनसँगै हुर्किएका कारण आधुनिक साधनको प्रयोगमा निपुण त भएका छन् एकातिर भने, अर्कोतिर मानवीय भावना, स्नेह, प्यार अनि ममतासँग अनभिज्ञ नै छन् । साधनमा नै धेरै समय खर्चिएका कारण एकापसमा हुनुपर्ने व्यवहार सम्बन्धी सैद्धान्तिक ज्ञान भए पनि कर्ममा उतार्न सक्दैनन्, आमा-बुवाबाट सिकिनुपर्ने सबै कुरामा वञ्चित छन् ।

सानैदेखि साधनसँग हुर्किएका हुनाले ठूला भएपछि पनि साधनमै यति व्यस्त हुन्छन् कि घरमा हुँदा पनि साधनलाई छोडेर माता-पितालाई केही सघाउने फुर्सद निकाल्दैनन् । त्यसरी नै सानैमा आमाको हातबाट बनेको खाना वा नास्ता खान नपाएका हुनाले पछि ठूला भएपछि पनि तयारी चीजमात्र मन पर्ने, घरमा बनेका कुरा मन नपर्ने हुन्छन् । आमा बुवाको व्यस्तताका कारण सानामा टी.भी., कम्प्युटर खोलेर भुलाउने बानी पारिएका हुनाले बुझ्ने भएपछि पनि खाना खाँदा होस्, पढ्दा होस् जतिबेला पनि टी.भी. विना बस्नै सक्दैनन् । साधनहरू यति धेरै उपलब्ध छन् कि कसैको कसैसँग बोल्ने फुर्सदसम्म पनि हुँदैन । नेट, इन्टरनेटमै व्यस्त भएर समय बिताइरहेका हुन्छन् । बाल्यकालमा आमा बुवाको प्यारको अभाव भएर नै होला अलिकति बुझ्ने भएपछि पढाइमा ध्यान लगाउने बेलामा पनि अरू कसैको प्यारको चक्करमा लाग्छन् । भनेजस्तो नहुँदा नशालु पदार्थको सेवन गरी त्यही नशाको कारणले बिग्रिन पुग्छन् । भविष्य उज्ज्वल बनाउने आधारको समय– युवावस्थामा चारित्रिक उत्थानभन्दा पनि पतनतिर धकेलिइरहेका छन् । सही समयमा माता-पिताको मार्गदर्शन, प्यार, अनि साथको अभावमा आदत बिग्रिइसकेपछि लाख प्रयास गर्दा पनि कुनै उपाय लाग्दैन । कुनै पनि संयन्त्रले नियन्त्रणमा राख्न सक्दैन, न शिक्षक-शिक्षिका, न आमा-बुवा । स्नेह र प्यारमा बाँध्नुपर्ने समयमा नबाँधेपछि यो अवस्था आउँछ– आमाबुवाको गुनासो– छोरा-छोरीले आमा बुवाको दु:ख, भावना बुझ्दैनन् भन्ने हुन्छ अनि छोरा-छोरीको गुनासो– आमा बुवा पुरानो विचार धाराको हुनुहुन्छ कुरै मिल्दैन, जेनरेसन ग्याप हुन्छ । एक आपसमा भावना बुझेर सहयोग गर्नेभन्दा पनि दोषारोपणमा व्यस्त हुन्छन् ।

व्यस्तताका कारण आमा-बुवाले छोरा-छोरीलाई समय दिन सक्दैनन्, बाल क्रीडा केन्द्र (Child Care centre) हुँदै होस्टलमा हुर्किन्छन् । अनि बच्चाहरू पनि यति भावना शून्य बन्छन् जसको फलस्वरूप पछि गएर 'बूढेसकालका सहारा' भनिएका छोरा-छोरीले आमा बुवालाई वृद्धाश्रमतिर लगेर राख्ने व्यवस्था मिलाउँछन् ।

अत: यो कुरा बुझौं कि पैसा नै सबै कुरा होइन । परिवारमा पहिलो आवश्यकता भनेको आपसी समझदारी, स्नेह, प्रेम र सद्भाव हो । आमा बुवाले यो बुझ्नुपर्‍यो– जसरी वृद्धावस्थामा छोरा-छोरीको प्रेमको आवश्यकता हुन्छ त्यसरी नै बाल बच्चालाई पनि माता-पिताको प्रेम, स्नेह र पालनाको आवश्यकता हुन्छ । छोरा-छोरीले पनि यो बुझ्नुपर्‍यो कि मैले जस्तो व्यवहार गर्छु त्यसै अनुसारको नतिजा वा व्यवहार पछि गएर मैले पनि प्राप्त गर्नेछु ।

यसैले यी सबै कुराको दीगो समाधानका लागि प्राविधिक शिक्षाको जीवनमा जति महत्त्व र आवश्यकता छ त्योभन्दा बढी नैतिक शिक्षाको आवश्यकता हुन्छ । शिक्षामा नैतिक शिक्षा समावेश हुनु पर्दछ । यसका साथ-साथै जीवनमा ती शिक्षाहरू धारणा गर्न सहज होस् त्यसका लागि मनको सम्बन्ध परमात्मासँग जोड्ने विधि राजयोग अभ्यास पनि जरुरी हुन्छ । यसले हाम्रो मानसिक शक्ति बढाउँछ अर्थात् मनोबल बढ्छ । अत: नजिकको राजयोग सेवाकेन्द्रमा गई राजयोगको अभ्यासद्वारा जीवनलाई नैतिकतासम्पन्न बनाऔं । सकारात्मक पक्षले जीवनलाई भरपूर बनाऔं । जीवनमा आवश्यक पर्ने भावनात्मक पक्षको विकास गरौं ।

## दादी तिम्रो सान्निध्यमा

मानव मन सन्तुष्ट गर्ने, सदा संतोषी सन्तुष्टमणि
मातृत्व रूपेण साक्षात् देवी, बडी दादी प्रकाशमणि ।

प्रभु यादको निरन्तर गरी रहने अखण्ड साधना
स्वाभिमानी तथा परोपकारी, शुभ राख्ने सधैं कामना ।

अनुभव बताऊँ कुन शब्दले श्रेष्ठ ईश्वरीय दरबारको
प्रेमपूर्ण सम्मानको समय संगम भयो प्रभु परिवारको ।

सुन्दर पुष्प गुच्छा लिई तिमी अभिवादन गर्दै आउने
मनमोहक त्यो दृश्य सम्झँदा मेरो मन सधैं रमाउने ।

पवित्र पुण्य आत्माहरूको आनन्द विभोर बनाउने सभा
ईश्वरीय सेवामा मस्त रहने कुमारका दादी रत्न-प्रभा ।

पाएँ दृष्टि प्रत्यक्ष मैले साकारमा तिमी रहँदा
स्मृति त्यो बन्यो मेरो जीवनको अमूल्य सम्पदा ।

जब हस्तकमलबाट तिमीले प्रभु-प्रसाद दिदै थियौ
मीठो मुस्कान र वरदानी नयनले अन्तर्मनलाई धुँदै थियौ ।

जीवन यात्राको कामना देखिनँ तिमी बाहेक अन्यत्र
फैलायौ ज्ञान प्रकाश जगत्मा बनेर जाज्वल्यमान नक्षत्र ।।

ब्रह्माकुमारी निरु, गीतानगर

## दादीजीप्रति

लियौ जन्म अलौकिक संगममा दादी माँ
राजयोगिनी तपस्विनी बन्यौ जगतकी माँ ।

सरल, शान्त मधुर मुस्कान निर्मल दृष्टि ती
आफ्नो पनमा समाउने सबलाई अलौकिक वरदान दी ।

चन्द्रमा जस्तै शक्ति नै थियो शीतल दिनमा
आदि र रत्न बनेर बस्यौ बाबाको दिलमा ।

पूर्णिमादेखि औंसीमा गई बिलाए चन्द्रमा
साकारबाट अव्यक्त भयौ ब्राह्मणको माझमा ।

नजरमा घुम्छ त्यो सेरोफेरो त्यो मधुवनको
झझल्को आउँछ यो मेरो मनमा त्यो दादी भवनको ।

भूमि नै पुण्य भूमि नै पावन त्यो मधुबनको
उर्लेका भाव शब्दमा आयो यो मेरो मनको ।

आयो नि फेरि त्यै दिन आयो स्मृति दिवस
श्रद्धा र सुमन अर्पण गर्न भएँ नि विवश ।

✍ सीता अप्रेती, महेन्द्रचोक, चितवन

## दादीजीको सम्झनामा

स्तम्भ हौ प्रकाशकी दादी प्रकाशमणि
सत्यम् शिवम् सुन्दरम्‌की तिमी नै सुन्दरी ।

कोमलता धैर्यबल क्षमाकी छ्यौ धनी
महिमा अनि उदाहरणयोग्य छ तिम्रो जीवनी ।

बत्ती हौ तिमी तम फाँड्दछ्यौ आफू अँध्यारो पिई
कहिल्यै नरित्तिने छौ तिमी खुसीकी भण्डारी ।

हिमाल जस्ता अटल दन्त जब मुस्कुराउँथे
हरेक जन-जन तन मनको कलुष भुल्दथे ।

साकारमा भेँट गर्ने मौका मिलेन दादी तिमीसंग
वाणी सुन्दा जीवन पढ्दा लाग्छ आफ्नै हरपल ।

शान्तिको किरण बर्साउने हौ तिमी महादानी
ज्ञानको आस्वादन गराउने जगदम्बाकी सखी तिमी ।

अनगिन्ती तारालोककी नक्षत्र हौ तिमी
देहबाट अलग सधैं फरिस्ता अनि परी ।

इतिहासमा अंकित छ अमर तिम्रो नाम
राजऋषि तपस्विनी तिमीलाई बारम्बार प्रणाम ।

✍ ब्र.कु. ईश्वरी, बूढानीलकण्ठ, काठमाण्डौ

बहुमुखी प्रतिभा........

सोच हुन्थ्यो । सेवाकेन्द्रको भव्य वास्तु, रिट्रट सेन्टर वा संग्रहालय यी सबै दादीजीको दूरदर्शिताका फल हुन् ।

७) **क्षमादानको कला** : दादीजीको दिल सागरसमान थियो । उहाँको हृदयमा दया-करुणा-क्षमा यी त्रय दिव्यगुणको त्रिवेणी बगिरहन्थ्यो । उहाँसामु जतिसुकै ठूलो गल्ती गर्नेवाला आओस्, उहाँ उसको परिवर्तन एवं आत्मा कल्याणको लागि शिक्षा दिनुहुन्थ्यो । कुनै पाप कर्म गर्नेलाई घृणा गर्नुहुन्नथ्यो । बरु उसलाई सावधानी दिएपछि उसको गल्तीलाई तुरुन्त भुलाइदिनुहुन्थ्यो । दोस्रोपटक ऊसँग भेट्दा यसरी प्रेमपूर्वक मिल्नुहुन्थ्यो जस्तो कि केही भएकै छैन ।

८) **मधुर मुस्कानद्वारा आफ्नो बनाउने कला** : दादीजीको मन्द-मन्द मुस्कुराएको चेहरा निर्मल प्रेमको दर्पण थियो । उहाँका चम्किएका निर्मल नयनद्वारा निश्छल स्नेहको वर्षा हुन्थ्यो । उहाँको आफ्नो वरदानी हातले सारा विश्वलाई स्नेहको धागोमा बाँध्नुहुन्थ्यो । उहाँको चेहराको प्रसन्न, निर्मल, नि:स्वार्थ स्नेहको मुस्कानलाई देखेर पलभरमा जुनसुकै व्यक्ति पनि आफ्नो देहभानलाई भुलेर उहाँको बन्नपुग्थ्यो । एकपटक भेटेपछि उहाँलाई बारम्बार भेटौंजस्तो लाग्थ्यो सबैलाई ।

९) **पालना दिने कला** : दादीजीमा विश्व माता वा माँको वात्सल्यमय ममताको झलक हरदम देखिन्थ्यो । हरेकलाई ब्रह्मा बाबासमान स्थूल वा सूक्ष्म पालना दिनका लागि तत्पर रहनुहुन्थ्यो । अति व्यस्त हुँदा-हुँदै पनि चाहे मधुवन निवासी होस् वा अन्य कोही बिमारी छ भने ऊसँग हालचाल सोध्न उसैका कोठासम्म पुग्नुहुन्थ्यो । उसलाई चाहिने औषधी, फल, तथा भोजनको उचित व्यवस्था गर्नुहुन्थ्यो । मधुवनमा जतिसुकै ठूलो पार्टी होस्, उनीहरूको खाने, पिउने, सुत्ने, बस्ने व्यवस्थाको स्वयं निरीक्षण गरेर उचित प्रबन्ध गराउनुहुन्थ्यो ।

१०) **मुरली श्रवण-पठन-पाठनको कला** : वास्तवमा दादीजी मुरलीधरको मुरलीमा मस्त रहने गोपिका वा राधिका हुनुहुन्थ्यो । अव्यक्त बापदादाको पदार्पण हुँदा नजिकै बसेर मुरली सुन्नु वा लेख्नु दादीजीको धारणा थियो । सुत्नेबेला वा उठ्नेबित्तिकै उहाँ मुरली पढ्ने वा सुनाउने गर्नुहुन्थ्यो । दादीजीले मुरली सुनाउँदा जुन मधुरसको अनुभव हुन्थ्यो त्यसको कुनै तुलना हुन सक्दैन । मुरलीधरको मुरलीको धून सुनाउनमा स्वयं मग्न हुनुहुन्थ्यो तथा अन्यलाई पनि झुमाइदिनुहुन्थ्यो ।

११) **विशेषतालाई चिनेर विशेष रत्न बनाउने कला** : दादीजीको चिन्ने शक्ति बडो गजबको थियो । जसरी सामान्यजस्तो देखिने पत्थर कुनै पारखीको हातमा आउनेबित्तिकै उसले त्यसमा निहित मूल्यलाई चिनेर पलिस (polish) गरेर अझ अमूल्य हीरा बनाइदिन्छ, त्यसरी नै साधारण लाग्ने आत्मामा लुकेको कला-गुणलाई उहाँले पलभरमा पत्ता लगाई उसलाई उमंग उत्साह दिनुहुन्थ्यो । उसलाई प्रोत्साहन गरेर, हिम्मत भरेर विशेष रत्न बनाइदिनुहुन्थ्यो । मधुवन वरदान भूमिमा अनेक विशेषताले सजिनुभएको दादी यस कलाको ज्वलन्त उदाहरण हुनुहुन्थ्यो ।

१२) **विश्वास राखेर विश्वासपात्र बनाउने कला** : ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयको यति विशाल कारोबार तपाईं कसरी सम्हाल्नुहुन्छ ? यस प्रश्नको उत्तर उहाँ बडो सरल तरिकाले दिनुहुन्छ– पहिले कार्य गर्नेवालामा विश्वास राख्दछु, उसलाई कार्य गर्ने पूर्ण स्वतन्त्रता दिन्छु र उसलाई जिम्मेवारी पूरा गर्नमा हर प्रकारले सहयोग दिन्छु, जसद्वारा कार्य गर्नेवाला स्नेहमा अर्पण भएर जिम्मेवारी पूर्ण गर्दछ, कहिल्यै विश्वासघात गर्दैन । जसद्वारा किनमेलको काम होस् वा डिपार्टमेन्टको कारोबार होस् उसले विश्वासपात्र बनेर गर्दछ ।

१३) **नम्र बनेर नव निर्माण गर्ने कला** : दादीजीको मुखबाट कहिल्यै पनि “म गर्छु” भन्ने शब्द सुनिएन । उहाँ सधैं यही भन्नुहुन्थ्यो ‘दादीको एक काँधमा बाबा र अर्को काँधमा दादा बस्नुभएको छ । बापदादा नै गर्ने गराउनेवाला हुनुहुन्छ । दादी त केवल निमित्तमात्र हो ।” यसप्रकारको निमित्त भाव दादीजीमा खाँदी-खाँदी भरिएको थियो । उहाँलाई कहिल्यै पनि कार्यको बोझले चिन्ता हुँदै गरेको देखिएन । उहाँ सधैं हल्का रहेर नवनिर्माण गर्नुहुन्थ्यो, ज्ञानसरोवर वा शान्तिवनको विशाल निर्माण कार्य उहाँको नम्रताद्वारा नवनिर्माणको जीवन्त प्रमाण हो ।

१४) **उमंग उत्साहमा रहेर जीवनलाई उत्सव बनाउने कला** : दादीजीको व्यक्तित्व उमंग उत्साहको बग्दो झर्ना नै थियो । हरेक दिनको गतिविधिमा नवीनता भरेर साधारण दिवसलाई पनि उत्सवको रूप कसरी दिने यो कुरा त जुन दादीजीहरूलाई सोधे पनि हुन्छ । हर पर्वलाई नयाँ र अलौकिक तरिकाले मनाउनुहुन्थ्यो । समय-समयमा सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूको आयोजनाद्वारा मनलाई मनोरञ्जन गरी जीवनको पूर्ण आनन्द लुट्ने र लुटाउने यो उहाँको रमणिकताले भरिएको आनन्द सृजना गर्ने, सदा उमंग उत्साहमा राख्ने संस्कार थियो ।

१५) **सम्मान दिएर सम्माननीय बनाउने कला** : ‘सम्मान देऊ र सम्मान लेऊ’ यो दादीजीको जीवनको कर्ममा उतारेको वाक्य थियो । सानो होस् वा ठूलो, पढेको होस् वा अनपढ, धनी होस् वा गरिब, सबैलाई उहाँ समान रूपले माननीय आत्मा मानेर सम्मान दिनुहुन्थ्यो । हर आत्मा सम्मानको अधिकारी छ, यही उहाँको दृढ धारणा थियो । यसैले उहाँले रजत जयन्ती, स्वर्ण जयन्ती, हीरक जयन्ती आदि समारोहको आयोजना गर्नुभयो, जसमा टीचर, कुमार कुमारी तथा अर्धकुमार-अर्धकुमारीको सम्मान समारोह आयोजित गर्नुभयो ।

१६) **सफल गरेर सफलतामूर्त बनाउने कला** : प्राप्त भएको तन-मन-धनलाई ईश्वरीय ज्ञान यज्ञमा सफल गर, सबैलाई यो प्रेरणा दिनुहुन्थ्यो । कुमारहरूको प्रिय कुमारका दादी कुमार हरूलाई तन यज्ञ सेवामा लगाएर सफल गर्ने उमंग भर्नुहुन्थ्यो । गृहस्थीहरूलाई धन वा गरिबलाई सुदामाको मुट्ठीभरि चामल दिएर महल लिने प्रोत्साहन गर्नुहुन्थ्यो । जोसँग धन र तन हुँदैन, उनीहरूलाई मनसा सेवाको महामन्त्र दिएर उनीहरूको पनि मनोबल बढाउनुहुन्थ्यो । सफल गरेर सफलतामूर्त बन्ने वरदान दिनुहुन्थ्यो ।

**कलंकी** : उपसेवाकेन्द्रको भवनको शिलान्यासको अवसरमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रमको उद्‌घाटन गर्नुहुँदै माननीय सभासद् नवीन्द्रराज जोशी, पूर्व मन्त्री राधाकृष्ण मैनाली, ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र नेपालका निर्देशक राज दिदीज्यू, धर्म गुरु दामोदर गौतम, ब्र.कु. रामसिंह तथा अन्य ।

**गैंडाकोट** : गैंडाकोट नगरपरिषद्‌को अवसरमा मुख्य अतिथि माननीय सभासद् डा. शशांक कोइरालालाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी अञ्जु ।

**हेटौंडा** : सेवाकेन्द्रमा आयोजित मम्मा स्मृति दिवसको अवसरमा आबाल ब्रह्मचारी श्री नारायण रामानुज दास जीलाई ईश्वरीय सौगात प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदी ।

# स्वराज्य अधिकारी

✍ ब्रह्माकुमार, किसनदत्त, शान्तिवन, आबूरोड

अध्यात्म आफैंमा अत्यन्त रहस्यपूर्ण विषय छ । आध्यात्मिक ज्ञानको अनुभव र वर्णन गरिसकेपछि पनि यस धरातलमा यसको आदि-मध्य-अन्त्यको रहस्य गुप्त नै रहिरहन्छ । अध्यात्मको रहस्य यो हो– मन, बुद्धि र संस्कार हाम्रा (आत्माका) सूक्ष्म शक्तिहरू हुन् । यी शक्तिहरू नै हामीभित्रका साम्राज्य हुन् । हामीले आफ्ना सूक्ष्म शक्तिलाई जानेर तिनीहरूलाई एकजस्तै मानेर उपयोग गर्नु छ । यी शक्तिहरूलाई आफ्नो आज्ञा अनुसार सञ्चालित गर्नुछ ।

हामी स्वराज्य अधिकारी बन्नेवाला आत्माहरू हौं ? के हामीलाई आफ्ना शक्तिहरूको अनुभव छ ? हामी आफ्ना अन्तर्शक्तिहरूको सम्राट् हौं । हामीले आफूभित्रको साम्राज्यको अन्तर्दृष्टिद्वारा अनुभव गर्नुछ । आफ्ना आन्तरिक शक्तिहरूलाई आफ्नो आज्ञा अनुसार उपयोग गर्नका लागि श्रेष्ठ स्थितिको अनुभव हुनु आवश्यक हुन्छ । म आत्मा स्थूल र सूक्ष्म शक्तिहरूको मालिक हुँ– यो अनुभव गर्नु जरुरी छ । तब नै यस्तो स्वराज्य अधिकारी बन्न सक्नेछौं ।

हामीले प्रकृतिको नियममा ध्यानपूर्वक विचार गर्नुछ । आन्तरिक स्थिति नै कालान्तरमा बाहिरी रूपमा प्रकट हुन्छ । आजको आन्तरिक स्थिति भविष्यमा साकारमा/व्यवहारिक रूपमा प्रकट हुनेवाला छ । हाम्रो वर्तमानको पुरुषार्थको यही रहस्य हो र यसैमा महत्त्व पनि छ । यसैले हामीलाई हाम्रो पुरुषार्थमा परिणामको अधैर्यता नहोस् । पुरुषार्थी जीवनमा हामीले आफ्नो अतीतलाई भुल्नु छ । वर्तमानमा जहाँ जुन कुराहरूसँग हाम्रो कुनै सम्बन्ध छैन, त्यसमा आफ्नो ऊर्जालाई नष्ट गर्नु उचित हुँदैन । अन्तर्जगत्‌मा के भइरहेको छ, हामीले त्यसमा ध्यान दिनुछ । हामीले आफ्नो आन्तरिक दुनियाँलाई दिव्य आलोकद्वारा आलोकित गर्नुछ ।

यसैले आफ्नो भविष्यलाई उज्ज्वल बनाउनका लागि वर्तमानको आन्तरिक स्थितिलाई श्रेष्ठ बनाउने तीव्र पुरुषार्थ गर्न सकियोस्, यसमा संकल्प गर्नुछ । हामीले आफ्नो आत्म-ज्योतिमा स्वयंलाई एकाग्र गर्नुछ । भित्र एउटा दिव्य ज्योति प्रकाशमान् छ । आफ्नो दिव्य स्वरूपमा तथा परमात्माको दिव्य स्वरूपमा स्वयंलाई एकाग्र गर्नुछ । आफ्नो आत्म-जागृतिलाई बढाउँदै जानाले सूक्ष्म शक्तिहरू हाम्रो नियन्त्रणमा आउनेछन् । श्रेष्ठ संकल्पद्वारा आफ्नो अन्तर्मनको प्रोग्रामिङ्ग गर्नुछ । हाम्रो पुरुषार्थको यो तत्परताले निश्चय नै हाम्रो वर्तमान एवं भविष्यलाई उच्च बनाउनेछ । हामी स्वराज्य अधिकारी आत्मा बन्नेछौं । ✺

**दार्जीलिङ्ग** : महारानी कन्या उच्च मा.वि.का छात्राहरूलाई साकारात्मक चिन्तन विषयक कार्यक्रमपश्चात् शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूका साथमा ब्रह्माकुमारी मुना तथा ब्रह्माकुमार रोहित ।

**ईश्वरीय सेवामा**

नाम :

ठेगाना :

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