ज्ञानज्योति

आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १६ अंक : ०९ मासिक २०७२ चैत्र

विकारको दहन गर्नु नै होली मनाउनु हो

✍ ब्रह्माकुमार भगवान, आबूरोड

जाति पनि पर्वहरू छन् ती कुनै न कुनै वर्णसँग सम्बन्धित छन् । प्राचीनकालदेखि नै सबैलाई चार वर्णमा बाँडिएको थियो– ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य र शूद्र । यी वर्णका रीति रिवाज पर्व आदि सबै अलग-अलग हुन्थे, जुन उनीहरूको कर्तव्यका आधारमा हुन्थे, जसरी रक्षाबन्धन ब्राह्मणहरूको थियो । किनकि यो पवित्रताको बन्धनको प्रतीक हो । सबै वर्णहरूमा ब्राह्मण वर्ण नै उत्तम र पवित्र मानिएको थियो । दशैं क्षत्रियहरूको थियो किनकि क्षेत्रियको कर्म लडाईं गर्नु थियो त्यसैले दशैं हो नै वध गर्नु, वीरताको सूचक । दीपावली वैश्य वर्णको पर्व हो । धनका लागि लक्ष्मीको पूजा हुन्छ । वैश्यको कार्य व्यापार नै थियो । र होली शूद्रहरूको पर्व मानिन्थ्यो । तर आज त यी कुरा छैनन् । सबै वर्णकाहरूले सबै पर्व मनाउँछन् । किनकि त्यो प्रेम, खुसी तथा प्राप्ति छैन । किनकि आजकल त्यसबाट आध्यात्मिकता रित्तिएको हुनाले यो पूर्वजहरूको रीति रिवाजसम्म मात्र रहन पुगेको छ । वास्तवमा हरेक पर्वका पछाडि आध्यात्मिक रहस्य अवश्य नै लुकेको छ । होलीका लागि भनिन्छ– एक हिरण्य कश्यप राजा थियो, जो स्वयंलाई नै भगवान् सम्झन्थ्यो । तपस्याको बलले उसले वरदान लिएको थियो जसकारण उसलाई कसैले मार्न सक्दैनथ्यो । उसको एउटा छोरो थियो । जसको नाम प्रल्हाद थियो । ऊ ईश्वर प्रेमी थियो । आफ्नो पितालाई भगवान्को रूपमा मान्न स्वीकार गर्दैनथ्यो । यसैले हिरण्य कश्यपले उसलाई धेरै कष्ट दिन्थ्यो । कहिले सर्पको कोठामा थुन्थ्यो त कहिले पहाडबाट झारिदिन्थ्यो । एक दिन होलिका नामकी उसकी फुपू जसलाई आगोमा पनि नजल्ने वरदान प्राप्त थियो उसले प्रल्हादलाई काखमा लिएर आगोले डढाउन बसी । तर त्यसदिन होलिका आगोमा जलेर भस्म भई । प्रल्हाद भने भस्म भएनन्, उनलाई केही पनि भएन । त्यसैको यादगारको रूपमा होलीको पर्व मनाइन्छ । यो त केवल कहानीमात्र हो । वास्तविकता भने यस्तो छ:–

जब सृष्टिमा अति ग्लानि हुन्छ त्यतिखेर मनुष्य स्वयंलाई नै सबै कुरा मान्नपुग्दछ । परमात्मालाई गाली दिन्छ, कलङ्क लगाउँछ । भक्तहरूमा पनि अत्याचार हुन्छ । धर्मको मार्गमा चल्नको लागि पनि सहयोग दिइँदैन । यस्तो समयमा निराकार परमपिता परमात्मा यस पतित सृष्टिमा एउटा मनुष्य तनमा अवतरित हुनुहुन्छ । कलियुगको अन्तिम समय सत्ययुगको प्रारम्भिक समय जो वर्तमान चलिरहेको छ यसलाई नै सङ्गमयुग भनिन्छ । यसै समयमा आफ्ना भक्तहरूलाई अर्थात् उहाँलाई चिन्ने बच्चाहरूलाई विकारको अग्निबाट बचाउनका लागि ईश्वरीय याद अर्थात् श्रेष्ठ स्मृतिरूपी कवच दिनुहुन्छ । यसैबाट सृष्टिमा लागेको विकारको आगोबाट सुरक्षित रहन्छन् । किनकि यो विकारको

अग्नि अर्थात् माया धेरै नै प्रबल छ । त्यसैले वास्तवमा यही हो होलिका दहन । अन्तिम समयमा परमात्माको यादको शक्तिबाट सुखको दुनियाँ स्थापना हुनेछ तथा यो विकारी दुनियाँ भस्म हुनेछ अर्थात् होलीका जल्नेछ ।

होलीका दिन गोबरका डल्ला बनाएर होली जलाउँछन् । यसको रहस्य यसरी सम्झन्छन्– यसबाट दु:ख दरिद्रता र अपवित्रता दूर हुन्छ । वास्तवमा गोबरको डल्ला जलाएरमात्र हुँदैन बरु हामीले मनका दूषित वृत्तिहरू, कपट भाव वा दुर्भावानाहरू आदिलाई ज्ञान र योग अग्निले भस्म गर्नु छ । तबमात्रै जीवन आनन्दमय, पवित्र र सुखमय बन्नेछ ।

होलीलाई राक्षस विनाश पर्व पनि भनिन्छ किनकि हामीभित्र जुन अवगुण, ५ विकार छन् ती परमात्माले दिएको ज्ञानद्वारा विनाश अर्थात् खत्तम भएर नयाँ दुनियाँमा हामी नयाँ संस्कार धारणा गर्नेछौं ।

होलीको दिनमा एक अर्कालाई रङ्ग लगाउँछन् । वास्तवमा यो हामी सबै आत्माहरूलाई स्वयं परमात्माले ज्ञानको रङ्ग लगाउनुहुन्छ, त्यसको प्रतीक हो । रङ्गका साथै भुटेका चना, गहुँ, जौ आदि एक आपसमा दलेर ङ्गल मिलन मनाउँछन् । वास्तवमा ङ्गल मिलन त्यसलाई भनिन्छ जब हृदय शुद्ध हुन्छ, एक अर्काप्रति प्रेमभाव हुन्छ । यो तब सम्भव छ जब परमात्मा ज्ञानको रङ्ग लगाइन्छ । त्यस पछिमात्र ङ्गल मिलन हुन्छ । सबैप्रति प्रेम भाव निर्माण हुन्छ, हृदय शुद्ध हुन्छ । मनुष्य त प्रेम भाव वा रङ्गको होलीको साटो आपसमा रगतको होली खेल्न थालिसकका छन् । होलीको दिनमा मनोरंजनका लागि ब्रह्मा, विष्णु, शङ्करको विशेष स्वाङ्ग (विशेष चरित्र भएका व्यक्ति वा देवी देवताको भेषभूशामा आफूलाई सजाएर गरिने अभिनय) निकाल्छन् किनकि परमात्मा यी तीन देवताहरूद्वारा नै कार्य गर्नुहुन्छ । यसै समयमा एउटा मान्छेलाई कपडाले लपेटेर मोटो बनाउँछन् । अनि सोध्छन्– तिम्रो पेटमा के भरिएको छ ? उसले भन्छ– मुसल । मानिसहरू हाँस्दै भन्छन् तेरो कुलको विनाश होस् । वास्तवमा यो पनि वर्तमानको प्रतीक हो । कलियुगलाई लोहयुग भनिन्छ । यस्तो समयमा वैज्ञानिहरूको बुद्धिबाट (पेटबाट) विनाशकारी आविष्कार निकालिरहेका छन् जसद्वारा आफ्नै कुलको विनाश हुन्छ । यसै अवसरमा अरू देवी देवताको पनि स्वाङ्ग निकाल्छन् ।

यसरी स्वाङ्गका रूपमा आफ्ना पूर्वजहरूलाई स्मरण गर्छन् । उनीहरूको झाँकी सामुन्ने ल्याउँछन् ताकि जीवनको लक्ष्यको झलक आँखामा आओस् । यस प्रकार होलीको यथार्थ रहस्यलाई जानेर होली मनाउनु छ । जसद्वारा मनका दूषित वृत्तिहरू समाप्त होऊन् । आफू आत्मालाई परमात्माद्वारा दिइएको ज्ञान रङ्गले रङ्ग्याएर त्यही ज्ञान-रङ्ग, सङ्गतको रङ्ग अरूलाई पनि लगाउनु छ । यो नै सच्चा होली हो । होली भनेको नै पवित्र, होली भनेको नै परमात्माको बन्नु हो । जसरी होली शिशिर ऋतुको अन्त्यपछि वसन्त ऋतुमा पर्दछ, सबै चीज उजाड भएर नयाँ पालुवा पलाउन थालेको हुन्छ त्यसरी नै सत्ययुग आउनुभन्दा पहिला नै यो पुरानो दुनियाँ विनाश

सत्यवादी ऊ हो जसको अनुहार र चाल चलनमा दिव्यता हुन्छ । ✷ शिवबाबा

शिव भगवानुवाच

सबैभन्दा श्रेष्ठ स्वमान हो मास्टर सर्वशक्तिमानको स्मृतिमा रहनु । जसरी कुनै ठूलो अफिसर वा राजा स्वमानको सिटमा स्थित हुन्छ भने अरूले पनि उसलाई सम्मान दिन्छन् । यदि स्वयं सिटमा छैन भने उसको अर्डर कसैले पनि मान्दैन, यस्तै तिमीहरू पनि स्वमानधारी बनेर आफ्नो श्रेष्ठ स्वमानको सिटमा सेट रह्यौ भने माया तिम्रो अगाडि अर्पण हुनेछ ।

सम्पादकीय

सिद्धि र प्रसिद्धि

सिद्धि वस्तुत: तीन प्रकारले प्राप्त गर्न सकिन्छ । मनद्धारा सङ्कल्पको सिद्धि, मुखद्धारा वाणीको सिद्धि र कर्मेन्द्रियहरूद्वारा कर्मको । 'जुन सङ्कल्प गरिन्छ यदि यथार्थ छ भने, विधिपूर्वक छ भने त्यसको नतिजाको रूपमा सिद्धि प्राप्त हुन्छ । विधिलाई ध्यान दिइयो भने सिद्धि स्वत: नै प्राप्त भइहाल्छ ।' प्राय:गरी मानिसहरू दुई प्रकारले अगाडि बढिरहेका हुन्छन् । कोही सिद्धिका लागि भने कोही प्रसिद्धिका लागि । सिद्धिका लागि नै भनेर मरिमेट्ने त कमै होलान् तर जसले सिद्धि प्राप्त गर्नु छ उसले गर्ने हरेक कर्म यथार्थ हुन्छन्, सत्य हुन्छन् । उसले गरेका कुराहरू जुन समयमा पनि, जहाँ पुगे पनि सही र सत्य नै रहन्छन् । यसरी नै अघि बढिरहँदा एकदिन उसले गर्ने जुनसुकै विशेष कर्मले प्रखरता प्राप्त गर्दछ, यही उसको सिद्धि हो । सिद्धिकै लागि भनेर कर्म गरिरहेको नहुन पनि सक्छ, उसको मनमा– जो म गर्दछु त्यसबाट सबैलाई फाइदा नै पुगोस् भन्ने इच्छामात्र रहन्छ । लक्ष्य रहन्छ– राम्रो गर्नु छ । सिद्धि प्राप्त गर्नु छ भन्ने नै रहँदैन । राम्रो र सत्यमा आधारित भएर चल्दै जाँदा नै अन्तत: सिद्धि प्राप्त हुन पुग्दछ । यसरी प्राप्त भएको सिद्धिलाई नि:स्वार्थरूपमा परोपकारी कार्यमा लगाउँदा लगाउँदै उसलाई प्रसिद्धि पनि प्राप्त हुन पुग्दछ । प्रसिद्धि भनेको के हो त ? नाम सबैतिर चल्दछ, सबैले फलानो राम्रो छ भनेका हुन्छन् । उसले भनेका कुराहरू कसैले काट्दैनन्, जहाँ पनि महिमामात्र गुन्जिइरहन्छ । नाममात्र सुन्दा सबैको मनमा उसका काम र विशेषताहरू सरर याद हुन्छन् ।

तर कुनै थरी मानिसहरू केही गर्न थाल्दा नथाल्दै प्रसिद्धिको पछि लाग्न थाल्छन् । ठूलो नाम होस्, सबैले मलाई वाह वाह गरुन्, मैले जे भन्छु त्यसलाई कसैले पनि नटुक्र्याऊन्, प्रश्नै नगरुन् । यस्ता विचार हावी हुँदै गएपछि उसले सत्य के हो, असत्य के हो, राम्रो के हो, नराम्रो के हो, सही के हो, गलत के हो यसमा ध्यानै पुर्‍याउँदैन । मात्र चिन्तन प्रसिद्धिमा रहन्छ । जुनसुकै विधि अपनाएर भए पनि प्रसिद्ध हुनुपर्‍यो । सबैले राम्रो भनिदिऊन् । डर, त्रास, धम्की, दिएर होस् वा काखा वा पाखा गरेर जसरी भए पनि आफ्नो छवी बनिरहोस्, यसैको ध्याउन्न रहन्छ । आफ्नो प्रसिद्धिलाई कायम राख्न वा प्रसिद्धि प्राप्त गर्नका लागि कसैलाई प्रलोभन देखाउन सक्छन्, झुटो कुराको सहारा लिन सक्छन् । केही समयका लागि झुकेजस्तो पनि गर्न सक्छन् । पर्दापछि जेसुकै गरेर भए पनि प्रसिद्धि प्राप्त गर्नुपर्छ, प्रसिद्धिलाई कायम राख्नुपर्छ भन्ने बुझाइका आधारमा आफूलाई चलाउनेहरू आज धेरै पाइन्छन् समाजमा ।

सिद्धि प्राप्त गर्न सकेको खण्डमा, मतलब असल, सत्य, राम्रो काम गर्न सकेको खण्डमा प्रसिद्धि आफैं प्रकट हुनपुग्दछ । यथार्थमा विश्वास गर्ने मान्छे प्रसिद्धिमा अल्झिएर बसिरहँदैन । मान्छे हो गल्ती हुनसक्छ । गल्ती भइहाल्यो भने पनि ऊ सहजै स्वीकार गरी माफी माग्न कुनै अप्ठ्यारोको महसुस गर्दैन । साथै भूल औंल्याइदिनेप्रति आभारी रही त्यो भूललाई सुधार्नका लागि अग्रसर रहन्छ ।

अब प्रसिद्धिका पछिमात्र लागेर यस जगत्मा छल, कपट, धूर्त्याइँ, ईर्ष्या, डाहको पनि सहारालाई लिनुपर्ने क्षणिक, फोहोरी, दूषित चोर-बाटाहरूलाई छोडी धैर्यताका आधारमा सही-सत्य, परोपकार, प्रेमभाव, सहयोग, स्नेह, उदारताका साथ सच्चा कर्म गर्दै सिद्धिको मार्ग अपनाऔं । शिवबाबा भन्नुहुन्छ– विधिसहितको सिद्धि स्थायी रहन्छ र त्यो नै स्वर्ग निर्माणको आधार बन्दछ । मनमनाभवको मन्त्रको आधारमा मनलाई शक्तिशाली बनाएपछि हामी जे चाहन्छौं, जे गर्नुपर्ने हो त्यही गर्न सक्दछौं । मन शक्तिशाली भएपछि क्षणिक सुख दिने खालका तर दीर्घकालसम्म सताउने विचारहरू जस्तै– ठगौं कि, ढाटौं कि आदि मनबाट समाप्त हुँदै जान्छन् । यसरी मनमनाभवको मन्त्रका माध्यमले मनलाई शक्तिशाली, परोपकारी, कल्याणकारी बनाएर गरिएका कर्ममा सिद्धि प्राप्त हुने गति तीव्र हुन पुग्दछ ।

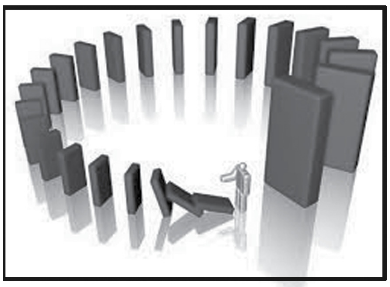
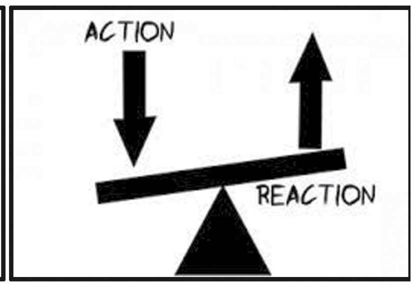
– ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

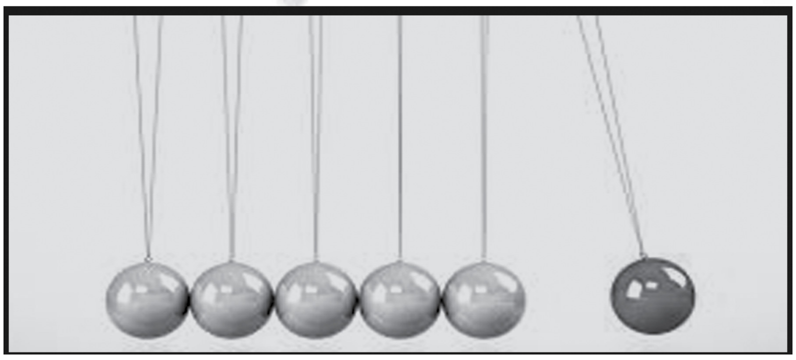
नकारात्मकताको खेल

सामान्यतया हामी अर्को मान्छेका आक्रोशले भरिएका शब्द वा कर्म जसलाई हामीले अन्यायपूर्ण वा विनाकारणका सम्झिएका हुन्छौं तिनीहरूप्रति नकारात्मक तरिकाले प्रतिक्रिया जनाउँछौं । तर विशेष परिस्थितिमा हामीले यसरी दिने प्रतिक्रियाले पहिले नै शुरु भइसकेको नकारात्मक शक्तिलाई अझ बढावामात्र दिन्छ । जसले गर्दा त्यस परिस्थितिलाई समाधान गर्नुको साटो झन् गम्भीर तथा अप्ठ्यारो बन्न पुग्दछ । दुई वटा नकारात्मक परिस्थितिले कहिल्यै पनि समारात्मकताको रचना गर्न सक्दैनन् । जसलाई समाधान गर्न धेरै उच्च तथा शक्तिशाली सकारात्मकताको खाँचो पर्दछ । यदि पहिले नै त्यसलाई समाधान गर्न खोजिएको भए कमै शक्तिले सम्भव हुन्थ्यो वा सामान्य अवस्थमा ल्याउन सकिन्थ्यो । अझ, जब तपाईं प्रतिक्रिया गर्नुहुन्छ, त्यतिखेर तपाईं अर्को व्यक्तिले जस्तो गर्दैछ भन्ने तपाईंले बुझ्नुभएको छ, भावनात्मक रूपमा तपाईं त्यसै गर्नुहुन्छ जसले सूक्ष्म हिंसाको रूप लिनपुग्दछ ।

अन्त्यमा ध्यान दिनुपर्ने कुरा के भने– अर्को व्यक्तिको तपाईंप्रतिको नकारात्मक तथा आवेशपूर्ण व्यवहारका कारण त्यस समयमा त्यो व्यक्तिले भित्रीरूपमा ज्ञान, खुसी, शान्ति, प्रेम र शक्तिको खालीपनको अनुभव गरिरहेको हुन्छ र उसको बुझाइमा त्यो खालीपन मात्र तपाईंको व्यवहारले भरिदिन सक्दछ । क्रोधपूर्ण व्यवहार चाहिँ केवल तपाईंप्रति लक्ष्यित भएको हो । उसको क्रोधभित्र यो भावना वा सोचाइ रहेको हुन्छ– यस मान्छेका कारण मेरो खुसी गायब भयो, अहिले मैले मेरो खुसी गुमाएको छु, र यही व्यक्तिले मलाई छिटोभन्दा छिटो मेरो खुसी फर्काइदिनुपर्दछ । उसले, "मेरो खुसीको कारण म नै हुँ" भन्ने सत्यतालाई महसुस गर्नै सकेको हुँदैन । "म जतिखेर पनि म नै हुँ" । यसरी यस्तो आत्मिक चेतनाको स्वीच अन गरी क्षमाको गुणलाई आफूभित्र प्रकट गरेर हामी आफ्नो खुसीलाई कायम राखिरहन सक्छौं । क्षमा गर्नुहोस् किनकि यही समयमा चाहिँ त्यो व्यक्तिको विवेक शून्य भएको हुन्छ, त्यही समयमा तपाईं रिसाउनुभयो भने तपाईं ऊजस्तै बन्न पुग्नुहुन्छ । तपाईंले आफूलाई अलि कति सचेत गरेर नउठाएसम्म तपाईं ऊजस्तै रहिरहनुहुन्छ । के हुन्छ त भन्दा भावनाको तुफान जुन तपाईंभित्र उर्लिरहेको हुन्छ, त्यसका कारण तपाईं आफैंले आफैंलाई कति क्षति पुर्‍याउँदै हुनुहुन्छ त्यो देख्न सक्नुहुन्न । जतिखेर तपाईं यो भावनात्मक स्थितिमा रहनुहुन्छ, त्यतिखेर तपाईं अरूको हृदयको घाउलाई निको पार्न सक्नुहुन्न, उसलाई ठीक गर्न सक्नुहुन्न । अन्तत: सम्बन्ध अझ बिग्रँदै गइरहेको हुन्छ ।

साभार : इन्टरनेट



कर्मको गुह्य रहस्य

ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

यस कर्म प्रधान संसारमा कर्मबाट कुनै पनि व्यक्ति विमुख हुन सक्दैन। कतिपय कर्महरू स्वाभाविक हुन्छन्, खानु, सुत्नु, हिँड्नु, श्वास प्रश्वास, रक्तसंचार, पाचन प्रक्रिया आदि यस श्रेणीमा पर्दछन्। जीवन जगत्मा आएपछि मानिसले जीवनरूपी यात्रामा अनेक कर्महरू गर्छन्। कर्म कुन श्रेणी र प्रतिफल दिने खालका हुन्छन् भन्ने कुरा मानिसले आर्जन गरेको ज्ञान, उसको सोच, समझ र विवेकको स्तरमा निर्भर हुन्छ। यदि मानिससँग सद्ज्ञान र सद्विवेक जागृत छ भने उसले प्रत्येक कर्म गर्नुपूर्व त्यसको परिणामलाई ध्यानमा राखी कार्य गर्दछ। विवेकको आँखा बन्द गरेर वा विवेकको आँखालाई निमोठेर उसले कहिल्यै पनि कर्म गर्दैन। किनकि उसलाई स्पष्ट थाहा हुन्छ कि जीवनमा आइलाग्ने दु:ख, कष्ट तथा नानाथरिका समस्या र व्यवधानहरू उसले विगतमा गरेका कर्मका नै प्रतिफल हुन्। तसर्थ कर्म गर्नुपूर्व नै सचेत हुनु बुद्धिमानी हुन्छ।

आध्यात्मिक विज्ञानले कर्मवाट हुने परिणामलाई विवेचना र मूल्याङ्कन गरी तीन प्रकारका कर्मलाई स्वीकार गरको छ। एक प्रकारको कर्म जसको न त नकारात्मक परिणाम हुन्छ न सकारात्मक नै, त्यसलाई अकर्म भनिन्छ । खानु सुत्नु, हिँड्नु सामान्य कर्महरू जसको कुनै पनि हिसाब किताबको खाता बन्दैन। जबसम्म मानिस लोभ, लालच, आसक्ति, स्वार्थ र वासना-कामनाको प्रभावमा आएर कर्म गर्दछ तब त्यो कर्म विकर्म वा पाप कर्म बन्न पुग्दछ। जब मानिस आवेश, आक्रोश, ईर्ष्या र आलोचना तथा वैरभाव राखी कर्म गर्दछ तब त्यो पनि विकर्मको खातामा जान्छ र त्यसको परिणाम स्वरूप नै व्यक्तिले जीवनमा रोग, शोक अनेक प्रकारका अभावको सामना गर्दछ अर्थात् दु:ख, सन्तापको भूमरीमा परी परिसान र हैरान हुन्छ। उसको जीवनको अमञ्चयन नै समाप्त हुन्छ। अनेकौं आन्तरिक पीडा र वेदनाको छटपटी हुन थाल्दछ। यसैगरी जब मानिस उपराम भाव, निस्वार्थ भाव, निर्मान भाव परोपकारी भाव र प्रभू समर्पण राखी कर्म गर्दछ तब त्यो कर्म सत्कर्मको खातामा जम्मा हुन्छ। सत्कर्म गर्ने व्यक्ति आफ्नो सुख, सुविधा, ऐस, आरामको लागि बाँचेको हुँदैन। बरु नसा-नसामा सुख दिऔं, सहयोग गरौं भन्ने भावनामा हुन्छ तथा उसमा विचार, सङ्कल्पहरूमा समेत सर्वहित र कल्याणको भावना रहेको हुन्छ । आफूप्रति दुर्भाव, शत्रुभाव र अपमानको भाव राख्ने व्यक्तिप्रति समेत स्नेहभाव, सम्मानभाव र कल्याणको भाव राखी त्यही अनुसार व्यवहार र कर्म गर्नु वास्तवमा सत्कर्म हो। अध्यात्मले यस्तै कर्म गर्न मानिसलाई उत्प्रेरणा र हौसला प्रदान गर्दछ। वर्तमान समयमा सत्कर्म गर्न उच्च मनस्थिति मानिसभित्र विकसित गर्नु जरुरी छ।

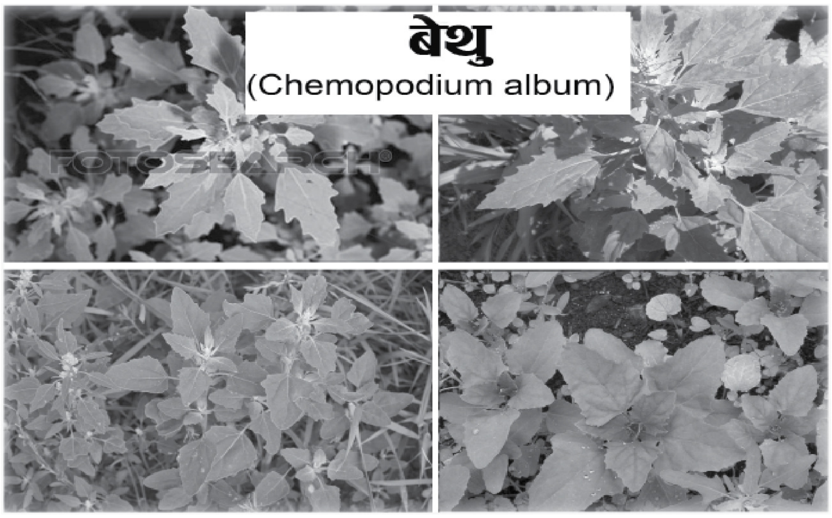
कर्मले नै मानिसलाई राजा बनाउँदछ भने कर्मले रङ्क(कङ्गाल) पनि बनाउँछ। दुई नवजात शिशुलाई बाह्य दृष्टिकोणबाट हेर्दा उनीहरूको कुनै दोष विशेषता केही देख्न सकिदैन। दुवैको जन्म फरक-फरक घरनामा भएको पाइन्छ। एउटा बालक सम्पन्न राज घराना वा अति धनाढ्य अरबपतिको घरमा जन्मन्छ। उसलाई जन्मजात सुनको चम्चा मुखमा हुन्छ (Golden spoon in mouth) अर्थात् सबै प्रकारका सुख-सुविधा रेख-देख आदि प्राप्त हुन्छन्। त्यस बालकको जन्ममा हर्ष, खुसीको बढाईं हुनुका साथै कतिपय व्यक्तिहरूले पुरस्कार र सम्मान प्राप्त गर्दछन्। त्यस बालकले कुनै मेहनत र परिश्रम गरेको देखिँदैन तर सबै पदार्थ र दौलत प्राप्त छन्। त्यसैगरी अर्को बालक सडक जीवनमा रहेको कङ्गालको कोखमा जन्म पाउँछ। उसलाई एक थोपा दूध खान समेत मुस्किल पर्दछ। अत्यन्तै कष्टसँग त्यस बालकको जीवन अगाडि बढ्छ। यस्तो परिस्थितिमा कतिपय मानिसहरू ईश्वरलाई समेत दोष दिन पुग्दछन्। यसरी दुइवटा शिशुबीच यस्तो ठूलो भिन्नता हुनु परमात्माले ठूलो अन्याय र पक्षपात गर्नुभएको हो भन्ने कुरासमेत आम बोलचालमा सुन्न पाइन्छ। वास्तवमा यो भनाई सत्य होइन। सत्य के हो भने– प्रत्येक मानव आत्माले आफूले गरेको कर्मफल– पाप र पुण्यका रूपमा आफूसँग बोकेर आएको हुन्छ र त्यही अनुसारको जीवनमा फल पाउने गर्दछ।

भनिन्छ, वर्तमान विगतको उपलव्धी हो तथा भविष्य वर्तमानको प्रारब्ध हो। कर्मको सिद्धान्त शाश्वत र अकाट्य हुन्छ। कसैले पूर्वमा गरेको पुण्य कर्मको प्रतिफल वर्तमानमा धन, दौलत, सत्ता र शक्ति प्राप्त गरेको छ। त्यो प्रशंसनीय छ त्यसमा कुनै ईर्ष्या आलोचनाको कुरा हुँदैन तर अबको जिन्दगीमा त्यस व्यक्तिले त्यसको कति सदुपयोग वा दुरूपयोग गर्दछ। तदनुसारको हिसाब, किताब बन्दछ। यदि कसैले आफ्नो सत्ता र शक्तिको दुरूपयोग गर्दछ, सत्ता, शक्तिको बलमा आतङ्क मच्चाउने, गरिब, निमुखा र कमजोर व्यक्तिलाई सताउने, दु:ख दिने, अन्याय गर्ने, धनको दुरूपयोग, भोग विलास र अश्लील जीवन पद्धतिमा प्रयोग गर्दछ भने निश्चित छ कि त्यस्ता कर्मको प्रतिफल तत्कालै पनि अनेक प्रकारका दु:ख, कष्ट असाधारण रोग वा मानसिक पीडाको रूपमा भोग्नु पर्ने हुन्छ। कुकर्म गर्ने व्यक्ति आन्तरिक रूपमा अथाह पीडा र छट्पटीमा हुन्छ। साथै गलत कर्मको हिसाब-किताब उसको अर्धचेतन मनमा संस्कारका रूपमा तिरोहित रहन्छ। जसले उसको भावी जीवनलाई बल वा मार्गचित्र दिने गर्दछ। अर्थात् वर्तमान जीवनमा गरेको कर्म नै उसको भावी बन्दछ। अत: कर्म सिद्धान्त सबैका लागि बराबर हुन्छ । वर्तमान जीवनमा सामान्य व्यक्ति पनि आफ्ना कुशल कर्म, सत्कर्म, उच्च विचार, परोपकारी भावना, सत्यनिष्ठ जीवनशैली तथा नैतिक चारित्रिक आचरण र आध्यात्मिक मनन, चिन्तनका माध्यमबाट सुसंस्कृत व्यक्तित्वको विकास गर्न सक्दछ तथा भविष्यमा एक महान् भाग्यवान् आत्मा बनी विश्वकै राज्य, भाग्य समेत प्राप्त गर्न सक्दछ। यस कर्म सिद्धान्तको यथार्थतालाई हामी सबैले स्वीकार गर्नु पर्दछ।

वर्तमान युगमा मानवको प्रवृत्ति कुनै पनि समस्या, सङ्कट जटिलताले अरूलाई दोषी घोषणा गर्न तथा अरूलाई नै समस्याको कारण बनाउने पक्षमा नै केन्द्रित देखिन्छ। तुरुन्तै अरूलाई दोषीका रूपमा औंल्याउने गर्दछ तर स्वाभाविक अरूलाई एक औंलाले सङ्केत गर्दा तीन औंला आफूतिर नै सङ्केत गरिरहेका छन् यस तथ्यलाई आङ्कलन र महत्त्व दिदैनन्। गल्ती यहीं नेर हुने

पृष्ठ संख्या ५

बेथु
(Chemopodium album)



यो हरियो साग हो । यसले पथरी हुनबाट बचाउँछ । बेथेले आमाशयलाई बलवान् बनाउँदछ, गर्मीका कारण बढेको यकृतलाई ठीक पार्छ । यसमा लोहा, पारा, सुन, क्षार पाइन्छ । बेथेको साग जति धेरैभन्दा धेरै सेवन गरिन्छ, त्यति नै निरोगी रहनमा सहायता पुऱ्याउँछ । बेथेको सागलाई खाँदा मसलाको प्रयोग कमभन्दा कम गर्नु राम्रो हो । नून नराखेको धेरै राम्रो, यदि स्वादका लागि राख्नुपऱ्यो भने सिधे नूनको प्रयोग गरौं । गाइको वा भैंसीको दूधको छौङ्क लगाऔं । बेथेको उमालिएको रस राम्रो हुन्छ । कुनै पनि हिसाबले बेथेको नित्य सेवन गरौं ।

नेत्र ज्योतिवर्धक– आँखा रातो भयो वा सुनियो भने बेथेको साग खाँदा आराम हुन्छ । यसको सागले आँखालाई तेजिलो बनाउँछ ।

घुँडाको दुखाइमा– धेरै पानीमा बेथे उमालेर, पानी छानेर दुखेको घुँडालाई सेक्नाले साथै सब्जी खानाले घुँडा दुखाइ ठीक हुँदै जान्छ । यसरी उमालेको पानीलाई स्वादिष्ट बनाउनका लागि नून र मरिच राखेर पिउन सकिन्छ ।

कब्जियत– बेथेले आमाशयलाई तागत दिन्छ, कब्जियतलाई ठीक राख्दछ । बेथेको सागले पखाला लगाउँछ । कब्जियत हुनेले बेथेको साग नित्य खानुपर्छ । केही सप्ताह बेथेको साग खानाले कब्जियत सधैंका लागि हट्दछ । शरीरमा तागत आउँछ । र स्फूर्ती भइरहन्छ । कब्जियतका कारण टाउको दुखेको छ भने ठीक हुन्छ ।

पेटका रोग– जबसम्म मौसममा बेथेको साग पाइन्छ तबसम्म नित्य यसको सब्जी कालो नून राखेर खाऔं । बेथेको रस, उमालेको पानी पिऔं । यसबाट पेटका हर प्रकारका रोग यकृत, तिल्ली (स्प्लीन), अजीर्ण, ग्याँस, अर्श (पायलस) पत्थरी ठीक हुन्छन् । पत्थरी भयो भने एक ग्लास बेथेको काँचो रस सखर मिसाएर नित्य पिऔं, पत्थर फुटेर बाहिर आउँछ ।

स्वास्थ्य रहस्य
HEALTH

कृमि – काँचो बेथेको रस एक कपमा स्वादानुसार नून मिसाएर नित्य दुई पटक १० दिनसम्म पिइरहनाले कीरा मर्दछन् । एक चम्ची बेथेको बीजलाई पिँधेर महमा मिसाएर चाट्यो भने पनि कीरा मर्दछन् तथा रक्तपित्त ठीक हुन्छ ।

जुम्रा, लिखा– बेथेको पानीले टाउको नुहाउनाले जुम्रा मर्छन् तथा कपाल सफा र नरम हुन्छ ।

मासिक-धर्म रुकिएकोमा– दुई चम्ची बेथेको दानालाई एक ग्लास पानीमा उमालौं । आधा रहेपछि छानेर पिउनाले मासिक धर्म राम्ररी सफा हुन्छ । सब्जी पनि खाऔं ।

सेतो दाग– नित्य बेथेको सब्जी खाऔं । यसका काँचा पातको चट्नी बनाएर नित्य दुई पटक सेतो दागमा लेप लगाऔं । चार महिनासम्म लगाऔं ।

सेतो दाग, दाद, आदि चर्म रोग– नित्य बेथेलाई उमालेर निचोरेर यसको रस पिऔं साथै सब्जी खाऔं । रक्तशोधक हो । बेथेको उमालेको पानीले छालालाई धुने । बेथेको काँचो पात पिसेर निचोरेर रस निकालेर दुई वटा कपमा आधा कप तिलको तेल मिसाएर उमाल्ने । जब पानी सुकेर तेलमात्र रहन्छ त्यसलाई सीसीमा भरेर नित्य छालामा लगाऔं । लामो समय लगाइरहँदा लाभ हुन्छ ।

गाँठो, घुँडा दुखाइ– बेथेको पातको रस आधा कप बिहान भोको पेटमा खाने । यो रस खाएपछि दुई घण्टासम्म केही नखाने । नित्य दुई महिना पिउने । बेथेका पातको रोटी खाने ।

आम वात (ऱ्युमाटिजम)– अढाई महिनासम्म बेथेको पातको रस नित्य बिहान आधा कप खाली पेटमा पिउने तथा अदुवाको रस तीन चम्ची, सुंठो आधा ग्लास पानीमा उमालेर जब पानी आधा रहन्छ तब छान्ने । सेलाएर पिउन हुने भएपछि आवश्यक मह मिसाएर राती सुत्नेवेलामा पिउने र राम्ररी कपडा ओढेर सुत्ने । यसले आम वातमा धेरै लाभ पुग्छ ।

पत्थरी– बेथेले पथरी हुनबाट बचाउँछ । यसको काँचो रस धेरै लाभदायक हुन्छ । बेथेलाई उमालेर निकालेको रस पनि पिउन सकिन्छ । बेथेको सब्जीमा स्वादानुसार पुदिना मिसाएर दुई पटक खानाले पथरी निस्कन्छ । यो प्रयोग तबसम्म गरिरहने जबसम्म पथरी निस्कँदैन ।

आगोले पोलेको ठाउँमा काँचो बेथेको रस पटक पटक लगाउने ।

साभार : भोजन द्वारा चिकित्सा

बाबा तिम्रो साथ

जीवनका अप्ठ्यारा बाटाहरूमा उदाएको किरण बनी आयौ बाबा
तिम्रो साथ पाएँ, तिम्रो हात पाएँ ।
अनि किनार-किनार तिमीसँगै ।
एउटा अमूल्य जीवन पाएँ ।
साँझ तिम्रै वरदानको स्मरणसँगै ढल्किन्छ ।
अनि बिहान तिम्रा मधुर मुरलीका वाणीसँगै उदाउँछ ।
यो कली तिम्रो उदयमानसँगै सङ्गममा परिवर्तन भएको छ ।
छौं साक्षी– म आत्मा अनि तिमी परमात्मा ।
यो सङ्गमको बाटो लामो छ ।
पर-परसम्म पनि मात्र कलीको उजाड मरुभूमि छ ।
तर बाबा तिम्रो साथले म त्यसमा पनि फूल फुलाउने छु ।
अनि तिम्रो साथको शक्तिले बाबा ।
शिव शक्ति बनेर यही धर्तीलाई स्वर्ग बनाउने छु ।
सायद कुनैबेला म अवश्य थाकौंला ।
यो कर्मको भुमरीमा कतै अल्झियौंला ।
तर थकित भएर हरेस खाने छैन बाबा ।
तिम्रो काखमा शिर राख्ने छु ।
अनि पुन: नयाँ जोशका साथ यी पाइला चाल्नेछु ।
बाबा तिम्रो यादको किरणले आफूलाई सिँच्दै ।
उही उङ्ग उत्साहसँग अगाडि बढिरहनेछु ।
शिवबाबा तिम्रो यादमा
रम्नेछु ।
उदाउनेछु ।
लहराउने छु ।

✍ शान्ता न्यौपाने, आस्थाटोल, भरतपुर–१२

सच्चा गीता– १०

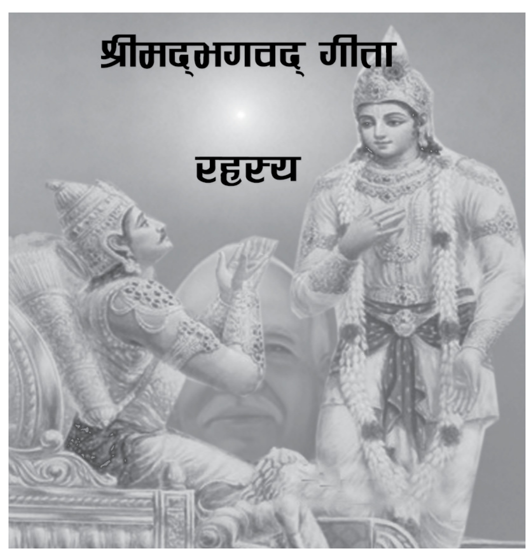
असत् नश्वर क्षेत्ररूपी शरीर (क्षेत्र) मा सत् आत्माद्वारा सत्य एवम् नित्य आचरण वा व्यवहार गर्नसक्नु सबैभन्दा ठूलो लडाईं (महाभारत लडाईं) वा युद्धमा विजय पाउनु हो । शरीर (क्षेत्र)मा रहेर क्षेत्रज्ञ (आत्मा)ले आफू शरीर नै मानी शरीरमा आउने भय र शोक व्याधीरूपी क्षात्र धर्मबाट अलग राख्न पुरुषार्थ गर्नु ठूलो धर्मयुद्ध, जुन शरीर (क्षेत्र) भित्र रहेर गरिने अहिंस्रक युद्धमा कहीं कतै कत्ति पनि विकम्पित बन्नु पर्दैन र कल्याणकारक पनि हो भनी देखाउँदै शिव भगवानुवाचको श्लोक हो २:३१–

स्वधर्ममपि चावेक्ष्य न विकम्पितुमर्हसि ।
धर्म्याद्धि युद्धाच्छ्रेयोऽन्यत्क्षत्रियस्य नविद्यते ।।३१।।

यस्तो भावार्थ सहितका श्लोकहरूलाई अन्य अर्थ लगाउनाले १८ अक्षौहीणी सेनाको मृत्यु हुने गरी भएको हिंस्रक युद्धलाई प्रेरित गराउने गरी दिइएको गीता ज्ञान देखाई भाष्य लेखिएको हुनाले सच्चा गीता यस संसारले पाउन सकेन । आत्मा (क्षेत्रज्ञ) सत्‌को धर्म हो– आनन्द, शक्ति, ज्ञान, सुख, पवित्रता, प्रेम र शक्ति जसलाई स्वधर्म (आत्माको) भनी जानिन्छ भने परधर्म– शरीर (क्षेत्र)का जुन– काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहङ्कार, ईर्ष्या, प्रमाद, आलस्य, द्वेष र क्लेश आदि हुन् । जीवात्मा जुन दुई अस्तित्व आत्मा र शरीरको सङ्गम वा योगले बनेको हुन्छ– आत्मा (क्षेत्रज्ञ) र शरीर (क्षेत्र) । यसै क्षेत्ररूपी शरीरमा आत्मा रहँदा आत्माको धर्म नै स्वधर्म हुन जान्छ । फलत: सत्‌कर्म वा सत् क्रियाबाट सत्यको नै हुन पुग्दछ । अन्यथा शरीर (क्षेत्र)को धर्म परधर्मको प्रभाव– काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहङ्कार, ईर्ष्या, प्रमाद, आलस्य, द्वेष र क्लेश आदिको प्रभावित बनी असत् वा नश्वर भइदिन्छ । परमपिता परमात्मा शिव भगवान्‌को श्रीमत हो नै मानवको लागि– “तिमी आफूलाई शरीर (क्षेत्र) होइनौ शरीरलाई जान्ने क्षेत्रज्ञ हौ, र तिम्रो धर्म– प्रेम, शान्ति, आनन्द, सुख, ज्ञान, पवित्रता र शक्तिमा सदा रहन सक्नेछौ । यदि स्वधर्मको अर्थले यस २:३१को श्लोकलाई साथै भगवानुवाचका अन्य श्लोकहरूलाई पनि अर्थ लगाउने हो भने गीताले जगतको कल्याण गर्ने थियो । यस अर्थले २:३१को भाव अर्थ शरीररूपी क्षेत्रमा आत्माको धर्म स्वधर्मलाई हेरी विकम्पित (विचलित) न बनी (पूर्ण अहिंस्रकको) धर्ममय युद्धको अर्थले गीता जगत-कल्याणको निमित्त बन्ने थियो । आफूमा स्वत: प्राप्त हुने धर्ममययुद्ध स्वर्गको द्वार पनि हो, यस्तो युद्धको मौका पाउने ती शरीरधारी आत्माले बडो सुख प्राप्त गर्दछन्– २:३२ । यस कारण यदि तिमीले यस धर्ममय (सङ्ग्रामरूपी) युद्ध नगर्दा स्वधर्मसाथै कीर्तिको त्यागले असत् शरीर (परधर्म)को बन्ने छ ।।२:३३।।

अगाडि २:३१ श्लोकदेखि २:३८सम्मका श्लोक सम्पूर्ण अहिंस्रक धर्म वैदिक सनातन “भनिए पनि यथार्थमा सनातनदेखि देवता धर्मको सर्व शास्त्रमयी शिरोमणि सम्पूर्ण अहिंस्रक श्रीमद्भगवद्गीतालाई हिंसायुक्त अर्थ लगाई गीता हिंस्रक त बन्यो नै परमात्मा परमपिता पनि पूर्ण हिंस्रक देखाएर लेखिएका टीका, भाष्य र अनुवादहरू उपलब्ध भए । धर्म कुनै पनि हिंस्रक एवं युद्धको हुनै सक्दैन, धर्मले न शत्रु जन्माउँछ न त प्रतिद्वन्द्वी नै । हरेक धर्मले त्याग, सहिष्णुता, प्रेम, सन्तोष, आनन्द र सुखको ज्ञानमात्र बाँड्दछ भने त्यहाँ कसैको हिंसा कसरी सम्भव !

महाभारत ग्रन्थको भिष्मपर्वका ४३:१–५ श्लोकहरू अनुसार श्रीमद्भगवद्गीतामा जम्मा ७४५ श्लोक देखाइएको छ तर त्यसैको २५देखि ४२ अध्यायमा जम्मा ७०० श्लोकको गीता भनिएको छ । ती उल्लिखित संख्यामा ४५ श्लोक घटाई प्रस्तुत गरेजस्तै श्लोकका शब्दहरू पनि महाभारतको कथासँग मेल खाने गरी अहिंस्रक सम्वादको स्थानमा हिंस्रक अर्थ लाग्ने शब्दहरू जोडी हिंस्रक बनाएको देखिन आउँछ । कारण २:३८ श्लोकसम्मको पूर्ण हिंस्रकबाट लगत्तै २:३९ को श्लोकले सांख्य योग र कर्मयोगलाई स्मरण



गरेको छ । योग कुनै युद्धस्थलमा हुने क्रिया होइन, योग त शान्त स्थल वा एकान्त स्थान अथवा देही अभिमानी भएर रहेको अवस्थामामात्र हुने क्रिया हो न कि कोलाहलपूर्ण युद्ध स्थलमा । ४५ वटा श्लोकलाई गायब गरी गीता प्रस्तुत गर्न सक्नेले श्लोकको भावार्थ नै परिवर्तन गर्न किन सक्दैन । यसर्थ ती श्लोकहरूलाई महाभारत कथाको युद्धसँग मेल गराउन परिवर्तन गरिएकै हो ।

परमपिता परमात्मा जगत्‌का नियन्ता जगतकै हरेक जीवात्माको कल्याणकारी हुनुहुन्छ । कुनै एक विशेष वर्ग वा वर्ण अथवा समुदायको मात्र कल्याण चाहने होइन जसले क्षेत्री विशेषलाई मात्र पृथ्वी वा स्वर्गको भोग गर्न पाउने अवसर दिई कल्याण गरोस् र ब्राह्मण, वैश्य र शूद्रलाई कल्याणको अवसर प्रदान नै नगर्ने परमात्मा हुँदैन । अर्को – युद्ध कुनै वर्गको वा वर्णको कल्याण हुने कर्म होइन, किनकि युद्धले विनाश नै निम्त्याउँछ, चाहे क्षेत्रीबाट होस् चाहे अन्य वर्णबाट । यसरी कुनै पनि वर्ग वा वर्णको हित नहुने युद्धरूपी क्रिया वा कर्म गर्न प्रेरणा वा ज्ञान दिने भगवान् ईश्वर परमात्मा हुन सक्दैन र यस्तो अङ्गगल र अहित हुने ज्ञान बाँढ्ने सच्चा गीता पनि हुन सक्दैन । ✺

........क्रमश:

✍ पद्‌वी श्रेष्ठ, रत्नानगर, टाँडी
फोन नं : ९८४५१४२५२०

होली..........

भएर सत्ययुगी सुखदायी दुनियाँ ल्याउनु छ । जसरी होलीको दिनमा अनेक चीजहरू आगोमा जलाउँछन् त्यसरी नै विनाशी शरीर समाप्तिपछि अविनाशी अजर अमर आत्मामात्र रहन्छ ।

त्यसैले आउनुहोस्, स्वयं परमपिता परमात्मा नित्य ज्ञानको रङ्ग हामी सबै आत्माहरूलाई लगाइरहनुभएको छ, यस रङ्गमा स्वयंलाई यसरी पक्कागरी रङ्ग्याउनु छ ताकि शरीररुपी चोला नै छुटे पनि रङ्ग नछुटोस् । तबमात्रै भन्न सकिन्छ– हामीले सच्चा-सच्चा होली मनायौं । स्वयं परमात्माद्वारा रचित प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयका अनेक सेवाकेन्द्रहरूद्वारा परमात्मा हामी आत्मामा ज्ञान योगको रङ्गको पिचकारी लगाएर सच्चा-सच्चा होली नित्य मनाइरहनुभएको छ । यस्तो ज्ञानयुक्त होली खेलेर होली (पवित्र) बन्न सबैलाई होलीको शुभकामना । ✺

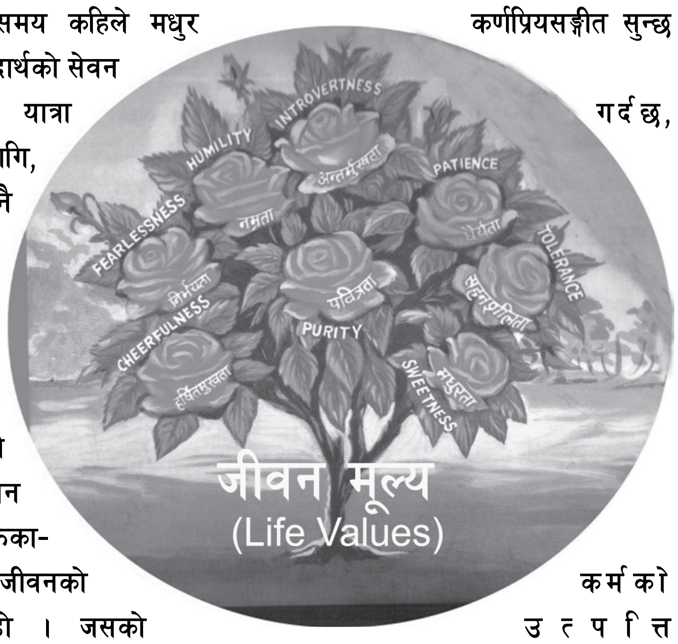
कर्मको............

गर्दछ अरूलाई दोष दिँदा। हुन सक्दछ ऊ पनि दोषी छ तर त्यसभन्दा तीन गुनाले म नै दोषी छु भन्ने स्वतस्फूर्त स्वीकार्यता मानिसमा पाइँदैन। यदि यस प्रकारको दृष्टिकोण मानिसमा विकास हुने हो भने कर्मको रूपरेखा नै फरक हुन जानेथियो । यसबाट सबै तहमा समस्याको अनुपात कम हुनुका अतिरिक्त मानिस आफ्ना भावना विचार, बोल र कर्म व्यवहारमा निगरानी राखी तिनीहरूको सुधारमा बढी सतर्क रहन्छ । आफ्ना सबै प्रकारका कर्म, व्यवहार र परिस्थितिको जिम्मेवार स्वयं नै सम्झन्छ जसबाट आपसी सम्बन्धमा सुमधुरता र घनिष्टता ल्याउन सकिन्छ ।

वास्तवमा आध्यात्मिक विज्ञानले मानिसलाई कर्मको गुह्य रहस्य सम्झिएर त्यस अनुसार नै कर्म गर्ने नैतिक बल प्रदान गर्ने गर्दछ । आत्माको सत्य ज्ञानबाट आत्म-चिन्तन गर्ने, आध्यात्मिक शाश्वत मूल्य र गुणहरूको परम स्रोत सर्वोच्च सत्ताको यथार्थ बोधबाट परमात्म-चिन्तन गर्ने तथा स्वच्छ पवित्र र सात्विक जीवनशैली अपनाई शुद्ध आचरणको जीवन्त उदाहरण बन्ने पक्षमा आन्तरिक बल प्रदान गर्दछ । यसबाट मानिसको दृढ मनोबलको विकास हुन्छ । जस्तै परिस्थिति, र अनेक प्रकारका नकारात्मक दवाब र प्रभावको बीचमा पनि आफ्नो सत्य निष्ठाको सिद्धान्तमा अडिक रहन्छ । सत्यको बल, परमात्माको बलमा अटुट निष्ठा र विश्वास राखी धैर्य र साहसका साथ परिस्थितिलाई पार गर्न पुग्दछ तथा जीवनमा सत कर्मको सिद्धान्तलाई दिगो राख्न सफल हुन्छ एवं सही कर्म सत्कर्मको पूँजी जम्मा गरी एक जन्म त के २१ जन्मको लागि महान् भाग्यको निमार्ण गर्न सफल हुन्छ । ✺

जीवन मूल्य– (७) आनन्द

आनन्द... के हो यो आनन्द ? सुखको स्वाद चखाउनेवाला अनौठो अनुभव हो आनन्द । प्रिय व्यक्तिको मिलनद्वारा हृदयमा उप्जिएको हर्ष आनन्द हो, धन सम्पत्ति वा मनले चाहेको चीज वा वस्तु पाउँदा मिलेको खुसी आनन्द हो । कार्यको सम्पन्नता वा यस कीर्ति पद प्रसिद्धि पाउँदा चित्तमा प्रकट भएको प्रसन्नता नै आनन्द हो । स्थूल वा सूक्ष्म प्राप्तिहरूले मनमा उम्लिएको खुसीको ज्वारभाटा हो आनन्द । अत: एकै खालको भइरह्यो भने मन अघाएर आउँछ, त्यसैले मनमा एउटा इच्छा पैदा हुन्छ, जसरी पनि कुनै न कुनै बदलावद्वारा आनन्दको आर्जन होस् । आनन्दविना जीवनको असली मजा नै कहाँ हुन्छ र ? व्यक्ति यसैले नै त समयप्रति समय कहिले मधुर कर्णप्रियसङ्गीत सुन्छ भने कहिले चटपटजस्ता पदार्थको सेवन गर्दछ, विभिन्न स्थानको यात्रा गर्दछ, केवल आनन्द प्राप्तिका लागि, उसको जीवनको उद्देश्य नै हो आनन्द ।



आनन्द ईश्वरद्वारा मानवलाई मिलेको अनुपम उपहार हो तथा आत्माको असली खोज । आनन्दविना जीवन रुखो, निरस वा फिका-फिका हुन्छ । मानव जीवनको लक्ष्य आनन्द नै त हो । जसको उत्पत्ति कर्मको प्रिय खेल, सुमधुर गीत, नयनरम्य दृश्य वा कला इत्यादिमा रहेको हुन्छ । मनको स्वाभाविक वृत्ति पनि आनन्ददायी स्मृतिमा रमन गर्नु हो । आनन्द दिलाउनेवाला समाचार सुन्नेवित्तिकै रोम-रोम पुलकित भएर आउँछ । वास्तवमा आनन्दको कुनै सीमा हुँदैन । शुद्ध सात्विक वा सकारात्मक विचारको सृजनद्वारा जसको निर्माण हुन्छ । जहाँ आनन्द हुन्छ त्यहाँ स्वर्ग हुन्छ । आनन्दले तन मनको स्वास्थ्यलाई जन्म दिन्छ तथा ताजगी दिन्छ, उत्साहमा वृद्धि पनि गर्छ । वास्तवमा यो आत्माको चेतनताको प्रमाण हो । आनन्दले भरपूर व्यक्ति देवतुल्य हुन्छ । आफ्नो बालसुलभ आनन्ददायी क्रिडाहरूबाट बालकृष्ण नन्दकिशोर कहलाए जसको हर कर्मबाट आनन्दरूपी अमृत सदा टप्किइरहन्थ्यो ।

कुरा त्यस समयको हो जब स्वामी विवेकानन्द देश विदेशमा भ्रमण गरिरहेका थिए । एक पटक उनी एउटा महिलाको घरमा रहेका थिए । एक दिन भाषण गरेर फर्किएर नियमित दिनचर्या अनुसार भोजनको तयारी गर्न थाले । यत्तिकैमा कुनै बच्चा नजिकै आएर उभियो । सामान्यतया उनका पासमा बच्चाहरू आउने जाने गर्दथे । बच्चाहरू भोका थिए । स्वामीजीले आफ्ना सबै रोटीहरू एक-एक गरेर बच्चाहरूलाई बाँडिदिए । एउटी महिला त्यही नजिकै बसेर हेरिरहेकी थिइनन् । उनलाई बडो आश्चर्य लाग्यो । आखिर उनी रोकिन सकिनन् र सोधिन्– हजुरले सबै रोटी ती बच्चाहरूलाई बाँड्नुभयो । अब हजुर के खानुहुन्छ ? स्वामीजीको अनुहारमा मुस्कान दौडिन थाल्यो । उनले प्रसन्न भएर भने– आमा, रोटी यो पेटमा होइन, ती पेटमा शोभायमान लाग्यो । दिन पाउँदा बडो आनन्द आउँछ ।

यदि केही पाउनका लागि हात फैलाउनुको सट्टा, दिनका लागि हात खुल्दछ भने आनन्दले झोली भरिन्छ । तर जहाँ लिने भाव जाग्दछ, मानिस आनन्दको अधिकारी बन्नुको सट्टा आनन्दको भिकारी बन्न पुग्दछ । आनन्द त आत्माको मूल प्रवृत्ति हो । आत्मा अनादि रूपमा छ नै आनन्द स्वरूप र आनन्दको सागर परमात्माको अमर सन्तान पनि । जब स्वस्थितिमा आनन्द स्वरूप बनेर आनन्दको सागरसँग दिलको नाता जोडिन्छ वा जीवनलाई नाटकसरह देखिन्छ तब आनन्द पाउन दौडनु पर्दैन । परमानन्दको सागर परमात्मासँग अटुट सम्बन्ध अविनाशी आनन्द प्राप्तिको रहस्य हो । यसैले परमानन्दलाई प्राप्त गरेर आनन्दमय जीवनको रसास्वादन गर्नुहोला यही मेरो शुभकामना छ ।

ब्रह्माकुमार हेमन्त, शान्तिवन, आबूरोड

जीवनको मूल्य

एउटा व्यक्तिले महात्मा बुद्धसँग प्रश्न सोध्यो– जीवनको मूल्य कति हुन्छ ?

बुद्धले उनलाई एउटा पत्थर दिए र भने– जाऊ र यस पत्थरको मूल्य पत्ता लगाएर आऊ, तर ध्यान दिनु– पत्थरलाई बेच्ने भने होइन ।

त्यो व्यक्ति पत्थर लिएर बजारतिर निस्कियो, पहिले एउटा सुन्तला बच्ने मान्छेलाई भेटेर सोध्यो– यसको मूल्य कति हो ?

सुन्तलावालाले चकिम्लो पत्थर देखेपछि भन्यो– १२ वटा सुन्तला लैजाऊ र यो मलाई देऊ । बुद्धले नबेच्ने भनेको हुनाले त्यो व्यक्ति अगाडि बढ्यो । अगाडि एउटा सब्जी बच्नेवालाले त्यस चम्किलो पत्थरलाई देखेर भन्यो– एक बोरा आलू लिएर जाऊ र यो पत्थर मलाई छोडिदेऊ ।

पछि गएर एउटा सुन बेच्नेवालाको पासमा पुग्यो– पत्थर देखायो, सुनारले त्यस चम्किलो पत्थरलाई अलि राम्ररी हेरेर भन्यो– ५० लाखमा दिन्छु, दिनुहोस् ।

यो कुरालाई बुद्धको मान्छेले मानेन छ– तब सुनारले भन्यो– दुई करोडमा मलाई देऊ अथवा भन– यसको मूल्य जति माग्छौ त्यो म दिन्छु... ।

त्यो व्यक्तिले सुनारलाई भन्यो– मेरो गुरुले यसलाई नबेच्ने भन्नुभएको छ ।

अझ अगाडि एकजना हीरा बेच्नेवाला मान्छेकहाँ गएर पत्थर देखायो ।

हीरा व्यापारीले जब त्यस अमूल्य रुबी (रत्नराज, बहुमूल्य पथर)लाई देख्यो, तब पहिले उसले रुबीका छेउमा एउटा कपडा बिछ्यायो अनि त्यो रुबीलाई त्यहाँ राखेर वरिपरि परिक्रमा लगायो, भावपूर्ण त्यस पत्थरलाई ढोग्यो ।

त्यसपछि व्यापारीले भन्यो– कहाँबाट यो अमूल्य हीरा ल्यायौ ? सारा दुनियाँ दिँदा पनि यसको मूल्य बराबर हुन सक्दैन ।

त्यो व्यक्ति हैरान भएर सिधै बुद्धको पासमा आयो ।

आफूसँग भएका सबै घटनाहरू बतायो – अब बताइदिनुहोस् महात्म जी मानवीय जीवनको मुल्य कति हुन्छ ?

बुद्धले भने– सुन्तलावालालाई देखायौ उसले १२ वटा सुन्तला बराबर मूल्य बतायो । सब्जीवालाको पासमा गयौ तब उसले यसको मूल्य १ बोरा आलु बतायो । अझ अगाडि जाँदा सुनारले २ करोड रुपयाँ बतायो फेरि हीरा व्यापारीले अमूल्य भन्यो ।

अब यसरी नै मानवीय मूल्य पनि हुन्छ ।

तिमी असल हीरा हौ– तर तिमीसँग हुनेहरूले तिम्रो मूल्य आफ्नो गच्छे अनुसार लगाउँछन् ।

साभार: Facebook

◆ *कडा बोलीले कसैको हृदयलाई नरम बनाउँदैन, बरु नरम बोलीले कडा हृदयलाई पनि नरम बनाइदिन्छ । त्यसैले सधैं नरम बोली बोलौं ।*

◆ *विजय तथा हार दुवैबाट शिक्षा मिल्दछ । जसले विजयबाट शिक्षा लिँदैन, उसले पराजयको बीज रोप्दछ र जसले पराजयबाट शिक्षा लिँदैन उसले विनाशको बीज रोप्दछ ।*

प्रेरणाको स्रोत

✍ ब्र.कु. प्रेम बाल्छौडी, आबुखैरेनी, तनहुँ

प्रेरणा भनेको एक प्रकारको आन्तरिक हृदयदेखि प्रस्फुटित हुने बल रहेछ । यो भृकुटीमा विराजमान भएको आत्मादेखि उप्जिने रहेछ जसकारण यसले निरन्तररूपमा अगाडि बढ्ने ऊर्जा प्रदान गरिरहन्छ । जीवनमा आवश्यक अनेक प्रेरणाहरू प्राप्त गरियो, विभिन्न व्यक्तिहरू मार्फत । तर सबैभन्दा उच्च प्रेरणा भनौं वा प्राप्ति त तब मान्दछु जब अलौकिक प्रेरणा प्राप्त गरेर परमात्मालाई पाउन सकियो ।

मेरा लौकिक जीवनका २२ वर्ष सेनामा सेवारत भई बिते । त्यसपछि ४४ वर्षको उमेरसम्म विभिन्न प्रकारले भक्ति भावनामा रमाउँदै जीवत व्यतीत गरिरहेको थिएँ । ड्रामा अनुसार विविध उतराव र चढावका उकाली ओराली पार गरिरहेको थिएँ । जीवन हाँडीमा भुटिने मकैको भूटाइ झैं कहिले पट्किने त कहिले उफ्रिने अवस्थामा रुमल्लिइरहेको थियो । ती दयनीय दिनहरूमा पनि आफूमा भक्ति भावको कमी हुन दिइनँ र अनुभूति भइरहन्थ्यो– एक दिन सत्यको विजय अवश्य हुनेछ, भगवान्ले मेरो जीवनमा अनुभूति अवश्य गराउनुहुनेछ । मेरो दिनचर्या कहिले नालीमा हुन्थ्यो त कहिले कचहरीमा । बेलुका आफ्नो जीवनका बारेमा सोच्दा आफैंलाई घिन लाग्दथ्यो । मनमा राम्राभन्दा नराम्रा सङ्कल्पहरू बढी खेल्न थालिसकेका थिए । अब जीवन यसरी नै नरकको दलदलमा डुब्दै जाने होकिजस्ता सम्मका खराब विचारहरूले घर जमाइरहेका थिए ।

यत्तिकैमा २०६२ साल साउन २२ गते मेरा लागि एउटा अति अलौकिक र सौभाग्यको दिन बन्न पुग्यो । बिहान तीन बजेको हुँदो हो । म सपना मै रहेछु । एक जना स्वेत वस्त्रधारी वृद्ध मान्छेले मेरो हात समात्यो । स्नेही दृष्टिसहित ती वृद्ध मान्छेले मलाई आबु खैरेनीको ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयको मूलद्वारबाट प्रवेश गराउँदै भने– यही हो तिम्रो घर । कानले यति भनेको ठम्याइरहेको छु, म अझ ती वृद्धलाई हेर्न खोज्दै थिएँ । उनी त्यहाँ थिएनन् । म थोरै चनाखो हुन खोज्दै थिएँ, म त व्यूँझिएँ । मनले उनलाई खोजिरहेको थियो । मलाई यो सपना एकदमै राम्रो लाग्यो र म ननिधाउने निर्णयमा पुगें । म उज्यालोको फर्खाइमा थिएँ । जब उज्यालो भयो म वृद्धले देखाएको बाटो पछ्याउँदै गएँ । त्यस दिन आकाश एकदमै छ्याङ्ग खुलेको थियो । म भने मनमा एउटा फरिस्ताले (परीले) दिएको इसारा अनुसार केही प्राप्त हुनसक्छ भन्ने आशाका किरण मनमा खेलाउँदै अगाडि बढिरहेको थिएँ । ती मनभित्रका विचलनको प्रक्षेपणलाई किनारा लगाउँदै आध्यात्मिक ज्ञान सागरको भुल-भुले मूलमा प्रवेश गर्न पुगें । त्यहाँ प्रवचन (मुरली) चलिरहेको थियो । मुरली पढ्नेदेखि सुन्नेसम्म सबैले सेतै कपडा लगाएका मेरा आँखाले देखे । मेरा मनमा पनि धेरै वर्ष पहिले सन् १०७८ साल जनवरी महिनामा सेवामा छँदा भारतको राजस्थान प्रान्तको आबुरोड रेलवे स्टेसनलाई सम्झिन पुगें । म तीन सालसम्म आबुमा सेवारत रहेको थिएँ । त्यतिखेर म ती स्वेत वस्त्रधारीहरूलाई घृणा गर्दथें ।

तर यहाँ ब्रह्माकुमारी दिदीले मलाई दिनुभएको टोली र बोलीले ती सबै घृणालाई एकैछिनमा समाप्त गरिदियो, भुलाइदियो । मैले त्यसै दिनदेखि सात दिने कोर्स सुरुआत गरें । धेरै समयदेखि मभित्र रहेका अनेक विकृति र विसङ्गतिलाई पाखा लगाउनलाई बाबाको ज्ञान मुरलीले अथाह प्रभाव पारेको स्पष्ट अनुभव भइरहेको छ । पुरुषार्थको समय बित्दै जाँदा विघ्न र परिस्थिति पनि नआएका होइनन् तर बाबाको मदत र ब्रह्माकुमारी दिदीको स्नेहपूर्ण सर-सल्लाहले आफूलाई अघि बढाउँदै लैजान सफल भएँ । यसरी यस ब्राह्मण जीवनमा परमात्माको पवित्रताको महान् व्रतलाई तपस्याको रूपमा वरण गर्दै देवतुल्य आदर्श जीवन बिताउने प्रतिज्ञा गरी ईश्वरीय विश्व विद्यालयको विद्यार्थीको पद प्राप्त गर्न सफल भएँ ।

निमित्त दिदीहरूका माध्यमद्वारा मिल्ने निर्देशनलाई पालना गर्ने क्रममा विभिन्न अनुभूतिहरूको साक्षात्कार हुन थाले, हुँदै गइरहेका छन् । देहमा रहुन्जेल आत्मालाई आउने जाने सबै कर्म गतिको अनेकौं शिक्षाले जीवनलाई भावनाको संसारबाट यथार्थको मार्गतर्फ जान अझ आत्म-विश्वास भरिदिदै छ । आउँदो समयमा समयले सिकाउने पाठहरूलाई स्वीकार गर्दै आत्मा र परमात्माको मीठो यादका साथै आत्मा सतोप्रधान पावन बनाउने लक्ष्यतर्फ सदा उन्मुख हुँदै अगाडि बढिरहेको छु । आजको यो २१ औं शताब्दीमा जहाँ भौतिकताको चरम विकास र प्रयोग भइरहेको समयमा पनि आध्यात्मिक शक्तिको यथार्थ बोध हुनसक्ने रहेछ, यो मेरै जीवनबाट पनि अनुभव भइरहेको छ । जीवनको गतिविधिलाई पल्टाएर हेर्दा किताबी ज्ञान दिने शिक्षकभन्दा विद्यार्थीको मनोभावलाई बुझेर त्यही अनुसारको प्रेरणा दिने शिक्षक बढी प्रभावकारी हुने रहेछ । यसरी नै ब्रह्माकुमारी दिदीले मलाई पनि मेरो बर्बाद भएको जीवनबाट उठेर पुरुषार्थ गर्न लायक बनाउनुभयो । मलाई परमात्माको ज्ञानमा निश्चय त भयो तर म पुरुषार्थ गरेर ईश्वरीय विद्यार्थी हुँ भन्ने स्वमानको विकास गराउने कार्य, बाबाको सेवा गरेर भाग्य निर्माण गराउने कार्य, पुरुषार्थ गरेर उच्च मनस्थितिको विकास गर्न सकिन्छ भन्ने विश्वासको विकास त मलाई ब्रह्माकुमारी दिदीले नै गर्नुभएको हो ।

अन्त्यमा जीवनलाई उच्च बनाउन खोजी खोजी मलाई मौका दिने शिवबाबा तथा गोडमेल गरी महान् जीवनको अनुभूतिसम्म डोऱ्याउने निमित्त दिदीलाई धेरै-धेरै धन्यवाद । ❋

वरदान माग्दछ

छु म अहिले पवित्र भूमि, माउण्ट आबु राजस्थान ।
छ पक्का भाइ-भाइको दृष्टि यहाँ, छैन देहको भान ।
को ठुलो को सानो बराबरी, खोज्दैन कसैले मान ।
देखिन्छ देव तुल्य सर्वत्र, वरपर सबै व्यवस्थापन ।

चम्किरहेछ हरदम खुसीको दीपक, हरेकको चेहरामा ।
छन् रमाइरहेका सर्व प्राणी, शिवको सुरक्षा घेरामा ।
उड्ती कलामा उडिरहेछन् सधैं, प्रभु मिलनको बेरमा ।
लागिरहेछ उच्च आनन्द र परम सुख, परमात्माको फेरामा ।

छ अचम्म लाग्दो मित्र यहाँ, पर्नुहुन्छ छक्क तपाईं ।
झल्किन्छ मरुभूमिको हरियालीले, शिवबाबाको भलाई ।
छरिरहेछ ज्योति ज्ञान सूर्यले यहाँबाट, सम्पूर्ण मानव जगतलाई ।
रमाइरहेछन् तीर्थ यात्री हर क्षण, यो पावन भूमिमा आई ।

पर्दा पाइला यो तपोभूमिमा हाम्रो, मनोविकृति भाग्दछ ।
महान् देवहरूले सजाएको यो सुन्दर ठाउँ, स्वर्गजस्तै लाग्दछ ।
छछल्किएर देवत्त्व भित्रैदेखि, आध्यात्मिकता जाग्दछ ।
पाऊँ बस्न सदा यहाँ भनी, आत्माले वरदान माग्दछ ।

✍ रामकाजी, सिमरा, बारा

समय र सम्पत्तिका बीचको ठूलो अन्तर

तपाईंलाई हर समय यो याद रहन्छ कि तपाईंसँग कति सम्पति छ तर तपाईंलाई यो थाहा कहिल्यै हुँदैन– तपाईंसँग अब कति समय छ ।

ईश्वरीय सेवाद्वारा भाग्यको प्राप्ति

✍ ब्रह्माकुमारी सरिता, लक्ष्मीपुर, चितवन

मानिस एक सामाजिक प्राणी हो । ऊ समाजबाट अलग भएर एक्लै रहिरहन सक्दैन किनकि जीवनमा आउने हर परिस्थितिको सामना गर्न मानिसलाई समाज चाहिन्छ । जो समाजमा हरेर निःस्वार्थ भावनाले एक अर्काको दुःख, कष्टलाई बाँड्दछ ऊ नै समाजसेवी कहलाउँछ भने कसैले फलको प्राप्ति गर्छ । सच्चा दिलबाट गरेको सेवाले सन्तुष्टता र खुसी दिलाउँदछ र जीवनमा सफलता पनि आउँदै जान्छ तर नाम, मान, सान, स्वार्थ र प्रशंसाको भोकमा गरेको सेवाले जीवनमा स्थायी खुसी दिन सक्दैन । जो उदारता, सहनशीलता, करुणाशील, संयमी र स्वाबलम्बी छ उसले नै आफ्नो अनि समाजको र राष्ट्रको विकास र उन्नति गर्न सक्छ ।

हामी देख्दछौं एउटा पशु पन्छी पनि आफ्नो समुदायको सुरक्षाको लागि प्राणसमेत दिन तयार हुन्छ तर हामी मानव भएर यदि समाजको, परिवारको पीडालाई बुझ्दैनौं भने मानव श्रेष्ठ प्राणी कहलाएको के अर्थ रह्यो र ? त्यसैले सेवा त मानवको विशाल हृदय र समर्पणताको भाव हो । हामीले आफ्नो उत्तरायित्वलाई बुझी स्नेहको सूत्रमा बाँधेर हरेकलाई निःस्वार्थ भावबाट कुनै भेदभाव विना सच्चा सेवा गर्छौं भने पक्कै पनि त्यसको फल हामीलाई निःसन्देह राम्रो नै मिल्छ । अरूको कल्याण र सुखको भावना राखेर थोरै पनि सेवातर्फ अग्रसर हुन्छौं भने अनेक आत्माहरूको आशीर्वाद प्राप्त हुन्छ । आशीर्वाद त भाग्य निर्माणको एक आधार हो । सच्चा सेवी ऊ हो जसले ईश्वरको पहिचान गरी ईश्वरीय सेवामा जीवन लगाउँदछ । ईश्वरीय सेवा अर्थात् ईश्वरको श्रीमत अनुसार गरिएको सेवा । जसबाट जति दिन्छौं त्यसको बदलामा कयौं गुण बढी उपलब्ध गराउँदछ । सेवा नगरेसम्म अर्थात् ईश्वरीय कार्य अर्थ सेवारूपी बीज नरोपेसम्म हामीलाई प्राप्ति र सुखको भोग मिल्न सक्दैन । सुख, शान्ति प्राप्तिको आधार नै श्रेष्ठ कार्य अर्थ गरिएको सेवा हो । निःस्वार्थ र त्यागपूर्ण सेवा सृष्टिमा सबैभन्दा ठूलो कर्म हो । जसको फलस्वरूप मनुष्यलाई सबैभन्दा श्रेष्ठ भाग्यको सौभाग्य प्राप्त हुन्छ । स्वयं शिवबाबा भन्नुहुन्छ– आत्मा र परमात्माको पहिचानबाट नै वसुधैव कुटुम्बकम्को भाव सार्थकहुन्छ तब हरेकप्रति शुभ भावना र शुभ कामना दिन सक्छौं र निःस्वार्थ रूपबाट मानव सेवार्थ लाग्न सक्छौं । परमपिता परमात्मा शिव हामी सबै मानव आत्मामात्रको पिता भएको हुनाले स्वयम् भगवान् यस धर्तीमा अवतरित भएर मानवको उद्धार गरी संसारमा सुख, शान्तिको साम्राज्य अर्थात् दैवी राजधानी पुनः निर्माण गर्दै हुनुहुन्छ र हामी पनि भगवान्को यस विशाल कार्यमा आफ्नो तन, मन, धनबाट सेवा गरी सत्ययुगी नवीन एवं स्वर्णिम राज्यको अधिकारी बन्न सक्दछौं । ईश्वरीय सेवा त संसारमा सबैभन्दा उच्च र सर्वश्रेष्ठ छ । ईश्वरीय सेवाबाट नै जन्म जन्मान्तरको लागि भाग्य प्राप्ति हुन्छ । त्यसैले ईश्वरीय सेवालाई बुझी ईश्वरीय कार्यमा आफ्नो हाथ बढाऔं अनि आफ्नो भाग्य बनाऔं । याद राखौं– श्रेष्ठ भाग्य निर्माणको समय भनेको नै वर्तमान सङ्गमयुगी समय हो जुन समयमा स्वयं परमात्मा भाग्य बाँड्दै हुनुहुन्छ । कतै हामी यसबाट वञ्चित त छैनौं, अहिले गरेनौ भने कहिल्यै मिल्दैन । ❋

सिमरा, बारा : ८० औं शिवरात्रिको उपलक्ष्यमा आयोजित झण्डोतोलन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र नेपालका निर्देशक राजयोगिनी राज दिदी ज्यू, ब्रह्माकुमारी रवीणा दिदी, ब्रह्माकुमारी मधु, साथमा ब्रह्माकुमार राम सिंह ऐर एवं ब्रह्माकुमार गुणराज ।

हेटौंडा : नव आगन्तुक प्रमुख जिल्ला अधिकारी मान बहादुर वि.क.लाई ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्रमा स्वागतपश्चात् ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदी, ब्रह्माकुमारी विष्णु एवं ब्रह्माकुमार अर्जुन ।

धनकुटा : खुसी एक कला कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै एस.पी. विभूतिराज पाण्डे, पूर्व सांसद गोपाल गुरागाईं, ब्रह्माकुमारी निर्मला एवम् ब्रह्माकुमार विजयराज ।

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

–ज्ञानज्योति परिवार

प्रापक : ....

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