

ज्ञानज्योति



आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १७ अंक : १२

मासिक

२०७४ आषाढ

जगदम्बा सरस्वती- स्मृति दिवस

ब्रह्माकुमारी सरिता, लक्ष्मीपुर, चितवन

विश्वको कालचक्र घुम्ने क्रममा एकदिन यस्तो समय आयो जुन कुराको उल्लेख गर्न खोजिएको छ। सायद यी कुराहरू सुन्दा र पढ्दा पत्याउने गान्हो पर्ला, स्वीकार गर्न अलि गान्हो पर्ला तर सत्य यही हो- मानव जातिको पुनः दैवीकरण गर्ने हेतु स्वयं परमात्मा शिवले साकार मानवीय तनको आधार लिएर मानव जातिको पुनः उत्थानको कर्तव्यको बीजारोपण गरिसक्नुभएको छ। साँच्चिकै कति सुन्दर पल थियो त्यो। श्रेष्ठता र दिव्यता सम्पन्न क्षण थियो जबकि भगवान्द्वारा मानव जातिलाई दैवीकरणको जग राख्नुभयो। सृष्टिलाई स्वर्ग बनाई मानवलाई देवी र देवता बनाउने क्रममा स्वयं विश्वपिता परमात्मा शिवले विश्वका मानव आत्माहरूको चयन गर्नुभयो यसरी चयन गर्ने क्रममा परमात्मा शिव पिताको नजर एउटी सानी बालिका राधेमाथि पऱ्यो। परमात्माको एक नजरले नै राधेमा त्यो सम्पूर्ण दैवी स्मृतिको उद्गम भयो अनि परमात्माको आज्ञा अनुसार सम्पूर्ण सांसारिक भोग विलासिताको जीवनलाई क्षणभरमा नै तिलाञ्जली दिई विश्वको नव निर्माणको दायित्वलाई पुनः सम्हाल्नका लागि तत्पर हुनुभयो। परमात्माबाट प्राप्त ठूला ठूला जिम्मेवारी वा उत्तरदायित्वलाई पूरा गर्नुभयो। पवित्रता वा दिव्यताकी प्रतिमूर्ति बनेर परमात्माद्वारा रचिएको यस यज्ञमा पवित्रता, दिव्यता, शान्ति तथा शक्तिरूपी स्तम्भलाई बलियो बनाई यज्ञलाई निर्विघ्न रूपबाट चलाई विश्व परिवर्तनको कार्यमा लाग्नुभयो। विश्वास नै गर्न गान्हो, सानी बालिका जसले विश्व परिवर्तनको कार्यको लागि क्रान्तिको आगो सल्काउनुभयो। जुन आगो आज सारा विश्वमा फैलिएको छ। शास्त्रहरूमा जुन गायन गरिएको छ- यज्ञपुत्री भनेर अर्थात् जसको जन्मलाई अलौकिक जन्म मानिन्छ। मरजीवा जन्म, पुरानो आसुरी संस्कार, स्वभावबाट मर्नु, ज्ञानको जन्म जसमा सम्पूर्ण स्वभाव संस्कार पवित्र एवं शुद्धीकरण हुन्छन्। नयाँ ईश्वरीय अलौकिक जन्म हुन्छ। हो, यिनै राधे जसको महिमा शास्त्रमा यज्ञपुत्रीको रूपमा गरिएको छ।



तल्लो स्तरमा राखेर निर्बल र कमजोरीको नाम दिएर यी नारी जातिले के नै पो गर्न सक्छन् र भन्ने पुरुष प्रधान समाजमा रहेर नारी शक्ति हुन्, अबला होइनन् सबला हुन्, नारी देवी हुन्, दुर्गा हुन्, ममताकी खानी हुन्, ठूला ठूला विद्वान्का जन्मदाता हुन्, जगत् अम्बा हुन्, भनी नारी सक्षमताको उजागर गर्नुभयो। परमात्माद्वारा रचित यस महायज्ञमा आफ्नो तन, मन, बुद्धि पूर्णतः प्रभुमा समर्पण गरी आफ्नो सर्वस्व प्रभु अर्पण गर्नुभयो। धन समर्पण गर्न सजिलो छ तर मन त चञ्चल छ। यस मनलाई पनि प्रभुलाई अर्पण गर्नुभयो अर्थात् बली चढाउनेवाला काली बनी मन र बुद्धिको सम्बन्ध पूर्णतः परमात्मामा जुटाई ज्ञान र योगमा परिपक्व बनी धेरै अनुभव बटुलेर अनुभवी बन्नुभयो। हर यज्ञवत्सलाई मातृवत पालना दिदै सबैमा ज्ञान र योग कुटी कुटी भरिदिनुभयो। ओम्को ध्वनी लगाई हरेकलाई प्रभु मिलनमा मग्न

बनाउनुहुन्थ्यो। समस्त यज्ञवत्सहरूको जीवनमा महापरिवर्तन ल्याउने राधे पछि गएर यज्ञमाता वा मम्मा, अर्थात् सबैको अलौकिक माता एवं जगदम्बा सरस्वतीको रूपमा चिनिनुभयो।

परमात्माले सुनाएका ज्ञानका महावाक्यलाई जस्ताको तस्तै सुनाउने खुबी थियो। देहबाट अलग भएर ईश्वरीय स्मृतिमा यसरी मग्न रहनुहुन्थ्यो कि उहाँको रहानियत भरी वाणी सुन्नेवाला पनि देहबाट अलग भएको अनुभूति गर्दथ्यो। ज्ञानको व्याख्या यसरी गर्नुहुन्थ्यो- सुन्नेवालालाई लाग्थ्यो कुनै ज्ञानको लोरी सुनाउँदै हुनुहुन्छ जसले गर्दा बच्चा होस् वा वृद्ध, युवा जो सुकैले पनि माता अर्थात् मम्मा भनेर सम्बोधन गर्न थाल्दथ्यो।

अमृतसरमा जन्म लिनुभएकी यज्ञमाता मम्मा आज संसारमा नै ज्ञान अमृत पान गराई सत्यतालाई बोध गराउन सफल मम्माको तपोबल उच्च स्तरीय थियो। जो पनि मम्माको नजिकमा जान्थ्यो, उसलाई लाग्दथ्यो- योगको शक्तिशाली स्टेजमा स्थित भएर पवित्रता एवं दिव्यताको किरण प्रकीर्ण

गरिरहनुभएको छ। संसारमा आमा शब्दको महिमा धेरै प्रकारबाट गरिएको छ। वेदले भन्छ- आमा निर्माता हुनुहुन्छ। कुरानले भन्छ- आमाको पैतालामुनि स्वर्ग छ। बाइबल भन्छ- आमा बुवाको अपमान गर्नेको दियो निभ्छ। कसैले भन्छन्- आमा धर्ती हुन्। जसले आफ्ना सन्तानको खुसीको लागि आफ्नो सबै खुसी बलिदान दिन्छिन्। जसको गोदमा सारा सृष्टि समाहित भएको हुन्छ। जसको स्नेहयुक्त स्पर्शमात्रैले पनि ठूलाभन्दा ठूला चोट निको हुनपुग्छन्। यस्ती आमा जसको एक आँखामा भावनाको शुभ जल भरिएको छ, अर्को आँखामा विषय विकार एवं आसुरी संस्कारहरूको सर्वनाश गर्ने ज्वालारूप शक्तिको सञ्चार भइरहेको छ।

यिनै मम्माको सुयोग्य अध्यक्षतामा शिव शक्ति पाण्डव सेनाको एउटा गठन तयारी गरी आध्यात्मिक महाक्रान्तिमा भाग लिनुभयो। अदम्य साहस, अटुट श्रद्धा एवं विश्वासबाट मूल्यनिष्ठ समाजको पुनर्निर्माण हेतु मुख्य भूमिका निर्वाह गर्नुभयो। राजयोगको परिभाषालाई यसरी सहज तरिकाबाट प्रस्तुत गर्नुभयो। सबैले सहज प्रयोग गर्नसक्दथे। राजयोगको नित्य प्रयोगले नै सृष्टिमा महापरिवर्तन ल्याउन सम्भव छ भनी नित्य ज्ञान श्रवण गर्ने बीज रोपिदिनुभयो।

यसरी आफ्नो सम्पूर्ण जीवन विश्व कल्याणार्थ समर्पण गर्ने मम्माले २४ जुन १९६५का दिन सम्पूर्णता प्राप्त गर्नुभयो। आज संसारले जानी नजानी मम्माको त्यो स्वरूपको महिमा गरिरहन्छ। मम्मा सबै दुर्गुण हटाउने कार्यमा सक्रिय रहेर एउटी दुर्गा (काली)को रूपमा चिनिनुभयो। उहाँले कर्तव्यमा शीतला, विद्याकी देवी सरस्वती, अनेक कर्तव्य वाचक नाम प्राप्त गर्नुभयो। जब २४ जुनको दिन नजिकिन्छ मम्माका साकारका क्षणहरूको मानस्पटलमा भन् तरोताजा भएर आउँछन्। हे जगदम्बा माँ दुर्गा, हे मम्मा तिम्रा ती अलौकिक जीवनगाथा र कृतिहरूलाई केवल गाउनेमात्र होइन, अपितु जीवनमा धारण गर्ने नै छौं। हजुरको विश्व परिवर्तनको संकल्पलाई साकार पार्ने नै छौं। मम्मासँग यही प्रतिज्ञा गरी श्रद्धा सुमन अर्पण गरौं। ✨

श्रेष्ठ आशाको दीपक बाल्नेवाला नै सच्चा कुल दीपक हो।

शिवबाबा



शिव भगवानुवाच

इमामा मे हुन्छ, त्यो कल्याणकारी युगमा भएका कारण सबै कल्याणकारी नै हुन्छ, अकल्याणमा पनि कल्याण देखियोस्, तब भनिन्छ निश्चयबुद्धि। परिस्थितिको समयमा नै निश्चयको पहिचान हुन्छ। निश्चयको अर्थ नै हो- झंझको नाम निश्चय नहुनु, जे भएपनि निश्चयबुद्धिलाई कुनै पनि परिस्थितिले हलचलमा ल्याउन सक्दैन। हलचलमा आउनु मतलब कमजोर हुनु।



सम्पादकीय



समझदारी, स्वीकार्यता अनि सहजता

जीवनको क्षितिजलाई थप सुन्दर, सहज साथै स्वाभाविकतातर्फ उन्मुख गराउन सत्प्रेरण प्रदान गर्न थाल्दछ, समझदारीपूर्वक गरिएको स्वीकार्यताले। स्वीकार्यता र सुन्दरता जीवनरूपी सिक्काका दुई पाटाहरू हुन्। निःस्वार्थपूर्ण स्वीकार्यता, जीवनको जिउने आधार। आकाश स्पष्ट नभएसम्म सम्पूर्ण इन्द्रेणीको सौन्दर्यता खुल्नै सक्दैन। जसको कुनै तुलना नै नहोस्। जहाँ थोरै मात्र पनि विकल्प अनि तुलना हुन्छ, त्यहाँ स्वीकार्यतामा प्रश्न चिह्न खडा हुन जान्छ। प्रश्न चिह्न नै यस्तो एउटा बाधा हो जसले पूर्ण प्रशन्नतामा पर्खाल खडा गरिदिन्छ। सम्बन्धमा सम्भव भएसम्म पूर्ण विरामको प्रयोग गर्न सकियोस्। आध्यात्मिक भाषामा यसैलाई इमा शब्दको प्रयोग गरिन्छ। जुन कुरा भइसक्यो, बितिसक्यो, नियन्त्रणभन्दा बाहिरको छ भन्ने लागनासाथ यथासम्भव पूर्णविरामको प्रयोग गर्न सक्नु पर्दो रहेछ। व्यक्तिको अनुपस्थितिमा समेत हामी कसैप्रति नकारात्मक ऊर्जा प्रसार (प्रभावित, निस्कासित) गर्ने गर्छौं भने पनि कार्मिक नियमअनुसार अकस्मात भेट हुदाँ समेत हृदयले कुनै खुसी व्यक्त गर्न सक्दैन। यतिसम्म कि एक आपसमा हामी भेट्दा शरीरलाई हानी गर्ने एक प्रकारको शारीरिक रसायन उत्पन्न हुनजान्छ। स्वीकार भएको सम्बन्धमा सामीप्यमा अनायासै मुस्कुराउन पुग्छौं, हात मिलाउँछौं, गला मिल्छौं, तत्काल एक अर्काको खुसीको लागि हामी आफ्नो शुभकामना व्यक्त गर्दछौं। एक प्रकारको सेरोटोनिन भन्ने हार्मोनस हामीमा सल्बलाउँछ, यही हार्मोनको सक्रियता देखापर्दछ। यसको घनिभूतपन नै हामीलाई आनन्द आउने, निरन्तर सम्वाद बनी रहने, एक अर्काको सुख दुःखमा सहानुभूति व्यक्त गर्ने, खोजीनिति गर्ने आदि लक्षण देखा पर्दछन्। जसका कारण अनुहारमा अपार खुसी देखा पर्ने, स्वस्थ तन अनि मन बन्दै जाने, कुनै कारणले शरीरमा बलक भएको छ भने खुल्दै जाने बढी सम्भावना हुन्छ। निरन्तर सम्बन्धमा आउने व्यक्तिसंग हृदयको दूरी बढ्दै जादाँ अनायास मुटुको समस्या बढ्दै जाने प्रबल सम्भावना एउटा अनुसन्धानले देखाएको छ। जति जति एक्लोपनले घेरि थाल्दछ, मनको भाव दबाएर राख्दछ, शुभ संकल्पको कमी हुन जान्छ, क्रमशः यसको प्रभाव शरीरमा समेत रोगको रूपमा देखा पर्दछ। सम्बन्धको कटुताले जीवनको इन्द्रेणी धुमील हुन पुग्दछ।

आफूसंग सहकार्य गर्ने, आफ्नो नेतृत्वमा आश्रित भएकाहरूसंग वा मनौं जसले आफूलाई अभिभावक सम्झिरहेको छ, कुनै न कुनै तवरले भए पनि तालमेल मिलाइराख्नु पर्दो रहेछ। यसै सम्बन्धमा एउटा प्रेरक प्रसंग स्मरण भइरहेछ।

अति कटुता र तिकता पछि अन्ततः जीवन लिला समाप्त गर्ने सोचपूर्वक बाबुसंग अन्तिम भेटका लागि भेट्न जान्छिन् छोरी। बाबु पेशाले वैद्य पनि भएकाले कुनै निकास निस्किए पो हाल्छ कि भनि सम्पूर्ण वृत्तान्त पोखिन् छोरीले र आग्रह गरिन् हामी दुई मध्ये एक जनाले मृत्यु वरण नजार्दासम्म आफ्नो घरमा शान्ति नहुने कुरा जाहेरी गरिन्। सासू आमासंगको लामो समयको कटुताले दिक्दार भएर शरीर त्याग गर्ने निर्णय गरेकी रहिछिन् छोरीले। आफू बाँचेको देख्ने हो भने सासू आमालाई कुनै जहर/विष वा त्यस प्रकारको औषधि दिएर सासू आमालाई समाप्त गरिदिन आग्रह गरिन्। छोटो समयमै प्रतिक्रिया हुने औषधि दिदा सबै जना कारवाहीमा पर्न सक्ने भएकाले तीन महिनाभित्रमा सुस्त गतिमा प्रभाव जनाउने औषधि दिएर स्वाभाविक मरण हुने व्यवस्था मिलाइदिन सक्ने बचन दिए पिताजीले। तीन महिनाको अवधिमा सासू आमाको घेरै स्याहार, सुसार गर्नु अनि प्रेम प्रदर्शन गर्नु र सुत्ने बेलामा एक ठिलास दुधमा थोरै औषधि मिसाएर खुवाउनु जसका कारण ९० दिनमा सहज मृत्यु हुन सक्योस्। मात्र तीन महिना ? छोरीले दिन गर्दै आफ्नो सम्पूर्ण ऊर्जा लगाएर सासू आमालाई स्वीकार गरिन्, प्रेम प्रदर्शन गर्न थाली हालिन्। हेर्दाहेर्दै दिनहरू बित्दै गए र सासू बुहारीको एक अर्काप्रति प्रेम पो सघन हुन थाल्यो। पाशा पल्टियो र अब त्यो घर नै मानौं स्वर्गको एउटा रूप हुन पुग्यो।

तीन महिनामा निश्चित मृत्यु वरण हुन्छ भन्ने थाहा छ तर खुसी हुनुको साटो

स्वयंसाग कुराकानी

- दिव्यबुद्धिकी धनी ढाढी जानकी जीकी 'भगवान् का साथी' बाट साभार

जब तपाईं मनै मन स्वयंसँग कुरा गर्नुहुन्छ तब तपाईं कुनचाहिँ स्वरूपसँग कुरा गर्नुहुन्छ र कसरी ? सामान्यतया मानिस आफ्नो दिव्य स्वरूपसँग कुरा गर्दैनन् बरु आफ्नो व्यक्तित्वको सबैभन्दा बाहिरी पक्षसँग गर्दछन् र यो कुराकानीमा प्रायः भय, शिकायत र पुरानो कुराहरूको नजानिकनै पुनरावृत्ति भइरहेको हुन्छ। यदि हामी कोही अरु मानिससँग त्यस तरिकाले कुरा गर्छौं भने हामीले क्षमा माग्नुपर्दछ।

स्वयंसँग राम्रो तरिकाले कुरा गर्न सिक्नु एउटा आध्यात्मिक पुरुषार्थ हो। अतीतको विचार र भविष्यको कुरामा आधारित चिन्ताहरू सही कुराकानीको आधार हुँदैनन्। यसको सट्टा आफ्नो मनसँग यसरी कुरा गरौं जसरी यो एउटा बच्चा हो। यदि बच्चालाई जबरजस्ती बसाउनुहुन्छ भने यसले मान्दैन। आफ्नो मनका लागि असल आमा बन्नुहोस्, यससँग राम्रोसँग कुराकानी, सकारात्मक चिन्तन गर्न सिकाउनुहोस् जसद्वारा जब तपाईं यसलाई शान्तिसँग बस्ने आदेश दिनुहुन्छ तब मान्दछ।

आफ्नो मनलाई प्रेम गरौं, प्रसन्न रहौं।

आफ्नो स्वीकार्यतापूर्वकको प्रेमले ढक्क छोपिसकेको अवस्थामा अब अर्को चिन्ता बढ्यो। यति धेरै माया दिने आमालाई कसरी जीवन दान गर्ने। पुनः आफ्नो वैद्य बाबुलाई अनुनय विनय गरेर बचाई दिने आग्रह गरिन्। बाबुले भनेछन् छोरी जतिखेर तिम्रो मुड बिग्रिएको थियो तिम्रो शब्दमा संयमता थिएन। तिम्रो संयमता बन्दासम्म शब्द पनि फर्कन नसक्ला भनेर जानेर नै मैले खाना पचाउने पाउडर दिएका हुँ। सम्बन्ध घमिलो खोलाजस्तै हो, केही समयमा सड्नो भइहाल्छ। चिन्ता नगर सासू आमालाई केही भएको छैन। बरु धन्यवाद तिमीलाई जो घरलाई स्वर्ग बनाउन सफल भयो। हर्षको आँशु झार्दै पुनः घरमा छोरी फर्किइन्। यो प्रसंग हाम्रो घर, समाज, संस्थाको प्रतिनिधिमूलक चरित्र हो। एक अर्कालाई निषेधको यात्रा जारी राख्ने हो भने जीवन कदापि खुसी हुन सक्दैन न त स्वस्थ हुन नै सकिन्छ।

निषेधको औसतलाई घटाउँदै जाऔं, स्वीकार्यतालाई बढाउँदै जाऔं, जीवन जीउनुमा बेजलै मजा हुन्छ। जान्यो भने जिउन मजा छ, अन्यथा आफैंका लागि नै सजाय अनुभूति हुन्छ। परमात्मा शिवबाबा स्मृति दिलाउनु हुन्छ 'हे मेरा प्रिय सन्तानहरू, तिम्रो मनको स्वरूप नै प्रेमपूर्ण हुन सकोस्, स्वभाव नै प्रेम बनोस्। आत्म सम्मान अनि स्वमानलाई स्थितिमा परिवर्तन गर्न सक्।

अतः हामी मास्टर प्रेमका सागर महान् आत्मा हौं भन्ने स्मृतिलाई अझ सबल गर्न सकौं। आजको आवश्यकता शिक्षा होइन, स्नेह हो।

- ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

आफूलाई निमित्त सम्झनाले निमित्त बनाउनेवाला याद आउँछ



शिवबाबा



योगको साथै संस्कार परिवर्तन

ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

लामो समयसम्म पुनःपुनः दोहरिने संकल्प र विचारहरू वाणी र बोलहरू तथा कर्म र व्यवहार अन्ततः मानिसको संस्कारका रूप स्थापित हुन्छन्। यिनै संस्कारहरू मानिसको जीवनमा चालचलन, चरित्र, बानी, व्यहोराका रूपमा, प्रकट हुने गर्दछन्। भित्री संस्कारको विविध प्रदर्शन वा अभिव्यक्ति मानिसको व्यक्तित्वको रूपमा पहिचान हुने गर्दछ। असल आदर्श र संयमशील, सभ्य व्यक्ति वा खराब, रचित्रहिन वा असभ्य र दुःखदायी व्यक्तिका रूपमा समाज संरचनामा व्यक्तिको अहम् भूमिका हुने गर्दछ। बाह्य क्रिया कलापको नियन्त्रक र संचालनमा भित्री व्यक्तित्व अर्थात् संस्कार नै हुने भएकोले संस्कार परिवर्तन वा पुनः निर्माणका लागि वर्तमान बढी सजक र सर्तक हुनुपर्ने जरुरी भएको छ।

अर्ध चेतन मनमा तिरोहित भएर बसेका संस्कारहरूको परिवर्तन अति नै सूक्ष्म तरिकाले गरिनुपर्दछ। सर्व प्रथम त व्यक्ति स्वयंले आफू भित्रका तमोगुणी, अशुद्ध र विकारजन्य संस्कार रहेको कुरा स्वीकार गरी

अभ्यासमा निरन्तरता दिने कार्यमा भने बहु संख्यकलाई निश्चय हुन गाह्रो पर्दछ तर



यस साथ तथ्यलाई स्वीकार नगरी गरिने अभ्यास आसिक रूपमा केही हदसम्म उपलब्धी मूलक भए पनि सम्पूर्ण परिणामका लागि भने अपूरा नै रहन्छन्। तार्किक सत्यलाई मात्रै स्वीकार गर्ने वर्तमान बौद्धिक अहमले संस्कारको रूपान्तरणका लागि भने भावनात्मक तथा आध्यात्मिक परिकल्पनालाई सहर्ष स्वीकार गर्नुपर्दछ, त्यस अवस्थामा मात्र संस्कारको दिव्यीकरण भई एक देवतुल्य मूल्यवान् र गुणवान् व्यक्तित्वलाई मूर्त रूप दिन सकिने छ। अतः राजयोगरूपी कला र विज्ञानमा सत्यको पारखी बनी अभ्यासका साथ अनुभवको आधार बनाउनु जरुरी छ।

संस्कार पुननिर्माणको सशक्त मूलाधार राजयोग साधना नै हो। यस सत्यलाई जानेर त्यसको अभ्यासमा दत्त चित्त हुने आत्माहरूको कर्म संख्यात्मक एवं गुणात्मक रूपमा वृद्धि भई रहेको छ। आशा एवं विश्वास छ कि आउँदा दिनहरूमा राजयोग विद्याको सर्वोपरि आवश्यकतालाई सबैले महत्त्व दिनेछन् तथा यसलाई दैनिक जीवनमा लागु गर्नेछन्। दशक पहिलेको सोच र आजका दिनसम्मको सोचमा परिवर्तन आएको छ। मानसिक शान्ति प्राप्त चिन्तारहित मनस्थिति तथा अनेक प्रकारका सांसारिक इच्छा आकांक्षाको छटपटीबाट मुक्त गर्ने योग साधना नै सही आधार हुने यथार्थलाई स्वीकार गर्दै आइरहेका छन्।

संस्कार परिवर्तन तथा सशक्तीकरणका लागि अन्य सहायक तरिका पनि व्यक्तिले अवलम्बन गर्नु जरुरी छ। प्रथमतः मानिसले अथक बनेर आफ्नो कार्यमा स्वयंलाई व्यस्त राख्नु पर्दछ। स्थूल कर्मले पनि मानिसको जीवनलाई शान्त, शीतल, निरहंकारी र सेवाधारी बनाइदिन्छ। आफूले गर्ने सेवा निःस्वार्थ भाव, निमित्त र निस्काम भावले गरेको हुनुपर्दछ। आफूले गर्ने कर्म र सेवाको लागि मान, सान, प्रशंसा र गुणगानको आशा गर्नु हुँदैन। कर्म सिद्धान्तको सत्यलाई बुझी कर्म अनुसार फल प्राप्त हुन्छ नै। निश्चित र

.....पेज ४ मा

परिवर्तन "म र मेरो"को

ब्रह्माकुमारी विना, नारायाणढ

संसारमा सबैका लागि सबैभन्दा प्रिय वस्तु हुन्— "म र मेरो"। दिनभरिमा कैयौं पटक हामी यी शब्दहरूको प्रयोग गरिरहेका हुन्छौं। बालपनदेखि नै यो संस्कार बसाइएको हुन्छ। जब शिक्षाको शुभारम्भ हुन्छ बच्चालाई यही सिकाइन्छ, "राम्रो म कोदाली पाते त"। तसर्थ हरेकको मनमस्तिष्कमा यही भरिएको हुन्छ, "म राम्रो, म ठीक, म जे गर्छु त्यो एकदम ठीक" यसकारण यदि कसैले आफ्नो विचार या सोच विपरीत वा इच्छाविपरीत केही गर्नु भन्ने अभिमानको कारण चोटको अनुभूति हुन्छ, उसले त्यसको प्रतिकार गर्छ वा भनौं कैयौं तरिकाले आफूलाई ठीक प्रमाणित गर्ने प्रयास गर्छ। मेरो विचार एकदम ठीक छ, मैले भनेको सबैले मान्नुपर्छ। यसबाट वादविवादको जन्म हुन्छ। यही भावनाको प्रतिफल निरंकुशतन्त्रको सूत्रपात भएको हो। कैयौं देशहरू अंग्रेजहरूको पराधीन बने। नेपालमा राणाशासन चल्थो भने अर्कोतिर त्यसबाट छुटकारा पाउनको लागि अनेक स्वतन्त्रता संग्रामहरू, हडतालहरू भए। कैयौंले देशलाई स्वतन्त्र बनाउनको लागि आफ्नो प्राणको आहुति दिए।

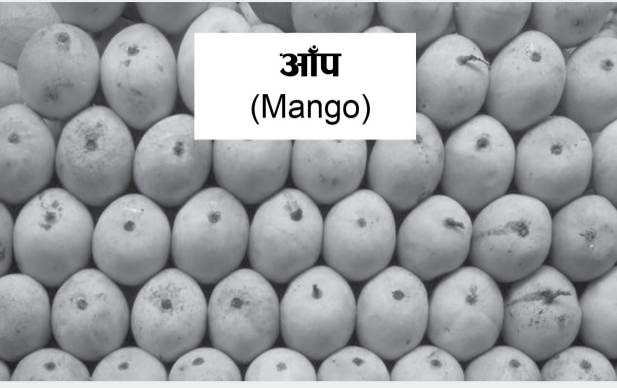
आजको समाज भनेको नै मानव मनको प्रतिविम्ब हो। जब उसको विचार अहंकारपूर्ण हुन्छ, तब शासन पनि निरंकुश बन्न पुग्छ। जब उसको विचार स्वतन्त्र हुन्छ, संसार स्वतन्त्र हुन्छ, जब मानव मन शान्त एवं सुखी हुन्छ तब संसार पनि सुखमय शान्तमय बन्न पुग्छ।

यो संसार नै म र मेरोपनको विस्तार हो। जहाँ मेरोपन हुन्छ त्यहाँ अनेक अभिलाषाहरू हुन्छन्। जब ती अभिलाषाहरूको पूर्ति हुँदैन तब मानव विद्रोही स्वभावको बन्न पुग्छ। यसरी जस्तो म आइ (I) हुन्छु त्यस्तै मेरो आई (eye) अर्थात् मेरो आँखा अर्थात् मेरो दृष्टिकोण हुन्छ। कसैको कुनै पनि चीजलाई हेर्ने दृष्टिकोण उसको स्वभाव या स्थितिमा भर पर्छ। जब व्यक्ति भोको हुन्छ, कुनै नौलो कुरा देख्यो भने उसले सोच्दछ, सायद कुनै खानेकुरा होला। अर्थात् जसलाई जे चीजको आवश्यकता हुन्छ उसले त्यही देख्छ। एकपटक एक प्रदर्शकले प्रदर्शन गर्दैथिए। उनले एक गिलासमा सादा पानी राखे र अर्को गिलासमा रक्सी राखे। त्यसपछि दुवै गिलासमा केही किराहरू राखिदिए। सादा पानीमा किराहरू चलिरहे भने रक्सी भएको गिलासमा किराहरू तत्काल मरे। त्यसपछि प्रदर्शकले सोधे, "यसबाट के शिक्षा लिनुभयो?" दर्शकहरू मध्ये एकजनाले उठेर भने— "रक्सी खायो भने पेटमा भएका सबै किराहरू मर्छन्।" कहाँ प्रदर्शकको उद्देश्य थियो, प्रमाणित गर्नु कि रक्सीले कति शरीरलाई हानी गर्छ, तर ती दर्शकको बुझाई विपरीत रह्यो। अर्थात् मान्छेको जस्तो सोच हुन्छ, जस्तो भावना हुन्छ त्यसै अनुरूपको ग्रहणशक्ति हुन्छ।

तसर्थ जब परिवर्तनको कुरा हुन्छ त्यतिखेर जरुरी हुन आउँछ अन्तरिक परिवर्तनको अर्थात् विचार परिवर्तनको, तर अहिलेसम्म संसारमा परिवर्तनका प्रयासहरू नभएका होइनन्। हरेक दिन परिवर्तन भइरहेको हुन्छ, भोजन परिवर्तन, वस्त्र परिवर्तन, स्थान परिवर्तन, सत्ता परिवर्तन, धर्म परिवर्तन। तर जति परिवर्तन भए पनि जीवनका दुःखहरूको, मानव स्वभावको परिवर्तन भएको पाइँदैन। तसर्थ सबभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा हो— विचारको परिवर्तन वा सोचको परिवर्तन। भनिन्छ पनि— म छु किन कि मैले सोचन सक्दछु। यो भनिँदैन— म छु किनकि म बोल्न या सुन्न सक्छु। यसर्थ मुख्य परिवर्तन हो विचारको परिवर्तन, दृष्टिकोणको परिवर्तन, तर विचारको परिवर्तन गर्ने कसरी?

हर चीजको अधोगति आफैँ हुन्छ तर ऊर्ध्वगमनको लागि कुनै शक्ति या कसैको सहयोग आवश्यक हुन्छ। त विचार परिवर्तनको आरम्भ कसरी गर्न सकिन्छ ? आखिर स्रोत के हो त ? हुन त अनेकौं विचारकहरू नभएका होइनन्, दार्शनिकहरू नभएका होइनन् वैज्ञानिकहरू नभएका होइनन् तर पूर्ण परिवर्तनको लागि पूर्ण नयाँ ज्ञान केवल ज्ञानसागर परमात्मा बाहेक कसैले दिन सक्दैन।

स्वयंको आन्तरिक स्थितिको परिवर्तनको लागि परमात्माले हामीलाई आफ्नो स्वरूपको परिचय दिनुभएको छ। जब आफ्नो वास्तविक सत्य स्वरूपको निरन्तर स्मृतिमा रहन्छौं भने लामो समयसम्मको दैहिक भानको जुन संस्कार छ त्यो समाप्त भएर जान्छ। जसरी पानीका तरंगहरू हरक्षण परिवर्तित भइरहन्छन्, नयाँ उत्पन्न तरंगहरूले पुराना तरंगहरूलाई विस्थापित गरिदिन्छन्। त्यसैगरी ज्ञानसागर शिवबाबाले अमूल्य ज्ञान रत्नहरूद्वारा विचारहरूलाई तरंगित गरिदिनुहुन्छ र विस्तारै पुराना तरंग अर्थात् पुराना विचारहरू र पुराना संस्कारहरू विस्थापित हुँदैजान्छन् र नयाँ संस्कारको धारणा क्रमशः हुँदै जान्छ र मानव संस्कार सँगसँगै संसारको पनि परिवर्तन हुनपुग्छ। यसरी जहाँ 'म' भन्दा शरीरको स्मृति र 'मेरो' भन्दा दैहिक सम्बन्धी, वस्तु, वैभव आदिको स्मृति हुन्थ्यो भने अब 'म' भन्दा आत्मा र 'मेरो' भन्दा मेरो बाबा र मेरो विश्व परिवारको स्मृति हुन आउँछ अर्थात् यथार्थमा वसुधैव कुटुम्बकमको भावना साकार हुनपुग्छ। *



आँप
(Mango)

प्रकृति : गर्मी। खानुभन्दा पहिले आँपलाई चिसो पानीमा वा फ्रिजमा राख्ने। यसले आँपको गर्मी निस्किएर जान्छ। आँपलाई दूधमा मिसाएर वा यसलाई खाइसकेपछि दूध पिउनाले धेरै लाभ गर्दछ। दुई तीन महिनासम्म आँपस पिउनाले शरीरको कमजोरी दूर हुन्छ। शरीर मोटो हुन्छ।

आँपमा सबै फलमा भन्दा बढी भिटामिन 'ए' हुन्छ। यसका अतिरिक्त भिटामिन 'बी' र भिटामिन 'सी' पनि अधिक हुन्छन्।

फोकाहरू— जबसम्म आँप पाइन्छ एक ग्लास आँपस पिउनाले चेहरामा भएका फोकाहरू आउँदैनन्। भएका पनि हराएर जान्छन्।

पखाला— आँपको कोयो, बेलगिरी र मिश्री समान मात्रामा पिँधेर दुई दुई चम्ची नित्य तीन पटक पानीसँग फ्वाँक लिँदा पखाला ठीक हुन्छ। गर्मीको मौसममा पखालामा धेरै लाभ हुन्छ। आँपको कोयाको ५० ग्राम, यसमा स्वादानुसार नून र चिनी राखेर पिँधेर एक चम्ची नित्य तीन पटक पानीसँग फ्वाँक लिने। पखालामा लाभ हुन्छ।

डिसेन्ट्री— १) पखालामा रगत आयो भने आँपको कोयालाई पिँधेर महीसँग मिसाएर पिउनाले लाभ हुन्छ। २) आँपका पातलाई छायामा सुकाएर कपडामा छान्ने। नित्य तीन पटक आधा-आधा चम्ची तातो पानीसँग फ्वाँक लिने। यसमा नून राखेर प्रतिदिन खानाले पखाला भएको बेला पेटलाई शक्ति मिल्दछ।

गीजा सुनिने— एक चम्ची पिँधेको आँपचूर्ण एक ग्लास पानीमा तीन घण्टा भिजाएर त्यस पानीले कुल्ला गर्नाले गीजा सुनिने र दुखाइ ठीक हुन्छ। आँपका पातलाई राम्ररी चपाउँदै थुकै जाने, यसरी केही दिनसम्म गर्नाले हल्लिएका दाँत पनि मजबूत हुनपुग्छन्, गीजाबाट रगत आउन पनि बन्द हुन्छ।

मस्तिष्कको कमजोरी— एक कप आँपस, चौथाइ कप दूध, एक चम्ची अदुवाको रस, स्वाद अनुसार चिनी, सबै मिसाएर नित्य एक पटक दिनमा पिउने। यसले मस्तिष्कको कमजोरी ठीक हुन्छ। मस्तिष्कको कमजोरीका कारण टाउको दुःख्ने र आँखा अगाडि अँध्यारो देखिने ठीक हुन्छ। शरीर स्वस्थ रहन्छ। यो रक्तशोधक पनि हो। यसले हृदय, यकृतलाई पनि शक्ति दिन्छ।

हैजा— २५ ग्राम आँपको नरम-नरम पातलाई पिसेर एक ग्लास पानीमा उमाल्ने। जब पानी आधा रहन्छ तब छानेर गरम-गरम बनाएर दुई पटक पिउने। हैजाले असर गर्दैन।

पाचन शक्तिवर्धक— १) जुन आँपमा रेसा हुन्छ त्यो गन्हुंगो हुन्छ। रेसादार आँप धेरै सुपाच्य, गुणकारी र कब्जलाई दूर गर्नेवाला हुन्छ। आँपले आँतलाई शक्तिशाली बनाउँछ। आँप चुसेपछि दूध पिउनाले आँतलाई बलियो बनाउँछ। यसले पेटलाई सफा गर्दछ। यसमा पोषक र रेचक दुवै हुन्छ। यसले रक्ताल्पतालाई ठीक राख्छ। ७० ग्राम गुलियो आँपको रस, दुई ग्राम सौँठमा मिसाएर प्रातः पिउनाले पाचन शक्ति बढ्दछ। २) कोयाको धुलो खानाले आँतलाई शक्ति मिल्दछ, पाचनशक्ति बढ्दछ।

शक्तिवर्धक— आँप खानाले रगत धेरै पैदा हुन्छ। दुब्लो पातलो मानिसको ओजन बढ्दछ। पिसाब खुलेर जान्छ। शरीरमा स्फूर्ति आउँछ। शक्तिवर्धक हेतु भोजनपछि लगातार दुई महिनासम्म आँप खाऔं।

सौन्दर्यवर्धक— आँपको सेवन गर्नाले त्वचाको रंग साफ हुन्छ, रूपमा निखार आएर चेहराको चमक बढ्दछ।

दम— आँपको कोयालाई प्रतिदिन खाने वा पिँधेर पानीसँग फ्वाँक लिनाले दम ठीक हुन्छ। यो प्रयोग कम्तीमा १५ दिनसम्म गर्न सकिन्छ।

मधुमेह— १) आँप र जामुनको रस समान भाग मिसाएर केही दिनसम्म पिउनाले मधुमेह रोग ठीक हुन्छ। २) आँप र जामुनका दिउल र भुटेको हरो तीन वटा समान मात्रामा मिसाएर पिँध्ने। यस मिश्रणको एक चम्ची नित्य दुई पटक महीसँग फ्वाँक लिने। मधुमेह तथा पखालामा लाभ हुन्छ। सुत्नेबेलामा आँप खाँदा निद्रा राम्रो लाग्छ।

सावधानी— भोको पेटमा आँप खानुहुँदैन। धेरै खायो भने रक्तविकार, कब्ज र पेटमा गैस बन्दछ।

योगका साथै.....

परोपकारी सेवाभावका साथ निःस्वार्थ रूपमा गरिने कर्मले अनेक गुण, सुखदायी प्रतिफल दिन्छ नै, यसमा दुई मत छैन। तसर्थ राम्रो कार्यमा मानव सेवाको कार्यक्रम जति सकिन्छ दधिची ऋषि समान हड्डी हड्डी स्वाहा गर्नु अहो भाग्य हुनेछ तथा अन्ततः सेवाधारी, सत्कारी र कल्याणकारी संस्कारको निर्माण हुनेछ।

साथै स्थूल कार्यमा मात्रै व्यस्त होइन आन्तरिक स्वचिन्तन स्वाध्ययन र ज्ञानमा पनि त्यतिकै व्यस्त र तन्मय राख्नु पर्दछ। स्वयंले स्वयंलाई सम्मान दिदै आत्म गौरवको सिटमा आरुढ रहनु पर्दछ। स्वचिन्तनमा कहिल्यै पनि आफूलाई दीन, हीन, कमजोर, क्षमता बिहीन सम्झनु हुँदैन। त्यसलाई सून्य बनाउन सकिदैन। यसले निरन्तर संकल्प पैदा गरिरहन्छ। संकल्परूपी बीज या त सकारात्मक हुन्छन् या नकारात्मक। यदि निरन्तर सकारात्मक र शक्तिशाली संकल्प प्रवाह गर्नु भने शक्ति संचित हुँदै जान्छ तथा संस्कारमा समेत सामर्थ्य उत्पन्न हुन्छ। यदि नकारात्मक संकल्पको भूमरिमा फँस्ने हो भने यसले आत्माको ऊर्जालाई क्षय गर्नुका साथै संस्कार तुच्छ र दानवी बनाइदिन्छ। अतः विशेष समय निकालेर चिन्तन गर्ने तथा कर्म व्यवहारमा पनि उच्च चिन्तनमा व्यस्त रहने संस्कारले परिवर्तनमा ठूलो मद्दत मिल्दछ।

संस्कार परिवर्तनबाट नै संसार परिवर्तन हुने तथ्यलाई आत्मासात् गर्दै संस्कार परिवर्तनको उत्तरदायित्व पूर्ण निष्ठाका साथ स्वीकार गर्नु पर्दछ। संस्कार परिवर्तन अरुले गरेर हुने होइन, आफै बदलेर अरूलाई प्रत्याभूति र प्रेरणा दिने कार्य गर्नुपर्दछ। अतः प्रथमतः आफै संस्कार परिवर्तनको मोडेल बन्ने उत्तरदायित्व लिनुपर्दछ। जब यस प्रकारको प्रतिबद्धता र अठोट मनमा हुन्छ मानिसलाई बाहिरी व्यक्ति वा परिस्थितिको प्रभाव पर्न सक्दैन। वर्तमान संसारको नाजुक अवस्थालाई समर्थ रूपमा परिवर्तन गर्न संस्कार परिवर्तन हुनु जरुरी छ। जसले आफूलाई विश्व परिवर्तनको संबाहक हुँ र परिवर्तनको अभिभारा मैले नै लिनुपर्दछ भन्ने मान्यता र दृष्टिकोण राख्दछ त्यस्तो जिम्मेवार र इमान्दार व्यक्ति नै संस्कार परिवर्तनको कार्य गरी विश्व परिवर्तनको कार्यमा योगदान दिने सक्दछ।

वस्तुतः राजयोग साधनाको निरन्तर अभ्यास पुण्य कार्यमा निःसर्त र निःस्वार्थ भावको व्यस्तता, स्व-अभ्यास र आत्म-चिन्तन र आत्म सुधारको पूर्ण निष्ठाका साथ उत्तरदायित्व सम्भिएर कुनै प्रकारको बाह्य प्रभावबाट अछुतो रहने व्यक्ति नै संस्कार परिवर्तन गर्न सक्ने जीवन्त उदाहरण बन्न सक्दछ। यस्तो जीवन्त नमुनाले नै अनेकौंलाई उत्प्रेरणा प्रदान गरी अनेकौंको संस्कार परिवर्तन गर्नमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नसक्दछ। अबको परिवर्तनका लागि सहयोग गर्न कुरा बोलेर मात्रै होइन स्वयं गरेर तथा बनेर देखाउन सकेमा मात्र प्रभावकारी हुनेछ तथा नयाँ समाज निर्माणका लागि सही योगदान दिन सकिने छ। सुखद समाज र सुन्दर विश्व रचनाका लागि प्रत्येकले आफूभित्र सभ्य शालीन र दिव्य संस्कारको निर्माण गर्नु समयको पुकार छ। ✽

संसार : भोजन के द्वारा चिकित्सा



सच्चा गीता- २४

कर्मका गुणानुसार वर्गको निर्धारण हुनेभएकाले पूर्ववत (देही अभिमानी, तत्त्वतः जान्नेवाला) मुमुक्षुहरूले जाने अनुसार कर्म गरे त्यसरी नै पूर्वज (ती मुमुक्षु) सरह सदा कर्म गर्ने बन ॥ ४:१५ ॥ कर्म र अकर्मका बारेमा विद्वान्हरू पनि मोहित बन्दछन्। जुन कर्मबाट अकल्याण हुने हो त्यसलाई यथार्थ जानेर मुक्त बन ॥ ४:१६ ॥ कर्म, विकर्म र अकर्मको तत्त्वतः ज्ञान हुनु पर्दछ, किनकि कर्मको गति अति गहन छ ॥ ४:१७ ॥

जो मनुष्य कर्ममा अकर्म र अकर्ममा कर्म देखेर सबै कर्म गर्न चुक्दैन ऊ योगी र बुद्धिमानी हो ॥ ४:१८ ॥ हरेक मानव आत्माको जन्म कर्मको अनुबन्धको कारण हुने हो। विकर्महरूबाट निर्लिप्त बनी, विना रागबाट सबै कर्म गर्दा कर्म बन्धनमुक्त बनी र मुक्ति, जीवनमुक्तिफल अग्रसर बन्दछ। सम्पूर्ण कर्मको आरम्भ अगाडि नै कामनाको संकल्प समेत ज्ञानाग्निमा दग्ध गर्नेलाई नै ज्ञानीजनमा उच्च मानिन्छ ॥ ४:१९ ॥ कर्मफलमा आसक्ति र आश्रय त्याग्ने हरेक कर्ममा पूर्णतया संलग्न रहेतापनि सदा तृप्त रही केही नगर्नेमा पर्दछ ॥ ४:२० ॥ देही अभिमानी जसले सबै प्रकारको (वस्तुगत) संग्रहलाई परित्याग गरी इच्छारहित हुनेले जीवन निर्वाह अर्थ कर्म गर्दा पापलाई अपनाउँदैन ॥ ४:२१ ॥ यज्ञबाट प्राप्तमा सन्तुष्ट रहने, ईर्ष्या, द्वन्द्वरहित सिद्धि र असिद्धिमा समान रहनेवाला कर्म गर्दा कर्म बन्धनमा पर्दैन ॥ ४:२२ ॥ यज्ञ कर्म गर्ने जसको आसक्ति सर्वथा भेटिसकेका मुक्त देही अभिमानीका सम्पूर्ण विलय भइसकदछन् (योगयुक्त हुन्छ) ॥ ४:२३ ॥

यसरी कर्मको गहन गतिलाई मर्म अर्थसहितको ज्ञान दाता परमात्मा “कृष्ण”बाट हिंस्रक युद्धजस्ता घोर पाप कर्म गर्ने सल्लाह वा सुभाषण कुनै हालतमा पनि हुन सक्दैन। ती घोर पाप कर्मरूपी हिंस्रक युद्ध गर्न सल्लाह र उत्साहित बनाउने “श्रीकृष्ण”लाई परमात्मा र गीता ज्ञान दाता भन्ने कसरी ? जबकि तिनै “श्रीकृष्ण” ले पनि १८ अक्षोहिणी सेनालाई अन्त्य गरिएको महाभारत, घोर हिंस्रक युद्ध नभई आफैमा भएका इन्द्रियजन्य काम क्रोधरूपी जघन्य शत्रु, महापापी, महाभक्षी, महावैरी र ज्ञान विज्ञान नाशक दुर्जय शत्रुलाई परास्त गर्न दिइएको सम्पूर्ण अहिंस्रक युद्ध गीता ज्ञानलाई हिंस्रक ज्ञानमा ढाली “श्री कृष्ण”को पनि अति ग्लानि भएको देखियो। परमात्मामा नै रम्ने आत्मारती मानव निस्पृहा कर्मयोगीका बारेमा स्पष्ट गर्नुहुँदै परमात्मा शिव भगवानुवाच— परमात्मामा नै कर्म र संकल्परूपी हवी ब्रह्माग्नि रूपी अग्निमा आहुती वा अर्पण सबै ब्रह्मकै लागि र यस्तो ब्रह्ममय कर्मयुक्त आत्माले प्राप्त गर्ने पनि ब्रह्म नै ॥ ४:२४ ॥

स्थूल अग्नि सहितको स्थूल हवन सामग्री जस्तै जौ, तिल, घिउ आदि जुन पदार्थहरू आहुती गर्दछन् ती सबै देहभान वा देह अभिमानी, असतमा रहने, सतलाई नजान्नेहरूद्वारा देवतालाई आह्वान गर्न गरिने यज्ञ हुन् भने आत्मा अभिमानी, विपश्चित आत्मा, स्थितप्रज्ञ, स्थिरबुद्धि, निस्पृहा आत्माहरूले आफैमा भएको पञ्च मनोविकाररूपी काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, आलस्य, प्रमाद, आदि सूक्ष्म तिलरूपी विकृति, विसंगतिहरूलाई हव्य बनाई ज्ञानाग्निको यज्ञमा आहुती दिँदै स्वाहा गर्दछन् जुन क्रियामात्र सतमा रहेर सतोगमयको लागि हो। भक्ति विशेषबाट प्रेरित स्थूल अग्निमा आहुती गरिने यज्ञहरूबाट आजसम्म कोही सतोगमय बनेन भन्नु असतोगमय बन्दै तमसःको दलदलमा संसार उन्मुख बन्दै गयो र जाँदैछ। यिनै भक्ति विशेषका यज्ञहरू र ज्ञान अग्निसहितको यज्ञबारे सविस्तार वर्णन यज्ञमा देवताहरूको आह्वानमा गरिने अनुष्ठान भोगका लागि गर्ने एकथरी छन् भने अर्को ब्रह्माग्निमा होम्ने योगीहरू छन् ॥ ४:२५ ॥ इन्द्रियादि पञ्चविकारलाई संयमरूपी अग्निमा हवन गर्ने एक छन् भने अर्को थरीले शब्दादि विषयभोगको लागि इन्द्रियाग्नि



हवन गर्दछन् ॥ ४:२६ ॥

ज्ञानदीप प्रकाशित आत्माहरूले आत्मासंयम योग अग्निमा सम्पूर्ण इन्द्रिय जन्य, कर्म र प्राणजन्य कर्मलाई हवन गर्दछन् ॥ ४:२७ ॥ तीक्ष्ण व्रत वा दृढ व्रतीहरू तपोयज्ञद्वारा कोही स्वाध्याय रूपी ज्ञानयज्ञमा संलग्न हुन्छन् भने हठयोगीहरू द्रव्यमय यज्ञमा ॥ ४:२८ ॥ स्थूल यज्ञ जान्ने यज्ञविदहरूद्वारा गरिने यज्ञहरूबाट न कुनै पाप नाश हुनेवाला छ न शरीर सत बन्ने नै जसको वर्णन ४:२९ र ३० श्लोकमा भयो। जो आत्मा अन्वेषकको क्रिया नभई देहधारीहरूको देहकै लागि र देहकै निमित्तको बयानमात्र हो। ज्ञानयज्ञबाट प्राप्त ज्ञानामृतको अनुभवी आत्माले सनातन परमब्रह्म परमात्मालाई प्राप्त गर्दछ भने हठयोगीको स्थूल अग्निसहितको यज्ञ गर्नेका लागि यो मनुष्यलोक सुखदायी त होइन सुखदायी परलोक पाउँछ कसरी? ॥ ४:३१ ॥ यस्तै यज्ञ र मन्त्रहरूले भरिएका छन् चारै वेद-शास्त्र। ❀

.....कृतशः

पद्मी श्रेष्ठ, रत्ननगर, टाँडी
फोन नं : ९८४५१४२५२०

श्रेष्ठ भाग्यको रेखा खिच्ने कलम हुन् “श्रेष्ठ संकल्प र श्रेष्ठ कर्म”। ❀ शिवबाबा



जीवनमूल्य-पुण्यशीलता

ब्रह्माकुमार हेमन्त, शान्तिवन, आबूरोड

संसार विजेता सिकन्दरले मृत्युभन्दा पहिले नै भनेको थियो— उसको अर्थी निकाल्दा हात पाउ बन्ध होइन खुल्ला होऊन्, ताकि दुनियाँले यो देखोस्— अपार धन दौलतको मालिक भएर पनि खाली हात नै गयो ! कुरा त सही हो, मानिस महल गाडी, सत्ता सम्पत्ति साधन सम्बन्धीलाई यहीं छोडेर जान्छ, साथ जान्छन् त केवल राम्रा र नराम्रा कर्महरू। भनिन्छ पनि पापकर्मबाट नर्क र पुण्यकर्मबाट स्वर्ग मिल्दछ, मतलब पुण्यशीलताले सद्गति पाउँछ, कसैले पुण्यशीलताको बिडा उठायो भने तीनै लोकमा स्थान पाउँदछ।

पुण्यशीलता अर्थात् सुखदायी कर्म गरिरहनु, दानबाट पुण्य कमाउनु, परोपकारी कार्यमा लागि रहनु। यस्तै गिरेकालाई उठाएर गला लगाउनु, पतित पद-दलितको उद्धार गर्नु, दीन दुःखीको दुःखदर्द सुनिदिनु, विपत्तिमा फँसिएकाहरूलाई मदत गर्नु, हराएकाहरूलाई स्वजनसँग भेट गराइदिनु वा बन्धनमा बाँधिएकाहरूलाई मुक्त गराइदिनु, यस्ता धेरै रूप हुन्छन् पुण्यशीलताका।

पुण्यशीलता नर्कबाट स्वर्ग पुऱ्याउनेवाला सिद्धी वा भूलोकबाट देवलोकका बीचको सेतु हो। स्वार्थलाई त्याग गरेर परमार्थको मार्ग चल्नाले भाग्यको भोलीमा पुण्यको राशी जम्मा हुन्छ र प्रारब्ध बनेर जन्मौ जन्मसम्म साथ दिई सुख प्राप्त गराउँछ। पापबाट पतन हुन्छ भने पुण्यबाट उत्थान हुन्छ। जब सम्पत्ति लुटिन्छ, दुनियाँले छोड्दछ, वा भाग्य रिसाएर साथ दिन छोड्दछ त्यतिखेर पनि पुण्यशीलता नै सहारा बन्दछ।

यसै सन्धर्भमा एउटा मार्मिक सत्य प्रसंग छ, जुन हर मानिसलाई निःस्वार्थ सेवाद्वारा पुण्यशील बन्ने प्रेरणा दिन्छ। एक पटक गुजरातकी राजघरानाकी राजमाता मिलण देवीले भगवान् सोमनाथको विधिवत अभिशेक गरिन्छन्। उनले सुनको तुलादान गरेर त्यसलाई सोमनाथमा अर्पण गरिन्। सुनको तुला दान गरेर उनका मनमा अहंकार आयो र सोचन थालिन्— आजसम्म कसैले पनि यसरी भगवानलाई तुलादान गरेको थिएन होला। यसपछि उनी आफ्नो महलमा आइन्। रात्रिमा उनलाई भगवान् सोमनाथको दर्शन भयो। भगवानले उनीसँग भने— मेरो मन्दिरमा एउटी गरिब महिला दर्शनका लागि आएकी छ। उनको सञ्चित पुण्य असीमित छ। त्यसबाट केही पुण्य तिमी सुनको मुद्राहरू दिएर किन्न सक्छौ। परलोकमा काम आउनेछ। निद्रा छुट्नेबित्तिकै राजमाता बेचैन भइहालिन्। उनले आफ्ना कर्मचारीहरूलाई मन्दिरबाट ती महिलालाई राजभवनमा ल्याउनका लागि आदेश दिइन्। कर्मचारी मन्दिर पुगे अनि ती महिलालाई समातेर लिएर आए। गरिब महिला थर थर काँपिरहेकी थिइन्। राजमाताले ती महिलासँग भनिन्— मलाई तिम्रो सञ्चित पुण्य देऊ, त्यसको सट्टामा म तिमीलाई सुनको मुद्रा दिन्छु। राजमाताको कुरा सुनेर ती महिला बोलिन्— महारानी जी म गरिबसँग के पो हुनसक्छ पुण्य कार्य गर्नका लागि। म त स्वयं ढोका ढोका गएर भिख माग्दछु। भिक्षामा प्राप्त भएको चना खाँदै खाँदै अहिले तीर्थयात्रामा छु। हिजो मन्दिरमा दर्शन गर्नुभन्दा पहिले एक मुठी सातु कसैले दिएको थियो। त्यसमध्ये आधा सातु मैले भगवान् सोमेश्वरलाई भोग लगाएँ र बाँकी आधा सातु एउटा भोको बिखारीलाई खुवाएँ। जब म भगवानलाई सही ढंगले प्रसाद चढाउन सकिदँ, भने मलाई पुण्य कहाँबाट मिलोस् ? ती गरिब महिलाको कुरा सुनेर राजमाताको अहंकार नष्ट भयो। उनले बुझिन्— निःस्वार्थ समर्पणको भावनाले प्रसन्न भएरमात्र भगवानले ती महिलालाई असीमित पुण्य प्रदान गर्नुभएको थियो। राजमाताले बुझिन्— दीन दुःखीको अहंकार र स्वार्थ रहित सेवाबाट पुण्यशील बन्नसकिन्छ।

पुण्यको एउटा थोपो पनि पापको तापलाई हर्नका लागि पर्याप्त हुन्छ। सेवा दान धर्मबाट पुण्य बढ्दछ, तर सर्वोत्तम पुण्य हो आत्मालाई परमात्मासँग मिलाउनु। ब्रह्माकुमारीको विद्यालयमा दिइने आध्यात्मिक ज्ञानले आत्मालाई परमात्मासँग मिलाउँछ र सुख शान्ति लुटाउँछ, योभन्दा ठूलो पुण्य अरु के हुनसक्छ, पुण्यशीलताको मार्गमा कदम बढाऔं अनि वर्तमान साथै भविष्य राम्रो बनाऔं। ✽

बाबा के भन्नुहुन्छ ?

ब्रह्माकुमार कृष्णहरि श्रेष्ठ, भरतपुर

“प्यारा बच्चाहरू! यस संगमयुगमा म आउँछु तिम्री बच्चाहरूलाई तिम्रीहरूले गरेको पुरुषार्थको आधारमा यस मृत्युलोकबाट शान्तिधाम अनि सुखधाममा लिएर जान। मायाले यथासम्भव तिम्रीहरूलाई पुरुषार्थ गर्नबाट रोक्न खोज्दछ, पाइला पाइलामा बिघ्न बाधा तेर्स्याउँछ। तर तिम्रीहरूले मलाई बिसन्नु हुँदैन। तिम्रीहरूले मलाई जति याद गर्छौ त्यति नै वर्सा पनि बुद्धिमा आउँछ र तिम्रीहरूले गरेको यथा पुरुषार्थ अनुसार नै स्वर्गलोकमा उच्च पद पाउँछौ। सबैले एकैनासको पद त पाउन सक्दैनौ।”

आधा कल्प रामराज्य अनि आधा कल्प रावण राज्य हुन्छ। सूर्य वंश अनि चन्द्रवंशको आदि सनातन देवी-देवता धर्मबाट नै इस्लाम, बौद्ध एवं क्रिश्चियन धर्महरूको उत्पत्ति भएको हो। एक धर्मबाट नै अन्य धर्मका वंशावलीहरू निस्कन्छन्। यस संगमयुगमा बाबाले आएर स्वर्गको राजधानी स्थापना गर्नुहुन्छ। सुरुमा एउटै आदि सनातन देवी देवता धर्म थियो, पछि गएर विभिन्न समयमा विभिन्न अन्य धर्महरू तथा धार्मिक सम्प्रदायहरूको स्थापना हुँदै जान्छ। सत्ययुगका आदि सनातन देवी-देवताहरू नै सोह्र कलाबाट आठ कलामा भरेपछि आफूलाई हिन्दु कहलाउछन्। फेरि किसिम किसिमको अन्य धर्महरूको उत्पत्ति हुँदै गएपछि उनीहरू आ-आफ्ना धर्म स्थापकहरूको अनुशरण गर्दै जान्छन्। देवी देवता धर्म प्रायः लोप हुन्छ र देवी-देवता धर्मकै भएर पनि आफूलाई देवता भन्न सक्दैनन्। पवित्रतामा ह्रास आएकोले नै उनीहरू फेरि क्षत्रिय, वैश्य, शूद्र कहलाउँछन्। देश, काल, परिस्थिति अनुसार नै उनीहरू विभिन्न स्थानहरूमा फैलिदै जान्छन्। फलस्वरूप उनीहरूले आफ्ना पुर्खाहरूलाई र देवी देवता धर्मको वास्तविक रहस्यलाई बुझ्न सक्दैनन्। सत्ययुगमा श्रीलक्ष्मी श्रीनारायणको राज्यारोहण पश्चात् पच्चीस सय वर्षपछि इस्लाम धर्मको शुरुवात भयो। शुरुमा सारा विश्वमा विश्व सम्राट श्रीनारायण र श्रीलक्ष्मीको राज्यकालमा सम्पूर्ण विश्वमा एउटै राज्य, एउटै भाषा अनि एउटै भेष थियो। कालान्तरमा सारा विश्व विभिन्न देशहरूमा विभाजित हुँदै गयो र ती देशहरूमा भाषा अनि भेषभुषा पनि फरक-फरक हुँदै गए। सोचाई र संस्कृतिमा पनि फरक हुँदै गयो। भिन्न-भिन्नै साम्प्रदायिकता मौलाउँदै गए।

आदि सनातन देवी-देवता धर्म पश्चात् प्रचलनमा आएको अर्को ठूलो धर्म इस्लाम धर्म हो। इस्लाम धर्ममा सबैभन्दा ठूलो तीर्थस्थान मक्का-मदिना हो। इस्लाम धर्म मान्ने मुसलमानहरू जीवनमा एकपल्ट जसरी भएपनि मक्का मदिना जानु आवश्यक ठान्दछन्। इस्लाम धर्म मान्नेहरू बाहेक अन्य धर्म मान्नेहरूलाई मक्का मदिनामा पस्न मनाही छ। इस्लाम धर्म मान्नेहरू पनि दुई वर्गमा विभाजित छन्— शिया र सुन्नी। शिया मान्नेहरू धेरैजसो इरानमा निवास गर्दछन् भने सुन्नी मान्नेहरू धेरैजसो साउदी अरेबियामा बस्दछन्। इरानलाई प्राचीनकालमा पर्सिया वा फारस भनिन्थ्यो। फारसको अर्थ हो— आर्यहरूको जमिन। यसबाट स्पष्ट हुन्छ, यहाँ प्राचीनकालमा आर्यहरू निवास गर्दथे।

मुसलमानहरू मक्का र मदिना गएर कुनै देवी-देवताको पूजा गर्दैनन्। उनीहरू मूर्तिपूजाका विरोधी हुन्। तर उनीहरू मक्कामा रहेको शिवलिंगको प्रतीक कालो पत्थरलाई संग ए अवसद भनेर अत्यन्त प्रेम एवं सम्मानपूर्वक चुम्बन गर्दछन्। मुसलमानहरू अल्लाहको उपासना गर्दछन्। “अल्लाह हु अकबर” अर्थात् ईश्वर महान् हुनुहुन्छ भनेर ईश्वरको उपासना गर्ने इस्लाम धर्मका उपासकहरूका पूर्वज भने प्राचीन हिन्दु धर्मका ऋषि मुनीहरू नै हुन्। अतः मुसलमानहरूका पूर्वज हिन्दू नै हुन् र उनीहरूको ईश्वर अल्लाह पनि हिन्दुहरूका ईश्वर शिव नै हुन्। प्राचीन कालमा दैत्यहरूका गुरु शुक्राचार्यका नाती और्व ऋषि निवास गर्ने विशाल रेगिस्तानको प्रदेशलाई नै वर्तमानकालमा सउदी अरब भनिएको हो। उनै और्व ऋषिको नामबाट नै विकृत भएर अरब शब्द बनेको हो भनिन्छ। भगवान् शिवको आदेश अनुसार नै दैत्यगुरु शुक्राचार्यले कालो पत्थरले बनेको शिव प्रतिमालाई त्यस विशाल रेगिस्तानमा लगेर स्थापना गरेका थिए र अन्य धर्मकाहरूलाई त्यहाँ प्रवेश गर्न निषेध गरेका थिए। त्यही स्थानलाई आजकाल मक्का मदिनाको नामले पुकारिन्छ।

असुरहरूका राजा हिरण्यकशिपुका पुत्री दिव्याका सन्तान नै वर्तमान इस्लाम धर्मावलम्बीहरूका पूर्वज हुन्। वास्तवमा दैत्यगुरु शुक्राचार्य नै वर्तमान इस्लाम धर्मका प्रवर्तक हुन्। दैत्यगुरु शुक्राचार्य एक काव्या ऋषि थिए। उनैको सम्मानस्वरूपमा स्थापना गरेको शिवलिंगलाई पनि काव्या भनेर पुकारिन्थ्यो। त्यसैको अपभ्रंश भएर पछि काबा भनिन थालियो। अरबी भाषामा शुक्रको अर्थ महान् हुन्छ। अनि शुक्राचार्यको अर्थ महान् गुरु हुन्छ। उनै गुरु शुक्राचार्यको सम्मानमा मुसलमानहरू शुक्रबारको दिन पवित्र जुम्मा मनाउँछन्। शिवजीको शिरमा रहेको अर्ध चन्द्रमाको प्रतिमालालाई मुसलमानहरू अत्यन्त श्रद्धा गर्दछन्। जसरी नेपाल तथा भारतमा शिवजीको मन्दिरको आसपासमा कुनै जलको कुण्ड वा जलको श्रोत पाइन्छ त्यस्तै मक्का मदिनामा कावा मन्दिरसगै एउटा पवित्र जलश्रोत छ, त्यसलाई जमजम पानी भनिन्छ। यसरी हिन्दु मुस्लिम बिच एक अन्योन्याश्रित सम्बन्ध रहेको पाइन्छ, यद्यपि मुस्लिमहरू प्राचीन तथ्यबाट अनभिज्ञ रहेकोले यी कुराहरूलाई स्वीकार्न चाहँदैनन्।..... क्रमशः.....। ✽



अन्नको प्रभाव मनमा

ब्रह्माकुमार भगवान्, शान्तिवन आबू

यो सनातन सत्य हो कि जस्तो अन्न त्यस्तै मन, जस्तो पानी त्यस्तै बानी। अतः जब हामी मनुष्यबाट देवता बन्ने पुरुषार्थ गरिरहेका छौं भने हाम्रो आहार पनि शुद्ध एवं सात्विक हुन जरुरी हुन्छ। सात्विक वृत्तिले गरेको भोजनले तप-साधनामा सञ्जीवनी बूटीको काम गर्दछ।

तामसिक भोजन

लसुन प्याज जस्ता तामसिक पदार्थले भोजनलाई स्वादिष्ट त बनाउला तर यस्ता वस्तुबाट एकातिर दुर्गन्ध फैलिन्छ भने अर्कोतिर यिनको प्रयोगबाट मनमा मलिन विचार क्रोध एवं चिडचिढापनको उत्पत्ति हुन्छ। त्यसैले यस्ता पदार्थको सेवनबाट आध्यात्मिक चेतनामा बाधा उत्पन्न हुन्छ।

मांसाहारी भोजन

मांसाहारी भोजनले तन र मन दुवैलाई दुष्प्रभाव पार्छ। रगतमा दबाव बढ्छ। हृदय रोग, किडनी, जोनीमा पीडा कब्जियत आदिजस्ता भयंकर रोग हुन जान्छन्। भिन्नबाट व्यक्ति कमजोर एवं थकावट महसुस गर्न थाल्छ। स्वभाव क्रोधी बन्दछ। शरीरमा विषालु द्रव्य पैदा हुन्छ। जसले शरीरको शक्तिलाई क्षीण गर्दछ।

मद्यपान

नशालु पदार्थ, धुम्रपान, मद्यपानबाट करोडौं व्यक्तिको जीवन नरकमय बनेको छ। यसको सेवनका कारण उत्पन्न रोगले शरीरको विनाश गरिदिन्छ।

सात्विक शाकाहारी भोजन

शाकाहारी भोजन शुद्ध एवं सात्विक भोजन हो जसबाट मन सधैं शान्त, शीतल र हलुका रहन्छ। आध्यात्मिक उन्नतिको लागि शाकाहारी भोजन श्रेष्ठ छ। यसबाट उत्तेजना समाप्त हुन्छ। स्वभावमा मधुरता आउँछ। यस्तो भोजनको सेवन देवी देवताले गर्दछन्। यसको सेवनबाट मनको वृत्तिमा शीतलता आउँछ र परमात्मासँग स्नेह बढ्दछ। सात्विक भोजनबाट सत्यता क्षमाशीलता, दया, करुणा आदि गुणहरूको विकास हुन्छ त्यसैले शाकाहारी भोजन नै उत्तम एवं सात्विक भोजन हो।

जस्तो अन्न त्यस्तै मन

मनुष्य आत्माले जस्तो अन्न ग्रहण गर्दछ उसको मन पनि त्यस्तै हुन जान्छ। चोरी र बेइमानीबाट अर्जित अन्नको प्रभावले आत्मामा कुन प्रकारको असर पर्दछ त्यसको एउटा उदाहरण यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ।

एक महात्मा राजमहलमा गए। उनले त्यहाँ भोजन गरे। दिउँसो जब उनी विश्राम गरिरहेका थिए उनको नजर भित्तामा रहेको राजाको हारमा पर्न गयो। हार देखासाथ महात्माको मनमा लोभ आयो र हारलाई उठाएर भोलामा राखी कुटितिर लागे। यता महलमा चोरीको खैलाबैदला मच्चियो। पूरा २४ घण्टा बितिसक्दा पनि हारको अत्तोपत्तो लागेन।

दोस्रो दिन महात्मा राज महलमा गए र हार राजाको सामुन्ने राख्दै भने— महाराज मैले नै यस हीरालाई चोरेर लगेको थिएँ। मेरो बुद्धि भ्रष्ट भएको थियो। मनमा लोभ आएको थियो। राजाले हाँसेर भने महात्माज्यू तपाईंले हार लिएर जानु त असम्भवको कुरा हो। लाग्दछ— दयालुपनको कारण तपाईं कसैलाई बचाउनका लागि यो अपराध आफूमाथि लिँदै हुनुहुन्छ। महात्माले भने— होइन महाराज, म भुटो बोल्दै छैन। साँच्चै मैले नै लगेको हुँ। म स्वयंले पनि यसप्रति निर्णय लिन सकिनँ कि यो सबै कसरी भयो ? मेरो अनुमान छ— मैले हिजो तपाईंको दरबारमा भोजनमा के स्वीकार गरेको थिएँ। त्यसबाट नै मेरो मनमा नराम्रो असर परेको हुनसक्छ। आज जब त्यसको प्रभाव कम हुँदैगयो। तपाईं स्वयं पत्ता लगाउनुहोस्— त्यो अन्न तपाईंकहाँ कहाँबाट आएको थियो।

राजाले भण्डारीलाई बोलाएर सोधपुछ गरे। भण्डारीले राजालाई भन्यो— महाराज एक चोरले असल चामल चोरी गरेको थियो। चोरलाई अदालतबाट दण्ड दिइयो र अनाज जफत गरिएको थियो। बरु त्यस चोरद्वारा चोरी गरिएको अन्नको प्रभाव सन्तको मनमा पन्यो कि जसको प्रतिफल उनले चोरी गरे।

अतः हामीले सधैं यो याद राख्नुपर्ने कि भोजन शुद्ध एवं ईश्वरको यादमा बनाइएको ईश्वरलाई अर्पण गरिएको हुनुपर्दछ। मेहनतको कमाइबाट खरिद गरिएको भोजन सेवन गर्नाले हाम्रो तन, मन सधैं तन्दुरुस्त बन्दछ। मन र बुद्धिरूपी दर्पण सधैं भिन्न बाहिर सफा रहन्छ। मनमा कुनै पनि प्रकारको विकारले स्पर्ष गर्दैन। यस्तो स्वच्छ मन बुद्धिद्वारा तप साधनामा सफलता प्राप्त गरेर प्रभु मिलनको आनन्द लिनसकिन्छ। ❀

आन्तरिक समृद्धि- शान्त चितता

ब्रह्माकुमार किशनदत्त, शान्तिवन आबू

आन्तरिक सम्पदाको व्याख्या आफैमा अद्भूत हुन्छ। अन्तर्मुखी मनुष्यमात्र यसलाई बुझ्न सक्षम हुन्छन्। एक पटक उसभित्र छुपेको दिव्य खजाना प्राप्त हुने हो भने एउटा यस्तो सन्तुष्टताको प्रादुर्भाव हुन्छ जसका समक्ष दुनियाँको सबै खजाना मूल्यहीन भइदिन्छ। भौतिकवादको युगमा जुन मनुष्यलाई सबै भौतिक खजाना प्राप्त छ ऊ पनि त्यस अलौकिक र आन्तरिक सम्पदाको खोजीमा छ। यसका विपरीत जसलाई आन्तरिक सम्पत्ति प्राप्त हुन्छ उसले त सपनामा पनि सांसारिक सुखको कामना गर्दैन। ऊ त स्वयं नै भरपूर हुन्छ।

परमात्मामा अगाध आस्था राख्नेले यस्तो मिलनको अनुभूतिको कामना राख्दछ जसमा केवल भित्रको सम्पदाको बोध होस् अनि आनन्द-आनन्द शेष रहोस्। सबै कुरा उस असीम अनन्त परमात्मामा समाहित होस्। बचोस् त केवल सत्-चित्-आनन्द स्वरूपको अनुभूतिमात्र बचोस्। योगाचार्यहरूको आ-आफ्नो परमात्मा मिलनको अनुभूति यस मिलन बिन्दुमा एक हुन्छ— परमात्माको साथको अनुभवबाट नै परमानन्दको प्राप्ति हुन्छ। वस्तुतः त्यो योगारूढ आत्माको एउटा यस्तो अलौकिक घटना हुन्छ जसमा आत्मा आफ्नै आत्मिक स्वरूपको साक्षात्कार परमात्मा आलोकको छातामुनि रहेर गर्दछ।

बाहिरी अशान्तिले मेरो मन अशान्त होस्, यो आवश्यक हुँदैन। जबसम्म मन स्वयं नै अशान्त हुँदैन तबसम्म, विचारको आवृत्ति अधिक हुँदैन, तबसम्म बाहिरी अशान्तिको प्रभाव पर्दैन। बाह्य अशान्तिले आन्तरिक अशान्तिलाई प्रभावित गरेर अझै तीव्र चाहिँ गर्दछ। भन्नुको मतलब— शान्ति बाहिरबाट प्राप्त हुनसक्दैन।

शान्तिको मतलब निकै आध्यात्मिक हुन्छ। अध्यात्म-बेत्ता योगीजनले नै शान्तिको सम्यक परिभाषा स्पष्ट गर्न सक्छ। साधारण शब्दमा यही भन्न सकिन्छ— शान्ति त मनुष्यको गलाको हार हो। शान्ति स्वयंमा नै शक्ति हो। यही शान्तिको शक्तिले आत्मालाई आफ्नो अनादि पिता (निराकार शिव)सँग अनादि रूपले सम्बन्ध जोड्न सक्षम हुन्छ। आत्मा शान्तिको शक्तिका आधारमा यस सृष्टिमा सृजन गर्न सक्षम हुन्छ।

अनेक प्रकारका प्रभाव र आत्म-चेतनको जडत्व हुनाले आन्तरिक शान्ति कम हुँदै गएको छ र परिणाम यो भएको छ— दुःख अशान्तिको आक्रमणले आत्माको शान्ति पूर्णतः छिनेको छ। शनैः शनैः आत्मा देवत्वबाट मानव र मानवबाट दानवको स्थितिमा परिवर्तित हुँदै गयो। शान्तिको आमूल अभावको अनुभवले उसलाई फेरि आफ्नो मूल स्वभावतर्फ फर्किन बाध्य बनाइरहेको छ। प्रश्न यो छ— आफ्नो शान्त स्वरूपको अकुत सम्पदालाई कसरी पुनः प्राप्त गर्ने ?

बहुआयामी प्रयास— आन्तरिक सम्पदा शान्तिको शक्तिको प्राप्तिको बहु-आयामी प्रयास जस्तै आध्यात्मिक, मानसिक, व्यक्तिगत र सामाजिक चारै आयामको समुचित पुरुषार्थ आवश्यक छ। स्वयंलाई जानौं, मानसिक स्थितिलाई हेरौं, व्यक्तिगत जीवनमा दृष्टि लगाऔं र सामाजिक जीवनको व्यवहारिकतालाई बुझौं।

स्वयंको अस्तित्वको सम्यक पहिचान भएपछिमात्र अगाडिको प्रक्रिया चल्न सक्छ। यो शाश्वत् सत्यलाई बुझौं— म अभौतिक, अविनाशी दिव्य ज्योति एक शक्ति पुञ्ज हुँ। यो नै मेरो आध्यात्मिक परिचय हो। आत्मा हुँ, आत्माको दुनियाँबाट आएको हुँ। शान्ति मेरो स्वधर्म हो। शान्तिको सागर परमात्मा मेरो पिता हुनुहुन्छ। मन मलाई यन्त्रका रूपमा उपयोगार्थ मिलेको छ।

शान्तिको चुम्बक बनीं— मनको गतिलाई हेरौं। संकल्पको स्थिति र स्तरलाई हेरौं अनि समर्थ सकारात्मक विचारमा रमण गरौं। चिन्तनको सूक्ष्मतालाई बढाऔं। व्यर्थ चिन्ता र इच्छाको परित्याग गरौं। पूरै अन्तर्मुखी होऔं। व्यवहारमा समत्व भाव र कर्ममा समभावको स्मृति राखौं। पूर्ण निष्ठाका साथ परमात्मा पित्तसँग एकात्म भएर राजयोगको अभ्यास गरौं। स्वयंलाई अशान्त बनाउने अन्य सबै द्वार बन्द गरिदिऔं। यसरी पुरुषार्थको दिशा धारालाई स्पष्ट वा तीव्र गर्नाले निश्चय नै शान्तिका सबै द्वार खुल्नेछन् र आत्मा यस अदृश्य सम्पदाको चुम्बक बन्नेछ। ❀



कुपण्डोल : उपसेवाकेन्द्रको भवन शिलान्यास गर्नुहुँदै राजयोगिनी राज दिदीज्यू, माननीय सांसद मदन ब. अमात्य तथा अन्य ।



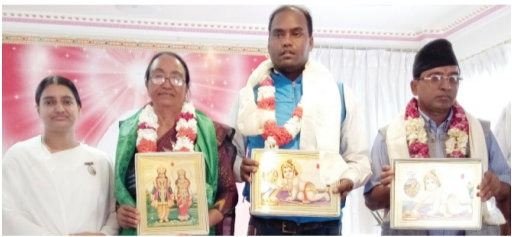
लंकू, चितवन : भ.म.न.पा.वडा नं. ४का नवनिर्वाचित वडा अध्यक्ष हरिप्रसाद आचार्यलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्र.कु. सविना ।



पदमपुर, चितवन : ओम् शान्ति मार्गको बोर्ड अनावरण गर्नुहुँदै नवनिर्वाचित वडा नं. २का अध्यक्ष सोम ब. गुरुड, वडा नं. ३ का अध्यक्ष टीका रिजाल, वडा नं.४ का अध्यक्ष कृष्ण कुमार श्रेष्ठ, ब्र.कु. शर्मिला, ब्र.कु. अर्जुन, ब्र.कु. पार्वती तथा अन्य ।



१६ नम्बर, नवलपरासी : ब्रह्माकुमारी पाठशाला भवनको शिलान्यास गर्नुहुँदै गैडाकोट नगरपालिकाका नवनिर्वाचित उपमेयर विष्णुकुमारी कंडेल, ब्र.कु. सरस्वती, ब्र.कु. अर्जुन तथा अन्य ।



कावासोती : कावासोती नगरपालिकाका नवनिर्वाचित मेयर चन्द्रकुमारी पुन, उपमेयर प्रेमकुमार मर्दनिया, वडा नं. ३का अध्यक्ष लक्ष्मीप्रसाद पौडेललाई सम्मानपश्चात् समूहचित्रमा ब्र.कु. जमुना ।



बेलचोक, नारायणगढ : भण्डोतोलनपश्चात् दीप प्रज्वलन गर्नुहुँदै नवनिर्वाचित वडा अध्यक्ष चन्द्रमित्र पण्डित, सदस्य इन्दु पण्डित, ब्र.कु. शर्मिला, ब्र.कु. सन्ध्या तथा अन्य ।



पटिहानी, चितवन : भ.म.न.पा. वडा नं २२का नवनिर्वाचित वडा अध्यक्ष विष्णुराज महतो साथै सदस्यहरूलाई स्वागत सम्मानपश्चात् समूहचित्रमा ब्र.कु. सुवर्ण, ब्र.कु. पद्मा एवं ब्र.कु. लता ।



रत्ननगर, टाँडी : र.न.पा. का नवनिर्वाचित मेयर नारायण बन, उपमेयर बिमला दवाडी, वडा नं.२ का अध्यक्ष तिलक शर्मा तथा वडा सदस्यहरूलाई सेवाकेन्द्रमा स्वागत तथा सम्मानपश्चात् समूहचित्रमा ब्र.कु. शर्मिला, ब्र.कु. राजु घले तथा अन्य ।



क्षेत्रपुर : चितवन इड्लिस बोर्डिङ स्कूलमा Touch The Light कार्यक्रमको सामूहिक रूपमा दीप प्रज्वलन गरी शुभारम्भ गर्नुहुँदै प्राचार्य केशव श्रेष्ठ, विद्यालय सञ्चालक समिति अध्यक्ष गायत्री श्रेष्ठ, ब्र.कु. भागवत नेपाल, सरस्वती पन्त तथा अन्य ।



माडी, चितवन : माडी नगरपालिकाका नवनिर्वाचित मेयर ठाकुरप्रसाद ढकाल, उपमेयर ताराकाजी महतो, वडा नं. ३का अध्यक्ष पूरन महतो तथा सदस्यहरूलाई स्वागत सम्मानपश्चात् ब्र.कु. सुवर्ण एवं ब्र.कु. सुभद्रा ।



भरतपुर : भ.म.न.पा वडा नं.१०का नवनिर्वाचित अध्यक्ष अरुण पीडित भण्डारी तथा सदस्यहरूलाई स्वागत सम्मानपछि समूह चित्रमा ब्र.कु. गंगा, ब्र.कु. अर्जुन, ब्र.कु. सुशीला एवं ब्र.कु. प्रतिमा ।



मोजाड : इन्टरनेसनल लोटस एकाडमीमा Touch The Light कार्यक्रमको सामूहिक रूपमा दीप प्रज्वलन गरी शुभारम्भ गर्नुहुँदै प्राचार्य ठाकुरप्रसाद रिजाल, ब्र.कु. गंगा, समाजसेवी गोपीकृष्ण मरासिनी, ब्र.कु. सुशीला, ब्र.कु. प्रतिमा एवं ब्र.कु. जानकी ।



गैडाकोट, पीसापार्क : गैडाकोट न.पा.का नवनिर्वाचित मेयर छत्रराज पौडेल, उपमेयर विष्णुकुमारी कंडेल, वडा अध्यक्ष चोलानाथ उपाध्यायलाई स्वागत सम्मानपश्चात् समूह चित्रमा ब्र.कु. अम्बिका, ब्र.कु. कमला, ब्र.कु. पाण्डव तथा अन्य ।

आदरणीय पाठकवृन्द,

आध्यात्मिक ज्ञानद्वारा सबैलाई आलोकित गर्ने शुभ इच्छालाई साकार रूप दिने क्रममा ज्ञानज्योति मासिक पत्रिकालाई विगत सत्र वर्षदेखि हजुरहरु समक्ष पठाउने मौका पाएका छौं। हजुरहरुको न्यानो सहयोगले हामीलाई अभूत उमङ्ग उत्साह र हौसला प्रदान गरेको छ। हजुरहरुको यो सहयोगप्रति ज्ञानज्योति परिवार हृदयदेखि नै आभार व्यक्त गर्न चाहन्छ। यसैगरी आगामी दिनहरूमा यो पत्रिकाले अभूत स्तरीयता तथा गुणात्मक संख्या बढाई परमपिता परमात्माको सन्देशलाई जन-जनसमक्ष पुऱ्याउन यहाँहरुको ठुलो योगदान रहने कुरामा विश्वस्त छौं। हामीलाई विश्वास छ, श्रावण महिनाबाट नयाँ अडक सुरु हुने भएकोले आवश्यक संख्या समयमा नै टिपाइदिनु भएमा त्यसै अनुसार पत्रिका उपलब्ध गराउन सजिलो हुनेछ। सहयोगको लागि धन्यवाद।

—ज्ञानज्योति परिवार



प्रापक :

✽ संरक्षक : निर्देशक ब्रह्माकुमारी राजदिदी ✽ सल्लाहकार : ब्रह्माकुमार रामसिंह शेर ✽ प्रधान सम्पादक : ब्रह्माकुमार अर्जुन श्रेष्ठ
✽ सम्पादक : ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल ✽ सह-सम्पादक : ब्रह्माकुमार भागवत नेपाल ✽ प्रकाशक : ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र,
ॐ ज्ञान्ति भवन, नारायणगढ, चितवन। फोन : ०५६-५२०५४७, वार्षिक शुल्क : रु १२७। E-mail : gyanjyoti.monthly@gmail.com,

www.brahmakumaris.com ✽ मुद्रक : मल्टि ग्राफिक्स प्रा. लि., बाफ्ल, काठमाण्डौ।