ज्ञानज्योति

आध्यात्मिक तथा नैतिक जागृतिका लागि समर्पित

वर्ष : १५ अंक : ०३ | मासिक | २०७१ आश्विन

काठमाण्डौ : सम्माननीय राष्ट्रपति रामवरण यादवलाई राखी बाँध्नुहुँदै राजयोग सेवाकेन्द्र नेपालका निर्देशक राजयोगीनी राज दिदीज्यू ।

हर्कपुर, नवलपरासी : कैलाश आश्रमका पीठाधीश स्वामी १००८ समानन्दज्यूलाई रक्षा बन्धन बाँध्नु हुँदै ब्रह्माकुमारी उमा ।

नारायणगढ : हरितालिका तिजको उपलक्ष्यमा आयोजित कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै माननीय सभासद्हरू– अञ्जनी श्रेष्ठ, विष्णुमाया परियार, सावित्री चौधरी, शान्ति चौधरी, मिठू मल्ल, पूर्व मन्त्री सावित्री बोगटी, पूर्व सभासद् उमा रेग्मी, ब्रह्माकुमारी अम्बिका एवं शर्मिला तथा अन्य ।

हाकिमचोक, चितवन : रक्षा बन्धनपश्चात् ग्रुप फोटोमा माननीय सभासद् रामकृष्ण घिमिरे, पूर्व प्राचार्य हरिराज पौडेल, ब्रह्माकुमारी मीना, समाजसेवी ओम प्रकाश गौचन तथा अन्य ।

बाल व्यक्तित्व विकासमा शिक्षाको भूमिका

✍ ब्रह्माकुमार
रामलखन, शान्तिवन, आबुरोड

बच्चा अर्थात् खराबीबाट बचेको, बास्नादार फूल । मनोवैज्ञानिकहरूको मान्यता छ– जीवनको मूल संस्कार शुरुका पाँच वर्षभित्रमा नै निर्मित हुन्छ । बच्चा गर्भमा हुँदादेखि नै उसका माता-पिता, वातावरण र सामाजिक पर्यावरण अनुसार उसको वृत्ति निर्माण हुन थाल्दछ । बालक पैदा हुनेबित्तिकै पारिवारिक उपवनको सुरभित फूल बन्दछ । ऊ नै भविष्यमा विश्वका लागि उपहार बन्न सक्दछ । देशको उज्ज्वल भविष्यलाई सुरक्षित राख्नका लागि उनीहरूलाई नै सुन्दरतम तरिकाले सम्हाल्नु पर्दछ ।

मुण्डन र यज्ञोपवित संस्कार विद्याध्ययनभन्दा पहिले नै हुनुपर्छ । यज्ञोपवितपछि त बालक द्विज बन्दछ, अर्थात् जन्मदाता माता-पिताभन्दा माथि गुरुजनहरू नै उसका माता-पिता वा शिक्षक बन्दछन् । संसारका सबै आत्माहरू एकै परमपिता शिव परमात्माका नै सन्तान हुन् । अत: सबैको विद्यारम्भ उही परमसद्गुरुद्वारा हुनुपर्छ । उहाँको शरणमा आउनका लागि प्रजापिता ब्रह्माकुमारीद्वारा दिइरहिएको आध्यात्मिक ज्ञान परम आवश्यक हुँदै गएको छ । शिक्षा ग्रहण गर्ने समयमा बालकलाई जति-जति कपी कलमको आवश्यकता हुन्छ त्यतिमात्र राख्नुपर्छ । आधुनिक शिक्षाले उसलाई अनावश्यक भारी दिंदै गइरहेको छ । शिक्षाको साथ-साथै बालकलाई खेल्नु, कुद्नु पनि परम आवश्यक हुन्छ । दैनिक कार्यलाई अर्को दिनका लागि कहिल्यै छोड्नु हुँदैन । शारीरिक, मानसिकको साथै उनीहरूको आध्यात्मिक विकास गर्नु पनि

बाँकी ७ पेजमा ....

कलैया, बारा : माननीय सभासद् राम अयोध्या प्रसाद यादवलाई सेवा केन्द्रमा रक्षाबन्धन बाँध्नु हुँदै ब्रह्माकुमारी मीना ।

मनमा उठ्ने खराब संकल्पहरूमाथि विजय प्राप्त गर्नु नै सच्चा विजयादशमी मनाउनु हो ।

देवघाट, चितवन : सम्माननीय प्रधान न्यायाधीश दामोदर शर्मालाई रक्षा बन्धनपश्चात् ईश्वरीय सौगात प्रदान गर्नु हुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी ।

नारायणगढ : माननीय सभासद् कृष्णभक्त पोखेललाई राखी बाँध्नु हुँदै ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी दिदी ।

हेटौंडा : माननीय सभासद् इन्द्र बानियाँलाई राखी बाँध्नु हुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदी साथमा ब्रह्माकुमारी रेवती ।

यज्ञपुरी, चितवन : बी.पी. मेमोरियल क्यान्सर हस्पिटलमा राखी बाँध्नु हुँदै ब्र.कु. अम्बिका, ब्र.कु. कविता, फलफूल वितरण गर्नुहुँदै क्यान्सर सेवा समाजका संयोजक श्याम प्रसाद लामिछाने साथमा डा. लक्ष्मी नारायण सिंह तथा अन्य ।

आत्मा बिन्दुरुपमा स्थित रहयौ भने समस्यालाई सेकेन्डमा बिन्दु लगाउन सक्नेछौ । ✵ शिवबाबा

शिव भगवानुवाच

कसैले तिम्रो नित्य ग्लानि गरोस्, अकल्याण गरोस्, गाली देओस्– तब पनि त्यसप्रति मनमा घृणा भाव नआओस्, अपकारीमाथि पनि उपकार– यही ज्ञानी आत्माको कर्तव्य हो । जसरी तिमी बच्चाहरूले परमात्मालाई अनेक जन्म गाली दियौ फेरि पनि उहाँले कल्याणकारी दृष्टिद्वारा देख्नुभयो, त्यसैले फलो फलदर । ज्ञानी आत्माको अर्थ हो नै सबैप्रति कल्याणको भावना । अकल्याण संकल्पमात्रमा पनि नहोस् ।

सम्पादकीय

स्वीकार, चरण र सुन्दरता

स्वीकार शक्ति, हजार समस्याको एक समाधान । सुन्दा र सरर पढ्दा जति सहज छ यो वाक्य त्यति यसको चरणसम्म आइपुग्न धेरै मानसिक सीमा पार गर्न सक्नुपर्ने हुन्छ । सच्चा हृदयले गरिएको स्वीकारले नै निर्धारण गर्छ मानव जीवनको गति, मति र नीतिलाई । बडो गम्भीरतापूर्वक गरिएको हुनुपर्छ यो निर्णय । अन्तिम अवस्था हो यो । सच्चा हृदयले गरिएको हो भने सहजै मानवलाई इनलाइटनमेन्ट (उच्च ज्ञान प्राप्ति) को अवस्थामा पुऱ्याइदिन्छ, अन्यथा मानसिक विक्षिप्तताको सामना गर्नुपर्ने बाध्यता सृजना हुन्छ । कोही सन्त अनि कसैको अन्त नहोला भन्न सकिदैन ।

स्वीकारको तहसम्म आइपुग्नुपूर्वका चरणहरूलाई बुझ्नु अति आवश्यक हुन आउँछ । प्रथम अवस्था हो विरोध (Denial): अकस्मात् कुनै घटना, परिघटनाको सामना गरिहाल्नु पऱ्यो भने ठाडै अस्वीकार वा भनौं विरोध नै गरिहाल्न पुग्दछ । अनेकौं तर्क र मान्यता जुटाएर प्रमाणित गर्ने प्रयत्नमा जुट्दछ मानव । हाँसो उडाउला, कमजोर साबित गर्ला वा हुनै सक्दैन भन्ने तर्क पेस गर्न पुग्ला ।

दोस्रो अवस्था क्रोध(Anger): अस्वीकार गर्दा–गर्दै पनि प्रमाणहरू फेला परे, उम्कनै नसक्ने अवस्था आयो, तर्क कार्यान्वयन हुन नसक्ने नै वातावरण बन्यो भन्ने भएपछि ऊ आफैलाई वा आफ्नो भाग्यलाई दोष लगाउने चरणमा आइपुग्छ । क्रोधित हुन्छ, वातावरणलाई खैलाबैला गरिदिन सक्छ ।यही खुटकिलामै कतिको मानसिक असन्तुलनको औसत ह्वात्तै बढ्न सक्छ ।

मानौं यो अवस्था पार लाग्यो भन्ने भएपछि तेस्रो अवस्था हो, सम्झौता (compromise): अब शुभारम्भ हुन्छ घाटाभित्र पनि नाफा खोज्ने प्रक्रिया । थोरै भए पनि खोजी गर्छ जीवनको निकास ।गन्तव्य देख्दैन, उत्तर पाउँदैन र पनि प्रयत्नको पाइला अगाडि बढिरहन्छन् उसका ।

निराश (Depression): चौथो अनि अति खतरनाक मोड । अन्तिममा एकपटक पुनः उम्लिएर आइपुग्छ । सुनामी हो मानव जीवनको, धेरैभन्दा धेरै सडक छापामार हुन आइपुग्छन् यति नै बेला ।मानसिक कमजोरीको अवस्थामा निकास खोज्दा तत्काल समाधानको आकाश देख्न नसकेपछि विवशताको बादल मडारिन थाल्दछ क्षितिजमा ।

स्वीकार(Acceptance): निर्णायक चरण । हृदयले आफूबाटै भएका क्रिया प्रतिक्रिया जे–जस्तो रूप र रंगका किन नहुन्, कारक आफू नै हो भन्ने सत्यताको बोध हुनासाथ इनलाइटनमेन्टको संभावना प्रबल भइदिन्छ । देवत्व प्राप्ति हुन्छ जीवनमा । असाधारण प्रतिभाको मालिक हुन आइपुग्छ । कमजोरी नै शक्तिमा रूपान्तरणको अवस्थामा आइपुग्छ । फगत दिमागले मात्र स्वीकारेको अवस्थामा भने दानव भइदिन सक्छ । उसले सडकमा बेथितिको जीवन गुजार्न सक्दछ । विक्षिप्त अवस्था सृजना हुन पुग्दछ । एक घटना, दुई अवस्था ।

जीवन हो अनेकौं घटना घटन सक्दछन् । घटना नै नघटोस् हुनै सक्दैन । यो प्रक्रिया हो कुमालेको चक्रसमान । सन्तुलनको मात्रालाई बनाइराख्न सक्नु जीवनको कला हो । साग–सब्जीमा नून आवश्यक हुन्छ, तरिका पुऱ्याएर सन्तुलित मात्रा तय गर्न सक्दा भोजनको स्वाद नै कति फरक पर्छ तर त्यही नून थोरै बढी हुनासाथ न त्यसको महत्त्व हुन्छ न त भोजनको कुनै अर्थ । घटना जीवनका लागि नूनसरह नै हो । मात्रा मिलाउन जान्दा घटनाभित्रको जीवन आकाशको इन्द्रेणीसरह हुनपुग्छ ।

अतः स्वीकारमा नै सुन्दरता लुकेको हुन्छ । यति धेरै चरण पार भएपछि स्वीकार गर्नु नै पर्ने भएपछि शुभारम्भके अवस्थामा सहजताका साथ स्वीकार गर्नुमा नै कल्याण रहन्छ । स्वीकार गर्ने कलाले शक्तिको मात्रालाई ह्वात्तै बढाइदिन्छ । स्वीकार्न नसक्नुको अर्थ हो पलपलमा धिक्कार्नु । भएको शक्ति पनि क्षीण हुने गर्दछ । हृदयले स्वीकार गरेको छ भने एकपटक भइसकेको घटना वा वार्तालाप पुनः हृदयमा स्मरण भइरहँदैन तर दिमागी तहबाट गरिएको अप्राकृतिक स्वीकृति पटक–पटक चिन्तनको तहमा बादल बनेर मडारिइरहन्छ । यसले आन्तरिक ऊर्जालाई शिथिल बनाइदिन्छ, परिणामतः मन एकाग्र नहुने, अविश्वासले छाइरहने आदि लक्षण देखापर्दछन् ।

- ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल

व्यर्थलाई समर्थ

✍ ब्रह्माकुमार
किसनदत्त शान्तिवन, आबुरोड

यस कोलाहलले भरिएको दुनियाँमा मनुष्यले आफूभित्रका व्यर्थ संकल्पहरूको सनसनीपूर्ण विचलनलाई अनुभूति गर्न सकिरहेको छैन । यस्तो लाग्छ– अन्तर्तम कोलाहलले बाहिरको कोलाहलसँग तालमेल मिलाइसक्यो । तर यो पनि एउटा सीमासम्ममात्र रहनेछ, त्यसपछि अनेक अप्रिय परिणामहरू निस्कन थाल्नेछन् । जब मनुष्य अति सक्रिय (hyper Active) हुन्छ तब उसलाई बाहिरी कोलाहलको कठिनाइ थाहै लाग्दैन । यदि ऊ थोरै समयका लागि भए पनि बाहिरी कोलाहलमा कम सक्रिय भयो भने उसलाई आफूभित्रको कोलाहल थाहा हुन थाल्दछ । वर्तमानमा व्यर्थ संकल्पको स्थिति झारसमान भएको छ । जसरी बीज छरेका ठाउँमा झार आफैं उम्रिन्छ त्यसलाई रोप्ने, छर्ने वा गोड्ने मेहनत गर्नुपर्दैन, खेतीको मल वा उब्जाउ शक्ति त्यत्तिकै व्यर्थ गइरहेको हुन्छ । मानिसको संकल्प शक्तिले जुन कार्य गर्नुपर्ने हो त्यो त्यतिकै व्यर्थ गइरहेको छ ।

ऊर्जा छ भने त बग्दछ नै । यो प्रकृतिको नियम हो । मानसिक ऊर्जाको प्रकृति पनि बग्ने नै हुन्छ । सृष्टिको आदि कालमा एउटा स्थिति हुन्छ जब मानसिक ऊर्जा नियन्त्रित रूपमा रहेको हुन्छ । नियन्त्रित रूपमा समय परिस्थिति तथा आवश्यकता अनुसार स्वाभाविक रूपले चल्दछ । विचार नापिएका/तौलिएका जस्तै आवश्यकता अनुसार पैदा हुन्छन् । समयको क्रममा दोस्रो स्थिति तब आउँछ जब मानसिक ऊर्जा अनियन्त्रित स्थितिमा पुग्दछ । अनियन्त्रित रूपमा विना समय परिस्थिति अनावश्यक रूपले बग्दछ । विचार अधिक चल्न थाल्दछन् । यसैलाई नै व्यर्थ भनिन्छ । व्यर्थ संकल्प चल्ने क्रम हजारौं रूपमा जारी रहन्छ । सीमित तर विस्तारको चेतनाले मनको धरातलमा आफ्नो बिँडा जमाएको हुन्छ । योग साधनापथको यात्रीले पनि प्रायः यो बुझ्न सकिरहेको हुँदैन– उसले यो व्यर्थलाई बढाइरहेको छ वा छैन ।

अर्को हिसाबले यसलाई बुझौं– आत्म-चेतना जब प्रकृतिको मालिकपनको स्थितिमा हुन्छ, तब मानसिक ऊर्जा आफ्नो स्वाभाविक नियन्त्रणमा बग्दछ, चल्दछ । जब आत्म-चेतना प्रकृतिको अधीनस्थ स्थितिमा हुन्छ तब मानसिक ऊर्जा अनियन्त्रित रूपमा बग्दछ । विचार धेरैभन्दा धेरै चल्न थाल्दछन् । यो ऊर्जा अनियन्त्रित रूपमा बग्न थालेपछि नै व्यर्थ संकल्पको जन्म हुन्छ । अझ तेस्रो प्रकारले पनि बुझ्न सकिन्छ– व्यर्थ संकल्पको जन्म बाह्यमुखताबाट हुन्छ । बाह्यमुखी चेतनाका कारण संकल्प, वाणी र कर्म सबै प्रकारको व्यर्थ निरन्तर बढ्दै जान्छ । विभिन्न रूपमा प्रकट हुने अनावश्यक ऊर्जाको नाम नै व्यर्थ हो । अनावश्यक र असन्तुलित ऊर्जाले

बाँकी ७ पेजमा

व्यर्थलाई शक्तिमा परिवर्तन गर्ने विज्ञान

✍ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, काठमाण्डौ

अध्यात्म-विज्ञान

वैज्ञानिक खोज र अनुसन्धानको यात्रा सूक्ष्मता र शुद्धता (micro & refiness) तिर अगाडि बढिरहेको छ । विज्ञानले प्रत्येक कुरामा पूर्णता खोजिरहेको छ । वास्तवमा यस्तो लक्ष्य र त्यसप्रति निरन्तर प्रयत्नरत र साधनारत रहनाले एक दिन निर्धारित लक्ष्य प्राप्ति हुन्छ नै । कुनै पनि अभियानमा (mission) दृढ मनोबलका साथ निरन्तर लागि पर्नाले त्यसलाई साकार रूप दिन सकिन्छ । विज्ञानले वर्तमानमा अर्को नमूना योग्य कार्य गरिरहेको छ त्यो हो, व्यर्थलाई समर्थ र उपयोग्य अवस्थामा परिणत गर्नु । यसका लागि रिसाइकल प्रक्रियाको विकास गरेको छ । जस्तो फोहोर पानीलाई रिसाइकल प्रणाली मार्फत पुन: स्वच्छ र शुद्ध पारी पिउन योग्य वा बारी बगैंचामा प्रयोग गर्न सकिन्छ । अन्य प्रकारका फ्याँकिएका चिजहरूबाट पनि या त ऊर्जा उत्पादन गर्न सकिन्छ अथवा कतिपय पदार्थहरूलाई रिसाइकल प्रणालीबाट पुन: नयाँ वस्तु निर्माण गर्न सकिन्छ । विज्ञानको यस दिशातिरको कार्य प्रणाली र अग्रगामी प्रयास अत्यन्तै प्रशंसनीय छ ।

भविष्यका दिनहरूमा व्यापक रूपमा प्रदूषण भएका र हुँदै गरेका नदी, नाला, पृथ्वी, ताल, समुद्र र समग्र वातावरणलाई समेत शुद्ध र निर्मल बनाउन विज्ञानको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहने छ । किनकि वर्तमानमा विश्व वातावरण र जलवायु चरम खतराको अवस्थामा पुगेको छ तथा निरन्तर त्यसमा थप प्रदूषण भइरहेको छ । यदि त्यसको निवारण, रोकथाम र सुधारका उपाय तथा प्रक्रियाहरू अवलम्बन गरिएनन् भने समग्र मानव जाति तथा वातावरणलाई सन्तुलित बनाएर राख्ने अनेक प्रकारका प्राणी र प्रजातिको जीवन विलय हुनेछ र त्यसका कारण सम्पूर्ण संसार नै भयंकर विप्लवको आक्रमणबाट तहस नहस हुने प्रबल सम्भावना छ । यसका प्रत्यक्ष लक्षणहरू प्राकृतिक प्रकोप, पहिरो, भूकम्प, अतिवृष्टि अनावृष्टि अति तापक्रम वा अतिजाडो तथा बेमौसमी वर्षा आदिबाट स्पष्ट भइरहेको छ । यस दिशामा समाजका प्रत्येक नर-नारीले घनीभूत भएर सोच्नु पर्ने तथा आफ्ना तर्फबाट मनसा, वाचा, कर्मणा र आफ्ना चरित्र, व्यवहार तथा क्रियाकलापबाट सहयोग गर्नुपर्ने आवश्यकता छ ।

आन्तरिक वा बाह्य रूपमा प्राप्त भएका व्यर्थ र अशुद्ध अवस्थाको ज्ञान र त्यसको सुधार एवं समाधानका पक्षमा चर्चा परिचर्चा हुनुका साथै त्यसको परिवर्तनका लागि चेतना अभिवृद्धि गर्ने कार्यक्रमहरू संचालन गर्ने, त्यसका लागि विविध योजना तर्जुमा गरी तिनीहरूलाई कार्यान्वयन गर्ने, तिनीहरूको दिशा निर्देशन (monitoring) गरी समय रेखामा त्यस कार्यलाई सम्पन्न गर्नेतर्फ मानिसहरू चिन्तनशील देखिन्छन् । निर्धारित लक्ष्यलाई कति हदसम्म पूर्ण गर्न सकिएको छ वा छैन त्यो आफ्नो ठाउँमा छ तथापि प्रयत्न जारी छ, जसबाट आशा गर्न सकिन्छ कि एक दिन सफलता हासिल हुनेछ । तर बिरलै मानिसको ध्यान जान्छ कि आखिर यी सबै प्रकारका बाह्य अस्त-व्यस्त अवस्थाको मूल कारण मानव मनभित्रका सूक्ष्म संकल्प, भावना, मनोवृत्ति र उसका संस्कार रूपमा उत्पन्न भएका विकारजन्य कमजोरीहरू नै हुन् । देहभानको चेतनाबाट उत्पन्न काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या आदि नै समाज, संसार र सर्वत्र जटिलतम समस्या र विपत्ति सृजना गर्ने कारक तत्त्व हुन् । तसर्थ यस्ता मानसिक व्यर्थ चिजहरू (wastage) र प्रदूषणको रूपान्तरण र शुद्धीकरण हुनु जरुरी छ ।

सूक्ष्म आध्यात्मिक पक्षको यथार्थ समझ, अनुभव, सुधार र उपलब्धिका लागि भने आत्म-चिन्तन, परमात्म-चिन्तन एवं राजयोग प्रणालीको माध्यम अपनाउनु जरुरी हुन्छ । यस गहन विद्याको मनन, चिन्तन, अभ्यास तथा त्यसलाई महत्त्वका साथ जीवनमा धारणा र कार्यान्वयन नगरी अन्तर्मनमा लामो समयदेखि जमेर बसेका विकार, विकृति र खराब वृत्तिलाई वेस्ट बाट (waste बाट) बेस्टमा (best मा) रूपान्तरण गर्न सकिदैन । मानव मनको प्रदूषणको शुद्धीकरण र परिशोधनका लागि भौतिक प्रविधिबाट निर्माण भएका फिल्टर वा ट्रिटमेन्ट प्लान्टले काम गर्दैनन् । यसका लागि अन्तर्मुखताको एकान्तवासी प्रयोगशालाको व्यवस्था गर्नु पर्दछ जसबाट मानिसको मन, बुद्धि र संस्कार बिस्तारै शान्त, शीतल, शुद्ध अनि शक्तिशाली बन्दै जान्छ । साँच्चै यस प्रकारको आन्तरिक शुद्धीकरणबाट समग्र जगत्का सबै क्षेत्रको शुद्धीकरण र नवीकरण सम्भव हुन्छ । आउने समयमा यस प्रकारको निरन्तर प्रयास र प्रयोगले विद्युतीय गतिमा संसारको तमोगुणी स्थितिलाई सतोगुणी स्थितिमा परिवर्तन गर्न जादुको काम गर्ने छ । अत: यस दिशामा समाजका आम नागरिकदेखि बुद्धिजीवी र चिन्तकहरूको ध्यान पुग्नु समयको माग हुन आएको छ ।

आध्यात्मिक विद्या र राजयोग सूत्रको निरन्तर चिन्तन र अभ्यासबाट काम वासना, तृष्णा र दैहिक लैंगिकतालाई शुभकामना, शुभभावना र आत्मिक भावनामा रूपान्तरण गरी स्वयंभित्र शुद्ध शक्ति संचित गर्न सकिन्छ । त्यस्तै क्रोध, आवेश र आक्रोशको विध्वंसकारी ज्वालालाई योगको प्रयोगबाट परिवर्तन गरी आत्मिक जोश, जाँगर, हौसला, परिश्रम र कर्मठताको रूप दिनसकिन्छ र अन्तर्निहित ऊर्जालाई रचनात्मक कार्यतिर परिचालन गरी महान् कार्य गर्न सकिन्छ र अर्थात् क्रोधाग्नि योगाग्निमा रूपान्तरण हुँदा जन्म-जन्मान्तरका अशुद्ध र विकारी संस्कारलाई भस्म गरी शुद्ध र दैवी संस्कारलाई सक्रिय र जीवन्त गर्न सकिन्छ । यस्तै प्रकारले लोभ वृत्तिलाई अनासक्त वृत्तिमा परिवर्तन गरी असीमित इच्छा आकांक्षाबाट मुक्त गर्दै 'इच्छा मात्रम् अविद्या'को स्थिति प्राप्त गर्न सकिन्छ । लिने, संचित गर्ने र हडप्ने स्वार्थी भावनालाई परिवर्तन गर्दै दिने दाता बनेर प्रत्येकको कल्याण गर्ने, परोपकार गर्ने र निष्काम भावबाट सेवा गर्ने महान् व्यक्तित्व निर्माण गर्न सकिन्छ । मोह, विकारको साँघुरो घेराभित्र मात्रै सीमित नरही समग्र विश्वका आत्माहरू परमात्माका अमर सन्तान हुन्, मेरा आफ्नै बन्धु-बान्धव हुन्, सबैप्रति शुद्ध पवित्र, स्नेह, सद्भाव र सम्मानको भाव राख्ने तथा त्यही रूपमा व्यवहार गर्ने उच्च स्थितिको निर्माण हुन्छ । यसै गरी आध्यात्मिक अनुष्ठानबाट व्यक्ति अहंकारको मिथ्या भावलाई त्यागेर शुद्ध स्वमानको सिंहासनमा आरुढ हुन पुग्दछ । किनकि स्वमानले व्यक्तिलाई स्वाभिमानी र स्वावलम्बी बनाउँदछ । जो जीवनको उन्नति र प्रगतिको लागि भरपर्दो आधार बन्दछ । यदि मानिस अज्ञानका कारण अहंकारको नशामा चूर भएर हिँड्दछ भने उसको पतन निश्चित रूपमा हुन्छ । साथै सूक्ष्म ईर्ष्याजस्ता मानसिक व्यर्थ र प्रदूषण (wastage र pollution) लाई पनि मैत्रीभाव र गुणग्राही दृष्टिकोणमा परिवर्तन गरी स्वयंलाई ताजा र पूर्ण (refine & perfect) बनाउन सकिन्छ । यो स्वपरिवर्तनको सुन्दर प्रणाली नै विश्व परिवर्तनको सशक्त आधारशिला हो तथा वेस्टलाई बेस्टमा परिर्वत गर्ने विज्ञान हो । वास्तवमा यो नै विश्व नव निर्माणको शाश्वत र दिगो तौर तरिका हो ।

वस्तुत: वर्तमानमा सर्वत्र देखा परेको व्यर्थ र प्रदूषणको मूल कारक तत्त्व मानव चेतना र मनोवृत्ति नै भएको हुनाले यस दुष्परिणामलाई सकारात्मक र परिणाममुखी बनाउन मानिसले अन्तर्मनमा रहेका तमाम नकारात्मक अन्तरधारालाई सकारात्मक अन्तरधारामा परिवर्तन गर्नु पर्दछ । जसबाट मानिस निरन्तर शक्तिशाली, शुद्ध, सकारात्मक र सेवामुखी प्रकम्पनहरू प्रवाहित गर्न सफल हुनेछ । मानव मनका सूक्ष्म, शक्तिशाली तथा सकारात्मक प्रकम्पनहरूले संसारका सम्पूर्ण प्राणी, प्रकृति र तत्त्वहरूलाई समेत शुद्ध र संगठित गर्न मदत मिल्ने छ र प्रकृतिसमेत सतोगुणी बन्ने छ । यसरी सबै प्रकारको व्यर्थ, समर्थमा परिवर्तन हुन जानेछ । मानव आत्माको सतोगुणी स्थितिले संसारलाई सतोगुणी बनाई स्वर्गीय दुनियाँका रूपमा परिवर्तन गर्न सकिन्छ, जहाँ सबै कुरा बेस्ट र बेस्ट हुनेछन् । कुनै पनि प्रकारको वेस्ट हुने छैन । यस्तो सम्पूर्णता, सुमधुर र समन्वय बनाउने आध्यात्मिक विज्ञान–योग र ज्ञानलाई जीवनको अमूल्य आवश्यकताका रूपमा ग्रहण गर्न सबै पाठकवृन्दमा विनम्र आग्रह छ ।

मृत्युको भयले संकटमा पर्नु ठूलो मूर्खता हो । – सेनेका

पारसनगरमा तीन पाउ पृथ्वी

✍ विष्णु कुमाल (गुप्ता), पारसनगर, चितवन

म सानैदेखि भगवान् प्रति अति आस्थावान थिएँ । हर पर्वमा जप-तप गर्थें र भगवान्सँग एउटा वरदान माग्थें" भगवान् मलाई कन्या कुमारीको वरदान दिनुहोस् ।" बडो श्रद्धाले पूजा-आराधना गर्थें । पानी पनि नपिइकन व्रत बस्थें । अचानक केही जाली मानिसहरूले मलाई भारत पुऱ्याउने प्लान बनाए । तिनीहरू मसँगै काम गर्ने मेरै साथीहरू थिए । त्यतिखेर म गोन्द्राङ विविध टेक्स्टायल रुमाल फेक्ट्रीमा नौकरी गर्थें । उनीहरूको ११ जनाको समूह थियो, ८ जना महिला र ३ जना पुरुष । तिनीहरूले मलाई गाडीमा चढाए । भाग्यवश फ्याक्ट्रीको मेनेजरले शंका गरी प्रहरीलाई खबर गर्नुभयो र प्रहरीले ती ११ जनालाई आफ्नो नियन्त्रणमा लियो र हेटौडाको प्रहरी चौकीमा राख्यो । उहाँहरूको मार्फत म प्रहरी चौकी भरतपुरमा फर्केर आउन सफल भएँ । अपराधीहरूलाई ९ वर्ष जेल र ६५ हजार जरिवाना कानूनले तोक्यो । त्यो घटनामा राम आशिष दाइ जो प्रहरी सेवामा कार्यरत हुनुहुन्थ्यो र हुनुहुन्छ उहाँले मेरो बचाउको लागि ठूलो भूमिका खेल्नुभयो । एक जना भारतीय केटासँग मेरो कोर्ट म्यारेज भयो ।

यस घटनाले मेरो जिन्दगीमा ठूलो छाप छोडेर गयो । भगवान् प्रतिको मेरो आस्था र विश्वास टुटेर गयो । भगवान् पनि कति निष्ठुरी र निर्दयी रहेछ भन्ने मलाई लाग्न थाल्यो । मेरा सपना र विश्वास सबै छछल्किए र आँसुमा बगेर गए । "भो-भो जिन्दगी अब साथ न दे, जिउनु छ भने अझै आश न दे, गन्तव्य कहाँ हो थाहा छैन, टुक्रिएको जिउँदो लाश बोकी हिँडिरहेछु । बिरोध गरूँ त कसरी गरूँ । आफन्तहरूले नै जिन्दगी निमोठिरहेका छन् । सजाएको सपना चकनाचुर भई आँशुमा बगेर गए ।" आफ्नो भाग्यलाई दोष दिँदै जिउने अठोट गरें तर एक वर्षसम्म आफूले आफैंलाई सम्हाल्न सकिरहेकी थिइनँ, मनमा आत्महत्या गर्ने शोचमात्र आउँथ्यो । धेरै पटक मर्ने कोसिस पनि गरें । भगवान्लाई गालि र घृणामात्र गर्थें । हुन त मेरो श्रीमान् लगायत सम्पूर्ण परिवारले मलाई अत्यन्तै माया गर्नुहुन्थ्यो । मप्रति पूरा ध्यान दिनुहुन्थ्यो । कहिलेकाहीं उहाँहरूले आफैंलाई धिक्कार्नुहुन्थ्यो । अनि केही वर्षभित्रमा हाम्रा ३ सन्तान जन्मिए । कहिले रमाउँथें र कहिले बितेको कुरा सम्झी रुन्थें । भक्तिभाव छोडेकी थिइनँ तर भगवान् माथिको विश्वास भने हट्दै हट्दै जानथालिसकेको थियो ।

विवाहपश्चात् राम आशिष दाइसँग सम्पर्क थिएन । उहाँ प्रहरीमा हुनुहुन्थ्यो र बाबाको ज्ञानमा हुनुहुन्थ्यो । १२ वर्षसम्म केही खोजखबर न हुँदा मलाई लाग्थ्यो कतै संकटकालमा लडाईंमा त पर्नुभएन । उहाँप्रति मेरो शुभचिन्तन रहन्थ्यो ।

अचानक एकदिन अति दुर्गम क्षेत्रबाट फोन आयो । हामी खुसी र हर्षले विभोर भयौं र १२ वर्षपछि हाम्रो भेट भयो । उहाँले नै मलाई सर्वप्रथम ओम् शान्तिको परिचय दिनुभयो । आत्मा र परमात्माको रहस्य बुझाइदिनुभयो र मेरो निदाएको भाग्यलाई जगाइदिनुभयो । ढिलै भए पनि बाबालाई चिनाइदिनुभयो र लामो समयदेखि भट्किएको यो मनलाई ब्रह्माकुमारी संस्थाको सम्पर्कमा ल्याएर शान्त र सुन्दर बनाइदिनुभयो । गीतानगर वरदानी भवनमा प्रवेश गर्दा सुवर्ण दिदीज्यूको हँसिलो र तेजिलो प्रकाशयुक्त चेहरा देख्दा मलाई कुनै चैतन्य देवीको साक्षात्कार भएको अनुभव हुन्थ्यो । दिनप्रतिदिन उहाँले मेरो जीवनमा दु:ख दर्द हटाई सुखले भरिदिनुभयो । मेरो भाग्य रेखा नै बदलिदिनुभयो । म कुन शब्दमा उहाँहरुप्रति आभार व्यक्त गरूँ ! आखिर ड्रामाको खेल अचम्मको रहेछ । ड्रामामा निश्चित कुरालाई कसैले रोक्न सक्दोरहेनछ । जे हुनु छ त्यो भएरै छोड्दो रहेछ । यसरी मलाई आपत्को समयमा मदत गर्ने गोन्द्राङको रुमाल फ्याक्ट्रीका मेनेजर र सुपरभाइजर साथै राम आशिष दाइलाई बारबार धन्यवाद दिन मन लाग्छ । त्यसैले उहाँहरू तीनै जनाप्रति हृदयदेखि नै आभार व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

पारस नगर नवज्योति चोकमा मेरो निश्चयको परीक्षा

एकदिन रातको १२ बजे सपनामा बाबाले मलाई भन्नुभयो, "बच्चे, तिमी को हौ ?" मैले भने, " बाबा, म एक आत्मा हूँ ।" बाबाले फेरि सोध्नुभयो, "तिमी यस धर्तीमा किन आएकी छौ ?" मैले भने, "बाबा, ड्रामामा जे छ त्यसै अनुसार सेवा गर्ने आत्मा हूँ ।" बाबाले पुन: प्रश्न गर्नुभयो, "बच्चे, ध्यान दिएर सुन, कान खोलेर सुन, तिमीले नागिनबाट मणि लिएर आउनुपर्ने छ ।" म आत्तिएँ र भनें बाबा, त्यो म कसरी गर्न सक्छु, माफ गर्नुहोस् बाबा यो मबाट सम्भव छैन । बाबाले मुस्कुराएर भन्नुभयो, "बच्चे, चिन्ता नगर, पहिले कोशिश गरेर त हेर । अघि बढ्दै जाऊ, हिम्मत राख, हार खानुभन्दा त मार खानु भला हुन्छ अनिमात्र लगाउनेछन् तिमीलाई सबैले गला ।" यति भन्दै बाबा हराउनुभयो । मेरो सपना टुट्यो र म सपनाबाट ब्यूँझिएँ । मेरो मनमा सपनाको कुरा खेल्न थाल्यो । शुरुमा केही समय मेरै घरको पिँढीमा र त्यसपछि नवज्योति सामुदायिक भवनमा बाबाको मुरली क्लास हुन थालेको झण्डै एक बर्ष बितिसकेको थियो । त्यसको २१ दिनपछि अचानक सामुदायिक भवनको अध्यक्षले भन्नुभयो, "अब तपाईंहरूले अन्यत्र कतै ठाउँ खोज्नुस् किनकि हामीलाई यो अफिस चाहिन्छ । तपाईंहरू आफ्नो व्यवस्था गर्नुहोस् ।" हाम्रो लागि अति ठूलो समस्या आइपऱ्यो । ज्ञान मुरली सुन्ने ठाउँ नै छैन । बाबाबाहेक हाम्रो कोही थिएन । बाबालाई सबै कुरा बेली-विस्तार लगायौं । मैले मुरली पढ्न कहिले पनि छोड्ने छैन भनी बाबासँग वाचा गरेकी थिएँ तर मेरो सपना चकनाचुर हुन थाल्यो भन्दै बाबाको तस्वीर हेर्दै बाबालाई याद गर्न थालें । बाबा ! यो कस्तो परीक्षा हो ? बाबालाई सबै दु:ख पोख्न थालें । अचानक बाबाको कृपा ममाथि बर्सिएको भान भयो । "बच्चे, तिमी चिन्ता नगर, असली ठाऊँ मिल्दैछ । हिम्मत नहार, पुरुषार्थ गर, सबै कुरा ठीक हुनेछ" भन्ने आवाज मेरो कानमा गुन्जियो । मेरो आशा पलाएर आयो ।

ठीक त्यसको भोलिपल्ट बिहान ८ बजे सामुदायिक वनका कार्य समितिका सबै पदाधिकारी लगायत अन्य भद्र भलाद्मी भेला भई छलफलमा जुट्नुभयो । वरण्डाभारको तारबारभन्दा बाहिर ठाउँ देखाई नाप-जोख गरी सबैको सल्लाहले बाबाको घर बनाउन ठाउँ दिनुभयो । बाबाको यस पुनीत कार्यमा सहयोग गर्न पाउनु वास्तवमा उहाँहरू पनि धेरै भाग्यमानी हुनुहुन्छ । उहाँहरूलाई लाख-लाख धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

मेरो हर्षको सीमा रहेन र तुरुन्तै गीतानगर सेवाकेन्द्रलाई जानकारी दिएँ । उहाँहरूले देवनगर गीता पाठशालाबाट केही रकम जुटाइदिनुभयो । त्यसले केही बाँस किनी ४ कुनामा बाँसको खाँबा गाडी वरिपरि पुराना बोरा र कपडाको बार लगाई क्लास शुरु गर्न थाल्यौं । केही दिनपछि सामग्री जुटाई टहरो बनाउन थाल्यौं । तर फेरि बनाउँदा-बनाउँदै विरोध आयो ।

बाबाले इसारा दिइरहनुहुन्थ्यो, बच्चे, न आत्तिनू । बाबाको शक्तिको त शास्त्रहरूमा पनि गायन छ– अपरम्पारको छ– दुर्गुणलाई नाश गर्ने, भक्तहरूको रक्षा गर्ने, बर्सा दिने । त्यस समयमा मोती प्रसाद बुवाको विशेष सहयोगले हौसला बढायो । त्यसपछि हामी सबैलाई अझ टेवाको अनुभव हुनथाल्यो ।

आखिर बाबाले सहायता र मदत त गर्नु नै थियो । हामी सबै मुरली क्लास गर्ने माताजी भाइजीहरुको पनि एकमत र निरन्तरको प्रयार जारी नै रह्यो ।

यस्तै-यस्तै कैयन् दिन बिते, शुभ कार्य सम्झी हामी अगाडि बढिरह्यौं । बाबाको घर छाउने र भित्तो माटोले लिप्ने निर्णय लिदै १५ दिनमा

बाँकी ५ पेजमा

सच्चा दृष्टि (True Sight)

प्रस्तोता : ब्रह्माकुमार प्रेमराज लेखक, गीतानगर

जसै म एउटा लामो, भद्दा र पुरानो रूखमुनि पार्कमा भएको बेन्चमा पढ्न भनी बसें, त्यसमा अरू कोही पनि थिएनन् । संसारले मलाई दुःखतिर तानिरहेकाले, म जीवनदेखि निराश थिएँ । कसरी समय बिताऊँ यसैमा चिन्ता थियो । त्यत्तिकैमा एउटा केटो खेल्दा-खेल्दै थाकेर स्वाँ-स्वाँ गर्दै म भएनिर आएर उभियो । ऊ बडो उत्तेजित हुँदै चिच्यायो, "हेर्नुस् मैले के भेट्टाएँ ।" उसको हातमा एउटा फूल थियो । तर कस्तो दयनीय दृश्य ! सायद पानी नपुगेर हो अथवा लाइटको कमी भएर हो त्यसका सबै पातहरू झरिसकेका थिए, र त्यो फूल कुरूप देखिन्थ्यो । केटो त्यहाँबाट खेल्न जाओस् भन्ने इच्छाले मैले उसको फूललाई लिएँ र यसो हाँसेझैं गरें र मुख मोडें ।

तर केटो भने त्यहाँबाट हट्नुको सट्टा मेरै नजिकमा आएर बस्यो र फूललाई आफ्नो नाकले सुँघ्दै अतिरन्जित पाराले फूलको प्रशंसा गर्न थाल्यो– 'साच्चि नै यसको बास्ना कति मीठो छ र यो सुन्दर पनि छ ! त्यसैले मैले यसलाई टिपेको हूँ, लिनुस् यो तपाईंको लागि हो ।' मेरो सामुन्ने भएको फूल सुक्नै लागेको थियो वा सुकिसकेको थियो, तर जे भए पनि मैले बुझें कि मैले यसलाई लिनै पर्छ, अन्यथा त्यो केटो त्यहाँबाट हट्ने छैन । त्यसैले मैले त्यो फूललाई लिएँ र भनें, "हो, मैले खोजेजस्तै" ।

तर उसले त्यो फूललाई मेरो हातमा राख्नुको सट्टा विना योजना अथवा विना कारण नै हावामा छोडिदियो । तब मैले पहिलोचोटि थाहा पाएँ कि त्यो फूल समात्ने केटाले हेर्न सक्दैनथ्यो, त्यो दृष्टि विहीन थियो ।

मैले मेरो आवाज कामिरहेको पाएँ । जसै मैले सबैभन्दा सुन्दर फूल टिपेकोमा उसलाई धन्यवाद दिएँ, सूर्यले जस्तै मेरो आँखामा आँसु चम्किए । "तपाईंलाई स्वागत छ ।" ऊ मुस्कुरायो, र ममाथि छोडेको छापप्रति अनभिज्ञ भएर त्यहाँबाट खेल्न दगुर्‍यो ।

म त्यहीं बसें र कसरी एउटी आफैंमाथि दया खोजिरहेकी महिलालाई त्यो पुरानो रूखमुनि भेट्न उसले व्यवस्था मिलायो, म चकित भएँ । उसले मेरो दयनीय अवस्थाबारे कसरी थाहा पायो ?

सायद उसको हृदयभित्रबाट उसलाई सच्चा दृष्टिको वरदान मिलेको हुनुपर्छ ।

एउटा अन्धो केटोको आँखाबाट मैले कमसे कम यो थाहा पाएँ कि समस्या भनेको संसारसित रहेन छ, बरु म आफैं समस्या रहेछु । त्यतिन्जेल सम्म म आफैं अन्धी भएकी रहेछु । मैले अबदेखि जीवनमा सुन्दरता हेर्ने र मेरो हरेक क्षणलाई प्रशंसा गर्ने प्रतिज्ञा गरें ।

अनि मैले त्यो तल झरेको फूललाई टिपेर नाक नजिकै लगें र त्यसबाट एउटा सुन्दर गुलाफको मीठो बास्ना लिएँ, पाएँ ।

विपुल धन सम्पत्ति तथा विशाल राज्य भएका ठूला-ठूला बादशाहहरू, राजा महाराजाहरू पनि ईश्वरको प्रेमले भरिएको एउटा कमिलाको दाँजोमा पुग्न सक्दैनन् । ❋

स्रोत : प्युरिटी, अगस्ट, २०१३

बेसार, हल्दी, हरिद्रा

चिनारी : यो प्रायः २-३ फिट अग्लो, पात लामो-फराकिलो जरा-सेलामा मसिना त्यान्द्रा, गाँठा सुनौलो-पहेंलो रङको हुन्छ । मङ्सीर-पुषमा यो बिरुवा सुक्छ र वैशाखतिर पुनः फुल्छ र पात पलाउँछ । यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ । यो घरेलु मसलामा प्रयोग भइरहन्छ । **गुण-धर्म** : यो अर्बुदहर, त्रिदोषज विकार नाशक, वात, पित्त कफहर, रक्तशोधक, रक्तविकार नाशक, चर्मरोगहर, सौन्दर्यवर्धक, वेदनाशामक, शोथघ्न, रक्तसङ्ग्राहक, कृमिनाशक, कलेजो पौष्टिक मानिन्छ । **स्वाद** : तितो-मिठो । **स्वभाव** : शीतल-शामक । **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा-सेला, फूल र पात । **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा-अङ्कुर निक्लने-बढ्ने, मधुमेह, रुघा-खोकी, निमोनिया, पिनास, दम, खोकी, फोक्सो विकार, रक्तश्राव, कुष्ठ, दुबी, दाद, जलोदर, हात्तीपाइले, बिग्रिएको घाउ-खटिरा, छालाका विभिन्न रोग, जोर्नीबाथ, आँखा रोग, विष-उपविषको असर, अङ्ग दर्द, सुनिने, पित्तरोग-अम्लपित्त, कमलपित्त, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३०-५० ग्राम, भस्म १-२ ग्राम, टुका चुस्ने ३-५ पटक ।

स्वास्थ्य रहस्य
HEALTH

कुश

चिनारी : यो बालामा सेतो/रातो फुल्ने २-३ फिट अग्लो हुन्छ । यो जहाँ पनि हुने कुश कुशे औँसीको पुण्यदिनमा पवित्र औषधिलाई पूजा गर्ने सनातन परम्परा छ । यो सदा र सर्वत्र सबै जलवायुमा पाइन्छ । **गुणधर्म** : यसलाई वेदनाशामक, चर्मरोग, वातव्याधिहर, शोथघ्न, पित्तपत्थरीहर, पौष्टिक-बलकारी, कफनाशक मानिन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा । स्वाद मीठो हल्का टर्रो र **स्वभाव** : गरम । **औषधीय उपयोग** : यो सेतो फुल्ने मृगौला, पत्थरी, प्यास, श्वास रोग, कमलपित्त, मूत्राशयसम्बन्धी रोग, जलोदर, मूत्रकृच्छ्र, वमनमा शान्ति पुर्‍याउन कुशको जराको प्रयोग गरिन्छ । जराको मिहिन धूलो बनाएर ३-५ पटक आधादेखि १ चम्चा ३-५ ग्राम खाँदा लाभ गर्छ । यसले पित्तपत्थरीमा फाइदा गर्छ, जोर्नीबात र ठन्डीबाथ रोगमा हितगर्छ । यसको जरा त्रिदोषनाशक, सर्वरोगनाशक, निर्दोष छ । यसको जरा चुसिरहनाले जोर्नीवाथ हुँदैन, सन्धिबन्धन कसिलो बन्छ, स्नायुतन्तु बलिया रहन्छन् ।

पारसनगरमा.........

तयारी गर्‍यौं । घर बाहिरबाट हेर्दा चिटिक्कको थियो तर भित्र चुहिने मात्र नभई पानी पर्दा जलमग्न हुन्थ्यो । घाम पुरै भित्र छिर्थ्यो । केही उपाय नलागेपछि ५-५वटा इँटा राखी इँटामाथि टुक्रुक्क बसी निश्चिन्त भएर मुरली सुन्न थाल्यौं । अन्ततः ३ वर्षको निरन्तर प्रयासले अहिले गारो पक्की बनाउन सफल भएका छौं । हाल छानो भने टीनको छ । बाबाको ज्ञान सुन्न आउने आत्माहरु धमाधम बढिरहनुभएको छ । अहिले करिब २५-२६ जनाले नित्य बाबाको ज्ञान मुरली सुन्छौं । वाह बाबा वाह ! यति शक्ति भरिदिनुभयो । अन्तर्मुखी सदा सुखीको पाठ पढाउनुभयो । नागिन र मणिको रहस्य खुलाइदिनुभयो । म लगायत सबै माता भाइजीहरुको बाबाले परीक्षा पनि लिनुभयो र अन्त्यमा पास पनि गराउँदै हुनुहुन्छ । अब त लाग्छ अप्ठ्यारा भनेका परीक्षा मात्र हुन्, आउँछन् अनि बाबाको मदतले पार भएर जानेछन् । मात्र हामीले धैर्य भएर पर्खिन सक्नुपर्दछ ।

अन्त्यमा मम पहिलो चोटि ज्ञानको बीजारोपण गर्नुहुने बीरगंजका प्रहरी दाइ राम आशिष, त्यस ज्ञानको बीजमा मल-जल हाली बडो प्यारले सिञ्चन तथा पालना गर्नुहुने आदरणीय ब्रह्माकुमारी सुवर्ण दिदी प्रति हार्दिक आभार तथा धन्यवाद दिन चाहन्छु । ब्र.कु. निर्मला दिदी तथा ब्र.कु. निरु बहिनीज्यू जसले घाम पानी नभनी निरन्तर यस गीता पाठशालामा आई सेवा पुर्‍याउनुभयो उहाँहरूलाई धन्यवाद नदिइरहन सक्दिनँ । ❋

कुनै व्यक्ति वा वैभवतर्फ घरी-घरी संकल्प जानु पनि आकर्षण हो । ❋ शिवबाबा

परचिन्तन- एक महान् शत्रु

✍ पोद्दराज पौडेल, भरतपुर

आजको दुनियाँ बाहिरी सुन्दरताको मृगतृष्णारूपी लिगलिगे दौडमा अभ्यस्त भएको छ । साथै वस्तुको सुन्दरता, वैभवको सुन्दरता, कायाको सुन्दरता, स्थानको सुन्दरताले पनि चर्चा र कर्मको स्थान पाउने गरेको छ । आफ्नो र परिवारको पीडा र असफलतामा खासै समस्या नदेख्ने आजको आधुनिक मानव अरूको खुसीयाली र सफलतामा मुटु बटारिने गरी पीडा महसुस गर्छ । भौतिक सेवा सुविधाको पर्याप्तता छ, तैपनि निद्रा छैन । स्वचिन्तनमा लगाउनुपर्ने समय, साधन, श्रोत र संकल्पलाई व्यर्थ र परचिन्तनतर्फ दौडाइरहेको छ ।

कसैको अवगुण देखेर त्यसैलाई आफ्नो मनमा स्थान दिनु वा एक अर्काको सामुन्ने वर्णन गर्नु रोगका किटाणुलाई फैलाउन मदत गर्नुजस्तै हो । यदि कोही व्यर्थ चिन्तन वा परचिन्तन गर्दछ भने उसले आफ्नो अमूल्य समय गुमाइरहेको हुन्छ । प्राथमिकता, प्रश्रय केलाई दिने ? स्वचिन्तनलाई वा परचिन्तनलाई ? समय साधन श्रोत के-केका लागि लगानी गर्ने ? मन, वचन र कर्म लगाउनुपर्ने वर्तमान परिवेशमा महत्त्वपूर्ण छनोटको व्यवहार, विषय, विचार कुन रहन सक्ला ? एउटा प्रसङ्गतिर लागौं ।

एक जना बुढा बा आफ्ना नाति-नातिनालाई कथा सुनाउँदै थिए । कथा दुइवटा ब्वाँसोको झगडाका बारेमा थियो । कथा सकिएपछि बुढा बाले नाति-नातिनालाई भने - ती ब्वाँसाहरूकै जस्तै लडाइँ हाम्रो मनभित्र पनि चलिरहेको हुन्छ । मेरो मनभित्र पनि यस्तै छ । तिमीहरूको मनभित्र पनि । एउटा ब्वाँसो दुष्ट छ, त्यो रिसाहा छ, घुसघुसे छ, अगाडि केही बोल्दैन, पछि कैंची चलाउन सिपालु छ । निराश छ, असन्तोषी छ । खोरमा हिजो आएर आज ठूलो हैकम चलाउँछ । नाति-नातिनाहरूले सोधे अर्को ब्वाँसोचाँहि कस्तो छ नि हजुर बा ? बुढा बाले जवाफ दिए- अर्को चाहिँ रमाइलो छ, शान्त छ, स्पष्ट वक्ता छ, उदार छ । सहयोगी छ । यो ब्वाँसो भरसक गल्ती नै गर्दैन र आफूबाट गल्ती भइहाल्यो भने पनि त्यसलाई स्वीकार गर्छ, त्यसबाट सिक्छ ।" अनि ती दुईमध्ये कुनचाहिँ ब्वाँसोले जित्छ हजुर बा ? एउटी सानी नानीले सोधिन् । बुढा बाले भने - तिमी हामीले जुनचाहिँलाई खानेकुरा माया, स्याहार दिएर बलियो बनाउँछौं त्यसैले जित्छ ।

हामी सबैमा सद्‌गुण र दुर्गुणहरू हुन्छन् । सबैको मनमा असल र खराब विचारहरू हुन्छन्, तर जीत त्यही गुणको हुन्छ जसलाई हामीले प्रोत्साहित गर्छौं । राम्रो सङ्गत र उदारताले सद्‌गुण र सद्‌विचार बढाउँछ भने अज्ञान र घमण्डले कुविचार बढाउँछ । ✺

विजया दशमी

प्रत्येक आत्मामा शान्ति शुभ भावना आओस्
सबैमा सुख शान्ति र समृद्धिले छाओस् ।
सम्पूर्णको भलो गर्ने एक परमपिता शिव बाबा
काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार सब त्यागौं अब ।
ज्ञान, धारणा, सेवा र राजयोग बढाऔं
हर संकल्प, बोल र व्यवहार सुधारौं ।
यो जन्मको कमाइले २१ जन्मको राजभोग गर्नु छ
कलियुगी दुनियाँ बदल्नलाई बाबाको निमित्त बन्नु छ ।
दृढ इच्छा शक्तिको प्रेरणा दिने हे विजया दशमी
सबमा सुख शान्ति ल्याऊ हे शुभ विजया दशमी ।

✍ उर्मिला, हेटौंडा

हार्दिक शुभकामना

मानवलाई देव बनाउन भनी दिदी, जीवन समर्पित गरिदियौ
विशाल फूलबारी माझबाट तिमी, सुन्दर फूलमा चुनियौ ।
धर्तीको चम्किलो तारा बनी जगमा, झलमलाउँदै आयौ
बाँडेर सबैलाई परमात्मा ज्ञान देवी, संसार उज्यालो बनायौ ।
तिम्रो अथक प्रयासले अब, सृष्टिमा पावनता छाउँदछ
माध्यम तिम्रो लिएर मानवले, ईश्वरीय गोद पाउँदछ ।
सत्मार्गमा बडेको तिम्रो सुन्दर यात्राले, धरामा स्वर्ग आउँदछ
दैवी गुणले सजिएर मानव, वैजयन्ती माला लाउँदछ ।
संगमयुगी सत्मार्गमा तिम्रा, धेरै वसन्तहरू पार भए
तिम्रै सेवाको प्रतिफलमा जताजतै, शिवध्वजा फरफराए ।
फरिश्ता बनी ब्रह्मकुमारीहरू, विश्वभरि उदाए
रुद्र यज्ञको इश्वरीय फुलबारीमा, अति सुन्दर फूल फुले ।
शीवशक्ति र पाण्डव सेना मिली, गर्दछौं विकारको सामना
पूरा गरेर नै छाड्दछौं अब, स्वर्ग निर्माणको दृढ चाहना ।
सबैलाई श्रीकृष्ण र श्री राधासमान बनाउने, राख्दै पवित्र भावना
सील्भर जुब्ली र बिसौं वसन्त पार गर्ने महान् देवहरूमा, हार्दिक शुभकामना ।।

✍ रामकाजी, सिमरा, बारा

रक्षा बन्धन २०७१

✍ कल्पना साही, कारागार, भरतपुर

सर्वप्रथम त म शिवबाबालाई धन्यवाद दिन चाहन्छु किनकि बाबाले नै उहाँका निमित्तहरुलाई यहाँ पठाएर हामीलाई यो ज्ञानले झोली भरिदिनुभएको छ ।

हरेक सालको जस्तै यसपालि पनि रक्षा बन्धन आयो । पोहोर साल पनि रक्षा बन्धन बाँधेका थियौं । शिवबाबाको यादमा रहँदा त एक साल पनि कति छिटो बित्यो, पत्तै भएन । गत सालजस्तै यसपालि पनि ओम् शान्ति आश्रमबाट दिदी-भाइजीहरु आउनुहुन्छ र हामीलाई रक्षा बन्धन बाँध्नुहुन्छ, शिवबाबाका मीठा-मीठा कुराहरू सुनाउनुहुन्छ भन्ने मनमा लागिरहेको थियो । उहाँहरू आउनुभयो र रक्षा बन्धन बाँध्नुको अर्थ र यसको व्यवहारिक पक्ष सुनाएर राखी बाँधिदिएर जानुभयो । धेरै खुशी लागिरहेको छ, त्यो घडी सम्झिँदा मात्र पनि । हुन त शिवबाबाले हरदिन अति मीठा र मनलाई शक्तिशाली बनाउने ज्ञानका कुरा सुनाउनुहुन्छ, आज पनि दिदीजी-भाइजीहरूले अनुभवसहितका ज्ञानका कुरा सुनाउनु भयो ।

यो ज्ञान नपाउँदासम्म आफूलाई यस चार पर्खालभित्र नर्कको अनुभव हुन्थ्यो भने अहिले त बाबाको ज्ञानको चिन्तनले दिन बितेको थाहै हुँदैन, यही ठाउँ पनि भगवान्को चिन्तन गर्ने आश्रमजस्तै लाग्छ । ज्ञान अनुसार चिन्तन गर्दै जाँदा म आत्मा हुँ, भगवान् हाम्रो पिता हुनुहुन्छ, हामी सबै एक-आपसमा भाइ-भाइ हौं । शिवबाबाले उहाँका निमित्तहरूलाई यहाँ पठाएर कति ठूलो हामीमाथि उपकार गर्नुभयो । अहिले मलाई लाग्छ– बल्ल जागें, पहिले त निद्रामा नै सुतिरहेकी रहेंछु । आफ्नै बारेमा केही थाहा थिएन ।

यस रक्षा बन्धनले हामीलाई पवित्र दृष्टि राख, सबैलाई आत्माकै रूपमा देख, आत्माको चिन्तन गरिराख अनिमात्र तिमीभित्र भएको अथाह शक्तिको अनुभव हुँदै जानेछ र त्यसैबाट तिमीहरूको रक्षा हुन्छ भन्ने सन्देश दिने रहेछ । यो बुझेपछि त मलाई अति नै खुशी लागिरहेको छ । हरेक दिन मुरली पढ्दा जे कुरा सुन्छौं र बुझ्दछौं त्यसलाई धारणा गर्दै गयौं भनेमात्र आज हामीले बाँधेको रक्षाबन्धनले हामीलाई रक्षा गर्ने रहेछ । अब त मेरो बाबासँग प्रतिज्ञा यही छ– म जीवनभर पवित्र बनिरहने छु, बाबाले भनेजस्तै गरी श्रीमतमा चलेर चाँडै नै बाबा मिलनमा मधुवन पनि जानेछु । ✺

बाल व्यक्तित्व........

अहिले आवश्यक ठानिएको छ ।

हामी आत्माहरू भृकुटीको बीचमा निवास गर्दछौं । त्यसैको नजिकै पिट्युटरी लागयत अन्य मुख्य ग्रीन्थहरू पाइन्छन् । आत्मालाई नै ज्ञान-चक्षु वा तेस्रो नेत्र भनिन्छ । आत्माले यी तीनै ग्रन्थिहरूद्वारा मस्तिष्कको माध्यमले सारा कार्य गर्दछ । ध्यान धारणालाई अपनाएर यस मनोमय कोषद्वारा व्यक्ति दूरदर्शी बन्नसक्छ । ज्ञान-चक्षु प्राप्त भएपछि नै हामी साँचो अर्थमा शिक्षित-दीक्षित हुनेछौं । परन्तु परमसद्गुरु शिव परमात्मा सिवाय अरू कसैले यो नेत्रलाई खोल्न सक्दैन । यो तेस्रो नेत्र खोल्नु नै वास्तवमा विद्यारम्भको संस्कार हो । शिरको मध्यमा शहस्रदल हुन्छ जसको सुरक्षाको लागि शिर मुण्डन गर्दा टुपी राखिन्छ । सूर्य किरणको अवतरण अङ्ग अवयवहरूमा भइरहनाले जीवनमा तेजस्वीता आउँछ । यसैबाट मन बुद्धिको विकास हुन्छ । सच्चा विद्यार्थीको यो नै आधारशिला हुन्छ । अध्यात्मको सर्वोच्चतालाई छुनका लागि आत्म-ज्योति जगाइराख्नु पर्छ ।

बच्चाहरू कुमालेको काँचो माटोसरह हुन्छन् जसलाई जस्तो आकार दिन खोज्यो, दिन सकिन्छ । झुटो र बनावटभन्दा अलग्गै उनीहरू मनका सच्चा हुन्छन् । परिवार र वातावरणको सिधा प्रभाव बच्चाहरूमा पर्दछ । उनीहरू आफूभन्दा ठूलाले जे गरिरहेका छन् त्यही गर्न चाहन्छन्, आफ्नो जीवन त्यस्तै बनाउन चाहन्छन् । बच्चाहरूको पहिलो आदर्श उनीहरूका माता-पिता, दिदी-दाजु, आदि निकट सम्बन्धीहरू नै हुन्छन् । अभिभावकद्वारा भइरहेका अभिव्यक्तिहरूलाई जीवनभरका लागि अङ्गीकार गरेका हुन्छन् । कोमल निर्मल मन भएका बच्चाहरूलाई स्थायी संस्कार स्कुल-कलेजबाट मिल्दैन बरु घरबाट नै मिल्ने गर्दछ । उपदेशले भन्दा पनि ठूला व्यक्तिहरूको आचरणबाट धेरै सिक्दछन् । आमा उनीहरूकी प्रथम गुरु हुन् भने पिता उनीहरूका प्रथम आदर्श हुन् । यिनलाई नै केन्द्रबिन्दु मानेर, यिनैको वरिपरि घुमिरहन्छन् । मात-पिताको अभिरुचि अनुसार नै उनीहरूको मस्तिष्कमा पनि अभिरुचि जागृत् हुन्छ । उनीहरू पैसाको सट्टा सच्चा प्रेम चाहन्छन् । अभिभावकहरूको जीवन पद्धतिलाई नै बच्चाहरूले अनुसरण गर्दछन् । यदि घरको व्यवहार उच्छृङ्खल छ भने बच्चाहरूले के सिक्छन् ? यसैले पढाइका साथ-साथै उनीहरूलाई सांस्कृतिक गतिविधिहरूसँग पनि जोडाइ राख्नुपर्दछ ।

प्रारम्भिक पढाइ मातृ भाषामा नै गर्नुपर्छ । आमाको दूधसरह मातृ भाषा पनि बालकहरूलाई सहज स्वीकार हुन्छ । अन्य भाषा सिक्ने बोझबाट पनि उनीहरू बच्दछन् । विश्वविख्यात शिक्षा विद्हरू पनि भन्छन्– शिक्षा ज्ञानको लागि लिनुपर्छ भाषाविद् बन्नका लागि होइन । बच्चाको मनोवृत्ति अनुसार नै विषयको छनौट गर्नुपर्छ । ऊर्ध्वमुखी बनाउनका लागि अल्पायुमा नै उनीहरूलाई सहज राजयोगको सरल तरिकाबाट परिचय दिनुपर्छ । पहिलेको भन्दा शिक्षकहरूको तलब भत्तामा धेरै वृद्धि भएको छ । फेल हुनेहरूको संख्या पहिले बढी हुन्थ्यो, धेरै थियो । परन्तु त्यस समयमा जो अघि बढ्दथ्यो ऊ अवश्य केही न केही बन्दथ्यो । प्रथम वा द्वितीय श्रेणीमा पढ्नेहरूलाई पनि ठूलो ओहदा मिल्दथ्यो । त्यतिखेर बच्चाहरूको शिक्षा आरम्भ उनीहरूको स्थानीय वातावरण र परिवारको आसपास नै हुन्थ्यो । आफ्नै परिवेशमा पढ्नाले सधैं खुशी रहन्थे । उच्च शिक्षा जहाँसुकै मिले पनि समस्याको समाधान आफ्नै समाजकै वरिपरि मिल्दछ । सबैतिरबाट शिक्षा आर्जन गर्नुपर्छ । पाश्चात्यको गन्धले बच्चाहरूलाई बिगार्दै लगिरहेको छ । मिडियाका अनेक माध्यमहरूले गलत खबरहरू दिइरहेका छन् । पहिले कबीर, तुलसीदास आदिको व्यावहारिक ज्ञानलाई सुनाएर बच्चाको मन-बुद्धिलाई देश परिवेश अनुकूल बनाइन्थ्यो । आज, भर्ना गर्नेबित्तिकै कम्प्युटर, टेलिभिजन राखिदिन्छन्, विदेशी भाषा पढाउँदा माता-पिता गौरवको अनुभव गर्दछन् । पहिले त आफ्नै भूगोल इतिहासको बारेमा सिकाउनुपर्छ । जसले मातृभूमि र मातृभाषासँग प्रेम गर्दैन उसमा देशप्रेम र विश्व बन्धुत्व कसरी जागृत् हुनसक्छ ।

चरित्रको अभावमा अस्वस्थकर जीवनशैली नै शिक्षाको सबैभन्दा ठूलो दोष हो । कार्यक्षेत्रमा तनाव नहोस् भनेर व्यावसायिक शिक्षालाई जोड दिइरहिएको छ । पिछडिएका जातिलाई पनि सुविधा दिइरहिएको छ । शिक्षित भएर नै मानव विकारबाट मुक्त भएर देशको दरिद्रतालाई हटाउन सक्छ । शिक्षा कार्य कुशलता बढाउनुका साथै विश्व परिवार बनाउनमा पनि उत्तम साधन हो । धनोपार्जनका साथै अब आफ्नो गौरवमयी सांस्कृतिक सम्पत्तिलाई पनि विकसित गर्नका लागि मूल्यपरक शिक्षालाई अनिवार्य गर्नुपर्छ । आजको युगमा सार्वभौमिकताको अवहेलना हुन सक्दैन । हाम्रो शैक्षणिक नीति नै स्वर्णिम संसार बनाउनमा सहायक बन्नेछ । ✺

जस्तो कर्म त्यस्तै भाग्य

✍ब्रह्माकुमार नन्दन पन्त, भरतपुर

यो संसाररूपी कर्मक्षेत्रमा प्रवेश गर्ने बित्तिकै हामी कर्म गर्न थाल्दछौं । कर्म गर्नु नराम्रो कुरा पनि होइन । तर हामीले जस्तो भावनाले कर्म गर्छौं कर्मको स्वरूप पनि त्यस्तै बन्दै जान्छ । राम्रो कर्म गर्‍यौं भने राम्रो, नराम्रो कर्म गर्‍यौं भने नराम्रो । तर यदि हामी श्रेष्ठ भाग्य बनाउन चाहन्छौं भने हाम्रो कर्म पनि श्रेष्ठ हुन जरुरी हुन्छ । जस्तो बीज रोप्दछौं त्यस्तै फल पाउँछौं । त्यसैले हाम्रो श्रेष्ठ कर्मद्वारा नै श्रेष्ठ भाग्यको उदय हुन्छ । अब श्रेष्ठ भाग्य भनेको के हो त ? श्रेष्ठ भाग्य भनेको त्यो हो जहाँ तन, मन, धन, र जन यी चारै कुराहरूबाट उसलाई सुख मिल्छ ।

तन अर्थात् शरीर निरोगी, मनमा शान्ति, धनको कुनै अभावै नहोस् र जन अर्थात् समाजमा सधैं मान प्रतिष्ठा कायम रहोस् । यी चार कुराहरूमध्ये कुनै एउटा पनि कमी हुन गयो भने सुखी जीवन रहन सक्दैन । आजको संसारमा हरेक मानिस कोही तनबाट, कोही मनबाट, कोही धनबाट त कोही जनबाट दु:खी छन् । यी चारै प्रकारले सुख हुनुको मुख्य कारण हो हामीले कहीं न कहीं श्रेष्ठ कर्म गरेका थियौं । जस्तै यदि हामी तनको निरोगी छौं भने हामीले अघिल्ला जन्महरूमा रोगी असहायहरूलाई सहायता पुर्‍याएको हुनुपर्छ, मनको चिन्ता मेटाइदिएको हुनुपर्छ । मनमा शान्ति छ भने हामीले पूर्व जन्ममा दीन दु:खीहरूको सेवा गरी आँसु पुछेर सुख शान्ति दिएको हुनुपर्छ । धनको कमी नहुनुको कारण पनि पूर्वजन्ममा गरिबहरूलाई सेवा पुर्‍याएको हुनुपर्छ र धन सम्पत्तिलाई कुनै ईश्वरीय कार्यमा सफल गरेको हुनुपर्छ । कोही जन्मिदै करोडौंका मालिक बन्दछन् भने कोही जन्मिदै गरिब हुन्छन् । त्यो वास्तवमा उसैको पूर्व जन्मको कर्मको फल नै हो । जन अर्थात् सामाजिक सेवा गरेर अघिल्ला जन्महरूमा समाजको धेरै नै सेवा गरेको हुनुपर्छ । यसरी आज हामीले राम्रो-नराम्रो जे-जस्तो जीवन भोग्नु परिरहेको छ त्यो वास्तवमा हामीले नै अहिलेसम्ममा गरिएका कर्मको प्रतिफल हो । अत: हामीले जस्तो कर्म गर्छौं हाम्रो भाग्य पनि त्यस्तै बन्दै गइरहेको हुन्छ । ✺

व्यर्थबाट...........

वायुमण्डल बोझिलो हुन्छ । व्यर्थ ऊर्जा पनि एक प्रकारको नकारात्मक ऊर्जा नै हो । जब यसले एउटा सीमा नाग्दछ तब यसैले मानसिक प्रदूषणको रूप लिन पुग्छ । चिन्ता, अनुमान, शंका र भयले पनि तीव्र गतिमा व्यर्थको जन्म गराउँछन् । प्रत्येक जीवात्मा यस बोझको प्रभावबाट प्रभावित हुन बाध्य छ ।

अब यसलाई चौथो दृष्टिले हेरौं– यो मानसिक ऊर्जा जब आफ्नो ऊर्ध्वगामी स्थितिमा हुन्छ तब पवित्रतम स्थितिमा हुन्छ । यो मानसिक ऊर्जा जब अधोगामी स्थितिमा जान्छ तब यसको आफ्नो स्वाभाविकता कम हुँदै जान्छ । त्यो नकारात्मक बन्दै जान्छ । ब्रह्माण्डीय नियमका अनुसार प्राकृतिक ऊर्जा परिवर्तित हुँदै जान्छ । प्रकृतिको नियमानुसार यो मानसिक ऊर्जा पुन: आफ्नो ऊर्ध्वगामी स्थितितर्फ फर्किन्छ नै, कसैले चाहोस् वा नचाहोस् । तर अतीन्द्रिय सुख वा परमानन्द (ईश्वरीय मिलन) को अधिकारी ऊ नै बन्नसक्छ जसले यस शक्तिलाई आफ्नो पुरुषार्थद्वारा परिवर्तित गर्दछ । आफ्नो पुरुषार्थद्वारा पवित्र बन्नु, यसको अलग्गै महत्त्व हुन्छ । हामीले आत्म-जागृतिलाई बढाउनु छ । विचार हाम्रो अमूल्य शक्ति हो । हामीले यसको संरक्षण सम्बर्धन सचेत भएर गर्नु छ । हामी हाम्रो लक्ष्यसम्म पुग्नमा व्यर्थको बोझ अवरोध रूप नबनोस् । व्यर्थलाई समर्थ बनाउनका लागि बहु आयामी पुरुषार्थ गर्न आवश्यक छ । अन्तर्मुखी रहने आदत बनाऔं । अन्तर्मुखी आत्माले व्यर्थमाथि सहजै नियन्त्रण गर्न सक्छ । व्यर्थ अन्तर्मुखताको यात्राबाट समाप्त हुनसक्छ । अर्को कुनै उपाय छैन । जति र जब आवश्यक हुन्छ, त्यति नै बोल्ने, सा्च्ने र गर्ने ध्यान रहोस् । बुद्धि बलद्वारा स्वयंलाई व्यर्थबाट मुक्त राख्ने र आफ्नो इच्छा शक्तिद्वारा समर्थको रचना गर्ने प्रयत्न गरौं । ✺

प्रतिभा प्रभुको प्रेरणा होइन, परिश्रमको फल हो । – थोमस एडिसन

भण्डारा, चितवन : पूर्व सभासद् जागृत प्रसाद भेटवाललाई राखीपश्चात् ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी तारा ।

धरान, सुनसरी : पूर्वाञ्चल क्षेत्रीय प्रशासक महाश्रम शर्मालाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी नानी मैया ।

नारायणगढ : श्रीकृष्ण जन्माष्टमीको कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै माननीय जिल्ला न्यायाधीश विनोदमोहन आचार्य, ब्र.कु. लक्ष्मी दिदी तथा अन्य

भरतपुर : श्रीकृष्ण जन्माष्टमी कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै एल.डी.ओ. भरतमणि पाण्डे, डा. देज गौतम, ब्रह्माकुमारी गंगा तथा अन्य ।

प्रहरी तालिम केन्द्र, भरतपुर : एस.एस.पी. पशुपति उपाध्यायलाई राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी मीना तथा अन्य ।

आधारभार, पर्सा : दुर्गादल गुल्म प्रहरी गणमा राखीपश्चात् ग्रुप फोटोमा सेनानी सोनिक गुरुङ्ग, ब्रह्माकुमारी मधु तथा अन्य ।

गीतानगर : रक्षाबन्धनपश्चात् इलाका प्रहरी कार्यालय गीतानगरका प्रमुख हरिराम गौतमलाई ईश्वरीय सौगात दिनुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुवर्ण ।

पटिहानी, चितवन : श्रीकृष्ण जन्माष्टमी कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै चि.रा.नि.कसराका प्रमुख कमलजंग कुँवर, ब्रह्माकुमारी पद्मा तथा मुक्तराज पन्त ।

दमक, झापा : सशस्त्र प्रहरी बल पाथीभरा गणमा राखीपश्चात् ग्रुप फोटोमा ब्रह्माकुमारी राधा तथा अन्य ।

रजहर, नवलपरासी : प्राकृतिक चिकित्सालयमा राखीपश्चात् ग्रुप फोटोमा डा. कृष्ण प्रसाद पौडेल, ब्रह्माकुमारी सरस्वती तथा अन्य ।

देवघाटधाम : वृद्धाश्रममा राखी पश्चात् ग्रुप फोटोमा ब्र.कु. रीता, ब्र.कु. अर्जुन, वृद्ध-वृद्धा, समाजसेवी ओम् प्रकाश गौचन तथा अन्य ।

रत्ननगर, टाँडी : सपोर्ट एन्ड केयर सुधार केन्द्रमा राखीपश्चात् ग्रुप फोटोमा ब्रह्माकुमारी शर्मिला तथा अन्य ।

सुधार गृह, भरतपुर : सुधारकेन्द्रमा राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी गंगा एवं ब्रह्माकुमारी सीता ।

सुधार गृह, दार्जीलिङ्ग : सुधारगृहमा राखी बाँध्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी बविता, ब्रह्माकुमार रोहित तथा अन्य ।

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। फोन: ०५६-५२०५४७, E-mail:gyanjyoti.monthly@gmail.com, Website:www.bkchitwan.org, www.brahmakumaris.com मुद्रक : मल्टि ग्राफिक प्रा. लि., बाफल, काठमाण्डौं