ॐ शान्ति सन्देश

द्विमासिक

१. माडी, चितवन : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै सभासद रामकृष्ण घिमिरे साथमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमारी अम्बिका बहिनी, ब्रह्माकुमारी सुभद्रा बहिनी, महिला नेतृ सविता बराल तथा अन्य । २.जावलाखेल, ललितपुर : शान्ति यात्राको शुभारम्भका अवसरमा सामूहिक फोटोमा प्रहरी उपरीक्षक वीरेन्द्र श्रेष्ठ, बरिष्ठ बालरोग विशेषज्ञ डा. राजेश गुरुवाचार्य, सर्वोच्च अदालतका न्यायाधीश जगदीश चन्द्र लाल कर्ण, ब्रह्माकुमारी कुमारी बहिनी, खानेपानी विभागका उप महानिर्देशक ज्योति कुमार श्रेष्ठ तथा अन्य । ३. सातदोबाटो : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रममा स्टेजमा मानव अधिकार कर्मी बद्रि प्रसाद. शिवाकोटी, नेपाल मेडिकल काउन्सिलका अध्यक्ष तथा परोपकार प्रसुती गृहका निर्देशक प्रा. डा. जागेश्वर गौतम, अर्थ सचिव सुमन प्रसाद शर्मा, ब्रह्माकुमारी राजदिदी, ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर, पूर्व मन्त्री बालाराम घर्तीमगर, नाष्टका प्रा.डा. फणिन्द्र न्यौपाने, ब्र.कु. विश्वनाथ भाइ ४.राजविराज : महाशिवरात्रि महोत्सवको उद्घाटन गर्नुहुँदै पुनरावेदन अदालतका न्यायाधीश ईश्वरप्रसाद खतिवडा, पूर्व कृषी तथा सहकारी मन्त्री मृगेन्द्रकुमार सिंह यादव, ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी, ब्रह्माकुमारी रञ्जु बहिनी तथा अन्य । ५. हेटौडा : पुनराबेदन अदालतका माननीय न्यायाधीश हरि पोखरेल, स्थानीय विकास अधिकारी भोजराज खतिवडा, ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी, ब्रह्माकुमारी रेवती बहिनी । ६.जनकपुर : महाशिवरात्रिको अवसरमा शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै जिल्ला न्यायाधीश लोकजंग शाह साथमा प्र.जि.अ कृष्णप्रसाद ढुंगाना, पूर्व मेयर बजरंग साह तथा अन्य । ७. ईलाम : शिवरात्रिको अवसरमा ब्रह्माकुमारी यमुना बहिनीलाई झण्डा हस्तान्तरण गरी शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै न्यायाधीश प्रमोद वैद्य । ८. पिडारी, माईस्थान, जनकपुर : महाशिवरात्रिको अवसरमा कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै जिल्ला न्यायाधीश लोकजंग शाह साथमा ब्रह्माकुमारी गंगा माता, ब्रह्माकुमारी सरिता बहिनी, जानकी डेरीका प्रोप्राइटर सन्तोष सिंह तथा अन्य । ९.सिन्धुली : जिल्ला न्यायाधीश देवेन्द्रप्रसाद पौडेललाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी संगीता बहिनी । १०.म्यागंलुंग, तेह्रथुम : दुर्व्यसन मुक्ति कार्यक्रममा सामूहिक फोटोमा ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी, प्र.जि.अ जयराम श्रेष्ठ, समाजसेवी केदार ढुंगाना, नगरपालिकाका अधिकृत सुरेन्द्र थापा तथा अन्य । ११.हाँडीखोला, हेटौडा : शिवजयन्तीको अवसरमा कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै प्र.जि.अ केशवराज घिमिरे साथमा ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी, ब्रह्माकुमारी संगीता बहिनी तथा जग्गादाता रामचन्द्र न्यौपाने । १२.कालिमाटी : शिवरात्रिको अवसरमा ब्रह्माकुमारी कालिका बहिनीलाई कलश हस्तान्तरण गरी शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै पूर्व मन्त्री तीर्थराम डंगोल साथमा प्रा. डा. रुद्र उपाध्याय, ब्रह्माकुमारी कविता बहिनी तथा अन्य ।

ॐ शान्ति सन्देश

वर्ष १५, अंक १, २०७२, बैशाख - ज्येष्ठ

का. जि. द. नं ६५/०५७/०५८

नव वर्षको शुभकामना

नव वर्ष २०७२ को पुनीत उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ब्रह्मा वत्स ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी भाइ/बहिनीहरू तथा समस्त आत्माहरूको प्रगति, उन्नति, समृद्धि तथा सुस्वास्थ्य दीर्घायुको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

ब्रह्माकुमारी राजदिदी
तथा
सम्पूर्ण दैवी परिवार

अमृत सूची

विषय	पृष्ठ
१. नयाँ वर्षको उपहार.....	२
२. नयाँ वर्ष तथा भविष्य ...	५
३. धर्तीको महान तीर्थस्थल...	९
४. चढती कला सर्वका भला	११
५. शुभकामना छ नयाँ वर्ष ...	१४
६. नव वर्षको शुभ शुभकामना (कविता)	१५
७. नव वर्षको लागि नयाँ सोच	१८
८. मानसिक र शारीरिक...	२०
९. मधुवन बसाइका सुखद स्मृतिहरु	२३
१०. समस्या र समाधान	२७
११. कर्म भोगमाथि कर्म योगको विजय	२९

संरक्षक
निर्देशक, ब्रह्माकुमारी राजदिदी

सम्पादक
ब्रह्माकुमार तिलक बहादुर शाही

प्रकाशक

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र

विश्व शान्ति भवन, ब्रह्माकुमारी मार्ग, ज्याठा, ठमेल, काठमाण्डौ

फोन : ४२४९०५८,४२६२३३०

E-mail : omshantisandesh@gmail.com, rajyoga@ecomail.com.np

कला निर्देशक
प्रा. राधेश्याम मुल्मी

कम्प्युटर डिजाइन एण्ड सेटिङ्ग
बी.के. बाल कृष्ण श्रेष्ठ

मुद्रण
मल्टी ग्राफिक प्रेस प्रा. लि.
वाफल, काठमाण्डौ फोन : ४२७४६५१

सदा हर्षित त्यही रहन सक्छ जो कहीँ पनि आकर्षित हुँदैन ।

सम्पादकीय

नयाँ वर्षको उपहार
खुशीमा रहौं, खुशी बाँडौं

नयाँ बर्ष हाम्रो घर आँगनमा आइपुगेको छ। सबैमा एक अनुपम खुशी छाएको छ। बाल, युवा, वृद्धमा उत्साह र हौसला आएको छ। सबैको मुखमा एउटै आवाज गुन्जिएको छ -Happy New year, नयाँ वर्षको शुभकामना । मानौं यसैमा सबै व्यस्त छन्, मस्त छन्, रमाएका छन् । कोही Email बाट, कोही SMS बाट, कोही कार्डबाट, कोही फोनबाट र कोही आपसी भेटघाटबाट दिनभर झै नव वर्षको शुभकामना बाँडिरहेका हुन्छन्। यो अत्यन्त सुखद र सुन्दर क्षण जुन सधैं आउँदैन वर्षमा एक पटक मात्र आउँछ । वर्षमा एक पटक आउने चाड-बाड झै नव वर्ष पनि केवल एक पटक मात्र आउँछ। त्यसैले अरू त्यौहार मनाए झै यसलाई पनि बडो रमाइलो सँग मनाइन्छ। मनोरञ्जन गर्ने टोलीले मनोरञ्जन गर्छन्, आतसवाजी गर्नेले आतसवाजी गर्छन्, भोज भत्तेर गर्ने त्यसमा व्यस्त रहन्छन्, नयाँ सामग्री किन-मेल गर्ने त्यसमा मस्त हुन्छन्। बडो आनन्दको क्षण हुन्छ, खुशीको क्षण हुन्छ, अनि प्रफुल्लताको क्षण हुन्छ । यस बेला प्रकृतिले पनि साथ दिएको हुन्छ । वसन्त बहार, सदा बहारको सुन्दर क्षण हुन्छ। वन-उपवन र पाखा-पखेरामा समेत ढकमक्क फूलहरू फुलेका हुन्छन् । बोट-बिरुवामा नव पालुवा पलाएका हुन्छन्। जता हेऱ्यो त्यतै राम्रो भने झै चारैतिर मनमोहक दृश्य हुन्छ, सुमधुर वातावरण हुन्छ। त्यसै पनि हाम्रो मुलुक प्रकृतिको वरदान नै हो। यसबेला यसको स्पष्ट झलक देखिन्छ। नव वर्ष राष्ट्रिय पर्व नै भएकोले सबै बिदाको आनन्द पनि लिइरहेका हुन्छन्। सायद यो क्षण सधैं आउने भएको भए सबै खुशी हुन्थे होला तर नव वर्षको खुशी, नव वर्षको शुभ कामना, नव वर्षको भेट-घाट केवल नव वर्षको पहिलो दिनमा मात्र सीमित रहन्छ।

दोस्रो दिनदेखि लोक व्यवहार, कार्य व्यवहार र घर व्यवहार सबैले एकै पटक तनाव, दवाव र प्रभाव पारिरहेका हुन्छन् । अनि विस्तार-विस्तारै निराशा, उदासी, हतोत्साह आदिले घर जमाउन थाल्छ । खुशी, प्रसन्नता, मुस्कुराहट सबै समाप्त हुन थाल्छ। जीवन केवल निरस-निरस प्रतीत हुन्छ

खुशी र प्रसन्नता पर्वले ल्याउने, परिस्थितिले ल्याउने, व्यक्तिले ल्याउने कुरा होइन। यिनीहरूबाट आएको खुशी साँच्चिकै क्षणभंगुर हुन्छ । तर खुशी त हाम्रो मूल स्वभाव हो, मूल गुण हो र मूल धर्म हो । भनिन्छ–खुशी जस्तो खुराक छैन चिन्ता जस्तो रोग छैन । खुशी बाह्य वस्तु, बाह्य शक्ति, बाह्य वातावरण र बाह्य व्यक्तिको हातमा रहेको खेलौना होइन । यो त हाम्रो धरोहर हो, अमूल्य निधि हो र आन्तरिक सम्पत्ति हो ।

आज हाम्रो यो अमूल्य खजाना हामीबाट छिनिएको छ, लुटिएको छ, हराएको छ । त्यसैले प्रायः सबैको चेहरा उदास छ। खुशी बाह्य वस्तु-वैभव, धन-सम्पत्तिमा पाइन्छ भनेर त्यतै तिर कुदेका छौं, दौडेका छौं । तर खुशी सम्पत्तिमा हुने भएको भए संसारको सबैभन्दा धनी व्यक्तिमा हुनुपर्ने हो तर डनलप माथि डनलप बिछ्याएको विस्तरमा सुतेर पनि उसलाई निद्रा लाग्दैन। सम्पन्नताबाट खुशी हुने भएको भए सम्पन्न राष्ट्रहरूमा हास्य क्लब हुँदैनथे ।

यी निराशा, उदासी, चिन्ता, तनाव आदिलाई कम गरेर सधै खुशी र मुस्कुराहटमा रहन सबै चाहन्छन् । यसको लागि केही सूत्रहरू अपनाऔं र खुशीमा रहौं ।

१. **निरन्तर खुशीमा रहन निरन्तर खुशीको चिन्तन गरौं** : चिन्तनमा ठूलो शक्ति छ, ठूलो बल छ, ठूलो तागत छ । हामी त्यो बन्छौं जे सोच्छौं, हामी त्यस्तो बन्छौं जस्तो सोच्छौं हामी तब बन्छौं जब सोच्छौं । भनिन्छ –संसार संकल्पको रचना हो । हामीले प्राविधिज्ञ बन्ने सोच्यौं बन्यौं, कलाकार बन्न सोच्यौं बन्यौं, स्पेसमा जान सोच्यौं गयौं । त्यस्तै यदि हामीले खुशी, प्रसन्नताको कुरा सोच्यौं भने किन बन्न सक्दैनौं ? अवश्य सक्छौं । भनिन्छ – As you think so shall you become यदि हामीले बारम्वार सोच्यौं म प्रसन्न व्यक्ति हुँ... संसारमा म जस्तो प्रसन्न व्यक्ति अरू छैन... म सबै भन्दा भाग्यशाली आत्मा हुँ, आदि आदि । यसले हामीमा एक अभिनव खुशीको लहर ल्याउँछ । हामी जस्तो रोप्छौं त्यस्तै काट्छौं। रिट्ठा रोपेर सुन्तला पाउँदैनौं। खुशी चाहिन्छ भने खुशी नै रोप्नुपर्छ, खुशीको चिन्तन नै गर्नुपर्छ । हामीमा रोग, भोक, शोक छ तापनि खुशी रहने संस्कार छ भने अभावमा पनि खुशीमा रहन सक्छौं ।

२ **निरन्तर खुशीमा रहन खुशी बाँड्दै जाऔं** : एक गुरुले आफ्ना दुई चेलालाई एक-एक टोकरी फूल दिदै भने जो व्यक्ति मुस्कुराउँछ उसलाई एक-एक फूल दिएर आउनू । गुरुको आज्ञा अनुसार दुवै गए । एक जनाले सारा बस्ती घुमेर पनि फूलको टोकरी जस्ताको त्यस्तै ल्याए र भने गुरु मैले मुस्कुराएको व्यक्ति कतै पाइनँ अनि

दिइनँ । तर अर्काको टोकरी खाली थियो । के तिमीले सबै मुस्कुराएका पायौ ? चेलाले भन्छ मुस्कुराएको त मैले पनि पाइनँ तर पहिले म मुस्कुराउँथें अनि मलाई देखेर उनीहरू मुस्कुराउँथे तब म फूल दिन्थें । भनिन्छ– आफू हाँस्यो भने संसार नै हाँस्छ। यो प्रकृतिको नियम नै हो हामी जे दिन्छौं त्यही पाउँछौं । कसैलाई दुःख दिन्छौ भने दुःख पाउछौं, सुख दिन्छौं भने सुख पाउछौं, सहयोग दिन्छौं भने सहयोग पाउछौं अनि खुशी दिन्छौं भने खुशी पाउँछौं । जसरी ज्ञान जति बाँड्यो त्यति बढ्छ त्यस्तै खुशी पनि यस्तो चीज हो जो जति दियो त्यति बढ्छ । प्रकृतिका सबै चीज दिनको लागि निर्मित छन् । नदीले आफ्नो पानी आफै खाँदैन अरूलाई खुवाउँछ, वृक्षले आफ्नो फल आफै खाँदैन अरूलाई खुवाउँछ, सूर्यले प्रकाश आफू लिंदैन अरूलाई दिन्छ। दिएर नै ती सबै देवता कहलाएका हुन् । जस्तै सूर्य देवता, जल देवता, चन्द्र देवता आदि । हामीले पनि खुशी बाँड्दै गयौं भने खुशीका देवता बन्नेछौं । मन्दिरमा रहेका देवी-देवताका जड मूर्ति त मुस्कुराएका नै हुन्छन् भने चैतन्यमा कति खुशी थिए होलान् र कति खुशी बाँडे होलान् । दिएर नै दाता बनिन्छ। खुशी पनि दिएर नै पाइने कुरा हो ।

३. निरन्तर खुशीमा रहन वर्तमानमा बाँचौं : हामी सबै कर्म, व्यवहार, धन्दा वर्तमानमा नै गर्छौं । भूत र भविष्यमा गएर कसैले कुनै काम गर्न सक्दैन तर वर्तमान नै भूत बन्दछ। बडो अचम्मको कुरा यही छ हामी वर्तमानमा भएर पनि भूतकालमा बाँचेका हुन्छौं । Thought reader हरू भन्छन् मानिस ८५% भूतकालको व्यर्थ र नकारात्मक विचारमा डुबेका हुन्छन् १५% भविष्यको स्वप्निल कल्पनामा डुब्छन् वर्तमानमा त केवल ५% मात्र रहन्छन्। भनिन्छ Past is history, Future is mystery, Present is gift वर्तमान सुन्दर उपहार लिएर आएको हुन्छ र सुन्दर उपहार दिन खोज्छ तर हामी भूतकालको चिन्तन गरेर वर्तमानको उपहारबाट बञ्चित हुन्छौं । भूतकालको भूतले तर्साइरहेको हुन्छ, डराइरहेको हुन्छ अनि भयभीत गरिरहेको हुन्छ । त्यसैले खुशी रहन सक्दैन। अतः वर्तमानमा बाचौं। वर्तमानमा पनि खुशीको चिन्तन गरौं अनि हाम्रो जीवनमा खुशीको बहार आउछ, खुशीको वर्षात हुन्छ, खुशीको झरना बग्छ।

नव वर्षको पहिलो दिनमा मात्र होइन वर्षै भरी खुशीमा रहौं, प्रसन्न रहौं, हर्षित रहौं। यही हाम्रो शुभ कामना हो ।

नयाँ वर्ष तथा भविष्य समाज निर्माण

ब्रह्माकुमार रामसिंह ऐर

नयाँ वर्षको आगमन नयाँ जोश, जाँगर, हौसला र उमंग उत्साहका साथ खुशी एवं हर्षका तरंग र लहरहरू फैलाउँदै आइरहेको महसुस हुन्छ । नयाँ वर्षले मानिसमा कुनै न कुनै नयाँ चिन्तन, सोच, भावना तथा लक्ष्य एवं सपनाको उदय गराउने काम गरेको हुन्छ। निरन्तर नवीनता र परिवर्तनलाई रुचाउने मानिसको सोचलाई नयाँ वर्षका बेला एक अर्कालाई शुभकामना र बधाई प्रदान गरी सुस्वास्थ्य र सबै प्रकारको उन्नति, प्रगति, सुख, शान्ति र समृद्धिको कामना सहित मनाउने गरिन्छ। यो एउटा उच्च सभ्यता र संस्कृतिको परिचायक पनि हो तथा आपसी सम्बन्धमा सुमधुरता निर्माण गर्न तथा विगतका कठिन र तिक्ततालाई भुल्नका लागि एक शुभ अवसर पनि हो । यसै सन्दर्भमा यस लेख मार्फत सम्पूर्ण पाठक वर्गमा सुस्वास्थ्य, शान्ति र सबै तर्फबाट श्री वृद्धिको शुभ कामना दिन चाहन्छु। परमात्मा शिव कल्याणकारीको अनमोल ज्ञान धनको खजाना र शक्ति प्राप्त हुन सकोस् भन्ने कामना समेत गर्न चाहन्छु।

वसन्त ऋतुकै हरियाली र मनोरम वातावरणका बीचमा आरम्भ हुने नयाँ वर्षले साच्चै मानिसको जीवनमा सुखद र मनमोहक मनोभावको अनुभूति गराउने गर्दछ। चारैतिरका रूख बिरुवामा हरियाली, टाढा जंगलमा कोइलीको कूहूँ कूहूँको मीठो आवाज, बढ्दो तापक्रम आदिले यस बेलालाई अझ बढी सुन्दर र आकर्षक बनाएको हुन्छ। सबैको दिल दिमागमा नयाँपनको अनुभव भएको हुन्छ। व्यक्तिको अन्तर चेतना केही नयाँ कुरा गर्न र अगाडि बढ्न जुरमुराइरहेको हुन्छ। उसको अन्तस्करणमा केही नयाँ खोज, अनुसन्धानका सुन्दर कल्पनाहरू उदित भइरहेका हुन्छन् । उस भित्रको अथाह क्षमता र सम्भाव्यताले उल्लिखित रचनात्मक कार्य गर्नका लागि उत्प्रेरित गरिरहेको हुन्छ । उसको रचनात्मक शक्तिलाई सक्रिय र सशक्त बनाउने कार्य गरिरहेको हुन्छ। मानवको अन्तर्मनमा तिरोहित भएका सकारात्मक अन्तरधाराहरू एक सुखद परिणामका लगि उत्सुक देखिन्छन्। यद्यपि मानव मनको परिपक्व अवस्थामा ऊ सबै प्रकारका बाह्य परिस्थिति र प्रकृतिलाई परिचालन तथा प्रभावित गर्न पुग्दछ। साथै अर्को पक्ष के पनि हो भने भौतिक संसार प्रकृति र पुरुष बीचको अन्योन्याश्रित सम्बन्ध र समन्वयनका आधारमा चल्ने हुँदा कतिपय अवस्थामा एक अर्काको परिपूरकका रूपमा कार्य गरिरहेका हुन्छन्।

वास्तवमा मानव समाज एक एक व्यक्तिको संगठनबाट तयार हुने सामूहिक समूह हो । व्यक्ति व्यक्तिको ठूलो वा सानो समूह समाजका नामले सम्बोधन गरिन्छ। समाजको मुख्य मेरुदण्ड र आधार स्तम्भ वा एकाइ व्यक्ति नै हो । अतः समाजको ढाँचा कस्तो हुनुपर्दछ भन्ने कुरालाई स्पष्ट गर्न त्यसमा रहने व्यक्ति कस्ता छन् भन्ने कुरा अहम् विषय हुन्छ। यदि

कुनै पनि समाजमा रहने व्यक्तिहरू कर्मभ्रष्ट, अमर्यादित र उच्छृंखल छन् भने त्यो समाज असभ्य, तनावपूर्ण, अभावपूर्ण र दुराचारी समाज बन्दछ । समाज आफैंमा राम्रो वा नराम्रो भन्नु भन्दा पनि त्यसमा रहने व्यक्तिको स्थितिको महत्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । वर्तमान सामाजिक स्थिति कुन दुरावस्थामा छ त्यस विषयमा सबै परिचित नै छन् ।

हामीलाई प्रत्येक दिन समाचार माध्यमबाट अवगत हुन्छ कि आजको समाज झन हिंसक र रक्त रञ्जित हुँदै गइरहेको छ । धर्म, जाति, क्षेत्र र राजनीतिका नाममा उत्पन्न Communal feeling का कारण कतै बम्ब ब्लास्टिङ्ग, कहीँ गोली हानाहान, कही कार बम्ब त कतै विद्युत् धराप जस्ता कुकृतिबाट वेकसुर व्यक्तिहरूको प्राणान्त हुने गर्दछ । संकुचित स्वार्थका कारण केही चतुर, धूर्त, पाखण्डी र क्रुर व्यक्तिहरूले अप्रत्यक्ष वा प्रत्यक्ष रूपमा यस्ता बर्बरतापूर्ण कार्य गरिरहेका हुन्छन् । जसको परिणाम आम जनजीवन अति कष्टकर दुःखद र शोकाकुल तथा भय र त्रासपूर्ण बनेको हुन्छ । यस्ता व्यक्तिमा रत्तिभर पनि दया, स्नेह र प्यार न भएको महसुस हुन्छ । मुखबाट मीठा मीठा कुरा गर्ने तथा खेल भने अत्यन्तै दर्दनाक बबण्डरकारी रूपमा खेलिदिने । आजको समाज जल, जमीन, आकाश र अन्तरिक्षमा समेत सुरक्षित छैन । जलमा जलपोतको आक्रमण तथा आकाशमा क्षेप्यास्त्र एवं मिसाइल्स आदिको आक्रमण कही पनि सुरक्षित छैन । साथसाथै अपहरण, बलात्कार, चोरी, डकैती जस्ता अति जघन्य काण्डहरू पनि एक भन्दा एक खतरनाक पाशविक रूपमा देखा परिरहेका छन् ।

वर्तमान मानव जाति प्रकृतिको प्रलयकारी प्रहारबाट समेत समय प्रति समय पीडित हुने गरेको छ । इतिहास कालमा भएका प्रकृतिका विप्लवकारी घटना भन्दा कैयौं गुनाले विनाशकारी रूपमा प्राकृतिक प्रकोपहरू हुने गरेका छन् । भूकम्प, ज्वालामुखी सामुद्रिक तुफान, विश्व तापक्रममा बृद्धि आदि जस्ता मानवीय नियन्त्रण भन्दा बाहिर रहेका घटनाहरू बढ्दै गइरहेका छन् । यदि प्रकृतिको ताण्डव नृत्य यसै अनुपातमा बढ्दै जाने हो भने मानव जातिको विनाश हुन वा वर्तमान विशाल र व्यापक मानव सम्पदा समाप्त हुन केही वेर लाग्ने छैन । यस विषयमा वातावरण क्षेत्र तथा प्रकृतिको असन्तुलन सम्बन्धका विज्ञहरूले गरेका अध्ययन र उनीहरूले प्रकाशन गरेका विषय वस्तुबाट प्रष्ट रूपमा जान्न सकिन्छ । वास्तवमा प्रकृतिमा देखिएको असन्तुलित अवस्था मानवका स्वार्थी र क्रूर क्रियाकलाप तथा प्रकृतिको औंधी शोषणको नै प्रतिफल हो । यसमा अरू होइन मानव नै दोषी छ । प्रकृतिमाथि गरेको अविवेकपूर्ण अन्यायको प्रतिफल प्रकृतिले यिनै प्रलयकारी घटनाबाट दण्डका रूपमा बदला लिइरहेको छ । वर्तमान मानव समाज माथि नाना थरिका प्रहारमाथि प्रहार परिरहेको अवस्था अपशकुनका लक्षणहरू हुन भन्न अन्यथा न होला ।

वर्तमान मानव समाज सुख सुविधा र आधुनिकता तिर अगाडि बढिरहेकोमा गर्व गर्दछ । निश्चित रूपमा भौतिक सुख-सुविधा, सर साधनहरू विज्ञानले गरेका अविष्कारबाट मानव जातिका लागि उपहारका रूपमा पाइएका छन् । तर मानिस त्यसको कति विवेक संगत रूपमा प्रयोग गरिरहेको छ एक शोचनीय

विषय छ । विद्या, बुद्धि, दक्षता र प्रवीणताको उचाइका साथ साथै मानव समाजमा देखा परेका अश्लिलता, नग्नता, स्वेच्छाचारिता र अमर्यादित जीवन शैली एवं जीवन चरित्रले मानव सभ्यतालाई भद्दा एवं कुरूप बनाएको प्रतीत हुन्छ। इतिहास साक्षी छ जब जब मानव सभ्यता भौतिक उन्नतिको प्रचुरतामा पुग्दछ र त्यस अवस्थामा स्वेच्छाचारी र भोग विलासमा लिप्त हुन्छ तथा मूल्य र मर्यादाहरू अवमूल्यन हुन्छन्, नैतिकता र चरित्रको पतन हुन्छ त्यसको दुःखद अन्त भएको पाइन्छ । वर्तमान विश्व परिवेशमा यस्ता थुप्रै घटना परिघटना र क्रिया कर्तुतहरू भइरहेका छन् । यसले वर्तमान समाज र सभ्यताको अन्तको संकेत दिइरहेका छ ।

यस्तै सत्य तथ्यले एक सशक्त सन्देश दिइरहेको छ कि अब समयले वर्तमान मानव जातिसँग एक आमूल परिवर्तनको माग गरिरहेको छ। समयले आफ्नो निर्धारित अवधिमा परिवर्तन गर्दछ नै, तर त्यस भन्दा पहिले मानिसले परिवर्तनका लागि गर्ने प्रयत्न र अभ्यासले महत्व राख्दछ । समयले बाह्य परिवर्तनको चकाचौध भन्दा पनि सत्य ज्ञानका आधारमा अन्तरमुखी बनेर आन्तरिक परिवर्तनको अपेक्षा गरेको छ । त्यसका लागि अति महत्वपूर्ण पक्ष हो स्वयंको सत्य ज्ञान हासिल गरी आत्म चेतनामा स्थित हुनु । जब मानिस आत्मचेतनाको पराकाष्ठामा हुन्छ त्यस अवस्थामा ऊ आफ्ना शाश्वत मूल्य, गुण, ज्ञान, शान्ति, प्रेम, सुख, पवित्रता, शक्ति र आनन्दको ज्वलन्त उदाहरण बनी जीवनको पूर्ण आनन्द लिन सक्दछ र पूजनीय देव रूपमा साकार संसारमा आफ्नो महान् अभिनयको पार्ट प्ले गर्दछ । यो स्थिति नै मावनको सम्पूर्ण उत्थानको स्थिति हो ।

संसार निरन्तर चलिरहने प्रकिया भएको हुनाले यहाँका प्रत्येक कुराहरू कालक्रममा परिवर्तन भइ रहन्छन् । अतः वर्तमान अवस्था पनि अब धेरै दिनसम्म रहनेवाला छैन । यसको पूर्ण परिवर्तनको शुभ बेला आइसकेको छ । यसका लागि प्रत्येक नर नारीले अरूको मुख ताक्ने वा परिवर्तनको अपेक्षा अरूबाट गर्ने होइन बरु त्यसको प्रथम संवाहक स्वयंलाई नै बनाउनुपर्ने भएको छ। किनकि मूल सिद्धान्तले हामी सबैलाई “स्व परिवर्तनबाट नै विश्व परिवर्तन” हुने भन्ने दिशा-निर्देश गरेको छ । स्वपरिवर्तनको कार्यमा जति विलम्ब हुन्छ त्यति नै विश्व परिवर्तनको कार्यमा पनि मन्दगति रहने छ । त्यसैले कत्ति पनि ढीलो नगरी स्वपरिवर्तनको कार्यलाई तीव्रगामी बनाउनु जरुरी छ ।

स्व परिवर्तनको कार्यलाई प्रत्येक व्यक्तिले पाँच तहमा समानुपातिक रूपमा गर्नु आवश्यक छ । यी पाँचै तहमा स्थायी र स्वाभाविक परिवर्तनका लागि निरन्तर आध्यात्मिक ज्ञानको चिन्तन, मनन र राजयोग अभ्यासको शक्तिशाली तपस्याको अवश्यकता पर्दछ । जान्नु, मान्नु, चिन्तन गर्नु एउटा पक्ष हो तर त्यसको पूर्णमूर्ति र स्वरूप बन्नु अर्को पक्ष हो। तसर्थ ज्ञान र योगको निरन्तर अभ्यास गर्नाले अपेक्षित परिवर्तन गर्न सकिनेछ । सर्व प्रथम मानिसको मनसा तहमा नै परिवर्तन हुनु पर्दछ । अर्थात् मनले निरन्तर शुभ संकल्प शुभ भावना, पवित्र र शाक्तिशाली विचारहरू प्रवाहित गर्न सकोस् । अशुभ नकारात्मक, कमजोर तथा अशुद्ध विचारमा समय व्यर्थ नजाओस्, सधै समर्थ, सर्वहित र कल्याण हुने विचार प्रवाह

गर्न सक्ने हैसियत होस् । मनमा कुनै पनि कुराले खिन्नता, नैराश्य वा हतोत्साह हुने काम नहोस् । मन निरन्तर खुशी, हर्ष, उल्लास र आशावादी अवस्थामा रहोस् । मनमा दृढता, अचल, अडोल र निर्भय स्थिति होस् । सबै प्रति मित्रवत, भ्रातृत्व भाव आत्माको भाव होस् र दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्ति प्रति समेत स्नेह, दया, क्षमा, कल्याण र उपकारको भाव होस् । मन सदा विजयी अवस्थामा रहोस् अर्थात् आन्तरिक चित्तवृति सकारात्मक होस् र बुद्धि दिव्यताले परिपूर्ण होस् । यो हो मनसा परिवर्तनको उच्च स्थिति ।

मनसा शुद्ध व्यक्तिका प्रत्येक बोल अनमोल ज्ञानवाणीका रूपमा विनिसृत हुने गर्दछन् । अर्थात् हर वचन मधुर, शिष्ट तथा सम्मान जनक हुन्छन् । कसैको दिलमा चोट पुग्ने खस्रा शब्दको प्रयोग न होस् । वाणीले मधुरता, नम्रता र सम्मानजनक मर्यादाको सीमारेखा न तोडोस् । यो मुख, कमल मुखका रूपमा सिद्ध होस्, वाणी केवल ज्ञानयुक्त, युक्ति र योगयुक्त शुभप्रेरणा दिने, उच्च मनोबल बनाउने खालको होस् । त्यसै गरी सुखदाता परमात्माका सुखदेव मानव आत्माका नाताले आफ्नो व्यवहार र कर्म कसैका लागि दुःखदायी हुनु हुँदैन । हाम्रा प्रत्येक कर्म व्यक्तिको बुद्धि योग परमात्मासँग सम्बन्ध जुटाउने इरादा र उद्देश्यका आधारमा गरिनु पर्दछ । हाम्रा प्रत्येक कर्म र क्रियाकलापले परमात्म चरित्रको प्रदर्शन गर्ने हिसाबले हुनु पर्दछ । अर्थात् प्रत्येक कर्म प्रभु समर्पणका साथ निमित्त भाव र निःस्वार्थ भावबाट गरिनु पर्दछ । यस्तो कर्म नै पुण्यकर्म, सत्कर्म र श्रेष्ठकर्मको श्रेणीमा पर्नेछ ।

अर्को कुरा मानव जीवनको सम्बन्ध सम्पर्कको महत्वपूर्ण भूमिका हुने गर्दछ । वर्तमान समयमा मानिसलाई केवल लौकिक, दैहिक सम्बन्धले बढी आकर्षित गरेको छ । त्यसमा पनि स्वार्थको सम्बन्ध, मोहममताको सम्बन्भ बढी हावी छ, जसका कारण सम्बन्ध, चिन्ता र दुःखको कारण बनेको छ । सम्बन्धमा स्नेह, प्यार हुनु अति उत्तम पक्ष हो तर त्यसमा मोह-ममताको पासो हुनु बन्धन र बोझले थिच्चिनु हो । अतः आत्म ज्ञानको वोधबाट सबै लौकिक सम्बन्धलाई अलौकिक र पारलौकिकमा परिवर्तन गरी सबै आत्मा परमात्माका कै सन्तान हुन्, हरेकको कर्म रेखा बेहद Drama मा आ-आफ्नै अद्वितीय स्थान राख्दछ । सम्बन्धमा स्नेह प्यार हुँदा हुँदै पनि साक्षी द्रष्टाको भावले सम्बन्धमा आउनु पर्दछ । यसै गरी प्रत्येक सम्पर्कमा आउने परिचित-अपरिचित व्यक्तिसँग आत्मभाव शुभभाव र कल्याणकारी भावले प्रस्तुत हुँदा उनीहरूलाई पनि हामी उनीहरूकै मानिस महसुस हुनेछौं र परमात्मा साक्षात्कार गराउने अनौठो सेवाको कार्य हुनेछ । अन्तमा परमात्म साक्षात्कार र परमात्म प्रत्यक्षताको भूमिका समेत निर्वाह हुनेछ ।

उल्लिखित पक्षमा व्यक्तिले स्वयंमा परिवर्तन गर्न सके महापरिवर्तन हुने र त्यस्तै व्यक्तिहरूको सुन्दर संगठनबाट एउटा सुन्दर नयाँ समाजको निर्माण हुने कुरा सिद्ध हुन्छ। त्यो समाज पूर्णरूपमा अहिंसक, सत्यवादी, संयमशील, मूल्यवान् र चरित्रवान् हुनेछ । जहाँ कुनै पनि स्तरमा भ्रष्टाचार र पापाचार हुने छैन । समाजमा आपसी स्नेह, सम्मान र समरसता हुनेछ । सबै प्रकारले सुख, शान्ति समृद्धि र सदाचारी समाजको उदय हुनेछ । कुनै

बाँकी अंश पेज १० मा...

धर्तीको महान् तीर्थस्थल : मधुवन

प्रा. गोपीकृष्ण शर्मा, ज्ञानेश्वर

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय, मधुवन, माउन्ट, आबु ज्योतिर्बिन्दु परमपिता शिव परमात्मा ब्रह्मा तनमा अवतरित भएर पहिले व्यक्त र पछि अव्यक्त रूपमा गीताज्ञानको प्रचार -प्रसार गर्दै रहेको अद्वितीय महान् तीर्थस्थल हो । यो ब्रह्माकुमारी आध्यात्मिक संस्थाको मूल केन्द्र हो र विश्वभर यसका शाखा प्रशाखा र गीता पाठशालाहरू विस्तारित छन् । यस संस्थाको भौतिक संरचना, हरियालीपूर्ण वातावरण, आध्यात्मिक योगमय प्रकम्पन, तीस हजार सम्म ब्रह्मावत्सहरू अटाउने मेडिटेसन हल तथा गीताज्ञान प्रवचन कक्ष, त्यति र त्यो भन्दा बढी ब्रह्मावत्सहरूलाई सुविधापूर्ण आवास र ब्रह्माभोजनको व्यवस्था, सरल, चुस्त र सेवामुखी प्रशासन, ईश्वरीय परिवारको सुमधुर स्नेहमिलन सबै रमणीय आकर्षण हुन् र पृथ्वीमा विद्यमान साक्षात् सत्ययुगी स्वर्गका रूपमा छन् । उक्त महानय स्थलमा हरेक वर्ष विश्वका विभिन्न सेवाकेन्द्रहरूबाट बह्मावत्स देही आत्माहरू समय-समयमा पालैपालो आउँछन् र योग प्रशिक्षण तथा बाबामिलन मनाएर भगवान्को प्रत्यक्षता गर्छन् । यस खालको यज्ञमा सामेल हुन पाउनु अहोभाग्य हो ।

यस पालि पनि बाबा मिलन, परमात्म अनुभूति शिविर-७, माउन्ट आबुमा सामेल हुने साइत जुऱ्यो । अहिले नेपालका तर्फबाट सेवाको पालो पनि रहेछ । इस्टर्न जोन पूर्व नेपालका पुगनपुग तीन हजार ब्रह्मावत्सहरू यज्ञमा सामेल भएका थियौं । सेवाको अवसर हुनाले पूरै दश दिन बाबाको आश्रममा बस्ने, योग, ज्ञान, धारणा र सेवामा सक्रिय रहने स्वर्णिम सहभागिता पनि प्राप्त भयो । अमृत बेलामा जागा हुने, स्नानादि नित्यक्रिया सम्पन्न गर्ने, प्रातः ४ बजे देखिको सामूहिक योगमा सरीक हुने, प्रातः मुरली श्रवण-मनन गर्ने, प्रातः सायम् बेला-मौकामा हुने परमादरणीय राजयोगिनी दादीहरू, बहनहरू, वरिष्ठ भ्राताहरूबाट प्रसारित हुने गीताज्ञानका विषयहरूका क्लासमा सरीक हुने आदि ईश्वरीय कार्यका साथै समय मिलाएर सेवामा समेत सहभागी हुने महत्वपूर्ण अवसर हामीले प्राप्त गऱ्यौ र यो हाम्रा लागि निकै ठूलो प्राप्ति थियो । यस्तै दैनिकीमा रहँदै गरेको स्थितिमा हाम्रो प्रतीक्षाको अवसर बाबामिलनको घडी पनि आइपुग्यो ।

बाबामिलनको दिन १५ मार्च २०१५ तदनुसार १ चैत्र २०७१ निर्धारित थियो नै । मिलनको समय जति जति नजिक आउँथ्यो त्यति त्यति मिलन मनाउने ब्रह्मावत्सहरूको भीड हुँदै थियो । डायमण्ड हल मुख्य मिलन स्थल थियो नै, त्यसमा न अटाएर कन्फरेन्स हलमा र हल बाहिर पनि भिडिओ स्क्रीन राखेर बाबामिलन मनाउन मानव सागर उर्लिएको देखिन्थ्यो । हामी काठमाण्डौबाट पुगेका केही आत्माहरू १४ नम्बरको गेटबाट हलमा प्रवेश गरेर बाबामिलन मनायौं । त्यस दिन साँझ ७:४५ बजेदेखि लगभग एक घन्टा सम्म बाबा आउनुभयो । अव्यक्त बापदादाको साक्षात्

प्रत्यक्षता गर्न पाएकोमा हामी कृतकृत्य भयौ । परम भाग्यशाली भयौं । बाबा मिलनमा अव्यक्त बापदादाको श्रीमत चाहिँ निकै भावपूर्ण, वर्षापरक सौगातको रूपमा थियो । मूल श्रीमत हो - **“कामकाज करते मेरा बाबा, मीठा बाबा यही दो शब्द सदा याद रहे, यह अलौकिक प्यारका सम्बन्ध ही संगम युग की सौगात है ।”**

बाबा मिलनको समयमा बापदादाबाट व्यक्त एक-एक शब्दहरू अमूल्य ज्ञान रत्न हुन् र यिनले ब्रह्मावत्सहरूका लागि मार्ग निर्देशन गर्छन् । यस पटकको मिलनमा स्पष्ट सङ्केत भएको छ - **“आजका मिलन तो सबका हुआ । अभी यह मिलन सदा याद रहेगा । आत्मा और परमात्माका मिलन साधारण मिलन नहीं है । किससे भी पुछो आपके दिलमें कौन ? सब कहते हैं मेरा बाबा । कितना जिगरी प्यार है ।”**

बाबामिलनका लागि काठमाण्डौबाट हामी केही ब्रह्मावत्सहरू २०७१ फाल्गुन २२ गते नै प्रस्थान गरेका थियौं । बस र ट्रेन हुँदै हामी चौथो दिन बिहान बाबाको दरबारमा पुग्यौं । बाटामा कुनै किसिमको असजिलो पनि भएन । योग अभ्यास कक्षा र सेवामा जुट्न पाएकोमा हरेक ब्रह्मावत्स ब्रह्माकुमार, कुमारीहरू धन्य धन्य भएका थिए । देह सम्बन्धको चिन्ता कसैमा रहेन । वातावरण नै योगयुक्त र बन्धनमुक्त थियो । मायाको प्रवेश थिएन । हरेक व्यक्ति स्वयम्मा फरिस्ताको अनुभूति हुन्थ्यो । समग्रमा परमात्मा अनुभूति शिविर सार्थक रह्यो । यस प्रकार यस वर्षमा बाबामिलन र परमात्म अनुभूतिको प्रतीति सार्थक, फलदायी रह्यो । बाबामिलन सम्पन्न गरेर पूर्ण खुशीयालीका साथ हामी चैत्र ८ गते काठमाण्डौ सेवा केन्द्रमा आइपुग्यौं । यस सन्दर्भमा केही पङ्क्तिद्वारा आफ्नो आत्मिक अनुभव व्यक्त गर्दछु ।

हट्छन् विकारका दोष ध्यानले राजयोगको
भावमा स्वच्छता हुन्छ लक्ष्य मिल्छ सुमार्गको ।
बाबा मिलनको प्राप्ति स्थायी शान्ति पवित्रता
मनमा पनि झल्कन्छ ज्ञानरत्न प्रसन्नता ॥

---

८ पेजको बाँकी अंश...

प्रकारको अभाव, रोग, शोक वा अप्रिय घटना हुनेछैनन् । प्रकृति समेत पूर्ण रूपमा संयमीत रही हर प्रकारले सुखकारी हुनेछ । मानिस पूर्ण तन्दरुस्तका साथ दीर्घ आयु प्राप्त गर्नेछन् । मानिस, पशु, पंछी, वनस्पति आदि सतोगुणी हुने छन् । यहाँ सम्म कि बाघ र गाई समेत एउटै तलाउमा सँग-सँगै पानी पिउनेछन् । कुनै पनि प्राणी हिसंक हुने छैनन् । यस्तो समाज दैवी सभ्यता र सत्ययुगका नामले प्रख्यात हुनेछ । जहाँ मौसम सदावहार हुनेछ र मानिस पूर्ण रूपमा निर्विकारी हुनेछन् । आत्मा शरीर दुवै पवित्र रहने छन् । किनकि त्यस युगको प्रजनन प्रणाली समेत पूर्णतः योगबलबाट हुनेछ । सृष्टि सुखी र मंगलकारी हुनेछ । यस्तो समाजको र संसारको पुनर्स्थापनाको ईश्वरीय कार्य तीव्रगतिमा चलिरहेको वर्तमान परिवेशमा नयाँ वर्ष २०७२ ले प्रत्येक व्यक्तिलाई उक्त समाज निर्माण गर्नमा स्वस्फूर्त सहयोगी बन्ने जागृति, चेतना र सद्विवेक प्राप्त होस् एवं भविष्य सुन्दर समाजको अभ्युदय हुन सकोस् । परमात्म शक्तिद्वारा उक्त कार्य गर्नमा हामीलाई थप उर्जा समेत प्राप्त होस् भन्ने सबैमा मंगलमय हार्दिक शुभकामना । शुभकामना ।

चढती कला सर्वका भला

बी.के. भगवान भाइ, शान्तिवन

चढती कला सर्वका भला यो एक प्रचलित कथन हो । दुनियाँमा यो पनि प्रचलित छ परहित जस्तो धर्म पनि अरू छैन । यदि यो कुरा सबैको जीवनमा भएको भए यो धरती धरती होइन स्वर्ग हुन्थ्यो । संसारमा धेरै सारा कुरा सेवाको निमित्त खोलिएका छन् । अनेकौं व्यक्ति सेवा गर्ने ब्रत लिन्छन् । साधु संन्यासी पनि आफ्नो स्तर बाट सेवा गर्छन् । मन्त्री, प्रधानमन्त्री पनि समाज सेवाको ब्रत लिन्छन् । राष्ट्र सेवकलाई लोकसेवक भनिन्छ । सेवाको बदलामा ठूला-ठूला पुरस्कार शासनद्वारा दिइन्छ। प्रसिद्ध सेवकहरूलाई सरकारमा प्रतिनिधित्व गराइन्छ। राष्ट्रिय स्तरमा राष्ट्रपतिद्वारा पुरस्कार दिइन्छ । जब व्यक्ति धेरै धन कमाउँछन् तब आफ्नो धन सामाजिक कार्यमा लगाउँछन् । विमारीको सेवाको लागि सेवा दिन्छन् । सेवाको क्षेत्रमा मदर टेरेसाको कार्य सर्वोत्कृष्ट मानिन्छ । जसलाई नोबल पुरस्कारबाट सम्मान गरिएको छ। यस्तै देश-विदेशमा कैयौं संस्था मानव सेवामा धन लगाउँछन् । हामीले पत्र-पत्रिकामा पढेका छौं - ब्रिटिश राजकुमारले पनि कैयौं विमारी प्रति सम्वेदनशील भएर सेवा गरेका छन्, धन लगाएका छन् । राज्य स्तरमा पनि कैयौं विभाग सेवाको लागि खोलिएका छन् । जसमा कर्मचारीहरूलाई सेवाको बदलामा पारिश्रमिक दिइन्छ । सेठ, साहु, साहुकार र व्यवसायीहरू आफ्नो-आफ्नो कमाईको अंश धर्माउ कार्यमा लगाउँछन् । यसबाट धर्मशाला, मन्दिर आदि बनाइन्छ । जसरी ठाउँ-ठाउँमा विरला मन्दिर देखिन्छ । पानी पिलाउनको लागि कुवा, इनार, तलाऊ आदि बनाइन्छ । भनिन्छ–

सरिता जल पीवै नही वृक्ष फल खाय ।
परहित के कारण, अपना सब कुछ लुटाय ।

जस्तो हामी रोप्छौं त्यस्तै काटछौं । यदि हामी काडा रोप्छौं भने, फूल कसरी पाउँछौं । बाबाले पनि हामीलाई यही सम्झाउनुभएको छ, अपकारी माथि उपकार गर, परोपकारी बन । अरूको सेवाको लागि धन लगाऊ । बाबाले हामीलाई यो पनि शिक्षा दिनु भएको छ, अज्ञानताको निद्रामा सुतेका मनुष्यलाई जगाऊ, उसलाई ज्ञानको दान देऊ । ज्ञानको दान नै सबै भन्दा ठूलो पुण्य भनिन्छ । अज्ञान अन्धकारमा भट्केका अन्धा समान व्यक्तिहरूलाई बाटो देखाऊ । यो समयको पुकार हो, सुत्ने समय छैन । समयको

चक्रलाई चिनौं । समयको गति तेज छ । दुनियाँमा हरेक चीज नयाँबाट पुरानो हुन्छ । सृष्टि चक्र पनि पुरानोबाट नयाँ र नयाँबाट पुरानो हुन्छ । समयको चक्र सेकेण्ड पछि सेकेण्ड चल्दै रहन्छ । परमपिता परमात्माले भन्नुभएको छ – सृष्टि चक्र जुम्रा समान विस्तार-विस्तारै चल्दै रहन्छ । अब सृष्टिको अवस्था घट्दै-घट्दै अन्तिम क्षणमा आइपुगेको छ । यस सृष्टि चक्रलाई अब पुनः नवीन स्वरूप दिनु छ। अर्थात् पवित्र हुनु छ। यसलाई पवित्र बनाउनको लागि सर्व आत्माहरूका पिता पतित-पावन बाबा लाई नै आउनुपर्छ । भनिन्छ पनि हामीमा कोही गान्धी होलान् - कोही गौतम । देवी-देवता पनि हामी मध्येबाट कोही बन्छन् । केवल उनमा दिव्य शक्ति, दिव्य गुण भयो भने देवता हुन्छन् । देवता आकाशबाट उत्रिदैनन् यही बन्छन्। चलचित्रमा देखाए जस्तो चमत्कारको कुरा होइन । गुरु नानक देवले भनेका छन् मनुष्यबाट देवता बन्न समय लाग्दैन । नरबाट नारायण र नारीबाट लक्ष्मी बन्छन्। तर बनाउनेवाला को हुन् ? जो सर्वशक्तिमान् पतित-पावन हुनुहुन्छ । जसको लागि भनिन्छ शिवाय नमः सर्व आत्माहरूका पिता परमात्मा। नरबाट नारायण बनाउनेवाला स्वयं परमात्मा शिवलाई आउनु पर्छ। परमपिता सूक्ष्म हुनुहुन्छ। साकार तनमा उहाँको अवतरण सृष्टिको अन्त्य, जब दिव्य शक्ति, दिव्य गुण भएका देवता विकारी हुन्छन् । यिनै मनुष्य आदिमा पावन देवता थिए । तिनै विस्तार-विस्तारै गिरती कलामा आउछन् । जसलाई उत्रिनको लागि ८४ जन्म अर्थात् ५००० वर्ष लाग्दछ। बाबा भन्नुहुन्छ आश्चर्यजनक कुरा हो नि । चढती कला एक सेकेण्डको कुरा हुन्छ । तब भनिन्छ चढती कला तेरे भाने सर्वका भला। विश्वमा कुनै चीज छैन जसको कुनै नाम नै हुँदैन। अनि यस्तो कुनै चीज छैन जो नयाँबाट पुरानो र पुरानोबाट नयाँ हुँदैन । सृष्टिको लागि पनि यही नियम लागू हुन्छ । सृष्टि नयाँबाट पुरानो र पुरानोबाट नयाँ हुन्छ। तर यस दुनियाँलाई नयाँ बनाउनको लागि स्वयं रचनाकारलाई पुनः रचना रच्नको लागि आउनु पर्छ। यसैले गायन पनि गरिन्छ जसको रचना यति सुन्दर त्यो कति सुन्दर होला... । सत्यं शिवं सुन्दरम्। मनुष्य आत्माले सृष्टिको अन्त्य अर्थात् संगम युगमा परमात्मा सँग भेट्दछन्। उहाँ सँग पढेर देवी-देवता बन्छन्। तिनै आत्मा जो सृष्टिको आदिमा देवता बन्छन् र देवताको प्रारब्ध भोग्दछन्। विस्तार-विस्तारै तल आउँदै जान्छन् । देवताको लागि नै गायन छ - सर्व गुण सम्पन्न, १६ कला सम्पन्न । जो विश्वमा आधा कल्प पछि पुजिन्छन् । जो पूज्य थिए तिनै पुजारी बन्छन् । वाममार्गमा जान्छन् देवताहरूको कला विहीन हुनु वा कम हुन आधा कल्प पछि प्रारम्भ हुन्छ । तिनै देवता जो सतोप्रधान थिए अहिले तमोप्रधान बनेका छन्। सात गुणले सम्पन्न थिए। यस सृष्टिका रचयिता परमपिता परमात्मा समान थिए । परमपिता परमात्मा शिव जो गुणका सागर, शक्तिमा सागर, प्रेमका सागर, आनन्दका सागर हुनुहुन्छ उहाँले पुनः आत्मालाई आफू समान

अब सबै आधार टुट्दै छन् त्यसैले एक प्रभुलाई आफ्नो आधार बनाऔं ।

बनाउनुहुन्छ ।

ड्रामाको बन्धनबाट भगवान् बेग्लै छैनन् अर्थात् ड्रामाको बन्धनमा छन् । तर परमात्मालाई प्रत्येक युगमा आउनु पर्दैन । जब आत्मा ८४ जन्म भोग्दा-भोग्दा थकित हुन्छन् तब पिता परमात्मालाई पुनः सतोप्रधान बनाउन आउनुपर्छ । परमपिता निराकार हुनुको कारण उहाँले कर्मेन्द्रियहरू लिनुपर्छ । ब्राह्मण पवित्र हुन्छन् । जसरी ब्रह्माका बच्चाको पवित्रताको गायन छ त्यस्तै ब्रह्माकुमार ब्रह्माकुमारीहरू पवित्र ब्राह्मण नै ब्रह्माका मुख वंशावली बच्चा हुन् । तिनै आत्मज्ञान दिनको लागि निमित्त छन् । आत्मज्ञान उनलाई नै प्राप्त हुन्छ जसले ब्रह्माको सम्मुख बसेर आत्मज्ञान प्राप्त गरेका छन् । आत्मालाई पवित्र उसैले बनाउन सक्छ जो पवित्र हुन्छ । जो ८४ जन्मको चक्रमा आउँदैनन् उहाँ परमपिता निराकार हुनुहुन्छ । जो ८४ जन्मलाई जान्नुहुन्छ । आत्मा पनि थकित भएकोले पुकार्दछ । पतित-पावन आऊ । पतित-पावन भगवान् भोलानाथ हुनुहुन्छ । थोरैमा प्रसन्न हुनुहुन्छ । उहाँ नै सृष्टिको अन्त्यमा आएर पतित आत्मालाई पावन बनाएर मुक्ति र जीवनमुक्ति दिनुहुन्छ ।

के परमपिता परमात्मा पतितबाट पावन बनाउन केही लिनुहुन्छ । यो त बुझ्नुपर्ने कुरा हो । विचार गरौं । जुन सेवा कार्य गर्नेहरूको माथि वर्णन गरिएको छ । ती सबै त सेवाको बदलामा केही न केही लिन्छन् । कुनै त मोटो रकम पनि लिन्छन् । जो निर्वाचित भएर आएका प्रतिनिधि जसले सेवामा ब्रत लिएका हुन्छन् ती पनि मोटो रकम लिन्छन् । परमपिता परमात्मा नरबाट नारायण र नारीबाट लक्ष्मी पुनः बनाउनको लागि केही लिनुहुन्छ त ? उहाँले केही पनि लिनुहुन्न तर धेरै कुरा दिएर जानुहुन्छ । सत्ययुगी बादशाही दिनुहुन्छ । यसको लागि ब्रह्माको तन उधारो लिनुहुन्छ र उहाँलाई आदि देव ब्रह्मा नाम दिनुहुन्छ अर्थात् मनुष्यहरूका पिता । ब्रह्माको तनमा बसेर परमात्मा गीता ज्ञान दिएर समस्त सृष्टिलाई पावन बनाउनुहुन्छ । ब्रह्माकुमार ब्रह्माकुमारी जो परमात्मा शिवका शक्ति हुन् उनीहरू सृष्टिलाई पावन बनाउन मदतगार बन्छन् । परमात्मा जस्ता निःस्वार्थ निष्काम सेवाधारी विश्वमा कोही पनि हुन सक्दैनन् । ब्रह्माको अथक सेवा जगत प्रसिद्ध छ । ब्रह्मा जस्ता विश्व सेवक अरू कोही पनि हुन सक्दैनन् जो सारा सृष्टिलाई पावन बनाउन परमात्माका सहायक बन्छन् । यसै प्रकार निःस्वार्थ सेवा ब्रह्माकुमार कुमारीहरू पनि गरिरहेका छन् । आउनुहोस् तपाईं पनि परमात्माको यस पवित्र कार्यमा सहयोग दिएर पवित्र बनेर पावन दुनियाँमा जाने पुरुषार्थ गर्नुहोस् । स्वयं परमपिता परमात्मा निष्काम सेवा गरेर पृथ्वीलाई पवित्र बनाएर जानुहुन्छ ।। देवताहरू सर्वगुण सम्पन्न १६ कला सम्पन्न । चन्द्रमा जस्तै चढ्नु र उत्रिनु देवताको लागि पनि गायन छ । चन्द्रमाको कला उत्रिदा-उत्रिदा रेखा मात्र रहन्छ । यस्तै कलियुगको अन्त्यका मनुष्य हुन्छन् । यसैले भनिन्छ - चढती कला तेरे भाने सर्वका भला

शुभकामना छ नयाँ बर्ष तिमीलाई

ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल, हेटौंडा

एउटा मान्छे नयाँ बन्दै गरेको मन्दिर हेर्नका लागि जान्छ। मन्दिर परिसरमा देवताको मूर्ति बनाउँदै गरेको मूर्तिकार भेट्छ । मूर्ति बनाउँदै गरिरहेको हेरिरहँदा अकस्मात् उसको नजर मूर्तिकार भन्दा केही मिटरमात्र पर रहेको मूर्तिमा पर्दछ, जुन मूर्तिकारले अहिले बनाइरहेको मूर्ति सित हुबहु मिलेको छ। यो देखेर आश्चर्यचकित हुँदै त्यो मान्छेले मूर्तिकारलाई सोध्दछ, के तपाईंलाई एउटै देवताका दुईओटा मूर्ति बनाउन भनिएको छ र ?

अहँ छैन, मूर्तिकारले भने, वास्तवमा मैले एउटै मात्र बनाउनुपर्ने हो तर त्यो पहिलो मूर्तिको लगभग अन्तिम समयमा यसमा केही कोरिन पुग्यो। त्यसैले अर्को मूर्ति बनाउन थालेको हुँ।

मूर्तिकारको जवाफ सुनेपछि त्यो मान्छेले पहिलेको मूर्तिलाई राम्ररी हेर्न थाल्यो । धेरै बेर सम्म हेरे पछि पनि उसले उक्त मूर्ति बिग्रिएको नदेखे पछि मूर्तिकारलाई सोध्यो, होइन यहाँ त कहीँ पनि कोरिएको देखिदैन नि मूर्तिको नाकतिर केही कोरिएको छ । मूर्तिकारले जवाफ दियो त्यो मूर्ति कहाँनिर राख्न गइरहेको हो नि ? त्यो मान्छेले सोध्यो। त्यो मूर्तिलाई २० फिट उचाइको खम्वामाथि राखिने छ। मूर्तिकारलेभन्यो। आश्चर्य चकित हुँदै त्यो मान्छेले फेरि आफ्नो जिज्ञासा राख्यो, यो मूर्तिलाई २० फिटको उचाइमा राखिँदै छ भने मूर्तिको नाकमा रहेको जावो यति सानो कोट्याइलाई कसले पो देख्न सक्छ र ?

त्यो मान्छेको जिज्ञासा सुनेपछि मूर्तिकारले उसलाई एकचोटी हेरेर मुस्कुराउँदै भन्नथाल्यो, भगवान्ले देख्छन् र मैले देख्छु।

युवक स्तव्ध। ज्ञानको पराकाष्ठा हो यो। सभाको माफ एकाधक्षणका लागि साधु बन्न अति सहज छ। बर्षोसम्म आफ्ना कमजोरीलाई ढाक्न पनि सकिन्छ, अरूलाई छक्काउन सहजै छ। नौलो कुरा रहेन आज यी कुरा समाजमा। जो, जो हुनु पर्ने हो, त्यो रहेन। जो जति जानकार छ भन्ठान्यो, ऊ उति नै भ्रष्ट भएको छ पलपलमा। एकातिरको हावा, अर्कोतिरको झलुंगो भएको महसुस पो हुन्छ। जसले आफूलाई आन्तरिक रूपमा परिवर्तन गराइसकेको छ, उसलाई अरूको परिवर्तनमा कहिं कतै चासो नै हुँदैन, जसले आफूलाई आन्तरिक रूपमा परिवर्तन गराएकै छैन, उसले नै विगुल फुकिरहन्छ परिवर्तनको।

अरूका लागि राम्रो बन्नेहरू अन्ततः जीवनदेखि थाक्ने गर्दछन्। एउटा एउटाका लागि राम्रो बन्नु भन्दा पनि स्वभावलाई राम्रो बनाउन सक्नु जीवनको सर्वोत्कृष्ट कला हो । मलाई ईश्वर पिताले देखिरहनुभएको छ भन्ने आन्तरिक समझले गल्ती हुनबाट बचाउन कवचको कार्य गर्दछ। व्यस्त शहरहरूमा सिसिटिभी क्यामराको व्यवस्था गरिएको हुन्छ आजभोलि, कारणबश कसैबाट गल्ती भएमा सहजै मानिस उम्कन सक्दैन, प्रवधि बलवान् छ । हजारौं नेत्र भएका सर्वशक्तिमान् जगतनियन्ताको क्यामराबाट कठै को पो उम्किएला। र पनि कर्मको दागलाई सहजै नजरअन्दाज गरिदिन्छ मानिस । जान्दछ कर्मको कलमले जीवनका पन्नाहरूमा दाग बनाएको र पनि बेपरवाह । विवेकको स्थानमा स्वभाव हावी हुन पुग्यो आज आएर मानवको जीवनमा। गल्ती

हो भन्ने पनि थाहा छ, गर्न नहुने पनि हो तापनि बश छ मनको र भावको । थाहा हुनु र बोध हुनुमा अन्तर छ । जानकारीको भकारी हुनु आजको प्रवधि सहायक छ । प्रवधिको दासताले मानव मन कमजोर हुँदै गएको पो कि ? परमात्मा शिवबाबा भन्नुहुन्छ साधनले साधनालाई प्रभाव नपारोस् । साधन साधनाको सहजताको लागि प्रयोग हुनुपर्ने हुन्छ । हिजो सम्मको समाजमा छोटो छोटो विश्रामका समयमा मन परमात्मामा केन्द्रित गर्ने गरेका प्रसंगहरू सुन्ने गरिन्थ्यो, आत्मकेन्द्रित समाज थियो । आज समयले कोल्टो फेरेको छ, समय पायो कि, आज मोवाइलका अनेकौं सुविधालाई उपयोग गर्ने चेष्टाले मानव मन बोझिल बनाउदै लगेको छ फलतः जीवनको मूर्तिमा लागेका दागहरू देख्ने फुर्सत नै कहाँ छ र ? होसियार । दागी मूर्तिको कहिँ कतै पूजा हुँदैन । बेदाग हीरा बन्न सकौं, भएका भूलहरूलाई स्वीकार गरौं, शिक्षकको रूपमा लिऔं भविष्यका लागि सजग अपनाउँदै जाऔं, हामी नै स्वयम् मूर्तिकार हौं आफ्ना लागि। नव बर्ष २०७२ ले यही प्ररेणा देओस् हामी सबैलाई ।

नव वर्षको शुभकामना

रामकाजी भाइ, सिमरा (बारा)

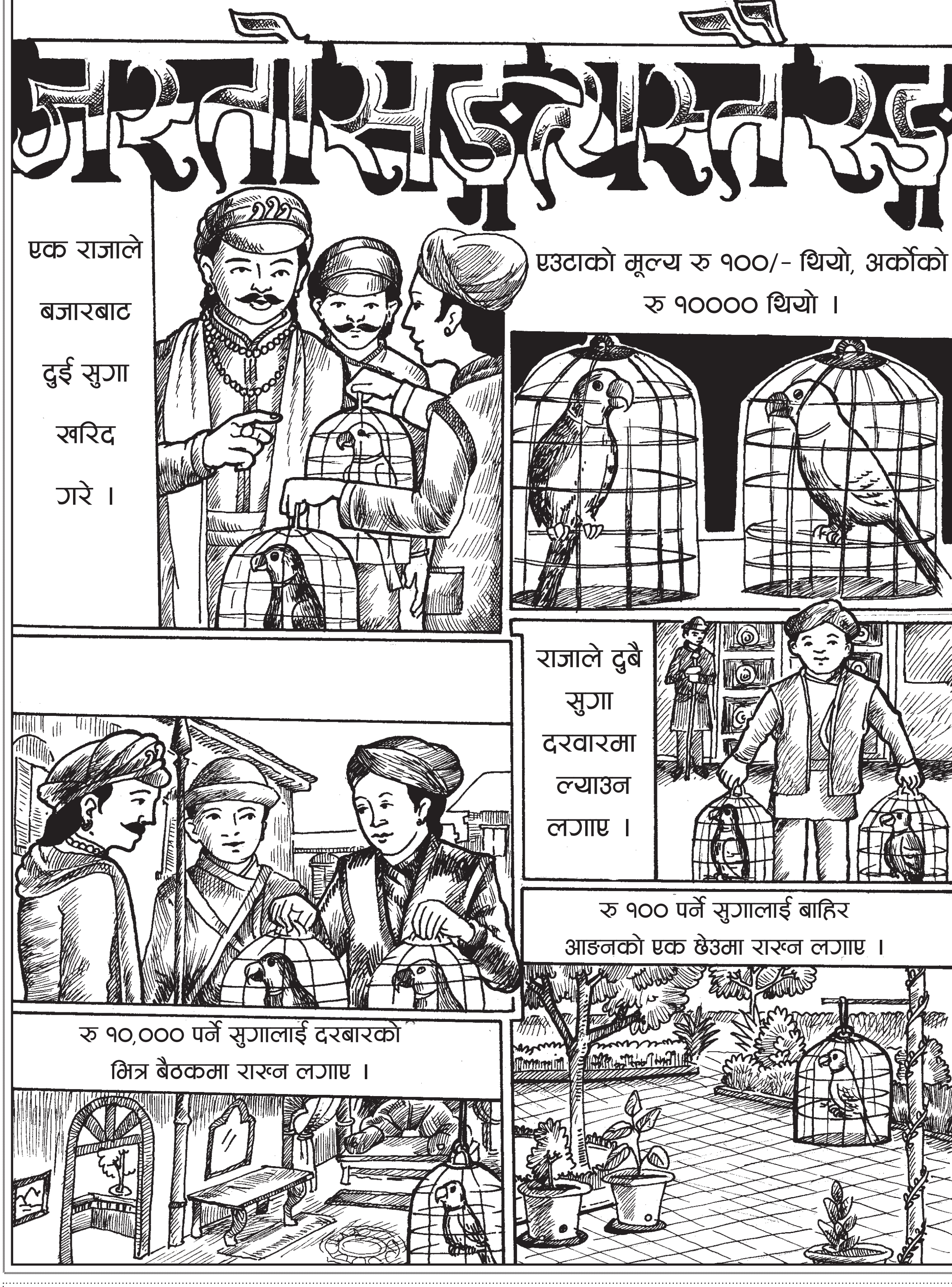
परमात्माद्वारा महापरिवर्तन, शक्तिमा सफल यो नव वर्ष ।
स्वीकारी समयको परिणाम सर्वधर्मले, कति ठूलो हर्ष ।
ब्रह्माकुमारी तनमा परमात्मा अवतरण, कति ठूलो हर्ष ।
बनाए संसार उज्यालो शक्ति सेनाले, बनेर रूहानी नर्स ।

प्रियमित्र नवयुग निर्माण गर्ने वर्ष छ यो, अति शक्तिप्रधान ।
राजयोग केन्द्रमा यो विश्वभरि नै, भेटिन्छ अलौकिक शान ।
परमात्मा प्यारमा डुबेर सबैले सधैं, भुल्दछन् देहको भान ।
सजिएर दिव्य गुणबाट मानव, बन्दछन् उच्च महान् ।

असीम खुशीमा नाचौं हामी अब, सुख भरा दिन आउँदै छ ।
ब्रह्माकुमारी देवीहरूको दिव्यता, हर मानवमा छाउँदै छ ।
शिवबाबाको सन्मुखमा मानवले, जीवन मुक्ति पाउँदै छ ।
नवीन जीवन जिउन विशाल जमात, राजयोगमा धाउँदै छ ।

आउनेछ तपाईं हामी माथि अब, परमात्म शक्तिको फोहरा ।
जल्नेछन् ज्ञानका विशाल दीपहरू, भाग्नेछ अज्ञान अँधेरा ।
बल्नेछ लाइट र माइट मुहारमा चम्किन्छ जसरी हीरा ।
गराएर एक सर्वधर्म शिवद्वारा, आउनेछ सतयुगी सबेरा ।

गरौं डटेर हामी आफूभित्रका, अवगुणहरुसँग सामना ।
पूरा हुनै लागेको छ , हाम्रो देवता बन्ने दृढ चाहना ।
नवयुगी दुनियाँमा जाऊ हामी, राख्दछौं पवित्र भावना ।
दैवी सुखको मस्तीमा रमाऊन् सबै, नव वर्षको शुभकामना ।


जस्तो सङ्ग त्यस्तै रङ्ग
एक राजाले बजारबाट दुई सुगा खरिद गरे ।
एउटाको मूल्य रु १००/- थियो, अर्कोको रु १०००० थियो ।
राजाले दुबै सुगा दरवारमा ल्याउन लगाए ।
रु १०० पर्ने सुगालाई बाहिर आङनको एक छेउमा राख्न लगाए ।
रु १०,००० पर्ने सुगालाई दरबारको भित्र बैठकमा राख्न लगाए ।

दोस्रो दिन बिहान बडो मीठो भजनको आवाजले राजाको निन्द्रा ब्युँझायो ।
यसो हेरेको त सुगाले मीठो भजन गाइरहेको, राजा साह्रै प्रसन्न भए
तिमीलाई धन्यबाद
राजा केही बेर पछि बाहिर घुम्न गए बाहिरको सुगाको नजर राजामा पर्ने बितिकै बडो जोर, जोरले गाली गर्न थाल्यो । राजा साहै दुःखी भए ।
सुगा बेच्नेलाई बोलाएर राजाले सोधे -
किन फरक ?
यी दुवै भाइ-भाइ हुन् तर एउटालाई महात्माले पाले र उहाँको सँगबाट भजन गाउन सिक्यो ।
अर्कोलाई चोर-डाकुहरूले लिएर पाले । उनीहरूको गाली सुगाले सिक्यो त्यही भन्न थाल्यो ।
अतः जस्तो सङ्ग त्यस्तै रङ्ग

नव वर्षका लागि नयाँ सोच

ब्रह्माकुमार सुदीप

हामी आध्यात्मिक यात्राको एउटा यस्तो मोडमा आएर खडा भएका छौं जहाँबाट गन्तव्य पनि स्पष्ट छ, मार्ग पनि स्पष्ट छ र तय गर्नुपर्ने दूरी पनि स्पष्ट छ । मात्रै कमी छ भने दृढताको, निरन्तरताको, उमंग-उत्साह र जोश-जाँगरको । दृढता के को ? म जसरी भए पनि आफ्नो लक्ष्यलाई प्राप्त गरिछाड्छु, चाहे त्यसको लागि जस्तोसुकै त्याग र तपस्या गर्न किन नपरोस् । निरन्तरता के को ? त्याग, तपस्या र सेवाको । यसमा रात दिन केही नभनी, चौबिसै घण्टा, हप्ता दिनै, वर्ष दिनै कुनै पनि थकावट, आलस्य, सुस्ती र विना कुनै छुट्टी लागिपर्नु पऱ्यो । श्वासौं श्वासको निरन्तरता नै जीवन भने जस्तै श्वासौं श्वास तपस्याको निरन्तरता, श्वासौं श्वास त्यागको सिलसिला र श्वासौं श्वास सेवाको तीव्रता । यो दृढता र निरन्तरतालाई कायम राख्नका लागि नै उमंग-उत्साहको पंख चाहिएको छ, जोश र जाँगरको खुट्टा चाहिएको छ । यी चारै चीज कुनै पनि क्षण कम नहोस् । परिस्थिति जस्तोसुकै भएपनि मन हरेश नखाओस् किनकि हामीलाई थाहा छ हामी त्यो हस्ती हौं जसले कल्प-कल्प विजयको बाजी मारेका थियौं र फेरि मात्र यो कल्प पहिलाको दृश्यलाई दोहराउँदै छौं । तसर्थ कल्प पहिलाको विजयको स्मृतिलाई निरन्तर पृष्ठभूमिमा राख्दै, त्यो दृश्यलाई मानसपटलमा बार-बार उतार्दै फेरि मंजिल तर्फ दौड लगाउनु छ । अर्कोतर्फ हामीलाई विश्वास छ स्वयम् भगवान् हाम्रो पथ प्रदर्शक हुनुहुन्छ । यो यस्तो निश्चय हो जसले हाम्रो पुरुषार्थमा निश्चिन्तता प्रदान गर्दछ । यो यस्तो निश्चय हो जसले सफलतालाई सुनिश्चितता गर्दछ । बाबाबाट प्राप्त दिव्य गुणहरू र अलौकिक सर्व शक्तिहरूको हतियारले लेस भएर यो रणभूमिमा हामी उभिएका छौं र हाम्रो विजय अवश्यम्भावी छ । यो हाम्रो जन्मसिद्ध अधिकार हो । यस्ता शक्तिशाली संकल्पहरूको रचना गर्दै यो नव वर्षको शुरुवात गरौं ।

किनकि नव वर्षमा केही नवीनता त अवश्य गर्नु नै पऱ्यो नत्र भने कसरी नव भन्ने ? तसर्थ हे रुहानी राही छोडिदेऊ तेरो-मेरोको बन्धनलाई, छोडिदेऊ देहको भान-अभिमानलाई, छोडिदेऊ अल्पकालिक मान-शानको परछाईलाई, छोडिदेऊ परचिन्तन-परदर्शनलाई, छोडिदेऊ अहम-वहमलाई, छोडिदेऊ व्यर्थका चिन्तनहरूलाई, छोडिदेऊ निन्दा-चुग्लीलाई, छोडिदेऊ ईर्ष्या-द्वेषलाई । अब यस्ता पुतलीको खेलमा समय दिने समय गइसक्यो । आफ्नो महानतालाई चिन्दै महानतम स्थितिमा स्थित हुने बेला आएको छ । हामी महान् आत्मा हौं, विश्व परिवर्तक हौं र यो सृष्टिमा विश्व परिवर्तनको कार्यका लागि बाबाका साथमा अवतरित भएका हौं । यस्तो स्वमानमा स्थित भएर पुनः आफूभित्र देदिव्यीकरणलाई तीव्र

गतिमा भर्नु छ । स्वयम् भगवान्‌को नजर हामी माथि परेको छ । स्वयम् भगवान् बुबा बनेर हामीलाई मीठे बच्चे, प्यारे बच्चे, मेरे बच्चे भनी प्यार, पुचकार दिइरहनुभएको छ । योभन्दा बढी के चाहियो ? स्वयम् भगवान् हामीलाई शिक्षक बनेर राजविद्या, राजयोग सिकाउँदै हुनुहुन्छ । योभन्दा बढी के चाहियो ? स्वयम् भगवान् हामीलाई गुरु बनेर श्रीमत, महामन्त्र र वरदान दिदैं हुनुहुन्छ । योभन्दा बढी के चाहियो ? जे खोजेको थिएँ त्यो प्राप्त भइसक्यो यो नशा, यो खुशी, यो खुमारी, यो अनहद नाद सदा मनमा बजिराखोस् । 'परवाह थी पारब्रह्ममा रहनेवाले की' उही मिलेपछि बाँकी अरू के चाहियो ? अब त समय आएको छ आफ्नो सम्पूर्णताको स्टेजमा स्थित हुने । अब त समय आएको छ घर जाने (Return journey) को । अब त समय आएको छ कर्मातीत अवस्थामा जाने, अब त समय आएको छ फरिश्ता स्वरूपमा स्थित हुनेको । हे महावीर योद्धाहरू ! अब समय आएको छ सृष्टि रंगमंचमा आफ्नो सम्पूर्ण स्वरूपमा प्रत्यक्ष हुने । सारा संसार यही आशाले हामीमाथि नजर लगाइरहेका छन्, कहिले हुनेछन् हाम्रा इष्ट देव प्रत्यक्ष । अब लाइट र माइट हाउस बनेर विश्वका सर्व आत्माहरूको आशालाई पूर्ण गर्ने समय आएको छ । अतएवः हे सृष्टिका आधारमूर्त, उद्धारमूर्त आत्माहरू अब जागौं यी अलवेलापन, सुस्ती, आलस्य र लापरवाहीको निद्राबाट । हे बाबाका दिलतख्तनशीन आत्माहरू ! अब सदा जागती ज्योति बनेर सारा विश्वलाई रोशनी दिने बेला आएको छ ।

तसर्थ यो नयाँ वर्षमा आफ्नो चिन्तनको स्तरलाई, आफ्नो स्मृतिको स्तरलाई, आफ्नो बोलीको स्तरलाई, आफ्नो कर्मको स्तरलाई साधारणताको धरातलबाट महानताको धरातलमा लिएर जाऔँ तब सार्थक हुनेछ यो वर्ष । तब यो जीवन जिएको सार्थक हुनेछ । जीवन के हो को उत्तर नै अर्कै आउनेछ । जीवन त आनन्द रहेछ । त्यतिमात्र कहाँ हो र जीवन त परमानन्द रहेछ मनमा यही गीत गुञ्जनेछ । बाबा भन्नुहुन्छ तिमी आत्मा सम्पूर्ण स्वतन्त्र छौ । जब बाबालाई तन-मन-धन सबै सुम्पिसकेका छौं भने कुनै बन्धनको कुरा नै आउँदैन । त्यसैले सदा यो स्मृतिमा रहनुपर्दछ कि हामी निर्बन्धन छौं, स्वतन्त्र छौं, निमित्त मात्र कर्म गरिरहेका छौं त्यो पनि बाबाकै आदेश र निर्देशमा । यो कर्मयोगको सिलसिला रहँदा पनि जब चाहियो सेकेण्डमा अशरीरी, कर्मातीत स्टेज । चाहे परिस्थिति जस्तोसुकै होस्, बुद्धि एकदमै व्यस्त होस्, चारैतर्फ कर्मको खिंचातान होस् तर बाबाको आदेश भयो सेकेण्डमा देहबाट न्यारा, अशरीरी । तब नै हामी पास मात्र होइन पास विद अनर हुन सक्छौं ।

अब हामी यो सृष्टि नाटकको अन्तिम दौरानमा पुगेका छौं । जहिले पनि नाटकको अन्तिम दृश्यमा आरोह र अवरोहको climax हुन्छ त्यस्तै यो सृष्टि नाटकको अन्तिम दृश्य पनि climax को पनि climax ले भरिएको छ । यो ५००० वर्षको मनुष्यात्माको नाटकको समाप्तिको दृश्य हो । जुन एकातर्फ अत्यन्तै असाधरण, भयानक, दर्दनाक र खुनी नाहक खेलहरूले भरिएको छ भने अर्कोतर्फ परमात्मा र उहाँका दिलतख्तनशीन बच्चाहरूको

बाँकी अंश पेज २८ मा....

मानसिक र शारीरिक स्वस्थ्यताका लागि राजयोग

दामोदर रेग्मी, बसुन्धरा

वर्तमान समयमा विश्वमा देखा परेको तीव्र प्रतिस्पर्धा र भविष्यमा आउन सक्नेसमस्याहरूको समाधान गर्नका लागि समग्र व्यक्तित्वको विकास गर्नु आवश्यक हुन्छ । शारीरिक र मानसिक दुवै रूपमा स्वस्थ्य व्यक्तिलाई नै पूर्ण स्वस्थ मान्न सकिन्छ। शारीरिक रूपमा अस्वस्थ व्यक्तिलाई औषधी, भिटामिन , विविध शल्यक्रिया र उपचारका अन्य विधिबाट उपचार गर्न सकिन्छ तर मानसिक रूपमा अस्वस्थ व्यक्तिहरूको रोगलाई प्रयोगशालामा यान्त्रिक उपकरणहरूद्वारा परीक्षण गर्न सकिदैन तथापि मानसिक रूपमा अस्वस्थ व्यक्तिहरूको लागि उपचारका भौतिक विधिहरू प्रयोगमा आएका भने छन्। के भनिन्छ भने स्वस्थ मानसिक अवस्था नै शारीरिक र मानसिक रोगबाट उन्मुक्तिको कारक तत्व हो। उपचारका भौतिक र यान्त्रिक विधिहरू पनि रोगको अवस्थालाई न्यून गर्ने आधार मात्र हुन् । यसर्थ मानसिक स्वस्थता नै शारीरिक र मानसिक रोगहरूको उपचारको भरपर्दो संयन्त्र हो । म को हुँ, म के हुँ भन्ने जस्ता प्रश्नहरूको जानकारीको अभाव नै यसै कारणबाट सिर्जित काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, द्वेष, ईर्ष्या, अहम्भाव, अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा, निराशा, असन्तुष्टिहरू मानसिक र शारीरिक रोगका उपज हुन् । गलत आहार विहार र गलत जीवनशैली नै रोगका मुख्य कारणहरू हुन् । मानसिक वा शारीरिक रोगको उपचार औषधीबाट गर्न सकिने भएता पनि रोग लाग्न नदिन वा लागेको रोगको उपचार गर्न ध्यान अथवा योगलाई प्रभावकारी विधि मान्न सकिन्छ ।

योग वा ध्यान अंग्रेजी शव्द मेडिटेसनको नेपाली अनुवाद हो। मेडिटेसन शव्दको उत्पत्ति ल्याटिन भाषाबाट भएको हो जसले सबै प्रकारका शारीरिक र मानसिक अभ्यासलाई बुझाउँछ । राजयोग सबभन्दा पुरानो र प्रभावकारी ध्यान विधि हो । राजयोगबाट गहन एकाग्रता प्राप्त हुन्छ । वर्तमान समयमा मेडिटेसन, ध्यान, योगको प्रयोग आत्मिक चेतनाको विकास अथवा जागृतिका लागि पनि गर्ने गरिन्छ ।

योग शब्दले मनुष्यलाई अलौकिकतातिर प्रेरित गर्दछ। योगाभ्यास एउटा यस्तो अनुशासित प्रक्रिया हो जसले मनलाई सकारात्मक विचार उत्पन्न गर्नमा सहयोग पुऱ्याउछ । विचार

सुखदाता द्वारा सुख प्राप्त हुनु नै उहाँको प्यारको निशानी हो ।

मानसिक ऊर्जाको एउटा रूप हो जसले शरीरद्वारा कर्ममा बदलिदिन सक्दछ । एक शक्तिशाली विचारमा अधिक ऊर्जा हुन्छ यही ऊर्जायुक्त विचार नै सही कर्ममा रूपान्तरण हुन्छ । कमजोर विचारमा कम ऊर्जा हुन्छ । यदि विचार सकारात्मक छ तर कमजोर छ भने त्यसलाई सकारात्मक कर्ममा बदल्ने सम्भावना न्यून रहन्छ । एक कमजोर सकारात्मक विचार एक कमजोर नकारात्मक विचार वा शक्तिशाली नकारात्मक विचारमा बदलिन सक्दछ । मूल्य तथा मान्यता गुण र अपेक्षित स्तरको आवश्यकीय आदर्श सैद्धान्तिक आधार हो । यो स्व प्रयोगमा आधारित नियम तथा नैतिकताको आधारशीला हो जसले जीवनको स्पष्ट र सहजयात्रामा सहयोग पुऱ्याउदछ । मूल्यलाई विश्वव्यापी, मानवीय र अल्पकालीन मूल्यमा वर्गीकृत गर्न सकिन्छ जसमा धार्मिक, कलात्मक, व्यवसायिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, वातावरणीय, नैतिक, पारिवारिक, सामाजिक संस्थागत, राजनीतिक मूल्यहरू पर्दछन् । नैतिकता भित्र सकारात्मक प्रकृतिका आवश्यकीय अपेक्षित व्यवहार र संस्कृति पर्दछन् । यी सबै कार्यमा योगको महत्वपूर्ण स्थान रहन्छ ।

राजयोगले मनुष्यलाई कर्मकुशल बनाउँछ र वर्तमान यस दूषित वातावरणमा सन्तुलित जीवन जिउने कला पनि सिकाउँछ । राजयोगको निरन्तर अभ्यासले अन्तर आत्माका गुप्त र सुषुप्त शक्तिहरू जागृत हुन थाल्दछन् । योगले आत्मिक शक्तिलाई परमात्मिक शक्ति सँग निरन्तर सम्पर्कमा राख्ने र लौकिक परिवेशमा रहेर लौकिक परिवेशका विकृति र विसंगतिबाट मुक्त बनाई कर्मयोगी बन्नमा सहयोग पुऱ्याउँछ । राजयोगको यो विशेषता व्यक्तिको चारित्रिक विकासमा सहयोगी सिद्ध हुन जान्छ । योगले मूलतः आठ शक्तिहरूः विस्तार (गलत विचार, पद प्रतिष्ठा र ऐश्वर्यका अहमता) लाई संकीर्ण गर्ने शक्ति, सहयोग (यथासक्य सेवा भावका भावना) शक्ति, सामना गर्ने (असहज परिस्थिति र अवस्थालाई सहज रूपमा स्वीकार्ने) शक्ति, समाहित (हर परिवेश अनुरूप आफूलाई अनुकूल बनाउने) हुने शक्ति, निर्णय गर्ने शक्ति, परख शक्ति, सहन शक्ति र समेट्ने शक्तिको प्राप्तिमा सहयोग पुऱ्याउछ । राजयोगीमा यी दिव्य गुण र शक्तिहरूको धारणा हुने हुनाले ऊ समाजको लागि एउटा प्रेरणादायी अंग बन्दछ । राजयोगको गुणको अबलम्बनको कारणले व्यक्तिमा आवश्यक चारित्रिक विकासको पर्याप्तता रहने गर्दछ ।

स्वास्थ्य प्रत्येक व्यक्तिको जन्मसिद्ध अधिकार हो । स्वास्थ्य यस्तो बहुमूल्य सम्पत्ति हो जसलाई यस, ऐश्वर्य र सम्पत्तिले किन्न सकिदैन । आधुनिक चिकित्सा विज्ञानले व्यक्तिलाई स्वस्थ बनाउन लाखौं किसिमका औषधी र उपचार विधिहरूको आविष्कार गरेको छ तर पनि पूर्ण स्वस्थ समाजको विकास हुन सकेको छैन शारीरिक र मानसिक रोग र रोगीहरूको संख्या दिनहुँ बढिरहेको छ । समयको गति सँगै विकास भएको प्रविधिको विकास र प्रतिस्पर्धात्मक जीवनशैलीले मनोवैज्ञानिक तनाव सिर्जना गरेको छ जसले अन्ततः अनेकौं

रोगहरूलाई जन्म दिएको छ । हाम्रो मानसिक अवस्था र यसको स्वस्थताले हाम्रो सम्पूर्ण शारीरिक प्रणालीलाई प्रभाव पार्दछ। भावनात्मक अशान्तिको प्रत्येक आवेगले हामी भित्र नकारात्मक जैविक परिवर्तन उत्पन्न गराउँछ र शरीर भित्रको प्रतिरोधात्मक क्षमतालाई कमजोर बनाउँछ। भनिन्छ मनोवैज्ञानिक तनाव वा मानसिक रोग मन्दविष हो ।

मानसिक रोगको उपचारमा औषधीको भूमिका सहयोगी मात्र हुन सक्दछ । मानसिक र भावनात्मक रोगहरूको उपचारमा ध्यानको अत्यन्त महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। राजयोग ध्यान आत्मा र परमात्माको बीचमा बौद्धिक स्तरमा संवाद कायम गर्ने एक अत्यन्त प्रभावकारी र सरल विधि हो । राजयोग सकारात्मक चिन्तनको माध्यमबाट सही तथा सकारात्मक जीवनशैलीमा रूपान्तरण गर्ने एउटा कला हो ।

योगले रोगको उपचारमा रोगको रोकथाम, रोगको उपचार र स्वास्थ्यको संबर्ध्दन गरी तीन किसिमले सहयोग पुयाउँछ। योगबाट शारीरिक र मानसिक आराम प्राप्त हुन्छ जो स्वास्थ्यको लागि अति नै आवश्यक छ। योगबाट सकारात्मक चिन्तन, सकारात्मक दृष्टिकोण र सकारात्मक प्रवृत्तिको विकासमा सहयोग पुग्दछ। योगबाट मानसिक स्थिरताको विकासमा सहयोग पुग्दछ । योगले मानवीय सम्वन्धलाई उन्नत बनाउँछ जसद्वारा रोगको मनोवैज्ञानिक स्रोतलाई अन्त गराइदिन्छ ।

योगबाट अनिद्रा, मनोवैज्ञानिक रोगहरू विशेष गरेर स्नायुतन्त्र सम्बन्धी रोगहरू जस्तै चिन्ता, तनाव, टाउको दुखाई, डर, दुर्व्यसन आदि कम गर्न वा हटाउनमा सहयोग पुयाउदछ । यसको अतिरिक्त योगले श्वास प्रश्वासलाई लयबद्धता प्रदान गर्दछ, नाडीको तीव्र गतिलाई सामान्य बनाउँछ, रगतमा ल्याक्टिक उसिडको स्तर घटाउछ, रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामा बृद्धि गराउछ ।

योगको प्रख्यातिको कारण समय क्रमसँगै यसका विविध स्वरूपहरू सामुन्ने आए । योग मानसिक पक्ष भन्दा शारीरिक पक्ष सँग सम्बन्धित भैदिनाले र हठयोगको कारणले योग सहज हुन सकेन र सहजयोगको रूपमा राजयोग प्रयोगमा आउन थाल्यो । राजयोगलाई ज्ञानयोग, सहजयोग, बुद्धियोग, भक्तियोग, कर्मयोग, संन्यासयोग आदि विभिन्न नामले पनि चिन्ने गरिन्छ । राजयोग एक मनोविज्ञान हो । राजयोगी बन्नको लागि ब्रह्मचर्य (मन, वचन, कर्मको शुद्धि), शुद्ध अन्न - जस्तो अन्न त्यस्तो मन), सत्सङ्ग - नियमित ज्ञान स्नान, सत्यको सङ्ग) र दिव्य गुणहरूको धारण (अन्तर्मुखता, हर्षितमुखता, मधुरता, सहनशीलता, प्रसन्नता, सन्तुष्टता, निर्भयता, धैर्य) जस्ता नियमहरू आवश्यक ठानिन्छ । राजयोगीले घर गृहस्थ त्याग गरेर जंगलमा गएर कुटी गुफामा बसेर योग गर्नु पर्दैन । राजयोग परिवार र समाजमै रहेर दिनचर्यामा कुनै प्रतिकूल प्रभाव पर्न नदिई गर्न सकिन्छ ।

मधुवन बसाइका सुखद स्मृतिहरू

हेम शर्मा पोखरेल, काठमाण्डौ

बर्षेनी बाबा मिलनमा जानु ब्रह्माकुमार ब्रह्माकुमारीहरूका लागि अत्यन्तै सुखद नियमितता हो । यस पटक मार्च १५ मा नेपालको सेवाको पालीमा पंक्तिकारले पनि बाबा मिलनमा जाने सुअवसर प्राप्त गरेको हुनाले यस यात्राका विविध अनुभूतिहरू मध्ये पाण्डव भवन अर्थात् मधुवन बसाइका सुखद स्मृतिहरू यहाँ प्रस्तुत गर्ने जमर्को गरिएको छ।

यस पटकको यात्रामा बढी भन्दा बढी तपस्यामा बिताउने मनसुवा लिएको हुनाले समयलाई यताउति घुमघाम भन्दा पनि याद वा तपस्यामा बिताउने प्रयत्न गरिएको थियो । त्यसमा पनि मधुवन पाण्डव भवनमा एक रात मात्रै भए पनि बिताउने चाहना अनुसार सबैको सद्भावले एक दिवसीय पाण्डव भवन बसाइ सम्भव भएको थियो ।

उसो त हाम्रो टोलीसँग १३ मार्च ताका ज्ञान सरोवर, मधुवन, शान्ति बाटिका (peace park) आदि स्थानमा घुम्न जाने क्रममा अधिकांश समय मधुवनमा बिताउँदा खासगरी शान्ति स्तम्भमा अत्यन्तै शक्तिशाली प्रकम्पनहरूको अनुभूति गर्ने शुभ अवसर प्राप्त भएको थियो र पछि १७ मार्चमा जाँदा पनि शान्ति स्तम्भमा गहन शान्ति र शक्तिशाली प्रकम्पनको अनुभूति दोहोरिएको थियो । शान्ति स्तम्भमा चारैतिर योगयुक्त स्थितिमा परिक्रमा गरिरहँदा अत्यन्तै शक्तिशाली आकर्षणले बाबाको याद जीवन्त मात्रै होइन स्वाभाविक भएको अनुभव करिब एक घण्टा सम्म लगभग निरन्तर रहेको थियो । शायद त्यति लामो समय सम्म अविरल रूपमा बाबाको याद र खिचाव अनुभव भएको जीवनको प्रथम सुखद अनुभूति थियो । मनको त्यस यात्रामा अटुट परमात्म स्नेह, अनवरत शान्ति र स्वाभाविक अपनत्वको पूर्ण अनुभूति भएको थियो । मूलतः बाबाको अविरल एवं सहज यादले मन बिल्कुलै द्रवीभूत भएको थियो । त्यस बखत वाह बाबा, वाह अहो सौभाग्य, वाह ड्रामा, वाह यो अलौकिक परिवार, यस्तो भावना बरोबर मनमा मडारिएर आइरहेको थियो ।

१७ मार्चको गोधुली साँझ र १८ मार्चको अमृतबेलाको मधुवनको अनुभव जीवनमै अभूतपूर्व तथा अविस्मरणीय रह्यो । यादको यात्रामा रहने आत्माहरूमा अधिकांश डवल विदेशीहरू रहेका र चारै धाममा वातावरण अत्यन्तै शान्तिपूर्ण रहेकोले योग साधनाको कार्य उत्साहजनक भएको थियो । शान्ति (silence) का विषयमा धेरै कुरा गरियो, पढियो, सुनियो तर पाण्डव भवनको त्यो बेलाको शान्तिको अनुभूति शव्दमा अभिव्यक्त गर्न नसकिने नै रहेछ । रामश्लोक भाइजीले शान्तिवनमा गराउने ज्वालामुखी योगका बेला अनुभव गरिएको शान्ति भन्दा पनि अमृतबेला पाण्डव भवनमा बाबाको कोठामा गहन शान्तिको अनुभव जुन गरियो शायद मानव जीवनमा त्यति गहन शान्तिको अनुभव

अन्यत्र हुनै सक्दैन । बाबाबाट प्रेम, करुणा र पवित्रताका प्रकम्पनहरू निरन्तर रूपमा प्रवाहित भइरहने हुनाले आफू या त बिज रूपमा या फरिस्ता रूपमा मात्र रहेको अनुभव पनि भइरह्यो । पवित्रताको त्यति विधि शक्तिशाली अनुभूति पनि सायद कहिँ हुन सक्दैन । सदा प्रेम स्वरूपको श्रेष्ठता, सदा विश्वकल्याणको उच्च आसन, सदा मास्टर सर्वशक्तिमान्को उच्च स्थिति, शान्तिको अविरल प्रवाह, सुखको लहरमा मृदुल स्नान, बाबाका ज्ञान सूत्रहरूको रमणिक अनुभूतिका ज्वारभाटाहरूको समागम, पवित्रताको अविच्छिन्न विस्फोटन कति आनन्द ! कति खुशी ! कति निर्धक्क स्थिति !

बाबाको कोठा (कमरा)मा जाँदा यस्तो लाग्दथ्यो यस सृष्टिका सर्वश्रेष्ठ आत्मा ब्रह्माबाबा जसले आफ्नो जागृतिको सर्वोच्च स्थितिमा स्थित भएर यसै कोठामा रहेर विश्वकल्याणको लागि चिन्तनशिल रहनु भएको थियो । म उहाँको अनुसरण गर्न निरन्तर प्रयत्नशील आत्मा त्यसै स्थानमा उहाँकै अव्यक्त पालना लिंदै रमाइरहेको छु । एक प्रजापिता ब्रह्मा मात्र यस्ता आत्मा हुनुहुन्छ जो त्यस खटियामा बसेर वा त्यो सानो चकटीमा बसेर विश्व कल्याणको कार्यको रचना गर्नुभयो र त्यो यथार्थमा विश्वकल्याणका लागि कामयावी पनि भयो, विश्वमा शान्ति पनि स्थापना भयो, सम्पन्नता कायम पनि भयो, सुखमय संसारको स्थापना पनि भयो, मानिस देवता बने, पृथ्वी स्वर्ग बन्यो विना कुनै पुरस्कार, विना कुनै इनाम, विना कुनै नाम बाबाले यो काम सम्पन्न गर्नुभयो कल्प कल्प झैं । यी सबै काम यथार्थमा प्रजापिता ब्रह्माले एक्लै गर्नु भएको नभई स्वयम् यस सृष्टिका नियन्ता निराकार ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप शिव परमात्माले ब्रह्माबाबालाई माध्यम बनाएर विश्व विराट् नाटक योजना अनुसार गर्नुभयो, गराउनु भयो । यस अद्भुत कार्यमा हामी संगमयुगी आत्माहरूले पनि नम्बरवार सहयोग गऱ्यौं, कल्प कल्प गरिरहनेछौं । कति मृदुल स्मृति ! कति यथार्थ स्मृति ! कति आह्लादकारी स्मृति !

बाबाको झुपडी भित्र प्रवेश गर्दा यस्तो लाग्दथ्यो यो त हदको दुनियाँको संयुक्त राष्ट्र संघको न्यूयोर्क स्थित भवन भन्दा पनि महान् र श्रेष्ठ स्थान हो । आजको अत्याधुनिक त्यस न्यूयोर्क भवनबाट विश्व शान्तिका लागि लाखौं प्रयत्न भएका छन् यद्यपि ती प्रयासहरू सम्पूर्ण सफल बन्न सकेका छैनन् । तर यो झुपडी यस्तो स्थान हो जहाँ जन्म-जन्मान्तर चक्र लगाउँदा पनि खुल्न नसकेको म स्वयम् को हुँ ? यो विश्व नाटक योजना के हो ? यस विश्व नाटकको प्रमुख नियन्ता को हुनुहुन्छ ? आदि प्रश्नहरूको पहेलीको गुत्थी खुलेको थियो । बाबाको झुपडी वास्तवमा विश्वमा शान्ति स्थापना गर्नका लागि रूह रिहान गर्ने, पत्रसम्बाद गर्ने, बेहदका योजना तयार गर्ने, विश्वको कुना कुनामा रहने विभिन्न निमित्त आत्माहरूलाई मार्गनिर्देशन गर्ने जस्ता महान् कार्यको थलो थियो, कल्प पछि पनि यही कार्य यसरी नै दोहोरिने छ, कल्प पहिला पनि यही भएको थियो । यस कार्यका लागि स्वयम् परमपिता शिव परमात्माले प्रजापिता ब्रह्मालाई प्रमुख भूमिका दिनुभयो । वर्तमानमा विश्वले सामना गरिरहेका यावत् जटिलतम परिस्थितिको समाधानका लागि मनुष्य आत्मालाई अत्यन्तै सहज तथा सरल राजयोगको विधि बताउन यसै झुपडीमा स्वयम् परमपिता परमात्मा ब्रह्मा तनमा स्थित भएर गरिएको चिन्तनबाट सम्भव भएको थियो र त आज सारा जगतका जागरुक आत्माहरूले

विश्वमा स्थायी शान्ति स्थापनाको लागि आशाभरी आँखाले ब्रह्माकुमारीहरू प्रति हेर्न थालेका छन् । बाबाको झुपडी मानव सभ्यताको सर्वाधिक शक्तिशाली चेतनाको केन्द्र हो जहाँ मानव संस्कृतिका अत्यन्तै जटिल र दुरुह समस्याहरूका सरल समाधानका सूत्रहरूको रचना स्वयम् परमात्माले ब्रह्माका माध्यमबाट गर्नुभएको थियो ।

हिस्ट्रीहलमा प्रवेश गर्दा हुने अनुभव छुट्टै प्रकारको थियो । विश्वमा शान्ति स्थापना गर्नका लागि स्वयम् परमपिता शिव परमात्माले ब्रह्मा तनमा प्रवेश गरी ब्राह्मण बच्चाहरूलाई साकारमा मात्र मार्गदर्शन गर्नु भएन अपितु साकार पालना समाप्त भएपछि पनि अझ सशक्त रूपमा अव्यक्त पालना पनि दिनुभयो । आदरणीय राजदिदी जस्ता भुक्तभोगीहरूका अनुसार नेपाल जस्तो सुदूर देशबाट गुन्टा बोकी बोकी बाबा मिलनमा गएर बाबासँग मिलन मनाउने थलो त्यही हिस्ट्री हल थियो । जहाँ एक आत्माले १०-१५ मिनेट सम्म बाबासँग प्रत्यक्ष रूह रिहान गर्ने कुरा सामान्य थियो । पंक्तिकारले स्वयम् परमपिता परमात्माद्वारा यो स्थानमा प्राप्त साकार तथा अव्यक्त पालनाको तुलना गर्न यस धरतीमा कुनै उदाहरण पाउन सकेन । कुन शव्दमा धरतीको त्यस महान् केन्द्रको महिमा गरौं ? ठूला ठूला मन्दिरहरू, मस्जिदहरू, गीर्जाघरहरू, गुम्वाहरू वा आज विश्वमा भइरहेका कैयौं आध्यात्मिक अध्ययन अनुसन्धान वा तीर्थस्थलहरू यस क्रममा नाम लिन सकिने स्थान होलान् तर ती सबै कुरालाई छिचोल्दै स्वयम् परमात्मा यस धरतीमा अवतरित भएर अनुपम साकार तथा अव्यक्त पालना प्रदान गरेको त्यस धरनीलाई कुन स्थान सँग तुलना गरौं ?

विश्वमा शान्ति स्थापन गर्नका लागि आज कैयौं विश्व संस्थाहरू, सरकारी निकायहरू, गैह्र सरकारी संस्थाहरू, आध्यात्मिक संस्थाहरू आदि कृयाशील रहेका छन् । बर्सेनी विश्व शान्तिका लागि योगदान गर्ने संस्थाहरू, व्यक्तिहरू, समुदायहरू आदिलाई विश्वव्यापी महत्व राख्ने शान्ति पुरस्कारहरू पनि प्रदान गरिंदै आएको छ । तर यतिका प्रयास हुँदा हुँदै पनि विश्वमा शान्ति स्थापना भने भएको छैन । विश्वमा भइरहेको अशान्तिको समष्टिगत स्थिति भयावह बन्दै गइरहेको छ । २१ औं शताव्दीको सभ्य मानव समुदायले सबैभन्दा अभाव महशुश गरेको एक आपसको स्नेह र यही शान्ति नै हो । त्यो कार्य शिव परमात्माले यी नै ब्रह्माका माध्यमबाट कल्पको अन्त्यमा कल्पमा एक पटक मात्रै गर्नुहुन्छ अनि मात्र यो धरती स्वर्ग बन्दछ र मानिस दैवी गुणले सम्पन्न देवता बन्दछ । यस्तो सृष्टिको रचना गर्ने प्रजापिताको स्मृति स्तम्भ यो शान्ति स्तम्भको तुलना के सँग गरौं ? भनिन्छ राम रावणको युद्ध राम रावणको युद्ध जस्तै थियो । यो पनि त्यस्तै एक अद्भुत उदाहरण हो । त्यसैले होला चारधाममा जाँदा शान्ति स्तम्भमा गरिने अलौकिक शान्ति र शक्तिको तुलना कहिल्यै कसैसँग गर्न सकिंदैन ।

silence को शक्ति science को शक्ति भन्दा श्रेष्ठ छ भन्ने ईश्वरीय महावाक्यको अनुभूति यहाँ मधुवनमा खासगरी अमृतवेला र गोधुली साँझको यादको यात्रामा गरिने यथार्थता हो । यहाँ यस समयावधिमा गरिने पावन आत्माहरूको कुनै पनि संकल्प अवश्य पनि सिद्ध हुन्छ र यस्तो अनुभव स्वयम् अमृतवेला त्यहाँ गएर आफ्नो उच्चतम स्थितिमा रहेर प्राप्त गरिने यथार्थताले मात्र सिद्ध गर्न सक्दछ । मलाई

के लाग्यो भने हामीले कुनै पनि महान् कार्यको सम्पूर्ण सफलताको लागि अमृतबेला मधुवनको गहन शान्तिमा गरिने कुनै पनि संकल्प विश्वका यावत परिस्थितिहरूलाई छिचोल्दै अवश्य पनि सफलताको सूत्र बन्न सक्दछ । विज्ञानले आज प्राप्त गरिरहेका कतिपय सफलताहरूका पछाडि पनि silence कै योगदान रहेको गुह्य पनि बोध हुनुपर्छ । यद्यपि हामीहरूले यहाँ चिन्तन गरिरहेको उच्चतम चेतना सहितको आध्यात्मिक silence भने सांसारिक silence भन्दा भिन्न हो । अर्थात् विश्वमा वास्तविक शान्ति स्थापना गरेर यस धरतीलाई स्वर्णिम दुनियाँ बनाउने महान् कार्य यस silence को शक्तिले मात्र सम्भव छ न कि त्यो science को शक्तिले मात्र ।

स्वाभाविक रूपमा एउटा संकल्प मनमा बारम्बार चलिरहन्थ्यो । यस्तो शक्तिशाली स्थानमा रहने आत्माहरू कति भाग्यमानी होलान् ? म आफू पनि ती भाग्यमानीहरूको पंक्तिमा पर्न पाए कति राम्रो हुन्थ्यो होला ? त्यहाँ बस्ने नेपाली भाइजीहरू खासगरी हिरण्यजी, अमरपतिजी र दीपकजीसँग मैले मधुवनमा बसेर विश्व सेवाको महान् कार्य गर्न पाउने वास्तवमा तपाईंहरू अत्यन्तै महान् र सौभाग्यशाली आत्मा हुनुहुन्छ भन्ने भावना व्यक्त गरेँ । उहाँहरूको यही भनाइ थियो स्थितिले अवस्था बनाउन सहयोगी हुने भए पनि अवस्था आफ्नो पुरुषार्थले बन्ने हो स्थितिले मात्रै होइन । मधुवनमा बस्दैमा सबैको अवस्था श्रेष्ठ बन्दछ भन्ने होइन आफ्नो अवस्था आत्मा स्वयम्को पुरुषार्थमा भर पर्दछ स्थितिमा होइन । जहाँ रहे बसे पनि श्रेष्ठ पुरुषार्थले उच्च अवस्था बनाउन सक्दछ ।

भोलिको दुनियाँ जहाँ एक राज्य, एक भाषा, एक धर्म हुनेछ त्यही राज्यमा पहिला श्री कृष्ण र श्री राधा तथा स्वयम्बर पश्चात् विश्व महाराजन श्री नारायण र विश्व महारानी श्री लक्ष्मी बन्ने आत्माहरूले आफ्नो जीवनलाई त्यस लायक बनाउनका लागि तपस्या गरेको, कर्म गरेको यो थलो मधुवनको मैले कुन शव्दमा महिमा गरौं । यो त्यही कमरा र झुपडी त हो जहाँ भोलि श्रीकृष्ण बन्ने ब्रह्मा बाबाको महान् आत्माले विश्व परिवर्तनको योजना निर्माण गर्नुभएको थियो र भोलिकी राधा बन्ने आत्माले यसै कोठाको वरीपरी रहेर बाबाको ज्ञानलाई जीवनमा धारण गरेर एक नम्बर आत्मा बन्ने पुरुषार्थ गरेकी थिइन् । ती नै महान् आत्माहरू बाबा र मम्माले विश्व परिवर्तनका गाथा गाएका सन्दली अद्यापि त्यो हिस्ट्री हलमा रहेका छन्, शयन कक्ष यथावत् छन्, आराम गरेका चकटी जस्ताका तस्तै छन्, ती नै महान् आत्मा ब्रह्माबाबा अव्यक्त भइसकेपछि स्थापित शान्ति स्तम्भले विश्वमा शान्तिको विगुल फुकिरहेको छ, कल्प-कल्प यही क्रम दोहोरिने छ र मैले अहिले यस संगमयुगको बाँकी अवधिमा तिनै आत्माहरूको अक्षरशः अनुकरण गरेर जीवन धन्य-धन्य बनाउन प्रयत्नशील छु । यी नै सुखद स्मृतिहरू मनमा खेलाउँदै एक रातको मधुवन वसाइलाई मन नमानी नमानी टुंग्याएर १८ मार्चको विहान मुरली कक्षा पछि शान्तिवन तिर लाग्यौं । आफ्नो अवस्था श्रेष्ठ बनाउन पुरुषार्थ गर्ने महान् आशय भने कता कता मनमा एक अत्यन्तै उत्साहजनक शुभ आशा र परम विश्वासका रूपमा अंकुरित भइरहेछ, पल्लवित भइरहेछ ।

 प्राप्तिलाई सधैं सामुन्ने राख्यौ भने कमजोरी सहज समाप्त हुन्छ ।

समस्या र समाधान

ब्र.कु सन्तोषी, ठमेल

जीवन एक यात्रा हो । हरेक मानव यस जीवनयात्राको यात्री हो । आफ्नो गन्तब्य स्थलसम्म पुग्नको लागि जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त उसले यात्रा गरि नै रहन्छ । यही यात्राको क्रममा आउने अनेकौं मोडहरूमध्ये कैयौं मोडहरूले उसलाई सुखद अनुभूति गराउँछ भने कैयौंले दुःखद । ती दुःखद अनुभूतिका क्षणहरूलाई नै उसले समस्याको संज्ञा दिने गर्दछ । त्यसैले नै होला जीवन शब्दको उच्चारण गर्ने बित्तिकै कसैको आँखामा पानी रसाउन थाल्दछ भने कसैका ओठमा मिठो मुस्कान । उसका आँखाबाट निस्किएका हरेक थोपाले उसको जीवनको समस्यालाई स्पष्ट झल्काउँछ ।

हाम्रा अगाडि इतिहास साक्षी छ । कैयौंले विश्व-इतिहासमा नै स्वर्णिम अक्षरमा नाम लेखेर गएका छन् भने कैयौं असामयिक आत्महत्याको शिकार बनेका छन् । ती स्वर्णिम अक्षरमा आफ्नो नाम लेखाउन सफल व्यक्तिहरूको जीवनीलाई अध्ययन गर्ने हो भने मात्र ज्ञात हुन सक्दछ कि जीवनको यात्रा कस्तो हुनुपर्दछ यसै सिलसिलामा हाम्रो जीवनमा कैयौं यस्ता परिस्थिति र घटनाहरू अगाडि आउँदछन् जसलाई हामी बयान गर्दछौं । मलाई यस्तो समस्या परेको छ । ती समस्याहरू पनि कुनै सहज ढङ्गबाट समाधान हुन्छन् भने कुनै यस्ता हुन्छन् जसले हाम्रो होस-हवासै गुमाइदिन्छ । यिनै समस्याहरूको भंगालाहरूलाई पार गर्दै जो अगाडि बढ्दछ ऊ नै सफल र सार्थक जीवन यात्री बन्दछ ।

साँच्चै गहिरिएर सोच्नुपर्ने कुरा यो छ कि हाम्रो जीवनमा आइपर्ने अनेकौं समस्या निम्त्याउने कारक तत्वहरू के हुन् ? जसले हामीलाई कति पटक त अचेत नै बनाइदिन्छ । वास्तवमा यथार्थ सत्यलाई नियाल्ने हो भने हाम्रा अगाडि आइपर्ने समस्याहरूका कारक तत्व हामी स्वयम् नै हौं । त्यसैले स्वयम्लाई परेको समस्याको पीडा स्वयम्ले नै भोग्नुपर्दछ। अरूलाई दिन मिल्दैन । किनकि कर्मको गहन गतिले यही भन्दछ “जस्तो कर्म त्यस्तै फल” जस्तो किसिमको कर्म तिमीले गर्दछौं त्यस्तै किसिमको फल तिमीले त्यति नै परिमाणमा भोग्नुपर्दछ । तर अफसोसको कुरा यो छ कि कर्म गर्ने समयमा मानिसले आफूलाई ध्यान राख्दैन । कर्मरूपी बीज यस्तो छ जसलाई जीवन रूपी धर्तीमा रोपिसकेपछि चाहेर पनि नचाहेर पनि त्यसको फल हामीले स्वीकार गर्नैपर्छ । कुनै कर्मको फल छिट्टै प्राप्त हुन्छ भने कुनैको ढिला । मौसम, धर्ती, बीजको प्रकृति र आफ्नो स्याहार-सम्भार गर्ने क्षमतालाई ध्यानमा राखी गरिएको खेतीबाट सन्तुष्टि प्राप्त गर्न सकिए जस्तै विगतमा गरिएका सही कर्मले हाम्रो

जीवनमा खुशी ल्याउँछ भने गलत कर्मको परिणाम हुन् समस्या ।

यसरी आइपर्ने समस्याहरूलाई जसले पार गर्दै गए ती महान् हस्तीहरू नै आज विश्व इतिहासमा आफ्नो नामलाई स्वर्णिम अक्षरमा लेखाउन सफल छन् । जब समस्याहरू जीवनमा आइपर्दछन् मानवीय प्रकृतिले त्यसको समाधान सर्वप्रथम स्वयम्बाट खोज्दछ त्यसपश्चात् आफ्नो विवेकको प्रयोग गर्दछ र अन्य साधन र साथको आवश्यकता महसुस गर्दछ । जब यी कुराहरू अनुकूल बन्दै जान्छन् । तर घटना र परिस्थिति स्रोत र साधन मानिसको सोचाइ र खोजाइको प्रतिकूल भइदिन्छ । अझ वर्तमान मानिसको सोचाइ र खोजाइको प्रकृतिले विकराल रूप लिइरहेको छ । त्यसैले समस्यालाई विवेकपूर्ण ढङ्गबाट समाधान गर्नुपर्दछ ।

सर्वप्रथम त परिस्थितिलाई सामना गर्नको लागि स्वस्थितिलाई मजबुत बनाऔं र अर्कोतर्फ कर्मको गहन गतिको ज्ञानलाई सधैं शिरोधार्य गरौं । हरेक घटना र दृश्यहरूलाई साक्षी भावले हेर्न सिकौं । साथ-साथ अकल्याणको पर्दा पछाडि कल्याणको दृश्य लुकेको हुन्छ त्यसैले सधैं कल्याणकारी भावनालाई स्वयम्भित्र जागृत गरौं । समस्याको विषम घडीमा साथीको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ त्यसैले सदा सर्वशक्तिमान् सत्तालाई आफ्नो साथमा राखौं । वर्तमानमा रोपिने कर्मका बीजहरूलाई समय, मौसम, धर्ती र स्याहार-सम्भारको क्षमतालाई ध्यानमा राखेर कर्म गरौं । साथै यो कुरालाई सधैं स्मृतिमा राखौं कि हरेक समस्याले मलाई केही पाठ सिकाउँदै छ र म पक्का बन्दै छु । जीवन सुख र दःखको खेल हो यी दुवै कुराहरूको सामञ्जस्य मिलाएर खेल खेल्नुमा नै जीवनमा आनन्द आउँछ । तब मात्र हामी महान् व्यक्ति बन्दछौं र जीवन जिउनुको सार्थकता पनि यसैमा छ ।

---

१९ पेजको बाँकी अंश...

प्रत्यक्षताको सुन्दर दृश्य पनि छ । तसर्थ साक्षी भाव, निमित्त भाव र विदेही वा अशरीरी अवस्थामा स्थित भएर यो अन्तिम दृश्यलाई पार गर्नुपर्ने आवश्यकतामा बाबाले धेरै पल्ट जोड दिनु नै भएको छ । तब नै हर दृश्य मनोरञ्जनात्मक हुनेछ । जसरी सिनेमा हेर्दा हामीलाई आनन्द आउँछ त्यस्तै यो जीवनको वास्तविक सिनेमामा पनि आनन्द आउनेछ । तब नै हामीले अन्त मति सो गति को भनाइलाई सार्थक बनाउन सक्नेछौं । त्यसैले हे रूहानी यात्रीहरू ! अब त एउटै कुरा मात्र बाँकी रहनुपर्दछ एउटा आँखामा मुक्ति, अर्को आँखामा जीवनमुक्ति । यो पुरानो मुर्दाहरूको संसारलाई न देख्नु छ न सुन्नु नै छ । जसरी वानप्रस्थी सदैव एकान्तमा भगवान्को सिमरणमा बस्छन् त्यस्तै हामीले पनि अब एकको अन्त अर्थात् एउटै बाबाको यादमा बसेर अन्त घडीलाई सफल पार्नु छ । अन्तमा यो नव वर्ष २०७२ यहाँहरूको आध्यात्मिक यात्राको चारचाँद लाग्ने वर्ष होस्, सदा अतीन्द्रिय सुखको झुलामा झुल्ने वर्ष होस्, खुशी र परमानन्दमा उड्ने वर्ष होस् र लक्ष्य भेदनको वर्ष होस् भन्ने शुभ भावना र शुभ कामना राख्दछु ।

कर्म भोगमाथि कर्म योगको विजय

बी.के. तिलक

एक प्रकारको अदृश्य टचिङ वा प्रेरणा आउन थाल्यो तिमी छिट्टै Hospital मा Check गर्न जाऊ । त्यो अदृश्य Touching को शक्ति निकै बलवान् रह्यो । प्रायः हस्पिटल जान नपरोस् नै भन्ने सोचले अलबेला बढाइरहेको भए पनि अदृश्यको शक्ति निकै प्रबल भएकोले छिट्टै यज्ञका समर्पित भाइ राजकुमारजी सँग गंगालाल हस्पिटलमा गइयो । अत्यन्त मृदुभाषी, अति व्यस्त, जागरुक, फुर्तिलो र अनुभवी डा. रवि मल्लज्यूको सानिध्य, सल्लाह र सहयोग अनुसार blood Test, ECG, ECO, TMT आदि सबै गरेर सम्पूर्ण Report आए पनि चुरो पत्ता लागेन । डाक्टरले अलि विशेष प्रविधि Ngography आफूले गर्न सक्ने छुटमा गराए । Dr. आफै जुटेर Ngograpy गराएर मूल सत्य-तथ्य पत्ता लगाए । तपाईंका मुटुका सबै नशा ठीक छन् तर एउटा नशा चाहिँ ९९% बन्द छ, ब्लक छ, बोसो जमेको छ । यसको लागि Ngoplast गर्नुपर्छ त्यो पनि छिट्टै गरिएन भने कुनै पनि बेला हृदयघात (Heart Attack) हुन सक्छ भन्नुभयो ।

म यज्ञवासी समर्पित भाइ भएकोले आदरणीय राजदिदीज्यूको अनुपस्थितिमा सहायक निर्देशक किरण बहिनीज्यूलाई सबै कुरा बताएँ । उहाँले तुरुन्तै यज्ञ स्नेही दिलप्रसाद पोखरेलज्यू सँग सम्पर्क गराउनु भयो । उहाँको डा. रवि मल्लसँग विशेष परिवारिक सम्बन्ध पनि भएकोले दोस्रो दिन पुनः गयौं । ठूलो भीडमा पनि भ्राता दिलप्रसादज्यूलाई देख्ने बित्तिकै डाक्टरले भित्र बोलाउनु भयो र सबै कुरा स्पष्ट पार्नुभयो । डाक्टरले बडो गम्भीर हुँदै भन्नुभयो छिटै उपचार गरिएन भने जुनसुकै बेला पनि Heart Attack हुन सक्छ ।

यज्ञ जिम्मेवार, अति स्नेही, अनुभवी किरण बहिनीज्यूलाई सबै कुरा राख्दा उहाँले अत्यन्तै उदारवादी भावना राखेर डाक्टरका अनुसार नै उच्च प्रविधिको प्रयोग गरेर छिटै गर्नुपर्छ भनी निर्णय लिनुभयो । तुरुन्त तयार भएर शिवरात्रिको अघिल्लो दिन सोमबार हामी गंगालाल हस्पिटलमा गयौं । किरण बहिनीज्यूको सल्लाह अनुसार लौकिक भाइ मीनबहादुर शाहीलाई खबर गरेँ । उनीहरू पनि परिवार सहित आए । त्यस दिन Hospital मा बडो भीड थियो । भाइ मीनकी श्रीमती करुणाज्यूले तुरुन्तै दाजु टेकबहादुरज्यू र भाउजु प्रतिमाज्यूलाई खबर गर्नुभयो । उहाँहरू डा. मल्लका निकटतम सम्बन्धी भएकोले उहाँहरूबाट ठूलो आत्मीय सहयोग प्राप्त भयो । मलाई NGOPLAST गर्ने स्थल तिर लगिदा विष्णु भाइ, किशोर भाइ, राजकुमार भाइ, मीन भाइ, उनकी श्रीमती

करुणाज्यू सबैले बडो उत्साह र हौसला दिलाएका थिए ।

डा. रवि मल्लको नेतृत्वमा लगभग ७/८ जना चिकित्सक, परिचारिका र प्राविधिक दक्ष र अनुभवी व्यक्तिहरूबाट थोरै समयमा सफलता पूर्वक NGOPLAST को कार्य सम्पन्न भयो । यस दौरान म पूर्ण जागृत चेतानाको स्थितिमा थिएँ । डाक्टरको Teem बाट भए गरेका सबै कुराकानी सुनिरहेको थिएँ । त्यो क्षण बडो बेजोडको थियो म NGOPLAST को बेडमा भए पनि प्यारा बापदादाको गोदमा निश्चिन्त थिएँ किनकि जसका साथी छन् भगवान् उसलाई के रोक्छ आँधि र तुफान । ठूलै Injection दायाँ हातमा लगाएको भए पनि सानो काँटा बिज्दा जसरी चस्स मात्र हुन्छ केवल त्यति मात्र भयो । उहाँहरूको अत्याधुनिक प्रविधिको प्रतिफल ९९% बन्द नशा, ब्लक भएको नशा खुलिसके छ। आधा घण्टा नबिन्दै डा. मल्लज्यूले बधाई दिदै सफल भयो भन्नुभयो । स्थिति सुली बाट काँडा वा पहाड बाट तिलको स्थिति भयो । NGOPLAST गरिएको दृश्य प्रत्यक्ष computer मा अवलोकन गरेर हेरेका लौकिक, अलौकिक परिवारहरूलाई पीडारहित, भयरहित संकोचरहित भएर हात हल्लाउदै अभिवादन गरेँ र भ्राता दिलप्रसादज्यूलाई फोनमा आभार प्रकट गरेँ । बडो रमाइलो सँग, सहज सँग, खुशी सँग NGOPLAST को कार्य सफल भयो ।

बाहिर ल्याएर दायाँ हातमा लगाएको ठूलो Injection निकाल्न मेडिकेडेड कपासको ठूलो डल्लो राख्दै बडो जोरले कसिकसाउ गरेर टेप लगाइयो अनि CCU तिर लगियो । बडो चंगा, हलुका अनुभव भयो । एक-एक स्थान, एक-एक व्यक्ति, एक-एक परिवेशको बडो नजिक र पूर्ण चेतनामा रहेर अनुभव गरियो । भरिभराउ भएको CCU का विमारीहरू कोही अतालिएका, कोही हतारिएका, कोही चिन्तित भएका देखेर बडो दया, करुणा लागेर आउँथ्यो र बाबा यी छटपटिएका असह्य पीडा भोगिरहेका आत्माहरूको पीडा कम होस् बाबा सँग बडो अनुनय-विनयका साथ यादमा रहेर सकाश दिन थालें । मलाई सायद बाबाले यी आत्माहरूको सेवाको लागि नै यहाँ पठाउनुभएको हो कि झैं लाग्थ्यो । आफ्नो हिसाव-किताब त छँदै छ त्यसमा पनि सेवा समाहित भएको महसुस गरियो । हर नर्स र डाक्टर मेरो सामुन्ने आउँदा बडो प्रफुल्लित भएर जान्थे । बडो खुशी लाग्थ्यो ।

यहाँ बडो उत्सुकता, कौतूहल र मार्मिकताको विषय पनि रहेको छ । जब Injection को ठूलो सियो निकालेर कपासको डल्ला सहित टेपले Tite गरियो तब देखि त्यस स्थानमा निरन्तर रूपमा टन-टन दुःख्न थाल्यो । त्यस बेला मेरा सामुन्ने दुईवटा विकल्प थिए कि त चुपचाप सहन गर्नु अथवा जोरले चिल्लाउनु । म अरू विमारी झैं दुख्यो भनेर चिल्लाउन सक्थें तर त्यसको बदलामा नर्सहरूले तुरुन्त Painkiller दिन सक्थे जुन म लिन चाहँदैनथें त्यसैले सहन गर्नु बाहेक केही उपाय थिएन । त्यसमा पनि निरन्तर टन-टन दुखिरहेको छ कति सहन गर्ने ? अकस्मात् मेरो अन्तरमनमा

बाबा (भगवान्) को याद वा सोच आयो । मन बाबा तिर लाग्यो । त्यस बेला अचम्म सँग Relife भयो दुख्न बन्द भयो । बाबाको याद टुट्यो दुःख्यो । फेरि याद गरे Relief भयो । बडो रमाइलो युक्ति हातमा लाग्यो अब म पनि निरन्तर बाबाको यादमा रहन थालें दुखाइ त आफ्नो ठाउँमा थियो होला तर मलाई यादमा रहुन्जेल दुखाइको Feel भएन । एक प्रकारको जादू नै भयो । एक राजयोगीको लागि राम्रो प्रयोग र प्रयोगशालाको अनुभव भयो । कहिले-कहिले अकल्याणमा पनि कल्याण हुन्छ, अपकारमा पनि उपकार हुन्छ अनि दुःखमा पनि सुख हुन्छ । अस्पताल आश्रम जस्तो महसुस भयो गंगालाल अस्पताल त्यतिकै सफा-सुग्धर समय-समयमा झाडु-पोछा लाउने भएकोले निकै सफा लाग्थ्यो भने बाहिर त खुला एवं हरिया दूबोका लन र रंगी-बिरंगी फूलहरूको दृश्य-दृश्यावली त्यतिकै मन-मोहक गर्ने खालको थियो । डाक्टरदेखि सबै स्टाफहरूमा कर्मठता, जागरुकता, प्रफुल्लता एवं स्नेह भावको झलक पाइन्थ्यो ।

तीन घण्टाको CCU पछि डिलक्स केविनमा ल्याइयो । त्यहाँ पुगेको लगतै हाम्रा यज्ञ स्नेही किरण बहिनीज्यू भेट्न आउनुभएको थियो । मौजुद सामग्री र अपुग सामग्री सबैको उपलब्धता गराएर बडो स्नेह, प्यार, पालना आदि सबै सँगै दिएर जानुभयो साथमा बिन्दु बहिनी र बालकृष्ण भाइ पनि हुनुहुन्थ्यो । ठूलो उत्साह र उमंग बढाउदै भन्नु भयो तपाईं त विमारी जस्तो नै लाग्दैन उही तन्दुरुस्त योगीको चेहरा झै लाग्छ । विमारी भेट्न आउने Visitor को यस्तो उत्साहजनक, प्रेरणाजनक, शुभ भावनाजनक सकारात्मक भावले विमारीमा अदम्य साहस बढ्छ, ठूलो मनोबल र हौसला प्राप्त हुन्छ । त्यसैले दुवा र दवाको गायन छ होला ।

त्यस सोमबार रात्रि ८ बजे तिर माउण्ट आबूमा दादी हृदय मोहिनीज्यूको साकार तनमा अव्यक्त बापदादा (निराकार शिव भगवान् र अव्यक्त ब्रह्मा बाबाको) दिव्य अवतरण हुने र त्यसलाइ Live telecast गरिने गरिन्छ । त्यो कार्यक्रम विभिन्न प्रयासबाट नआए पछि हामी शिव बाबाको यादमा बस्यौं । अति गहनता र घनिष्ठताको सम्बन्ध त्यस बेला जुटेको थियो । कर्म भोगले आफ्नो काम गरिरहेको भए पनि कर्म योगको विजय आफ्नो स्तरमा भइ नै रहेको थियो । मन बाबाको यादमा तल्लीन थियो, लवलीन थियो र डुबेको थियो । बाबाले सर्वशक्तिका किरण जुन फैलाइरहनुभएको थियो त्यो योगको माध्यमबाट यस शरीरका विभिन्न भागमा फैलिरहेको थियो । स्थूल काया नै सूक्ष्म काया बन्न पुगेको महसुस भएको थियो । बाबा सँगको निकटत्तम साँनिध्यको अनुभूति निकै आनन्ददायक थियो । साकारमा सुदीप भाइले त्यस रातमा साथ दिनुभएको थियो भने राजकुमार भाइ त सारा समय खट्नुभयो । अव्यक्त रूपमा बापदादाको न्यानो गोदमा पल्टेको अनुभव गर्दै पूरा रात छर्लङ्ग भएको पत्तै भएन । अमृतबेला उठेर पुनः बाबाको यादमा बस्यौं । रात भर दुखाइको अनुभव नै भएन । बडो अचम्म छ,

बाबाको कमाल छ ।

मंगलबार प्यारो शिवबाबाको जन्मजयन्ती महाशिवरात्रि बडो धुमधाम र भव्यताको साथमा मनाइँदै थियो भने आफू बाबाको साथमा रहेर सृष्टिलाई सूक्ष्म रूपबाट सकाश दिइरहेको मात्र आभास हुन्थ्यो । बिहान १० बजे तिर डा. मल्लको नेतृत्वमा चिकित्सकहरूको टोली निरीक्षणमा आउनुभएको थियो उहाँहरू सबैलाई अभिवादन र ओमशान्ति सन्देश उपहार दिएँ । उहाँहरू खुशी हुनुभयो र भन्नुभयो आज एक दिन Rest गर्नुहोस् भोलि Discharge गर्छौं । त्यस दिन अत्यधिक बी.के भाइ-बहिनीहरूको उपस्थितिले हस्पिटल आश्रम बनेको थियो भने दिन बितेको पत्तै भएन । रमाइलो रात बित्यो रमाइलो दिन । संगमका हर घडी उत्सव झैं भएको प्रतीत भयो ।

तेस्रो दिन बुधबार अमृतबेलादेखि नै बाबाको यादले सताइरह्यो । बाबाले मेरा सबै समस्या आफै लिएर शक्ति प्रदान गरिरहेको अनुभूति हुन्थ्यो । साविक समयमा चिकित्सकहरूको टोली निरीक्षण गर्न आयो र आज तपाईंलाई Discharge गर्छौं सबै ठीक छ, एक हप्ता पछि भेट्न आउनुहोस् भनी विदा लिनुभयो । सबै औपचारिकता पूरा गरेर, Hospital र Hospital परिवार सबैलाई कृतज्ञता र आभार व्यक्त गर्दै बाबाको घर ठमेलमा आइ पुगियो । आदरणीय राज दिदीज्यू, किरण बहिनीज्यूले विशेष टीका, फूल गुच्छा र आत्मिक दृष्टि दिएर अलौकिक सैर गराउनुभयो । त्यस बेलादेखि अद्यावधिसम्म विशेष परहेजका साथ बिहानदेखि बेलुकासम्मको सबै लिष्ट बनाएर किरण बहिनीज्यूले दिनुभएको अनुसार भण्डाराका बहिनीहरू सबैले यथावत् बडो मेहनत गरेर सेवा गरिरहनुभएको छ। दैवी परिवार, ईश्वरीय परिवार र ब्राह्मण परिवारको यो निःस्वार्थ, निःसर्त, आत्मिक प्यार सायद विरलै कसैले पाउँछन् होला त्यसको प्रत्यक्ष अनुभव हुँदै छ । नाम सहित सबै धन्यवादका पात्र छन् । बाबाले क्षीरखण्डको दुनियाँ जुन स्थापना गरिरहनुभएको छ त्यसको प्रत्यक्ष प्रमाण हाम्रो दैवी परिवार रहेको छ । अहिले म पूर्ण स्वस्थ भइसकेको छु तैपनि परहेजलाई पालना गरेको छु ।

अन्त्यमा यज्ञ परिवार, दैवी परिवार, लौकिक परिवारको जुन गहिरो आत्मिक स्नेह, सहयोग र सद्भाव रह्यो त्यो अत्यन्तै अविस्मरणीय रहेको छ। उहाँहरूको यस ऋण-भारलाई कसरी चुक्ता गरुँ यो साह्रै सोचनीय विषय बनेको छ । उहाँहरूप्रति आभार र कृतज्ञता राख्नु पनि अपूरो होला । जे भए पनि उहाँहरू सबैलाई स्नेहको कोशेली यही अर्पण गर्न चाहान्छु कि उहाँहरू सदा-सर्वदा सुस्वास्थ्य, निरोगी, दीर्घायु भइरहनुहोस् । ईश्वरीय ज्ञान, योग, धारणा, सेवा र स्नेहबाट भरपूर, मालामाल र परिपूर्ण बन्दै जानुहोस् । सधैं सुखी, शान्त र सम्पन्न रहनुहोस् ।

१. कृष्णपुर, चितवन : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै गलेश्वर संन्यास आश्रम देवघाटका पीठाधीश महामण्डलेश्वर अनन्त श्री आत्मानन्द गिरीजी महाराज साथमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमार अर्जुन भाइ तथा अन्य। २. मनहरी, हेटौडा : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व सभासद प्रल्हाद लामीछाने साथमा ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी, ब्रह्माकुमारी संगीता बहिनी, बरिष्ठ समाजसेवी रीता खनाल, समाजसेवी हरिबंश भेटवाल, रामचन्द्र उप्रेती तथा अन्य। ३. गौरीगञ्ज, भरतपुर : महाशिवरात्रिको अवसरमा झण्डोत्तोलन कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी चितवनका अध्यक्ष हरिप्रसाद न्यौपानेलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी अमृता बहिनी साथमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमारी बिना बहिनी तथा अन्य। ४. तेह्रथुम : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रममा मञ्चासिन सहायक प्र.जि.अ उमेश ढकाल, डी.एस.पी विदुर गौतम, जि.शि.अ, मेजर, ब्रह्माकुमारी गीता बहिनी, ब्रह्माकुमार लीला भाइ तथा अन्य। ५. बनेपा : महाशिवरात्रिको अवसरमा शान्ति यात्राको उद्घाटन गर्नुहुँदै काभ्रे उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष सूरकृष्ण वैद्य साथमा ब्रह्माकुमारी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी तथा अन्य। ६.नवलपुर : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै नेपाल नगरपालिका संघका अध्यक्ष डोरमणी पौड्याल साथमा ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी, ब्रह्माकुमारी रेवती बहिनी तथा अन्य। ७. धरान : महाशिवरात्रिको अवसरमा शान्ति यात्राको शुभारम्भ पश्चात् इलाका प्रशासन कार्यालयका उप सचिव सीताराम कार्कीलाई ईश्वरीय उपहार प्रदान गर्नुहुँदै नानीमैंया बहिनी। ८. बाँसबारी : शिवजयन्तीको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै बाँसबारी उच्च मा. विद्यालयका अध्यक्ष श्रीकृष्णप्रसाद गौतम साथमा ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी, ब्रह्माकुमारी बाबामैंया बहिनी, ब्रह्माकुमारी रोजी बहिनी तथा अन्य। ९. बेल्टार : शिवरात्रि महोत्सवको उद्घाटन गर्नुहुँदै नगर प्रमुख योगराज कार्की साथमा प्रहरी नायव निरीक्षक कुमार दाहाल, ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी तथा अन्य। १०. धरान : महाशिवरात्रिको अवसरमा रक्तदान कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै धरान उपमहानगरपालिकाका सचिव टिकादत्त राई साथमा ब्रह्माकुमारी नानीमैंया बहिनी, ब्रह्माकुमार तुलसी भाइ, प्राविधिक अ. सुभास साह। ११. फत्तेपुर : महाशिवरात्रि महोत्सवको उद्घाटन गर्नुहुँदै सशस्त्र प्रहरी बलका प्रहरी निरीक्षक शंकर दाहाल साथमा ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी, ब्रह्माकुमारी निरा बहिनी तथा ब्रह्माकुमारी रञ्जु बहिनी। १२. पातो बजार : शिवजयन्ती महोत्सवको उद्घाटन गर्नुहुँदै सशस्त्र प्रहरीका निरीक्षक राजन शाह साथमा ब्रह्माकुमारी भगवती बहिनी, ब्रह्माकुमारी नितु बहिनी तथा अन्य।

१. काठमाण्डौ : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन तथा शान्ति यात्री समागमन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै उप-प्रधान मन्त्री तथा गृहमन्त्री बामदेव गौतम साथमा ब्रह्माकुमारी राज दिदी, नेपाल धर्म शान्ति प्रतिष्ठानका अध्यक्ष इन्दिरा मानन्धर, ब्रह्माकुमारी किरण बहिनी, ब्रह्माकुमार रामसिंह भाइ तथा अन्य । २. ठमेल, काठमाण्डौ : महाशिवरात्रिको अवसरमा शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै कानुन, न्याय, संविधान सभा तथा संसदीय मामिला मन्त्री नरहरी आचार्य साथमा सभासद प्रा. भीमसेनदास प्रधान, ब्रह्माकुमारी राज दिदी तथा अन्य । ३. ओमबहाल : शान्ति यात्राको शुभारम्भको अवसरमा सम्बोधन गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी राज दिदी साथमा आपूर्ति मन्त्री श्री गिरिबहादुर के.सी. सभासदद्वय ध्यान गोविन्द रञ्जित र बिक्रम बहादुर थापा तथा अन्य । ४.तीनकुने : महाशिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै पूर्व प्रधानमन्त्री लोकेन्द्र बहादुर चन्द साथमा ब्रह्माकुमारी राज दिदी, ब्रह्माकुमारी सति बहिनी तथा अन्य । ५. नारायणगढ : शिवरात्रिको अवसरमा आयोजित प्रवचन कार्यक्रममा केक काट्नुहुँदै सभासद रामकृष्ण घिमिरे साथमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमार अर्जुन भाइ, समाजसेवी के. एल. भुषण, जवाहरलाल प्रधान तथा अन्य । ६. कोटेश्वर : महाशिवरात्रिको अवसरमा शान्ति यात्राको शुभारम्भ गर्नुहुँदै सभासद दीपक कुँईकेल साथमा ब्रह्माकुमारी बाबामैंया बहिनी, ब्रह्माकुमारी सति बहिनी तथा अन्य । ७. भरतपुर : शिवरात्रिको अवसरमा प्रवचन कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै कृष्णभक्त पोखरेल साथमा ब्रह्माकुमारी लक्ष्मी बहिनी, ब्रह्माकुमारी गंगा बहिनी, नारायणी उ. मा. वि. का अध्यक्ष टेक बहादुर थापा तथा अन्य । ८. चौघडा, हेटौडा : शिव जयन्तीको अवसरमा कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै सभासद इन्द्र बानियाँ साथमा ब्रह्माकुमारी सुशीला बहिनी, कार्यकारी अधिकृत भगवान अर्याल तथा अन्य ।