

प्रेरणा

आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा प्रकाशित

वर्ष : १ अङ्क : ३

आषाढ : २०७८

जुन २०२१

हृदयको आवाजलाई कसरी सुन्ने !



कतिपय मानिसहरूले आफ्नो हृदयको आवाजलाई कसरी सुन्न सकिन्छ भन्ने कुरा गर्छन्। हृदयको आवाजलाई सुन्नका लागि मनको आवाजलाई घटाउनुपर्छ किनभने मनको आवाज तीखो छ। यो त त्यस्तै कुरा हो- रेडियो बजिरहेको छ अनि कसैसँग कुराकानी गर्नुपर्ने भयो भने के गर्नुपर्छ! यदि ठूलो-ठूलो आवाज आइरहेको ठाउँबाट तपाईंले कसैसँग फोनमा कुरा गर्नुपर्ने भयो भने बाहिरको आवाजलाई केही गरी घटाउनुपर्ने हुन्छ। यदि बाहिरको आवाजलाई कम गर्ने सक्नुहुन्न भने कतै त्यस्तो स्थानमा जानुपर्ने हुन्छ जहाँ यत्तिको धेरै हल्ला हुँदैन किनभने तपाईं आफ्नो कुरा गर्न सक्नुहुन्छ। हृदयको आवाज सुन्ने कुरा पनि यस्तै हो। हृदयले त तपाईंसँग केही भनिरहेको छ अनि सदैव भन्दै आइरहेको छ र भनिरहनेछ। तर, मनको आवाज जसको ध्वनि यति धेरै चर्को भइरहेको छ त्यसैलाई हामी सुनिरहेका हुन्छौं।

तपाईं आफ्नो कोठाभित्र पसेपछि चुक्कल लगाउनुहुन्छ। त्यतिखेर पनि तपाईं एकलै हुनुहुन्न। अन्य थुप्रै कुराहरू तपाईंभित्र त्यस कोठामा गएका हुन्छन्। तपाईं पनि हुनुहुन्छ, जीवन पनि छ अनि मृत्यु पनि हुन्छ। त्यस कोठामा सबै कुरा हुन्छन्।

जस्तो कुनै बच्चा जब ऊ बजार जान्छ, ऊ मेलामा जान्छ अनि खेलौनातिर हेर्न थाल्छ। खेलौनामा हेर्दाहेर्दै उसले आफ्नो आमाबुवाको हात समातिरहेको छु या छैन भन्ने कुरा नै भुल्छ। मानिसले पनि सृष्टिकर्तासँग यस्तै व्यवहार गरिरहेको हुन्छ।

हामीले वास्तवमा यो आफ्नो मनको आवाजलाई केही शान्त पार्नुपर्छ भन्ने कुरालाई बुझ्नुपर्छ जसले गर्दा हामीले आफ्नो हृदयको आवाजलाई पनि सुन्न र बुझ्न सक्छौं। हाम्रो हृदयले हामीलाई के भनिरहेको छ! त्यसका लागि केवल यही हो- “तपाईंभित्र श्वास आइरहेको छ अनि

गइरहेको छ। यसलाई बुझ्नुहोस्। आफ्नो जीवनलाई सफल पार्नुहोस्। तिनलाई प्रेम गर्नुहोस् जो तपाईंको हृदयमा बसेका छन्।” हृदय त चीज नै त्यस्तो हो किनभने यो हृदयमै ती सृष्टिकर्ता बसेका छन्। जसको ध्वनिलाई सुन्नका लागि अन्य क्षेत्रको आवाजलाई घटाउनु आवश्यक हुन्छ।

जस्तो कुनै बच्चा जब ऊ बजार जान्छ, ऊ मेलामा जान्छ अनि खेलौनातिर हेर्न थाल्छ। खेलौनामा हेर्दाहेर्दै उसले आफ्नो आमाबुवाको हात समातिरहेको छु या छैन भन्ने कुरा नै भुल्छ। मानिसले पनि सृष्टिकर्तासँग यस्तै व्यवहार गरिरहेको हुन्छ। यो मेलारूपी संसारमा हराएर उसले सृष्टिकर्तालाई पनि बिसन्ध्छ। मनको संसार त निर्माण भइरहेको छ तर हृदयको संसार कहाँ छ! हृदयका लागि कुनचाहिँ संसार छ? आफ्नो जीवनमा, यो जीवनमा यो हृदयको संसार पनि त निर्माण गर्नुहोस्। जुन दिन तपाईं यो जगत्मा आफ्नो हृदयको संसार निर्माण गर्न थाल्नुहुन्छ अनि त्यो खेलौनातिर पनि ध्यान दिनुहुन्छ जुन हृदयका लागि ग्राह्य छ त्यही खेलौनाले यो सारा संसारलाई रचना गरेको छ। हृदय त्यतातिर दौडिन्छ। त्यो नै उसको खेलौना हो। ऊ त त्यसैका साथमा खेलन चाहन्छ। जब यसबारेमा निर्णय लिनुहुन्छ नि तब अरू के चाहिन्छ, जीवनमा! त्यसपछि त्यतातिर पनि मोडिन सुरु गर्नुहुनेछ।

प्रेम रावतद्वारा सम्बोधन

कोभिड-१९ महामारीको पहिलो लहरको प्रभाव केही कम भएपछि प्रेम रावतले दक्षिण अमेरिकाको ब्राजिल, दक्षिण अफ्रिका र युरोपको स्पेनमा पुगेर केही अन्तर्वार्ता दिनुका साथै विभिन्न कार्यक्रमहरूमा सम्बोधन गर्नुभयो। तीमध्ये केही कार्यक्रमहरू भर्चुअल (अनलाइन) माध्यमबाट प्रसारित भए भने केही प्रसारण हुने क्रममा छन्। त्यसपछि कोभिड-१९ को दोस्रो लहरले विश्वका मानिसलाई त्रसित बनाइरहेको अवस्थामा धैर्यता र हिम्मत बढाउन उहाँले हिन्दीमा ‘हिम्मतका समय’ शीर्षकको श्रृङ्खलाबद्ध अनलाइन सम्बोधन सुरु गर्नुभएको छ भने अङ्ग्रेजीको ‘वनटुवन’ श्रृङ्खलालाई निरन्तरता दिइरहनुभएको छ। त्यस्तै अमेरिकाको क्यालिफोर्नियामा भएको एउटा सानो कार्यक्रमलाई पनि सम्बोधन गर्नुभयो। उक्त कार्यक्रमलाई टाइमलेसटुडेमा प्रत्यक्ष प्रसारण गरिएको थियो।

यसमित्र

- गतिविधिहरू
- लघुकथा : राजा र अर्कै देशका मानिस
- चुटुकिला : धारणा र वास्तविकता
- कविता : चिनौं जीवन
- कठिन परिस्थितिमा कसरी सकारात्मक रहने !

शुभ कार्य गर्नका लागि सबै समय शुभ नै हुन्छ। मार्टिन लुथर किड, जुनियर

जिल्ला प्रचार संयोजकहरूको बैठक

२०७७ चैत्र महिनाको पहिलो शनिबार ७ गते ३२ जना सहभागीहरूको उपस्थितिमा जिल्ला प्रचार संयोजकहरूको बैठक बसेको थियो। बैठकमा केन्द्र तथा उपकेन्द्रको प्रगतिको अवस्था, जिल्ला प्रचार टिममा सहभागिता र प्रचार विभागबाट भइरहेका प्रयासहरूका बारेमा छलफल गरिएको थियो। बैठकमा ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूका लागि टाइमलेसटुडेको प्रयोग, त्रैमासिक न्युजलेटर र जिल्लाका गतिविधिहरूबारे छलफल भएको थियो। यसका साथै आधिकारिक सामाजिक सञ्जालका समूहहरूमा मात्र सामेल हुन अनुरोध गरिएको थियो।

सामाजिक सञ्जाल टिमको बैठक

२०७७ चैत्र ११ गते सामाजिक सञ्जाल टिमको दोस्रो तहको बैठक बसेको थियो। यस बैठकमा सामाजिक सञ्जाल सम्बन्धी हालसम्म प्राप्त भएका गुनासा समाधान तथा नयाँ प्रकृतिका चुनौतीहरू, आगामी कार्ययोजना र आचारसंहिता पालनाका बारेमा समेत छलफल भएको थियो।

तीन सहायकलाई तालिम

केन्द्रीय कार्यालयद्वारा सञ्चालन गर्न तयारी अवस्थामा रहेको तीन सहायक तालिम कोभिड-१९ को दोस्रो लहरका कारण हाललाई स्थगित गरिएको छ। विभिन्न चरणमा भएका कार्यशाला र छलफलहरूबाट तालिमका लागि आवश्यक जनशक्ति तयार गरिएको छ। यो महामारी साम्य भएपछि निकट भविष्यमा आत्मज्ञान प्रचार संघले उक्त तालिमलाई सञ्चालन गर्नेछ।

चट्याड विपद् व्यवस्थापन कार्यक्रम सम्पन्न



२०७७ चैत्र २० गते आत्मज्ञान प्रचार संघ सामाखुशी परिसरमा चट्याड र आकस्मिक उच्च विद्युत प्रवाहबाट हुने क्षति न्यूनीकरणका लागि अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो। ६७ जनाको सहभागिता रहेको उक्त कार्यक्रममा 'साउथ एसियन लाइटनिङ नेटवर्क' का अध्यक्ष डा. श्रीराम शर्माले चट्याड र अर्थिडका बारेमा लाभप्रद जानकारी दिनुभएको थियो। उहाँले चट्याडबाट कसरी जोगिने, आफ्नो घर र घरभित्रका बिजुली उपकरणहरूको बचावट कसरी गर्ने जस्ता विषयमा सैद्धान्तिक जानकारी दिनुका साथै प्रयोगात्मक अभ्याससमेत गराउनुभएको थियो।



राहत वितरण कार्य

२०७७ फाल्गुन १८ गते ताप्लेजुड जिल्लाको मेरिडदेन गाउँपालिका स्थित दोभान बजारमा ठूलो आगलागी भएको थियो। जसमा करिब ६३ घरहरू जलेर ध्वस्त भएका थिए। आत्मज्ञान प्रचार संघ र प्रेमसागर फाउन्डेसन नेपालको सहयोगमा उक्त आगलागीबाट प्रभावित घर परिवारलाई दैनिक अत्यावश्यक खाद्यान्न, त्रिपाल, ब्लाडकेट, डसना, लत्ताकपडा लगायतका राहत सामग्रीहरू वितरण गरिएको थियो।

जिल्लाप्रचार गतिविधिहरू

प्रचार सम्बन्धी विभिन्न गतिविधि र योजनाहरूका बारेमा छलफल गर्न केही जिल्लाले अनलाइन बैठकहरू गर्दै आइरहेका छन्। बैठकमा केन्द्रीय कार्यालयको प्रचार विभागबाट प्राप्त भएका प्रचार सम्बन्धी सामग्रीहरूका बारेमा छलफल गरिन्छ। ती बैठकहरूमा जिल्लामा भइरहेका कार्य, भावी योजना र सूचनाहरूको जानकारीसमेत गराइन्छ। चैत्र महिनामा ३ ओटा जिल्ला (भक्रापा, सप्तरी र मोरङ) ले अनलाइन बैठक गरेको थियो भने उदयपुर जिल्लाले चाहिँ ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूलाई केन्द्रमा स्वास्थ्यका मापदण्ड अपनाई भौतिक उपस्थितिमा नै बैठक तथा कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरेको थियो।

पत्रपत्रिकामा शान्ति सन्देश

प्रेम रावतको शान्ति सन्देश करिब दुई वर्षदेखि विभिन्न पत्रपत्रिकामा निरन्तर प्रकाशित हुँदै आइरहेको छ। साप्ताहिक रूपमा 'चितवन पोष्ट दैनिक' तथा पाक्षिक रूपमा 'नेपाल समाचारपत्र राष्ट्रिय दैनिक' मा उहाँको सन्देश प्रकाशन भइरहेको छ। आत्मज्ञान प्रचार संघको प्रिन्ट मिडिया टिमले छापा माध्यम तथा अनलाइनमा समेत गरेर सयभन्दा बढी लेखहरू प्रकाशन गरिसकेको छ। यी लेखहरूको अनलाइन लिङ्कलाई प्रचार कार्यालयका भाइबर तथा ट्वाट्सप समूहहरूमा सेयर गर्ने गरिन्छ।

राजा र अर्कै देशका मानिस

एकपटक राजाकहाँ अर्कै देशबाट केही मानिसहरू आए । अनि उनीहरूले भने- “हामीलाई स्थान दिनुहोस् । हामी आफ्नो घर बनाउन सकौं । घर निर्माण गर्न सकौं ।”

राजाले भने, “म तपाईंहरूलाई एउटा उदाहरण देखाउँछु ।” उनले दुई गिलास दूध मगाए । एउटा ठूलो गिलासमा अनि अर्को सानो गिलासमा । उनले सानो गिलासको दूधलाई ठूलो गिलासमा राखे तर ठूलो गिलास त पहिल्यै भरी थियो । त्यसकारण दूध पोखियो । अनि राजाले भने, “हाम्रो अवस्था यस्तै छ । यहाँ पहिलादेखि नै ठाउँ भरिभराउ छ । यदि तपाईंका मानिसहरू यहाँ आउनुभयो भने हामी तपाईंलाई कुन स्थानमा राखौं ? त्यसकारण तपाईंहरू जानुहोस् ।”

उनले त्यो चिनीलाई लिए अनि त्यो दूधको गिलासमा हालेर घोलिदिए । उनले भने, “हामी यस्तै छौं । हामी चिनी हौं । हामी घोलिएर मिठास भरिदिन्छौं ।”

त्यहाँबाट आएका मानिसहरूमध्ये पनि एकजनाचाहिँ बुद्धिमान मानिस थिए । उनले भने, “ठीकै छ ! म तपाईंलाई उत्तर दिन चाहन्छु ।” उनले राजालाई भने, “एक गिलास दूध र चिनी मगाउनुहोस् ।” उनले त्यो चिनीलाई लिए अनि त्यो दूधको गिलासमा हालेर घोलिदिए । उनले भने, “हामी यस्तै छौं । हामी चिनी हौं । हामी घोलिएर मिठास भरिदिन्छौं ।” त्यसपछि राजालाई बोध भयो अनि उनले आगन्तुकहरूलाई त्यहाँ बस्ने व्यवस्था मिलाइदिए ।

परिवारमा पनि कहिलेकाहीँ सानोतिनो अन्तर्विवाद एक-आपसमा भइहाल्छ । कहिले छोराछोरीसँग कुरा मिल्दैन, कहिले कसैसँग कुरा मिल्दैन । घरमा जति पनि सदस्यहरू छन् के उनीहरू चिनी बन्न सक्दैनन् जसले गर्दा उनीहरूले यो परिस्थितिमा पनि सबैका लागि मिठास ल्याउन सकून् !

(प्रेम रावत सरल भाषामा कथाहरूमाफत सकारात्मक सन्देश दिने वक्ताका रूपमा पनि संसारभरि प्रसिद्ध हुनुहुन्छ । उहाँकै सन्देशबाट यो कथा साभार गरिएको हो ।)

यस प्रेरणा पत्रिकामा प्रकाशित सामग्रीहरू- ‘हृदयको आवाजलाई कसरी सुन्ने !’ र ‘कठिन परिस्थितिमा कसरी सकारात्मक रहने !’ लेखलाई प्रेम रावतको सन्देशबाट साभार गरी अनुवाद गरिएको हो । उहाँ मानवता र शान्तिका विषयमा चर्चा गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय वक्ता हुनुहुन्छ ।

धारणा र वास्तविकता

एकजना व्यक्ति सार्वजनिक बगैँचाको एउटा कुर्सीमा बसिरहेका थिए । उनीसँगै कुर्सीमुनि तल एउटा कुकुर थियो । त्यत्तिकैमा अर्का व्यक्तिले त्यहाँ आएर सोधे-

‘तपाईंको कुकुरले टोक्छ ?’

पहिलो व्यक्तिले भने, ‘अह ! मेरो कुकुरले टोक्दैन ।’

यति सुनेर दोस्रो व्यक्तिले त्यस कुकुरलाई सुम्सुम्याउन थाले । कुकुरले उनलाई टोकिदियो ।

उनले रिसाउँदै भने, ‘तपाईंले त टोक्दैन भन्नुभएको थियो, यो कुकुरले त टोक्यो नि !’

पहिलो व्यक्तिले भने, ‘यो मेरो कुकुर नै होइन ।’

हामी कुनै धारणा बनाउँछौं र त्यसअनुसार अघि बढ्छौं तर वास्तविकता भने फरक हुन्छ ।

कविता

चिनी जीवन


लाखौं चाह र कल्पना रहरले मस्तिष्क यो पूर्ण छ
नित्यै लोभ र क्रोधले वदन यो आक्रान्त आक्रान्त छ
पृथ्वीमा भुटको असत्य बिउको खेती छ बढ्दो अभ्र
मास्दै मानवता स्वयम् भुवनमा हामी भुलेछौं सब ।

आफ्ना स्वार्थ निमित्त आज जन ती बन्दै गए दानव
बिर्सी शाश्वत सत्य आज सजिलै भाग्यौ कता मानव
यो आफ्नोपन नै भुली सफलता पाएर के गर्दछौ ?
प्यारो जीवन अर्थ बुझ्न नसकी बाँचेर के गर्दछौ ?

आफ्नो जीवनको अमूल्य रस यो चाखेर आनन्दले
यो अस्तित्व बुझेर सार्थक बनाँ त्यो प्रेम सौहार्दले
धर्ती दिव्य छ दिव्य जीवन छ यो ताजा रहोस् चेतना
सेवा मानवता र प्रेम करुणा होस् पूर्ण सद्भावना ।

प्राणी केवल होइनौं सुन सखे हामी स्वयम् श्रेष्ठ हौं
सारा मोह जितेर सत्य सजिलै बुझ्ने महाशक्ति हौं
सारा विश्व छ आज दुःखित निकै धेरै भुटा कर्मले
हाम्रो सत्य सुमार्ग होस् रहरिहोस् आनन्दका साथले ।
(छन्द : शार्दूलविक्रीडित)

 बिराज वाग्ले

प्रायः सबै मानिसले आफूसँग कुनै शक्ति छैन भन्ने सोचेर आफूसँग भएको अनन्त शक्तिलाई त्याग गर्ने गर्दछन् ।  एलिस वाल्कर

कठिन परिस्थितिमा कसरी सकारात्मक रहने !

वर्तमान परिस्थितिका कारण धेरै मानिसहरू दुःखी र भयभीत भइरहेका छन् । मानिसहरू के बुझ्न सकिरहेका छैनन् भने- यति सूक्ष्म चीज जसलाई आँखाले देख्न सकिँदैन । जसलाई हेर्नका लागि सूक्ष्मदर्शक यन्त्र (माइक्रोस्कोप) को आवश्यकता पर्दछ तर त्यसले कसरी यति धेरै क्षति पुऱ्याउन सक्थो ! कति हजारौं, लाखौं मानिसहरू यो रोगबाट प्रभावित भएका छन् । यद्यपि यो एकदमै दुःखको कुरा हो तर तपाईं यसका कारणले विवश भएर बस्नु आवश्यक छैन । तपाईंले के बुझ्नु आवश्यक छ भने आफूलाई आवश्यक पर्ने चीजको स्रोत तपाईं नै हुनुहुन्छ । तपाईंभित्र एउटा अचम्मको कुरा छ- तपाईंभित्र आशा छ । तपाईंभित्र स्पष्टता छ । तपाईंभित्र विवेकको स्रोत छ । यो समयमा तपाईंलाई यिनै कुराहरू आवश्यक छन् । जसले, तपाईंलाई यो कठिन परिस्थितिमा पनि साहस र हिम्मत बढाउन सहयोग गर्छ ।

६ तपाईंभित्र प्रकाश छ । चाहे बाहिर जतिसुकै अँध्यारो नै किन नहोस् । त्यो प्रकाशलाई बाहिर प्रकाशित हुन दिनुहोस् ।

कुनै पनि चीज अन्तिम अवस्थामा काम लाग्दैन । तपाईंभित्र रहेको चीज जसमा तपाईं ध्यान केन्द्रित गर्नुहुन्छ, त्यही चीज नै काम लाग्छ । त्यो तपाईंको शक्ति हो, कमजोरी होइन । तपाईंका शक्तिहरू नै काम लाग्नेछन् । तिनमा ध्यान दिनुहोस् । तिनीहरू आज पनि काम लाग्नेछन् । चाहे जस्तोसुकै परिस्थिति होओस् ती शक्तिहरू हामीभित्रै छन् । तिनै शक्तिले हामीलाई अघि बढ्न हिम्मत प्रदान गर्छन् । तपाईंभित्र राम्रोपना छ । तपाईंभित्र प्रकाश छ । चाहे बाहिर जतिसुकै अँध्यारो नै किन नहोस् । त्यो प्रकाशलाई बाहिर प्रकाशित हुन दिनुहोस् । त्यो राम्रोपनालाई उजागर हुन दिनुहोस् । त्यो असलपनालाई आफ्नो जीवनमा एउटा यस्तो प्रेरणाको स्रोत बनाउनुहोस् जसमा तपाईं विश्वास गर्न सक्नुहोस् ।

तपाईं नै आफ्नो परिस्थितिको निर्माता हुनुहुन्छ । यो तपाईंमाथि नै निर्भर रहन्छ- तपाईं आफ्ना लागि स्वर्ग पनि निर्माण गर्न सक्नुहुन्छ अनि नर्क पनि । मेरो सुझाव के छ भने- आफ्ना लागि स्वर्ग बनाउनुहोस् । त्यसको स्थापना गर्नुहोस् अनि आनन्द लिनुहोस् । किनभने, यो श्वास आउँछ अनि जान्छ । यसका लागि हामीले इच्छा व्यक्त गरिरहनु पनि पर्दैन । यसका लागि कुनै बटनलाई थिच्नु पर्दैन । श्वास तपाईंभित्र आइरहेको छ अनि गइरहेको छ । यो सबैभन्दा ठूलो कृपा हो । यसले एउटा नयाँ आशा, नवीन सोचका साथ हरेक दिन एउटा नयाँ बिहानी लिएर आउँछ । संसारमा

योभन्दा ठूलो खुशीको खबर अरू केही पनि छैन । एउटा नवीन सोचले हामीलाई जिन्दगीमा सकारात्मक तरिकाबाट जिउनका लागि सहयोग पुग्दछ ।

६

शान्ति अनुभूत भएपछि मानिसलाई एउटा यस्तो सुख प्राप्त हुन्छ, ऊ यस्तो सुखी हुन्छ जसलाई 'ऊ किन सुखी छ' भनेर यो संसारले बुझ्नै सक्दैन ।

कुरा त यो समयमा ध्यानपूर्वक काम गर्ने बारेमा हो । तपाईं जीवित हुनुहुन्छ । आफ्नो ध्यान त्यस चीजमा लगाउनुहोस् जसबाट तपाईंको हृदयमा आनन्द आओस् । तपाईंको जीवनमा खुशी प्राप्त होस् । तपाईंलाई यो संसारको सुख पनि प्राप्त हुन सक्छ । तर, तपाईंलाई संसारको सुख प्राप्त भइरहँदा शान्ति पनि प्राप्त हुन्छ भन्ने पनि होइन । कुनैबेला त कस्तो हुन्छ भने तपाईंलाई संसारको सुख प्राप्त भइरहेको छ तर शान्ति प्राप्त हुँदैन । शान्ति अनुभूत भएपछि मानिसलाई एउटा यस्तो सुख प्राप्त हुन्छ, ऊ यस्तो सुखी हुन्छ जसलाई 'ऊ किन सुखी छ' भनेर यो संसारले बुझ्नै सक्दैन । तपाईंसँग जागिर छ, तपाईंसँग परिवार छ । तर, यी सबै कुरा भएर पनि मानिस सुखी नै हुन्छ भन्ने चाहिँ होइन ।

मानिसको जीवनमा यति धेरै समस्याहरू छन् । फलतः उनीहरूको ध्यान तिनै समस्याहरूमा नै जान्छ । अनि, समस्याहरूतिर ध्यान जान थालेपछि अझै धेरै समस्या बढ्छन् । हाम्रो जीवनमा जुन राम्रा-राम्रा चीजहरू छन्, सबै कुरा भएर पनि तिनलाई हामी कुनै महत्त्व नै दिँदैनौं । परिवारमा आमा हुनुहुन्छ, बाबा हुनुहुन्छ । यो त खुशीको कुरा हो किनभने हाम्रा बुवा हुनुहुन्छ, आमा हुनुहुन्छ तर यस कुरामा ध्यान नै जाँदैन । उहाँहरू के भनिरहनुभएको छ भन्नेमा मात्रै ध्यान जान्छ । यदि उहाँहरूले तपाईंलाई केही मन नपर्ने कुरा भनिरहनुभएको भए एउटा कानले सुन्नुहोस् र अर्को कानले उडाइदिनुहोस् । यदि तपाईंले जीवनमा मानिसहरूभित्र भएको खराबी र अवगुणलाई हेर्नुको साटो राम्रोपनालाई खोज्न थाल्नुभयो भने तपाईंलाई राम्रोपना नै प्राप्त हुनेछ । यो कुरामा ध्यान दिनुहोस्- जोसँग तपाईं प्रेम गर्नुहुन्छ, उसँग प्रेमपूर्वक नै व्यवहार गर्नुहोस् ! आमा-बुवाहरूले छोराछोरीसँग अवश्य प्रेम गर्नुहुन्छ । तर, उहाँहरूले कहिल्यै 'म तिम्रीलाई माया गर्छु' भन्नुहुन्न । जसलाई तपाईं माया गर्नुहुन्छ नि उसलाई 'माया गर्छु' भनेर पनि भन्नुहोस् ।

आत्मज्ञान प्रचार संघ

सामाखुशी, काठमाडौं, फोन नं.: ०१-४३५२९१२/४३५२९८०


Email: agps@mos.com.np

शान्ति सन्देशका लागि आधिकारिक अनलाइन स्रोत

www.premrawat.com,

www.timelesstoday.tv, www.tprf.org

www.youtube.com/premrawatofficial

सुन्दरता सबैतिर छ तर सबैले त्यसलाई देख्न सक्दैनन् ।  कन्फ्युसियस