

प्रेरणा

आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा प्रकाशित

वर्ष : १ अङ्क : ४

आश्विन : २०७८

सेप्टेम्बर २०२१

पारिवारिक समस्या भए तापनि शान्ति कसरी प्राप्त गर्ने !



मानिसलाई व्यक्तिगत शान्तिको आवश्यकता छ । व्यक्तिगत शान्ति नभएसम्म यो संसारमा कहिल्यै पनि शान्ति स्थापना हुन सक्दैन ।

वर्तमान पारिवारिक अवस्थालाई नियाल्ने हो भने महिला र पुरुषका बिचमा जस्तो समझदारी विकसित हुनुपर्थ्यो त्यसरी विकसित भएको पाइँदैन । यसकै कारणले धेरैजसो आपसी कलह हुने गर्छ । त्यो भगडा सृजना हुन नदिन अनि घरमा शान्ति कायम राख्नका लागि मानिसले के गर्नुपर्छ ?

सबैभन्दा पहिला त महिला र पुरुष दुवैले एक-अर्कालाई राम्रोसँग बुझ्नु आवश्यक छ । अनि, 'दुवै मानिस हुनु' भन्ने कुरा बोध गर्नु पनि उत्तिकै आवश्यक छ । प्रकृतिले महिला र पुरुष दुवैलाई बनायो किनभने दुवै मिलेर अधि बढ्न सक्न् । विवाहपश्चात् चाहे ऊ नारी या पुरुष जो भए पनि उसलाई जीवनमा कुनै न कुनै कमी महसुस भएको हुन्छ । त्यो अभावले उसलाई सताएकै कारणले ऊ चिन्तित भएर त्यो चिन्तालाई कोही अरूमाथि पोख्न थाल्छ । उसलाई थाहा छ, आफ्नो समस्या अन्यत्र त पोख्न सक्दैन । फलतः जसलाई उसले माया गर्नुपर्ने हो तिनै बालबालिकामाथि आफ्नो कुण्ठा पोख्न थाल्छ । किनभने, एउटा मान्छे आफूभित्र अभाव महसुस गरिरहेको छ । उसलाई देखेपछि बिस्तारै-बिस्तारै परिवारका अरू सदस्य पनि दुःखी हुन थाल्छन् ।

आफ्नो परिवारको दुईओटा कुरा भए पनि सुन्नुहोस् । यदि ती दुईओटा कुरा सुन्न थाल्नुभयो भने त्यो एकदिन तीन शब्दमा बदलिनेछ : 'आइ लभ यु ।' अर्थात् 'म तपाईंलाई माया गर्छु ।'

चाहे जस्तोसुकै परिवार भए पनि हरेक दिन मानिसले परिवारमा शान्ति स्थापना गर्ने कोसिस गर्नु आवश्यक छ । मानिसहरू त एकपटक केही गरिदिएपछि सधैं शान्ति स्थापना हुन्छ भन्ने ठान्छन् तर यस्तो हुँदैन । के तपाईंले एकपटक खाना खाएर सधैंलाई पुग्ने हो र ?

होइन ! त्यस्तै गरेर हरेक दिन खानुपर्छ, तिर्खा लागेका बेलामा तपाईंले पानी पिउनुपर्ने हुन्छ । परिवारका लागि शान्तिको आवश्यकता पनि यस्तै हुन्छ । यसका लागि सबैभन्दा पहिला तपाईंले नै सुरुवात गर्नुपर्छ त्यसपछि तपाईंले अरूसमक्ष शान्तिको माहोल सिर्जना गर्न सक्नुहुन्छ ।

हामी त एक-अर्कालाई दोष दिन्छौं तर हामीले 'मैले यस्तो के गरें' भनेर आफूतिर हेर्दैनौं । आमाबुवाले हामीलाई जन्म दिनुभयो । यसको लागि हाम्रो जीवनमा हामीभित्र आभार हुनुपर्छ । चाहे उहाँहरूले मेरा लागि अरू केही गर्न नसक्नुभएको भए पनि, मेरा सपनालाई पूरा गर्न नसक्नुभएको भए पनि केही छैन । मलाई जन्म त दिनुभयो । मेरो जन्म भएकै कारणले मलाई जीवन प्राप्त भएको छ । त्यसकारण ममा शक्ति छ- म स्वयमले नै आफ्नो सपनालाई साकार पार्न सक्छु । बालबालिकाले यो कुरा बुझेपछि धेरै कुरा बदलिन सक्छ ।

आफ्नो परिवारको दुईओटा कुरा भए पनि सुन्नुहोस् । यदि ती दुईओटा कुरा सुन्न थाल्नुभयो भने त्यो एकदिन तीन शब्दमा बदलिनेछ : 'आइ लभ यु ।' अर्थात् 'म तपाईंलाई माया गर्छु ।' यदि हामीले आफ्नो जीवनमा यी सबै कुरालाई अपनायो भने हाम्रो जीवनमा एउटा ठूलो परिवर्तन आउन सक्छ ।

प्रेम रावतद्वारा सम्बोधन

प्रेम रावतले पहिलोचोटि शान्ति सन्देश लिएर जानुभएको ५० औं वार्षिकोत्सवको उपलक्ष्यमा बेलायत र अमेरिकामा क्रमशः २०२१ जुन १७ र जुलाई १७ मा विशेष सम्बोधन गर्नुभयो । यसका साथै उहाँले अङ्ग्रेजी भाषामा लेख्नुभएको नयाँ पुस्तक 'हियर योरसेल्फ' (आफैलाई सुन्नुहोस्) को सेप्टेम्बर १४ मा भएको लोकार्पण कार्यक्रमपूर्व अगस्त र सेप्टेम्बर महिनामा अमेरिकाका विभिन्न शहरहरूमा प्रत्यक्ष कार्यक्रमहरू गर्नुभयो । उक्त कार्यक्रमका अतिरिक्त गुरुपूजाको अवसरमा जुलाई २५ र जुलाई ३१ मा अमेरिकामा नै उहाँले विशेष कार्यक्रम गर्नुभएको थियो । यी कार्यक्रमलाई टाइमलेस टुडेको माध्यमबाट प्रत्यक्ष प्रसारण गरिएको थियो भने केही कार्यक्रम टाइमलेस टुडेमा उपलब्ध हुने क्रममा छन् ।

यसमित्र

- ✦ गतिविधिहरू
- ✦ लघुकथा : कृकुरको चलाखीपन
- ✦ कविता : सार्थक जीवन
- ✦ कार्टून : असल सिंह र खराब सिंह
- ✦ अप्ठ्यारो समयमा पनि कसरी खुशी रहने !

आफू अज्ञानी छु भन्ने थाहा पाउनु ज्ञानको मार्गमा ठूलो फड्को हो । बेन्जामिन फ्र्याङ्क्लिन

अनलाइनमार्फत विशेष कार्यक्रम सञ्चालन



राहत वितरण कार्य सम्पन्न

कोभिड-१९ को पहिलो तथा दोस्रो लहरमा आत्मज्ञान प्रचार संघले अष्टयारोमा परेका व्यक्तिहरूलाई राहत वितरण कार्यक्रम गरेको थियो। मिति २०७८ जेष्ठ २८ गते ७ जनाको समूह बनाई ५११ केन्द्रहरूमा सम्पर्क गरी समस्यामा रहेका व्यक्तिहरूको विवरण सङ्कलन गरिएको थियो। तत्पश्चात् राहत आवश्यक परेका १८१ जनालाई दैनिक अत्यावश्यक खाद्यान्न सामग्रीहरू वितरण गरिएको थियो।

जिल्ला प्रचार संयोजकहरूको बैठक

२०७८ आषाढ ५ गते पहिलो शनिवार बिहान ७:०० बजे ४६ जनाको उपस्थितिमा जिल्ला प्रचार संयोजकहरूसँग बैठक सम्पन्न भएको थियो। बैठकमा केन्द्र तथा उपकेन्द्रहरूको अवस्था र आत्मज्ञान प्रचार संघले गरिरहेका कार्यक्रमहरूबारे छलफल गरिएको थियो।

उक्त बैठकमा आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा कोभिड-१९ तथा बाढी-पहिरोबाट प्रभावित मानिसहरूका लागि सक्दो सहयोग गर्ने, टेलिमेडिसिन सेवाको सुरुवात, टाइमलेस टुडे चलाउनका लागि तालिमको योजना, भिडियो कार्यक्रमका लागि जुम सञ्चालन तथा एम. सी. (उद्घोषण) गर्नका लागि इच्छुक व्यक्तिको नामावली सङ्कलन गर्ने लगायतका विषयमा छलफल गरिएको थियो।

अनलाइन कार्यक्रम सञ्चालन सम्बन्धी तालिम

२०७८ आषाढमा आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा अनलाइनका माध्यमबाट भिडियो कार्यक्रम सञ्चालन गर्न इच्छुक व्यक्तिहरूका लागि तालिमको आयोजना गरियो। उक्त कार्यक्रम सञ्चालनका लागि जुम चलाउने व्यक्तिको आवश्यकता भएकाले तीनओटा तालिम दिइयो। त्यस तालिममा सहभागी भई तयार भएका ५ जनामध्ये हाल ३ जनाले जुमका माध्यमबाट अनलाइन कार्यक्रम गरिरहनुभएको छ। यसका साथै यसै महिनामा आयोजित अनलाइन एम.सी. तालिममा २३ जनाको सहभागिता रहेकोमा हाल ४ जनाले सो कार्य गरिरहनुभएको छ।

कोरोना महामारीका कारण स्थगित भएको प्रेम रावतको शान्ति सन्देश सम्बन्धी परिचयात्मक कार्यक्रमलाई अनलाइनका माध्यमबाट प्रारम्भ गरिएको छ। नयाँ व्यक्तिसम्म सन्देश पुऱ्याउने उद्देश्यलाई ध्यानमा राखेर २०७८ जेष्ठ १९ गतेदेखि जुम प्रविधिको माध्यमबाट अनलाइन भिडियो कार्यक्रमको सुरुवात गरिएको हो। हरेक हप्ता शनिवार हिन्दी भाषामा दिउँसो १:०० बजे र नेपाली भाषामा दिउँसो २:३० बजे सञ्चालन गर्दै आइरहेको यस कार्यक्रममा इच्छुक सबैबाट सक्रिय सहभागिता रहने अपेक्षा गरिएको छ। यसका साथै महामारीको अष्टयारो अवस्थामा हिम्मत, प्रेरणा र शान्तिको आवश्यकतालाई महसुस गरेर ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूका लागि २०७८ जेष्ठ १५ गतेदेखि जुमका माध्यमबाट हरेक हप्ता बुधवार साँझ ७:०० बजे कार्यक्रम गर्दै आइएको छ।

एफ.एम. रेडियो र टीभी कार्यक्रम

सञ्चार माध्यमबाट प्रचारको गतिविधि अघि बढाउने उद्देश्यका साथ विभिन्न जिल्लाहरूमा हाल २८ ओटा एफ.एम. रेडियोहरूबाट कार्यक्रम सञ्चालन भइरहेको छ। उक्त कार्यक्रमका लागि प्रत्येक महिनामा आवश्यक प्रचार सामग्री उत्पादन गरी पठाउने कार्य निरन्तर जारी छ। एफ.एम. रेडियो तथा टीभी कार्यक्रमबाट समग्रतः नेपालभरमा थुप्रै मानिसले लाभ लिइरहेका छन्। सूर्यदर्शन टीभीमा बिहान ६:३० बजे तथा काष्ठमण्डप टीभीबाट बिहान ६:०० बजे शान्ति सन्देशको कार्यक्रम प्रसारण भइरहेको छ।

सादिक अद्वाजली



स्व. देवानन्दज्यू

जन्म : वि. सं. १९७८ साल मङ्सिर २५

स्वर्गारोहण : वि. सं. २०७८ साल श्रावण २६

हाम्रा श्रद्धेय श्री देवानन्दज्यूको मिति २०७८ साल श्रावण २६ गते मङ्गलवार बिहान काठमाडौंमा ९९ वर्षको उमेरमा स्वर्गारोहण भएको छ। उहाँ हामीबिच नहुँदा हामी अत्यन्त दुःखी भएका छौं। उहाँको आफ्नो पूरा जीवन तत्सङ्ग, सेवा र ज्ञान अभ्यासमा बित्यो। उहाँ हाम्रा लागि सधैं प्रेरणाका श्रोतका रूपमा रहिरहनुहुनेछ। उहाँको दिवङ्गत आत्माको चीर शान्तिको कामना गर्दै उहाँप्रति आत्मज्ञान प्रचार संघ सम्पूर्ण परिवारका तर्फबाट हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं।

आत्मज्ञान प्रचार संघ
परिवार

एउटा सानो कुकुर थियो। एकदिन त्यो घुम्दा-घुम्दै घना जङ्गलमा पुगेछ। जङ्गलमा पुगिसकेपछि यताउता हेर्दै गर्दा उसलाई सिंहको गन्ध आएको आभास भयो। नभन्दै उसका अगाडि सिंह नै आइरहेको थियो। ऊ डरले फर्केर जान लाग्दै थियो। त्यहीबेला उसले एउटा हड्डीको एकदमै ठूलो रास फेला पार्यो। हड्डीको रासका अघि पुगेपछि अब उसले बच्ने उपायका बारेमा सोच्न लाग्यो। यत्तिकैमा सिंह पछाडिबाट गर्जदै आइपुग्यो। सिंहले एउटा सानो कुकुर हड्डीको थुप्रो अघि बसिरहेको देख्यो। आइरहेको सिंहपट्टि पिठ्युँ फर्काउँदै उसले भन्यो, “सिंहलाई खानुको मजा नै अर्को छ! यत्तिका धेरै सिंहलाई खाइसकेँ तर अबै पनि मेरो भोक मेटिएको छैन। अब एउटा अर्को सिंहलाई खान पाएँ मेरो भोक मेटिनेथ्यो कि!” जसै त्यो सिंहले सानो कुकुरको कुरा सुन्यो अनि ऊ सोचमा पार्यो, “यो कुकुरले त सिंहलाई पनि खाँदो रहेछ। हुनसक्छ, अब यसले मलाई पनि खाने पो हो कि!” त्यसपछि सिंह डरले त्यहाँबाट टाप कस्यो।

एउटा बाँदर रुखमा बसेर यी सबै घटनालाई हेरिरहेको थियो। त्यसपछि उसले त्यो सिंहकहाँ गएर भन्यो, “यो सानो कुकुर धेरै छट्टु रहेछ। त्यसले कुनै पनि सिंहलाई खाएको होइन। तपाईं त यो जङ्गलको महाशक्तिशाली राजा हुनुहुन्छ। तपाईंलाई त्यो कुकुरले मूर्ख बनाइरहेको छ।”

असफलतालाई अस्वीकार गरेर साहसका साथ अगाडि बढ्छौं भने अवश्य पनि सफलता प्राप्त हुन्छ।

बाँदरको कुरा सुनेपछि सिंहलाई त्यो कुकुरसित एकदम धेरै रिस उठ्यो। उसले बाँदरलाई आफ्नो पिठ्युँमा राखेर त्यो कुकुर भएतिर दौड्यो।

कुकुर त त्यहीँ बसिरहेको थियो। उसले दुईजना नै आइरहेको देखेपछि सोच्न लाग्यो, “अब के गरूँ!” कुकुरले फेरि दिमाग लगायो। सिंहतिर पिठ्युँ फर्काएर ठूलो-ठूलो स्वरले भन्न लाग्यो- “त्यो बाँदर कहाँ गयो? त्यसलाई आधा घण्टा पहिल्यै मैले सिंहलाई खोजेर ल्याउन पठाएको थिएँ। हैन, यत्तिका बेरसम्ममा पनि लिएर आउँदैन।” त्यो सिंहले यो कुरा सुनेको मात्र के थियो, बाँदरलाई तल फ्याँकेर पुनः भाग्न सुरु गर्यो। त्यसपछि कुकुर त्यहाँबाट ठूलो चलाखीपनाका साथ आफ्नो बुद्धिलाई प्रयोग गर्दै जङ्गलबाट बचेर बाहिर आयो।

यस्तै प्रकारले हामीले पनि जीवनमा कुनै अप्ठ्यारो आइपार्यो भन्दैमा असफलतालाई स्वीकार गर्नुहुँदैन। आफ्नो संयमतालाई बिर्सनुहुँदैन। जुन कुरामा हामीले असफलतालाई स्वीकार गर्छौं त्यसमा हामी पक्कै पनि असफल नै हुन्छौं। तर, असफलतालाई अस्वीकार गरेर साहसका साथ अगाडि बढ्छौं भने अवश्य पनि सफलता प्राप्त हुन्छ।

कुहिरोको काग जस्तै अन्योलमा घुमिरहेँ
सर्वेसर्वा ठानेर नै धन-दौलत चुमिरहेँ
आखिरीमा खाली हात जानै पर्छ भनी
लाने धनचाहिँ कउन रहेछ खोजेँ मैले पनि।

शान्ति सन्देश सुनेपछि बल्ल आँखा खुल्यो
हृदयको बगैँचामा लालीगुराँस फुल्यो
हाँसो खुशी उमड्गले सदाबहार छायो
बल्ल अब जीवनमा सुखको दिन आयो।

गुरुविना ज्ञान हुँदैन ज्ञानविना हुन्न ध्यान
सुख शान्ति आनन्द त यसमै छ जान
यो हृदय भरिएर पुलकित छ मेरो मन
आखिरीमा लाने पनि यही नै सत्य धन।

सारा विद्याहरूको राजा राजविद्या ज्ञान
यही ज्ञानले हटाउँछ अज्ञान अभिमान
काम क्रोध लोभ मोह मनको मैलो धुन्छ
निरन्तरको अभ्यासले जीवन सार्थक हुन्छ।

गीता शर्मा

असल सिंह र खराब सिंह



चित्रकार : सुनिल रञ्जित

अष्टयारो समयमा पनि कसरी खुशी रहने !

तीनओटा कुरा छन्- ती 'थिए, छन् अनि रहनेछन्' । ती तपाईंभित्र छन् । तिनको कहिल्यै नाश हुँदैन । ती सधैं रहनेछन् । अनि, अर्को तपाईं जो हुनुहुन्छथ्यो, हुनुहुन्छ अनि एक समयमा रहनुहुनेछैन । एकातिर हेर्ने हो भने ती सृष्टिकर्ता थिए, छन् र रहनेछन् । तपाईं त त्यसैका पछि दौडनुभएको छ- जो न त थियो, न छ अनि न त रहनेछ । त्यसलाई भनिन्छ- 'माया' ।

यो रोग (कोभिड-१९) को असर जे-जस्तो देखा परिरहेको भए पनि यसलाई एकदमै सहज तरिकाले टार्न सकिन्थ्यो तर मानिसहरूले त्यस कुरामा ध्यान दिएनन् । त्यसलाई टार्न सकेनन् । अनि, यस्ता मानिसहरू छन् जसको प्रत्यारोपण (ट्रान्सप्लान्ट) भइरहेको छ । जस्तो मृगौला या उनीहरूको मुटु प्रत्यारोपण भएको छ । त्यो अङ्गको प्रत्यारोपण भइसकेपछि उनीहरूको शरीरमा खराब असर देखा नपरोस् भनेर औषधी सेवन गर्नुपर्छ । उनीहरूले कोरोना भाइरसको भ्याक्सिन लिए पनि तिनमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमताको विकास हुँदैन । यसकारण वृद्धवृद्धाका लागि भए पनि कमसेकम हामीले गर्न सक्ने काम 'मास्क' लगाऔं । आफ्ना लागि नगर्ने भए नगर्नुहोस् तर अरू मानिस पनि त छन् । कमसेकम यो रोगलाई नफैलाउनुहोस् ।

बाहिर जतिसुकै अँध्यारो भए पनि यदि भित्र प्रकाश छ भने यो तपाईंका लागि सबैथोक हो । किनभने, सृष्टिकर्ताको प्रकाश तपाईंभित्र अवस्थित छ ।

यो डराउनुपर्ने समय होइन । यो हिम्मत बढाउने समय हो । तपाईं जीवित हुनुहुन्छ । तपाईंमा हिम्मत छ, तपाईंमा शान्तिको तिर्खा छ- यसलाई बाहिर प्रकट हुन दिनुहोस् । तपाईंमा आफूले आफूलाई चिन्ने इच्छा छ त्यसैले यसलाई बाहिर प्रकट हुन दिनुहोस् । तपाईं पनि ती सृष्टिकर्ताको साथमा रहन चाहनुहुन्छ, तिनको अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ त्यसैले यसलाई बाहिर आउन दिनुहोस् । तपाईंको इच्छा त आउने-जाने भइरहन्छ तर यदि त्यो पूरा भएन भने पनि निराश हुनुपर्ने कुरा होइन । तपाईंमा अझै पनि जीवन छ त्यसैले यसलाई स्वीकार गर्नुहोस् र भ्रमित नहुनुहोस् ।

बाहिर प्रकाश देखियोस् नदेखियोस् तर भित्रको प्रकाश देखिनुपर्छ । तपाईंभित्र एउटा प्रकाश छ । बाहिर जतिसुकै अँध्यारो भए पनि यदि भित्र प्रकाश छ भने यो तपाईंका लागि सबैथोक हो । किनभने, सृष्टिकर्ताको प्रकाश तपाईंभित्र अवस्थित छ । जबसम्म तपाईंले त्यो प्रकाशलाई हेर्न सुरु गर्नुहुन्छ, जबसम्म तपाईंको जीवनमा त्यो प्रकाशको उज्यालो हुँदैन तबसम्म तपाईंले यो जीवन के हो भनेर बुझ्न सक्नुहुन्छ । वास्तवमा यो कति अचम्मको कुरा छ- एकदिन

जन्म लियोँ, केही दिनका लागि हामी यस संसारमा रहन्छौँ अनि त्यसपछि विदा हुन्छौँ । कहाँ जान्छौँ भनेर कसैलाई थाहा छैन । फर्केर आउनुहुन्छ भन्ने कुराको पनि कुनै तुक रहँदैन । कहाँबाट आयौँ भनेर थाहा पनि हुँदैन । केही दिनका लागि जीवित छौँ अनि समय पनि यति छिटो बित्छ कि कुरै नगरौँ ।

जुनसुकै समाचार बाहिरबाट आओस्, जतिसुकै नराम्रो खबर आए पनि बिर्सनै नहुने कुरा के हो भने तपाईंभित्र अहिले पनि यो श्वास चलिरहेको छ ।

एकदिन जन्मियोँ, एकदिन जानेछौँ, केही दिन रहनु छ अनि आफूसँग केही लिएर जान पनि सकिँदैन तथापि हररात, हरदिन कोसिस गरिरहेका छौँ । कसैलाई आफ्नो घरप्रति बढी अभिरुचि छ, कसैलाई आफ्नो छोरातिरको ध्यान छ । हरेकलाई केही न केहीको चिन्ता छ तर कसैले आफ्नो साथमा केही पनि लैजान सक्दैनौँ । यति धेरै मिहिनेत गरेर सबैथोक जम्मा गर्छन् तर यी सबै कुरा आखिर साथमा जाँदैनन् । यो एक हिसाबमा ठट्टा हो तर यो जिन्दगी ठट्टा होइन । किनभने, त्यो शक्ति छ, त्यो प्रकाश छ । अतः त्यसलाई बाहिर प्रकट गर्नु छ । आफूभित्र त्यसको अनुभव गर्नु छ । यो एकदमै महत्त्वपूर्ण कुरा हो ।

मानिसमा खराब समय आएका बेलामा उसलाई हिम्मतको आवश्यकता पर्दछ । तर, एउटा ख्याल गर्नुपर्ने कुरा के हो भने जब सबैथोक राम्रो चलिरहेको छ त्यो समयमा सबैभन्दा बढी सावधान हुनुपर्छ । यदि भाँडो पूरै भरी छ, भरिएर माथिसम्म आइपुगेको छ र तपाईंले त्यसलाई बोकेर एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लगिरहनुभएको छ भने तपाईंले कति ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ ! सावधानी अपनाएर हिँड्नुपर्ने हुन्छ कि हुँदैन ? राम्रो परिस्थिति भएका बेलामा मानिसले सबैभन्दा बढ्ता सावधानी अपनाउनु आवश्यक हुन्छ । खराब समय आयो भने त्यतिखेर हिम्मतको आवश्यकता पर्दछ । यो समयमा ध्यान अन्त नजाओस् अर्थात् हामीभित्र भएको चीजमा ध्यान जाओस् । हिम्मतका साथ काम गर्नुहोस् तर तपाईंभित्र भएको चीजलाई नबिर्सनुहोस् । जुनसुकै समाचार बाहिरबाट आओस्, जतिसुकै नराम्रो खबर आए पनि बिर्सनै नहुने कुरा के हो भने तपाईंभित्र अहिले पनि यो श्वास चलिरहेको छ ।

यस प्रेरणा पत्रिकामा प्रकाशित 'पारिवारिक समस्या भए तापनि शान्ति कसरी प्राप्त गर्ने !', 'कुकुरको चलाखीपन लघुकथा', 'कार्टूनको विषयवस्तु' र 'अष्टयारो समयमा पनि कसरी खुशी रहने !' सामग्रीलाई प्रेम रावतको सन्देशबाट साभार गरी अनुवाद गरिएको हो । उहाँ मानवता र शान्तिका विषयमा चर्चा गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय वक्ता हुनुहुन्छ ।

आत्मज्ञान प्रचार संघ

सामाखुशी, काठमाडौँ, 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

कहिल्यै हिम्मत नहार्नुहोस्, असफलता र तपाईंलाई गरिने बेवास्ता सफल हुने पहिलो खुड्किलो हो ।  जिम भालभानो