

# प्रेरणा

आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा प्रकाशित

वर्ष : २ अङ्क : ५

पौष : २०७८

जनवरी २०२२

## समस्यालाई जित्ने कि आफूलाई ?



तपाईंलाई हितकारी कुरा के हो, अनहितको कुरा कुन हो, कुन कुरा गरेमा तपाईंको भलो हुन्छ भन्ने विषयका बारेमा थाहा हुनु अत्यावश्यक छ। वास्तवमा यो जीवन त एउटा सङ्घर्ष हो। हरेक दिन केही न केही गर्नुपर्छ। यो जीवन त लडाइँजस्तै भएको छ। लडाइँजस्तै-कुनै दिन हार हुन्छ भने कुनै दिन अलिकति जित हासिल हुन्छ।

यदि आफूमाथि जित हासिल भएन भने तपाईंले कुनै चीजमाथि पनि जित हासिल गर्न सक्नुहुन्न। समस्याहरू आइरहन्छन् अनि तपाईं त्यससँग लडिरहनुहुन्छ र एकदिन समस्यासँग लड्दा-लड्दै तपाईं यो संसारबाटै विदा हुनुहुन्छ।

यो जीवनमा यदि यो लडाइँ चलिरहेको छ भने सबैभन्दा पहिला कुन चीजलाई जित्नु आवश्यक छ! किनभने, तपाईं त आफ्ना समस्याहरूमाथि विजय हासिल गर्न चाहनुहुन्छ। एकातिर तपाईं हुनुहुन्छ अनि अर्कातिर तपाईंका समस्याहरू छन्। सबैभन्दा पहिला कसको जित हुनुपर्छ! कसमाथि जित हासिल हुनुपर्छ! किनभने, यदि तपाईंले आफूले आफूलाई नै जित्नुभएको छैन भने त तपाईंले कुनै पनि चीजमा जित हासिल गर्न सक्नुहुन्न। 'मैले जित हासिल गरें' भन्ने लागे पनि जित्न सक्नुहुन्न। त्यो तपाईंको जित होइन किनभने तपाईं त स्वयम् नै हार्नुभएको छ। यसर्थ यस जीवनमा सबैभन्दा पहिला जित हासिल गर्नुपर्छ भने आफूले आफूमाथि नै जित हासिल गर्नुपर्छ। यदि आफूमाथि जित हासिल भएन भने तपाईंले कुनै चीजमाथि पनि जित हासिल गर्न सक्नुहुन्न। समस्याहरू आइरहन्छन् अनि तपाईं त्यससँग लडिरहनुहुन्छ र एकदिन समस्यासँग लड्दा-लड्दै तपाईं यो संसारबाटै विदा हुनुहुन्छ।

यो शरीर पनि तपाईंको आफ्नो रहनेछैन। यसको अर्थ तपाईंसँग 'यो मेरो हो' भन्ने कुनै चीज नै हुँदैन। यदि आफूमाथि जित हासिल गर्नुभएन भने यो शरीरबाट तपाईंले गर्न चाहनुभएको कुरा पूरा हुन सक्दैन।

जीवनको महाभारतबाट कसले मुक्ति दिलाउँछ? किनभने, महाभारत त भइरहेको छ अनि हरेक दिन बिहानदेखि बेलुकासम्म भइरहेको हुन्छ। जुन चीजले तपाईंलाई दिनभरि सताइरहेको हुन्छ त्यसै कुराले तपाईंलाई रातमा पनि दुःख दिन्छ। त्यसैले राति पनि ब्युँझाउँछ, त्यसैले दुःखी तुल्याउँछ। यदि यो जीवन र तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको कुरासँग प्रेम छैन भने कुनै पनि चीज प्राप्त हुनुको सार्थकता बाँकी रहँदैन। कुनै पनि चीज हुनुको अर्थ रहँदैन। यसका लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने हामीले हाम्रो जीवनको लक्ष्यलाई बिर्सनु हुँदैन।

### प्रेम रावतद्वारा सम्बोधन

सेप्टेम्बर १४ मा अमेरिकाको न्यूयोर्कमा भएको 'हियर योरसेल्फ' पुस्तकको लोकार्पण कार्यक्रमपछि प्रेम रावतले सेप्टेम्बर महिनामा क्यानाडाको भ्यान्कुवर, टोरन्टो र मन्ट्रियलमा आयोजित कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुभयो। त्यस्तै गरेर उहाँले अक्टोबरमा युरोपका विभिन्न सहरहरू लिसबन (पोर्चुगल), ब्राइटन (बेलायत), रोम (इटाली) र बार्सिलोना (स्पेन) मा कार्यक्रम गर्नुभएको थियो। यसै क्रममा उहाँले इटालीको संसदमा भएको 'शान्ति शिक्षा कार्यक्रम' सम्बन्धी विशेष बैठकलाई सम्बोधन गर्नुभयो। नोभेम्बरको सुरुमा भएको दीपावली तथा हंस जयन्ती विशेष कार्यक्रमपश्चात् उहाँले म्युनिक (जर्मनी), पेरिस (फ्रान्स) र कोभेन्ट्री (बेलायत) मा भएका कार्यक्रमहरूलाई सम्बोधन गरी सन् २०२१ को पूर्वनिर्धारित समयतालिकालाई बिट मार्नुभयो। यसै बिचमा नोभेम्बर १४ मा भएको 'दि प्रेम रावत फाउण्डेसन' को बिसौं वार्षिकोत्सवलाई उहाँले विशेष सम्बोधन गर्नुभयो। यीमध्ये अधिकांश कार्यक्रमलाई टाइमलेसटुडे मार्फत प्रत्यक्ष प्रसारण गरिएको थियो।

### यसमित्र

- गतिविधिहरू
- लघुकथा : अचम्मको बिउ
- पुस्तक समीक्षा : सुनिल खतिवडा
- बच्चालाई के सिकाउने !



## प्रशिक्षार्थी ट्राफिक प्रहरीलाई शान्ति सन्देश

शान्ति सन्देश आफैमा तनाव व्यवस्थापनको एक आधार हो । यसै सन्दर्भमा ट्राफिक प्रहरीले गर्ने गरेको तनाव व्यवस्थापन तालिम श्रृङ्खलाको अंशको रूपमा २०७८ साल कार्तिक १० गते ६५ जना प्रशिक्षार्थी ट्राफिक प्रहरीहरूले आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा आयोजित शान्ति सन्देश कार्यक्रममा सहभागिता जनाएका थिए । उक्त कार्यक्रममा भिडियोका माध्यमबाट आन्तरिक शान्तिको अनुभूतिबारे प्रेम रावतले दिनुभएको शान्ति सन्देशलाई प्रस्तुत गरिएको थियो । यसका अतिरिक्त संसारभरि उहाँको शान्ति शिक्षा कार्यक्रमले मानिसहरूमा ल्याएको सकारात्मक प्रभाव र रूपान्तरणलाई पनि भिडियोमा समेटिएको थियो । आफ्नो जिम्मेवारी बहन गर्दागर्दै पनि शान्ति महसुस गर्न सम्भव छ भन्नेबारेमा अन्तरक्रिया समेत भएको थियो ।

## जिल्ला प्रचार संयोजकहरूको बैठक

वि.सं. २०७८ असोज महिनाको पहिलो शनिवार २७ जनाको उपस्थितिमा जिल्ला प्रचार संयोजकहरूको बैठक बसेको थियो । बैठकमा केन्द्रीय कार्यालयद्वारा सञ्चालित भिडियो कार्यक्रमहरू तथा सञ्चार सम्बन्धी विषयमा छलफल भयो । यसका साथै सङ्गीत तथा शैक्षिक क्षेत्रमा आबद्ध व्यक्तिहरूको बैठक र अनुवाद तालिम एवम् सञ्चार सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रमका बारेमा जानकारी गराइएको थियो । आगामी दिनमा शान्तिको उपहार कार्यक्रम, पेप कार्यक्रम, अन्तरक्रियात्मक कार्यक्रम, सुधार गृहहरूमा हुने कार्यक्रम, सामाजिक सञ्जाल अभिमुखीकरण कार्यक्रम र प्रचार सहायक तथा प्रचार सहायकका सहयोगीसँगका कार्यक्रमहरू गर्ने योजनाका बारेमा छलफल गरिएको थियो ।

## शिक्षण पेसामा आबद्ध व्यक्ति विशेष कार्यक्रम

कोरोनाकालमा सबैतिर अनलाइनबाट कक्षा सञ्चालन भइरहेको समयमा शिक्षण क्षेत्रमा संलग्न ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूसँग एक परिचयात्मक कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो । २०७८ साल भाद्र २० गते जुम एपमार्फत सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा देशभरिबाट ४४ जनाको उपस्थिति रहेको थियो । उक्त भेलामा शिक्षण क्षेत्रमा प्रचारको कार्यक्रमलाई थप व्यवस्थित तुल्याउन आगामी दिनमा के-कस्ता उपाय खोज्ने, के-कस्तो योजना निर्माण गर्ने तथा प्रचारलाई कसरी अधि बढाउने भन्ने बारेमा छलफल भयो ।

## सामाजिक सञ्जाल सचेतना कार्यक्रम

सामाजिक सञ्जालमा प्रेम रावतको शान्ति सन्देश सम्बन्धी विषयवस्तुमा हुने गरेका अनधिकृत गतिविधिहरूलाई रोक्ने तथा सचेतनाको विकास गर्ने उद्देश्यले असोज १६ गते क्षेत्र नं. १ बाट ४९ जनाको उपस्थितिमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो । कार्यक्रममा शान्ति सन्देश प्रचार-प्रसारमा प्रयोग हुने आधिकारिक स्रोतहरूका बारेमा अवगत गराइनुका साथै सन्देशका लिङ्कहरूलाई कसरी सेयर गर्ने, सामाजिक सञ्जालका समूहहरूमा के गर्न हुने र के गर्न नहुने, कस्तो कार्यलाई अनधिकृत कार्य मानिने लगायतका विषयमा जानकारी गराइएको थियो । यो कार्यक्रम मासिक रूपमा अन्तिम हप्तामा राख्ने गरिएको छ ।

## सङ्गीत सम्बन्धी बैठक

२०७८ सालको भदौ र असोज महिनामा सङ्गीत क्षेत्रमा संलग्न इच्छुक ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूसँग २ ओटा बैठक राखिएको थियो । १६ जनाको उपस्थितिमा सम्पन्न पहिलो बैठकमा परिचयात्मक कार्यक्रम राखिएको थियो भने दोस्रो बैठकमा उपस्थित सबैलाई करिब ३ मिनेट समय दिएर आफ्नो कला प्रस्तुत गर्ने मौका दिइएको थियो । कला प्रस्तुतिको क्रममा कसैले आफैले रचेका भजन गाएर सुनाएका थिए भने कतिपयले अरूले रचेका भजन गाएर सुनाएका थिए । उक्त कार्यक्रममा मैथिली, हिन्दी र नेपाली भाषाका भजनहरू प्रस्तुत भएका थिए ।

## अन्तरक्रियात्मक कार्यक्रम सञ्चालन

आत्मज्ञान प्रचार संघ केन्द्रीय कार्यालयद्वारा ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूसँग शान्ति सन्देश विषयक प्रेरणादायी संवाद कार्यक्रम सम्पन्न गरियो । 'प्रेम-संवाद' नाम दिइएको उक्त कार्यक्रममा प्रेम रावतको शान्ति सन्देश र आत्मज्ञानसँग जोडिनुहुने वक्ता अतिथिहरूका अनुभव तथा त्यसले उहाँहरूको जीवनमा पारेका प्रभावका बारेमा भलाकुसारी भएको थियो । उक्त कार्यक्रममा पाँच जना प्रस्तोताहरू छनोट हुनुभएको थियो भने हालसम्म गरिएका आठओटा कार्यक्रमहरूमा ७५ जना सहभागीहरूले भाग लिएका थिए । कार्यक्रममा वक्ता अतिथिको परिचय दिई रोचक प्रश्नहरू सोधिनुका साथै एउटा प्रेरणादायी भिडियो देखाइएको थियो । प्रश्नोत्तर शैलीमा सञ्चालित यो कार्यक्रमलाई सहभागीहरूबाट निकै प्रशंसा गरिनुका साथै 'जागरणमुखी कार्यक्रम' को उपमासमेत दिइएको थियो ।

## हिन्दी-नेपाली भाषानुवाद तालिम

भाद्र महिनाको २९ र ३१ गते १७ जनाको सहभागितामा एक अनुवाद सम्बन्धी तालिमको आयोजना गरियो । तालिममा अनुवाद सम्बन्धी परिचय, अनुवादको तरिका, शान्ति सन्देशको अनुवादकले पालना गर्नुपर्ने आचारसंहिता, अनुवाद गर्दा अपनाउनुपर्ने मापदण्ड, शान्ति सन्देश अनुवादमा भइरहेका अभ्यासहरू, भिडियो र छापा अनुवाद विचको अन्तर जस्ता विभिन्न विषयहरूलाई समेटिएको थियो । समीक्षात्मक टिप्पणीका क्रममा सहभागीहरूबाट यो तालिम निकै लाभदायी र प्रभावकारी भएको प्रतिक्रिया आएको थियो ।

एकजना मानिस बजारमा घुमिरहेका थिए। उनको नजर एउटा एकदमै राम्रो दोकानतिर पयो।

उनले यति राम्रो पसल कहिल्यै देखेका थिएनन्।

उनले सोचे, यो बाहिरबाटै यति धेरै राम्रो छ भने भित्रबाट त भनै कति राम्रो होला ! त्यसभित्र गएर हेरे। त्यहाँ ठूला-ठूला पिलर राखिएका थिए। राम्रा-राम्रा वस्तुहरूको साजसज्जा थियो। उनले आजसम्म यस्तो कहिल्यै पनि देखेका थिएनन्।

यत्तिकैमा पसले आएर उनलाई सोधे- “म तपाईंलाई के सेवा गर्न सक्छु होला ?”

उनले पसलेसँग सोधे- “यति धेरै राम्रा चीजहरूलाई यहाँ सजाएर राखिएका छन्, यी के-के हुन् ?”

पसलेले एउटा चीजतिर इसारा गर्दै भने- “यो आनन्द हो !”

उनले सोधे- “आनन्द ! यो त एकदमै राम्रो छ !”

पसलेले अर्कोतर्फ इसारा गर्दै भने- “यो विवेक हो ! यो स्पष्टता हो ! यो भक्ति हो !” यस्ता चीजहरू उनले यसअघि आफ्नो जीवनमा कहिल्यै देख्न पाएका थिएनन्।

उनले सोधे, “के यसलाई किनेर लैजान पनि मिल्छ त ?”

पसलेले भने, “हजुर ! यसलाई किन्न सक्नुहुन्छ।”

उनले भने, “म यी सबै चीजहरू मेरो परिवार, मेरा आमा-बुवा अनि मेरा साथीभाइहरूका लागि पनि किन्न चाहन्छु ! कृपया तपाईं मलाई स्पष्टता, आनन्द, दया यी सबै चीजको १६-१६ वटा प्याकेट बनाइदिनुहोस्।”

पसलेले भने, “तपाईं एकैछिन पर्खनुहोस्, म अलिपछि लिएर आउनेछु।”

केहीबेरपछि उनले आफ्नो हातमा एउटा सानो बट्टा लिएर आए अनि भने, “यो लिनुहोस्, तपाईंको सामान !”

उनी अचम्मित हुँदै पसलेसँग सोध्छन्, “यी चीजहरू यति सानो बट्टामा छन् ?”

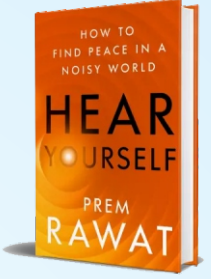
पसले भन्छन्, “हजुर ! अवश्य पनि ! तपाईंले १६-१६ प्याकेट भन्नुभएको थियो। सोही हिसाबमा तयार पारेको छु। अब तपाईं यसलाई लैजान सक्नुहुन्छ !”

उनले भने, “यो कसरी हुन सक्छ ? यी त यति धेरै ठूला-ठूला चीजहरू देखिन्छन्। यो बट्टा त एकदमै सानो छ ! यिनलाई यसमा कसरी राख्न मिल्थ्यो ?”

त्यसपछि पसलेले उनलाई बुझाउँदै भन्छन्, “जुन चीजहरू तपाईं देखिरहनुभएको छ। म त यिनको मात्र बिउ दिने गर्छु। यी बिउहरूलाई तपाईं लगेर रोप्नुहोस्, यिनको हेरचाह गर्नुहोस् ! यिनीहरू ठूला भएपछि बल्ल तपाईं यिनको फल पाउनुहुनेछ।”

तपाईंको जीवनमा पनि सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुराहरू एउटा-एउटा बिउका रूपमा नै प्राप्त हुन्छन्। ठूला-ठूला कुराहरू जसलाई आनन्द, दया, स्पष्टता, भावना, प्रेम भनिन्छ ! यी सबै बिउका रूपमा नै प्राप्त हुन्छन्। यिनलाई रोप्नुपर्छ। यिनलाई पानी दिनुपर्छ, यिनको हेरचाह गर्नुपर्छ। त्यसपछि मात्रै तपाईंले चाहनुभएको स्वरूपमा यी चीजहरू बदलिन्छन्।

उत्पत्तिदेखि हालसम्म मानवजातिले आफ्नो बुद्धिको सबैभन्दा ठूलो हिस्सा शान्तिको खोजीमा लगाएको छ। प्रेम रावत आफ्नो पुस्तक ‘हियर योरसेल्फ’ मा प्रविधिको विकासले सम्भव भएका अनेकन् सकारात्मक परिवर्तनहरूको प्रशंसा गर्नुहुन्छ। यद्यपि दिमागी क्षमताबाट सिर्जित प्रविधि र विकासको मद्दतले वास्तविक शान्ति सम्भव नभएको तथा प्रविधिमाथिको निर्भरताले आफ्नो पूर्णता र आन्तरिक शान्तिसँगको सम्बन्धबाट विमुख हुनुपरेको यथार्थप्रति मानवजातिलाई सचेत गराउनुहुन्छ। यसका साथै उहाँ सांसारिक अवरोधहरूलाई निस्तेज गरी आन्तरिक शान्तिको अनुभूति गर्ने अवसर र सम्भावनातर्फ अर्थपूर्ण अनुरोध पनि गर्नुहुन्छ।



हार्पर कोलिन्स, न्युयार्क अमेरिकाले सन् २०२१ मा प्रकाशनमा ल्याएको अङ्ग्रेजी भाषाको यस पुस्तकमा परिचयबाहेक जम्मा बाह्र खण्डहरू छन्। विषयको गम्भीरतालाई बुझाउन हरेक खण्डलाई विभिन्न शीर्षकहरूमा प्रस्तुत गर्ने प्रयत्नले पुस्तक अन्ततः दुईसय साठी पृष्ठमा विस्तारित भएको छ।

परिचय खण्डमा लेखकले आत्मज्ञानबारे आफ्नो बुझाइ, ज्ञानको अनुभवबाट प्राप्त स्पष्टता, पूर्णता र व्यक्तिगत शान्तिको चर्चा एवम् यसको प्रचार-प्रसारसँग सम्बन्धित पाँच दशक लामो यात्रा र उपलब्धिका बारेमा वर्णन गर्नुभएको छ। पाठकलाई समेत आत्मज्ञानको मार्गमा अघि बढ्न सबै कोणबाट व्यक्ति सक्षम छ भनी व्यक्तिको पूर्णतालाई प्रशंसा गर्नुभएको छ।

सुरुवाती खण्डमा लेखकले एक पटक आउने मृत्युको भयले हरेक पलको उत्सव मनाउने जीवनको अवसरबाट मान्छे चुकिरहेको तथ्यमा बारम्बार चर्चा गर्नुभएको छ। उहाँले सांसारिक अवरोध हुँदाहुँदै पनि आफ्नो अस्तित्वको पहिचानमार्फत अनन्त शान्ति र आनन्दको अनुभूति गर्ने समय अहिले नै भएकाले सो कार्यमा आफ्नो प्रयत्नलाई दैनिकीका रूपमा पहिलो प्राथमिकतामा राख्न अनुरोध गर्नुहुन्छ।

बिचका खण्डमा लेखकले विश्वका कैयन् कारागारहरूका कैदीबन्दीहरूको जीवनमासमेत उहाँको ‘शान्ति शिक्षा कार्यक्रम’ ले आत्मसम्मान, प्रेम, शान्ति र आनन्दको अनुभूत गराएको सगौरव चर्चा गर्नुभएको छ। यसका साथै उहाँ मानवजातिलाई आत्मज्ञानबाट लाभान्वित हुने मौकाको सदुपयोग गर्न जोडदार आह्वान गर्नुहुन्छ।

अन्तमा लेखकले मानिसलाई निश्चित विधि र पद्धतिमा हिँडाउनु नभएर पाठकलाई आफ्नो अस्तित्वप्रति आभारी हुन अनुरोध गर्दै आन्तरिक शान्तिको मार्गमा हिँड्न सहयोग गर्ने उहाँको भूमिका रहेको कुरालाई प्रस्तुत गर्नुहुन्छ। ‘क्षणिक जीवनमा पूर्वाग्रहहित भई आन्तरिक शान्तिको अनुभूतिमार्फत आफ्नो यात्रालाई कसरी सफल बनाउने ? यस कार्यमा हाम्रो प्रयत्न र निरन्तर अभ्यास हुनुपर्ने होइन र ?’ उहाँले यिनै गहकिला प्रश्नसँगै आम पाठकसमक्ष सार्थक उत्तरको सम्भावनाका अनेकन् आधारलाई पस्किएर पुस्तकलाई बिट मार्नुभएको छ। अन्ततः आगामी दिनमा आत्मज्ञानको अनुभूतिबाट हृदयको आवाजलाई सुन्न चाहने र जीवनको अर्थ बुझ्न चाहने हरेक पाठकलाई यो पुस्तक चीरकालसम्म पठनीय रहने कुराप्रति म पूर्ण विश्वस्त छु। समीक्षक : सुमिल खतिवडा

## बच्चालाई के सिकाउने !

हाम्रो समाजमा मूलतः दुईओटा पुस्ता छ। हिजोआज हरेक मानिसले मेरै कुरा सुनून् भन्ने चाहना राखेको पाइन्छ। दुई पिँढीका बिचमा पहिलेदेखि नै दूरी बढिरहेको छ तर हिजोआज केही बढी नै भइरहेको छ। आमाबुवाहरूमा 'अब बालबालिकालाई के सिकाउने !' भन्ने समस्या भइरहेको छ। उहाँहरू र बालबालिकाबिचको दूरीलाई कसरी घटाउने ? वास्तवमा एउटा पुस्ताका मानिसहरू एउटा तरिकाले काम गरिरहेका हुन्छन् भने अर्को पुस्ता आएपछि उनीहरूभन्दा फरक किसिमले काम गर्न थाल्छन्।

एउटा समय थियो मानिसहरूले मान्यजनलाई साष्टाङ्ग दण्डवत् गर्ने गर्दथे। अहिले बिस्तारै-बिस्तारै यो चलन पनि बदलिरहेको छ। प्रथाहरू त बदलिरहन्छन्। तथापि, सबैभन्दा पहिला हामीले यस कुरालाई बुझ्नुपर्छ- के सिकाउने ! मानिसहरूले के सिक्नुपर्छ। हामी बालबालिकालाई आदर गर्न सिकाउँछौं। बालबच्चा सानै हुँदाखेरि यदि कसैले केही दियो भने हामी उनीहरूलाई सिकाउँछौं, 'धन्यवाद भन !' बालबालिकालाई शिष्टाचार सिकाउँछौं। शिष्टाचार सिकाउनुपर्छ तर उनीहरूले बुझ्ने तरिकाले सिकाउनुपर्छ। जबर्जस्ती गरेर हामीले कसैलाई केही सिकाउन पनि सक्दैनौं।

उनीहरूको दिमागमा यही कुरा बस्छ : 'म केही पनि होइन, मैले केही बन्नुपर्छ।' यस्तो नबनेपछि उनीहरूले गलत कदम उठाउने सम्भावना बढी हुन्छ।

संसारमा धेरै कुराहरू भइरहेका छन्। नर्वेमा शिक्षाको स्तर एकदमै गिरेको थियो। त्यहाँका मानिसहरूले सोचे- कुनै न कुनै तरिकाले हामीले आफ्नो शिक्षाको स्तरलाई अभिवृद्धि गर्नु आवश्यक छ। फलतः हाम्रो शैक्षिक स्थितिमा सुधार होओस्। उनीहरूले बालबालिकालाई गृहकार्य दिन बन्द गरे। जब बालबालिका बिहान विद्यालयमा जान्थे, उनीहरूमा पढ्ने मन हुँदैनथ्यो। उनीहरू कक्षाकोठामा बस्थे मात्रै तर उनीहरूको ध्यानचाहिँ बाहिर खेलमा नै हुन्थ्यो। अनि, बिहानदेखि दिउँसोसम्मको स्कूलमा पढाइ हुने समयलाई धेरै नै घटाइयो। पढाइका लागि केवल दुई घण्टाको समय मात्रै राखियो। बाँकी समय खेलका लागि छुट्ट्याइयो। यसपश्चात् केटाकेटीहरूले भरपुर रूपमा खेल्ने अवसर पाए। जसै कक्षाकोठामा आउँथे उनीहरूको सम्पूर्ण ध्यान केवल पढाइमा नै केन्द्रित हुन्थ्यो। यसरी नर्वेको शिक्षाको स्तरमा निकै सुधार भयो।

के हाम्रो समाज यी कुराहरूलाई अङ्गीकार गर्न तयार छ ? यी जुन आधुनिक तरिका छन्, जुन सफल भएका पनि छन्, जसमा सबैको भलाइ हुन्छ ! त्यसकारण हामी सबै एक हुनु आवश्यक छ। हामी सबै मिलेर एउटा नयाँ खुट्टकिलो निर्माण गरौं जुन सबैका लागि सफलताको खुट्टकिलो बनोस्।

हिजोआज तनाव बढेर धेरै युवाहरू आत्महत्याको बाटो रोजिरहेका छन्। यो अत्यन्तै संवेदनशील कुरा हो। यदि तपाईं बेलुनलाई फुकिरहनु हुन्छ, फुकिरहनुहुन्छ भने तपाईंलाई राम्रोसँग थाहा होला त्यो बेलुन के हुनेछ ! प्रारम्भिक अवस्थाबाटै बालबालिकाको दिमागमा सफलताको हावा भरिदिन्छन्- तिमीले केही बन्नुपर्छ, तिमीले केही बन्नुपर्छ। परिणामतः उनीहरूको दिमागमा यही कुरा बस्छ : 'म केही पनि होइन, मैले केही बन्नुपर्छ।' यस्तो नबनेपछि उनीहरूले गलत कदम उठाउने सम्भावना बढी हुन्छ।

जुन दिन तपाईंले श्वास लिनुभयो, तपाईं सफल हुनुभयो। अनि, जबसम्म तपाईंभित्र श्वास आइरहेको छ र गइरहेको छ- तपाईं सफल हुनुहुन्छ।

यो समस्या बालबालिकाहरूले नभएर हाम्रै समाजले उब्जाएको हो। जब एकजना बालबच्चामात्रै आफ्नो जीवनलाई समाप्त पार्न विवश बन्छ भने पूरै समाजमा नै सचेतना आउन आवश्यक हुन्छ। बालबालिकाको काम त यो जीवनमा आनन्द लिनु हो। हामीले उनीहरूलाई यस जीवनका लागि प्रेरित गर्नु पर्दछ किनभने उनीहरूले आफ्नो बालापनलाई गुमाइसकेका छन्।

तपाईंको सफलता तपाईंबाटै प्रारम्भ हुन्छ अनि तपाईंको सफलता त एउटा पुष्प समान हुन्छ ! यसमा पानी हाल्नुहोस्, यो आफसँआफ फुल्छ। त्यसको पातलाई चूडेमा त्यो फूल फुल्न सक्दैन। चाहे तपाईं जतिसुकै कौसिस गर्नुहोस् ! त्यो फूललाई फक्रन दिनुहोस्। सफलता त पहिलादेखि नै तपाईंभित्र छ। जुन दिन तपाईंले श्वास लिनुभयो, तपाईं सफल हुनुभयो। अनि, जबसम्म तपाईंभित्र श्वास आइरहेको छ र गइरहेको छ- तपाईं सफल हुनुहुन्छ।

यो अत्यन्तै गम्भीर समस्या हो। एकजना बच्चाले आत्महत्या गर्नु भनेको पनि ठूलो विडम्बना हो। एकजनाले पनि आत्महत्या गर्नु हुँदैन। यो समय त्यसका लागि होइन। अँध्यारोका लागि यो समय होइन, यो त उज्यालोका लागि प्राप्त समय हो। यदि कुनै समाजमा यस्तो भइरहेमा त्यसलाई के सम्झनुहोस् भने- वास्तवमा त्यो समाजका मैनबत्तीहरू निभेका छन्। कसैसँग पनि ती मैनबत्ती बाल्नका लागि बलिरहेको मैनबत्ती छैन। यो अत्यन्तै आवश्यक छ, बलिरहेको मैनबत्ती होओस् अनि अरू मानिसहरूले पनि त्यसबाट बाल्न सक्न्।

यस प्रेरणा पत्रिकामा प्रकाशित सामग्रीहरू- 'समस्यालाई जित्ने कि आफूलाई ?', 'अचम्मको विउ' र 'बच्चालाई के सिकाउने !' लेखहरूको विषयवस्तु प्रेम रावतको सन्देशबाट साभार गरी अनुवाद गरिएको हो। उहाँ मानवता र शान्तिका विषयमा चर्चा गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय वक्ता हुनुहुन्छ।

### आत्मज्ञान प्रचार संघ

सामाखुशी, काठमाडौं, फोन नं.: ०१-४९५२९१२/४९५२९८०

Email: agps@mos.com.np

### शान्ति सन्देशका लागि आधिकारिक अनलाइन स्रोत

[www.premrawat.com](http://www.premrawat.com),

[www.timelesstoday.tv](http://www.timelesstoday.tv), [www.tprf.org](http://www.tprf.org)

[www.youtube.com/premrawatofficial](http://www.youtube.com/premrawatofficial)

मीठो बोली वचनले सबैतिर सुख फैलाउँछ र सुखी भइन्छ। सबैलाई खुशी पार्ने अमोघ सूत्र भनेकै यही हो। सन्त तुलसीदास