

प्रेरणा

आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा प्रकाशित

वर्ष : ४ अङ्क : १६

कार्तिक : २०८१

अक्टोबर २०२४

शान्ति आवश्यकता हो, चाहना होइन !



बच्चा जन्मेपछि आमाबाबुवाले उसले श्वास लिइरहेको छ कि छैन भनेर हेर्छन् ! हुन त सबैभन्दा पहिला मानिसहरूमा छोरा हुन्छ या छोरी भन्ने महत्वाकाङ्क्षा हुन्छ । बच्चा जन्मिएपछि आमाबाबुवाको ध्यान केवल एउटै कुरामा केन्द्रित हुन्छ- छोरो भयो, छोरी भइन् भन्ने कुरामा होइन ! केवल श्वास लिइरहेको छ कि छैन भन्ने कुरामा ध्यान जान्छ ।

तपाईंले याद गर्नु आवश्यक छैन । तपाईंले कुनै बटनलाई थिच्नु आवश्यक छैन । तपाईंले कतै पहाडमाथि चढ्नु आवश्यक छैन । तपाईंले सृष्टिकर्तासँग प्रार्थना गर्नु पनि आवश्यक छैन । श्वास आइरहेको छ, गइरहेको छ । यो आउने र जाने क्रम चलिरहेसम्म सोच्नुपर्ने कुरा के हो भने हामी जन्मनासाथ हाम्रो मनमा यो आइरहेको छ या छैन भन्ने कुराको चिन्ता हुन्छ । अर्कोतिर जब कोही मानिसले अन्तिम श्वास लिएपछि अस्पतालमा उसको अन्तिम परीक्षण हुन्छ- त्यतिखेर पनि ऊ जीवित छ या छैन भन्ने चिन्ता हुन्छ । अन्तिम जाँच ! ऊ श्वास लिइरहेको छ या छैन !

यदि तीन हप्तासम्म तपाईंले खाना पाउनुभएन भने तपाईं भोकले मर्नुहुनेछ । पानीविना तपाईंको शरीर अधुरो रहनेछ ।

विडम्बना के हो भने बाहिरका सबै चिजहरू हाम्रा लागि अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण भइदिन्छन् । हामीले आफ्ना चाहनाहरूका बारेमा त निकै राम्रोसँग बुझेका हुन्छौं तर हाम्रा आफ्नै आवश्यकतालाई त्यति धेरै बुझेका छैनौं । तपाईंले यी चिजलाई दुई भागमा बाँड्नुहोस्- तपाईंको आवश्यकता के हो र तपाईंको चाहना के हो ? तपाईंलाई भोजनको आवश्यकता छ । यदि तीन हप्तासम्म तपाईंले खाना पाउनुभएन भने तपाईं भोकले मर्नुहुनेछ । पानीविना तपाईंको शरीर अधुरो रहनेछ । यी तपाईंका अत्यावश्यक चिज हुन् । तपाईं के चाहनुहुन्छ ? त्यो कार चाहिएको छ, त्यो टेलिभिजन चाहिएको छ, यो चाहियो, त्यो चाहियो । यसमा समस्या के छ भने तपाईंलाई जुन चिजको आवश्यकता छ त्यसको अभावमा तपाईं जिउने सक्नुहुन्न । तपाईंका इच्छाहरू पूरा होऊन् या नहोऊन् तर तपाईं जीवित रहन सक्नुहुन्छ ।

मैले तपाईंलाई आफ्नो आवश्यकता पूरा गर्नु हुँदैन भन्न खोजेको होइन तथापि हाम्रो आवश्यकता के हो र इच्छा के हो भन्ने कुराका बिचमा फरक छुट्याउनुपर्छ । चाहना परिवर्तन हुन्छ तर तपाईंले खाना खानुपर्ने आवश्यकता बदलिँदैन । तपाईंले श्वास लिनुपर्ने कुरा बदलिँदैन । यदि हामीले यो भेदलाई बुझौं भने फेरि अर्को एउटा प्रश्न उब्जिन्छ । शान्तिको अनुभव गर्ने कुरा हाम्रो चाहना हो या हाम्रो आवश्यकता हो ? कतिपय मानिसहरूले शान्ति हाम्रो चाहना हो भन्छन् तर यदि हामीसँग शान्ति छैन भने हामी मूल रूपमा ती तीनओटा कुरा मात्र गरिरहेका छौं- खाना खाइरहेका छौं, पानी पिइरहेका छौं अनि जीवित छौं । जीवनमा सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने शान्ति आवश्यकता हो, चाहना होइन ।

प्रेम रावतद्वारा सम्बोधन

सन् २०२४ को जुलाई ३१ मा भारतको नयाँ दिल्लीमा भएको गुरुपूजा विशेष कार्यक्रमपश्चात् अगस्त २५ मा प्रेम रावत फिजीको नादीमा भएको कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्न पुग्नुभयो । त्यसपछि अस्ट्रेलियाको अमारुमा संसारभरिबाट आएका ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूका लागि उहाँले सेप्टेम्बर ९ देखि १३ सम्म पाँचदिवसीय कार्यक्रम गर्नुभयो । बिहान ४ ओटा र अपराह्न ५ ओटा गरी सम्पन्न भएको ९ ओटा शृङ्खलाबद्ध कार्यक्रममा सहभागी हुने सबैले खुब आनन्द लिए । यसबाट विभिन्न देशका सहभागीहरूले आन्तरिक शान्तिका बारेमा थप जान्ने, बुझ्ने र अनुभूत गर्ने सौभाग्य प्राप्त गरे । यसपश्चात् सेप्टेम्बर २९ मा उहाँले न्युजिल्यान्डको अकल्यान्डमा कार्यक्रम गर्नुभयो । कार्यक्रमकै दौरानमा उहाँ अक्टोबर १० मा भएको लेखक विशेष कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्न पहिलो पटक दक्षिण कोरिया पुग्नुभयो । त्यस कार्यक्रममा उहाँको विश्वप्रसिद्ध पुस्तक हियर योरसेल्फको कोरियन भाषामा प्रकाशित संस्करणलाई सार्वजनिक गरिएको थियो । यसरी नै उहाँ अक्टोबर १९ मा जापानको क्योटोमा आयोजित लेखक विशेष कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्न उपस्थित हुनुभयो । यस कार्यक्रममा उहाँको सोही पुस्तकको जापानी भाषामा प्रकाशित संस्करणलाई सार्वजनिक गरियो । यी कार्यक्रमहरूलाई सम्पन्न गरेर प्रेम रावतले दीपावली र छठ पर्व सकिएलगत्तै नयाँ दिल्लीमा नोभेम्बर ८ र ९ मा आयोजित हंस जयन्ती विशेष कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुभयो । उहाँको संसारभरको यात्रा यसरी नै निरन्तर अधि बढिरहेको छ ।

यसभित्र

गतिविधिहरू

हंस जयन्ती : एक जानकारी

कविता : समयका महापुरुष

कथा : सर्पको नम्रता

केही महत्त्वपूर्ण सम्पर्क नम्बरहरू

आत्मज्ञान नै सर्वश्रेष्ठ विद्या हो !

कार्यक्रमहरू	कार्यक्रम सङ्ख्या	सहभागीहरू
सार्वजनिक भिडियो कार्यक्रम	२८	३,१५४
क्यानोपी कार्यक्रम	९	७३८
सामाजिक सञ्जाल कार्यक्रम	२०८	२,१२१
पेप कार्यक्रम	२	२१
जिज्ञासु कार्यक्रम	१५५	८९३
सुधार केन्द्र कार्यक्रम	६४	१,७८४
कलेज कार्यक्रम	९	७३८
कारागार कार्यक्रम	९७	७००
स्कूल कार्यक्रम	११	६४७
ए. भी. तालिम	२	१०
विशिष्ट व्यक्तिका लागि कार्यक्रम	५	१८५
बिजुलीसम्बन्धी तालिम	१	१२
केन्द्रमा प्रचार बैठक	१८	२८४
ए. भी. बैठक	३	१६
अनलाइन शान्तिको उपहार कार्यक्रम	८	५

प्रचार कार्यक्रम 'उत्साह २०८१' सम्पन्न

प्रचार कार्यलाई प्रभावकारी तथा गुणस्तरीय तरिकाले अगाडि बढाउन हौसला प्रदान होस् भन्ने उद्देश्यका साथै नेपालमा प्रेम रावतको आगमनको सम्भावनाका बारेमा ज्ञान प्राप्त व्यक्तिमा जानकारी गराउन केन्द्रीय कार्यालयद्वारा प्रचार विशेष कार्यक्रम 'उत्साह' लाई विभिन्न केन्द्रमा सम्पन्न गरियो। नेपालको ६ ओटै क्षेत्रका २९ स्थानमा ३६ जिल्लाका केन्द्रहरूलाई समेट्ने गरी मिति २०८१ भाद्र महिनादेखि असोज महिनाको पहिलो हप्तासम्ममा यो कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो।

कार्यक्रममा केन्द्रका सहायकहरू र प्रचारमा सक्रिय व्यक्तिहरूलाई आमन्त्रण गरिएको थियो। उक्त कार्यक्रममा देशभरबाट २,९१० जना ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूको उत्साहपूर्ण सहभागिता रहेको थियो। यस कार्यक्रममार्फत देशभरबाट करिब २,८०,००० नयाँ व्यक्ति समक्ष शान्ति सन्देश लैजाने लक्ष्य पनि निर्धारण भएको छ।

शुभकामना आदानप्रदान

नेपालीहरूको महान् चाड विजयादशमी, शुभदीपावली, नेपाल संवत् र छठ पर्वलाई मध्यनजर गर्दै २०८१ साल असोज महिनाको १७ गते बिहीबार बिहान ११ बजे केन्द्रीय कार्यालय सामाखुसीको हलमा शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रम राखिएको थियो। कार्यक्रममा अग्रज व्यक्तित्व, प्रतिष्ठित वर्ग र सक्रिय ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूलाई आमन्त्रण गरिएको थियो। उक्त कार्यक्रममा ३५० जना ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूको उत्साहजनक सहभागिता रहेको थियो।

यस कार्यक्रममा यस संस्थाका अग्रज ज्ञान प्राप्त व्यक्ति भरतप्रसाद उप्रेती, पूर्णमान जोशी र संस्थाकी अध्यक्ष डा. लक्ष्मी श्रेष्ठ जोशीद्वारा शुभकामना व्यक्त गरिएको थियो। साथै कार्यक्रमलाई एकआपसमा खुसी साट्ने अवसरका रूपमा परिणत गरी शुभकामना आदानप्रदान गर्दै हर्षोल्लासका साथ सम्पन्न गरिएको थियो।

विश्वशान्ति दिवसमा शान्ति सन्देशको प्रवाह



२१ सेप्टेम्बर २०२४ (२०८१ असोज ५ गते) का दिन विश्वशान्ति दिवसका अवसरमा यस आत्मज्ञान प्रचार संघले नेपालको विभिन्न स्थानमा शान्ति सन्देश कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो। यस दिन प्रेम रावतको शान्ति सन्देशलाई नयाँ व्यक्तिहरूमाभ पुऱ्याउने उद्देश्यले भिडियो सन्देश प्रस्तुतिसहित विभिन्न माध्यमबाट २१ ओटा जिल्लाहरूमा कार्यक्रम गरिएको थियो। यसमा पनि मुख्य गरी चितवन, बुटवल, काठमाडौँलगायतका जिल्लामा विशिष्ट व्यक्तिलाई आमन्त्रण गरी शान्ति सन्देश कार्यक्रम गरिएको थियो साथै शान्ति पदयात्रा गरी विश्वशान्ति दिवस मनाइएको थियो। उक्त कार्यक्रमहरूमा ८,१७० जना नयाँ व्यक्तिहरू सहभागी भएका थिए। साथै प्रेम रावतद्वारा लिखित 'हिंयर योरसेल्फ' पुस्तक पनि वितरण गरिएको थियो। यस क्रममा आमन्त्रित व्यक्तिहरूले आयोजकद्वारा प्रस्तुत गरिएको भिडियो सन्देश जीवनका लागि उपयोगी र आनन्ददायक रहेको प्रतिक्रियासमेत दिएका थिए।



पेप कार्यक्रम

शान्ति शिक्षा कार्यक्रम (पेप) एउटा शैक्षिक कार्यक्रम हो। यसलाई प्रेम रावत फाउन्डेसनद्वारा सञ्चालन गरिएको छ। सहभागीहरूलाई व्यक्तिगत शान्तिको सम्भावना, आन्तरिक शक्ति, स्पष्टता र आशाका बारेमा अवगत गराउने उद्देश्यले यस कार्यक्रमको सुरुवात गरिएको हो।

आत्मज्ञान प्रचार संघले इन्टरनेटका माध्यमबाट जुम एपको सहयोगका साथै भौतिक रूपमा पनि यस किसिमका कार्यक्रमहरू गर्दै आएको छ। यस सन्दर्भमा ज्ञान प्राप्त व्यक्तिका लागि आयोजित दुईओटा अनलाइन कार्यक्रममा ९९ जनाले सहभागिता जनाउँदा २९ जनाले पूर्ण रूपमा कार्यक्रमबाट लाभ लिए। यसरी नै बानेश्वर स्थित केएनके कलेज र धूलिखेल स्थित काठमाडौँ विश्वविद्यालय (केयु) मा नयाँ व्यक्तिका लागि सञ्चालन गरिएको पेप कार्यक्रमबाट २४ जनाले पूर्ण सहभागिता जनाई प्रमाणपत्रसमेत प्राप्त गरेका छन्। यसपश्चात् विद्यालय तथा कलेजमा पेप कार्यक्रमको सम्भावनालाई ध्यानमा राखेर ५ ओटा स्थानमा पेपसम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको छ। यो कार्यक्रमलाई जेल, सुधारगृह, विद्यालय, क्याम्पस आदि क्षेत्रमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ।

हंस जयन्ती : एक जानकारी

श्री हंसजी महाराज अन्तर्राष्ट्रिय शान्तिवक्ता तथा प्रसिद्ध लेखक प्रेम रावतका पिता र गुरुसमेत हुनुहुन्थ्यो । हंसजी महाराजले आफ्नो सम्पूर्ण जीवन शान्ति सन्देशलाई हरेक मानिससमक्ष पुऱ्याउनका लागि सङ्घर्ष गर्नुभएको थियो । उहाँको अथक प्रयासका कारण उक्त समयमा पनि धेरै मानिसहरूले आत्मज्ञान प्राप्त गरी अनुभव गर्ने अवसर पाएका थिए । सन् १९६६ मा उहाँले आफ्नो नश्वर शरीर छोड्नुभयो । यसपश्चात् उहाँको यस महान कार्यलाई संसारका हरेक व्यक्तिसमक्ष पुऱ्याउने सङ्कल्पसहित प्रेम रावतले यो जिम्मेवारी वहन गर्नुभयो ।

सन् १९६७ देखि हरेक साल ८ नोभेम्बरमा प्रेम रावतका पिता तथा गुरुको जन्मदिनको अवसरमा आयोजना गरिने एक विशाल उत्सवलाई नै हंस जयन्ती भनिन्छ । ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूका लागि यो जयन्ती एक प्रेरणादायक व्यक्तित्वको स्मरण हो, एक पावन उत्सव हो । यस अवसरमा प्रेम रावतले हरेक वर्ष विभिन्न विशाल कार्यक्रमहरूलाई सम्बोधन गर्नुहुन्छ । यहाँ मानिसहरूले हर्षोल्लासका साथ उहाँबाट थप प्रेरणा लिने मौका पाइरहेका हुन्छन् । यस वर्ष पनि नोभेम्बर ८ र ९ का दिन बिहान र साँझ गरी ४ ओटा कार्यक्रमसहित भारतको नयाँ दिल्ली स्थित राजविद्या केन्द्रमा भव्यताका साथ १२४ औं हंस जयन्ती विशेष कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो । नेपाल र भारतका सम्पूर्ण ज्ञानप्राप्त व्यक्तिहरूलाई कार्यक्रममा आमन्त्रण गरिएकोले यो कार्यक्रम एक पृथक् उत्सवको अवसर बन्न पुग्यो ।

कविता

समयका महापुरुष

— शीता शर्मा
काठमाडौं

मानिसको चोला रहेछ सबैभन्दा ठूलो
के गर्नलाई आएको हो मान्छेले त्यै भुल्यो
खान लाउन घुम्नमा नै समय खेर फाली
हात लाग्यो शून्य हुन्छ जाँदा हात खाली

कुमालेको चक्रजस्तै दिन र रात घुम्छ
यसोउसो गर्दागर्दै जिन्दगानी गुम्छ
त्यसैले त बेला छुट्टै सोच विचार गर
जो छ सत्य अविनाशी उनकै भर पर

प्रत्येक व्यक्तिभित्र नै छन् घटघटवासी
यो श्वासलाई चलाउँछन् उनै अविनाशी
आफैभित्र छन् तर बाहिर मरिमेटने
जहाँ छन् त्यहीं नखोजे कसरी हो भेटने

किन हिँड्छौ भौँतारिँदै दुःख पीर मानी
भित्रै खोज हाँसो खुसी आनन्दको खानी
महापुरुष दिनुहुन्छ ज्ञानरूपी साँचो
हृदयको ढोका खोल्न ज्ञानकै छ खाँचो

कति आए महापुरुष कति आउलान् भोली
आज जो छन् “शान्तिदूत” सुन मिठो बोली
जसले सक्छन् भवसागर तारेर लैजान
समयका महापुरुषको गर पहिचान

सर्पको नम्रता

एउटा गाउँ थियो । त्यो गाउँको जङ्गलमा एउटा सर्प बस्थ्यो । गाउँबाट पँधेरासम्म जानका लागि बाटो त्यतैबाट पर्थ्यो । त्यही बाटो भएर मानिसहरू खाने पानी लिनका लागि जाने गर्दथे । सर्प एकदमै डरलाग्दो थियो । उसले सबैलाई डस्ने गर्थ्यो । मानिसहरू उसदेखि एकदमै डराउँथे । यस्तो परिस्थिति पनि सृजना भयो- मानिसहरूले त्यो बाटोबाट आवतजावत गर्ने छोडिदिए । अब मानिसहरूलाई पानीको समस्या हुन थाल्यो । मानिसहरूले प्रार्थना गर्न थाले- “हे, सृष्टिकर्ता ! हामीलाई यो समस्याबाट छुटकारा दिलाउनुहोस् । हामीलाई आउन-जान सहज बनाइदिनुहोस् ।”

मानिसहरूको पुकारा सुनेर सृष्टिकर्ता सर्प भएको स्थानमा गएर भने, “तिमी यहाँ के गरिरहेका छौ ? मानिसहरूलाई किन डस्छौ ? किन दुःख दिन्छौ ?”

सर्पले भन्यो, “माफी चाहन्छु ! अबदेखि यस्तो हुँदैन । यदि तपाईं चाहनुहुन्छ भने म कसैलाई पनि डस्दिन । कसैलाई पनि दुःख दिँदैन ।”

सर्पले मानिसहरूलाई डस्न, दुःख दिन छोड्यो । त्यसपछि मानिसहरू त्यहाँबाट आवत-जावत गर्न थाले । मानिसहरूले सर्पलाई नदेखेपछि त्यसको खोजी गर्न थाले- कहाँ गयो ? उनीहरूले सर्प देखासाथ उसतिर ढुङ्गा प्रहार गर्न लागे । अब बिचरा त्यो सर्पले न कसैलाई डस्न सक्छ, न त तर्साउन सक्छ । न त केही गर्न सक्छ । उसको अवस्था दयनीय हुन लाग्यो । हरेक दिन मानिसहरू पानी लिन जाँदा आफूसँग ढुङ्गा लिएर जाने अनि उसलाई ढुङ्गाले हिकार्उने गर्न थाले ।

सर्पको अवस्था कमजोर भयो अनि ऊ मरणासन अवस्थामा पुग्यो । तब उसले सृष्टिकर्तालाई प्रार्थना गर्दै भन्यो- “केही गर्नुहोस् ! तपाईंको आज्ञा मान्नाले मेरो यस्तो अवस्था भयो । मलाई बचाउनुहोस् ।”

सर्पको हालत देखेपछि उनी आएर उसलाई सम्झाउँदै भने, “तिमी एउटा काम गर ! नडस तर मानिसहरू तिम्रो छेउमा पुगेपछि तिम्रो फणा फैलाएर बस । तिम्रो फणा फैलाएर बस्यो भने मानिसहरूलाई ‘यसले डस्छ’ भन्ने लाग्छ । यसो गर्नाले मानिसहरू तिम्रोभन्दा टाढै बस्छन् अनि तिम्रीलाई ढुङ्गाले प्रहार पनि गर्दैनन् । उनीहरू पनि बाँच्न सक्छन् अनि तिम्रो पनि बाँच्न सक्छौ ।”

यो कथाले हामीलाई नरम हुने प्रेरणा प्रदान गर्छ । नम्र हुनु नै मानिसको सबैभन्दा राम्रो गुण हो । त्यो नै सबैभन्दा ठूलो क्षमता हो !

आत्मज्ञान प्रचार संघ

केही महत्त्वपूर्ण सम्पर्क नम्बरहरू

रिसेप्सन : ०१-४९५२९१२/०१-४९५२९८०

प्रचार विभाग : ०१-५९०१७६५/९८४३९६५०११

लेखा विभाग : ९८४७३६४४८७

स्टोर विभाग : ९७६७४८२३१८

सेवा विभाग : ९८५११३१५१९

व्यवस्थापन विभाग : ९८४०००६२४५

स्मार्टकार्ड विभाग: ९८४३४३९२४३

आत्मज्ञान नै सर्वश्रेष्ठ विद्या हो !

तपाईंको संसारमा सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण व्यक्ति तपाईं नै हुनुहुन्छ । मानिसहरू सृष्टिकर्तालाई सबैभन्दा बढी आवश्यक ठान्छन् तर तपाईंले ती सृष्टिकर्तालाई चिन्नुभयो भने मात्रै उनी महत्त्वपूर्ण हुने हुन् । जसलाई तपाईं पहिचान गर्नुहुन्छ, जान्नुहुन्छ, मान्नुहुन्छ, यदि उनलाई स्वीकार गर्नुभएन, चिन्नुभएन भने तपाईंको दुनियाँमा उनी आवश्यक हुँदैनन् ।

तपाईंको जीवनमा आफूले आफूलाई चिन्नु आवश्यक छ, भन्ने कुरा बुझ्नुभएको छ ? ग्रासको डेल्फिबाट एउटा भनाइ बाहिरियो- आफूले आफूलाई चिन्नुहोस् । त्यसपछि सुकरातले मानिसहरूसमक्ष भने, “आफूलाई चिन्नुहोस्, बुझ्नुहोस् ।” यही कुरा कबिरदासले पनि भनेका छन् ।

आत्मज्ञानको अर्थ आफूले आफूलाई चिन्नु भन्ने हुन्छ । हामी हरेक चिजलाई ‘ऊ को हो, त्यो के हो’ भनेर चिन्ने कोसिस गरिरहन्छौं तर कहिल्यै ‘म के हुँ’ भनेर हेर्दैनौं । हामी सबै जीवनमा आनन्दको खोजीमा छौं तर जबसम्म हामी चिन्तामा डुबिरहन्छौं नि तबसम्म साँचो आनन्दलाई अनुभव गर्न सक्दैनौं ।

आफूले आफूलाई नै चिन्नुभएन भने केही जान्नु वा केही पनि नजान्नु एउटै हो ।

यो दुनियाँमा बहस भइरहेका कैयन् कुराहरू छन् । सन्तमहात्माहरूले कुनै कुरा बाँकी नराखी सबै लेखिदिएका छन् । उनीहरूले लेख्न बाँकी नयाँ कुरा नै छैन ।

आत्मज्ञानविना भौँतारिन्छ मानिस, कहिले मथुरा कहिले काशी

मृगको नाभीमै छ कस्तूरी, भौँतारिन्छ वन-वनमा भई उदासी ।



यो कति राम्रो कुरा हो ! यति राम्रो कुरा मानिसको जीवनमा किन स्थायी रूपमा रहँदैन ! मानिसले किन यस कुरालाई आफ्नो व्यवहारमा उताउँदैन ! ऋषिमुनि, वेदव्यास आदिले किन यस्ता कुराहरू लेखे ! लेखिएका विषयमा आजका मानिसहरू के गरिरहेका छन् ! त्यसलाई रटिरहेका

छन् । धेरै घोकन सक्नेलाई ठूलो विद्वान् मानिन्छ, तर पूरै पुस्तकै याद गरेका कारण जीवन सफल हुने होइन ।

दुईओटा कुरा छन्- पहिलो कुरा त तपाईंको जन्म भयो । दोस्रो कुरा यदि तपाईंको जन्म नभएको भए तपाईं यहाँ हुनुहुने थिएन । यदि तपाईंको जन्म भइसकेको छ भने एक दिन तपाईंले यो संसारबाट जानुपर्नेछ, भन्ने कुरा पनि निश्चित छ, तर कसैले पनि यस्तो होओस् भन्ने चाहना राख्दैन । यसका लागि मानिसहरू ठुला-ठुला कार्य गर्छन् । मानिसहरू कुद्छन्, हिँड्छन्, व्यवस्थित तरिकाले खान्छन्, तौल घटाउने कोसिस गर्छन् किनभने हामी सबैमा बाँचिरहने चाहना हुन्छ । त्यसैले हामी कहिल्यै पनि हाम्रो मृत्यु नहोओस् भन्ने चाहना राख्छौं ।

वेदशास्त्रले भनेअनुसार तपाईंभित्र तपाईंको हृदयमा रहेको चिजलाई चिनेका दिन तपाईंले सबै कुरा जान्नुभयो । यसर्थ आत्मज्ञानरूपी विद्या सबै विद्यामा श्रेष्ठ छ ।

वेदशास्त्रले भनेअनुसार तपाईंभित्र तपाईंको हृदयमा रहेको चिजलाई चिनेका दिन तपाईंले सबै कुरा जान्नुभयो । यसर्थ आत्मज्ञानरूपी विद्या सबै विद्यामा श्रेष्ठ छ । आफूले आफूलाई नचिन्ने व्यक्तिले आफू यहाँ किन छु भन्ने कुरा बुझ्न सक्दैन ! तपाईंले नै आफ्नो जीवन चलाउनुपर्छ, अनि यो समय तपाईंका लागि प्राप्त भएको छ । यदि तपाईंले आफ्नो जीवनलाई यस जीवनको आनन्दले भरनुभयो भने यो आनन्दलाई अरु कसैले होइन, तपाईंले नै उपभोग गर्नुहुन्छ ।

अब कुरा के हो भने तपाईं के हुनुहुन्छ ! तपाईं कुन-कुन पदार्थहरूबाट बन्नुभएको छ ? अक्सिजन, हाइड्रोजन, कार्बन, क्याल्सियम, नाइट्रोजन, फोस्फोरस- यी चिजबाट तपाईं बन्नुभएको छ । तपाईं ७० प्रतिशत पानी हुनुहुन्छ । पानी हिँड्छ, पानी बोल्छ, अनि के यो चमत्कार होइन ? यो सबैभन्दा ठूलो चमत्कार हो तर तपाईं यसलाई चमत्कार ठान्नुहुन्न । यो पृथ्वी ७० प्रतिशत पानी हो । तपाईं ७० प्रतिशत पानी हुनुहुन्छ । तपाईंमा बाहिरतिर हेरेर के भइरहेको छ भन्ने प्रवृत्ति छ ! मेरो चाहना त तपाईंले भित्रतिर के भइरहेको छ भन्ने कुरालाई हेर्नुपर्छ भन्ने हो । तपाईं जुन चिजद्वारा बन्नुभएको छ नि बाहिरका सबै कुराहरू तिनै चिजबाट बनेका छन् ।

तपाईंले सुखका लागि नै चिजहरूको रचना गर्नुभयो अनि तपाईं हरेक दिन शान्ति होओस् भनेर पुकार गर्नुहुन्छ । त्यो सुख पनि तपाईंभित्र छ अनि त्यो शान्ति पनि तपाईंभित्र छ । तपाईंमा त्यो चिजको अनुभव नभएसम्म तपाईंको जीवन अधुरो रहनेछ ।

यो तपाईंभित्र आइरहेको अनि गइरहेको श्वास तपाईंको श्वास हो । यसभित्र विराजमान आनन्द पनि तपाईंकै आनन्द हो । आफूले आफूलाई नै चिन्नुभएन भने केही जान्नु वा केही पनि नजान्नु एउटै हो । जबसम्म तपाईंभित्र आफूले आफूलाई जान्ने तिर्खा लाग्दैन नि तबसम्म तपाईंको जीवन पूरा हुनेछैन ।

आत्मज्ञान प्रचार संघ

सामाखुशी, काठमाडौं, फोन नं. : ०१-४९५२९१२/४९५२९८०, हेल्पलाइन नं. : ०१-५९०१७६५ इमेल : agps@mos.com.np

प्रचार विभाग : ९८४३९६५०११, लेखा विभाग : ९८४७३६४४८७, व्यवस्थापन विभाग : ९८४०००६२४५

आफ्नै मनमा शान्ति नभए बाहिर शान्ति प्राप्त हुँदैन ।

 -एलेनोर रुजवेल्ट