

# प्रेरणा

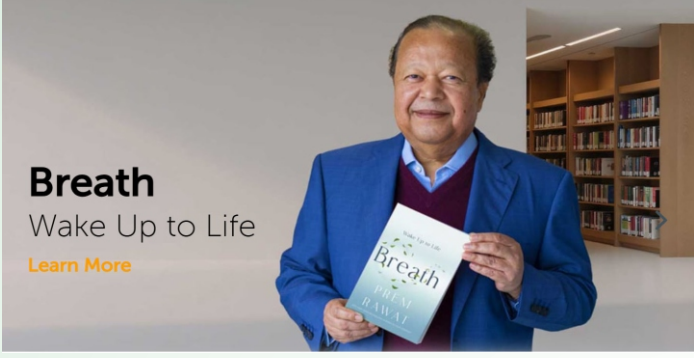
आत्मज्ञान प्रचार संघद्वारा प्रकाशित

वर्ष : ५ अङ्क : १७

माघ : २०८१

फेब्रुअरी २०२५

## मानिसको वास्तविक नाता



आजकल कैयौं मानिसले आफूलाई भाग्यशाली ठान्दैनन् ! यदि तपाईंले आफ्नो जीवनप्रति ध्यान मोड्नुभयो भने तपाईंले आफू भाग्यशाली रहन्छु भन्ने कुराको बोध गर्नुहुनेछ । तपाईंको विचारमा गरिब या धनी हुनु, अग्लो या होचो हुनु, शिक्षित वा अशिक्षित हुनुले निकै अर्थ राख्छ । योभन्दा पनि महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने तपाईं जीवित हुनुहुन्छ अनि तपाईंसँग यो अनमोल मानिसको शरीर छ । धनी हुनुहुन्छ या गरिब, अग्लो हुनुहुन्छ वा होचो, शिक्षित हुनुहुन्छ या अशिक्षित भन्ने कुराहरूको अर्थ छ तर यो सबै अर्को व्यक्तिसँग जोडिएको कुरा हो । तपाईं जागिरका लागि जाँदै हुनुहुन्छ भने तपाईंले कति पढ्नुभएको छ भन्ने कुरा जान्नु आवश्यक हुन्छ । यदि तपाईं अनपढ हुनुहुन्छ, पढाइलेखाइ आउँदैन भने जागिर पाउन गाह्रो हुन्छ ।

मानिसको वास्तविक सम्बन्ध स्वयम्सँग हुन्छ । तपाईंले आफूले आफूलाई चिनेका दिन, ती सृष्टिकर्ता, ती अनन्तलाई चिनेका दिन तपाईंका लागि सबैथोक प्राप्त भयो ।

यदि तपाईं पढ्न सक्नुहुन्न भने पनि केही छैन । किनभने, मैले कुरा गरिरहेको किताब पढ्नका लागि आँखाको होइन, हृदयको आवश्यकता पर्दछ र त्यो तपाईंसँगै छ । तपाईं अग्लो या होचो हुनुहुन्छ भन्ने कुरा तपाईंकी श्रीमती वा प्रेमिकासँग जोडिएको विषय हो । यदि तपाईंकी श्रीमती एकदमै अग्लो छिन् अनि तपाईं होचो हुनुहुन्छ भने कुराकानी गर्नमा केही कठिनाई हुन सक्ला तर यो यसै कुरासँग मात्रै सम्बन्धित विषय हो ।

धनसम्पत्तिको कुरा विशेषतः तपाईंको परिवारसँग जोडिएको हुन्छ । परिवारले त तपाईं कमाउनुहोस्, तिनलाई खुवाउनुहोस्, उनीहरूका लागि घर बनाइदिनुहोस् अनि अरू अत्यावश्यक कामहरू गरिदिनुहोस् भन्ने चाहना राख्छ । एउटा नाता परिवारसमक्ष हुन्छ । अर्को नाता जागिर खाने स्थानसँग हुन्छ । एउटा सम्बन्ध श्रीमतीसँग हुन्छ । प्रेमी वा

प्रेमिकासँगको नाता हुन्छ । यी सबै नातासम्बन्धबाहेक मानिसको वास्तविक नाता के हो ? मानिसको वास्तविक सम्बन्ध स्वयम्सँग हुन्छ । तपाईंले आफूले आफूलाई चिनेका दिन, ती सृष्टिकर्ता, ती अनन्तलाई चिनेका दिन तपाईंका लागि सबैथोक प्राप्त भयो । उनी तपाईंभित्र छन् भने मात्रै तपाईं जीवित हुनुहुन्छ । उनले छोड्नासाथ तपाईं पनि रहनुहुनेछैन । अतः सबैभन्दा पहिला उनीसँग नाता गाँस्नुहोस् अनि आफ्नो जीवनलाई आनन्दले भर्नुहोस् ।

## प्रेम रावतद्वारा सम्बोधन

भारतको नयाँ दिल्लीमा सम्पन्न हंस जयन्ती विशेष कार्यक्रमपश्चात् प्रेम रावतले दक्षिण अफ्रिकामा केही रेडियो अन्तर्वाताहरू दिएर मादागास्करमा त्यहाँका राष्ट्रपति, प्रधानमन्त्री तथा अन्य उच्चपदस्थ व्यक्तिहरूसमेतको सहभागिता रहेको कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुभयो । यसरी नै केपटाउनस्थित पोल्समुर कारागारमा पुगेर 'पिस एजुकेसन कार्यक्रम' का सहभागी कैदीबन्दीहरूसँग भेटघाट गर्नुभयो । उक्त कारागारमा विगतमा नेल्सन मन्डेलालाई राखिएको थियो । त्यहाँभित्र 'नेल्सन मन्डेला स्मृति पार्क' सँगै प्रेम रावतको सम्मानमा 'प्रेम रावत शान्ति बगैँचा' समेत निर्माण गरिएको छ । कार्यक्रमकै सन्दर्भमा नोभेम्बर २६ मा उहाँले केपफ्ल्याट नजिकै विश्वको चौथो जनभोजन कार्यक्रमस्थलको उद्घाटन गर्नुभयो भने जोहानसवर्गमा विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम तथा ज्ञानअभ्यास सत्र सम्पन्न गर्नुभयो । बेनिनमा भएको कार्यक्रमबाट हाललाई अफ्रिकाको यात्रा सम्पन्न गरेर स्पेनको बार्सिलोनामा जन्मदिवसको रूपमा आयोजित साठीऔं कार्यक्रमबाट सन् २०२४ को कार्यक्रम शृङ्खलालाई विट मार्नुभयो ।

नयाँ वर्ष सन् २०२५ को पूर्वसन्ध्यामा उहाँले अनलाइनमार्फत हिन्दी र अङ्ग्रेजी भाषामा छुट्टाछुट्टै विशेष सन्देशहरू प्रस्तुत गर्नुभयो । त्यस्तै जनवरी महिनामा अमेरिकाको क्यालिफोर्निया र फ्लोरिडामा भएका कार्यक्रमलाई सम्पन्न गरेपश्चात् न्युयोर्कमा आयोजित आफ्नो नयाँ पुस्तक 'ब्रेथ' (Breath) को लोकार्पण कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुभयो । त्यसपछि युरोपमा हुने कार्यक्रम शृङ्खलाको पहिलो कार्यक्रमका लागि स्पेनतर्फ लाग्नुभयो ।

### यसभित्र

गतिविधिहरू

कविता : अवसरको प्रतीक्षा

प्रेरक संवाद

कथा : गौतम बुद्धका चार शिक्षा

मुक्तक

आफूलाई नचिनेसम्म हामी अधुरो हुन्छौं

आफ्नो आत्मलाई जान्नु नै ज्ञानको आरम्भ हो । ✍ - शुकरात

## जिज्ञासा कार्यक्रम

कार्यक्रमको नाम	कार्यक्रम सङ्ख्या	सहभागी सङ्ख्या
सार्वजनिक भिडियो कार्यक्रम	९३६	६८,१५६
क्यानोपी कार्यक्रम	६०	६,२१८
सामाजिक सञ्जाल कार्यक्रम	२५४	५,६५६
जिज्ञासा कार्यक्रम	६४	९७६
सुधार केन्द्र कार्यक्रम	१७०	३,१७०
कलेज कार्यक्रम	१६	१,४६६
कारागार कार्यक्रम	२	२४८
स्कूल कार्यक्रम	२४	२,८२४
विशिष्ट व्यक्तिमा प्रचार	१६	५४४
मोबाइल टेन्ट	४२	२३,५००
केन्द्रमा प्रचार बैठक	२६	१,७६०
एभी बैठक	१	१७
पेप कार्यक्रम	२	१३०

## स्मार्टकार्ड र यसको महत्त्व

स्मार्टकार्ड एक प्रकारको फोटोसहितको विद्युतीय परिचय कार्ड हो। हामीले नागरिकतामार्फत आफूलाई “म नेपाली हुँ” भनेर चिनाए जसरी नै प्रेम रावतको सन्देशसँग जोडिएका व्यक्तिहरूमाभ “म ज्ञान प्राप्त व्यक्ति हुँ” भनेर चिनाउने अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण विद्युतीय परिचयपत्र नै स्मार्ट कार्ड हो। यो कार्ड विश्वव्यापी रूपमा प्रेम रावतसँग आबद्ध सबै संस्थाहरूमा मान्यता प्राप्त छ। सरल अर्थमा भन्नु पर्दा एक ज्ञान प्राप्त व्यक्तिले अर्को ज्ञान प्राप्त व्यक्तिलाई चिन्ने सजिलो माध्यम नै स्मार्टकार्ड हो। यसबाट नेपाल तथा विश्वका विभिन्न देशहरूमा हुने प्रेम रावतका कार्यक्रम र ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूले सहभागी हुन पाउने विभिन्न कार्यक्रमहरूमा प्रवेश गर्न सहज हुन्छ। नेपालमा पनि वि.सं. २०६९ सालदेखि स्मार्टकार्डको सुरुवात भएको थियो। यस कार्डमा ई-क्यासको समेत सुविधा भएकाले उक्त सुविधा भएका क्षेत्रमा आवश्यकतानुसार हामी रकम जम्मा गर्न, खर्च गर्न र भिक्त सक्छौं। यस कार्डमार्फत हामीले रिचार्ज गरेर फोटो, चक्का, पेनड्राइभजस्ता सामग्रीहरू खरिद गर्न तथा संस्थाभित्र चिया, खाना र नास्ता आदिको भुक्तानी पनि गर्न सक्छौं।

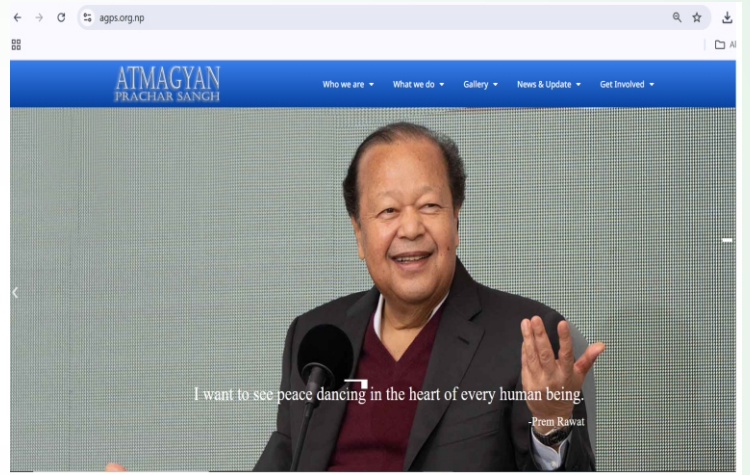
स्मार्टकार्ड बनाउनका लागि आफ्नो केन्द्रसँग सम्पर्कमा रहनु आवश्यक छ। यसका लागि एउटा फाराम भर्नुपर्ने हुन्छ, साथै हालसालैको फोटो खिचाउनुपर्ने हुन्छ। स्मार्टकार्ड फाराममा तीन सहायकहरूमध्ये दुई जना सहायकको हस्ताक्षर र केन्द्रको छाप अनिवार्य हुनुपर्छ। फाराममा व्यक्तिको नाम, बुवा वा श्रीमान्को नाम, जन्म मिति, फोन नम्बर, इमेल, ज्ञान लिएको मिति, स्थानजस्ता जानकारीहरू खुल्ने गरी भर्नुपर्ने हुन्छ। यसलाई केन्द्रीय कार्यालयमा पठाएपछि उक्त तथ्याङ्कलाई कम्प्युटरमा राखिन्छ र सम्बन्धित केन्द्रमा पठाइन्छ। अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डबमोजिम यी सबै तथ्याङ्क राखेपछि मात्रै यसको छपाइ प्रक्रिया पूरा गर्न सकिन्छ।

केही समयका लागि स्मार्टकार्ड सम्बन्धी कार्य रोकिएको भए तापनि आत्मज्ञान प्रचार संघले हाल पुनः यस कार्यलाई निरन्तरता दिएको छ। हाल विभिन्न जिल्लामा स्मार्टकार्ड भर्नका लागि टिम बनाउने, तालिम दिने र केन्द्रहरूमा स्मार्टकार्डको फाराम भराउने कार्य गरिरहेको छ। बाँकी रहेका केही स्थानमा यस कार्यलाई सम्पन्न गर्ने योजना रहेको छ।

जिज्ञासा कार्यक्रम ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूका लागि एक विशेष कार्यक्रम हो। यस कार्यक्रममा गुरु को हुन्? सेवा, सत्सङ्ग र भजनको महत्त्व के छ? भनेर प्रेम रावतद्वारा सम्भाइएका भिडियो सन्देशलाई समावेश गरिएको छ। यसमा ज्ञान प्राप्त व्यक्तिहरूलाई ज्ञानका बारेमा थप बुझ्न र प्रेरणा प्राप्त गर्न सकिने सामग्री राखिएको छ।

नेपालमा यो कार्यक्रम विगत एक वर्षअघिबाट प्रारम्भ भएको हो। यस अवधिमा नेपालमा सम्पन्न ५० ओटा कार्यक्रममा ५,६८३ जनाले सहभागिता जनाइसक्नुभएको छ। कार्यक्रम सम्पन्न भएका स्थानहरूमा यो कार्यक्रम निकै प्रभावकारी रहेको र हरेक ज्ञान प्राप्त व्यक्तिले यस्तो किसिमको कार्यक्रमबाट थप लाभ लिन सक्छन्। यस्ता थुप्रै सकारात्मक प्रतिक्रियाहरू प्राप्त भएका छन्। यसर्थ यस कार्यक्रमलाई हालसम्म पनि निरन्तरता दिइएको छ।

## आत्मज्ञान प्रचार संघको वेबसाइट



आत्मज्ञान प्रचार संघको परिचय र शान्ति सन्देशलाई धेरैभन्दा धेरै व्यक्तिहरूसम्म पुऱ्याउने उद्देश्यले आत्मज्ञान प्रचार संघले आफ्नो वेबसाइट [www.agps.org.np](http://www.agps.org.np) निर्माण गरेको छ। यस वेबसाइटमार्फत संस्थाको परिचय, प्रेम रावतको परिचय, संस्थाले सञ्चालन गरेका कार्यक्रम, विभिन्न गतिविधिहरू, मानवता सम्बन्धी कार्य र आन्तरिक शान्तिका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न सकिन्छ।

यस वेबसाइटमा प्रेम रावतको शान्ति शिक्षा कार्यक्रमका बारेमा जानकारी प्रदान गरिएको छ। यसबाट नेपालमा रहेका सूचना केन्द्र सम्बन्धी जानकारी, शान्ति सन्देशसँग सम्बन्धित भिडियो, कार्टुन भिडियो, अडियो पोडकास्ट, जिल्लामा सञ्चालित विभिन्न कार्यक्रमहरूको फोटो ग्यालरी, सन्देशसँग सम्बन्धित लेखहरू, प्रकाशन गरिएका न्युजलेटरहरूका साथै संस्थाले सम्पन्न गरिसकेका कार्यक्रम र भावी कार्यक्रमहरूका बारेमा समेत थाहा पाउन सकिन्छ। यस साइटमार्फत संस्थाका सम्पूर्ण सूचना तथा जानकारी प्राप्त गर्न सकिनेछ। यसका साथै स्वयम् सेवकको रूपमा सेवा गर्न चाहने सबै खालका जानकारी यसैमा प्रस्तुत गर्दै गइनेछ। यसबाट आत्मज्ञान प्रचार संघमा सम्पर्क गर्नका लागि आवश्यक पर्ने फोन नम्बर, इमेल ठेगाना आदिको जानकारी पनि लिन सकिनेछ।

## अवसरको प्रतीक्षा

दिन गयो रात पनि गयो  
गुरुवर उज्यालो भएछ  
हिजोआज भन्दै, दिन गन्दागन्दै  
गुरुवर एघार वर्ष पो गएछ ।

सम्भना साँची पर्ख्या छौं हामी  
गुरुवर आउनुसु न नेपालमा  
प्रेमरस पान गर्ने धोको छ सधैं  
गुरुवर स्वागत छ नेपालमा ।

दर्शनको अभिलाषा बोकेरै अब त  
गुरुवर फूलमाला तयार छ  
बचेरालाई माउको प्रतीक्षा जसरी  
गुरुवर दिनरात यो मन आतुर छ ।

प्रेमको बन्धन अझ कसिलो पार्नलाई  
गुरुवर स्वागत गर्न पाऊँ  
प्रेमरस चखाउन शुभेच्छुकहरूमा  
गुरुवर सुवर्ण अवसर अब पाऊँ ।

 -कुमार सिंह कार्की  
हडिया, उदयपुर

## प्रेरक संवाद

अर्जुन र सुमीरण मिल्ने साथी हुन् । आफ्नो काम सकेर  
उनीहरू घर नजिकैको पार्कमा खेल्न भनेर जान्छन् ।

**अर्जुन :** सुमीरण, आज साह्रै रमाइलो भयो है । यो खुला पार्कमा  
घुम्न पाउँदा ।

**सुमीरण :** हो नि । यसरी घुम्दा, खेल्दा हामी शारीरिक र मानसिक  
रूपमा स्वस्थ हुन्छौं ।

**अर्जुन :** ला ! मैले त खेल्ने क्रममा एउटा कुरा गर्न भुसुकै बिसँछु ।

**सुमीरण :** खासमा के थियो र त्यस्तो ?

**अर्जुन :** म आफ्नो जीवनभरिमा जम्मा कति पटक श्वास फेर्ने रहेछु  
भनेर जान्नका लागि प्रत्येक दिन श्वासको गन्ती राख्छु ।

**सुमीरण :** हो र ? तर, तिमी काममा व्यस्त भएको बेला, सुतिरहेको  
बेला कसले श्वासको गन्ती गर्छ त ?

**अर्जुन :** ए हो त है ।

(उनीहरूको यो कुराकानी नजिकैबाट परमानन्द सरले सुन्नुभएको  
रहेछ ।)

**परमानन्द सर :** हेर बाबूहरू, मैले तिमीहरूको कुरा सुनें ।  
यसबारेमा मलाई पनि केही भन्न मन लाग्यो । श्वास त प्रत्येक  
प्राणीको जीवन हो, प्राण हो । यो स्वतः चलिरहन्छ नै । यसलाई  
गन्ती गर्नु आवश्यक नै छैन । बरु सकेसम्म यसको आनन्द  
लिनुपर्छ नि ।

**सुमीरण :** ओहो मैले पनि यसरी त सोचेकै थिइन । मलाई सरको  
कुरा सुनेर एकदमै चित्त बुभ्यो ।

**अर्जुन :** हो त है, अबदेखि म यो श्वासलाई गन्ती गरेर समय खेर  
जान दिन्नं ।

**सुमीरण :** अब गन्ती गरेर पुग्यो, आनन्दमा रम्नुप्यो, हैन त ?

**परमानन्द सर :** हो नि, ल अब घरतिर लागौं ।

**सुमीरण र अर्जुन :** हुन्छ लागौं । हजुरलाई भेटेर हाम्रो आँखा खुल्यो ।  
धन्यवाद सर ।

 -प्रतिमा पाण्डे  
ढुङ्गेघारा, काठमाडौं

## गौतम बुद्धका चार शिक्षा

एउटा समयको कुरा हो । गौतम बुद्ध त्यो समयमा गौतम  
बुद्धका नामले प्रसिद्ध भएका थिएनन्, सिद्धार्थका नामले  
चिनिन्थे । एक दिन उनी बाहिर जान चाहन्थे किनकि उनको  
जन्म महलमा नै भएको थियो । त्यसकारण उनलाई बाहिर जाने  
आज्ञा थिएन । उनको जन्म समयमा ज्योतिषीले भने- 'यी मान्छे  
कि त एकदमै ठुलो राजा हुनेछन् कि त एकदमै ठुला सन्त  
हुनेछन् ।' तथापि, उनका पिता भने उनी सन्त नबनून् भन्ने  
चाहन्थे । पिताको चाहना उनी राजा नै बनून् भन्ने थियो ।  
त्यसकारण उनलाई दरबारभन्दा बाहिर लैजान रोक लगाइएको  
थियो ।

एक दिन सिद्धार्थ बगैँचामा घुम्नका लागि निस्कँदा उनले  
सडकमा एक जना वृद्ध व्यक्तिलाई देखे । उनको दाँत भरेको  
थियो । कपाल फुलेको थियो । शरीर कुपो परेको थियो । हातको  
लट्ठीको सहारामा थरथर काम्दै सडकमा हिँडिरहेका थिए ।

दोस्रो पटक सिद्धार्थ जब बगैँचामा घुम्नका लागि निस्के तब  
उनका सामु एक जना रोगी आए । उनलाई स्वाँस्वाँ भइरहेको  
थियो । अनुहार पनि पहुँलो भएको थियो । अर्को व्यक्तिको  
सहायताले उनी अत्यन्तै कठिनसँग हिँडिरहेका थिए ।

तेस्रो पटक सिद्धार्थले एउटा मुर्दा देखे । चार जनाले  
त्यसलाई बोकेर लगिरहेका थिए । पछाडितिर धेरै मलामीहरू  
थिए । ती सबै रोइरहेका देखिन्थे ।

मुर्दालाई देखेपछि उनले सोधे, "यो के हो ?"

सारथिले भने, "यी मानिसको मृत्यु भएको छ ?"

तब सिद्धार्थले सोधे, "के यो अवस्था मेरो पनि हुन्छ ?"

सारथिले भने, "यो त संसारको नियम हो । जसको जन्म  
हुन्छ एक दिन उसले यहाँबाट जानै पर्छ ।"

यी दृश्यले सिद्धार्थलाई एकदमै विचलित तुल्यायो ।  
सिद्धार्थले सोचे- के वृद्धावस्था, विमारी अनि मृत्यु सधैं यस्तै गरी  
भइरहन्छ !

चौथो पटक सिद्धार्थ बगैँचामा घुम्नका लागि निस्के । उनले  
एक जना सन्यासीलाई देखे । संसारको सबै भावना र  
कामनाबाट मुक्त प्रसन्नचित्त भएका सन्यासीले सिद्धार्थलाई  
आकर्षित तुल्याए अनि सिद्धार्थको जीवनलाई नै बदलिदिए ।

यदि हामीले यी कुरामा ध्यान दिने हो भने वास्तवमा हाम्रो  
जीवनमा शान्तिको महत्त्व के छ भन्ने कुरा हामी बुझ्न सक्छौं ।  
शान्ति हाम्रा लागि कति आवश्यक छ भन्ने कुरालाई हामी बुझ्न  
सक्छौं ।

## मुक्तक

बुझ्न सके एउटा श्वास जीवन साँच्चै खास हुन्छ

सुन्दर हुन्छ फूल सदा अझ सुन्दर सुवास हुन्छ

बाँच्नेहरू बाँच्छन् तर हृदयमा नाच्छन् कोहीकोही

हृदयको फूलबारीमा केवल खुसी उल्लास हुन्छ ।

 - रमेश भट्टराई  
फुडलिङ, ताप्लेजुङ

## आफूलाई नचिनेसम्म हामी अधुरो हुन्छौं

तपाईं पहिलो पटक कक्षामा हुँदा कति जिम्मेवारी थियो ? अलिकति ! अर्को कक्षामा पुग्दा त्यो जिम्मेवारी घट्यो कि बढ्यो ? तेस्रो कक्षामा पुग्दा त्यो जिम्मेवारी घट्यो कि बढ्यो ? यसो गर्दागर्दै तपाईंले माध्यमिक तहको शिक्षा उत्तीर्ण गर्नुभयो । क्याम्पसमा पढ्न थालेपछि जिम्मेवारी अझै बढ्दै गयो । तपाईंले विवाह गरेपछि जिम्मेवारी अझै बढ्दै गयो । तपाईंको जागिरमा प्रमोसन हुँदै जाँदा जिम्मेवारी पनि बढ्दै गयो ! तपाईंको उमेर बढ्दै जाँदा त्यो जिम्मेवारी पनि बढ्दै गयो । यसकारण यो जिम्मेवारी कहिल्यै पनि घटेन । एक दिन हाम्रो जिम्मेवारी घट्नेछ भन्ने कुरा त केवल मानिसहरूको सपना मात्र हो । जिम्मेवारी घट्दै घट्दैन । यी जिम्मेवारीहरूका विचमा एक जना मानिस छ ।

एकदमै जिम्मेवार मानिससँग जतिसुकै धेरै जिम्मेवारीहरू भए पनि उसले खाना नखाएमा भोक अवश्य लाग्नेछ । भोक लागेपछि उसले खानुपर्ने हुन्छ । पानी खाएन भने तिर्खा लाग्छ किनभने ऊ एक मानिस हो । खाना खानु, पानी पिउनु, श्वास लिनु सबै मानिसका आवश्यकताहरू हुन् । यदि कसैले मसँग श्वास लिने समय छैन भन्यो भने के होला ? यदि वास्तवमै कसैसँग सास फेर्नका लागि समय छैन भने तपाईंलाई थाहा छ- तीन मिनेटपछि उसलाई के हुनेछ ? ऊ यस संसारबाट विदा हुनेछ । श्वास एकदमै आवश्यक चिज हो ।

शान्तिको अभावमा, आफूलाई नचिनेसम्म, आफूलाई नजानेसम्म हामी अधुरै हुन्छौं ।

मैले के देखेको छु भने जिम्मेवारीका कारण मानिस सुत्दैनन् । ठुला-ठुला देशका प्रमुखहरू विशेष बैठकमा उपस्थित भएका हुन्छन् अनि त्यसमध्ये कोही चाहिँ सुतिरहेका हुन्छन् । किन ? किनभने उनी मानिस हुन् र मानिसलाई निद्रा लाग्छ अनि सुत्नु उनका लागि एकदमै आवश्यक हुन्छ । ठिक यसै गरी शान्ति पनि हाम्रो आवश्यकता हो भनेर हामी शान्तिलाई किन हेर्दैनौं ? यो त श्वास लिनु, खाना खानु, पानी पिउनु जतिकै अत्यावश्यक चिज हो । यसको अभावमा हामी अधुरो हुन्छौं । त्यस शान्तिको अभावमा, आफूलाई नचिनेसम्म, आफूलाई नजानेसम्म हामी अधुरै हुन्छौं । हामी अधुरो भएसम्म हामी कुनै पनि कुरालाई राम्रो तरिकाले पूरा गर्न सक्दैनौं किनभने हामीलाई सधैं याद आइरहन्छ, 'म को हुँ ! मेरो जीवनमा के हुनेछ !'

मानिसहरू आफूलाई बसोसम्म बाँच्छु भन्थान्छन् । यदि एक जना मानिस सय वर्षसम्म बाँच्छन् र सयलाई तपाईं ३६५ ले गुणा गर्नुहुन्छ भने उनले बाँचेका दिनहरूको हिसाब केवल ३६,५०० हुन्छ । ३६ हजार ५०० दिन हुन्छ । हामीले बाँच्ने दिन केवल यति त हो । त्यसमा पनि यदि सय वर्षसम्म बाँच्यौं भने मात्र ! यसर्थ हामी यहाँ जेजति दिन बाँचे पनि हामी के गरिरहेका छौं ? आफ्ना लागि के कमाइरहेका छौं ?

वास्तवमा मानिसभित्र शान्ति नभएसम्म क्रान्ति त फैलिरहन्छ ।

आफ्नो हृदयका लागि के कमाइरहेका छौं ? आफ्नो शान्तिका लागि के कमाइ गरिरहेका छौं ? वास्तवमा हामीले आफू जिउनुको सार्थकताका लागि के कमाइ गरेका छौं ? एउटा संसार हामीभित्र छ अनि अर्को हामीबाहिर छ । यो दुनियाँको आनन्द लिनका लागि हामी तल्लीन भइरहेका हुन्छौं । दौडिरहन्छौं तर भित्री संसारको आनन्दका लागि वास्ता नै गर्दैनौं । एउटा भर्खरै जन्मिएको बच्चालाई 'यो संसार कस्तो हो' भन्नेबारे केही पनि जानकारी हुँदैन । उसलाई केही पनि थाहा हुँदैन । बिस्तारै-बिस्तारै उसलाई आमाबुवाले खेलौना दिन थाल्छन् । ऊ खेलौनासँग खेलन थाल्छ । उसलाई खेलौना के हो भन्ने कुरा पनि थाहा हुँदैन ! उसले त्यसलाई आफ्नो मुखमा राखेर टोक्न थाल्छ किनकि हुन सक्छ, त्यो कुनै खाने वस्तु हो । उसलाई त त्यो खेल्ने चिज हो भन्ने कुरासमेत थाहा हुँदैन । अझ खेल के हो भन्नेसम्म पनि उसलाई ज्ञात हुँदैन । बिस्तारै-बिस्तारै रङ्गीचङ्गी चिजलाई हेरेर उसको ध्यान बाँडिन थाल्छ । कहिले यसलाई हेर्छ, कहिले त्यसलाई हेर्छ । यसरी नै ती चिजहरूतिर बिस्तारै-बिस्तारै मानिस आकर्षित हुन थाल्छ । यही कुरा बाहिरी दुनियाँ हो । भित्रको संसारमा यस्तो हलचल हुँदैन किनभने त्यहाँ शान्ति हुन्छ ।

भित्रको संसार नै वास्तविक संसार हो । तपाईंलाई प्राप्त भएको शरीरभन्दा पहिला पनि तपाईंभित्रको संसार थियो । तपाईं जीवित रहनुजेलसम्म त्यो तपाईंभित्रै रहन्छ तर तपाईं गएपछि पनि त्यो हुन्छ । म यो सन्देश मानिसहरूसमक्ष पुऱ्याउने प्रयास गरिरहेको छु किनभने उनीहरूले आफ्नो जीवनमा शान्तिको अनुभूति गर्न सक्नु । वास्तवमा मानिसभित्र शान्ति नभएसम्म क्रान्ति त फैलिरहन्छ । एकातर्फ शान्ति छ भने अर्कातिर क्रान्ति हुन्छ ।

शान्तिको खोजी गर्नुहोस् । जहाँ पाइन्छ त्यहीँ ठिक छ । मूल कुरा त तिर्खा मेट्नेबारेमा हो । पानीको स्रोत कहाँ छ भन्ने विषयको कुरा होइन । पानी जहाँको भए पनि पिउनुहोस् र आफ्नो तिर्खा मेट्नुहोस् । आफ्नो जीवनलाई सफल पार्नुहोस् ।

यस प्रेरणा पत्रिकामा प्रकाशित सामग्रीहरू 'मानिसको वास्तविक नाता', 'गौतम बुद्धका चार शिक्षा' कथा र 'आफूलाई नचिनेसम्म हामी अधुरो हुन्छौं' 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. : ०१-४९५२९९२/४९५२९८०, हेल्पलाइन नं. : ०१-५९०१७६५ वेबसाइट: [www.agps.org.np](http://www.agps.org.np)  
इमेल : [agps@mos.com.np](mailto:agps@mos.com.np) प्रचार विभाग : ९८४३९६५०९१, लेखा विभाग : ९८४७३६४४८७, व्यवस्थापन विभाग : ९८४०००६२४५

पृथ्वीमा शान्ति होस् र यो मबाट सुरु होस् । ✍ - जिल ज्याक्सन