मनोभाषा संवाद

सानो कुरा

केहि समय पहिले, लुथ्वानियाका मेरा साथीहरु नेपाल भ्रमणमा आएका थिए। भक्तपुर दरवार स्क्वायर घुम्न शुल्क बुझाएर प्राप्त गरेको रसिदमा छापिएको 'वर्ष २०७०' देखेर हेपाहा हाँसो हाँस्दै क्यस्टिटसले भन्यो- "तिम्रो देशको मान्छेहरुले कत्रो ठूलो गल्ति गरेको, यतिका टिकट छाप्नु अगाडी कम से कम चेक त गर्नु पर्थ्यो नि!" धेरै विवाद नगरी मैले यति मात्र भनें- "तिमीले पनि यति टाढा आउनु अगाडी कम से कम त्यो देशको क्यालेन्डर के होला भनेर स्टडी गर्नु पर्थ्यो नि!"

हामी धेरै जात जाती र संस्कृतिका धनी छौँ, हामीसँग धेरै क्यालेन्डर छन्, र विक्रम संबत हाम्रो सरकारी मान्यता प्राप्त क्यालेन्डर हो।

सूचना र प्रविधिले हामीलाई वैश्विक नागरिक मात्र बनाएको छैन, वैश्विक उपभोक्ता पनि बनाएको छ। क्रिसमसलाई 'किस्मस' भनेरै भएपनि मनाईएन भने सभ्यताको दौडमा धेरै पछाडी परिन्छ भन्ने मान्यताले त होला, नेपालका विद्यालयहरुमा, सपिङ्ग सेन्टरहरुमा 'क्रिसमस रुख' राख्नु जरुरी मानिन्छ।

त्यसैगरी ईश्वी संबतसँग गोरु बेचेको साइनोसम्म नभएपनि, "Happy New Year" भनिएन भने आधुनिकताको गाडी छुट्छ भने जस्तैगरी पुषको कठांग्रिदो जाडोमा आधारातसम्म जागा भएर बसिन्छ। एकाथरी जनता हुल बाँधेर, मनाउन लागी परेका हुन्छन्, अर्काथरी जनता यो समुहलाई धारे हात लगाउंदै, बैशाख १ गते यसरी नै हुल बाँधेर 'आफ्नो' नयाँ बर्ष नमनाइदिएको रिस पोख्दै हुन्छन्।

यो सबै विसंगति कायमै राख्दै, आजको विश्वमा अन्तराष्ट्रिय रुपमा नै जनवरी १ लाई नयाँ वर्षको प्रथम दिन मानिन्छ।

जनवरीको पहिलो दिन, अर्थात् हाम्रो बोलीचालीको भाषामा 'अंग्रेजी नयाँ वर्ष'को पहिलो दिन!

पोप ग्रेगोरीले लागु गरेको हुनाले यो संवतलाई ग्रेग्रोरियन क्यालेन्डर भनिन्छ। यो जूली संवतको रुपान्तरित संस्करण हो। ग्रेग्रोरियन क्यालेन्डर भन्दा पहिला जूलियन क्यालेन्डर प्रचलनमा थियो, तर त्यसमा दिन गणनामा अत्यधिक त्रुटिहरु पाइएकोले ग्रेग्रोरियन क्यालेन्डरलाई मान्यता प्रदान गरियो ।

अहिले सम्म जुनसुकै क्यालेन्डरको प्रयोग गरिएपनि, वर्षको ३६५ दिन नै हुन्छ। भित्तामा झुण्डिएको क्यालेन्डर एक वर्षमा फेरिन्छ तर, हामीले प्राप्त गर्ने हरेक दिन हाम्रो लागि नयाँ नै हुन्छ। हरेक नयाँ वर्षले ३६५ ओटा अवसर लिएर आएको हुन्। मनोभाषा एकेडमी वैस्विक मनोभाषी विद्यार्थीहरुमा आज र हरेक दिन शुभ रहोस् भन्ने कामना गर्दछ। माटो, मातृभुमि र कर्मभूमिको आशिर्वाद सदा सर्बदा यहाँको साथ रहोस्!

अंग्रेजी नयाँ वर्ष २०२२ को हार्दिक मंगलमय शुभकामना!

Happy New Year 2022!

अद्भूत

पंचतंत्रमा एउटा कथा छ- विद्वताको, मूर्खताको, अनुचित हठको, र समझदारीको ।

चारजना मित्र थिए- तीनजना तन्त्र, मन्त्र, योग, साधना, आयुर्वेद र मृत्संजीवनी सम्ममा उच्च सिद्दि प्राप्त तर व्यावहारिक बुद्धिमा भने नास्ति अर्थात् बिलकुल कोरा । तर चौथो मित्र पढेलेखेको कम भएपनि व्यावहारिक ज्ञानमा कुशल थियो ।

चारैजना आफ्नो पौरखले केहि कमाउन कतै जाँदै थिए र बाटोमा जङ्गल पर्थ्यो । एक ठाउँमा कुनै मृत जनावरका अस्थिपंजर फेला परे । एकजनाले ती हाडखोरहरुको निरीक्षण गरेर सिंह हो भन्ने ठहर गर्दै हाडहरुलाई ठीकठीक ठाउँमा मिलायो र पूर्ण कङ्काल तैयार गर्यो। अर्को मूर्ख विद्वानले आफ्नो ज्ञान र सिद्धिको बलमा त्यस कङ्कालमा मासु, नसा, रगत र छाला भरेर साबुत शरीर तयार गर्यो । अब तेस्रो विद्वत मूर्ख अघि सरेर त्यसमा प्राण भर्न तयार भयो। यी ३ जनालाई आफूले के गर्दैछौं र यसको परिणाम के हुन्छ भन्ने रत्तीभर अन्दाजा थिएन । चौथो व्यवहार कुशल मित्रले उनीहरुलाई आइपर्ने खतरा बारे सावधान गर्ने हर संभव कोसिस गर्यो तर उनीहरुले उल्टै उसलाई गँवार भन्दै उसको चेतावनीलाई हाँसोमा उडाए ।

उनीहरुको मूर्खताले आश्चर्यमा परेको चौथो समझदार व्यक्ति भने दौडिदै गएर हतपत्त एउटा रुख चढेर उनीहरुको चमत्कार हेर्न थाल्यो। हेर्दाहेर्दै उनीहरुले सिंहको शरीरमा प्राण पनि भरे। अब जीवित सिंह ठूलो गर्जनाका साथ उठ्यो र सर्वप्रथम तीनै जना मूर्खहरुलाई आफ्नो सिकार बनायो र बाटो लाग्यो। उनीहरु आफ्नो हठ र मूर्खताको आफैं सिकार बने, तर व्यावहारिक ज्ञान र सूझबुझको कारण चौथो मित्रको ज्यान बच्यो।

सोच

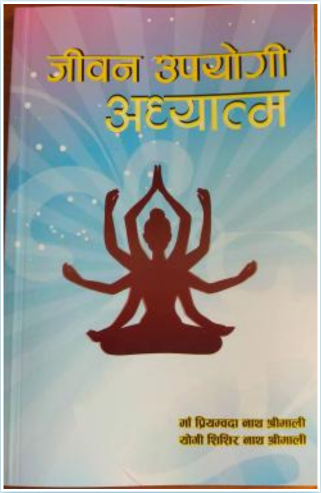
घर बनाउने एउटा कुशल कामदार आफ्नो बाँकी जीवन आनन्दले आफ्नो परिवारका साथ बिताउने इच्छाले अवकाश लिने तयारीमा थियो। वर्षौंसम्म इमान्दारीताका साथ काम गरेको आफ्नो प्रिय कामदारले अवकाश लिने सोच बनाएको थाहा पाएर मालिकलाई निकै दु:ख लाग्यो।

मालिकले कामदारसँग अवकाश लिनु अघि एउटा अन्तिम घर बनाइदिन आग्रह गर्यो। मालिकको लागि अन्तिम घर बनाउन कामदार तयार त भयो, तर अवकाश लिने सोच बनाईसकेको हुनाले एकदम बेमनले घर बनाउन थाल्यो। अन्तिम काम त हो नि भन्दै घर बनाउन एकदम कमसल सामानहरुको प्रयोग गर्न थाल्यो र एउटा गुणस्तरहीन 'काम चलाउ' खालको घर तयार पार्यो।

घर निर्माण संम्पन्न भएपछि, घर देखाउन र जिम्मा लगाउन मालिकलाई बोलायो। घर निरीक्षण गरिसकेपछि मालिकले कागजका केहि पानाहरु र चाबीको एक झुप्पा कामदारको हातमा दिंदै भन्यो- 'यो घर तिम्रो हो, मेरो तर्फबाट तिमीलाई तिम्रो बिदाईको उपहार' ! आफ्नो हातको कागजपत्र र चाबीको झुप्पा हेर्दै, मालिक फर्केर गएको बाटोतिर, आँखाभरि बिस्मात र पछुतोको भाव बोकेर धेरै बेर सम्म टोलाईरह्यो- कामदार !

पुस्तकबाट

२. आध्यात्मिक अभ्यासको उपयोगिता:



आजको विश्वलाई २१ औं शताब्दीको युग भनिन्छ । विश्व भन्नाले, वैश्विक मान्यता प्राप्त २०४ देश र सन् २०१३ सम्मको जनगणना अनुसार ७ अरब जनसंख्या भन्ने बुझिन्छ। वर्तमान अवस्थामा २०४ देशमा रहेका ७ अरब जनसंख्यालाई नै एउटा 'वैश्विक समुदाय’ मानिन्छ। आजको यो 'वैश्विक समुदाय’ उपयोगिता र उपभोगितामा विश्वास गर्ने समुदाय हो ।

'बाप बडा न भैया, सब से बडा रुपैंया’ भन्ने वाक्यलाई आफ्नो आदर्श बनाउने आजको युगमा विज्ञान, प्रविधि र सञ्चारले संसार चलाउने आजको युगमा, हाम्रै पावन भूमिमा, प्रतिपादित पूर्वीय दर्शन र आध्यात्मिक चिन्तनलाई अमेरिका र युरोपका 'अति विकसित’ देशहरूले समेत अपनाएका छन् ।

उपयोगी र फाइदा मूलक नभए आफ्नै आमा–बुवालाई समेत 'वृद्धाश्रम’मा हालिदिने चलनलाई अत्यन्त सामान्य मान्ने समाजले, हामी जस्तो पिछडिएको, तेस्रो विश्वको अति अविकसित देशका समाजले समेत 'काम नलाग्ने’, 'अनुपयोगी’, 'उपलब्धिमूलक नभएको’ मानेको अध्यात्मलाई सहर्ष अपनाएका छन् ।

पश्चिमा देशहरूले अध्यात्मलाई खुशीसाथ अपनाउने मात्र नभई, यसलाई दैनिक जीवनको एउटा महत्वपूर्ण कार्य अथवा नित्यकर्म बनाए । हामीले अनुपयोगी मानेको अध्यात्मलाई उनीहरु 'अध्यात्म विज्ञान’ भन्छन् । अध्यात्मबारे उनीहरु भन्छन्– अध्यात्मको उपयोग गरेर, जीवनमा खुशी, आनन्द, सफलता र सम्बृद्धि ल्याउन सकिन्छ । आज यदि हरेक बाल–बालिकालाई आध्यात्मिक अभ्यास सिकाउने हो भने, भविष्यको समाज पूर्णतः हिंसा रहित हुनेछ ।

आध्यात्मिक अभ्यासका अनगिन्ती फाइदाहरु र उपयोगिताहरु छन् । ती सबैले प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष रुपमा हाम्रो खुशी र आनन्द बढाउने एवम् दुःख र पीडा घटाउने गर्दछन् । क्रमस:...

दृष्टिकोण

सबिना आचार्य

खुशी सुख आनन्द र शान्ति,

छरिएका छन् सबैतिर भाँती

खोजिरहेछन् मन्दिरमा शक्ति

चिम्लिएर आँखा गर्दछन् भक्ति

हामी वरपर सबैतिर खुशी आनन्द छरिएर रहेको छ। हाम्रो नसा-नसामा खुशी छ। जस्तै: हाम्रो मुटु चलिरहेको छ, हाम्रो नाकले परको फूलको सुगन्धलाई महशुस गरिरहेको छ। शरीरको प्रत्येक कोष कोषमा हावा पुगिरहेको छ। तर हामी बाहिरी दुनियाँमा खुशी सुख खोज्दछौं। सिनेमा हल, पार्क, पिकनिक, भेला, सभा आदिमा । साथै मन्दिरमा पो खुशी छ कि भनेर त्यहाँ गएर प्रार्थना गर्दछौं । शान्ति आनन्द प्राप्त हुन्छ कि भनेर मन्दिर जान्छौं, तर मन्दिर गएपछि भगवानको मूर्ति अगाडी पुगेर आखाँ चिम्लिएर प्रार्थना गर्दछौं। आखाँ खोलेर भगवानसँग प्रार्थना गरेको मैले त देखेको छैन । भनेपछि भगवान पनि त आफैं भित्र रहेछ र आखाँ चिम्लिएर- "ए मसंग भएको शक्ति, तिमी त म भित्रै रहेछौ, सुन मेरो प्रार्थना" भनेर प्रार्थना गरेको होइन त?

आफू भित्र पस्न गुरु तिमी चाहिन्छ,

तिमी विना केहि पनि हुन्न रहेछ।

गीता ज्ञान

महेश आचार्य

यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्थो धनुर्धरः |

तत्र श्रीर्विजयो भूतिध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ||

अर्थात्,

जहाँ योगेश्वर श्रीकृष्ण हुनुहुन्छ, जहाँ धनुर्धर पार्थ (अर्जुन) छन्,
त्यहीं श्री, विजय, ऐश्वर्य र अचल न्याय हुन्छ भन्ने मेरो धारणा छ।

उपरोक्त श्लोक, श्रीमद्भागवत गीताको अन्तिम (१८औं) अध्यायको अन्तिम श्लोक हो। श्रीकृष्ण र अर्जुनवीचको संवादको बारेमा संजयले धृतराष्ट्रलाई आफ्नो बुझाईबारे सारंशमा धारणा राख्ने क्रममा सो भनेका हुन्। यहाँ श्रीकृष्णलाई ब्रम्हाण्डीय चेतना र अर्जुनलाई एक कर्मयोगीको रुपमा बुझ्न सकिन्छ। यदि कुनैपनि कार्य सम्पन्न गर्दा, ब्रम्हाण्डीय चेतना (Universal Consciousness) अनुरुप गरिएको खण्डमा हामी लक्ष्मी, विजय, ऐश्वर्य आदि प्राप्त गरी आफ्नो समग्र कल्याण गर्नसक्ने सामर्थ्य राख्दछौं र इच्छाएअनुसारको प्रतिफल हासिल गर्न सक्दछौं भन्ने बुझिन्छ। तसर्थ, यस श्लोकले आकर्षणको सिद्धांत (Law of Attraction)लाई व्यवहारमा उतार्न हामीलाई थप मार्गदर्शन गर्दछ।

अनुभव अनुभूति

शकुन्तला पौडेल
सन् फ्रान्सिस्को, क्यालिफोर्निया

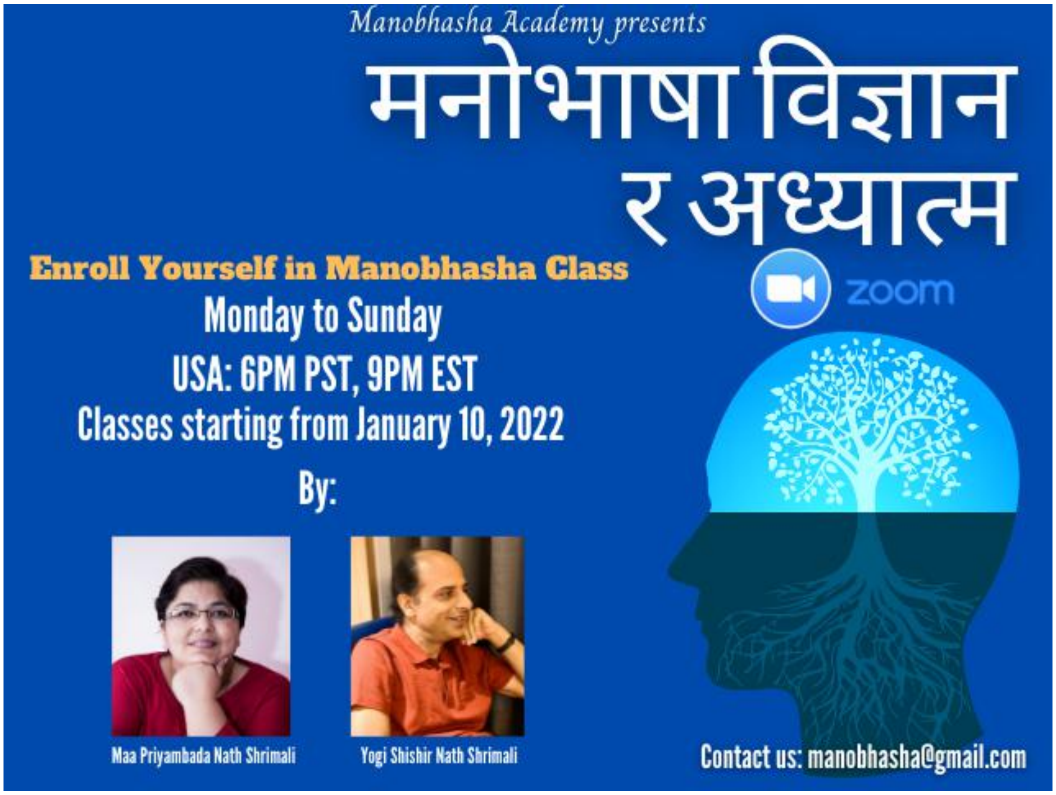
धर्म, दर्शन, विज्ञान र अध्यात्म मेरा सानै देखिका रुचिका विषयहरु थिए। मलाई यी विषयहरु सामान्य ज्ञान भएता पनि पूर्ण चाहिं कुनै विषयहरुमा पनि थिइन। बेला बखत यी विषयहरुमा सामाजिक संजालहरु, पत्र-पत्रिका पनि 'हट न्यूज' नबनेका होइनन् तर पनि आफूलाई अझ अब्बल बनाउनको लागि मनपर्दो र भरपर्दो श्रोत भने अझै भेट्टाईरहेकी थिइन ।

समय चल्दै थियो म पनि उपयुक्त समयको प्रतिक्षामा नै थिएँ। एकदिन मेरो साथीले फोन गरेर "मनोभाषा विज्ञान र अध्यात्म"को Zoom क्लास लिन अनुरोध गर्नुभयो। सर्वप्रथम त मलाई "मनोभाषा" भन्ने सुन्दा नै अचम्म लाग्यो किनकि यसभन्दा अगाडी मैले मनोवाद, मनोक्रान्ति, मनोदशा भन्ने मात्र सुनेकी थिएँ। यस्तो नयाँ विषयबस्तु सहितको यस्तो प्रकारको क्लास शायद नेपालमा पहिलो पटक नै भएको हुनुपर्छ।

अझै भन्नुपर्दा त मनको भाषा (मनोभाषा) कसरी विज्ञान हुंदोरहेछ? मनोभाषासँग अध्यात्मको कस्तो सम्बन्ध हुंदोरहेछ जस्ता प्रश्न मनमा खेल्न थाले, र क्लास पनि एक पटक लिई हेरौं, मन नपरे छोड्न मिलिहाल्छ जस्तो लाग्यो र गत जून १ देखि "मनोभाषा विज्ञान र अध्यात्म"को क्लास लिन शुरु गरें।

शुरुका २ दिनका क्लासहरु मनोभाषाको धर्म र परिभाषाबाट शुरु हुंदै क्रमसः संकल्प शक्ति, कल्पना शक्ति, शब्द ब्रह्म, ब्रम्हस चेतना ध्यान, relationship, communication हुंदै secrets of happiness सम्म पुग्यो। अनि त लाग्न थाल्यो एक जना पानीको खोजीमा हिंडेको बटुवालाई महासागर नै भेटे जस्तो....

वास्तवमा "मनोभाषा विज्ञान"का क्लासहरु मेरो लागि महासागर नै थिए। त्यही भएर मैले पनि हिजोआज म भित्र पनि सागर छ भन्ने कुरा थाहा पाउन थालें, र हिजो मेरा लागि अवरोध बनेका चीजहरु आज मेरा लागि पिल्लर बन्दै गएका छन्। हिजो मैले गर्न सक्दिन भनेर तर्सिएका कल्पना र संकल्पहरु मेरो लागि आज यथार्थमा देखिन थालेका छन्। हिजो म खुशी हुन नसकेका कुराहरुले आज मलाई मन्द मुस्कान छरीरहेका छन्। हिजो अरुको रंगिन दुनियाँ देखेर खटपटिने मन आज आफ्नै सुन्दर अनि रंगिन दुनियाँ बनाउन शुरु गरिसकेको छ। आफूले आफैंलाई अनि जीवन र जगतलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा पनि निकै परिवर्तन आउन थालिसकेको छ।



मनोभाषा एकेडेमीद्वारा प्रकाशित वर्ष १, अंक ३

सम्पर्क ठेगाना: मनोभाषा एकेडेमी, इटहरी ४, सुनसरी, नेपाल

Email: manobhasha@gmail.com