धर्म र अध्यात्मः एक चिन्तन

प्रा. दिनेश चापागाऊँ

अहिले विश्वमा अनेकन् धर्महरू स्थापित भएका छन्। धर्मलाई आफ्नो जीवन जिउने मार्ग दर्शनको रूपमा ग्रहण गर्ने असङ्ख्य छन्। धर्मको नाममा झगडा गर्ने अनि तेरो धर्म भन्दा मेरो धर्म बढि सान्दर्भिक छ त्यसैले मेरो धर्म अपनाऊ भन्ने पनि प्रशस्त पाइन्छन्। गाह्रो साह्रो परेको बेलामा आफ्नो धर्मलाई माध्यम बनाई आफ्नो ईश्वरको प्रार्थना गर्ने केही जमात छन् भने आफ्नो धर्मलाई निःस्वार्थ भई आत्म केन्द्रित भएर अपनाउने पनि केही पाइन्छन्। अझ, सबै धर्मलाई एक रूपले मान्यता दिने व्यक्तिहरू त यस विश्वमा निकै कम मात्रामा मात्र भेट्टाइन्छन्।

साँच्चै भन्ने हो भने "धर्म" भनेको त एउटा प्राकृतिक स्वभाव हो। जीवित होऊन् या निर्जीव सबैको कुनै न कुनै धर्म त हुन्छ नै। प्रकृतिले नै प्रत्येक वस्तुको धर्म तोकिदिएको हुन्छ। बाँदरको एउटा धर्म हुन्छ भने भालुको अर्को धर्म हुन्छ। सुनको एउटा धर्म हुन्छ भने तामाको अर्कै धर्म हुन्छ। पानीको एक किसिमको धर्म हुन्छ भने तेलको अर्कै किसिमको हुन्छ। मानवजातिको धर्म पनि प्रकृतिले नै तोकिदिएको छ। बाँदर, भालु, सुन, तामा, पानी, तेल आदिका जस्ता भिन्न भिन्न प्राकृतिक स्वभाव। तर, हामीले यहाँ सोच्नु पर्ने एउटा कुरा के छ भने एउटा तामाले अर्को तामाको भन्दा फरक धर्म देख्दैन, बनाउन पनि सक्दैन। तर, मानिसहरूले चाहिँ मानिस-मानिसमा धर्महरू फरक फरक बनाएर एउटा मानिस भन्दा अर्को मानिसमा भिन्नता सिर्जना गर्ने काम गरिरहेका छन्। मानवजातिलाई पनि प्रकृतिले दिएको धर्म त एउटै हो। मानिसहरूले प्रकृतिलाई उछिन्न खोजेर विभिन्न नामबाट धर्मलाई परिभाषित गरी एउटा धर्म भन्दा अर्को धर्मलाई फरक राख्दै त्यसैको नाममा झगडा, युद्ध अनि एक आपसमा मारकाट गरिरहेका छन्।

एक्काइसौं शताब्दीका सुविख्यात आध्यात्मिक चिन्तक श्री श्री रवि शंकरज्यूले धर्म र आध्यात्मिक चिन्तन बारे अति महत्वपूर्ण ज्ञान दिनु भएको छ। वहाँले धर्म र अध्यात्ममा के फरक छ भन्ने सम्बन्धमा एउटा रोचक उदाहरण दिने गर्ने भएको छ। वहाँले साधकहरूलाई सम्झाउनको लागि यो उदाहरण बारम्बार दिने गर्नु हुन्छ। वहाँ भन्नुहुन्छ - "धर्म भनेको केराको बोक्रा हो र अध्यात्म भनेको केराको गुदी हो। तसर्थ, आध्यात्मिक चिन्तन सुरू गर्न केराको बोक्रा छोडाएर चिन्तन गर्ने बानी बसाल्नु पर्छ। बोक्राको रङ् र रूप विभिन्न प्रकारका हुन सक्छन् तर हामीलाई सन्तुष्टि दिने त गुदी नै हो। असली कुरो त गुदी नै त हो भने बोक्राको लागी के को झै झगडा।"

प्रकृतिले मानवजातिलाई दिएको धर्म अथवा स्वभाव भनेको आध्यात्मिक चिन्तन नै हो। मानिसहरूले प्रेम गर्न सक्छन्, करुणा दर्साउन सक्छन्, विवेक गर्न सक्छन्, वेराग्य जगाउन सक्छन् अनि मोक्ष पनि प्राप्त गर्न सक्छन्। यी सबै भनेका आध्यात्मिक चिन्तनको उपज हो। मतलव, आध्यात्मिक चिन्तनको अभ्यासबाट मानव मानव प्रति प्रेम जागेर आउँछ न की घृणा र ईर्ष्या।

परम पूज्य श्री श्री रवि शंकरज्यू भन्नुहुन्छ विश्वका सबै धर्महरूलाई हामीले राम्ररी नियालेर हेर्यौं भने बुझ्छौं की हरेक धर्ममा विशेषतः तीन प्रकारका अलग अलग तत्वहरू पाइने गर्छन्। पहिलो तत्व हो धर्मको मूल्यमान्यता, दोस्रो धर्म चिनाउने प्रतीक, अनि तेस्रो भनेको धर्म द्वारा समाजमा प्रतिपादित प्रचलन अर्थात् रीतिरिवाज। वहाँले हामीलाई प्रस्ट पार्दै भन्नुहुन्छ सबै धर्मका मूल्यमान्यताहरूलाई गहिरिएर हेरे प्रायः एकै नासे पाइन्छन्। अनि पुज्ने प्रतीक चाहिँ अलग अलग हुने गर्छन्। धर्मको नाममा प्रचलनमा आउने रीतिरिवाजहरू त झन् एकदम अलग्गै हुने गर्छन्।

विश्वका सबै धर्ममा देखिएका साझा मूल्यमान्यताहरू के के हुन् त ? सबै धर्महरूले मानिसहरूलाई अन्य जीव जन्तुहरू र प्राकृतिक वस्तुहरूलाई प्रेम गर्नु, माया गर्नु अनि सत्य बोल्नु, कसैलाई दुख हुने काम नगर्नु बरु करुणा दर्साउनु भनेर सिकाएको छ। हरेक धर्मले यसरी आफ्ना आफ्ना मूल्यहरू कायम गरेका छन्। के विश्वका कुनै धर्मले झुटो बोल्नु, अरूहरूलाई घृणा गर्नु, हत्या हिंसा गर्नु भनेर सिकाउँछ त ? मूल्यमान्यता सबै धर्मको एउटै छ, केराको गुदी जस्तै स्वादिष्ठ छ, स्वास्थबर्धक पनि छ। यही धर्मको साझा मूल्यमान्यतालाई बुझी एक धर्मले अर्को धर्मलाई इज्जत दिएर सत्य बोल्ने, प्रेम गर्ने र करूणामय हुने भनेको नै आध्यात्मिक चिन्तन हो भनेर श्री श्री रवि शंकरज्यूले विश्वका विभिन्न देशहरूमा भ्रमण गर्दै सन्देश दिँदै आउनु भइरहेको छ।

धर्मको दोस्रो तत्व भनेको प्रतीक हो। मूल्यमान्यता बाहेक प्रत्येक धर्मका आ-आफ्ना फरक फरक प्रतीकहरूलाई श्रद्धा गर्ने अनि त्यसलाई पूजा गर्ने गरिएको पाइन्छ। इसाई धर्मावलम्बीहरूले क्रसलाई प्रतीक मान्छन् भने हिन्दूहरूले बोट बिरुवा, नदी, पर्वत र मूर्तिलाई श्रद्धा गरी पूजा आदि गरेको पाइन्छ। बुद्ध धर्मावलम्बीहरूले बुद्धको स्तूप, सिख धर्मावलम्बीहरूले गुरु ग्रन्थलाई श्रद्धा गर्ने गरिएको पाइन्छ।सबै धर्मावलम्बीहरूले आ-आफ्नो धर्मग्रन्थहरूलाई श्रद्धा गर्ने गरिएको पाइन्छ। बाइबल, कुरान, वेद, गुरु ग्रन्थ आदि सबै धर्मग्रन्थहरूमा कहीँ कतै पनि मानिसहरूलाई अरू कसै प्रति घृणा गर, ईर्ष्या गर, झगडा गर भनेर लेखिएको पाइँदैन।अनि, एक धर्मले अर्को धर्मलाई किन इज्जत दिन सकिँदैन त ? किन एक धर्मले अर्को धर्म मान्ने मानिसहरूलाई अनादर गर्ने त ?

धर्मको तेस्रो तत्व भनेको समाजमा प्रचलनमा आएका रीतिरिवाजहरू हुन्। धर्मान्धतामा रहेर कट्टरपन्थीहरूले धेरै पहिला देखि नै धर्मको मूल्यमान्यतालाई कम प्राथमिकता दिई धर्मका प्रतीकलाई देखाउँदै विभिन्न प्रकारका कुरीति, परम्परा, रीतिरिवाज अनि प्रथाहरूलाई महत्वका साथ अगाडि बढाइराखेका छन्। यही धर्मान्धताको तत्वले गर्दा धर्म धर्मको आपसमा मनमुटावहरू बढिरहेको छ र कतै कतै त यो मनमुटाव उत्कर्षमा पुगेर हिंसा, आतङ्क आदिको पनि जन्म भइरहेको छ, जुन मानवताको लागि एउटा चुनौती नै देखा परिसकेको छ।

आधुनिक युगका आध्यात्मिक चिन्तक श्री श्री रवि शंकरज्यू हामीलाई सम्झाउने गर्नु हुन्छ कि जब हरेक धर्मको मूल्यमान्यताहरू एकै छन् भने धर्म धर्म बीच वैमनश्यता किन पैदा गर्ने? सबै धर्मलाई

इज्जत देऔँ र आध्यात्मिक चिन्तनमा लागौँ। यसो गर्दा मनमा क्लेश, ईर्ष्या, घृणा, क्रोध, भय, लालसा आदि सबै हटेर जान्छ र प्रेम, करुणा, सेवा आदिको भावना बढेर आउँछ। परम पूज्य श्री श्री रवि शंकरज्यूले "द आर्ट अफ लिभिङ्ग" अर्थात् जीवन जिउने कला नामक संस्थाको सिर्जना गरी यही सन्देश संसार भरी फैलाउन चाहनु भएको छ। धर्मको नाममा झगडा नगरौँ, आ-आफ्ना धर्म निभाऔँ र आध्यात्मिक चिन्तनमा लागौँ।

श्री श्री रवि शंकरज्यूले जीवन जिउने कलाका तीन विशेष अभ्यासहरू मार्फत आध्यात्मिक चिन्तन गर भनेर सम्झाउनु भएको छ। ती हुन् - साधना, सेवा र सत्सङ्ग। वहाँ भन्नु हुन्छ – वर्तमान पलमा हर पल मुस्कुराउँदै मुस्कुराउँदै अन्तर-मनमा रमाउँदै जीवन जिउनु नै हामी सबैको जीवन प्राप्तिको एक लक्ष हुनु पर्छ। साधना भनेको योग, प्राणायाम तथा ध्यानको अभ्यास गरेर आफू भित्र रहेको आफ्नो शक्तिकेन्द्रलाई खोज निकाल्नु हो। आफ्नो स्रोतसँग आफूलाई समावेश गराउनु हो। सेवा भनेको सबै मानिस, जीवजन्तु, प्राकृतिक वस्तुको आवश्यकतालाई पुरा गरिदिन प्रयासरत रहनु हो।अनि, सत्सङ्ग भनेको सदा मुस्कुराउँदै ज्ञानका कुरा सुन्नु, सुनाउनु र प्रार्थना, भजन, कीर्तन गरेर आफूलाई एकाग्रता र केन्द्रित बनाई वर्तमान पलमा रही मुस्कुराउँदै आनन्दित हुनु हो। यही तीन अभ्यासहरू गर्नेलाई नै आध्यात्मिक चिन्तन भनिन्छ र यही नै हाम्रो जीवन जिउने कला हो। यसरी आध्यात्मिक चिन्तन गर्नुको लागि सबै धर्मका साझा मूल्यमान्यतालाई आदर गरी केराको बोक्रा छोडाए झैँ गरी केराको असली गुदी खान सिक्नु नै आध्यात्मिक चिन्तन हो। सबै धर्मलाई इज्जत दिऊँ, मानुँ र आध्यात्मिक चिन्तन तिर लागौँ। मानव मूल्यलाई अँगालौँ र आउँदो पुस्तालाई यही कुरा सिकाऔँ।