AN INTIMATE NOTE
TO THE SINCERE SEEKER

सच्चा साधकका लागि
आत्मीय टिपोट

(परमपुज्य गुरुदेव श्री श्री रवि शंकरज्यु बाट साधकहरूका लागि प्रदान गर्नु भएका साप्ताहिक ज्ञानपत्रहरू, जुलाई २७, २००० देखि जुलाई ८, २००१)

अङ्ग्रेजीबाट नेपालीमा रुपान्तरण तथा प्रस्तुतकर्ता: प्रा. दिनेश प्र. चापागाईं

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६३ युरोपेली आश्रम
जुलाई २७, २००० जर्मनी

क्रिया तथा प्रतिक्रिया

सचेत भई निर्णय गर्दा क्रिया पैदा हुन्छ भने प्रतिक्रिया चाहिँ आवेग द्वारा पैदा हुन जान्छ। आवेगको अवस्थामा अर्थात् झ्वाट्ट कार्य गर्दा कर्मका शृङ्खला हरू पैदा हुन्छन्। प्रतिक्रियाले तथा अ-क्रिया (काम नै नगर्ना) ले कर्म पैदा हुन्छ। तर, सचेत भई कार्य गर्नाले चाहिँ कर्मलाई पराजित गर्छ। सचेत भई गरेको कार्यले अर्थात् होस पुराएर गरेको कामले नयाँ कर्म सृजना गर्दैन तर अ-कार्य अर्थात् गर्नु पर्ने काम नगरेमा भने कर्म पैदा हुन सक्छ। उदाहरणको लागि, युद्ध गरिरहेको सिपाहीले र अश्रु ग्यास प्रयोग गरिरहेको प्रहरीले कुनै पनि कर्म सृजना गरिरहेका हुँदैनन्, तर ओखती चाहिरहेको बिरामीलाई यदि कुनै डाक्टरले ओखती दिँदैन भने उसले चाहिँ कर्म सृजना गरिरहेको हुन्छ।

तसर्थ, ज्ञान तथा भक्ति द्वारा सबै कर्मलाई पराजित गरि स्वतन्त्र होऊ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू:: *क्रिया, प्रतिक्रिया, अ-क्रिया, कर्म*

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६४ युरोपेली आश्रम
अगस्त, ३, २००० जर्मनी

प्रविधि

प्रकृतिलाई आभरण गरेर अर्थात् उपयोग गरेर मानवजातिलाई सूचना तथा सुविधा पुर्याउनु नै प्रविधिको उद्देश्य हो। तर, जब आध्यात्मिक या मानव मूल्यको अवहेलना या उपेक्षा गरिन्छ, त्यस बेला प्रविधिले सुविधा पुर्याउनुको सट्टा डर त्रास अनि विध्वंस निम्त्याउँछ।

मानव मूल्य रहित प्रविधिले प्रकृतिलाई एक मृत वस्तु ठान्छ। विज्ञानले प्रकृतिको जीवनमा एक अन्तर्दृष्टि दिन्छ भने अध्यात्मले प्रकृतिलाई जीवन्त प्रदान गर्छ। एक बालकको आँखामा संसारको कुनै पनि वस्तु मरेको हुँदैन- जनावर, रुख, सूर्य अनि चन्द्र सबैमा जीवन हुन्छ। अनि, भावना र चेतना पनि हुन्छ। तर, तनावमा रहिरहने अज्ञानी व्यक्तिको आँखाले भने मान्छेलाई पनि एउटा रोबोट या वस्तु जस्तो देख्छ।

अध्यात्म रहित प्रविधि एक विध्वंसक तत्व हो। अध्यात्म एक अन्तर्ज्ञानी को प्रविधि हो भने सम्पूर्ण विश्व चाहिँ एक अन्तर्ज्ञान को अभिनय र प्रदर्शन मात्र हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: *प्रविधि* , *मानव मूल्य* , *अध्यात्म* , *अन्तर्ज्ञान*

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६५ नयाँ दिल्ली
अगस्त १०, २००० भारत

प्रेम - एक प्रश्नको उत्तर

एक चोटि एक समारोहमा श्री श्रीले सोध्नु भयो, "तिमीहरू मध्य कति जनाले आफूलाई बलवान या तागतवर छु भन्ने ठानेका छौ?"

त्यहाँ उपस्थित धेरैले हात उठाए।

तव, श्री श्रीले पुन: प्रश्न गर्नु भयो, “किन?”

उनीहरूले जबाफ दिए, “किन कि हामीहरूको साथ तपाईँ हुनुहुन्छ, त्यसै कारणले।

“जो आफूलाई कमजोर ठान्छ उसले मात्र समर्पण गर्न सक्छ।" श्री श्रीले जबाफ दिनु भयो।

त्यसपछि जो आफूलाई बलवान ठान्थे सबै झस्किए, अनि अकस्मात् आफूलाई कमजोर महसुस गर्न थाले।

यदि तिमी प्रेमको बसमा परेका छौ भने, तिमी आफूलाई कमजोर महसुस गर्छौ किन की प्रेमले तिमीलाई कमजोर पार्छ। तैपनि प्रेम भन्दा बलियो शक्ति अन्य कुनै छैन। प्रेम तागत हो। प्रेम यस पृथ्वीमा भएका शक्तिहरू मध्य सबै भन्दा ठूलो शक्ति हो। जब तिमी ईश्वरको साथमा हुन्छौ तिमी आफूलाई परम शक्तिमान महसुस गर्छौ।

उत्तिखेरै कसैले प्रश्न गर्छ, “तर किन हामीहरू तागत र कमजोरीको बीचमा यता उति भौँतारिरहेका छौँ त?”
श्री श्री भन्नुहुन्छ, “त्यही त हो नि जीवनमा तल माथि भइरहनु भनेको।"

जुन बेला तिमी आफूमा कमजोरी महसुस गर्छौ - तिमी समर्पण गर।

जुन बेला तिमी आफूमा तागत छ भन्ने महसुस गर्छौ - तिमी सेवा गर।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू:: *प्रेम, तागत र कमजोरी, समर्पण, सेवा*

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६६ बैङ्गलोर आश्रम
अगस्त १८, २००० भारत

द्वन्द्व र अबोध पन

बराबरी को बीचमा मात्र द्वन्द्व या झगडा हुन सक्छ। जब तिमी कसै सँग झगडा गर्छौ तव तिमी उसलाई आफ्नो बराबरी सम्झिरहेका हुन्छौ। तर साँच्चै भन्ने हो भने तिम्रो समतुल्य कोही पनि छैन। जब तिमीले अरूलाई आफूभन्दा माथि या तल सोच्छौ त्यस बेला झगडा हुँदै हुँदैन।

जब कोही तिमी भन्दा माथि हुन्छन् तिमी उसलाई आदर गर्छौ। जब कोही तिमी भन्दा तल हुन्छन् तिमी उसलाई माया गर्छौ र उ प्रति करुणाको भाव पनि राख्छौ। समर्पण गर्ना ले या करुणाको भाव राख्नाले मात्र पनि तिमीलाई झै-झगडाबाट टाढा राख्न सक्छ। झगडा गरेर जब तिमी थाक्छौ त्यस बेला यो वास्तविकता बुझ्न सजिलो हुन्छ। तर जब तिमी आराम अवस्थामा हुन्छौ त्यस बेला लडाई झगडा गर, अनि साथ साथै रमाइलो पनि गर।

मनको पनि यही सत्यता हो। जब मन इन्द्रीयहरूको जकड मा हुन्छ अर्को मानेमा जब मन र इन्द्रीय बराबर जस्तो लाग्छ त्यस बेला सधैं जसो द्वन्द्व भइरहन्छ। तर, जब हाम्रो मन इन्द्रीय भन्दा तल रहन्छ, जस्तै जनावरहरूको हुन्छ, त्यहाँ द्वन्द्व हुँदैन। अनि, जहाँ मन इन्द्रीय भन्दा माथि रहन्छ त्यहाँ पनि द्वन्द्व हुँदैन। जब मनले इन्द्रीयलाई पराजित गर्छ, मन आफ्नो सच्चा स्वरूपमा देखा पर्छ जुन एकदम अबोध हुन्छ - " होस नै नभए जस्तो"।

यसको केही अर्थ छ त? (सबै हाँस्छन्)

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू:: *द्वन्द्व, मन, इन्द्रीय, अबोध*

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६७ युरोपेली आश्रम
अगस्त २४, २००० जर्मनी

समस्याहरू ? फेरी एउटा अर्को

समस्याको पहिलो समाधान भनेको मतलव कुनै पनि समस्या नै नहुनु हो। (सबै हाँस्छन्)

समस्याको दोस्रो समाधान भनेको समस्यालाई सहर्ष स्विकार गरि चुनौतीको रुपमा हेर्नु हो।

तेस्रो समाधान चाहिँ समस्या भनेको साँच्चै केही होइन एउटा बगम्फुसे चिज हो भनेर बुझ्नु हो।

अनि, चौथा समाधान भनेको प्रकृतिले समस्या दिनु भन्दा पहिला नै त्यसको समाधान पनि दिइसकेको हुन्छ भनेर बुझ्नु हो। हेर न, पहिला तिमीले मलाई भेट्यौ अनि तिमीलाई समस्या पर्यो। (सबै हाँस्छन्) हिमपात हुँदा को बेलामा कुनै रोगका किटाणुहरू देखा पर्दैनन् किन की त्यो मौसममा तिमीलाई निको पार्ने जडिबुटीहरू पनि केही उम्रँदैनन्। वसन्तमा जडिबुटी उम्रन्छन् अनि कीरा फट्याङ्ग्रोहरू पनि देखा पर्न थाल्छन्। अनि, गर्मी याममा सूर्यको घाम कडा हुनु भन्दा पहिला नै छायाँ देखा पर्छ। तसर्थ, प्रकृतिले नै तिम्रो राम्ररी हेरचाह गरिरहेको हुन्छ।

सब्य सोध्छन्: यदि तलतल अर्थात् तृष्णा भइरहने जस्तो एउटा समस्या भयो भने के गर्ने नि?

श्री श्री भन्नु हुन्छ: तलतलले तिमीलाई पाको बनाउँछ। सबै समस्याहरूको समाधान चाहिँ एकैसाथ नगर्नु। एउटा राखि राख्नु। तिमीलाई चपाई राख्नु को लागि केही त चाहिन्छ नि - जीवन यसै गरि त बित्दै जान्छ नि।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू:: *समस्या, समाधान, प्रकृति*

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६८ न्युयोर्क
अगस्त २९, २००० अमेरिका

अर्काको गल्तीलाई औंल्याएर फेरि अर्को गल्ती नगर

एक महिलाले एक चोटि श्री श्रीलाई उनको श्रीमानले उनी सङ्ग झुटो कुरा गरे भनेर सुनाइन्। त्यसले गर्दा उनी एकदम उदास पनि देखिन्थिन्। श्री श्रीले भन्नुभयो, " किन तिम्रो श्रीमानले तिमी सङ्ग झुटो कुरा गरे त, थाहा छ? उनले तिमीलाई एकदम माया गर्दा रहेछन् त्यसै कारणले तिमी सङ्ग झुटो कुरा गरे। तिमीबाट त्यो माया खोसिएला या तिमीलाई दुख होला भनेर नै उनले तिमी सङ्ग झुटो बोले। यदि उन ले तिमी सङ्ग माया नगर्दा हुन् त तिमी सङ्ग झुटो बोल्दैन थिए।

कुनै व्यक्तिले गल्ती गरिरहेको छु भन्ने थाहा पाइ पाइ गल्ती गरिरहेको छ भने त्यस व्यक्तिलाई केही पनि नभन। गल्ती गरेको थाहा पाइ सकेको व्यक्तिलाई फेरि औंल्याएर के अर्थ। त्यसो गर्दा खालि त्यो व्यक्तिलाई दोषी महसुस गराएर उस लाई आक्रोशित पार्नु र अपमानित गर्नु मात्र हुन्छ। यसो हुँदा उ आफू भन्दा धैरै पर पर भएर जान्छ।

गल्ती गरिरहेको थाहा नभएको र थाहा पाउन खोज्ने व्यक्तिलाई मात्र उस को गल्ती देखाई देऊ । फेरि त्यस्तो व्यक्तिको गल्ती पनि न औंल्याइदिए जसले आफूले गल्ती गरिरहेको थाहा छ तर त्यो गल्ती तिमीले थाहा न पाइ दियोस् भन्ने सोचिरहेको छ। प्रायजसो मानिसहरू आफूले गरेका गल्तीहरू थाहा पाइरहेका हुन्छन् तर तिमीले त्यो गल्ती उनीहरूलाई भनेको चाहिँ राम्रो मान्दैनन्।

आफूले गरेका टीकाटिप्पणीको फाइदा बारे राम्रो सित बिचार गर। पहिला बिचार पुराउ कि कसैको गल्ती देखाई दिने तिम्रो टिप्पणीले स्थितिमा केही सुधार लेराउन सक्छ त! प्रेम भावना या सामञ्जस्य बढ्छ त! महात्माहरूले अरूहरूलाई दोषी साबित गर्न कहिल्यै उनीहरूको गल्ती देखाउँदैनन्। बरु, महात्माहरूले अरूको गल्ती बोलेर होइन कि उ प्रति करुणा दर्साई उसलाई राम्ररी हेरविचार गरी आफ्नो ब्यबहारले मात्र उनीहरूलाई सुधार्ने गर्छन्।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू:: *गल्तीहरू, गल्ती औंल्याउनु, गल्ती सुधार्नु*

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २६९ ओटावा, अन्टारियो
सेप्टेम्बर ८, २००० क्यानाडा

ज्ञानी तिनीहरू हुन् जसले तिमीमा ईश्वरप्रति सदा तलतल मात्र जगाई राख्छन्

संसार प्रति तलतल राखिरहने व्यक्ति अभागी हुन्। ईश्वरप्रति तलतल राखिरहने व्यक्ति चाहिँ भाग्य मानी हुन्। जसले तिमीलाई संसार प्रति तलतल जगाउने कोसिस गर्छन् उनीहरू अज्ञानी हुन् भने तिमीलाई ईश्वरप्रति तलतल जगाई राख्ने व्यक्ति चाहिँ ज्ञानी हुन्।

“मेरो" र "तेरो" भन्ने भावना राख्नु नै द्वन्द्वको श्रोत हो। आत्म ज्ञानले हामीमा भएको सीमित मात्राको मेरो पन भन्ने भावना हटेर जान्छ र द्वन्द्वबाट छुटकारा दिलाउँछ।

जब ज्ञान तिमीमा फुर्न थाल्छ त्यस बेला सारा संसारमा तिमीलाई कोही पनि पराई लाग्दैन। त्यस्तो परिस्थितिमा फेरि आफ्नै नजिकको बारेमा पनि एकदम कम जान्छु भन्ने जस्तो लाग्छ।

सुचक भन्छन्: हो! हाम्रो नजिकको प्रायः पराइ हुन्छन्।
श्री श्री भन्नुहुन्छ: कसैको बारेमा पनि तिमी सम्पूर्ण कुरा त बुझ्नै सक्दैनौ। किन की जीवन त एक रहस्यमय कुरा हो।

मार्सि भन्छिन्: तर, गुरु जी तपाई त हाम्रा सम्पूर्ण कुरा थाहा पाउनु हुन्छ त! (सबै हाँस्छन्)

श्री श्री भन्नु हुन्छ: ब्यूँझ र हेर! ई सबै "म, मेरो, अर्काको" भन्ने विवाद आफै हराएर जान्छन्।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: तलतल, तेरो मेरो, रहस्यमय

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७० आग्रा
सेप्टेम्बर ८, २००० भारत

के तिमी अरू प्रति कृतज्ञ भई अनुगृहीत भई रहनु पर्छ ?

जब तिमी आध्यात्मिक पथमा लागेका हुन्छौ, तिमीले कसै प्रति पनि कृतज्ञ वा अनुगृहीत भइरहनु पर्दैन। गीतामा श्री कृष्णले भन्नु भएको छ, "मेरो अति प्यारो व्यक्ति उ मात्र हुन सक्छ जो कसैलाई धन्यवाद पनि दिँदैन घृणा पनि गर्दैन (नाभिनन्दति: ना द्वैषथि:)।

कसै प्रति कृतज्ञ हुनु या अनुगृहीत हुनु भनेको मतलव तिमीले - ईश्वर जसले सारा सन्सारलाई नियन्त्रण गरिरहेको छ त्यसको अस्तित्व भन्दा कुनै अरूलाई विश्वास गरिरहेको देखिन्छ। तिमी कसै प्रति पनि अनुगृहीत हुन्छौ भने तिमीले दिव्य योजना र कर्मको सिद्धान्तलाई सम्मान गरिरहेका छैनौ भन्ने बुझिन्छ।

सबै व्यक्तिहरूलाई उनीहरू जस्ता छन् त्यस्तै सोची सम्मान गर। उनीहरूले के गरे त्यसका लागी उनीहरूलाई धन्यवाद न देऊ। होइन भने तिम्रो त्यो कृतज्ञता तिम्रो अहङ्कारको सेरोफेरोमा केन्द्रित भइरहन्छ। कृतज्ञ होऊ, तर कुनै कार्य गरेको ले मात्र चाहिँ कृतज्ञ न होऊ। उ जस्तो छ त्यसैको लागि कृतज्ञ होऊ। प्रत्येक व्यक्ति उ आफैंमा केही पनि होइन, उ त परमात्माको सिर्फ एक कठपुतली मात्र हो। त्यसकारण, कृतज्ञ भई कुनै व्यक्तिप्रति अनुगृहीत हुनु भनेको आफ्नो अज्ञानता दर्साउनु मात्र हो। प्रत्येकको नियम-कानुन, नियन्त्रण र व्यवस्थापन उनै एकाकार परमात्माले मात्र गरिरहेका छन्। तिम्रो प्रत्येक कार्यमा यही एक अन्तर्ज्ञान जगाइराख्नु पर्ने हुन्छ, र यसको लागि तिम्रो मन त्यस तर्फ लगाउन कुनै पनि प्रयत्न गरिरहनु पर्दैन।

कोही प्रश्न सोध्छन्: हामी तपाईँ प्रति यस्तो अनुगृहीत छौं, के गर्ने त?

श्री श्री भन्नुहुन्छ: जब तिमीमा अपनत्वको पूर्ण रूपले भावना जाग्रत भएर आउँछ , त्यस बेला कसैले लगाएको गुनमा अनुगृहीत भइरहनु पर्दैन। त्यस्तो कृतज्ञता ईश्वरप्रति मात्र लक्षित हुनु पर्छ र यसले गर्दा तिमीमा अझै तागत बढेर आउँछ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: कृतज्ञता, अनुगृहीत, ईश्वरको नियम

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७१ बैङ्ग्लोर आश्रम
सेप्टेम्बर २१, २००० भारत

अलौकिक प्रेम तथा गुनासो गरिरहने मुहार

तिमी आफूलाई कस्तो देख्न चाहन्छौ- सुखी, उत्साहित तथा बुलबुले मिजासको या निरस र खुसी पार्नै अप्ठ्यारो किसिमको व्यक्ति?

बेलाबेलामा तिमीलाई कसैले फकाई रहोस्, फुस्लाई रहोस् र फुर्काई रहोस् जस्तो लाग्दो हो, त्यसै कारणले त तिमी बेलाबेलामा मनाउन नै गाह्रो हुने गरी अँध्यारो मुख लगाएर बस्छौ। यदि कुनै व्यक्तिले दश जना लाइ फकाएर खुसी पारिरहनु पर्यो भने कस्तो थकाई लाग्दो काम हुन जान्छ होला, होइन र ! जुन व्यक्तिले अँध्यारो अनुहार लगाएर अरूले उस् लाइ फकाई रहोस् भनेर बस्छ उसँग झन् सबै जना पर भाग्छन् । प्रायः प्रेमीहरू यसै गर्ने गर्छन्। उनि हरू आफ्नो प्रेमीका लाई फकाउनुको लागि यति बेसी शक्ति खर्च गर्छन् कि त्यति बेलाको उनीहरूको रमाइलोपन र भइरहेको सुख नै घटेर जान्छ।

कुनै कुनै बेला तिमीले आफ्नो रिस या अँध्यारो अनुहार देखाउनु त ठिक्कै पनि होला तर प्रायः सधैं यस्तो गरिरहनु चाहिँ आफू अनि आफूले प्यार गरिरहेको व्यक्ति दुवैलाई तनाव सिर्जना गर्नु मात्र हुन जान्छ।

यदि आफ्नो मनमा केही गडबड भइरहेको जस्तो लाग्छ भने आफैले आफूलाई फकाउने गर अनि खुसी भई देऊ। आफ्नो आवश्यकता अरूले पुरा गर्नु पर्छ भन्ने सोच्नु भनेको एउटा साह्रै भद्दा पनको सूचक हो। यही नै अज्ञानताको एक जड पनि हो। यदि तिमी अरूहरूको ध्यान आफू प्रति भइरहोस् भन्ने चाहन्छौ भने तिमीले खालि चिन्ता पिर मात्र पाने छौ।

कुनै पनि परिस्थितिमा आफ्नो जाँगर चाहि मर्न दिँदै न देऊ ।

अँध्यारो अनुहार लगाएर अलौकिक प्रेम प्राप्त गर्न चाहि सम्भव नै छैन। गुनासो गरिरहने अँध्यारो मुहार एक अज्ञान मानसिकताको सूचक हो। यदि तिमीलाई गुनासो गर्न मन लाग्यो भने भगवानसँग गर, या त तिम्रो गुरुसँग गर किन कि उनीहरूको कान सधैं बन्द नै रहने गर्छ। (सबै हाँस्छन्)

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: फुर्क्याउनु, गुनासो गरिरहने मुहार, अलौकिक प्रेम

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७२ बैङ्ग्लोर आश्रम
सेप्टेम्बर २८, २००० भारत

भक्त पनि भगवान हुन जान्छन्

जब एउटा नदी कुनै समुन्द्रमा गएर मिल्छ त्यो नदी रहि रहँदैन। त्यो समुन्द्र हुन्छ। समुन्द्रको एक एक थोपा पानी समुन्द्रको अंश हो। त्यसै प्रकारले एक भक्तको जुन बेला भगवानसित मिलन हुन्छ या भगवान प्रति उसले समर्पण गर्छ त्यसै बेला भक्त भगवान हुन जान्छन्। जुन बेला नदी समुन्द्र सित मिल्न जान्छ उसले यो थाहा पाइ रहेको हुन्छ कि उ सुरु देखि अन्त सम्म समुन्द्र नै हो। त्यसै गरि, प्रत्येक "म...म..." हरू पनि एकाकार ईश्वर तत्वमा बिलीन हुन जान्छन्।

प्रश्न आउँछ "समुन्द्र नजिकको धार नभएको उल्टो पानीको बहावलाई के भन्ने नि?"

श्री श्री भन्नु हुन्छ " कुनै कुनै बेला समुन्द्र पनि नदीलाई अभिवादन गर्न जान्छ। कुनै कुनै बेला यस्तो लाग्छ कि समुन्द्रले नदीलाई धकेलि राखेको छ। त्यस्तै भगवानले पनि अचम्म अचम्मका अनुभवहरू मार्फत तिमीलाई घर फर्काउन को लागि तिम्रो मनमा अनेक प्रकारका प्रश्न र शंका गराई राख्नु हुन्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: भक्त, समुन्द्र, नदी, धार नभएको उल्टो पानीको बहाव

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७३ बैङ्ग्लोर आश्रम
अक्टोबर ७, २००० भारत

रहस्यमा घोलिएको हुन्छ भक्ति

सृष्टिको महिमालाई हेर्दा जो व्यक्ति अचम्भित हुँदैनन् तिनीहरूको आँखा अझै खुलेको छैन भनेर बुझे हुन्छ। जब तिम्रा आँखा खुल्छन् त्यही बेला तिम्रा आँखा बन्द हुन्छन् र यही नै हो ध्यान। (सबै हाँस्छन्)

ल भन त, सृष्टिको कुन चाहिँ कुरा रहस्यमय जस्तो लाग्दैन? जन्म हुनु रहस्य छ, मृत्यु हुनु पनि रहस्य नै छ। यदि जन्म र मृत्यु दुवै रहस्य छन् भने जीवन त झन् ठूलो रहस्यमय हुन्छ, होइन र!

जीवनको रहस्यमा पुरा डुबुल्की मार्दा खेरि सृष्टि एउटा समाधि हुन जान्छ।

तिमीले बुझेका र विश्वास गरेका कुराहरूले मात्र खासै केही फरक पार्दैन।

सृष्टि एक थाहा नपाइसक्नु गोप्य कुरा हो जसको रहस्य झन् झन् गहिरिँदै मात्र जान्छ। यसको "दृश्य" रहस्यमय छ भने "दर्शकहरू" पनि रहस्यमय छन्।

सृष्टिको रहस्यमा घोत्लिनु भनेको विज्ञान हो भने "आत्मा" को रहस्यलाई गहिरिएर बुझ्नु भनेको अध्यात्म हो। विज्ञान र अध्यात्म एउटै सिक्काका दुई पाटा जस्ता हुन्। यदि तिमीमा विज्ञानले वा अध्यात्मले कुनै चमत्कार वा भक्ति पैदा गर्न सक्दैन भने तिमी एकदम गाढा निद्रामा छौ भन्ने बुझे हुन्छ।

एक भौतिक वादी व्यक्तिले कुनै रहस्यका कुरा बतायो भने शंका मात्र पैदा गर्छ र झन् असुविधाको वातावरण सृजना गर्छ।

तर, एक बुद्धिमान वा आध्यात्मिक व्यक्तिले कुनै रहस्यको कुरा बतायो भने चेतनाको अभिबृद्धि गर्छ र उपकारिताको वातावरण सृजना गर्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: रहस्यमय, सृष्टि, भक्ति

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७४ बैङ्ग्लोर आश्रम
अक्टोबर १२, २००० भारत

उत्कृष्टता *ब्रह्मज्ञानीको* स्वभाव स्वभाव नै हो

अज्ञानताको स्थितिमा अनुत्कर्ष या अपुर्ण हुनु भनेको स्वाभाविक नै हो भने उत्कर्ष या परिपूर्णता हुनु भनेको एक प्रयास मात्र हो।

ज्ञान र ब्रह्मज्ञान को स्थितिमा भने अपुर्णता एक प्रयास हुन्छ अनि परिपूर्णता र उत्कृष्टता एक वाध्यता नै हुन्छ र यो छल्नै नसकिने एक अत्याज्य पनि हुनजान्छ।

उत्कृष्टताले पूर्ण जिम्मेवारी लिइरहेको हुन्छ, अनि पुरा विश्वमा जिम्मेवार मानिस भनेको तिमी मात्र एक हौ भन्ने बुझ्नु भनेको नै पूर्ण जिम्मेवारी लिएको भन्ने बुझिन्छ। जब तिमीलाई लाग्छ कि अरूहरू तिमी भन्दा ज्यादा जिम्मेवार छन् त्यस बेला तिम्रो जिम्मेवारीको मात्रा नै घटेर जान्छ।

जब तिमी पुरा वेराग्यको अवस्थामा या हुन्छौ, तिमी एकदम सामान्य या फासफुसे कुराहरूमा पनि उत्कृष्टता या परिपूर्ण गर्नुको लागि बिचार पुराइरहेका हुन्छौ।

स्वामी जी बताउनु हुन्छ:
उदाहरणको लागि, दश मिनेट भन्दा बढि पूजाको थालीको सजावट रहँदैन भन्ने जान्दा जान्दै पनि , बिहान पूजाको बेला श्री श्री परम पूज्य गुरु देव थरी थरी का रङ् विरङ्गी फूलहरूले पुरा सावधानीका साथ पूजा थाली सिँगार्नु हुन्छ।पूजा पश्चात् फेरि उहाँ आफैले पूजा थाली बाट माला निकाल्नु हुन्छ अनि सबै लाई यही मालाको फूलले बर्सात गरिदिनु हुन्छ। गहिरो समाधिको अबस्थामा पनि उहाँ अनायासै प्रेमका साथ प्रत्येक दिन पूजाको थालि सिँगार्नुहुन्छ। यो त पक्का हो कि फुलहरू कसरी सिँगारिएका छन् त्यो मतलब रहँदैन र पूरा होसका साथ साना मसिना कुराहरूमा पनि ध्यान पुराउन सक्नु चाहिँ पूर्ण वेराग्य बाट मात्र हुन सक्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: उत्कृष्टता, वेराग्य, ब्रह्मज्ञान

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७५ बैङ्ग्लोर आश्रम
अक्टोबर १८, २००० भारत

आफ्नो सामर्थ्यको अनभिज्ञता ले नै तिमीलाई विस्तारित गर्न सक्छ

यो सधैं थाहा पाई राख कि ईश्वरले पुरा गर्न नसक्ने जिम्मेवारी तिमीलाई कहिल्यै पनि दिनु हुन्न। यदि तिमी डाक्टर होइनौ भने कसैले पनि तिमीले बिरामी ठीक पारी दिन्छौ कि भनेर आस गर्दैन। यदि तिमी इलेक्ट्रिसियन होइनौ भने कसैले पनि तिमीलाई वाइरिङ् गरि दिनु भन्न आउँदैन।

तिमीले जे गर्न सक्छौ त्यही मात्र तिम्रो जिम्मेवारी हो। तिमीले के गर्न सक्छौ भन्ने कुरा तिमीलाई थाहा पनि छैन। तिमी आफूले के गर्न सक्छौ भनेर आफूलाई नै थाहा छैन भनेर सदा स्विकार गर।
आफ्नो सामर्थ्यको अनभिज्ञताले तिमी आफैंलाई विस्तारित या विकास गर्न सक्छ।।

जब तिमीलाई थाहा हुन्छ कि तिमीले के गर्न सक्छौ तिमी उन्नती गर्न सक्छौ। तर जब तिमीलाई थाहा हुँदैन कि तिमी के गर्न सक्छौ तव तिमीले झन् द्रुत गतिले प्रगति गर्न सक्छौ।

जब तिमीलाई थाहा हुन्छ कि तिमी के गर्न सक्छौ भने तिमी केही कुरा चाहिँ गर्न सक्छौ। तर, जब तिमीलाई थाहा हुँदैन कि तिमी के गर्न सक्छौ त्यस बेला तिमीले त्यही कुरा अझै राम्ररी गर्न सक्छौ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: अनभिज्ञता, काम गर्ने, सामर्थ्य

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७६ बैङ्ग्लोर आश्रम
अक्टोबर २६, २००० भारत

प्रेम आत्माको छायाँ हो

जब तिमी कुनै चिजलाई प्रेम गर्छौ भने तिमीमा आफ्नोपन, आत्मीयता या त्यसप्रति भावात्मक सम्बन्ध हुन जान्छ। जाग्रत भयको हुन्छ। जब कुनै चिज तिम्रो आफ्नै हुन्छ तव मात्र तिमी त्यसलाई प्रेम गर्न सक्छौ। यदि त्यो तिम्रो होइन भने तिमी त्यसलाई कहिल्यै प्रेम गर्न सक्दैनौ। प्रेम त आत्माको छायाँ हो।

जति महान आत्मा हुन्छ उति नै ठूलो छायाँ हुन्छ, अनि त्यति नै ठूलो प्रेम पनि हुन्छ। जब सम्पूर्ण सृष्टि माथि प्रेम गरिन्छ अनि, तिमी महात्मा स्वरूप हुन्छौ। त्यही नै ईश्वरीय गुण हो।

जब ईश्वरीय गुण आत्मामा अवतरित हुन्छ, त्यहाँ कहिल्यै नमासिने उत्सव भइरहेको हुन्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: प्रेम, आत्मा, ईश्वरीय गुण

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७७ जमसेद्पूर
नोभेम्बर ३, २००० भारत

पर्यटक या तीर्थ यात्री , तिमी को हौ?

पर्यटक र तीर्थ यात्रीमा के फरक छ?
दुवै यात्रा गरिरहेका हुन्छन्। पर्यटकहरू आफ्ना इन्द्रीयहरूलाई सन्तुष्ट गरिरहेका हुन्छन् भने तीर्थ यात्रीहरू चाहिँ सत्य को खोजमा लागिरहेका हुन्छन्। पर्यटकका शरीर घामले डढेर थाकेका हुन्छन् भने तीर्थ यात्रीका शरीर चाहिँ तेजले चम्किरहेका हुन्छन्। तीर्थ यात्रीले उसको प्रत्येक हिँडाइमा पवित्रता र सन्तोष पनको अनुभव गरिरहेका हुन्छन् भने पर्यटक सदा अनभिज्ञताका साथ बिचार मग्न भइरहेका हुन्छन्।

पर्यटकले आफ्नो यात्रालाई अरूहरूको अनुभव र अन्य ठाउँ सङ्ग सदा तुलना गरिरहेका हुन्छन् तसर्थ वर्तमानमा कदापि रहँदैनन्। तर, तीर्थ यात्री शुद्धताको भावनामा बहि रहेका हुनाले वर्तमानमा सदा नै रहिरहेका हुन्छन्।

प्रायः व्यक्ति आफ्नो जीवनमा थाहा नपाई नपाई पर्यटक भइरहेका हुन्छन्। धैरै कम ले मात्र आफ्नो जीवनलाई तीर्थ यात्री बनाएका हुन्छन्। पर्यटकहरू आउँछन्, यता उति हेर्छन् फेरि फर्केर आउनुको लागी आफ्नो मनमा फोटो उतार्छन् । तर, तीर्थ यात्री सर्वत्र घरमा नै हुन्छन् - तिनीहरू खोक्रा र खाली हुन्छन्।

जब तिमी जीवनलाई पवित्र ठान्छौ, तव प्रकृतिले नै तिमीलाई कुरिरहेको हुन्छ।
तिमी पर्यटक हौ कि यात्री हौ त?

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: पर्यटक, तीर्थ यात्री, पवित्र

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७८ बोध गया
नोभेम्बर ९, २००० भारत

बोधी वृक्ष

बोधी वृक्ष मनि बसेर भगवान बुद्धले ज्ञान प्राप्त गर्नु भएको थियो। वहाँ उठ्नुभयो अनि अलि पर बाट सात दिन सम्म त्यो बोधी वृक्षलाई हेरिरहनु भयो। त्यसपछि त्यो वृक्ष तिर वहाँले सोह्र पाइला सार्नु भयो। प्रत्येक पाइलामा एउटा कमलको फूल फूलेको थियो। यो त एउटा भनाइ मात्र हो।

बोधी वृक्ष प्रतीक हो, दुवै - संसार र धर्मको। कमलको फूलले चाहिँ स्वच्छता, वेराग्य, प्रेम, सौन्दर्य र शुद्धता लाई दर्साउँछ।

तिमी जब जीवन सँग तटस्थ भई नटाँसिईकन बस्न सक्छौ अनि मात्र तिमीले यो संसार र यसका नाटकहरूलाई राम्ररी हेर्न सक्छौ। जब तिमीले संसारलाई साक्षी भावले अवलोकन गर्न सक्छौ तव तिमीले चालेका प्रत्येक पाइला उपकारी र त्रुटी रहित हुनजान्छन्। जब यो संसारमा तिमीले प्रत्येक काम साक्षी भावले गरिरहेका हुन्छौ तिम्रा कामहरू उत्कृष्ट र उपयोगी पनि हुन जान्छन्।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: बोधी वृक्ष, संसार, साक्षी भाव

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २७९ नयाँ दिल्ली
नोभेम्बर १५, २००० भारत

ईश्वरको एक साधन - निमित्त

जुन बेला तिमी न प्रष्ट भइरहेका हुन्छौ न त अलमल्ल परेको या सम्भ्रमको अबस्थामा हुन्छौ त्यस वेला तिमी ईश्वरको साधन बन्न सक्छौ। के हुँदैछ र कहिले हुँदैछ भन्ने कुरा एउटा साधन या उपकरणले कसरी थाहा पाउँछ? साधन कसरी अलमल्ल परेर भ्रमित हुनसक्छ त? वा कसरी सबै कुरा बुझेर प्रस्ट हुनसक्छ त?

यस्तो अवस्थालाई "निमित्त" भन्ने गरिन्छ - जुन अवस्थामा ईश्वरको आफू एक उपकरण या साधन मात्र भइदिने। सबै प्रष्ट हुनु भनेको नयाँ सम्भावनाहरूको लागि ढोका बन्द गरिदिनु हो जसले गर्दा सबै कुरालाई सीमित पारिदिन्छ। जुन व्यक्ति न त प्रस्ट छ न अलमल्ल परिरहेको नै हुन्छ उसको लागि त असीमित सम्भावनाहरूको ढोका खुलेको हुन्छ।

तिम्रो मन कहिले प्रष्ट बाट भ्रमित त कहिले भ्रमित बाट प्रष्ट तिर ढुलमुल गरिरहेको हुन्छ। तर, त्यो अबस्था जसमा न काम गर्ने अवस्था हुन्छ न त जड अवस्था नै रहेको हुन्छ त्यस बेला सबै भन्दा मनमा सृजनात्मक र प्रगति शील भावना को अवस्था हुनजान्छ।

शर्मिला सोध्छिन्: के यसले अकर्मण्यता तिर डोराउँदैन र?
श्री श्री भन्नुहुन्छ: एउटा धारिलो उपकरण या साधनले बिना तागत लगाई कन नै उत्कृष्ट कार्य गर्छ होइन र!

शर्मिला सोध्छिन्: अनि केन्द्रित हुने सम्बन्धमा?
श्री श्री भन्नुहुन्छ: केन्द्रित हुनु भनेको त एक गतिशील चेतनाको स्वभाव नै हो।
जब कुनै नयाँ सूचना आउँछ अनि स्पष्टता हराउँछ र भ्रम पैदा हुन्छ मतलव अस्पष्टता सुरु हुन्छ। तव अस्पष्टताले स्पष्ट हुन को लागि खोज सुरू गर्छ। स्पष्टताले नयाँ सूचनाको सम्भावनालाई रोक लगाउँछ। दिग्भ्रम चेतनाले स्पष्टताको खोजि गर्छ भने प्रत्येक स्पष्टता बाट भ्रम पलायन भएर जान्छ।
यदि भ्रम मात्रै रहिरह्यो भने निराशा पैदा हुन्छ। यदि स्पष्टता मात्रै रह्यो भने जडता पैदा हुन्छ।

कृष्णले विरोधाभास ज्ञान अर्जुनलाई दिएपछि भन्नुभयो, " तिमी निमित्त मात्र होऊ!" र, साधन या "निमित्त" हुन को लागि प्यारमा पागल हुनु पनि एक सर्त हुन्छ। त्यसकारण, प्यारको बेला न त भ्रम हुन्छ न त स्पष्ट हुन्छ; अर्को अर्थमा त्यस बेला भ्रम र स्पष्ट सँग सँगै नै हुन्छ।

नाजरीन सोध्छिन्: के त प्यार भन्दा सत्य बढि महत्वको हुन्छ त?
श्री श्री भन्नुहुन्छ: म त भ्रमित भएँ, बुझिन! स्पष्ट भयो?

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: साधन, निमित्त, स्पष्टता, भ्रमित

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८० युरोपेली आश्रम
नोभेम्बर २३, २००० जर्मनी

समस्याको समाधान

जब हामीलाई केही समस्या आई पर्छ , या त हामी यो केही समस्या नै होइन भनेर समस्यालाई अस्विकार गरिदिन्छौँ कि त समस्या समाधान गर्न भनेर हामी कम्मर कसेर बस्छौँ र यसलाई झन् ठूलो समस्या बनाइदिन्छौँ। दुवै ले समस्या समाधानको लागि मद्दत चाहिँ गर्दैन। तिमीले समस्या छैन भनेर भाग्दै मा समस्याले यसै तिमीलाई छाड्दैन। अनि, तिमी समस्या समाधान गर्न बस्दै मा पनि समस्या समाधान हुँदैन।
समस्या समाधान निम्न पाँच चरणमा गर्न सकिन्छ:

- समस्यालाई स्विकार गर – यो छ नै भनेर।
- समस्यालाई ठूलो न सम्झ, यसलाई साधारण सम्झ।
- यदि समस्या व्यक्ति सम्बन्धित छ भने ती व्यक्तिहरू बाट टाढा न भाग बरु तिनीहरू सँग सम्बन्ध बनाई राख।
- कुरा कम गर अनि समयलाई पनि केही मौका देऊ।
- सबै जना एक ठाउँमा जम्मा होऊ र उत्सव मनाउ। जब तिमी उत्सव मनाउँछौ र तिमीले समस्यालाई पछाडि थाँति राखिदिन्छौ अनि तिमी पाउँछौ कि समस्या केही समयमा आफै समाधान भएर जान्छ।

त्यसकारण, समस्या समाधान गर्न कम्मर कसेर न बस्नु नै सबै भन्दा बुद्धिमानी हो। प्रायः समस्या समाधानका लागि बस्ने बैठकहरू पूर्ण असफलतामा नै सिद्धिन्छन्।

यदि तिमीलाई केही समस्या छैन भन्छौ भने तिमीले अरूहरूलाई समस्या पैदा गरिरहेका हुन्छौ। (सबै हाँस्छन्) यदि तिम्रो खल्तीमा समाधान गर्नुको लागि एउटा सानै भयपनि समस्या भइरह्यो भने तिम्रो मन यता उति डुलिरहनु को साटो सदा केन्द्रित भइरहेको हुन्छ। यदि तिमी सङ्ग केही पनि समस्या हुँदैन भने तिमी नै अरूहरूको समस्या भइदिन सक्छौ। अरूहरूको लागि समस्या भइदिनु भन्दा त केही समस्या हुनु नै जाति छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: समस्या, समाधानका पाँच चरण, उत्सव

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८१ युरोपेली आश्रम
डिसेम्बर १, २००० जर्मनी

पवित्रता र तिमी

परापूर्व काल देखी नै चलि आएका हरेक संस्कृतिहरूमा केही न केही स्थान, समय वा मिति तिथि, व्यक्ति या प्रतीक लाई पवित्र भनेर मान्ने गर्दै आएका छन्। अमेरिकाका आदिवासी इण्डियनहरू र भारतका जनजातिहरूले पृथ्वी, सूर्य, चन्द्र र प्रत्येक दिशा लाई पवित्र मान्छन्। पूर्व परम्परामा त ऋषिमुनिहरूले सबै नदी, पर्वत र जनावर, रुख अनि जडिबुटीलाई पनि पवित्र मान्ने गर्थे। अनि, मानिसहरू के हुन त? तिनीहरू अवश्य पनि पवित्र नै हुन्।
विश्वका अलग अलग ठाउँहरू मा कुनै न कुनै प्रतीक र ठाउँहरूलाई अनि साल भरी पर्ने कुनै तिथि मिति हरू लाई पवित्र मान्ने गरिन्छ। विभिन्न संस्कृतिहरूले विभिन्न व्यक्तिहरूलाई सम्मान गर्ने गर्छन् र तिनीहरूलाई पवित्रताको रूपमा पनि मान्ने गर्छन्। क्रिस्तानहरूमा क्रस, जेरुसेलम, क्रिसमस् र पोप पवित्र मानिन्छ। मुस्लिममा अर्धचन्द्र, मक्का र रामजानको महिना पवित्र मानिन्छ। हिन्दूहरूमा गङ्गा नदी, हिमालय र स्वामीहरूलाई पवित्र मानिन्छ।

जब तिमी कुनै प्रतीक, ठाउँ, तिथि मिति, व्यक्ति या कार्यलाई पवित्र मान्छौ तव तिम्रो ध्यान कतै विचलित नभइ पूर्ण रुपले केन्द्रित भइरहेको हुन्छ। जब कुनै कुरा सामान्य हुन्छ र सधैं उस्तै नै भइरहन्छ तव तिमीमा जडता उत्पन्न हुन्छ, र तिमी अनभिज्ञता तिर लम्किन्छौ। तर जुन बेला तिमीलाई कुनै कुरा पवित्र लाग्छ तुरुन्तै तिम्रो जडता गायब भएर जान्छ र तिमी बढि सजग हुन थाल्छौ। पवित्र कार्य जस्तो पूर्णता प्राप्त कार्य अरू केही पनि हुँदैन। तिमी तिम्रो दिल अनि आत्मा दुवै पवित्र कार्यमा लगाइ देउ। जब तिम्रो हरेक कार्य पवित्र हुन्छ तव तिमी ईश्वर सङ्ग एकाकार हुन पुग्छौ। त्यस बेला तिम्रो जीवनको प्रत्येक पल, तिमी गएको प्रत्येक ठाउँ र तिम्रो प्रत्येक कार्य पवित्र हुन जान्छ अनि तिमीले भेटेका प्रत्येक व्यक्ति तिम्रो आफ्नै प्रतिबिम्ब भइदिन्छन्।
कोही प्रश्न सोध्छन्: किन कुनै काम घरीघरी गरिरह्यो भने त्यसको पवित्रता पनि कम भएर जान्छ?
श्री श्री भन्नुहुन्छ: यस्तो त्यस बेला हुन्छ जुन बेला तिम्रो चेतन शक्तिलाई तिम्रो स्मरण शक्तिले पराजित गरिरहेको हुन्छ र तिमीले त्यस कार्यप्रति को संवेदनशीलता नै हराइसकेका हुन्छौ। उदाहरणको लागि बनारसमा बस्ने मानिसले त्यो ठाउँ त्यस्तो पवित्र छ भनेर महसुस नै गर्दैनन्। त्यस ठाउँ प्रति त्यहाँका मानिसमा संवेदनशीलता हुँदै हुँदैन।

फेरि प्रश्न गरिन्छ: कसरी हामीले त्यस्तो संवेदनशीलता बचाइराख्न सक्छौं त?
श्री श्री फेरि भन्नुहुन्छ: सदा वर्तमान समयमा रहिरहेर र साधना गरेर।तिम्रो साधनाले तिम्रो स्मरणशक्ति लाइ तिम्रो चेतन शक्ति माथि रजाइँ गर्न दिँदैन। तव घरीघरी त्यही कुरा दोहरिरहे पनि केही फरक पर्दैन।

यहाँ यही एउटा कुरा राम्रो छ कि कुनै प्रतीक, ठाउँ, तिथि मिति अनि कोही व्यक्तिहरू यहाँ पवित्र मानिन्छन् त्यसैले तिमी सजग र सक्रिय भइरहन सक्छौ। तर, अन्तमा तिमीले अलि माथि उठेर बुझ्नु पर्ने कुरा के छ भने सम्पूर्ण सृष्टि र तिम्रो पुरा जीवन पनि पवित्र छ। ईश्वरीय व्यक्तिको लागि सम्पूर्ण विश्व अनि यहाँ रहेका सबै प्रतीक हरू, सबै ठाउँहरू र सबै व्यक्तिहरू पवित्र छन् र हुन्छन् सधैं को लागि।
तिमी पनि ईश्वरीय व्यक्ति हुन सक!

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: पवित्रता, सबै सृष्टि, साधना

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८२ कुन्नुर, केराला
डिसेम्बर १०, २००० भारत

म ईश्वर हुँ

धेरैले "म ईश्वर हुँ" भनेर भन्नु ईश्वरको निन्दा गरे जस्तो हो भनेर ठान्छन्। तर म भन्छु "म ईश्वर होइन" भनेर भन्नु चाहिँ ईश्वरको निन्दा गरे जस्तो हो। जब तिमीले भन्छौ "म ईश्वर होइन" त्यसको मतलव तिमीले ईश्वरको सर्व व्यापकता प्रति अस्विकार गरिरहेका छौ।

तिमी प्रेमद्वारा बनेका हौ। यदि तिमीले "म ईश्वर होइन" भनेर भन्छौ भने तिमीले ईश्वर प्रेम हो भनेर पनि नकारि रहेका छौ। यदि तिमी प्रेम हौ र तिमीले भन्छौ "म ईश्वर होइन" भने तिमीले ईश्वर प्रेम होइन भनेर भनिरहेका छौ र त्यो पो ईश्वरलाई निन्दा गरे जस्तो हो।

"म हुँ" भनेको तिम्रो चेतना हो अथवा तिम्रो समझ हो। यदि तिमीले "म ईश्वर होइन" भनेर भन्छौ भने तिमीले यो कुरा नकारि रहेका छौ कि ईश्वर त सर्व जानकार, सतर्क र सजग अस्तित्व हो। तिमी यहाँ जीवित छौ। जब तिमी भन्छौ "म ईश्वर होइन" तिमीले नकारि रहेका छौ कि ईश्वर त एउटा अस्तित्वको अंश हो र त्यो पो ईश्वरको निन्दा गरे जस्तो हो। तिमीले धर्मग्रन्थहरूमा लेखेका " मानिसलाई ईश्वरले आफ्नै प्रतिबिम्ब को रुपमा सृजित गरेका हुन्" भन्ने वचनलाई मानिरहेका छैनौ। यदि तिमीले भनिरहेका छौ "म ईश्वर होइन" त्यसको मतलव तिमीले ईश्वरलाई नकारि रहेका छौ।

कोही प्रश्न गर्छन्: यदि ईश्वर सर्वव्यापी छन् भने किन यस विश्वमा घृणा र दुख छ त?
श्री श्री भन्नु हुन्छ: यो त चलचित्र या सिनेमा हेरे जस्तो पो हो। दुखान्त या सुखान्त कथा जस्तोसुकै होस हामीलाई खास फरक पर्दैन नि। पूर्ण रुपले सोच्ने हो भने विपरीत भन्ने कुरा केही पनि छैन। हरेक दुख सुख जस्ता विपरीत कुराहरू भनेका एक आपसमा दाँज्दा देखिने या सापेक्षिक अस्तित्वका चिज मात्र हुन्। सापेक्षिक अस्तित्वमा भएका कुराहरू पुरा पट दृश्य नै चाहिँ होइन। राम्रो र न राम्रो, ठीक बेठीक, प्रत्येक कुराहरू एक आपसमा सापेक्षिक छन्। उदाहरणको लागि, दूध राम्रो कुरा हो तर धेरै दूधले तिमीलाई मार्न समेत सक्छ। एक थोपा विषले ज्यान बचाउन सक्छ प्रायः औषधीहरूमा "विष" भनेर लेखेको पनि हुन्छ। यी चिजहरू न त पूर्ण रुपले राम्रा छन् न त पूर्ण रुपले खराब छन्, बस तिनीहरू यहाँ छन् मात्र।

सत्यले दोहोरो पनलाई पराजित गर्छ र ईश्वर एक पूर्णताको रुप हो र यो मात्र सत्य हो। सिनेमामा जब लाइट (प्रकाश) फिल्ममा पस्छ प्रकाशलाई केही मतलब नै हुँदैन कि यो कुन फिल्म हो भनेर। दुखान्त होस या सुखान्त, हिरो(नायक) होस या भिलियन (खलनायक) होस प्रकाश आफू त्यही ठाउँमा रहि नै रहन्छ।

यो जस्तै, तिम्रो मनमा जे कुरा खेलिरहेको भए तापनि तिमी ईश्वर नै हौ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: ईश्वरलाई निन्दा गरे जस्तो, पूर्ण रुपले बुझ्दा, दाँजेर बुझ्दा

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८३ बैङ्ग्लोर आश्रम
डिसेम्बर १५, २००० भारत

नास्तिकबाद भन्ने वास्तवमा छँदै छैन

ईश्वर बिना स्वरूपका निराकार हुन्छन् भनेर बुझ्न गाह्रो छ। त्यस्तै ईश्वरको आकार स्वरूप हुन्छ भनेर बुझ्न पनि त्यतैकै गाह्रो हुन्छ। निराकार अमूर्त हुन्छ भने ईश्वरलाई कुनै स्वरूप या आकार दिँदा सोचाइमा साँघुरोपन आइदिन्छ।भइदिन्छ।

नास्तिकबाद भन्ने वास्तवमा छँदै छैन यो त एउटा सुविधाको लागि मात्र प्रयोग कसैले गरेको पाइन्छ। जब तिमीमा सोधपुछ गर्ने जोश जाँगर हुन्छ अथवा जब तिमी सत्यको खोजि गर्छौ तव मात्र नास्तिकबाद भन्ने कुरा के हो भन्ने छर्लङ्ग हुन्छ। सोधपुछको जोशमा आफूले खण्डन गर्न नसक्ने कुरालाई तिमीले नकार्न पनि त सक्दैनौ। नास्तिकले पहिला ईश्वरको अस्तित्वलाई खण्डन नै नगरी कन ईश्वरलाई नकार्छ। ईश्वरलाई खण्डन गर्न को लागि तिमीमा असीमित अर्थात् धेरै फराकिलो ज्ञान हुनु जरुरी छ। अनि, जब तिमीमा प्रशस्त ज्ञान हुन्छ तिमीले ईश्वरलाई खण्डन गर्न सक्दै सक्दैनौ। (सबै हाँस्छन्)

कुनै चिज छैन भनेर भनिहाल्नु पूर्व तिमीले सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड बारे जान्नु जरुरी हुन्छ। त्यसकारण, तिमी कहिले पनि सतप्रतिशत नास्तिक हुन त सक्दै सक्दैनौ। नास्तिक त एउटा सुतिरहेको विश्वासी या अर्को अर्थमा अन्ध-विश्वासी हुन्।

कुनै व्यक्तिले "म केही चिज पनि विश्वास गर्दिन" भन्छ भने उसले आफूलाई त विश्वास गरिरहेको नै हुन्छ नि। त्यसको मतलव उसले "आफूलाई" विश्वास गरिरहेको कुरा उसलाई आफूलाई नै थाहा हुँदैन।

नास्तिक कहिले पनि सच्चा हुन सक्दैन किनभने सच्चाइले त सधैं गहिराइको खोजि गरिरहेको हुन्छ। तर, नास्तिक गहिराइमा जान मान्दै मान्दैन। जति गहिराइमा उ जान्छ उसले शून्य, खाली पन र संभावनाका क्षेत्रहरू मात्र भेट्टाइरहन्छ र उसले यो मान्नु पर्ने नै हुन्छ कि यहाँ प्रशस्त रहस्यका कुराहरू छन् जुन उसले पत्ता लगाउन सकेको नै छैन। त्यस बेला उसले आफ्नो अज्ञानतालाई स्विकार्नु जरुरी हुन्छ, तर उ मान्दै मान्दैन किन कि जून बेला उ सच्चाइ बोल्न थाल्छ त्यति खेर नै उ आफ्नो नास्तिकता प्रति गहिरो शंका गर्न पनि थाल्छ। शंका-रहित नास्तिक भनेको असम्भाव्य नै हुन्छ। त्यसैले तिमी कहिले पनि सच्चा र शंका-रहित नास्तिक हुन नै सक्दैनौ।

जब नास्तिकले आफ्नो अज्ञानता बारे बुझ्छ, तव उसले के गर्छ त? उ कहाँ जान्छ? के उ गुरु कहाँ जान्छ? गुरुले उसलाई के गर्छन्?

(यसको जवाफ अर्को हप्ता, अर्को ज्ञान पत्रमा)

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: नास्तिकबाद,, सोधपुछ, अज्ञानता, शंका-रहित

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८४ युरोपेली आश्रम
डिसेम्बर २५, २००० जर्मनी

नास्तिक बाद

जब तिमी कुनै मूल्यमान्यतालाई मान्दैनौ र कुनै अमूर्तपन लाई पनि मान्दैनौ भने त्यसलाई नास्तिकबाद भनिन्छ। जब कुनै नास्तिक व्यक्ति गुरू कहाँ आउँछ तव के हुन्छ? तिमीलाई आफ्नो स्वरूप सम्बन्धी ज्ञान हुन थाल्छ। तिमीलाई अनुभव हुन थाल्छ कि तिमी त साँच्चै भन्ने हो भने एउटा निराकार, खोक्रो र खालि पो रहेछौ। त्यसपछि, यो तिमीमा भएको निराकार अमूर्तपन अझै प्रष्ट हुँदै आउँछ।

गुरुले तिमीलाई अमूर्त वस्तुलाई साँच्चै नै भए झैं देखाइ दिनुहुन्छ।अनि, देखिने ठोस वस्तुहरूलाई चाहिँ हुँदै नभए झैं झुटो देखाइ दिनुहुन्छ। वस्तुको दुवै संवेदनशीलता र सूक्ष्मता बिलाएर जान्छ। प्रेम भन्ने बुझाई एक भावात्मक मात्र नभइ आफ्नो अस्तित्वको एक आधारभूत जग नै हो भन्ने छर्लङ्ग भएर आउँछ। सृष्टिको हरेक स्वरूपमा निराकार आत्मा चम्किन थाल्छ। जीवनको रहस्य अझै गहिरीइँदै जान्छ अनि नास्तिकवाद चकनाचुर भएर बिलाउँदै जान्छ। त्यसपछि साँच्चैको यात्रा सुरु हुन्छ जसका चार चरण छन्।

पहिलो चरण हो सारुप्य: - कुनै निराकार स्वरूपलाई आकार स्वरूप देख्नु अथवा, अनि ईश्वरलाई हरेक स्वरूपमा देख्नु। साधारणतया ईश्वरलाई कुनै स्वरूपमा भन्दा निराकारमा नै देख्नु सजिलो लाग्छ। यसो किनभने स्वरूप देखिएपछि केही टाढा पन भएको, दोहोरोपन या अस्विकार पनि हुन सक्ने स्थिति आउन सक्छ। जीवनमा भन्ने हो भने गहिरो निद्रामा अथवा समाधिको अवस्थामा बाहेक अन्य समयमा हाम्रो साक्षात्कार सधैं आकार वा कुनै स्वरूप सँग मात्र भइरहेको हुन्छ। त्यसै कारण यदि हामीले ईश्वरलाई कुनै स्वरूपमा देखेनौ भने हाम्रो जाग्रत अवस्थामा दैवविहीन हुन जान्छौ। प्रायः मानिसहरू जो ईश्वरलाई निराकार ठान्छन् तिनीहरूले कुनै प्रतीक लाई ईश्वर मान्ने गर्छन् र त्यही प्रतीक लाई सायद ईश्वरलाई भन्दा पनि बढी प्रेम गर्न थाल्छन्। यदि ईश्वर आएर कुनै क्रिस्तानलाई क्रसलाई छोडि देउ या कुनै मुसलमानलाई अर्ध चन्द्राकार लाई त्यागि देउ भनेर भन्नु भयो भने सायद तिनीहरूले त्यसो न गर्लान्। त्यसैले सुरु सुरुमा निराकारलाई प्रेम गर्न को लागि आकार भएको स्वरूपको माध्यम लिएर मात्र सम्भव हुन्छ।

दोस्रो चरण हो सामिप्य: - नजिक पन, अर्थात् आफूले छानेको स्वरूप लाई एकदम नजिकमै भएको महसुस गर्नु र निराकारतिर नजिकिँदै जानु। यसले गर्दा सम्पूर्ण सृष्टि सँग आफ्नो आत्मीयता

बढ्दै गएको अनुभव हुन थाल्छ। यो चरणमा कसै बाट अस्विकार्य हुने र अरू डर त्रासहरू पनि हराउँदै जान्छ। तर यसलाई समय र स्थान विशेषले चाहिँ बाँधिरहेको हुन्छ।

तेस्रो चरण हो सानिध्य: - ईश्वरलाई भेट भएको अनुभव हुनु जसले गर्दा तिमीले समय र स्थान समेत लाई पराजित गर्न सक्छौ।

त्यसपछि, चौथो चरण हो सायुज्य: - यो अवस्थामा तिमी ईश्वर सँग मोहित भई सकेका हुन्छौ। त्यस बेला तिमीले तिमी र ईश्वर एकाकार भयको अनुभव गर्छौ। त्यस क्षण तिमी पूर्ण रूपले मायालु सँग बिलीन भइसकेका हुन्छौ र द्वैतपन या दोहोरोपन भन्ने कुरा नै गायब भई सकेको हुन्छ।

यही नै त्यो हो र त्यही नै यो हो।

बिनोदले सोध्छन् : के आस्तिक ले पनि यो चार चरण पार गर्नै पर्छ त?

श्री श्री भन्नु हुन्छ: अवश्य, नास्तिक होस या आस्तिक उसले चार चरण पार गर्नु नै पर्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: नास्तिकवाद, सारुप्य, सामिप्य, सानिध्य, सायुज्य

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८५ युरोपेली आश्रम
डिसेम्बर २८, २००० जर्मनी

"माफ गर्नु होला " भन्नु एक राम्रो गल्ती हो

प्रायजसो, तिमी आफ्नो कुरो ठीक जताउन को लागि अर्काको भावना प्रति असंवेदनशील हुने गर्छौ। जब कोही दुखी हुन्छ उ सँग वाद विवाद गर्नु र आफ्नो कुरो ठीक छ भन्ने पट्टी लाग्नु भनेको व्यर्थ छ। तिमीले "माफ गर्नु होला" मात्र भनेर उसलाई माथि पारिदियौ भने पनि उ सँग भएको तीतोपन हटाउन सक्छौ। धेरै अवस्थामा आफ्नो कुरो नै ठीक हो भनेर जताई रहनु भन्दा "माफ गरिदिनु होला" भनेर भन्नु बेस हुन्छ। यसो गर्दा धेरै नै नरमाइलो हुने सम्भावनाबाट बच्न सकिन्छ।

भित्र दिल बाट नै यी पाँच अक्षरहरू "यस ओ आर आर वाई, *सरी*" अर्थात् "मलाई माफ गरि दिनु होला" भन्दा खेरि रिस, पश्चाताप, घृणा र दुरीपन हुने जस्ता कुरा हरू सबै छुट्न सक्छन्।

धेरै मानिसहरू अरूहरू बाट "मलाई माफ गरि दिनु होला" भन्ने सुन्दा गौरवान्वित पनि हुन्छन् जसले गर्दा उनीहरूको "अहम्" बढ्दै जान्छ।तर यदि तिमीले कुनै ज्ञानीलाई "मलाई माफ गरी दिनु होला" भनेर भन्यौ भने उनलाई तिम्रो अज्ञानता प्रति दया लागेर आउँछ। तर, जब तिमी आफ्नो गुरुलाई "मलाई माफ गरी दिनु होला" भनेर भन्छौ उनी तिमी सँग रिसाउँछन् र तिमीलाई भन्छन्, "जाउ अष्टबक्र सुन"। (सबै हाँस्छन्) तिम्रो "मलाई माफ गरि दिनु होला" भन्ने भनाइले तिम्रो काम गर्ने प्रवृत्ति लाई दर्साउँछ लाग्छ कि तिमीले यस्तो अनुभव गरिरहेका छौ कि "तिमी" ले साँचेमा एक गल्ती गरि रहेका छौ।

गल्ती भनेको अचेतन मनको एउटा अंश हो। अचेतन मनले कहिले पनि सहि कुरा गर्न सक्दैन। जब कि चेतन मनले कहिले पनि गल्ती गर्न सक्दैन। त्यो मन जसले गल्ती गर्छ र त्यो मन जसले गल्ती गरेको महसुस गरी "मलाई माफ गर्नु होला" भनेर भन्छ ती दुइटा मन एकदम अलग अलग हुन्, होइन र? त्यो मन जसले "माफ गरि दिनु होला" भनेर भन्छ अचेतन मन त हुन नै सक्दैन।

त्यस कारण, भित्रै मनले "माफ गरि दिनु होला" भन्नु एउटा ठूलो गल्ती हो।

के तिमीहरूले बुझ्यौ? कि झन् अलमलमा पर्यौं? यदि तिमीहरूले बुझेका छैनौ भने तिमीले आफूभित्र गल्ती चाहिँ महसुस नगर, भैगो, तिमीले गल्ती महसुस गर्न पनि सक्छौ! (सबै हाँस्छन्)

कस्तो अचम्मको कुरा : - सत्य सदा विरोधाभास नै हुन्छ!

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: माफी माग्नु, चेतन मन, अचेतन मन, विरोधाभास

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८६ मोन्ट्रेल आश्रम
जनवरी ४, २००१ क्यानडा

भकुण्डो हान अनि गोल पोस्टमा पनि बस

के तिमीलाई थाहा छ यो पृथ्वी किन भकुण्डो जस्तो गोलो आकार भएको? (सबै चुप लाग्छन्, सुनसान हुन्छ....)

यस्तो गोलो भएकोले त तिमीले खुट्टाले हान्न सक्छौ र त्यो पर गुडेर पनि जान्छ। तिमी बिहानी पख बिउँझिना साथ मानिसहरू माझ यसरी रुमलिएका हुन्छौ कि सांसारिक सोचाइहरूले तिमीलाई घेरिहाल्छ। त्यसकारण, दिउँसो कुनै पनि समयमा केही मिनेटको लागि भए पनि बसेर आफ्नो भित्री दिलको गुफामा आँखा बन्द गरि यो संसारलाई भकुण्डो सरि खुट्टाले हानेर पर हुत्याई देउ।

तर आँखा खोल्नासाथ भकुण्डोलाई तुरुन्तै समाति हाल किन कि अर्को खेलको लागि तिमीले फेरि भकुण्डोलाई हानेर पर पुराई दिनुपर्छ। (सबै हाँस्छन्।) दिउँसो भरि आफ्नो काममा सतप्रतिशत लाग, त्यसबाट पछि न हट। तर, ध्यानको लागि जब तिमी बस्छौ, आफू भन्ने चिजलाई आफू बाट अलग्गै राखि देउ। जसले आफू भन्ने चिजलाई पुरा आफू बाट अलग थलग राख्न सक्छ त्यसले मात्र पूर्ण जिम्मेवारी लिन सक्छ भन्ने बुझ।

पछि गएर, आफू भन्ने चिजलाई आफ्नो साथ राख्न या अलग्ग राख्न अनि दुबै काम साथ साथै गर्न पनि तिमीले सक्छौ। भकुण्डोलाई खुट्टाले हानेर पर पुराई देउ अनि गोल पोस्टमा पनि बस्ने गर! यही नै हो जीवन जिउने कला भनेको, साँच्चै जिउनुको लागि चाहिने सीप।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: ध्यान, आफू भन्ने चिज, अलग-थलग राख्ने

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८७ मोन्ट्रेल आश्रम
जनवरी ११, २००१ क्यानाडा

महत्वपूर्ण र महत्वरहित

धेरै जना मानिसहरू "महत्वपूर्ण" भनेको के हो भन्ने विषयमा नै रुमलिई रहेका हुन्छन्। सदा तिनीहरूलाई के महत्वपूर्ण छ भन्ने कुराले नै सताई रहेको हुन्छ। के तिमीहरूले सधैं जे महत्वपूर्ण छ त्यो मात्र गर्नु पर्छ त?

कुनै कुरा महत्वपूर्ण हुन को लागि धेरै कुरा महत्वरहित हुनु जरुरी छ। त्यसकारण, महत्वरहित कुराहरूलाई पनि तिमी हटाउन नै सक्दैनौ। कुनै चिज महत्वपूर्ण हुन को लागि महत्वरहित चिज हुनु पनि जरुरी छ। (सबै हाँस्छन्) चिजहरू कि त आफै जरुरी हुन्छन् कि तिनीहरूले अरू चिजलाई जरुरी बनाई दिन्छन्। यसलाई यसरी बुझ्नु जरुरी छ कि सबै चिजहरू महत्वपूर्ण हुन्छन् र सबै चिजहरू महत्वरहित पनि हुन्छन्।

जब तिमीले यो कुरा बुझ्यौ, तिमी सँग विकल्प नै हुँदैन र छनौट गर्नु पर्ने नै हुँदैन।
जब तिमीले कुनै विशेष कुरालाई महत्वपूर्ण मान्दैछौ भने तिमीले आफ्नो फराकिलो विचार गर्ने शक्तिलाई साँघुरो पार्दैछौ भन्ने बुझ।

एक पत्रकारले मलाई “सास फेर्नु किन जरुरी छ?”, “खुशी हुनु किन जरुरी छ?”, अनि, “शान्ति हुनु किन जरुरी छ?” भनेर सोधेका थिए। यी प्रश्नहरू सबै असान्दर्भिक छन्। किन तिमी सधैं के कुरा महत्वपूर्ण छ भनेर मात्र खोजि गरिरहेका छौ? महत्वरहित कुराहरूले नै महत्वपूर्ण कुराहरू सृजना गरिरहेको हुन्छ। अनि के काम महत्वपूर्ण हुन्छ के काम महत्वरहित हुन्छ त्यो त समय र परिस्थिति सँग सँगै परिवर्तनशील हुँदै जान्छ। तिमी भोको भएको बेलामा खाना जरुरी हुन्छ भने तिम्रो पेट टन्न भएको बेला खाना एकदम महत्वपूर्ण हुँदैन।

जुन कुरो नभइ हुँदैन तिमी त्यसलाई महत्वपूर्ण र महत्वरहित भनि नछुट्याउ। यो विकल्प खोज्नु भन्दा एकदम परको कुरो हो।

“सबै चिज महत्वपूर्ण हुन्छ", यो कर्म योग हो। " कुनै चिज पनि महत्वपूर्ण हुँदैन", यो गहिरो ध्यान हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: महत्वपूर्ण, महत्व रहित, कर्म योग, ध्यान योग

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८८ युरोपेली आश्रम
जनवरी १८, २००१ जर्मनी

पूजा - परिपक्वताको सूचक हो

आगोको ज्वाला माथि माथि बढ्न को लागि केही खालि ठाउँको आवश्यकता पर्छ भने जस्तै मानिसलाई जीवनमा उँभो लाग्न को लागि एउटा आदर्श चिजको आवश्यकता पर्छ जसलाई उसले मान्न सकोस् या पूजा गर्न सकोस्। पूजा गर्दा आत्मीयता, प्रेम, सम्मान, आदर आदि सबै कुराको एक साथ अनुभव हुन्छ। तर आत्मीयता बिना गरेको पूजा र आदर्शवाद मात्र ले भने तिमीमा एकदम तल्लो स्तरको आत्मसम्मान सृजना पनि गर्न सक्छ। पहिला पहिला का मानिसहरूलाई यो कुरा राम्रो सँग थाहा थियो। त्यसैले त पूजा गर्दा जसलाई पूजा गरेको हो त्यसको आफू पनि एक अंश हो भनेर सम्झिनु भन्नेमा जोड गर्ने गर्थे। उनीहरूले सूर्य, चन्द्र, पर्वत, नदि, बोट बिरुवा, जनावर र अझै मानिसलाई पनि पूजा गर्न प्रोत्साहन गर्ने गर्थे। पूजा त एउटा प्रेम र सम्मानको पराकाष्ठा नै हो।

पूजाले प्रेमद्वारा घृणा र ईर्ष्या पैदा हुन बाट रोक्छ अनि तिमीमा तल्लो स्तरको आत्म-सम्मान बढ्न पनि दिँदैन। यदि तिमी जीवनमा कुनै पनि चिजलाई आदर या सम्मान गर्दैनौ भने तिमीमा खालि नकारात्मक भावना मात्र देखा पर्छ। त्यो व्यक्ति जो सँग पूजा गर्ने या आदर गर्ने चिज नै हुँदैन उ सदा खिन्न या उदासी अवस्थामा गुज्रि रहेको हुन्छ।

पूजा नगर्ने संस्कार हुनाले नै धेरै जसो समाजमा भावात्मक, मानसिक र सामाजिक समस्याहरू सृजना भई रहेका छन्। यदि तिमीमा उँभो उठ्ने केही पनि चिज छैन भने पक्का पनि स्वार्थ, रिस अनि द्वन्द्व सिवा अरू के नै आउँछ र। समाजमा एक अर्कालाई मान सम्मान आदर गरिरहँदा चिन्ता दुख सबै हटेर प्रेम र करुणा जागेर आउँछ।

यो भन्दा अगाडि को शताब्दीमा पूजा गर्नु भनेको एक रुढीवादी र अर्थहिन काम जस्तो सोचिन्थ्यो। पूजालाई दासप्रथाको सोच बाट आएको भन्ने जस्तो सोचिन्थ्यो। वास्तवमा भन्ने हो भने यो एकदम उल्टो कुरो हो। पूजा त कृतज्ञ या आभारी भएर मात्र गर्न सकिन्छ न कि अधिनायकवाद या अरूको करकाप बाट।

पूजा त साँच्चै भन्ने हो भने एउटा परिपक्वताको सूचक हो न कि कमजोरीको।

कसैले प्रश्न गर्छन्: तपाईँले भन्नु भयो कि पूजा त प्रेमको एक पराकाष्ठा या माथिल्लो चुचुरो हो।

के पूजाको पनि कुनै पराकाष्ठा या माथि पुग्ने ठाउँ छ?

श्री श्री भन्नु हुन्छ: पूजाको पराकाष्ठा भनेको त आत्म ज्ञान र समाधि हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: पूजा, रुढीवादी, पराकाष्ठा, आत्म-ज्ञान

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २८९ नयाँ दिल्ली
जनवरी २६, २००१ भारत

कुम्भ मेला

प्रत्येक १२ वर्षमा सबै सन्त महात्मा र आध्यात्मिक ज्ञानका साधकहरू गङ्गा, यमुना र सरस्वती तीन नदीको सङ्गममा भेला हुने गर्छन्। गङ्गा बुद्धि तथा आन्तरिक खोजकी प्रतीक हुन्। प्रेमले अमरत्व प्राप्त गरेको स्थान यमुनाको किनार हो। जब बुद्धि र प्रेम सँग सँगै आउँछन् अनि जब दिमाग र दिल को भेट हुन्छ त्यति खेर ज्ञान र ललितकलाकी प्रतीक सरस्वती देखा पर्छिन्। एउटा सानो अणुको विस्फोट हुन्छ भने त्यसको विकिरण धेरै समय सम्म रहि रहेको हुन्छ। हाम्रो मन अणु भन्दा पनि लाखौं गुणा सूक्ष्म छ। जब यो मनमा विस्फोट हुन्छ तव ब्रह्मज्ञान प्राप्त हुन्छ।

शताब्दीयौं देखि हजारौं योगीहरू जसले साधना ध्यान द्वारा ब्रह्मज्ञान प्राप्त गरेका छन् तिनीहरू कुम्भ मेलामा आएर आफूले साधना द्वारा प्राप्त गरेका सबै पुण्यका भारी नदीमा नुहाएर त्यहीं समर्पण गरिदिन्छन्। नदीले तिनीहरूले छोडेका विकिरण लाई सोचेर लिन सक्छिन्। ठाउँ ठाउँ बाट संत महात्माका सङ्गत गर्न आएका साधकहरूले जब नदीमा डुबुल्की लगाउँछन् ती सबै पुण्यका फाइदा त्यहींबाट उठाउने गर्छन्।

शून्य या रिक्त चिजलाई यहाँ लेराउन सकिँदैन, अनि माटोको ढिकुरोको चाहिँ केही मूल्य हुँदैन। तर, जब माटो भित्र त्यो शून्य या खालि चिजलाई समावेश गरिन्छ यसले महत्व पाउँछ, मूल्य पाउँछ र यही नै हो कुम्भ भनेको - एउटा भाँडो। आत्मा भनेको प्रकृतिमा जताततै छ तर जब एक उच्च स्तरको अन्तर-ज्ञान झैं यो मानव शरीरमा अवतरित हुन्छ तव यसले महत्वपूर्ण मूल्य प्राप्त गर्छ। मूर्तरूप दिइएको र उपल्लो दर्जाको आत्मालाई नै प्रायजसो कुम्भ भन्ने गरिन्छ। त्यसैले पनि प्रबुद्ध युगलाई कुम्भ युग पनि भन्ने गरिन्छ। कुम्भ भन्नाले एउटा भाँडो या पात्रलाई बुझाउने गर्छ जुन पूर्णता र उत्कृष्टताको प्रतीक पनि हो।

कुम्भ मेला एउटा आध्यात्मिक प्रदर्शनीको पुरातन मोडेल पनि हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: संगम, शून्य, भाँडो

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९० डावोस देखि जुरीच सम्म
जनवरी ३१, २००१ स्विट्जरल्यान्ड

दोस्ती को अर्को पाटो

सचिवहरू, प्रहरी, न्यायाधीश, लेखापाल र मुख्य पद ग्रहण गरेका व्यक्तिहरूले धेरै साथीहरू बनाएर दोस्ती बढाउन हुँदैन!
दोस्ती गर्दाको मुख्य बेफाइदा हरू:

- तिमी कसै प्रति ऋणी हुन जान्छौ।
- तिमीले आफ्नो स्वतन्त्रता हराउँछौ।
- तिम्रो सोचाइ स्वतन्त्र र न्याय पूर्ण हुँदैन। तिम्रो विचार र काममा पनि पक्षपात हुन सक्छ।
- तिम्रो दृष्टिकोण, दायित्व, सृजन शक्ति र त्यो भन्दा पनि बढि तिम्रो समयको नोक्सानी हुन जान्छ।
- तिमीमा नकारात्मक सोच र न राम्रा बानीहरू लाग्न सक्छ।

ऋणको या एहसान को बोझ र तिम्रा साथीहरूका सल्लाह र भावनाबाट बहकिने डर त्रासबाट स्वतन्त्र हुन को लागि ज्ञानको आवश्यकता पर्छ।

प्रायः दोस्ती गर्नु भन्दा न गर्नु नै बेस हुन्छ। दोस्ती न गर्नु भन्नु को मतलव चाहिँ यो कदापि होइन कि आक्रामक हुनु, झगडा गर्नु या कसैलाई शत्रुवत् व्यवहार गर्नु। उत्कृष्ट सचिवहरू, स्वकीय सचिवहरू, सुरक्षाका कर्मचारीहरू र न्यायाधीशहरूले चाहिँ अ-मैत्रीपूर्ण हुनु नै पर्छ।

धेरै साथीहरू बनाउँदै हिँड्ने व्यक्ति भन्दा एकान्त मा बस्न मन पराउने, केही कुरामा पनि चासो न राख्ने व्यक्ति छिटो केन्द्रित हुने स्वभावका हुन्छन्। प्रत्येक नाता सम्बन्धमा केही मात्रामा भए पनि अलग रहनाले तिम्रो व्यक्तित्वलाई मजबुत बनाउँछ र साथै यसले तिमीलाई आफ्नो श्रोत सँग पनि भेट गराई दिन्छ।
विनोद सेठी भन्छन्: ज्यादा एकाग्र हुनु र ज्यादा मित्रवत् हुनु असाध्य सजिलो छ। तर, मित्रवत् भइ एकाग्र पनि हुन सक्नु चाहिँ साधना हो।
हरिष भन्छन्: अ-मैत्रीपूर्ण मित्र भइ देउ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: दोस्ती, मैत्रीपूर्ण, अ-मैत्रीपूर्ण

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९१ बैङ्गलोर आश्रम
फेब्रुअरी ८, २००१ भारत

तृष्णा आफै मा एक दिव्यता हो

तृष्णा या तलतल लागिरहनु पनि एक दिव्यता हो।
सांसारिक वस्तु प्रति तृष्णा हुनाले तिमीमा जडता पैदा गर्छ।
अनन्यमा तृष्णा हुनाले तिमीमा जीवन्त भरिदिन्छ।

जब तृष्णा मर्छ तव आलस्य सुरु हुन्छ। तर, तृष्णा भई रह्यो भने कष्ट या दुख:को अनुभव पनि साथसाथै भई नै रहन्छ। कष्ट बाट पार हुन को लागि तिमी तृष्णा लाई नै पर राख्न खोज्छौ। तिम्रो सीप भनेको नै तृष्णा बाट पैदा भएको कष्टलाई सहँदै अगाडि बढ्दै जानु हो। तृष्णालाई हटाउने सरल उपायको खोजि कहिल्यै नगर्नु।तृष्णा या तलतललाई छोटो कहिल्यै नबनाउनु - त्यसैले त यसलाई तृष्णा या (तलललललल् तलललल्) भनेको हो नि। (सबै हाँस्छन्)

सच्चा तृष्णा या तलतलले परम आनन्द प्राप्त हुन्छ। त्यसै कारणले त पहिला पहिला का मानिसहरूले भजन गाउन र कथा सुन्न मा सबैलाई तृष्णा या तलतल जगाइराख्ने गर्थे।

जब तृष्णाले अनेक थरीका नाता-सम्बन्धहरू, कुनै पनि कुरालाई ठीक या बेठीक भनिरहने बानी र ईर्ष्या आदिलाई पराजित गर्छ अनि सबै नकारात्मक सोचाइहरू गायब भएर जान्छ।ज्ञान र आत्म-ज्ञानले मात्र तिमीले नाता-सम्बन्धहरूलाई पराजित गर्न सक्छौ। मानिसहरू प्रायः सोच्ने गर्छन् कि ज्ञान त तृष्णा रहित हुन्छ। त्यसो होइन! त्यस्तो ज्ञान त एकदम रुक्खा सुक्खा हुन्छ। साँचो ज्ञानबाट प्राप्त तृष्णा या तलतलले नै त जीवन रसिलो भइरहन्छ। ईश्वर अबस्से नै रसिलो हुनुहुन्छ।

तृष्णाले तिमीलाई आशीर्वाद दिन सक्ने शक्ति प्रदान गर्छ। सम्पूर्ण सृष्टिलाई आशीर्वाद देउ किनभने तिमीमा विद्यमान तृष्णा नै एक ईश्वर या दिव्यता हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: तृष्णा, ज्ञान, दिव्यता

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९२ बैङ्गलोर आश्रम
फेब्रुअरी १४, २००१ भारत

आकाशतिर फर्क

बेला बेलामा पृथ्वीमा भुइँचालो आइरहन्छ। मानिसहरू जो प्रकृतिलाई ढुङ्गा पत्थर मात्र सम्झेर यसलाई उल्टा प्रयोग गरिरहेका हुन्छन् र मस्त निन्द्रामा हुन्छन् तिनीहरूलाई झकझक्याउँछ अनि बिउँझाउँछ। तिम्रो खास सुरक्षा त तिम्रो आत्मामा नै छ न कि ढुङ्गा पत्थरमा। यही कुरा प्रकृतिले तिमीलाई बताउन चाहन्छ। भुइँचालो, बाढी, ज्वालामुखी सबैले के बताउन चाहन्छन् भने यहाँ केही चिज पनि स्थायी छैन र तिमीले अस्थायी चिजबाट आफ्नो सुरक्षा कदापि पनि पाउन सक्दैनौ। प्रकोप भन्ने एक झट्कामा आउँछ र तिमीलाई बिउँझाउँछ।

जब यस्तो प्रकोप आउँछ हामी यसको कारण पत्ता लगाएर कसैलाई दोष लगाउन थाल्छौं। गजब छ वा! जब हामी कसैलाई आरोप लगाउन पाउँछौ हामी अत्यन्त खुशी हुन्छौं। तर, प्राकृतिक प्रकोपमा कसैलाई पनि आरोप लगाउन पाउँदैनौं। प्रकोप त एकै झट्कामा आउँछ। ज्ञान भए तिमीमा तुरुन्तै उन्नती हुन्छ। ज्ञान नभए यही झट्काले तिमीमा नकारात्मक भाव र निराशापन आउँछ।

कोही सोध्छन्: प्रकृतिले किन साना निर्बोध बालकहरूलाई पनि हानि गर्छ त?

श्री श्री भन्नुहुन्छ: प्रकृतिले त आफ्नो काम गर्छ। यसले बालक बृद्धमा केही पक्षपात गर्दैन। के तिम्रा विचारमा जो बाँसका कलिला तामा खाने, चराको अण्डा फुल खाने अनि कलिला फूलहरू टिप्ने व्यक्तिहरू दयावान नहोलान् त? हुन पनि सक्छन्, नहुन पनि सक्छन्। (सबै हाँस्छन्)

प्रकृतिलाई प्रश्न गर्नु पहिला तिमी बिउँझ र ती सेवाका गर्ने इच्छुकहरूलाई हेर। आज गुजरातमा के भइरहेछ, हेर। आज, सयौं हजारौं मानिसहरू सेवा कार्यमा लागिरहेका छन्। यदि यस्तो प्रकोप न भइदिएको भए सायद ती त्यहाँ हुँदैनन् थिए होलान्। यो विध्वंसले एउटा सकारात्मक कुरो अवश्य भइरहेको छ - गुजरातको पुनर्निर्माण। यदि भुइँचालो नआएको भए यस्तो हुँदैन थियो होला। अर्को रमाइलो कुरो के भयो थाहा छ? त्यस्तो सुक्खा ठाउँमा ताजा पानीको मुहान पनि देखा पर्यो।

ज्ञानले यो पृथ्वीलाई तिम्रो प्रेयसी सरह मान्छ। हल्लिऊन् या टुक्रिऊन् यी तिम्रा प्रेयसी नै हुन्। तिमीले जहिले पनि यी बाट राम्रा कुराहरू नै पाउँछौ। आकाश बाहेक अन्य चार तत्वले समय

समयमा यहाँ विध्वंस लिएर आउने गर्छ। यदि तिमी यी तत्व हरू मा आश्रित भयौ भने तिमीलाई यीनीहरुले झकझक्याइ रहन्छन् र तिमीलाई आकाश अर्थात् रिक्त स्थान तिर हेर्न मजबुर पर्छन्। आफ्नो आन्तरिक रिक्त स्थान या शून्य आकाश मा सुरक्षित हुनु भनेको नै अध्यात्म हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: भुइँचालो, आन्तरिक रिक्त स्थान, सेवा भाव

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९३ बैङ्गलोर आश्रम
फेब्रुअरी २२, २००१ भारत

जोश तथा आत्मनिर्भरता

जोशले तिमीलाई कमजोर पार्छ। वेराग्य भनेको तिम्रो तागत हो। तिम्रो जोश पुरा गर्न को लागि तिमीलाई धेरै कुराहरूमाथि भर पर्नु पर्ने हुन्छ। जोश र आत्मनिर्भरता सँग सँगै जानै सक्दैन। यदि तिमी सँग धेरै नै जोश छ भने आत्मनिर्भर हुने कुरा बिर्सिदिए हुन्छ। यदि तिमीले आत्मनिर्भर हुन सोचिरहेका छौ भने तिमीले आफ्नो जोश या आवेशलाई छोडिदिनु पर्छ। यो सत्य कुरो हो।

यी दुई अलग अलग कुरो जोश र आत्मनिर्भर लाई एक साथ मिलाउने कुरो तिम्रो आफू भित्र भएको आत्माको हो। त्यही आत्मा जुन आत्मनिर्भर हुन खोज्छ र जोश पनि राखि राख्छ। अध्यात्ममा मात्र जोश र वेराग्य साथ साथै प्रयोग गर्न सकिन्छ। यो कमै मात्र हुन सक्ने मिश्रण हो।

जब तिमीमा वेराग्य जाग्छ तिमी तागतवर हुन्छौ र त्यही तागत नै आत्मनिर्भरता हो। आफू भित्र केही कुरोको कमी छैन भनेर बुझ्नु भनेको नै सच्चा आत्मनिर्भरता हो। जब तिमीले सबै कुरो त आफू भित्रकै अंश हुँदो रहेछ नि भनेर बुझ्छौ त्यसै बेला तिमी सबै काममा जोसिलो पनि हुन सक्छौ। तिम्रो आवेश या जोशको लागि पनि तिमीले आफू भित्र मात्रै भरोसा गरे पुग्छ, किन कि आफू भित्र भएको त्यो चिज मात्र एउटा यस्तो छ जो परिवर्तनशील छैन।

सत्यतामा न त निर्भर भन्ने कुरा छ न त जोश भन्ने नै। एक खास अवस्थामा, कि त तिमी जोसिलो हुन सक्छौ कि त तिमी आत्मनिर्भर हुन सक्छौ। तर माथिल्लो स्तरको चेतन अबस्थामा भने तिमी जोसिलो या आत्मनिर्भर मध्य न कुनै एउटा हुन सक्छौ न त दुई वटै साथमा हुन सक्छौ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: आत्मनिर्भरता, जोश, आत्मा

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९४ — उदयपुर जगमन्दिर
मार्च १, २००१ — भारत

डर त्रासको अर्को पक्ष - यसको उपयोगिता

सबै प्रकारका जीवहरूमा प्रकृतिले नै प्रशस्त मात्रामा डर त्रास राखिदिएको हुन्छ। यसले गर्दा उनीहरू आफ्नो बचाउमा लाग्छन् अनि आफ्नो प्रतिरक्षा पनि गर्छन्। खानामा नुनको आवश्यकता भए जस्तै अलिकति भए पनि मानिसहरूमा आफ्नो हकहित जताउन को लागि डरको आवश्यकता पर्छ।

कसैलाई दुख दिँदा हुने डरले तिमीलाई सताउँछ।

असफल हुने डरले तिमीलाई अझै सतर्क र गतिशील पनि बनाउँछ।

डरले तिमीलाई बेहोसिपन बाट होसमा लेराउँछ।

डरले तिमीलाई असंवेदनशील बाट संवेदनशील बनाउँछ।

डरले तिमीलाई अल्छी बाट सजग बनाउँछ।

यदि तिमीमा डरको एकदम अभाव भयो भने विध्वंसक मानसिकता पैदा हुन जान्छ। विकृति भएको अहम् लाई डर त्रास भन्ने कुरा केही थाहा हुँदैन। पुरा चेतन अवस्थामा भएकोलाई पनि डर त्रास भन्ने केही हुँदैन। जहाँ अहङ्कारीले डरलाई वास्ता नगरि विध्वंसक कार्य तिर लाग्छ, त्यहीं ज्ञानीले डरलाई डरलाई आत्मसात गरि ईश्वरको शरणमा जान्छन्।

जब तिमी प्रेमको भावमा हुन्छौ र तिमीले समर्पण गरिसकेका हुन्छौ त्यस बेला त्यहाँ डर भन्ने हुँदैन। अहङ्कारीलाई पनि डर भन्ने ज्ञान हुँदैन। तर, स्वर्ग र पृथ्वी जस्तै यी दुवै ज्ञानी र प्रेमीका डरविहीन अवस्था भनेको मा फरक छ। डरले तिमीलाई हक दिलाउँछ; डरले समर्पणको नजिक लिएर जान्छ; डरले तिमीलाई सही बाटोमा डोर्याउने गर्छ; अनि डरले तिमीलाई विध्वंसक हुनेबाट बचाउँछ। यस ग्रहमा शान्ति र कानुनलाई बचाउने नै डर हो।

भर्खर जन्मेको बच्चालाई डर भन्ने हुँदैन - उसले आफ्नो आमा माथि पुरा भरोसा राखेको हुन्छ। बालक होस या बिरालोको बच्चा या त चरा जब तिनीहरू स्वतन्त्र हुन थाल्छन् तव तिनीहरूलाई

डरको अनुभव पनि हुन थाल्छ र त्यो डरले गर्दा आ-आफ्नो आमा कहाँ दौडेर पुग्छन्। यी कुराहरू प्रकृतिले जीवन गुजाराको लागि स्वाभाविक रुपले नै राखिदिएको छ।
यस कारण, डर त्रासको उद्देश्य भनेको तिमीलाई आ-आफ्नो श्रोत सम्म पुर्याउनु पनि हो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: डर त्रास, उपयोगिता, समर्पण

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९५ ऋषिकेश
मार्च ८, २००१ भारत

अहङ्कारको अर्को पक्ष

एउटा नेता, बुद्धिमान मानिस, व्यापारी वा कसैको नोकरको लागि अहङ्कार भनेको बाधा या व्यवधान हो भने एउटा लडाई लड्ने सैनिक या कु व्यावसायिक प्रतिस्पर्धी को लागि भने अहङ्कार अथवा स्वाभिमान एक आवश्यक चिज पनि हो। लडाकू भनेका त्यस्ता व्यक्ति हुन् जसले चुनौती लिने गर्छन् र पूर्ण दायित्वका साथ अडिग पनि हुन्छन्।

अहङ्कार या स्वाभिमानले गर्दा नै कोही व्यक्ति महत्वपूर्ण कारणको लागि आफू स्वयं बलिदान दिन पनि तयार हुन्छन्। अहङ्कारले मानिसलाई तागत र हौसला प्रदान गर्छ; चुनौतीलाई सामना गर्न सक्ने अविचलित जोश प्रदान गर्छ; अनि, मजबुत अहङ्कारले उदासीपन या नैराश्यता लाई पनि पराजित गर्छ। प्रायः अहङ्कारलाई एक स्वार्थी स्वभाव जस्तो पनि बुझिन्छ तर, यो सृजनशील र उदार भाव पैदा गर्न प्रोत्साहित गर्ने स्वभाव पनि हो।
अहङ्कारले अनजान कुरालाई खोतल्न मदत गर्छ। तीन प्रकारका अहङ्कार देखिएका छन् - सात्विक, राजसिक र तामसिक।

- तामसिक अहम् भएको भनेको जङ्गली, अन्धो र आत्म-संहारक मानसिकता भएको व्यक्ति हुन्छ।
- राजसिक अहम् भएको भनेको आत्म-केन्द्रित र आफूलाई र अरूलाई पनि दुख सृजना गर्ने मानसिकता भएको व्यक्ति हुन्छ।
- सात्विक अहम् भएको भनेको सृजनशील र सुरक्षा दिने मानसिकता भएको व्यक्ति हुन्छ।

यदि तिमी समर्पण गर्न सक्दैनौ भने पनि कम से कम सात्विक अहम् राख किनभने सात्विक अहम् ले जैले पनि आफूलाई त्याग गर्न को लागि तयार पारिरहेको हुन्छ।

भानु भन्छन्: यो त धेरै राम्रो कुरा हो। यसले त धेरै मानिसहरूलाई सजिलो नै पार्यो। (सबै हाँस्छन्)

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: अहङ्कार, सात्विक, राजसिक, तामसिक

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९६ ऋषिकेश
मार्च १५, २००१ भारत

त्याग बारे विरोधाभासी अर्थ

विश्वका सबै धर्मग्रन्थहरूले त्यागलाई बढाइ चढाइ महत्व दिइरहेका छन्। त्याग भनेको के हो त?

आफूलाई मनपर्ने चिज कसैलाई दिनु भनेको त्याग हो। जुन चिज तिमी आफूसँग राख्न चाहन्छौ त्यही मात्र त्याग गर्न सक्छौ। अर्को शब्दमा भन्ने हो भने तिमी त्यो चिज मात्र आफूसँग राख्न चाहन्छौ जसले तिमीलाई मोज मस्ती र खुसी दिन्छ। जुन चिजलाई तिमी मन पराउँदैनौ र जुन चिज तिम्रो हुँदै होइन त त्यो चिज तिमीले छोडेको भनेको त्याग्नु होइन। त्याग भनेको जहिले पनि राम्रो कामको लागि र उच्च कारणको लागि हुने गर्छ। त्यस्तै, कुनै विशेष कारणको लागि जब तिमीमा प्रेम बस्छ केही कुराको पनि मूल्य रहँदैन। त्यागको यहाँ केही अर्थ हुँदैन किन कि प्रेमले मात्र तिमीलाई डोर्याइरहेको हुन्छ। त्यस कारण, जुन बेला अगाध प्रेम हुन्छ त्यो बेला त्याग हुन सक्दैन। त्यस्तै, जहाँ प्रेम हुँदैन त्यहाँ त्याग पनि हुन सक्दैन।
उदाहरणको लागि, यदि कुनै बच्चाको आमाले सिनेमा हेर्ने योजना बनाइरहेकी रहिछन् तर अपर्झट बच्चा बिरामी भएको थाहा पाइन्। उनले यो कदापि भन्दिनन् कि उनले बच्चा बिरामी भएको हुनाले सिनेमालाई त्यागि दिइन्। खाली के भएको हो भने, बच्चा बिरामी भएको हुनाले सिनेमा हेर्न जान मन लागेन, बस्। बच्चाको नजिक बस्न बाहेक अरू कुनै कुराले पनि उनलाई आकर्षण गर्न नै सक्दैन।
तिम्रो जसमाथि प्रेम छ उसको लागि केही पनि त्याग गर्दैनौ। त्यागले के जनाउँछ भने जे कारणको लागि तिमीले त्याग गरिरहेका छौ त्यो भन्दा पनि तिमीले प्राप्त खुसी बढी मूल्यवान हुन्छ। प्रेम हल्का हल्का तातिरहेको बेलामा पनि त्यागको केही महत्व हुन्छ। यद्यपि, त्यागले मानिसको सोचलाई स्वच्छ राखि स्वार्थी भावनालाई पराजित गर्ने मानसिकता राख्छ भने यसले घमन्ड, बडप्पन, आत्म-दया र कुनै कुनै बेलामा नैराश्यता पनि निम्त्याउँछ।
तिमीले मूल्यवान सम्झेको चिजलाई मात्र तिमी त्याग गर्न सक्छौ। ज्ञानीको लागि सत्य, मूल्य मान्यता र ईश्वर बाहेक अरू कुनै पनि चिज महत्वपूर्ण हुँदैन र उनीहरूले यी चिजहरूलाई त्याग्दा पनि त्याग्दैनन्। ईश्वर सबै भन्दा महान हुन् र यदि कसैले त्यो महानतालाई महत्व दिन्छ भने कसरी उसले ईश्वरलाई त्याग्न सक्छ त? यही नै हो त्यागको विरोधाभास अर्थ भनेको।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: त्याग, प्रेम, मूल्य

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९७ ऋषिकेश
मार्च २२,, २००१ भारत

आकार र निराकार स्वरूपमा ईश्वर

ईश्वर अव्यक्त छन्, तर मानिसहरू ईश्वरलाई आफू सरह नै स्पष्ट सृष्टिको स्वरूप जस्तो सोच्न चाहन्छन्। त्यसैले मानिसहरू मुर्ति बनाउँछन्, प्राण प्रतिष्ठा गर्छन् र ईश्वरलाई केही समयको लागि भए पनि त्यस मूर्तिमा आइदिन को लागि आह्वान गर्छन् ता कि उनीहरू पूजा गर्न सकून् र आफ्नो प्रेम दर्शाउन सकून् र उनीहरू ईश्वरसँग खेल्न पनि सकून्। अनि, अन्त्यमा पूजा सकिसके पछि उनीहरूले ईश्वरलाई आफ्नो दिल जुन ठाउँबाट ईश्वरको प्रादुर्भाव भएको थियो त्यहीँ फर्किन को लागि अनुरोध पनि गर्छन्। यही नै हो सबै पूजाको विधि भनेको।

खास भन्ने हो भने पूजा गर्ने हरूले त्यो मूर्तिलाई पूजा गरिरहेका हुँदैनन् तर त्यो अमूर्त भगवान जसको दैविक गुण छ त्यसलाई पूजा गरिरहेका हुन्छन्। त्यसकारण, पुर्बिया समाजका मूर्ति पुज्नेहरूलाई खास मा बाइबल र मध्यपूर्व मा भन्ने गरेको जस्ता कदापि होइनन् किन भने मूर्ति पुज्नेहरूले विभिन्न देव देवता र मूर्तिहरूलाई पूजा गरेका होइनन् तर त्यही एउटा एकाकार ईश्वरलाई विभिन्न स्वरूपमा पूजा गर्ने गरेका हुन्।

ईश्वर एक मात्र छन् भन्ने ज्ञान न भई कन यो पुरा ब्रह्माण्डका विभिन्न स्वरूपमा देखा पर्ने ईश्वरलाई बुझ्न र विधर्मी, सैतान र जनावर पूजा गर्ने भनेको बुझ्न मा धेरै अन्तर छ। सूर्यको सफेद प्रकाशमा विभिन्न रङहरूको मिश्रण हुन्छ भने जस्तै पुर्बिया सभ्यतामा देवी देवताहरू भनेको एक ईश्वरका अनेक अंशहरू हुन् भन्ने मान्यता रहेको छ। तर ग्रीक सभ्यतामा भनिएका देवी देवताहरू एक आपसमा अलग अलग अंगहरू हुन्।

सैतान र उसको अलग अलग स्वरूपलाई पूजा गर्नु भनेको र ईश्वर र उनको विभिन्न रूपलाई पूजा गर्नु भनेको एकदम फरक कुरा हो। सबै रूप हरू त्यही ईश्वरकै हो। तिमी कुनै रूपलाई मानिरहेका छौ भनेको मतलव तिमीले त्यस रूप पछाडिको ईश्वरलाई पनि मानिरहेका हुन्छौ।
यती ज्ञान भइसके पछि, पूजा कार्य भनेको जुन एउटा अन्तर-प्रकृया मात्र हो त्यसले तिमीमा अरू रङिन र तरङ्ग भाव पैदा गर्छ जसबाट आकार स्वरूप र निराकार स्वरूप दुवै ईश्वर नै हुन् भन्ने देखाउँछ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: आकार, निराकार, पूजा, ईश्वरका अंश

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९८ ऋषिकेश
मार्च ३०, २००१ भारत

तागत तथा मातहती हैकम

धेरै व्यक्तिहरू आफ्नो पेसामा होस, कुनै पेसामा होस या स्वयं-सेवामा नै किन न होस् अरूहरूको अन्तर्गत काम गर्न रुचाउँदैनन्। प्रायजसो को भनाइ के छ भने जब तिमी कसैको अन्तर्गत काम गर्छौ तिमीले आफ्नो स्वतन्त्रता गुमाउँछौ र तिमी कसै प्रति पुरा जवाफदेही भइरहन्छौ।

त्यसकारण, आफ्नो हाकिम आफै हुन को लागि धेरैजसो ले व्यापार गर्न रुचाउँछन्। तर, व्यापारमा तिमीले झन् धेरै जनाको उत्तरदायित्व बहन गर्नुपर्ने हुन्छ। यदि तिमी एउटा व्यक्तिप्रति उत्तरदायी हुनसक्दैनौ भने धेरै जनाको उत्तरदायित्व कसरी बहन गर्न सक्छौ त? यो विरोधाभास विषय हो। तिमी एउटा हाकिमको भन्दा व्यापार गर्दा ज्यादा बढी बाँधिन्छौ।

कसैको अन्तर्गत काम गर्न नखोज्नु भनेको त कमजोरी हो तागत होइन। तागतवर व्यक्तिलाई अरू कसैको अन्तर्गत काम गर्दा अप्ठ्यारो लाग्दैन किनभने उसलाई आफ्नो तागत कति छ भनेर थाहा भइरहेको हुन्छ। कमजोर र कम जोश भएका व्यक्तिहरू मात्र अरूको अन्तर्गत काम गर्न रुचाउँदैनन् किनभने उनीहरूलाई आफ्नो तागत कति छ भनेर थाह नै हुँदैन। यस्ता व्यक्तिहरू न व्यापारमा सफल हुन्छन् न त कुनै पेसामा नै सफल हुन्छन्।

समाजसेवाको काममा पनि यही कुरा हो - प्रायजसो स्वयंसेवकहरू कोही अरूको अन्तर्गत काम गर्न रुचाउँदैनन्। यो त उनीहरूको कमजोरीको प्रदर्शन मात्र हो। यस्तो आचरणले गर्दा उनीहरूले धेरै कम मात्र उपलब्धि हासिल गर्न सक्छन्।

डरपोक र कमजोर व्यक्तिहरू बुद्धिमान व्यक्ति मातहत काम गर्न असजिलो मान्छन्। तर, जसलाई आफ्नो तागतबारे ज्ञान छ उ चाहिँ मूर्खको मातहत पनि काम गर्न सक्छ।

नित्यानन्द भन्छन्: तर, मूर्ख मानिस मातहत काम गर्दा त दिक्क भइन्छ नि?

श्री श्री भन्नुहुन्छ: जब तिमीलाई आफ्नो तागत थाहा हुन्छ, तिम्रो बुद्धि र सीपले जस्तोसुकै बेफाइदालाई पनि फाइदामा परिवर्तन गर्न सक्छौ।मूर्खले चाहिँ तिम्रो वाक्पटुताको सीपलाई प्रयोग गर्न सक्छ। (सबै हाँस्छन्)

त्यसकारण विचार पुराउ! यदि तिमीलाई कसैको अन्तर्गत काम गर्न असजिलो महसुस भइरहेको छ भने थाहा पाउ कि तिमीमा तागत बढाउनु परेको छ। परिस्थिति, वस्तुस्थिति र व्यक्ति विशेष बाट स्वतन्त्र हुन खोज्नु भनेको स्वतन्त्रता होइन! आफूमा भएको स्वतन्त्रता कसैले खोस्न सक्दैन भन्ने जान्नु नै तागत हो। जब तिमीले थाहा पाउँछौ कि तिम्रो तागतलाई कसैले हल्लाउन सक्दैन तिमी कसैको मातहत काम गरे पनि तिमीलाई फरक पर्दैन।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: मातहत, तागत, विरोधाभास

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: २९९ बाली
अप्रिल ५, २००१ इन्डोनेसिया

प्रतिबद्धता र अनुकूल स्थिति

अनुकूल परिस्थितिलाई नाघेर केही गर्यो भने मात्र प्रतिबद्धता छ भनेर बुझिन्छ। मतलब, जुन अनुकूल को हुन्छ त्यसलाई प्रतिबद्धता भनिँदैन। यदि तिमी खालि सुविधाको पछाडि मात्र लाग्यौ भने तिम्रो प्रतिबद्धता चकनाचुर भएर जान्छ र यसले झन् असहज स्थिति पैदा गर्छ। यदि तिमीले असहज छ भनेर तिमीले प्रतिबद्धता छोड्दै जाने हो भने के सजिलो हुँदै जान्छ र? प्रायजसो जुन सुविधा जनक काम हुन्छ त्यसले साँचो मा सहज स्थिति सृजना गरेको हुँदैन, त्यसले त सहज स्थिति हो कि भन्ने भान मात्र पारेको हुन्छ। फेरि अर्को कुरा, यदि तिमी आफ्नो प्रतिबद्धतामा ज्यादा नै फसेर असहज स्थिति मात्र देखा परिरह्यो भने पनि तिमी आफ्नो दायित्व पुरा गर्न नसक्ने हुन्छौ र तिमीलाई निराशा मात्र पैदा गर्छ। ज्ञानले नै प्रतिबद्धता र अनुकूल स्थितिको बीच सामञ्जस्य लिएर आउनु पर्छ किनभने यी दुवै शरीर, मन र आत्मालाई सुविधा दिने कुराहरू हुन्।

ज्ञानको साधकले सुविधाका स्थितिलाई बिर्सिदिनु पर्छ। यसरी नै, सिपाहीहरू, देश चलाउनेहरू, विद्यार्थीहरू, धनको खोजि गर्नेहरू र सबै प्रकारका सेवा प्रदान गर्ने हरूले पनि सुविधाका स्थितिलाई बिर्सिदिनु पर्छ। सृजनशील र जोखिम लिने व्यक्तिहरूले अनुकूलतालाई पराजित गरिसकेका हुन्छन्। जो महत्त्वाकाङ्क्षी हुन्छन् र आफ्नो लक्ष प्रति जोशका साथ काम गरिरहेका हुन्छन् त्यस्ता व्यक्तिहरूले अनुकूल स्थिति लाई वास्ता गर्दैनन्। बुद्धिमान व्यक्तिको लागि त प्रतिबद्धता नै सुविधा हो। जुन बेला तिनीहरूको प्रतिबद्धतामा आँच आउन थाल्छ त्यही बेला उनीहरूको अनुकूलता पनि हल्लिन थाल्छ। अल्छीहरूका लागि चाहिँ प्रतिबद्धता एउटा सजाय नै हो। तर, प्रतिबद्धता उनीहरूको लागि अल्छीपन हटाउने एउटा औषधी पनि हो।

पछि सम्म को बिचार गर्ने हो भने प्रतिबद्धताले अनुकूल वातावरण निम्त्याउँछ।

कोही सोध्छन्: के कुनै प्रतिबद्धता छ जसलाई छोड्न सकिन्छ?

श्री श्री भन्नुहुन्छ: यदि तिमीले दूर दृष्टि नराखिकन नै प्रतिबद्धता दर्साएका छौ भने त्यो दूर दृष्टि साँच्चै तिमीले सोचेको भन्दा यसरी फैलिएर जान्छ कि तिमी निसासिन्छौ। त्यस्तो प्रतिबद्धता जुन छोटो-दृष्टि मात्र राखेर गरेका छौ त्यसलाई छोडिदिए हुन्छ।

- महत्वपूर्ण प्रतिबद्धताको लागि साना र कम महत्वका प्रतिबद्धता छोडिदिए हुन्छ।
- उद्देश्यको प्रतिबद्धताको लागि त्यसको माध्यममात्र को प्रतिबद्धतालाई छोडिदिए हुन्छ।
- कुनै तिम्रो प्रतिबद्धताले गर्दा धेरै जनालाई पछि गएर दुख दिन्छ भने त्यसलाई पनि छोडिदिए हुन्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: प्रतिबद्धता, अनुकूल, दूर दृष्टि

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३००
अप्रिल १२, २००१

हवाइजहाजमा
सिङ्गापुर देखि हवाई सम्म

आरोप र दोषारोपण सँग जुध्नु

जब कसैले तिमीलाई आरोप लगाउँछ, तिम्रो टाउको भारी भएर आउँछ र अझ जब तिमी त्यस सम्बन्धमा अरूसँग कुरा गर्छौ तिम्रो वरि परी को वातावरण नै न रमाइलो भएर आउँछ। त्यस्तो बेलामा तिमी बिउँझ र हेर - तिमी त एउटा यस्तो चिज हौ जसलाई केही ले पनि छुन सक्दैन। सब त एउटा नाटक हो जुन तिमीले आफै सृजना गरेका हौ। तिमीले यस्ता कुरा त कति पटक झेलिसकेका छौ। सबै आरोप जुन तिमीलाई लागेको छ त्यो त आफैले सृजना गरेका त हुन् नि। यति थाहा पाइसके पछि तिमी आफूलाई स्वतन्त्र र हल्का महसुस गर्न थाल्छौ।

आफ्नो जीवनका सबै अनुभवहरूलाई आफ्नै जिम्मेवारी हो भनेर स्विकार गर्यौ भने तिमीलाई बहुत मजबुत बनाइदिन्छ। अनि, गनगन गर्ने, प्रत्यारोप गर्न योजना बनाउने र स्पष्टीकरण दिने जस्ता विभिन्न प्रकारका नकारात्मक मानसिकता सबै नष्ट भएर जान्छ। जिम्मेवारी स्विकारेपछि तिमी स्वतन्त्र हुन्छौ।

जब कसैले तिमीलाई आरोप लगाउँछ तिमी के गर्ने गर्छौ?

- के यो आरोपलाई तिमी आफ्नो दिमागमा राखि राख्छौ अनि तिमी मानसिक रूपले नै निरास हुन्छौ?
- के यो आरोपबाट तिमी कुनै शिक्षा नै नलिई आरोप र आरोप लगाउने व्यक्ति दुवैलाई तिमी वास्ता नै गर्न छोड्छौ?
- के यो आरोपको बारे तिमी अन्य व्यक्तिहरू सँग कुरा गरेर अरूहरूको समय र धन खर्च गरिदिन्छौ?
- के तिमीले आफ्नो कमजोरी हो भनेर आफूलाई नै फेरि आरोप लगाउने गर्छौ?
- के तिमी आफ्नो आरोप अरू कसैलाई पन्छाइदिन्छौ?
- के यो आरोपलाई तिमी साधारणतया सबैले गर्ने नै त कुरा हो भनेर मान्छौ?

यदि तिमी यस्तो गरिरहेका छौ भने तिमी ज्ञानमा बाँचिरहेका छैनौ। यसो हो भने तिमीले कम्तीमा हाम्रो *बेसीक* अर्थात् आधारभूत कोर्स आधा दर्जन चोटि लिनु पर्छ र सबै साप्ताहिक ज्ञान पत्रहरू पनि पढ्नु पर्ने हुन्छ।

- के तिमीले यस कुरालाई हाँसोमा उडाइरहेका छौ र वास्ता पनि गरिरहेका छैनौ?
- के तिमीले यस घटनालाई महत्व दिइरहेका छैनौ? काम त के कुरा गर्नु पनि जरुरी छैन भनेर सोचेका छौ?
- के तिमीले अरूले लगाएका आरोप र टीकाटिप्पणीहरूलाई एउटा आउने जाने बादल त हो नि भनेर रमाइलो कुरा सोचिरहेका छौ?
- के तिमी न रमाइलो र नकारात्मक पल हरू कहिल्यै नआओस् भनेर मात्र सोचिरहेका छौ?
- के तिमी तिम्रो प्रेमको प्रसङ्गमा जवाफ नै दिनु नपर्ने र एकदम केही गर्नै नपर्ने स्थितिमा बस्न रुचाउँछौ?
- बाह्य रूपले तिमी शान्त छौ होला। तर, के तिमी तिम्रो भित्र पनि शान्त र केन्द्रित छौ त? आफ्नो ज्ञान र उन्नतीमा पनि तिमीलाई गौरव छैन त?

तव, तिमी शिक्षक या गुरुका लागि एक गौरव हौ।

आफ्नो गुरु या कुनै ज्ञानीलाई प्रेम गर्छु भनेर तिमीले यसै जस लिन सक्दैनौ। तिमी सँग अर्को विकल्प नै छैन किनभने जस्तै बाधा या अडचन भए तापनि उनीहरूसँग प्रेम त भइहाल्छ! जसलाई तिमी मन पराउँछौ उसलाई प्रेम गर्नु भनेको त कुनै ठूलो कुरा नै भएन नि।

जसले तिमीलाई प्रेम गर्छौ उसलाई तिमी प्रेम गर्छौ भने तिमीले शून्य अङ्क मात्र पाउँछौ।

जसलाई तिमी मन पराउँदैनौ उसलाई तिमी प्रेम गर्छौ भने तिमीले जीवनमा केही शिक्षा सिकेछौ।

कुनै कारण नै नभइ जसले तिमीलाई आरोप लगाउँछ त्यसलाई तिमी प्रेम गर्छौ भने तिमीले जीवन जिउने कला सिकेछौ भन्ने जनाउँछ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: आरोप, प्रत्यारोप, प्रेम

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०१ हवाई
अप्रिल १७, २००१ अमेरिका

आत्मविश्वास तथा महत्वकाङ्क्षा

महत्वकाङ्क्षाले आत्म-विश्वासको कमी भएको जनाउँछ।

जब थाहा छ कि तिमी कुनै चिजलाई सजिलै सित प्राप्त गर्न सक्छौ त्यस बेला त्यस चिज प्रति तिमी महत्वकाङ्क्षा राख्दैनौ। तिमीले यो काम गर्न सक्छौ भन्ने तिमीलाई विश्वास हुन्छ, बस्। तिम्रो महत्वकाङ्क्षाले त चुनौती र अनिश्चितता जनाउँछ, जुन आत्मविश्वास भन्दा अलग कुरा हो। त्यसैले जो व्यक्ति आत्म विश्वासी हुन्छ त्यो महत्त्वाकाङ्क्षी हुन सक्दैन। फेरी, जो व्यक्ति आत्म विश्वासी हुँदैन त्यो व्यक्ति झन् महत्त्वाकाङ्क्षी हुन कदापि पनि सक्दैन।
आत्मविश्वास नभइ कन पूर्ण विश्वास हुन त असम्भव नै छ। आफू बारेमा ज्ञान भइसके पछि त केही पाउनु पर्ने चिज नै रहँदैन किनभने सम्पूर्ण अस्तित्वको प्रकृति भनेको त आफू भित्रको चेतनाको एक नाटक र प्रदर्शन (*प्ले* र *डिस्प्ले*) मात्र त हो नि।

मानिसहरू महत्वकाङ्क्षा भएकोमा आफै गौरव गर्छन्। बुद्धिमान मानिसहरू यस्तो अवस्थामा हाँसिदिन्छन्। जुन बिना बल लगाएर प्राप्त गर्न सकिन्छ त्यस्तो विषयको लागि महत्वकाङ्क्षा भनेको हुँदै हुँदैन। तिमीले त्यस्तो चिजमा मात्र महत्वकाङ्क्षा राख्न सक्छौ जुन चिजले चुनौती दिन्छ र जुन कुरा पुरा गर्न सक्छौ सक्दैनौ भन्ने विषयमा तिमीलाई थाहा हुँदैन।
अझै भन्ने हो भने महत्वकाङ्क्षाले क्षण क्षणको आनन्द लुटेर लैजान्छ।
आत्मविश्वास भइसके पछि केही पनि चुनौती लाग्दैन। न त तिमीलाई कुनै काममा बल नै लगाउनु पर्ने हुन्छ। तिम्रो इच्छा जाग्नु भन्दा पहिला प्रकृतिले नै तिम्रो सोचाइलाई पुरा गरि दिइसकेको हुन्छ, यसले तिमीलाई तलतल या इच्छा गरिराख्नु पर्ने मौका नै दिँदैन। प्रकृतिले बुद्धिमान व्यक्तिलाई केही चिजको इच्छा गर्न र महत्वकाङ्क्षा राख्ने मौका नै दिँदैन, अनि मूर्खलाई चाहिँ इच्छा पुरा गर्न या त्यसबाट छुटकारा पाउने कुनै मौका दिँदैन।
तिमी अझै महत्वकाङ्क्षा राख्छौ त? कि तिमी महत्वकाङ्क्षाबाट छुटकारा पाउन को लागि तिमी झन् महत्त्वाकाङ्क्षी हुन्छौ त? (सबै हाँस्छन्)

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: महत्वकाङ्क्षा, आत्मविश्वास, प्रकृति

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०२ सा पोलो
अप्रिल २५, २००१ ब्राजिल

स्वामित्व पनको खतरा तथा अभिभाराको फाइदा

स्वामित्वपन या ज्यादा अपनत्व हुनाले बढी माग गर्ने, ईर्ष्या गर्ने, अबुझपन हुने र आदर भावमा कमी हुने जस्ता प्रशस्त नकारात्मक सोचाइहरू पैदा गर्छ। तिमी आफ्नै जीवनमा बिचार गरि हेर न जसलाई तिमी आफ्नै हो भनेर भन्छौ ती भन्दा नचिनेका व्यक्तिहरू प्रति तिमी बढी आभारी हुन्छौ। स्वामित्वको भावनाले गर्दा कृतज्ञता र सजगता आदिमा कमी भएर जान्छ र आकाङ्क्षाहरू बढेर जान्छ जसले गर्दा प्रेमलाई चाहिँ सखाप नै पारि दिन्छ। नाता सम्बन्धमा यही एउटा ठूलो समस्या छ। मानिसहरू नयाँ नचिनेका मानिसहरू समक्ष राम्रा भइदिन्छन् र तिनीहरूलाई बढी ध्यान दिन्छन् तर आफ्नै मानिस भएर अपनत्व बढी सकेपछि ध्यान दिनमा कमी गर्छन् र लापरवाह पनि भइदिन्छन्।

स्वामित्वले तिमीलाई असंवेदनशील र बोझो बनाएर तिम्रो जीवनको रमाइलोपन नै हराइदिन्छ। यो संसारमा को कसको आफ्नो हो र? यहाँ सबै जना तिम्रा लागि अपरिचित छन्। तिमी सबैको लागि अपरिचित नै छौ। जो आफूलाई अपरिचित ठान्छ ऊ नै भाग्यमानी हो।

तिम्रो आफ्नै हो भन्ने व्यक्तिभन्दा तिमी अपरिचित मानिसमाथि बढी कृपा राख्ने गर्छौ। तिम्रो आफ्नो अहम् भावलाई नियन्त्रण गर्न अभिभारा दिनु भनेको एउटा उत्तम उपाय हो। यसो गर्दा तिमीलाई सुशील बनाइदिन्छ। अहम् को उल्टो अर्थ विनम्रता भन्दा ठूलो केही छैन। नम्र हुनु भनेको नै पुण्य कार्यको सुरूवात हो।

मानिसहरूलाई कुनै अभिभारा या जिम्मा लिन बडा अप्ठ्यारो लाग्छ। केही दिँदा होस् या लिँदा होस् दायित्वबोध भइरहेको हुन्छ भन्ने कुरो उनीहरूले बुझि रहेका हुँदैनन्। लाटा मानिसहरूले केही लिँदा मात्र कृतज्ञ भइरहेको हुन्छु भनेर बुझेका हुन्छन्। तर बुद्धिमान मानिसले भने केही दिँदा पनि कृतज्ञ हुनु पर्छ भनेर बुझेका छन्। किनभने त्यो दिएको चिज कसैले स्विकार त गरि रहेको छ। त्यसैले तिमीले केही दिइरहेका छौ या लिइरहेका छौ तिमी कृतज्ञ हुनैपर्छ। अनि, यदि कसैले लिइरहेका पनि छैनन् दिइरहेका पनि छैनन् भने पनि तिमी कृतज्ञ हुनु पर्छ किनभने तिनीहरूले तिमीलाई देखिने किसिमको कृतज्ञताबाट स्वतन्त्र बनाइदिएका हुन्छन्। यसको मतलव तिमी उनीहरू सँग पनि कृतज्ञ हुनु पर्छ जसले तिमीलाई कृतज्ञ हुनु नै नपर्ने बनाइदिएका छन्।

यो पुरानो र परिचित संसारमा तिमी एक अपरिचित व्यक्ति बनेर आफै तिम्रो जीवन लगातार नवीकरण भइरहेको छ। सधैं तिमी कृतज्ञताको भार खेपिरहेका छौ अनि यस संसारमा तिमी हर क्षण पुरा अपरिचित व्यक्ति सरह हुन्छौ। तिमीलाई यो कस्तो लाग्छ?

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: स्वामित्पन, अभिभारा, कृतज्ञ, अपरिचित

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०३ पानामा सहर
मई ३, २००१ पानामा

इज्जत र सम्मान - तिम्रा सुनका पिँजडा

सम्मानले स्वतन्त्रतालाई कमी गराउँछ। तिम्रो नाम, सम्मान र पुण्य कार्य हरूले तिमीमा भएको स्वतन्त्रतालाई साँघुरोपन या सीमित पारी दिन्छ।

असल मानिसहरूले गल्ती गर्छन् भनेर कसैले पनि सोच्दैनन्। त्यसैले तिमी जति जति असल भयौ मानिसहरूले तिमीबाट उति नै धेरै आशा राख्ने गर्छन्। तव, तिमीले स्वतन्त्रता हराउँदै जान्छौ। तिम्रा राम्रा र पुण्य कार्य हरू सुनका पिँजडा जस्ता भइदिन्छन्। तिमी आफ्ना असल राम्रा कामबाट आफै फस्छौ किनभने सबैले असल मानिसबाट नै धेरै आशा राखेका हुन्छन् खराबबाट कसैले आशा गरेका हुँदैनन्।

धेरै मानिसहरू यही इज्जत र सम्मानको पिँजडामा फसिरहेका हुन्छन्। तिनीहरू मुस्कुराउन पनि सक्दैनन्।तिनीहरू आफ्नो इज्जत र सम्मान कसरी बचाउन सकिन्छ भनेर सदा चिन्ता गरिरहेका हुन्छन्। तिनीहरूलाई आफ्नो जीवन भन्दा पनि यी नाम र इज्जतका कुराहरू बढी महत्वका हुन्छन्। खालि सबैको अगाडि असल हुनु को लागि र इज्जत सम्मान बचाउनुको लागि मात्र राम्रो काम गर्नु भनेको वाहियात कुरा हो। गरिवी भन्दा पनि इज्जत सम्मानले मानिसलाई जीवनमा बढी पिडा दिइरहेको छ।

धेरैले आफ्नो नाम कमाउने इच्छा राख्छन् तर तिनीहरूलाई थाहा छैन कि तिनीहरू त पिँजडा तिर पो दौडिरहेका छन्।

ननिसासिकन नै सम्मानित हुन सक्नु भनेको एक कला हो। बुद्धिमानले सम्मान पाउनु भनेको स्वाभाविक हो तर यदि उनले पाएनन् भने पनि केही फरक पर्दैन। बुद्धिमानहरू नाम इज्जत भएर पनि केही छैन भने जस्तो गरेर बस्छन्। ज्ञानीले ननिसासिकन नै नाम इज्जत बहन गर्न सक्छन् किनभने उनीहरू पनि आखिरमा एउटा पागल त हुन् नि।

समाजमा राम्रो काम गरे पछि मानिसले इज्जत पाउँछ अनि इज्जत र सम्मानको रमाइलो लिँदा लिँदै उसको स्वतन्त्रता चाहिँ हराएर जान्छ।

कोही प्रश्न गर्छन्: तव, तपाईँले आफ्नो स्वतन्त्रता कसरी कायम राख्न सक्नु भएको छ त?

श्री श्री भन्नु हुन्छः बच्चा जस्तो भएर! यो संसारलाई एउटा सपना, एउटा बोझ अनि एउटा ख्यालठट्टा जस्तो मानेर।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरूः इज्जत, पिँजडा, स्वतन्त्रता

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०४ मोन्ट्रेल आश्रम
मई १०, २००१ क्यानाडा

जीवन त एउटा सपना , बोझ अनि ख्यालठट्टा हो

जब तिमी खुसी हुन्छौ तिमीलाई जीवन एउटा सपना जस्तो लाग्छ किनभने यसको सच्चाइ प्रति तिमीलाई विश्वास नै हुँदैन। जब तिमी दुखी हुन्छौ तिमीलाई जीवन एउटा बोझ जस्तो लाग्छ र तिमी साना मसिना कुराहरूलाई पनि घोत्लिएर हेर्न थाल्छौ। तर सुख प्राप्त गरिसकेको व्यक्तिले सुख एउटा बोझ हो भनेर बुझि सकेको हुन्छ। अनि, यदि तिमीले राम्ररी दुख पनि खेपिसकेका छौ भने तिमीले जीवन एउटा सपना त हो नि भनेर बुझि सक्छौ। तिमीले हरेक प्रकारका दुःखदायी स्थितिको सामना गरेर हिँडिरहेका छौ र भोगि रहेका छौ भने तिमीले बुझिसकेका हुन्छौ कि जीवन त एउटा सपना हो भनेर। जीवन त एउटा सपना, बोझ र ख्यालठट्टा हो भनेर बुझे पछि मात्र तिमी पूर्ण केन्द्रित हुन सक्छौ।

जब तिमीले साँच्चै दुख भोगेर अगाडि बढिरहेका हुन्छौ तव तिमीले जीवन त सपना हो भन्ने देखिसकेका हुन्छौ। अनि, दुख र सुखको बीचमा जीवन एउटा हँस्सीमजाक या ख्यालठट्टा त हो नि।

जीवन त एकदम नै अनिश्चित छ। यसले तिमीलाई लिएर जानु भन्दा अगाडि बुझ - यो त एक सपना हो, बोझ हो र ख्याल ठट्टा हो।

कोही सोध्छन्: जीवन एक ख्याल ठट्टा भनेको चाहिँ के हो नि?
श्री श्री भन्नुहुन्छ: ख्यालठट्टा अर्थात् हँस्सीमजाकलाई प्रश्न नबनाउ। यदि हँस्सीमजाकलाई प्रश्न बनायौ भने त यो हँस्सीमजाक नै भएन नि। बोझलाई पनि प्रश्न नगर। जीवन र यसका घटना बारे प्रश्न गर्नु भनेको समयको वर्वाद गर्नु मात्र हुन्छ।
बोझले तिमीलाई गहिरो मा धकेलिदिन्छ। यसले त तिमीलाई भित्र सम्म पुराइ दिन्छ। जीवन सपना हो भनेर बुझेमा तिमीलाई सपनाबाट बिउँझाइदिन्छ र जीवनलाई ख्यालठट्टा भनेर ठान्दा तिमी आफूलाई हल्का फुल्का महसुस गर्न थाल्छौ।
एउटा निश्चित कुरा चाहिँ के हो भने जीवन एउटा सपना हो, एउटा बोझ हो र एउटा हँस्सीमजाक या ख्यालठट्टा पनि हो। अनि, जब तिमीले यो कुरा बुझ्छौ तिमी केन्द्रित हुन सक्छौ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: सपना, बोझ, ख्यालठट्टा, जीवन, केन्द्रित

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०५ युरोपेली आश्रम
मई १६, २००१ जर्मनी

तर्क र विश्वास

तर्क थाहा पाइसकेका कुरामा नै घुमिरहेको हुन्छ। विश्वास चाहिँ अनिश्चित विषयमा हिँडिरहेको हुन्छ।

तर्क एक पुनर्कथन मात्र हो भने विश्वास एक अन्वेशण हो।
तर्क नियमित हुन्छ भने विश्वास जोखिमपूर्ण हुन्छ।

तर्क र विश्वास एकदम फरक फरक कुराहरू भए तापनि तिनीहरू जीवनका अभिन्न अंगहरू हुन्।

विश्वासको कमी भनेको दरिद्रपन हो; विश्वासले तुरुन्तै सुविधा दिइहाल्छ। तर्कले तिमीलाई सुस्थ राखेर सधैं पिसिरहन्छ तर विश्वास नभइकन चमत्कार चाहिँ हुँदैन। विश्वासले तिमीलाई सीमित सोचाइबाट बाहिर लिएर जान्छ। यदि तिम्रो विश्वास सच्चा छ भने प्रकृतिको नियमलाई पनि पराजित गर्न सक्छ।

विश्वास तर्क भन्दा बाहिरको कुरो भए तापनि आफ्नो तर्कमा फेरि तिम्रो आफ्नो पुरा विश्वास चाहिन्छ नि! विश्वास र तर्क सँग सँगै नरहि सम्भव नै हुँदैन। प्रत्येक तर्क विश्वासमा आधारित भएको हुन्छ। जब जब तर्क या विश्वासमा फाटो आउँछ तव तव भ्रम र गडबडी देखा पर्छ र त्यहीबाट नै उन्नतीको एउटा खुड्किलो सुरु हुन्छ।

विश्वास दुई प्रकारका हुन्छन्। डर, लोभ र असुरक्षाबाट पैदा हुने एउटा विश्वास। अर्को आमा र उनको बच्चा अथवा गुरु र उनको चेलाको बीच हुने प्रेमबाट पैदा हुने विश्वास। प्रेमबाट पैदा भएको विश्वास कहिल्यै टुट्दैन तर डर तथा लोभबाट पैदा भएको विश्वास चाहिँ टुट्ने संभावना धेरै रहन्छ।

नास्तिक तर्कमा अडान लिन्छ भने आस्तिक विश्वासमा। आस्तिकले ईश्वरलाई वीमा पोलिसी जस्तो प्रयोग गरिरहेका हुन्छन्, उनीहरूले ईश्वरलाई विशेष हुन् भन्ने सोचिरहेका हुन्छन्। ईश्वरको आँखामा "मेरो" र "तेरो" भन्ने कुरा केही हुँदैन सबै एउटै हुन्छ। नास्तिकले साँचो कुरामा आँखा चिम्लन को लागि तर्क दिन्छन्। मृत्युले दुवै थरीलाई हल्लाई दिन्छ। जब कोही नजिकको व्यक्तिको मृत्यु हुन्छ, नास्तिकको आँखा खुल्छ र आस्तिकको विश्वास टुक्रिन्छ। खालि योगी

ज्ञानीहरूलाई मात्र केही फरक पर्दैन किनभने ती व्यक्तिहरूले तर्क र विश्वास दुवै कुरालाई पराजित गरिसकेका हुन्छन्।

तिमीले विश्वास र तर्कमा राम्रो सन्तुलन राख्नु जरुरी छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: तर्क, विश्वास

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०६ कोडाइकानाल
मई २४, २००१ भारत

सानातिना काम गर्नु

तिमी अनन्तताका लागि के गर्न सक्छौ? धेरै नै ठूलो या महान काम त अवश्य पनि होइन होला किनभने त्यसो गर्नुको लागि तिमीलाई प्रशस्त तागत चाहिन्छ र तागत लगाएपछि त्यसले तिमीलाई थकाउँछ। त्यसैले कुनै महान काम गर्नु भनेको थोरै समयको लागि या अस्थायी मात्र हुन्छ। आफ्नो क्षमता भन्दा धेरै नै सानो काम तिमीले अनन्तता अर्थात् स्थायित्वको लागि सोचेर हो भने त्यो एउटा पूजा हो।

अनन्तताको लागि सानातिना काम गर्न तिमी पुरा होसहवासका साथ तयार हुने हो भने तिमीलाई स्थायित्व या अनन्तता सँग मिलन गराइ दिन्छ। यो अहम् को उल्टो अर्थ हो। अहम् जहिले पनि महत्त्वाकाङ्क्षी हुन्छ र माउन्ट एभरेस्ट चढ्ने जस्तो कठिन काम गर्न उक्साउँछ। तर, पुतली उडेको हेरिरहने, फुलवारीमा पानी पटाउने, आकाशमा चराहरू उडेको हेरिरहने जस्ता साना साना कामहरू गर्नु ले गहिरो विश्राम दिलाउँछ र त्यो विश्रामले तिमीलाई तिम्रो श्रोत सँग मिलन गराउँछ। यसको मतलब यो पनि होइन कि तिमीले जिन्दगी भर सानातिना काम मात्र गरेर बसिरहु। यसको मतलब के हो भने भित्री मनले अनन्तताको लागि तिमी यदि सानातिना काम गर्न राजी हुने हो भने तिम्रो जीवनमा नयाँ आयामको ढोका खुल्ने छ र तिमीलाई प्रचुर मात्रा मा शान्ति र विश्राम मिल्ने छ।

काम गरिरहेको बेलामा विश्राम गर्नु पर्दा, तिमी आफ्नो क्षमता भन्दा एकदम सानो काम छान र सदा अनन्तताको लागि त्यो काम गर्ने अठोट गर। आफ्नो क्षमता भन्दा मनिको काम गरि सकेपछि तिमीलाई तिम्रो क्षमता भन्दा माथिको काम गर्न पनि सम्भव हुन जान्छ।

यो कुरा बुझिराखे कि सबै कार्य हरू अनन्त बाट पैदा भएको हुन्छ र जुन अनन्त बाट पैदा भएको हुन्छ त्यसले नै तिमीलाई अनन्त तिर पनि लान सक्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: अनन्तता, सानातिना काम, विश्राम

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०७ बैङ्गलोर आश्रम
मई ३१, २००१ भारत

हर्ष तथा बिस्मात

हर्ष तथा बिस्मातलाई अनुभव गर्न नसक्नु भनेको जडता हो। हर्ष र बिस्मातको अनुभव त चेतन अवस्थाको गुण नै हो।

आफ्नो हर्षमा खुसी हुनु र आफ्नो बिस्मातमा दुखी हुनु भनेको त जनावरको पनि गुण हो। अरूको हर्षमा आफू खुसी हुनु र अरूलाई परेको बिस्मातमा आफू दुखी हुनु भनेको चाहिँ मानवीय गुण हो।

यदि तिमीलाई अरूको बिस्मात या पिर परिरहेको बेलामा दुख लाग्छ भने तिमीलाई बिस्मात कहिल्यै पर्दैन। यदि तिमी अरूको हर्ष या खुशीमा आफू सुखी हुन्छौ भने तिमीलाई खुशीले कहिल्यै पनि छोड्दैन।

हरेक सापेक्षिक हर्ष एक पिडा हो भनेर हेर्नु नै वेराग्यको लक्षण हो। दुवै हर्ष र बिस्मात एउटा खेल हो भनेर हेर्नु भनेको चाहिँ ज्ञान हो।

बिस्मात या पिडा एउटा झुक्याउने खालको माया हो भनेर सोच्नु ईश्वरीय हो। हर्ष र बिस्मात दुवैलाई पराजित गरि आफ्नो भित्र रहि रहन सक्नु उत्कृष्टता हो।

स्वामी शरणानन्दजीले भन्नु भए झैँ, "हर्षको समयमा सेवा गर्न सक्ने र बिस्मातको बेला त्याग गर्न सक्ने तागत देउ भनेर प्रार्थना गर।"

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: हर्ष, बिस्मात, माया, सापेक्षिक

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०८ बर्लीन
जुन ७, २००१ जर्मनी

गाढा विश्राम तथा परम सुख

गाढा विश्राम भनेको परम सुख हो र परम सुख भनेको यहाँ ईश्वर एक मात्र हुनुहुन्छ भनेर बुझ्नु पनि हो। ईश्वर को उपस्थिति स्वीकार्नु नै पनि एक गहिरो विश्राम हो।

यो अठोट या अनुभव हुनु कि "यहाँ ईश्वर मात्र एक हुनुहुन्छ" भन्ने चाहिँ समाधि हो। समाधि भनेको सबै प्रकारका क्षमता, तागत तथा पुण्य कार्यहरूकी जननी हुन्। अति भौतिकवादी व्यक्तिलाई पनि समाधिको जरुरी महसुस हुन्छ किनभने उनीहरूलाई पनि तागत र पुण्य कार्य हरू त बढाउनु नै छ नि। फेरि समाधिमा जानको लागि कुनै सीप या तागत, वा पुण्य को जरुरी पर्दैन।

सबै शारीरिक र मानसिक कार्यलाई छोडिदिनु भनेको विश्राम गर्नु हो। त्यो त हाम्रो दिनचर्यामा निद्रा भन्ने त छँदैछ नि। अनि, निद्रा हाम्रो कामको सबै भन्दा नजिकको साथी हो। आफ्नो पूर्ण क्षमतामा जिउनुको लागि समाधि अनिवार्य छ।

छटपटी भइरहना ले नै समाधिलाई रोक्छ। छटपटी कति प्रकारका छन् र तिनीहरूको समाधान के हो त?

(यसको जवाफ अर्को हप्तामा)

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: समाधि, विश्राम, निद्रा, काम

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३०९ युरोपेली आश्रम
जुन १४, २००१ जर्मनी

पाँच प्रकारका छटपटीहरू

छटपटी पाँच प्रकारका छन्।

पहिलो छटपटी स्थान विशेषले हुने गर्छ। जब तिमी त्यो स्थान या ठाउँबाट बाहिर सडकमा या घरबाट परत्र सर्छौ तिमीलाई आराम महसुस हुन थाल्छ। यस्तो किसिमको वातावरणले गर्दा पैदा हुने छटपटीबाट भजन या गीत गाउनाले, केटाकेटीसँग खेल्नाले या मजासित हाँस्नाले पनि आराम मिल्न सक्छ। तिमीले गीत गाउँदा खेरि त्यो ठाउँको तरङ्गमा नै परिवर्तन भइरहेको हुन्छ।।

दोस्रो छटपटी शरीरिक कारणले हुने गर्छ। खराब या उत्तेजित पार्ने खानाले, कुटाइममा खाना खानाले, शारीरिक परिश्रम नगर्नाले, या बढि काम गर्नाले यस्तो शारीरिक छटपटी पैदा गर्छ।यस्तो किसिमको छटपटीबाट आराम पाउनुको लागि व्यायाम गर्ने, ठीक मात्र काम गर्ने र एक दुई दिनको लागि भए पनि शाकाहार या फलाहार खाना खाने गर्नु पर्छ।

तेस्रो छटपटी मानसिक अवस्थाले हुने गर्छ। यो महत्वकाङ्क्षा, गहिरो सोच, अनि कुनै कुरा राम्रो लाग्ने या नलाग्ने भन्ने मानसिक स्थिति भइ रहनाले पनि हुने गर्छ। ज्ञानले मात्र यस्तो छटपटी हटाउन सक्छ। जीवनलाई फराकिलो गरि हेर्ने, आफूलाई चिन्ने र हरेक कुराको अस्थायी स्वभाव छ भन्ने जानेमा मात्र यस्तो किसिमको छटपटाहटबाट निदान पाइन्छ। यदि तिमीले सबै कुरा पायौ रे। तव के गर्ने? तिमीले सबै कुरा पाइसके पछि तिमी मरेर जान्छौ। तिमीमा जीवन र मृत्यु सम्बन्धी ज्ञान तथा आफू र ईश्वरमा पूर्ण विश्वास भयो भने मात्र यस्तो किसिमको छटपटी बाट छुटकारा पाइन सकिन्छ।

चौथो छटपटी भावनात्मक छटपटी हो। जति धेरै ज्ञान भए पनि त्यसले यहाँ मदत गर्दैन। खालि सुदर्शन क्रिया ले मदत गर्छ। क्रिया गरेपछि सबै भावनात्मक छटपटी गायब भएर जान्छ। ज्ञानी, योगी या गुरुको सामीप्यले पनि तिम्रो भावनात्मक छटपटीलाई शान्त पार्न सकिन्छ।

पाँचौ छटपटी चाहिँ धेरै कम मात्रामा पाइन्छ। यो आत्माको छटपटी हो। जब सबै कुरा खालि र अर्थहीन भएको महसुस हुन्छ थाहा पाउ कि तिमी कत्तिको भाग्यमानी रहेछौ। यस्तो तृष्णा र छटपटी चाहिँ आत्माको छटपटी हो। यसबाट तिमी छुटकारा पाउन नखोज, यसलाई अङ्कमाल

गर! स्वागत गर! यसबाट छुटकारा पाउन मानिसहरू धेरै प्रयास गर्छन् - स्थान फेर्छन्, जागिर र जीवनशैली पनि फेर्छन्, यसो गर्छन् उसो गर्छन् गरि रहन्छन्। केही समयको लागि मदत गरेको हो कि जस्तो लाग्छ तर धेरै टिक्दैन।

यही आत्माको छटपटीले नै तिमीलाई आधिकारिक प्रार्थना प्रदान गर्छ। यसले जीवनमा उत्कृष्टता, सिद्धि, अनि चमत्कार पनि लिएर आउँछ। ईश्वरको आत्मीय तलतल हुने भनेको त एउटा अमूल्य चिज हो। सत्सङ्ग र ब्रम्हज्ञानीहरूको सङ्गतले यो आत्माको छटपटीलाई चम्काइ नै दिन्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: छटपटी, स्थान विशेष, शरीर विशेष, मानसिक, भावनात्मक, आत्मीय

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३१० स्टकहोम
जुन २०, २००१ स्वेडेन

प्रवृत्ति तथा प्रभाव

जीवन दोहोरो विषयले चलिरहेको हुन्छ - भित्री प्रवृत्ति या आफ्नो स्वभाव तथा बाह्य प्रभाव या त्यसको असर।

भित्री प्रवृत्तिबाट तिम्रो आचरण र ब्यबहार बनेको हुन्छ भने बाह्य प्रभावले तिम्रो मनमा कुनै गाढा छाप बनाइ राखेको हुन्छ। धेरैजसो तिम्रो प्रवृत्तिले वातावरण या बाह्य स्थिति सृजना गरिरहेको हुन्छ भने तिम्रो वरि परी को वातावरणले तिम्रो प्रवृत्ति बनाइराखेको हुन्छ। यसलाई नै कर्म भन्ने गरिन्छ।

यी दुवै कारणहरू , भित्रबाट पलाएको प्रकृति र बाहिरबाट परेको प्रभावले कि त फाइदा हुन्छ होइन भने नोक्सान पनि हुनसक्छ।

सजगता नै यस्तो कुरा हो जसले बाह्य प्रभावलाई छान्ने काम गर्छ र यही सजगता हो जसले भित्री अस्वस्थ प्रवृत्ति लाई पनि सुधार्छ र नष्ट पार्छ। यही सजगतालाई ज्ञान पनि भन्ने गरिन्छ। शिक्षाको उद्देश्य भनेको यस्तै सजगता विकास गर्नु हो ता कि तिमी तिम्रो प्रवृत्ति को साथ साथै प्रभावलाई पनि राम्ररी पहिचान गरि छुट्याउन सक्छौ।

आफ्नो चेतन शक्ति लाइ नउठाइ बाह्य प्रभाव र भित्री प्रवृत्तिलाई रोक्न असम्भव नै छ। यो बिस्तारै पनि हुन सक्छ अपर्झट पनि हुन सक्छ। त्यसैले त मानवजातिको दुवै - स्वतन्त्र इच्छा र बनेर नै आएको भाग्य हुन्छ भन्छन् नि।

स्वतन्त्रता त्यस बेला हुन्छ जब तिमी आफ्नो प्रवृत्ति र प्रभाव बारे भन्न सक्छौ। सजगता र गाढा विश्वसनीय भक्तिले यो स्वतन्त्रता प्राप्त गर्न सकिन्छ।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: प्रवृत्ति, प्रभाव, सजगता, शिक्षा

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३११ वासिङ्टन डि सी
जुन २७, २००१ अमेरिका

प्रामाणिक तथा कुशलता पूर्ण

प्रामाणिक या अधिकारीक र कुशलता पूर्ण भएको भन्नु एकदम विरोधाभास कुरो हो जस्तो लाग्छ। तर, यी दुई एक अर्काका पर पूरक कुराहरू पनि हुन्। तिम्रो नियत प्रामाणिक हुनु पर्छ र तिम्रो काम कुशलता या दक्षतापूर्ण हुनु पर्छ। जति बलियो प्रामाणिक तिम्रो काम गर्ने नियत भयो त्यति नै बढि तिम्रो काममा कुशलता हुन जान्छ। प्रामाणिक नियत र कुशलतापूर्ण कार्यले तिमी अचलायमान या कसैले हल्लाउन नै नसक्ने हुन जान्छौ।

दक्षता त्यस बेला चाहिन्छ जब प्रमाणले मात्र काम गर्न सक्दैन। तथापि प्रामाणिक नभएको दक्षताले तिमीलाई सतही बनाइ दिन्छ। तिमी प्रामाणिक काम गर्न र कुशल नियत राख्न सक्दै सक्दैनौ। यदि तिमीले मनमा चाहिँ कुचाल चलेर काममा मात्रै कुशलता देखाउने कोसिस गर्यौ भने फेरि त्यहीँ गल्ती हुन जान्छ।

जोन सोध्छन्: के प्रमाणित पनि भइसकेको लोभ जस्तो शक्तिशाली नियत सम्भव छ त?

श्री श्री भन्नु हुन्छ: यदि तिम्रो नियत नै त्यस्तो लोभ या बढी महत्वकाङ्क्षा जस्तो ले रङाएको छ भने त्यो नियत चाहिँ प्रामाणिक भएन। जब तिम्रो नियत नै अशुद्ध छन् त्यो बेलामा ती नियतले तिम्रो चेतनालाई घोचिरहेको हुन्छ त्यसकारण त्यो नियत प्रामाणिक हुन नै सक्दैन। प्रामाणिक नियत भनेको नकारात्मक भावनाबाट एकदम नै स्वतन्त्र हुन्छ। कुशलता न भएको कार्यले नकारात्मक भावनातिर डोर्याउँछ। अनि, अप्रमाणित नियतले चाहिँ नकारात्मक सोचलाई अझ बढी हुर्काउन मदत पुर्याउँछ।

गायत्री सोध्छिन्: यदि हाम्रो नियत प्रामाणिक छ तर काममा कुशलता छैन भने के गर्ने त?

श्री श्री भन्नुहुन्छ: हाते रुमाल बोकेर हिँड। (सबै हाँस्छन्)

कोही फेरि प्रश्न गर्छन्: नियतलाई ठीक पार्ने सबै भन्दा कुशल कार्य के हो?

श्री श्री भन्नुहुन्छ: आफैले कुनै पनि सङ्कल्प या नियत नबनाउ। सबै ईश्वरलाई चढाइ देउ।

काम कहिले पनि उत्कृष्ट हुन सक्दैन तर हाम्रो नियत हुन सक्छ। कामलाई जहिले पनि सुधार गर्ने ठाउँ हुन्छ। काम सदैव उन्नती उन्मूख र गतिशील हुन्छ। त्यसैले यसको लागि केही रिक्त स्थान या *स्पेस* चाहिन्छ।

तिमीमा रहेको गहिराइ र स्वतन्त्रताले तिमीमा कुशलता लेराउँछ। श्री कृष्ण सबै भन्दा कुशल व्यक्ति थिए किनभने उनीमा एकदम गाढा मौनता थियो।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: प्रामाणिक, कुशलता, नियत, रिक्त स्थान (स्पेस)

साप्ताहिक ज्ञान पत्र: ३१२ ताहोई ताल, क्यालिफोर्निया
जुलाइ ८, २००१ अमेरिका

समय, स्थान र अन्त: करण

एक आपसको लागि भगवान भइ देउ। भगवानको लागि भनेर कतै आकाशतिर नहेर। तर, भगवानलाई प्रत्येक जोर आँखामा देख, पर्वतमा, पानीमा, रुखमा, र जनावरहरूमा पनि देख। कसरी देख्ने त? जब तिमीले आफू भित्र भगवान देख्छौ अनि यो सम्भव छ। भगवानले मात्र भगवानलाई पुज्न सक्छ। ईश्वरको दिव्यतालाई चिन्न जम्मा तीन वटा आयाम छन्: समय, स्थान अनि अन्त: करण।

साधकले समय र स्थानलाई मान्यता दिनु जरुरी हुन्छ अनि मात्र उसले आफ्नो अन्त: करण या मन भित्र रहेको पवित्रतालाई अनुभव गर्न सक्छ। जब तिमीले समय र स्थानलाई सम्मान गर्छौ तव तिम्रो अन्त: करण सजग हुन्छ। तर, जसले अन्त: करण या मनलाई नै पराजित गरिसकेको छ उसको लागि कि त पवित्रताको महत्व नै हुँदैन कि त प्रत्येक समय, प्रत्येक स्थान अनि प्रत्येक बिचार उसको लागि पवित्र हुन्छ।

जीवनमा अमूल्य क्षणहरू कम हुन्छन्। यसलाई समात र जम्मा गरि राख। उत्सवलाई असर पार्ने भनेको ठाउँ, समय र तिम्रो अन्त: करण या मन नै हो।

उत्सव मनाउने प्रत्येक मौकालाई तिमी खोसेर लिई हाल। तव तिमी आफूलाई उन्नत र पूर्ण भएको अनुभव गर्छौ। त्यस बेला ती स्थानहरूमा र सबै तिम्रा विचारहरूमा यस्तो असर पारिरहेको हुन्छ कि त्यहाँ उत्सव नभइ छोड्दै छोड्दैन।

उत्सवले त्यो पलमा तिमी भित्र भएको पूर्णतालाई सम्झाउँछ। जुन क्षणमा तिमी ज्ञान या गुरुको सामीप्यमा हुन्छौ त्यही पल तिम्रो जीवनको सबभन्दा अमूल्य पल हुन्छ।

जम्मा गरेर राख। त्यसलाई जम्मा गरेर राख्यौ भने तिमीले अन्त: करण या तिम्रो मन, समय र स्थान सबैलाई पराजित गर्छौ र त्यही नै हो सच्चा उत्सव भनेको।

जय गुरु देव

बुझ्नुपर्ने शब्दहरू: अन्त: करण, उत्सव, समय, स्थान

अनन्त नभमन्डलबाट अवतरित ईश्वरीय ज्ञानका चम्किला थोपाहरूको परम पूज्य श्री श्री रवि शंकर ज्यू बाट सारगर्भित .... ई ज्ञान पत्रहरू यसरी तयार भयका हुन्! हिमालयको कोखबाट निस्किएकी पवित्र गंगाजीले जसरी टाढा टाढाका बाँझा जमिनहरूलाई सिञ्चित गर्छिन् त्यसरी नै इच्छुक आत्माको लागि परम पूज्य गुरुवरबाट यी ज्ञानहरू प्रदान गरिएका छन्। ज्ञान, जुन अति गहन हुँदा हुँदै पनि अति नै सरल पनि छ ; ज्ञान, जुन बुद्धि विकासको लागि मात्र सीमित नराखि दैनिक जीवन जिउनुको लागि पनि सुन्दरताका साथ सजिलै सँग एकीकृत गरिएको छ।

उत्सव, हाँसो र प्रशान्तिका माझ मानव दिमागले कल्पना गर्न सक्ने जति सबै विषयमा परम पूज्य गुरुबरबाट हप्ता हप्तै पिच्छे ज्ञानको तरंग पैदा गरिदिनु हुन्छ। हप्ता हप्तै पिच्छे विश्वका करोडौं ले "ठ्याक्कै यो समयमा मैले यही ज्ञान सुन्न रुचाई रहेको थिएँ, कस्तो सुन्न पाए – मुस्किल परिरहेको प्रश्नको सहि जवाफ" भन्ने अनुभव गरिरहेका हुन्छन्;

भूल गर्नै नसकिने भावना,

“श्री श्री ले मेरो लागि नै यो लेखिदिए जस्तो"

यो नै चरम विद्या, परम ज्ञान, सिधा स्रोतबाट प्राप्त ....

तिम्रा लागि ठिक्क.........

आत्मीय टिपोटहरू परम पूज्य गुरुबर बाट एक सच्चा साधकको लागि।