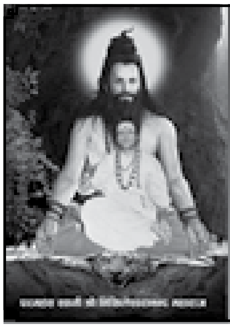
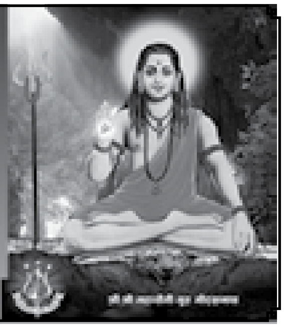


॥ॐ ह्रीं क्र्यां क्षं गुरु गोरखनाथाय नमः॥
॥ॐ परम तत्वाय निखिलेश्वराय गुरुभ्यो नमः॥

गोरक्ष निखिल वाणी

आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक मासिक

वर्ष २६ अङ्क १, भाद्र २०८२, पूर्णाङ्क ३०८



यसभित्र

आफ्नै कुरा	२
शुभकामना	४
गोनिवा तिमी भयौ २६ वर्ष	५
शुभकामना	८
आत्म जागरणको यात्रा र हाम्रो दायित्व	९
शुभकामना	१२
छबीसौं वार्षिकोत्सव : समर्पण, साधना..	१४
शुभकामना	१६
हाम्रो गन्थन	१८
गोरक्ष निखिल वाणी २६ औं वसन्तमा	१९
घरको वास्तु चिन्तन	२०
तन्त्रलाई यसरी बुझौं	२२
गोरक्ष निखिल वाणी २५ वसन्तमा	२५
हरितालिका तीज...	२६
ऋषिपञ्चमी	२८
भक्त गोवर्धन	३०
स्कुस	३४
राशिफल	३६
गणेशचतुर्थी व्रतमहात्म्य	३९
श्री सावर संरचना शक्ति केन्द्रबाट...	४०
सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका गतिविधि	४२
गोरखवाणी	४४
शुभकार्यको शुभारम्भ शुभमुहूर्तमा	४५
सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका गतिविधि	४७

जानकारी

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र नेपालको प्रचलित कानुनअनुसार विधिवत्‌रूपमा दर्ता भएको एक अनुसन्धानमूलक आध्यात्मिक संस्था हो र यसको केन्द्रीय कार्यालय हाल बसुन्धरा, काठमाडौंमा रहेको छ । परमपूज्य सद्‌गुरुदेवद्वय नेपालीहरूका गर्वका प्रतिमूर्ति महायोगी श्री शिव गोरक्ष एवं परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको अनुकम्पा, कृपा एवं आशीर्वादको फलस्वरूप यस केन्द्रको जन्म भएको हो । आफ्नो छुट्टै पहिचान, स्वतन्त्र अस्तित्व एवं आफ्नै किसिमको स्वाभिमान बोकेको यो संस्था देश विदेशमा रहेका अन्य कुनै संघ, संस्था वा आश्रमको शाखा, उपशाखा वा सम्पर्क कार्यालय नभएको व्यहोरा सम्बन्धित सबैका लागि जानकारी गराइएको छ । यो केन्द्र महान् गुरुहरूको स्पष्ट सूक्ष्म मार्गनिर्देशनमा आध्यात्मिक युग पुनर्निर्माणको लक्ष्यमा गतिशील छ । यहाँ संचालन भइरहेका सम्पूर्ण कार्यक्रम तथा गतिविधिहरू यसै केन्द्रमार्फत् सोझै निर्देशित छन् । यहाँबाट उपलब्ध हुने सम्पूर्ण सामग्रीहरूको प्राणप्रतिष्ठा विशेषरूपमा यही आश्रमबाट गरिएको हुन्छ । त्यसैले एक स्वतन्त्र र आफैमा सक्षम यस संस्थालाई अन्य कुनै संघ, संस्था वा आश्रमसँग तुलना गर्न खोज्नु, त्यस्तै प्रकारका कुराहरू यहाँबाट लागू गराउन, प्राप्त गर्न खोज्नु यस संस्थाको अवहेलना गरे सरह हुनेछ, जे जति कार्यक्रमहरू यहाँ संचालन भइरहेका छन् र आगामी दिनहरूमा पनि संचालन हुँदै जानेछन्, ती सबै परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूकै इच्छा एवं निर्देशनअनुसार सम्पन्न हुनेछन् । त्यसैले अनावश्यक तर्क-वितर्क, शङ्का-उपशङ्का गरी, भ्रम फैलाउँदै यस संस्थाको छविमाथि अनावश्यक टीका-टिप्पणी गर्नु सत्यता र वास्तविकतामाथि नै प्रश्नचिह्न लगाउनु हो । प्रत्येक व्यक्तिका लागि आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण प्रकारका मार्गनिर्देशन प्रदान गरी भौतिक समस्याहरूको समाधान गर्दै आध्यात्मिक उच्चता प्रदान गर्न, पूर्णतामा लैजान यो केन्द्र सक्षम छ । विश्वास अविश्वासभन्दा माथि, साधारण व्यक्तिको सीमित सोचाइ, विचार र कल्पनाभन्दा परको यस अद्वितीय आश्रममा आबद्ध भई आफ्नो जीवनलाई उत्कर्षमा पुऱ्याउन सक्नु नै हाम्रो अहोभाग्य हुनेछ । यस्ता प्रकारका अनावश्यक भ्रमबाट सतर्क हुँदै पूर्णरूपमा स्पष्ट भएर मात्र अघि बढ्न हुन सम्पूर्ण महानुभावहरूमा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ । साथै केन्द्रको आफ्नै प्रकारको नीति, नियम र अनुशासन भएकोले यसलाई पालना गर्न नसक्ने व्यक्तिहरूका लागि यस केन्द्रमा कुनै स्थान रहने छैन र यससम्बन्धी कुनै किसिमको सुनुवाइ पनि नहुने व्यहोरा अवगत गराइएको छ ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रबाट प्रकाशित 'गोरक्ष निखिल वाणी' नेपालकै पहिलो आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक मासिक पत्रिका हो । सद्‌गुरुदेवहरूको आशीर्वादस्वरूप यस पत्रिका २०५६ साल भाद्र महिनादेखि अनवरत रूपमा प्रकाशित भइरहेको छ । काठमाडौं जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा दर्ता भएको यस पत्रिकाको दर्ता नं. ७०/०५६ हो । यो पत्रिका धर्मको नाममा हुने गरेको शोषण, आडम्बर एवं पाखण्डविरुद्ध आवाज उठाउँदै वास्तविक तथ्यलाई जनसमक्ष उजागर गरी आध्यात्मिक जागरणको वातावरण बनाउने कार्यमा सरिक हुँदै आएको छ । प्रकाशनको शुभारम्भदेखि नै अलग्गै पहिचान एवं अस्तित्व बनाउन सफल यस पत्रिकाले मंत्र, तंत्र, योग, आयुर्वेद, सम्मोहन, ध्यान, वेद, पुराण, उपनिषद् आदिजस्ता ऋषिमुनिहरूद्वारा प्रतिपादित तथ्यहरूको व्यवहारिक एवं वैज्ञानिक पक्षहरूलाई प्रस्तुत गर्दै आइरहेको छ । पत्रिका स्वदेश एवं विदेशमा समेत आफ्ना लाखौं पाठक एवं प्रशंसकहरू माझ लोकप्रिय हुँदै गइरहेको छ । मोबाइल एपको माध्यमबाट पढ्न पाइने व्यवस्थाले विश्वभर छरिएका लाखौं नेपालीहरूमाझ पनि प्रिय छ ।

पत्रिकामा प्रकाशित लेख, रचना, विज्ञापन, चित्रादिमा सम्पादक वा प्रकाशकको सहमति हुनु आवश्यक नरहेको पनि जानकारी गराइन्छ ।

पत्रिका व्यवस्थापन समितिद्वारा सम्पादित एवं
***सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रद्वारा* प्रकाशित**

मूल्य रु. ४०/-, वार्षिक रु. ४००/-

पत्रिकाको कार्यालय
बसुन्धरा, काठमाडौं, फोनः ०१-४९८९१५४,
Web: ssknepal.org.np,
Email: siddashramshaktikendra@gmail.com
Mobile App and Facebook Page and Tiktok :
Siddhashram Shakti Kendra

प्रकाशकको ठेगाना
सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र
बसुन्धरा, काठमाडौं
फोन: ४९९०१५४
www.gnv.org.np

मुद्रण
किशोर अफसेट प्रेस
गल्कोपाखा, काठमाडौं

आफ्नै कुरा

परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूको असीम कृपा एवं आशीर्वादस्वरुप स्थापना भएको सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले वि.सं. २०५६ साल भाद्र महिनादेखि गोरक्ष निखिल वाणी पत्रिकाको मासिक प्रकाशनको शुरुआत गरेको थियो र आज यस पत्रिकाले २५ औं वर्ष पूरा गरेको छ । यस पावनतम् अवसरमा परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूप्रति नतमस्तक हुँदै यस पत्रिकालाई निरन्तर प्रकाशनमा सहयोग गर्ने, गुरुकार्यमा लाग्ने सम्पूर्ण गुरु सेवकसेविकाहरू, सम्पूर्ण भक्तजनहरू, प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रुपमा सहयोग पुऱ्याउने सम्पूर्ण हाम्रा शुभ-चिन्तकहरूमा पनि सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र हार्दिक आभार प्रकट गर्दै आउँदा दिनमा पनि यस पत्रिकाको विस्तार र विकासका लागि यहाँहरूको महत्त्वपूर्ण योगदान रहिरहने छ भन्ने आशा एवं विश्वास लिएका छौं ।

एउटा आध्यात्मिक पत्रिकालाई निरन्तर रुपमा प्रकाशन गरी आजसम्म अर्थात् २६ वर्षसम्म निरन्तर प्रकाशन हुनु आफैमा एउटा ठूलो गुरुकृपा पनि हो किनकि आध्यात्मिक पत्रिका भन्ने बित्तिकै हामीसँग पहुँच सहज छैन र बजारमा पनि यस्तो पत्रिका पढ्नेहरूको जमात कम नै छ । यस्तो बेलामा पनि यस आश्रमले थुप्रै आरोह अवरोह, थुप्रै कठिनतम् परिस्थितिहरू पार गर्दै पत्रिकालाई निरन्तर रुपमा यहाँहरूको हातमा पुऱ्याउन सफल रहँदै आइरहेको छ ।

परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूको परिचय, उहाँहरूको दिव्यवाणीहरू, उहाँहरूको दिव्य दर्शनहरू, अध्यात्मका गूढ खजानाहरू, धार्मिक पर्वहरू, रीति-रिवाजहरू र अध्यात्मका विभिन्न उचित पाटाहरू, ध्यान, साधना, योग, ज्योतिष, वास्तु, आयुर्वेद, पूजन हवनलगायतका विविध विषयहरूमा विभिन्न देवीदेवताहरूको बारेमा, विभिन्न चाडपर्व, रहनसहनको बारेमा खोज, अनुसन्धान गरी सम्पूर्ण पाठकहरूसमक्ष हामीले हाम्रो पठन सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने कोशिस गर्दै आइरहेका छौं । यहाँहरूको साथ सहयोग पाएर पत्रिकाले पनि एउटा निरन्तर गोरक्ष निखिल गंगा बनेर यहाँहरू माझ सिञ्चित गर्न सफल भएको छ । यसलाई पनि हामीले ठूलो उपलब्धिको रुपमा लिएका छौं । समयको बदलावसँगै र संचार क्षेत्रमा आएको विकास र विस्तारसँगै आज डिजिटल मिडियाको कारणले पनि, प्रिन्ट मिडिया पछि पर्नु स्वभाविकै हो । यसैले पनि हामीले पनि अब समय सापेक्ष रुपमा गोरक्ष निखिल वाणीलाई पनि परिमार्जित गर्दै अझै स्तरीय, पठनीय, संग्रहनीय पत्रिकाको रुपमा रुपान्तरण गर्दै डिजिटल मिडियामा पनि जाने सोचअनुरुप कार्य पनि भइरहेको छ । गुरुकृपा, आशीर्वादले हामी छिट्टै नै यस बारेमा अझै गति लिने कोशिस गर्नेछौं ।

अन्तमा, यस अंकलाई हामीले गोरक्ष निखिल वाणीको गौरवमय अंकको रुपमा प्रकाशन गर्ने कोशिस गरेका छौं र यहाँहरूको साथ सहयोगको पनि अपेक्षा राख्दै आइरहेका छौं । अन्तमा, यस पत्रिकामा भए गरेका सम्पूर्ण गल्ती, कमी-कमजोरी, न्यूनताहरूको लागि परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरू र यहाँहरूसमक्ष क्षमा माग्दै आवश्यक सल्लाह सुझावको अपेक्षा राख्दछौं । अस्तु । धन्यवाद ।

परमपूज्य सद्‌गुरूदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज

परमपूज्य सद्‌गुरूदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ

मानवजीवनमा गुरुको सर्वथा उच्च स्थान मानिन्छ । गुरु प्राप्तिबिना मानवजीवन व्यर्थ छ । सम्पूर्ण शास्त्रको सम्यक् ज्ञान भए पनि, धन सम्पत्ति र रूप लावण्यले भरिपूर्ण भए पनि, समस्त प्रकारका सिद्धि, शक्ति र ऐश्वर्यले भरिपूर्ण भए पनि यदि गुरु प्राप्त भएको छैन भने मानिस अपूर्ण नै हुन्छ किनकि गुरुले नै संसार सागरबाट तारेर हामीलाई मोक्षको भागीदार बनाउनुहुन्छ, हामीलाई असीम आनन्दबाट तृप्त गरेर पूर्ण गरिदिनुहुन्छ । यसप्रकार पूर्णता, मुक्ति अनि अनगिन्ती सिद्धि र शक्ति प्रदान गर्नुहुने सद्‌गुरुदेवद्वयलाई सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले धारण गरिरहेको छ । गुरुहरूको महिमा, गरिमा र परिचय कसले पो दिन सक्छ र ? तैपनि सामान्य जानकारीसम्मका लागि महान् गुरुहरूको संक्षिप्त परिचय प्रस्तुत छ–

वन्दे नारायणं देवं सद्‌गुरुं निखिलेश्वरं ।
ज्ञानामृतरसेनैव पूतं येनाखिलं जगत् ॥

यस विश्व ब्रह्माण्डलाई भौतिक एवं आध्यात्मिक रूपले सन्तुलित राख्न प्रकृतिद्वारा निर्मित अद्वितीय तपस्थली नै सिद्धाश्रम हो । मानवजीवनको अन्तिम ध्येय यस सिद्धाश्रमका प्राणाधार परमपूज्य सद्‌गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज हुनुहुन्छ । आफ्ना गुरु दादा गुरुदेव स्वामी सच्चिदानन्दज्यूको आदेश शिरोपर गरी 'धर्मसंस्थापनार्थाय...' को शंखघोष गर्दै उहाँ सन् १९३५ अप्रिल २१ तारिख भारतस्थित राजस्थान प्रान्तको जोधपुरमा अवतरित हुनुभयो । वेदाध्ययनबाट शिक्षा शुरु गर्नुभएका उहाँको विवाह बाह्र वर्षको उमेरमा भगवती देवीसँग भयो । आफ्नो जीवन परिवारको लागि मात्र नभएर सम्पूर्ण समाजको लागि हो भन्दै विवाहपश्चात् उहाँले थुप्रै वर्ष हिमालयका गुफा, विकट कन्दरा र जंगलहरूमा संन्यासजीवन बिताउनुभयो । त्यसबेला उहाँले विभिन्न स्वामी, संन्यासी, योगी, तान्त्रिक, मान्त्रिक, आयुर्वेदाचार्यहरूसँग भेटेर विभिन्न विधामा आफूलाई निष्णात् बनाउनुभएको थियो । संन्यासजीवनपश्चात् पुनः गृहस्थमा फर्केर आफूले प्राप्त गरेको आध्यात्मिक ज्ञानलाई समाजमा फैलाउने कार्य उहाँले गर्नुभयो । यसको लागि सयौं पुस्तकहरूको रचना गर्दै असङ्ख्य शिविर सञ्चालन गरी साधना, प्रवचन र दीक्षाको माध्यमबाट शिष्य निर्माण प्रक्रियालाई जोड दिनुभयो । यसरी ज्योतिष, सामुद्रिक शास्त्रका सुविज्ञ ज्ञाता, तन्त्र-मन्त्रका अन्तिम नाम, आधुनिक धन्वन्तरि, सम्मोहन विज्ञानका मसीहा, कुण्डलिनी शक्तिका सहज व्याख्याकार, सूर्य विज्ञानका अपूर्व ज्ञानी, धुरन्धर रत्न चिकित्सक आदिका रूपमा उहाँ डा. नारायण दत्त श्रीमालीको नामबाट विश्वमा विख्यात् हुँदै महामहोपाध्याय, मन्त्र शिरोमणि, समाज शिरोमणि, जगद्‌गुरु आदिको संज्ञाले विभूषित हुनुभयो । गोरक्ष निखिल युग निर्माणको महायोजना आफ्ना शिष्यहरूको काँधमा सुम्पेर सन् १९९८ जुलाई ३ मा महाप्रयाण लिई उहाँ आफ्नो मूल स्थान सिद्धाश्रम फर्कनुभयो । हाल सद्‌गुरुदेवकै सूक्ष्म आदेश निर्देशनबमोजिम सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र यस महान् योजनामा कटिबद्ध छ ।

अनन्त कोटि ब्रह्माण्ड गोरक्ष स चराचरम् ।
दर्शनम् मुक्ति लाभं च तस्मै श्री गोरक्ष नमः ॥

श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ सम्पूर्ण गुरुहरूमा महागुरु, सम्पूर्ण योगीहरूमा महायोगी, सम्पूर्ण नाथहरूमा महानाथ हुनुहुन्छ । महायोगी श्री श्री गुरु गोरखनाथ भगवान् शिवका सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण र प्रमुख अवतारको रूपमा पूजित हुनुहुन्छ । योगमार्गको प्रचारको लागि भगवान् शिवले नै गोरक्ष रूप धारण गर्नुभएको हो । यसैले उहाँलाई श्री शिव गोरक्षको रूपमा आदर-सम्मान गर्ने गरिन्छ । गो शब्दको अर्थभित्र समाहित गाई, पृथ्वी, इन्द्रिय आदि सम्पूर्णको रक्षा गर्ने गोरक्ष नै हुनुहुन्छ । श्रीमद्‌भागवत, नारदपुराण, स्कन्दपुराण, ब्रह्माण्डपुराण, शिवपुराण, शाक्तप्रमोद, गोरक्षगीता आदिमा उहाँको बारेमा उल्लेख भएको छ । विश्वको इतिहासलाई हेर्दा उहाँको प्राकट्य सयौं हजारौं वर्षको अन्तरालमा विभिन्न स्थानमा भएको पाइन्छ । यसबारे विद्वान्‌हरूले थुप्रै अनुसन्धान गरेका छन् । आमाको कोखबाट नभई आवश्यकतानुसार आफै प्रकट हुनुहुने महायोगी अजर-अमर कायायुक्त हुनुभएको स्पष्ट हुन्छ ।

नेपालको सन्दर्भमा हेर्दा गोरखा राज्यको नामाकरण उहाँको नामबाट भएको पाइन्छ भने उहाँकै आशीर्वादबाट यो राष्ट्र कहिल्यै पराधीन बन्न नपरेको गौरवशाली इतिहास रहेको छ । उहाँको ऋण चुकाउन पनि हामीले उहाँको भक्ति गर्नै पर्दछ । नाथ पंथका अग्रज महानाथ गुरु गोरखनाथ नेपालका राष्ट्रगुरु हुनुहुन्छ । नेपालका विभिन्न ठाउँमा उहाँका मठ-मन्दिरहरू छन् जस्तै गोरखाको गोरख गुफा, पशुपतिको मृगस्थली पीठ, हनुमानढोकाको काष्ठमण्डप आदि । सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रको अनुसन्धानअनुसार गुरु गोरखनाथ सर्वप्रथम यस धरतीमा वैशाखी शुक्ल पूर्णिमाको दिन गोरखाको गोरख गुफामा प्रकट हुनुभएको थियो । नेपालमा मात्र नभएर विश्वभरि उहाँका सम्प्रदाय, मन्दिर एवं मठहरू स्थापित छन् । आगामी गोरक्ष निखिल युग निर्माणको लागि गोरक्ष शक्ति जगाउँदै नाथ परम्परालाई समाजमा स्थापित गर्न सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र गतिशील छ ।

माननीय दुर्लभ थापा क्षेत्री
प्रतिनिधि सभा सदस्य
भक्तपुर क्षेत्र नं. २
बागमती प्रदेश, नेपाल

Honourable DURLAV THAPA CHHETR
Member of the House of
Representatives, Bhaktapur Area
No. 2 Bagmati Province, Nepal

प.सं.
च.नं.

मिति : २०८१/०४/२१

शुभकामना

सिद्ध आश्रम शक्ति केन्द्र नेपालले गोरक्ष निखिल वाणी मासिक पत्रिका विगत २५ वर्ष देखि प्रकाशित गर्दै मानव कल्याणको लागि आध्यात्मिक र भौतिक क्षेत्रमा अतुलनिय योगदान पुर्‍याउदै आएको छ । यस संस्थाले आत्मिक चेतनाको जागरण गर्नुका साथै सामाजिक चेतनाको अभिबृद्धि गराउने उद्देश्यले हरेक महिनामा यस पत्रिका प्रकाशित गरि दिव्यतम ज्ञान तथा मार्ग दर्शनहरु प्रशस्त गर्दै आएको कुरा महसुस गरेको छु ।

यस संस्थाले पत्रिका मात्र नभई विभिन्न प्रकारको आध्यात्मिक कार्यक्रम निरन्तर अगाडि बढाउदै आएको पाएको छु । यस आश्रमको गतिविधिहरु नियाल्दै हेर्दा ज्यादै खुशी लाग्नुका साथै आत्मिक एवं भौतिक आनन्द महसुस हुन्छ ।

यस संस्था द्वारा प्रकाशित गोरक्ष निखिल वाणी मासिक पत्रिका २६ औं वर्षमा पुगेको पावन अवसरमा हार्दिक शुभकामना एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना व्यक्त गर्दछु । साथै यो संस्थाले यसरी नै मानवजीवनलाई अझ बढी सशक्त हुगने आध्यात्मिक क्षेत्रमा उन्मुख गराउदै जन जनको भौतिक जिवनमा समेत टेवा पुर्‍याउन सहयोग गरोस भन्ने कामना गर्दछु ।

धन्यवाद ! जय नेपाल !

दुर्लभ थापा क्षेत्री
प्रतिनिधि सभा सदस्य
भक्तपुर क्षेत्र नं २

Address: Suryabinayak-5, Sallaghari   Email: duthapa@gmail.com   Contact No.: 9851043581

गोनिवा तिमी भयौ २६ वर्ष

गोरख निखिल दुई गुरुको मार्ग निर्देशनले
सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र आश्रम खुल्यो पहिले
थोरै शिष्यहरू मिली आश्रम चलाउँथे
सद्गुरुको योजनालाई साकार पार्न लाग्थे
गोरख निखिल दुई गुरुलाई जन जनमा चिनाउन
लागि परे शिष्यहरू एक आपसमा विचार गर्न
विधिवत् आश्रम खुल्यो संस्था दर्ता गरी
शिष्यहरू बढ्न थाले अलि अलि गरी
दुई हजार छपन्न साल भाद्र महिनादेखि
पत्रिकाको शुभारम्भ भयो गुरुवाणी लेखी
नेपालकै पहिलो आध्यात्मिक पत्रिका हो हाम्रो
मन्त्र तन्त्र यन्त्र बारे जानकारी छ यसमा राम्रो
कानुन सम्मत तरिकाले प्रकाशनमा ल्याइयो
श्याम-श्वेत दुई पानामा शुरु गरियो पहिलो
नामाकरण गरिदिनु भयो गुरुदेवले पत्रिकाको
'गोरख निखिल वाणी'आश्रमबाट प्रकाशनमा आयो
स्ववचन र मार्ग-निर्देशन गुरुदेवको हुन्थ्यो
मठ, मन्दिर र ज्ञानका कुरा सबले पढ्न पाइन्थ्यो
अनेक दुःख कष्ट झेली शिशु अवस्था काटियो
त्यसै गरी वाला अनि यौवन अवस्थामा आइयो
सद्गुरुको परीक्षाको गर्दै अनेकौं सामना
अटल भई अघि बढ्न सक्ने मिलोस् सबलाई चाहना
शिष्यहरूको अथक प्रयास सबको सहयोगले
रंगीन अनि ठूलो आकार लियो पत्रिकाले
आश्रमका गतिविधि देवी देवताका वारे पूरा
पत्रिकामा पढ्न पाइन्छ नजानेका धेरै कुरा
सद्गुरुको कृपा आशीष सधैं मिलेकोले
पच्चीस वर्ष पूरा गर्न सफल भयो पत्रिकाले
हरेक वर्ष यसरी नै वार्षिक उत्सव मनाउन पाइयोस्
पत्रिकाले जन जनमा अटल छाप छाड्न सकोस्
गोरख निखिल युग ल्याउने सन्देश बोकेर
प्रचार प्रसार गर्न सकोस् यसले विश्वभर
पत्रिकाको उत्तरोत्तर उन्नति र प्रगतिको चाहना
छबीसौं वार्षिक महोत्सवको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

–**मधुकुमारी रायमाझी**, कालिका स्थान, काठमाडौं

"कला, संस्कृतियुक्त, स्वच्छ, समुन्नत टोखा नगर"

टोखा नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

पत्र संख्या :
चलानी नं. :

मैजुहिटी, काठमाडौं
बागमती प्रदेश, नेपाल

मिति:

"शुभकामना"

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र नेपालबाट विगत २५ वर्ष अघिदेखि मासिक रुपमा निरन्तर प्रकाशन हुँदै आईरहेको अध्यात्मिक शक्ति तथा अनुसन्धानमूलक मासिक पत्रिका गोरक्ष निखिल वाणी २६ औं वर्षमा पदार्पण हुन लागेकोमा मलाई ज्यादै हर्षित एवं खुशी तुल्याएको छ ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रद्वारा मासिक रुपमा प्रकाशित यस "गोरक्ष निखिल वाणी" पत्रिकाले स्वदेश एवं विदेशमा रहेका आम जनमानसमा धार्मिक ज्ञानको प्रचार प्रसार, अध्यात्मिक तथा आयुर्वेद सम्बन्धि ज्ञान प्रदान गर्ने सन्दर्भमा पुर्याएको योगदानको लागि हार्दिक धन्यवाद पनि दिन चाहन्छु ।

अन्त्यमा, आगामी दिनमा पनि धार्मिक ज्ञान, नविनतम गतिविधिहरुको प्रचार प्रसार अझै भईरहोस र जुगजुगसम्म पनि यस पत्रिकाले निरन्तरता पाईरहोस भनि शुभकामना दिन चाहन्छु ।

२०८२/०४/११

....

प्रकाश अधिकारी
नगर प्रमुख

सम्पर्क नं. : [illegible] Email : hellotokha@gmail.com Website: www.tokhamun.gov.np

शुभकामना

–प्रा. शिवगोपाल रिसाल

इतिहास बनाएर बन्दैन । यो त आफै बन्दोरहेछ । जति इतिहास बनाउन अत्यन्त कठिन साधनाको आवश्यकता पर्दछ, त्यसभन्दा धेरै गुना बनेको इतिहासलाई जीवन्तता दिन, त्यसको मर्यादा पालन गर्न, त्यसको अनुशासनभित्र बस्न कति हो कति गुना कठिन ।

आज 'गोरक्ष निखिल वाणी'ले एउटा इतिहास बनाइसकेको र त्यसको संरक्षण पनि गरिरहेको छ । नेपालको धार्मिक, आध्यात्मिक क्षेत्रमा यसले आफ्नै प्रकारको भूमिका निर्वाह गरेको छ । धर्मतिर, अध्यात्मतिर, ईश्वरप्रतिको आस्थातिर यसले ठूलो सेवा गरेको छ । यो सेवा, यो निष्ठा, यो निरन्तरता कायम गर्दै यसले अझ उल्लेखनीय रूपमा आफ्नो वर्चस्व कायम गर्न सक्षम बनोस् । यस पत्रिका एवं यसको मातृ संस्थाले नेपाली जनमानसमा अध्यात्मको जागरण ल्याउन सफल बनोस् भनेर शुभकामना व्यक्त गर्दछु । परमात्मा पशुपतिनाथ एवं गोरखनाथले सबैको कल्याण गरुन् ।

शिवमस्तु !

'गायत्री मन्दिर'
सैंबु, भैंसेपाटी,
ल.पु.म.न.पा.-२५

मंगलमय शुभकामना

–केदार प्रसाद पौडेल

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रबाट नियमित प्रकाशन हुँदै आएको मनुष्यलाई साधना र कर्तव्यबोध गराउने खोजमूलक पत्रिका 'गोरक्ष निखिल वाणी' मासिक रूपमा प्रकाशन हुँदै आएको पच्चीस वर्ष पूरा भएको उपलक्ष्यमा पत्रिकाको अबको समयमा पनि निरन्तरता रहिरहोस् र ज्ञानार्जन सबैले लाभ लिन सकून्, साथै यस पत्रिकाको उत्तरोत्तर स्तरीय रूपमा प्रगति हुँदै जाओस्, मेरो हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

धन्यवाद !

धापाखेल, ललितपुर

२६ औँ वार्षिकोत्सव विशेष: आत्मजागरणको यात्रा र हाम्रो दायित्व

भूमिका:

दुई दशकभन्दा बढी समयअघि शुरु भएको हाम्रो यस आध्यात्मिक यात्राले आज २५ औं वसन्त पार गऱ्यो । समय बित्दै गयो, तर हाम्रो उद्देश्य अटल रह्यो– आत्मा, चेतना र समर्पणको मर्मलाई समाजसम्म पुऱ्याउने सत्प्रयास ।

समयको प्रवाहमा २६ वर्षको यात्रा कुनै सामान्य उपलब्धि होइन, विशेषत: जब त्यो यात्रा आत्मा, चेतना र परमार्थको यात्रासँग जोडिएको हुन्छ । यस आध्यात्मिक पत्रिकाले निरन्तरता, निष्ठा र उद्देश्यको अद्वितीय उदाहरण प्रस्तुत गर्दै समाजमा गहिरो छाप छाडेको छ ।

यस पत्रिकाको प्रत्येक पाना, प्रत्येक अक्षर र प्रत्येक विचारले एक उद्देश्य बोकेको छ– मानिसलाई बाहिरी चमक दमकबाट भित्रको उज्यालोमा फर्काउने । जहाँ धर्म प्रदर्शन होइन, अनुभूति हो, जहाँ भक्ति परम्पराको अनुकृति होइन, आत्माको स्वत: जागरण हो ।

२६ वर्षको यस यात्रामा हामीले असङ्ख्य आध्यात्मिक साधकहरूका अनुभवहरू बाँडेका छौँ, जीवनका अनुत्तरित प्रश्नहरूलाई नयाँ दृष्टिकोण दिएका छौँ, र पाठकलाई केवल जानकारी होइन,

अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्ने कोशिस गरेका छौं ।

अहिलेको आवश्यकता : भित्र फर्कने साहस

आजको यन्त्रवत् जीवन, सामाजिक सञ्जालको शोर र दिनहुँको दौडधुपबीच मानिसभित्र तड्पिरहेछ– उसले शान्ति खोजिरहेको छ, तर गलत ठेगानामा । यसै पृष्ठभूमिमा आध्यात्मिक पत्रिकाजस्ता प्रयासहरूको भूमिका झनै महत्त्वपूर्ण बन्दै गएको छ । हामीले मानिसलाई सम्झाउने छौँ- शान्ति किनमेलको वस्तु होइन, अनुभूत गर्ने स्थिति हो ।

हिजो, आज र भोलिको सपना

हिजो हामी एक विचार थियौँ, आज एक स्वर बनेका छौँ, र भोलि हामी एउटा आन्दोलन बन्न चाहन्छौँ– अन्तर्मुखी मानवता निर्माणको आन्दोलन । यसका लागि हामीले आध्यात्मिक शिक्षालाई व्यवहारमा उतार्नुपर्नेछ, जसले केवल पूजा वा प्रवचनमा सीमित नभई परिवार, समाज र राष्ट्र निर्माणमा योगदान पुऱ्याओस् ।

आभार र आह्वान

हामी सबै पाठक, लेखक, सम्पादक, शुभेच्छुक र साधकप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौं, जसले यस पत्रिकालाई केवल एक प्रकाशन होइन, एक पथप्रदर्शक बनाएका छन् । आउनुहोस्, यो २६ औँ वार्षिकोत्सवमा हामी सबैले एउटा संकल्प गरौँ– हामी आत्मबोधको यो ज्योति केवल आफूसम्म सीमित नराखौँ, यसलाई समाजका प्रत्येक आत्मासम्म पुऱ्याऔँ ।

जय आत्मज्ञान, जय मानवता

संसारको कुनै पनि कुरा आत्मज्ञानभन्दा महङ्गो हुँदैन र कहिल्यै हुन सक्दैन । आत्मज्ञान नै मानवजीवनको यस्तो लक्ष्य हो जसको प्राप्तिमा नै मानवजीवनको सफलता निहीत रहेको हुन्छ । हामीले सद्गुरुदेवहरूको महावाणी, सन्देश, साधना, प्रयोग, प्रवचनहरूमार्फत् यसै आत्मज्ञानलाई जन जनमा पुऱ्याउने, मानवजीवनको लक्ष्यप्रति सचेत गराउने, प्रयोगात्मक रुपका साधना, ध्यानादि आदिलाई पस्कने गर्दै आइरहेका छौं । यो कार्य गोरक्ष निखिल वाणीको सतत यात्रा जस्तै भएको छ।

आध्यात्मिक पत्रिकाको मूल उद्देश्य सत्यान्वेषण हो भन्ने हाम्रो मान्यता रहेको छ । यसै मान्यताको पृष्ठभूमिमा पत्रिकाले शुरुआतदेखि नै केवल धार्मिक कर्मकाण्डको प्रवर्द्धन होइन, चेतनाको जागरणतिर प्रचुर रुपमा सामग्री पस्केको थियो । आत्मा, शून्यता, ध्यान, भक्ति, धर्म-दर्शन र जीवनको सारतत्त्वबारे बौद्धिक तथा अनुभवजन्य लेखहरूमार्फत् पाठकलाई आत्म-मूल्यांकन र आन्तरिक परिवर्तनतर्फ प्रेरित गरिरहेको छ ।

यस्ता सामग्रीहरूले मानिसहरूलाई सोध्न सिकाएका छन् – 'म को हुँ ?', 'म किन छु?' र 'मेरो अस्तित्वको उद्देश्य के हो ?'

यस पत्रिकाले निम्न बुँदाहरूमा समाजमा उल्लेखनीय प्रभाव छाडेको छ :

मानसिक स्वास्थ्य र शान्तिमा योगदान : ध्यान, योग, क्षमा र समर्पणजस्ता अवधारणालाई जीवनशैलीसँग जोडेर प्रस्तुत गर्नुले पाठकमा मानसिक सन्तुलन कायम राख्न मद्दत गरेको छ।

पुस्तान्तरणको सेतु: पुराना दर्शनलाई नयाँ पिढीसँग सम्बन्धित तुल्याउने भाषाशैली र दृष्टिकोणका कारण नयाँ पुस्ता पनि आध्यात्मिकताको चासोमा आकृष्ट हुन थालेका छन्।

समाजमा मानवीय मूल्यको पुनर्जागरण: स्वार्थ, हिंसा र मूल्यहीनताको चपेटामा परिरहेको समाजमा सहिष्णुता, करुणा, सेवा र सत्यका सन्देशमार्फत् नैतिक पुनर्जागरणको प्रयत्न गरिएको छ ।

चुनौतीहरू:

यस्तो सशक्त अभियानका बावजुद पनि पत्रिकाले केही चुनौतीहरूको सामना गरिरहेकै छ :

डिजिटल युगको प्रतिस्पर्धा : आजको पुस्ता तत्काल gratification र सन्देशहरूको तीव्र प्रवाहमा रमाइरहेको छ । त्यस्तो सन्दर्भमा गहिरो विषयवस्तुमा ध्यान केन्द्रित गराउन झन कठिन बन्दै गएको छ ।

आध्यात्मिकता र अन्धविश्वासको सीमारेखा : केही पाठकहरू अझै पनि अध्यात्मलाई चमत्कार, टोट्का वा कर्मकाण्डसँग मात्र जोडी हेर्छन् । त्यसैले वैज्ञानिक दृष्टिकोणबाट अध्यात्मको व्याख्या गर्नु आवश्यक छ ।

स्रोत र समर्थनको अभाव : यस्ता पत्रिकाहरूलाई सञ्चालन गर्न चाहिने साधन र सशक्त मानव संसाधनको पनि सधैं अभाव हुन्छ, जसले दीर्घकालीन स्थायित्वमा असर पार्न सक्छ ।

आगामी मार्गचित्र: २६ औं वर्ष प्रवेश सँगसँगै अब पत्रिकाले रणनीतिक रूपमा अघि बढ्नुपर्ने आवश्यकता देखिन्छ:

डिजिटल माध्यमको प्रभावकारी उपयोग : वेबसाइट, मोबाइल एप, सामाजिक सञ्जाल र अडियो-भिजुअल सामग्रीहरूमार्फत् व्यापक पहुँच निर्माण गर्न सकिन्छ।

शिक्षा संस्थाहरूसँग सहकार्य: विद्यालय, कलेज र विश्वविद्यालयमा 'Inner Value Education' को रूपमा पत्रिकाको सामग्री उपयोगी हुन सक्छ ।

अनुभव-आधारित लेखनमा जोड: केवल ज्ञान नभई, साधकहरूको जीवन्त अनुभव र अन्तरप्रेरणादायी यात्रालाई प्रस्तुत गर्दा अझ बढी प्रभाव पार्न सकिन्छ।

समुदाय निर्माण: पत्रिकाका पाठकहरूलाई जोडेर ध्यान, आत्मचिन्तन, संवाद र सेवा कार्यहरूमा आधारित समुदाय (कउच्चप्तगर्बा अप्चअभिक) तयार गर्न सकिन्छ।

निष्कर्ष:

२६ वर्षको यो यात्राले एउटा गहिरो सन्देश दिएको छ – साँचो परिवर्तन बाहिर होइन, भित्र सुरु हुन्छ।

आध्यात्मिक पत्रिका केवल एउटा प्रकाशन होइन, चेतनाको एउटा शान्त लहर हो, जसले आजको व्यस्त संसारमा आन्तरिक मौनताको महत्व सम्झाइरहेछ।

यस पवित्र यात्रालाई निरन्तरता दिँदै, अब हामीले हरेक पाठकलाई यो अभियानको सक्रिय भागीदार बनाउने दिशामा अग्रसर हुनु आवश्यक छ।

यदि तपाईं चाहनुहुन्छ भने यो लेखलाई सम्पादकीय रूपमा छोट्याउन, विशिष्ट लेखकको नाम दिन, वा अन्य विश्लेषणहरू थप गर्न सकिन्छ। भन्नुहोस्, म आवश्यक संशोधन गरिदिन्छु।

शुभकामना

॥ ॐ तन्मे मन: शिवसंकल्पमस्तु ॥

गोरक्ष निखिल वाणी मासिक पत्रिका सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र बसुन्धरा काठमाडौँबाट हुँदै आएको मासिक प्रकाशनले पूर्वीय दर्शन, धर्मशास्त्र, संस्कार, संस्कृति, रीतिरिवाज, प्रथा, परम्परालाई समय, काल अनुसार परिमार्जित गर्दै, हिन्दुधर्मको पहिचानलाई विश्व समुदायमा उजागर गर्दै, वैदिक सत्य सनातन धर्मको संरक्षण, संवर्धन हेतु बसुधैव कुटुम्बकम्, मातृ देवो भव, पितृ देवो भव, सर्वे सन्तु निरामय आदि मूल मन्त्रलाई आफ्नो मासिक पत्रिकामार्फत् देश विदेशमा छरिएका शान्तिप्रेमी हृदय भएका मनुजहरूलाई आध्यात्मिक मार्गमा प्रवेश गर्ने सेतुको काम गरेको छ । आज गोरक्ष निखिल वाणी मासिक पत्रिकाले २५ औँ वसन्त पार गरेको सुन्न पाउँदा त्रिवेणीधाम परिवार अत्यन्तै हर्षित भएको छ । २६ औँ वार्षिक उत्सवको उपलक्ष्यमा यस त्रिवेणीधाम नुवाकोटको तर्फबाट हार्दिक आभार तथा शुभ आशीर्वाद व्यक्त गर्दछौँ ।

त्रिवेणीधाम नुवाकोट परिवार
पञ्चकन्या ५, शिवपुरी ६, ७ नुवाकोट ।

कण कणमा गोरख जगाऔँ
रोट महोत्सव सफल पारौँ ।

"कला, संस्कृतियुक्त, स्वच्छ, समुन्नत टोखा नगर"

टोखा नगरपालिका

५ नं. वडा कार्यालय

पत्र संख्या :
चलानी नं. :

श्रीसमाज, काठमाडौं
बागमती प्रदेश, नेपाल

शुभ-कामना

यस टोखा नगरपालिका वडा नं. ५ मा अवस्थित धार्मिक संस्था सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रबाट विगत २५ बर्षदेखि रुपमा निरन्तर प्रकाशन हुँदै आएको आध्यात्मिक शक्ति तथा अनुसन्धानमूक मासिक पत्रिका गोरक्ष निखिल बाणिको २६ औं वर्षमा पदार्पण गरेको अवसरमा खुसी व्यक्त गर्दै संस्थाको अझ उन्नती प्रगतिको कामना गर्दछु।

नेपाल सनातन काल देखि नै हजारौ ऋषिमुनीहरुको तपोभूमि, माता सीता, भगवान् गौतम बुद्धको जन्म र बिभिन्न देविदेवताको बास भएको धराधामको रुपमा प्रसिद्ध छ। बिभिन्न धार्मिक पौराणिक ग्रन्थहरुमा यस पवित्र पावन भूमिको सुन्दर महिमागान गरिएको छ। राष्ट्र गुरु गोरखनाथको आशिर्वाद र कृपाबाट बडामहाराजधिराज पृथ्वीनारायण शाहको नेतृत्वमा नेपाल एकिकरण सम्भव भएको मान्यता रहेको छ। तिनै गुरु गोरखनाथलाई केन्द्रमा राखी नेपालको विविध धार्मिक सांस्कृति सामाजिक मुल्य मान्यताको गहज खोज तथा अनुसन्धान गरी यस संस्थाले आम नागरिक माझ पस्किदै आएको सर्व बिदितै छ। संस्थाको यस पुण्य कार्यको लागि आभार व्यक्त गर्न पनि चाहन्छु।

अन्त्यमा, यस संस्थाले अझै सम्पूर्ण वडावासी, नगरवासी र जनसमुदायलाई आवद्ध गर्दै सदाचारी, सु-संस्कृत, नैतिकवान र सभ्य समाजको निर्माणमा आफ्नो भुमिकालाई विस्तार गर्न सकोस् भन्दै संस्थाको गौरवमय २६ औं वार्षिकोत्सवको पावन अवसरमा फेरी पनि उन्नती प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभ-कामना व्यक्त गर्दछु।

२०८२ श्रावण १५ गते

मदन गुरुङ
वडा अध्यक्ष

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका

CHAUTARA SANGACHOKGADHI MUNICIPALITY

१० नं. वडा कार्यालय Office of Ward No. 10
जल्केनी, सिन्धुपाल्चोक Jalkeni, Sindhupalchok
स्थापित २०७३ ESTD: 2073 B.S.

बागमती प्रदेश, नेपाल
Bagamati Province, Nepal

पत्र संख्या(Letter No): २०८२/०८३
चलानी नं.(Ref No.) :

मिति : २०८२/०४/२४

शुभकामना सन्देश

२६ औं वार्षिकोत्वको अवसरमा हार्दिक बधाई तथा शुभकामना

भौतिकवादमा चुर्लुम्म डुबीरहेका वर्तमान नेपाली समाजमा शनातन धर्म संस्कृति र आध्यात्मिक चेतनाको जर्गेना गर्दै आउनु आफैमा एक अद्वितीय कार्य हो । मन्त्र, तन्त्र, यन्त्र आर्युवेद र साधना जस्ता जटिल आध्यात्मिक विषयहरुलाई समयानुकुल माटो सुहाउदो सरल भाषा शैलीमा प्रस्तुत गर्दै जनमानसमा चेतना फैलाउने कार्यको गोरक्षा "निखिल बाणी" मासिक पत्रिकाले विगत २५ वर्ष देखि निरन्तर गरिरहेको छ । यो कार्य अत्यन्त सराहनिय प्रेरणादायी छ ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र, नेपालद्वारा प्रकाशित यस पत्रिकाले अध्यात्मिक चेतनाको उज्यालो फैलाउदै नेपाली समाजमा अतुलनिय योगदान पुऱ्याईरहेको छ । यस्ता जटिल विषयवस्तुहरुलाई सहज र बोधगम्य ढंगले प्रस्तुत गर्दै समाजमा अध्यात्मप्रति रुचि जगाउने कार्य सरल मात्र नभई निकै चुनौतिपूर्ण छ । यस्तो चुनौतिलाई आत्मसाथ गर्दै निरन्तरता दिदै आएको गोरक्षा निखिल वाणी प्रकाशन परिवार प्रति हार्दिक आभार र सम्मान व्यक्त गर्दछु ।

यस पत्रिकाको गौरवशाली २५ औं वर्ष पूरा गरि २६ औं वर्षमा प्रवेश गरेको यस पूनित अवसरमा म चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका, वडा नं. १० वडा अध्यक्षको हैसियतले सम्पूर्ण सम्पादक, लेखक, साधक तथा यस अभियानमा संलग्न समस्त परिवारजनलाई हार्दिक बधाई तथा आगामी दिनहरुमा अझ सशक्त र प्रभावकारी ढंगले आध्यात्मिक चेतना फैलाउने कार्य निरन्तर गरि रहनु हुने शुभेच्छा व्यक्त गर्दछु ।

निल बहादुर तामाङ
वडा अध्यक्ष
चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका-१०
जल्केनी, सिन्धुपाल्चोक ।

२६ औं वार्षिकोत्सव : समर्पण, साधना र सम्भावना

Æ klqsfn] ;bu?b]x?sf]kl/ro
lbg]cWofltds k|rf/ k|;f/ ug{ ;sf];\
o;n]ljZje/ cfTd1fgsf]af/]df
elg/xg ;sf];\.

;bf klqsfsf]pQ/f]Q/ pGglt
k|ult sf] rfxgf ub{5F. Æ

(मधुकुमारी रायमाझी)

यात्रा सधैं सरल हुँदैन, विशेषतः जब यात्रा आत्मा र चेतनाको गहिराइमा केन्द्रित हुन्छ । आध्यात्मिक चेतनाको विस्तार तथा समृद्ध समाज निर्माणमा समर्पित गोरक्ष निखिल वाणी पत्रिकाको नामले २६ वर्षको दीर्घ साधनात्मक यात्रामा प्रवेश गर्नु, केवल समयको गन्ती मात्र होइन, एक युगको बौद्धिक, सांस्कृतिक र आध्यात्मिक योगदानको महत्त्वपूर्ण प्रतिविम्ब हो ।

आज जब हामी २६ औं वार्षिकोत्सव मनाउँदैछौं, हामी केवल एक समारोहको साक्षी छैनौं, बरु त्यो चेतना, प्रतिबद्धता र प्रयासको स्मरण गरिरहेका छौं, जसले यो पत्रिकालाई देश-विदेशमा हजारौं पाठकका मनमस्तिष्कमा स्थापित गरायो।

आध्यात्मिकताको वर्तमान सन्दर्भमा पत्रिकाको भूमिका

२१औं शताब्दीको उथलपुथलपूर्ण परिवेशमा आध्यात्मिकता एक 'लग्जरी' होइन, आवश्यकताको रूपमा स्थापित हुँदै गएको छ। प्रविधि र भौतिक प्रगतिको दौडले मानिसलाई क्षणिक सुख त दिएको छ, तर आन्तरिक शान्तिको खोज अझ तीव्र बनाएको छ। यस्ता सन्दर्भमा, पत्रिकाको नामे ले धार्मिक परम्परा, योग, तन्त्र-साधना, ध्यान र वैदिक शिक्षालाई नयाँ सन्दर्भमा प्रस्तुत गर्दै मानिसको आन्तरिक यात्रा सरल बनाइदिएको छ।

लेख र सामग्रीको विश्लेषणात्मक प्रभाव :

पत्रिकाले प्रकाशन गरेका गहन विश्लेषणात्मक लेख, साक्षात्कार, साधक अनुभव, गुरुवाणी र जीवन दर्शनसँग सम्बन्धित सामग्रीहरूले पाठकलाई आत्म-चिन्तन र आत्म-विकासतर्फ अभिमुख गराएको छ। यी सामग्रीहरू केवल ज्ञानका स्रोत मात्र नभएर जीवनका जटिल प्रश्नहरूको समाधान पनि बन्न सकेका छन् ।

निरन्तरता र परिवर्तनको सन्तुलन

२६ वर्ष लामो यात्रा आफैंमा चुनौतीपूर्ण हो । यसबीच पत्रिकाले समय सापेक्ष नयाँ ढाँचा, नयाँ प्रस्तुति शैली, र डिजिटल माध्यमबाट पनि आफैलाई अपडेट गर्दै आएको छ। परम्परागत धर्मचेतनालाई आधुनिक मनोविज्ञान, विज्ञान र समाजशास्त्रसँग जोड्ने यसको प्रयास अत्यन्तै प्रशंसनीय छ।

सामाजिक र राष्ट्रिय योगदान

पत्रिका केवल व्यक्तिगत मोक्ष वा ध्यानसम्म सीमित छैन। यसले सामाजिक समरसता, नैतिक मूल्य, नशा मुक्ति, महिला सशक्तीकरण, युवा मार्गदर्शन जस्ता विषयहरूलाई पनि प्राथमिकतामा राखेको देखिन्छ। यसले धर्मको साँचो उद्देश्य - मानव मात्रको कल्याण - लाई उजागर गरिरहेको छ ।

भावी दिशा : सम्भावना र चुनौती

जसरी विश्व एक विश्वग्राम बन्दै गइरहेको छ, आध्यात्मिक पत्रिकाको उत्तरदायित्व अझ बढेको छ। सत्यमार्ग देखाउने, संवेग र स्वार्थले ग्रसित समाजमा विवेकको ज्योति जलाउने, र आगामी पुस्तालाई चेतनामय जीवनप्रति प्रेरित गराउने कार्य अझ सशक्त रूपमा गर्नुपर्ने आवश्यकता छ। डिजिटल माध्यममा उपस्थिति बलियो बनाउँदै बहुभाषिक संस्करणको तयारी, अनुसन्धानात्मक लेखको वृद्धि, युवा लेखकको उत्थान आदिका उपायले पत्रिकाको प्रभाव विस्तार गर्न सकिन्छ ।

निष्कर्ष :

२६ वर्षको यात्राले गोरक्ष निखिल वाणीलाई केवल एउटा प्रकाशन नभएर चेतना अभियानको पर्याय बनाएको छ। आजको दिन, यो यात्रामा योगदान दिने सम्पूर्ण सम्पादक, लेखक, साधक, पाठक र शुभचिन्तकप्रति कृतज्ञता प्रकट गर्दै, आगामी दिनहरूमा अझ प्रगाढ, प्रासंगिक र प्रेरणादायी बन्ने कामना गर्दछौं ।

Æ o; klqsfsf]uOf:t/ 7ls 5,
;fy} /fdf]5, lgzNs ;b:o lbnfP/
w/}eGbf w/}3/ b}hfdf k¥ofpg] cleofg
yfNg'k5{. sfuhsf]cln km{}kfP cem}
;bdf ;uGw xb]lyof].Æ

(ऋषभ बज्राचार्य)

Æ uf/]v lglvn jf0fL ;bu?b] u? uf/]vgfy
Pj+lglvn u?b]sf]af/]df ljleGg tYsfsf lzio
lziofx?nf0f{cWofltds zlQmåf/f ljleGg r}tgfx?
kbfg u/L ;dfhdf ePsf cWofTdk|tsf ljs[t
lj;ut}tx?nf0f{lrb}cfkmgf ljifox?nf0f{cWofltds
zlQm9f/f -dGq tGq oGq_ sf]dxTEsf ;fy}ljleGg
cgej cgelt u/f0f{;bu?b]x?k|t ;]f ;d0f kb]
efjsf ;fy lg/Gt/ ?dkf cWofltds kf0nf cufl8
a9fpb}|;4f>d k|Kt sf] dxfg\ n Iosf ;fy cl3
a9g k|/t ug{Ps dVkqsf]?kdf lnPsf]5'. o; sf]
lg/Gt/tfsf]nflu ;bk u? sfo{df vl60/xg kfpmF
eGb};bub]sf]dhgsf]efj r/0fsdn ca gxLFvfgf'
sf]kl0m :d/0f ub{ho u?b]sf]Gofgf] clejfbg
ck{0f ub{5'.

5Aal;fFjifdf k|}z u/]sfdf pQ/f]Q/ k|ylt sf]
sfdgf ub{5'. ho u?b] ! Æ

(बाबुराम ढुंगाना)

Æ k/dkHo ;bu?b] >l >l dxfofu|L u?
uf/vgfy, k/dx+ :jfdL >l lglvnZj/fgGb
dxf/fh, dftf gjbuf{Pj+dftf dxfnIdLsf]s[kf,
cfzLjf{bn] ;Dk0f{gk|fnL u? ;]s bfhe'f0,
lbbL alxgL, ;fws ;flwsf Pj+eQmhgx?df bof,
wd{s?0ff, gk|tstfh:tf cfWofltds u0fx?sf]
ljsf; xf];\ ;a}df ;V, zflGt / ;d[4 xf];\o;
klqsfsf]dfWodaf6 Pp6f gjLg ljrf/sf] clejl[4
xf];\egL k/dkHo ;bub]x?sf]>Lr/0fsdndf
;elQm k|ylgf ub{5fF. Æ

(गंगा नानी डंगोल)

Æ uf/]If lglvn jf0fL dfl;s
klqsfdf s}kL s'/fx? d]/f]cgejdf
';s];Dd k'/fgf s'/fx? gbfk|f]/of];\
/ gofF/ rfvnfUbf]v'/fs ldnf];\
u|xs juf{0f{clxn]sf]@! cfF tfAbLdf
;dosf]dfu cg';f/ l8lh6n k|jlwdf
klg ljz]f kxn xf];\ h]hlt xfd|
sfo{mdx? e0/x]sf 5g\ cf>ddfkm{
oL s'/fx? klg j}e ;f06, o6b'jx?df
klg xflnof]eg]cem /fd|]xg]lyof].
;fy ;fy}@^ cf}F ;Gt ;Dd w/}s'/fx?
kl/jtg ePsf]5, cfpbf lbgx?df cem
a9L cWofltds v'/fsx?sf ;fydf
u|xsx?sf dg d6bf ;hfpg ;kmn
/xf];\egL dt+ndo zesfdgf JoQm
ub{5'. Æ

-मानराम के.सी. सुन्दरीजल आसके

उपहार योजनाको सूचना

गोरक्ष निखिल वाणी

पत्रिकाको उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि पहल गर्नुहुने सम्पूर्णप्रति हार्दिक धन्यवाद दिँदै पत्रिकाको ११, २१ र ५१ जना सदस्य बनाउनेहरूलाई विशेष धारण माला प्रदान गरिने सहर्ष जानकारी गराउँदै पत्रिकालाई जन-जनमा पुऱ्याउने गहन गुरुकार्यमा सरिक हुन सबैलाई आग्रह गर्दछौं ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र

सम्पर्क: फोन नं. ०१-४९८९१५४

MANASLU WORLD COLLEGE

ISO 9001:2015 CERTIFIED COLLEGE

... a home for future leaders

Congratulatory Message

Education is not merely the accumulation of knowledge, but also the expansion of consciousness and the bearer of values. In this regard, Goraksha Nikhil Vani monthly magazine has, for the past 25 years, been presenting profound wisdom on mantras, tantras, yantras, Ayurveda, spiritual practices, and the essence of Sanatan culture in a simple and accessible manner to Nepali society. This work is truly inspiring.

At a time when balancing modern education with spiritual awareness has become essential, your noble effort serves as a strong foundation for guiding future generations toward morality, values, and the light of true knowledge.

On this glorious occasion of the 25th anniversary, the Manaslu World College family extends heartfelt congratulations to the entire publication team and expresses best wishes for continued success and a bright future ahead.

Rajan Shrestha

Campus Chief

Manaslu World College

Chabahil, Chuchepati

Chabahil-7, Chuchchepati, Kathmandu, Nepal | Tel.: 01-4584176, 01-4584807
info@manasluworldcollege.com | www.manasluworldcollege.edu.np

श्री सुकुटे माध्यमिक विद्यालय

SHREE SUKUTE SECONDARY SCHOOL

चौतारा साँगाचोक गढी न.पा - १०

Chautara Sangachok Gadhi Municipality – 10

स्थापित : २०४७

पत्र सं. : ०८२/८३ कोड नं : २३०५८०००१

च.नं : ०१ मिति : २०८२/०४/२३

विषय : शुभकामना सन्देश ।

भौतिकतावादले प्रभुत्व जमाइरहेको यस युगमा सनातन धर्म, संस्कृति र आध्यात्मिक चेतनाको जगेर्ना गर्दै मन्त्र, तन्त्र, यन्त्र, आयुर्वेद तथा साधना जस्ता गहन विषयहरूलाई सरल र बोधगम्य भाषामा नेपाली समाजमा पुऱ्याउनु आफैमा अद्वितीय कार्य हो । यो महत्वपूर्ण जिम्मेवारीलाई विगत २५ वर्षदेखि निरन्तर वहन गर्दै आएको "गोरक्ष निखिल वाणी" मासिक पत्रिकाको योगदान अत्यन्त सराहनीय छ ।

२५ औं वार्षिकोत्सवको यस ऐतिहासिक अवसरमा, यस पत्रिकाका सम्पादक, लेखक, साधक तथा सम्पूर्ण प्रकाशन परिवारलाई श्री सुकुटे माध्यमिक विद्यालय परिवारको तर्फबाट हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दै आगामी दिनहरूमा अझ प्रभावकारी ढंगले आध्यात्मिक चेतना फैलाउँदै समाजलाई ज्ञान र सदाचारको बाटोतर्फ अघि बढाउन निरन्तर सफल रहोस् भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

प्रधानाध्यापक

विद्यालय परिवार

हाम्रो गन्थन

परमपूज्य सद्‌गुरुदेवद्वय श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ एवं परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको कृपा, आशीर्वादस्वरूप विगत २५ वर्षदेखि निरन्तर प्रकाशित हुँदै आइरहेको आध्यात्मिक अनुसन्धानमूलक मासिकले यस भाद्र अंकदेखि २६ औं वर्षमा प्रवेश गरेको छ । यस अवसरमा पत्रिकाका सम्पूर्ण पाठक, सामग्री प्रदाता, विज्ञापन दाता तथा शुभेच्छुक हार्दिक धन्यवाद दिँदै यस पत्रिकाको निरन्तर प्रकाशनका लागि यहाँहरुको अमूल्य योगदान सदा नै रहिरहने छ भन्नेमा विश्वस्त छौं ।

आध्यात्मिक पत्रिका प्रकाशित गर्ने क्रममा धेरै जटिलताहरू आउने महसुसले कता कता हामीलाई निरुत्साहित पनि पार्ने गरेको छ । धार्मिक, आध्यात्मिक पत्रिका भनेर उपेक्षा गर्ने, झन अहिले त छापा पत्रिकाहरु अध्ययन गने पाठकहरूको अभावजस्ता विविध समस्या आध्यात्मिक तथा धार्मिक पत्रिकाहरूले भोग्दै आइरहेका छन् । अझ नेपालमा मात्र होइन, विदेशमा पनि आध्यात्मिक पृष्ठभूमि बोकेको पत्रिकाहरूले यस्ता समस्याहरू भोगेका देखिन्छन् । आध्यात्मिक पत्रिकामार्फत् समाजमा मानवीय चेतनालाई चिनाउने, कर्तव्यनिष्ठ, चारित्रिक व्यक्तिको उत्पादन, काँधमा देशहितको जिम्मेवारीबाट सजग व्यक्तित्वको निर्माणमा आध्यात्मिक धार्मिक पत्र-पत्रिकाहरुले खेल्ने भूमिकाको सह्राहना हुनु आवश्यक हुन्छ ।

एकाध पत्रिकालाई छोडेर नेपालका आध्यात्मिक पत्रिकाहरूले वामे सर्न नपाउँदै प्रकाशनको यात्राबाट अलग हुन परेको छ । दुई-चार अंकको प्रकाशनपछि यस्ता पत्र-पत्रिकाहरूको दयनीय अवस्था चिन्ताको विषय हो । नागरिकलाई सबल, सक्षम र नैतिक रूपमा जागरुक बनाउने देशको चौथो अंग मानिने मिडियाको यो अवस्था अभिशापजस्तै हो । यसमा सम्बन्धित सम्पूर्ण सरोकारवालाहरूको ध्यान जानेछ भन्ने आशा राखौं ।

परमपूज्य सद्‌गुरुदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ एवं परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको कृपा, आशीर्वादस्वरूप सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले आध्यात्मिक खुराक वितरण गर्दै विगत २५ वर्षदेखि गोरक्ष निखिल वाणीको प्रकाशन गर्दै आइरहेको यहाँहरूलाई अवगत नै छ । परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूको कृपा, आशीर्वादस्वरूप नै यस पत्रिका समस्याहरुका बावजुद पनि एउटा अंक पनि नटुटाई निरन्तर प्रकाशित भइरहनु हामी सबैको लागि गौरवको कुरा हो । विभिन्न प्रतिकूल अवस्थामा पनि पत्रिकाले लगातार आफ्नो यात्रा जारी राख्नु केवल र केवल सद्‌गुरुदेवहरुको कृपा, आशीर्वाद र यहाँहरुको ममत्वले गर्दा हो ।

यस प्रकाशनले जहिले पनि पाठकहरुको कल्याणलाई नै ध्यान दिएको छ, महंगीको बेला पनि मूल्य यथावत राखी रंगीन पानाहरूका साथ निरन्तर प्रकाशित भइरहनु, राष्ट्रिय स्तरका पत्रपत्रिकासँग प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ने जस्ता चुनौतीहरुका वावजुद यो पत्रिका सदा सूचना विभागको श्रेणी विभाजनमा पनि अबल नै रह्‍यो ।

अझ पत्रिका प्रकाशन गर्दा प्रेसलाई भुक्तान गर्नुपर्ने खर्च, वितरण खर्च, ढुवानी खर्च आदिलाई जोड्दा र पत्रिकालाई चाहिने कागजलगायतको हिसाब किताब गर्दा विना विज्ञापनको यस्तो पत्रिका स्थिर भएर प्रकाशित भइरहनु पनि आश्चर्य मान्नेहरु धेरै हुनुहुन्छ ।

हामी पत्रिकाको २६ औं वर्ष पदार्पणको अवसरमा पत्रिकालाई निरन्तर रूपमा माया स्नेह गर्ने पाठकहरूप्रति मुरीमुरी आभार प्रकट गर्दछौं । यस पत्रिकालाई यहाँहरू सबैबाट यसरी नै निरन्तर, अविच्छिन्न स्नेह, माया र सहयोग प्राप्त हुने कुरामा ढुक्क छौं ।

आगामी दिनमा ऋषिमुनि, साधुसन्तहरूको विद्यालाई, वैज्ञानिक चिन्तनलाई, मानवीय चेतनालाई उत्कर्षमा पुऱ्याउने पद्धति अनि विधिलाई यस पत्रिकाले निरन्तर प्रवाहित गर्न सकोस्, धर्म-संस्कृतिको जगेर्नामा पत्रिकाले अहं भूमिका खेल्न सकोस्, राष्ट्रको प्राचीन सम्पदाहरूको संरक्षण, संवर्द्धनमा गहकिलो आवाज उठाउन सकोस् र पाठकहरूलाई एउटा विशुद्ध आध्यात्मिक खुराक सधैं दिन सकोस् भन्ने इच्छा आकांक्षालाई सद्‌गुरुदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ एवं परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको पदकमलमा राखेर आध्यात्मिक युगको शंखघोषको धारामा अविरल बग्न सकियोस् र आफ्ना दायित्वहरूलाई पूरा गर्न सकियोस् । यही कामना गर्दछौं ।

गोरक्ष निखिल वाणी २६ सौं वसन्तमा

संसारलाई सूचना प्रविधिको डिजिटल युगले निकै सांघुऱ्याएको छ । परम्परागत पत्र-पत्रिका र रेडियो, टेलिभिजनको स्थान डिजिटल मिडियाले ओगटेपछि प्रिन्ट मिडियाको जमाना गएको हो कि जस्तो लाग्न थालेको छ ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले आधुनिक सूचना प्रविधि फेसबुक, युट्युव, वेभसाइट र अन्य सामाजिक संजालजन्य सूचना प्रविधिको माध्यमबाट आध्यात्मिक गतिविधि, धर्म-संस्कृति, चाडपर्व, रीति-रिवाज, मठ, मन्दिरका बारेमा नियमितरूपमा मानिसहरुलाई सुसुचित गरिरहेको छ नै । संस्थाको संस्थापनको केही महिनापछि प्रकाशन हुन थालेको र अहिलेसम्म निरन्तर प्रकाशित हुँदै आइरहेको गोरक्ष निखिल वाणी मासिकले मुखपत्रको रूपमा मानिसहरुलाई सुसूचित गरिरहेको छ ।

सद्‌गुरुदेवहरूको चिन्तन, साधना, ध्यान, योग, ज्योतिष विज्ञान, हस्तरेखा, आयुर्वेद, रसायन, सावरपद्धति, सावरमन्त्र आदिमा यस पत्रिकाबाट नियमितरूपमा जानकारी दिने प्रयत्न जारी राखेको छ । नेपालका मठ-मन्दिर, पाटी पौवाका बारेमा, चाडपर्व र रीति-रिवाजका सम्बन्धमा पत्रिकाले सधैं नै अग्र स्थान दिँदै आएको मात्रै होइन, तीसम्बन्धी कार्यक्रमहरुलाई समयमै सूचित गरेर सहभागिताका लागि पनि अवसर प्रदान गरिरहेको छ । गोरक्ष निखिल वाणी पत्रिकालाई जन जनमा पुऱ्याएर ऋषि तथा प्रज्ञापुरुषका, शास्त्रका कुराहरूलाई स्थान दिएर मानिसहरूलाई पत्रिकाको माध्यमबाट सुसूचित गर्ने कार्य यसले गर्दै आइरहेको छ ।

हिउँद, वर्षा, जाडो, गर्मीमा एकनाशले पत्रिकाले हाम्रा धर्म, संस्कृति, आयुर्वेदका सामग्रीलाई अविरल वितरण गरिरहेको छ । मानिसहरूको अध्ययनको रुचि डिजिटल माध्यमतिर गइरहे पनि संस्थाले गोरक्ष निखिल वाणीलाई यहाँहरुकै माया, ममत्व पाएर टिकाइरहन सफल भएको छ । युरोप अमेरिकादिमा डिजिटल प्रविधियुक्त सामग्रीहरुको पाठकहरुको बग्रेल्ती संख्या बढेसँगै छापा संचार को साधनलाई जोगाइराख्ने चुनौती देखिएको छ । डिजिटलाइजेशनले गर्दा प्रिन्ट मिडियाका पाठकको सङ्ख्या निकै घट्न गएकोले आर्थिक पाटोको पनि चिन्ता थपिएको छ । सूचना प्रविधिमा नवीन क्रान्ति ल्याएर नथाक्ने युरोप, अमेरिकादिजस्ता पाश्चात्य मुलुकहरूले पत्र-पत्रिकालाई डिजिटल स्वरुपमा रूपान्तरण गरि दिएको छ । समाचार वा अन्य सामग्रीहरूलाई मोबाइल, ट्याब, कम्प्युटर, ल्यापटप, टेलिभिजनको स्क्रीनमा पढ्न रुचाउने र यो समयसापेक्ष हुनाले प्रविधिको विकाससँगै छापा माध्यममा आएको खस्किदो स्थिति हामीले पनि बेहोरिहेका छौं । यो हाम्रो लागि चुनौती बनेको छ ।

यस्तो स्थितिमा पनि गोरक्ष निखिल वाणी अविचल रूपमा अगाडि बढिरहेको र हाम्रो प्रयास सदा यही रहनेछ । यस पत्रिकाको निरन्तरतासँगै देश, विदेशमा अध्यात्म, धर्म, संस्कृतिप्रतिको जागरुकता बढेको विश्वास गरिन्छ । पत्रिकाले सामाजिक रूपान्तरणलाई महत्त्वपूर्ण रूपमा उठाइरहेको छ । समाज, राष्ट्र र विश्व रूपान्तरणको रूपदेखा गोरक्ष निखिल वाणीले आफ्नो दायित्वको रुपमा लिएको छ । यो दायित्व पूरा गर्ने क्रममा पत्रिकाका हितैषी, विज्ञापन दाता, पाटक, सामग्री दिएर होस्तेमा हैस्ते गर्नुहुनेहरुको सहयोगको अपेक्षा सदा झैं रहिरहने नै छ । हामी सबैको अमूल्य भूमिकाको सदा कदर गरिरहने छौं ।

घरको वास्तु चित्रण

वास्तुशास्त्र प्राचीन विज्ञान हो। वास्तुको अर्थ हुन्छ आवासगृह अर्थात् घर र शास्त्रको अर्थ हुन्छ अनुशासन र निर्देश। यसर्थ, वास्तुशास्त्र भन्नाले घर वा कुनै संरचना कसरी निर्माण गर्ने भन्ने कुराको निर्देशनलाई बुझिन्छ। वास्तुशास्त्रलाई आधुनिक समयको विज्ञान र आर्किटेक्चरको प्राचीन स्वरुप मान्न सकिन्छ। हिन्दुधर्मअनुसार वास्तुशास्त्रको पालन गरी बनाइएको घरमा बस्दा सुख, शान्ति एवं समृद्धि प्राप्त हुन्छ।

वास्तुशास्त्रअनुसार घर बनाउँदा घरका हरेक कुराहरुलाई ध्यानमा राखिन्छ। प्रवेशद्वार, भान्सा, पूजा स्थल, पाहुना कोठा आदि सबै भागको विशेष ध्यान राखिन्छ। यस सामग्रीमा वास्तुशास्त्रअनुसार घरको कुन भाग कस्तो हुनुपर्छ भन्ने बारेमा विस्तृत जानकारी दिने प्रयास गरिन्छ।

प्रवेशद्वार

वास्तुशास्त्रमा घरको मुख्य प्रवेशद्वार सुशोभित हुनुपर्छ भनेर भनिएको छ। प्रवेशद्वार बनाउँदा ख्याल गर्नुपर्ने कुराहरु यस प्रकार रहेका छन्-

प्रमुख प्रवेशद्वार अन्य ढोकाभन्दा अग्लो तथा ठूलो हुनुपर्छ

ढोका राम्रोसँग खुल्ने तथा कुनै आवाज ननिस्कने हुनुपर्छ र ढोका आफै खुल्ने-बन्द हुने हुनुहुँदैन

घरको कुनै पनि ढोका धरातलभन्दा तल हुनुहुँदैन।

पर्खालको पूर्व र उत्तर तर्फ प्रमुख द्वार बनाउनु उचित हुन्छ

द्वार नैऋत्य र वायव्य कोणमा बनाउनु पर्छ

पूजास्थल

हिन्दुधर्ममा पूजाले ठूलो महत्त्व बोकेको छ र श्रद्धा भक्तिपूर्वक गरिने यस कार्यका लागि घरमै छुट्टै पूजा स्थल बनाउने गरिन्छ। पूजास्थल बनाउँदा ख्याल गर्नुपर्ने कुराहरू यस प्रकार रहेका छन्-

पूजा घरको द्वार टिन वा फलामको हुनुहुँदैन,

पूजा कोठा शौचालयको ठीक माथि वा तल हुनुहुँदैन,

पूजा कोठा शौचालयसँग एकै पर्खालले जोडिएको हुनु हुँदैन,

पूजा कोठाको रङ हलुका क्रिम तथा सेतो हुनुपर्छ भने पूजा कोठा शयन कक्षमा बनाउनु हुँदैन,

भगवान्को तस्बिर वा मूर्ति नैऋत्य कोणमा राख्नु हुँदैन,

घरमा कुलदेवताको चित्र हुनु अत्यन्त शुभ मानिन्छ। यसलाई पूर्व वा उत्तर भित्तामा झुण्ड्याउनु पर्छ

भान्सा घर

वास्तुशास्त्रअनुसार भान्साको पवित्रता तथा स्वच्छता कुनै मन्दिरको भन्दा कम हुँदैन। त्यसैले भान्सा बनाउँदा निम्न कुराहरु ख्याल गर्नु पर्छ-

भान्सा घर दक्षिण-पूर्वी क्षेत्रमा बनाउनु उत्तम मानिन्छ तर ठाउँ नभए उत्तर-पश्चिममा निर्माण गर्न सकिन्छ,

खाना पकाउने स्थानले पूर्वी र उत्तरी भित्तालाई छुनु हुँदैन,

पूर्वमा फर्केर खाना पकाउनु उचित मानिन्छ,

घरको ग्याँस र चुल्हो बाहिरबाट नदेखिने स्थानमा हुनुपर्छ,

पानीको धारा र चुल्होलाई नजिकै राख्नु हुँदैन,

खाना भान्साको बीचभागमा बसेर खानुपर्छ।

बालबालिका कक्ष

वास्तुशास्त्रअनुसार बालबालिको प्रगति र विकासको लागि उनीहरुको कोठा निम्न कुरा ध्यानमा राखी बनाइएको हुनुपर्छ-

बालबालिका कक्ष पश्चिममा हुनु राम्रो मानिन्छ,

पलंगको अगाडि नै ऐना, कम्प्युटर, टिभी आदि राख्नु हुँदैन,

कोठाको बीच भाग सधैं खाली हुनुपर्छ,

धेरै चहकिला बत्तीको प्रयोग गर्नु हुँदैन,

बच्चाको पलंगलाई दक्षिण-पूर्व भागमा राख्नु उचित हुन्छ

सुत्दाखेरि टाउको पूर्व कि दक्षिण फर्किएको हुनुपर्छ।

शयन कक्ष

शयन कक्ष अर्थात् सुत्ने कोठा वास्तुशास्त्रअनुसार बनेको हुनुपर्दछ। यसो नभएमा राती सपना नराम्रो देखिने गरिन्छ। शयन कक्ष निर्माणमा निम्न कुराहरू ख्याल गर्नुपर्ने हुन्छ-

मुख्य शयन कक्ष दक्षिण भागमा बनाउनु राम्रो हुन्छ,

पलंग स्थापना सुत्नेको शीर दक्षिणतर्फ हुने गरी गर्नुपर्छ,

शयन कक्ष वर्गाकार हुनु राम्रो मानिन्छ भने कक्ष अनियमित आकारको हुनु हुँदैन,

शयन कक्षमा पूजा स्थल राख्नु हुँदैन,

पलंगको अगाडिपट्टि ऐना राख्नु हुँदैन,

शयन कक्षमा राम्रा तस्बिर, फूलहरु र चित्रहरु राख्नु उचित हुन्छ

वास्तु शास्त्रअनुसार शयन कक्षमा एक्वैरियम हुनु राम्रो होइन

दिशा सम्बन्धी ज्ञान

वास्तुशास्त्रमा दिशाले ठूलो भूमिका खेल्दछ। कुन कक्ष कुन दिशापट्टि बनाउन हुन्छ वा हुँदैन भन्ने कुरा वास्तुशास्त्रमा उल्लेख गरिएको छ। तलको तस्बिरबाट तपाईंले यो कुराको जानकारी एकै झलकमा पाउन सक्नुहुन्छः

रङ

रङले हाम्रो सोच र विचारमा ठूलो असर पार्छ। घरमा धीर र शान्त वातावरणको अनुभूति पनि उचित रङको प्रयोगबाट पाउन सकिन्छ। वास्तुशास्त्रका अनुसार घरको शोभा बढाउन र घरमा खुशियाली कायम गर्न रङ निम्न कुराहरु ध्यानमा राखी घर बनाउनुपर्छ-

शयन कक्षमा गुलाबी, हल्का हरियो र हल्का निलो रङको प्रयोग गरेको उचित हुन्छ,

वैठक कोठामा पहेँलो, हरियो, निलो, हल्का खैरो रङ प्रयोग गर्न उचित हुन्छ,

भान्सा कोठामा पहेँलो, सेतो, सुन्तला, गुलाबी, रातो र चकलेट रङ लगाउनु राम्रो हुन्छ,

बाथरूमका लागि सेतो, खैरो, गुलाबी र फिक्का रङहरु लगाउनु उचित हुन्छ,

घरको कुनै पनि ठाउँमा कालो रङको प्रयोग गर्नु उचित हुँदैन।

तन्त्रलाई यसरी बुझौँ

विषय प्रवेश: तन्त्र शास्त्रलाई स्वघोषित तान्त्रिकहरूले यो एकदम गाह्रो कुरो हो भनेर भ्रम सिर्जना गरिदिएका छन् । यो सबैले गर्न सक्ने कुरा होइन पनि भन्छन् । तन्त्र शास्त्रको बारेमा थुप्रै भ्रम फैलिएको छ । भ्रममा परेका वा अज्ञान मानिस भन्ने गर्छन्– मन्त्रको जप गर्दा केही फाइदा हुँदैन, कुनै तान्त्रिकबाट नै सम्पन्न गराउनु पर्छ । एउटा सात्विक मन्त्र जपको प्रभाव तान्त्रिकबाट गराइएको कृत्यभन्दा धेरै शक्तिशाली हुने गर्दछ ।

तन्त्र त भगवान्लाई खुशी पार्ने एउटा विधि हो, यसलाई सरल तरिकाबाट प्रयोग गरिन्छ । तन्त्रशास्त्र मानिसको हित गर्ने असल शास्त्र हो, यो शास्त्र आजको नभएर अत्यन्त प्राचीन भएको हामीले थाहा पाउनै पर्दछ । तन्त्रको चलन प्राचीन समयदेखि आजसम्म हुँदै आएको छ ।

यसो त सबै कुरो सबैले गर्न पनि सक्दैन, यदि कसैले तन्त्र साधना गर्न चाहने हो भने त सबैभन्दा पहिले उसले योग्य गुरुको खोजी गर्नुपर्ने हुन्छ । योग्य गुरुको उचित मार्ग-निर्देशनमा नै तन्त्र-साधनामा यन्त्र र मन्त्र दुवै समावेश भएको हुँदा यो सामान्य व्यक्तिको लागि बुद्धिगम्य होइन । आहारशुद्धिद्वारा मन शुद्ध गरी गरिएको साधनाबाट मात्र चमत्कारी परिणाम आउन सक्दछ । यानी साधना सिद्धिमा सफलता प्राप्त हुनेछ । तन्त्र-साधनामा मनलाई एकाग्र बनाउनको लागि मनको पवित्रता आवश्यक छ र जब मन एकाग्र हुनेछ तब निश्चय नै साधकको साधना सफल भएमा भौतिक सिद्धि प्राप्त गर्नेछ । मन्त्र-साधनाको स्थिति पनि यस्तै हो । अहिलेको समयमा तन्त्र साधनाको धेरै थरीको पद्धति प्रचलनमा छ । साधकद्वारा गरिने तन्त्र साधनाको प्रतिफल (सफलता वा विफलता) स्वयं साधकको कर्ममा निर्भर रहन्छ ।

जो तन्त्रको वास्तविक ज्ञानसँग अपरिचित हुन्छ, त्यस्ता तन्त्रको नाम सुन्ने बितिक्कै अनिष्टको आशंकाले आतङ्कित बन्दछ । वास्तवमा तन्त्र अनिष्टकारी नभएर कल्याणकारी हुन्छ, तब पनि तन्त्रसँग भयभीत किन ? चेतनालाई परम चेतनामा मिलाउने माध्यम मन्त्र हो । मन्त्र यथार्थमा कल्याण गर्ने हो । तन्त्र साधनामा मनको सुन्दरता (शुद्धता) परम आवश्यक छ । यसको साथमा योग्य गुरुको मार्ग-निर्देशन पनि चाहिन्छ । तन्त्र साधनामा सहयोगी भैरवीको रूपमा नारी हुनु आवश्यक छ, तब पनि नारीकै कारण तन्त्र साधना प्राय: चुक्दछन् र विनाश व्होर्न बाध्य हुन्छ । यदि साधकको चित्त शान्त छैन भने बिर्सेर पनि तन्त्र साधना गर्नु हुँदैन ।

कसैको नक्कल गरेर वा विशेष आग्रहमा तन्त्र साधना गर्नै हुँदैन । साधनाको लागि समय, स्थान र सामग्रीको ठूलो महत्व छ । तन्त्र-साधना भनेको अनमोल हो । तन्त्र-साधना वास्तवमा शक्ति हो जसले सृजन वा विनाश दुवै गर्न सक्दछ । तन्त्र साधकलाई आफ्नो साधनामा पूर्ण विश्वस्त हुनु पर्दछ । साधनामा मोह आउँछ त्यहाँ साधना सफल हुन सक्तैन ।

तन्त्रको परिचय

तन्त्र शब्दको अर्थ के हो ? तन्त्रवाद कति पुरानो हो ? तन्त्रवादको अन्य संप्रदायहरूबीचको दूरीको वास्तविक महत्त्व के हो ? केही आधुनिक विद्वान्हरूले तन्त्र शब्दको अर्थको बारेमा एउटा ठूलो विवाद चलाएका छन् । तन् धातुमा स्त्रन् प्रत्यय लाग्नाले तन्त्र शब्द बनेको छ । 'तनोति (तनुते) तन्यते वा इति तन् स्त्रन्' के विस्तृत हुनु ? मूलत: मानवपरिवार, सन्तानको संख्या ।

यही कुरो साधारणरूपले प्रचलित 'संतान वा तनय' (अर्थात् बालक) जस्ता शब्दहरूले पनि सिद्ध हुने गर्दछ । यो शब्द पनि तन् धातुले बनेको छ । यस बाहेक, यसै धातुबाट व्युत्पन्न शब्द 'तंतु'लाई 'कात्ययन श्रौत सूत्र', 'आपस्तम्त्र धर्मसूत्र', र 'तैत्तिरीय उपनिषद्'जस्ता प्राचीन ग्रन्थहरूमा 'यो जसले नियमितरूपले आफ्नो परिवारमा संतानको अभिवृद्धि गर्दछ'को अर्थमा प्रयोगमा ल्याइएको छ । एतरेय ब्राह्मणमा यस शब्दको प्रयोग 'वंशजको क्रम' अर्थमा गरिएको छ ।

तन् धातुको मूल अर्थ हो प्रजनन् । यस किसिमले 'तन्त्र' शब्द तन् धातुबाट व्युत्पन्न हुनाको कारण प्रजननको अर्थको आभाष दिन्छ । यो कुरा तन्त्रवादको मूल विषयवस्तुको साथ मेल खान्छ । तन्त्रवाद कति पुरानो हो ? लिखित ग्रंथहरूका अध्ययनबाट विभिन्न तन्त्रहरूको प्राचीनता निश्चित गर्ने प्रयत्न गरेको थाहा पाइन्छ । प्रसिद्ध 'महानिर्वाण तन्त्र' आध्यात्मिक गुरु राममोहन राय (सन् १७७२-१८८३) ।

मेरुतन्त्र नामक एउटा अर्को तान्त्रिक ग्रन्थमा लंडराजा (लंडनका निवासी), ईगरेज (अंग्रेज) जस्तो शब्द आउँछ, यसकारण यो ग्रन्थ धेरै पुरानो नहुन सक्छ, केही अन्य ग्रन्थलाई ईसाको छैटौं वा सातौं शताब्दीको भन्ने गरिन्छ । केही विद्वान्हरूले यो कुरा पहिले नै भनिसकेका छन्– तन्त्रवाद, तान्त्रिक ग्रन्थभन्दा निकै पुरानो हो, यसकारण उपलब्ध लिखित ग्रन्थहरूको अध्ययन गरेर तन्त्रवादको प्राचीनता निश्चित गर्न सकिंदैन ।

तन्त्र कति पुरानो हो यसको समय यति नै हो भनेर तोक्नु संभव छैन । तान्त्रिक क्रियाहरू र सामान्यरूपमा प्रचलित मन्त्र आदि धेरै पुरानो समयदेखि विद्यमान थियो । यी आदिम विचारधाराको अवशेष हुन् र यसै त आदिबासीहरूमा थुप्रै शताब्दीसम्म विचारधारासम्बन्धी परिवर्तन अति कम हुने गरेको पाइएको छ । तन्त्रवादका अति विख्यात विद्वान् पी. बंदोपाध्यायले भनेका छन्: 'केही योग्य पुरातत्ववेत्ताहरूका अनुसार तन्त्रवाद, स्वयं वेदभन्दा कम प्राचीन होइन ।' (रत्नावली, २४९-६०) यी पुरातत्ववेत्ताहरूका विचारअनुसार जुन युगमा गोरो वर्णका मानिस अर्थात् जसले वेदको रचना गरेका थिए, भारतीय उपमहाद्विपमा आए, करिब करिब सोही समयमा अपेक्षाकृत श्यामवर्णका आर्यका जाति (अवैदिक आर्य) पनि यहाँ आए । एउटा महत्त्वपूर्ण कुरा तन्त्रवाद निकै पुरानो हो, यहाँसम्म कि त्यस युगभन्दा पनि पुरानो हो, जसलाई पी. बन्दोपाध्यायले आफ्नो समयका केही पुरातत्ववेत्ताहरूको निष्कर्षको आधारमा निर्धारण गरेका थिए । तन्त्रवादको केही भौतिक र ठोस अवशेष सिंधु सभ्यताको अवशेषमा प्राप्त भएको छ ।

यो कुरो मार्शल र यसको पुष्टि कतिपय विद्वान्हरूले गरेका छन् । वास्तवमा सिंधु सभ्यताको धेरैजसो कला र चित्रलिपी तान्त्रिक कलात्मक वस्तुहरूसँग गहिरो सम्बन्ध थियो भन्ने कुरो विश्वास गर्ने आधार पनि हो । तन्त्रवादको प्राचीनता निर्धारण गर्ने बेलामा कालक्रमको इतिहासमा मात्र भर पर्नु हुँदैन । जनजातिहरूमा अहिले पनि विद्यमान् धेरैजसो विश्वास र प्रथाहरू यस्ता छन् जसलाई तन्त्रवादमा पाउन सकिन्छ । आज पनि यस्ता मानिसहरू छन् जो आफ्ना पूर्खाहरू जस्तै जीवन व्यतीत गरिरहेका छन्, जसले पाँच हजार वर्षअघि सिंधु सभ्यताको नगर निर्माण गरेका थिए । हामीले यही जीवनको आधारमा तन्त्रवादको स्रोत खोज्नु पर्ने हुन्छ । ऐवलानले भनेका छन्, 'वास्तवमा हिन्दुधर्मको लोकप्रचलित र रहस्यमय, दुवै पक्ष व्यवहारिक दृष्टिले मुख्यतया तान्त्रिक हो ।'

शाक्त मत (तन्त्रवाद) ले सामान्य पूर्वीय चिंतनमा गहिरो प्रभाव पार्‍यो । नेपालको काठमाडौंमा मात्र पनि सर्वेक्षण गर्ने हो भने थुप्रै ठाउँमा शक्ति साधना (तान्त्रिक क्रियाहरू) केन्द्र पाउनेछौं । यस्ता साधना पहिले पनि हुने गरेको थियो र आजसम्म पनि हुँदै आएको छ । 'तन्त्र' शब्दको मूल अर्थ हो 'शास्त्र', त्यो शास्त्र जसबाट ज्ञानको विस्तार हुन सक्तछ । 'तन्त्र' शब्दको अर्थ– शास्त्र, सिद्धान्त, अनुष्ठान, विज्ञान, विज्ञान विषयक ग्रन्थ भए पनि लोकव्यवहारमा 'तन्त्र' शब्दको प्रयोग मन्त्र-कीलक-कवचसँग सम्बन्धित साहित्य, रहस्यमय एवं चमत्कारपूर्ण प्रयोग र देवी, भैरव आदि देवताहरूको पूजाका विधि-विधान लेखिएका ग्रन्थहरूको निमित्त गरिएको पाइन्छ । 'तन्त्र' शब्दको अर्को पर्यायवाची शब्द 'आगम' हो । यो शब्द पनि 'तन्त्र' शब्द जत्तिकै प्रसिद्ध छ ।

आगमको पनि व्यापक अर्थ हो 'शास्त्र', त्यो शास्त्र जसबाट अभ्युदय (लोककल्याण) र नि:श्रेयस (मोक्ष) प्राप्त हुन सक्तछ । सृष्टि, देउताहरूको पूजा, सबै सिद्धिहरूलाई प्राप्त गर्ने उपाय, पुरश्चरण, षट्कर्म (मारण, मोहन, वशीकरण, स्तम्भन, विद्वेषण, उच्चाटन), उपाय, ध्यानयोग (अभीष्ट देवताको चिन्तन) यी सात लक्षणहरूले तन्त्र वा आगमका विषयहरूपट्टि सङ्केत गर्दछन् । वेदको वैशिष्ट्य 'ज्ञान' हो भने तन्त्रको वैशिष्ट्य 'क्रिया' हो । क्रिया भएन भने ज्ञान भार मात्र ठहरिन जान्छ । आफूले पाएको ज्ञानलाई क्रियात्मकरूपमा परिणत गर्न सकेमा मात्र सफलता प्राप्त गर्न सकिने हुन्छ । भगवान् शिवका पाँच मुख भएकोले यिनलाई 'पञ्चवक्त्र' वा 'पञ्चमुखी' भन्दछन् । भगवान् शिवका पाँच मुखका शास्त्रीय नामहरू हुन्– ईशान, तत्पुरुष, सद्योजात, वामदेव र अघोर ।

शिवका यिनै पाँच मुखबाट समस्त तन्त्र वा आगमहरूको आविर्भाव भयो । आगमअनुसार महेश्वरका दश भेदप्रधान, अठार भेदाभेदप्रधान र चौसठ्ठी अभेदप्रधान अवस्थाहरूलाई क्रमश: शिवावस्था, रौद्रावस्था र भैरवावस्था भनिन्छन् । शिवको दश भेदप्रधान अवस्थाहरूमा यिनका पाँच

मुखबाट प्रस्फुटित भएका 'कामिक' आदि दश भेदप्रधान आगमहरू 'शैवागम' भनिन्छन्। यिनैका अठार भेदाभेदप्रधान अवस्थाहरू प्रकट भएका ' विजय, निःश्वास' आदि अठार भेदाभेदप्रधान आगमहरू 'रौद्रागम'को नामले प्रसिद्ध छन् । यसैगरी शिवका अभेदप्रधान चौसठ्ठी अवस्थाहरू छन् । शिवको चौसठ्ठी प्रकारका अद्वयप्रधान भैरवावस्थाहरू आविर्भूत भएको बेला नै भैरवागमहरूको आविर्भावको बेला हो । यसबेला सबै किसिमका भेदहरू अस्त भएर अद्वय अवस्था आउँछ ।

शिवको पाँचवटै वक्यहरू अन्तर्लिन भएर परस्पर मिलेपछि आविर्भूत भएका चौसठ्ठी प्रकारका आगमहरू भैरवागमको नामले प्रसिद्ध छन्। यी मूल आगम वा तन्त्रहरू हुन्। सत्ययुगमा वेदप्रतिपादित आचारको, त्रेतायुगमा स्मृतिको, द्वापर युगमा पुराणको र कलियुगमा आगम (तन्त्र) प्रतिपादित आचारको प्रधानता रहन्छ ।

सत्ययुगमा दश वर्ष, त्रेतायुगमा एक वर्ष, द्वापर युगमा एक महिना साधना गरेर पाइएको फल कलियुगमा एक दिन मात्रको साधनाद्वारा पाउन सकिन्छ । कलिमा आध्यात्मिक शक्ति क्षीण भएको पाइन्छ । मानिसहरूमा त्याग, तपस्या, धैर्य आदि अत्यन्त महत्त्वपूर्ण साधनाका आवश्यकताहरू आज समाप्त प्रायः छन्। तान्त्रिक अनुष्ठानहरूमा जातिपातिको भिन्नता, कुनै किसिमको भेदभाव नरहेकोले तन्त्र सार्वभौमिक र सार्ववर्णिक भएर लोकप्रिय हुन गएको हो ।

तर तन्त्रमा अधिकारको विवेचना भने नभएको होइन । गुरुले शिष्यलाई खुब परीक्षा गरेर मात्र साधनाको मार्गमा बढ्ने अधिकार प्रदान गर्दछन्। बिना गुरु कुनै कार्य गर्ने अनुमति तन्त्रले दिँदैन। वामाचारको कति पूजापद्धतिमा त वेदका नै मन्त्रहरूको उच्चारण गर्नुपर्दछ । त्यसकारण तन्त्र वैदिक हो । वैदिक पूजाको साथमा गुप्त-तान्त्रिक पद्धतिको कल्पना गर्नु निराधार होइन । विभिन्न तन्त्रमा प्रतिपादित तथ्यहरू अथर्ववेदमा मात्र होइन, सबभन्दा प्राचीन मानिएको ऋग्वेदमा पनि वर्णित छन् ।

तन्त्रमा वर्णित ज्ञानको पनि प्रमुख विषय हो– परमाद्वैत । तान्त्रिक पूजक आफू देउता नै भएर देउताको पूजा गर्दछ । तन्त्रमा भावको ठूलो महत्व छ। भाव एक मनोदशा हो । जसले 'वीरभाव'को चरमोत्कर्षबाट 'द्वैतभाव' लाई सर्वथा हटाएर आफ्नो उपास्य देवताको सत्तासँग आफ्नो सत्तालाई अभिन्न गराउन सकेको छ, त्यो 'दिव्य' हो, त्यसको मनोदशा 'दिव्यभाव' हो । आचार सात छन्– वेदाचार, वैष्णवाचार, शैवाचार, दक्षिणाचार, वामाचार, सिद्धान्ताचार तथा कौलाचार । आचारहरू पशु, वीर र दिव्य भावसँग सम्बद्ध छन् ।

यिनीहरूमा वेदाचार, वैष्णवाचार, शैवाचार र दक्षिणाचार 'पशुभाव'का निमित्त वामाचार र सिद्धान्ताचार 'वीरभाव' का निमित्त र कौलाचार 'दिव्यभाव' का लागि हो । अद्वैत भावना पूर्ण र शुद्ध भएका साधकको निमित्त शत्रु र मित्रमा, मसान र भवनमा, सुवर्ण र तृष्णामा केही भेद रहँदैन । 'कौल' ले कहिल्यै पनि आफ्नो वास्तविक स्वरूप प्रकट हुन दिँदैन। उसका आचरण पनि सर्वश्रेष्ठ हुन्छ। 'कौल' पनि दुई प्रकारका हुन्छन्– पूर्वकौल र उत्तरकौल । मूलाधार चक्रमा रहेको कुण्डलिनी शक्तिलाई उठाएर 'सहस्रार'मा रहेको शिवतत्वसँग मिलाएर राख्नु नै कुलको प्रमुख लक्ष्य हो । कुलाचारको उपासना पाँच 'मकार' को प्रयोगमा अनुष्ठित छ ।

यी पाँच मकारहरू मद्य, मांस, मत्स्य, मुद्रा र मैथुन हुन् । मद्य बाहिरी 'रक्सी' होइन, ब्रह्मरन्ध्रमा रहेको सहस्रार कमलबाट झर्ने अमृत नै मद्य हो । यो 'खेचरी' मुद्राबाट सिद्ध हुन्छ, त्यही पान गर्ने योगी नै 'मद्यपायी' हो ।

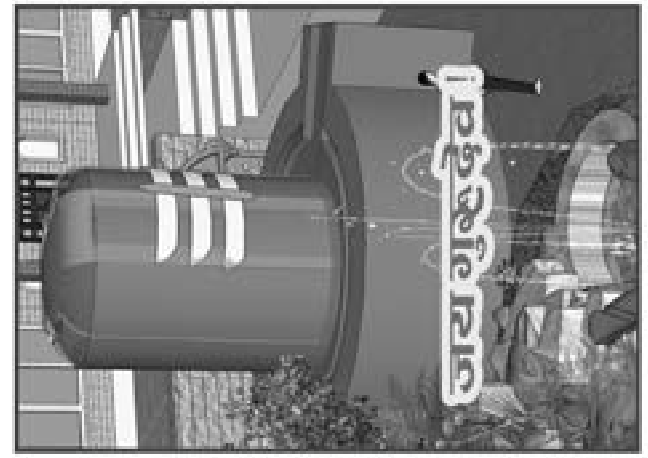
पुण्य-पापरूपी पशुहरूलाई ज्ञानको खड्गले मारेर आफ्नो मनलाई परब्रह्ममा लीन गराउनु 'मांशाहारी' हो भने साधकले शरीरमा रहेको इडा र पिङ्गला नाडीहरूमा पौडी खेल्ने श्वास-प्रश्वास रूपी दुईवटा माछालाई प्राणायामद्वारा सुषुम्णाभित्र लगेर खेलाउनुलाई नै 'मत्स्यहारी' भनिन्छ ।

सत्सङ्गबाट मुक्ति र असत्सङ्गबाट बन्धन हुन्छ, यसकारण असत्सङ्ग त्याग गरी सत्सङ्गमा रहनु नै 'मुद्रा' हो । मूलाधारमा रहेको कुण्डलिनी शक्तिलाई सहस्रारमा रहेको शिवसँग मिलाउनु नै 'मैथुन' हो, शिवशक्तिको सामजस्य हो । यसरी पाँच मकारको प्रयोग 'अन्तर्याग' हो । ब्रह्ममार्ग रहस्य अत्यन्त गोप्य छ ।

कण कणमा गोरख जगाऔँ
रोट महोत्सव सफल पारौँ ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र गोरक्ष निखिल गुरुधाम,

कागेश्वरी मनहरा न.पा. ४ कोलमतेश्वर प्रांगण बागमती किनार



परमपूज्य सद्गुरुदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ एवं परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको परम कृपा, आशीर्वादस्वरूप सि.श.के गुरुधाममा निर्माणाधीन बाह्र ज्योतिर्लिंगसहित वृहत् शिवलिंग ध्यान योग हल ५०x४०x४० को गोलाकारमा निर्माण हलको जगदेखि पिलरसम्म प्रदेश सरकारको बजेटबाट बनिसकेकोले यसै हलको ढलानको बाँकी कार्यको लागि आदरणीय दाताहरूबाट रकम संकलन गरी ढलान गर्नुपर्ने भएकोले सम्पूर्ण साधकसाधिका, भक्तजनहरूलाई गुरुसेवा गर्ने अवसर प्राप्त भएको हुँदा यस्तो दिव्य कार्यमा सम्पूर्ण एकजुट भई सम्पन्न गरौं । यस अवसरबाट कोही नहट्नु, कोही नछुट्नु, अधिकभन्दा अधिक यस कार्यको सफलताको कामना राखेर स्वस्फूर्त रूपमा सहयोग गर्दै अमूल्य तपस्या प्राप्त गरौं ।

निम्न कुरामा दान सहयोग गर्न सक्नु हुनेछ :
१. फलामको रड २. बालुवा ३. गिट्टी ४. ज्याला ५. सिमेन्ट आदि प्रदान गरेर सहयोग गर्न सकिने

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र
गोरक्ष निखिल गुरुधाम
सम्पर्क नं. ९८४१

चाडपर्व

हरितालिका तीज- हाम्रो मौलिक संस्कृति

हरितालिका तीजको पर्वमा महिलाहरू सौभाग्यको निमित्ते व्रत बस्छन् । यो व्रत भाद्र शुक्ल पक्षको तृतीयामा लिइन्छ । स्त्रीहरूको लागि यो सबैभन्दा उत्तम व्रत बताइएको छ । यसबाट अखण्ड सौभाग्य प्राप्त हुन्छ । यस व्रतमा केराको खम्बा गाडिन्छ । धेरै थरिका रङ्गी-विरङ्गी वस्त्रले मण्डपलाई सजाइन्छ । यसदिन उपवास बसी रात्रिमा बालुवाको शिव-पार्वतीको मूर्ति स्थापना गरिन्छ र त्यसमा विशेष पूजा गरिन्छ । यसको फल यो बताइएको छ कि यो व्रत गर्नाले स्त्रीहरू विधवा हुँदैनन् । हरितालिका व्रतको अर्थ हो- हरिता अलिझि अर्थात् जसमा अलि । यो कथा प्रचलित छ कि हिमालय पर्वतकी पुत्री पार्वतीले बाल्यकालदेखि नै श्रीमहादेव पति पाऊँ भनी धेरै कठोर तपको शुरुआत गर्नुभएको थियो । उहाँ सोह्र वर्षसम्म धुवाँ मात्र पिएर बस्नु भयो र चौसट्ठी वर्षसम्म सुकेका पातहरू मात्रै खानुभयो । पार्वतीको यस तपलाई देखेर उनका पिता ज्यादै चिन्तित हुनु भएको बेला नारदजी आउनु भयो र उहाँले उक्त कन्याको लागि विष्णु भगवान्लाई छोडेर अरू कुनै वर हुन सक्दैन, उहाँलाई देऊ भन्दा पार्वतीका पिताले सहमति जनाउनुभयो र विष्णुसँग विवाह गरिदिन हिमालयले निश्चय गर्नुभयो । यो समाचार पार्वतीले सुन्नुभयो । उहाँलाई धेरै दु:ख लाग्यो । उहाँ मूर्छा भएर लड्नुभयो । उहाँले आफ्ना सखीहरूलाई महादेवबाहेक अरू कसैसँग बिहे नगर्ने बताउनु भयो । पार्वतीलाई सखीहरूले भने- हिँड यस्तो ठाउँमा भागौं जुन ठाउँको बारेमा तिम्रो पितालाई थाहा हुन नसकोस् । साथीहरूले पार्वतीलाई यस्तो ठाउँमा लिएर गए जहाँ उहाँलाई कसैले खोज्न सकेन । हिमवानले आफ्नी कन्या हराएको कुरा थाहा पाएपछि खोजी शुरु भयो । उहाँले भन्ठान्नु भयो कि पार्वतीलाई सिंह वा भालुले खाए होलान् । यता पार्वती भाग्दै भाग्दै एउटा खोलामा पुग्नु भयो । त्यहाँ एउटा गुफा थियो । अन्न-जल नखाई त्यही खोलाको छेउमा बालुवाको मूर्ति बनाएर पार्वतीले शिवजीको आराधना आरम्भ गर्नुभयो । त्यसदिन श्रावन शुक्ल तृतीयाको दिन थियो । महादेवको समाधि यस आराधनाद्वारा भङ्ग भयो र उहाँ पार्वतीको अगाडि प्रकट भएर सोध्नुभयो- के चाहन्छ्यौ ? पार्वतीले भन्नुभयो- यदि हजुर खुशी हुनुहुन्छ भने म सँग बिहे गर्नुहोस् । शिवजी एवमस्तु भनेर कैलाशमा जानुभयो ।

केही बेरपछि जब हिमवान त्यहाँ पुग्नुभयो । उहाँले आफ्नी कन्यालाई खोलाको छेउमा देख्नुभयो तब पार्वतीलाई काखमा राखी सोध्नुभयो- तिमी यो ठाउँमा कसरी आयौ । पार्वतीले भन्नुभयो- जब मैले सुनें कि तपाईंले मेरो विवाह विष्णुसँग गर्न लाग्दै हुनुहुन्छ तब म भागेर आएँ किनकि म विष्णुसँग बिहे गर्न चाहन्न । यदि तपाईं मेरो बिहे महादेवसँग गरी दिनुहुन्छ भने म घर फर्किन्छु अन्यथा फर्किन्न । हिमवानले पार्वतीको कुरा स्वीकार गरी पार्वतीलाई महादेवसँग विवाह गरी दिनुभयो ।

भविष्यपुराणअनुसार हिमालय पर्वतले छोरी पार्वती विष्णुलाई दिन लागे भन्ने कुरा आफ्ना सखीहरूबाट थाहा पाएपछि दिक्दार भएर बसेकी पार्वतीलाई सखीहरूले हरेर लगेको हुनाले यस पर्वको नाम हरितालिका भएको हो । यो व्रत सनातन वैदिक धर्मावलम्बी हिन्दु महिलाहरूले लिन्छन् । अन्य जातिका स्त्रीहरूले पनि लिएका देखिन्छन् ।

महिला समुदायमा तीज व्रत

नेपाली महिलाहरू जतिको व्रत बस्ने सायदै अरू होलान् । जति व्रत बस्यो त्यति श्रीमान् दीर्घायु हुने नेपाली महिलाहरूको मान्यता रहेको पाइन्छ । व्रत बस्ने अवधिलाई हेर्ने हो भने वर्षमा १२५ दिनसम्म पनि व्रत बसेको पाइन्छ । श्रीमान् तथा सन्तानको सुस्वास्थ्यलाई दृष्टिगत गरी बसिने व्रतमध्ये श्रीमान्को आरोग्यता, दीर्घजीवन र अविवाहितहरूले स्वस्थ, सुन्दर र समझदार पति पाउनका लागि बसिने व्रत हरितालिका तीजमा सबैभन्दा अधिक हुन्छ । यो व्रत माता पार्वतीको भक्ति र अभ्यर्थनामा बस्ने गरिन्छ । माता पार्वतीको कृपा, आशीर्वादस्वरूप भगवान् शिवजस्तै पति पाउन लालायित महिलाहरू यस दिन २४ घण्टा निर्जल उपबास बस्दछन् । यस्तो कठिन र संयमित भएर बस्नु पर्ने व्रत बसेर महिलाहरू माता पार्वतीलाई प्रसन्न पारेर आशीर्वादको भागी बन्नेमा विश्वस्त हुन्छन् । एक थोपा पानी पनि नखाई बसिने यस्तो व्रत विवाहित र अविवाहित महिलाहरू जतिसुकै कठिन भए पनि बस्न रुचाउँछन् । व्रत अवधिमा रातभरि दीयो बाल्ने परम्परा रहेको छ जसले आफ्नो पति र सम्पूर्ण परिवारलाई दीर्घायु प्रदान गर्दछ भन्ने विश्वास रहेको छ । भनिन्छ, माता पार्वतीले शिवजीलाई पति रूपमा पाउन १०८ पटक जन्म लिएर आउनुभयो र तपस्या गर्नुभयो । १०७ पटकसम्मको आफ्नो तपस्याले पतिरूपमा शिवजीलाई प्राप्त गर्न नसकेपछि उहाँले १०८ औं जन्म लिनु परेको थियो । यसै जन्ममा माता पार्वतीले शिवजीलाई पतिरूपमा वरण गर्ने सौभाग्य पाउनु भएकोले यो दिन अति नै पुनीत दिनको रूपमा लिइन्छ र माता पार्वती स्वयंको यस दिनलाई महिलाहरूका लागि अति नै पावन दिन भएको र यसदिन भगवान् शिवको पूजा अर्चना र व्रत बस्ने महिलाहरूले सुखमय वैवाहिक जीवन बिताउन पाउने वचन पाइन्छ ।

विवाह गरी आफ्नो (लोग्नेका) घर गएका छोरी-चेलीलाई तीज मान्न माइती घरमा बोलाउने चलन छ । तीजको शुभारम्भ द्वितीयाका दिन विभिन्न परिकारका खाद्य सामग्री, मिष्ठान्न भोजन तयार गरी सबै छोरी-चेली जम्मा भई दर खाने र खुवाउने गर्दछन् । तृतीयाका दिनमा बिहान सबेरै स्नान गरी शुद्ध पवित्र भई निराहार व्रत बस्दछन् । दिनमा शिव मन्दिर, देवालयमा जम्मा भएर नाचगान गर्दछन् । तीज मर्म धार्मिक पर्व मनोरञ्जनसँग जोडिएको हुन्छ तापनि छोरी-चेलीहरूले वर्षभरि भोगेका दु:खसुखलाई तीजको गीतका रूपमा उतार्दै नाचेर मनोरञ्जन गर्दछन् । विवाहिता महिला प्राय: रातो पहिरन र गहनाले सजिएका हुन्छन् भने कन्याहरू पनि व्रत र नाचगानमा साथ दिइरहेका हुन्छन् । तीजमा लिएको यस निराहार व्रतका प्रभावले जन्म जन्मान्तरको पाप नाश भई पतिको आयु बढ्ने र कन्याले योग्य वर पाउने विश्वास गरिन्छ । तीजका दिन बेलुकी व्रतालुले शिवजी र कन्याको पूजा गरी फलाहार गर्दछन् । पञ्चमीको दिन सप्तर्षी पूजन गर्नुपर्ने भएकोले बिहान सबेरै प्रत्येक दिनको हिसाबले वर्षभरि (एक वर्षमा ३६५ दिन हुने भएकोले) को ३६५ पटक दतिवनद्वारा दाँत माझेर ३६५ पटक माटो र पानीले स्नान गरी पञ्चगव्य सेवन गर्नु पर्दछ । यस पञ्चमीलाई ऋषिपञ्चमी भनिन्छ । ऋषिपञ्चमीमा गौतम, भरद्वाज, वशिष्ठ, अत्रि, जमदग्नि, कश्यप र विश्वामित्र गरी सातजना ऋषिको पूजन गरिन्छ । साथमा अरून्धतीको पूजा गरी सौभाग्यका सामान चढाइन्छ । वर्षभर महिनावारी (रजस्वला) को समयमा नारीबाट कुनै त्रुटि भएको भए पञ्चमी पूजा गर्नाले पापबाट मुक्ति पाइन्छ भन्ने विश्वास गरिन्छ । रजस्वला भएकी नारीलाई पहिलो दिन चाण्डाल्नी, दोस्रो दिन ब्रह्मघातिनी, तेस्रो दिन धोबिनी र चौथो दिन स्नान गरेपश्चात् शुद्ध मान्ने गरिन्छ ।

उहिले विदर्भ देशमा उत्तङ नामका ब्राह्मणका एक छोरा र एक छोरी थिए, छोरो सानै उमेरमा वेदमा पारंगत भयो, छोरी पूर्वजन्मको पापले सानै उमेरमा विधवा भइन् । अचानक छोरीको शरीरभरि खटिरा आएर कीरा परेछ । यस्तो वज्रपात किन भयो भनी विचार गर्दा अघिल्लो जन्ममा रजस्वला हुँदा छुवाछुत गर्ने, ऋषिपञ्चमी व्रतको अपहेलना गर्ने, तर पञ्चमी पूजा गरेको भने हेर्ने गरेको थाहा पाए । पूजा हेरेको पुण्यले उसको जन्म ब्राह्मण परिवारमा भएछ । यो थाहा पाई मातापिताले पञ्चमी व्रत गराए, तब उनी पाप मुक्त भइन् ।

पर्वतराज हिमालयकी पुत्री पार्वतीले महादेव पति पाउन कठोर व्रत, पूजा, आराधना गर्दै रहेकी थिइन् । यस्तैमा एकदिन नारदको सल्लाहअनुसार भगवान् श्रीविष्णुसँग पार्वतीको विवाह गरिदिने कुरा चलेको पार्वतीले थाहा पाई आफ्ना सखीहरूका साथ एकान्तमा गई लुकिन् । आलिका नाम गरेकी सखी (साथी) ले पार्वतीलाई भगाएर लुकाउन लगेकी हुँदा हरत + आलिका = हरितालिका, आलिकाले हरण गरेको हुँदा यस पर्वलाई हरितालिका तीज भन्ने गरिएको हो जुन कुरा पौराणिक कथाहरूमा पाइन्छ ।

तीजको अघिल्लो दिनलाई दर खाने दिनको रूपमा लिइन्छ । यस दिन महिलाहरू १६ शृंगारमा सजिएर जम्मा हुन्छन् र भक्तिपरक तीज गीतमा नाच्न थाल्छन् । यसैबीच मीठा मीठा परिकारहरू पस्किने गरिन्छ । यसलाई दर भनिन्छ र यसबेला ठूलो भोजको आयोजना भएको हुन्छ । तर यस भोजलाई भने पुरुष मित्रहरूले व्यवस्था गरिदिने प्रचलन छ । महिलाहरू जसले वर्षभरि कडा मेहनत गर्छन्, यस दिन कार्यबाट मुक्त हुन्छन् । महिलाहरू आफूलाई सोह्र शृंगारमा बाँध्छन्, मीठा मीठा खान्छन् र नृत्यमा रमाउँछन् । महिलाहरूलाई यस दिन दाजुभाइहरूले दरका लागि निम्तो पनि दिने गर्छन् । तीज व्रत नै वर्षमा एकदिन यस्तो दिन हो जसले महिलालाई पूर्ण स्वतन्त्रता दिएको आभास हुन्छ । यस दिन गीतको बोलमा महिलाहरू आफ्ना विरह, वेदना र कुण्ठालाई पोख्छन्, सामाजिक विकृतिलाई उपहास गर्छन् र महिलामाथिको अन्याय, अत्याचारको खुलेर वकालत गर्छन् ।

ऋषिपञ्चमी

भाद्रपद शुक्लपक्षको पञ्चमी ‘ऋषिपञ्चमी’ नामले चिनिन्छ। यस दिनको व्रतलाई ‘ऋषिपञ्चमी व्रत’ भनिन्छ। यो व्रत ज्ञात, अज्ञात पाप मुक्तिका लागि गरिन्छ। त्यसैले स्त्री पुरुष दुवैले यो व्रत लिन सक्दछन् । स्त्रीहरू रजस्वला (महिनावारी) भएको अवस्थामा घरमा सामानहरू प्राय: स्पर्श हुन्छन् । तसर्थ यस पापबाट मुक्ति प्राप्तिको लागि उनीहरू यो व्रत बस्दछन्। यस व्रतमा सप्तर्षिलगायत अरून्धतीको पूजन हुनाले यसलाई ऋषिपञ्चमी भनिन्छ।

व्रत विधान (व्रत बस्ने तरीका): यस दिन व्रतालुले बिहानदेखि मध्याह्नसम्म उपवास बसी, मध्याह्नको समयमा कुनै नदी वा तलाउमा जानुपर्छ। त्यहाँ अपामार्गको दतिवनले दाँत माझेर, शरीरमा माटो लगाएर स्नान गर्नुपर्छ । यसपछि पञ्चगव्य पिउनुपर्छ। त्यसपछि घर आएर गोबरले पूजा स्थान, आँगन लिप्नुपर्दछ। अनेक रङबाट ‘सर्वतोभद्रमण्डल’ बनाएर त्यसमा माटो वा तामाको छड स्थापित गरेर त्यसलाई वस्त्रले सिङ्गारेर त्यसमाथि तामा अथवा माटोको भाँडामा जौ भरेर राख्नुपर्दछ । पञ्चरत्न, फूल, धूप अनि अक्षता आदिले पूजा गर्नुपर्दछ र यसरी सङ्कल्प गर्नुपर्दछ ।

अमुकगोत्रा, अमुकीदेवी अहं मम आत्मनो रजस्वलावस्थायां गृह भाण्डादिस्पर्शदोषपरिहारार्थ अरुन्धतीसहितसप्तर्षिपूजनं करिष्ये ।

कलशको नजिकै अष्टदल कमल बनाएर त्यसमा कश्यप अत्रि, भारद्वाज, विश्वामित्र, गौतम, जमदग्नि तथा वशिष्ठ- यी सप्तर्षिहरू र वशिष्ठ पत्नी देवी अरून्धतीको षोडशोपचारपूर्वक पूजन गर्नुपर्दछ। यस दिन प्राय: दही अनि चामल खाइन्छ। नुनको प्रयोग वर्जित छ। दिनमा एक छाक मात्र भोजन गर्नुपर्दछ। कलश आदि पुजन सामाग्रीहरू ब्राह्मणलाई दान दिनुपर्दछ। पूजनपछि ब्राह्मणलाई भोजन गराएपछि मात्र प्रसाद लिनुपर्दछ।

कथा: सत्ययुगमा श्येनजित् नाम गरेका एक राजा राज्य गर्दथे । उनको राज्यमा सुमित्र नाम गरेका एक ब्राह्मण बस्दथे जो वेदका विद्वान् थिए। सुमित्र खेतीपातीबाट आफ्नो र परिवारको जीविका चलाउँदथे । उनकी पत्नी जयश्री सती, साध्वी अनि पतिव्रता थिइन्। एकपटक रजस्वला भएको बेलामा उनले अन्जानमा घरको सम्पूर्ण काम गरिन्, साथै पतिलाई पनि स्पर्श गरिन् । दैवभोगबाट पति-पत्नीको शरीरपात एक साथ भयो । रजस्वला अवस्थामा स्पर्शास्पर्शको ख्याल नगरेकाले स्त्रीले कुकुर्नी अनि पतिले गोरुको योनी प्राप्त गरे । तर पूर्वजन्ममा गरेको अनेक धार्मिक कर्मको कारण उनीहरूलाई ज्ञान भयो। संयोगवश यस जन्ममा पनि उनीहरू साथ-साथ आफ्नै घरमा आफ्नो छोरा अनि बुहारीको साथ बस्दथे। ब्राह्मणको पुत्रको नाम सुमति थियो। उनी पनि पिताजस्तै वेदका विद्वान् थिए। पितृपक्षमा उनले आफ्ना माता-पिताको श्राद्ध गर्ने उद्देश्यले पत्नीलाई खीर बनाउन लगाई ब्राह्मणहरूलाई निमन्त्रणा दिए। त्यहाँ एउटा सर्पले आएर त्यो खीरलाई विषालु बनाइदियो। कुकुर्नी बनेकी ब्राह्मणीले यो सबै देखिरहेकी थिइन्। उनले सोचिन् कि यदि यो खीर ब्राह्मणहरूले खाए भने त विषको प्रभावले ब्राह्मणहरू मर्दछन्, अनि सुमतिलाई पाप लाग्नेछ। यस्तो सोचेर उनले सुमतिको पत्नीको छेउमा गएर त्यो खीर खाइदिइन्। यो देखेर सुमतिकी पत्नी एकदमै रिसाइन् र चुल्होबाट लट्ठी निकालेर उक्त कुकुर्नीलाई पिटिन्। त्यस दिन उसलाई खान पनि दिइनन्। राति भएपछि कुकुर्नीले गोरुलाई सबै घटना बताइन्। गोरुले भने कि आज त मलाई पनि केही खान दिएनन् जबकि मबाट दिनभर काम लिए। सुमति हाम्रो श्राद्ध गरिरहेको छ र हामीलाई नै भोकै राखेको छ। यसरी हामी भोकै रहनाले त यो श्राद्ध व्यर्थ हुन्छ। सुमति ढोकामा अडिएर कुकुर्नी र गोरुको कुरा सुनिरहेको थियो। ऊ पशुको बोली बुझ्दथ्यो। उसलाई यो रहस्य थाहा पाएर धेरै दु:ख लाग्यो कि मेरा माता-पिता यस्तो योनिमा हुनुहुन्छ। ऊ दौडँदै एउटा ऋषिको आश्रममा गयो अनि उसले आफ्ना माता-पिताले पशु योनी पाउनाको कारण र त्यसबाट मुक्तिको कारण सोध्यो। ऋषिले ध्यान अनि योगबलबाट सबै कुरा बताउनुभयो। ऋषिले सुमतिसँग भने कि तिमीहरू पति-पत्नी भाद्रपद शुक्लपञ्चमीमा ऋषि पञ्चमीको व्रत गर र त्यस दिन गोरुद्वारा जोतिएको उब्जेको कुनै पनि अन्न नखानु। यस व्रतको प्रभावले तिमीहरूका माता-पिताले मुक्ति पाउनुहुनेछ। मातृ-पितृभक्त सुमतिले ऋषिपञ्चमीको व्रत गरे जसको प्रभावबाट उनका माता-पितालाई पशु योनीबाट मुक्ति मिल्यो। यो व्रत शरीरद्वारा अशौचावस्थामा भएको स्पर्शास्पर्श तथा अन्य पापको प्रायश्चितको रूपमा गरिन्छ। यस व्रतबाट स्त्रीहरूको रजस्वला अवस्थामा स्पर्शास्पर्शको विचार राख्ने शिक्षा लिनुपर्दछ। साथै पुरुषहरूले पनि यस बेलामा संयमपूर्वक रहनुपर्दछ।

हार्दिक आमन्त्रण

तीज तथा ऋषिपूजन कार्यक्रम

परमपूज्य सद्‌गुरुदेवको कृपा, आशीर्वादस्वरूप सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले प्रत्येक वर्ष हरितालिका तीजको अवसरमा सम्पन्न गर्दै आइरहेको हरितालिका तीज तथा ऋषि पञ्चमीको पावन अवसरमा हुने सप्तर्षि पूजन कार्यक्रममा सम्पूर्ण दिदी बहिनीहरूलाई आफ्ना इष्टमित्र, आफन्तजनका साथ हार्दिक आमन्त्रण गर्दछौँ ।

मिति : वि.सं. २०८२ भाद्र १० गते तीज पूजन,
वि.सं. २०८२ भाद्र १२ गते ऋषिपञ्चमी पूजन

समय : बिहान १० बजे

साथै यही भाद्र २ गते सोमबार दर खुवाउने कार्यक्रम (समय दिउँसो २ बजेदेखि) सम्पन्न हुनेछ। सम्पूर्ण दिदी-बहिनीहरुलाई दर कार्यक्रममा हार्दिक आमन्त्रण गर्दछौँ।

स्थान : बसुन्धरा आश्रम

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र
बसुन्धरा, फोन नं. ०१-४९८९१५४

भक्त गोवर्धन

विशालपुरीमा गोवर्धन नामका एक नवयुवक पंडित बस्दथे । ब्राह्मण सदाचारी, विद्वान्, तर्कशील र केही विद्याभिमानी थिए । उनकी पत्नी पनि बडो साध्वी थिई । उसमा भगवान्को विश्वास र भक्ति थियो । पति-पत्नीमा पवित्र प्रेम थियो । घर त्यत्तिको सम्पन्न नभएता पनि दुवै खुब सुखी थिए । उनीहरू कहाँ कहिलेकाहीं एक विरक्त महात्मा आउने गर्दथे । गोवर्धनका बाबु महात्मा साह्रै भक्त थिए । उनले उनको ठूलो सेवा गरेका थिए । उनको बाहिरि भेष भुषाको अनुकरण गरेर होइन कि उनले देखाएको पवित्र मार्गको अनुशरणद्वारा नै महात्मालाई सच्चा सेवा गरेको हुन्थ्यो । गोवर्धनका बाबु यस्तै श्रेष्ठ सेवक थिए । उनैको सम्बन्धले महात्मा कहिलेकाहीं उनीहरूको घरमा पाल्नु हुने कृपा गर्नुहुन्थ्यो । धेरै दिन यतादेखि महात्मा पाल्नुभएको थिएन । गोविन्दको छिमेकी नन्द राय साह्रै असदाचारी र कुमार्गगामी थियो । ऊ गोवर्धनलाई देखेर डाहा गर्दथ्यो र उनलाई पनि आफू सरह बनाउन चाहन्थ्यो, तर बीच बीचमा महात्माको सङ्गत पाइरहँदा गो वर्धनको चित्तवृत्तिमा मलीनताको छाप पर्दैनथ्यो र त्यसैले छिमेकी नन्द रायको केही चल्दैनथ्यो ।

यता वर्षौंसम्म महात्माको सङ्गत छुट्यो । गोवर्धन सदाचारी विद्वान् त थिए, तर भजन परायण थिएनन् । उनमा तर्क बढी र भक्ति कम थियो । तापनि महात्माको सङ्गतका प्रभावले उनका भित्रका काम-क्रोधादि दोषहरू दबिरहन्थे । तर सत्सङ्ग छुट्नाले र नन्द रायको कुसङ्गगत पाउनले उनका दबेका दोषहरू प्रबल रूपमा फुटेर आए । गोबर्धन बिस्तारै बिस्तारै जँड्याहा, जुवाडे र व्यभिचारी हुन पुगे । बिचरी पत्नी धेरै दुःखी थिई । उनको मनमा ठूलो सन्ताप थियो । भगवान्मा विश्वास थियो । उसले एकदिन दुःखी भावले मनमनै रूँदै भगवान्सँग प्रार्थना गरी-

'भगवान् ! मेरा पतिदेव कुसङ्गतमा परिसके । महात्मा यहाँ लामो समयदेखि पाल्नुभएको छैन । तपाईं दीनबन्धु हुनुहुन्छ । म दुःखीनी अबलालाई दया गर्नुहोस् । महात्मालाई यहाँ पठाइदिनुहोस् र मेरो लोग्नेको जीवन सुधारिदिनुहोस् । तपाईं सर्वसमर्थ हुनुहुन्छ, कृपासागर हुनुहुन्छ र जीव मात्रको सहृत हुनुहुन्छ र तपाईंलाई सबै जीवहरुको सुहृत मान्ने लाई तुरून्त शान्ति प्राप्ति हुन्छ भनी तपाईंले स्वयं भन्नुभएको छ । (सुहृदं सर्वभूतानां ज्ञात्वा मां शान्तिमृच्छति) प्रभु ! म तपाईलाई सुहृत मान्दछु । तपाईं मलाई शान्ति प्रदान गर्नुहोस् । 'भगवान् सच्चा पुकार तुरून्त सुन्नुहुन्छ । पुरुष, स्त्री, ब्राह्मण, चण्डाल, पंडित, मूर्ख जोसुकैले जुनसुकै बेला दुःखी भएर सच्चा हृदयले उहाँलाई पुकारेमा भगवान् तुरून्त सुन्नुहुन्छ र त्यसको मनःकामना सफल पार्नुहुन्छ ।' यो त हाम्रो दुर्भाग्य हो कि यस्ता सदासर्वदा साथमा रहने सर्वशक्तिमान् सुहृदयमाथि विश्वास नगरी नश्वर भोगहरू र स्वार्थी जगतका सम्बन्धहरूमा विश्वास गर्दछौं र सङ्कटको समयमा मात्र उनको सामुन्ने दुःखी मनले बिन्ती गरी निराशा र तिरस्कारको विषालु सर्पलाई हृदयको घर बनाउँदछौं ।

महात्मा समाधिस्थ अवस्थामा धेरै टाढा नदीतटमा एकान्तबास गर्नुहुन्थ्यो । अकस्मात् उहाँलाई आफ्नो सेवकका छोरा गोबर्धनको सम्झना भयो । उहाँको हृदय अशान्त भयो- 'म धेरै दिनदेखि विशालपुरी गएको छैन । गोबर्धनको कस्तो स्थिति होला, थाहा छैन । कहीं ऊ कुसङ्गतको शिकार त बनेन । नभए मेरो मनमा बारम्बार उसको लागि किन व्याकुलता भइरहेको छ ? महात्माको मनमा जगत्को सत्ताको सर्वथा अभाव भइसकेको थियो । अब द्रष्टा पनि हरायो बाँकी रहेको थियो त्यही जो छ । ऊ के हो र कस्तो छ, कसरी बताउने ? न कुनै जान्न योग्य छ, न त जान्ने नै बस, त्यसैमा एकात्मता प्राप्त गरेर महात्मा निर्विकल्प समाधिमा रहनुभएको थियो । त्यसदिन अकस्मात् उहाँको समाधि टुट्यो र गोबर्धनको सम्झना भयो । सम्झना पनि यस्तो जसलाई बिर्सेर बिर्सन सकिन्न । मानौं, कुनै आसक्तिवश केही भइरहेको थियो । सत्यसंकल्प सर्वनियन्ता भगवान्कै प्रेरणा थियो, किनकि गोबर्धनको साध्वी पत्नीले महात्मालाई पठाइदिएर आफ्ना पतिको जीवन सुधार्न भगवान्सँग प्रार्थना गरेकी थिइन् ।

निपुण लक्ष्यभेदीको वाण सोझै निशानातिर गए जस्तै महात्मा सीधा विशालपुरीतर्फ लाग्नुभयो । उहाँ विशालपुरी पुग्नुभयो । त्यसबेलाआधा रात बितिसकेको थियो । सिद्ध महात्माको सर्वज्ञ दृष्टिले त्यसबेला गोबर्धनलाई शहरको उत्तरतिर बसेको टोलमा बसेको मायावती वेश्याको घरमा देखिहाल्यो । उहाँ सोझै त्यहीं पुग्नुभयो । बाहिरको ढोका खुला थियो । भित्र पसेर उहाँले कोठाको द्वारमा ट्वाक-ट्वाक गर्नुभयो र भन्नुभयो- 'गोबर्धन ! ढोका खोल ।' गोबर्धन त्यसबेला रक्सीको नशामा चूर भएर आफैलाई बिर्सेर बसेको थियो, पराधीन थियो, सर्वथा बहिर्मुख भइरहेको थियो, तर महात्माका सिद्ध शब्दहरूको बेवास्ता गर्न उसले सकेन । उसलाई रोक्न वेश्याले पनि साहस गर्न सकिनन् । गोबर्धनले ढोका खोल्ने बित्तिकै आफ्नो सामुन्ने एउटा परम तेजःपुञ्ज, जटाधारी महात्मा उभिएको देख्यो । उहाँको शरीर र आँखाबाट एउटा स्निग्ध, सुशीलता र तेजिलो अमृतको धारा निक्लिरहेको थियो । पहिले त गोवर्धनलाई केही डरजस्तो लाग्यो, भ्रान्ति भयो र मनमा केही उद्वेग उठ्यो, तर तुरून्तै उसले महात्मालाई चिन्यो । उसको सबै नशा उत्रियो । ऊ चिच्याएर चरणमा पऱ्यो ।

सन्त र भगवान्को कृपाबाट के हुँदैन ? भयंकर दुराचारी पनि चुट्कीमा साधु-शिरोमणि बन्न सक्दछ । ओ सीधा मानिस ! तँ कत्रो विकट भ्रमको भमरीमा फँसिरहेको छस् । संसारका पदार्थहरूमा सुख छ- यो कस्तो असत्य मृगतृष्णाको विश्वास हो । बारम्बार ठक्कर खान्छस्, निराश हुन्छस्, पछारिन्छस् र चोट पाउँछस्, तैपनि मोहवश उनैतिर नै दौडी दौडी जान्छस् ।

मायावती पनि ढोकाको नजिक उभिएकी थिई । महात्माको अमोघ दर्शनको प्रभाव थियो, उसको हृदय पनि पग्लन थाल्यो । जीवनभरका सबै पापहरू मानौं त्यस क्षणमा रुपधारण गरेर उसको अगाडि उभिए । ऊ काँपी । हृदयमा पश्यात्तापको प्रचण्ड आगो दन्कन थाल्यो । सारा पापको थुप्रो जलेर भस्म भयो । हृदयको भावरुपी नौनी पग्ल्यो र आँसुको धाराको रूपमा त्यो आँखाबाट बग्न थाल्यो । उसको हृदय शुद्ध भएको मानियोस् वा नमानियोस् सो थाहा नभए पनि ऊ पनि अगाडि सरेर महात्माका पाउमा परी र आँखामा जलधाराहरूबाट उनका पवित्र पदकमलहरूलाई पखाल्न थाली । महात्माको वरदहस्त उठ्यो महात्मा निहुरे । वरदहस्तले दुवैका मस्तकलाई छोयो र बोले- 'बाबुहरू हो ! उठ, नडराऊ । भगवान्का कृपाशक्तिको सामुन्ने तिम्रा पापहरूको के जोर चल्छ ? जतिसुकै बाक्लो, गहिरो र धेरै पुरानो अन्धकार भएता पनि प्रकाश पर्नासाथ त्यो लुक्दछ । त्यहाँ सूर्य उदय भयो भने अन्धकारले कहीं लुक्ने ठाउँ पनि पाउँदैन । भगवान्को कृपा कहिल्यै नअस्ताउने प्रचण्ड तथा सशीलत प्रकाशमय सूर्य हो । पापान्धकारमा कत्ति पो ताकत छ जो क्षणभर पनि उसको सामुन्ने टिक्न सकोस् । म भगवान्को अगुलनीय कृपाशक्तिको प्रेरणाबाट नै मध्यरातमा यहाँ आएको हुँ । तिमी दुवै पवित्र भयौ । उठ ! भगवान्को भजन गर र जन्म तथा जीवनलाई सफल पार । दुवै उठेर हात जोडे र कठपुतलीसरह सामुन्ने उभिए । दुवैका आँखाबाट आँसु झरिरहेका थिए ।

महात्माले भने- 'गोवर्धन ! तिमी घर जाऊ र आफ्नी साध्वी पत्नीलाई सान्त्वना देऊ । आजदेखि मायावती तिम्री गुरुबहिनी भई । यसलाई आफ्नो सहोदर बहिनी मान । यो अब कावेरीको किनारमा गएर भगवान्को भजन गर्ली । कुनै कुसङ्गतमा परेर यो यस हालतमा पुगी । तिम्रा बाबु मेरा असाध्यै आज्ञाकारी थिए । सन्त थिए र भगवत्प्राप्त पुरुष थिए । उनका शुभसंकारहरू तिमी भित्र थिए तर तिमीले विद्याको अभिमानले गर्दा भगवान्को भक्ति गरेनौ । तर्कको ताकतमा केवल जगत्को अस्तित्वको खण्डन मात्र गरिरह्यौ । तिमीले मायाधीश्वर सच्चिदानन्द भगवान्लाई पनि मायाको नै कार्य बनायौ । त्यसैले तिमी माझी नभएको नाउ सरह यस पाप समुद्रमा डुब्यौ । जो अतुलशक्ति भगवान्को सहारा नलिएर आफ्ना चार अक्षरहरूको दौड्ने उफ्रने गर्दछन्, तिनले उल्टो आफैले च्यापुले माटो खानुपर्दछ । त्यस्ताको पतन नै हुन्छ । अन्धकारको प्रवेश त्यही हुन्छ, जहाँ प्रकाश हुँदैन । पहिले नै भगवान्को भरोसाको दिव्य रसिलो ज्योति बालिनु पर्दछ र अडिग विश्वासको शुद्ध स्नेहबाट सेचन गर्दै त्यो सधैं जस्ताको तस्तै प्रज्वलित राखियो भने त्यहाँ कहिल्यै पापान्धकारको प्रवेश हुनै सक्दैन । पाप नभए ताप पनि हुँदैन । चोर डाकूहरूको प्रवेश अँध्यारोमा नै हुने गर्दछ ।'

'तिमी त आज नि भगवान्लाई स्वीकार्दैनौ र उनको शरण पनि पर्दैनौ । तर तिम्री स्वास्नी धेरै भक्तिमती छ । उसको भगवान्माथि अटल विश्वास छ । उसको विश्वासयुक्त दुःखी पुकारले भगवान्को आसन हल्लायो र भगवान्को प्रेरणाले नै आसनबाट उठे । म यहाँ आएँ । त्यसैले त तिमी दुवैको हृदयमा लामो समयदेखि पोषित अनाचार र दुराचारको रास पनि सूर्यको प्रखर प्रकाशबाट अन्धकारको थुप्रो मेटिए झैं यति चाँडै मेटियो । भगवान् प्राप्त भएमा पापहरू नष्ट हुन्छन् । यसमा त भन्नु नै के छ र ! भगवान् लाई पाउने इच्छाले नै पापहरूलाई जलाइदिन्छ । आज मसँग आएको भगवान्को प्रेरणा अघटित दर्शन पाएर नै तिमी कृतार्थ भयौ । यो भगवान्को अनन्त कृपाको दिग्दर्शन हो । यस कृपा प्राप्तिको कारण हो- तिम्री साध्वी पत्नी । तिमीले भगवान्लाई पुकारेनौ । तर तिम्री स्वास्नीले विश्वासपूर्ण पुकार गरी । उसको इच्छा थियो- दीनबन्धु भगवान् कृपा गरेर मबाट तिम्रो सुधार गरून् । त्यही भयो । म त समाधिस्थ थिएँ । यहाँ किन आउथें ? साध्वी ब्राह्मणीद्वारा वशीकृत भगवान् को कृपाशक्तिले जगाएर मलाई यता पठायो । सच्चा, आत्मीय, आफन्त, बन्धु र प्रिय तिनै हुन् जो आफ्ना आत्मीय, आफन्त, बन्धु र प्रियलाई कुमार्गबाट हटाएर विषय विषको मदिराको विषालु नशाबाट छुटाएर भगवान्को बाटोमा लागाउँदछन् र भगवान्सँग काँतर प्रार्थना गरेर उनलाई भगवत्प्रेमको अमृतधाराको पान गराउँदछन् । तिम्री स्वास्नी धन्य छ र तिमी पनि धन्य छौ । जो यस्ती पत्नीको पति हुने सौभाग्य तिमीले पाएका छौ । सावित्रीले यमराजको एक पासोबाट आफ्ना स्वामी सत्यवान्लाई छुटाएकी थिइन्, तर तिम्री साध्वी श्रीमतीले तिमीलाई अनेकौं मृत्युहरूबाट जोगायो । साध्वी स्वास्नी के गर्न सक्दैनन् ?

यी मायावती पूर्वजन्ममा ठूली भक्तिनी थिई । यहाँ पनि पवित्र ब्राह्मण कुलमा यसको जन्म भयो तर आमाबाबु र लोग्ने परलोकबासी भएपछि दुराचारी मानिसहरूले यसलाई आफ्नो जालमा फँसाए । यो सोझी थिई र सादा हृदय भएकी थिई । त्यसैले सजिलैसँग कुसंगतमा फँसी । जुन कुसंगतले तिम्रो पतन गऱ्यो, त्यसै कुसङ्गतले उसको पनि पतन गऱ्यो । यस्तो कुन चाहिँ खराबी छ जो कुसङ्गतबाट हुन सक्दैन ? र यस्तो कुन पतन छ जो कुसङ्गतबाट हुन सक्दैन ? मूर्ख मानिसहरू धनादिको लोभले कसुङ्गतमा परेर आफ्नै हातले आफ्नो खुट्टामा बन्चरो

हानेर आफै आफूलाई पतनको गहिरो खाल्डोमा धकेलिदिन्छन् । मायावती पनि कुसङ्गतमा परेर गिरी । तर उसको हृदयमा पश्चात्तापको आगो बलिरहेको थियो । पापी दुई प्रकारका हुन्छन् । एक यस्ता जो परिस्थितिवश कुसङ्गतमा परेर पापको हिलोमा धसिन्छन्, तर त्यो पाप उनको हृदयमा सधैं शुलसरह बिझिरहन्छ । तिनीहरू पश्चात्तापको आगोले तप्त भई मनमनै क्रन्दन गर्दै पतित-पावन् भगवान्लाई पुकारिरहन्छन् । अर्का ती हुन्, जो पाप गर्नु मै दक्षता, चतुऱ्याईं र जीवनको सफलता मानेर मन भित्र गौरवको अनुभव गर्दछन् । यस्ता मानिसहरू बारम्बार भयङ्कर नरक-यातनाहरूको र नारकीय जुनीहरूका विभिन्न प्रकारका दु:ख र कष्टहरूको शिकार बन्दछन् । तर जो (पहिलो) पश्चात्ताप गरेर र दीनबन्धु भगवान्को अनन्य विश्वास गरेर उनलाई पुकार्दछ भने त्यस्ताको पुकार भगवान् सुन्नुहुन्छ तथा आफ्नो कृपाले अमृतधारामा स्नान गराएर उहाँ त्यसलाई तुरून्त परमसाधु बनाई दिनुहुन्छ । (श्रीमदभगवद् गीता) मा यी दुवै प्रकारका पापीहरूको स्थिति र गतिको राम्रो वर्णन गरिएको छ-

न मां दुपकृतिनो मूढाः प्रपद्यन्ते नराधमाः ।
माययापहृतज्ञाना आसुरं भावमाश्रिताः ॥ (७/१५)
तानहं द्विषतः क्रूरान् संसोरषु नराधमान् ।
क्षिपाम्यजस्रमशुभामासुरीष्वेव योनिषु ॥
आसुरी योनिमापन्ना मूढा जन्मनि जन्मणि ।
माम प्राप्यैव कौन्तेय ततो यान्त्यिधमां गतिम् ॥
(१६/१९-२०)

मायाबाट ज्ञान हरण भएका, आसुरी स्वभावको आश्रय लिने बुद्धिहीन, अधम र पापी मानिसहरू मेरो भजन गर्दैनन् । यी द्वेष गर्ने, निर्दयी, पापी र नराधमहरूलाई संसारमा बाारम्बार म आसुरी योनिहरूमा खसाउँदछु । हे अर्जुन ! ती मूर्ख मानिसहरू मलाई नपाएर एउटा जन्ममा मात्र होइन, जन्म-जन्मान्तरसम्म आसुरी जुनी पाउँदछन् र पछि त्यसभन्दा पनि नीच गतिमा पर्दछन् ।

अपि चेत् सुदुराचारो भजते मामन्यभाक ।
साधुरेव स मन्तव्यः सम्यग्व्यवसितो हि सः ॥
क्षिप्रं भवति धर्मात्मा शश्वच्छान्तिं निगच्छति ।
कौन्तेय प्रतिजनीहि न मे भक्तः प्रणश्यति ॥

महापापी मानिस पनि अनन्य भक्त भएर (मैमा मात्र विश्वास गरेर) मलाई भज्दछ भने उसलाई साधु नै मान्नु पर्दछ, किनकि उसको निश्चय यथार्थ हो । ऊ चाँडै धर्मात्मा बन्दछ र सनातनी ज्ञानीमा पुग्दछ । अर्जुन ! तिमी यसलाई निश्चय मान- मेरा भक्तको नाश हुँदैन ।' अस्तु ।

मायावतीले हिजै मात्र रोईरोई भगवान्लाई पुकारा गरेकी थिई । भगवान्ले पनि उसको पुकार सुन्नुभयो । गोबर्धन र मायावतीका आँखाबाट समान किसिमले आँसुका धाराहरू बगिरहेका थिए । उनीहरूका समस्त पापहरू उसैमा बगेर गए । दुवैले भाइ र बहिनी सरह आपसमा मिलेर महात्माको सामुन्ने हात जोरे । महात्माले आफ्नो गलाको माला दिई मायावतीलाई आशीर्वाद दिए र काबेरीको किनारामा गई भजन गर्ने आदेश दिए । गोवर्धनलाई आफ्नो घर जाने आदेश दिए र बिहानपख आफै पनि उसको घरमा आउने वचन दिए । गोवर्धन र मायावतीको अगाडिबाट मायाको पर्दा हट्यो । उनीहरू कृतार्थ भए । सन्त र भगवन्तको कृपाशक्ति कल्याण कार्यमा अमोघ हुन्छ ।

गोवर्धनको स्वास्नीको आँखामा नींद थिएन । ऊ रोई रोई करूणामय भगवान्लाई पुकारा गरिरहेकी थिई । यत्तिकैमा गोवर्धनले आई ढोकामा ट्वाक ट्वाक गऱ्यो र बोलायो । लामो समयदेखि गोवर्धन धेरै कम घर आउने गर्दथे र जब कुनै वखत आउँदथे, तब रक्सीको नशामा चूर भएर बरबराउँथे, बकवास गर्दथे, झर्कन्थे, च्याँठ्िन्थे र पछारिन्थे । विचरी ब्राह्मणी सम्हाल्दथी, नुहाइदिन्थी, खुवाउँदथी, सेवा गर्दथी र सम्झाउँदथी तर बदलामा उसलाई मिल्दथ्यो- तिरस्कार, अपमान, वाग्वाण र कहिलेकाहीं पिटाई-चुटाई पनि । ब्राह्मणी सबै सहन्थी । लोग्नेको असहाय अवस्थाको विचार गरी रुन्थी र सान्है आर्त भावले भगवान्लाई पुकार्दथी । त्यस समय भने उनी पूरा चङ्गा थिए । उनको आवाजबाट नै उनको स्वभाविकताको साथ केही अर्को जातीय अस्वभाविकता पनि थियो । त्यो थियो- पवित्र हृदयको भगवद्भक्तिको स्वच्छ-अमृत प्रवाह । ब्राह्मणी स्वर सुन्ना साथ मानौँ कृतार्थ भई । उसले दौडेर द्वार खोली । गोवर्धन स्वास्नीको साथ घरभित्र पसे । ऊ उनका पाउ परेर रून लागी । उता कृतज्ञ-हृदय गोवर्धनका आँखाबाट पनि आँसुको झरी पऱ्यो । गोवर्धनले उसलाई उठाएर स्नेहपूर्वक आफूसँग बसालेर गद्गद् हुँदै सबै कथा सुनाए । ब्राह्मणी भगवान् को कृपाको चमत्कार देखेर कृतार्थ भई र आफ्नो बाँकी जीन्दगी सदैवको लागि प्रभुमा समर्पित गरी । बिहान स्नानादि कामबाट निवृत्त भएर गोवर्धन भगवान्को पूजाको कुरा सोचिरहेकै बेला महात्मा पाल्नुभयो । पति-पत्नी उनका पाउ परे । दुवैको हृदय कृतज्ञता, उल्लास र समर्पणभावको निश्चयले भरिएको थियो । महात्माले दुवैलाई भगवद्भक्तिको उपदेश तथा षोडशनामको-

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।

कालीसन्तरणोपनिषत्को उपदेश दिनुभयो र भन्नुभयो- ' अब तिम्रो कहिल्यै पतन हुँदैन । तिमीहरू दुवै भगवान्का दिव्य धामको र स्वरुपको प्राप्ति गर्नेछौ ।' तदन्तर भिक्षा आदि गरेपछि महात्मा आफ्नो स्वस्थानमा फिरे । यता यी दुवै भगवद्भक्तिमा तल्लीन भए । ब्राह्मणी जीवन भक्तिमय थियो नै । ब्राह्मणी पनि परम भक्त बने । अन्तमा भगवान्को प्रत्यक्ष दर्शन पाएर दुवै दिव्यधाममा पुगे । त्यहाँ उनले नित्य पार्षदको गति प्राप्त गरे ।

भन- भगवान् र भगवान्का भक्तको जय !

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका सम्पर्क कार्यालयहरू

- **गोरखा**, सौरपानी–३ पोखरी,
  फोन: ९७४६०१७९७८, ९७४११२७७४५
- **कास्की**, पो.उ.म.न.पा.-१०, रामघाट,
  फोन: ०६१-५३०७८६
- **सर्लाही**, बरहथवा-७, एस्माली टोल,
  फोन: ०४६-५४००११, ९८५४०३६५७९
- **पाल्पा**, तानसेन, मो: ९८४७०२८१८८
- **ललितपुर**, लगनखेल, मो.नं.९८४९१३७५१७,
- **गोरखा**, बसपार्क, फोन: ०६४-४२०३४८
- **तनहुँ**, दमौली, व्यास गुफा,
  फोन: ०६५-५६१६६२
- **लमजुङ**, बेँसीशहर, भीमसेनटोल, ९८४६१९२१३९
- **भक्तपुर**, सूर्यविनायक न.पा. वडा नं ५
  पाञ्चायन मन्दिरसँगै, कटुन्जे, भक्तपुर
  फोन: ०१-६६१९३६०
- **कास्की**, लेखनाथ चोक,
  फोन: ०६१-२२९२००
- **सिन्धुली**, पानी ट्यांकी
  फोन: ९८४४००९३९२ .
- **चितवन**, गौरीगञ्ज ९८४५०८६६५१,
  पुल्चोक ९८५५०५२१०४, ९८५५०६१६२४
- **काठमाडौँ**, पुरानो बानेश्वर, रत्नराज्य मा.वि. स्कुलसँगै
  फो. ०१-४४६४५४६
- **काठमाडौँ**, सिमलटार, मो. ९८५११३६६२५
- **काठमाडौँ**, वासुकिमार्ग, तीनकुने
  मो: ९८४१३४४७१४
- **गोदावरी**, ललितपुर, मो. ९८४१४९१२७३

संस्थाको मिशन

- **गोरक्ष निखिल ज्योति दिव्य विद्याश्रम**
  बसुन्धरा, काठमाडौँ,
  फोन नं. ०१-५९०३८९१

आरती संचालन केन्द्रहरू

- **सानोभऱ्याङ** ,स्वयम्भू,काठमाडौँ,
  मो.९८०८२४६४६७
- **गोंगबुँ**,बानियाँटार,काठमाडौँ, मो:
  ९८४१०७८६१९
- **नरदेवी**, काठमाडौँ, मो. ९८०३५६३४२९
- **बबरमहल**, काठमाडौँ मो. ९८६०७०१९५२
- **धापाखेल**, मो. ९८४१३३६४६१
- **ठिमी**, मो. ९८४१६२००६२
- **बोडे**, मो. ९८४१४६४५७०
- **मच्छेगाउँ**, सत्यनारायण मन्दिरसँगै
  मो.९८४३०३३०७२, ९८६११३५१३५,
  ९८४१८५९८३४
- **तीनथाना**, मो. ९८४१५८१४७५,
  ९८५१००४८१६
- **कीर्तिपुर**, मो. ०१-४३३५७४८,
  ९८६०४४२९८४, ९८४१२१०३८३
- **गोरखा दरबार**, गोरखा, मो.
  ९८४९७०४९७५
- **सुकुटे**, सिन्धुपाल्चोक, मो. ९८६६०४९४८३
- **कास्की**, लामाचौर, ९८४६०३८५४४
- **कास्की**, घार्मी
- **कास्की**, भगवतीटार
- **कास्की**, मालेपाटन मो. : ९८५६०३१७३४
- **कास्की**, खुदी, मो. : ९८४६०२८८४७
- **सुर्खेत**, मो:९८४४८६०१३२,, ९८४८१२०१९१
- **स्याङ्जा**, पुतलीबजार
- **सिनामंगल**, काठमाडौँ, मो. ९८४१२४४०६२
- **झापा**, सुरुंगा
- **झापा**, तोपगाछी, मो नं. ९८४९०५३९०७
- **पर्सा**, मधुवन, सथवल, मो. ९८०४२२६८४७
- **थली**, **काठमाडौँ**, मो: ९८४९२७१८१०
- **सुन्दरीजल**, **काठमाडौँ**, मो.९८४१२००१२८,
  ९८४३७७३६७९
- **शंखु इटे**, धुलीखेल (१२, मो. ९८४३४०८३३२
- **बाह्रबिसे**, मो.: ९८४१९०२६१२, ९८४३१८६२
  ९०
- **चैनपुर**, संखुवासभा मो. : ९८५१०१०१४७

अन्य सम्पर्क केन्द्रहरू

- **हेटौडा**, मो. ९८४५४००३२७
- **महेन्द्रनगर** मो. ९८५८७७०९६०
- **सिमरा**, मो. ९८६३६५७८२९
- **लोकन्थली**, मो. ९८४९२१४४०४
- **कैलाली** मो. ९८६८५२८७८४

स्कुस

नेपालीको भान्सा धान्ने सब्जी, स्कुस घर-आँगनमा सजिलै फल्ने, धेरै फल्ने, सस्तो, स्वादिलो, सुपाच्य र स्वास्थ्यकर स्कुस बहुउपयोगी तरकारी । स्कुसको मुन्टा, फल र जरा सबै स्वाद फेर्दै खाना, खाजा, तरकारीका रूपमा खान सकिन्छ । त्यससँगै स्कुस धेरै मात्रामा उत्पादन हुने भएकाले यसले हाम्रो खाद्य भण्डारलाई पनि समृद्ध बनाएको छ । स्कुस स्वास्थ्यका लागि कम्ता पोषिलो छैन । तरकारी बनाएर खाए हुन्छ, उसिनेर खाए हुन्छ, म:म बनाएर खाए हुन्छ । आफूसँग पाककला भए, अनेकथरि परिकार बनाउन सकिन्छ । स्कुस निकै गुणकारी तरकारी हो । मानव स्वास्थ्यको लागि स्कुस एउटा बहुउपयोगी खानेकुरा हो । स्कुस लौका प्रजातिको एक प्रकारको तरकारी हो । यसको उब्जनीको व्याख्या गर्ने हो भने यो विशेषत: मेक्सिको र ल्याटिन अमेरिकी देशहरूबाट उत्पत्ति भएको तरकारी हो । यसको उत्पादन अहिले त विश्वभरि नै फैलिएको छ । एन्टिअक्सिडेन्ट र विभिन्न पोषक तत्वहरूसहितको यो तरकारी स्वास्थ्यको लागि अत्यधिक लाभ प्रदान गर्ने तरकारी हो भन्दा पनि फरक नपर्ला ।

स्कुसका फाइदाहरू:- १. पोषक तत्वको धनी- स्कुसको सबैभन्दा ठूलो गुन भनेको यो तरकारी पोषक तत्वले धनी तरकारी हो किनकि यसमा विभिन्न प्रकारका भिटामिन, खनिज, र फाइबरहरू पाउन सकिन्छ जुन हाम्रो शरीरको लागि अत्यावश्यक छ । जस्तै, एउटा २ सय ग्रामको स्कुसमा निम्नलिखित पोषक तत्व पाइन्छ । क्यालोरी - ३९ कार्बोहाइड्रेड - ९ ग्राम प्रोटिन- २ ग्राम भिटामिन सी- २६ प्रतिशत कपर- १२ प्रतिशत पोटासियम- ७ प्रतिशत म्याग्नेसियम- ५ प्रतिशत प्राप्त हुन्छ । यस्तो खाले पोषक तत्वका साथसाथै स्कुसमा कम क्यालोरी, फ्याट, सोडियम र कार्बोहाइड्रेड हुने गर्छ । त्यस्तै, शरीरलाई स्वस्थ बनाउनको लागि यो सहायक सिद्ध हुन्छ ।

२. एन्टिअक्सिडन्टको उपलब्धता : स्कुसका धेरै फाइदाहरू छन् । यसलाई शरीरमा चाहिने एन्टिअक्सिडेन्टको प्रचुरताका कारण पनि अति गुनिलो तरकारीको रूपमा मान्ने गरिन्छ । एन्टिअक्सिडेन्ट विभिन्न प्रकारका खाद्य पदार्थहरूमा पाइन्छ, जसले हाम्रो शरीरको तन्तुहरूमा हुने असरबाट बचाउँछ भने यसले शरीरभित्र हुन सक्ने तनावलाई पनि कम गर्ने गर्छ । यिनीहरूमध्ये स्कुसमा माइरिसेटिन सबैभन्दा अधिक मात्रामा पाइन्छ । विभिन्न अनुसन्धानअनुसार माइरिसेटिन क्यान्सरप्रतिरोधी छ साथै यसले मधुमेह र जलन पनि कम गर्छ । स्कुस भिटामिन सीको एउटा उत्कृष्ट स्रोत हो, जुन हाम्रो शरीरको लागि अत्यावश्यक हुन्छ ।

३. मुटुको स्वास्थ्यका लागि : स्कुस धेरै खाने मान्छेमा मुटुरोगको जोखिम कम हुने गर्छ । जस्तै, उच्च रक्तचाप, उच्च कोलेस्ट्रोल र रक्तप्रवाहमा पनि यसले सहयोग गर्ने गर्छ । जनावर र टेस्टट्युबमा गरिएको अनुसन्धानले रक्तनलीहरूलाई स्वस्थ बनाउन मद्दत गरेको भेटिएको छ । यसले रक्त प्रवाहमा सुधार ल्याउने एवं रक्तचाप घटाउन मद्धत गर्छ । यसबाहेक स्कुस फाइबरको राम्रो स्रोत हो । २ सय ग्राम स्कुसमा शरीरमा चाहिने कुल फाइबरको १५ प्रतिशत आरडीआई प्राप्त गर्न सकिने बताइन्छ । फाइबरयुक्त खाद्य पदार्थको उच्च सेवनले मुटु रोगको जोखिम घटाएको छ ।

४. रगतमा हुने गुलियो पदार्थको नियन्त्रणमा सहयोगी : घुलनशील फाइबरले शरीरको पाचन प्रणाली र कार्बोहाइड्रेडको अवशोषणलाई सुस्त बनाउँछ जसले रगतमा चिनीको मात्रामा कमी ल्याउँछ । स्कुसले इन्सुलिनलाई प्रभावित गरेर रगतमा हुने चिनीको मात्रा नियन्त्रणमा सहयोग पुऱ्याउँछ ।

५. स्वस्थ गर्भावस्थालाई सहयोग गर्ने : स्कुसको नियमित सेवनले स्वस्थ गर्भावस्थालाई सहयोग गर्न मद्दत गर्छ । फोलेट वा भिटामिन बी सबै व्यक्तिको लागि आवश्यक छ । तर गर्भवती वा गर्भाधान संस्कारको तयारीमा रहेकाहरूको लागि यो झनै महत्त्वपूर्ण छ । त्यसैले यस्ता मान्छेको लागि पनि स्कुसको सेवन फाइदाजनक मानिन्छ । प्रारम्भिक गर्भावस्थामा, भ्रुणबाट मस्तिष्क र मेरुदण्डको उचित विकासका लागि फोलेट आवश्यक हुन्छ । पर्याप्त फोलेट सेवनले बच्चाको मस्तिष्क विकास र सकुशल जन्ममा समेत मद्दत गर्छ । २ सय ग्रामको एउटा स्कुसले शरीरमा चाहिने फोलेट र भिटामिन बीको ५० प्रतिशत माग पूरा गर्ने गर्छ । यसैले, सन्तुलित आहारको एक भागको रूपमा स्कुस खानु स्वस्थ गर्भावस्थाको लागि उत्तम हुन्छ ।

६. क्यान्सर कम गर्न सहयोग : उच्च पोषणयुक्त फलफूल र तरकारीको उपभोगले विभिन्न प्रकारका क्यान्सरको जोखिम कम गर्न मद्दत पुऱ्याउने गर्छ । एक अध्ययनले निश्चित मात्रामा स्कुसको सेवन गर्दा त्यसमा रहेका यौगिकहरूले क्यान्सर हुन सक्ने कोषिकामा त्यसको असर कम गर्ने गरेको देखाएको छ । यद्यपि यी नतिजाहरू पूर्ण क्यान्सर प्रतिरोधी भनेर प्रमाणित तथ्य भने होइनन् । तर यसले क्यान्सर कम गर्न सहयोग गर्छ भन्ने विषय भने विभिन्न अध्ययनबाट प्रमाणित विषय हो । यसबारे थप अनुसन्धान आवश्यक देखिन्छ ।

७. बुढेसकालमा हुने दृष्टिदोष कम गर्न : फ्रि रेडिकल भन्ने एउटा मुख्य सिद्धान्त हुन्छ जसले शरीरका विभिन्न कोषहरूमा क्षति पुऱ्याएर उमेर ढल्किँदै गएपछि हुने दृष्टिदोष कम गर्न पनि मद्दत पुऱ्याउँछ । यसैले, भिटामिन सी पर्याप्त पाइने यो तरकारीको नियमित सेवनले बुढेसकालको दृश्य कम गर्न मद्दत गर्छ ।

८. मिर्गौलाको कामलाई सहज बनाउन : फ्याटी लिभर डिजिज भन्ने एउटा यस्तो समस्या हो जसमा अत्यधिक बोसो कलेजो छेउमा जम्मा हुन्छ । कलेजोमा जमेको धेरै बोसोले यसलाई ठीकसँग काम गर्न अवरोध सिर्जना गर्न सक्छ । यसरी नियमित स्कुसको सेवन गर्दा कलेजोमा बोसो जम्ने कामलाई नियन्त्रण गर्न सक्छ । मुसामा गरिएको अध्ययनले पनि स्कुस खुवाएको मुसामा कोलेस्ट्रोल र फ्याट्टी एसिडको मात्रा कम पाइएको थियो । तर यसमा यो पनि अध्ययन गर्न जरुरी छ कि स्कुसले मान्छेको कलेजो स्वास्थ्यमा कसरी सहयोग पुऱ्याउँछ ?

९. स्वस्थ रूपमा वजन बढाउन : विभिन्न अध्ययनहरूले स्कुस नियमित सेवन गर्नेमा तौल बढ्ने तर यसले मोटोपनाको कुनै समस्या ननिम्त्याउने समेत देखाएको छ । पछि तौल घटाउनु पर्ने अवस्था आयो भने पनि सहजै घटाउन सक्ने गरी सन्तुलित रूपमा यसले तौला बढाउन मद्दत गर्छ ।

१०. पाचन स्वास्थ्यलाई सहयोग पुऱ्याउँछ : पाचन प्रणालीमा आवश्यक पर्ने विभिन्न कार्यमा सहयोग गर्नको लागि स्कुस आफैमा सहायकसिद्ध खानेकुरा हो ।

गोरक्ष निखिल वाणी तपाई हाम्रै पत्रिका हो यसलाई फलाऔं फुलाऔं

नेपालकै पहिलो आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक मासिक पत्रिका **गोरक्ष निखिल वाणी**का प्रिय पाठकहरूलाई सहजताका साथ पत्रिका वितरण गर्न तपाईंहरूकै घरदैलोमा पत्रिका पुऱ्याउने प्रयास भइरहेको सहर्ष जानकारी गराउँदै पाठक महानुभावहरूलाई पत्रिका प्राप्त भइरहेको छैन अथवा ढिलो प्राप्त भइरहेको छ भने सम्पर्क राख्नुहुन हार्दिक अनुरोध गर्दछौं । साथै पत्रिकासम्बन्धी अन्य समस्याहरू पनि यहाँ अवगत गराउन हुन अनुरोध गर्दछौं ।

आफ्नो क्षेत्र वा बसोबास गर्ने ठाउँका पाठकहरू कहाँ गएर पत्रिका वितरण गर्न इच्छुक साधक साधिकाहरूले पनि नाम टिपाउन सक्नुहुन्छ । पत्रिकाको लागि कम्प्युटर टाइप, डिजाइन गर्न चाहने साधकसाधिका वा गुरु सेवकसेविकाहरुले पनि सम्पर्क गर्न सक्नुहुनेछ ।

पत्रिका सदस्यताको म्याद समाप्त हुने सम्पूर्ण सदस्यहरूले समयमा नै नवीकरण गराउनु भई पत्रिका प्रकाशनका लागि सहजीकरण भूमिका निर्वाह गरिदिनुहुन विनम्र अनुरोध गर्दछौं । काठमाडौं बाहिरका सदस्यहरूले पत्रिका सदस्य शुल्क रु. ४००।- र कुरियर शुल्क बापतको रकम सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रको नाममा निम्नलिखित बैंक खातामा जम्मा गर्न सक्नुहुनेछ । सम्पर्क कार्यालय रहेका जिल्लाहरूको हकमा भने नवीकरणका लागि नजिकको सम्पर्क कार्यालयमा नै सम्पर्क राख्नुहुन अनुरोध छ ।

जय गुरुदेव !

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र,
ग्लोबल आई.एम.ई. बैंक, धापासी, काठमाडौं
खाता नं. ०८०१०१०००००८१

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र,
कृषि विकास बैंक, रत्नपार्क शाखा कार्यालय
खाता नं. ०२०९५००१६०३९७०१२

मेष (चु, चे, चो, ला, ली, लु, ले, लो, अ): केही प्रतिकूल परिस्थितिहरू देखा परेता पनि समय तपाईंको अनुकूलतामा नै गुज्रने देखिन्छ । केही संघर्षहरू गर्नु परेता पनि तपाईंलाई अनुकूल परिस्थितिहरू प्राप्त हुनेछन् । घर परिवार साथीभाइहरूबाट पनि मिश्रित खालको सहयोग प्राप्त हुनेछ । व्यापार व्यवसायमा प्रगतिका लक्षणहरू देखा पर्नेछन् । नयाँ नयाँ कामका अवसरहरू प्राप्त हुनेछन् । स्वास्थ्यमा ध्यान दिनुहोला । शैक्षिक क्षेत्रमा सुधारोन्मुख देखिन्छन् । रोजगारीमा नयाँ अवसरहरू प्राप्त हुनेछन् । यात्रामा सजगता अपनाउनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि भगवान् श्रीकृष्णको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

वृष (ई, उ, ए, ओ, वा, वी, वु, वे, वो): आफ्ना विचार भावनाहरुलाई नियन्त्रणमा राख्दै अगाडि बढ्नुहोला । परिस्थिति विस्तारै तपाईंको अनुकूल बन्दै जाने देखिन्छ । केही अप्ठ्यारा स्थितिहरु सिर्जना हुन सक्दछन् । तैपनि तपाईंकै अनुकूलमा परिस्थिति बन्दै जाने देखिन्छ । व्यापार व्यवसायमा पनि विचार गरेर मात्रै लगानी बढाउनुहोला । रोजगारमा नयाँ अवसरहरु प्राप्त हुने देखिन्छन् । शिक्षा क्षेत्रमा विशेष जोड दिनुहोला, सुधारोन्मुख हुँदै आएको देखिन्छ । खानपान, स्वास्थ्यमा होश पुऱ्याउनुहोला । यात्रामा ध्यान दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि महाशक्ति बगलामुखी माताको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

मिथुन (क, की, कु, ध, ङ, छ, के, को, ह): आफ्ना वाणीहरुलाई नियन्त्रणमा राख्नुहोला । कुनै पनि निर्णय हतारमा नगर्नुहोला । साथीभाइ घर परिवारबाट मध्यमखालको सहयोग प्राप्त हुने देखिन्छ । व्यापार व्यवसायमा पनि अलि होश पुऱ्याउनुहोला । रोजगारीका नयाँ नयाँ अवसरहरु प्राप्त हुने देखिन्छन् । शिक्षा क्षेत्रमा पनि राम्रो हुने देखिएको छ । स्वास्थ्यमा, खानपानमा ध्यान दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि महाशक्ति मनकामना माताको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

कर्कट (ही, हु, हे, हो, डा, डी, डु, डे, डो): केही प्रतिकूल परिस्थितिहरू देखा परे पनि तपाईंलाई अनुकूल वातावरण प्राप्त हुने देखिन्छ । जे कार्य गर्दा पनि सोच विचार गरेर मात्रै निर्णय लिनुहोला । घर परिवार, साथीभाइबाट केही सहयोग प्राप्त हुने देखिन्छन् । नयाँ नयाँ कार्यहरूको अवसर प्राप्त हुनेछन् । रोजगारीमा विशेष ध्यान दिनुहोला । शिक्षा क्षेत्रमा राम्रो हुँदै जाने देखिन्छ । खानपानमा ध्यान दिनुहोला । स्वास्थ्यमा होश पुऱ्याउनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि भैरव भगवान्को पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे): केही प्रतिकूलताहरू र अप्ठ्याराहरूले समय गुज्रने देखिन्छ । त्यसैले धैर्यपूर्वक अगाडि बढ्नुहोला, विजय तपाईंको नै हुनेछ । साथीभाइ, घर परिवारबाट मध्यम खालको सहयोग प्राप्त हुनेछ । व्यापार व्यवसायमा पनि नयाँ नयाँ अवसरहरू प्राप्त हुने देखिन्छ । रोजगारीका पनि अवसरहरू राम्रै देखिएका छन् । खानपान, स्वास्थ्यमा विशेष ध्यान दिनुहोला । यात्रामा होश पुऱ्याउनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि महाशक्ति गोरखकाली माताको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

कन्या (टो, पा, पी, पू, ष, ण, ठ, पे, पो): आफ्ना विचार भावनाहरूमा नियन्त्रण राख्दै प्रत्येक कार्यको निर्णय होश पुऱ्याएर मात्रै गर्नुहोला । घर परिवार, साथीभाइबाट केही सहयोग प्राप्त हुने देखिन्छ । व्यापार व्यवसायमा पनि नयाँ नयाँ अवसरहरू प्राप्त हुनेछन् । रोजगारीमा केही राम्रो हुने देखिएको छ । शिक्षा क्षेत्रमा पनि मिहिनेत बढाउनुहोला । खानपान, स्वस्थ्यमा ध्यान दिनुहोला । यात्रामा होश पुऱ्याउनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि भगवान् पशुपतिनाथको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

तान्त्रिकताको आधारमा तयार पारिएको राशिफल भएकोले यसलाई त्यही अनुरूप ग्रहण गरिदिनुहोला । तपाईंको सम्पूर्ण भाग्य सही र सत्य गुरुले किटान गरिदिनु भएको हुन्छ । तान्त्रिक योगबलले हुने नराम्रो घटनालाई न्यूनतामा र न्यून घटनालाई टारिदिने गर्दछ । अस्तु ।

तुला (रा, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते) : समय परिस्थितिले तपाईंलाई एक्लो परीक्षा लिएको देखिन्छ । त्यसैले धैर्यपूर्वक अगाडि बढ्नुहोला । सोच विचारलाई फराकिलो बनाउँदै निर्णय लिने अभ्यास गर्नुहोला । स्वास्थ्यमा केही समस्या देखिएकोले होश पुऱ्याएर अगाडि बढ्नुहोला । खानपानमा पनि ध्यान दिनुहोला । व्यापार व्यवसायमा पनि राम्रै हुने देखिएको छ । शिक्षा क्षेत्रमा विशेष ध्यान दिनुहोला । रोजगारीमा राम्रै हुने देखिन्छ । दैवी कृपाले तपाईंको जीवनमा उन्नति प्रगति हुने भएकोले भगवान् भक्तिलाई विशेष जोड दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि माता महालक्ष्मीको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

वृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु): केही प्रतिकूल परिस्थिति देखा परे पनि आफ्नो सोच विचारबाट अगाडि बढ्दा तपाईंलाई राम्रो हुँदै जाने देखिन्छ । परिवार, साथीभाइबाट मिश्रित खालको सहयोग प्राप्त हुनेछ । व्यापार व्यवसायमा केही नयाँ प्रस्तावहरू आउन सक्दछन् । होश पुऱ्याएर मात्रै अगाडि बढ्नुहोला । शिक्षामा सुधार हुँदै गएको देखिन्छ । रोजगारीमा पनि राम्रा अवसरहरू प्राप्त हुनेछन् । खानपान, स्वास्थ्यमा विशेष ध्यान दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि शनि संकटाको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

धनु (ये, यो, भा, भी, भु, ध, फ, ढा, भे): तपाईंका परिस्थितिहरू केही अप्ठ्यारो स्थितिबाट गुज्रेको भएता पनि अनुकूल वातावरण प्राप्त हुँदै जानेछ । त्यसले तपाईंको जीवनमा खुसी, आनन्द ल्याउने देखिन्छ । घर परिवार, साथीभाइबाट मिश्रित खालको सहयोग प्राप्त हुनेछ । व्यापार व्यवसायमा पनि केही आशाका किरणहरू प्राप्त हुनेछ । होश पुऱ्याएर अगाडि बढ्नुहोला । रोजगारीका अवसरहरू प्राप्त हुने देखिन्छन् । शिक्षा क्षेत्रमा पनि राम्रो हुँदै गइरहेको देखिन्छ । स्वास्थ्यमा, खानपानमा ध्यान दिनुहोला । यात्रामा ध्यान दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि भगवान् श्रीकृष्णको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

मकर (भो, जा, जी, जु, जे, जो, ख, खि, खु, खे, गा, गि): आफ्नो लक्ष्यमा अडिग रहँदै आफूले गरेको कार्यलाई नै निरन्तरता दिँदै अगाडि बढ्नुहोला । तपाईंमा उन्नति प्रगतिका रुपरेखाहरू प्राप्त हुँदै जानेछन् । घर परिवार, साथीभाइबाट पनि सहयोग प्राप्त हुने देखिन्छ । व्यापार व्यवसायमा पनि प्रगति हुँदै जाने देखिन्छ । रोजगारीमा पनि तपाईंलाई नयाँ अवसरहरू प्राप्त हुनेछन् । खानपान, स्वास्थ्यमा विशेष जोड दिनुहोला । शिक्षा क्षेत्रमा केही अप्ठ्यारो आउन सक्छ । ख्याल पुऱ्याएर अगाडि बढ्नुहोला । यात्रामा विशेष ध्यान दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि माता विन्ध्यवासिनीको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सी, सू, से, सो, दा): समय परिस्थितिहरू अनुकूल बन्दै आइरहेको हुनाले राम्रोसँग फाइदा लिने कोशिस गर्नुहोला । व्यापार व्यवसायमा केही अप्ठ्यारा आउन सक्छन्, होश पुऱ्याएर अगाडि बढ्नुहोला । रोजगारीमा राम्रै हुने देखिन्छ । साथीभाइ, घर परिवारबाट पनि तपाईंलाई सहयोग प्राप्त हुनेछन् । फाइदा लिन जान्नुहोला । दैवी कृपाले तपाईंको जीवनमा उन्नति प्रगति हुने भएकोले आफ्नो भक्तिभाव साधनालाई विशेष जोड दिनुहोला । यात्रामा सतर्कता अपनाउनु होला । खानपानमा विशेष ध्यान दिनुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि माता दक्षिणकालीको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला ।

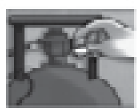
मीन (दी, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, ची): तपाईंको समयले तपाईंका लागि राम्रा राम्रा अवसरहरू ल्याएको देखिन्छ । विचार पुऱ्याएर मात्रै सही निर्णय लिनुहोला । व्यापार व्यवसायमा पनि केही उतार चढाव हुन सक्छन्, विशेष ध्यान दिनुहोला । साथीभाइ, घर परिवारबाट राम्रै खालको सहयोग प्राप्त हुने देखिन्छ । रोजगारीमा पनि राम्रै हुने देखिएको छ । स्वास्थ्यमा, खानपानमा ध्यान दिनुहोला । पढाईमा विशेष ध्यान पुऱ्याउनुहोला । यात्रामा होश पुऱ्याएर अगाडि बढ्नुहोला । सम्पूर्ण अनुकूलताको लागि माता मनकामनाको पूजा, आराधना र साधना गर्नुहोला । अस्तु । शुभम् ।

खाना पकाउने ग्याँस (एल.पी. ग्याँस) प्रयोगकर्ताहरूलाई सुरक्षा सम्बन्धी
नेपाल आयल निगम लि. को

अति आवश्यक जानकारी

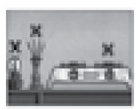
एल.पी. ग्याँस अत्यन्तै प्रज्वलनशिल पेट्रोलियम पदार्थ भएकाले यसको प्रयोगमा पर्याप्त सतर्कता एवं सावधानी अपनाउनु जरुरी हुन्छ । त्यसैले खाना पकाउने ग्याँसको चुहावटले हुने दुर्घटनाबाट बच्न देहायका कुरामा विशेष ध्यान पुऱ्याउन सम्पूर्ण उपभोक्तावर्गमा नेपाल आयल निगम अनुरोध गर्दछ ।

दुर्घटनाबाट बच्न ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु :



१. सिलिण्डर ल्याउदा लैजादा नगुडाऔं । भान्सामा सिलिण्डर सँधै ठाडो राखी प्रयोग गरौं । सुताएर, घोप्टाएर प्रयोग नगरौं ।
२. रेगुलेटर, रबर, पाइप, चुलोजस्ता उपकरणहरु गुणस्तर भएको मात्र प्रयोग गरौं । साथै हरेक दुई वर्षमा ग्याँसको पाइप फेरौं ।
३. काम सकेपछि सँधै रेगुलेटर बन्द गर्न नबिर्सौं।
४. खाना पकाउदा सधैं झ्याल ढोका खुल्ला राखौं र सुतीको कपडा लगाएर मात्र खाना पकाउने गरौं ।

ग्याँस चुहावट भएमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु :



१. खाना पकाउने स्थानमा एल.पि. ग्यासको तिखो गन्ध आइरहेको छ भने ग्याँस चुहिएको भन्ने बुझ्नु पर्दछ। ग्याँस लिक भएमा पहिले रेगुलेटरको र पछि चुल्होको नब बन्द गरौं ।
२. झ्याल ढोका खुल्ला राखौं र झिल्का निस्कने वस्तुहरु जस्तै ग्याँस चुल्हो, सलाई, लाईटर, धुप आदि नबालौं । विद्युतजन्य उपकरणको प्रयोग नगरौं ।
३. ग्याँस लिक भएमा रेगुलेटरलाई सिलिण्डरबाट छुटाई सिलिण्डरमा सेफ्टी क्याप लगाइ बाहिर खुल्ला स्थानमा राखौं र यथाशिघ्र नजिकको ग्याँस बिक्रेता अथवा ग्याँस उद्योगमा सम्पर्क गरौं ।

"सचेत र सावधान हुनु नै सुरक्षित हुनु हो ।"

उपभोक्ता जनहितका लागि जारी

नेपाल आयल निगम लि.

केन्द्रीय कार्यालय, बबरमहल, काठमाडौं, नेपाल

०१-४२६३४८५, ४२६३४८१

गणेशचतुर्थी व्रतमहात्म्य

मानिसले विभिन्न आकांक्षाले व्रत बस्ने गर्दछन् । आफ्नो अभीष्ट सिद्धि, कामना पूर्ति, मनोकांक्षा पूर्ति आदिका लागि व्रत बस्ने गर्दछन् । व्रत बस्दा नखाने, पवित्र रहने, शरीर, मन र आत्मालाई शान्त राख्ने गरिन्छ । जुनसुकै उद्देश्यले व्रत बसेता पनि व्रतबाट व्यक्ति शान्त बन्दछ । महागणपति भगवान् परम शान्तिका प्रतीक हुनुहुन्छ, उहाँकै कृपाबाट समस्त ब्रह्माण्ड सुचारुरूपले चलायमान छ । उहाँको स्वरूपलाई सम्झनाले मात्र पनि व्यक्ति एक प्रकारबाट शान्त बन्दछ । परम शान्ति व्यक्तिले गणपति भगवान्लाई प्रसन्न बनाएपछि मात्र सम्भव हुन्छ । यसका लागि काम, क्रोध आदि समस्त विकारबाट मुक्त हुँदै उहाँको पूजा, आराधना र साधना गर्नुपर्दछ । यसै क्रममा उहाँको व्रतको पौराणिक वर्णन यसप्रकार छ–

एक समय नैमिषारण्य वनमा शौनकादि ८८ हजार ऋषिहरूले पुराणका वक्ता सूतजीसँग प्रश्न गरे– "हे महाराज ! हामीलाई गणेश चतुर्थी व्रतको माहात्म्यको बारेमा बताउनुहोस् । यो व्रत कहिलेदेखि प्रारम्भ भयो ? यसको विधि र विधान के हो ? यसको बारेमा प्रकाश पार्नुहोस् ।" सूतजीले भन्नुभयो– "हे ऋषिहरू, लोकोपकारको दृष्टिबाट हजुरहरूले धेरै राम्रो प्रश्न सोध्नुभयो । यस व्रतको प्रभावले मिथ्या कलंक लाग्दैन र मनुष्यलाई मनोवाञ्छित फल प्राप्त हुन्छ ।"

श्री गणेशजीको जन्मोत्सवसँग यस चतुर्थीको पूर्ण सम्बन्ध छ । श्री गणेशको गजमुख देखेर चन्द्रमाले खिल्ली उडाएका थिए र यसमा गणेशले चन्द्रलाई श्राप दिनुभएको थियो कि आजदेखि तिमीलाई जसले हेर्छ, उसलाई पाप र मिथ्या कलंक लाग्नेछ । चन्द्रमाले आत्तिएर क्षमा माग्दै कठोर तपस्या गरे । यसबाट प्रसन्न भएर गणपतिले भन्नुभयो कि केवल भाद्रपद शुक्ल चौथीको दिन जो व्यक्तिले तिमीलाई हेर्नेछ, उसलाई मिथ्या कलंक लाग्नेछ । तर त्यस दिन जसले मेरो पूजा गर्दछ, उसको दोष हट्नेछ । अब म यसको गूढ रहस्य तपाईंलाई भन्दछु, ध्यानपूर्वक सुन्नुहोस् । भाद्रपद कृष्ण चतुर्थीको दिन आदिदेव आशुतोष भगवान् शिवजीका पुत्रको रूपमा गणपतिको उत्पत्ति भएको थियो । उहाँको गजानन रूपमा जन्म भाद्रपद शुक्ल चौथीको दिनमा भयो । त्यही दिनमा भगवान् शिवले उहाँलाई सबै गणका अधिपति बनाउनुभयो । सबै देवताहरूले उहाँलाई गणपतिको रूपमा सिंहासनमा बसाए । गणपतिले तुरुन्त मातापिताको चरणमा भक्तिपूर्वक वन्दना गर्नुभयो र पूजा गर्नुभयो । यसबाट प्रसन्न भएर भगवान् शंकरले गणपतिलाई वरदान दिनुभयो कि भाद्रपद शुक्ल चौथीको दिनदेखि अनन्त चतुर्दशीसम्म १० दिनको गणेश उत्सव जसले मनाउँछ र चतुर्थीमा जो व्रत बस्छ, उसको सबै मनोकामना पूरा हुनेछ, धनधान्य लक्ष्मी वृद्धि हुनेछ, घरमा ऋद्धि-सिद्धिको भण्डार हुनेछ । उसले शोकरहित भएर सबै मंगल प्राप्त गर्नेछ, यसमा शंका छैन किनभने यस दिन गजाननको उत्पत्तिबाट माता पार्वती र भगवान् शिव दुवै प्रसन्न हुनुभएको थियो । देवताहरूको संकट हटेर उनीहरूको पनि मंगल भएको थियो । अत: यो व्रत संकटनाशक गणपतिको प्रिय व्रत हो । हे नारद, यो व्रत जसले गर्दछ, उसको सबै संकट र विघ्न नष्ट हुन्छ, यसमा शंका छैन ।

शौनकले भन्नुभयो– "हे भगवान्, हजुर सबै कुरा जान्ने र अन्तर्यामी हुनुहुन्छ । मलाई कृपा गरी बताइदिनुहोस् कि पहिला विनायक, फेरि गजानन, फेरि गणपतिको उत्पत्ति कसरी भयो ? शिव र माता पार्वती किन प्रसन्न हुनुभयो ? देवताहरूको कुन संकट टऱ्यो र सबैमा मंगल कसरी हुन गयो ?"

सूतजी भन्नुहुन्छ– "हे ऋषिहरू ! गणपतिको उत्पत्तिको बारेमा विभिन्न कथाहरू युगौंदेखि चल्दै आइरहेका छन् । उहाँ सबैका आदिदेव हुनुहुन्छ । सर्वप्रथम उहाँको उत्पत्ति भगवान् शंकर हाँसदाखेरी उहाँको मुखबाट कुमारको रूपमा भयो । माता पार्वतीको बालकप्रतिको आकर्षणको कारणले रुद्रलाई क्रोध आयो र उहाँले कुमारलाई श्राप दिनुभयो कि यसको मुख हात्तीको जस्तो र जनै सर्पको हुनेछ । शिवजीको क्रोध अझै पनि शान्त भएन र उहाँको मुखबाट हात्तीको मुख भएका अनेक विनायक प्रकट भए । देवताहरू डराएर शिवजीको आराधना गर्न लागे । तब शिवजीले ती बालकलाई सबै विनायकहरूका अध्यक्ष बनाइदिनुभयो ।

श्री सावर संरचना शक्ति केन्द्रबाट प्राप्त दिव्य साधनात्मक सूत्रहरू

नित्यता :-

नित्यता भन्नाले सामान्य अर्थमा नित्य गरिने कार्यलाई बुझिन्छ। दैनिक जीवनमा नित्यताको ठूलो महत्त्व रहँदै आएको छ। प्रत्येक कार्यलाई नित्यता दिन सकेमा जुनसुकै कार्यमा पनि सफलता प्राप्त गर्ने कुरामा कुनै शंका रहदैन। मन्त्र साधनामा अगाडि बढ्ने प्रत्येक व्यक्तिले नित्यतालाई पालना गर्नुपर्ने हुन्छ, नित्यतालाई लागू गर्नुपर्ने हुन्छ, यसलाई दैनिक जीवनमा उतार्नुपर्ने हुन्छ। मन्त्र साधनाको सफलता नित्यतामा लुकेको कुरामा दुई मत नहोला। त्यसैले साधनामा अगाडि बढ्ने प्रत्येक व्यक्तिले नित्यताको नियमलाई पालना गर्नुपर्दछ।

मन्त्र साधनामा अगाडि बढ्नेहरूले नित्यता भन्नाले आफूले प्राप्त गरेका मन्त्रहरूलाई नित्य जप गर्ने भन्ने बुझ्नुपर्दछ। साधना गर्ने भइसकेपछि आफूले प्राप्त गरेका साधनाहरूलाई दैनिकरुपमा गर्नुपर्दछ। सकिन्छ भने साधना गर्ने समय नित्य एउटै होस् अर्थात् प्रत्येक दिन एउटै समयमा साधना गर्ने बानीको विकास गर्नुपर्दछ। यसरी नित्यरुपमा सधैं एउटै समयमा साधना गर्ने अभ्यास गर्नाले साधनामा सफलताको लागि ठूलो सहयोग पुग्दछ।

मन्त्र साधनामा अगाडि बढ्ने प्रत्येक व्यक्तिले अलि होशियारी हुने, सतर्कता अपनाउने गर्नुपर्दछ। आफूलाई मन लाग्दा मन्त्र जप गर्ने नलाग्दा नगर्ने, मन लागे धेरै समयसम्म धेरै माला पनि जप गर्ने, नलाग्दा साधना नै नगर्ने गर्नु हुँदैन। अल्छी गर्ने, अनावश्यक बहाना गरेर साधना नगर्ने गर्नु हुँदैन। यस्तो गर्दा नित्यता टुट्न जान्छ। कुनै दिन पनि नछाडिकन, नबिर्सिकन, दैनिकरुपमा गरिने प्रक्रिया हो नित्यता। यसैले साधनामा पूर्णता चाहनेहरूले, साधनामा सफलता चाहनेहरूले धैर्यवान् भएर, लगनशील भएर नित्यरुपमा साधना गर्दै अगाडि बढ्नुपर्दछ। आफूले गर्ने दैनिक क्रियाकर्म तालिकामा राखी गर्दै जानुपर्दछ। हामी प्रत्येक दिन उठेर बाथरुम जान्छौं, ब्रस गर्छौं, मुख धुन्छौं, चिया खान्छौं, खाना खान्छौं र आफ्नो कर्म गर्छौं। यसरी गरिने कर्म जसलाई आफ्नो नित्य कर्म भन्दछौं, यस्तै नित्य कर्मभित्र मन्त्र साधनालाई पनि राख्नुपर्दछ र नित्यरुपमा गर्नुपर्दछ।

हामी प्राप्ति छिटो चाहन्छौं, सफलता छिटो चाहन्छौं तर आफूले गर्ने नित्यतालाई हामी गर्दैनौं अनि सफल भएन भनेर निराश हुन्छौं। त्यसैले निरन्तररुपमा आफ्नो साधना नित्यरुपमा सम्पन्न गर्दै अगाडि बढ्दै जाऔं, नित्यतालाई पालना गरौं, साधनामा सफलता हासिल गरौं।

धैर्य :-

मन्त्र साधनामा अगाडि बढ्ने व्यक्तिहरूमा चाहिने आवश्यक गुणहरूमध्ये धैर्य पनि एक हो। धैर्य साधनामा अगाडि बढ्नेहरूको प्रमुख कडी हो। जो व्यक्तिले धैर्य गर्न सक्दैन उसले साधनामा सफलता प्राप्त गर्न पनि सक्दैन। हुन त धैर्य साधना गर्नेका लागि मात्र होइन, दैनिक जीवनयापनका हरेक क्रियाकलापमा आवश्यक हुन्छ। यस संसारमा भन्नेबित्तिकै केही सम्भव हुँदैन। प्रत्येक ठाउँमा, प्रत्येक क्षेत्रमा धैर्य अत्यन्त आवश्यक हुन्छ। धैर्य गरेर नै फल प्राप्त हुने गर्दछ।

हामीले चाहेर, भन्नेबित्तिकै त एक कप चिया पनि खान सक्दैनौं। चिया खाने हो भने करिब पाँच मिनेट धैर्य गर्नुपर्ने हुन्छ। यस्तै खाना खाने हो भने करिब एक घण्टा पर्खनैपर्ने हुन्छ, धैर्य गर्नुपर्ने हुन्छ। एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जानुपर्‍यो भने कि त हिँड्नुपर्‍यो, कि त गाडीमा जानुपर्ने हुन्छ। गाडीमा पनि धैर्य गरेर बस्नुपर्ने हुन्छ। प्लेनमा नै उडेर गए पनि नपुगेसम्म त धैर्य गरेर नै बस्नुपर्ने हुन्छ। यसरी जे कुरामा पनि धैर्य गर्नुपर्दछ भन्ने कुरालाई बुझाउन खोजिएको हो।

त्यसैले जे चीजको प्राप्तिमा पनि धैर्यको आवश्यकता हुन्छ भने मन्त्र साधनामा अगाडि बढ्नेहरूका लागि त झनै धैर्यको आवश्यकता हुन्छ। मन्त्र साधनामा अगाडि बढ्नेहरूमा घण्टौंसम्म साधना गरेर बस्न सक्नेखालको धैर्य चाहिन्छ। बस्नेबित्तिकै मन आत्तिएर कति बेला उठिहालौं भनेर हतारिनेले साधनाको वास्तविक रसास्वादन गर्न सक्दैनन्। आँखा बन्द गरेर भित्रभित्रै डुब्ने बानीको विकास गर्नुपर्दछ।

एक त साधना गर्न बस्दा पनि धैर्य गरेर बस्न सक्नुपर्दछ। अर्को, साधना गर्नेबित्तिकै आजको अहिल्यै कुनै प्राप्ति पनि नहुन सक्छ। साधना गर्नेबित्तिकै प्राप्ति भएन, लौ खै केही भएन भनेर हामी आत्तिन पनि सक्छौं। साधना गर्ने भइसकेपछि यस्ता चीजहरू बुझ्नुपर्ने हुन्छ। साधना गर्दै अगाडि बढेपछि प्राप्ति नहुने भन्ने प्रश्नै उठ्दैन। त्यसैले धैर्य गरेर अगाडि बढेपछि ढिलोचाँडो अवश्य फल प्राप्त भइहाल्छ। तैपनि यी कुराहरूलाई नबुझेर हामी बढी महत्त्वाकांक्षी बन्न सक्छौं। छिटो प्राप्तिको आशामा तत्काल नै उपलब्धि लिइहाल्ने मानसिकता पनि बनाइरहेका हुन सक्छौं। यस्तो मानसिकतालाई परिवर्तन गर्नुपर्छ। भगवान् श्रीकृष्णले गीतामा “कर्म गर तर फलको आशा नगर” भन्नुभएझैं तपाईं हामीले पनि कर्म गर्ने हो। अरू त हाम्रो हातमा केही हुँदैन। हाम्रो काम त केवल साधना हो, फल दिने अधिकार त केवल परमपूज्य सद्गुरुदेवहरूमा निहित हुन्छ। यसैले आफ्नो वशमा नै नभएको कुरा आजै हुनुपर्‍यो, भोलि नै हुनुपर्‍यो भनेर तपाईं हामी आत्तिएर के गर्ने ?

प्रत्येक मनुष्यको आ-आफ्नै भागभोग हुने गर्दछ। हामीले विगतमा गरेका क्रियाकर्म हाम्रो भाग्य बनेर वर्तमानमा आइपुगेको हुन्छ। त्यसैले पनि विगतका समयमा हामीबाट कस्ता-कस्ता कर्म भए, कति राम्रा-राम्रा कर्म भए होलान्, कति नराम्रा कर्म। यस जीवनको त तपाईं हामीले आफ्नो पाराले मूल्याङ्कन गरौंला, तर विगतको जीवनमा हामीले कस्ता-कस्ता कर्म गर्‍यौं होला, त्यो हामीलाई थाहा छैन। विगतमा धेरै नराम्रा कर्म गरेका रहेछौं भने यस जीवनमा साधनाको माध्यमले सपार्दासपार्दै पनि केही समय लाग्न सक्छ। पूर्वजन्मका दोषहरू, भोगहरू कटाउँदाकटाउँदै पनि केही समय बित्न सक्छ। यस्ता गूढ रहस्यका सत्य र यथार्थ कुरा हाम्रो मस्तिष्कले बुझ्न नसक्दा हामी आत्तिन्छौं, हतारिन्छौं र भावनालाई बिगाछौं। विचलित भई प्राप्त हुन लागेका विषयलाई त्यागेर मृगतृष्णा बोकेर भौंतारिन थाल्दछौं र झनै प्राप्तिदेखि टाढा भाग्न थाल्दछौं।

यसैले साधनात्मक प्रक्रिया भनेका सतत् प्रक्रिया हो। निरन्तररुपबाट लागेपछि प्राप्ति हुने कुरा हो, अटुट श्रद्धा, भक्ति, विश्वास र समर्पणलाई कायम राख्दै धैर्यवान् हुनेले नै छिटो प्राप्ति गर्ने हो। त्यसैले धैर्यलाई पालना गरौं, साधनामा सफलता हासिल गरौं।

भाद्रका चाडपर्वहरू

भाद्र २ गते	**श्री शिव गोरक्ष हवन** **स्थान** : पशुपति मृगस्थली गोरक्षपीठ उपत्यका बाहिर- कास्की, चितवन
भाद्र ३ गते	**तां. बटुक भैरव हवन** स्थान: बटुक भैरव मन्दिर, लगनखेल **तां. गणपति हवन** स्थान : सूर्यविनायक मन्दिर, भ.पु. अजा एकादशी
भाद्र ४ गते	**तां. महालक्ष्मी हवन** स्थान : महालक्ष्मी मन्दिर, ल.पु. **तां. विन्ध्यवासिनी हवन** स्थान: विन्ध्यवासिनी मन्दिर, पोखरा
भाद्र ५ गते	**दिव्य गुरु महोत्सव** स्थान : बसुन्धरा आश्रमलगायत **तां. बगलामुखी हवन** स्थान: बगलामुखी मन्दिर, ल.पु.पाटन **तां. वेदव्यास हवन** व्यास गुफा प्रांगण दमौली, तनहूँ
भाद्र ७ गते	**तां. बाघ भैरव हवन** स्थान : बाघभैरव मन्दिर, कीर्तिपुर औंशी, बुवाको मुख हेर्ने, गोकर्ण स्नान
भाद्र ९ गते	हरितालिका तीजको दर खाने
भाद्र १० गते	**हरितालिका तीज व्रत**
भाद्र ११ गते	गणेश चतुर्थी
भाद्र १२ गते	**ऋषि पञ्चमी, सप्तर्षि पूजा**
भाद्र १५ गते	गोरखकाली पूजा, गौरा पर्व, थकाली फालो पर्व
भाद्र १८ गते	हरिपरिवर्तिनी एकादशी
भाद्र १९ गते	इन्द्र ध्वजोत्थान, वामन जयन्ती
भाद्र २१ गते	कुमारी इन्द्रजात्रा
भाद्र २२ गते	**गोरक्ष प्रकट तिथि** स्थान : बसुन्धरा आश्रमलगायत खग्रास चन्द्र ग्रहण
भाद्र २३ गते	सोह्र श्राद्ध आरम्भ
भाद्र २८ गते	**तां. विष्णुदेवी हवन** स्थान : विष्णुदेवी मन्दिर, तीनथाना
भाद्र २९ गते	गोरखकाली पूजा
भाद्र ३० गते	**तां. भगवान् शिव हवन** स्थान : कोलमतेश्वर मन्दिर, थली

प्रत्येक वृहस्पतिबार बिहान १० बजे- गुरु पूजन,
प्रत्येक दिन साँझ ५ बजे- आरती

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका गतिविधिहरू

गोदावरी, तीनकुने, सानोभऱ्याङ, मच्छेगाउँ, पर्सालै वार्षिकोत्सव कार्यक्रम मनायो

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र सम्पर्क कार्यालय गोदावरीले आफ्नो १९ औं वार्षिकोत्सव कार्यक्रम सम्पन्न गऱ्यो । गत श्रावण ४ गते गोदावरीस्थित आश्रममा सम्पन्न कार्यक्रममा गुरु पूजन, आरती, भजनकीर्तन सम्पन्न भएको थियो ।

त्यस्तै, गत श्रावण १२ गते एक कार्यक्रमका बीच सम्पर्क कार्यालय तीनकुनेले आफ्नो १८ औं वार्षिकोत्सव कार्यक्रम सम्पन्न गऱ्यो ।

उक्त कार्यक्रमा गुरु पूजन, हवन, गुरु आरती, भजनकीर्तन, नृत्यलगायतका कार्यक्रमहरू सम्पन्न भएका थिए । कार्यक्रममा केन्द्रीय संयोजक तथा सावरपन्थी साधक रामजी अर्याल, केन्द्रीय संयोजक तथा सावमातृका साधिका विन्देश्वरी बराललगायतले मन्तव्य दिनुभएको थियो ।

उक्त अवसरमा गुरुसेवा दलकी साधिका ज्ञानु रेग्मीले स्वागत मन्तव्य दिनुभएको थियो ।

उक्त अवसरमा तीनकुने आश्रमका संयोजक साधक दीनकुमार के.सी. ले वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

त्यसैगरी आरती संचालन केन्द्र सानो भऱ्याङले आफ्नो १८ औं र मच्छेगाउँले पनि एक कार्यक्रमका बीच आफ्नो वार्षिकोत्सव मनायो । गत २१ गते दुवै आश्रमहरूले गुरु पूजन, हवन, गुरु आरतीका साथ वार्षिकोत्सव मनाएको थियो ।

गत श्रावण २३ गते आरती संचालन केन्द्र पर्सालै पनि गुरु पूजन, हवन, आरती, भजनकीर्तनका साथ आफ्नो वार्षिकोत्सव मनाएको थियो ।

विशेष हवनका साथ श्री शिव गोरक्ष महोत्सव सम्पन्न

परमपूज्य सद्गुरुदेवको कृपा, आशीर्वादस्वरूप सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले श्रावण महिनाभर उपत्यकामा अवस्थित गोरक्षपीठहरूमा विशेष हवन कार्यक्रमका साथ श्री शिव गोरक्ष महोत्सव मनायो । श्रावण महिनाको प्रत्येक सोमबार बिहान ८ देखि ९ बजेसम्म क्रमश: मृगस्थली, वनकाली, सैंधु गणेश मन्दिर, शंखमूल, थापाथली, काष्ठमण्डपमा रहेका गोरक्षपीठहरूमा विशेष हवन सम्पन्न भएको थियो ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र सम्पर्क कार्यालय भक्तपुरले दिगु टोल, कमलविनायकमा रहेका गोरक्षपीठलगायत आश्रममा विशेष हवन गर्दै श्री शिव गोरक्ष महोत्सव मनाएको थियो ।

त्यस्तै, उपत्यका बाहिर चितवन, कास्की, सुकुटेले पनि श्री शिव गोरक्ष महोत्सवअन्तर्गत प्रत्येक सोमबार विशेष हवन कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो ।

कास्कीको पचभैयास्थित गोरक्षपीठमा कास्की जिल्लाले श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथको श्रीचरणकमलमा प्रत्येक वर्ष रोट अर्पण पनि गर्दै आइरहेको छ । त्यस्तै यस वर्ष यहाँ अखण्ड हवनको कार्यक्रम पनि सम्पन्न भयो । श्री शिव गोरक्ष महोत्सव र रोट अर्पण कार्यक्रमको समापनको अवसरमा भजनकीर्तन कार्यक्रम पनि सम्पन्न भएको थियो ।

श्रावण महिना भगवान् शिव महिना हो । यस महिनामा मानिसहरू व्रत बस्ने, सात्विक भोजन गरेर बस्ने गर्दछन् । संस्थाले यस महिनाको प्रत्येक सोमबार दिउँसो भजनकीर्तनको कार्यक्रम पनि सम्पन्न गरेको थियो ।

संस्थाले श्रावण महिनामा गोरख सुरक्षा मन्त्रको जपको कार्यक्रम पनि राखेको थियो । साधकसाधिकाहरूले महिना दिनभर य मन्त्रको जप गर्नुभएको थियो ।

दिव्य गुरु महोत्सव, बसुन्धरा आश्रम (२०८२ श्रावण)

गोरखवाणी

***प**रब्रह्म, परमात्मा, अलखनिरंजन महायोगी शिव गोरक्षका दिव्य वाणीभित्र समाहित गूढतम् रहस्यहरू, आध्यात्मिक उन्नति, प्रगतिका नवीनतम् मार्गहरू, साधनात्मक उच्चताका दिव्यतम् विधिहरू सम्पूर्ण स्तरका व्यक्तिहरूका लागि उत्तिकै आवश्यक छन्, उत्तिकै आदरणीय छन् । महायोगीका दिव्यतम् वाणीहरू गोरखवाणीका रूपमा विश्वविख्यात् छन् । परमतत्त्व परमात्माको वर्णन एवं व्यक्तिमा अन्तर्निहित शक्तिहरूको माध्यमबाट साक्षात्कार, आत्मसाक्षात्कार कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने सम्बन्धमा उत्पन्न गहिराइ छुने, जीवनका वास्तविक मर्महरू झल्काउने यी दिव्य वाणीहरू सबैका लागि अनुकरणीय एवं मार्गनिर्देशक हुनेछन् भन्ने आशाका साथ प्रकाशन गर्दै आइरहेका छौँ ।*

अवधू नव घाटी रोकिलै बाट ।
बाई बणिजै चौसठि हाट ॥
काया पलटै अविचल विध ।
छाया बिबरजित निपजै सिध ॥

महायोगी श्री गुरु गोरखनाथ आदेश दिँदै भन्नुहुन्छ- ''हे अवधूत, प्राणायामको सिद्धि प्रत्येक योग साधकहरूका लागि अत्यन्त आवश्यक छ । त्यस सिद्धिको लागि शरीरमा स्थित नवद्वारहरू मुख, दुई आँखा, दुई कान, दुई नासिकारन्ध्र, उपस्थ र गुदामाथि संयम राख्नुपर्दछ । यसको सुप्रभाव यो हुन्छ कि शरीरभित्रको वायु पचाउनमा समर्थ हुन्छ र शरीरको चौसठ्ठी वायुका सन्धीहरूमा वायुको गति सुव्यवस्थित ढंगले हुन्छ, वायुको विकार आउँदैन र प्राणायाममा सिद्धि सहजै मिल्दछ । शरीरमा अपूर्व आरोग्यताको लाभ हुन्छ । यो एक प्रकारले कायाकल्प हो । यसबाट साधक सिद्धावस्थामा पुग्दछ र उसको शरीरको छाया उसमा पर्दैन, ऊ सर्वत्र गमन गर्न सक्षम हुन्छ ।

अवधू दंग कौं गहिबा उनमनि रहिबा ।
ज्यूं बाजबा अनहद तुरं ॥
गगन मंडल मै तेज चमंकै ।
चंद नही तहां सुरं ॥

श्री गुरु गोरखनाथ भन्नुहुन्छ- प्राणको संयम गर्नु परम आवश्यक छ । प्राणको संयम प्राणायामको अभ्यासबाट नै सिद्ध हुन्छ । प्राणलाई नियन्त्रण गर्न सकेको खण्डमा नै मन पूर्णतया वशमा हुन्छ र उन्मनावस्था सिद्ध हुन्छ । नवद्वारमा मुख, नेत्र, नासिकारन्ध्र, कान, उपस्थ, गुदा प्रत्यक्ष छन् तर ब्रह्मरन्ध्र दशौँ द्वार अप्रत्यक्ष छ । दशौँ द्वारमा नै योगी उन्मन हुन्छ । नाद विन्दुको मिलनबाट उत्पन्न अनाहत नादको श्रवण गरी, ब्रह्मरन्ध्रमा निराकार परब्रह्म शिवको प्रकाशको दर्शन गर्दछन् । ब्रह्मरन्ध्रमा सूर्य र चन्द्रको ज्योति बिना नै अलख निरंजन, चिन्मय तत्त्व आसित हुन्छ ।

सास उसास बाइ कौं भषिवा ।
रोकि लेहु नव द्वारं ॥
छठै छभासि काया पलरिबा ।
तब उनमंनी जोग अपारं ॥

कुम्भक प्राणायामद्वारा शरीरको भित्री श्वासोच्छ्वास हटाउनु पर्दछ, विलीन गराउनु पर्दछ । यस्तो गर्न जति बढी सकिन्छ त्यति नै मात्रामा प्राणशक्ति अक्षुण्ण हुँदै जान्छ र मृत्युको भय टाढिँदै जान्छ । नवौँ द्वारलाई रोकी वायुलाई शरीरमा नै पुऱ्याउनाले कायाकल्प त अनायास नै हुन थाल्दछ । तर यसमा मात्र सीमित नरही कम्तिमा ६, ६ महिनामा यौगिक विधिहरूद्वारा कायाकल्प गर्नाले शरीरमा नौलो किसिमको प्राण दौड्न थाल्दछ जसबाट उन्मन योग सिद्ध हुन्छ र मन स्थिर हुन थाल्दछ । दशौँ द्वार ब्रह्मरन्ध्र खुल्नाले निस्कल निरंजन, चिन्मय परमात्म तत्त्व अभिव्यक्त हुन थाल्दछ । यसप्रकार योग साधकको उन्मनी अवस्था सिद्ध हुन्छ ।

अवधू संहस्र नाडी पवन चलैगा ।
कोटि झमंकै नादं ॥
बहतरि चंदा बाई सोव्पा ।
किरणि प्रगटी जब आडं ॥

हे अवधूत, जब शरीरमा स्थिर दशौँ द्वार ब्रह्मरन्ध्रमा मन स्थित हुन्छ अर्थात् उन्मनी अवस्था सिद्ध हुन थाल्दछ, योगीको शरीर प्राणामृतले परिपूर्ण हुन थाल्दछ । शरीरका समस्त नाडीहरूबाट मल निक्लन थाल्दछन्, शरीरमा फैलिएका सहस्र नाडीहरूमा पवन संचार हुनाले करोडौँ नादको समान अनाहत नाद प्रस्फुटित हुन थाल्दछ । यसप्रकार ब्रह्मको मूल प्रकाश आदि ज्योति प्रकट भई वायु बहत्तर चन्द्रमाहरूलाई पनि सोसी लिन्छ । प्राणायामको सफल प्रयासबाट शरीरका नाडीहरूमा पवनको संचरण हुन्छ र मनको चंचलता हट्न थाल्दछ । यसप्रकार उन्मनी अवस्था सिद्ध हुन्छ । योगाभ्यासीहरू सहज समाधिमा परब्रह्म निरंजन शिवको साक्षात्कार गर्दछन् ।

शुभकार्यको शुभारम्भ शुभमुहूर्तमा

वराहमिहिरले शताब्दियौँपूर्व कालगणना गरेर यो सिद्ध गरेका थिए कि प्रत्येक दिन मानिसको शुभ र अशुभ दुवै प्रकारका समय आउँछन् र कालज्ञानअनुसार शुभ समयमा कार्य गरेमा निश्चय नै कार्यमा सफलता प्राप्त हुन्छ । यद्यपि ज्योतिषमा दिशासूल, योगिनी, चन्द्रमा आदिको उल्लेख छ र यो पनि बताइएको छ कि यी सबैलाई ध्यानमा राखेर नै शुभकार्य प्रारम्भ गर्नु पर्दछ । महिराचार्यका अनुसार यदि हामीलाई कालज्ञान छ भने यी कुराहरूलाई ध्यानमा राख्नु आवश्यक छैन किनकि कालज्ञान आफैमा अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ । यसैले यसमा व्यतिपात, दिशासूल आदिको अशुभ प्रभाव पर्दैन । यात्रा, विवाह, भेटघाटलगायतका कुनै पनि शुभकार्य प्रारम्भ गर्दा कालज्ञानअनुसार गरिएमा ती कार्यहरू सफल हुन्छन् भनेर मिहिराचार्य भन्दछन् ।

प्रस्तुत शुभ समयहरू (सर्वश्रेष्ठ तथा श्रेष्ठ) परमपूज्य सद्गुरुदेव डा. नारायण दत्त श्रीमालीज्यूद्वारा रचित हिन्दी ग्रन्थ 'ज्योतिष और काल निर्णय'मा आधारित रहेर तयार पारिएको हो ।

२०८२ भाद्र १, ८, १५, २२ र २९ गते आइतबार

सर्वश्रेष्ठ– **दिन** ६:००–६:४८, **रात्रि** ६:४८–७:३६, ३:३६–४:२४

श्रेष्ठ– **दिन** ६:४८–१०:००, **रात्रि** ८:२४–१०:००, ४:२४–६:००

२०८२ भाद्र २, ९, १६, २३, र ३० गते सोमबार

सर्वश्रेष्ठ– रात्रि ७:३६–९:१२

श्रेष्ठ– दिन ६:००–७:२४, १०:४८–१:१२, ३:३६–५:१२

रात्रि ९:१२–१०:००, १:१२–२:४८

२०८२ भाद्र ३, १०, १७, २४ र ३१ गते मंगलबार

सर्वश्रेष्ठ– रात्रि ७:३६–९:१२, ३:३६–४:२४

श्रेष्ठ– दिन ६:००–८:२४, १०:००–१२:२४, ४:३६–५:१२

रात्रि ९:१२–१०:००, १२:२४–२:००, ४:२४–६:००

२०८२ भाद्र ४, ११, १८, २५ र ३२ गते बुधबार

सर्वश्रेष्ठ– दिन ३:३६–४:२४, रात्रि ९:१२–१०:४८

श्रेष्ठ– दिन ७:३६–९:१२, ११:३६–११:५४, ४:२४–६:००

रात्रि ६:४८–९:१२, २:००–६:००

२०८२ भाद्र ५, १२, १९ र २६ गते बिहीबार

सर्वश्रेष्ठ– रात्रि ७:३६–९:१२

श्रेष्ठ– दिन ६:००–८:२४, १०:४८–१:१२, ४:२४–६:००

रात्रि ९:१२–१०:००, १:१२–२:४८, ४:२४–६:००

२०८२ भाद्र ६, १३, २० र २७ गते शुक्रबार

सर्वश्रेष्ठ– रात्रि १:१२–३:३६

श्रेष्ठ– दिन ६:४८–१०:२४, ४:२४–५:१२ध

रात्रि ८:२४–१०:४८, ४:२४–६:००

२०८२ भाद्र ७, १४, २१ र २८ गते शनिबार

श्रेष्ठ– दिन १०:३६–१२:२४, ३:३६–५:१२

रात्रि ८:२४–१०:४८, २:००–३:३६, ४:२४–६:००

गुरुकार्य नै हो सम्पूर्ण शास्त्रको सार ।
गुरुकार्यले नै गर्छ आत्म परिष्कार ।

नोटः- दिन भन्नाले बिहान ६:00 देखि साँझ ६:00 सम्म रात्रि भन्नाले साँझ ६:00 देखि अर्को बिहान ६:00 सम्म

तां. गतपति हवन, स.का. गोदावरीको र तीनथाना, पर्साको वार्षिकोत्सव, कास्कीमा सम्पन्न विशेष कार्यक्रम

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका गतिविधिहरू

दिव्य गुरु महोत्सव

परमपूज्य सद्गुरुदेव डा. नारायण दत्त श्रीमालीज्यू (परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज) अवतरित हुनुभएको अङ्ग्रेजी महिनाको २१ तारिखलाई दिव्य गुरु महोत्सवको रूपमा मनाउने क्रममा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले गत श्रावण ५ गते (July 21 तारिख) कार्यक्रमलाई हर्षोल्लासपूर्वक मनायो। केन्द्रीय आश्रम भवन बसुन्धरामा सम्पन्न कार्यक्रममा निखिल स्तवन, गोरक्ष स्तवनको सस्वर पाठ, गुरु पादुका पूजन, मन्त्रजप, हवन, आरतीलगायत भजनकीर्तन कार्यक्रमहरू सम्पन्न भएका थिए। कार्यक्रम बिहान १०:१५ देखि शुरु भएको थियो।

आश्रमका विभिन्न स्थानमा अवस्थित सम्पर्क कार्यालय र संस्थाको मिसनको रुपमा संचालित गोरक्ष निखिल ज्योति दिव्य विद्याश्रममा प्रत्येक अंग्रेजी महिनाको २१ तारिख दिव्य गुरु महोत्सव मनाइँदै आइएको छ।

गोरक्ष प्रकट तिथि

परमपूज्य सद्गुरुदेवहरूको कृपा, आशीर्वादस्वरूप सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले प्रत्येक महिनाको पूर्णिमामा गोरक्ष प्रकट तिथि कार्यक्रम मनाउँदै आइरहेको छ। गत श्रावण २४ गते एक कार्यक्रमका बीच हर्षोल्लासपूर्वक गोरक्ष प्रकट तिथि कार्यक्रम मनाइएको थियो।

परमपूज्य सद्गुरुदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ वै शाखी पूर्णिमाका दिन प्रकट हुनुभएको सम्झनामा गोरक्ष प्रकट प्रत्येक महिना पूर्णिमाका दिन यस कार्यक्रमलाई मनाउने गरिन्छ।

कार्यक्रममा पूजन, नवनाथ स्तोत्रको पाठ, हवन, मन्त्रजप, भजनकीर्तन आदि सम्पन्न भएका थिए। कार्यक्रम बिहान १० बजेबाट शुरु भएको थियो।

गोरक्ष प्रकट तिथिलाई सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका विभिन्न जिल्लामा रहेका आश्रमहरूमा पनि मनाइने गरिन्छ।

उक्त दिन जनै पूर्णिमाको पावन अवसर पनि परेको थियो। यस अवसरमा जनै फेर्ने र डोरो लगाउने कार्यक्रम पनि सम्पन्न भएको थियो।

मासिक हवनहरू

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले प्रत्येक महिना मासिक हवन कार्यक्रमहरू सम्पन्न गर्दै आइरहेको छ। श्रावण महिनामा निम्न हवन कार्यक्रमहरू निम्न समय, स्थानमा निम्नानुसार सम्पन्न भए– श्रावण ५ गते सोमबार– श्री शिव गोरक्ष हवन गोरखनाथ मन्दिर, पशुपति, मृगस्थली, बिहान ८-९ बजे। श्रावण ६ गते मंगलबार– तां. वटुक भैरव हवन, वटुक भैरव मन्दिर, लगनखेल, बिहान ७-८ बजे। श्रावण ७ गते बुधबार– तां. महालक्ष्मी हवन, महालक्ष्मी मन्दिर, लगनखेल, बिहान ८-९ बजे। श्रावण १ गते विहीबार– तां. बगलामुखी हवन, बगलामुखी मन्दिर, पाटन, बिहान ८-९ बजे।

त्यस्तै, मासिक हवनकै क्रममा निम्न हवनहरू निम्न समय, स्थान र मितिमा सम्पन्न भएका थिए- श्रावण ५ गते सोमबार– श्री शिव गोरक्ष हवन, चितवन तथा कास्की, बिहान ८-९ बजे। श्रावण ६ गते मंगलबार– तां. गणपति हवन, सूर्यविनायक, भक्तपुर, बिहान ७-८ बजे। श्रावण ७ गते बुधबार– तां. विन्ध्यवासिनी हवन, विन्ध्यवासिनी मन्दिर, पोखरा, कास्की, बिहान ८-९ बजे। श्रावण १ गते विहीबार– तां. वेदव्यास हवन, वेदव्यास गुफा, तनहूँ, बिहान ८-९ बजे। श्रावण ३ गते शनिबार– तां. बाघ भैरव हवन, बाघ भैरव मन्दिर, कीर्तिपुर, समय बिहान ८-९ बजे। श्रावण २६ गते सोमबार– तां. भगवान् शिव हवन, गोरक्ष निखिल गुरुधाम, कोलमतेश्वर मन्दिर, बिहान ८-९ बजे। श्रावण ३१ गते शनिबार– तां. विष्णुदेवी हवन, विष्णुदेवी मन्दिर, तीनथाना, बिहान ७:३०-९ बजे।

औषधि प्रयोग गर्दा ध्यान दिऔं

❁ मान्यता प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको सिफारिशबाट मात्र औषधि प्रयोग गरौँ,

❁ औषधिको प्रयोग सम्बन्धमा पूर्ण जानकारी लिऔँ,

❁ गर्भवती भएमा सो बारेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह गरेर औषधि प्रयोग गरौँ,

❁ औषधि बालबच्चाको पहुँचबाट टाढा राखौँ,

❁ औषधि प्रयोग गर्दा जिउ चिलाएमा, छालामा डाबरहरु आएमा श्वास फेर्न गाह्रो भएमा वा यस्तै अन्य लक्षण देखा परेमा तत्काल नजिकैको स्वास्थ्य संस्था वा चिकित्सकसँग परामर्श गरौँ ।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड