

## दैवीय चिठीको प्रापक तपाईं नै हुनुहुन्छ



आफूभित्र भएका नकारात्मक कुराहरूलाई सकारात्मक रूपमा परिवर्तन गरेर फड्को मार्ने अवसर नै बिमार तथा व्यावहारिक समस्या हो भन्दा तपाईंलाई कस्तो लाग्छ ? उदाहरणका लागि बिमारलाई लिऊँ । शरीरको कुन भागमा खराबी छ र कस्तो किसिमको बिमार हो भन्ने अनुसन्धान गरेर उपचार गर्नु चिकित्सकको काम हो । तर त्यसका साथै आफ्नो जीवनशैली तथा सोच्ने तरिकामा पनि कुनै विकार छ कि भनी आफैलाई पुनरावलोकन गर्नु पनि वास्तविक उपचारका लागि आवश्यक छ ।

वास्तवमा बिमार तथा व्यावहारिक समस्या भनेको दैवीय चिठी हो र प्रापक आफै हो । आफूलाई पुनरावलोकन गर्न तेन्त्रिक्योले मानिसहरूलाई सहयोग गर्ने भूमिका खेल्छ ।

आनन्दी जीवनको तेन्त्रिक्यो

## दैवीय चिठीको प्रापक तपाईं नै हुनुहुन्छ



आफूभित्र भएका नकारात्मक कुराहरूलाई सकारात्मक रूपमा परिवर्तन गरेर फड्को मार्ने अवसर नै बिमार तथा व्यावहारिक समस्या हो भन्दा तपाईंलाई कस्तो लाग्छ ? उदाहरणका लागि बिमारलाई लिऊँ । शरीरको कुन भागमा खराबी छ र कस्तो किसिमको बिमार हो भन्ने अनुसन्धान गरेर उपचार गर्नु चिकित्सकको काम हो । तर त्यसका साथै आफ्नो जीवनशैली तथा सोच्ने तरिकामा पनि कुनै विकार छ कि भनी आफैलाई पुनरावलोकन गर्नु पनि वास्तविक उपचारका लागि आवश्यक छ ।

वास्तवमा बिमार तथा व्यावहारिक समस्या भनेको दैवीय चिठी हो र प्रापक आफै हो । आफूलाई पुनरावलोकन गर्न तेन्त्रिक्योले मानिसहरूलाई सहयोग गर्ने भूमिका खेल्छ ।

आनन्दी जीवनको तेन्त्रिक्यो

चिजबिज जति नै पर्याप्त भए पनि  
मनमा चिन्ता छ भने खुसी हुन सकिंदैन ।

(ओसासिजु सन् १९०१ जुलाई १५)

भौतिक वस्तु र पैसाले  
जतिसुकै सम्पन्न भए  
पनि मानसिक पीडा  
तथा चिन्ता छ भने  
जीवन सुखमय हुन  
सकदैन भन्नु नै माथिको वाणीको आशय हो । विशेष गरी  
मानिसको सम्बन्धका बारेमा भन्ने हो भने राम्रो कुरा भएमा  
उत्साहित हुने तर अप्ठ्यारो किसिमको कुरा भएमा जाँगर  
नचल्ने र टार्न खोज्ने प्रवृत्ति देखिन्छ । समयलाई विशेष  
ध्यान दिएर सर्वप्रथम मनमा लागेका कुराहरूबाट सुल्झा-  
उँदै जाने मानसिकता बनाएर प्रयत्नशील हुनुपर्छ । "मनमा  
चिन्ता छ भने त्यस्तो परिस्थितिलाई आनन्द भन्न मिल्दैन  
।" भनिएको छ ।



चिजबिज जति नै पर्याप्त भए पनि  
मनमा चिन्ता छ भने खुसी हुन सकिंदैन ।

(ओसासिजु सन् १९०१ जुलाई १५)

भौतिक वस्तु र पैसाले  
जतिसुकै सम्पन्न भए  
पनि मानसिक पीडा  
तथा चिन्ता छ भने  
जीवन सुखमय हुन  
सकदैन भन्नु नै माथिको वाणीको आशय हो । विशेष गरी  
मानिसको सम्बन्धका बारेमा भन्ने हो भने राम्रो कुरा भएमा  
उत्साहित हुने तर अप्ठ्यारो किसिमको कुरा भएमा जाँगर  
नचल्ने र टार्न खोज्ने प्रवृत्ति देखिन्छ । समयलाई विशेष  
ध्यान दिएर सर्वप्रथम मनमा लागेका कुराहरूबाट सुल्झा-  
उँदै जाने मानसिकता बनाएर प्रयत्नशील हुनुपर्छ । "मनमा  
चिन्ता छ भने त्यस्तो परिस्थितिलाई आनन्द भन्न मिल्दैन  
।" भनिएको छ ।



## 'केही गरिदिन चाहने मन'ले यो संसार भरिपूर्ण गर्न चाहन्छु



यो चाहन्छु । त्यो पनि चाहन्छु । यस गरिदिनुस् । त्यसो गरिदिनुस् । यस्तो मानसिकता पूर्णतः 'बालकको मन' हो । यसको विपरीत अरूका लागि केही गरिदिन चाहन्छु, यसो गरेमा खुसी पार्न सकिन्छ भनेर सोच्ने मन 'मातापिताको मन' हो । कसैले केही गरिदेओस् भन्ने मनबाट असन्तुष्टि पनि पैदा हुन सक्छ । किनभने आशा गरेअनुसार भएन भने 'कस्तो मान्छे रहेछ ?' भन्ने सोच आउन सक्छ । जोसुकैले पनि आफ्ना वरिपरिका मानिसलाई आफ्नै सन्तान या प्रिय मानिसलाई गर्ने जस्तै बिनाशर्त स्नेहपूर्वक व्यवहार गर्ने हो भने यो संसारमा व्यक्तिगत सम्बन्ध अझ सुमधुर हुन्छ । 'केही गरिदिन चाहने मन', मातापिताको मनले यो संसार भरिपूर्ण गरी वात्सल्ययुक्त समाज स्थापना गर्नका लागि हामी तत्पर छौं ।

आनन्दी जीवनको **तेन्द्रियो**

## 'केही गरिदिन चाहने मन'ले यो संसार भरिपूर्ण गर्न चाहन्छु



यो चाहन्छु । त्यो पनि चाहन्छु । यस गरिदिनुस् । त्यसो गरिदिनुस् । यस्तो मानसिकता पूर्णतः 'बालकको मन' हो । यसको विपरीत अरूका लागि केही गरिदिन चाहन्छु, यसो गरेमा खुसी पार्न सकिन्छ भनेर सोच्ने मन 'मातापिताको मन' हो । कसैले केही गरिदेओस् भन्ने मनबाट असन्तुष्टि पनि पैदा हुन सक्छ । किनभने आशा गरेअनुसार भएन भने 'कस्तो मान्छे रहेछ ?' भन्ने सोच आउन सक्छ । जोसुकैले पनि आफ्ना वरिपरिका मानिसलाई आफ्नै सन्तान या प्रिय मानिसलाई गर्ने जस्तै बिनाशर्त स्नेहपूर्वक व्यवहार गर्ने हो भने यो संसारमा व्यक्तिगत सम्बन्ध अझ सुमधुर हुन्छ । 'केही गरिदिन चाहने मन', मातापिताको मनले यो संसार भरिपूर्ण गरी वात्सल्ययुक्त समाज स्थापना गर्नका लागि हामी तत्पर छौं ।

आनन्दी जीवनको **तेन्द्रियो**

हलुका सामान जहाँसम्म पनि लिएर जान  
सकिन्छ ।

गह्रौँ सामान टाढासम्म लिएर जान सकिंदैन ।  
(ओसासिजु सन् १८९७ डिसेम्बर २९)



हरेक दिन हलुका सामान  
लिएर कदम चालन सकिन्छ ।  
वर्षको सुरुमा या कुनै अव-  
सरमा 'ल अब गरौँ' भनेर कुनै  
संकल्प गरिन्छ । जस्तै दैनिकी  
लेख्नुं या हरेक दिन दस हजार

पाइला हिंडूँ भनेर प्रयास गर्न थाले पनि यी कामहरू गह्रौँ  
सामान जस्तो महसुस गर्न थाल्यो भने निरन्तर गर्न नसकेर  
बीचमा छोडिहाल्छ । हरेक दिन बोकेर हिंड्न सकिने  
हलुका सामान जस्तो काममा निरन्तर रूपमा प्रयास गरेमा  
क्रमशः आफ्नो क्षमता पनि बढ्दै जान्छ । परिणामस्वरूप  
गह्रौँ सामान जस्तो काम पनि पूरा गर्न सकिने हुन्छ । निरन्त-  
रता दिनु नै सत्यता हो । लामो समयसम्म निरन्तर गर्न सक्नु  
नै उत्कृष्ट कुरा हो ।

हलुका सामान जहाँसम्म पनि लिएर जान  
सकिन्छ ।

गह्रौँ सामान टाढासम्म लिएर जान सकिंदैन ।  
(ओसासिजु सन् १८९७ डिसेम्बर २९)



हरेक दिन हलुका सामान  
लिएर कदम चालन सकिन्छ ।  
वर्षको सुरुमा या कुनै अव-  
सरमा 'ल अब गरौँ' भनेर कुनै  
संकल्प गरिन्छ । जस्तै दैनिकी  
लेख्नुं या हरेक दिन दस हजार

पाइला हिंडूँ भनेर प्रयास गर्न थाले पनि यी कामहरू गह्रौँ  
सामान जस्तो महसुस गर्न थाल्यो भने निरन्तर गर्न नसकेर  
बीचमा छोडिहाल्छ । हरेक दिन बोकेर हिंड्न सकिने  
हलुका सामान जस्तो काममा निरन्तर रूपमा प्रयास गरेमा  
क्रमशः आफ्नो क्षमता पनि बढ्दै जान्छ । परिणामस्वरूप  
गह्रौँ सामान जस्तो काम पनि पूरा गर्न सकिने हुन्छ । निरन्त-  
रता दिनु नै सत्यता हो । लामो समयसम्म निरन्तर गर्न सक्नु  
नै उत्कृष्ट कुरा हो ।

## निरन्तर स्वाभाविक किसिमले 'आपसी सहयोग' गरौं



भूकम्प आइरहन्छ । बेमौसमी चिसोका कारणले लगातार क्षति भइरहन्छ । दयनीय परिस्थिति देखेर मानिसहरू सहयोगका लागि सक्रिय हुन थाल्छन् । एक जनाको राहत कार्यबाट सहयोगको भावना फैलिंदै जान्छ । परिणामस्वरूप राहत कार्य व्यापक हुँदै जान्छ ।

हामी एकलै जीवन जिउन सक्दैनौं । आफू थाहा पाए पनि नपाए पनि जीवनयापन गर्दा अरू कसैको सेवामा आश्रित हुनै पर्छ । अझ महान अस्तित्त्वको संरक्षणद्वारा जीवित रहन सकेका छौं । त्यसैले त्यसको गुण तिर्नु पनि पर्ने हुन्छ । कहिले अरूलाई सहयोग गरेर कहिले कसैको सहयोग पाएर जीवनयापन गर्नु । हामी त्यसरी निरन्तर स्वाभाविक किसिमले आपसी सहयोग गरेर नै जीवन बिताउनेछौं ।

आनन्दी जीवनको **तेन्द्रियो**

## निरन्तर स्वाभाविक किसिमले 'आपसी सहयोग' गरौं



भूकम्प आइरहन्छ । बेमौसमी चिसोका कारणले लगातार क्षति भइरहन्छ । दयनीय परिस्थिति देखेर मानिसहरू सहयोगका लागि सक्रिय हुन थाल्छन् । एक जनाको राहत कार्यबाट सहयोगको भावना फैलिंदै जान्छ । परिणामस्वरूप राहत कार्य व्यापक हुँदै जान्छ ।

हामी एकलै जीवन जिउन सक्दैनौं । आफू थाहा पाए पनि नपाए पनि जीवनयापन गर्दा अरू कसैको सेवामा आश्रित हुनै पर्छ । अझ महान अस्तित्त्वको संरक्षणद्वारा जीवित रहन सकेका छौं । त्यसैले त्यसको गुण तिर्नु पनि पर्ने हुन्छ । कहिले अरूलाई सहयोग गरेर कहिले कसैको सहयोग पाएर जीवनयापन गर्नु । हामी त्यसरी निरन्तर स्वाभाविक किसिमले आपसी सहयोग गरेर नै जीवन बिताउनेछौं ।

आनन्दी जीवनको **तेन्द्रियो**

पुतली या फूल जस्तो छ भनी हुर्काउने क्रममा  
पुतली या फूल जस्तो छ भनी प्यार गरेर पनि  
केवल उनको प्रत्येक श्वास नै पुतली या फूल  
हुन् ।

(ओसासिजु सन् १८९४ मार्च १८)



यहाँ पुतली या फूल शब्दको प्रयोग गरेर आफ्नो सन्ता-  
नलाई स्नेहपूर्वक हुर्काउने सन्दर्भलाई प्रकट गरिएको छ ।  
राम्रो पुतली होस् या सुन्दर फूल होस् जीवित रहुन्जेलसम्म  
प्रिय हुन्छन् । तर त्यो सुकेर गएपछि केही आकर्षक हुँदैन  
। त्यस्तै आफ्ना प्यारा सन्तानलाई लाडप्यार गरेर मीठो  
खाना खुवाई राम्रो लुगा लगाइदिए पनि 'जीवित रहन  
पाइएको' अस्तित्व हुन् भन्ने कुरा कदापि बिर्सिनु हुँदैन  
भनेर उक्त दैवी वाणीद्वारा सिकाइएको छ ।

पुतली या फूल जस्तो छ भनी हुर्काउने क्रममा  
पुतली या फूल जस्तो छ भनी प्यार गरेर पनि  
केवल उनको प्रत्येक श्वास नै पुतली या फूल  
हुन् ।

(ओसासिजु सन् १८९४ मार्च १८)



यहाँ पुतली या फूल शब्दको प्रयोग गरेर आफ्नो सन्ता-  
नलाई स्नेहपूर्वक हुर्काउने सन्दर्भलाई प्रकट गरिएको छ ।  
राम्रो पुतली होस् या सुन्दर फूल होस् जीवित रहुन्जेलसम्म  
प्रिय हुन्छन् । तर त्यो सुकेर गएपछि केही आकर्षक हुँदैन  
। त्यस्तै आफ्ना प्यारा सन्तानलाई लाडप्यार गरेर मीठो  
खाना खुवाई राम्रो लुगा लगाइदिए पनि 'जीवित रहन  
पाइएको' अस्तित्व हुन् भन्ने कुरा कदापि बिर्सिनु हुँदैन  
भनेर उक्त दैवी वाणीद्वारा सिकाइएको छ ।