बेस्टसेलर
पर्पल हेज
आशिष जङ्ग
पर्पल हेज
आशिष जङ्ग

उनीहरू लडिरहेका थिए, ममाथि राज गर्नका लागि
म लडिरहेको थिएँ, आँफैमाथि नाज गर्नका लागि ।

***

मलाई फूल जस्तो होइन, पत्थर जस्तो बन्न मन छ
किनकि
यहाँ फूल चुँडेर, पत्थरलाई पूजा गर्ने चलन छ ।

पर्पल हेज

आशिष जङ्ग

GORKHA
PUBLICATIONS

कृति को नाम : पर्पल हेज

विधा : प्रेरणाप्रद गैर आख्यान

लेखक : आशिष जङ्ग

प्रकाशक : गोरखा पब्लिकेशन्स प्रा. लि.
धुम्बाराही, पीपलबोट, काठमाण्डू
फोन : ०१ – ४००९००५
ई–मेल : gorkhapublications@gmail.com
वेबसाइट : www.gorkhapublications.com.np

संस्करण (पहिलो): सन् २०१९ / वि.सं. २०७६, वैशाख

सर्वाधिकार © : लेखक मा

कभर डिजाइन : लेखक स्वयम्

लेखक को तस्बीर :

ISBN : 978-9937-9208-3-4
Title : PURPLE HEZE (Motivational)

यस पुस्तकको कुनै पनि अंश वा पूरै पुस्तक लेखकको अनुमति विना कुनै पनि माध्यमद्वारा पुनरूत्पादन, प्रसारण वा फोटोकपी गर्न पाइने छैन ।

***

जे भयो ठीक भयो
जे भइरहेको छ ठीक भइरहेको छ
र, जे हुनेवाला छ त्यो पनि ठीक नै हुने छ ।
– गीता

लेखिएको कुरा अवश्य पूरा हुने छ ।
– बाइबल

यो सबै पहिल्यै लेखिएको छ ।
– कुरान

***

***

हे ईश्वर !
मलाई
शान्त रहन मद्दत गर्नुहोस् ।

मलाई
बदल्न नसकिने कुरालाई
स्वीकार गर्न सक्ने शक्ति,
र
बदल्न सकिने कुरालाई
बदल्न सक्ने
सामर्थ्य दिनुहोस्

अनि
यी बदल्न सकिने तथा
बदल्न नसकिने बीचको
भेद बुझ्न सक्ने
विवेक पनि दिनुहोस् ।

***

दुई शब्द

मैले सोच्थें, आफ्नो जीवन आफनै तरीकाले जिउनुपर्छ । तर, मैले के सिके भने– जबसम्म आँफूले आफ्नो मस्तिष्कको, आफ्नो शरीरको र आफ्नो मनको हेरविचार गर्दैन, तबसम्म उसले आफ्नो उच्चतम असली स्वरूप पाउन सक्दैन र आफ्नो सपना अनुसारको जिउन पाउँदैन ।

यदि तपाईंले आफनै हेरविचार राम्ररी गर्न सक्नुहुन्न भने तपाईंले कसरी अरूको हेरविचार गर्न सक्नुहुन्छ ? तपाईं कसरी अरूलाई राम्रो व्यवहार गर्न सक्नुहुन्छ ? जबसम्म तपाईं आँफैले आनन्द महसूस गर्न सक्नुहुन्न ? तपाईंले कसरी अर्कोलाई आनन्द महसूस गराउन सक्नुहुन्छ ?

म अरू कसैलाई माया गर्न सक्तिन, यदि मैले आँफैलाई माया गर्दिन भने ।

यो नभुलौं कि हेर्ने म्यासेन्जरलाई होइन, म्यासेजलाई हो ।

यो कथा मेरो आफनै व्यक्तिगत अनुभव, अनुसन्धान र परीक्षणका आधार मा लेखिएको हो । यसमा उल्लिखित पात्रहरूको सामाजिक जीवनमा कुनै आँच नआओस् भन्नका लागि यस कृतिमा पात्रहरूको नाम परिवर्तन गरिएको छ ।

– आशिष जङ्ग

विषय प्रवेश

यदि जन्म दिने तपाईंका बुबाआमा र तपाईंको परिवारले, मायालुले, तपाईंको अफिसमा आफ्नो हाकिम या सहकर्मीहरूले, तपाईंका साथीहरूले र यो समाजको ठूलै हिस्साले तपाईंलाई बुझ्दैनन्, 'आँफू अरूभन्दा फरक छु त्यसैले फ्रस्टेटेड छु' जस्तो लाग्छ भने मलाई तपाईंको समस्या सुनेर दुःख लागेको छ, तर सँगसँगै खुशी पनि लागिरहेको छ । किनभने तपाईं सही ठाउँमा आउनुभएको छ र सही किताब हातमा समाइरहनु भएको छ ।

जब म हुर्किंदै थिएँ, सबैले मलाई यस्तो गर त्यस्तो नगर, यस्तो गर्नुपर्छ, त्यस्तो गर्नु हुन्न भनेर यस्तो र उस्तो भन्दै आँफूहरू जस्तो बनाउन दबाब दिइरहन्थे । यस्तो लाग्थ्यो कि यो समाज विचित्रको छ र यसको दबाबमा आएर मैले कुनै पनि काम गर्नेवाला छैन । पछि म मात्र होइन हुर्कंदै गरेका अनेक बच्चाहरूका अगाडि नियमहरूका रटान लगाउने मानिसहरूको एउटा ठूलै हुल थियो । त्यो हुल एउटा दिशातिर लाग्दै थियो भने म चाहिँ अर्कै दिशातिर लाग्दै थिएँ तर मलाई उनीहरूको दिशामा हिंडाउन तिनीहरू प्रयत्नरत थिए । मानौं, जङ्गलमा भोका हुँडारहरूबाट घेरिएको एउटा भैंसी छ । जो आँफूलाई जति चोट लागे पनि, ती हुँडारहरूद्वारा आफ्नो शरीर जति लुछिए पनि, जति नै पीडा भोगिए पनि, त्यहाँबाट उम्कन आतुर छ ।

उफ्, ती हुर्किरहेका अरू बच्चाहरूले ती हुँडारका हुलले भनेको कसरी सानैदेखि सबै मानेर ती सबै कुराहरू पत्याउँदै विश्वास गरेर, ती हुँडारहरूले अनौठो व्यवहारहरू देखाउँदा पनि, तिनीहरूको कुराहरू प्रति अझै सिरियस हुँदै उनीहरूलाई नै महत्त्व दिएर, जोखिम उठाउँदै आफ्नो जीवनमा असहज कार्यहरू गर्न सके होलान्, कसरी गर्छन् होला ! ती मध्ये प्रायःले भनेको सुनिन्छ, "पुग्यो अब अति भयो, म चेतिसकें, अब त झुक्किएर पनि यस्तो गर्दिन ।" मलाई भन्न मन लाग्छ, "किन गर्दैनौ, अवश्य गर्छौ, यस्तो जीवन तिमी आँफैले छनौट गरेका हौ र त्यसको नियन्त्रण अरूको हातमा आँफैले सुम्पेका हौ ।" हो त्यस्तो केही गर्नै हुन्न जसले पछि पछुताउन परोस्, किन गर्ने त्यस्तो ? जिन्दगी मेरो, बाँच्नु पर्ने मैले, सही गलत जे हुन्छ त्यसको परिणाम भोग्नुपर्ने मैले ! सबै कुरा चाहिँ "मैले" रे अनि कुराहरू पत्याउनु पर्ने, मान्नुपर्ने, गर्नुपर्ने, सुन्नुपर्ने सबै चाहिँ उनीहरूको !! उनीहरू चाहिँ आफ्नो मूड मुताबिक भन्ने !!!

के मेरो निधारमा ठूल्ठूला अक्षरले "मूर्ख" लेखेको छ जस्तो लाग्छ तिनीहरूलाई ? छैन भने, मरे पनि त्यस्तो तिनीहरूले भनेको मान्दिन, जे सोच्नु सोचून्, मतलब छैन । किन मान्दिन ? यो किताब सबै पढेपछि बुझ्नुहुन्छ ।

यो किताब पढ्नु पर्ने खास त्यस्ता पात्रहरू ले हो जो जिन्दगीभर अरूलाई इम्प्रेश (Impress) गर्ने चक्करमा आँफू डिप्रेश (Depress) भएर जिन्दगी बिताउँछन् । त्यसैले म यो सब उनीहरूलाई भनिरहेको होइन, तपाईंलाई हो, यो कुरा बुझ्नुस् । मलाई थाहा छ म तपाईंहरूलाई बदल्न (Change) सक्दिन । वास्तवमा तपाईंलाई बदल्ने (Change) तपाईं आँफैले हो ।

एउटा हजाम पसलमा भूतैभूतको, राक्षसको डरलाग्दा जीवहरूको फोटो टाँसेको देखेर पहिलो पटक त्यहाँ कपाल काट्न आएको मानिसले त्यस हजाम पसलको मालिकलाई किन त्यस्तो डरलाग्दो फोटोहरू टाँसेको भनेर सोधेछ । त्यस हजाम पसलको मालिकले भनेछ, "ती डरलाग्दा फोटोहरू देखेर, डराएर मानिसको शरीरका र टाउकाका रौंहरू ठाडा हुन्छन् अनि हामीहरूलाई काट्न सजिलो हुन्छ ।"

अब हेर्नुहोस्, आँफूलाई सजिलो बनाउन मानिसले के सम्म गर्दो रहेछ । त्यस्तै हुन् हाम्रा समाजका सबैजना आँफूलाई सजिलो बनाउन जे पनि गर्न र गराउन सक्छन् । अब आँफै भन्नुहोस् त्यस्तो स्वार्थी समाजले भनेको किन पत्याउने, किन मान्ने ?

मैले यो किताब समाजमा भएकाहरूको भन्दा भिन्न खालको स्वाद र रोजाई (Taste and Choice) भएका म जस्तै अरूहरू जो अरूले जति जे भन्दा पनि के मतलब (Who cares) ? भन्छ, विवाह (Marriage) लाई भन्दा साथसाथ बस्नु (Living together) लाई प्रिफर गर्छ, आफ्नो पूर्व प्रेमी या प्रेमिकाको (ex-GF or BF) को विवाहमा गएर रमाई रमाई पेटभरि खान्छ, किताबभित्र मोबाइल चलाउँछ, मन नलागी नलागी जाडो बेलामा पासपोर्ट साइज नुहाएर, अँ सबै नुहाएँ भनेर ढुक्कसँग भन्छ र आफ्नो तजबीज (Style) ले जिन्दगी जिउन रूचाउँछ, त्यस्ता को लागि हो ।

अरूलाई र आँफूलाई बदल्नु (Change) को सट्टा बरू 'आफू'~'आँफै' जस्तो भएकोमा स्वीकार (Accept) गर्दै उत्सव (Celebrate) मनाऔं, किनभने आफूभित्र भएर अनौठो, उत्तेजक, काम नलाग्ने, खत्तम, बिग्रेको, अल्छी, असफलतालाई आफ्नो

शक्तिको रूपमा विकास गर्दै अरू कसैको नजरमा देखिने त्यस 'श्राप' लाई आफ्नो लागि 'वरदान' बनाऔं र 'सौ सोनारकी - एक लोहारकी' भन्ने उखानलाई प्रमाणित गरिदिऊँ ।

आँफू~आँफू जस्तो नभई बाँच्नु सबैभन्दा ठूलो दुर्भाग्य हो ।

सबैजना तपाईं खासमा कस्तो हुनुहुन्छ भनेर जान्न 'लायक' छैनन्, त्यसैले ती कहिल्यै वास्ता गर्न नपर्ने व्यक्तिहरूलाई आलोचना गर्न दिनुहोस् र तपाईंलाई जस्तो सम्भिन्छन् सम्भिन दिनुहोस् । उनीहरू सधै अड्कल काट्दै हावामा जिन्दगी बिताउन विवश बनाइदिनुहोस् ।

***

के फरक पर्छ र ?
म कस्तो छु !
जसले जस्तो धारणा बनाउँछौ
उसका लागि, म त्यस्तै छु !!
आजकल मानिसले, गलत सोच
आफूभित्र पाल्छ,
झरी रोकिनासाथ, त्यही छाता पनि
भारी लाग्न थाल्छ,
उमेरले थकाउन सकेन
पीडाले लडाउन सकेन
यदि सङ्कल्प जीतको छ भने
कुनै पनि अवरोधले, हराउन सकेन !!!

***

एक

भनिन्छ नि, जब कोही खास व्यक्तिको कतै इन्ट्री (Entry) हुन्छ तब अलि भिन्नै खालको हुन्छ । त्यस्तै थियो, यो संसारमा, उसको इन्ट्री (Entry) पनि ।

शहरको अति व्यस्त ठाउँमा उसको घर भएता पनि, संयोगवश भनूँ उसको जन्म प्रकृतिको काखमा, खुला आकाशमुनि भयो । नजीकै भैँसी 'आईं–आईं' कराउँदै थियो, पछाडिपट्टि बाख्राहरू 'म्या-म्या' गर्दै थिए, माथि बादल गर्जेर 'गड्याङ-गुडुङ' भन्दै सबैलाई सचेत गराउँदै थियो, हावा 'स्वाँ-स्वाँ र फ्वाँ-फ्वाँ' गर्दै कुद्दै सबैलाई सतर्क पार्दै थियो र रूखका पातहरू चाहिँ, मच्चिमच्चि हल्लिँदै, उफ्रेर रूख छाडेर जान खोजे झैँ देखिन्थे । यस्तो अवस्थामा, असार २३ (जुलाई ७) को दिन, बिहानीपखको ६:१५ मा, ऊ जन्मियो, अनि शुरू भयो, यो कथा । यो पूरै दृश्य हेर्दा लाग्थ्यो, सम्पूर्ण प्रकृति नै उसको जन्ममा, या त उत्साहित छन् या त्रसित !!

अरू शिशुहरू जन्मनासाथ रून्छन्, तर अचम्म ! ऊ रोएन । मानौं एक्स फ्याक्टर (X-Factor) लिएर जन्मेको छ । बरू आँफूलाई समाउने व्यक्तिको हातमा आउनासाथ, व्यङ्गात्मक तरीकाले जस्तै, आफ्ना गिजाहरू देखाउँदै 'ङिच्च' हाँसिदियो ।

तर विचरालाई के थाहा कि जुन संसारमा उसले जन्म लिएको छ, त्यस संसारमा अब केही वर्ष, उसले हाँस्न त के,

आफ्नो मर्जीले खान, लाउन, बोल्न, केही गर्न पाउनेवाला छैन र उसको त्यो सुन्दर मुस्कानको, अब, किमत चुकाउनु पर्नेछ ।

उसलाई समातेको व्यक्तिले भन्यो, 'लौन ! यो बच्चा त हाँस्न पो थाल्यो ! रूँदैन त !! लाटो पो जन्मिएछ कि के हो ? तर त्यो व्यक्तिलाई के थाहा, अहिले लाटो सम्झिएको यो शिशुले, भोलि सबैको बोल्ती बन्द गरिदिनेवाला छ ।

त्यस व्यक्तिको भनाई सुनेर, वरिपरि भएका अरू व्यक्तिहरू, जुन तत्कालीन अवस्थामा 'समाज' थिए, तिनैको सल्लाह र सहमतिमा, शिशुहरू जन्मनासाथ रूनै पर्ने परम्परालाई कायम राख्न, त्यस शिशुले हाँसेर कुनै अपराध गरेर दण्ड दिए जसरी, उसलाई चिमोटिन्छ, पिठ्यूँमा प्याट्ट पारेर पिटिन्छ । त्यस शिशुको 'खुशी' खोसिन्छ, उसले नरोई सुखै पाउँदैन । विचरा, पीडाले रन्थनिएर रून्छ अनि ऊ रोएको सुनेपछि, बल्ल वरिपरि रहेका व्यक्तिहरूको मन शान्त हुन्छ र लाटो रहेनछ भनेर खुशी मनाउँछन् । त्यसै दिनदेखि 'अरू खुशी हुँदा विभिन्न शंकाले आँफू दुःखी हुने र अरू दुःखी हुँदा अनि रूँदा विभिन्न बहानाले आँफू खुशी हुने' यस समाजको परम्परा र मान्यताबाट पीडित भएको थियो विचरा यो शिशु ।

***

यस बालकको जन्म अग्ला–अग्ला पहाडहरूले घेरिएको एउटा शहर 'अफिम भ्याली' (Opium Valley) को एउटा मध्यम वर्गीय परिवारमा भएको थियो । त्यस ठाउँका बासिन्दाहरूको मुख्य काम भनेकै अफिमको खेती र त्यसैको सेवन गर्ने थियो । त्यसैले त्यहाँका लगभग सबैजना 'विवेकहीन' थिए । त्यसैले त्यस ठाउलाई 'पागलहरूको शहर' (Insane Valley) पनि भनिन्थ्यो ।

त्यस शिशुको नाम 'एडन' राखियो । जो आफ्नो संयुक्त परिवारसँग त्यही शहरमा, अभावै-अभाव, अशान्त माहोल, झैझगडा, पक्षपातपूर्ण व्यवहार, अंहकार, रीस, लोभ-लालच आदि अनेकौं नकारात्मक ऊर्जाहरूले जरा गाडेको थियो । ऊ त्यहीं हुर्कन थाल्यो, तर ऊ ती सबैबाट पृथक्, सानैदेखि अत्यन्तै तेज दिमाग र कमलो मनको थियो । त्यसैले ऊ जतिजति हुर्कंदै गयो, उसको दिमागमा, यस संसारमा भएका सबै कुराको बारेमा, उसको 'किन कसरी के का लागि ?' जस्ता प्रश्नहरू आउने गति तिव्र हुन थाल्यो । तर घरको नकारात्मक वातावरणका कारण उसले आफ्नो धेरैजसो समय घरदेखि बाहिरको संसारमा बिताउँदै आफ्ना जिज्ञासाहरू पूरा गर्नतिर लाग्यो ।

एकपटकको कुरा हो, एडन एउटा मन्दिर बाहिर खेल्दै थियो । त्यहाँ एउटा ढुङ्गालाई सबैले फूल चढाउँदै पूजा गरेको देखेर उसले पुजारीलाई प्रश्न गर्‍यो, "यो ढुङ्गालाई किन फूल चढाएको ?" पूजारीले उत्तर दिए, "बाबू, यो ढुङ्गा होइन, यी भगवान् हुन् र हामी सबै प्राणी यिनै भगवान्का सन्तान हौं, त्यसैले यिनको पूजा गरेको ।" एडन त्यो कुरा सुनेर द्विविधामा पर्छ, अघिसम्म उसले आँफूलाई आफ्ना आमाबुबाको सन्तान सम्झिरहेको थियो । संयोग कस्तो पर्‍यो भने, तत्समय मै उसले त्यस मन्दिरको अगाडि ल्याएर कसैले एउटा बोकालाई काटेको देख्यो । अनि अत्तालिदै पुनः प्रश्न गर्‍यो, "विचरा यो बोकालाई भगवान् का अगाडि किन काटेको ?" पूजारीले जवाफ दिए, "भगवान्लाई खुशी पार्न बोका को बली दिएको हो ।" एडनले फेरि बुझेन, "यदि सबै प्राणी भगवान्का सन्तान हुन् भने आफ्नै सन्तानलाई आफ्नै आँखा अगाडि काट्दा खुशी हुने कस्ता भगवान् हुन् ?" यी सबै कुराहरू

एडनको दिमागमा घुम्न थाले, "हैन यो कस्तो समाज हो ? आफ्नै सन्तानको बलि लिएर खुशी हुने कस्ता भगवान् हुन् ? कोही आफ्नै सन्तानको बलि लिएर खुशी हुन्छन् होला त ? त्यस पुजारीले मलाई मेरो निधारमा 'मूर्ख' लेखेर हिँडेको जस्तो मान्यो कि के हो, जे भने पनि पत्याउने? कि त यो 'भगवान्को सन्तान' हुनेको प्रमाणपत्र मानिससँग मात्र हुनुपर्ने । यो सब गलत हो । त्यसोभए सत्य के हो त ?"

ऊ युवावस्थामा आइपुग्दासम्म पनि यस्ता कैयौँ प्रश्नहरूको सही उत्तर उसलाई कसैले दिन सकेका थिएनन् । त्यतिबेलासम्म उसलाई त्यहाँका सबै कुरा बेठीक लागिसकेको थियो र उसलाई त्यहाँ बस्ने अफिमको नशामा रमाइरहेका व्यक्तिहरू र सबैलाई लट्ठ पार्ने अफिमको नशा देखेर दिक्क लाग्न थालिसकेको थियो । न ऊ आँखा चिम्लेर सुत्न सक्थ्यो, न आँखा खोलेर बस्न । केही गर्दा पनि जब उसको मन शान्त भएन, उसले आफ्नो मन शान्त पार्न अफिमको सट्टा अर्कै भिन्नै पदार्थको नशा सेवन गर्न शुरू गर्यो, जसको मद्दतले ऊ शान्त भएर बस्न पायो ।

***

एकपटक तपाईंलाई कसैले 'ठग्यो' भने त्यसको दोष त्यस ठग्ने व्यक्तिलाई दिइन्छ किनभने, त्यस व्यक्तिले ढाँटेर या फुक्याएर तपाईंलाई ठग्यो । दोस्रो पटक पनि त्यसरी नै सोही व्यक्तिले तपाईंलाई ठग्यो भने चाहि 'अब तपाईंको बुद्धिमत्ता माथि प्रश्न उठ्छ, शंका उत्पन्न हुन्छ । तर त्यही र त्यस्तै व्यक्तिहरूले बारम्बार तपाईंलाई ठगिरहन्छन् भने, यसको चाहिँ सम्पूर्ण दोष तपाईंलाई नै जान्छ । किनभने, तपाईं नै गैरजिम्मेवार, लापरवाह

र महामूर्ख हुनुहुन्छ र एउटै गल्ती बारम्बार दोहोऱ्याइरहनु भएको छ भन्ने बुझिन्छ । त्यसैले, भनिएकै छ– 'Doing mistake is bad but repeating the same mistake again and again is insanity' यानि 'गल्ती गर्नु नराम्रो कुरा हो, तर त्यही गल्तीलाई बारम्बार दोहोऱ्याउनु पागलपन हो' । तर एडन पागल थिएन, र उसलाई त्यस ठाउँ र त्यहाँका बासिन्दाहरू, जो यस धरतीमा आँखा खोलेबाट कसैको नशामा रूमलिएर, अल्झिएर सबैले उस्तै खाले गल्तीहरू र कुराहरू दोहोऱ्याउँदै, आफ्नो पागलपन देखाउँदै थिए, त्यही चित्त नबुझेर एकछिन पनि उसको 'मन' त्यहाँ लागिरहेको थिएन ।

एडनले त्यहाँको पागलपनसँग जीवन कटाउनु भन्दा सत्यको खोजीमा हिँड्ने निर्णय गर्यो र त्यस ठाउँलाई घेरेर राखेका ती अग्लाअग्ला पहाडपारि के छ भनेर आफ्ना बुबाआमालाई प्रश्न गर्यो र थाहा पायो कि त्यस अग्ला–अग्ला पहाड उता एउटा सुन्दर राज्य छ, जहाँका मानिसहरूले अफिमको नशा सेवन नगर्ने हुँदा सबैजना 'विवेकशील' छन् । जहाँ एकदम सुन्दर र व्यवस्थित प्रणालीमा शासन चलिरहेको छ तर ती पहाडहरूलाई पार गरेर जान सहज छैन र जो जति आजसम्म ती पहाडहरू पार गरेर त्यस राज्यमा जान हिँडे तिनीहरू कोही पनि फेरि फर्केर आएका छैनन् । उतै हराएका छन् ।

***

एडन लाई लाग्यो, उसका सम्पूर्ण प्रश्नहरूको जवाफ त्यही राज्यमा पाइने छ, त्यसैले उसले त्यहाँ जाने योजना बनायो । तर योजना अनुसार जीवन चल्दो रहेनछ । समय यत्तिकै बित्दै गयो ।

कालक्रममा ऊ एउटा सुन्दर बालिकाको बुबा बन्यो । उसले आफ्नी छोरीको नाउँ आशिया राख्यो । 'मायाँ' भन्ने कुरा 'झरना' जस्तै रहेछ, माथिबाट तल मात्र बग्ने, आफ्नी छोरीको जन्मपछि उसलाई यस कुराको ज्ञान भयो । तै पनि आपनो मुटुको टुक्रा जस्तै आफ्नी छोरी आशियालाई छाड्नै सकेन ।

एडनलाई त्यस ठाउँका कुनै पनि कुरामा चित्त बुझ्थेन, त्यसैले त्यसरी पागलहरूसँग आफ्नी छोरीले पनि जीवन बिताओस् भन्ने चाहन्नथ्यो । त्यसैले सत्यको खोजी गरेर नयाँ पुस्तालाई त्यस पागलपनबाट छुटकारा दिलाउने प्रयासको शुरू गर्ने र आफ्नो लक्ष्य अब कुनै पनि किमत चुकाएर भए पनि पूरा गर्ने सङ्कल्प गर्यो ।

***

ह्राम्रो जीवनमा एउटा नियति हुन्छ, एउटा समस्या हुन्छ । नियति अपरिवर्तनीय हुन्छ भने समस्या निराकरणीय हुन्छ । त्यस ठाउँमा, त्यस माहोलमा जन्मिनु एडनको नियति थियो भने त्यसै ठाउँमा, तिनै व्यक्तिहरूका बीच, त्यसै गरी अल्झिएर बनेको अवस्था उसको समस्या थियो, जसलाई बदल्न सकिन्थ्यो । यो सत्य एडनले राम्ररी बुझ्यो । त्यसैले उसले अब कुनै पनि हालतमा आफ्नो समस्यालाई बदल्ने निधो गर्यो । उसलाई थाहा थियो कि, 'फसल उमार्न, बादल गर्जेर मात्र हुँदैन, हलो नै जोत्नुपर्छ' । त्यही भएर ऊ सबैदेखि अलग्गिएर आफ्नै पाराले एक्लोपनमा बसेर आँफूलाई एकाग्र बनाउने प्रयासमा लाग्न थाल्यो । भगवान्ले बाँडिरहनु भएको थियो जिउने तरीका, 'सबै पाल्तु बने, शेरहरूले संघर्ष चुने', भनेजस्तै उसले पनि संघर्ष गर्ने निधो गरेर अलग्गिएर

बस्न थाल्यो । उसमा आएको यो अकस्मात्को परिवर्तन देखेर, उसको परिवारले खोजतलास गर्यो। एडनले अफिमको सट्टा अरू कुनै नशा लाग्ने पदार्थको सेवन गर्ने गरेको कुरा पत्ता लाग्यो । त्यो थाहा पाएर त्यहाँको समाजले समाज विरूद्धको त्यस कदम चालेर ऊ बिग्रेछ, पागल भएछ भन्ने निश्चय गरे र एडनलाई बलजफ्ती त्यस ठाउँबाट टाढा 'झ्यालखाना' मा उसलाई सुधार्ने बहानामा लगे ।

'जे हुन्छ ठीक हुन्छ र झनै राम्रो हुन्छ' भन्ने सम्झेर उसले त्यस झ्यालखानाभित्र पुगे पश्चात् आँफूलाई आत्मसमर्पण गर्यो । उसले त्यहाँ ल्याइएका व्यक्तिहरूलाई 'सुधार्ने' नाममा चरम शारीरिक र मानसिक यातनाहरू दिइएका दृश्यहरू देख्दा उसको मुटु र हात खुट्टाहरू काँप्दै थिए र उसलाई लाग्यो, 'उसले राज्य विरूद्ध कुनै ठूलै आतङ्क मच्चाएछ के रे । त्यसैले त्यसको सजाय भोग्न त्यस नर्कमा पठाइएको छ ।'

केही समय पश्चात् त्यति धेरै शारीरिक र मानसिक पीडा पाउँदा, त्यहाँ उपचार र सुधार्ने बहानामा ल्याइएका प्रायः सबैजना, या त साँच्चिकै मानसिक रोगी या शारीरिक रूपले नै अशक्त भइसकेका थिए तर अचम्म ! एडन तिनीहरूको विपरीत, दिन प्रतिदिन झनै मानसिक र शारीरिक दुवै रूपले सशक्त हुँदै गएको थियो । विशाल हात्तीले आफ्नो अगाडि सानो सिंह आए के देख्छ ? ~'डर' तर त्यही बेला त्यस सानो सिंहले, त्यस विशाल हात्तीलाई देख्दा के देख्छ ? ~'खाना' । सिंहभन्दा हात्ती कैयौँ गुना विशाल र शक्तिशाली भएर पनि सिँहको त्यही एट्टीच्यूड (Attitude) ले गर्दा सिंह 'जङ्गलको राजा' भएको हो । हो, त्यही सिंह जस्तै थियो एडन पनि । त्यसैले उसले त्यहाँभित्र भोगेका सबै

समस्याहरूदाई आफ्नो व्यक्तित्व विकास गर्ने अवसरको रूपमा लिँदै थियो, मानौं यस्तो लागिरहेको थियो कि हार भन्ने शब्द उसको जीवनरूपी शब्दकोषमा कतै छैन । त्यसैले आफ्नो लक्ष्य पूरा गरेरै छोड्ने उसमा दृढता थियो ।

***

जो मानिस आफ्नो दिनको शुरूवात आफ्नो राशि हेरेर गर्छन् र आफ्नो भाग्यका लागि त्यही राशिमा निर्भर पर्छन् त्यस्तो त ऊ छँदै थिएन । उसलाई थाहा थियो कि उही पुरानो मानसिकताले कतै पुर्याउनेवाला छैन, नकारात्मक सोचले भरिएको 'दिमागको घाउ' र छेउ न टुप्पाका मान्यताहरूले जकडिएको 'भारी पाउ' लिएर धेरै टाढा पुग्न सकिन्न । त्यसैले जस्तोसुकै परिस्थितिमा बस्नु परे पनि, त्यहाँभित्र भेटिएका 'गैर-सामाजिक' भनिएका थुप्रै व्यक्तिहरूको व्यथा बाहिर संसारमा नभेटिने हुँदा, उसले अनुसन्धान शुरू गर्यो ।

जब दुई व्यक्तिहरूको ढाड एकै समयमा चिलाइरहेको हुन्छ तब उनीहरू एक अर्कालाई चिलाईदिन काम लाग्छन् भने झैं, समाजबाट बिग्रेको केही गर्न नसक्ने 'खत्तम' भनेर बिल्ला (Tag) झुण्डाइदिएकाहरू, कोही अरू कसैले नसुन्ने आफ्ना भावनाहरू पोख्दै सुनाउन काम लाग्छन् । कोही ती सबै सुनेर आफ्नो ज्ञान बढाउन काम लाग्छन् । त्यसबेला एडन रूपी हथौडाको अगाडि काँटी राखेर 'ठोक्छ ?' भने झैं हुन्छ ।

***

वर्ष २९ का, सौरभ बी., सानैदेखि कलामा अति नै रूची राख्थे । अत्यन्तै राम्रो गीत गाउने, गितार बजाउने र Stand-up

Comedy पनि गर्थे । उनका अभिभावकहरू बैंकिङ क्षेत्रमा कार्यरत थिए र धेरै नै प्रतिष्ठित थिए । त्यसैले उनका बुबा आमाले सौरभलाई पनि 'व्यवस्थापन' विषय पढ्न र पछि उहाँहरूकै सहयोगले कुनै बैंकमा जागिर खाएर, समाजमा उनीहरू जस्तै प्रतिष्ठित भएर बस्नुपर्ने कुरामा दबाब दिन्थे ।

यता विचरा सौरभको रूची भने व्यवस्थापन तर्फ भन्दा पनि कलातिरै गएको हुनाले, उसले बल्ल तल्ल स्कूल त कटायो तर कलेजमा आईपुग्दासम्म ऊ, मानसिक रोगको शिकार भइसक्यो । पहिला फ्रस्टेशन अनि डिप्रेशनको अवस्थामा पुग्छ र लामो समयसम्म डिप्रेशनको औषधि सेवन गर्दागदै त्यसैले बानी परेर एडिक्शनको भूमरीमा थाहै नपाई फँस्न पुग्छ । अनि शुरू हुन्छ, जीवनसँग उसको संघर्ष ।

एडनले उसलाई भेट्दा, विगतको ९/१० वर्षदेखि उसले निरन्तर रूपले डिप्रेशनको औषधी सेवन गर्दै, आठौं पटकको असफल प्रयासपछि पनि नवौं पटक आफ्नो एडिक्शनको उपचार गराउन सुधारकेन्द्रमा बसिरहेको थियो । एडनले सौरभसँग कुरा गर्दा आफ्नो जिन्दगीबारे गुनासो गर्दै यस्तो भन्यो, "मेरै परिवारले समेत मेरो भावना बुझ्दैनन् । मलाई त्यो स्कूल-कलेजमा समाउने किताबले भन्दा हजार गुणा धेरै खुशी र आनन्द, आफ्नो हातमा गितार समाउँदा र गाउँदा आउँछ । उहाँहरूलाई यो कुरा बुझाउन धेरै पटक प्रयास गरें, तर सकिन । बुबा आमाको यत्रो इज्जत छ समाजमा त चाहिँ 'गाइने' बन्ने ? सडकमा भट्टीमा गाउने ? हाम्रो नाक काट्ने सोच्याछस् गधा ! भन्दै मेरो भावनाको पटक पटक समाजकै अगाडि 'बलात्कार' गरे, अनि मैले भन्नै छाडिदिएँ । तर बिस्तारै मभित्र हीनभावना पलाउँदै गएछ, पढाई पनि ब्याचलरमै

बिग्रियो अनि त म झन् टुटें र पत्तै नपाई डिप्रेशनको औषधी खानुपर्ने भयो । पछि त यही औषधीले पनि छुन छाड्यो, खाली आत्महत्या गर्ने सोच मात्र आउने, संसारै देखेर दिक्क लाग्ने हुन थाल्यो र आँफूखुशी लट्ठिने औषधीहरू सेवन गरेर 'झ्याप' भएर नशामा बस्न थालें । अहिले जति पटक प्रयास गरे पनि यो दलदलबाट लामो समयसम्म निक्लन सकिरहेकै छैन । म मेरो लागू पदार्थको दुर्व्यसनसँग लड्नै नसक्ने पङ्गु भएको छु । विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ले नै Addication is a disease, which is curable like other disease after treatment. यानि लागू पदार्थको दुर्व्यसन अरू रोगहरू सरह नै उपचार पछि निको हुने रोग हो । त्यसैले कसैको चाँडो निको हुन्छ भने कसैको समय लाग्छ, अरू रोग सरहै नै । कुनै पनि रोग कसैलाई लाग्दा उत्ति नै समयमा सबैलाई निको भएको इतिहास छ र ? यी सब कुरा सबैलाई थाहा हुँदाहुँदै पनि, म जति पटक उपचार गरेर आफ्नो घर र समाजमा आँफूलाई फेरि शुरूबाटै पुनर्स्थापित गर्ने प्रयास गर्छु, परिवार, आफन्त, समाजको नजर मप्रति भिन्न पाउँछु । विकासशील शिक्षित देशहरूमा उपचार पश्चात् कोही दुर्व्यसनी आफ्नो घर र समाजमा फर्किन्छ भने सबै मिलेर, त्यस्तो गाह्रो समय कटाएर आइस्, तेरो ज्यान सही सलामत छ, जिउँदो छस्, बाँकी सब कुरा फेरि शुरू गर्न सकिन्छ । ज्यान रहे संसार रहने हो भन्दै प्रोत्साहन दिँदै ताली बजाउँदै सबैले उसलाई स्वागत गर्छन् र उसलाई उठ्नमा सबैले सकेको मद्दत गर्छन् आँफूले सकेको र शिक्षित अनि सभ्य समाजको उदाहरण दिन्छन् ।

तर यस विषयमा अज्ञानताको कमीले हाम्रो समाजले के गर्छन् ? कोही मसँग बोल्दा पनि पैसा लाग्ने जस्तो गर्छन्, कोही

मुख खुम्चाउँदै 'कोरोना' भाइरस सँग बोले झैं आइस् ? तँलाई सप्रन गाह्रो छ, अल्लि ध्यान दिएस्, भन्दै हिँड्छन् । कोही छिः छिः र दुर्-दुर् गर्छन् । एउटै घरमा बस्ने मेरो भाईले कमाउने हुँदा र म जस्तो रोगको शिकार नभएर स्वस्थ भएको हुँदा उही व्यक्तिले मेरो भाई देख्नासाथ बत्तीसवटा दाँतहरू देखिने गरी कति मीठो भाकामा कुरा गर्छ भने अचम्म लाग्छ । उनीहरूका ती पक्षपातपूर्ण व्यवहारले मेरो मनमा कस्तो चोट लाग्ला भनेर ती 'पढे लेखेका' व्यक्तिहरूले रत्तिभर पनि सोच्दैनन् । त्यही समाजका मानिसहरू बिरामी हुँदा जति पटक हस्पिटल र उपचारकेन्द्रहरू गएर आफ्नो उपचार गराएर घर फर्किदा पनि नर्मल रे, तर हामी बिरामीहरू आफ्नो उपचार गराएर, उपचार तथा पुनर्स्थापना केन्द्रहरूबाट महिनौं पछि आफ्नो घर फर्किंदा अपराध गरेर फर्केका मानिसलाई झैं व्यवहार गर्छन् । उनीहरू को उपेक्षा देख्दा हामी दोस्रो दर्जाका नागरिक हौं कि जस्तो लाग्ने । नभए किन विना कुनै अपराध हामीलाई महिनौं थुनिन्छ र केही पटक उपचार सफल नभएर फेरि उपचारमा पठाउन पर्दा जेल पठाउने कुरा गरिन्छ ? के शरीर को रोग र मन को रोग दुवै उस्तै समस्या होइनन् ? शरीरका रोगीहरू कृपापात्र हुने र मनका रोगीहरू हेलाँका पात्र हुने ? यो रोगी रोगीका बीचमा विभेद किन ? हामीलाई मात्र किन यस्तो व्यवहार ?"

(आजकाल सौरभ आफ्नो मार्मिक आवाजमा गितार बजाउँदै गाएका आफ्ना मार्मिक गीतहरूका लागि र आँफूजस्तै अरू पीडित बिरामीहरूलाई पेट मिची-मिची विना अपराध हँसाउने स्ट्याण्डअप कमेडी (Stand–up Comedy) का लागि सुधारकेन्द्रहरूमा

प्रख्यात छन् र रोगी प्रायःजसो भित्तातिर हेरेर टोलाइरहेका अवस्थामा भेटिन्छन् ।)

***

समिरा, वर्ष २५, अत्यन्तै सुन्दर युवती, उनलाई हेर्दा लाग्थ्यो कि भगवान् रूपी मूर्तिकारले, समिरा रूपी यस मूर्तिलाई फुर्सदमा धेरै मिहेनत गरेर बनाएका हुन् । एडनको भेट समिरासँग भयो ।

उसले थाहा पायो– जहिलेदेखि समिराले होश सम्हालिन्, आफ्नो अगाडि खल्लो महसूस गर्थिन् । उनले सबैका परिवारमा सबैजना देख्थिन्, तर आफ्नो परिवार भने अपूरो । स्कूल (School) मा कुनै कार्यक्रम हुँदा होस् या अन्त कतै साथीहरूले 'आमा–बुबा' लाई आफ्नो साथमा ल्याएको र आमाबुबासँगै रमाइरहेको पाउँथिन् र आफ्नो चाहिँ कि त आमा मात्र हुने फुर्सदमा कि त आमाबुबा दुइटै नहुने अवस्थाले पीडित थिइन् ।

उनको बुबाआमा, उनी सानै छँदा अलग्गिएका थिए । उनी अलि ठूलो भएपछि आफ्ना अलग्गिएका बुबाआमालाई फेरि एक बनाएर आफ्नो परिवार पूर्ण बनाउने भन्दै अलग्गिनुको कारण पत्ता लगाउन निकै प्रयास गरिन् । आफ्नी आमा र आमापट्टिका आफन्तहरूलाई सोध्दा सबले उसको बुबाको दोष देखाउँथे भने उसको बुबालाई सोध्न खोज्दा चूप लाग्थे । जे हुनु भइसक्यो, घाउ कोट्यायो भने चहराउँछ भन्दै चूप लाग्थे । उनीहरूलाई मिलाएर सँगै बस्ने सपना अधूरो भएर होला, बिस्तारै उसको पढाई बिग्रँदै गयो र झन् उसका आमाबुबा दुइटैको अरू नै कोहीसँग सम्बन्ध रहेको शंका पाउनासाथ त आगोको झिल्कामाथि पेट्रोल खनाएसरि उनी मानसिक रोगी भइन् ।

समिराले एडनसँग आफ्नो पीडा पोख्दै रूँदै प्रश्न गरिन्, "मेरो के दोष थियो र ? के ती आमाबुबाकी छोरीका रूपमा जन्मिनु नै मेरो दोष हो त ? आफ्ना आमाबुबासँगै बसेर हुर्कने, मायाँ पाउने जस्तो सबैले पाउने न्युनतम आधारभूत कुराहरू पाउनुपर्ने मेरो जन्मसिद्ध अधिकार होइन र ? यसमा मेरो के दोष ? यो मेरो जीवन हो कि सजायँ ?"

खोजेको खुशी घरभित्र नपाएपछि समिरा खुशी खोज्दै घर बाहिर पुगिन् । त्यही क्रममा एकजना युवकसँग उनको प्रेमसम्बन्ध गाँसियो । आँफूलाई धेरै नै मायाँ गर्ने त्यस युवकसँग भुलेर नयाँ जीवन शुरू गर्दै र लगत्तै आँफैले पैसा खर्च गरेर हानिँदै दुवै जना अष्ट्रेलिया तिर लागे । तर केही समय पश्चात् त्यस युवकको मायाँ ऊ प्रति उस्तै रहेन । स-साना कुरामा समिराका बुबाआमाको नाम जोड्दै, उनीहरू अलग्गिएको कुरा निकाल्दै, गतिला आमाबाबाकी छोरी भए पो यस्तो गर्थिस् भन्दै समिरालाई मानसिक यातनाहरू दिन शुरू गर्यो । विचरीको चहराएको घाउमा मलम लगाइदेला भनेको मानिसले उल्टो नून-खुर्सानी दल्दिएपछि, उनीहरूबीचको सम्बन्ध बिग्रियो, दूरी बढ्यो र समिराको जीवनमा अर्को चट्याङ्ग पर्यो । उनीहरू पनि सदाका लागि अलग्गिए । विचरी समिराले धूम्रपान र मद्यपानको सहारा लिन थालिन्, र, फेरि कहिल्यै नजोडिने गरी टुटिन् । आजकाल उनी एउटा मानसिक उपचारकेन्द्रमा आफ्नो उपचार गराउन डेढ वर्षदेखि बसिरहेकी छिन् ।

***

एम बराल, वर्ष ४४ । विगतको १०/१२ वर्षदेखि आफ्नो र आफ्नी श्रीमती बीचको सम्बन्ध चिसियो । आफ्नी श्रीमती, उसको

अफिसमा कार्यरत पुरूषसँग नजिकिएको थाहा पाएपछि उनी अलग बस्न थाले । घरभित्र खुशी नभेटिएपछि उनी पनि स्वाभाविक रूपले घरबाहिर खुशी खोज्ने क्रममा जुवामा डुबे र जुवाका एडिक्ट भए । Casino नगई निन्द्रा नलाग्ने भयो ।

अम्मल (Addiction) दुई किसिमका हुन्छन्- प्राथमिक (Primary) र माध्यमिक (Secondary). प्राथमिक अम्मलमा मद्यपान तथा लागूपदार्थको वा प्राकृतिक र रासायनिक पदार्थहरू (डिप्रेशन औषधीहरू समेत) जसले नशा दिएर लठ्याउने कार्य गर्छ त्यसको निरन्तर सेवन गर्ने कार्य पर्दछ भने ती कार्यहरू जसले हाम्रो मस्तिष्कलाई पूर्ण रूपले नियन्त्रित गरेर हामीलाई शक्तिहीन बनाउँछ र ढिलो चाँडो प्राथमिक अम्मलतिर लान्छ त्यसलाई माध्यमिक अम्मल भनिन्छ । जस्तैः जुवा, सेक्स, भिडियोगेम, सामाजिक सञ्जाल, मोबाइल आदि ।

एम बरालले क्यासिनोमा कल्पनातीत रकम हारे । यसको पीडाले उनी डिप्रेशनको रोगी बने । अम्मली भए । अनि उनी पनि सुधारकेन्द्र पुगे । उनको पनि एडनसँग भेट भयो । उनले पनि यसरी दुःख पोख्दै थिए, "आँफू त बलात्कृत महिला जस्तै महसूस गर्दै छु । आफ्नो केही दोष नहुँदानहुँदै एक त आफ्नो परिवार टुक्रियो, अर्को आफ्नो जिन्दगीभर मिहिनेत गरेर कमाएको जमा पूँजी हारेर उल्टो ऋृण लागेको छ । अझै त्यसमाथि सम्बन्ध नै नभएकी श्रीमतीले आफ्नो पुलिस अफिसर आफन्त लगाएर यही मौकामा मेरो बाँकी सम्पत्ति सबै उसको नाममा गरिदिन दबाब दिइरहेकी छ । फेरि यो सुधारकेन्द्र संचालन गर्ने मानिसहरूले पनि पैसाको लागि जे पनि गर्न पछि नपर्ने रहेछन् । यिनीहरूले पनि मलाई यातनापूर्वक दबाब दिइरहेका छन् । मानिनस् भने

मर्लास् भन्छन् । सुधारकेन्द्र भित्र मानिस मर्यो भने केही कानून लाग्दैन । दुर्घटना भयो । बिरामी थियो, भाग्न खोज्दा यस्तो भयो आदि भनिदिए भयो । बिग्रेको मानिस भनेर बिल्ला भिरेकाहरू सुधारकेन्द्र भित्र मरून् या बाहिर । हामी मर्नु र भुस्याहा कुकुर मर्नु उस्तै उस्तै हो । म त बर्बाद भइसकें । ३ महिना भयो याहाँ थुनिएको । अझै कहिलेसम्म थुन्ने हुन् केही अत्तोपत्तो छैन ।"

उनका कुरा सुनेर एडन सोचमग्न हुन्छ, 'सम्पत्तिको लागि, आफ्नो अनैतिक सम्बन्ध लुकाउन कोही श्रीमान्ले आफ्नो श्रीमतीलाई या कोही श्रीमतीले आफ्नो श्रीमान्लाई यतिसम्म गर्न सक्दा रहेछन् ।' बरू अंश खान परिवारका सदस्यहरूले कसैलाई सुधारकेन्द्रमा फँसाएर जेल पठाएको त उसले पहिल्यै देखेको थियो, त्यसैले यसलाई खासै नौलो मानेन ।

***

त्यसैगरी हेमु, १७ वर्षीय युवक, जो भिडियो गेमप्रति पागल थिए । उनी भिडियो गेम कसरी बनाउँछन्, त्यसको लागि कस्तो कार्यप्रणाली चाहिन्छ, र कसरी खेल्दा जितिन्छ आदि कुराहरूमा निपुण थिए । उनलाई हेर्दा लाग्थ्यो कि भविष्यको प्रख्यात 'गेम डिजाइनर' सँग बोल्दै छु तर दुर्भाग्यवश उनका अभिभावकहरूले पनि त्यही खोक्रो सामाजिक प्रतिष्ठा र खिया लागेको परम्पराको नाममा उनको त्यस प्रतिभाको पनि बलि चढाइदिए र उनी जसरी फक्रिन पर्ने थियो त्यसरी फक्रिन पाएनन् । आज उनी उच्च शिक्षाको लागि विदेश गएर रेष्टुरेन्टमा टेबूल पुछ्दै छन् । अनि उनका आमाबुबा मेरो छोरा विदेशमा छ भनेर समाजमा खोक्रो धाक देखाउन पाएर खुशी छन् ।

***

सञ्जय, वर्ष २१ । उनको बुबा ब्रिटिश आर्मीमा थिए । उनले जहिले जहिले आफ्नो बुबालाई भेट्थे, त्यतिबेला बुबाको मुखबाट लडाईंका सत्य घटनाहरू, मारकाट, हिंसाको कथा सुनेर एकदम रमाउँथे । उनका मातापिता दुवै व्यस्त हुने हुँदा, उनी सानैदेखि होस्टेलमा बसेर पढेबढेका थिए ।

आफ्नो बुबाबाट पाएको साहसको र वीरताको शिक्षाले हो या आमाबुबासँग टाढिएर बसेको एक्लोपनका कारण हो, कसैलाई पनि इज्जत नगर्ने हुन थाल्यो । राम्रो होला भनेर होस्टल राखेको छोरा झन् बिग्रेर आएको देखेर, बाउआमाले होस्टल राख्न नहुने रहेछ भन्ने शिक्षा त पाए तर ढिला भइसकेको थियो । उनीहरूको सानो छोरा लक्का जवान, युवक भइसकेको थियो र उनीहरू बूढा हुँदै गइरहेका थिए, त्यस छोरासँग झगडा गर्न नसक्ने भएका थिए ।

एकदिन त सञ्जयको रीसले सीमा नै नाघ्यो, आफनै जन्म दिने त्यति धेरै माया गर्ने आमालाई पिट्दै गरेको अवस्थामा सञ्जयको बुबाले फेला पारे । त्यसपछि संञ्जयलाई रीसको व्यवस्थापन गर्ने कोर्श (Anger Management Course) गर्न लगाइयो र अब त ठीक भयो कि भनेर घर ल्याइयो । तर सानैदेखि हत्या हिंसा झगडालाई साहसको रूपमा ग्रहण गर्न अभ्यस्त (Programmed) भएको उसको दिमागले होस्टलको बसाईमा पूर्णता पाइसकेको थियो । केही दिनको कोर्शले सञ्जयको दिमागलाई बदल्न सकिएन । केही दिनपछि नै आफनै टोलको एकजनासँग परेको झगडामा, त्यस व्यक्तिलाई छुरा प्रहार गरेको अभियोगमा ऊ लामो समयका लागि जेल चलान भयो ।

यी सबै हामी सबैको समाजमा भएका कथित दुर्व्यसनी, मानसिक रोगी, बिग्रेका, कहिल्यै कही गर्न नसक्ने, अपराधी आदि

भनेर जबर्दस्ती बिल्ला भिराई दिएकाहरूका केही प्रतिनिधि पात्रहरू मात्र हुन् । यस्ता कैयौं उदाहरणहरू र उनीहरूका व्यथाहरू एडनले झ्यालखानाको बसाई र त्यसपछिको यात्रामा फेला पार्दै, सत्यको खोजीको क्रमलाई निरन्तरता दिँदै, अघि बढ्दै, नयाँ कुराहरू सिक्दै र बटुल्दै गयो ।

***

यसै क्रममा उसले बी. के., ३३ वर्षीय कलाकारलाई भेट्यो । नृत्य गर्ने प्रतिभा एकदमै राम्रो भएकोले उनले कैयौं टीभी कार्यक्रमहरू, म्यूजिक भिडियोहरूका साथै विदेशमा समेत आफ्नो प्रतिभा देखाउँदै आएका थिए र सोही बेला उनको आफनै एकजना सहकर्मीसँगको प्रेम सम्बन्ध वैवाहिक बन्धनमा परिणत भएको थियो । आँफूले अत्यन्तै माया गर्ने आफनी श्रीमतीको खुशीको लागि उनले दिनरात केही नभनी अत्यन्तै कडा मिहेनत गर्न थाले । त्यसपछि केही समयको अन्तरालमा उनको जीवनमा समस्याहरू आउने क्रम शुरू भयो । उनलाई पहिले झारफुक गर्न लगियो तर पनि स्वास्थ्य ठीक हुँदै नगएपछि डक्टरकहाँ पुर्‍याइयो । डक्टरले केही मिनेटको ऊ सँगको कुराकानी पछि नै उसलाई मानसिक रोग लागेकोले स्वास्थ्य बिग्रेको भन्दै डिप्रेशनको बिल्ला भिराइदियो र केही भिटामिन र लट्ठिने औषधिहरू दिएर फर्काइदियो ।

त्यसपछि उनको जीवन झनै अस्तव्यस्त हुन शुरू भयो । जतिबेला पनि सुत्न मन लाग्ने, शरीरमा ताकत नभएको र चिढचिढापन झनै बढ्न थालेकोले उनी काममा जान छाडे । त्यसपछि उनलाई सुधारकेन्द्रमै राख्न थालियो । यसरी घरदेखि

टाढा बस्दै गर्दा आफ्नो घर परिवारसँगको विछोडले उनी झनै आत्तिए । आफ्नी प्राण भन्दा प्यारी श्रीमतीले पनि उनको मनोदशा बुझिनन् । उनी पूरै टुटे र आफ्नो मानसिक संतुलन क्रमशः गुमाउँदै गए ।

यिनै बी. के. सुधारगृहभित्र बस्न थालेको ६ वर्ष भन्दा धेरै भएका बेला एडनले उनलाई पहिलोपटक भेटेका थिए । त्यहाँभित्र उनले कुकुरको भाँडोबाट चोरेर खाने, अरूले थुकेको सुर्ति खाने, जतिसुकै भारी सामान आँफूले उठाएको भए पनि उसले मात्र देख्ने अदृश्य पर्खाललाई केही कदम पछाडी आएर नाघेरै जाने र अरूको पिटाई खाने जस्ता कुराहरू यिनको नित्य कर्म नै बनिसकेको रहेछ र त्यसमाथि सुँगुर जस्तै फोहोर ठाउँमा सुत्ने हुनाले सबैको लागि उनी एक पागल रहेछन् ।

उनले त्यसरी कुनै पशु सरह जीवन बिताइरहेको भएता पनि उनी अत्यन्तै हृष्टपुष्ट र स्वस्थ रहेको देखेर एडनले सोच्यो, 'आफ्नो कति धेरै हेरविचार गर्नेहरू त रोगी हुन्छन् तर यो व्यक्ति कसरी यस्तो जीवन बिताउँदा समेत यति धेरै स्वस्थ छ ? त्यसको कारण पत्ता लगाउन एडनले अनुसन्धान गर्न शुरू गर्यो ।

एडनको अनुसन्धानबाट के कुरा पत्ता लाग्यो भने, 'बी. के. ले आपनो मस्तिष्कलाई अन्जान मै भए पनि आँफू एकदम स्वस्थ र राम्रो छु अनि उसको जीवन एकदम ठीक छ' भनेर प्रोग्राम गरेको रहेछ । त्यसैले उसलाई आफ्नो विगतका कुनै पनि नकारात्मक घटनाहरू याद हुँदा रहेनछन् र एडनले याद दिलाउने कोशिश गर्दा पनि अत्तालिँदै होइन होइन भन्दै रिसाउँदै उठेर भाग्दो रहेछ । ऊ जतिपटक ऐनाको अगाडि पुगे पनि, टक्क अडिएर ऐनामा मुस्कुराउँदै हेर्दै, आफ्नो सुन्दर र स्वस्थ छवि केही

समयसम्म मस्किँदै नियाल्नु बानी बनिसकेको रहेछ । जस्तो सोच्छस् त्यस्तै पाउँछस् भन्ने भनाई यहाँ चरितार्थ भएको एडन ले देख्यो ।

***

त्यसैगरी, राजन, वर्ष २७, पेशाले डक्टर, हेमन्त, वर्ष ३१, पेशाले इन्जिनियर, रोशन, वर्ष ४०, पेशाले बैङ्कर्स, राम, वर्ष ५१, पेशाले सरकारी उच्च अधिकृत, अर्जुन, वर्ष ३८, पेशाले प्रहरी अधिकृत, विजय, वर्ष ३७, पेशाले पाइलट आदि सबैको विभिन्न सामाजिक कारणहरूले गर्दा जीवन अस्तव्यस्त भएर कोही मानसिक रोग उपचारकेन्द्र त कोही सुधारकेन्द्रमा आफ्नो उपचार गराउँदै थिए भने त्यस्तै कति व्यक्तिहरू त्यस्तै कारणले जेलभित्र नारकिए जीवन बिताइरहेका थिए ।

यी सबै हाम्रो समाजमा भएका कथित दुर्व्यसनीहरू, बिग्रेका अपराधीहरू र मानसिक रोगी भनिएकाहरूको प्रतिनिधि पात्रहरू का मनका आवाजहरू एडनले 'झ्यालखाना' को बसाई र त्यसपछिको यात्राको दौरान फेला पारेको मात्र थियो । यस्ता पीडितहरू हामी सबैको समाजमा कैयौं रहेको निश्कर्ष एडनले निकाल्यो र अरू थुप्रै आफना जिज्ञासाहरूको उत्तर सत्य को खोजी गर्ने आफ्नो यात्रालाई निरन्तरता दिंदै अघि बढ्यो ।

***

सुतेको सिँहलाई चलायो भने, उसले उठेर कविता पढेको कसैले सुनेको छ ? कसैले देखेको छ ? सुतेको सिंहलाई चलाएपछि उसले के गर्छ सबैलाई थाहा छ । अनि जसले चलाउँछ, उसैलाई थाहा हुन्छ चलाउनुको अर्थ के हो । सिंह, सिंह नै हुन्छ । ठूल्ठूलो आवाजले कराइरहनु पर्दैन । एडन रूपी सिंह पनि त्यही गर्छ, चुपचाप आँफूलाई चलाउने समाजको विरूद्ध अघि बढ्छ ।

जुन कुरा नगर भन्यो त्यसैको चर्चा बढी हुने गर्छ र कुनै चिजलाई दबाउनु भनेको त्यस चिजलाई शक्ति दिनु हो, त्यसैले जति दबाइन्छ त्यो चिज त्यति नै मजबूत हुन्छ र त्यो चिजलाई जति शक्ति लगाएर दबाउँछौं, त्यो पनि त्यति नै जोडले फर्कन खोज्छ भनेझैं एडनले आफूभित्र वर्षौं देखि जोडले दबाएर राखेका प्रश्नहरूका उत्तरहरू, त्यत्ति नै बेगले आउने क्रम शुरू हुन्छ ।

उसको जीवन अब एउटा यात्रा थियो, गन्तव्य होइन । जुनबेला उसले यो कुरा बुझेर मनस्थिति नबदलिए परिस्थिति सदा उही रहन्छ भन्ने यथार्थसँग अवगत भयो, सत्यको खोजीमा अग्रसर हुँदै गयो र सूर्य जस्तै ज्ञानको क्षेत्रमा उदाउन शुरू गर्यो । यदि तेन्जिन नोर्गे शेर्पा र एडमण्ड हिलारीले सगरमाथा चढ्नु अगाडी त्यसको अन्त्यको बारेमा सोचेर चढेको भए, आँफूमाथि विश्वास नगरेको भए आज उनीहरूले इतिहास रच्ने थिएनन् । त्यही विश्वास एडनले आँफूमाथि गरेको देखिन्थ्यो । Miracles Happens in Life यानि हाम्रो जिन्दगीमा चमत्कारहरू हुन्छन् मात्र भनेर बसिरहे, यत्तिकै चमत्कार हुने होइन । चमत्कारका लागि बाटो बनाइदिने हामी आँफैले हो । अनि बल्ल हुन्छ

चमत्कार । यदि हामीले उच्चशक्तिका साथ काम गर्न सकेमा मात्र, अर्जुन दृष्टि राख्न सकेमा मात्र, उच्चशक्तिले जवाफी काम गर्छ ।

जसरी कुनै घरभित्र बसेर, कुनै पनि कुनाबाट जतिसुकै प्रयास गरेता पनि त्यस घरको पूर्ण तस्वीर खिच्न सकिन्न, त्यसको लागि त्यस घरबाट बाहिर निक्लनै पर्छ । त्यसैगरी सत्यको खोजी गर्न, एडन त्यस समाजरूपी घरभित्र बसेर सक्दैन थियो । त्यसैले ऊ त्यस समाजदेखि टाढिन शुरू गर्छ र आफ्नो यात्रा निरन्तर बढाउँदै पहाडहरू चढ्ने क्रममा केही माथि पुगेपछि उसले, एक सुनसान ठाउँमा मग्न भएर, पुस्तक पढिरहेको एकजना अधबैंसे मानिस फेला पार्यो ।

***

दुई

त्यस्तो अनकन्टार ठाउँमा त्यसरी पुस्तकमा मग्न भएको व्यक्ति देखेर एडनलाई अचम्म लाग्यो । त्यस व्यक्ति बारे जान्ने उत्सुकता जाग्यो ।

एडन : नमस्कार हजुर ! यस्तो सुनसान ठाउँमा हजुरलाई देखेर रमाइलो लाग्यो । मेरो नाम एडन हो । हजुरको नि ?

उसले एडन तिर हेरेर नमस्कार फर्काउँदै भन्यो, 'गौरव' । त्यसपछि उनीहरूका बीच कुराकानी चल्यो ।

एडन : यो डरलाग्दो ठाउँमा एक्लै बसेर पुस्तक पढ्दै हुनुहुन्छ । डर लाग्दैन ?

गौरव : डर ? के को ?

एडन : हिंस्रक जनावरको । मृत्युको । एकलासको ।

गौरव : हेर्नुस्, ज्ञानको खोजी गर्नेले डर मान्नुहुँदैन । सबैभन्दा हिंस्रक जनावर भनेका त मानिस नै हुन् । त्यसैले मानिसहरू देखि टाढा केही सिक्ने कोशिशमा छु । अनि मृत्यु ! मृत्यु त प्रत्येक दिन हाम्रै छायाँ बनेर हिंडिरहेको छ । जन्म हुँदा मृत्यु त्यति नजीक थियो, त्यति नै अहिले पनि छ । मृत्युदेखि डराएको भए, म त्यही दिनदेखि सिक्न छाड्थें । अब भोलि मृत्यु हुन्छ भनेर सिक्नुको के महत्त्व ? मेरो वर्षौं लामो अनुभवले भन्छ, यत्रो वर्षसम्म मृत्यु आएको छैन भने भोलि कसरी आउला ? जुन मानिस जवानीमै मृत्युको बारेमा सोचेर उमेर गन्दै बस्छन्, मृत्युसँग डराइरहन्छन्, त्यस्ता मानिस कहिल्यै जवान हुँदैनन् । यो समाजसँग युवकलाई पनि बूढो बनाउने उपाय छ, केमेस्ट्री छ । समाजले बूढो बन्ने रहस्य खोजेको छ भने म सधै तन्नेरी हुने रहस्य लिएर अघि बढ्दै छु । जीवनमा ध्यान नदिएर मृत्युमा दिनु भनेको बूढो बन्नु हो ।

एडन : समाजसँग मानिसलाई बूढो बनाउने उपाय छन् भन्नाले ? मैले बुझिन ।

गौरव : पृथ्वीको विषयमा चिन्ता नलिएर परलोकको, स्वर्ग–नर्कको चिन्ता लिनु । वर्षै पिच्छे बर्थडे मनाउनु र उमेर गन्दै बस्नु । फूलको बोटका फूलहरूतिर नहेरी, त्यसका काँडा हेर्न पठाउनु । जिन्दगीमा जहाँजहाँ अँध्यारो छ, त्यसलाई बढाई चढाई

वर्णन गर्नु र जहाँ उज्यालो देखिन्छ, त्यसलाई घटाएर तुच्छ पार्नु ।

एडन : हजुर कति वर्ष पुग्नुभयो ?

गौरव : म काममा यति व्यस्त भएँ कि उमेरका विषयमा सोच्ने फुर्सद नै भएन । यो हिसाब अब उमेर स्वयम्ले राखोस् । जबसम्म म केही न केही सिकिरहन्छु, मृत्युको सम्झना आउँदैन र उमेरको पनि मतलब लाग्दैन । सिक्न सकिएपछि मृत्युको र उमेरको विषयमा सोचौंला । अहिले त सिक्दैछु । अहिले त म बच्चा नै छु, किनभने म सिक्दैछु । बच्चाहरू सिक्छन् ।

***

केहीवेर सन्नाटा ! जिन्दगीमा पहिलो पटक एडनले कोहीबाट चित्तबुझ्दो जवाफ पाएको थियो । त्यसैले उसले अझै प्रश्नहरू गर्न शुरू गर्छ ।

एडन : तपाईंको विचारमा जीवन के हो ?

गौरव : अहिले जे भइरहेको छ, त्यही हो जीवन । जीवन भनेको नै सिक्नु हो । जस्तोसुकै परिस्थितिमा, जहाँ भए पनि, अहिलेको क्षणमा रमाउनु नै जीवन हो । त्यसैले हरेक घटना र परिस्थितिलाई सहज रूपले स्वीकार गर्नु नै जीवन हो ।

बितिरहेको, गइरहेको, भत्किरहेको र बिग्रिरहेको केही छैन, सब भ्रम मात्र हुन् । केही तत्त्वले हामीलाई त्यस्तो अवस्थातिर लगिदिएता पनि त्यस्तो भइरहेको चाहिँ हुँदैन । हामीमा भएको विश्वास प्रणालीले गर्दा त्यस्तो भएको हो । त्यही भएर, हामीले सास लिँदा र बाहिर फाल्ने कार्यबीचको जुन आधा सेकेण्ड

समयको अन्तराल हुन्छ, त्यही अन्तराललाई जीवन भन्दा पनि हुन्छ किनकि जुनदिन त्यो अन्तराल हट्यो हाम्रो जीवन हट्यो ।

***

एडन : जन्मदेखि नै मेले मेरो इच्छाले केही गर्न पाइन, न कहिल्यै तिमीलाई के मनपर्छ भनेर सोधियो । जीवनभर आजसम्म मलाई सबैले यस्तो, उस्तो र फलानो, ढिस्कानो भन्दै अरूका उदाहरणहरू दिंदै दबाबमा बाँच्न बाध्य बनाए । यसो गर भन्दा यसै गरें र त्यसो गर भन्दा त्यसै गरें । तै पनि उनीहरूको इच्छा बमोजिमको नतिजा दिन नसकेर, उनीहरूले आफ्नो अधुरा सपनाहरूलाई मेरा मार्फत् पूरा गर्ने प्रयासलाई मेलै असफल बनाएको भएर मलाई अहिलेसम्म हतोत्साहित गर्दै छन् र मैले कत्ति प्रयास गर्दा पनि उनीहरूको चाहना अनुरूप बन्न नसकेर दोष पाइरहेको छु, किन यस्तो भएको होला ?

यसपालि एडनको कुरा सुनेपश्चात् गौरव केही बेर, केही सोचेर, एडनलाई त्यहीं बस्न भन्दै कतै जान्छन् । केही समयपछि हातमा एकैखालका २ वटा फूलका विरूवाहरू ल्याएर एडनको हातमा दिंदै भन्छन्, 'यी दुइटा बिरूवालाई, बराबर घामपानी र हावा पर्ने ठाउँमा, एकै समयमा, एकै पाराले मलजल गरेर केही दूरीमा लगाउनु । भोलिबाट निरन्तर रूपले एउटा बिरूवामा अत्यन्तै मायाले हेरचाह गर्दै पानी र मल हाल्नु अनि अर्कोमा सराप्दै र गाली गर्दै पानी र मल हाल्नु । तर याद राख्नु तिमीले त्यस बिरूवालाई सराप्दा तिम्रो आवाज अर्को बिरूवाले नसुनोस् त्यसैले केही दूरीमा रोप्नु । अनि के हुन्छ भने मायाँ नगरेको विरूवा,

सरापेको विरूवा कमजोर देखिन्छ, अर्को कल्कलाउँदै सप्रिन्छ । तिमी आँफैले प्रयोग गरेर हेर्न सक्छौ ।

चाहे मानिस होस् या कुनै पनि प्राणी होस्, नकारात्मक ऊर्जाको प्रभाव र नतिजा नकारात्मक नै आउँछ । तिम्रो जीवनमा र आजकाल प्रायःजसो घरमा त्यस्तै भइरहेको हुन्छ । पुराना खोत्रा परम्पराहरू, मान्यताहरू र संस्कारको नाममा, धेरैलाई अनिच्छारूपी बालुवाको थुप्रोमा पानी हालेर फूल फूलाउन खोजेसरी, धेरै उदीयमान प्रतिभाहरूलाई, बामे सर्दा नै उनीहरूको प्रतिभाको विभिन्न बहानामा 'हत्या' गरिन्छ, र उनीहरूलाई नै यस्तो उस्तो, फलानो ढिस्कानो भन्दै दोष दिएर, केही गर्न नसक्ने बिग्रेको 'असफल' व्यक्तिको 'बिल्ला' लगाइदिएर बाँच्न बाध्य पारिन्छ । त्यसैले त आजकाल जतातातै आत्महत्या, चिन्ता, डिप्रेशन का घटना सुनिन्छन् । अनि 'फ्रस्टेशन, डिप्रेशन र एडिक्शन' जस्ता घातक मानसिक रोगहरूबाट पीडित रोगीहरू ह्वात्तै बढेको छ । त्यसैले त म भन्ने गर्छु, 'असामाजिक गतिविधि' (Anti Social Activity) गर्नेहरू आमाको पेटबाट कम, र समाजको गेटबाट धेरै जन्मिन्छन् ।

एडन : त्यस्तो किन भइरहेको होला ?

गौरव : आजकल प्रत्येक व्यक्ति व्यापारी भएका छन्, र उनीहरू अरूसँग केही न केही फाइदा पाउने भएमात्र जोडिन चाहन्छन्, त्यसैले सबैजना आफ्नो आफ्नो स्वार्थ पूरा गर्न मात्र तल्लीन छन् । चाहे त्यो बुबाआमाको आफ्ना सन्तानसँगको सम्बन्ध होस्, चाहे त्यो श्रीमान् श्रीमतीको सम्बन्ध होस्, चाहे शिक्षक विद्यार्थीको सम्बन्ध होस् या चाहे अरू कसैको । सबैले सबैबाट केही न केही फाइदा खोजेकै हुन्छन् । अरूको त कुरै छोडौ

मानिसले मानिससँग गाँस्ने सम्बन्धमा मात्र फाइदा नखोजेर जनावर र वनस्पतिसँगको सम्बन्धमा समेत फाइदा हेर्छन् । कुकुर पाल्छन्, घरको सुरक्षा हुन्छ भनेर । रूख लगाउँछन्, फलफूल खान पाइन्छ सोचेर । धर्म गर्छन् स्वर्गमा सिट बुक गर्ने संझेर । सबैलाई सजिलो बाटो हिँड्ने बानी परेको छ, सर्टकट् चाहिएको छ । सम्बन्धलाई मलम लगाएर पो टिक्छ, स्वार्थले सिलाएपछि उध्रिएर बजार भाउमा बिक्छ भन्ने सत्य बुझ्न सकेका छैनन् ।

एकपटक मेरो छिमेकीले आफ्नो मोटरसाइकलको चाबी सडकको बत्तीमुनि घण्टौंसम्म खोज्दा पनि नभेटेको देखेर मैले उनलाई प्रश्न गरेको थिएँ । 'थुप्रै बेर भयो त चाबी खोज्नुभएको, कहाँ खसाल्नु भएको थियो र ?' उनले आफ्नो चोर औंलाले अलि परको अन्धकारमय झाडीतिर देखाउँदै भने, 'ऊ त्यहाँ खसालेको, त्यहाँ अँध्यारोमा खोज्न गाह्रो हुने भएकोले यहाँ उज्यालो मुनि आएर खोजेको ।'

हो, त्यही व्यक्तिको जस्तो छ आजकाल प्रायः सबैको जिन्दगी समस्या एकातिर हुन्छ, समाधान चाहिँ सजिलो बाटो अपनाएर अन्तैतिर खोजिरहेका हुन्छन्, जसले गर्दा झनै धेरै अस्तव्यस्त बनाउँछन् जिन्दगीलाई । जिन्दगीमा जुन सजिलो छ त्यो गर्ने होइन, जुन सही छ त्यो गर्ने हो र यी दुवै बीचको भेद छुट्याउन सक्ने आँफूभित्र विवेक जगाउने हो । तर "We all are busy in doing what is easy" यानि हामी सबै जुन कार्य सजिलो छ त्यही गर्नमा व्यस्त र अभ्यस्त छौं । त्यसैले, जबसम्म त्यो 'विवेक' हामीभित्र जाग्दैन तबसम्म यस्तो भई नै रहन्छ र यस्ता समस्याहरू आई नै रहन्छन् ।

एडन : यस्ता समस्याहरूका बावजूद पनि आफ्नो लक्ष्य कसरी पूरा गर्न सकिन्छ ?

गौरव : आफ्नो लक्ष्यतिर अघि बढ्दा कुकुरहरू भुके भने ती कुकुरहरूलाई धन्यवाद देऊ, आभार व्यक्त गर । खुट्टामा जुत्ता नभएको नहेर, कमसेकम तिमीसँग खुट्टा त छ भन्दै त्यही खुट्टा पनि नभएकाहरूको पीडा महसूस गर र खुट्टा नै नभएको भन्दा त यो धेरै राम्रो छ भनेर सम्झ । त्यसैले आँफूसँग जे छैन त्यसलाई सम्झेर दुःखी हुनुभन्दा, आँफूसँग जे छ त्यसैलाई सम्हालेर, त्यो कुराप्रति खुशी हुन सिक ।

मानिस जिन्दगीमा कि भारी हुन्छ कि आभारी । आँफूसँग जे छैन त्यसको पछि लाग्दै, तिम्रो लक्ष्यको बाटोमा भुक्ने ती सबै कुकुरहरूलाई ढुङ्गाले हान्दै बसेमा के तिमी आफ्नो लक्ष्यमा समयमै पुग्न सकौला त ? के बिहानी पूर्वको कालो अन्धकारसँग डराएर सुनौलो बिहानीको अनुभूति गर्न सकिएला त ? Your dream needs your madness यानि तिम्रो सपनालाई तिम्रो पागलपनको जरूरत छ । यदि तिमीसँग संसाधन छैन भने पनि तिमी आँफूलाई संसाधनसम्पन्न बनाउन सक्छौ । जुन गर्न तिमीले आफ्नो विलासी जीवन, सम्बन्ध, इच्छा, निन्द्रा, सुविधा आदिलाई बन्दकी राख्न सक्नुपर्छ । तर तिमीले जहिलेसम्म यो कुरा नबुझेर अरूको बारेमा सोच्छौ तबसम्म तिमी यस्ता समस्याहरू मै अल्झिरहने छौ । किनभने हाम्रो सबैभन्दा ठूलो रोग नै मेरो बारेमा अरूले के सोच्छन् भन्ने हो र जबसम्म यो रोग हट्दैन, तबसम्म उही घोडा उही मैदान हुनेछ । यो कुरा मनन गर्दै अगाडी बढ्न सक्यौ भने जस्तोसुकै परिस्थितिमा पनि आफ्नो लक्ष्य पूरा गर्न सक्नेछौ ।

एडन : तर कति मानिस ती सबैको सामना गरेर अगाडी बढ्दा पनि असफल हुन्छन् । किन नि ?

गौरव : तिमी जस्तो अवस्थामा बसिरहेका हुन्छौ, त्यस्तै emotional chemicals तिम्रो शरीरभित्र निर्माण भइरहेको हुनाले, यदि तिमी नकारात्मक ऊर्जाहरूका साथ बसिरहका छौ भने त्यस्तै केमिकल तिम्रो शरीरभित्र निर्माण भइरहेको हुन्छ त्यसले बाहिरी परिस्थितिहरूसँग सामना गर्न सक्दैन र तिम्रो जीवनमा समस्याहरू आउने क्रम जारी रहन्छ ।

अण्डालाई बाहिरबाट फुटे एक जिन्दगी अन्त्य हुन्छ र अमलेट बन्छ तर त्यही अण्डा भित्रबाट आँफै फूटे, नयाँ जिन्दगी बन्छ, चल्ला जन्मिन्छ । प्रकृतिका सबै कुराहरूले हामीलाई यही सिकाउँछन् कि नयाँ जीवन शुरू हुन भित्रबाटै परिवर्तन आउनुपर्छ, अनि मात्र संसार देखिन्छ र बुझिन्छ ।

तर आजकाल मानिसहरूले भित्रबाटै त्यो भावना नआई कठिन परिस्थितिहरूलाई जबर्जस्ती सामना गर्दै अघि बढ्न खोज्छन् र त्यो कठिन समय त कटाए पनि जीवन शुरू हुने बेलामा हात उठाइदिन्छन् । त्यसैले जबसम्म बाहिरी मौसम र बाहिरी कारणले प्रेरित गरिराखेको हुन्छ, तबसम्म सफल हुन सकिन्न र ती सबै असफल हुने कारण पनि त्यही हो ।

एडन : त्यसोभए जे जस्तो भए पनि एकाग्र भएर अघि बढ्दै जानुपर्छ हैन त ?

गौरव : हो । सही बुझ्यौ । संसारमा सबैभन्दा धेरै हात्तीको यात्राको कुरा गरिन्छ । जब ऊ हिंड्छ, कुकुरहरू भुक्छन् तर ऊ रोकिन्न, हिंडी नै राख्छ । तिमी पनि त्यही हात्ती जस्तै हौ । त्यस्ता कुकुरहरू र फोहारी सुँगुरहरूसँग कुस्ती खेल्नतिर नलाग,

तिमीले तिनीहरूसँग कुस्ती खेल्यौ भने तिनीहरू त रमाउँछन् तर तिमी आँफै चाहिँ फोहोरी हुन्छौ । आफ्नो विगतका यादहरूको कैदी नबन बरू सुनौलो कल्पना गरेर आफ्नो भविष्यको निर्माण गर्ने इन्जिनियर बन । जे हुनु थियो भइसक्यो, तिमीले सम्झेर बस्दैमा त्यो परिवर्तन हुने होइन । तिम्रो मस्तिष्क अत्यन्तै खराब मालिक हो भने फेरि त्यही मस्तिष्क एकदम असल र आज्ञाकारी तिम्रो पनि सेवक हो भनेर बुझ र आफ्नो मस्तिष्कको आदेश लिन छोडेर, त्यसलाई आफ्नो अनुरूप राम्रा राम्रा आदेश दिने अभ्यास शुरू गर ।

मानिस दुई थरि हुन्छन् । एकथरि First Mover हुन्छन्, अर्काथरि Fast mover । जिन्दगीमा सधैं Fast mover हुन सिक । भारतीय धावक मिल्का सिंहलाई याद गर कि कसरी उसले आफ्नो खेलाडी जीवनको शुरूवाती दौरमा उसको पहिलो दौड जित्छ ? सिर्फ एक गिलास दूध पिउन त्यो दौड जित्छ । फोकस जति सबै त्यही एक गिलास दूधमा थियो, दौड जित्यो दूध पियो । दोस्रो पटक पनि उसले त्यसैगरी भारतीय टिमको जर्सि लाउन दौड जित्यो । लक्ष्य प्रस्त थियो, भारतीय टिमको जर्सि त्यसको लागि उसको ध्यान भङ्ग गर्ने कुराहरूको पहिचान गर्यो, ती सबैलाई टाढा राख्दै आफ्नो लक्ष्यमा ध्यान दिएर आफ्नो लक्ष्यमा ध्यान दिएर आफ्नो स्तर वृद्धि गर्दै गर्यो र सबै दौड जित्यो नयाँ इतिहास निर्माण गर्यो ।

त्यसैले हाम्रो जीवनको लक्ष्य, आफ्नो गोल याद गर्दै अगाडि बढ्दै गए मात्र पनि चाँडै नै परिस्थितिहरू सहज लाग्न थाल्छन् । याद गर, जसको जीवनमा गोल हुदैन, ऊ सधैँ जीवनमा गोल गोल घुमिराख्छ, असफलताको पोलरूपी खम्बामा ठोक्किइराख्छ र

आफ्नो जीवनमा होल (प्वाल) पारिराख्छ । त्यसैले कुनै पनि कार्य के गर्ने ? कसरी गर्ने ? भनेर भन्दा पनि 'किन गर्ने' ? प्रश्नको सही जवाफ आए मात्र गर्नुपर्छ । हामीले हाम्रो जीवनका 'कठिनाईहरू' भन्दा पनि सम्भावना मा ध्यान दिन सक्नुपर्छ अनि मात्र अघि बढ्न सकिन्छ, नभए सकिन्न ।

***

तिमीले मासु या साग खाएपछि, हाम्रो दाँतमा त्यसका रेशाहरू अड्किएपछि जसरी हाम्रो जिब्रो बाँकी सद्दे ३० वटा दाँतहरूलाई बेवास्ता गर्दै, त्यही रेशा अड्केका दुइटा दाँतहरूमा चलिराख्छ, त्यसैगरी जतिसुकै राम्रा कुराहरू हामीसँग भए पनि समस्या भएका ठाउँमा हाम्रो मस्तिष्क घुमिराख्छ । हाम्रो मस्तिष्कको 'मेकानिज्म' (कार्य-प्रणाली) नै त्यस्तै छ, जहाँ समस्या देख्छ, त्यहींमात्र Zoom गरिदिन्छ । त्यसैले 'कठिनाई' मा भन्दा 'सम्भावनाहरू' मा विचार गर्न थाल्यौं भने बिस्तारै मस्तिष्कलाई अभ्यास हुन थाल्छ र मस्तिष्कले संभावनाहरूलाई Zoom गर्न थाल्ने छ ।

हामीले हाम्रो जीवनमा सामना गरिराख्ने घटनाहरूमा हाम्रो नियन्त्रण छैन, ती आँफै भइराख्छन्, तर त्यसको प्रतिक्रिया कसरी गर्ने भन्ने चाहिँ हाम्रो नियन्त्रणमा, हाम्रो हातमा छ, त्यसको नतिजा फेरि हाम्रो हातमा छैन, जे आउँछ स्वीकार गर्ने गर्छ । त्यसैले हाम्रो जीवनमा आइपर्ने घटनाहरू र परिस्थितिहरूलाई सामना गर्दा तिमीले कस्तो प्रतिक्रिया दिन्छौ, त्यस्तै तिमीले आफ्नो जिन्दगी बनाउँछौ, यो बुझ्न जरूरी छ । त्यसैले क्यान्सर र मस्तिष्काघात भन्दा पनि खतरनाक रोग 'घमण्ड' र 'अहँकार' माथि जबसम्म बज्र प्रहार गर्दैनौ तबसम्म न एकाग्र भएर लक्ष्यतिर बढ्न सक्छौं न

सफल हुन सक्छौं । त्यसैले दृष्टिकोण बदल, संसार बदलिनेछ र एकाग्र भएर बल्ल आफ्नो लक्ष्यतिर अघि बढ्न सक्ने छौ ।

एडन : अति नै गाह्रो भो, सक्दै सकिएन भने के गर्ने ?

गौरव : कहिल्यै पनि गाह्रो भो, दुःख भो भनेर आत्तिने होइन । चाप र तापले नै हीरा बनाउँछ र डरलाग्दो कालो रातमा नै सबैभन्दा चम्किलो तारा देखिन्छ, र म पनि त्यही कालो रातको चम्किलो तारा हुँ र अरू सामान्य रातका ताराहरू भन्दा धेरै नै चम्किने छु भनेर बुझ्ने र आँफूलाई चिन्ने कोशिश गर्नुपर्छ । प्रकृतिले पनि हामीलाई त्यही सिकाँउछिन् कि चाँडै चाँडै सजिलोसँग जन्मिने कुकुरका बच्चाहरू भन्दा धेरै समय लगाएर जन्मिने हात्तीको बच्चो महत्त्वपूर्ण हुन्छ । जब कुकुरका बच्चाहरू भुक्दै दौडिने बाटोमा हात्तीको बच्चा हिँड्छ, तब बाटो खाली हुन्छ । धेरै समय लगाएर र दुःखै गरेर भए पनि त्यही हात्तीको बच्चा जस्तै बन्न खोज, अनि सबैले तिमी हिँड्ने बाटो खाली गरिदिने छन् । तिम्रो जीवनरूपी रूखको जरा जति टिकाउ र बलियो बनाऊ जीवन त्यति नै फलदायी हुने छ । विषाक्त र युरिया मल हालेको जराबाट जस्तो फोक्से फल फल्छ, नकारात्मक सोच र नकारात्मक ऊर्जाहरूले पनि हाम्रो जीवन त्यस्तै बनाउँछन् । तर अब जब तिमीलाई यो कुराको ज्ञान भयो, तब बुझ कि हाम्रो जीवन सिर्फ १० प्रतिशत मात्र कस्तो बनाउँछौं भन्ने कुराबाट अभिप्रेरित हुन्छ तर बाँकी ९० प्रतिशत भने कसरी लिन्छौं, कसरी सोच्छौं त्यस्तै बन्छ ।

एडन : यस्ता धेरै कुराहरू थाहा भएपछि पनि जीवनमा किन लागू गर्न सकिरहेका हुन्नौं ?

गौरव : हामीभित्र हुने बहुशाखा प्रतिभा (multi- branch talent), यानि सबैकुरा थाहा छ तर पोख्त कुनैमा छैन भन्ने बानीले गर्दा । फोकसले कार्य पूरा गर्न र लक्ष्य प्राप्त गर्न ठूलो मद्दत गर्छ, तर त्यस बहुशाखा प्रतिभाले गर्दा हामीले जमीनमा ३ फिट खन्दै छोड्दै, फेरि अर्को ठाउँमा ३ फिट खन्दै छोड्दै जमीनमुनिबाट पानी निकाल्ने असफल प्रयासहरू गरिरहेका हुन्छौं र भूल्छौं कि त्यसरी दश ठाउँमा खन्नुको सट्टा एकै ठाउँमा फोकस गरेर बरू ३० फिट खनेको भए जमीनमुनिबाट पानी निकाल्न सकिन्थ्यो । प्राय:जसो हामी 'Broken Focus Syndrome' यानि ध्यान र एकाग्र टुट्ने लक्षण नामक रोगबाट ग्रसित छौं । जे पूरा गर्ने हो त्यसैमा फोकस गर्दै अगाडी बढ्नुपर्छ । सिंह सुती मात्र राखे, हरिण आँफै उसको मुखमा आउँदैन, त्यसको लागि सिंह उठ्नुपर्छ । अघि बढ्नुपर्छ अनि अघि बढ्ने क्रममा नकारात्मक ऊर्जाहरू आफ्नो जीवनमा छिर्ला कि भनेर सधै सजग रहनुपर्छ । किनभने नकारात्मक ऊर्जाहरू छिरेको जीवन र समुन्द्रका बीचमा पुगेको प्वाल परेको डुङ्गा उस्तै हो डुबेरै छोड्छ ।

एडन : यस्ता कुराहरू बुझ्न नचाहने बेठीक व्यक्तिहरूलाई कसरी बुझाउने ?

गौरव : बिग्रेको घडीले त दिनमा दुई चोटि सही समय देखाउँछ भने मान्छे छ मान्छे हो नि । कोही पनि खराब, बेठीक, बिग्रेका हुँदैनन्, सिर्फ हाम्रो हेर्ने नजरिया र सोचमात्र त्यस्तो हुन्छ । तिमीले बालुवामा सुन खोज्न जाँदा धेरै बालूवाबाट निकाल्ने थोरै सूनमा ध्यान दिन्छौ कि धेरै बालुवामा ? पक्कै पनि सूनमा दिन्छौ । त्यस्तै, बालूवामा सून खोजे जस्तै हुनुपर्छ हामीले अरूलाई गरिने व्यवहार । शयौं नराम्रा कुराहरू कोहीभित्र भएता पनि केही

त राम्रो कुरा अवश्य हुन्छ । हो त्यही राम्रो कुरारूपी सूनमा ध्यान दिन सके अन्तिममा हात लाग्ने सून मात्रै हो बालुवा हैन रहेछ भनेर बुझिन्छ र सबै मानिस ठीक लाग्छन् ।

कुनै कामलाई Smartly शुरू गरेर, Smartly नै गरिराखेर, Smartly सम्पन्न गर्न सकेमात्र त्यस कार्यलाई Smartly सम्पन्न गर्ने, Smart मानिस भन्न मिल्छ, नभए मिल्दैन । आधि अधूरो कामले केही नतिजा दिन्न । यो 'सिक्ने प्रक्रिया ' (Process of Learning) जुन तिमीले शुरू गरेका छौ, यसलाई निरन्तरता दिँदै पूर्णता दिनसके मात्र तिमीमा Smartness भएको मानिनेछ नभए के हुनेछ तिमी आँफै बुझ । यदि सिकेरै छाड्ने इच्छा जाग्यो भने कमिलाबाट पनि सिक्न सक्नेछौ नभए जे गरे पनि सिक्दैनौ । अब आँफैलाई सोध, त्यो इच्छा जागेको छ कि छैन ?

एडन : इच्छा त यति जागेको छ नि तेसको सीमै छैन ।

गौरव : भगवान्ले एउटा मुख र दुइटा कान किन दिएको भने थोरै बोल, धेरै सुन । धेरै बोल भनेर पठाएको भए दुइटा मुख दिन्थे होलान् ! यो यथार्थलाई बुझ पहिला इतिहास पल्टाएर हेर, आजसम्म जति महापुरूषहरू जन्मिए उनीहरूको एउटा बानी समान थियो । उनीहरू सबै थोरै बोल्थे, धेरै सुन्थे । त्यसैले त्यो भावना जागेपछि सबैभन्दा पहिला थोरै बोल्न शुरू गर । जीवनको यात्राको क्रममा अनेक गल्तीहरू हुन्छन् । एकपटक गल्ती भइसकेपछि । त्यसबाट पाठ सिक्दै आँफू 'U- turn' गर्न सक्नुपर्छ अरूलाई सफाई (Justification) दिनेतिर लाग्नु हुन्न । तिम्रो व्यक्तित्वको बारेमै नबुझी, अरूले आफ्नो क्षमतालाई तिमीमाथि लादिदिन्छन्, आफ्नो सपना तिमीबाट पूरा गर्ने प्रयास गर्छन् र

तिमी कसरी खुशी हुन्छौ र के चाहन्छौ भनेर बुझ्दै नबुझी आँफै निर्णय गरिरहेका हुन्छन् । उनीहरूले यो बुझ्दैनन् कि प्रत्येक जीवित वस्तुको अलग अलग पहिचान र त्यही पहिचान पिच्छे आफ्नै खाले विशेष गुणवत्ता निहीत हुन्छन् र ती व्यक्तिहरूले यो नबुझी त्यस्तो गर्दा अनर्थ हुन्छ, पहिचान नै परिवर्तन हुन्छ । जस्तै त्यो अगाडिको प्याजी रङ्को घास हेर त । सबै हरियो घाँसपातको बीचमा एकमात्र त्यो छुट्टै देखिन्छ नि ? सुन्दर देखिन्छ नि ?

एडन : हो नि ! कत्ति राम्रो देखिँदो रहेछ, अरू सबै हरिया घाँस भन्दा एकदमै अलग । मैले त आजसम्म यस्तो रङ्को घाँस देखेकै थिइन ।

गौरव : अब त्यो घाँस अलग देखियो भनेर त्यसलाई पनि अरू घाँस जस्तै बनाउन हरियो रङ् दलिदियो भने के हुन्छ ?

एडन : त्यसको अस्तित्व नै सकिन्छ ।

गौरव : तेतिमात्र होइन, त्यो सुकेर मर्छ पनि ।

एडन : तर त्यसलाई त्यस्तै छाड्ने हो भने अझै राम्रो सँग फक्रिन्छ र अरू हरिया घाँसहरू भन्दा महत्त्वपूर्ण देखिन्छ ।

गौरव : हो, एकदम सही भन्यौ, हामी मानिसमा पनि सोही कुरा लागू हुन्छ । यो अरू भन्दा फरक छ भनेर चिनेर अझै राम्रो त्यही भिन्नतामा हेरचाह गर्दियो भने अरूभन्दा छुट्टै, विशेष, अति महत्त्वपूर्ण बन्न सक्छौ । त्यो प्याजी रङ्को घाँसको नाम थाहा छ तिमीलाई ?

एडन : छैन । के हो ?

गौरव : पर्पल हेज, (PURPLE HAZE) ! यो एउटा गाँजाको बोट हो । देखिहाल्यौ, यो आँफैमा एक नौलो पहिचान, अरू गाँजा जस्तै हरियो नभई प्याजी रङ् बोकेको बोट हो र यसको थप

गुणवत्ता पनि छ । यसको नशा अरू सामान्य गाँजाभन्दा कडा र लामो समयसम्म हुन्छ । त्यही विशेष पहिचान र गुणवत्ता बोकेको भएर यसलाई गाँजाको राजा पनि भनिन्छ । आँफूमा पनि अरूमा भन्दा भिन्दै विशेषता र गुणवत्ता छ भने केही कुराको चिन्ता लिइराख्नु पर्दैन र कसैलाई बुझाइराख्नु जरूरी पनि छैन । किनभने चिन्ताले मानिसलाई चितामा पुर्याउँछ । चिताले त सिर्फ शरीर मात्र जलाउँछ तर विषरूपी चिन्ताले शरीर, मन दुवै जलाउँछ ।

***

हरदिन दश हजारको बिक्री हुने एउटा पसलमा एकदिन दिनभर कुनै ग्राहक आएन तर पसल बन्द गर्ने बेलामा एकजना ग्राहक आएर एक लाखको सामान किन्यो भने अरू दिनभन्दा त्यो दिन त्यस पसलको बिक्री एकदम राम्रो भएको मानिन्छ । त्यसैले अरूले जे भने पनि अन्त्यमा तिमीले आफ्नो विशेष पहिचान र गुणवत्ता प्रमाणित गर्न सक्यौं भने तिमी पनि सफल मानिने छौ । इतिहास साक्षी छन्, संसारमा आज जति पनि सफल भएका मानिसहरू छन् प्रायः आफ्नो आधि उमेर पार भएपछि बल्ल भएका छन्, त्यसैले अरको बारेमा किन सोच्छौ ? जे गर्छन् गर्न देऊ ।

यो सुनेर एडन अरू सोचमग्न हुन्छ, 'ओहो ! जाबो एउटा गाँजा त आफ्नो नौलो पहिचान र गुण हुने वित्तिकै राजाको उपाधि पाउन सक्छ । जङ्गलमा आँफूभन्दा ठूला जनावरहरू भएता पनि आफ्नो 'एटिट्यूडले' गर्दा सिंहले पनि 'जङ्गगलको राजा' को उपाधि पाउन सक्छ भने म पनि अरू भन्दा भिन्न पहिचान र गुण बोकेको मानिस भएर त्यस्तै उपाधि पाउन सकिन्न त ? अवश्य सक्छु,

त्यति मात्र हो, कुनै पनि काम सानो ठूलो हुन्न रहेछ, हेर्ने नजर मात्र सानो ठूलो हुने रहेछ । यो बुझ्नु पर्यो । त्यसैले अब जे काम गर्छु, त्यही क्षेत्रको सबैभन्दा 'खतरा' बन्नेछु भन्ने सोचेर गर्छु । समाजबाट अपहेलित, यसले केही गर्न सक्दैन भनेर समाजले थिचिएको म, अब झन त्यही थिचिएको कुरालाई नै चिरेर चट्टान फोडेर, अरूले कल्पना नै नगरेको ठाउँबाट निक्लेर, अनन्तकालसम्म बाँचेर सबैलाई शीतलता दिने, सबैले सम्मान गर्ने पीपलको रूख बन्न खोज्नेछु ।'

गौरव : तिमी त टोलायौ । के सोच्दै छौ ?

एडन : सोचेको के गौरव ! जाबो एउटा नयाँ मोबाइल या कम्प्यूटर चलाउन लाग्दा त त्यसको ग्राफिक्स कति छ ? त्यसको RAM कति G.B. को छ ? प्रोसेसर कति छ ? आदि खोज्छौं भने हामीले जिन्दगीभर चलाउनुपर्ने, ती सबैलाई बनाउने, संसारकै सर्वाधिक शक्तिशाली कम्प्यूटर हाम्रो 'मस्तिष्क' को कार्यप्रणाली के कस्तो होला भनी कहिल्यै खोजी गर्ने प्रयास गरेका छौं र हामीले ? यदि यस मस्तिष्कबाट निर्मित ती मोबाइल कम्प्यूटर, वेबसाइट, एप्लिकेशनहरू 'ह्याक' गर्न मिल्छ भने ती सबै बनाउने हाम्रो मस्तिष्क 'ह्याक' गर्न सकिएला त ?

गौरव : अवश्य सकिन्छ । तर त्यसका केही तरीकाहरू र संस्कारहरू छन् जुन तिमीले क्रमिक रूपले आँफै सिक्दै जाने छौ । धैर्यता, संयमता र एकाग्रता भनेका सिक्न चाहिने मुख्य चाबीहरू हुन् । त्यसको ताला खोल्न यिनको जरूरत पर्छ । एकैपटक पहिलो र दोस्रो खुड्किला नै नटेकी भऱ्याङ्को टुप्पोमा उफ्रिएर पुग्छु भन्दा लडिन्छ, अनि त्यसले भऱ्याङ्ग चढ्नुका सट्टा चोटपटक लाग्न वा संसारबाटै विदा हुने सम्भावना रहन्छ । अघि

नै भनेझैं, मानिसहरू सजिलो उपाय खोज्नमा सधै व्यस्त रहन्छन् । वर्षौंदेखि गरेका पापहरू, एकदिन गंगास्नान गरेर पखालिएकोमा ढुक्क हुन्छन् । हाम्रा सबै उपायहरू त्यही गंगास्नान जस्तै सजिलो खोज्नमा हुन्छन् । तिमी पनि त्यस्तो नगर, नहतारिय । हामी बलजफ्ती बाहिर बाहिर त्यस्तो व्यक्तित्व स्थापित गर्ने प्रयासमा हुन्छौं, जुन व्यक्तित्व हामीमा छँदै छैन । जो मानिस जगत्को अगाडि सच्चा हुन राजी छैन, त्यो व्यक्तिको लागि उच्चशक्ति यानि भगवान् कहिल्यै साँचो हुनै सक्दैन । आफ्नो आसपासका मानिसको नजरमा माथि उठ्नु कुनै ठूलो कुरा होइन र ठूलो कुरा तब हुनेछ जब तिमी आफ्नै नजरमा माथि उठ्ने छौ । त्यसैले अरूलाई 'इम्प्रेस' गर्ने चक्करमा आँफू 'डिप्रेस' हुनतिर नलाग, धैर्यधारण गर, समय आएपछि त्यो पनि आँफै सिक्नेछौ ।

एडन : हस् ।

गौरव : एकदिन एक व्यक्ति न्यूयोर्कको एउटा विल्डिङ्को एक शय तलाबाट तल खस्दै थियो । पचासौं तलामा पुगेपछि उसलाई झ्यालबाट एकजनाले सोधेछ, 'मित्र, के छ हालखबर ?' उसले भनेछ, 'अहिलेसम्म सब ठीक छ ।' त्यो खसिरहेको व्यक्तिलाई बाँच्ने कला र जवान हुने ढङ्ग थाहा रहेछ, त्यो व्यक्ति सच्चा रहेछ । त्यो व्यक्तिले भन्यो, अहिलेसम्म सबै ठीक छ, अझै जमीनमा पुगिएको छैन, पुगेपछि बताउँला । हाम्रो जीवन पनि त्यस्तै हो । आँफूप्रति सच्चा भएर, आज र अहिलेको निम्ति मात्र केही राम्रो सोचेर गरेर बाँच्छु भनेर जसले बाँच्यो उसले बाँच्न सिक्यो ।

***

लक्ष्यमा जीवन बिताउनु । साधारणतया यही सिकाइन्छ– धन कमाऊ, यश कमाऊ, यो बदल, त्यो बदल । तर कोही मानिस यस्ता पनि छन्, जो लक्ष्यमा बाँच्दैनन्, ती केवल बाँच्दछन् र बाँच्नुलाई नै लक्ष्य ठान्दछन् । कोही बाँच्नको लागि खाने होइन कि खानैका लागि बाँच्दछन् । मेरो भनाई के हो भने, आनन्दको दिशाातिर जानुछ भने लक्ष्यभन्दा माथि उठ, अनि बल्ल त्यो भन्दा पनि पर पुग्ने छौ । दुःखको दिशातिर जाने हो भने चाहिँ लक्ष्यलाई समातेर बाँच्नु पर्दछ । प्रकृतिले पनि हामीलाई यही कुरा सिकाइरहेकी हुन्छिन्, 'गह्रौं भएर बाँच्यौ भने भूईंमा बजारिन्छौं र हल्का भएर बाँच्यौं भने उठ्छौं माथि उड्छौं । जसरी रूखमा फलेको गह्रौं फल हावा चल्दा भुईंमा खसेर बजारिन्छ र त्यही रूखमा फलेको हल्का पात त्यही हावा चल्दा उडेर झनै माथि पुग्छ । हामी दुवै जना कुनै नयाँ शहरमा छौं, र हामीसँग आज एकदिन यस अन्जान शहरमा बाँच्न पुग्ने १००० रूपैयाँ छ जसबाट हामीलाई ४०० को खाना दुई छाक, ५०० को होटलको कोठा एकदिन अनि बाँकी १०० को गाडी भाडा ठीक्क पुग्छ । तर हामीले, लापरवाही ढङ्गले पछिको मतलब नगरी ४०० रूपैयाँको एक बोतल बीयर खाइदियौं भने के हुन्छ ? त्यस्तै हो हाम्रो जिन्दगी पनि, बल्ल तल्ल कति खाएर, सुतेर जम्मा गरेको बनाएको हाम्रो ऊर्जाको ब्याट्री, लापरबाही तरीकाले गरिने बेकारको सोचविचार बेकारको बोली र बेकारका कार्यहरू गर्दा यत्तिकै खेर जान्छ र नाशिन्छ । जसरी हामीले हाम्रो बैङ्कमा राखेको पैसा सकिएला कि भन्दै पुर्याई पुर्याई आवश्यक पर्दा मात्र झिकेर खर्च गर्छौं, त्यसैगरी कति दुःख गरेर भरेको हाम्रो शरीरको ऊर्जाको ब्याट्री सकिएला कि भन्दै पुर्याई पुर्याई खर्च गर्न सिक्नुपर्छ ।

जिन्दगीमा साँच्चै नै केही राम्रो गर्ने, सफल बन्ने भए बाँकी सबै कुरालाई भन्दा आफ्नो ऊर्जालाई एकदम महत्त्वपूर्ण मानी त्यसलाई सही तरीकाले व्यवस्थापन गरेर अघि बढ्न सक्नुपर्छ । अनि जीवन ऊर्जाशील हुनेछ र सृजनशील हुनेछ । त्यसैले ती सबै अगाडिका कुरा गर्न पहिले ऊर्जा व्यवस्थापनमा ध्यान पुर्याउनु जरूरी छ ।

एडन : यस्ता कुराहरूको जिकिर कहीं कतै भएको पाइन्न त ?

गौरव : त्यही त छ विडम्बनाको दु:खको कुरा । हामी जे कुरा सिक्छौं, त्यसैको अभ्यास गर्छौं, र जे सँगमा अभ्यास गर्छौं, हामी त्यही बन्छौं भनेर सबैलाई ज्ञान भएता पनि कोही पनि कतै पनि यस्ता कुराहरू सिकाउन अग्रसर भएको देखिन्न । कतिलाई मेरा यी कुरा बकवास लाग्ला तर कोही न कोहीलाई त खास लाग्ला । त्यही एकजना कोहीले मात्र भए पनि सिकेमात्र पनि पुग्छ मलाई, उसले पनि आँफू जस्तै, अरू कोही खास लाग्ने व्यक्तिलाई सिकाउनेछ र थोपा थोपा मिलेर कुनै दिन अवश्य बन्नेछ ।

सबैकुराको ज्ञान भएको अज्ञानी भएका छौ आज हामी । एउटा मूसाको बच्चालाई सानैदेखि एउटा बोटल भित्र राखेर, खुवाउँदै हुर्काएपछि, त्यो मूसा ठूलो भएपछि त्यही बोटललाई संसार संभिन्छ र पछि त्यो मूसालाई पाल्ने हुर्काउने व्यक्तिले चाहेर पनि त्यस मूसालाई त्यस बोटलबाट बाहिर निकाल्न सक्दैन, त्यसको लागि कि त्यो बोटल फुटाउनुपर्छ कि त त्यही मूसालाई नै मार्नु पर्छ अनि मात्र सम्भव हुन्छ । त्यसैगरी हामीलाई पनि जन्मदेखि विभिन्न बहानाले एउटा अदृश्य बोतलभित्र राखेर हुर्काइएको छ, जुनबाट निक्लन कि त त्यो भ्रमरूपी अदृश्य बोटल

फुटाउन सक्नुपर्यो कि आँफै मर्नुपर्यो । अनि मात्र त्यस अदृश्य बोतलबाट मुक्ति पाइन्छ, संसारको सत्य थाहा पाइन्छ ।

एडन : कसरी ?

गौरव : संसारमा सबैभन्दा राम्रो लगानी नै तिमीले आँफूमाथि गर्ने लगानी हो तर हामीलाई जन्मैदेखि आँफूमाथि सही तरीकाले लगानी गर्ने मौका दिइन्न । कुनै शिशुको जन्मपछि उसले पहिलो शब्द एक वर्षको उमेरमा बोल्न सिक्दछ । दुई वर्षको उमेरसम्म आइपुग्दा त्यस शिशुले लगभग तीन शय शब्दहरूको शब्दावली सिकिसकेको हुन्छ । यो क्रम बढ्दै गएर त्यो शिशु छ वर्षको उमेरसम्म पुग्दा लगभग पच्चीस शय शब्दहरू सिकिसकेको हुन्छ । अब कल्पना गरौं, यदि शुरूवाती दौर मै त्यस शिशुले, अत्यन्तै राम्रा, प्रेरणादायक, उत्साहजनक, सकारात्मक खालका मात्र शब्दहरू सिक्न पायो भने के चमत्कार होला ? त्यो शिशु हुर्किएपछि कस्तो बन्ला ? तर दुर्भाग्य, त्यस शिशुले आफ्नो वरिपरि वातावरणबाट राम्रा नराम्रा सबै शब्दहरू सिक्छ रीस, झगडा, तनाव, गाली, डर आदिमा उसको वरिपरिका वातावरणमा निक्लेका र उसले सुनेका देखेका र महसूस गरेका सबै नकारात्मक ऊर्जाहरू सँग साक्षात्कार हुन्छ । जसले गर्दा ऊ जुन रूपमा फस्टाउन पर्ने थियो, त्यो रूपमा फस्टाउन पाउँदैन र उसको व्यक्तित्व विकासमा धक्का पर्छ । अनि शुरू हुन्छ सानैदेखि मानसिक रोगहरू फस्टाउने खेल ।

***

सरल तरीकाले भन्दा एउटा बालकले पाउने उसको पहिलो शिक्षा उसैको घरभित्रबाट शुरू हुन्छ जुन शिक्षा नै गलत तरीकाले दिइएको हुन्छ । आमाबुबाले आफ्नो सन्तानलाई तिमीलाई हामीले जन्म दिएर कति दुःख गरेर हुर्काएका हौं, त्यसैले तिमीले हामीलाई माया गर्नुपर्छ भनेर सिकाउँछन् । त्यस बालकको मनमा कस्तो छाप पर्ला ? ओहो ! यिनीहरूले मलाई जन्माएर दुःख गरेर हुर्काएका पो रहेछन् त्यसको बदला यिनीहरूलाई माया गरेर तिर्नुपर्ने रहेछ । त्यसपछि मायाँको लेनदेन शुरू हुन्छ । लेनदेनमा चलेको मायाँ पनि के मायाँ ? मायाँ त भित्रैबाट आउनुपर्ने कुरा होइन र ? उसका बुबाआमा प्रतिमात्र हैन सबैकुरा प्रति । अघि नै भने झैं, सम्बन्धलाई भावनाको मलम लगाए पो टिक्छ, स्वार्थले सिलाएपछि उध्रिएर बजार भाउमा बिक्छ । त्यहीभएर आजकल प्रायःजसो घरमा अभिभावकहरू र बच्चाहरू बीचको दूरी बढ्दै छ, असमझदारीको खाल्डो गहिरिँदो छ र त्यही दूरी र खाल्डोले गर्दा आजकालका सन्तानले आफ्नो अभिभावक र आफ्नो परिवार समाजलाई उचित सम्मान र महत्त्व दिन सकिरहेका छैनन् । एकपटक फेरि सोचौं त, त्यसरी माया गर भनेर ती अभिभावकले सिकाउनुको साटो, तिमीले सबैलाई समान व्यवहार र माया गर्न सक्नुपर्छ, प्रकृतिमा भएका फूल, जनावर, मानिस सबैभित्र समान भावना हुन्छन् । त्यसैले हामी सब एक हौ, त्यसैले तिमीले सबैलाई मायाँ गर्न सिक्नुपर्छ भनेर सिकाउँदा कहीं कतै केही स्वार्थ देखिने थिएन, र कसैलाई केही गरिदिए बापत् माया गरिदिनुपर्ने पनि थिएन । अनि त्यसरी आउने माया त्यस बालकको भित्र मनदेखि आउने निश्छल माया हुन्थ्यो र उसले आफ्ना आमाबुबा लगायत सबैलाई सच्चा मायाँ गर्न सक्थ्यो ।

अब त्यो बालक घरबाट निक्लिन्छ र शिक्षालय पुग्छ शिक्षा लिन । त्यहाँ पनि वर्षौंदेखि चलिआएको एउटै शिक्षाप्रणाली, जसमा अरू कसैले अरू कसैमाथि गरिएका परीक्षणहरू र खोजहरूका कुराहरूलाई मात्र रटाई रटाई पढाइन्छ, सिकाइन्छ । मानौं कि संसारै त्यत्ति मात्र हो, अरू नयाँ ज्ञानहरू नै छैनन् सिक्नको लागि यो संसारमा, सबै सकिइसक्यो । त्यसैगरी उसको कथित उच्चशिक्षा सकिन्छ । जसले उसलाई उच्च स्थानमा पुऱ्याउनुको सट्टा झनै तल झर्ने काम गर्छ । अनि उसलाई उसको शिक्षा सकिएको क्रममा पारेर कागजका केही खोस्टाहरू प्रमाणपत्रको रूपमा दिएर उसलाई काम खोज्न र गर्न पठाईन्छ । त्यसपछि उ त्यस दलदलमा बिस्तारै यति धँसिदै जान्छ कि, आफ्नो असली स्वरूपलाई बिर्सँदै जान्छ । भ्रममा झनै फँस्दै जान्छ कहिल्यै निस्कनै नसक्ने गरी ।

त्यस्तो शिक्षाप्रणालीबाट पाएको ज्ञान लिएर जब ऊ हुर्कंदै जान्छ, उसलाई र उसले गर्ने सबैकार्यलाई सबैले चिनून्, नोटिस गरून् भन्ने सोच्छ । म यो काम यसको लागि गर्दैछु । म त्यो काम त्यसको लागि गर्दैछु भनेर उसले भन्न त सक्छ तर वास्तवमा उसले त्यस कार्य गर्वका साथ आफ्नै पहिचान पाउनका लागि गरिरहेको हुन्छ र उसले त्यस रूपले गर्न कुनै पनि कार्यको केही पनि महत्त्व हुँदैन । किनकि के कस्ता कुरामा र कार्यहरूमा गर्व गर्नुपर्छ भनेर उसले सिकेकै हुँदैन, उसलाई थाहै हुँदैन । त्यो कुरा बुझ्न, थाहा पाउन, आँफूभित्र सही कुरा ठम्याउन सक्ने क्षमता हुनुपर्छ, अन्यथा तिमी आँफैले त्यसको प्रकोप कसरी शुरू हुन्छ र आधा बाटोमा नरोकिई अन्त्य हुन्छ भनेर हेर्न सक्छौ । जसरी तिमी कुनै आँफूलाई मनपर्ने चलचित्र हेर्न सिनेमाहल भित्र गएपछि,

आधी मै बीचैमा नउठेर, पूरै हेर्न सकिएपछि मात्र आफ्नो घर जान्छौ, त्यस्तै कसैको मस्तिष्कलाई जुनकुरा मनपराउन लगाएर लगावका साथ सोच्न लगाउँछौ, त्यसले पनि बीचमा नछोडेर, त्यसलाई पूरा गरेरै छोड्छ ।

संघर्ष र द्वन्द्वको स्थायी अवस्थामा रहेको यस मानव संसारमा, त्यस्तो शिक्षा लिएर त्यो व्यक्ति जुनसुकै समाजमा गए पनि, त्यस संघर्ष र द्वन्द्वको सामना गर्नैपर्ने हुन्छ । विभिन्न नाम र बहानामा गरिएका समाजका विभाजन र वर्गीकरणहरू नै आन्तरिक र बाह्य रूपले द्वन्द्वरत समाजको वर्तमान अवस्था हो । त्यसैले हाम्रो शिक्षाप्रणालीमा केवल केही विषयहरू मात्र नपढाएर, जीवनका सम्पूर्ण पाटाहरू र प्रक्रियाहरूका बारेमा खोज गर्ने ठूलो हिस्सा पनि समावेश गरिनुपर्ने देखिन्छ ।

तिमीले पत्रपत्रिका पढ्दा, बाहिर जाँदा, कोहीसँग कुरा गर्दा या कतै जम्मा भएका मानिसका कुरा सुन्दा, लगभग सबैले यस्तो उस्तो भन्दै सरकार, नेताहरू र सिस्टमलाई गाली गरेको, चित्त बुझेर या नबुझेर आफ्ना धारणाहरू साटासाट गरेको र देश बिगारे भनेर कुरा गरेर परिवर्तन चाहेको कुरा त याद गरेकै हौला । तिनीहरूलाई देश बिगारे भनेर अरूलाई सराप्ने गाली गर्ने अधिकार कसले दियो ? के तिनीहरूले मुख चलाउने बाहेक देश बनाउन एउटा ईंट्टा हालेका छन् र देश निर्माणमा ? परिवर्तन खोज्ने भए, पहिला उनीहरू आँफै परिवर्तित हुन सक्नुपर्यो । नैतिकता खोई ? यो कुरा सबैले बुझ्ने कहिले ?

प्रायः सबै व्यक्तिहरू, अझै खासगरी ती सबै व्यक्तिहरू जसले मुखबाट समाजमा परिवर्तन ल्याउने कुरा गर्छन्, तिनै व्यक्तिहरू नै अरू कोहीसँग सम्पत्ति, जात, धर्म, विचार आदिले मतभेद भएर

द्वन्द्व र संघर्षकै अवस्थामा बढिरहन्छन् । तिम्रो परिवार, तिम्रो समाज, तिम्रा नेताहरू, सरकारी कर्मचारीहरू, व्यापारीहरू, हरेक पेशाका व्यक्तिहरू सत्य भन्नुपर्दा भएभरका सबै मानिसहरू, के तिनीहरू अझै शक्तिशाली, अझै सम्पन्न र अझै समृद्ध हुन महत्त्वाकांक्षी र संघर्षरत भएर अरूसँग द्वन्द्वरत छैनन् त ? त्यसैले जबसम्म हामीमा प्रतिस्पर्धात्मक भावनाहरू हट्दैन, तबसम्म नैतिकता पलाउँदैन र गर्व गर्नुपर्ने केही कुरा हुँदैन । प्रतिस्पर्धात्मक भावना हट्न सक्यो भने हामीलाई जन्मैदेखि भित्र राखेर हुर्काइएको त्यस अदृश्य बोतलबाट छुटकारा पाइन्छ ।

एडन : त्यो सही अर्थ बुझ्न नैतिकवान हुने, सबैलाई समान नजरले हेरेर सबैलाई मायाँ गर्ने, संयमित र एकाग्र हुने, थोरै बोल्ने, प्रतिस्पर्धात्मक भावनाहरू हटाउने र अरू के के गर्न र त्यो गर्नहुने कार्य हो भनेर कसरी छुट्याउन सकिन्छ ?

गौरव : तिमी तन्नेरी अवस्थामा हुँदा, तिमीले धेरै कुराहरू गर्न चाहने हुनाले सही अर्थमा निश्चित रूपले के चाहन्छौ भनेर थाहा पाउन निकै कठिन हुन्छ । तिमीले साँच्चै के चाहिरहेको छौ भनेर छुट्याउन, विवेकको आवश्यकता हुन्छ । तिमीलाई यो समाजमा कसरी फिट र ठीक भएर आफ्नो जीवन बिताउने होला भन्ने डर जबसम्म रहन्छ तबसम्म तिमीले साँच्चैमा के चाहन्छौ भनेर कहिल्यै पत्ता लगाउन सक्दैनौ । तर यदि तिमीलाई ती कुराहरूको डर हुँदैन र आफ्नो परिवार अनि समाजका बाहिरी मागहरू र परम्पराहरूको ताँतीलाई चुनौती दिँदै अस्वीकार गर्न सक्छौ तब बल्ल, तिमीले साँच्चै गर्न के चाहिरहेका छौ, के कुराको खोजीमा छौ, आँफै थाहा पाउन सक्छौ ।

शिक्षाप्रणालीको आधारभूत शिक्षा भनेको तिमीले आँफूमा सम्पूर्ण रूपले समर्पित भएर, सही अर्थमा के गर्न चाहन्छौ भन्ने थाहा दिई त्यसैमा पोख्त बनाउन सक्ने हुनुपर्छ किनभने त्यसैले मानवीय मर्यादाको निर्माण गरी त्यसलाई विकास गर्छ । अहिलेको समाजमा विद्यमान कोरा पूँजीपति मानसिकतालाई सुधार्न सहयोग गरी, मानवीय मर्यादाको निर्माण गर्छ । त्यसको लागि सही वातावरण र सही शिक्षक हुनु जरूरी छ, जसको सही शिक्षाले तिमीद्वारा गरिने सबै कार्यहरूमा सानैदेखि प्रेमको भावना विकसित हुँदै तिम्रा हरेक कार्यहरू प्रेमपूर्व हुन सक्छन् । प्रेम विना तिम्रा परीक्षाहरू, ज्ञानहरू, क्षमताहरू र तिमी अहिले बाँचिरहेको जीवन 'खरानी' जस्तै हुन्छ, जसको कुनै अर्थ हुँदैन र हावा लागे उडाउँछ । प्रेम विना गरिने तिम्रा प्रत्येक कार्यले सिर्फ प्रतिस्पर्धा, घृणा, नोक्सान, द्वन्द्व र विनाशमात्र निम्त्याउँछन् । यी कुराहरू बुझ्न सकेमात्र सही अर्थको जीवन र त्यसमा आँफूले गर्नुपर्ने र गर्नु नपर्ने कार्यहरू छुट्याउन सक्ने भइन्छ ।

एडन : त्यसको मतलब यो जीवनरूपी जगमा नै टिकेको रहेछ र जीवन भनेकै प्रेम रहेछ हैन त ?

गौरव : हो । त्यही कुरा हामीले सिक्ने प्रक्रियामा विद्यार्थी बनेर सिक्दै जाने हो ।

***

एडन : यो सिक्ने प्रक्रियामा रहेका विद्यार्थी भनेको को हो र त्यो हामीले उचित तरीकाले केही किताबहरू पढेर कसरी सिक्न सक्छौं ?

गौरव : कोही कोही परीक्षाहरू मात्र उत्तीर्ण गर्न स्कूल कलेज जान्छ, त्यो विद्यार्थी हो ? या त्यो व्यक्ति जो हरपल हरेक कुराबाट केही न केही सिकिरहेको हुन्छ अनि उसको सिक्ने प्रक्रियाको कुनै अन्त हुन्न, त्यो चाहिँ विद्यार्थी हो ? पक्कै पनि, त्यो व्यक्ति जो केवल केही परीक्षाहरू उत्तीर्ण गर्न, केही किताबहरू मात्र पढ्छ र पछि बिर्सन्छ भने त्यो विद्यार्थी होइन बरू त्यो सिर्फ व्यापारी हो । असली विद्यार्थी त्यो हो, जसले पढेर, सुनेर, देखेर, बुझेर र खोज गरेर, आफ्ना हरेक क्रियाकलापबाट केही न केही नयाँ कुरा सिक्दै, २५ या ३५ वर्षसम्म मात्र होइन, अनन्तकालसम्म केवल सिक्नमा नै आफ्नो जीवन बिताइरहेको हुन्छ त्यो चाहिँ सिक्ने प्रक्रियामा रहेको असली विद्यार्थी हो ।

असली विद्यार्थी बन्न तिमीले हरपल सिकिराख्न सक्नुपर्छ तर त्यसरी हरपल सिकिराख्ने भएपछि जतिबेला पनि तिमीलाई सिकाउने कोही शिक्षक त पक्कै हुन्न । त्यसैले जुन क्षणबाट तिमी असल विद्यार्थी बन्छौ, त्यो क्षणबाट तिमीले चरा उडेको देख्दा, हावाको आवाज सुन्दा, फूलेको फूलको सुगन्ध सुँघ्दा, आकाश गर्जंदा, हरेक कुराबाट स्वयमेव सिक्न थाल्ने छौ । आफ्नो आत्मज्ञानबाट सिक्ने प्रक्रियाको अन्त्य हुँदैन किनभने आत्मज्ञानबाट उचित तरीकाले सिक्नु भनेको कसरी सुन्ने ? कसरी हेर्ने ? र कसरी महसूस गर्ने ? भन्ने कुराहरू आँफै सिक्ने हो । तिमीले बजिरहेको सङ्गीत, बोलिरहेका मानिस, उनीहरूका व्यवहार आदि सबैमा सिर्फ ध्यानपूर्वक, एकाग्रत, सतर्क र साबधान भएर हेर्न सिक्नु पर्दछ ।

***

एडन : मायाँ र आदर बीचको भिन्नता चाहिँ के हो ?

गौरव : जब कुनै शत्तिशाली र महत्त्वपूर्ण व्यक्ति, तिम्रो अगाडि आउँदा तिमी कसरी उचित तरीकाले मुस्कुराउँदै उसलाई अभिवादन गर्दै उठेर स्वागत गर्छौ, त्यसलाई नै आदर भनिन्छ । तर वास्तवमा त्यस्तो आदर पनि बनावटी हो । किनकि त्यसको पछाडि 'त्रास' र 'आश' हुन्छ । त्यसैले त्यसलाई आदर भन्न मिल्दैन । किनभने तिमीले त्यस्तो नगरेपछि केही गर्ला कि भन्ने डरले या तिमीले त्यो शक्तिशाली र महत्त्वपूर्ण व्यक्तिबाट पछि केही स्वार्थ पूरा गर्न सकिन्छ कि भन्ने आशले, बजारमा जताततै छ्यापछ्याप्ति किनबेच हुने सस्तो आदररूपी भ्रमको माला उसको घाँटीमा लगाइदिएको मात्र हो । तिमीले कहिल्यै आफ्नो घरको नोकर, बाटो बढार्ने सफा गर्ने व्यक्ति, गरीब, भिखारी, रोगी, असहाय, पीडित र कमजोर व्यक्तिहरूलाई त्यसरी नै त्यस्तै आदर देखाउन सकेको छौ र ? छैनौ । त्यसैले त्यो आदर होइन र त्यसको कुनै महत्त्व र अर्थ हुँदैन । तर यदि तिमीले सबैलाई समान व्यवहार गर्छौ, तिम्रो मनमा सबै प्रति 'मायाँ' को भावना छ, कोही प्रति कुनै भेदभाव छैन भने चाहिँ तिम्रो मनमा सबैप्रति सच्चा 'आदर' को भाव जाग्ने छ, र त्यस्तो साँचो प्रेम पूर्ण व्यवहारको बदलामा न तिमीलाई केही चाहिन्छ न केही कुराको डर हुन्छ ।

एकदिन मैले मेरो घर अगाडि ३/४ वटा कुकुरका बच्चाहरू, १०/१५ मिनेटसम्म लगातार नरोकीइकन, यताबाट उता कुदेको, आफूमाथि उफ्रिँदै, एकदमै रमाउँदै खेलेर सिर्फ जिन्दगकिो 'मजा' लिइरहेको देखेको थिएँ । हामीले चाहिँ जिन्दगीको त्यो मजा, त्यो आन्नद बुझ्न सकिरहेका छैनौं । किनभने हामीमा त्यो मजा, त्यो आनन्द बुझ्न चाहिने जोश–जाँगर नै छैन । जबसम्म हाम्रो जीवनको

गहिराइमा खोज गर्न, केही राम्रो गरेर परिवर्तित हुने जोश जाँगरको भावना मजबूतीका साथ आँफूभित्र निकाल्दैनौं, हामीले त्यस्तो आनन्द पाउनै सक्दैनौं तर हामीले जतिबेला आफ्नो सम्पूर्ण अस्तित्व बारे जान्न आँफूभित्र शक्ति फेला पार्छौं, त्यो महत्त्वपूर्ण भाव र जिन्दगीको त्यो मजा र आनन्द आँफै महसूस गर्न थाल्नेछौं ।

***

सुव्यवस्था, स्वच्छता र स्पष्टताका विचारहरू आँफैमा महत्त्वपूर्ण हुँदैनन् तर कोही संवेदनशील व्यक्तिले, त्यसबारे गहिराईमा सोचेर महसूस गर्दै, आँफूभित्र सदा क्रान्तिको अवस्था रहेको अनुभव गर्छ, तब मात्र ती सबै विचारहरू अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण बन्छन् । यदि अरूलाई दुःख पीडा पर्दा भोग्ने भावहरू, महसूस गर्ने संवेदनशील र ग्रहणशील स्वभाव तिमीभित्र छ भने तिम्रा ती असाधारण सद्‌गुणहरूले सुव्यवस्था ल्याउन सक्छ र मेरो विचारमा सबैले यो बुझ्न जरूरी छ जस्तो लाग्छ ।

तिमीले कहिल्यै, आफ्नो मेरूदण्ड सीधा राखेर, चूपचाप नबोली, नहल्ली बसेर, शान्त भएर केवल सुनेर 'शान्तिको' अनुभव र त्यसको शक्ति महसूस गर्ने प्रयास गरेका छौ ? तिमीले कहिल्यै आफ्नो दिमागलाई क्षुद्र कुराहरू वरिपरि घुम्न रोकेर, शान्त पारेर, व्यापकताका साथ त्यस शान्तिको गहिराइमा विस्तार गर्दै, केही नयाँ कुरा पत्ता लगाई खोज गर्ने प्रयास गरेका छौ ?

तिमीले जबसम्म आफ्नो मस्तिष्कलाई शान्त, सचेत, सतर्क र सावधानको अवस्थामा विस्तार गर्दैनौ, तबसम्म आँफूभित्र परिवर्तन गरेर आफ्नो नयाँ संसार निर्माण गर्न सक्दैनौ । त्यसैले तिम्रो जीवनको शुरूवाती दौरमै । काम र मृत्युतिर मात्र मार्गदर्शन

गर्ने केही किताबहरू मात्र पढेर दिन कटाउनु भन्दा यस्ता गम्भीर कुराहरूमाथि चासो दिएर, ध्यानपूर्वक समयमै विचार पुऱ्याउन सकेर यथार्थ खोज्न सके, जीवनमा असाधारण खुशी र आनन्द पक्का आउने थियो र साँचो मायाँ र आदर बीचको भिन्नता छुट्याउन सकेर त्यसको सही अर्थ सबैले बुझ्ने थिए ।

एडन : हाम्रो जीवनलाई हामीले अरू कुनै तरीकाले बुझ्न सकिन्छ ?

गौरव : हामीले हाम्रो जीवनलाई सच्चा र गलत भनी दुई भागमा विभाजन गरेका छौ । कुन 'इच्छा' हो र कुन 'आवश्यकता' हो भनी आँफैले पहिचान गरी, त्यसै अनुरूप आफ्नो 'आवश्यकता' मा मात्र ध्यान दिई आफ्नो जीवनका सबै कार्यहरू प्रेमपूर्वक सही ढङ्गले गर्दा आन्तरिक द्वन्द्वको अवस्था विना ती सबै कार्यहरूलाई एकीकृत गर्ने प्रक्रियामा यदि तिमीले अथाह आनन्द प्राप्त गरिरहेका छौ भने तिमीले जिन्दगीको सही अर्थ बुझेर, सच्चा जिन्दगी जिइरहेका छौ भन्ने बुझिन्छ । तिमी मनोवैज्ञानिक रूपले नै केही र कसैप्रति आश्रित छैनौ, आन्तरिक रूपले यस समाजबाट पूर्ण अलग छौ भने मात्र बल्ल तिमीले आफ्नो जिन्दगीमा जे गरिरहेका हुन्छौ, ती सबैबाट आनन्द प्राप्त गरिरहेका हुन्छौ । अनि तिमीभित्र चलिरहेको आन्तरिक क्रान्तिले बल्ल तिमीले त्यस कार्यलाई महत्त्व दिनेछौ, मायाँ गर्ने छौ र सृजनात्मक असाधारण भावनाहरू आएर आनन्द प्राप्त गर्नेछौ, जिन्दगीलाई बुझ्नेछौ ।

हामीले हाम्रो जीवनको हरेक क्षणबाट नयाँ नयाँ अनुभवहरूलाई संगाल्दै भविष्यमा प्रयोग गर्ने प्रयोजनका लागि आफ्नो स्मरणको रूपमा संचय गरेर राख्ने गर्दछौं । हामीले हाम्रा विगतका अनुभवहरूका आधारमा, भविष्यमा गरिने कार्यमा निश्चित

प्रतिक्रियाहरू दिने गर्दैछौ । सधैं दाँत माँझ्ने, लुगा लगाउने, हिँड्ने आदि सबै उही समयमा उस्तै तरीकाले विगतमा सिकेका अनुभवहरूका आधारमा गरिने कार्यका उदाहरणहरू हुन् ।

तर बाल्यकाल र युवावस्थामा पाएका सूचनाहरूका आधारमा वयस्क मानिसको जिन्दगी पूरै चल्दछ भनेर भन्न सकिन्न । त्यतिबेला पाएका सूचनाहरूको आधारमा हाम्रो मस्तिष्कले चेतन र अवचेतन तत्त्वहरूलाई आकार दिन मद्दत त गर्छ तर हाम्रो जीवन विकासको क्रममा रहँदा आइपर्ने नाटकीय घटनाक्रमहरूले हाम्रो बानीव्यहोरालाई प्रभाव पारेर, त्यसबाट प्राप्त भएका रमाइला अनुभवहरूले हामीलाई कलात्मक बनाउन उत्तेजित पार्न सक्छ, अर्कातिर अप्रिय अनुभवहरू चाहिँ गैर सामाजिक गतिविधिको रूपमा देखा पर्न सक्छ तर जिन्दगी नै पूरै परिवर्तन गरेर चलाउन भने ती सूचनाहरूले सक्दैनन्, यसमा कुनै दुई मत छैन ।

पूर्वाभ्यासको बारेमा ज्ञान नभएर कुनै मान्य कारण नभईकनै 'लाज' र 'दोष' अनुभव गर्ने हो भने त्यसले कसैको पनि जीवनमा अपार समस्याहरू निम्त्याउँछ र त्यस व्यक्तिमा ऊ पूर्ण अयोग्य छ भन्ने भावनाहरू हावी हुँदै हीनभावनाले गर्दा 'मलाई पहिल्यै थाहा थियो यस्तै गर्छन्, यस्तै हुन्छ । जन्मेदेखि नै मेरो कर्म नै यस्तै अभागी हो ।' भन्ने जस्ता कुराहरू आँफूभित्र विकास गर्न थाल्छ र त्यही नै विश्वास बनेर उसको जीवनमा हावी हुँदै जान्छ । अनि मात्र उसको जीवन उसले विगतमा भोगेका अनुभवहरू र पाएका सूचनाहरूका आधारमा चल्छ । तर यदि आँफू सजग भएर आफ्नो सफलता, समृद्धि र सम्पन्नाताको लागि चाहिने सूचनाहरू पहिचान गरी सकारात्मक सूचनाहरूलाई मात्र लगावका साथ पूर्वाभ्यास गर्न सक्यौं भने नकारात्मक सूचनाहरू आँफै हराएर

जान्छन् र आँफूले चाहेको जस्तो जिन्दगी पाउन सक्छौं । यसरी जिन्दगी आफूले ग्रहण गरे अनुरूप बन्दछ, यसरी बुझ ।

***

एडन : के धेरै सोच्ने बानीले मस्तिष्कमा असर गर्छ ?

गौरव : नसोच्ने बानीले चाहिँ खराब गर्दैन तर धेरै सोच्ने बानीले पक्कै पनि मानसिक विकासमा अवरोध पुऱ्याउँछ । यदि स्नायुकोषहरूले धेरै काम गरेको खण्डमा, उनीहरूले निकाल्ने गरेका रसायनहरू उचित तरीकाले बाहिर फ्याँक्न सकिँदैन र जम्मा हुन थाल्छन्, अनि त्यस संचयले, स्नायु कोषहरूलाई नै विषाक्त पारी तिनलाई हानि गर्न या समाप्त गर्न सक्छ । वास्तवमा एकातिर आधा जति मानसिक रोगहरू निम्त्याउने श्रेय चाहिँ अनुचित खान पनि, मद्यपान, लागूपदार्थको अत्यधिक सेवन अनि पारिवारिक, सामाजिक वातावरणलाई जान्छ भने अर्कातिर बाँकी आधाको पागलपनको रहस्य भनेकै अनावश्यक रूपमा सोचिराख्ने बानी हो । यो भयानक तथ्यलाई अनेक अध्ययनले पुष्टि गरिसकेका छन् । एउटा प्रख्यात मानसिक अस्पतालका एकजना प्रमुख चिकित्सकले स्पष्टसँग भनेका थिए, "मानिस खासमा किन पागल हुन्छन् मलाई नै थाहा छैन । ती मानिसहरू जसभित्र यो समस्या हुन्छ, प्रायःजसो आँफूले महत्त्व दिएको भावनालाई यस संसारले बेवास्ता गरिँदिदा र आँफूले त्यसलाई प्राप्त गर्न नसक्दा बहुलट्ठीपन देखिन थाल्छ, अनि हामीले तिनलाई पागल भनिन्छ, यो अर्को वास्तविकता हो । यो भएको सोचिराख्ने बानीले हो ।"

कोही व्यक्तिहरू आफ्ना भावनाहरू पोख्न, आँफूले चाहे अनुरूप गर्न, यतिसम्म भोकाएका हुन्छन् कि उनीहरूले आफ्नो बहुलहट्ठीपन देखाउन, पागलै भएर लागिपर्छन् । एकपटक कल्पना

गरौं त, हामीले ती व्यक्तिहरूको भावनालाई सम्मान गरेर, महत्त्व दिँदै, सही अर्थमा उचित तरीकाले प्रशंसा र प्रोत्साहन दिन सकेको भए कस्तो चमत्कार हुन्थ्यो होला ? कसैले केही नगर्दा त आँफूले चाहेको कुरा प्राप्त गर्न पागलपनको हदसम्म जान सक्छन् भने हामीले सहयोग गरेको खण्डमा झन् कुन हदसम्म सकारात्मक रूपले अगाडी जान सक्थे होलान् ? कति असाधारण व्यक्तित्व बन्ने थिए होलान् ? एकपटक कल्पना गरी हेरौं त !

हामीले शरीर विकास गर्न पौष्टिक तत्त्वहरू त दिन्छौं तर तिनै व्यक्तिहरूको व्यक्तित्व विकासमा चाहिने, जुन सधैं उनीहरूको कानमा कुनै कर्णप्रिय सङ्गीत जस्तै बजिरहनेछ, त्यस्ता प्रशंसा र प्रोत्साहन दिने शब्दहरू चाहिं कहिल्यै दिने गरेका छौं ? छैनौं । किनभने हामीले या त शब्दको शक्ति चिनेका छैनौं या त चिनेर पनि लापरवाहीका साथ बेवास्ता र उपेक्षा गरिरहेका छौं ।

***

यस पृथ्वीमा कुनै पनि मानिसलाई प्रभावमा पार्ने एकमात्र उपाय भनेको, उसले के चाहिरहेको छ र त्यसलाई कसरी प्राप्त गर्न सकिन्छ भनेर उपायहरू खोज्ने बाटो देखाउने बारे कुरा गर्ने नै हो । उदाहरणका लागि- यदि तिम्रो बच्चाले धुम्रपान नगरोस् भन्ने तिम्रो इच्छा छ भने, धुम्रपान गरेको मलाई राम्रो लाग्दैन, अथवा तैंले धुम्रपान गर्न हुँदैन, अथवा यो धुम्रपान गर्ने उमेर होइन भन्ने होइन । त्यसका लागि सर्वप्रथम त स्वयंले धुम्रपान नगर, धुम्रपान गर्ने खेलाडीहरू कसरी असफल भए, त्यसले गर्दा मानिसहरू कस्ता कस्ता भयानक रोगहरूबाट ग्रसित भएर दुःख

पाएर चाँडै मर्दा रहेछन् भनेर देखाइदेऊ, अनि हेर, उसले धुम्रपान बिस्तारै छाड्ने छ र कहिल्यै त्यो कुलतमा लाग्ने छैन ।

त्यसैले शिक्षाको कार्यप्रणाली सिर्फ तिमीलाई सामाजिक ढाँचाभित्र 'फिट' हुने मात्र नभएर त्यसको विपरीत, परापूर्वकालदेखि एउटै तरीकामा उस्तै रूपले चल्दै आएको यो सामाजिक ढाँचाको घेरा तोड्न सक्ने गरी, जसबाट तिमीमा 'मेरो' भन्ने घमण्ड र 'म' भन्ने अहँकार हटेर, तिमी सिर्फ एक व्यक्ति जो सबैसँग समान रूपले हुनसक्ने भावना जाग्ने गरी गहिरो रूपमा सम्पूर्ण अध्ययन गर्नसक्ने हुनुपर्छ । वास्तवमा हामी साँच्चै नै अति सोझा छौं । हामीलाई हाम्रा परिवारले, समाजले, शिक्षकले या अरू कसैले जे भन्छन्, जे सिकाउँछन् त्यसैलाई पूरै पत्याएर, सत्य मानेर, विश्वास गरेर निर्धक्क भएर, जीवनमा त्यसैलाई अँगाल्दै अघि बढिरहेका छौं ! कस्तो अचम्मको कुरा, कति विचित्रको शैली !

लगभग हामी सबैले, कि यस समाजमा कसरी फिट भइन्छ या यसलाई कसरी परिवर्तन गर्न सकिन्छ भन्ने मात्र ध्यान दिइरहेका छौं । हेर त, के यो दुःखलाग्दो कुरा होइन ? तिमीले याद गरेका भए, तिमीले गरेका प्रश्नहरू पनि कतै न कतै, कुनै न कुनै रूपले त्यस्तै थिए । मेरा बुबाआमाले या आफन्तले के सोच्नुहोला ? यदि मैले त्यसो गरिन भने के हुने होला ? कसरी समाजमा फिट हुने या यसलाई परिवर्तन गर्ने होला ? यस्ता खाले सोचलाई जतिसुकै आत्मविश्वासका साथ, जतिसुकै पहल गरे पनि, त्यसले तिमीलाई खतम पार्छ । त्यस्ता व्यक्तिहरू पनि अरू सरह नै, अत्यधिक कार्यक्षमता भएका स्वचालित रोबोटहरू जस्तै विश्वविद्यालयबाट 'डिग्री' लिएर त निक्लन्छन् तर सही अर्थको सृजनात्मक ज्वाला विना उनीहरूको अन्त्यतिर कुनै अर्थ नै हुँदैन ।

त्यसैले आफ्नो वरिपरिको समाजको, गलत ढाँचाको घेरा तोड्न त्यसलाई पहिला बुझ्न अति महत्त्वपूर्ण छ ।

तिमीले देख्यौ नि, यो संसारभरिको समस्या हो । मानिस लगायत उसका जीवनका पुराना कुराहरू सबै, आँफै जतातत‍ै क्षय हुँदै सकिँदै, नाशिँदै गइरहेका छन् । त्यही भएर ऊ नयाँ प्रतिक्रियाहरू र नयाँ उपलब्धीहरू खोज्न तल्लीन छ र आफनो जिन्दगीलाई त्यसैमा मात्र केन्द्रित गरेर, यति सुन्दर जीवनलाई सिर्फ एउटा निरन्तर चुनौतीको रूपमा सम्झिएर मात्र अघि बढ्दै छ । हेर त, हामी सबै त्रसित छौ । तिम्रो परिवार त्रसित छ, तिम्रा साथी त्रसित छन्, वास्तवमा सबै त्रसित छन् । तिम्रो भ्रम टुट्ला कि, जिन्दगीलाई निरन्तर चुनौतीको रूपमा लिन छोडेर सत्य थाहा पाउलाऊ कि, उनीहरूले तिमीलाई जन्मेदेखि राखिदिएका सांस्कृतिक र वातावरणीय प्रभावरूपी कैदखानाबाट तिमी उम्केर आफ्नो असली स्वरूपमा आउलाऊ कि भनेर त्रसित छन् सबै । त्यसैले विभिन्न बहानामा आँफूहरू समेत रहेको त्यही कैदखानाको घेराभित्र राख्न खोजिरहन्छन् । जो व्यक्तिले यो कुरा बुझ्छ, त्यो व्यक्तिको, आफ्नो मस्तिष्कको अवस्थाको आफ्नो सम्पूर्ण कार्यहरूको पूर्ण ज्ञानले मात्रै वास्तविक आनन्द प्राप्त हुन्छ, उसले त्यस भ्रमरूपी घेरालाई तोडेर, अहङ्कार छोडेर, सामान्य भएर जीवन बिताउन सक्छ । वास्तवमा तिनीहरू नै नयाँ सभ्यता शुरू गर्न आफनै तरीकाले निरन्तर लागिरहेका हुन्छन् ।

सत्य थाहा पाउन या खोज्न कैदखानारूपी समाजको घेराभित्र समाज जस्तै भएर बसेर हुँदैन, त्यसरी बस्ने ती व्यक्तिहरू हुन् जो उही थोत्रो पुरानो अरूद्वारा बनाइएको सामाजिक ढाँचा अनुरूप चल्दै छन् । हेर्दा मानिस जस्तो देखिए पनि 'स्वचालित रोबोट'

बन्दै छन् र तिनको 'रिमोट कन्ट्रोल' अरूको हातमा हुन्छ । त्यसैले अरूले खुशीको बटन थिचे, स्वचालित रूपमा खुशी हुन्छन् र दुःखको बटन थिचे स्वचालित रूपमै दुःखी हुन्छन् । विचराहरू कति शक्तिहीन छन् भने हरेक कुरामा अरूमै निर्भर भएर बाँच्छन् । 'यो र त्यो' अनि 'यस्तो र त्यस्तो' समस्याहरू भएको अहिलेको समाजबाट पूर्ण स्वतन्त्र भएका खण्डमा नयाँ युगको शुरूवात हुने थियो, अनि कोही पनि आफ्ना सपनाहरू पूरा गर्न पागलपनको हदसम्म जानुपर्ने थिएन ।

***

एडन : प्रायःजसो युवा पिंढीहरू आजकाल आँफूलाई किन सुरक्षित ठान्दैनन् ?

गौरव : किनभने उनीहरू सबै त्रसित छन्, उनीहरू आँफूभन्दा ठूलासँग, आफ्ना बुबाआमासँग, आफ्नो शिक्षकसँग, सुरक्षाकर्मीसँग, डक्टरसँग, बाटोमा हिंड्ने मानिससँग, वास्तवमा सबैसँग त्रसित छन्, त्यसैले आँफू आफ्नै घरमा बस्दा पनि सुरक्षित छु भन्ने भावना महसूस गर्न सक्दैनन् ।

अब म आफ्नैहरूसँग पनि साँच्चिकै सुरक्षित भएर छु भन्ने भावना जाग्न बलियो आधार चाहिन्छ । त्यसपछि तिमी बाहिर घुम या घर जाऊ, या आफ्नो कोठाको ढोका नलगाई खुल्लै बस तिमीलाई कसैले केही गर्ला कि, कसैले यस्तो उस्तो केही भन्ला कि भन्ने डर हुँदैन, त्यसपछि तिमी जे मन लाग्छ त्यही गर्छौ, समय बितेको र आफ्नो लगावतिर झुक्दै गएको तिमीले पत्तै पाउँदैनौ अनि तिमी आँफूलाई पूर्णरूपमा सुरक्षित महसूस गर्नेछौ र आँफै फुल्न थाल्नेछौ, फक्रिन थाल्नेछौ ।

जब तिमीमा साँच्चै नै त्यस्ता भावनाहरू जाग्न थाल्छन्, तिमी पूर्ण रूपमा स्वतन्त्र र खुशी हुन्छौ तब तिमी उटपट्याङ काम या बदमासीहरू त पक्कै गर्दैनौ होला । कि गर्छौ ? जब तिमी मनैदेखि साँच्चिकै खुशी हुन्छौ तब न तिमीले कसैलाई चोट पुऱ्याउन सक्छौ, न कसैको केही बिगार्न सक्छौ । तर कसैलाई पूर्ण रूपमा साँच्चै खुशी बनाउने कार्य अत्यन्तै जटिल छ । किनभने उनीहरू जन्मेदेखि यो सोचका साथ हुर्केका हुन्छन् कि घरमा, विद्यालयमा या अन्त कतै जाँदा कोही न कोहीले यस्तो गर उस्तो नगर, यस्तो गर्नुपर्छ, त्यस्तो गर्नुहुन्न जस्ता हरेक कुरामा जोड दिइरहेका हुन्छन् । निर्णय सुनाइरहेका हुन्छन् । त्यसैले जहाँ गए पनि मनमा डर हुन्छ र असुरक्षित भएको भावना हुन्छ ।

हामी सबैलाई घरमा या स्कूल या अन्त कतै जाँदा, हामीलाई निश्चित 'ओहदा' लाई सम्मान र आदर गर्नुपर्छ भनेर सिकाइएको हुन्छ । घरमा आमाबुबा र आँफूभन्दा ठूलाहरू, स्कूलमा शिक्षक या प्रिन्सिपल, जागीरमा हाकिम आदि । त्यसैले तिमीले त्यस स्थान र ओहदालाई आदर गरेर भनेको मान्नै पर्छ भन्ने त्रासका साथ जान्छौ । त्यसैले खासमा हामीले पूर्ण सुरक्षित र स्वतन्त्र भएको अनुभव गर्न, यो ओहदाको कुचलन, कुप्रथा र कुपरम्परालाई हटाउन, हामी सबै एक हौं भन्ने भावनाको विकास गर्न सकेमा मात्र सबैसँग खुल्न सक्नेछौं र आँफूलाई सुरक्षित महसूस गर्नेछौं । त्यसैले सही शिक्षाको वास्तविक चिन्ता भनेकै, कुनै पनि गलत मान्यता र डरको या केही कुराको त्रासको कारण मात्र आदर नगरोस्, भित्र मनदेखि नै कुनै त्रास र चिन्ता बाहेक आदर गर्न सकोस् भन्ने महत्त्वपूर्ण भावना विकास गराउन सक्नु नै वास्तविक

शिक्षानीतिको सही शिक्षा हुनुपर्छ । अनि मात्र सबैले आँफू सुरक्षित भएको महसूस गर्नेछन् ।

***

एडन : हामीलाई किन पढाईमा भन्दा अरू कार्यहरूमा धेरै आनन्द प्राप्त हुन्छ ।

गौरव : कारण सरल छ । तिम्रो शिक्षकलाई तिमीलाई कसरी शिक्षा दिने भनेर ज्ञान नै छैन । अरू कसैले केही कुरा सिकाउँदा या कुनै शिक्षकले कुनै पनि विषय पढाउँदा, यदि त्यस शिक्षकले त्यस विषयलाई साँच्चै नै आफ्नो भित्र मनदेखि मनपराएर त्यसप्रति लगाव राख्छ भने, प्रस्तुति चाखलाग्दो बन्छ भने, पढ्ने विद्यार्थीले पनि, स्वतः त्यस विषयलाई मनपराउने हो । किनभने कुराप्रति कसैको पूर्ण लगाव रहन्छ र उसको तन अनि मन त्यसमा समर्पित छ भने त्यस कुराले स्वतः आँफै संचार गर्न थाल्दछ । तर धेरैजसो शिक्षकहरू जसले शिक्षा दिने ठेक्का लिएका हुन्छन्, तिनीहरूलाई न आफ्नो विषयप्रति लगाव हुन्छ न नै कुनै प्रेम । उनीहरूले त त्यस विषयलाई अरूको कर कापमा, अरूलाई खुशी पार्न, समाजमा अटिने हुन र आफ्नो पेट पाल्ने बाटोको रूपमा मात्र लिइरहेका हुन्छन् । त्यसैले यदि तिम्रो शिक्षकलाई, सही तरीकाले तिमीलाई कसरी पढाउनुपर्छ भनेर थाहा भयो भने के हुन्छ थाहा छ ? तिमी एक असाधारण व्यक्तित्व बन्ने सम्भावना हुन्छ । अनि तिमीलाई सिर्फ घुम्न, टीभी हेर्न, खेल्न र अरू कार्यहरू गर्न र पढ्न मात्र मन नपरेर तिमीले तिम्रो जीवनका हरेक कार्य गर्न मन पराउने थियौ र आफ्नो सिक्ने क्षमताको पनि वृद्धि भएर औसत मात्र नभई एक उत्कृष्ट व्यक्तित्व बन्ने थियौ ।

त्यही भएर शिक्षकलाई पनि शिक्षा दिनु जरूरी छ, जुन अत्यन्तै कठिन छ, किनभने नानीदेखि लागेको बानी सजिलै हट्दैन । हाम्रो दिमाग अत्यन्तै उत्सुक र जिज्ञासु हुन्छ त्यसैले नयाँ नयाँ कुराहरू सिक्न र खोज्नमा तल्लीन रहन्छ तर हाम्रो दिमागको त्यस जिज्ञासुपनलाई, गलत खालको शिक्षाले विनाश गरिरहेको छ, त्यसैले त मानिसहरू सृजनात्मक कार्यहरूको तुलनामा धेरै नै विनाशक कार्यहरूमा अघि बढ्दै छन् । जीवन जिउनु पनि आँफैमा शिक्षा र सिक्ने प्रक्रिया हो, सिक्न चाहनेलाई यसले धेरै कुराहरू सिकाउँछ । त्यसैले यस जीवनमा, परीक्षाहरूको अन्त्य त होला कुनै दिन तर यो सिक्ने प्रक्रियाको अन्त्य कहिल्यै हुँदैन । यदि तिम्रो मस्तिष्क सतर्क र जिज्ञासु छ भने तिमीले हरेक कुराबाट सिक्न सक्नेछौ । तर तिमी त्रसित छौ, यदि तिमीले तिम्रो परिवारले र समाजले सिकाए अनुसार गरिन भने के होला, भनेर डराउँछौ भने के हुन्छ ? दबाबपूर्ण विचारहरूले गर्दा हामी रमाइलोसँग सिक्नै नसक्ने हुन्छौ । सिकेका कुराहरू दिमागमा अडिँदैनन् ।

जबसम्म हाम्रो दिमागमा त्यस्ता दबाबपूर्ण डरका लहरहरू, सोचहरू चलिरहन्छन्, दिमागको विनाश भई नै रहन्छ । तबसम्म भित्री मनदेखि आँफूले चाहेका, आँफूलाई गर्न मन लागेका कार्यहरूमा मन लगाउनै सक्दैनौं, नयाँ सुनौलो बिहानीको अनुभूति गर्न सक्दैनौं । जुन दिन तिमीले यो सब बुझ्छौ, त्यस दिनदेखि तिम्रो दिमाग झन् ताजा, झन् जवान र झन् क्रियाशील अनि पूर्ण जीवित हुन्छ, तब तिम्रो सुनौलो नयाँ र सही अर्थको आनन्दित जिन्दगी शुरू हुन्छ, अनि हरेक कुरामा तिम्रो मन लाग्न थाल्छ, प्रेम झल्किन थाल्छ ।

एडन : हामी के हौं भनेर कसरी आँफूलाई चिन्न सक्छौं ?

गौरव : आफ्नो दिमागलाई एकछिन हेर त ! तिमीलाई हिजो कसैले भनेका कुरा, अघि सुनेका कुरा । भोलि के गर्ने भन्ने कुरा, यस्तै खाले धेरै कुराहरूले हरेक समय भरिभराउ हुन्छ तिम्रो त्यो दिमाग, एकछिन खाली हुँदैन र एकछिन आरामसँग बस्दैन । त्यसैले एकदम चञ्चल हुन्छ त्यो । जबसम्म तिम्रो दिमाग केही न केही कुराहरूले भरिएर ऊर्जाशून्य हुन्छ, तबसम्म त्यस्तो थकित दिमागले कुनै पनि समस्यालाई उचित ढङ्गले पूर्ण समाधान गर्न सक्दैन । बरू त्यस्तो भरिएको दिमागमा नयाँ समस्या थपिनासाथ, भरि गिलासमा पानी थप्दा पोखिएसरी पोखिन्छ, जसले गर्दा हामी अत्यन्तै थकित र विचलित महसूस गर्छौं । तर यदि हामीले हाम्रो सम्झना र परम्पराको प्राचीन विरासतदेखि अलग भएर आफ्नो दिमागलाई खाली गर्न सक्यौं भने खाली गिलासमा पानी हाल्दा अटेको जस्तै हाम्रो दिमागले ताजा र नयाँ तरीकाबाट त्यसलाई ग्रहण गरेर उचित समाधान पनि गर्न सक्ने हुन्छ । आफ्नो सम्झना र परम्पराको प्राचीन विरासतभित्रै रहेर क्षुद्र व्यवहार गर्दै छौ कि त्यसबाट उम्केर नयाँ जीवन, सुन्दर जीवन जिउँदै छौ, तिमीले अरूलाई गर्ने व्यवहारमा आँफूलाई हेर । तिमीले, आँफूलाई काम लाग्न सक्ने या तिमीलाई डर लाग्ने व्यक्तिहरू आफ्नो अगाडि आउँदा कसरी उठेर सम्मान दिन्छौ, विनम्रतापूर्वक बोल्छौ तर आँफूलाई कहिल्यै कुनै काम लाग्दैनन् जस्तो लाग्ने व्यक्तिहरू आउँदा चाहिँ अपमाजनक भावनाले हेर्ने, तिरस्कार गर्ने गर्छौं, राम्रो बोल्दैनौ । तिमी जो सँग डराउँछौ ऊ आउने बित्तिकै जुरूक्क हात जोडेर उठ्छौ, चौकन्ना भएर बस्छौ । त्यै भएर मौका पाउनासाथ तिमी आँफूले पनि आँफूभन्दा कमजोरलाई डर देखाउन

पछि पर्दैनौ र तिम्रो नोकर तिम्रो अगाडि आउँदा बेवास्ता गर्छौ, आँफै मपाईं, मलाई सबै थाहा छ भनेर भ्रैं पाराले सोच्छौ । त्यसैले तिमीले आँफूले आँफैलाई हेरेर कसरी सोच्छौ, कसरी बोल्छौ, कसरी कल्पना गर्छौ र कसरी तिमीले नाटकीय तरीकाले भूठो व्यवहार आफ्नो सम्बन्धमा देखाउँदा रहेछौ भनेर, आँफू कस्तो छु भनेर, आँफै पत्ता लगाउन सक्छौ ।

तिमीसँग संसारभरि शैक्षिक डिग्रीहरू र प्रमाणपत्रहरू त होलान् तर यदि तिमीले आँफैलाई चिन्दैनौ भने तिमी यो संसारका मूर्ख मानिस हौ । त्यसैले आँफूले आँफैलाई चिन्न सक्ने बनाउनु नै शिक्षाको मूल उद्देश्य हुनुपर्छ । कुनै पनि क्षणबाट जब तिमी थोरै मात्र भए पनि आँफूलाई चिन्न थाल्नेछौ, त्यही क्षणबाट तिमी सृजनात्मक यात्राको असाधारण प्रक्रियामा अघि बढ्न थाल्ने छौ अनि बिस्तारै आँफै उदाउँदै, चम्किदै, माथि माथि उठ्नेछौ सूर्य जस्तै । तिमी जस्तो छौ, कुनै काँटछाँट नगरी त्यस्तै हेर्ने, चलचित्र सरह आफ्नो हिंस्रक, लोभी, लालची, अहंकार, दुराचार, व्यभिचार आदि सबै आँफूभित्र भएका कुराहरूलाई हेर्ने खोज हो यो प्रक्रिया । जब तिमीले यस कार्यको शुरूवात गर्छौ, त्यस बिन्दुबाट तिमी अभ्रै गहिराईमा बिस्तारै आँफै जानेछौ किनकि आत्मज्ञानको कुनै अन्त्य नै छैन ।

आत्मज्ञानको माध्यमबाट पूर्ण सत्य के हो र समय विनाको अवस्था के हो भनेर तिमीले बिस्तारै आँफै थाहा पाउन शुरू गर्नेछौ । तिम्रो शिक्षकले तिमीलाई ज्ञानहरू दिए, जुन उसले आफ्नो शिक्षकबाट लिएको थियो, तिमीले परीक्षाहरूमा पनि राम्रो गरेर शैक्षिक डिग्रीहरू पनि प्राप्त गरिसक्यौ, अरबौं खरबौं पैसा, नाम, इज्जत, प्रतिष्ठा सबै कमाइसकेता पनि यदि तिमीले ऐनामा

देखिने आफ्नो छवि बाहेक अरू तरीकाले चिन्दैनौ भने ती सबै तिमीले हासिल गरेका उपलब्धीहरूको केही अर्थ हुन्न । शिक्षित व्यक्तिहरू जो आँफैलाई चिन्दैनन्, तिनीहरूलाई जीवन र सोचको बारेमा केही ज्ञान हुन्न, महामूर्ख हुन्छन् तर आँफूलाई सबै थाहा छ, आँफू एकदम राम्रो छु भन्ने सोचेर बेवकूफी गर्छन् त्यसैले अरूले तपाईं भनोस् नभनोस् आँफैले आँफैलाई 'मपाईं' भन्ने गर्छन् त्यस्ता व्यक्तिहरू । आफ्नो वरिपरिका मानिसहरू भन्दा प्रगति गरेर माथि उठ्नु कुनै ठूलो कुरा होइन, ठूलो कुरा तब हुनेछ जब तिमी आफनै नजरमा माथि उठ्नेछौ । त्यसैले पहिला आफ्नो नजरमा उठ, अनि बल्ल 'पूर्ण सत्य' थाहा पाउँदै जानेछौ ।

***

एडन : तपाईंले भनेका कुराहरूलाई कसरी अभ्यास गर्न सकिन्छ ?

गौरव : तिमीले केही कुरा सुन्छौ, हेर्छौ या पढ्छौ, जुन गरेपछि तिमीलाई त्यो कुरा मन परेर या ठीक लागेर आफ्नो जीवनमा पनि त्यस्तै गर्न पाए हुन्थ्यो जस्तो लाग्छ । यस्तो प्रायः हामी सबैलाई हुनेगर्छ । अब यहाँ हेर त ! तिमीले जिन्दगीमा अर्कै कुरा गरिरहेको हुनाले तिमीलाई त्यो कुरा गर्न मन लागेको हुन्छ । त्यसैले हेर त ! तिम्रो जिन्दगी तिमीले के सोचिरहेका छौ र के गरिरहेका छौ । त्यो बीच दूरी रहेछ नि त, हैन र ? तिमीले एउटा कुरा सोचिरहेका हुन्छौ तर गर्ने बेला चाहिँ अर्कै कुरा गरिरहेका हुने रहेछौ । त्यसैले सर्वप्रथम आँफूले सोच्ने र गर्ने कार्य बीचको दूरी पुर्ने एउटा पुल निर्माण गर, जसले गर्दा तिमीले

अभ्यास गर्न जे सोचिरहेका हुन्छौ त्यसलाई आफ्नो जीवनमा लागू गर्न सक्ने हुनेछौ ।

अब, तिमीलाई आफ्नो जिन्दगीमा जे कुरा गर्न अत्यन्तै मनपर्छ त्यो कुरा तिमीले जसरी पनि गरेरै छोड्छौ, गर्दैनौ र ? मानौं कि तिमी चलचित्रका शौखिन छौ । जब तिमीलाई कुनै अति नै मनपर्ने कलाकारको राम्रो सिनेमा आएको थाहा हुन्छ, तब तिमीले त्यो सिनेमा जसरी पनि हेर्छौ । आफ्नो इच्छा पूरा गर्न लाग्ने खर्च, समय सबै आँफै मिलाउँछौ, तिमीले त्यो बेलामा कसैलाई सोध्दैनौ कि, म त्यो सिनेमा हेर्न जाने अभ्यास कसरी गरौं ? भनेर । तै पनि त्यसलाई हेरेरै छाड्छौ किनकि तिम्रो भित्रदेखि सम्पूर्ण अस्तित्व नै त्यस सिनेमा जसरी पनि हेर्ने हो भनेर लागिपर्छन् । त्यसैले यहाँ महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने, तिमीले कुनै पनि कुराको सत्यता बुझिसकेपछि त्यसलाई अँगाल्न के गर्ने भनेर सोधिरहनु पर्दैन । जस्तै, तिमीले बाटो हिँड्दा आफ्नो अगाडि एउटा बाघलाई भेट्यौ भने तिमीले अब म के गरूँ भनी नसोधी, त्यसको खतरा आँफै महसूस गरेर त्यसबाट टाढा हुन खोज्छौ । तर तिमीले आफ्नो अगाडि त्यही बाघजस्तै अकस्मात् आँफै या अरूबाट आएका नकारात्मक ऊर्जाहरू जस्तै रीस, लोभ, ईर्ष्या, अहंकार आदिलाई एकपटक पनि नसोची खतरा भाँपेर, यसले खत्तम पार्छ भनेर जोगिन खोज्छौ त ? बाघबाट भने कति सहजै पन्छिन्छौ, तर त्यस बाघभन्दा खतरनाक त्यस्ता नकारात्मक ऊर्जाहरूबाट चाहिँ जानी जानी बुझ पचाएर अँगाल्छौ । अनि ऊसँगै गहिरो खाल्डोमा धसिँदै जान्छौ ।

त्यसैले, 'म कसरी गरौं ?' भन्ने प्रश्न नै बेवकूफीपूर्ण बकवास प्रश्न हो । बरू 'म किन गरौ ?' भनेर हरेक कुरामा आँफैसँग

प्रश्न सोध्ने गर, कुनै पनि कार्य शुरू गर्नु पूर्व जब तिमीलाई भित्रैबाटै केही कार्य गर्न साँच्चिकै मनलागेको छ भने, तिमीले कसैलाई केही नभनी, नसोधी, आफ्ना सम्पूर्ण ऊर्जाहरू त्यस कार्य सम्पन्न गर्नमा आँफै लगाउनेछौ । तर तिमीले जब, मेरो लोभीपन हटाउने, प्रयास र अभ्यास गर्ने केही तरीकाहरू सिकाइदिनुस् न भनेर भन्छौ भने तिमी झनै लोभी बन्नेछौ, बरू तिमीमा साँच्चै नै भित्रदेखि त्यो भावना जागेको छ भने चाहिँ तिमीले एकदम होश पुऱ्याएर आफ्नो सम्पूर्ण चेतनालाई तिमी कुन कुन अवस्थामा लोभी हुँदा रहेछौ भन्ने पत्ता लगाउँदै, अत्यन्तै सतर्क भएर आफ्नो त्यस बानीलाई नियन्त्रण गर्दै अघि बढ्यौ भने बल्ल त्यो बानीबाट बिस्तारै छुट्कारा पाउने छौ ।

त्यो मस्तिष्क जो न त कुनै पुराना थोत्रा परम्परागत जानकारीहरूले भरिएको हुन्छ न त कुनै कुरा पनि संचय भएर बसेको हुन्छ या कुनै पनि घेराभित्र कैद नभएर स्वतन्त्र भएको हुन्छ, त्यस्तो मस्तिष्क असीमित र असाधारण कुराहरूतिर अग्रसर हुन्छ किनभने त्यस्तो मस्तिष्क भनेको नै आँफै जीवन हो, जो आरामविना एकाग्रताका साथ सधै क्रियाशील भएर आफ्नो लक्ष्यतिर आँफै अघि बढिरहन्छ, कसैलाई केही सोध्नै या भन्नै पर्दैन । तर त्यसको विपरीत, हामी सबैको मस्तिष्कले सधै आराम चाहिरहेको हुन्छ । हामीलाई राम्रो घर, ठूलो नाम, धेरै धन् सधै चाहिरहेको हुन्छ, हामीलाइ्र लाग्छ कि हाम्रा ती कुराहरू सधै स्थायी रहन्छन्, जसबाट हामीले हाम्रा जीवनको कुनै न कुनै विन्दूमा आन्नदका साथ विश्राम गर्न सक्नेछौ र आन्नदका साथ विश्राम गर्दै आफ्नो मृत्युपछि, आफ्नो स्थान स्वर्गमा सुरक्षित गर्न सक्नेछौ र त्यतिबेला सम्म गरेका पापहरू पखाल्न मन्दिर, मस्जिद, चर्च आदिमा केही

समय बिताएर, केही भेटी चढाएर या धर्म गुरूहरूले भने अनुसार विभिन्न कार्यहरूमा आफ्नो समय धन परिश्रम सबै लगानी गरेर आरामका साथ दान धर्म भन्दै भगवान् माथि लगानी गरेर आरामका साथ दान धर्म भन्दै भगवान्को नाममा त्रास र आश फैलाएर व्यापार गर्ने व्यापारीहरूको भ्रमरूपी जाल मात्र हुन्छ ।

तिमीले देख्यौ नि ! हामीलाई हामीले त्यति बेलासम्म जम्मा गरेर राखेर कुराहरू जस्तै : परिवार, समाज, धन, सम्पत्ति, मान सम्मान आदि जुन हामीले जम्मा गर्नुपर्छ भनेर सिकेका हुन्छौ, ती सबै गुमाउनुपर्छ कि भन्ने एक प्रकारको त्रास हामीमा हुन्छ, जुन त्रासलाई त भगवान् माथि व्यापार गर्ने व्यापारीहरूले बुझेर, त्यस कमजोरीको फाइदा उठाउँदै, त्यस त्रासलाई हटाएर, मृत्युपछि आनन्द पाउने लोभ देखाएर, भ्रममा पार्दै विभिन्न बहानामा व्यापार व्यवसाय चलाइरहेका छन् । जुन हाम्रै बेवकूफीको कारणले भइरहेको हुन्छ । तर यदि हामीले जम्मा गरेका ती सबै हामीसँग मृत्यु पश्चात लान पाउने भएको भए पक्कै पनि हामी त्रसित हुन्न थियौं होला नि ?

मैले भन्न खोजिरहेका कुरा बुझ्दै छौ नि ? तिमीले यो कुरा बुझ्नै पर्ने हुन्छ, यो सबै सही शिक्षाको हिस्सा हो र जब तिमी यो सबै बुझ्छौ तब तिमीसँग जीवन जिउने सही अर्थ खुल्नेछ र तिम्रा सबै कुराहरू असाधारण तरीकाले परिवर्तन हुन थाल्नेछन् । त्यसपछि तिमीले आफ्नो सोच या आफ्नो इच्छा पूरा गर्नतिर लाग्न छोड्नेछौ, किनभने जहाँ इच्छा हुन्छ त्यहाँ आश र त्रास हुन्छ र जहाँ आश र त्रास हुन्छ, त्यहीं निराश हुने सम्भावना हुन्छ र हाम्रो जीवन पिडादायक र दु:खमय बन्छ । त्यसैले तिमीले आफ्नो शिक्षकलाई यस बारेमा सोधेर आँफै आत्मसुझाव र आत्मसल्लाह

गर्न सकेर आत्मज्ञानतिर उन्मुख हुन सक्नुपर्छ । यदि तिमीले यी सबै कुराहरू बुझ्यौ भने तिमीले जीवनको बारेमा असाधारण सत्यहरू बुझ्न थाल्नेछौ र यसको वास्तविक सुन्दरताको, वास्तविक प्रेमको र वास्तविक आनन्दको मजा लिन थाल्नेछौ ।

***

सत्य नै जीवन हो र जहाँ केही कुरा स्थायी हुँदैन, त्यही नै जीवनको सत्य हो । जीवनलाई हरेक क्षण बुझ्दै र सिक्दै स्वयं अघि बढ्दै जानुपर्छ र त्यो अघि बढ्ने बाटो आँफैले पत्ता लगाउने हो । यदि तिमीले जिन्दगीलाई बुझिसक्यौ भन्ने लाग्छ भने, दिनको तीन छाक खाने, बच्चा जन्माउने, धन सम्पत्ति र उपाधिहरू बटुल्ने प्रक्रियामै जिन्दगी बित्छ तर बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने हरेक दिन एउटै पट्यारलाग्दो प्रक्रियामा, सधैं उही प्रक्रिया दोहोऱ्याएर जिउने जीवन खास जीवन हैन । खास जीवन त्यो हो, जहाँ केही नयाँ कुराको खोजी गर्दै सिक्न सक्छौं । तिमीले अरूलाई र आँफूलाई परिवर्तन गर्नुको सट्टा, आँफू जस्तो छु एकदम राम्रो छु भनेर स्वीकार गरेर, अत्यन्तै हर्षित भएर, अरूले कमजोरी सोचिरहेका आफना कुराहरूलाई आफ्नो शक्तिको रूपमा विकास गरेर अघि बढ । दूध बिग्रिएपछि दही बन्छ, दही बिग्रिएपछि घिउ बन्छ र त्यही घिउ खाएर हामी सबैको जीउ बन्छ, प्रकृतिले नै हामीलाई यही सिकाइरहेकी छिन् कि कुनै कुरा बिग्रन्छ भने ऊ अझै शक्तिशाली बन्छ, त्यसैले जो बिग्रिएर पनि खोज्न, खोज्छ उसलाई बिग्रन देऊ । केही प्रतिक्रिया नदेऊ, यदि प्रतिक्रिया दिन्छौ भने तिमी पनि अरू सरह दूध मात्र बनेर जीवन समाप्त गर्नेछौ तर हामी यदि अरूको नजर अनुसार बिग्रँदै गएर, आँफू शक्तिशाली

घिउ बनेर, सबैको जीउ बनाउने तिर लाग्यौ भने, आफ्नो असली अस्तित्वलाई चिन्नेछौ । अरूले जे सुकै सोचून् सोच्न देऊ, तिमी खासमा कस्तो छौ भनेर जान्न सबैजना 'लायक' छैनन्, त्यसैले अरूलाई आलोचना गर्न देऊ र तिमीलाई जस्तो संभिुयून् संभिुन देऊ किनकि ती आलोचकहरूले पछि बुझ्नेछन् कि दूध भए जीउ बनाउन गिलास भरिभरि खानुपर्छ तर घिउ खाए एक चम्चाले नै पुग्छ भनेर । त्यसैले जे जति सिक्छौ, त्यसको प्रथम अभ्यास आँफै गर किनकि हामीले जे सिक्छौं त्यही अभ्यास गर्छौं र जे अभ्यास गर्छौं त्यस्तै बन्छौं ।

एडन : हस् गौरव, तपाईंसँग कुरा गर्दै बसिरहन मन थियो तर धेरै टाढा जानु छ । त्यसैले बिदा दिनुहोस् । मलाई आफ्नो बहुमूल्य समय प्रदान गरेर यति धेरै ज्ञान दिनुभएकोमा धेरै धेरै धन्यवाद ।

***

तीन

गौरवबाट पाएको नयाँ शिक्षा र नयाँ ज्ञानले अत्यन्तै हर्षित र उत्साहित हुँदै एडन आफ्नो नयाँ यात्रा मा निस्कियो । केही समयको ज्यादै कठिनपूर्ण यात्रा पश्चात् ऊ एकठाउँमा विश्राम गर्न रोकिएको मात्र के थियो, अकस्मात् दुई जना खुँखार डाँकाहरूले हतियार देखाएर शारीरिक यातना दिंदै, उसलाई लुटपाट गर्न खोजे । बीचरा एडनले हार गुहार माग्यो तर त्यस्तो अनकन्टार ठाउँमा उसको आर्तनाद कसैले सुन्दैन । केही शीप नलागेपछि एडनले ती क्रूर नरपिशाचहरू सामू आफ्नो घरमा रोगी र वृद्ध बुबाआमा र आफ्नो सानो बच्चा भएकाले ऊसँग भएका सबै सामान लिएर उसलाई छाडिदिन बिन्तीभाऊ गर्यो तर आँफूले अरूलाई पीडा दिएर आनन्द लुट्ने र आँफूले गरेका सबै कुकर्महरूलाई ठीक मानेर जीवन बिताइरहेका मानवरूपी त्यस्ता राक्षसहरूले एडनको पीडा के बुझ्न् ? उल्टै मुख लाग्छस् तँ ? भन्दै मरणासन्न हुने गरी पिटे । एडन रगताम्म र अचेत भएर हलचल गर्न र बोल्न छाडेपछि, मर्‍यो होला भन्ठानेर उनीहरू बाटो लागे ।

***

एडनले आँखा खोल्दा आँफूलाई अत्यन्त फरक महसूस गर्यो । उठ्न खोज्यो, तर सकेन । उस्ले छटपटिंदै यताउता हेर्यो ।

ऊ त जमीनदेखि दुईतीन फिट माथी हावामा तैरिरहेको पो रहेछ । ऊ झन् अत्तालियो, यो के अचम्म भयो भन्ने सोच्दै आफ्नो टाउको हल्का जमिनतिर घुमाएर हेर्दा, उसले मूर्ति झैं अचल, रगतको बीचमा लडिरहेको, आफ्नो अर्को शरीर देख्यो र आफू त्यही शरीर माथी तैरिरहेको र आफ्ना ती दुइटा शरीरहरू शिरदेखि खुट्टासम्म रौं जस्ता मसिना, टिलिक्क टल्किरहेका, चाँदी रङका रेशमका धागा जस्तै, जालोमा जकडिएको देख्यो । त्यस टल्किने जालोले एडनको तैरिरहेको शरीरको पछाडीको हिस्सा र भुईमा लडिरहेको शरीरको अगाडीको हिस्सालाई आपसमा छुट्टिन नमिल्ने गरी जोडिरहे जस्तो भान हुन्थ्यो । एडन यो के हुँदैछ भनेर डरायो ।

त्यही अवस्थामा ऊ छटपटिइरहँदा अकस्मात उसको आँखा अगाडी आँफूले यस जीवनमा र अघिल्लो जीवनमा त्यतिबेला सम्म भोगेका सबै घटनाहरू टी. भी. स्क्रीनमा जस्तै प्रष्ट, ३०-४० सेकेण्ड भित्र सरर्रर देख्यो ।

आफ्नो दायाँ साइडमा एउटा कालो ढोका जस्तो आकृति परबाट बिस्तारै आफूतिर नजिकिँदै आएको र त्यस ढोकााभित्र एउटा मानव आकृतिको छायाँ नजीक आउँदै गरेको देखियो । जतिजति त्यस छायाँ नजिकियो, त्यतित्यति एडनको हृदयगति तेज भयो । ऊ अझै त्रसित भएर हडबडाउन थाल्यो तर केही प्रतिक्रिया दिन सकेन, जसरी हामी हाम्रा नकारात्मक आदतहरूका अगाडी शक्तिहीन भए झैं त्यति बेला ऊ पनि आँफूलाई शक्तिहीन महसूस गर्दै थियो । त्यसैले उस्ले आफ्नो यथार्थ बुझेर, त्यस परिस्थिति सामु आत्मसमर्पण गर्ने बाहेक केही विकल्प नदेखेर जे हुन्छ होस् भन्दै चुपचाप हेरेर बस्यो ।

त्यस कालो छायाँ बिस्तारै एडनतिर नजिकिदै आयो । त्यस दृश्यलाई देखेर उसले डरले आँखा चिम्म गर्यो । केही बेर पछि उस्ले हिम्मत गरेर आँखा खोलेर हेर्दा त्यस कालो छायाँले आफूतिर हात बढाएको देख्यो, अनि त्यो हात उसका अगाडी टक्क अडियो । त्यो दृश्य देखेर उसले त्यस छायाँतिर हकबकाउँदै पुलुक्क हेर्यो । त्यसबेलासम्म त्यो छायाँ उसको यति नजीक आइसकेको थियो कि उसले त्यस छायाँको अनुहार प्रष्ट देख्न सक्थ्यो ।

***

एडनको खुशीको सीमा नै रहेन । त्यो छायाँ अरू कोही नभएर एलिना थिई । उसले भावविह्वल भएर त्यस छायाँलाई एकटकले हेरिरह्यो, निःशब्द भएर । उसकी दिदी एलिनाको तीन वर्ष अगाडी मृत्यु भएको थियो । जो मुस्कुराउँदै आफ्नो हात समाउन एडनलाई सङ्केत दिँदै थिई । अघिसम्म एडनको मनमा भएका सबै डरहरू आफ्नी दिदीलाई देख्ने बित्तिकै हराएर गए । उसले आफ्नी दिदीको सङ्केत अनुसार उनको हात च्याप्प मात्र के समाएको थियो, त्यो अघिदेखि अल्झिरहेको टल्किने रेसाहरूको जालो आँफै हटेर गयो र ऊ आँफू पनि दिदीसँगै त्यो कालो ढोकाभित्र उभिन पुग्यो ।

त्यस क्षणमा एडनलाई आफ्नो शरीरमाथिबाट हजारौ किलोको भार कसैले हटाइदिए झैं महसूस भयो । अघिसम्म उसले भोगिरहेका ती असहय पीडाहरू, ती तनावहरू सबैबाट मुक्त हुँदै ऊ अत्यन्तै हल्का भएर कालो ढोकाभित्र उभिरहेको थियो ।

एडनतिर हेरेर मुस्कुराउँदै उसकी दिदी एलिनाले उसलाई त्यस कालो ढोकाभित्र रहेको अन्धकारमय सुरूङ, जुन डरलाग्दो

थिएन र जस्को अन्त्यमा अत्यन्तै चम्किलो र उज्यालो प्रकाश देखिइरहेको थियो, त्यतै बढ्न संकेत गर्छिन् र दुवैजना चुपचाप त्यही प्रकाशतिर बढ्न थाल्छन् । त्यस सुरूङको अन्त्यमा जब उनीहरू पुग्छन् तब एडन अझै धेरै खुशी हुन्छ, किनकि त्यहाँ उसका आफन्तहरू जसको अगाडि नै मृत्यु भइसकेको थियो तिनीहरू लगभग सबै एडनलाई स्वागत गर्न पर्खिरहेका थिए । ती सबैले एकै खाले हल्का पहेंलो रङ्गको साधु सन्तले लगाउने जस्तै खुकुलो कपडा लगाएका थिए । ती सबैजना एकै उमेरका, मानौं ३५/३६ वर्षका हुन् जस्ता देखिन्थे ।

एडनले एकछिन आफ्नो नजर त्यही नयाँ संसारतिर डुलायो । उसले आजसम्म पृथ्वीमा कहीं कतै नदेखेको सुन्दर रङ्गले त्यस मनमोहक संसार रङ्गिएको पायो । त्यस संसारमा कुनै मन्दिर, चर्च या मस्जिद जस्तै देखिने विशालकाय आकृतिहरू भित्र त्यस संसारका मानिसहरू छिर्न आतुर भएर लामबद्ध तरीकाले बसे भैं देखियो । सबैजना पूर्ण रूपमा अत्यन्तै हर्षित, आनन्दित र उत्साहित देखिन्थे, त्यो दृश्य देखेर लाग्थ्यो कि त्यहाँ एकदम व्यवस्थित र उचित तरीकाले जीवन र शासन चलिरहेको छ । त्यसै ठाँउको बीचमा अरू मानव आकृतिभन्दा ठूलो देखिने, सेतो प्वाँख भएको मुकुट शिरमा लगाएको, एउटा अजङ्गको भीमकाय मानव आकृतिले सबैलाई नियालिरहेको एडनले देख्यो ।

***

एलिनाले एडन तिर फर्किएर भनिन्, "एडन धरतीमा तिम्रो मृत्यु भइसकेको छ, त्यो तिम्रो भौतिक शरीर र त्यस संसारिक भ्रमरूपी सुख अस्थायी हो भनेर बुझ्न शुरू गरेदेखि तिमीले सच्चा

आनन्द प्राप्त गर्न थाल्नेछौ, चाहे त्यो तिम्रो भौतिक शरीर रहँदा होस् या चाहे त्यो शरीर छाडेर, अण्डा भित्रबाट निक्लेको चल्ला जस्तै, त्यस अण्डारूपी भौतिक संसारबाट निक्लेर यस संसारमा नयाँ जन्म लिएपछि होस्, त्यो अथाह आनन्द प्राप्त गर्न थाल्छौ जुन आनन्द ज्ञानको माध्यमबाट प्राप्त हुन्छ । भौतिक संसारमा अल्मलिएर, त्यसैमा रूमल्लिँदै त्यस ज्ञानको तिर्खा मेटाउन सक्दैनौ । किनकि भौतिक वस्तुहरू उपभोग गर्दा क्षणिक आनन्दको अनुभूति त होला तर अनन्त र पूर्ण दिव्य आनन्दको अनुभव गर्न ज्ञानको बाटो नहिँडी सुखै छैन । त्यही हो तिमीले तिम्रो भौतिक शरीर रहँदा तिमीले कति ज्ञान सिकेर आएका छौ भने यहाँ सहज हुने छ, थोरै सिकेर आएका छौ भने अलि धेरै सिक्नुपर्ने हुन्छ तर नआत्तिय गाह्रो चाहिँ हुँदैन, जिउँदो हुँदा केही नजान्ने बालकलाई क, ख देखि नै पढाउन शुरू गर्नुपर्छ र अलि धेरै जान्नेलाई केही माथि कक्षामा हाल्नुपर्छ, त्यतिमात्र फरक हो ।"

स्वर्ग भन्ने मानिसहरूले मृत्यु पश्चात्, सधैंको लागि भगवान्को समीप गएर, उच्चतम आनन्दको अनुभूति गर्ने भनेर मानिसहरूले नै बनाएको परम्परागत सोचमात्र हो किनकि त्यही सोचको आधारमा नै भगवान्लाई, सर्वाधिक उच्चतम वास्तविक अस्तित्व र प्रेमको प्रतीकको रूपमा हेर्ने गरिन्छ । त्यसैले स्वर्ग पनि प्रेम र आनन्द मात्र भएको स्थान हो भनेर बुझिन्छ ।

अत्यन्तै गर्मीको बेलामा चिसो पदार्थ पिउँदा, आँफूलाई मनपर्ने सुन्दर रमणीय स्थानमा घुम्दा, सर्वाधिक मायाँ लाग्ने व्यक्तिलाई आँफूले प्रेमले अँगाल्दा, आँफूलाई मनपर्ने संगीत सुन्दा, यी सबै कार्यहरूले तिमीलाई आनन्द प्रदान गरेर स्वर्गको अनुभूति गराउन सक्दछन् । सुन्दरता वस्तुमा हैन, त्यसलाई हेर्ने तिम्रा आँखामा

हुन्छ, त्यस्तै स्वर्गको धारणा पनि हुनसक्छ । जसरी हामीले आफ्नो धारणा परिवर्तन गर्छौं, त्यसरी नै स्वर्ग बारे हाम्रो विचार पनि परिवर्तन हुनसक्छ । एउटा बालकलाई, उसलाई मनपर्ने चकलेट टन्न खान पाउँदा, एउटा प्रेमीलाई उसकी प्रेमिकाले प्रेम प्रस्ताव स्वीकार गर्दा या एउटा क्यान्सरको बिरामीलाई, डक्टरले, क्यान्सर निको भयो भनेर सुनाउँदा, त्यो क्षण, त्यस व्यक्तिलाई आँफू स्वर्गमा नै भएको जस्तो अनुभव हुनसक्छ ।"

जब तिम्रो मस्तिष्क पूर्ण रूपमा शान्त हुन्छ, त्यही अवस्था नै हो पूर्ण आनन्दको अनुभूति गर्दै स्वर्ग प्राप्त हुने क्षण भनेको । किनकि जति तिम्रो मन चञ्चल हुन्छ, त्यति नै तिम्रो शक्ति क्षय हुन्छ र जति तिम्रो मनस्थिति शान्त र स्थिर हुन्छ त्यति नै तिमी आँफू शक्तिशाली भएको अनुभव गर्दै जानेछौ र त्यस अवस्थामा जस्तोसुकै जेसुकै भए पनि तिमीले पूर्ण शान्ति र पूर्ण आनन्दको अनुभव प्राप्त गर्नेछौ ।"

आफ्नी दिदीको कुरा सुन्दै एडन सोचिरहेको थियो, "ओहो ! शिक्षा र ज्ञानले त डर हटाउने पो रहेछ, त्यो पनि सबैभन्दा ठूलो डर 'परिवर्तनको डर', अनि संसारमा केही कुरा कहिल्यै नमर्ने रहेछन्, सिर्फ तिनका स्वरूप मात्र परिवर्तन हुने रहेछ । भौतिक शरीरलाई छाड्ने भनेको त जीवन अन्त्य नभएर, नयाँ जीवनको राजमार्ग पो रहेछ र त्यस शरीरलाई छाड्ने भनेको त जीवनको अन्त्य नभएर, नयाँ जीवनको शुरूवात गर्न गरिने, 'परिवर्तनको प्रक्रिया' पो रहेछ । परिवर्तन देखि प्रायः मानिसहरू त्रसित हुने गर्छन् । नयाँ कार्यको थालनी गर्दा, नयाँ स्थानमा जाँदा, पुरानो सम्बन्ध छोड्दा या नयाँ सम्बन्ध शुरू गर्दा, आशंकाले हाम्रो मन भरिने गर्दछ, केही नराम्रो पो हुने हो कि भन्ने डरले । तर

विकल्पलाई अंगाल्न थालेपछि चाहिँ त्यो डर पनि आँफै हट्न थाल्दो रहेछ । अभिभावकले आफ्नो सन्तानसँग मृत्यु बारे कुरा नगरेर या ढाँटेर उनीहरूलाई लागिरहेको हुन्छ कि उनीहरूले आफ्नो सन्तानलाई जोगाइरहेका छन्, सुरक्षित राखिरहेका छन्, त्रास देखि टाढा । तर मृत्युलाई गोप्य राख्नुहुन्न, यो बारे खुल्ला रूपले, अत्यन्त सुन्दर तरीकाले, यो एक जीवनको प्रक्रिया हो र योसँग डराउने होइन, खुशीका साथ सहजरूपले स्वागत गर्नुपर्छ, भन्दै छलफल गर्नुपर्छ र उदाहरणको लागि झुसिलकीराले आफ्नो जीवन सकेर लार्भा हुँदै सुन्दर पुतली बन्छ अनि नयाँ जीवन पाएर आकाशमा उड्न थाल्छ भन्ने जस्ता हाम्रा वरिपरि नै भएका कैयौं उदाहरण देखाउँदै उनीहरूलाई डरको सट्टा शिक्षा दिनसक्नुपर्छ । प्रकृतिमा पनि त शिशिर ऋतु पछि सबै बोट बिरूवाहरू सुक्छन् र फेरि वसन्त ऋतुको आगमनसँगै हरियाली शुरू हुन्छ, हाम्रो जीवन पनि त्यस्तै हो । यो सत्य बुझेपछि मृत्युको त्रास राख्नुको सट्टा, परिवर्तनको आशमा, नयाँ जीवन शुरू हुने त्यस पललाई स्वागत गर्न सक्ने हामी सबै बन्नुपर्दा रहेछ ।"

एडनले कल्पना गर्दै गयो, "हामीलाई जे कुराको डर लाग्छ, त्यही कुरा गर्यो भने डर यत्तिकै आँफै जसरी हराउने रहेछ । त्यसैले जिन्दगीमा जे हुन्छ हुन दियौं भने यो आँफै जसरी आएको हो त्यसरी नै बित्दो रहेछ । जे कुरालाई पनि सहज रूपले स्वीकार गर्न सिक्नुपर्ने रहेछ । आफना आमाबुबाले पनि आफना सन्तानलाई । उसलाई च्यापेर राख्नुभन्दा उसको आफनो जिन्दगी जिउन दिनुपर्ने रहेछ । यदि उनीहरूले आफ्नो सन्तानलाई लामो समयसम्म च्यापेर राखेमा, कार्यक्षमता कम भएको, निकम्मा सन्तान हातमा पर्ने रहेछ र त्यस सन्तानलाई, ऊ चाहे चालीस वर्षको नै

किन नपुगोस्, उसले आफ्नो आवश्यकताहरूलाई पूरा गर्न विगतमा जस्तै आफ्ना अभिभावकहरूको अनुमति लिनुपर्ने, मुख ताक्नुपर्ने हुँदोरहेछ र यसबाट सजिलै उम्किन नसक्ने रहेछ । किनकि, कुनै पनि कुरालाई तिमीले यदि धेरै समयसम्म राख्छौ भने, चाहे त्यो केही कुराको डर होस् या आफ्नो सन्तान नै, त्यसले तिमीलाई सिर्फ गाह्रो मात्र बनाउने रहेछ । त्यही भएर जे हुन्छ, सहजरूपले स्वीकारेर, आनन्दले हुन दिनुपर्ने रहेछ ।"

एलिनाले फेरि भनिन्, "एडन तिमीले यहाँ आएबाट देखिरहेका होलाऊ, यस संसारमा सिर्फ आनन्द मात्र छ, यहाँ कोही पनि रोगी, लङ्गडा, अन्धा, बूढा सहारा चाहिने खालका छैनन् । जतिसुकै वृद्ध अवस्थामा मृत्यु भएको भएता पनि यहाँ आएपछि उसको उमेर, मानिसको जीवनमा उसले केही गरेर देखाउने जोश र जाँगर भएको, त्यस जीवनको उच्चतम् समय तीस–पैंतीस वर्षका हुन्छन् । कसैले पनि भौतिक शरीर छोडेर आएमा, उसको कुनै नजीकको आफन्तले उसलाई लिन जान्छ, जसरी मैले तिमीलाई लिन गएकी थिएँ । अनि जसरी तिमीले मेरो हात समाउनासाथ तिम्रो त्यस भौतिक संसारका सबै पीडाहरूबाट मुक्ति पायौ, त्यसरी नै सबैले मुक्ति पाउने गर्दछन् ।"

त्यस स्थानको बीचमा, टाउकोमा सेतो प्वाँखयुक्त मुकुट भएको अरू सबै भन्दा फरक देखिने, त्यहाँ भएका सबैको नाइके जस्तो देखिने, एक अजङ्गको मानव आकृतितिर ईशारा गर्दै, एडनले एलिनासँग सोध्छ, "दिदी, अनि त्यो चाहिँ को नि ?"

एलिनाले उसको प्रश्नको उत्तर दिन मुख मात्र के खोलेकी थिइन्, अकस्मात् त्यही अजङ्गको मानिसले एडन तिर फर्केर चिच्याउन थाल्छ, "एडन ! एडन !! अझै तिम्रो समय पूरा भएको

रहेनछ । जाऊ तिमी !! फिर्ता जाऊ !!! त्यही समयमा एडनको आँखा अगाडि अत्यन्तै चम्किलो प्रकाश ठोक्किन्छ, जसले गर्दा उसले कोही देख्न सक्दैन र एकैछिनमा ऊ आँफू अचेत हुँदै गएको महसूस गर्छ ।

***

चार

एडनले आफ्नो आँखा बिस्तारै बल्ल–तल्ल खोल्छ, उफ् ! उसले अत्यन्तै असह्य पीडा भइरहेको महसूस गर्‍या । उसले आफ्नो शरीर चलाउने त कुरै छाडौं, आफ्नो आँखा पनि राम्रोसँग खोल्न सकिरहेको थिएन, तै पनि उसले बिस्तारै आफ्नो आँखा बल गरेरै खोल्यो र सुस्तरी आफ्नो वरिपरि हेर्‍यो । उसले आफ्नो अगाडि, सेतो र लामो कपाल भएका एकजना वृद्धले, आफ्नो शरीरमा भएका चोटहरूमा, मलम जस्तै कुनै लेप लगाउँदै गरेको देख्यो र आँफू एउटा सानो झुपडी भित्र रहेको पायो । त्यो देखेर आँफू फेरि आफ्नो भौतिक शरीरमा फर्केर आएको ठान्यो र फेरि बिस्तारै आफ्ना दुवै आँखाहरू बन्द गर्दै, त्यस असह्य पीडाको बावजूद पनि मनमनै मुस्कुराउँदै सोच्यो, "मर्ने को नै रहेछ र ? देह र आत्मा बीचमा, संबन्धविच्छेद मात्र हुने त रहेछ ।"

***

जीवनले मृत्युसँग सोध्छ

मानिसहरूले किन मलाई मायाँ गर्छन्

तर तिमीलाई घृणा गर्छन् ?

किनभने, तिमी एउटा सुन्दर भ्रम हौ

अनि म एक पिडादायक सत्य ।

***

एडनको आँखा फेरि खुल्यो । कति समय बित्यो, कति दिन भयो, उसलाई केही थाहा हुन्न तर आँफूलाई अन्तिम पटक आँखा खोल्दा भन्दा केही सहज भएको, आफ्नो पीडा केही कम भएको महसूस गर्यो । आफ्नो नजर फेरि त्यस स्थानको वरिपरि घुमायो तर त्यहाँ उसले कसैलाई देखेन । ऊ बिस्तारै उठेर त्यस झुपडीबाट बाहिर निक्लियो । बाहिर आँगनमा उसले उनै वृद्धलाई ध्यानमग्न अवस्थामा बसिरहेको देख्छ र उनको ध्यान तोड्न उचित नठानी, नजीकै बसेर, ध्यान सकिने समयको प्रतीक्षा गर्न थाल्यो ।

***

केही बेरको प्रतीक्षापछि ती वृद्धको ध्यान सकियो, अनि एडनले बिस्तारै प्रश्न गर्यो, "म कहाँ छु, अनि तपाईं को हो ?"

वृद्धले जवाफ दिए, "मैले बाटोमा तिमीलाई अचेत र घाइते अवस्थामा रगताम्य फेला पारेको थिएँ, तर तिम्रो सास चलिरहेको थियो, त्यसैले तिमीलाई यहाँ मेरो घर लिएर आएँ र तिम्रो उपचार शुरू गरें, अनि मेरो नाम अकिन हो । तिम्रो नाम के हो ?"

एडन : मेरो नाम एडन हो । तपाईं किन यस्तो दुर्गम बिरानो ठाउँमा, त्यो पनि यो वृद्ध उमेरमा एक्लै बसिरहनु भएको ?

अकिब : चराहरूको राजा को हो थाहा छ तिमीलाई ?

एडन : थाहा छ, चील ।

अकिब : हो, अनि त्यो चीललाई, ऊभन्दा धेरै ठूला अरू चराहरू यस संसारमा हुँदाहुँदै पनि, उसलाई नै किन चराहरूको 'राजा' को उपाधि दिइएको हो थाहा छ ?

एडन : थाहा छैन ।

अकिब : ल सुन । चीलले, अरू कोही पुग्न नसक्ने अग्लो पहाडको चुचुरोतिर आफ्नो गुँड बनाउँछ, र त्यहीं अण्डा पारेर बच्चा जन्माउँछ, यो त सबैलाई थाहै छ । जब यसले आफना अण्डाबाट बच्चा निकाल्छ तब यसले आफ्ना बच्चाहरूलाई अरू चराहरूले आफ्ना बच्चाहरूलाई दिनेभन्दा अत्यन्तै कडा तालिम दिएर हुर्काउँछ । धेरै उचाईबाट भुईंमा फाली फाली उड्न सिकाउँछ, आफ्नो शिकारलाई जिउँदै समातेर बच्चाहरूले आँफैले त्यस शिकारलाई मारेर खान लगाउँछ, अर्थात् अत्यन्तै कठिन परिश्रमका साथ कठिन तालिम 'Harsh Training' सानैबाट दिएर हुर्काउने हुँदा चीलहरू सानैदेखि शारीरिक र मानसिक रूपमा अत्यन्तै सबल हुन्छन् । बलिया शरीर सुविधामा र सुखमा बनेका हुँदेनन् । त्यसैले ठूलो भएपछि आँफू भन्दा कैयौं गुना ठूलो आकारको प्राणीको शिकार गर्न सजिलै सक्षम हुन्छ । एउटा चीलको औसत आयु ७० वर्षको हुन्छ । जब यो चील ४० वर्षको हुन्छ, तब उसले आफ्नो जीवन जिउने मुख्य तीनवटा हतियारहरू, यानि उसको मुखमा भएको चुच्चो ठोंड (Peak), उसको पखेटा (Wings) र उसको पन्जा (Claws) कमजोर हुन्छन्, जसले गर्दा ऊ न राम्ररी उड्न सक्छ न शिकार गर्न नै । त्यस समयमा आफ्नो बाँकी जीवन बाँच्ने चील सँग सिर्फ ३ वटा विकल्पहरू (Options) हुन्छन् । पहिलो विकल्प : गिद्ध जस्तै, आँफूले खान र बाँच्न अरूमा निर्भर हुने र गिद्धको जस्तो जीवन जिउने । दोस्रो विकल्प : शानदार जीवनका सट्टा विवशताको जीवन भोग्नुपर्दा मानसिक पीडाले रन्थनिएर हतास हुँदै आत्महत्या गर्ने । र अन्तिम यानि तेस्रो विकल्प : पुनः पुरानै स्वरूपमा फर्किएर पुनस्थार्पित

हुने । ल अब तिमी भन उसले आफ्नो बाँकीको ३० वर्ष जिउन कुन अप्सन छनौट गर्छ होला ?

एडन : खोई थाहा भएन । शायद पहिलो । किनकि आत्महत्या त उसले अवश्य गर्दैन र जीवनमा पुनः पुरानै स्वरूप मा फर्कन पनि सम्भव नहोला ।

अकिब : अरूका सन्दर्भमा तिम्रो जवाफ ठीक हुन सक्ला । तर चीलका सन्दर्भमा भने त्यस्तो हुँदैन । उसले तेस्रो विकल्प छनौट गर्छ । जसका लागि ऊ संसारदेखि धेरै टाढा, कुनै अग्लो पहाडको टुप्पोमा, एकान्त र सुरक्षित स्थानमा जान्छ अनि अत्यन्तै कठिन र पिडादायक प्रक्रिया भएता पनि आफ्नो ठोंड, पन्जामा भएका नङग्रा र पँखेटाहरूलाई, पत्थरमा रगताम्मे हुने गरी कोतरी कोतरी सिध्याउँछ । अनि धैर्यवान् भएर त्यही स्थानमा बसेर नयाँ ठोंड, नयाँ नङग्राहरू र नयाँ प्वाँखहरूको प्रतीक्षा गरेर बस्छ । नभन्दै केही समयपछि ती तीनवटै उसका अङ्गहरू पूर्ण नयाँ र ताजा स्वरूप लिएर पलाउँछन् । अनि उसले जीवनको बाँकी ३० वर्ष पनि चराहरूको राजै भएर शानको जिन्दगी बिताउँछ । चीलको यही स्वभावले गर्दा नै ऊ चराहरूको राजा भएको हो । त्यसैले, म पनि मानव भएर जन्मिएपछि, गिद्धको जिन्दगी जिउन मन नलागेर, यहाँ आएर बसेको हुँ !

एडन : अनि तपाईंलाई यस अनकन्टार बिरानो ठाउँमा एक्लै बस्दा समस्या हुँदैन र ?

अकिब : समस्या कसलाई हुँदैन र ? धनी होस् या गरीब दुवैलाई समस्या छ । गरीबलाई के खाएर भोक मेटाऊँ भन्ने समस्या छ र धनीलाई के खाएर भोक जगाऊँ भन्ने समस्या छ । युवा होस् या वृद्ध दुवैलाई समय कसरी कटाऊँ भन्ने समस्या

छ । एउटा समय छिटो कटेर हैरान, अर्को समय नकटेर हैरान । कपडा नहुनेलाई आज के लगाउने होला, भन्ने समस्या छ । धेरै कपडा हुनेलाई पनि आज के लगाउने होला, भन्ने समस्या छ । वास्तवमा समस्याहरूलाई समस्याको रूपमा हेरे मात्र समस्या लाग्ने हो, त्यसलाई अवसरको रूपमा विकास गर्न सक्ने हो भने, मानिसले आफ्नो जीवनप्रति हेर्ने दृष्टिकोणमै परिवर्तन हुन्छ । तै पनि मानिसले यी सब बुझ्न चाहँदैनन् । रूनका लागि त आँशु चाहिन्छ, हाँस्न त त्यो पनि चाहिँदैन । मानिसहरू बल गरी गरी रूने बहानाहरू खोजिरहन्छन् । अरे बाबु ! अरू के भनौं, अहिले समाज यस्तो भइसकेको छ, कोही मानिस खसेको, लडेको देख्दा हाँसो निस्कन्छ तर मोबाइल खस्यो भने प्राण निस्कन्छ ।

एडन : एकदम सही भन्नुभयो । तै पनि जीवन त जिउनै पर्छ नि । अनि यस्तो उजाड ठाउँमा खाना मिल्छ त ?

अकिब : यो संसारमा दुई किसिमका मानिसहरू हुन्छन् । पहिलो थरि बिहान उठ्नासाथ, आज म यस्तो गर्छु, उस्तो गर्छु भनेर योजना बनाउने र दोस्रो थरि बिहान उठ्नासाथ, हेरौं आज उपरवालाले, के के गराउने रहेछ, आजको उसको योजना के रहेछ भन्ने, जो जीवन पनि सदासर्वदा खुशीसाथ जिउँछन् । म त्यही दोस्रो थरिमा पर्छु । पुग्ने, नपुग्ने भन्ने कुरा सबै मन हो । आजकल मानिसहरू, खान नपाएर जति मरिरहेका छन्, त्यो भन्दा कैयौं गुणा धेरै मानिसहरू, धेरै खाएर मरिरहेका छन् । विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) को तथ्याङ्कले पनि यही देखाउँछ । त्यसैले 'धेरै खाए मल थोरै खाए बल' भन्ने भनाईलाई आत्मसात गर्दै, म अरू कैयौं जस्तो, खानको लागि बाँच्न होइन, बाँच्नको

लागि खान्छु । त्यसैले आजसम्म जे जति पाइरहेको छु प्रकृतिबाट, मलाई मनग्गे पुगिरहेको छ ।

एडन : त्यही त तपाईं एकदम खुशी हुनुहुन्छ भनेर तपाईंको मुहारको चमकले नै प्रमाणित गरिरहेको छ । मलाई पनि चाहे अभाव नै किन नहोस्, खुशी खुशी जीवन जिउने कला सिक्न मन छ ।

अकिब : सुखी जीवनको रहस्य नै सबैभन्दा पहिला आफ्नो औकात चिन्नु हो । वास्तवमा हाम्रो कुनै औकात नै छैन । न हामीले गर्ने कुनै क्रियाहरू र कार्यहरू माथि मेरो नियन्त्रण नै छ । ती सबै अरूले, उच्चशक्तिले गराइरहेको हुन्छ तर हामीले त्यो मैले गरेको कार्य, मेरो, फलानो, ढिस्कानो गर्दै भ्रममा आफ्नो विगतको जिन्दगी बिताएर दुःख कष्टहरू निम्त्याइरहेका हुन्छौं । तर जुनदिन म केही होइन रहेछु, म त अरू कसैको कार्यको एउटा तुच्छ पात्र मात्र रहेछु र मेरो नियन्त्रणमा केही रहेनछ भन्ने यथार्थसँग सामना हुन्छ त्यस दिनदेखि हामीलाई आफ्नो औकात थाहा हुन्छ । तै पनि नानीदेखि लागेको बानी सजिलै हट्दैन, जति प्रयास गर्दा पनि, 'म' र 'मेरो' भन्ने अहंकार आउने सम्भावना रहिरहन्छ । मैले पनि जब जब त्यस्तो घमण्ड को महसूस गर्थें, तुरून्तै श्मशान घाटको एक चक्कर लगाउने गर्थें अनि त्यहाँ देखेर थाहा पाउँथे कि 'मभन्दा कैयौं गुणा खतरा मानिसहरू, त्यहाँ खरानी भइरहेका हुन्थे' अनि फेरि मलाई मेरो आफ्नो असली औकात थाहा हुन्थ्यो र घमण्ड हराउँथ्यो । त्यसपछि मैले जीवन यसरी बिताउन शुरू गरें कि, मानौं, भोलि आउनेवाला छैन । हरेक दिन यसरी बिताएँ कि राति आरामले सुत्न सकौं । हरेक रात यसरी बिताउँछु कि बिहान आफ्नो अनुहार देखाउन शरम

नहोस् । आफ्नो बूढापा यसरी बिताउँदै छु कि कसैको अगाडि हात फैलाउन परिरहेको छैन । यही हो मेरो खुशी खुशी जीवन जिउने सूत्र ।

***

एडन : तर आँफूले जसरी जे गरे पनि अरूले भन्न र कुरा काट्न अनि आफ्नो सोच अनुरूपका मान्यताहरू थोपर्न छाड्दैनन् नि त ?

अकिब : मानिसको सबैभन्दा ठूलो रोग भनेकै मेरो बारेमा बाँकीले के भन्लान् भन्ने हो । हरेक महापुरूषको पछाडि एक या त्यो भन्दा धेरै, खलनायकहरू अवश्य हुन्छन् । उज्यालोमा टल्किने पत्थरहरू देखेर मख्ख पर्नेहरूको वास्ता गर्न छोड, किनभने तिनीहरूलाई के थाहा, उज्यालोमा टल्किने त फुटेका काँच पनि हुन्छन् । अँध्यारोमा टल्किनु पो टल्किनु । किनकि जो अँध्यारोमा टल्किन्छ त्यही हीरा हो । त्यसैले अरूले जे सुकै गरे पनि, भने पनि, अघि भनेको कुरा आफ्नो औकात याद गर र संयमित अनि स्थिर भएर त्यस परिस्थितिको सामना गर । त्यसो गर्न सक्यौ भने तिमी अवश्य चम्किने छौ । आलोचकहरूसँग नडराऊ । जुन आलोचनाले तिमीलाई ऊर्जा दिन्छ, त्यो सँग के डराउनु ? तिम्रो बारेमा अरूले जति नराम्रो सोच्छन्, तिमी त्यति नै बलियो हुँदै जान्छौ, भन्ने कुरालाई विज्ञानले पनि प्रमाणित गरिसकेको छ । त्यसैले त्यस्ता आलोचकहरूलाई आँफूलाई अझै शक्तिशाली बनाइरहेकोमा धन्यवाद दिन सिक । अनि यो बुझ कि मानिसहरू जो Grateful हुँदैनन् ती GreatFool हुन् ।

***

अकिब : जब भगवान्ले तिमीसँग प्रेम गर्न थाल्नुहुन्छ, तब उहाँले ती सबै तत्त्वहरू, जुन तिम्रो काबिल छैनन्, उनीहरूलाई तिमीबाट टाढा गरिदिनुहुन्छ । यसरी बुझ । तल खस्नु भनेको दुर्घटना हो तर फेरि उठ्ने प्रयास नगरी तल नै बसिरहनु भनेको चाहिँ तिम्रो अल्छ्याईं हो । असफल नभई कहिल्यै सफल हुन सकिन्न । अरू केही आफैसँग रहोस् भनेर आफ्नो नकारात्मक ऊर्जा, नराम्रो बानीलाई लुकाउन हुन्न । बरू आफ्ना नराम्रा कुराहरू देखाएर हेर्नुपर्छ कि त्यो देखेपछि, को आँफूसँग बस्छ र को टाढा जान्छ । अनि जो बस्छन्, हो तिनैले तिमीलाई सच्चा प्रेम गर्छन् भन्ने बुझ्नु पर्छ ।

अरूले जेसूकै सोचून् र भन्दै गरून् । तिमी ती सबलाई बेवास्ता गर्दै आफनै पाराले अघि बढ्दै आफ्नो लक्ष्य हासिल गर्न सक्नुपर्छ । फूलमा पनि कीरा हुन्छ र ढुङ्गामा पनि हीरा पाइन्छ । सिर्फ आँफूले के खोजिरहेको हो, त्यसमा भर पर्छ र तिमीले पनि त्यही पाउँछौ, जे खोजिरहेका छौ । यो कुरा बुझ्नेले अरूको कहिल्यै नराम्रो सोच्दैन र अरूलाई कहिल्यै नराम्रो भन्दैन । तर आजकल प्रायः सबैको सम्बन्ध 'टपरी' जस्तो भएको छ । एकदिन अगाडि निकै दुःखले गाँसिएको हुन्छ तर भोलिपल्ट प्रयोग गरिसकेपछि डस्टबिनमा फ्याँकिन्छ । जब चरा जिउँदो हुन्छ, उसले कमिला खान्छ तर जब त्यो चरा मर्छ तब उसलाई तिनै कमिलाहरूले खान्छन् । समय र परिस्थिति सदा एउटै रहन्न । त्यसैले बूढापाकाले भन्ने गरेका छन्, "चाक पुछेको टालो पनि काम लाग्छ ।" त्यही भएर कसैलाई कम सोच्नु, हेलाँ गर्नु र हेप्नु हुँदैन । तिमी–हामी सबैभन्दा शक्तिशाली भनेको 'समय' नै हो ।

***

अकिबले भन्दै जान्छन्–

मयूर नाच्दा पनि रून्छ र गोही खाँदा पनि रून्छ । तर भनिन्छ, हाँस मर्दा पनि हाँस्छ । जिन्दगीको मतलब सफा देखिन्छ, यदि बुझ्न चाहे । दु:ख परेको रात निन्द्रा लाग्दैन र सुखको रात को नै सुत्छ र ? अरूले तिमीलाई ढुङ्गाले हाने भने तिमी उनीहरूलाई त्यही ढुङ्गाले नहिर्काऊ, बरू ती ढुङ्गाहरूलाई जम्मा पारेर आफ्नो लागि छुट्टै मजबूत घर निर्माण गर । गलत मानिसले जतिसुकै मीठो बोले पनि, राम्रो गरे पनि एकदिन तिम्रो लागि बिमारी ल्याउँछ ल्याउँछ तर राम्रो मानिसले जतिसुकै नराम्रो बोले पनि, नराम्रो गरे पनि एकदिन औषधि बनेर तिम्रो काम लाग्छ लाग्छ । त्यसैले यो पनि छुट्याउन सक्नुपर्छ कि को व्यक्तिले नियतवश नराम्रो चाहेर राम्रो बोलिरहेको छ र को भित्रबाट राम्रो भएता पनि केही कारणवश नराम्रो बोलिरहेको छ ?

जब मानिसको जरूरत बदलिन्छ, तब मानिस आँफै पनि बदलिन्छ । त्यसैले पहिला यो निश्चित होऊ कि, तिमीलाई त्यस्ता नकारात्मक व्यक्तिहरूको आफ्नो जीवन जिउन जरूरत छ कि छैन । यदि तिमलिाई कहिल्यै आँफू टुट्नु, भक्कानो छोडेर रूनु तर त्यस्ता व्यक्तिहरूको अगाडि नगर्नु किनभने यो दुनियाँ तमाशा हेर्नमा माहिर छ । आँफैले आँफैलाई प्रमाणित गर्न सिक, अरूलाई होइन । तिमी तबसम्म हुर्कन बढ्न सक्दैन, जबसम्म तिमीले परिवर्तित समय र परिस्थितिलाई हुने क्रमलाई सजिलै जान दिदैनौ । जे जति सबैकुरा भइरहेको छ, विशेष कारणले झनै राम्रो हुन भइरहेको छ भनेर परिवर्तनलाई सहजै स्वीकारेर, यो सत्यलाई बुझेर आत्मसात गर्दै अघि बढ्यो भने अरूले जे सुकै भनोस् या गरोस्, आफू खुशी भएर जिउन सकिन्छ । यदि यो कुरालाई

बुझेनौ भने तिमी आँफै आफ्नो इच्छाले दुःखी जीवनको बाटो हिँड्नेछौ किनभने जसको आँखामा घमण्डको पर्दा हुन्छ, उसले न अरूको गुन देख्छ न आफ्नो बैगुन देख्छ, त्यसैले उसले परिवर्तनलाई प्रक्रियाको रूपमा सहजै स्वीकार्न सक्दैन र जसको इरादा नै बदल्ने हुन्छ, ऊ अगाडी बढिरहन्छ, चाहे त्यो समय होस् या मानिस । यदि तिमीले साँच्चै केही गर्न चाहिरहेका छौ भने तिमीले बाटो बनाउँछौ, चाहन्नौ भने चाहिँ बहाना बनाउँछौ ।

जिन्दगी जिउन धन सम्पत्ति, पद प्रतिष्ठा मात्र सबै कुरा होइन, कहिलेकाहीं कोही अति आवश्यक परिरहेकाहरूलाई प्रेम र इज्जत दिएर त हेर, तिमीले आजसम्म दिइरहेका व्यक्तिहरूबाट भन्दा कैयौं गुणा धेरै तिमीले फिर्ता पाउनेछौ अनि आत्मसन्तुष्टि पनि मिल्नेछ । अनि के बेर, तिम्रो जिन्दगी अझै धेरै सुन्दर र आनन्दको पो हुन्छ कि ? एक्लै हुँदा सिर्फ आफ्नो सोचलाई नियन्त्रणमा राख अनि भीडमा हुँदा आफ्नो मुखलाई । यति गर्न सिक्यौ भने पनि तिमीलाई अरूको कुराले फरक पार्न छोड्छ । कहिले काहि गुनासो गर्नुभन्दा मौन बस्नु नै ठीक हुन्छ, किनभने जहाँ तिम्रो शब्दको, तिम्रो बोलीको कुनै महत्त्व र ईज्जत नै हुन्न, त्यहाँ त्यसलाई व्यर्थमा बोलेर किन बर्बाद गर्नु ? हामीलाई पत्तो नै हुँदैन । त्यसैले अरूले के सोच्छन् के भन्छन् जस्ता झिना मसिना कुराहरूमा ध्यान दिएर बस्यौ भने तिमी कतिबेला बित्छौ त्यसको तिमीलाई नै अत्तोपत्तो हुनेवाला छैन । त्यसैले समय र शब्द दुवैको उपयोग लापर्वाहीका साथ, अनाबश्यक कुराहरूमा अल्झिएर रूमालिएर गयौ भने बर्बाद हुनेछौ किनकि यी दुवै एकपटक गएपछि फेरि फर्किएर कहिल्यै आउनेवाला छैनन् न दोस्तो मौका नै दिनेवाला छन् ।

पेन्सिल बाहिरबाट जतिसुकै राम्रो भएता पनि जबसम्म त्यसलाई तिखारेर भित्री तत्त्व बाहिर निकाल्दैनौ तबसम्म त्यस पेन्सिलको कुनै महत्त्व हुँदैन । त्यसैगरी बाहिरी वस्तुहरू जस्तोसुकै राम्रो देखिएता पनि, तिमीले यदि भित्री त्यस तत्त्वलाई चिन्दैनौ, त्यस्ता अरूले के गरिरहेका छन् भन्ने कुराहरूबाट उम्केर आफ्नो त्यस भित्री तत्त्वलाई जबसम्म बाहिर निकाल्दैनौ, तबसम्म तिम्रो पनि केही महत्त्व हुनेवाला छैन । ती सबै कुराहर तिनै व्यक्तिहरूका आउँछन् जसले उनीहरूलाई पाउन उनहिरूको पछि जान्छन् । यत्तिकै केही पनि प्रयास नगरि यो संसारमा केही पनि आँफै आउनेवाला छैन । तिमीले आँफैलाई नै काटेर राखिदियौ भने पनि यो दुनियाँको चित्त बुझ्दैन, खुशी हुँदैनन् । त्यसैले त्यही गर, जुन तिमीलाई गर्न मन लाग्छ । त्यो होइन कि जुन दुनियाँ चाहन्छ । किनकि दुनियाँको सोच र नजर बदलिन समय लाग्दैन ।

रूखको हाँगामा बसेको चरा, त्यो हाँगा जतिसुकै माच्चिएर हल्लिए पनि डराउँदैन किनभने त्यो चराले त्यस हाँगामा होइन आफ्नो पखेटामा विश्वास गर्छ । त्यसैले तिमीले अरूलाई ध्यान दिन छोडेर आँफूमाथि विश्वास गर्न थाल्यौ भने, जस्तोसुकै परिस्थितिको सामना गर्नु परे पनि, अरूल जे सुकै भने पनि या गरे पनि या गरे पनि तिमी डगमगाउँदैनौ अनि बाहिर अन्धकार हुँदा आँफूभित्रको प्रकाशले आँफूलाई उज्यालो पार्ने तिर लाग्नेछौ । फूललाई लाशमा चढाए पनि बास्ना दिन्छ र मन्दिरमा चढाए पनि बास्ना नै दिन्छ । तिमी पनि त्यही फूल हौ । त्यसैले हामीले आँफूलाई चिनेर कुनै पनि परिस्थिति र हालतमा संयम र स्थिर भएर खुशी हुन सिक्नुपर्छ । आँफूलाई बढाउने हुर्काउने त्यस्ता आलोचनाहरूसँग कहिल्यै डराउनु हुन्न । चियामा झिङ्गा पर्यो भने

चिया फालीदिने तर घीउमा त्यही झिङ्गा पर्दा चाहिँ झिङ्गालाई फाल्ने तर घिउ नफाल्ने त यस दुनियाँको संस्कार र परम्परा नै हो । पानी उनान्सय (९९) डिग्री सेल्सियस सम्म उम्लीदैन, १०० (सय) डिग्रीमा उम्लन्छ । उम्लेको पानीले धेरै चमत्कारहरू गर्छ । त्यसलाई उमाल्ने त्यही अन्तिम १ (एक) डिग्री हो । पानीलाई उमाल्न थप एक डिग्रीले फरक पारेजस्तै मान्छेको व्यक्तित्व र चरित्रका सबै भाव र अभावमा त्यही एक डिग्रीले अन्तिम फरक पार्छ । मानिस र चिम्पान्जीको DNA करिब उनान्सय (९९) प्रतिशत समान हुन्छ । मान्छे र चिम्पान्जीमा त त्यति झिनो फरक छ भने, मान्छे र चिम्पानजीमा त त्यत्ति झिनो फरक छ भने, मान्छे मान्छेमै कति पो फरक होला र ? वातावरण र सिकोले चाहिँ केही फरक पार्ला । अनि यो कुरा नबुझेर, एउटा मानिसले आँफू जस्तै अर्को मानिसलाई, आजकाल गरिने व्यवहारहरू हेरौ त एकपटक ! मानिस र पशुबीचको फरक छुट्याउने 'विवेक' लाई के हामीले साच्चै नै प्रयोग गरिरहेका छौ त ?

हरेक जीवित बस्तुले, आफ्नो छुट्टै पहिचान र विशेष खाले गुणवत्ता बोकेको हुन्छ । एकातिर त्यस क्षमतालाई नबुझि, आफ्नो क्षमता, अरूमाथि लादिदिने खालको कुपरम्पराबाट हाम्रो समाज ग्रसित त छदैछ भने अर्कोतिर यदि हामी आँफैले 'म राम्रो र असल छु' भनेर आफ्नो छवि देख्न सक्यौ भने अरूको कुनै पनि कुराले हामीलाई असर गर्न छोड्छ र अरूले जति नराम्रो सोचे पनि, हामीले उनीहरूलाई नराम्रो गर्न सक्दैनौ । जसरी तिमी पार्टीमा जादाँ, नयाँ लुगा लगायौ भने, यता उता हिँड्दा, खादाँ र बस्दा त्यो नयाँ लुगा बिग्रेला कि त्यसमा दाग लाग्ला कि भनेर त्यसैलाई जोगाउन धेरै सजक र सर्तक हुन्छौ त्यो तिमी आँफैले

पनि अनुभव गरेका होलाउ । जाबो एउटा कपडा जोगाउन त तिमी त्यति धेरै सजग र सतर्क हुन्छा भने आजसम्म, तिमीमा लाग्ने स्थायी दागहरू, नकारात्मक ऊर्जाहरूको दागहरूबाट, त्यस्ता सोच र कार्यहरूबाट आँफूलाई जोगाउन आजसम्म कत्तिको सजग र सतर्क भएको छौ त ? यो चेतनाको शक्ति तिमीभित्र कत्तिको सक्रिय छ त भनेर त्यो एउटा जाबो कडि जोगाउँदा नै थाहा हुन्छ तर त्यही ऊर्जालाई के तिमीले आफ्नो लागि आँफूलाई जोगाउन पनि प्रयोग गरिरहेको छौ त ? छैन भने पनि अब शुरू गर किनकि सिङ्गै तिमी आँफैमा दाग लाग्नबाट जोगाउन त पक्कै, त्यस शक्ति स्वत : रूपमा कैयौ गुणा बढेर धेरै निक्लने छ । बाहिरबाट लागेको दागले केही फरक पार्दैन, धोएर जान्छ । मुख्य कुरा, भित्रबाट दाग लाग्न दिनु भएन ।

अरूले जे भने पनि, मानिस साँच्चिकै असल बन्न संस्कार चाहिन्छ । त्यसैले आफ्नो लागि छुट्टै संस्कार निर्माण गर । किनभने संस्कारले विचार जन्माउँछ, जस्तो विचार आउँछ त्यस्तै व्यवहार देखाउँछ अनि त्यस्तै आचार (चरित्र) देखिन्छ । अनि जस्तो आचार हुन्छ, त्यस्तै प्रचार हुन्छ र जस्तो प्रचार हुन्छ त्यस्तै व्यायार हुन्छ । अनि सबैलाई थाहा नै छ, राम्रो व्यापार भयो भने 'सपना' साकार हुन्छ । केही कुरा मतलब नगरी हल्का भएर बाँच्न सिक किनभने भारी भएर बाँच्यौ भने अगाडि भईन्छ । Existance (वास्तविक्ता) सँग Reality (यथार्थ) मिसाउन सिक्नुपर्छ । सुखी जीवनको पढाई दोस्रो अध्याय (2nd Chapter) मा छ, त्यसैले अतीतमा जे भयो भयो, त्यो पहिलो अध्याय (1st Chapter) बन्द गर्दै आँफूसँग भएका, आफना वरदानहरूमा ध्यान देऊ, आफ्ना समस्याहरूमा होइन । अरूलाई देखाउन बाँच्ने होइन , आफूभित्र

रहेका सानो सानो चरित्रिक दोषहरू (Character defects) हश्रमा ध्यान दिन सिकेर, त्यसलाई सच्याउने कार्यको थालनी आँफैले गरेर, आत्म सन्तुष्टि लिने बानी बसाल । हाम्रो जीवनमा जहाँ समस्या हुन्छ, हाम्रो चेतना पनि त्यही केन्द्रित हुने हुदाँ, समस्यालाई समस्याको रूपमा हेर्न छोडेर, अवसरको रूपमा विकास गर्न सिक ।

तिमी चाहिँ करोडौंको कारमा चढ या केही लाखको मोटरसाइकलमा, दुवै कुद्ने एउटै बाटो हो र अन्तिममा पुग्ने एउटै गन्तव्य हो । त्यसैले यस यथार्थ बुझेर, आत्मसात गर्दै अगाडि बढ्न सकेमात्र पनि, हामी सधै हल्का भएर बाँचेर, खुशी हुने थियौर आँफूभन्दा माथिको हेर्न छोडेर, तलको हेर्ने बानी बस्दथ्यो । हामी जन्मिदा हामी मात्र रोएका थियौँ, बाँकी संसार रमाएर खुशीले हाँसेका थिए । रूँदै रूँदै जन्मिएर, रूँदै रूँदै नै मर्न नखोज, बरू हाँसेर मर्ने बाटोहरू खोज । आँफूले जे सोच्यो, त्यही नै पाइन्छ भनेर नभूल ।

आजकाल बजारमा धेरै माग छ भनेर एकपटक एउटा कुमालेले 'चिलिम' बनाउँदै थियो । त्यत्तिकैमा उसको श्रीमती आएर, यसरी चिलिम बनाउँदा, धेरै मिहेनत लाग्ने तर बेच्दा थोरै पैसा आउने, बरू पानी राख्ने 'सुराही' बनाउनुस्, गर्मीको मौसम पनि छ, बीस वटा चिलिम बेचेर हुने कमाई एउटै सुराही बेचेर हुन्छ भन्दै सिकाएपछि, त्यस कुमालेले पनि लगभग चिलिम बनिसकेको माटोलाई, फेरि त्यसको स्वरूप बदलेर त्यस चिलिमलाई सुराही बनाइदिन्छ । अनि जब सुराही बनेर सकिन्छ, तब त्यस कुमालेले त्यस सुराहीलाई सोध्छ, "कस्तो लाग्यो त नयाँ रूप पाएर ?" सुराहीले पनि भावनात्मक तरीकाबाट उत्तर दिन्छ, "मेरो त जिन्दगी

नै बदलियो, पहिलाको चिलिम बनेको भए आँफू नि जल्थें र अरूलाई नि जलाउँथे तर अब जे बनें आँफू पनि शीतल रहन्छु र अरूलाई पनि शीतलता दिन्छु ।"

यसबाट के सिक्न सकिन्छ भने, हामी पनि परिस्थिति अनुसार सकारात्मक कुराहरू खोजेर आँफूलाई त्यसैमा ढाल्न सके, जसको जे अस्तित्व छ, राम्रो पक्ष हेरेर त्यसैलाई स्वीकार गर्न सिके, आफ्नो अनि अरूको जीवन पनि आनन्दको बनाउन सक्ने रहेछौ । तर आफ्नो परम्परागत सोच बदल्न, आफ्नो सुविधा, आफ्नो सबै कुरालाई बन्दकी राख्न सक्नुपर्छ । लक्ष्य ठूलो लिनुपर्छ तर काम सानोबाट शुरू गरे पनि फरक पर्दैन । याद राख कि कुनै पनि काम सानो हुँदैन, सानो हुने त हाम्रो सोच मात्र हो । कति तिमीले गर्न सक्छौ र कति तिमीले गर्न सक्दैनौ भनी जान्न नखोज्नाले असर गर्छ । कसरी गर्ने भन्ने कुरा महत्त्वपूर्ण छैन तर किन गर्ने भन्ने कुरा चाहिँ अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

एकपटक तीनजना शुद्ध शाकाहारी मानिसहरू एउटा डुङ्गामा चढेर समुन्द्र घुम्न निस्किएछन् । केही समयपछि समुन्द्रको बीचमा पुग्दा डुङ्गा बिग्रिएछ । उनीहरू न अघि बढ्न सके न फर्किन । विचराहरू त्यहीं अड्किए र मद्दतको प्रतीक्षामा बसे । अरू केही विकल्प नभएर उनीहरूले आफूसँग लगेको खाना पुर्‍याई पुर्‍याई खाँदा पनि चार-पाँच दिनमै लगेका सबै खानेकुराहरू सकियो तै पनि अझै मद्दत आउने छाँटकाँट देखेनन् । अब छैटौं दिनदेखि उनीहरू भोकै बस्न बाध्य भए । आठौं दिनसम्म पनि कुनै मद्दत आउने लक्षण नदेखे पछि सबैजना भोकले रन्थनिएर त्यही समुन्द्रको माछा समाउँदै खाँदै गर्न थाले । अर्को विकल्पै भएन । बाह्रौं दिनको दिन, उनीहरूलाई खोज्दै मद्दत आइपुग्यो र

उनीहरू सबैको सकुशल उद्धार गरेर फर्कियो । यो कथाबाट के सिक्नुपर्छ भने, ती तीनजनै मानिसहरू आँफूहरू शुद्ध शाकाहारी भएता पनि खाना सकिएपछि उनीहरूले तत्कालीन समस्यालाई किन गर्ने त ? भन्ने कुरालाई महत्त्व दिए किनभने किन माछा खाने त ? आँफूले आजसम्म निभाइरहेको संस्कार र परम्परालाइ छोडेर किन आफू परिवर्तन हूने त ? भन्दा आफू जिवित रहन, आफू बाँच्न । त्यसैले आजसम्म आँफूले मानेका संस्कारहरू र परम्पराहरू मानेर सो को अहंकार देखाएका भए उनीहरू आँफैले दु:ख पाउँथे र मर्थे पनि होलान् । तर जुन संस्कारहरू र परम्पराहरूले उनीहरूलाई पीडा दिन लागेको थियो, उनीहरूले त्यसको पहिचान गरेर त्यस्तो कुपरम्पराहरूलाई लात हानिदिए र आँफूलाई सहज बनाए । तर के हामीले त्यस्तो गर्न सकेका छौं त ? त्यही कथित संस्कारहरू र परम्पराहरूको काँधमा चढेर नै हामीले अरूको बारेमा नराम्रो सोच्छौं, नराम्रो बोल्छौं र नराम्रो व्यवहार गर्छौं । तर यो याद राख्नु पर्छ कि अरूको नराम्रो सोच्ने, अरूलाई होच्याउने र मिटाउन खोज्नेहरू आँफै मेटिन्छन् । लाश कहाँ रून्छ र ? रूने त लाश जलाउनेवाला नै हुन्छन् । त्यसैले सबै कुरा भुलेर दबाबमा होइन आभासमा जीवन जिउनु पर्छ ।

एडन : हजुरका उपदेशहरूले म त धन्य भएँ । आजसम्म जुन कुराहरू सोच्ने बारे मैले कल्पना समेत गरेको थिइन, एक्कासी हजुरले कुनै चलचित्र जस्तै मेरा अगाडी ती कुराहरूको यथार्थसँगै मेरो हैसियत पनि देखाइदिनु भयो । मैले थाहा पाएँ र सिकें तर अरूलाई यस्ता कुराहरू सिकाउने कोही नभेट्टिए कसरी सिक्ने ? के गर्ने ?

अकिब : एउटा घरमा एकजना दुवै आँखा नदेख्ने अन्धो व्यक्ति र एकजना दुवै खुट्टा नभएको लङ्गडो व्यक्ति मात्र हुँदा त्यस घरमा आगो दन्किएर ठूलो आगलागी हुन्छ । यदि ती दुवैले मद्दतको मात्र आस गरेर गुहार गुहार भन्दै बसेको भए र कुनै मद्दत नपाएको भए उनीहरूको मृत्यु हुनसक्थ्यो । उनीहरू बीचको एकजना त आत्तिँदै पनि थियो, अब बचाउन कोही पनि नआउने भए अब मरिने भइयो भन्दै रून पनि शुरू गरिसकेको थियो । तर उनीहरू बीच अन्धो चाहिँ बुद्धिमान् निक्लियो । उसले आँफूलाई सम्हाल्दै संयमित भएर आफ्नो विवेकको प्रयोग गर्दै आफ्नो लङ्गडो साथीलाई भन्यो, "तिमी रून र आत्तिन बन्द गर, अब जे गर्नु छ, हामी दुईजना आँफैले गर्नुपर्छ । अनि ढुक्क होऊ, दुवै मिल्यौं भने हामी दुवैजना बाँच्छौ ।" लङ्गडो साथीले रून र आत्तिन छाडेर, सोध्यो, "कसरी ?" अन्धोले भन्यो, "म तिमीलाई बोक्छु । तिमी मेरो आँखा बन अनि म तिम्रो खुट्टा बन्छु ।" उनीहरूले त्यस्तै गरे र दुवैजना सकुशल बाहिर निक्लिए ।

यस्तै हो हाम्रो जीवन पनि अरूले के गर्‍यो गरेन त्यसलाई सरोकार नदिई आँफैले आफ्ना लागि बाटो निर्माण गर्ने हो । अरूले नभनेर, नसिकाएर के भयो त ? आँफै सिक्न सकिन्छ । जहाँ इच्छा त्यहाँ उपाय । हामी आँफैले आफ्नो क्षमताको परिधि छुट्याउँछौं । आँफूलाई कमजोर पार्ने कार्य आँफैले गर्छौं हामीले । एक घण्टा कुदेपछि, थाकें अब सक्दिन भनेर शिथिल भएर थचक्क बसेको बेला हाम्रो अगाडी अकस्मात् एउटा बाघ आयो भने मरिने डरले शुरूमा भन्दा झनै छिटो कुद्न पनि सक्छौं । यसबाट के प्रमाणित हुन्छ भने हामीले आफ्नो अपार शक्ति र क्षमतालाई एउटा दायरामा ल्याएर आँफैलाई कमजोर बनाउने त हाम्रै सोचहरू पो

रहेछन् । नत्र त अब सक्दिन, शक्ति छैन भनेर बसेको बेला आफ्नो अगाडी एक्कासी बाघ आयो भने लौ आइज खा मलाई भन्नुपर्ने हो । तर आँफूभित्र आँफैले विकास गरेको सोचका पछाडी नलागेर, बाघबाट जोगिनका लागि भागिन्छ । आफ्नो असली शक्तिलाई चिन्न सक्यौं भने जे सुकै होस्, गर्न नसक्ने र हाम्रो लागि असम्भव भन्ने केही रहन्न ।

हाम्रा वरिपरि रहेका तत्त्वहरूबाटै हाम्रो विचार बन्ने हो । ती तत्त्वहरू मध्ये आँफूलाई नकारात्मक विचार प्रदान गर्ने तत्त्वहरूको पहिचान गरेर तिनलाई बेवास्ता गर्न सकियो भने राम्रा विचारहरू मात्र प्रवाह हुन थाल्छन् । हाम्रो जीवन हामीले निकालेको आवाज र ठोक्किएर आएको प्रतिध्वनि (Echo) जस्तै हो । तिमीले 'म तिमीलाई माया गर्छु' भनेर चिच्यायौ भने ठोक्किएर 'म तिमीलाई माया गर्छु' नै आउँछ र 'म तिमीलाई घृणा गर्छु' भन्यौ भने ठोक्किएर 'म तिमीलाई घृणा गर्छु' नै आउनेछ । त्यसैले जस्तो बोल्छौ, सोच्छौ र गर्छौ, फिर्ता त्यस्तै नै पाउँछौ, कतै न कतैबाट कुनै न कुनै रूपमा । अर्को कुरा जस्तो खान्छौ, त्यस्तै बन्छौ र त्यही अनुरूप तिम्रा सोचहरू बन्छन् र व्यवहारमा देखिन्छन् । अरूलाई पीडा दिएर, मारेर मासु खाने बाघ, हेर्दै कति रिसाहा, डरलाग्दो र परैबाट हिंडे पनि डुङडुङति गनाउने हुन्छ तर ताजा घाँस पात खाने मृग हेर्दा नै कति मनोहर, गाजल नलगाए पनि लगाएको जस्तो मगमग बास्ना आउने, अत्यन्तै तेजिलो र फुर्तिलो हुन्छ । यस्ता कुराहरू देखेर पनि त आँफैले केही सिक्न सकिन्छ । यस्तै कुराहरूबाट आँफै सिक्दै अघि बढ्ने हो । तिमीले सिक्ने चाहना राख्यौ भने प्रकृतिले पाइलैपिच्छे सिकाउन थाल्छिन् । त्यसका लागि तिमीले तिम्रो दिमाग खुल्ला र शान्त राखेर आँफूभित्र

विद्यमान IKB (I know Better) Syndrom यानि मलाई सबै थाहा छ भन्ने डरलाग्दो सोचलाई पन्छाउनुपर्ने हुन्छ । आँफू पूर्ण रूपमा सचेत भएर आफ्नो सम्पूर्ण चेतनालाई इच्छाशक्ति र कार्यशक्तिमा रूपान्तरित गर्नुपर्छ ।

आफ्नो दिमागभित्र विचारहरूको भूकम्प हटाएर, आँफू स्थिर हुँदै सबैभन्दा पहिले आँफूले के गर्न चाहिरहेको हो र के बन्न खोजिरहेको हो त्यो निश्चित गर्नुपर्छ । तेसलाई आफ्नो हरेक दिनको उत्तम दुई घण्टा देऊ । तीन महिनामै थाहा पाउँछौ, बाँकी नौ महिना कसरी एकदम फलदायी राम्रो हुनेछ ।

***

यी कुराहरू कसरी शुरू हुन्छ भनेर, तिमी साठी वर्ष पुगेपछि होइन, बाल्यकालमा नै बुझाउनमा मद्दत गर्ने क्षमता समाजसँग हुनुपर्छ । साठी वर्ष पुगेपछि, तिमीले भगवान् भेट्टाउन होइनौ । प्राय जसो मानिसहरू साठी पुगेपछि लट्ठी खोज्ने भई सक्छन् । तिमीले उमेर छँदै, युवा अवस्थादेखि नै त्यस कुराको शुरूवात गर्नुपर्दछ किनभने तबमात्र तिमीले कुनै राम्रो आधार र जगमाथि उभिने मौका पाउने छौ । जसले गर्दा, मानवद्वारा निर्मित विभिन्न रूपी, जिन्दगीमा आइपर्ने विभिन्न आँधीबेरीको सामना गर्न तिमी सक्षम बन्न सक्नेछौ । तब जस्तोसुकै परिस्थितिको सामना गर्न परेता पनि तिमी खुशीसाथ आफ्नो जिन्दगी आनन्दले बाँच्न थाल्नेछौ, किनकि त्यो बेला तिम्रो खुशी, कुनै धन सम्पती, कुनै नाता संबन्ध, कसैको घृणा या मायाँ र कुनै उपलब्धीहरूमा निर्भर हुँदैन । त्यो बेलामा तिमी आँफूले केही पाएर या आँफूसँग केही भएर खुशी हुन थाल्छौ । किनभने त्यो बेलामा तिम्रो जीवन आँफैले आँफू जिउने सही अर्थ पाईसकेको हुन्छ । त्यो अर्थ कुनै मन्दिर,

मस्जिद, चर्चमा या कुनै संस्कारहरू र परम्पराहरूमा भेटिन्न । तिमी जब आँफै वास्तविक सत्यको खोजी गर्न शुरू गर्छौ, हरेक कुराबाट हरेक क्षण तिमीले त्यो अर्थ आँफै भेट्टाउनेछौ र जीवनको सही अर्थ बुझ्नेछौ । वास्तविक पूर्ण सत्य खोज्न, तिमीले शताब्दीऔंदेखि धुलो मैलोले जमेर बसेको फोहोरलाई, आँफूले कसरी पन्छयाउँदै अघि बढौ भनेर खोज्दै नै सबैको लागि सही शिक्षा हुनेछ । कोही पनि चलाख व्यक्ति केही किताबहरू पढेर, जानकारीहरू जम्मा गरी, राम्रो ओहदा प्राप्त गर्दछ र अरूलाई थिचोमिचो गरी शोषण गर्छ भने त्यो शिक्षा होइन । निश्चित केही विषयहरूको मात्र अध्ययन गर्नु भनेको शिक्षा प्राप्त गर्नुको केवल सानो हिस्साको लागि न त हामी शिक्षित भएका छौ न त त्यसको लागि हामी कुनै प्रयास नै गर्छौ ।

दुर्भाग्यवश........जीवनको लागि यी सम्पूर्ण क्षेत्रलाई आजको कथित शिक्षाले उपेक्षा गरेको देखिन्छ । तिम्रो जीवनलाई लगातार किताबहरूले ओगट्दै गएको हुन्छ, जसको अत्यन्तै कम अर्थ छ । त्यसपछि परीक्षाहरू उत्तिर्ण गर्छौ जसको अझै पनि कम अर्थ हुन्छ अनि काम गर्न थाल्छौ, जसको चाहिँ केही अर्थ छ । तर आज कल धेरै उधोगहरू, लगभग, सम्पूर्ण कुराहरू मेशिनले नै चल्न थालिसके र त्यही कारणले, आफ्नो आदर्शको अनुसरण गर्न अरूको मुख नताकी आँफै शिक्षित बन्न शुरू गर्नैपर्ने देखिन्छ । तर त्यस विशाल क्षेत्रलाई पत्ता लगाउन हाम्रो अहिलेको अचेत अवस्थाले सक्दैन । चतूर र धूर्त तर्कहरूले भरिएको हाम्रो दिमाग मात्र सबैकुरा होइन । हाम्रो दिमाग र हाम्रो सोचदेखि पर त्यहा विशाल र अथाह पक्ष छ जसको सुन्दरता त्यस अचेत दिमागले बुझ्दैन । त्यस अपारता भित्र जीवन जिउनुमा यति धेरै आनन्दको महिमा

छ कि, त्यसरी अनुभुति गर्नु नै शिक्षा सिक्ने सही तरीका हो । जबसम्म तिमीले त्यस्तो खाले शिक्षा पाउँदैनौ, तब तिमी जब यो दुनियाँको सामना गर्न जाने बित्तिकै, बितेका पुस्ताले सृजना गरेका घृणित परम्परा र गडबड शिक्षा र संस्कारमा सदाको लागि गाभिने छौ ।

मैले जे कुरा बुझाउन खोज्दैछु त्यसलाई हल्का रूपमा नलिई एकपटक ध्यानपूर्वक गहिराईमा सोचेर हेर त । तिमी आँफूलाई त्यस कुराभित्र कहाँ पाँउछौ ? मैले जे भन्दै छु, के यो सत्य हो त भनेर आफ्नो विवेक प्रयोग गरेर हेर किनकि यी अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण कुराहरू हुन् ।

यदि तिमीले सही रूपमा यस वास्तविकताको गहिराईमा पुग्न सकेमा, तिमी नयाँ पुस्ता नयाँ समाज र नयाँ सभ्यताको शुरू गर्ने कडीमा हुनेछौ । जसले आँफैलाई बर्बाद गर्ने, पुरानो, खिया लागेको थोत्रो सामाजिक ढाँचाभित्र नबसेर, त्यस खिया लागेको थोत्रो ढाँचाको विद्रोह गरेर Tunnel Vision (सुरूङ्ग दृष्टि) भएको अहिलेको समाजको भित्र नरहेर, त्यसको विपरीत आफ्नो इच्छा अनुरूप जीवन जिउन थाल्नेछौ । किनकि यस समाजभित्र बस्नु, र जेलका भित्ताहरू सजाउँदै "कति सुन्दर छ यो संसार" भनेर जेलका चारदिवारीभित्र मख्ख पर्दै बस्नु उस्तै उस्तै हो ।

एडन : त्यसो भए के अनुग्रह आवश्यक छ त ?

अकिब : यदि तिमीले कुनै आशंका विना, आफ्नो अहंकार फेरि कहिल्यै नउठ्नेगरी, आँफैलाई आत्मसमर्पण गरेका छौ भने त्यहाँ प्रभु कृपा यानि अनुग्रह सधैं उपस्थित रहन्छ । सर्वाधिक जरूरी कुरा के हुन्छ भने तिमीले आफ्नो बडप्पन र अहंकार, आँफैलाई आत्मसमर्पण गर्न सक्नुपर्छ । यदि कसैले 'म' भन्ने मुख्य

विचारलाई, आँफैलाई आत्मसमर्पण गर्छ भने त्यही मुख्य विचारलाई समातेर बसेका अन्य विचारहरू आँफै हट्नेछन् अनि त्यो बेलामा कसैले पनि, विना शर्त आँफूलाई उच्चशक्तिको अगाडि आत्मसमर्पण गरे पनि हुन्छ । यिनै दुइटा मात्र तरीकाहरू हुन् अनुग्रह प्राप्तिका लागि, जुन अति आवश्यक कुरा हो जीवन सार्थक बनाउने ।

***

एडन : तपाईंले भन्न खोज्नुभएको अनुग्रह भनेको आँफै हो ?

अकिब : हो । आँफू जस्तो आजसम्म थियौ, त्यसलाई सम्पूर्ण रूपले उच्चशक्तिको शरणमा सुम्पन सक्नुपर्यो । बाहिरी रूपले मसँग पनि केही राम्रोपन छ होला भन्ने भ्रममा नबसौं, त्यो मैले अघि भनेको पेन्सिलको उदाहरण सम्झिय । त्यो राम्रोपनको स्रोत तिमीसँगै तिमीभित्र छ । त्यसै अगाडी आत्मसमर्पण गरेर आँफूलाई त्यस स्रोतलाई खोजेर, तिमी त्यसैभित्र मिसिनसक्नु पर्यो र जब तिमी त्यस स्रोतसँग मिसिन्छौ, तब तिमीले म भन्ने तिम्रो अहिलेको व्यक्तित्व केही नै बाँकी रहदैन । त्यसपछि, 'म यो हुँ कि, सम्पूर्ण शक्ति र सत्यताको योग नै म हुँ' भनेर बुझ्न थाल्छौ र "तिमी आँफै स्रोत बन्नेछौ ।"

***

एडन : भगवद्गीतामा त हरेकले आफ्नो जीवनको शुरूवात देखि अन्त्यसम्म क्रियाशील जीवन जिउनुपर्छ भनेर सिकाएको छ त ?

अकिब : हो । तर 'निष्काम कर्म' यानि कलाकारहरूको पहिचान विनाको नाटक । अभिनेता विनाको चलचित्र जस्तै ।

जसले हामीलाई सत्य बारे विश्लेषण र अनुसन्धान गर्दै, कर्म के हो ? कर्ता को हो ? र त्यो कसको कर्म हो ? भनेर बुझ्ने मौका दिन्छ । अनि त्यो सत्य बुझ्नेपछि जो कोही पनि स्वयं आँफै शान्त भएर आनन्दको जिन्दगी जिउन बाध्य हुन्छ । तर जे होस्, त्यस अवस्थामा पनि कार्य निरन्तर आँफै अघि बढी नै रहन्छ ।

एडन : यदि म स्वयंले गर्न खोजिन भने कार्य कसरी आँफै अघि बढिरहन्छ र ?

अकिब : यो प्रश्न कसले सोधिरहेको छ ? त्यो तिमी आँफै हौ कि अरू नै कोही हो ? के 'म' भन्ने व्यक्ति आजसम्म आफ्नो जीवन आँफूले गरेका या गरिने सबै कार्यहरूप्रति चासो दिएर, नराम्रा कार्यहरू हुँदा चिन्तित छौ त ? छैनौ । र, आँफूले गर्ने कार्यहरूप्रति चासो नदिनेहरूले यो प्रश्न नै गरेको मिल्दैन ।

एडन : यसो भए के मैले 'कर्मयोग' गरेर अरूलाई मद्दत गर्नुपर्छ ?

अकिब : यो 'म' भन्ने को हो, जसले अरूलाई मद्दत गर्छ ? तिम्रो लागि को हुनेछ र मद्दत गर्न ? पहिला यो कुरामा प्रष्ट होऊ, अनि बल्ल तिमीले 'कर्मयोग' गर्न सक्छौ ।

एडन : यसको मतलब यस्ता कुराहरूको पहिला आत्मज्ञान हुनुपर्छ । अनि मात्र मैले महसूस गरेर अरूलाई मद्दत गर्न सक्छु । यही हो ?

अकिब : हो । सुखी जीवन आनन्दसँग बिताउने यो एकमात्र बाटो हो ।

***

एडन : त्यसो भए 'आँफू' या 'म' भनेको के हो ?

अकिब : यथार्थमा अन्धकारमा पनि स्वयमेव चम्किने सर्वाधिक चमकदार ऊर्जा नै 'म' हो । युगौंदेखि खिया लागेको र कमजोर विभिन्न सोच र नियमका जञ्जीरहरूले बाँधिएर, दास बनेर, गुलामीको जुन जीवन बाँचिरहेका छौ, त्योबाट मुक्त भयौ भने त्यस दासजीवनको अन्त्य हुन्छ । 'ध्यान' को उद्देश्य पनि युगौंदेखिको परम्परागत वंशानुगत खतरनाक सरूवा रोगरूपी पुरातन 'सोच' लाई आत्मज्ञानको मद्दतले हटाएर, आफ्नो असली स्वरूप पाउनसक्ने बनाउनु हो ।

एडन : यदि मैले आफ्नो मस्तिष्कमा आउने सोचहरूलाई नकार्दै, बेवास्ता गर्दै, मानसिक हलचलका बावजूद पनि एकाग्रतालाई निरन्तरता दिएँ भने के त्यो 'ध्यान' हुन्छ ?

अकिब : त्यस्तो कार्य, तिमीले राम्रो ध्यान गर्ने प्रक्रियाको पहिलो खुड्किला बन्न सक्छ । तर वास्तवमा खास ध्यान तब हुन्छ जब तिम्रो मस्तिष्क विचार र तरङ्गहरूको मानसिक भूकम्पबाट पर भएर तिमी 'म' बनेर आँफूमा मात्र टाँसिन सक्नेछौ ।

तिमी सदा उस्तै छौ, समय र अन्तरिक्ष भन्दा धेरै पर, सिर्फ आँफूलाई बुझ्न र देख्न नसकेको मात्र हुन्छौ हामीले । तिमी गहिरो निद्रामा हुँदा तिमीलाई समयबारे केही होश हुँदैन । यो समय अन्तरिक्ष र दुनियाँ कुराको अवधारणा असीमित र सीमित दुवै रूपले आइरहेको छ । त्यसैले जहिलेसम्म तिमीले, तिम्रो शरीरलाई मात्र 'म' भनेर सोच्छौ तबसम्म त्यो सीमित धारणा आँउछ तर जब तिमीले सत्य बुझ्छौ र तिम्रो होश खुल्छ अनि उसको सम्पूर्ण चेतनाहरू बाहिरी संसारमा पुगेर त्यस अन्तरालमा उसले अनन्त अपार र अद्‌भुत अवस्था नै साँचो 'म' को अवस्था हो, जुन असीमित छ भनेर बुझ्छ ।

एडन : गहिरो निद्रामा हुँदा, कुनै पनि प्रश्नहरू हाम्रो दिमागमा किन आउँदैनन् ?

अकिब : हामी जागेको बेलामा मात्र हामीलाई यस्तो उस्तो भन्ने कुराको महसूस हुने हो, जसले गर्दा हामी सीमित ऊर्जा बन्छौं, तर गहिरो निन्द्रामा केही र हाम्रो मनमा विभिन्न प्रश्नहरू र तर्कहरू आउने गर्छन् । सीमिततम हुँदैन, हामी अपार ऊर्जा बन्छौं, त्यही भएर कुनै प्रश्नहरू आउँदैनन् ।

***

एडन : जीवनको बारेमा तपाईंका विचारहरू भनिदिनु हुन्छ की ?

अकिब : वर्षौंदेखि कहिले मन्दिर, कहिले चर्च, कहिले मस्जिद, त कहिले यहाँ कहिले त्यहाँ गर्दै धेरै खोजतलास गर्दै, त्यो पूरै चक्र पार गरेर सारा दुनियाँ खोजेर आउँदा पनि अन्तमा आँफूले जहाँबाट शुरू गरेको थिएँ, त्यहीं आएर बल्ल त्यो 'म' फेला पारें, जो मैभित्र रहेछ, जसलाई म विभिन्न मन्दिरहरू, चर्चहरू, मस्जिदहरू र अनेक स्थानमा प्रार्थना गर्दै, रूँदै खोजिरहेको थिए र जसलाई मैले रहस्यहरू मध्ये सर्वाधिक रहस्यमय तत्त्वको रूपमा हेरिरहेको थिएँ । त्यो त मेरो अत्यन्तै समीप पो रहेछ, जुन म आँफै रहेछु, जुन मेरो जीवन, शरीर र आत्माको वास्तविकता रहेछ । जीवन खुशी र आनन्दमय जीवन ।

धेरै जानेर केही नगर्नु भन्दा, थोरै जानेर त्यसैलाई प्रयोग गर्न प्रयासरत रहनु ठीक हुन्छ र हामीले निरन्तर जेमा लागिपर्छौं, हामी त्यस्तै बनेर, सफलताको लागि निरन्तरता नै निश्चित मार्ग रहेछ भनेर बुझ्छौं । सबै कुराको अस्तित्व भनेको ऊर्जा मात्र हो

र सबै अस्तित्वमा रहेका ऊर्जाहरू समान एकै छन् र एउटै हुन्, भनेर हामीले बुझ्न चाहेमा देख्न र बुझ्न सक्छौं । सबै कुरा आँफै भइरहेका छन् । तिम्रो वशमा केही छैन । न तिमी तिम्रो मर्जीले सोच्न सक्छौ न बोल्न सक्छौ, न नै केही कार्य गर्न सक्छौ । हाम्रो चेतनाले तिमीलाई सोही समयमा, तिमी आँफैले सोच्न र गर्न सक्छौ भनेर तिमीलाई दुविधामा पारेर भ्रममा पनि राखिरहेको हुन्छ ।

सबैकुरा भ्रम हुन् । वास्तविकता भनेको पनि एउटा अवधारणा मात्र हो । सहमत छैनौ भने मलाई वास्तविकता के हो भनेर देखाऊ । तिमी पनि द्विविधामा छौ, एडन । यहाँ कोही छैन, कसैको बारेमा सोच्ने र गर्ने । सबैको सोच र कार्यसँग कुनै न कुनै रूपले र केही न केही मात्रामा भए पनि आँफू र आफ्नो भन्ने कुरा जोडिएकै हुन्छ । त्यसैले यो संसारमा जे जति भइरहेको छ, त्यो हाम्रो नियन्त्रणमा छैन र हामीले जे गरिरहेका छौ, त्यो पनि हाम्रो नियन्त्रणमा छैन, एकपटक गहिरिएर विचार गर त, कति कुराहरू तिमीले नचाहँदा पनि स्वतः आँफै भइरहेका हुन्छन् हाम्रो जीवनमा र हामीले गर्न चाहेको चाहिँ गर्न सकिरहेका हुन्नौं । त्यसैले यही अन्तिम सत्य हो कि हाम्रो नियन्त्रणमा केही छैन । सबै कुरा उच्चशक्तिको मर्जीले पहिल्यै लेखिए अनुसार नै हुँदो रहेछ । हामीले चाहेर पनि केही गर्न नसक्दा रहेछौं भने किन चिन्ता लिने ? किन व्यर्थका प्रयासहरू गर्ने ? यो ज्ञान प्राप्ति भन्ने कुरा पनि अवधारणा मात्र हो, विचार मात्र हो । सबै उच्चशक्तिको इच्छा अनुरूप नै हुन्छ । यहाँसम्म कि उच्चशक्ति या भगवान् भन्ने पनि एउटा अवधारणा हो ।

सिर्फ एउटा कुरा मात्र तिमीले गर्न सक्छौ, त्यो हो 'को कर्ता हो?' भन्ने बारे व्यक्तिगत रूपले गरिने अनुसन्धान । आत्मविश्लेषण नै ती सबै थाहा पाउने एकमात्र बाटो हो । र, स्थिरता र मौनताले तिमीलाई, तिम्रा ती सबै प्रश्नहरूको उत्तर दिनेछ । जुन तिम्रो भित्रदेखि आउनेछ । त्यति नै हो, त्यसपछि तिमीलाई सबैकुरा विचार या धारणा मात्र रहेछन् भनेर ज्ञात हुन थाल्छ ।

तिमी घाममा हुँदा, तिमीले तिम्रो आफ्नो छायाँ देख्छौ र केही हदसम्म त्यो छायाँको अस्तित्व साँचो लाग्छ किनकि त्यो छ र तिमीले देखिरहेका छौ तर त्यो एक भ्रम मात्र हो किनभने त्यसको आफ्नो छुट्टै अस्तित्व नै छैन । तिम्रो शरीर मुख्य भ्रम हो भने तिम्रो त्यो छायाँ दोस्रो भ्रम हो । खोज्ने हो भने त्यस छायाँको जसरी छुट्टै अस्तित्व नभएर भ्रममात्र भएको पत्ता लागे जस्तो तिम्रो शरीरको पनि छुट्टै अस्तित्व नभएर त्यो पनि एक, झनै ठूलो भ्रम हो भन्ने कुरा थाहा पाउन सक्छौं । र, सबै कुराहरू रहेको भन्ने बुझ्न सक्छौं ।

सधैं उस्तै कुराहरू । उस्तै तरीकामा दोहोरिरहने, सम्झनाहरूको संचयकेन्द्र । धूलो मैलो सङ्कलनकर्ता, अहिलेको अवस्थाको हाम्रो दिमाग शून्य अवस्थामा आउनैपर्छ अनि मात्र सत्यबारे बुझ्न सकिन्छ । किनभने, दिमाग भनेको विगत हो यानि भूतकाल, जुन बितिसक्यो, सकिइसक्यो । दिमाग भनेको, भविष्यको बारेमा, चिन्ता छट्पटी हो, जुन अहिलेसम्म आएकै छैन कसैले देखेकै छैन । त्यसैले यथार्थमा, सीधा सत्य हेर्नलाई तिमीले आफ्नो दिमागलाई तबसम्म आराममा शाान्तसँग राख्नुपर्छ जबसम्म त्यसभित्रका धूलो मैलाहरू बाहिर निक्लिनन् । यो बाहेक अरू कुनै उपाय नै छैन, यस संसारमा जसबाट तिमीले आँफूलाई र

जीवनलाई बुझ्न सक । त्यसैले आत्मानुभूति या अन्तरात्माको महसूस बाहेक कुनै विकल्प छैन, जीवनबारे सही अर्थ बुझ्न ।

एडन : त्यो गर्ने तरीकाहरू बारे भनिदिनुस् न ?

अकिब : स्थिरता, शान्ति, अनुसन्धान र समर्पण नै त्यसको लागि चाहिने प्रमुख बाटाहरू हुन् । नयाँ सोच र नयाँ प्रेरणा तबमात्र आउँछ जब दिमाग यादहरूको जालोमा अल्झेको हुन्न । यो तब मात्र हुन्छ जब दिमागले, न कुनै कुराको समाधान खोजिरहेको हुन्छ न नै कुनै उत्तर, न विरोध न नै बेवास्ता । स्थिर र शाान्त दिमाग मात्र 'सत्य' थाहा पाउन या पत्ता लगाउन समक्ष हुन्छ, जुन चाहिँ कालान्तरसम्मै, अथाह सम्भावनाहरू बोकेको हुन्छ । तिमीले त्यसको खोजी गरिरहनु पर्दैन, न यस भ्रमबाट मुक्ति पाउने कुनै प्रयासहरू नै गर्नुपर्दछ, त्यो तिमी कहाँ आपै आउनेछ, त्यो हो 'आत्मानुभूति' वा 'पूर्ण सत्य' को अवस्था ।

एडन : गहिरो ध्यानमा बस्दा के हुन्छ र ?

अकिब : ध्यान गर्ने व्यक्तिको रगत प्रवाहमा आएको बढावले के संकेत गर्छ भने, त्यो व्यक्ति गहिरो एकात्मताको अवस्थामा पुगेको छ अनि उसको मस्तिष्कको अगाडिको भाग, कोर्टेक्स (Pre- Frontal Cortex), सिन्दूर रङ्गमा तेजिलो पारामा चम्किन थाल्छ । अनि मस्तिष्कको ओरिएन्टेशन एशोसियशन क्षेत्र (Orientation Association Area) मा पनि गाढा नीलो रङ्गमा बदलिन्छ । मस्तिष्कको पछाडीको क्षेत्र, जहाँ समय, स्थान र भावनाको चेतना हुन्छ, त्यहाँ हामी स्वयम् यस भौतिक ब्रम्हाण्ड भन्दा अलग्गै अवस्थित रहेको तथ्य देखा पर्न थाल्छ । गहिरो ध्यान गर्दा हुने, त्यस क्षेत्रको गाढा कालो अन्धकारले के देखाउँछ भने, जब ध्यानकर्ताले सास लिइरहेको हुन्छ, तब सारा संसार ऊ

बाट पर पर हुँदै टाढा हटिरहेको हुन्छ, जसले गर्दा असरदायी रूपले कुनै पनि बाहिरी सूचना या जानकारीलाई दिमागमा आउन अवरोध सृजना हुन्छ, त्यसैले हाम्रो दिमागले आँफू र पूरा संसार बीचको सीमितता यानि घेरा निर्माण गर्न सक्दैन । नतिजास्वरूप, दिमागसँग आँफू सबैकुरा सँगै समान, उस्तै रहेछु, अनन्त रहेछु भनेर बुझ्न र अनुभव गर्ने बाहेक कुनै विकल्प नै रहन्न ।

त्यसैले गहिरो ध्यानमा बस्दा, मस्तिष्कको ओरिएन्टेशन एशोसियशन क्षेत्र (Orientation Association Area) मा कुनै पनि सूचना प्रवाह नभएपछि, हामी सबै एक रहेछौं भनेर बुझ्ने र अनुभव गर्ने बाहेक अर्को विकल्प नहुने रहेछ । मस्तिष्कको त्यस क्षेत्रमा सूचना प्रवाह नै बन्द हुने त्यस्तो गाढा अन्धकार के कारणले भयो त ? भनेर भन्दा, ध्यान गर्ने व्यक्ति ध्यानमा बस्नु अगाडीबाटै आँफूभित्र विभिन्न तर्कनाहरू र प्रश्नहरूमा विभाजित भएको हुन्छ तर त्यस व्यक्ति जब गहिरो ध्यानमा पुग्ने बित्तिकै, बाहिरी संसार यानि 'सोच्ने दिमाग' सँग संबन्ध काटिन्छ । यही 'सोच्ने दिमाग' नै त्यो दिमाग हो जसले बाहिरी संसारबारे तर्कहरू उब्जाउँछ र प्रश्नहरू सोध्ने गर्छ अनि ती सबै तर्कहरू र प्रश्नहरूलाई, एकपछि एक जोडेर साङ्लोको रूपमा सोचहरू निर्माण गर्छ ।

अर्कोतिर दिमागको अर्को पक्ष यानि 'काम गर्ने दिमाग' चाहिँ कहिल्यै केही नसोधी, केही तर्कहरू नराखी, स्पष्ट रूपले आँफूले त्यस क्षणमा गर्नुपर्ने कार्यमा मात्र केन्द्रित रहन्छ । 'काम गर्ने दिमाग' भविष्यप्रति चिन्तित पनि हुँदैन किनभने चिन्ता, पिर । तर्क, प्रश्न आदि सब कार्यहरू 'सोच्ने दिमाग' हो त्यसैले सोच्ने दिमाग नै आफ्नो अहंकारले गर्दा, भविष्यको परिणामबारे सोचेर चिन्तित हुन्छ ।

***

निष्कर्षमा, सरल भाषामा भन्नुपदा कुनै पनि परिस्थितिमा, कुनै पनि पलमा, तिमीले जेसुकै सोचे पनि, यदि तिमीलाइ त्यो ठीक लाग्छ भने गरिहाल केही धेरै नसोची । के तिमीलाई यो भन्दा भेरै स्वतन्त्रता अनुभव गर्न सक्छौ र ? आफ्नो वरिपरि उपलब्ध भएका वैकल्पिक स्रोतहरूलाई प्रयोग गरेर आँफूलाइ ठीक लाग्या कुराहरू गरिहाल किनभने हाम्रो आउनेवाला जिन्दगी, सिर्फ एक गलत निर्णय या एक सही निर्माणको बीचमा फँसिरहेको हुन्छ । मानिसहरूले तिम्रो लागि एउटा ढोका बन्द गरिदिए भने भगवान्ले शयौं ढोकाहरू खोलिदिने रहेछन् । किनभने समस्याहरू त्यति शक्तिशाली हुँदैनन् जति हामीले मान्छौं, तिमीले कहिल्यै सुनेको छौ र अँध्यारोले बिहान हुनै दिएन भनेर कसैले भनेको ? हरेक रूखले फल दियोस् यो जरूरी छैन, किनकि चर्को गर्मीमा कुनै रूखले दिएको छायाँले पनि मनलाई आनन्द दिने गर्दछ । चिन्ता र तनावमा मानिस तब जिउँछ जब ऊ आफ्नो बारेमा कम र अरूको लागि धेरै सोच्ने गर्दछ । अब, तिमी भन यस्ता कुराहरूको ज्ञान भएपछि र गहिरो ध्यानमा गएपछि तिमीले खोज्दै हिँडिरहेको 'शान्ति' पाउन कुनै अवरोध रहला त ?

एडन : कुनै पनि अवरोध रहँदैन । सबैलाई खुशी र शान्ति चाहिएको छ तर को हुन् त ती सबै ? अहंकार, मोह र भावनामा फँसाउनेहरू ? र, कसलाई चाहिएको छ त शान्ति ? हामी मानिस पनि यस संसारमा आँफै प्रकट भएका अन्य हजारौ लाखौ प्रकारका वस्तुहरू जस्तै एक प्रकारको वस्तु बाहेक अरू केही बन्नै नसक्ने रहेछौं । तर अन्तैतिर बढी झुकाव राखेर, यस यथार्थलाई नकारेर,

हामी पनि सिर्फ अरू सबै सरह एक प्रकारको, यस प्रकृतिको वस्तु मात्र हौं भनेर भुलेका छौं । "मसँग खुल्ला इच्छाशक्ति छ, मैले चाहेको मैले गर्न सक्छु । म मेरो कार्यहरूले जिम्मेवार छु, त्यसैले मैले राम्रो र नराम्रो दुवै कार्यहरू गर्न सक्छु । म साहसी 'हिम्मतवाला' भए पनि नभए पनि, म दयालु भए पनि नभए पनि, सबै कुरा मेरो नियन्त्रणमा छन् र मेरो जीवनको म नै मुख्य कर्ता हुँ, म नै सबैकुरा हुँ" आदि भनेर जसले सोच्छ नि अब चाहिँ तिनीहरूलाई सोध्न मन लाग्यो, "को हो ? तिमी ? कसको बारेमा कुरा गर्दैछौ र ? तिम्रो पहिचान गरिएको एउटा वस्तु हौ तिमी, सिर्फ एउटा वस्तु । तसर्थ मैले के बुझें अहिलेसम्म भने, मानिस कहिल्यै केही बन्न सक्दैन, ऊ जन्मिँदा पनि एक वस्तु थियो र अन्तिम अवस्थामा पनि एक वस्तु नै भएर सकिन्छ । अनि के को लागि अशान्तिसँग तनाव लिएर दुःखको जीवन जिउने त ? यो कुरा सबैले बुझेर, स्वीकार्नै पर्ने रहेछ यदि आफ्नो जिन्दगीमा खुशी, शान्ति र आनन्द चाहने हो भने ।

अकिब : तिमीले सही बुझ्यौ, एडन । अस्तित्वमा रहेका सबै कुरा वस्तु मात्र हुन्, जुन आँफै प्रकट हुन्छन् र केही समयको अन्तरालमा आँफै हराउँछन् । जुन कुनै स्रोत या भनूँ भगवान्‌द्वारा सृजना गरिएको हो भन्ने कुरा प्रष्ट हुँदाहुँदै पनि यो सबै कुरा भुलेर हामी मानिस नै भगवान् हौ र सबै हाम्रो नियन्त्रणमा छन् जसरी तँछाड् मछाड् गरेर एकले अर्कोलाई होच्याउन, पीडा दिन र सिध्याउन 'मलाई यो चाहिने मलाई यो मन पर्यो । त्यो मन परेन' भन्दै भ्रममा बाँचेर जिन्दगी व्यर्थमा गुमाइरहेका छौं तनाव नै तनावको बीचमा । तर जब हामी यी सबै कुरा बुझेर, गहिराईमा चिन्तन गर्छौं, तब तिमीले प्रश्न गर त, 'के मैले भर्खरै गरेको

निर्णय मेरो नै थियो त ?’ तब तिमीलाई ज्ञान हुन्छ अहँ आजसम्म तिम्रो जीवनमा 'तिमी’ ले गरेको भनेको कुनै पनि निर्णय साँच्चै अर्थमा तिम्रो छिँदै थिएन, तिम्रो नियन्त्रणमा केही पनि नरहेछ भनेर प्रष्ट रूपमा बुझ्छौ ।

एडन : हो नि । सरसर्ती विगतमा हेरौं न । कुनै निश्चित ठाउँमा, मेरै अभिभावक कहाँ या परिवारमा जन्मनु पनि त मेरो नियन्त्रणमा थिएन । त्यही भएर मसँग यही परिवारमा जन्मिनु र त्यहींको जीन्स (Genes), जुन छुट्टै, फरक तर अलग प्रकारको डी.एन.ए. (DNA) हुन्छ मानवभित्र त्यही अनुरूप आजको 'म’ बन्ने पनि कुनै विकल्प थिएन । जसै अनुरूप म कुन वातावरणमा, कसको कोखबाट जन्मेर कसको छत्रछायाँमा हुर्कन्छु र आजको यो एडन बन्छु भन्ने कुनै विकल्प या नियन्त्रण नै थिएन, न 'म’ नै कसैको नियन्त्रणमा थिएँ । त्यसैले म कस्तो अवस्था, परिस्थिति र भौगोलिक र सामाजिक वातावरणमा जाँदैछु भनेर कुनै स्रोतको निर्णय अनुसार नै भएको थियो । त्यसमा मेरो कुनै नियन्त्रण नै थिएन, त्यसैगरी आजसम्म मैले जे जति राम्रा नराम्रा कार्यहरू गरें त्यो पनि मेरो होइन न अहिले र भविष्यमा हुने कार्यहरूको नै जिम्मेवारी मेरो हुनेछ । ती सबै त स्रोतको इच्छा अनुसार हाम्रो नियन्त्रण बाहिरका कुरा भइरहेको रहेछ ।

अकिब : ठीक भन्यौ । यो संसारमा जब एउटा बच्चा जन्मिन्छ, त्यसै बेलादेखि नै 'केहीको लागि केही गर्ने’ परम्पराको विकास भएको पाइन्छ । केही महिनाको बच्चा । केही पनि कुरामा चिन्तित भएको पाइन्न तर जब त्यस बच्चा हुर्कंदै जान्छ, वातावरणीय परिस्थितिहरूले गर्दा उसलाई, विभिन्न प्रकारका चिन्ताहरू शुरू हुन थाल्छ । त्यसैले त्यस क्षणमा, एक स्वतन्त्र

अस्तित्व भएको त्यस बच्चा मानौं 'एडन', जसको कुनै पनि कुरामा केही नियन्त्रण हुँदैन उसलाई एक काल्पनिक पात्र मात्र भन्न सकिन्छ तर त्यस 'एडन' को चेतनालाई विभिन्न माध्यमद्वारा विभिन्न कुराहरू थोपर्न शुरू हुन्छ अनि ऊभित्र अंहकारको सृजना हुन्छ र उसले भ्रममा आँफू नै सर्वोपरी कुरा हो, र मेरा नियन्त्रणमा सबै कुरा अनि मेरो आफ्नो जीवन छ भनेर सोच्न थाल्दछ । त्यसैले अहंकार भन्ने कुरा पनि एक धारणा मात्र हो, जुन अरूद्वारा जबरजस्ती थोपरिएका कुराहरूको आधारमा एडनले आँफै बनाउँछ र त्यसैको आधारमा ऊ आफ्नो पूरा जिन्दगी नै भ्रममा बाँच्दछ । यही भ्रममा, कल्पनामा जीवन जिउने प्रक्रियालाई हिन्दु धर्ममा 'मायाजाल' भनिन्छ भने म चाहिँ उसलाई उच्चशक्तिको खेल भन्न रूचाउँछु । कसरी ? हामीलाई एक काल्पनिक पहिचानको अवधारणा बनाएर, एउटा शरीर, दिमाग र नाम दिइन्छ । त्यसो भए । के हो त 'एडन' ? सिर्फ एक खास प्रोग्राम गरिएर नाम दिइएको मानव वस्तु, जसको केही कुरा माथि केही नियन्त्रण छैन, त्यसैले 'एडन' भनेको कोही होइन ।

तिमीले भन्छौ, तिमीले निर्णय लियौ, तर तिमीले त्यो निर्णय के को आधारमा लियौ त ? जब केही कुरा माथि तिम्रो नियन्त्रण नै छैन भने । ती निर्णय जुन तिमीले 'मेरो निर्णय' भनेर भन्ने या सोच्ने गरेका छौ, ती सबै वातावरणीय परिस्थितिहरूका आधारमा अरू कोहीद्वारा तिमीलाई लिन लगाइएको हुन्छ र तिम्रो अहँकारले गर्दा तिमीले बेवास्ता गरेर देख्न नसकेका हुन्छौ । मानिलिऊँ दश दिन अगाडि तिमीले एउटा निर्णय लिएका थियौ । तर त्यस अवधिमा तिमीले केही मानिसहरू भेट्छौ, केही किताबहरू या लेखहरू पढ्छौ, या केही कुराहरू देख्छौ या सुन्छौ । अनि तिमीले

सोच्छौ, ओहो धन्न हतार गरिन, नत्र यी कुराहरू थाहै हुन्थेन र म यस्तो उस्तो गर्थें, हुन्थें भनेर । ल हेर त तिमीले दश दिन अगाडी गरेको निर्णय, तिमीले आज गरेको या गर्न लागेको निर्णयभन्दा फरक हुने थिएन त ? तिमीले बुझ्यौ, मैले के भन्न खोजिरहेको छु ? परिस्थितिहरू आँफै परिवर्तन भइरहन्छन् र तिनै परिस्थितिहरूकै आधारमा हाम्रा निर्णयहरू आँफै हुने गर्दछन्, जुनमाथि हाम्रो कुनै नियन्त्रण हुँदैन भने त्यो निर्णय, हाम्रो आफ्नो निर्णय कसरी हुन्छ ?

एडन : हो नि । अनुसन्धान र विश्लेषण गर्दै जाँदा, हामीले आफ्नो नियन्त्रणमा नभएका कुराहरूको आधारमा अरू आफ्नो कार्य भन्दा रहेछौं । आजसम्म हामीले गरेका कुनै पनि कार्यहरू र निर्णयहरू हाम्रो रहेनछ र 'म' भन्ने को नै कुनै अस्तित्व रहेनछ । त्यो हामीले आफ्नो निर्णय भनेर सोचिरहेको त कुनै स्रोतले पो हामीलाई गर्न लगाइरहेको रहेछ । तर यो उच्चशक्तिले या स्रोतले चाहिँ के गर्छ ?

अकिब : विशेष रूपले प्रोग्राम गरिएको 'मानव' भन्ने वस्तुलाई त्यस स्रोतले, एउटा 'कम्प्यूटर' जस्तै प्रयोग गर्छ । तिमीले कम्प्यूटर कसरी प्रयोग गर्छौ ? तिमीले केही कुरा त्यसभित्र निर्देश गर्छौं या भित्र हाल्छौं जसलाई इनपुट भनिन्छ । र त्यस कम्प्यूटरसँग तिमीले हालेको इनपुटको, आउटपुट निकाल्ने बाहेक अरू कुनै विकल्प नै हुँदैन, किनभने त्यसलाई हालेको इनपुटको आउटपुट निकाल्ने यानि जे गर भनेर अह्राएको हुन्छ, त्यसको आउटपुट निकाल्ने बाहेक अरू कुनै विकल्प नै नराखेर प्रोगाम गरिएको हुन्छ, होइन त ?

एडन : हजुर, हो ।

अकिब : तर त्यस कम्प्यूटरसँग त्यसको विपरीत, हामी दिमाग, शरीर र नाम भएका मानिसरूपी कम्प्यूटरसँग जस्तो अहङ्कार हुँदैन र त्यसले 'यो मेरो कार्य त्यो मेरो निर्णय' भन्दैन, अह्राएको र गर्न लगाएको मात्र गर्दछ, र हालेको इनपुटको आउटपुट मात्र निकाल्दछ, त्यति मात्र फरक हो । त्यसैगरी हाम्रो दिमागले पनि, आफ्नो नियन्त्रणमा नभएको स्रोतले, हाम्रो शरीरमा भएका ज्ञानेन्द्रीयहरू मार्फत् हालेको इनपुटको आधारमा प्रतिक्रिया दिएर आउटपुट निकाल्छौं तर त्यो आउटपुट यानि निर्णय मेरो हो भनेर हामी अनाहकमा घमण्ड गर्छौं र त्यसैलाई सत्य मान्छौं । कति हाँसो लाग्दो कुरा छ यो ।

एडन : मेरा आँखा अगाडि आजसम्म लागेको भ्रमको जालो हटेर म भित्रैदेखि छर्लङ्ग भएँ । जब, आजसम्म मैले गरेका कुनै पनि निर्णयहरू र कार्यहरू मेरा रहेनछन्, न त भविष्यमा हुने सबै कुरा माथि मेरो कुनै नियन्त्रण हुने रहेछ भन्ने थाहा पाएपछि अब मैले के कुरामा, किन तनाव नै लिए पनि त त्यो कुनै कुरा परिवर्तन नहुने रहेछ त, हुने कुरा भएरै छोड्ने रहेछ । बेकारमा आजसम्म तँछाड मछाड गर्दै । के के न हुने, के के न बित्ने भैंm गरेर, सारा संसार नै रोकिने या पल्टिने हो कि भैंm गरेर, यदि मैले नसोचे या त्यसो नगरे त बर्बादै हुन्छ भैंm गरेर भ्रम र अशान्तिहरूमा जीवन बिताइरहेको रहेछु । अकिब ! हजुरले मेरो आँखा खोलिदिनु भयो । त्यसको लागि आभार व्यक्त गर्दै धेरै धेरै धन्यवाद भन्न चाहन्छु ।

अकिब : अरू कुराहरू जति बाँड्यो त्यत्ति घट्छ तर यो संसारमा 'ज्ञान' मात्र एउटा त्यस्तो कुरा हो, जुन जति बाँड्यो उति बढ्छ । तिमीले पनि आँफूले पाएको ज्ञान, जसरी हुन्छ

बाँड्नू । शय जनालाई बाँड्दा सबैले नसिक्लान्, नबुझ्लान् । तर एक/दुई जनाले यस सत्यलाई अवश्य बुझ्नेछन् र ती एक/दुई जनाले फेरि अरू शय जनालाई बाँड्ने छन् र यसैगरी ज्ञान बढ्दै मात्र जानेछ । त्यसैले नाम-दाम-हिरा-मोती भएकाहरू भन्दा ज्ञानको ज्योति भएकाहरू धनी हुन् ।

एडन : हजुरको सत्सङ्गले मलाई धेरै कुरा सिक्ने अवसर प्राप्त भयो । हजुरलाई हृदयदेखि नै धन्यवाद टक्र्याउँछु ।

अकिब : आफ्नो ख्याल राख्नु एडन............................ ।

***

पाँच

आफ्नो यात्रालाई निरन्तरता दिने क्रममा, अरू पनि धेरै प्रकारका मानिसहरूसँग विभिन्न स्थानमा भेट्दै आँफूले आर्जन गरेका शिक्षाहरू र ज्ञानहरू संगाल्दै र बाँड्दै एडन आफ्नो घर-परिवार भुलेर, आफ्नै हिसाबले अगाडी बढ्दै जान्छ । एकदिन उसलाई, उसको सपनामा कोही आएर भन्यो, "एडन ! तिम्रो यो सत्यको खोजी गर्ने यात्रा अब पछि सार, अहिले घरमा फर्किएर आफ्ना मातापिताहरूको निःस्वार्थ भावले सेवा गर । तिम्रो जरूरत पर्ने बेला भएको छ उहाँहरूलाई, त्यसैले अहिले घर गएर कर्म गर । यो यात्रालाई पछि निरन्तरता देउला ।" नभन्दै विभिन्न बाधा अवरोधहरूका बावजूद पनि त्यसको तीन दिनभित्र आफ्ना मातापिताको अगाडी पुग्यो । त्यसपछि उसले सबैकुरा बिर्सेर दिनरात नभनी कर्मयोग शुरू गर्यो ।

त्यस दौरान केही समय पश्चात् नै उसका बुबा जो क्यान्सर जस्तो खतरनाक रोगको अन्तिम अवस्थामा हुनुहुन्थ्यो, वहाँको स्वर्गबास भयो । र, सोही दिन उसकी आमाको दुर्घटनामा परी मेरूदण्डको हड्डी भाँच्चिएर थला परेका कारणले एडनलाई आफ्ना बुबाको अन्तिम अवस्थामा अनि आमा थला परेका अवस्थामा सेवा गर्ने मौका मिल्छ । आफ्नो 'कर्मयोग' लाई निरन्तरता दिइरहेको अवस्थामा एकदिन उसले एकान्तमा बसेर सोचविचार गर्छ ।

खोलाको पानीको बहावमा मरेका माछाहरू मात्र तैरिन्छन् र बग्छन्, तर जिउँदो माछाले त, त्यस खोलाको बहावको विपरीत हिँड्न सक्छ । हाम्रो जिन्दगी पनि त त्यस्तै रहेछ । यो दुनियारूपी खोलाको बहावमा, जिन्दगीकै धार अनुसार, अरू सरह नै मृत माछा समान तैरिँदै बग्ने कि, त्यस बखतमा केही कठिन भए पनि त्यसको बहाव विपरीत तैरिएर मूल स्रोतमा गएर मिसिएर आँफै स्रोत बनेर आनन्दको जीवन जिउने ? छनौट हाम्रो आफ्नै हुने रहेछ । हाम्रो जीवनको यात्रा 'तरूल' खनेर निकाल्ने प्रक्रिया जस्तै पनि रहेछ । आत्तिएर हतार गरेर निकाल्न खोजे तरूल टुक्रिएर हातमा सानो टुक्रा मात्र पर्ने र बाँकी ठूलो हिस्सा चाहिँ जमीनमुनि अन्धकारमा सदाको लागि गाडिएर रहने रहेछ । अनि हामीले हातमा परेको सानो टुक्रो तरूललाई मात्र पूरा तरूल सम्झेर मख्ख पर्दै भ्रममा बाँचेको जस्तै रहेछ । त्यसैले संयमित भएर, ध्यानपूर्वक तरूलरूपी यस जिन्दगीलाई धैर्यताका र एकाग्रताका साथ खन्न सके, जिन्दगीलाई पूरै बुझेर, स्वाद लिई लिई आनन्दले बिताउन सकिने रहेछ ।

***

जीवनमा एक-दुई पटक मात्र आउने समय, जुन बेला हामीलाई कसैको साथ वा कसैका दुई-चारवटा राम्रा शब्दले मात्र पनि कति धेरै सहयोग पुग्ने बेला । मेरो बुबाको मृत्यु पश्चात् म एक्लै भएँ । बिमारी आमा बाहेक साथ दिने कोही थिएनन् । बुवाले मलाई अनाथ बनाएर जानुभयो भन्ने भावना के मात्र आएको थियो फेरि झल्यास संझिए 'सत्य' । त्यसपछि मनमा प्रश्न उठ्यो- परमात्माको सन्तान भएर म कसरी अनाथ हुन सक्छु ? मभित्र

मेरो आत्माको बास छ र यो मेरो शरीर तिनै परमात्माको सन्तान, आत्मा, यानि भगवान् बस्ने मन्दिर हो र त्यस्ता खाले भ्रामक काल्पनिक कुराहरू सोचेर मैले यो मन्दिरलाई दूषित पार्ने कार्य गरिरहेको छु । मैले आजसम्म गरेका र भविष्यमा गर्ने सबै कार्यहरू उही परमात्माको मर्जी अनुसार हुने रहेछ भने किन त्यस्तो सोच्नु । यति मात्र हो, म लाश सरह खोलाको बहावमा बगिन र बग्नेवाला पनि छैन । जब कुनै काग घाइते हुन्छ या मर्न लागेको हुन्छ, तब उसको समाजरूपी झुण्डले, अर्थात् बाँकी कागहरूले त्यस मर्न लागेको घाइते कागमाथि हमला गर्दछन् र उसलाई मारेरै छोड्दछन् । त्यस्तै छ यो दुनियाँ घाइते, कमजोर, गरीब आदिलाई मायाँ, हेरचाह, मीठो बोली, सहानुभूति दिनुको सट्टा उल्टो विभिन्न रूपले हमला गरेर त्यसलाई सिध्याउन खोज्छन् । गर्ने बेला सबै व्यवहार पशु सरह गर्छन् तर आँफूलाई मानिस भन्न पनि बिर्सनन् । तर पशु र मानिसबीचको भिन्नता छुट्याउने एकमात्र कुरा 'विवेक' आँफूले प्रयोग गरेको कतै देखाउँदैनन् । मलाई पनि त्यही घाइते कागलाई जस्तै व्यवहार गरिएता पनि म भित्र विवेक छ र ज्ञान छ । त्यसैले मैले जीवन जिउने चारवटा सिद्धान्त बनाएको छु– अहिंसा, सत्य, दया र क्षमा । यसैमा अब बाँकीको जीवन जिउन प्रयासरत रहनेछु । आँफैले आँफूलाई लडाएर आँफू उठ्ने कोशिशमा लागेकाहरूलाई के थाहा !

त्यसैले म अब आत्तिन्न, हतार गर्दिन । आफ्नो 'पूर्ण सत्य' को यात्रामा अहिल्यै कतै जाँदिन । यो सिक्ने प्रक्रिया सधैं चलिरहने रहेछ । त्यसैले अहिलेका लागि नयाँ कुराहरू खोज्नतिर लाग्नुभन्दा आँफूसँग भएका कुराहरूलाई सम्हाल्न तिर लाग्नु नै वेश हो । जुनदिन जे गर्नुपर्ने हो भगवान्को इच्छा अनुसार आफ

से आफ हुँदै जान्छ । मान्यताहरू र जानकारीहरूबाट जब मेरा आँखाहरू शुद्ध हुनेछन्, तब मात्र मैले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू थाहा पाउने रहेछु । जसरी धमिलो पोखरीभित्र बसेर वरिपरि हेर्दा केही देखिँदैन त्यसरी नै मन विकारबाट शुद्ध नहुन्जेल केही देखिँदैन । अनि पोखरीभित्र बसेर जति चल्मलायो उति नै पानी धमिलो भए जस्तै र धैर्य गरेर शान्तपूर्वक बसिरहे फोहोरहरू आँफै थिग्रिएर पानी सफा भए जस्तै मन पनि जति छटपटायो उति धमिलो र धैर्य गरेर शान्त रहन खोज्दा उति निर्मल हुँदै जाने रहेछ ।

सुँगुरलाई स्वर्ग जान्छस् ? भनेर सोध्दा, "त्याँ गु खान पाइन्छ र भनेर सोध्यो रे" भने जस्तै, सुँगुरहरू हाम्रा वरिपरि धेरै भेटिन्छन् जसले यो सबै 'सत्य' बुझ्न चाहन्नन्, उनीहरूको लागि आफ्ना मान्यताहरू नै ठीक लाग्छ । सबै कुरा जान्ने छु जस्तो लाग्छ । अरूको कुरा सुन्नै चाहन्नन् । आँफूभित्रको अहंकारले गर्दा भ्रममै बाँच्छन् र घाँस सरि जन्मेर घाँसै सरि सुकेर, बिलाएर जान्छन् । त्यसैले त्यस्ता सुँगुरहरूलाई बेवास्ता गर्दै, जीवनमा अरू सबैले गर्ने जस्तो सजिला कुराहरू नगरी सही कुराहरू गर्नेपर्छ । जसरी बालुवाको थुप्रोहरूमा पनि अत्यन्तै कम पाइने सून हुन्छ, त्यसैगरी हामीहरूले पनि केवल राम्रा कुराहरूमा मात्र, जुन थोरै पाइन्छ आजकल, त्यसमा ध्यान दिन सके, सूनरूपी सुन्दर जीवन जिउन पाइने पक्का रहेछ । त्यसैले, जुन कुराले तिमीलाई खाल्डोमा पुऱ्याउँछ, त्यसलाई त्याग, असल कुराको संगत र सोचविचार गर, जसले माथि पुऱ्याउँछ भनिएको हो । आफ्नो पात्रको पहिचान विना नै । बुद्धिमान् मानिसले यस्तो उस्तो भनेर निर्णय गर्दैन, बरू उसले त त्यसबाट केही सिक्न खोज्छ । हामीले अहिले केराको

बोक्रा खाइरहेको छौं, त्यसको भित्रको फललाई फ्याँकेर । यो सत्यलाई बुझौं र आँफूले गर्नुपर्ने सही कुराहरू चिनौं ।

***

वस्तु यथार्थ होइन, यथार्थ गति हो । तसर्थ वस्तु पाएर होइन, आफ्नो गति बढाएर यथार्थ निर्माण गर्न सकिन्छ । याद राख्नुपर्ने कुरा के हो भने, यथार्थ पाउनु होइन, आँफैले निर्माण गर्नु हो । त्यसैले सत्य कुरा के हो भने, हामी मानिस पनि एउटा ऊर्जा मात्र हो, जो गतिशील अनि प्रगतिशील छ र मानिसरूपी यो ऊर्जा बाँचुञ्जेल मात्र नभएर मृत्युपछि पनि, जमीनमुनि माटोसँग मिसिएर या धुवाँ बनी हावासँग मिसिएर 'सम्भाव्य ऊर्जा' (Potential energy) को रूपमा सधैं रहिरहन्छ । शायद त्यही ऊर्जालाई नै 'आत्मा' भनिएको पो हो कि ?

अन्ठान्नब्बे (९८%) प्रतिशत हाम्रा समस्याहरू, यदि हामीले ती समस्याहरूको बारेमा धेरै सोच्न छाड्यौं र गहिरो सास लिँदै, शान्त भएर तिनलाई समस्याको रूपमा हेर्न छाड्यौं भने यत्तिकै आँफै समाधान भएर जान्छन् । समस्याहरूसँग जुध्दै हिंड्ने मानिस लड्छ, उसले उठेर प्रयास गर्दा पनि फेरि पटक पटक लड्न सक्छ । पछाडीबाट हिला फ्याँक्ने चप्पल जस्तै हाम्रा समाजका परम्पराहरू र मानसिकताबाट पर हटेर, त्यो लड्न लागेको मानिसलाई देखेर, झनै उठ्नै नसक्ने गरी खाल्डोमा नधकेलौं, बरू यो सत्य बुझौं कि, मानिस जति पटक लड्छ, उत्ति नै ऊ सजग हुन्छ र उसका खुट्टाहरू बलिया हुन्छन् र जिन्दगीमा कहिल्यै नलडेकाहरू भन्दा ऊ आफ्नो जिन्दगीमा आइपर्ने स–साना गिटी, ढुङ्गा, रोडाहरूदेखि ठूल्ठूला पत्थररूपी अवरोधहरूमा

ठोक्किएला कि फेरि लडिएला कि भन्दै सजकताका साथ हिँड्छ । कहिल्यै नलडेकाहरू, ठोकिएला कि, चिप्लिएला कि भनी डराई डराई हिँडिरहेकालाई भन्दा त्यो कठिनाईपूर्ण बाटोमा हिँड्ने बानी परिसकेको उसलाई गन्तव्यमा पुग्न चाँडो र सजिलो हुन्छ । सुनौलो बिहानीको अनुभूति गर्न कालो अन्धकारको सामना गर्नैपर्ने हुन्छ, जुन ध्रुवसत्य हो ।

त्यसैले कोही पनि बिग्रेको, गर्न नसक्ने या असफल हुने भन्ने हुँदैन । थोत्रा मान्यताहरूले उनीहरूलाई त्यस्तो बनाएको हो । बिग्रेको, गर्न नसक्ने, खत्तम या असफलता भनेको केवल हाम्रो मानसिकतामा हुने कुरा हो । समय बदलिन बेर लाग्दैन यो अर्को सत्य हो । अरूले जीवनभर प्रयास गर्दा पनि हासिल गर्न नसकेका उपलब्धीहरू छोटो समयमै हासिल गरेका थुप्रै उदाहरणहरू इतिहास पल्टाएर हेर्दा थाहा हुन्छ । कैयौं आज पनि हाम्रो अगाडी जीवित नै छन्, भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी, चलचित्र कलाकार शाहरूख खान, अक्षयकुमार, एलोन मस्क आदि जीवित उदाहरणमा पर्छन् । त्यही भएर त "सुनारको शय चोट, कामीको एकै चोट" भन्ने भनाई बनेको हो । सधैं कुखुराको मासुको किमा हालेर मःमः पकाउने, अनि अनेक बुट्टाहरू भरेर र अनेक आकारमा पकाउँदा पनि स्वादमा भिन्नता आएन भनेर तनाव लिएर हुन्छ त ? बुट्टा फेर्दैमा मःमः को स्वाद फेरिने होइन । त्यसको स्वाद त त्यसभित्रको वस्तुबाट आउने हो, त्यो बाहिरी पीठोलाई बुट्टा भर्न छाडेर, त्यसभित्रको तत्त्वलाई अलि मर मसला हाले या किमा परिवर्तन गरे मात्रै स्वाद फेरिन्छ र मन पनि सन्तुष्ट हुन्छ ।

यी सबै कुराहरू, झुसिलकीरालाई देखेर डराउने दुरदुर गर्ने र सनक चले मारिदिने पनि, त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई के थाहा कि

त्यही भुसिलकीरा कुनै दिन सुन्दर पुतली बन्नेछ र यस पर्यावरणमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाउने छ भनेर । कतिलाई त यो कुराको ज्ञान भएता पनि अबुझ भएर आफ्नो अहंकारमुनि दबिएर, बेवास्ता गरेर बसेको देख्छु म । हाम्रो जीवनको हरेक दिन आउने सकारात्मक सोचहरूलाई मात्र जम्मा गरेर, आफ्नो सकारात्मक ऊर्जाहरूको ब्याटरीलाई शय प्रतिशत पूर्ण बनाउँदै आफ्नो जीवन फलदायी बनाउने प्रयास शुरू गरे, ती सबै कुराहरूलाई नजरअन्दाज गर्न नसकिने रहेछ । सत्य देखिन थाल्ने रहेछ ।

हामीसँग धन बल र यौवन हुँदा, पहिला आफ्नो मात्र पीर, माया लाग्ने अनि पछि ती सबै हुँदै जाने रहेछ भनेर थाहा पाएपछि आँफूले आजसम्म जम्मा पारेर संचय गरेका सबै कुराको कसले हेर विचार गरिदेला भन्ने चिन्ता मृत्युको शय्यासम्म लिन्छौं । पूरा जिन्दगी नै कहिले यसको त कहिले त्यसको तनावमा बिताउँछौं तर हामीले यो बुझ्नै चाहन्नौं कि जति तनाव लिए पनि हुनेवाला केही छैन, परिवर्तनको विरूद्धमा उत्रिएर काम छैन । जे हुनेवाला छ भएरै छोड्छ र जे हुनेछ भनै राम्रो हुनेछ । तिमी विना संसार नै रोकिन्छ या अड्किन्छ भन्ने भ्रम छोड्नुपर्ने रहेछ । हरेक मूर्ख ईंट्टाहरूलाई घमण्ड छ कि, त्यो भित्ता उसैमाथि अडिएको छ ।

***

जसले हाँस्न जान्यो, उसले बाँच्न जान्यो भनेर थाहा हुँदाहुँदै हामीले, हाँस्न छोडेका छौं, त्यसैले सही तरीकाले बाँच्न पनि छोडेका छौं । हामी जन्मिँदा, बाल्यकालमा एक दिनमा करीब चार शय पटक हाँस्थ्यौ, त्यो क्रम घट्दै आएर युवा अवस्थासम्म आइपुग्दा करीब सत्र पटक मात्र हाँस्न थाल्यौं र अन्त्यमा वयस्क

अवस्था सम्म आइपुग्दा त शायद हाँस्दा हाम्रो 'बैंक-बैलेन्स' घट्छ कि झैं गरेर हाँस्नै छाड्ने बन्छौं ।

***

आजको म हेर्दा लाग्यो, मिसावट रहेछ समाजको ज्ञान, माया र भावनामा । त्यसैले त कहिले महकिन्थें र बहकिन्थें म । विगतमा मैले जे जस्तो गरेता पनि, मभित्र अनेकौ कमजोरीहरू भएता पनि एउटा खुबी भने पक्कै रहेछ मभित्र, म कसैसँग पनि 'स्वार्थ' को सम्बन्ध राख्दिनरहेछु । जे हुनु थियो भयो, जे गर्नु थियो गरियो, जीवनबाट पाठ सिकेर अघि बढ्नेछु । विश्वास गरौं कि भगवान्ले एउटा अर्को ढोका नखोली, पहिलाको ढोका बन्द गर्दैनन् । अनि भगवान्ले तिम्रो जीवनबाट कसैलाई हटाइदिएका छन् भने भगवान्ले त्यो कुरा सुने, त्यो कुरा देखे जुन तिमीले देख्न र सुन्न सकिरहेका थिएनौ । जसको मतलब तिम्रो अब झनै राम्रो हुनेवाला छ । ढिलो हुनु भनेको असफल हुनु होइन बरू त्यसको मतलब झनै कुनै महान् कार्यको शुरूवात हुनसक्छ । त्यसैले यथार्थमा तिमीले जे गर्छौ आफू खुशी हौ, किनकि अरू मानिसले तिमीलाई मनपराउनु भनेको बोनस हो भने तिमी आँफैले आँफूलाई र आफ्नो सबै कार्यलाई मनपराउने भनेको सही उपहार हो ।

***

यस संसारमा कुनै कुरा छिट्टो उम्रिन्छ त कुनै उम्रिन समय लाग्छ । घाँस गाजर उमार्न दुई-चार दिन भए पुग्छ । मौसमी फलफूल उमार्न दुई-चार दिनले पुग्दैन, दुई-चार महिना नै लाग्छ र त्यस्तो रूख उमार्न, जुन शयौं वर्षसम्म रहोस् अनि त्यसको

मुनि हजारौले शीतल छहारी पाएर विश्राम गर्न मिलोस्, त्यस्तो रूख फल्न दुई चार दिन, हप्ता या महिनाले पुग्दैन, त्यसका लागि पूरा जीवन नै लाग्न सक्छ । कुकुरका बच्चाहरू छिटो छिटो जन्मेर बाटोभरी भुक्दै बस्छन् तर धेरै समय लगाएर जन्मेको हात्तीको बच्चा जब त्यही बाटो हिँड्छ, तब त्यही बाटो खाली हुन्छ भनेर प्रकृतिले नै हामीलाई सिकाई रहेता पनि, यस कुराको ज्ञान सबैलाई भएता पनि, अज्ञानी जस्तो व्यवहार देखाउँछौ हामी अरूलाई त के कुरा, आफनै सन्तानले नै हामीले आफ्नो इच्छा अनुरूप नतिजा दिन सकेन भने उनीहरूको इच्छा कहिल्यै नसोधी, यस्तो उस्तो भन्दै गाली गर्ने, सराप्ने र हतोत्साहित पार्ने कार्यहरू गरी उसलाई शारीरिक र मानसिक यातनाहरू दिन्छौं हामी । बालुवाको थुप्रोमा पानी हालेर फूल फूललाई, त्यस व्यक्तिलाई, आफ्नो सन्तानलाई दिएर, आफ्नो फूटेको अभागी कर्मलाई धिक्कार्दै विलौना गर्दै, सजिलो बाटो अपनाएर सम्पूर्ण दोषबाट पन्छिन्छौं हामी ।

***

हाम्रो बच्चाले, परीक्षाको नतिजामा विज्ञानमा १० मा ७, यानि १०/७ ल्याउँछ र इतिहासमा १० मा ३, यानि १०/३ ल्याउँछ भने हामीले स्वतः हाम्रो बच्चा इतिहास विषयमा कमजोर भयो भनेर उसलाई ट्यूशन पढाउन थाल्छौं र हाम्रो सम्पूर्ण ऊर्जालाई त्यही इतिहास विषयमा केन्द्रित गरेर त्यसमा कसरी धेरै अंक ल्याउन लगाउने भन्नेतिर लागिपर्छौं । तर यदि हामीले त्यो १०/७ ल्याएको विषय विज्ञानमा धेरै ध्यान दिएर दश यानि १०/१० ल्याउन सक्थ्यो र पछि त्यस विषयमा विज्ञ भएर ठूलो प्रगति गर्न सक्थ्यो भनेर

कहिल्यै सोचेका छौं त हामीले ? छैनौं नि, परम्पराहरू र संस्कारहरू बाहेक अरू तरीकाले सोच्ने, हेर्ने र देख्ने फुर्सद भए त त्यसरी सोच्थ्यौं नि । त्यही भएर दुर्भाग्यवश हामीले हाम्रा कुचलनहरूलाई पछ्याउने बहानामा त्यस बच्चालाई पनि आफ्नो खिया लागेका मान्यताहरूले थिचेर, इतिहास विषयमा नै जोड दिन लाउँछौ, फलस्वरूप न उसले विज्ञानमा राम्रो गर्न सक्छ, न नै इतिहासमा । नतिजास्वरूप उसले दुइटै विषयमा सामान्य अंक ल्याउँछ अनि त्यहींबाट शुरू हुन्छ उसको एउटा सामान्य बच्चाबाट सामान्य मानिस बनेर हुर्किने यात्रा । अनि तनाव नै तनावका साथ जिन्दगीसँग कुश्ती खेल्दै एउटा सामान्य मानिस बनेर जीवनयापन गर्न बाध्य हुन्छ । अनि त्यत्तिकै सकिन्छ ऊ विचराको जीवन, सामान्य उपलब्धीहरू गास, बास र कपासमै । हाम्रो एउटा सानो लापरवाहीले गर्दा ऊ जुन रूपले फक्रिन पर्ने थियो, त्यसरी फक्रिन पाउन्न, जसले गर्दा उसले आफ्नो वास्तविक स्वरूप लिन पाएन । यो यथार्थलाई बुझ्ने प्रयास आजसम्म गरेका छौं त हामीले ?

***

गुलाबको बोटमा कमलको फूल फुलेन भनेर दुःख मानेर, तनाव लिएर हुन्छ त ? बोट पनि गुलाबको, त्यसैले फूल पनि गुलाबकै त फुल्यो भनेर सहजतापूर्ण स्वीकार गर्न सके, तपाईंको सन्तानले आफनै घरभित्र, आफनै परिवारसँग खुशी पाउने थियो । तर आजकल प्रायः सबै युवाहरूको एउटै गुनासो छ, मेरो परिवारले मलाई बुझ्दैनन् । त्यसैले उनीहरूले आफ्नो घरभित्रका ती आँफूलाई बुझ्न नसकेकाहरूलाई खुशी नपाएपछि खुशी खोज्न बाहिरको संसारमा भौंतारिन्छन् । अनि त्यहींबाट शुरू हुन्छ,

एन्जाइटी (Anxiety), फ्रस्टेशन (Frustration) डिप्रेशन (Depression) र एडिक्शन (Addiction) जस्ता घातक मानसिक रोगहरूको समस्या । आज संसारमा सबैभन्दा धेरै बिक्री हुने औषधी नै मानसिक रोगहरूको औषधी हो । आत्महत्याको दर पनि ह्वात्तै बढ्दो छ । यी सबै यत्तिकै आँफै भएको होला त ? परिवारभित्रबाटै असमभदारीको खाल्डोको गहिराई बढेर पो त्यस्तो भएको हो कि ? गैर सामाजिक (Anti-social) गतिविधि गर्नेहरू आमाको पेटबाट कम तर समाजको गेटबाट धेरै जन्मिन्छन् । त्यसैले, जबसम्म मनस्थिति बदलिन्न तबसम्म परिस्थिति सदा उही रहन्छ र सधैं उही घोडा र उही मैदान रहनेछ । जिन्दगी केवल गणित होइन रहेछ, आफ्ना स्वार्थहरू जोड घटाउ गर्न । जिन्दगी त सही अर्थमा समभदारी रहेछ, प्रेम रहेछ, जहाँ कुनै प्रकारको गणित या हिसाब नहुने रहेछ ।

हामीले जिन्दगीमा 'समस्याहरूको चक्र' मा होइन 'संभावनाहरूको चक्र' मा ध्यान दिनुपर्ने रहेछ । ठूला ब्राण्डेट (Branded) सामानहरू धनी वर्गलाई लक्ष्य गरेर बनाइएका भएता पनि त्यसलाई प्रयोग गर्न नपाएर निम्न र मध्यम वर्गहरू नै सबैभन्दा धेरै पीडित र दुःखी हुन्छन् । किन त ? भन्ने कुरा बुझ्न सक्नुपर्छ । त्यसले के कुरा प्रमाणित गर्छ भने, मानिस अभावले भन्दा स्वभावले धेरै दुःखी हुन्छ । यो सत्य बुभ्रेपछि आफ्नो स्वभाव र आँफैलाई परिवर्तन गर्नेतिर पो लाग्ने कि ? सुखी, खुशी र आनन्दको जीवन पो जिउने कि ?

***

यो संसारमा साढे सात (७.५) अरब जनसंख्या छ । त्यसैले यदि तपाईंको बारेमा कसैले नराम्रो सोच्छ भने कति जनाले त्यस्तो सोच्छन् होला ? तपाईंको समाजमा कति जना होलान् त्यस्तो सोच्ने ? सात शय ? सात हजार ? सात लाख ? सात करोड ? अब साढे सात अरबबाट त्यो संख्या घटाउनुस् । कति निस्कियो ? हो यो संसारमा बाँकी रहेका त्यति मानिसहरूको नजरमा राम्रो बन्न सक्नुभयो भने ती नराम्रो सोच्नेहरूको केही अस्तित्व रहँदैन, आँफै हराउँछन् । सुन्दा या पढ्दा नराम्रो लाग्ला तर यो समाज भनेकै, 'Energy Sucking Vampire' हरूको बाहुल्यता भएको ठाउँ हो, जसको प्रमुख काम नै अरूको बारेमा चासो लिने, कुरा काट्ने, होच्याउने, गिराउने, खुट्टा तान्ने र डाह गर्ने हो । जसलाई म अर्को शब्दमा 'भावनाको शिकारी' (Emotional Predator) पनि भन्ने गर्छु । अब जुन समाजले तपाईंको मृत्यु भएको पाँच मिनेटमै तपाईंको बारेमा सब भुल्छ, यहाँसम्म कि तपाईंको नाम नै भुलेर तपाईंलाई 'लाश' भन्छ भने त्यस्तो समाजको कुरा सुनेर आफ्नो जिन्दगीमा असर पार्ने, तिनीहरूको कुराले तनाव लिने र तिनैहरूलाई 'ईम्प्रेस' गर्ने चक्करमा आँफू जिन्दगी भर 'डिप्रेस' भएर बाँच्ने कुरा कत्तिको बुद्धिमानी हुन्छ होला त ? त्यही भएर म 'Ignorance is bliss' यानि बेवास्ता गर्नु नै परमआनन्द हो भन्ने गर्छु र जसले त्यस्तो गर्न सक्दैन ती विचराहरूलाई 'Get well soon' यानि यो रोगबाट चाँडै सन्चो हुनुस् भन्छु ।

***

वास्तवमा भन्ने हो भने 'मन' भन्ने केही कुरा नै छैन, त्यो सबै हामीले हाम्रो आवश्यकता र चाहना छुट्याउन नसक्दाको

नतिजा मात्र हो । चाहना परिवर्तन हुनसक्छ तर आवश्यकता हुँदैन । हामी लगायत, प्रकृतिमा भएका सबै कुराहरू बाहिरबाट कडा देखिएता पनि तिनै वस्तुहरूको भित्र अत्यन्तै सुन्दर महत्त्वपूर्ण, मीठो तत्त्व हुन्छ । उदाहरणको लागि- ओखर, मोती, कोइला आदि हेरौं न । प्रकृतिले पनि त हामीलाई यहाँ हेर भन्दै सिकाइरहेकी छिन् । त्यसैले कोहीलाई उसको बाहिरी आवरण मात्र हेरेर, अरू केहीसँग तुलना गर्दै, कहिल्यै कम नसोच्नु । तुलना र अरूबारे आँफूले फैसला गर्ने बानी एकदम खतरनाक हुन्छ । हामीले मानिस (People), स्थान (Place), वस्तु (Thing) लाई कहिल्यै परिवर्तन गर्न सक्दैनौं, सिर्फ अलग भएको छ भनेर भ्रममा बस्न मात्र सक्छौं । परिवर्तन गर्न सकिने भनेको सिर्फ एउटा कुरा मात्र छ । त्यो हो हाम्रो 'दृष्टिकोण' । त्यसैले उच्चशक्तिसँग हामीलाई सधै 'शान्त' राखेर परिवर्तन गर्न नसक्ने कुरालाई 'स्वीकार' गरेर, परिवर्तन गर्न सक्ने कुरालाई परिवर्तन गर्ने 'साहस' दिनुहोस् र यी दुवै कुराहरू बीचको भेद छुट्याउन सक्ने, बुझ्न सक्ने 'विवेक' दिनुहोस् भन्दै सधैं प्रार्थना गर्दै, त्यसैलाई आत्मसात गर्दै अघि बढेमा जीवन आनन्दमय हुने कुरामा दुई मत छैन । जसरी एउटा सानो झिल्काबाट आगो बिस्तारै सल्किँदै गएर सबैतिर दन्किन्छ, त्यसैगरी हामी पनि स्थिर, संयम र एकाग्र भएर एकचित्त भई अगाडी बढ्न सके हामीभित्रको ज्ञानरूपी झिल्का सबैतिर आगो बनेर दन्किन समय लाग्दैन । आँधिहुरी जस्तै हो, हाम्रो मस्तिष्क, यसलाई शान्त राख, त्यो आँफै सम्हालिन्छ । कहिलेकाहीं हामीले चाहेको कुरा प्राप्त गर्दैनौं, किनकि हामी त्योभन्दा पनि धेरै राम्रो पाउन योग्य छौं । त्यसैले जबसम्म कोही अरूसँग डराउँदै बाँच्छन्, तबसम्म उनीहरूको जीवनको निर्णय

अरूले लिँदै जान्छन् । अण्डा टुक्रिएर भित्रबाट चल्ला निस्किए जस्तै, टुक्रिनुको मतलब सधै खत्तम हुन मात्र हुँदैन, कहिलेकाहीं टुक्रिनुको मतलब नयाँ जीवनको शुरूवात पनि हुन सक्छ । त्यसैले आँफूलाई स्पेशल सम्झेर जिउन शुरू गरौं । किनकि भगवान्ले केही पनि फाल्तु कुरा बनाएकै छैनन् ।

***

विचार म होइन, विचारलाई देख्नेवाला म हुँ । मन पनि म होइन, मनमा चर्तिकला गराउनेवाला चाहिँ म हुँ । तातो कुरामा जे राखे पनि फैलिन्छ, जसरी तातो भाँडोमा जमेको घिउ राख्दा फैलिन्छ । हामी पनि जमेको एक ऊर्जामात्र हौं, जसभित्र सकारात्मक र नकारात्मक दुवैखाले मिश्रित ऊर्जाहरू छन् । अब हामी तातेको अवस्थामा कुन ऊर्जा त्यसमा राख्छौं, त्यो त्यसैगरी फैलिन्छ । रीस, अहंकार राखे, त्यो त्यसैगरी फैलिन्छ र जोश जाँगर राखे त्यो पनि त्यसैगरी फैलिन्छ । या जीवन हाम्रो हो, त्यसैले कस्तो ऊर्जा राख्ने, छनौट पनि हाम्रो नै हो । मन जति चञ्चल हुन्छ, हाम्रो शक्ति त्यत्ति नै क्षय हुन्छ, त्यसैले मन जति शान्त हुन्छ, हामीभित्र त्यति नै शक्ति बढ्छ । यो सत्यको ज्ञान भएपछि नकारात्मक ऊर्जाहरू जसले हाम्रो शक्ति सोस्ने, हामीलाई क्षीण बनाउने कार्य त्यस्तालाई फैलिन दिएर, आफ्नो मनलाई अब चञ्चल बनाउछौं त ?

***

भर्खरै जन्मेको शिशुसरी एकचित्त भएर ध्यानमा बसेर, फेरि नयाँ रूपले पूर्ण खाली मस्तिष्कका साथ, नयाँ, ढाँचामा, नयाँ

सकारात्मक ज्ञानहरू आफ्नो मस्तिष्कमा भर्दै, आँफूलाई पुनः प्रोग्राम (Re-Program) गर्न सक्यौं भने आफ्नो जिन्दगीलाई आँफूले चाहे अनुरूपको फेरि पूर्ण रूपमा स्वस्थ शान्त र आनन्दको जीवन बिताउन सकिने रहेछ । हामी प्रकृतिमा भएका मानिस लगायत सबै कुरा परिवर्तनशील छन् र सबै परिवर्तन झनै राम्रो हुनको लागि भइरहेको छ । यो कुरा इतिहास र प्रकृतितिर फर्केर हेरे पनि सिकिन्छ, बुझिन्छ । त्यसैले, अरूको 'श्राप' लाई आफ्नो 'वरदानको' रूपमा विकास गर्दै, जीवनमा 'आश' र 'त्रास' नलिई, यो परिवर्तनको डर लाई हटाएर, त्यसबाट अब झनै राम्रो हुँदैछ भन्ने बुझेर त्यसैलाई हाँसी हाँसी स्वागत गरेर 'परिवर्तनको शक्ति' को रूपमा मानसिक विकास गरेर, त्यसलाई स्वीकारेर, आनन्दले जीवन बिताउन सकिन्न र ?

***

हरिणले बिहान उठ्नासाथ सोच्छ कि, आज म जोडले कुद्न सकिन भने बाघबाट मारिन्छु । त्यसैगरी बाघले पनि सोच्छ, आज म जोडले कुद्न सकिन भने हरिण समाउन नसकेर भोकै मर्छु । कुद्न त सबैलाई छ, चाहे ज्यान जोगाउन होस् या ज्यान पाल्न र जिन्दगीको दौडमा कोही 'केही' बनेर दौडिन्छन् भने कोही 'अरू केही' बनेर दौडिन्छन् । दौडिन सबै दौडिन्छन् । महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने, दौडिन सकिन भनेर हार मानेर कहिल्यै रोकिनु हुँदैन । बाँचुन्जेल केही न केही निरन्तर गरिराख्नु पर्छ । किनभने यो शरीर जति चलायो त्यति चल्छ, जति चलाएन उति खिया लाग्छ । त्यसैले आफ्ना मान्यताहरू, संस्कारहरू आँफै निर्माण गर्नु, अरूलाई हेर्न छोड्नु, किनभने अरूको काम नै हो– हेर्ने र भन्ने । जीवनको

महान् आकाशमा उड्ने हो भने अरू जतिवटा सानातिना लक्ष्यहरू भएता पनि एउटा चाहिँ महान् लक्ष्य बोक्नै पर्छ ।

***

निष्कर्षमा भन्नुपर्दा, विज्ञान, धर्म, अध्यात्म, प्रकृति आदि हरेक कुरामा उही एउटै नियम लागू भएको छ । सिर्फ त्यसलाई हेर्न चाहने स्पष्ट नजर मात्र हुनुपर्यो । हामीले हाम्रो जिन्दगी कस्तो बनाउने, हाम्रै हातमा निर्भर गर्छ । भाग्य निमोठेर मार्न चाहन्छौं या आकाश छुने गरी उड्न । 'बीउ' सानो नै हुन्छ तर त्यही बीउ पछि विशालकाय रूख बन्छ, यो कहिल्यै नभुलौं । यी सबै कुराहरू हामीले बुझ्ने कहिले ? यी सब बुझ्न के कुराको प्रतीक्षामा छौं हामी ? अब त हाम्रो न 'सिङ' उम्रनेवाला छ, न पुच्छर पलाउनेवाला छ । जिन्दगीले भ्रममा अल्झाएर, घोप्टो पारेर, मज्जाले पूठामा 'लात' हानिसक्दा पनि अझै 'मपाईं' भन्ने अहंकारले भरिएको भावना छोड्दैनौं भने हाम्रो केही हुनेवाला छैन ।

हामी सब एक हौं । यो सारा प्रकृति, सारा सृष्टि नै एक हो । चाहे त्यो जनावर होस्, मानिस होस् या कुनै वनस्पति नै किन नहोस् हामी सब एक हौं । जसरी मलाई घाउ हुँदा, अरूले नराम्रो भन्दा चित्त दुख्छ, त्यस्तै अरूलाई पनि मैले गर्दा दुख्छ । त्यसैले 'ऊ' नै 'म' हुँ भन्ने भावना विकास गर्न सके, यो सत्य बुझ्ने थियो र कसैले कसैलाई पिडा दिन खोज्दैन थियो । तपाईंले कहिल्यै कुनै भिकरीहरूलाई केही सिक्काहरू दिदाँ, त्यो सिक्काहरू आँफैलाई दिइरहेको महसूस गर्न सक्नुभएको छ त ? अरूको दु :ख पिडा महसूस गर्न सके, भगवान् भनेकै तपाईं हो । परमात्माको सन्तान आत्मा बास गर्ने हाम्रो शरीररूपी मन्दिरले, यस बास गर्ने भगवान, यानि 'म' भन्ने भगवान्ले कसैकोबारेमा नराम्रो सोच्ने,

बोल्ने या कार्य गर्न सक्ला त ? यो भगवान्ले पनि अरू भगवान् जस्तै सबैको हित र भलो हुने कार्यहरू नगर्ला त ? जबसम्म यस्ता कुराहरूमा ध्यान दिइन्न, विचार पुऱ्याइन्न तबसम्म 'प्रेम' को सही अर्थ कसैले बुझ्ने छैनन् र सुन्दर समाज अनि सभ्यताको निर्माण हुनेवाला छैन ।

अरू कोहीले तपाईंलाई रगत लागेको चक्कू दिँदा तपाईंले त्यस खराब, शंकास्पद कुरालाई लिनुहुन्न भने त्यसैगरी अरूले दिएका नराम्रा कुराहरू, नराम्रा शब्दहरू, नराम्रा व्यवहारहरूलाई चाहिँ किन लिनु हुन्छ ? किन स्वीकार गर्नुहुन्छ ?

म सिर्फ धन्यवाद मात्र भन्न चाहन्छु । किनकि तपाईंको घृणा र आलोचनाले नै मलाई शक्ति प्रदान गर्‍यो । मैले त धेरै अघिबाट अरूको कुरालाई स्वीकार गर्न छोडिसकें । अरूले जे भने पनि एउटा कानले सुन्छु, अर्कोबाट बाहिर निकाल्छु, केही प्रतिक्रिया देखाउँदिन । मेरो आफ्नो संस्कार, मान्यता र परम्पराहरू म स्वयंले निर्माण गर्दैछु । त्यसैले त, जसले जे भने पनि, "होला म त्यस्तै छु" भनेर उम्किने गर्छु । मैले जमानामै अरूका आलोचनालाई हेर्न छाडिसकें । जबसम्म मैले अरूको आँखामा हेरें, मसँग आँफूलाई हेर्न समय थिएन । अरूको आँखा त पलपल बदलिरहेको हुन्थ्यो । हेर्न पनि कत्तिलाई हेरौं ? मानिस पिच्छे छुट्टै आँखाहरू छन् । अनि ती सबै छुट्टै आँखा पिच्छे दृश्य पनि छुट्टै देखिन्छ । त्यसैले अरूका आँखामा आँफूलाई हेर्नु भनेको कतई पनि बुद्धिमानी होइन । अरूलाई हेर्न छोडेर आँफैलाई हेर्नु नै वास्तविक जीवन हो । यहाँले कहिलेदेखि आँफूलाई हेर्न शुरू गर्नु हुन्छ ?

***

उसले ताराहरू झारेर गई
जमीनमा बजारेर गई
फुलिरहेको फूललाई झारेर
माटोमा गाडेर गई
कैयौंको जीवन, उजाडेर गई
जे गरी एकदम ठीक गरी
मलाई सत्य तिर लतारेर गई
यस मायाजालबाट निकालेर गई
आँफैले झारेर त्यही फूलबाट,
त्यही माटोमा
झन् नयाँ फल पो फलाएर गई
सबै भ्रमहरूलाई उधारेर
सबैसँग प्रेम बसाएर गई
झनै सुन्दर जीवनको बाटो देखाउँदै
मलाई भित्रैबाट नियालेर गई
'परिवर्तनकी देवी' ले मलाई
भीडबाट अलग निकालेर गई
मृत्युदेखि मोहनी लगाएर गई
आँफूसँग प्रीति बसाएर गई
मलाई हँसाएर गई
मलाई बचाएर गई ॥

म कहिल्यै हार्दिन
~ कि म जित्छु ।
~ कि म सिक्छु ।
परिवर्तन कुनै पर्व होइन ।
यो एउटा नियमित प्रक्रिया हो ।

- आशिष जङ्ग