

वर्ष ०२ | अंक ०२

अगस्त २०२२

हाम्रो सन्देश

हाम्रो स्वाभिमानले सीरी फोर्ट, नई दिल्लीमा, भव्य रूपले मनायो

हरितालिका तीज



12

हाम्रो गौरव पुरस्कार वितरण



हाम्रो सन्देश

आशीर्वाद एवं मार्गदर्शन
योगक्रष्णि परम पुज्य स्वामी
रामदेवज्यु महाराज

एवं

आयुर्वेद शिरोमणि परम श्रद्धेय
आचार्य बालकृष्ण महाराजज्यु

सम्पादक
मोहन कार्की



कार्यालय

हाम्रो स्वाभिमान ट्रस्ट
योग समिति भवन
पतंजलि योगपीठ, फेस-11
निकट बहादुरबाद-249405

हाङ्गिरा



+91- 7217016080



headoffice@hamroswabhiman.com



www.hamroswabhiman.com



हरितालिका तीज



70

हाम्रो संस्कृति



हाम्रो सन्देश नेपाली परम्परा र संस्कृतिको बारेमा सचेतना फैलाउनेको लागि एक पहल हो।
पढ्नुहोस् र साझा गरेर नेपाली भाषा/भाषी हरूको आवाजलाई बुलन्द बनाउनहोस्।

शशवत प्रज्ञा

परम पूज्य योग-क्रषि श्रद्धेय स्वामी ज्यु महाराजको
शशवत प्रज्ञाबाट निःसृत शाश्वत सत्य ...

अंडेप्र

जीवन में निष्ठिकीभूमिका

ज्ञानसे लैकर मृत्युपर्यन्त हम कैथमि न, पारिखालि
सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक, कौशलिकरण छे
जीभीनिष्ठ्य लैरे होइँ। इन्हीं कैसलों रहे हमार
हमारे धर, परिवार, समाज, १०४८ विक्रियाका
वर्तमानब अधिष्ठ दय दैराहाई। हमारे सुख,
दुःख, लाभ-दानि, सफलता-विफलता, जय-
पराजय, प्रगतियाहुर्वर्ति कामी काम द्वारा
छोडै बकड़ीनिष्ठ्य होइरहुई होइँ। अतः निष्ठिक
कैदहार्दर्म में कुछ गांमीरकाहों की ऊरक्षाओं
समस्त लक्षण द्यान दिलान। याहाँ होइँ।

1. जुलातमक रूपसे लब बाबों को लक्ष्य; कामुक्यहुन
कर्त्तृ सब प्रकारकी-कारीरिक, मानविक, आविक, वैयक्तिक
पारिवारिक, सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक एवं प्रशासनिक आदि
लाभवद्यानिकादि कावियाएकाकै सभी निष्ठिकरे

2. अपने कुञ्जांको केलाय लाय त्रिक्षियोंके कुञ्जांक, अपने
पूर्वजोंके राष्ट्रयाम, आदशों, धैरा, धर्म, लंकुलि व
पर्याप्त आदिकीभी लाभद्यानिकावियाप्त कर्त्तृ।

3. तात्कालिकसामाजिक, छुंगुङु, जुकपूर्यक्य मान-
वास्त्राभिमुक्ति।

શ્રીપત્રમાન, સંપૂર્ણ વિષયાલાં આ વિકેન્દ્રાથસાય હીન્દુ
કાળિક સાધારણિકાની ગર્ભાવિદ્યા, પ્રાણી વિજ્ઞાનોએ છે।

૪. ઉચ્છ્વાસમધનિ દેખી બેસી શ્રી જિલ્લાકી કૃતિપુરુષ દેખાએ
શ્રી નૈની વ્યવસાયિક, રાજ્યાલ્લિક્રિલાઇન્ડ વ્યવસ્થા
લાયાજીઓ માનવિક્રમાન વિશ્વાસજીવાદિ પરનું શીર્ષકાલેનું
સુપરિદેંદ્રાં અર્થગતીપૂર્વક વિચારકાળ-વારદિની
જીની નીતિગત નિર્ણય લેતે છે. તન-કૃત્ય-ઉદ્ઘોષ-
વાચિકય, શિક્ષા, વાચિકય, ચર્ચા, ઉંઠુણિ, પ્રકૃતિ,
મનુષ્ય એવં પ્રાણી જીવન જીવનાનું પરસ્તથા
મનુષ્યને જ્ઞાયાર વિચારવાની વ્યવહાર વિકાસ
વ માનવિક પરસ્તા-કાળિક વીધિકાલિક તુટિસી
ક્યા પ્રમાણ પડેલા ૧૮૦-૧૦૦-૮૫૦ વિન્દીની તક દમાડી
આગામી પી દિનોં ૧૧૦૫૫૦ વિશ્વાસ કરીનો ગઈએ
પ્રમાણ પડેલા કાઢી વિશ્વાસ કરીની ચંદ્ર
ક્રમાંગ સોંચે।

૫. આરાન, કાન, કોષી, લોમ, માંદ, ઝંકાદ, હુદ, ટ્રેનાદ, લાંબી, પુષ્પ
દવારે, સલાર, લિલાકાર, જારિ, કંધા, સમુદ્રાય યા ઝાંદુ
કિલીભી આગ્રહ ને મુક્તદોક્ટર નિર્મિતો, નિર્મિતો કે પરિધિમાન
પુષ્પાદ્ય, સુંધરાં કે કાણાં પર ગાયી જ્ઞાનકે આધ્યાત્મિક પુષ્પાદ્ય, સલય
નિર્મિતો પરિધિરાં વંસમગ્રતા કાંનમિયાન્દે॥

અનુભૂતિ



अजवायन (यवानी)

परम श्रद्धेय आचार्य
बालकृष्ण जी महाराज



परिचय

यह सीधा, 30–90 सेमी. ऊँचा, शाखित, अरोमिल अथवा अल्प रोमश, वर्षायु, सुगम्भित शाकीय पौध होता है। अजवायन मूलतः मिश्र, ईरान तथा अफगानिस्तान से प्राप्त होती है। भारतवर्ष में मुख्यतः राजस्थान, पंजाब तथा गुजरात में इसकी खेती की जाती है। भारतवर्ष में अजवायन का प्रयोग औषधि के रूप में बहुत प्राचीनकाल से हो रहा है। प्रसूति के बाद स्त्री को इसका विशेष रूप से सेवन कराया जाता है। इससे अन्न का पाचन ठीक होता है, भूख अच्छी लगती है, गर्भाशय की शुद्धि एवं पीड़ा दूर होती है। पाचक औषधि के रूप में इस बूटी ने बहुत प्रसिद्धि पाई है।

वानस्पतिक नाम :

Trachyspermum ammi (L.) Sprague
(ट्रैकीस्पर्मम् ऐम्पी) **Syn.-Carum copticum**
(L.) Benth.& Hook.f.ex Hiern

Apiaceae (ऐपिएसी)
The Bishop's weed (दि बिशॉप्स वीड)
उग्रगन्धा, ब्रह्मदर्भा, दीप्या, यवानिक, दीप्यका, अजमोदिका, यवानी
अजवायन, अजवाइन, अजमायन, जवाइन, जवायन, अजवां, अजोवां
अजवायन (Ajwayan)
वोम (Vom) ओम (omu)
अजमो (Ajamo)
ओमुम (Akkirakaram), अकरकरम (Akarkaram)
अकरकरमु (Akarakaramu)
आकरकरा (Akarkara)
अकराकरा (Akarakara)
अक्कलकरा (Akkalkara) अक्कीकारुका (Akkikkaruka)
स्पनिश पल्लीटोरी (Spanish Pellitory)
स्पनिश कैमोमाइल (Spanish Chamomile)
अकरकरहा (Aqarqarha), आकरकरहा (Aqarqarha),
अदुल-कराह (Audul-qarha)
बेहमपाबरी (Behampabri)

आयुर्वेदीय गुण-कर्म एवं प्रभाव

अजवायन दीपन, पाचन, वातानुलोमन, शूलप्रशमन, जीवाणु-नाशक, गर्भाशय-उत्तेजक, उदर-कृमिनाशक (अंकुशमुख कृमि पर विशिष्ट घातकक्रिया), पित्तवर्धक, शुक्रनाशक, स्तन्यनाशक, कफवातशामक, ज्वरघ्न, शीतप्रशमन, वेदनास्थापन तथा शोथहर है। इसका वाष्पशील तेल विभिन्न प्रकार के रोगजनक कवक प्रजातियों के प्रति कवक विषाक्तता प्रदर्शित करता है।

औषधीय प्रयोग, मात्रा एवं विधि

सावधानियाँ, निषेध, विषाक्तता, अनुपयुक्तता:

इसका प्रयोग मात्रानुसार तथा चिकित्सक के निरीक्षण में ही करना चाहिए।

प्रयोज्यांग: बीज तथा तेल।

सिर की जूँ—10 ग्राम अजवायन-चूर्ण तथा 5 ग्राम फिटकरी को, दही या छाछ में मिलाकर बालों में मलने से लीखें तथा जूँ मर जाती हैं।

प्रतिश्याय—200 से 250 ग्राम अजवायन को मलमल के कपड़े में बांधकर पोटली बनाकर तवे पर गर्म करके सूंधने से प्रतिश्याय तथा शिरोवेदना का शमन होता है।

1 ग्राम अजवायन, 1 ग्राम सोंठ तथा 2 नग लौंग को 200 मिली. पानी में पकाकर $1/4$ भाग बचने पर, छानकर पीने से जुकाम व सर्दी का शमन होता है अथवा केवल अजवायन का क्वाथ बनाकर पीने से या 2–3 ग्राम अजवायन-चूर्ण को गुनगुने पानी या दूध के साथ दिन में दो या तीन बार सेवन करने से भी जुकाम, खांसी तथा सिर-दर्द का शमन होता है।

कर्णशूल—10 ग्राम अजवायन को 50 मिली. तिल के तेल में पकाकर, छानकर रख लें। तेल को गुनगुना कर, 2–2 बूँद कान में डालने से कर्णशूल (कान का दर्द) का शमन होता है। (चिकित्सक के परामर्शानुसार प्रयोग करें।)

खांसी—कफ अधिक गिरता हो, बार-बार खांसी आती हो तो ऐसी दशा में 125 मिग्रा. अजवायन—सत् में 2 ग्राम घृत और 5 ग्राम शहद मिलाकर दिन में 3 बार खाने से कफोत्पत्ति कम होकर खांसी का शमन होता है।

2 ग्राम अजवायन तथा आधा ग्राम छोटी पिप्पली का क्वाथ बनाकर 5 से 10 मिली. मात्रा में सेवन करने से खांसी तथा कफज ज्वर का शमन होता है।

2 ग्राम मुलेठी तथा 1 ग्राम चित्रक—मूल का क्वाथ बनाकर उसमें 1 ग्राम अजवायन मिलाकर रात्रि में सेवन करने से खांसी का शमन होता है।

5 ग्राम अजवायन को 250 मिली. में पकाएँ, आधा शेष रहने पर, छानकर नमक मिलाकर रात्रि को सोते समय पी लें। इससे खांसी में लाभ मिलता है।

खांसी पुरानी हो गई हो, पीला दुर्गन्धमय कफ गिरता हो और पाचन—क्रिया मन्द पड़ गई हो तो 25 मिली. अजवायन अर्क को दिन में 3 बार पीने से लाभ होता है।

पुदीने का सत् 10 ग्राम पुदीने के पुष्प, 10 ग्राम अजवायन सत्, 10 ग्राम देसी कपूर तीनों को एक साफ शीशी में डालकर अच्छी प्रकार से डाट लगाकर धूप में रखें। थोड़ी देर में तीनों चीजों का गलकर पानी बन जाएगा। यह दवा अनेक बीमारियों में काम आती है। (इस औषधि को आंशिक रूप से परिवर्तित कर हम आश्रम में दिव्यधारा के नाम से बनाते हैं) यह सर्दी जुकाम, कफ, सिरदर्द आदि रोगों में अत्यन्त लाभप्रद है।

सर्दी—जुकाम—सर्दी—जुकाम में 3-4 बूँद दिव्यधारा रुमाल में डालकर सूंघने से या 4-5 बूँद गर्म पानी में डालकर भाप लेने से तुरन्त लाभ होता है।

उदरकृमि—स्वच्छ अजवायन के 3 ग्राम महीन चूर्ण को दिन में दो बार छाछ के साथ सेवन करने से आँत के कीड़ों का शमन होता है। यदि इसमें सैंधव मिलाकर सेवन किया जाये तो आध्मान का अर्श का शमन होता है।

अजवायन के 2 ग्राम चूर्ण लो झालं नमक के साथ प्रातःकाल सेवन करने से अजीर्ण, आमवात, कृमिजन्य—उदररोग, अफारा तथा उदरशूल, मन्दाग्नि, अम्लपित्त आदि शान्त होता है।

अजवायन के 500 मिग्रा. चूर्ण में, समभाग काला—नमक मिलाकर, रात्रि के समय गुनगुने जल के साथ सेवन कराने से बालकों का कृमिरोग दूर हो जाता है। कृमिरोग में पत्तों का 5 मिली. स्वरस भी लाभकारी है।

जलोदर—250 ग्राम अजवायन को 1 ली. गोमूत्र में भिगोकर रखें, उसे 7 दिन बाद छाया में सुखा लें, फिर 1-2 ग्राम अजवायन को गोमूत्र के साथ सेवन करने से जलोदर, उदरशूल, खट्टी डकारें आना व पेट की गुड़गुड़ाहट आदि रोगों का शमन होता है।

अजवायन को बारीक पीसकर उसमें थोड़ी मात्रा में हींग मिलाकर लेप बनाकर पेट पर लगाने से जलोदर एवं पेट के अफारे में सद्यः लाभ होता है।

छर्दि—अतिसार—दिव्यधारा की 3-4 बूँदे बतासे में या गुनगुने जल में डालकर आवश्यकतानुसार लेने से तुरन्त लाभ होता है। एक बार में लाभ न हो तो

थोड़ी—थोड़ी देर में 2-3 बार दे सकते हैं।

विसूचिका—दिव्यधारा की 4-5 बूँद हैजे में विशेष—रूप से गुणकारी हैं। दिव्यधारा को हैजे की प्रारम्भिक अवस्था में लेने से तुरन्त लाभ होता है। एक बार में आराम न हो तो 15-15 मिनट के अन्तर से 2-3 बार दे सकते हैं।

अतिसार—मरोड़, पेट दर्द, श्वास, उल्टी आदि बीमारियों में भी 3-4 बूँद दिव्यधारा को बतासे में डालकर लेने से तुरन्त लाभ होता है।

गुल्म—अजवायन सेंधानमक, हरड़ और सोंठ इनके चूर्ण को समभाग मिश्रित कर, 1 से 2 ग्राम की मात्रा में गुनगुने पानी के साथ सेवन करने से गुल्म तथा उदर शूल में लाभ होता है। पेट का दर्द ठीक होता है। वचा, सौंठ, काली—मिर्च तथा पिप्पली से निर्मित क्वाथ के साथ इस चूर्ण को खाने से गुल्म का शमन होता है।

प्रसूता स्त्रियों को अजवायन के लड्डू और भोजन के बाद 2 ग्राम अजवायन की फंकी देनी चाहिए, इससे आंतों के कीड़े मरते हैं, पाचन होता है और भूख अच्छी लगती है एवं प्रसूत रोग से बचाव होता है।

भोजन के बाद यदि छाती में जलन हो तो 1 ग्राम अजवायन और बादाम की 1 गिरी दोनों को खूब चबा—चबा या कूट—पीस कर खाएं।

1 भाग अजवायन, आधा भाग काली—मिर्च और सेंधा नमक को मिलाकर पीसकर गुनगुने जल के साथ 1-2 ग्राम की मात्रा में प्रातः—सायं सेवन करने से उदर—रोग तथा प्रसूत आदि विकारों का शमन होता है।

80 ग्राम अजवायन, 40 ग्राम सेंधा नमक, 40 ग्राम काली—मिर्च, 40 ग्राम काला नमक, 500 मिग्रा. यवक्षर, 10 मिली. कच्चे पपीते का धूध (पापेन) इन सबको महीन पीस कर काँच के बर्तन में भरकर 1 ली. नींबू का रस डालकर धूप में रख दें और बीच—बीच में हिलाते रहें। 1 महीने बाद जब बिल्कुल सूख जाए, सूखे चूर्ण को 2 से 4 ग्राम की मात्रा में जल के साथ सेवन करने से मंदाग्नि शीघ्र दूर होती है। इससे पाचन—शक्ति बढ़ती है तथा अजीर्ण, संग्रहणी, अम्लपित्त इत्यादि रोगों का शमन होता है।

शिशु के पेट में यदि दर्द हो तो बारीक स्वच्छ कपड़े के अन्दर अजवायन को रख, शिशु की माँ यदि उसके मुख में चटाएँ तो शिशु का उदरशूल तुरन्त मिट जाता है।

10 ग्राम अजवायन, 6 ग्राम छोटी हरड़, 3-3 ग्राम घृत में भुनी हुई हींग और 3 ग्राम सेंधा नमक इनको पीसकर चूर्ण बनाकर 2 ग्राम की मात्रा में किंचित् गर्म जल के साथ दिन में तीन बार सेवन करने से आध्मान उदरशूल आदि में लाभ होता है।

1 किलोग्राम अजवायन में 1 ली. नींबू का रस तथा पांचों नमक 50-50 ग्राम मिलाकर, कांच के बर्तन में भरकर दिन में धूप में रख दें। जब रस सूख जाए, तब दिन में दो बार 1-4 ग्राम तक सेवन करने से उदर सम्बन्धी सब विकार दूर होते हैं।

1 ग्राम अजवायन को इन्द्रायण के फल में भरकर रख दें, जब वह सूख जाये तब बारीक पीसकर उसमें इच्छानुसार काला नमक मिलाकर रख लें, 1 ग्राम मात्रा में लेकर गर्म जल से सेवन करें। इसके

प्रयोग से समस्त उदर विकारों का शमन होता है। 1.5 ली. जल को आंच पर रखें, जब वह खूब उबल कर 1.25 ली. रह जाए, तब नीचे उतार कर आधा किलोग्राम पिसी हुई अजवायन डालकर ढक्कन बंद कर दें। जब ठंडा हो जाए तो छानकर बोतल में भरकर रख लें। 50–50 मिली. दिन में 3 बार सेवन करें। इसके प्रयोग से उदर-विकारों का शमन होता है।

अजवायन, सेंधा नमक, सौवर्चल—नमक, यवक्षार, हींग और सूखे आंवलों को समान मात्रा में लेकर चूर्ण बनाकर रख लें। इस चूर्ण को 2–3 ग्राम की मात्रा में प्रातः—सायं शहद के साथ सेवन करने से उद्गार (डकार) शुद्धि होती है।

शत्यामूत्र—जो बच्चे बिस्तर गीला कर देते हैं, उन्हें रात्रि में 500 मिग्रा. तक अजवायन खिलायें।

प्रमेह—3 ग्राम अजवायन को 10 मिली. तिल—तेल के साथ दिन में तीन बार सेवन कराने से प्रमेह में लाभ होता है।

वृक्कशूल—3 ग्राम अजवायन—चूर्ण को प्रातः—सायं गर्म दूध के साथ लेने से गुर्दे के दर्द में आशातीत लाभ होता है।

मूत्रकृच्छ्र—2 से 4 ग्राम अजवायन को उष्ण जल के साथ लेने से मूलकृच्छ्र (मूत्र की रुकावट) का शमन होता है।

मासिक—धर्म की रुकावट—10 ग्राम अजवायन और 50 ग्राम पुराने गुड़ को 400 मिली. जल में पकाकर प्रातः—सायं सेवन करने से गर्भाशय का मल साफ होता है और रुका हुआ मासिकधर्म फिर से जारी हो जाता है। 3 ग्राम अजवायन—चूर्ण को प्रातः—सायं गर्म दूध के साथ सेवन करने से भी

लाभ होता है।

पुरुषत्व प्राप्ति के लिए—3 ग्राम अजवायन में 10 मिली. श्वेत प्याज का रस तथा 10 ग्राम शक्कर मिलाकर दिन में तीन बार सेवन करने से 21 दिन में पूर्ण लाभ होता है। इस प्रयोग से नपुंसकता, शीघ्रपतन व शुक्राणु अल्पता आदि रोगों में भी लाभ होता है।

सूजाक—अजवायन तेल की 3 बूँद को 5 ग्राम शक्कर में मिलाकर प्रातः—सायं सेवन करने तथा नियमपूर्वक रहने से सूजाक का शमन होता है।

ब्रण—इसका गाढ़ा लेप करने से दाद, खुजली, संक्रमण—युक्त घाव एवं ब्रण का शमन होता है।

चर्मविकार—अजवायन को उबलते हुये जल में डालकर, छानकर, ठंडा करके घावों को धोने से दाद, फूंसी, गीला खुजल आदि चर्म—रोगों का शमन होता है।

पित्ती उछलना—50 ग्राम अजवायन को 50 ग्राम गुड़ के साथ अच्छी प्रकार कूटकर 1–1 गोली प्रातः सायं ताजे पानी के साथ लेने से एक सप्ताह में ही तमाम शरीर पर फैली हुई पित्ती (शीत पित्त) दूर हो जायेगी। इसके सेवन से बहुमूत्रता में भी लाभ होता है।

शराब की आदत—शराबियों को जब शराब पीने की इच्छा हो तथा रहा न जाए, तब वो 10–10 ग्राम अजवायन को दिन में 2–3 बार चबाएँ। इससे शराब पीने की इच्छा जाती रहेगी।

आधा किलो अजवायन को 4 ली. पानी में पकाकर जब आधा से भी कम शेष रहे तब छानकर शीशी में भरकर रखें, भोजन से पहले 1 कप क्वाथ को शराबी को पिलाएं, जो शराब छोड़ना चाहते हैं और

छोड़ नहीं पाते, उनके लिए यह प्रयोग एक वरदान के समान है। हमने हजारों शराबियों को इस प्रयोग से शराब मुक्त किया है।

ज्वर—अजीर्ण की वजह से उत्पन्न हुए ज्वर में 10 ग्राम अजवायन, को 125 मिली. जल में रात्रिपर्यंत भिगो दें, प्रातःकाल मसल, छानकर पीने से ज्वर आना बन्द हो जाता है।

2 ग्राम अजवायन को प्रातः सायं पीने से शीतज्वर का शमन होता है।

ज्वर की दशा में यदि पसीना अधिक निकले, तब 100 से 200 ग्राम अजवायन को भूनकर और महीन पीसकर शरीर पर लगाने से लाभ होता है।

मलेरिया ज्वर—मलेरिया ज्वर के बाद हल्का—हल्का ज्वर रहने लगता है, इसके लिए 10 ग्राम अजवायन को रात में 100 मिली. जल में भिगों दे और प्रातः पानी गुनगुना कर जरा—सा नमक डालकर कुछ दिन सेवन करें।

आधातज शोथ एवं शूल—किसी भी प्रकार की चोट पर 50 ग्राम गर्म अजवायन को दोहरे कपड़े की पोटली में डालकर सेंक करने से (1 घंटे तक) आराम आ जाता है। जरूरत हो तो जख्म पर कपड़ा डाल दें ताकि जले नहीं। किसी भी प्रकार की चोट पर अजवायन का सेंक रामबाण सिद्ध होता है।

शत्य निक्रमणार्थ (बच्चों के पैरों पर कांटा चुभने पर)—कांटा चुभने के स्थान पर पिघले हुए गुड़ में 10 ग्राम पिसी हुई अजवायन मिलाकर थोड़ा गर्म कर बांध लेने से कांटा अपने आप निकल जाएगा।

कीट-दंश—बिच्छू, ततैया, भंवरी, मधुमक्खी इत्यादि जहरीले कीटों के दंश पर भी दिव्यधारा को लगाने

से शान्ति मिलती है। अजवायन के पत्तों को पीसकर भी लगाने से लाभ होता है।

विशेष—अजवायन ताजी ही लेनी चाहिए क्योंकि पुरानी हो जाने पर इसका तेलीय अंश नष्ट हो जाने से यह वीर्यहीन हो जाती है। क्वाथ के स्थान पर अर्क या फाण्ट का प्रयोग अत्यधिक लाभप्रद है। अजवायन का अधिक सेवन करने से शिरोवेदना हो सकती है।

सामान्य व्यस्क (15-60) मात्रा: अजवायन—चूर्ण 500 मिग्रा 2 ग्राम, पत्र—स्वरस 5 मिली अथवा चिकित्सक के परामर्शानुसार।

सामान्य बालक (6-14) मात्रा: व्यस्क मात्रा से आधी मात्रा।

पहेलो सप्ना

हरियो विपना

-पूर्णकुमार शर्मा समारदलनि
विश्वनाथ असम

गमबहादुर लखतरान परेर पुण्यो उसले चिताएको ठाउँमा। बाटामा कति हो कति मनमा कुरा खेलाएको। कति बलवान हुन्छ समय। यो बितेर गएको समयको कुरा सम्झेर ल्याउँदा एककासी, मिठो अनि बिस्तारै नमिठो लागेर आँउछ। यत्रो आशामा लालायित भएर आएको गमबहादुर ती नमिठा दिन नमिल्ने सुख दुःख यहाँ उल्लेख गर्न उचित ठाँन्दैन। किन भने उ बाल्यकालमा एककै ठाउँमा हुर्क बढेको, धुलो माटो खेलेको, एकै थालमा भात खाएको र कुस्ती लाप्पा गरेको साथी हरिहर सँग भेट गर्न वर्षौं पछि आएको। समयको फेर र आफ्नो विद्यावुद्धि नपुगेर, खप्परमा दुलो परेकोले होला, आफ्ना जिन्दगी सजाउने सपना उमेर नपुग्दै पँहेलिएर झर्न लागे। संसार सागरक, नौका खियाउने शक्ति सामर्थ्य निम्सरो हुँदै आएको बेला रिहेले समाचार सुनाएर मन तुलबुल पारो र फेरि पो जीवनमा हरिया पातहरू पलाउने हुन कि भनेर हिँडङ्को। कति फितलो छ तेरो मेरो र सानो दुलो भेद देख्ने मनुष्य हुनुको अहंकार। कसो-कसो सम्झिदा कुरी-कुरी लाग्छ यसबेला। उहिलैर्इ हरहिहरलाई गिज्याएर हरिमुस्टे भनेर जिस्काउँदा साहै रिसाउने त्यो हरिहर र अहिले, को सेठ हरिहर। आँफै छक्क पर्छ गमे। उ त्यो

पर्तिर देखिएको भव्य र घाममा चकचकी टलिक्ने रङ्ग पोतिएको विशाल भवन। एकतलो जति माथि राता अक्षेरले लेखिएको हरिहर भवन। त्यही हो गमेले पुग्नु पर्ने। अलिकति सुग्घर सफा भएर, कपाल कोरिकन जानुपर्ने अनुभव भएको छ गमे। को मनमा। हो पनि यस्तै झत्तेमत्ते अनुहार लिएर जाँदा हरिहरले साथीको नाताले केही नभने पनि उसका कर्मचारी, घरका आईमाई छोराछोरीले कस्तो सोच्चान। हामी दुई साथी रहेको कुरा जान्दैनन त उनीहरु। जाने पछि पनि यस्तो अवस्थामा देख्दा धेरै कुराहरु मनभित्र गुम्साएर मुखले हाँसो खुसी देखाउने अभिनय गर्न खण्ड आई पुग्नु अति स्वाभाविक हुन्छ। धेरै कुरा अमिल हुने सम्झेर, छेउको दमकलमा पानी पेलेर हातमुख धोईकन, केश कोर्न त्यहाँको नापितेको ऐनामा उभियो गमे, यताउता बुझेर काँईयो टिपेर एकसरो कपाल कोरो। नचिनेको ठाउँ, नापितले केही भन्ला र जिल्ल पार्न हो कि भन्ने डर पनि थियो। त्यसैले उ फुत्तै निकलेर हतारहतार यसबेला हरिहर भवनतिर लम्किरहेको छ। यत्रो भवनको छेउमा एकदमै पुरानो धेरै वर्ष अघि बनिएको मन्दिर जस्तो बनावटको घर एउटा पनि टाँसिएको छ। हरिहरको दिन फर्काउने घर। कति हो कति

लक्षिनको, साख्खै लक्ष्मीले बास गरेको ठाँउ। बाहिर बाट मन्दिर देखिन्छ मन्दिर छ पनि। यसबेला सायद दर्शनार्थीको घुँँचो सकिएको होला र एकजना पण्डित वाहेक अन्य कोही देखिएको छैन। तर यस मन्दिरमा टाँसिएको एउटा पसल रहेछ। परबाट पहिले मन्दिर देखिन्छ। छेउमा पुग्दा थाहा लाग्छ विभिन्न गल्ला सामग्री बेच-किन गर्न व्यस्त पसल रहेछ। जति-जति हरिहर भवन नजिक जाँदै छ उति उति गमेको मनमा अनाम संकोच भावनाले क्रिया गरि रहेको छ।

:देख्ने साथै हरिहरले मलाई गमे भनेर चिन्छ चिन्दैन होला।

:धरमै रहेछ भने एकतमासले हेर्दा चिन्ला हो। :चिनेर फेरि के कस्तो व्यवहार देखाउने हो। :या त यत्रो शान मा, दुलो बेपार वन्दमा हिसाब किताबमा डुबेको, यत्रो विशाल सम्पत्तिको मालिक भएको हरिहरले— “:खोई मैले त बिर्से है। यसबेला हतार छ, मेरो दिल्ली जानु पर्ने, हप्ता दिन पछि आउनु अनि कुरा गरौला” भन्ने हो। त्यस बखत म पानी बिनाको माछो हुन्छु, गमेको मन कोक्यायो यस्तो सोच्दा।

त्यति भएन घरमै रहेन्छ भने उतै आपद। कस्ला ई के भनेर पर्खन्छु भन्नु। कता जानु। के खानु। घर फर्किनु पर्ने हुँदा कसरी फर्कनु। एकहोरो शिलाड्ग पुग्ने सम्मको हिसाबले हिँडेको। हे हरि.

..... दरिद्रिताले होला होस खोसेर बिर्सने झोलामा राखेको हुन्छ उसको। यस्ता कुराको हुण्डरीले गमेको छातिमा हुरि चल्न थाल्यो। हिँडने निर्णय भएको गाँउ देखि यत्रो साडे तीनसये किलोमिटर बाटो गाडी चढेर रातभरि आँउदा यी कुरा सोचे। को थिएन। उसबेला मनमा

:एह हरिहर मेरो बाल्यबन्धु हो, मेरो आर्थिक दुरावस्था सुनेर फुपुको छोरालाई – “पठाई दिनु गमेलाई शिलाड्ग शहर, कसैलाई सोधे हरिहर भवन देखाई दिन्छन, यतै आवोस। त्यसको लागि केही न केही बन्दोबस्त मिलाई दिन्छु।” भनेको कुरा गमेलाई सुनाएको हो।

रिहेले कोइला खातबाट छुट्टी आँउदा जाँदा शिलाड्ग शहरमा हरिहरले असाध्यै धन सम्पत्ति कमाएको कुरा गर्दथ्यो। एकदिन रिहे डराई डराई हरिहरको चियोचर्चो गर्न विचारमा पसेको रहेछ। सोधखोज भयो। चिनजान भयो। हरिहरले पुरानो थलोको सबै कुरा थाहा लियो। गमेको कुरामा हरिहर केही दुखित भएको रिहेले अनुमान गरेको हो। गमेको कुरामा हरिहर केही घोत्तिएर, “घर गएको बेला गमेलाई शिलाड्ग जा रे, हरिहरले बोलाएको, भन्दिएस है, रिहे” भनेको भरमा गमे तई यो जिन्दगीमा कतै उज्यालो देख्ने मौका पर्छ कि भनेर, कसो-कसो पाँच सये रूपियाँ भेला पारेर, पुराना लुगाफाटा धोईपखालि गरेर, भनौं न शिलाड्ग शहरमा हरिहरको आडमा राम्रो कमाई गर्न विचार मुटु भित्र पोको पारेर हिँडेको। अनि सानो कुरा छ यो। स्वास्नी छोराछोरी कति गदगद भएका छन, अबता बाउले कमाएर ल्याउने भए, हामीले भोकै बस्नु पर्ने हुँदैन भनेर। रेनुका पनि बनिबुतो गरेर थाकि सकेको उमेरमा कतै राम्रो दिन आउला भनेर मनमनै आस्वस्त नभएकि होइ। ‘न। यता हरिहर भेटेर के के न हुन्छ भन्ने आशा बोकेर हिँडेको गमेका आशाहरू चोईटा-चोईटा परेर मुटुबाट उकिकएको अनुभव गर्दै छ यसबेला। अब आखिरी जे होला सो होला। मही माग्न जानु ढुड्गो लुकाएर हुँदैन। मनमा उब्जेका झाँना झिँडटा कुरा तालुको पसिना सोहोरे सँगसँगै सो।

होरेर हरिहर भवन नजिक पुग्यो गमे।

उसको पौरखले कमायो त उही मालिक, मेरो मन थोरै रमाएको छैन। त्यति भएन म आफै आऐको होर? उसले पनि मलाई उत्तिकै बोलाएको हो। दुलो भवन तलको पसल अधिल्तिर तेर्थिएको एउटा पुरानो बेझ्चमा बसु नबसु गर्दै, गमे बसो। मानौ उस्का मनले आफ्ना दुल्के आँखालाई डिउटीमा लगाएर जिउलाई बेझ्चमा थन्कायो। रातभरि जाग्राम बसेर मोटरमा हल्लिदै र थेचारिँ भाग्ये खनेर सुन कमाउन आएको गमे। यहाँको विचित्रता देखेर मख्ख छ। पसलमा आँउने आँउदो जाने जाँदो छ। सर समान तौलनेले सास फेर्न पाएको छैन, समानको हिसाब भन्ने भन्दो छ, पैसा थाप्ने थाप्दो र हिसाबले फिर्ता गर्नु। थाप्नु फर्काउनुमा व्यस्त ती पसलभित्र एकमग्नमा छन। त्यहाँ कसैले कसैलाई को होस, के होस, किन आएको यस्तो सोध्ने फुर्सद छैन। काम गर्ने मान्छे नै एकदर्जन जति, गदीमा बसेर हिसाब गर्ने दुई चार जना। एउटा सानो तिनो हाटबजारको रमित लाग्दो चहलपहल। ज्यानको केही थकाई मार्यो गमबहादुरले। प्रायः डेढ दुई घन्टा त्यहाँ बसेको गमेको ज्यान त्यहाँ स्थिर देखिए पनि मन भने झिरमा उनेर भुज्ग्रोमा पोल्दै गरेको मासुको टुक्रा जस्तो भएको छ भित्र-भित्रै।

के दिनमा बस चढेछु जस्तो पनि लाग्छ बेला-बेला।... घरबारी थोरै भएपनि जग्गा जमीन भएको मान्छे, ठीटो केटो जस्तो कसरी फुत हिँडेको म भन्छ एउटा मनले, अर्को मनले अर्को मनलाई सुई प्रयोग गरिरहेको बेला-बेला। यता ज्यान थाकेर लल्याकलुलुक छ। पक्काको भित्तामा ढल्केर आराम बेझ्चमा बसेको गमे, त्यही भुसुकै निदाएछ, पत्तै भएन।

दिँउसो निर्दिष्ट समयमा एकघण्टा पसल बन्द गरेर सबैले नुहाउने खाने चलन रहेको हुँदा त्यो बेझ्चमा बसेर निदाएको नयाँ मान्छे प्रति कर्मचारीको ध्यानाकर्षण भयो। पसलमा व्यस्त रहेका कर्मचारीबाट सूचना पाँउदा हरिहर त्यहाँ आफै पुग्यो। उसले निद्रामा मस्त भएको गमेलाई एकैपटक चिनो। मैले बोलएकै हो।

:यसलाई उठाएर खेदाई दिँउकि मालिक। एउटाले साहस देखायो।

:यो काँहाको लबस्तरो यता के सुरले आएको थियो, त्यतिकै निदाएछ।

:उठाओ, उठाओ, अनेक र ओलिका समस्या आई लाग्छन, दूलो मोहोरी साना कर्मचारीको ध्यानाकर्षण गर्छ। हरिहर केही क्षण त्यही ठिङ्ग उभिएर, ती सबैलाई, कडा नजरले हेर्दै चुप लाग्न इंगित गर्छ। यो हाम्रो पुरानो गाँउ को मेरो बाल्यकालको साथी हो। सायद यहाँको चहलपहल देखेर उसलाई मेरो खोजि गर्ने आँट पुगेन। थाकेर आएकोले यहाँ निदायो। उठे पछी रामरी मकहाँ एकजनाने लिएर आउनु। कसैले कुनै नराम्रो कुरा र नमिठो व्यवहार नगरेस है। मालिकको यस्तो कुरा सुन्नासाथ, मुख तिखारेर गमेको गरिबीको खिल्ली उडाउन ठीक परेका सबैजना, क्षणभरमै तातो चियामा चोबेर झिकेको कोकिस जस्ता लत्याकलुतुक परे।

गमेलाई देखेर हरिहरको मुटु कलेजो छिया-छिया भएको अनुभव गरो। एउटा कहालीलाग्दो अनिक लले थिचेको, एउटा अभावको खाडल, उसका भित्रि आँखाले अतीतलाई झलझली याद गरो। हरिहर कर्मचारीलाई निर्देश गरेर, त्यहाँ बाट घरभित्रितर फर्केर गयो।

एककासी गमे ब्युँझेर चकमन्न पाँउछ। कतै कोही छैन। पसलको ढोका बन्द छ। उ सुद्धि हराएर

बसेकै ठाउँमा निदाएको कुरा तुरन्तै थाहा पाँउछ। कस्तो कुतकुती लाग्यो उसको मनमा। जे होस जस्तो होस गाँउ बस्तिमा घरबार भएको मान्छे। त्यति भएन स्वास्नी छोराछोरी भएको घरमूली मान्छे, यसरी जहाँ त्यहाँ विटोड्गोमा निदाएर थाहा पाउँदा आफूलाई कस्तो हुतिहारा रँहेछु भन्ने ग्लानि भयो उसलाई। अब के गर्ने? यतिकैमा एउटा कारिन्दा आएर तपाईं काहाँ हिँडनु भएको यसो उसो सोध्दै गर्दा,

:भवनको मालिकसँग भेट गर्न आएको हुँ गाँउबाट। तर खोई मैले केही पत्तै पाईन र यहाँ बसेको थकाईले होला निदाएछु।

:अब घरै फर्कनु पर्छ होला। मैले यहाँको मालिक सँग भेट गर्न सक्छु जस्तो लागेन।

:तपाईंको सोचाइले त्यसो भने पनि, मालिकले अघि देखेर जानु भयो र तपाईं उठे पछी भित्र लिएर आउनु भनेको छ र हिँडनु होस, मालिक तपाईं निम्ति अपेक्षा गरि रहनु भएको छ।

गमेले छक्क परेर त्यसको मुखमा हेरि पठायो। कतै ठड्हा गरेको त हैन। कलियुग सकिएर हरर कुदेर सत्ययुग गमे सामु उभिएको देख्छ, उसको मनमा दुलो साहस आयो। लत्ता कपडा हालेको बेग गमेले थाहै नपाई त्यो कर्मचारीको काँधमा चढेछ। उ बेग समेत लिएर अगि लाग्यो र मार्वल पथ्थर र टाईल्स लगाएको पक्का भएको सुकसुकाउदोको घर भित्र-भित्र भन्दा झन भित्र पसाउन लाग्यो। बोल्नु के बोल्नु, नबोल्नु स्वर्गेमा पुर्याई सक्यो। त्यस्तो कुरा सुने पनि देखेको र यस्तो टलिक्ने ठाँउमा यसरी ढुक्कै टेकेर हिँडेको कुरा उसलाई सपना हो कि विपना जस्तो लाग्यो। यो उत्कण्ठा एकतलो माथि पुगेर एउटा दूलो कोठामा टुडिग्यो। भित्र दामी कुर्सी त्यही अनुरुप

सर सामान। ढल्केर खबर कागज पढ्दै गरेको मान्छे जुरुकै सिधा भएर बस्यो।

बेग बोकेर भित्र लैजाने मान्छे फर्क्न आँटेको थियो, पर्खि, भनेर गमेतिर फर्कियो। गमेले नमस्कार गर्न आँट्येको देखेर, हरिहरले उठेर गम्मै गमेका छातिमा छाति लगायो, हराएको छोरो भेटेझै। छुँदै मैलो लाग्लान् जस्तो सुकिला सेता लुगा लगाएर, मगमग बास्ना छरिएर बसेको मान्छे हरिहर हो भन्ने ठहर गरो गमेले। उत झन तिनछक पर्दै छ, के गर्नु के नगर्नु, भएकाले। हेर कत्तिको दिन बितेर गएछ। ले बोल्यो।

:गमबहादुर हो भन्ने ठहर छ मलाई। बस।

:सुन रामे यी मान्छेको नुहाउने, खाने, सुल्ने बस्ने सुन्दर व्यवस्था मिलाउने काम तेरो। तैले पसल जान पर्दैन बुझिस। रामे पुलुक्क गमेलाई हेर्दै, हुन्छ हजुरको मुद्रामा मुन्दो हल्लाउछ। अहिले जा तुरुन्त भान्साको समेत खबर लिएर आउनु, जा। रामे पुलुक्क हेर्दै निकल्यो त्यहा बाट।

:सबै कुरा राम्रो छ, तर एउटा कुराले त देखि मलाई साहै नमिठो लाग्यो। उति माथि त्यो रिहेलाई मैले, गमे दाजुलाई सिधै शिलाङ्ग पुगेर भेट गर्न भनेको थियो।

तर त आएर हो कि होइन, भएपनि यो शहरमा बसेको मान्छेले मलाई चिन्छ चिन्दैन भनेर, मेरो घर आँगनमा आई पुगेको मान्छे बिथान्कोमा बस्नुपर्ने हो। त ता मेरो जन्मभूमिको गन्ध बोकेर आएको प्रिय भन्दा अग्रिम प्रिय बालापनको साथी, के डरले, के विस्वाहीनताले भोकै तिर्खै त्यो बाहिरको राति चौकिदार बस्ने बेझ्चमा लखतरान परेर सुल्नु परेको थियो। मेरो मान प्रतिष्ठा इज्जत काहाँ रह्यो त, मेरो आफ्नो मान्छे मलाई खोज्दै आएर यस्तो बिजोगमा परो भने? मैले कमाएको

पैसा, मान प्रतिष्ठा इज्जत काहाँ रह्यो र? बिथि
मा! गमेले मुख बाँउन पाएन।

मैले तेरो मानसिक द्वन्द्व उपलब्धि गरेको छ,
यसपालि छुट दिएँ, अब राम्री घरको जस्तो,
दाजुभाई जस्तो खाने पिने गरेर आराम गर। भरे
दुई भाई मज्जाले गफगाफ गरौंला। तैले सोचेको
होला, तेरा कति हो कति भन्ने कुरा छन भनेर,
तर तेरा भन्दा तैलाई भन्ने मेरा कुरा अझ बढी
छन। लु-लु अब नुहाएर खाना खान पर्छ। मैले
पनि खाएको छैन, सँगै खाँउला भनेर।

सोझो गाँउले गमबहादुरलाई हरिहर र उसका
घरका सबैले धेरै टाडाबाट माईत आएकि छोरीलाई
जस्तो असाध्यै आदर सत्कार गरे। राति-राति
हरिहर र गमे उहिले गाँउमा गाई गोरु चराएको,
नदीमा पौडी खेल्दा हारजित भएको, माछा मारेर
पोलेर खाने हुँदा रत्नेले माछा आफुलाई लुकाएर
पोलेको भ्यागुतो खुवाएको, बाँसको तरवार लिएर
युद्ध खेलेको... कुरा गरेर मनको मझेरीमा रमाउने
गर्दछन। गमेको मनको कुरा मनमै छ, भन्न सके.
को छैन, म त जागिरको खोजीमा छु भनेर। त्यो
भन्दापनि अर्को एक कुराले गमे छक्क परेर
हरिहरलाई कुरो चाँ क्याहो सोध्ने आँट पुगेको
थिएन।

गमिरिघाटको ब्रह्मपुत्रको बिच छपडीमा गाई र
भैंसी गोठमा बितेका अनि, ठुटे, केरे, कात्तिके,
दक्षिणबालि नाँउका छपडी डुबेको कुरा। जीवन
छिन्नभिन्न भएको समयको कुरा। हो त एकबाजि.
को संसारै डुबाउने गरि आएको ब्रह्मपुत्र नदीको
बाढले गाई गोरु वन्यपशु घरगोठ बगाउनु, पानी
सुकेपछि नदीको गढकटाइले गाँउ-गाँउ
वस्ति-वस्ति खर्लपै निले पछि, भएको बिल्ल.

बेबाठ,..... अवर्णनीय दुख कष्ट झेलेका दिनहरू।
गमे रत्ने, हरिहर, खडे, भुवन, चन्द्रे यी त्यसबेला
महाजन बाबुका छोरा थिए। धन जन र यौवनले
परिपूर्ण युवा।

कएकदिनको ब्रह्मपुत्र नदीको कवलमा परेर राजा
बाट भिखारी जस्ता, घर न थर खानु न पिँउनु
भएर, जो जता सक्छ उतै लाखापाखा लागेका,
त्यसरी छुट्टिएर आफ्नै जीवन धान्ने लयमा थिए।
गमे ठाँउ सरेर पर फुपुको घरमा आएर बसेको।
कालगतिमा विया भयो, पढाई पुरा थिएन, बल
बाड्गो मान्छे महाजनकोमा बसो, मारवाडी
गल्लामा काम गर्यो तर भएन। बिचबिचमा हाजिरा
सम्म गर्यो। तर कतै केही सिप लागेन। उकिसन
सकेन। त्यसैले आज उ साथी हरिहरको घरमा
छ। एउटा झिनो आशा बोकेर आएको गमे।

हरिहर पनि लघारपछार हुँदै, तेजपुर, गुवाहाटी र
गुवाहाटी पछि एकदिन शिलाड्ग शहरमा आई
पुगेको थियो कामको र मामको तलासमा। झन्डै
दुई वर्ष मिस्री जोगाडीको काम गरे पछि, उसले
यो मारवाडी गोलामा काम गरेको। यो पहिलो
मन्दिर थियो रे। मारवाडी समुदायका मानिसहरूले
भजन कीर्तन गर्न, भक्तहरू विहान वेलुका आउने
मन्दिर। मारवाडी महाजनले शिलाड्ग आएर
व्यवसाय वाणिज्य मार्फत अजस्र सम्पत्ति कमाएको
हुँदा यस ठाउँमा धेरै जमीन किनेर एका छेउमा
यो मन्दिर र पछिल्तिरको चालिसविंधा जमीनमा
दामी काठको पूलि, फल लाग्ने रुख रोपेर त्यहाँ
तूलो बगैँचा समेत यो मन्दिर निर्माण गरेर धर्मीय
इच्छा पूरा गर्न चाहेको थियो भन्ने भनाई छ। पछि
गएर विभिन्न कारणले आर्जित सम्पत्ति खाने
सञ्चालन गर्न उत्तराधिकारी नहुँदा, बगैँचामा

दुष्कर्म हुन थाल्यो, नाममा मात्रै मालिक रहेका
बुढा सुन्दरलालको सम्पत्तिको ठूलो अपव्यवहार
भयो। पहिले जस्तो देखरेख नहुँदा मन्दिरको
व्यवस्थापन बिग्रदै गएको थियो। ठीक यस्तो
समयमा म एकदिन ती वृद्ध महाजनकोमा नौकरी
खाज्दै पुगेको थिएँ। हरिहरले ठुलो श्वास फेरेर
पुनर भन्न लाग्यो। त्यस दिन वृद्ध सुन्दरलालले
सबैकुरा बताएर मलाई भने, मेरो कुरा मान्ने हो
भने तैलाई म नौकरी चाकरी मात्रै हैन अपितु त्यो
बगैँचा र सारा सम्पत्तिको उत्तराधिकारी मनोनित
गर्ने छु। मेरो सर्त हो, त्यो मन्दिर सर सफाई गरेर
रामरि पूजा पाठको व्यवस्था मिलाउने हो, तर यस
मन्दिरको सामान्य स्थान्तरण गर्न। त्यस भित्र
एउटा खाद्य पदार्थ र दैनिक प्रयोजनानुसार सर
सामानको व्यवसाय गर्न। त्यसको स्रोतले नयाँ
ठाउँमा सारिएको मन्दिर सञ्चालन गर्न र यस
बगैँचामा भएको उत्पादन वृद्धि तथा पर्यावरणीय
स्रोतले यो शहर राज्य र सकेसम्म देशै हरियाली
बनाउन सहयोग गर्न। यो जुन लथालिड्ग भएको
विशाल बगैँचा छ यसमा वैज्ञानिक पद्धतिले
बागवानी र विकास गर्नु पर्छ। विकास भनेको पैसा
कमाउने कुरा भनेको हैन। यस बगैँचामा भएको
राम्रो रुखको पुलि यहाँ उत्पादित बीजहरू
मार्फत देश दुनियाँ भरिमा हरियाली छाउन पर्दछ।
यो मन्दिरको काखमा रहेको पसलले यस मन्दि.
रमा आँउन चाहने भक्तवृन्दको जीवनी शक्तिको
श्रीवृद्धि हुन पर्दछ। अप्टेरो परेको यात्रु, भक्त,
सन्त-महन्तको निम्ति सामान्य भएपनि व्यवस्थापन
हुन सक्नु पर्दछ। मन्दिर निर्माण गरेको उदेश्य
फलिभुत पार्नु पर्छ। किनकि भगवान त बाँचेको
मान्छेले मात्र खोज्दछ। दुर्योगपूर्ण समयमा मानिस

खान नपाएर मर्ने दृष्टान्त छ तर पूजा गर्न नपाएर
मान्छे मरेको कुनै दृष्टान्त छ भन्ने सुनेजानेको
छैन। यस क्षेत्रमा नौकरी खोज्दै आँउने धेरै मान्छे
मेरो सर्त सुनेर फर्केर गए। जाँउन। तिम्रो पनि
आफ्नो ईच्छा हो। मेरो सर्त मज्जुर भए भोलि नै
पसलको काम सुरु गर। होईन भने पनि तिमी
तिम्रो बाटो जान सक्छौ, मलाई गुनासो छैन। आज
बस चिन्ता गर र सोचविचार पछि भोलि आफ्नो
उत्तर दिए पुग्छ। भनेर सुन्दरलालज्यूले मलाई
आफ्नो कुरा सुनाए।

त्यस पछि के भयो। गमे उत्कण्ठाले खरिएर
सोन लाग्यो।

भरपेट खाएर सुते पनि सारारात मलाई निन्द्रा
परेन। कुराको गुजुल्टो एकातिर समेटिएको भए
अर्को तिर गाँठो पर्छ। मन्दिर सारेर पसल थाप्ने
कुरा। आखिर धर्म गर्न मन्दिर बनाईएको थियो तर
त्यहाँ निहित उदेश्यको फलिफाप भएन, भगवान
बस्ने मन्दिरको व्यवस्थापन उपयुक्त भएन। मन्दि.
रको उन्नति र बगैँचा द्वारा देशमा हरियाली
ल्याँउछु भन्ने सुन्दरलाल असक्त रोगी हुन पुग्यो।
त्यस खण्डमा सम्पूर्ण समर्पित भावनाले मन्दिर
निर्माण पक्षको लाई साकार पार्न प्रयास गर्ने
विश्वास को खाँचो थियो, जुनबेला म त्यहाँ पुगें।
त्यहाँ पहिले विश्वासको कुरा थियो। विगत
शताब्दीको सत्तरी र असिको दशकमा उत्तरपूर्व
भारतको गण आन्दोलन जन आन्दोलनबाट जन्मे.
को यो अविश्वास गाडा थियो। राम्रो काम गर्ने
चाहेको खण्डमा सहयोग गर्न नराम्रो कुरा हो र!
भन्ने निष्कर्ष निकाले मैले। त्यतिखेर घाम झुल्किन
लागेको बेला भएछ।
मैले मन बाँधे र उठेर हात मुख धोएर यता उति

गरेपछि मालिक बसेको बराण्डातिर लागेको, उनले हातको इसारामा छेउमा बोलाए।

:हरिहर तिप्रो विचार भन। मेरो कुरा सुनेर तिमी के निष्कर्षमा पुगेउत? मलाई लाग्छ तिमी घर फर्कर जाने कुरा भन्न नसकेर ठोलाएका होला। कि के हो कुरा?

:मलाई हजुरको सर्त मञ्जुर छ। जहिले जसरी भन्नु हुन्छ मन्दिर व्यवस्थापन गरेर पसल खोलेर बस्न तयार म तयार छु।

:साब्बास, त्यसो भए तिमी घर गएर सबैकुरा बताएर घरको परामर्श समेत तुरुन्त फर्कर आउ। खर्चको चिन्ता नगर सबै कुरा मिलि हाल्छ। सुन घरमा भनेर आँउनु अलिकदिन पछि सबै घर जँहान छोरा-छोरी यतै आउनुपर्छ भनेर, है।

:हुन्छ हजुर।

एकक्षण गमे हरे दुवे चुपचाप लागे। निस्तब्ध। यो निस्तब्धताको सेरोफेरोमा एउटा व्यवस्थाले कोल्टे फेरेर अर्को व्यवस्था मिलाउने राति छिपिदै आएको थाहा नपाई त्यही निधाएछन दुई भाई। बिहान दुलो नीलो प्लेट जस्तो आकाशमा पाकेको सन्तोला जस्तो घाम झुल्कि सके पछि मात्र उने। रको निन्द्रा खुलेछ।

बिहान मुस्कुराउदै आफ्नो दैनिक जीवनमा व्यस्त हुन हरिहर नित्यकर्म तिर लाग्यो। बेलुका गमेला। ई बोलाएर भनो हेर गमे, यो पसल खोलेर बस्न थाले पछि मैले यतै बिहाबारी गरे। बुआ आमा बिति सक्नु भएको थियो। अब एउटा काम गर, घरमा गएर नानी केटाकेटी सबै लिएर आईज। म गाडी र ड्राइभर दिएर पठाउँछु। यहाँ आएर तैले त्यो बगैँचाको रेखदेख र त्यहाँ खटिएका मान्छे। को निगरानी गर्न पर्छ, बगैँचामा एउटा रुख

काटिनु हुदैन, कुनै पुलि मर्न नपावोस। त्यहाँको नार्सारी बाट उत्पन्न उत्तम प्रकारका पुलि थोरै दाममा समग्र उत्तरपूर्वाभ्यंतर भरि वृक्षरोपन निष्ठि चलान दिने र देशलाई हरियाली बनाउन मदत गर्न विचार सदैव मनमा रहेको मैले बुझ्न पर्दछ तेरो पक्षबाट। मालिकले मेरो दुईवर्षे काम र जिम्मेवारी देखेर यस शिलाङ्ग शहरमा भएको सम्पति मेरो नाममा उइल गरेर धर्मपुत्र स्वीकार गरेपछि मात्रै मैले उनको आग्रहमा यस भवनको नाउ हरिहर भवन लेखेको हो। तैले मलाई सम्झेर आईस, ताँ नै मेरो आत्मीय होस। त्यसैले मेरो सेवाको उदेश्यलाई बुझ्नेर तैले मेरो दिवंगत अन्नदाताको ईच्छा पुरा गर्न यतै आउनुपर्छ भन्ने मेरो सल्लाह छ।

यसबेला गमे गमबहादुर क्षेत्री। सरकारको घरमा वनविभागलाई चाहिने वृक्षको बीज पुलि दिना साथै विश्वको पर्यावरणीय सामाजिक वनानीकरण क्षेत्रमा वृक्षरोपनको ठिका लिएर हरितक्रान्तिको नेता बनेको छ। गमे पहाँलो सपना देखेर हरियो विपना देख्ने गमबहादुर क्षेत्री भएको छ।

“समारदलनि”

Beware of Fraudsters

while booking to get health benefits in Patanjali



P ATANIALE wellness center of PATANJALI wellness official of the center

Fathe Patanjali Teem North Tammam
World class yoga like Tanjali Wellness
Yogagram, Pa Nirayam,
Many cases of fraud are coming to
the fore for booking in Ayurveda,
Panchakarma, Naturopathy medical
research centers like Patanjali Wellness
Yogram. We are giving the authentic
Information of all other official wellness
centers like Yogagram and Nirayam
from Patanjali Wellness like phone
numbers, bank account numbers and
necessary website link for booking
in below post. Kindly contact these
numbers only and to help you make
any kind of booking all the center
Information is available on our website.
and you can verify it-

www.patanjaliwellness.com. You can
contact our central booking number
8929085949 to book or get information
at any balance center.

Avoid fraudsters and get your booking
for medical treatment from authentic
sources only.



पतंजलि वैलनेस के योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी
वैलनेस सेंटर की आधिकारिक सूची



Nirayam (Yog Gram)
+91-7456004599, +91-7456004597
www.nirayam.divyayoga.com

Patanjali Wellness - Yog Gram
+91-8954890120, +91-8954890252
www.patanjaliwellness.com

Patanjali Yogeeth Haridwar
01334-240008, 244107, 246737
www.patanjaliwellness.com

Patanjali Yogeeth modinagar
+91-7302795294, +91-9412305588
www.patanjaliwellness.com

पतंजलि वैलनेस में ट्रॉटरेंट के नाम पर घोषणापूर्वी करने वाले लोगों से बचो चुनिंग
करने से पहले आप हमारी आधिकारिक वेबसाइट www.patanjaliwellness.com
पर जाकर योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी अन्य वैलनेस सेंटर के बैक एकाउट
ऐप्लिकेशन करके ही पर्याप्त करो।

Central Booking Number : 8929085949



पतंजलि वैलनेस के योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी
वैलनेस सेंटर की आधिकारिक सूची

VEDALIFE (By Nirayam)
+91-8929085949
www.vedalife.in

Patanjali Yogeeth North East (Assam)
+91-6913043680, 6913043681
www.patanjaliwellness.com

The Meadow Nature Cure, Rajkot
+91-9978823451, +91-7400048000
www.themeanrownaturecure.com

SPPC (Delhi)
+91-8287445808, +91-8287447197
www.patanjaliwellness.com

पतंजलि वैलनेस में ट्रॉटरेंट के नाम पर घोषणापूर्वी करने वाले लोगों से बचो चुनिंग
करने से पहले आप हमारी आधिकारिक वेबसाइट www.patanjaliwellness.com
पर जाकर योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी अन्य वैलनेस सेंटर के बैक एकाउट
ऐप्लिकेशन करके ही पर्याप्त करो।

Central Booking Number : 8929085949



पतंजलि वैलनेस के योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी
वैलनेस सेंटर की आधिकारिक सूची

Atmabodh Pune MH
+91-9699740188, +91-9699740189
www.atmabodhwellness.com

Sai Health Shirdi
+91-8447820880
www.saihealthshirdi.com

V. A. Munshi Nature Cure, Anand (Gujarat)
+91-8447748788
www.patanjaliwellness.com

B.A.N.C., Moradabad, U.P.
+91-7300799861, +91-7300799862
www.patanjaliwellnessmbd.com

पतंजलि वैलनेस में ट्रॉटरेंट के नाम पर घोषणापूर्वी करने वाले लोगों से बचो चुनिंग
करने से पहले आप हमारी आधिकारिक वेबसाइट www.patanjaliwellness.com
पर जाकर योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी अन्य वैलनेस सेंटर के बैक एकाउट
ऐप्लिकेशन करके ही पर्याप्त करो।

Central Booking Number : 8929085949



पतंजलि वैलनेस के योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी
वैलनेस सेंटर की आधिकारिक सूची

Beharilal Prakirtik Arogya Sadan
+91-6397227269, +91-6397225953
www.patanjaliwellness.com

Sampoorna Arogyam
+91-9050159569, +91-97108369
+91-9540381199, +91-822209110
www.sampoornaaarogyam.com

Viroga - Faridabad
+91-8800023551, +91-8800023556
+91-8800023567
www.viroga.in

Dimna Wellness - Jharkhand
+91-9431542533, +91-9204581788
+91-9039427358
www.patanjaliwellness.com

पतंजलि वैलनेस में ट्रॉटरेंट के नाम पर घोषणापूर्वी करने वाले लोगों से बचो चुनिंग
करने से पहले आप हमारी आधिकारिक वेबसाइट www.patanjaliwellness.com
पर जाकर योगग्राम एवं निरामयम् सहित सभी अन्य वैलनेस सेंटर के बैक एकाउट
ऐप्लिकेशन करके ही पर्याप्त करो।

Central Booking Number : 8929085949



तोरई की चटनी

-परम श्रद्धेय आचार्य
बालकृष्ण जी महाराज

तोरई
की आधा कटोरी चटनी
बनाने में 10–15 मिनट का
समय लगता है तथा यह तत्काल तैयार हो जाती

सामग्री—

1. तोरई	=	1
2. सूखी लाल मिर्च	=	3–4
3. इमली	=	1 छोटा चम्मच
4. चना दाल	=	1 छोटा चम्मच
5. तिल का तेल	=	1 छोटा चम्मच
6. माष दाल	=	1 छोटा चम्मच
7. हींग	=	1 छोटा चम्मच
8. नमक	=	स्वादानुसार

पूर्व तैयारी—

1. तोरई को छीलकर छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें।

विधि—

1. एक कड़ाही में तेल गर्म करें, उसमें तेल, चना दाल, हींग, इमली व मिर्च डालकर सुनहरा होने तक भूनें।

2. फिर उसमें नमक व तोरई के टुकड़े गलने तक पकाएँ।

3. उक्त मिश्रण का पेस्ट बनाकर तोरई की चटनी तैयार होती है। इसे खाकर आनन्द प्राप्त करें।

विविधता—

रक्तांगों धान्यपत्राणि शक्यन्ते योक्तुमत्र वा।
धान्यारिष्टोज्ज्वलाचिंचाकैर्डर्यरुच्यराजिकाः ॥ ८ ॥

अवधारस्वरूपेण विनिपात्य यथायथम्।
निर्मातुं शक्यते चेयमुपलेहनिकाऽथवा ॥ ९ ॥

विविधता—

- इसमें टमाटर व धनिया पत्ती का प्रयोग भी कर सकते हैं।
- इसमें धनिया, लहसुन, मिर्च, इमली, कढ़ी पत्ता, जीरा व राई का तड़के के रूप में किया जा सकता है।



YOGA YOGIC SCIENCE OF ENERGY CENTRE (CHAKRA) FOR PROSPERITY IN LIFE

Chakra

Chakra is a Sanskrit word which means a wheel. Chakras are the powerhouses which generates and stores energy. It signifies the basic energy centres in the body that corresponds to the nerve ganglia, branching out from the spinal column and endocrine glands.

The word Chakra means a wheel or disk. It refers to a spinning sphere of bioenergetics activity emanating from the major nerve ganglia, branching forward from the spinal column. Generally, six of these wheels are stacked in a column of energy that spans from the base of the spine to the middle of the forehead and the seventh which is beyond the physical region. The six major chakras that correlate with basic states of consciousness." A Modern interpretation of the chakras by Anodea Judith, Ph.D. (American

author, therapist and public speaker) states that "A Chakra is believed to be a centre of activity that receives, assimilates and expresses life energy."

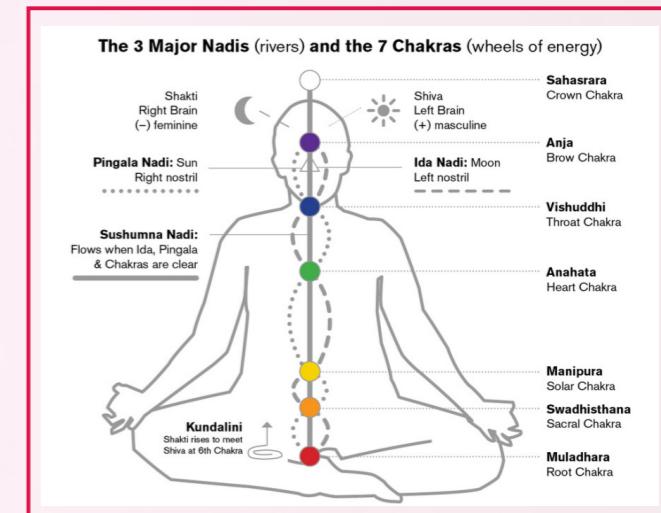
There are major 7 Chakras located in our Aura (Etheric body) and there are 3 bodies according to yogic philosophy:

1. Sthula Sarira (gross body)
2. Sukshma Sarira (Subtle body or astral body) and
3. Karana Sarira (Causal Body).

Chakras are located along the spinal column from the base

of spine to the top of the head. Cosmic energy from the Cosmos pulled is more strongly in these points. The main Nadis viz. Ida, Pingala and Sushumna run along the spinal column in a curved path and cross one another several times. At the points of intersection, they form strong energy centres known as Chakras.

-Yogaguru Dr Mohan Karki

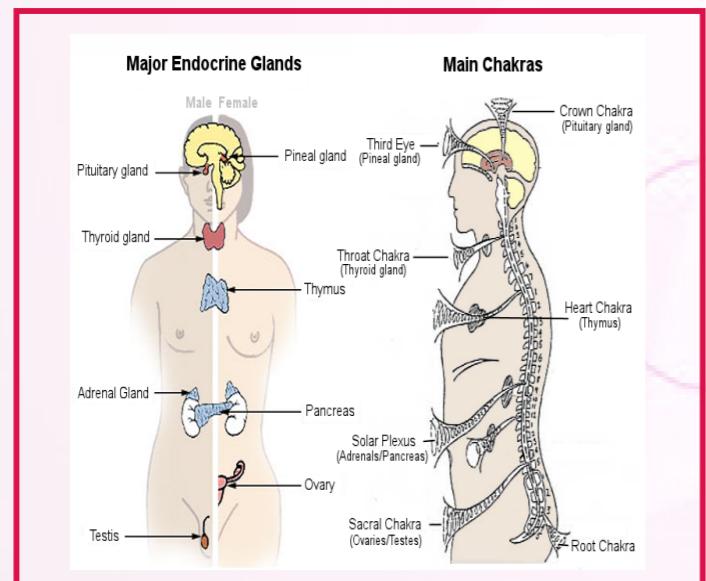


SCIENTIFIC BASIS OF CHAKRA

The Chakras interact with the body's ductless (Endocrine) glands and lymphatic system by feeding in good bio-energies and disposing of unwanted bio-energies. Chakras are responsible for the states of consciousness, developmental stages of life, representative elements, body functions, colours and sounds. They form a profound formula for wholeness when they are in balance and harmony. If Chakras are imbalanced, it is manifested in the form of hormonal imbalances, emotional disturbances or other physical disorders.

FUNCTIONS OF CHAKRA

Function of these chakras depends upon the person's physical, mental, emotional, intellectual and spiritual health. Some may be sluggish, under active, hyper active because of different reasons. Good news is that there are yogic techniques to bring balance and harmony among them by channelizing the energy that flows all over the body through the Nadi.



NADIS

Nadi means stream or channel. In Yoga, Nadis are considered as the channels of **Kundalini energy**. There are gross as well as subtle Nadis in our body. Gross channels are visible as vessels, tubes, nerves, arteries, veins and lymph (including acupressure meridians). When

we talk about Nadis in Yoga, they are channels of Mind and Chitta. According to Ayurveda there are over 72,000 Nadis in our body. Tantra yoga identifies 14 principal Nadis (**Ida, Pingla, Sushumna, Gandhari, Hastajihva, Yashasvini, Pusha, Alambusha, Kuhu, Shankini, Sarasvati, Payasini, Varuni, Visvodara**) of which Ida, Pingala and Sushumna are the most important.

CHAKRA HEALINGS

The health of an area of the soma and the condition of its associated chakras are considered interdependent e.g. when a chakra is clear and vital the associated portions of the body should also be in an optimum state. When a healer clears the chakras, the body becomes revitalized to make efforts for realizations of dreams and desires. It is important to balance Chakras in Chakra Healing.

Chakras can be opened, activated and balanced by various methods. One method is Aura cleansing. When stimulated, developed and cleansed, it enables one to see the truth concerning illusory ideas, materialistic pursuits, self-limiting concepts, pride and vanity; it further allows one to experience continuous self-awareness and conscious detachment from personal emotions. It brings us knowledge, wisdom, understanding, spiritual connection and bliss.

There are different yogic processes which include Asana, Pranayama and Meditation to balance the Chakras. Systematic and regular practice of these processes can purify the Chakras and facilitate the Pranic flow throughout the body. As a result, one can achieve optimum physical, mental, emotional and psychological health and wellness. Here are two meditative processes for optimizing chakras.

1.OPTIMIZING FINANCIAL ENERGY BY BALANCING CHAKRAS

The chakra system can greatly influence various dimension of life and its association with money and financial aspect. By applying this sacred system to your financial life you can **LEARN TO BUDGET** while supporting major life areas to flourish with money. Here are list of life areas associated with each chakra that seek financial attention; you can certainly add your own special areas that are unique to you.

The Chakra Money Balance Sheet (Budget)

1. Muladhara Chakra

This energy centre, located at the base of the spine, It manages physical health, body maintenance, and survival-related bills (food, shelter, clothes). Pen in the approximate monthly amount of money you allocate to each item, unless indicated otherwise:

Food:

Home/Rent:

Clothes:

Other chakra one expenses:

2. Swadhisthana Chakra

This energy centre, located 4-5 inches below navel is connected back with spine, it manages health, emotion, relationships, recreations and entertainment.

The items listed here are not necessities like those listed for chakra one, rather they are the privileges that comes with extra money.

Doctor (yearly):

Health & Hygiene:

Club Membership:

Sports:

Car/ Motorcycle:

Vacation (yearly):

Dining Out

Parties:

Shopping:

Other costs:

3. Manipura – Chakra

This energy centre is located at the solar plexus (navel centre). It manages personal savings. Money you put in a savings account:

Money you put in a retirement account:

Money you put in an investment portfolio:

Money you put in real estate?:

Other investments:

4. Heart Chakra

This energy centre, located at the heart manages compassion. How much money you donate to

the charities monthly?

Other costs (e.g. financially helping friend or family member):

5. Vishuddhi Chakra

This energy centre, located at the throat, manages self-expression. Approximately, how much monthly money do you spend on expressing yourself through creative outlets?

Drawing & Painting:

Writing:

Crafts:

Music & Dancing:

Gardening:

Photography:

Other costs for hobbies that exhibit your creative expression:

6. Ajna Chakra

This energy centre is located on the forehead between the eyebrows, it manages your dream and social vision. How much money are investing to achieve

your dream For example, you want to open your own organic farming, Organic Restaurant, School, Yoga Studio, Job Website Service, etc.

How much amount of money you are investing to materialize your dream?

Other costs:

7. Crown Chakra

This energy centre, located on the crown of your head, it manages your spirituality, learning and brain functioning.

Meditating:

Praying:

Taking classes on higher mind-body disciplines (e.g., yoga, tai-chi) or higher philosophies (e.g., Buddhism, Mysticism, Hinduism etc.):

Other costs:

EXPLANATION

When you look at the monetary values for each chakra, can figure out the chakra(s) that is not balanced. For example, if you are

controlled by money and most of your money is tied up in chakra one (survival needs) then the rest of your chakra system is not getting proper financial attention. By contrast, a person who has money evenly distributed in all seven chakras is a person who is a master of money, irrespective of his/her income. This person's thinking is different than a person controlled by money. How rich or poor you live your life depends upon your thought process.

Paying into Your Chakra System

Let's go through an example of setting up the chakras to receive money. Assume that you make Rs. 2,00,000 a year.

You give survival chakra Rs. 1,00,000 yearly (rent, food, clothes).

You give pleasure centre, chakra, Rs.42,000 yearly (car, entertainment, fun).

To saving chakra, you save Rs. 1,500 a month (Rs.18,000 for the

year).

The remaining Rs.40,000 is unaccounted.

You can plug that floating money into the upper chakras so as to activate your higher financial centres. For example: allocate money for helping, for self-expression, to your vision and to higher learning. Money invested

in these upper chakras serve to develop your character into a more complete and balanced person. Wholeness is success. When you radiate success, you magnetize more of it to you. When you are finished with the worksheet, proceed to the visualization exercise.

2. OPTIMIZING THE CHAKRA ENERGY WITH ABUNDANCE VISUALIZATION MEDITATION

According to Quantum physics, "The energy realm controls the physical realm of life". Given that fact, use visualization to see money (as energy) being deposited into all your chakra energy centres. Do the visualization now and every day hereafter. Create strong associations within your brain between the thought of depositing money into each chakra centre and the feelings (gratitude, joy, excitement) of receiving money for each centre. These feelings serve to generate the physical manifestation of money being deposited into each chakra—and may even open unexpected doorways to more income.

Muladhara (Root) Chakra: In your mind, imagine money (e.g., Rs. 10,000) immediately being deposited into your first financial centre located at the base of your spine. Feel that all of your health and survival needs are taken care of with ease. See yourself having more than enough money to pay for your house, utility bills and organic groceries.

Swadhisthana Chakra: In your mind, visualize money (e.g., Rs.10,000) immediately being deposited into your second financial energy centre, located at your belly button. Feel that all of your relationships are secure and all of your pleasures are met. For example, you are able to go to any entertainment event you want. For all of your health needs such as yoga, health club membership as well as doctor and dentist appointments. Your vehicle is paid off. You enjoy all the pleasures of life, effortlessly.

Manipura Chakra: In your mind, imagine money (e.g., Rs.10,000) immediately being deposited into your financial balancing centre located at your solar plexus. Feel the joy and security of watching your savings account accumulate into great wealth. See your investment portfolio expanding as you fund growing and lucrative options.

Anahata (Heart) Chakra: In your mind, visualize money (e.g., Rs.10,000) immediately being deposited into your fourth financial energy centre. Feel the love and gratitude from the people whom you have freely given some of this money in order to help them improve their quality of life. See the positive karmic consequences of your financial help.

Vishuddhi (Throat) Chakra: In your mind, imagine money (e.g., Rs.10,000) immediately being deposited into your fifth financial energy centre located at your throat. Feel the liberation your body and mind as money is helping you to nurture your hobbies and talents.

For example, you have the financial means to express yourself whether that means cultivating your own garden or developing your culinary skills or

enhancing your artistic abilities.

Ajna (Third Eye) Chakra: In your mind, visualize money (e.g., Rs.10,000) immediately being deposited into your sixth financial energy centre located on your forehead between your eyebrows. Feel the excitement of having more than enough resources to turn your dream into a reality. For example, your ideal home is being developed or your business venture is being embraced and supported you have been able to run a reputed school.

Crown Chakra: In your mind, imagine money (e.g., Rs.10,000) immediately being deposited into your seventh financial energy centre located on the top of your head. Feel your divine connection to the Source of Life and allow this bliss to fill up your every cell. You are joyful and thankful for all that you are, for all that you experience

and for your abundant life that is supported by this Source.

CONCLUSION

Visualize all your seven chakras filled with money abundance and that abundance protruding outward to the external reality. Now feeling fine and better and better, bring your awareness to your body, breathe and open your eyes with joyous feeling and gentle smiles.



संस्कृति

हाम्रो आत्मिक परिचय हो, संस्कृति मानवताको परकाष्ठार नैतिकताको शिखर हो। भारतभूमि संस्कृतिले जन्म लिएको संसारको पहिलो देश हो। यहाँ देश नभनेर राष्ट्रभन्दा धेर अर्थपूर्ण हुनेछ जस्तो मलाई लाग्छ। सर्व प्रथम संस्कृतिको उज्यालो जुन मोक्षभूमिमा झुलिक्यो र मानव जीवनका उकाल्य सत्यहरूसँग हाम्रो परिचय घटे। त्यो शैली यथावत रूपमा महिमामणिडत र दिव्य हो। हाम्रो संस्कृति शब्द अर्के किसिमको छ जो पाश्चात्य विचार धारासँग अमिल्दो देखिन्छ। यहाँ मनुष्य जन्मलाई दुर्लभ भनिन्छ।

“बडो दुर्लभ जानोस् भारत भूमिको जन्म जनले” भने विचार भानुभक्तले मात्र नभनेर, असमोया आध्यात्म गुरु माधवदेव यसरी भन्नुहुन्छ “धन्य नरतनु भाल” अर्थात् उनी पनि यो नरसुपो जीवन प्राप्त गरेकोमा आफूलाई धन्य ठान्दछन्।

यसै गरी अग्निपुराणले पनि यही विचार पोषण गर्दै भनेको छ; ‘नरत्वं दुर्लभं लोके विद्यातत्र

सुदुर्लभा’ यहाँ मानिसको रूपमा जन्म लिनु अत्यन्त दुर्लभ हो। त्यसपछि पनि प्रज्ञावान अथर्ति विद्वान हुनुचाहिँ अझ दुर्लभ हो। संस्कृति शब्द संस्कारबाट आएको हो। संस्कृति कुनै पनि जातिको मुटु हो, धुकधुकी हो, स्पन्दन हो। संस्कृति बाँचे मात्र जाति बाँचदछ, भाषा—साहित्य मानव शरीरको छाला हो भने संस्कृति त्यसभित्र रहने आत्मा हो।

शुक्ल युजर्वदको सात अध्यायको चौधू संख्या श्लोकमा भनिएको छ ‘साप्रथमा संस्कृतिर्विश्ववारा’ अर्थात् विश्वले सर्वश्रेष्ठ भनी स्वीकारेको चिन्तन नै हो संस्कृति। संस्कृति शब्द संस्कृत भाषाको ‘कृ’—धातुबाट बनेको हो। सम्यक् कृति: संस्कृतिः। संस्कृतिको व्यवहारिक संस्कार गरिएको वा शुद्ध पारिएको वा परिमार्जित गरिएको बुझिन्छ। नेपाली बृहत शब्दकोशले संस्कृतिलाई परिभाषित गर्दै भनेको छ;

“कुनै वस्तुलाई परिमार्जन गरेर वा संस्कृत रूप दिएर चम्किलो, उज्यालो बनाउने कुनै राष्ट्र वा जातिको सामाजिक जीवन, कला—कौशल, बौद्धिक विकास आदिमा

प्रकट हुने धेरै समयदेखि देश काल सापेक्ष भई आन्तरिक वैचारिक तथा परम्परागत धारणाका रूपमा विकसित हुँदै आएको र आचार—विचार, रहन—सहन, मान्यता भावना, चिन्तन प्रकट गरिएको”

सामान्यतः संस्कृति शब्दको सजा उनु, अन्नकृत पार्नु परिष्कृत पार्नु, शिक्षित पार्नु, तयार पार्नु, पूर्ण रूपले सृजना गर्नु इत्यादि। यहाँ हेर्ने हो भने शब्दहरूका व्युव्यति मात्रले संस्कृतिको अर्थ निकालन सकिन्न यसको प्रयोगमा पनि ध्यान दिनु आवश्यक देखिन्छ।

साहित्य दर्पण ग्रन्थमा विश्वनाथ कवि राजले भन्नु भएको छ “अन्यद्वि शब्दानां व्यूत्पत्तिनिमित्तमन्यच्च प्रवृत्तिनिमित्तम्” अर्थात् शब्दको व्यूत्पत्तिलाई प्राधान्य दिने हो भने यसको अंग्रेजीको कल्वर शब्दसँग मिल्दछ। कल्वर (उश्रीश) शब्द लेटिन भाषाको उश्रीश अर्थात् खेती गर्नु अर्थभएको शब्दबाट आएको हो। अंग्रेजी शब्द उश्रीश को परिभाषा एकपछि अर्को शताब्दी फेरिँदै गएको पूर्णरूपमा स्पष्ट देखिन्छ। तर संस्कृतिको हाम्रो परिभाषा वेदकालीन समयदेखि एउटै छ, जहाँ अक्षरको पनि बदलाब छैन। संस्कृति जस्तो विशाल चिन्तनलाई एउटा सानो उदाहरणबाट निष्पत्ति पार्ने कोशिश गेरको छ;

मान्छे जन्म भए हवस् पुरुषता त्यसमा पसोस् विप्रता।

विप्रैमा बहुविद्यता अनि पसोस् त्यसको सदर्थज्ञता ॥

त्यो अर्थज्ञ विचित्र वाक्यपटु होस् लोकज्ञता फक्रियोस् ॥

त्यो लोकज्ञ समस्त शास्त्रपटु मै सच्चिन्त एर्मि बनोस् ॥

यो श्लोकमा लेखिएका खुडिकलाहरू

चढ़दै जब मानिसको मति स्वतः धर्ममा लाग्ने हुन्छ त्यतिखेर उ संस्कृत बन्न पुग्छ।

त्यस प्रकारका व्यक्तिको अनुसन्धान गर्दा गर्दै बाल्मीकि थाक्न लागेका थिए र त्यहाँ नारद पुग्नु भयो। बाल्मीकिले आफ्नो दुःख बेसाएर काव्य रचनाको लागि नायक पार्न कुनै योग्य व्यक्तिको जानकारी माग्दै सोधे, “आजको यस संसारमा कुन व्यक्ति गुणवान र वीर्यवान छ? त्यसैगरी धर्मज्ञ, कृतज्ञ, सत्यवादी, कर्तव्यपरायण, चरित्रवान, प्राणीको हितमका सधैं लागि रहने, विद्वान, कर्मक्षम, जनप्रीय, आत्माबान, क्रोधहीन, ज्ञानले प्रकाशमय, ईर्ष्याहीन र युद्धमा देबतासमेत डराउने जस्ता गुणहरूले युक्त व्यक्ति को होला मलाई जान्नदिने कृपा गर्नु होला।” यही कारणले गर्दा संस्कृति हाम्रो आत्मिक परिचय हो। मानवताको परकाष्ठा र नैतिकताको शिखर हो। आचार, आचरण, व्यवहार, शैली, देश, काल स्थान र पाभ अनुसार परिवर्तनशील हुन्छन्। विचार गतिशील भए तापनि संस्कृतिले निर्दिष्ट पारेको मानवता र नैतिकता को अवधारणा अपरिवर्तनशील रहेको हुन्छ। जसरी हाम्रो श्वास—प्रश्वास एउटै गतिमा चलेको हुन्छ।

“हिमाल—श्रृंखला जसमा महत्ताले खडा भई।

समुद्र जलको स्पर्श जसले गर्छ सधैं भरी ॥
जसका हात दुवै जान्छन् दिशा र प्रदिशा झन ।

छोडी त्यो देवता कसमा हामीले गर्नु अर्चन?”

हिमालय श्रृंखलादेखि शुरु गरेर समुद्रले छोएको यो विशाल भूखण्ड संस्कृतिले उज्जाएको विश्वको प्रथम राष्ट्र हो भन्न हिच्किचाउनु पर्ने छैन। हाम्रो संस्कृति कल्वर

झैं सपनाको विकाससँग सधैं काँचुलि फेरि हिँडने तत्व हैन। यो सबै युग, समय र स्थानमा एक रूप रहने तत्व हो। त्यसैले हाम्रो परिभाषामा संस्कृति चिरन्तन हो भनिन्छ। यही तत्वहरू सार्वजनिक सत्यताका आधारमा आधारित छन् र यस धराधाममा मानव जति दिनसम्म जीवित रहन्छ, त्यति दिनसम्म अपरिवर्तनशील रहन्छ किनकि यो एक दुइदिनको तपस्या र साधनाले बने। को होइन, हजारौं वर्षसम्म हाम्रा असीम ज्ञानी ऋषिमुनिहरूले चलाएको साधना, चिन्तन, मनन र विज्ञानले सृजना गरेको फल हो हाम्रो संस्कृति। आर्य अर्थात् श्रेष्ठ व्यक्तिहरूले धेरै खाज गरेपश्चात् निर्माण गरिएको हुनाले यसलाई आर्य संस्कृति भनिन्छ। सनातन संस्कृति, हिन्दु संस्कृति इत्यादि नामले पनि यसलाई पुकारिन्छ।

संस्कृति जीवन-व्यापिनो चेतना हो। संस्कृति त्यो गुण हो जो हामीमा व्याप्त छ। कल्वर शब्दले संस्कृतिको अवधारणालाई स्पष्ट पार्न कदापी सक्दैन। कल्वर नै संस्कृति हो भन्ने कुराले भारतीय सनातन समाजमा विकृति आईरहेको छ भन्ना धेर भने जस्तो लाग्दैन। त्यसै गरी धर्मलाई रिलिजन भन्नाले हाम्रो कतै न कतै हानी भइरहेको छ। धर्म र संस्कृति उल्था हुने विषय होइन किन भन्दा यी दुवै भाषामा धर्म संस्कृतिलाई परिभाषित गर्ने तत्वहरूमा आकाश-पातालको फरक देखिन्छ।

कुनै विज्ञ समूहले तय गरेको परिमार्जित परिधान लगाएर निर्धारण गरेको नृत्य-गीतहरूको प्रस्तुति गर्दा र प्राकृतिक भोजन गर्दामा त्यो कार्यकलापहरू संस्कृतिको परिसरमा पर्दछन्। तर पावन पर्वजहरूमा च्वाटडै खसि काटेर रम रक्सी लिएर मोज मस्ति गर्ने

कार्यहरू विकृति र अपसंस्कृति हुन भन्दा धेर भनेको हुन्छ जस्तो मलाई लाग्दैन। तर मानिसले संस्कृति हुनु पर्ने दृष्टिलाई त्यागेर गरेका कुनै र प्रस्तुतिहरू संस्कृतिको पक्षमा आउँदैनन्। कुनै गीत-नृत्यले संस्कृतिले भावनालाई ठेस हान्दै प्रस्तुत गर्छ भने त्यसलाई सांस्कृतिक कार्यक्रम भन्न मिल्छ जस्तो मलाई लाग्दैन केवल मनोरंजन गर्नको निम्ति राखिएको प्रस्तुति चै भन्न मिल्छ। संस्कृति प्रस्तुत गरिएको गीत अथवा नृत्यको भवना र त्यसमा प्रयोग गरिएका शब्द शैली र परिमार्जित अंगी-भंगीमा झल्केको हुन्छ। अथर्त वाम्बो संस्कृति बाह्य कम अन्तमुखी धेर हुने गर्छ। नाचेर र गाएर मात्र संस्कृति बाँच्दैन, त्यसमा निहित रहने दिव्य विचारहरू पनि बाँच्नु पर्छ।

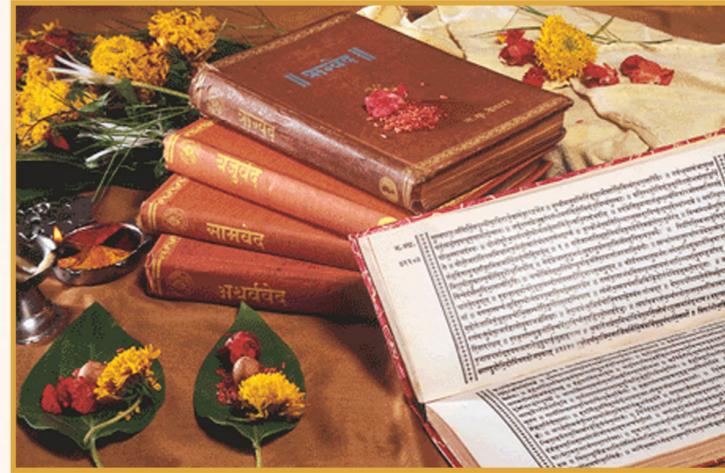
अब नेपाली संस्कृति बारे केही चर्चा गरौं। संस्कृति शब्दलाई अनुभव मात्र गर्न सक्न्ति, छान्न भने सकिन्न। हाम्रा जनजीवनको चित्तभूमिमा र लोकव्यवहारमा खारिएर, धोएर, माङ्गिएर, बनिएर, काटिएर, छाँटिएर, मठारिएर भन्नुको अर्थ संस्कार भएर हाम्रो चरित्र र रूचिको अनुरूप संस्कृति भएका हुनाले त्यसलाई हामी हाम्रो संस्कृति भन्ने गर्छौं।



सामान्यतयः संस्कृति भनेको हाम्रा पितापुर्खाले युगोंदेखि पालन गरिल्याएका आचार-व्यवहार, आचरण, संस्कार, रीति-थीति, रहन-सहन, दिनचर्याका यावत सर-सामग्री बुझिन्छ। यसै गरी भोटो-कछाड़, दौरा-सुरुवाल, चौबन्दी, कैचीमारे, गाईगोठ, भैसीगोठ, ठेका, हर्पे, दुधेरो, ठेकी, हलोजुवा, कोदालो, बन्चरो, व्यासजग्गे, कोरा-ढिकुरा, अछेता, जमरा, खुकुरी, खन्ती, हँसिया, कचिया, खडकुडा, माना, दारा, छेवर, व्रतबन्ध, विवा, गुन्यु-चालो दिने चलन, मात-पिता, गुरु र मान्यजनलाई ढोग्ने चलन, छोरी-चेलीको गोडामा ढोग्नु पर्ने चलन, खैंजडी, इयाली, नौमती, धान-चामल, तिज, दर्शै, तिहार इत्यादि। त्यसै गरी च्याबुड, धाननाच, बनायो, गाउँ खाने कथा, संगीनि, भैलो-देउसी, ढिकी गीत, मुर्चुंगा, याखा, बिजुवा, फेदाडमा, गुम्बा, ध्वजा, गेलिड, बोडथिड, घेवा इत्यादि अनगिनत छन् थाहा सबै पस्किन सम्भव छैन।

कुनै पनि जातिको जातीय चिनारी र सांस्कृतिक परिचय गराउने आधार हुन, वेशभूषा, गरगहना, खान-पान वाद्ययन्त्र भाँडा-कुँडा, हात-हतियार, नृत्यगीत आदि हुन। एउटा जातिलाई चिनाउने साधन संस्कृति हो भने त्यसबाट छुट्याउने चिन्ह पनि संस्कृति नै हो।

यो कुरा यहाँ उल्लेखनीय छ कि वेद, पुराण, उपनिषद, धर्मशास्त्र, महाभारत, रामायण जस्ता अनेकौं ग्रन्थहरूद्वारा पल्लवित भएको संस्कृति नै हो नेपाली संस्कृति। छोटकरीमा भन्न खोज्दा संस्कृति त्यो हो जसले मन अथवा आत्मा को परिष्कार गर्दछ। मनको मैलो चित्तको चंचलता, मनको अज्ञानरूपी अन्धकारलाई हटाउँछ, दुःख द्वन्द्वहरूलाई पन्साउँदछ, ज्ञानको ज्योति प्रकाशित पार्छ, अविद्यारूपी अन्धकारलाई मेटाउँछ, समृद्धिको



संचय गर्छ, धैर्यशीलताको वृद्धि गर्छ, सत्यको संचार गर्छ मानवीय गुणहरूको विकास गर्छ, शान्तिको संदेश फैलाउँछ अन्तमा भन्न खोज्दा व्यक्तिको मात्र नभएर समाजकै फाइदा गर्ने तत्व नै हो संस्कृति। त्यसैले संस्कृतिको पालन तथा सम्बद्धन गर्नु अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ नत्र जाति हराउने डर हुन्छ, जस्तै रोम, गीस, मायान, पार्सी लगायत कर्यालय संस्कृतिहरू यस धरातलबाट विलिन भएर गएको कुरा हामीलाई ज्ञात नै छ। हामी पनि कतै कुनै षड्यन्त्रको शिकार नबनु जसले हाम्रो नाश गर्ने छ।

नेपाली संस्कृतिका केही बिन्दुहरू यस प्रकार छन् :— धर्म प्रधानता, आध्यात्मिकता, परलौकिक विश्वास, वर्ण व्यवस्था, सदाचारको पालन, कर्मवाद, आश्रमव्यवस्था, पुर्णजन्मवाद, मोक्ष, वेदप्रणाम, अहिंसाको पालन, यज्ञको महत्व, त्यागको महत्व, सत्यको पालन, माता-पिता-गुरु-भक्ति, तपोमय जीवन, अतिथी सेवा आदि आदि। हामी नेपाली/गोर्खालीहरू धर्मभीरु र अध्यात्मवादी त छौं नै, यी दुवै हाम्रो संस्कृति स्रोत हुन्, मुख्य आधार पनि हुन्।

माथि पस्किएका बुँदामध्ये वर्ण व्यवस्था/आश्रम व्यवस्थाबाटे केही चर्चा गर्न आवश्यक सम्भिर। नेपाली अथवा गोर्खाली समाज ब्राह्मण,



क्षत्रिय, वैश्य र शुद्र यी चार प्रकारले बुनिएको देखिन्छ। प्रकृतार्थमा भन्ने हो भने जाति या वर्णका नाम रहने छुवा-छुत, भेदभाव र शोषण अरु भारतीय समाजभन्दा निकै कम्ति देख्न मिल्छ। समाज र देशमा जाति, वर्ण म इत्यादिका आधारमा भइरहने तथा भइअएका कुरीति र कुप्रथाहरूलाई जरैसमेत निकालेर पयाक्नु आजका समयको मांग छ, किनभने यसको लाभ कम नोक्सान धेर देखिन्छ। यसको आधारमा समाज र राष्ट्रमा धार्मिक र सांस्कृतिक षड्यन्त्र साथै आक्रमण भइरहेको कुरा सायदै कसैलाई थाहा नभएको छैन होला। वर्णवादले हामीलाई प्रहार गर्दै छ जसको फाइदा सुविधावादीहरूले जठाइरहेका छन्। हेर्ने हो भने वर्ण शब्दले कार्यलाई वरणगरेको बुझाउँदछ। श्रेष्ठताका लागि जन्मभन्दा कर्मको महत्त्व अधिक हुन्छ जुन कुरा हाम्रा धर्म ग्रन्थहरूमा वर्णन गरेको पाइन्छ।

**जन्मना जायते शुद्रो संस्कारत् द्विज उच्यते।
वेदपाठी भवेद विप्रो ब्रह्म जानाति ब्राह्मणः ॥**

(मनुस्मृति)

अर्थात् जन्मदा सबै शुद्रै हुन्छन्, उसको कर्मबाटै ब्राह्मणत्व प्राप्ति हुन्छ। विद्या र योग्यताले क्षत्रिय अथवा शुद्र पनि ब्राह्मण बन्न सक्दछन्। संस्कार नै यस्तो महामन्त्र हो जसले वैश्य र शुद्रलाई पनि

ब्राह्मणत्व प्राप्ति गराउँदछ।

यसै गरी बुद्धले पनि भनेका छन्:-
**न जच्चा वसलो होति, न जच्चा होति
ब्राह्मणो।**
**कम्मुना वसलो होति कम्मुना होति ब्राह्मण
गो ॥**

अर्थात् जन्मबाट न त कोही ब्राह्मण नै हुन् न शुद्र। केवल अनि केवल उसका कर्मले उसको जात तय गर्छ। जुन जीवन दर्शन र एउटा विशेष दृष्टि हिमालको सगरमाथा र गौरशंकरबाट प्रारम्भ हुन्छ, जुन दृष्टिले नै मुनि, गोरखनाथ, बुद्ध र ये हाड, जड्गा-हाड, जस्ता महापुरुषहरूको नेतृत्वमा पुष्पित र पल्लवित हुन्छ, टिस्टा, गोमती र गण्डकीको स्वमुर्छना झिक्नै गंगा, सिन्धु र ब्रह्मपुत्रसँग मिलेर वृन्दगीत गाएको छ, जसले समग्र विश्व-मानवलाई नै आफ्नो ठान्दै स्वस्थ नी, तीज, बडा दशै, तिहार, चण्डी आदिको माध्यम लिएर हिमालसँग कन्याकुमारीको साइनो गाँस्छ, पशुपति र बुढा नीलकण्ठसँग सम्पर्क राखेर कामाख्याबाट सोमनाथ सम्मको यात्रा तय गर्दै अखण्ड र शाश्वत दृष्टिको निर्माण गरेको छ र जसले यो विशाल भू-खण्डमा उभिएका विश्वजननी सिद्धान्तहरूलाई आफ्नो ठानेर आफ्नै

पाराको जीवनशैलको उद्भावन गरेको छ त्यसैलाई नै हामी नेपाली संस्कृति हो भनी कीटान गर्छौं।

नेपाली हौं विदित जगका थूर हामी लडाका जानेका छौं पृथ्वीतलमा प्रेमको बोल्न भ. का।

लाटा सोझा अबुझहरूको कष्टमा काम लागौं

तूलो छाती गरी अघि बढौं दम्भ दुर्भाव त्यागौं ॥

आज प्रचलित कल्वरको धारणाबाट संस्कृतिको पावन र सनातन धारणाको दृष्टि अघि सार्दै नेपाली/गोर्खाली समाजका संस्कृतिको वैशिक छबी स्पष्ट पार्दै आफ्नो संस्कृतिको प्रति गौरवशाली दृष्टि बनाउने प्रेरणा समाजमा छर्दै सांस्कृतिक धरातलमा नेपाली/गोर्खाली समाजको बलियो संगठनको प्रति आस्था राख्दै सांस्कृतिक पुनरुत्थानको लागि नेपाली/गोर्खाली समा. जका मान्यताहरूको वैज्ञानिकता बारे गहकिलो साहित्यको निर्माण गर्दै विश्वमा आफ्ना पुर्खाहरूले देखाएको तथा झल्काएको वीरत्वलाई स्वीकार्दै आफ्ना महापुरुषहरूको प्रज्ज्वलित प्रज्ञाको अमृत पान गर्दै र गराउँदै समाजमाथि आइपरेका सांस्कृतिक आक्रमणको विरोधमा शंखनाद गर्दै समग्र उत्तरपूर्व भारतका नेपाली गोर्खाली समाजको सांस्कृतिक र बौद्धिक अनुष्ठानको रूपमा हाम्रो चिन्हारी उत्तर पूर्व भारत गत 2018 को 12 जनवरी गुवाहाटीमा स्थापना गरिएको हो। यस संस्थाको गतिविधिहरू उत्तर पूर्व भारतका आठबटा प्रदेशहरूमा फैलिसकेको छ र अझै विस्तृत रूपमा जानकारी गराउनु हुने सबै विद्वत मण्डली समक्ष अनुनय राखें। जातिमा संस्कृति हैन संस्कृतिमा जाति बाँचेको

हुन्छ। त्यसैले संस्कृति बाचे मात्र जाति बाँच्दछ।

संस्कृति जातिको जीवनशैली हो। सबैको अन्तरमुखी रूपमा संलग्न भइरहेको हुन्छ। संस्कृति जीवनचर्या हो, मर्यादित ढड्गले जिउने कला हो संस्कृति। संस्कृति मानवीय प्रमुल्यहरूको समाहार हो। यदि संस्कृतिको नाममा कुनै दुष्प्रित, अवैज्ञानिक र अन्धविश्वास रहन्छ भने त्यो संस्कृति होइन विकृति तथा अपसंस्कृति भन्नु पर्छ। सुन्दर र दामी वेशभूषा, दामी गाडी, सुन्दर महल, सुनै सुनका गहना भिरेर हिँड्नु संस्कृतिवान व्यक्तिको परिचायक कदापी होइन, विचारमा शुद्धता, स्वच्छता, सदाचार सिर्जित आचरण संस्कृतिवान व्यक्तिका लक्षण हुन्।

कतिपय व्यक्तिहरूको भनाई छ नेपाली संस्कृति हिन्दु संस्कृति दुवै बेम्लै हुन्। यहाँ भलाई लाग्छ ऐनाको शीशा बदलाएको उचित हुनेछ। नेपाली संस्कृति भन्ने साथ साथ सनातन तथा वैदिक संस्कृति नै बुझिन्छ। नेपाली संस्कृतिलाई बेम्लै दृष्टिले झाक्नु धृष्टता नगर्दानै हाम्रो कल्याण हुनेछ किनभने हिन्दु संस्कृतिको न्यानो र प्रेममय काखमा हुर्केको हो हाम्रो नेपाली संस्कृति, हुन सक्लान हाम्रा कतिपय मान्यता र उपासना पद्धतिहरू छुट्टै छन् तर त्यो पनि हिन्दु संस्कृतिका मान्यता भित्र गाभिएका छन्। संस्कृतिलाई हेर्ने हाम्रो दृष्टि बदलाउनुको मतलब अरु संकटलाई निम्त्याउनु हो।

“शुद्धाः पूताः अज्ञायास मित्रस्य चक्षु समीक्षामहे मधुमती बाचमुदेयमं सत्यमेव जयते।”

यस्ता महामन्त्रको उद्घोष गर्न उदार साथै जानकार निराकारको पूर्ण एवं वैज्ञानिक धरातलमा खडा हिन्दु संस्कृति तथा सनातन संस्कृतिको अंग नेपाली संस्कृति एउटा शिव केन्द्रित समाज हो। हाम्रा पुर्खाहरूले बुढा नीलकण्ठ र पशुपतिनाथका मन्दिर बनाएर मौन रहेनन् अपितु किराँतेश्वर

महादेवको आराधना गर्नको निमित्त स्वरथानी पूजा र हरितालिका (तीज), विजय दशमी, दिपावली जस्ता महान चाडहरूलाई पनि छोडेर गए जहाँ मानव जीवनको अपूर्व, अनुपम र दिव्य दर्शन लुकेको छ ।

परमहंस मिश्रको भनाई छ, “ मेरी यह धारणा है कि नेपाली संस्कृति संसार की एक सर्वश्रेष्ठ संस्कृति है ।” हामी आफैलाई सर्वश्रेष्ठ भन्दा अहंकार देखिन्छ, अस्ले भन्दा हामीमा केही त रहेछ भन्ने बुझिन्छ ।

बितिरहेछ जीवन सुस्तरी

माधव खनाल (सिकिम)

बितिरहेछ जीवन

यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी...

बचपन गयो जवानी गयो

शरीर जाँदैछ सुस्तरी....

बितिरहेछ जीवन

यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी....

अहंकार छोड ईर्ष्या तोड

अनि सुद्रिन्छौ सुस्तरी...

बितिरहेछ जीवन

यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी..

वृद्ध भयो स्मृति गयो

अन्तः सबै सुस्तरी...

बितिरहेछ जीवन

यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी...

कर्तव्य गर फलको आशा नगर

सफलता हुन्छ सुस्तरी....

बितिरहेछ जीवन

यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी...

अध्ययन गर मनन, चिन्तन गर

सुज्ञान भरिन्छ सुस्तरी....
बितिरहेछ जीवन
यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी...
शिघ्र सुत उठ शिग्र
आचरण बदलिन्छ सुस्तरी....
बितिरहेछ जीवन
यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी...
योग गर भोग छोड
स्वास्थ्य रहन्छौ सुस्तरी....
बितिरहेछ जीवन
यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी... |
विश्वभरि छ भयावह
आत्मा विश्रृङ्खल हुन्छ सुस्तरी...
बितिरहेछ जीवन
यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी... |
पाप बडा शरीर दुःख्छ
साधना अज्ञाउ सुस्तरी....
बितिरहेछ जीवन
यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी... |
अब तिमी
माने मान नमाने नमान
पश्चताप सुस्तरी...सुस्तरी....
तर.....
जप गर ध्यान नछोड
मोक्ष निश्चित सुस्तरी....
बितिरहेछ जीवन
यहाँ सुस्तरी...सुस्तरी.....

गीता ज्ञान

न ही ज्ञानेन सदृशं
पवित्र मिह विद्यते ।
तत्स्वयं योगसंसिद्ध रु
कालेनात्मनि विन्दति ॥
गीता चार अध्यायको ३८ वाँ श्लोक
ज्ञानकर्मसन्यासयोग – कुल-४२ श्लोक



ADOPT PATANJALI'S SWADESHI NATURAL PRODUCTS

Save yourself from products made just from chemicals, by foreign companies

BEAUTY PRODUCTS



Adopt Natural Beauty Products,
Get Rid of Harmful Chemicals

KESH KANTI



Kesh Kanti Shampoo & Hair Oil
Contains 21 Herbs

BATH SOAP



Use Patanjali Herbal Bath Soap,
For Naturally Soft and Beautiful Skin

DANT KANTI



A Trusted Herbal Toothpaste
Amongst Millions of Indians

HOME CARE



Cleans Powerfully and Gentle On Hands

DANT KANTI NEW RANGE



New Range of Dant Kanti Made
with Precious Herbs

PATANJALI®

Prakriti ka Aashirwad

भैलो

देउसी

ले. कर्नल भूपेन्द्र सिंह क्षेत्री

है। लक्ष्मी पुजा वाले तिथि को अवंशी या अमावस्या की रात भी कहते हैं। साल में यही वह दिन एवं रात है, जब चन्द्र-मा अस्त होने के बाद सूर्यास्त होता है। यानि कि सुर्य अस्त होने के बाद आकाश में कोई रोशनी नहीं होती है।

इसीलिए इस रात्रि को काली रात्रि या घौर अवंशी

की रात भी कहते हैं। इसी रात को सुर्य अस्त के बाद भूत-पिशाचों का विचरण शुरू हो जाता है, ऐसा शास्त्रों का मानना है।

भैलो

अब भैलो शब्द का सन्धि-विच्छेद करते हैं। क्या भैलो दो शब्दों को मिलाकर बना है? समय के अन्तराल क्या ये दो शब्द मिलकर एक हो गए हैं? मेरे विचार के अनुसार यह दो शब्दों, 'मैं' या 'मय' और 'लो' या 'आग' का शोला मिलकर बना हुआ शब्द है। या ऐसा कहिए 'भय+लो=भइलो या भैलो', एक शब्द होता है। अब हम इसे यहीं पर छोड़कर कुछ समय के लिए रोक देते हैं और आगे का उल्लेख इस कथन के बाद दोबारा करेंगे।



मैं स्वभाव स्वरूप नये-नये विषय पर लिखने में रुची रखता हूँ। ऐसे विषय जो थोड़ा हटकर हों, व साथ-साथ रोमांचित हों तो और ज्यादा प्रेरित करते हैं। मैंने आज भैलो देउसी विषय पर लिखने का विचार बनाया है, हो सकता है, मेरे अपने विचार में शायद कुछ त्रुटी हो सकती है। तथा कुछ महानुभाव मेरे विचार से सहमत भी नहीं रख सकते हैं, या इस विषय पर और अधिक शोध या अध्ययन करने की आवश्यकता हो। यह थोड़ा अलग से भी हो सकता है।

सबसे पहले हमें यह ढूँढ़ना होगा कि भैलो व देउसी में कोई अन्तर है, या यह एक परम परागत पद्धति से मनाने वाला पर्व है। यह पर्व दिपावली या दिवाली या तिहार (त्योहार) के भव्य रूप से मनाने वाला पर्व है, नेपाली हिन्दु समुदाय के लोगों द्वारा चाहे वे नेपाल में हों या भारत के हिन्दु गोरखा समुदाय से हों या विश्व के किसी भी भाग में नेपाली हिन्दु मूल के समुदाय के लोग वास करते हों, बहुत ही उत्साह व भव्य रूप से मनाया जाता है। इसकी महानता एवं भव्यता दिपावली यानि तिहार के लक्ष्मी पुजन वाले दिन जिसे गाय पुजा भी कहते हैं, देखने को मिलता

लक्ष्मी पुजा या गाय पुजा के दिन, शाम को सुर्य अस्त होने के उपरान्त यानि गोधूली (गाय के शाम को घर आने का समय) के लग्न में, घर में दिया जलाकर प्रकाशोमान कर प्रारम्भ करते हैं।

ठीक इसी समय पर थाली सजाकर दिया-बत्ती जलाकर टोली-टोली बनाकर भैलो माँगने के लिए गांव, मोहल्ले के घर-घर जाकर निम्न भैलो गीत गाकर शुभकामना देकर, मनोकामना पुरी होनी की प्रार्थना, अर्चना करते हुए उपहार स्वरूप गृह स्वामी, स्वामिनी से भेंट स्वरूप कुछ दान-दक्षिणा पाने की अपेक्षा करते हैं। भैलो के लोकगीत के बोल इस प्रकार होते हैं—

भैलो मांगी सांगी हो (एकल स्वर), भैलो (समुह का एक स्वर में शब्द)

यो अउंशी वार हो (एकल स्वर), भैलो (समुह का एक स्वर में शब्द)

गाय को तिहार हो (एकल स्वर), भैलो (समुह का एक स्वर में शब्द)

हामी आफे आ को होइन (एकल स्वर), भैलो (समुह का एक स्वर में शब्द)

बली राजा ले बुलाको (एकल स्वर), भैलो (समुह का एक स्वर में शब्द)

आदि—आदि—आदि.....

सही तरह से समझने के लिए इस लोकगीत का अनुवाद निम्न प्रकार से है—

भैलो मांगी सांगी हो : हम सब मिलकर

भैला मांग रहे हैं।

यो अउंशी वार हो : यह अमावस्या का वार या दिन है।

गाय को तिहार हो : यह गाय का त्योहार है।

हामी आफे आ को होइन: हम अपने आप नहीं

आयें हैं।

बली राजा ले बुलाको : बलि राजा के पृथ्वीलोक में आगमन के कारण आये हैं।

बस यही वाक्य जो कहा गया कि 'बलि राजा के पृथ्वी लोक में आगमन के कारण आये हैं, इस भैलो का सम्पूर्ण रहस्य यही छुपा हुआ है', इस भैलो का सम्पूर्ण रहस्य यही छुपा हुआ है। बलि राजा कौन था? भगवान विष्णु के दस अवतार में, बामन अवतार का एक उल्लेख आता है। राजा बलि को भगवान भोले शिव-शंकर नाथ जी का आर्शिवाद था कि उसे तीनों लोकों में कोई भी नहीं मार सकता है। राजा बलि की मृत्यु तभी होगी, जब कोई इनके सिर पर पैर रखेगा। राजा के सिर पर पैर रखने का हिम्मत कोन कर सकता था। ऐसा सम्भव नहीं था। अपितु राजा अजगार होने के भाव व अवस्था में आ गया। मृत्यु सम्भव नहीं था, अब राजा जब इतने बड़े आर्शिवाद लेकर बैठा था, तो अहंकार होना स्वभाविक था। राजा अब दिन प्रतिदिन आतंकित और क्रुर होता चला गया। यहां तक कि देवी, देवताओं तक को प्रता डित करने लगा। इस क्रुरता को देखते हुए सभी देवगण भगवान विष्णु के निवास स्थान पर पहुँचे और प्रार्थना अर्चना करते हुए इस आतंक से मुक्ति पाने हेतु कोई उचित उपाय की दुहाई लगाई। तब भगवान विष्णु ने इस पृथ्वी लोक में आकर बामन अवतार का रूप लिया। बामन अवतार ने राजा बली को अनेको—अनेक लुभावन कार्य कर उनका दिल जीत लिया। राजा बली क्रुर तो थे, परन्तु दानी व वाणी के सच्चे भी थे। एक समय पर राजा बली भगवान विष्णु के अवतार बामन से बहुत प्रसन्नचित हुए और कह डाला मार्ग वामन क्या मांगते हो। विष्णु अवतार बामन एक बहुत

ही ठंगें छोटे कद काठी वाले व्यक्तीतव थे। विष्णु अवतार वामन ने कह डाला कि यदि महाराजा कुछ देना ही चाहते हैं, तो मुझे केवल तीन कदम भूमी दें दे। महाराजा बली ने उत्तर दिया कि यह भी कोई बात हुई। तीन कदम भूमी जहां जी चाहे तुम्हारी इच्छा अनुसार ले लो। अब भगवान विष्णु अपने रूप में आ गये। उन्होंने एक कदम से विशाल आकाश को नाप दिया। दुसरे कदम से विशाल आकाश को नाप दिया। भगवान विष्णु ने महाराज बली से पुछा अब तीसरा कदम कहा से नापु। महाराज बली ने कहा कि तीसरा कदम मेरे सिर पर नाप लो, जैसे ही भगवान विष्णु ने तीसरा कदम नापने के लिए महाराज बली के सिर पर रखा, महाराज बली पाताल में धसता ही चला गया और पाताल में ही समा कर लीन हो गया। इस प्रकार महाराज बली का अन्त हुआ। सभी देव देवता व मनुष्यों को महाराज बली के आतंक से मुक्ति मिली।

हिन्दु मान्यता के अनुसार इसी दिन अवंशी की रात (अमावस्या की रात) राजा बलि सभी भूत-प्रेत, पिशाचों आदि के साथ पाताल लोक से पृथ्वी लोक में आते हैं। इसी लिए इस लोक गीत में गाते हैं कि 'हामी आफे आ को, होइन, बलि राजा ले बुलाकों। यह कोई निमंत्रण नहीं है, यह एक कारण है। क्योंकि राजा बलि सभी भूत-प्रेत, आत्माओं व पिशाचों के साथ इस काली रात्रि में पृथ्वीलोक में भ्रमण के साथ-साथ ऋद्धि-सिद्धि का कोई कार्य करते हैं। इसी रात को सभी साम. वेद के तांत्रिक विद्या को मानने वाले ऋद्धि-सिद्धि व सिद्धि प्राप्ति के लिए घर में, गोशाला में, श्मशान घाट में, चौराहे में, जुडियान (चुल्हा-बर्तन साफ करने के स्थान) में घराट, पन-चक्की, कोल्हु,

खेत-खलियान, बाग-बगीचा, पिपल, बरगद के वृक्ष, पनघट, कुआँ, तालाब, नदी (जहाँ दो नदियाँ मिलती हैं) अकाल गर्भवती महिला या शिशु आदि के मृत्यु पश्चात दफनाने का स्थान, समाधि स्थल, देवालय आदि महत्वपूर्ण स्थानों में तांत्रिक ऐसे स्थानों को चुनकर अपने सिद्धि प्राप्ति के लिए पुरी रात साधना या महायज्ञ करते हैं इसी रात को ऐसे तांत्रिक विभिन्न प्रकार के बली आदि करके अपने आराध्य को प्रसन्न कर सिद्धि प्राप्त करने का प्रयास करते हैं।

अब भैलो का गूढ़ रहस्य, (जैसा मैं मानता हूँ) को समझाने का प्रयास करते हैं। सन्ध्याकाल में दीये का लौ जलाकर टोली-टोली बनाकर, जो स्थान मेने ऊपर लिखा है यह टोली जाती है। इन स्थानों में रात भर भैलो गाते हुए इन तांत्रिकों को ऐसा कृत अपने इलाके में न करे का विचार रखकर रात भर घुमते रहते हैं। इस प्रकार जब यह टोली किसी गांव या घर में जाते हैं, तो गृह स्वामी इनके इस शुभः कार्य के लिए व प्रोत्शान्ध स्वरूप खाने-पीने की वस्तु व दिया में तेल डाल कर आभार प्रकट करते हैं, इसी तेल से भय लो (भय को भगाने वाले लौ) बनाकर दुष्ट आत्मा या तांत्रिकों को ऐसे स्थानों से भगा कर उनके तांत्रिक आयोजन में बाधा डालकर या भंग करके ऐसे स्थानों से भागने में विवश करते हैं, थाली, बर्तन टीन आदि बजाकर भी भगाने का कार्य करते हैं। वर्तमान काल में अब लड्डियां व पटाखे आदि बजाकर या फोड़ कर सांकेतिक रूप से इसी परम्परा को निभाया जा रहा है। भैलो का मतलब जो मैं समझता हूँ वह भय को भगाने वाला आग का लौ, भय-लौ है।



देउसी

देउसी भी एक पर्व इसी के साथ जुड़ा हुआ है। यह पर्व गोर्वधन पुजा या बैल पुजा के दिन मनाया जाता है। इस पर्व का कार्यक्रम लक्ष्मी पुजा के बाद अगले दिन सुबह से ही शुरू होता है। यह पर्व दिन के समय पर रंगा-रंग कार्यक्रम के साथ घर-घर जाकर जश्न के रूप में मनाया जाता रहा है। यह कार्यक्रम सन्ध्या काल या रात तक चलता है।

सबसे पहले देउसी शब्द को समझाने का प्रयास करते हैं सन्धि-विच्छेद करने पर यह 'देव+ श्री=देउसी' बनता है। जब देउसी टोली किसी के घर, गांव, मोहल्ले में आता है, तो पुरा घट, परिवार या पड़ोसी यह कर उत्साहित होते हैं कि "ल देउसी आयो-देउसी आयो। (देउसी टोली आया देउसी टोली आया)! गृह मालिक व मालकिन इस टोली को बहुत आव-भगत से सम्मान पुरक आभारी हो कर स्वागत करता है। वे कहते हैं, दान्य आग मेरे कि आज देउसी टोली मेरे घर में प्रवेश किया। अब जैसा मैंने समझा, इसके रहस्य को समझने का प्रयास करते हैं।

देउसी शब्द का सन्धि-विच्छेद देव श्री बनता है या देव श्री के समान समुह को कहते

हैं, पिछली रात्रि को लक्ष्मी पुजा के समय से पुरी रात गांव घर, गोशाला, खलियान व परिवार आकर को भैलो टोली से तांत्रिकों आदि को भगा कर सभी की जान-माल की रक्षा किया है। उसी टोली को अब देउसी के नाम से जाना जाता है। तथा इसी शब्द से सम्बोधन किया जाता है। ये सभी टोली के लोग भगवान देव श्री के समान हैं, आप रक्षक हैं, रखवाले हैं, व देवता स्वरूप हैं, आपका मेरे प्रागण में तहः दिल से स्वागत है, हम सभी आपके आभारी हैं। कृपा करके आसन ग्रहण कीजिये। आप सभी रात भर जागकर व जगह-जगह घुमकर थक चुके हैं। खाने-पीने के लिए ये सभी सामग्री घर में ही तैयार किया गया है। इसे ग्रहण करके हमें आर्शिवाद स्वरूप दो वचन गाकर या बोलकर हम पर कृपा कीजिएगा। आप सभी देव श्री हैं। इसी उद्देश्य से देउसी मनाया जाता है। इस देउसी पर्वको एक धन्यवाद ज्ञायापन के स्वरूप भी माना जा सकता है, मैंने यह विचार अपने सोच के अनुसार रखा है। शायद इसमें कोई कमी हो सकती है, शोध करके संशोधन करने की पुरी-पुरी सम्भावना है। पाठकगण अपना विचार या मत रख सकते हैं। यह पूर्णतः खुला मंच है, आदान-पदान से ही हमारी पौराणिक संस्कृति, संस्कार, रीति-रिवाज, खान-पान, वेष-भुषा, भाषा की प्रगति व उन्नति हो सकती है, मैंने यह लेख राष्ट्रीय भाषा हिन्दी में इसलिए लिखा है ताकि इसका व्यापक रूप से प्रचार-प्रसार हो सके। ज्यादा से ज्यादा जन-मानस तक हमारी अलौकिक संस्कृति का ज्ञान पहुँच सके। मैं नेपाली भाषा विद से निवेदन करुंगा कि यदि सम्भव व उचित समझे तो इसका अनुवाद नेपाली भाषा में करने का कष्ट करें।

ACHARYA BHANU BHAKTA POEM RECITATION COMPETITION

Shreejay Mall



The preservation and promotion of Nepali culture and literature has always been a prime goal of Hamro Swabhiman. The seeds sown in the children at childhood reap benefits later in life, and so it is essential to instill a love for their culture and tradition in them early in their life. With this in mind, to pay tribute to Acharya Bhanu Bhakta Ji, Hamro Swabhiman trust under the holy guidance of Yogrishi Param Pujya Swami Ramdev Ji Maharaj and Ayurved Shiromani Param Shraddhey Acharya Balkrishna Ji Maharaj conducted Annual Bhanu Jayanti Poem Recitation Competition on 13 July 2022. The mode of the competition was online and it was conducted

in two categories – below 14 years of age and between the ages of 14 and 25. Competition was held in two rounds. The first being the state selection round and the other being the final central level round where the top 3 participants from different



states competed against one another. The competition witnessed active participation from many people of different states. The winner in each category received Rs. 11,000, the second prize was Rs 7500, the third prize was Rs. 5100 and the fourth were awarded with consolation prize. The competition was very well appreciated and ended with the hope to see even further participation in coming events.

PADMASHREE ANNURADHA KOIRALA



Guided by her empathetic and benevolent behaviour, she steadfastly fought for women's freedom, dignity, and socio-economic security.

Due to her relentless effort in the field of human rights and trafficking prevention, the Government of Nepal recognizes September 5 as Anti-trafficking Day.

She is a Mother figure for many who motivates them to do better. She often reiterates, "Do not beg, do something; you have the capabilities."

She has been awarded many titles, to name a few: In 2010 Ms Koirala was declared the CNN Hero. In 2017 She Received Padma Shri Award.

Her victory comes as pride and honour not only to Maiti Nepal but also to humanity at large.

VEER CHAKRA COL. LALIT RAI



The valiant son of Mother India, Col Lalit Rai, is one of the highly decorated officers of the Indian Army.

Due to his 'never say die' attitude, he was handpicked by the Army to form and lead the first 'Dangerous & High Risk Mission' team, which is genesis of today's elite National Security Guards (NSG).

In June 1999, Col Lalit Rai, took over the command of the elite GORKHA RIFLES in the Kargil War.

During this operation Rai was injured in the knee. Despite his injury, he exhorted and encouraged his troops to fight courageously till the target get achieved.

Because of exceptional performance by the battalion under his command the 11 Gorkha rifles won 'BRAVEST OF THE BRAVE' title, he was awarded with Vir Chakra.

INDIRA RANAMAGAR

Born in extreme poverty in rural Nepal, she was unable to attend education in the early stages of life. Still, became a phenomenal scholar when she got a chance to attend school.



Her humane initiatives for the welfare of prisoners and their families have changed many precious lives.

Indira Ranamagar founded the Non-Profit Organization "Prisoner's Assistance Nepal" in 2000, which has done commendable job of



nurturing prisoner's children and enabling them to live a respectful life in the mainstream. On October 22, 2014, she was conferred The World's Children's Honorary Award by Queen Sivia of Sweden. Also, she was one of the

three finalist nominees for the 2014 World Children's Prize.

In recognition of Indira Ranamagar's social impactful work, BBC mentioned her among the 100 Inspirational and Innovative Women of 2017.



VISHNU PRASAD SHARMA

Once a Jobseeker now employs more than 350 people

Vishnu Prasad Sharma is a self-made entrepreneur who met success after years of hard work and struggle.

Though born in an economically weak family, challenges and hardships couldn't resist him. Today he is a well-known businessman in Bhopal.

He started working as a helper and waiter in a small hotel in 1996, and then after 5 years of rigorous struggle, he started a Chinese

food stall in 2001.

His life practically defies the prevailing perception that money mints money.

Vishnu Sharma's strong willpower and high determination rewarded him with 12 successful fast-food restraunts.

Once a jobseeker now employes more than 350 people and his organization is witnessing both vertical and horizontal growth with each passing day.



The Legendary Indian Footballer

SHYAM THAPA



The legendary Indian footballer played as a striker for Indian National Football Team. He helped India win Bronze Medal in Bangkok Asian Games and Merdeka Tournament in 1970.

Shyam Thapa became the national football sensation with the famous bicycle kick goal he scored against traditional rival East Bengal in August 1978. He is the first Indian coach to a foreign national team. The current Chairman of the All Indian Football Federation Technical Committee, Shyam Thapa, is conferred the Mohan Bagan Ratna in 2022.

This great phenomenal Percussionist has been presented with the title "Madal Maharaj" by the Indian Ministry of Information & Brodcasting.

Kaajee Slng created 8 new ragas and talas and panned more than 5 books on the folk music of the Gorkhas to keep the youth connected with their roots.

Kaajee Singh has also contributed a lot to Bollywood, working with Music Directors like Lacmikant-Pyarelal, Kalyanji-Aanandji, Ram Laxman, & Shankar Jaikishan.

Recently, he was awarded Padma Shri for his tremendous work in the field of arts and culture.

His strive for preserving and promoting Gorkha Folk culture is still going on at a fast pace.



PADMA SHRI KAAJEE SINGH

"Madal Maharaj"

PADMA SHRI SANU LAMA

Sampad, Gaun Chadyo, Asinapo Manchery, Swasni Meanchey, and khani Tarma Ekdin.

He is a recipient of the Sahitya Akademi Award and many other awards of high repute such as Sikkim Bhanu Puraskar, Dr. Shova Kanti Thegim Smrithi Puraskar and Madan Byakhanmala Puraskar.



An engineer by profession and writer by passion. Sanu Lama is one of the founders of the Bhartiya Nepali Rashtriya Parishad.

He is the first Nepali writer to receive the Padma Shri Award from the Government of India for his contributions to literature.

He is credited with writing many precious books, including Katha





SHRI RAJU BISTA

Raju Bista is a young philanthropist, politician, and social worker, he has been tirelessly working for the welfare of the downtrodden and underprivileged. He is

a dynamic young leader who promotes education and offers skill development opportunities in rural regions.

Raju Bista is Managing Director of Surya Roshni Limited

and President of (Elcoma), Electric Lamp & Component Manufacturers Association of India.

He has been recognized as the most

promising business leader of Asia 2017-18 by Economic Times in Kuala Lumpur, Malaysia



PADMA SHRI

LIL BAHADUR CHHETRI

Lil Bahadur Chhetri is a legendary Nepali author. He is a prolific writer, and his work is known for making a positive impact on society.

His efforts in preserving the literature in the Nepali Language, one of the oldest languages in the world, are immensely praiseworthy.

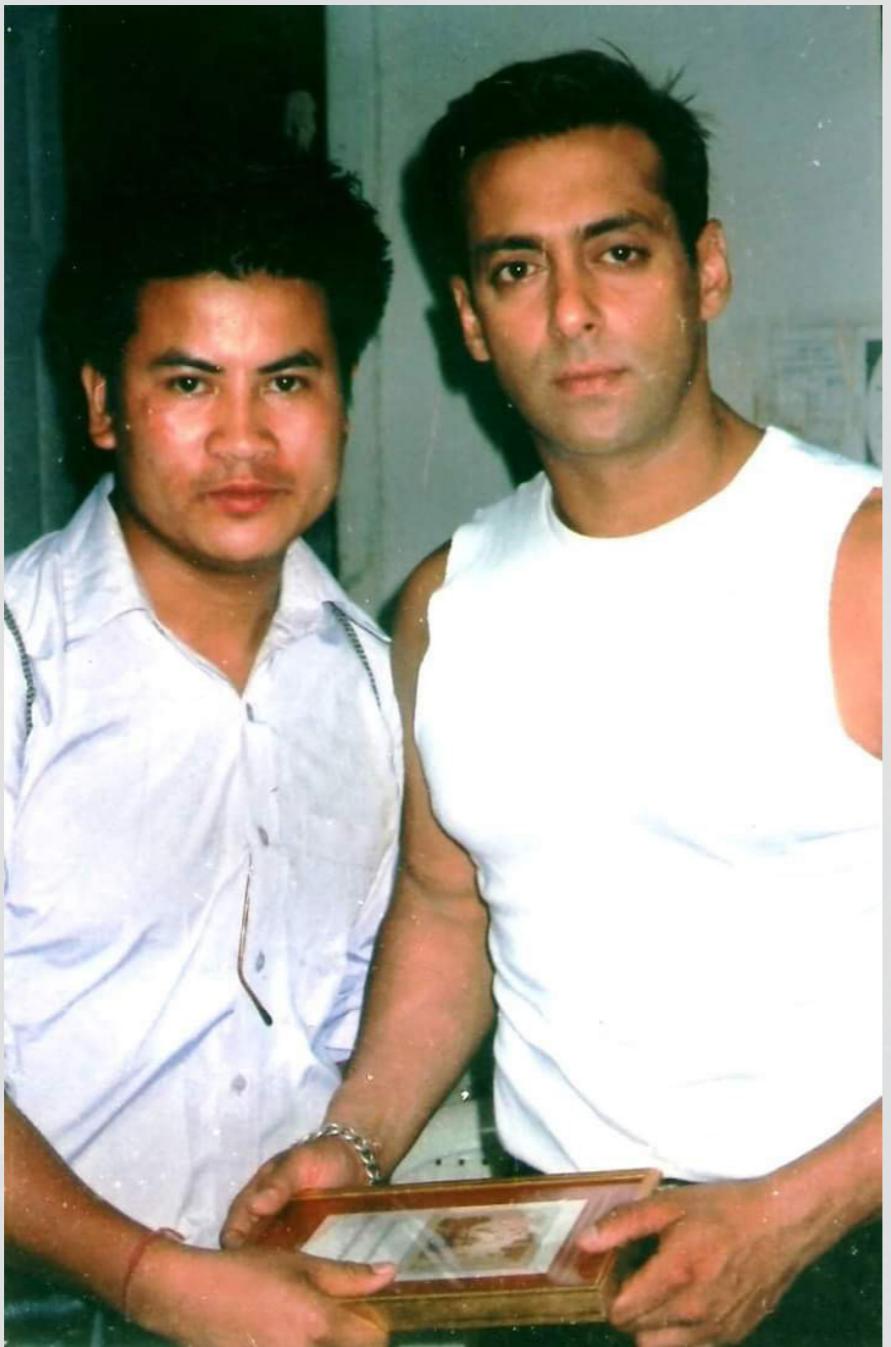
His books have been taught at Tribhuvn University as part of curriculum.

Lil Bahadur Chhetri's beautifully written book, *Brahmaputrako Chheu Chhau*, is critically acclaimed worldwide and also won the Sahitya Academy Award.

In 2020, the Government of India, awarded him Padma Shri, the fourth highest civilian award in India, for his contribution to literature and education.



SHRI MUKESH THAPA



With Ten different records under his name in the field of painting, Shri Mukesh Thapa has set an example how passion and persistence evolves into perfection.

So far, he is credited with more than 600 paintings in his name and he has established an art gallery at Shyam Nagar, Dharamshala. He has created many National and International records and registered his name in Limca Book of Records, World Record Association China.

Everest World Record Nepal, India Book of Records, Asia Book of Records, and Creative World record Nepal, to name a few. Mukesh Thapa has won many National and International awards, and his work is displayed in various art exhibitions.

He has served as a Member of Governing Body of NZCC (Government of India) in 2012.



SHRI TARAPATI UPADHYAYA

Tarapati Upadhyaya, the man of missions, is an educationist, author, through leader, and social reformer.

He has written 22 books on the problems of the local populace from the perspective of nationalism in Nepali and Assamese languages. Tarapati Upadhyaya played a pivotal role in the establishment of schools and colleges in and around Udaguri, Assam. He founded the Teacher Training College at Udaguri in the year 1999 and served as its honorary Principal till 2014.

He immensely contributed to create mutual harmony between different communities residing in the region at a time when the region was facing problems with linguistic and ethnic strife.



PADMA SHRI KEDAR NATH GURUNG



Kedar Nath Gurung is a great educationist, prolific writer, and influential poet of Nepali Literature.

Ashrot Shrotharuka Pratishrotharu, Mahashakti Haruko Pooja, and Kathya Akathya Kathan Haruko Bhumikaran are the masterpieces of this iconic writer.

The Government of India honoured him with Padma Shri Award in 2022 for his extensive contribution to literature.

Kedar Nath Gurung is also the recipient of many other Awards, which includes: Bhanu Puruskar, Mahakabvi Laxmi Prasad, and Devkota Satabdi Puraskar.





HARITALIKA TEEJ CELEBRATION 2022

New Delhi, Aug 30th 2022: To cherish the essence of unity amidst diversity, Hamro Swabhiman Trust – a social wing of Patanjali Yogpeeth, celebrated Hartalika Teej on 30 August 2022 at the Siri Fort Auditorium of New Delhi. Hartalika Teej is a pious festival observed mostly by women and girls and is a special occasion for the people of north India and Nepal. Hamro Swabhiman Trust organized an event on this occasion to celebrate the auspicious day in the presence of Indian and Nepalese citizens; thereby, glorifying the spirit of brotherhood. To ring in the festival in an exciting way the function was honoured by the presence of world class singers and performers like renouned singer Milan Lama, DID runner up Aadhyashree Upadhyay, Singer Kala Lamsal, Junu Gautam and Jamuna Sharma. Their festive songs kept the spirits high and compelled the audience to dance to their beats. The talented budding dancers of MJ Ash dance studio also add stars to the event by their graceful and amazing dance performance.





The event was graced by the presence of Yog Guru Swami Ramdev and CEO of Patanjali Ayurved, Param Shraddhey Ayurved Shiromani Acharya Balkrishna Ji Maharaj, and dignitaries from Centre and states, the Ambassador of Nepal to India, and a host of Padma Shri awardees such as author Sanu Lama, writer & poet Kedar Nath Gurung, percussionist Kaajee Singh, and author Lil Bahadur Chhetri. The event was also attended by Sh. Shyam Thapa , the chairman of the All India federation technical committee, Col Lalit Rai, social activist Indira Ranamagar, entrepreneurs Vishnu Prasad Sharma, social activist Anuradha Koirala, Member of Parliament Raju Bista, educationist Tarapati Upadhyaya, artist Mukesh Thapa, and singer and actor Muralidhar. These prestigious attendees were also honoured with Hamro Gaurav Award 2022.

Apart from the awardees, there were hundreds of Nepali-speaking people and guests from across communities including representatives from government and non-government organizations. Also, a host of writers, educationists, social reformers, singers, and artists of international fame from Nepal and India filled the celebrations with zeal and fervour in their captivating performances.

“Hamro Swabhiman strives to observe the dignity of Nepali/Gorkha people in India by commemorating their age-long contribution to the society and ensuring inculcation of traditions, education and health among the community. Our aim is to preserve and promote the culture and tradition at the global level,” said CEO and co-founder of Patanjali Yogpeeth Acharya Balkrishna.

An award ceremony, Gaurav Samman, was also held to honour legendary personalities who have made exemplary contributions to their respective fields. “The infusion of our unity, integrity, dignity, and divinity is our primary goal and this leads to the vision behind the establishment of the Hamro Swabhiman Trust. The enthusiasm and energy among the attendees showcased the spirit of unity and camaraderie amongst the people of various Indian communities,” said Yogrishi Param Pujya Swami Ramdev Ji Maharaj



जड़ी बूटी दिवस





मनमोहक

हम्रो स्वाभिमान ट्रस्ट की ओर से सीरीफोर्ट सभागार में मंगलवार को तीज महोत्सव पर आयोजित हरतालिका तीज महोत्सव में मिलन लामा के गीतों पर सूने स्थामी रामदेव और सासद नवनीत राणा ● विपिन शर्मा

एकता, मर्यादा, अखंडता हमारे प्राथमिक लक्ष्य : स्थामी रामदेव



सिरी फोर्ट आयुर्वेदिक इंडोनेशियन ट्रस्ट में आयोजित हरतालिका तीज महोत्सव में मिलन लामा के गीतों पर सूने स्थामी रामदेव और सासद नवनीत राणा ● विपिन शर्मा

जागरण संगवाला, दक्षिणी दिल्ली : हरतालिका तीज पर पर्तजनि योगपीठ की सामाजिक सशाखा हम्रो स्वाभिमान ट्रस्ट द्वारा मंगलवार को सिरिफोर्ट आयुर्वेदिक इंडोनेशियन ट्रस्ट की कार्यक्रम का आयोजन किया गया। भारतीय कोइराला, कलाकार मुकेश थापा, थाम थापा, गायक एवं अभिनेता मुरलीधर का हाथों गायत्र चुप्तकर 2022 से सम्मानित किया गया। गर्भ संस्कार पुस्तक का विमोचन किया गया। नेपाली गायक मिलन लामा, जनू गौतम ने तीज के गीत गाकर समा बोंध दिया। स्थामी रामदेव ने कहा कि एकता, मर्यादा, अखंडता हमरे प्राथमिक लक्ष्य हैं और हामो स्वाभिमान ट्रस्ट की स्थापना के पीछे यही उद्देश्य है।

स्थामी रामदेव, पर्तजनि आयुर्वेद के सीईओ आचार्य बालकृष्ण, कंग्रेश मंत्री मीनांशी लेखी, महाराष्ट्र के अमरावती से सासद नवनीत राणा, भारत में नेपाल के अबेसडर मौजूद रहे। कार्यक्रम में पद्मश्री लेखक सानु लामा, पद्मश्री लेखक एवं कवि केदारनाथ मुरुंग, पद्मश्री लेखक तीजलालक लील बहादुर छेत्री, पद्मश्री लेखक



A celebration of Indo-Nepali culture at Hartalika Teej event in Delhi

New Delhi (India), Aug 30 (ANI): Indo-Nepali culture was celebrated at a function held to mark Hartalika Teej in the national capital with members of the Nepali community participating with great enthusiasm.

Union Minister of State Meenakshi Lekhi and independent MP Naresh Ranawat were present to grace the occasion.

Many cultural dance performances were held during the event and the Vega puja (Vedic ritual) was also performed by guests from Nepal and abroad.

Hartalika Teej is a festival observed mainly by women and girls and is a special occasion for the practice of North India and Nepal.

Minister of State (MoS) Meenakshi Lekhi talked about the significance of Guru and Year while attending the event.

Union Minister of State (MoS) Meenakshi Lekhi and independent MP Naresh Ranawat also attended the event.

Photo: ANI

पतंजलि®



सबको करेंगे सूट सेहत के दो घूंट...

गैस, कब्ज, अम्लपित्त व अन्य पाचन तंत्र के रोग,
बालों, आँखों, त्वचा, धातु रोग, ल्यूकोरिया
व आर्थराइटिस आदि में पूर्ण लाभकारी

एलोवेरा जूस

पतंजलि हर्बल बाथ सोप से पाएंगे कुदरती कोमलता व सुन्दरता

बाथ सोप लगाने का मकसद केवल केमिकल्स से शरीर को साफ करना ही नहीं, बल्कि सच बात तो यह है कि आप ऐसे बाथ सोप से स्नान करना चाहते हैं जो आपके शरीर की स्वच्छता के साथ आपकी त्वचा को दे प्राकृतिक सुरक्षा कवच और कुदरती सौन्दर्य।

बाथ सोप

