

जीवनका समस्याहरु को समाधान

परमसंत क्याप्टेन लाल चन्द जी

नेपाली अनुवाद : आदर्श थापा



लेखक: परमसंत क्याप्टेन लाल चन्द जी

एक सफल गृहस्थ जीवन जिउनु भएका सत्गुरु जसले आफ्नो जीवन लाई हर्ष उल्लास र उमङ्ग ले जिउनु भयो, आफ्नो सेना को अधिकारी को पेशा मा संलग्न हुँदा धेरै सम्मान र पुरस्कार हरु समेत जिउनु भएको छ। आफ्नो गुरु बाट दीक्षित भई आध्यात्मिकता को पूर्ण अनुभव लिनु भएपछी आफ्ना अमूल्य अनुभव हरु १७ वटा पुस्तक का रूप मा प्रकाशन गर्नु भएको छ र वहाँ को जीवन उपयोगी र व्यवहारिक ज्ञान लाई संसार भरि फैलाउने प्रयास हुँदै आएको छ।

Satsang: Youtube: Jivat Muk: https://www.youtube.com/channel/UCM8YjLnvMu_x0fwo3Q6HevA/videos

Free Books: www.captainlalchand.com

सामग्री:

- पृष्ठ २ : सुख दुख को कारण
- पृष्ठ ३ : बिबाहित जीवन को सुख आनन्द
- पृष्ठ ४ : अशान्ति को कारण र उपाय
- पृष्ठ ५ : शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य
- पृष्ठ ७ : कर्म सिद्धान्त
- पृष्ठ १०: गुरु को आवश्यकता

सुख-दुःख को कारण र विचार रहस्य

साभार पुस्तक: "ज्ञान सागर"

लेखक: परम सन्त क्याप्टेन लाल चन्द

नेपाली मा अनुवाद: आदर्श थापा

यी सुख-दुःख हरु के हुन्? र कहाँबाट आउँछन्?

मानिस को जीवन संकल्पमय छ । यसको विचार मा धेरै ठुलो शक्ति छ । उसको सारा जीवन नै उसको विचार एबम् संकल्पहरु मा आधारित छ । बिहान देखि बेलुका सम्म ऊ विचारहरु सँग खेल्ने गर्दछ। विचार आउँछ र जान्छ । जुन विचार एक-दुई पटक मात्र आउँछ र फेरी आउँदैन भने त्यो कुनै कर्म बन्दैन । तर, यदि कुनै एउटा विचार बारम्बार आउँदछ र त्यसको बिषयमा उसले बारम्बार सोचिरहन्छ भने त्यो उसको कर्म बन्दछ । मानिस को विचार दुई प्रकारका हुन्छन :- एउटा राम्रो, अर्को नराम्रो । यदि मान्छेको विचार खुसि, प्रेम, उत्साह, उमंग, सेवा, क्षमा, दया, धर्म आदि को छ, जसको कारणले उसको आफ्नै मन पनि सुखी हुन्छ र जसको लागि उसले सोच्दछ उसलाई पनि सुख मिल्छ भने त्यो उसको शुभ कर्म हो । र यस्ता विचारहरु को परिणाम उसको मनको अनुकूल यानी खुसि को रूपमा मिल्नेछ भने, यदि उसको विचार नराम्रो अथवा खराब छ जसमा उसलाई रिस उठ्नु, चिन्ता हुनु, डर लाग्नु वा उसको विचार मा इर्ष्या, द्वेष, घृणा भरिएको छ, या काम, क्रोध, लोभ, मोहको अति छ भने त्यस्ता विचारहरुबाट उसको अशुभ कर्म बन्दछ । र त्यस्ता विचारहरुको परिणाम उसको आफ्नै लागि र जसको लागि सोचिएको हो उनीहरुको लागि दुःखदायी हुनेछ । यानी जब कुनै घटना घट्नेछ त्यो उसको मन को प्रतिकूल या दुःख दिने खालको हुनेछ।

अब तपाईंहरु घर-परिवारहरुको स्थिति हेर्नुहोस् । पति-पत्नी को बिचमा समझदारी छैन, सासु-बुहारी को बीच मा झगडा भई रहेको छ, दाजु-भाई एक अर्का संग दुखि रहन्छन भने यस्तो स्थिति मा नराम्रा विचारहरु निस्कने गर्दछन । यसले घरमा संकट वा कठिनाईहरु ल्याउनेछ । यानी कुनै दुर्घटना हुनु, घरमा कोई बिरामी हुनु, रोग लाग्नु, घाटा लाग्नु, चोरी हुनु, यी सबै नराम्रा सोचहरु को परिणाम हो । किन भने हाम्रा विचार या संकल्पहरु रेडियो को किरणहरु वा धारा हरु जस्तै माथि ब्रह्माण्डमा जान्छन र उचित समय पछि कर्म बनेर A.C. (ए.सी.) करेन्ट को जसरि नै जहाँ बाट गएको थियो, त्यहि घर मा फर्किएर आउँछन्, र नराम्रा विचारहरुको फल हाम्रो मन को प्रतिकूल (बिपरित) हुनेछ, जसले गर्दा हामीलाई दुःख हुनेछ र यदि शिवसंकल्प वा राम्रा विचार थिए भने, तिनीहरुको फल मन को अनुकूल हुनेछ जसले गर्दा हामीलाई सुख वा खुसि मिल्नेछ ।

हाम्रो दुःख हाम्रो नै नराम्रो (खराब) विचारहरुको फल हो, जुन हामीले रिस वा क्रोध मा सोचेका थियौं । यस प्रकार हरेक मान्छे यहाँ सुख-दुःख को खेल खेल्निरहेको छ र त्यसको परिणाम भोगी रहेको छ। अतः उसलाई ज्ञान को अत्यन्त आवश्यकता छ। जब उसको बिचार शुभ, शिव वा कल्याणकारी हुनेछ तथा मन, बचन र कर्म ले पबित्र भएर हर समय आफ्नो परिवार, आफन्त, छिमेकी वा मनुष्य जातिकै भलाई सोच्दछ, तब ऊ यी दुःखहरु बाट बचन सक्दछ। सधैं सुन्दर विचारहरुको साथमा सुख-शान्ति ले जिउनुहोस् र कहिल्यै पनि कसै प्रति इर्ष्या, द्वेष, घृणा, नफरत को विचार नराख्नुहोस्।

विवाहित जीवन को सुख-आनन्द

पुस्तक: मनुष्य जीवन का सुखमय सफर (७-९)

लेखक: परमसंत क्याप्टेन लाल चन्द जी

"आफु जस्तै अरुलाई ठान्ने लाई मात्र परमतत्व मिल्दछ।"

सन्त कबीर जी को यो भनाई को अर्थ हो कि यदि तिमि सुख-शान्ति चाहन्छौ भने मनमा अरु प्रति दया/करुणा राख। हामीलाई गृहस्थ जीवन मा दया भाव राख्ने अनेकौं अवसर हरु मिल्ने गर्छ, जसको पालना हामि गर्दैनौं। जस्तै कहिले-काहिँ बुढो आमा-बुवा ले केहि भनिदिनु भयो भने जुन हामीलाई राम्रो लाग्दैन, हामि रिसाएर उनीहरूको मन दुखाउने गर्छौं। हामीलाई उनीहरूको बुढेसकाल प्रति दया आउँदैन की धेरै उमेर भएको कारण ले उनीहरूको मन वा बुद्धि ठिक संग काम गर्दैन। यदि साना बच्चाहरूले केहि नराम्रो संस्कार को कारण गलति गरे भने हामी उनीहरूलाई पिट्ने वा नराम्रो बचन गरेर उनीहरूको मन दुखाउने गर्छौं। त्यस्तै कहिले काहिँ पति-पत्नी ले एक अर्काको मन को अनुसार काम नगर्नाले रिस मा आएर गालि गर्ने वा नराम्रो बचन बोलेर एक अर्काको मन दुखाई रहन्छौं। यदि हामि ज्ञानी वा ध्यानी भयौं भने हामीलाई विवेक हुन्छ र हामि दयालु बन्छौं। यसरी हामीलाई गृहस्थ जीवन मा मन, बचन मा संयम राख्ने वा दया भाव राख्ने धेरै अवसर मिल्ने गर्छ।

विवाहित जीवन नै हो, जहाँ हामि संसार को सबै सुख-आनन्द लिँदै, आफ्नो शरीर, मन, बचन मा संयमता राख्दै सँधै स्वर्ग जस्तै सुख-आनन्द को रस लिँदै जीवन जीउन सक्छौं। सबै संस्कार को कुरा हो, जसलाई जड देखि नै सुधान अत्यन्त आवश्यक छ। अत्यन्त सजिलो कुरा छ। यो मा कुनै नयाँ कुरा भनिरहेको छैन।

हामीलाई सुख शान्ति ले जीउन को लागि साथ को आवश्यकता पर्दछ। पति-पत्नी को साथ प्राकृतिक हो। विवाहित जीवन ले नै मान्छे लै पूर्ण बनाउँछ किनकि यसमा जीवन को सबै अंग को अनुभव मिल्दछ। जसले विवाहित जीवन को रस, सुख, प्रेम वा सेवा-भाव को आनन्द नै लिएको छैन, उसले परमात्मा संग के प्रेम गर्छ ? ब्रह्मचारी व्यक्ति पूर्ण मनुष्य हुन सक्दैन। उसले गृहस्थीलाई पूर्ण ज्ञान दिन सक्दैन। यही कुरा ती सन्यासी हरुको लागि पनि हो जसले आफ्नो घर, पति-पत्नी या बाल-बच्चा लाई छोडेर भाग्ने गर्छन। केहि मानिषहरु बुद्ध, महाबिर को कुरा गर्छन। हामी सबै बुद्ध, महाबिर हैनौं। उनीहरूको फरक स्थिति थियो। भाव यो हो कि पहिला यो दुनिया को बस्तु हरु संग प्रेम गर्नु पर्दछ अनि मात्र परमात्मा संग प्रेम हुन्छ। अर्थात पहिले घर लाई स्वर्ग बनाउनुस, त्यस पछि परलोक को कुरा आउँछ। जसरी भनिएको छ:

"घर सुख बसिया, तो बाहर सुख पाया।

कहे नानक गुरु मन्त्र दिलाया।"

(जसको घर मा सुख छ त्यसलाई जता गए पनि सुख छ। जसको घर मा सुख छैन, त्यसलाई काहिँ गए पनि सुख छैन।)

अशान्ति को कारण र शान्ति प्राप्त गर्ने तरिका

साभार पुस्तक: परमशान्ति का खजाना

लेखक: परमसंत क्याप्टेन लाल चन्द जी

यो संसार मा धेरै जसो मान्छे हरु दुखि, अशान्त वा चिन्ताग्रस्त छन्। उनीहरूलाई किन सुख, शान्ति वा आनन्द मिल्दैन या परमात्मा संग मिलाप हुन सक्दैन भन्ने बिषयमा छोटकरी मा बताउँदै छु:-

- पहिलो कारण हो मान्छेहरूको बिषय बिकार युक्त जीवनसैली। वीर्य शक्ति ज्यादा नास भई कमजोरी हुनु वा स्वास्थ्य बिग्रिनु नै अशान्ति को मुख्य कारण हो।
- अर्को कारण हो मान्छेहरूमा संसारिक इच्छा हरु एकदमै प्रबल हुनु वा मान प्रतिष्ठा को ज्यादा चाहना हुनु।
- तेस्रो कारण हो अनुभवी गुरु वा महापुरुष को सत्संग बाट बन्चित हुनु।

यी सबै कारणहरूले गर्दा मान्छे को मन चंचल भईरहेको छ र उसको मन मा एकाग्रता छैन र यो मन को चंचलता नै उसको दुःख को कारण हो। त्यसैले सुख-शान्ति को लागि यी कुरा हरुको आवश्यकता पर्दछ :-

- सबै भन्दा पहिले बिषय बिकार को जीवन कम गर्न आवश्यक छ। केही ईच्छाहरूलाई भोग्ने र केही ईच्छाहरूलाई जान ले दबाउने ताकि चाँडै तृप्ति को अवस्था आओस्।
- अर्को, आफ्नो निजि स्वार्थ लाई त्यागेर निस्काम भावनाले (केहि पाउने आस नलिई) सेवा भाव लाई अपनाउनु पर्दछ। मानवता को स्तर मा आउनु पर्छ। एक आपस मा प्रेम भाव राखी एक अर्का को सहायक बन्नु पर्दछ।
- आफ्नो मेहेनत को कमाई खानु पर्छ र आफ्नो नियत सफा राख्नु पर्छ।
- मन को चंचलता रोक्न को लागि आफुलाई कुनै न कुनै काम मा लगाईराख्नु पर्छ या कुनै मन्त्र जाप वा ध्यान को अभ्यास गर्नु पर्छ ताकि मनको एकाग्रता प्राप्त होस्।
- कुनै पूर्ण अनुभवी महापुरुष को सत्संग को चाहना राख्नु पर्दछ।

शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य

पुस्तक: तत्व ज्ञान दर्पण

लेखक: परमसंत क्याप्टेन लाल चन्द जी

यो संसार मा सबै भन्दा पहिले स्वस्थ शरीर र मन हुन आवश्यक छ, तब मात्र उसले सुख, शान्ति वा प्रशन्नता को अनुभव गर्न सक्छ र अध्यात्मिक बिषय को अनुभव पनि उसले गर्न सक्छ जो स्वस्थ छ। भनिएको छ :

"स्वस्थ शरीर मे ही स्वस्थ मन रहता है "

"तन्दुरुस्ती हजार नियमत और एक रोग हजार आफत।"

हाम्रो मन, बुद्धि र विचार सबै हाम्रो भोजन ले बन्दछ। भोजन सादा, सात्विक र सजिलै पच्ने भयो भने मात्र मन पबित्र, बुद्धि निर्मल र विचार उच्च हुन्छ। धार्मिक दृष्टी ले भोजन लाई तीन प्रकार मा बाँडिएको छ:- सात्विक, राजसिक र तामसिक। सात्विक भोजन त्यो हो जुन सादा र सजिलै पच्ने होस्। यसले हाम्रो पाचन शक्ति ठिक रहन्छ र शरीर स्वस्थ हुन्छ। चिया, कफी, रक्सि वा अरु मादक पदार्थ, चटपटा खाना वा मासु आदि राजसिक भोजन मा पर्दछन। लसुन पनि राजसिक भोजन मै पर्छ तर आजकल जुन रासायनिक औषधि हरु प्रयोग हुँदा लसुन ले शरीर लाइ बायु को प्रकोप बाट बचाउने काम गर्छ, तर यसको धेरै सेवन ले कामुकता बढाउँछ र मनलाई चंचल बनाउँछ। त्यसैले जवान केटा-केटि ले यसको सेवन गर्नु हुँदैन। त्यस्तै मासु खाना ले पशु हरुको जस्तै भाव जस्तै क्रूरता, कठोरता, क्रोध बढ्ने गर्दछ किनकि भोजन को शरीर र मन मा बिशेष प्रभाव पर्ने गर्छ। र हरेक प्रकार को बासि, गलेको-सडेको वा केहि दिन सम्म बन्द गरेर राखिएको खाना तामसिक हो। यसले पाचन शक्ति खराब गर्छ जसले गर्दा शरीर रोगि र मन मलिन हुन्छ। साथै भोक लागेको बेला मात्रै खाना खानु पर्छ र जहाँ सम्म एकलै कसैलाई नदेखाई वा सबै संग बाँडेर खानु पर्छ, किनकि भोजनमा अरुको नजर को प्रभाव पर्ने गर्दछ र त्यस्तो भाव ले गर्दा खाना दुषित हुन जान्छ।

"जैसा अन्न, वैसा मन

जैसा पानि, वैसी बाणी।"

शरीर को भोजन को साथै मन र आत्मा को भोजन पनि स्वास्थ्य को लागि आवश्यक छ। हाम्रो स्थूल शरीर को भोजन अन्न हो भने मन को भोजन विचार र ज्ञान हो, त्यस्तै आत्मा को भोजन आनन्द हो। जसरि शरीर स्वास्थ्य हुनको लागि पौष्टिक खाना चाहिन्छ, त्यस्तै मन स्वास्थ्य हुन लाई सुन्दर र सकारात्मक विचार हरु हुनु पर्दछ र आत्मा चाहिँ अनुभव, विवेक र एकाग्रता बिना स्वास्थ्य रहन सक्दैन। जसरि शरीर स्वस्थ राख्न को लागि सन्तुलित खाना खानु पर्दछ यानी न ज्यादा न थोरै, त्यस्तै मन तब मात्र स्वस्थ रहन सक्छ जब मन मा व्यर्थका सोच-विचार हरु धेरै नआओस् र जति विचार हरु आउँछन् ती सजिलै पच्न सकोस् र व्यवहारिक होस्। यस्तो भएन भने मन मा संका, भ्रम उत्पन्न हुन थाल्छ जुन मन को ठुलो रोग हो। त्यसरी नै बिना सहि विवेक अज्ञानतामा कुनै पनि काम गर्नु भनेको आत्मा को रोग हो। यसले मन लाई अशान्त बनाउँछ।

जसरी डाक्टर वा वैद्य शरीरको रोग हेरेर उपचार गर्ने गर्छन् त्यसरी नै सन्त भने मन र आत्मा को डाक्टर हो जसले मान्छेको प्रकृति, अवश्यकता र परिस्थिति हेरेर समस्याको उचित उपाय बचाउने गर्छ । प्रायजसो गृहस्थीहरूको शारीरिक र मानसिक ब्रह्मचर्य नास हुन गएको हुँदा स्वास्थ्यमा समस्या आउने गर्छ । यसको लागि साधकले आफ्नो दिमागलाई स्वस्थ र शक्तिशाली बनाउनको लागि केहि उपायहरू गर्नसक्छ जस्तै: बरको रुख को दुध १० वा १५ थोपा बिहान चिनी वा मिस्त्रीको मिठाई सँग खाने गर्नुपर्छ; वा घिउकुमारी (Aloe Vera) घिउकुमारीको रस वा पत्ता बाट निकालेर बिहान खाली पेट खाने गर्नुपर्छ वा; वा यो गर्न नसकेमा ५-७ वटा देसी बादाम (Almond) राती पानीमा भिजाई बिहान खाने गर्नुपर्छ या बादाम रोगन वा तेल वा एक चम्मच दुधमा हालेर पिउने गर्नुपर्छ ।

यो सबै कुनै अनुभवी मान्छे वा गुरु को सल्लाह अनुसार नै गर्नुपर्छ किनभने गुरुले नै मान्छेको प्रकृति र दिमागी हालत हेरेर उचित सल्लाह दिनुहुन्छ। आध्यात्मिकता स्वास्थ्य दिमाग भएको मान्छेले नै गर्न सक्दछ त्यसैले अरूको देखा-सिखीमा साधन अभ्यास र आध्यात्मिकता लाग्न हुन्दैन। सबै जना साधन अभ्यास को अधिकारी हैनन्। धेरै सत्संग सुनेर र कुरा बुझे पछि अधिकारी बन्न सकिन्छ। त्यसैले सत्संग हरेक हफ्ता वा समय अनुसार सुन्ने गर्नु पर्दछ। त्यसरी नै नशा बाट मुक्त रहनु पर्दछ। अर्को कुरा जानी जानी कसैको मन दुखाउनु हुन्दैन किनकि सबै मा परमात्मा बस्नु हुन्छ। जसले नराम्रो सोच्छ वा गर्छ उस्ले नै नराम्रो भोग्नु पर्ने हुन्छ, र जसले राम्रो सोच्छ उसको सधैं राम्रो हुन्छ। स्वस्थ शरीर र मन को लागि यो मन्त्र याद राख्नुस:-

"बिहान बिहान राम नाम, दिन भरि काम र राती आराम। "

कर्म सिद्धान्त

साभार पुस्तक: “ज्ञान सागर”

लेखक: परम सन्त क्याप्टेन लाल चन्द

नेपाली मा अनुवाद: आदर्श थापा

हाम्रो सभ्यतामा जति पनि धर्म-कर्म को शिक्षा दिने ऋषि, मुनि, ब्राह्मण, अवतार, सन्त हरु भए, उनीहरूले तीन प्रकार क कर्म हरु मानेका छन्। क्रियामन कर्म जुन मनुष्य को संकल्प यानी विचार बाट बनि रहन्छन । एउटा विचार एक-दुई पटक यदि मन मा आउँछ र हामी त्यसलाई बिर्सन्छौं भने त्यो हाम्रो कुनै कर्म बन्दैन। तर कुनै विचार पांच-सात पटक आउँछ वा लगातार धेरै पटक वा केहि दिन, केहि हफ्ता या केहि महिना सम्म आइरहन्छ भने त्यो विचार चाहे राम्रो होस् वा नराम्रो, त्यसकै अनुसार मानिस को शुभ वा अशुभ कर्म बन्दछन र त्यो उसले सुख-दुःखको रुप मा भोग्नु पर्ने हुन्छ।

यी कर्म हरु तीन प्रकार का हुन्छन:- (१) क्रियमान कर्म, (२) प्रारब्ध कर्म, र (३) संचित कर्म। यस लोक मा मानिस आफ्नो प्रारब्ध कर्म जुन उसले आफ्नो यो भन्दा अघिल्लो जन्म मा राम्रो या नराम्रो जे जस्तो गरेको छ, ती कर्महरू भोग्न को लागि यहाँ आउँदछ। साथै अब उसले जुन राम्रो या नराम्रो कर्म हरु गर्दैछ तिनीहरू पनि कर्म बन्न सुरु हुन्छन। जब मान्छे ले आफ्नो सबै प्रारब्ध कर्म हरु भोगिसक्छ, तब त्यहि समय उसको जीवन एकदम समाप्त हुन्छ। यानी उसको मृत्यु हुन्छ र ऊ यस संसार बाट जान्छ। उसले यहाँ यस लोक मा आएर जुन राम्रा या नराम्रा कर्म हरु बनाएको हुन्छ र भोगिसकेको हुन्छ ती कर्म हरु त समाप्त हुन्छन तर जुन कर्महरू बाँकी हुन्छन ती कर्महरू संचित कर्म को खाता मा जम्मा हुन्छन र फेरी यो कर्म को क्रम सुरु हुन्छ। प्रकृतिको नियम अनुसार हरेक जीव यहाँ आफ्नो प्रारब्ध कर्म को अनुसार आफ्नो कर्मको फल भोग्ने गर्दछ र नयाँ कर्म हरु बनाउने गर्दछ।

यस संसार मा हरेक मानिस स्वाभाविक रुपले आफ्नो कर्म गर्नलाई बिवश हुन्छन। गर्ने गराउने कोइ अरु नै हो, हामी त निमित्त मात्र हो। अब म जो तपाईंहरूलाई ज्ञान दिईरहेको छु, म यसो गर्नलाई बिवश छु। म तपाईंहरू माथि कुनै कृपा गरिहरेको छैन। मेरो कर्म नै यस्तो परेको छ। ठुला-ठुला महापुरुषहरू जो लाखौं मानिसहरूलाई ज्ञान दिन्छन, जब असुभ कर्मको चक्कर आउँछ तब पुलिस उनीहरूको पछाडी लाग्ने गर्दछ। यो उनीहरूको असुभ कर्म को फल नै त हो। यस कर्म को बिषय मा जब मानिसलाई ज्ञान हुन्छ तब उसले रोइ-कराई गर्न छाडेर खुसि-खुसि आफ्नो कर्म भोग्नेछ। त यस कर्म को क्रम वा गति बाट छुटकारा पाउनलाई कुनै बिधि-बिधान छ या यो चक्र चलिनै रहन्छ? यसको लागि भनिएको छ कि (हिन्दी मा):-

बढे भाग मानुष तन पाया, सुर दुर्लभ सब ग्रन्थन गाया

यानी एक मात्र मनुष्य योनि नै यस्तो हो, जहाँ उसलाई अवसर मिल्छ कि यदि उसले चाहेमा कर्म को चक्र या आवागमनबाट निस्कन सक्दछ र सधैंको लागि आफ्नो घर जहाँ बाट आएको हो, त्यहीँ जान सक्दछ। अब यहाँ

सबै उसको विचार मा निर्भर गर्दछ। उसले यहाँ जस्तो सोचदछ तयस्तै उसको जीवन बन्दछ र यदि सधैं को लागि मुक्त हुन चाहेमा मुक्त हुन सकदछ। मनुष्य को विचार मा धेरै ठुलो शक्ति हुन्छ। यो इश्वर को अंश हो। यसलाई अज्ञान को दुःख छ। अतः यसलाई ज्ञान को अत्यन्त आवश्यकता छ र ज्ञान को लागि तरिका हो:-

**चल सत्गुरु की हाट, ज्ञान बुद्धि लाइए।
कीजे साहिब से हेत, परम पद पाइए ॥**

सत्गुरु को सत्संग मानिसलाई तब मात्र मिल्दछ यदि उसको कुनै शुभ कर्म छ, हैन भने ऊ सत्संग मा जानै सकदैन। सत्संग मा गएर उसलाई ज्ञान हुन्छ, तर सत्संग दिने मान्छे आफैं जानी छ भने मात्रै, केवल कथाकार भएर पुग्दैन। आजकल जो यी ठुला-ठुला आश्रमहरु का गुरुहरु देख्छौं यिनीहरु अधिकतर कथाकार हुन् तर नाटक सबैले जिवन्मुक्त पुरुष, जानी या सन्त को जस्तै गरिरहेका छन्। तर यो कसैको गल्ती हैन। यो कलियुग को समय हो। कसैको वस को कुरा हैन। सबैजना यसो गर्न को लागि बिवश छन्। सबै जना माफी को योग्य छन्।

जीवन को यस्तो अवस्था प्राप्त गर्नको लागि माथि लेखिएको शब्दमा पढेर बुझ्नुहोस् र यसमा अमल गर्नुहोस। तपाईं कर्म को जाल बाट निस्केर जिवन्मुक्त अवस्था मा जीवन जीउन सकनुहुनेछ। मैले आफ्नो जीवनमा यो अनुभव गरेको छु र अहिले जीवित छु तथा यस अवस्था को अनुभव गरिरहेको छु। तर १०० प्रतिशत यो अवस्थामा रहन सक्दिन । जब कुनै कारणले यस राम नाम या सत् शब्द लाई बिर्सन्छु तब मन को मण्डल मा आउने गर्दछु र फेरी जब विबेक हुन्छ तब सचेत भएर आफैं मुक्त अवस्था मा पुग्छु। यस कर्मजाल बाट सँदा को लागि मुक्त भएर आफ्नो निज घर जाने विधि कोहि जीवित अनुभवी सद्गुरु को शरण मा जनाले, दर्शन गर्नाले, सेवा गर्नाले, सत्संग सुन्नाले वा ज्ञान लिएर बुझ्न सकिन्छ । यस ज्ञान को कारणले अब नयाँ कर्महरु बन्न बन्द हुन्छ र पहिला को कर्महरु को भुक्तान यहि जन्म मा भईदिन्छ ।

त यो कर्महरु को जाल जो राम्रो वा नराम्रो जुन मान्छे ले गरेको छ, तिनीहरुको फल भोग्दै कोहि पूर्ण तत्वज्ञान को अनुभवी या जिवन्मुक्त महापुरुष को संगत मा गएर उनको ज्ञान श्रवन गरेर त्यसमा अमल गरेर (प्रयोग मा ल्याएर), त्यसपछि ज्ञान को अग्नि बाट जन्म जन्मान्तर का सबै शुभ वा अशुभ कर्महरुलाई भस्म गरेपछि उसको कुनै आवागमन हुँदैन। तर यो कर्म गति अत्यन्तै गहन छ। मैले संक्षेप मा आफ्नो अनुभवको आधारमा कर्म को बिषय मा सम्झाएको हुँ।

वास्तव मा मुख्य कुरा यो हो कि धर्म कर्म वा अध्यात्म ज्ञानलाई आजसम्म पर्दा भित्र राखिंदै आइएको छ। शास्त्र मा पनि यसलाई स्पष्ट पारिएको छैन, र न हाम्रा ब्राह्मण, अवतार वा सन्त फकीर हरु ले नै खोलेर बताएका छन्। सबै रहस्य मा नै राखिएको छ। शास्त्रहरुमा संकेत मा बताइएको छ कि:-

'जाकी भावना जैसी, प्रभु मूर्त देखि तिन तैसी।'

यसै प्रकार कबिर जी ले आफ्नो शिष्य लाई भन्नु भएको छ कि:-

'धर्मदास तोहे लाख दुहाई, सार भेद बाहर नहीं जाई।'

राधास्वामी मत का ले पनि लेखेका छन् कि:-

'सन्त बिना कोई भेद न जाने, वोह तुझे कहे अलग में।'

तर मेरो अनुभव र बुझाई को अनुसार परम दयाल फकीर चन्द जी महाराज (होशियारपुर, पन्जाब, भारत) का १९औं सताब्दी मा पहिलो अध्यात्मिक महापुरुष जो हुनुहुन्थ्यो वहाँ ले धर्म को पर्दा खोलेर तथ्य कुरा स्पष्ट रूप मा भनिदिनु भएको हो र अर्को मैले आफ्नो योग्यता को अनुसार यस समय मा आफ्नो सत्संग हरुमा वा पुस्तकहरुमा स्पष्ट भनेको छु। हुनसक्छ अरु पनि सज्जन हरु छन् जसले रहस्य जन्दछन तर मेरो अनुभव मा आएको छैन।

त यो धर्म को स्पष्ट कुरा वा रहस्य के हो त? त्यो रहस्य यो हो कि म प्रति विश्वास वा आस्था राख्ने सज्जन हरुलाई जब कुनै सांसारिक कष्ट वा समस्या हुन्छ तब मेरो रूप प्रकट भएर उनीहरुको सहायता गर्दिन्छ तर मलाई यो कुरा को कुनै ज्ञान हुँदैन। केहि दिन अगाडी को कुरा हो कि म प्रति विश्वास राख्ने एक जना जीन्द भन्ने शहर (भारत) को महिला वहाँ को आफन्तको बिवाह अगाडी हुने एउटा उत्सव को काम ले हांसी भन्ने शहर गएकी थिइन् । त्यहाँ जुन केटा को बिवाह थियो, उसको बिवाह को एक दिन अगाडी मोटरसाईकल बाट दुर्घटना भयो, जसको कारण ले उसको टाउको मा गहीरो छोट लाग्यो र त्यहाँ को डाक्टर हरुले उसलाई दिल्ली लैजान भन्यो। त्यो केटा लाई ७२ घण्टा सम्म होश आएन र ७२ घण्टा पछि जब होश आयो तब ऊ कोमा मा गयो। कोमा मा रहेको उसलाई १८-२० दिन भईसकेको थियो। तब त्यो जीन्द भन्ने शहर मा बस्ने महिला ले चिन्ता मा आएर आफ्नै घर मा नै ध्यान मा बसी-बसी मलाई याद गरिन् र मेरो रूप प्रकट भएर उसलाई प्रार्थना गर्न भन्यो र जब ऊ प्रार्थना गर्न थालिन् उनले देखिन कि मेरो रूप ले डाक्टर को वेश-भूसा लगाएर आई.सी.यु. (I.C.U.) भित्र गयो। मेरो रूप ले रोगी को टाउको मा हात लगाएर भन्यो कि यस मा त केहि पनि बाँकी छैन। म केहि पनि गर्न सक्दिन। यो सुनेर त्यो महिला रुन थालिन् र उसले मेरो रूप संग भनिन् कि तपाईं त साक्षात परमात्मा को स्वरूप हुनुहुन्छ, तपाईं ले चाहे मा यो बच्चा बाँच्न सक्छ। तब मेरो डाक्टर वाला रूप ले भन्यो कि ठिक छ, म कोशिश गर्छु र त्यो महिला ले भनिन् कि केहि समय पछि मेरो डाक्टर वाला रूप बाहिर आयो र साथै यो सूचना मिल्यो कि रोगी लाई होश आयो र त्यस पछि रोगी बिस्तारै ठीक भयो। अब प्रस्न यो उठ्छ की उसको सहायता कसले गर्यो? किनकि म त त्यहाँ गएको छैन, त मैले यो बुझेको छु कि त्यस महिला को श्रद्धा, आस्था वा विश्वास ले उसको मन मा बसेर मेरो रूप बनाएर उसको सहायता गरिदियो र यस्ता एक हैन धेरै उदाहरण हरु मेरो जीवन मा घट्ने गर्दछन। जब कि म काहीं पनि जाँदिन। त कुरा स्पष्ट छ कि यदि कसैको राम प्रति विश्वास छ भने राम को रूप प्रकट भएर सहायता गरिदियो, र कसैको देवी-देवता प्रति विश्वास छ भने उनको रूप ले सहायता गरिदियो। र यदि कसैलाई कुनै अरु गुरु महाराज जी प्रति विश्वास छ भने उनको रूप ले उसको सहायता गरिदियो। अब राम वा देवी-देवता त यहाँ आएर यो कुरा स्पष्ट पार्न सक्दैनन् की वहाँहरु स्वयं यहाँ आउनु भएको हैन, वास्तबमा यो उनीहरुकै शक्ति, श्रद्धा वा आस्था को परिणाम हो र न आज का कुनै गुरु यस कुरा लाई स्पष्ट पारिरहेका छन्, र न टेलिभिजन मा आउने कुनै महात्मा ले भनिरहेका छन् कि उनिहरु प्रकट हुन जाँदैनन् तथा न कुनै शास्त्र मा यो कुरा कहीं लेखिएको छ। त मेरो अनुभव यो छ की जब म जीवित छु र म काहीं गएर प्रकट हुन जाँदिन भने म कसरी मानुं की बाहिर बाट कोइ गुरु, महात्मा, राम, रहीम वा देवी-देवता आउँछन्, यो धर्म सम्बन्धि सबै भन्दा ठुलो रहस्य हो, जसलाई स्पष्ट नभनेर आज का महात्माहरुले यति धेरै भिड जम्मा गरेका छन् र भक्तहरु अज्ञान मा पैसा लुटाईरहेका छन् र कर्म काण्ड मा अल्झिरहेका छन्। ज्ञान उनीहरु देखि कोशौं टाढा छ।

गुरु को आवश्यकता

साभार पुस्तक: “ज्ञान सागर”

लेखक: परम सन्त क्याप्टेन लाल चन्द

नेपाली मा अनुवाद: आदर्श थापा

मनुष्य जीवन मा गुरु को धेरै ठुलो महत्व छ। मान्छे हरु गुरु-गुरु भन्ने गर्दछन तर गुरु को अर्थ बुझेका छैनन् । वास्तव मा ‘गुरु’ ज्ञान को नाम हो । मान्छे को सबै भन्दा पहिलो गुरु माता-पिता हुन्, जो बाट संस्कार पाएर ऊ ठुलो हुन्छ, त्यस पछि ऊ जुन सुकै क्षेत्र मा गए पनि उसलाई गुरु को आवश्यकता पर्दछ। यदि उसले शिक्षा प्राप्त गर्न चाहेमा र यदि दुनिया मा कुनै काम जस्तै लोहार, सुनार, किसान आदि को काम सिक्न चाहन्छ भने त्यहाँ पनि उसलाई गुरु को जरूरत पर्दछ। जो बाट उसले काम सिक्दछ, ऊ नै उसको लागि गुरु हो।

यसै प्रकार ले अध्यात्म ज्ञान जुन निक्कै ठुलो चिज हो, यो गुरु बिना कसरि सम्भव हुन्छ? केहि व्यक्तिहरु मान्दछन कि पुस्तक हरु बाट नै ज्ञान प्राप्त गर्न सकिन्छ। उनीहरु भ्रम मा छन्। यदि पुस्तक बाटै कुनै प्रकार को ज्ञान मिल्थ्यो भने यी बिद्घालय वा विश्वबिद्घालय हरु किन जरूरी हुन्थे र? किनकि पुस्तक हरु मा त सबै प्रश्न हरुको हल गरिएको हुन्छ। तर पुस्तक को कुरा बुझाउन को लागि पनि कुनै पुस्तक ज्ञानी जीवित गुरु को आवश्यकता पर्दछ। पुस्तक हरु त जड़ (जुन मा चेतना छैन) हुन्। ज्ञान कुनै जीवित गुरु बाट नै मिल्न सक्छ। मुर्दा या जड़ बस्तु हरुले कुनै अवस्था मा पनि जीवन दिन सक्दैनन्।

अध्यात्म मार्ग मा गुरु बिना एक कदम पनि हिंड्नु भनेको खतरामुक्त छैन। यस मार्ग मा गुरु को सहायता बिना मार्ग तय हुन सक्दैन। हाम्रो शास्त्रहरु यस कुरा को प्रमाण हुन्। प्राचिन काल मा राम, कृष्ण जो अवतार हुनु भयो वहाँहरुले पनि ज्ञान प्राप्त को लागि गुरु को स्थान सर्वोत्तम मानेका छन्। यसै प्रकार कबीर, नानक, दादु, पलटू आदि अनेक सन्त हरुले पनि गुरु लाई आफ्नो ईष्ट राखेका थिए। त्यस्तै राजा जनक ले पनि यस ज्ञानलाई प्राप्त गर्नको लागि अष्टबक्र लाई आफ्नो गुरु मानेका थिए।

त्यसैले यो स्पष्ट छ कि ज्ञान प्राप्त गर्नको लागि गुरु अत्यन्त आवश्यकता पर्दछ। यसको लागि ज्ञान लिने व्यक्ति जिज्ञासु हुनुपर्दछ र ज्ञान दिने व्यक्ति पुन अनुभवी हुनुपर्दछ। त्यसपछि गुरुको सामिप्यता र रेडिएसन (Radiation) ले सजिलैसँग ज्ञान र अनुभव प्राप्त हुन जान्छ। म स्वयं यसको उदाहरण हो। म सेनामा अधिकारी हुँदा एकजना व्यासको सत्संगीले ध्यान गरेको देखेर मलाई यस ज्ञान प्राप्त गर्ने जिज्ञासा जाग्यो। त्यसपछि जब म संस्कारवस पंजाब को होशियारपुर मा रहेका पण्डित फ़कीर चन्द जी महाराजको घर पुगें तब उहाँको सामिप्यता र सत्संग ले मलाई अध्यात्मिक अनुभव सहजै प्राप्त भयो र त्यही अनुभव र ज्ञान पछिसम्म अनुभव गरिरहेँ। मेरो जिज्ञासा र खोज मैले मेरो गुरुको ज्ञान र सत्संग द्वारा प्राप्त गरेँ। त्यसैले यसका तत्व ज्ञान प्राप्त गर्नको लागि जीवित पूर्ण अनुभवी गुरुको अत्यन्त आवश्यकता छ चाहे त्यो व्यक्ति जति नै पढेलेखेको किन नहोस्।

“परम संत हुजूर कैप्टन लाल चन्द जी महाराज”



जीवन सूत्र

१. जब तक शरीर साथ दे कमा कर खाओ। काम ही जीवन, जीवन ही काम है।
२. हमेशा शिव संकल्प रखें और आशावादी रहें।
३. जीवन है तो जहान है।
४. वीर्य ही जीवन शक्ति है इसलिए केवल सन्तान उत्पत्ति के लिए ही सम्भोग करें।
५. राष्ट्र का निर्माण माताएँ करती हैं, न कि नेता।
६. याद रखो हम राष्ट्र के ऋणी हैं।
७. माँ-बाप का ऋण कभी उतर नहीं सकता।
८. मन को वश में करने के लिए योग का सहारा लें।
९. अपनी गरज के लिए दूसरे का मन न दुखाएँ।
१०. दया, क्षमा, सेवा व प्रेम मनुष्य के गहने हैं।
११. दूसरों के काम आएँ, शान्ति मिलेगी।
१२. जैसा व्यवहार आप चाहते हैं दूसरों के साथ भी वैसा ही करें।
१३. आपके कर्म से दूसरे को सुख मिले, वही शुभ कार्य है।
१४. शुद्ध कमाई की कोई रीस नहीं।
१५. मनुष्य गुरु बगैर अधूरा है।
१६. याद रखो मानव जोला दुर्लभ है किसी खास ध्येय को लेकर मिला है।
१७. जिसके अपने घर में शान्ति नहीं, उसे कहीं भी शान्ति नहीं मिल सकती।
१८. मनुष्य भ्रमों का कूपा है। केवल सतगुरु ही भ्रम दूर कर सकते हैं।
१९. दुःखी जीव की सहायता करें। उससे लाभ मिलेगा।
२०. पहले इन्सान बनो, क्योंकि इन्सानियत से ही रूहानियत की मंजिल मिलेगी।
२१. सौ बरस की इबादत से ढाई घड़ी का सत्संग बेहतर है।
२२. नफरत के बदले नफरत, प्रेम के बदले प्रेम, यानी जैसी सोच वैसा फल।
२३. मनुष्य अपने ही कर्म से सुखी व दुःखी होता रहता है।
२४. आय से व्यय कम करो और सुखी रहो।
२५. सुरत-शब्द योग आखिरी मंजिल है।
२६. सन्त दुर्लभ रत्न है उसकी खोज करो।
२७. जो होगा सो होगा, जो नहीं होना सो नहीं होना इसलिए दुःख व शोक क्यों ?
२८. गुण ग्राही बनो।
२९. जब तू अपने आप को जान लेगा कोई प्रश्न बाकी नहीं रहेगा।
३०. कोई किसी का नहीं व सब अपने हैं।
३१. सब कुछ तेरे अन्दर है, खोज करो। बाहर से न कोई आता है न कोई जाता है।
३२. हर आदमी सहारा चाहता है, लेकिन गुरु से बढ़ कर कोई सहारा नहीं।
३३. नशा नाम नाश का है।
३४. नाम धुनात्मक है वर्णात्मक नहीं है।
३५. सत्य केवल एक है दो नहीं।
३६. “सतगुरु” दुनियाँ में एक है। बस यही सत्य है, यही रहस्य है।