आमाघर सेवा आश्रम, मनहरी, मकवानपुरको

सङ्क्षिप्त परिचय

स्थापना : २०७४

परिभाषा

मानवताको प्रवर्द्धनमा सामान्यभन्दा सामान्य भूमिका निर्वाह गर्न सकौं भन्ने परोपकारको भावनाले ओतप्रोत भएर मातृशक्तिको सम्मानार्थ एउटा धामको परिकल्पना गरिएको हो । जुन 'आमाघर सेवा आश्रम' का नामबाट परिचित हुनपुग्यो । आश्रमसम्म आइपुग्नु पर्ने नारीशक्तिलाई स्वाभिमानपूर्वक, सम्मानका साथ जीवनयापन गर्नु गराउनु यस सेवा केन्द्रको मूल अभीष्ट रहेको छ । माता, आमा, जननी, मुमा, माँ आदि पवित्र धाम हुन् । यी धामको सेवाबाट ईश्वर प्राप्ति गर्न सकिन्छ । यही मान्यता र विश्वासका साथ हामी निरन्तर अगाडि बढिरहेका छौं । अग्रजको परिपूर्ण सम्मान नै जीवनको लक्ष्य हो भन्ने शाश्वत मान्यतालाई स्थापित गराउने यात्रामा हामी सबैसँग एकाकार भएका छौं । निरन्तर सफलता प्राप्त भइरहेको छ । थप उन्नतिको भविष्य अझ साकार हुँदै गएको छ ।

व्यवस्थापन

आमाघर सेवा आश्रम, मनहरीको आन्तरिक व्यवस्थापनमा ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र मकवानपुरको प्रत्यक्ष सहयोगमा सञ्चालनमा आएको छ । यस सेवाकेन्द्र बहुउपयोगी रूपमा सदुपयोगी हुन सकोस् भन्ने सुभावका साथ आश्रमलाई प्रशिक्षण केन्द्रका रूपमा पनि प्रयोग गर्ने लक्ष्य राखिएको छ ।

सञ्चालन

यस सेवा केन्द्र सञ्चालनको मूल श्रोत नै मुठीदान हुनेछ । सेवाभावले प्राप्त स्रोतका आधारमा यसको आन्तरिक खर्च व्यवस्थापन गरिनेछ । भान्छासेवा, कोठादान, आजीवन सदस्यता, पुण्यतिथि, जन्मदिन वा गुप्तदान आदिबाट प्राप्त सहयोगका आधारमा सेवा केन्द्रका गतिविधि हुनेछन् ।

सारांश

दिवाकालीन तथा आवासीय रूपमा लगभग १४० जनाले यस केन्द्रको उपयोग गर्न सक्नु हुनेछ । ४ तलाको भवनमा २५ ओटा शयनकक्ष, सभाहल, ध्यानकोठा, पुस्तकालय, व्यायामकक्ष लगायत आवश्यक सुविधाहरू उपलब्ध हुनेछन् । आपसी समझदारीमा सहयोगापेक्षीका आवश्यकतालाई परिपूर्ति गर्ने जमर्को गरेका छौं । यसमा पारिवारिक जिम्मेवारीको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने छ । सात्विक जीवनशैलीमा सकारात्मक जीवनयापन गर्न चाहना हुने नारीशक्तिहरूले यस सेवाकेन्द्रको उपयोग गर्न सक्नु हुनेछ । धन्यवाद !

www.aamaghar.org.np

aamaghar sewaashram

आमा

स्मारिका ३

आमाघर सेवा आश्रम

मनहरी-८, मकवानपुर, नेपाल
व्यवस्थापन : **ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र**, मकवानपुर
सम्पर्क : ९७७ ०५६ ४१४१७७, इमेल : motherhome.manahari@gmail.com

सम्पादक मण्डल

प्रधान सम्पादक :

डा. नम्रता पाण्डे, काठमाडौँ

सम्पादक सदस्य :

लक्ष्मी हुँमागाईं

काठमाडौँ

डा. रविन कटुवाल

काठमाडौँ

डा. सावित्री श्रेष्ठ

काठमाडौँ

बिन्दु वाग्ले

अमेरिका

इन्दिरा पाण्डे

बुटवल

प्रकाशक : **आमाघर सेवा आश्रम, मनहरी**

प्रकाशन मिति : वि.सं. २०८२ वैशाख

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

प्रति : १,००१

कम्प्युटर कार्य : दीपेन्द्रकुमार जोशी 'निक'/सुमिना जोशी

nik the designer

नारायणगढ, चितवन, नेपाल, ९८४५०५३३९१

जि.प्र.का.द.नं. १४/०४५/०४६
स.क.प.द.नं. : २४३/०४६/०४७

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र

विश्वशान्ति भवन, ब्रह्माकुमारी मार्ग, ज्याठा, ठमेल, काठमाण्डौ – २७

पान नं. : ३०१४०३०६१

मिति : २०८१/०८/२१

शुभकामना सन्देश

मकवानपुर, मनहरी-८ मा निर्माण भएको आमाघर सेवाश्रमले उद्देश्यअनुरूपको सेवा तथा ज्ञान, चिन्तन र योगाभ्यास गराउने कार्यलाई निरन्तरता दिंदै सातौं वार्षिकोत्सवका साथ साधारण सभा सम्पन्न गर्न लागेको खबरले मलाई अत्यन्तै हर्ष र खुसीको अनुभूति भइरहेको छ । आगामी दिनहरूमा आमाघर आश्रम परिपक्वता तथा सोचसमझसँग सेवामूलक कार्य गर्न सफल होस् भन्ने शुभकामनासमेत व्यक्त गर्न चाहन्छु । यस पक्षमा सञ्चालकहरूले योगयुक्त, युक्तियुक्त र शुभभावना-शुभकामनाका साथ कर्तव्य निर्वाह गर्नाले सहजै सफलता मिल्ने छ भन्ने अपेक्षा गर्दछु ।

आमाघर आश्रमले आफ्नो सातौं साधारण सभाका अवसरमा सुन्दर लेख, रचनासहितको स्मारिका प्रकाशन गर्न लागेकोमा थप खुसी र हर्ष लागेको छ । स्मारिकामा प्रकाश हुने लेख, रचना पाठकवृन्दका लागि शिक्षाप्रद, प्रेरणादायी र परमात्मा शिवबाबासँग सम्बन्ध स्थापना गरी जीवनलाई ज्ञान प्रकाश दिने र परोपकारको कार्य गर्न उत्प्रेरित गर्ने छन् । आमाघर आश्रमको उत्तरोत्तर प्रगति तथा श्रीवृद्धिको शुभेच्छासमेत व्यक्त गर्दछु ।

ओम शान्ति !

ईश्वरीय सेवामा

ब्रह्माकुमारी राज

ब्रह्माकुमारी डा. राजदिदी
निर्देशक

Phone: 00977-1-5904858, 00977-1-5904859, 00977-1-5904857
E-mail : kathmandu.np@bkivv.org,brahmakumarisnepal@gmail.com, www.brahmakumarisnepal.org.np
अन्तर्राष्ट्रिय मुख्यालय : प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय, पाण्डव भवन, माउण्ट आबु, राजस्थान (भारत)

शंकराचार्य मठ
नेपाल

आमा घर

आमा ब्रम्हा बनेर शृष्टि गर्ने ।
विष्णु बनेर पालनपोषण गर्ने ।।

शिवबाबा बनेर दुर्व्यसन, दुराचार र अज्ञानताबाट सधैं हामीलाई बचाउनु हुने ।।।

सूक्ष्मबाट विराट्तातिर, वेष्टिबाट समष्टितिर, सङ्कीर्णबाट विशालता र प्रकाशतिर सधैं हामीलाई लैजाने हामी सबैका प्रथम गुरुआमा, उहाँको विराट स्वरूपको नाम हो, माता भवानी, माता दुर्गा, माता पृथ्वी र माता प्रकृति आमाबाट नै समस्त प्राणीहरूको शृष्टि, उहाँमा नै लय गराउने त्यस्ती मातृशक्ति, विशाल-विराट अस्तित्वकी धनी हाम्री आमाहरू बस्ने मन्दिरको नाम हो - "आमाघर" त्यस्ता आमाहरूलाई भरणपोषण, संरक्षण, पूजाअर्चना, आराधना गर्ने पुजारीको नाम हो - आदरणीय विजयराज सिग्देल भाइजी र उहाँका समस्त टिमलाई, मलाई आमाघरको प्रकाशनमा केही शब्द राख्ने मौका दिनुभएकोमा आभार व्यक्त गर्दछु र हृदयबाट धन्यवाद व्यक्त गर्दछु । केही सहयोगी मन, दानी-गुणी महानुभावहरू पनि यो संस्थासँग जोडिएर आमाहरूको शुरक्षा, रक्षा, भरणपोषण र औषधि उपचारमा सहभागी हुनुहुनेछ भन्ने आशा पनि म राख्दछु । साथै आमाघरको उन्नति, प्रगति र अग्रसरताको सुभेच्क्षा र शुभकामना व्यक्त गर्दछु । यहाँहरूको सेवाको प्रकल्पमा सधैं साथमा रहनेछु । धन्यवाद ! ओम नमो नारायणं ।

अनन्त श्री विभुषित प्रथम महिला
जगतगुरू शङ्कराचार्य माता हेमाननाद गिरीजी महाराज

श्रीमती विद्यादेवी भण्डारी
Mrs. Bidya Devi Bhandari
पूर्व राष्ट्रपति, सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपाल
Former President, Federal Democratic Republic of Nepal

बुढानीलकण्ठ नगरपालिका-२,
चपली, काठमाडौं ।
इमेलः bidyadevibhandari8@gmail.com

मिति : २०८०/८/२०

शुभकामना

मकवानपुर जिल्लाको मनहरीमा अवस्थित आमाघर सेवा आश्रम ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र, मकवानपुरद्वारा विगत सात वर्षदेखि सञ्चालन हुँदै आएको 'आमाघर सेवा आश्रम' को वार्षिक साधारण सभाको अवसर पारेर सामाजिक जीवनका विविध क्षेत्रमा उल्लेखनीय सफलता हासिल गर्नुभएका व्यक्तित्वहरूद्वारा आ-आफ्ना अनुभवसहित मातृत्वप्रेमको महत्त्वबारे लेखिएका लेख-रचनाहरूको सङ्गालोको रूपमा 'स्मारिका' प्रकाशित हुन लागेको थाहा पाउँदा मलाई अत्यन्त खुसी लागेको छ ।

हाम्रो सांस्कृतिक मूल्य, मान्यता र परम्परा 'मातृदेवो भवः, पितृ देवो भवः' बाट निर्देशित रहेको छ । तथापि वर्तमान समयमा विविध कारणवश आफ्ना सन्तानको लालनपालनका लागि सर्वश्व सुम्पिएका कतिपय आमाहरू तिनै सन्तानको सामान्य हेरचाहबाट विमुख हुनका साथै कतिपय अवस्थामा अवहेलना र दुर्व्यवहार समेत ब्यहोर्न बाध्य हुनुपर्ने अवस्था विद्यमान छ । यो कुरा हाम्रो मौलिक सांस्कृतिक परम्परा, पारिवारिक मूल्य, मान्यता र आदर्श विपरीत छ । यस्तो परिवेशमा, ब्रह्माकुमारी राजयोग उपसेवा केन्द्र, मनहरीद्वारा आमाहरूको महिमालाई सम्मान गर्दै 'कोही नभएका, केही नभएका र भएर पनि नभएका' आमाहरूका लागि आश्रयसहित सामान्य जीवनयापनका लागि सहजीकरण गर्ने उद्देश्यले आमाघर सेवा आश्रम सञ्चालनमा ल्याइनु प्रसंशनीय छ । यस आश्रमले नारी स्वाभिमानको सम्मानका साथै भावी पुस्तालाई नारीशक्तिको उचित सम्मान गर्ने संस्कारको विकास गराउन समेत महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्नेछ भन्ने मैले विश्वास लिएको छु ।

अन्तमा, यस आमाघरको निर्माण तथा सञ्चालनका लागि आफ्नो तन, मन, धन, समय र सङ्कल्प लगाउनु हुने सम्पूर्ण सङ्घ-संस्था एवं महानुभावहरूलाई हार्दिक धन्यवाद दिँदै स्मारिका प्रकाशन सफलताको कामना गर्दछु ।

धन्यवाद !

विद्यादेवी भण्डारी

सम्पादकीय

'जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी'

जन्मदिने आमा र जन्मभूमि स्वर्गभन्दा पनि उच्च हुन्छन् । आमाको माध्यमबाट यो सुन्दर धर्तीको दर्शन गर्ने अवसर पाएका हामीहरू स्वर्ग कस्तो हुन्छ त थाहा छैन तर जहाँ आमाको नाम उच्चारण हुन्छ त्यो स्थान स्वर्गीय आनन्दले भरपुर लाग्छ । त्यसकै एउटा स्वरूप धर्तीमै रहेको स्वर्गरूपी स्थान हो मकवानपुर मनहरीमा रहेको आमाघर सेवा आश्रम । आमाहरूको घर जहाँ सेवाभावका साथ मातृशक्तिको सम्मानार्थ स्थापना भएको आश्रम हो । ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र, मकवानपुरको एक भगिनी संस्थाको रूपमा रहेको आमाघरको मूल उद्देश्य नै नारीशक्तिलाई स्वाभिमानपूर्वक सम्मानका साथ जीवनयापन गर्नु गराउनु रहेको छ ।

यसै सन्दर्भमा यस वर्ष आमा स्मारिका प्रकाशित गरी सम्पूर्ण आमाहरू र नारीशक्तिको महिमालाई आत्मसात् गर्ने प्रसङ्ग उठ्यो । साथीहरूबीच आपसी छलफलपछि प्रधान सम्पादकको जिम्मेवारी पाउँदा एउटा पवित्र कार्यको जिम्मेवारी बोध गरें । त्यसो त सम्पादक मण्डलमा रहनुहुने सबै मित्रहरूले यथाशक्य सहयोग रहेकाले नै यो स्मारिका पाठकवृन्दको हातमा पर्न सफल भएको छ ।

त्यतिमात्र नभएर स्मारिकालाई शुभेक्षा र शुभकामना प्रदान गर्नुहुने आदरणीय व्यक्तित्वहरू एवं लेख, रचना र विज्ञापन उपलब्ध गराएर सहयोग गर्नुहुने यहाँहरू सबैप्रति म हार्दिक आभार प्रकट गर्न चाहन्छु । समाजमा प्रख्यात विभिन्न ओहोदा र क्षेत्रबाट प्रतिनिधित्व गर्नुहुने लेखक एवं शुभेच्छुक सम्पूर्ण महानुभावहरू, यहाँहरूको लेखनमार्फत् नै स्मारिकाको ओज बढेको महसुस गरेकी छु ।

यस स्मारिका प्रकाशनका निम्ति सहृदय संयोजन कार्यमा सघाउ पुऱ्याउने आमाघर सेवा आश्रमका अध्यक्षज्यू, संरक्षकज्यूलगायत सम्पूर्ण परिवारका सदस्यज्यूहरूको सहयोग र सल्लाहका लागि सहृदय कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु ।

यस स्मारिकाको छपाइ, मुद्रण एवं लेआउट एवं आवरण चित्र तयार गरी आकर्षक कृतिको रूपमा प्रकाशन गर्न सघाउ पुऱ्याउनु हुने निक द डिजाइनर, नारायणगढ, चितवनका दीपेन्द्रकुमार जोशी 'निक' र सुमिना जोशीज्यू एवं प्रेस हाउसप्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु ।

डा. नम्रता पाण्डे
प्रधान सम्पादक
आचार्य : ओशोधारा नेपाल
स्वतन्त्र सामाजिक परामर्शदाता

विषयक्रम

शुभकामना खण्ड

१. शुभकामना सन्देश	राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी राजदिदीजी	३
२. आमा घर	जगतगुरु शङ्कराचार्य माता हेमाननाद गिरीजी महाराज, शङ्कराचार्य मठ	४
३. शुभकामना	विद्यादेवी भण्डारी पूर्व राष्ट्रपति, सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपाल	५
४. सम्पादकीय	डा. नम्रता पाण्डे	६
५. विषयक्रम	विषयक्रम	७

लेख/रचना खण्ड

१.. आमा हाम्रो शक्ति	सपना प्रधान मल्ल	९
२. जेष्ठ नागरिक राष्ट्रका अभिभावक हुन्	अष्टलक्ष्मी शाक्य	१२
३. शिक्षाको महत्त्व : आफ्नै अनुभव	लीलादेवी गड्तौला	१५
४. आमाको सम्झनामा श्रद्धासुमन : खै के लेख्न सकुलाँ र !	डा. हरिप्रसाद लम्साल	१९
५. पश्चात्ताप	गोविन्दराज विनोदी	२६
६. आमा–आमा–आमा	ब्रह्माकुमारी सुशीला	२७
७. समर्पणको सङ्गम हो आमाघर	ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल	२९
८. लौकिक र अलौकिक आमाको स्नेह	लक्ष्मी हुमागाईं	३३
९. सुगन्धकी खानी हुन् आमा	ब्रह्माकुमारी रेवती	३८
१०. आशीर्वादको साथमा	ब्रह्मकुमारी बिञ्जुश्री श्रेष्ठ	४०
११. मेरो सफलताको कथा लेख्ने मेरी आमा	डा. नम्रता पाण्डे	४१
१२. आमा र हजुरआमाको यादमा	डा. अरुणा उप्रेती	४७
१३. अनुत्तरित प्रश्नहरू	डा. सावित्री श्रेष्ठ	४९

१४. आमाको खुसी किन्न परदेसिएकी छोरी	रीता परियार	५१
१५. वृद्ध बा-आमाहरू	नवीन दाहाल	५३
१६. आमाबिनाको घर नहोस् घरविहीन आमा नहून्	चन्दा बिष्ट	५६
१७. अनुभवभित्र सम्झनाका धारहरू र नारीशिक्षा	मोतीलक्ष्मी शाक्य	५८
१८. आमा	उमा रेग्मी	६१
१९. Taekwondo Journey with my Supportive Mamu	Palesha Goverdhan Shrestha	६२
२०. आमाघरका क्रियाकलापहरू तस्बिरमा		६६

●

आमा हाम्रो शक्ति

सपना प्रधान मल्ल
न्यायाधीश, सर्वोच्च अदालत

आमा तिमी हाम्रो शक्ति । सृष्टिकर्ता, सृष्टिको निरन्तरकर्ता । तिम्रो साहसको वर्णन कसरी गर्ने, आफ्नो जीवन नै दाउमा लगाई हामीलाई जन्म दियौ । आफ्नो जीवन हामीलाई समर्पण गऱ्यौ । काठमाडौंमा जन्मेकी/हुर्केकी सहरको मुटुमा बस्ने मेरी आमा । नवलपरासीमा गाउँमा गएर पनि जीवनयापन गर्नसक्ने तिम्रो क्षमता ! दिनरात मिहिनेत गरी घरभित्र-घरबाहिर काम गर्नसक्ने, सन्तुलित व्यवस्थापन गर्नसक्ने तिम्रो दक्षता ! आर्थिक रूपमा सशक्त भएकीले हामीलाई पढाउन साहस राख्ने हाम्री आमा ! आमा हामी सबै छोराछोरीलाई पढाउन तिमीले गरेको त्याग, तिम्रो मिहिनेत हामीले पानीमा बगाएको छैनौं । तिमीले देखाएको बाटोमा हामी लागिराखेका छौं ।

तिम्रो कति बानीहरू ममा पनि आएका छन्, दयामाया, मान्छे वरिपरि जम्मा गर्ने, सबैलाई बोलाउने, खुवाउने, माया गर्ने मेरो रगतमै छ । मान्छेसँग राम्रो व्यवहार गर्ने, आफूलाई नराम्रो गर्नेलाई पनि नराम्रो नगर्ने । खराब कर्मको फल खराब गर्नेले आफै पाउँदछ । आज म जहाँ छु, जुन पदमा छु, जुन बाटोमा हिंडेको छु, तिमीले हिंडेको पाइला पच्छ्याएको छु । जहाँ-जहाँ जान्छु, राधा प्रधानको नामबाट चिनिन्छु, तिम्रो नामबाट चिन्न/चिनाउन पाउनुको खुसी/गर्व कति ठूलो छ । तिमी कहीं, काकी कहीं, दिदी कहीं आमा सबै टोलछिमेकी जिल्लासँग नाता जोड्ने, देशसँगै नाता जोडेकोले आज हाम्रो थुप्रै माइती छन् ।

आमा, आज म पनि आमा भएकी छु, मैले जन्माएको मेरो सन्तानको आमा । आमा हुनुको अनुभूति कस्तो हुँदोरहेछ, मेरो बच्चाले खोक्दासम्म मलाई दुख्छ । उसलाई सानो घाउ हुँदा मेरो छाती छिया-छिया पर्दछ । मेरो सन्तानले राम्रो काम गर्दा म खुसीले गद्गद् हुन्छु । तर आमा मेरो सन्तानले पनि मलाई गर्वान्वित गरेको छ । मेरो केही बानी उसमा पनि सरेको छ । सबैलाई राम्रोसँग बोल्ने, राम्रो व्यवहार गर्ने, सबैलाई माया गर्ने ! बच्चामा उसले तिमी के बन्ने भन्दा म राम्रो मान्छे (गुड ह्युमन) हुन चाहन्छु भन्थ्यो । त्यस्तै भएको छ तिम्रो सन्तानको सन्तान । फेरि आमा तिमीले छोडेको बच्चाहरूको पनि आमा बनेको छु । एउटा मात्र सन्तान जन्माए पनि थुप्रैको आमा बनेकी छु म । थाहा छैन, कति न्याय गर्न सकेकी छु तर कोसिस गरेकी छु तिमीले पालेका सन्तानको पनि आमा बन्ने । आमा बन्नुको अवसर, साहस र चुनौतीको अनुभूति गरेकी छु ।

आज कतिपय समयमा एक्लो अनुभूति हुन्छ । आमा तिम्रो याद धेरै आउँछ । तिमी भएको भए के हुन्थ्यो, के गर्थ्यौ, कस्तो हुन्थ्यो ! आज म जहाँ

छु, मेरो धेरै मान्छे छन् । मेरो जिम्मेवारी धेरै छ तर तिमी छैनौ । म कहाँ छु, मैले के गर्दै छु, हेर्न तिमी मसँग छैनौ । अनि यो जिम्मेवारीमा कतिपय अवस्थामा एक्लो अनुभूत गर्दछु आमा । तर तिम्रो जस्तो निःस्वार्थपन माया पाउन गाह्रो छ आमा । म काममा व्यस्त हुन्थेँ, तिमीले फोन गरिरहने । हुन त, त्योबेला कति फोन गरेको भनी रिसाउँथे पनि । आज पश्चात्ताप हुन्छ, किन झर्केको होला भनेर । तर जति झर्किए पनि तिमी फेरि फोन गरिहाल्थ्यौ । आमाको मन, आमाको माया । तर आज तिम्रो फोन आएको भए कस्तो हुन्छ जस्तो लाग्छ, म तिम्रो फोन यति सम्झिन्छु । लाग्छ, अब जीवनभर तिम्रो फोनको रिङटोन कुरिरहन्छु ।

आमा गाउँबाट आउँदा गाडीभरि खानेकुरा लिई कुन छोरीलाई के मनपर्छ भनी बोकी आउँथ्यौ । सबैको मनपर्ने कुरा आगोमा बनाएको हाडीको दहीसम्म बोकी आउँथ्यौ । अब त हाम्रो मनपर्ने खाना ल्याऊँ ? के खान्छ्यौ ? भन्ने मान्छे पनि छैन आमा । आमा, तिम्रो याद मेरो मनमस्तिष्क-मुटुभरि छ । घरभरि छ । हामीले जति गाली गरे पनि सहन्थ्यौ, जे भने पनि सहन्थ्यौ । आमा तिमी धर्ती हौ । तिमी सहनशीलताको प्रतीक हौ ।

देवरानी-नन्द सबैको छोरा पाउँदा छोरी-छोरीबीच फेरि म छोरी पाउँदा छोरा पाउने सपना पूरा नहुँदा "सपना" नै मेरो नाम राखी नडगमगाई अघि बढ्न सक्ने अदम्य साहस भएकी मेरी आमा! ! तिम्रो धैर्यता त टुट्दै टुटेन, टुटेको भए त छोराको निमित्त नवौं सन्तान कुर्दैनथ्यो । म बुझ्छु आमा, त्यो समाजमा तिमीमाथि छोरा नपाएकोले उठेको प्रश्न । तर तिमीले हरेस खाएनौ । तर आमा हामी छोरीहरूले पनि छोरा बनेर देखायौं नि ! हामी दिदीबहिनी एक-एक सन्तानको आमा भएर बस्यौं । "छोरा र छोरीमा फरक छैन । जे भए पनि एउटा सन्तान भए पुग्छ" भन्ने सोच राख्यौं । गर्भमा राख्दा, गर्भको निरन्तरता गर्दा बच्चा पाउँदाको दुःख एउटै हुन्छ । आमा आज तपाईंको छोरीहरू छोरा र छोरीमा फरक मान्दैनन्, छोराले जस्तै के काम हामीले गरेका छैनौं आमा ! हाम्रो भाइ हामीलाई प्यारो छ तर आमाबुवालाई हेर्ने, पाल्ने, दागबत्ती दिने, किरिया बस्ने, श्राद्ध गर्ने सबै काममा साझेदारी हामी छोरीहरूले गरेका छौं ।

तिमी आफू सोच न आमा ! कसरी मेरो बुवाले समेत तिमीलाई साथ दिनुभएको थियो ! तिम्रो आमा, हाम्रो मुवा बुढेसकालमा तिमीहरूसँगै बस्न आउनुभएको थियो । कसरी आमा-मुवाले हामीलाई हेरचाह, पालनपोषण, शिक्षादीक्षा दिनुभएको थियो काठमाडौंमा राखेर । अनि मुवा बितेपछि हाम्रो बुवाले दाहसंस्कार गर्नुभएको थियो । आमा, तिमीले निभाएको परम्परा हामीले पनि निभाएका छौं । तिम्रो बाध्यता थियो । तिम्रो आमाको तिमी एक सन्तान मात्र तर हाम्रो बाध्यता थिएन, चाहना थियो । छोरीहरूले अधिकारको कुरा मात्र गर्दैनन् आमा, दायित्व पनि वहन गर्दछन् ।

आमा, तिमी पृथ्वी पनि हो । राज्यले सृष्टिको निरन्तरता गर्ने सृष्टिकर्ताको भूमिकालाई मान्यता दिएको छ । प्रजनन स्वास्थ्यको अधिकार, सुरक्षित मातृत्वको अधिकार मौलिक अधिकारको रूपमा मानेको छ । अर्थात् आमाको भूमिका सामाजिक भूमिका हो, राज्यको भूमिका हो भन्ने मान्यता दिएको छ । तर आज पनि दुखित छु आमा, आज पनि नेपाली आमालाई आफ्नो सन्तानको पहिचान अधिकार दिएको छैन । तिम्रो पहिचान

र तिम्रो सन्तानको पहिचान अझ पनि बाबुमा परनिर्भित छ । आमा, आज पनि मैले जन्माएको सन्तानको पहिचान दिन बच्चाको बुवा खोजिन्छ । आमाको अस्तित्व पहिचानलाई बेवास्ता गरिन्छ । आमा जो वास्तविकता हो । बुवा त विश्वास मात्र हो । आमा जसले नौ महिना गर्भमा सन्तान राख्दछ, त्यो आमालाई आफ्नो सन्तानको पहिचान दिने क्षमता तिम्रो सन्तानले पाओस् आमा । आमाले जन्माएको सन्तान आमा बस्ने देशमा बस्न सक्ने, आमाको सन्तान उनको देशमा बस्न पाउने सामर्थ्यता विकास गर्ने व्यवस्था चाहियो आमा ! आमा तिमी धर्ती । आमा तिमी पृथ्वी । आमा तिमी प्रकृति । आमा तिमी वास्तविकता । आमालाई सम्मान गर्ने, आमाको अस्तित्व र पहिचानको संरक्षण गर्ने दृष्टिकोण र व्यवहार अझ पनि खोजिरहेका छौं ।

आज पनि नेपाली आमालाई बारम्बार अपहेलित गरिन्छ । अब आमा हामीलाई त्यो भोग्न, देख्न, सहन गाह्रो भइरहेको छ । आऔं, सबै आमाहरू एक हौं । आमा हुनुको गर्व र पहिचानका निमित्त शङ्ख गर्जन गरौं । आमा तिमी जहाँ छौ, त्यहींबाट हामीलाई साथ देऊ आमा ! हामीसँगै आऊ आमा । कमसेकम फोनमा त कुरा गर आमा !

●

जेष्ठ नागरिक राष्ट्रका अभिभावक हुन्

अष्टलक्ष्मी शाक्य
उपाध्यक्ष, नेकपा एमाले, केन्द्रीय कमिटि / पूर्व मुख्यमन्त्री बागमती प्रदेश

जेष्ठ नागरिक हामी सबैको अग्रज अनि यो देशको अभिभावक र जिउँदो इतिहास पनि हुन् । समाज परिवर्तन र राष्ट्र निर्माणमा उहाँहरूको योगदान महत्त्वपूर्ण र प्रेरणादायी रहेका छन् । अग्रजहरूको जीवनका सङ्घर्षपूर्ण इतिहासका पानाहरूबाट प्राप्त ज्ञान, सीप र अनुभवबिना हामीले कल्पना गरेजस्तो देशको समृद्धि, विकास, एकता, शान्ति, सामाजिक न्याय र सद्भावसहितको समतामूलक समाज स्थापना गर्न असजिलो मात्र होइन असम्भवप्रायः नै हुन्छ, तसर्थ हाम्रो समुन्नत र रूपान्तरित भविष्यको आधार ऐतिहासिक आदर्शको सम्मान र अनुसरण नै हो ।

यतिबेला हाम्रो समाजबाट सामाजिक एकता, देश प्रेम र मानवीय भावना कमजोर हुँदै गएको देखिन्छ । यस्तो सोच र प्रवृत्तिलाई उचो बनाउन जेष्ठ नागरिकका ज्ञान, अनुभव र भूमिकालाई प्रभावकारी बनाउन जरूरी छ । त्यसकारण जेष्ठ नागरिकलाई मान-सम्मानले सजाएर मात्र पुग्दैन । जेष्ठ नागरिकले पाउनुपर्ने अधिकारलाई सुनिश्चित गर्न उहाँहरूप्रति हेर्ने दृष्टिकोण र गरिने व्यवहार अझै प्रस्ट र सम्मानजनक हुनुपर्छ । जेष्ठ नागरिकको समस्या, आवश्यकता र भूमिकाको बारे समग्र अध्ययन-अनुसन्धान गरी ठोस नीति र योजना बनाउन जेष्ठ नागरिक अध्ययन तथा अनुसन्धान केन्द्र तत्काल स्थापना गर्न जरूरी छ । परिवार, समाज, राज्यदेखि प्रत्येक नागरिकमा समाजका अगुवाहरूप्रति सकारात्मक सोच र प्रस्ट व्यवहार विकास गर्नुपर्छ । अहिले आमरूपबाट आफ्ना आमा-बाप्रति परिवारका सदस्यहरूबाटै दुर्व्यवहार, घृणा, हिंसा, हेला, अपमानसँगै जबरजस्ती घर निकाला गर्नेजस्ता समाचारहरू दिन प्रतिदिन बढिरहेको पाइन्छ । परिवारबाट बिछोड भई आश्रमहरूमा जीवन बिताउन बाध्य पारिएका जेष्ठ नागरिकले आफ्नो सन्तान र परिवार भएर पनि एक्लो जीवनको महसुस गरिरहेका छन् । तसर्थ जेष्ठ नागरिकप्रति परिवारमै उचित पालनपोषण तथा हेरचाह, माया, प्रेम, सहयोग र सद्भावसहितको सकारात्मक सोच र व्यवहार विकास गर्नुपर्छ ।

नेपाल सरकारले जेष्ठ नागरिकहरूको योगदानको सम्मानस्वरूप वृद्धभत्ता, स्वास्थ्य उपचार, सार्वजनिक यातायातमा केही सुविधा सहुलियत दिएको छ । नेपालको संविधान २०७२ को भाग ३ को मौलिक हकअन्तर्गत नागरिकलाई राज्यबाट विशेष संरक्षण तथा सामाजिक सुरक्षाको हक हुने व्यवस्था छ त्यसैगरी जेष्ठ नागरिक सम्बन्धी ऐन २०६३ तथा जेष्ठ नागरिकसम्बन्धी नियमावली २०६५ मा पनि थुप्रै जेष्ठ नागरिकमैत्री प्रावधानहरू राखिएका छन् । केन्द्र, प्रदेश र स्थानीय तहमा पर्याप्त अधिकारसहितको 'जेष्ठ नागरिक समिति'

गठन गर्ने कानुनी व्यवस्था पनि छ । महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक मन्त्रालयअन्तर्गत जेष्ठ नागरिक केन्द्र पनि स्थापना नभएको हैन तर पनि अहिले देखिएका जटिल समस्याहरू समाधानोन्मुख देखिएको छैन । त्यसकारण उचित कानुनी प्रबन्धसहित पहिला समस्याको पहिचान गरी कसरी समाधान गर्ने, समाज र परिवारलाई जेष्ठ नागरिकमैत्री बनाउन के कस्तो योजना र कार्यक्रम आवश्यकता छ भन्नेबारे छलफल चलाउनुपर्छ । पर्याप्त बजेट र प्रस्ट योजनाको अभावले प्रभावकारिता दिन सकेको देखिन्न, यसमा सरकारको ध्यान जानु जरूरी छ ।

यतिबेला देश सङ्घीय संरचनामा छ । अधिकार कर्तव्यको सुस्पष्ट परिभाषासहित सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय तीन तहको सरकार छ । जेष्ठ नागरिकको क्षेत्रमा काम गर्ने गैह्रसरकारी संस्थाहरू पनि बढ्दै छन् । जेष्ठ नागरिकबारे विज्ञता हासिल गरेका विज्ञहरू पनि नभएका हैनन् तर पनि सम्बन्धित सरकारले जेष्ठ नागरिकको स्थिति र समस्याबारे गम्भीर भई सरोकारवाला सबैसँग छलफल र अन्तरक्रिया गरी सम्बन्धित सबैको साथ, सहयोग लिई प्रस्ट नीति, योजना बनाई पर्याप्त काम गर्न सकिएको देखिएन । कानुनी प्रबन्ध र दृढ अठोटसहित जेष्ठ नागरिकमैत्री समाज निर्माणमा ध्यान दिनुपर्छ ।

हाम्रो मुलुक भौगोलिक रूपले विविधायुक्त छ । हाम्रो संस्कार, संस्कृति परम्परा र सामाजिक मूल्यले नै एकापसमा हार्दिकता, आत्मीयता, सहयोग र एकता विकास गरिरहेका छन् । हाम्रो यही संस्कार, संस्कृति र सामाजिक मूल्यले विश्वमा समेत सकारात्मक प्रभाव सञ्चार भएको देखिन्छ । अब हामीले जेष्ठ नागरिकमैत्री नेपाल बनाउने सन्दर्भमा पनि अगुवाको भूमिका लिनुपर्दछ यसले सबैमा थप उत्साह हौसला प्रदान गर्नेछ ।

हो यतिबेला हाम्रा हजारौं युवाहरू पढाइ, रोजगार आदि कारण वर्षेनी विदेसिएका छन् । विदेशबाट प्राप्त डिग्री, प्रविधि र ज्ञानलाई आफ्नै देशमा फर्केर काम गर्ने सोचको अब विकास गर्नैपर्छ । सरकार पनि यो समस्यामा गम्भीर बनेर युवाहरूलाई देशमै राख्ने, रोजगारी सिर्जना गर्ने र देशको समृद्धि र विकासमा युवा सहभागिता बढाउने वातावरण सिर्जना गर्नतर्फ लाग्नुपर्छ ।

आफ्नो गाउँ आफै बनाऔं जस्तै हाम्रो देश हामीले बनाऔं भन्ने अभियान चलाउन अब ढिला गर्न हुँदैन । युवा सहभागिता बिना देश बनाउन कदापि सकिन्न । युवा जनशक्ति विदेशमा जाने जेष्ठ नागरिकहरू यहाँ एक्लो र बेसहारा जीवन बिताउनुपर्ने अस्तव्यस्त सामाजिक अवस्था हाम्रो चुनौती हो । हाम्रो सामु देखिएका नयाँ–नयाँ समस्या र चुनौतीहरूसँग जुध्दै सामाजिक न्यायसहितको सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रलाई थप बलियो र समृद्ध देश बनाउने उद्देश्य बोकेर लाग्नुको विकल्प पनि छैन । युवाशक्ति र सहभागिता बिना देशको समृद्धि र विकास कल्पना पनि गर्न सकिन्न, तसर्थ जेष्ठ नागरिकका ज्ञान, सीप, अनुभव र युवा सक्रियताको समायोजनले नै न्यायपूर्ण समाज र सुन्दर नेपाल बनाउने अभिलाषा सार्थक बन्न सक्छ ।

सामाजिक अभियन्ताहरू जो जेष्ठ नागरिकहरूलाई एक्लो महसुस हुन नदिन जेष्ठ नागरिक आश्रमको निर्माण गरी सामूहिक माया, ममता, एकता र सहयोगको भावना विकास गरिरहेका छन् । जेष्ठ नागरिकका स्वास्थ्यलाई ख्याल राख्नुका साथै उहाँहरूको ज्ञान, सीप,

अनुभवको सदुपयोग गर्दै सञ्चालित केही आश्रमहरू उदाहरणीय बनेका छन् । 'आमाघर' 'हाम्रो घर' जस्ता अनेकौं नामले जेष्ठ नागरिक दिवा सेवा केन्द्र सञ्चालनसँगै आवासकै व्यवस्था पनि गरेको पाइन्छ । मकवानपुर, मनहरी गाउँपालिका, वडा नं. ८ मा सीतामाया मैनाली, गायत्रीमाया उप्रेती आमाहरू मिलेर १ कट्ठा जग्गा दान दिनुभएको छ र सो जग्गामा बेसहारा आमाबाहरूको सहारा, माया, ममता र निरन्तर हेरचाहको प्रतिक सुन्दर आमाघर बनेको छ । आमाघर सञ्चालनका अध्यक्ष श्री रामचन्द्र उप्रेतीलगायत सबै सहयोगी हातहरूलाई मेरो हार्दिक सम्मान छ । बिना थकावट निरन्तर सेवा दिइरहेका अन्य सबै आश्रमहरूप्रति पनि हार्दिक सम्मान छ । यहाँहरूको सेवाको यो कामले समाजलाई जेष्ठ नागरिकमैत्री बनाउन सहयोग पुग्ने विश्वास लिएको छु ।

●

शिक्षाको महत्त्व : आफ्नै अनुभव

लीलादेवी गड्तौला
निवर्तमान मुख्य सचिव

म सानो छँदा महिलाका लागि मात्र भनेर एउटा बधुशिक्षा र छोरीलाई अर्ती भन्ने पुस्तकमा लेखिएका विषयहरू लय हालेर पढेको सुनिन्थ्यो । त्यसबेला विशेष गरेर छोरी र बुहारीले के गर्न हुने र के गर्न नहुने भनी लेखिएको बधुशिक्षा र छोरीलाई अर्ती लय मिलाएर पढने गरेको तथा अक्षर नचिन्ने महिलाहरूले अरूले पढेको सुनेर कन्ठस्थ बनाउने गरेका थिए । यसको लयमा मिठास भएकोले होला छोरी-बुहारीहरू घाँस, दाउरा, मेलापातको समयमा पनि गुन्गुनाइरहन्थे भने उमेर पाका हुँदै गरेका आमा-हजुरआमाहरू छोरी-बुहारीका लागि जस्तो लेखेको छ, त्यसै गर्नुपर्छ भनेर भन्दथे । यो बधुशिक्षा र छोरीलाई अर्तीको विषयमा हाम्रो आमाले पनि लय हालेर पटक-पटक भनेको सुनेको हुँ । त्यसबेला म निकै सानो भए तापनि मैले आमालाई किन बधुशिक्षा मात्र छ ? छोराशिक्षा किन छैन ? किन छोरीलाई मात्र अर्ती र छोरालाई नभएको भनेर सोध्दा आमाले कुनै जवाफ दिन सक्नुभएको थिएन । मैले बिर्सिएको हैन भने त्यो पुस्तकमा विवाह भएर गएकी छोरी पतिको घरमा गएर के गर्ने, के नगर्ने तथा घरका अन्य सदस्यलाई के-कसरी मानमनितो, व्यवहार गर्नुपर्ने, बुहारीले कतिखेर खाने र कतिखेर सुत्नेजस्ता कार्यहरूको बारेमा लेखिएको थियो । मेरो बालमनोविज्ञानको कतै अन्तरकुन्तरमा म पनि छोरी भएर होला कि छोरालाई शिक्षा र अर्ती दिनु नपर्ने वा नचाहिने किन होला भन्ने लागिरहन्थ्यो । सायद त्यो पुस्तकमा लेखिएको कुरा विभेदपूर्ण छ भन्ने लागेर हो कि मेरो अन्तरआत्माले भने त्यो पुस्तक कहिल्यै पढ्न चाहेन । त्योबेलामा छोरी-बुहारीलाई पढन नपठाउने र घरमा नै काम गराउने गरेको कारणले छोरी-बुहारीलाई आफ्नो अदबमा राख्न कुनै लेखकले पुस्तक प्रकाशन गरेका रहेछन् भन्ने लाग्छ । अचम्म लाग्छ - त्यसबेलाको समयमा अति दुर्गममा पनि यस्ता पुस्तक घर-घरमा भेटिन्थे ।

म नेपालको पूर्वी पहाडको तेह्रथुम जिल्लाको पिप्ले हाल म्याङलुङ-४ मा जन्मिएकी हुँ । त्यसबेला हाम्रो गाउँघरमा धेरैले छोरीलाई पढ्न पठाउने चलन थिएन । केही शिक्षित परिवारका छोरीलाई भने एकसरो नेपाली पढ्न सक्नेगरी विद्यालय पठाउने गरेका थिए । नेपाली एकसरो पढ्न सक्ने भएपछि पतिले लेखेको चिठी आफैले पढ्न सक्ने भई भनेर विद्यालय पढ्न नपठाई सानै उमेरमा विवाह गरेर पठाइदिने चलन थियो । अहिलेको समयसँग तुलना गर्दा धर्म कमाउने नाममा आमाबाबुले बालविवाह गराइदिने गरेको रहेछ । त्यसताका छोरीहरूलाई लगानी किन गर्नु भन्ने मानसिकता व्याप्त थियो । छोरालाई सम्पत्तिको रूपमा हेरिन्थ्यो भने छोरीलाई बोझको रूपमा लिइन्थ्यो । मलाई

नै पनि कसै-कसैले अर्काको घर स्याहार्नेले किन पढ्नु भनेका थिए ।

हाम्रा आमाबुवाका नौजना छोराछोरीमा पाँचजना छोरी थियौं । हाम्रो परिवारमा म छोरीहरूमा पाँचौं र सन्तानमा आठौं थिएँ । दिदीहरूले विद्यालय शिक्षा पनि पूरा गर्न पाउनुभएन । मलाई पढ्न मन पर्दथ्यो । विद्यालयमा केटाहरूभन्दा मैले राम्रो पढ्दथें । म विद्यालयमा पढ्दा कहिल्यै चौंथो हुनुपरेन । मैले विद्यालय सुरु गर्दा दाजुहरू धरान, विराटनगर आएर कलेज पढन थालिसक्नु भएकोले दाजुहरूले पनि मेरो पढाइ रोक्न दिनुभएन । बुवालाई छोरी पढाएर पछि नाक कटाउने त होला भनेर गाउँले तथा नातागोताहरूले ताना मार्दथे भन्नुहुन्थ्यो । मैले जसरी भए पनि पढ्ने अवसर पाएर आज नेपाल सरकारको मुख्य सचिव हुने अवसर प्राप्त गर्नुका साथै नेपालको मुख्य सचिव हुने पहिलो महिला बन्न पुगें । यदि मैले अरूको कुरा सुनेर पढ्न छोडेको भए यो अवसर कहाँ पाउन सक्दथें र ! छोरी पढाउँदाको इज्जत र महत्त्व कस्तो रहेछ भनेर जान्न म आफै प्रमाणको रूपमा रहेको छु । मैले पढ्दै सरकारी सेवामा काम गर्दै गएपछि पहिले मप्रति नकारात्मक सोच राख्नेहरू पनि मेरो प्रशंसा गर्दथे । म सचिवमा नियुक्ति भएपछि आमाको खुसीको सीमा नै थिएन । छोरीको प्रगतिमा आमाजति खुसी हुने अरू कोही हुँदैन जस्तो लाग्छ । दुर्भाग्य भन्नुपर्ला, बुवाले भने मलाई सहसचिव भएकोसम्म देख्नुभयो ।

हाम्रो ब्याचमा एस.एल.सी. पास हुने केटीहरूमा म एक्लो थिएँ । त्यसबेलासम्म हाम्रो गाउँघरमा अविवाहित छोरीहरूलाई घर छोडेर डेरामा बसेर पढ्न पठाउने चलन थिएन । हाम्रो गाउँमा एस.एल.सी. पास गरेपछि घर छोडेर डेरामा बसेर काठमाडौं पढ्न आउने म नै पहिलो छोरी थिएँ । म घरबाट हिंडेपछि हाम्रो परिवारले निकै भनाइ खानुपरेको थियो रे ! जसले गर्दा आमालाई निकै तनाव भएको सुनाउनुहुन्थ्यो । त्यसबेला तेह्रथुमबाट काठमाडौं आउन तीन/चारदिन लाग्दथ्यो । सञ्चारको साधनको रूपमा चिठी मात्र थियो । काठमाडौंबाट तेह्रथुम चिठी पुग्न कम्तीमा पन्ध्रदिन जति लाग्दथ्यो । त्यसबेलाको वस्तुस्थिति सम्झँदा धन्न पढिएछ जस्तो लाग्दछ । मैले तेह्रथुमबाट एस.एल.सी. उत्तीर्ण गरेपछि अध्ययनको सिलसिलामा काठमाडौं आउँदा बाटोमा पर्ने ठाउँमध्ये मकवानपुरको हेटौंडा पनि हो । म रात्रीबसबाट काठमाडौं आउँदै गर्दा हेटौंडा आइपुग्दा सधैं रातको १२ बजेको हुन्थ्यो जस्तो लाग्छ । उच्च शिक्षा अध्ययनका लागि मैले यो सडकबाट धेरैपटक तेह्रथुम-काठमाडौं-तेह्रथुम गरेको भए तापनि धेरै पछिसम्म उज्यालोमा यो सहर देखेको थिएन । रात्रीबसको कन्डक्टरले हेटौंडा भनेर कराएपछि मन ढुक्क हुन्थ्यो । किनभने त्यसबेला काठमाडौंबाट पूर्व जाने र पूर्वबाट काठमाडौं आउने रात्रीबसहरू हेटौंडादेखि बर्दिबाससम्म र बर्दिबासदेखि हेटौंडासम्म एकैपटक लाइन लगाएर हिडाउँथे । त्यसबेलाको शान्तिसुरक्षा र सञ्चार माध्यम अहिलेको जस्तो सहज थिएन । कहिलेकाहीं राति यात्रा गर्दा डाँका लाग्ने गरेकोले घरबाट आउँदा हेटौंडा भन्ने सुन्नेबित्तिकै मन ढुक्क हुन्थ्यो । त्यसैले मलाई उज्यालोमा हेटौंडा हेर्न मन लागिरहन्थ्यो । सरकारी नोकरीको सिलसिलामा धेरै पछि मात्र उज्यालोमा हेटौंडा देख्न पाइयो ।

यात्रा गर्दा धेरैपटक हेटौंडा वारपार गरेको भए तापनि त्यहीं अवस्थित आमाघर भने आजसम्म पुग्न सकेको छैन । यसमा मैले आफैलाई दोष दिएको छु । तर आमाघरको बारेमा भने मलाई

धेरथोर जानकारी छ । तेह्रथुमको प्रमुख जिल्ला अधिकारी हुनुभएको लक्ष्मी हुँमागाईजीको अनुरोधमा आमाघरलाई केही बजेटको व्यवस्था गर्न धेरैपटक तत्कालीन महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालयमा प्रयास गरेको छु । सोहीबमोजिम त्यसपछिका केहीवर्ष आमाघरका लागि केही बजेट छुट्याउन कसैले नभने पनि पहल गर्ने गरेको हो । आजकल भने यो विषयमा मैले त्यति जानकारी राखेको छैन । आजसम्म म आमाघरमा नपुगेको भए तापनि यसले राष्ट्रको सेवा गरेको अनुमान गरेको छु ।

सञ्चारको माध्यमले अहिले विश्व आफ्नै हातमा रहेको छ । विश्वको कुनै कुनामा कुनै घटना भएमा क्षणभरमा नै विश्वमा फैलिसक्छ । त्यसैले हामी विश्वसमाजबाट अलग हुने अवस्था छैन । पहिले-पहिले नेपालमा संयुक्त परिवारको बढी महत्त्व थियो । आमाबुवासँग नबस्ने परिवारलाई गाउँघरमा त्यति सकारात्मक रूपमा लिइँदैनथ्यो । कुनै छोराबुहारी आमाबुवाको इच्छा नहुँदै अलग बस्न चाहेमा बाक्लो दाल खान मन लागेर अलग बसेको भनी छेडखान गर्दथे । त्यसैले सकेसम्म सबै परिवार एकै छानामुनि र एउटै भान्सामा पकाएको खाना खाने गर्दथे । यसले गर्दा राम्रा कुराहरू, संस्कार, चाडबाड, रीतिरिवाज तथा भाषाहरू पुस्तान्तर हुँदै संरक्षित भइरहन्थे । अब त्यो अवस्थामा चुनौति सुरु भएको छ । विश्वमा बढ्दै गएको व्यक्तिवादी सोच र आफ्नो मात्र स्वार्थ हेरेर जीवन बिताउने चलन विभिन्न सञ्चार माध्यमबाट मनोरन्जनात्मक वा समाचारमूलक रूपमा विभिन्न भाषामा पटक-पटक प्रसारण हुने गरेकोले गर्दा व्यक्तिहरू त्यसको नक्कल गर्दै एकल परिवारमा बस्न/रमाउन थाले । यसले गर्दा वृद्ध हुँदै गएका आमाबुवाहरू परिवारका लागि बोझको रूपमा लिन थालेको पाइन्छ । मेरो विचारमा त्यस्ता व्यक्तिहरू केही समयका लागि खुसी भए तापनि यसले समग्र रूपमा देशलाई हानि पुऱ्याएको जस्तो लाग्छ । यसरी परिवारबाट अलग भई बसेका तथा हुर्किएका तिनका सन्तानले आफ्नो संस्कार, चाडबाड, रीतिरिवाज, राम्रा चालचलन तथा भाषाहरू बचाउन नसकेको कारणले समयक्रममा अरूकै नक्कल गर्ने प्रवृति बढन सक्ने भई आफ्नो भन्ने कुनै चिज नरहने सम्भावना रहेको छ । यसले समाज र देशको अस्तित्व नै सङ्कटमा पर्ने सम्भावना रहेको छ । व्यक्तिगत महत्त्वाकाङ्क्षाले आफ्ना आमाबुवालाई बोझको रूपमा लिई वृद्धाश्रममा पठाउने वा बेवास्ता गर्दै छोडिदिने प्रवृति बढ्दै गएको हामीले देखेका छौं । त्यस्तै विदेशमा बस्ने छोराछोरीले पनि वृद्ध हुँदै गरेका आमाबुवालाई बेवास्ता गरी नेपालमा अलपत्र छोडेर विदेशमा नै रमाउन थालेको सुनिन्छ । यसले गर्दा हाम्रो समाजमा विकृति सुरु भएको छ ।

आमाघरले यसैगरी दुःख पाएका व्यक्तिहरूलाई सेवा दिंदै आएको छ । आमाघरजस्ता संस्थाले असहाय तथा सन्तानले परित्याग गरेका व्यक्तिहरूलाई सहारा दिनु ठूलो कुरा हो । यसले आमाघर सञ्चालकलाई पक्कै पनि आत्मशान्ति मिल्नुको अलावा देशको सेवा गर्ने मौका मिलेको छ । आमाघरले गरेको सेवाले सरकारको दायित्वसमेत घटाएको छ । मेरो व्यक्तिगत धारणा भने देशमा आमाघरजस्ता संस्था स्थापना हुनु नपरेको राम्रो हो । यसको मतलब असहाय तथा सन्तानले परित्याग गरेका व्यक्तिहरूलाई अलपत्र छोडिदिनु भनेको होइन । कुनै व्यक्ति आफ्नो जीवनपर्यन्त परिवारसँग बसेर जीवन बिताउन सफल होस् भन्ने हो । सरकारले

कुनै पनि व्यक्तिलाई यस्तो अवस्था आउन नदिन पहल गर्नुपर्दछ । साथै कुनै व्यक्ति घरपरिवारविहीन भएमा उसको व्यवस्थापन गर्ने पहिलो कर्तव्य पनि सरकारको नै हो । आमाघरजस्ता संस्थाले त सरकारले गर्ने काम गरिरहेको छ । विडम्बना नै भन्नुपर्ला शिक्षाको प्रतिशत बढेको देखिए तापनि असहाय तथा सन्तानले परित्याग गरेका व्यक्तिहरू फेला परिरहेका छन् र आमाघरजस्ता संस्थाहरू दिनानुदिन खुलिरहेका छन् ।

अझै पनि हाम्रो समाज पितृसत्तामक नै रहेको छ । नेपालमा २०७८ सालमा गरेको जनगणनाअनुसार नेपालको जनसङ्ख्या २,९१,६४,५७८ मध्ये महिला ५१.१% र पुरुष ४८.९% रहेका छन् । यसरी हेर्दा नेपालमा महिलाको सङ्ख्या धेरै रहेको देखिन्छ । तर छोरीभन्दा छोरा बढी जन्मिरहेको सरकारी आकडाले देखाउँछ । छोरा ५२.७% र छोरी ४७.३% जन्मिएका देखिन्छन् । यसले गर्दा भविष्यमा झन् भयावह अवस्था आउने सम्भावना रहेको छ । नेपालमा महिलाको स्वामित्वमा घरजग्गा २३.८%, महिला साक्षरता ६९.४ % जबकि पुरुष ८३.६% तथा महिला परिवारमुली हुने ३१.५५% र पुरुष ६८.४५% रहेको छ । पितृसत्तामक सोचको कारणले अझै पनि महिलाहरू नै धेरै पीडित भइरहेका छन् ।

हामीले सुनेका छौँ – एक महिलालाई शिक्षा दिनु परिवार, समाज र देशलाई नै शिक्षित बनाउनु हो, जबकि एक पुरुषलाई शिक्षा दिनु भनेको ऊ एकजनालाई मात्र शिक्षित बनाउनु हो । किनकि एक महिला शिक्षित भएमा उसले आफ्ना आमा, बुवा, छोरा, छोरी तथा पतिको घरमा पनि शिक्षाको ज्योति र ज्ञान फैलाउँछिन् र सोहीअनुसार व्यवहार गर्नेछिन् । तर पुरुषले शिक्षा प्राप्त गरेमा उसले प्राप्त गरेको ज्ञान उसैमा मात्र सीमित रहन्छ । त्यसैले छोरी होस् या बुहारी, सबैलाई शिक्षा दिनु अनिवार्य रहेको छ । समग्रमा भन्नुपर्दा महिलालाई शिक्षामा पहुँच बढाउन सकिएमा समग्र रूपमा परिवार, समाज तथा देशको नै विकास हुन पुगी आमाघरजस्ता संस्थाहरू स्थापना गर्नुपर्ने थिएन कि !

●

आमाको सम्झनामा श्रद्धासुमन : खै के लेख्न सकुलाँ र !

डा. हरिप्रसाद लम्साल
पूर्व प्रमुख सचिव, बागमती प्रदेश

विषयप्रवेश :

२०८१, पौष २५ गतेको चिसो बिहान । हेटौंडाको बसाइ । घाम पनि लागिसकेको थिएन । बिहानको आफ्नो नित्यकार्य सकेर केही अध्ययन गर्ने सुरसारमा थिएँ । सामाजिक सञ्जाल एक्समा एकछिन त टहलिने आदत छ, समय मिलेसम्म बिहानीको समयमा । यो चिसो बिहानीमा पनि यही क्रममा थिएँ । सामाजिक सञ्जालमा आफूले चाहेको मात्र आउने होइन । यसमा म्यासेजका बाढी नै आउँछन् भन्दा हुन्छ । के हेर्ने, के नहेर्ने भन्नेमा बढो समस्या पर्छ नै । मन हो, जे पनि आँखालाई लागिहाल्छ । वेदव्यास भनेजस्तै चित्त अर्थात् मन तल–माथि दुवैतिर बहनेखालको हुन्छ । उनले मन पाप–धर्म दुवैतिर बहने हुन्छ भनेका छन् । यसलाई कता बगाउने भन्ने सामर्थ्य पनि यही शरीररूपी मानवमा नै छ, व्यासले प्रस्टसँग भनेका छन् । जब सामाजिक सञ्जाल खोल्छु, मलाई वेदव्यासको यही भनाइ याद आउने भएकोले आफ्ना आँखालाई आफूले खोजेका विषयमा मात्र केन्द्रित गर्ने प्रयास गर्छु । मनलाई राजनीति र तडकभडक खालका सूचनामा भन्दा पनि नयाँ विचार दिने पोस्ट एवम् नयाँ पुस्तकका बारेमा लेखिएका वालमा केन्द्रित गर्ने प्रयास गर्ने गर्छु । यस बिहानीमा पनि सोही गर्दै थिएँ ।

यही दिनको चिसो बिहानीको छोटो समयमा एकैपटक दुईवटा सन्दर्भ जोडिन आए । पहिलो – मकवानपुरको मनहरीमा अवस्थित आमाको घरका विजयराज सिग्देल भाइजीसँगको टेलिफोन संवाद, जसमा आमाको सम्झनाका बारेमा केही लेख्नका लागि अनुरोध थियो । उहाँको आग्रह एवम् अनुरोध यस्तो हुन्छ, यसलाई सायदै कसैले इन्कार गर्न सकोस् । आमाको घर नाम दिएर मानव सहयोगका कार्यमा अहोरात्र खट्नुभएका विजय भाइजी (विजयराज सिग्देल) को दिव्यवाणी र मधुर मुस्कान सुनिरहौँ जस्तो लाग्छ, उहाँसँग सङ्गत गरिरहौँ जस्तो हुन्छ । वास्तवमा भन्ने हो भने उहाँका मधुरवाणी र आत्मीय व्यवहारले जोकोहीलाई पनि मन्त्रमुग्ध बनाउन सक्छ । उहाँको आग्रह थियो – मैले मेरी आमाको बारेमा केही लेखौँ भन्ने ।

मेरी आमा यस भौतिक जगत्मा हुनुहुन्न, सत्य यही हो । तर मनले आमा यतैकतै आफैसँग भएजस्तो मान्छ । अहिले घर जान पनि बडो कठिन हुन्छ, किनकि घरबाहिर हुदाँ आमाघरमा हुनुहुन्छ जस्तो लाग्ने रहेछ । तर घरमा जादाँ जब आमालाई पाउँदिनँ, आमालाई घरको ढोकासँगै जोडिएको कुर्सीमा देख्दिनँ, अनि मन कुँडुलिएर आउँछ । घरमा जाँदा आमाको कोठामा जान सक्दिनँ । वास्तविकता यो छ कि आमा भौतिक

जगत्मा हुनुहुन्न तर मलाई आमा हुनुहुन्न भन्नै कठिन लागिरहेछ ।

दोस्रो - सामाजिक सञ्जाल एक्समा घुमफिर गरिरहदाँ भेक्स किङको गुड भाइब्स, गुड लाइफ पुस्तकका बारेमा कसैले गरेको कमेन्टमा मेरा आँखा पऱ्यो, जसमा जिन्दगीमा एकपटक पढ्नैपर्ने पुस्तक भनिएको थियो । लिबर्टी माइन्डसेट (Liberty Mindset) को वालमा 'If you want to change your life, read these books' भनेर पुस्तकहरू एकमाथि अर्को गरेर खातमा राखिएको थियो । उक्त चाङ अर्थात् खातको सिरानमा Good Vibes, Good Life पुस्तक थियो, जसका लेखक भेक्स किङ रहेछन् । पुस्तकको शीर्षकबाट नै मेरा आँखा त्यसैमा गइहाले । गुगल सर्च इन्जिनमा उक्त पुस्तको पिडिएफ भर्सन खोज्न लागैं । त्यसलाई प्राप्त पनि गरैं । पुस्तक सन् २०१८ मा प्रकाशित भएको रहेछ । पुस्तक सरसरती हेरैं । पुस्तकको तेस्रो पेजमा लेखकले यस पुस्तक आमालाई समर्पण गर्दै केही लेखेका छन, जसले मलाई अझ यसतर्फ तान्यो । लेखकका अनुसार संसारमा सबैका लागि सबैभन्दा प्रिय शब्द आमा नै हुनुपर्छ । आमा जीवित रहँदासम्म यो शब्दको अर्थ वा महत्त्व त्यति महत्त्वपूर्ण नलाग्नेलाई पनि आमाको शेषपछि बल्ल थाहा हुन्छ, यस शब्दमा के-कति दम छ भन्ने । यी दुवै सन्दर्भमा म आफू सकारात्मक भइहालैं । अनि विजयराज भाइजीलाई छोटो लेख पठाउँछु भनैं र त्यसका लागि केही समय मागैं । साथै किङ भेक्सको पुस्तकको अध्ययन पनि सुरु गरैं ।

आमाका बारेमा लेख्छु त भनैं । लेख्न मन पनि बलियो बनाएँ । तर लेख कहाँबाट सुरु गर्ने, अर्को फसाद आइपऱ्यो । अभावको समयमा आमाले आफ्नो आँसु लुकाएर हाम्रा लागि दिएको मुस्कानबाट लेखको विषय सुरु गरौं कि आफूले पटुका कसेर नखाई-नखाई दुःखजिलो गरेर हामीलाई पढाएका विषयमा लेखौं । आमामा माया एवम् सङ्घर्षसँग जोडिएका धेरै विषयहरू मनमा एकैपटक उठ्न थाले । यी विषयहरू कुनै क्रममा मनमा आइरहेका थिएनन् । लथालिङ्ग पाराले मनमा ओइरिएका थिए । तर केही लेख्छु भनिसकेकोले एउटा सानो लेख तयार पारेर विजयराज भाइजीलाई पठाउनैपर्ने बाध्यतामा पनि थियो । यसैलाई सम्झेर मनलाई पुनः सम्हालैं । यो सानो प्रयासमा केही सन्दर्भमा लेख्छु । अरू धेरै विषयहरू अन्य लेखमा समेट्नुपर्ला भनेर मनलाई सान्त्वना पनि सँगै दिएँ ।

आमाको अनुपस्थितिः वास्तविकता तर महसुस गर्न कठिन

सम्वत् २०१५ सालमा राष्ट्रकवि माधवप्रसाद घिमिरेको गौरी शोककाव्य साझा प्रकाशनले प्रकाशित गरेको थियो, जसलाई पढ्दा आँखामा आँसुको भेल आउने गर्दथ्यो । यो पुस्तकले मलाई यति छोयो कि यसलाई मैले आफूले मात्र नपढेर अरूलाई पनि सुनाउने गर्दथैं । पढ्ने मात्र नभएर सुन्ने पनि उत्तिकै मर्माहत देखिन्थे । अर्कालाई परेको पीडा महसुस मात्र गर्दा त त्यस्तो हुन्थ्यो भने आफैलाई परेको पीडाचाहिं कस्तो होला ? मेरो मनमा यही विषय घुमिरहन्थ्यो । फेरि सँगै सोच्थैं, लेख्न सक्नेले त आफ्नो पीडा शब्दबाट बताउन सक्ने रहेछन् तर लेख्न नसक्नेहरू जसको मनभित्र गुम्सिएर रहेको पीडा के-कति हुन्छन् होला र कसरी बाहिर निकाल्छन् होला ? यो

अर्को सोचनीय विषय थियो र अहिले पनि छ । त्यतिबेला यी विषयहरू मनमा मात्र आउँथे वा सोच मात्र आउँथ्यो तर अहिले आफैले भोग्दै छु । सपनामा दगुर्न नसकेजस्तो मनमा भएको भावना पनि बाहिर ल्याउन नसक्ने अवस्था अहिले मैले भोग्दै छु ।

माधवप्रसाद घिमिरेमा जति साहस, समर्पण धेरैमा नहुन पनि सक्छ । भएकाहरूले पनि त्यसलाई कागजमा उतार्दैनन् होला वा उतार्न पनि सक्दैनन् होला । मलाई लाग्छ, माधव घिमिरेले **गौरी** शोककाव्यमा लेखेजस्तै भावना एवम् पीडा मेरो मनमा पनि छ, मेरी आमाका बारेमा । तर दुर्भाग्य ! मैले त्यसलाई कागजमा उतार्न सक्दिनँ, भावमा व्यक्त गर्न सक्दिनँ । त्यसलाई बताउने शब्द नै पाउन सक्दिनँ । मनभित्र गुम्सिएर रहेको चाहिं सत्य हो तर त्यही रूपमा बाहिर ल्याउन सक्दिनँ ।

आमाको महसुस, उपस्थिति एवम् स्नेहका बारेमा अभिव्यक्ति दिने खालको शब्द त जेनतेन खोज्न सकिने रहेछ । तर आमाको अनुपस्थिति जनाउने शब्द खोज्न कठिन रहेछ । कसरी भनौं मैले मेरी आमा यस संसारमा हुनुहुन्न भनेर ! मेरी आमालाई स्वर्गीय आमा भनेर कसरी लेखौं ? मेरी आमाको जीवनको अन्तिम यात्राको वृत्तान्त कसरी उल्लेख गरूँ ? आमाको प्रस्थान र मेरो मनमा उठेको ज्वारभाटालाई जीवन्त रूपमा कसरी बताऊँ ? यी सबै कार्य म जस्ताका लागि कठिन रहेछन् । यसतर्फ कलम चलाउन त खोज्छु, तर पटक-पटक कलम अगाडि बढ्दैन । मनमा के-के भावना आउँछन् अनि लेखाइ बन्द नगरी सुखै पाउँदिन थिएँ । तर यसपटक केही साहस गरेर केही लेख्ने प्रयास गर्दै छु ।

यतिका सन्दर्भपश्चात् अब भने मनलाई बलियो बनाएँ । आमाले हाम्रा लागि गरेका बलिदानी र सङ्घर्षका बारेमा केही लेख्नै पर्नेछ भन्ने लाग्यो । फेरि सँगै लाग्यो यसले हरेक सन्तानले आफ्नी आमाले गरेको योगदानका बारेमा सम्झन सहयोग गरोस् । साथै हरेक सन्तान र भावी पिढीका लागि पनि सुन्न लायक विषय यसमा समावेश हुन सकोस् । हरेक सन्तानलाई आफ्नी आमाप्रति गर्नुपर्ने कर्तव्य पूरा गर्नमा सहयोगी पनि बनोस् । हरेक सन्तानले आमा जिउँदो छँदा सप्रेम पालनपोषण गरून् र शेषपछि भावपूर्ण श्रद्धासुमन व्यक्त गरून् भन्ने मेरो चाहना यसले पूरा गर्न सहयोग गरोस् ।

भौतिक रूपमा हामीसँग नहुनुभएको आमालाई आत्मिक रूपमा हामीसँगै हुनुहुन्छ भन्ने भाव मनमा दह्रो गरेर बनाएँ । यसबाट आमा हुँदै हुनुहुन्न भन्ने भनाइलाई मनले सही मानेन र केही लेख्नका लागि पनि सहज भयो । भौतिक जगत्मा नदेखिने तर आत्मिक रूपमा आमा हामीसँगै हुनुहुन्छ भन्ने लाग्न थाल्यो मेरो मनलाई पनि । भौतिक रूपमा अनुपस्थित तर आत्मिक रूपमा सँगै रहनुभएको आमाका बारेमा एकपटक खगराज बराल, जो नेपाल सरकारको सचिवबाट निवृत्त हुनुभयो र अहिले पनि साहित्य साधनामा हुनुहुन्छ, उहाँले आफ्नी स्वर्गीय आमाको बारेमा लेखेको पुस्तक मलाई पढ्न भनेर दिनुभएको थियो । सो समयमा मेरी आमा जीवितै हुनुहुन्थ्यो । उक्त समयमा मैले सो पुस्तक पढ्न सकिनँ । जब उक्त पुस्तक खोल्थैं, अनि मेरो दिमागमा मेरो आमा नहुँदाको अवस्था सम्झेर मनमा पीडा हुँडारिन थालिहाल्थ्यो । मेरी आमा अजम्बरी त होइनन्, एकदिन जानु नै हुन्छ भन्ने पनि थाहा थियो । तर त्यो दिन मैले कसरी सम्हालिने होला

भन्ने चिन्ताले उक्त पुस्तक पढ्नै सकिनँ । पढ्नै मन लागेन । अनि पुस्तक पढ्न नसकेको भनेर उहाँलाई बताएँ पनि । उहाँलाई कस्तो लाग्यो थाहा भएन तर मेरो वास्तविकता यही नै थियो । उहाँले पनि सायद यही आत्मिक रूपमा आमासँगै हुनुहुन्छ भनेर लेख्नुभएको हुनुपर्छ । ठ्याक्कै यही शब्दमा नभने पनि उहाँको भनाइको आशय यस्तै-यस्तै खालको थियो ।

आमा रहुञ्जेल आमा नभएका कथा वा घटना पढ्न पनि कडा कठिन हुन्थ्यो । आमा नभएका अवस्था कल्पना गर्न पनि मनले मान्थेन । वास्तविकता त्यस्तो हुन्नथ्यो भन्ने थाहा पनि थियो र छ । तर पनि यो मनले बडो असजिलो मान्ने रहेछ । तर मानिसले मनले नमानेको वा मनले नमागेको अवस्था अगाडि आएपछि बाध्यतावश स्वीकार गर्नु नै पर्नेरहेछ । स्वीकार गरेर अगाडि बढ्नुपर्ने नै रहेछ । सायद हाम्रा पुर्खाले मानवमा आउने यिनै नैराश्यतालाई चिर्नका लागि आत्मिक उपस्थिति हुन्छ भनेर यस विषयलाई खोजेर हामीलाई हस्तान्तरण गरेर गएको हुनुपर्छ ।

विधिको विडम्वना जन्मपछि मृत्यु अवश्य पनि छ नै । हामीले नचाहँदा-नचाहँदै पनि मेरी आमा हामीलाई छोडेर जानुभयो । २०८० साल, चैत्र ६ गते बेलुका त्रि.वि. टिचिङ अस्पतालको बेडमा लगभग २ घण्टा कुराकानी गरेर अब १-२ दिनमा अस्पतालले डिस्चार्च गर्छ, अनि घरमा जानेभन्दा आमाले आज्ञाकारी बालकझैं हुन्छ भन्नुभएको थियो । धनगढीबाट त्यसैदिन काठमाडौं आएको थिएँ । चैत्र महिना भए पनि काठमाडौंमा चिसो-चिसो थियो । आकाश धुम्म थियो । दिन पनि त्यति उज्यालो थिएन । आज बेलुका अस्पतालमा म बसौं त भनेर सोधेको पनि थिएँ । भाइ र नातिनी बस्छन्, तिमी थाकेका छौ, घर जाऊ भन्नुभयो आमाले । वास्तवमा आमा पो थाक्नुभएको रहेछ जीवनदेखि त । उक्त दिन घर गएँ । आमालाई भोलि डिस्चार्ज गर्छु भनेर घर गएको थिएँ, के थाहा ! आमाले त जिन्दगीबाट नै बाहिरिने तयारीमा हुनुहुँदो रहेछ भन्ने । चैत्र ७ गते बिहान अस्पताल पुगेँ । आमाको औषधि खानेबेला भएको रहेछ । अस्पतालको बेडमा सुतेकी मेरी आमाको गोडातर्फ बसेँ र गोडा समाएँ । बुहारी लक्ष्मीले औषधि र पानी खुवाई । अनि त्यसपछि आमाले आराम गर्छु भन्नुभयो । के थाहा हामीलाई आमाले यस भौतिक जगत्‌बाट नै सधैंका लागि आराम चाहनुभएको रहेछ भनेर । अन्ततः चैत्र ७ गते दिउँसोको समयमा आमाले हामी सबैलाई छोडेर महाप्रस्थान गर्नुभयो ।

माथि नै भनिसकेँ भेक्स किङले आफ्नो पुस्तक आमाकै नाममा समर्पण गरेका छन् । उनका अनुसार उनी आफू कठिन जीवनमा पनि आमाको साहस, समर्पण, साधना र विश्वाासका कारण यहाँसम्म आइपुगेको हो भन्छन् । आमाको बिना शर्तको स्नेह र प्रेम अभूतपुर्ण र अविस्मरणीय रह्यो, आमाको बलिदानले नै मनमा उत्साह दियो । आमाको साथ, माया, सुस्सुम्याउने कार्य, मुस्कान, उत्प्रेरणा, मातृवासल्य, शान्त्वना जस्ता कार्यहरूले कुन सन्तानलाई प्रोत्साहित नगर्ला र भनेर लेखकले यस अवसरमा उल्लेख गरेका छन् । लेखकका यी भनाइहरू अध्ययन गर्दा यो मलाई नै हेरेर लेखिएको हो जस्तो लाग्ने म मात्र नहुन पनि सक्छु । पुस्तक पढ्ने अरूलाई पनि यस्तै लाग्न सक्छ । वास्तवमा मलाई पनि मेरी आमाले धेरै लगानी गरेर यहाँसम्म ल्याउनुभएको हो । म आज यहाँसम्म आउनुका

पछाडि कसैको देन छ भने मेरी आमाको अतुलनीय देन छ ।

भेक्स किङले पुस्तकमा उल्लेख गरेअनुसार उनीहरूको बाल्यकाल कष्टपूर्ण थियो । दयनीय थियो तर उनीहरूलाई आमाले सदैव सधैँ यस्तै हुँदैन, असल दिन आउँछन् भनिरहनुहुन्थ्यो भनेर बडो सटिक ढङ्गबाट उल्लेख गरेका छन् । त्यस्ता गिज्याउने वा तिमीहरूलाई अवरोध गर्नेहरूलाई नहेरी, तिनीहरूलाई वास्ता नगरिकन कोठामा बस्नु भन्नुहुन्थ्यो उनीहरूलाई उनकी आमाले । हामीलाई पनि आमाले यसैगरी हुर्काउनुभएको थियो । जोरीपारिका अगाडि भौतिक सुखसुविधा नहुँदा पनि अभावको महसुस गराउनुभएन आमाले । भोलिको दिन उज्यालो छ भनेर उत्साह दिइरहनुहुन्थ्यो । अरूभन्दा कमजोर बन्न हुँदैन भन्नुहुन्थ्यो । मिहिनेत गर्नुपर्छ भन्नुहुन्थ्यो । खानेकुरा कति हुन्थ्यो, थाहा भएन तर हामीलाई खुवाएर बाँकी रहेका मात्र आफूले खानुहुन्थ्यो । आमाको यही आफू मात्र सेरिने बानीले होला उहाँलाई उमेरमै धेरै रोगले समातेको रहेछ । जतिबेला थाहा भयो, त्यसपछि चिकित्सा विज्ञान पछि-पछि मेरो आमाको रोग अघि-अघि हिंडिरह्यो ।

दुःखको समयमा आमाले भन्नुहुन्थ्यो, मानिस जन्मिएपछि दुःख-सुख सँगै आउँछ नै । उमेरसँगै दुःख बढ्छ । तनाव थपिन्छ । तर सम्हालिएर अगाडि बढ्नुपर्छ । नपढेकी मेरी आमाको कत्रो दर्शन । जन्मेपछिको बाल्यकाल सुखद हुन्छ किनकि यस समयमा बालबालिका वर्तमानमा बाँच्छन् । वर्तमानमा बाँच्ने मानिस नै सबैभन्दा खुसी हुन्छ एकहार्ट टोलले द पाओर अफ नाउ भन्ने पुस्तकमा पनि भनेका छन् । दुःखको समयमा पनि तिमीहरूको काम भनेको राम्रोसँग पढ्ने हो भन्नुहुन्थ्यो आमाले । सायद आमाले मैले लिने दुःख तिमीहरूले लिनुहुँदैन भन्नुभएको कारण अहिले बुझ्दै छु किनकि हाम्रो ध्यान त्यता गएको भए पढाइ कमजोर पनि हुनसक्थ्यो ।

शत्रु लागेर केही हुँदैन दैव नलागोस् भनेर आमाले सिकाउनुहुन्थ्यो । धर्ममा आमाको अटल विश्वास थियो । कर्ममा पनि उत्तिकै विश्वास थियो । काम नगरी केही हुँदैन भन्नुहुन्थ्यो । हामीले सोझो मनले काम गरे भगवान्ले हेर्नुहुन्छ भन्नुहुन्थ्यो आमाले । कर्म पनि गर्ने भगवान्प्रति पनि विश्वास राख्ने गर्नुहुन्थ्यो आमा । मानिस सुख-दुःखको सम्पर्कमा आउनु कार्यलाई त गीतामा प्रकृतिको नियमको रूपमा अर्थ्याइएको छ । तर दुःख र सुखको प्रकृति भने फरक हुन्छ नै । कतिलाई लाग्ला दुःख र सुख भौतिक उपस्थितिले सृजना गर्ने हुन् । यति मात्र होइन रहेछ । सोभन्दा महत्त्वपूर्ण त मन रहेछ । आमाले दुःख परेको बेलामा पनि भगवान्ले हेर्छन् भनिरहनुहुन्थ्यो । तर भौतिक सुखसुविधा नभएका पनि खुसी र सुखी हुन सक्छन् । महल, गाडी, बङ्गला, बैङ्क ब्यालेन्स हुने पनि दुःखमा रहन सक्छन् । काम गर्नुपर्छ भन्नुहुन्थ्यो आमाले सदैव । कर्म गर्ने, फलको आश नगर्ने स्वभाव उहाँमा थियो । यस्ता सुख-दुःख सामना गर्ने सामर्थ्य आमामा रहेछ । अहिले आएर मात्र आमाको अभावका यी भावना ममा महसुस भएको छ । अत्यन्त कठिन समयमा पनि दुःख लुकाएर सन्तानको अगाडि सुखपूर्ण अवस्था देखाउन सक्ने महानता आमाको अनुपस्थितिमा अब मलाई कसले पो दिन सक्ला र ?

अहिलेका सिद्धान्तकारहरू बाल्यकालमा

गरेको लगानीले व्यक्तिको भविष्य निर्धारण गर्दछ भन्ने गर्दछन् । आमाको संस्कार बालक वा बालिका गर्भमा रहँदाबाट नै सुरु हुने गर्छ । गर्भमा रहँदा नै आमाको खानापिना, बानी, व्यवहार, आदत आदिको प्रभाव बच्चामा पर्छन् । महाभारतमा उत्तराको गर्भमा रहँदा अभिमन्यूले सुन्न पाएको र सुन्न नपाएको अर्जुन उत्तराको संवादको प्रसङ्ग पनि छ । उत्तरा निदाएको कारण अभिमन्यूले चक्रब्यूहबाट बाहिर निस्कने ज्ञान सुन्न पाएनन । हरेक आमा आफ्नो सन्तान राम्रो असल बनोस् भन्ने चाहन्छ नै । हामीमध्ये कोही बिरामी भएको समयमा साना र कमजोरले अलि पोसिलो खानुपर्छ भन्नुहुन्थ्यो आमा । अहिले मलाई लाग्दै छ - आमामा अथाह ज्ञानको भण्डार रहेछ । सानालाई बढी माया गर्ने, कमजोरलाई सहयोग गर्नुपर्छ भन्ने । यी सबै नियम अरूमा लागू भए तर आमा आफू बिरामी भए पनि काम गरिरहनुभयो सन्तानको सुखद भविष्यका लागि, केवल हाम्रा लागि । दधिची ऋषिले जस्तै आफूलाई सकाएर हामीलाई बनाउने कार्यमा लागिरहनुभयो आमा सदैव ।

आमाको सङ्घर्ष जति वाक्यमा लेखे पनि लेखेर सकिँदैन जस्तो लाग्दै छ । जति बखान गरे पनि पूरा नहुने यात्रा जस्तो रहेछ यो लेखाइ पनि । मनको एउटा अंश मात्र पोखे पनि आमाको भावनालाई यस्ता लेखमा समेट्न कठिन छ जस्तो लाग्यो । १० महिना कोखमा रहँदादेखि जीवनभर आमाको माया, स्नेह सन्तानमा रहिरहन्छ । आमाको सन्तानप्रतिको भोगाइ त बाँचुञ्जेल रह्यो । कति र कसरी लेख्ने भन्ने मात्र रहेछ आमाको भोगाइको महाभारत लेख्नका लागि । आमाको मनमा भएको भावना सही रूपमा उतार्न त डेरिडाले भनेझैं कठिन नै छ जस्तो लाग्छ ।

भेक्स किङले आफ्नो पुस्तकमा भनेजस्तै म आफू पनि कुनै लेखक होइन । न त दार्शनिक वा मनोविज्ञानवेत्ता हुँ । तर पनि मनमा केही आउनासाथ केही लेखिहाल्छु । आफूलाई अब यसलाई प्रकाशित गर्नुपर्छ भन्ने लागेपछि प्रकाशक (अनलाइन र प्रिन्ट मिडिया) मा पठाउने गर्छु । कति लेखहरू समयमै प्रकाशित नहुँदा सुरु-सुरुमा त अलि नमज्जा लाग्थ्यो, अब त यसतर्फ पनि त्यति दुःख लाग्दैन । छापिएन भने हैसियत पुगेन होला भन्ने लाग्छ । पछिल्ला दिनमा अरूलाई केही भन्नुभन्दा पनि आफ्नै अनुभव, आफ्नै जीवनका भोगाइ लेख्न थालेको छु । केही लेख्नु भनेको मनमा आएका विचार कागजमा उतार्नु हो जस्तो लाग्छ । आमाका बारेमा लेख्नचाहिं साहस नै जुटाउनुपर्ने रहेछ । मनमा आएको कुरा पनि कागजमा उतार्न कठिन हुने अनुभव ममा रह्यो ।

लेख्न थालिसकेपछिको समय पनि सजिलो कहाँ हुने रहेछ र ! सबै घटनाका अनुभवहरू कागजका पानामा उतार्न नसकिने रहेछ । मनका सबै भावनाहरू साट्न नसकिने रहेछ । लेखेर व्यक्त गर्ने प्रयास पनि अधुरो नै हुनेरहेछ मजस्ताका लागि । दार्शनिक ज्याक डेरिडाले स्पिचेच आर नियरर देन राइटिङ अर्थात् भावना उल्लेख गर्न लेखाइभन्दा बोलाइ महत्त्वपूर्ण हुनसक्छ भनेका थिए, जुन मेरो सन्दर्भमा ठ्याक्कै मिल्यो । मनले एउटा महसुस गर्छ । त्यसलाई बोलेर व्यक्त गर्दा उस्तै रूपमा आएन । अझ लेख्नुपर्दा ठ्याक्कै त्यसलाई

शब्दमा व्यक्त गर्न झन् कठिन भयो । आमा हुँदा जे-जसरी व्यक्त गरिन्छ, आमा नहुँदाको शून्यता शब्दबाट व्यक्त गर्न कठिन हुनेरहेछ ।

अन्तमा, वास्तवमा आमाको सङ्घर्षका बारेमा धेरैपटक लेख्न प्रयास गरेको थिएँ । आमाले मलाई र परिवारका लागि गरेका बलिदानीहरू लिपीबद्ध गरौं जस्तो लागेको थियो । अहिले यतिका साहस जुटाउँदा पनि धेरै लेख्न सकिनँ । अहिलेलाई यत्तिमै चित्त बुझाउनुपर्छ होला जस्तो लाग्यो । आमा भौतिक रूपमा नभए पनि हरेक सन्तानको मनमा रहनुहुन्छ भन्ने लाग्दै छ । मलाई मात्र होइन होला यस्तो भावना आउने । अरूको बारेमा के भनौं र ! मलाई त अझ पनि माधव घिमिरेको **गौरी** शोककाव्यमा देखिएको भावनाजस्तै छ किनकि सोभन्दा अरू अवस्था देखाउने शब्दका सामर्थ्यमा ममा देखिएन । मैले मेरी आमाको बारेमा यति लेखेको पनि पहिलोपटक हो । आमाका बारेमा लेख्नुपर्दा थरथर काम्ने हातलाई मनहरीमा अवस्थित आमाको घरका विजयराज सिग्देल भाइजीको आग्रह र गुड भाइब्स, गुड लाइफ पुस्तकले यतिसम्म आँट दियो । विजयराज भाइजी आफैमा अत्यन्त शालीन र विद्वान् जसको आग्रहलाई हार्न नसकी लेख्न प्रयास गरें, अनि यस्तो बन्यो ।

●

पश्चात्ताप

गोविन्दराज विनोदी
गैंडाकोट, नवलपरासी

नौ मास राखी प्रिय कोखभित्र
जल्ले दिइन् जन्म खपेर कष्ट
हुर्काउनै भो कति धेर धामा
भएन हेक्का जिउँदै छँदामा

आफू नखाई जसले खुवाइन्
छाती निचोरेर सुधा पिलाइन्
वात्सल्यको आँचलमा सुताइन्
हेरेर लीला शिशुको अघाइन्

सोचिन् सधैं बालक हाँसिराखोस्
अगाडि आँखाभरि नाचिराखोस्
निःस्वार्थ माया दिलमा सजाइन्
हुँदा बिरामी कति छट्पटाइन्

त्यागेर आफ्ना सब भोक-निद्रा
सन्तानकै निम्ति लिएर चिन्ता
मातृत्वको बोक्न विशाल भार
बिते कठै ! जीवनका बहार

आमा तिनै वृद्ध भएर बस्दा
रोगादिले जीर्ण शरीर डस्दा
भै मूकदर्शी अनि अर्थदास
श्रद्धा र सेवा गरिएन खास

मातृत्वको त्यो नबुझी महत्ता
बोकी निजी दुच्छर स्वार्थसत्ता
म पुत्रको पावन धर्मबाट
भएँ स्वयं वञ्चित कर्मबाट

मौका गुमी सेवनको पवित्र
छ आज ठूलो पछुतो मभित्र
चस्कन्छ मेरो मुटु सम्झँदामा
कहाँ म पाऊँ अब फेरि आमा ?

●

आमा–आमा–आमा

ब्रह्माकुमारी सुशीला
क्षेत्रीय निर्देशक, ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र, हेटौंडा, मकवानपुर

आमा भन्ने चिज के हो ? मलाई अचम्म लाग्छ ! जसको जात छैन, जसको घर छैन र जसमाथि विश्वास र भरोसा पनि छैन । यदि विश्वास र भरोसा हुँदो हो त उसको नाममा १ धुर जमिन पनि नराख्ने धृष्टता गदैनथे होलान् र सन्तानसँग उसको पनि नाम अवश्य जोड्थे होलान् वा सन्तानहरू उनको नामले पनि चिनिन्थे होलान् । त्यसैले होला न जन्मघर, न कर्मघर, कतै उसको महत्त्व छैन । फेरि पनि ऊ सबैको जीवनसँग जोडिएकी छिन्, उनी बिना कसैको पनि जीवनकहानी अधुरो, अपूरो मात्र होइन, एउटा कहिल्यै नभरिने खालीपनले भरिएको हुन्छ । पत्यार नलागे सानैमा आमा गुमाएका सन्तानहरूलाई सोधी हेर्नू । त्यसैले मनमा बारबार एउटा प्रश्न उब्जिन्छ – आखिर आमा के हो ?

मानिस मात्र होइन, चाहे उड्ने पन्छी होस्, चाहे घस्रने जन्तु होस्, चाहे पौडने माछा होस् या हिंड्ने पशु आमा सबैमा छिन् । आमाको माया, पालना र सुरक्षाबिना कसैको पनि जीवन सायदै अगाडि बढ्न सक्छ किनकि संसारमा अपवाद पनि विद्यमान छ । हामी देख्दछौं, सामान्यतयाः बाबु भएर पनि कुनै पनि प्राणीको जीवन अगाडि बढ्नमा आमाको नै विशेष भूमिका हुन्छ तर पनि उनीमाथि कसैको भरोसा छैन । आखिर आमा के हो .... !

जस्तोसुकै दुःखमा पनि, पीडामा पनि, घृणामा पनि, नफरतमा पनि, बेइज्जतीमा पनि, दबावमा पनि, निरङ्कुशतामा पनि, भोक, प्यास, अनिद्रामा पनि, गरिबीमा पनि, अमिरीमा पनि, बादल, हावाहुरी, बतास र झरीमा पनि सधैं बिनास्वार्थ साथ दिने आमा आखिर के हो ? जीवनभर दुःख, गरिबी, अभाव, पीडा सहेर पनि, नभए आफ्नै शरीरको बाजी लगाएर वा बेचेर भए पनि सन्तानलाई दुःख, कष्ट, पीडाबाट बचाउने आखिर आमा के हो ?

उमेर छँदा त ठीक छ तर केश पाकेर सेतै भइसक्दा पनि, दाँत झरेर थोते भइसक्दा पनि, छाला चाउरी परेर मुजा परिसक्दा पनि, हात कमजोर भएर काम गर्न नसक्ने भइसक्दा पनि, खुट्टा कामेर हिंड्न नसक्ने भइसक्दा पनि बाबुनानी हो ! तिमीहरूलाई कुनै कष्ट त छैन भनी सन्तानको चिन्ता गर्दै प्राण त्याग्ने आखिर आमा के हो ?

मानव त चेतनशील प्राणी हो । उसमा स्वाभाविक चेतना छ । उसले सन्तानको पालनपोषण गर्नु, प्रेम प्रकट गर्नु, सुरक्षा प्रदान गर्नु स्वाभाविक हो । तर जनावर, पशुपक्षी, कीरा-फट्याङ्ग्राहरूमा पनि सन्तानको पालनपोषण गरेर, गुँड बनाएर, आफ्नै पखेटा वा अङ्गद्वारा सुरक्षा प्रदान गरेको, त्यत्ति मात्र नभएर हिंस्रक जनावरले आक्रमण गर्दा

ज्यानको बाजी लगाएर पनि आफ्ना सन्तानको सुरक्षा गर्ने आखिर आमा के हो ?

यसैगरी संसारको रक्षाका लागि, प्रकृति एवंम् मानव तमोप्रधान भएपछि उद्धारका लागि पनि नारीशक्ति यानी देवी माँको नै आवश्यकता पर्दो रहेछ । त्यस्तै आसुरीवृत्तिले पीडित भएपछि बच्चाहरू घृणा, ईर्ष्या, निन्दा, आलोचनाले गर्दा, अज्ञानताको हुरीमा काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहङ्कारले भरिपूर्ण अनेक प्रकारको तामसिक खान-पान, रहन-सहनको, देहअभिमानको गन्धकीमा फँसी आसुरीवृत्तिले जडजडीभूत भएका मानव आत्मरूपी बच्चाहरूलाई विकारको दलदलबाट निकाली मानवबाट फरिस्ता (Angel), देवता बनाउने पनि आमा नै हुन् भने आखिर आमा के हो ?

आमा के हो ? आमाको वेदना र पीडा के हो ? आमाले मात्रै बुझ्न सक्छिन् । आमाप्रतिको सम्मान परमात्माले मात्र गर्न सक्नुहुन्छ । त्यसैले सबैतर्फ त्राहिमाम-त्राहिमाम भएको बेला, स्वर्णीम बिहानीको प्रकम्पन फैलाउन, दुःखी बच्चाहरूलाई सुखी, शान्त र सम्पन्न बनाउनका लागि, आदर्श मानव (देवता) बनाउनका लागि परमात्माले पनि माताको रूपमा अति नै महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाइरहनु भएको छ । बच्चाहरूको पीडालाई मेटाउन पवित्रता, सुख, शान्ति, आनन्द, शक्ति दिएर दुःखी बच्चाहरूलाई सुखी बनाउन परमात्मा शिवले वर्तमान समयमा आमाको भूमिका खेल्नुभएको छ । यो कलियुगको अन्त्य घडीमा पापाचार, भ्रष्टाचार, व्यभिचार, दूराचार, अत्याचार, अति नै तामसिकता र कलह क्लेषले भरिएको समयमा आएर सदाचार र श्रेष्ठाचार सिकाएर, पालना प्यार दिएर, ज्ञानअमृत थाली भरी-भरी दिएर, दिव्य गुणहरूले सजाएर, सर्वशक्तिहरू भरेर, बच्चाहरूको कष्ट आफ्नो कष्ट सम्झिएर पालनपोषण गरिरहनुभएको सहर्ष सबैलाई जानकारी गराउन चाहन्छौं । साथै सबै आत्माहरूलाई जगाउन र उनीहरूलाई प्रत्यक्ष प्यार पालना मातृस्नेह दिएर उनीहरूको आत्मालाई धोई-पखाली कञ्चन बनाउन विशेष मातृशक्तिलाई जगाई शिवशक्ति सेना खडा गर्नुभएको छ र तिनै मातृशक्तिबाट सारा संसारलाई जगाउने र पालना दिने कार्य गरिरहनुभएको छ । परमात्माले विशेष माताको भूमिका निभाउनु भए तापनि वास्तवमा माता, पिता, बन्धु, सखा अर्थात् सर्वसम्बन्ध निभाई हामीलाई विकारबाट बचाई दुःखकष्टबाट निदान गराउने सेवा गरिरहनुभएको छ ।

हामी आफ्नो धर्तीलाई पनि नेपालआमा भन्छौं, भारतलाई पनि भारतमाता भनी गायन गरिन्छ । धरतीले पनि हाम्रो पालनपोषण गर्ने भएकोले सम्मान गरेर धरतीमाता भनिएको हो । यही माताको महिमालाई बुझाउन ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र हेटौंडाद्वारा सबैको सहयोगमा आमाघरको स्थापना गरिएको हो । यिनै जानकारीका साथ आमाघर बनाउनमा परोक्ष, अपरोक्ष सहयोग गर्नुहुने नेपाल सरकार, स्थानीय सरकार, स्थानीयबासी र देशैभर रहनुभएका सहयोगी आत्माहरू, ब्रह्माकुमार, ब्रह्माकुमारीहरू सबैलाई उहाँहरूको सुख, शान्ति, उन्नति, प्रगतिका लागि पदमगुणा शुभकामना ! शुभकामना ! शुभकामना ! साथै उहाँहरूको साखा सन्तानको पनि भलो होस्, उनीहरू सदैव सद्मार्गमा चलुन् भन्ने हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना दिन चाहन्छु ।

●

समर्पणको सङ्गम हो आमाघर

ब्रह्माकुमार विजयराज सिग्देल
मकवानपुर

भाव अङ्कुरायो, प्रायः भइरहन्थ्यो बचपनदेखि नै । उद्देश्य उही तर शैली फरक । सहजता त आफ्ना लागि तोकिएको कार्य गरिदिनुमा हुन्थ्यो, किन-किन अलिक पृथक गरौं, रमाइलो पनि इतिहास पढनमा भन्दा रच्नमा सुन्दर हुन्छ भन्ने गर्नुहुन्थ्यो महात्मा गान्धीले पनि । यो मार्मिकताले पछ्याउन्थ्यो चाहे त्यो लौकिक जीवनमा होस् वा अलौकिक यात्रामा । ईश्वरीय जीवनको प्रारम्भमा थोरै फरक शैलीबाट, भावनाहरू पोख्ने रहर लाग्थ्यो । विविध प्रकृतिका तालिमहरू होस् वा अभिव्यक्तिबाट प्रस्तुत हुन अलिक रमाइलो लाग्थ्यो । आध्यात्मिक जीवनको जन्म पनि अलिक सटिक प्रकृतिको अभिव्यक्तिका कारण, समूहमा परिचित हुने अवसर प्राप्त भयो । १९ वर्षको थिएँ, साप्ताहिक कोर्स गरेर आफ्नो अनुभव सुनाउने अवसर भरतपुरको एउटा मन्दिरमा प्राप्त भयो । सबैले मन पराएको अनुभूति गरेको थिएँ । भौतिक शिक्षाको कडि पनि जारी थियो भने उता आध्यात्मिक प्यास पनि बढ्दो थियो ।

त्यसताका, नारायणगढ क्षेत्रमा जीवनका १९ वसन्तहरू पार गर्दै गर्दाको अवस्था थियो । समयको अनुकूलतामा आश्रममा जाने, दिदीहरूले गरेको मार्गलाई जीवनमा अवलम्बन गर्ने गर्दैगर्दा झण्डै १३ वर्षजति बितेको पत्तो नै पाइएनछ । त्यसताकादेखि नै अलिक फरक कार्य केही गरौं-गरौं लागिरहने गर्थ्यो । समूहमा आउने र अभिव्यक्ति दिने कार्यले गति लिइसकेको थियो । भर्खरको युवा, आध्यात्मिक प्रसङ्गहरू निकै रुचिपूर्वक अभिव्यक्ति दिने गर्दैगर्दा कयौंलाई प्रेरणा मिल्दोरहेछ, आजभोलि कहींकतै त्यसताकाका कुराहरू मानिसहरूले गर्दा निकै रोचक लाग्छ ।

समयले डोऱ्याएर लिएर आयो मकवानपुरमा । झण्डै-झण्डै यस भूमिमा पनि १५ वर्ष पार हुन थाल्यो । आवश्यकता महसुस भयो त्यतिबेला मकवानपुरमा आउनुमा । आदरणीय यज्ञरक्षकहरूको अनुमतिले यस भूमिमा केही सेवा पनि गरौं र बाँकी जीवन मानवीय सेवामा समर्पित गरौं भन्ने कर्तव्यबोध भएर निकै उमङ्ग र उत्साहका साथ सेवामा पूर्णतया समर्पित भइयो । आश्रमलाई समाजसँग जोडन, कहींबाट सुरु गर्नु मनासिव हुन्छ भन्ने लागेर व्यवस्थापनको सही नेतृत्वको अभावमा छटपटाइरहेको त्यसताकाको पुष्पलाल पार्कलाई छनोट गर्न पुग्यौं । अनेकौं अड्चनपछि संस्थाको विश्वसनीयतालाई मध्यनजर राख्दै १ वर्षको परीक्षणका लागि तत्कालीन हेटौंडा नगरपालिकाले ब्रह्माकुमारीज हेटौंडाको व्यवस्थापनमा सहकार्य गर्ने निर्णय गऱ्यो । सम्भवतः एकवर्षे परीक्षणकाल नभनिदिएको भए, त्यो वेगमा विमान खुल्ला गगनमा उडान भर्न सक्दैनथ्यो कि ? भन्ने आभास हुन्छ आज आएर । लक्ष्य स्पष्ट भएकाले आर्थिक

पक्ष पनि जुट्दै गयो र त्यो सफल अभ्यासले संस्थाको गरिमालाई थप नै गर्‍यो । जुटिरहेकै थियौ त्यहाँ, नजिकै रहेको चिल्ड्रेनपार्कको पनि कुरा आयो, सेवा विस्तारका आवश्यकतामा त्यो पनि क्षेत्र आज हराभरा भएर गएको छ । दुईवटा सफल अभ्यासपछि आश्रमको स्थानको अभाव भने पूरा भएको थिएन । आध्यात्मिक समुन्नतिका लागि अलिक फराकिलो स्थानको खोजी गर्दैगर्दा एउटा सम्भावना मनहरीक्षेत्र पनि चर्चामा आयो । झट्ट हेर्दा चुनौती भए पनि गर्दैगर्दा भविष्यमा सेवाको यो स्थान पनि महत्त्वपूर्ण हुन्छ कि भन्ने लागेर प्रक्रियालाई अगाडि बढाउने तय गर्‍यौं । पिसपार्क मनहरी लगभग १०–१२ बिघा जङ्गलको जमिन, सिमपानी देवकोट सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिसँग सहकार्य गर्दै अगाडि बढने प्रवल संभावनाले आकार लियो । सामाजिक सेवा सँगसँगै ईश्वरीय सेवाले पनि गति लिन सकोस् भन्ने सदिच्छाले अलिक सङ्ख्या अट्ने, झण्डै–झण्डै एउटा रिट्रिटको झल्को दिन सकोस् भन्ने हेतुले भवन पनि नजिकै भइदिए हुन्थ्यो भन्ने लाग्यो र स्थानीयहरूलाई अनुरोध गर्दैगर्दा पिसपार्कको नजिकै भवन निर्माणलाई पुग्ने जमिनको व्यवस्था पनि मिल्ने पक्का भयो । आभारी छौं, आश्रमको भावलाई स्थानीय व्यक्तित्वहरूले अङ्गिकार गरिदिनुभएकोमा ।

स्थानीय सरकारसँग सहकार्य गर्दै दुईवटा पार्कबाट समाजमा सुन्दर सन्देश गएकोमा आज पङ्क्तिकारलाई गौरवको नै आभास हुन्छ । आकार र प्रकार जस्तो भए पनि पृथक शैलीमा सरकारको लगानी सरकारी कार्यमै समर्पण गरेर ईश्वरीय सन्देश दिनु यसको मौलिकपन हुन पुग्यो । यद्यपि यसको पदचिह्नलाई धेरै स्थानहरूमा सदुपयोग हुँदै पनि गइरहेको छ । राम्रो निर्णय हुन पुगेकामा सन्तोष लाग्नु स्वाभाविक पनि हो कि भन्ने लाग्छ । यही क्रमलाई पुनः अलिक पृथक्शैलीमा आश्रमको विस्तार सँगसँगै सेवाकेन्द्रमा जोडिनुभएका तमाम मातृशक्तिहरूलाई आवश्यक परेमा सम्भावित समाजमा उचित स्थान खोजिरहनुभएका नारीशक्तिलाई पनि त्यो अलौकिक वातावरण दिन सकियोस्, आध्यात्मिक जीवनमा पूर्णरूपेण जीवन सर्मपण गर्नुभएका ब्रह्मकुमारी दिदीबहिनी, दाजुभाइहरूको मातापितालाई समेत राहत पुग्ने, समर्पित जीवनयापन गर्नुहुनेहरूकै पनि जीवनमा सुखदायी विश्राम लिनुपर्ने कुनै कारण हुन पुगेमा त्यसको पनि सम्भावनालाई अलिक फराकिलो बनाउन अति तीव्रभाव जागृत भएपछि मनहरी क्षेत्रका अभियानका शुभेच्छुक, साधक-साधिकाहरूसँग सहकार्य गर्ने चाहना बढेर गयो, उचित समयमा गरिएको अनुरोधलाई सरल निकास दिन पुग्नुभयो स्थानीयवासीले । आभारी छौं उहाँहरूप्रति ।

जीवनको उत्तरार्द्धलाई स्वाभिमानपूर्वक व्यवस्थापन गर्दै आध्यात्मिक सघनतालाई बढाउन सहजता हुन सकोस् भनेर सदीक्षापूर्वक आमाघर सेवा आश्रम निर्माण गर्ने दृढतालाई क्रमशः निकास दिन थाल्यौं । अलिक फरक नाम राख्दा स्वाभाविक रूपमा सर्वसाधारण समेतको ध्यान आकर्षण हुनसक्छ भन्ने ठम्याइमा हामी सबै पुग्यौं । ब्रह्मकुमारिजको आन्तरिक व्यवस्थापनमा यस आश्रमलाई अगाडि बढाउँदै लैजाने सामूहिक सदीक्षाले पूर्णता प्राप्त गर्दै गयो । लक्ष्य स्पष्ट भएकाले आर्थिक सङ्कलन पनि सहजता हुँदै गयो । लगभग भवनले आफ्नो आकार पूर्णरूपले लिने सङ्घारमा आइपुगेको छ ।

क्रमशः लक्ष्यअनुसारको गतिविधिहरूलाई बढाउँदै लगिरहेको अवस्था छ । बहुउपयोगी कार्यमा यस सेवाकेन्द्रलाई जोड्दै लैजानका लागि तिनै तहका सरकारले पनि सहयोगको हात बढाइरहेको अवस्था हो । आभारी छौँ, भविष्यमा यो मीठो सहकार्यले पूर्णता प्राप्त गर्दै जानेछ । आध्यात्मिक जीवनशैली, सकारात्मक जीवनपद्धति, सात्विक भोजन, सेवाभाव अनि मानवीय सेवामा समेत समर्पित हुँदै जाने सदीक्षाले संस्थागत रूप लिइरहेको छ । हुनेले नहुनेलाई सहयोग गर्ने परम्उद्धेश्यले लक्ष्यअनुसारको गतिविधिका प्रकृतिलाई फराकिलो बनाउँदै गइरहेका छौँ । भविष्यमा समेत हाम्रो बालबालिकाहरूलाई बुवाआमा भनेका जीवित देवीदेवता हुन् भन्ने सन्देश पनि सँगसँगै दिनु हाम्रो यस पुस्ताका लागि कर्तव्य हो भन्ने लाग्दछ । फगतः यस आश्रमलाई वृद्धाआश्रमका रूपमा मात्र बुझिदिनुहुन्न, यो विश्राम स्थल हो, आवश्यकतामा आउने, आध्यात्मिक पुरुषार्थ गर्ने, इच्छाइएको सेवा गर्ने र मनलाई हलुङ्गो बनाएर पुनः आफ्नो गृहस्थ जीवनमा फर्कन सक्ने सङ्गमस्थल हो भनेर बुझ्न आवश्यकता छ । सबैकुरा भएर पनि, घरपरिवारमा बस्दा, रहँदा अनेकौं मानसिक समस्याका कारण अलौकिकपनको महसुस गर्न सहजता हुनै सक्दैन । बृद्धा अवस्थामा देश बाहिर गएर तीर्थाटन गर्नमा पनि शारीरीक कठिनाइ हुने भएकोले, घरपाइ पर्ने स्थानमा गएर, लामो वा छोटो समय विश्राम लिन सकिन्छ ।

भविष्यमा स्थानीयहरूसँग सहकार्य गर्ने क्रममा गाउँघर क्लिनिकका माध्यमबाट पनि सेवा दिन सकौं भन्ने लागेर यसको समेत अभ्यासलाई गति दिन थालेका छौँ । यो र यस्तै प्रकृतिको सेवा विस्तार गर्दै, योभन्दा महत्त्वपूर्ण सेवाको आवश्यकता भयो भने उचित व्यवस्थापनपछि अझै पनि नवीन कार्य गर्ने हुटहुटीले विश्राम लिइसकेको छैन । अहोरात्र सेवालाई समाजमा अलिक पृथक तरिकाले पस्कन सकौं, जसका कारण परम्पिता परमात्माका ज्ञानबाट कुनै पनि आत्माहरू वञ्चित हुन नपरोस्, व्यक्तिपिच्छे अलग-अलग रुचि र स्वाद लिएर बसेको अनगिन्ती आत्माहरूको प्यास मिटाउन यो जीवन समर्पित भएकाले, एउटा शुभ कार्यको थालनी गऱ्यो । उचित जिम्मेवारी हस्तान्तरण गऱ्यो र पुनः नयाँ कार्यको थालनी गर्न थालिहाल्यो, यो नै जीवनको अन्तिम रहर बनोस् । आफूमाथि जिम्मेवारी हुँदासम्म सत्प्रतिसत समर्पित भएर गर्ने, अनुकूल वा उचित जिम्मेवारीको हस्तान्तरणपछि पूर्णरूपमा साक्षी भएर अगाडि बढ्नु, आध्यात्मिक जीवनको परिपक्वता हो भन्ने लाग्छ । जसरी संस्थापक ब्रह्माबाबाले त्यागको पनि त्याग गर्नुभयो, सम्पूर्ण जिम्मेवारी नारीशक्तिलाई सुम्पिनुभयो । परिणाम आज यस सेवाकेन्द्र विश्वव्यापी रूपमा विस्तार भएको छ । नारीशक्तिले सञ्चालन गरेको योभन्दा सफल नमुना सायदै अर्को कुनै छैन । स्वयम् परमात्मा शिवबाबाले समेत ज्ञानको क्लास नारीशक्तिलाई दिएर आज संसारका अनेकौं आत्माहरूलाई व्यावहारिक सन्देश दिन सक्नुभएको छ । यही पदचिह्नलाई पछ्याउन पनि सकौं भन्ने पवित्र हेतुले मातृशक्तिको सम्मानमा आमाघरको नामकरण गर्नु न्यायोचित महसुस गरिएको पनि हो । परमात्मालाई आमाको रूपमा समेत स्वीकार गर्न सकियोस् भन्ने उद्देश्यले निकै सोचविचारका साथ संस्थाको नाम आमाघर राख्न पुगेकोमा गौरवको महसुस भइरहेको छ ।

जानकारहरू भन्छन् - उही कार्यलाई फरक शैलीमा गर्नेहरूले सधैं अरूको ध्यानलाई आकर्षण

गर्न सक्दछन् । सानो त्यागले अरूको ध्यानलाई आकर्षित गर्नसक्नु पनि एउटा कला हो ।

अन्ततः सुखमा होस् वा दुःखमा, चाहिने भनेको त समाज हो । समाजसँग सहकार्य गर्न, सहज हुन सकोस् भनेर आज ब्रह्माकुमारिज माउन्टआबुमा समेत विमिन्न नामका अस्पतालहरू, सोलार सिस्टम, योगीखेती, वृद्धाआश्रम आदि-आदिद्वारा पनि सेवाको विस्तार नहुँदो हो त सायदै आज विश्वको ध्यान आध्यात्मिक संस्थाले आकर्षित गर्ने कुरा कल्पनामा सीमित हुन्थ्यो । थोरै आफू खुम्चिँदा अरूलाई फुकेको महसुस हुन्छ र सहकार्यमा सहजता हुन्छ भने समयअनुसार विस्तार हुन पनि सक्नुपर्छ भन्ने लाग्दछ । भवन बन्यो, आऔँ सामूहिकताको भावनालाई समेत एकाकार गर्दै अभियानको लक्ष्यलाई पछ्याउन सकौँ । गन्तव्यसम्म पुग्दा अनगिन्तीपटक समझको दायरालाई फराकिलो पनि बनाउनुपर्ने हुनसक्छ, भुइँमा खसेको कुरा टिप्न खोज्दा पकेटमा भएको कुरा नगुमोस् भन्ने भावलाई ख्यालमा राख्दै आवश्यकता परेको अवस्थामा त्यागको समेत त्याग गर्न सक्नु जीवनको महानतम प्रयत्न हो ।

साधन जीवनको गन्तव्य नबनोस्, गन्तव्य साधना हो । आवश्यकतामा खुम्चिन-फुक्न सक्नु योगीजनको मौलिक गुण हो । क्रमशः बढ्दै जाऊ । बगिरहनेलाई गङ्गा भनिन्छ, जसलाई अमृतसमेत बनाउन सकिन्छ, मुद्दामा अडियो भने इनारको रूप लिन्छ र आफूसँग भएको कुराको गरिमालाई बुझ्न नसकेर गुमाउन पऱ्यो भने त्यो नालाको पानि बन्न पुग्दछ यद्यपि आगलागीमा त्यो नालाको सडेको पानी काम नै नलाग्ने भन्ने त हुँदैन ।

आमा ईश्वरको प्रतिनिधि पात्र हुन् । ईश्वर सर्वत्र पुग्न नसक्ने भएपछि परीको रूपमा ईश्वरले घर-घरमा आमाको रूपमा आफू उपस्थित रहने कुरा सर्वत्र पूर्वीय दर्शनमा समेत उल्लेख गरिएको छ । यसको अर्थ पिताको कुनै महत्त्व हुँदैन भन्ने त पटक्कै होइन, पुरुषप्रधान हाम्रो समाजमा आमाको सम्मान गर्नु सम्पूर्ण शास्त्रलाई जीवनमा अङ्गिकार गर्नु हो । कसैलाई माया गरेका अभिनय गर्नु कुनै ठूलो कुरा होइन रहेछ, उचित सम्मान दिनु जीवनको सर्वोत्तम उपलब्धि हो । शरीरमा अरूका लागि घर बनाइदिन सक्ने मातृशक्तिलाई सम्मानमा उहाँको नामबाट एउटा धामको निर्माण गर्नु जीवनको परम्कर्तव्य हो । जुन स्थानहरूबाट परमात्माको सन्देशसमेत दिन सकियोस् वा भनौँ हाम्रो समाजमा आमाको अस्तित्व गरिमापूर्ण छ भन्ने सन्देश दिन सकियोस्, यो नै हाम्रो सामूहिक सदीक्षा हो ।

ईश्वर पिताको लामो समयको पालना प्राप्तिपछि उहाँको सम्मानमा उहाँले गरेको प्रेमको रिर्टन दिन सकौँ भन्ने लागेर यस आश्रमको परिकल्पना साकार हुन पुगेकोमा परोक्ष-अपरोक्ष रूपमा देश र विदेशमा समेत रहनुहुने शुभचिन्तक, शुभेच्छुक, राजयोगी साधक-साधिकाहरू, सहयोगी मित्रहरू, आदरणीय यज्ञका अत्यन्त जिम्मेवारी सम्हाल्नुहुने नेपालका विभिन्न क्षेत्रमा रहनुहुने राजयोगिनी दिदीजी, दाज्यूहरू एवम् नेपाल भूमिका लागि एउटा अत्यन्त सम्मानित परम्आदरणीय राजदादीमाप्रति सतत् नमन एवम् कृतज्ञता ।

ओमशान्ति !

●

लौकिक र अलौकिक आमाको स्नेह

लक्ष्मी हुमागाईं
पूर्व प्रजिअ, काठमाडौं

नेपालको सूर्योदयको जिल्ला भनेर इलाम जिल्ला परिचित छ । यस जिल्लाको सिमाना भारतको दार्जिलिङसँग जोडिएको छ । मौसमको दृष्टिकोणले अब्बल रहेको यो जिल्ला बसोबासका लागि उत्तम मानिन्छ । जिल्लाको तल्लो भेगमा केही उष्णता भए तापनि माथिल्लो भागमा चिसो रहेकाले उत्पादन समेत राम्रो हुने गर्दछ । ५ 'अ' बाट पनि यो जिल्ला चिनिन्छ । अलैंची, आलु, अम्लिसो, अदुवा र ओलन मुख्य उत्पादनहरू हुन् । मेरो बाल्यकाल यसै जिल्लामा बितेको थियो । जब बाल्यकाल सम्झन थाल्छु तब मेरो मानसपटलमा केही दृश्यहरू सजीव भएर देखापर्न थाल्छन्, जसलाई जस्ताको तस्तै उतार्ने प्रयास गरेको छु ।

पहिलो दृश्य

एकजना ६५-७० वर्ष उमेर भएकी एकजना महिला उज्यालो रङको हल्का पहेँलो कपडामा हँसिलो अनुहारमा बोलिरहेकी हुन्छिन्, उनको साथमा कैयन् त्यस्ता अनुभवहरू छन् । जसलाई उनले आफ्नै जीवनमा भोगेकी हुन् । उनी भनिरहेकी छन्, म सात वर्षको हुँदा १२ वर्षको खतिवडा थरकासँग मेरो विवाह भएको थियो, विवाहको खासै सम्झना छैन । छिटको कैची मारा गरेर लगाइएको सारी, चौबन्दी चोलो, सेतो पटुकी बाँधिएको र टाउकोमा ओढ्ने ओढाइदिएको थियो । म सारी लगाउन जान्दिनथेँ । सायद सानिमाले लगाइदिएको थियो क्यारे ! डोलीमा बोकेर खोला तर्दै मलाई घर ल्याइएको थियो । सानै उमेर भएको कारणले दुल्हन फर्काएपश्चात् मलाई माइतीघरमा बस्ने व्यवस्था मिलाइएको थियो । १२ वर्ष भएपछि घर फर्कनुपर्ने भएकाले मैले त्यो अवधिमा धेरै कुराहरू, जो मेरो घरमा गर्नुपर्थ्यो, सिक्नुपर्ने थियो । म आमाबुवाकी एक्ली छोरी थिएँ । म मुनि तीनजना भाइहरू थिए । बुवाआमाको स्नेह, प्यारमा रहेकी मलाई घर जानुपर्ने बाध्यताले मन नलागे पनि सबै कामहरू गर्नुपर्थ्यो । भाइहरू सानै थिए । भाइहरूको स्याहारसुसार गर्ने, खाना बनाउने, घर सफा राख्ने, लुगा धुने कार्यहरू क्रमशः गर्दै गएँ । घरमा गएपछि पालन गर्नुपर्ने आचरणका कुराहरू आमाले बारम्बार भन्ने गर्नुहुन्थ्यो । यी कुराहरू गर्नु, ...यी कुराहरू नगर्नु, देखेर काम गर्नु, बारम्बार अराइरहनु नपरोस्, दिएको खानु, झिकेर नखानु, नसोधी नखानु, अरूलाई दिएर खानु, नरिसाउनु, मुखमुखै नलाग्नुजस्ता कुराहरू बारम्बार आमाले भन्नुहुन्थ्यो । मलाई सुन्दासुन्दा रिङ्गटा चलेजस्तो हुन्थ्यो । त्यस समयमा विद्यालय खुलेका थिएनन् । भाइहरू पनि पढ्न जाने भएका थिएनन् । मेरो बाल्यकाल न पढेर बित्यो, न खेलेर

बित्यो, न साथीसँग रमाउन पाएँ, न त घुमघाम नै गरेँ ।

सुस्ताउँदै लामो सास फेरेर उनी फेरि भन्छिन् - १२ वर्ष पूरा भएपछि म घर आएँ । घरमा सासू-ससुरा हुनुहुन्थ्यो । सासूलाई त्यसबेलामा बजै भन्नुपर्थ्यो भने ससुरालाई बाजे भन्नुपर्थ्यो । मैले सोचेको घरभन्दा धेरै फरक थियो त्यो परिवेश । सबेरै बिहान उठेर दैलो अँगेनाको लिपपोत, टाढाबाट पानी ओसार्ने, तातोपानी चियाको व्यवस्था, त्यसपछि दाउरा वा घाँसका लागि जङ्गल जानुपर्ने । दाउरा घाँसको भारी घरमा ल्याइसकेपछि बचेको खाना के कति पुग्छ त्यही खाने र पुनः धन्दा सकेपछि मेलामा जाने । बेलुका घर आइसकेपछि गाईवस्तुलाई घाँस र बेलुकाको खाना र धन्दा । त्यस समयमा धान कुट्ने, तोरी पेल्ने, चिउरा कुट्ने, कोदो पिस्ने, चामल पिस्ने मिल थिएनन् । सबैका कामहरू गर्नुपर्थ्यो त्यसमा पनि बुहारीले । कैयन् रातहरू ढिकीजाँतोसँगै बितेका छन् । छोराछोरी भएपछि पनि सधैं त्यस्तै बित्यो । बच्चालाई कोक्रामा राखेर दिनभरि मेलापात गर्दा त्यो बच्चा रूँदारूँदै दिसा-पिसाबसहित कोक्रामै निदाउँथ्यो । समयमा दूध खुवाउन पाइँदैनथ्यो । बिरामी हुँदा औषधि उपचार समयमा गर्न सकिँदैनथ्यो । झारपात माडेर खुवाउँदा कहिले ठीक हुने, कहिले ठिक नहुने । कैयन् बच्चाहरू यसरी नै उपचार नपाएर बित्ने गर्दथे । लगाउने कपडाको अभाव थियो । समयमा कपडा धुन पाइँदैनथ्यो ।

यस्तै स्थितिमा बच्चाहरू हुर्कंदै गएपछि ठूलो बच्चाले सानो बच्चालाई हेर्ने गर्दथे । आमाबुवा छोराछोरी हुर्काउन तथा छोराछोरी पढाउनका लागि खटिरहनु पर्ने । कृषि उत्पादनबाहेक खान-लगाउन, सामाजिक व्यवहार गर्न र छोराछोरी पढाउनका लागि अरू उपाय थिएन । उत्पादित सामानहरू बजारसम्म पुऱ्याउन भारी बोकेर लैजानुपर्ने । बाहिर अरूले पकाएको खाने चलन थिएन । पानीको भरमा गह्रौं भारीहरू बोकेर बजार पुऱ्याइन्थ्यो ।

हाम्रा ९ सन्तानमध्ये पहिला जन्मेका दुई छोरीहरूले भाइबहिनी हुर्काउँदै घरको काममा सहयोग गरे, उनीहरूलाई भने सामान्य अक्षर चिनाउन मात्र सकियो । राणा शासनको अन्तिमतिर इलामको करफोकमा विद्यालय खुलेको थियो । त्यस स्कुलमा दुई छोराहरूलाई पढ्न पठाइयो । छोराहरू बाहिर राख्दा पैसाको जोहो गर्नुपर्ने, घरमा साना छोराछोरी, खेतीपाती, वस्तुपालन इत्यादि सबै दुईजनाले गर्नुपर्ने हुँदा रोगले पनि च्याप्दै गयो । खेतीपाती गर्नका लागि खेतबारी पनि थप गर्दै गइयो । हामी बुढाबुढी भएर अर्थात् श्रीमान्ले पर्खाल लगाउने, मैले माटो मुछ्ने गरेर घर बनायौं । पछि गाउँमै प्राथमिक विद्यालय खुल्यो र नजिकै माध्यमिक विद्यालयसमेत भयो । पछिका छोराछोरीले गाउँकै विद्यालयमा पढ्न पाए । उनीहरूले पनि सक्दो काम गरेर विद्यालय जान्थे । विद्यालयबाट फर्केपछि पनि सक्ने काम गर्ने गर्दथे । परिवारलाई चल्न आफ्नै उत्पादनले पुग्ने गर्थ्यो । उनको अनुहारमा खुसीको चमक देखिन्छ, उनी भनिरहन्छिन् - अहिलेको अवस्था धेरै फरक छ, जीवन सहज बनेको छ । जीवन चलाउन सहयोगी मेसिनहरू तथा उपकरणहरू छन् । यात्रा गर्न सजिलो छ, बिरामी पर्दा समयमै उपचार हुन्छ । पढ्ने विद्यालयहरू प्रशस्त छन् । जीवन चलाउन आफूले रोजेको इलम गर्न सकिन्छ ।

आफ्नो विगत सम्झँदै उनी भन्दै थिइन् - आफू निरक्षर भए तापनि छोराछोरी सबैलाई साक्षर बनाइयो । श्रीमान् उमेर छँदै छोडेर जानुभयो । म ४५ वर्षको हुँदा नै श्रीमान्ले छोडेर जाँदा पनि म मेरो कर्तव्यबाट विचलित भइनँ । छोराछोरीको भविष्य बनाउन म सधैं लागि परिरहेको छु । जीवनमा विभिन्न परिस्थितिहरू आउँछन् त्यसमा हार नखानु । आफ्नो खुट्टामा उभिने प्रयास गर्नु । कसैलाई नराम्रो नभन्नु । झुटो नबोल्नु, आफूले सक्ने सबै कार्य गर्नु, दुःखीको सेवा गर्नु, झगडा नगर्नु, नचोर्नु भन्दै उपदेश दिँदै थिइन् ।

अन्तमा उनी भन्दै थिइन् - मेरो माइती परिवार सम्पन्न भएर पनि मैले पढ्न पाइनँ । मेरो बुवा स्वर्गीय केवलप्रसाद रिमाल र आमा धनमाया रिमाल हुन् । मेरो नाम मनमाया खतिवडा हो । मैले पढ्न पाइनँ । त्यसैले आफ्ना छोराछोरीलाई पढाउन प्रयास गरियो, सोचेअनुसार सबै छोराछोरीले पढे । आफ्नो खुट्टामा आफै उभिएका छन् । साक्षर बुवा र यिनै निरक्षर तथा चेतनाले भरिएकी आमाका नौ सन्तानमध्ये तीन छोराहरू उच्चशिक्षा प्राप्त गरी क्याम्पसमा प्राध्यापन गरी अवकाश हुनुभएको र कान्छो छोरा नेपाल राष्ट्र बैङ्कमा सेकेन्ड क्लास अफिसर भई हाल अमेरिकामा रहनुभएको छ । तीनवटी छोरीहरूले सामान्य शिक्षा प्राप्त गर्नुभयो । चौथी काहिँली छोरीले शिक्षण पेसाबाट अवकाश लिइसक्नु भएको छ । यिनै हंसमुख आमाकी कान्छी वा नवौं सन्तानको रूपमा मेरो बाल्यकाल र किशोरावस्था र केही यौवनावस्थाका समय बिताएकी थिएँ ।

मेरी आमा स्वर्गीय भइसक्नुभएको छ । उहाँले दिएका जीवनपयोगी शिक्षाहरूलाई ग्रहण गर्दै जीवन अगाडि बढिरहेको छ । मेरो पहिलो माता, पिता शिक्षक उहाँ नै हो । उहाँप्रति व्यक्त गर्ने शब्दमा छैन तथापि हार्दिक नमन ।

स्नातक तह अध्ययनपश्चात् विवाह भयो । दुवै परिवार धार्मिक संस्कार अँगालेको पारिवारिक संस्कार सामाजिक संस्कारसँग समन्वय गर्दै नेपाल सरकारको सेवामा रहँदा आध्यात्मिक चेतना जागृत भयो । जिल्ला सहकारी कार्यालय भद्रपुर, झापामा कार्यरत रहँदा ब्रह्मकुमारी राजयोग सेवा केन्द्रको सम्पर्कमा जाने मौका मिल्यो । त्यसपछि आत्मा-परमात्मा, जीवनचक्रजस्ता विषय जान्न पाइयो । सकारात्मक सोच राखेर शान्त र सुखपूर्वक जीवन बिताउन कसरी सकिन्छ भन्ने जानकारी मिल्यो । हामीमा भएको चैतन्य शक्ति आत्मा रहेछ । आत्माको पिता परमात्मा र परमात्माबाट भिन्नभिन्न प्रकारको ज्ञान गुण र शक्ति प्राप्त गरी मानव देवता समान बन्न सक्छ भन्ने ज्ञानसमेत मिल्यो । म भनेको यो शरीर होइन रहेछ । म शरीरमा रहेको सूक्ष्म चेतना रहेछ । हामीले गर्ने कर्म सोच र बोली नराम्रो भए त्यसको फल भोग्नुपर्ने रहेछ । मानव आत्मा कहिले नमर्ने विभिन्न शरीरहरूमा जन्मिरहने भएकाले कर्मको हिसाबकिताब एक जन्ममा मात्र नभएर अन्य जन्महरूमा समेत भोग्नुपर्ने रहेछ । यस्तो ज्ञानले आफ्नो कर्मपथमा सत्यता र सरलतालाई अपनाउन प्रेरणा मिल्यो । आफूभित्र रहेका अगुणहरू हटाउन, खराब कर्म नगर्न र सबैलाई समान रूपले हेर्न, व्यवहार गर्न आध्यात्मिक चेतना अत्यन्त महत्त्वपूर्ण रहेछ ।

यसपछि ब्रह्मकुमारी राजयोग सेवा केन्द्रबाट प्राप्त हुने ज्ञानलाई निरन्तरता दिँदै सेवामा

लागिरहेको थिएँ । सरकारी सेवामा रहँदा प्रमुख जिल्ला अधिकारी हुने सानो सङ्कल्प मनमा रहिरहेको थियो । विक्रम सम्वत् २०७२ सालमा प्रमुख जिल्ला अधिकारी हुन चाहने महिलाहरू छन् भने गृहमन्त्रालयमा सरूवा गरेर आउन सकिन्छ भन्ने सानो सन्देश साथीभाइबाट प्राप्त भयो । त्यसपछि सरूवाका लागि सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयमा निवेदन दिएपश्चात् सहज रूपमा गृहमन्त्रालयमा सरूवा भयो । जिल्ला प्रशासन कार्यालय भक्तपुरमा सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारीको रूपमा काम गरेपश्चात् प्रमुख जिल्ला अधिकारी भएर सेवा गर्ने अवसर मिल्यो । पाँचथर, तेह्रथुम हुँदै अन्त्यमा वि.सं. २०७७ साल फाल्गुणमा सल्यान जिल्लाको प्रमुख जिल्ला अधिकारीको जिम्मेवारी प्राप्त भयो ।

सकेसम्म सेवाग्राहीलाई सन्तुष्ट बनाई सेवा दिने मेरो बानी बसिसकेको थियो । यस कार्यमा जिल्ला प्रशासन कार्यालयका कर्मचारीहरूले पनि सहज रूपमा सेवा प्रदान गर्नमा सहयोग गर्नुभयो । सबैलाई समान दृष्टिले हेर्ने र त्यसमा पनि धेरै समस्यामा परेकाहरूको यथाशीघ्र समस्या हल गर्ने पहल गर्दा सेवाग्राही अझ सन्तुष्ट हुने रहेछन् । महिला कार्यालय प्रमुख हुँदा आफ्नो समस्या प्रस्तुत गर्न पनि धेरै सजिलो हुने रहेछ । आध्यात्मिक चेतनापछिको एउटा घटना धेरै सम्झनामा आउँछ, जसलाई मैले दोस्रो दृश्यको रूपमा प्रस्तुत गरेको छु ।

दोस्रो दृश्य

सल्यान जिल्लामा घटेको यो घटना २०७८ साल मङ्सिर १२ गतेको हो । मङ्सिर ११ गते भाइटीका परेको थियो । भाइटीका लगाउन दाजुभाइ दिदीबहिनीहरू आ-आफ्ना दिदीबहिनी र दाजुभाइका गएका थिए । भाइटीका सम्पन्न गरी फर्कंदा बसमा यात्रुहरू बसको क्षमताभन्दा बढी नै रहेछन् । बस सल्यानबाट दाङतर्फ जाँदै थियो । कपुरकोट नजिक चौरखोलामा सडकभन्दा १५० मिटर तल झरी बस दुर्घटनाग्रस्त भएछ । जानकारी प्राप्त हुनासाथ सुरक्षाकर्मीहरूको परिचालन भयो । म अस्पतालतर्फ लागेँ । सूचनाहरू आइरहे । घटनास्थलबाट अस्पताल ल्याउँदै बाटामा र अस्पतालमा गरी जम्मा १२ जनाको मृत्यु भयो । असामान्य परिस्थितिमा भगवान्ले साथ दिने कुरामा म निश्चित थिए । निराकार भगवान् परमात्मा शिव बाबासँग पीडित घाइतेको उद्धारका लागि प्रार्थना गरेँ । सामान्य घाइतेलाई सतहमार्गबाट उपचारार्थ शिक्षण अस्पताल कोहलपुर पठाइयो । गम्भीर अवस्थाका घाइतेलाई हेलिकप्टरबाट उद्धार गर्नुपर्ने जरूरी थियो । तुरून्त हेलिकप्टर नआएमा परिस्थिति जटिल बढ्ने सम्भावना थियो । जिल्ला अस्पतालमा सामान्य उपचारपश्चात् उपचारका लागि अन्यत्र पठाइएको र गम्भीर घाइतेलाई हेलिकप्टरमार्फत् पठाउन प्रयास सुरु गरियो । हेलिकप्टर अन्यत्र पठाउन गृह मन्त्रालयबाट हेलिकप्टरपठाउनुपर्ने थियो । संयोगवश गृहसचिवज्यूसँग सोझो कुराकानी गर्न पाइयो । तुरून्त हेलिकप्टर आयो, गम्भीर घाइतेलाई पटकपटक गरी हेलिकप्टरमार्फत् उद्धार गरी उपचारका लागि शिक्षण अस्पताल कोहलपुर पठाउन सकियो । घाइतेहरूलाई अस्पतालबाट विद्यालयको ग्राउन्डसम्म ल्याइपुऱ्याउँदा नपुऱ्याउँदै हेलिकप्टर आइपुग्यो । बस्न नसक्ने घाइतेहरू, मेरूदण्ड भाँचेका घाइतेहरू,

टाउकोमा चोट लागेका घाइतेहरूलाई तीन पटकमा हेलिकप्टरबाट उद्धार गरी पठाइयो ।

दुर्घटनाको समयमा जतिसक्दो चाँडो उद्धार हुनसक्यो त्यति नै प्रशासनप्रति जनताको विश्वास वृद्धि हुन्छ । उद्धार कार्यमा ढिलो भएमा सडक अवरोध, नाराबाजी र अपजसको भागी हुनुपर्छ । यति मात्र होइन असक्षम भनी सरूवा पनि हुनसक्छ । भाइटीकाको भोलिपल्ट भएको यो घटनामा भगवान्को साथ सहयोग रहेको प्रत्यक्ष अनुभूति भयो । सहयोगको शक्ति, सम्बन्धको शक्ति, सहनशीलताको शक्ति, निर्णय शक्तिजस्ता शक्तिहरू एकै ठाउँमा समाहित गरेर उद्धार कार्य सम्पन्न भयो । सच्चा मनले भगवान् जो अलौकिक मातापिता, साथी, बन्धु हुनुहुन्छ उहाँलाई याद गरेमा साथ प्राप्त हुने रहेछ । यो घटनाको सम्झनाले मलाई बाँकी जीवन व्यतीत गर्नमा ईश्वरीय शक्तिबाट ऊर्जा मिलेको अनुभूति भइरहेको छ । अध्यात्मलाई दैनिक जीवनयापनका पेसामा अँगाल्न सक्दा सुनमा सुगन्ध हुन्छ भन्नमा अतियुक्ति हुने छैन ।

●

सुगन्धकी खानी हुन् आमा

ब्रह्माकुमारी रेवती
क्षेत्रीय सहसञ्चालिका, मकवानपुर

तिम्रो बाहेक कसैको पनि भर लाग्दैन । आमा नहुँदा तिमी आफ्नै घर पनि घर लाग्दैन । जुन घरमा तिमी हुँदिनौ, जतिबेला तिमी छैनौ, हो आमा, त्यही घर फर्किन पनि रहर लाग्दैन । भावातीत, अवर्णित, शब्दसार सुगन्धकी खानी हुन मा, आमा, मुमा .... सतत् नमन र श्रद्धापूर्वक शिर निहुरिन्छ, छाती भरिन्छ अनि मन प्रफुलित हुनपुग्छ, जसको सामान्य वर्णन गर्नु नै धृष्टता होला जस्तो भान हुन्छ र पनि गौरवपूर्वक भन्न मन लाग्छ - महानायक हुन् आमा । भाग्य भनौं यी र यस्तै अनेकौं वाक्यहरू आमाका बारेमा धेरै सुने पनि, पढे पनि, मेरो व्यक्तिगत जीवनमा मैले कसैलाई सम्मानसहित पस्किन भने पाइनँ र कसैको मुखबाट सुन्न पनि .... । यसमा मेरो कुनै विमति वा भनौं विस्मात छैन पनि । आमाको प्रसङ्ग जति-जतिबेला मनमा सलबलाउन थाल्दछ, त्यति-त्यतिबेला शास्त्रीय दर्शनमा शृङ्गारित आमा मैयाँ यशोदाका सर्न्दभमा 'मैया यशोदा तेरा कन्हैया भनेको' अत्याधिक रसिलो लाग्दछ तुलानात्मक रूपमा, मलाई । हो, मेरो व्यक्तिगत जीवनमा केही मैया यशोदाहरूको नजिकबाट पालना लिने सौभाग्य प्राप्त भयो । यो मेरो जन्म-जन्मको पूण्यप्रताप हो । अहोभाग्य ! कृतज्ञ छु, अहोभावको विकल्प छैन आज मसँग उहाँहरूप्रति । अवश्य पनि व्यावहारिक ज्ञानको अभावमा आलोकाँचो बुद्धिले कहिले कसलाई त कहिले कसैमा केही न केही कमी महसुस हुँदा भने आफ्नै आमा यो ठाउँमा भएको भए भन्ने पनि मनमा लागिरहन्छ । त्यो तिक्तताको परिपूर्ति अन्ततः जगत्कै आमा, परम्पिता परमात्मा, जसले यस धरामा आएर दिएको सारा सृष्टिचक्रको रहस्य बुझ्न पाएँ, भौगोलिक दूरीबाट जहाँ-जहाँ रहनुभएका भए पनि सबै यशोदा मैयाँहरूप्रति श्रद्धाले शिर निहुरिन्छ । खुसी लाग्छ यस अर्थमा पनि कि हरेक यशोदा मैयाको भूमिकामा सर्वश्रेष्ठ निखारिएको व्यावहारिक हुनुहुन्थ्यो । यो पनि अनुभूति गर्ने अवसर मिल्यो कि यहाँ रगतको नाताभन्दा कर्मकै नाता श्रेष्ठकर हुँदोरहेछ । हरेक आमाहरूको मातृवत व्यवहारले आफूले श्रेष्ठकर्मको पूण्य प्रारब्धमा भोगेको अनुभव हुन्छ आज आएर मलाई । यसै क्रममा भाग्यले सौभाग्य त के पदमापदम भाग्यशालीको द्धार खुल्यो । यशोदा मैयाहरूको काखमै रमिरहेको मेरो जीवन अनायास परम्पिता परम्आत्मा जसले ब्रह्मा अर्थात् बडी माँ, संसारकै सर्वोच्च माँलाई आधार बनाएर सर्वसम्बन्धको पालना दिन थाल्नुभयो अनि सुरु भयो जीवनको यथार्थता । आज म जहाँ छु, जुन सेवाकार्यमा छु, अनि जुन संस्थामा आफ्नो भविष्य खोजिरहेको छु, त्यहाँ आउनुपूर्व मैले भगवान्लाई मान्दैनथें भन्दा त अनर्थ लाग्ला तर जान्दिनथें । अचम्म मैले माने पनि, नमाने पनि, मेरो जीवनका हरेक मोडहरूमा परमात्मा छत्रछायाँ, साथ, सहयोग रहेको कुरा परमात्मा प्राप्तिपश्चात्

आत्मबोध भयो । परमात्मा पालनाको कसरी वर्णन गरौं ? आफ्नो जन्मजन्मातरको कर्महरूको कर्मफल जे-जस्तो रूपमा जस-जसलाई निमित्त बनाएर भोग्नुपरे पनि परमात्मा पालनाको अनुभव भने अचम्मै, बेग्लै र बेजोडको छ । हरेक सङ्कल्पको समेत प्रतिउत्तर दिएर कहींकतै कुनै पनि कुराले चित्त दुख्छ कि ? भनेर चिन्ता गरेर निश्चिन्त बनाइदिने अनौठो लीला लाग्छ मलाई उहाँको । पहिला त कण-कणमा भगवान् भनेर सुनेको थिएँ, यहाँ आएर परमात्मा एक, सर्वशक्तिमान, सर्वज्ञ, सर्वधर्ममान्य हुनुहुन्छ, जन्ममरणबाट अलग सर्वोच्च सत्ता हुनुहुन्छ भनेर बुझेँ तर व्यावहारिक रूपमा परमात्माले जहाँ, जहिले, जतिबेला पनि मेरो आवश्यकताको महसुस हुन्छ, दिलबाट मेरो बाबा भन्नासाथ सहयोगका लागि हाजिर हुन्छु भन्नेजस्ता महावाक्यले प्रत्यक्ष पालनाको महसुस वा भनौं आभासले रोम-रोम पुलकित हुन्छ र भन्ने गर्छु वाह ! मेरो भाग्य वाह ! मातापिता बनेर पालना दिने, शिक्षक बनेर सारा सृष्टिचक्रको आदि, मध्य र अन्त्यको ज्ञान दिने, सद्गुरु बनेर पावन बनाएर साथमा लैजाने परमात्माप्रति कोटिकोटि नमन, आभार ! ईश्वरप्रति अहोभाव ! ईश्वरको योजनाअनुसार उहाँले मलाई आफ्नो बनाएर आफ्नै घर (आश्रम) मा स्थान दिनुभयो तर सबैले यस्तो स्वर्णीम अवसर प्राप्त नगर्नु भए पनि घरगृहस्थमा रहँदा पनि परमात्माको आज्ञालाई शिरोधार्य गरेर घरलाई नै मन्दिर बनाउने अभियानमा जुट्नु छ । परमात्माले यसै धरामा सुखमय संसारका लागि आह्वान गरिरहनुभएको छ । हामीले सुनेको विष्णु पुराणको वामन अवतारको कथाजस्तै आजसम्म जहाँ जुनसुकै प्रकृतिको दुःख वा आवश्यकता परोस्, सदैव परमात्मालाई हार-गुहार गर्‍यौं र प्राप्तिको महसुस पनि गर्‍यौं तर समय बलवान् छ । सबैको पालो आउँछ भनेझैं सृष्टिको कालचक्र घुम्दै जाँदा परमात्मा जब यस धरामा आउनुहुन्छ, सूक्ष्म रूपमा ब्रह्मातनलाई आधार बनाएर यस नर्कलाई स्वर्ग र मानवलाई देवता बनाउने रुद्र-गीता ज्ञानयज्ञको स्थापना गर्नुहुन्छ । सबैलाई आह्वान गर्नुहुन्छ जसले यस एकजन्म परमात्माको आदेशलाई मानेर ईश्वरीय जीवन बीमा गर्दछ, उसलाई पुरुषार्थअनुसारको २१ जन्मको राज्य भाग्यको प्रारब्धको प्रलोभन दिनुहुन्छ । अहिलेसम्म भगवान्सँग सहयोगको याचना गर्‍यौं, अब भगवान्लाई सहयोग गर्ने अवसर मिलेको छ । यस्तो गोल्डेन चान्समा चान्सलर बनेर आफ्नो भाग्यलाई पदमापदम बनाउने अवसरलाई करोडौंमा कोही र कोहीमा पनि कोहीलाई मनलाग्छ । कसैले परमात्माको घरलाई नै आफ्नो घर र परमात्मालाई नै आफ्नो जीवनसाथी बनाएर आफ्नो भाग्यवृद्धि गर्छौं भने, कसैले आफ्नो घरलाई नै परमात्मा पिताको घर अर्थात् गृहस्थलाई आश्रम बनाएर मर्यादित जीवन जिउने प्रण गर्नुहुन्छ । कारणवश जीवनको उत्तरार्द्धमा परिवारमा त्यो अनुकूलता नमिल्नेहरूका लागि सेवा दिने र सेवा लिने दुवैका लागि सङ्गमस्थल हो आमाघर । हो, आमाघर आमाहरूको मानसिक पीडामा मल्हम लगाउने अभिप्रायले आमा मन भएका पुरुषतनको उपज हो वा उपहार हो भन्दा अतिशयोक्ति नहोला । हुनेले नहुनेलाई सहयोग गर्ने भन्ने उच्च अभिलाषाका आधारमा आमाघरले आफ्नो सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको कुरा पनि जगजाहेरै छ । आमाघरमा आमाहरूको आउने क्रम पनि बढ्दो छ । आमाघर पनि यशोदा मैयाँहरूको स्नेह लिने र दिने थलो बन्दै जान सकोस्, शुभेच्छा प्रकट गर्दछु ।

●

आशीर्वादको साथमा

ब्रह्मकुमारी बिञ्जुश्री श्रेष्ठ
उपाध्यक्ष, आमाघर, मनहरी

दिव्य गुणले सजिएको होस् जीवन ज्ञानामृतको सँग
निशदिन प्रतिफल पाऊँ नयाँ नित्यरुहानी रङ्ग ।

नयन रुहानी आभा हरपल चेहरामा मुस्कान
कर्मक्षेत्रको हरकार्यमा भरिएर जाओस् स्वमान ।

लुकेको छ परमात्माको सेवा वाणीको माधुर्यमा
निमित्त भावले सङ्कल्प गरियोस् नम्रताको ऐश्वर्यमा ।

नयाँ दिशा नयाँ विधि छ यहाँ नयाँ एक आलोक
आध्यात्मिक ओज तेज दिव्यता छ यहाँ साक्षात दिव्य लोक ।

ज्ञान गुण शक्ति समुज्वल गर्छ परमात्मा शैलशृङ्खलाको
दिव्य आमाले अहर्निश प्रज्वलित मनहरी चारधामको ।

दुग्धामृत सहस्र धारा प्रवाहित छ अजस्र प्रवाहमान
उनको गोदमा खोज्दछ आत्माहरू लिई दिव्य ज्ञान ।

सिङ्गो कमल पुष्पवाटिकाले सुशोभित छ वरदानी कक्ष
हर्षविभोर भई प्रेम शान्ति आनाद छर्छन् विश्वसमक्ष ।

आत्मा र परमात्माको चिनारीले जीवन बन्छ धन्य
संस्कारलाई परिवर्तन गरी मनमनीभाव छ महामन्त्र ।

अष्टशक्ति धारण गरी अनमोल ज्ञानरत्न शृङ्गार
कन्दराबाट सकास फैलाई विश्वसमक्ष बारम्बार ।

तीनजुरे तमोर खरङ्वा पिङ्गुवा ह्यात्रुङ काखमा
बाबा मेरो म बाबाको आशीर्वादको साथमा !

मेरो सफलताको कथा लेख्ने मेरी आमा

डा. नम्रता पाण्डे
काठमाडौं

नास्ति मातृसमा छाया नास्ति मातृसमा गतिः ।
नास्ति मातृसमं त्राणं नास्ति मातृसमा प्रपा ॥
आमा समान कुनै छाया छैन, कुनै आश्रय छैन, कुनै सुरक्षा छैन ।
आमा समान यो विश्वमा कोहि जीवनदाता छैन॥

आजको दिनमा आइपुग्दा र यो जीवनमा अफ्नाहरूले गर्ने वाहिवाहि र प्रशंसा सुनेर भन्न मन लाग्छ - मेरो सफलताको कथा लेख्ने लेखक मेरी आमा हुनुहुन्छ । पर्दामा देखिने मेरो जीवनको सफलता, सङ्घर्ष, सिकाइ र आजको अवस्था, पर्दापछाडि बसेर मेरी आमाले लेख्नुभएको हो । मेरी आमा कहिल्यै टेलिभिजनको पर्दामा देखिनुभएन र म बेला-बेलामा टेलिभिजनको पर्दामा पनि देखिने गर्छु तर भित्रबाट देख्छन् सबैले मेरी आमालाई र भन्न भ्याउँछन् - धन्न आमाले जन्माएकी छोरी रहिछिन् । फूलको मालामा फूलभित्र मालाको सहारा धागो हुन्छ, जुन देखिँदैन । त्यही नदेखिने तर सहारा बनेर मेरो जीवनको माला बनिदिने पात्र मेरी आमा हुनुहुन्छ । पहिलो सन्तानलाई जन्मदिने क्षणमा मैले मेरी आमामाथिको श्रद्धालाई आकाशरूपी उचाइ दिएकी थिएँ । जीवनको एउटा मात्र क्षण, केवल मातृत्वले मात्र भोग्ने त्यो प्रसव पीडापछि सन्तानको जन्म हुँदा खुसीले आमाको आँखाबाट आँसु झर्दो रहेछ । प्राणरूपी श्वास लिएर सन्तान बेस्सरी रुँदा खुसीले बेस्सरी हाँस्ने आमा त्यसपछि कुनैदिन सन्तानको आँखामा आँसु देखेर रुन सक्दैनन् । हो, तिनै आमाले यो जीवनलाई जीवन्त बनाउन, एक-एक पाइलामा सङ्घर्ष गर्न, इमान्दार र मिहिनेती भएर अगाडि बढ्न मेरी आमाले मलाई प्रेरणा दिइरहनुभएको छ आजको दिनसम्म । आमा, जसको कारणले आज यो सुन्दर संसार देख्ने, भोग्ने र जान्ने अवसर मिलेको छ, ती जन्मदातालाई वर्णन गर्न कुनै शब्द छैन । भनिन्छ - भगवान् सबै ठाउँमा पुग्न सक्दैनन् । त्यसैले उनले आमाको सृष्टि गरे । महान् हुन् मेरी आमा ! जसले साक्षात् भगवानको रूपमा हाम्रो सेवा, स्याहार गर्छिन् र हाम्रै बारेमा हरपल चिन्तित हुन्छिन् ।

छोरी पढाउनुपर्छ भन्ने मेरी आमा

मेरा मामाहरू इन्जिनियर भएर पनि, हजुरबुवा महान्याधिवक्ता भएर पनि आमालाई भने विद्यालय नपठाएर घरमै अक्षर चिनाइएको रहेछ । आमा सुनाउनुहुन्छ - त्यतिबेलाको परिस्थिति नै त्यस्तै थियो, बिहे गरेर दिने छोरीले किन पढ्नुपर्‍यो । छोरीले घरपरिवार र व्यवहार सम्हाल्ने हो, जागिर गरेर खाने होइन, त्यसैले अक्षरसम्म चिने

हुन्छ । आमाको पढ्ने इच्छा भएकोले घरमै गुरुबा राखेर पढ्न/लेख्न सिकाइएको रहेछ । अहिले पनि दैनिक पत्रपत्रिका पढ्न रुचि लिनुहुन्छ र देशविदेशका समाचार हामीलाई भन्दा धेरै उहाँलाई थाहा हुन्छ । बदलिँदो परिस्थिति बुझ्नुभएकी मेरी आमाले हामी सानो छँदा नै बुवालाई बारम्बार सम्झाउनुहुन्थ्यो रे - छोरालाई त समाजले नै भन्छ पढाउनुपर्छ भनेर तर हामीले ३ जना छोरीहरूलाई नै मास्टर्स गराउनुपर्छ है ! त्यसो त बुवा पनि पढेलेखेको, बैङ्कमा जागिर गर्ने, हाम्रो शिक्षाप्रति सचेत हुनुहुन्थ्यो । छोराछोरीमा भेद गर्ने समाजको परिस्थिति र मानसिकता हुँदाहुँदै पनि हामीलाई भने छोरा र छोरीबीच कुनै भेद नगरिकन हुर्काउनुभयो । खानपान, स्वास्थ्य, सुरक्षा बुवा स्वयम्ले पनि धेरै ध्यान दिनुहुन्थ्यो । स्वस्थ जीवनशैली हुनुपर्छ भन्ने बुवा-आमाको मानसिकता र त्यसअनुसारको व्यवहारले गर्दा नै हामीले औपचारिक र अनौपचारिक दुवै माध्यमबाट शिक्षा प्राप्त गर्न सक्यौं । संस्कार, सभ्यता, इमान्दारिता, मधुरताजस्ता गुण हामीलाई घरबाट नै सिकाउनुभएको थियो । त्यसकै परिणाम आजको दिनसम्म सकारात्मक जीवनशैलीमा हाम्रो जीवन चलिरहेको छ । छोरीले पढेर, जागिर खाएर, आफ्नो हातमा आर्थिक सम्पन्नता पनि हुनुपर्छ तब आत्मनिर्भर बनेर आफ्नो परिवारलाई पनि योगदान दिन सकिन्छ भन्ने सुझाव आमाले बच्चा हुँदादेखि नै सिकाउनुहुन्थ्यो । दुईपैसा साथमा हुँदा मात्र कसैले हेप्न सक्दैनन्, आमाको यो वचनले वास्तवमै महिला सशक्तीकरणको आवाज बोलेको रहेछ भन्ने अनुभूति हुन्छ । आमाले बोल्ने र आमाको निर्णय परिवारमा मान्य हुने अहिले सम्झिँदा लाग्छ, हाम्रो परिवारले महिला सशक्तीकरणका लागि सकारात्मक भूमिका निर्वाह गरेको रहेछ । महिलालाई हक, अधिकार मात्र भनेर हुन्छ र ! छोरीको शिक्षामा लगानी गरेपछि त्यसको प्रतिफल छोरीले मात्र होइन, परिवार, समाज र राष्ट्रले पनि पाउँछ भन्ने मेरी आमाको धारणा सुन्दा लाग्छ एउटा नेतृत्व तहमा पुग्ने व्यक्तिले पनि त यसरी नै बोल्ने र बोलेअनुसार काम गर्ने त हो नि ! हाम्रो परिवारमा आमाको सहजता र सकारात्मक आवाज हामीलाई एउटा नेतृत्वले दिने ढाडसजस्तो महसुस हुन्छ । म नियमित रूपमा पत्रपत्रिकाका लागि र यदाकदा पुस्तक पनि लेखिरहेने हुँदा आमा बेला-बेलामा सोध्नुहुन्छ - अब कुन किताब आउँदै छ ? आमाको कोठामा २/४ वटा किताब, पत्रपत्रिका भइरहन्छन् । दैनिक पत्रिका पढ्नुहुन्छ र हामी बाहिर हुँदा पनि समसामयिक परिस्थितिबारे जानकारी गराउनुहुन्छ, हामी विदेशतिर हुँदा त्यतैको समाचार बुझ्न इच्छा गर्नुहुन्छ र अपडेट राख्नुहुन्छ । आमाको यो स्वभाव र गुणवत्ताले नै मलाई प्रेरणा दिएको अनुभूति हुन्छ। त्यसैले मेरा हरेक लेख, प्रकाशन, सञ्चार माध्यमबाट आउने अन्तर्वार्ता, संवाद, कुराकानी सबैमा आमाको योगदान रहेको हुन्छ । जहाँ जसबाट म प्रशंसा प्राप्त गर्ने गर्दछु, त्यतिबेला मनमनै त्यो श्रेय म मेरी आमालाई दिने गर्दछु ।

आमाको नाममै गर्व लाग्छ

हाम्रा नभेटेका र मैले नचिनेका बुढापाका र नातेदारहरूलाई म सरिताकी छोरी हुँ भन्नासाथ सबैले 'ओहो ! तिमी सरिताकी छोरी हौ ! त्यो सरिता ज्ञानी, सोझी, आँखामा राखे पनि नबिझाउने' आदि-आदि प्रशंसा सुन्दा मनमनै धन्य म, त्यस्ती

आमाको कोखबाट जन्म पाएकी एक भाग्यमानी छोरी भन्ने सम्झन्छु । उहाँको मनमा पाप छैन, बोलीमा कठोरता छैन, व्यवहारमा देखावटीपना छैन । जे छ, त्यही छ, बढाइचढाइ छैन, झुटो बोल्ने र कुरा मिलाएर बनाउने, सुनाउने कला थाहा छैन । उहाँ हामीलाई भन्ने गर्नुहुन्छ – म लाटी भए पनि मेरा सन्तान असल छन्, मलाई सन्तान सुख छ, तिमीहरूको प्रगति र उन्नतिले मलाई आनन्द दिन्छ, म जवानीमा त बाठो हुन खोजिनँ, महत्त्वाकाङ्क्षामा बाँच्न जानिनँ । अब त मेरा सन्तानले सबैतिर ढाकिसके । छोराछोरी, ज्वाइँहरू, नातिनातिना सबैको स्वभाव र उन्नतिले मैले जिउँदै स्वर्ग देखेको छु । उहाँको मीठो बोली र नम्र स्वभावको उदाहरण दिंदै हाम्रा छोराछोरी भन्ने गर्दछन् – किन हजुरआमाको छोरी भएर पनि हजुरको स्वर ठूलो छ के आमा ? हाम्रो हजुरआमा कति नम्र मायालु हुनुहुन्छ । आफ्नी आमाको बारेमा आफ्नै सन्तानबाट यी कुराहरू सुन्दा आफूलाई पनि आमाजस्तै हुने रहर नजाग्ने चाहिँ होइन ।

छोरीको व्यवहार नजानेकी मेरी आमा

छोरीले घरको काम जान्नैपर्छ भन्ने मान्यता नरहेको संस्कारमा हुर्केकी हाम्री आमा सानैदेखि सुब्बा बाजे, पछि महान्याधिवक्ता हुँदा पनि सुब्बा बाजेकै नामबाट प्रख्यात मेरो हजुरबुवा वेदप्रसाद धितालकी माइली छोरीको रूपमा भान्छे बाजेदेखि लिएर सबैको स्याहारसुसार र प्रेममा हुर्कनु भएकीले घरको कामकाजमा पनि अभ्यस्त हुनुहुन्थेन रे विवाह अगाडि ! विवाह गरेर पठाउँदा भान्छेबाहुन समेत पठाउनुभएको रे हजुरआमाले ! काठमाडौँमै बिहे भएर, म जन्मेपछि लमजुङ जाँदा त्यतिबेलाको परिस्थितिमा कति कठिन भयो होला तर हजुरआमा र ठूलीआमाको धेरै सहयोग रहेको कारण सोचेजस्तो गाह्रो नभएको आफ्नो कहानी अझै पनि सुनाउनुहुन्छ । सुब्बा बाजेदेखि लिएर महान्यायाधिवक्ता हुँदासम्म बुवाको साथमा आमा र परिवारसहित विभिन्न जिल्ला र ठाउँहरूको अनुभव बटुल्नु भए पनि व्यवहारले परिपक्क नभएको कुरा स्वीकार गर्नुहुन्थ्यो । पढ्ने, पूजाको सामान तयार गर्ने र तरकारी काट्ने बाहेक अरू काम गर्ने पर्दैनथ्यो रे ! त्यही तरकारी काट्ने तरिका र पूजासामानको तयारी आमाले नगरेको दिनमा आज सरिताले गरेको होइन भनेर हजुरबुवाले थाहा पाइहाल्नु हुन्थ्यो रे ! आमाको कुरा सुन्दा पनि अहिले आनन्द आउँछ किनकि त्यो समयमा पनि छोरी भएकै कारणले सबै काम जान्नुपर्ने र छोरीले गर्नैपर्ने पुरातनवादी सोच नभएको परिवारमा हुर्कन पाउनु कस्तो सौभाग्य उहाँको । लैङ्गिक विभेदता नरहेको र परेपछि आफै जानिन्छ भन्ने व्यावहारिक ज्ञान दिने उहाँका आमाबुवा महान् हुनुहुन्छ । लमजुङ गएर बस्नुपरेपछि समय र परिस्थितिअनुसार बिस्तारै कामहरू सिक्दै गएको अनुभव सुनाउनुहुन्छ । काठमाडौंबाट गएकी भर्खरकी युवती देखेर वरपरका दिदीबहिनीहरू हेर्न आउँथे रे ! सिधा, केही नजानेकी निर्दोष युवती एक्कासि गाउँको परिवेशमा देख्दा सबैले जिस्क्याएर यहाँको पानी खाँदा गलगण्ड (गाँड) आउँछ भन्थे रे ! आमा त्यो कुरा पत्याएर चिन्तित हुँदै पानी पिउन डराउनुहुन्थ्यो रे ! पानी नपिएर किन साध्य लाग्थ्यो र ? सत्रवर्षको उमेरमा नै मलाई जन्माउनुभएकी उहाँ म सामान्य बिरामी पर्दा सँगसँगै रून्हुन्थ्यो रे ! हजुरआमाको दुई नाति हेर्ने रहर र परिवारको इच्छालाई मैले पूरा गर्नुपर्छ भन्ने

इमान्दारीपनले पाँच सन्तान जन्माउन राजी भएको स्विकार्नुहुन्छ । आमा सजिलै स्विकार्नुहुन्छ – मैले बच्चादेखि छोरी भएकै कारणले व्यवहार नसिके पनि तिमीहरू हुर्कंदै जाँदा मैले पनि आफूलाई परिपक्क बनाउँदै लगेकी थिएँ । आज तिमीहरू हरेक क्षेत्रमा अगाडि पाउँछु, मलाई यसमै सन्तोष छ ।

हृदयमा गङ्गा भएकी मेरी आमा

अरूसँग राम्रो बन्न र अरूलाई देखाउनकै लागि बनावटी कुरा र बनावटी स्वभाव प्रस्तुत गर्न जान्नुभएन हाम्री आमाले । घाम नझुल्किँदै दैलो लिप्नुपर्छ नत्र अलच्छिन लाग्छ भन्ने हजुरआमा र गाउँलेका कुरालाई उहाँले वास्ता गर्नुभएन । आफ्नै समय र आफ्नै गतिमा आफूले जानेको र सकेको गर्दै आउनुभयो । गङ्गा नुहाउनुपर्छ, मन्दिर जानुपर्छ, व्रत लिनुपर्छ र यही नै धर्म हो भनेर व्याख्या गर्ने र अन्धाधुन्ध विश्वास गर्नेलाई हाम्री आमाले चुनौती नै दिनुहुन्थ्यो । अरूले झैं व्रत नबसे पनि, मन्दिर नधाए पनि, पूजाआजा भनेर बहिर्पूजा धमाधम भन्ने मान्यतालाई त्यागेर मन नै गङ्गाजस्तो स्वच्छ हुनुपर्छ भन्ने धारणामा अडिग रहनुभयो । उहाँको नम्र बोलीवचन, सबैलाई समान देख्ने, सबैलाई माया गर्ने बानीले उहाँ आफैमा साक्षात् देवी लाग्छ हामीलाई । घरमा लुगा सिलाउन आउने दमिनी दिदीबहिनी होऊन् या खेत जोत्ने सार्की दाइ, आमाले लुकाई–लुकाई बोराभरी धान र चामल दिनुहुन्थ्यो । भण्डारभरी धान, चामल हुँदाहुँदै किन लोभ गर्ने भन्दै आमाले बोराभरी राखेर पठाउनुहुन्थ्यो । सानीबज्यै हाम्रो दुःखमा सहयोग गर्नुभएको छ, हजुरलाई कहिल्यै दुःख हुँदैन भनेर आशीष दिनुहुन्थ्यो सार्की दाइ र दमिनी दिदीहरूले । अरूकै परिपाटी र चलन नअपनाउँदा पनि खोइ त के अलच्छिन भएको छ हाम्री आमालाई ? कहाँ पाप लागेको छ ? अलच्छिन र पापको परिभाषा के हो ? लोभलालच र धनसङ्ग्रहमा उहाँको मन कहिल्यै गएन र पनि आजसम्म खुसी हुनुहुन्छ । नामअनुसारकै सरिता हुनुहुन्छ मन, वचन र कर्ममा ।

धार्मिकतामा विश्वास राख्ने

म जेठी छोरी थिएँ र पढाइमा अति रुचि राख्ने, एकदिन पनि विद्यालय छुटाउन नचाहने, एकदिन पनि गृहकार्य नगरेर शिक्षकको गाली खान नचाहने मेरो स्वभाव थियो । यी सबै कुरामा मलाई घरबाट सहयोग थियो तर आमा महिनावारी भएपछि तीनदिन खाना बनाउने जिम्मा मेरै हुन्थ्यो । यो तीनदिन मेरो लागि तीनवर्ष बराबर हुन्थ्यो किनकि केटाकेटी मान्छे बिहान खाना बनाएर, खुवाएर विद्यालय जानु र फर्केपछि गृहकार्य सकेर खाना बनाउनु समय व्यवस्थापन गर्न मलाई हम्मे–हम्मे पर्थ्यो । मेरो यो समस्या बुझेर आमाले जहिले पनि रातको समयमा महिनावारी भएको भनेर एकदिन भने पनि खाना पकाउने काम घटाइदिनुहुन्थ्यो । सुरु–सुरुमा त म कति भाग्यमानी आमा ! खाली रातको समयमा महिनावारी हुने भन्ठान्थें तर म अलि बुझ्ने भएपछि मलाई भन्ने गर्नुहुन्थ्यो तिमीलाई एकदिन भने पनि सजिलो होस् भनेर महिनावारी भएको दिन मैले कसैलाई थाहा दिन्नथें । मेरो महिनावारी हुने कारणले नै तिमीहरू जन्मेका थियौ र घरमा खुसी छाएको थियो । महिनावारी महिलाको एउटा प्राकृतिक प्रक्रिया भएको र यो पाप होइन भन्ने मैले बुझेकोले एकदिन भए पनि मैले कसैलाई थाहा नदिएर लुकाउन सक्थें तर

दोस्रोदिन थाहा दिन मलाई कर नै लाग्दथ्यो । आज यो कुरा पढ्न मेरा आफन्तहरूलाई असहज महसुस होला । ओहो ! यस्तो पाप जस्तो लाग्ला । आफ्नो संस्कार त मान्नैपर्छ जस्तो भन्लान् तर आज यो कुरा लेख्न मलाई गर्वको महसुस भइरहेको छ । जतिसुकै पढेलेखेका र देशविदेश घुमेका अनि विज्ञानलाई बुझेका मेरै आफन्त र दिदीबहिनी आजको दिनसम्म पनि महिनावारी बार्नुपर्दैन भन्ने धारणासँग सहमत हुन सक्दैनन् भने मेरी आमाले आजभन्दा तीनदशक अगाडि नै यो फराकिलो सोचलाई आफ्नो व्यवहारमा उतार्ने प्रयास गर्नुभएकोमा मलाई सही गर्नुभयो भन्ने लागिरहेको छ । मैले खाना पकाएर खुवाएका जुठा र चिसा भाँडालाई हजुरआमाले सुनपानी छर्केर चोख्याउनुहुन्थ्यो तर महिनावारी हुँदा छपक्क सुन लगाएर बसेकी मेरी आमा भने बिटुली हुन्थिन् । यो कस्तो संस्कार थियो, जसको विज्ञान नै नबुझी अन्धाधुन्ध हामी पछ्याउँदै आइरहेका छौं ? हो, महिनावारी हुँदा शारीरिक र मानसिक रूपमै हर्मोनल परिवर्तन देखिने कारणले गर्दा आराम गर्नुपर्ने र सफासुग्घरमा ध्यान दिनुपर्ने वैज्ञानिक कारण थियो । भान्छा नछुने कारण पनि सफासुग्घरलाई ध्यानमा राख्नु नै हो । यसलाई पापको सङ्ज्ञा दिने प्रचलनको हाम्री आमाले त्यतिबेलै खुलेर विरोध गर्नुहुन्थ्यो । धर्मको नाममा निरीह पशुलाई रगतको बली चढाउने धार्मिक व्यक्तिहरू हुने भए, बिनाहिंसा, बिनाकाटमार बगेको मेरो रगत कसरी पाप भयो ? सृष्टिको रूपमा मेरो शरीरले उत्पादन गरेको रगत कसरी बिटुलो भयो ? तिमीहरूले पनि यसलाई छोइछिटोको रूपमा लिनुपर्दैन भनेर आमा खुलेर कुरा गर्नुहुन्थ्यो ! धर्मको कुरा गरेर कुरीति अँगाल्ने भन्दा धार्मिकताले भरिएको हृदय हुनुपर्ने उहाँको धारणा छ । उहाँले महिनावारी हुँदा भान्छा छोएर पाप लागेको कारण र परिणाम कहींकतै भेटिएको छैन आजसम्म । जे भइरहेछ, राम्रै भइरहेछ । उहाँका सन्तान सकुशल छन्, राम्रा छन् । उहाँले जे गरें, ठीक गरें भन्ने ठान्नुहुन्छ भने म त झन् उहाँका यी धारणालाई शब्दमा उतार्न पाउँदा गद्‌गद् भएकी छु । धर्मको नाममा अल्पज्ञान बटुलेर महिनावारीलाई पाप र जुठो देख्नेहरूप्रति कठै भन्नुबाहेक अरू केही भन्न सकिन्न । जागरण र परिवर्तन भित्रैबाट आउनुपर्छ भन्ने मेरी आमाको महानतालाई फेरि पनि सलाम गर्दछु । मेरा भावी पिँढीले यो कुरा पढ्ने अवसर पाए भने उनीहरू पनि पक्कै आफ्नी जिजुआमाको सोचसँग सहमत हुनेछन् र भन्नेछन् - वाह जिजुआमा ! बुवाले जति माया गरे पनि खाना पकाएर हामीलाई खुवाउने काम भने गर्नुभएन । भान्छामा पसेर खाना पकाउने काममा सहयोग गर्ने आजकलका बाहरूलाई धेरै धन्यवाद दिन मन लाग्छ मेरा ती दिनहरू सम्झँदा । आमा महिनावारी भएर भान्छा छुन नहुने प्रचलनमा बालाई भान्छा छिराउने प्रचलन चाहिँ किन नसिकाएको होला समाजले ? छोराले चाहिँ भान्छामा छिर्न नहुने ? आमा महिनावारी हुँदा फुपू र सानीआमा गुहार्दै भात पकाउन लगाउने प्रचलन धेरैले भोगेकै पक्ष हुन् ।

आमालाई समय र साथ दिने मेरो प्रण

मलाई म बनाउनमा जीवनभर आमाको जुन योगदान र प्रेरणा रह्यो, त्यसका लागि मातृऋण तिर्ने हैसियत त मेरो छैन तर समय मिलेसम्म आमासँग बिताउने, भलाकुसारी गर्ने र साथ दिने प्रण गरेकी छु । छुट्टि हुनासाथ, समय पाउनासाथ पहिलो प्राथमिकता आमाकहाँ जाने, आमाका गन्थन

सुन्ने र आमाको हातले पकाएको खाने यो जस्तो सुन्दर क्षण मेरो जीवनमा अरू हुँदैन सायद । अरूबेला कुरा हुने भनेकै के खाइस्, कस्तो खाइस्, स्वास्थ्यको ख्याल गर्नू । चालिसवर्ष काटिसकेकी छोरी पनि आमाका लागि काखकै सन्तान जस्तो हुने यो कति प्रेमले भरिएको नाता होला । सानो छँदा भाइबहिनीबीच झगडा गर्दै मेरी आमा मेरी आमा गर्ने हामीहरू आज पनि मेरी आमा भनेर आमाको साथ हुने सङ्कल्प छ सबैको । मेरो प्रगति देखेर सन्तोष मान्ने मेरी आमा सधैं खुसी भएको हेर्ने मेरो रहर हो । आमाको दीर्घायु, सुस्वास्थ्य र आनन्दित जीवनको कामना गर्दै आमाकी छोरी हुन पाएकोमा गर्व गर्दछु ।

आचार्य : ओशोधारा नेपाल
स्वतन्त्र सामाजिक परामर्शदाता
Email: pranamufour@gmail.com

●

आमा र हजुरआमाको यादमा

डा. अरूणा उप्रेती
काठमाडौं

म सानो हुँदा मेरी आमाले एउटा कथा भन्नुहुन्थ्यो – "एकजना युवक एक खराब युवतीको प्रेममा परेछन् । ती युवकले युवतीलाई भनेछन् – "तिमी मसँग विवाह गर ।" युवतीले भनिछन् – "तिमीले तिम्रो आमाको कलेजो झिकेर ल्यायौ भने म तिमीसँग विवाह गर्छु ।" युवक युवतीसँगको प्रेमको नशामा चुर थिए । राति उनले घरमा गएर बूढीआमाको पेट चिरेर कलेजो झिकेछन् । आमा त मरिहालिन् । कलेजो बोकेर गएको युवकले रातको अँध्यारोमा एउटा ठूलो ढुङ्गा रहेछ, बाटोमा त्यो देखेनछन्, त्यसमा ठक्कर लागेर लडेछन् । आमाको कलेजोले प्रेमपूर्वक सोधेछ 0150 "छोरा तिमीलाई चोट त लागेन ?" यो कथा मेरी आमाले धेरै दोहोऱ्याउनुहुन्थ्यो । आमाको मायाको महत्त्व दर्शाउनलाई यस्तो कथाहरू सुनाइरहनुहुन्थ्यो । अनि भनिरहनुहुन्थ्यो – "मेरी आमाले कति दुःख गरेर हामीलाई हुर्काउनुभयो । मलाई पनि कम गाह्रो थिएन तिमीहरूलाई पाल्न ।" "आमाको काख, अरूको लाख", "आमाको माया धरतीजस्तो विशाल हुन्छ", "आमाको दूधको भार केही गरे पनि तिरिन्न" जस्ता भनाइहरू सायद आमाको माया र प्रेमले गर्दा नै जनमानसमा आएको होला । "भगवान सबै ठाउँमा पुग्न नसक्ने भएकोले आमा बनाएको हो", "आमा हुन गाह्रो, बाउ हुन सजिलो" यस्ता धेरै उखानटुक्का जसले हामीलाई बारम्बार आमाको माया, स्नेह र महत्त्व दर्साउँछन् । यस्ता उखानहरू हाम्रो दैनिक जीवनमा प्रयोग पनि गर्छौं । हामीलाई चोटपटक लाग्यो भने दुख्यो, "ए आमा" भनेर रून्छौं । दुखेको बेला, आमाको स्नेहपूर्ण हातले दुखेको केही कम हुन्छ । बिरामी हुदाँ आमाको साथ चाहिन्छ । हामीले दैनिक जीवनमा देखेका/भोगेका छौं । कसरी आमाले आफूले दुःख पाएर पनि आफ्ना सन्तानको रक्षा गर्छिन् । मानिसहरूमा मात्र होइन, जनावरहरूमा पनि आमाको माया देखिन्छ । कुकुर, बिरालोले आफ्नो बच्चालाई कति स्नेह गर्छन् । बिरालोले त 'ढाडे बिरालोले खाइदिन्छ' भन्ने ठानेर बच्चा च्याप्दै ठाउँ सरेको देखिन्छ । बघिनीले बाघबाट आफ्नो बच्चा जोगाउन कति मिहिनेत गर्छिन् । जनावरहरूले त आफ्नो सन्तानलाई त्यसरी प्रेम गर्छन झन् मान्छेहरूले त नगर्ने कुरा नै भएन । म हजुरआमाको माया पाएर हुर्कें । उहाँसँगै धेरै ज्ञानगुनका कुरा सिकें । उहाँको स्नेहालु हातले मलाई जाउलो बनाएर खान दिएको अझै याद छ । म सानो छँदा हाम्रो ठूलो परिवार थियो सायद २०/२५ जनाको । हाम्रो ठूलीआमाहरू पनि हामीलाई त्यतीकै स्नेह गर्नु हुन्थ्यो । मेरी आमाको दसवर्षको उमेरमा विवाह भएको थियो । मेरी आमाले हामीलाई त्यो बेलाको दुःखका कुरा सुनाउनुहुन्थ्यो, झण्डै ७७ वर्षअघि उहाँ भारतको लखनौबाट काठमाडौं आउनुभएको थियो । उहाँले आफूले

भोगेको दुःख, समस्या पढ्न नपाएर भएको पीडाको कथा धेरै सुनाउनुहुन्थ्यो । सायद त्यसैले आफ्ना छोराछोरीले जसरी भए पनि पढ्नुपर्छ भन्ने मेरो मनमा सानैमा रोपिएको थियो । मेरी आमाले परीका कथा, लोककथा साथै आफ्नो बचपनका कथाहरू सुनाउने भएकोले होला मलाई कथाहरू असाध्यै मन पर्छ । हजुरआमा र आमा, ठूली आमाहरू स्कुलमा नपढे पनि उहाँहरूलाई अनेक वनस्पतिका औषधिको बारेमा धेरै ज्ञान थियो । त्यो बेला ५०/६० वर्षअघि काठमाडौंमा पनि अस्पताल र डाक्टरहरू थिएनन् । कतिपय साधारण रोग त उहाँहरूले तितेपाती, बेसार आदिबाट नै ठीक पार्नुहुन्थ्यो । मेरो खुट्टामा वर्षात्को बेला धेरै घाउखटिरा आउँथ्यो । हजुरआमाले बेसार र ध्यूको लेप गरेर घाउमा लगाएपछि ती घाउ सुकेर जान्थ्यो । हजुरआमाको त्यो ज्ञानलाई अहिले विज्ञहरूले पनि "सङ्क्रमण कम गर्नसक्छ" बेसारले भनेर सिद्ध गरेको छ । यस्तै ज्ञानहरू व्यवहारमा पाएको हुनाले म अहिले पनि त्यस्ता वनस्पतिको प्रयोग गरिरहन्छु र विज्ञानले 'हो' भनेका त्यस्ता औषधीय ज्ञान अरूलाई पनि बाँड्ने गर्छु । अवश्य पनि अहिले मैले गर्ने विभिन्न किताब र अनुसन्धान पनि यस विषयमा पर्छ । नेपालका कुनाकन्दरामा कामका सिलसिलामा जाँदा धेरै आमा र हजुरआमासँग भेट हुने मौका पाँए । हरेकको आफ्नै कथा र व्यथा छन् । गाउँघरमा सङ्घर्ष गरेर जीवन पालेका, एकल महिला भएर पनि सन्तान हुर्काएका आमाहरू भेटेपछि उनीहरूको साहसलाई सलाम पनि गर्छु मनमनै । उहाँहरूको जीवनको कथाबाट त ठूलो ज्ञान भएको छ । अहिले पहिलाको भन्दा कतिपय सामाजिक समस्याहरू कम भएका छन् । बालिका १०/११ वर्षमा विवाह गर्ने वा अपवाद नै होला । तर अहिले पनि आमाहरूले छोराछोरीका लागि धेरै कामचाहिं गरिनै रहेका छन् । 'सन्तानलाई पढाउन अरूको घरमा भाँडा माझेर वा मजदुरी गरेर पनि पढाउँछु' भनेर दुःख गर्नेहरू धेरै आमाहरू छन् । नेपालमा बसेर आर्थिक स्थिति राम्रो भएन, सन्तानले दुःख पाए, वर्षै विदेश गएर म दुःख गरेर सन्तानलाई सुख दिन्छु" भन्ने आमाहरू पनि धेरै छन् । अर्थात् आमाहरू जुनसुकै समयको, जुनसुकै ठाउँका हुन्, सबैबीच एक समानता छ । उनीहरूको हृदय सन्तानको मायाले भरिपूर्ण हुन्छ । आफूले दुःख पाए पनि सन्तानले चाहिं दुःख नपाऊन् भन्ने गर्छ । उहाँहरूको मनले मान्छ । अपशोच छ, यस्ता आमाहरूको महत्त्व सबै सन्तानले चिन्दैनन् । आमाको दुःख नबुझेर बरालिने सन्तानले आमाको बोझ कति थप्छन् । कति छोराहरू त रक्सी खाएर आमालाई पिट्ने पनि गरेको घटना कति सुनिन्छन् । कतिपय सन्तानहरू आफू सक्षम भएर कमाउने भएपछि आमालाई वास्तै नगर्नेहरू पनि छन् । अझ कति वृद्धाश्रममा त सक्षम छोराछोरीका आमालाई ल्याएर, छोडेर गएको र फर्केर नहेर्ने घटनाहरू पनि छन् । तर त्योबेला पनि आमाहरू सन्तानको भलो नै चाहन्छन् । यति हुन्जेल पनि आमाले आफ्नो छोराछोरीको मायामा कमी आउन दिन्नन् । उनले मनले आर्शीवाद नै दिइरहन्छ, सन्तान र नाति नातिनालाई । मेरी आमा ८७ वर्षकी हुनुहुन्छ । उहाँलाई मैले कर गरेर ख्वाउनुपर्छ । तर अझै पनि उहाँलाई मेरो बारेमा बढी चिन्ता छ । म कतै गएर ढिलो घर फर्के भने लौ बिरामी परिछ कि क्या हो भन्ने ठान्नुहुन्छ । मैले खायो कि खाएन भनेर सोधीखोजी गरिरहनुहुन्छ । आफू अशक्त भए पनि सन्तानहरू बिरामी नपरून् भन्ने भाव आमाहरूको हुन्छ । यो आमाको महानता हो । संसारभरिका आमाहरूलाई नमन ।

अनुत्तरित प्रश्नहरू

डा. सावित्री श्रेष्ठ
काठमाडौं

उभिएकी छु, मनोहरा आमाघरको माथिल्लो कौसीमा । आँखाले देखिने जति सबै सुन्दर, शान्त, स्निग्ध, त्यसै पनि यो ठाउँ यसको एक-एक माटोका कणहरू, बिरुवा र पातहरू, फूलहरू र तिनका सुगन्धसमेत एउटा व्यक्ति र तिनै एउटा व्यक्तिसँग जोडिएका अनेक व्यक्तिहरू अन्तरआत्माको मधुरतम रसबाट सिञ्चित छन् । पीडाले रन्थनिएको मन केही शान्त हुन्छ, त्यसै पनि शान्ति त मनकै कुरा हो, विवेककै कुरा हो बुद्धले भन्नु भएको पनि साह्रै अगाडि पो हो । सुनेर, जानेर, बुझेर पनि खै मन शान्त रहेको । एकथुप्रो गुनासो आफैसँग गर्छु म, समयका चोटहरूले थेच्चर हुन नसकेकी म, सधैं नै बिहानीको प्रतिक्षामा रहने म । युगै पो भएछ, यो उज्यालोको प्रतिक्षामा रहेको पनि । हल्का हावाका झोक्काले विचारबाट बाहिर ल्याउँछ मलाई, परसम्म आँखाहरू जान्छन् । विजयभाइ सेतो सलमा बेरिएर हिँड्दैछन् पर । सायद आफ्नै सपनाहरूमा पखेँटा लाएर उड्दैछन् यिनी । कपाल सेतै फुलेको छ भाइको, गालाका बाक्लो चाउरीसँगै अनुहारको उज्यालो बढ्न थालेको छ, खै कताबाट बटुले यिनले यी उज्यालाहरू, अरू पनि छन् यहाँ अनुहारमा उज्यालो पोतेकाहरू, मिहिनेतले चाउरिएका अनुहारहरू !

पाँच दसकभन्दा लामो भैसकेको छ, आमाघरको वर्तमान ईतिहास पनि, कयौं उज्याला मान्छेहरू । यो आधा शताब्दीमा अनगिन्ति आँधीहरूको बाटो चुपचाप हिँडेको छ, हाम्रो आमाघर ! केही समयदेखि, म आफ्ना सारा श्रीभव छाडेर यहाँ आई बसेको छु, घरमा भन्दा आमाघरमा मन केही शान्त छ । फोन पनि बन्द नै छ, सांसारिकताबाट पर भाग्दै छु म । मान्छेहरूको जङ्गल छाडेर चराहरूको चिरबिर संसारमा आएको छु । लेखन उद्देश्य लिएर आएको छु । मुक्ति मिलन आश्रममा आफ्ना दायित्वहरूले मलाई एकत्रित भएर लेख्न दिएन । हुन त यहाँ पनि सेतो साडीमा बेरिएका पीडाहरू देखेको छु मैले, मान्छेको जीवनका अकथनीय कथाहरू । कथा नभएको मान्छे यो संसारमा को नै छ र ! हरेक उल्लेखनीय कथामा एउटा न एउटा कथाहरू पनि हुने रहेछ भन्न सुन्न गाह्रो हुने । मेरो चाहिँ जीवनका हरेक आयाममा कथाहरू बन्दै गए । मेरो जन्म नै एउटा कथा हो, मेरी आमाको कथा । तेस्रो छोरीको रूपमा जन्मेपछि मेरो हुन नसकेको, हुन नचाहेको त्यो संभ्रान्त परिवारले मलाई शोभा भगवती नजिकको भाःचा खुसीमा मिल्काउने सल्लाह गरेछन् । त्यतिबेला कुनै कुनै पापीहरू त्यसै गर्दा रहेछन् । भनेछन् यसबाट तिम्रो सन्तान हुँदैन । छोरीकै योग छ यसको चिनामा, अब अर्को बिहे नै गर्नुपर्छ । आमाले सुनिन् सबै कुरा बारम्बार, त्यसै पनि आमाले सुने पनि नसुने पनि कसैलाई केही फरक नै पर्ने पनि हैन । सुनाउनुको के कुरा उनीहरू त त्यसो गर्दै पो छन् त ।

पुस महिनाको एउटा ठिहिऱ्याउने चिसो बिहान झिसमिसेमा, मेरी बिचरी विवश १५ दिनकी सुत्केरी आमाघरबाट निस्किन् छोरी च्यापेर । जन्माइसकेँ यसको हत्या चाहिं हुन दिन्न र सौता ल्याउने घरमा बस्दिनँ पनि । आजभन्दा ५० वर्ष अगाडि लगभग सम्भव नै नहुने एउटा बहादुर, बौद्धिक निर्णय गरिन् आमाले र घरको काँढाघारीबाट निस्केर समाजको काँढाघारीतिर लागिन् ।

बारम्बार सुनेकी छु मैले, अझ भनौं भोगेकी छु आमासँगसँगै आमाका हण्डरहहरू, सङ्घर्षहरू, भोकभोकै परेका दिनहरू, मन्दिरमा बसेका बासहरू र मन्दिर परिषद्का पापीहरू ! आमाबुवा नभएको माइती जानुको अर्थ, फेरि अर्को अपमानको गाँस हो, त्यहाँ पनि गइनन् आमा । हरे मलाई जन्माउने मेरी आमाको कतै कुनै घर छैन । कुनै आकाश र टेक्ने धरा छैन तर उनले खोजिन् आफ्नो भागको आफ्नो संसार, धर्ती र आकाश पनि ।

सानोमा सँगै गुच्चा खेलेका साथी राधव श्रेष्ठ झोछेँको बालकुमारी स्कुलमा प्रधानाध्यापक थिए । उनैले एकदिन बागमतीको तिरमा आमालाई भेटे, सानो बच्चीसहित । आमै यस्ती सुत्केरी मान्छे कां यां बागमतीमा ? किन ? उनका प्रश्नहरू कति कति ।

आमाले जवाफ दिइन् - म दुई महिनादेखि यहींको आश्रममा बस्छु मुक्ति - मिलन आश्रममा ।

ए त्यही तिम्रो बाज्यले बनाउनु भएको आश्रम ?

हो त्यही अजाअजीले बनाउनु भएको आश्रम, त्यहीं मेरो विधवा निनी पनि हुनुहुन्छ । उहाँले नै त्यो चलाइरहनु भएको छ, अरू पनि दुईचारजना दुःखीहरू छन् त्यहाँ । सबै मिलेर तरकारी खेती पनि गर्नुहुन्छ ।

आमाको कथा सङ्क्षिप्तमा सुनिसकेपछि राधव गुरु भन्छन् - राम्रै भएछ, तिमीले विद्रोह गरिछौ, सानोदेखिको बहादुर तिमी । त्यत्रो सम्पन्न घरकी छोरी, बुहारी तर के गर्नु तिम्रो कतै घर रहेन छ, धन्न तिम्रा अजाअजीले यो आश्रम बनाइदिएर यत्रो जग्गा पनि दिनुभएछ र तिमीहरूकै परिवारको दुईजना, दुवै महिलाले यहाँ बासगाँस पाएछौं । मुक्तिमाया अजी र मिलन अजाको साह्रै राम्रो धर्म यो । ल केही पऱ्यो भने मलाई भन्नु । आउँदो शनिबारको भोजन मेरोतर्फबाट है उनले आश्रमै आएर निनीसँग भने । निनी पनि उनीसँग भेटेर खुसी भइन् ।

हुन्छ बाबु यसरी नै चलिरहेछ हाम्रो गुजारा । मुख्य त तरकारी खेतीको आड छ । ए तरकारी कता बेच्ने नि ?

कतै जानै पर्दैन बाबु बागमती आउने भक्तजनहरू यही आएर किनेर लान्छन् ।

राधव गुरुले पनि तरकारी किनेर लान्छन् त्यो दिन ।

जाने बेलामा सोध्छन् के नाम राख्यौ त छोरीको ?

विद्या हो यसको नाम ।

ए ! कति राम्रो नाम विद्या । ल यो विद्यालाई विद्या दिने जिम्माचाहिं मेरो भयो । स्कुल पठाउनु, अलि ठूली भएपछि । तिमीले पनि सिकाउँदै गर्नु । के गर्नु तिमीले पढ्न पाइनौ ।

त्यहीं हामीले सडकमा ईंटाले लेखेर सिकाएका त हौ नि तिमीहरूलाई । तिमी चाहिं इन्टलिजेन्ट नै हौ, कति चाँडो सिकेकी, लक्ष्मी, हिराहरू त उस्तै हुन् । राधव गुरु बचपनतिर फर्के ।

आमा भन्छिन् - के गर्नु राधव तिमी पो स्कुल गयौ, हामीलाई तीन क्लासपछि बिहे गरिदिइहाले, पोइला जान्छौ रे त हामी पढ्यौ भने । बरु पढेर पोइलै जान पाए पनि हुने ।

आमाको खुसी किन्न परदेसिएकी छोरी

रीता परियार
सामाजिक अभियन्ता

मेरी आमाको अत्यन्त मिल्ने साथी चुरोट बनेको थियो, बुवाको मृत्युपछि । आमा हरेक साँझ चुरोट खान्थिन् अनि उडाउँथिन् त्यो धुँवासँगै मनभरिका पीडाहरू केहीक्षणका लागि । आमा चुरोटको धुँवामा हराउँदा खुब रिसाउने म आज सम्झन्छु – त्यो मेरी आमाको मन भुलाउने माध्यम थियो, जो आज मेरो साथमा छैन । मेरी आमाको एक्लोपन, पीडा अनि कठोर सङ्घर्षको साक्षी हुँ म । एक्ली आमाले दुःखैदुःखको पहाड चढेर सङ्घर्षको बाटो देखाइन् । सायद त्यसैले त भनिन्छ – आमा धर्ती हुन् जस्तोसुकै बोझले थिचे पनि हार नमान्ने । आमाका पीडाहरूबाट मुक्त गराउनु मेरो सपना थियो । मलाई धेरै पैसा कमाउनु, ठूलो घर बनाउनु र आमालाई सुनको गहना लगाइदिनु मेरो लक्ष्य बनेको थियो । उतिबेला ती सपनाहरूको चाङले रातभरि सुत्न दिंदैनथ्यो । तिनै-तिनै सपनाहरूको भारी बोकेर परदेसिएकी थिएँ म । परदेशमा आमाका लागि देखेका सपनाहरू थिए तर आमा थिइनन् । आमासँग छुट्टिने रहर नहुँदानहुँदै सपनाहरूले पुऱ्यायो युरोप ।

हिजोअस्ति जस्तो लाग्छ लण्डनको चिसो हावामा मैले आमाका लागि बनाएको सपनाको संसार । तर त्यहाँ परिवेश मात्र चिसो थिएन, आमाको न्यानो काखलाई छोडेको मन पनि चिसो भएको थियो । आमाको त्यो काख, त्यो साथ त्यतिबेला मैले बुझैं । त्यस्तो कुनै रात थिएन, जुन रात आमाको सम्झनामा सिरानी नाभिझेको होस् । आमाको साथमा पुल्पिलिएर हुर्किएकी म घरधन्दामा खासै रुचि थिएन । तर विदेशको पहिलो काम भान्छामा थियो, वेटरको । त्यतिबेला आमाका शब्दहरूले मलाई गिजोल्न थाले । आमाले भनेको काम सिकाउँदा नटेर्ने म त्यही काम नै गर्नुपर्ने भयो । भन्न मन थियो – हेर आमा तिम्री छोरीले काम गरेको तर हेर्नलाई मेरी आमा थिइनन् । परदेशको परिस्थितिले मलाई आमालाई देखाउने माया सिकायो । आमालाई अङ्कमाल गरेर माया देखाइने रहेछ । ती दृश्य जब म देख्थें, त्यतिबेला लाग्थ्यो – आमालाई अहिल्यै गएर अँगालो हालेर भन्न सकूँ 'आमा म तिमीलाई धेरै माया गर्छु ।' तर हामी किन आमालाई माया देखाउन पछि पऱ्यौं ? मैले आफैले धेरैपटक यो प्रश्न गरें । आमाले त कहिले माया देखाइनन्, एकोहोरो माया गरिरहिन् । अनि म भने लन्डनमा आमाको मायामा भौंतारिरहें । आमाको सपना किन्न परदेश गएकी म आमाको साथ नै छोडेर । आमाको खुसी त्यो गहनामा थिएन, आमाको खुसी त्यो ठूलो घरमा थिएन । आखिर न मेरी आमाले रातो रङको कपडा पनि लगाउन पाउँथिन्, न त महँगो गहना उनको खुसी थियो । सारा जीवन मृत

भैसकेका पतिप्रति समर्पित हुनुपर्ने नियमले कसरी महिलाका सारा चाहनाहरूप्रति प्रतिबन्धित गरेको छ । त्यसैगरी पितृसत्ताको भुमरीमा मेरी आमा पनि परेकी थिइन् ।

म भने आमाले चाहेको जीवन बाँचून् भनेर खुसी किन्न परदेश गएँ तर आमाको खुसी आफ्ना सन्तान मात्र हुन्छन् भन्ने कुरा आमाको साथ छुटेपछि मात्रै थाहा पाएँ । त्यसैले त भनिन्छ, संसारको जतिसुकै सफलता हासिल गरे पनि आमाबिना त्यो फिक्का हुन्छ । आमाको सङ्घर्ष नै सबैभन्दा ठूलो पाठशाला रहेछ । आमाको सङ्घर्षले सहनशीलता, अनुशासन, आत्मनिर्भरता र नैतिकता सिकाएको छ । आमाको जीवन सङ्घर्षले जतिसुकै कठिन परिस्थितिमा पनि अडिग रहन र जीवनको चुनौतीहरूलाई साहसका साथ सामना गर्न सिकाएको छ । त्यसैले त आमाको सङ्घर्षको महत्त्वलाई सदैव सम्मान गर्नुपर्छ, किनकि उनीहरूको योगदानले मात्र हाम्रो अस्तित्व र सफलता सम्भव भएको हो । आमा तिमीले मेरा लागि गरेको सङ्घर्षले यो ठाउँमा पुऱ्याएको छ । अगाडि पुग्नुछ अझै धेरै । यात्रा निकै पर छ । आमा तिम्रो साथ र आशीर्वाद पाए जतिसुकै कठिन यात्रा पनि पार गर्ने आँट आउँछ । आमाको योगदान र सन्तानप्रतिको समर्पणले मजस्ता धेरै सन्तानलाई सफलताको सिँढी चढाएको छ ।

●

वृद्ध बा–आमाहरू

नवीन दाहाल
काठमाडौं

मानव जीवनको हरेक चरणमा हरेक व्यक्तिलाई विशेष प्रकारका स्याहार, माया र सहयोगको आवश्यकता पर्दछ । त्यसअन्तर्गत वृद्धावस्था भनेको अनुभव र योगदानको प्रतीक भए पनि यो उमेरमा शारीरिक, मानसिक, पारिवारीक र सामाजिक सुरक्षा अपरिहार्य हुन्छ नै । विशेषगरी वृद्ध बा-आमाहरूको संरक्षण एक अत्यन्त संवेदनशील विषय हो । जीवनभर आफ्ना सन्तान, परिवार र समाजलाई आफ्नो जीवन समर्पण गरेपछि उहाँहरूको सम्मानजनक जीवनको व्यवस्था गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो नै । वृद्ध बा-आमाहरू केवल परिवारको अभिभावक मात्र होइनन्, संस्कृति, परम्परा र अनुभवका स्रोत पनि हुन् । उहाँहरूको आर्शीवाद र मार्गदर्शनले परिवारलाई एकताबद्ध बनाउनका लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । उहाँहरूलाई उचित सम्मान र माया दिनु भनेको समाजको नैतिक र सांस्कृतिक दायित्व हो ।

मुख्य समस्याहरू

स्वास्थ्य :

नेपालजस्तो विकासशील मुलुकमा त झन् धेरै समस्याहरू वृद्ध बा-आमाहरूले भोग्दै आउनुभएको छ । उमेर बढ्दै जाँदा शारीरिक कमजोरी र दीर्घकालीन रोगहरू हुनु सामान्य हुन्छन् । उच्च रक्तचाप, मधुमेह, हड्डी कमजोर हुने, आँखाको दृष्टि कमजोर हुने र सुनाइमा समस्याजस्ता स्वास्थ्य समस्याहरू झेल्नुपरेको हुन्छ । गाँउ तथा दुर्गम क्षेत्रमा उहाँहरूका लागि नियमित स्वास्थ्य जाँच पुऱ्याउन नसक्नु झन् ठूलो समस्या रहेको छ भने कतिपयलाई औषधि उपचारका लागि चाहिने खर्च जुटाउन नसक्नु र पोषणयुक्त खानाको व्यवस्था नहुनु पनि समस्या रहेको छ ।

आर्थिक :

नेपालमा अधिकांश वृद्ध बा-आमाहरू आर्थिक रूपमा आत्मनिर्भर छैनन् । त्यसमध्ये वृद्धहरूको आयस्रोत त झन् शून्य हुन्छ वा सीमित हुन्छ । विशेषगरी उहाँहरूले नियमित पेन्सन, वृद्धभत्ता वा अन्य आर्थिक सहयोग प्राप्त गर्न कठिनाइ छ । कतिपय अवस्थामा परिवारका सदस्यहरूले वृद्ध बा-आमाहरूलाई आर्थिक सहयोग गर्न नचाहेर पनि उहाँहरूको दैनिक जीवन झन् कष्टकर बनेको छ । यसर्थ आर्थिक अभावका कारण उहाँहरूको स्वास्थ्य सेवा, खानपान र अन्य आधारभूत आवश्यकताहरू पूरा गर्न कठिनाइ भएको छ।

मानसिक समस्या :

वृद्ध बा-आमाहरूले प्रायः डिप्रेसन, एक्लोपन र चिन्ताका समस्याहरू भोगिरहनुभएको छ । आफ्ना

सन्तानले समय दिन नसक्नु, पारिवारिक तनाव हुनु र समाजबाट एक्लिएर बस्नुपर्दा मानसिक स्वास्थ्यमा गम्भीर असर परेको छ । पारिवारिक बेवास्ता र एकल परिवारको चलनले उहाँहरूलाई अहिले सामाजिक रूपमा अलग भएको महसुस भएको छ । परिवारभित्र आफ्नो योगदानको कदर नभएको महसुसताले पनि उहाँहरूमा निराशा पैदा भएको छ ।

पारिवारिक बहिस्कार :

वृद्ध बा-आमाहरूलाई कतिपय अवस्थामा परिवारभित्रै दोस्रो दर्जाको व्यवहार गरिएको पाइन्छ । उहाँहरूको विचार र रायलाई बेवास्ता गरिएको पाइन्छ । कतिपय परम्परागत समाजमा, उहाँहरूलाई बोझ मान्ने प्रवृत्ति देखिन्छ । उहाँहरूको योगदानलाई मूल्याङ्कन नगर्ने र केवल घरको कामकाज गर्ने व्यक्तिका रूपमा हेर्ने सोच र व्यवहारले पारिवारिक बहिस्कारमा परेको वृद्ध बा-आमाहरूले गरिरहनु भएको हुन्छ ।

पारिवारिक समस्या :

आफ्ना सन्तानबीचको विवाद, घरायसी तनाव र एकल परिवारको चलन वृद्ध बा-आमाहरूका लागि चुनौतीपूर्ण भएको छ । आफ्ना सन्तानहरूवाट सहारा पाउने आशामा बिताएको जीवन निराशामा परिणत हुन्छ अनि एक्लोपन र असुरक्षाको अनुभूति भएको हुन्छ । सहरमा पनि उहाँहरूको अवस्था जटिल भएको छ किनकि व्यस्त जीवनशैलीका कारण सन्तानले आफ्ना वृद्ध बा-आमाहरूलाई समय दिन सकेका हुँदैनन् ।

वृद्ध बा-आमाहरूको संरक्षणका उपायहरू

स्वास्थ्य सेवाको पहुँच :

वृद्ध बा-आमाहरूलाई सुलभ र गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको व्यवस्था गर्नुपर्छ । नियमित स्वास्थ्य परीक्षण, औषधि सुविधा र विशेषगरी उहाँहरूका लागि निःशुल्क स्वास्थ्य क्याम्प, शिविर सञ्चालन गर्नु प्रभावकारी हुन्छ ।

आर्थिक सशक्तीकरण :

वृद्ध बा-आमाहरूलाई आर्थिक रूपमा आत्मनिर्भर बनाउनका लागि पेन्सन सुविधा, वृद्धभत्ता र सहयोगी कार्यक्रमहरूलाई प्रभावकारी बनाउनुपर्छ । यस्ता योजना तथा कार्यक्रमहरूलाई ग्रामीण क्षेत्रमा अझ बढी प्रभावकारी रूपमा विस्तार गर्नुपर्ने हुन्छ ।

मानसिक स्वास्थ्यको ख्याल :

वृद्ध बा-आमाहरूको मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राखेर उहाँहरूसँग संवाद गरिरहनुपर्छ । परिवारका सदस्यहरूले नियमित रूपमा उहाँहरूसँग समय बिताउने, उहाँहरूका कुरा सुन्ने र उहाँहरूको अनुभवलाई महत्त्व दिने अभ्यास गर्न आवश्यक हुन्छ ।

सामाजिक सहभागितामा प्रोत्साहन :

वृद्ध बा-आमाहरूलाई समाजसँग जोडेर राख्न आवश्यक हुन्छ । उहाँहरूको अनुभव र ज्ञानलाई समाजको भलोका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । उहाँहरूका लागि सामुदायिक कार्यक्रमहरू, भेटघाट, अनुभव आदानप्रदानलगायत सान्दर्भिक कार्यक्रहरूको आयोजना गर्नुपर्दछ । भ्रमण तथा तिर्थयात्राका कार्यक्रममा सहभागी गराउनुपर्दछ ।

सामाजिक सचेतना अभियान :

समाजमा वृद्ध बा-आमाहरूको महत्त्व र योगदानलाई कदर गर्ने संस्कार विकसित गर्न सचेतना अभियानहरू, प्रभावकारी रूपमा आयोजना गर्नुपर्दछ । व्यक्ति, परिवार र समाजले वृद्ध बा-आमाहरूलाई सम्मानजनक स्थान र संरक्षण प्रदान गर्नुपर्छ भन्ने सचेतनाका कार्यक्रम तथा अभियान सञ्चालन गर्नुपर्छ ।

पारिवारिक भूमिका बलियो बनाउनु :

परिवारका सदस्यहरूले वृद्ध बा-आमाहरूलाई माया, समय, सहयोग, सम्मान र संरक्षण प्रदान गर्नुपर्छ । उहाँहरूको अनुभव, सहभागिता, सानिध्यतालाई विशेष महत्त्व दिएर घरभित्रै सम्मानजनक स्थान प्रदान गर्नुपर्छ ।

कानुनी तथा संरचनात्मक सुधार :

वृद्ध बा-आमाहरूको अधिकार रक्षा गर्न कानुनी व्यवस्थाहरूलाई प्रभावकारी रूपमा बलियो बनाउनुपर्दछ । उहाँहरूको हितका लागि बनेका नीतिहरूलाई प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन गर्न स्थानीय तह, प्रदेश तथा सङ्घीय सरकारको सक्रिय भूमिकाको आवश्यकता पर्दछ ।

निष्कर्ष :

उत्तरार्द्धमा वृद्ध बा-आमाहरूको जीवन, सहज र सम्मानजनक बनाउनु हाम्रो सामूहिक दायित्व हो । वृद्ध बा-आमाहरूको संरक्षण गर्नु हाम्रो नैतिक, सांस्कृतिक, पारिवारिक र सामाजिक दायित्व हो । उहाँहरूले आफ्नो जीवन, परिवार र समाजका लागि समर्पण गर्नुभएको हुन्छ । त्यसैले उमेर ढल्किँदै गर्दा उहाँहरूलाई सुरक्षाको महसुस गराउनु हामी सबैको जिम्मेवारी हो । वृद्ध बा-आमाहरूको समस्या समाधान गर्न परिवार, समाज र सरकारबीच समन्वय हुनुपर्छ । उहाँहरूको स्वास्थ्य, आर्थिक स्वतन्त्रता, पारिवारिक तथा सामाजिक सम्मान सुनिश्चित गर्दै उहाँहरूको योगदानको कदर गर्नु एक समृद्ध समाजको पहिचान हो । वृद्ध बा-आमाहरूलाई सम्मान र माया दिनु भनेको भविष्यमा हाम्रो समाजलाई नै बलियो बनाउनु हो । वृद्ध बा-आमाहरूलाई माया, संरक्षण र सहयोग दिने संस्कार विकसित गरौं, ताकि उहाँहरूको जीवनको उत्तरार्द्ध खुसी र सन्तोषजनक सकोस् ।

रेडियो नेपाल, काठमाडौं

●

आमाबिनाको घर नहोस् घरविहीन आमा नहून्

चन्दा बिष्ट
रेडियो नेपाल, सिंहदरबार काठमाडौं

२०७९ साल साउन महिनाको पहिलो साता, हेटौंडामा पत्रकारहरूका लागि आयोजित कार्यक्रममा सहभागी हुन जाने अपर्झटको एउटा यात्रा जुऱ्यो । क्रियाशील पत्रकार महिला (डब्लु डब्लु जे) को प्रतिनिधित्व गर्दै अग्रज दिदीहरू निर्मला आचार्य, सङ्गीता लामा र साथीहरू रामकला खड्का, रमिता लामा र म यात्रामा सामेल थियौं । पत्रकारिता पेसाको भागदौडमा व्यस्त हामीलाई यो यात्राले एकै ठाउँमा भेटाइदिएको थियो । हेटौंडातर्फ गाडी कुद्दै गर्दा हामी व्यस्त दिनचर्याबाट फुर्सदिलो भएको अनुभव गर्दै थियौं । दुईदिनका लागि काठमाडौं छोड्दै गर्दा घर र अफिसको कामले पनि छुट्टि पाएको थियो । यो समयलाई कसरी भरपुर उपयोग गर्ने भन्ने विषयमा गफिदाको छुट्टै रमाइलो थियो । सबैले जाने र बुझ्नेजति प्रस्ताव राख्दै थियौं । साउन महिनाको गर्मीमा पत्रकारहरूको घुईचोबीच हुने कार्यक्रमको भीडबाट अलि टाढा, कतै शान्त स्थानमा बास बस्ने कुरा हुँदै गर्दा झट्ट मलाई साथी नविन दाहालले हेटौंडा मनहरीमा रहेको आमाघरको बारेमा भनेको कुरा याद आयो । ओमशान्ति, ब्रह्माकुमारी राजयोगको शान्त वातावरण र साकाहारी शुद्ध भोजनमा रमाउन पाउने स्थान विरलै मिल्छ । मैले तुरुन्तै साथी नवीनलाई फोनसम्पर्क गरेर आमाघरमा बास बस्ने व्यवस्था मिलाइदिन आग्रह गरें ।

आमाघरमा बास बस्ने कुराले सबै जनालाई खुसी बनायो । निर्मला दिदी एबोकाडो होटेलमा बस्नुभयो । हामीलाई पनि त्यहीं बस्न सल्लाह दिनुभएको थियो तर हाम्रो मन मनहरीको आमाघरतिर कुदिसकेको थियो । दिनभरि कार्यक्रममा असिनपसिन भएका हामी आयोजकले व्यवस्था गरेको होटेल छोडेर साँझ मनहरीतर्फ लाग्यौं । सङ्गीता लामा दिदी, रमिता लामा दिदी र साथी रामकला खड्का तीनैजनाका लागि ब्रह्मकुमारी राजयोगको पहिलो अनुभव थियो । उहाँहरू दुविधामा हुनुहुन्थ्यो । आमाघर कस्तो छ ? सुनेको भरमा जाँदै थियौं । म भने साथीहरूलाई ढुक्क हुन भन्दै थिएँ । ब्रह्माकुमारी राजयोगको कार्यक्रममा सहभागी हुने मौका सकेसम्म नछुटोस् जस्तो लाग्छ । इन्डियाको माउन्ट आबुदेखि पोखरा र काठमाडौंमा भएका कार्यक्रममा सहभागी हुँदा बह्माकुमारी राजयोगको सेवा, राम्रो व्यवस्थापन, अनुशासित, मर्यादित र प्रभावकारी कार्यक्रमसँगै साकाहारी शुद्ध भोजनको मनछुने अनुभव थियो । सोचेभन्दा सजिलोसँग हामी राति आठ बजेतिर आमाघर आश्रम पुगेका थियौं । आमाघरको न्यानो स्वागत, शीतल, शान्त र स्वच्छ वातावरणले खुसी भयौं । बजारको होटेलमा नबसेर मनहारा जाने कुराले अलि गाह्रो र अचम्म

मानेका ड्राइभर भाइ आमाघर पुगेपछि सबैभन्दा खुसी देखिए । आफ्नोपनले मानिसलाई कति छिटो छुँदोरहेछ ।

आमाघरको न्यानो बिछ्यौनामा मस्तसँग निदाउँदै दिनभरिको थकाइलाई बिसायौ । भोलिपल्ट बिहान हाम्रा लागि छोटो अनुभव आदानप्रदान कार्यक्रम राख्नुभएको रहेछ । हेटौंडा मनहरी गाउँपालिका, मनकारी स्थानीय बासिन्दा, समाजसेवी र ब्रह्मकुमारी राजयोग परिवारका सदस्यहरूको जमर्को साथ र सहयोगमा निर्माण भएको सुविधासम्पन्न चारतल्लाको अत्यन्तै व्यवस्थित आमाघर सेवा आश्रमको निरीक्षण गर्‍यौं । आमाप्रतिको सम्मान र प्रेमको धरोहर बनेको आमाघर, एकल आमा, घरबार नभएका, सन्तानबाट टाढिएका, परिवारबाट एक्लिएका आमाहरूका लागि निःशुल्क सेवा दिने आश्रयस्थल असाध्यै उदाहरणीय लाग्यो । व्यवस्थापनमा खटिएका बहिनीहरूको काम, सेवा र मायाले हामीलाई भावुक बनाएको थियो ।

आमाघरका लागि सिमपानी देवकोटा एकीकृत वन समितिबाट प्राप्त सानो वनक्षेत्र सुन्दर पार्कमा परिवर्तन हुँदै थियो । बिहानीको समय फोटो खिच्दै, घुम्दै, रमाउँदै बित्यो । आमाघरमा बस्नुभएको आमाहरू फूलबारीको स्याहारमा, तरकारीबारीको काममा व्यस्त हुनुहुन्थ्यो । बिहानीको नास्ता र मीठो खाना खुवाएर हामीलाई आमाघरका परिवारले विदाइ गर्नुभयो । हाम्रा लागि त्यहाँको आमाले बनाउनुभएको साह्रै मीठो/काँचो केराको अचारको स्वाद अझै बिर्सेको छैन । आमाघरको सेवा र मायाले नयाँ सम्बन्धमा जोडिदिएको थियो । ड्राइभर भाइले फर्कनु आगाडि पकेटमा भएकोजति पैसा आमाघरको सेवाका लागि दिंदा पनि चित्त बुझेन भन्दा हामी झनै भावुक बनेका थियौं । आमाको माया र सम्मानमा बनेको आमाघर सेवा आश्रममा पुनः फर्कने वाचा गर्दै हेटौंडा यात्रालाई हामीले बिट मार्‍यौं तर आमाघरको मायाले भने कहिल्यै बिट मार्ने छैन ।

ब्रह्माकुमारी राजयोगको विशेषतामा सबै वर्गलाई नैतिक, चारित्रिक र मूल्यवान् बन्न प्रेरणा दिनु हो । सकारात्मक चिन्तनसँगै यस विश्व शान्तिको महाअभियानमा ब्रह्माकुमारी राजयोगबाट महिलाहरूले विश्वव्यापी नेतृत्व गरिरहेका छन्, यो सबैका लागि गौरव र प्रेरणाको विषय हो । विश्वभर रहेका आमाहरूका लागि सम्मान पनि हो । संसारकै सबैभन्दा प्रिय सम्बोधन र शब्द आमा । संसारकै सबैभन्दा पवित्र सम्बन्धको नाम हो - आमा । फरक भूगोल, धर्म, जात जहाँ-जता पुगौं, आमाको स्नेह, भूमिका र माया एउटै अनि उस्तै हुन्छ । आमाबिनाको घर नहोस्, घरविहिन आमा नहुन् । ममतामयी आमाहरूका लागि आमाघर सधैं-सधैं मायाको आश्रयस्थल बनिरहोस् ।

●

अनुभवभित्र सम्झनाका धारहरू र नारीशिक्षा

मोतीलक्ष्मी शाक्य
वनस्थली

मिति २०८१ आश्विन ६ गते । त्यो दिन मेरा लागि एक संस्मरणीय महान् दिन थियो । सिअसाके अथवा सिद्धिश्वरमान अक्षलोक साहित्य केन्द्रका संरक्षक डा. सावित्री श्रेष्ठका लागि भने वेदना लुकेको मनको स्थिति भए तापनि त्यो सम्झनाले सिँगारिएको गौरवपूर्णको महान् दिन थियो । त्यो दिन अक्षलोक साहित्य केन्द्रद्वारा गरिएको सिद्धिश्वरमान श्रेष्ठ स्मृति कार्यक्रमको दिन थियो । यस कार्यक्रमअन्तर्गत विभिन्न क्षेत्रका विशेष व्यक्तित्वहरूको सम्मानस्वरूप निजहरूलाई सम्मानपत्र वितरण कार्यक्रम हुन गएको थियो । सम्मानित हुने व्यक्तित्वहरूमध्येमा नेपाल भाषा साहित्य क्षेत्रबाट सम्मानित चारजना पनि हुनुहुन्थ्यो । उहाँहरू हुनुहुन्छ - वरिष्ठ समालोचक सुरेशकिरण श्रेष्ठ, वरिष्ठ कथाकार मनदेवी ताम्राकारलगायत म मोतीलक्ष्मी शाक्य, आफै पनि संस्थाको स्थापनाकालदेखि नै काठमाडौं क्षेत्रभित्र मात्र नभई विभिन्न जिल्ला-जिल्लाहरूमा समेत कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आइरहेको यस संस्था लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयका त व्यवस्थापक सदस्य नै हुनुभएको र सम्बन्धित अनेक संस्थागत सदस्यताहरूमा समेत । विशाल हृदय बोकी महानताका साथ चलिआइरहेको यस संस्थाका संस्थागत कार्यपक्ष समितिद्वारा निर्माणाधीन अक्षलोक नामक साहित्यिक पत्रिका विशिष्ट रूपले नै महत्त्वपूर्ण साहित्यिक पत्रिकाको रूपमा चलिआइरहेको छ । उक्त पत्रिकाको प्रकाशित अङ्कहरूमध्येमा आजको यस प्रकाशित अङ्क पूर्णाङ्क ६८ पुगिसकेकोमा भने पत्रिका प्रकाशनप्रति खुसी व्यक्त गर्न चाहन्छु । समयको माग र सामाजिक परिप्रेक्ष्यताका अनुरूप समाजमा नारी जागरण तथा महिला शिक्षा पनि एक अभिन्न अङ्ग देखिएको हाम्रो समाज, नारी शिक्षाप्रति केन्द्रित हुन गएकोमा खुसी अँगाली मेरो सानो बुहारीहातले कलम चलाउन खोजेको छु ।

तपाईं, म, हामी सबैको आजसम्मको अनुभवले हामीलाई याद दिलाइरहेको छ । हाम्रा जिजुबुवा, हजुरआमाहरूले नारीशिक्षाको सर्न्दभमा भनी आएका, बुज्रुक व्यक्तित्वका उसबेलाका बुज्रुक कुराहरू । जुन आजका लागि भने आश्चर्यजनक कुरा भइदिएको छ ।

तर ती पुराना वृद्धवृद्धाहरूमध्येमा आजसम्म जीवित कतिपय उहाँहरू आफैले पनि आफ्ना शिक्षित नाति-पनातिनाहरूका प्रगति र विकासप्रति गर्व गरी रमाई-रमाई तारिफ गरिरहेको पनि हामी देख्न सक्छौं । 'अहो ! मेरो नातिना-नानीहरू त ....' भन्दै खुसीको आँसु बगाउँछन् । उहाँहरूको रहर र खुसी आमाबाबुको भन्दा पनि उच्च देखिन्छ मेरो अनुभवमा ।

पुरुषहरू मात्र होइन, नारीहरूमध्येमा पनि देखिआएका यी बूढापाकाहरूले मास्टर, हाकिम,

इन्जिनियर आदि अनेक उच्च पदाधिकारी व्यक्तित्वहरू आदि, अन्य के-के हो, के-के, यो विषयमा पूर्णरूपले थाहा नपाए पनि महिला मन्त्री भएको, महिला राष्ट्रपतिको कुरा भने अन्तरमनदेखि नै खुसी व्यक्त गर्नुहुन्छ उहाँहरू, शिक्षित नारी भनूँ वा ठूलो मान्छे बन्न नारी शिक्षाको आवश्यकताका बारेमा बुझेर नै होला नि, खुसी हुनुभएको पनि ।

अर्कोतिर फेरि त्यसबेलाका अनपढ महिलाहरू साँच्चै पूर्णरूपले गवार मूर्ख थिए होलान त ? पक्का पनि थिएनन् होला । घर-गृहस्थ चलाउनका लागि गृह विनम्र व्यावहारिक ज्ञान त मूलमन्त्र नै थियो त्यो बेला । बरू 'छोरीमान्छेले पढिलेखी उच्चशिक्षा प्राप्त गरी देश त्यागी, भेष बदली विदेसिएर जानेखालको विचारको काल्पनिक चिन्तनको सपनामा देख्ने सपनाको कल्पनाचाहिं पक्कै पनि थिएन होला तर शिक्षाप्राप्तिको नाममा आफ्ना लागि राष्ट्र छोडी विदेश जान मात्र होइन । विदेशी नारी अँगाली अनागरिक बन्न पुग्नेखालको जस्तो कल्पनासम्म पुग्ने ज्ञाान हाम्रा पूर्व पुर्खाहरू अनभिज्ञ नै होला जस्तो लाग्छ त्यसबेला ।

त्यसबेलाको नारी शिक्षा भन्नाले घरका महिलाहरू कोही कसैलाई बाधा नपुग्नेगरी आ-आफ्नो घर तथा घरका सम्बन्धित व्यावहारिक कामकाज, स्थानीय रीतिरिवाज, नातागोतासँग सम्बन्धित व्यवहार आदिलाई कदर गरी सहज जीवन चलाउन सक्ने सुसंस्कारित ज्ञानको ज्ञाान हुनु नै उसबेला गृहविनय, नारी शिक्षा ठान्दथे । गाउँघरमा चलाउने कुटोकोदालोको मात्र होइन, नेपाल सहरभित्रका उसबेला नेपाल भन्नाले काठमाडौं, भक्तपुर, ललितपुर तथा यै, यल, ख्व्प तीन सहरलाई मान्दथे । सुसम्पन्न घरका परिवारमा चलाइने ढिकी, जातोदेखि लिएर भान्छादेखि चर्पीसम्मका स्याहारसुसारको काम गर्नेलाई नै गृहविनयका गार्हस्थ शिक्षा मानी आएको हुन्थ्यो । त्यसो भन्नाले फेरि त्यस जमानामा शिक्षित नारीहरू हुँदै नभएका पनि होइनन् । आजसम्म पनि बेला-पर्वहरूमा गाउँदै आएका, पुराना गीत, लोकगीतद्वारा काव्य-सिलोक आदि लेख्नेहरू त खासगरी रानी- महारानी, घरानिया घरकी महिला, नानी, छोरीहरू नै हुन्थे । यसको अर्थ थियो - उसबेला नारी शिक्षाको प्रचलन नभएको होइन, प्रचार भने मात्र घरानिया घरका सन्तान तथा दरबारभित्र मात्र सीमित हुन्थ्यो । नेपालमा लोकतन्त्र आउनुभन्दा पहिले सात सालको क्रान्तिपछिसम्म पनि नेपालका आधीजसो जनताहरूमा नारी शिक्षाको प्रचारप्रसारमा पूर्णरूपले गणतन्त्र हुन सकेको थिएन । लोकतन्त्रपछि भने जनतामा शिक्षाको प्रचारप्रसारमा महिला-पुरूषको हातेमालो, स्वतन्त्र राष्ट्रका राष्ट्रिय महाविद्यालयको संस्थापना, त्यसपछि भने महिलाको डाडुपनियो समात्ने हात कलम, कापी र पुस्तकले सजाएको देखिन्छ । सरस्वती देवी रिसाउने होइन, खुसी भई रमाउनेको हुनुहुँदो भएछ । शिक्षाको विकासमा दुई जातिको हातेमालो - नारी र पुरष । नारी शिक्षाको प्रभावले आजजस्तो उहिले प्राथमिक स्कुल शिक्षास्तरबाट वृद्धि भई हाइस्कुल, हाइस्कुलबाट कलेज अनि, अनि क्याम्पस, बोर्डिङ, महाविद्यालय । त्यसबाट पनि झरेर भनूँ - विभिन्न स्वरूपका कुनै भाषिक, कुनै विभाषिक मन्टेश्वरी आदि अनेक-अनेक नामाङ्कृत स्तर-स्तरका पाठशाला, स्कुल-होस्टेल आदि भने थिएनन् । त्यसबेला आज आएर देशको परिस्थिति अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध, राजनैतिक गतिविधि आदिको साथै जनताको प्रगतिशील, विचारधारा आदिको कारणले गर्दा शिक्षाको

विकासमा पुरुषको साथसाथै महिलाहरूको पनि देशमा मात्र होइन, विदेशमा गई शिक्षा हासिल गर्न जाने र उच्च शिक्षामा पारङ्गत भई आफ्नो देशको मेरुदण्डको रूपमा काम गर्ने डाक्टर, इन्जिनियर मात्र होइन । राजनीति तथा राज्यस्तरका विभन्नि ओहदाहरूमा काम गर्ने पुलिस, इन्सपेक्टरदेखि लिएर ठूला-ठूला साहित्यकार, प्रोफेसर, कलाकार आदिसमेतको उत्पादन । तर कतिपय चेलीबेटी नेपाली महिलाहरू भने नारीशिक्षाको अन्तर्गत शिक्षाप्राप्तिको नाममा देश छाडी विदेसिएर बस्न जान भने न्यायिक हो अथवा शिक्षित नारीको बुद्धिमतापूर्णको बुद्धि हो भने नसकिने विचारमा दोधारित भइरहेको छु । उसबेलामा पनि नारी शिक्षा पद्धतिमा कत्ति पनि कमी भएको देखिदैनथ्यो । बौद्धकालीन शिक्षा नीतिभित्र पनि कतिपय बौद्ध, उपासिका, अनागारिका गुरुमाँ आदि विश्वविख्यात शिक्षित नारीहरूको नाम हामीले सुनिआएका हौं । आज पनि बौद्धबिहारहरूमा भन्तेहरूको दाँजोमा गुरुमाँहरूको सङ्ख्या र प्रतिस्पर्धामा कति पनि कमी भएको देखिँदैन । उहाँहरूको सङ्ख्यामा वृद्धि हुनु नारी शिक्षामा प्रगति भन्नुमा अत्युक्ति नहोला ।

अन्त्यमा, हामी नेपाली जोकोहीले जे-जति प्रगति गरे, जहाँ जाऊँ, जतिसुकै शिक्षादीक्षा, धनसम्पति हासिल गरे पनि नेपाली भएर नेपालको माटोको जलमल भएर बाँच्नु नै उच्च शिक्षा प्राप्तिको ज्ञाान ठान्दछु । आमाको काखभन्दा ठूलो विद्यालय समस्तताका लागि समस्त ज्ञाानको भण्डार प्रेम, माया, मतिना, सुरक्षा आदिको भण्डार कहींकतै नहोला भन्नेमा पूर्ण विश्वास छ ।

●

आमा

उमा रेग्मी
पूर्व मन्त्री

'आमा' शब्द मात्र होइन, एक गहिरो अनुभूति हो, जसले हाम्रो हृदयलाई सधैं छोएको छ । आमा भन्नाले निःस्वार्थ मायाँ, समर्पण र बलिदानका एक यस्तो रूपलाई जनाउँदछ, जुन कुनै पनि शब्दले पूरा रूपमा व्यक्त गर्न सकिँदैन । उनी हाम्रो जीवनको पहिलो शिक्षक र मित्र पनि हुन् । आमाबिना जीवन अधुरो, निरस र उराठिलो हुन्छ ।

आमाको मायाँ भनेको मात्र एक भावनात्मक सम्बन्ध मात्र होइन, त्यो त जीवनका हरेक कठिनाइहरू सम्झेर हामीलाई सहारा दिने, हिम्मत दिने र हरेक अवस्थामा आफ्नो माया र विश्वासले अडिग राख्ने बल हो । हामी आफैभित्रका दुःख र व्यथामा रुमलिन्छौं तर आमा सधैं हाम्रा लागि हुन्छिन् । हामीलाई मायाँ दिने, हिम्मत दिने, साहस दिने आमा नै हुन् । आमा र सन्तानको सम्बन्ध जीवनभर चल्ने मात्र हो । आमाको मायाँ भनेको त्यस्तो अमूल्य सम्पत्ति हो जसले जीवनको हरेक पललाई अर्थपूर्ण बनाउँछ । आमा शब्द नै आदरले भरिएको प्यारो शब्द हो, जसको उच्चारण गर्दा पनि मन मायाँले भरिएर आउँछ ।

प्रायःजसो सन्तान आमाको लाडप्यारमा हुर्किएका हुन्छन् । आमाको प्यारमा हुर्केका र आमाको प्यार नपाएकाहरूको स्वभावमा नै ठूलो अन्तर हुन्छ । आमाले आफू मेटिएर पनि सन्तानहरूलाई बचाउने गरेको धेरै उदाहरणहरू छन् । आमा महान् हुन्, आमा सागर हुन् र धर्ती हुन् । जस्तोसुकै अप्ठेरो घुम्तीहरूमा पनि आमाले सामना गर्दै आफ्ना सन्तानहरूलाई पार लगाउँछिन् । आमाबिना सन्तानहरू असली रूपमा टुहुरा हुन्छन् ।

पृथ्वीलाई हामी धर्तीमाता भन्छौं जसले हामीलाई पोषणयुक्त खानोकुरा दिएर हाम्रो शरीरलाई बलियो र सबल बनाउँदछ । अनेकौं प्रकारका फलफूलहरू, अन्नबालीहरू, तरकारीहरू उमारेर हाम्रा लागि पोषक तत्त्व दिने हुनाले हामी धर्तीमाता भन्छौं । त्यस्तै गाईलाई पनि गौमाता भन्छौं । जसले दूग्धजन्य पदार्थहरू हामीलाई दिन्छिन् । समग्रमा भन्नुपर्दा यो लोकमा बाँच्न, हुर्कन र अगाडि बढ्न आमाको मायाँ अपरिहार्य हुन्छ ।

●

Taekwondo Journey with my Supportive Mamu

Palesha Goverdhan Shrestha

It is very difficult to define Mother in single word or sentence which has great big meaning to child.

I was born as a second daughter and a big surprise to my family at Prasutigriha Hospital in the year 2003 with missing left palm. My family who just came out of two demises i.e. Grand Father and Phupu accepted another major challenge in their lives. As "Palesha Goverdhan" in duration of a year.

Now, a long journey has already started, raising, protecting, supporting has never been an easy task to my Mamu at the age of 24 for disabled child. I was big overnight special news to my relatives and society after birth. Suggestions were flowing and spreading across with back biting.

A light of hope knocked on me with a humble and caring hand, i.e. MY MAMU.

Raised in middle class family at Bagbazar Kathmandu, I was shy and quiet girl unlike my talkative elder sister. Initial schooling was chosen near to my home at Dreamland Public High School till Upper Kindergarten which then transferred to DAV School to grade 1.

I was admitted to primary school a year later than my fellow classmates.

Mamu's duties started as usual from preparing for school, dropping to the bus station, getting me and my sister Lazzana back from school. After the evening meal we now have strict homework's to complete followed by another set of practice copies prepared by my Mamu the day before. Then, we now can have allocated entertainment time playing and watching Cartoon and other television programs before sleep.

We all three sisters followed Mamu's daily routine till grade 10

My Taekwondo journey started with my Mamu's suggestion in choosing between alternatives of extracurricular activities, namely Dance, Music and Martial Arts; the latter being the art of self-defense which I then felt interested in and had joined the class in grade 5. Father was abroad in the USA doing his master's degree.

My continuation of Extra Curricular Activities prior professional Athlete

Mr. Umesh Sir, a grade 5 Taekwondo teacher at school saw me practicing the game and talked to my Mamu for meeting to discuss further possibilities in Taekwondo. Mamu, on the contrary, couldn't give the time as she was busy every day with her schedules.

A new Taekwondo Teacher joined the school

With passage of time Mr. Umesh, Sir, left

DAV school and a new experienced Taekwondo teacher, Mr. Kishore Kunwar took the job of Taekwondo instructor who then insisted my Mamu admit me in Taekwondo Dojang (School) for better performance; he saw something extra in me during practice at school. Mamu then remembered and realized a meeting called by the previous teacher Mr. Umesh, which she couldn't attend and meet.

Mamu realized and accepted the advice Mr. Kunwar gave for the Dojang.

Big job a head of my Mamu to search for good and close Taekwondo Dojang that together with my father went on searching the Dojang and finally found at Baphal, "The Kathmandu Taekwondo Dojang" run by Late Mr. Nirmal Shrestha.

Mamu then finalized the Dojang for me and my elder sister at Baphal for extra Taekwondo Practice.

Now, the practice journey started from 5:30 AM in the morning till 9:00 AM everyday during school vacation and every weekend during school hours travelling from Bagbazar to Baphal. My sister left the training and Dojang after two days of practice. Training was difficult jogging in the ring road, running at staircase in Swayambhu Temple etc. I got upgraded to different levels of Taekwondo belts thereafter. Everybody at home was curious about me with my Taekwondo Training. I now found myself Athlete. Mamu supported me in every move.

Happy Mamu with my Taekwondo Training

Gradually, my schedule went on and on with Schools and Taekwondo; family members all now started inquiring about the games that they've not heard before but Karate. Mamu had already started informing other close relatives about the games and the training; many of them had expressed concerns over the Martial arts game; myself being female and disable child. She, however, had cleared all queries and confusions.

New milestones with international competitions in Para taekwondo

New name "Parataekwondo" emerged in front of us with admission to Nepal Taekwondo Association licensed and authorized to send athletes to global arena for competition. Good advice from School Taekwondo Teacher "Mr. Kishore Kunwar" to Mamu, we now learnt about the disabled Taekwondo games that I am eligible to compete. We met a new parataekwondo instructor "Mr. Kalyan Kunwar" at Dashrath stadium who provides training to Para Athletes. Grade 8 had become my steppingstones with two important international competition i.e. South Korea and Vietnam where in Vietnam I won dream bronze medal for Nepal. Mamu was very happy this time, including all close relatives and family members.

Global competitions and achievements, support from Mamu

After wining of bronze medal in 4th Asian ParaTaekwondo Championship in Vietnam, Mamu now insisted me to win gold medal in big games. She also expressed concerns about my studies and went to school to get permission and procedures for international competitions. DAV school also had permitted me in this regard. I now have already travelled to many

countries like, South Korea, Vietnam, United Kingdom, Turkey, Jordan, Japan etc. Similarly, I completed 10th standard from DAV school and got admitted to Uniglobe College in grade 11.

Tokyo 2020 Paralympic Games: Everyday meal from Mamu.

At grade 11 Uniglobe College, I got Bipartite invitation to Olympic games from World Taekwondo . The era of the Corona virus COVID-19, a very difficult time in moving and Training. I was in a close camp at Hungry Treat Hotel, Manbhawan for complete 2 months taking leave from college. My Mamu during close camp travelled everyday with home cooked foods and salads due to my balanced food limitation. She oil massaged me everyday after training at the hotel. I finally lost the games in bronze medal match with Chinese athlete but became first ever athlete from Nepal to record two Olympics level wins in history.

First ever Gold, Bronze and Olympic level medal in Bahrain, China & France

After sad return from Tokyo 2020 Paralympics, Mamu along with my country cheered my victory of two Olympics wins; myself being first athlete in the history of Nepal. Now, the next great challenge ahead of me was Asian Youth Para Games in Bahrain. I was totally upset with the defeat in Olympics and decided not again in this way, but my Mamu supported me saying "you will win gold in this youth games" Don't get upset and worry just concentrate on your trainings and skills.

I finally won Gold medal in Bahrain and became first ever athlete to win Gold medal in Asian Youth games. I was so happy, and I immediately called my Mamu who was praying for me and shared this great news with her. My whole family members along with close relatives were so happy and thankful to me. Everybody along with my 85 yrs old grandmother welcomed me at the Airport.

I went to China after Bahrain youth games; undergraduate study at Tongji University, College of Architecture and Urban Planning located in Shanghai. I finally thought to leave Taekwondo for ever as I already have international gold medal and bronze medal with me but coincidently China this time was hosting both Asian Para games and Olympic qualification tournament for Paris 2024 in Hangzhou and Tiaan city.

Now, I was in dilemma whether to go again and prepare for Asian games competition as my study was very rigorous with many examinations and projects. Mamu again insisted me to compete till the Paris 2024 Paralympics and leave after winning medals. I made up my mind, informed my university and competed at Asian Para games as well as Paralympic qualification winning bronze and gold medal and became first ever para-athlete from Nepal to win Asian Games and Paralympic qualification.

Finally Long wait for Olympics is coming to an end. I had already qualified for Paris 2024 and had been studying in second semester. Now. Difficult situation ahead of me and my family concerning winning Olympic level medal. I was thinking to train only during my vacation in July and August 2024 but Mamu here told me to drop one semester for training where I

act accordingly, came to Nepal, travelled to Manchester, UK for one month training. I then got trained with Mr. Andrew Deer, British Taekwondo Coach and travelled to France along with my Nepali Coach Mr. Lama.

31st August 2024, a big day and achievement for me as I won first ever Olympics or Paralympics medal for Nepal and etched my name forever in History. I was competing with 4 athletes from Venezuela, Brazil, France & Serbia and my Mamu was praying whole day without food sitting inside temple (Puja Kotha) for my victory. God had listened to her, and I won the game.

My mother had always helped me in every step since birth to win an Olympic medal by advising, holding, caring, loving and supporting me and my other two sisters. Mothers always dedicate, devote and make strong commitments to uplift children's life by sacrificing everything and facing challenges.

I have huge respect for my mother and will love her forever, furthermore, fulfill all my duties for her in upcoming days.

Thank you !

-Parataekwondo practitioner

●

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र नेपालका निर्देशक डा. राजदादीमाज्यूले आमाघर सेवा आश्रम, मनहरीका प्रमुख सञ्चालिका ब्रह्माकुमारी सङ्गीता दिदीलाई सम्मान गर्नुहुँदै

अनन्तश्री विभूषित प्रथम महिला जगद्गुरू शङ्कराचार्य माता हेमानन्द गिरीजी महाराजज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा १२१ जना ब्रह्माकुमारीजलाई सम्मान कार्यक्रममा स्वागत गर्नु हुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदीजी

साधारण सभालाई सम्बोधनपछि सम्मान स्विकार गर्नुहुँदै पीठाधीश अनन्तश्री विभूषित महामण्डलेश्वर श्री १००८ स्वामी आत्मानन्द गिरीजी महाराज, गलेश्वर आश्रम, देवघाट

ब्रह्मनिष्ठ अग्निहोत्रीका श्रद्धेय गुरूदेव डा. सीताराम खनालज्यूलाई सम्मान गर्नुहुँदै ब्र.कु. रेवती दिदीजी

आमाघर सेवा आश्रम, मनहरीमा भारत सिक्किमबाट पाल्नुहुने बौद्धगुरू रेमपुन्छेज्यूलाई सम्मान गर्नुहुँदै आदरणीय वेदराज शर्मा सिग्देल तथा अन्य

प्रथम भागवत्वाचिका श्री १००८ विदूषी तारामाताजीसँग सामूहिक तस्बिरमा

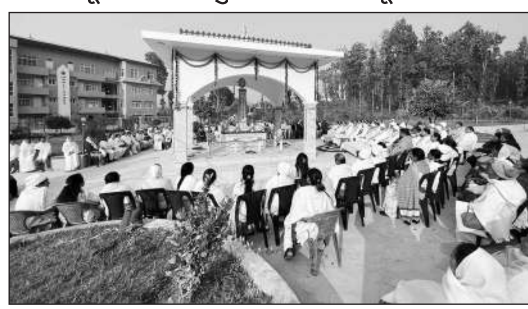
चर्चित युवा कथावाचक कपिलदेव भट्टज्यूलाई सम्मान गर्नुहुँदै ब्र.कु. रेवती दिदीजी

लोकप्रिय गायक आनन्द कार्की ,थाइल्यान्ड निवासी कुमार कार्की लगायत समूह, साङ्गीतिक कार्यक्रममा

उ.वा. सङ्घ, मनहरीका निर्वाचित अध्यक्ष गणेशमान मानन्धरज्यू तथा का.स.स. सदस्यहरूलाई सम्मान गर्नुहुँदै ब्रह्माकुमारी सुशीला दिदीजी

भान्छा सुधार अभियानमा सहभागी हुँदै अभियन्ता कविता दाहालज्यू तथा नगरप्रमुख मीना लामाज्यू

ब्रह्माकुमारीज नेपालका वरिष्ठ राजयोगी दाजुहरू तथा राजयोगिनी दिदीजीहरू आमाघरमा



मनहरी पिसपार्कस्थित शान्ति स्तम्भ उद्‌घाटनपश्चात् ध्यानमग्न अवस्थामा रहनु हुँदै

माताातीर्थ औँसीमा १२१ जना सम्मानित ब्रह्माकुमारीज दिदीजीहरू

युनाइटेड बो. स्कुल, मनहरीका बालबालिकाहरूसँग

वरिष्ठ मिडियाकर्मीहरूसँग स्नेह मिलन कार्यक्रममा दीप प्रज्ज्वलन गर्नुहुँदै

स्थानीय छिमेकीहरूसँग स्नेह मिलन कार्यक्रम

चर्चित उत्प्रेरक वक्ता डा. रविन कटुवालज्यूलाई सम्मान गर्नुहुँदै ब्र.कु. रेवती दिदीजी

उद्घोषण कला प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रशिक्षण दिनका लागि चर्चित रेडियो नेपालका वरिष्ठ अधिकृत नवीन दाहालज्यूसँग सामूहिक तस्बिरमा

त्रिदिवसीय मौन साधनामा मकवानपुरस्थित ब्रह्माकुमारीज दिदीहरू

नेचर केयरमा सहभागी हुँदै समर्पित ब्रह्माकुमारीज परिवार सदस्यहरू

नारायणी सामाजिक विकास समितिहरू पदाधिकारीज्यूहरू

भारतबाट पाल्नु भएका समर्पित दिदीहरू