जीवनको बुकलेट पढाउने ध्यान

रामचन्द्र शर्मा

हरेक चिज वस्तु वा साधनमा भिन्न खालको विशेष शक्ति र गुण हुन्छ । तिनको उपयोगिता र आयु पनि फरक छ । त्यसैले सबै सामानको पूर्ण जानकरी दिन बुकलेट राख्ने गरिन्छ । एउटा सवारी साधन किन्न हामी धेरै वटा सोरुम चाहाछौं । सवारीसाधनको इन्जिन, त्यसलाई चाहिने इन्धन, त्यसले दिने माइलेज, टिकाउपन र उपयोगको मार्गदर्शन बुझ्न बुकलेट अध्ययन गर्छौं । किनेर चलाएकाको अनुभव सुन्छौं । पैसाले किन्न सकिने सामग्रीप्रति यतिका सावधान रहने हामी आफ्नो एक बारको अमूल्य जीवनको बुकलेट पढेका छौं कि छैनौं ?

साच्चिकै भन्नुपर्दा ३ बिसे उमेरमा चलेको पंक्तिकार स्वयंलाई २ वर्षअघिसम्म जीवनको बुकलेट हुन्छ भन्ने थाहा थिएन । जीवन अमूल्य छ भन्ने थाहा त प्रायः सबैलाई छ, तर यस्तो अमूल्य जीवन उपयोगी र सार्थक बनाउने ज्ञान र कला सबैलाई थाहा नहुन सक्छ । जीवनको बुकलेट कहाँ हुन्छ र के द्वारा कसरी पढन सकिन्छ ? भन्ने विषयमा यो लेख केन्द्रित छ ।

मानव शरीरको मेरुदण्डको तल्लो भागदेखि माथिल्लो भागमा जोडिएका ७ चक्र मानव जीवनको बुकलेट हो । मेरुदण्डको तल्लो भागमा रहेको चक्रलाई मूलाधार, नाभीभन्दा २ अमल मुनिको स्वाधिष्टान, नाभी क्षेत्रको मणिपुर, हृदय क्षेत्रको अनाहद, घाँटी क्षेत्रको विशुद्धि, निधारको टीका लगाउने भागमा आज्ञा र शिरको माथिल्लो तहमा रहेको चक्रलाई सहश्रार नामले चिनिन्छ ।

मूलाधारले शारीरिक स्वस्थता र कर्ममा सफलता दिलाउँछ । स्वाधिष्टानले खुसी राख्दछ । मणिपुरले जोश जाँगर र साहस भर्दछ । अनाहदले सम्बन्ध नै सम्पत्ति हो भन्ने मनन गराई भावनात्मक सन्तुलन मिलाउँछ । विशुद्धिले अध्ययन अनुसन्धानमा मग्न राखी अनुभव र अनुभूतिजन्य ज्ञान आर्जन गराउँछ । आज्ञाले लक्ष्य लिन र लक्ष्यसँग एकाकार गराउँदै प्राप्त नहुँदासम्म निरन्तरता दिन प्रतिवद्ध बनाउँछ । सहश्रार चक्रले म को हुँ र के गर्नुपर्छ भन्ने बोध गराउँदै अन्य चक्रहरूलाई संयोजन गर्दछ ।

जीवन चलाउने एक मात्र ऊर्जाको नाम हो कुण्डलिनी ऊर्जा । नाभी क्षेत्रबाट उत्पन्न हुने कुण्डलिनी ऊर्जा जीवनको बुकलेटरुपी तिनै ७ चक्रमा बहन्छ । तिनै ७ चक्रहरूमार्फत शरीरको सबै अंगमा ऊर्जा प्रवाह हुन्छ । आफ्नै शरीरको अंगहरूको ऊर्जाको विशेषता अध्ययन गरे आफैँलाई अचम्मित पार्ने अपार ज्ञान र शक्ति भेटिन्छ । आफ्नो ऊर्जा चिनेर तदनुसार काम गरे जुनसुकै क्षेत्रमा उत्कृष्टता हासिल हुन्छ । सफलता बाध्य भएर आउँछ जीवनमा । सफलता भनेकै सुख शान्ति समृद्धि हो ।

भौतिक यन्त्रको बुकलेट बाहिरी २ आँखाले देख्छ मस्तिष्कले पढ्छ । जीवनको बुकलेट न बाहिरी आँखाले देख्न सक्छ न मस्तिष्कले पढ्न । जीवनको बुकलेट देख्न भित्री आँखा चाहिन्छ । बाहिरी २ आँखा बीचको टीका लगाउने निधारको तल्लो भाग हो भित्री आँखा । बाहिरी २ आँखा बन्द गरी ध्यान गरेपछि मात्र भित्री आँखा खुल्छ । भित्री आँखालाई तेस्रो नेत्र वा ज्ञानचक्षु भनिन्छ ।

यन्त्रको बुकलेट पढने मस्तिष्कले जीवनको बुकलेट पढ्न सक्दैन ध्यानले मात्र सक्छ । शरीरको हरेक अंगका ऊर्जा र क्षमता अलग अलग छन् । एक अंगले गर्ने काम अर्को अंगले गर्न सक्दैन । मस्तिष्कको क्षमता बाहिर देखिने भौतिक वस्तु पढ्नमा सीमित छ । जीवनको बुकलेट भित्री, सूक्ष्म र देख्न नसकिने अनुभव र अनुभूतिमा आउने कुरा हो । ध्यानबाट मात्र त्यो अनुभव र अनुभूति पाउन सकिन्छ । त्यो ध्यानको विधि ऋषिहरुले आफ्नै शरीरमा लामो अध्ययन गरेर पत्ता लगाएका हुन् ।

जीवनको बुकलेटरुपी अलग–अलग ७ चक्रको अध्ययन गतर्ने ध्यानका विधि पनि फरक फरक छन् । कुनै एक विधिले सातैचक्र र सबै अंगमा ऊर्जा जगाउन सकिदैन । आफूसँगै भएको अपार ऊर्जा र क्षमता थाहा नपाएर भौतिक उन्नतिको शिखर चुमेको वर्तमान युगमा ग्रह दशा बिग्रेर वा अरूले टुनामुना गरिदिएर प्रगति नभएको अन्धविश्वासमा ज्योतिषी र कर्मकाण्डी पण्डितको शरणमा पुग्नेको भिड देखिन्छ । ज्योतिषीले कालसर्प योग परेको छ पूजापाठ र दान गर भन्छ । पण्डितले कर्मकाण्डी पूजा गरिदिई दक्षिणा लिँदै अब दशा शान्त हुँदै जान्छन् भन्ने आश्वासन दिन्छ ।

चालु दिनलाई सफल बनाउने कर्म नगरी सफल दिन आउने प्रतिक्षामा नौथरी कुरा खेलाएर बस्छ मानिस । प्रगतिको दिन आउँदैन, पुनः ज्योतिषी र पण्डितको घनचक्करमा पर्छ । ज्योतिषी र पण्डितले धन्दा चलाइरहेका छन् । सोझासिधा मानिस भ्रममा परी भएको पनि गुम्दा थप मानसिक पीडा बेहोरेका छन् । जीवन विज्ञान विशेषज्ञ गुरुदेवद्धय रमेश नेपाल र एलपी भानु शर्माबाट दीक्षित भई योग ध्यानको साधना र आध्यात्मिक अध्ययनमा लागेको पंक्तिकार युट्युबमा जैन मुनिश्रीको एक प्रवचन सुन्न पुगे ।

कालसर्प योगको चिन्तामा राखिएको जिज्ञासाको जवाफमा भारतीय लेखक आरएन राबको 'कुरितिंया आई हैं ज्योतिषमा' भन्ने लेख र 'यत पिण्डें तत ब्रह्माण्डें' भन्ने ज्योतिष विज्ञानको सिद्धान्त उद्धृत गर्दै मुरारजी भाई देसाई, ज्ञानीजैयल सिंह, चौधरी चरण सिंह, धिरुभाइ अम्बानी, सच्चिन तेण्डुलकर जस्ता महान हस्तीहरूमा कालसर्प योग भएको उदाहरण दिए ।

उनले भने, बिगार्ने सपार्ने हाम्रो कर्मले हो ग्रह नक्षत्रले होइन । हाम्रो शरीरको तत्वको स्रोत ब्रह्माण्ड, ब्रह्माण्डीय तत्वको स्रोत सौर्य मण्डल हो । सौर्य मण्डल निश्चित गतिमा चलायमान हुन्छन् । त्यो चलायमानले ब्रह्माण्डीय तत्वमा परिवर्तन पार्छ र मानिस जन्मदा ब्रह्माण्डमा जे जुन तत्व प्रधान छ त्यही तत्व शरीरमा हुने हो । ग्रह नक्षत्रको गति सधैँ एकै रहने हुँदा मानिसलाई प्रभाव पार्दैन र लाखौं वर्ष पछिको पञ्चांग अहिले बनाउन सकिन्छ । त्यसैले पापकर्म नाश होस् भनेर भगवान्को पूजा गर ग्रह नाश हुन्छ भनेर पूजा नगर ।

ज्योतिष सिद्धान्त विज्ञानमा आधारित छ । दुरुपयोग गरेर धन्दा चलाउनेले सिर्जना गरेको भ्रममा नपरी आफ्नो कर्ममा विश्वास गर्न उनले सुझाए । जीवन र जगत ऊर्जाले चलाएको छ भन्नेमा भौतिक र अध्यात्म दुवै विज्ञान सहमत छन् । भौतिक विज्ञानले ऊर्जाको स्रोत पत्ता लगाउन सकेको छैन । अध्यात्म विज्ञानले ऊर्जाको स्रोत चेतना हो भन्ने पत्ता लगायो । त्यो चेतना नै ध्यान हो । ध्यानको कनेक्सन आत्मासँग हुन्छ । कनेक्सन हुन्छ मात्र होइन आत्मासँग नजोडिई ध्यानै लाग्दैन । किनकी चेतनाको स्रोत आत्मा हो । आत्माको स्रोत हो परमात्मा ।

यसर्थ ध्यान परमात्मासम्म पुग्ने बाटो तथा अनुभव र अनुभूति गरी ज्ञान आर्जन डिभाइस हो । यहाँनेर आत्मा परमात्मा छ छैन भन्ने पश्न उठ्न सक्ला । यो विवादमा पर्न र गर्न जरुरी नै छैन । किनभने मन हुन्छ भन्नेमा भौतिकवादी समेत सबै सहमत छन् । भगवान् वुद्धले पनि आत्मालाई नकार्नु भएको छैन । चेतना आत्मा हो अविनाशी छैन मृत्युपछि आत्मा नाश हुन्छ भन्ने तर्क हो वुद्धको ।

संक्षिप्तमा भन्नुपर्दा मनको गहिराई वा अरूको आत्माको ख्याल गर्नाले परमात्मा बुझ्न सकिन्छ । भगवान् शिवजीले ध्यानको प्रादुर्भाव गरेर ध्यानकै शक्तिले देवका पनि देव महादेव बन्नु भयो । सुरुका ५–६ वर्षको तप निरर्थक भएपछि सिद्धार्थ गौतमले १ वर्ष ध्यान गर्दा वुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो । ध्यानको महत्व र आवश्यकता बुझेरै संयुक्त राष्ट्रसंघले २१ डिसेम्बरलाई अन्तर्राष्ट्रिय ध्यान दिवस घोषित गर्‍यो ।

त्यसकारण ध्यान आन्तरिक शान्ति ल्याउनमा मात्र सीमित छैन । ध्यानमा अनन्त शक्ति छ । हरेक समस्याको समाधान छ ध्यानमा । रोग निदानको सर्वऔषधि हो भने सुख शान्ति समृद्धिको दाता । यो जीवनको परम लक्ष्य आनन्द प्राप्तिदेखि जीवन मरणको चक्रबाट छुटकारा दिलाउने मोक्षदाता हो ध्यान । ध्यान यस्तो शक्ति हो जेमा लगायो त्यही फस्टाउँछ । स्वास्थ्यवर्धक बालीमा लगाए बालीको उत्पादन बढाउँछ अनावश्यक झारमा लगाए झार हर्लक्कै बढेर सफा गर्न झन्झटमा पार्छ ।

नेपालमा राजनीतिक दलका शीर्ष नेताले राजनीति सेवा हो भन्नेमा ध्यान नलगाई पद प्रतिष्ठा र धन आर्जनको अवसर हो भन्नेमा लगाइदिँदा दलहरू गुटबन्दीको दलदलमा फस्दै देशको हर क्षेत्रलाई कमजोर बनाइदिए । त्यसैले ध्यान गर्नु र लाग्नुभन्दा पनि ध्यान केमा लगाउने भन्ने विषय महत्वपूर्ण हुन्छ । ध्यानको अपार शक्तिको रहस्य ज्योतिष सिद्धान्तमा भेटिन्छ । जसअनुसार ब्रह्माण्डीय तत्वको फेरबदलले जन्मिने व्यक्तिको शरीरमा रहने तत्व कमी–बेसी भई ऊर्जा पनि कमी–बेसी बनाउँछ । ध्यानले ऊर्जा ट्रान्सफर गरेर सन्तुलन मिलाउँछ । ऊर्जाको सन्तुलन मिलाउँदा उत्पन्न हुने रसायनले ज्ञानको दायरा फराकिलो र गहिरो बनाउँछ ।

ज्ञान जति गहिरो फराकिलो हुँदै जान्छ त्यही अनुपातमा हामीमा सत्यता, स्वाध्याय, निरहंकारिता, क्षमाशीलता, सर्वकल्याण भाव, सेवा भाव, मधुर वाणी, लक्ष्यसँग एकाकार र मुमुक्षुजस्ता नवगुण विकसित हुन्छन् । ती नवगुणको विकासको अनुपातमा हामीभित्र, श्रद्धा, भक्ति, प्रेम, करुणा, दयालु, अरूको सेवामा समर्पित हुने सेवा भाव बढ्छ र आफूमा रहेको अहंकार घट्छ । ध्यान लगाउनु पर्ने विषयको जानकारी सारा नेपाली र विश्व मानव जगतमा पुर्‍याउने हेतुले जीवन विज्ञान विशेषज्ञ गुरुदेवद्धय रमेश नेपाल र एलपी भानु शर्मा अली बृहत् र पृथक शैलीमा आफ्नै संरक्षकत्वमा खडा गरेको जीवन विज्ञान संस्थाद्वारा ठूला कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आउनुभएको छ ।

नेपाल सरकार
शहरी विकास मन्त्रालय
शहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग
सघन शहरी तथा भवन निर्माण आयोजना, राजपुर, डोटी

बोलपत्र स्वीकृती सम्बन्धी आशयको सूचना

(प्रकाशित मिति : २०८१/०९/२२)

यस आयोजनाबाट मिति २०८१/०८/१६ गते **सौर्य दैनिकमा** प्रकाशित बोलपत्र आव्हान सम्वन्धी सुचना बमोजिम प्राप्त हुन आएका बोलपत्रदाताहरु मध्ये निम्न अनुसारका बोलपत्रदाताको बोलपत्र न्युनतम मूल्यांकित सारभूत रुपमा प्रभावग्राही भई स्वीकृतीको लागि छनौट भएकाले सार्बजनिक खरिद ऐन, २०६३ को दफा २७ (२) को प्रयोजनका लागि बोलपत्र स्वीकृती गर्ने आशयको सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

सि. नं.	ठेक्का नं.	योजनाको नाम	बोलपत्रदाताको नाम	कबोल अंक मुद्रा रु पि.एस र मु.अ.कर समेत
१	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/01-2081/082	Construction Of Road Kauchyakhali-Kedar Mandir Gargau, Dasrathchand Municipality-4, Baitadi	M/S Su Sandip Construction., Dasrathchand, Baitadi	73,97,116.25
२	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/02-2081/082	Construction & Upgradation of Road Patal-Dhaulkada-Liunde Mela, Bungal Municipality-11,9,8,10	M/S Suchitra Construction, Chainpur, Bajhang.	82,71,904.00
३	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/03-2081/082	Construction Of Narayan Ma.Vi. Building, Jayprithivi Municipality-01, Pimi, Bajhang	M/S Dudhir Masta Nirman Sewa, Jayprithivi Na.Pa-6, Bajhang	63,17,149.77
४	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/04-2081/082	Construction Of Laligurans Multipurpose Community Building, Chabispathibhera Ga.pa-3,4,5, Bajhang	M/S Bannimasta Nirman Sewa, Chabispathivera-3, Bajhang.	62,16,936.57
५	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/05-2081/082	Bhagawati Ma.vi Building Construction, Budhiganga Municipality-10, Bajura	M/S Shreekrishna Engg. Construction Pvt. Ltd., Budhiganga Na.Pa-04,Bajura.	56,13,247.00
६	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/06-2081/082	Construction of Rupali Aadharbhut Ma.vi School building Construction, Swamikartik - Khapar Rural Municipality -01 Rudhi Bajura	M/S Y.D Construction Pvt.ltd., Swamikartik Khapardaha Ga.Pa.-3, Bajura	56,04,642.05
७	PUDBC/DOTI/NCB/ Works/07-2081/082	Upgrading of Road from maure zero point to Triveni 1-2-3-4-chhatara at Triveni,Bajura	M/S B.R.S.Construction &Suppliers, Kuldevmandu -09, Bajura.	43,17,726.88

बागमती प्रदेश सरकार
स्वाथ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य आपूर्ति व्यवस्थापन केन्द्र
हेटौडा
बागमती प्रदेश, नेपाल

बोलपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

प्रकाशित मिति : २०८१/०९/२२

यस केन्द्रबाट राष्ट्रिय पत्रिकामा आह्ववान गरिएको तपशिल बमोजिमको बोलपत्र अन्तर्गत तपसिलको फर्म न्युनतम मूल्याङ्कित सारभुत रुपमा प्रभावग्राही देखिन आएकोले बोलपत्र स्वीकृतीको लागि छनौट भएको हुदा सार्वजनिक खरिद ऐन, २०६३ को दफा २७ (२) बमोजिम बोलपत्र स्वीकृत गर्न आशयको सुचना प्रकाशित गरिएको छ ।

S. N.	Contract Name/ Contract Number	Bidder's Name/ Address	Amount (Without VAT)
1.	Supply, Delivery & Installation of C-Arm Machine (Re-Bid); IFB No. : HLMC/G/NCB-01/2081-82	National Electrotech Pvt. Ltd.,Kathmandu	Nrs. 8,378,000.00

निर्देशक

स्थानीय सरकार
दुहवी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
दुहवी, सुनसरी
कोशी प्रदेश, नेपाल

बोलपत्रको प्राविधिक प्रस्ताब स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

प्रकाशित मितिः २०८१।०९।२२

यस कार्यालयबाट प्रकाशित सूचना अनुसार बिभिन्न निमाण कार्य गर्नको लागि आव्हान भएको बोलपत्रको सूचना बमोजिम प्राप्त हुन आएका बोलपत्रदाताहरुबाट निम्नानुसारको प्राविधिक प्रस्ताव स्वीकृतिको लागि छनौट भएको हुदाँ सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ दफा २७(२) बोजिम बोलपत्रको प्राविधिक प्रस्ताव स्वीकृत गर्न ७ दिने आशयको सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

क्र.सं.	योजनाको नाम	बेलपत्रपत्र नं.	छनौट भएको बोलपत्रदाताको नाम र ठेगाना	प्राविधिक प्रस्ताब
1	Construction of Building with Shutter work, Parking Work, Open Shade, Public toilet, Drain slab, inter Block work at Haatbajar, ward-4	(DM/NCB/ work/2081/ 082-14)	MAHANGKAL/MANISH J.V, Dhankuta-7	सफल
			MAKALU-FINE JV, inaruwa-3, sunsari Nepal	सफल
			Joshila Nirman Sewa Pvt. Ltd., Biratnagar-13	सफल
			SNS Aashrika J.V, Biratnagar -6 Morang	सफल

गौरादह नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
गौरादह, झापा
कोशी प्रदेश, नेपाल

आर्थिक प्रस्ताव खोल्ने सम्बन्धमा

प्रथम पटक प्रकाशित मितिः-२०८१/०९/२२

उपरोक्त सम्बन्धमा यस गौरादह नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, गौरादह, झापा बाट मिति २०८१/०५/२४ गते "Construction of 15 Bed Primary Hospital, Gauradaha-01,Jhapa,Nepal", शीर्षकको ठेक्का सङ्केत नं GMO/W/NCB/B/01/081-082 को प्रकाशित सूचना अनुसार तोकिएको समयसिमा भित्र E-BID मार्फत दर्ता हुन आएका बोलपत्रहरू मध्ये प्राविधिक प्रस्तावको मूल्याङ्कन गर्दा निम्न अनुसारका बोलपत्रदाताहरू प्राविधिक शर्तहरू पुरा गर्न सफल भएको हुँदा सफल बोलपत्रदाताहरूले पेश गरेको आर्थिक प्रस्ताव मिति २०८१/०९/२९ गते दिनको २:०० बजे यस गौरादह नगरपालिकाको कार्यालयमा खोलिने भएकोले सार्वजनिक खरिद नियमावली २०६४ को नियम ३१ (ज) उपनियम (५) तथा (६) को प्रयोजनार्थ सम्बन्धित सबैको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

तपसिल-

सि.नं	प्राविधिक प्रस्तावमा सफल बोलपत्रदाताको नाम	कैफियत
1.	TULSI BHAKTA CONSTRUCTION PVT.LTD.KATHMANDU	
2.	ROYAL CONSTRUCTION,DHANGADI-2,KAILALI	
3.	PRABIN NIRMAN SEWA DAMAK 05 JHAPA	
4.	RAYUSH -B& B-MAHANGKAL J/V,BUDHANILKANTHA,KATHMANDU	
5.	AKRITI MALIKA-SUNCHHAHARI-KUMAR GANESH CONSTRUCTION(AMC-SC-KGC JV), KATHMANDU NEPAL	
6.	KIRATESHWOR CONSTRUCTION AND DRILLING COMPANY PVT.LTD.-RUDRAKSHA MANDALA CONSTRUCTION AND SUPPLIERS CO.PVT.LTD.SUKEDHARA,KATHMANDU(KCDC-RMCSC JV)	
7.	RAMKOT CONSTRUCTION -AXIS ASIAN CONSTRUCTION COMPANY,BHIMESWOR,DOLAKHA (AACC-RAMKOT JV)	
8.	APM CONSTRUCTION & BUILDERS ; KEY WEST CONSTRUCTION AND SUPPLIERS & BAJU BUILDERS PVT.LTD.NEW BANESHWOR,KATHMANDU (APM-KEY WEST-BAJU JV)	
9.	GHISING BUILDERS PVT.LTD-MANGSUWA NIRMAN SEWA PVT.LTD.DAMAK-08,JHAPA (GHISING-MANGSUWA JV)	
10.	SONS & SONS CONSTRUCTION - ISHWORI CONSTRUCTION & SUPPLIERS PVT.LTD.-VICTORIA HYDRO CONSTRUCTION PVT.LTD.KATHMANDU (SONS & SONS-ISHWORI-VHC JOINT JV)	
11.	KSHITIZ NIRMAN SEWA-SURENDRA NIRMAN SEWA,BHAKTAPUR (KSHITIZ-SURENDRA JV)	
12.	LOTUS MULTI CONSTRUCTION PVT LTD. - BIS CONSTRUCTION PVT. LTD.KAVRE NEPAL (LOTUS-BIS JV)	
13.	J & J NIRMAN SEWA - HENA CONSTRUCTION,DAMAK-2,JHAPA (J& J -HENA JV)	
14.	A.C.E. CONSTRUCTION AND ENGINEERING PVT.LTD. & ANMOL NIRMAN SEWA,BAJHANG NEPAL (ACE-ANS JV)	

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत