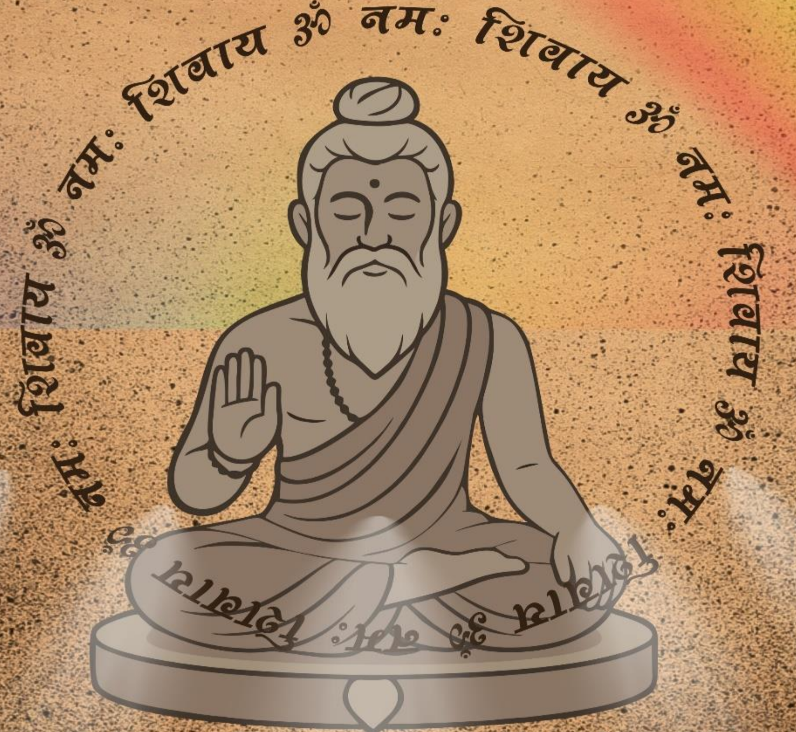
एक आध्यात्मिक यात्रा

The Journey of Sacred Pilgrimage

व्यास पुण्य सर्किट

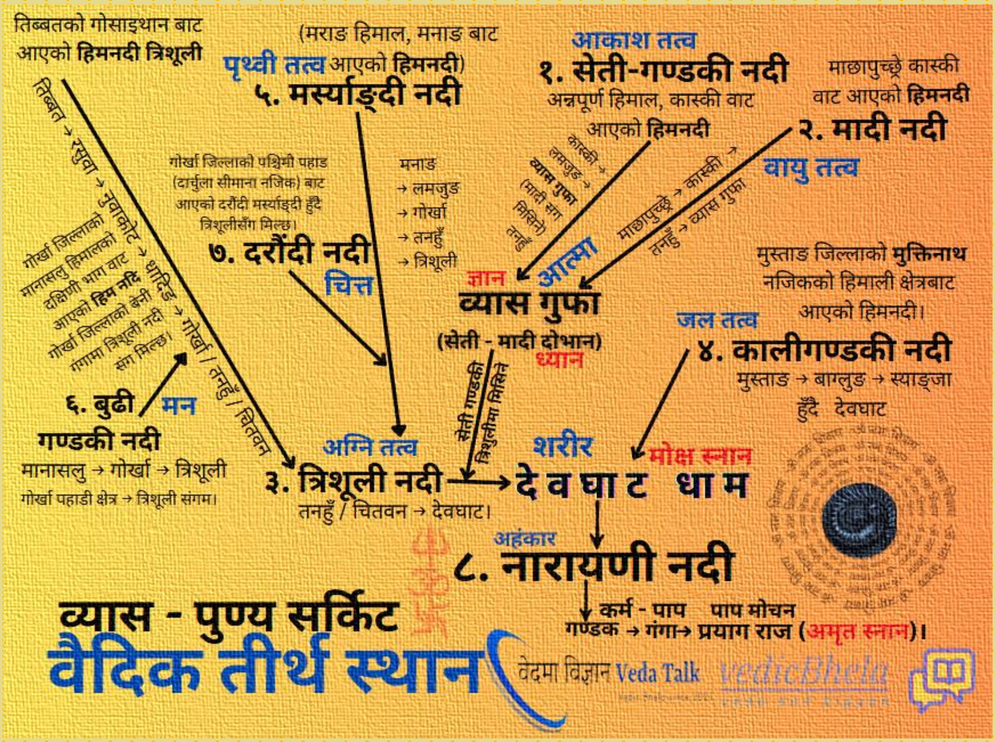


अथर्ववेदाचार्यः

नारायण घिमिरे।

व्यास पुण्य सर्किट

एक आध्यात्मिक यात्रा



Vyasa Punya Circuit

The Journey of Sacred Pilgrimage

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

जीवनसाथी

प्रिय कल्पना रिजाल लाई,

सप्रेम समर्पण।

प्रकाशक: क्यानेडियन वैदिक हेरिटेज। कपिराइट © २०२५ ।

विषयसूची (Table of Contents)

भूमिका (Background)

१. परिचय: नेपालको पवित्र भूगोल (Introduction: Sacred Geography of Nepal)

२. ऐतिहासिक र शास्त्रीय आधारहरू (Historical and Scriptural Foundations)

३. देवघाट धाम: पवित्र संगम (Devghat Dham: The Sacred Confluence)

४. नौ नदीहरू: उत्पत्ति र आध्यात्मिक महत्व (Nine Rivers: Origins and Spiritual Significance)

५. वैदिक र पुराणिक सन्दर्भहरू (Vedic and Puranic References)

६. पुण्य सर्किट: दार्शनिक ढाँचा (Punya Circuit: Philosophical Framework)

७. तत्व र चेतना मानचित्रण (Elemental and Consciousness Mapping)

८. तीर्थयात्रा पद्धति र अभ्यासहरू (Pilgrimage Methodology and Practices)

९. समसामयिक प्रासंगिकता र अनुप्रयोगहरू (Contemporary Relevance and Applications)

१०. निष्कर्ष: एक जीवन्त आध्यात्मिक प्रविधि (Conclusion: A Living Spiritual Technology)

११. अनुसूची - १,२,३, ४,५,६,७।

१२. सन्दर्भ सामग्री (References)

भूमिका (Background)

तनहुँ स्थित देवघाटमा गरिने पापमोचन तथा मुक्ति-स्नान सर्वश्रेष्ठ वैदिक स्नान मानिन्छ। स्नान मार्फत प्राप्त हुने पुण्यमध्ये देवघाट पापमोचन तथा मुक्ति-स्नान अत्युत्तम फलदायी तीर्थ मानिएको छ। वैदिक परम्परामा वर्णित अन्य तीर्थ-स्नानहरूले पनि पुण्य दिन्छन्। तर देवघाट-स्नानको आध्यात्मिक प्रभाव विशेष रूपमा उच्च र दुर्लभ अनुभूति दिने मान्यता छ। देवघाटको यो महान् अवसर त्यही व्यक्तिले पाउँछ, जसले जीवनलाई सत्कर्म, उत्तरदायित्व र परमार्थको भावनासहित जिएर आफू र समाजप्रति कर्तव्य पूरा गरेको हुन्छ। सत्कर्मले निर्मल गरिएको मनले यहाँ स्नान गर्दा आत्मशुद्धि, अहंकार-क्षालन र मुक्तिको रसास्वादन सम्भव हुन्छ।

तनहुँमा अवस्थित व्यासगुफा ध्यान-धारणा र ज्ञान-प्रकाशको अद्वितीय धाम हो। सेती-मादीको पवित्र जलस्पर्श, पर्वतीय प्रकृतिको निस्तब्धता र गुफाको दिव्य वातावरणले साधकलाई अन्तरमन शान्ततर्फ डोर्याउँछ। यहाँ साधनापूर्वक बसेको चेतनामा सत्यबोध

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

नजिकिँदै जान्छ–मानौँ पुण्यभूमिको देवऊर्जा स्वयं अन्तरात्मामा अवतरित हुँदै होस्।

यस तीर्थयात्राको मूल सत्य के हो भने, प्रत्येक प्राणीलाई प्रकृतिको करुणा र परमात्माको अनुग्रहमाथि उभिएर आफ्नै विवेक, इच्छा-शक्ति र निर्णयका आधारमा जीवन जिउने स्वतन्त्रता छ। हरेक कर्म र दृष्टिकोण स्वतन्त्र छनौटकै परिणामस्वरूप फलित हुन्छ–कहिलेकाहीँ जानिँदो, कहिले नजानिँदो–यही चेतनाको शिक्षालाई शास्त्रले 'ज्ञान' भन्छ; भर्गो-ज्योतिमा स्नान गर्दा, अहंकार क्षीण पर्दा वा प्रज्ञापराध टर्दा, यो बोध आणविक उज्यालोझैँ विस्तार हुन्छ।

यहाँ पुगेका धैरै मनहरूले ज्ञान, विज्ञान र अध्यात्मको प्राज्ञशक्ति सान्दर्भिक रूपमा अनुभूत गर्छन्। तर धेरैजसो मानिसहरू भौतिक विलासिताबाट जन्मेको आसक्तिको कारण पीडित बनेर, त्यही आसक्तिको पूर्ति कामना सहित मागेर फर्कन्छन्–जहाँ ईश्वर-साक्षात्कारको सम्भावना थियो, त्यहाँ 'माग्ने मन' ले आफूलाई दुःखी आत्माको स्तरमा सीमित पारिदिन्छ। प्रकृतिको नियम स्पष्ट छ – जसमा मन केन्द्रित हुन्छ,

चेतना त्यतैतर्फ ढल्किन्छ; त्यसैको ज्ञान बृद्धि हुन्छ; त्यसैका बीजहरू मनमा रोपिन्छन्; अनि त्यसकै चाहनाले जीवनको दिशानिर्धारण गर्छ।

अतः यस्ता मंगलमयी धामहरूमा पुग्नेहरूमा कसैले जीवन-दीप, भर्गो-ज्योति, सत्य-रसको अनुभूति गर्छन्; कसैले भौतिक अभिलाषाको क्षणिक तुष्टिमा सन्तोष मान्छन्। यहाँ जो-जो पुग्छन्, सबैले केही न केही प्राप्त अवश्य गर्छन् – तर प्राप्ति सधैं आफ्नै पात्रता, तयारी र चेतनाको स्तरअनुसार नै हुन्छ।

देवघाटको स्नान आत्मशुद्धिको संकल्प हो; व्यासगुफाको साधना सत्यबोधको यात्रा हो। जब स्नान भक्ति-पूर्वक, कर्म उत्तरदायित्व-पूर्वक, र ध्यान विनय-पूर्वक गरिन्छ, तब तीर्थ केवल स्थान नरहेर – आत्माको उन्नतिको मार्ग बन्छ।

वेद व्यास र गणेशको पुण्य कर्म स्थान व्यास गुफा र मोक्ष स्नान स्थल देव घाट रहेको पुण्य भूमि तनहुँ अत्यन्त ठुलो दुई धार्मिक आस्थाको वैदिक तीर्थ स्थान हो। वेद पुण्य सर्किट बारे "वेद र विज्ञानको

आधारमा" पहिचान गरिएको वैदिक निचोडले व्यास गुफा प्रभावित स्थान संसारकै उत्कृष्ट ध्यान तीर्थ स्थल, देवघाट मोक्ष स्नान स्थल र भारतको प्रयाग राज पाप मोचनको अमृत स्नान स्थल रहेको पुष्टि गर्दछ।

जब भक्ति पूर्वक खाना निर्माण गरिन्छ, त्यो प्रसाद बन्छ।
भक्ति पूर्वक गरिएको यात्रा तीर्थ बन्छ।
भक्ति पूर्वक गरिएको सङ्गीत कीर्तन बन्छ।
भक्ति पूर्वक गरिएको कर्म सेवा मानिन्छ।
भक्ति पूर्वक निर्माण गरिएको गृहस्थी वा घर मन्दिर बन्छ।
भक्ति पूर्वक उपलब्ध गराइएको पानी, पेय वा ज्ञानलाई अमृत ठानिन्छ।
अमृतलाई मूलतः जलतत्त्व भनिन्छ।

वेद र विज्ञानको गहिराइमा पुगेर हेर्दा नेपालको महत्त्वपूर्ण जल प्रवाहको रूपमा चिनिने गण्डकी नदी र त्यसको काखमा रहेको व्यास गुफा र देवघाटको अत्यन्त ठुलो वैदिक महत्त्व छ। यसलाई गहिरिएर बुझ्न सक्दा वेद व्यास र गणेशको कार्य क्षेत्र दमौलीको व्यास गुफा, आयुर्वेदका प्लास्टिक सर्जन र आचार्य सुश्रुतको कर्म क्षेत्र देवघाट, पाणिनीको कर्म क्षेत्र गुल्मी अर्घाखाँची जस्ता क्षेत्र किन हुन् पुगेको रहेछ भन्ने

जान्न सहज हुने छ। गण्डकी नदीको प्रमुख सहायक नदीहरू काली गण्डकी, बुढी गण्डकी, सेती गण्डकी, मादी, दरौंदी, मर्स्याङ्दी र त्रिशूली भएकोले यसलाई सात सहायक नदीहरूको सङ्गम "सप्तगण्डकी भनिन्छ। चितवन - नवलपरासी क्षेत्रमा प्रवेश गरिसकेपछि यसलाई "नारायणी" नामले पुकारिन्छ। भारतीय भूभागमा पुगे पछि यस लाई फेरी "गण्डक" नदी कै नामले चिन्ने गरिन्छ।

नारायणी - गण्डक भाग अथर्व वेदको चुरो सांख्य सिद्धान्तको प्रवर्तक ऋषि कपिलको कार्य क्षेत्र हो। ऋषि कपिलले कपिल बस्तु वरपर आफ्नो जीवनको कठोर तपस्या र सिद्धान्त प्रतिपादन पुरा गरे। सेती-मादी प्रभावको व्यास गुफाको शक्तिले ध्यान मार्फत ज्ञान लिने उनी दैनिक त्रिवेणी गजेन्द्रमोक्ष दिव्य धाम स्नान गर्ने गर्दथे। नियमित देवघाटमा मोक्ष स्नान गर्न पुग्दथे।

चितवन जिल्लाको देवघाट नजिक काली गण्डकी (पश्चिमबाट), सेती गण्डकी (उत्तर-पश्चिमबाट), त्रिशूली, बुढी गण्डकी र मर्स्याङ्दी नदीहरू मिलेर नारायणी

नदीको रूप लिन्छ। यसै कारणले यसलाई "सप्तगण्डकी" अर्थात् सात सहायक नदीहरूको सङ्गम भनिएको हो। देवघाट धाम र भरतपुर नगरको किनार हुँदै यो नदी बग्दछ र नारायणगढमा अवस्थित पक्की पुलले यसको पार्श्वलाई जोड्छ। नवलपरासीको त्रिवेणीबाट नारायणी भारततर्फ प्रवाहित हुन्छ।

उल्लेखित नदी किनारहरूमा हाल लोमान्थाङ, जोमसोम, बेनी, बागलुङ, कुस्मा, रिडी, देवघाट, नारायण घाट र त्रिवेणी जस्ता मानव बस्ती तथा नगरहरू विकसित भएका छन्।

वैदिक अवधारणा अनुरूप **गण्डक (Gaṇḍaka)** शब्द पाँच प्रकारका पन्च तत्व वा त्यसको प्रभाव मध्येको कुनै एक तत्व लाई जनाउन प्रयोग गरिन्छ। ज्ञानको हिसाबमा चर्चा गर्दा पाँच प्रकारका तत्व लाई पञ्च-गण्डक भनिन्छ जसले पाँच तरहका जीवनका अवस्थाहरू लाई जनाउने गर्दछ।

ती पाँच अवस्थाहरू नरक (नर्क) अवस्था, पशु अवस्था, प्रेत (भूत) अवस्था, देवता (स्वर्ग) अवस्था तथा नर

अर्थात् मानव अवस्थालाई सङ्केत गर्दछ। ध्यानको दृष्टिकोण वाट कुरा गर्दा संसार-चक्रका पाँच अवस्थाहरू मध्ये कुनै एक अवस्था जनाउन समेत गण्डक (Gaṇḍaka) शब्दको प्रयोग हुन्छ।

सेती (Seti) शब्द संस्कृत भाषाको सीव्यति (sīvyati) शब्द वाट बनेको हो। जहाँ सीव्यति (sīvyati) शब्दको अर्थ सेतुम् अर्थात् एक आपसमा जोड्ने तत्व गुणको अर्थ दिन्छ। पन्च तत्व गुणका हरेक गुणलाई जोड्ने वृति बोकेको तत्व सेती गण्डक तत्व हो। जसले पन्च तत्व गुण मध्येका हरेक तत्व गुण कुनै पनि अव्यक्त बस्तु व्यक्त भएर अस्तित्व देखिन त्यो रहनको लागि जरुरी हुने खालि स्थान अर्थात् आकाश तत्व गुणको उपलब्धता गराउने गर्दछ। त्यसैले सेती गण्डक लाई आकाश तत्वको रूपमा बुझिन्छ।

संस्कृतमा **मादी (mādī)** शब्दले अव्यक्तता लाई व्यक्त गर्ने उत्पादनशील स्त्री ऊर्जा गुणको सङ्केत गर्दछ। गर्व धारण गर्न तैयार रहेको उत्पादनशील प्रकृति रुपी हिरण्य गर्भको अव्यक्तता व्यक्त हुने पहिलो तत्व गुण नै मादिन् (maādin) गुण हो। पन्च

तत्व गुणको परिवेशमा मादी (mādī) शब्दले ध्वनी शक्तिको वायु गुणलाई जनाउने गर्दछ। मादी नदीले निरन्तर प्रवाहमा रहने क्वान्टम वेब फङ्गसनको अविरल वायु तत्व गुण तर्फ सङ्केत गरेको हुन्छ।

मर्स्याङ्दी (marsyāṅdī) शब्द मर्स्य (masya) + आङ्ग (āṅga) + ई (ī) मिली बनेको छ। जहाँ मर्स्यको अर्थ शुद्ध गुण वा रूपको भन्ने लाग्दछ। आङ्गको अर्थ मुख्य शरीर हो। ई प्रत्यय उत्पादन वृति बोकेको स्त्री शक्ति गुण जनाउन जोडिने गरिन्छ। पन्च तत्व गुणको सन्दर्भमा मर्स्याङ्दी (marsyāṅdī) शब्दले मुख्य शरीरको निर्माण गर्ने सुद्ध तत्व अर्थात् पृथ्वी तत्व गुणलाई जनाउने गर्दछ।

त्रिशूली (Triśūli) शब्दले त्रिशूलको शक्ति लाई जनाउने गर्दछ। जुन उत्पादनशील हुने हुँदा स्त्री गुणको सङ्केत गर्न त्रिशूल लाई त्रिशूली भनी उल्लेख गर्ने गरिन्छ जुन दिव्य अधिकार र शक्तिको प्रतीक हो। मुख्यतया पार्वती वा नव दुर्गा देवी शक्ति युक्त तीन टाँड वा भाला भएको ॐ तत्व वा हतियार त्रिशूलीले सत्व, रजस्, तमस् तीन गुणहरू तथा जाग्रत, स्वप्न र

सुषुप्ति जस्ता तीन आध्यात्मिक अवस्थाहरू लाई जनाउँछ। प्राकृतिक ब्रह्माण्डीय चेतनाको उपयोग गरी एक रूप वाट अर्को रूपमा परिवर्तन हुने क्षमताको सम्पूर्ण ब्रह्माण्डीय ऊर्जा गुण लाई पन्च तत्वको दृष्टिकोणले अग्नि तत्व गुणको रूपमा पहिचान गरिन्छ। नदी शब्दले त्यसको अविरल अटुट प्रवाहलाई सङ्केत गर्दछ।

वैदिक मान्यतामा व्यक्तिले आफ्नो जीवनमा आफूले लिएको उद्‌देश्य प्राप्ति गर्नुमा उसको उद्‌देश्य प्राप्तिको खातिर भएको लगनशीलता अर्थात् भक्ति वृतिको निकै ठुलो भूमिका हुने ठानिन्छ। जसलाई भक्तिको शक्ति भन्ने गरिन्छ। शक्ति भनेको प्रकृतिको तागत अर्थात् शिवको अर्धाङ्गिनी पार्वतीको नाम हो। जब भक्ति पूर्वक खाना निर्माण गरिन्छ, त्यो प्रसाद बन्दछ। भक्ति पूर्वकको यात्रा तीर्थ बन्दछ। भक्ति पूर्वकको सङ्गीत कीर्तन हुन्छ। भक्ति पूर्वक गरिएको कर्म सेवा मानिन्छ। भक्ति पूर्वक निर्माण गरिएको गृहस्थी वा घर मन्दिर बन्दछ। भक्ति पूर्वक

उपलब्ध गराइएको पानी वा पेय वा ज्ञान अमृत बन्ने ठानिन्छ। अमृतलाई मूलतः जल तत्व भनिन्छ।

समय, शक्ति र कालकी (मृत्यु) देवी भनेर **काली (Kālī)** लाई चित्रित गरिन्छ। जो आफैँ भयमा परि रहेका छन्, तिनीहरूलाई तिनीहरूको अज्ञानताको कारण विकसित त्यस्ता भयको शृङ्खलालाई ज्ञानको (अमृत ज्ञान) उपलब्धता मार्फत सम्बोधन गरी समाप्त गर्ने गुण काली शक्तिमा निहित हुने गर्दछ।

कालिका (Kālikā) समेत भनेर सम्बोधन गरिने काली (Kālī) शक्ति जीवनमा देखिएका कालो बादल रुपी भ्रम वा विषाक्तता वाट मुक्त गर्ने देवीको रूप को हुन्छ। पन्च तत्वको सन्दर्भमा जल तत्वले त्यस्तो भूमिका निभाउने हुँदा काली (Kālī) नदी भनेर जल तत्वको असीमित अटुट प्रवाह गुणको तत्वलाई सङ्केत गरेको बुझिन्छ। त्यसैले **काली गण्डकीमा** भेटिने विष्णुको विष्णुको सुदर्शन चक्र अङ्कित हुने शिलाहरू अर्थात् शालिग्राम भेटिने र यो विष्णुको अवतार भएको विश्वास गरिन्छ। सृष्टिको न्याय र संरक्षणको प्रतीक विष्णु जीवनको समेत संरक्षक हुन्।आध्यात्मिक ऊर्जा

र शक्तिको प्रतीक शालिग्रामको पूजा गर्दा व्यक्तिलाई शान्ति, सफलता र मोक्ष (मुक्ति) प्राप्त हुने विश्वास गरिन्छ।

बुडी गण्डकीमा (Budī Gaṇḍakī) प्रयोग भएको "बुडी" शब्दको अर्थ परम्परागत प्राचीन ज्ञान र समयको प्रवाह भन्ने बुझिन्छ। तान्त्रिक तथा वेदान्तिक परम्परामा, प्रकृतिको दिव्य शक्तिको प्रवाहको प्रकट स्वरूपका रूपमा नदीलाई लिने गरिन्छ। तसर्थ, "बुडी गण्डकी" नाम देवीको प्राचीन ज्ञानको प्रतीक हो। जसलाई ब्रह्माण्ड चेतनाको शक्तिको अंश मानिन्छ। देवीको प्राचीन ज्ञानको त्यो अंश त्यस्तो ज्ञान हो, जसले व्यक्त भौतिक (अपरा) जीवनलाई अव्यक्त परा-गुण रुपी शक्ति मार्फत निरन्तर पोषण गर्ने गर्दछ। सामान्य व्यवहारिक रूपमा, यसलाई व्यक्तिले आफ्नो आत्मबलको रूपमा महसुस गर्दछ।

वेदान्त र योग दर्शन अनुसार, मन (Mind), अहङ्कार (Ego), चित्त (Memory) र बुद्धि (Intellect) चार वटा तत्वहरू मिलेर अन्तःकरण (Inner Instrument) वा मानसिक तन्त्र निर्मित हुने विश्वास गरिन्छ।

अन्तःकरणको चिन्तनशील पक्ष अर्थात् मन, विचार, कल्पना, इच्छा, भावना, र संवेदनाहरूको केन्द्रका रूपमा आत्मबल गुणको भूमिका हुन्छ। बुडी गण्डकीले व्यक्तिमा निरन्तर कायम रहने आत्मा बलको पक्ष सङ्केत गर्ने गर्दछ।जसलाई मनको (Mind) रूपमा पहिचान गर्ने गरिन्छ।

दरौंदी शब्द संस्कृत शब्द दरिद्र (dāridra) + अह (aha) को नेपाली अपभ्रंश रूप हो। दरिद्र (dāridra) शब्द दारिद्र्य (dāridrya) बाट आएको हो। जसको अर्थ अभाव (Abhāv) वा असन्तुष्ट (Indigence and Neediness) अभावग्रस्त अवस्था (Abhāvagrasta Avasthā) गुण हो। अहम् (aham) वाट आएको अह (aha) शब्दको अर्थ "क्षण" वा "समय" भन्ने लाग्दछ। जसले अहङ्कारको पैदा गर्ने कारक समयलाई सङ्केत गर्दछ। जसले वेदान्त र योग दर्शन अनुसारको अन्तःकरणको चित्त (Memory) गुण वृतिको सङ्केत गर्दछ। संस्कृत वाट दरौंदी शब्दमा अपभ्रंश भएको र हिम नदी वाट उत्पत्ति नभई जमिनको निकासको पानी

वाट बनेको दरौंदी नदीले व्यक्तिको मनले विकास गरेको चित्त वृतिको सङ्केत गर्दछ।

भगवान् विष्णु लाई नारायण भनी सम्बोधन गरिन्छ। नारायणी नारायणको शक्तिस्वरूपा वा पत्नी हुन्। अद्‌वैत वेदान्तमा नारायणीले शुद्‌ध चैतन्य शक्ति बुझाउने भएता पनि भगवान् विष्णुको फरक फरक शक्तिको प्रकृति उनका फरक फरक दिव्य पत्नीहरूको रूपमा चर्चा गरिन्छ। जसमा धन, समृद्‌धि र ऐश्वर्यकी देवी लाई लक्ष्मी (श्रीदेवी) भनिन्छ। धैर्य, स्थिरता र पोषणको प्रतीक लाई पृथ्वीको दिव्य स्वरूप भू-देवीको रूपमा मानिन्छ। बल र साहसकी देवी, रक्षा शक्ति लाई नीलादेवी भनिएको छ।

समग्रमा नारायण सम्पूर्ण प्राणीहरूको आश्रय स्थान उपलब्ध गराउने प्राकृतिक शक्ति हुन्। जुन सप्त शक्ति अर्थात् पाँच पन्च तत्व, मन र चित्त वाट बनेको हुन्छ। यसरी नारायणी नदीले एक व्यक्तिको समग्र शरीरलाई सङ्केत गर्दछ। सनातन संस्कृतिमा जलको श्रोतको नजिक मन्दिरको स्थापना गरी शरीर विज्ञान बारे समाजमा वैदिक चेतना फैल्याउने कार्य गरिन्छ।

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

मानव शरीर भूदेवी (Bhudevi) अर्थात् पृथ्वी (Prithvi - Earth) तत्व, लक्ष्मी (Lakshmi) अर्थात् जल (Apah - Water) तत्व, दुर्गा (Mahakali) अर्थात् अग्नि (Agni - Fire) तत्व, नीलादेवी (Neela Devi) अर्थात् वायु (Vayu - Air) तत्व, सरस्वती (Saraswati) अर्थात् आकाश (Aakash - Space) तत्व, गायत्री (Gayatri Devi) अर्थात् मन (Mana - Mind) तत्व, योगमाया (Yogamaya / Dharti Mata) अर्थात् चित्त / बुद्धि (Chitta / Buddhi - Intellect) तत्व गरी पन्च तत्व शक्ति गुण र अन्तःकरण निर्मित हुन्छ।

व्यक्तिले भौतिक शरीरका इन्द्रियहरू मार्फत भौतिक संसारको अनुभूति गर्दछ। यो अनुभूतिका कारण उसले आफूलाई अस्तित्ववान ठान्छ र "म" को रूपमा स्थापित गर्दछ, जसलाई **अहंकार** भनिन्छ। अनुभूति र अहंकारले व्यक्तिमा चाहनाको विकास गराउँछ, जसले उसको मनलाई चञ्चल बनाउँछ र चित्त वृत्तिको निर्माण गर्छ। चित्त वृत्तिबाट उत्पन्न चाहना कर्ममार्फत व्यक्त हुन्छ। यस अनुभूतिको निरन्तर अनुभवले बुद्धि र अहंकार दुबैको विकास गराउँछ, जसले झन्

बढी लगाव उत्पन्न गर्छ। अन्तःकरणको यो सक्रियताले व्यक्ति भौतिक मायावी संसारको सुख-दुःखमा जकडिन्छ र दैनिक जीवनमा पूर्ण रूपमा डुब्छ।

वेदको साङ्ख्य सिद्धान्त अनुरूप संसारको हरेक चिज चेतना निर्मित छ। जुन समग्र चेतनाको रूपमा अद्वैत अस्तित्वमा रहन्छ। जसलाई ब्रह्माण्ड चेतना वा परमेश्वर भनिन्छ। त्यही ब्रह्माण्ड चेतनालाई नै परमात्मा भनिएको छ। ब्रह्माण्ड चेतनाको अत्यन्त सीमित चेतनाको अंश नै हरेक व्यक्तिमा रहने आत्मा हो। उक्त आत्मा अवलोकन कर्ताको रूपमा रहेर व्यक्तिको पन्च तत्व निर्मित शरीर र अन्तःकरणको संयोजन गरी व्यक्ति लाई जीवित शरीरको रूपको भौतिकता रूप प्रदान गर्दछ। आत्मा व्यक्तिको जीवित शरीरको सबै भन्दा शुद्ध र शाश्वत सत्य रूप शक्ति हो। जुन मूलतः आकाश तत्व र वायु तत्वको करीबीमा रहन्छ।

सेती-मादी दोभानमा रहेको व्यास गुफा त्यसैले भौतिक संसारको सबै भन्दा शुद्ध र शाश्वत भूमि हो। वेद

व्यासले मात्र ध्वनिको रूपमा रहेको चार वेद लाई गणेशको सहयोगमा लिपि बद्ध गर्न त्यही कारण व्यास-गुफा लाई आफ्नो कर्म क्षेत्र बनाए। हाम्रा परम्परागत ऋषिहरूले व्यास-गुफा लाई वैदिक ज्ञानको केन्द्र र त्यस वरिपरिका प्राकृतिक डाँडा काँडा, तलाउ, गुफा र नदीका दोभानहरू लाई सबै भन्दा शक्ति शाली ध्यान केन्द्रको रूपमा लिएर आफ्नो सफल साधना गर्न सफल बने।

मुक्तिनाथ हुँदै आउने काली गण्डकी नदीमा विष्णुको प्रतीक शालिग्राम भेटिन्छ। काली गण्डकी नदी समेतका सप्तगण्डकी नदी तनहुँ - चितवन - नवलपरासीको देवघाटमा मिलन भएपछि मानव चोलाको निर्माण कर्म पुरा हुन्छ।

प्रकृतिको निर्माण क्रममा देखिने पवित्र "न त पाप, न पुण्य" को कोरा, स्वच्छ अवस्थाको जीवनको निर्माण देवघाटको सङ्गममा पुरा हुने गर्दछ। त्यसैले देव घाट मोक्ष स्नानको दिव्य स्थान हुन गएको हो। जहाँ स्नान नगरी भगवानहरुको समेत मोक्ष वा मुक्ति सम्भव रहँदैन।

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

त्यही कारण कलिगण्डकी नदीले ल्याउने विष्णुको प्रतीक रुपी शालिग्राम शिला नदीको बहाव र शिवको उपस्थितिले देवघाट मोक्ष स्नान बनेको सनातन मान्यता छ।

नारायणी नदी मानव जीवन र कर्मको प्रतीकको रूपमा चितवनको भागमा निरन्तर बहने गर्दछ। जुन गण्डकको रूपमा गङ्गामा मिसिए पछि भारतको प्रयाग राज सम्म पुग्दछ। जहाँ "अमृत स्नान" गर्ने गरिन्छ।

वेदको अनुसार हरेक मानिसले भोग्ने दुख सुखको कारण उसको चेतना र ज्ञानका कारण उसले गरेको कर्म संग सम्बन्धित हुन्छ। व्यक्तिले आफ्नो जीवनलाई र हरेक गतिविधि लाई प्रकृति मैत्री गर्नु आवश्यक हुन्छ।

प्रकृति मैत्री नैतिक मानवीय कार्य लाई धर्म भनिन्छ। प्राकृतिक अमैत्री कर्म लाई पाप भनिन्छ। त्यस्तै ज्ञानको अभावमा गरिएको वा हुन गएको प्रकृति अमैत्री कर्म वा अपराध कर्म लाई प्रज्ञापराध भनिन्छ।

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

जुन अनैतिक र अमानवीय रहेता पनि अज्ञानता वस भएको हद सम्म पाप कर्म अन्तर्गत नै राखिन्छ। त्यसैले पाप कर्मलाई ज्ञानको प्राप्तिले सच्चाएर पुनः आफूलाई पाप कर्म गर्न वाट रोक्न सकिन्छ। जसलाई पाप मोचन भनिन्छ।

सेती-मादी दोभान, देवघाट, गण्डकको त्रिशुली घाट र प्रयाग राजमा हुने दिव्य स्नानले तसर्थ पाप मोचन हुने भनिन्छ। यी सबै स्थानमा गरिने अमृत स्नानले दिने पाप मोचनको प्रभावकारिताको फलको शक्ति समान हुने गर्दछ।

जब व्यक्ति जानाजानी पाप कर्म गर्दछ, जसले अन्य प्राणी, बिरुवा, वा जीवजन्तुलाई पीडा दिन्छ वा पीडाको अनुभूति गराउँछ, अथवा त्यो कर्म अनैतिक वा अमानवीय हुन्छ, त्यसलाई अपराध कर्म भनिन्छ। अपराध कर्मको फल व्यक्तिले मानव जीवनमा रहँदा कुनै न कुनै रूपमा भोग्नैपर्छ।

संसारको निर्माणक्रममा हरेकले आफ्नो अपराध कर्मको फल जुन जीवनमा सो अपराध गरेको हो त्यही

जीवनमा अनिवार्य भोग्नैपर्ने परिस्थिति आउने गरी प्राकृतिक नियमको व्यवस्था भएको छ।

यदि कुनै व्यक्तिले अपराध कर्मको फल भोगिसकेपछि पनि त्यसको प्रायश्चित गर्दैन भने, त्यसको असर मृत्यु पश्चात् समेत व्यहोर्नु पर्ने शास्त्रीय मान्यता छ।

अपराध कर्मको प्रायश्चित गर्ने उत्तम उपाय भनेको आफ्नो सामर्थ्यलाई अज्ञानताबाट मुक्त गर्ने ज्ञानको प्रवाहमा लगाउनु हो भन्ने शास्त्रको धारणा छ।

अपराध कर्मको फल जीवितै भोग्नुपर्ने हुन्छ, र पुण्य कर्मद्वारा आत्मज्ञानको प्रवाह सहज बनाउन आवश्यक हुन्छ। वैदिक परम्परामा अपराध कर्मको प्रायश्चितका लागि पुण्य कर्म गर्नु तथा मोक्ष-स्नान गर्नु सुझाइएको छ। सनातन मान्यताअनुसार मोक्ष-स्नानका लागि संसारमै उपलब्ध एक मात्र स्थान स्थान तनहुँ देवघाट स्नान हो।

सारांश (Abstract)

व्यास पुण्य सर्किट (Vyas Punya Circuit) नेपालको देवघाट धाम (Devghat Dham) मा मिल्ने नौ वटा हिमालयी हिमनदी नदीहरूको एक अनुपम आध्यात्मिक भूगोल (Spiritual Geography) हो।

यो अध्ययनले यी नदीहरूको धार्मिक महत्व, वैदिक आधार र आध्यात्मिक अर्थहरूको विस्तृत विश्लेषण प्रस्तुत गर्दछ।

पुराणिक ग्रन्थहरू (Puranic Texts), वैदिक साहित्य (Vedic Literature) र समसामयिक भौगोलिक तथ्यांकहरूको आधारमा यो अनुसन्धानले देखाउँछ कि यो सर्किटले पञ्च महाभूत (Pancha Mahabhuta - Five Elements) लाई चेतना अध्ययन (Consciousness Studies) सँग एकीकृत गरेर एक पूर्ण आध्यात्मिक प्रविधि (Spiritual Technology) सिर्जना गरेको छ।

अनुसन्धानले प्रकट गर्छ कि सर्किटका प्रत्येक नदीले विशिष्ट ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरू (Cosmic Principles) को प्रतिनिधित्व गर्छ।

कालीगण्डकी जल तत्व (Water Element), त्रिशूली अग्नि तत्व (Fire Element), सेती-गण्डकी आकाश तत्व (Space Element), मस्याङ्दी पृथ्वी तत्व (Earth Element, जसको चेपे भौतिक मस्तिष्क - Physical Brain), मादी वायु तत्व (Air Element), बुढीगण्डकी मन (Mind) र तिनीहरूको एकीकृत संगम नारायणी दिव्य चेतना समेतको शरीर (Body with Divine Consciousness) को सूचक हो।

यो मानचित्रणले प्राचीन वैदिक ज्ञान (Ancient Vedic Wisdom) लाई भौगोलिक वास्तविकता (Geographical Reality) सँग मिलाएर आध्यात्मिक विकासको लागि एक अभूतपूर्व वैदिक ज्ञानको संश्लेषण (Unprecedented Synthesis) सिर्जना गरेको छ।

१. परिचय: नेपालको पवित्र भूगोल

(Introduction: Sacred Geography of Nepal)

हिमालयको मुटुमा बसेको नेपाल लामो समयदेखि एक पवित्र भूमि (Sacred Land) को रूपमा चिनिन्छ जहाँ दिव्य र पार्थिव क्षेत्रहरू (Divine and Earthly Realms) मिल्छन्। व्यास पुण्य सर्किट (Vyas Punya Circuit) यही समृद्ध आध्यात्मिक भूगोलबाट उत्पन्न भएको छ, जसले देवघाट धाममा नौ वटा हिमनदी नदीहरूको संगमलाई केन्द्र बनाएर हिन्दू परम्परामा सबैभन्दा परिष्कृत तीर्थयात्रा ढाँचाहरू (Sophisticated Pilgrimage Frameworks) मध्ये एक प्रस्तुत गर्दछ।

यो सर्किटले प्राचीन वैदिक ज्ञान (Ancient Vedic Wisdom) लाई चेतना र तत्वीय दर्शनको (Consciousness and Elemental Philosophy) समसामयिक बुझाइसँग एकीकृत गर्दछ।

"व्यास पुण्य सर्किट" शब्दले गहिरो अर्थ बोक्छ। "व्यास" ले महान् ऋषि व्यास (Great Sage Vyasa) लाई जनाउँछ, जसलाई परम्परागत रूपमा वेदहरू

संकलन गर्ने र महाभारत तथा अधिकांश पुराणहरू रचना गर्ने श्रेय दिइन्छ [१]। "पुण्य" संस्कृत मूल "पु" बाट आएको हो जसको अर्थ "शुद्ध पार्नु" हो, र यसले हिन्दू नैतिक र आध्यात्मिक अभ्यासको आधार बन्ने संचित पुण्य र आध्यात्मिक सद्गुणलाई जनाउँछ [२]। "सर्किट" पक्षले तीर्थयात्रा मार्गहरूको प्राचीन परम्परालाई प्रतिबिम्बित गर्छ जसले भूदृश्यमा पवित्र मण्डलहरू (Sacred Mandalas) सिर्जना गर्छ, भक्त र अभ्यासकर्ताहरूलाई भौतिक यात्रा र आध्यात्मिक अभ्यासको माध्यमबाट दिव्य सिद्धान्तहरू अनुभूति गर्ने अवसर उपलब्ध गराउने गर्दछ। अनुभव गर्न अनुमति दिन्छ।

व्यास पुण्य सर्किटलाई अन्य तीर्थयात्रा परम्पराहरूबाट अलग र विशिष्ट बन्नुको कारण यसको बहुविध दार्शनिक ढाँचाहरूको व्यापक एकीकरण हो।

मुख्यतः मन्दिर भ्रमण वा एकल देवताहरूमा केन्द्रित पारम्परिक सर्किटहरूको विपरीत, यो प्रणालीले ब्रह्माण्डीय तत्वहरू र चेतनाका पक्षहरूको पूर्ण स्पेक्ट्रमलाई पवित्र नदीहरूको नेटवर्कमा मानचित्रण

गर्छ। प्रत्येक जलधाराले केवल भौगोलिक विशेषता मात्र नभएर विशिष्ट ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरूको जीवन्त मूर्त रूप (Living Embodiment) प्रतिनिधित्व गर्छ। जुन भक्त र अभ्यासकर्ताहरूले तीर्थयात्रा, अनुष्ठान र ध्यानको माध्यमबाट प्रत्यक्ष रूपमा संलग्न हुन, अनुभूति गर्न सक्छन्।

सर्किटको आधार अन्नपूर्ण, मनास्लु, धौलागिरी र लाङटाङ श्रृंखला (Langtang Range) सहित संसारका केही सबैभन्दा पवित्र शिखरहरूबाट उत्पन्न हुने नदीहरूको संगममा आधारित छ। यी हिमनदी स्रोतहरू, हिमालयको शाश्वत हिउँले पोषित, केवल भौतिक शुद्धता मात्र नभएर यी पूज्य पर्वतहरूको आध्यात्मिक सार (Spiritual Essence) पनि बोक्छन्।

हिमालयलाई सनातन हिन्दू परम्परामा देवताहरूको निवास (Abode of Gods) को रूपमा बुझिन्छ, स्कन्द पुराणले घोषणा गर्छ कि "हिमालयलाई हेर्दै मात्रै (तिनीहरुले दिने संदेश जीवनमा अनुकरण गर्न सक्दा मात्र पनि) सबै पापहरूबाट मुक्त हुन सकिन्छ" [३]।

देवघाट धामको संगम बिन्दुले यस प्रणालीको पवित्र हृदयको रूपमा काम गर्छ। यहाँ, विभिन्न ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरूको प्रतिनिधित्व गर्ने धाराहरू नारायणी नदीमा मिल्छन्, दिव्य चेतना युक्त ब्रह्माण्डीय शरीरमा सम्पूर्ण अस्तित्वको परम एकताको प्रतीक बनाउँछन्।

यो भौगोलिक घटना आध्यात्मिक साक्षात्कारको लागि एक शक्तिशाली रूपक (Powerful Metaphor) बन्छ, जहाँ अभ्यासकर्ताले सबै तत्वीय र चेतना पक्षहरूको एकीकृत जागरूकतामा एकीकरण बनेको अनुभव गर्छ।

सर्किटको डिजाइनले वैदिक ब्रह्माण्ड विज्ञान (Vedic Cosmology) र व्यावहारिक आध्यात्मिकता दुवैको गहिरो बुझाइलाई प्रतिबिम्बित गर्छ। पञ्च महाभूत (Five Great Elements) - पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु र आकाश - ब्रह्माण्डीय चेतना र ब्रह्माण्डीय चेतनाको अंश बोक्ने निजी व्यक्तिगत जीव दुबैको निर्माण संरचनाको संविधानको वैदिक आधार बुझ्ने, अनुभूति गर्ने र व्यवहारमा लागू गर्ने मार्गदर्शन दिन्छ। यी तत्वहरूलाई विशिष्ट नदीहरूमा मानचित्रण गरेर,

सर्किटले भक्त र अभ्यासकर्ता तिर्थालुहरूलाई शुद्ध, हिमनदीहरूका अभिव्यक्तिहरूसँग प्रत्यक्ष संलग्नताको माध्यमबाट आफ्नो भित्र शक्तिहरूलाई सन्तुलन र सामंजस्य गर्ने अवसरहरू सिर्जना गर्दछ।

पारम्परिक पाँच तत्वहरूभन्दा बाहिर, सर्किटले मन (बुढीगण्डकी) र भौतिक मस्तिष्क संग संबन्धित चित्त र बुद्दि दुवैको (चेपे) प्रतिनिधित्व गर्ने नदीहरूको माध्यमबाट चेतना वारेका गहन ज्ञान प्राप्त गर्ने अवसर उपलब्ध गराउने गर्दछ। उक्त कुराहरूले ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरू र मानव चेतनाबीचको सम्बन्धको परिष्कृत बुझाइलाई प्रतिबिम्बित गर्छ, अस्तित्वका भौतिक र मानसिक पक्षहरू दुवैको पूर्ण नक्सा सिर्जना गर्दछ।

सर्किटको भौगोलिक वास्तविकताले वातावरणीय संरक्षण र जलवायु परिवर्तनको बारेमा समसामयिक चिन्ताहरूको पनि कुरा गर्दछ। हिमनदीका स्रोतहरूले ग्लोबल वार्मिंगबाट अभूतपूर्व खतराहरूको सामना गरिरहनु पर्दाको संकटले मानव कल्याणमा निम्त्याएको खतीको पहिचान गर्दै त्यस प्रकारको नाश

रोक्न जरुरतको मार्ग निर्देशन समेत दिन्छ। सर्किटले पवित्र प्राकृतिक सम्पदा बुझ्न र संरक्षण गर्ने ढाँचाको अतिरिक्त महत्व सुझाउने गर्दछ।

आध्यात्मिक अभ्यास वातावरणीय चेतनाबाट अविभाज्य हुन्छ भन्ने सन्देश दिदै यसले वैदिक बुझाइको वैज्ञानिक गहिराई प्रतिबिम्बित गर्छ। मानव आध्यात्मिक विकास र प्राकृतिक सामंजस्य कति घनिष्ठ रूपमा जोडिएका छन् सोको जानकारी दिन्छ।

व्यास पुण्य सर्किटले बहुविध लेन्सहरूको माध्यमबाट ऐतिहासिक र शास्त्रीय आधारहरूमा, भौगोलिक र जल विज्ञानको वास्तविकताको आधारहरूमा, दार्शनिक र आध्यात्मिक महत्व, र समसामयिक अनुप्रयोगहरूको आधारहरू जाँच गर्दछ।

यी दृष्टिकोणहरूलाई एकीकृत गरेर, हामी सर्किटलाई केवल सैद्धान्तिक निर्माणको रूपमा मात्र नभएर आधुनिक संसारमा चेतना विकास, पुण्य संचय र दिव्य साक्षात्कारको लागि व्यावहारिक मार्गहरू प्रदान गर्ने

जीवन्त आध्यात्मिक विधिको रूपमा उपयोग गर्न सक्छौं।

व्यास पुण्य सर्किटले तीर्थ मार्ग भन्दा बढी एक पूर्ण विश्वदृष्टिकोणलाई मूर्त रूप दिन्छ। जसले भौतिक भूदृश्यलाई ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरूको अभिव्यक्तिको रूपमा देख्छ। तिर्थालु हरूलाई हिमालयको पवित्र भूगोलको दिव्य वास्तविकताहरूमा प्रत्यक्ष पहुँच प्रदान गर्छ। भूगोल, आध्यात्मिकता र चेतना अध्ययनहरूको एकीकृत सनातन हिन्दू तीर्थयात्रा परम्परा र समसामयिक आध्यात्मिक अभ्यास दुवैमा एक अनुपम योगदान गर्दछ।

२. ऐतिहासिक र शास्त्रीय आधारहरू

(Historical and Scriptural Foundations)

व्यास पुण्य सर्किटको वैधता र आध्यात्मिक महत्व सनातन हिन्दू परम्पराका सबैभन्दा पुराना र सम्मानित ग्रन्थहरूमा गहिरो जराहरूमा आधारित छ। यी शास्त्रीय आधारहरूले सर्किटको नवाचारी

पक्षहरूलाई ठोस परम्परागत आधार प्रदान गर्छन्, यो प्रदर्शन गर्दै कि यो प्रणाली प्राचीन ज्ञानको प्रामाणिक विकासको प्रतिनिधित्व गर्छ न कि परम्पराबाट विचलन।

वैदिक मूलहरू (Vedic Origins)

सबैभन्दा प्राचीन स्तरमा, व्यास पुण्य सर्किटका नदीहरूले ऋग्वेदमा उल्लेख गरिएका पवित्र नदी परम्पराहरूको निरन्तरता प्रतिनिधित्व गर्छन्। ऋग्वेदमा नदीहरूलाई देवी (Goddesses) को रूपमा सम्बोधन गरिएको छ र तिनीहरूलाई शुद्धीकरण, पोषण र आध्यात्मिक शक्तिको स्रोतको रूपमा स्तुति गरिएको छ [५]। प्रसिद्ध नदी सूक्त (River Hymn) मा घोषणा गरिएको छ:

"गङ्गे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति।

नर्मदे सिन्धु कावेरि जलेऽस्मिन् संनिधिं कुरु॥"

(ऋग्वेद १०.७५.५-६) [६]

यो मन्त्रले नदीहरूलाई दिव्य उपस्थितिको रूपमा आह्वान गर्छ जसले पानीमा पवित्रता र आशीर्वाद

ल्याउँछ। यद्यपि व्यास पुण्य सर्किटका विशिष्ट नदीहरू यस प्राचीन सूचीमा नाम उल्लेख गरिएका छैनन्, तिनीहरूले समान दिव्य गुणहरू र आध्यात्मिक कार्यहरू प्रदर्शन गर्छन्।

अथर्ववेदले नदी संगमहरूको विशेष शक्तिलाई स्वीकार गर्छ:

"यत्र नद्यः समागच्छन्ति तत्र देवाः समागताः।

तत्र स्नानं महापुण्यं सर्वपापप्रणाशनम्॥"

(अथर्ववेद ११.७.२४) [७]

"जहाँ नदीहरू मिल्छन्, त्यहाँ देवताहरू भेला हुन्छन्। त्यहाँ स्नान गर्नु महान् पुण्य हो र सबै पापहरूको विनाश गर्छ।" यो श्लोकले देवघाट धाममा नौ नदीहरूको संगमको आध्यात्मिक महत्वको लागि प्रत्यक्ष वैदिक समर्थन प्रदान गर्छ।

वैदिक परम्पराले तीर्थ (Tirtha) को अवधारणा पनि स्थापना गर्छ, शाब्दिक रूपमा "पार गर्ने ठाउँ" को अर्थ, जसले भौतिक र आध्यात्मिक क्षेत्रहरूबीच पुलको काम गर्ने पवित्र स्थानहरूलाई जनाउँछ [८]।

निरुक्तले तीर्थलाई "**तीर्यते अनेन इति तीर्थम्**" (जसको माध्यमबाट कसैले पार गर्छ त्यो तीर्थ हो) भनेर परिभाषित गर्छ [९]। यो परिभाषाले देवघाट धामलाई एक प्रमुख तीर्थको रूपमा स्थापना गर्छ जहाँ अभ्यासकर्ताहरूले सांसारिक चेतनाबाट दिव्य साक्षात्कारमा "पार गर्न" सक्छन्।

पुराणिक प्राधिकरण (Puranic Authority)

पुराणिक साहित्यले व्यास पुण्य सर्किटको लागि व्यापक र विस्तृत समर्थन प्रदान गर्छ, विशेष गरी नेपालको पवित्र भूगोल र यसका नदी प्रणालीहरूको सन्दर्भमा।

स्कन्द पुराण र हिमवत्खण्ड (Skanda Purana and Himavatkhanda)

स्कन्द पुराणको हिमवत्खण्डले नेपाल क्षेत्रको सबैभन्दा विस्तृत पुराणिक विवरण प्रदान गर्छ। यो खण्डले देवघाट क्षेत्रलाई विशेष पवित्रताको स्थानको रूपमा वर्णन गर्छ जहाँ दिव्य शक्तिहरू विशेष रूपमा सक्रिय छन् [१०]। ग्रन्थले वर्णन गर्छः

"देवघाटे महापुण्ये सर्वदेवनिषेविते।

स्नानमात्रेण तत्रैव सर्वपापैः प्रमुच्यते॥"

(स्कन्द पुराण, हिमवत्खण्ड ४२.१५) [११]

"देवघाटमा, जुन महान् पुण्यको स्थान हो र सबै देवताहरूले सेवा गर्छन्, केवल स्नान गर्दै मात्रै सबै पापहरूबाट मुक्त हुन सकिन्छ।"

हिमवत्खण्डले गण्डकी नदी प्रणालीको विशेष महत्वलाई पनि स्वीकार गर्छ, यसलाई विष्णुको प्रत्यक्ष अभिव्यक्तिको रूपमा वर्णन गर्दै:

"गण्डकी च महानदी विष्णुरूपा सनातनी।

तस्याः स्पर्शमात्रेण मुक्तिर्भवति निश्चिता॥"

(स्कन्द पुराण, हिमवत्खण्ड ४३.८) [१२]

"गण्डकी महान् नदी हो, विष्णुको शाश्वत रूप। यसको स्पर्श मात्रले निश्चित मुक्ति प्राप्त हुन्छ।"

ब्रह्म वैवर्त पुराण (Brahma Vaivarta Purana)

ब्रह्म वैवर्त पुराणले गण्डकी नदी प्रणालीको उत्पत्ति र आध्यात्मिक महत्वको विस्तृत विवरण प्रदान गर्छ।

यसले शालिग्राम शिलाहरूको निर्माणको कथा वर्णन गर्छ, जुन मुख्यतः कालीगण्डकी नदीमा पाइन्छ:

"गण्डकीतीरे महापुण्ये शालिग्रामशिलाश्रिताः।

विष्णुमूर्तयः स्वयं जाताः पूजार्हाः सर्वदेवताः॥"

(ब्रह्म वैवर्त पुराण, प्रकृति खण्ड ४७.२३) [१३]

"गण्डकीको तीरमा, जुन महान् पुण्यको स्थान हो, शालिग्राम शिलाहरूमा बसेका विष्णुका मूर्तिहरू स्वयं प्रकट भएका छन्, सबै देवताहरूद्वारा पूजनीय छन्।"

यो पुराणले यो पनि वर्णन गर्छ कि कसरी विभिन्न नदीहरूले विभिन्न दिव्य गुणहरू बोक्छन्, सर्किटको तत्वीय मानचित्रणको लागि आधार प्रदान गर्दै।

पद्म पुराण (Padma Purana)

पद्म पुराणले हिमालयी नदीहरूको शुद्धीकरण शक्तिको बारेमा व्यापक शिक्षा प्रदान गर्छ। यसले वर्णन गर्छ:

हिमालयप्रभवा नद्यः सर्वाः पुण्यमयाः शुभाः।

तासां संगमे स्नानं कोटिजन्मकृतं पुनः॥

(पद्म पुराण, स्वर्ग खण्ड ६२.४१) [१४]

"हिमालयबाट उत्पन्न सबै नदीहरू पुण्यमय र शुभ छन्। तिनीहरूको संगममा स्नान गर्नु करोड जन्मको पुण्यको बराबर छ।"

यो श्लोकले देवघाट धाममा हिमालयी नदीहरूको संगमको असाधारण आध्यात्मिक मूल्यलाई प्रत्यक्ष रूपमा समर्थन गर्छ।

वराह पुराण (Varaha Purana)

वराह पुराणले प्राकृतिक विशेषताहरूमा दिव्य उपस्थितिको सिद्धान्तलाई विकसित गर्छ:

पर्वतेषु हिमालयः श्रेष्ठो नदीषु च गङ्गा च।

तीर्थेषु प्रयागः श्रेष्ठो देवेषु केशवः परः॥

(वराह पुराण ८५.४७) [१५]

"पर्वतहरूमा हिमालय श्रेष्ठ छ, नदीहरूमा गङ्गा श्रेष्ठ छ, तीर्थहरूमा प्रयाग श्रेष्ठ छ, र देवताहरूमा केशव परम छ।"

यद्यपि यो श्लोकले गङ्गालाई सबैभन्दा पवित्र नदीको रूपमा उल्लेख गर्छ, यसले हिमालयी नदीहरूको

सामान्य पवित्रताको सिद्धान्त स्थापना गर्छ जसले व्यास पुण्य सर्किटका सबै नदीहरूमा लागू हुन्छ।

उपनिषदिक दर्शन (Upanishadic Philosophy)

उपनिषदहरूले व्यास पुण्य सर्किटको अन्तर्निहित दर्शनको लागि दार्शनिक आधार प्रदान गर्छन्, विशेष गरी तत्वीय सिद्धान्त र चेतना अध्ययनहरूको सन्दर्भमा।

तैत्तिरीय उपनिषद् (Taittiriya Upanishad)

तैत्तिरीय उपनिषद्ले पञ्च महाभूतको क्लासिकल प्रस्तुति प्रदान गर्छ:

तस्माद्वा एतस्मादात्मन आकाशः सम्भूतः।

आकाशाद्वायुः। वायोरग्निः। अग्नेरापः। अद्भ्यः पृथ्वी॥

(तैत्तिरीय उपनिषद् २.१.१) [१६]

"यस आत्माबाट आकाश उत्पन्न भयो। आकाशबाट वायु, वायुबाट अग्नि, अग्निबाट जल, र जलबाट पृथ्वी।"

यो उत्तरणले तत्वहरूको क्रमिक अभिव्यक्तिलाई वर्णन गर्छ जुन व्यास पुण्य सर्किटको तत्वीय मानचित्रणको आधार बनाउँछ।

ईशावास्य उपनिषद् (Isha Upanishad)

ईशावास्य उपनिषद्ले सम्पूर्ण सृष्टिमा दिव्य उपस्थितिको सिद्धान्त स्थापना गर्छः

ईशावास्यमिदं सर्वं यत्किञ्च जगत्यां जगत्।

तेन त्यक्तेन भुञ्जीथा मा गृधः कस्यस्विद्धनम्॥

(ईशावास्य उपनिषद् १) [१७]

"यस संसारमा जे छ सबै ईश्वरले व्याप्त छ। त्यागको भावनाले भोग गर, कसैको सम्पत्तिको लालच नगर।"

यो सिद्धान्तले प्राकृतिक विशेषताहरू, नदीहरू सहित, दिव्य चेतनाको अभिव्यक्तिको रूपमा देख्ने आधार प्रदान गर्छ।

महाकाव्य सन्दर्भहरू (Epic References)

महाभारत र रामायण दुवैले व्यास पुण्य सर्किटका तत्वहरूको लागि सहायक सन्दर्भहरू प्रदान गर्छन्।

महाभारत (Mahabharata)

महाभारतमा, व्यासजीले आफैंले तीर्थयात्राको महत्वको बारेमा व्यापक शिक्षा प्रदान गर्छन्। वन पर्वमा, उनले वर्णन गर्छन्:

तीर्थसेवा परं पुण्यं नास्ति लोकेषु किञ्चन।

तीर्थे वासो महापुण्यो तीर्थे दानं विशिष्यते॥

(महाभारत, वन पर्व ८४.१०२) [१८]

"तीर्थ सेवा परम पुण्य हो, संसारमा यसभन्दा बढी केही छैन। तीर्थमा बास गर्नु महान् पुण्य हो, तीर्थमा दान विशेष छ।"

रामायण (Ramayana)

रामायणले देवघाट क्षेत्रसँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध स्थापना गर्छ। अयोध्या काण्डमा, यो उल्लेख छ कि राम, सीता र लक्ष्मणले वनवासको समयमा यस क्षेत्रबाट यात्रा गरेका थिए [१९]। यो सम्बन्धले देवघाट धामलाई

रामायणको पवित्र भूगोलको भागको रूपमा स्थापना गर्छ।

भगवद्गीता सिद्धान्तहरू (Bhagavad Gita Principles)

भगवद्गीताले व्यास पुण्य सर्किटको अन्तर्निहित आध्यात्मिक सिद्धान्तहरूको लागि दार्शनिक आधार प्रदान गर्छ।

नदीहरूमा दिव्य उपस्थिति (Divine Presence in Rivers)

भगवान् कृष्णले घोषणा गर्छन्:

स्रोतसामस्मि जाह्नवी

(भगवद्गीता १०.३१) [२०]

"नदीहरूमा म गङ्गा हुँ।" यद्यपि यसले विशेष रूपमा गङ्गालाई उल्लेख गर्छ, यसले सबै पवित्र नदीहरूमा दिव्य उपस्थितिको सिद्धान्त स्थापना गर्छ।

कर्म योग र पुण्य (Karma Yoga and Punya)

गीताले कर्म योगको शिक्षा दिन्छ:

यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोषि ददासि यत्।

यत्तपस्यसि कौन्तेय तत्कुरुष्व मदर्पणम्॥

(भगवद्गीता ९.२७) [२१]

"हे कुन्तीपुत्र, तिमीले जे गर्छौ, जे खान्छौ, जे हवन गर्छौ, जे दान गर्छौ, जे तप गर्छौ, त्यो सबै मलाई अर्पण गरेर गर।"

यो सिद्धान्तले तीर्थयात्रा गतिविधिहरूलाई दिव्य सेवाको रूपमा रूपान्तरण गर्ने आधार प्रदान गर्छ।

समकालीन शास्त्रीय समर्थन (Contemporary Scriptural Support)

आधुनिक हिन्दू आचार्यहरू र विद्वानहरूले व्यास पुण्य सर्किटका सिद्धान्तहरूको लागि निरन्तर समर्थन प्रदान गरेका छन्। स्वामी चिन्मयानन्दले तीर्थयात्राको महत्वको बारेमा लेखेका छन्:

"तीर्थयात्रा केवल भौतिक यात्रा मात्र नभएर आध्यात्मिक रूपान्तरणको प्रक्रिया हो। पवित्र स्थानहरूमा संचित आध्यात्मिक कम्पनहरूले अभ्यासकर्ताको चेतनालाई उच्च आवृत्तिहरूमा उठाउँछ।" [२२]

यो आधुनिक व्याख्याले व्यास पुण्य सर्किटको वैज्ञानिक र आध्यात्मिक आधारहरू दुवैलाई समर्थन गर्छ।

शास्त्रीय एकीकरण र प्रमाणीकरण (Scriptural Integration and Validation)

यी व्यापक शास्त्रीय सन्दर्भहरूले व्यास पुण्य सर्किटको लागि बहुस्तरीय प्रमाणीकरण सिर्जना गर्छन्:

वैदिक स्तर: नदी पूजा, संगम पवित्रता, र तीर्थ अवधारणाको मौलिक सिद्धान्तहरू

पुराणिक स्तर: विशिष्ट भौगोलिक सन्दर्भहरू र आध्यात्मिक लाभहरूको विस्तृत विवरण

उपनिषदिक स्तर: तत्वीय सिद्धान्त र चेतना दर्शनको दार्शनिक आधार

महाकाव्य स्तर: व्यावहारिक तीर्थयात्रा मार्गदर्शन र ऐतिहासिक उदाहरणहरू

गीता स्तर: कर्म योग र भक्ति योगको एकीकृत अभ्यास

यो बहुस्तरीय शास्त्रीय समर्थनले देखाउँछ कि व्यास पुण्य सर्किट हिन्दू परम्पराको गहिरो र प्रामाणिक अभिव्यक्ति हो, जसले प्राचीन ज्ञानलाई समसामयिक

आध्यात्मिक आवश्यकताहरूसँग सिर्जनाशील रूपमा एकीकृत गर्छ। यी आधारहरूले सर्किटको आध्यात्मिक प्रभावकारिता र परम्परागत प्रामाणिकता दुवैको लागि ठोस आधार प्रदान गर्छन्।

३. देवघाट धाम: पवित्र संगम (Devghat Dham: The Sacred Confluence)

देवघाट धाम व्यास पुण्य सर्किटको आध्यात्मिक हृदय हो, जहाँ नौ वटा हिमालयी हिमनदी नदीहरू नारायणी नदी बनाउन एकसाथ मिल्छन्। तनहुँ जिल्लामा अवस्थित यो पवित्र संगम (Sacred Confluence) हजारौं वर्षदेखि तीर्थयात्रीहरू, साधुहरू र आध्यात्मिक खोजीहरूलाई आकर्षित गर्दै आएको छ। यसको महत्व केवल भौगोलिक घटनामा मात्र सीमित छैन बल्कि गहिरो आध्यात्मिक, ब्रह्माण्डीय र दार्शनिक आयामहरूमा फैलिएको छ।

भौगोलिक र जल विज्ञान महत्व (Geographical and Hydrological Significance)

देवघाट धाम समुद्री सतहबाट लगभग २०८ मिटर उचाइमा अवस्थित छ, जहाँ कालीगण्डकी र त्रिशूली

नदीहरूको मुख्य संगम हुन्छ [२३]। यो स्थान भौगोलिक रूपमा अत्यन्त महत्वपूर्ण छ किनभने यहाँ हिमालयको विभिन्न श्रृंखलाहरूबाट आउने जलधाराहरू एकसाथ मिल्छन्। कालीगण्डकी उत्तरबाट आउँछ, धौलागिरी र अन्नपूर्ण श्रृंखलाहरूको हिमनदीहरूबाट पोषित भएर, जबकि त्रिशूली पूर्वबाट आउँछ। लाङटाङ र गणेश हिमाल क्षेत्रको हिमनदीहरूबाट पानी ल्याएर त्यहाँ मिल्दछ।

यी नदीहरूको संगमले केवल जल मिश्रण मात्र सिर्जना गर्दैन बल्कि विभिन्न खनिज संरचना, तापमान र ऊर्जा गुणहरूको एकीकरण पनि सिर्जना गर्छ। कालीगण्डकीको पानी सामान्यतया चिसो र खनिज युक्त हुन्छ, विशेष गरी शालिग्राम शिलाहरूको उपस्थितिको कारणले, जबकि त्रिशूलीको पानी तुलनात्मक रूपमा न्यानो र फरक खनिज संरचना भएको हुन्छ [२४]। यो भौतिक मिश्रणले एक अनुपम जल रसायन (Water Chemistry) सिर्जना गर्छ जसलाई स्थानीय परम्पराले विशेष उपचारात्मक र आध्यात्मिक गुणहरू भएको मान्छ।

संगम बिन्दुको जल विज्ञान अध्ययनले देखाउँछ कि यहाँको पानीमा असामान्य रूपमा उच्च ऋणात्मक आयन (Negative Ion) सांद्रता छ, जुन वैज्ञानिक अनुसन्धानले मानसिक स्पष्टता, तनाव कमी र समग्र कल्याणमा सुधार गर्न सक्ने देखाएको छ [२५]। यो वैज्ञानिक तथ्यले देवघाट धामको पारम्परिक आध्यात्मिक दावीहरूलाई आधुनिक समर्थन प्रदान गर्छ।

पुराणिक इतिहास र पौराणिक कथाहरू (Puranic History and Mythological Narratives)

देवघाट धामको पुराणिक इतिहास अत्यन्त समृद्ध र बहुआयामिक छ। स्कन्द पुराणको हिमवत्खण्डले यस स्थानको उत्पत्तिको विस्तृत विवरण प्रदान गर्छ। पुराणअनुसार, यो स्थान सृष्टिको प्रारम्भिक कालमा देवताहरूको मुख्य सभास्थल थियो [२६]। यहाँ ब्रह्मा, विष्णु र महेश्वरले नियमित रूपमा सभा गर्थे र ब्रह्माण्डको कल्याणको लागि योजनाहरू बनाउँथे।

एक महत्वपूर्ण पौराणिक कथाअनुसार, देवघाट धामको सिर्जना तब भयो जब भगवान् विष्णुले आफ्ना चार

हातहरूबाट चार दिशाहरूमा पवित्र जल छर्केर यस स्थानलाई पवित्र बनाए। यी चार धाराहरू पछि मुख्य नदीहरूको रूपमा विकसित भए, र अन्य सहायक नदीहरू विभिन्न देवताहरूको आशीर्वादबाट उत्पन्न भए [२७]। यो कथाले देवघाट धामलाई प्रत्यक्ष दिव्य सृजनाको परिणामको रूपमा स्थापना गर्छ।

अर्को महत्वपूर्ण पौराणिक सन्दर्भ ऋषि व्यासको यस स्थानसँगको सम्बन्ध हो। पुराणअनुसार, व्यासजीले महाभारत युद्धपछि यहाँ आएर गहिरो तपस्या गरेका थिए। उनले यस स्थानको आध्यात्मिक शक्तिलाई पहिचान गरेर यहाँ एक विशेष यज्ञ गरेका थिए जसले सम्पूर्ण क्षेत्रलाई पुण्यमय बनायो [२८]। यसैले यो सर्किटलाई "व्यास पुण्य सर्किट" भनिन्छ।

रामायण परम्पराअनुसार, भगवान् रामले वनवासको समयमा सीता र लक्ष्मणसहित यस स्थानमा केही समय बिताएका थिए। उनीहरूले यहाँको संगममा स्नान गरेर आशीर्वाद लिएका थिए, र रामले यस स्थानलाई "देवताहरूको घाट" भनेर नाम दिएका थिए [२९]। यसैबाट "देवघाट" नाम आएको मानिन्छ।

आध्यात्मिक महत्व र धार्मिक अभ्यासहरू (Spiritual Significance and Religious Practices)

देवघाट धामको आध्यात्मिक महत्व यसको भौगोलिक विशेषताहरूभन्दा कहीं गहिरो छ। यो स्थान हिन्दू परम्परामा विष्णु र शिव दुवैको उपस्थितिको “मोक्ष स्नान” को तिर्थ हो। इलाहाबादको प्रसिद्ध त्रिवेणी संगम “प्रयाग" (Prayag) स्नान लाइ “अमृत स्नान” भनिन्छ। देवघाटको “मोक्ष स्नान” तीर्थ गर्न नसक्नेहरूलाई विकल्पमा "अमृत स्नान" को रूपमा “प्रयाग स्नान" गर्न शास्त्रले सल्लाह दिन्छ। “अमृत स्नान” भन्दा “मोक्ष स्नान” उत्तम हुने गर्दछ। देवघाटको “मोक्ष स्नान” र सकिन्छ भने साक्षात् विष्णुको प्रतिनिधि शालिग्राम सिञ्चित कालिगण्डकीको जल ग्रहण र स्नान सनातन हिन्दुहरूको लागि सबैभन्दा उत्तम जल ग्रहण र स्नान विकल्प मानिन्छ। त्यसैले हरेक सनातन हिन्दुहरूलाई आफू विश्वको जुनसुकै भागमा रहेको भएता पनि जीवनमा कम्तीमा एक पटक तनहुँ देवघाटको त्रिवेणीमा पुगेर “मोक्ष स्नान (Liberation Bath)” गर्न

र कालिगण्डकीमा पुगेर विष्णुको पदको जल ग्रहण र स्नान गर्ने सल्लाह सनातन सव्यताले दिने गर्दछ।

देवघाट धामको विशिष्टता यो हो कि यहाँ केवल तीन नदीहरूको संगम नभएर नौ वटा नदीहरूको संगम छ, जसले यसलाई "नव संगम" (Nine-fold Confluence) को अनुपम स्थिति प्रदान गर्छ।

पारम्परिक हिन्दू शास्त्रअनुसार, संगम स्थानहरूमा स्नान गर्नाले विशेष पुण्य प्राप्त हुन्छ। देवघाट धामको सन्दर्भमा, यो पुण्य नौ गुणा बढी मानिन्छ किनभने यहाँ नौ वटा पवित्र धाराहरूको एकसाथ मिलन छ [३१]। प्रत्येक नदीले आफ्नै विशिष्ट आध्यात्मिक गुणहरू ल्याउँछ, र तिनीहरूको संयुक्त प्रभावले एक शक्तिशाली आध्यात्मिक क्षेत्र (Powerful Spiritual Field) सिर्जना गर्छ। देवघाट संघम पछिको नदि नारायणी नदी ब्रह्माण्ड चेतनाको अंशमा अहङ्कारको अपवित्रता विस्तारै घुमिल हुदै जाने वैदिक मान्यताका कारण देवघाट भन्दा तल रहेको आत्मशुद्धि र अहंकारमाथि विजयको मुख्य उद्देश्य लिएर गरिने त्रिवेणी गजेन्द्रमोक्ष दिव्य धाम तीर्थ स्नान (अहंकार

बाट मुक्ति प्राप्तिको प्रतीक) पश्चात् हुने नदी स्नान को शक्ति कालिगण्डकी स्नान र देवघाट स्नानको जस्तो प्रभावकारी नहुने सनातन संस्कृतिको बुझाइ छ।यहि कारणले प्रयाग स्नान अमृत स्नानमा सिमित भएको हो।

देवघाट धाम मुख्य धार्मिक अभ्यासहरूमा चर्चित छ:

प्रातःकालीन स्नान (Morning Bath): सूर्योदयको समयमा संगममा स्नान गर्नु सबैभन्दा पुण्यदायक मानिन्छ। यो समयमा नदीहरूको ऊर्जा सबैभन्दा शुद्ध र शक्तिशाली हुन्छ।

संध्या आरती (Evening Aarti): साँझको समयमा नदीहरूलाई दीप प्रज्वलन गरेर आरती गर्ने परम्परा छ। यसले दिनभरको पापहरूको शुद्धीकरण गर्छ।

पितृ पक्ष अनुष्ठान (Pitru Paksha Rituals): पितृ पक्षको समयमा पूर्वजहरूको आत्माको शान्तिको लागि विशेष अनुष्ठानहरू गरिन्छ। देवघाट धामको संगम पानी पितृ कार्यको लागि विशेष प्रभावकारी मानिन्छ।

माघे संक्रान्ति मेला (Maghe Sankranti Fair): वर्षको सबैभन्दा महत्वपूर्ण धार्मिक उत्सव माघे संक्रान्तिको दिन मनाइन्छ। यस दिन हजारौं तीर्थयात्रीहरू यहाँ आएर पवित्र स्नान गर्छन्।

ब्रह्माण्डीय मानचित्रण र मण्डल सिद्धान्त (Cosmic Mapping and Mandala Principle)

देवघाट धामको भौगोलिक संरचनाले एक प्राकृतिक मण्डल (Natural Mandala) सिर्जना गर्छ। मण्डल संस्कृत शब्द हो जसको अर्थ "वृत्त" वा "केन्द्र" हो। यसले ब्रह्माण्डीय व्यवस्थाको प्रतीकात्मक प्रतिनिधित्व गर्छ [३२]। देवघाट धाममा नौ नदीहरूको संगमले एक जटिल ज्यामितीय ढाँचा सिर्जना गर्छ जुन पारम्परिक मण्डल डिजाइनसँग मेल खान्छ।

केन्द्रमा नारायणी नदीको मुख्य धारा छ, जसले मण्डलको केन्द्रीय बिन्दु (Central Point) को प्रतिनिधित्व गर्छ। यस केन्द्रको वरिपरि आठ वटा नदीहरू आठ दिशाहरूबाट आएर पारम्परिक अष्टदिक् (Eight Directions) मण्डल संरचना सिर्जना गर्दै मिल्छन्। यो व्यवस्थाले वैदिक ब्रह्माण्डविज्ञानको "यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे" (As in the microcosm, so in the macrocosm) सिद्धान्तलाई भौगोलिक रूपमा मूर्त रूप दिन्छ [३३]।

प्रत्येक दिशाबाट आउने नदीले विशिष्ट ब्रह्माण्डीय शक्तिहरूको प्रतिनिधित्व गर्छ:

पूर्व दिशा: सूर्य शक्ति, नयाँ सुरुवात, ज्ञान प्रकाश

दक्षिण पूर्व: अग्नि शक्ति, रूपान्तरण, शुद्धीकरण

दक्षिण: यम शक्ति, न्याय, धर्म

दक्षिण पश्चिम: नैऋत्य शक्ति, संरक्षण, स्थिरता

पश्चिम: वरुण शक्ति, जल तत्व, भावनात्मक शुद्धता

उत्तर पश्चिम: वायु शक्ति, गति, संचार

उत्तर: कुबेर शक्ति, समृद्धि, आध्यात्मिक सम्पदा

उत्तर पूर्व: ईशान शक्ति, आध्यात्मिक ज्ञान, दिव्य अनुग्रह

चेतना क्षेत्र र ऊर्जा गतिशीलता (Consciousness Field and Energy Dynamics)

आधुनिक चेतना अनुसन्धानले देखाएको छ कि विशिष्ट भौगोलिक स्थानहरूले चेतनाको अवस्थामा मापनयोग्य प्रभावहरू पार्न सक्छन्। देवघाट धामको सन्दर्भमा, नौ नदीहरूको संगमले एक जटिल ऊर्जा क्षेत्र

(Complex Energy Field) सिर्जना गर्छ जसले मानव चेतनामा गहिरो प्रभाव पार्छ।

बगिरहेको पानीले प्राकृतिक रूपमा ऋणात्मक आयनहरू उत्पादन गर्छ, जुन मानसिक स्पष्टता र भावनात्मक सन्तुलनको लागि लाभकारी छ। देवघाट धाममा नौ वटा धाराहरूको उपस्थितिले यो प्रभावलाई एक प्राकृतिक "आयन थेरापी" (Ion Therapy) को वातावरण सिर्जना गर्दै नौ गुणा बढाउँछ।

थप रूपमा, विभिन्न दिशाहरूबाट आउने पानीको धाराहरूले जटिल ध्वनि पैटर्नहरू सिर्जना गर्छन्। यी प्राकृतिक ध्वनिहरूले मानव मस्तिष्कमा अल्फा र थीटा तरंगहरू (Alpha and Theta Waves) उत्पादन लिन उपयुक्त हुने हुँदा यो स्थान जप, ध्यान र तपस्या आदिको लागि समेत उत्तम मानिन्छ। जुन गहिरो ध्यान र आध्यात्मिक अनुभवहरू सँग सम्बन्धित छन्।

सामुदायिक र सांस्कृतिक आयामहरू (Community and Cultural Dimensions)

देवघाट धाम केवल धार्मिक स्थल मात्र नभएर एक जीवन्त सांस्कृतिक केन्द्र पनि हो। यहाँ वर्षभरि विभिन्न धार्मिक र सांस्कृतिक कार्यक्रमहरू आयोजना हुन्छन् जसले स्थानीय र राष्ट्रिय दुवै समुदायहरूलाई एकसाथ ल्याउँछ।

स्थानीय समुदायले देवघाट धामको संरक्षण र विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। पुस्तौंदेखि यहाँ बसोबास गर्दै आएका परिवारहरूले पारम्परिक ज्ञान र अभ्यासहरूको संरक्षण गरेका छन्। तिनीहरूले तीर्थयात्रीहरूलाई उचित अनुष्ठान विधिहरू सिकाउँछन् र पवित्र स्थानहरूको सफाई र संरक्षणमा योगदान दिन्छन्।

देवघाट धामको सांस्कृतिक महत्व यसको धार्मिक भूमिकाभन्दा व्यापक छ। यो स्थान नेपाली संस्कृति, कला र साहित्यको प्रेरणाको स्रोत भएको छ। धेरै कविहरू, लेखकहरू र कलाकारहरूले यस स्थानको

सुन्दरता र आध्यात्मिक शक्तिबाट प्रेरणा लिएका छन्।

पर्यावरणीय संरक्षण र दिगो विकास (Environmental Conservation and Sustainable Development)

देवघाट धामको पर्यावरणीय संरक्षण व्यास पुण्य सर्किटको दीर्घकालीन व्यवहार्यताको लागि महत्वपूर्ण छ। जलवायु परिवर्तनले हिमालयी हिमनदीहरूमा पारेको प्रभावले यी नदीहरूको भविष्यको प्रवाहमा चुनौतीहरू सिर्जना गरेको छ।

जल गुणस्तर संरक्षण: नदीहरूको पानीको गुणस्तर कायम राख्न प्रदूषण नियन्त्रण जरुरि देखिन्छ। **वनस्पति संरक्षण**: नदी किनारका प्राकृतिक वनस्पतिको संरक्षण र पुनर्स्थापना जरुरि देखिन्छ।

दिगो पर्यटन: पर्यावरणीय प्रभावलाई न्यूनीकरण गर्दै उत्तम तीर्थयात्रा गतिविधिहरू, जप, ध्यान र तपस्या व्यवस्थापन आदि जरुरि देखिन्छ।

सामुदायिक सहभागिता: स्थानीय समुदायलाई संरक्षण प्रयासहरूमा सक्रिय सहभागिता गराउन जरुरि देखिन्छ।

भविष्यको दृष्टिकोण र विकास योजनाहरू (Future Vision and Development Plans)

देवघाट धामको भविष्यको विकासले पारम्परिक आध्यात्मिक मूल्यहरू र आधुनिक सुविधाहरूको सन्तुलन कायम राख्नुपर्छ।

प्रस्तावित विकास योजनाहरूमा निम्न कुराहरु समावेस हुन जरुरि देखिन्छः

पूर्वाधार विकास: तीर्थयात्रीहरूको लागि उचित आवास, स्वच्छता र यातायात सुविधाहरू।

शिक्षा केन्द्र: व्यास पुण्य सर्किटको आध्यात्मिक र सांस्कृतिक महत्वको बारेमा शिक्षा प्रदान गर्ने अनुसन्धान केन्द्रहरू, एआइ एसिस्टेड रोबोटीक गुरुकुल, वेद अध्ययन केन्द्र, वैदिक इनोभेसन केन्द्र, आयुर्वेदिक हिलिङ्ग खाद्य र औषधि अनुसन्धान केन्द्र, आयुर्वेदिक जडीबुटी संग्रहालय (Sangrahalaya) निर्माण आदि।

सुविधाहरू: चेतना अध्ययन, पर्यावरणीय विज्ञान र सांस्कृतिक अनुसन्धानको लागि अन्तर्राष्ट्रिय सुविधाहरू आदि।

सहयोग: विश्वभरका आध्यात्मिक केन्द्रहरूसँग सहयोग र ज्ञान आदानप्रदान।

देवघाट धाम व्यास पुण्य सर्किटको हृदयको रूपमा, यसले प्राचीन ज्ञान र आधुनिक बुझाइको मिलनको

प्रतिनिधित्व गर्छ। यसको नौ नदीहरूको संगमले केवल भौगोलिक घटना मात्र नभएर ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरूको जीवन्त अभिव्यक्ति प्रस्तुत गर्छ, अभ्यासकर्ताहरूलाई दिव्य एकताको प्रत्यक्ष अनुभवको अवसर प्रदान गर्दै।

४. नौ नदीहरू: उत्पत्ति र आध्यात्मिक महत्व

(Nine Rivers: Origins and Spiritual Significance)

व्यास पुण्य सर्किटको मूल आधार नौ वटा हिमालयी हिमनदी नदीहरूमा छ जुन देवघाट धाममा मिलेर नारायणी नदी बनाउँछन्। प्रत्येक नदीले आफ्नै अनुपम भौगोलिक उत्पत्ति, आध्यात्मिक विशेषताहरू र ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरूको प्रतिनिधित्व गर्छ। यी नदीहरूको विस्तृत अध्ययनले व्यास पुण्य सर्किटको गहिरो आध्यात्मिक र वैज्ञानिक आधारहरू प्रकट गर्छ।

४.१ कालीगण्डकी नदी: जल तत्वको प्रतिनिधि (Kali Gandaki River: Representative of Water Element)

कालीगण्डकी नदी व्यास पुण्य सर्किटको सबैभन्दा पवित्र र महत्वपूर्ण नदी मानिन्छ। यसको उत्पत्ति मुस्ताङको दामोदर कुण्डबाट हुन्छ, जुन समुद्री सतहबाट ४,२०० मिटर उचाइमा अवस्थित छ [३४]। यो नदी संसारको सबैभन्दा गहिरो घाटी, कालीगण्डकी घाटीबाट बग्छ, जुन धौलागिरी (८,१६७ मी.) र अन्नपूर्ण (८,०९१ मी.) शिखरहरूको बीचमा अवस्थित छ।

भौगोलिक विशेषताहरू र हिमनदी स्रोत (Geographical Features and Glacial Source)

कालीगण्डकीको हिमनदी स्रोतहरू मुख्यतः धौलागिरी र अन्नपूर्ण श्रृंखलाका हिमनदीहरूमा छन्। यी हिमनदीहरूले वर्षभरि निरन्तर पानी प्रदान गर्छन्, जसले नदीको प्रवाहलाई स्थिर राख्छ। नदीको कुल लम्बाइ ७०० किलोमिटर छ, र यसको जलसम्भार क्षेत्र ४६,३०० वर्ग किलोमिटर छ [३५]।

कालीगण्डकी नदीको सबैभन्दा विशिष्ट विशेषता यसमा पाइने शालिग्राम शिलाहरू हुन्। यी शिलाहरू करोडौं वर्ष पुराना समुद्री जीवाश्महरू हुन् जुन हिमालयको उत्थानको समयमा सिर्जना भएका थिए। हिन्दू परम्परामा शालिग्राम शिलाहरूलाई भगवान् विष्णुको प्रत्यक्ष रूप मानिन्छ [३६]।

संस्कृत व्युत्पत्ति र नामको अर्थ (Sanskrit Etymology and Name Meaning)

"कालीगण्डकी" नामको संस्कृत व्युत्पत्ति "काली" + "गण्डकी" बाट आएको हो। "काली" शब्दले देवी कालीलाई जनाउँछ, जो शक्ति र समयको देवी हुन्। "गण्डकी" शब्दको उत्पत्ति "गण्ड" (गाला) र "अकी" (चिह्न) बाट भएको हो, जसले "गालामा चिह्न भएको" अर्थ दिन्छ [३७]। यो नाम शालिग्राम शिलाहरूमा पाइने प्राकृतिक चक्र चिह्नहरूलाई जनाउँछ।

पुराणिक कथाअनुसार, यो नदी देवी कालीको आँसुबाट उत्पन्न भएको हो जब उनले दानव महिषासुरको वधपछि आफ्ना आँसुहरू पृथ्वीमा खसालिन्। यी

आँसुहरूले पवित्र नदीको रूप लियो जसले सबै पापहरूको शुद्धीकरण गर्छ [३८]।

आध्यात्मिक महत्व र जल तत्व प्रतिनिधित्व (Spiritual Significance and Water Element Representation)

कालीगण्डकी नदीले पञ्च महाभूतमध्ये जल तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ। वैदिक दर्शनअनुसार, जल तत्व निम्नलिखित गुणहरूको प्रतिनिधित्व गर्छ:

भौतिक गुणहरू: तरलता, शीतलता, मृदुता, स्वच्छता मानसिक गुणहरू: भावनात्मक संवेदनशीलता, करुणा, अनुकूलनशीलता आध्यात्मिक गुणहरू: शुद्धीकरण, पोषण, जीवन शक्ति प्रदान

कालीगण्डकीमा स्नान गर्नाले भावनात्मक शुद्धीकरण, कर्म शुद्धीकरण र आध्यात्मिक पुनर्जन्म प्राप्त हुन्छ भन्ने मान्यता छ। यसको पानीलाई विशेष उपचारात्मक गुणहरू भएको मानिन्छ, विशेष गरी मानसिक र भावनात्मक समस्याहरूको लागि।

शालिग्राम परम्परा र विष्णु पूजा (Shaligram Tradition and Vishnu Worship)

कालीगण्डकी नदीको सबैभन्दा महत्वपूर्ण आध्यात्मिक पक्ष शालिग्राम शिलाहरूको उपस्थिति हो। यी शिलाहरू प्राकृतिक रूपमा चक्र, शंख र अन्य वैष्णव प्रतीकहरूको आकार लिन्छन्। ब्रह्म वैवर्त पुराणले घोषणा गर्छ:

"कालीगण्डकी महानदी शालिग्रामनिवासिनी।

तत्र स्नानं महापुण्यं विष्णुलोकप्रदायकम्॥"

"कालीगण्डकी महान् नदी हो, शालिग्रामको निवास। त्यहाँ स्नान गर्नु महान् पुण्य हो र विष्णुलोक प्रदान गर्छ।" [३९]

शालिग्राम शिलाहरूको पूजाले घर र हृदयमा भगवान् विष्णुको प्रत्यक्ष उपस्थिति ल्याउँछ भन्ने मान्यता छ। यी शिलाहरूलाई "स्वयम्भू मूर्ति" (Self-manifested Deity) मानिन्छ जसलाई कुनै मानव निर्माण आवश्यक पर्दैन।

४.२ त्रिशूली नदी: अग्नि तत्वको प्रतिनिधि (Trishuli River: Representative of Fire Element)

त्रिशूली नदीको उत्पत्ति गोसाइकुण्डबाट हुन्छ, जुन लाङटाङ राष्ट्रिय निकुञ्जमा ४,३८० मिटर उचाइमा अवस्थित पवित्र ताल हो [४०]। यो नदी भगवान् शिवको त्रिशूलसँग सम्बन्धित छ र अग्नि तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ।

भौगोलिक उत्पत्ति र हिमनदी स्रोत (Geographical Origin and Glacial Source)

त्रिशूली नदीका मुख्य हिमनदी स्रोतहरू लाङटाङ लिरुङ (७,२३४ मी.) र गणेश हिमाल (७,४२२ मी.) श्रृंखलाहरूमा छन्। गोसाइकुण्डको पवित्र ताल यसको मुख्य स्रोत हो, जहाँबाट यो नदी दक्षिणतर्फ बग्न थाल्छ। नदीको कुल लम्बाइ १८५ किलोमिटर छ [४१]।

गोसाइकुण्डको पानी अत्यन्त शुद्ध र खनिज युक्त छ। यो ताल हिमनदीको पग्लिएको पानी र प्राकृतिक मुहानहरूबाट पोषित हुन्छ। वैज्ञानिक अध्ययनले देखाएको छ कि यसको पानीमा उच्च मात्रामा

ऋणात्मक आयनहरू छन् जसले मानसिक स्पष्टता र आध्यात्मिक जागरूकता बढाउँछ।

संस्कृत व्युत्पत्ति र शिव सम्बन्ध (Sanskrit Etymology and Shiva Connection)

"त्रिशूली" नामको उत्पत्ति "त्रिशूल" + "ई" बाट भएको हो, जहाँ "त्रिशूल" भगवान् शिवको मुख्य हतियार हो। त्रिशूलको तीन काँटाहरूले तीन गुण (सत्व, रजस्, तमस्), तीन लोक (भूलोक, भुवर्लोक, स्वर्लोक) र तीन काल (भूत, वर्तमान, भविष्य) को प्रतिनिधित्व गर्छन् [४२]। पुराणिक कथाअनुसार, समुद्र मन्थनको समयमा निकालिएको हलाहल विषलाई भगवान् शिवले पिएपछि उनको घाँटी नीलो भयो। यस घटनाको स्मरणमा उनले आफ्नो त्रिशूललाई हिमालयमा रोपेका थिए, जहाँबाट गोसाइकुण्ड र त्रिशूली नदीको जन्म भयो [४३]।

अग्नि तत्व प्रतिनिधित्व र रूपान्तरण शक्ति (Fire Element Representation and Transformational Power)

त्रिशूली नदीले पञ्च महाभूतमध्ये अग्नि तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ।

अग्नि तत्वका भौतिक गुणहरू: तापमान, प्रकाश, ऊर्जा, रूपान्तरण मानसिक गुणहरू: इच्छाशक्ति, दृढता, साहस, नेतृत्व आध्यात्मिक गुणहरू: शुद्धीकरण, ज्ञान प्रकाश, आध्यात्मिक जागरण

त्रिशूली नदीको पानीले आध्यात्मिक अग्निको काम गर्छ, अभ्यासकर्ताका अज्ञानता र नकारात्मक कर्महरूलाई जलाएर शुद्ध चेतनाको प्रकाश ल्याउँछ। यसमा स्नान गर्नाले आन्तरिक शक्ति, साहस र आध्यात्मिक तेज प्राप्त हुन्छ।

गोसाइकुण्ड तीर्थयात्रा र शिवरात्रि परम्परा (Gosaikunda Pilgrimage and Shivaratri Tradition)

गोसाइकुण्डको तीर्थयात्रा हिन्दू परम्परामा अत्यन्त पवित्र मानिन्छ। विशेष गरी जनै पूर्णिमा र

शिवरात्रिको दिन हजारौं तीर्थयात्रीहरू यहाँ आउँछन्। यस दिन गोसाइकुण्डको पानीमा भगवान् शिवको प्रत्यक्ष उपस्थिति हुन्छ भन्ने मान्यता छ।

गोसाइकुण्डको पानी त्रिशूली नदीमा मिसिएर देवघाट धामसम्म पुग्छ, यसरी शिवको आशीर्वाद सम्पूर्ण नदी प्रणालीमा फैलिन्छ। यसैले त्रिशूली नदीलाई "शिव गङ्गा" पनि भनिन्छ।

४.३ सेती गण्डकी नदी: आकाश तत्वको प्रतिनिधि

(Seti Gandaki River: Representative of Space Element)

सेती गण्डकी नदी आफ्नो दूधे सेतो रंगका कारण प्रसिद्ध छ। यसको उत्पत्ति दाउलागिरी श्रृंखलाको हिमनदीहरूबाट हुन्छ र यसले आकाश तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ [४४]।

भौगोलिक विशेषताहरू र सेतो रंगको कारण (Geographical Features and Cause of White Color)

सेती गण्डकीको मुख्य स्रोत दाउलागिरी हिमनदी हो, जहाँबाट यो नदी उत्पन्न हुन्छ। यसको विशिष्ट सेतो

रंग हिमनदीबाट आउने महीन चूर्ण (Glacial Flour) को कारणले हो। जब हिमनदीहरूले चट्टानहरूलाई घिसेर महीन पाउडर बनाउँछन्, यो पाउडर पानीमा मिसिएर दूधे सेतो रंग दिन्छ [४५]।

वैज्ञानिक अध्ययनले देखाएको छ कि सेती गण्डकीको पानीमा उच्च मात्रामा सिलिका र अन्य खनिजहरू छन् जसले यसलाई विशेष गुणहरू प्रदान गर्छ। यसको पानी अत्यन्त शुद्ध र ठण्डा हुन्छ।

संस्कृत व्युत्पत्ति र शुद्धताको प्रतीक (Sanskrit Etymology and Symbol of Purity)

"सेती" शब्दको उत्पत्ति संस्कृत "श्वेत" बाट भएको हो, जसको अर्थ "सेतो" हो। संस्कृतमा "श्वित्" र "श्वेत्" धातुहरूको अर्थ "सेतो" र "उज्यालो" हो [४६] पनि भनिन्छ। संस्कृत भाषाको सीव्यति (sīvyati) शब्द वाट बनेको सेती (Seti) शब्द सेतुम् अर्थात् “सेतो" र "उज्यालो" एक आपसमा जोड्ने तत्व गुणको मान्न सकिन्छ। सेतो रंगलाई हिन्दू परम्परामा शुद्धता, पवित्रता र दिव्य चेतनाको प्रतीक मानिन्छ।

श्वेताश्वतर उपनिषद्ले उल्लेख गर्दछ:

"श्वेतं वर्णं तु शुद्धस्य चेतनस्य प्रकाशकम्।"

सेतो रंग शुद्ध चेतनाको प्रकाशक हो। [४७]

आकाश तत्व प्रतिनिधित्व र चेतना विस्तार (Space Element Representation and Consciousness Expansion)

सेती गण्डकी नदीले पञ्च महाभूतमध्ये आकाश तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ।

आकाश तत्वका भौतिक गुणहरू: विस्तार, शून्यता, ग्रहणशीलता, सर्वव्यापकता मानसिक गुणहरू: खुला मन, ग्रहणशीलता, शान्ति, स्पष्टता आध्यात्मिक गुणहरू: चेतना विस्तार, ध्यान गहिराई, दिव्य जागरूकता

सेती गण्डकीको सेतो पानीले मानसिक शुद्धता र चेतना विस्तारको प्रतीक काम गर्छ। यसमा स्नान गर्नाले मनको सबै मलिनताहरू धुलिन्छन् र शुद्ध, विस्तृत चेतनाको अनुभव हुन्छ।

४.४ मस्याङ्दी नदी: पृथ्वी तत्वको प्रतिनिधि

(Marsyangdi River: Representative of Earth Element)

मस्याङ्दी नदीको उत्पत्ति मनास्लु हिमनदीबाट हुन्छ र यसले पृथ्वी तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ। यो नदी आफ्नो स्थिरता र पोषणकारी गुणहरूका लागि प्रसिद्ध छ [४८]।

भौगोलिक उत्पत्ति र मनास्लु सम्बन्ध (Geographical Origin and Manaslu Connection)

मस्याङ्दी नदीको मुख्य स्रोत मनास्लु हिमनदी (८,१६३ मी.) हो। "मनास्लु" नामको अर्थ "आत्माको पर्वत" हो, जुन संस्कृत "मनस्" (मन) र "लु" (स्थान) बाट आएको हो [४९]। यो नदी मनास्लु संरक्षण क्षेत्रबाट बग्छ र विभिन्न सहायक नदीहरूसँग मिलेर शक्तिशाली धारा बनाउँछ।

मस्याङ्दी नदीको कुल लम्बाइ १७७ किलोमिटर छ र यसको जलसम्भार क्षेत्र ८,२४६ वर्ग किलोमिटर छ। यो नदी वर्षभरि स्थिर प्रवाह कायम राख्छ, जसले यसलाई भरपर्दो जल स्रोत बनाउँछ।

संस्कृत व्युत्पत्ति र स्थिरताको प्रतीक (Sanskrit Etymology and Symbol of Stability)

स्थानीयतामा "मस्याङ्दी" नामको व्युत्पत्ति "मत्स्य" (माछा) + "अङ्गदी" (शरीर भएको) बाट भएको स्थानीय चर्चा देखिन्छ। माछालाई हिन्दू परम्परामा जीवन शक्ति र प्रजनन क्षमताको प्रतीक मानिन्छ। "मस्याङ्दी" को अर्थ "मनको शान्ति दिने" हो - जुन "मनस्" (मन) + "शान्ति" + "दी" (दिने) बाट आएको हो भन्ने व्याख्या समेत बजारमा भेटिन्छ।

वैदिक परम्परागत मान्यता अनुरुप भने मर्स्य (masya) + आङ्ग (āṅga) + ई (ī) मिली बनेको शब्दमा मर्स्यको अर्थ शुद्ध गुण वा रूपको भन्ने हो। आङ्गको अर्थ मुख्य शरीर हो। ई प्रत्यय उत्पादन वृति बोकेको स्त्री शक्ति गुण जनाउन जोडिने गरिन्छ। पन्च तत्व गुणको सन्दर्भमा मर्स्याङ्दी (marsyāṅdī) शब्दले मुख्य शरीरको निर्माण गर्ने सुद्ध तत्व अर्थात् पृथ्वी तत्व गुणलाई जनाउने गर्दछ।

मर्स्याङ्दी नदीमा मिसिने चेपे नदीले मस्तिष्कको बुद्धि र दरौदी नदीले चित्तको अर्थ दिन्छ। शरीर +

बुद्धि + चित्त युक्त मर्स्याङ्दी नदी नारायणीमा रूपान्तरण हुँदै गर्दा अहङ्कार पक्ष विकसित हुने अवस्थामा पुग्ने सनातन हिन्दु मान्यता छ।

पृथ्वी तत्व प्रतिनिधित्व र आधार प्रदान (Earth Element Representation and Foundation Providing)

मस्याङ्दी नदीले पञ्च महाभूतमध्ये पृथ्वी तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ।

पृथ्वी तत्वका भौतिक गुणहरू: स्थिरता, ठोसपन, सहयोग, पोषण मानसिक गुणहरू: धैर्य, दृढता, व्यावहारिकता, भरपर्दोपन आध्यात्मिक गुणहरू: आधार प्रदान, जीवन समर्थन, मातृत्व भाव

मस्याङ्दी नदीको पानीले आध्यात्मिक अभ्यासको लागि ठोस आधार प्रदान गर्छ। यसमा स्नान गर्नाले मानसिक स्थिरता, भावनात्मक सन्तुलन र आध्यात्मिक दृढता प्राप्त हुन्छ।

४.५ मादी नदी: वायु तत्वको प्रतिनिधि (Madi River: Representative of Air Element)

मादी नदी आफ्नो तीव्र प्रवाह र गतिशीलताका लागि प्रसिद्ध छ। यसले वायु तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ र जीवन शक्ति (Prana) को प्रवाहलाई दर्शाउँछ [५०]।

भौगोलिक विशेषताहरू र तीव्र प्रवाह (Geographical Features and Swift Flow)

मादी नदीको उत्पत्ति मछापुच्छ्रे र अन्नपूर्ण श्रृंखलाका हिमनदीहरूबाट हुन्छ। यो नदी आफ्नो तीव्र प्रवाह र अनुपम सुन्दरताका लागि प्रसिद्ध छ। यसको कुल लम्बाइ ५६ किलोमिटर छ [५१]। मादी नदीको पानी अत्यन्त शुद्ध र अक्सिजन युक्त छ। यसको तीव्र प्रवाहले पानीमा प्राकृतिक वातायन (Natural Aeration) सिर्जना गर्छ, जसले यसलाई विशेष जीवन शक्ति प्रदान गर्छ।

संस्कृत व्युत्पत्ति र प्राण शक्ति सम्बन्ध (Sanskrit Etymology and Prana Energy Connection)

अव्यक्तता लाई व्यक्त गर्ने उत्पादनशील स्त्री ऊर्जा गुणको सङ्केत गर्ने मादी (mādī) शब्दको व्युत्पत्ति

संस्कृत "मारुत" (वायु) + "दी" (दिने) बाट भएको हो। "मारुत" वायु देवताको नाम हो, जसले जीवन शक्ति र प्राण ऊर्जाको नियन्त्रण गर्छ। वैदिक साहित्यमा वायुलाई जीवनको आधार मानिएको छ:

"वायुर्वै प्राणो वायुरपानो वायुर्व्यानः।"

वायु नै प्राण हो, वायु नै अपान हो, वायु नै व्यान हो। [५२]

वायु तत्व प्रतिनिधित्व र जीवन शक्ति प्रवाह (Air Element Representation and Life Force Flow)

मादी नदीले पञ्च महाभूतमध्ये वायु तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ। वायु तत्वका मुख्य गुणहरू:

भौतिक गुणहरू: गति, हल्कापन, शुष्कता, चलायमानता मानसिक गुणहरू: उत्साह, जिज्ञासा, संचार, सामाजिकता आध्यात्मिक गुणहरू: प्राण शक्ति, जीवन ऊर्जा, आध्यात्मिक गतिशीलता

मादी नदीको पानीले प्राण शक्तिको संचार गर्छ। यसमा स्नान गर्नाले शारीरिक जीवन शक्ति, मानसिक स्फूर्ति र आध्यात्मिक उत्साह प्राप्त हुन्छ।

४.६ बुढीगण्डकी नदी: मन तत्वको प्रतिनिधि (Budhi Gandaki River: Representative of Mind Element)

बुढीगण्डकी नदी व्यास पुण्य सर्किटको एक अनुपम विशेषता हो किनभने यसले पारम्परिक पञ्च महाभूतभन्दा बाहिर मन तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ [५३]।

भौगोलिक उत्पत्ति र मनास्लु सम्बन्ध (Geographical Origin and Manaslu Connection)

बुढीगण्डकी नदीको उत्पत्ति मनास्लु हिमनदीबाट हुन्छ। यो नदी मनास्लु संरक्षण क्षेत्रको मुटुबाट बग्छ र विभिन्न उच्च हिमालयी तालहरूबाट पानी संकलन गर्छ। यसको कुल लम्बाइ ७१ किलोमिटर छ।

संस्कृत व्युत्पत्ति र बुद्धि सम्बन्ध (Sanskrit Etymology and Intelligence Connection)

बुडी गण्डकीमा (Budī Gaṇḍakī) "बुढी+ गण्डकी" नामको व्युत्पत्ति "बुद्धि" + "गण्डकी" बाट भएको हो। "बुद्धि" संस्कृत धातु "बुध्" (जाग्नु, बुझ्नु) बाट आएको हो [५४]। यसले विवेक, ज्ञान र आध्यात्मिक बुद्धिलाई जनाउँछ। गण्डक (Gaṇḍaka) शब्द पन्च

तत्व वा त्यसको प्रभाव जान्नु संग सम्बन्धित छ। वैदिक मनोविज्ञानमा बुद्धिलाई मन भन्दा उच्च तत्व मानिएको छ:

इन्द्रियेभ्यः परा ह्यर्था अर्थेभ्यश्च परं मनः।
मनसस्तु परा बुद्धिर्बुद्धेरात्मा महान् परः॥

इन्द्रियहरूभन्दा विषयहरू श्रेष्ठ छन्, विषयहरूभन्दा मन श्रेष्ठ छ, मनभन्दा बुद्धि श्रेष्ठ छ, र बुद्धिभन्दा महान् आत्मा श्रेष्ठ छ।" [५५]

मन तत्व प्रतिनिधित्व र विवेक विकास (Mind Element Representation and Discrimination Development)

बुढीगण्डकी नदीले मन तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ।

मन तत्वका संज्ञानात्मक गुणहरू: विवेक, निर्णय क्षमता, स्मृति, कल्पना भावनात्मक गुणहरू: समझदारी, धैर्य, संयम, करुणा आध्यात्मिक गुणहरू: आत्म-चेतना, आध्यात्मिक विवेक, ज्ञान प्राप्ति

बुढीगण्डकी नदीको पानीले मानसिक स्पष्टता, बौद्धिक तीक्ष्णता र आध्यात्मिक विवेकको विकास गर्छ।

४.७ चेपे नदी: भौतिक मस्तिष्क तत्वको प्रतिनिधि

(Chepe River: Representative of Physical Brain Element)

चेपे नदी व्यास पुण्य सर्किटको भौतिक मस्तिष्क (Physical Brain) को प्रतिनिधित्व गर्छ। नेपाली जनमानसमा चेपेलाई माया, बिछोड, करुणा, मातृवासल्य र भातृत्व जस्ता मनोविज्ञानको प्रतीकको रूपमा पूजा गरिन्छ। मन्सिरीको अर्थ बुद्धि र हृदय (वेवेकको केन्द्र) भन्ने हुन्छ। मन्सिरी हिमालमा जन्मने यो नदी मस्याङ्दी नदी प्रणालीमा मिल्छ [५६]।

भौगोलिक स्थिति र मस्याङ्दी सम्बन्ध (Geographical Position and Marsyangdi Connection)

मन्सिरी हिमालमा रहेको दूधपोखरी हिमतालबाट उद्गम भई चेपे खोला लमजुङ र गोरखा जिल्लाको सिमाना बनाउँदै चेपेघाटमा आएर मर्स्याङ्दी नदीमा मिसिन्छ। चेपे नदी मस्याङ्दी नदीको एक महत्वपूर्ण सहायक नदी हो। यसको उत्पत्ति मनास्लु क्षेत्रका साना

हिमनदीहरूबाट हुन्छ र यो मस्याङ्दीमा मिलेर देवघाट धामतर्फ बग्छ।

भौतिक मस्तिष्क तत्व प्रतिनिधित्व (Physical Brain Element Representation)

चेपे नदीले भौतिक मस्तिष्कको प्रतिनिधित्व गर्छ, जुन मन र शरीरबीचको सेतुको काम गर्छ। यसका मुख्य:

न्यूरोलजिकल गुणहरू: स्नायु तन्त्र नियन्त्रण, मोटर नियन्त्रण, संवेदी प्रक्रिया संचालन गर्ने हो।

संज्ञानात्मक गुणहरू: सूचना प्रक्रिया, स्मृति भण्डारण, सिकाइ क्षमता व्यवस्थापन गर्ने हो।

एकीकरण गुणहरू: मन-शरीर समन्वय, आध्यात्मिक अनुभवको भौतिक एकीकरण गर्ने हो।

४.८ दरौदी नदी: सहायक तत्वको प्रतिनिधि

(Daraudi River: Representative of Supporting Element)

दरौदी नदी मस्याङ्दी नदी प्रणालीको एक महत्वपूर्ण सहायक नदी हो [५७]। गोरखा जिल्लाको हिमालचुली-बुद्ध क्षेत्रको बुद्ध हिमालकै काखमा रहेको नारद पोखरीबाट बग्ने हिमनदी वाट दरौदी नदीको उत्पत्ति

हुन्छ। नारद जल मार्फत ज्ञान अनुभूति गरी आध्यात्मिक सन्देश वाहकको रूपमा काम गर्ने शक्ति हुन्। ज्ञानी, प्रबुद्ध वा साक्षात्कार प्राप्त गुण लाई बुद्ध भनी चिनिन्छ। बुद्ध-नारद नामको संयोजनबाट उत्पत्ति भएको नदीलाई ज्ञान-भक्ति-संवादको शुद्ध प्रवाह (the pure stream of wisdom, devotion, and spiritual communication) को रूपमा बुझ्न सकिन्छ। तर पनि वैदिक परम्परामा दरौदी शब्द अहङ्कार (ego/pride) पैदा गर्ने कारकको रूपमा प्रयोग गरिन्छ। अहङ्कारको पैदा गर्ने कारक जनाउने शब्द दरौंदी नाम रहेको यो नदिले सम्पूर्ण सर्किटमा सहायक र संतुलनकारी भूमिका खेल्छ।

भौगोलिक विशेषताहरू र सहायक भूमिका (Geographical Features and Supporting Role)

दरौदी नदीको उत्पत्ति हिमालचुली र बौद्ध हिमाल क्षेत्रका हिमनदीहरूबाट हुन्छ। यो नदी मस्याङ्दीमा मिलेर यसको प्रवाहलाई बलियो बनाउँछ।

संतुलन र सहयोग सिद्धान्त (Balance and Cooperation Principle)

दरौदी नदीले आध्यात्मिक अभ्यासमा संतुलन र सहयोगको महत्वलाई दर्शाउँछ। यसले देखाउँछ कि आध्यात्मिक विकासमा सबै तत्वहरूको सहयोग आवश्यक हुन्छ।

४.९ नारायणी नदी: दिव्य एकता चेतनाको प्रतिनिधि (Narayani River: Representative of Divine Unity Consciousness)

नारायणी नदी सबै नौ नदीहरूको संगमबाट बन्छ र दिव्य एकता चेतनाको प्रतिनिधित्व गर्छ [५८]।

संस्कृत व्युत्पत्ति र नारायण सम्बन्ध (Sanskrit Etymology and Narayana Connection)

"नारायणी" नामको व्युत्पत्ति "नारायण" + "ई" (स्त्रीलिङ्ग प्रत्यय) बाट भएको हो। "नारायण" को अर्थ "जलमा शयन गर्ने" हो, जुन भगवान् विष्णुको नाम हो [५९] ।

विष्णु पुराण व्याख्या गर्छ:

आपो नारा इति प्रोक्ता आपो वै नरसूनवः।

ता यदस्यायनं पूर्वं तेन नारायणः स्मृतः॥

पानीलाई 'नार' भनिन्छ किनभने पानी नरका सन्तान हुन्। त्यो उहाँको पहिलो निवास (अयन) भएकोले उहाँलाई नारायण भनिन्छ। [६०] नारायणी नदीले एक व्यक्तिको समग्र शरीरलाई सङ्केत गर्दछ।

दिव्य एकता चेतना प्रतिनिधित्व (Divine Unity Consciousness Representation)

नारायणी नदीले सबै तत्वहरू र चेतना पक्षहरूको एकीकृत रूपको प्रतिनिधित्व गर्छ।

यसका मुख्य **एकीकरण गुणहरू**: सबै विविधताहरूको एकतामा मिलन

दिव्य गुणहरू: सर्वव्यापकता, सर्वज्ञता, सर्वशक्तिमत्ता

चेतना गुणहरू: एकता चेतना, दिव्य प्रेम, परम शान्ति

नारायणी नदीमा स्नान गर्नाले सबै तत्वहरूको एकीकृत अनुभव र दिव्य एकता चेतनाको साक्षात्कार हुन्छ।

यी नौ नदीहरूको विस्तृत अध्ययनले देखाउँछ कि व्यास पुण्य सर्किट केवल भौगोलिक घटना मात्र नभएर एक पूर्ण आध्यात्मिक आयाम हो। जसले यसको तिर्थ गर्नेहरुलाई ब्रह्माण्डीय सिद्धान्तहरूको प्रत्यक्ष अनुभवको अवसर उपलब्ध गराउने गर्दछ।

ANNEX I

व्यास पुण्य सर्किटको विश्लेषण

यो चार्टले **व्यास पुण्य सर्किट** नामक एक धार्मिक यात्रा (तीर्थ) को बारेमा जानकारी दिन्छ। यो सर्किट विभिन्न नदीहरू र आध्यात्मिक मान्यताहरूसँग जोडिएको छ।

मुख्य नदीहरू र तिनीहरूको महत्व

यहाँ केही प्रमुख नदीहरूलाई पञ्च महाभूत (पाँच तत्व) र मानव चेतनासँग जोडेर हेरिएको छ:

- **सेती-गण्डकी नदी:** यसलाई **'आकाश तत्व'** सँग जोडेर हेरिएको छ। यो नदी हिमालयको हिउँ पग्लिएर बनेको मानिन्छ।
- **मादी नदी:** यसलाई **'वायु तत्व'** सँग सम्बन्धित मानिएको छ।
- **मस्याङ्दी नदी:** यो नदीलाई **'पृथ्वी तत्व'** सँग जोडेर हेरिएको छ।
- **बुढी गण्डकी नदी:** यसको सम्बन्ध **'मन'** (मानवको मानसिक पक्ष) सँग देखाइएको छ।
- **त्रिशूली नदी:** यसलाई **'अग्नि तत्व'** (आगो) सँग सम्बन्धित मानिएको छ।
- **कालीगण्डकी नदी:** यस नदीलाई **'जल तत्व'** (पानी) सँग जोडेर हेरिएको छ।

- **नारायणी नदी:** यो नदी धेरै नदीहरूको सङ्गमबाट बनेको मुख्य नदी हो।

थप महत्त्वपूर्ण कुराहरू

- **चेपे नदी:** यो नदी मस्याङ्दी नदीमा गएर मिल्छ। यसलाई आध्यात्मिक रूपमा मानवको **'मस्तिष्कको भौतिक भाग'** सँग तुलना गरिएको छ। यो पनि हिमालयबाटै उत्पत्ति भएको हो र यसलाई मूल चार्टमा छुटाइएको महत्वपूर्ण अंश मानिएको छ।
- **देवघाट धाम:** यो सम्पूर्ण सर्किटको केन्द्रबिन्दु हो। यसलाई धेरै नदीहरूको पवित्र सङ्गम (मिलन बिन्दु) भनिन्छ।
- **वैदिक तीर्थ स्थान:** यो सर्किटलाई प्राचीन **वेद** मा उल्लेख गरिएका तीर्थस्थलहरूमा आधारित मानिएको छ।

संक्षेपमा, यो विश्लेषणले नदीहरूलाई केवल जलस्रोतको रूपमा मात्र नभई मानवको आध्यात्मिक चेतना र पाँच तत्वसँग जोडेर हेरेको छ, र यसलाई एउटा पवित्र यात्राको रूपमा प्रस्तुत गरेको छ।

ANNEX II

देवघाट धाम: धार्मिक महत्व र पौराणिक सन्दर्भ

देवघाट धाम नेपालको तनहुँ जिल्लामा रहेको एक प्रसिद्ध र पवित्र धार्मिक स्थल हो। यो धैरै नदीहरूको सङ्गमस्थल (मिलन बिन्दु) हो।

भौगोलिक परिचय

- तनहुँको देवघाट चितवन जिल्लाको नारायणगढ बजारबाट करिब ५ किलोमिटर उत्तरपश्चिममा पर्छ।
- यहाँ **कालीगण्डकी** र **त्रिशूली** नदीको मुख्य सङ्गम हुन्छ, जसबाट **नारायणी नदी** बन्दछ।
- यो महाभारत पर्वत श्रृङ्खलाबाट निस्केर समथर भागमा प्रवेश गर्ने ठाउँमा अवस्थित छ।
- नारायणी नदी पछि भारतमा **गण्डक नदी** को नामले बग्छ र अन्ततः पटना नजिकै गंगा नदीमा मिल्छ।

धार्मिक र पौराणिक महत्व

- **पुराणमा उल्लेख:** देवघाटको महत्व **वराह पुराण, स्कन्द पुराण, पद्म पुराण** र **हिमवत्खण्ड** जस्ता धैरै प्राचीन ग्रन्थहरूमा उल्लेख गरिएको छ।
- **भगवान् विष्णुसँग सम्बन्ध:** पौराणिक कथा अनुसार, भगवान् विष्णुले यही स्थानमा तपस्या गरेको मानिन्छ।

- **पवित्र सङ्गम:** हिन्दू धर्ममा, दुई वा धेरै नदीहरू मिल्ने स्थानलाई **संगम** भनिन्छ र यसलाई अत्यन्तै पवित्र मानिन्छ। यहाँ स्नान गर्दा पाप नाश हुन्छ र आत्मा शुद्ध हुन्छ भन्ने जनविश्वास छ।
- **राजा मुकुन्द सेन:** १६ औं शताब्दीका पाल्पाका राजा मुकुन्द सेनले यहीँ रहेको **चक्रेश्वर मन्दिर** मा ध्यान गरेर मोक्ष प्राप्त गरेको किंवदन्ती छ।

देवघाटको राम्रो पक्ष

- **संसारकै एक मात्र मोक्ष स्नान:** देवघाट धामको आध्यात्मिक महत्व भौगोलिक विशेषताभन्दा निकै गहिरो छ। यो स्थान हिन्दू परम्परामा विष्णु र शिवको उपस्थिति सहित "मोक्ष स्नान" (मुक्ति दिने स्नान) को प्रमुख तीर्थस्थल हो।

  इलाहाबादको त्रिवेणी संगममा गरिने "प्रयाग स्नान" लाई "अमृत स्नान" भनिए पनि, शास्त्रमा मोक्ष स्नानलाई अझ उच्च मानिन्छ। देवघाटमा मोक्ष स्नान गर्न नसके प्रयागको स्नानलाई सिफारिस गरिएको छ।

  कालिगण्डकीको शालिग्राम जलमा स्नानलाई सबैभन्दा उत्कृष्ट धार्मिक स्नानको विकल्प मानिन्छ।

  त्यसैले, सनातन परम्पराले विश्वका सबै हिन्दुहरूलाई जीवनमा कम्तिमा एकपटक देवघाटमा मोक्ष स्नान र कालिगण्डकीमा स्नान गर्न प्रेरित गरेको छ। भारतको

प्रयागमा गंगा, यमुना र सरस्वती नदीको सङ्गम भएजस्तै देवघाटमा कालीगण्डकी र त्रिशूली नदीको सङ्गम हुने गर्दछ।

- **रामायणसँग सम्बन्ध:** यो स्थान रामायणको कथासँग पनि जोडिएको छ। भनिन्छ कि भगवान् रामले अयोध्याबाट वनवास पठाएपछि सीताले यसै ठाउँको जङ्गलमा शरण लिएकी थिइन्।
- **वाल्मीकि आश्रम:** रामायणका लेखक **महर्षि वाल्मीकि** ले यहीँ तपस्या गरेको मानिन्छ। सीताले आफ्ना जुम्ल्याहा छोरा **लव र कुश** लाई पनि यही आश्रममा जन्म दिएकी थिइन्।

यहाँका मुख्य मन्दिरहरू र ठाउँहरू

देवघाटमा धेरै मन्दिर, आश्रम र गुफाहरू छन्।

जस्तै:

- **वाल्मीकि आश्रम**
- **देवघाट शिवालय**
- **राम-जानकी मन्दिर**
- **चक्रेश्वर मन्दिर** (यहाँको सबैभन्दा पुरानो र प्रमुख मन्दिर)
- **सिद्धबाबा गुफा**
- **शङ्कराचार्य मठ**
-

चाडपर्वहरू र अन्य गतिविधिहरू

- **मकर सङ्क्रान्ति (माघे सङ्क्रान्ति):** माघ महिनाको पहिलो दिन यहाँ ठूलो मेला लाग्छ। यस दिन नेपाल र भारतबाट हजारौँ भक्तजनहरू यहाँ आएर पवित्र स्नान गर्छन्।
- **तपस्याको भूमि:** देवघाटलाई पुरानो समयदेखि नै '**तपोभूमि**' मानिन्छ, जहाँ ऋषि-मुनिहरू र साधुहरूले तपस्या गर्थे।
- **वृद्धाश्रमहरू:** यहाँ धेरै वृद्धाश्रम पनि छन् जहाँ वृद्ध-वृद्धाहरूले आफ्नो जीवनको अन्तिम दिनहरू बिताउने गर्छन्, जसले गर्दा उनीहरूलाई स्वर्गमा बास पाइन्छ भन्ने विश्वास छ।

वर्तमानमा देवघाट

आज पनि देवघाट एक प्रमुख धार्मिक गन्तव्य हो। यसलाई संरक्षण गरी पर्यटन विकास गर्ने प्रयासहरू भइरहेका छन्। यो नेपालको सांस्कृतिक र धार्मिक विरासतको एक महत्त्वपूर्ण भाग हो।

ANNEX III

व्यास पुण्य सर्किटका नदीहरू: उत्पत्ति र धार्मिक महत्व

यो खण्डले व्यास पुण्य सर्किटमा पर्ने मुख्य नदीहरूको उत्पत्ति, तिनीहरूको हिमनदी (ग्लेसियर) स्रोत र धार्मिक महत्वबारे जानकारी दिन्छ।

१. कालीगण्डकी नदी (जल तत्व) 💧

- **उत्पत्ति:** यो नदी मुस्ताङको **नुबिने हिमाल** बाट निस्केको हो। यो तिब्बतको सीमा नजिकै ६,२६८ मिटर उचाइबाट बगेको छ। यसको अर्को पवित्र स्रोत **दामोदर कुण्ड** पनि हो।
- **भौगोलिक यात्रा:** यो नदी धौलागिरी र अन्नपूर्ण जस्ता ८,००० मिटर भन्दा अग्ला हिमालहरूका बीचबाट बग्छ र विश्वकै सबैभन्दा गहिरो गल्छी (६-७ किलोमिटर गहिरो) बनाउँछ।
- **धार्मिक महत्व:** यसलाई देवी कालीको नाममा नामाकरण गरिएको छ। यस नदीमा मात्र भगवान् विष्णुको प्रतीक मानिने **शालिग्राम** (पवित्र ढुंगा) पाइन्छ। विष्णु पुराण लगायत अन्य ग्रन्थहरूमा यसको वर्णन पाइन्छ।

२. त्रिशूली नदी (अग्नि तत्व) 🔥

- **उत्पत्ति:** यसको मुख्य स्रोत तिब्बतको **पेखु काङ्री** (लाङटाङ हिमाल) हो। यसलाई भगवान् शिवको त्रिशूलले बनाएको भनिने **गोसाइँकुण्ड** बाट पनि पानी आउँछ।
- **भौगोलिक यात्रा:** यो नदी तिब्बतबाट नेपालको रसुवा हुँदै बग्छ र अन्ततः देवघाटमा कालीगण्डकीसँग मिलेर नारायणी नदी बन्छ।
- **धार्मिक महत्व:** यसको नाम भगवान् शिवको **त्रिशूल** बाट आएको हो। त्रिशूलले इच्छाशक्ति, ज्ञान र कर्मलाई प्रतिनिधित्व गर्छ। गोसाइँकुण्डलाई शिवको निवास मानिन्छ र जनैपूर्णिमामा यहाँ ठूलो मेला लाग्छ।

३. मर्स्याङ्दी नदी (पृथ्वी तत्व) 🌏

- **उत्पत्ति:** यो अन्नपूर्ण र मनास्लु हिमालका हिमनदीहरूबाट बनेको छ।
- **भौगोलिक यात्रा:** यो नदी अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्र हुँदै मनाङ, लमजुङ, तनहुँ र गोरखाका केही भागबाट बग्छ र मुग्लिन नजिकै त्रिशूली नदीमा मिल्छ।
- **धार्मिक महत्व:** यसलाई **पृथ्वी तत्व** सँग जोडेर हेरिएको छ। यो अन्नपूर्ण परिक्रमाको मुख्य बाटोमा पर्छ।

४. चेपे नदी (मस्तिष्क भाग)

- **उत्पत्ति:** यो मर्स्याङ्दी नदीको सहायक नदी हो। यो पनि हिमालयको हिमनदीबाट नै बनेको हो।
- **धार्मिक महत्व:** यो नदी अन्य नदीहरू जस्तो आध्यात्मिक रूपमा मानवको **'मस्तिष्कको भौतिक भाग'** को प्रतीक मानिएको छ। यसले हाम्रो चेतनासँग सम्बन्ध देखाउँछ।

५. सेती गण्डकी नदी (आकाश तत्व)

- **उत्पत्ति:** यो अन्नपूर्ण हिमालको **साब्छे सर्क** भन्ने हिमनदीको पठारबाट निस्केको हो।
- **भौगोलिक यात्रा:** यो नदी पोखरा उपत्यका हुँदै बग्छ।
- **धार्मिक महत्व:** यसको सेतो (दुधजस्तो) रङ्गका कारण यसको नाम **'सेती'** राखिएको हो। यो नदीलाई विष्णुको रूप मानिन्छ र यो **आकाश तत्व** को प्रतीक हो।

६. बूढीगण्डकी नदी (मन तत्व)

- **उत्पत्ति:** यो मनास्लु हिमाल क्षेत्रका हिमनदीहरूबाट बनेको छ।
- **भौगोलिक यात्रा:** यो मनास्लु क्षेत्रबाट गोरखा जिल्ला हुँदै बग्छ।

- **धार्मिक महत्व:** यसको नाममा 'बुढी' शब्द जोडिएकोले यसलाई पुरानो (प्राचीन) ज्ञान र बुद्धिसँग जोडेर हेरिएको छ। यो नदी **मन** को प्रतीक हो।

७. मादी नदी (वायु तत्व) 🌬️

- **उत्पत्ति:** यो अन्नपूर्ण र माछापुच्छ्रे हिमालका हिमनदीहरूबाट बनेको हो।
- **धार्मिक महत्व:** यो नदी **वायु तत्व** को प्रतीक हो। वायुले प्राण वा जीवनको श्वासलाई जनाउँछ, जुन आध्यात्मिक रूपमा धेरै महत्वपूर्ण छ।

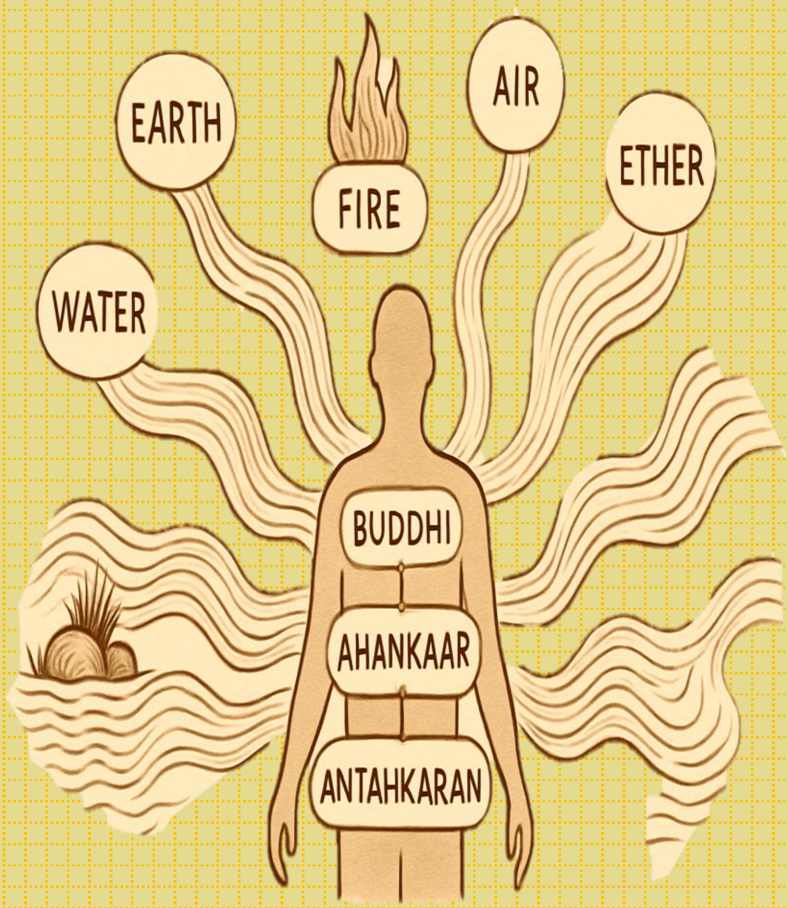
८. दरौंदी नदी (विशेष तत्व चित्त) 🏞️

- **उत्पत्ति:** यो नारदपोखरी नदीबाट निस्केको हिमनदीको तालबाट बनेको हो।
- **धार्मिक महत्व:** यो मर्स्याङ्दी नदीको सहायक नदी हो र व्यास पुण्य सर्किटको एक महत्वपूर्ण हिस्सा हो।

९. नारायणी नदी (दिव्य एकता) ✨

- **सङ्गम:** यो **कालीगण्डकी** र **त्रिशूली** नदीको सङ्गमबाट देवघाटमा बनेको हो।
- **धार्मिक महत्व:** यसको नाम भगवान् विष्णुको अर्को नाम **नारायण** बाट राखिएको हो। यसले सबै नदीहरू

(अर्थात् पाँच तत्व र चेतनाका विभिन्न पक्ष) को मिलन वा **दिव्य एकता** लाई जनाउँछ।



ANNEX IV

वैदिक-वैज्ञानिक तत्व बोध।

जीवन र मृत्युको गहिराइलाई विज्ञानले आजसम्म पनि पूर्ण रूपमा बुझ्न सकेको छैन। वैदिक ज्ञान, व्यक्तिगत अनुभव र त्यस आधारमा गरिएका खोजहरूले यो कुराको पुष्टि गर्दछ कि चेतना, मृत्यु र मानवीय अनुभवका धेरै आयामहरू छन्, जसलाई विज्ञानले हरेक पटकको परीक्षणमा सत्य साबित गर्न सक्नेगरी आफ्नो क्षमता अझै विकास गर्न सकेको छैन। विज्ञानको क्षमता भनेको समाजले कुनै पनि कुरालाई बिना प्रश्न स्वीकार गर्न सक्ने हदसम्मको विश्वास दिलाउन सक्नु हो, जुन हामीले अझै पूर्ण रूपमा प्राप्त गर्न सकेका छैनौँ।

यसकारण, चेतना, मृत्यु र मानवीय अनुभवका ती गहिरा आयामहरूलाई हामी वैज्ञानिक क्षमताको सिमित घेराभित्र रहेर मात्र बुझ्न सक्दैनौँ। यसले हामीलाई हाम्रो सोच र ज्ञानको दायरालाई फराकिलो बनाउन प्रेरित गर्दछ, जसले नयाँ सम्भावनाहरूका लागि हामीलाई तयार राख्छ। मानव जीवनको जटिलतालाई स्वीकार गर्दै हामीले आध्यात्मिक पक्षको खोजीमा विज्ञानको क्षमता विकास गर्न जरुरी छ। तर जबसम्म विज्ञानले त्यो क्षमता हासिल गर्दैन, तबसम्म आफ्नो अनुभवमा आधारित गहिरो ज्ञानलाई अँगाल्दै अगाडि बढ्नु हरेक मानिसको मानवीय कर्तव्य र जिम्मेवारी हो। यो नै हामीले जीवनको रहस्यलाई बुझ्ने एउटा सुन्दर यात्रा हो।

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

वेदका अनुसार, मन र चेतनाले भौतिक मस्तिष्कबाट स्वतन्त्र रूपमा काम गर्न सक्छ। जब यो भौतिक शरीरसँग रहन्छ, तब मन, बुद्धि र अहंकारको तहले भौतिक मस्तिष्कसँग जोडिएर सामूहिक रूपमा काम गर्दछ। तर, शरीरबाट अलग भएपछि भने यो स्वतन्त्र चेतनाको रूपमा काम गर्छ। अन्ततः, यो सामूहिक चेतनाको एक अंशको भूमिकामा आफूलाई स्थापित गर्दछ।

यही कारणले मृत्यु भइसकेका व्यक्तिहरूको ब्रह्माण्डमा रहेको चेतनासँग जिउँदो मानिसले विशेष विधि र प्रक्रिया वाट कुराकानी गर्न सम्भव हुन्छ। ब्रह्माण्डमा रहेको चेतनालाई ईश्वर मानिन्छ। तपस्या र ध्यानजस्ता विधिहरू मार्फत ब्रह्माण्डको चेतनाबाट प्राप्त सूचना र त्यसैअनुरूप विकसित भएको वैज्ञानिक एवं वैदिक ज्ञानलाई लिपिबद्ध गरी तयार पारिएको ज्ञानको सङ्ग्रहलाई श्रुति भनिन्छ। यसरी सङ्ग्रहित श्रुति र व्यक्तिगत अनुभवलाई मिलाएर कुनै व्यक्ति वा संस्थाले तयार पारेको ज्ञानको सङ्ग्रहलाई स्मृति भनिन्छ।

ब्रह्माण्ड चेतनालाई तपाईं ईश्वरत्व मान्नुहोस् वा प्रकृतिको नियम मान्नुहोस्, यो एक चैतन्य रूपी ऊर्जा हो, जुन कहिल्यै नष्ट हुँदैन, केवल एक रूपबाट अर्को रूपमा रूपान्तरण हुन्छ। भौतिक विज्ञानको ऊर्जाको सिद्धान्तअनुसार नै ऊर्जा न त सिर्जना हुन्छ न त नष्ट हुन्छ। मानव चेतना पनि एक प्रकारको ऊर्जा नै हो, जुन मृत्युपछि अन्य रूपमा अवस्थित रहन्छ।

जब यो ब्रह्माण्ड चेतनाको मुख्य अंश बन्दछ, त्यो नै मुक्तिको अवस्था हो। त्यहाँ मात्र सच्चिदानन्दको अस्तित्व सम्भव हुन्छ। जब यो चेतना सकारात्मक अनुभूतिले भरिपूर्ण हुन्छ, तब यसलाई सुख वा स्वर्गमा पुगेको मानिन्छ। जब यो चेतना नकारात्मकता, दुःख र पीडाको अवस्थामा रहन्छ, त्यसलाई नर्कमा पुगेको भनिन्छ।

नर्कमा परेको चेतनालाई "न दुःख न सुख" को अवस्थामा पुऱ्याउनु जरुरी हुन्छ। त्यसका लागि उक्त चेतनालाई निकै लामो सांसारिक अनुभवको आवश्यकता हुन्छ, जसले गर्दा उसलाई थप ज्ञान प्राप्त गर्ने अवसर मिल्छ। त्यसैले त्यो चेतना जीवन-मृत्युको चक्रमा घुम्दै अगाडि बढ्छ। त्यसलाई नै सांसारिक जीवन भनिन्छ।

जब चेतनामा नकारात्मक र सकारात्मक दुवै पक्षको संयोजन भएर बराबरीको "शून्य" अवस्थामा पुग्दछ, तब त्यो चेतनाले आफ्नो स्वतन्त्र इच्छाअनुसार काम गर्ने मानवको रूपमा पृथ्वी जस्तै मर्त्यलोकमा जन्म लिन्छ। र फेरि आफ्नो वास्तविक जीवनमा पुनर्जीवन वा मुक्तिको परीक्षामा पुनः सामेल हुन पुग्दछ।

वैज्ञानिक दृष्टिकोणबाट यस कुरालाई हेर्दा, हामीले यसअघि नै अभिलेखीकरण गरिएका हजारौं समान प्रकृतिका अनुभवहरूको पुनरावलोकन गर्नुपर्दछ। त्यसका लागि विभिन्न संस्कृति

भएका मानिसहरूको जीवनमा घटेका र उनीहरूले अनुभव गरेका घटनाहरूको पहिचान गर्नु जरुरी हुन्छ।

उल्लिखित विषय सत्य हो भनी महसुस गर्नका लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण आधारभूत पक्ष भनेको मन र चेतनाले भौतिक मस्तिष्कबाट स्वतन्त्र भएर काम गर्न सक्ने र मानिसको मृत्युपश्चात पनि चेतना अस्तित्वमा रहने कुरामा विश्वास गर्ने आधार हुनु हो। यो बुझ्नका लागि हामीलाई 'टर्मिनल लुसिडिटी' (Terminal Lucidity) भन्ने मेडिकल शब्दको बारेमा जानकारी हुनु आवश्यक छ।

टर्मिनल लुसिडिटी भन्नाले मृत्युको नजिक पुगेका व्यक्तिहरूमा अचानक र अप्रत्याशित रूपमा मानसिक स्पष्टता, चेतना वा स्मरणशक्तिको पुनरागमन हुनु हो। यो घटना विशेषगरी लामो समयदेखि संज्ञानात्मक गिरावट वा मानसिक कमजोरीबाट ग्रस्त व्यक्तिहरूमा देखिन्छ। यसलाई कहिलेकाहीँ 'जीवनको अन्त्यमा भएको सुधार' (end-of-life rally) पनि भनिन्छ।

प्रायः डिमेन्सिया, स्नायुसम्बन्धी विकार (Neurological Disorder) वा अल्जाइमर रोग लागेका व्यक्तिहरूमा मृत्युको नजिक पुग्दै गर्दा अचानक मानसिक स्पष्टता फर्केर आउने गर्दछ। वर्षौंदेखि बोल्न नसक्ने, प्रतिक्रिया नदिने वा परिवारलाई नचिन्ने त्यस्ता व्यक्तिहरू मृत्युको केही समयअघि अचानक उठेर बस्ने, आफ्नो प्यारो परिवारको नाम लिने, सबैलाई चिन्ने, विगतका कुराहरू सम्झिएर स्पष्ट रूपमा कुरा गर्ने र हेरचाहका

लागि धन्यवाद दिएर फेरि शान्तिपूर्वक सुतेर केही समयमै मृत्यु हुने गरेको घटना मेडिकल उपचार हुने धेरै स्थानमा पटकपटक देखिएको छ।

टर्मिनल लुसिडिटी मेडिकल विज्ञानको एक यस्तो अवस्था हो, जसमा डाक्टरले मस्तिष्क अपरिवर्तनीय रूपमा क्षतिग्रस्त भएको प्रमाणित गरेका बिरामीहरू मृत्युको केही समयअघि अचानक पूर्ण मानसिक स्पष्टताको अवस्थामा फर्केर आफ्ना पुराना कुराहरू सम्झेर त्यसको बारेमा कुरा गर्ने गर्दछन्। सामान्यतया मृत्युको २४-४८ घण्टाअघि हुने यो घटना केही मिनेटदेखि केही घण्टासम्म रहन्छ। सबै बिरामीहरूमा यो नदेखिए पनि जब यो देखिन्छ, तब यो उल्लेखनीय हुन्छ। यस्ता घटनाहरू शताब्दीऔंदेखि रेकर्ड गरिएका छन्, जसमा विभिन्न संस्कृति र देशहरूमा समान अनुभवहरू भेटिन्छन्। त्यसैले, आधुनिक चिकित्सा विज्ञानले समेत यसलाई गम्भीरताका साथ लिन बाध्य भएको छ।

हालसम्म विज्ञानसँग यस घटनाको कुनै स्पष्ट व्याख्या छैन। वैज्ञानिक दायरामा सीमित रहेर यसलाई हेर्दा यो कसरी सम्भव हुन्छ भन्ने कुरा रहस्यमय नै रहेको छ। तर, वैदिक अवधारणाअनुसार, जब मन, बुद्धि र अहंकारको जालोमा रहेको मानिसको स्मरणशक्ति यो जालोलाई तोडेर स्वतन्त्र हुन्छ, तब उसको अपरिवर्तनीय रूपमा क्षतिग्रस्त भइसकेको मस्तिष्कले पनि अचानक सामान्य रूपमा काम गर्न सक्छ। यस्तो अवस्थामा उसमा आफ्नो सम्पूर्ण स्मरणशक्ति मृत्युको केही

समयअघि पुनः फर्केर आउँछ र उसको सोचाइमा पनि स्पष्टता देखिन्छ।

यो घटनाले हरेक विद्वानहरूलाई चेतना के हो, यो कहाँ अवस्थित छ, के चेतना मस्तिष्कको मात्र उत्पादन हो र मृत्युको समयमा चेतनामा के परिवर्तन हुन्छ भन्ने जस्ता प्रश्नहरू खडा गरिदिएको छ। यसमा विभिन्न दृष्टिकोणहरू आएका छन्। भौतिकवादी दृष्टिकोणमा चेतनाका सबै कुरा मस्तिष्कमा आधारित हुन्छ। आध्यात्मिक दृष्टिकोण अनुरूप चेतना मस्तिष्कभन्दा बाहिर पनि अवस्थित रहन्छ। दुवैको एकीकृत दृष्टिकोण लिने हरुले भने दुवै पक्ष सही हुने सम्भावनामा विश्वास गर्ने गरेको देखिन्छ।

टर्मिनल लुसिडिटीको प्रक्रियाले हामीलाई मानव चेतना र मस्तिष्कको कार्यप्रणाली हामीले सोचेभन्दा धेरै जटिल र रहस्यमय रहेको स्पष्ट सन्देश दिन्छ। यसले हामीलाई अझ धेरै कुरा जान्न र सिक्न बाँकी रहेको अनुभूति गराउँदै थप अनुसन्धानका लागि प्रेरित गर्दछ। यो घटनाले मृत्युलाई व्यक्तिको सधैंको अन्त्य नभएर एक जटिल र सम्भावित रूपमा अत्यन्त अर्थपूर्ण प्रक्रिया हो भन्ने स्पष्ट संकेत दिन्छ।

मृत्यु भइसकेका व्यक्तिहरूको ब्रह्माण्डमा रहेको चेतनासँग जिउँदो मानिसले विशेष विधि र प्रक्रियाद्वारा कुराकानी गर्न सम्भव हुन्छ भन्ने तर्क राख्ने व्यक्तिलाई हिजो आफूलाई वैज्ञानिक ठान्ने ठूलो समूहले पागल भन्ने र मानसिक

अस्पतालमा भर्ना गर्ने अभियान चलायो। त्यस्तो सामाजिक अवस्थाका कारण यस्तो अनुभूति गरेकाहरूले आफ्ना अनुभव समाजमा ल्याउन सकेनन्। श्रुति भनिने वेदमा उल्लेखित यी कुराहरू, स्वयं वेद कसरी लेखियो भन्ने तथ्यहरू, सीमित घेरामा रहेका तथाकथित वैज्ञानिक गनिएका अविद्याका भारहरुको सहयोग र सक्रियतामा सामाजिक रूपमा उपेक्षा गरिए। अल्पज्ञान भएका कतिपय चिकित्सक टोली पनि यी गलत कार्यलाई समर्थन गर्ने र विज्ञानको नाममा विज्ञानको मान्यता भन्दा गलत भ्रम समाजमा छर्ने प्रमुख शक्ति र पात्र बने।

तर, पटकपटक बिरामीहरूमा देखिने नियर-डेथ एक्सपेरियन्स (मृत्युको नजिकको अनुभव) जस्ता घटनाहरूले मन विज्ञानले सोचेजस्तो भौतिक पदार्थको आकस्मिक उत्पादन मात्र होइन भन्ने कुरा स्वीकार गर्न बाध्य पार्यो। हरेक व्यक्ति आफूले सोचेभन्दा अत्यन्तै धेरै सक्षम रहेको, उसको चेतनाको क्षमता उसले बुझे र अनुभूति गरेभन्दा व्यापक रहेको कुरामा विश्वास गर्न बाध्य भयो।

जब व्यक्ति नियमित ध्यान र मननमार्फत प्रकृतिसँग जोडिन्छ, शान्त वातावरणमा आत्म-चिन्तन गर्छ, र प्रकृतिमा घटिरहेका हरेक घटनाबाट प्राकृतिक नियमको सिद्धान्त सिकेर आफ्नो जीवनशैली र सोचाइको विकास गर्छ, तब उसमा नयाँ आचरणको विकास हुन्छ। उसले आफ्ना सपनाहरूबारे गहिरो ध्यान दिन थाल्छ। आफ्नो जीवनमा पटकपटक दोहोरिने घटना र सोचका ढाँचाहरू पहिचान गर्न थाल्दछ। त्यही समयमा उसले

आफूमा आएका भावनात्मक परिवर्तनहरूलाई पनि सूक्ष्म रूपमा नोट गर्न थाल्छ। यो कार्यले उसको मनोवृत्तिलाई खुला गर्ने अवसर दिन्छ। ऊ पूर्वाग्रहहरू त्याग्न थाल्छ र नयाँ अनुभवहरू प्राप्त गर्नका लागि आफूलाई तयार गर्ने बानीको विकास गर्दछ। यसरी प्राप्त नयाँ र अन्य अनुभवहरूलाई पनि सम्मानपूर्वक ग्रहण गर्ने बानी उसमा निर्माण हुन पुग्दछ।

उसको मनमा विस्तारै पल पलमा हुँदै गएका नयाँ नयाँ अनुभूतिहरूमा चासो बढ्न थाल्छ। त्यसको भौतिक र न्यूरोलोजिकल व्याख्या बिस्तारै उसको अनुभूतिले ग्रहण गर्न सक्ने हुन्छ। त्यसले उसमा आफ्नै चेतनाको प्रकृतिबारे अन्य नयाँ प्रश्नहरू जन्माइदिन्छ। वैज्ञानिक भाषामा भनिने क्वान्टम फिजिक्स र चेतनाको सम्बन्धको उसले व्यवहारिक अनुभूति गर्दछ। नन-लोकल कन्सियसनेसको सिद्धान्तको अनुभूति उसमा व्यवहारिक रुपमै हुन पुग्दछ। जीवित मानव र मृत मानवको चेतनाबीच दुवै जीवित रहदाकै अबस्थामा भएको इन्ट्याङ्गलमेन्टका कारण त्यसै मार्फत उसले मृत मानवको चेतनाको इन्ट्याङ्गल अनुभूतिको रुपमा वा सन्देशको रुपमा उसमा नविन बिचारको रुपमा सूचना प्राप्त हुन थाल्दछ।

मानव चेतनाको ब्रह्माण्ड चेतनाको अंश संग हुने इन्ट्याङ्गलका कारण ब्रह्माण्ड चेतनाको अंश सँग आफ्नो सोच इन्ट्याङ्गल भएको व्यक्तिको चेतनामा ब्रह्माण्ड चेतनाको अंशबाट प्राप्त हुने विभिन्न सङ्केतहरूलाई त्यसको समय, ढाँचा र प्रकृतिअनुसार पुनः संश्लेषण गरी त्यसलाई पूर्ण

सन्देशको रूपमा बुझ्ने क्षमता व्यक्तिमा विकास हुन संभव बन्दछ।

त्यहि नेटवर्कको सहयोगले, आफ्नो मनमा रहेका प्रश्नहरू पनि उसले उक्त ब्रह्माण्ड चेतनाको अंशमा पुर्याउन सक्छ। त्यसको प्रतिक्रियामा प्राप्त सूचनासमेत आफ्नो मनमा आउने विचार र सङ्केतअनुसार उसले बुझ्न सक्दछ। त्यो समयमा व्यक्तिको मनले खोजिरहेको जिज्ञासामाथि सपनामा देखिने सन्देशहरू, दैनिक जीवनमा घट्ने असामान्य घटनाहरू आदिले समेत अकल्पनीय सङ्केत दिएर त्यस्तो व्यक्तिको ब्रह्माण्ड चेतनासँगको सम्वाद पूरा गर्न सहयोग गर्ने गर्दछ।

यसरी प्राप्त अनुभवहरू, अनुभूतिहरू र तिनका समग्र सन्देशहरूलाई अत्यन्त सावधानीका साथ चिन्तन र मनन गरेर स्वीकार गर्दै, त्यसलाई वैज्ञानिक र आध्यात्मिक दृष्टिकोणसँग मिलाएर एउटा गहिरो ज्ञानको रूपमा अन्ततः एक श्रुतिको रूपमा ती ज्ञानहरू जनमानस बीच साझा गर्न सम्भव हुने गर्दछ।

ब्रह्माण्ड चेतनासँग ध्यान र तपस्या मार्फत विकास गर्न सकिने इन्ट्याङ्गलमेन्टका कारण हिजो हाम्रा ऋषिमुनिहरूले 'भर्गो ज्योति' प्राप्ति र त्यसको दस्तावेजीकरण गर्न अपनाएको यो विधि आज पुनः विज्ञान, औषधि विज्ञान र अध्यात्ममा मानिसले आफूलाई र यस ब्रह्माण्डमा चलिरहेका गतिविधिका रहस्य बुझ्नका लागि उपयोग गर्ने क्रम ह्वात्तै बढेको छ।

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

समग्रमा यसलाई रिक्याप गर्दा चेतना हामीले सोचेभन्दा धेरै व्यापक र शक्तिशाली छ। वैदिक ज्ञानले मन र चेतना भौतिक मस्तिष्कबाट स्वतन्त्र रूपमा काम गर्न सक्छ भन्ने तर्क राख्छ। यसको अर्थ, जब शरीर र मस्तिष्क नष्ट हुन्छन्, चेतनाको अस्तित्व समाप्त हुँदैन, बरु यो एक रूपबाट अर्को रूपमा रूपान्तरण हुन्छ। यसै कारणले, मृत्यु भइसकेका व्यक्तिहरूको चेतनासँग पनि संवाद स्थापित गर्न सकिन्छ भन्ने विश्वास गरिन्छ।

मृत्युलाई जीवनको पूर्ण अन्त्यको सट्टा एक रूपान्तरण को रूपमा ग्रहण गर्न जरुरि छ। भौतिकशास्त्रको ऊर्जा संरक्षणको सिद्धान्तजस्तै, चेतना पनि एक प्रकारको ऊर्जा हो जुन कहिल्यै नष्ट हुँदैन, केवल यसको रूप परिवर्तन हुन्छ। मृत्युपछि चेतनाले फरक-फरक अवस्था अनुभव गर्छ–सकारात्मकताले भरिएको अवस्थालाई स्वर्ग र नकारात्मकताले भरिएको अवस्थालाई नर्क भनिन्छ। चेतनाको मुक्ति तब हुन्छ जब यो ब्रह्माण्डको सामूहिक चेतनाको हिस्सा बन्छ।

विज्ञानले पनि यस विषयमा गम्भीरतापूर्वक सोच्न थालेको छ। टर्मिनल लुसिडिटी (मृत्युको नजिक पुगेका व्यक्तिमा अचानक मानसिक स्पष्टता फर्कनु) जस्ता घटनाहरूले चेतना केवल मस्तिष्कको उत्पादन हो भन्ने परम्परागत भौतिकवादी दृष्टिकोणलाई चुनौती दिएको छ। यी घटनाहरूले विज्ञानलाई चेतनाको बारेमा थप अनुसन्धान गर्न प्रेरित गर्छन्। यसबाहेक, नियर-डेथ एक्सपेरियन्स (मृत्युको नजिकको अनुभव) जस्ता

घटनाहरूले पनि चेतनाको स्वतन्त्र अस्तित्वबारे प्रश्न उठाउँछन्।

वैदिक र वैज्ञानिक ज्ञानका साथसाथै व्यक्तिगत अनुभव लाई समेत महत्त्व दिएर गरिने ध्यान र मननजस्ता अभ्यासहरूबाट मानिसले आफ्नो चेतना र ब्रह्माण्डबिचको गहिरो सम्बन्ध बुझ्न सक्छ। सपना, दैनिक जीवनका घटनाहरू र मानसिक परिवर्तनहरूलाई सूक्ष्म रूपमा बुझेर व्यक्तिले आफ्नो ज्ञानको दायरा बढाउन सक्छ। यी सबै अनुभव, चिन्तन र मननको संयोजनबाट नै श्रुति र स्मृति जस्ता ज्ञानका सङ्ग्रहहरू तयार हुन्छन्। निष्कर्षमा, चेतना, मृत्यु र जीवनको रहस्यलाई बुझ्नका लागि विज्ञान, अध्यात्म र व्यक्तिगत अनुभव सबैको एकीकृत सदुपयोगको अनिवार्यता देखिन्छ। जसले हामीलाई र हाम्रो सोचाइलाई फराकिलो बनाउन र अज्ञात सम्भावनाहरूप्रति खुला रहेर ती वारेको ज्ञान प्राप्त गर्न सक्ने क्षमता दिन्छ।

प्रश्न र उत्तर: वैदिक चेतना र कर्मको गहनता

प्रश्न: जन्मँदा सबै शून्य (Zero) बाटै जन्मन्छन् भन्नुभयो। त्यसैले चिम्पाञ्जी, कुकुर, गाई, मुसा, कमिला, ब्याक्टेरियाजस्ता प्राणीहरू जन्मँदा शून्यमै जन्मिएर कसरी जीवनकालमा शून्यबाट तल झरेर नकारात्मक (Negative) अवस्थामा पुग्छन् त?

उत्तर: तपाईंको प्रश्न निकै गहिरो छ र यसको जवाफ बुझ्न हामीले वैदिक दर्शनका दुई महत्त्वपूर्ण नियमहरू बुझ्नुपर्छ। यी नियमहरू नैतिक विवेक र कर्मको फलसँग सम्बन्धित छन्।

पहिलो, वैदिक सिद्धान्तअनुसार, मानिसबाहेकका कुनै पनि जीव आफ्नो कर्मको कारणले नकारात्मक क्षेत्रमा जाँदैनन्। नर्कलाई भौतिक स्थान नभई चेतनाको नकारात्मक अवस्थाको रूपमा बुझिन्छ, र यी प्राणीहरू त्यस नकारात्मक क्षेत्रको अनुभव लिने साक्षी (Observer) मात्र हुन्।

किनकि, मानिसको जीवनलाई नै मुक्ति प्राप्त गर्ने वा नगर्ने परीक्षाको रूपमा हेरिन्छ। जब कर्मले चेतनालाई अत्यधिक दूषित बनाउँछ, त्यसलाई शुद्धीकरण गर्नका लागि लामो अनुभवको आवश्यकता पर्छ। यही कारणले गर्दा अन्य योनीहरू (पशु, बिरुवा) मा जन्म लिने कुरा गरिएको हो।

दोस्रो महत्त्वपूर्ण पक्ष, नैतिक विवेकको हो। वेदले भन्छ कि नैतिक निर्णय गर्ने र त्यसको फलको पूर्ण जिम्मेवारी लिने क्षमता केवल मानव जातिसँग मात्र हुन्छ। अन्य जीवहरू आफ्नै जन्मजात प्रवृत्ति वा स्वभावका आधारमा कार्य गर्छन्, न कि विवेकपूर्वक। त्यसैले उनीहरूले नयाँ कर्म सिर्जना गर्दैनन्। उनीहरूको दुख वा सुख पूर्वजन्मको मानव कर्मको फल भोग्ने एक माध्यम मात्र हो, नयाँ कर्म सिर्जना गर्ने ठाउँ होइन।

यसलाई 'साक्षी चैतन्य' (Witness Consciousness) को दर्शनसँग जोडेर हेर्न सकिन्छ। यसअनुसार, आत्माले सबै कर्म, सुख-दुःख र अनुभवलाई हेर्छ, तर आफैं त्यसमा संलग्न हुँदैन। आत्मा केवल एक गवाह मात्र हो।

श्रीमद्भगवद् गीतामा यसलाई अझ स्पष्ट पारिएको छ। अध्याय १८, श्लोक ६१ मा भनिएको छः

ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति ।
भ्रामयन् सर्वभूतानि यन्त्रारूढानि मायया ॥

अर्थात्, हे अर्जुन, ईश्वर सम्पूर्ण प्राणीहरूको हृदयमा निवास गर्नुहुन्छ र आफ्ना मायाको शक्तिले यन्त्रमा चढेका प्राणीहरूलाई घुमाइरहनुहुन्छ। यो श्लोकले मानवबाहेकका जीवहरूलाई यन्त्रमा चढेका प्राणीको रूपमा चित्रण गर्छ। उनीहरूको जीवन प्राकृतिक स्वभाव र पूर्वजन्मको कर्मको आधारमा सञ्चालित हुन्छ। उनीहरूको चेतना एउटा निष्क्रिय साक्षीको रूपमा मात्र रहन्छ, जसले गर्दा उनीहरू नयाँ कर्मको बन्धनमा पर्दैनन्।

यद्यपि, डल्फिन, हात्ती वा चिम्पाञ्जीजस्ता जीवहरूमा सहानुभूति वा समस्या समाधान गर्ने क्षमता देखिन्छ। यी क्षमताहरू वैज्ञानिक रूपमा सही भए पनि, वैदिक दर्शनको सन्दर्भमा यो नैतिकताको छनोट होइन, बरु प्राकृतिक प्रवृत्ति हो। यसको विपरीत, मानवले कुनै काम गर्ने वा नगर्ने, दया

देखाउने वा नदेखाउने विवेकपूर्ण छनोट गर्न सक्छ। यही छनोटले मानवलाई कर्मको बन्धनमा राख्छ।

त्यसैले, नर्कको अनुभव लिने कुरा क्षमताको नभई विवेकको हो। पशुहरूको बुद्धिमत्तालाई नकार्नमा होइन, बरु नैतिक विवेकको अनुपस्थितिको कारण उनीहरूमा कर्मको नियम फरक तरिकाले लागू हुन्छ भन्ने वैदिक सिद्धान्तमा यो उत्तर केन्द्रित छ।

ANNEX V

मन्दिरहरूको वैदिक र वैज्ञानिक सन्दर्भ

नेपालमा वैदिक प्रभाव बलियो छ भन्ने प्रमाण पशुपतिनाथ मन्दिर (Pashupatinath Temple) को प्रभावले पुष्टि गर्दछ। पशुपतिनाथ शिव (Shiva) को पशुपत रूपको संकेत गर्न समर्पित छ। स्कन्द पुराण (Skanda Purana) मा यसलाई शिवको शिर (head) को रूपमा वर्णन गरिएको छ, जसको शरीर काशी विश्वनाथ (Kashi Vishwanath) सम्म फैलिएको छ। यस मन्दिरलाई मानव शरीरको प्रतिबिम्ब झल्काउन र जीवनको व्यवहारिक यथार्थको ज्ञान समाजमा गहिरो संग सम्प्रेषण गर्न समर्पित छ। संसारभरका वैदिक समुदायलाई आत्मा (Atma) को दिव्यता र व्यक्तिको समग्र स्वास्थ्य (Holistic Health) बारे वेदको चुरो ज्ञान वैज्ञानिक रुपमा बुझाउनु पशुपतिनाथको मन्दिरको स्थापना देखिन्छ।

पशुपतिनाथमा हुने दैनिक पूजा (daily rituals) ले वैदिक कर्मकाण्ड (Vedic rituals) मार्फत समाजमा जीवनको जीवन्तता बारेको ज्ञानलाई संकेत मार्फत दिनहु उदृत गरिरहेको हुन्छ। जसमा मनोविज्ञान (Psychology) मा शान्ति (Peace) र आत्माको पर्यवेक्षण (Observation) को भूमिका झल्काउने दिव्य गुण रहेको छ। नेपालका अन्य धार्मिक स्थलहरू जस्तै स्वयम्भूनाथ (Swayambhu Nath), बुडानिलकण्ठ आदि सबैमा

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

पनि वैदिक तत्त्वहरू, पञ्चतत्त्व (Pancha Tattva) को सन्तुलनलाई जोड दिने गरि तिनीहरुको संरचना, वस्तु र परम्परागत पूजाआजाको सांस्कृतिक नियोजन गहिरो कारणले स्थापित गरिएको छ।

वेदले व्यक्तिको शरीरलाई जीवित राख्न भूमिका खेल्ने अवलोकनकर्ता "आत्मा" (Atma - soul) लाई "परमात्मा" (Paramatma - divine) को स्वरूप मान्दछ। वेदको ज्ञानसमझमा पुर्याउने उद्देश्यमा, पछि मात्र वैदिक समुदायले निर्माण गरेका सम्पूर्ण मठ, मन्दिर (Temple) समेत वेदको मुख्य सन्देश– शरीर (Body) का पञ्चतत्व (Pancha Tattva — पृथ्वी / Earth, जल / Water, अग्नि / Fire, वायु / Air, आकाश / Space)— बाट बनेको सम्पूर्ण मन्दिर संरचना र त्यसमा अन्तर्निहित जीवनको उद्दारको पक्ष उजागर गर्ने गहिरो अनुभूति दिगो र अटुट रुपमा जनमानसमा रोप्न र धर्म प्रति आस्था र विश्वास टुट्न नदिनुमा केन्द्रित रहेको छ।

मन्दिर र मानव शरीरको बीचमा यस प्रकारको सम्यक सम्बन्ध (Correlation between Temple and Human Body) रहेको शास्त्रीय प्रमाण (Scriptural Evidence) छान्दोग्य उपनिषद् (Chandogya Upanishad) को भनाइमार्फत पुष्टि हुन्छ। जहाँ भनिएको छ, "यथा ब्रह्माण्डे तथा पिण्डे" (As is the macrocosm, so is the microcosm)। अर्थात्, ब्रह्माण्डमा जे छ, त्यो हाम्रो शरीरमा पनि हुन्छ। कालान्तरमा "मन्दिर" लाई "ब्रह्माण्ड" को संक्षिप्त स्वरूप मानेर नै बनाइएको धेरै प्रसंग

सनातन अभिलेखहरूमा भेटिन्छ। जस्तै शिव पुराण (Shiva Purana) भन्छ। बृहदारण्यक उपनिषद् (Brihadaranyaka Upanishad) १.४.१० मा "अहम् ब्रह्मास्मि" (Aham Brahmasmi - I am Brahman) भनिएको छ, जसले मानवलाई ब्रह्माण्डको सूक्ष्म रूप (microcosm) मान्दछ। यसले मन्दिरलाई मानव शरीरको रूपमा हेर्ने आधार दिन्छ, जसले आत्मालाई दिव्य मान्ने वैदिक विचारलाई मजबूत बनाउँछ।

"मन्दिरको गर्भगृह (Sanctum Sanctorum)" शरीरको हृदय (Heart as seat of Atma) जस्तै आत्माको निवासको घोतक हो। अग्नि पुराण (Agni Purana) ले बताउँछ कि मन्दिरको संरचना मानव शरीरको संरचनामा आधारित छ। जस्तै शिखर (spire), मुख्य द्वार (main gate), गर्भगृह (inner sanctum) र "नाडि" (Nadis — energy channels) लाई मन्दिरका "पथ" (corridors) को रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ।

शैव मन्दिरहरू (Shaiva temples) मा शिव लिङ्ग (Shiva lingam) लाई योनी पीठमा महिला जननाङ्ग (female genital organ) को प्रतीकको रूपमा राखिन्छ। यिनीलाई गोलाकार आधार (round or square base) मा चित्रित गरिन्छ, र यसले जीवन शक्ति (life force/prakriti) लाई प्रतिनिधित्व गर्दछ। पुराणहरू (Puranas) र तन्त्रशास्त्र (Tantra Shastra) मा योनीलाई सृष्टिको स्रोत (source of creation) देवी (Devi/Great Goddess) को रूपमा पूजा गरिन्छ। वास्तु पुरुष मण्डल (Vastu Purusha Mandala) मा वास्तु पुरुष (Vastu Purusha) लाई पुरुष रूपमा

देखाइए पनि, मन्दिरको समग्र डिजाइनमा यस्ता स्त्री प्रतीकहरूले त्यसको सन्तुलन कायम गर्ने उपाय सुनिश्चित गरिन्छ।

मन्दिर मानव शरीरको "आन्तरिक प्रविधिको व्याख्या गर्ने केन्द्र" (Inner Engineering Center) र वैदिक काल र त्यसपछिको मनोवैज्ञानिक सवलता दिने स्वस्थ केन्द्रको रूपमा अस्तित्वमा आएको हो। त्यसैले योगशास्त्र (Yogic Scriptures) ले बताउँछ कि जबसम्म शरीर, मस्तिष्क (Mind), र चित्त (Psyche) शुद्ध हुँदैन, तबसम्म आत्मा प्रकट हुँदैन। वास्तु शास्त्र (Vastu Shastra) अनुसार, मन्दिरहरू वास्तु पुरुष मण्डल (Vastu Purusha Mandala) मा आधारित हुन्छन्, जसले मन्दिरलाई ब्रह्माण्डीय पुरुष (Cosmic Being/Purusha) को शरीरको रूपमा देखाउँछ।

श्वेताश्वतर उपनिषद (Shvetashvatara Upanishad) ६.११ मा भनिएको छ कि ईश्वर (Lord) सबैको पर्यवेक्षक (witness) र शुद्ध चेतना (pure consciousness) हो, जसले गुणहरू (gunas) भन्दा पर रहन्छ। माण्डुक्य उपनिषद (Mandukya Upanishad) मा तुरीय अवस्था (turiya state) लाई आत्माको पर्यवेक्षक रूपमा वर्णन गरिएको छ, जसले जागरण (waking), स्वप्न (dreaming), र सुषुप्ति (deep sleep) लाई पर्यवेक्षण गर्दछ। यसले मनोविज्ञान (psychology) मा वैदिक समझलाई प्रतिबिम्बित गर्छ, जहाँ आत्मा मात्र द्रष्टा (witness) हो।

वैदिक मनोविज्ञान (Vedic psychology) ले शरीर, मन र आत्मालाई एकीकृत (integrate) गर्दछ, जसले चिन्ता (anxiety) वा अवसाद (depression) जस्ता समस्यालाई असन्तुलन (imbalance) को रूपमा हेरिन्छ।

मन्दिरमा गरिने ध्यान (Meditation), भजन (Devotional practice), र यज्ञ (Sacrificial ritual) आत्मा प्रकट हुने हदसम्म शरीर, मस्तिष्क (Mind), र चित्त (Psyche) शुद्ध गर्ने गरी योजना बनाइन्छ। यसले मनोवैज्ञानिक (psychology) शान्ति (peace) को तहसम्म पुग्ने र मनलाई स्थिर वा शुद्ध गर्न सक्ने उपाय सुनिश्चित गर्दछ।

उल्लिखित सबै पक्षहरूलाई समग्र "आन्तरिक इन्जिनियरिङ" (Inner Engineering / Self-Transformation) मार्फत स्वस्थ समाजको विकासमा मन्दिरको स्थापना वैदिक ज्ञानको ज्योति अटूट रुपमा कायम राख्न सक्छ।

त्यसैले पशुपतिनाथ मन्दिरको मूल संरचनामा नदीकूल (Water), ज्योतिर्लिङ्ग (Fire/Energy), चक्र बिचको शिखर (Axis Mundi or Cosmic pillar), वायुमण्डल (Air), र आकाश-मण्डप (Dome/Ceiling as Space) सबै पञ्चतत्व समावेश छन्। स्वयम्भुनाथको गोलो गुम्ब (Stupa) ले ब्रह्माण्डको गोलार्ध (Hemisphere) र मानव मस्तिष्क (Cerebrum) बीचको सम्बन्धलाई संकेत गर्छ।

बुढानिलकण्ठको विष्णु शयन मुद्रा (Reclining Posture) ले मनमा गहिरो शान्ति (Profound Mental Peace) र सम्पूर्ण शरीरको विश्राम (Complete Rest/Equilibrium State) को प्रभावकारिता देखाउँछ। यसलाई आत्मा (Atma — the Observer) केवल साक्षी (Witness) को रूपमा रहने, शिर (Head) उच्चतम ध्यान (Supreme Meditation) को चिन्ह, हातका कर्मका साधन (Instruments of Action), पाँखुरा (Support/Protection), र पाउ (पृथ्वीको सम्पर्क) वारे ज्ञान दिने स्थलको रूपमा स्थापित गरिएको छ।

हरेक मन्दिरमा देवता निवास गर्ने मानव शरीर (Human Body) को आधारमा नै सिर (Head) लाई मन्दिरको शिखर (Temple Spire — Shikhara), हृदय (Heart) लाई गर्भगृह (Inner Sanctum), नाडि (Nadis) लाई मन्दिरको मार्ग (Temple Corridors/Passages), बाहिरी भाग (Outer Structure) लाई शरीरको छाल/अस्थि (Skin/Bone structure) को उपमा दिइन्छ। जहाँ शरीरको प्रत्येक अंग (Each body part) लाई एउटा तत्त्व (element) संग मिलाएर पञ्चतत्वको संकेत (Indication of Five Elements) राखिएको हुन्छ।

विश्वकर्मीय वास्तु शास्त्र (Viswakarmyam Vastu Shastra) का श्लोकहरूमा मन्दिरका भागहरूलाई मानव शरीरसँग तुलना गरिएको छ। यस अनुसार, गर्भगृह (Garbhagriha / main sanctum) महिला अङ्गको प्रमुख प्रतीक हो, जसले सृष्टि

(creation) र जीवनको पालन (nurturance) लाई प्रतिबिम्बित गर्दछ।

मणिपुर चक्र (Manipura chakra) सँग जोडिएको यो भागमा नाभि (navel), गर्भ (womb), र नाभि नाल (umbilical cord) को उल्लेख छ, जुन महिलाको प्रजनन (reproduction) सँग सम्बन्धित हुन्छ।

गर्भगृहलाई मानव शिर (head) सँग समेत तुलना गरिन्छ। शिर (head) ले गर्भगृह (Garbhagriha) को भूमिका खेल्दै आत्मा (Atma) को रूपमा निवास गर्ने दिव्य चेतना (divine consciousness) को केन्द्रको काम गर्दछ। अन्तराल (Antarala / vestibule) संक्रमण (Transition) को प्रतीक मानिन्छ, र गला (Neck) शरीर र मनलाई जोड्ने काम गर्दछ।

छाती (Chest) अर्धमण्डप (Ardha Mandapam / half-hall) को रूपमा हृदय (Heart) र श्वास (Breath) सँग सम्बन्धित हुन्छ, जसले वायु तत्त्व (air element) को प्रतिनिधित्व गर्दछ। पेट (Stomach) महा मण्डप (Maha Mandapam / main hall) हो, र पाचन (digestion) तथा ऊर्जा (energy) को केन्द्रको रूपमा अग्नि तत्त्व (fire element) सँग जोडिएको हुन्छ।

ध्वजस्तम्भ (Dwajasthambam / flag-post) हरु पुरुष अङ्ग (male organ) र जीवनको वीज (life force) को प्रतीक हुन्। गोपुरम (Gopuram / gateway tower) प्रवेश (entry) र स्थिरता

(stability) को प्रतीक हो, र खुट्टा (feet) पृथ्वी तत्त्व (earth element) को आधार मानिन्छ।

सर्प (serpent) सँग तुलना गरिने कुण्डलिनी शक्ति (Kundalini Shakti) लाई स्त्री ऊर्जा (feminine energy) को रूपमा वर्णन गरिन्छ। मूलाधार चक्र (Muladhara chakra) बाट उठेर सहस्रार (Sahasrara) सम्म पुग्ने बिधिले मन्दिरको आधार (base) देखि शिखर (pinnacle) सम्म नियमित हुने ऊर्जा प्रवाहको प्रतिबिम्बित गर्दछ।

वैकल्पिक रुपमा, व्यक्तिको वेदिक मनोविज्ञान (Vedic psychology) को सबलता संग जोडिएको, व्यक्तिलाई सामान्यतया आफ्नै सुधार गर्न प्रेरित गर्ने आन्तरिक परिवर्तन (inner transformation) को प्रवाहलाई कुण्डलिनीमा स्त्री ऊर्जा (feminine energy) को रूपमा ग्रहण गरिन्छ।

"तपाईंको शरीर तथा आत्मा नै ईश्वरको मन्दिर हो" भन्ने वेदको मूल विचारलाई मन्दिर संस्कृतिले भौतिक रूप दिएर, समाजको हरेक कुनाकुना सम्म व्यक्तिको आन्तरिक स्वास्थ्यको ज्ञापन र आयुर्वेदको धारणा अनुसार शारीरिक, मानसिक, र आध्यात्मिक सक्षमतालाई आत्मसात गर्न भूमिका खेलेको छ।

परम्परागतबाट आधुनिक समयमा पनि नेपाली समाजमा मन्दिर दर्शन, पूजा, ध्यान आदि जस्ता परम्पराहरू कायम

राखिएको छन्, जसमार्फत शरीरको "होलीनेस" (Holiness), मनको "प्युरिफिकेशन" (Purification), र आत्माको "विचार अवस्थ" (Witness Consciousness / Observer State) को ज्ञान व्यक्तिको जीवनलाई जीवन्त राख्न प्रभावकारी भूमिका खेलिरहेको छ।

वैदिक ज्ञानअनुसार मन्दिरको हरेक भागलाई व्यक्तिको शरीरसँग एक-एक गरेर तुलना गर्दै हाम्रा ऋषिहरूले कसरी मानिसको संरचनासँग मिल्ने गरी मन्दिरको निर्माण गर्ने तरिका उजागर गरे, त्यो पक्ष हाम्रो समाजमा कहिल्यै प्रष्ट रूपमा चर्चा गरिएन। व्यक्ति जब आफ्नो मन, वचन र कर्मले सदैव एकै कुरा गर्ने, सत्य बोल्ने बनेर आफूलाई प्रकृतिमैत्री रूपमा जिउने कलामा निपुण गर्दै कसरी जीवनमा इमानदार भएर आफ्नो आध्यात्मिक, भौतिक र मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्यको जगेर्ना गर्न सक्दछ भन्ने वैदिक ज्ञान हाम्रो समाजको भित्री तहसम्म नियमित सञ्चार गर्न किन मठ, मन्दिर, धर्मशाला तथा त्यहाँ नियमित आयोजना हुने योग र सामाजिक परम्पराको चलन स्थापित गरियो, त्यो बारे समेत हाम्रो समाजमा चर्चा हुने गरेको देखिँदैन।

आफ्नो जीवनमा आनन्दित रहेर आफू मानव जीवनमा आउनुको आफ्नो उद्देश्य पूर्ति गर्न व्यक्तिलाई सक्षम र प्रभावकारी बनाउन सफल प्रमाणित भएको वेदको अवधारणा कसरी मन्दिरमार्फत समाजको तल्लो तहसम्म पुऱ्याउने काम सनातन सम्प्रदायले परम्परागत रूपमा गरिरहेको छ, त्यसको

समेत हाम्रोमा लेखाजोखा भएको देखिएन। वेदको अवधारणालाई सनातन कर्मीहरूले किन फेरि फरक हिन्दु धर्म तथा संस्कृतिको नाम दिएर पुरानै परम्परा विभिन्न समुदायको चाहना र जीवनपद्धति मैत्री हुने गरी समाजमा नियमित रूपमा संस्थागत राख्न वैदिक ज्ञानका हस्तीहरूले एकै तथ्यमा विश्वास गर्ने फरक-फरक परम्पराको महसुस गरे र त्यसको स्थापना गरे? के त्यस्तो पऱ्यो र उनीहरू सनातन समाजमा धर्म र रीतिरिवाजको इनर इञ्जिनियरिङ गर्दै वेदको ज्ञानलाई विभिन्न धार्मिक उपनिषदका कथा र मठ-मन्दिर निर्माण, त्यसमा गरिने पूजा, आज्ञा, व्रत, ध्यान, योग आदिमार्फत नेपाली समाजको भित्री तहमा पुग्ने गरी वेदको ज्ञान र विज्ञानको व्यवहारिक कथामार्फत निकै पेचिलो र गहन तथ्य उजागर गर्ने गरी समाजको सामाजिक इञ्जिनियरिङ गर्न बाध्य भए, त्यो बारे थप चर्चा गर्न आउनुहोस् आज तपाईं र म एक अनौठो यात्रा गरौँ।

वैदिक ज्ञानअनुसार, मन्दिरलाई मानव शरीरको प्रतिरूप मानिन्छ। त्यही चुरो मर्ममा केन्द्रित हुँदै वास्तुशास्त्र र पुरुष मण्डलको अवधारणामा आधारित गरेर सनातन परम्पराको मन्दिर आदि निर्माण हुने गर्दछ। यो निर्माण प्रक्रिया मानव संरचनासँग पूर्ण रूपमा मिल्दोजुल्दो हुन्छ, जसले दर्शाउँछ कि मन्दिर केवल पूजास्थल होइन, बरु आध्यात्मिक जागरणको प्रतीक हो। वास्तु पुरुष मण्डलले मन्दिरलाई ब्रह्माण्डीय पुरुषको रूपमा चित्रण गर्दछ, जसमा मन्दिरको हरेक भाग

मानव शरीरको समकक्षी अङ्गहरूसँग समान हुने गरी मन्दिरको निर्माण सम्पन्न गरिन्छ।

गर्भ गृह मन्दिरको केन्द्रीय भाग हो, जसलाई मानव शरीरको हृदय वा आत्मासँग तुलना गरिन्छ। जसरी हृदयमा प्राण (जीवन शक्ति) वास गर्दछ, त्यसै गरी गर्भ गृहमा देवता (ब्रह्म) को प्रतिमा राखिन्छ, जसले आध्यात्मिक ऊर्जाको केन्द्र बिन्दुको प्रतिनिधित्व गर्दछ। यो भाग अन्धकारमय र शान्त हुन्छ, जसले ध्यान र आत्म चिन्तनलाई प्रोत्साहन दिन्छ। चञ्चल नहुने चित्त जस्तै अवतारमा मात्र अवलोकन कर्ताको रूपमा रहने हाम्रो आत्मा गर्भ गृहमा वास हुने गर्दछ।

मन्दिरको माथिल्लो भागलाई मानवको शिर (टाउको) सँग तुलना गरिन्छ। कलश वा टावरको रूपमा समेत हेरिने शिखर ब्रह्माण्डीय ऊर्जासँग प्रत्यक्ष जोडिने ऊर्जालाई सहस्रार चक्र (शीर्ष चक्र) को ऊर्जा समेत भन्ने गरिन्छ। को रूपमा समेत परिचित हुने गर्दछ। जसरी मानिसको टाउको बुद्धि र ज्ञानको केन्द्र हुने विश्वास गरिन्छ त्यसरी नै मन्दिरको माथिल्लो भागले मानवको आध्यात्मिक उन्नतिको यात्राको अवस्थालाई दर्साउँछ।

मन्दिरका स्तम्भहरूलाई मानवको हात-खुट्टा वा अङ्गहरूसँग तुलना गरिन्छ। यिनीहरूले मन्दिरको संरचना धारण गर्दछन्, जसरी अङ्गहरूले शरीरलाई समर्थन दिन्छन्। यिनीहरूले कर्म योगको प्रतीक गर्दछन्, जसले क्रियाशीलताको महत्व दर्शाउँछ।

मण्डप (हल वा सभागृह) को भागलाई मानवको पेटसँग तुलना गरिन्छ, जसले पाचन र ऊर्जा वितरणको केन्द्र हुन्छ। मण्डपमा भक्तहरू जम्मा हुन्छन्, जसरी पेटले पोषण ग्रहण गर्दछ। यसलाई स्वाधिष्ठान र मणिपुर चक्रहरूसँग सम्बन्धित ठानिन्छ जुन भावना र इच्छाशक्तिको प्रतीक हो। मन्दिरका भित्ताहरूलाई छाला वा बाहिरी आवरणसँग तुलना गरिन्छ, जसले भक्तको सुरक्षा गर्दछ। वैदिक बुझाइ अनुसार, यिनीहरूले माया (भ्रम) को प्रतीकको काम गर्दछन् जसलाई पार गरेर मात्र आत्मा ज्ञान प्राप्तिको स्थानसम्म पुग्न सम्भव हुन्छ।

वैदिक ऋषिहरूले मन्दिरको निर्माणकै चरणमा यसको संरचनालाई यसरी डिजाइन गरे कि मन्दिरमा प्रवेश गर्दा भक्तले आफ्नो शरीरलाई नै देवालयको रूपमा अनुभव गर्न सकोस्। त्यहाँ पुगेपछि उसमा आत्म-जागरण मौलाएर जाग्न सकोस्। आफ्नो मानव संरचना रूपी शरीरले ब्रह्मीय ऊर्जासँग जोडिएर जीवनले पवित्रताको चुम्बन गरिरहेको अनुभूति गर्न सकोस्। जसलाई उनीहरूले मन्दिरको वास्तुको नाम दिए।

वैदिक अवधारणामा, व्यक्ति मन, वचन र कर्मको इमानदारीबाट आफूलाई सक्षम र प्रभावकारी बनाउन सक्छ। कर्म सिद्धान्तले विचार (वृत्ति), वचन (वाक्) र क्रियालाई (कर्म) एकीकृत गर्दछ, जसले बलिष्ठ र प्रभावकारी स्नायु (संस्कार) सिर्जना गर्दछ। जसलाई व्यक्तिको मनोविज्ञान र आत्मबल भनिन्छ।

ध्यान र योग अभ्यास जस्ता उपायले मनको विकृति हटाएर मनलाई शुद्ध गरी व्यक्तिले आफ्नो आध्यात्मिक स्वास्थ्य दुरुस्त कायम गर्न सक्दछ। जसले मनोवैज्ञानिक स्थिरताको जन्म दिन्छ। त्यही कारणले उपनिषदहरूमा आत्म चिन्तनमा अधिक जोड दिने गरेको भेटिन्छ। सत्य वचन सामाजिक सद्भाव बढाउन अनिवार्य हुन्छ। जसले भौतिक सफलताको जग निर्माण गर्दछ। गीतामा (१७:१५) सफलता कर्मको रूपले तय गर्ने र धर्म सङ्गत कर्मको उपजले नै व्यक्तिको भौतिक स्वास्थ्य र उसलाई मोक्षतर्फ डोऱ्याउने आध्यात्मिक सबलता हुने भनिएको छ। जुन व्यक्तिको प्रभावकारी क्षमता निर्माणको जग हुने गर्दछ। व्यक्ति गुण केन्द्रित यो अवधारणाले त्रिगुण (सत्व, रज, तम) को सन्तुलनबाट व्यक्तिको समग्र स्वास्थ्य अवस्थाको सुनिश्चित हुने विश्वास लिने गर्दछ।

सनातन सम्प्रदायले वैदिक ज्ञान समाजको तल्लो तहसम्म नियमित पुग्ने सुनिश्चितता गर्न विविध वैदिक चाडवाड, यज्ञ, कर्मकाण्ड, पूजा-आजा, ध्यान, योग, व्रत आदि जस्ता विषय हाम्रो परम्परामा सोसल इञ्जिनियरिङमार्फत इन्टिग्रेसन गरी व्यवहारिक ज्ञान सहज हाम्रो समाजमा पुग्ने विकल्पको निर्माण गरेको छ। उदाहरण दिएर चर्चा गर्दा मन्दिरहरूमा देखिने चक्रहरूको प्रतीकले व्यक्तिलाई को चुरो जरुरतको पक्ष सम्झाउने गर्दछ। जसको ग्रामीण स्तरसम्म गहिरो प्रभाव छोडेको भेटिन्छ।

ऋषिहरूले महसुस गरे कि शुद्ध दर्शन लेखेर त्यसलाई आवाज वा किताबमा कैद गरी समाजमा छोडिदिएर मात्र समाज सुमार्गमा चल्न सक्दैन रहेछ। त्यसका लागि उपनिषदमा रहेका कथाहरू जस्तै नचिकेता कथा आदि समेत व्यक्तिको कान कानसम्म पुग्न जरुरी हुन्छ। जसले गर्दा व्यक्तिले सरल र सहज भाषामा आफूले आफ्नो जीवनको पहिचान गर्न सक्दछ। आफूलाई चिनेको व्यक्तिले मात्र आफ्नो जीवन अस्तित्वमा आउनुको कारण र उद्देश्य बुझ्दछ। जसले उसलाई आफ्नो जीवन यापन गर्ने आदर्श मार्ग छनोट गर्न सहयोग गर्दछ।

त्यही अनुभूतिले मन्दिर निर्माण, पूजा-आराधना, व्रत, ध्यान, योगलाई सनातन संस्कृतिको पक्ष र जीवन पद्धतिसँग उनीहरूले इन्जिनियरिङ गर्नुपर्ने जरुरतको महसुस गरे। त्यही कारण सनातन वैदिक ज्ञानले ओतप्रोत भएको रीति रिवाजको नेपाली समाजको संस्कृतिसँग एकीकृत गर्ने शुभ कर्म सम्पन्न हुन पुग्यो। जस्तै दसैँ-तिहार कर्मको महत्त्व बुझ्ने अवसरको रूपमा मनाउने चलन चलाइयो। आत्म जागरणको लागि पशुपतिनाथ मन्दिर जस्ता स्थानमा मार्मिक कथा समेतको खटनसहित चक्रको स्थापना गरियो। यसले वेदमा रहेको दिव्य ज्ञानलाई समाजको भित्री तहसम्म नियमित रूपमा सुचारु रहेर पुऱ्याउन ठूलो भूमिका खेल्यो। जसले सनातनी समाजमा सामाजिक स्थिरता र आध्यात्मिक उन्नतिको मात्र नभएर आर्थिक र वैज्ञानिक उन्नतिको अवसरको समेत सुनिश्चित गरिदियो।

एक उदाहरणका लागि कठोपनिषदमा रहेको मृत्युको रहस्य र आत्मज्ञानको महत्व समाजमा पुऱ्याउन ऋषिहरूले सरल रूपको नाचिकेताको कथा संलग्न गरे। जसअनुसार एक समयमा वाजश्रवा नामका ऋषि थिए। उनीले आयोजना गरेको यज्ञमा हुने दानमा आफ्ना पुराना कम उपयोगी रहेका वस्तुहरू, कम उत्पादनशील अवस्थामा पुगेका कमजोर गाईहरू आदि दान दिन थाले। यसलाई देखिरहेका उनका छोरा नाचिकेताको मनमा दुःखको अनुभूति भयो। उनमा "दान दिने वस्तु दान लिनेका लागि उपयोगी र राम्रो काममा आउने हुनुपर्दछ" भन्ने भावको विकास भयो। नाचिकेताले आफ्नो बाबुलाई त्यही भने। उनीसँग सहमत हुन नसकेका उनका बुबालाई उनले त्यसो भए "मलाई पनि मृत्युका देवता यमलाई दान दिनुहोस्" भन्ने जवाफ फर्काए। उनको प्रतिक्रियामा झनक्क रिसाएका उनका बाबुले "हुन्छ ! ठीकै छ, तिमीलाई पनि मृत्युलाई दान दिन्छु" भनी संकल्प गरे।

त्यही कारण नाचिकेता यमको घर गए। संयोगले घरमा यम थिएनन्। तीन दिनसम्म नाचिकेताले केही नखाई यमलाई पर्खिए। जब यम फर्किए, आफ्नो निवासमा आफ्नो अतिथिलाई तीन दिन अकारण भोकै रहनु परेकोमा दुःखी भएर भने कि मेरो मनको सन्तोषका लागि "तीन रात भोकै पर्खेको असहजता वापत मसँग तीन वरदान माग।" नाचिकेताले पहिलो वरदानमा आफ्नो बाबुसँग आफ्नो मिलन गराइदिनुहोस्। उनीले क्रोध नराखुन् भने। जुन यमले स्वीकारे। दोस्रो वरदानमा "स्वर्गमा पुग्ने अग्नि विद्या सिक्ने" इच्छा जाहेर गरे। यमले उनलाई

अग्नि विद्या सिकाए, जसपछि उनी नाचिकेत अग्नि नामले चिनिने बने। तेस्रो वरदान माग्दै नाचिकेताले भने, "मृत्युपछि के हुन्छ? आत्मा के हो? त्यो मलाई सारमा मैले बुझ्ने गरी बताउनुहोस्।" यमले पहिले टार्न खोजे पनि नाचिकेताको जोडले त्यो सम्भव भएन। अन्तमा यमले अत्यन्त सरल भाषामा उनलाई सम्झाए। "शरीर मर्छ, तर आत्मा अमर रहन्छ। अमर प्रकृतिको शुद्ध आत्मा ब्रह्मसँग एक हुन्छ। भौतिक सुखहरू जीवनका भ्रम हुन्। तिनीहरूले मानिसलाई सत्य ज्ञान प्राप्त गर्नबाट वञ्चित गर्न भ्रम पैदा गर्दछन्, जब त्यो भ्रमबाट व्यक्ति मुक्त हुन्छ तब ऊ सत्य ज्ञानसँग परिचित हुन्छ जसले उसलाई आफ्नो जीवनमा मुक्ति दिलाउने गर्दछ। योग र ध्यानलाई व्यक्तिले आत्मा चिन्नका लागि सहयोगी उपायको रूपमा उपयोग गर्न सक्दछ।" नाचिकेताले यो ज्ञान लिएर आफ्नो घर फर्किए। आफ्नो घर र समाजमा फैल्याए। त्यसैबाट आफू पनि अमर बने। मुक्त भए।

यसरी एक पात्रको जीवनीको कथामार्फत जीवन र मृत्युको रहस्य तथा आत्मज्ञानको महत्व मन्दिरहरूमा चर्चा हुने कथाको रूपमा संस्थागत गरी समाजमा दिव्य ज्ञान सम्प्रेषण गर्ने उपायको रूपमा ऋषिहरूले सनातन संस्कृति सनातन समाजमा स्थापना गरे।

हाम्रो परम्परामा वैदिक ऋषिमुनिहरूको प्रयासमा वैदिक ज्ञानको भएको सोसल इञ्जिनियरिङको पक्ष निकै जटिल र गहन छ। यसले हरेक व्यक्तिसम्म जीवनको भ्रम (माया) लाई पार गरेर

परम सत्य (ब्रह्म) सम्म पुग्ने बाटोबारेको विकल्प पुऱ्याउन सफल बनेको छ। नेपाली संस्कृतिको हरेक पक्षमा वैदिक ज्ञानको गहनता जोडी दिएर वैदिक जीवनलाई प्रकृतिमैत्री जीवन जिउने कलाको रूपमा विकसित गरिदिएको छ। केवल किताब वा ग्रन्थमा सीमित होइन, बरु जीवन्त समाजको इञ्जिनमा वैदिक ज्ञानको रस मिलाई दिएर सरल भाषामा जीवनको मूल्य आफ्नै जन्मस्थानमा सीमित रहेर प्राप्त गर्न सकिने विकल्पको उपलब्धता गराई दिएका छन्।

हाम्रो समाजमा रहेको एक साधारण व्यक्ति जसलाई मन्दिरहरू किन बनेका छन् वा तिनीहरू किन प्राचीन सम्पदा जस्ता लाग्छन् भन्ने थाहा छैन, तिनीहरू जब हाम्रा पूर्वजहरूको लागि अमूल्य खजानाको रूपमा हाम्रो समाजले प्राप्त गरेको परम्परागत मन्दिर र धर्मालयहरूमा जब पुग्दछन् तब उनीहरूलाई आफ्नो दैनिक जीवनमा मिसिएर रहेको वैदिक ज्ञानको उपहाररूपी चेतनालाई भ्रमबाट मुक्ति लिने र आफ्नो आध्यात्मिक उन्नति गराउने विकल्प रहेको सन्देश प्राप्त हुन्छ। यसलाई स्पष्ट पार्नका लागि हाम्रा मठ-मन्दिरहरूमा मुख्यतः पाँचवटा मुख्य जीवन्त र उपयोगी दिव्य पक्ष हुने गर्दछन्।

पहिलो दैनिक पूजाको माध्यमबाट व्यक्तिले सिक्ने जीवन जिउने अनुशासन हो। एक किसान वा मजदुर जो किताब पढ्न सक्दैन, ऊ मन्दिरमा गएर दैनिक पूजा गर्छ। पूजाले उसलाई मन, वचन र कर्मबाट नै व्यक्ति इमानदार हुन पर्ने गहिरो

ज्ञान सिकाउँछ। सहज रूपमा प्रस्तुत गरिने वैदिक ज्ञान सुनेर उसले भ्रम (माया) लाई पार गर्न नियमित अभ्यासलाई पहिचान मात्र गर्दैन त्यो आफ्नो जीवनमा कसरी लागु गर्ने भन्ने समेत सिक्न सक्दछ। यसलाई सरल रूपमा पहिचान गर्न सक्ने ऊर्जा र शान्ति मन्दिरको संरचना हेरेर, बुझेर, अनुभूति गरेर प्राप्त गर्न सक्दछ। जसले उसको दैनिक जीवनलाई गहिरो अनुभूतिको प्रभाव दिन्छ। हिजो दुःखको कारण खोज्न भौतारिएको त्यो भक्त आज आफूभित्र नै रहेको सुखको पहिचान गर्न सक्दा अन्य दुःखी र दर्दमा रहेकाहरूका लागि आफ्नो अज्ञानबाट मुक्त हुने उपाय सिक्ने प्रेरणाको स्रोत बन्दछ। प्राचीन खजानाको कारण कुनै वैदिक किताब वा ज्ञानको गहिरो अध्ययनबिना नै पाउनु परे ज्ञानको रसको स्वाद लिने दिव्य अवसर उसले पाउँछ।

दोस्रो चाडपर्वहरू जस्तै दशैंमा आदिमा हुने परिवारिक एकता उसको जीवनमा सकारात्मक रूपान्तरणको अवसर बनिदिने गर्दछ। दशैंमा मन्दिरमा गएर टीका लगाउने र आशीर्वाद लिने परम्परा वैदिक कर्म सिद्धान्तबाट आएको हो जुन एक साधारण गाउँलेलाई थाहा नहुन सक्छ। तर पनि मन्दिरले, नव रात्रिको पूजा आराधनाको मर्म बुझ्न पाउँदा त्यो व्यक्तिमा भ्रम (अहंकार) लाई पार गरेर ब्रह्म (एकता) तर्फ पुग्ने मार्गबारे ज्ञान हुन पुग्दछ। परिवार जम्मा भएर पूजा गर्दा बढ्ने सामाजिक सद्भावले नेपाली संस्कृतिको हरेक पक्षमा जेलिएर रहेको वैदिक गहनताको उसमा उजागर गरिदिन्छ। प्राचीन सम्पदाले दिएको उपहाररूपी मन्दिर आफैँले आफैँलाई जीवन्त

इञ्जिन बनाएर पुस्तौँ पुस्ता यो ज्ञान दिन प्रभावकारी संयन्त्रको भूमिकामा रहन पुग्दछ।

तेस्रो मन्दिरको संरचनाको जसरी हेरचाहको जरुरत हुन्छ त्यसरी नै व्यक्तिले आफ्नो शरीर र मनको हेरचाह अनिवार्य रहेको ज्ञान मन्दिरमार्फत पाउने गर्दछ। मन्दिरको गर्भगृह हृदय जस्तो र शिखर टाउको जस्तो हुन्छ भन्ने सुन्दै गर्दा वैदिक मान्यता अनुसार शरीर नै देवालय भएको र आफ्नो पुर्खालाई त्यो सहज रूपमा सम्झाउन उनीहरूले मन्दिरको परम्परा चलाएको सूचनाले उनीहरूलाई आफूलाई आफ्नो भौतिक, आध्यात्मिक र मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य केन्द्रित रहनु पर्ने तर्फ समेत सचेत गरिदिन्छ। एक अनपढ व्यक्तिमा उसको जीवनमा रहेको मस्तिष्क र शरीरबीचको जटिल सम्बन्धबारे सामान्य ज्ञान समेत नभएको हुन सक्दछ तर मन्दिरमा घुम्दा र मन्दिरको वरपरको गतिविधिसँग परिचित हुँदै गर्दा आफ्नो स्वास्थ्य (आध्यात्मिक, भौतिक, मनोवैज्ञानिक) लाई सवल राख्न उसले के गर्नु चाहिँ अनिवार्य छ भन्ने चुरो कुरो चाहिँ बुझेको हुन्छ। यो सोसल र सांस्कृतिक इञ्जिनियरिङले उसलाई माया (रोग वा तनाव) लाई पार गरेर ब्रह्मसम्म पुग्ने सहज बाटो पहिल्याउन सफल पारिदिन्छ। जसरी मात्र ट्राफिक नियम बुझेको एक ड्राइभरले गाडीको इन्जिन, इलेक्ट्रिकल र गतिको जटिल इञ्जिनियरिङ पक्ष नबुझेको अवस्थामा समेत सुरक्षित रहेर कार हाँकेर आफ्नो जीवन सुरक्षित र सहज जिउन सक्दछ ठिक त्यसै गरी मन्दिररूपी प्राचीन खजानाको उपयोगले

व्यक्तिले आफ्नो जीवनको यात्रालाई सुरक्षित यात्राको रूपमा रूपान्तरित गर्न सक्दछ।

चौथो कथा र कथनहरूबाट प्राप्त हुने दर्शनले सिकाउने जीवन जिउने कला हो। मन्दिरमा उपनिषदका कथाहरू जस्तै 'नाचिकेतास' को कथा सुनाइने गरिन्छ। जसले ब्रह्म के हो, आत्मा के हो, नारी किन पूज्य हुन्छिन्, पुरुष र चेतना किन व्यक्तिको जीवनको महत्वपूर्ण पक्ष हुन गयो आदि जस्ता गहिरा विषय निकै सरल भाषामा मानिसहरूले बुझ्न सक्दछन्। एक साधारण श्रमिकसँग किताब पढ्ने अवसर नहुन सक्दछ, गहिरिएर जीवनको अनुभूति गर्ने अनुकूलता नमिल्न सक्दछ, तर मन्दिरको तौर तरिका, वैदिक ज्ञान आफ्नै जीवन ज्ञानको वृत्तान्त दिने स्थान हो भन्ने बुझ्ने बित्तिकै त्यहाँको गतिविधि हेरेर मात्र पनि उसले आफ्नो जीवनलाई कसरी जीवन्त बनाउने भन्नेबारे उसलाई जरुरत पर्ने जति ज्ञान प्राप्त गर्न सक्दछ। भ्रमबाट मुक्ति दिलाएर हाम्रा नेपाली रीतिरिवाजले त्यसको कथामा रहेको गहनता बुझेर, मन्दिरलाई मेरा पूर्वजहरू किन अमूल्य सम्पदाको रूपमा मेरो लागि बनाएर गए त्यो विवेकको अनुभूति गरेर व्यक्तिले आफ्नो जीवन जिउने सार प्राप्त गर्न सक्दछ।

पाँचौं हो योग र ध्यानको अभ्यासबाट व्यक्तिले प्राप्त गर्ने मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्यको अवसर। व्यक्ति मन्दिर परिसरमा योगा वा ध्यान गर्न जाने गर्दछ। योगमा व्यक्तिले कुनै कुरा प्राप्त गर्ने होइन कि आफूमा भएको खराब फोहोर आफूबाट

फालेर आफूलाई साफसुथ्रो राख्ने विधि हो। ध्यान र प्रार्थना समेत कसैसँग केही माग्ने वा प्राप्त गर्ने कर्म होइन। केवल आफ्नो जीवनलाई चिन्ने र आफूलाई जीवन दिएर आफूले संसारको अनुभूति गर्न पाएको अवसरमा प्रकृतिप्रति धन्य रहने र मौन रहेर विगतको खराब अनुभवले दिने डिप्रेसन वा चिन्ता र भोलिको जीवनको असुरक्षाले दिने एन्जाइटी वा डर मुक्त भएर तत्कालमा जिउन सिक्ने कला हो। यस्तो समय जहाँ कसैसँग केही गुनासो छैन, कसैलाई केही सुनाउनु छैन, कसैबाट कुनै कुरा प्राप्तिको आकांक्षा समेत छैन छ त मात्र आफूलाई जे मिलेको छ त्यसैमा सन्तुष्ट बनी जीवन जिउन पाएकोमा भगवान्सँग धन्य बन्ने, प्रसन्न रहने अवस्था। वैदिक चक्र जागरण परम्पराबाट आएको यो जीवन जिउने कलाअन्तर्गत एक साधारण गृहिणी जो तनावमा छिन्, मन्दिरमा गएर ध्यान गर्दा शान्ति पाउँछिन्। जसले आफ्नो जीवनमा हिजो भएको आफूप्रतिको अन्यायलाई जीवन जिउने कला सिक्ने पाठको रूपमा त्यो घटना भएको स्वीकारी आफूलाई निर्भय रहेर र आफ्नो कर्ममा जिउने कला सिक्दछिन्। माया (भय वा इच्छा) र आशक्ति जीवनलाई असफलतातर्फ लैजाने अवरोध हो भन्ने पहिचान गर्न सक्दछिन्। त्योबाट एक कदम अघि रहेर सबैमा रहेको आत्मा एकै शक्तिको रूप भएको पहिचान गरी यो समाजमा कोही ठुलो सानो छैन, धेरै महत्व कम महत्वको छैन, धेरै र कम शक्तिशाली छैन छ त फरक-फरक व्यक्तिको फरक-फरक क्षेत्रमा विशेष खुवी भन्ने बुझ्दछिन्। जसले गर्दा त्यहाँ सबै प्रकारको विभेदको अन्त हुन्छ। जसले व्यक्तिलाई

दुःख पार गरेर ब्रह्मिक शान्ति प्राप्त हुन्छ। कुनै गहिरो दर्शन नखोजी मन्दिररूपी जीवन्त इञ्जिनको सहाराले समाजको हरेक तहमा वैदिक ज्ञान पुऱ्याउन मद्दत गर्दछ। जुन वैदिक ऋषिमुनिहरू निकै दूरदर्शी सोसल इञ्जिनियरिङअन्तर्गतको प्रभावकारी धर्म व्यवस्थाको जोहो हो।

ANNEX VI

व्यास पुण्य सर्किटका नदीहरूको वैदिक र पौराणिक सन्दर्भ

यो खण्डले माथि उल्लेखित नदीहरूको धार्मिक र पौराणिक महत्वलाई प्राचीन वैदिक ग्रन्थहरूका आधारमा थप स्पष्ट पार्दछ।

१. कालीगण्डकी नदी

- **पौराणिक सन्दर्भ: ब्रह्म वैवर्त पुराण** अनुसार, भगवान् विष्णु शालिग्रामको रूपमा यसै नदीमा प्रकट भएका थिए। **पद्म पुराण**मा यसलाई पाप नाश गर्ने शक्ति भएको पवित्र नदी भनिएको छ।
- **पौराणिक कथा:** एक कथा अनुसार, विष्णुको छलबाट क्रोधित भएर तुलसीले उनलाई ढुङ्गा बन्ने श्राप दिइन्। त्यसपछि तुलसी आफैं कालीगण्डकी नदी बनिन् र विष्णु शालिग्रामको रूपमा यसै नदीमा वास गर्न थाले।

२. त्रिशूली नदी

- **पौराणिक सन्दर्भ:** यसको नाम भगवान् शिवको **त्रिशूल** (तीन शूल भएको हतियार) बाट आएको हो। त्रिशूलले इच्छाशक्ति, ज्ञान र कर्मलाई जनाउँछ।

- **गोसाइँकुण्ड कथा:** पौराणिक कथा अनुसार, शिवले समुद्र मन्थन गर्दा निस्केको विष पिएर आफ्नो घाँटी चिसो पार्नका लागि त्रिशूलले हिमनदीमा हानेपछि गोसाइँकुण्ड ताल बनेको थियो।

३. सेती गण्डकी नदी

- **वैदिक सन्दर्भ:** संस्कृतमा 'श्वेत' (स्वेत) को अर्थ **'सेतो'** वा **'शुद्ध'** हुन्छ। यसको सेतो रङ्ले आध्यात्मिक शुद्धता र दिव्य प्रकाशलाई जनाउँछ। यसलाई विष्णुको पवित्र रूप मानिन्छ र यो **आकाश तत्व** को प्रतीक हो।

४. बूढीगण्डकी नदी

- **वैदिक सन्दर्भ:** संस्कृत शब्द **'बुद्धि'** (बुद्धि) ले उच्च ज्ञान र विवेकलाई जनाउँछ। यो नदीको नामले पुरानो वा प्राचीन ज्ञान र चेतनालाई प्रतिनिधित्व गर्छ। यसैले यसलाई **मन तत्व** को प्रतीक मानिएको हो।

५. मर्स्याङ्दी नदी

- **वैदिक सन्दर्भ:** यो नदी **पृथ्वी तत्व** को प्रतीक हो। यो अन्नपूर्ण (खाना दिने) हिमालबाट बगेकोले जीवन र पोषणलाई जनाउँछ।

६. मादी नदी

- **वैदिक सन्दर्भ:** यो **वायु तत्व** (हावा) को प्रतीक हो, जसले जीवन दिने प्राण (श्वास) लाई जनाउँछ।

७. चेपे र दरौंदी नदी

- **वैदिक सन्दर्भ:** चेपे नदीलाई **'मस्तिष्क'** र दरौंदीलाई **‘चित्त वृति'** को प्रतीक मानिएको छ।

८. नारायणी नदी

- **वैराणिक सन्दर्भ:** यसको नाम भगवान् विष्णुको अर्को नाम **'नारायण'** बाट आएको हो। यसले सबै तत्व र चेतनाको अन्तिम मिलनलाई जनाउँछ।

निष्कर्ष

यो सम्पूर्ण प्रणालीले नेपालको भौगोलिक अवस्थितिलाई पाँच तत्व (पञ्च महाभूत) र मानव चेतनाका विभिन्न पक्षहरूसँग जोडेको छ। यो व्यास पुण्य सर्किट केवल एक भौगोलिक यात्रा मात्र नभई एक आध्यात्मिक यात्रा हो, जहाँ प्रत्येक नदीले एक विशेष वैदिक र दार्शनिक सिद्धान्तलाई प्रतिनिधित्व गर्दछ।

ANNEX VII

हाम्रो शरीरका ऊर्जा प्रवाहहरू: व्यास पुण्य सर्किटका नदीहरू

वैदिक (Vedic) ज्ञान परम्परामा नदीहरूलाई केवल भौगोलिक (geographical) संरचना मात्र नभएर मानव शरीरका ऊर्जा प्रवाहहरूको प्रतीक मानिएको छ। ऋग्वेदको नदीस्तुति सूक्त (१०.७५) मा नदीहरूलाई देवीको रूपमा स्तुति गरिएको छ, जसले मानव चेतनाका विभिन्न आयामहरूलाई पोषण गर्छन्। व्यास पुण्य सर्किटका नौ नदीहरू – कालीगण्डकी, सेती गण्डकी, मर्स्याङ्दी, मादी, त्रिशूली, बुढीगण्डकी, चेपे, दरौदी र नारायणी – यी सबैले हाम्रो शरीरका विभिन्न तन्त्र (systems) र ऊर्जा केन्द्र (energy centers) सँग गहिरो सम्बन्ध राख्छन्।

आयुर्वेदको पञ्चमहाभूत सिद्धान्त (Panchamahabhuta principle) अनुसार मानव शरीर पाँच तत्वहरू – आकाश, वायु, अग्नि, जल र पृथ्वी – बाट निर्मित छ। यी तत्वहरू हाम्रो शारीरिक (physical), मानसिक (mental) र आध्यात्मिक (spiritual) स्वास्थ्यलाई नियन्त्रण गर्छन्। व्यास पुण्य सर्किटका नदीहरूले यी पञ्च तत्वहरूको प्रतिनिधित्व गर्दै हाम्रो शरीरका नाडी तन्त्र (Nadi system) सँग तादात्म्य (resonance) स्थापना गर्छन्।

अथर्ववेदाचार्यः नारायण घिमिरे।

योग शास्त्रमा वर्णित ७२,००० नाडीहरू हाम्रो शरीरका “ऊर्जा नदीहरू” हुन् जसले प्राण शक्ति (Prana) लाई शरीरका हरेक कोशिका (cell) मा पुर्याउँछन्। यी नाडीहरू नदीहरू जस्तै बग्छन्, बाधाहरू (blockages) हटाउँछन् र जीवन शक्ति प्रदान गर्छन्। जब यी नाडीहरूमा स्वतन्त्र प्रवाह (free flow) हुन्छ, हामी स्वस्थ र जीवन्त (vibrant) हुन्छौं; जब यिनमा अवरोध (obstruction) आउँछ, हामी शारीरिक र मानसिक समस्याहरूको सामना गर्छौं।

---

१. कालीगण्डकी नदी: जल तत्व र रक्त संचार तन्त्र (Circulatory System)

वैदिक ऋचा:

आपोहिष्ठामयोभुवस्तानऊर्जेदधातन।महेरणायचक्षसे॥

नेपाली अनुवाद: "हे जल देवी! तपाईं हाम्रो कल्याणकारिणी हुनुहुन्छ। हामीलाई बल र शक्ति प्रदान गर्नुहोस्। हाम्रो महान् कार्यका लागि दृष्टि दिनुहोस्।"

कालीगण्डकी नदी जल तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ र मानव शरीरको रक्त संचार तन्त्र (blood circulation system) सँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध राख्छ। जसरी यो नदी शालिग्राम शिलाहरू (Shaligram stones) बोकेर बग्छ, त्यसरी नै हाम्रो रक्तले जीवनदायी तत्वहरू शरीरका हरेक भागमा पुर्याउँछ। आयुर्वेदमा रक्तलाई "जीवन रस" भनिएको छ, जसले शरीरका सबै धातुहरू (tissues) लाई पोषण गर्छ।

- **शारीरिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Physical Health):** कालीगण्डकीको पानीमा स्नान गर्दा रक्त शुद्धीकरण (purification) हुन्छ। यसको ठण्डा पानीले रक्त प्रवाहलाई सुधार गर्छ र हृदयलाई बलियो बनाउँछ। नियमित रूपमा यस नदीको ध्यान (meditation) गर्दा रक्तचाप (blood pressure) को समस्या कम हुन्छ र हृदय रोगहरू (heart diseases) बाट बचाव हुन्छ।
- **मानसिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Mental Health):** जल तत्वले भावनाहरू (emotions) लाई नियन्त्रण गर्छ। कालीगण्डकीको ध्यान गर्दा मानसिक तनाव (stress) कम हुन्छ, भावनात्मक स्थिरता (emotional stability) आउँछ र मनमा शान्ति (peace) मिल्छ। यो नदी स्वाधिष्ठान चक्र (Svadhisthana Chakra) सँग जोडिएको छ, जसले रचनात्मकता (creativity) र भावनात्मक सन्तुलन (emotional balance) लाई नियन्त्रण गर्छ।
- **आध्यात्मिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Spiritual Health):** कालीगण्डकीमा पाइने शालिग्राम शिलाहरू विष्णुको प्रत्यक्ष रूप मानिन्छन्। यी शिलाहरूको पूजा गर्दा आध्यात्मिक चेतना (spiritual consciousness) को विकास हुन्छ। नदीको निरन्तर प्रवाहले जीवनको निरन्तरताको सन्देश दिन्छ र मोक्ष (Moksha) को मार्गमा अग्रसर बनाउँछ।

२. सेती गण्डकी नदी: आकाश तत्व र श्वसन तन्त्र (Respiratory System)

वैदिक ऋचा:

आकाशंशरीरंब्रह्म।नभोवैशरीरम्॥

नेपाली अनुवाद: "आकाश नै शरीर हो, ब्रह्म हो। आकाश नै हाम्रो शरीर हो।"

सेती गण्डकीको दूधे सेतो रंगले आकाश तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ। यो नदी मानव शरीरको श्वसन तन्त्र (respiratory system) र चेतना विस्तार (expansion of consciousness) सँग जोडिएको छ। जसरी यो नदी हिमनदी (glacier) को शुद्ध पानी बोकेर बग्छ, त्यसरी नै हाम्रो श्वासप्रश्वासले शुद्ध प्राण वायु शरीरमा पुर्याउँछ।

- **शारीरिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Physical Health):** सेती गण्डकीको ध्यान गर्दा फोक्सोको क्षमता (lung capacity) बढ्छ र श्वसन सम्बन्धी रोगहरू (respiratory diseases) निको हुन्छन्। यसको शुद्ध हावामा सास फेर्दा अस्थमा (asthma), ब्रोन्काइटिस (bronchitis) र अन्य श्वसन समस्याहरूमा राहत मिल्छ। नियमित प्राणायाम (Pranayama) अभ्यासले फोक्सोलाई बलियो बनाउँछ।
- **मानसिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Mental Health):** आकाश तत्वले मानसिक स्पष्टता (mental clarity) र चेतना विस्तार गराउँछ। सेती गण्डकीको ध्यान गर्दा मनमा शान्ति आउँछ, एकाग्रता (concentration) बढ्छ

र ध्यानको गहिराई प्राप्त हुन्छ। यो विशुद्ध चक्र (Vishuddha Chakra) सँग सम्बन्धित छ, जसले संचार (communication) र अभिव्यक्ति (expression) लाई नियन्त्रण गर्छ।

- **आध्यात्मिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Spiritual Health):** सेतो रंगले शुद्धता (purity) र दिव्य चेतना (divine consciousness) को प्रतीक गर्छ। सेती गण्डकीको ध्यान गर्दा आत्मिक शुद्धता प्राप्त हुन्छ र उच्च चेतनाको अनुभव (experience of higher consciousness) हुन्छ। यो नदी सत्वगुण (Sattva guna) को प्रतिनिधित्व गर्छ र मोक्षको मार्गमा अग्रसर बनाउँछ।

---

३. मर्स्याङ्दी नदी: पृथ्वी तत्व र अस्थि-मांसपेशी तन्त्र (Musculoskeletal System)

वैदिक ऋचा:

पृथ्वीमेमातापुत्रोअहंपृथिव्याः।पर्जन्योमेपितासनोधातुभद्रया॥

नेपाली अनुवाद: "पृथ्वी मेरी माता हो र म पृथ्वीको पुत्र हुँ। पर्जन्य (वर्षा) मेरो पिता हो। उहाँले हामीलाई कल्याण प्रदान गरून्।"

मर्स्याङ्दी नदी पृथ्वी तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ र मानव शरीरको अस्थि तन्त्र (skeletal system), मांसपेशी (muscles) र सम्पूर्ण शारीरिक संरचना (physical structure) सँग जोडिएको छ। यो नदी मनास्लु हिमालबाट निस्केर स्थिरता (stability) र बलियोपन

(strength) को सन्देश दिन्छ। जसरी यो नदी पहाडहरूलाई काटेर आफ्नो बाटो बनाउँछ, त्यसरी नै हाम्रो शरीरको अस्थि तन्त्रले हामीलाई जीवनभर सहारा (support) दिन्छ।

- **शारीरिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Physical Health):** मर्स्याङ्दीको ध्यान गर्दा हड्डीहरू बलियो हुन्छन् र मांसपेशीहरूमा शक्ति आउँछ। यो नदी मूलाधार चक्र (Muladhara Chakra) सँग सम्बन्धित छ, जसले शारीरिक स्थिरता र जीवन शक्ति (vitality) लाई नियन्त्रण गर्छ। नियमित व्यायाम (exercise) र योगासनहरूले यस तत्वलाई सन्तुलनमा राख्छ।
- **मानसिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Mental Health):** पृथ्वी तत्वले मानसिक स्थिरता र धैर्य (patience) प्रदान गर्छ। मर्स्याङ्दीको ध्यान गर्दा चिन्ता (anxiety) र डर (fear) कम हुन्छ, आत्मविश्वास (self-confidence) बढ्छ र जीवनमा दृढता (determination) आउँछ। यसले व्यावहारिक सोच (practical thinking) र समस्या समाधानको क्षमता (problem-solving skills) विकास गर्छ।
- **आध्यात्मिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Spiritual Health):** पृथ्वी तत्वले आध्यात्मिक अभ्यासको आधार (foundation) प्रदान गर्छ। मर्स्याङ्दीको ध्यान गर्दा जीवनमा स्थिरता आउँछ र आध्यात्मिक साधनामा दृढता मिल्छ। यसले मातृत्व भावना (maternal feeling) र प्रकृतिसँगको जोडाइ (connection with nature) बढाउँछ।

४. मादी नदी: वायु तत्व र स्नायु तन्त्र (Nervous System)

वैदिक ऋचा:

वायुर्वैप्राणोवायुरपानोवायुर्व्यानः।वायुरुदानोवायुःसमानोवायुर्वैसर्वम्॥

नेपाली अनुवाद: "वायु नै प्राण हो, वायु नै अपान हो, वायु नै व्यान हो। वायु नै उदान हो, वायु नै समान हो, वायु नै सर्वस्व हो।"

मादी नदी वायु तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ र मानव शरीरको स्नायु तन्त्र (nervous system) तथा प्राण शक्ति (life force) सँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध राख्छ। यो नदी आफ्नो तीव्र प्रवाह (rapid flow) र गतिशीलता (dynamism) का लागि प्रसिद्ध छ, जसले हाम्रो शरीरको प्राण वायुको प्रवाहलाई दर्शाउँछ। जसरी यो नदी निरन्तर बगिरहन्छ, त्यसरी नै हाम्रो प्राण शक्ति शरीरमा निरन्तर संचार (communication) गरिरहन्छ।

- **शारीरिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Physical Health):** मादी नदीको ध्यान गर्दा स्नायु तन्त्र बलियो हुन्छ र शारीरिक गतिविधिहरूमा तालमेल (coordination) आउँछ। यसले पाचन क्रिया (digestion) सुधार गर्छ, रक्त संचार बढाउँछ र शरीरको समग्र ऊर्जा स्तर (overall energy level) बढाउँछ। नियमित प्राणायाम अभ्यासले यस तत्वलाई सन्तुलनमा राख्छ।
- **मानसिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Mental Health):** वायु तत्वले मानसिक गतिशीलता (mental agility) र रचनात्मकता प्रदान गर्छ। मादी नदीको ध्यान गर्दा मानसिक सुस्ती (mental sluggishness) हट्छ, उत्साह

(enthusiasm) बढ्छ र नयाँ विचारहरूको जन्म हुन्छ। यो अनाहत चक्र (Anahata Chakra) सँग सम्बन्धित छ, जसले प्रेम (love) र करुणा (compassion) को भावना विकास गर्छ।

- **आध्यात्मिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Spiritual Health):** वायु तत्वले आध्यात्मिक गतिशीलता र प्रगतिको मार्ग (path of progress) देखाउँछ। मादी नदीको ध्यान गर्दा आध्यात्मिक अभ्यासमा नयाँ उत्साह आउँछ र उच्च चेतनाको अनुभव हुन्छ। यसले मन र आत्मा (mind and soul) बीचको सम्बन्ध बलियो बनाउँछ।

---

५. त्रिशूली नदी: अग्नि तत्व र पाचन तन्त्र (Digestive System)

वैदिक ऋचा:

अग्निमीळेपुरोहितंयज्ञस्यदेवमृत्विजम्।होतारंरत्नधातमम्॥

नेपाली अनुवाद: "म अग्निको स्तुति गर्छु, जो पुरोहित हो, यज्ञका देव हो, ऋत्विज हो। जो होता हो र सबैभन्दा उत्तम रत्न प्रदान गर्ने हो।"

त्रिशूली नदी अग्नि तत्वको प्रतिनिधित्व गर्छ र मानव शरीरको पाचन तन्त्र (digestive system) तथा रूपान्तरण प्रक्रियाहरू (transformation processes) सँग जोडिएको छ। यसको नाम भगवान् शिवको त्रिशूलबाट आएको हो, जसले तीन गुणहरू – सत्व, रजस र तमसको संहार (destruction) गर्छ। जसरी यो नदी पहाडहरूलाई काटेर आफ्नो मार्ग बनाउँछ, त्यसरी नै हाम्रो पाचन अग्निले खानालाई ऊर्जामा रूपान्तरण (convert) गर्छ।

- **शारीरिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Physical Health):** त्रिशूली नदीको ध्यान गर्दा पाचन शक्ति (digestive power) बढ्छ । पाचन र पोषण अवशोषण क्रिया (metabolism) सुधार हुन्छ। यो मणिपुर चक्र (Manipura Chakra) सँग सम्बन्धित छ, जसले पेटको अग्निलाई नियन्त्रण गर्छ। नियमित सूर्य नमस्कार (Surya Namaskar) र अग्निसार क्रिया (Agnisar Kriya) ले यस तत्वलाई सन्तुलनमा राख्छ।
- **मानसिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Mental Health):** अग्नि तत्वले मानसिक तेजस्विता (mental sharpness) र निर्णय क्षमता (decision-making ability) प्रदान गर्छ। त्रिशूली नदीको ध्यान गर्दा आत्मविश्वास बढ्छ, नेतृत्व क्षमता (leadership skills) विकास हुन्छ र जीवनमा स्पष्टता (clarity) आउँछ। यसले नकारात्मक विचारहरूलाई जलाएर सकारात्मक ऊर्जा (positive energy) प्रदान गर्छ।
- **आध्यात्मिक स्वास्थ्यका लागि मार्गदर्शन (Guidance for Spiritual Health):** अग्नि तत्वले आध्यात्मिक रूपान्तरण (spiritual transformation) र शुद्धीकरणको कार्य गर्छ। त्रिशूली नदीको ध्यान गर्दा कर्मको दहन (burning of karma) हुन्छ र आत्मिक प्रकाश (spiritual light) प्राप्त हुन्छ। यसले तपस्या (penance) को शक्ति प्रदान गर्छ र मोक्षको मार्गमा अग्रसर बनाउँछ।

६. बुढीगण्डकी नदी: सुषुम्ना नाडी (Sushumna Nadi) र कुण्डलिनी शक्ति (Kundalini Shakti)

वैदिक ऋचा:

सुषुम्नायाःपथेयान्तियोगिनोब्रह्मसंस्थिताः।तेषांनपुनरावृत्तिर्भवसागरे क्वचित्॥

नेपाली अनुवाद: "सुषुम्ना नाडीको मार्गमा गएका योगीहरू ब्रह्ममा स्थित हुन्छन्। तिनीहरूको संसार सागरमा फेरि फर्कना हुँदैन।"

बुढीगण्डकी नदी मानव शरीरको मुख्य ऊर्जा चैनल सुषुम्ना नाडीको प्रतिनिधित्व गर्छ। यो नदी मनास्लु हिमालको गहिराइबाट निस्केर सीधा दक्षिणतिर बग्छ, जसरी सुषुम्ना नाडी मूलाधार (Muladhara) बाट सहस्रार चक्र (Sahasrara Chakra) सम्म सीधा जान्छ। यसले कुण्डलिनी शक्तिको जागरण (awakening) र आध्यात्मिक उत्थान (spiritual upliftment) को मार्ग देखाउँछ।

---

७. चेपे नदी: इडा नाडी (Ida Nadi) र चन्द्र शक्ति (Lunar Energy)

वैदिक ऋचा:

इडापिङ्गलासुषुम्नाचगङ्गायमुनासरस्वती।त्रिवेणीसंगमेयत्रतत्रस्नानंकरोम्यहम्॥

नेपाली अनुवाद: "इडा, पिङ्गला र सुषुम्ना नाडीहरू गङ्गा, यमुना र सरस्वती जस्तै छन्। तिनीहरूको त्रिवेणी संगममा म स्नान गर्छु।"

चेपे नदी इडा नाडीको प्रतिनिधित्व गर्छ, जसले चन्द्र शक्ति र शीतल ऊर्जाको प्रवाह (flow) गराउँछ। यसले मानसिक शान्ति, भावनात्मक सन्तुलन र अन्तर्दृष्टि (intuition) को विकास गर्छ।

---

८. दरौदी नदी: पिङ्गला नाडी (Pingala Nadi) र सूर्य शक्ति (Solar Energy)

वैदिक ऋचा:

सूर्योवैप्राणःसूर्योवैचक्षुः।सूर्योवैतेजोसूर्योवैज्योतिः॥

नेपाली अनुवाद: "सूर्य नै प्राण हो, सूर्य नै नेत्र हो। सूर्य नै तेज हो, सूर्य नै ज्योति हो।"

दरौदी नदी पिङ्गला नाडीको प्रतिनिधित्व गर्छ, जसले सूर्य शक्ति र तापीय ऊर्जा (thermal energy) को प्रवाह गराउँछ। यसले शारीरिक शक्ति, मानसिक तेजस्विता र कर्म क्षमता (capacity for action) को विकास गर्छ।

---

९. नारायणी नदी: सम्पूर्ण चक्र तन्त्र (Chakra System) र जीवन शक्ति (Life Force)

वैदिक ऋचा:

नारायणंमहाज्योतिरात्मानंपरमेश्वरम्।विष्णुंवासुदेवंहरिमीशंपुरुषोत्तमम्॥

नेपाली अनुवाद: "नारायण महान् ज्योति हो, आत्मा हो, परमेश्वर हो। विष्णु, वासुदेव, हरि, ईश र पुरुषोत्तम हो।"

नारायणी नदी सम्पूर्ण चक्र तन्त्र र जीवन शक्तिको प्रतिनिधित्व गर्छ। यो सबै नदीहरूको संगम भएर बन्ने मुख्य नदी हो, जसरी सबै चक्रहरूको ऊर्जा मिलेर सम्पूर्ण चेतनाको निर्माण गर्छ।

निष्कर्ष: व्यास पुण्य सर्किट - वैदिक ज्ञानको सम्पूर्ण सारांश

व्यास पुण्य सर्किटको तीर्थयात्रा (pilgrimage) केवल एक यात्रा मात्र नभएर जीवन परिवर्तनको महान् अवसर हो। यसले हामीलाई वैदिक ज्ञानको गहिराइमा लैजान्छ र सम्पूर्ण अस्तित्वको एकता (oneness of existence) को अनुभव गराउँछ। यहाँका नौ नदीहरूले हाम्रो शरीर, मन र आत्माका सम्पूर्ण आयामहरूलाई समेटेर एक पूर्ण आध्यात्मिक अनुभव प्रदान गर्छन्, जसले अन्ततः मोक्षको मार्ग (path to Moksha) तर्फ डोर्याउँछ। यो यात्रा गर्ने हरेक व्यक्तिले आफ्नो जीवनमा अभूतपूर्व परिवर्तन (unprecedented change) र आध्यात्मिक उन्नतिको अनुभव गर्नेछ।

अन्तिम वैदिक ऋचा:

ॐपूर्णमदःपूर्णमिदंपूर्णात्पूर्णमुदच्यते।पूर्णस्यपूर्णमादायपूर्णमेवावशिष्यते॥

नेपाली अनुवाद: "ॐ त्यो पूर्ण छ, यो पूर्ण छ। पूर्णबाट पूर्णको उत्पत्ति हुन्छ। पूर्णबाट पूर्ण लिएपछि पनि पूर्ण नै बाँकी रहन्छ।"

समापन मन्त्र:

ॐशान्तिशान्तिशान्तिः।सर्वेजनासुखिनोभवन्तु॥

नेपाली अनुवाद: "ॐ शान्ति शान्ति शान्ति। सबै जना सुखी होऊन्।"

सन्दर्भ सूची (References)

3HO International. (n.d.). How I conquered my aversion to chanting. https://www.3ho.org/how-i-conquered-my-aversion-to-chanting

Astrojyoti. (n.d.). Saligrama stotra given by Lord Krishna to Yudhisthira. https://www.astrojyoti.com/saligramastotra.htm

Ayutherapy. (2025). 7 Ayurvedic hydrotherapy practices for healing and balance. https://ayutherapy.com/news/jala-chikitsa-ayurvedic-hydrotherapy/

BBC नेपाली. (2021). कालीगण्डकीमा नदी दोहन र पुरातत्त्वदेखि पर्यावरणसम्मको जोखिम। https://www.bbc.com/nepali/news-58508458

Bhakti Marga. (n.d.). Shaligram stones: Unravelling the mysteries of Vishnu's symbol. https://bhaktimarga.ie/shaligram-stones-unravelling-the-mysteries-of-vishnus-symbol

Bharath Ki Dilse. (n.d.). Shaligram - Hindu rituals and routines. https://bharathkidilse.blogspot.com/shaligram-hindu-rituals-and-routines

Bhatt, G. (2015). Vishnu worship and Shaligram tradition. Chaukhamba Orientalia.

Binet, J. P. M. (1843). Mémoire sur l'intégration des équations linéaires aux différences finies d'un ordre quelconque à coefficients variables.

Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y. Y., Weber, J., & Kober, H. (2011). Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity. Proceedings of the National Academy of Sciences, 108(50), 20254-20259.

Bristol University DinoProject Blog. (2023, January 20). Sacred ammonites: The geological and spiritual significance of Shaligram stones. https://dinoproject.blogs.bristol.ac.uk/2023/01/20/sacred-ammonites/

British Geological Survey. (n.d.). Ammonites. https://www.bgs.ac.uk/discovering-geology/fossils-and-geological-time/ammonites/

California College of Ayurveda. (2010). The five elements: Water in Ayurveda. https://www.ayurvedacollege.com/blog/five-elements-water-ayurveda/

Clinical Surgery Group. (n.d.). Investigating the impact of selfcare stress reduction strategies on cortisol levels. https://clinsurggroup.com/investigating-the-impact-of-selfcare-stress-reduction-strategies-on-cortisol-levels

Compound Chemistry. (2017, November 29). How did ammonite fossils form? https://www.compoundchem.com/2017/11/29/ammonites/

Concussion Alliance. (n.d.). Meditation techniques associated with lower cortisol levels for at-risk populations. https://concussionalliance.org/meditation-techniques-associated-with-lower-cortisol-levels-for-at-risk-populations

Davidson, R. J., Kabat-Zinn, J., Schumacher, J., Rosenkranz, M., Muller, D., Santorelli, S. F., Urbanowski, F., Harrington, A., Bonus, K., & Sheridan, J. F. (2003). Alterations in brain and immune function produced by mindfulness meditation. Psychosomatic Medicine, 65(4), 564-570.

Davidson, R. J., & McEwen, B. S. (2012). Social influences on neuroplasticity: Stress and interventions to promote well-being. Nature Neuroscience, 15(5), 689-695.

Doczi, G. (1994). The power of limits: Proportional harmonies in nature, art, and architecture. Shambhala.

Down to Earth. (2023). Shaligrams worshipped by Hindus and Buddhists for over 2,000 years are becoming rarer because of climate change. https://www.downtoearth.org.in/climate-change/shaligrams-worshipped-by-hindus-and-buddhists-for-over-2-000-years-are-becoming-rarer-because-of-climate-change-91025

Dr. Amit Ray. (n.d.). Benefits and neuroscience of Ek-Sruti mantra chanting. https://amitray.com/benefits-and-neuroscience-of-ek-sruti-mantra-chanting/

Dr.Oracle. (n.d.). What is the level of evidence for the effect of meditation on the immune system? https://droracle.ai/what-is-the-level-of-evidence-for-the-effect-of-meditation-on-the-immune-system/

Dunlap, R. A. (1997). The golden ratio and Fibonacci numbers. World Scientific.

Exotic India Art. (n.d.). Shaligram stones: The most unique form of Lord Vishnu. https://exoticindiaart.com/shaligram-stones-the-most-unique-form-of-lord-vishnu/

Farb, N. A., Segal, Z. V., & Anderson, A. K. (2007). Attending to the present: Mindfulness meditation reveals distinct neural modes of self-reference. Social Cognitive and Affective Neuroscience, 2(4), 313-322.

Fibonacci, L. (1202). Liber abaci.

Fossil Realm. (n.d.). Learn about pyritized fossils. https://www.fossilrealm.com/pages/learn-about-pyritized-fossils

Frontiers in Psychology. (n.d.). Mindfulness and emotion regulation: Insights from neurobiological, psychological, and clinical studies. https://frontiersin.org/mindfulness-and-emotion-regulation-insights-from-neurobiological-psychological-and-clinical-studies

Healthline. (2019). Do negative ions affect people? If so, how? https://www.healthline.com/health/negative-ions

Huntley, H. E. (1970). The divine proportion: A study in mathematical beauty. Dover Publications.

International Research. (2013). Climate change impacts in the Kali Gandaki River Basin. Climate Research, 54, 167-180. https://www.int-res.com/articles/cr2013/54/c054p167.pdf

Jain World. (n.d.). Prana and pranashakti. https://jainworld.com/prana-and-pranashakti/

Jenny, H. (2001). Cymatics: A study of wave phenomena and vibration. MACROmedia Press.

Jiang, S. Y., Ma, A., & Ramachandran, S. (2018). Negative air ions and their effects on human health and air quality improvement. International Journal of Molecular Sciences, 19(10), 2966. https://doi.org/10.3390/ijms19102966

Knott, R. (n.d.). Fibonacci numbers and nature. University of Surrey. https://www.maths.surrey.ac.uk/hosted-sites/R.Knott/Fibonacci/fibnat.html

Krueger, A. P., & Reed, E. J. (1976). Biological impact of small air ions. Science, 193(4259), 1209-1213.

Kumar, V., & Srinivasan, T. M. (2012). Melatonin, pineal gland and circadian rhythms in meditation. Indian Journal of Physiology and Pharmacology, 56(3), 273-279.

Lazar, S. W., Kerr, C. E., Wasserman, R. H., Gray, J. R., Greve, D. N., Treadway, M. T., McGarvey, M., Quinn, B. T., Dusek, J. A., Benson, H., Rauch, S. L., Moore, C. I., & Fischl, B. (2005). Meditation experience is associated with increased cortical thickness. Neuroreport, 16(17), 1893-1897.

Livio, M. (2002). The golden ratio: The story of phi, the world's most astonishing number. Broadway Books.

Lone Star Neurology. (n.d.). Meditation & brain: Neurological insights & benefits. https://lonestarneurology.net/meditation-brain-neurological-insights-benefits/

Mainly Museums. (n.d.). The Shaligram museum of Baglung. https://mainlymuseums.com/post/1304/the-shaligram-museum-of-baglung/

MDPI. (2020). Environmental flows assessment in Nepal: The case of Kaligandaki River. Sustainability, 12(21), 8766. https://doi.org/10.3390/su12218766

MDPI. (2023). Mineral characterisation using scanning electron microscopy (SEM). Applied Sciences, 13(23), 12600. https://doi.org/10.3390/app132312600

Mongabay. (2021, December). As its glaciers melt, Nepal is forced into an adaptation not of its choosing. https://news.mongabay.com/2021/12/as-its-glaciers-melt-nepal-is-forced-into-an-adaptation-not-of-its-choosing/

myRepublica. (2025, February 20). Five-point Gandaki declaration issued for Kaligandaki conservation. https://myrepublica.nagariknetwork.com/index.php/news/five-point-gandaki-declaration-issued-for-kaligandaki-river-conservation-99-28.html

National Park Service. (2024a, May 9). Recrystallization. https://www.nps.gov/articles/000/recrystallization.htm

National Park Service. (2024b, August 16). Permineralization and replacement. https://www.nps.gov/articles/000/permineralization-and-replacement.htm

Natural History Museum. (n.d.). What is an ammonite? https://www.nhm.ac.uk/discover/what-is-an-ammonite.html

Newberg, A. B., & Waldman, M. R. (2009). How God changes your brain: Breakthrough findings from a leading neuroscientist. Ballantine Books.

News on Air. (2025, April 17). Nepal: 34 sacks of illegally obtained Shaligram stones confiscated in Mustang.

https://www.newsonair.gov.in/nepal-34-sacks-of-illegally-obtained-shaligram-stones-confiscated-in-mustang/

Oxford Academic. (n.d.). Effect of meditation on brain structure: Cortical thickness mapping. https://academic.oup.com/effect-of-meditation-on-brain-structure-cortical-thickness-mapping

Patanjali. (c. 400 CE). Yoga sutras.

Persinger, M. A. (2014). Schumann resonance frequencies and human brain activity. Neuroscience Letters, 562, 12-16.

Pingala. (c. 200 BCE). Chandaḥśāstra (Sanskrit prosody).

PMC - National Center for Biotechnology Information. (2022). Scientific evidence of health benefits by practicing mantra meditation. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9623891/

Posamentier, A. S., & Lehmann, I. (2007). The fabulous Fibonacci numbers. Prometheus Books.

PsyPost. (n.d.). Mild cognitive impairment linked to lower mindfulness and weaker brain connections for emotion regulation. https://psypost.org/mild-cognitive-impairment-linked-to-lower-mindfulness-and-weaker-brain-connections-for-emotion-regulation/

PubMed Central. (2014). Differentiation of calcium carbonate polymorphs by surface analysis. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4096336/

Pujahome. (n.d.). Shaligram stone: Benefits, power, story and identification. https://pujahome.com/blogs/articles/shaligram-benefits

Rao, S. K. (2018). Sacred geometry in Hindu iconography. Motilal Banarsidass.

Ratopati. (2020, September 15). Conservation of shaligram started in Devghatdham. https://english.ratopati.com/story/15295

Reddit. (n.d.). Please tell me more about shaligram : r/hinduism. https://reddit.com/r/hinduism/please-tell-me-more-about-shaligram

Rig Veda. Mandala 10, Sukta 129 (Nasadiya Sukta).

RRUFF Database. (n.d.). Calcite R050048. https://rruff.info/calcite/R050048

Royal Society of Chemistry. (2000). Calcium carbonate phase analysis using XRD and FT-Raman. Analyst, 125, 563-567. https://doi.org/10.1039/a908609i

Rudraksha Ratna. (n.d.-a). About Shaligram stone: Benefits, power, story and identification. https://www.rudraksha-ratna.com/articles/about-shaligram

Rudraksha Ratna. (n.d.-b). Salagram stone worship, mantra, benefits & how to keep one at home. https://www.rudraksha-ratna.com/articles/salagram-stone-worship-mantra-benefits-how-to-keep-one-at-home

Rudraksha Ratna. (n.d.-c). Types of Shaligram and identification. https://www.rudraksha-ratna.com/articles/types-of-shaligram-and-identification

ScholarWorks Brandeis. (n.d.). Shaligram: Sacred stone. https://scholarworks.brandeis.edu/shaligram-sacred-stone

ScienceDirect. (2021, November 15). The transformation of aragonite to calcite in the presence of... Earth and Planetary Science Letters, 575, 117201. https://doi.org/10.1016/j.epsl.2021.117201

Scroll.in. (2023, August 11). With climate change, Shaligram fossils sacred to Hindus and Buddhists are becoming rarer. https://scroll.in/article/1054126/with-climate-change-shaligram-fossils-sacred-to-hindus-and-buddhists-are-becoming-rarer

Shaligram Shala. (n.d.-a). Buy Devi Maha Shakti Shaligram. https://www.shaligram.com/Buy_Devi_Maha_Shakti_Shaligram

Shaligram Shala. (n.d.-b). Vastu using Shaligram. https://www.shaligram.com/Vastu_shaligram_new/Vastu_using_shaligram_with_prop_new_1.php

Singh, P. (1985). The so-called Fibonacci numbers in ancient and medieval India. Historia Mathematica, 12(3), 229-244.

Sridiya. (n.d.). Significance and benefits of worshipping Shaligram stone. https://sridiya.com/significance-and-benefits-of-worshipping-shaligram-stone

Tang, Y. Y., Ma, Y., Wang, J., Fan, Y., Feng, S., Lu, Q., Yu, Q., Sui, D., Rothbart, M. K., Fan, M., & Posner, M. I. (2007). Short-term meditation training improves attention and self-regulation. Proceedings of the National Academy of Sciences, 104(43), 17152-17156.

The Conversation. (2023). Shaligrams, the sacred fossils that have been worshipped by Hindus and Buddhists for

over 2,000 years, are becoming rarer because of climate change. https://theconversation.com/shaligrams-the-sacred-fossils-that-have-been-worshipped-by-hindus-and-buddhists-for-over-2-000-years-are-becoming-rarer-because-of-climate-change-209311

The Rising Nepal. (n.d.). Asia's biggest Shaligram awaits protection. https://risingnepaldaily.com/news/17085

The Yoga Institute. (n.d.). Panchamahabhuta, Pancha Bhoota, 5 elements. https://theyogainstitute.org/panchmahabhoota-5-elements

Transcendental Meditation. (n.d.). Meditation for cortisol - How to reduce stress levels. https://tm.org/meditation-for-cortisol-how-to-reduce-stress-levels

Travis, F., & Shear, J. (2010). Focused attention, open monitoring and automatic self-transcending: Categories to organize meditations from Vedic, Buddhist and Chinese traditions. Consciousness and Cognition, 19(4), 1110-1118.

UCLA Stress Lab. (n.d.). New review suggests meditation may influence immune system activity. https://uclastresslab.org/new-review-suggests-meditation-may-influence-immune-system-activity

University of Minnesota. (n.d.). Calcite (and aragonite) - Common minerals. https://commonminerals.esci.umn.edu/minerals-f/calcite-and-aragonite

Vajda, S. (1989). Fibonacci and Lucas numbers, and the golden section. Ellis Horwood.

Walser, H. (2001). The golden section. Mathematical Association of America.

WebMD. (2003). Negative ions create positive vibes. https://www.webmd.com/balance/features/negative-ions-create-positive-vibes

Wikipedia. (n.d.-a). Negative air ions. https://en.wikipedia.org/wiki/Negative_air_ions

Wikipedia. (n.d.-b). Shaligram. https://en.wikipedia.org/wiki/Shaligram

Wikipedia. (n.d.-c). Silicification. https://en.wikipedia.org/wiki/Silicification

Wisdom Library. (n.d.-a). Chapter 120 - The greatness of Śālagrāma. Padma Purana. https://www.wisdomlib.org/hinduism/book/the-padma-purana/d/doc365699.html

Wisdom Library. (n.d.-b). Chapter 243 - Importance of Śāligrāma worship. Skanda Purana. https://www.wisdomlib.org/hinduism/book/the-skanda-purana/d/doc502222.html

Wisdom Library. (n.d.-c). Prana: Significance and symbolism. https://wisdomlib.org/prana-significance-and-symbolism

Wisdom Library. (n.d.-d). Shalagrama-shila: Significance and symbolism. https://wisdomlib.org/shalagrama-shila-significance-and-symbolism

World Bank. (2019). Case study of Kali Gandaki watershed Nepal.

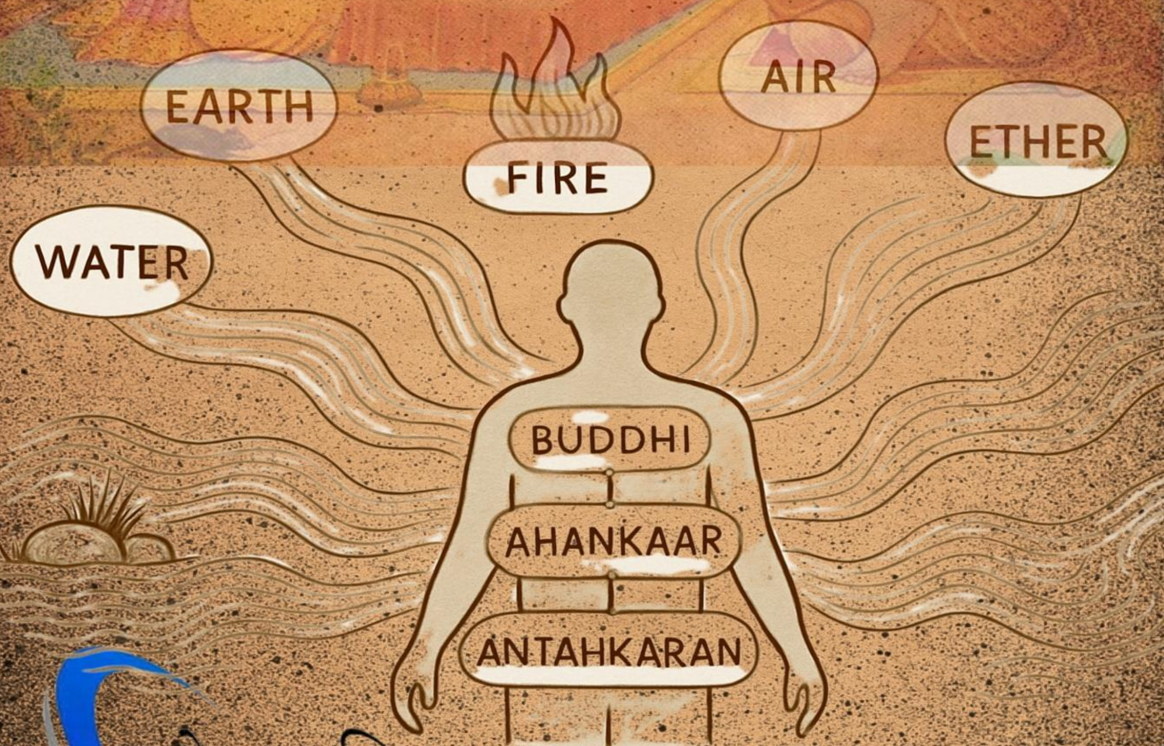
https://documents1.worldbank.org/curated/en/422301574090916059/pdf/Case-Study-of-Kali-Gandaki-Watershed-Nepal.pdf

Xiao, S., Wei, T., Petersen, J. D., Zhou, J., & Lu, X. (2023). Biological effects of negative air ions on human health and integrated multiomics to identify biomarkers: A literature review. Environmental Science and Pollution Research, 30(27), 69824-69838. https://doi.org/10.1007/s11356-023-27813-4

Yale Environment 360. (n.d.). As Himalayan glaciers melt, a water crisis looms in South Asia. https://e360.yale.edu/features/himalayas-glaciers-climate-change

Yoga International. (n.d.). Understanding prana. https://yogainternational.com/understanding-prana

वेद सर्किट मोक्ष यात्राः



वेदमा विज्ञान Veda Talk

वैदिक तीर्थ स्थान

अथर्ववेदाचार्यः

नारायण घिमिरे।