

## ब्लग १: आरम्भ: ५९ वर्षमा पुनः कल्पना गरिएको जीवनबाट

जीवनमा कहिलेकाहीं यस्तो क्षण आउँछ, जब संसार एकछिन चुप लाग्छ – र हामी आफ्नै आत्माको न्यानो, अविचलित फुसफुसाहट सुन्न सक्छौं।

कसैका लागि त्यो स्वर युवावस्थामा नै आँधीझैं प्रवेश गर्छ। तर अरूका लागि – जस्तै म – त्यो स्वर ५९ मा आइपुग्छ, आँधीझैं होइन, तर एउटा शान्त हावाजस्तै, जसले पुराना घाउका धुलो हटाइ एक नचिनेको बाटो देखाउँछ।

म यस उमेरलाई अन्त्यको अध्यायको रूपमा हेर्दिँ – बरु यहीँबाट साँचो सुरुवात हुन्छ। यो अस्त होइन – यो लामो, अँध्यारो रातपछिको पहिलो बिहानको किरण हो।

मेरो युवावस्था कर्तव्य, अनुशासन र जिम्मेवारीले भरिएको थियो – परिवार पाल्ने, जीविकोपार्जन गर्ने र ससाना खुसीहरू मनाउने।

त्यसपछिको संघर्षपूर्ण जीवन, तपस्यायुक्त जीवन,

कहाँको अभावयुक्त पारिवारिक अवस्थाले

धन्नै प्राथमिक तहको शिक्षा मै अल्झिनु पर्ने हो कि भन्ने स्थिति,

कहाँको शिक्षाकै सर्वोच्च डिग्री हासिल,

त्यसमाथि पनि बिकसित मुलुकमा,

अनुसन्धानात्मक बैज्ञानिक लेखहरू तीन दर्जन जति प्रकाशन,

अर्धाङ्गिनीलाई निर्वाचित गराई

रास्ट्रको सर्वोच्च विधायिकासम्म पुर्याउन सफल एक भाग्यमानी,

श्रीमतीको आफ्नै राष्ट्रिय जिम्मेवारी, योजना, व्यस्तता,

मेरो आफ्नै लक्ष र प्राप्तिका लागि संघर्ष, त्याग र समर्पण,

कहिलेकाहीं मात्र सानो र सुखी ४ जनाको परिवार

एकै ठाउँ जुटेर चाड पर्वहरू मनाउने

ससाना खुसीहरू एकापसमा बाड्ने ।

त्यो जीवन उद्देश्यपूर्ण थियो – तर कहिल्यै रुकिएर सोध्दैनथ्यो, “मेरो उद्देश्य के थियो?”

त्यसपछि आयो एउटा सहनै नसक्ने क्षति – यस्तो क्षति, जसले हृदय चिरेर सम्पूर्ण संसारको दिशा नै परिवर्तन गरिदिन्छ।

मेरो प्रिय छोरा – एक उज्यालो आत्मा, अदृश्य पीडासँग लडिरहेको – यो संसार छाडेर समयभन्दा धेरै चाँडै गए।

उनको अनुपस्थितिले चाडपर्वहरू सुन्ने बनायो, घरको हाँसो हरायो, र हाम्रो हृदयमा स्थायी दुखाइको खाल्टो खोप्यो।

मैले र मेरी श्रीमतीले – खुशिपूर्ण जीवनले भरिएको हाम्रो संसारमा – आफैँलाई निर्वासितजस्तो महसुस गर्‍यो।

तर यही शोकमा – त्यो पवित्र, खुला घाउभित्रै – एउटा दबिएको स्वर बाहिर आयो।

“तपाईं अझ बाँकी हुनुहुन्छ,” त्यो भन्छ।

“अब केवल आफ्ना लागि होइन – त्यो छोराका लागि पनि बाँच्नुहोस्, जो अब बाँच्न सक्दैन। उनले हिँड्न नसकेको बाटो तपाईं हिँड्नुहोस्। उनको नाममा दुख र पीडा बाट रिकभर हुनुहोस्। दान गर, खोजी गर, माया गर – र फेरि उठ – उनको अभावमा होइन, उनकै प्रेरणाबाट।”

५९ को उमेरमा, मैले पुनः सुरुवात गर्ने निर्णय गरें।

मैले भित्रतिर हेरें – र एक आह्वान भेटें: उज्यालो स्वास्थ्यमा बाँच्ने, संसार घुम्ने, बिर्सिइएका र लत्याइएका मानिसहरूलाई सेवा गर्ने,

र बाँकी हरेक वर्षलाई अर्थको गीतमा रूपान्तरण गर्ने।

मैले इकीगाइ रोजें – केवल अवधारणाको रूपमा होइन, मेरो जीवनको दिशानिर्देशकको रूपमा।

यो ढिलो सफलताको कथा होइन।

यो एउटा गहिरो जागरणको कथा हो।

अब म मेरो जीवनलाई एउटा अर्पणको रूपमा देख्छु – संसारका लागि, मानवताको लागि, शान्तिका लागि।

अब म समाजलाई खुसी पार्न, नाता आफन्तलाई र बाहिरी संसारलाई खुसी पार्न, स्वीकृति खोज्नका लागि दौडिन छाडेको छु।

अब म केवल सत्य, माया र प्रभावसँग मेल खाने बाटो पछ्याउँछु।

मैले ४१ वर्षको यात्रा योजना बनाएँ – खुला आँखाले, पूर्ण हृदयले।

नेपालका लुकेका उपत्यकादेखि इकिगाईको उद्गम थलो जापानको ओगामी गाउँसम्म ,

भारतका पवित्र मन्दिरदेखि अनेकन मौन गुम्बासम्म –

म हिँड्नेछु, सिक्नेछु, सेवा दिनेछु।

जिन्दगीबाट भाग्न होइन – त्यसलाई पूर्ण रूपमा अंगाल्न।

र हरेक पाइलामा, म मेरो छोरालाई सम्झिरहनेछु।

म चढ्ने हरेक हिमालमा,

हेर्ने हरेक वृद्धको आँखामा,

मुस्कुराउने हरेक बालकको अनुहारमा –

उनको आत्मा मेरो साथमा हिँडिरहनेछ।

मैले चाडपर्व त्यागेको छु – तर उत्सव होइन।

अब म जीवनलाई नै उत्सव बनाउँछु – हरेक सास, हरेक करुणा, हरेक सूर्योदय।

यही हो – मेरो मनको पुकार, अन्तस्करण देखि प्रस्फुटित भएको,।

र यस बलगमार्फत, म तपाईंलाई पनि मलाई साथ दिन निमन्त्रणा गर्छु।

तपाईंको उमेर जेसुकै होस्, तपाईंले जेसुकै गुमाउनुभएको होस् –

फेरि सुरु गर्न कहिल्यै ढिलो हुँदैन।

अथवा हालसम्म केहि पनि नगुमाई कन,

जीवन लाइ सार्थकपूर्ण/उद्देश्यपूर्ण बनाउने सोच बनाउनु भएको छ भने

हामी हाम्रो इकीगाइ सँगै खोजौं।

**🌀 मेरो सपनाको जीवनशैली (६० पछि): उद्देश्य, शान्ति र गहिरो आनन्दसहितको जीवन**

जब म ६० को चौतारो पार गर्दैछु, म वृद्धावस्थामा प्रवेश गरिरहको छैन –

म एउटा पवित्र अध्यायमा पाइला चाल्दैछु – गहिरो मनसाय, आत्मीय योगदान र व्यक्तिगत

परिपूर्णताको।

म अहिले एउटा शुद्ध, कालातीत केहि खोज्छु –

सन्तुलन, सेवा र अनुग्रहमा आधारित जीवन।

६० पछि मेरो सपनाको दिन अलार्मबाट होइन,

शान्त सूर्योदयले झ्याल चुम्दै सुरु हुन्छ।

म हतारिन होइन – विचार गर्न उठ्छु।

मनतातो पानी सिप गरेर, प्रार्थनामा फैलँदै, बिहानको हावालाई पुरानो मित्रझैं स्वागत गर्दै।

मेरो घर एक पवित्र स्थान बन्छ – सरल तर आत्मीय।  
प्रत्येक वस्तुले कुनै उद्देश्य पुरा गर्छ वा कुनै कथा भन्छ।  
भरेको होइन – स्पष्टता मात्र।  
मेरो शरीर एउटा मन्दिर बन्छ – जसलाई म सम्मान दिन्छु।  
चेतनासाथ खान्छु, लयमा सर्छु, विश्वासका साथ आराम लिन्छु।  
अब म स्वास्थ्यलाई तौल वा रक्तचापबाट होइन,  
शान्त मन र हलुका आत्माबाट मापन गर्छु।  
समय बिस्तारै बग्छ। कुराकानीहरू लम्बिन्छन्। हाँसो गहिरो हुन्छ।  
म यात्रा गर्छु – भाग्न होइन, अँगाल्न।  
हरेक बिहान,  
शीतले लपक्क भिजेको घाँसे चौरमामा नाङ्गो खुट्टा हिँड्न,  
लद्दाखका भिक्षुहरूसँग मन्त्रजाप गर्न,  
ओगामी गाउँका १०० बर्ष नाघेका युवा मनहरु संग बिचार मन्थन गर्न,  
प्रत्येक यात्रा छुट्टी होइन – तीर्थ हो –  
प्रकृतितर्फ, मानिसहरूतर्फ, आत्माको गहिराइतर्फ।  
र म दिन्छु – दिइरहनु पर्दा होइन –  
त्यो म जे बनिसकेको छु त्यसको अभिव्यक्तिको रूपमा।  
युवालाई सल्लाह दिन्छु। एकलाहरूलाई सुन्छु।  
रुख रोप्छु – बसन्त झैं सदाबहार को आनन्द लिन र दिन ।  
स्मारक होइन – उत्तराधिकार निर्माण गर्छु।  
६० पछि म बुढो हुँदिन –  
म न्यानो बन्छु।  
म निश्चितताभन्दा जिज्ञासु हुन्छु।  
संपूर्णभन्दा उपस्थित हुन्छु।  
म केवल बाँच्दिन – म राम्रोसँग बाँच्दछु, एक सार्थकपूर्ण जिवन संग ।  
एक उद्देश्यपूर्ण जीवनसँग।

[बारेमा](#) | [ब्लग](#) | [स्वास्थ्य](#) | [लिङ्क हब](#) | [यात्रा](#) | [अनुष्ठान](#) | [संस्मरण](#) | [सम्पर्क](#)