June 2014

TODAY

(NEWSLETTER OF EURASIA REIYUKAI)

No. 2, Vol. 12

www.eurasiareiyukai.com

आफ्नो जीवन
उज्यालो बनाउने ।
अरुको जीवन पनि उज्यालो
बनाउने व्यक्ति बन्नुहोस् ।

श्री युशुन मासुनागा
संस्थापक अध्यक्ष यूराशिया रेयूकाई

यूराशिया रेयूकाई १५औं शाखा मिहाता जिम्मेवार शिबुचो श्री प्रवीण कुमार गुरुङ्गज्यूको अपिलः

संस्थापक अध्यक्षज्यूको महान् दया र कृपाबाट सन् २००१ जनवरी २० तारिखमा यूराशिया रेयूकाई १५औं शाखाको मिहाता ग्रहण गर्ने मौका पाई भक्तपुर जिल्ला, मध्यपुर ठिमि नगरपालिका, कौशलटार मा १५औं शाखाको मुख्यहल भई मिहाता जिम्मेवार शिबुचोको रुपमा अभ्यास गर्ने मौका पाएको छु ।

मेरो बुबा, आमा, बाजे, बज्यै तथा मेरो अभिभावकहरुले भेट गर्ने मौका नपाएको महान् रेयूकाई शिक्षासँग मैले भेट्ने र कार्यान्वयन गर्ने महान् मौका पाएको छु । म सँग कर्मको सम्बन्ध जोडिएका, रगतको सम्बन्ध भएका पुर्खाहरुलाई हरेक दिन विहान, बेलुकी स्मरण गर्ने, सद्धर्मपुण्डरीक सूत्रपाठ गर्ने महान् मौका पाएको छु ।

पुर्खाहरुको गुण, अभिभावकहरुको गुण सन्ततीले कहिल्यै पनि फर्काउन सक्तैन । त्यस्ता महान् पुर्खाहरुको गुण फर्काउन नसकेता पनि महान् रेयूकाई शिक्षाको माध्यमबाट हरेक दिन विहान, बेलुकी स्मरण गर्ने मौका पाएर आफूलाई यो संसारको एकदमै भाग्यमानी व्यक्ति सम्झेको छु । महान् रेयूकाई शिक्षाबाट अभिभावक भक्ति, देशभक्तिको भावना जागृत गर्ने मौका पाएको छु । अरुको खुशीको लागि सोच्ने, समर्पित प्रयास गर्ने भावना जागृत गरी आफूले पनि कार्यान्वयन गरी आफूसँग कर्मको सम्बन्ध भएका सदस्यहरुलाई पनि कार्यान्वयन गराउने मौका पाएको छु ।

मेरी ममतामयी आमा ७ महिना अगाडि आध्यात्मिक संसारमा फर्किनु भयो । अब मैले मेरी आमालाई भौतिक रुपमा भेट्ने, कुराकानी गर्ने, सँगसँगै खाने बस्ने मौका कहिल्यै पाउँदिन । त्यस कुराबाट म वञ्चित भएँ । तथापी महान् रेयूकाई शिक्षालाई कार्यान्वयन गर्ने मौका पाएकोले मेरी आमा बित्नुभएपनि आमाको होम्यो (आध्यात्मिक नाम) आफ्नो गोहोजा (पारिवारिक मन्दिर) मा विराजमान गरी हरेक दिन विहान बेलुकी स्मरण गर्ने मौका पाएको छु । जसले गर्दा मेरी आमा सँधै सँगै हुनुहुन्छ, नजिक हुनुहुन्छ भन्ने गहिरो रुपमा महशुस भईरहेको छ ।

आफ्नो पुर्खाहरुलाई स्मरण गर्न कसैको भर नपरी आफ्नै हातले स्मरण गर्ने मौका पाउने महान् रेयूकाई शिक्षालाई सबै नागरिकले कार्यान्वयन गरौं भन्ने अपिल गर्दछु ।

यूराशिया रेयूकाई संस्थापक अध्यक्ष श्री युशुन मासुनागाज्यूले मार्गनिर्देशनमा भन्नुभएको छः-

१) आजको आफू, अहिलेको आफू बन्ने ।
२) माफी माग्ने कार्यलाई जारी राख्ने । पैसा पनि नपर्ने । घरमा शान्ति पनि हुने ।
३) खराब कुरालाई असलमा परिवर्तन गर्ने । असल कुरालाई अझ असल बनाउनु पर्छ ।
४) पुर्खाहरुलाई घरको केन्द्रविन्दु मानेर जीवनयापन गर्ने ।
५) अरुको खुशी आफ्नो खुशी बनाऔं । अरुको दुःख आफ्नो दुःख बनाऔं । यस्तो मानव संसार बनाउने रेयूकाई शिक्षा हो ।
६) बोलेको कुरा कार्यान्वयन गर्ने ।
७) समाज विकास गर्ने व्यक्तिलाई बोधिसत्व भनिन्छ ।

संस्थापक अध्यक्षज्यूले प्रदान गर्नुभएको मार्गनिर्देशनहरु आफ्नो जीवन लगाएर समर्पित प्रयास, समर्पित अभ्यास गर्ने मौका पाई यूराशिया महाद्वीपमा बुद्धको शिक्षाको फूल महान् रेयूकाई शिक्षाको फूल फुलाउने कार्यमा दत्तचित्त भई, गम्भीर भई निरन्तर एक स्टेप अगाडि बढी असल र उज्यालो परिणाम देखा पार्ने प्रतिज्ञा गर्दछु ।

प्रायश्चित गरी पापलाई परिशोधन गरी कर्मको शुद्धीकरण गर्ने मौका पाउने शिक्षा महान् रेयूकाई शिक्षा भएकोले समाजमा रहेका हामीहरु सबै हातेमालो गरी एउटै मनको घेरा बनाई एकतावद्ध भई अरुको खुशीको लागि कार्य गर्ने, आफ्नो देशलाई समृद्ध पार्ने अभियानमा आफू पनि लागी अरु व्यक्तिहरुलाई लगाउने अभियानमा लागौं भन्ने अपिल गर्दछु ।

१५औं शाखाको मुख्यहल, कौशलटार

'यूराशिया रेयूकाई हस्तकला'

यूराशिया रेयूकाई संस्थापक अध्यक्ष दम्पतीज्यूको दयालाई ग्रहण गर्ने मौका पाई सन् २०१३ जुलाई ११ तारिख समाज विकास केन्द्र सिलिगुढि र जुलाई २१ तारिख समाज विकास केन्द्र सानेपामा शुभारम्भ गरिएको यूराशिया रेयूकाई हस्तकला केन्द्र निरन्तर संचालन हुदै आईरहको छ । मुमा हिरोको मासुनागाज्यू स्वंय कियाशिलभै वहाँको सक्रियतामा हस्तकलाको प्रशिक्षण प्रदान गर्नु भई बिभिन्न हस्तकलाका सामाग्रीहरु उत्पादन हुँदै आएका छन् । यस तालिम केन्द्रबाट उत्पादित प्रशिक्षकहरुले बिभिन्न क्षेत्र क्षेत्रमा गएर धेरै महिलाहरुलाई तालिम प्रदान गर्दै आइरहनु भएको छ । समयसापेक्ष तालिम बिस्तार गर्दै लगी धेरै भन्दा धेरै महिलाहरुलाई शिप प्रदान गरी स्वावलम्बी र आत्मनिर्भर बनाउँदै लगीने योजना रहेको छ ।

खुशीको अनुभव

नाम : मिलन खराल, उमेर : २० वर्ष
क्षेत्र : नारायण घाट, पेशा : विद्यार्थी/पत्रकारिता
रेयूकाई उपाधि : होजाशु, ओया : श्री होमनाथ अधिकारी
शिवुचो : श्री दिपकराज विष्ट
मिहाता शाखा : यूराशिया रेयूकाई ११औं शाखा, धोबिधारा

सबैलाई नमस्कार । मेरो नाम मिलन खराल हो । मेरो घर भरतपुर, चितवनमा पर्दछ । मेरो मिचिविकी ओया होमनाथ अधिकारी र शिवुचो श्री दिपकराज विष्ट हुनुहुन्छ । हाल म यूराशिया रेयूकाइ ११ औं शाखाको मिहाताको छहारीमा २५५ जना सदस्यहरुको साथमा होजाशुको रुपमा अभ्यास गर्ने मौका पाईरहेको छु । रेयूकाईमा मेरो प्रवेश सन् २००८ मे महिनामा भएको थियो । रेयूकाई शिक्षासंग मेरो कर्मको सम्बन्ध रेयूकाई द्वारा नारायणगढमा संञ्चालित ३ महिने आधारभूत कम्प्यूटर प्रशिक्षण कार्यक्रमले गर्दा भएको हो । म कक्षा ७ मा अध्ययन गर्दै गर्दा कम्प्यूटर तालिममा त्यहाँ जाँदा मेरा ओयासंग भेट भई मिचिविकी हुने मौका पाएको थिएँ ।

त्यहाँ रेयूकाई अफिसमा कार्यरत अग्रजहरुले मुस्कानयुक्त अनुहारले अभिवादन गर्नु हुँदा मलाई असजिलो महशुस हुन्थ्यो तर पनि मैले समाज विकास केन्द्र नारायणगढमा सम्पन्न हुने ९ र १८ तारिखको मासीक भेलाहरुमा सहभागी हुने मौका पाएँ । भेलामा लिडर्सहरु र शिवुचोज्यूहरुको रेयूकाई अभ्यासको क्रममा प्राप्त व्यक्तिगत अनुभवहरुपनि मैले सुन्ने मौका पाएँ । त्यसपछि मैले पनि आफ्नो घरमा सोकाईम्यो विराजमान गर्ने मौका पाए । सोकाईम्यो विराजमान गरेपछि मेरो शिवुचोज्यूले हाम्रो पुर्खाहरुको आत्मालाई होम्योको माध्यमले बचाउन सकिने महान् रेयूकाई शिक्षा भएकोले तिमीले पनि अब मिचिबिकी गरि सदस्यहरुको घरमा सोकाईम्यो स्थापना गर्नु पर्छ भन्नु भए पछि मैले विस्तारै मिचिविकी गर्न थाले । शुरुवातमा मैले मिचिविकी गर्न खोज्दा सहज रुपमा कसैले पनि स्विकार गरेनन् कामनाको बलले आफ्नो चरित्रमा सुधार गर्ने प्रयास गरे । विभिन्न भेलाहरुमा सहभागी भएँ । मिहाता शाखाको भव्य भेला र स्थिरमति पहाडमा सम्पन्न भएका अभ्यास कार्यक्रमहरुमा यूराशिया रेयूकाईका संस्थापक अध्यक्षज्यूको मार्गनिर्देशन समेत ग्रहण गर्ने मौका प्राप्त गरे ।

त्यस पछि विस्तारै मिचिविकी गर्न सफल भईरहेको थिए तर अचानक मलाई ईस्कोलोसिस नामको अत्यन्त पिडादायिक रोग देखा पऱ्यो । चितवनमा उपचार नभएकाले काठमाण्डौ जान वाध्य भएँ । काठमाण्डौमा भएको छोटो उपचार पछि मेरो रोग केहि समयको लागि निको भएजस्तो भएतापनि पुन: अझ बल्झियो । धेरै अस्पताल चाहार्दा चाहार्दै अन्त्यमा मलाई मनमोहन मेमोरियल अस्पतालमा थप परिक्षणका लागि लगियो र त्यहाँ बल्ल मेरो समस्या पत्ता लागेछ र उपचारको क्रममा मेरो होस पनि खुल्न पुग्यो तर त्यहाँ पनि मेरो रोगको उपचार रहेनछ । त्यसपछि बि. एण्ड बि. अस्पतालमा ६ महिना उपचार गरे पछि बल्ल मेरो स्वास्थ्यमा सुधार भए पनि फेरी पनि बल्झन सक्ने डरले हामी तुरुन्त चितवन फर्कनौं । आमासंगै बालबालिकालाई हेर्ने बनेपा स्थित अपाङ्ग वाल अस्पतालको हाता भित्र केहि समय बस्यौं । आत्मबल बढाउनको लागि सूत्रपाठ चढाउने मौका पाएँ । उपचारको शैयामा बस्दा सूत्रपाठ गर्न नसकेतापनि मनमनै ओदाईमोकु गरेर आफ्नो पिडालाई कम गर्न सकेको महसुस भयो । आमालाई निलसूत्र र मैत्रेयसूत्र पाठ गर्न लगाएर श्रवण गरे । यसरी सूत्रपाठ श्रवण गर्दा विस्तारै मेरो आत्मवल बढन् थाल्यो र पुर्खाहरुको आशिर्वादको कारणले म विस्तारै ठिक भई हस्पिटलबाट डिस्चार्ज भएँ । घर फर्के पछि नयाँ नयाँ साथीभाईहरु र नातेदारहरुलाई अनुरोध गर्दै मिचिविकी गर्न थाले । त्यस पछि म होजाईन र जुन होजाशु हुँदै घरमा जुक्काईनो गोहोञ्जन स्थापना समेत गरी अभ्यास गर्न सफल भएँ । २४ अगष्ट, २०१३ का दिन सम्पन्न गोहोम्यो आत्मग्रहण समारोहमा सहभागी भई ३ डिसेम्बर, २०१३ का दिन १०० दिनको अभ्यास १०० दिनमानै पुरा गर्न सफल भएँ । अहिले म विस्तारै विस्तारै स्वस्थलाभ गर्ने क्रममा रहेको छु । हाल विए प्रथम वर्षमा अध्ययनरत छु भने जिविकोपार्जनका लागि पत्रकारितालाई पेशा बनाई अगाडी बढने क्रममा रहेको छु । सानै उमेरमा रेयूकाई शिक्षासंग भेट भएको कारणले विपत्तिहरुसंग जुध्दै मेरो जीवनलाई राम्रो मोडमा उभ्याउन सफल भएको छु । रेयूकाई शिक्षालाई मेरो जीवन रहेसम्म नछाड्ने प्रतिवद्धताका साथ यस्तो महान् शिक्षाको प्रतिपादन गर्नुहुने र नेपालमा यो शिक्षालाई भित्र्याएर हामीलाई अभ्यास गर्न सिकाउनुहुने गुरुहरु प्रति हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दै र मेरो ओया होमनाथ अधिकारीज्यूहरुप्रति पनि आभार प्रकट गर्दछु । अन्तमा सन् २०१४ डिसेम्बर ३१ तारिख भित्र धेरै भन्दा धेरै सदस्यहरुलाई मिचिविकी गरी बोधिसत्वको बीउको रुपमा रहेको होजाईन र बच्चाको रुपमा रहेको जुन होजाशुहरु धेरै भन्दा धेरै उत्पादन गर्ने प्रतिज्ञा गर्दछु ।

धन्यवाद । नमस्कार ।

महामारी (Epedemics)

महामारी सरुवा रोग हो । धेरै व्यक्तिलाई एकै प्रकारको रोग लागेर तिब्र गतिमा फैलिएपछि महामारीको रुप लिन्छ । एउटा व्यक्तिलाई लागेको रोग कुनै माध्यमबाट अर्को व्यक्तिमा सरेमा सरुवा रोग भनिन्छ । संक्रमण एकै समयमा तीव्ररुपमा फैलिएर जब कुनै व्यक्ति वा समुदायको बहुसंख्यक व्यक्तिलाई आक्रान्त बनाउँछ ,त्यस्तो रोगलाई महामारी भनिन्छ । जस्तै एच. आई. भी. एड्स, कालाज्वार, म्यादीज्वार, झाडावान्ता, हैजा आदि । विश्वमा Swine flue ले महामारीको रुप लिएको थियो । नेपालमा पनि यो रोग देखा परिसकेको छ । आजभोली गर्मीको समय भएकाले बिभिन्न प्रकारका महामारी फैलिन सक्छन् तसर्थ यस्ता रोगहरुबाट बच्न हामी संधै सचेत भई बिपत्तीलाई न्यूनिकरण गर्न सहयोग पुऱ्याउनु पर्छ ।

महामारी फैलने मुख्य कारणहरु

१ सडेगलेको फोहोर खानेकुरा खानु, सरसफाईमा कमी हुनु ।
२ पौस्टिक तत्वको सेवन नगर्नु, प्रदुषित वातावरणमा बस्नु ।
३ झाडा पखलाको लक्षण देखा पर्नु ।
४ धेरै जनासँग एउटै रोगको लक्षण देखिनु आदि ।

महामारी लागेकोबेला हामीले के गर्ने ?

१ संक्रमित रोग लागेको व्यक्तिलाई अलग राख्ने ।
२ संक्रमित लुगाफाटो, दिशा, वान्ता,जलाउने वा माटो मुनि पुर्ने ।
३ महामारीको संक्रमण लागेको शंकाभएमा तुरुन्त स्वास्थ केन्द्रमा सम्पर्क गर्ने ।
४ वासी,काँचो ,सडे-गलेको खानेकुरा नखाने ।
५ खानेकुरालाई झिंगा तथा धुलोबाट सुरक्षित राख्ने ।
५ संक्रमित व्यक्तिले प्रयोग गरेका सामानहरु प्रयोग नगर्ने ।
६ संक्रमित व्यक्तिलाई परिवारको स्वस्थ एक जनाले मात्र हेरचाह गर्ने आदि ।

महामारीबाट बच्न हामीले के गर्ने ?

१ सरसफाईमा ध्यान दिने र सरसफाई कार्य निरन्तरता गर्ने ।
२ महामारीबाट बच्न सुरक्षित र स्वास्थकर खाना खाने र खुवाउने ।
३ घर बरिपरि सरसफाई गर्ने र फोहोर पानी जमेको खाडल पुर्ने ।
४ आफनो स्वास्थ प्रति सधैं जागरुक र सचेत रहने ।
५ संक्रमण रोग लागेको व्यक्तिहरुले प्रयोग गरेको सिरिन्जहरु प्रयोग नगर्ने ।
६.साबुन पानीले सफासंग हात धुने वानी बसाल्ने आदि ।

यूराशिया रेयूकाई सामाजिक क्रियाकलाप फोटो