श्री संजय साई सोल ब्लोसम कार्यक्रम:
शिक्षकहरू लगायत सबैको आत्म-विकासका लागि सात मार्गदर्शक सिद्धान्त

[Growing Together through the Shri Sanjay Sai Soul Blossom Programme: Seven Principles for Teachers and all of Us]

परिचय

हाम्रा बालबालिकाहरू आजको तीव्र गतिले परिवर्तन भइरहेको संसारमा शैक्षिक अध्ययन, प्रविधि, सामाजिक सञ्जाल, प्रतिस्पर्धा तथा असंख्य विचलनकाबीच हुर्किरहेका छन्। आधुनिक शिक्षाले ज्ञान र सीपमा जोड दिए पनि, चरित्र निर्माण, भावनात्मक सन्तुलन, आन्तरिक शक्ति तथा मानवीय मूल्यहरूको विकास गर्नु पनि त्यत्तिकै महत्त्वपूर्ण छ।

श्री संजय साई सोल ब्लोसम (SSSSB) कार्यक्रम मार्फत मानव मूल्यहरूलाई जीवनमा अपनाएर हामी बालबालिकालाई भित्रैदेखि फुल्न र फक्रिन मद्दत गर्छौं। हामी बालबालिकाको समग्र विकास- **मस्तिष्क, हृदय र हात** - मा ध्यान दिन्छौं - जसले केवल शैक्षिक उपलब्धिलाई मात्र होइन, नैतिक, भावनात्मक, सामाजिक र आध्यात्मिक विकासलाई पनि सुदृढ बनाउँछ।

यी **सात सिद्धान्तहरू** हामी सबैका लागि सिक्ने, अभ्यास गर्ने र निरन्तर विकासतर्फ अघि बढ्ने प्रेरणादायी मार्ग हुन्।

१. परमात्माको स्मरण गर्दै दिव्यतासँग जोडिरहौँ

हामी सधैं स्मरण गरौँ कि परमात्मा प्रत्येक हृदयमा **दिव्य आत्मा स्वरूपमा** विराजमान हुनुहुन्छ। उहाँ प्रत्येक मानव, पशुपक्षी, वनस्पति तथा सम्पूर्ण सृष्टिमा व्याप्त हुनुहुन्छ। जब हामी दैनिक जीवनमा **मानवीय मूल्यहरू** अभ्यास गर्छौं, तब परमात्मासँगको हाम्रो सम्बन्ध अझ गहिरो र सशक्त बन्दै जान्छ।

भगवान बाबाको असीम कृपा र आशीर्वादले बालबालिकाको समग्र विकास र चरित्र निर्माणमा योगदान दिने यस पवित्र कार्यको हिस्सा बन्ने अवसर प्राप्त भएकोमा हामी हृदयदेखि कृतज्ञ बनौँ।

२. मानवीय मूल्यहरू जीवनमा अपनाऔँ र असल उदाहरण बनौँ

बालबालिकाले हाम्रो बोलीबाटभन्दा पनि हाम्रो व्यवहार र कर्मबाट अझ बढी सिक्छन्। त्यसैले हामीले बालबालिकालाई सिकाउन चाहेका मूल्यहरूलाई सर्वप्रथम आफ्नै जीवनमा उतार्ने प्रयास गरौँ, ताकि हाम्रो आचरण नै उनीहरूका लागि जीवन्त पाठ बन्न सकोस्।

पाँच विश्वव्यापी मानवीय मूल्यहरू - **सत्य, प्रेम, शान्ति, सही आचरण र अहिंसा** - असल चरित्रका आधारशिला हुन्। यिनै मूल्यहरूबाट **इमानदारी, सम्मान, समानता, दया, सहयोगी भावना, साझेदारिको भावना, करुणा, हेरचाह, जिम्मेवारी, सहकार्य, धैर्यता, क्षमाशीलता, कृतज्ञता, स्व-अनुशासन, सहिष्णुता, साहस, दृढता, विनम्रता र भक्ति (परमात्माप्रतिको प्रेम र समर्पण)** जस्ता सद्गुणहरूको विकास हुन्छ।

हामी एक-अर्कामा भएका राम्रो गुणहरू देख्ने - एक-अर्काको विशेषताको कदर गर्ने - प्रगतिलाई प्रोत्साहित गर्ने - र सँगै सिक्ने प्रयास गरौँ। अरुका कमीकमजोरी खोज्ने, आलोचना गर्ने वा पर-निन्दा तथा गफमा समय बिताउनेभन्दा एक-अर्काको विकास र उन्नतिलाई सहयोग गरौँ।

जब हामी यी मूल्यहरूलाई इमानदारीपूर्वक आफ्नै जीवनमा अभ्यास गर्छौं, तब बालबालिकाहरूले पनि हाम्रो उदाहरणबाट प्रेरणा लिएर स्वाभाविक रूपमा ती मूल्यहरू आत्मसात् गर्न सिक्नेछन्।

३. प्रत्येक बालबालिकालाई प्रेम, धैर्यता र समझदारीकासाथ मार्गदर्शन गरौँ

हामी प्रत्येक बालबालिकाप्रति आफ्नै छोराछोरी वा भाइबहिनीप्रति गर्ने जस्तै प्रेम, हेरचाह र ध्यानका साथ व्यवहार गरौँ।

हामी यो सत्यलाई आत्मसात गरौँ कि प्रत्येक बालबालिकामा विशेष क्षमता हुन्छ। त्यस अनुसार नै उनीहरू आफ्नै गति तथा ढङ्गले सुन्दर रूपमा विकास हुँदै जान्छन्। तसर्थ, हामी धैर्यता, समझदारी तथा संवेदनशीलताका साथ मार्गदर्शन गरौँ।

प्रेममा जीवन परिवर्तन गर्ने अपार शक्ति हुन्छ। तर साँचो प्रेमले अनुशासनलाई अस्वीकार गर्दैन। त्यसैले **प्रेम र अनुशासन** बीच सन्तुलन कायम गर्ने प्रयास गरौँ, ताकि बालबालिकामा जिम्मेवारीबोध, आत्म-अनुशासन, आत्मसंयम र सुदृढ चरित्रको विकास हुन सकोस्।

४. दैनिक आत्मचिन्तन र ज्योति ध्यानको अभ्यास गरौँ

यदि हामी बालबालिकाको विकासमा सहयोग गर्न चाहन्छौँ भने, हामीले आफ्नै अन्तरमनलाई पनि निरन्तर नियाल्न आवश्यक छ। त्यसैले हरेक दिन केही समय निकालेर आफ्नो दिनलाई समीक्षा गरौँ र आफैलाई यी प्रश्नहरू सोधौँ:

आज मेरा विचारहरू कस्ता थिए? - मैले कस्ता शब्दहरू बोलें? - मैले कस्ता कार्यहरू गरें? - अर्कोपटक म के कुरामा अझ सुधार गर्न सक्छु?

यो अभ्यास आफ्नो मूल्याङ्कन नभई आत्माविकासप्रति सचेत र जागरूक रहने एउटा माध्यम हो।

आत्मचिन्तनसँगै, हामीले हरेक दिन **ज्योति ध्यान**को अभ्यास पनि गरौँ। यसले मनलाई शान्त बनाउँछ, एकाग्रता बढाउँछ र आन्तरिक शान्तिको विकास गर्छ। जब हामी आफ्नो अन्तर-ज्योतिलाई अरू मानिसहरू, प्रकृति तथा सम्पूर्ण सृष्टितर्फ प्रसारित गर्छौँ, तब हामी **जीवनको एकत्व अनुभूति गर्छौं र हामी सबै एउटै दिव्य चेतनाद्वारा जोडिएका छौं भन्ने सत्यको बोध जागृत हुन्छ।**

यसरी, बालबालिकालाई विकासको मार्गमा अघि बढ्न मार्गदर्शन गर्दै जाँदा, हामी स्वयं पनि निरन्तर सिक्दै, फुल्दै र विकसित हुँदै जान्छौँ।

५. सचेतना र अनुशासनकासाथ जिऔँ तथा उपलब्ध स्रोतहरूको विवेकपूर्ण उपयोग गरौँ

हामी प्रत्येक कार्य ध्यान, अनुशासन र समर्पणका साथ गर्ने प्रयास गरौँ। अनावश्यक ध्यान विचलन र एकै समयमा धेरै काम गर्नुभन्दा, हरेक क्षणमा वास्तवमै महत्वपूर्ण कुरामा पूर्ण ध्यान केन्द्रित गरौँ।

हामी प्रविधिको पनि सचेत रूपमा उपयोग गरौँ - शिक्षा, सञ्चार र सेवाको माध्यमका रूपमा - ध्यान विचलित गर्ने साधनका रूपमा होइन। साथै, हामीलाई प्राप्त भएका निम्न स्रोतहरूको विवेकपूर्ण र जिम्मेवार उपयोग गर्न पनि सिकौँ:

समय - भोजन - ऊर्जा - धन - प्रकृति

समय अमूल्य छ, त्यसैले समयको सदरुपयोग गरौँ। अन्नको सम्मान गरौँ। ऊर्जाको सचेत र मितव्ययी प्रयोग गरौँ। धनको उपयोग विवेकपूर्ण र जिम्मेवारीपूर्वक गरौँ। प्रकृतिको संरक्षण हामी सबैको जिम्मेवारी हो ।

जब हामी यी स्रोतहरूको उपयोग कृतज्ञता, सचेतता र जिम्मेवारीका साथ गर्छौँ, तब हामी बालबालिकाका लागि एक प्रेरणादायी उदाहरण बन्छौँ। यसले उनीहरूमा आफ्ना कार्यप्रति, अरूप्रति र आफ्नो वरपरको संसारप्रति जिम्मेवारीबोध विकास गर्न मद्दत गर्छ।

६. आउनुहोस्, एकताबद्ध भएर सहकार्य गरौँ

यो यात्रामा हामी एक्लो छैनौँ। सहकर्मीका रूपमा एकअर्कालाई सम्मान, सहयोग र प्रोत्साहन गरौँ। हामी प्रत्येकसँग आ-आफ्नै विशेष गुण, अनुभव र विचारहरू छन्। जब हामी खुला मनले एकअर्काको कुरा सुन्छौँ र एकअर्काबाट सिक्छौँ, तब हामी साथमा अझ सक्षम र सशक्त बन्छौँ।

को सही र को गलत भन्ने कुरामा केन्द्रित हुनुको सट्टा, **हामी एकअर्काबाट के सिक्न सक्छौँ** र **बालबालिकाको हितका लागि के सबैभन्दा उत्तम हुन्छ** भन्ने कुरामा ध्यान दिऔँ। एकअर्कामा भएका राम्रा गुणहरूलाई पहिचान र कदर गर्दै, आवश्यक पर्दा सहयोगको हात बढाउँदै र निरन्तर आफूलाई सुधार्दै जाँदा, हामी सबै मिलेर सौहार्दपूर्ण, सहयोगी र सकारात्मक वातावरण निर्माण गर्न सक्छौँ।

७. प्रेमपूर्वक सेवा गरौँ र विनम्र बनिरहौँ

सेवा अर्थात् निःस्वार्थ सेवा आध्यात्मिक साधनाको एक उच्चतम रूप हो। जब हामी शुद्ध हृदय र प्रेमभावले अरूको सेवा गर्छौं, तब हामी उनीहरूको हित मात्र गर्दैनौँ, आफूभित्र पनि सकारात्मक रूपान्तरण ल्याउँछौँ। सेवाको माध्यमबाट हामी अहंकारलाई कम गर्दै, हृदयलाई पवित्र बनाउँदै र ईश्वरको अझ नजिक पुग्दै जान्छौँ।

हाम्रो यस यात्रामा सफलता, प्रशंसा, पद, शक्ति, सम्मान वा लोकप्रियता प्राप्त हुन सक्छ। यस्ता अवसरहरूमा पनि हामी एकअर्कालाई विनम्र रहन प्रेरित र सहयोग गरौँ, र व्यक्तिगत मान-सम्मानभन्दा **सेवाको उद्देश्य र कार्यलाई सधैँ उच्च स्थान दिऔँ।**

अन्ततः, हाम्रा कार्यहरू केवल आफ्नै लागि होइनन्। ती प्रेमपूर्वक **ईश्वर, बालबालिका र समाजको हितका लागि समर्पित सेवा** हुन्।

समापन सन्देश: यो कुरा सधैँ मनमा राखौँ

शिक्षण संसारकै सबैभन्दा महान् र सम्मानित पेशाहरूमध्ये एक हो। बालबालिकालाई सही मार्गदर्शन गर्ने अवसर प्रापत भएको हामी कृतज्ञ बनौँ। यी **सात सिद्धान्तहरूलाई** हरेक दिन व्यवहारमा उतार्दा, हामी बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा सहयोग मात्र गर्दैनौँ, **एकअर्काबाट सिक्दै आफूभित्र पनि निरन्तर सकारात्मक विकास र रूपान्तरण ल्याउँदै जान्छौँ।**

हामी सबै मिलेर **सुदृढ चरित्र, गहिरो मानवीय मूल्य तथा प्रेम र करुणाले भरिएको हृदय भएका बालबालिकाको नयाँ पुस्ता निर्माण गर्न** महत्वपूर्ण योगदान दिन सक्छौँ।

……….

नोट: यी सिद्धान्तहरू केवल शिक्षक र विद्यार्थीका लागि मात्र होइनन्। यी **साश्वत सत्य** हुन्, जुन आजको चुनौतीपूर्ण र परिवर्तित समयमा अझ विशेष रूपमा महत्त्वपूर्ण छन्। जुनसुकै उमेर, संस्कृति वा पृष्ठभूमिका व्यक्तिले पनि यी सिद्धान्तहरूलाई आफ्नो दैनिक जीवनमा अपनाउन र व्यवहारमा उतार्न सक्छन्। शिक्षकका रूपमा हामीसँग यी मूल्यहरूलाई आफ्नै जीवन र व्यवहारमा उतार्ने तथा **आफ्नो उदाहरणद्वारा बालबालिकालाई सही मार्ग देखाउने विशेष अवसर र जिम्मेवारी** छ।

ॐ साईराम। त्वम् शरणम् ममः

…………..

सुनील मारापिन
अध्यक्ष, श्री सञ्जय साई सेवा अर्गनाइजेसन्स इन्टरनेशनल, हल्याण्ड च्याप्टर तथा
SSSSB कार्यक्रमका अन्तर्राष्ट्रिय संयोजक [८-०९-२०२६]

…………..

नोट: भगवान् श्री सञ्जय साई बाबाको प्रेरणाबाट SSSSB कार्यक्रम नेपाललगायत अन्य देशहरूमा सञ्चालन हुँदै आएको छ। यस कार्यक्रमको उद्देश्य सबैलाई आध्यात्मिक विकासको मार्गमा मार्गदर्शन गर्नु तथा दैनिक जीवनमा मानवीय मूल्यहरूको अभ्यासद्वारा असल मानव बन्ने दिशामा निरन्तर अघि बढ्न प्रेरित गर्नु हो।