ISSN: 2961-1989
Academia Research Journal (ARJ)
Volume: 2 Issue: 2 Year: 2023
************************************

# नेपालमा विद्यालयमा शान्तिशिक्षा

विष्णु **बहादुर** केसी[1]

# Peace Education in the Schools of Nepal

Bishnu Bahadur K C[1]

[1]Assistant Professor, Faculty of Education, Tribhuvan University, Mahendra Multiple Campus, Nepalgunj
[1]Corresponding Author: bkc81435@gmail.com
Article History: Received: March. 21, 2023 Revised: April. 7, 2023 Received: Jun 12, 2023

**लेखसार**

नेपालको इतिहासमा राजनैतिक परिवर्तन भए । परिवर्तित व्यवस्था अनुसारको शान्तिशिक्षाको विद्यालय शिक्षामा व्यवस्था हुनु पर्थ्यो तर भएन । राज्य व्यवस्था परिवर्तन पश्चात आम नागरिकले अपेक्षा गरेका शान्तिको अनुभूति गराउन शान्तिशिक्षाको व्यवस्थापन हुनु पर्दछ । विद्यालय पाठ्यक्रम, राष्ट्रिय शिक्षाका उद्देश्य, तहगत उद्देश्य, विषयवस्तुहरु, र शिक्षण सहजीकरणमा शान्तिशिक्षाको स्पष्ट पक्षहरु राखिनु पर्दछ । शिक्षाका अन्य प्रकृतिमा अनौपचारिक शिक्षा, दूरशिक्षा, शिक्षक तालिम, विद्यालयमा हुने गोष्ठी र सेमिनार जस्ता कार्यक्रममा पनि शान्ति शिक्षामा व्यापकता ल्याउनु पर्दछ । विद्यालयमा, समाजमा र देशमा शान्तिमय बनाउन, शान्तिका चेतना जागृत गर्न, आर्दश र सभ्य समाज निमार्ण गर्न हरेक व्यक्तिका आन्तरिक शान्तिको विकास गर्नुपर्दछ । ध्यान र योग पक्षहरुलाई विद्यालय र समाजका विभिन्न पक्षहरुमा प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ । शान्तिका पक्षहरुलाई दैनिक, जीवनयापन र सामाजिक जीवनमा अभिन्न रुपमा लिनुपर्दछ । शान्तिका महत्वपूर्ण पक्षहरु पूर्वीय दर्शनका वेदका र बौद्ध दर्शनका त्रिपिटका पक्षहरु विद्यालय शिक्षामा व्यवस्था गरेर प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्नुपर्दछ ।

विशिष्ट शब्दावली : शान्तिशिक्षा, पाठ्यक्रम, योग, ध्यान, सिकाइ अनुभव, आर्दश, सभ्य र सभ्यता

**Abstract**

Political changes took place in the history of Nepal. According to the changed system, there should have been a system of peace education in school education, but it was not. After the change in the state system, peace education should be managed to make the common citizens feel the peace expected. Clear aspects of peace education should be kept in the school curriculum, national education objectives, level objectives, themes, and teaching facilitation. In other forms of education, non-formal education, distance education, teacher training, school seminars and programs like peace education should also be made widespread. In order to make peace in school, society and the country, to awaken the consciousness of peace, to build an ideal and civilized society, the inner peace of every person should be developed. Meditation and yoga aspects should be used in various aspects of school and society. Aspects of peace should be taken as an integral part of daily living and social life. The important aspects of peace should be arranged in school education, the aspects of the Vedas of Eastern philosophy and Tripitaka of Buddhist philosophy should be implemented effectively.

*Keywords:* Peace Education, Curriculum, Yoga, Meditation, Learning Experience, Ideal, Civilization and Civilization

## विषय प्रवेश

नेपालमा विभिन्न समयमा राजनैतिक परिवर्तनहरु भए । २००७ सालमा राजा शाासनको अन्य र प्रजातन्त्रको स्थापन भयो । प्रजातन्त्रिक राज्य व्यवस्था अनुकुल शिक्षा प्रदान गर्ने उद्देश्यले २००९ सालमा शिक्षाको वोर्डको स्थापन भई २०१० सालमा राष्ट्रिय शिक्षा योजना आयोगको गठन भयो । यस आयोगले २०११ सालमा देशको समग्र शिक्षाको निति कार्य योजना ल्यायो । संरचना देशको पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक, तालिम र अनौपचारिक शिक्षा आदि सम्बन्ध योजनामा रहेका थिए । उल्लेखित योजनामा नेपालमा आवश्यकता एवं विश्व परिस्थितिसंग सम्बन्धित पक्षहरुसंग समेटेको पाइन्छ । तर राणा शासन १०४ वर्षको अन्य पछि नेपालमा शान्ति सम्बन्धी मुद्धाहरु समेटेर शान्तिका पक्षहरु सम्बोधन गर्ने पक्षहरु समेटेर शान्तिशिक्षाको विषय आउनु पर्थ्यो । आएन । केही शान्तिसंग सम्बन्धी पक्षहरु सामाजिक विषयका पाठहरु, नैतिक शिक्षा विषयका पाठहरु र नेपाली विषयका पाठहरुमा आएका छन् । पूर्वीय दर्शनका पक्षहरु वेदका र वौद्ध दर्शनका त्रिपिटक भएका पक्षहरु शान्तिका स्रोतहरु विद्यालय शिक्षामा प्राथमिकता राख्नु पर्थ्यो । विद्यालय शिक्षामा तर राखिएनन् । शान्तिका पक्षहरु सबै विद्यार्थीहरुको लागि कोर (core) विषयको रुपमा आएन । २०१७ सालमा एकदलीय पंचायती व्यवस्थाको स्थापन भयो । लगतै २०१८ सालमा सर्वाङ्गिीण राष्ट्रिय शिक्षा समितिको गठन भएको थियो । राजनैतिक परिवर्तन पछि शिक्षामा पनि परिवर्तनको योजना, निति पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक, तालिम र परीक्षाहरु आदिमा केही - नयाँ पक्षहरु आए । तर शान्तिको छुटै विषय आउनु पर्थ्यो । आएन । शान्तिसंग सम्बन्धित सामाजिक विषयमा केही - पाठहरु राखेको पाइन्छ । राज्य व्यवस्था परिवर्तन भए पछि सवै भन्दा महत्वपूर्ण पक्ष शान्ति नै हो । शान्तिसंग सम्बन्धित भएर छुट्टै राखेर पाठ्यक्रमा नै व्यवस्था गरेर राख्नु पर्छ । तर शान्तिलाई प्राथमिकता दिएको पाइदैन ।

२०२८ सालमा शिक्षामा व्यापक सुधारका साथका राष्ट्रिय शिक्षा पद्धतिको योजना आयो । यस योजनाले राष्ट्रिय शिक्षामा उद्देश्यको निर्माण थियो । यो योजना नै पहिलो राष्ट्रिय शिक्षाको व्यवस्था गर्ने योजना थियो । शिक्षाको संरचना पाठ्यक्रम,पाठ्यपुस्तक, शिक्षक तालिम र मूल्याङ्कन साथै अनौपचारिक शिक्षाको व्यवस्था गरेको छ । यस योजनाले पनि शान्तिशिक्षाको अलगै विषय निर्माण गरेरन । शान्तिका केही पक्षहरु नैतिक र सामाजिक विषयमा राखेको पाइन्छ पूर्विय दर्शनका वेदका र त्रिपिटकका शान्तिसंग सम्बन्धित महान पक्षहरु समेट्नु पर्थ्यो तर समेटिएको पाइएनन् ।

२०४६ सालमा जनआन्दोलन भयो । यसले २०४७ सालमा बहुदलीय व्यवस्थाको स्थापना भयो । राज्य व्यवस्था परिवर्तन भयो । बहुदलिय व्यवस्था अनुकुल शिक्षाको व्यवस्थापन गर्न राष्ट्रिय शिक्षा आयोगको गठ्न गरियो । यस आयोगले राष्ट्रिय शिक्षाका उद्देश्य निर्माण गर्‍यो । शिक्षाको संरचनामा परिवर्तन गर्‍यो । पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकमा पनि परिवर्तन भयो । शिक्षक तालिम र मूल्याङ्कन प्रक्रियामा नविनतम प्रक्रिया ल्यायो । अनौपचारिक शिक्षामा पनि नयाँ निति र कार्यक्रम ल्यायो । यस आयोगमा पनि शान्ति शिक्षाको छुटै विषयको रुपमा आएन । नेपाली समाजमा स्थापित वेदान्तका पक्षहरु विशेष गरी वेदमा रहेका शान्ति पक्षहरु विद्यालय शिक्षामा आउनु पर्थ्यो । तर आएनन् । बौद्ध दर्शनका त्रिपिटकका धम्मपदका र बौद्ध साहित्यका विभिन्न जातक कथाहरु आउनु पर्थ्यो । तर आएनन् ।

२०६३ मा नेपालमा पुनः जन आन्दोलन भयो । राज्य व्यवस्था संघीय लोकतान्त्रिक व्यवस्था को लागु भयो । नयाँ संविधान २०७२ मा घोषणा भयो । २०६३ मा विद्यालय शिक्षाको लागि राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप बन्यो । त्यसमा पनि शान्तिशिक्षाको आलग्गै विषयको रुपमा आएन २०७६ मा विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप निर्माण भयो । यसमा शिक्षाको राष्ट्रिय उद्देश्य, पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक र मूल्याङ्कन सम्बन्धि पक्षहरु व्यवस्था गरेको छ । यस प्रारुपमा पनि शान्ति शिक्षाको लागि छुटै विषय निर्माण भएनन् ।

नेपाल विश्वमै शान्तिभूमी हो । गौतम बुद्धको जन्मको देश हो । यहाँ शान्तिका दर्शनहरु शिक्षाहरु मूल्यहरु र मान्यताहरु आफै छुटै विशेषताका छन् । जुन विश्वमा कयौ देशले आफ्नो विद्यालय शिक्षाका पाठ्यक्रममा उल्लेख गरी कार्यान्वयन गरिरखेका छन् । बत्तिमुनीको अध्यारो जस्तो भई हामीले शान्तिशिक्षाको अभाव भोगिराखेका छौ । प्रत्येक व्यक्तिलाई शान्ति चाहिन्छ । आन्तरिक शान्ति चाहिन्छ । प्रत्येक व्यक्तिमा आन्तरिक शान्ति भएमा परिवार

,समाज र देशमा शान्ति हुन्छ , जसको सन्देश विश्वमा फैलिन्छ र विश्व शान्ति बनाउन महत्वपूर्ण हुन्छ । यसर्थ शान्तिशिक्षाको शुरुवात विद्यालयमा कक्षा १ देखि नै गर्नु पर्दछ ।

शान्तिसंग सम्बन्धित दर्शन, शिक्षा, मूल्य र मान्यतालाई समेटेर शान्तिशिक्षा नै विषय अलग्गै राखे र पूर्विय दर्शनमा महत्वपूर्व पक्षहरु राख्नु पर्दछ । ऋग्वेद, सामवेद, अथर्ववेद र यर्जुवेदका महत्वपूर्ण पक्षहरु विद्यालय शिक्षामा राखिनु पर्दछ । जसमा आन्तारिक शान्तिको विकास गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ ।

ब्रह्मावर्चस (सन्१९९८) अनुसार शिक्षाको अर्थ सुसंस्कारिताको प्रशिक्षण हो, जसले नैतिकता, सामाजिकता, सज्जनता र प्रमाणिकता आदिको विकास गराउदछ । जीवनमा आध्यात्मिक गुण, उदारता, त्याग, सदिच्छा, सहानुभूति, न्यायपरता र दयांशीलता आदिको जाग्रत गराउदछ भनेर व्याख्या गरिएको छ ।

शिक्षा सम्बन्धित पूर्विय र पाश्चात्य दर्शनको महत्वपूर्ण भूमिका प्राचीन समयदेखि नै रहेको पाइन्छ । पूर्विय दर्शनमा ऋषि महर्षिहरूको चिन्तन मननबाट भएको मानिन्छ । यस दर्शनको मुख्य सार वेदलाई मानिन्छ । यो दर्शन सबैभन्दा पुरानो मानिन्छ । प्राकृतिक रहस्यको जिज्ञासा र उत्सुकताले हिन्दु दर्शन भएको हो । यस दर्शनमा सबैभन्दा प्रमाणित ग्रन्थ उपनिषद, ब्रम्ह सुत्र र श्रीमद् भागवत गीतालाई मानिन्छ । वेद चार ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद र अथर्ववेद छन् । शान्ति शिक्षासँग सम्बन्धित वेदका महत्वपूर्ण पक्षहरूको निम्नानुसार विश्लेषण गरिन्छ ।

**क) ऋग्वेदमा शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित पक्षहरू**

प शर्धते नानुददाति शृध्यां (१२/१०) ऋग्वेद ।

प्रस्तुत श्लोकमा जसले अहंकारीलाई गर्वको अवसर दिदैंन । अभिमानीहरूलाई केही पनि प्राप्त भएन भने तिनको अभिमान स्वतः नष्ट हुन्छ । अहंकार नै मनुष्यको शत्रु हो । अहंकारीमा कहिल्यै सरल मन हुँदैन । त्यसकारण कसलाई कसलाई ईश्वरी कृपा पनि प्राप्त हुँदैन । अहंकार बोकेर हिड्ने मनुष्यलाई सुखले पनि सम्भिfदैन ।[1]भनेर व्याख्या गरिएको छ ।उल्लेखित श्लोकमा अहंकारले व्यक्तिमा शान्ति हुदैन भनेर उल्लेख गरिएको छ ।

इन्द्रश्रेष्ठानि द्रविणानि धेहि चित्ति दक्षस्य सुभगत्वमस्मे ।

पौष रयीणामारिष्टिं तनूनां स्वाद्मानं वाचः सुदिनत्वमहाम् (२१/६ ऋग्वेद पृ. ५०)

प्रस्तुत श्लोकमा हामीलाई उत्तम छन सम्पत्ति देऊ, बल विचार र सौभाग्य देउ, धनको वृद्धि र निरोगिता प्रदान गर, वाणीको मधुरपन देऊ, सधै उत्तम दिन प्रदान गर, मन सदैव प्रसन्न रहनाले शरीर पनि स्वस्थ हुन्छ । तसर्थ सुखको मूल आधार सुमधुर वाणी हो । सबैसँग मधुर वाणी बोल, सबै सुख प्राप्त गर्ने छौ ।[2]भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोक शान्तिसँग सम्बन्धित रहेको छ । सुख बाट नै शान्ति प्राप्त हुन्छ ।

अर्पासि यस्मिन्नधि संदधुर्गिरस्तस्मिन्त्सुमानि यजमान आ चके (३/३ ऋग्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा ज्ञानीहरू जहाँ कर्म स्थापित गर्छन, त्यही यज्ञकर्ताले सुख खोज्दछ । जहाँ कर्म, यश हुन्छ, त्यही सुख छ । आलस्य जीवनको नाश हो । कर्म गर्दा नै जीवनमा साँचो सुख पाइन्छ । ज्ञानीले आफ्नो यज्ञमा नै सुख खोज्दछ । शुभ अशुभ कर्म अनुसार नै फल पनि शुभ-अशुभ प्राप्त हुन्छ ।[3]भनेर व्याख्या गरिएको छ ।

प्रस्तुत श्लोकमा शान्तिसँग सम्बन्धित रहेको छ । जहाँ सुख हुँदछ त्यहाँ शान्ति हुन्छ । सुख प्राप्ती गर्न कर्म र यश गर्नुपर्दछ । आलस्य त्याग्नु पर्दछ भनेर विश्लेषण गरिएको छ ।

[1]भट्टराइ, तुलसी, चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद पत्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, पृ. ५० ।

[2]भट्टराइ, तुल्सी, (२०६५), मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. ५०)

[3]भट्टराई, तुल्सी, (२०६५) ।

श्रिय मनांसि देवासो अक्रन् (४४/८ ऋग्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा ज्ञानी आफ्नो चित्त प्रसन्न राख्न सधै सुकर्म गर्दछन् । कुकर्मले गर्दा बुद्धि भ्रष्ट भएर मनुष्यको अवनति हुन्छ । सुकर्म नै सुख र आनन्दको बाटो हो । सुकर्म गर्दा सबै कार्य सफल हुन्छन् । सुकर्मले बुद्धिको विकास मनमा उल्लास, समाजमा विश्वास र जीवनका सफलता दिलाउँछ, सुख र आनन्द बढेपछि बुद्धि र ज्ञानको वृद्धि हुन्छ । सत्सङ्गतको विस्तार हुन्छ । सुकर्म गर्नेलाई सुख र आनन्दले वरण गर्छ ।"[४]भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा सुख र आनन्द प्राप्त गर्न सुकर्म गर्नुपर्दछ । सुख र आनन्द शान्तिसँग सम्बन्धित हुन्छ ।

अस्य कृत्वा यशस्वतः । (१०२/८, ऋग्वेद)

यी अग्निका सत्कार्यबाट यशस्वी बन् ।

प्रस्तुत शलोकमा जसरी अग्नि आफ्नै प्रयत्न र सामर्थ्यद्वारा यशस्वी हुन्छ, मनुष्य पनि यसरी नै आफ्नो सुकार्यबाट कीर्तिमानी बन्नुपर्छ । जस्तो कर्म गरिन्छ, उस्तै फल प्राप्त हुनाले सत्कर्म तर्फ अग्रसर बन । तिमी जस्तो गर्छौ उस्तै फल पाउँछौ । तसर्थ जीवनमा सधै राम्रो कर्म गर ।[५] भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा सत्कर्ममा जोड दिइएको छ । जुन शान्तिसँग सम्बन्धित रहेको छ ।

कर्मभव पदात्यप्रभु : (७३/९ ऋग्वेद)

प्रस्तुत शलोकमा कर्म गर्न असमर्थले सदैव अवनति भेट्छ । उत्तरदायित्व पूरा गर्न नसक्ने कर्महीन व्यक्ति सधै तल झर्छ । कर्तव्र्यपूर्ण गर्नेको मात्र उन्नति हुन्छ । तसर्थ निःस्वार्थ भावबाट कर्मयोगी बनौ फल के कसरी पाइएला भन्ने नसोची शुद्ध भाव राखेर निष्ठापूर्वक कर्म गर्दा फल राम्रो पाइन्छ । कर्महीन मनुष्यले दुःखको भारी मात्र बोकिरहनु पर्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा कर्म गर्ने उत्तरदायित्व पूरा गर्नेमा जोड दिइएको छ । यी पक्षहरू शान्तिसँग सम्बन्धित रहेका छन् ।[६]

वशी वंश नयस एकजत्वम् (८४/३ ऋग्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा हे अद्वितिय उत्साह । तिमी स्वयं संयमी भएका कारण शत्रुलाई वशमा पार्न सक्छौ । मनुष्यले सबभन्दा पहिले आफ्नो संयम बनाउनुपर्छ । संयमद्वारा अरु सबैलाई नियन्त्रित गर्न सकिन्छ । उन्नति र कीर्तिको मूल हो । आफैलाई संयमित बनाऊ, अनि मात्र मन संयमित बन्दछन । जसले आफूलाई राम्ररी जान्दछ, उसले मात्र अरुलाई बुझ्न सक्छ । आफ्नो क्षमता ज्ञान र बुद्धि अनुसार नै उत्साहको बास हुन्छ । अन्तःकरण देखि नै उत्साहले जाग्ने अवसर पाउँछ । उत्साहहिन मनुष्य एक प्रकार मूर्दा समान हो । तसर्थ आफू संयमित भएर आफू भित्र सदैव उत्साह जग्गाइ राख । उत्साहलाई आफूबाट बाहिर जान नदेऊ जीवनमा यसैले सबै कुरा जगाउँछ ।[७]भनेर व्याख्या गरिएको छ ।

प्रस्तुत श्लोकमा संयमित बन्न जोड दिएको छ । संयम शान्तिसँग सम्बन्धित पक्षहरू छ । आफै भित्र शान्ति खोज्न समाजमा शान्तिमय बनाउन संयमको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

समानी व आकुतिः आकूति : समान हृदयानि वः ।

---

[४]भट्टराई, तुल्सी (२०६५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. ५३) ।

[५] ऐ.ऐ.

[६]तुल्सी, भट्टराई, (२०७६) चार वेदको परिचय र

[७]पूर्ववत ।

समानमस्तु वो मनो यथा व : सुसहासति ॥ (१९१/४ ऋग्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा तिम्रो सङ्कल्प एउटै समान रहोस् तिम्रो हृदय समान होस् । तिम्रो मन एक समान होस । तिम्रो कार्यहरू पूर्णरुपले सङ्गठित हुन् । सङ्कल्प, मन र विचारहरूको मिलनबाट एकताको हुन्छ । सङ्गठनका कारण कठिन कार्य पनि पूर्ण हुन्छन् । सङ्कल्प, मन र विचार एक भएपछि सम्पूर्ण कार्यहरू पूर्ण हुन्छन् । उत्तम विचार ग्रहण गर्नेछौँ, ज्ञानको सम्बोधन गर्छौ । कर्मपथमा अग्रसर भइरहन्छौ । जीवनको लक्ष्य प्राप्त गर्न सक्ने छौ । जीवनको लक्ष्य प्राप्त गर्न सक्ने छौ । भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा आन्तरिक शान्ति (inner peace)प्राप्त गर्न सङ्कल्प, मन र विचारहरूको महत्वपूर्ण भूमिका हुने रयी पक्षहरूले शान्ति विकास गर्न अति आवश्यक हुन्छ ।

उल्लेखित ऋग्वेदमा श्लोकहरू शान्तिशिक्षा सँग सम्बन्धित रहेका छन् । विशेष गरी व्यक्तिमा आन्तरिक शान्ति भएमा परिवार, समाज र वातावरण सबै शान्तिमय हुनेमा जोड दिइएको छ । अहंकार, अभिमान नष्ट गर्नु, असल कर्म गर्नु, आलस्यलाई त्याग्नु, कर्तव्यनिष्ठ हुनु, उत्तरदायित्व पूरा गर्नु, संयमित हुनु, उत्साहित हुनु, सङ्कल्प लिनु र उत्तम विचार गर्नु आदि रहेका छन् । यी महत्वपूर्ण पक्षहरू शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित रहेका छन् ।

**ख) यजुवेदमा शान्तिशान्तिसँग सम्बन्धित पक्षहरू**

मा भेर्मा संविक्था (१/२३ यजुवेद)

तिमी नडराऊ । आफ्नो कर्तव्यबाट पछि नहट

प्रस्तुत श्लोकमा निर्भयताका साथ आफ्नो कर्तव्य पालन गरिन्छ । भयभीत मानवका निम्ति उन्नतिको द्वार बन्द रहन्छ । निर्भय व्यक्तिले मात्र व्यक्तिगत सामाजिक र राजनीतिक उन्नति गर्न सक्छ । उन्नतिको आकांक्षा राख्ने व्यक्तिले आफू निर्भिक हुनु आवश्यक छ, निर्भिक व्यक्तिका निम्ती संसार खुला छ, सफलता प्राप्तिका द्वारहरू चारैतिर खुलारहन्छन् ।[८] भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा निर्भयतामा जोड दिइएको छ, निर्भिकता हुनु पनि शान्तिको मुख्य पक्ष हो । भयभितले अशान्ति हुन्छ । निर्भयले शान्ति एवं प्रगति हुन्छ ।

यदा कूतात्समसुस्रोद्वदो वा मनसो वा सम्भृतं चक्षुषो वा (१८/५८ युजुर्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा पज्ञान (कर्मेन्द्रिय, ज्ञानेन्द्रिय, मन हृदय आदि) राम्रो सँग प्राप्त गर्नुपर्छ । ज्ञानको स्रोत हामी भित्रै छ । हामीले स्वाध्याय, आत्मचिन्तन, मनन् र व्यवहारद्वारा राम्ररी प्राप्त गर्न सक्नुपर्छ । आफूमा निहित शक्तिलाई जगाएर प्रेरणा लिएर ज्ञान प्राप्त गर्न प्रयत्नरत रहनुपर्छ ।[९]भनेर व्याख्या गरिएको छ ।

प्रस्तुत श्लोकमा ज्ञान पक्षमा जोड दिइएको छ । आफू भित्रको शक्तिलाई उर्जागर गर्ने पक्षमा जोड दिइएको छ , जुन शान्ति पक्षसँग महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

पाहि चतसृभिर्वसो (२७/४३ यजुर्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा हे अग्नि ! चार लक्षणले युक्त वाणी ऋक्, यजु, साम र अर्थव चार वाणीबाट हाम्रो रक्षा गर वेद ज्ञानको पर्याय हो । ज्ञानका चार भेद छन् । ऋक, युजु, साम र अर्थव यी चार वेदका भिन्न भिन्न लक्षण हुन् । ऋकका लक्षण, कल्याण, ईश्वर प्राप्ति, ईश्वर दर्शन, आत्म शान्ति, धर्मभावाना, कर्तव्यपालन, प्रेम-तप, दया, उपकार, उदारता र सेवा आदि । यजुका लक्षण, पराक्रम, पुरुषार्थ, साहस, वीरता, रक्षा, नेतृत्व, यश, प्रतिष्ठान र विजय आदि । सामका लक्षण, ललितकला, क्रिडा, मनोविनोद, मनोरञ्जन, सङ्गीत, साहित्य, कला, स्पर्श , इन्द्रिय, स्थूल, भोग, चिन्तन र गतिशिलता आदि अथर्वका लक्षण धन, वैभव, वस्तुसङ्ग्रह, भोग, उपभोगका साधन र गृहोपयोगी वस्तु । यी

[८]भट्टराई, तुल्सी (२०६५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. ८६) ।

[९]भट्टराई, तुल्सी (२०६५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १०३)

चार ऋक, यजु, साम र अर्थव क्रमशः धर्म, मोक्ष, काम र अर्थका प्रतीक हुन् , जसबाट सही ढङ्गबाट प्रयोग गर्दै उन्नति पथमा पुग्न पुरुषार्थ गर्नुपर्छ। चारवेदको ज्ञान अध्ययनबाट जीवन सार्थक बन्छ।[१०]भनेर व्याख्या गरिएको छ।

प्रस्तुत श्लोकमा सार्थक जीवन आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण पक्षहरू ऋक, यजु, साम र अर्थवमा रहेका छन्। जुन शान्तिका महत्वपूर्ण आधारहरू हुन्। मानव समुदाय र विश्व समुदायमा शान्ति स्थापन गर्न यी वेदका ज्ञानका पक्षहरू महत्वपूर्ण रहेका छन्।

विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव। यद्भद्रं तन्न आसुव। (३०/३ यजुर्वेद)

प्रस्तुत श्लोकमा हे ईश्वर सम्पूर्ण नराम्रा कर्म, दोष आदि हटाएर राम्रा शुभकर्महरू हामी समक्ष ल्याइदेउ। नराम्रा कुरा हटाएर राम्रा कार्य गर्न सदैव तत्पर रहनुपर्छ। कुविचार, कुसङ्गति आदिका सट्टा तत्पर सुविचार, सुकर्महरू गर शुद्धिको सर्वोत्तम उपाय हो। आत्मलाई सत्कर्मद्वारा अविच्छिन्न राख्न सकिन्छ।[११]भनेर व्याख्या गरिएको छ।

उल्लेखित यजुवेदका श्लोकहरू शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित छन्। मुलरुपमा निर्भय हुने, कर्तव्य पालन गर्ने आत्मचिन्तन गर्ने, स्वः अध्ययन गर्ने, वेदका चार लक्षण वानीको अनुशरण गर्ने र शुभकार्य गर्ने पक्षहरू शान्तिसँग सम्बन्धित रहेका छन्।

**ग) सामवेदमा शान्तिशिक्षाका पक्षहरू**

ब्रहमद्विषः अवजहि (सामवेद : १९४)

प्रस्तुत श्लोकमा वैरभाव राख्नेलाई आफ्नो ज्ञानद्वारा नाश गर। ज्ञान प्रकाशको प्रतीक हो। द्वेष अज्ञान हो मनमा द्वेषभाव बढेपछि मानिसले राम्रो नराम्रो सोच्न सक्तैन। जसकारण अहित हुने काम हुन्छ। तसर्थ ज्ञान रुपी प्रकाशद्वारा अज्ञावादि अन्धकार नाश गरेर आफूलाई कर्ममा लगाउनु। परोपकारी कार्यमा लाग्नु मानवको प्रथम दायित्व हो।[१२]भनेर व्याख्या गरिएको छ।

प्रस्तत श्लोकमा वैरभाव नराख्ने परोपकारी कार्य गर्ने कुरामा जोड दिइएको छ। यस्ता व्यक्तिमा कार्य गर्नाले शान्ति प्राप्त गर्न मद्दत गर्दछ।

उग्रं वचः अपावधी : (सामवेद ३५३)

कठोर वाणी नबोल

प्रस्तुत श्लोकमा अरुको अहित हुने, अरुको मन दुःखने दुखाउन कठोर वचन बोल्नु हुँदैन। मिठो बोली मधुर वचनले सधै अरुको मनमा प्रभाव पार्न सकिन्छ।[१३]भनेर व्याख्या गरिएको छ।

प्रस्तुत श्लोकमा अरुको मन दुख्ने वचन नबोली मिठो मधुर वचन बोल्नु पर्छ भन्ने सन्देश शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित रहेको छ। शान्तिकायम गर्न यी पक्षले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दछन्।

---

[१०]भट्टराई, तुल्सी (२०६५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. ११३)।

[११]भट्टराई, तुल्सी (२०७५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. ११५)।

[१२]भट्टराई, तुल्सी (२०७५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १३६)।

[१३]भट्टराई, तुल्सी (२०७५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १३९)

मा ते रसस्य मत्सत द्वयाविनः (सामवेद ५६१)

प्रस्तुत श्लोकमा दोहोरो आचरण गर्ने व्यक्ति आनन्दित हुन सक्तैनन् । मनमा एकथोक व्यवहारमा अर्को आचरण गर्ने दोहोरो आचरण गर्ने व्यक्तिले भनाइ र गराइमा भिन्नता देखाउँछ । यस्तो व्यवहार गर्ने व्यक्तिले सुखचैन भने पाउँदैन । तसर्थ मानिसले मन, वचन र कर्ममा एकरुपता बनाउनुपर्छ । अनि मात्र सुख पाउँछ ।[१४]भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा मन व्यवहारमा एकरुपतामा जोड दिइएको छ । यस्ता व्यवहारले शान्ति हुन्छ ।

अभि विध्वानि काव्या : (सामवेद, ७७५)

सबै सुकर्महरू गर

प्रश्तुत श्लोकमा आफूले गरेका कर्म अनुसार कर्मफल पाइन्छ । कस्तो कर्म गरिन्छ । त्यस्तै फल पाइन्छ । तसर्थ यथासम्भव सधैं सुकर्म र शुभकार्य मात्र गरौ । सुकर्म गर्नु कर्म योगीको स्वभाव हो । जीवन जे जति कर्म गरिन्छ राम्रै गरौं । जस्तो गरिन्छ, त्यस्तै पाइन्छ । राम्रो गरे सुखी र खुशी भइन्छ ।[१५]भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा सुकर्ममा जोड दिइएको छ । सुकर्म गर्दा आफैमा शान्ति अनुभव हुन्छ । आन्तरिक एवं वाह्य शान्ति प्राप्ति हुन्छ ।

पुरन्धिं जनया (सामवेद, ८६१)

सुकर्म गर्ने सामर्थ्य उत्पन्न गर ।

प्रश्तुत श्लोकमा व्यक्तिले सुकर्म बन्दछन् । उसले राम्रो नराम्रो छुट्याउनै पर्दैन । नराम्रो अघाडि आउँदै आउँदैन । सुकर्म गर्ने सामर्थ्य बनिसके व्यक्तिको सुकर्म गर्ने अभ्यास स्वतः हुन्छ । ज्ञानबाट तम हटेपछि सबै कुरा साध्य हुन्छन् । मूर्खपन, अभिमान पीडा हटेर जीवनमा सुअवसर र सुकर्म मात्र प्राप्त हुन्छ ।[१६] भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा सुकर्म गर्ने पक्षमा जोड दिइएको छ । यस्ता पक्षले व्यक्तिमा समाजमा शान्तिकायम गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ ।

मनश्चिन्मनसंस्पति : (सामवेद १४४८)

मनको शक्तिलाई बुझेर त्यसमाथि शासन गर ।

प्रश्तुत श्लाकमा जसले आत्मनिरीक्षणद्वारा मनको शक्तिलाई बुझ्दछ, उसको मनोबल बढ्छ । मनलाई वशमा राखेर कार्य गर्ने व्यक्ति सफल बन्दछ ।[१७]भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा आत्मनिरीक्षण गर्नेर मनलाई वशमा राख्ने पक्ष शान्तिसँग सम्बन्धित छन् ।

उल्लेखित सामवेदमा श्लोकहरू शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित रहेका छन् । वैरभाव त्याग्ने, कठोर बोली, नबोल्ने दोहोरो आचरण नगर्ने, सुकर्म गर्ने, मूर्खपन र अभिमान हटाउने पक्षहरू व्यक्तिमा शान्ति र समाजमा शान्ति स्थापित गर्ने पक्षहरू हुन् ।

---

[१४]भट्टराई, तुल्सी (२०६५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १३९) ।

[१५]भट्टराई, तुल्सी (२०७५) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १४६) ।

[१६]पूर्ववत (पृ. १४८०।

[१७]भट्टराई, तुल्सी (२०७६) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १६३) ।

**घ) अथर्ववेदका शान्तिसँग सम्बन्धित पक्षहरू**

भद्रावधि श्रेय : (८/१ अथर्ववेद)

प्रस्तुत श्लोकमा प्रेही परमकल्याण प्राप्तिका लागि ज्ञानीले तिमीलाई बाटो देखाउँन । मानवले सुख आनन्दका साधन जुटाउनु भोग गर्नु पहिलो दायित्व हो । परन्तु यसमा मात्र अल्भिनु हुँदैन । परमकल्याण आत्मिक सुख प्राप्त गर्न कुनै साधक ज्ञानी जनसँगको सुसङ्गत गर्नु पर्दछ । साँचो ज्ञान प्राप्त गर्न ज्ञानीजनलाई पथ प्रदर्शन बनाएर अघि बढ्दा जीवन दर्शन सत्य दर्शन हुन्छ ।[१८]व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा कल्याण, आत्मिक सुख र सत्सङ्ग जस्ता पक्षमा जोड दिइएको छ, जुन शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित रहेका छन् ।

तां सवितः सत्यसवां सुचित्र भाहं वृणे सुमति विश्वाराम ।

यामस्य कण्वो अदुहत्प्रयीनां सहस्तधारा महिषो भगाय/१५/१ अथर्ववेद)

प्रश्तुत श्लोकमा हे ईश्वर । म सत्यव्रती विलक्षण सबैको रक्षकती उत्तमबुद्धिलाई स्वीकार गर्छु, जसबाट सहस धाराबाट परिशिष्ट गर्ने शक्तिलाई आफ्नो भाग्यका निम्ति समर्थ ज्ञानीजनहरू दोहन गरेर प्राप्त गर्दछन् । जुन शक्ति बुद्धि प्राप्त गरेर ज्ञानीजन श्रेष्ठ बन्दछन् । त्यही सत्य प्रेरक विलक्षण शक्तिशाली सर्वकल्याणकारी उत्तम मति म स्वीकार गर्दछु ।बुद्धि बढाउन स्वाध्याय सुसङ्गत गर्नु आवश्यक छ । ज्ञानद्वारा बौद्धिक चेतना बढाएपछि स्वतः गतिमा पुगिन्छ ।[१९] भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा सर्वकल्याण, सत्य, उत्तम र ससङ्गत आदि पक्षमा व्यक्तिमा विकास गर्ने कुरामा जोडदिइएको छ । जुन शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित छ ।

बोधश्च त्वा प्रतिबोधश्व रक्षताम स्वप्नश्चंत्वानवद्राणश्च

रक्षताम् । गोपायंश्च त्वा जागृतिविश्च रक्षताम् । (१/१३ अथर्ववेद)

प्रस्तुत श्लोकमा ज्ञान र विज्ञानले रक्षा गरुन । सदैव जागृत स्थिर अविनाशीले तिम्रो रक्षा गरुन् । रक्षक र जागरुकताबाट तिम्रो कल्याण होस् । ज्ञान विज्ञानको संयोजन गरेर आलस्यरहित निर्भिकतासाथ कर्म गर्ने व्यक्तिले सधै अदृश्य शाश्वत शक्तिबाट रक्षा पाउँछ । अर्थात सत्कर्मको मार्ग समातेर ज्ञानार्जन गर्दै धनार्जन तर्फ लाग्नुपर्छ । सत्यज्ञान र पुरुषार्थद्वारा व्यक्तिले स्वास्सथ्य आफू, वल आरोग्य सबै कुरा गर्छ । ज्ञानलाई कर्मतिर लगाएपछि विज्ञान प्राप्त हुन्छ । दुबैको संयोजन सुख समृद्धि हो ।[२०]भनेर व्याख्या गरिएको छ । प्रस्तुत श्लोकमा ज्ञान र विज्ञान बाट सुख समृद्धि प्राप्त हुन्छ । सुख शान्तिसँग सम्बन्धित महत्वपूर्ण पक्ष हो ।

वृषभो । सि स्वर्ग ऋषिनावेयानगच्छ ।

सुकृतां लोक सीद तत्र नौ संस्कृतम । (१/३५ अथर्ववेद)

प्रस्तुत शलोकमा तिमी बलवान छौ, सुखदायक छौ ऋषिपुत्र एवं ऋषिहरू समक्ष गएर पुण्यस्थानमा र सङ्गतद्वारा सुसस्कृत विद्वान वन । मनुष्यले विद्वानको सत्सङ्ग गरेर बलवान हुँदै स्वः पुरुषार्थ द्वारा सुसभ्य र सुसंस्कृत बन्नुपर्छ । साहस र बलका माध्यमद्वारा श्रेष्ठ बनेर मान र सम्मान प्राप्त गर्नुपर्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ ।

---

[१८] पूर्ववत (पृ. ज्ञडट)

[१९]भट्टराई, तुल्सी (२०७६) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १८७) ।

[२०]भट्टराई, तुल्सी (२०७६) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौं (पृ. १८८) ।

प्रस्तुत श्लोकमा सुसङ्गत, सुसभ्य र सुसंस्कृत ऋषिपुत्रमा जोड दिइएको छ। यी पक्षहरू व्यक्ति र समाजलाई शान्ति पथमा हिडाउन मार्गदर्शन गर्दछन्।

मा नो हिसीरधि तो ब्रू हि परिणो वृङग्धिमाक्रधः।

मां त्वया समरामहिं। (२/२० अथर्ववेद)

प्रस्तुत श्लोकमा हाम्रो हिंसा नगर। हामीलाई उपदेश दिएर रक्षा गर हामीसँग क्रोध नगर तिमीसँग हामी पनि विरोध नगरौँ। क्रोध नगरी हिंसाबाट वचेर ज्ञान प्राप्त गर्नुपर्छ। सहयोग साथ काम गरेर सफल बन्नपर्छ।[२१]भनेर व्याख्या गरिएको छ।प्रस्तुत श्लोकमा हिंसा नगर्ने ,क्रोध नगर्ने र सहयोग गर्ने पक्षहरू रहेका छन् यस्ता पक्षहरूले व्यक्ति समाजमा शान्ति मार्गमा अगाडि बढ्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछन्।

उदीराणा उतासीनास्तिवठन्तः प्रकामन्त :।

पद्धयां दक्षिणसव्याम्यां मां व्यथिष्महि मूस्याम्। (१/२८, अथर्ववेद)

प्रस्तुत श्लोकमा हिडदा, डुल्दा, उड्दा, बस्ता, दाहिने र देव्रे खुट्टाले हिड्दै गर्दा कुनै बेला पनि भूमिमा कसैलाई पनि दुःख नदिउ। यस जगतमा सुखको अपेक्षा दुःख धेरै हुन्छ। मनुष्यले अरुलाई दुःख हुने काम नगर्नु। आफ्नो कामले अरुलाई सुख पुग्नु पर्छ। सुख हुने कार्य गरेर आफू पनि शान्ति प्राप्त गर।[२२]भनेर व्याख्या गरिएको छ। प्रस्तुत श्लोकमा कसैलाई दुःख नदिने, सुख हुने र गर्ने कार्यमा जोड दिइएको छ। यी पक्षहरू शान्ति शिक्षाका महत्वपूर्ण पक्षहरू हुन्।

पितेव पुत्रानभि सं स्वजस्वनः। (३/१२ अथर्ववेद)

प्रस्तुत श्लोकमा जसरी पिता र पुत्र परस्पर प्रेमपूर्वक व्यवहार गर्छन। त्यसरी नै सबैसँग व्यवहार गर। परस्पर प्रेमपूर्वक व्यवहार गरौँ। परस्परको प्रीति सद्व्यवहारद्वारा सङ्गठित हुन सकिन्छ। समाजमा कुनै अप्रिय हुँदैन। सहयोगद्वारा एकता बढ्छ।[२३]भनेर व्याख्या गरिएको छ। प्रस्तुत श्लोकमा प्रेम, सद्व्यवहार, सहयोग र एकताका पक्षहरू जोड दिइएको यस्ता पक्षले व्यक्तिमा शान्ति विकास गर्न मद्दत गर्दछ।

उल्लेखित अथर्व वेदका श्लोकहरू शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित छन्। मुलतः कल्याण, सतसङ्ग, ज्ञान, विज्ञान, श्रेष्ठकार्य, अहिंसा, उपदेश, क्रोधनगर्ने, सुख र सद्व्यवहार जस्ता पक्षहरूमा जोड दिइएको छ, जुन शान्तिशिक्षासँग सम्बन्धित छन्।

**खप्तड बाबाका दृष्टिमा शान्तिशिक्षाका दार्शनिक पक्षहरू**

स्वामी सच्चिदानन्द सरस्वरी (खप्तड बाबा २०६९) को विचार विज्ञान पुस्तकमा शान्तिसँग सम्बन्धित विभिन्न दार्शनिक पक्षहरू रहेका छन्। महत्वपूर्ण दार्शनिक पक्षहरू निम्न छन्।

विचार बाटै नै शान्ति पैदा हुन्छ भन्दै स्वामी यस्तो विचार रररहेको छ "यदि तिमी आनन्द, आरोग्य, ऐश्वर्य प्राप्त गर्न चाहन्छौ भने विचारहरूलाई शुद्ध बनाउने अभ्यास गरी तिम्रा विचार जव उत्तम र उचित मार्गमा चल्न थाल्नेछन्। तब तिम्रो तेज, बल आरोग्य र ऐश्वर्य आफै बढ्न थाल्ने छ। त्यसबाट तिमीलाई अत्यन्त आनन्द र असिम

[२१]भट्टराई, तुल्सी (२०२६) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौँ (पृ. १९३)।

[२२]भट्टराई, तुल्सी (२०४०) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौँ (पृ. १९५)।

[23]भट्टराई, तुल्सी (२०४०) चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको सङ्ग्रह चार वेद, मधुवन प्रकाशन काठमाडौँ (पृ. १९७)।

शान्ति प्रतीत हुन थाल्ने छ र तिम्रो जन्म सफल हुन जाने छ।”[२४]प्रस्तुतभनाइमा शान्तिको लागि आफ्नो विचार शुद्ध गराउनु पर्नेमा जोड दिइएको छ। सकारात्मक सोच बाट नै सम्पूर्ण आनन्द,शक्ति र शान्ति प्राप्ति हुन्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ।

स्वामी अनुसार शान्तिको सन्दर्भमा महत्वपूर्ण विचार “नसोधी नबुझी मुखबाट कुनै कुरा ननिकाल। राम्रो सँग सुनेर, बुझेर बोल्ने प्रयत्न गर जहाँसम्म हुन्छ बोल्ने कम र काम धेरै गर्ने गर्नु पर्दछ। सदा अन्तर वाह्य पवित्र राख। आफ्ना विचारशुद्ध र पवित्र राख। पवित्रता र शान्तिको विचारहरूबाट मस्तिष्कमा ओजन सम्पन्न हुन्छ” ।[२५] प्रस्तुत भनाइमा पवित्रता र शान्तिमा जोड दिइएको छ। आन्तरिक शान्तिको लागि यी दुवै पक्षको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ।

शान्ति र शक्ति बारेमा महत्वपूर्ण विचार “स्वामीको यस्तो रहेको छ यदि तिमी राम्रा विचार गर्छौ भने संसारमा सबैतिरबाट राम्रा विचार तिमीकहाँ आफै आउन थाल्नेछन्। यसैले सर्वप्रथम आफ्नो मनमाथि अधिकार जमाउ। तब तिमी जस्तो बन्न चाहान्छौ उस्तै बन्ने छौ। आफ्नो मनलाई वशमा नगरी पूर्ण शक्ति र स्थिर शान्ति प्राप्त गर्न दोश्रो उपाय छैन।”[26] प्रस्तुत भनाइमा शान्तिको लागि राम्रो विचार गर्नुमा जोड दिइएको छ। आफ्नोमन नै सर्वशक्तिशाली हुन्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ।

आफै भित्र शान्ति प्राप्त गर्न स्वामीको विचार यस्तो रहेको छ “यदि तिमी आफ्नो शरीरमा आरोग्यता, नवजीवन र नयाँ शक्ति चाहान्छौ भने आफ्नो मनमा सदा हर्ष, आनन्द, शान्ति, सन्तोष, प्रेम, दया, तथा आत्म विश्वास आदि गुणहरूलाई धारण गर। थोरै समयमा तिम्रो शरीरमा शक्ति, यौवन, सौन्दर्य, उत्साह, बल र स्फूर्ति सञ्चार हुन थाल्ने छ।”[२७] प्रस्तुत भनाइमा आफै भित्री शान्ति प्राप्त गर्ने शक्ति हुन्छ भनी उल्लेख गरिएको छ।

मानसिक शान्ति प्रातिको लागि स्वामीको धारणा “सबै प्रकारका दुःख मनमा नराम्रा भावनाहरूबाट उत्पन्न हुन्छन्। जहाँ मनको शुद्ध भावना रहन्छ उहाँ सुख रहन्छ। मानसिक शान्तिको नाम नै सुख हो र मानसिक अशान्तिको नाम नै दुःख हो।”[28]प्रस्तुत भनाइमा मानसिक शान्तिका लागि राम्रा भावना हुनु पर्ने जोड दिएको छ। मनको शुद्ध भावनाबाटै नै शान्तिपैदा हुन्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ।

आन्तरिक शार्िन्तको सम्बन्धमा गहन विचारस्वामीको यस्तो रहेको छ “हाम्रो सच्चा जीवन आन्तरिक हो। त्यसैले सच्चा परिवर्तन वाह्य स्थितिमा होइन आन्तरिक स्थितिमा गर्नु छ। जीवन बल, सुख, शक्ति, शान्ति दुःख आनन्द भित्रबाट नै प्राप्त गर्नुछ। जो भित्र छ त्यो समय पाए पछि बाहिर आउँछ। जो मनमा हुन्छ, त्यो वाणीबाट प्रकट हुन्छ। जो मनमा हुन्छ, त्यही तेजरुपले आँखामा थाहा हुन्छ। यी नियमहरूलाई हृदयङ्गम गर र आफूभित्रका तत्वहरूलाई सुधार्दै आफ्नो आन्तरिक अस्तित्वमा स्थित होउ।”[२९]प्रस्तुत भनाइमा शान्ति आफै भीत्र रहेको हुन्छ भनी उल्लेख गरिएको छ।शान्तिको मार्ग आफैसंग छ बाहिर काही भौतारिनु पर्दैन व्याख्या गरिएको छ।

**बौद्धदर्शनमा शान्तिशिक्षा**

**धम्मपदमा शान्तिशिक्षासंग सम्बन्धित पक्षहरु**

२५० यस्स चे’तं समु’च्छिन्नं-मूलघच्चं समूहतं।
स वे दिवा वा रत्तिं वा- समाधि’ अधिगच्छति ॥१६॥
जसले यस्तो मनोवृत्तिको जड समेत उखेलेको छ,

[२४]विचार वि१ान (पृ. ६)।

[२५]विचार विज्ञान (पृ. ५)।

[२६]विचार विज्ञान (पृ. द्दठ)।

[२७]विचार वि१ज्ञान (पृ. छ)।

[२८]विश्व हिन्दु महासङ्घ नेपाल (पृ. ८१)

[२९]विश्व हिन्दु महासङ्घ नेपाल (पृ. १००)

त्यसको मनमा दिनरात शान्ति हुन्छ र समाधि प्राप्त हुन्छ ॥१६॥

प्रस्तुत श्लोकमा मनमा शान्ति र समाधि प्राप्तिको लागि मनोवृत्तिको जड सफा हुनु पर्ने कुरा व्यक्त गरिएको छ। सवैमा शान्ति कायम गर्न उक्त कुरा महत्वपूर्ण रहेको छ। शान्ति आफै भित्र छ सदैब सकारात्मक सोच मनमा शान्ति हुदा नै सबैमा शान्ति हुन्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ।

३७९ अत्तना चोदयंत्तानं-पटिमासे अत्तम'त्तना।
सो अत्तगुत्तो सतिमा-सुखं भिक्खुंविहाहिसि ॥२०॥
आफूलाई आफैले प्रेरणा दिने, आफूलाई आफैले परीक्षा गर्ने
आत्मसंयमी र स्मृतिवान भिक्षु सुखपूर्वक बाँच्दछ ॥२०॥

प्रस्तुत श्लोकमा आत्मसंयमी र स्मृतिवान बन्न आफूलाई आफैले प्रेरणा दिने आफ्नो परीक्षा गर्ने कुरा उल्लेख गरिएको छ। यी पक्षहरु आन्तरिक शान्तिसंग सम्बन्धित रहेका छन्। आन्तरिक शान्तिको लागि आत्मसंयम रस्मृति महत्वपूर्ण हुन्छ भनेर उल्लेख गरिएको छ।

१९७ सुसुखं वत जीवाम-वेरिनेसु अवेरिनो।

वेरिनेसु मनुस्सेसु-विहराम अवेरिनो ॥१॥

अहो, वैरीहरुको बीचमा म शत्रुभाव नराखेर सुखपूर्वक बसेको छु,

घृणित मानिसहरुको बीचमा म घृणाको भाव नराखेर बसेको छु ॥१॥

प्रस्तुत श्लोकमा शत्रुता भाव घृणा भाव नराखेर बस्दा सुख शान्ति हुन्छ भनेर उल्लेख गरिएको छ जुन शान्तिसंग सम्बन्धित रहेको छ। शत्रुभाव र घृणा नराख्दा सबैमा आनन्द शान्ति हुन्छ भनेर व्याख्या गएिको छ।

१९८ सुसुखं वत जीवाम-आतुरेसु अनातुरा।

आतुरेसु मनुस्सेसु-विहराम अनातुरा ॥२॥

आश्चर्यको कुरा छ, भयभीतको बीचमा म भयभीत नभई सुखपूर्वक बसेको छु।

भयसहित मनुष्यको बीचमा म भयरहित भइरहेको छु ॥२॥

प्रस्तुत श्लोकमा भयरहित हुनु नै सुखपूर्वक रहनु हो भनिएको छ। जुनसुकै परिस्थितिमा पनि भयरहित भए शान्ति प्राप्ति हुन्छ भनेर ब्याख्या गरिएको छ।

२०२ नत्थि रागसमो अग्गि-नत्थि दोससमो कली।

नत्थि खन्धसमा दुक्खा-नत्थि सन्ति पर सुखं ॥६॥

राग जस्तो आगो अर्को छैन, द्वेष जस्तो अपराध अरु छैन,

पञ्च स्कन्ध समान दुःख अरु छैन, शान्ति जस्तो सुख अर्को छैन ॥६॥

प्रस्तुत श्लोकमा राग, द्वेष अपराध हुन्, पञ्चस्कन्ध दुःख हो, शान्ति नै सुख हो भनिएको छ। यी पक्ष आन्तरिक एवम् वाह्य शान्ति संग सम्बन्धित छन्। दुःख र सुखको बारेमा व्याख्या गरिएको छ।

१८३ सब्ब पापस्स अकरणं कुसलस्य उपसम्पदा ।

सचित्तपरियोदपनं-एतं बुद्वान सासनं ॥५॥

कुनै पाप नगर्नु, पुण्य संचय गर्नु र अरुको आफ्नो चित्तलाई

शुद्ध गर्नु यही बुद्धहरुको शिक्षा हो ॥५॥

प्रस्तुत श्लोकमा पाप नगर्नु पुण्य संचय गर्नु र अरुको चित्तलाई शुद्ध गर्नुलाई शिक्षाको रुपमा लिइएको छ ।यो शान्तिको लागि महत्वपूर्ण शिक्षा हो ।सबैमा चित्त शुद्ध हुने पाप कर्म नगर्ने हो भने शान्ति हुन्छ भनेर व्याख्या गरिएको छ ।

१८५ अनूपवातो अनूपघातो -पातिमोक्खे च संवरो ।

मत्तञ्ञुता'च भत्तस्मिं-पन्थञ्च सयनांसनं ।

अधिचित्ते व आयोगो एतं बुद्वानंसासनं ॥७॥

कसैलाई निन्दा वा हिंसा पीडा नगर्नु, प्राति मोक्षका शीलहरु पालना गर्नु,

आहारमा मात्राको ज्ञान राख्नु एकान्तबास गर्नु र चित्त शुद्धिको निम्ति योग गर्नु

यही बुद्धहरुको शिक्षा हो ॥७॥

प्रस्तुत श्लोकमा निन्दा नगर्नु, हिंसा नगर्नु, शीलहरु पालना गर्नु, आहारमा मात्राको ज्ञान हुनु, योग गर्नु र चित्त शुद्धी गर्नुलाई बुद्धहरुको शिक्षाको रुपमा लिइएको छ । यी पक्षहरु आन्तरिक एवम् वाह्य शान्तिसंग सम्बन्धित छन् ।

४२ दिसो दिसं यं तं कयिरा-वेरी वा पन वेरिनं. ।

मिच्छा पाणिहितं चित्तं-पापियो नं ततो करे ॥१०॥

शत्रुले शत्रुलाई जति हानि पुऱ्याउँन सक्छ, त्यो भन्दा बढी हानि

कुमार्गमा लागेको चित्तले पुऱ्याउँछ ॥१०॥

प्रस्तुत श्लोकमा सुमार्गमा लाग्नु, कुमार्ग त्याग्नु जस्ता पक्ष आन्तरिक शान्तिसंग सम्बन्धित रहेका छन् । सत्य मार्गमा लाग्नु र कुमार्गमा नलाग्नुले सबैको भलो हुन्छ सबैमा शान्ति हुन्छ भनेर उल्लेख गरिएको छ ।

४३ न तं माता पिता कयिरा-अञ्ञे वा पि च ञातका ।

सम्मा पणिहितं चित्त-सेथ्यसो नं ततो करे ॥१०॥

सुमार्गमा लागेको चित्तले आफुलाई जति उपकार गर्दछ,

त्यति उपकार बाबु, आमा र कुटुम्बले समेत गर्न सक्दैनन् ॥११॥

प्रस्तुत श्लोकमा चित्तलाई सुमार्गमा लगाउनु आन्तरिक शान्तिसंग सम्बन्धित रहेको छ । आफैमा आनन्द खोज्न, शान्ति खोज्न र सत्य बाटो खोज्न सकारात्मक सोच हुनु पर्ने कुरामा जोड दिइएको छ ।

९६ सन्तं तस्य मनं होति-सन्ता वाचा च कम्म च ।

सम्मदञ्ञा विमुत्तस्य उपसन्तस्स तादिनो ॥७॥

राम्रो संग जानी बुझी मुक्त भइसकेको अहित पुरुषको मन शान्त हुन्छ,

वाणी तथा कर्म पनि शान्त हुन्छ ॥७॥

प्रस्तुत श्लोकमा अहित पुरुषको मन, वाणी तथा कर्म शान्त हुन्छ । शान्तिको लागि वाणी महत्वपूर्ण हुन्छ । यो शान्तिशिक्षासंग सम्बन्धित रहेको छ । आफनै मन वानी ब्यवहारले शान्ति प्राप्त गर्न सकिने कुरामा जोड लिइएको छ ।

५ नहि वेरेन वेरानि-सम्मन्तीध कुदाचनं ।

अवेरेन च सम्मन्ति-एस धम्मो सनन्तनो ॥५॥

रीसले वैरभाव शान्त हुने छैन, प्रेमभावले मात्र

वैरभाव शान्त हुन सक्छ, यही सनातन देखि चलि आएको धर्म हो ॥५॥

प्रस्तुत श्लोकमा प्रेमभावले शान्त हुन्छ भनेर उल्लेख गरिएको छ । यो शान्तिशिक्षासंग सम्बन्धित रहेको छ । प्रेमभाव व्यवहारले सबैमा शान्ति एकता हुने पक्षमा ब्याख्या गरिएको छ ।

बौद्धशिक्षा बौद्धदर्शनबाट निर्देशित रहेको छ । गौतम बुद्धले प्रतिपादन गर्नु भएको यो दर्शन विचार नै बौद्ध शिक्षाको मुल सार हो । यस दर्शनले प्रत्यक्ष र अनुमानबाट प्रमाण मान्दछ । यस दर्शनले सुख दु:ख अनुभूति ईश्वरीय आनन्द र मानवीय जीवनमा नै प्राप्त हुन्छ भन्ने मान्यता राख्दछ । वैदिक दर्शनको उदय पश्चात् बौद्ध दर्शनको उदय भएको हो । यस दर्शनमा मानिस जीवित हुँदै, राग, द्वेष, मोहबाट मुक्त हुन सके निर्वाण (मोक्ष) प्राप्त गर्न सक्दछ भन्ने विश्वास रहेको छ । यस दर्शनले पाँचै स्कन्छ रूप स्वकन्ध, वेदना स्कन्ध, संस्कार स्कन्ध, संज्ञा स्कन्ध र विज्ञान स्कन्ध जोड दिएको छ । यस दर्शनमा चार आर्य सत्य व्याख्या गरिएको छ । दु:खको विद्यमानता, दु:खको मूल, दु:खको अन्त र दु:ख नाशको उपाय एवं मार्ग यी चार आर्य सत्य हुन् । बौद्धदर्शनमा आर्य आष्टाङ्गिक मार्ग अन्तर्गत प्रज्ञा, शील र समाधिको व्याख्या गरिएको छ ।

बौद्धदर्शनमा यी प्रज्ञा, शील र समाधिका मूल्यहरूको आधारमा शिक्षा प्रदान गरिन्छ । पञ्चशिललाइ पनि शिक्षाको आधारमा लिइन्छ । यी पक्षहरुलाई जीवनमा पालना गर्नुपर्नेमा जोड दिइएको छ साथै बौद्ध शिक्षामा महत्वपूर्ण मुल्य र मान्यता रुपमा लिइन्छ ।

**शान्तिशिक्षाको आवश्यकता**

नेपाली माटोमा स्थापित शान्तिका दर्शनहरुले नै विश्वमा शान्तिका सन्देश दिन्छ । विश्वमा शान्ति देश शान्ति भूमी बन्न सक्छ । शान्तिको देश नै पर्यटन स्थल बन्न सक्छ । यहाँ तराई, पहाड र हिमाल सबै भूभागमा रमाणीय त्यस्ता स्थलहरु छन, जसलाई शान्तिको सन्देश दिने अर्न्तराष्ट्रिय शान्ति केन्द्रको रुपमा स्थापित गराउन सकिन्छ । शान्तिशिक्षाको विद्यालय शिक्षामा व्यवस्थापन गर्न सके पाठ्यक्रमले अपेक्षा गरेका , राष्ट्रिय शिक्षामा अपेक्षित उद्देश्यहरु, तहगत र कक्षागत उद्देश्यहरु पूरा हुन्छन् । पूर्वीय दर्शनका शान्तिका पक्ष र पश्चिमेली दर्शनमा शान्तिका मूल्यलाई समेटेर एकाइसौ शताब्दीका चुनौति सामाना गर्ने विश्व मानवताका भावनाले ओतप्रोत नागरिक उत्पादन गर्न शान्तिशिक्षाको व्यवस्था गर्नु पर्दछ । विशेष गरी समाजमा हुने द्वन्द्व, विद्यालयमा हुने द्वन्द्व र विभिन्न सरोकारवालासँग हुने द्वन्द्वलाई समाधान गर्न शान्तिशिक्षाको नितिगतरुपमा शिक्षाको व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ । विद्यालयमा निम्न समस्या समाधान गर्न शान्तिशिक्षाको आवश्यकता रहेको छ ।

१) विद्यालयहरुमा हिंसाजन्य गतिविधिलाई हटाउन ।
२) विद्यार्थी विद्यार्थी बीच हुने द्वन्द्व हटाउन ।

३) विद्यालय प्रशासन र विद्यार्थीहरु वीच सम्बन्ध बलियो बनाउन ।
४) शिक्षक र शिक्षकका वीच सम्बन्ध बलियो बनाउन ।
५) व्यवस्थापन समिति र शिक्षक वीच सौहाद्रता विकास गर्न ।
६) विद्यालयमा शान्तिपूर्व वातावरण सृजना गर्न ।
७) विद्यार्थीहरुमा आन्तरिक शान्तिको विकास गर्न ।
८) परिवार समुदायमा हुने द्वन्द्ध हटाउन ।
९) विद्यालय, परिवार र समाजमा मैत्री भावनाको विकास गर्न ।

**शान्तिशिक्षाको व्यवस्था**

जब सम्म विद्यालयमा शान्तिशिक्षाको व्यवस्थापन एवम् प्रभावकारी कार्यान्वयन हुन सक्दैन तव सम्म शान्ति मैत्री समाज बनाउन सकिदैन । हरेक विद्यार्थीहरुमा मैत्री, करुणा, शिष्टता मित्राता, सदाचार, सहानभूति , सम्मान, मानवता, सहयोग, प्रेम, स्नेह र सकारात्मक सोच आदिको विकास गर्न सके आर्दश शान्तिप्रेमी नागरिक बनाउन सकिन्छ । अपेक्षित शान्तिप्रेमी समाजको निर्माण गर्न विद्यालयमा शान्तिप्रेमी शिक्षाको आवश्यकता पर्दछ । शान्तिशिक्षाको लागि निम्न कार्य गर्नुपर्दछ ।

१) शान्तिशिक्षाको नितिगत व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ ।
२) शान्तिशिक्षाको अलग्गै विषयको व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ ।
३) शान्तिशिक्षाको विद्यालयमा गोष्ठी सेमिनार सञ्चालन गर्नुपर्दछ ।
४) विद्यालयको भौतिक व्यवस्थापन शान्तिमय बनाउनु पर्दछ ।
५) विद्यालयमा ध्यान र योगको दैनिक कार्यतालिकामा व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ ।
६) आन्तरिक क्रियाकलापकामा शान्तिका क्रियाकलापमा जोड दिनुपर्दछ ।
७) शान्तिका विज्ञहरुलाई विद्यालयमा कक्षाको व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ ।
८) पूर्वीय दर्शन अन्तर्गत वेदान्त दर्शनका, बौद्ध दर्शनका र पश्चिमेली दर्शनका शान्तिका मुख्य पक्षहरुलाई शान्तिशिक्षाको पाठ्यक्रममा समेटनु पर्दछ ।

## निष्कर्ष

विद्यालय शिक्षामा शान्तिशिक्षाको व्यवस्था हुनुपर्दछ । शान्तिशिक्षाको अलग्गै विषयको व्यवस्था हुनुपर्दछ । वर्तमान समाजमा अनुशासन, सामाजिकता, सेवा, सहानुभति, मान मर्यादा, श्रद्धा, आर्दश, मित्रता, मैत्री र मानवता पक्षहरुको विकास गराउन विद्यालयमा शान्तिशिक्षाको आवश्यकता र महत्व रहेको छ । विद्यालयमा हुने झैझगडा, द्वन्द्ध, असमझदारी, र नकारात्मकता जस्ता पक्षहरु हटाउन, शान्तिमय वातावरण तयार गर्न र शान्तिशिक्षाका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्नु पर्दछ । विद्यालयमा पाठ्यक्रममा राष्टिय शिक्षामा उद्देश्य, तहगत उद्देश्य र विषयगत उद्देश्यमा शान्तिशिक्षाको व्यवस्थापन हुनु पर्दछ । शान्तिसँग सम्बन्धित विद्यालयमा भौतिक व्यवस्थापन र शैक्षिक एवं सामाजिक व्यवस्थाको नितिगत रुपमा केन्द्रिय, प्रदेश स्तरिय र स्थानिय स्तरमा योजनाहरुमा शान्तिशिक्षाको पक्षहरु सम्बोधन गर्नु पर्दछ । वर्तमान समाजको अपेक्षित विद्यार्थीहरुको व्यवहार, सक्षमता र सिकाइ उपलब्धि प्राप्त गर्न शान्तिशिक्षाको अन्य कार्यक्रमहरु योजनाबद्ध रुपमा लागु गर्नुपर्दछ । शान्तिशिक्षाको स्रोत साधन पूर्वीय दर्शन र पश्चिमेली दर्शनका महत्वपूर्ण पक्षहरुलाई विद्यालय शिक्षामा समेटनु पर्दछ । वेदका महत्वपूर्ण शान्तिसँग सम्बन्धित पक्षहरु समेटनु पर्दछ । बौद्ध दर्शनका अन्तर्गत  त्रिपिटकका शान्तिसँग सम्बन्धित पक्षहरु समेट्नु पर्दछ । विद्यालय शिक्षामा प्रयोगात्मक रुपमा ध्यान र योग पक्षहरु अनिवार्य रुपमा पाठ्यक्रममा व्यवस्था गर्नु पर्दछ ।

## सन्दर्भग्रन्थसूची

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ( २०६३ ), राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप सानोठिमी : शिक्षामन्त्रालय पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ( २०७६ ), राष्ट्रिय पाठ्क्रम प्रारुप सानोठिमी : शिक्षामन्त्रालय, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।
उपाध्याय, गोविन्द शरण (२०६६), आर्य दर्शन काठमाण्डौं : विद्याथी पुस्तक भण्डार
बज्राचार्य दण्डबहादुर (२०६६), दीर्घ निकाय ललितपुर : वीर पूर्ण पुस्तक संग्रलाय
रावल, ललिजन (अनु) (२०६६), गौतम बुद्ध र उनका उपदेशहरु काठमाण्डौं : वी. एन पुस्तक भण्डार ।

शर्मा, गोपिनाथ (२०६८), नेपालको शिक्षाको इतिहास, काठमाण्डौं : मकालु प्रकाशन ।
भट्टराई, तुल्सी (१९९८), चार वेदको परिचय र ईश्वर भक्ति सम्बन्धी वेद मन्त्रहरुको संग्रह काठमाण्डौं : मधुवन प्रकाशन ।
वेदान्कार, दिलीप (२०१३), शान्तिका शास्वत मार्ग दिल्ली: विजय कुमार गोविन्द राम दासानन्द ।
Harris and Morrison (2003), peace education 2nd ed. Londan North Caoina Mc Paiand & Co.