खण्ड –१

j[4 bz{g

वृद्धोपनिषद्

वृद्धोपनिषद् सार वेदो पनिषद्को जग ।
मानवमात्रको साझा हो कला जीउने जग ॥
यो ज्ञान सार्वभौमी हो सर्ववर्ण क्रिया त हो ।
विश्वकै एउटै साझा वेद विज्ञान ज्ञान हो ॥

देश त भूमि रेखाको कालको युगको कुनै ।
तत्त्वले वाडिने हैन विभेद मानवी जुनै ? ॥
वृद्धको मान सम्पत्ति विश्वमै किन भिन्न छ ?
योत खालि अवस्था हो व्यवहार किन भिन्न छ ?

वृद्धावस्था त छालाको हो, मन बुद्धि होइन ।
विवेकहिन आत्मा ज्ञान त्यो पनि त होइन ॥
विकार पाँच सारा त्या भौतिक मांसपिण्ड हो ।
पिरिने दर्दिने गल्ने माटोको घडा खालि त्यो ॥

आत्माले त्यो घडा छाडे जान्छ त्या खरानी बनी ।
पूर्व पश्चिम त्यस्तै हो, बाँकी छैन कतै पनि ॥
प्राणछँदै यो डल्लाको चित्त खुशी पार्नु धर्म हो ॥
धर्म नि विश्वको यौटै वृद्ध रूप पनि धर्म हो ।

वृद्धोपनिषद् सार वेदोपनिषद्को जग ।
मानव मात्रको साझा जिउने हो कला जग ॥
यो ज्ञान सार्वभौमी हो, सर्ववर्ण क्रिया नि हो ।
विश्वकै एउटै साझा वेदविज्ञान ज्ञान हो ॥

वृद्धावस्था कायाको मात्रै मन-बुद्धिविवेकीको ।
आत्माको ज्ञानको धेरै परमः ब्रह्मतत्त्वको ॥
ज्ञानज्येष्ठ, उमेरज्येष्ठ, ज्येष्ठसम्बन्धको पनि ।
बुझेर गर आदर व्यवहार बोलिमा पनि ॥

प्राणीको देह हो डल्लो पञ्च-तत्त्व मिलाएको ।
पिरिने, दुर्दिने बन्ने खोल त बाह्य मात्र हो ॥
आत्माले जीव छाडे'छि खालि डल्लो मृत्तिका न हो ।
प्राण छँदै यो डल्लोको चित्त खुशी पार्नु धर्म हो ॥

वालकुमार् किशोर वृद्धा प्रकृतिको नियम हो ।
वृद्धाभाव नलाउँदै जान्नुपर्ने कुरा पो हो ॥
पठित वीचमा वृद्ध अपठित भए पनि ।
खारिएको सार बोकेको पाको नै ज्ञानी हुन्छ नि ॥

ज्येष्ठता ईशको रूप, पितृको पनि रूप हो ।
गहना हो समाजैको, ऊ ज्यूँदो इतिहास हो ॥
पीडी शिक्षा दिने गुरु पीडीको अगुवा उ हो ।
परिबार बाँधेर राख्ने कसिलो घर डोरी हो ॥

हजार पूर्णिमा देखेपछि ती देव बन्दछन् ।
पूजा गरेपछि उन्को धर्म हुन्छ मुक्ति पाउँछन् ॥

ढोगिन्छ साँझ बिहान आर्शीवाद सब माग्दछन् ।
वैदिकी समाजैले ज्येष्ठ आशिष खोज्दछन् ॥

वृद्धदर्शन

जेठो को ? को कनिष्ठ हो ? पुष्टि कस्ले गर्न शक्दछ ?
ब्रह्माको एक दिन देख्ने धरामा जिउँदो को छ ?
धराको ज्येष्ठता भित्र सूर्य वा कृष्ण छेदको ।
ज्येष्ठता कसरी नाप्ने कीट कोदो फर्सी बीजको ॥

धराको ज्येष्ठता भित्र सूर्य वा कृष्ण छेदको ।
ज्येष्ठता कसरी नाप्ने मकै कोदो काक्रो बीजको ?
बुद्धले के देखे यौटा बूढो, रोगी र लास जो ।
मैले देखें कति भोगें पोको ठूलो कति भयो ॥

खोजको वस्तु यो हैन बुझ्ने खाली ब्रह्म चक्रको ।
ज्ञानको सान हो जान्ने ज्येष्ठ पाका वृद्धवृद्धको ॥१॥
ज्येष्ठता एक ऋतु हो जीवन्चक्र घुमाउने ।
ईशको एक लीला हो संसार चक्र घुमाउने ॥

मैले केटा कति देखें, देखें ढोटे र यौवना ।
पाको देखें, देखें बूढो अति बूढा कति जना ॥
केटो छँदा बूढो आफु हुने कति कति पर ।
ठान्थे म त्यो छिटै आयो दशकौ त भर्खर ॥२॥

तलबाट माथि टाढा छ माथिबाट नगिच छ ।
भनेर बल्ल जाने'छु संसार यो विचित्र छ ॥
जस्ले विचित्र यो बुझ्छ विश्वचक्र ऊ बुझ्दछ ।
समप्रेमी भावले ज्यूँ छ वैदिकी भई बाँच्दछ ॥३॥

बूढो जति भयो उत्ति पाउँछ प्रेम आदर ।
छोरा नाति पनातिको, समाज देश सादर ॥
वन वारी जल विना भूमि मरुभूमि बन्दछ ।
वृद्धवृद्धा विना घर निरस जड बन्दछ ॥४॥

सूर्य विना कहाँ दिन हिम विना कहाँ जल ।
वृद्ध विना कहाँ ज्ञान-सागर बन्छ त्यो घर ॥
ग्रहका सूर्य हुन् ज्येष्ठ नक्षत्रमा ती चन्द्र हुन् ।
घरका मूली हुन् ज्येष्ठ देशका अगुवा ती हुन् ॥

धन वृद्धा, वयोवृद्धा, ज्ञान वृद्धाहरू सबै ।
वृद्ध हुन् देशका श्रोत भण्डार ज्ञानका सबै ॥
ज्यष्ठले नै कुलका पौत्र पुत्री रेखदेख गर्दछन् ।
आत्मावली अनुशासी ज्ञान सीप क्षम भर्दछन् ॥

पींडी शिक्षा यिनै दिन्छन् संस्कार स्थानान्तर गर्दछन् ।
सभ्यता यिनले दिन्छन् जीवन् तर्न सिकाउँछन् ॥
आगो तापिन्छ मुढाको अर्ति मागिन्छ ज्येष्ठको ।
पींडी शिक्षा घरघरै चल्छ बन्छ कुटुम्ब श्रेष्ठको ॥

ज्ञान वृद्धाहरू सामु पर्छन्, ती शिष्य बन्दछन् ।
जस्को ज्येष्ठप्रति आदर् सम्मान स्नेह व्यवहार छ ॥
उमेरवृद्ध समाजैमा सर्बमान्य र ग्राह्य छ ।
देखाउँने प्रेमसद्भाव, प्रसिद्धि विश्व पाउँछ ॥

आँखा श्रेष्ठ शरीरैको मन श्रेष्ठ इन्द्रिय बिच ।
वृद्ध श्रेष्ठ समाजैको देशको विश्वकै बिच ॥

पशुमा दुहुनो गाई, वृक्षमा ऊ श्रीखण्ड हो ।
घर गाउँ देशको प्रिय पूज्य मानिस ज्येष्ठ हो ॥

वानप्रस्थ प्रवेशी हो अनुभवी कुटिरी हो ।
परा विद्या परम बूद्धि परम्तत्त्व ऊः ज्ञानी हो ॥
शोभा हो मानवत्वकै दर्शन गर्न धेर आउँछन् ।
स्वच्छमन शुद्ध भावीले आशिष धेर पाउँछन् ॥

धर्म चर्चा त्यहाँ हुन्छ, सकारात्मक सोचको ।
सत्सँग ठूलो हुन्छ सुकर्म जन्म जन्मको ॥
वालवृद्धा दोजिया नारीले पनि गर्नु पर्दछ ।
हितकारी कुरा साथै सेवा पनि गर्नु पर्दछ ॥

बुढ्यौली

चार आश्रममा दुई पछिल्ला हुन वृद्धका ।
वानप्रस्थ पुगेपछि सेवा बन्छ सुपुत्रका ॥
उमेर पचास पुग्दोमा जीव भन्ज्याङ्ग पुग्दछ ।
त्यसपछि तल झर्छ नदी कै तिर पुग्दछ ॥

दृष्टि हीन हुँदै जान्छ, कानले सुन्न छोड्दछ ।
स्वाद लिने घ्राणको शक्ति क्रमशः घट्न सक्दछ ॥
छाला चाउरिदै जान्छ पातलिन्छ च्वास्स पोल्दछ ।
शीतोष्ण छ दुबै गाह्रो, बस्दा हाड बिझाउँछ ॥

शरीर तौल नि घट्दछ हात हल्लेर पोख्दछ ।
दूध चिया सबै थोक, खुट्टा ठोक्किइ लड्दछ ॥
पहिले शिरका केश सेता हुन्छन् क्रमैसित ।
छाती, आँखीभउँ काखी गल्छ जीउ क्रमैसित ॥

शिरका केश नि झर्छन्, हाडजोर्नी दुख्न थाल्दछन् ।
ढाड दुख्छ, कुप्रिन थाल्छ मांसपेशी पनि दुख्दछन् ।
प्रणाली पाचनै घट्छ, काम गर्ने बल घट्दछ ॥
शक्ति स्मरणको घट्छ, हात तन्तु टोन घट्दछ ॥

प्रतिरोध शक्ति नि घट्छ, राल भुई नाक मुखमा ।
केटाकेटीहरू जस्तै झर्दछ हर ठाउँमा ॥
पखाला कि कब्जियत गडबड हुन्छ पेटमा ।
पुस्तान्तरले गर्दा गडबड हुन्छ मनमा ॥

हुन्न पिसाब कन्ट्रोल दिशा राल खकारको ।
जिग्रिङ्ग फोहोरी झुत्रे पात्र ऊ हुन्छ घिनको ॥
अवयब कोसिका तन्तु विग्रिन जब थाल्दछ ।
रूप रंग बदलिन्छ बुढ्यौलीले पगाल्दछ ॥

वानप्रस्थ प्रवेशमा जन सेवा गर्नु पर्दछ ।
सन्याश्रमद्वार छिरे'छि ईशलीन हुनुपर्दछ ॥
ब्रह्मचर्य पाठको ज्ञान, गृहस्थाश्रमको प्रगोग ॥
जोडेर ज्ञान ऊ बाँडोस् वानप्रस्थ भरी गरोस् ।

अर्चना विष्णुको ध्यान अध्यात्मी मात्र ऊ बनोस् ।
उपभोक्ता सोच छाडेर पौरस्त्य ज्ञान ऊ बुझोस् ॥
आचार हो सन्यास घरमै बसी ऊ गरोस् ।
परिवार छिमेकीको साथमै बसी ऊ मरोस् ॥

सन्यासमा पुगेपछि तीर्थधाम ईशको भजोस् ।
बुझेर सन्तति सारा सहयोगी वृद्धको बनोस् ॥

इच्छा बुझेर चाँजो पाँजो सन्ततिले गरोस् ।
आफै बूढो हुँदा हुने परिवर्तन ऊ सिकोस् ॥

इशको नाम जपेर बस्ने माहुल नै बनोस् ।
सुखकर मृत्युको बाटो के हुन्छ त्यो पनि बुझोस् ॥
वृद्धावस्था रुइंटे पिङ घुम्दछ यही जुनीमा ।
जन्ममृत्यु पापपुण्य त घुम्दछ जन्मजन्ममा ॥

पैसट्ठी वर्ष काटेको बूढोमा गनिए पनि ।
चौरासी पूजन गर्दै शतवर्ष बाँच भन्दछौं ॥
छ बिस वर्षको आयु पौरस्त्य धर्म मान्दछ ।
जति बाँचे पनि स्वस्य निरोगी हुनु भन्दछ ॥

अवयव कोशिका तन्तु विग्रिन जब थाल्दछ ।
रूप रङ्ग बदलिन्छ बुढ्यौली हुन थाल्दछ ॥
अल्छी, सक्रिय जो छैन चाँडै वृद्ध हुन सक्दछ ।
मन सशक्त पारेर सक्ने कर्म गर्नु-पर्दछ ॥

बाहिरबाट भित्रिने उपभोक्तावादी पश्चिमी ।
भित्रबाट बाहिर आउने हो ममत्व प्रेमपूर्वको ॥
स्नेह सद्भाव हो हाम्रो ऊर्जा जाग्रितभै हुने ।
देह पो मर्ने हो प्रेमसद्भाव जन्मको हुने ॥

यो देश भूमिरेखाको, कालको युगको कुनै ।
तत्त्वले वाडिने हैन किन देश विभेद छ ?
ईश्वरकृत हो सत्य मानवकृत असत्य छ ।
असत्यको पछि हिड्ने मानिसको स्वभाव छ ॥

प्राच्यको वृद्ध व्यवस्था

पूर्वीय सभ्यताभित्र वृद्ध देवदेवी बन्दछन् ।
पूजा गरिन्छ वृद्धाको आशीर्वाद थाप्ने गर्दछन् ॥
वृद्ध नआई थालिन्न सभा गोष्ठी र बैठक ।
निचोर् निर्णय ती दिन्छन् शुद्ध हुन्छ त्यो बैठक ॥

सूर्यबाट पाएझैं ऊर्जा ज्येष्ठबाट पनि आउँछ ।
सकारात्मक ऊर्जा ज्येष्ठबाटै मात्र पाउँछ ॥
वृद्ध नभएको घर घर हुन्न मसान हो ।
ज्येष्ठ त्यागी छुट्टिने घर हैन त्यो त पिशाच हो ॥

जमदग्नि कश्यप अग्नि बुढ्यौलीका सब रूपको ।
वृद्धका अनुभवचाहिँ सम्पदा भावी पीडीको ॥
मानेर राखिने गर्छ सम्पत्ति नै समाजको ।
विशाल वृद्ध रुखैमा हुन्छ तप महर्षिको ॥

खाने लाउने रमाउने खुशी बाँड्ने कुराहरू ।
वाल र वृद्धको मिल्छ मिलाई राख त्यो बरु ॥
स्वस्थ्यता दिनकोलागि खाने सुत्ने कुराहरू ।
साथमा तीर्थको देवस्थलको चाहना अरू ॥

परिवार जनका तीर्थ वृद्ध मन्दिर देव हुन् ।
बोली वाणी पुराणै हुन् नीति धर्मशास्त्र ज्ञान हुन् ॥
घर मन्दिर हो हाम्रो अग्रज देव मूर्ति हुन् ।
ती खुशी भई बाँचेमा परिवारै सुखी बन्दछन् ॥११॥

ससुरा सासु, वृद्धैले हेलाभाव आँखतरी कला ।
टर्रो बोली, हेप्पिने भाव थाहा नपाउनु भला ॥

ससुरा, सासु माता र पिताको समभावले ।
नरही नगरे सेवा वृद्ध हुँदा दुःख पाउँछ ॥ १२॥

यो लोक र लोकालोक यमलोक जताततै ।
लक्षीन कुलिन जान्छ कुल झर्दछ फगतै ॥
ज्येष्ठता घरको सान क्रमैले मान भाव होस् ।
लहरमा बसी पालो पर्खले भावी ज्ञान होस् ॥१३॥

मता पिता गुरु वृद्धा हेला गर्ने कुकर्मी हो ।
अभद्र व्यवहार् गर्ने ठाडो बोल्ने अपराधी हो ॥
वृद्ध खुसी भए आशिष खुशीको मूल फुट्दछ ।
मूलको अमृत धारा नाति सन्तति पुग्दछ ॥१४॥

घरमा सुख र शान्ति हाँसो वैभव थप्दछ ।
सकारात्मको सोच घरै स्वर्ग बनाउँछ ॥
बाँचेसम्म कहाँ हो र वृद्ध सेवा सँधै भरि ।
श्रद्धा श्राद्ध प्रतिष्ठान सुयशी कर्म बेसरी ॥

ज्यूँदो छँदा हेला गर्ने मरेछि श्राद्ध ढ्वाङ हो ।
आडम्बरी अधर्मी हो लोकावादी कुधर्मी हो ॥
मनसा कर्मणा वाणी एकदिन पनि होइन ।
रिझाउने विझाउने देखावटी पनि होइन ॥

सबै जना परिवार बिचार राख्नुपर्दछ ।
अन्तिम निर्णय जेठोको सबैले मान्नुपर्दछ ॥
मेला उत्सव गोष्ठिमा, यान पैदल मार्गमा ।
पहिलो स्थान जेठैको हुनुपर्छ सुकर्ममा ॥

धनले मानले भन्दा भावले वोलीले सधैं ।
खुशीमन पूर्ण सन्तुष्टि पार्नुपर्छ सधैं सधैं ॥
पुर्खाको वा पिता माताको खाएर पले पनि ।
नपाल्ने त महामूर्ख अधम स्वाँठ हो अनि ॥

भार हो त्यो धरा माँको जन्मै बेकारं कार हो ।
धनहीन भए पनि पाल्नै पर्छ जन्म सार हो ॥
ज्येष्ठ नै श्रेष्ठ हो मान्ने ज्ञानी हो ऊ समाजको ।
नजान्ने मूर्ख हो स्वाँठ भार हो ऊ त राष्ट्रको ॥

कस्को ठेगान आयुको हुन्छ र त्यति भन्दछन् ।
सुखकर मृत्यु जो खोज्ने मानवत्व मात्र खोज्दछन् ॥
पश्चिमाहरूले वृद्ध अवकाशी भनी ठान्दछन् ।
पौरस्त्यहरूले चाहिँ वानप्रस्थलाई मान्दछन् ॥

सत्य केहो भने वाल-वृद्ध खालि चक्रमात्र हो ।
परिवर्तन नित्य हो बुढ्यौली मन भाव हो ॥
बूढो फेरि बालक हुन्छ, युवा पाको वृद्ध फेरि हो ।
ईशको एउटा चक्र, ऋतु चक्र सरी मात्र हो ॥

बदलिन्छ सबको काया रूप रंग भावना पनि ।
धरा ब्रम्हाण्डको चक्र मध्येकै एक यो पनि ॥
वृद्धको सोचको ज्ञान अरूले जान्नुपर्दछ ।
जे रहेको छ त्यसैमा स्याहार सम्भार गर्नुपर्दछ ॥

वैदिक धर्मले आयु छ बीस वर्ष मान्दछ ।
पूर्णचन्द्र हजार देखे पछि देवत्व ठान्दछ ॥

अनि जंखु र चौरासी पूजा गरेर पुज्दछ ।
रथारोहण गराएर गाउँ टोल घुमाउँछ ॥

पौरस्त्य संस्कृतिले त वृद्ध देवरूप ठान्दछ ।
सेवा गर्न पाएमा तिनको सुअवसर मान्दछ ॥
पैसट्ठी वर्ष काटे'छि राज्यले वृद्ध मान्दछ ।
पश्चिमाको गलत सोचलाई आदेश मान्दछ ॥

अघिल्लो जुनीको धर्मले यो जन्म ऊ मान्दछ ।
यो जन्मको कर्मले आर्को जन्म मोक्ष ऊ ठान्दछ ॥
बाटोको लागि हो कर्म, सत्य अध्यात्म जान्दछ ।
द्वेष इर्ष्या मनका फाली हरे कृष्ण मन्त्र जप्दछ ॥

सत्यरूपी ज्ञान कुण्डैको जलमा मन-स्नान गरोस् ।
राग द्वैष पखालेर सत्य मार्ग खुला गरोस् ॥
प्रसन्न मन जो हुन्छ, आनन्द मोक्ष पाउँछ ।
ॐकार वाक्यका साथ वैकुण्ट्ठ बास पाउँछ ॥

वृद्ध संख्या दिनहुँ बढ्नु शान हो देश गौरव ।
देशको पुँजी मानेर गर सेवा सगौरव ॥
वृद्धले सुबिधा सेवा शान मान पाउँनु पर्दछ ।
सशक्त स्वस्थ स्फूर्तिलो भई ऊ बाँच्नुपर्दछ ॥

खण्ड -२

j[4fg'el't

अभिशप्तता

बूढो भएपछि जानें काया के पो रै'छ ।
बसे उठ्न उठे बस्न गाह्रो हुँदो रै'छ ॥
आफ्नो शरीर आफैलाई भारी हुँदो रै'छ ।
मन भने ठिटो हुँदै आदेश दिने रै'छ ॥

भित्रभित्रै हाड जोर्नी मकमकिने रै'छ ।
छुस्स छुँदा फुस्स हुने अनौठो पो रै'छ ॥
आदेश मान्ने हात खुट्टा लर्बराउने रै'छ ।
सुन भन्ने मन्को आदेश नसुन्ने पो रै'छ ॥

सुने पनि के के फरक फरक सुन्ने रै'छ ॥
हेर भन्छ आँखालाई नदेख्ने पो रै'छ ।
देखे पनि केके फरक फरक देख्ने रै'छ ॥
इन्द्रिय त कता कता लर्बराउँने रै'छ ॥

चेतनको तह पनि लर्बरिने रै'छ ।
अबचेतन् अचेतनः लर्खर गर्दो रै'छ ॥

मष्तिष्कका चिप्स पनि खिया पर्दो रै'छ ।
फाइल यता उति परी गड्बडाउने रै'छ ॥

कैयौं फाइल् करप्ट भै नाशै हुँदो रै'छ ।
कैयौं ढिलो ढिलो गरी याद हुँदो रै'छ ॥
हाजिर जबाफ न भएर अड्काउने रै'छ ।
ग्लानिमाथि ग्लानि भई खिन्न पार्दो रै'छ ॥

मानिस गइसकेपछि बल्ल जबाफ फुर्छ ।
बिहेवारी सकेपछि बल्ल लगन जुर्छ ॥
यसो हुँदै सिनेल भई अल्जामर हुने ।
कोही कोही बेहोसमै लीला अन्त्य हुने ॥

आफ्नो शरीर आफैलाई बोझ हुने रै'छ ।
त्यो देखेर केटाकेटी खिल्ली गर्ने रै'छ ।
अस्तव्यस्तबाट बँच्ने इच्छा मृत्यु रै'छ ॥
बूढो भई बाँच्नु पनि अभिसप्तै रै'छ ॥

कायाको माया :

बाल छँदा सेवैसेवा, के के सेवा गर्थे ।
नाता गोता छर-छिमेकी माया प्यार पोख्थें ।
युवा छँदा आमाले नि सधैं सोध्नु हुन्थ्यो ।
भाउज्यूले नि के खाने हो ? भनी सोध्नुहुन्थ्यो ॥

साथी आए, मित्र आए आदेश मेरो चल्थ्यो ।
चिया कफी नास्ता पनि भनेजस्तै बन्थ्यो ॥
वल्लापल्ला गाउँघरे आए पनि गर्थे ।
काम गर्ने मान्छे पनि बोली झर्दा गर्थे ॥

स्वास्नी पनि तरुनोमा धेरै सेवा गर्थी ।
कैलेकाही मनको कुरा बुझेर नै गर्थी ॥
काम गर्ने मैनावारी मान्छे पनि आउँथे ।
यसो गर उसो गर भन्न पनि पाउँथे ॥

साथी आए चिया खान आफै उठ्नुपर्छ ।
भाँडा चोखो न भएमा आफै माझ्नुपर्छ ॥
बजार अस्पताल आफै लुखुर लुखुर जानु ।
खेतपात आफै हेरी करबल खानु ॥

रोजगार उद्योग्धन्दा लोक्तन्त्रले खायो ।
गर्नसक्ने विदेशीए दुःख ममै आयो ॥
राजनीति तल गिऱ्यो प्रजातन्त्र गयो ।
असक्षम भ्रष्ट अल्छी सत्ताभित्र भयो ॥

कामदार पाइँदैन बैनी आमा हुन्न ।
भार्याले त गाली गर्छे सिन्को पनि छुन्न ॥
छोरा टाढा नाति हुन्न छोरी झन् टाढा ।
अरूकोत कुरा के भो समाज नै टाढा ॥

बाबु बाजे बूढा हुँदा पुरै सेबा पाउँथे ।
अग्रगामि हक थियो मानै मान पाउँथे ॥
आज म जो बूढो हुँदा जमाना नै गयो ।
पलपल पीडा आँसु अचाउने भयो ॥

आफूखुसी बिहे गर्ने एक्लै बस्ने भए ।
भोलिपल्टै अंश मागी अलग्गिने भए ॥
आमा पाल्ने बाबु पाल्ने सेवा धर्म गर्ने ।
भन्ने कुरा हटिसके उल्टै पीडा भर्ने ॥

शारिरिक परिबर्तन् :

दृष्टि घटेर नै जान्छ, कानले सुन्न छोड्दछ ।
छाला चाउरिदै जान्छ शरीर तौल घट्दछ ॥
छाला पातलिदै जान्छ चिसोतातो च्वास्स पोल्दछ ।
स्वाद र घ्राण शक्ति नि क्रमश: घट्न सक्दछ ॥

पहिले शिरका केश सेता हुन्छन् क्रमैसित ।
छाती, आँखिभउँ काखी सेता हुन्छन् क्रमैसित ॥
शिरका केश नि झर्छन्, हाडजोर्नी दुख्न थाल्दछन् ।
ढाड दुख्छ, कुप्रिन थाल्छ मांसपेशी पनि दुख्दछन् ॥

प्रणाली पाचन राम्रो काम गर्न पछि पर्दछ ।
पखाला कब्जियत केही गडबड भइराख्दछ ॥
सम्झने शक्ति नि घट्छ राल झर्छ नाक मुखमा ।
केटाकेटी शिशुको जस्तै दैनिकी बन्छ वृद्धमा ॥

वृद्ध र बालक :

वृद्ध र बालक उस्तै स्वभाव खानपानमा ।
वृद्ध फेरि वालकै हुन्छ फर्कन्छ जन्म रूपमा ॥
खानाको लोभी ऊ हुन्छ धेरै खानबाट भाग्दछ ।
मैलो जिग्रिङ्ग देखिन्छ अस्तव्यस्त भई बस्दछ ॥

वृद्ध रोग :

वृद्धका रोग नामी छन् मधुमेह अर्वुदअरू ।
डिप्रेशन रक्तको चाप बाकी धेरै अरूहरू ॥
जोर्नीको वाथका साथ मुटुरोग डिमेन्सिया ।
समयमै बुझी जाँचे कष्टपीडा कम पर्दछ ।

परिबार छैन संयुक्त एक्लै हिड्न अशक्त छ ।
सरकार लगडो आफै डिमेन्सिया रोग ग्रस्त छ ।
समाज एकता छैन व्यक्तिवादी सोच ग्रस्त छ ॥
बूढो यो सर्व अशक्त सर्वत्र भय ग्रस्तछ ॥

चिन्तामग्न भई बस्छ, डराउँछ कताकता ।
चाँडै रिसाउँछ खालि एक्लो ठान्छ यता उता ॥
नखाने वस्तु खाएर नियास्रो रोक्न खोज्दछ ।
परिवार जनकै हेला भए त मर्न खोज्दछ ॥

सानो रोग पनि गाल्छ, कोल्टो फेर्न अशक्त छ ।
नसा जोर्नी घाँटी छाती कहीं न कही दुख्दछ ॥
मुर्दातुल्य न कोल्टो छ ओढ्ने तन्न अशक्त छ ।
बोली प्रस्ट छिटो हुन्न भाषा लर्बर बन्दछ ॥

इन्द्रियको क्षमता घट्छ, बल तेज सम्झने गति ।
काया माध्यमले गर्ने तृष्णा, माया तथा मति ॥
इन्द्रिय काम न गर्ने मनबुद्धि धर्मराउने ।
बिस्तरा कपडा भाँडा हुन्छ धेरै गनाउँने ॥

कानेगुजी गन्हाउँछ, दाँत गिंजा गनाउँछ ।
दिसाविपाब गन्हाउँछ, सास वायु गन्हाउँछ ॥
काखी काछ गन्हाउँछ, पसिनाले ज्यू गन्हाउँछ ।
नाक चेप्रो नपारेको सेवाबाट हट्नुपर्दछ ॥

बोली स्पष्ट कुनै हुन्न झिजो झन् मान्न थाल्दछ ।
जीर्ण जति हुँदै जान्छ मर्नेचाह बढी गर्दछ ॥
इन्द्रियको क्षमता घट्छ, बल तेज सम्झने गति ।
काया माध्यमले गर्ने तृष्णा, माया अरू मति ॥

उचाइ पनि घट्छ, जीउ सुक्छ, तौल घट्दछ ।
आँखा देख्ने खुबी घट्छ, रऊँ सेतो भई झर्दछ ॥
दाँत फुक्लिन्छ, भाँचिन्छ हिड्ने गति झन् घट्दछ ।
सुन्ने शक्ति पनि घट्छ, घरीघरी र्‍याल झर्दछ ॥

हात गोडा लुला वाङ्गा कष्ट धेरै थरीथरी ।
बाँच्नुको सार के हुन्छ हेला जीवन यसरी ॥
भनेको सुन्न छाडेछि, हेपी हेला गरेपछि ।
बाँच्नुको सार के हुन्छ आत्महत्या पाप भएपछि ॥

सबै वृद्ध हुनैपर्छ :

ज्येष्ठले सुख सन्तोष मानेको घर कुल हो ।
कुलीन घरको आत्मा आनन्द खुसहाल हो ॥
सुख आनन्दले चङ्गा देह निरोगी बन्दछ ।
जब ऊ जेष्ठमा पुग्छ लामो आयु ऊ जिउँछ ॥

वाल कुमार किशोर वृद्धा क्रमशः आउँछ ।
वृद्धाभाव न आउँदैमा जान्नुपर्ने कुरा यो छ ॥
पठित बीचमा वृद्ध अपठित भए पनि ।
खारिएको सार बोकेको पाको ऊ ज्ञानी हुन्छ नि ॥

घर गाउँ क्षेत्र वा राष्ट्र जुन थलो रहे पनि ।
वृद्धलाई पिता मान्ने संस्कारै हुनुपर्छ नि ॥
ज्येष्ठलाई हेला गर्ने लुच्चो कन्जुस नीच हो ।
त्यस्तो जन समाजैमा घृणाको पात्र मात्र हो ॥

मिष्टभाषी सकारात्मी घोर बुद्धि सन्तती बनुन् ।
भनेर बाबु आमाले अगुवाई गरिरहुन् ॥
ज्ञान, सीप क्षेमयुक्त, दक्षताले पूर्ण होस् भनी ।
भन्ने भावमात्र पुग्दैन कार्यमा देखियोस् अनि ॥

विद्या विनय सम्पन्न मानयुक्त बनोस् अनि ।
देशको कुलको शान निरन्तर बढोस् पनि ॥
यस्तो पुत्र बनाएमा मृत्युसुख हुन्छ वृद्धको ।
मन आनन्दले भर्छ सुखकर मृत्यु बन्दछ ॥

पिताले योग्य पारेको पुत्रले प्रेम गर्दछ ।
पिताको चाहना इच्छा सबै पूरा पनि गर्दछ ॥
ब्रह्मचर्य पाठको ज्ञान, गृहस्थाश्रमको प्रगोग ।
जोडेर ज्ञान ऊ बाँडोस् वानप्रस्थ भरी गरोस् ॥

सन्यासमा पुगेपछि तीर्थ नाम ईशको भजोस् ।
अर्चना विष्णुको ध्यान अध्यात्मी मात्र ऊ बनोस् ॥
यस्तो इच्छा बुझी चाँजोपाँजो सन्ततिले गरोस् ।
आफै बूढो हुँदा हुने परिवर्तन ऊ सिकोस् ॥

सेवा समाजको गर्ने लेख्ने ज्ञान बढाउने ।
वा अरू चाहना के छन् सकारात्मक साथ दिने ॥
ईशको नाम जपेर बस्ने वातावरण बनोस् ।
सुखकर-मृत्युको बाटो कस्तो हुन्छ आफूले बुझोस् ॥

खण्ड ३

clezKt Ho]7 gful/s

राष्ट्रिय समस्याको चपेटमा ज्येष्ठ

देश अशान्तिको भाँडो बन्द हड्ताल केन्द्र छ ।
उद्योगपतिले छाडे कालो व्यापारी मात्र छ ॥
खेती माओवादीले लुटे साना उद्योगनै घटे ।
कालो मध्यस्त व्यापार विदेशीहरू नै जुटे ॥

युवा बिदेशिए, छैन देशप्रेमी यो देशमा ।
बुहारी नाती शहर छोराछोरी विदेशमा ॥
खेतबारी त बाँझो छ बूढाबूढी मात्र गाउँमा ॥
प्रकृति स्रोत ठप्पै छ सरकार दंग रेमिटेन्समा ॥

व्यवस्थित बस्ती पद्धति लागू गरेन राज्यले ।
गाउँ विकासको काम थाल्दै थालेन राज्यले ॥
राष्ट्रिय मूलनीति जो लागू गरेन राज्यले ।
हिमाली निकुञ्जैको कामै गरेन राज्यले ॥

वन व्यवस्थापन खेती पनि गरेन राज्यले ।
नदी व्यवस्थापन कर्म पनि गरेन राज्यले ॥
पर्यटन जलस्रोत हिमाल नास्यो नि राज्यले ।
जडीबुटी निकुञ्जैमा खेती गरेन राज्यले ॥

उद्योग चलाएन बेच्यो शिक्षा नि बेची राज्यले ।
सहकारी चलाएन मूल्यवृद्धि गरी राज्यले ॥
लथालिंग सबै भयो पीडा भोगे अशक्तले ॥
सबै भन्दा ठूलो पीडा भोगे वृद्ध र वृद्धले ॥

आयातीत हाबी:

पश्चिमा भौतिकवाद व्यक्तिबाद छिरेपछि ।
ईशाईहरूले धर्म संस्कार मास्न छिरेपछि ॥
परिभाषा वृद्धको आजभोलि धेरै बदलियो ।
अर्थराजनीति जस्तै मन बुद्धि बदलियो ॥

वृद्ध अभिशप्तता :

झोल्लिएको चाउरे छाला, थोते दाँत तालु टल्किने ।
सेतो जिग्रिङ्ग् कपाल् भा'को लट्ठीमा हात हल्लिने ॥
रक्तचाप मधुमेह दम वात बोली लर्बर ।
मुटुपीडीत जोर्नीको पीडा हुने बरोबर ॥

दाह्री जिग्रिङ्ग नै भा'को मैला लुगा बेमेलका ।
पानी बग्ने नाकका पोरा आँखा चिप्रा अर्धदृष्टिका ॥
केटाकेटी अरूका लागि हास्यको पात्र वृद्ध छ ।
मापाको हो अलच्छिने घरको बोझमात्र छ ॥

के गर्न बाँचेको होला? प्रश्न गर्छन्, घरका अरू ।
मरे हाई सञ्चो नै हुन्थ्यो गाउँले भन्दछन् बरु ॥
बिरामी भइरहन्छ तर स्वास्थ्य बेच्यो राज्यले ।
धन छैन औषधी गर्न बेहाल पार्‍यो नि राज्यले ॥

कतिरुनु

आमा बैनी कामदार बूढो हुँदा हुन्न ।
स्वास्नी चाहीं गालि गर्छे छुँदा पनि छुन्न ॥
छोरा हुन्न नाति हुन्न छोरी झन् टाढा ।
छिमेकीको केकुरा भो अरू सबै छाडा ॥

बबु आमा बूढो हुँदा सबै सेवा पाउँथे ।
अग्रगामी हक थियो मानैमान पाउँथे ॥
आज भोलि बुढाको त्यो हकै पर गयो ।
बूढो वृद्ध घर बसी रुनुपर्ने भयो ॥

छोराछोरी आफूखुसी बिहे गर्ने भए ।
भोलिपल्टै एक्लै बस्न अंश माग्ने भए ॥
आमा पाल्ने बुबा पाल्ने सेवा धर्म गर्ने ।
भन्ने कुरा कथा भए भए टर्चर गर्ने ॥

परिवार समाजैले नाफाखोरी व्यवसायीले ।
अस्पताल टेक्सी वा बस हेला गर्छन् समस्तले ॥
चोरले ठगले जस्तै दुर्दशा काम क्रोधले ।
गाली गलोज हप्काई खिन्न पार्छन् ती शब्दले ॥

कुटपिट लछार पछार धेरैका घरमा बढ्यो ।
बेवास्ता, झर्को र तर्सो धम्की आतंकको भयो ॥
न भए धन घुर्क्याउँछन् भए फेरि धनकै डर ।
अशक्त भई के ज्यूनु ? खालि ईश्वरको भर ॥

आज चासो समाजैको वल्लो पल्लो घरको गयो ।
कसैले राखी हाले नि धम्की त्रास पाउने भयो ॥

पञ्चभलाद्मीको काम दलले नै पाउने भयो ।
दल नखुट्टिइ कुरो बूढोको नहुनेभयो ॥

नेपालमा सन्ततिलाई अंश दिनुपर्ने नै गरे ।
सगोलमै बस्ने संस्कार साम्यवादीहरूले हरे ॥
सोह्रवर्ष पुगेपछि अंश मागे दिनुपर्दछ ।
प्रेमबिहे भित्रिएको छ, स्वास्नील्याई घर छाड्दछ ॥

उपादान पनि अंश कमाई सब थोक रे ।
दिनै पर्ने बनाएर वृद्ध अलपत्रमा परे ॥
राज्यले पनि पाल्दैन हेर्दैन दुःखमा भरे ।
छोराले पनि पाल्दैन वृद्ध विपत्मा परे ॥

नौटंकी व्यवस्थापनः

किन छुट्टै वृद्धको पत्र परिचय बनाउने ?
नागरिकता नै छ अर्को किन बनाउने ?
लाल फित्ता नोकरशाही अब कैले हटाउने ?
देशले एउटा स्पष्टनीति कैले बनाउने ?

आरक्षण सीट वृद्धैको नारी अपाङ्गको पनि ।
झारा टार्ने नाम मात्रैको वृद्ध झन सताइनी ॥
अशक्त बालक हक, अपाङ्ग हक नारीका ।
मासिए काटिए धेरै ज्यूने हकहरू वृद्धका ॥

बलले मात्र काम गर्छ बलियो बस्छ सिटमा ।
मस्तले डटेर बस्छ, लड्छ बूढो त्यस बसमा ॥
यस्तो किन निर्दयी मान्छे पौरस्त्य धर्म मासेर ।
शिक्षापद्धति पाश्चात्य भौतिकी सोच गाँसेर ॥

जनतालाई राज्यले कतिसम्म सताउने ।
तिनै माथि ठूलो कर भार धेरै लगाउने ?
असहाय नारी, बाल र वृद्धलाई सताउने ।
सोझा श्रमी निमुखालाई कतिसम्म फँसाउने ॥

नीति नैतिकता हीन भौतिक् सोच अति भयो ।
पश्चिमाको दासता बोक्ने शिक्षा विनाशको भयो ॥
कृषि, ब्यापार, उद्योग, कला, सीप कता गयो ।
बन्दुक बोकेर हिड्ने बम बनाउने भयो ॥

वन्द गर्ने जलाउने लड्ने फिरौती मागने ॥
व्यवसायी त्यही शिक्षा हो सिकाएको त्यही हो शिप ॥
मानव अधिकार हक आफूलाई मात्र चाहिने ।
दलले अरूका हक जति पनि तोड्न पाउने ॥

दलतन्त्र :

चाहना जनको वारी दल जति पारी नै रहे ।
आयातीत व्यक्तिवादैको शासनैमा रमाइरहे ॥
पौरस्त्य सभ्यता मासे दलाल मात्र ती भए ।
दल तीन मिले देश बन्थ्यो तीनतिर ती गए ॥

किन गए ? प्रश्न यो बुझ्ने देशका खै कता गए ।
विद्वान् भनिने चाहिँ मेकालेका बेटा भए ॥
संस्कृति सम्पदा धर्म, आर्थिक जीवनस्तर ।
चेतनाको तहले बन्छ वाञ्छित चाहनास्तर ॥

त्यो सबै छाडी यी दल, विदेशीका भए पुरा ।
नेपालीत्व धर्म नै वेचे बाँकी सारा देशका कुरा ॥
प्रजातन्त्र यहाँ छैन सुशासन पनि मासियो ।
भाँडभैलो लथालिंग अराजक मात्र देखियो ॥

दुःखको वर्षा :

मेकालेको पद्धति-शिक्षा उपभोक्ता समाज भो ।
भौतिक सोचले ग्रस्त मुलुक तल तलै गयो ॥
व्यक्तिवादी सोचले ग्रस्त, एकत्व भाव नै गयो ।
संयुक्त परिवार हाम्रो राम्रो पद्धति नै गयो ॥

पश्चिमी परिवारैको नबुझी नक्कल गरे ।
गहिरो नबुझी अर्थ सारा ती भ्रममा परे ॥
सत्तामा राज्यको बस्ने संक्रमणी सोचका भए ।
कानून गलत ल्याए राम्रा हाम्रा जति गए ॥

सानो परिवारको सानो पश्चीमी सोचले ठूला ।
दुःखको लहरो लाग्यो अब कता जाने पो होला ?
वृद्धको बालको फेरि नारीको कष्ट चर्कियो ।
ज्येष्ठको पाटीको बास बलात्कार नारीको बढ्यो ॥

शिशुको बेबी अनाथ व्यापारीको हातमा गयो ।
आमाको साथको स्नेह स्तनपान हकनै गयो ॥
संस्कार राष्ट्र भत्कियो पहिचानै देशको गयो ।
पीडी शिक्षा नासियो सारा देश अलमल्लको भयो ॥

घरको नारीको हक सुवासिनी सुहासिनी ।
सुभासिनी तीनै गुमे गुमे सुलक्षणी पनी ॥
समस्या चर्किंदै बाल, बुढा, नारी, दीनहरू ।
सबै भन्दा चर्को छ बूढाबूढी पाका जनहरू ॥

एकाएकै हलचल आयो ईशाई गै घरघर ।
बूढाको भो पीडा धेरै काँपेका छन् थर थर ॥
कुसंस्कार पश्चिमी धेरै आयातीत अति भयो ।
विवाह वैदिक धर्म व्रतबन्ध टुटिनै गयो ॥

कमाउने भए छोरा बुहारी परपरै बसे ।
बूढाबूढी कुकुर्किई नारकी घरमा बसे ॥
नकृषि गैह्रकृषिको भेद स्पष्ट भयो याहाँ ।
इच्छापत्र प्रथा हो कि संयुक्त पबिार यहाँ ।

ईशाईकरण हो कि पौरस्त्य सानमानको ।
भिखारी राज्यके बुझ्छ बनायो अलमल्लको ॥
बालवृद्ध सडक छापे नारी भोग विलासका ।
समाज पतनै पाऱ्यो पूर्व न पश्चिमी भयो ॥

दाताले बिथोले थितिरीति हाम्रो तल झऱ्यो ।
दल नेता भ्रष्ट भएर यस्तो हाल हुन गयो ॥
नेपालैका बूढाबूढीहरूको हबिगत भयो ।
बूढाको मान सम्मान पनि कतातिर गयो ॥

खण्ड ५

j[4 Joj:yf k'j{klZrd cGt/

पूर्व पश्चिम फरक:

पूर्व पशिचमको बस्ती, समाज बनोट भिन्न छ ।
परिवार बनोट भिन्न, खानपान पनि भिन्न छ ॥
पूर्वले ज्ञान-विज्ञान साथ साथै जगाउँछ ।
पशिचमाले भौतिक उपभोग मात्र रमाउँछ ।

पूर्वको हो सगोल् बस्ने संयुक्त परिवारको ।
पशिचमाको एकलकाटे पराकाष्ठा व्यक्तिवादको ॥
अबोध शिशु मिल्कन्छन् राज्य भार उठाउँछ ।
जिम्मेवारी राज्यले लिन्छ, स्नेह कहाँ दिनसक्तछ ?

पूर्वको सभ्यता उँचो मेकालेले लुछेपछि ।
ढटुवा ठगुवा भोको हुन गएछ त्यसपछि ॥
पशिचमी वृद्ध आनन्द भौतिक सुख भए पनि ।
मानवत्व प्रेम सद्भाव मन शान्ति हुँदैन नि ॥

पूर्वको सभ्यता भित्र वृद्ध सम्मान पात्र हो ।
सेवा वाल सरी गर्ने विषय धर्म ज्ञान हो ॥
वैदिक साम्यवाद राम्रो उपभोक्ता वाद होइन ।
अध्यात्मचिन्तन ठूलो भौतिक वाद होइन ॥

भलाद्मी गाउँले हेर्ने निकाय पङ्गु पारियो ।
पञ्चभलाद्मी संस्कारै सामाजिक पर सारियो ॥
मासिदै छ मिलीबस्ने समाजवादी पूर्वको प्रथा ।
अर्मपर्म जातजातिको अन्तर्निर्भरको कथा ॥

पश्चिमाले वृद्धको हक कानूनलाई मान्दछ ।
प्रच्यले धर्मनीतिको घर परिवार ठान्दछ ॥
पश्चिमाको वृद्ध भत्ता र वृद्ध गृह राज्य भर्दछ ।
पूर्वैमा सब त्यो काम घर परिवार गर्दछ ॥

वृद्ध आश्रम पश्चिमी कम्यून साम्यवादीका ।
भौतिकवादी हुन्, प्राच्य अभौतिक तर ज्ञानका ॥

पूर्वी प्रथा :

पौरस्त्य ज्येष्ठले आफ्ना पुत्र पौत्रहरू सबै ।
आफूभन्दा ठूलो ज्ञानी नामी देख्न रुचाउँछ ॥
आफूभन्दा ठूलो नामी न भएमा दु:खी बन्दछ ।
शारीरिक मात्र होइन मानसिक तृप्ति खोज्दछ ॥

ठूलो पार्न सन्ततिलाई सर्वश्व नै लगाउँछ ।
कष्ट काटेर अफैले पुत्रपुत्री पढाउँछ ॥
आँट, जाँगर, साहस आत्मबल बढाउँछ ।
सकारात्मक सोचैको अग्रगामी बनाउँछ ॥

राम्रा सारा सबै कुरा जानेजति सिकाउँछ ।
दु:ख पिएर आफैले सुख मात्र देखाउँछ ॥
सुरक्षा उसको गर्छ तातो चिसो मिलाउँछ ।
के गरेर खुसी हुन्छ सकेसम्म पुऱ्याउँछ ॥

राज्यले गरिने सेवा जति राम्रो भए पनि ।
ममत्व प्रेम कारुण्य हुँदै हुन्न कसै पनि ॥
संयुक्त परिवार् हाम्रो राम्रो हुन्छ स्नेह प्रेमको ।
भौतिक्सुख ठूलो हुन्न, हुन्छ त्यो त ममत्वको ॥

चौरासी व्यञ्जन भन्दा ढिंडो मिठो हुन्छ प्रेमको ।
आधा पेट पनि पूरा सन्तुष्ट बन्छ प्रेमको ॥
पूर्वमा स्नेह ममत्व माया प्रेमी समाज छ ।
पश्चिम भौतिक वस्तु एकल्काटे स्वभाव छ ॥

सगोल परिवारैले पूर्वका घर बस्दछन् ।
संस्कार पूर्वको ठूलो त्यसैमा सब अट्दछन् ॥
पूर्वीय सभ्यता भित्र वृद्ध देव देवी बन्दछन् ।
पूजा गरेर वृद्धाको आशीर्वाद ती थाप्दछन् ॥

वृद्ध नआई थालिन्न सभा गोष्ठी र बैठक ।
आसन पहिलो पाउँछन् खुसी सम्मान सब ठिक ॥
वृद्ध वृद्धा भएसम्म सगोल घर बन्दछ ।
पूर्वीय सभ्यता राम्रो विश्व गौरव गर्दछ ॥

बाल छँदा बाबुआमाले पाल्छन् छोराछोरी प्रेमले ।
वृद्धलाई सन्तति पाल्छन् बाबुआमा स्नेह भावले ॥
बुढापाको लागि भनेर संचय कहिल्यै पनि ।
पौरस्त्य वृद्ध गर्दैन, सन्तति नै धन हो भनी ॥

ढुक्क हुन्छन् सबै ज्येष्ठ बूढापा सुख शान्तिको ।
आनन्दको हुने पाल्ने जिम्मा छोरा हुन्छ नातिको ॥

पूर्वमा धन थुप्रोको हुन्न मोह हुन्छ पुत्रको ।
पुत्रको काखमा मर्ने चाह आनन्द मृत्युको ॥

छोरा न भए छोरीले त्यसपछि रोल क्रमले ।
सेवा गर्छन् मनैदेखि आडम्बरी हुन्न धनले ॥
घरको वृद्ध बेखुशी भए अलच्छिन मान्दछन् ।
खुशी बनाएर लच्छिन भित्र्याउन ती खोज्दछन् ॥

वृद्ध न भएको घर घर हुन्न मसान हो ।
ज्येष्ठ त्यागी छुट्टिने घर हैन त्यो त पिशाच हो ॥
भन्ने हुन्छ मान्यता पूर्व वृद्धपूजा धर्म कर्मको ।
चाडपर्व पूजा रुद्री हुन्छ पूजा ज्येष्ठ वृद्धको ॥

जमदग्नि कश्यप अग्नि बुढ्यौलीका सब रूपको ।
वृद्धका अनुभवचाहिँ सम्पदा भावी पीडिको ॥
मानेर राखिने गर्छ सम्पत्ति नै समाजको ।
विशाल वृद्ध रूखैमा हुन्छ तप महर्षिको ॥

सूर्यबाट पाए झैं ऊर्जा ज्येष्ठबाट पनि आउँछ ।
सकारात्मक ऊर्जा ज्येष्ठबाटै मात्र पाउँछ ॥
पाउमा शिर राखेर ऊर्जा आउँछ शिरमा ।
छोरीले ससुरा सासु छोराले मातृपितृमा ॥

गर्दछन् एउटै सेवा पूर्वको धर्म कर्म हो ।
सगोल तीन पुस्ताको वैदिक साम्पदै त हो ॥
अनुपम प्रेम सद्भाव मिली बस्ने समाज हो ।
वृद्ध बाल तथा युबा एकाद्वारे समाज हो ॥

तीन पुस्तासँगै बस्छन्, तीन पुस्ता श्राद्ध गर्दछन् ।
श्रद्धा नै श्राद्ध हो गर्ने कुल धर्म जोडी राख्दछन् ॥
वृद्धले शकुन दिन्छन् सल्लाह दिइ राख्दछन् ।
छोरा नातिहरू आशिष माग्ने आदत पार्दछन् ॥

आगो तापिन्छ मुढाको अर्ती मागिन्छ ज्येष्ठको ।
पीडी शिक्षा घर्घरै चल्छ बन्छ कुटुम्ब श्रेष्ठको ॥
वंशगत् गुण जो जान्छ प्रवृत्ति जान्छ कुलमा ।
वर्णसंकर् हुन रोक्छन्, जोगाएर सगोत्रमा ॥

बुझ्के यो अर्थको अर्थ संसारै माथि उठ्दछ ।
कुलीन सभ्य यो विश्व शान्तिको स्थान बन्दछ ॥
चाड पर्व कर्मकाण्डैमा वृद्ध नेतृत्व गर्दछ ।
आस्तिकता सामाजैको नीति संस्कार ज्यूँदछ ॥

मन्त्र तन्त्र विधि शास्त्र सूर्य चन्द्र ग्रह गोचर ।
हेरी कुशे औसीको कुश उर्जा बन्दछ साल्भर ॥
त्यही नै दिनमा पूजा पिताको हुने गर्दछ ।
प्रतिबद्ध भद्रसेवाको अभ्यास मान्नुपर्दछ ॥

पौरस्त्य सभ्यताभित्र वृद्ध सेवा स्वभावतः ।
कर्तव्य परिवारैको स्वतः बन्छ स्वभावतः ॥
चाणक्यले भनेका छन् वृद्ध नपूजिने घर ।
घर हुँदैन त्यो हुन्छ पिशाचैको निरन्तर ॥

घर मूली शासक हुन्छ गुरु न्यायाधीश बनी ।
निष्पक्ष न्याय पाउँछ पूर्ण प्रजातन्त्रको पनि ॥

नैतिकता न्यायनिष्पक्ष अनुशासनमा रही ।
मिली बस्ने खुबी हुन्छ आत्मनिर्भरको भई ॥

श्रुतिस्मृति वेद पुराण उपनिषद्ले पनि ।
पद्धति यो जोगाउँछ शिव परिवार झैं बनी ॥
सिंह साँडे मुसा सर्प कार्तिकेय गणेश मयूर ।
शिव र पार्वती गण मिलेर बस्छ सुन्दर ॥

घर राज्य प्रशासन सुशासन सधैंभरि ।
कायम् हुन्छ प्रजातन्त्र समुन्नति बरोबरि ॥
कोही मागेर खाँदैन नत कोही खरब पति ।
न राज्यले व्यक्तिको धन न हक छिन्दछ अति ॥

जब वृद्ध बाजे वा जिजु परधाम हुन पुग्दछ ।
बाबु वा बाजेले बल्ल अंशवण्डा गर्न पाउँछ ॥
अझै यो सभ्यता हाम्रो मरेको छैन है पूरै ।
दलालीहरूले मात्रै मार्दैछन् अझ यो पूरै ॥

सबै जना मिली बस्छन् जिम्मेवारी बोध गर्दछन् ।
सहकारी भावना हुन्छ कार्य विभाजन गर्दछन् ॥
नेतृत्व ज्येष्ठले लिन्छ सबैलाई न्याय गर्दछ ।
बूढो वृद्धाश्रमै गए लथालिंग घर बन्दछ ॥

संस्कार नातिमा कस्ले स्थानान्तरण गर्दछ ?
सभ्यता संस्कृति हाम्रो रनभुल्लतिर पर्दछ ॥
ज्ञान, सीप अनुशासन् नित्य कर्म मान धर्मका ।
संस्कार संस्कृति योग ध्यान आचार विचारका ॥

अध्यात्म अपरा विद्या परा ज्ञान नातिले कहाँ ।
जान्नबुझ्न पाउने हुन्छ ? जान्छ भोग पाउँछ जहाँ ॥
पौरस्त्य धनी छ सारै पश्चिमी त गरीब छ ।
ज्ञान विज्ञानमा फेरि परमात्मा नगिच छ ॥

छोरीले सासु ससुरा अर्का आमा बाबु पाउँछे ।
परिवार स्नेह ममत्व बरोबरी ऊ पाउँछे ॥
माइती सरी घरैमा मिली बस्न रमाउँछे ।
समाज जिउँदो हुन्छ चासो राख्छ ऊ ढुक्क छे ॥

मूढले पनि तर्सेर लाई-लाज बचाउँछ ।
डर धर्म करले वृद्ध सेवा राम्रो गराउँछ ॥
वृद्धको सुश्रूषा सेवा राज्यको भार होइन ।
एकल परिवार नीति पूर्वको धर्म होइन ॥

आयु बाँच्ने बढेको छ, रोजगार छ तलतल ।
काम खोज्न सब युवाको विदेशतिर छ भल ॥
शिक्षा बिगारेर नेता पूर्वको ध्यस्त छ जब ।
नमिलेर विदेशिने बाध्यता बन्दछ अब ॥

पूर्वमा वृद्ध सगोल घर सदस्य बन्दछन् ।
घरका मिली अशक्तलाई सेवा ती गर्दछन् ॥
बूढो भए पछि एक्लो बस्नुपर्ने हुन्न सोच नै ।
परिवार जनले गर्छ सेवा ढुक्क हुन्छ वृद्ध नै ॥

नेपाल प्राच्यको केन्द्र

नेपाल हाम्रो सुन्दर राम्रो पूर्वको मूल हो ।
मिलेर बस्ने प्राच्य देखि वेदकै धर्म हो ॥

वैदिक साम्यवादको मर्म नबुझ्नु गल्ती भो ।
भौतिकवादी पश्चिमाहरू बिथोल्नै हाभी भो ॥

नेपालले त प्रच्यको शान गौरव जोगायो ।
मुसलमान ईशाईलाई धपाई पठायो ॥
भारतबर्षे सभ्यतालाई नेपालले जोगायो ।
यो खालि भत्क्यो इण्डियाले नै पश्चिमी भोगायो ॥

यो छाडावाद अमानवीय भौतिक पन हो ।
त्यो आएपछि समाज हाम्रो खलबलतिर गो ॥
त्यसले वृद्ध वाल र बच्चा वेहालै मात्र भो ।
बेहाल घर भान्छा र नाति नातिना टाढा भो ॥

वृद्धले नाति नातिना हेर्दा सुस्वस्थ्य राख्दथे ।
तिनलाई ज्ञान नीति र धर्म सिकाउने गर्दथे ॥
अव ती बूढा बूढीको बास आश्रम तिर गो ।
जन्मेका साना बेबीकेर तिर नक्कली खाना भो ॥

आमाको काख गन्ध र स्वाद स्तनपान टाढियो ।
ती रोगी भए, खर्चिला भए तनाव थपियो ॥
के अर्थ हुन्छ कमाउ आमा सन्तान बिगारी ?
चरित्र स्वास्थ्य छोराको सारा जीवन बिगारी ?

यो सानो परिवार जो भन्ने पश्चिमी चाल हो ।
यो व्यक्तिवादी स्वार्थको पोको बेहाल घर भो ॥
पूर्वमा ज्येष्ठ जीवित भए सगोल बस्दछन् ।
क्षमता, सीप, ज्ञान र बल ती काम गर्दछन् ॥

नेतृत्व बूढोको मानी सबै सगोल रमाउँछन् ।
समाजवाद अभ्यास प्रजातन्त्रको गर्दछन् ॥
घरघरै खुसी अभ्यास नीति धर्मको संस्कार ।
सगोल धन नैतिक सोच उँचो छ संस्कार ॥

कारुण्य स्नेहले पूर्ण 'घर-सरकार' बन्दछ ।
सुशासित् पद्धतिबाटै वैदिक्-साम्यवाद् बन्दछ ॥
शिक्षालय घर परिवार आदर्श दम्पति ।
सर्वाङ्गीण ज्ञान पाएर सारा आदर्श पद्धति ॥

समाजै हुन्छ आदर्श देशै समुच्च बन्दछ ।
अनेक थरी मिलेर बस्ने समाज बन्दछ ॥
वैदिक साम्य वादैमा हुन्न भौतिकः कम्पन ।
यो व्यक्तिवाद हुँदै नि हुन्न सम छ पन्पन ॥

भौतिक सोचको प्रवेश

दशकौं पहिले तेत्तीस सालमा यो प्रवेश भयो ।
निजी आर्जन् निजी हुने समाजै हलचल भयो ॥
बीसवर्ष पछि फेरि काँग्रेसले नीजिकरण ।
उदारवाद छिरायो पौरस्त्यको भयो मरण ॥

माइतीको पेवा निजी निजी स्वास्नी कै भयो ।
जागिरे भाइको निजी कृषि भाइको के भयो ?
तर स्वआर्जन छोराको बाबुको न हुने भयो ।
बाबु आमाको आर्जन छोराको त हुने भयो ॥

कृष्णको युगमा कलि पसेसरी यो युगमा ।
पश्चिमा सभ्यता आयो सत्य खायो यही युगमा ॥
कुल न चाहिने धर्म भार्या छोपी ल्याउने भयो ।
कुलटाले भोलिनैपल्ट छुट्टिएर बस्ने चाल भयो ॥

हुन्न छैन दिन्न म भन्न स्वआर्जन पनि अब ।
बाबुले भन्न पाउँदैन धर्म राज्य गयो अब ॥
इमान नीति र दान धर्म पूजा गयो सब ।
सभ्यता पूर्वको हाम्रो ऋषिमन पनि गयो ॥

अब यहाँ पोपमन् आयो राजनीति बलको भयो ।
वेटा मेकालेका मात्र राज गर्ने देश यो भयो ॥
पोप शिक्षा पद्धतिबाट शोषण हुन्छ अर्थको ।
भित्र्याएर आसुरी बिहे, छुट्टिने व्यक्तिवादको ॥

नराम्रो देशमा आयो राम्रो जति सबै गयो ।
असुरक्षा ठगी चोरी बलात्कारी देश यो भयो ॥
ठिटा निर्यात् गराएर परजीवी देश यो भयो ।
धन्दा उद्योग बेचेर रोजगार हीनको भयो ॥

हिन्दु अधिराज्य फालेर सम्पदा नाश जो भयो ।
उपलब्धि ठानी त्यसैको लोकतन्त्र वावहा भयो ॥
नवयुवा पीडीमा यस्को चेतना नाश भैसक्यो ।
भौतिकवादी शिक्षाले पश्चिची सोचमा गयो ॥

वृद्धाले पुत्रको काख मृत्यु सुखकर मान्दछ ।
पुत्रले बस्न सगोल कठिन काम ठान्दछ ॥

पृथ्वीले सभ्यता मास्ने गोरालाई रोकिनै दिए ।
गान्धीले भारत बस्ने अंग्रेज लखेटी दिए ॥

यी दुवैलाई गोराले छलगरी मारि नै दिए ।
आज पनि पोप-मानीले ऋषिमन भाँचिनै दिए ॥
वृद्धाश्रम हुनै हुन्न यी दुइ स्पष्ट मान्दथे ।
गोराले यी दुवैलाई शत्रु नै भनि ठान्दथे ॥

पश्चिमी प्रथा

करुणा नभए पनि पश्चिमी जिम्मेवार छन् ।
कामचोर ठग ती छैनन् इमान्दारी निभाउँछन् ॥
दरिद्री तिनमा छैन सुशासने विचार छ ।
वृद्धका भाव बुझेर राम्रो सेवा पुऱ्याउँछ ॥

वृद्ध आवासको सेवा ज्येष्ठ हेरचाह केन्द्र छन् ।
नर्सको पनि छ सेवा, राज्य सबै सचेत छन् ॥
स्याहार गृह, सेवा अस्पताल छन् थरीथरी ।
नीजिलाई पनि ठेक्का दिन्छन् जाँची घरीघरी ॥

सिंडी नभएका घर, रोवोट् सेवा सहित छन् ।
क्लासिक् गाउँ, अनेक भान्छा प्रदूषण रहित छन् ॥
अवस्था चाहाना जानी सेवा दिन्छन् पश्चिमाहरू ।
ज्ञाताले नै सेवा गर्छन् ठग्दैनन् मर्दछन् बरु ॥

उद्विग्न रहित मन :

बूढो भए पछि एक्लै बस्नु पर्ने सबै कुरा ।
पश्चिमाले जन्मैदेखि बुझेका छन् पूरा पूरा ॥

जसोरी प्राच्यमा छोरी पराईका घरमा गई ।
बस्नुपर्ने बुझेका छन् बन्छ मनस्थिति जन्मदै ॥

पश्चिमी हो एकलकाटे निजी जीवन स्वार्थको ।
सगोलको घरै हुन्न, हुन्छ पति र पत्नीको ॥
लोग्ने स्वास्ने प्रमुख हुन्छन् बालक पनि होइन ।
व्यक्तिवाद ठूलो हुन्छ, दम्पति पनि होइन ॥

सामाजिक पन हुन्न सहकारी लेन देनको ।
ऐंचोपैंचो पनि हुन्न अर्मपर्म पनि खेतको ॥
जहाँ सामाजिकता हुन्न, हुन्न प्रेम करुणा पनि ॥
मान्छे जर्जर पो हुन्छ मन कठोरको अनि ।

बन्दछ क्रूर समाज घेरो अपराधको पनि ।
वृद्धले स्नेह पाउँदैन अशक्तवालले पनि ॥
तर ऊ जन्मदै देखि मानसिक रूपमा सधैं ।
सचेत भएको हुन्छ बूढो हुँदा एक्लो जीउने ॥

सघाउँदैन हेर्दैन परिवार जनले भनी ।
कमाइ संचय गर्छ वृद्धको लागिको पनि ॥
संस्कारैबाट बुझेर वृद्ध भत्ता दिन्छ राज्यले ।
वृद्धाश्रम बनाउँछ नर्स सेवा दिन्छ राज्यले ॥

कमाइको सबै अंश आफू खुशी गर्न पाउँछ ।
अंशभाग दिनु पर्दैन एक्लै खर्चन पाउँछ ॥
नेपाली मूढ नेताले अन्धाधुन्द नक्कल गरे ।
वृद्धाश्रम बूढो बस्ने, सानो परिवारको गरे ॥

पश्चिमी राज्यले धेरै वृद्ध सेवा दिन सक्तछ ।
वृद्ध गाउँ बनाउँछ नर्स चिकित्सक राख्दछ ॥
पाच्य सुयोग्य भोजन बनाएर खुवाउँछ ।
थरीथरी आवासैका ढाँचा स्थान रोजाउँछ ॥

अनेक नामका वृद्ध स्याहार केन्द्र छन् त्यहाँ ।
सन्तुष्टि सुख चाहिने थप्न खोजी जारी छ त्यहाँ ॥
कल्याणकारी प्रविधि यातायात ग्रोसरी अनि ।
विजुली मर्मतदेखि रोबोट श्वान साथी छन् पनि ॥

खाँचो उमेर अनुसार चाहना वृद्धका बुझी ।
वस्तु उत्पादन गर्छन् खाँचो भौतिकको बुझी ॥

वृद्ध हैन नयाँ पीडी

वृद्ध निकालिने हैन छोराछोरी बढेपछि ।
जान्छन् बाहिर ती आफै चर्च बिहे भएपछि ॥
पहिले ती डेरा खोज्छन्, खाने रोजगार रोज्दछन् ।
अनि रोजेकी ती स्वास्नी बिहे चर्च गई गर्दछन् ॥

दुवैले काम ती गर्छन्, बास आफ्नै बनाउँछन् ।
बाबु आमा कमाइको आश पुरै ती त्याग्दछन् ॥
न बाबु न त बाजेको कमाइ अंश खोज्दछन् ।
पुर्ख्यौली सम्पति हुन्न हुँदै हुन्न के खोज्दछन् ॥

हुन्छ जे बाबु आमाको निजी हुन्छ न मागने ।
संस्कार पश्चिमी त्यस्तै एक्ला एक्लै गरी जिउने ॥
कसैको आश न गर्ने आफै कमाइ जिउने ।
वृद्धबाल अशक्तैको राज्यका भर जिउने ॥

अशक्त बाल वा वृद्ध हेर्ने जिम्मा हुन्छ देशको ।
मरेपछि रहलपहल् धन पनि हुन्छ देशको ॥
राज्यले वृद्धलाई हेर्छ, बन्दोबस्त मिलाउँछ ।
कम्युनिटी वा निजीलाई हेर्ने जिम्मा लगाउँछ ॥

छोरा वा छोरीले होइन अपुताली खान्छ देशले ।
एक आधा हुन क्यै सक्छ इच्छा पत्रबाट बेसले ॥
आफ्नै घर बूढाबूढी एक्ला एक्लै पनि बस्दछन् ।
वृद्ध असक्तले भत्ता पेन्सन बीमा सब पाउँछन् ॥

जति धेरै भए पनि के काम जो अशक्त छन् ।
पर निर्भर भै बाँच्नु परे वृद्धाश्रम पुग्दछन् ॥
वृद्धलाई सघाउने वृद्धसेवा काम भन्दछन् ।
परिचारिकाबाट वृद्ध सेवा गराउँछन् ॥

आफ्नो आफै गर्न सक्नेको छुट्टै कम्युनिटी बन्दछ ।
घुम्ती सेवा नि पाउँछन्, एक्लो पन हटाउँछन् ॥
स्वतन्त्र र सहयोगी नर्सिङ् होम वृद्धको ठूलो ।
माग बढ्दो छ अझै त्यहाँ, शुल्क फरक छ ठूलो ॥

सेवाको खोज चाहना मासिक दर बन्दछ ।
एकल् वा जोडी बस्नेमा फरक दर बन्दछ ॥
प्रवेश शुल्क सवालाख तीस शय महिना भर ।
डलर न्यूनतम लाग्दछ ज्यून गाह्रो धनको भर ॥

एन.ओ.आर.सी मोडेल त्यो हो आफ्नै घर बसे पनि ।
ज्येष्ठले पाउने सेवा पाउन सक्दछन् तिनी ॥

स्तर धन बुद्धिको आधारमा वृद्ध गृह छन् ।
स्वतन्त्र बस्नेले काम सबै आफै गर्ने गर्दछन् ॥

कंग्रीगेट गृहमा एक छाक खाना खान पाउँछन् ।
बाँकी काम सबै आफै वृद्धले नै गर्ने गर्दछन् ॥
घुम्तिघर त्यसले पाउँछ आफ्नो काम आफू गर्दछ ।
सब्सिडाइज् गृह चौथो राज्यले खर्च गर्दछ ॥

पाँचौं आमोदी बासै हो सेवा वृद्ध जो पाउँछन् ।
छैटौं निरन्तर आवास सह बसाइ गर्दछन् ॥
पूर्ण अवकाशीले मात्र यस्ता गृह बस्न पाउँछन्
गर्मी प्रदेश खोजेर वृद्ध आवास बन्दछन् ॥

शहरबाट बाहिर खुला ठाउँ रोजी बन्दछ ।
दशकै पिच्छे सात लाख देशले वृद्ध थप्दछ ॥
बूढोको छ ठूलो संख्या आठमा एक पर्दछ ।
अमेरिकी सरकारैले व्यवस्था राम्रो गर्दछ ॥

सवाशय वर्षदेखि यो व्यवस्था छ निरन्तर ।
सुध्रिदो छ भन्भनै सारा राज्य सरकारको भर ॥
वृद्ध बस्ने सबै घर वृद्ध मैत्री बनाउँछन् ।
वृद्ध मनोज्ञान बुझेर गोप्यता नि जोगाउँछन् ॥

संचार साधन ब्रोड वैण्ड, विद्युत पानीको ।
बगैचा ठाउँ टहल्ने सर्भिलेन्स हुन्छ तिनको ॥
चाडबाड तिथि भेटघाट घुमघामका कुरा ।
सबै हेरेर शयौंमा रोजेर बस्दछन् पुरा ॥

खानपान स्वास्थ्य सेवा र भान्छा शौचालयहरू ।
सेवा परिचारिका के छ बुझेर रोज्दछन् अरू ॥
लेस्बियन, ट्रान्सजेन्डर, गे, वाइ-सेक्ससुअलहरू ।
पनि असामान्य मानिन्छन्, छुट्टै गाउँ बस्दछन् बरू ॥

अछुत जाती मानिन्छन् एल.जी.वी.टी कहलाउँछन् ।
जातपात अति मान्छन् गोराकाला भेद गर्दछन् ॥
आदिवासीहरू हेय तेस्रो विश्व देशका पनि ।
हेलाका पात्र मानिन्छन् धन हीन हुने पनि ॥

पूर्व पश्चिम फरक

सामाजिक बनोट भिन्न पूर्व पश्चिममा ठूलो ।
पारिवारिक मान्यता संस्कार त छ झन् ठूलो ॥
संयुक्त परिवारै हो कम्युन् होइन पूर्वको ।
वैदिक साम्यवादै हो खुला धन समाजको ॥

साम्यवादी कम्युन र वृद्धाश्रम नीति पश्चिमी ।
दुवै मानव कृत हुन्, प्राच्य त हो सनातनी ॥
बाजे बज्यै खटन पटन घरको शान जोड्दछन् ।
नातिनाहरूको स्वास्थ्य, शिक्षा संस्कार भर्दछन् ॥

संस्कार कुलको जम्छ स्वास्थ्य शिक्षा ज्ञानका पुरा ।
नित्यकर्म अनुशासन् ज्ञान, सीप, श्रमका कुरा ॥
धर्म कर्म मान मर्यादा संस्कार सभ्य समाजका ।
अपनत्व राष्ट्रको प्रेम पीडी शिक्षा घर घरका ॥

छोरी अर्को घरमा जान्छे त्यहाँ आमा बाबु पाउँछे ।
ससुरा सासुले फेरि आर्की छोरी घर पाउँछे ॥

नातागोता गोत्र वंशैको अविभावक खोज्दछन् ।
मिले पछि चिना फेरि व्यौलाव्यौलीहरू रोज्दछन् ॥

विवाह बन्धन गाँठो ठूलो पक्का हुन्छ पूर्वमा ।
त्यो खाली सेक्स आवेगी *आइलभयु* हुन्छ पश्चिमा ॥
पश्चिमीहरूको सादी दिगो हुन्न फेरिराख्दछन् ।
विचल्ली वालवालिका मनैदेखि क्रूर बन्दछन् ॥

सिकेर पश्चिमा शैली पूर्वी समाज बेहाल छ ।
क्रूरता निर्दयी ठगी अपराधीबाट ग्रस्त छ ॥
बेसनी लागूपदार्थ बिडी सुर्तीहरू तान्दछ ।
असभ्य बोली ऊ बोल्छ तामसी भोज गर्दछ ॥

वृद्ध दिवस

संयुक्त राष्ट्रसंघैले जनवरी पन्ध्रको दिन ।
वृद्ध दिवस उद्घोष गरेको मात्र छ किन ॥
वृद्धको अपमान त्यागी सम्मान् गर्न सिकाउने ।
दिवस् मनाएर हुन्न, पौरस्त्य हो बढाउँने ॥

बुझ्नै सक्दैन पश्चिम भिन्न संस्कार पूर्वको ।
बुझाउने क्षमता गुम्यो शिक्षा मासेर पूर्वको ॥
पौरस्त्य सारतत्वको, विज्ञान् आधार युक्त छ ।
बुझ्नै सक्तैन युएन्ओ पश्चिमी तिरमात्र छ ॥

ज्येष्ठ सगोलमा बस्न नपाए घरमूलीको ।
मानाधिकार नपाए के दिवस मुख हेर्नुको ?
सम्मान मान नपाए अर्थ के हुन्छ वृद्धको ?
दिवस मात्र मनाए पीडा थप्छ बरु वृद्धको ?

तिरस्कार पाप हो भन्ने सम्मान प्रेम बढाउने ।
वृद्ध देव घरको मान्ने सेवाभाव बढाउने ॥
नीति शिक्षा पूजा गर्ने मिली बस्न सिकाउने ।
शिक्षा नभएर हाम्रो पौरस्त्य शान बढाउने ?

खण्ड –६
kl/jf/df j[4j[4f

चाँडै बुझ:

जब युवा बूढो हुन्छ वृद्ध भाव उ बुझ्दछ ।
वृद्ध मरिसकेपछि बुझे के अर्थ बन्दछ ॥
बालकदेखि जो बुझ्छ बुझ्ने संस्कार् बसाउँछ ।
त्यसै घर मात्रले वृद्ध सेवा राम्रो दिलाउँछ ॥

वृद्धको मनको भाव दाँत, आँखा, नाक, कानको ।
खाने बस्ने पूजा गर्ने तीर्थ व्रत मित्र भावको ॥
बुझेर गर्न त्यै सक्छ मान्छ नेतृत्व ज्येष्ठको ।
परिवार हुन्छ संयुक्त मानिन्छ घर श्रेष्ठको ॥

वृद्धलाई दया गर्न हुँदैन प्रेम मात्र हो ।
दु:ख के छ बुझिराख्नु, मिलाई खान दिनु हो ॥
कोठा सफा सजाउने दु:खेको ठाउँ अर्चने ।
नसक्ने नित्य कर्मैको कामलाई सघाउने ॥

वृद्धले मन्दिर तीर्थ यताउति घुम्न खोज्दछ ।
पुराना जीवित साथी सहपाठी भेट्न खोज्दछ ॥
भोगेका ठाउँको रूप रंग फेरि देख्न खोज्दछ ।
साथमा घरको यौटा मान्छे लान ऊ रोज्दछ ॥

संचारको केन्द्रविन्दु भै समन्वय गराउन ।
आए गए अरू काम घरलाई सघाउन ॥
चाहने वृद्धका कुरा सबैले सुन्नुपर्दछ ।
मन दुःखने अपशब्द घरबाटै हट्नुपर्दछ ॥

आफ्नो पनि आउँछ पालो भनेर बुभ्नुपर्दछ ।
बेलैमा नबुझे उस्ले पछुताउनुपर्दछ ॥
आहार फिजियो योग जप सन्ध्या ध्यानका कुरा ।
नियमित गराएमा घट्छ रोग वृद्धको पुरा ॥

परिवार जनमा ज्ञान अवस्था हेरी बुझने ।
मात्रा अड्कल् गरी सही छनोट गर्न सकने ॥
खुबी बढाउनु खोजी धर्म शास्त्र पूर्वको रीति ।
जो पढाइँदैन शिक्षामा पढ्नु आफै रीतिथिति ॥

भावना बुझः

चिन्तामग्न भइ बस्छ, डराउँछ कताकतै ।
चाँडै रिसाउँछ खालि एक्लो पन जतातते ॥
नखाने वस्तु खाएर नियास्रो रोक्न खोज्दछ ।
परिवार जनकै हेला भएमा त मर्न खोज्दछ ॥

चाहना बुझ :

वृद्धको चाहना धेरै योग प्राप्तितिर बढ्दछ ।
वाल झै चाहेको बेला खानातिर मन गर्दछ ॥
धर्मकर्म ठूलो मान्छ, साथ जाने त्यही ठान्दछ ।
भौतिक वस्तु बान्धव छाडिजाने ऊ मान्दछ ॥

थला पर्नु पहिल्यै हेय भावराखे मन कुण्ठित ।
भए वृद्ध थला पर्छ, टाढिन्छ चेतना सित ॥
रोगले जीर्ण जो काया, शक्ति नाश ओछ्यानमा ।
मुढोतुल्य लडी बस्छ ओढ्ने तान्न असक्त छ ॥

चाहनापुरा गर :

गायन् वादन सत्संग नाम संकीर्तनहरू ।
वृद्धको चाहना हुन्छ, सबै मिली गर्नु साँझ् बरु ॥
सन्याश्रम सम्मको पाको बुद्धि गुण र शीलको ।
सतसंग बरु दिनु, खिन्न रोक्नुपर्छ दिलको ॥

बालपन :

वृद्ध र बालक उस्तै स्वभाव खानपानमा ।
वृद्ध फेरि वालकै हुन्छ फर्कन्छ जन्म रूपमा ॥
वृद्धको वाल वा युवा जस्तै भिन्न मनोदशा ।
हुन्छ जो कम नै बुझ्छन् ज्येष्ठको यो मनोदशा ॥

भेदभाव गरी पंक्ति भेद गर्ने सबै कुरा ।
कहिल्यै नगरी जन्ले गर्नुपर्छ सबै पुरा ॥
मन बुझी कुरा गर्नु, इच्छा के छ बुझि लिनु ।
प्राच्य भोजन् बुझी दिनु सफा चट्ट बनाउनु ॥

सुम्सुम्याई सँगै बस्नु दुःखेमा मिची पो दिनू ।
कटु टर्रो दुःख लाग्ने घोच्पेचे नबोलिदिनू ॥
व्यवहार कमलो, बोली मृदुभाषी मिठासले ।
सकारात्मक सोच राखी गर्नु सेवा मिजासले ॥

यो कुरा घरको संस्कार भए राम्रो सधैं भरि ।
गाउँसमाजका साथीसँग गर्नु त्यसै गरी ॥

ज्येष्ठ सेवा :

प्रशस्त पानी जो खान्छ नित्य व्यायाम गर्दछ ।
संतुलित भोजन पाए, खुसी पाए ऊ ज्यूँदछ ॥
अशक्त वृद्धको सेवा ठूलो सेवा महत्व हो ।
परिवार जनले बुझ्के सेवा यो अवसर हो ॥

व्यवस्थित वृद्धको सेवा यदाकदा गर्नु पर्दछ ।
तर असक्तको सेवा निरन्तरै गर्नुपर्दछ ॥
निर्णय वृद्धको मान्ने आत्मनिर्भर गराउने ।
स्वस्थकर जीवनशैली परिवार जनले दिने ॥

साथी सङ्गी आउँदा आतिथ्यता देखाउने ।
परिवार जनको भाव हुनुपर्छ सघाउने ॥
मिष्टभाषी सकारात्मक तीब्रबुद्धि सन्तति भए ।
ज्ञान, सीप, क्षमतायुक्त, दक्षताले पूर्ण भै दिए ॥

विद्या विनय सम्पन्न मानयुक्त पुत्र भैदिए ।
मन आनन्द वृद्धैको, सुखकर मृत्यु बन्दछ ।
घर गाउँ क्षेत्र वा राष्ट्र जुन थलो रहे पनि ।
वृद्धलाई पिता मान्ने संस्कार हुनुपर्दछ ॥

देवता तुल्य मानेर सम्मान गर्नुपर्दछ ।
न मान्ने दुष्ट हो, घृणा सबैले गर्नुपर्दछ ॥
अघिल्लो जुनिको ठूलो पुण्यले जन्म मानव ।
हुन्छ भनेर ऊ जानोस् पुनर्जन्म पनि मोक्षको ॥

बाटोको लागि हो कर्म, सत्य अध्यात्म ऊ बुझोस् ।
इर्ष्या द्वेष मनका फाली श्रीकृष्णको नाम ऊ जपोस् ॥
सत्यरूपी ज्ञान कुण्डैको जलमा मनस्नान गर ।
राग द्वेष पखालेर सत्य मार्ग खुला गर ॥

प्रसन्न मन जो हुन्छ, आनन्द मोक्ष पाउँछ ।
ॐकार वाक्यका साथ वैकुण्ठ बास पाउँछ ॥
जो प्रिय वृद्धको हुन्छ, हुन्छ प्रिय घर देशको ।
त्यो प्रिय ईशको हुन्छ, हुन्छ वैकुण्ठ वासको ॥

देवता देवी हुन् वृद्धा संन्याश्रमी भए पछि ।
पूजा गर्नुपर्दछ तिन्को दैवरूपी भए पछि ॥
हेला गर्ने घृणा गर्ने वेवास्ता गरी हिड्दछ ।
भने हैन पुत्र नै त्यो त धराको भार बन्दछ ॥

अधर्मी नाष्तिक हुन्छ मलको कीट बन्दछ ।
जुनीजुनी यसरी बस्ने नरक गामी बन्दछ ॥
लामो आयु निरोगी र हाँसीखुसी वृद्धको घर ।
लाई समाजले दिन्छ मान सम्मानको घर ॥

देखेर नाति नातिना पीडी शिक्षा बुझे पछि ।
श्रृंङ्खला घरको बन्छ समाज उँचो भएपछि ॥
देश उँचो हुँदै जान्छ विश्वमै नामी बन्दछ ।
सकारात्मक सोचैले कुलनै दामी बन्दछ ॥

अग्रजहरूका वाणी सूक्ष्म उर्जा वनिकन ।
कुण्डली जागृत हुन्छ बस्छ बुद्धिमान भैकन ॥

मन्दिरको देवता फाले जस्तै हो अपहेलना ।
माया सेवा आदरमात्र वृद्धको हुन्छ पूजन ॥

दुर्वचनी अहंभावी नारी घर भए भने ।
घर-उर्जा विनासिन्छ वाइफाले भएभने ॥
मिष्टबोली पहिलो गुण घर-उर्जा बढाउँछ ।
अलच्छिन घरको हट्छ उँचो जीवन गराउँछ ॥

खुशी, खुबी, हर्ष संतुष्टि निरन्तर घरमा भए ।
नातागोता पाहुनालाई सम्मान गरिने भए ॥
घर त्यो स्वर्ग नै हुन्छ भूमिका नारीको भए ।
मात्र त्यो सम्भव हुन्छ 'इभ'को पछि नगए ॥

आनन्द खुशी हाँसोले शुद्ध उर्जा र भोजन ।
बढाउँछ सुखै थप्छ वृद्ध वाल घरका जन ॥
बालक तेजिलो हुन्छ पढाइ हुन्छ अब्बल ।
संस्कार घरको बन्छ घरबन्छ उच्च ब्राह्मण ॥

रोग र उपचार:

वृद्धका रोग नामी छन् मधुमेह अर्बुदअरू ।
जोर्नीको वाथका साथ मुटुरोग डिमेन्सिया ॥
डिप्रेशन प्रमुखै हुन् बाँकी धेरै अरूहरू ।
समयमै बुझी जाचे निको हुन्छ खुरूखुरू ॥

प्रशस्त पानी खाने र व्यायाम गर्दछ भने ।
संतुलित भोजन पाए खुसी पाए ऊ ज्यूँदछ ॥
मिठोबोली भए खुसी घर शान्ति भए पछि ।
रोग धेरै लाग्न सक्तैन प्रफुल्ल मन भएपछि ॥

स्वनिर्णय घरले मान्ने आत्मनिर्भर गराउने ।
स्वस्थकर जीवन शैली परिवार जनले दिने ॥
साथी संगत आउँदा प्रेम भाव देखाउने ।
परिवार जनको भाव हुनुपर्छ सघाउने ॥

बुझि राख

युवा पनि बूढो हुन्छ बाल पनि हुन्छ ।
किन होला नबुझेको आफ्नै बाटो थुन्छ ॥
आज बाटो भत्काएर भोलि आफै फँस्छ ।
आफै खनी बनाएको खौलो भित्र खस्छ ॥

समाजले गर्ने

आयातीत राजरीतिले असक्षम माथि पुग्दछन् ।
तिनलाई ठाउँमा राख्न जनता मात्र सक्तछन् ॥
सार्वभौम जनता नै हो दल प्रतिनिधि होइन ।
जन पछि दल पो हुन्छ दलपछि जन होइन ॥

समाज एक् भएमात्र आदर्श देश बन्दछ ।
ज्ञान तर्क दर्शन बोध धर्मबोध हुनु पर्दछ ॥
अन्यथा अफ्रिका हुन्छ बाइबिल हात पर्दछ ।
सभ्यता संस्कृति वेद अपनत्व सब गुम्दछ ॥

हाम्रोपछि पश्चिमा आ'छ माध्यम संचार निलि सक्यो ।
भाषा धर्म पद्धति शिक्षा सेवा स्वास्थ्य खाइनै सक्यो ॥
मेकालेले रोपेको पाक्यो अब हामीले रोप्नुपर्दछ ।
हरेक गाउँले सारा एकै साथ गर्नुपर्दछ ॥

भेला भई बूढाबूढी देव थलो बन्नुपर्दछ ।
मनोरञ्जन् हाँसखेलैको स्वर्गभूमि बन्नुपर्दछ ॥
देवभूमि वेदभूमि यो तपोभूमि बन्नुपर्दछ ।
फुटाउने छुटाउने खेल यो रोक्नुपर्दछ ॥

मूर्खता हो पश्चिमा शैली पर्छ अब हटाउनु ।
भौतिक मात्र छाडेर अध्यात्म छ बनाउनु ॥
मृत्युलाई सुखकर पार्ने अध्यात्म ज्ञानको कुरा ।
शिक्षा संस्कार कर्मैमा पार्नुपर्छ अब लौ पुरा ॥

नियोजन् साधन हैन इन्द्रिय निग्रह कुरा ।
व्यवस्था मनको गर्ने पर्छ सिकाउनु पुरा ॥
वैज्ञानिक, कवि लेखक्, योजनाविद शासक ।
मजदुर सबै वर्ण जात धर्म प्रशासक ॥

सबै बूढा भई मर्छन् जानी बाटो सिके पछि ।
ज्येष्ठको हुन्छ संमान वैदिक ज्ञान् भए पछि ॥
कानुन होइन संस्कार बनाउनु अब पर्दछ ।
वलले हैन ज्ञानैले भित्रबाटै हुनुपर्दछ ॥

बुद्धिजीवी र संचार सचेत् वर्ग मिलेपछि ।
संवेदन भई झोले दल हुन छुटेपछि ॥
राम्रो सही बाटो जो हाम्रो पत्तो लागी हिंडेपछि ।
गन्तव्य पुगी नै हाल्छौं नियत् राम्रो भए पछि ।

पश्चिमा भौतिकवादी अध्यात्म पूर्वको कुरा ।
नबुझी धर्म दर्शनै, हुँदै हुन्न सब त्यो पुरा ॥

पश्चिमा शैलीले वस्तु धन मोज दिन सक्तछ ।
घुमाइ ल्याउन सक्छ तर कहाँ स्नेह सक्तछ ?

आत्मीयता, वृद्ध वात्सल्य प्यार अन्त: मनको कहाँ ।
सामीप्यता शाश्वत: गुण दिन सक्छन् अब ती कहाँ ॥
पहिलो घर हो दोस्रो समाज शिक्षालय तृतीय ।
समन्वय ज्ञान बाड्नेमा यी तीनै अलौकीय ॥

शिक्षाको राष्ट्रिय नीति अब लागू गर्नुपर्दछ ।
मेकाउलेको हटाएर पौरस्त्य हुनुपर्दछ ॥
पाठक्रम मिलाएर शिक्षास्तर उठ्नुपर्दछ ।
गुरु शिष्य समाज लागे मात्र यो हुन सक्तछ ॥

पूर्वीय ज्ञानको शिक्षा प्राणित्वको प्रकृतिको ।
वसुधैव कुटुम्बैको शान्तिवाचन विश्वशान्तिको ॥
बन्दुक व्यापार त्यागेर विश्वशान्ति बनाउन ।
शिक्षा वैदिक नै थाल वसुधैव कुटुम्बकम् ॥

दल र सरकारले गर्ने

दलका नेता कति मूर्ख नमर्ने झैं गर्छन् ।
खानै मात्र जन्मेको हो भनेजस्तो गर्छन् ॥
बूढोपाको जन भए थिचीमिची पार्छन् ।
आफुभने कुर्सिमा नै टाँसिएर मर्छन् ॥

नीतिशिक्षा शास्त्रहरू उखेलेर फाल्छन् ।
वेद ज्ञान धर्मलाई रूढिबाद ठान्छन् ॥
मेकालेको दास हुने कमाउ शिक्षा दिन्छन् ।
गु र गोबर भिन्न बुझ्न कठिन नै पार्छन् ॥

अनेकमा हुने एक समाजी पन मास्दछन् ।
आपसमा लडी टुट्ने पद्धति पो अँगाल्दछन्

साम्यवाद मार्क्सको हैन वैदिक साम्यबाद हो ।
पूँजीवाद पनि हैन शिक्षा स्वास्थ्य निःशुल्क हो ॥
आफ्नै सुशासन वैदिक् भ्रष्टाचार नभएको ।
परोपकार पुण्याय पापाय पर पीडको ॥

कानूनमा सुधार :

राज्यले दिनु पर्दैन वृद्धभत्ता घर आश्रय ।
गरिदिए मात्र नै पुग्छ सुधार तलको कुरा ॥
इच्छापत्र पद्धति राख हटाउः अंश पद्धति ।
ज्येष्ठ पुस्ता छँदै ज्यूदो अंशबण्डा नहुने गर ॥

संयुक्त पद्धति राम्रो दिगो हुने काम नै गर ।
छाड संस्कार पश्चिमी आफ्नैमा निर्भरपर ॥
यही हो असली साम्यवाद हो विश्वको ठूलो ॥
जीवीकोपार्जन कृषि पद्धति हाम्रो हो ठूलो ।

प्रागारिक उब्जनी हुने त्यसलाई बचाउन ।ः
कृषि र गैरकृषिको फरक स्पष्ट बनाउन ॥
विश्वकै उत्तम बीज सब जात कृषिको गरी ।
निर्यात गर मजैले खोसखोस विश्वमा भरी ॥

विवाह हाड नाता र थर गोत्र मिलाएर ।
गर्नै पर्ने बनाएर वंशनाश नहुने गर ॥
केटाकेटी बाबु र आमा सहमति हुने गर ।
कलह घरघरैको नाश हुने पुरा गर ॥

आमाबाबु पुत्रपौत्रीको सहमति भएपछि ।
वंश विनासै रोकिन्छ बुद्धि स्वास्थ बढेपछि ॥
पौरस्त्य कुलका सारा ऋषि महर्षि बन्दछन् ।
नेतृत्व विश्वकै लिन्छन् विश्वशान्ति बनाउँछन् ॥

जातपात ठूलो सानो विभेद ती हटाउँछन् ।
समशिक्षा स्वास्थ्य र सेवा अर्थतन्त्र बनाउँछन् ।
व्यवस्थित पद्धति लागू गर सर्वाङ्ग विकासको ।
पद्धति र मूलनीतिको भनेझैं लागु नै गर ॥

खण्ड ७

j[4 Joj:yfkgsf nflu ;emfj

१. घरघर क्रान्ति

समस्यै समस्याले घेरियो देश यो किन ?
प्राच्यको सभ्यता लामो लाखौं वर्ष पछि किन ?
व्यवस्था वृद्धको आज तहस्नहस् भयो किन ?
कसोरी पार पाउने विचार के छ देशको ?

पूर्वको सभ्यता शिक्षा विस्थापन गराउन ।
पश्चिमा लागेकोले नै थालेको हो विलाउन ॥
राजनीति नीति अर्थ शिक्षा खान पानको नीति ।
पश्चिमाले हुलेकाले पाए दुःख वृद्धले अति ॥

पूर्वकै थाम्ने हो वा सो पश्चिमी भित्र ल्याउने ?
राज्यले तय गर्नुछ कस्तो देश बनाउने ॥
राष्ट्रिय मूलनीतिमा दिगो रूप राख्नुपर्दछ ।
पूर्वीय हो की पश्चिमी सुनिश्चित गर्नुपर्दछ ॥

पश्चिमी नीति हो भने पश्चिमी नै हुनुपर्दछ ।
पौरस्त्य हो भने पूरै पूर्वको नै हुनुपर्दछ ॥
दुई डुङ्गा भित्र टेकेर हिड्ने बानी हट्नुपर्दछ ।
पुर्खाले झैं पनि आज गौरव राख्नुपर्दछ ॥

परिबारले बुझ्-जान :

वृद्ध हेला गरे त्यागे तिमी वृद्ध हुँदा पनि ।
छोराले त्यही नै सिक्छ त्यही नै गर्दछ पनि ॥
संस्कार घरमै सिक्ने पाठशाला पनि हो घर ।
पशिचमी हुच्चिमा हैन, त्यागनुपर्छ पर निर्भर ॥

जो प्रिय वृद्धको हुन्छ, हुन्छ प्रिय घर देशको ।
त्यो प्रिय ईशको हुन्छ, हुन्छ वैकुण्ठ वासको ॥
देवता देवी हुन् वृद्धा सन्याश्रमी भए पछि ।
पूजा गर्नुपर्दछ तिन्को देव रूपी भए पछि ॥

हेला गर्ने घृणा गर्ने बेवास्ता गरी हिड्दछ ।
भने त्यो पुत्र नै हुन्न नरकवासी बन्दछ ॥
अधर्मी नाष्तिक हुन्छ गुहे किरो समाजको ।
जुनीजुनी यसरी बस्छ नरकै घर बन्दछ ॥

लामो आयु निरोगी र हँसी खुसी वृद्धको घर ।
उपहार समाजैले मान्छ सम्मानको घर ॥
देखेर नाति नातिना पीडी शिक्षा बुझ्रेपछि ।
श्रृङ्खला घरको बन्छ गाउँ उँचो भएपछि ॥

देश उँचो हुँदै जान्छ विश्वमै नामी बन्दछ ।
सकारात्मकको सोच बढ्छ कुलै दामी बन्दछ ॥
अग्रजहरूका वाणी सूक्ष्म उर्जा वनिकन ।
आशीर्वाद नि लाग्छ, कुण्डलीनी जाग भैकन ॥

वृद्ध मन्दिरभित्रैको मूर्ति हो पुज्नुपर्दछ ।
वृद्ध फाले मूर्ति फालिन्छ दानवी घर बन्दछ ॥

अहंभावी नमिठो बोली नारी घर भए भने ।
आफ्नै उर्जा विनाशिन्छ नास्तिक ती भए भने ॥

मिष्टबोली नारीको गुण घर उर्जा बढाउँछ ।
अलच्छिन घरको हट्छ उँचो जीवन् गराउँछ ॥
खुशी, खुबी, हर्ष सन्तुष्टि निरन्तर घरमा भए ।
नालनाता पाहुनालाई देवतुल्य मानिने भए ॥

घर त्यो स्वर्ग नै हुन्छ, भूमिका नारीको भए ।
मात्र यो सम्भव हुन्छ 'इभ'को पछि नगए ॥
आनन्द खुशी हाँसोले शुद्ध उर्जा र भोजन ।
बढाउँछ सुखै थप्छ वृद्ध वाल घरका जन ॥

बालक तेजिलो हुन्छ, पढाइ हुन्छ अब्बल ।
संस्कार घरको बन्छ, हुन्छ त्यो उच्च ब्राह्मण ॥
सबै ज्ञानी भए घर गाउँ देशै हुन्छ सुजन ।
पौरस्त्य सभ्यता राम्रो मान, गर वृद्ध पूजन ॥

वृद्धसेवा व्यवस्थापन

वृद्ध सेवा बाल सेवा भैँ सीप प्रविधि ज्ञानको ।
कला विज्ञान हो धेरै जान्नै पर्ने समाजको ॥
पश्चिमाले वृद्ध व्यवस्था राम्ररी बेसरी गरे ॥
भौतिक उपभोग वादी व्यक्तिवादी सोचले गरे ।

पूर्वमा स्नेह धर्मैको अध्यात्म ज्ञान ध्यानको ।
पुनर्स्थापन गर्नुछ व्यवस्थापन वृद्धको ॥
गर्नलाई शासन पूर्वी वैदिक साम्यवादको ।
योग्यतम पदमा जाने राजनीति धर्म मर्मको ॥

योग्यतम मात्र छानिने शुद्ध चुनाव पद्धति ।
भएमात्र देश यो बन्छ समुन्नत हुन्छ यो अति ॥
समाज कल्याण मन्त्रैको आलय हुनुपर्दछ ।
मूलनीति बनाएर त्यस भित्रै चल्नुपर्दछ ॥

नातावाद कृपावाद भेदभावहीन व्यक्तिको ।
नेतृत्वमा, पाँचोटा बस्ती बीच हरेक क्षेत्रको ॥
अनाथ टुहुरा वृद्धाको लागि बन्नुपर्दछ ।
विशाल पाँच क्षेत्रैमा निर्माण गर्नुपर्दछ ॥

विपद घरमा पनि "नाति-बाजे" बस्नु पर्दछ ॥
नीति र व्यवसायको शिक्षा नि दिनु पर्दछ ॥
चेतना फैलिने मन्त्र, जिम्मेवारी हुनु पर्दछ ।
सर्वाङ्गिण जिम्मेवारीको बोध नि गर्नुपर्दछ ॥

व्यवस्थापन हो ठूलो घर्घरै गर्नुपर्दछ ।
चिकित्सा हो जरा यौटा सीप त्यस्को हुनुपर्दछ ॥
लिङ्गभेद भेद वृद्धैको भिन्न हुन्छ जान्नु पर्दछ ।
विश्वका शतक ज्येष्ठबाट धेरै सिक्नुपर्दछ ॥

गहना परिवारैको हो भनेर जान्नुपर्दछ ।
अग्रज माननीय हो भनी सम्मान् दिनुपर्दछ ॥
घरले गाउँले फेरि सत्ताले नि सिक्नुपर्दछ ।
पौरस्त्य सत्य हो धर्म आयातीत त्याग्नुपर्दछ ॥

राज्यले गर्नुपर्ने

मूलनीति देशकै छैन, छैन वृद्ध अशक्तको ।
पहिले बन्नु त्यै पर्छ पश्चिमी हो कि पूर्वको ॥

त्यो दिगो नै हुनु पर्छ अनि सारा भविष्यको ।
पद्धतिबाट नै चल्छ दुःख हट्छ सब वृद्धको ॥

नीति अनुरूप कानून, नियम विनियम्हरू ।
बन्नुपर्छ तहतहैमा वार्षिक कार्यक्रमहरू ॥
फेरिदैमा कुनै सत्ता हुन्न रोक्न नीति कतै ।
हुन्छ सुशासने देश देशभरि जता ततै ॥

पश्चिमी पनि बुझ

पाश्चात्य वृद्धको नीति अँगाल्ने हो भने अव ।
अंश दिनै नपर्ने भो सम्पति वृद्धको सब ॥
इच्छापत्रे कानून ल्याऊ भत्काउ पूर्वको सबै ।
राम्रा संस्कार मासेर बन दास पश्चिमी सधैं ॥

वृद्ध आवास भत्ता र सेवा सारा पुऱ्याउनु ।
दायित्व राज्यको हुन्छ तदरूप मिलाउनु ॥
ज्येष्ठलाई आश्रितै पार्ने सरकारी नीति हो भने ।
पश्चिमाको जतिकै बस्ने खाने सेवा ध्येय हो भने ॥

वृद्धभत्ता पेन्सन आदि बन्दोवस्त गर्ने हो भने ।
क्षमता देशको छैन, पनि त्यसो गर्ने हो भने ॥
इच्छापत्र अंशको पारी अंश दिन नपर्ने हो ।
भने यो काम त हुन्छ, तर संस्कार मासिने भयो ॥

पाश्चात्य मान्यतालाई देश के थेग्न सक्तछ ?
नक्कल मात्र गर्दैमा अपनत्व बाँच्न सक्तछ ?
वृद्ध आवासको निर्माण् जटिल् छ वृद्ध पेन्सन ।
व्यवस्थापन झन् गाह्रो छ त्यो को सक्छ बुझन ?

अनुगमन गुनासो सेवा झन जटिल छ ।
पौरस्त्य मान्यतालाई मान्नुचाहिं सहज छ ॥

जान पूर्वीय वृद्ध पद्धति :

पूर्वकै वृद्ध नीतिले राज्यको भार हट्दछ ।
कानून मात्रले छड्के जाँच भए मात्र पुग्दछ ॥
संयुक्त परिवारैको प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ ।
सानो परिवारको पक्ष निरुत्साह गर्नुपर्दछ ॥
अठार नपुगेसम्म पिताले पाल्नुपर्दछ ।
पेशा बाटो कमाउने शिक्षा ज्ञान दिनु पर्दछ ॥

अशक्त भए वा साठी काटेपछि बाबुबाजेले ।
पाल्नै पर्ने कानुन बन्नुपर्छ छोरा र नातिले ॥
ज्येष्ठको नायकत्वमा घर शासन् चल्नुपर्दछ ।
जीवित ती भएसम्म छुट्टिन रोक्नुपर्दछ ॥

पौरस्त्य सभ्यता धर्म नेपालीले जान्नुपर्दछ ।
नेपालमा अव त्यो नीति लिखितैमा बन्नुपर्दछ ॥
समाजका भलाद्मीले निगरानी गर्नुपर्दछ ।
पौरस्त्य पद्धतिलेनै राज्यको बोझ घट्दछ ॥

धर्म सभा पनि चाहे गर्न तिनले पाउँनुपर्दछ ।
वेद-पुराण निर्णय सिन्धु, हेर्ने गर्नुपर्दछ ॥
ज्युनी राख्ने गरी अंश गर्ने नि हट्नुपर्दछ ।
भाइभाइ बाँडी पालोले पाल्ने पनि हट्नुपर्दछ ॥

समस्या :

त्रिसट्ठी सालको वृद्ध कानुन नै गलत छ ।
न पूर्वीय न पश्चिमी दोगोल गोलमाल छ ॥
अज्ञानीको लहडैमा मूढता रूपमा छ त्यो ।
आधारहीन छ नीति सिद्धान्तहीन नै छ त्यो ॥

यी खारेज हुनुपर्छ पौरस्त्य बन्नुपर्दछ ।
मुलुकी ऐन र नियम संसोधन हुनुपर्दछ ॥
वर्तमान कानून पक्षपाती छ वल पक्षमा ।
गर्छ वकालत यस्ले, बूढापाको विपक्षमा ॥

आमाबाबु बाजेको धन कमाइमा पुत्रपुत्रीको ।
हक लाग्ने तर छोराको न लाग्ने किन बाबुको ?
अविभाज्य संचयकोश पनि झिके पछि बाडिने ।
तर पुत्रपुत्रीको किन बाबु आमा नपाउने ?

सोह्रवर्ष पुगे पुत्र अलग्गिन सार्वभौम छ ।
कमाइ बाबुको लान ऊ सधैं हकदार छ ॥
छोरालाई पढाउन बस्त्र खान दिनुपर्दछ ।
असक्त बाबुको किन छोराले त नपर्ने छ ?

छोराछोरी न पालेमा बाबु त दण्डभागी छ ।
बाबुआमा नपालेमा कहाँ पुत्र दण्डभागी छ ?
त्यसैले कानून सारा अमिल्दा हट्नुपर्दछ ।
वैदिक धर्मले जस्तै नयाँ मिल्दा बन्नुपर्दछ ॥

सुझाव :

अठार वर्षको पुग्दा छोराछोरी जसो गरी ।
पाल्नुपर्छ बाबुआमाले पुत्रले नि त्यसै गरी ॥
साठी काटे पछि पाल्नै पर्ने विधि पर्छ देशले ।
संयुक्त परिवारैको प्रथा मान्नै पर्छ देशले ॥

यो दिगो मूलनीतिमा लेखिनुपर्दछ अब ।
अनिमात्र प्रजातन्त्र अभ्यास बढ्दछ तब ॥
पारिवारिक कानून बनाएर दुइटा कुरा ।
राखिदिए मात्र यो हुन्छ, देश चल्छ पूरा पूरा ॥

परिवारको ज्येष्ठ ज्यूँदो भएसम्म अंशको ।
दाबी गरी छुट्टिई बस्न नपाउने त्यो वंशको ॥
नेतृत्व ज्येष्ठको चल्ने प्रजातान्त्रिक रूपको ।
सबैको राय लिएर अन्तिम् निर्णय ज्येष्ठको

घरको एकता बन्ने विवाह कुल बंशको ।
योग्यता क्षमता ज्ञान संस्कार प्राच्य आर्यको ॥
प्रेमविवाह भनिने विश्वभर अप्रेमछ ।
असी प्रतिशतले पारपाचुके गर्ने गर्दछ ॥

पौरस्थ्य पद्धति राम्रो खाँचो थोरै सुधारको ।
मागी भए केटी र केटाको मन्जुरी नियमको ॥
केटो वा केटीले रोजे मन्जुर अविभावको ।
भए मात्र जीनले गर्छ रक्षा त्यो गोत्र धर्मको ॥

मात्र यत्ति भए पुग्छ दायित्व यो मुलुकको ।
संयुक्त परिवार हाम्रो वैदिक साम्यवादको ॥

कायम रहिरहन्छ, जीवन मध्य मार्गको ।
विश्वशान्ति समाजैको हुन्छ त्यो घर शान्तिको ॥

पश्चिमी शैलीले हक वृद्धको भावना पनि ।
रक्षित कहिंल्यै हुन्न सामाजिक धार्मिक पनि ॥
पूर्वले बलले हैन विश्वका मन, बुद्धि, विवेकले ।
अन्तःस्करणले फेरि पाप, पूण्य, नीति, धर्मले ॥

वाहिरवाट भित्रिने हो भौतिक पश्चिमी ।
भित्रबाट बाहिर सर्ने ममत्व प्रेमपूर्वको ॥
स्नेह सद्भाव हो हाम्रो उर्जा जाग्रीत धर्मको ।
भै हुने देह पो मर्ने प्रेम त जन्म जन्मको ॥

वृद्ध-हक

वृद्धले पाउनु पर्छ स्वनाम धन खर्चन ।
सगोलमै ज्येष्ठले बस्न पाउनुपर्छ जिउनु ॥
सगोल परिवारैको माझमा खान पाउँनु ।
हक हो घरको काम कुरामा बोल्न पाउनु ॥

सुधार राजनीतिको

कुकृत्य अव यो सारा सधैलाई हट्नु पर्दछ ।
अरूको हक मारेर गर्ने बन्द हट्नुपर्दछ ॥
यस्ता काम गर्ने संस्थाको अवैध मान्नुपर्दछ ।
तोडफोड डढाउने जेल, क्षति भर्नुपर्दछ ॥

सशक्त सोच यो पार्ने मेकालेले विगारेको ।
सुधार्नुपर्दछ शिक्षा, अर्थ राजनीति देशको ॥

रूपान्तरण राजनीति पूर्ण प्रजातन्त्रको गरी ।
सेना प्रहरी विदेशी सहयोग बिना गरी ॥

गैससहरू पश्चिमी सबै वन्द गर्नुपर्दछ ।
टर्नकी वा नगद दान सर्तहीन हुनुपर्दछ ॥
हीरा सुनवोरीमा बस्छौ, कनिका भीख माग्दछौ ।
छुट्ला कसरी नेताको वानी यो सुख भोग्दछौं ?

गरिखाने बानी जो हाम्रो कसरी किन विग्रियो ?
कुवेसनी विश्वको थेग्रो नेपालमै किन थिग्रियो ॥
संकुचन सोच राज्यको नीतिबाटै हट्नुपर्दछ ।
मूल-नीति दिगो स्पष्ट तुरुन्तै बन्नुपर्दछ ॥

सुधार :

यातायात घर सर्बत्र वृद्ध मैत्री हुनु पर्दछ ।
अस्पताल बसमा बस्ने थलो पाउनु पर्दछ ॥
वृद्ध अपाङ्ग वेरामी अशक्त र बालक ।
ले स्वत: पाउने नीति-ज्ञान-शिक्षा हुनु पर्दछ ॥

संस्कार र प्रवृत्तिको निर्माण हुनुपर्दछ ।
घर समाज शिक्षाले खारिने हुनुपर्दछ ॥
घुम्ति-स्वास्थ्य शिविर-नर्सिङ्ग गृह-सेवा दिनुपर्दछ ।
वृद्धको स्थल गन्तव्य सरुवा रोग मुक्तको ॥

बनाई सुव्यवस्थाको हुनुपर्छ सुस्वास्थ्यको ।
वृद्धभत्ता होइन राम्रो दिने प्रथा हाम्रो होइन ॥
राज्यका सर्व पेशाको जनसंचय कोशको ।
व्यवस्था गरे त जोहो स्वत:सेवा हुन्छ वृद्धको ॥

संचयकोश नहुने नागरिकहरू सबै ।
पैतीसवर्ष पुगेपछि दर्ता पेन्सिनको सबै ॥
गरेर पेन्सन पाउने साठी वर्ष पुगेपछि ।
व्यवस्था गर्न सकिन्छ स्थितिकार्ड भएपछि ॥

न्यूनतम कर्मचारीको तल्लो तह भए जति ।
हुनुपर्छ सप्रिनुपर्छ राज्यको अब यो मति ॥
व्यक्तिले महिनै पिच्छे बचत राख्नुपर्दछ ।
त्यस्को आधा थपेर नै राज्यले राख्नुपर्दछ ॥

स्वास्थ्य बीमा पद्धतिबाट स्वास्स्थ्यसेवा दिनुपर्दछ ।
सम्पूर्ण रोगको सेवा निःशुल्क नै हुनुपर्दछ ॥
बीमा र संचयकोषवाट ठूला विद्युत जल ।
बनाएर ग्याँस डिजेल विस्थापन गर्नुपर्दछ ॥

बाटो होइन घिर्लिङ्ग केबुलकार बन्नुपर्दछ ।
जहाँ पनि जतापनि आत्म-निर्भर हुनुपर्दछ ॥
बन्द हड्ताल नै बन्द, अशान्ति बन्द नै गर ।
सबै नेपाली बोलाऊ नबन परनिर्भर ॥

विनाशकारी भूकम्प हैन त्यो त नित्यकर्म हो ।
विनाशकारी राज्य हो अव्यवस्था मूल तत्त्व हो ॥

अनाथ र असहाय वृद्ध

हेर्ने पाल्ने नभएका आपत् घर नचाहने ।
पारिवारिक स्थिति कार्डले तोकेको जन ॥
व्यवस्था वाजे-नातिको दिगो रूप हुनुपर्दछ ॥
शिक्षालय सबैबाट गरेरै सिक्नुपर्दछ ।

सबैले पाउनुपर्छ जीवन चल्ने जति धन ।
तर यो अपवादै हो अति न्यून हुन्छ यो जन ॥
सबै खाले बृद्ध-आश्रम डे-केअर सेन्टरहरू ।
बन्द गरी राज्यले अब लागिहाल छिटो बरु ॥

आयातीत वृद्धको नाम 'ज्येष्ठ-नागरिक' नै भयो ।
जिज्यूबाजे, हजुर्बुबा नाता प्रेम कता गयो ॥
आयातीत भौतिकवाद व्यक्तिवाद पढाइको ।
फल हो सब विकार खोज ज्ञान सब प्राच्यको ॥