बर्दघाट नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

बर्दघाट,नवलपरासी (ब.सु.प)

लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

(प्रशासन शाखा)

पत्र संख्याः-२०८०/०८१

च.नं. 3456

मितिः-२०८०/१२/०४

श्री जनप्रतिनिधिहरु सबै,

श्री कर्मचारीहरु सबै,

श्री सामुदायिक/ संस्थागत विद्यालयहरु सबै,

बर्दघाट नगरपालिका, नवलपरासी ।

विषयः- सहभागिता सम्बन्धमा ।

प्रस्तुत विषयमा संघिय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयको च.नं. ११७, मिति २०८०।११।२७ को पत्रानुसार ध्यानयोग र अध्यात्मको माध्यमबाट व्यक्तिभित्र नैसर्गिक रुपमा रहेको स्वास्थ्य, खुसी, आत्मविश्वास, प्रेम, ज्ञान, संकल्प र आनन्दका अद्भुत क्षमताहरु पहिचान र उजागर गरी व्यक्तिलाई सुख, शान्ति र आनन्दमा लैजाने उद्देश्यले तपसिल बमोजिमको मिति र स्थानमा संचालन हुन गईरहेको विराट चक्र साधना कार्यक्रममा ईच्छुक व्यक्तिहरु उपस्थितिको लागि जानकारी गराईन्छ । साथै जीवन विज्ञानको वेवसाइट www.jeevanvigyan.org मा गएर नाम दर्ता गराउन सकिने समेत जानकारी गराईन्छ ।

तपसिलः

मितिः २०८०।१२।१७-२३ सम्म ।

स्थानः अन्तराष्ट्रिय ध्यान केन्द्र, लुम्बिनी ।

2080/12/04

शम्भुलाल श्रेष्ठ

(नगर प्रमुख)

शम्भुलाल श्रेष्ठ

नगर प्रमुख

बोधार्थः

श्री सूचना प्रविधि शाखाः वेभसाइटमा अपलोड गरिदिनुहुन ।

सहभागीका लागि विशेष जानकारी

- विराट् चक्र विज्ञान जीवन विज्ञानका संस्थापक श्रद्धेय रमेश गुरुदेव तथा भानु गुरुदेवबाट संचालन गरिने सात दिनको ध्यान तथा साधनामुखी कार्यक्रम हो ।
- मिति २०८० चैत्र १७ गते शनिबारदेखि चैत्र २३ गते शुक्रबारसम्म तदनुसार 30th March 2024 - 5th April 2024 सम्म लगातार सात दिन यो कार्यक्रम हुनेछ ।
- यसमा हरेक दिन बिहान ७:३० बजेबाट बेलुकी ५:०० बजेसम्म पाँचओटा ऊर्जाध्यान सहितको प्रयोगात्मक कक्षा हुनेछन् ।
- सहभागीका लागि हरेक दिन बिहान ६:३० बजेबाट चियापान, ९:३० बजे नास्ता, १:३० बजे दिवा भोजन र साँझ ६:०० बजेबाट सन्ध्याकालीन सात्विक भोजनको व्यवस्था हुनेछ ।
- आवासका लागि आफू स्वयं वा जीवन विज्ञानका स्वयंसेवकहरुसँग समन्वय गरी लुम्बिनी परिसरमा रहेका आश्रम अथवा स्थानीय होटलमा आफैंले व्यवस्थापन गर्नु पर्नेछ ।
- यातायात एवं आवत-जावतका लागि आफूले नै व्यवस्थापन गर्नुपर्नेछ, यदि अनुकूल भए जीवन विज्ञानका स्वयंसेवक कल्याण मित्रहरुले गरेको सशुल्क यातायात व्यवस्थाको सुविधा लिन सकिनेछ।
- यो कार्यक्रममा आफ्नो क्षमताको विकास गर्न चाहने उद्योगी, व्यवसायी, व्यापारी, निजी क्षेत्रका कर्मचारी, राष्ट्रसेवक कर्मचारी, सुरक्षाकर्मी, समाजसेवी, व्यवस्थापक, राजनीतिकर्मी, नेता, पत्रकार, सहकारी अभियान्ता, गृहिणी, विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावक तथा योगध्यान एवं अध्यात्ममा रुचि राख्ने सबै धर्म र सम्प्रदायका व्यक्ति सहभागी हुन सक्नेछन्।
- जीवन विज्ञानको वेवसाइट www.jeevanvigyan.org मा गएर नाम दर्ता गर्न सकिन्छ । पहिले नाम दर्ता गर्नेलाई पहिलो पंक्तिबाट क्रमबद्ध रुपमा बस्ने व्यवस्था हुनेछ ।
- २०८० चैत्र २४ गते शनिबार लुम्बिनी परिसरमा बृहत् लुम्बिनी जागरण उत्सव हुनेछ । यसमा सबैले सहभागी हुने अवसर पाउनेछन् र छुट्टै नाम दर्ताको आवश्यकता पर्दैन।

जीवन विज्ञान

Social Media

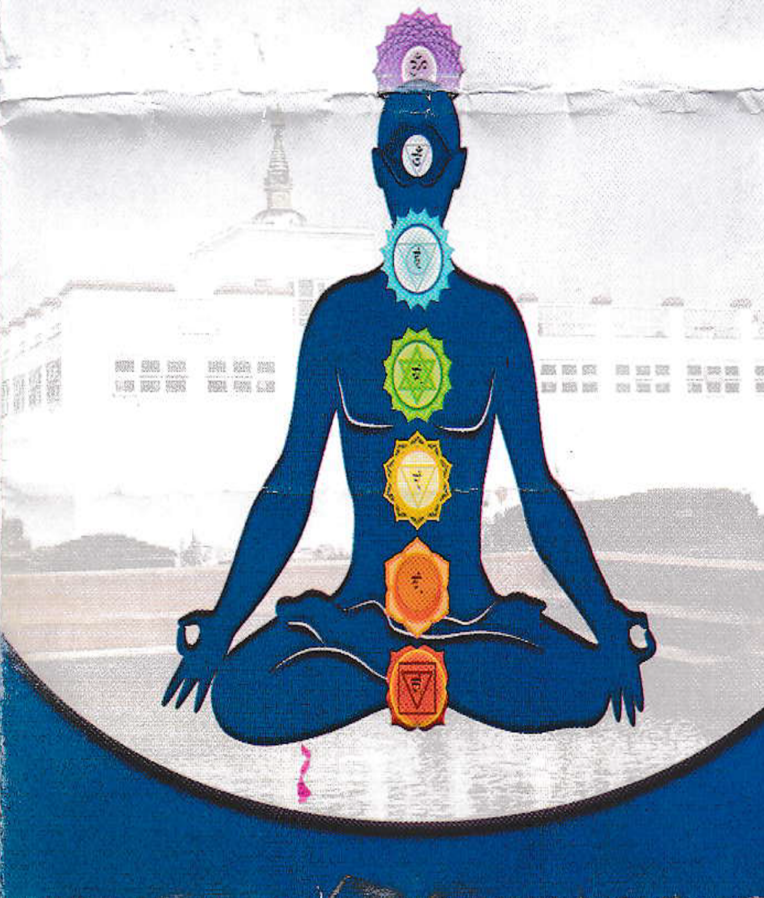
नाम दर्ताका लागि दिइएको QR Code Scan गर्नुहोला।

जीवन विज्ञान

•सुख •शान्ति •समृद्धि

"बुद्धको ज्ञान, लुम्बिनीमा ध्यान"

९८५६०२६८०१



विराट् चक्र विज्ञान

२०८० चैत्र १७ देखि २३ गतेसम्म

30th March - 5th April, 2024

चक्र विज्ञान के हो ?

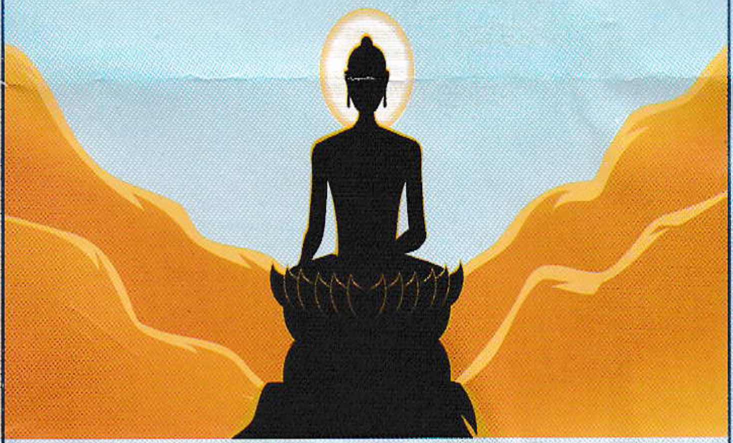
- जन्मसँगै हरेक व्यक्तिले जीवन ऊर्जा प्रवाहका केन्द्रहरु आफ्नो साथमा लिएर आएको हुन्छ।
- मेरुदण्डको तल्लो भागबाट शिरको माथिल्लो भागसम्म रहेका सातओटा प्रमुख ऊर्जाका केन्द्रहरु नै चक्र हुन्।
- योगक्रिया एवं ऊर्जाध्यानको माध्यमबाट चित्त शुद्ध गरी सुक्ष्म शरीरमा भएका चक्रहरुको जागरण गर्न सकिन्छ।
- आफूभित्र रहेको ऊर्जालाई चक्र साधनाको माध्यमबाट सक्रिय गर्दै प्राप्त ऊर्जा आफ्नो इच्छा अनुरुप प्रयोग गरी जीवनमा सुख, शान्ति र समृद्धि हासिल गर्न सकिन्छ।
- मानव जीवनमा स्वास्थ्य, सुख, साहस, प्रेम, ज्ञान, ध्यान र परम आनन्दको मूल श्रोत चक्रहरु नै हुन् ।
- यदि चक्रहरु निष्क्रिय र दुर्बल भएमा व्यक्ति दुःख, रोग, तनाव, चिन्ता, निराशा, डर, अशान्ति, कठोरता एवं नकारात्मकताको शिकार हुन्छ।
- यी चक्रहरु जति सक्रिय र सबल हुन्छन् त्यति बराबर मात्र मानिस सक्रिय र सबल हुने भएकाले यीनलाई जगाउने वा सक्रिय गराउँने सात दिनको अत्यन्तै वैज्ञानिक र प्रयोगात्मक ध्यानको प्रणालीलाई चक्र विज्ञान भनिन्छ।

चक्र विज्ञानमा सहभागी हुँदा व्यक्तिमा के रुपान्तरण आउँछ ?

- ध्यान र योगका विशिष्ट प्रयोगहरुद्वारा शरीर स्वस्थ, सक्रिय र ऊर्जावान बन्दछ।
- मनमा प्रसन्नता र सकारात्मकता बढ्नाले तनाव न्यून भई उच्चतम खुशीको अनुभव हुन्छ।
- आत्मविश्वास आँट, जोश, जाँगर बढ्न गई व्यक्ति साहसी र पुरुषार्थी बन्छ।
- दया, प्रेम र करुणाको भाव वृद्धिसँगै अरुप्रति सम्मान र सहकार्य गर्ने क्षमताको विकास हुन्छ।
- स्मरण शक्तिमा वृद्धि, सोचमा सकारात्मकता, बोलीमा माधुर्यता, सिर्जनशीलता र प्रज्ञा बढ्छ।
- बोली र व्यवहारमा एकरुपता, संकल्प र निर्णय शक्तिको विकास एवं लक्ष्यमा स्पष्टता आउँछ।
- विवेकको जागरण, परमशान्ति र आनन्दको अभ्युदय हुन्छ ।

विराट् चक्र विज्ञान लुम्बिनीमा नै आयोजना गर्नुको उद्देश्य के हो ?

- विश्व शान्तिका अग्रदूत भगवान गौतमबुद्धको जन्मस्थलबाट उहाँले दिनुभएको ध्यानको शिक्षालाई सामूहिक रुपमा प्रयोग गर्दै विश्वमाभ्क फैलाउनु।
- लुम्बिनीमा रहेको अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको विशाल ध्यानकेन्द्रको पूर्ण क्षमताको सदुपयोग गर्दै ५००० जनालाई एक हप्ता भरी विराट् चक्र विज्ञान सहितको ध्यान गराउनु ।
- भगवान बुद्धका लाखौं भिक्षु, अनुयायी तथा योगीध्यानीहरुले हजारौं वर्षसम्म तपस्या र प्रार्थना गरेको पवित्र स्थानमा चक्र विज्ञान सहितको ध्यान साधना गर्दा सहभागीले सामूहिक दिव्य ऊर्जाको गुणात्मक एवं अलौकिक लाभ प्राप्त गर्नु ।
- भगवान गौतमबुद्ध जन्मनासाथ सात पाइला हिंड्नु भएको आध्यात्मिक सन्देशको प्रेरणा लिंदै, व्यक्तिभित्र रहेका सातओटा ऊर्जाकेन्द्र सक्रिय गराई सहभागीहरुको शारीरिक, मानसिक, प्राणिक, भावनात्मक, बौद्धिक, आत्मिक र परम स्वाथ्य हासिल गर्न मदद् गर्नु ।



- विश्वलाई नेपाल एउटा योगभूमि, देवभूमि र तपोभूमि हो भन्ने सन्देश दिंदै, योग तथा आध्यात्मिक पर्यटन हबको रुपमा देशको विकास गरी आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटनको प्रवर्द्धन गर्दै मातृभूमि नेपालबाट आध्यात्मिक नेतृत्वको प्रारम्भ गर्नु।
- व्यक्तिभित्र बढ्दै गएको नकारात्मकता, निराशा, चरम गरिबी, बेरोजगारी र आर्थिक अभाव लगायत अनेकौं मानसिक समस्याबाट माथि उठ्न प्रेरित गर्दै योग र अध्यात्मको जागरणद्वारा व्यक्तिमा सकारात्मकता, प्रसन्नता, सक्रियता एवं आत्म विश्वास जगाई पौरखी, पुरुषार्थी, स्वावलम्बी र शीलयुक्त समाजको निर्माण गर्नु।
- भगवान बुद्धको "अत्त दीप भवः" अर्थात् 'तिमी स्वयं आफ्नो प्रकाश बन' भन्ने स्वजागरणको उपदेशलाई सार्थक बनाउन, हरेक नेपालीले आफैं ध्यान गर्ने र अरुलाई ध्यान गर्न सिकाएर शान्तिका अग्रदूत भगवान गौतमबुद्ध नेपालमा जन्मिएका हुन् भन्ने सत्य सन्देशलाई पुनःस्थापित गर्नु ।