शोधनिर्देशक : प्रा.डा. कृष्णप्रसाद दाहाल

शिवगोपाल रिसालको सुख कहाँ छ ? निबन्ध कृतिको अध्ययन

त्रिभुवन विश्वविद्यालय मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्कायअन्तर्गत
पाटन संयुक्त क्याम्पसको स्नातकोत्तर द्वितीय वर्षको दसौँ
पत्रको प्रयोजनका निम्ति
प्रस्तुत

शोधपत्र

शोधार्थी

निरन के. सी.
क्याम्पस रोल नं. ४४/२०६५
त्रि.वि. दर्ता नं. २१४६०-८८
परीक्षा रोल नं. २२००४७
पाटन संयुक्त क्याम्पस
पाटनढोका, ललितपुर

२०६९

सिफारिस पत्र

शोधार्थी श्री निरन के.सी.ले त्रि.वि. स्नातकोत्तर द्वितीय वर्षको दसौँ पत्रको आवश्यक परिपूर्तिका लागि शिवगोपाल रिसालको **सुख कहाँ छ** ? निबन्ध कृतिको अध्ययन मेरा निर्देशनमा तयार पार्नुभएको हो । शोधार्थी के.सी.ले निबन्धकार शिवगोपाल रिसालको जीवनी, व्यक्तित्वका विविध आयामहरू बारे यस शोधपत्रमा तथ्य-सत्य सामग्रीका आधारबाट प्रकाश पार्नुभएको छ । शिवगोपाल रिसाल नेपाली वाङ्मयका क्षेत्रमा एउटा बौद्धिक व्यक्तित्वका रूपमा चिनिनुहुन्छ । उहाँले नेपाली भाषा, साहित्यको विकासमा उल्लेखनीय रूपमा योगदान दिँदै आउनुभएको छ । उहाँ विशेषतः नेपाली साहित्यमा आध्यात्मिक विषयलाई लिएर कलम चलाउने विशिष्ट साधकका रूपमा गनिनुहुन्छ । शोधार्थी के.सी.ले यस शोधपत्रमा निबन्धको सैद्धान्तिक र नेपाली निबन्धको ऐतिहासिक अध्ययन गर्नुका साथै निबन्धकार शिवगोपाल रिसालका निबन्ध यात्रालाई समेत अनुसन्धानमूलक किसिमले चर्चापरिचर्चा गर्नुभएको छ । निबन्धकार रिसालको **सुख कहाँ छ** ? निबन्ध कृतिको यहाँ शोधार्थी के.सी. साङ्गोपाङ्ग अध्ययन, विश्लेषण र मूल्याङ्कन गर्न एकदमै सफल हुनुभएको छ । उहाँले शोधविधिकै मान्यताअनुसार शोधपत्रको लेखन तयार गर्नुभएको हुँदा म उहाँको लेखनप्रति पूर्ण सन्तुष्ट हुँदै यस शोधपत्रको आवश्यक मूल्याङ्कनका लागि त्रि.वि. पाटन संयुक्त क्याम्पस, नेपाली शिक्षण समिति, स्नातकोत्तर कार्यक्रम समक्ष सिफारिस गर्दछु ।

....

प्रा.डा. कृष्णप्रसाद दाहाल
शोध निर्देशक
स्नातकोत्तर कार्यक्रम
पाटन संयुक्त क्याम्पस
पाटनढोका, ललितपुर

दिनाङ्क : २०६९/०४/०३

मूल्याङ्कन समितिको स्वीकृति

शोधार्थी श्री निरन के.सी.ले त्रि.वि. स्नातकोत्तर द्वितीय वर्षको दसौँ पत्रको आवश्यक परिपूर्तिका लागि तयार पार्नुभएको शिवगोपाल रिसालको **सुख कहाँ छ** ? निबन्ध कृतिको यथोचित मूल्याङ्कन गरी स्वीकृति प्रदान गरिएको छ :

प्रा.डा. कृष्णप्रसाद दाहाल ....
शोध निर्देशक
स्नातकोत्तर कार्यक्रम
पाटन संयुक्त क्याम्पस
पाटनढोका, ललितपुर

प्रा.डा. जगदीशचन्द्र भण्डारी ....
संयोजक
स्नातकोत्तर कार्यक्रम
पाटन संयुक्त क्याम्पस
पाटनढोका, ललितपुर

सह-प्रा. केदार न्यौपाने ....
विभागीय प्रमुख
पाटन संयुक्त क्याम्पस
पाटनढोका, ललितपुर

बाह्य परीक्षक ....
प्रा. हेमचन्द्र नेपाल
पद्मकन्या क्याम्पस
बागबजार, काठमाडौँ

दिनाङ्क : २०६९/०४/०७

कृतज्ञता ज्ञापन

जीवनको विगतको संस्मरण र वर्तमानको भोगाइले भविष्यको सम्बन्धमा केही अनुमान गर्न सकिन्छ । यहाँ यसको प्रसङ्ग शिक्षासँग जोड्न खोजिएको हो । शिक्षा वर्तमानमा मात्र होइन विगतमा पनि औधी महत्त्वपूर्ण थियो । शिक्षाले ज्ञानको ढोका खोल्छ भन्ने चेतना सबैमा आइसकेको होला तर विविध कारणले शिक्षा प्राप्त गर्ने स्थानसम्म पुग्न नपाउनु वा नपठाइनु एउटा कुसंयोग मात्र मान्न सकिन्छ अन्यथा शिक्षा लिनै पर्छ र दिलाइनै पर्छ । हिसाब गर्दा वि.सं. २०३३ सालको फाल्गुन महिना हुनुपर्छ, मेरा पिताले मेरो घर नजिक एकान्तकुना, ललितपुरमा रहेको श्री महेन्द्र भृकुटी माध्यमिक विद्यालयमा मलाई प्रथम कक्षामा भर्ना गरिदिनु भएको कुरा भुलेको छैन र भुलिने पनि छैन । वि.सं. २०४३ साल माघ ७ देखि १४ गतेसम्म प्रवेशिकाको सातवटा परीक्षापछि विद्यालय जीवन पनि सकियो मेरो । यस क्रममा असफल कहिल्यै भइएन बरु सीमित विद्यार्थीका कारण अब्बल थिएँ एक म पनि । नियमित पढाइ र सफलतापछि मानविकीमा वि.सं. २०४९ मा पाटन संयुक्त क्याम्पसबाट स्नातकसम्म भइयो ।

पिताको एक्लो कमाइ, सीमित खेतीपाती र दाजुको बेरोजगारी जस्ता कारणले धेरै अभावमा जीवन बाँच्न पर्दा पनि खासै निराश भइएन । यसैले वि.सं. २०४५ सालदेखि नै मजदुरीदेखि शिक्षण कार्यमा लागेर होला स्नातकोत्तर पढ्न भर्ना हुँदा पनि परीक्षाचाहिँ दिने आँट आएन । वि.सं. २०५३ देखि संस्थागत विद्यालय सूर्योदय साई माध्यमिक विद्यालय इमाडोल, ललितपुरमा अध्यापन गराउँदै आइएको छ । तर मैले ती अवधिमा किन स्नातकोत्तर अध्ययनमा रुचि दिइनँ त्यो भन्न लायक केही छैन । मनोविज्ञानका आधारमा मभित्रको शिक्षाप्रतिको दिक्दारी र भविष्यप्रतिको निराशा हुन सक्छ अन्यथा आध्यात्मिक आधारमा भने प्रारब्धअनुसार नै भएको हो ।

पेशाको कारणले होला शिक्षामा पनि स्नातक हुनु पर्ने अनिवार्यता वा रहरले वि.सं. २०६३ सालमा महेन्द्ररत्न क्याम्पसबाट शिक्षामा एक वर्षे स्नातक भने हासिल गरियो । मेरा मित्रहरू समयको सदुपयोगका लागि भए पनि अध्ययन गर्नु पर्छ भन्ने सन्देश दिन्थे मलाई अनि सामान्य सोचका लागि समाजसेवामा लागेको पनि १५ वर्ष पार भएको पत्तै भएनछ । यसपछि एक मन एक चित्त गरी लागियो नेपालीमा स्नातकोत्तर गर्न वि.सं. २०६६ सालमा । प्रथम वर्षको नतिजा सोचे जस्तै हुनु र दोस्रो वर्षको परीक्षा पनि सन्तोषजनक भएकोले दसौँ पत्रको प्रयोजनार्थ तयार गर्नु पर्ने शोधपत्रमा पनि लागिहालियो ।

सामान्यतया स्नातकोत्तर तह पार गर्न गरिने शोध कार्य विद्यार्थीअनुसारको धारण बनेको होला । मेरो सम्बन्धमा भने म गुरुहरूले भने अनुसार गर्ने पक्षमा थिएँ । प्रा.डा. जगदीशचन्द्र भण्डारीसँग परामर्श गर्दा आफ्नो रुचिको विधा र व्यक्तिमा गर्नु भन्ने सहज उत्तर आएकोले मैले गुरु शिवगोपाल रिसाललाई झलक्क सम्झेँ र तत्काल भेट गरेँ । उहाँको यस अघि जीवनी, व्यक्तित्व र कृतित्व, खण्डकाव्यकारिता अनि आमा शोक काव्यमा शोधपत्र तयार भइसकेको कुरा स्वयं शोधनायकबाट जानकारी भयो । वि.सं. २०६५ सालदेखि उहाँसँगको प्रत्यक्ष चिनजान तथा

उहाँको मप्रतिको विश्वास हो अनि प्रेमले हातमा थमाइदिनुभयो पूर्वीय वेदान्त दर्शनको अद्वैत वेदान्तमा आधारित भएको एकासी निबन्धहरूको कृति **सुख कहाँ छ** ? कलेजले यसका लागि शोध निर्देशक प्रा.डा. कृष्णप्रसाद दाहाल तोकिदियो । उहाँसितको भेटमा सबै कुरा भएपछि भन्नुभयो, "पार लगाइदिउँला ।" क्रमिकरूपले काम अगाडि बढ्दै गयो र दाहाल गुरुको व्यस्त समय पनि सहजै उपलब्ध हुनु र उचित मार्गदर्शनले अहिले सोच्दा सहजै काम भएको अनुभूति मलाई छ ।

शोध कार्य गहन विषय भए पनि शोधनायक प्रा. शिवगोपाल रिसालको विषयमा खोजबिन गर्न पूर्व विद्यार्थीहरूले गर्नुभएको शोधपत्र मेरा लागि अति नै सहयोगी सावित भए । निबन्धको सैद्धान्तिक स्वरूपदेखि नेपाली निबन्धको परम्परा, विकासक्रम र वर्तमान अवस्थासम्मको पूर्ण जानकारी लिन सामान्य परिश्रमले नै सम्भव भयो । निबन्धकारको निबन्ध रचनाकालदेखि वर्तमानसम्मका कुरा टिपोट गर्न स्वयं आदरणीय शोधनायकबाटै प्रेमपूर्वक सहयोग मिल्यो । यस्तै कृतिको अध्ययन र त्यस विधाको सिद्धान्तका आधारमा केलाउँदा मिले नमिलेको कुरामा शोधनिर्देशक र शोधनायक दुबैबाट साह्रै उचित सल्लाह मिल्यो । यसरी मेरो सामान्य प्रयास तर आदरणीय गुरुवर्गको सहयोगले यो कार्य पूर्ण भएको म ठान्दछु ।

वि.सं. २०४४ सालमा प्रवेशिका परीक्षाको नतिजा प्रकाशित भई आफू द्वितीय श्रेणीमा सफल भएको खुसी सबै परिवारमा देखियो । त्यसमा पनि मेरी मुमाले घरमैं भएका परिकार प्रेमले पकाएर खुवाउनु भएको घटना स्मरण हुँदा माथिको भनाइ प्रमाणित हुन्छ । अझ त्यसमा उहाँको खुसीमा गर्वानुभूतिसमेत भएको स्पष्ट भएको छ । वि.सं. २०४९ सालमा स्नातक परीक्षा पास भएको कुरा मेरा पिताले आफ्ना मित्रहरूलाई सुनाउँदा उहाँका मित्रहरूले मेरै सामु "तँ त भाग्यमानी रहेछस्, तेरो छोरा त पढन्ते रहेछ" भन्दा गर्विलो मुहार लगाउनुभएको मलाई आजै जस्तो लाग्छ । वि.सं. २०६३ सालमा एक वर्षे शिक्षाको स्नातक तहको परीक्षाफल प्रकाशित भई सफल भए पनि सामान्य ठानेर एकदुई दिन पछि मात्र प्यारी पत्नीलाई भन्दा उनको "तपाइँ त कपटी पो हुनुहुँदो रहेछ" भन्ने आरोपमा पनि सफलताको खुसी नै भएको स्पष्ट भएको छ । यसका अतिरिक्त मेरो सफलतामा मेरा आफन्तजन, मित्रगण, छरछिमेकी आदि समेत खुसी थिए भन्ने कुरा उहाँहरूको बधाइले नै स्पष्ट भएको थियो । शिक्षामा सफलता आफूबाहेकका‌को खुसी पनि अभिन्न पक्ष हो भन्ने मेरो निष्कर्ष छ ।

पहिलेदेखि कलेजमा नियमित विद्यार्थीका रूपमा अध्ययन नगर्ने मेरो कमजोरी यस स्नातकोत्तर तहमा पनि दोहोरियो । परीक्षाका लागि आवश्यक सहयोगी पुस्तक घरमा र कार्यक्षेत्रमा फुर्सद हुँदा नियमित बारम्बार पढियो । सायद यही कारणले परीक्षामा औसत अङ्क मात्र पाएकोमा अहिले भने पछुतो छ । तैपनि यस शोधकार्यलाई पूर्णता दिन मेरो एक्लो प्रयासले सम्भव हुने भएन । जजसले प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष सहयोग गर्नुभयो तिनलाई खुला हृदयले हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्नु मेरो मानव धर्म र परम उत्तरदायित्व नै हो ।

शोध निर्देशक, स्नातकोत्तर कार्यक्रमका संयोजक र आदरणीय शोधनायकलाई साधुवाद व्यक्त गर्ने शब्द छुट्याउन सकिनँ । सँगै काम गर्ने सहकर्मी श्रीधरप्रसाद अर्यालदेखि विद्यालयका संस्थापक प्रधानाध्यापक अनि अन्य सहकर्मी तथा शुभेच्छुक सबैलाई धन्यवाद छ । कम्प्युटर टङ्कण गरेर सघाउने सहकर्मी मित्र निरोज तण्डुकारदेखि मित्र-भाइ चन्द्र महर्जन, भाइ निलन महर्जन र बहिनी नवीना महर्जनलाई पनि धन्यवाद छ । नेपाल भाषा केन्द्रीय विभाग पाटनमा कार्यरत मित्र दीपक सञ्जेललाई विशेषरूपले यहाँ सम्झनै पर्छ । व्यस्ततामा पनि आफ्नो अमूल्य समय दिई व्यक्ति तथा स्रष्टा प्रा. शिवगोपाल रिसालको बारेमा प्रकाश पार्न अन्तरवार्ता दिनुहुने वरिष्ठ साहित्यकार कमलमणि दीक्षितदेखि चेतोनाथ गौतमसम्मलाई सादर प्रणाम छ । समाजसेवाका सहकर्मी आदरणीय रामशरण खड्का र अभिन्न मित्र-भाइ प्रमोद कार्कीलाई पनि धन्यवाद नै छ । आवश्यक स्रोत र साधन जुटाउन सहयोग गर्ने **स्वाध्याय परिवार**का सीताराम खत्री र स्थानीय दाजु तथा पद्मकन्या कलेजको पुस्तकालयका पूर्व कर्मचारी विष्णुबहादुर गिरीलाई पनि साधुवाद छ ।

अन्तमा सबैलाई कृतज्ञता ज्ञापन गर्ने क्रममा स्वर्गीय मातापितालाई आदरपूर्वक स्मरण गर्दै र बाचुन्जेल श्रद्धा प्रकट गर्ने दृढतासहित दाजु सुहन, भाउजू सुभद्रा, भतिजी सुजाता र भतिज सम्मानलाई विशेष धन्यवाद छ । भाइ आनन्द र बुहारी विनीतालाई पनि धन्यवाद । "बाबाको पनि जाँच छ हो ?" भनी प्रश्न गर्ने र पढाइको महत्त्व देख्ने पाँच वर्षे पुत्र दर्पणलाई पनि पढाइप्रति अनुराग बढ्दै जाओस् भन्ने कामना । सबैभन्दा पुछारमा तर मूलरूपमा सबैभन्दा बढी सघाउने जीवन सँगिनी दर्शनालाई सप्रेम धन्यवाद छ । यो सबै उनै परमात्मा परमेश्वरको कृपाले सम्भव भएकोले उहाँप्रति सदा चित्त लागिरहोस् र ब्रह्मसाक्षात्कार गर्न सकूँ ।

निरन के. सी.
शोधार्थी
पाटन संयुक्त क्याम्पस
नेपाली स्नातकोत्तर तह, द्वितीय वर्ष

विषय-सूची

क.सं.	शीर्षक	पृ. सं.
	सिफारिस पत्र	
	मूल्याङ्कन समितिको स्वीकृति	
	कृतज्ञता ज्ञापन	
	अध्याय एक	
	शोध-परिचय	
१.१	विषय परिचय	१
१.२	समस्याकथन	४
१.३	शोधकार्यको उद्देश्य	४
१.४	पूर्वकार्यको समीक्षा	४
१.५	शोधकार्यको औचित्य र महत्त्व	६
१.६	शोधकार्यको क्षेत्र र सीमा	७
१.७	सामग्री सङ्कलनविधि	७
१.८	शोधविधि	७
१.९	शोधको रूपरेखा	७
	अध्याय दुई	
	निबन्धको अवधारणा र नेपाली निबन्धको अध्ययन	
२.१	निबन्धको सैद्धान्तिक स्वरूप	८
२.१.१	पृष्ठभूमि	८
२.१.२	निबन्धको उत्पत्ति र अर्थ	८
२.१.३	निबन्धको परिभाषा	११
२.१.४	निबन्धका तत्त्वहरू	१५
२.१.४.१	वस्तु	१५
२.१.४.२	शैली	१६
२.१.४.३	उद्देश्य	१७
२.१.५	निबन्धको वर्गीकरण	१८
२.१.५.१	विषयको आधारमा निबन्धको वर्गीकरण	१८
२.१.५.२	अभिव्यक्तिका आधारमा निबन्धको वर्गीकरण	१८
२.१.६	निष्कर्ष	१९
२.२	नेपाली निबन्धको ऐतिहासिक विकासक्रम	२०
२.२.१	पृष्ठभूमि	२०
२.२.२	नेपाली निबन्धको ऐतिहासिकता	२०

२.२.३	नेपाली निबन्धको प्रारम्भ : प्राथमिक काल	२०
२.२.४	नेपाली निबन्धको विकास : आधुनिक काल	२१
२.२.४.१	पहिलो चरण	२२
२.२.४.२	दोस्रो चरण	२२
२.२.४.३	तेस्रो चरण	२४
२.२.५	निष्कर्ष	२५

अध्याय तीन

	शिवगोपाल रिसालको जीवनी , व्यक्तित्व र निबन्धयात्रा	
३.१	शिवगोपाल रिसालको जीवनी	२६
३.१.१	पृष्ठभूमि	२६
३.१.२	जन्म र जन्मस्थान	२६
३.१.३	बाल्यकाल	२६
३.१.४	शिक्षादीक्षा	२७
३.१.५	दाम्पत्य जीवन र पारिवारिक स्थिति	२७
३.१.६	पेसा र कार्यक्षेत्रमा प्रवेश	२८
३.१.७	सम्मान र पुरस्कार	२९
३.१.८	सामाजिक सेवा	३०
३.१.९	लेखनका लागि प्रेरणा	३०
३.२.	शिवगोपाल रिसालको व्यक्तित्व	३१
३.२.१	शारीरिक व्यक्तित्व	३१
३.२.२	प्राध्यापक व्यक्तित्व	३१
३.२.३	आध्यात्मिक व्यक्तित्व	३२
३.२.४	साहित्यिक व्यक्तित्व	३२
३.२.४.१	कवि व्यक्तित्व	३२
३.२.४.२	निबन्धकार व्यक्तित्व	३३
३.२.४.३	खण्डकाव्यकार व्यक्तित्व	३३
३.२.४.४	महाकाव्यकार व्यक्तित्व	३३
३.२.४.५	समालोचक व्यक्तित्व	३४
३.२.४.६	सम्पादन व्यक्तित्व	३४
३.२.४.७	सहलेखन व्यक्तित्व	३४
३.२.५	सामाजिक व्यक्तित्व	३४
३.२.६	निष्कर्ष	३५
३.३	शिवगोपाल रिसालको निबन्ध-यात्रा	३६
३.३.१	पृष्ठभूमि र प्रेरणा	३६
३.३.२	निबन्ध यात्राको प्रारम्भ र विकास	३६

३.३.२.१	प्रारम्भ	३६
३.३.२.२	विकास	३७
३.३.२.२.१	पहिलो चरण : फुटकर प्रकाशन (वि.सं. २०१७ देखि हालसम्म)	३७
३.३.२.२.२	दोस्रो चरण : कृति प्रकाशन (वि.सं. २०५६ देखि हालसम्म)	४१
३.३.३	निष्कर्ष	४३

अध्याय चार

	शिवगोपाल रिसालको **सुख कहाँ छ** ? निबन्ध सङ्ग्रहको अध्ययन	
४.१	पृष्ठभूमि	४४
४.२	आत्मदर्शन	४४
४.३	चरित्र-निर्माण र आत्मनिर्भरता	४५
४.४	जीवन र दर्शन	४६
४.५	शिक्षाको लक्ष्य	४७
४.६	शान्तिको खोजमा	४८
४.७	चित्तशुद्धिका सन्दर्भमा	४९
४.८	चिन्तारहित हुने उपाय	५०
४.९	सत्सङ्गको महिमा	५०
४.१०	पुरुषार्थ के हो ?	५१
४.११	जगत्को वास्तव स्वरूप	५२
४.१२	सुखको बाटो	५३
४.१३	आत्मविचारबाट आत्मज्ञान	५३
४.१४	जस्तो मति, उस्तै गति	५४
४.१५	यो सारा हो ब्रह्मै-ब्रह्म मात्र	५५
४.१६	अभय-मार्ग	५५
४.१७	मृत्युलाई जित्ने उपाय	५६
४.१८	आनन्द र यसको अनुभव	५७
४.१९	गीताको लक्ष्य	५८
४.२०	जाग्रत्, स्वप्न र सुषुप्ति विचार	५९
४.२१	भक्ति : एक विवेचना	५९
४.२२	व्यवहार र परमार्थ	६०
४.२३	म को हुँ ?	६१
४.२४	वेदान्तका दृष्टिमा सृष्टि	६१
४.२५	आत्मामा बन्धन र मोक्ष छैन	६२
४.२६	स्वतन्त्रता : एक अनुशीलन	६३
४.२७	त्यागबाट नै लाभ	६३
४.२८	ईश्वर : एक चिन्तन	६४

४.२९	जीवन्मुक्ति	६५
४.३०	हाम्रा चार अवस्थाहरू	६५
४.३१	बुद्धिको सदुपयोग	६६
४.३२	चरित्र-निर्माण	६७
४.३३	इच्छा हो संसार	६८
४.३४	गीतामा तीन योग	६८
४.३५	ज्ञान र विज्ञान	६९
४.३६	ज्ञानी गरेर पनि गर्दैन	७०
४.३७	जगत्-निरसन उपाय	७०
४.३८	नवधा भक्ति	७१
४.३९	वेदान्त केका लागि ?	७२
४.४०	सारा हो सपना	७२
४.४१	आनन्द हो आफ्नो स्वरूप	७३
४.४२	भाक्तिबाट मुक्ति	७४
४.४३	विषयको चिन्तन	७४
४.४४	ज्ञानीको घर : नौ ढोके शहर	७५
४.४५	सुख कहाँ छ ?	७६
४.४६	म नै सृष्टि हुँ	७७
४.४७	विचार मार्ग	७७
४.४८	विश्वशान्ति	७८
४.४९	जीवको स्वरूप के हो ?	७९
४.५०	जगत् हो ख्याल-ख्याल	७९
४.५१	यहाँको स्वास्थ्य ठीक छ ?	८०
४.५२	विश्व वासनारूप हो	८१
४.५३	सनातन धर्म र शङ्कराचार्य	८२
४.५४	सारा हो परमात्मा	८३
४.५५	म हुँ चैतन्य	८४
४.५६	विषयसुखमा पनि आत्मसुख	८५
४.५७	बुद्धिलाई केलाएर हेर्दा	८५
४.५८	जस्तो दृष्टि, उस्तै सृष्टि	८६
४.५९	देशभक्तिबाट चित्तशुद्धि	८६
४.६०	मुक्ति	८७
४.६१	निष्कामदेखि निर्वाणसम्म	८८
४.६२	शोक र मोह	८९
४.६३	महावाक्य	८९
४.६४	आफ्नै विषयमा	९०
४.६५	जगत्को स्वभाव	९१

४.६६	अनासक्त कर्मयोग	९२
४.६७	आफूभित्र आफूलाई खोज्दा	९३
४.६८	जगत् कहाँ छ ?	९३
४.६९	मृत्युलाई जित्ने उपाय	९४
४.७०	ईश्वर कसरी चिन्ने ?	९५
४.७१	जीवनको सर्वोच्च लक्ष्य: जीवनमुक्ति	९६
४.७२	परमात्मा पाउने उपाय	९६
४.७३	चित्तशान्तिको उपाय	९७
४.७४	विश्वासलाई केलाएर हेर्दा	९८
४.७५	ईश्वर दर्शन	९८
४.७६	अभिमानको त्याग	९९
४.७७	उत्तम शिष्यको लक्षण	१००
४.७८	जीवनलाई सुखी बनाउने उपाय	१०१
४.७९	आनन्द बाहिर छैन	१०१
४.८०	ज्ञाननिष्ठा	१०२
४.८१	चित्तको प्रसन्नता	१०३
४.८२	मन के हो ? यसलाई कसरी जित्ने ?	१०४
४.८३	निष्कर्ष	१०५

अध्याय पाँच

	शिवगोपाल रिसालको निबन्धकारिताको मूल्याङ्कन	
५.१	परिचय	१०६
५.२	विषयगत दृष्टिकोण	१०६
५.३	उद्देश्यगत दृष्टिकोण	१०७
५.४	भाषाशैलीगत दृष्टिकोण	१०७
५.४	निष्कर्ष	११२

अध्याय छ

	उपसंहार तथा निष्कर्ष	
६.१	उपसंहार	११५
६.२	निष्कर्ष	११७

सङ्क्षेपीकृत शब्द

सन्दर्भग्रन्थसूची

परिशिष्ट

शिवगोपाल रिसाललाई चिन्ने जान्ने व्यक्तिहरूसँगको अन्तरवार्ता

परिशिष्ट - १

प्रश्नावली

परिशिष्ट - २

कमलमणि दीक्षित

परिशिष्ट - ३

पीताम्बर अधिकारी

परिशिष्ट - ४

राममणि रिसाल

परिशिष्ट - ५

कृष्णप्रसाद पराजुली

परिशिष्ट - ६

शैलेन्दुप्रकाश नेपाल

परिशिष्ट - ७

सनतकुमार वस्ती

परिशिष्ट - ८

सुन्दरकृष्ण जोशी

परिशिष्ट - ९

मुकुन्दशरण उपाध्याय

परिशिष्ट - १०

मोहनप्रसाद तिमल्सिना

परिशिष्ट - ११

राजेन्द्र सुवेदीसँग

परिशिष्ट - १२

चेतोनाथ गौतम

सङ्क्षेपीकृत शब्द

आई.ए.	इन्टरमिडियट अफ आर्टस्
एम.ए.	मास्टर्स अफ आर्टस्
एस.एल.सी.	स्कुल लिभिङ्ग सर्टिफिकेट
गा.वि.स.	गाउँ विकास समिति
डा.	डाक्टर
ते.सं.	तेस्रो संस्करण
तृ.सं.	तृतीय संस्करण
दो.सं.	दोस्रो संस्करण
द्वि.सं.	द्वितीय संस्करण
पं.	पण्डित
पिएच.डी.	डाक्टर अफ फिलोसफि
पृ.	पृष्ठ
प्रा.	प्राध्यापक
प्रा.डा.	प्राध्यापक डाक्टर
बा.सं.	बाह्रौँ संस्करण
बी.ए.	ब्याचलर अफ आर्टस्
वि.सं.	विक्रम सम्वत्
सम्पा.	सम्पादक