सिद्धार्थ

आजभन्दा छब्बीस सय वर्षअघिको कुरा हो । नेपालको कपिलवस्तुमा शाक्यकुलका राजा शुद्धोदनले राज्य गरिरहेका थिए । राजाका दुई रानी थिए – जेठी महामायादेवी र अर्की महाप्रजापति गौतमी ।

Pariyatti Book 1.pmd 1 3/28/2012, 9:47 AM

महामायादेवीले देखेको सपना

बोधिसत्त्वले गर्भ प्रवेश गर्नुभएको मध्यरातमा महामायादेवीले अनौठो सपना देखिन् । सपनामा कमलको फूल लिइरहेको एउटा सेतो हात्ती महामायादेवी सुतिरहेको खाटलाई तीनपल्ट परिक्रमा गरेर उनको पेटभित्र पसेको थियो ।

भोलिपल्ट सबेरै महामायादेवीले आफूले देखेको सपना राजालाई सुनाइन् । सपनाको अर्थ के होला भन्ने कुरा बुझ्न राजाले विद्वान्हरूलाई दरबारमा बोलाए । दरबारमा उपस्थित भएका सबै विद्वानहरूको उचित सत्कारपछि राजाले उनीहरूलाई रानी महामायादेवीले देखेको सपना सुनाए र त्यसको अर्थ जान्ने इच्छा प्रकट गरे । विद्वान्हरूले भने, – "महाराज ! यस सपनाले महारानीको गर्भमा पुण्यवान् पुत्ररत्नले वास गरेको जनाउँछ ।" विद्वान्हरूको कुरा सुनेर राजा खुसी भए ।

Pariyatti Book 1.pmd 3 3/28/2012, 9:47 AM

सिद्धार्थको जन्म

गर्भवती भएको दश महिना लागेपछि, एक दिन रानी महामायादेवीले राजाका अगाडि आफू माइती देवदह नगरमा जाने इच्छा व्यक्त गरिन् । राजाले लावालस्करसहित यात्राको बन्दोबस्त गरिदिए । कपिलवस्तु र देवदहबीच लुम्बिनी नाउँको सुन्दर बगैंचा थियो । लुम्बिनी बगैंचामा पुगेपछि रानीले बगैंचामा एकपल्ट घुम्ने इच्छा गरिन् र रमाउँदै यताउति घुम्न थालिन् । त्यही बेला एक्कासि उनलाई प्रसव व्यथा हुन थाल्यो । राजकर्मचारीहरूले उत्निखेरै सबै व्यवस्था मिलाए । व्यथा बढ्दै गयो र रानी महामायादेवीले साल-रूखको हाँगा बेस्सरी समातिन् । त्यसै बेला बत्तीस लक्षणले संयुक्त, जाज्वल्यमान् बालकको जन्म भयो । त्यस बालकको जन्म भएको त्यो दिन तिथिले बैशाख पूर्णिमा र बारले शुक्रबार थियो । अनि आफ्नो माइती देवदह जान भनी हिँडेकी रानी महामायादेवी देवदह नगएर कपिलवस्तुमै फर्किन् ।

Pariyatti Book 1.pmd 4 3/28/2012, 9:47 AM

असित ऋषिद्वारा बोधिसत्वको दर्शन

असित भन्ने एक ऋषि थिए । उनी कालदेवल तपस्वी भनेर पनि चिनिन्थ्यो । शुद्धोदन राजाकी रानी महामायादेवी पुत्ररत्नबाट धन्य भएकी कुरा थाहा पाएर असित ऋषि बालक राजकुमार हेर्न भनी राजा शुद्धोदनका दरबारमा आएका थिए ।

राजाले ऋषिको यथायोग्य सत्कार गरे ।

ऋषिले भने - "महाराज ! म राजकुमारलाई हेर्न भनेर आएको हुँ ।"

राजा कोठाभित्र गएर राजकुमारलाई लिएर बाहिर आए । ऋषिबाट आशीर्वादको कामना गरेर ऋषिका अघिल्तिर बालकलाई लँदा कसो कसो बालकको खुट्टाले ऋषिको शिर छुन पुग्यो । असित ऋषि प्रज्ञावान् थिए । उनले त्यस घटना र बालकको भविष्यबारे प्रज्ञादृष्टिले विचार गरी हेरे । त्यसपछि उनले बालक बोधिसत्त्वका अघिल्तिर पञ्चाङ्ग दण्डवत् गरे ।

Pariyatti Book 1.pmd 5 3/28/2012, 9:47 AM

असित ऋषिको क्रियाकलाप देखेर राजा आश्चर्यचकित भए अनि राजाले पनि ऋषिलेजस्तै गरी दण्डवत् गरे । एकछिनअघि नवजात त्यस बालकलाई हेरेर खुसी देखिएका ऋषिका आँखा तुरुन्तै आँसुले रसाएका देखेपछि राजा शुद्धोदनले ऋषिसँग अलमलिँदै जिज्ञासा राखे ।

त्यस बेला ऋषिले भने,"यो बालक बत्तीस लक्षणले युक्त छ । भविष्यमा यो बालक बुद्ध हुनेछ, तर जे भए पनि त्योचाहिँ मैले हेर्न पाउने छैन ! त्यसैले म रोएको हुँ ।"

बोधिसत्त्वको नामाकरण

त्यस बेला राजदरबारमा राजकुमारको नामकरणका लागि भव्य समारोहको आयोजना गऱ्यो । समारोहमा निमन्त्रित एक सय आठजना ब्राह्मणहरू नक्षत्र र शरीर-लक्षणबारे प्रकाण्ड विद्वान् थिए । राजाले आफ्नो छोराका लागि सुहाउँदो नाम राखिदिन विद्वान्हरूसित प्रार्थना गरे ।

समारोहमा उपस्थित विद्वान्हरूमध्ये आठ जनाले राजकुमारको शरीर-लक्षणको अध्ययन गरी "राजकुमार पुण्यवान् छन् !" भन्ने कुरो यकीन गरे । तीमध्ये सात जनाले, "राजकुमार प्रव्रजित भए बुद्ध हुने, प्रव्रजित नभए चक्रवर्ती राजा हुने" भविष्यवाणी गरे ।

आठ जनामध्ये कान्छो कोण्डन्य ब्राह्मणले चाहिँ, एउटै मात्र औंला ठड्याई "यो राजकुमार प्रव्रजित नै हुनेछन् र उनी सारा संसारको शास्ता बुद्ध नै हुनेछन्" भनी आफ्नो भनाइलाई दृढतापूर्वक राखे ।

गृहस्थी वा प्रव्रजित जे भए पनि राजकुमारले लोकलाई राम्रो अर्थ सिद्ध गर्ने भएकाले उनीहरू सबैले एक मत भई 'सिद्धार्थ' भनी राजकुमारको नामकरण गरे ।

Pariyatti Book 1.pmd 6 3/28/2012, 9:47 AM

धान रोप्ने मङ्गल उत्सव

कपिलवस्तुमा धान रोपाँइको उत्सव मङ्गलको दिन थियो । राजा शुद्धोदन दरबारका सबैलाई साथ लिएर रोपाँइ गर्न मङ्गलोत्सवमा सामेल हुन गएका थिए । त्यो दिन उनीहरूले राजकुमार सिद्धार्थलाई पनि खेतमा लिएर गएका थिए । उत्सवको थलोमा पुगेपछि राजा शुद्धोदन आफ्ना कर्मचारीहरूसित खेत जोत्ने काममा लागे । राजकुमारलाई ठूलो रूखको छहारीमा चँदुवामुनि सुताइएको थियो । राजकुमारको हेरविचार गर्ने दासीहरू पनि राजकुमार मस्तसित निदाइरहेकाले उनलाई एक्लो छाडेर रोपाइँ हेर्न गए । सिद्धार्थ बिउँझँदा त्यहाँ कोही थिएनन् अनि उनी पलेँटी कसेर श्वास प्रश्वासमा सास भित्र पसेको र बाहिर गएको प्रक्रियामै लिन भएर ध्यान गरी बसे । यस क्रियालाई 'आनापानस्सति' ध्यान भनिन्छ ।

सिद्धार्थको हेरविचार गर्ने दासीहरूले उत्सव हेर्दा-हेर्दै सिद्धार्थलाई एक्लो छाडेर आएको कुरा सम्झेर तुरुन्तै फर्के । त्यस बेला तिनीहरूले सिद्धार्थलाई

Pariyatti Book 1.pmd 7 3/28/2012, 9:48 AM

रूखको छाँयामुनि आँखा चिम्लेर पलैंटी मारी ध्यानमग्न भएर बसिरहेको देखे । सिद्धार्थको त्यो दृश्य देखेका दासीहरु सिद्धार्थबाट साह्रै प्रभावित भए । तिनीहरूले यो कुरा राजा शुद्धोदनकहाँ पुऱ्याए । राजा शुद्धोदन आफैं तुरुन्त त्यहाँ आए र साँच्चै राजकुमारलाई ध्यानमा रहेको देखेपछि राजा शुद्धोदनले आफ्नो छोरालाई वन्दना गरे । यसलाई द्वितीय पुत्रवन्दना भनिन्छ ।

बाल्यकाल

सिद्धार्थ बाल्यकालदेखि नै सबैका प्रिय थिए । त्यसैले उनका धेरै साथी थिए । तिनमा कोही क्षेत्रीय कोही ब्राह्मण अनि कोही राजकर्मचारीहरूका छोराहरु थिए । सिद्धार्थले आफ्ना थरीथरीका ती साथीहरूमा कसैलाई भेदभाव नगरी सबैसित समान व्यवहार गर्थे ।

Pariyatti Book 1.pmd 8 3/28/2012, 9:48 AM

शिल्प अध्ययन

सिद्धार्थ हुर्किंदै गए । शिल्पहरु सिक्ने बेला आयो । शुद्धोदन राजाले यस कामको जिम्मा पण्डित 'सब्बमित्त'लाई दिए । उहाँबाट नै भाषा, विज्ञान, त्रिवेद र व्याकरण यी चार विद्या सिके । योग विद्याचाहिँ उनले भारद्वाजबाट पाएका थिए ।

राजहंस कथा

सिद्धार्थको बाल्यकालको एउटा घटना उल्लेखनीय छ । त्यस घटनाका कुराले सिद्धार्थ कतिसम्म दयालु र करूणावान् थिए भन्ने कुरा बुझ्न सकिन्छ । त्यो घटना सिद्धार्थ १२ वर्षको हुँदा घटेको थियो । त्यो दिन सिद्धार्थ आफ्नो मामाका छोरा भाइ देवदत्तसित जङ्गलमा घुमिरहेका थिए । आकाशमा उडिरहेको हाँसलाई देख्ने बित्तिक्कै देवदत्तले तुरून्तै वाँण छाडिहाले । आकाशमा उडिरहेको त्यो बिचरो हाँस घाइते भएर तल जमिनमा खसेर छट्पटिन थाल्यो । त्यसपछि दुवै जना हाँस लिन दगुरे । सिद्धार्थ छिटो दगुर्नसक्ने भएकाले उनले हाँसलाई पहिले लिए र त्यसलाई अंगालो हाले । एकै छिनपछि देवदत्त पनि आइपुगे र उनले सिद्धार्थसँग हाँस मागे । सिद्धार्थले हाँस दिन मानेनन् । देवदत्तले त्यो हाँस आफूले वाँण हानेर खसालेकोले आफूले नै पाउनुपर्ने भनी जिकिर गरे । सिद्धार्थले पनि पहिले आफूले लिएको हुनाले आफूसँगै राख्न पाउनुपर्ने तर्क राखे । दुवैका बीच भनाभन हुन थाल्यो । दुवैले आ-आफ्नो ढिपी नछाड्ने भएपछि दुवै जना न्यायाधीशकहाँ पुगे ।

Pariyatti Book 1.pmd 10 3/28/2012, 9:48 AM

निकै बेरसम्म सोचविचार गरिसकेपछि न्यायाधीशले फैसला सुनाए,"कुनै पनि प्राणीमाथि मार्नेको भन्दा बचाउनेको बढी अधिकार रहन्छ । त्यसैले हाँसमाथिको अधिकार हाँसलाई मार्न खोज्नेसितभन्दा त्यसलाई बचाउन खोजेका सिद्धार्थसित रहन्छ, त्यसमा देवदत्तको कुनै हक लाग्दैन ।" त्यसपछि सिद्धार्थले त्यस हाँसलाई आफूसितै राखे र उपचार गरेर निको तुल्याइसकेपछि स्वतन्त्र छाडिदिए ।

विवाह मङ्गल

विद्या र शिल्पको क्षेत्रमा पारंगत सिद्धार्थ सोह्र वर्षको भएपछि राजा शुद्धोदनले कपिलवस्तुको राज्यभार सिद्धार्थलाई नै सुम्पने व्यवस्था मिलाउनेतिर लागे । राजदरबारको सुख ऐश्वर्यतिर सिद्धार्थको मन ढल्किने वातावरण बनाउन विशेष ध्यान दिइयो । उनका लागि रम्य, सुरम्य र शुभ नाउँका ऋतुअनुसारका राजमहलको निर्माण गरियो । दरबारमा नाच्ने र गाउने केटीहरु पनि नियुक्त गरिए ।

यसका साथै सिद्धार्थको विवाह देवदह नगरका सुप्रबुद्धकी छोरी यशोधरासित सम्पन्न भयो । यशोधरालाई गोपा र बिम्बा पनि भन्ने गरिन्छ ।

Pariyatti Book 1.pmd 11 3/28/2012, 9:48 AM

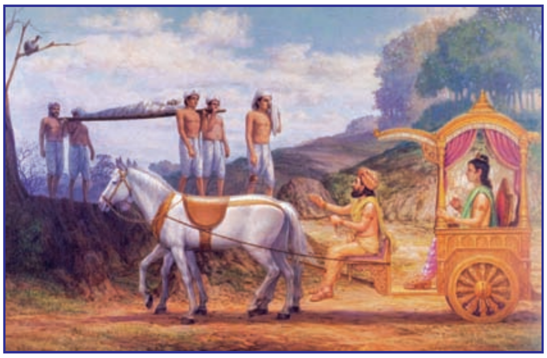
चार निमित्त

एक दिन सिद्धार्थ आफ्ना सारथी छन्दकसँग बाहिर डुल्न गएका थिए । त्यस बेला सिद्धार्थ उनन्तीस वर्षका थिए । बाटोमा उनीहरूले एक जना बूढालाई देखे । बूढाको कपाल सेताम्य फुलेको थियो भने अनुहार पनि चाउरीएको थियो । उनी साह्रै निर्धा देखिन्थे । उभिंदा पनि उनको सिङ्गो जिउ काँपिरहेको थियो । आफ्ना खुट्टाका भरमा उभिनसम्म पनि नसक्ने भएका उनी लौरो टेकेर थरथर काम्दै बल्लतल्ल हिँडिरहेका थिए किनभने उसका आँखा पनि साह्रै कमजोर देखिन्थे । त्यसलाई हेर्दाहेर्दै सिद्धार्थको मनमा बेचैनी बढ्न थाल्यो र उमेर पुगेपछि आफू समेत उस्तै हुने कुरा देखेपछि उनको शरीर शिरिङ्ग भयो । त्यो हृदयले गर्दा सिद्धार्थलाई घुम्न मन लागेन अनि तत्कालै दरबारमा फर्के । दरबारमा फर्केपछि पनि त्यो दृश्य झलझली नै आइरह्यो ।

अर्को दिन पनि घुम्न जाँदा उनले एक जना रोगीलाई देखे । रोगी मानिस बाटोछेउमा बसेर ऐया ! ऐया ! भन्दै कराइरहेका थिए । त्यस दु:खदायी दृश्यले उनलाई नराम्ररी चिमोट्यो । उनी त्यसभन्दा पर डुल्न जानै सकेनन् र उत्निखेरै दरबारमा नै फर्के ।

फेरि अर्को दिन बाहिर डुल्न जाँदा उनले मुर्दा लगिरहेको देखे । मलामी गएकाहरू रूँदै कराउँदै गइरहेका थिए । मर्न कोही चाहँदैनन् तर पनि मानिस मर्नुपर्छ । बाँचिरहेकाहरूले मर्नुपर्ने कुरा बिर्सन खोज्छन् तर जति बिर्से पनि आखिर मर्नै पर्छ भन्ने ज्ञान उनले पाए । यो देखेर पनि उनको मन भरङ्ग भयो र उनी नडुलीकनै फर्के ।

Pariyatti Book 1.pmd 12 3/28/2012, 9:48 AM



उनका आँखाअगाडि ती दृश्यहरु फनफनी घुमिरहे । त्यसबाहेक उनले अरु कुरा देख्दै देखेनन् । आँखा चिम्म गरेपनि आँखाभित्रका आँखाले ती नै चित्रहरु मात्र देखिरहे । वास्तवमा तिनका कारणले उनी भाव-सागरमा चुर्लुम्बिए । उनको मन नाच, गान र अरु सांसारिक कुरामा पटक्कै गएन । अर्को शब्दमा संसारका कुनै पनि रङ्गीचङ्गी कुराले उनको मनलाई तान्न सकेन, एक रौं अंगुल पनि हल्लाउन सकेन ।

दरबार चहकिलो थियो तर सिद्धार्थको अनुहार अँध्यारो थियो । उनको मनमा शान्ति थिएन । त्यसैले उनी दरबारमा बसिरहन सकेनन् र बाहिर घुम्न गए । यस पालि उनले एक जना भिक्षुलाई देखे । भिक्षु शान्त-स्वभाव र आनन्दको देखिन्थ्यो । सिद्धार्थलाई पनि त्यस्तै स्थिर र शान्त स्वभावको हुन मन लाग्यो ।

भिक्षुलाई देखेर आनन्दित मन लिएर सिद्धार्थ बगैंचामा पुगे । त्यहीं दिनभरी रमाएर उद्यान क्रीडा गरिरहे ।

राहुल कुमारको जन्म

गृहस्थी-जीवनबाट टाढा प्रव्रजित जीवन बिताउने विचार लिएर रमाइरहेको सिद्धार्थलाई गृहत्याग गर्ने विचारमा मग्न भइरहेको बेलामा यशोधराका गर्भबाट राहुलको जन्म भएको खबर सुनाउन राजा शुद्धोदनले दूत पठाए । सिद्धार्थलाई दूतले यशोधराबाट पुत्रको जन्म भएको खबर सुनायो ।

खबर सुनेपछि आफू गृहस्थी जीवनमै फँस्ने पो हुँ कि भनी सिद्धार्थ हच्किए । त्यस कारण सिद्धार्थले भने, "राहु उत्पन्न भएछ !"

यो कुरा सुनेर शुद्धोदन राजाले आफ्नो नातिलाई 'राहुल' भनी नामकरण गरे ।

Pariyatti Book 1.pmd 14 3/28/2012, 9:48 AM

नर्तकीहरूको विकार

सिद्धार्थ दरबारमा पुगे । शुद्धोदन राजालाई सिद्धार्थको मनको स्थितिबारे थाहा भइसकेको थियो । त्यसैले उनले सिद्धार्थलाई गृहस्थीमै रम्न लगाउन नाच-गानको व्यवस्था गरे । उनले राम्रा राम्रा नर्तकीहरूलाई नाच्न लगाए, गाउन लगाए । तर सिद्धार्थको मन त्यतातिर अलिकति पनि आकर्षित भएको थिएन । उनले ती नाच्नेहरूलाई देखेकै थिएन बरू उनका आँखा बन्द रहँदा समेत संसारलाई हेर्ने र बुझ्ने नयाँ दृष्टि दिने ती बूढो, रोगी र मुर्दा अनि भिक्षुलाई मात्र उनले झलझली देखिरहेका थिए । गाउनेहरूको गीत सुनेकै थिएन बरू उनका कान वरिपरि रोगी र दुखीहरूको आर्तनाद मात्र गुन्जिरहेको थियो । वास्तवमा उनी गृहस्थी जीवनबाट मुक्त हुने बाटोको खोजीमा थिए, दरबार छाडेर जाने अवसर हात पार्ने धुनमा थिए । त्यसैले नाच्ने र गाउनेहरु नाचेर थाके, गाएर थाके र सुते तर सिद्धार्थ आफ्नै धूनमा थिए, बिचारमग्न र सजग थिए ।

Pariyatti Book 1.pmd 15 3/28/2012, 9:48 AM

महाभिनिष्क्रमण

सबै थाकेर सुतेपछि सिद्धार्थ बिस्तारै उठे र यताउति हेरे । आफूले खोजिरहेको मौका आइपुगेको ठाने । सिद्धार्थ आफ्नो निर्णयमा दृढ थिए । आफैले लिएको निर्णय किन नहोस् त्यसलाई दृढ संकल्पका साथ लागू गर्नु गाह्रो हुने नै भयो । दरबारको वैभव, आराम र सेवा, अनि आफ्ना परम पूज्य आमा बुबा, प्रिय स्वास्नी र पुत्र सबलाई छाड्नु सजिलो किन हुन्थ्यो र !

सिद्धार्थ बिस्तारै खाटबाट ओर्ले । सुतिरहेकाहरु बिउँझलान्, रोइकराइ गर्लान् अनि उनलाई रोक्लान् भनी आवाज नआउने गरी बिस्तारै पाइला सार्दै कोठा बाहिर निस्के । छोरा राहुलकुमारलाई काखीच्यापी सुतिरहेकी यशोधरालाई मात्र एक पाइला कोठाभित्र टेकेर टाढैबाट हेरे । त्यसपछि आफ्नो सारथी छन्दकसँग कन्थक घोडा लिएर दरबारबाट बाहिर निस्के । त्यो बेला आषाढपूर्णिमाको मध्यरात थियो र पुरै धर्ती पूर्ण चन्द्रको ज्योतिले लिपेकोजस्तै गरी जगमगाइरहेको थियो । यो सिद्धार्थको महाभिनिष्क्रण थियो ।

Pariyatti Book 1.pmd 16 3/28/2012, 9:48 AM

अभ्यास - १

शब्दार्थ :-

१. प्रव्रज्या - भिक्षु हुने, ऋषि हुने, दरबार छाड्ने, गृहस्थी छाड्ने कार्य
२. बोधिसत्त्व - भविष्यमा बुद्ध हुने
३. अन्धविश्वास - थाहा नपाईकन, नबुझीकन नै विश्वास गर्ने
४. निमित्त - लक्षण, कारण
५. महाभिनिष्क्रमण - बोधिसत्त्वहरूद्वारा बुद्ध हुन गृहत्याग गर्ने
६. नक्षत्र - ग्रह नक्षत्र
७. पञ्चाङ्ग - पाँच अंगले युक्त
८. गृहस्थी - बालबच्चाहरूसहित सपरिवार घरमा बस्ने

१) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द राखी वाक्य पूरा गर्नुहोस् ।

१. आजभन्दा छब्बीस सय वर्षअघि .... भन्ने एउटा राज्य थियो । (लुम्बिनी, कपिलवस्तु)
२. यो बालक .... लक्षणले पूर्ण छ । (बत्तीस, चौंतीस)
३. सिद्धार्थकुमार .... भयो । एक दिन छन्दकसँग डुल्न गयो । (बीस वर्ष, उनन्तीस वर्ष)
४. सिद्धार्थले विस्तारै शिर उठाएर हेर्दा सबै .... । (कराउँदै थिए सुतिरहेका थिए)

२) तल दिइएका शब्द राखी वाक्य बनाउनुहोस् ।

१. सिद्धार्थ २. लुम्बिनी ३. राहुल ४. बुढो ५. रोगी

३) प्रश्नको उत्तर दिनुहोस्

क) बोधिसत्त्व गर्भमा बस्न आएको दिनको शुद्ध रातमा महामायादेवीले कस्तो स्वप्न देखिन् ?
ख) सिद्धार्थको जन्म कुन बारमा भएको हो ?
ग) सिद्धार्थलाई हेरी असित ऋषि किन हाँसे ?
घ) शुद्धोदन महाराजाले प्रथमवार र द्वितीयवार पुत्र-वन्दना कहिले कहिले गरे ?
ङ) सिद्धार्थलाई कति वर्षमा, कोसँग विवाह गराइदिए ?
च) सिद्धार्थलाई शुद्धोदन राजाले कतिवटा दरबार बनाइदिएथे ? ती दरबारहरूका नाउँ के के हुन् ?
छ) सिद्धार्थले एक दिन डुल्न जाँदा कस्तो बूढोलाई देखे ?
ज) सिद्धार्थले कुन उमेरमा महाभिनिष्क्रमण गरेका थिए ?

Pariyatti Book 1.pmd 17 3/28/2012, 9:48 AM

४) सही उत्तरमा गोलो चिनो लगाउनुहोस् ।

क) सपनामा रानी महामायादेवीले कुन जनावर देखेकी थिइन् ?
१) सेतो हात्ती २) कालो हात्ती ३) सेतो घोडा ४) कालो घोडा

ख) बालक सिद्धार्थलाई सबभन्दा पहिला वन्दना गर्ने मानिस को थिए ?
१) राजा शुद्धोदन २) मायादेवी ३) असित ऋषि ४) यशोधरा

ग) नामाकरण गर्न बोलाइएका ८ जना ब्राह्मणमध्ये सबभन्दा कान्छा ब्राह्मण को थिए?
१) कोण्डन्य २) अस्सजित ३) देवदत्त ४) भद्दिय

घ) धान रोपाइँको मंगल उत्सवमा राजकुमार सिद्धार्थले कस्तो ध्यान गरेका थिए ?
१) विपस्सना ध्यान २) श्वास प्रश्वासलाई हेर्ने ध्यान
३) श्वास प्रश्वासलाई रोक्ने ध्यान ४) समथ ध्यान

ङ) यी मध्ये ४ निमित्तभित्र कुन पर्दैन ?
१) बुढो २) रोगी ३) भिक्षु ४) नर्तकी

च) सिद्धार्थ राजकुमारका एक मात्र सन्तानको नाम के थियो ?
१) राहुल २) राहु ३) नन्द ४) देवदत्त

५) जोडा मिलाउनुहोस् ।

शुद्धोदन	जन्म दिने आमा
मायादेवी	सर्व अर्थ सिद्ध गर्ने
प्रजापति गौतमी	कपिलवस्तुका राजा
सिद्धार्थ	सिद्धार्थका भाइ
देवदत्त	पालन पोषण गर्ने आमा

६) सामूहिक क्रियाकलाप

राजहंसको घटना याद गर्नुहोस् (पेज १०) । तपाईँहरूमध्ये कोही एक जना सिद्धार्थ, एक जना देवदत्त र एक जना न्यायधीश भएको कल्पना गरी कक्षामा अभिनय गरी प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

Pariyatti Book 1.pmd 18 3/28/2012, 9:48 AM

धर्म

भगवान् बुद्धका प्रमुख शिक्षाहरू

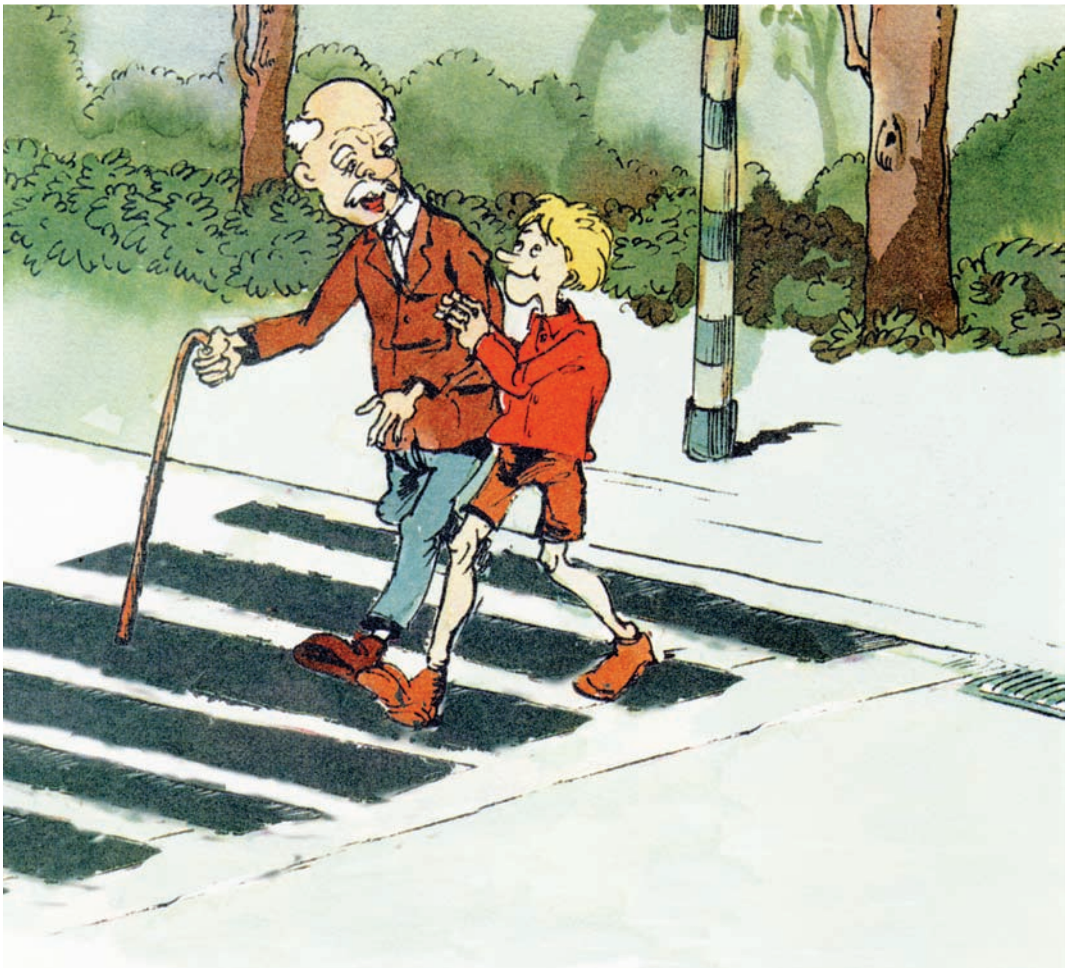
✓ नराम्रो काम नगरौं
✓ राम्रो काम गरौं
✓ मनलाई सफा राखौं

भगवान् बुद्धले दिनुभएको यस शिक्षाले हामीलाई असल र सुखमय् जीवन जिउन सिकाउँछ । यी शिक्षाको पालन गर्नु भनेकै धर्म गर्नु हो । यसले हामीलाई समस्यासित सामना गर्न र समाधान खोज्न सिकाउँछ । माथिका शिक्षाको पालन गर्नाले हाम्रो जीवन सुखपूर्ण र शान्तिमय बनाउँछ ।

नराम्रो काम नगरौं

- हामीले रमाइलो गर्दा अरूलाई चोट लाग्छ, अरूको हानी हुन्छ भने त्यस्तो काम नगरौं । कुनै पनि प्राणीलाई चोट पुऱ्याएर मार्नु राम्रो काम होइन । अरूको शरीर र मनमा चोट पुग्ने काम गर्दै नगरौं ।
- चोर्नु राम्रो होइन । कसैको पनि सम्पत्ति चोरिन्छ भने उसको मन दुख्छ, ऊ दुखी हुन्छ । फेरि चोर्नेले पनि सजाय पाउँछ ।
- हाँसखेल गर्नु, ठट्टा-रमाइलो गर्नु रमाइलो हुन्छ तर नभएको कुरा गरेर, झूटो बोलेर रमाइलो गर्दा अनेकन् समस्या आइपर्न सक्छ । त्यसले अरूलाई असजिलो हुन सक्छ । त्यसैले हामी झूटो कुरा गरेर, नभएको कुरा गरेर वा अरूलाई असजिलोमा पारेर हाँस्ने काम नगरौं ।

Pariyatti Book 1.pmd 20 3/28/2012, 9:48 AM



राम्रो काम गरौं

- हामी हाम्रा आमाबाबु र गुरु गुरुमाहरूको आदर गरौँ । उहाँहरूको सम्मान गरौँ । हामीले उहाँहरूबाट जहिले पनि सल्लाह र सहयोग पाइरहेका छौँ । उहाँहरूकै आशीर्वादले नै हामीहरूको जीवन सफल भएको छ ।
- हामी परस्परमा सहयोग गरौँ । सहयोगको खाँचो सबैलाई पर्छ । परस्परमा सहयोगी बन्न सक्यौँ भने हामी जीवनमा निर्धक्क र सुखी हुन सक्छौँ ।

- साथी रोज्दा असलखालको रोजौँ । असल साथीले हामीलाई राम्रो मान्छे बन्न सघाउँछ । नराम्राहरूबाट टाढा रहौँ । राम्रो काम गर्ने मान्छे भमराजस्तै गुनी हुन्छ भने नराम्रो मान्छे झिंगाजस्तै खराब हुन्छ ।

Pariyatti Book 1.pmd 22 3/28/2012, 9:48 AM

मनलाई सफा राखौं

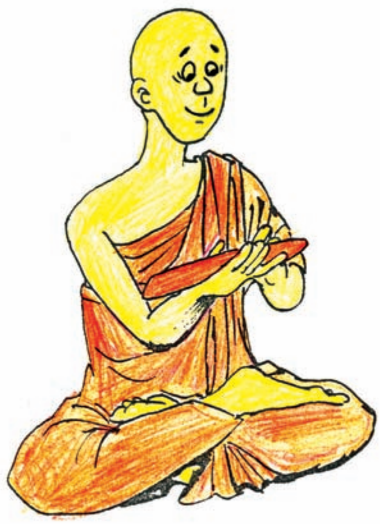
- हामी स्वार्थी नबनौं । जेमा पनि 'म र मलाई' नभनौं । स्वार्थी मान्छेले "मैले खेल्न पाउँदिनँ भने म यो बल लुकाइदिन्छु, अनि कसरी उनीहरू खेल्छन्, हेरूँ !" भन्छन् । यस्तो विचारले अरूलाई हानी त पुऱ्याउँछ पुऱ्याउँछ आखिरमा ऊ आफैलाई समेत खराब हुन्छ । यो मनको मयल हो । मयल त सबैका निम्ति खराब कुरो हो नि त ।
- लोभी बन्नु पनि मनलाई फोहर पार्नु हो । लोभी मानिसले दुःख पाउँछ । लोभी मानिस मेहनती हुँदैन । अरूको लोभ गरेर होइन आफूसँग भएको कुरालाई दिएर अरूको सहयोग गर्न जान्नु पर्छ । त्यसो गर्न पाउँदा नुहाएर मयल फालेजस्तै गरी मन हलुँगो हुन्छ ।

Pariyatti Book 1.pmd 23 3/28/2012, 9:48 AM

संघ

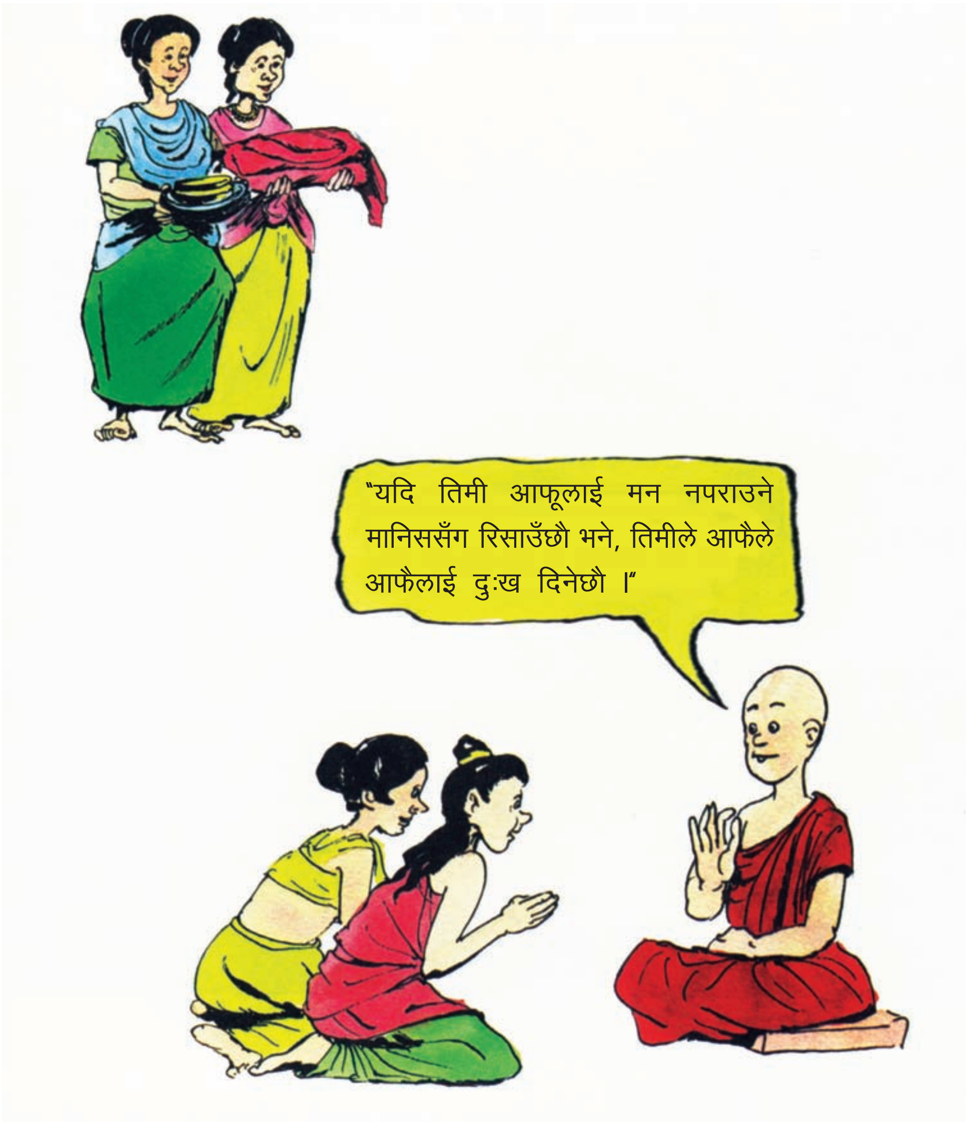
- संघ भन्नाले भिक्षुहरूको र भिक्षुणीहरूको संगठित समूह हो । भिक्षु-भिक्षुणीहरु बुद्धको शिक्षाले मानिसलाई राम्रा र सुखी बनाउँछ भन्ने कुरामा विश्वास गर्छन् र त्यस शिक्षाबाट सबैको जीवन राम्रो र सुखमय होस् भन्ने कामना गर्छन् ।

- जो पनि भिक्षु बन्न सक्छन् । बुद्धको शिक्षा अनुसार नियमलाई पालन गर्न सक्ने जोपनि पुरूष भिक्षु बन्न सक्दछन् । भिक्षुहरूले आफ्नो केश खौरेका हुन्छन् र चीवर (काषाय वस्त्र) धारण गरेका हुन्छन् । भिक्षुहरूले लाउने लुगालाई हामी चीवर भन्छौं । भिक्षुहरु आफ्नो दिनचर्यामा बिहान सबेरै उठछन्, बिहानको जलपानपछि बुद्धधर्मको अध्ययनमा लाग्छन्, दिउँसो गृहस्थहरूलाई बुद्ध धर्मका कुरा सिकाउँछन् र साँझतिर ध्यानमा बस्छन् । यसरी भिक्षु-भिक्षुणीहरु आफ्ना शुभ-कर्मबाट आफ्नो मन शुद्ध पार्छन् ।



Pariyatti Book 1.pmd 24 3/28/2012, 9:48 AM

- भिक्षुणीहरु पनि आफ्ना कपाल खौरन्छन् र काषाय (पहेंलो) रङ्को चीवर लगाउँछन् । अचेल अनागारिकालाई गुरूमा भन्ने चलन छ । अनागारिकाहरु गुलाफी रङ्को लुगा लगाउँछन् । अनागारिकाहरूलाई शीलवती पनि भन्छन् । अनागारिकाहरु शीलवती र शान्त मुहारका हुन्छन् ।
- चीवर वस्त्र धारण नगरेका गृहस्थ उपासकहरूले पनि बुद्धशिक्षा अध्ययन गर्छन् । उनीहरू बुद्धलाई आदर र गौरव गर्छन् । त्यस्तै धर्म र संघलाई पनि आदर र गौरव गर्दछन् । उनीहरू मिलनसार, असल र शान्त हुन्छन् ।
- चीवर नलगाएका गृहस्थ उपासिकाहरूले पनि बुद्धका उपदेशलाई पालन गर्दछन् अर्थात् धर्म गर्दछन् । बुद्धका उपदेश अनुसार ब्यवहार गर्छन् र संघको आदर र गौरब गर्दछन् । उपासिकाहरु मिलनसार, असल र शान्त हुन्छन् ।



- मानिसहरू आफूलाई मन नपराउनेसित मन पराएनन् भनेर रिसाउने गर्छन् । त्यसो गरेर उनीहरूले आफैँलाई दुःख दिइरहेका हुन्छन् । कसैले मन पराए वा पराएनन् भन्ने कुरामा चिन्ता लिएर हिँड्नु हुँदैन । तर समस्याहरू दिनहुँ आइरहेका नै हुन्छन् । समस्या आइपर्दा उपासक उपासिकाहरू भिक्षु-भिक्षुणीहरूकहाँ आदरका साथ सल्लाह माग्न पुग्छन् । उपासक उपासिकाहरूले भिक्षु, श्रामणेर, अनागारिकाहरूका लागि खानेकुरो र चीवर वस्त्र पनि दान दिने गर्दछन् ।

Pariyatti Book 1.pmd 26 3/28/2012, 9:48 AM

अभ्यास - १

१. तलका वाक्यहरू ठीक छन् कि छैनन् छुट्याउनुहोस् । बेठीक लागेका कुराहरू सच्याउनुहोस् ।

क) मन सफा गर्नु नै धर्म गर्नु हो ।
ख) आफू र आफ्नो समूहका साथीहरूलाई रमाइलो हुन्छ भने अरूलाई चोट पुग्ने काम गरे पनि केही फरक पर्दैन ।
ग) ठट्टा गर्दा, अरूको सामान नसोधीकन लिँदा अरूलाई असजिलो हुन सक्छ भनी ख्याल राख्नुपर्दछ ।
घ) सहयोगी भयौं भने सुखी हुन्छौं ।
ङ) साथीले जे कुरा भने पनि मान्नुपर्छ ।
च) स्वार्थी र लोभी भएपछि मन मैलो हुन्छ ।

२. सामूहिक क्रियाकलाप

कक्षालाई दुई समूहमा (यदि संख्या धेरै भएमा दुइभन्दा बढी पनि गर्न सकिन्छ) विभाजित गर्नुहोस् । एक समूहले भमराका र अर्को समूहले झिंगाका स्वभावहरू टिप्नुहोस् । त्यसैगरी असल मानिस र खराब मानिसहरूको स्वभाव पनि टिप्नुहोस् । भमरा र असल मानिसको स्वभावबीच कस्तो समानता छ ? झिंगा र खराब मानिसका स्वभावबीच कस्तो समानता छ ? तल देखाइए जस्तै टेबुलमा लेख्नुहोस् । यसलाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

झिंगाको स्वभाव	खराब मानिसको स्वभाव

भमराको स्वभाव	असल मानिसको स्वभाव

३. गरेर हेरौं ।

पाठमा दिइएको भिक्षुको दैनिकी हेर्नुहोस् । तपाईंले पनि आफूले दिन-दिनै गर्दै आइरहनुभएका क्रियाकलापहरूको तालिका तयार गर्नुहोस् । आफ्ना साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् । साथीको कुनै काम आफूलाई मनपऱ्यो कि ? आफ्ना कुनै कामहरूमा साथीको कुनै सुझाव छ कि ? छलफल गर्नुहोस् ।

४. छोटो उत्तर दिनुहोस् ।

क) बुद्धका मुख्य उपदेशहरू के के हुन् ?
ख) धर्मको पालन गर्दा कस्तो फाइदा हुन्छ ?
ग) संघ केलाई भनिन्छ ?
घ) मन सफा राख्न के के गर्न सकिन्छ ? आफूलाई लागेका कुनै तीन उपायहरू लेख्नुहोस् ।

५. तलका विषयहरू राम्रा छन् कि नराम्रा, छुट्याएर तालिकामा भर्नुहोस् ।

झगडा गर्नु	मार्नु	अरूलाई मद्दत गर्नु	झूटो बोल्नु
बाड्नु	साथी बनाउनु	स्वार्थी हुनु	अरूलाई सहयोग नगर्नु
शान्तपूर्वक बस्नु	लोभी हुनु	गुरुहरूलाई आदर गर्नु	
चोरी गर्नु	इमान्दार हुनु	जनावरहरूलाई माया गर्नु	

राम्रा कामहरू	नराम्रा कामहरू

६. आफूलाई मनमा लागेअनुसार तलका वाक्यहरू पूरा गर्नुहोस् ।

क) हामीले अरूको सहयोग गर्नुपर्छ किनभने .... ।
ख) आमा बुबाको आदर गर्नुपर्छ किनभने .... ।
ग) .... र .... मनको मयल हो ।
घ) केश खौरिएका र चीवर लगाएका पुरुषहरूलाई .... भनिन्छ भने महिलाहरूलाई .... वा .... भनिन्छ ।
च) चीवर नलगाएका घरमै बसेर बुद्धका उपदेशहरूको पालन गर्ने मानिसहरूलाई .... र .... भनिन्छ ।

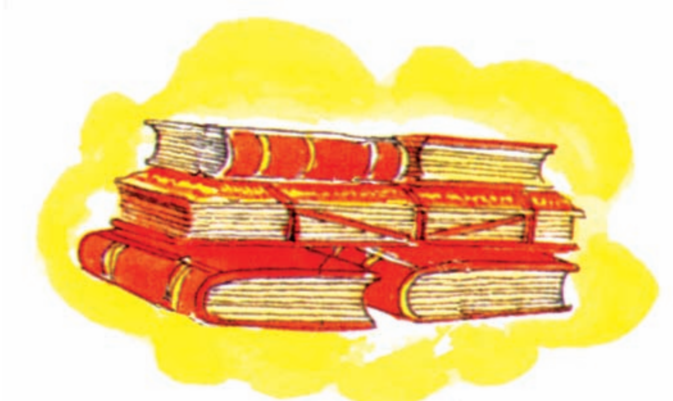
Pariyatti Book 1.pmd 28 3/28/2012, 9:48 AM

त्रिरत्न

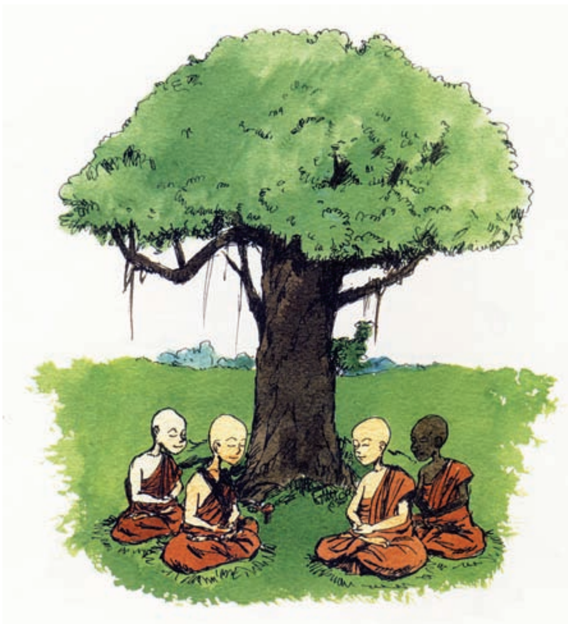
- बुद्ध, धर्म र संघ यी तीन शब्दलाई एक शब्दमा 'त्रिरत्न' भनिन्छ । यी तीन कुरा साँच्चैका महत्वपूर्ण रत्न हुन् । हामीहरु बुद्धलाई आदर र गौरव गर्छौं, धर्मको अध्ययन गर्छौं र भिक्षु तथा भिक्षुसंघले दिएको उपदेशको पालन गर्छौं । त्यसो भनेको संघको उपदेश अनुसार हिँड्छौं ।

- पहिलो रत्न भनेको भगवान् बुद्ध हुनुहुन्छ ।
उहाँ बुद्ध-धर्मका प्रतिपादक वा संस्थापक हुनुहुन्छ ।
उहाँले ज्ञान प्राप्त गर्नुभयो, सत्य जान्नुभयो ।
उहाँ प्रज्ञा (विशुद्ध ज्ञान) का प्रतीक हुनुहुन्छ ।
उहाँले ज्ञान र मैत्रीबाट सुखमय जीवन पाउने कुरा सिकाउनुभयो ।

Pariyatti Book 1.pmd 29 3/28/2012, 9:48 AM



- दोस्रो रत्न धर्म हो ।
  धर्म बुद्धका शिक्षाहरु हुन् ।
  हामीले धर्मलाई पालना गर्छौं ।
  धर्मले हामीलाई खुसी र प्रशन्न रहन सिकाउँछ ।



- तेस्रो रत्न संघ हो ।
  संघ भिक्षु र भिक्षुणीहरुको समुह हो ।
  संघ शुद्धताको प्रतीक हो ।
  संघले हामीलाई असल बाटो देखाउँछ ।

Pariyatti Book 1.pmd 30 3/28/2012, 9:48 AM

शील, परिचय र परिभाषा

पञ्चशील के हो ?

हाम्रो शरीर, वचन र मनबाट अरुमाथि पर्नसक्ने खराब परिणामहरु हुन नदिन हामीले पालन गर्नुपर्ने नियमहरु भनेका शीलहरु हुन् । पञ्चशील– पाँचवटा नियमहरु हुन् ।

पञ्चशील यस प्रकार छ–

म प्राणी हिंसा नगर्ने शीलको पालन गर्छु ।
म चोरी नगर्ने शीलको पालन गर्छु ।
म व्यभिचार नगर्ने शीलको पालन गर्छु ।
म झूटो नबोल्ने शीलको पालन गर्छु ।
म जाँड रक्सी सेवन नगर्ने शीलको पालन गर्छु ।

Pariyatti Book 1.pmd 31 3/28/2012, 9:48 AM

पञ्चशील विधि

ओकास द्वारत्तयेन कतं सब्बं अपराधं खमथ मे भन्ते ।
दुतियम्पि ओकास द्वारत्तयेन कतं सब्बं अपराधं खमथ मे भन्ते ।
ततियम्पि ओकास द्वारत्तयेन कतं सब्बं अपराधं खमथ मे भन्ते ।

अहं भन्ते, तिसरणेन सह पञ्चसीलं धम्मं याचामि; अनुग्गहं कत्वा सीलं देथ मे भन्ते ।
दुतियम्पि अहं भन्ते, तिसरणेन सह पञ्चसीलं धम्मं याचामि; अनुग्गहं कत्वा सीलं देथ मे भन्ते ।
ततियम्पि अहं भन्ते, तिसरणेन सह पञ्चसीलं धम्मं याचामि; अनुग्गहं कत्वा सीलं देथ मे भन्ते ।

नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स ।

यसको अर्थ – *वहाँ भगवान् अरहत् सम्यक्सम्बुद्धलाई नमस्कार ।*

बुद्धं सरणं गच्छामि ।
धम्मं सरणं गच्छामि ।
संघं सरणं गच्छामि ।
दुतियम्पि बुद्धं सरणं गच्छामि ।
दुतियम्पि धम्मं सरणं गच्छामि ।
दुतियम्पि संघं सरणं गच्छामि ।
ततियम्पि बुद्धं सरणं गच्छामि ।
ततियम्पि धम्मं सरणं गच्छामि ।
ततियम्पि संघं सरणं गच्छामि ।

पाणातिपाता वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।
अदिन्नादाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।
कामेसु मिच्छाचारा वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।
मुसावादा वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।
सुरामेरय-मज्जपमादट्ठाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

(नजिकैको विहारमा भिक्षुसंघसमक्ष वा बुद्धप्रतिमाअगाडि प्रयोगात्मकरूपमा प्रार्थना गर्नुहोस् ।)

Pariyatti Book 1.pmd 32 3/28/2012, 9:48 AM

शील पालन गर्दा के हुन्छ ?

जति राम्ररी शीलको पालन गरिन्छ त्यति नै बढी हाम्रो शरीर, वचन र मन शुद्ध हुन्छ र हामीलाई सुख र शान्ति प्राप्त हुन्छ ।

शील पालन गर्ने व्यक्ति सुखी हुन्छ ।

शील पालन गर्ने व्यक्तिलाई अरूले घृणा गर्दैनन् ।

शीलयुक्त व्यक्ति नै पूर्ण मान्छे हुन्छ ।

शील पालन गर्ने व्यक्ति सबैका प्रिय मित्र हुन्छन् ।

राम्रो कामको आधार शील नै हो ।

शील पालना नगर्नाले के हुन्छ ?

शील पालन नगर्ने निर्दयी र क्रूर हुन्छन् ।

शील पालन नगर्ने अपराधी हुन पुग्छन् ।

शील पालन नगर्नेलाई कसैले पनि मन पराउँदैनन् ।

शील पालन नगर्नेले आफू र अरूका निम्तिसमेत समस्याका कारक बन्न पुग्छन् ।

शील पालन नगर्ने व्यक्ति धार्मिक हुन सक्दैनन् ।

शील पालन नगर्नेसँग राम्रा मानिसहरूले नचाहने हुन्छन् ।

Pariyatti Book 1.pmd 33 3/28/2012, 9:48 AM

अभ्यास - १

१. खाली ठाउंमा भर्नुहोस् ।

- बुद्ध धर्म र संघलाई .... भनिन्छ ।
- .... ज्ञानका प्रतीक हुनुहुन्छ र धर्मका संस्थापक हुनुहुन्छ ।
- बुद्धका शिक्षाहरूलाई नै .... भनिन्छ ।
- संघ भनेको .... र .... को समूह हो र यो .... को प्रतीक हो ।
- हाम्रो .... , ... र .... बाट अरूमाथि पर्नसक्ने खराब परिणामहरू हुन नदिन पालन गर्नुपर्ने नियमलाई नै शील भनिन्छ ।

२. जोडा मिलाउनुहोस् ।

बुद्ध	भिक्षु र भिक्षुणीहरूको समूह
धर्म	प्राणीहिंसा नगर्नु
संघ	ज्ञानको प्रतिपादक
पञ्चशीलमध्ये एक	बुद्ध, धर्म र संघको शरण
त्रिशरण	बुद्धका शिक्षाहरू

३. ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् ।

प्राणीहरूलाई मार्नु हुँदैन तर रमाइलोको लागि दुःख दिए पनि हुन्छ ।
धर्म पालन गर्नाले मानिस सुखी हुन्छ ।
पञ्चशीलमा आठवटा शीलहरू हुन्छन् ।
शील बिनाको मानिस अपूर्ण हुन्छ ।
शील पालन नगर्दा समस्याहरू आउन सक्छन् ।

४. शील पालन गर्दा कस्तो फाइदा हुन्छ, लेख्नुहोस् ?

५. बुद्ध, धर्म र संघलाई किन रत्न भनिएको हो ?

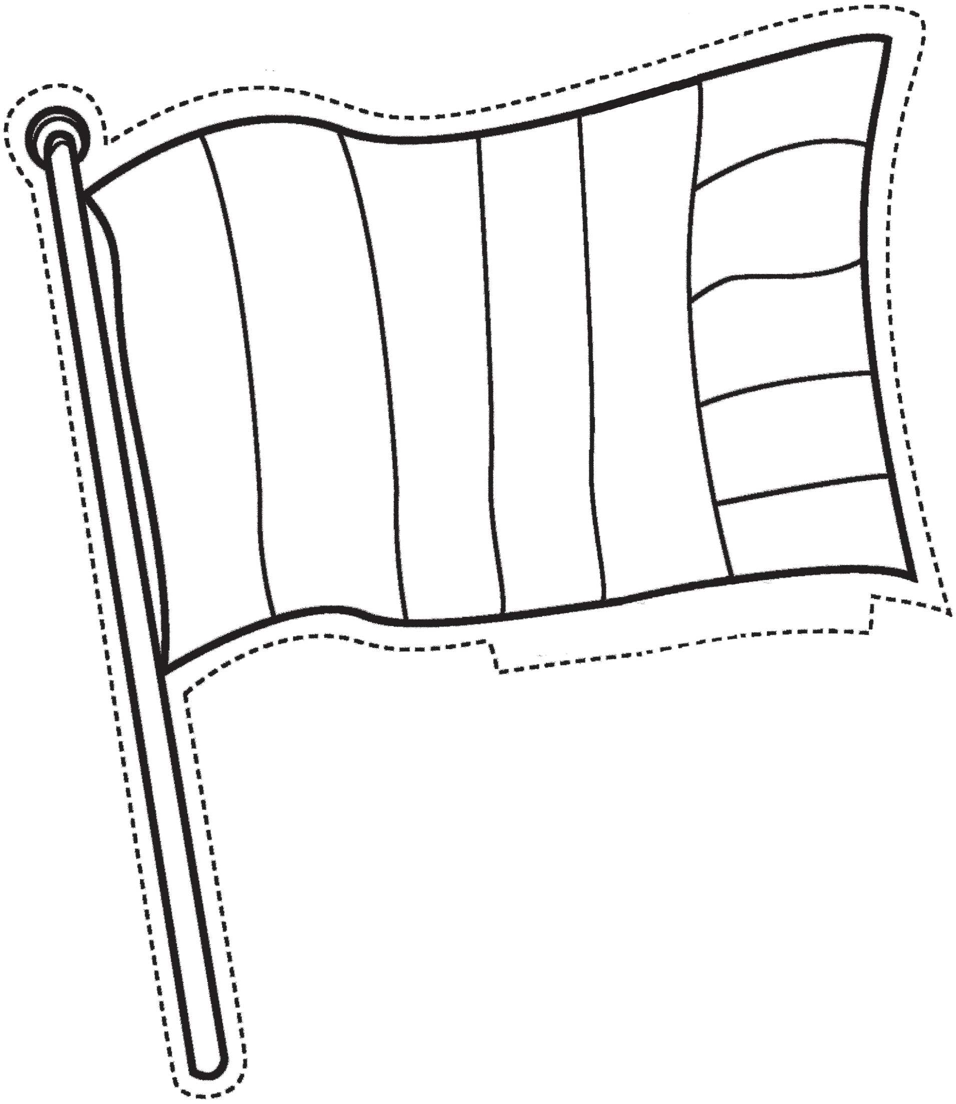
राम्रो काम गर्दा मनमा आनन्दको अनुभूति हुन्छ । तपाईले गर्नुभएको कुनै एक राम्रो काम जुन काम गर्दा अत्यन्त मन आनन्दित भएको थियो त्यसबारे आफ्नो नजिकको साथीलाई सुनाउनुहोस् साथै साथीको पनि कुरा सुन्नुहोस् ।

कक्षाका सबै विद्यार्थीहरू मिली नजिकैको विहारमा जानुहोस् । त्यहाँ कुनै भिक्षु वा गुरूमांलाई भेटी शील प्रार्थना गर्नुहोस् ।

Pariyatti Book 1.pmd 34 3/28/2012, 9:48 AM

६. सुहाउँदो रंग भर्नुहोस् ।

६. सुहाउँदो रंग भर्नुहोस् ।



रोचक कथाहरू

बुद्ध शिक्षाका केही धार्मिक कथाहरू बुझ्न कठिन अर्थात् गाह्रो खालका छन् । त्यसैले भगवान् बुद्धले धर्मका शिक्षा सबैले सजिलै लिन सकुन् भनी कथाहरू सुनाउनुभएको छ । अब हामी केही कथाहरू प्रस्तुत गर्छौं –

मृगदावनको कथा

धेरै समयअघिको कुरा हो, एउटा जङ्गलमा मृगहरू बस्थे । जङ्गलमा थरीथरीका रसिला घाँस थिए । त्यसैले त्यहाँ मृगहरू आनन्दित भएर चर्दथे ।

एक दिन त्यस देशका राजा आफ्ना सिपाहीहरू लिएर त्यस जङ्गलमा शिकार खेल्न गए । राजाले एउटा मृग मस्तसँग चरिरहेको देखेर वाण चलाए । राजाले छाडेको वाण गएर सोझै मृगलाई लाग्यो । वाण लागेको मृग घाइते त भई तर ऊ त्यहाँबाट बेतोडले दगुर्‍यो । त्यसपछि शिकारी राजा र सिपाहीहरू पनि मृगका पछि लागे ।

केही समयसम्म पछ्याइसकेपछि राजा र सिपाहीहरूले टाढैबाट त्यस घाइते मृगलाई घाँसमा पल्टिरहेको देखे । एउटा सानो पाठो त्यस मृगको साथमा

Pariyatti Book 1.pmd 37 3/28/2012, 9:48 AM

थियो । मृग एकातिर वाणको घाउबाट बगेको रगतको आहालमा झन्डै मूर्च्छा भएर पल्टिरहेको थियो भने त्यसै बेला उसले आफ्नो भोका पाठोलाई दूध चुसाउँदै थिई । एक छिनसम्म आफ्नो पाठोलाई थुन चुसाउँदा चुसाउँदै मृगले प्राण त्यागी ।

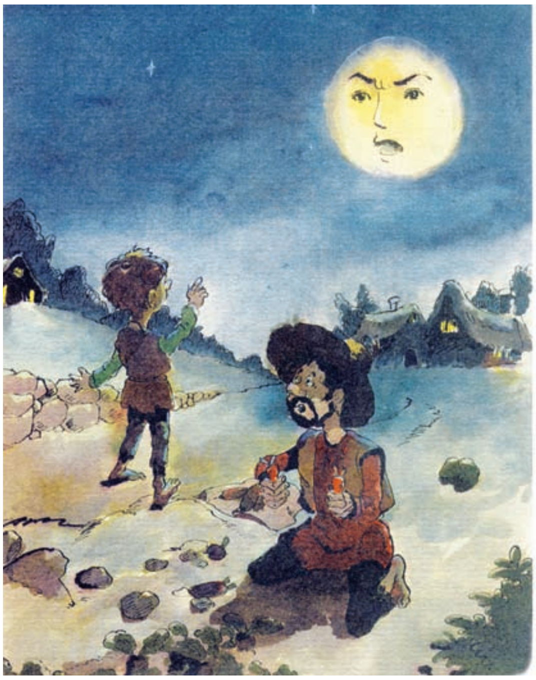
पाठोलाई दूध चुसाउँदा चुसाउँदै घाइते भएकी मृगले प्राण त्यागेको देखेपछि राजालाई आफ्नो कामप्रति साह्रै पछुतो भयो । उनले मृगको पाठोलाई उठाएर अंगाले । त्यसको लगत्तै उनले आफ्नो धनुलाई भाँचकुँच गरे र सबैले सुन्ने गरी दरो स्वरमा भने, "अब उप्रान्त म शिकार खेल्दिनँ । अनि आफ्नो कामको प्रायश्चित गर्न म यस पाठोलाई आफैँ हुर्काउँछु !"

राजाले त्यसपछि कहिल्यै शिकार खेलेनन् र त्यस जङ्गलको नाम नै 'मृगदावन' राखे ।

Pariyatti Book 1.pmd 38 3/28/2012, 9:48 AM

जूनले तिमीलाई हेर्दैछ

एकादेशमा एउटा गरीब परिवार बस्दथ्यो । उनीहरु गरीबीका कारणले राती भोक-भोकै सुत्थे । तिनीहरु कहिलेकाहीँ छिमेकीहरूका खेतमा जाने गर्थे र तरकारी चोरेर ल्याउँथे । अनि त्यही खाएर दिन गुजार्थे । त्यस्तो काम तिनीहरूले राती राती गर्ने गर्थे ।



एक पल्ट परिवारको मूली मान्छे बुबा आफ्नो सानो छोरालाई लिएर घरबाट निस्के । रात छिप्पिसकेको थियो तर पनि जून लागेकोले अँध्यारो भने थिएन । खेतमा गाजर रोपिएको थियो । छोरालाई अलि पर उभ्याउँदै बुबाले भने,-"बाबु, कोही आएको देख्यौ भने संकेत दिइहाल्नू, बुझ्यौ ?" यति भनेर बुबाचाहिँ खेतमा पसेर गाजर उखेल्न थाले । बुबाचाहिँले चार पाँचवटा गाजर के उखेलेका मात्र थिए सानो छोरोले सचेत पार्दै भन्यो, "बुबा, हामीलाई कसैले हेर्दैछ !"

डरले आत्तिएर बुबाले यताउति हेरे र कसैलाई नदेखेपछि छोरोसँग मधुरो स्वरमा सोधे, "खै, कता ? को आइरहेछ ?"

छोरोले आकाशतिर औंल्याउँदै भन्यो, "उता माथि हेर्नुस् त बा, चन्द्रमाले हामीलाई हेर्दैछ ।"

छोरोको कुराले बुबा झस्किए र भित्र भित्रबाट लज्जित पनि भए । उनले हातमा लिएका गाजर खेतमै फाले र कहिल्यै कसैको केही पनि नचोर्ने प्रण गर्दै छोरालाई बोकेर घर फर्के ।

Pariyatti Book 1.pmd 39 3/28/2012, 9:48 AM

भगवान् बुद्ध र राहुल

राहुल भगवान् बुद्धका एक मात्र छोरा थिए । उनी श्रामणेर भएका थिए । संघमा उनी सबभन्दा सानो भएकाले सबैले उनीलाई माया गर्थे । राहुल आफै पनि साह्रै आज्ञाकारी थिए ।

एक दिन भगवान् बुद्धले बोलाएर राहुललाई यसो भन्नुभयो –"राहुल, गोडा धुन मलाई एक भाँडो पानी ल्याइदिनु त ।"

राहुलले पानी ल्याएर बुद्धको गोडा धोइदिनुभयो । त्यसपछि भगवान् बुद्धले राहुलसँग प्रश्न गर्नुभयो – "राहुल, अब यो पानी पिउनु हुन्छ त ?"

राहुलले तुरुन्तै उत्तर दिए – "अहँ, यो त फोहर पानी हो, अब यो पिउन हुँदैन ।"

त्यसपछि भगवान् बुद्धले भन्नुभयो – "हो, यो पानी फोहर छ । त्यसैले यो पानी कसैले पनि पिउने छैनन् । त्यसरी नै झूटो कुरा फोहर हो र झूटो बोल्नेलाई कसैले पनि मन पराउने छैनन् ।

असल मृगको कुशल अभिनय

यो सिकारू मृगको कथा हो । सिकारू मृगहरूमध्ये एउटा मृग आफ्नो कक्षामा कहिल्यै नराम्रो थिएन । ऊ होशियार थियो । ऊ गुरूहरूबाट पाठ सिकिसकेपछि गुरूहरूप्रति कृतज्ञता प्रकट गर्ने गर्थ्यो ।

एक दिन कसो कसो ऊ शिकारीको जालमा फँस्यो । उसका अरु साथीहरु उम्केर भागे । तिनीहरूले जालमा परेको मृगकी आमालाई उनको छोरो जालमा परेको कुरा सुनाए । यो कुरा सुनेर आमा मृग पिरोलिइन्, उनले बिलौना गरिन् ।

गुरू मृगले जालमा फँसेको मृगकी आमालाई सम्भाए, "तपाईंले पीर लिनु पर्दैन, धन्दा नलिनुस् । तपाईंको छोरो जसरी पनि उम्केर आउनेछ ।"

साँच्चै त्यसबेला जालमा परेको मृगले अलिकति पनि नआत्तिइकन कसरी फुत्किने हुँला भनी उपाय खोजिरहेको थियो । उसले गुरूहरूबाट सिकाइएका सबै

शिक्षाहरु सम्झन थाल्यो । अन्त्यमा उसले उपाय फेला पार्‍यो र न्याल चुहाउँदै, जिब्रो निकालिकन सास रोकेर आफू मरेकोजस्तो गरी जालभित्र पल्टिरह्यो ।

मृगको त्यो अवस्था देखेपछि शिकारीले मृग मरिसकेको ठहर्‍याएर त्यसलाई पकाएर खान भनी चूलोको जोरजाम गरिकन मृगलाई जालोबाट झिके । मौका मिल्ने बित्तिक्कै मृग बुर्लुक्क उफ्रेर त्यहाँबाट कुलेलम हुँदै आफ्नो बासस्थानमा पुग्यो । छोरो सकुशल फर्केकोमा आमा मृग अत्यन्त खुसी भई । त्यसपछि ऊ भलाकुशारी गर्न साथीहरु भेट्न गयो ।

Pariyatti Book 1.pmd 42 3/28/2012, 9:48 AM

अन्धो र अपांग

एक जना अन्धो र अर्को अपाङ्ग एउटै घरमा बस्दै आएका थिए । त्यो दिन दुवै जना घरमै थिए । अचानक घरमा आगलागी भयो । घर हवाह्वार्ती बल्न थाल्यो । दुवै जना आत्तिए । अन्धोले कहाँ कसरी आगो दन्किरहेको थियो, देख्ने कुरै भएन । र जोगिने कसरी थाहा नपाएर ऊ आत्तिएको थियो । त्यसरी नै अपाङ्गचाहिँले आगो लागेको त देखिरहेको थियो तर देखेर मात्र के गर्ने आफू उठ्न समेत नसक्ने भएकाले आत्तिँदै कराइरहेको थियो ।

यसरी दुवै जना "गुहार !" "गुहार !" भनेर कराइरहेका थिए । आखिरमा तिनीहरूले परस्परमा सहयोग गर्ने निधो गरे । समय खेर नफालेर, हिँड्न सक्ने तर देख्न नसक्ने अन्धोले हिँड्न नसक्ने अपाङ्गलाई बोकेर लाने र हिँड्न नसक्ने तर सबै कुरा देख्ने अपाङ्गले अन्धोको काँधमा बसेर उम्किने बाटो देखाउने काम गर्ने निधो गरे । यसरी दुवै जनाले आ-आफ्नो क्षमताअनुसार राम्ररी काम गर्ने मिलेमतो गरेर आपसी सहयोगको नीतिअनुसार चलेर आ-आफ्नो ज्यान जोगाए ।

Pariyatti Book 1.pmd 43 3/28/2012, 9:48 AM

माछा पाल्नेहरू

एक दिन गुरू र शिष्य शहर बजारतिर डुल्न गएका थिए । त्यसबेला उनीहरू माछा बजारनेर पुगेका थिए ।

गुरूले भने - "लौ, माछा सुकाएर राखेका ती डोरीलाई एक पल्ट छोएर सुँघिहेर त ।"

शिष्यले गुरूको आदेशानुसार डोरी छोएर सुँघी हेरेर भने - "अहो ! यो त साह्रै दुर्गन्धित छ !"

त्यसपछि गुरूले भने - "यस्तै हो, जस्तो संगत उस्तै फल ! नराम्रा साथीहरूको संगतमा पर्यौं भने आफू पनि नराम्रो नै हुनेछौं ।"

Pariyatti Book 1.pmd 44 3/28/2012, 9:48 AM

अर्को दिन उनीहरु मसला बेच्ने पसलनेर पुगेका थिए । पसलतिर देखाएर गुरूले भने – "आज त्यो पसलमा बेच्न राखिएका मसला छोएर सुँघिहेर त ।"

शिष्यले गुरूको आदेशानुसार गरेर भने – "गुरू ! अहिले मेरा यी सबै औंला सुगन्धित भएका छन् !"

त्यसपछि गुरूले भने, "यस्तै हो, सुगन्धयुक्त मसला छुँदा हाम्रा हात सुगन्धित भए जस्तै राम्रा साथीसितको संगत पाए हामी पनि राम्रै हुन्छौं । जस्तो संगत उस्तै फल !"

Pariyatti Book 1.pmd 45 3/28/2012, 9:48 AM

स्याल र अरू साथीहरू

स्यालकी श्रीमतीले एक दिन आफ्नो श्रीमान्लाई भनी – "सधैँभरि यस्तै यस्तै मात्र के खानू, माछाको कुनै परिकार खान पाए पो !"

त्यसपछि स्याल नजिकैको माछा पोखरीतिर गयो । उसले त्यहाँ अरू दुई जना स्याल देखे । तिनीहरू आफूले समातेको ठूलो माछा आफ्नो अगाडि राखेर भाग लाउने कुरामा वादविवाद गरिरहेका थिए । दुवै जना आफूलाई ठूलो र राम्रो भाग खोज्दै थिए । माछाको खोजीमा त्यहाँ पुगेको स्यालले बिस्तारै भन्यो – "तपाईंहरू माछा भाग लाउँदै हुनुहुन्छ क्यारे ! किन ? के भयो ? दुवैलाई चित्त बुझ्ने गरी भाग लाउने काम त म गर्न सक्छु नि, म भाग लाइदिउँ कि, कसो ?"

एक अर्कामा विश्वास गर्न नसकेका तिनीहरू दुवैले तुरुन्तै भने – "हुन्छ, हुन्छ, हामी यही कुरा घण्टौंदेखि गरिरहेकाछौं र हामीले कुरा मिलाउन नै सकेनौं !

Pariyatti Book 1.pmd 46 3/28/2012, 9:48 AM

त्यसपछि त्यस स्यालले भने – "लौ, मैले भाग लाउँदा तपाईहरू कराउन पाउनुहुन्न नि, हेर्नुस् है !" यति भन्दै स्यालले माछालाई तीन भाग लायो र एउटालाई टाउको र अर्कोलाई पुच्छर दिएर बीचको ठूलो भाग आफूले गुटमुट्यायो र हेर्दाहेर्दै त्यहाँबाट अलप पनि भयो । दुवै जना अक्क न बक्कका भएर उभिइरहे ।

Pariyatti Book 1.pmd 47 3/28/2012, 9:48 AM

पञ्चशीलको भित्तो भत्काउने गृहस्थ

कुनै सहरमा एक जना गृहस्थ थियो, ऊ पञ्चशीलको पालना गर्ने गर्थ्यो । सुरुमा ऊ पञ्चशीलबारे बरोबर यसो भन्ने गर्थ्यो, "पञ्चशील भनेको साह्रै महत्वपूर्ण कुरो हो, यसलाई कडाइका साथ पालना गर्नुपर्छ ।"

समय बित्दै गएपछि उसको विचारमा फेरबदलका लक्षणहरू देखापरे । त्यसो भनेको पञ्चशीलको पालना गर्नुभन्दा अघि उसमा रहेका बानीबेहोरले उनीमाथि फेरि प्रभाव पार्न खोजे । फलस्वरूप उसलाई पञ्चशीलअनुसार चल्न गाह्रो-गाह्रो हुन थाल्यो । त्यसैले उसले यसरी सोच्यो, "पञ्चशीलका पाँचै शीलको उत्तिकै पालना गर्नुपर्छ भन्ने के छ र यी शीलमध्ये पाँचौं अर्थात् लागू पदार्थको सेवन नगर्ने शील अरू हेरी त्यति महत्वपूर्ण देखिँदैन जस्तो छ ।" यो कुरा मनमा लिनेबित्तिकै उसको मनमा अलिकति रक्सी खाएर कसको के बिग्रिन्छ र भन्ने लाग्न थाल्यो । नभन्दै बजारमा गएर उसले अलिकति रक्सी किनेर ल्यायो र अलिअलि पिउने गर्न थाल्यो । लागू पदार्थको सेवनको सुरूवातले अलि अलि गर्दै धेरैतिर स्वतः लान्छ, अनि त त्यो गृहस्थ रक्सीको लतमा लट्ठिएर बस्न थाल्यो ।

एउटा शीलबाट च्यूत भएको उसले रक्सी खाएर मात्तिएको बेला छिमेकीको कुखुरा आफ्नो घरभित्र पसेको देख्यो । कुखुरा के देख्नु उसको मनमा कुखुरा समातेर त्यसलाई रक्सीलाई मिल्ने परिकार बनाउन पाए भन्ने कुरा खेलिहाल्यो र उत्निखेरै तिनलाई समातेर आफ्नो इच्छा पूरा पनि गरिछाड्यो । यसरी ऊ प्राणी हिंसा नगर्ने पहिलो शीलबाट समेत च्यूत हुन पुग्यो । त्यति मात्र कहाँ हो र एक छिनपछि हराएको कुखुरा खोज्दै कुखुराको मालिक उसकहाँ आइपुग्यो । उसले सोध्यो, "हेर्नोस्, मेरो कुखुरा हरायो । कतै त्यो तपाईंकहाँ आएको छ कि ?" उसले तुरुन्तै जबाफ दियो, "तिम्रो कुखुरा मकहाँ किन आउँछ ? मसँग सोध्न म तपाईंको को हुँ ? म तिम्रो कुखुरा हेर्ने पाले हुँ र ? मैले कुनै कुखुरा-सुखुरा देख्या छैन जानुस् ।" यस्तो झूटो जबाफ दिएर ऊ चौथो शीलबाट पनि च्यूत भयो । एकपछि अर्को गर्दै शीलबाट च्यूत भएको ऊ परस्त्रीसितको व्यभिचार गर्नेजस्ता कुकर्ममा समेत फँस्न पुग्यो । यसरी ऊ सबका सब शीलबाट च्यूत हुन पुग्यो । ऊ घरको भित्तोको एउटा ईंटा झिकेपछि अरू इंटा पनि बिस्तारै खस्दै गर्ल्यामगुर्लम भत्केको घरजस्तै भयो ।

Pariyatti Book 1.pmd 48 3/28/2012, 9:48 AM

सरसफाई गर्ने आइमाई

सरसफाइको काम गर्ने आइमाई आफ्नो काम मेहनतसाथ गर्थिन् । फोहर टिप्ने, सोहर्ने र फाल्ने काम गर्नुपर्ने भएकाले उनको लुगामा फोहर लागेको हुन्थ्यो

र गनाउँथ्यो । फोहर भएको र गनाएकै कारणले मानिसहरू उनको नजिकमा पर्दैनथे र उनीसित कुराकानी समेत गर्दैनथे । भगवान् बुद्धले भने नजिकै बसेर उनीसित कुरा गर्नुभयो । यो देखेर मानिसहरू छक्क परे । उनीहरूले बुद्धसित सोधे, "तपाईं हामीलाई फोहरी नहुन र सफा रहन उपदेश दिनुहुन्छ तर तपाईं

Pariyatti Book 1.pmd 49 3/28/2012, 9:48 AM

आफैले त्यो फोहरी महिलासित नजिकै बसेर उनीसित कुरा गर्नुभयो । त्यसो किन गर्नुभएको ?"

भगवान् बुद्धले ती मानिसहरूलाई सम्झाउनुभयो– "हो, मैले फोहरी नहुन र सफा हुन सल्लाह दिने गर्छु । अर्को कुरा त्यो आइमाईको लुगामा फोहर लागेको छ त्यसैले उनको लुगा गनाउँछ, तर उनको मन धेरै सफा छ । उनको स्वभाव

नरम छ र उनी आफ्नो काम दिलोज्यानले गर्छिन् । त्यसैले उनको मनमा अलिकति पनि धूलो छैन, अत्यन्त सफा छ । सफा लुगा लगाउँदैमा फोहरी नहुने होइन । वास्तवमा जसको मन राम्रा कुराले भरिएको छ र सफा छ त्यो नै सबभन्दा सफा मानिस हुन् ।"

Pariyatti Book 1.pmd 50 3/28/2012, 9:48 AM

अभ्यास १

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

१. वाणले घाइते भइसकेपछि पनि मृग जोडतोडले भागेर किन गएका थिए ?

२. राजाले के नराम्रो काम गरेका थिए र त्यसको प्रायश्चित उनले कसरी गरे ?

३. गरिब परिवारको मूली मान्छेले किन चोरी गर्न जान्थ्यो ? उसले के चोर्दथ्यो ?

४. भगवान बुद्धले राहुललाई फोहोर पानीको तुलना गरी के सम्झाउनुभएको थियो ?

५. कुशल विद्यार्थी मृगको कथाबाट तपाईले आफ्नो विद्यार्थी जीवनमा उपयोग हुने के कुरा सिक्नुभयो ?

६. सहयोग गर्ने र मिलेर काम गरेमा जुनसुकै समस्या पनि हल गर्न सकिन्छ । आपत् परेको बेला अन्धो र अपागंले एक अर्कालाई कसरी मद्दत गरे ?

७. जस्तो संगत उस्तै फल । यस कथनलाई आफूले पढेको कथाको आधारमा स्पष्ट गर्नुहोस् ।

८. एक आपसमा मिल्ने बानी भएन भने अरूले नै फाइदा उठाउँछ भन्ने कुरालाई आफूले पढेको कुनै एउटा कथाको आधारमा लेख्नुहोस् ।

९. सरसफाइ शरीर बाहिर र भित्र दुवै ठाउँमा गर्नुपर्छ । यी दुई मध्ये कुन बढी महत्वपूर्ण छ ? किन ?

२. मिल्ने उत्तरमा गोलो चिन्ह लगाउनुहोस् ।

१. मृगदावनको अर्थ .... होइन ।

मृगहरू खेल्ने ठाउँ

मृगहरूलाई भय नभएको ठाउँ

मृगहरू सिकार गर्ने ठाउँ

२. गाजर चोर्न गएका गरिब मान्छे र उनका छोरालाई कसले हेर्दै थियो ?

सूर्य चन्द्रमा खेतका मालिक

Pariyatti Book 1.pmd 51 3/28/2012, 9:48 AM

३. माछा सुकाएर राखेका डोरी छोएर हेर्दा शिष्यलाई कस्तो बासना आयो ?

मसलाको बास आयो

दुर्गन्ध आयो

माछा पकाएको बास आयो

४. माछा भाग लगाउने कुरामा विवाद हुँदा बाठो स्यालले आफूलाई कुन भाग लग्यो ?

टाउको पुच्छर बीचको भाग

५. पञ्चशील विगार्ने ब्यक्तिले पहिलो कुन शीलबाट च्यूत भयो ?

हिंसा गरेर

ब्यभिचार गरेर

मादक पदार्थ सेवन गरेर

६. सरसफाइ गर्ने आइमाइलाई अरूले मनपराउँदैनथे किनभने -

उनी निकै मिहेनत गर्थे

उनको लुगामा फोहोर लागेको थियो

उनी सफाइ गर्ने काम गर्थे

Pariyatti Book 1.pmd 52 3/28/2012, 9:48 AM

ध्यानको परिचय

ध्यान भनेको के हो ?

भगवान् बुद्धको उपदेशानुसार ध्यानमा बस्नु भनेको आफ्नो मनलाई शुद्ध तथा परिशुद्ध पार्ने काम हो । ध्यानमा बस्नाले मन नियन्त्रित हुन्छ र यसले मनलाई एकाग्र बनाउँछ । मनमा आउने लोभ, रिस, घृणा, ईर्ष्याजस्ता थरी-थरीका विकारहरूलाई पन्छाएर शुद्ध पार्ने विधि नै ध्यान हो ।

Pariyatti Book 1.pmd 53 3/28/2012, 9:48 AM

ध्यान कसरी बस्ने ?

ध्यान बस्ने ठाउँ शान्तमय हुनुपर्छ । ध्यानमा बस्दा आफूलाई जसरी सजिलो हुन्छ त्यसरी पलेटी कसेर बस्नुपर्छ । ढाड अर्थात् मेरूदण्ड सोभ्को सीधा पारेर आँखा बन्द गरेर बस्नुपर्छ । त्यसपछि स्वास भित्र आएको र बाहिर गएको अर्थात् स्वास-क्रियामा ध्यान दिनुपर्छ । छिन छिनमा ध्यानमा बसेका मानिसको मन अन्यत्र लाग्न सक्छ त्यसो भयो भने फेरि फेरि स्वास प्रश्वास क्रियामै ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ । यसरी पटक पटक प्रयास गरेपछि स्वास प्रश्वास क्रियामा एकाग्र हुन थाल्छ । ध्यान गर्ने यस क्रियाले ध्यानमा बस्ने मानिसको मन निर्मल, पवित्र र शुद्ध हुनेछ ।

किन ध्यान बस्नुपर्छ ?

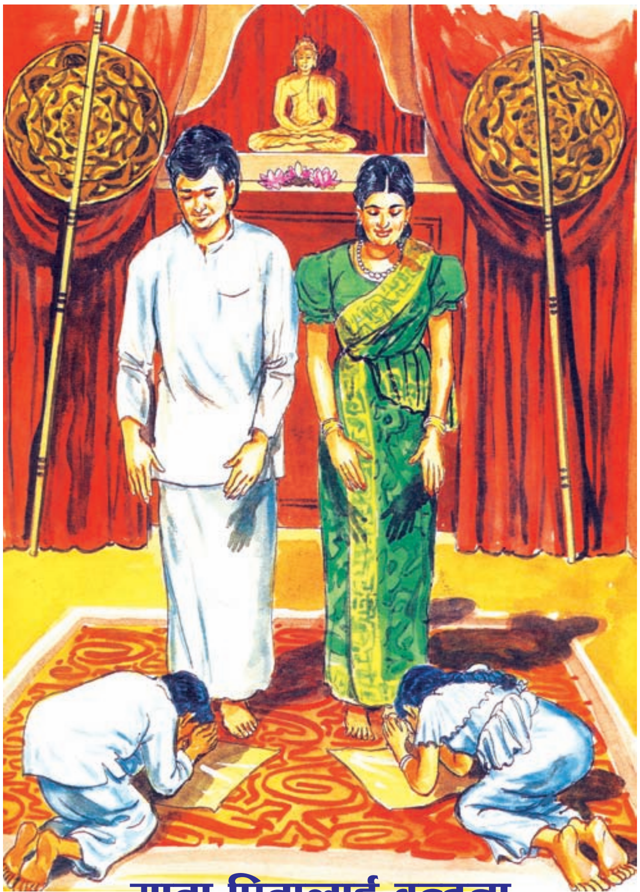
मानिसको मन नै प्रमुख हो । मानिसले राम्रो वा नराम्रो जुनसुकै काम गरे पनि सबभन्दा पहिले त्यो काम मनबाट नै शुरू हुन्छ । त्यसैले मनलाई शुद्ध तथा परिशुद्ध राख्नु अत्यन्त जरूरी छ । यो काम ध्यानमा बस्नाले सम्भव हुन्छ । ध्यानमा बस्नाले स्मरण शक्ति पनि दृढ हुँदै आउँछ । ध्यानले हामी विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो पढाइमा र विविधकार्यमा एकाग्र हुन मद्दत गर्छ । ध्यान बस्नाले हाम्रा सबै काम व्यवस्थित, प्रभावकारी हुन थाल्छन् र हामी सफल हुन्छौं ।

अभ्यास १

१. परियत्ति कक्षा शुरू भइसकेपछि सबै जनालाई सामूहिक रूपमा कम्तिमा ५ मिनेट ध्यान बस्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई दैनिक रूपमा ध्यान बस्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

Pariyatti Book 1.pmd 54 3/28/2012, 9:48 AM

वन्दना



माता पितालाई वन्दना

माता पितालाई हामी सधैं वन्दना गर्छौं ।
माता पितालाई हामी सधैं वन्दना गर्छौं ।

माता पिताका कुरा हामी सधैं मान्छौं ।
माता पिताका कुरा हामी सधैं मान्छौं ।

माता पिताको हामी सधैं सेवा गर्छौं ।
माता पिताको हामी सधैं सेवा गर्छौं ।

Pariyatti Book 1.pmd 55 3/28/2012, 9:48 AM

नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाको संक्षिप्त इतिहास

हाम्रो देशमा बुद्ध-धर्म सम्बन्धी अध्ययन र अध्यापन गर्ने कार्य अत्यन्त आवश्यक भएकोले यसलाई सुहाउँदो समय र परिस्थितिलाई हेरेर त्रिशूली सुगत बौद्ध मण्डलका सचिव धर्मरत्न शाक्यको सुझाव अनुसार श्रद्धेय भिक्षु बुद्धघोष महास्थविर त्रिशुली सुगतपुर विहारमा पाल्नुभएको बेलामा वि.सं. २०१९ मा बुद्ध-धर्मको अध्ययन र अध्यापन कार्यको शुभारम्भ गर्नुभयो । जुन परीषा क्रममा १ कक्षादेखि ५ कक्षासम्म परीक्षार्थीहरु उत्तीर्ण पनि भयो । त्यसपछि भिक्षु बुद्धघोष महास्थविर र धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली' ले "अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ" मा प्रस्ताव पेश गरे अनुसार ५ बैशाख २०२० मा नवौं बैठकले परिवर्तित र परिवर्द्धित गरी त्यस शिक्षाकार्य अधिराज्यभरी संचालन गर्ने गरी स्वीकार गरी यस शिक्षाको अध्ययन-अध्यापनको क्रमलाई "नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा" नामाकरण गर्ने निर्णय भयो । त्यसै बैठकको निर्णय अनुसार यस शुभकार्यको शुभारम्भ "अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ" का अध्यक्ष पूज्य प्रज्ञानन्द महास्थविरको ६४ औं जन्मदिनमा उद्घाटन भयो ।

"अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ" को निर्णय अनुसार बु.सं. २५०७ को बुद्ध-जयन्तीको शुभदिनमा परीक्षा केन्द्र निर्णय भएको ठाउँमा नेपाल अधिराज्य भरी ठिक ८:४५ बजे बिहान "नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा" को अध्ययन र अध्यापन कार्य प्रारम्भ भयो । यस सन्देश रेडियो नेपालबाट पनि त्यसै समयमा प्रसारण गरिदियो ।

ने.सं. १००८, दिल्लागा ११ (बि.सं. २०२०, आषाढ १८ गते) को दिनमा अ.ने.भि.महासंघको बैठकको निर्णय अनुसार बौद्ध परियत्ति शिक्षाको पहिलो परीक्षामा कक्षा १ देखि कक्षा ५ सम्मको व्यवस्था गर्ने सम्पूर्ण कार्यभार श्रामणेर सुदर्शनलाई सुम्पियो । त्यस्तै महासंघको मैत्रीले विभिन्न परीक्षा केन्द्रमा परीक्षा नियन्त्रकहरु नियुक्त गरियो । पहिलो परीक्षा बि.सं. २०२० आश्विन २८ गते (अक्टोबर १४, १९६३) देखि भयो । पहिलोदेखि छैठौं परीक्षामा आशातीत सफलता र बुद्ध-धर्मको अध्ययन-अध्यापनको उत्साहबर्द्धक वातावरणको फलस्वरुप अ.ने.भि. महासंघबाट २३ फागुन २०२० को बैठकमा सातौं परीक्षालाई उपाधि परीक्षा गर्ने निर्णय भयो । शुरुमा सद्धम्म पालकसम्म अध्यापन गरिने ने.बौ.प.शिक्षामा सो तह उत्तीर्ण गरेका विद्यार्थी भएपछि अझ उच्च शिक्षा दिन सद्धम्मपालक उत्तीर्ण धर्मरत्न शाक्य र अ.सुशीला प्रमुख सबै बिद्यार्थीहरुको आग्रह बमोजिम परियत्ति सद्धम्म कोविदसम्मको पाठ्यक्रम तयार गरी उच्चशिक्षा प्रारम्भ गरियो । त्यसपछि यस शिक्षालाई परिस्थिति र वातावरण सुहाउँदो ढंगले समय समयमा विभिन्न प्रकारले परिवर्तन र परिवर्द्धन गर्ने क्रममा विभिन्न नीति नियमहरु निर्धारण गर्ने र समिति उपसमिति गठन गर्नेदेखि लिएर शिक्षण व्यवस्थापन सुदृढिकरण गर्दै व्यवस्थित रुपले कामकुरा अगाडि बढ्दै गयो । शुरुमा प्रारम्भिक प्रथमवर्ष देखि प्रवेश द्वितीयवर्षसम्म मात्र व्यवस्था भइराखेको यस शिक्षा आज आएर अन्तिम उपाधि परीक्षाको रुपमा "परियत्ति सद्धम्म कोविद उपाधि परीक्षा" सम्म संचालन हुँदै आइराखेको छ ।

सन्दर्भ सामग्री

परियत्ति शिक्षा भाग - १ (**बु.सं. २५३४ देखि स्वीकृत पाठ्यपुस्तक, ने.बौ.प.शि.**)

Buddhism Key Stage 1 (Published by Buddhist Education Foundation, UK)

Buddhism for young students (WAT Dhammaram Sunday School, USA)

बुद्ध जीवनी चित्रावली (**विपस्सना विशोधन विन्यास, इगतपुरी, भारत**)

Mahamangal Sutta, The Highest Blessing (Singapore Buddhist Meditation Centre)

Parents & Children, Key to Happiness (Singapore Buddhist Meditation Centre)

Pariyatti Book 1.pmd 56 3/28/2012, 9:48 AM