# बुद्धको चमत्कार

**भिक्षु अश्वघोष**
अग्गमहासद्धम्मजोतिकधज

Downloaded from http://dhamma.digital

Downloaded from http://dhamma.digital

# बुद्धको चमत्कार

लेखक :

भिक्षु अश्वघोष
अग्गमहासद्धम्मजोतिकधज

Downloaded from http://dhamma.digital

**प्रकाशक :**

भिक्षु अश्वघोष

श्रीघ: विहार

न:घल टोल

काठमाडौं ।

बुद्ध सम्बत : २५५०

नेपाल सम्बत : ११२७

विक्रम सम्बत : २०६३

ईश्वी सम्बत : २००७

१००० प्रति

*मुद्रक :*

**न्यू नेपाल प्रेस**

*प्रधान कार्यालय :*

नक्साल, नागपोखरी, काठमाडौं

फोन : ४४३४८५०, ४४३४७५३

फ्याक्स : (९७७-१) ४४३३९२९

*व्यापारिक कार्यालय :*

शुक्रपथ, न्यूरोड, काठमाडौं

फोन : ४२५९०३२, ४२५९४५०

फ्याक्स : (९७७-१) ४२५८६७८

Dhamma.Digital

Downloaded from http://dhamma.digital

# मेरो आफ्नो कुरा

प्रस्तुत पुस्तक बनेपाबाट प्रकाशिँत हुने साप्ताहिक काभ्रे टाइम्समा छापिसकेको र विभिन्न स्मारिकामा प्रकाशित लेखहरूको संग्रह हो। यो भन्दा पहिले छापिसकेको पुस्तकमा भएको **"बुढी आमाको धर्म चेतना"** र **"नौलो जन्मोत्सव"** दुइवटा लेख जानाजानी यसमा समावेश गरी दिएँ।

प्रस्तुत पुस्तकको नाम **"बुद्धको चमत्कार"** राखिदिएँ। बुद्धको चमत्कार भन्नाले आकाशबाट उडेर देवलोक जानु भएको कुरा होइन। बुद्ध पहिले आफू बोध भएपछि मात्र अरुलाई बोध गराउनु हुन्छ। आफू शान्त भएपछि मात्र अरुलाई शान्त हुनुपर्ने उपदेश दिनुहुन्छ। आफू शुद्ध त्यागी बन्नुभएपछि मात्र अरुलाई त्यागी हुनुपर्ने भन्नुहुन्छ। बुद्ध यथावादी तथाकारी अर्थात् जसरी बोल्नु हुन्छ, त्यसरी नै काम गर्नु हुन्छ। आफ्नो असल चरित्र र असल व्यवहारले खराब चरित्र र आक्रोशक व्यक्तिहरूलाई बोध गराउनु हुन्छ। यही नै बुद्धको ठूलो र सही चमत्कार ठान्दछु। हामी चाहिं जसरी बोल्छौं त्यसरी व्यवहारमा न उतारी बुद्धि विलासिता र विद्वता देखाउन कोशिश गर्छौं। बुद्ध भन्नु हुन्छ गुरु बन्नु भन्दा पहिले चेला बन्नु पर्छ। मालिक बन्नु भन्दा पहिले सेवक बन्नु जाति छ। अनि पछि असल मानिस बन्न सक्ने छ। अरु किताब पढेर नै बुझ्नु होला।

दान आएको पैसाको सदुपयोग होस् भन्ने कामनाले यस पुस्तक आफैले प्रकाशित गरें। दान दिने दाताहरूलाई पनि पुण्यलागोस् भन्ने कामना गर्दछु।

मेरो केही लेख नेवार भाषामा टेप गरेको थिएँ। त्यही टेप मेरै चेला भिक्षु संघरक्षितलाई दिइकन नेपालीमा अनुवाद गर्न लगाएँ। उहाँले टाइप पनि गरेर सहयोग गर्नु भएकोले उहाँलाई धन्यवाद छ। प्रस्तुत पुस्तकमा व्याकरण अशुद्धि हुन सक्छ। यतातिर ध्यान न दिनुहुन अनुरोध छ। पुस्तक ठीक समयमा राम्रोसंग छापिदिनु भएकोले न्यू नेपाल प्रेसलाई पनि धन्यवाद छ।

**अश्वघोष**

श्रीघ:विहार

९ माघ २०६३ श्री पञ्चमी

Downloaded from http://dhamma.digital

## विषय-सूची


| क्र.सं. विषय | पाना नं. |
|---|---|
| (क) मेरो आफ्नो कुरा | |
| १. मनुष्य जीवनको सार्थकताका ....... | १ |
| २. अहंकारले मानिस तल झर्छ | १० |
| ३. धर्म गरेर पनि किन शान्ति मिल्दैन ? | १३ |
| ४. बुद्धको चमत्कार | १५ |
| ५. बौद्ध पूजा | १९ |
| ६. बुद्धप्रति मानिसको श्रद्धाको कारण | २१ |
| ७. लोभ र निर्वाण | २४ |
| ८. बुद्ध उत्तम मनुष्य र मार्गप्रदर्शक हुनुहुन्छ | २८ |
| ९. बूढीआमाको धर्मचेतना | ३३ |
| १०. विश्वासपात्र बन्न सक्नुपर्छ | ३५ |
| ११. बुद्ध र स्वास्थ्य | ३८ |
| १२. नौलो जन्मोत्सव | ४१ |
| १३. मैत्री भावना | ४५ |
| १४. आमाको गुण | ४७ |
| १५. विघ्नबाधा हटेर जाने सूत्र | ४९ |


Downloaded from http://dhamma.digital

# मनुष्य जीवनको सार्थकताका लागि धर्मको भूमिका र महत्व

यो विषय राम्रो हो तर अति गम्भीर पनि हो । मनुष्य जीवनको सार्थकताको लागि धर्मको भूमिका वास्तवमै महत्वपूर्ण छ । मनुष्य जीवन राम्रो पार्न र सार्थक बनाउन धर्म नभई हुँदैन । धर्म भन्नाले कस्तो धर्म हो त ?

कहीं देवताकहाँ गएर धूप पुष्प लिएर पूजा गर्नेलाई धर्म भनिन्छ कि ? त्यति मात्र गरेर यो जीवन सार्थक हुँदैन । मानिसको बानि व्यवहार सबै राम्रो हुनुपर्छ । भगवान् बुद्धले भन्नुभएअनुसार पनि मानिसको जीवन राम्रो र सार्थक बनाउनको लागि केही अंगहरू सिद्ध हुनुपर्छ । ती हुन्–

१) खानेकुरा मिल्नुपर्छ । यसलाई पालि भाषामा आहार सप्पाय भनिन्छ ।

२) बस्ने ठाउं मिल्नुपर्छ । यसलाई विहरण सप्पाय भनिन्छ ।

३) राम्रो मानिसको वातावरण हुनुपर्छ । बस्ने ठाउंमा नराम्रो, झगडालु, कुरा नमिल्ने मानिसहरू पऱ्यो भने जीवनको सार्थकता हुन सक्दैन । त्यस्तै बस्ने ठाउंमा सरूवा रोग भएकाहरू भएमा पनि जीवन सार्थक हुँदैन ।

४) मौसम अनुसार लुगा लगाउन पाउनुपर्छ । जाडोमा बाक्लो न्यानो लुगा लगाउने र गर्मीमा पातलो लुगा लगाउनु पर्छ । यही नभएर नै हो, हालसालै सरकारले कम्मैया प्रथालाई हटाइदियो । ती कामदारहरू साहुको घरमा नबसी अलग्ग बस्नुपर्दा जाडोबाट बच्ने ठाउं भएन, लुगा भएन । उनीहरू फेरि फेरि उही मालिकहरूको शरणमा पर्न बाध्य भए । हामीले बरोबर सुनिरहेको कुरा हो, भारतमा जाडोले धेरै मानिसहरू मरिरहेका । हामी कहाँ पनि जाडोले दर्जन भन्दा बढी मरी सक्यो

५) विचारधारा पनि मिल्नुपर्छ । यो सबैभन्दा ठूलो समस्या हो । विचार धारा मिलेन भने जीवन सार्थकता हुँदैन, झैंझगडा र कलहमात्र भइरहन्छ । शान्ति हुँदैन ।



Downloaded from http://dhamma.digital

यी पाँच कुराहरू मनुष्य जीवन सार्थकताको लागि अति आवश्यक हुन्छ । यसका साथै मनुष्यहरूको व्यवहार पनि राम्रो हुनुपर्छ ।

एउटा परिवार छ । विहारमा गइरहेको, भिक्षुहरूको उपदेश सुनिरहेको । त्यसैले उनीहरूको व्यवहार र बानि अरूभन्दा फरक छ । उनीहरूले घरमा जहिले पनि भनिराख्छ, हामी बुद्धकहाँ गइरहेको, कथा सुनिरहेको । हाम्रो व्यवहार अलि भिन्न हुनुपर्छ । झगडा गरिरहनु हुँदैन । रिस उठे पनि होश राखेर दमन गर्नुपर्दछ ।

उनीहरूको एक छोरी थिइन् । तिनी तरूनी भइन् । विवाह गर्ने बेला भयो । विवाह चार दाजुभाइ भएको घरमा पऱ्यो । तसर्थ आमा बुबाले भने- हेर छोरी, तिम्रो विवाह हुन लागेको घरमा चार दाजुभाइ छन् । तिमीले प्रयत्न गर्नुपर्छ, कुनै झगडा हुन थाल्यो भने त्यसको कारण पत्ता लगाइ हटाउनुपर्छ । तिमीले दिलैदेखि काम गर्न सक्नुपर्छ, अल्छी नहुनू । तिमीले भइआएको झगडालाई हटाउन सक्यो भने हामी विहारमा गइरहेको सार्थक हुन्छ । तिमीले यो कुरा बिर्सनु हुँदैन ।

तिनीलाई विवाह गरेर पठाए । विवाह भएको एकाध महिनासम्म कुनै झगडा देखिएन । त्यसपछि बुहारी र सासु बीचमा झगडा देखिन थाल्यो । झगडाको मूल कारणनै आ–आफूले पूरा गर्नुपर्ने कर्त्तव्य नभएकोले हो । आफ्नो काम गर्ने बेलामा बुहारीहरू पनि माइतीमा गएर बस्न जान्थे । सासुले पनि भएको छोरीलाई केही काम नगराई बुहारीहरूलाई मात्र जोताइरहन्थे । यता विहारमा गइरहेकी बुहारीले दिदीहरू काम गरिरहेको ठाउँमा गएर भन्न जान्थिन्- म पनि यहाँ सहयोग गर्न सक्छु कि ? म पनि काम गरिदिन्छु ।

त्यसबेला दिदीले भन्थी- तिम्रो पालो पनि आउँछ बुहारी, तिमीले पनि यसरी नै भात पकाउनुपर्छ ।

तिनीले भनिन्- मेरो पालो आउने भएर नै म यहाँ सहयोग गरेर काम सिक्न चाहन्छु । यहाँकाहरू पिरो, अमिलो कस्तो खानुपर्ने हो थाहापाउनु पऱ्यो नि । त्यसैले मलाई पनि सिकाइदिनुस् न ।

तिनीले अरूहरूलाई पनि भनिन्- तपाईहरू माइती जानुपर्छ भने जानुभए पनि हुन्छ, सबै काम म गरिदिन्छु ।



Downloaded from http://dhamma.digital

अरू बुहारीहरूले भन्न थाले- ए, कस्तो बुहारी होला ? कसैले पनि त्यस्तो भन्दैनन् । सबै काम आउँदा सबै छाडेर माइती भाग्छन् । यो भने जानु परे जाऊ, काम सबै गरिदिन्छु पो भन्छ ।

सासुले पनि तिनीलाई भनिन्- हे बुहारी, तिमी जान्नी भएर किन सबैको काम गरिरहन्छौ ? उनीहरू अल्छी होलान् । सबै काम तिमीले मात्र गरिरहनु पर्ला । बढी जान्नी भएर काम गर्नु राम्रो होइन ।

सासुको कुरा सुनेर तिनीले भनिन्- आमा, म यहाँ आएको एक वर्ष हुनलाग्यो । पहिला यहाँ झगडा मात्र हुन्थ्यो । अब यहाँ झगडा त्यति हुँदैन । यो राम्रो हो कि नराम्रो ? यसरी सबैले आ-आफ्नो काम दिलैदेखि जानेर गरे भने कलह नै हुँदैनन् नि । त्यसैले नै म यो काम गरिरहेको छु ।

यो कुरा सुनेर सासुले विचार गरिन् र पछि सोधिन् - बुहारी, तिमीले यस्तो कुरा कहाँबाट थाहा पायौ ?

तिनीले भनिन्-हो, आमा, मेरो घरमा आमाबुबा बरोबर भगवान् बुद्धकहाँ र भन्तेहरू कहाँ जाने, उपदेश सुन्ने गर्नुहुन्छ । म पनि त्यसरी नै बुद्धकहाँ गएर उपदेश सुनिरहेकी हुं । फेरि मेरो विवाह हुने बेला पनि आमाबुबाले मलाई दिलैदेखि काम गर्न अल्छी नहुने र विहारमा गइरहेकोलाई इज्जत नजाने गरी व्यवहार गर्नु, झगडा भएका कारण जानेर हटाउन सक्नु भनी सिकाएर पठाउनुभएको थियो ।

सासु-ए, तिम्रा आमा बुबाले यस्तो सिकाएर पठाएको । अनि भन्तेहरू भनेको के हो त ?

बुहारी-भन्ते भनेको भिक्षुहरूलाई भनिन्छ, जो केटा हो । केटीहरूलाई भिक्षुणी भनिन्छ । उहाँहरूले यस्ता राम्रा उपदेशहरू दिनुहुन्छ ।

सासु- ए, भन्तेहरूले यस्तो कुरा सिकाउनु हुन्छ र ? यो त साह्रै राम्रो कुरा भयो नि । मैले त उनीहरूले केवल दान लिने उपदेश मात्र सुनाउँछ भन्ठानेको । म पनि अबदेखि छोरीलाई काम नगराई राख्दिनं, बरू चाहिने कामहरू सिकाइराख्छु ।

त्यसपछि सासुले आफ्नो छोरीलाई पनि तालिम दिइन् । कान्छी बुहारीको कारण त्यो घरमा झैंझगडा भएन । विहारमा गएर राम्रो कुरा



Downloaded from http://dhamma.digital

सिकिराखेको हुनाले ती बुहारीले घरमा शान्ति ल्याउन सकिन् । जीवनलाई सार्थक बनाउन सकिन् । (**"लक्ष्मी" पुस्तकको आधारमा**)

यहाँ विचार गर्नुपर्ने हो, मनुष्य जीवन सार्थकको लागि धर्मको भूमिका कस्तो हुन्छ भन्ने कुरा उक्त घटनाले पनि स्पष्ट पारिरहेको छ । केवल देवी देवताकहाँ गएर फूल आदि चढाउदैमा धर्म हुने होइन । यो कुरामा एकपल्ट ध्यान दिनुपर्छ जस्तो लाग्दछ ।

जीवन सार्थकताको लागि धर्मको भूमिका बारे स्पष्ट पार्नको लागि अर्को एउटा पनि बुद्धकालनि घटनालाई यहाँ उल्लेख गर्दछु ।

एकजना साहु थियो । ऊ जवान थियो । पैसा पनि धेरै थियो । राम्रो थियो । उसका साथीहरू पनि थिए । साथीहरू भने भगवान् बुद्धकहाँ गएर कथा सुन्न जानेहरू थिए । उनीहरूले कथा सुनेसरि ती मित्र साहुकहाँ गएर भन्न जान्थे- हे साथी, पैसा मात्र भएर पुग्दैन, ठूलो घरमात्र भएर पुग्दैन । भगवान् बुद्धकहाँ गएर कथा सुन्न गए मन बलियो हुन्छ । कहिले काहीं भगवान् बुद्धकहाँ गएर कथा सुन्न गए पनि हुन्छ, धेरै टाढा छैन ।

त्यसबेला त्यो साहुले भन्छ- मलाई त्यस्तो कुरा सुनाउन नआऊ । मलाई बुद्धको कुरा नसुनाऊ । बुद्धकहाँ गयो भने मोजमज्जा गर्नुहुँदैन, धेरै पैसा खर्च गर्नुहुँदैन भनेर सुनाउंछ । मलाई के चाहियो र ? मसंग धन छ, बल छ, तिमीहरू जस्ता साथीहरू छन् । मलाई धर्मको कुरा नसुनाऊ । मलाई धर्मप्रति रूचि छैन ।

धेरैपल्ट साथीहरूले कुरा सुनाए तर उसले पटक्कै मानेन ।

पछि त्यो साहु बिस्तारै बूढा भएर आयो । छोराहरूलाई पनि पैसा बाँडेर दियो । आफूले काम गर्न सकेन । व्यवहार पनि नराम्रो भएर आयो । छोरा बुहारीले बूढा भनेर हेप्न थाल्यो । उसलाई त कहिले यस्तो बूढो पनि हुनुपर्ला भनेर विचारै थिएन । अब बूढो हुंदा उसलाई मनमा शान्ति भएन । आफू थोरै समयको लागि बाच्ने हुंदा पनि अशान्ति भएकोले चिन्तित भयो । मर्ने बेलामा एकपल्ट राम्ररी खाएर मस्तले निदाउन पाए हुन्थ्यो जस्तो लाग्न थाल्यो ।

उसले विचार गर्न थाल्यो, अब कसरी शान्ति पाउने, कसरी सुख पाउने ? उसले युवा अवस्थामा साथीहरूले सुनाएको कुरा याद गर्‍यो,



Downloaded from http://dhamma.digital

बुद्धकहाँ गएर उपदेश सुन्न गयो भने जीवन सुखमय हुन्छ, आनन्दमय हुन्छ। ऊ विहारमा बुद्धकहाँ गएर उपदेश सुन्ने निश्चय गर्‍यो।

ऊ बिस्तारै घरबाट निस्क्यो। दायाँबायाँ हेर्‍यो कोही साथीहरू छन् कि भनेर। साथीहरूलाई विहार लानको लागि होइन कि उनीहरूले देखे भने आफूलाई गिजाउला कि भनेर हो। बाहिर कोही साथीहरू देखेन। ऊ सरासर विहारमा गयो। बुद्धलाई अभिवादन गरी एकछेउमा बस्यो।

बुद्ध - आज किन हो साहुजी अचानकै विहारमा आउनुभयो ?

बूढा - हो भगवान् शास्ता, म तपाईसमक्ष आफ्नो मनको कुरा सुनाउन आएको। सुनाउनु हुन्छ कि ?

बुद्ध - हुन्छ हुन्छ, सुनाऊ।

बूढा - भो भगवान् शास्ता, मसंग धेरै धन छ। तर अहिले शान्ति छैन। पहिला म जवान हुंदा कहिल्यै यस्तो बूढो हुंला भन्ने यादै भएन। अब यस्तो भयो। छोरा-बुहारीहरूले पनि हेप्न थाल्यो।

बुद्ध - अब के भन्नुहुन्छ त साहुजी ?

बूढा - भो भगवान्, म अब कति नै बाँचुला र ? आनन्दले निदाएर मिठो एकपल्ट खान पाउँने आशा गरेको छु। केही उपाय छ कि भनी सोध्न आएको।

बुद्ध - उपाय त छ। तपाईले पैसा बचाएर राखेको छ कि छैन ?

बूढा - छ भगवान् छ। मैले सबै पैसा छोराहरूलाई बाँडेर दिएको छैन।

बुद्ध - त्यसो भए त्यो धनको सदुपयोग गर्नुपर्‍यो। धर्ममा, टोलमा भएका गरीबहरूको उपकारमा प्रयोग गर्नुपर्‍यो। यस अलावा तपाईसंग केही बानीहरू छन् कि जो छोरा-बुहारीहरूलाई मन पर्दैन ?

बूढा - भगवान्, म अलि झोक्कि स्वभावको छु। आफूले भनेजस्तो काम भएन भने सार्‍है रिस उठ्छ।

बुद्ध - त्यस्तो हो भने त्यो स्वभाव त्याग्नुपर्‍यो। आफूले सकेको काम आफूले नै गर्नुपर्‍यो। जतातते फोहर गर्नु भएन। **उपनीयति**



Downloaded from http://dhamma.digital

**जितितमप्पमायु, जरूपनीतस्स नसन्तितताना, एतं भयं मरणे पेक्खमानो, पुञ्ञानि कयिराथ सुखावहानि।** यो जीवन भनेको एक दिन दुई दिन भन्दाभन्दै आयु घट्दै जान्छ। जसरी बिहान भयो, दिउँसो भयो, साँझ भयो, राती भयो, त्यसरी नै मानिसहरू जन्म भयो, बालक भयो, युवा भयो, बुढाबूढी भयो, सकियो। दिनका दिन आयु घट्दै गएको छ। यस्तो बेलामा आफ्नो अरू केही भरोसा छैन। अरूलाई कल्याण गर्न सकेमा, उपकार गर्न सकेमा, राम्रो गर्न सकेमा त्यही आफ्नो भरोसा हुन्छ। तसर्थ मानिसहरूले धर्मकर्म गर्नुपरेको हो। साहुजी, तपाईंले पनि धर्मकर्म गर्नुपर्‍यो। आफूमा भएको नराम्रो बानीलाई छोड्नुपर्‍यो।

बूढा - मैले यति गर्‍यो भने राम्रोसंग खाएर आनन्दले निदाएर मर्न पाउछु र ?

बुद्ध - अवश्य पाउंछ, यति गरेमा तिमीले इच्छाएको ती सबै पूरा हुन्छ।

बूढा - त्यसो भए, भो भगवान्, मैले तपाईको आज्ञालाई शिरोपर गरेर पालन गर्ने भएं।

ऊ सरासर घरमा गयो। छोराहरूले सोध्यो-कहाँ गएर आएको बुढा ?

बूढाले आफू बुद्धकहाँ गएर आएको भन्यो। होला बुढा, कहाँ गएर निन्दाचर्चा गफ गरेर आयौ होला, भन्दा पनि नरम भएर आफू बुद्धकहाँ गएर आएको भन्यो। अरू बेलामा भए तिमीहरूलाई किन चाहियो भनेर हप्काउने ती बूढाले आज नरिसाइकन जवाफ दियो। छोराहरूले बुढा विहारै गएर आएको होला भनी विचार गर्‍यो।

बुहारीहरूले पनि परीक्षा गर्ने विचार गर्‍यो। हिजोअस्ति भन्दा ढिलो मात्र बूढालाई खाना दियो। बूढाले केही नभनी मिठो मानेर मज्जाले खाएर गयो।

भोलिपल्ट बिहानै बुहारीहरू कोठा मिलाउन जाँदा पनि त्यो भन्दा अघि नै बुढा उठेर सबै सिरक पट्याएर, सफा गरी राख्यो। जतातती फोहर पनि गरेन। बुहारीहरू साह्रै खुशी भए। उनीहरूले भने- अब हाम्रा बुबा



Downloaded from http://dhamma.digital

पहिला जस्तो भएन। वास्तवमै राम्रा भइसक्यो। अब माने पनि भयो, मिठो ख्वाए पनि भयो।

उनीहरूले बूढालाई मान्न थाले, मिठो ख्वाउन थाले। भगवान् बुद्धको आशीर्वाद त्यो बूढालाई लाग्यो। यहाँ बुद्धको आशीर्वाद त्यसै पाएको होइन। बरू बुद्धको उपदेश अनुसार बूढाले व्यवहारमा पालन गरेको हुनाले आशीर्वाद लागेको हो। त्यो बुढालाई सान्है आनन्द लाग्यो। मिठो खाएर आनन्दले निदाउन पनि पायो। एकदिन सबै परिवारलाई लिएर ऊ बुद्धकहाँ गयो। बुद्धसामु पुगेर उसले भन्यो - यी मेरा छोरा बुहारीहरू। पहिला मलाई सान्है हेप्ने तर अहिले सान्है मान्ने गर्न थाले। तपाईको आशीर्वाद मलाई लाग्यो। बरू पहिल्यै युवा अवस्थामा नै तपाईको उपदेश सुनेको भए मेरो जीवन अझ कति राम्रो हुने थियो। मैले त ठूलो घरमात्र भए पुग्छ, धेरै धनमात्र भए पुग्छ भन्ने विचार गरेको तर मानिसको आचरण राम्रो हुनुपर्ने रहेछ। अब म आनन्दले मर्न सक्छु।

यो मनुष्य जीवन सार्थकको लागि धर्मको भूमिका बारे फेरि एउटा बुद्धकालनि घटना प्रस्तुत गर्दछु।

भगवान् बुद्ध बरोबर गाउं गाउंमा जानुभएर धर्मको प्रचार गर्न जानुहुन्थ्यो। एकपल्ट बुद्ध एउटा गाउंमा पुग्नुभयो। बुद्ध त्यहाँ आउनुभएको कुरा सुनेर गाउलेहरू खुशी भए। ती गाउंलेहरूमध्ये नायकेले सबैलाई भने- बुद्ध धेरै ठूलो र महान् हुनुहन्छ। हामी बुद्धकहाँ गएर उपदेश सुन्न जाऊं।

अरूले भने- बुद्धको कुरा सुन्न जाँदा सबै छोडेर भिक्षु हुनुपर्ला। तसर्थ कथा सुन्न पनि होश पुऱ्याउनुपर्छ नि।

नायके- त्यो त हामीले पहिल्यै भनुंला नि। जाउं पहिला, कथा सुन्न।

उनीहरू जम्मा भएर बुद्धको कथा सुन्न आए। अनि ती नायकेले भने- भो भगवान्, हामीलाई सबै चाहिन्छ। परिवार, आफन्त, धनसम्पत्ति सबै। बरू हामीलाई भिक्षु नबनी नै जीवन राम्रो बनाउने स्वर्गमा पुग्ने उपदेश दिनुहोस्।



Downloaded from http://dhamma.digital

बुद्ध- कसले भन्यो उपदेश सुनेर भिक्षु हुनुपर्छ भनेर ? बरू जीवनलाई शान्त बनाएर गुजार्नु पर्छ । त्यसको लागि के गर्नुपर्छ, त्यो कुरा सुन न । तिमीहरू यो कुरा सुन्न तयार छौ कि छैनौ ?

गाउंलेहरू- घरमा बसेर पनि यदि राम्रो हुने उपदेश हो भने हामी सुन्न तयार छौं ।

बुद्ध-त्यसो भए सुन, म भनेर ल्याउंछु । यो गाउँमा अरूलाई दुःख दिएर सास्ति गर्ने झगडालु मान्छेहरू छन् कि छैनन् ?

गाउँलेहरू- छन् भगवान्, धेरै छन् ।

बुद्ध- तिमीहरूलाई त्यस्तो मान्छेहरू मन पर्छ कि पर्दैन ?

गाउँलेहरू- मन पर्दैन भगवान् ।

बुद्ध- त्यसो हो भने, तिमीहरूले पनि यस्तो काम गर्नु भएन नि । तिमीहरू पनि ज्ञानी हुनुपऱ्यो नि । तिमीहरूको यो समूहमा त्यस्ता मानिसहरू छन् के ?

उनीहरू सबै उसले उसको उसले उसको अनुहार हेरेर चूप लागेर बसे । फेरि बुद्धले सोध्नुभयो- यो गाउँमा अरूको धन चोर्नेहरू पनि छन् कि ?

गाउँलेहरू - छन् भगवान्, यस्ता पनि धेरै छन् । हामी यहाँ आउन पनि सबै घरको झ्याल ढोकाहरू बन्द गरेर मात्र आएका हौं ।

बुद्ध - यस्ता मानिसहरू मन पर्छ कि पर्दैन ?

गाउँलेहरू - पर्दैन भगवन्, पर्दैन ।

बुद्ध - यदि मन पर्दैन भने आफूले पनि यस्तो काम गर्नुभएन । अनि यहाँ व्यभिचार गर्नेहरू पनि छन् कि ?

गाउँलेहरू - छन् भगवान्, यस्ता मान्छेहरू यहाँ धेरै छन् ।

बुद्ध - यस्ता मानिसहरू मन पर्छ कि पर्दैन ?

गाउँलेहरू - पर्दैन, भो भगवान् ।



Downloaded from http://dhamma.digital

| | | |
|---|---|---|
| बुद्ध | - | यदि मन पर्दैन भने आफूहरूले पनि यस्तो काम गर्नुभएन। असत्य कुरा गर्ने, चुक्ली गर्नेहरू, नाना गफ गरेर समय बिताउनेहरू पनि छन् कि ? |
| गाउँलेहरू | - | छन् भगवान्, यस्ता मानिसहरू पनि धेरै छन्। |
| बुद्ध | - | यस्ता मानिसहरू मन पर्छ त ? |
| गाउँलेहरू | - | पर्दैन। |
| बुद्ध | - | पर्दैन भने आफूहरूले पनि यस्तो काम गर्नु भएन। साथै लोभी हुनुहुन्न, धेरै रिसाएर बदला लिने भावना राख्नुभएन। अनेक प्रकारको अन्धविश्वासमा लागेर कर्मकाण्ड गरेर हिंड्नु भएन। यति हुन सकेमा तिमीहरूको जीवन सार्थक हुन्छ। |
| गाउँलेहरू | - | भो भगवान्, तपाईले उपदेश दिनुभए अनुसार यतिमात्र पालन गरे पनि हाम्रो गृहस्थजीवन सार्थक हुन्छ र ? मरेपछि स्वर्गमा जान पाउंछ र ? |
| बुद्ध | - | पाउंछ। यदि यति भए पनि इमान्दारसंग पालन गऱ्यौ भने तिमीहरूको जीवन स्वर्गीय हुन्छ, तिमीहरू सुगतिमा जान पाउंछ। |

भो भगवान् तपाईले अति राम्रो कुरा बताउनु भयो। हामीकहाँ यस्तो कुरा भन्ने नै छैन। हामीले सुनेको त तपाईले स्वास्नी विवाह नगरी भिक्षु जीवन बिताउनुपर्छ भन्ने उपदेश दिनुहुन्छ भन्ने। त्यसैले धेरैलाई मन पर्दैन तपाईसंग उपदेश सुन्न जाऊं भन्दा। अहिले त तपाईले बडो अनौठोको राम्रो उपदेश सुनाउनु भयो। भो भगवान् तपाईले कृपा राखी यहाँ पाल्नुभएर राम्रो र सजिलो उपदेश दिनुभयो। हामीले यी उपदेशहरूलाई शिरोपर गर्दै जीवनमा पालन गर्दै जानेछु। भो शास्ता, हामीलाई बिदा दिनुहोस्। हामी तपाईको अनुशरण गरेर बस्दछौं। (मज्भिम निकाय)



Downloaded from http://dhamma.digital

# अहंकारले मानिस तल झर्छ

साधारण मानिसहरूमा धेरै नराम्रा गुणहरू छन् । जस्तै लोभ, क्रोध, ईर्ष्या, महत्वाकांक्षा र अहंकार । यीमध्ये शोभा नभएको अवगुण हो- अहंकांर र घमण्डीपन । यसलाई अर्को भाषामा भन्ने हो भने अभिमान हो । अभिमान भनेको विद्वान् धर्मात्मामा पनि हुने गर्छ होश गुम्दा । अहंकार कुन बेला उत्पन्न हुन्छ भने अरू कसैले नगरेको काम गर्दा, पैसा धेरै भएको बेला, रूप र अनुहार राम्रो हुने अवस्थामा, सार्वजनिक सभामा राम्रोसंग भाषण दिन सक्दा, धर्मदेशना (कथा) राम्रोसंग गर्न सक्दा (भिक्षुहरूमा), राम्रोसंग गीत गाउन सक्दा, खेलकूदमा राम्रोसंग खेल्न सक्दा, जातले उच्चजातमा जन्मिँदा आदिमा अहंकार बढ्ने गर्छ । लेख राम्रोसंग लेख्न सक्दा पनि घमण्ड चढ्ने गर्छ । अरूले धेरै प्रशंसा गर्दा पनि अहंकार बढ्छ ।

गौतम बुद्धले भिक्षुहरूलाई बारम्बार भन्नुहुन्थ्यो - "हे भिक्षुहरू ! तिमीहरूले अहंकार र घमण्ड एउटा नाश गर्न सक्छौ भने तिमीहरूलाई अरहन्त (निर्दोष) अवस्थामा पुऱ्याइदिन्छु ।" यो कुरा सुन्दा भिक्षुहरूमा पनि अहंकार र घमण्ड थियो भन्ने बुझिन्छ । अहिले पनि देखिन्छ ।

बुद्धकालीन समाजमा विद्वान वर्गमा पनि अहंकार भएको देखिन्छ । मानत्थद्ध नामको एकजना ब्राह्मण थियो । ऊ धेरै विद्वान् । धेरै घमण्डी । त्यसैले उसको नामै अभिमानी ब्राह्मण हुन पुग्यो । धेरै अभिमानी भएको हुँदा उसले आमा-बुबा, दाजु, दिदी र गुरूलाई समेत आदर गर्न जान्दैन थियो । म जस्तो जानेको विद्वान् अरू कोही छैन भन्ने खालको थियो । त्यो ब्राह्मण श्रावस्तीमा बस्दथ्यो ।

एकदिन त्यो ब्राह्मणलाई इच्छा भयो- गौतम बुद्धको व्यवहार बुझ्न । ऊ बुद्ध बस्नुभएको जेतवन विहारमा गयो । त्यसबेला बुद्ध धर्मउपदेश दिइरहनुभएको थियो । त्यहाँ गएर ऊ एक छेऊमा उभिरह्यो । धर्मउपदेशपछि



Downloaded from http://dhamma.digital

बुद्धले उसलाई केही पनि भन्नु भएन । त्यो ब्राह्मणको मनै मनले भन्यो, बुद्धलाई शिष्टाचार भन्ने ज्ञानै नभएको रहेछ । मसित कुरै गरेन । यस्तै सोच्दै त्यहाँबाट जानै लागेको बेला बुद्धले उनको मनको कुरा बुझ्नुभई बोलाएर भन्नुभयो- "सुखपूर्वक जीविका गर्न चाहने मानिसले अभिमान गर्नहुन्न । तपाईले के सोचेर आउनुभएको हो, त्यो भन्नुस्, यहाँ किन आउनुभएको ?"

अनि ब्राह्मणले मनमनै भन्नथाल्यो, बुद्धले त मेरो मनको कुरा बुझ्नुभएको रहेछ । अनि ब्राह्मणले बुद्धको पाउ ढोगी म्वाइ खाइकन हातले पनि सुम्सुम्याई मुख हेरी भने- भो श्रमण गौतम ! मेरो नाम मानत्थद्ध ब्राह्मण हो भनेर दुई तीन चोटीसम्म भने ।

अनि त्यसबेला त्यहाँ धर्मकथा सुनिरहेकाहरूले भने- भो भगवन् ! बडो आश्चर्य, बडो अद्भूतको घटना भयो । यो ब्राह्मण बाजे आमा-बुबा, दाजु, दिदी र गुरूलाई पनि मान सम्मान नगर्ने खालको सान्है घमण्डी र अभिमानी, आज तपाईको पाउ ढोग्न पुग्यो ।

त्यसपछि गौतम बुद्धले भन्नुभयो- ब्राह्मण ! उठेर त्यहाँ आसनमा बस्नुस् । तपाईको मप्रति श्रद्धा छ भन्ने कुरा बुझें, भैगो ।

त्यसपछि मानत्थद्ध ब्राह्मण एक छेउमा बसी हात जोडी प्रश्न सोधे- "भो गौतम ! कसप्रति अभिमान गर्नुहुन्न, कसलाई मान सम्ममान गर्नुपर्छ ?"

**केसु नमानं कयिराथ केसु वस्स सगारवो,**
**क्यस्स अपचिता अस्सु क्यस्स साधु सुपूजिता ।**

अर्थात्- कसलाई अभिमान देखाउनु हुन्न ? कसलाई सम्मान गर्नु पर्दछ ? मैले कसलाई पूजा गर्न योग्य छ ? पूजा गर्न योग्य व्यक्ति को को हुन् ?

बुद्धको उत्तर-

**मातरि पितरिवापि अथो जेट्ठम्हि भातरि**
**आचरिये चतुत्थम्हि तेसु नमानं कयिराथ ।**
**तेसु अस्स सगारवो तस्स अपचिता अस्स,**



Downloaded from http://dhamma.digital

**त्यस्स साधु सुपूजिता**
**अरहन्तेसीतिभूते कतकिच्चे अनासवे**
**निहच्च मानं अत्थद्धो ते नमस्सअनुत्तरंति ।**

(संयुक्तनिकाय)

अर्थात्- आमा-बुबा, दाजु, दिदी, गुरू यी चारथरि अगाडि अभिमान गर्नु हुँदैन । उनीहरूलाई तपाईंले मान सम्मान गर्न जान्नुपर्छ । साँच्चै पूजा गर्न योग्य व्यक्ति त क्लशेरहित, मनको मैल पखाली, गर्नुपर्ने सबै गरि सकेको शीतल भएको निर्दोषी अरहन्त पूजा गर्न योग्य व्यक्ति हुनुहुन्छ ।

ब्राह्मण बुद्धको कथा सुनेर खूब प्रभावित भयो र प्रसन्न मुद्रामा बुद्धलाई भन्यो- "तपाईले साह्रै राम्रो कुरा भन्नुभयो । बाटो बिराएको मान्छेलाई बाटो देखाइदिनेजस्तै; अँध्यारोमा बत्ति बालिदिने जस्तै स्पष्टसंग भन्नुभयो । मैले बुझें । म जिन्दगीभर तपाईको शिक्षाअनुसार आचरण गरी अनुयायी बन्न प्रतिबद्ध छु । म साह्रै अभिमानी भनेर आजै मात्र बुझें ।"

आदर सम्मान र आदर गौरब राख्नु एउटा पारिवारिक शान्तिको औषधी हो । आदर सम्मान गर्नाले पारस्परिक स्नेह र दया उत्पन्न हुन्छ । मन कोमल हुन्छ । आदर सम्मान गर्न नसके पारिवारिक जीवनमा असन्तोष फैलिन्छ । उदाहरणको लागि एउटा घटना प्रस्तुत गर्दछु ।

म एकचोटी चिनाजानी भएको गृहस्थी परिवारको घरमा गएं । त्यहाँ एउटी युवतीले भनिन्- "भन्ते ! यो मेरो भाइ हो । यसले मलाई दिदी भनेर गौरब र सम्मान गर्दैन । ऊ आइ.ए. पास भएको । म चाहिं एस.एल.सी. मात्र पास भएकी । यो मेरो भाइले भन्छ, तिमी दिदी भए पनि जन्मले मात्र जेठी छौ, ज्ञानले म जेठो छु । तिमीलाई मानसम्मान गर्नुपर्ने आवश्यकता छैन ।"

यो अहंकारको लक्षण हो । यसले गर्दा घर परिवारमा कलह उत्पन्न भएको हो । त्यसैले बुद्धले भन्नुभएको थियो- पढेलेखेको भए पनि विद्वान् हुँदैन । उसको नरम र कोमल स्वभाव राम्रो भएमात्र विद्वान् कहलाइन्छ । फल फलेको रूख झुक्छ, फल नफलेको रूख ठाडो हुन्छ ।

✿ ✿ ✿



Downloaded from http://dhamma.digital

# धर्म गरेर पनि किन शान्ति मिल्दैन ?

हामीलाई दु:ख कष्ट भएको मन पर्दैन र दु:ख मन पराउने कोही पनि हुँदैनन् । हामी सुखपूर्वक बाँच्न मन पराउँछौं । तर इच्छा गरेर मात्र सुख पाइँदैन । मतलब मनमा इच्छा हुनासाथ पूरा हुँदैन । पूजापाठ, प्रार्थना गरेर मात्र इच्छाएको सुख प्राप्त हुने भए संसारमा दु:खीहरू हुने थिएन । किनभने सबै दु:खकष्ट विना सुखपूर्वक बाँच्न चाहन्छन् । यसो हो भने दु:ख हुने काम छोडी सुख हुने कामतिर लाग्नु पर्ने । यो कुरालाई आफैले महसुस गरी आध्यात्मिक उन्नति गर्नुपर्ने हो । आध्यात्मिक उन्नति नगरी दु:ख मन नपर्नेहरूले जति धर्मकर्म गरे पनि दु:ख हराएर जाँदैन । अर्को भाषामा भन्ने हो भने उनीहरूको जीवन सुखमय हुँदैन । किनभने सुख प्राप्त गर्नलाई दु:ख हुने कारणलाई छोड्न सक्नुपर्छ । यही कुरा बुझ्न यहाँ एउटा उदाहरण प्रस्तुत गर्न चाहन्छु ।

रूघाखोकीले पीडित एकजना व्यक्ति वैद्यकहाँ गएछन् । वैद्यले औषधि दिएर भने- 'यो औषधि सेवन गरुन्जेल अमिलो अचार र दही खानु हुँदैन ।' तर त्यो मानिसलाई खाना खाने बेलामा अमिलो अचार र दही नभई नहुने रहेछ । अमिलो अचार र दही खानु हुँदैन भन्ने वैद्यदेखि असन्तुष्ट भई अर्के वैद्यकहाँ गएर भन्यो- 'मलाई रूघाखोकीले साह्रै सताएको छ । त्यसैले अमिलो अचार र दही पनि खान हुने औषधि दिने अनुरोध गर्छु ।'

वैद्यले उक्त मानिसको मनोभावना बुझि भनेछन्- 'ठीक छ अमिलो अचार र दही खूब खानुस् । यो औषधि पनि खाँदै जानुस् । यसले गर्दा तपाई कहिले पनि बूढो हुनुहुने छैन, तपाइँको घरमा कहिले पनि चोर पस्दैन, तपाईलाई कुकुरले पनि टोक्दैन ।'

वैद्यको तात्पर्य थियो - रोगका कारण बूढो नहुँदै मृत्यु हुन्छ । राति खोकी मात्र रहने हुनाले त्यो घरमा चोर पनि पस्दैन र लौरो टेकेर हिँड्नुपर्दा उसलाई कुकुरले पनि टोक्दैन ।



Downloaded from http://dhamma.digital

धेरैजसो मानिसहरूलाई रूघाखोकी लागे पनि अमिलो अचार र दही छोड्न मन पर्दैन । मलाई पनि जुजु-धौ साह्रै मनपर्छ । रूघा लाग्दा भक्तपुरको जुजु धौ खाएँ । परिणाम स्वरूप तीन महिनासम्म खोकीले खूब दु:ख दियो ।

हामी दु:ख मन पराउँदैनौ । तर दु:ख हुने कामलाई पनि छोड्न सक्दैनौ । अनि कसरी सुख र शान्ति मिल्छ ? आज सबै शान्ति चाहन्छन् । तर अशान्तिको कारण पत्ता लगाई समस्या हल गर्न लागेको खोई ?

प्रसङ्ग बदलुँ । दु:ख कम हुने र गृहस्थी जीवन सुखमय हुने उपायबारे बुद्धले भन्नुभएको छ । मज्झिम निकायमा बेलुद्वार सूत्रमा उल्लेखित कुरा संक्षिप्तमा प्रस्तुत गर्न लागेको छु ।

गौतम बुद्ध एकपटक कोसल जनपदका बेलुद्वार भन्ने ब्राह्मण गाउँमा धर्मप्रचारको सिलसिलामा जानुभएको थियो । त्यहाँका जनताले अनुरोध गरे - 'हामी त गृहस्थी हौं। विवाह गरेर, पैसा कमाएर, बालबच्चाहरू पालनपोषण गरिकन घरखेत पनि बनाउने काम गर्छौं । हामीलाई सुनचाँदी पनि चाहिन्छ । राम्रा लुगा लगाएर सुगन्धित पदार्थ सेवन गरी सुविधामुखी भएका हामीलाई घर खेत आदि धनसम्पत्ती नत्यागी सुखमय जीवनयापन गर्न सक्ने स्वर्गीय जीवन हुने उपाय र बाटो बताइदिनुस् ।'

गौतम बुद्धले उनीहरूलाई घरगृहस्थी त्याग्नु नपर्ने कुरा बताउनुभयो । उहाँले सोध्नुभयो- तपाईहरूकहाँ अरूलाई दु:ख हुने काम गर्ने र हिंसा गर्ने झगडालुहरू छन् ? छन् भने त्यस्ता खालका व्यक्तिहरू तपाईहरूलाई मनपर्छ कि पर्दैन ? गाउँलेहरूले जवाफ दिए- 'यस्ता स्वभाव भएका मानिस हामीलाई मन पर्दैन ।' बुद्धले भन्नु भयो- 'तपाईहरूकहाँ परस्त्रीलाई बलात्कार गर्नेहरू र भ्रष्टाचार गर्नेहरू छन् ? यस्ता मानिसहरू मन पर्दैन भने तपाईहरूले पनि त्यस्ता नराम्रा काम गर्नुहुँदैन । तपाईहरूकहाँ अरूलाई दु:ख दिने, झुठो कुरा गर्ने, तीखो वचन बोल्ने, चुक्ली गर्ने, मादक पदार्थ सेवन नगरे यही जीवनबाट स्वर्गीय आनन्द प्राप्त हुने छ । बुद्धले भन्नुभयो- घरबार त्याग्नु पर्दैन । साधु बन्नु आवश्यक छैन ।'

✿ ✿ ✿



Downloaded from http://dhamma.digital

# बुद्धको चमत्कार

गौतम बुद्ध शान्तिप्रेमी हुनुहुन्छ । बुद्ध आफू बोध भएपछिमात्र अरूलाई बोध गराउनु हुन्छ । आफू शान्त भएपछिमात्र अरूलाई शान्त हुनुपर्ने उपदेश दिनुहुन्छ । बुद्ध यथावादी तथाकारी अर्थात् जसरी बोल्नुहुन्छ, त्यसरी नै काम गर्नुहुन्छ र क्रियाशील हुनुहुन्छ । यो कुरा बुझ्नको लागि बुद्धकालनि घटना एउटा प्रस्तुत गर्दछु ।

भारद्वाज नामक एकजना ब्राह्मण थियो । उसको स्वास्नी धनञ्जानी नामकी ब्राह्मणी थिइन् । ऊ भगवान् बुद्धकहाँ गई शिक्षा लिई तालिम भएकी थिइन् । मतलब बोध भएकी । भारद्वाज ब्राह्मण भने सार्है रिसालु आक्रोश स्वभावको थियो । त्यसैले धनञ्जानीको विवाह हुनेभन्दा पहिले नै उसको बुबाले सोधेको थियो- छोरी, भारद्वाज ब्राह्मण त साह्रै नै रिसालु रे, तिमी ऊसंग बस्न सक्छौ ?

धनञ्जानीको उत्तर थियो - म बुद्धकहाँ शिक्षा लिएर आएकी हुं । मेरो राम्रो व्यवहारले उसको हृदय परिर्वन र बोध गराउन प्रयत्न गर्नेछु ।

धनञ्जानीको विवाह भारद्वाजसंग नै भयो । उसको एउटा यस्तो बानी थियो, हाच्छ्यूं आउँदा र हाई आउंदा पनि बुद्धस्मरण गरी **"नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स"** भनी नमस्कार गर्ने गर्थिन् । तर उसको पति भने ठीक उल्टो स्वभावको रहेछ । उसलाई भगवान् बुद्धको नामै सुन्न मन पर्दैनथ्यो । तसर्थ उसले आफ्नी स्वास्नीलाई भन्यो- मेरो अगाडि बुद्धको नाम नलिनु है, राम्ररी भन्दैछु ।

धनञ्जानीले भनिन्- म त बुद्धको स्मरण गर्नुपर्ने मान्छे । मलाई त बुद्धको नाम नलिइकन बस्न गाऱ्हो छ । यदि तपाईलाई चित्त बुझ्दैन भने म माइती गइदिन्छु ।

धनञ्जानी साह्रै राम्री र हिसि परेकी मात्र होइन, घरमा गर्नुपर्ने सबै काम दिलैदेखि गर्ने बानी भएकी थिइन् । तिनीघरमा आएदेखि लक्ष्मी



Downloaded from http://dhamma.digital

भित्रिएको जस्तो राम्रो वातावरण बनेको थियो। त्यसैले धनञ्जानी माइती जाने भन्नासाथै भारद्वाज ब्राह्मण थर्कमान हुन्थ्यो। अनि उसले स्वास्नीलाई भन्छ- तिमी माइती जाऊ भनेको होइन नि। मेरो अगाडि मात्र बुद्धको नाम नलिनु भनेको नि।

एक दिन भारद्वाज ब्राह्मणले आफ्नो स्वास्नीलाई भन्यो- मैले मेरो ब्राह्मण गुरूहरूलाई भोजन गराउनु छ। कमसेकम मेरो गुरूहरूको अगाडि त बुद्धको नाम नलेऊ है।

धनञ्जानीले भनिन्- ग्यारन्टी त लिन सक्तिन, तर पनि सकभर बुद्धको नाउं नलिने प्रयत्न गर्नेछु।

निश्चित समयमा ब्राह्मण गुरूहरू घरमा आइपुगे। भोजनको लागि सबै बस्तु तयारी भयो। धनञ्जानीले खूब मिठो हुने गरी पकाइदिइन्। तर खाना परोस्दै गर्दा तिनलाई हाच्छ्यूं आयो र तुरून्तै **"नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स"** भनी नमस्कार गरिन्। गौतम बुद्धको नाउं लिनासाथ गुरू-ब्राह्मणहरूलाई खूब रीस उठ्यो। उनीहरूले भने- देशमा अरू एउटी पनि आइमाई नभएकोले यस्ती अलक्षिण बुद्धकी उपासिका विवाह गरेर ल्याएको ?

गुरू ब्राह्मणहरू रिसाएर भोजन नै नगरिकन उठेर गए। भारद्वाज ब्राह्मणलाई सार्है बेमज्जा भयो। आफ्नी स्वास्नीलाई गाली गरूं भने माइती जाने भन्छिन्। ९९ प्रतिशत लक्षणले पूर्ण छिन्। बुद्धको नाउं लिई नमस्कार गर्ने एउटामात्र अवगुण छ। बरू यसलाई गाली गर्नुभन्दा उसको गुरू भगवान् बुद्धलाई नै गाली गर्नु पर्ला भनी विचार गरी खुरूखुरू ऊ बुद्धकहाँ गएर एक्कासी तँ गोरू, तँ भेंडा, तँ गधा आदि नाम लिई जथाभावी गाली गर्न शुरू गर्‍यो। भगवान् बुद्ध कत्ति पनि रिस नगरी मुसुमुसु हाँसिरहनुभयो।

बुद्धले सोध्नुभयो- ब्राह्मण, तपाईको घरमा पाहुना आउने गर्छ कि गर्दैन ? पाहुनाले उपहार पनि लिएर आउंछ कि आउदैन ? यदि पाहुनाले लिएर आएको उपहार तपाईले लिनु भएन भने के हुन्छ ?

ब्राह्मण - पहुनाले नै लिएर जान्छ।



Downloaded from http://dhamma.digital

बुद्ध - आज मकहाँ पनि एक जना पाहुना आएको छ, उसले धेरै कोशेली पनि लिएर आएको छ ।

ब्राह्मण - को त्यो पाहुना ?

बुद्ध - तपाई नि । तपाईले कोशेली लिएर आउनु भएको छ नि ।

ब्राह्मण - मैले त केही पनि कोशेली ल्याएको छैन ।

बुद्ध - तपाईले गोरू, गधा, भेंडा आदि ल्याउनुभएको छ नि । ती उपहारहरू मैले स्वीकार गरेको छैन । तपाईले ल्याएको तपाईले नै लिएर जानुस् ।

ब्राह्मण बुद्धको कुरा सुनी अकमक्क भएर बस्यो । त्यत्ति अभद्र रूपमा मैले गाली गरेर पनि रिसाएन । उसले बुद्धसंग प्रश्न गरे- तपाईलाई किन रिस नउठेको ? कसरी सहेर बस्न सकेको ?

बुद्ध - म विपश्यना ध्यान अभ्यास गर्दैछु । त्यसैले सहन सकेको ।

भारद्वाज - विपश्यना भनेको के चीज हो ?

बुद्ध - श्वास बाहिर गयो, भित्र आयो भनी त्यसमा ध्यान दिनुलाई विपश्यना भनिन्छ । यो अभ्यास गरेपछि आफूलाई आफैले चिन्न सक्ने र यो शरीर स्थायी छैन, अनित्य हो, आफ्नो वशमा छैन भन्न स्पष्ट हुन्छ । मनमा भएको रिस, क्रोध, अहंकार आदि विकार सबैलाई त्यागन सक्छ । यही ध्यान साक्षात्काररूपमा अभ्यास गरिरहेकोले ममा सहनशीलता भएको हो । मनमा राम्रो कल्पनालाई मात्र राख्ने । नराम्रो कल्पनालाई पन्छाइदिने । अनि शान्ति मिल्छ ।

भारद्वाज ब्राह्मणले विचार गऱ्यो, यो एकचोटी अभ्यास गरेर हेर्न लायक छ । बुद्धको कथनअनुसार उसले पनि अभ्यास गर्नथाल्यो एकचित्त गरेर । साँच्चै नै उसलाई शान्तिको अनुभव हुन थाल्यो । किनभने उसको मनमा रिस कम भयो ।

उसलाई लाग्यो, मैले कस्तो अभद्र र असभ्यरूपमा बुद्धलाई गाली गरें । उहाँ रिसाएनन् । यो त ठूलो चमत्कार हो । मैले पनि विपश्यना



Downloaded from http://dhamma.digital

अभ्यास गरिसकेपछि ममा रहेको रिस र क्रोध हराएर गयो। भारद्वाज ब्राह्मण बोध भयो। उसले बुद्ध समक्ष वाचा गऱ्यो - म बुद्धको अनुयायी भएं।

भारद्वाज ब्राह्मण बुद्धसंग विदा भएर घर गयो। घरमा गएर धनञ्जानीलाई भन्यो- तिमी बुद्धकहाँ गएर शिक्षा लिई कसरी ज्ञानी भएकी भनेर अब मैले थाहा पाएं। म पनि बुद्धमार्गी बनें। तिमीले बुद्धको नाउं लिए पनि म रिसाउंदिनं। चित्त शुद्ध हुने शिक्षा लिइ सकें।

आजकाल बुद्धको यथार्थ चमत्कारतिर ध्यान नदिइकन आकाशमा उडेर जाने, शरीरबाट आगो निकाल्ने आदि चमत्कारलाई महत्व दिने गर्दछ। यो शुद्धशिक्षाको विपरीत चमत्कार हो।

✿ ✿ ✿



Downloaded from http://dhamma.digital

# बौद्ध पूजा

पूजा भन्दाखेरि भक्तिमार्ग धार्मिक कार्य बुझिन्छ । बुद्धको धर्म ज्ञानमार्ग हो तर हाल ज्ञानमार्ग भन्दा भक्तिमार्ग लोकप्रिय बनिसक्यो । बुद्धका अनुयायीहरू पनि भक्तिमार्गतिर ढल्किसक्यो ।

पूजाविधि बारे बुद्धको व्यवहारिक पक्ष के हो ? यतातिर एक दृष्टि दिउँ । आजको समाजमा धर्मको दुई पक्ष देखिन्छ । एकथरि पूजा प्रार्थनामा आस्था राख्ने, अर्को पक्ष समाजको व्यवहारमा सुधार ल्याई जीवन यापन गर्ने । मूर्तिपूजाको लागि भिक्षुहरूले समय व्यर्थ नफाल्नु भन्ने गोतम बुद्धले भन्नुभएको कुरा दीघनिकाय अन्तर्गत महापरिनिर्वाण सूत्रमा उल्लेख छ । भिक्षुहरूले चित्तशुद्ध हुने कुरामा र काम गर्नमा सतर्क रही जीवन यापन गर्नेमा ध्यान दिनुपर्ने । तर गृहस्थीहरूलाई दुई प्रकारका पूजा भन्नुभएको छ -

**क) आमिसपूजा (भौतिक पदार्थको पूजा)**

**ख) प्रतिपत्तिपूजा (व्यवहारमा सुधार हुनु पूजा)**

पुष्प धूप आदि चीजले पूजा गर्नुलाई आमिसपूजा भनिन्छ । व्यवहारमा सुधार ल्याउनु र सफासुग्घर गरी बस्नु प्रतिपत्ति पूजा हो ।

उपरोक्त दुई थरि पूजा भन्नु भएता पनि बुद्धले प्रतिपत्ति अर्थात् व्यवहार राम्रो पार्नु र सुधार गर्नुलाई नै प्रशंसा गर्नुभएको देखिन्छ । केवल भक्तिभावले मात्र मूर्ति पूजामा संलग्न भई आफू व्यवहारमा निष्क्रिय हुनु अन्धविश्वास मात्र हुनजान्छ ।

थेरवाद (भिक्षुहरूको नेतृत्वमा चलिरहेको) बुद्धधर्ममा पूजा गर्दाखेरि बुद्धको गुण स्मरण गर्नु र मार्ग प्रदर्शकरूपमा पूजा हुन्छ, न कि वरदान लिनको निम्ति । गौतम बुद्ध भन्नुहुन्थ्यो- म वरदान दिनबाट टाढा छु । **तुम्हेहि किच्चं आतप्पं अक्खातारो तथागता** अर्थात् काममा आफैले उत्साह र प्रयत्न गर्नुपर्छ, तथागत त मार्ग प्रदर्शक मात्र हो । तथागत बुद्धको निर्देशनअनुसार



Downloaded from http://dhamma.digital

त्यो बाटोमा हिंड्न सक्यो भने आफ्नो लक्ष्य पूरा हुनसक्छ । अर्को भाषामा भन्ने हो भने बुद्धको शिक्षा पालन गर्न सके जीवन सफल हुन्छ, उज्ज्वल हुन्छ । म तिमीहरूको मुक्तिको जिम्मा लिन सक्तिन । तिमीहरू आफ्नो खुट्टामा टेकेर, ज्योतिमा हिंड, आफ्नै शरणमा जाउ । अर्काको शरण (भरोसामा) नबस । **अत्त दीपो भव, अत्त सरणा अनञ्ञ सरणा ।**

आजको युगमा हामीलाई चाहिने प्रतिपत्ति पूजा (व्यवहार सुधार्नु) हो । प्रतिपत्ति पूजाको अर्थ स्पष्ट गर्नलाई एउटा उदाहरण प्रस्तुत गर्दछु ।

धर्मात्माको तौल बाहिरी पूजापाठले मात्र गर्न सकिदैन, बल्कि उसको आचरणबाट नै धर्मात्मा भन्न सकिन्छ । भनुं कि एकजना देवभक्ति या पूजारी स्वयम्भू अथवा पशुपतिमा दिनका दिन पूजा गर्न जान्छ । उसको हातमा चोखो पानी र पूजाको सामान छ । त्यो पूजारी मन्दिरतिर जाँदै थियो । उताबाट एकजना तिर्खाएको मानिसले पूजारीसित अनुरोध गरेर भन्यो- 'दाजु/दिदी, मलाई सार्है प्यास लागेको छ, पानी खानको निम्ति दिनसक्नु हुन्छ कि ?"

पूजारीले भन्यो- "यो चोखो पानी देउतालाई चढाउन ल्याएको पो त ! तिमीलाई दिन सक्तिन ।

त्यो तिर्खाएको बटुवा निराश भई आफ्नो पाइला अगाडि बढायो । उता अलि पर पुगेपछि एकजना किसान खेती गर्न कृषि सामान र पानी बोकी आइरहेको थियो । त्यो तिर्खाएको पथिकले त्यो किसानसित सोध्यो- "दाजु, अलिकति पानी खान दिन सक्नुहुन्छ कि ?"

त्यो किसानले खुशीसाथ खानुस् भनी पानी दियो । पानी खाइसकेपछि जय होस् भनी आर्शीवाद दिई पथिक आफ्नो बाटोमा लाग्यो ।

अब प्रश्न उठ्छ, दिनका दिन भक्ति र उपासनामा लाग्ने पूजारी धर्मात्मा भनुं कि तिर्खाएको बटुवालाई पानी दिने किसान ?

वास्तवमा त्यो चोखो पानी लैजाने पूजारी भन्दा प्यास लागेको पथिकलाई पानी ख्वाउने किसान नै धर्मात्मा हुनजान्छ । किसानले गरेको पानी ख्वाउने काम नै प्रतिपत्ति (व्यवहारिक) पूजा हो । कर्त्तव्य हो र धर्म हो ।

✿ ✿ ✿



Downloaded from http://dhamma.digital

# बुद्धप्रति मानिसको श्रद्धाको कारण

भगवान् बुद्धलाई किन सम्मान गर्दछन् ? यो बुझिराख्नुपर्ने कुरा हो । गौतम बुद्ध सही रूपमा त्यागी हुनुहुन्छ, सही रूपमा चित्त शुद्ध भएकोले नै महापुरुष हुनुहुन्छ । बुद्ध यथावादी तथाकारी अर्थात् जसरी बोल्नुहुन्छ, काम पनि त्यसरी नै गर्नुहुन्छ र क्रियाशील हुनुहुन्छ । तर , साधारण मानिस जसरी बोल्छन्, त्यसरी काम गर्दैनन् । तिनीहरूको भनाइ र गराइमा फरक हुन्छ । बुद्ध आफू बोध भएपछि मात्र अरूलाई बोध गराउनुहुन्छ, आफू शान्त भएपछि मात्र अरूलाई शान्त हुनुपर्ने उपदेश दिनुहुन्छ । बुद्धका यी गुणहरू धेरैलाई थाहा छैन । यो कुरा निम्न लिखित घटनाबाट अनुमान गर्न सकिन्छ ।

एक दिन बुद्ध भिक्षाटनको लागि बिहानै विहारबाट निस्कनुभयो । समय अलि सबेरै थियो । अनि उहाँ नजिकको ठाउंमा उदायी नामक अबौद्ध प्रव्रजितकहाँ जानुभयो । त्यहाँ जम्मा भइरहेकाहरूको छलफल भइरहेको थियो । गौतम बुद्धलाई देख्नासाथ तिनीहरू सबै चूप लागे र बुद्धलाई स्वागत गर्न तत्पर भए । अनि गौतम बुद्धले उनीहरूसंग सोध्नुभयो- यहां के कुरा भइरहेको हो ?

उनीहरूले उत्तर दिंदै भने- कुन प्रकारको धार्मिक गुरूलाई आफ्ना शिष्यहरूले धेरै गौरव र सम्मान गर्दो रहेछन् भन्ने विषयमा छलफल हुंदा तपाईको नाम अग्रपंक्तिमा आएको थियो । तपाईलाई नै आफ्ना शिष्यहरूले धेरै सम्मान गर्ने गरेको र तपाईकै सम्मान हुने कुरा भएको थियो ।

बुद्धले सोध्नुभयो- मेरो विषयको यो कुरा कसरी थाहा पाएको नि ?

उनीहरूले भने- एक समय तपाईले धर्मउपदेश दिइरहनुभएको बेला एकजना भिक्षुलाई खोकी आएको थियो । त्यसबेला उसलाई अरू भिक्षुहरूले भनेका थिए कि तथागतद्वारा धर्मउपदेश भइरहेको बेला खोक्नु हुन्न । त्यहाँ सबै शान्तपूर्वक धर्मउपदेश सुनिरहेका थिए । शान्तसंग बस्न



Downloaded from http://dhamma.digital

अनुरोध गरिरहेको थियो । तपाईको धर्मदेशना शान्तपूर्वक सुनेर कसै-कसैले ज्ञान लाभ गरिरहेको देखें ।

बुद्धले फेरि सोध्नुभयो- यसरी मेरो मान सम्मान गरिएको कारणको बारेमा तपाईहरूले के ठान्नु भयो नि ?

यस विषयमा उनीहरूको विचार अनुसार कारणहरू रहेका छन् । जस्तै:

१) बुद्धले धेरै भोजन गर्नुहुन्न,

२) सादा खाना खानुहुन्छ,

३) साधारण वस्त्र लगाउनु हुन्छ,

४) साधारण आसन अथवा भुईंमा पनि बस्नुहुन्छ, र

५) धेरै जसो एकान्त ठाउँमा बस्नुहुन्छ ।

बुद्धले भन्नुभयो- तपाईहरूका कुरा सुनेर त मभन्दा मेरा चेलाहरू माथि परेको जस्तो लाग्यो । यहां बाटोमा मागिरहेका भिखारीहरू पनि गुणी जस्ता देखिन्छन् किनभने यहाँका कोही कोही मेरा चेलाहरू कम खाना खानेहरू छन् । भिखारीहरू पनि साधारण वस्त्र लगाउंछन्, भुईमा सुत्छन् । तर मलाई मानेको कारण भने यतिकै होइन । अर्कै विशेष कारणहरू छन् । ती कारणहरू हुन्–

शीलवान् सदाचार सम्पन्न, संयमी र मनलाई वशमा राख्न सक्नु, मनले भनेको कुरा नभन्नु, मनले दोहोऱ्याएको ठाउँमा नजानु । अर्को भाषामा भन्ने हो भने मनले चिताएअनुसार आचरण नगर्नु । म जुन काम गर्छु, धेरै मानिसहरूको हित हुने काम गर्छु । कसैको अहित हुने काम गर्दिन । म जुन धर्मको कुरा भन्छु, त्यो आफूले अनुभव गरेको मात्र भन्छु, आफूलाई अनुभव नभएको कुरा भन्दिन । बनावटी र विद्वत्ता देखाउने बुद्धिविलासिताको कुरा गर्दिन । जुन कुरा भन्ने गर्छु, पछि त्यसको प्रतिक्रिया नआउने गरी दूरदर्शी ज्ञानले मात्र गर्छु, जसले गर्दा पछि त्यस विषयमा खण्डन मण्डल नआऊन् । शिष्यहरूलाई टाउको दुख्ने र बोझ हुने खालको शिक्षा दिन्न । यहाँ दुःख छ, दुःखको कारण छ, त्यसैल दुःखबाट मुक्त हुने र दुःखबाट मुक्त हुनसक्ने बाटो देखाइदिन्छु । मानिसको लागि



Downloaded from http://dhamma.digital

जीवनको भविष्य उज्ज्वल हुने बाटो देखाइदिन्छु। शिष्यहरू समक्ष यस्तो कार्यक्रम र गतिविधि राख्छु, जुन बाटोबाट, जुन कार्यक्रमबाट उनीहरू सरलतापूर्वक गतिशील हुन सकून्। फलस्वरूप केहीले अर्हत्, निर्दोष र निष्कलंक हुन पुगून्। सादा खानपान र सादा वस्त्र लगाएको हुंदा मेरा शिष्यहरूले मलाई सम्मान गरेको होइन। सम्मानको मूख्य कुरो त संयमी र सदाचारी हो, अनि चित्त शुद्ध हुनु र कर्त्तव्य परायणता हुनु। बुद्धको शिक्षा सरल छ, व्यवहारिक छ, बुद्ध कट्टरपन्थी हुनुहुन्न, मध्यममार्गी हुनुहुन्छ, परम्परावादी हुनुहुन्न भनी गतिशील हुन्छन्। उपर्युक्त कुराले के थाहा पाउंछ भने अबौद्धहरूको बुद्धप्रतिको श्रद्धा र विश्वास एकतर्फी छ, न्यायानुकुल छैन। तसर्थ ठीक छैन। (तथागत हृदय)

आजभोलि भिक्षुहरूको रहन सहन, विहारको आधुनिकता र विलाशिता देखेर केही बुद्धिजीविहरूको श्रद्धा र विश्वासमा आँच आएको चर्चा छ। त्यागीहरूको रहन सहन सादासिधा हुनुपर्छ भन्ने चर्चा चलिरहेको छ। हुन त, त्यागी भिक्षुहरूको लागि उत्ताउलो र विलाशी जीवन शोभा हुँदैन। तर बुद्धको शिक्षा यसप्रकार छ-

अलंकतो चेपि समं चरय्य, सन्तोदन्तो नियतो ब्रह्मचारी अर्थात् जीवनमा धेरै राम्रो भइरहून् र रहनसहन भए पनि यदि उसको जीवशैली शान्त र संयमित भई उत्तम चर्याको भए त्यसमा आपत्ति छैन। मुख्य कुरो आचरण राम्रो र चित्त शुद्ध हुनुपर्छ। संकुचित विचार हुनुहुन्न। अरूको लागि बाधापूर्ण जीवन बिताउनु हुन्न। हृदय सांघुरो हुनुहुन्न। बुद्धको चित्त शंखजस्तै सेतो र शुद्ध छ। त्यसैले उहाँप्रति श्रद्धापूवक मानिसहरूले सम्मान र गौरव गर्दछन्, पूजा गर्दछन्।

Downloaded from http://dhamma.digital

# लोभ र निर्वाण

बुद्धको उपदेश अनुसार सबैभन्दा मुख्य कुरा निर्वाण हो। निर्वाण भनेको दु:खबाट मुक्त हुने कुरा हो। दु:खबाट मुक्त हुनको लागि भगवान् बुद्धले बाटो देखाउनुभएको छ। उहाँको लक्ष्य निर्वाण प्राप्त गर्नु हो। दु:खबाट मुक्त हुने कुरा सबैलाई मनपर्छ। बुद्धको उपदेश धेरै मानिसहरूलाई मनपर्‍यो , धेरै मानिसहरू भगवान् बुद्धको भिक्षुसंघमा प्रवेश भयो, भिक्षु बन्न आयो तर विस्तारै निर्वाणको बाटोतिर लाग्न छोडेर लाभसत्कारमा लाग्यो।

दु:ख कसैलाई मनपर्दैन। भगवान् बुद्धको शिक्षाअनुसार जति पनि संसारमा हुन्छ, त्यसको कारण हुन्छ। दु:ख हुनुको पनि कारण छ। दु:खको कारण तृष्णा हो। तृष्णा भनेको जति भए पनि पूरा नहुने लोभ लालच भएसम्म दु:खबाट मुक्त हुनसक्दैन। दु:खबाट मुक्त हुन सक्छ। दु:खबाट मुक्त हुने बाटो पनि भगवान् बुद्धले देखाउनुभएको छ। त्यो बाटो आर्यअष्टांगिक मार्ग हो। मुख्य कुरो दृष्टि सोझो हुनुपर्ने, चित्त शुद्ध हुनुपर्ने, जे काम गरे पनि नियत राम्रो हुनुपर्ने, सम्यक् संकल्प हुनुपर्छ। बोलिवचन पनि राम्रो हुनुपर्छ। कामकारवाही पनि एकदम निस्वार्थरूपले हुनुपर्छ, सेवाभावले हुनुपर्छ। प्रयत्न गर्दा पनि मध्यम मार्ग, सम्यक्प्रयत्न हुनुपर्छ। धेरै प्रयत्न पनि गर्नुहुँदैन, अल्छि पनि हुनुहुँदैन। अनि स्मृति ठीक हुनुपर्छ। ठीक ठाउँमा होश हुनुपर्छ, सधैं सतर्क हुनुपर्छ, अनि चित्त एकाग्रता हुनुपर्छ। यो आठवटा मार्ग दु:खबाट मुक्त हुने बाटो र निर्वाण प्राप्त गर्नको लागि भगवान् बुद्धले भन्नुभएका हुन्। यसरी भगवान् बुद्धले भन्नुभएता पनि भगवान् बुद्धको पालादेखि भिक्षुहरू लोभलालचमा पर्‍यो। धेरै लाभसत्कार पाउनुमा लालच भयो। अनि भगवान् बुद्धले भन्नुभयो- **अञ्ञाहि लाभु पनिसा, अञ्ञाहि निब्बान गामिनी**। निर्वाणको बाटो अर्कै छ, लाभसत्कारको बाटो अर्कै छ।



Downloaded from http://dhamma.digital

यस कुराले के बुझिन्छ भने निर्वाण सुख दुःखबाट मुक्त हुनको लागि बिल्कुल निस्वार्थ हुनुपर्छ जस्तो लाग्छ । राम्रो काम गरे पनि फल आशा गर्नु हुँदैन । सेवाभावले काम गर्नुपर्छ । धर्म पनि नाश हुनुपर्छ, पाप पनि नाश हुनुपर्छ किनभने बुद्धको शिक्षाअनुसार आशा गरेर धर्म गरे पनि त्यसको फल भोग्न फेरि जन्म हुनुपर्छ, पाप गरे पनि विपाक भोग्नुपर्छ । त्यसैले निर्वाण प्राप्त गर्नको लागि धर्म पनि नाश हुनुपर्छ, पाप पनि नाश हुनुपर्छ । यो कुरा बुझ्न सजिलो छैन । धेरै मानिसहरूले धर्मकर्म गर्ने त्यसको परिणाम राम्रो फल भोग्ने, स्वर्गमा जाने, पछि धेरै सुख होस् भनेर नाउँ कमाउनको लागि धर्मकर्म गर्ने हुन्छ । त्यसैले धर्म पनि नाश हुनुपर्छ, पाप पनि नाश हुनुपर्छ भन्दा धेरै मानिसहरूले कुरा बुझेन, यो पच्ने कुरा भएन । जे भए पनि यदि दुःखबाट मुक्त हुने इच्छा छ भने, निर्वाण जान चाहन्छ भने निस्वार्थ हुनपर्छ, चित्त शुद्ध हुनुपर्छ । विशेषतया उहाँले भन्नुभएको छ, संगै बस्दा खेरि अप्रियहरूसंग बस्नुपर्दो रहेछ, कर्त्तव्य पालन नगर्ने, अत्तेरीहरू हुनसक्छ । बुद्धले भन्नुभएको छ, साच्चै नै सुखपूर्वक बस्न चाहन्छ भने अरूको दोषलाई बिर्सनुपर्छ, अवगुणलाई बिर्सनुपर्छ, कसैको गुण हुनसक्छ, त्यही मात्र सम्झनुपर्छ । अवगुण बिर्सन सके सुखपूर्वक जीवन यापन गर्न सक्छ । त्यसैले बुद्धको शिक्षाअनुसार निर्वाण जानको लागि तृष्णाबाट मुक्त हुनेमात्र होइन, चित्त शुद्ध हुनुपर्छ, काम गर्दाखेरि सेवाभावले काम गर्नुपर्छ तर मानिसहरू बिस्तारै भिक्षुहरूमा पनि बिस्तारै निर्वाण जाने बाटो बिराएर लाभ-सत्कार, मान पदवी पाउने आशा गरेको हुन्छ । त्यसले गर्दा निर्वाण केवल प्रार्थना मात्र भएको छ । निर्वाण पाउने बाटो राम्रो हो तर धेरै मानिसहरू, भिक्षुहरू यो बाटोबाट अलग्गिएर अर्कै बाटोतिर लागेको देखिन्छ ।

भिक्षुहरूमा पनि त्यसताकाका अर्हत्‌हरू हुन्थ्यो, मतलब बिल्कुल निस्वार्थ, निर्वाणमा पुगिसकेको । अर्हन्तमा लोभ, द्वेष, मोह, लालच, सत्कार पाउने आशा आदि हुँदैन । धर्म कर्म गर्नुहुन्थ्यो तर सेवाभावले मात्र । कुनै पनि आशा हुँदैन । एकदम निक्लेश, स्वच्छ हृदय भएको जीवनलाई अर्हन्त भनिन्छ । यहाँ राग, द्वेष, मोहादि हुँदैन ।



Downloaded from http://dhamma.digital

धेरै मानिसहरूले दान दिन थाल्यो, दान दिन ल्यायो । त्यसैले भिक्षुहरू लाभसत्कारमा फस्न थाल्यो । यो लाभसत्कार भनेको म आफू पनि भिक्षु, निर्वाणको उपदेश पनि दिने गर्दा पनि, त्यो अपवादबाट मुक्त भएको छैन । म सामाजिक सेवा गर्दछु । पहिलेको जमाना होइन । पैसा नभई केही पनि हुँदैन । म बुद्धको शिक्षा बारे पुस्तक पनि लेख्छु, प्रचार पनि गर्छु, गरीब निवारणको लागि खुब प्रवचन पनि दिन्छु । मेरो बनेपा ध्यानकुटी विहारमा गरीब बालबालिकाहरू १२ जना छन् । उनीहरूलाई खाने, लाउने, पढाउने सबै जिम्मा हामीले नै लिएका छौं । मेत्ता सेन्टर भन्ने एउटा संस्था छ । त्यसमा भिक्षुहरू पनि छन्, भूतपूर्व भिक्षुहरू पनि छन् । त्यो संस्थाले यो बालआश्रम स्थापना गर्नको लागि प्रयत्न गऱ्यो, धेरै खर्च गर्नुपर्दो रहेछ । त्यो मेत्ता सेन्टरले जिम्मा लिएको छ । त्यो मेरो ध्यानकुटी विहारमा स्थापना भएकोले मेरो पनि उत्तरदायित्व छ । जसरी भए पनि त्यो बालआश्रम टिकाउनुपर्छ । त्यसैले ममा पनि लाभ को आशा हुन्छ । सत्कार सम्मान मलाई त्यत्ति मनपर्दैन तर लाभको आशा हुन्छ किनभने पैसाबिना केही पनि काम हुँदैन । पैसा चाहिन्छ । कोही मकहाँ श्रद्धालुहरू आउँछ भने आशा हुन्छ मलाई केही दान दिएर जान्छ कि । यो आशालाई नै बुझ्नुपर्छ, दुःखको कारण हो किनभने त्यो आशाले यदि लाभसत्कार भएन भने मलाई पीर हुन्छ, दुःख लाग्छ । यही नै भगवान् बुद्धले भन्नुभएको छ, दुःखको कारण तृष्णा । लाभसत्कार, लालच हुनु दुःखको कारण हो ।

हुन त बुद्धको उपदेशअनुसार निर्वाणमा जानु छ भने त्यस्तो पीर हुने काम गर्नु हुँदैन । त्यसैले निर्वाण राम्रो छ । सबैभन्दा गाऱ्हो अरूले नराम्रो गाली गरेको, नराम्रो बोलेको, नराम्रो काम गरेको छ भने त्यसलाई बिर्सनु पर्छ । बिर्सन नसके त्यसलाई बारम्बार सम्झना गर्दाखेरि दुःख हुन्छ । सबैभन्दा गाऱ्हो आफूले अरूलाई उपकार गरेको पनि बिर्सनु पर्छ, अरूले गाली गरेको, केही नराम्रो गाली गरेको पनि बिर्सनु पर्छ । यो राम्रो कुरा हो तर व्यवहारमा उतार्ने त्यति सजिलो छैन । प्रयत्न गरे सक्छ, बिर्सन तर अस्थायी रूपमा मात्र । फेरि फेरि सम्झना आउंछ, फेरि फेरि दुःख हुन्छ । बुद्धको उपदेश सम्झना आउंछ, बिर्सनु परे बिर्सिदिन



Downloaded from http://dhamma.digital

पनि सक्छ तर स्थायी रूपमा होइन । अरूले गरेको नराम्रो काम गाली गरेको मात्रै सम्झना आउंछ । हुन त भगवान् बुद्धको अनुसार कसैलाई गाली गर्नु पनि हुँदैन । चित्त दुख्ने काम पनि गर्नु हुदैन, भरसक सतर्क भएर बस्नुपर्छ । **अप्पमादो अमत पदं** अर्थात् अप्रमाद हुन सके अमृतपद पाउन सकिन्छ । **पमादो मच्चुनो पदं** अर्थात् प्रमादी, बेहोशी भएको खण्डमा त्यो मृत्युको पथमा जाने काम हुन्छ ।

यो निर्वाणको कुरा ठूलो कुरा हो, सबैलाई मनपर्छ तर अधिकांश आजकालका भिक्षुहरू, अरू श्रद्धालु मानिसहरू पनि अर्कै बाटोतिर लाग्यो । प्रार्थना गर्ने पनि निर्वाण हो, काम चाहिं फेरि फेरि जन्म लिनुपर्ने, संसार चक्रमा घुम्नुपर्ने काममा संलग्न हुन्छ । तसर्थ निर्वाण राम्रो भए पनि धेरै टाढा हुदै गएको छ ।

भवतु सब्ब मंगलं ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# बुद्ध उत्तम मनुष्य र मार्गप्रदर्शक हुनुहुन्छ

धेरै मानिसहरूले बुद्धलाई अज्ञानतावश देवत्वमा राखेर मान सम्मान गर्छन् । तर बुद्ध त्यसप्रकारको अनावश्यक मान सम्मान र प्रशंसापेक्षी हुनुहुन्न । बुद्ध भन्नुहुन्छ- "भिक्षुहरू, लाभ-सत्कार, कीर्ति-प्रशंसा इच्छा गर्नु निष्कलंक जीवन बिताउन दुःखबाट मुक्त हुनलाई ठूलो बाधक र खतरापूर्ण छ ।" (संयुक्तनिकाय) बुद्ध मानिसमा रहेको अविद्या, अज्ञानता, अशिक्षितता, मिथ्यादृष्टि हटाउन र मानिसहरूले गर्ने अशोभनीय काम नगर्न र सम्झाउनको लागि जन्मनु भएको हो ।

बुद्ध उत्तम शुद्ध मनुष्य हुनुहुन्छ । उदाहरणको लागि एउटा घटना प्रस्तुत गर्दछु । एक दिन बुद्ध उक्कट्ठा र सेतब्या नगरबीच पैदलै हिड्नुभएको थियो । त्यसबखत द्रोण नामक ब्राह्मणले बुद्धको पादचिन्ह देखेर विचार गर्नुभयो, अवश्य यो पादचिन्हअनुसार त त्यो व्यक्ति मनुष्य होइन होला ।

उनी सरासर अगाडि जांदा बुद्ध एउटा रूखमुनि शान्तपूर्वक बसिरहनु भएको देखे । अनि बुद्ध समक्ष गएर उनले प्रश्न गरे- तपाई देवता हुनहुन्छ कि ?

बुद्ध - म देवता होइन ।

ब्राह्मण - तपाई गन्धर्व हुनुहुन्छ कि ?

बुद्ध - म गन्धर्व पनि होइन ।

ब्राह्मण - तपाई मनुष्य हो कि ?

बुद्ध - म मनुष्य पनि होइन ।

ब्राह्मण - तपाई राक्षस हो कि ?

बुद्ध - म राक्षस पनि होइन ।

ब्राह्मण - मैले सोधेको प्रश्नलाई तपाई नकारात्मक उत्तर दिनुहुन्छ । आखिर तपाई को हुनुहुन्छ ?



Downloaded from http://dhamma.digital

बुद्ध -ब्राह्मण, म देवता भए देवतामा विद्यमान कामादि आस्रव क्लेश मसंग हुनुपर्ने तर मसंग त्यस्ता विकार केही छैन । त्यसैले म देवता होइन । त्यस्तै, गन्धर्व, राक्षस तथा मनुष्यमा देखिने कामादि, ईर्ष्या, लोभ, क्रोध आदि विकार मसंग छैन । अत: संक्षिप्तमा भन्नुपर्दा म उत्तम मनुष्य हुं । अर्को शब्दले भन्ने हो भने बोध भएको बुद्ध हुं । **बुद्धोति मं ब्राह्मण धारेहि** । मलाई बुद्ध भनी सम्भ्रे हुन्छ । (अंगुत्तरनिकाय, चतुक्कनिपात)

गौतम बुद्ध सहीरूपमा त्यागी हुनुहुन्छ । सही रूपमा चित्त शुद्ध भएको महापुरुष हुनुहुन्छ । बुद्ध यथावादी तथाकारी, जसरी बोल्नुहुन्छ, त्यसरी नै काम गर्नुहुन्छ र क्रियाशील हुनुहुन्छ । साधारण मानिस जसरी बोल्छन्, त्यसरी काम गर्दैनन् । तिनीहरूको भनाइ र गराइमा फरक हुन्छ ।

बुद्ध आफू बोध भएपछि मात्र अरूलाई बोध गराउनुहुन्छ । आफू शान्त भएपछि मात्र अरूलाई शान्त हुनुपर्ने उपदेश दिनुहुन्छ । बुद्धका यी गुणहरू धेरैलाई थाहा छैन । बुद्ध मानिसलाई असल मानिस बनाउन शिक्षा दिनुहुन्छ तर वहां कसैलाई आफैंले असल बनाइदिने जिम्मा चाहिं लिनुहुन्न । **सुद्धि असुद्धि पच्चत्तं, नाञ्ञमञ्ञं विसोधये ।** (धम्मपद) शुद्ध हुनु र अशुद्ध हुनु अर्थात् सुधार हुनु, सुधार नुहुनु आ-आफ्नो हातमा छ र मनको कुरो हो ।

बुद्ध त मार्गप्रदर्शक मात्र हुनुहुन्छ । यस कुरा बुभ्राउनको लागि एउटा उदाहरण प्रस्तुत गर्दछु ।

एक दिन गौतम बुद्धकहाँ ठूला विद्वान्हरू आएका थिए । उनीहरूले बुद्धसंग प्रश्न गरेका थिए- तपाईका धेरै शिष्य-भिक्षुहरू छन् । शिष्यहरूमा, भिक्षुहरूमा धेरै जसो अनुशासित, आचरण राम्रो भएका पनि छन् । कुनै कुनै भिक्षुहरू अनुशासनहीन, आचरणहीन बेढंग आचरणका पनि छन् । किन यस्तो भएको हो ? सबैलाई किन तपाईले तालिम दिनु भएन ? अनुशासित बनाउनुभएन ?

बुद्धले भन्नुभयो- मेरो काम बाटो देखाउनुमात्र हो, राम्रो शिक्षा दिनेमात्र हो । उनीहरूले राम्रोसंग, ध्यान दिएर शिक्षा हासिल गरेर आचरण गर्नु नगर्नु उनीहरूकै हातमा छ । शुद्ध हुनु र अशुद्ध हुनु आफ्नै हातमा छ । कसैले कसैलाई शुद्ध गर्न सक्दैन ।



Downloaded from http://dhamma.digital

गौतम बुद्धले उनीहरूसित सोध्नुभयो- "तपाईहरू कहाँबाट आउनुभएको ?"

"हामीहरू राजगृहबाट आएका हौं ।"

"तपाईहरूसित कसैकसैले राजगृह जाने बाटो सोधेका छन् ?"

"छ, थुप्रै मानिसहरूले राजगृह जाने बाटो सोधेका छन् ।"

"के त ती सोध्नेहरू सबै राजगृहमा पुगछन् त ?"

"त्यो त हामीहरूले देखाएका बाटो अनुसार गएमा पुग्छ । हामीले देखाएको बाटो अनुसार गएन भने पुग्दैन । अन्तै पुग्छ ।"

बुद्ध- "त्यस्तै, महानुभावहरू, मैले पनि निर्वाण जाने, दुःखबाट मुक्त हुने बाटो देखाइदिएको हुं । मैले देखाएको बाटोमा हिंडेको खण्डमा उनीहरू दुःखबाट मुक्त हुन्छन्, ज्ञानी हुन्छन् । निर्वाण पथमा पुग्छन् । जसजसले मैले देखाएको बाटोअनुसार, अर्थात् मैले दिएको उपदेशअनुसार आचरण गर्दैन, उनीहरू त्यहाँ पुग्दैन । अनुशासित हुँदैनन् । रहनसहन आचरण राम्रो हुँदैन भने यसमा मेरो दोष छैन । उनीहरूकै दोष हो ।"

शुद्ध हुने र अशुद्ध हुने आफ्नै मनको कुरा हो । आफ्नै हातको खेल हो । दिलैदेखि आफैले नै महसूस गरेर शिक्षा हासिल गरेको खण्डमा र आचरण गरेको खण्डमा उनीहरू शिक्षित हुन्छन् । अनुशासित हुन सक्छन् । अन्यथा हुन सक्दैन । यस कुराबाट के थाहा हुन्छ भने भगवान् बुद्ध मार्गप्रदर्शक मात्र हुनुहुन्छ । (संयुक्तनिकाय)

बुद्धधर्मको देन धेरै छन् । ती देनमध्ये एउटा उल्लेखनीय स्वतन्त्र चिन्तन हो । मानव समाजको विकास निमित्त स्वतन्त्र चिन्तन अत्यावश्यक छ । यसको मतलब हो, कसैको कथनमा र पुस्तकमा लेखेको छ भन्दैमा त्यसै विश्वास नगर्ने । प्रश्न उठ्छ, त्रिपिटकलाई मान्यता दिने कि नदिने ?

अंगुत्तरनिकाय नामक ग्रन्थमा उल्लेखित कालाम सूत्रमा गौतम बुद्धले भन्नुभएको छ- सुनेको कुरामा विश्वास नगर । परम्पराको कुरामा पनि विश्वास नगर । धेरै मानिसले भनेका छन् भनेर सत्य र असत्य नै नछुट्याइ स्वीकार नगर । केवल आफ्नो मतको धर्मग्रन्थमा राम्ररी उल्लेख भएको छ भनेर विश्वास नगर । तिम्रो धर्मगुरूहरूले भनेको भनी शिरोपर



Downloaded from http://dhamma.digital

नगर । तिमीले आफ्नो स्वतन्त्र बुद्धिले (बौद्ध; हिन्दू, क्रिश्चियन, मुस्लिम आदि समप्रदायिक बुद्धिले होइन) पछिसम्म बहुजन कल्याणकारी हुने खालको भएमात्र विश्वास गर ।

गौतम बुद्धले अझ स्पष्ट भन्नुभएको छ- मैले भनेको भनी मेरा कुरामा पनि विना सम्झी विचारी विश्वास नगर । मेरो भनाइलाई आफ्नो बुद्धिको कसीमा दाँजेर हेर । जसरी सुनारले सुन परीक्षा गरेर हेर्ने हो, त्यसरी नै भिक्षुहरूले पनि मेरो वचनमा परीक्षा गरेर मात्र विश्वास गर्नुपर्छ । (अंगुत्तर निकाय)

यस्तो न्यायपूर्ण वैज्ञानिक वाणी कुनै पनि महापुरूष धर्म प्रवर्तकहरूको तर्फबाट निस्केको छैन भन्नु अत्युक्ति हुँदैन ।

त्यसो भए, के त ग्रन्थ र पुस्तकमा लेखेको केही पनि कुरालाई विश्वास नगर्ने त ? पुस्तकमा लेखेको कुराचाहिं सत्य र असत्य हो छुट्याउनको निमित्त एउटा उदाहरण भदन्त आनन्द कौसल्यायनले लेख्नुभएको केही अंश "भिक्षुको पत्र" पुस्तकबाट प्रस्तुत गर्दछु ।

सम्झनु कि तिम्रो आमाले भात आदि खाना पकाएर दिनुभयो । तिमी खाना खान बस्यौ । तिमीले भातमा बालुवा वा कंकड तथा रौं देख्यौ भने अनि तिमी के गर्छौ ? के तिम्री आमाले माया गरेर पकाएको भात भनेर आमाप्रति गौरव राखी बालुवा र रौं पनि खाने कि? अथवा बालुवा, रौं छ भनी थालीलाई फ्याकिदिने ? जहाँसम्म मलाई लाग्छ, उक्त दुवै कुरो गर्दैनौ होला । तिमीले यत्तिमात्र गर्छौ कि देखाइदिएको कंकड वा बालुवालाई चुपचाप झिकी बाकी भात तरकारी खाइदिन्छौ । यस्तै त्रिपिटक ग्रन्थमा पनि रौं र बालुवा आउन सक्छ भनी पुस्तकबारे विचार गर्न सक्नुपर्छ । जुन कंकड वा बालुवा तथा रौं दाँतले टोक्यो वा चपायो भने चुपचाप झिकेर फाल्नु वा थुक्नुपर्छ । बाकी खाइदिनुपर्छ ।

उक्त उदाहरणको माथि गौतम बुद्धले भन्नुभएको कुरा स्पष्ट हुन आउंछ । मुख्यतया स्वतन्त्र चिन्तनलाई मान्यता दिनु नै बुद्धको ठूलो देन हो भन्ने कुरामा कसैको पनि विभिन्न मत हुँदैन होला । आजको समयलाई ध्यानमा राखेर विचार गर्दा बुझ्न नसकिने कुरो के छ भने बुद्धको स्वतन्त्र चिन्तन यस्तो भए पनि अधिकांश बुद्धमार्गीहरू सिद्धार्थ बुद्धको बारेमा



Downloaded from http://dhamma.digital

कृष्ण लीला जस्तै अलंकार बुत्ता भरिएको कुरालाई पालि साहित्यमा उल्लेख छ भन्ने विश्वास गर्छन् र मान्छन् ।

केही बुद्धवचन स्मरणीय उल्लेख गर्न चाहन्छु जसले गर्दा बुद्धको महानता प्रकट हुन्छ । भिक्षुहरूमा लोभ चेतना बढ्दै गएको देख्दा बुद्धले भन्नुभयो- भिक्षुहरू, लोभ एउटा कुरालाई छोड्नु, त्यो छोड्न सके तिमीहरूलाई अनागामीत्वमा पुऱ्याइदिने प्रतिज्ञा दिन्छु । त्यस्तै अहंकार एउटा छोड्न सके तिमीहरूलाई अरहत्वमा पुऱ्याइदिनेछु भन्ने जिम्मा लिनुभयो । अरू ठाउंमा मार्ग प्रदर्शक मात्र हुं भन्ने प्रकट गर्नुभयो तर यहाँ भिक्षुहरूलाई चाहिं जिम्मा नै लिनुभयो । यस कथनले बुझ्नुपर्ने कुरा बुद्ध विश्वासिलो सामान्य मानिसको स्वरूप हो । जिम्मा लिने र प्रतिज्ञा गर्ने कुरा सबैले गर्न नसक्ने र भन्ने गर्दैन । अनुभव र अति विश्वास मात्र व्यक्तिलाई मात्र भन्ने कुरा हो ।

महापरिनिर्वाण हुने भन्दा अगाडि भिक्षुहरूलाई बोलाई बुद्धले भन्नुभयो- भिक्षुहरू, तिमीहरूमा मेरो बारेमा मैले दिएको शिक्षा बारेमा, संघको बारेमा, मेरो आचरणको बारेमा केही शंका छ भने सोध । पछि पश्चाताप नहोस् कि बुद्ध रहुंजेलसम्म हाम्रो शंका निवारण गर्न सकेन । त्यसैले अहिले नै सोध । त्यसबेला भिक्षुहरू चुप लागेर बसे । फलस्वरूप बुद्धपछि संगायना हुंदा यसै कुरालाई लिएर वादविवाद भयो । पछि गएर बुद्धधर्म थेरवाद, महायान आदिमा विभाजित हुन पुग्यो । (महापरिनिब्बाणसुत्त र अंगुत्तरनिकाय)

बुद्धले प्रचार गर्नुभएको धर्ममा कुनै प्रकारको साम्प्रदायिक भाव देखिदैन । पूर्वाग्रह छैन र संकुचितभाव पनि छैन । यो कुरा बुद्धको यस कथनले स्पष्ट हुन्छ ।

**"कुल्लुपमं वो भिक्खवे धम्मं देसिस्सामि, नित्थरणत्थाय नो गहणत्थाय"** अर्थात्, भिक्षुहरू, म धर्मलाई डुंगाको उपमा गरेर तिमीहरूलाई उपदेश दिनेछु, धर्म दुःखबाट मुक्त हुनको लागि हो अथवा पार तर्नलाई हो । डुंगा तरि सकेपछि तर्नलाई काम आउंछ भनेर टाउकोमा वा कांधमा बोकेर हिंड्नलाई होइन । (मज्झिमनिकाय, अलगद्दूपमसूत्र)

बुद्धको बारेमा यथार्थ बुझ्नलाई धेरै अध्ययन गर्न बाकी नै छ । यसको लागि भिक्षु अमृतानन्द महास्थविरले लेख्नुभएको बुद्धकालीन पुस्तकहरू पढ्न सुझाव दिन्छु ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# बूढीआमाको धर्मचेतना

धेरैजसो युवा युवतीहरूले एक दिन आफू बूढाबूढी हुनेछ भन्ने विचार गर्न सकिरहेकै छैन। सुखको पछि पछि दु:ख पनि आउँछ। दु:खको पछि पछि सुख पनि आउँछ भन्ने कुरामा मानिसहरूको त्यति चासो छैन, जानकारी छैन। यो त आफूलाई परेको अवस्थामा मात्र थाहा हुने कुरा हो। यही कुरा बुझाउनको लागि बर्माको एउटा घटना प्रस्तुत गर्न लागेको छु।

एउटी बूढी आफ्नो जीवनदेखि विरक्तिएर मध्यान्हमा घरबाट बाहिर निस्केर गइन्। कहाँ जाने ? विहारमा गएर ध्यान भावना अभ्यास गर्ने विचार गरिन्। मध्यान्ह भएकोले घाम निक्कै चर्को रूपमा तातेको छ। खूब गर्मीको महसूस भइरहेको थियो। बाटोमा एक छेउमा छायाँ भएको रूख थियो। उनी त्यही रूखको छायाँमा बस्न थालिन्। बर्मामा ठाउँ ठाउँमा बटुवाहरूलाई पिउने पानी माटोको भाँडोमा राखेको हुन्छ। बुढी आमाले तृप्त हुने गरी शीतल पानी पिइन्। त्यही नजिक १४-१५ वर्षको एक जना केटोले सोध्यो- "बज्यै, कहाँ जान लाग्नु भएको ?"

बूढी आमालो भनिन्- "अँ, म विहारमा जान लागेको नि।"

केटोले फेरि भन्यो- "बज्यै त धर्म गर्न जान लागेको रहिछिन्। विहारमा बस्ने भन्तेहरू (भिक्षुहरू) लाई दान दिनको लागि दिने केही चीज पनि छैन। गौतम बुद्धलाई पूजा गर्न फूल धूप बत्ति पनि छैन। धिक्कार रहेछ।"

त्यो केटो भने चिठ्ठा बेचिरहेको रहेछ। केटोले बूढी आमालाई भन्यो- "बज्यै, यो चिठ्ठा एउटा दिन्छु। चिठ्ठा पऱ्यो भने बज्यैको इच्छाअनुसार जे धर्म गर्नु भए पनि हुन्छ।"

बूढी आमाले चिठ्ठालाई कमरमा राखिन्। त्यहाँबाट खुरू खुरू विहारतिर गइन्। घाम त निक्कै चर्को रहेछ। मलाई त बाहिरको तापले भन्दा भित्री तापले बढी पोलेको छ। यसरी सोच्दै सरासर विहारतिर जान लागिन्। त्यहाँ पुगेर ध्यान भावना गर्ने ठाउँमा नाउँ दर्ता गरिन्। अनि



Downloaded from http://dhamma.digital

विपस्सना र सतिपट्ठान ध्यान अभ्यास गर्न थालिन् । खूब चित्त एकाग्र गरिन् ।

त्यहीं एकजना तरूणी पनि ध्यान भावना अभ्यास गरिरहेकी थिइन् । ती केटीले सोधिन्- "बज्यै, कहाँबाट आउनु भएको ? किन आउनु भएको ?"

बूढी आमाको उत्तर थियो- "हो, मैले धेरै सुख पनि भोगी सके, दुःख पनि भोगी सकें । अब जीवन देखी वाक्क र दिक्क भइ सकें । एक चोटी ध्यान भावना अभ्यास गर्न मन जागेर विहारमा आएं । नानी जस्तै तरूणी अवस्थामा यहाँ आएर ध्यान भावना गर्नुपर्ने । म तरूणी हुँदाखेरि एक दिन यस्तो बूढी अवस्था पनि आउने छ भन्ने कत्ति विचार गर्न सकिएन । थाहा पनि थिएन । म खूब राम्री थिएं र अभिमानी थिएं आफ्नो रूपको सुन्दरताले गर्दा ।"

ती नानीनले भनि- "ए, बज्यैले त बूढी अवस्थामा नै ध्यान भावना गर्न चाहेको रहेछ ।"

बूढी आमाले भनिन्- "हो नि, म तरूणी अवस्थामा खूब राम्री थिएं । त्यसैले लोग्नेले पनि खूब माया गर्ने गर्थ्यो । पछि बैस छिपेर आयो । मुखको छाला पनि सिकुरेर आयो । छातिको पोको पनि खुकुलो भएर आयो । पातलो भएर आयो । अनि श्रीमानले पनि माया मार्न थाल्यो । घरमा पनि आगो लागेर लोग्नेको पनि देहान्त भयो । अब त मेरो रूपमा सुन्दरताले त्यागिदियो । कसैले मलाई वास्तै गर्दैनन् ।" यसरी कुरा गरिरहेको बेला बाटोमा बसिरहेको केटोले दिएको चिट्ठा परेको छ भनी एक लाख पचास हजार भन्दा बढी रकम एक मुष्ठ दिन ल्यायो । बूढी आमा त खूब खुशी भइन् । विहारमा आएर ध्यान भावना अभ्यास गर्न आउँदा मन आनन्द भयो । खाना पनि पाएँ ।

विहारका प्रमुख भन्ते ज्यादै दयावान र मिलनसार हुनुहुन्छ । चाहिने सबै व्यवस्था राम्रोसंग मिलाउनु हुन्छ । अब कतै नजाने । यस विहारमा बसी ध्यान गर्ने ठाउँ, बस्ने ठाउँ पनि बनाइएको छ । म जस्तै अशरण भएको अरूलाई पनि एक कोठा र खानेको व्यवस्था पनि हुनेगरी मैले पाएको पैसा अक्षयकोषमा जम्मा गरिदिन्छु । यो पनि धर्म नै हो । भन्ने विचार गरी पैसा सबै अक्षयकोषमा राखिदिइन् । बूढी आमामा पैसाको ममता र अहंकार हराएर गयो । ध्यान अभ्यासको फल यहीं पायो ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# विश्वासपात्र बन्न सक्नुपर्छ

गौतम बुद्धले शान्तिका लागि चार गुणहरू आवश्यक छन् भन्नुभएको छ । यसलाई धम्मपद ग्रन्थमा यसरी उल्लेख गरेको छ-

**आरोग्या परमा लाभा, सन्तुट्ठि परमं धनं ।**
**विस्सासा परसा ञाति, निब्बानं परमं सुखं ।।**

अर्थात्-निरोगी हुनु ठूलो लाभ हो, सन्तुष्ट रहनु ठूलो धन हो, विश्वास सबभन्दा ठूलो ज्ञाति बन्धु हो, निर्वाण ठूलो सुख हो ।

यसबाट बुद्धकालीन समयमा पनि जनमानसमा स्वास्थ्यसम्बन्धी राम्रो व्यवस्था नभएको, मानिसहरूमा सन्तोष नभएको अथवा आधारभूत कुराहरूको पर्याप्त व्यवस्था नभएको, मान्छे विश्वासको पात्र बन्न नसकेको र दु:खबाट मुक्त हुन नसकेको रहेछ भन्ने बुझिन्छ । यहां मानिस विश्वासपात्र बन्न सक्नुपर्ने बारेमा मात्र चर्चा गरिएको छ ।

गौतम बुद्धले पारवारिक जीवन सुखमय बनाउन परस्परमा विश्वासपात्र बन्न सक्नुपर्छ भन्नुभएको छ । जस्तै: आमाबाबु र छोराछोरीबीच विश्वासपात्र बनी परस्पर कर्त्तव्य पालन गर्नुपर्छ । आमाबाबुलाई पहिलो गुरू र संरक्षक सम्झी सेवा गर्नुपर्छ । **माता मित्तं सकेघरे** अथवा आफ्नो घरमा आमालाई विश्वसनीय साथी सम्झनुपर्छ भने पत्नीले पनि आफ्नो श्रीमान्को परम विश्वासपात्र बन्नुपर्छ । श्रीमान्ले कमाएको धनको रक्षा गर्नुपर्छ । घरको काम गर्दा आलस्य गर्नुहुँदैन । श्रीमान्ले पनि आफ्नी श्रीमतीका सम्मान गर्नुपर्छ । आफ्नो शक्तिअनुसार इमान्दारीपूर्वक कमाएको धन, दौलतबाट आफ्नी श्रीमतीलाई सन्तुष्ट राख्नुपर्छ ।

त्यस्तै साथीहरू र ज्ञातिबन्धुहरूबीच पनि विश्वासपात्र बन्नुपर्ने कुरा बुद्धले भन्नुभएको छ । त्यसको लागि मानिस असल हुनु आवश्यक छ । अर्को भाषामा भन्ने हो भने मानिसले इमानदारीपूर्वक काम गर्न सक्नुपर्‍यो । चरित्र र आचरण राम्रो हुनुपर्‍यो, मन शुद्ध हुनुपर्‍यो ।



Downloaded from http://dhamma.digital

हुन त बुद्धको विचारअनुसार मानिसलाई आधारभूत आवश्यकता (गांस, बास, कपास, औषधिउपचार आदि) को पूर्ति हुनु अति आवश्यक छ, अन्यथा चाहेर पनि मान्छेको नैतिक जीवन र आचरण शुद्ध हुन सक्दैन । आध्यात्मिक उन्नतिको भौतिक सम्पत्तिसंग घनिष्ट सम्बन्ध रहन्छ । २५ सय वर्ष पुरानो भए पनि बुद्धको यो विचार अहिले पनि उत्तिकै सान्दर्भिक छ ।

फेरि एकपल्ट यहाँ विश्वासको कुरा गरौं । हिजोआज परिवार-परिवारबीच, संघ संस्थाबीच, राजनैतिक पार्टीहरूबीच, सरकार र राजनीतिक पार्टीहरूबीच अविश्वास व्याप्त छ । बुद्धको विचारअनुसार यसको मुख्य कारण सम्यक्दृष्टि अर्थात् सही समझदारी र सही सोचाइको कमी हो । विवेकबुद्धिको अभाव हो । एक ठाउँमा बुद्धले भन्नुभएको छ-

**न परेसं विलोमानि, न परेसं कता कतं ।**
**अत्तनो'व अवेक्खेय्य, कतानि अकतानि च ॥**

अर्थात्- अर्काको दोष र अरुले के गऱ्यो के गरेन भनी हेर्नुभन्दा आफ्नो दोष र आफूले के गरें के गरिनं भनी हेर्नु नै बेस छ ।

आजको समस्याको कारण नै अर्काको दोषमात्र हेर्नु हो । बुद्ध भन्नुहुन्छ, अर्काले नराम्रो काम गरेको देख्दा त्यस्तो गल्ती आफूले गरको छ कि छैन भनी हेर्नु जाति छ । दोष र गल्ती कोसंग छैन र ? गल्ती नगर्ने मान्छे खोज्न सजिलो छैन । त्यसैले आजको आवश्यकता भन्नु नै समस्या हल गर्नतिर लाग्नु हो । तर समस्या हल गर्नतिर नलागी दोष मात्र खोज्ने र विरोध मात्र गर्ने पार्टीहरूको काम भएको छ जस्तो लाग्छ । राजनीतिक पार्टीहरूले आफू सत्तामा बस्दा कसरी राज्य संचालन गरेको थियो, त्यो सबै बिर्सिएर विरोध मात्र गरिरहने हो भने त्यसले सरकारलाई भन्दा जनतालाई नै सास्ति हुन्छ । राजनीतिक पार्टीप्रति जनताको विश्वास हट्न सक्छ ।

बुद्ध भन्नुहुन्छ- विरोध त गर्नुपर्छ । आलोचना पनि गर्नुपर्छ तर रचनात्मक हुनुपर्छ, ध्वंसात्मक होइन । विरोध नगरे मान्छे स्वेच्छाचारी र छाडा बन्न सक्छ ।



Downloaded from http://dhamma.digital

नत्थि लोके अनिन्दितो अर्थात् संसारमा निन्दाबाट बच्ने मानिस कोही छैनन् । बुद्ध स्वयं पनि निन्दाबाट बच्नुभएन । सबैलाई चित्त बुझाउन सजिलो छैन । त्यसैले उहाँ भन्नुहुन्छ, **बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय** अर्थात् बहुसंख्यकलाई हित हुने गरी काम गर्नू । **सर्वजन हिताय, सर्वजन सुखाय** भनी बुद्धले भन्नुभएन । सर्वजन शब्द राम्रो भए पनि अव्यवहारिक छ, सजिलो छैन ।

बुद्ध भन्नुहुन्छ, कुरा धेरै नगर्नु, काम धेरै गर्नु । यही नै हो विश्वासपात्र बन्ने तरिका । विश्वासपात्र बन्नुपर्ने बारे बुद्धकालीन एक घटना प्रस्तुत गर्न चाहन्छु ।

एक दिन गौतम बुद्ध सार्वजनिक सडक छेउमा एक रूखमुनि बसी धर्मको कथा भनिरहनुभएको थियो । सो अवसरमा बुद्धले भन्नुभयो, प्रत्येक व्यक्तिले इमान्दारीपूर्वक कर्त्तव्य पालन गर्नुपर्छ । विश्वासपात्र बन्न सके शान्तपूर्वक बांच्न सकिन्छ र जीवन उज्ज्वल हुन्छ । यदि कसैले पैसा हिनामिना गरी काम गरेको खण्डमा सधैं सशंकित भई भय र त्रासमय जीवन बिताउनुपर्ने हुन्छ । पैसा चोरेको, हिनामिना गरेको मालिकलाई थाहा भए के होला भन्ने डर हुन्छ ।

त्यही बेला श्रोताहरूको बीच कोशलराजाकी महारानी श्यामावतीकी सेविका खुज्जत्तराले बुद्धको उपदेश सुनिरहेकी थिइन् । उनी दिनदिनै महारानीलाई जुनेली फूल किन्दा आधा जति पैसा नाफा खान्थिन् । उनले बुद्धको धर्मकथा सुनिसकेपछि त्यसदिनदेखि पैसा हिनामिना गर्ने काम छाडिदिइन् । महारानीले यो कुरा थाहा पाएपछि सेविकालाई उच्च पदमा सरूवा गरिन् ।

यहां विश्वासपात्र बनेपछि जीवन उज्ज्वल भएको देखाइएको छ । सबै मानिसहरू सबैका लागि विश्वासपात्र बन्न सकेमा शान्ति स्थापना हुन कुनै समय लाग्दैन ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# बुद्ध र स्वास्थ्य

बुद्धधर्मको लक्ष्य निर्वाण प्राप्त गर्नु हो भन्ने कुरा बौद्ध साहित्यमा उल्लेख भएको पाइन्छ। निर्वाण प्राप्त गर्नका लागि राग, द्वेष र मोहबाट सम्पूर्ण रूपमा मुक्त हुनुपर्छ। निर्वाण प्राप्त गर्नुको अर्थ यसै जन्ममा दुःखबाट मुक्त हुनु हो। मृत्युपछि कुनै खास अलग्गै सुख भोग गरी बस्ने ठाउँलाई निर्वाण भनिएको होइन। तर गौतम बुद्धले निर्वाण जस्तो गहन विषयमा सर्वसाधारणलाई बताउनु हुन्नथ्यो।

सूत्रपिटकमा उल्लेख भएअनुसार वहांले नैतिक सुधार जस्तो आवश्यक आधारभूत र सामाजिक पक्षहरूका विशेष जोड दिनु भएको पाइन्छ। निर्वाण भनेको चित्तको विशेष पवित्र अवस्था हो र चित्तको शुद्धीकरण गर्नु साधारण कुरा होइन किनकि चित्त शुद्ध गर्न बुद्धि र दृष्टि शुद्ध हुनुपर्दछ र बुद्धि शुद्ध गर्न शरीर शुद्धि हुनु पर्दछ। शरीर शुद्धिको लागि नैतिकता, आर्थिक अवस्था तथा स्वास्थ्य जस्ता आधारभूत विषयमा आधारित सुधार हुनु आवश्यक छ।

यसै सन्दर्भमा निर्वाण प्राप्तिका लागि आधार हुन गएको शरीर सुधार अर्थात् स्वास्थ्य लाभ मानव जीवनमा एक अपरिहार्य पक्ष हुन गएको छ। स्वास्थ्य लाभ बारे महिमा बताउँदै भगवान् बुद्धले कुनै पनि लाभबाट हुने सुखमध्ये निरोगी हुनु ठूलो लाभ र सुख हो भन्ने कुरा उल्लेख गर्नुभएको छ। **आरोग्या परमा लाभा** अर्थात् स्वास्थ्य लाभ नै ठूलो लाभ हो।

स्वास्थ्य एउटा यस्तो आवश्यकता हो, जुनको अभावमा सुखी हुन सक्दैन, चाहे मानिस लखपति नै किन नहोस्। अतः सबै प्राणीका लागि निरोगिता आवश्यक छ। रोग निवारणार्थ वैद्य चाहिन्छ, अस्पताल र सेवक चाहिन्छ, त्यस्तै औषधी पनि। वास्तवमा चिकित्सक तथा अस्पताल बढाउनुभन्दा रोग किन र कसरी लाग्छ भन्ने कारणको खोजी गर्नु महत्वपूर्ण तथा वाञ्छनीय



Downloaded from http://dhamma.digital

छ किनकि हाम्रो लापरवाहीले गर्दा अस्वस्थ वातावरण सृजना गरेर हामी आफ्नै अज्ञानता, आलस्य र कर्त्तव्यहीनताको शिकार भइरहेका छौं। जसको दृढतापूर्वक समाधान गर्न सकेमा स्वास्थ्य समस्या धेरै हदसम्म स्वत: समाधान हुनेछ र हाम्रो लागि एक ठूलो वरदान।

प्रसंगवश सन् १९५० मा श्रीलंकामा घटेको स्मरणीय घटना प्रस्तुत गर्न उपयुक्त देखिन्छ। एकजना धनी बौद्धले स्वास्थ्य सेवा गर्ने मनसायले हजारौं रूपियाँको लागतमा एउटा चिकित्सालय बनाई एकजना अनुभवी चिकित्सक (डाक्टर) द्वारा उद्‌घाटन गराए। उक्त उद्‌घाटनको अवसरमा ती बैद्यले भन्नुभयो, यस्तो डिस्पेन्सरी (औषधालय) खोल्ने मौका नै न आओस् अथवा खोल्न नै न परोस्।

चिकित्सक महादेयको मनसाय त्यहां भेला भएका कसैले पनि बुझेनन्। त्यसैले एकजनाले आफ्नो शंका प्रकट गरी कारण सोद्धा डाक्टरले स्पष्ट पार्दै भन्नुभयो- मेरो भनाई हो, कोही पनि रोगको शिकार नहोस्। जब कोही पनि रोगी नै हुदैन, तब यस्ता औषधालयको आवश्यकता किन पर्छ ? यो स्पष्टीकरणले सबै सन्तुष्ट भए। अत: स्वास्थ्य केन्द्र खोल्नुभन्दा अस्वस्थ हुनुपर्ने कारणको खोजी गर्नु प्रथम कर्त्तव्य हो।

रोगको प्रमुख कारण बताउदै भगवान् बुद्धले भन्नुभएको छ- पेटभर खाना नपाएमा, ऋतु परिवर्तन भएमा, वासस्थान नमिलेमा, सरूवा रोगीसंग बस्नु परेमा, विचारधारा नमिल्नेसंग बसाइ, शारीरिक कमजोर, आर्थिक अवस्था नराम्रो हुनु, सरसफाइको अभाव, आत्मग्लानी, अनावश्यक शंका आदि कारणहरूले गर्दा रोगको शिकार हुने गर्दछ। (विनय पिटक)

स्वास्थ्यलाभको मुख्य कारणहरू मध्ये सरसफाइ र स्वच्छ पिउने पानीको व्यवस्था हुनु पनि हो। दुर्भाग्यवश यी दुबै आधारभूत पक्षहरू हाम्रो देशमा अभाव छन्। विदेशी पर्यटकहरू भन्दछन्- नेपाल प्राकृतिक सौन्दर्यको धनी हो भने फोहर मैलाको साम्राज्य नै हो। नेपालमा स्वास्थ्य र सफाइ सम्बन्धी मन्त्रालय नै छैन कि ? अथवा जनतामा सफाइ सम्बन्धी चेतना वा जिज्ञासा नै छैन कि ? नगर सफाइको लागि नगर पालिका भन्ने पनि छैन कि ?



Downloaded from http://dhamma.digital

यथार्थमा गरेर नहुने के छ र ? यस सन्दर्भमा बनेपाको चर्चा गरौं । दस पन्ध्र वर्ष पहिले पंचायतकालमा बनेपावासीहरूमा सडकको दुवैतिर दिशा फेर्ने बानी थियो । बनेपा नगरपंचायत बनेपछि तत्कालीन प्रधान पंच सुरेन्द्र वादेको पहिलो अभियान सफाइको थियो । धेरै जसो घरमा एउटा चर्पी बनाउनको लागि दुइबोरा सिमेन्ट र सेप्टिटैंकको लागि ४ वटा कंक्रिट स्ल्याबहरू निशुल्क वितरण भयो । यो सफाइ सम्बन्धी अनुपम सुधार हालका अन्य नगरपालिकाहरूले पनि सिक्न योग्य छ तर बनेपामा पर्याप्त पानीको व्यवस्था नभएकोले चर्पी प्रयोगमा नल्याई फेरि स्वच्छ हावामा खुल्ला ठाउंमा फेर्ने बानी बसालियो । चर्चा छ, हालको बनेपा नगरपालिकामा पर्याप्त पैसा छंदा पनि वर्तमान नगर प्रमुखले सदुपयोग गर्दैनन् ।

महामानव गौतम बुद्धको विचार अनुसार सफाइको लागि प्रत्येक व्यक्तिको चेतना जाग्नु जरूरी छ । उहांले भिक्षुहरूलाई पनि नित्यकर्मको रूपमा कुचो लगाउनु पर्ने नियम बनाउनुभयो । कुचो लगाउनु, सफाइको दृष्टिकोणले मात्र नभई परिश्रमी बन्ने शील स्वभावको कारण पनि बनेको छ । जुन भिक्षुले कुचो लगाउने आदि सफाइ गर्दैन, उसको शील-नियम पूरा हुँदैन । ऊ अशुद्धशील, प्रज्ञाहीन भई दुःखबाट मुक्त हुन सक्दैन भनी भिक्षुहरूको लागि स्वास्थ्यलाभ र असल हुनको लागि नभई नहुने गुणको रूपमा बनाइएको नियम ज्यादै घटलाग्दो र मनन योग्य छ ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# नौलो जन्मोत्सव

आफ्ना साथीभाइ र नाताकुटुम्बहरूलाई खाना खान निमन्त्रणा गरी मीठा मीठा खानाहरू खुवाउने र उनीहरूबाट आशीर्वाद लिई जन्मोत्सव मनाउने चलन त पहिलादेखि नै चल्दै आइरहेको छ। जन्मदिनको उपलक्ष्यमा आ-आफ्नो भाषामा दीर्घायु होस्, शुभकामना, Happy Birth Day आदि भन्दै पाहुनाहरूले उपहार प्रदान गर्ने चलनचल्ती छ हाम्रो समाजमा। फेरि आजभोली त जन्मदिनमा समाज सेवाको लागि जग्गा दान गर्ने र असहाय बूढाबूढीहरूलाई लुगाफाटो र खाद्य पदार्थ दान गरी सेवा गर्ने चलन पनि चल्दै आइरहेको छ।

आजभोली हाम्रो समाजमा पनि नौलो ढंगले जन्मोत्सव मनाउनुपर्ने देखिन्छ। उदाहरणको लागि बर्माको एक व्यक्तिले आफ्नो जन्मदिन समाजसेवा कार्य गरी नौलो तरिकाले मनाएको घटना प्रस्तुत गर्न उचित ठान्दछु।

म्यानमार (बर्मा) का एक युवकले जन्मदिन मनाउनको लागि उसको जन्मकुण्डली ज्योतिषकहाँ लगी देखाएछ। जन्मकुण्डली हेरी ज्योतिषले उसको उमेर २० वर्षपुग्ने र जन्मदिन भोलिपल्ट नै रहेको कुरा पत्ता लगाई बताइदिएछ। ज्योतिषबाट यो कुरो सुनिसकेपछि त्यस युवकले यसरी सोच्यो- "मैले बीस वर्षसम्म केही पनि उल्लेखनीय काम गर्न सकिन। यही जन्मदिनदेखि मैले राम्रा र रचनात्मक समाजसेवा कार्य गर्दै लानुपर्‍यो।"

यति सोची उसले जन्मदिनको उपलक्ष्यमा विहारमा गई बुद्धमूर्ति समक्ष दुबै हात जोडी प्रार्थना गर्नथाल्यो, "हे बुद्ध, आज मेरो जन्मदिनको शुभ उपलक्ष्य पारी आजदेखि नै मैले अरूहरूको जीवनमा सुख पुर्‍याउने कार्य गर्न सकुँ। समाजसेवा सम्बन्धि कार्य सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्दै जान सकुँ।"



Downloaded from http://dhamma.digital

यति कामना गरी ऊ त्यहाँबाट उठी बाहिर निस्क्यो । विहारको आँगनलाई सफा सुग्घर पार्दै कुचो लगाउन थाल्यो उसले । विहारबाट बाहिर आउँदा उसले एक बूढी आमैले आफ्नो भारी उठाउन नसकी एक सहयोगी व्यक्तिको आशा लिई पर्खिरहेकी देख्यो । सहयोग गर्ने भावना बोकेका त्यस युवकले बूढीलाई सोध्न पुग्यो- "काकीलाई केही चाहिएको छ ?"

बूढीले भनिन्- "बाबु, मैले यो भारी उठाई मेरो टाउकोमा पुऱ्याउन सकिन । त्यसैले कसैले मलाई सहयोग गर्न आउँछ कि भन्ने आशा लिई हेरिरहेकी ।"

यति सुन्ने बित्तिकै त्यस युवकले बूढी आमैको टाउकोमा भारी उठाई राखिदियो ।

बूढी आमैले त्यस युवकको सहयोगी भावना र सहयोग कार्य देखी खुशी हुँदै उसलाई जय होस् भनी आशिर्वाद दिइन् ।

यसरी आशीर्वाद लिनको लागि त सहयोगी भावना लिई राम्रा कार्यहरू गर्नुपर्दो रहेछ । त्यसैले जन्मदिनको उपलक्ष्यमा धेरैजसो मानिसहरूले आफ्ना साथीभाइ र आफन्तहरूलाई खाना खुवाउँदै राम्रा राम्रा आशीर्वादहरू लिने चलन धेरै राम्रो र अर्थपूर्ण रहेको देखिन्छ ।

त्यहाँबाट त्यस युवक अगाडि बढ्यो । बाटोमा एक अधबैसे मानिस रक्शीले मात्तिदै आएर उसलाई नै लात्तिले हान्दै उल्टो त्यही युवकलाई रिसाउँदै भन्नथाल्यो- "ए, तैंले मलाई किन घचाडेको हँ ?"

त्यस युवकले थाहा पायो, त्यो जँड्याहा व्यक्ति स्मृतिहीन भएकोले ऊ बाटोमा राम्ररी हिंड्न पनि सकेको छैन । उसलाई आफ्नो बाटो पनि थाहा छैन । तर त्यस युवकलाई त्यो जँड्याहाको घरसमेत थाहा रहेछ । त्यसैले त्यस भलादमी युवकले त्यो जँड्याहालाई मोटरमा राखी उसको घरसम्म पुऱ्याइदियो । घरमा पुग्नेवित्तिकै जँड्याहाको छोराले आफ्नो बुबाको हालत र दुर्दशा देखी साह्रै लजायो र दुःखी बन्नपुग्यो । अनि उसले आफ्नो जँड्याहा बुबाको अगाडि हात जोड्दै भन्नथाल्यो- "यसरी रक्सीले मात्तिदै तपाईले हाम्रो किन बेइज्जत पार्नु भएको ?" यति भन्दै आफ्नो घरसम्म आफ्नो बुबालाई पुऱ्याउन आएका भलादमी युवकलाई पनि धन्यवाद दिई बिदा दिई पठायो ।



Downloaded from http://dhamma.digital

त्यहाँबाट त्यस युवक सरासर आफ्नो बाटो लाग्यो । जाँदा जाँदा उसले बाटामा दुइवटा कुकुरहरू झगडा गर्दै बलियो कुकुरले निर्बल कुकुरलाई घाँटीमा टोक्दै लछारपछार गरिराखेको देख्यो । यी दृश्य देख्ने बित्तिकै उसले टोकिराख्ने कुकुरलाई लट्ठीले कुटेर दुइवटा कुकुरलाई छुट्टाइदियो । यसरी एउटा निर्बल कुकुरको ज्यान बचाइदियो ।

त्यहाँबाट पनि सरासर अगाडि बढ्दै ऊ आफ्नै घरमा आराम लिन पुग्यो । त्यही बखतमा उसको ढोकामा कसैले ढ्कढकाएको आवाज सुनियो । ढोका उघारेर हेर्दा त एउटी तरूणी केटी उभिराखेकी देख्यो । कारण बुझेर हेर्दा थाहा पाइयो, ती केटीलाई ४२ नम्बरको घर पत्ता लगाउनु परेको रहेछ । घर पत्ता लगाउन नसकी मद्दत माग्न आएकी रहिछ ।

अनि त्यस युवकले ४२ नंम्बरको घर खोजेर पत्ता लगाइदियो । तर त्यो घरमा त देहअव्यापारको लागि आएका केटीहरू बेच्ने धन्दा गर्ने आइमाई बस्दै आएकी रहिछ । यो कुरो ती दुबैलाई थाहा भएन । त्यसैले त्यस महिलाले भन्यो-म "मेरो श्रीमान् बाहिर जानुभएको छ, त्यसैले एकछिन पर्खनुस् है ।"

यो कुरो सुनी केटीलाई पुऱ्याउन आउने युवकलाई अलि शंका लाग्नथाल्यो । त्यस आइमाईको डरलाग्दो अनुहार देखी केटीलाई पनि शंका लाग्न थाल्यो । त्यस महिलाले केटीलाई भित्र लगे पनि युवक बाहिर कुरिरह्यो । फर्केर गएन । घरपति आइमाईले त्यस केटीलाई पनि अरू केटीलाई जस्तै बेच्ने दाऊ खोज्न थालिन् । केटीले यो कुरो थाहा पाई चिच्याएर कराउन थालिन् । अनि त्यस आइमाईले उनीलाई पिटेर बेहोश पारिन् ।

बाहिर कुरिरहेका केटाले केटी चिच्याएको सुनी शंका लागी पुलिस बोलाएर ल्याई केटी बेचेर खाने आइमाईलाई पक्रेर थानामा लग्यो ।

कुरा बुझेर हेर्दा थाहा पाइयो, त्यस केटीले २४ नम्बरको घर खोज्नु पर्नेमा गल्तीवश ४२ नम्बरको घर खोज्न पुगेको रहेछ । केटीले आफ्नो गल्ती महशूस गरी फेरि २४ नम्बरको घर खोजी भेट्टाउन सफल भयो । २४ नम्बरको घरमा पुगेपछि त्यस केटीले आफ्नो मामासंग भेट्न पायो ।



Downloaded from http://dhamma.digital

मामाचाहिंले आफ्नी भान्जीलाई एक युवकले पुऱ्याउन आएको देखेपछि शंका गर्दै भान्जीलाई सोधपूछ गर्न थाल्यो- "त्यो केटा को हो ? तिमी गुण्डा पछि लगाउँदै घुम्ने गर्छौ कि कसो ?"

केटीले आफ्नो मामाको शंका निवारण गर्नको लागि आफूलाई आइरहेको आपद् र घटनाबारे विस्तृत विवरण बताउँदै भन्न थालिन्- "मामा, यी युवक गुण्डा होइन । यिनले गरेर नै मैले विपत्तिबाट बच्न सफल भएँ। यिनी दयावन्, देवता र धार्मिक स्वभावका व्यक्ति हुन् ।" यति भनी त्यस युवकलाई धन्यवाद दिँदै नमस्कार गरी विदा दिई पठाए ।

त्यस युवकले त्यहाँबाट विदा मागी आफ्नो घर फर्के । घर पुगी फुर्सदको समयमा उसले आफ्नो जन्मदिनको उपलक्ष्यमा के कति परोपकार र समाजसेवा गर्न पाएँ भनी सम्झँदै गए । सबै कामहरू सम्झेपछि त्यो केटोको मन खूब हर्ष विभोर भई मनमा एक प्रकारको अनौठो आनन्द अनुभव हुनथाल्यो। जन्मदिनको उपलक्ष्यमा अन्य देवदेवीको मन्दिर गई पूजाआजा गर्नुभन्दा अरूको भलों र उपकार हुने कार्य गरी नौलो तरिकाले जन्मदिन मनाएको यस कार्य सराहनीय देखिन्छ । यस कार्यको हामी सबैले आदर्श लिन योग्य छ ।

✿ ✿ ✿



Downloaded from http://dhamma.digital

# मैत्री भावना

१. अहं अवेरो होमि, अब्यापज्जो होमि, अनीघोहोमि, सुखी अत्तानं परिहरामि । दुक्खामुच्चामि, यथालद्ध सम्पत्तितो माविगच्छामि कम्मसका ।।

२. मम आरक्खदेवता, अवेराहोन्तु, अव्यापज्जाहोन्तु, अनीघाहोन्तु, सुखीअत्तानंपरिहरन्तु, दुक्खा मुच्चन्तु यथालद्ध सम्पत्तितो माविगच्छन्तु, कम्मसका ।।

३. इमस्मिं आरामे आरक्ख देवता पठ्टाय भुमठ्ट देवता, रुक्खत्थ देवता, आकासत्थ देवता, सब्ब देवतायो अवेराहोन्तु, अव्यापज्जाहोन्तु, अनीघाहोन्तु, सुखीअत्तानं परिहरन्तु, दुक्खा मुच्चन्तु यथालद्ध सम्पत्तितो माविगच्छन्तु, कम्मसका ।।

४. मम माता पिता आचरिया ञातिसमूहा, उपासक उपासिका अम्हाकं चतुपच्चय दायका, पटिघपुग्गला, वेरीपुग्गला, पियपुग्गला, मज्झत्थपुग्गला, अवेराहोन्तु, अव्यापज्जाहोन्तु, अनीघाहोन्तु, सुखी अत्तानंपरिहरन्तु, दुक्खा मुच्चन्तु, यथालद्ध सम्पत्तितो माविगच्छन्तु, कम्मसका ।।

५. अम्हाकं गोचर गामे जेठ्टक मनुस्से आदिंकत्वा सब्बेसत्ता, सब्बेपाणा, सब्बेभूता, सब्बेपुग्गला, सब्बेअत्तभाव परियापन्ना, सब्बा इत्थियो, सब्बेपुरिसा, सब्बे अरिया, सब्बे अनरिया, सब्बेदेवा, सब्बे मनुस्सा, सब्बे विनिपातिका अवेराहोन्तु, अव्यापज्जाहोन्तु, अनीघाहोन्तु, सुखी अत्तानं परिहरन्तु, दुक्खा मुच्चन्तु, यथालद्ध सम्पत्तितो माविगच्छन्तु, कम्मसका ।।



Downloaded from http://dhamma.digital

६. पुरत्थिमाय दिसाय, पच्छिमाय दिसाय, उत्तराय दिसाय, दक्खिणाय दिसाय़ पुरत्थिमाय अनुदिसाय, पच्छिमाय अनुदिसाय, उत्तराय अनुदिसाय, दक्खिणाय अनुदिसाय, हेठ्ठिमाय दिसाय, उपरिमाय दिसाय, सब्बेसत्ता, सब्बेपाणा, सब्बे भूता सब्बेपुग्गला, सब्बेअत्तभाव परियापन्ना, सब्बाइत्थियो, सब्बेपुरिसा, सब्बेअरिया, सब्बे अनरिया, सब्बे देवा, सब्बे मनुस्सा, सब्बे विनिपातिका अवेराहोन्तु, अव्यापज्जाहोन्तु, अनीघाहोन्तु, सुखी अत्तानंपरिहरन्तु, दुक्खा मुच्चन्तु, यथालद्ध सम्पत्तितो माविगच्छन्तु, कम्मसका ॥

७. उद्धं याव भवग्गा च अधोयाव अवीचितो समन्ताचक्कवालेसु ये सत्ता पथवीचरा अब्यापज्जानिवेराच निदुक्खा च नुपद्दवा। उद्धं याव भवग्गाच अधोयाव अवीचितो समन्ता चक्कवालेसु ये सत्ता उदके चरा अब्यापज्जा निवेराच निदुक्खा च नुपद्दवा। उद्धं याव भवग्गा च अधोयाव अवीचितो समन्ता चक्कवालेसु ये सत्ता उदके चरा अब्यापज्जा निवेराच निदुक्खा च नुपद्दवा। उद्धंयाव भवग्गाच अधोयाव अवीचितो समन्ता चक्कवालेसु येसत्ता आकासेचरा अब्यापज्जा निवेराच निदुक्खाच नुपद्दवा ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स

# आमाको गुण

पार कसरी हुने आमाको गुणले ।
सेवा गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

गर्भवास रहँदाखेरि, कति दुःख भोग्नु भयो,
मलाई दुःख होला भनी कति मुख बार्नु भयो ।
अति कष्ट सहनु भई, जन्म दिनु हुने आमालाई,
भक्ति गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

दिसा पिसाब गर्ने भन्न नजानी जथाभावी फोहर गर्थें,
गन्हाउने र घिनलाई सहनुभई सफा पारी पखाल्नु हुन्थ्यो ।
नोकर सरि दुःख पाउनुभई हुर्काउनुहुने आमालाई,
टहल गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

तेल घसी माया गर्नुहुन्थ्यो आफ्नो काखमा राख्नुहुन्थ्यो
मुख हेरी मुस्कुराउँदै दुःख सबै बिर्सनु हुन्थ्यो
अमृत धारा दूध खुवाउनु हुँदै हुर्काई दिने आमालाई
सेवा गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

खाउँ पिउँ भन्न जाँदिन मैले समय समयमा पिलाउनु हुन्थ्यो,
जुन काममा अल्झिंदा पनि मलाई नै सम्झिराख्नु हुन्थ्यो ।
रातदिन मेरो प्यारो राजा भन्दै अंगाली राख्ने आमालाई,
भक्ति गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

एक दुई पटक मात्र खोक्दा पनि अतिनै पीर लिनु हुन्थ्यो,
गहभरी आँसु पार्नुहुँदै डाक्टर बैद्य जँचाउनु हुन्थ्यो ।
कनिका छरी पञ्छाउनु हुँदै बचाइराख्नुहुने आमालाई,
भक्ति गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

पाँच वर्ष लागेदेखि अक्षर पढाउन थाल्नुभयो,
फकाई फूलाई अनेक जतन गर्दै इलम कमाई दिलाउनु भयो ।
विवाह कर्म गरिदिनु हुँदै हर्षित बन्ने आमालाई,
सेवा गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

हाम्रो लागि दु:ख भोग्नु हुँदै उमेर पनि धल्कि सक्यो,
हात खुट्टा शिथिल बनी हलचल गर्न नसकिने भयो ।
अनि तिमीहरुकै भरमा भनी आधार लिने आमालाई,
तहल गर्न सकिन मैले यो पापी मनले ॥

यो अनमोल चोला, फेरि पछि पाइने होइन,
लाख चौरासी घुमी फिरी मुक्त हुनको लागि दिएको ।
माया मोह जालमा फसी चेतना लिन सकिन मैले
अब के गरुं हे शास्ता ! व्यर्थमा सिद्धिने भइयो ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# विघ्नबाधा हटेर जाने सूत्र

१. हेतु पच्चयो
२. आरम्मण पच्चयो
३. अधिपति पच्चयो
४. अनन्तर पच्चयो
५. समनन्तर पच्चयो
६. सहजात पच्चयो
७. अञ्ञमञ्ञ पच्चयो
८. निस्सय पच्चयो
९. उपनिस्सय पच्चयो
१०. पुरेजात पच्चयो
११. पच्छाजात पच्चयो
१२. आसेवन पच्चयो
१३. कम्म पच्चयो
१४. विपाक पच्चयो
१५. आहार पच्चयो
१६. इन्द्रिय पच्चयो
१७. झान पच्चयो
१८. मग्ग पच्चयो
१९. सम्पयुत्त पच्चयो
२०. विप्पयुत्त पच्चयो
२१. अत्थि पच्चयो
२२. नत्थि पच्चयो
२३. विगत पच्चयो
२४. अविगत पच्चयो होतीति



Downloaded from http://dhamma.digital

Downloaded from http://dhamma.digital

## लेखकका छापिसकेका अन्य पुस्तकहरु

१. नेपाल चीन मैत्री
२. बौद्ध दर्शन
३. बुद्ध र व्यवहारिक धर्म
४. पञ्चशील
५. शान्ति
६. नारी हृदय
७. पेकिङ्ग स्वास्थ्य निवास
८. बौद्ध संस्कार (दो.सं.)
९. बौद्ध जगतमा स्वास्थ्य सेवा
१०. निरोगी
११. बुद्धको विचारधारा
१२. मैले बुझेको बुद्धधर्म
१३. बौद्ध नैतिक शिक्षा (भाग १)
१४. बौद्ध ज्ञान
१५. "बुद्ध र बुद्ध धर्मको संक्षिप्त परिचय
१६. धर्म चिन्तन
१७. बौद्ध ध्यान (विपस्यना ध्यान)
१८. सम्यक शिक्षा (भाग-१)
१९. आर्यसंस्कृति
२०. आर्यशील र आर्य मार्ग
२१. सम्यक शिक्षा (भाग-२)
२२. सम्यक शिक्षा (भाग-३)
२३. निन्दाबाट बच्ने कोही छैन
२४. बुद्धकालीन प्रजातन्त्र र समाजवाद
२५. नारीहरूमा पनि बुद्धि छ
२६. बुद्धकालिन संस्कृति
२७. बुद्धकालिन संस्कृति र परिस्थिति
२८. पहिलो गुरु को हुन् ?
२९. बुद्धको संस्कृति र महत्त्व
३०. क्षान्ति र मैत्री (अनु. वीर्यवती)
३१. धर्म र हृदय
३२. बोध कथा र बौद्ध चरित्र
३३. कर्म र कर्मफल (अनु. भिक्षु संघरक्षित)
३४. भिक्षु जीवन (अनु. भिक्षु संघरक्षित)
३५. दश संयोजन (अनु. भिक्षु संघरक्षित)
३६. २१ औं शताब्दिमा बुद्धको शिक्षा किन ?
३७. चित्त शुद्ध भए जीवन उज्ज्वल हुनेछ
३८. धर्म जीवन जिउने कला
३९. बुद्धको जीवनोपयोगी शिक्षा
४०. नक्कली देवता
४१. बुद्ध र बुद्धको धर्म
४२. समाजको लागि बुद्धको शिक्षा
४३. मानिसलाई असल बनाउने बुद्धको शिक्षा
४४. व्यवहारिक प्रज्ञा (अनु. भिक्षु संघरक्षित)
४५. अमूल्य धन (अनु. भिक्षु संघरक्षित)
४६. बुद्धको चमत्कार (तपाईको हातमा छ)

Downloaded from http://dhamma.digital

## लेखकका प्रकाशित नेपालभाषाका अन्य पुस्तकहरु

१. गौतम बुद्ध
२. बुद्धया अर्थनीति (संयुक्त)
३. तथागत हृदय
४. त्याग
५. दश संयोजन (सं.)
६. भिक्षुया पत्र (भाग १)
७. भिक्षुया पत्र (भाग २)
८. पेकिङ्ग स्वास्थ्य निवास
९. बौद्ध शिक्षा
१०. न्हापां याम्ह गुरु सु ?
११. माँ-बौ लुमन
१२. हृदय परिवर्तन
१३. बौद्ध ध्यान (भाग-१)
१४. बौद्ध ध्यान (भाग-२)
१५. बाखं (भाग-१)
१६. बाखं (भाग-२)
१७. बाखं (भाग-३)
१८. बाखं (भाग-४)
१९. बाखं (भाग-५)
२०. बाखं (भाग-६)
२१. भिक्षु जीवन
२२. भिंम्ह मचा
२३. बाखँया फल (भाग-१)
२४. बाखँया फल (भाग-२)
२५. धम्मचक्कप्पवत्तन सुत्त
२६. क्षान्ति व मैत्री
२७. बोधिसत्त्व
२८. मूर्खम्ह पासा मज्यू
२९. श्रमण नारद (अनु.)
३०. ईर्ष्या व शंका
३१. चरित्र पुचः (भाग-१)
३२. चरित्र पुचः (भाग-२)
३३. योगीया चिट्ठी
३४. पालि प्रवेश (भाग-१)
३५. पालि प्रवेश (भाग-२)
३६. धर्म मसीनि
३७. सर्वज्ञ (भाग-१)
३८. सर्वज्ञ (भाग-२)
३९. दुःख मदैगु लँपु
४०. शिक्षा (भाग-१)
४१. शिक्षा (भाग-२)
४२. शिक्षा (भाग-३)
४३. शिक्षा (भाग-४)
४४. दान
४५. चमत्कार
४६. बुद्धया व्यवहारिक पक्ष धर्म
४७. व्यवहारिक प्रज्ञा
४८. दीर्घायु जुइमा
४९. ज्ञान मार्ग (भाग-१)
५०. ज्ञान मार्ग (भाग-२)
५१. बौद्ध नैतिक शिक्षा
५२. भिंगु बन्धन
५३. मन् म्हसिइकेगु गय् ?
५४. संस्कृति
५५. बुद्धया करुणा व ब्रह्मदण्ड
५६. धर्मया ज्ञान
५७. कर्म व कर्मफल
५८. अमृत दान

मुद्रक- न्यू नेपाल प्रेस, फोन नं. ४४३४८५०, ४२५९०३२

Downloaded from http://dhamma.digital