

आयसहापरिडन मयादी
क. परिडनभिवस महास्थविर रेजपा
याता विज्याम

चतुरारक्ष - भावना

व

संवेजनीय देशना

भाय् ह्यूमह
भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर

धर्मरत्न अभिनन्दन समारोह समिति, यल

चतुरारक्ष भावना

व

संवेजनीय देशना

उपदेशक

अग्गमहापण्डित सयादो ऊ. पण्डिताभिवंस महास्थविर

भायू ह्यूह्य

भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर

Dhamma.Digital

सम्पादक

धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली'

प्रकाशक

धर्मरत्न अभिनन्दन समारोह समिति

यल ।

प्रकाशकः

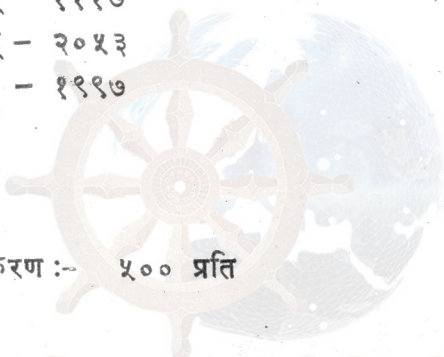
धर्मरत्न अभिनन्दन समारोह समिति
यल ।

बुद्ध सम्बत् - २५४०

नेपाल सम्बत् - १११७

विक्रम सम्बत् - २०५३

इस्वी सम्बत् - १९९७



ह्लापांगु संस्करण :- ५०० प्रति

Dhamma.Digital

मूल्य :- १०/-

थाकू :

जोशी मुद्रणालय (प्रा.) लि., क्वाको ललितपुर, फोन नं. ५-२१४७९

साधुवादया सः छसः

धार्मिक गतिविधी क्षेत्र निगू दु । भौतिक क्षेत्र व आध्यात्मिक क्षेत्र अथवा लौकिक क्षेत्र व लोकोत्तर क्षेत्र । प्रत्येक क्षेत्रयागु उच्चस्थ स्थिती थ्यंका बीफुगु क्रियाकलापत नं निधी कथं ब्वथले ज्यू । शमथ ध्यान क्षेत्र व विपश्यना ज्ञान क्षेत्र । लौकिक दृष्टिकोणं शमथ ध्यान हे उच्चस्थ स्थिती थ्यंका बीगु बहुमूल्य रत्न समानगु अबस्था खः । अले लोकोत्तर दृष्टिकोणं उच्चस्थ स्थिती थ्यंका बीगु विपश्यना ज्ञान बहुमूल्य रत्न समानगु अबस्था खः । बहुमूल्य रत्न मालेगु, लुइकेगु व दयेका कायेगु अःपु मजू । मालाः लुइका दया वइगु अबस्थाय नं उकियात संरक्षण याये थाकु । उकिं न्हवःनिसें हे आरक्षाय प्रबन्ध व सुरक्षाय व्यवस्था तस्सकं महत्त्वपूर्ण जू । शमथ ध्यानरूपी रत्न व विपश्यना ज्ञानरूपी रत्न दयेका काये मास्ति वःपि धार्मिक क्षेत्रया सज्जन वर्गपिसं उगु रत्न माला, लुइका काये न्हवः हे उगु उगु रत्नत बांलाक संरक्षण याना तये फइकथं आरक्षाय प्रबन्ध व सुरक्षाय व्यवस्था यायेगु अत्यावश्यक जू । उकियात हे क्वातुसे च्वंगु दृष्टि तथा आचार्य, प्राचार्य; अनुभवी विद्वत्जनपिसं चतुरारक्ष भावना ह्लापां वृद्धि यायेगु, भाविता यायेगु, नीति निर्देशन विधाथकाः विज्याःगु जुल । व नीति निर्देशन अनुरूप भाविता याइपि साधक साधिकापिसं ध्यान भावना क्षेत्रय् वयेयःगु थीथीकथंयागु बाधा अडचन निवारक व विध्वंसक तत्त्वतय्त् याउँक अःपुक चीका हटेयाना मदयेका छ्वये फइगु जुयाच्वन । उकथं बिघ्न बाधातय्त् चीका मदयेका छ्वयेगु आरक्षाय प्रबन्ध व सुरक्षाय व्यवस्था याये मफुत धाःसा शमथ ध्यान रत्नयागु उच्चस्थ अबस्था व विपश्यना ज्ञान रत्नयागु घातर्थेगु प्रकाश

(७)

लाभ याये फइ मखुगु व दइ मखुगु जुयाच्चन । उकिं थुपिं निगुलि
अमूल्य रत्नत लाभ याये अःपुइकेत लाभ जूगु रत्नयात नं बांलाक
संरक्षण याना तये फयेकेत चतुरारक्ष भावना आरक्षा व सुरक्षाया
लागी तस्सकं घिसिमिसिघाःगु, शत्रुतयूसं आक्रमण याना स्यंके मफइगु
गढ समानगु जुयाच्चन । उगु गढ ह्लापां निर्माण याना सुरक्षित जुया
चवनेया निति प्रत्येक साधक साधिकापिसं प्रयत्नपूर्वक सततरूपं सचेत व
जागरूक जुया इपिं प्यंगू आरक्षा भावना थःथःपिके मदयेकुसे मगाःगु
जुयाच्चन । संक्षिप्तकथं गुकथं गथे भाविता याये माली घयागु
थुइकेया निति परित्राण सूत्रय् उल्लेख जुयाच्चंगु पालियात वःकया
क्वय् उल्लेख याना तयागु अनुसारं काव्यात्मक रूप बिया तयागु
जुल ।

अध्ययन व अभ्यास सुलभ जुइकेया निति
आरक्षा भावना प्यंगू

१. बुद्धानुस्मृति

बुद्धानुस्मृति व मैत्री, अशुभ मरणस्मृति ।
आरक्ष भावना प्यंगू, शीलवान भिक्षुं ध्यान या ॥
अनन्त विस्तृत गुणया, गुणानुस्मरण याना ।
ध्यान या बुद्धिमान भिक्षुं, बुद्धानुस्मृति निसें ॥
वासनायुक्त क्लेशत, थःथःमं दक्व त्वाःह्लाना ।
घातर्थे शुद्ध पूजनीय, जुया बिज्यात सदा सदा ॥
त्रिकालगत सर्वधर्म, सम्यक् रूपं स्वयं मुनि ।
सर्वाकारं सीयेकाव, सर्वज्ञताय् ध्यना बिज्याः ॥
विपश्यनादि विद्या व, शीलादि चरणं हनं ।
दक्व सिद्धि नं सम्पन्न, गगनय् थ्यूह्य सूर्यर्थे ॥

(ग)

शुभ-स्थानय् बांलाक ध्यंहा, व्यर्थवचन मदुहा नं ।
त्रिविध लोक दक्वं हे, स्यूहा मदयेक ल्यंपुत्यं ॥
थी थी गुणया खानी, सर्व सत्वोत्तम जुल ।
छ्चला थी थी उपायत, यात दान्त सुदम्यपि ॥
सर्व लोकया याकःचाहा, शास्ता व अनुशासक ।
भाग्यैश्वर्य गुणादिया, सर्वोत्तम निधि जुल ॥
सर्वधर्मय् प्रज्ञा दुहा, सर्वसत्वय् दया दुहा ।
आत्मार्थ परार्थ निगुलि, साधक गुण जेष्ठक ॥
दयां पारमी पूर्ण याना, प्रज्ञां थःत थत कया ।
सर्वधर्मैत थः छ्वया, काल थत सकसितं ॥
खं जक खनेवं हे नं, रूपकायं अचिन्तिय ।
असाधारण ज्ञानार्द्यय्, धर्मकायय् ला धायेगु छु ? ॥



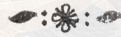
२. मैत्र्यानुस्मृति

थःगुथे सकलसियागु, याना सुखया कामना ।
क्रमशः यायेगु भावना, मैत्रीयागु सकसितं ॥
गथे जि ह्निथं सुखी जुइयः, निदुःखी व निरामयी ।
वथे मध्यस्थ व वैरी, जुइमा सुखी ह्निथं जिथे ॥
थुगु ग्रामीण क्षेत्रय् व, अले मेमेगु राज्यय् नं ।
चक्रवालय् च्वंनाच्वंपि जुइमा सुखी सदां इपि ॥
छ्चाःखयरं चक्रवाल, अनन्तय् दुपि प्राणीपि ।
भूत पुद्गल सकलें, जुइमा सुखी थवं थवे ॥
वथे मिसा मिजंपि व, आर्य अनार्यपि हनं ।
देव नर अपायठ, भिगुलि दिशाय् दुपि इपि ॥



३. अशुभानुस्मृति

सविज्ञानक शुभ समगु,	अशुभ समाविज्ञानक ।
खंका अशुभ ध्व कायय्,	मुनि या भाविताशुभ ॥
वर्ण संस्थान गन्ध व,	अवकाश आशय कथं ।
प्रतिकुलगु ध्व कायय्,	अशुभ स्वीनिता दव ॥
शरीरय् आश्रित दक्वं,	घच्चायापु दुनें पिनें ।
लिधंसा जक सुचि वया,	ह्य ला दुर्गन्धय् दियु ॥
साःगालय् त्वंतथे ध्व ह्य,	असुचि दया वःगु खः ।
दुनें अशुचि जाःगु ध्व,	जाःगु पाइखानार्थे जुल ॥
जाःगु चिकं थलथे हे,	ह्निथं अशुचि बाः वयु ।
थीथी त्वंतय् बास ध्व खः,	पाके जूगु घाः सरी ॥
कैथे त्वय्थे घाःथे जुया,	दुःखं जाःगु ध्व देह खः ।
मदु उपचार घच्चायापु,	तज्यागु दुर्गन्ध घः सरी ॥



४. मरणस्मृति

फसं ह्याःगु मत तुल्य,	आयु प्रवाह फुइबलय् ।
कतः सीथे सीगु खंका,	या ध्यान मरणस्मृति ॥
महासम्पत्तिशालीपि	थन गथे सिनाच्चन ।
वतोथे हे जि नं छन्हु,	अवश्यं सी मालीतिनि ॥
उत्पत्तिया नापं तु हे,	मरण नं सदां वयु ।
मरणया निति मौका नं,	ज्यानमारार्थे माला जूयु ॥
बुलुहुं लिहां मवःसे हे,	न्ह्याबले न्ह्याज्याज्यां वन ।
उदयाचलं अस्ताचलय्,	सूर्यथे ब्वाइगु जीवन ॥
हाब्लसा लःप्वः खसुतिथे,	लःध्वः वान्की तनीगुथे ।
घातक शत्रुथे वयात,	गबले गने नं मज्यु ॥

यशस्वी बली प्रतापी व, बुद्धि वृद्धि जितेन्द्रीणि ।
घात यात वं तत्क्षणां हे, भीथेंजापिन्त घायेगु छु ? ॥

जुइगु प्रत्यय वैकल्य, बाह्य अध्यात्म उपद्रव ।
जुइगु क्षण क्षणय् नाश, मदु पलख नं स्थिर ॥
सौका भय मरणया, ध्वीका क्षणिक जीवन ।
याये माल भावना वृद्धि, मरणानुस्मृति घका ॥



थुपि प्यंगू आरक्ष भावनाया महत्त्वयात बांलाक ध्वीका
बीया निति २५३ सालं म्यान्माया पण्डिताराम सासन यैताया
प्रमुख ओवादाचरिय अग्गमहापण्डित सयादो ऊ. पण्डिताभिवंस
महास्थविरं अन्तराष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, शङ्खमूलय् सतिपट्टान
विपश्यना ध्यान शिविर सञ्चालन याना बिज्याःगु अबस्थाय् ह्तिथया
उपदेश कथं ह्तापां कना बिज्याःगु ध्व आरक्ष भावना उपदेश जुल ।
टेप भरे याना तःगु भाय् हिला टेप जुयाच्चंगु टेपयात उपासक
घर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली'या पाखें थःगु अस्वस्थ अबस्थायात तकं
च्यूताः मतसे थःमं हे कम्प्यूटरे भरेयाना अथक परिश्रम पूर्वक सफूया रूप
बिया थौं सज्जन वर्गपिनि न्ह्योने न्ह्यव्वया बिज्याना च्वन । वसपोल-
यागु मनोभावनायात व क्रियाकलापयात साधुवाद मब्युसें मगाः ।
सज्जन वर्गपिसं थुगु अतिकं मू दुगु चीधं जुया नं घात्थें म्यसु दुगु
सफू ब्वना अभ्यास नं याना अमूल्यरत्न लाभ याना काये फत घाःसा
वसपोलयागु उगु प्रयास लाभदायी जुल घका भाःपी दइ । ध्व हे
साधुवादया सः छसः तया थःगु छुं खँ थनं तुं क्वचायेका च्वना ।

तथागतया जिन शासन चिरस्थायी जुइमाः ।

विश्वशान्ति विहार
मीनभवन, नयां बानेश्वर
काठमाडौं ।

शिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर

निगू शब्द

सौभाग्यं २०४७ साल व २०४९ सालेथें हे २०५० साले नं
अन्तरराष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, शङ्खमूले म्यान्मा राष्ट्रया पण्डिताराम
(विपश्यना) महासी सासना यैता रंगून ध्यानकेन्द्रया प्रमुख आवादा-
चरिय महोपकारक सयादो अग्रमहापण्डित भदन्त पण्डिताभिवंस
महास्थविर बिज्याःगुलि वसपोलया निर्देशनय् २२ न्हु तक विपश्यना
ध्यान अध्ययन अभ्यास यायेगु मौका प्राप्त जुल । उगु अवसरे
वसपोल सयादोनं हित्थं शिविरय् च्वंपिन्त बर्मी भाषां बिया बिज्याःगु
उपदेश मध्ये थ्व ह्लापां बिया बिज्यागु चतुरारक्ष भावना व संवेग
उत्पन्न ज्वीकीगु उपदेश खः । उकियात भदन्त ज्ञानपूर्णक महास्थविरं
नेपालभाषां व्याख्या याना बिज्याःगु खः ।

बुद्ध शासन-चिरस्थायी यायेत प्यंगू परिषद् जुयाच्चंपि
भिक्षु, भिक्षुणी, उपासक, उपासिका खः । थुपि प्यंगू परिषद्
बल्लाःसा जक बुद्ध शासन सुचारुरूपं न्ह्यावने फ़ै । थुपि प्यंगू परिषद्
बल्लाकेत शील समाधि प्रज्ञां युक्त ज्वी फुसा हे जक सम्भव दु ।
शीलं काय व वचनयात संयम यायेफु तर न्ह्यागु ज्या यायेत नं
ह्लापां न्ह्यावनीगु चित्तयात संयम यायेत भावना हे मात्र छपु लँपु
खः । उगु भावना मार्गे वनेबले भीत अनेक बिघ्न बाधा वेफु । उगु
अवस्थाय् आरक्षा यायेत घका वसपोल सयादोनं बिया बिज्याःगु
उपदेशत मध्ये थुगु चतुरारक्ष भावना व संवेग उत्पन्न ज्वीका बीगु
उपदेश भीत ह्लापां हे मदेकं मगाःथें ताल । तसर्थ अन्तरराष्ट्रिय बौद्ध
भावना केन्द्रं २२ न्हु तकयागु उपदेश टेप भरे यानातःगु कया हानं
छको न्यना न्यना उकियात च्वया सङ्कलन याना लिपा उकियात
षःमं हे थुलिनि सःसःथे कम्प्युटरे टाइप यानागु खः । मेगु फुक कापी
हे तिति ।

थुगु उपदेशं भी उपासक उपासिका योगी साधकपिसं वसपोल श्रोवादाचरिययागु निर्देशन अनुसार अप्रमाद पूर्वक थुकियात आघार भरोसा कया भावना क्षेत्रे न्हावने फतघाःसा अवश्य नं भीगु कल्याण जुया भीथाय् बुद्ध शासनयात चिरस्थायी याये फइ धैगु जित विश्वास दु ।

वसपोल सयादोनं थःगु उपदेशत प्रकाशय् हयेत अनुमति बिया बिज्याःगुलि पूज्य सयादो ऊ. पण्डिताभिवंस महास्थविर प्रति सादर अभिवादन सहित आभार व्यक्त यानाचवना । अथे हे वसपोलयागु उपदेशत सफूयारूपे प्रकाशनया निति सयादोयाके अनुमति कया प्रकाश यायेत तक नं प्रेरणा बिया बिज्याह्य सयादो ऊ. आसभाचार प्रति नं आभार व्यक्त यानाचवना । वथे हे थुगु सङ्कलनयात स्वया थःगु अस्वस्थ जुयाचवंगु शरीरयात नापं पर्वाह मयासे थुकियात शुद्ध याना बिज्याना थःगु मन्तव्य सहित अध्ययन व अभ्यास सुलभ जुइकेया निति सरलपूर्वक काव्यात्मकरूपं नं चवया बिज्यागुलि वसपोल भदन्त ज्ञानपूर्णक महास्थविर प्रति नं आभार व्यक्त यानाचवना । नापनापं जिगु छुं भतिचा ज्यायात कया आपालं बौद्ध संघ संस्थापि मुंका सकसिमु पाखें नं सहृदयपूर्वक अभिनन्दन समारोह याना जिगु नांयात च्वछाया जितः प्रेरणा बिया हानं थुगु सफू प्रकाश यायेत माक्व अभिभार बहन याना सफू प्रकाश याना बिज्याःगुलि अभिनन्दन समारोह समितिया सम्पूर्ण परिवारपिन्त दुनुगलंनिसं कृतज्ञता देछाया चवना । अन्तस सफू इलय् हे पिकया व्यूगुलि जोशी प्रेसयात नं धन्यवाद मब्युसे च्वनेमफु ।

आशा एवं विश्वास दु थुगु सफू पाखें विपश्यनया इच्छुक सकसित नं लाभ हे ज्वी ।

भवतु सब्बमङ्गलं

२०५३ माघ १९ गते
शङ्खमोलचोक, नयां बानेश्वर

उपासक
धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली'

पिका: पाखे

वंगु २०५३ साल श्रावण ५ गते कुन्हु बौद्ध समाजय् नां दंह्य विद्वान भाजु धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली' जुयात थीथी बौद्ध संघ संस्थाया दुजःपिं मुना अभिनन्दन समारोह याना हनागु जुल । नापं थुवले हे भाजु महेन्द्र रत्न शाक्यजुं च्चया विज्यागु वसपोलयागु संक्षिप्त जीवनीया सफू छगू नं पिथनागु जुल । भीसं विद्वान भाजु धर्मरत्न शाक्यजुयात अभिनन्दन-पत्र देछाया हनेगु ज्या यायेदत, थ्व बांलाःगु हे ज्या जुल । आः वया भीसं वसपोलयात सम्मानस्वरूप मेकथं नं हने माःगु दु । मेकथं हनेगु घयागु वसपोलं अथक परिश्रम याना मुनातःगु जीवनोपयोगी वसपोलयागु आपालं अप्रकाशित सफूत बुलुहुं प्रकाशय् हया बिइगु खः । थुकिया लागि फुपिसं थुकथं धर्म चित्त उत्पत्ति यायेमाःगु दु ।

धर्मरत्न शाक्यजुया अप्रकाशित सफूत मध्ये थ्व “चतुरारक्ष भावना व संवेगनीय देशना” छगू नं खः । धर्मरत्न अभिनन्दन समारोह हनेगु ज्याय् ग्वाहाली कथं मुंगु आर्थिक सहयोगं समारोह हनेगु नापं ल्यंगु दामं वसपोलयागु हे अप्रकाशित सफूत मध्ये छगू प्रकाशित यायेगु घयागु फुक्कसिया सहमति दुगु जुया थुगु सफू छगू पिथनेगु ज्या यानागु जुल । थुगु सफू छुं भचा मगाःगु दां समितिया दुजःपिसं हे फुगुचाःगु ग्वाहाली याःगु जुल । नापं थुगु सफू ससम्मानस्वरूप वसपोल धर्मरत्न शाक्य जुयातनतुं द्रहलपियागु जुल ।

ध्यान भावना ज्ञान लाभ लायेत मदयेकं मगाःगु, प्यंगू आरक्षा भावनाया महत्त्व व उकिया निति निर्देशनया विषय जुयाच्चंगु सर्वोपयोगी थुगु सफू पिकाये दया धर्मरत्न अभिनन्दन समारोह समिति थःत घन्य भाः ज्युगु जुल ।

(ख)

थुगु प्यंगु आरक्षा भावनाया विषययात कया म्यानमाया
ओवाडाचार्य अगममहापण्डित सयादो ऊ. पण्डिताभवंस महास्थविर
पाखें वंगु २०५० सालय् जूगु विपश्यना ध्यान शिविर ज्वःछिं शिविरय्
चवंपिं साधक साधिका योगीपिन्त धर्मोपदेश बिया बिज्यागु मध्यय्
ह्लापांगु स्वन्हु तक्कया जूगु उपदेश मुना खः । बर्मी भाषं जूगु थुगु उप-
देशयात भदन्त ज्ञान पूर्णिक महास्थविर पाखें नेवाः भाषं हिईका थुइका
बिज्यागु खः । थुगु उपदेशयात विद्वान भाजु धर्मरत्न शाक्यजु पाखें
सकसित नं विपश्यना सम्बन्धि ज्ञान लाभ जुइमा घयागु हेतुं आपालं
मेहनतयाना सफूया रूप व्यूगु जुल । थुगु सफुतिं ध्यान भावना
अध्ययन एवं अभ्यास याइपिन्त अबश्य उपयोगी सिद्ध जूवनी घकाः
भाःपिया ।

अन्तय् थज्याःगु उपयोगी सफू समितिया पाखें पिकायेका
बिया बिज्याःह्य सफूया सम्पादक विद्वान भाजु धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली'
जु प्रति कृतज्ञता देछाया च्वना । थुगु सफू पिथनेत प्रेस सम्बन्धि सम्पूर्ण
कार्यं भार क्वबिया ज्या पूर्वका बिज्याःह्य समितिया दुजः भाजु
शाक्य सुरेनयात आपालं सुभाय् बियाच्वना, नापं प्रेस परिवारपिन्त
नं सुभाय् ।

Dhamma.Digital

हेराकाजी बज्राचार्य

अध्यक्ष

धर्मरत्न अभिनन्दन समारोह समिति, यल ।

चतुरारकख भावना

देशना

भगवान बुद्धया शासन दुगु अवस्थाय् जन्म कया च्वनापि भीपि खः । थःपिगु जन्म सार यायेया निति ध्यान भावना भीसं याना च्वनागु खः । शारीरिक शक्ति, मानसिक शक्ति नित्ता प्रकार-यागु शक्तियात सबल याना बीफूगु, सक्षम याना बीफूगु ध्यान, भावना जुया च्वन । थुकीयात भीसं याउँसे अःपुसे च्वंक याना वने फयेके माःगु जुया च्वन । अथे जुया गुरु-परम्परानिसें कनेगु क्रम दयाच्चंगु चतुरारकख भावना बिधिनिसें कया छलपोलपिन्त थौं उपदेश याये त्यना ।

ध्यान भावना भाविता यायेगु अवस्थाय् साधक साधिका योगीपिन्त गुलिखे गुलिखे सुबिधाया आबश्यक जू । चिलाये मलाये दनाच्चवनीगु चित्तयात चिलाये मलाये मदक, थातं तयेबहः जू । अथे यायेत दकले ह्लापां चतुरारकख भावना बृद्धि यायेगु ह्लापानिसेंयागु परम्परा दयाच्चंगु दु । अप्वलं अप्वः अभ्यस्त योगीपिसं थुगु भावना-यागु विशेषताया बारय् अबश्य न्यनातये धुकूगु ज्वी । तर न्यने धुकुगु खँयात नं हानं छको न्यनेगु अवस्थाय् ह्लापा स्पष्ट मजूनिगु खँ स्पष्ट जुया वैगु जुयाच्च्वन । उकिं हानं छको न्यनेमाल घकाः भीसं मनय् मतःसे आः कने त्यनागु उगु भावनायागु विषययात भीसं हानं न्यना च्वनागु खः ।

नृपि योगीपि, साधक साधिकापिनिगु निति ला चतुरारक्ष भावना घयागु भाविता याये हे माःगु घर्म जुयाच्चन । थुगु उपदेशयागु क्रमय् थःपिसं याये माःगु भावनायागु खँघात ध्वीका भाविता याना वनेगुपाखँ याउँसे अःपुसे च्वंक विपश्यना भावनायात भीसं बृद्धि याना यंके फइगु जुयाच्चन । उकिं थौं उगु चतुरारक्ष भावनायात हे संक्षिप्तं गुकथं भावना यायेगु घैगु विधिसहित कने त्यना ।

लच्छि यंकं सञ्चालन जुइगु थुगु ध्यान शिविरय् दकसिबे ह्लापांगु थ्व उपदेश खः । थौंयागु दिनय् चतुरारक्ष भावनानिसें उपदेश जुइगु बांलाःगु खँ जुल । गुपि व्यक्तिपिसं प्राणीपिन्त लाभ जुइगु, उपकार जुइगु ज्या खँ याइगु खः, उगु अबस्थाय् इमिगु निति आरक्षा व संरक्षण घैगु तस्सकं आवश्यक जू । आरक्षा व संरक्षण बांलाक दःसा तिनि हे जक थःपिसं याना च्वनागु ज्यायात निर्बिघ्न पूर्वक, छुं हे बाघा अडचन मदयेक सुख पूर्वक सञ्चालन यायेफैगु जुयाच्चन । थःके दुगु थौं थौंथीकथंयागु विघ्न बाघा वथेंतुं मेमेगु बिघ्न बाघातय्त नं चीका छवयेत आरक्षाया व्यवस्था, संरक्षणया व्यवस्था अत्यावश्यक खः ।

शिविर सञ्चालन याइपि व्यक्तिपिसं नं आरक्षाया निति घका न्हयवः हे सुरक्षाया व्यवस्था याना तैतयेगु चलन चल्ती दया च्वंच्वन । अय्सां नं थ्व ध्यान भावनाया क्षेत्रय् आध्यात्मिक विघ्न बाघा हटेयाना याउँसे अःपुसे च्वंगु वातावरण सृजना यायेत, वथेंतुं बाह्य बिघ्न बाघायात नं हटेयाना आनन्द पूर्वक छुं हे भय अन्तराय मदयेक ध्यान भावनाया ज्यानिसें कया सम्बन्धित विभिन्न ज्या खँयात सुचारु रूपं न्ह्याका यंके फयेकेत आरक्षाया व्यवस्था यायेगु, सुरक्षाया निति छुं नं छुं सञ्चालन याना तैतयेगु तस्सकं लोगु प्रबन्ध खः ।

‘चतुरारक्ख’ घैगु शब्दय् चतु+आरक्ख घैगु निगू शब्द ज्वरेजुया च्वंगु दु । ‘चतु’ घैगु प्यंगू खः, आरक्ख घैगु रक्षा याइगु, सुरक्षा याइगु, संरक्षण याइगु घैगु खः । अथे जूयानिति थ्व प्यंगू प्रकारयागु आरक्षा बिधियात भीसं संक्षिप्तकथं न्यनावने फुकथं भीसं

आरक्षायाम् व्यवस्था याये । ध्व आरक्षायाम् व्यवस्था भी पुलां
पुलांपि गुरु आचार्यपिसं अथे हे संरक्षणया निति घका प्राप्त याना
बिज्याःगु महत्वपूर्णांगु गुण धर्म खः । थुकी प्यंगू गुणाङ्ग दुध्याना
च्वंगु दु ।

दकले ह्लापांगु गुणाङ्ग खः “बुद्धानुस्मृति” । भगवान् बुद्ध-
याके दया च्वंगु गुणयात बार बार दोहरे त्योहरे याना लुमंका च्वनेगु
वाःचायेका स्मृति तथा च्वनेगु खः ।

निगूगु चतुरारक्ख भावना खः संसारे दुपि प्राणीपिगु प्रति
हितोपकारयागु भावना । इमिगु हित व कल्याण जुइगु कामना याना
व भावनायात गुलि फत्त उलि फैले यायेगु, व्यापक जुइक प्रसार याना
यंकेगु खः ।

अनं लिपा थःगु शरीरय् विभिन्न प्रकारयागु अङ्ग प्रत्यङ्गत
दयाच्वंगु दु; गुगु बांमलाःगु स्वभावं जायाच्वंगु दु, फोहरगु स्वभावं
जाया च्वंगुदु; मयैपुसेच्वंगु स्वभावं जायाच्वंगु दु व मयैपुसेच्वंगु
शरीरयागु अङ्ग प्रत्यङ्गतयत् मयइपुगुकथं अनुभव याये फयेक बार
बार ध्यान तथा वाः चायेका च्वच्वनेगु भावनायात भावना याना यंका
च्वच्वनेगु स्वंगूगु अङ्ग खः ।

प्यंगूगु अङ्ग - ध्व जीवन छन्हु अन्त जुया वनीतिनि, मरण
अवश्यम्भावी खः, छन्हु भी ध्व संसार तोता सिना वनेमानी धैगु खँय्
होश दयेका च्वच्वनेगु, स्मृति तथा च्वच्वनेगु, उकियात भाविता
याना यंका च्वच्वनेगु खः । थुकथं ध्व प्यंगू अङ्ग युक्त जुया च्वंगु
भावना यायेगुयात हे चतुरारक्ख भावना घका धैतःगु खः । उगु
चतुरारक्ख भावनायात सत्कार सन्मान पूर्वक भाविता याना अभ्यास
याना यंका च्वच्वनेगु उकीयात, माने यायेगु, गौरव तय्गु खः, उकी
विश्वास दुग्घनीगु खः ।

यदि भीसं भगवान् बुद्धयागु अनन्त गुणमध्यय् मुख्य मुख्यगु
गुणयात बांलाक दुने दुनेनिसे वाःचायेका, सीका अथवा ध्वीका काये
मफुत धाःसा विभिन्न गुणं युक्त जुया बिज्याःह्य भगवान् बुद्धयागु
गुणयात सही रूपं मस्यूतले वसपोलयागु प्रति भीके दुगु श्रद्धा उलि

क्वातुसे च्वनीमखु, भीगु आस्था उलि घिसिघाइ मखु । तर गुबले भीसं भगवान बुद्धयागु अनन्त गुणमध्यय् विशेष रूपं दयाच्वंच्वंगु गुता गुणय् नं दकसिबे ह्लापांगु छगू जक गुणयात क्व क्वजिक सीका दुग्गयेक सीका, बांलाक सीका अम्यास याना वन घाःसा व दुग्गयेक स्यूगु छगू गुणयापाखें हे भगवान बुद्धयात भीसं सही रूपं श्रद्धा तये फयावैगु जुया च्वंच्वन । श्रद्धा वःसा तिनि वसपोलयागु प्रति गुकथं गौरव वृद्धि यायेमागु खः, सत्कार सम्मानयागु भाव स्वैके दया वयेमाःगु खः, व सत्कार सम्मानयागु भाव उहासिके दया बइ । उकिं अथे दयेका यंकेया निरिति मेमेगु गुणया सिकं नं दकसिबे ह्लापांगु वसपोलयागु गुण घर्म “अरहं” गुण छगू जक भीसं क्वथीक वाःचायेका यंकल घाःसां हे आरक्षा भावनायागु भाव दुदंक पूवनीगु जुया च्वंच्वन ।

“अरहं” घका लुमंकेगु अवस्थाय् खालि शब्द जक लुमंका मयंकुसे वसपोलयात छाया अरहं घाःगु खः, उकिया अर्थ समेतं खंका वने खन, वनेफत घाःसा भन हे ग्यसु लाइगु जुया च्वंच्वन । भी साधारण मनूतय्के राग दु, द्वेष दु, मोह दु अने तनेयागु क्लेश घर्मत बिलिबिलि जाया च्वंच्वंगु दु, तर वसपोल तथागतयाके, वसपोल सम्यक्सम्बुद्धयाके राग घैगु नं मदये घुंकल, द्वेष घैगु नं मदये घुंकल, मोह घैगु नं मदये घुंकल । वसपोल तथागत क्लेशं निलिप्तह्य जुया विशुद्धह्य व्यक्ति जुया बिज्याये घुंकल । परिशुद्धह्य व्यक्ति जुया बिज्याये घुंकल । वसपोल परिशुद्ध जुया बिज्याःगु, यच्चुसे च्वना बिज्याःगु, विशुद्ध जुया बिज्याःगु नं मेमेपिथें साधारण कथं मखु ।

अरहन्त आवाकपि नं राग, द्वेष, मोह इत्यादि अलग्ग जुया बिज्याये घुंकुपि खः, अथेसां नं वसपोलपिके वासना घैगु संस्कार, जिना च्वंच्वंगु स्वभाव, ल्यंदया च्वनीगु जुया च्वंच्वन । भगवान बुद्धयाके अथे वासना घैगु संस्कारयागु चिह्न, संस्कारयागु छापततकं ल्यनी मखुगु जुयाच्वन । अथे वासना समेतं मदयेक राग, द्वेष, मोह इत्यादि क्लेशं अलग्ग जुया, विशुद्ध जुया बिज्याःह्य वसपोल “अरहं” खः घका भीसं गुबले चायेका यंकेगु खः, वसपोलयागु प्रति भीके श्रद्धा

विलिबिलि जायावैगु जुयाचवन । व हे श्रद्धां वसपोलया प्रति भीके गौरव नं वृद्धि जुयावैगु जुयाचवन । वसपोलयागु प्रति गौरव वृद्धि जूलिसे वसपोलयागु सदुपदेशया प्रति नं भीके गौरव वृद्धि जुयावैगु जुयाचवन । अर्हतपिनिगु क्लेश मदैगु व भगवान बुद्धया क्लेश मदैगुली पाःगु नं व हे कथं खः । अर्हतपिसं क्लेश मदयेका बिज्याःसां वसपोलपिके वासना धैगु ल्यं दनिगु जुया च्वंचवन । सयादो नं उपमा बिया बिज्यात :-

गथे तस्सकं तस्सकं कडागु वासः तयातःगु सिसि अथवा अय्ला सिसि, व अय्ला सिसि अय्ला फुनावना वैत सिला छवसां नं तातक अय्लाखय् थुना तैतये धुकूगु, अय्लाखं जिना चवने धुकूगु जुया व सिसीच्वंगु व अय्लायागु वासयात भीसं तंका छवये फैमखु । व पुलांगु सिसि नंतुना स्वलकि हानं अय्लायागु वास उकी दया हे च्वंचवनीगु जुया चवन । वथेंतुं तस्सकं कडागु वासः तैतःगु सिसि स्वल घाःसा नं व वासःयागु वास व सिसी चवना च्वंचवनीगु जुया चवन । काचाकक व सिसी दुनेच्वंगु वासःयागु वासयात मदयेका छवये फैमखुगु जुयाचवन । वासः फूगु गुलिखे दये धुकूसां नं वासःयागु गन्ध व सिसिया दुने ल्यना च्वंचवनीगु जुया चवन । वथेंतुं हे अर्हतपिके क्लेश मदैगु धैगु नं क्लेश ला मन्त खः, तर उकी क्वात्तुसे फिना तःथें याना दयेका तयेधुकूगु गुगु वासना रूपी स्वभावत खः, इपि तने मफूगु जुया च्वंचवन । तर भगवान बुद्धयाके क्लेश मदैगु उकथं मखु, भ्याः भतिचा हे वास समेतं मल्यंक; पुलांगु संस्कार दयाचवन, छापत दयाचवन, वासना दया च्वंचवन घाये म्वाक, घाये मजीक सदां सदां हे यच्चुसे च्वनीगु कथं वसपोलयाके क्लेश मदयेधुकीगु जुया चवन । उकथं क्लेश मदये धुकूहा वसपोल तथागत जूयानिति वसपोलयात “अरहं” घका प्रशंसा याना तयातःगु खः । अरहं धैगु गुण वसपोलयाके दया च्वंचंगु खः । उकिं वसपोलयागु व “अरहं” गुण रूपी भावनायात क्वक्वजिक भाविता याना यंकेगु बखते ह्यापांयागु आरकख भावना भीसं पूर्वका कायेफैगु जुया चवन । सिद्ध यायेफैगु जुया चवन । वसपोल तथागतयागु निर्मल गुण, विशुद्ध गुण, परिशुद्ध गुणयात सीका

काये फँगु खः, खंका काये फँगु खः, वसपोल गुलितक क्लेशं अलग्ग जुया विज्याह्य खः घँगु भीसं थुयावँगु खः । उगु अवस्थाय् भीके गुगु श्रद्धा उत्पन्न जुइ व साधारण कथंयागु श्रद्धा मखुसे दुनेंनिसें हे पिज्वँगु कथंयागु श्रद्धा ज्वी ।

उकथं वसपोलयाके दुगु गुगु कारण गुण खः; व कारण गुणया प्रति दुग्ययेक ध्यान तथा वसपोलथें जाःह्य तथागतयागु शरण्य् बना च्वंच्वनापि जिपि वसपोलया शिष्य धायेका च्वंच्वनापि जिपि अर्थे अर्थे चनाचवने मजिल । जिमिके दुगु थ्व मभिगु स्वभावत, क्लेशत, खितित, हाकुगु नुगःत यचुका यंके फयेंके माल । अलेतिनि जिमित अजागु विशुद्धगु मनोवृत्ति दयेका कायेगु अवसर चूलाइ, व दयेका तय्माःगु आबश्यक नं जुया च्वंच्वन खनि, अले तिनि वसपोज तथागतया शरण वना च्वंच्वनापि जिपि जुइ घँगु खँ महसूस याना यंके फँ, वाःचाय्का यंके फँ, नुगलं खंका यंके फँ ।

अथे नुगलं खंका यंके फुलिसे हे भीके वसपोल तथागतया प्रति भन भन हे श्रद्धा वृद्धि जुयावया वसपोलं विद्या विज्यागु उपदेशया प्रति नं गौरव वृद्धि जुजुं वै । उकिं दकसिबे ह्यापां वसपोल भगवानया प्रति श्रद्धा उत्पन्न ज्वीकेगु, गौरव उत्पन्न ज्वीकेगु अत्याबश्यक खः । व गौरवं याना हे भीत थःत थःमं शुद्ध यायेया निति आवश्यक खनि घँगु प्रेरणा प्राप्त ज्वीगु जुया च्वंच्वन । उजागु प्रेरणा गुलि गुलि भीसं दयेका यंके फत उलि उलि हे भीगु निति सुरक्षा प्राप्त ज्वीगु जुया च्वंच्वन, आरक्षा दँगु जुया च्वंच्वन, भय अन्तरायं भीपि मुक्त ज्वीफँगु जुया च्वंच्वन । अथेया निति वसपोल तथागतयाके दुगु गुण घर्मयात, “अरहं” गुणयात भीसं वाःचायेका यंके फयेंके माल । व “अरहं” गुण दुगु कारणं याना हे भगवान बुद्ध संसार्य् दकसिबे परिशुद्धह्य निर्मलह्य विशुद्धह्य व्यक्ति जुया बिज्याःगु खः । उकियाना छसिकथं भीसं थःके दुगु गुगु क्लेश धर्मत खः, व क्लेश धर्मतय्त भावनायागु अभ्यासं बुलुहुं बुलुहुं सीका थ्वीका चीका मदयेका वने फँगु जुयाचवन । उजागु प्रतिफल भीत प्राप्त ज्वीगु खः । अथे हे थःके दुगु क्लेश धर्मत मदया भीपि नं यच्चुसे पिच्चुसे च्वना वनीगु बखते दुने दया

च्वंच्वंगु भी गुलि नं शत्रुत खः, मभिगु स्वभावत खः; व स्वभावत गथेकि शारीरिक मभिगु स्वभाव, वाचसिक मभिगु स्वभाव, मानसिक मभिगु स्वभावत तना वनीगु अवस्थाय भीत शान्ति सुरक्षा प्राप्त ज्वीगु जुया च्वंच्वन, संरक्षण प्राप्त ज्वीगु जुया च्वंच्वन । दुनेयागु संरक्षण जक मखुसे भगवान बुद्धयागु गुणयात लुमंकेबलप् पिनेयागु संरक्षण नं प्राप्त ज्वीगु जुया च्वंच्वन ।

भगवानं उकि घजग्गसूत्रय आजा दयेका तैविज्याःगु खः; “यदि सुं भिक्षुपि सुं वसपोलया शिष्य शिष्यापि गनं जंगलय् वना, एकान्त थासय् वना ध्यान भावना इत्यादि या वनीगु अवस्थाय छुं गथि जुया मने भय वल, त्राश चाया वल, चिमिसं ब्वंवं दना वल घाःसा उगु अवस्थाय भिक्षुपि छिमिसं भगवान बुद्धयागु गुणयात लुमंकि, घर्म-यागु गुणयात लुमंकि, संघयागु गुणयात लुमंकि ।”

अथे बुद्ध, घर्म, संघयागु गुणरूपी सुरक्षा व संरक्षण दत घाःसा छु ज्वीले ? “भय” अन भय घैगु नं दैमखु; “छम्भित्त” घैगु त्राश चाइगु स्तम्भित जुइगु नं दैमखु, “लोमहंस” घैगु चिमिसं ब्वंवं दनीगु नं दैमखु, भिक्षुपि” घका वसपोल तथागतं थुकथं पिनेयागु भय विघ्न बाधा अन्तराययात नं हटेयाये फैगु खँ आजा दयेका बिज्याना तैतःगु दु । उकि भीसं ध्यान भावना यायेगु अवस्थाय आरक्षा भावनायात पलख जक जूसं नं ह्यसीका भगवान बुद्धयागु गुणयात लुमंका वसपोल भगवान “अरहं” जुया बिज्यात घका उकथं भाविता याना यंकेगु थःत थःमं आरक्षा यायेगु खः, सुरक्षाया व्यवस्था यायेगु खः, संरक्षण दयेका कायेगु खः ।

वसपोल सयादोनं आजा जुया विज्यात :- भगवान बुद्ध घयाह्म गुजोह्मले ? राग, द्वेष, मोह इत्यादि क्लेशतय्त वासनासहितं हटेयाना बिज्याये फुहा । वसपोल ह्य जूया निति अरहं जुया बिज्याये धुंका नं संसारय् दुपि देव मनुष्य ब्रह्मादिपिसं याःगु पूजायात ग्रहण याना कया बिज्याये योग्यह्य जुया बिज्यात । उकि वसपोलयात “अरहं”

घका घाइगु खः घका भीसं लुमंका तये माल । आः जि घया ह्ये, छलपोलपिसं नं घया बिज्याहूँ ।

“वसपोल भगवान राग, द्वेष, मोह आदि क्लेशतयूत वासना सहितं मदयेका निर्मल जुया बिज्याःह्य जुया निति अरहं घैगु कारण गुणं सम्पन्न जुया बिज्याःह्य खः । उकथं अरहं घैगु कारण गुणं सम्पन्न जुया बिज्याःगुलि संसारय् दुपि सम्पूर्णं देव मनुष्य ब्रह्मादिपिसं याःगु पूजायात ग्रहण याना कया बिज्यायेगु योग्यता दुह्य “अरहं” गुणं सम्पन्न जुया बिज्यात ।

भगवान बुद्धयागु गुण थुकथं भीसं लुमंका छुयाये फयेके मालले ? गथे भगवान बुद्धं राग, द्वेष, मोह इत्यादि मल मूत्रं अलग्ग जुया क्लेशं मुक्त जुया वसपोल विशुद्धह्य व्यक्ति जुया बिज्याःगु खः; गुरु जुया बिज्यागु खः, अर्थेतुं “जिमिसं नं थःगु क्षमतां भ्यावे जुक्क थःके दया च्वंच्वंगु राग, द्वेष, मोह आदि क्लेशतयूत पारयाना हूटेयाना मदयेका छ्वया वसपोलथेतुं हे निर्मल ज्वीमाःपि, विशुद्ध ज्वीमाःपि जुया च्वंच्वन खनिका” घका थुकथं वसपोलयागु गुणयात लुमंका थःके नं उजोगु गुण दयेकेया निति प्रेरणा प्राप्त याना कायेमाल । व गुण थःके नं दयेकेत ध्यान अभ्यास बांलाक हे यायेमाल । वाःचायेका यंके फुपि अथवा यायेमाल घका प्रतिज्ञा याये फुपिसं थःगु मनयात उकी क्वछुके माल । अले तिनि थ्व ध्यान भावना सफलतापूर्वक न्ह्याका यंके फौगु जुया च्वंच्वन । उकि थन हे घया बिज्याहूँ, “जिमिसं भगवान बुद्धमा यःगु प्रतिपत्ति गुण धर्मया पाखें थःपिन्त मदयेकं मगाःगु प्रेरणा प्राप्त याना कया प्राप्त जूगु सुरक्षित रूपं दयेका तयेया निति क्लेश मदयेका बी । थ्व ध्यान भावनाय् दत्त चित्त तथा अभ्यास यानावने !

साधु

साधु

साधु

निगू आरख भावना मैत्री

मैत्री धैगु हे मेपिनिगु प्रति अर्थ हितया कामना यायेगु, मेपिनि कल्याण कामना यायेगु, मेपिन्त सुख ज्वीमा घका कामना यायेगु, मेपिन्त दुःख कष्ट मज्वीमा घका थुकथं मेपिगु दुःख कष्टयात मदयेका सुख बीगु विचार याना व हे अनुरूप ज्या याना यंकेगुयात घाइगु खः । उकि स्नेहयुक्त ज्वीगु स्वभाव मैत्रीयागु स्वभाव खः ।

गुबले भीके मैत्री दइ व मैत्री दुह्य व्यक्ति गुबले नं स्वैत हानी यायेगु स्वैमखु, दुःख बीगु स्वैमखु, सास्ति यायेगु स्वैमखु, मेपिन्त कष्ट बीगु व व्यक्तिया निति रुचिकर ज्वीमखु । व व्यक्ति गुबले नं थःगु स्वार्थ पूतिया निति जक न्ह्यब्वाना च्वनीह्य ज्वीमखु । थःगु स्वार्थ सिकं वैगु निति मेपिनिगु हितोपकार हे प्रमुख लक्ष जुया च्वंच्वनी । उकथं मैत्री बृद्धि याना वनेगु अवस्थाय् घर्म घटेयाना च्वनीगु गुगु डाखुंतय्गु स्वभाव खः, आघात याइगु स्वभाव खः, व स्वभाव तनावनी । द्वेष दैमखु, मैत्री चित्त दया नाईसे च्वंगु चित्त दुह्य व्यक्तिया नुगः गुबले नं मेपिन्त स्यनीगु, स्यकीगु, छाःगुकथंयागु ज्वीमखु ।

उकि हे मैत्रीयात “सिनेह” स्नेह घया तैतःगु खः । “सिनेह” धैगु प्याना काच्याकाच्यां च्वना च्वंच्वंगु स्वभावयात घाइगु खः । स्नेह धैगु चीज बस्तुत प्याःगु चीज बस्तुत काच्याकाच्यां च्वंगु चीज बस्तुत मेगु चीज बस्तुलिसे प्यपुके साप हे अःपुसे च्वं ।

छखेपाखे गंगु चीज जूसां नं छखेपाखे प्याना च्वंच्वंगु चीज बस्तु, लस्सा दुगु चीज बस्तु जुल घाःसा व लस्सा दुगु चीज बस्तु मेगु बस्तुके प्यपुकेगु अवस्थाय् याउँसे अःपुसे च्वंक हे प्यपु वनीगु जुया च्वंच्वन । निगुलि चीज बस्तु अथे हे लस्सा दुगु जुल घाःसा ला भुन लिकायां लिकाये हे मजीक छुटे यानां छुटे याये मजीक फायां फाये हे मजीक याउँसे अःपुसे च्वंक प्यपु वने यःगु जुया च्वंच्वन । गुबले

मैत्री धैगु भीके दैगु खः; व मैत्री दुह्य व्यक्ति मेपिलिसे याउंसे अःपुसे च्वंक हे मिलेचले जुया च्वने फैगु जुया च्वंच्वन, सहभागी जुया च्वनेफैगु जुया च्वंच्वन । छुं हे असन्तोष भाव मदयेक च्वने सैगु जुया च्वंच्वन । सकसितं लय्तायेका, सकसितं न्ह्याइपुका बी सैगु जुया च्वंच्वन । भ्याः भतिचा हे वैमनस्यगु स्वभाव व व्यक्तियाके लुया वैमखुगु जुया च्वंच्वन ।

उकथं सकसिगुप्रति स्नेह भाव तथा, ममतायागु भाव तथा, हितोपकारयागु कामना याना व्यवहार याना ज्वीगुपाखें भीके दुने दया च्वंच्वंहा सत्तीहा शत्रु नं तापाना वनीगु जुया च्वंच्वन । भीके दुने दयाच्वंच्वंहा दकसिबे सत्तीहा शत्रु सु ले ? मेगु मखु; भीगु दोष स्वभाव हे खः । गुवले भीके द्वेष स्वभाव दै; भीगु मन काराकारां च्वंच्वनी, छाना च्वंच्वनी, क्वाच्चुसे च्वना च्वंच्वनी; व छाःगु, काराकारां च्वंगु, क्वाच्चुसे च्वंगु चीजबस्तु मेपिलिसे प्यपुंके फैमखु, मेपिलिसे स्वाय् नं जोमखु । उकिं व द्वेषभाव दया च्वंतले थःत नं चितासू दैमखु, मेपिन्त नं गुवलें हे भीसं चितासू बी फैमखु । थःत नं अनेक कष्ट जुया च्वंच्वनी । उकिं याना मेपिन्त नं उलि हे कष्ट व्यूवने फैगु जुया च्वंच्वन । मेपिन्त सास्ति यायेत, मेपिन्त दुःख बीत, भ्याः भतिचा हे व द्वेषभावं लिफः स्वैमखुगु जुया च्वंच्वन । तर मैत्री धैगु अथे मखु ।

उकिं व मैत्री भीगु दुने स्वच्चानाच्वंगु द्वेष रूपी शत्रुयात तापाका छ्वया व द्वेषपाखें उत्पत्ति ज्वीगु गुलि नं बिघ्न बाघात खः; उगु उगु बिघ्न बाघां भोपिं बचे ज्वी फैगु जुया च्वंच्वन । उगु अरवस्थाय् मनयात नं सन्तोष याये अर्पवीगु जुया च्वंच्वन । सहयाये फूगु नं ज्वीका बीगु जुया च्वंच्वन । मनयात याउंसे च्वंकाबीगु स्वभाव व द्वेष मदुगु चित्तय् लुयावैगु जुया च्वंच्वन । उकिं दकसिबे सत्तीहा शत्रुयात भीसं चीका छ्वयेफैगु अरवस्थाय् पिनेच्वंगु बिघ्न बाघातय्त नं चीका छ्वये अर्पवीगु जुया च्वंच्वन । सकसित नं भितुनीहा, सकसित नं कल्याण यायेगु बिचार दुह्य, कल्याण यायेया निर्ति थःगु चित्तयात ह्यसीका

च्वंच्वंहा व्यक्ति ज्वीगु अवस्थाय् पिनेयापिसं नं व व्यक्तियात यःगु पहलं हे स्वैगु जुया च्वंच्वन, व व्यक्तिप्रति सहानुभूति तैगु जुया च्वंच्वन; सहिष्णुता दैगु जुया च्वंच्वन । उक्तं पिनेयागु बिघ्न बाधां मुक्त जूवने फैगु जुया च्वंच्वन । अथे जूया निति हे ध्व मैत्री भावना यायेगुयात निगूगु आरक्षा भावना घाइगु खः । प्यंगू आरक्ख भावना मध्यय् छगू भावनाकथं उल्लेख याना तैतःगु खः । अथे जूयानिति भीसं नं व मैत्री भावयात दयेका "सकलें सत्व प्राणीपि सुखी ज्वीमा; सकलें सत्व प्राणीपि दुःख भयं मुक्त ज्वीमा; कल्याण गुणं सम्पन्न ज्वीमाः" धका थुकथं भाविता याना वनेगु अवस्थाय् भीगु मन तुरुन्त याउँसे आनन्द जुया द्वेष भावं क्रोध भावं तंयागु स्वभाव तनावना शान्त याये अःप्वीगु जुया च्वंच्वन । उक्तियाना भीगु मेगु भावनायात यक्व हे तिवः दैगु जुया च्वंच्वन, सहयोग दैगु जुया च्वंच्वन । उक्तं मैत्रीयागु कार्यान्वयनद्वारा आरक्षा व सुरक्षाया व्यवस्था यायेगु खँ नं आज्ञा दयेका तैबिज्याना तैतःगु खः । मैत्री भावना यायेगु अवस्थाय् भीसं छोटकरी रूपं मनन यायेगु गुक्तं ? सकलें सत्व प्राणीया दुने व पिनेया शत्रु मद्रुपि ज्वीमाः, सकलें सत्व प्राणीपि सुखी ज्वीमाः, सकलें सत्व प्राणीपिनिगु शारीरिक व मानसिक कष्ट भय मदयेमा; सकले याउँसे अःपुसे च्वंक जीवन न्ह्याका यंकेफुपि ज्वीमाः" धका स्वकोतक संक्षिप्तं विचाः याना प्रार्थना यायेगु खः ।

सकसिनं नं छकः धै बिज्याहुँ :-

सकल सत्वप्राणीपि शत्रु भय मद्रुपि ज्वीमाः ।

सकलें सत्वप्राणीपि सुखी ज्वीमाः ।

सकलें सत्वप्राणीपि शारीरिक व मानसिक दुःख कष्ट मद्रुपि ज्वीमाः ।

सकलें याउँसे अःपुसे च्वंक थः थःपिनिगु जीवन न्ह्याका यंके फुपि ज्वीमाः ।

साधु !

साधु !!

साधु !!!

निन्हुखुनुयागु देशना

ह्मिगः छलपोलपिन्त मानसिक शक्ति व ज्ञान शक्ति बृद्धि ज्वीका बीगु स्मृतिप्रस्थान विपश्यना ध्यान भावनायागु आरक्षक तत्व-तय्गु विषययात कया उपदेश बिया यंकागु खः । न्ह्यागु ज्या यायेत नं सुरक्षा व संरक्षण बैगु मदयेकं हे मगाः । सुरक्षा व संरक्षण दःसा तिनि हे जक भय अन्तरायं अलग्ग जुया विघ्न बाधां चिला थःपिसं यानागु ज्यायात सिद्ध ज्वीके फौगु जुया च्वंच्वन । उकथं आरक्षा ज्वीगु आवश्यक ज्वीगु जूयानिति प्यता प्रकारयागु आरक्षा भावना दुगु विषययात कया न्ह्योने च्वंगु निगू आरक्षा भावना; गुकियात बुद्धानुस्सति व मैत्री भावना घका घाइगु खः; छलपोलपिन्त कने धुंगु दु । थौं ल्यंदनिगु निगू अंश कने बाकि दनि, उकियात कना यंकेगु याये ।

अशुभ भावना

अशुभ भावना अथवा मेगु शब्द घायेगु खःसा कोट्ठास भावना अशुभ भावना घयागु हे भीगु शरीरय् थी थी कथं दया च्वंच्वंगु विभिन्न अङ्ग प्रत्यङ्गतय् मयैपुसे च्वंगु कथं, शोभा मदुगु कथं, शुभ मज्जुगु कथं विचाः याना यंकेगु खः; भाविता याना यंकेगु खः ।

भीगु शरीरय् छधी छपाय्कथं स्वया यंकेगु बखते शरीरय् दुगु अङ्ग प्रत्यङ्गत यैपुसे च्वंगु बांलागु चित्तिकक च्वंगुथें, हिसि दुगुथें, शोभा दुगुथें च्वंक मनय् लुया वैच्वंच्वनीगु खः । खःला ध्व शरीरय् दंच्वंगु स्वीनिता प्रकारयागु थी थी अङ्ग प्रत्यङ्गतय् ब्वःथलाः स्वया यंकल घाःसा उंवि अङ्ग प्रत्यङ्गत मनं तुना च्वनागुथें उलि यैपुसे मच्वंगु खने दया वैगु जुया च्वंच्वन । शरीरय् दुगु अङ्ग प्रत्यङ्गत गुबले भीसं यैपुगुकथं, बांलागुकथं, चत्तच्वंगु कथं खना च्वनीगु खः, उगु अबस्थाय् व अङ्ग प्रत्यङ्गत स्वया च्वंच्वनेगु बखते भीके याउंसे अःपुसे

च्वंक हे क्लेश घर्मत-विशेष याना मज्जा ताइगु, न्ह्याइपु ताइगु, यः ताइगु, सवाः कायेमास्ते वैगुकथंयागु राग उत्पत्ति ज्वीगु, तृष्णा व लोभ उत्पत्ति ज्वीगु जुया च्वंच्वन । उकथं राग व तृष्णा वा लोभ उत्पत्ति ज्वीगु बखते भीगु चित्त सुरक्षित ज्वीमखुगु, संरक्षणय तये मजीगु, आरक्षा याये मफैगु जुया च्वंच्वन । भीके दुगु स्वीनिता प्रकारयागु सँ, चिमिसँ इत्यादि अङ्ग प्रत्यङ्गतयत् अलग्ग अलग्ग छुटे याना, भाग थला, ब्वथला स्वया यंकेगु अबस्थाय् वर्णकथं नं व चीज वस्तुत व अङ्ग प्रत्यङ्गत मयैपुसे च्वना च्वंच्वनीगु, शोभा मदया च्वंच्वनीगु, हिंसि मदइगु, चत्तमच्वनीगु, मयैपुसे च्वनीगु, अर्थेतुं इपि अङ्ग प्रत्यङ्गत च्वना च्वंच्वंगु थाय्यात विचाः याना यंकेगु अबस्थाय् नं स्थितिकथं नं व चीज वस्तुत मयैपुसे च्वनीगु, शोभा मदइगु, हिंसि मदइगु, चित्तिकक मच्वनीगु भीसं खना वैगु जुया च्वंच्वन । उत्पत्तिया दृष्टिकोणं, आकार प्रकारया दृष्टिकोणं स्वया यंकल घाःसां नं सं, चिमिसँ आदि वस्तुत थःगु मनं तुनार्थे यैपुसे च्वंगु मखुसे मयैपुसे च्वंगु, मज्जा तायेवहःगु मखुसे बेमज्जां युक्त जुया च्वंच्वंगु, खने दया वैगु जुया च्वंच्वन ।

उकथं खंका यंकेगु बखते भीके लुया वयेत्यंगु क्लेश घर्मत; विशेष रूपं राग चित्तय् लुया वैमखु । राग वा तृष्णा वा लोभ उत्पत्ति मजुल कि हे भीगु चित्त प्रतिबन्धं मुक्त ज्वीगु जुया च्वंच्वन । भीत सुनानं कुना तये फैमखु, चिना तये फैमखु, गथि चिका तये फैमखुगु जुया च्वंच्वन । भीगु चित्त व इपि क्लेशं मुक्त जुया वने फैगु जुया च्वंच्वन ।

खतु विचाः यायेमाःगु स्वभाव घर्मत स्वीनिता प्रकारं दयाच्वंगु दु; अथे नं खँयात छगू छगू दत्तले ब्वः थलाः विचाः याना यंका च्वनेगु संभावना मदु, उगु विपश्यना ध्यान याना च्वंच्वनेगु अबस्थाय् । अय् जुयानिति विशेष रूपं न्याता प्रकारयागु स्वभाव घर्मयात विचार यायेगु उचित्त जू । सँ निसँ कया छ्यंगु घैगु थाय्यतक, पालि भाषां घाय्गेगु खःसा केसा, लोमा, नखा, दन्ता, तचो घका घाइ । तचो घैगु

शब्द अन्त जुया च्वंच्वंगु भावना यायेगु विषयवस्तु जूगुलि याना ध्व न्यागु प्रकारयागु शारीरिक अङ्ग प्रत्यङ्गत बिचाः यायेगुयात “तचपञ्चक कर्मस्थान” घका घाइगु जुयाच्वन ।

तचो घैगु छ्यंगु हे अन्त जुया च्वंच्वंगु ध्यान भावना ज्या यायेगुया कारण घर्मत घैगु अर्थ खः ।

व सँ, चिमिसँ, लुसि, वा, छ्यंगु घैगु ध्व न्याता प्रकारया विषय वस्तुयात शरीरयत्तुं दया थःथःगु थासय् कथंहंक च्वना च्वनीगु अवस्थाय् सजेघजे याना छायेपीगु रूपय् उपचार याना तयेगु बखते ला भीगु निति अपाय्सकं वांमलाथें च्वनी मखुगु, हिसि दुथें च्वनीगु, बांलाःथें च्वनीगु, इपि दया हे जिमिगु रूपरेखात भःभःमभः घायाच्वथें च्वनीगु स्वाभाविक नं जुया च्वंच्वन । उकियात हे बः कया भीके दुने क्लेश घर्मत उत्पन्न ज्वीगु नं भीगु अनुभवं पिनेलाःगु खँ मखु । वसपोल सयादोनं नमूना छगू बिया बिज्यात - “कार” । छपाय् याना व कारयात पिनें जक स्वयेगु बखते गुलि वांला, गुलि भःभःमभः घाः गुलि हिसि दुथें च्वं, गुलि चतक्क च्वं । व हे कारयागु इञ्जिन चायेका भीसं स्वयेनु, दुने गुकथं धौब्रजि वालेथें वायेका तैतःगु, उखें गथिगथि चिगु, थुखें गथिगथि चिगु, उखें प्वाय् प्वाय् सँ त्वाय् त्वाय् वःथें जुया च्वंच्वंगु दु । व इञ्जिनयागु अङ्ग प्रत्यङ्गत पिनें स्वया यंकेगु बखते व कार गुलि भःभःमभः घाः खनेदया च्वंगु खः; दुने इञ्जिन चायेका स्वयेगु बखते उलि यैपुसे च्वंच्वंगु चीज वस्तु छुं नं खंका काये फैमखु । वथेंतुं हे भीगु शरीरय् नं पुचःचिना सँ, चिमिसँ, लुसि, वा थासय् थासय् पाय्छि ज्वीक मिलेजुया च्वनीगु बखतेला अपाय्च्वतं व सँ, चिमिसँ इत्यादि मयैपुसे च्वथें मचों । तर सँयात अलग्ग व्दें चिनेनु, चिमिसँयात अलग्ग व्दें चिनेनु, लुसियात अलग्ग ध्यनाधिनाः चानाचिना छखे तये, बायात नं छपु छपु दत्तले लिना व्दें चिनेनु, छ्यंगुयात नं छबः थय्क्क लिकया स्वयेगु, अथे स्वया यंकेगु अवस्थाय् घाःसा भीगु शरीरय् गुलि नं दया च्वंच्वंगु सँ, चिमिसँ इत्यादि चीज वस्तुत खः स्वयं थःत हे त्वःवनापुसे च्वंगु खःवा ध्व घका

भीसं गाय् प्वःचिना, ह्मिचाय् स्वथना बी छाली मखुगु जुया च्वंच्वन । उकथं थुगु स्वभाव, स्वभावकथं जक ज्वीगु खं जूयानिति भगवान बुद्धं नं थ्व सँ, चिमिसँ इत्यादियात बांलाःकथं स्वयेगु मखु, उकियागु स्वभावयात स्वाभाविककथं स्वया यंकेगु घका आज्ञा जुया बिज्यात इपि शुभ मजूसे अशुभ जुया च्वंच्वंगु दु, बांमलाना च्वंच्वंगु दु, यैपुसे च्वंगु मखुसे मयैपुसे च्वना च्वंच्वंगु दु । उकथं विचाः याना यंकेगु अबस्थाय् उकिया पाखें याना भीके क्लेश दुहां मवःसे च्वनीगु खः । क्लेश रूपी प्रतिबन्धं भीपि याउंक अःपुक हे छुटे जुया वनेफैगु, चिला वने फैगु, अलग्ग च्वने फैगु जुया च्वंच्वन । गबले क्लेशयागु खिपतं चिका च्वने म्वालीगु खः, उगु अबस्थाय् भी थः सुरक्षित ज्वीगु, संरक्षण प्राप्त ज्वीगु आरक्षा दुपि ज्वीगु जुया च्वंच्वन ।

सँ धैगु नं मयैपुसे च्वं, घृणास्पद खः । अथय्क घात्थें बांलाक दुग्येक विचाः यात घाःसा थुके दुने नस्वाःगु चीज वस्तु छुं नं मदु, न्ह्याक्व हे नस्वाचिकं तिला तःसांतबि सँ धैगु गन्धकथं दुर्गन्धयुक्त हे जुया च्वंच्वनीगु खः घका बाःचायेका काये दैगु जुया च्वंच्वन । उकि भगवान बुद्धं सँ, चिमिसँ आदि न्यागु तत्वयात बांलाक ध्यानं विचाः याना स्वयेगु निति आज्ञा दयेका तँबिज्यागु खः ।

व आरक्षा भावना भीके दत घाःसा विपश्यना भावना याना यंकेगु अबस्थाय् भीगु चित्त क्लेशं सुरक्षित ज्वी फैगु जुया च्वंच्वन । विशेष याना विपश्यना भावना याना च्वनेगु बखते गूबले क्षणिक समाधि जुयावैगु खः, उगु क्षणिक समाधिया अबस्थाय् बिभिन्न कथंयागु निमित्तत लुया वयेयःगु जुया च्वंच्वन । अबले प्रतिपक्ष निमित्त नं लुया वयेयःगु जुया च्वंच्वन । उपासिकापिनिगु निति मिजंतय्गु बांबांलागु रूपाकृति लुयावैगु अबस्थाय् व रूपाकृति याना इमिगु चित्त चिलाये मलाये दनीगु । बांलाहा व्यक्ति खने दयेक वैगु बखते उकियाना क्लेश घर्मत लुया वैगु । विशेष बाना राग, तृष्णा, लोभ इत्यादि लुया वयेयःगु जुया च्वंच्वन । अथे राग वा तृष्णा वा लोभ चित्त लुया बल घायेवं हे अन ध्यान भंग ज्वीगु सम्भावना दुगु जुल । अथे हे थें

थुखे उपासकपि ध्यानय् च्वनाच्वंगु दु, क्षणिक समाधि उत्पन्न जुया च्वंच्वंगु दु, निर्मित्तया रूपे चित्तक च्वंह्य, बांलासे च्वंह्य मय्जु छह्य न्होने दं वयेसाथ हे यदि उकियात अशुभया रूपे खंके मफुत, शुभया रूपे खंकल, बांलाः तायेकल धाय्साथं हे उह्य योगी व्यक्तियागु चित्त सुरक्षित मजुल, असुरक्षित जुल । संरक्षणय् तये फैमखुत, आरक्षा याये फैमखुत । उकथं विभिन्न प्रकारयागु शुभ निमित्तत खनेदयेक वैगु बखते अशुभ खः घैगु भावना याना मतल घाःसा उकि याना भीत यक्व हे बिघ्न बाधा ज्वीयःगु जूयानिति भगवान बुद्धं थ्व चित्तयात सुरक्षित याना तयेत, संरक्षण बीत, आरक्षाय प्रवन्ध याना तयेया निति थन स्वंगूगु आरक्षा भावनाया रूपे थ्व अशुभ भावना अथवा कोट्ठास भावना आज्ञा दयेका तै बिज्याःगु जुया च्वंच्वन ।

उकि सँयात बिचाः यायेगु अवस्थाय् वर्णकथं नं थ्व बांलाःगु मखु, गन्धकथं नं थ्व बांलाःगु मखु, उत्पत्ति स्थान कथं नं बांलाःगु मखु, आकार प्रकार संस्थानकथं नं बांलाःगु मखु घैगु खँयात बांलाक क्वात्तुक ध्यान दृष्टि स्वया यंका भाविता याना तयेमाःगु जुया च्वंच्वन घका आज्ञा दयेका तै बिज्याःगु खः ।

वथेतुं चिमिसँयात, वायात, लुसियात, छ्यंगूयात भीसं बांलाक भाविता याना तयेगु अवस्थाय् शुभ दृष्टि स्वयेगुया पलेसा अशुभ दृष्टि स्वये सैगु स्थिती थ्यंकः वने फैगु जुया च्वंच्वन । अय् जूयानिति थ्व स्वंगूगु भावनायात नं आरक्षा भावना घाइगु खः घका भी सकसिनं नं सीका थ्वीका लुमंका तयेमाःगु जुया च्वंच्वन ।

उकि संक्षिप्त रूपं थ्व शरीरयागु अङ्ग प्रत्यङ्गयात सँनिसें कया विशेष रूपं न्याता प्रकारयागु भावनायात भाविता याये सयेकेमाःगु जुया च्वंच्वन । जिगु थ्व शरीरय् श्रीखण्ड ह्वाला ह्वाला बास वया च्वंगु मदु, नस्वाःगु चीज वस्तु छुं नं उत्पत्ति जुया च्वंच्वंगु मदु । थ्व शरीरय् उत्पत्ति जुया च्वंच्वंगु गुगु सँ, चिमिसँ इत्यादि न्याता प्रकारयागु तत्वत खः, शरीरयागु अङ्ग प्रत्यङ्गत खः शरीरयागु उगु उगु अङ्ग प्रत्यङ्गत वर्णकथं नं, उत्पत्ति स्थानकथं नं, आकार प्रकारकथं

नं शुभ मखु, अशुभ खः घका उकथं विचार याये फयेके माःगु जुया च्वंचवन । ध्व विचार यायेया निति उकि जि घया हये छलपोलपिसं नं छको छको याना घै बिज्याहुं ।

“जिगु ध्व शरीरय् सुगन्धितगु छुं नं तत्वत दुगु मखु, ध्व जिगु शरीरय् सं चिमिसँनिसँ कया फुक्क अङ्ग प्रत्यङ्गत वरुं कथं नं, गन्ध कथं नं, उत्पत्तिस्थान कथं नं, आकार प्रकार कथं नं अशुभ खः, घृणा-युक्तगु खः, मयैपुसे च्वंच्वंगु खः ।”

थुकथं भीसं संक्षिप्तं भाविता याये सयेके माःगु जुया च्वंचवन ।

मरणस्सति

अनं ल्यू प्यंगूकथंयागु आरक्षा भावना खः, पालि शब्दं “मरणस्सति” । उकियात हे संस्कृतिकरण यायेगु खःसा मरणस्मृति घका घाइ । मरण घैगु मृत्यु ज्वीगुयात घाइगु खः । सिना वने मानिगु, सिना वनी तिनिगु स्वभावयात न्ह्यवः हे होश दयेका च्वनेगु, चायेका च्वनेगु, सीका च्वनेगु मरणस्सति अथवा मरणस्मृति खः ।

उकथं चायेकेगु अवस्थाय् ग्याना सीकेगु मखु भीके “ओतप्प” घैगु मभि ज्या यायेखना त्राश चायेमाःगु स्वभाव दयेमाः । व मभि ज्या याये खना ग्यायेगु स्वभाव मने ल्वीका “जिपि छन्हु सीमानिपि प्राणीपि खः, म्वाना च्वने दुपि प्राणीपि मखु, छन्हु ध्व जीवन अन्त जुया वनी तिनिगु खः” घका मने संवेग ल्वीका खंका च्वनेगु खः ।

मरण घैगु छगू जन्मय् अन्तिम कथं मरण ज्वीगु कथंयागु मरण दु । उगु कथंयागु मरणयात भीसं आ थर्थे सामना याये म्वाःगु जूयानिति व स्थितिस छन्हु अबश्यं थ्यनीतिति घैगु होश जक दयेका च्वनेत, उकियात जामे चायेका च्वनेत जक न्ह्यवः लुमंका च्वनेगुकथं भावना यायेगु, स्मृति दयेका च्वनेगु, होश तथा च्वनेगु थन भीसं भाविता यायेमाःगु भावनाकथं चायेकेमाःगु जुया च्वंचवन ।

भीगु जीवनय् निता प्रकारया स्वभाव घर्मं दु, रूपजीवित घका व नामजीवित घका । रूपजीवित धैगु ध्व भौतिक शरीरयागु प्राण खः । नामजीवित धैगु मानसिक शक्तियागु प्राण खः । रूपजीवित धैगु व नामजीवित धैगु निता प्रकारयागु इपि प्राण तत्वत छगू जीवनय् अन्तिमकथं अन्त जुया वनीगुयात हे सीगु अथवा मरण ज्वीगु घका घाइगु खः । अले उकिया दुने भीगु जीवन सन्तति पलख पलखया दुने हे मरण जुया च्वंच्वंगु दु । व मरणयात ला भीसं सामान्य दृष्टि खंकाकाये अःपु मजू । उकियात खंका कायेत आपालं अभ्यास मानि । उकियात चायेका यंकेया निति घका हे ध्व मरण ज्वीमानि धैगु खँयात, मरण ज्वीतिनि धैगु स्वभावयात वाःचायेका च्वने फयेकेमाःगु खः । अतप्य धैगु मभि याये खना त्राश चायेसःगु, संवेग ज्ञान उत्पत्ति ज्वीगु— कथं व मरण घर्मयात चायेकेया निति भीसं भाविता गुकथं यायेमाल लय् ? “जि म्वाना च्वनेगु धैगु स्थिर मखु, ध्रुब मखु, शाश्वत मखु, बरु सिना वनेगु धैगु निश्चित खः, ध्रुब खः, शाश्वत खः । म्वाना च्वनेगुया छु ठेगाना मद्दु, बरु सीगुया निश्चित ठेगाना दुगु स्वभावयात निश्चित ठेगाना दुगुकथं हे भाविता यायेया निति भगवान बुद्धं आज्ञा दयेका तैबिज्यागु जुया च्वंच्वन । अय् जुया जिगु ध्व जीवम सदां स्थिर जुया च्वनीगु मखु, अस्थिरगु जीवन खः; वा मरण ज्वीगु स्थिर खः, मरण मजूसे म्वाना च्वनेगु धैगु अनित्य खः” उकथं वाःचायेके माःगु जुया च्वंच्वन । पालि शब्दं घाये सःथेंच्वंसा पालि शब्दं नं घाये ज्यू । “ धुवं मे मरणं, अधुवं मे जीवितं ” उकथं नं भीसं घाये ज्यू । अःपु कथं घायेगु जूसा “मरण धैगु ध्रुब खः म्वाना च्वनेगु धैगु अध्रुब खः” घका थुकथं ध्वीका काये ज्यूगु जुया च्वंच्वन ।

उकथं बिचाः यायेगु अय्क स्वयेगु बखते भीगु निति भतिचा मछिगुथें, कथं महंगुथें, मयैपुगुथें जुया च्वनेयः । वास्तवे नकतिनि गुगु खँ सयादोनं उपदेश याना बिज्यात व खँयाल भीसं गहन रूपं बिचाः याना यंकेगु अबस्थाय् मरणयागु सत्यता सत्य हे जुया च्वंच्वंगु ध्वीका काये फु । बर्मी उखान छगू दु :- आः खनापि अले खनेमद्दु । ख नं खः; मरण घर्मया लिक्क लिक्क उत्पत्ति जुया च्वंच्वनीगु, मरण

ज्वीकीगु स्वभाव कारणत यक्व यक्व हे दुगु जुया च्वंच्वन । छता बता जक मखु, अनेक अनेककथंयागु कारणत दु ।

गबलें गबलें लय्लय्तातां खँ ह्लाना च्वनीह्य व्यक्ति “जितः इक्कुसे च्वनावल घका अनंतुं भाराक्क गोतुला चताःवा वनीपि भीसं खना च्वंच्वनापि प्राणीपि खः । भीके हे अनुभव दुगु घटनात खः, अजागु घटनां भीपि अपरिचित नं मखु, परिचितपि हे जुया च्वंच्वन । उकथं घायेगु अबस्थाय ह्लिने खनेदुपि बहनी खनेमदु घायेगु सिकं आः खनेदुपि आः हे खनेमदु घायेगु दकसिबे पाय्छि मजूला ?

थ्व मरण स्वभाव अबले वै थबले वै घका सुनानं निश्चित रूपं घाये फूगु मखु । सुनानं समययागु परिधि चिना मरणयात छखे चोका तये फूगु मखु । समययागु वालं ची ज्यूगु धर्म नं मखु । उकि मरण वइ गुबले सुनानं मस्यु ।

मरणयात थबले जित. काःवयेमतेनि, जि वये ह्यांनि । लिपा-
तिनि वा घका उकथं नं समय बिया भीसं तये फूगु मखु । सुनानं
तये फुला ? मरण धर्मयात “अय्सा छ वयेमतेनि । अय् यमराज, अले
तिनि वा, जि ज्या सिमधःनि, न्यानु खुनु जक बाकि दनि, जिगु बाकि
दुगु ज्या पूमवंनि” घका अनुरोध याना सुनानं लिछ्वये फुला ? मफु ।
वं वयेधुन घायेवं ला लुत्तुलुया हे साला यंकीगु । गुबले हे मोलाइजा
तये धैगु मदु । मेमेपिन्त घूस बीज्यू, मरणयात घूस नं बी मज्यू, घूस
नं नइ मखुहा व मरण धर्म धैहा, यमराज धैहा । यमराज धैहा घूस नं
नयेमखं । अले वैत लय्तायेकेयात घका उपहार कोस्यालि बी ज्यूलाले ?
अय् थ्व छगू यंकि, अले जक काः वा जि आ थथें वयेमखुनि घका
कोस्यालि बिया वैत सन्तोष याये ज्यूला ? अहं मज्यू । छुं हे याये
मज्यू, व मरण धर्मयात । व वयेधुनकि ला लुत्तु लुया हे यंकीगु वंगु
स्वभाव हे । ययेमा मययेमा । उकि हे व वै घका भीपि थारा थारां
न्हुया च्वंच्वनीगु । मरण वै घका भीपि गुलि तक थारा न्हू खःला !
अथे थारान्ह्वीका च्वने मात्तले हे नं भीपि छु जुल ? आरक्षा दुपि
मजुल, संरक्षण दुपि मजुल, उकि आरक्षा व संरक्षण दयेकेया निदि

धका हे मरणस्सति धका “छ्ण्हु जि सीमानिगु अब्बश्य खः, म्बाना च्वनेगु नित्य मखु, ध्रुव मखु, शाश्वत मखु, जिगु जीवन छ्ण्हु मरणां हे अन्त ज्वीतिनिगु खः, स्थिरं जि मरण मजूसे च्वना च्वनेगु जीवन मखु” धका वाःचायेका यंका च्वंच्वनेगु अत्यावश्यक खः । घात्थे घात्थे दुग्गेक वाःचायेका यंकूलिसे भीके छ्ण्हु प्रकारयागु गान्ति दया वैगु जुया च्वंच्वन । प्रतिफलया रूपे तस्सकं हे महत्त्व पूर्णागु शक्ति दया वैगु जुया च्वंच्वन ।

उकि मरण धर्मयात जक बांलाक भीसं हासीका यके फयेकि, भीपि मरण खना ग्याये माली मखु । थारा न्हुइ मखु, भीपि यमराज वःसां नं यमदूत वःसां नं न्ह्याथिजाहा वःसां नं । अथे थारा मन्हुइक मग्गाक थःगु चित्तयात घिसिमिसि घायेक मरण स्वभावयात वाःचायेका च्वने फुपि व्यक्तिपिसं भिगु धर्मय् लगेज्वीगु अब्बस्थाय् शरीरयागु नं च्यूताः मकाःसे व ज्याये लगेज्वी फँगु जुया च्वंच्वन । मनयात नं च्यूता मतःसे व ज्याये लगेज्वी फँगु जुया च्वंच्वन । अथे सी मानिपि हे ला खः, का अजागु ज्याय् छु लिचिला च्वनां पाय्छि ज्वीला ? “थ्व ज्या जिगु उपकारक धर्म खः नि धका जि यानाच्वनागु खः । अजागु ज्यायात याकनं याकनं उद्योग याना च्वनेगु बखते थः सुरक्षा मज्वीगु स्थिति थ्यंक नं शरीरयात दुःख ज्वीगु, कष्ट ज्वीगु वै । सहयानातुं तोते, जि लिफः स्वयेमखु ।” ख नं खः भीसं ध्यान याना च्वनेबले थ्व शरीरय् अनेतनेकथं हे सह यानां सहयाये मजीक दुःख धँगु वयेथः । उगु अब्बस्थाय् “अहो फलानाथाय् जितः स्यात, धिस्काथाय् जितः स्यात, फलानाथाय् जितः पुत, धिस्काथाय् जितः पुत, जि फेतुना फेत्वी हे मफुत घया” धका योगीपि विस्यंवने मास्ते वयेका च्वंच्वनीगु । छाय् ? ग्याःनि छुं जुइ धका । आः थथे फेतुना च्वंच्वं हे सिना वनेमाःसा छुयाये धका थारान्हुया वैगु । अथे थारान्हुइपि व्यक्तिपि ध्यानय् च्वने फेमखु; लुसुलुसुं हे दना वनी ।

अथे दना वने म्वायेकाः बीगु का, सिनावने मानिगु अब्बश्य खः, सिना वने मानिगु शरीर थ्व जति जूसैलि, थाःगाः मद्दुगु थ्व शरीर

जति जुसेलि, जि धैथे मदुगु थ्व शरीर जति जुसेलि थ्व ध्यान भावना याना सिना वंसां थवं, का सह याय् । स्याःसा स्यात स्यात स्यात, पूसा पुत पुत पुत याना वाक्कूछिना नं सहयाना च्वनी । ध्यान याना थ्यंके फँगु उजागु प्रतिफल थ्व मरणस्सति धँगुलि भीत बीगु जुया च्वंच्वन । साधारणगु शक्ति मखु व । अले मने न्ह्याथिजागु कमजोर पह वःसां नं “छन्हु सी हे मानिह्य ला खःनि, जि थथे मनयात कमजोर याये ज्यूला, अहं छति नं जि डगमगे ज्वीमखु, जिगु मनयात जि धिसिमेसि धायेका तये, भ्याः भतिचा नं कमजोर याके बोमखु, भतिचा नं सिथिल ज्वीके मखु” धका उत्साह वढेयाना व मनयात न्ह्यव्वाके फुपि भीपि जुयावैगु जुया च्वंच्वन ।

थुजागु प्रतिफलत थ्व मरणस्सति भावना धँगुलि भीत ब्वलंका बीगु जुया च्वंच्वन । घात्थे घात्थे मानसिक दृष्टि कमजोरपि, शारीरिक दृष्टि छुं ज्वीला धका थारान्हुया च्वंच्वनीपि ध्यान भावना यायेखना ग्याना च्वंच्वनीगु खः । ध्यान भवना धँगु तस्सकं महत्वपूर्णगु जीवन बीमा समेतं दयेका बीगु उलि शक्ति दुगु धका सीक सीकं नं जीवन बीमा मदयेका बीगु कमजोरी पहःत भीके दया च्वंच्वन धाःसा भीसं गथे याना थ्व जीवन बीमां युक्त जुया च्वंच्वंगु ध्यान भावना घात्थे भीत सुरक्षा याना बीगु ध्यान भावनाय् ह्ला तःवनेगु ? उकिं जीवन बीमा समान जुया च्वंच्वंगु ध्यान भावनाय् भीपि दत्तचित्त जुया सूर वीरता दुपि जुया न्ह्यव्वाय् फयेकेया निति तःधंगु प्रतिफल बीफुगु मरणस्सति भावना जुया च्वंच्वन । खतु उकियागु यक्वं यक्व मेमेगु नं प्रतिफलत दनि । व फुक्कं कनाच्वन धाःसा समयं भ्यावे ज्वीमखु । अय् जूयानिति इपि फुक्क खँतय्त, प्रतिफलतय्त थन कनाच्वने मखुत । मुख्यगुकथं थःगु जीवनय् सी खना मग्याइगु कथंयागु शक्ति भीत बी फुगु भावना जूयानिति थ्व मरणस्सति भावनायात भीसं बांलाक अभ्यास याना वने फयेकेमाःगु जुया च्वंच्वन ।

तर थ्व संसारय् अप्वलं अप्वः प्राणीपि विशेष याना मनुष्यपि धाय्नु उलि हे सचेत जुया च्वंच्वंपि, उलि हे होश तथा च्वंच्वंपि,

उलि जामेचायेका च्वंच्वंपि तस्सकं तस्सकं हे कम । अथे अथे थ्व जीवनयात फुका च्वंच्वंपि वाहिंयातय् जीवन छ्वंच्वंपि, हना च्वंच्वंपि जथाभावीकथं थःगु जीवनयात छ्चला च्वंच्वंपि हे आपाः दुगु जुयाच्वन । उकथं जीवन हना च्वंच्वंपि व्यक्तपि दयनीयपि व्यक्तपि घाःसां ज्यू । अले उकथं जीवन छ्चला च्वंच्वंगु छ्चाय्ले ? पतिचा हाकःगु म्वाना च्वनेगु समय दुपि जुया नं इमिसं भाःपिया च्वंच्वनीगु खः कि “जिपि याकनं सीमखुनि, जिपि म्वाइतिनि, आः थथे सीमखुनि, आः जिपि आयु ताहाकःपि तिनि, ताकालतक म्वायेगु क्षमता जिमिके दु, साघन दु ।” अथवा थुलितक नं दुने दुने चित्तय् भावना दया च्वने फु कि “जिपि गबले हे सीमखुपि खः ।” थुजागु भावना दया हे इमिसं थःगु जीवनयात यःयःकथं छ्चला यंका च्वनीगु । जथाभावी-कथं छ्चला यंका च्वनीगु । बेकारे बेमतलबे हे थःगु जीवनयात फुका च्वंच्वनीगु ।

भगवान बुद्धं मनुतय्त सतर्कं यायेया निति ततप्यंक हे उपदेश विद्या विज्याना तैतःगु दु । व उपदेशयात भी सकसिनं नं मनन याये योग्य जुया च्वंच्वन, होस याये योग्य जुया च्वंच्वन, चायेका काये योग्य जुया च्वंच्वन । भगवान बुद्धं आज्ञा दयेका तैविज्यागुकथं थ्व संसारय् गुलि नं मनुष्य घका दया च्वंच्वंपि दु, इमि आयु गुलिले घाःगु बखते “अप्पमेतं भिक्खवे मनुस्सस्स आयु” मनुष्य जीवनय् च्वनाच्वंपि व्यक्तपिनिगु आयु तस्सकं हे ह्यो, तस्सकं तस्सकं हे कम । सो भिक्षुपि, तस्सकं तस्सकं हे कम । खनं खः, भगवान बुद्धया ईलय् हे ग्रन्थय् उल्लेख जुया च्वंगु अनुसारं मनुतय्गु आयु साला खालाकथं सच्छिदं घका घाइगु खः । तर थौं मनुतय्गु आयु लगभगकथं बिचाः याना यंकल घाःसा ७५ दै ति जक ज्वीथे ताः । अत्रिकसित देशयापि मनुतय्गु आयु अथवा गरीब देशयागु आयु ला तस्सकं तस्सकं ह्यो जुया च्वंच्वने धुकल, कम जुया च्वंच्वने धुकल । अय्सां नं मनुतय्सं उलि अल्प आयु तक म्वाना च्वंच्वनेगुयात हे नं ताकाल तक म्वाना च्वंच्वने दु घका भाःपिया च्वंच्वन । सी म्वाःपिये घका तक नं मनय् वयेका च्वंच्वन । वसपोल भगवान बुद्धं

घया विज्यात । “गमनीयो सम्परायो : गमनीयो सम्परायो”, श्व जीवन सदां अर्थे हे च्वना च्वंच्वने दुगु जीवन मखु, छन्हू भीपि मेगु जीवनय वने अबश्यं मानि, थातं दुगु जीवन मखु घैगु हे मुख्य अभिप्राय जुया च्वंच्वन । सदां नं च्वनेदुगु जीवन मखु । वने माःगु वने हे माःगु, निश्चित रूपं हे वने माःगु जीवन । थुकथं मेगु जीवनय वनेमाःगु जीवन धारण याना च्वनापि भीसं मेगु जीवनय वनेगु अबस्थाय थःके आश्वस्त ज्वीगुकथंयागु जीवन बीमा दयेका तयेत छु याये मालले ? वसपोलं प्रेरणा बिया विज्यात “कतब्बं कुसलं” अय् मनुष्य प्राणीपि, छिमिसं कुशल कर्म घैगु याये हे माल । थुलि जोरदारकथं वसपोलं आज्ञा दयेका तैविज्याना तैतःगु दु । उकियात भीसं जामें चायेका स्वये मफुन, होश नया काये मफुन, स्मृतिमान जुया चायेके मफुत घाःसा यक्व यक्व हानी ज्वीगु जुल । श्व हानीं बचे ज्वीकेत उकि वसपोलं घैविज्याःगु खः, छिमिसं कुशल कर्म यायेमाल ।

अले छुलेसा कुशल कर्म घैगु ? निर्दोषकथंयागु शारीरिक ज्या खँ दयेका च्वनेगु, निर्दोष कथंयागु वाचसिक ज्या खँत दयेका च्वनेगु, निर्दोष कथंयागु मानसिक ज्याखँत दयेका च्वनेगु, उकियात हे कुशल कर्म घका घाङ्गु खः । दोष युक्तगु ज्या जुया च्वंच्वने भीपि आश्वस्त ज्वी बहःपि व्यक्तिपि अबश्यं नं मखु । उकि वसपोल तथागतं भीत आज्ञा दयेका विज्यागु खः “दोषरहित ज्वीगुकथंयागु काय प्रणालि दुपि छिपि जु, ज्या याये सपि छिपि जु ।” उलि जक लाले ? “चरितब्बं ब्रह्मचरियं” भगवान बुद्धं ब्रह्मचर्यं घैगुयात नं आचरण याये फयेकेमाः घया विज्यात । ब्रह्मचर्यं घैगु छुले ? उत्तमगु मार्गं घैगु छुले ? उत्तम मार्गं घैगुलि दानयाना जक सन्तोष तायेका च्वनेगु मखुसे, शील धर्म जक पालन याना च्वनेगु मखुसे घात्थें घात्थें थःके दयाच्वंगु पाप, अपाय दुर्गती पतन ज्वीके फूगु गुलिनं मभिगु स्वभावत दया च्वंच्वंगु दु, बलेश मूलत दया च्वंच्वंगु दु, खिति याना च्वंच्वंगु दु; उकियात सुचुका पिचुका सुचुसे च्वंका छ्वये फैगुकथंयागु शुद्धगु आचरण दयेका यंकेगु खः । न शुद्धगु स्थिति भीपि छुकितिनि थ्यनीले ? गुगु थन योगीपिसं अभ्यास याना च्वनाच्वंच्वंगु स्मृति-

प्रस्थान विपश्यना भावना खः वहे भावनां तिति भीपि घात्थे हे शुद्धगु, निर्मल कथंगु आचरण दुपि ज्वीकावी । गनथाय् तक व आचरणयात भीसं लुमंका काइमखु, व आचरणयात सन्तोषप्रद जुइगु कथ भीसं थःनाला काइमखु, उकी अभ्यास भीसं याइमखु, उकियागु अनभूति भीसं प्राप्तयाना काये फेमखु अनथाय्तक भीगु जीवन अनिश्चित जीवन ज्वी । व खंयात वसपोल तथागतं भीत तस्सकं तस्सकं हे प्रेरणा व्यूसे आज्ञा दयेका तैविज्याःगु दु । “ब्रह्मचर्य आचरणयात आचरण याये फयेकेमाल, उत्तमगु, श्रेष्ठगु, पवित्रगु ज्याखँया चर्याय् च्वने फयेकेमाल ।” थये आज्ञा दयेका विज्यागु नं मेता कारणं मखु, थ्व भीगु जीवन तस्सकं हे अल्प आयु दुगु जीवन जुया च्वंच्वन । हद्दं भीपि म्वाये फुसा गुलितक म्वाइ ? सच्चिदं । मय्ल का भतिचा अप्वः हे वन का, गुलि ? सच्चि व न्यीदं, स्वीदं, पीदं, ख्वीदं । बुद्ध कालीन अवस्थाय् हे नं सच्चि व ख्वीदं । व स्वया अप्वः म्वाःपि सुं हे मदु । थौला सच्चि व न्यीदं तक म्वाइपि व्यक्तिपि हे नं दुर्लभ जुया च्वंच्वने धुकल । सच्चिदं दु मदु तक हे जक म्वाना च्वंच्वनीपि व्यक्तिपि आपाः ज्वीधुकल ।

उलितक अल्पगु आयु घाना च्वंच्वपि जूयानिति वसपोल तथागतं भीत आज्ञा दयेका तैविज्यागु खः । “उत्तमगु ब्रह्मचर्य आचरणयात आचरण याये फयेके माल, स्मृतिप्रस्थान विपश्यना भावनायात भीसं वृद्धि याना यंके फयेके माल, वृद्धि जक यायेगु मखु थःथः पिके दुगु थीथी कथंयागु क्लेश धर्मतयत् हटेयाये सयेके माल, हटेयाये फयेके माल, हटेयाना छ्वये माल ।” अथे हटेयाःसा तिति हे जक भीपि आश्वस्तपि ज्वी दैगु, निर्धक्क ज्वी दैगु, मरण खना ग्याय् म्वाःपि ज्वी दैगु जुया च्वंच्वन । थ्व वसपोल तथागतयागु वचन तस्सकं तस्सकं हे विचारणीयगु वचन खः । उकियात भीसं बांलाक विचाः याना वसपोल तथागतयागु गुगु प्रेरणा खः, संवेग उत्पत्ति ज्वीके बहःगु वसपोलयागु वचन खः व वचनयात भीसं सदानं होश तथा च्वने फयेके माल । गुपि बुद्धि नं दया च्वंपि खः उपि व्यक्तिपिसं भगवान बुद्धं विद्या विज्याःगु गुगु उपदेश खः उगु उपदेशयात ध्वात्थवीक विचाःयाना सुचरित्र धर्मयात वृद्धि याना यंकेगु, दुश्चरित्र धर्म अकुशल कर्मपथयात

चीका छवयेगु काशिस याये माल । अथे मखुपि व्यक्तिपिसं कुशल कर्मपथ व सुचरित्र धर्मयात च्यूता मतःसे अकुशल कर्मपथ व दुश्चरित्र धर्मयात हे यःतायेका उकी हे लुकुबिना च्वना च्वनी । उकियाना गुलितक इपि व्यक्तिपित हानी ज्वीगु खः व इमिसं चायेका काये मफु । अथे चायेका काये मफेगु इमिगु बेहोशीपन खः, इमिगु प्रमादीपन खः । भगवान बुद्ध गुलितक दया करुणा तथा उपदेश बिया बिज्याना तैतल उकियात सकसिनं नं सचेत जुया स्वय् सयेके माः । उकथं स्वया यकेगु अबस्थाय गुगु भगवान बुद्ध उपदेश बिया बिज्याःगु खः क्लेश धर्मयात चीका आस्वस्त ज्वी फयेकेगु, व साधारणगु उपदेश मखु घका सकसिनं नं बांलाक ध्वाथ्वीके माल । भगवान बुद्ध उपमाया रूपे धैबिज्याःगु दु-

सुं छह्य व्यक्तिया छर्छो मि नयाच्वन धाःसा व व्यक्ति ह्लापां छु यायेमा ? मि नया च्वं च्वंगु छयनेच्वंगु मियात तुरन्त हे स्याना छवयेगु कुतः व व्यक्ति मयासे हे मगाः । तुरन्त हे व छर्छो मि नयाच्वंगुयात शमन यायेगु ज्याय् व व्यक्ति तत्पर जुया लगे ज्वीमाः ।

व ला साधारणकथंयागु खँ जुल, मेगु खँ छुले ? सलंसः प्राणीपिके दुने छवया च्वं च्वंगु मि धैगु दु । राग मि दु, द्वेष मि दु, मोह मि दु । व मि गुलितक इपि पुका च्वं च्वंगु दु, छवयेका च्वं च्वंगु दु, मि नका च्वं च्वंगु दु व इमिसं ह्लिथं अनुभव याना च्वं च्वंगु दु । विभिन्न समस्यां कयना च्वं च्वंगु दु । समस्या समस्यां हे घरेयाका प्राणीपि थ्व संसारय् म्वाना च्वं च्वंगु दु, दुःखय् दुना इपि म्वाना च्वं च्वंगु दु । अय्सां नं व मि जिमित पुना च्वं च्वंगु दु घका स्वैके चेतना मदु, स्वैके होश मदु, सुनानं बिचाः तक नं याःगु मखु । थथे बिचाः मयागु कारणं याना हे इमिगु समस्या भनभन हे वृद्धि जुजु वना च्वंगु दु । व समस्या क्वलनावं धैगु मदु । उकि भगवान बुद्ध प्रेरणापूरणं शब्दं धैबिज्याःगु दु, “वरू छर्छो मि नयाच्वंसा वांछवयाति व छर्छो मि नया च्वंगुयात । दकसिबे ह्लापां थःगु जीवनयात छवयेका तैतःगु मियात निं शमन याये फयेकि ।” राग मि शमन यायेगु अत्यावश्यक जू, दोष मि शमन यायेगु अत्यावश्यक जू, मोह मि शमन

यायेगु अत्यावश्यकजू । व मिं गुलि थःत पुका च्वं च्वंगु दु । छद्यो
मिनया च्वं च्वंगु दु । छद्यो मिनया च्वं च्वंसां दकसिबे ह्यापां राग
द्वेष मियात निं शमन यायेगु कोशिस या । थुलितक महत्व खंका
दुने च्वंगु मिं शान्त यायेया निंतिं भगवान बुद्धं आजा दयेका तैबिज्याःगु
दःसां नं उकियात च्यूता मतैपिं व्यक्तिपिसं च्यूता मतसे भन हे व मिं
च्यो लुना च्वं च्वंनीगु जुया च्वं च्वन । अले उपिं गबले हे सुखसी दुपिं ज्वी
फैमखु । गुलि थःत छ्वयेका तैतःगु दुने च्वंगु मिं खः व मियात शान्त
यायेगु आबश्यक मखु धैगु जूसा व मिं भन तस्सकं हे आः स्वया नं
दुःखदायी ज्वीतिनि धैगु भावनायात भीसं चायेके फयेके माःगु जूयानितिं
व मियात शमन यायेफेगु कुशल धर्म ब्रह्मचर्यं आचरणयात भीसं ज्यू
ज्यान बिया उद्योग याये फयेके माःगु, कोशिस याये फयेके माःगु
अभ्यास याना यंके फयेके माःगु जुया च्वं च्वन । व होश तयेमाल घका
वसपोल सयादोनं भीत प्रेरणा बिया च्वं च्वंना बिज्यात :-

गथे वन डाह ज्वीगु अवस्थाय् च्यागू दिशां नं ह्याना ह्याना
मिं छ्वया वैच्वनी, उकी दुने सत्त्व प्राणीपिं व मिं मुक्त ज्वीयानितिं
पूर्वपाखे स्वया व्वांय्वनी, उखे नं अथे हे मिं छ्वया वया च्वं च्वंगु
खनीगु अवस्थाय् पश्चिम, दक्षिण दिशापाखे मिं मदु ज्वीमाः घका
उखेपाखे व्वांय्वनी तर च्यागुलिं दिशाय् छ्वया च्वंगु मिं जूयानितिं
इपिं गन गन व्वांय्वन अन अन हे मिं ह्याना ह्याना छ्वया च्वं च्वंगु
जक खनी । वरू इमिगु क्षेत्रफल भन भन चीकू चीघं जुया क्यकुना
वना च्वंगु इमिसं अनुभव याइ, तर व मिं मुक्तज्वीगु लैपु इमिसं
ल्वीका काये फैमखु । मिं मुक्त ज्वी मफैगु जक मखुसे इमिके मिलिसे
प्रतिस्पर्धा याना प्रत्याक्रमण यायेगु क्षमता नं दैमखु । मियात
प्रत्याक्रमण याना हटेयाना छ्वय्गु सामर्थ्यं नं इमिके दैमखु । उलि
जक मजूसे व मियात हाचांगाया वनेगु, बिस्युं वनेगु उपाय दुलाले ?
व मियात हाचांगाया वनेगु, बिस्युं वनेगु क्षमता नं इमिके मदु ।
उकथं हे इमिगु जीवन वहे मियागु दथ्वी फुना वनीगु जुया च्वं च्वन ।
वथेंतु हे थ्व संसार्य् च्वं च्वंपिं प्राणीपिन्त नं स्वता प्रकारया मिं
लिस्तुलिना ह्या च्वं च्वंगु दु, छु ले घाःगु बख्खते मरणरूपी मिं नं लिना

हया च्वंच्वंगु दु, व्याघ्ररूपी मिं नं इमित लिना हया च्वंच्वंगु दु, जरारूपी मिं नं इमित लिना च्वंच्वंगु दु । थ्व स्वता प्रकारयागु मिं लिक्तुलिना थ्व संसारय् च्वंपिं प्राणीपिं दुःख सिया च्वंच्वंगु दु । व अबस्थां इपिं मुक्त जुया वने फुलाले ? गथे व वन डाह ज्वीगु अबस्थाप् मिंया दथ्वी लाःवनीपिं जीव जन्तुत व मिंयापाखें मुक्त ज्वीगु अबसर मदुगु खा वथेंतुं हे थ्व संसारय् च्वंपिं प्राणीपिं नं व स्वता प्रकारयागु मिंयापाखें मुक्त ज्वीगु अबसर मदु । थुकथं छ्चाःख्यरं मिं च्याना वैगुयात प्रत्याक्रमण याना त्वायेगु क्षमता इमिके दुला ले ? व क्षमता नं इमिके मदु । उकिं तिन्हुया मुक्तजुया वनेगु शक्ति इमिके दुलाले ? उकिं तिन्हुया वनेगु शक्ति नं मदु । उकथं इपिं शक्तिहीन जुया थ्व संसारय् जरा, व्याधि, मरणरूपी मिं पुका छटपटे जुया च्वंच्वंगु दु । अयसां नं “जिपिं थथे छटपटे जुया च्वंच्वंने माल” घका वाःचायेका च्वंच्वंगु मदु । बरू व मिंयात हे न्ह्यवःसा भा.पाः व मिंया बिचे हे ह्यिता च्वंच्वंनीपिं हे थ्व संसारय् च्वंपिं प्राणीपिं । गुबले जक इपिं व मिंया रापं बचे ज्वीफुपिं ज्वीगु खै घका भगवान बुद्धं तस्सकं तस्सकं हे संवेग कायेवहःकथं थ्व उपदेश आज्ञाजुया बिज्याना तैतःगु जुल ।

व स्वता प्रकारया मिं गथेयाना छलये ज्वीगु, गुकथं बचेज्वी मालीगु, उकियात छु याना पुलाः वने जीगु घैगु खँयात कन्हे छलपोल-पिन्त क्रमबद्ध रूपं कना यंके । थौंयात थुलि ।

साधु

साधु

साधु



स्वन्हुं खुनुयागु उपदेश

छलपोलपिन्त चतुरारक्ष भावना घका प्यता प्रकारयागु संरक्षण जुइगु, आरक्षा जुइगु, सुरक्षा जुइगु उपदेश कना वैचवनागु खः, उकी मध्यय् विशेष याना मरणस्सतियात वा मरणस्मृतियात भति विस्तृत रूपं कना वमा ।

गुलि गुलि भीसं मरण धर्मयात लिक्क तयेफै, मरण धर्मयात स्मरण याये घैगु लुमंके फै, चायेके फै, उलि उलि हे थ्व संसारय् ग्यानापुसे च्वं खनि धेगु खँयात महसूस याना यंके दै । अथे महसूस जुया वःसातिनि थुजागु भयं मुक्त ज्वीत थुजागु ग्यानापुगु स्थिति अलग चवनेत, मुक्त जुया वने फयेकेत भीसं दिलोज्यान विद्या भावना धर्म, उत्तम आचरणयात अभ्यास याना यंकेफइ । “थ्व मरण धर्म जिमित लुत्तुलुया सात्तुसाला यंकीगु जुल” घका थुकथं मरण धर्मयात लुमंका जीवनयागु प्रति भय उत्पन्न याना धर्मसंवेग मनय् ब्वलथना सारगु शुद्धगु लँप्वी पलाःछिना वने फै ।

अथे वने फयेकेया निति घका हे उकि विस्तृत रूपं मरण धर्मयात व्याख्या याना चवनागु खँ वसपोल सयादोनं आज्ञा जुया बिज्यात । मरण धर्मयात वांछवयेत “थ्व मरण ज्वीमाःगु स्वभाव दुपि जिमिसं थ्व मरण स्वभावं मुक्त ज्वी फेगु स्थिति थ्यङ्कः वने फयेक थःके जीवन बीमा दयेका तैतयेमाल” घैगु चेतना थना हयेया निति भीगु प्रति करुणाभाव तथा, दयाभाव, मायाभाव तथा वसपोल सयादोनं विस्तृत कथं थुकिया चर्चा याना बिज्याना च्वंच्वंगु जुल ।

दकले ह्वापां भीसं बिचाः याये फयेके माःगु ला वसपोलं ह्वागः कना बिज्यागु खँ कथं भीगुनिति खालि मरण धर्म जक भयया रूपे, ग्यानापुगुया रूपे, थारान्हुइकीगुया रूपे न्ह्योने न्ह्यचिला चवनीगु मखु । गथे वन दाह घका जङ्गलय् मि छ्वैगु अबस्थाय् च्यागुलि दिशां मि ह्वाना ह्वाना छ्वया वैचवनीगु मिया दथ्वी लाना च्वंच्वपि जङ्गली जोव जन्तुत जनावरत उखें मुक्त ज्वीदैला, थुखें मुक्त ज्वीदैला घका

व्वांब्वां जुया ज्वीगु सना हाला तर छचाःख्यरं मि चाःह्वीकावःगु
 जूयानिति गन हे प्याहां वनेगु लंपु इमिसं ल्वीका काये फ़ैमखुगु व्वांय्
 वनेयानिति इमिके उलि बेग नं दैमखुगु व मियात तिन्हुया हाचांगाया
 वनेगु क्षमता इमिके नं दैमखुगु आखिरे छसिकथं व मियागु घेरां याना
 थाय् वाय् चीचलाय् जुया वं वं उकी दुने लाना च्वंच्वपि गुलिनं
 जीव जन्तुत दया च्वंच्वनीगु खः इपि फुक्कसित हे मि नुना छ्वैगु
 जुया च्वंच्वन । बडो हे कष्टमयगु अबस्थायात सामना याना व
 प्राणीपिसं मयेक मयेक करुणा चायापुसे च्वंक वनीगु खः, थःथःपिनिगु
 प्राण त्याग याना उमित मि नुना छ्वैगु खः वथेंतुं हे भीपि नं अथे हे
 मि पुका च्वंच्वनापि, मि घेरेयाका च्वंच्वनापि व्यक्तिपि खः भीगु
 ल्होने भगवान बुद्ध स्वता प्रकारया मि दु घका कना बिज्याना
 च्वंच्वंगु ह्यिगः नं वसपोल सयादोनं न्ह्यथना बिज्यात ।

भीगु न्होने छु छु मि दुले ? छन्हू भीपि वाःमचायेक हे
 छसिकथं ज्याथ जिथि बुढाबुढी जुया जीणंत्वय् ध्यनीतिति । व जीणंत्वं
 मुक्त ज्वीगु अवसर भीत मदु । उकथं बुढा-बुढी जुया ज्याथ जिथी
 जुया भ्वाथः जुया वनेमाःपि भीपि ज्वीगु घैगु जङ्गलयागु मिं घेरेयाना
 तैतःगु थेंतुं हे जाःगु अवस्था खः । छसिकथं गथे व जङ्गलयागु मिं
 भनभन दन्केजुया जङ्गल छगुलिंयात हे ध्वस्त याना छ्वैगु खः, वथेंतुं
 भीगु जीवनय् नं अथे हे जीर्ण ज्वीगु स्वभाव छसिकथं हे भीत घेरे
 याना हैगु जुया च्वंच्वन । व मिं कयेका च्वनेमाःपि भी जुयानितिं
 व मिं पुके न्ह्यवः हे व मिं हमला याये न्ह्यवः हे व मिं बचेज्वीगु ज्या
 यायेफयेकेमाः । उकिं व मिं बचेज्वीत होश तये सयेकि, चेतना
 दयेके सयेकि, जामें चायेकि, जागरुक जू घका वसपोल तथागतं भीत
 प्रेरणा बिया बिज्याना च्वंच्वंगु खः । व भीसं सामना मयासें हे
 मगाःगु जीवनयागु छगु ध्रुवसत्य जुया च्वंच्वन ।

अनं ल्यू ज्याथ जिथि ज्वी न्ह्यवः नं भीत थीथी कथंया रोग
 नं हमला याःवया च्वनीगु दु । रोग घैगु नं भीगु नितिं पुकेयःगु
 मि हे खः । गबले गबले रोगं भीपिं छटपटे ज्वीमालीगु खः अबले

अबले नं भीपिं वाथा वाथा कङ्का हालतुं च्वनीगु खः । आयामां
 आयामां आयामां, पुत बाः पुत बाः पुत बाः, स्यात बाः स्यात बाः
 स्यात बाः । रोग जुया च्वंबले नं पुत घका हालेसः, स्यात घका
 हालेसः, आयमां आयमां धका मां नं पुकारे यायेसः तर गबले व रोग
 लनीगु खः अबले थ्वला छता प्रकारयागु मिं खः घका वाःचायेके घासा
 भीपिं मसः । तर भगवान बुद्धं धैबिज्या कथं भीत व व्याधिरूपी
 मिं नं प्वीतिनि पुना नं च्वंच्वनीगु जुया च्वन, प्वीधुंकीगु नं जुया
 च्वन । तर अथे मिं पुका च्वंच्वने स्वाःगु अबस्थाय्, मतलब गुबले
 भीपिं स्वस्थ तिनि, गबले भीपिं घिसिमिसि घापितिनि, गबले भीपिं
 निरोगी घायेका च्वने दुपिं तिनि, व अबस्थाय् होश तथा, जामें
 चायेका जागरुक जुया, सचेत जुया चेतना थना, धर्मसवेग ल्वीका
 जीवन बीमा दयेका तयेमाल । अथे दयेका तयेया नितिं वसपोल
 भगवान बुद्धं भीत प्रेरणा बिया बिज्याना च्वंच्वंगु दु ।

अनं ल्यू ह्लाचः धैथेंतुं हे मरण धर्मं ला भीत गुलितक पुकीगु
 खः व खँ मस्यूपिला कम हे ज्वी । सीमानि घायेसाथं हे थारान्हुइ
 धुंकीपिं भीपिं, सीत्यल घालकि हे इतःमतः कनीपिं भीपिं, व गुलितक
 पुकेयःगु ग्यानापुसेच्वंगु मिं खः उकियात बयान यानां साध्ये मजू ।
 उकथं गबले भीपिं ज्याथ जिथि जुया वैगु खः, रोगी रोगाहाचात जुया
 वैगु खः, मरणलिसे ल्वाये मालीपिं जुया वैगु खः अबले तिनि धर्म
 यायेमाल धर्म यायेमाल धयां धर्म यायेगु शक्ति भीके दैमखु । धर्म
 यायेगु शक्ति न्ह्यवः हे दयेका तयेमाः । उकिं जरा व्याधि मरण रूपी
 थ्व स्वता प्रकारया मिं घेरेयाना वैच्वंगु दु, चाःहुइका तैतःगु दु, व
 मिंयात “अहो थ्वला साःप प्वीयःगु मिं” घका वाःचायेका व मिं
 बचेज्वीगु ज्या याये फयेकेमाल । मखु धैगु जूसा थ्व संसारय् दकसिबे
 लिक्क दुपिं स्नेहशील व्यक्तिपिं मां व काय् गुलितक लिक्क लाःपिं
 व्यक्तिपिं इपिं, गुलितक येका च्वनीपिं व्यक्तिपिं इपिं, मां व काय् ।
 तर बुढी जुया च्वंच्वंहा मांयात भरखरया ल्याम्हाहा जुया काय् नं
 “यःमां छ बुढी जुया च्वंच्वंहा जिं स्वये ह्यांल, छंगु बुढी ज्वीगु जितः

व्यु, बरू जि छंगुनिंतिं बुढी जुयाबी, छ बुढी ज्वीमते ” घका वैत बुढी मयाःसे, मज्वीकुसे तये फैमखु ।

मां जुया च्वंहा रोगं छटपटे जुया च्वंच्वनीगु बखते “यःमां ग्राम रोग छन्त मज्वीमा, छंगु पलेसां जि छटपटे जुयाबी” घका काय् छटपटे ज्वीफूगु मखु, थ्व संसारय् मांयागु निंतिं काय् छटपटे जुयाबी मखु । “यःमां, छ सी म्वाल, छंगु पलेसा जि हे सिना बी” घका मांयागु निंतिं काय् सीफूगु स्थिति नं थ्व संसारय् मदु । वथेंतुं थपाय्सकं जि हेरा, जि पुता, जि राजा घका माने यानातःपिं ययेका तःपिं काय्पिं छुं गथें जुया रोगं कया वैगु बखते “यःपुता, छन्त साप हे दुःख जुल, ग्राम छन्त जूगु रोग जिं कयाबी” घका मामं कायेफुगु नं मखु । मामं व रोगयात यःत चीका काय्यात व रोगं मुक्त याये ज्यूगु नं मखु । याये फंगु नं मखु । गुम्हेसित व मिं पुत वं हे व मिंयात सहयाना च्वंच्वनेमाः, व्याकाः च्वंच्वनेमाः । उकिं मुक्त ज्वीगु क्षमता अहं सुनां स्वैत नं हिलाबुला याना पलेसा कया यायेज्यूगु मखया च्वंच्वन । अथे जूयानिंतिं भगवान बुद्धं उजोगु मिं बचयेज्वीगु लंपु व मिंयात छलय् यायेगु लंपु क्यना बिज्याना तैतःगु दु, व मिं बचे जूइयानिंतिं तिंन्हुया त्रिस्युंवनेगु लंपु वसपोलं बिया बिज्याना तैतःगु दु । व जीवन बीमा दुगु भगवान बुद्धं क्यना बिज्याना तैतःगु लंपु भीसं सीके माःगु दु, सयेके माःगु दु, थ्वीके माःगु दु । अलेतिनि भीपिं व मिं बचेवी फै । मखु घैगु जूसा जङ्गलया मिं छवया मिं दुने लाना छटपटे जुया सिनावने माःपिं जीव जन्तुतथें हे भीपिं नं छुं हे आरक्षा व सुरक्षा मदयेका अथें हे, अथें हे, अथें हे, थ्व जीवनयात फुका वनेमाःपिं ज्वीमाली । व बिधि छु खः थौं व बिधि छलपोलपिन्त कनेत्यना ।

बुढाबुढी ज्वीगुयात मदयेकाव्यु घाःसा इमिसं ह्य फःहीका क्यनीगु जन्हुफा क्यनीगु भीत । मफुनि; इमिसं नं यायेमफुनि छाया ? इमिके व बिधि दहे मदु । व दुःखं मुक्त याना बीगु बिधि इमिके मदुगु बखते इमिसं भीत जुयाच्वंगु व दुःखं गय् याना मदयेका बी ?

मदयेका बी मफु । अयसां नं भीपिं छुघाये, भीपिं बिचाः मदुपिं घायेगुला, जां मदुपिं घायेगुला, ध्वाघःपिं घायेगुला, छु घाय्गु अः ? सुनां थःत तरेयाय् मफु वैगु इमिगु हे जक पुकार यायेगु बानि भीगु । उकिं मेपिन्त पुकारे यायेमाःगु मदु । घात्थे घायेमाल घाःसा मेपिन्त पुकारे यायेगुया पलेसा बरु बिधि सयेके माःगु दु, बिधि । बिधि सल, बिधि सिल घायेवं व दुःख फुकेत थःहे न्ह्यचिले ज्यू, बरु भीसं ज्यू ज्यान विद्या ब बिधि थःनाले फयेके माःगु दु । अय याये घाःसा भी मन मदु । उकिं हे भीगु दुःख सुनानं तरेयाना मव्युगु । मरण दुःखयात तरेयाना बीपिं ला थ्व संसारय् घात्थे घायेमाल घाःसा गन काःवनेगु ? मरण दुःखयात तरेयाना बीपिं संसारय् द हे मदु, महाब्रह्मां नं मफु, देवराज इन्द्र नं मफु, चातुर्महाराजिक घाःपिसं नं मफु, बिष्णु भगवान नं मफु, शिव भगवानं नं मफु, पशुपति भगवानं नं मफु, महाद्यःनं नं मफु, गणेशःनं नं मफु, भिन्द्योनं नं मफु सुनानं हे मफु । थ्व मफुगु खँ सत्य खःलाकि मखु व नं भीसँ बिचाः यायेमाः । सत्य हे खः ।

भगवान बुद्ध गुह्यसिके गबले हे निपु म्ये मदु, उकिं वसपोल-यात छु घका प्रशंसा याना तलले ? “अद्वैत वचना बुद्ध” भगवान बुद्धयाके नित्ताजि खँ गबले मदु, खःगु खँ वसपोलं तत्तप्यक हे धैबिज्याइ, गबले ग्या धैगु नं मदु । वसपोलयाके खःगु खँ ह्लायेगु बखते गथे सिंह गर्जेजुइगु ख वथेतुं हे गर्जेजुया वसपोल भगवान बुद्धं भीत न्वखंक न्वखंक घया बिज्याइगु खः । छु घका बिज्याइगु ? “दुःखं घात्थे घात्थे मुक्त यानाबीपिं मेपिं सु नं मदु” धैबिज्याइगु, भगवान बुद्धं जिं तरे यानाबीपु नं धैबिज्याःगु मदु । तर भगवान बुद्धं छु धैबिज्यात ? “व लँ जिं स्यू” । व नं सत्य हे खः । “दुःखं गययाना तरे ज्वीगु, छु लँ वंसा दुःखं तरेज्वीगु धैगु जिं कने फु, जिं घाये फु घका भगवान बुद्धं धैबिज्याःगु दु । उकी नं भगवान बुद्धया निपु म्ये मदु । वसपोलया छपु हे जक म्ये, छगु हे जक शब्द छताजि हे जक खँ वसपोलं घया बिज्याइ, नित्ताजि खँ पुत्तुप्वीका घायेगु बानी भगवान

बुद्धयाके मद्दु । उकिं वसपोल "अद्वेजभवचना बुद्धा" खः । भगवानं
 म्वाःमद्दुगु फुसुलुगु खँ ह्लायेगु बानी दयेका विज्याना तःगु दुलाले ?
 मद्दु मद्दु मद्दु । छाय् ले ? "अमोघवचना जिना ।" भगवान बुद्धं
 न्याता प्रकारयापिं मारतयत् त्याका विज्याये धुंकूगु जूयानिंतिं
 वसपोलयात "जिन" घका घाह् । व जिन घायेका विज्याहा न्याता
 प्रकारया मारतयत् त्याकाः विज्याये फुहा, त्याकाः विज्याये धुंकुहा
 वसपोलयाके "अमोघवचना" फुसुलुगु खँ ह्लाय्गु बानी छत्ति हे मद्दु ।
 वसपोल फुसुलुगु ज्याख्यलेमद्दुगु खँ ह्लाय् मसः । वसपोल भगवानयाके
 घेबा प्यंगः मवंगु खँ ह्लायेगु बानी द हे मद्दु । व नं सत्य खः,
 तथ्य खः, यथार्थ खः, घात्थेगु खः । सत्य तथ्य खँ जक ह्लायेगु बानी
 बुद्धयाके दु । वसपोल भगवान बुद्धं उकिं छु घया विज्यात ? "जि
 स्वयं छिमित तरे यायेला मफु, तरे यानाबीगु ज्या जिगु मखु, तर लँ
 जिं थ्व खः घका कने सः । व लँय् वन घायेवं छिपिं अबश्यमेव दुःखं तरे
 ज्वी । वसपोलं भीत छु याना विज्यागु दुले ? घात्थे घात्थे हे आश्वस्त
 याना विज्याना तैतःगु दु । जीवन बीमा दयेका विया विज्याना तैतःगु
 दु ।

अले व लँ छुले ? व लँ मेगु मखु, च्याका लँ हे खः । व
 च्याका लँ हे आर्य अष्टांगिक मार्ग । आर्य अष्टांगिक मार्ग धैगु व हे
 च्याकालँ जक दुःखं मुक्त ज्वीगु लँ खः । व लँय् पलाःछिना वंसा तिनि
 हे जक दुःखं मुक्त ज्वी फे । मखु धैगु जूसा ह्लचाधिजाहासित पुकारे
 याःसां नं, ह्लचाधिजाहासिगु चाकरो याना जूसां नं व चाकरी पुरे ज्वी
 मखु, व पुकार सुनानं न्यनीमखु । भगवान बुद्धं अथे जक धैविज्यागुला
 घाःसा अथे जक नं मखुनि । दुःख छाय् ज्वीगु, उकियागु कारण नं
 भगवान बुद्धं कना विज्यात । कारण मदयेकं छुं नं मजू । हेतु दु
 ह्लचागु चीजया नं । भीत दुःख जूगु छाय् ले ? भीके थी थी कथंयागु
 मभिगु विचार दु । मभिगु दोष चित्तयात भीसं छु याना च्वंच्वनीगु ?
 तितिन्हुइक प्याखँ ल्हुइका तैतैगु । अले उकिं याना मेपिन्त नं सुख शान्ति
 बी फेमखु, थःपिं नं सुख शान्ति दयेका च्वने सैमखु । गबलें गबलें ला

मेपि खनेसाथं हे “ध्वैत ला ध्वैत” घका वाक्कू वाक्कू छिना थःगु हे ह्ला म्हुछिना मुरमुरे जुया च्वंच्वनीगु । ध्वैतला ध्वैत जि यायेगु स्यूका जि आसे छन्हु मौका ला लाके घका हाला मेपिन्त स्यंकेया निति नुगः तित्ति-न्हुइका च्वंच्वनीगु, चिमिसँ ब्वंब्वंदंका च्वनीगु, थःगु नुगः इतःमतः कंक अजागु विचार वयेका च्वनीगु, मेपिन्त स्यंकीगु विचार । व फुकं हे छु ? नुगले तित्तिन्हूया च्वंच्वनीगु परियुत्थान क्लेश । व क्लेश दत्तले नं भीपि दुःखं मुक्त ज्वी फैमखु ।

भीपि बुढाबुढी ज्वीमाःगु, भीपि रोगी ज्वीमाःगु, भीपि सीमाःगुया कारण नं छता जक मखु सलंसः हे दु, सलंसः हे ।

मुख्य मुख्य कारणत छु, मूल हा छु ? ध्व हे का भीगु नुगलय् च्वना, भीगु मुले दिना भीत हे गःकिया च्वंच्वंपि क्लेशतय् । तर थःत गःकिया च्वन घका वाःचायेके मफु भीसं, मुले तथा चिचिपापा याना, ह्ययेका तैतयेगु व क्लेशयात भीसं । ववात्तुक दिचाः याना स्वये गुकथं व क्लेशं भीत दुःख वियातैतःगु दु । गन्थाय्तक व क्लेशयात हा मा नापं त्येहें थना छ्वये फैमखुनि अन्थाय्तक भीपि गुगु हालते नं दुःखं प्याहां वनेफुपि, दुःखं मुक्त ज्वी सःपि ज्वी फैमखु । थथे घका भगवान बुद्धं थोकेयाना निर्धक्क नक्सां सिंहनाद याना व्यक्त याना विज्याःगु सत्यगु छगू मात्र खँ, निगू नित्ताजि खँ मखु, छताजि जक खँ ।

उलि जक ला ले ? उलि जक नं मखुनि । मेगु मेगु यक्वं दनि । भीसं भावना यानाच्वना, ध्यान भावना याना च्वंच्वना । पिनें नं शान्त वातावरण दयावल, समाधि दया वल, समाधि दुगुलि याना चित्त नं भतिचा शान्त जुल । तर ध्यान भावना तना वने साथ हे लुखाय् सुं छह्हा धुचुकक धायेक खनेदत । खनेवं तँ हे लोवनापुसे च्वंका, “अहाः गपाय्चो बाँलाः, स्व गपाय्चो बाँलाः, जितः हे यः का” छु जुल ? ह्लाचः तक शान्त जुया च्वंच्वंगु व क्लेश, धात्थे शान्त जुया च्वंच्वंगु । दना अय्क छकः मिखा छु ब्वल, का हानं त्येहेंदना वल । अथे छाय् जुगुले ? ध्यान ला भीसं याना, तर पलख जक भीसं व मनयात शान्त

याना । उलि मगाः । व मनं दुने क्वात्तुक हा कया घिसिमिसि घायेक
 बःकया तैतःगु दुगु व क्लेश हा खः, पुसा खः, वैत भीसं ल्येहेथना
 वांछ्वे मफु, ल्येहेथना वांछ्वे मफु । मफुगु बखते छु जुल ? व ल्येहे
 मदंनिगु क्लेशत दुने हे स्वच्चाना च्वंच्वंगु दु । स्वच्चाना च्वंच्वंगु हा
 तीसक दना वःगु । व हा छोम्हुना वःगु । हय्काःथें छु जुल ? ध्यानं
 दें जक दना का मजिल, हानं लबवनापुसेच्वंगु चित्त उत्पत्ति जुल ।
 राग उत्पत्ति जुल । तृष्णा उत्पत्ति जुल, लोभ उत्पत्ति जुल । स्वयाः
 नं उत्पत्ति ज्वीगु व । बांलासेच्वंगु सः तायेदतः “आहा कया
 बांलाः !” ताल । न्यना उत्पत्ति जुल । बास नंतुना उत्पत्ति ज्वी
 सल । पयया उत्पत्ति ज्वी सल, थिया उत्पत्ति ज्वी सल, थव फुकं
 दुने दुने सुला च्वंच्वंगु क्लेशत कारण चूलायसाथ हे तीसक तीसक
 छ्यो थल्लहना वःगु खः । उकथं व अनुशय क्लेश धैंगु तीसक तीसक
 दना वैंगु जुया च्वन । व क्लेशयात हटे यायूत तस्सकं तस्सकं हे
 थाकु । व क्लेश हटे यायेगु लंपु नं भगवान बुद्धं कना विज्याना तैतःगु
 दु । ह्लाचः घयार्थें शरीरं हे अतिक्रमण ज्वीकथं, वचनं हे अतिक्रमण
 ज्वी कथं मेपिन्त व्वबीगु, मेपिन्त मिलय् मज्वीकथं छुल्याहा खँ ह्लाना
 ज्वीगु इत्यादि यायेगुयात रोके याईगु छुकि ले ? शीलं । भी ध्यान
 च्वने न्हवः गुगु शील घका कया च्वनागु खः, व शीलयात क्वात्तुक
 पालन याना यंकल घाःसा व क्वात्तुसे च्वंगु शीलं व उल्लंघन
 यायेयःगु, अतिक्रमण यायेत्यंगु क्लेशतयूत छु याये फँ ? शील
 क्वात्तुया च्वत्तले मदयेका तयेफइ । उकि शील मार्गाङ्ग धैंगु
 शीलया लँवी वना वितिक्रमण क्लेशयात हटे याये ज्यू घका भगवान
 बुद्धं आज्ञा दयेका विज्यात । थव वितिक्रमण क्लेशयात हटे याये मास्ते
 वःसा भीसं छु यायेमाल ? शील मार्गाङ्गयात क्वात्तुक तयेमाल ।
 भावना याना यके माल, रक्षा याना यके माल, दयेका यके माल ।

अनं लिपा गबले गबले मनय् दुने तित्तिन्हुया च्वनीगु,
 नुगलय् व्वंवं दनीगुकथं इतःमतःकंक सना च्वंच्वनीगु परियुत्थान
 धैयु क्लेश दु, व क्लेशयात भीसं छु यायेफु ? न्हाचः धैथें मनयात
 छथासंतुं तया छुं हे किलः कालः दुहाँ वये मफयेक मनयात शान्त दान्त

याना एकचित्त याना मन क्वातुसा व क्लेशयात भीसं मदयेका छ्वयेफु । तर गुगु न्हापा दया पुसा जुया च्वं च्वंगु क्लेश खः व क्लेशयात घाःसा अहं मेमेगु याना हटे याना छ्वये फैमखु । छुकि जक हटे याना छ्वये फै लय् ? विपश्यनाप्रज्ञा, मार्गप्रज्ञा धका थ्व प्रज्ञा मार्गाङ्गं तिनि व क्लेशतय्त हटे याना छ्वये फैगु जुया च्वं च्वन । हा मा नापं ल्यहेंथना क्लेशयात वाँछ्वये धैगु सामान्य खँ मखुत । तस्सकं तस्सकं हे थाकुसे च्वंगु ज्या जुल ।

उकीसनं व स्वच्छाना च्वंगु हाः मालाः ल्वीका व हायात हे हानं छकः गुबलें हे चुलि जाया वये मफै कथं वाँछ्वये माःगु, ल्यहेंथना छ्वयेमाःगु, लिना छ्वये माःगु खः ।

अनुशय क्लेशयात लिनाछ्वयेगु शक्ति छुकी तिनि दै लय् घाःगु बखते विपश्यना प्रज्ञायात छसिकथं वृद्धि याना यंकुं यंकुं तंनंतं तंनंतं तंनंतं विपश्यना प्रज्ञायात खंका यंका गबले भीपि मार्गप्रज्ञा धैगु मार्गज्ञानय् थ्यनीगु खः; उगु अवस्थाय् तिनि च्चबुक हे ल्यहें थना पुसायात मदयेका छ्वये फैगु जुया च्वं च्वन । उकथं ल्यहेंथना छ्वयेगु लँपुत भगवान बुद्धं थ्व हे का धका कना विज्याना तैतःगु दु ।

थुकथं थ्व स्वता प्रकारयागु तस्सकं तस्सकं भीत दुःख बीगु क्लेशत खः, व इपि क्लेशत कारण खः, दुःखया कारण खः धका वसपोलं आज्ञा दयेका विज्याना इपि क्लेशतय्त गथे याना ल्यहेंथनेमाः धैगु खँ नं वसपोल कना विज्यात । उकि शील मार्गाङ्गं ला वितिक्रमण क्लेशयात हटे यायेमा, समाधि मार्गाङ्गद्वारा परियुत्थान क्लेश घाःगु तित्तिन्हुया च्वनीगु दुने दुने हे च्चम्केजुया च्वनीगु क्लेशयात हटे यायेफु । अनलिपा मचायेक दुनेथ्यंका हा कया च्वं च्वंगु पुसातथें मूहाथें जुया च्वं च्वंगु क्लेशयात प्रज्ञा मार्गाङ्गं धैगु विपश्यना प्रज्ञा व आर्य मार्ग प्रज्ञा धैगु प्रज्ञा मार्गाङ्गं हटे यायेज्यू । थ्व थुपि मार्गाङ्गं धैगु गुगु आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग खः व हे दुःखयात मदयेका छ्वये फैगु लँपु खः धका वसपोल तथागतं भीत कना तैविज्यागु दु, कयना तैविज्यागु दु । उकि भीपि न्ह्यज्यांवने फुसा तिनि हे जक भीगु दुःख तनावनी ।

मखु धैगु जूसा भीगु दुःख सुनानं स्वैतं पुकारे याना घका, पूजा याना घका, मानेयाना घका व दुःख फुना तना वनीगु सम्भावना मदु धैगु खँ वसपोल सयादोनं आजा दयेका विज्यात ।

थुकथं भीसं अनुभव याना च्वंचवनागु थ्व घ्यान भावना व शील समाधिया पाखें उकथं उपदेशयात न्यना भीसं क्षणिक क्षणिक जूसां नं हटेयाना मदयेका च्वनागु दु घयागु खँयात व्यक्त बाना यंके... ..

गुपि व्यक्तिपिसं नकतिनि छलपोलपिन्त कना यंकागु मार्गाङ्गय पलाःछिना वने मफु, व पलाःछिना वने मफुपि व्यक्तिपि यायेमाःगु ज्या याये मसःपि, स्वामदुगु ज्याये ह्लाः तथा ज्वीपि, प्रमादीपि जुया च्वंचवन । गुपि व्यक्तिपिसं आर्य मार्गाङ्गयात सहीकथं पलाःछिना आचरण यायेमफु, आचरण याये मसः इपि व्यक्तिपि छु याइपि ज्वीले घाःगु बखते इपि व्यक्तिपि गुगु थःमं धारण यायेमाःगु थःत दुःख मुक्त ज्वीकीगु ज्या खँत खः; व ज्या खँय् च्यूता मदुपि, वास्ता मयाइपि, ल्वाकःबाकः याना ज्वीपि जूयानिति इपि व्यक्तिपिन्त छु घाइ ? “पमत्त” प्रमादी जुया च्वंच्वंपि घका घाइ । यायेमाःगु कर्तव्य पालन मयाइपि नं अजापि अले हानं गुगु भगवान बुद्धं थ्व ज्या ला छिमिसं याये मज्यू न्है, थ्व ज्या यातकि हे छिमित दुःख ज्वी, सास्ति ज्वी, कष्ट ज्वी, छिपि ग्याकाः च्वनेमाली, भयं छिमित घरेयाःवै घायेक घायेकं नं उकियात च्यूता हे मतःसे याये मज्यूगु धाक्व याना ज्वी, ह्लाये मज्यूगु धाक्व ह्लाना ज्वी, कल्पना चिन्तना याये मज्यूगु धाक्व याना ज्वी, इपि गुजापि लय् ? इपि नं “बमत्त” प्रमादीपि हे । अले उकथं प्रमादी जुया च्वंच्वंपि छु जुइगु लय् घाःगु बखते “पमत्तस्स हि चत्तारो अपाया सकगेहसदिसा” घका ह्लाचः वसपोल सयादोनं आजा दयेका विज्याःगु बांलासे च्वं । प्यंगू दुःखं जाया च्वंच्वंगु अपाय धैगु स्थिति दु, दुर्गति घका । सुख धैगु भ्वाः भतिचा हे मदुसे दुःखं जाया च्वंच्वंगु प्यंगू स्थिति । व प्यंगू प्रकारयागु अपाय धैगु स्थिति इमिगु निति, व प्रमादीपि व्यक्तिपिनिगु निति छुथें

जुया च्वनी लय् ? “सकगेहसदिसा” थःगु हे छेंथें जुया च्वंच्वनी ।
 घाःगुया मतलब व प्यंगू अपाय घंगू इमिगु निरिति थुलि सत्तिना च्वनी
 कि तुरन्त हे इपि व प्यंगू दुर्गती, प्यंगू अपायय् कुर्का च्वनेमाःपि
 ज्वीगु जुया च्वंच्वन । उकि प्रमादी जुया च्वंच्वने घंगू हे छु यायेगु ?
 प्यंगू दुर्गतियात छें याना तयेगु खः । व प्यंगू दुर्गति मुक्त ज्वी मास्ते
 वःपि व्यक्तिपिसं छु यायेमाल लय् घाःगु बखते नकतिनि वसपोलं कना
 बिज्याना च्वंच्वंगु उपदेश अनुसारं आर्य अष्टाङ्गिक मार्गय् पलाःछिना
 वंपि जुया च्वने माःगु जुल ।

आः भी थन ध्यान च्वना च्वनापि साधक साधिकापि,
 योगीपिसं ध्यानभावना शुरू यायेत हे अष्टशील घका शील कया
 तैतःगु दु, व अष्टशीलयात घात्थें गम्भीर रूपं दुग्येक नुगलंनिसें
 वाःचायेका बांलाक पालन याना यंका च्वना । बांलाः बांमलाः
 छकः स्वया बिज्याहुँ, स्वया दिसँ । थव अष्टशील बांलाक पालन
 जुया च्वंच्वनीगु अवस्थाय् गुगु हालते नं योगीपिसं मेपिन्त दुःख बी,
 मेपिन्त सास्तियाइ, मेपिन्त पीडाकष्ट ज्वीकी, मेपिन्त हायेकी, ह्वयेकी,
 मेपिन्त थुकथं थथे याइ अथे याइ घंगू कल्पना तकं याये फँमखु । शरीरं
 वचनं मेपिन्त गबलें गबलें हे हानी ज्वीके फँमखु, शील पालन याये
 फत्तले, व शील रक्षा जुया च्वंच्वने, व शीलमार्गय् ध्यान वना
 च्वंच्वने । खः मखु आः धैबिज्याहुँ सा । अथे प्रत्यक्ष अनुभवं खंका कना
 बिज्याना च्वंच्वंगु थव उपदेश । आः भीसं अष्टशील धारण याना तथा,
 व अष्टशीलयात गुकथं भीसं बांलाक, टूटे मज्वीक, ह्वः मगंक, प्वा
 मगंक, भंग मज्वीक, पालन याना च्वनागु खः व अवस्थाय् भीगुपाखें
 छुं गुगु प्रकारयागु शरीरं याइगु मभिगु ज्या जुया च्वंगु दुला ? मदु ।
 आ भीके व वितिक्रमण क्लेश घयागु दयाच्वंगु दुला ? मदु । वचनं
 भीसं मेपिन्त छुं दुःख ज्वीक, कष्ट ज्वीक, नुगलय् घाःपाः ज्वीक खँ
 ह्लाना तैगु दुला, मदु मखुला ? मदुगु अवस्थाय् व वितिक्रमण क्लेश
 घंगू भीगुपाखें जुया च्वंच्वंगु दुला ? उगु चेतना मदुगु पाखें हे भीगु
 मनय् सुख जुया च्वंच्वंगु दु लाकि दुःख जुया च्वंच्वंगु दु ? शान्ति

जुया च्वंच्वंगु दु लाकि अशान्ति जुया च्वंच्वंगु दु ? व ला प्रत्यक्ष रूपं भीसं अनुभव याना च्वंच्वनागु खः । उकि शील मार्गाङ्गिय् पलाः छिना वनकि हे व वितिक्रमण धैगु क्लेश मदयेक च्वने ज्यू, मदयेक च्वनेफु, मदयेका छ्वयेज्यू धैगु खँ स्पष्ट मजूला ? भीगु थःगु हे अनुभव। का आः थन अनुभवया खँ कनाच्चना बिज्याःगु मखुला वसपोलं ? आः भीसं थौंतक याना च्वंच्वनागु अथे मखुला ? खः खाला ? शरीरं छुं हे भीसं उल्लंघन याये मज्यूगु ज्या याना च्वंच्वनागु मदु, म्हुतुं छुं हे धाये मज्यूगु खँ धया च्वनागु मदु, मेपिन्त नं सास्ति मदु, थःत नं सास्ति मदु, मेपिन्त नं कष्ट बिया च्वंच्वनागु मदु, थःत नं कष्ट बिया च्वंच्वनागु मदु, दुःख कष्ट जूलाकि मजू ? का आः यागु अनुभव कथं ।

वथेंतुं हे आः भीसं सी । भीपिं फेत्वी साथं हे, ध्यानय् च्वने घका फेत्वी साथं हे भीत ध्यानय् च्वनेया निति घका विषय वस्तु बिया तैतःगु दु । प्वाः फुले जुया वःसा फुले जुया वःगुयात बांलाक चायेका च्वनेगु, सुके जुया वंसा सुके जुया वंगुयात बांलाक क्वथीक स्वया च्वनेगु । मन फुक्क छ्वे छ्वया सोसाला छुं नं खने दैमखु । घात्थे हे प्वाथय् एकचित्त याना ध्यान तथा नं मनयात सात्तुसाला यंका अन हे दिका, प्वाथय् हे दिका, सासः दुहां वनीगु अबस्थाय् शुरु निसें वाःचायेका होश तथा स्वया यंकेगु अबस्थाय् फुले जुया च्वंच्वन घका सिया च्वंच्वनी ।

बरु अथे चायेकेत छु यायेमाल ? दकसिबे ह्लापां दुनेनिसें व्वांवां ज्वीयःगु मनयात क्वात्तुसे च्वंक ज्वना छु यायेमाल ? उत्पन्न जुया च्वंच्वंगु सुकेजूगु विषयवस्तुयात चायेकेयानिति सात्तुसाला स्वयेमाः, कोशिस याना च्वनेमाः, मनयात अन छ्वयेयानिति; अन तयेयानिति । अथेयाना च्वंच्वनेगु बखते वीर्यं धैगु लैय् भीपिं पलाःछिना वना च्वनेगु, कोशिस याना च्वंच्वनेगु खः । क्लेश लुया वःला उबले ? फलानाम्हेसित थथे स्यंके मानि, धिस्काम्हेसित थथे स्यंकाबी, फलानाम्हेसिगु श्री सम्पत्ति जि थय् यायेमानि लुटे याना कायेमानि, ठगे याना कायेमानि, खुया जूसां कायेमानि, घका बिचाः वःला उबले ? म्याः भतिचा हे

वै मखु । व प्वाः फुले जूगुयात जि स्वयेमाः घका वाक्कू वाक्कू छिना कोशिस याना च्वंच्वनेगु बखते, मनयात सात्तुसाला अन घ्वात्तु घ्वाना च्वना च्वनेगु बखते व मन हे पिहाँ वैमखु, भोके चित्तय् खने जक हे दयेक ये फैमखु । उकथं वीर्यं धैगुलिं छु याइ ? मनयागु क्लेश घातुयात न्ह्यप्पना तै, बिचे हे “का दुहाँ वा छ, पिहाँ वा छ, वये दैमखु छ” घका बिचे हे रोकेयाना तैतै । ल्वीके हे बीमखु, ल्वीके हे बीमखु । अथे याना व वीर्यं धैगु लँय् पलाःछिना वना च्वनेगु अबस्थाय् क्लेश धैगु उत्पत्ति ज्वी मखु ।

अले अनं लिपा फुले जूसा फुले जुल घका उकी क्वात्तुक चायेके माः न्है । मखु धैगु जूसा ध्व मन सुत्त पिहाँ वनी । उकिं मनमिन पिहाँ मवनीगुकथं होश तथा च्वनेमाः । खःला होश तथा, सचेत जुया, फुलेजूगुयात घात्थें हे च्वंनिसें ज्वना क्वथ्यंक हे मनयात सात्तुसाला “फुले जुयाच्वन” घका चायेका च्वनेगु अबस्थाय् क्लेश दुहाँ वये फइ मखु । दुहाँ वः ला ? घात्थें क्वात्तुक चायेका च्वंच्वनीगु बखते गुगु हालते नं क्लेश दुहाँ वये फैमखु । भतिचा कडागु शब्दं घायेगु जूसा ला अहं स्याःसां हे व क्लेश दुहाँ वये फैमखु । स्याःसां हे व क्लेश दुहाँ वये फैमखु । क्लेश दुहाँ वै घका हे अन पिवाः च्वंच्वंत्त व स्मृति धैह्य । स्मृतियागु लँय् पलाःछिना वना च्वनेगु अबस्थाय् क्लेश दुहाँ वये जक हे दैमखु । वीर्यं छु याना तल ? क्लेश ल्वीके हे मबीका तल । स्मृति छु याना तैतल ? छु जुया वीर्यं भतिचा कमजोर जुया क्लेश दुहाँ वये त्योसा खबरदार ! छ वये दैमखु, जि थन पाः च्वना च्वनागु दु घका वं खबरदार याना दुकाये जक हे बीमखु ।

अनं लिपा समाधि धैगु मार्गाङ्ग दु । व समाधि धैगु मार्गाङ्गं छु याइ ? घात्थें हे कुतः नं उलि हे गात, होश नं उलि हे गात घाःसा जि चायेका च्वंच्वनागु फुलेजूगुली मन थ्याक्क थ्याक्क घडी स्वीज न्ह्याइथेंतुं टिक्टाक् टिक्टाक् याइथेंतुं हे थ्याक्क थ्याक्क मिलेजुया च्वनी । छु जुया च्वंच्वनी ? व हे फुलेजूगुली “फुलेजुयाच्वन फुलेजुयाच्वन फुलेजुयाच्वन” घका मानों दुने थ्यंक हे गाडे जुया वथें

च्वंक चित्त उकी दिनाः च्वंचवनी । इकिधिकि हे सनीमखु; चिलाये मलाये दनीमखु; चच्चीकना वनीमखु । सुत्तसुत्त हे फुलेजूसा “फुलेजुल” घका चायेके फया च्वंचवनी, सुकेजूसा “सुके जुयाचवन” घका चायेके फया च्वंचवनी । छु जुल, क्लेश दुहां वल ला अबले ? मनय् तित्तिन्हया क्लेश दुहां वल ला ? दुहां मवः । वीर्यं स्मृति, समाधि धैगु ध्व समाधि मार्गाङ्गिय् पलाःछिना ज्वीपि उकी वना च्वंचवनीगु अबस्थाय् व तित्तिन्हइयोगु क्लेश तित्तिन्हइ फैमखु । दुहां हे वये छालीमखु । उकथं व क्लेशयात हटेयाये फूगु क्षमता व मार्गाङ्गिय् दुगु जुयाचवन ।

अले अनं लिपा भीसं छु याना तंतैगु दु ? फुलेजूगुयात नि बांलाक चायेकेमा न्है । मज्जयेक सो, मज्जयेक मनयात मेथाय् छ्वये मते, मेथाय् छ्वयेमते घका भीत हानं व विषयवस्तुइ दतना दतना मज्जयेका बिया च्वंनीगु ज्या याना च्वंचवनीगु चित्तयागु स्वभाव नं उकी दया च्वंचवंगु दु । व स्वभाव दया च्वंचवनीगु बखते भीके म्वाःमदुगु, ख्यलेमदुगु विषय्यागु तर्कना नं वैमखु, मेपिन्त स्यंके धैगु तर्कना नं वैमखु, मेपिन्त सास्ति याये धैगु तर्कना नं वैमखु, व तर्कं भीपि अलग्ग जुया च्वंचवनी । उजागु बांमलागु वितर्कं मदया च्वंचवनीगु अबस्थाय् फुलेजूगु सोसां नं स्पष्ट रूपं अहो फुलेजुया च्वंचवंगु थुकथं खनिका घका सिया च्वंचवनी, सुकेजूगु सोसां नं अहो सुकेजूगु नं छर्लङ्ग हे का, गुजोगु नक्सां याउंसे च्वंक सुकेजुया वना च्वंचवंगु का घका उकथं सीदयेक सुकेजूगुयात भीसं चायेका च्वंचवनी, सीका च्वंचवनी । अथे सीका च्वंचवनीगु बखते छु जुल ? फुलेजूगु धैगु थुकथं खनि, सुकेजूगु धैगु थुकथं खनि घका फुलेजूगु व सुकेजूगुयात गुकथं खंके माःगु, सीके माःगु, चायेके माःगु खः उकथं हे चाया च्वनी । उगु बखते व सुलाः च्वंचवंगु क्लेशत पिलुया वैमखु । हा कया च्वंचवंगु क्लेश नं लुया वैमखु । उबले उकथं ध्व आर्य अष्टाङ्गिक मार्गं धैगु गुगु च्याका लँ दु, व च्याका लँ छको छको भीसं फुलेजूगुयात चायेका च्वंक पतिकं, सुकेजूगुयात चायेका च्वंचव पतिकं लुया वया च्वंचवनीगु खः । उगु अबस्थाय् गुगु ध्व पर्युष्ठान क्लेशत घका दु, व क्लेश धैगु दुहां वये फैमखु, दना वये फैमखु । उलि तकं हे क्लेशयात

मदयेका तैतयेगु, हटे धायेगु शक्ति क्षणिक क्षणिककथं भीसं वृद्धि याना च्वंच्वनेगु खः । उकि ववात्तुक चायेकेमाः । भीसं याना च्वनागु ज्या घात्थे हे क्लेश मदयेकेगु ज्या खनि धैगु खँ थःमं हे, थःथमं हे अनुभव याना यंके दै । अय् जूयानिति हे भगवान बृद्धं दुःखया कारण जुया च्वंच्वंगु क्लेशयात हटे याये साथ हे घात्थेगु सुख शान्ति दैगु खः घका आज्ञा दयेका तैविज्याःगु । व सुख शान्ति मेमेगु सुख शान्तिथे जाःगु मखु । स्वया मज्जा तायेगु अवस्थाय् दैगु सुख, न्यना मज्जा तायेदैगु सुख, नंतुना मज्जा तायेदैगु सुख, सवाःकया मज्जा तायेदैगु सुख, थिया मज्जा तायेदैगु सुखथे जाःगु सुख मखु । थ्व ध्यानय् अनुभव ज्वीगु सुख छगू हे प्रकारयागु सुख, छगू हे प्रकारयागु आनन्द । व मेमेगु सुखलिसे दाजेयानां दाजेयाये ज्यूगु, लना स्वयां लनास्वये ज्यूगु सुख मखु । अजागु सुख वीगु थ्व ध्यान भावना घका भीसं थःथःपिसं हे अनुभव याना च्वंच्वने दु । उकि भगवान बुद्ध च्याकाल्य पलाः छितकि दुःख मदया वनीगु घात्थे हे खः घका कना विज्याःगु खँयात भीसं छुं हे शंका कायेथाय् मदु धैगु खँयात वसपोल सयादोनं आज्ञा दयेका विज्यात ।

उकथं भोपि च्याकाल्य पलाःछिना वने मफुपि जुल घाःसा भीपि छु याना च्वंच्वनीपि ? भी सहितं थ्व संसारय् दुपि प्राणीपि फुक्क हे दुःखपाखे जक न्ह्यांवना च्वंच्वंपि, दुःखपाखे जक हे लित्तुलिना वना च्वंच्वंपि ज्वी । इपि प्राणीपिसं गुगु हालते नं सुख ल्वीका काये फेमखु । उकि भगवान बुद्ध धैविज्याःना तैतःगु दु “ उय्युत्तो लोकसन्निवासो” थ्व संसारय् बास याना च्वंच्वंपि गुलिनं प्राणीपि दु, इपि फुक्क प्राणीपि दुःखपाखे उन्मुख जुया वना च्वंच्वंपि प्राणीपि जक खः, सुखपाखे उन्मुख जुया वना च्वंच्वंपि मखु । भीपि उजोपि ज्वीगु ला वा उकि अलग्गपि ? व भीसं हे ल्यया काये सयेकेमाः । ध्वाथ्वीका कायेमाः । गुपि च्याका ल्य पलाःछिना वंपि, वने सःपि, वनेफुपि च्वी, इपि संसारय् च्वंपि प्राणीपिनिगु पुचलय् ब्वथला स्वयेबले अलग्ग हे च्वने सःपि प्राणीपि ज्वी । मखु धैगु जूसा भी व हे

पुचले लाःपि जुया च्वंच्वनी । च्याका लँय् पलाःछिना च्वंच्वं भीपि न्हावना च्वंच्वनेगु खः । उगु अबस्थाय् भीत घेरेयाना सास्ति बिया च्वंच्वंगु दुःख बिया च्वंच्वंगु, जराः व्याधि व मरण स्वता प्रकारयागु मियात भीसं छु यानाच्वनागु जुइथें ? छ्वयेका च्वंच्वनागु व मियात प्रत्याक्रमण याना हटेयाये फयेका च्वंच्वनागु जुइगु खः । च्याकालँय् बांलाक पलाःछिना बना च्वंतले मियात हटेयायेगु शक्ति भीके दया च्वंच्वनी, प्रत्याक्रमण यायेगु शक्ति भीके दया च्वंच्वनी; वथेंतुं हे गबले भीसं व च्याका लँय् पलाःछिना शील, समाधि, प्रज्ञा गुण घर्मतय्त वृद्धि याना यंका, ब्बलंकाः यंका च्वंच्वनेगु खः । उगु अबस्थाय् छुं जुया प्रत्याक्रमण याना नं व मियापाखें मुक्त ज्वी मफुत घाःसा व मियात हे हाचांगाया तिन्हुया वने फयेकेया निति भीसं छु याना च्वंच्वनागु जुइ ? शक्ति संकलन याना च्वंच्वनागु, शक्ति मुंका च्वंच्वनागु, बल शक्ति बढेयाना च्वंच्वनागु, शरीरय् शक्ति बिया च्वंच्वनागु घका घाइ ।

उकथं शक्ति बिया, उकथं उकियात हाचांगाया तिन्हुया वने फयेकेगु ज्या भीसं याना च्वंच्वनागु घका थुकथं मनय् ल्वीका जक मखु थःथःपिसं हे अनुभव याना “अहो थ्व ला जरा, व्याधि, मरण धैगु मियात हे हाचांगाया वने फयेके प्रत्याक्रमण यायेफैगुकथं जिमिसं ज्या याना च्वंच्वनागु खनि, थ्व साधारणगु, चानचुनगु निर्गित ज्या मखु खनि” धैगु खँयात वाःचायेका थ्व लँय् बांलाक पलाःछिना बना जरा, व्याधि, मरण रूपी उगु मियागु रापं भीपि बचेज्वी सःपि ज्वी फयेकेमाल, ज्वी सयेकेमाल धैगु प्रेरणा बिया थौंयागु थ्व उपदेश वसपोल सयादो नं ववचायेका बिज्यात ।

साधु

साधु

साधु

