धर्म-उपदेश

भाग २

लेखक भिक्षु अश्वघोष

Downloaded from http://dhamma.digital

धर्म - उपदेश

डायरी भाग २

दातापिं

सिद्धार्थमान तुलाधर

डा. सुमन कमल तुलाधर

लाजिम्पाट

लेखक

भिक्षु अश्वघोष

संघाराम, ढल्को

Downloaded from http://dhamma.digital

प्रकाशक : धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी
धर्मकीर्ति विहार
श्रीघः नघः टोल
फोनः ४२५९११०

प्रकाशन तिथि : २०६६ जेष्ठ

बुद्ध सम्वत् : २५५३
विक्रम सम्वत् : २०६६
नेपाल सम्वत् : ११२९
ईश्वी सम्वत् : २००९

प्रकाशित प्रति : १५०० प्रति

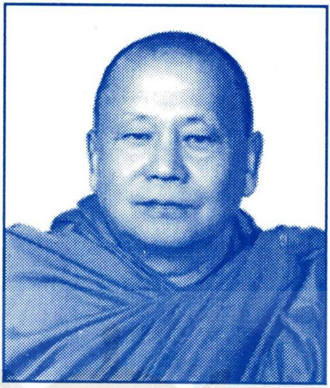
कम्प्यूटर लेआउट :
अन्नपूर्ण तुलाधर, रामकृष्ण लामिछाने र सुरेन्द्रकुमार राजथला

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

Downloaded from http://dhamma.digital



जिमित मचांनिसें दुग्यःगु बुद्ध धर्म
स्यनेकने याना बिज्याना च्वंम्ह,
बौद्ध लेख च्वयेगु, सभाय् न्ववायेगु थें
जाःगु रचनात्मक ज्याखँ स्यना बिज्याम्ह
पुज्य गुरु अश्वघोष महास्थविरया
चय्‌स्वदँगु बुन्हिया लसताय्
ताःआयु व भिं-उसाँय्‌या
कामना याना ।

सिद्धार्थमान तुलाधर डा. सुमन कमल तुलाधर
उर्णातारा तुलाधर

Downloaded from http://dhamma.digital

प्रकाशकीय

भिक्षु अश्वघोष महास्थविरद्वारा लिखित यस पुस्तक "धर्म -उपदेश डायरी, भाग-२" धर्मकीर्ति प्रकाशनको रूपमा पाठकहरू सामू प्रस्तुत गर्न पाउँदा हामीलाई खुशी लागेको छ ।

यस पुस्तक प्रकाशनार्थ उपासक उपासिका सिद्धार्थमान तुलाधर र डा. सुमन कलम तुलाधरले आवश्यक आर्थिक सहयोग प्रदान गर्नुभई धर्मदान गर्नु भएको छ । उहाँको आयु आरोग्यलाभ हुनुका साथै जीवनमा उत्तरोत्तर प्रगतिहोस् भन्ने कामना पनि गर्दछौं ।

पुस्तक अध्ययन गर्नुहुने पाठक वर्गले बुद्ध शिक्षालाई भित्री मनले बुझी मनुष्य जीवन सार्थक बनाउन सकुन् भन्ने पनि कामना गर्दछौं ।

भिक्षुणी धम्मवती

शासनधज धम्माचरिय अग्गमहागन्थ वाचक पण्डित

अध्यक्ष

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी

धर्मकीर्ति विहार

श्रीघः नघःल, काठमाडौं

Downloaded from http://dhamma.digital

मेरो आफ्नै भनाइ

यस पालि धर्म-उपदेश डायरी भाग १ र भाग २ गरी लुम्बिनीमा बस्दा बस्दै डायरी भित्रका कुरा लेखें। धर्म उपदेश भाग १ दिवंगत दुर्गादास रंजितको पुण्यस्मृतिमा श्रीमती लक्ष्मीदेवी रंजित परिवारले छापिदिनु भयो। यी दुइटै भाग मेरो आफ्नै धर्म-उपदेश डायरीबाट आफूलाई मनपर्ने विषय चुनी चुनी लेखेको हूँ। ५० प्रतिशत जति आफ्नै प्रकाशित अरू किताबमा छापिसकेको रहेको हो। मलाई मेरो धर्म र उपदेश डायरी पढदै जाँदा खूब आनन्दको अनुभव भैरहेको छ। मेरो जीवन धर्म प्रचारकोलागि हो। त्यस अनुसार केही हद्सम्म धेरै उपासक उपासिकाहरूले आर्थिक सहयोग दिइरहेको मेरो धर्म प्रचारको गतिविधिको परिणाम ठान्दछु। अत: मलाई सहयोग गरिरहेका सबै उपासक उपासिकाहरूको स्वास्थलाभ होस्, जीवन सुखमयहोस् भनी मंगल कामना गर्दछु। यस पुस्तक प्रकाशनको लागि चाहिने आर्थिक सहयोग गरिदिने श्री सिद्धार्थमान तुलाधर तथा डा. श्रीमती सुमन कमल तुलाधर परिवारको सुस्वास्थ लाभ होस् जीवन मंगलमय होस् भनी शुभ कामना प्रकट गर्दछु।

अन्तमा आफ्नो व्यस्त काम हुँदा पनि मेरो अनुरोधलाई स्वीकार गर्नुहुँदै मेरो अशुद्ध नेपाली भाषा शुद्ध गरिदिनु भएकोमा र अमूल्य मन्तव्य लेखिदिनु भएकोमा प्रा. सुवर्ण शाक्यलाई धेरै धेरै धन्यवाद छ र राम्रो सँग समय मै छापिदिनु भएको न्यू नेपाल प्रेस पनि धन्यवादको पात्र छ।

भिक्षु अश्वघोष
संघाराम विहार, ढल्को
फोन: ४२५९११०

Downloaded from http://dhamma.digital

पुस्तकबारे

असारमा वर्षा भएझैं बौद्ध शिक्षाजगत्‌मा श्रद्धेय भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको पुस्तक वर्षिरहेको छ। यद्यपि वहाँको पुस्तक पढेगुनेका विद्वान पण्डित भनाउँदाहरूकालागि नभएपनि ननिदाइकन निदाएको जस्तो गरी बस्नेहरूकालागि झस्काउन प्रयोग हुन सक्ने भने रहेको छ। कम पढाई, कम संगत भएका का लागि श्रद्धालुहरूको लागि वहाँको पुस्तक अति उपयोगी सिद्ध भएको छ। जति छापेपनि तुरुन्त सकिने। विहारहरूमा जाने गरेका उपासक उपासिकाको मुखमा त्यही पुस्तकभित्रका विषयको ज्ञानको कुरा सल्बलिरहने देखिएको छ। यो भिक्षु अश्वघोषको पुस्तक प्रकाशनको सफलताको चिन्ह हो।

पुस्तकमा प्रयोग गर्न आवश्यक खालका बिचार, भाव र विवरण वहाँको मनमा पूर्णरूपमा रहेको देखिन्छ तर भाषामापुग्दा त्यसको आधाझैं भइरहेको हुन्छ। कहिले कहिले त भाषा नटुंगिनेगरी कर्ता र कर्म नै छुटेर कुरा नै अस्पष्टझैं भइराखेको हुन्छ। वहाँको भाषामा शब्दप्रयोग कडा होस् वा नरम विषयगत कुराचाँहि नरम नै रहेको हुन्छ। वहाँले बोलेको कुरा बार-बार सुन्ने गरेकाले

Downloaded from http://dhamma.digital

वहाँको लेख सजिलैसित बुझ्ने हुन्छ र वहाँसँगको संगत नभएकाहरूकोलागि त्यो भाषा टुटेफुटेभैँ लाग्ने हुन्छ ।

साँच्चै त वहाँको पुस्तकमा रहने विषयवस्तु समाजोपयोगी नै रहेको हुन्छ । दूधको दूध, पानीको पानी गरी शील समाधि र प्रज्ञालाई उकासिदिने वहाँको विषयवस्तु रहेको हुन्छ । किताब पढ्नु ज्ञानकोलागि हो । ज्ञानलिनु व्यवहारमा प्रयोगकोलागि हो । वहाँको प्रस्तुति व्यवहारिकता हो । मानिसलाई व्यवहारिक बनाउन ठोसेर कोचेर भएपनि विषयवस्तु छानेर किताबमा घुसाइएको हुन्छ । अश्वघोषका कुराहरू कहिले कहिले सम्झन बुझ्न अपठ्यारो र दुबिधा भएभैँ पनि लाग्ने हुन्छ । बिस्तारै संझेर बुझेर ल्याउँदा नीतिगत भइरहेको हुने हुन्छ । त्यस्तै वहाँ एउटा विषयमा स्रोतापन्नको विवरण दिँदै एउटी सोतापन्न आइमाईले एकजना व्याधासँग विवाहगरी व्याधा शिकारमा जाने बेलामा तिनीले शिकारको सामग्री धनुष र वाण उनको काँधमा राखि अनुशासित हुन्थिन् । स्रोतापन्न भएर पनि हिंसा गर्न शिकारमा जानेकोलागि धनुषवाण मिलाईदिने भनेर धेरैले उनीप्रति गुनासो गरे । यसमम्बन्धमा बुद्धले ती आइमाईले लोग्नेको काममा साथ दिई कर्तव्यपालन गरेको हो । ती आइमाईलाई आफूले गरेको कामबाट हिंसाप्रति प्रेरित गरिरहेको भन्ने ख्यालै रहेन । त्यसो भएकोले तिनलाई पाप लाग्नेछैन भन्नुभयो । सीधै कुशल र अकुशल भनी बुझिने

Downloaded from http://dhamma.digital

खालको कुरा त सामान्यजनको लागि हो । परन्तु यस्ता अपत्यारा कुरा गहन सोचाईसँग सम्बन्धित कुराहो ।

हेर्दा उस्तै देखिएपनि तुलनात्मकरूमा सम्झनुपर्ने कुराहरू पनि हुन्छन् । लेखकभिक्षु यस्ता विषयमा कलम चलाई पाठकहरूलाई यथार्थता संझाउनुहुन्छ । जस्तै, दान र त्याग चेतना एउटै कुरा होइन भनेका छन् । दान त कुन्जुसीले पनि अरू धेरै कमाउने इच्छा र उपायकोलागि दिने गरिन्छ । यसमा ज्वलन्त उदाहरण दिनुभएको छ । पदकोलागि चुनावहुँदा उम्मेदवारलाई व्यापारिहरूले सघाएझैं गरी पैसा चन्दा दिन्छन् र पछि त्यो व्यक्तिको विजय भएमा त्यसबाट महँगी आदीद्वारा नाजायज फाइदा उठाउने गरिन्छ । त्यस्तै आफ्नो नाउँ प्रसिद्धिको लागि पनि दान दिइन्छ । साँच्चै त परित्याग भनेको परोपकार गर्ने मनलेमात्र सेवाभावले पूर्णतया त्याग गरेर दिइने हो । यस्तै वहाँले समसामयिक राजनैतिक कुरामा ध्यान पुऱ्याएर समाज र राष्ट्रकै उन्नतीमा ध्यान समाविष्ट गर्नुभएको छ । यसअनुसार राजनीतिमा हुनुपर्ने दशवटा गुणलाई बताएर आजको परिप्रेक्षमा बौद्धसाहित्यको आधारलिई सम्बन्धित कुरा प्रस्तुत गर्नुभएको छ । दशराजधर्म पनि बताइदिएको छ कि स्वार्थकोलागि अरूलाई दु:ख नदिनु, विरोधकोलागि विरोध नगर्नेजस्ता गुणहरू राजनीतिमा नभै नहुने गुणहुन्, बुद्धानुयायी भएर पनि बुद्धोपदेश विपरित कामकाज गर्ने कोशलराजा पर्यन्तलाई सम्झाउने खालका कुरा यहाँ समावेश गरिएको छ । रूढीबाद,

Downloaded from http://dhamma.digital

अन्धविश्वास जस्ता बुद्ध धर्ममा नभएका कुराहरूलाई उदाहरणसमेत दिएर बुद्धका शान्तिनीतिलाई उजागर गरिनु वहाँको बुद्धोपदेशको अनुसरणप्रियता हो ।

आफ्नो लेख प्रकाशित गर्दा कोही रिसाउने खुसाउनेसँग वहाँ मतलब राख्नुहुन्न । स्वस्थ समाज र स्वच्छ आचरण निर्माणको लागि वहाँका पुस्तक प्रकाशित हुने गरेको वहाँको पुस्तक प्रकाशित हुने गरेको वहाँको व्यक्तिगत चरित्रबाट स्पस्ट हुने कुरा भएको छ । आफ्नो ढुकुटीरूपी डायरीबाट लेख निकाल्दै जनआकांक्षा पूर्ति गर्ने गरिएको कुरा अवगत हुन आउँदा वहाँको बुद्धधर्म प्रतिको समर्पित भावना खुल्न आएकोछ । वहाँको कलमले यसरी निरन्तरता दिइरहोस् भन्ने हार्दिक कामना गर्दछु ।

-प्रा. सुवर्ण शाक्य

ॐ बहाल, काठमाडौं

Dhamma.Digital

Downloaded from http://dhamma.digital

विषय-सूची

क्र.सं.	विषय	पाना नं.
१.	बाँदरले दिएको शिक्षा	१
२.	देव धर्म	५
३.	परित्राण र उपलब्धि	८
४.	सात प्रकारका स्वास्नी मनिस	१४
५.	बुद्धले प्रचार गर्नु भएको धर्म र पंचशील	१६
६.	धर्मात्मा महासेन राजा	२०
७.	धर्मात्मालाई धर्मले रक्षागर्छ	२२
८.	स्रोतापन्न	२५
९.	गुणधर्मले मानिस ठूलो हुन्छ	३१
१०.	असल उपासिका मातिक माता	३६
११.	आमाको मुख हेर्ने दिनको महत्त्व	४०
१२.	धर्म मरेको छैन	४४
१३.	वर्षावास र कथिन चीवरदान	५१

Downloaded from http://dhamma.digital

धम्मपद

क्रोध र अभिमान नगर्ने, नाम र रूपमा आशक्त नहुने तथा अपरिग्रही व्यक्तिनै सबैप्रकारका बन्धनबाट मुक्त हुन्छ। यस्ता व्यक्तिलाई दु:ख र संतापले छुदैन तसर्थ रथलाई नियन्त्रण गर्न सक्ने काविल सारथी जस्तै क्रोधलाई रोक्न सक्ने होउ।

(कोधवग्गो २२१/२२२) -धम्मपद

सधैं शारीरिक संयममा बस्ने र हिंसा नगर्ने व्यक्ति शोक रहित अच्यूत स्थानमा पुग्दछ। *(कोधवग्गो २२५) -धम्मपद*

आफूलाई रिस गर्नेलाई दया गरेर, अहित गर्नेलाई हित गरेर, कृपणलाई दान दिएर तथा असत्यवादीलाई सत्यवादी बनेर जित्नु पर्दछ। *(कोधवग्गो २२३) -धम्मपद*

जो व्यक्ति हात, खुट्टा तथा बोली र व्यवहारमा संयमित भएर अध्यात्मामा लाग्दछ, समाधियुक्त भएर सन्तुष्ट भएर एकान्तमा बस्दछ त्यस्तालाई नै सच्चा भिक्षु भनिन्छ।

(भिक्षुवग्गो ३६२) -धम्मपद

जो सधैं सजग भएर योगाभ्यासमा लागिरहन्छ, जसको एक मात्र इच्छा निर्वाण हुन्छ त्यस्ता व्यक्तिका चित्तका अशुद्धि र दोषहरू सबै नष्ट हुन्छन्। *(कोधवग्गो २२६) -धम्मपद*

सधैं सत्य बोल्ने, क्रोध नगर्ने तथा माग्न आउनेलाई केहीनकेही दिने यो तीन काम गर्ने व्यक्ति देवलोकमा जान्छ।

(कोधवग्गो २२४) -धम्मपद

चक्षु (आँखा), श्रोत (काम), घ्राण (नाक) र जिव्हा (जिब्रो) यी ज्ञानेन्द्रियलाई संयम राख्ने, शरीर, मन र वचन यिनलाई पनि संयम गर्दै सबै काम कुरामा संयमित हुने भिक्षु सबै किसिमका दु:खबाट मुक्त हुन्छ। *(भिक्षुवग्गो ३६०/३६१) -धम्मपद*

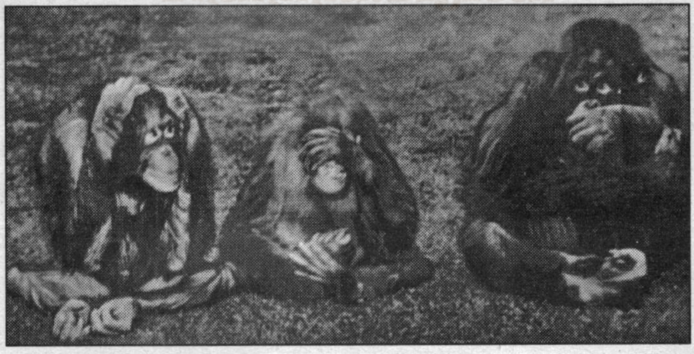
Downloaded from http://dhamma.digital

बाँदरले दिएको शिक्षा

२०६४ साल भाद्र महिनाको गुँलाधर्म पर्वमा काठमाडौंको श्री:घ विहारमा र ध्यानकुटी विहार वनेपामा दिएको उपदेश-

गुँलाधर्मको उपदेश सुनेर र उपदेश दिएर ज्ञान-गुण सिक्नु सुअवसर प्राप्त हुने बेला हो। बुद्धको शिक्षा अनुसार नराम्रो कुरा नसुन्नु, नराम्रो दृश्य नहेर्नु र नराम्रो कुरा नबोल्नु राम्रो हो। नराम्रो कुरालाई वास्ता नगर्दा मन चंचल र असंयमित हुँदैन। मन कलुषित हुँदैन। क्लेश कम हुन्छ।

उपर्युक्त तीन वटा कुराको उपयोगिताबारे बुझ्नको लागि एउटा जातक कथा प्रस्तुत गर्दछु।



Downloaded from http://dhamma.digital

बोधिसत्त्व बांदरको योनिमा जन्म्यो । उसलाई बाँदरहरूले राजा बनाए । उनको रूप धेरै राम्रो सुवर्ण वर्णको थियो । त्यो बाँदरको राजालाई एक जना शिकारीले राजालाई बेचिदियो । राजाले बाँदर नचाउने मानिसलाई बोलाएर बाँदरलाई नाच्न तालिम गर्न जिम्मा दियो । बाँदरको नाच हेर्दा हेर्दै राजाको मन खिन्न हुन पुग्यो । जंगलमा स्वतन्त्रपूर्वक बसिरहेका बाँदरलाई किन बन्धनमा राख्ने भनी उनीप्रति माया जागेर त्यस बाँदरलाई जंगलमै छोड्न लगायो ।

त्यो बाँदर जंगलमा पुगेपछि आफ्नो राजालाई देख्न पाउँदा बाँदरहरू अत्यन्त खुसी भई उनको स्वागत गर्न जंगलको एउटा गुफामा बाँदरहरू जम्मा भए । एउटा बाँदरले प्रस्ताव राख्यो- राजाबाट मानिसहरूको हालचाल सुन्नपाए हुन्थ्यो । त्यस बाँदरको राजाले पहिले केही भन्न चाहेन, किनभने मानिसको स्वभावको कुरा आफूलाई काम लाग्दैन । बाँदरहरूले मानिसको स्वभाव थाहापाउन चाहेर राजासँग कर गरेर प्रार्थना गरे ।

तब बाँदरको राजाले भन्यो- "त्यसो भए सुन मानिसको समाज बडो विचित्रको छ । हामी बाँदरहरू जसरी रूखमा बसेर एक साथ मिलेर बस्थ्यौं । त्यसरी मानिसहरू मिलेर बस्न आउँदैन अथवा मिलेर बस्दैनन् । उनीहरू अलग अलग घर बनाएर बस्छन् र उनीहरूमा एकता भन्ने छैन । फेरि

Downloaded from http://dhamma.digital

एउटै घरमा बस्ने मानिसहरू हामी जस्तो शारीरिक एकरूपता छैनन्। कुनै दारि जुँगा भएका छन् भने कुनैमा त्यस्तो छैन। कुनै केश लामा लामा भएका कानमा ठाउँ ठाउँमा प्वाल भएका र छातिमा दुइ पोका उठेका छन्।" यति कुरा सुन्नासाथ कतिपय बाँदरहरूले छि ! छि ! त्यस्ता विरूप मानिसहरू देख्न नपरोस भनी आँखा बन्दगरे।

बाँदरको राजाले फेरि भन्यो- "त्यतिमात्र कहाँ हो र उनीहरूमा-ब्राह्मण, क्षेत्रि, वैश्य र शुद्र भन्ने जातिभेद छ र छुवाछुत, ठूलो सानो र ऊँच नीचको भेदभाव छ। धर्मको पनि चर्चा गर्छन् तर धर्मानुकुल भेदभाव हटेको छैन। मानिसले मानिसलाई नीच ठान्छन्, मेरो मेरो, तेरो तेरो भनी झगडा गर्छन्। यो मेरो धन, यो तेरो भनी आपसमा झगडा गर्छन् यति कुरासुनी कतिपय बाँदरहरूले यस्ता कुरा सुन्न चाहन्नौं भनी आफ्ना कान बन्द गरे।

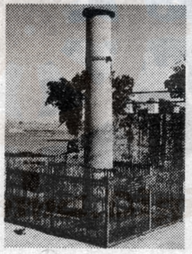
अनि अर्को एउटा ठूलो बाँदरले भन्यो- "हामी यहाँ राजाको स्वागत गर्न जम्मा भएका हौं। यस गुफामा मानिसको निन्दा मात्र भइरहेको छ।" अर्को बांदरले भन्यो हामीमा जोशमा होशै गुम्यो, अर्काको निन्दा चर्चा गर्नु राम्रो होइन। "अर्को बाँदरले भन्यो-" अरूको निन्दा चर्चा गर्नाले आफ्नो मन धमिलो हुन्छ। चित्त शुद्ध भएन भने आफूलाई दुःख हुन्छ। तसर्थ हामी सबैले अनावश्यक कुरा नगरौं यति भनी उनले आफ्नो मुख छोपे।

Downloaded from http://dhamma.digital

यो कथा सुनिरहेका एकजना उपासकले प्रश्न गऱ्यो-नराम्रो नहेर्नु, नराम्रो नसुन्नु, नराम्रो कुरा नगर्नु के यो कुरा सम्भवछ ?

अर्को उपासकले भन्यो-"किन सम्भव छैन ? विपस्सना ध्यान सहीतरिकाले अभ्यास गरेकोखण्डमा अवश्य सम्भव हुन्छ।"

जे भए पनि बाँदरहरूका यस्तो कुराले शिक्षाको रूपमा काम दिन्छ र सबैको लागि काम लाग्ने हुन्छ । महात्मा गान्धीको टेवलमा तीन वटा बाँदरको मूर्ति सधैं राखेको हुन्छ। महात्मा गान्धी भन्नु हुन्थ्यो। ती आँखा, मुख र कान बन्द गरेका ती बाँदरहरू उहाँको गुरू रे।



Downloaded from http://dhamma.digital

देव धर्म

२०४६ को गुँला धर्म पर्वमा भक्तपुरको दीपंकर विहार, ललितपुरको मणिमण्डप र श्रीघ विहार र २०६५ मा आनन्दकुटी विहारमा दिएको देशना वा उपदेश-

हिरि ओत्तप्प सम्पन्ना सुक्कधम्म समाहिता ।

सन्तो सप्पुरिसा लोके देव धम्माति वुच्चति ॥

अर्थ-लाज़ र भयले युक्त भएर अरू शुद्ध धर्मले युक्त रहेको मानिस देवधर्म भएको व्यक्ति भनिन्छ ।

सप्त आर्य धन मध्ये पाप कर्म गर्नमा लजाउनु र पाप कर्म गर्दा अरूले के भन्ला भन्ने डरमान्नु दुइटा उत्तम धन हुन् ।

चार प्रकारका व्यक्तिहरू पाप कर्म गर्छन् अर्थात् चारवटा कारणले पाप कर्म हुने गर्छ ।

यौवनं धन सम्पति प्रभुत्व मविवेकिना,

एकैकमप्यनर्थाय किन्मु यत्र चतुष्टयम् ।

अर्थात- युवा अवस्था, धनसम्पति, प्रभुत्ववाद (अहंकार) विचार नपुऱ्याएर कामगर्नु, (जोशमा होस गुमाएर) यी चारकारण

Downloaded from http://dhamma.digital

मध्ये एउटा मात्र अवगुण भएपनि अनर्थ हुन्छ, तर चारै भएमा भन्नु के छ ?

लाज भनेको आफ्नो शरीरद्वारा नराम्रो काम गर्दाखेरि भित्रैदेखि अनुभव हुने आत्मलानि हुने लज्जापन हो । भय भनेको न राम्रो काम गर्दा अरूले देखिंदाखेरी गाली गर्ला, केही भन्ला भन्ने डरहुनु अथवा यसले गर्दा पछि दुखै दुःख हुन्छ भनी ठान्नु ।

लज्जामान्नु भन्नुको कारण चारवटा छन्, यी चारवटा कुरा सम्झी मानिसहरू पाप कर्म गर्नलाई लाज मान्छन् अर्थात पाप कर्म गर्दैनन् । यी हुन-

१) जाति (जात) २) बैस, ३) पुरूषार्थ, ४) विद्वत्ता

१) **जातिः** जात भनेको नराम्रोकाम गर्नु म जस्ता ठूलो उच्च जातका मानिसले हिंसा गर्नु हुन्न । हिंसा गरेर मासु बेच्ने काम कसाई र मुसलमानहरूले गर्ने हो । मतलब हिंसा कर्म गर्नु हुँदैन । म जस्ता उच्च जाति भएको मानिसले पाम कर्म गर्नु हुँदैन भनी लाज मान्ने ।

२) **बैसः** बैसमा नराम्रोकाम गर्नु हुन्न त्यस्तो नराम्रो काम गर्नु त केटाकेटीका काम हो । म जस्तो वयस्क बैसका पुगेकाले यस्तो निम्नस्तरको नराम्रो पाप कर्म गर्नहुन्न भनी लाज मान्ने ।

३) **पुरूषार्थ :** पुरूषार्थीले नराम्रो काम गर्नु हुन्न । कमजोरी गरिबहरूले मात्र यस्तो नराम्रो काम गर्छ म जस्तो पुरूषार्थ

Downloaded from http://dhamma.digital

भएको मानिसले त्यसो गर्नु हुन्न भनी विचार गरेर लाज मान्ने ।

४) **विद्वत्ता:** केही नजान्ने अशिक्षित मूर्खहरूले मात्र नराम्रो काम गर्छन् । म जस्तो विद्वान पढेलेखेका शिक्षित व्यक्तिले पाप कर्मगर्न हुन्न भनी लाज मान्ने ।

भय र डर

भय र डर बाहिरबाट आउने कुरा हो । यसैले पामकर्म गरिरहेको बेला अरूले देख्दा भय महसूस हुने हुन्छ ।

गरहिस्सन्ति तं विञ्ञू, असुचिं नागरिको यथा,
वज्जितो सीलवन्तेहि कथं भिक्खु करिस्ससि ।

अर्थात- विद्वानहरूले तिमीलाई निन्दा गर्छन्, जस्तै मानिसहरूले फोहर गन्हाउने वस्तुलाई घृणा गर्छन्, चरित्रवान् भिक्षुहरूले पनि छोडि दिन्छन् । अनि तिमीले के गर्ने ? राम्रो असल काम गर्नलाई लाज मान्नु, सर्प, बाघ, चोरदेखि डरलाग्ने कुरालाई हिरि ओत्तम अर्थात् लाज र भय भनिँदैन । राम्रो काम गर्दा नचाहिने कुरा सुन्नु पर्ने छ, झमेला आउँछ भनेर डराउनु र लाज मान्नुलाई लज्जा भय भनिँदैन ।

Downloaded from http://dhamma.digital

परित्राण र उपलब्धि

२०४४ सालमा पोखरामा र बुटवलमा दिएको उपदेश-
"परित्राण" संस्कृत शब्द हो। पालिभाषामा परित्त भनिन्छ। "परि" पुब्बता पालन धातुबाट उत्पन्न परित्त शब्द हो। अर्को तरिकाबाट भन्ने हो भने "परि समन्ततो सत्तानं भयं उपद्दवं तारयति रक्खतीति परित्तं" अर्थ चारैतिरबाट आउने भय उपद्रवलाई रोकी आरक्षा गरिदिने भएकोले यो पालिसूत्र समूहलाई परित्राण भनिन्छ। यसको मतलब यसलाई मंत्र सम्झन गलत हुनेछ। यो त बुद्धको मैत्री हृदय पवित्रता, करूणा र सत्यको शक्तिको महिमा हो।

गौतम बुद्धले प्रचार गर्नु भएको "धर्म" सम्यक्दृष्टि प्रधान "धर्म" हो। सन्दृष्टिक अर्थात यसै जन्ममा फल पाउने धर्म हो। अन्धविश्वासको धर्म होइन। आदिकालदेखि चलिआएको परम्परागत विश्वास र कुसंस्कारबाट मुक्त हुन नसकेकाहरूको मन कमजोर भइरहन्छ। अत: मानसिक कमजोरी र मानसिक अशान्तिको लागि हरण गर्नुमा मन्त्र तन्त्रले पनि मनोवैज्ञानिक तरिकाबाट मद्दत गर्छन्। परम्परादेखि चालिआएको संस्कार र विश्वास निक्कै बलियो

Downloaded from http://dhamma.digital

हुन्छ । यसबाट मुक्त हुन सजिलो छैन । यो मानसिक कमजोरी हो ।

आलोचक र अन्वेषकहरूको विचार अनुसार मन्त्र तन्त्रको विकल्पको रूपमा परित्राणको उत्पत्ति भएको हो । मैत्री र सत्यको बलमा वा आडमा नै थेरवादी (हीनयानी) परम्परामा परित्राणको प्रचलन भएको राम्रो कुरा हो ।

परित्राणको शुरूवात पालि साहित्य अनुसार बुद्धको पालामा नै भएको थियो । वैशालीमा ठूलो दुर्भिक्ष भएको थियो । अनिकालको समयमा महामारीको रोग फैलिएकोले हाहाकार मच्चिएको थियो । त्यस्तो अवस्थामा मानसिहरू मानसिक रूपले कमजोर हुनु स्वाभाविक थियो ।

धेरै मानिसहरूले पूजा आजामात्र होइन मन्त्र तन्त्र पनि गराउन थाले । संयोगवश कसै कसैको रोग पनि निको भयो । बुद्धका अनुयायीहरूले पूजा आजा र मन्त्र तन्त्रले शान्ति स्वस्ति हुन्छ भन्ने विश्वास गर्दैनथे ।

तब अबौद्धहरूले बुद्धमार्गीहरूलाई गिज्याउन र होच्याउनथाले -"तिमीहरू नास्तिक हौ, त्यसैले तिमीहरूको रोग निको भएन र शन्ति भएन ।" यस्तो कुरा सुनेर बुद्धमार्गीहरूमा खुल्दुली मच्यो । मनकमजोर भएको बेलामा झन मन कमजोर हुन थाल्यो । धेरै जनाको मनमा आयो - "केही न केही उपाय त गर्नै पर्ला । समाजमा बस्नुपर्छ । एकोहोरो जीवन ठीक छैन जेहोस् गौतम बुद्धकहाँ गएर

Downloaded from http://dhamma.digital

अनुरोध गरौं । उहाँ करूणावान् हुनुहुन्छ । मंन्त्र तन्त्रको विकल्प अवश्य पाउँछौं ।" धेरै बुद्धमार्गीहरू बुद्धकहाँ गएर प्रार्थना गरे- "भो ! शास्ता, हामीमा सारै आपत् आइरहेकोछ । रोग भयले सताएका छौं । अरूहरूले पूजा आजा र मन्त्र तन्त्र गरेर शान्ति पाएका छन् । हामीलाई पनि केही उपाय गरिदिनु होला । नत्र समाजमा टिक्न गाह्रो पर्ला । भो ! शास्ता ! कृपागरी केही न केही विकल्प खोज्नु पऱ्यो र शान्ति स्वस्तिको वातावरण ल्याउन जाति होला ।"

गौतमबुद्ध जन आवाजको विरोध गर्नुहुन्नथ्यो । जनताको आवाज मानेर केही अहित हुँदैन भने, जनतालाई त्राण र भरोसा मिल्छ भने, जनआवाज अनुरूप गरेर के आपति ? केही न केही गर्नुपर्ने बाध्यता पनि रहन आयो ।

तथागत बुद्धले अधिस्थान गर्नु भयो-मैले राजदरवार त्यागेर आएदेखि अहिले सम्म अरूलाई कुभलो र अहित हुने कुनै पनि कुरा र काम गरेको छैन । मनले पनि नराम्रो चिताएको छैन । बहुजन हिताय र बहुजन सुखाय मात्रको लागि मैत्री पूर्वक कुरा र काम गरें, मनले पनि त्यस्तै चिताएं यही सत्य वचन द्वारा जनताको रोग भय उपद्रव शान्ति र स्वस्ति होस् ।

एतेन सच्च वज्जेन सोत्थिते होतु सब्बदा,
एतेन सच्च वज्जेन सब्ब रोगो विनस्सतु,
एतेन सच्च वज्जेन होतुते जयमंगलं ।

Downloaded from http://dhamma.digital

अर्थात- यो मेरो सत्य वचन द्वारा शान्ति होस्, रोग निको होस् र जय मंगल होस् ।"

यस प्रकारको रतनसूत्र पाठ गरी वहाँले मंगल कामना गर्नु भयो । मंगलसूत्र, रतनसूत्र करणीय मैत्री सूत्र कुनै मन्त्र होइन । त्यो मंगलमय उपदेश मात्र हो । यसले मानिसहरूको भयत्रस्त मनलाई शान्ति मिल्यो सान्त्वना पायो ।

परित्राणको फल लाभको लागि केही निम्न अंग पुर्ण हुनुपर्छ ।

१) परित्राण पाठ गर्नेले शुद्धगरी पाठ गर्नुपर्छ ।

२) मुखले पढ्दै जाँदा अर्थ पनि बुझ्नुपर्छ ।

३) श्रोतावर्गप्रति मैत्री चित्त राखी पाठ गर्नुपर्छ ।

४) परित्राण श्रवणगर्नेहरू पंच महापापबाट मुक्त हुनुपर्छ ।

५) राम्रो र नराम्रो कामको फलमा विश्वास हुनुपर्छ । अनैतिक काममा लागेको हुनु हुँदैन ।

६) परित्राण प्रति विश्वास हुनुपर्छ

महापरित्राण

गौतम बुद्धको पालामा मण्डप बनाएर महापरित्राण पाठ गर्ने चलन थिएन । बुद्ध परिनिर्वाण पाँच सय वर्ष पछि अर्थकथाचार्य द्वारा लेखिएको अर्थकथामा यो देखिन्छ ।

त्यसबेला परित्राण सूत्र पाठ गरिन्थ्यो भन्ने उल्लेख छ । मण्डप बनाई महापरित्राण पाठ गर्ने चलन श्रीलंकामा शुरू भएको हो । यो महायान धर्म प्रचारको प्रतिफल हो भन्ने

Downloaded from http://dhamma.digital

श्रीलंकाका विद्वत भिक्षु वर्गको भनाइ छ । त्यहींबाट पूज्य अमृतानन्द महास्थविरले यो चलन नेपालमा ल्याउनु भएको हो। बर्मा, थाइल्याण्डमा मण्डप राखेर यो महारित्राण पाठ गर्ने चलन छैन। परित्राण पाठ गर्ने चलन चाहिँ सबै बौद्ध देशहरूमा छ । महापरित्राण बुद्धको उपदेश धर्म अनुरूप छ छैन भन्ने चर्चातिर नलागौं। यसको उपयोगिता र उपलब्धि तिर हेरौं।

महापरित्राण महायज्ञको विकल्प हो। महायज्ञ गर्दाखेरि धेरै अन्न घिउ आदि नष्ट हुन्छन्। त्यस्तो प्रकारको अन्न आदि नष्ट गर्ने यज्ञहरूको विकल्प स्वरूप महापरित्राणको विकास भएको हो । महापरित्राणमा तेलको बत्ती बाल्ने मात्र चलन छ । अन्न र धन अपेक्षाकृत थोरैमात्र खर्च हुन्छ । अहिले महापरित्राणमा धेरै धन खर्च गर्ने विकृति आइरहेको छ ।

परित्राण मनोवैज्ञानिक चिकित्सा

धेरै बिरामीहरूलाई औषधीले न छोएको देखिन्छ र सुनिन्छ। विशेषत: मानसिक रोगीहरूलाई त्यस्तो अवस्थामा कहिले कहिले यो परित्राण ठूलो औषधीको रूपमा उपयोगी हुन्छ । भूत र बोक्सी आदिको आवेश हुँदा परित्राण पाठ निक्कै लाभप्रद पाइएको छ ।

एउटा घटना प्रस्तुत गर्नु अत्युक्ति नहोला । एक नवदम्पती बेलायत पुगेछ । पाश्चात्य सभ्यता देखेर नेपाली महिलाको मगज चक्र्यो । बेलायतका धेरै नामी चिकित्सक (डाक्टर) द्वारा उपचार गराए तर असफल रह्यो। काठमाडौं

Downloaded from http://dhamma.digital

फर्केपछि श्रीमान् चाहिँलाई कसैले सुझाव दियो कि कुनै विहारमा लगी परित्राण पाठ गराइयो भने बिरामीको मनस्थिति ठीक हुन्छ कि ?

त्यस्तो अवस्थामा जे भए पनि तयारहुने त्यो व्यक्तिले आफ्नी श्रीमतीलाई लिएर धर्मकीर्ति विहारमा गयो । त्यहाँ एक एक घण्टा एक हप्तासम्म परित्राण पाठ भयो । परिणामत: बिरामीको मानसिक असन्तुलनता ठीक भयो रोग निको भयो । यो २५, ३० वर्ष पहिलेको घटना हो ।

श्रीलंकाका एक क्रिश्चियन र एक मुस्लिम युवतीहरूलाई बोक्सीले सताएर बहुलाए । यस्तैमा ३,४ वर्ष बितिसक्यो । उपचार सबै व्यर्थ रह्यो । दुबै अबौद्ध हुन् । तर उपचारको लागि जे पनि गर्न तयार हुन्छन् मान्छेहरू । उनीहरूले पंचशील ग्रहणगरी भिक्षुहरूबाट परित्राण पाठ ५ दिन सम्म श्रद्धापूर्वक सुने । दुबै निको भयो ।

यस्ता परित्राणबाट चमत्कार भएका अन्य घटनाहरू पनि थुप्रै छन् । अनुभवबाट बोध हुने विषय हो यो । वास्तवमा बुद्धको सत्य, मैत्री र करूणा युक्त वचनको प्रभाव यस्मा अवश्यै छ । स्वच्छ हृदय, मैत्री भावना र निर्मल चित्त द्वारा पाठ गरिने र श्रवण गरिने परित्राण त्यसैंले असरदार हुने गर्छ ।

Downloaded from http://dhamma.digital

सातप्रकारका स्वास्नी मानिस

वि.सं २०५६ साल गुँला धर्मका महिनामा भक्तपूर दीपंकर विहारमा, ललितपुर मणिमण्डप विहारमा र सुनाकोठीमा दिएको उपदेश-

अनाथपिण्डिक उपासकको घरमा समय समयमा भगवान् बुद्ध भोजनको लागि जानुहुन्थ्यो। एक दिन बुद्ध त्यस घरमा हुँदा नै कोलाहलको आवाज सुनियो । अनि बुद्धले अनाथपिण्ढिकलाई सोध्नु भयो-"केको कोलाहलको आवाज यो ?"

जवाफ थियो अनाथपिण्डिकको- "भो शास्ता, मेरो छोरालाई विशाखा उपासिकाकी बहिनी सुजाता संग विवाह गरिदिएं। विशाखा र बहिनी सुजाताको स्वभाव सुन र पित्तल जति नै फरक रहेछ । सुजाता बुहारी चाँहि सारै क्रोधी अज्ञानी रहिछिन् । त्यस्तै अहंकारी स्वभावकी । दाइजोको रूपमा माइतीबाट धेरै सम्पति ल्याएको छ भन्ने घमंण्डले गर्दा उनी कसैलाई टेर्दैनन्। हुकुम मात्र चलाउँछिन्। घरका सेवक सेविका सँग झगडा गर्छिन्। छोरा पनि भनेको कुरा मान्दैन। घरमा शान्ति छैन।

Downloaded from http://dhamma.digital

भगवान बुद्धले सुजातालाई बोलाउनुभयो । बुद्धले सुजातालाई सातप्रकारका स्वास्नी मानिसको बारे बताउनु भयो । यी हुन्:-

१) वधक भरिया= हिंसक र आक्रामक स्वभाव भएकी स्वास्नी,

२) चोरी भरिया= लोग्नेको धन चोरेर लिने स्वास्नी,

३) अय्या भरिया= मालिक बन्ने भएकी स्वास्नी,

४) माता भरिया= आमाको स्वभाव भएकी स्वास्नी,

५) भगिनी भरिया= दिदी बहिनी जस्ती भएकी स्वास्नी,

६) सखी भरिया= हितैषी साथी समान रहेकी स्वास्नी,

७) दासि भरिया= दासी समान रहने स्वास्नी,

बुद्धले उनीसँग सोध्नु भयो- "यी सात प्रकारका स्वास्नी मान्छेमा तिमी कुनमा परेछौ ?

सुजाताले शिर निहुराउँदै नरम बोलीले भनिन्-भो शास्ता अब देखि असल बुहारी बन्न प्रतिबद्ध हुन्छु । ज्ञानी बन्छु ।

अनाथपिण्डिकको छोरा काल पनि बुद्धप्रति श्रद्धा नराख्ने र बुबाको आज्ञा पनि नमान्ने खालको थियो । उसलाई पनि बुद्धले उपदेश दिनु भयो कि आमा बुबाका कुरा नमान्ने र अनुशासनहीन र आज्ञाकारी नहुने छोराको गति राम्रोहुने छैन भनी आमा बुबाको गुणको बयान गर्नुभयो । त्यस दिन देखि अनाथपिण्डिकको छोरा पनि असल बन्यो । त्यो दिनमा अनाथपिण्डिकले बुद्ध समक्ष अत्यन्त प्रसन्न भई भन्यो- "भो शास्ता ! आज मेरोमन अति हर्षित भयो र आनन्दको अनुभव भयो ।"

Downloaded from http://dhamma.digital

बुद्धले प्रचार गर्नुभएको धर्म र पंचशील

२०४८ मंसिरमा तामाङहरूको बौद्ध जागरण शिविर कीर्तिपूरमा भएको उपदेश-

मानिस सामाजिक प्राणी हो । व्यक्ति व्यक्तिको समूहबाट नै समाज बन्दछ । व्यक्ति र समाजको बीच घनिष्ठ सम्बन्ध छ, जसरी नङ र मासु सम्बन्ध छ । अत: व्यक्तिको हृदय पवित्र हुनुपर्छ । साथै कर्तव्य परायण हुनुपर्छ । त्यस्तै अधिकारको सदुपयोग गर्नपनि मौका मिल्नुपर्छ तर समाजको नियमलाई बिर्सनु हुँदैन । यो बुद्धको शिक्षा नीति हो ।

आकाशमा अचानक कालो बादलले छाएझैं क्लेश रूपी बादलले मानिसको चरित्रमा कलंकित पारिदिन्छ । क्लेश भनेको संकुचित भावना हो, अहंकार तथा ईर्ष्या मनोप्रवृत्ति हो । यी क्लेशबाट मुक्त भएमा मानिसको चरित्रमा ज्योति र उज्याले आउँछ तथा शान्ति हुन्छ । चरित्र शुद्ध हुन्छ । शील मानिसको शोभा र आध्यात्मिक धन हो । सदाचारलाई शील भनिन्छ । व्यवहार राम्रो पार्नुनै शील हुनुहो ।

साधारणत: शील दुइथरी छन्-

चारित्रशील र वारित्र शील ।

Downloaded from http://dhamma.digital

पंचशील आदि नियम पालन गरेर कसैलाई हानी र अलाभ हुँदैन। त्यस्तो कामगर्नु चारित्र शील हो। अर्को भाषामा भन्ने हो भने समय र ठाउँ हेरी उचित काम गर्नु चारित्र शील हो अर्थात् अरूले राम्रो कामहो भन्ने खालको कामगर्नु।

जुन काम नगर्नु भनी छुट्याइएको छ अर्थात् अरूद्वारा घृणा गर्ने काम हुन्छ, त्यस्ता काम गरेको खण्डमा मानिसहरूले छि ! छि ! भन्छन् त्यस्ता काम नगर्नु वारित्र शील हो।

बुद्धकालीन समय दुःखी मानिसहरू चारित्रशीलमा संलग्न भएको देखिँदैन। त्यसैले बुद्धबाट पंचशीलको नियम प्रतिपादन गर्नु भएको हुन सक्छ।

पंचशील

१) **पाणाति पाता वेरमणी सिक्खपदं समादियामि।**
अर्थ- प्राणीहिंसाबाट टाढा रहने शिक्षापद ग्रहण गर्छु।

२) **अदिन्नादाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि।**
अर्थ- अर्काको वस्तु चोरी नगर्ने शिक्षापद ग्रहण गर्दछु।

३) **कामेसुमिच्छाचारा वेरमणी सिक्खापदं समादियामि।**
अर्थ- पंचकाम विषयमा भ्रष्टाचार बाट अलग हुने शिक्षा लिन्छु। अर्थात व्यभिचार बाट अलग हुने शिक्षा लिन्छु।

४) **मुसावादा वेरमणी सिक्खापदं समादियामि।**
अर्थ- भ्रूठो नबोल्नु शिक्षापद ग्रहण गर्छु।

Downloaded from http://dhamma.digital

५) **सुरामेरय मज्जपमादट्ठाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।**

अर्थ- रक्सी आदि मादक पदार्थ सेवन नगर्न शिक्षापद ग्रहण गर्छु ।

थेरवादी (हीनयानी) परम्परा अनुसार पालन होस् वा नहोस् भिक्षुहरूकै नेतृत्वमा हुने कार्यक्रममा पंचशील प्रार्थना गराउने चलन नै भै सकेको छ ।

एकदिनको घटना हो । प्राणीहिंसा गरी मासु बेच्ने कसाहीको घरमा भोजनको लागि भिक्षुहरूलाई निमंत्रणा गरियो । भिक्षुहरू उक्त घरमा जानु भयो । भोजन हुनु भन्दा अगाडि पंचशील प्रार्थना गर्न लागियो । लोग्ने मानिस दुइ जना उठेर गए । त्यहाँ आइमाई मात्र भए । पंचशील प्रार्थनापछि एकजना महिलाले भनिन्- "पंचशील मध्ये १ नम्बर र ५ नम्बर चाहिँ हामीकहाँ पालन हुँदैन ।" त्यतिबेला ती उपासिकाको सत्य बोली सुनेर म धेरै प्रभावित भएं । सत्यबोली बोलेको बापत मैले मन मनै आशीर्वाद दिएं जयहोस् भनी ।

यहाँ ३ नम्बर को कामेसु मिच्छाचाराको बारे केही विचार प्रकट गर्न चाहन्छु । एकजना युरोपियन विद्वानले अनुसन्धान गरेर लेखेको छ -"कामेसु" शब्द बहुवचन हो केवल स्त्री पुरूष बीचको यौन सम्बन्धमा मात्र यो सीमित छैन । मतलब व्यभिचार मात्र होइन, यसको अर्थ व्यापक छ । अधिकांश मानिसहरू भव भोग (संसारिक) धन सम्पतिमा

Downloaded from http://dhamma.digital

आसक्त भएका छन् । यसबारे धर्मप्रचारकहरूले ध्यान दिनु उचित छ । व्यभिचार मात्र भनी अर्थ लेखिएको ठीक छैन ।

यहाँ विचारणीय कुरा के भने जहाँ पनि पंचशील प्रार्थना गराउन उचित र राम्रो ठहरिंदैन । रांगा, खसी काटेर मासु बेच्नेहरूलाई पंचशील प्रार्थना गराउनु कहाँसम्म ठीक हुन्छ ? यो विचारणीय कुरा भयो । तामाङ गुरूङ लामाहरूले पनि भन्न थालियो हामीहरूलाई पनि अप्ठ्यारो पर्ने भयो । हाम्रो पूजा आजामा पनि रक्सी न भै नहुने । हुनत रक्सी नखानु नै बेस पनि भने । शिविरमा भागलिएका कतिपयले रक्सी जाँड खाने छाडेका छन् ।

काठमाडौंका र उपत्यका बाहिरका वज्राजार्यहरूलाई पंचशील नियम राम्रो भए पनि पालनगर्न अप्ठ्यारो छ । केहीले भने लामखुट्टे र उडुसले टोके पनि सहेर बस्नु पर्ने भयो भने ।

तेस्रो झूठोकुरा गर्नुबाट बच्नु राम्रो भएपनि यसबाट बच्नु कति सम्भव होला प्रश्न आयो । प्रयत्न गरे, सचेत भए सम्भव हुन्छ । यो वातावरणमा भरपर्ने कुराहो । बुद्धले भन्नु भएको थियो कि ? जन्मिदा पवित्र मन लिएर आएको हुन्छ तर वातावरणले संगतको प्रभाव र प्रदूषितं वातावरणले गर्दा पवित्र मन पनि कलुषित हुने हुन्छ । पभस्सरमिदं भिक्खवे चित्तं अपिच आगन्तुकेहि किलेसेहि उपक्किलिट्ठं ।"

(अंगुन्तर निकाय)

Downloaded from http://dhamma.digital

धर्मात्मा महासेन राजा

२०४० मा बनेपाको ध्यानकुटी विहारमा गुंलाधर्मको बेला दिएको उपदेश-

यो बुद्धको परिनिर्वाण पछिको कथा हो । पटनामा (पाटलिपुत्रनगर) महासेन नामका राजा थियो । ऊ साह्रै धर्मात्मा थियो । उनले धेरै संख्याको भिक्षुहरूलाई निमंत्रणा गरी भोजन दान दिए । एकजना भिक्षुले उपदेश दिनुहुँदै भन्नु भयो- "बुद्धको उपदेश अनुसार आफ्नो परिश्रमले कमाएको धन दान दिन सके धेरै पुण्य हुन्छ ।" यो उपदेश सुनेर महासेन राजाले विचार गरे-"आफ्नै परिश्रमगरी पसिना बहाई कमाइएको धन दान दिनसके मात्र धेरै पुण्य लाग्छ रे । म राजा भएर जनतालाई उखु पेले जस्तै पेलेर करलिएर मोज गर्दैछु र त्यही पैसा दान दिदै छु । यसले गर्दा मलाई पुण्य लाभ कमहुने भयो त ।"

यसरी विचार गरी आफ्नो विश्वास मात्र मंत्रीलाई राज्य सुम्पेर आफ्नै एकजना भाईलाई साथलिई अलि टाढा जानु भयो । त्यहाँ एकजना साहुकहाँ गएर नोकरी गर्दै काम गर्दै बस्यो । इमान्दार साथ दिलै देखि राम्रोसंग काम गर्दै

Downloaded from http://dhamma.digital

रहेको देखेर साहू उनीदेखि खुब खुसी भए। अनि साहूले सोधे- "तिमी जस्तो इमान्दारी परिश्रमी भएर राम्रोसंग कामगर्ने नोकर मकहाँ अहिलेसम्म आएको छैन ।" तिमीले किन यसरी खुब मेहनतगरी दिलै देखि कामगरि रहेको ? उसले भन्यो-"म आफ्नै मेह नत र पसिनाको पैसाले दान दिने चिताएर यहाँ परिश्रम गर्न आएको हूँ।

साहूले भने- "तिम्रो इमान्दारी र परिश्रम देखी साह्रै प्रभावित भएँ। उनलाई पारिश्रमि स्वरूप ५० गाडी अन्न दिए। त्यो नोकर बनेको राजा तीन वर्षपछि दरवारमा फर्केर फेरि राज्य संचालन गरी त्यो पैसा दान दिए। त्यहाँदेखि प्रजाप्रति दया राखेर जनमुखी भएर राज्य चलाए र जनतालाई दु:खदिने काम गरेनन्।

यो रोचक घटना जानि राख्नु पर्ने भएकोले यसमा समावेश गरेको छ। यो रसवाहिनी नामक पालि ग्रन्थको आधारमा लेखिएको हूँ। मेरो धर्म उपदेश डायरीमा भएको कुरा हो।

Downloaded from http://dhamma.digital

धर्मात्मालाई धर्मले रक्षागर्छ

२०४० मा बनेपाको ध्यानकुटी विहारमा गुँलाधर्म पर्वमा दिएको उपदेश-

आमा बुबाले मरणासन्न बेला आफ्नो छोरा छोरीलाई बोलाएर भने- "हेर छोरा, तिम्रो बहिनीलाई राम्रोसँग हेरचार गरेर रक्षागर।" उनी बहिनी युवती अवस्थामा पुगिन्। उसलाई एक धनी कुलमा विवाह गरिदियो। उनी गर्भवती हुँदा माइतीघर आइन्। बाटोमा एक जना भिक्षुसँग भेट्भयो। भिक्षुले धर्म उपदेश दिनुहुँदै भन्नु भयो- मैत्री भावना गर्नसके जीवन रक्षा हुन्छ। भविष्य उज्ज्वल हुन्छ। शुद्ध मनले मैत्री भावना गर्नुपर्छ।"

ती महिला माइतीघर आउँदा सुनको चुरी र सुनको हार लगाएर आएको थिइन्। उसको भाउजुलाई उनको सुनको चुरी र हार देखेर लोभ लाग्यो। उसले श्रीमानलाई आफ्नो मनको कुरा बताइन्। दाजुलाई स्वास्नी सारै मनपरेको रहेछ। अतः आफ्नो बहिनीलाई मारेर सुनको गहना खोसेर लिन प्रयत्न गर्‍यो। बहिनीले प्रार्थना गरिन्- मेरो बच्चा जन्मिन लाग्यो। मलाई नसताउनुस् उनले बहिनीको

Downloaded from http://dhamma.digital

प्रार्थनालाई वास्तै गरेन । दाजुको सास्ती खाँदा खाँदै उसले छोरा जन्माइन् । दाजुले सास्ती गरे पनि द्वेष भाव नराखी बुद्धले दिनुभएको मैत्री उपदेश र त्रिरत्न गुण स्मरण गरिकन मैत्री भावना गरिन् । त्यही बखत एकजना मानिस आएर उसको दाजुलाई धम्काई भगाईदियो । ती महिलालाई पतिको घरमा पुऱ्याई दियो । घरमा पुगेर श्रीमानलाई आफूलाई भएको घट्ना सबै सुनाइन् । पतिले भन्यो- त्रिरत्न स्मरण र मैत्री भावनाले गर्दा तिमी बच्यौ । धर्मले रक्षा गरि दियो । बुद्धले भन्नु भएको थियो-"धम्मोहवे रक्खति धम्मचारी धर्मगर्नेलाई धर्मले रक्षागर्छ । शुद्ध मनले धर्म गर्नुपर्छ" पतिले आफ्नो बच्चाको नाम "शरण" राखिदियो । त्यो बच्चा पछि भिक्षु बन्न पुग्यो ।

साभार- शरण स्थविरकथा "रस बाहिनी"

अर्को एउटा यस्तै घटना प्रस्तुत गर्दछु जुन घटनाले धर्मात्मालाई धर्मले रक्षा गरेको छ । बुद्धकालीन घटना हो ।

हत्थक आलवक नामक राजा धेरै मानिस सँगै बुद्धकहाँ जानुभयो । अनि भगवान् बुद्धले सोध्नुभयो । "महाराज ! यत्तिका मानिसहरू तपाईको पछि पछि आएका छन्, यिनीहरू तपाईको आज्ञाले आएका हुन् कि आ-आफ्नै श्रद्धाले हो ?"

राजाको उत्तर थियो- आ-आफ्नै श्रद्धाले आएका हुन् । मैले आज्ञा दिएको छैन । बुद्धले फेरि सोध्नु भयो- "किन

Downloaded from http://dhamma.digital

नि” भो शास्ता ! तपाईको उपदेश अनुसार मैले जनताको रक्षा गर्दैछु र करूणा र मैत्रीपूर्वक व्यवहार गरेको छु । जनतालाई केही आपत् र आवश्यक परे म उपकार गर्ने गर्छु । त्यसैले जनताले मलाई सम्मान गर्ने गरेका छन्, राजाले भने ।

त्यसपछि भगवान् बुद्धले भन्नुभयो - धर्मानुकूल सदाचार सम्पन्न भई आफूले गर्नुपर्ने कर्तव्य पूराभए सबैले मान सम्मान राख्छन्, यहीनै धर्मात्मालाई धर्मले रक्षा गर्छ भनिएको हो ।

Downloaded from http://dhamma.digital

स्रोतापन्न

२०२९ मा धर्मकीर्ति अध्यन गोष्ठीमा भएको प्रवचन-

गौतम बुद्धले जतिपनि उपदेश दिनुभएको छ ती उपदेशहरूको मूल लक्ष्य मानिसलाई दु:खबाट मुक्त गराउनु हो । अर्को भाषामा भन्ने हो भने शुद्ध र असल मानिस बनाउनु हो अझ स्पष्ट रूपमा भन्ने भए भवचक्र (संसार चक्र)बाट मुक्तहुने शिक्षा नै बुद्धले दिनुभएको उपदेशहो ।

मानिसहरूलाई संसारचक्र (भवचक्र) मा बाँधिराख्ने दशवटा बन्धनको रूपमा रहने क्लेशहरू (दोषहरू) छन् । ती हुन:-

१) सक्कायदिट्ठि=सत्कायदृष्टि- म र मेरो भन्ने दृढ आत्मा दृष्टि, नित्य आत्मवादी (अहंभाव) हुनु)

२) विचिकिच्छा= अनावश्यक शंका उपशंका गरिरहनु ।

३) सीलब्बत परामास= अन्ध विश्वास अर्थात् आत्म चित्त शुद्धिविना कर्मकाण्ड अथवा बाहिरी पूजापाठ आदिलाई धर्मकर्म गरेको संम्झी त्यसबाट पापबाट मुक्त हुने आशा गर्नु । अर्को भाषामा भन्ने हो भन्ने आफ्नो चित्त शुद्ध

Downloaded from http://dhamma.digital

नगरी ईश्वरले आफूलाई रक्षा गरोस् भन्ने भावना राखी प्रार्थना गर्नु ।

४ कामराग= सांसारिक सुख भोग गर्ने आशा र महत्त्वाकांक्षा ।

५) पटिघ= क्रोध र बदलालिने भावना ।

६) रूपराग= आँखाले देख्न सक्ने भौतिक पदार्थमा आसक्त हुनु ।

७) अरूपराग= आँखाले नदेख्ने वस्तुमा आसक्त हुनु ।

८) मान- अहंकार र घमण्ड हुनु ।

९) उद्धच्च- अहंकार र ममताले मात्तिएर अति उताउलो र चंचल हुनु ।

१०) अविज्जा- अविद्या, अज्ञानता र मूर्खता ।

संसाररूपी दु:खबाट मुक्त हुनको लागि अर्थात् निर्वाण अवस्थामा पुग्न उपर्युक्त दशवटा सांसारिक बन्धन (क्लेशहरू) मनको मैलहरूबाट छुटकारा पाउन सक्नुपर्छ । ती दशैवटा क्लेश मैलहरू एकै चोटि हटाउन सकिन्न । गौतम बुद्धले क्रमश: ती दशवटा क्लेशहरू बाट मुक्ति पाउने चारवटा बाटो देखाउनु भएको छ । अथवा चारवटा तहगरी छुट्याउनु भएको छ । जस्तै-स्रोतापन्न, सकृदागामी, अनागामी र अरहन्त मार्ग । स्रोतापन्नको शाब्दिक अर्थ निर्वाणरूपी सागर तिर बग्ने खोलामा पुगेको अवस्था ।

Downloaded from http://dhamma.digital

स्रोतापन्न तहमा पुग्दाखेरि माथि उल्लेख गरिएका दशवटा क्लेशहरूमध्ये पहिलाका तीनवटा क्लेश (कमजोरी) बाट मुक्तहुने हुन्छ । ती तीन क्लेश बन्धनहरू हुन् सक्कायदिट्ठि अर्थात् "म" र मेरो भन्ने दृढ भावना नित्य आत्मवादी (पूर्वाग्रह,) (जिद्दी अहंकारी) भावना)

विचिकिच्छा- बुद्ध,धर्म र संघप्रति तथा अरूकुरामा अनावश्यक शंका, उपशंका गरिरहनु ।

सीलब्बत परामास- अनेक प्रकारको कर्मकाण्ड आदि अन्धविश्वासमा लागिरहनु । पुस्तकमा उल्लिखित भए अनुसार सम्पूर्ण क्लेश प्रहीण न भएकाले गर्दा स्रोतापन्न व्यक्ति सात पटकसम्म भवचक्रमा (संसार चक्रमा) जन्म लिन आउँछ, तर पनि त्यस्तो व्यक्ति निर्वाण स्रोतबाट बाहिर जाँदैन । सातपटक जन्मलिएपछि निश्चित रूपमा निर्वाण अवस्थामा पुग्ने हुन्छ । निर्वाणरूपी स्रोतमा पुगेको बेला कहीँ अड्किन सक्छ तर गतिरोकिँदैन ।

स्रोतापन्न व्यक्ति उपर्युक्त तीन क्लेशहरूबाट मुक्त भएपनि होश गुमाएको अवस्थामा शरीर, वचन र मनद्वारा कुनै सानासाना गल्ती र पापकर्म गर्न सक्छ तर उसले साधारण व्यक्तिले आफ्नो गल्ति वा आफूले गरेको पापलाई लुकाउने जस्तै लुकाउँदैन । अर्थात आफ्नो गल्ती स्वीकार गर्छ, फेरि गल्ती दोह्रोऱ्याउँदैन । मतलब नरकसम्म जाने खालका ठूलाठूला पाप गर्दैन ।

Downloaded from http://dhamma.digital

रत्नसूत्रमा स्रोतापन्न व्यक्तिको चरित्र उल्लेख गरिएको एउटा गाथा (श्लोक) यहाँ उद्धत गर्नु उचित ठान्दछु ।

किञ्चापि सो कम्मं करोति पापकं,
कायेन वाचा उदचेतसा वा,
अभब्बो सो तस्स पटिच्छादाय,
अभब्बता दिट्ठ पदस्स वुत्ता ।

भावार्थ- आर्य मार्ग स्रोतापन्नमा प्रतिस्थित व्यक्तिले कुन कारणवश बेहोशी भएर शरीर, वचन र मनद्वारा पाप कर्म गरेतापनि उसले आफूले गरेको गल्तीलाई लुकाइ राख्दैन, अर्थात् आफ्नो गल्ती स्वीकारगरी फेरि त्यस्तो गल्ती दौहऱ्याउँदैन । आर्यत्वमा पुगेको स्रोतापन्नलाई योग्य छैन कि आफूले गरेको गल्ती देखेर त्यस्तो गल्ती गरेकै छैन भन्नु यस कुराले यही बुझिन्छ कि स्रोतापत्तिमा पुगेको व्यक्तिद्वारा पनि पापकर्म हुन सक्छ कि भन्ने शंका गर्न ठाउँ छ । दशवटा सांसारिक बन्धन मध्ये स्रोतापन्न व्यक्ति तीनवटा क्लेश बाट मुक्त हुन्छ, किनकि उनीहरू अरू लोभ, द्वेष र क्रोध अहंकार चंचलता र अज्ञानता आदि क्लेशबाट मुक्त भएको छैनन् । स्मरणीय कुरा के भने पंचशीलको अखण्ड शुद्धरूपमा पालन हुन सक्ने स्रोतापन्न मात्र भनिन्छ ।

स्रोतापन्न हुन चाहिनेले गर्नुपर्ने कुरा:-

१) धर्म श्रवण= ज्ञानवर्धक हुने धर्मको कुरा सुन्नु ।

Downloaded from http://dhamma.digital

२) योनिसो मनसिकार= दिलैदेखि दूरदर्शी ज्ञानले कामगर्नु ।
३) धर्मअनुसार आचरण गर्नु, सदाचार सम्पन्न हुनु ।
४) सत्पुरूषको आश्रय गर्नु, असल मान्छे साथी हुनु ।

स्रोतापन्नको बारेमा लेखिएका केही घटना यहाँ उल्लेख गर्न चाहन्छु । कुरा के भने- विशाखा उपासिका स्रोतापन्न थिइन् । उनीलाई साथीहरूले केही उपहार पठाएको रहेछ । भन्सारमा कर्मचारीहरूले त्यस वस्तुको धेरै भन्सार कर लिएको रहेछ । त्यसमा धेरै भन्सारकर तिर्न परेकोमा विशाखालाई चित्त दुखेको रहेछ । विशाखा उपासिका भगवान बुद्धकहाँ गएर उनीलाई पठाएको उपहारलाई कोशल महाराजले धेरै करलिएको छ भनी शिकायत गर्न गइन् ।

त्यस बेला बुद्धले तीन शब्द मात्र भन्नु भयो- **"सब्बं परवसं दुक्खं"** अर्थात् अर्काको अधीनमा रहनु सबै कुरा दु:ख हुन् ।

यहाँ नबुझिने कुरा के भने विशाखालाई पठाएको उपहारलाई धेरै कर लिएको भनी चित्त दु:खेको "मेरो उपहार" भन्ने मनमा गरेको कुरा सत्काय दृष्टिमा परेको छैन कि ? किनभने **"सक्काय दिट्ठि"** भनेको "म र मेरो" भन्ने दृढ भावना हुनुहो । शायद यो कुरा हामीजस्ता साधारण मानिसले नबुझ्ने हो अथवा विशाखाको यो घटना नै फरकहो ।

Downloaded from http://dhamma.digital

अर्को एकजना उपासिका जो स्रोतापन्न भएकी थिइन्, उनीले एक शिकारीसँग मोहित भइ उनीसँग विवाह गरिन् । त्यस कथामा के छभने ? ती स्रोतापन्न उपासिकाले दिनका दिन आफ्नो पति शिकारीलाई शिकारगर्न जानेबेला धनुष वाण काँधमा राखिदिने गर्थिन् ।

उक्त कथा गौतम बुद्धकहाँ पुग्दा खेरि उहाँले एउटा न्यायसंगत कुरा भनी बताइयो कि ती उपासिकाले आफ्नो पति शिकारीप्रति आफ्नो तर्फबाट हुनुपर्ने कर्तव्य मात्र पूरा गरेकी थिइन् तर प्राणी हत्यामा साथ दिएको भने उनीमा चेतना रहेको थिएन रे । त्यसैले ती स्रोतापन्न उपासिकालाई पाप लागेको छैन रे ।

Downloaded from http://dhamma.digital

गुणधर्मले मानिस ठूलो हुन्छ

२०४५ मा बनेपाको स्वधाटोलमा दिएको धर्म उपदेश-

भगवान् बुद्ध राजनीतिज्ञ नभए पनि राज्य शासन चलाउनेहरूलाई राज्य कसरी चलाउनुपर्ने भन्नेबारे उहाँ निर्देशन दिनुहुन्थ्यो । योकुरा पालिसाहित्यमा भनूं पालि त्रिपिटकमा उल्लेख भएको पाइन्छ । राजदरबार सम्म बुद्ध स्वयं जानु भई राजनीति अर्थात् राज्य सञ्चालन बारे उपदेश दिनु हुन्थ्यो ।

कोशलराजा बुद्धभक्त भएतापनि न्यायपूर्वक अर्थात् जनहित हुनेगरी राज्य संचालन गर्दैनथे । आफूले चाहे जस्तै आफूलाई भलोहुने गरी मात्र राज्य शासन गर्दथे । घूसपनि लिन्थे । लोभको इशारामा, द्वेषको वशमापरी, भय र मोहको वशमा परेर राज्य संचालन गर्दथे । अर्को भाषामा भन्नेहो भने पक्षपात र लोभमा परी निर्दोषीलाई दोषी र अपराधीलाई निरपराधी घोषणा गरिदिन्थे । क्रोधका कारण आफूलाई मन नपर्ने व्यक्तिलाई इमान्दार भएपनि दोषी बनाइदिन्थ्ये । आफूलाई कामलाग्ने मान्छे रिसाउँला भनेर डराएर को दोषी, को अपराधी र को निर्दोषी भन्नेबारे छानबिन नगरिकन कसैसँग सल्लाह नलिइकन अन्यायपूर्वक मुद्दा छिनिदिने गर्दथे ।

Downloaded from http://dhamma.digital

जनतालाई साह्रै दु:ख पीर भइरहेको कुरोबुझी बुद्ध स्वयं दरबार जानुभई कोशलराजालाई भन्नुभयो- "दशराज धर्म अनुसार राज्य संचालनगरे देशमा शान्ति हुन्छ । समृद्धि हुन्छ । अनि जनताले सुख, सुविधा पाए राजा जनप्रिय हुन्छन् । उहाँले प्राचिन कालदेखि राजाहरूको धर्म दश प्रकारका रहेका छन् भन्नुभयो ।

१) दान, २) शील (सदाचार), ३) त्याग, ४) छलकपटी नहुनु, ५) नरम हुनु, ६) तपस्या (दु:ख कष्ट सहनु), ७) क्रोधी नहुनु, ८) शोषक (हिंसक) नबन्नु, ९) सहनशील हुनु, १०) विरोधको लागि विरोध नगर्नु । यी दश राजधर्ममा दान र त्याग चेतनाको एउटै अर्थ होइन दान त कंजुस्याई मनले धेरै कमाउने इच्छाले पनि दिनेगरेको देखिन्छ । जस्तो कि चुनावलाई चन्दा दिएर कतिपय व्यापारीहरूले महँगी बढाएर पैसा कमाउने इच्छा राख्छन् । प्रसिद्धिकोलागि पनि दान दिइन्छ तर परित्याग भनेको परोपकार गर्ने मनलेमात्र सेवा भावले सम्पूर्णरूपमा त्यागगरेर दिनुहो । दानको सट्टा अरू केही आशा नगरिकन त्यागर्नेलाई परित्याग भनिन्छ ।

दान, आचरण राम्रोहुनु त्याग, संयमी, इमान्दार, निहतमानी, सहनशीलता, नचाहिने ठाउँमा क्रोध नगर्नु, आफ्नो स्वार्थकोलागि अरूलाई दु:ख नदिनु, विरोधकोलागि विरोध नगर्नु, यी दशवटा गुणहरू राजनैतिक नेताहरूमा नभई नहुने कुरा रहेकोछ । त्यसो भएतापनि वर्तमान राजनीतिज्ञहरूलाई बुद्धद्वारा निर्देशित

Downloaded from http://dhamma.digital

दशराज धर्म अनुकुल छैन जस्तो लाग्छ तर भगवान् बुद्धले कोशलराजालाई भन्नु भयो- "दश राजधर्मअनुसार राज्य संचालन नगर्ने राजाहरूको पतन हुन्छ । त्यस्तो राजाहरूको पतन भएको पनि छ । कोशलराजा गौतम बुद्धबाट दशराज धर्म सुनेर सचेत भए, सतर्क भए, अनि उनले बुद्धको निर्देशन अनुसार राज्य संचालन गर्ने प्रयत्न गरे ।

एकदिन न्यायालयमा बसिरहेका बेला कोशल राजाका सामू ठूलो मुद्दा ल्याइयो । उनले बुद्धको निर्देशन् अनुसार कुनै लोभ लालच तथा पक्षपात नगरीकन न्यायपूर्वक मुद्दा छिनिदिए । दोषीलाई दोषी निरपराधीलाई निर्दोषी बनाइदिए । घुसपनि खाएनन्, त्यस दिन राजालाई खुब आनन्द लाग्यो र अपूर्व आध्यात्मिक सुखको अनुभव भयो रे । तुरून्तै बुद्धकहाँ गई आफूलाई अपूर्व आनन्दको अनुभव भएको कुरा सुनाए ।

गौतम बुद्धले उनलाई पहिले पहिले पनि धर्म र न्याय पूर्वक जनमुखी भई राज्य संचालन गर्नेहरू तथा आफ्नो दोष र गल्ती महसूसगरी राज्य गरिरहेको र देशमा शान्ति तथा सुरक्षाको व्यवस्था भएको कुरा सुनाउनु भयो ।

पहिले पहिले वाराणसीमा ब्रह्मदत्त भन्ने राजाले राज्य गरे जस्तै कोशल देशमा पनि मल्लिक नामका राजाले राज्य गरेका थिए । दुबै राजाले जनहित हुनेगरी राज्य गरेका थिए । तै पनि मनमा कुरा उठ्यो राज्य संचालन गर्दा केही गल्ती भएको छ कि, भूलभर्यो कि । यो कुरा थाहापाउनका लागि महारानी देखि मन्त्री तथा अन्य राज कर्मचारीहरूसँग

Downloaded from http://dhamma.digital

समेत सोद्धा सबैलेभने "सबथोक ठीकछ महाराज ! केही पनि भूल देखिएन।" तैपनि राजाको मनमा सन्तुष्टि भएन। मतलब चित्तबुझेन। दरवारियाहरूले राजाको दोष कहाँ भन्छन् त ? केही दोष छ भने सुन्न जनताको तर्फबाट पनि सुन्नपर्‍यो नि ! राजा आफ्नो देश बाहिर गएर दोष खोज्नगए। उता कोशल राजा पनि आफ्नो दोष खोज्नु पर्‍यो भनेर राज्यबाट बाहिर निस्के दुबै राजाहरूको एउटा गल्लीमा जम्का भेट भयो।

मल्लिक राजाका सारथीले भन्यो- अरे यस रथमा कोशलका राजा मल्लिक हुनुहुन्छ, बाटोछोडी देऊ।

यताका सारथीले पनि भन्यो- यस रथमा पनि वाराणसीका राजा ब्रह्मदत्त हुनुहुन्छ। बोटो छोडी देऊ।

दुबैतर्फका बग्गीहरू सालिक जस्तै नचलिकन खडारहे। अनि ब्रह्मदत्त राजाले भने- "गुणधर्मले ठूलो भएकोलाई बाटो छोडिदिनु पर्ला ! सोध त त्यो रथमा बसिरहेका राजाको गुण के छ र स्वभाव कस्तो छ ?"

त्यस्तो प्रश्न सुनेपछि मल्लिक राजाको सारथीले भन्यो-

दल्हं दल्हस्स खिपति मल्लिको मुदुनामुदं,

साधुम्पि साधुना जेति, असाधुम्पि असाधुना।

अर्थ- हाम्रो राजा मल्लिक खराब स्वभावकासित खराब व्यवहार गर्ने, नरम स्वाभावका प्रति नरम हुने, शान्त स्वभावलाई शान्त स्वभावले जित्ने, बेइमानीलाई बेइमानी भएर जित्ने किसिमका हुन्। त्यसैले बाटो छोडी देऊ।

Downloaded from http://dhamma.digital

ब्रह्मदत्त राजाको सारथीले सोध्यो- तिम्रो राजाको गुण नै यो हो भने अवगुण के नि ? अनि मल्लिक राजाका सारथीले भन्यो- भैगो, तिम्रो राजाको गुण के नि ? बताउनु ।

वाराणसी राजाका सारथीले भन्यो-

अक्कोधेन जिने कोधं, असाधुं साधुना जिने,
जिनेक दरियं दानेन, सच्चेन अलिकवादिनं ।

अर्थ- हाम्रो ब्रह्मदत्त राजा क्रोधीलाई मैत्रीले, अज्ञानी प्रति ज्ञानीभएर, कंजूसलाई दानगरेर, झूठो बोल्नेलाई सत्यकुरा गरेर जित्ने किसिमका हुन् । यस्ता राजा यस रथमा छन् त्यसैले बाटो छाडी देऊ ।

यत्ति कुरा सुनिसकेपछि राजा मल्लिकँले आफ्नो कमजोरी महसुसगरी ब्रह्मदत्त आफूभन्दा ठूला रहेछन् भन्ने ठानी रथबाट ओर्लेर भने-

"यत्तिका समय सम्म बाटो रोकी बाधा दिएँ । यसको लागि म क्षमा चाहन्छु मैले आफ्नो भूल स्वीकार गरें ।" उनले आफ्नो सारथीलाई भने- बाटो छोडिदेऊ । त्यस रथमा म भन्दा ठूला राजाहुनुहुन्छ ।

बुद्धबाट यो कथा सुनी तत्कालीन कोशल राजाले आफ्नो गल्ती महसुस गरिकन राज्य राम्रोसँग संचालन गरे । त्यसपछि उनले देशमा शान्ति कायम गरे भन्ने कुरा पालि साहित्यमा उल्लेख छ ।

(राजोवाद जातक)

Downloaded from http://dhamma.digital

असल उपासिका मातिक माता

२०६४ सालमा ध्यानकुटी बनेपा र मणिपण्डप विहार ललितपुरमा तथा श्रीघ विहार काठमाडौंमा दिएको उपदेश-

वर्षावास बस्ने दिन नजिक आउँदा भिक्षुहरू टाढा टाढा गाउँतिर जाने चलन थियो । त्यही चलन अनुरूप ३० जना नवक भिक्षुहरू भगवान बुद्धबाट शरीर अनित्य रहनेको बारे शिक्षा अध्ययनगरी प्रत्यन्त प्रदेशमा वर्षावास बस्नगए । एउटा गाउँमा पुग्दा मातिक माता उपासिकाले भिक्षुहरूलाई देखिन् । उनीले भिक्षुहरू कहाँ जानकोलागि आउनु भएको हो ? भन्ने जान्नकोलागि उनीहरूको नजिक गएर सोधिन्- "भन्तेहरू कहाँ जानलाई आउनुभएको हो ?"

भिक्षुहरूले भने- "हामी अनुकुल ठाउँपाए वर्षावास बस्नलाई आएका हौं ।" मातिक माता उपासिकाले उनीहरूमा प्रार्थना गरिन्- "त्यसो भए भन्तेहरू यही वर्षावास बस्नुस् । म यथासक्य यहाँ जंगलमा कुटी (झोपडी) बनाइदिन्छु । गाउँ नजिकै छ, त्यहाँ भिक्षाटन गर्न आउनुस् । तपाईहरू ३ महिना यहाँ वर्षावास बस्नु भएमा म तीन महिनासम्म पञ्चशील अखण्ड रूपमा पालन गर्नेछु । भिक्षुहरू त्यहीं वर्षावास

Downloaded from http://dhamma.digital

बस्नुभयो । उनीहरू बुद्धबाट सिकेर आएको कुरा जस्तो कि शरीरमा रौं, दाँत, नङ, मासु, रगत, मल, मुत्र आदि ३२ प्रकारका पदार्थले भरिएको छ । अनित्य शरिर हो, परिवर्तनशील छ । यो आफ्नो अधीनमा छैन । त्यसैले यो दु:खहो । यस्तोकुरा सम्झिरहने भावना अभ्यासगरी त्यहाँ बसे ।

मातिकमाता उपासिकाले सोधिन्- "भन्तेहरूको दिनचर्या के हो नि ?" भिक्षुहरूले भने "**केसा, लोभा, नखा, दन्ता तचो** आर्थत्- यो शरीर रौं आदि ३२ प्रकारका पदार्थले बनेकोछ, अनित्यछ, परिवर्तनशील छ । यसरी सम्झी अनित्य र अशुभ भावनाको अभ्यास गर्दैछौं ।" उपासिकाले फेरि सोधिन्- "यो ध्यान भावना भिक्षुहरूले मात्र गर्नुहुने होकि ? हामी गृहस्थीहरूले पनि गर्नु हुने हो ?"

भिक्षुहरूले भने- "जसले गरेपनि हुन्छ" त्यसो भए मलाई पनि सिकाइ दिनुस्, उपासिकाले प्रार्थना गरिन् । भिक्षुहरूले बुद्धबाट जसरी सिकेर आएका थिए त्यसरी नै उनीहरूलाई सिकाई दिए । उपासिका खूब खुसी भइन् । पञ्चशील पनि अखण्ड रूपमा पालन गरेर चित्त शुद्ध गरेर शरीर अनित्य हो भनी खूब एकाग्र चित्तगरी शुद्धरूपमा ध्यान अभ्यास गरिन् ।

यहाँ स्मरणीय कुरा उपासिकाले पञ्चशीललाई अखण्डरूपमा पालन गरिन् । उनीले १) अरूलाई दु:ख हुने

Downloaded from http://dhamma.digital

हिंसा कार्य गरिनन् । २) अर्काको कुनै वस्तु चोरी गरिनन् । ३) भ्रष्टाचार, व्यभिचारी काम गरिनन् । ४) अरूलाई दुःख हुने भूठो कुरा गरेनन् । ५) मादक पदार्थ सेवन गरिनन् ।

उपासिकाले वर्षावास ३ महिना पञ्चशील अखण्ड नटुटाइकन पालना गर्ने अधिस्थान गरेको महात्वपूर्ण कुरा हो । अरू दिनमा पञ्चशील पालना नगरेको बुझिन्छ । ३ महिना वर्षावास भरी शुद्धरूपमा पञ्चशील पालन गरिकन अशुभ र अनित्य भावना पनि सहीरूपमा भावना अभ्यास गरेकोले केही हप्ता मै अरूको चित्तको कुरा थाहा पाउने ज्ञान सहित सकृदागामी मार्ग ज्ञान प्राप्त गरिन् ।

उपासिकाले विचार गरिन्- "मैले भिक्षुहरूबाट शिक्षा लिएर शुद्धरूपमा अभ्यास गरेको फलस्वरूप म मार्गफल लाभी भएँ अर्थात् ज्ञानलाभी भएँ । यी भिक्षुहरूत झन् माथिल्ला तह पुगेका मार्गफललाभी होलान् । अर्को भाषामा भन्ने हो भने उच्च आध्यात्मिक उन्नती भएका होलान् भनी विचार गरेर हेर्दा त यी भिक्षुहरूत ज्ञानलाभी रहेन छन् । साधारण भिक्षुहरू मात्र रहेछन"। उपासिका परचित्त बुझ्ने ज्ञान भएकी रहिछिन् । उपासिकाले बुझिन् कि भिक्षुहरूको बस्ने ठाउँ अनुकुल भएन मतलब सुविधा भएन रहेछ र उनीहरूको लागि खानापनि अनुकुल भएन । त्यसैले उनीहरूको चित्त एकाग्र भएन । त्यसैले आध्यात्मिक उन्नती गर्न सकेनन् भन्ने बुझिन आउँछ । त्यस उपासिकाले बासस्थान पनि सुधार

Downloaded from http://dhamma.digital

गरिदिइन् र खानाको पनि उचित व्यवस्था मिलाइ दिइन् । फलस्वरू केही हप्तामै भिक्षुहरू पनि ज्ञानलाभी भए। मतलब आध्यात्मिक उन्नतीगर्न सफल भए ।

यस कथाबाट के बुझिन्छ भने भिक्षुहरू अशुद्ध (अविनीत) भएपनि उनीहरूबाट असल शिक्षा लिएर शुद्ध मनले धर्म अभ्यास गरेको खण्डमा ज्ञानलाभ गर्न सकिंदो रहेछ। उदाहरणको लागि भनूं खरानी फोहर भए पनि फोहर भाँडाकुँडाहरू त्यस खरानीबाट सफाहुन्छ। मतलब अज्ञानी भिक्षुहरूबाट सही शिक्षा लिएर सहीरूपमा अभ्यास गर्न सके साधारण गृहस्थहरू शुद्ध हुन सक्छन् । भन्ने कुरा उपर्युक्त घटनाबाट स्पष्ट हुन्छ । यस कथाबाट अर्को शिक्षा लिन सकिने कुरा भिक्षुहरूको वर्षावास बस्ने नियमको उपलब्धिपूर्ण जानकारी हुने रहेछ ।

Downloaded from http://dhamma.digital

आमाको मुख हेर्ने दिनको महत्त्व

२०५५ मा बनेपा ध्यानकुटी विहारमा र भक्तपुर दीपंकर विहारमा गुंलाधर्म पर्वमा दिएको धर्म उपदेश-

नेपालमा भएको चाडपर्व मध्ये राम्रो तिथिमा मनाइने **"आमाको मुख हेर्ने, मतातिर्थ औंसी"** बैशाख पूर्णिमाको दिन भगवान् बुद्धको गुणलाई विशेष रूपले स्मरण गरिने। आमाको गुणस्मरण गर्नलाई आमाको मुखहेर्ने पर्व बनाई गुणस्मरण गर्ने तिथि तोकेको छ। बुबाको गुण स्मरण गर्न पनि अलग्गै गोकर्ण औंशी मानेको छ। हाम्रो देश नेपालमा बाल-बालिकाहरूको गुण स्मरणगर्ने भनी "बालदिवस" पनि रहेको छ। महिलाहरूलाई सम्मान गर्न "महिला दिवस" पनि रहेको छ। यहाँ मानिसहरूको गुण स्मरण गर्ने मात्र होइन कुकुर पूजा, गाई पूजा, काग पूजा आदी भनी प्राणीको सम्मान गर्ने अलग्गै दिनहरू पनि छन्।

मातातीर्थ औंशीका दिन विशेषत: आमाको गुण स्मरण गर्ने गरिन्छ। आमा-बुबालाई भगवान् बुद्धले महाब्रह्मा भनेका छन्। अरू धर्ममा महाब्रह्माले संसारको श्रृष्टि गरिएको भनिन्छ, तर गौतम बुद्धले जन्म दिने आमा-बुबा नै महाब्रह्मा

Downloaded from http://dhamma.digital

हुन् भन्नुभएकोछ । आमा-बुबा दुइजनाको संभोगबाट हाम्रो जन्म हुन्छ। अरू धर्मले ब्रह्माको चारवटा मुख हुन्छ भनिएको छ। गौतम बुद्धले मैत्री करूणा, मुदिता र उपेक्षा नै ब्रह्माका चार मुखहरू छन् भन्नुभएको छ। ती चार गुणहरू आमा-बुबामा हुन्छन् ।

आमाको गर्भमा रहने बित्तिकै बच्चाप्रति आमाको मैत्रीभाव हुन्छ त्यसरीनै बुबाको पनि बच्चाप्रति मैत्री (स्नेह) हुन्छ । त्यसैले नै गर्भ बोकेको आमा चाहिँले जस्तो पायो उस्तो स्वभाव लिन हुँदैन । रक्सी तथा कडा औषधी खानुहुँदैन । गह्रुँगो वस्तु बोक्नु हुँदैन भनेर सम्झाइन्छ। कडा औषधी खानाले पेट भित्रका बच्चाप्रति नराम्रो असरपर्छ । नाक, मुख बिग्रिन्छ आँखाले समेत नदेख्ने हुन्छ। यो आमाहुनेले जानीराख्नुपर्ने कुराहो । पूर्वकर्म भनेको बच्चा गर्भमा बस्दा आमाले जुन कर्म गऱ्यो, त्यही कर्म बच्चामा असरपर्छ भनिएको हो ।

त्यसपछि आउँछ बच्चाप्रति क़रूणाको कुरो । बच्चा जन्मिसकेपछि बच्चा भोकाएर रोयो भनेर आमाले दूध ख्वाइदिन्छिन् । यो बच्चा प्रति आमाको करूणाको महिमा हो। बच्चाप्रति करूणा भएर नै बच्चालाई दूध ख्वाउन रातो रगत सेतो भएर जाने हो। बच्चा कहीं लड्यो वा भऱ्याङबाट खस्यो भने मेरो बच्चालाई के भयो होला भनेर आमा बाबुद्वारा धेरै करूणा राख्दछन्। बिरामी भयो भने नसुतिकन

Downloaded from http://dhamma.digital

नै बच्चालाई वैद्यकहाँ लगी रोग निको पार्ने प्रयास गरिरहेको हुन्छ ।

त्यसपछिको गुण हो मुदिता । मुदिता भनेको अरूको भलो राम्रो हुनुमा खुशी हुनुहो । बच्चा ठूलो हुन्छ, पढ्न जान्छ, राम्रोसँग पास हुन्छ भने आमा बुबा धेरै खुशी हुन्छन् । हाम्रो बच्चाले धेरै पढेर ज्ञानी भयो भनेर प्रसन्न हुन्छन् । पढि सकेपछि बच्चालाई जागिर मिल्यो भनेपनि खुशी हुन्छन् अब केही पीर छैन, हाम्रा सन्तानले आफ्नै खुट्टामा टेक्न सक्ने भयो भनी खुब खुशी हुन्छन् । यसो हुनु मुदिता गुणले गर्दा हो ।

त्यसपछि बच्चा ठूलो भएपछि विवाह गरेर आफ्नै परिवारमा रहन्छन् र आफूहरूलाई त्यति माया गर्ने नभए पनि छोरा छोरी प्रति उपेक्षायुक्त राख्दछन् । तटस्थ भावमा रहन्छन् । धेरै अज्ञानी र अटेरी भए पछि सन्तानप्रति आमा बुबाले उपेक्षा भाव (तटस्थता) राख्दछ ।

यी चारगुणको कारणले गर्दा नै आमा बुबालाई महाब्रह्मा भनिएको हो । अपवादका रूपमा कोही त्यस्ता आमा-बुबाहरू पनि छन्, जसले आफ्ना सन्तानको हत्या गर्दछन् । फेरी त्यस्ता सन्तानहरू पनि छन् जसले आफ्नो आमा-बुबाको हत्या गर्दछन् । लाखौंमा एकाध जना यस्ता अपवादको रूपमा हुन्छन् । भगवान् बुद्धको समय देखि नै आमा-बुबालाई वास्ता नगर्नेहरू रहेका छन् ।

Downloaded from http://dhamma.digital

मंगलसूत्रमा भनिएको छ- **"मातापितु उपट्ठानं पुत्तदारस्स संगहो एतं मंगलमुत्तमं"** अर्थात् आमा-बुबाको सेवागर्नु मंगलकार्य हो । त्यसरीनै आमा-बुबाहरूले पनि छोराछोरीहरूको आवश्यक उपकार गर्नुपर्छ । दुबैतिरबाट परस्पर कर्तव्य पुराहुनु पर्ने बुद्धको उपदेश हो ।

यसरी हेर्दा आमाको मुखहेर्ने यो मातातिर्थ औंशी धेरै टाढा (देश विदेशमा) बस्ने छोरा छोरी पनि आमाको मुख हेर्न आउने गरेर गुणस्मरण गर्ननकोलागि मनाइ राखेको हो । कोही कोही चेलीहरूबाट आपसमा प्रेम गरेर विवाह गरी बस्छन् विवाहित छोरीहरूले आमा-बुबाको निम्ति मिठाई, फलफूल, दही आदि लिएर त्यो दिनमा मुख हेर्न जाने गर्छन् । यो माइती घर पुग्ने एउटा राम्रो निहु पनि हो । आमाको मुख हेर्ने दिन पारेर छोरी मिठाई लिएर आउँदा एकआपसमा स्नेह बढ्ने हुन्छ । यो साह्रै राम्रो चलन हो ।

Downloaded from http://dhamma.digital

धर्म मरेको छैन

२०४३ मा ध्यानकुटी बनेपामा र २०४४ मा मणिमण्डप ललितपुरमा गरिएको धर्म उपदेश-

आजकाल धेरै जसो मानिसमा नैतिकता र मानवता हराएको देखिन्छ । सेवाकार्य र ज्यालालिई कामगर्ने दुबै प्रकारको उद्देश्य रहेको पेशा अपनाउने गरेका धेरै जसो कर्मचारी, ट्यक्सी, टेम्पो, र रिक्सावालमा धर्म देखिदैन । त्यस्तै पारिवारिक र सरकारी कार्यालयमा तथा साधारण जन जीवनमा पनि काममा धर्म हराएको देखिन्छ र सुनिन्छ तर सबै उस्तै प्रकारका नहुँदो रहेछ । एउटा अखबारमा पढेको हो कुनै ट्याक्सी ड्राइभरहरू धर्म चेतना भएका पनि देखिएका छन् ।

एउटा उदाहरण धरान घरभई हाल लाजिम्पाट बस्ने चन्दबहादुर लिम्बुको एउटा भाडाको कारमा पुल्चोकबाट लाजिम्पाट जाँदा छुटेको नगद र जिन्सी समेत रू. १० लाख २५ हजारको सामान फेला पारी त्यो पैसा बुझाएको कुरा सदर ट्राफिक प्रहरी कार्यालयबाट थाहा भएको छ ।

Downloaded from http://dhamma.digital

उक्त कार्यालय अनुसार सामान हराउने लिम्बुले आफ्नो सामान नम्बर थाहा नभएको भाडाको ट्याक्सीमा छुटेको र त्यसको खोज तलास गरी पाउँ भनी प्रहरीमा निवेदन दिएको अनुसार खोज तलास भइरहँदा बिहान पख बा.अ.ज.९५३ का भाडाको कार चालक मनोज कुमार श्रेष्ठले नेपाल ट्याक्सी मीटर संघ मार्फत आफ्नो ट्याक्सीमा छुट भएको सम्पूर्ण रकम र सामान बुझाउन लगेका थिए । ट्याक्सी मीटर संघले त्यस लिम्बुलाई खबर गरी सो रूपियाँ र जिन्सी बुझाइएको थियो । निज लिम्बुले आफ्नो सामान पाए वापत सवारी चालक मनोज कुमार श्रेष्ठलाई रू. ५०००/- तथा नेपाल ट्याक्सी मीटरसंघलाई रू. ५०००/- पुरस्कार दिएको कुरा पनि ट्राफिक प्रहरीले जनाएको छ । सो कुरा मेरो २०४३ सालको डायरीमा गोरखापत्रको समाचारबाट काटेर टाँसेको कुराहो । यस कुराले के बुझिन्छ भने कुनै कुनै मानिसमा भने धर्मको चेतना रहेको देखिन्छ । त्यसैले जे भएपनि धर्म मरेको छैन भन्न सकिन्छ ।

अर्को एउटा घटना छोटकरीमा उल्लेख गर्दैछु । एकजना ट्याकसी ड्राइभर १४ हजारको रुपैयाँको पोको ट्याक्सीमै छोडेर गएका मानिस नआएसम्म बैंकको अगाडि बसिरह्यो । त्यो ट्याक्सी ड्राइभर आफ्नो ट्याक्सीमा पैसाको पोको देखेर डराएर त्यहाँ बसिरहेका रहेछन् । पैसाको धनी मानिस बैंकबाट हत्पत् आएर ट्याक्सीबाट पैसा लग्यो रे ।

Downloaded from http://dhamma.digital

त्यो ड्राइभरले भनेको थियो रे "त्यो पैसाको पोका हातले छुनासाथ जिउ नै सिरिङ्ग भइ डरलागेको थियो रे।"

अरूपनि यस्तै धर्म मरेको छैन भन्ने बारेका एउटा दुइटा बाटोमा सुनेको घटनाको कुरा यहाँ चर्चा गर्छु। यस पंक्तिको लेखक स्वयम्भूको पाखा देखि बाङ्गेमुढासम्म ट्याक्सीमा बसी आइरहेको बेला दुइजना बुढी आइमाइहरूका बीच कुरा चल्यो। एकजनाले अर्कोसित सोधिन् काकी ! सञ्चै छ ? अर्की बुढीले भनिन्- सञ्चै छ भनूं कि छैन भनूं। खुट्टा दुखेको छ। त्यसैले मोटरमा बसेर आएकी। के गरूं ७२ वर्ष पुगेर पनि आफैले भात पकाएर खानुपर्छ। अर्कीले सोधिन् "घरमा अरू कोही छैनन् र ? उत्तर आयो- छन् त छोराहरू छन्। बुहारीहरू पनि छन्। उनीहरू जागीर खाएर टाढा टाढा जिल्लामा खटिएर गए। म आफै पनि श्रीमान सित बिछोडिएर एक्ली भइ बस्नुपर्दा खल्लो जीवन बिताइरहेकी हुँदा बुहारीलाई लोग्नेसँग किन अलग्याएर राखौं भनेर बुहारीलाई पनि सँगै पठाएकी थिएँ तर कतिवर्ष भयो केही खबर छैन। छोराले म आमालाई भुसुक्कै बिर्सिदियो, वास्तै गरेन। छोराहरूले आमालाई माया मार्न नहुने हो, के गरूं आजकाल धर्म भनेकै रहेन।

त्यहाँ अर्की बुढीले भनिन्- "मेरा त छोराहरू चारजना छन्। चारैजना सुन जस्तै असलछन्। बुहारीहरूपनि हीराजस्तै छन्। कहिलेपनि कलह गर्दैनन्। मैले चिताएजस्तै

Downloaded from http://dhamma.digital

भएकोछ । जुनकुरापनि म आमाको इच्छा अनुसार गर्ने गर्छन् । खूब रमाईलो छ मेरो घरमा । त्यसैले धर्म मरेकोछैन ।

अब एउटा बुद्धकालीन एउटा घटनाको कथा प्रस्तुत गर्छु । एउटा परिवारमा आमा र छोरा मात्र थिए । छोराले धेरै दुःख कष्ट गरी खेती गरेर आमाको सेवा गर्दै थियो । "एकदिन आमाले सोचिन् मेरो एक्लो छोरा छ, ऊ धेरै दुःख कष्ट सहेर मेरो सेवा गर्छ । उसलाई साथी चाहियो । उसको विवाह गरिदिनु पर्‍यो । तब आधाकाम बुहारीले गरिदिने छ । अनि उसकोलागि काम हलुका हुनेछ । म पनि बुढी भएँ । नाती-नातिनीको मुख हेरेर मर्न पाए हुन्थ्यो" एकदिन उनीले छोरालाई बोलाएर भनिन्- "छोरा तिमी एक्लै छौ, धेरै काम गर्नुपर्छ र घरको पनि रेखदेख गर्नुपर्छ । तिमीलाई एकजना साथी भए सजिलो हुनेछ । तसर्थ तिम्रो विवाह गरिदिन लागेकी छु ।"

छोराले भन्यो- "आमा के कुरा गर्नु भएको ? म अहिले बलियो छु, भरखर बीस बाइस वर्षकोछु । काम गर्नलाई गाह्रो मान्दिन । विवाह गर्न हतार नगर्नुस् । विवाह गरिसकेपछि अहिलेजस्तो यस घरमा शान्ति हुनेछैन । कलह हुन सक्छ । मलाई पनि बोझ र पीर बढ्छ । पछि पछुताउनु पर्नेछ ।" छोराको कुरै नसुनी आमा चाँहीले बुहारी ल्याइदिई हालिन् । "नयाँ कुचोले राम्रोसँग बढारिन्छ भने झैं बुहारीले पनि घरमा राम्ररी काममा सघाई दिइन् । एक दुई वर्ष जति पछि

Downloaded from http://dhamma.digital

सासू र बुहारी बीच मनमुटाव हुनथाल्यो कलह शुरू हुन लाग्यो । आमाले छोरालाई भन्न लागिन् "तिम्रो स्वास्नी खराब छे ।" स्वास्नी चाँहीको भनाई थियो "तिम्रो आमा खराब छिन्" छोरा धर्म संकटमा पऱ्यो । कसको कुरा सुन्ने । आमा चाँहि आफ्नो जिद्दिमा अडिग थिइन् । बुहारी माथि गुनासो गर्न छोडिनन् । बुहारीले पनि बुढीलाई घरबाट नधपाई घरमा शान्ति हुँदैन भनी ढिपी कस्न लागिन् । यसरी कच्-कच् सुन्नु पर्दा छोरा चाँहिंलाई दिक्क लाग्यो । विवाह गरिदिएर यी बुढीले आफैले दु:खको बीऊ रोपिन् । त्यसैले एकचोटी त दु:ख भोग्न दिनुनै जाति छ भनी रिसको झोंकमा छोराले आमालाई घरबाट निकालिदियो ।

आमा चाँहि पाटीबास भइन् । भीखमागेर खान थालिन् । विवाह गर्दिन भन्दा भन्दै छोरालाई बुहारी ल्याईदिएँ । उसले स्वास्नीको कुरा सुनी मलाई त्यस्तो गर्ला भन्ने कसलाई थाहा थियो ? छोरामा धर्म र विवेक बुद्धि रहेन भनी आमाचाँही कराउँदै हिंडन लागिन् ।

उता घरमा छोरा र बुहारी दुबैजना खुब खुशी र आनन्दीत थिए । जोईपोईको बीच कुरा भयो । बुढी घरमा रहुञ्जेलसम्म घरमा नरकजस्तो थियो, उनीलाई निकालीदिएपछि घर स्वर्गजस्तो भयो । अहिले कस्तो आनन्द छ । उनीहरूले यस्तो कुरा गरिरहेको अरूले सुने । त्यही कुरा पाटीमा बसिरहेकी बुढीको कानमा पुग्यो । छोरा र बुहारीहरूको

Downloaded from http://dhamma.digital

कुरा थाहापाएर बुढी कराउन थालिन्। "आमालाई घरबाट निकालेर छोरा बुहारीले आनन्द मान्ने भयो। यस संसारमा धर्म रहेन, धर्म मर्‍यो।" उनी माटोको कट्टौरीमा केही सामान राखी "धर्म मर्‍यो धर्मलाई श्राद्ध गर्नु पर्‍यो" भनी पागलनी जस्तो कराउँदै मसानतिर हिंडिन्।

एकजना बटुवाले ती बुढीलाई पागलनी जस्तो ठानी नजिकै गएर सोध्यो- "बुढी आमै के भनेर कराई रहेकी ? धर्म मर्‍यो भनेको केहो ?

बुढीले भनिन्- के गर्नु आफूले जन्माएको छोराले पनि स्वास्नीको कुरा सुनेर मलाई घरबाट निकालिदियो। मलाइ निकालिसकेपछि उनीहरूलाई आनन्द भयो रे ! यस्तो जमाना आएपछि यस संसारमा धर्म मरेन त ? त्यसैले मरेको धर्मलाई श्राद्ध गर्न भनी हिंडेकी हुँ।"

त्यस बटुवाले भन्यो- "बुढी आमै, तपाईको छोरा त साह्रै पापी चाण्डाल पो रहेछ। त्यस्तो दुष्टलाई म मारिनै दिन्छु" छोरालाई मार्ने कुरा सुन्ना साथ ती बुढी कराईन्- मेरो छोरालाई नमार, मेरो छोरालाई नमार"। अनि त्यस मानिसले भन्यो- बुढी आमै, धर्म मर्‍यो भनेकी होइन ? आमालाई घरबाट निकाल्ने छोरा प्रति कसरी तपाईको मनमा माया जाग्यो ? दुष्ट छोराप्रति आमाको यसरी दया रहिरहनु नै धर्म हो। धर्म मरेको भए दुष्ट छोरालाई मार्न आमाले किन रोक्नु पर्थ्यो ? त्यसैले धर्म मरेको छैन। धेरैमा धर्मको चेतना

Downloaded from http://dhamma.digital

हराएकोछ । तैपनि सबैमा धर्म लोप भएको छैन । कुनै व्यक्तिमा धर्म चेतना नरहँदैमा धर्म मऱ्यो भन्नु ठीक छैनँ ।

उता उनको छोराको पनि छोरा जन्म्यो । छोरा जन्म्यो भन्ने सुन्नासाथ उसलाई एउटा अनौठो स्नेह र ममताको अनुभव भयो । उसले विचार गऱ्यो- "म जन्मिदा पनि मेरी आमालाई यस्तै स्नेह र ममता जागेथ्यो होला । अहो ! मैले आफ्नी स्वास्नीको कुरा सुनेर आमालाई घरबाट निकालिदिएँ । अहो ! मैले ठूलो पाप गरें" भनी उनलाई आत्मग्लानी र पश्चाताप भयो । त्यस पछि ऊ आफ्नी आमाको खोजिमा निस्क्यो । उसले आफ्नी आमालाई पागलनी जस्तो भई मसानतिर भौंतारिरहेको देख्यो । उ त्यहाँ गएर आमाको पाऊ ढोगी क्षमा मागेर भन्यो- "आमा मलाई माफी देऊ, मैले गर्न नहुने ठूलो पाप गरें । घरमा मेरो छोरा जन्मेको छ । घरमा जाउँ । आइन्दा त्यसरी जोशमा होस गुमाउने छैन ।" आमा छोराको त्यसरी मन परिवर्तन भएको देखेर पहिलेको बटुवाले भन्यो- "बुढी आमै ! धर्म मऱ्यो भनेको होइन ? अब के भयो त ? साँच्चै धर्म मरेको भए छोराले आमालाई खोजी खोजी लिन आउँछ त ? छोरालाई पश्चाताप र ग्लानि हुन्छ त ? जबसम्म मानिसले आफ्नो गल्ती महसूस गर्छ तबसम्म धर्म मरेको हुँदैन ।

★★★

Downloaded from http://dhamma.digital

वर्षावास र कथिन चीवरदान

२०४० मा ध्यानकुटी बनेपामा र श्रीःघ विहारमा भिक्षुसंघलाई कथिन चीवर दानको उपलक्ष्यमा दिएको धर्म उपदेश-

भगवान् बुद्धले विनाकारण कुनै पनि नियम बनाउनु हुन्न। त्यसैले भिक्षुहरूका लागि असार पूर्णिमा देखि आश्वीन पूर्णिमा सम्म तीन महिना अवधिभर एकै स्थानमा वर्षावास बस्नु पर्ने नियम बनाइनुको कारण छ। वर्षावास बस्नु पर्ने नियम जैन साधूहरूको अपवादस्वरूप बनाइएको नियम हो। किन भने जैन साधुहरूले वर्षवासको ३ महिनासम्म एउटै स्थानमा बिताउने गर्दारहेछन्। उनीहरू कट्टर अहिंसावादी हुन्। उनीहरू खुट्टाले कुल्चेर किराहरूमरेमा पाप ठान्दछन्। त्यस समय सडकहरू थिएन। पीच भएको सडक हुनेत कुरै भएन। त्यसैले वर्षायाममा पानी परेको बेला खेतहरूबाट र जमीनबाट थुप्रै कीराहरू निस्किरहन्थे तर बुद्धका शिष्य भिक्षुहरूलाई धर्म प्रचारार्थ गाउँ गाउँमा खेतका आली आलीबाट चारिका जानु पर्थ्यो। यसरी जाँदा त्यहाँ थुप्रै धानवालीहरू नाशहुने मात्रहोइन थुप्रै कीराहरूपनि कुल्चिएर मर्ने

Downloaded from http://dhamma.digital

गर्थे । यस्ता दृश्य देखेपछि जैन साधुहरू लगायत अन्य मानिसहरूले पनि बुद्धका शिष्य भिक्षुहरूलाई आलोचना गर्दै कराउन थाले- "बुद्धका शिष्य यी भिक्षुहरू वर्षकालमा पनि चारिका गर्दै हिंड्दारहेछन् । कस्ता भिक्षुहरू हुन् यिनीहरू ?"

यस्ता अपवादबाट बच्नकालागि बुद्धले भिक्षुहरूका लागि करूणाराखी वर्षाकाल तीन महिनासम्म एकै स्थानमा रहनुपर्ने नियम बनाइदिनु भयो । यस नियमबाट तल उल्लेख गरिएका फाइदाहरू प्राप्त हुनेभयो ।

१) वर्षाबाट बचेर निरोगी बन्न सक्नु ।

२) एकै स्थानमा तीन महिनासम्म बिताउन पाउँदा ध्यान भावनाको अभ्यासगरी अन्तर्मुखी भई आफुलाई आफैले चिन्न सक्ने र चित्त एकाग्र पार्न मद्दत पुग्नु ।

३) यसरी तीन महिनासम्म एकै स्थानमा रहँदा गृहस्थीहरूलाई धर्म उपदेश दिन सुविधा मिल्ने भयो ।

४) वर्षाकालमा चारिका गर्दै हिंड्यो भनी अरूबाट लगाइने आरोपबाट बच्न सकिने ।

यी सबै फाइदाहरूको अनुमान गरेर बुद्धले आषाढ पूर्णिमादेखि आश्विन पूर्णिमासम्म तीन महिना अवधिभर भिक्षुहरू वर्षावास बस्नुपर्ने नियम बनाईदिनु भयो । यसरी वर्षवास बस्ने बेला भिक्षुहरूले "**इमं तेमासं इमस्मिं विहारे वस्सं उपेमि**" भनी अधिस्थान पनि गर्नुपर्ने नियम बनेको छ ।

Downloaded from http://dhamma.digital

तर यस नियमलाई पालन गर्दै वर्षावास बसिरहेका भिक्षुहरूलाई अर्को समस्या उत्पन्न हुन थालेछ । वर्षावास बसिरहेका भिक्षुहरूले बिहारबाट बाहिर जान नमिल्ने नियमले गर्दा उहाँहरू आफ्नो आमा बुबाहरू बिरामी पर्दा समेत उनीहरूलाई हेर्न जान र स्याहार सुसार पुऱ्याउन जानसम्म सक्ने भएन । यस्तो आपत् परेपछि मानिसहरूले यसरी आलोचना गर्न थालियो- "कस्तो अचम्मको नियम हो यो ? आफ्नै आमा-बुबा बिरामीपर्दा पनि सेवागर्न जान नपाउनु ? त्यति मात्र होइन धर्म पिपासु श्रद्धालु भक्तजनहरूलाई धर्म सम्बन्धी ज्ञान प्रचारगर्न जान पनि नपाउनु ।"

यसरी विभिन्न अपवादहरू सुन्नमा आएपछि रूढीवादी विरोधी प्रजातन्त्रप्रेमी बुद्धले फेरी वर्षावास बसिरहने भिक्षुहरूलाई नियममा फेरबदल गर्नुभई यस्तो नियम बनाईदिनु भयो । वर्षावास बस्नुभएका भिक्षुहरूले वर्षावासको तीन महिना अवधि भित्र कुनै कारणवस आफ्ना आमा-बुबा बिरामी परेको खण्डमा बिरामी आमा-बुबाको सेवागर्न जानमिल्छ र धर्म प्रचारार्थ पनि बाहिर जान मिल्छ तर बाहिर गएर सातदिन भित्र वर्षावास बसेको विहारमा फर्किनुपर्छ । वर्षावास अवधि भित्र बाध्यभएर बाहिरजान परेकोखण्डमा यसरी अधिस्थान गरेरमात्र बाहिर जानुपर्छ- **"सचेमे अन्तरायो न भविस्सं सत्ताहब्यन्तरे निवत्तिस्सं"**

Downloaded from http://dhamma.digital

अर्थात यदि मलाई केही बिध्न बाधा आएनभने हप्तादिन भित्र फर्किनेछु ।

यसका अतिरिक्त बुद्धले वर्षावास बस्ने भिक्षुहरूका लागि यी नियमहरू पनि बनाइदिनु भएको छ । वर्षावास बसिसकेपछि चतुप्रत्यय (चीवर वस्त्र) पिण्डपात्र (खाना) सयनासन (बस्नेठाउँ) गीलानप्रत्यय (औषधी)को व्यवस्था हुन सकेन भने र वर्षावास बसेको स्थानमा भिक्षुहरू भएमा, चोर आदिको भय रहेमा, बाढी आएमा, आगलागि भएमा विभिन्न आपद् र भयहरू आइपरेमा त्यस स्थान छोडी अन्य सुरक्षित स्थलमा सरूवा हुनमिल्छ । यसरी यसकुराले स्पष्ट हुन्छ कि बुद्ध रूढीवादी र कट्टरपंथी हुनु हुन्नथ्यो ।

३ महिना अवधिभर वर्षावास पूरागरी आफ्ना गुरू बुद्धलाई दर्शन गर्नका लागि जाँदा भिक्षुहरू वर्षातको कारणले पानीले निथ्रुक्क रूझिएको हुने गर्थ्यो र लगाएको चीवर वस्त्रमा हिलो लाग्ने हुन्थ्यो । त्यसबेला भिक्षुहरूसँग सिर्फ तीनवटा मात्र चीवर (दुपट्टा संघाटी चीवर, उत्तरासंग र अन्तरवासक (लुंगी जस्तो) मात्र साथमा हुन्थ्यो । त्यसैले उहाँहरूको भिजेको चीवर फेर्नकालागि जगेडा चीवर हुने हुँदैन । यही कारणले गर्दा बुद्धले वर्षावास बस्नु हुने भिक्षहरूलाई कथिन चीवरदान दिनुपर्ने नयाँ नियम पनि बनाई दिनु भयो । पछि हुँदा हुँदै केही भिक्षुहरू चीवर लाभगर्ने लोभमापरी एकैसालमा तीन तीन वटा विहारमा वर्षावास बस्ने पनि

Downloaded from http://dhamma.digital

भए । कसरी ? एउटा विहारमा आफ्नो जुत्ता राखिदिने, अर्कोविहारमा लौरो (लट्ठी) राखिदिने र अर्कोमा आफू स्वयं वर्षावास बस्नेगरी चीवर प्राप्त गर्ने भए। यो घटना श्रीलंकाको सिंहल भाषा "विनयपोत" अर्थात विनय पुस्तकमा उल्लेख भएकोछ । यसरी कोही भिक्षुहरूमा लोभीपना देखिएको कारणले गर्दा एउटा विहारमा एउटा मात्र कथिन चीवर त्यो पनि त्यो व्यक्तिलाई व्यक्तिगत रूपमा होइन, भिक्षुसंघलाई (चारजना भन्दा बढी उपसम्पन्न भिक्षुहरूको समूहलाई) **"इमं कथिन चीवरं भिक्खु संघस्स देम"** अर्थात- यो कथिन चीवर भिक्षु संघलाई दिन्छौं भनी चीवरदान दिइसकेपछि मात्र फेरी संघले सबैको अनुमतिलिई सम्बन्धित विहारमा वर्षावास बस्ने भिक्षुलाई सो कथिन चीवर दिने नियम भएको देखिन्छ (निर्णय गरिन्छ ।)

उपोसथगृहमा भिक्षुसंघ जम्मा भई यसरी (प्रस्ताव) राखिन्छ- **सुणातु मे भन्ते संघो, इदं कथिन चीवरं उप्पन्नं । यदि संघस्स पत्तकल्लं, संघो इमं कथिन चीवरं तिस्सस्स भिक्खुनो ददेय्य कथिनं अत्थरितुं । एसाञत्ति ।** अर्थात्- एकजना भिक्षुको प्रस्ताव-भन्ते संघ मेरा कुरा सुन्नुस् । यो संघलाई कथिन चीवर प्राप्त भएको छ । यदि संघले उचित सम्झन्छ भने संघले यस कथिन चीवर (दुस्सं-कपडा) लाई तिष्य (फलाना) भिक्षुलाई कथिन चीवर प्रयोगकोलागि दिनुस् भन्ने यो प्रस्ताव हो ।

Downloaded from http://dhamma.digital

संघको कथिन चीवरदान

सुणातुमे भन्ते संघो ? इदं सघस्स कथिन चीवरं उप्पन्नं संघो इमं कथिन चीवरं तिस्सस्स भिक्खुनोदेति कथिनं अत्थरितुं, यस्मायस्मतो खमति इमस्स कथिन चीवरस्स तिस्सस्स भिक्खुनो दानं कथिनं कत्थरितुं, सो तुण्हस्सयस्स नक्खमति सो भासेय्य ।

दिन्नं इदं संघेन कथिन चीवरं तिस्सस्स भिक्खेनो कथिनं अत्थरितुं खमति संघस्स तस्मा तुण्ही एवमेतं धारयामीति ।

अर्थ- भन्ते संघ ! मेरो अनुरोध सुन्नुस् । यो संघलाई कथिन चीवर प्राप्त भएको छ । संघले यस कथिन चीवरलाई तिष्य (फलाना) भिक्षुलाई कथिन चीवर प्रयोगको लागि दिन्छ । जुन भिक्षुलाई यस कथिन चीवर फलाना भिक्षुलाई दिन मञ्जुर छ भन्ने भएमा चुप लाग्नुस् । जसलाई चित्त बुझ्दैन उहाँले विचार प्रकट गर्नुस, बोल्नुस् ।

सबै चुप लागिसकेपछि यस कथिन चीवर तिष्य भिक्षुलाई उपयोगकोलागि संघद्वारा दिएको छ । संघको मञ्जुरछ । त्यसैले सबै मौन हुनु हुन्छ । यस्तो मेरो धारणा छ अर्थात म स्वीकार गर्छु ।

यसरी संघले सबैको अनुमतिलिई सम्बन्धित विहारमा वर्षावास बस्ने भिक्षुलाई सो कथिन चीवर उपयोगकोलागि दिएको निर्णय गरिन्छ यसरी बुद्धले व्यक्तिगत दानलाई भन्दा

Downloaded from http://dhamma.digital

सांघिक (सामूहिक) दानलाई बढी महत्व दिनुभएको प्रष्टिन्छ । त्यसैले आफ्नो वा हाम्रो भनी चिताएर कोही भिक्षुलाई व्यक्तिगत रूपमा दिइएको चीवर दानलाई कथिन चीवर दान भन्न सकिँदैन ।

अर्को महत्वपूर्ण कुरा वर्षावास अवधि सिद्धिने बेला सबै भिक्षुहरू उपोसथगृहमा (पार्लियामेन्टमा) जम्मा भएर पवारणं (परस्पर क्षमायाचना वा आत्मालोचना) गरी वर्षावास पूर्ण भएको जानकारी दिइने चलन छ ।

यसरी भिक्षुहरूले एक आपसमा आत्मालोचनागरी वर्षावासपूर्ण भएको जानकारी गर्दै यी वाक्यहरू प्रकट गरिन्छ ।

पवारण

अज्जमे पवारणा (चातुददसी) पण्णरसी अधिट्ठमि
(अर्थ- आज म चातुर्दशी पूर्णिमाको पवारणलाई अधिष्ठान गर्दछु ।

अहं आउसो अथवा भन्ते ! आयुस्मन्तं पवारेमि दिट्ठेन वा सुतेन वा परिसंकाय वा वदन्तु मं आयस्मा अनुकम्पं उपादाय पस्सन्तो पटि करिस्सामि ।

अर्थ- आवुसो (साथी) यो वर्षावास तीन महिना भित्र म आयुष्मान् समक्ष अनुरोध गर्दछु, यदि मेरो शरीर वा वचनद्वारा केही गल्तीभएको देख्नुभो, सुन्नुभो वा शंका

Downloaded from http://dhamma.digital

लिनुभो भन्ने भन्नुस् कृपागरी म त्यसको प्रतिकार गरूं, सुधारगरूं ।

यसरी परस्पर क्षमायाचना गरी वर्षावास समाप्त भएको जानकारी दिनेगरिन्छ । वर्षावास र कथिन चीवर दान भनेको भिक्षुहरूको निमय सम्बन्धी पुण्यकार्य हो । तर व्यवहारमा कथिनको अर्थ गाह्रो हो किन भने आश्विन पूर्णिमा देखि कार्तिक पूर्णिमासम्म एक वर्षमा जम्मा एकमहिना अवधिभित्र कथिन चीवर दान उत्सव हुने गर्छ । त्यो पनि एक ठाउँमा एक चोटीमात्र । अर्को कुरो वर्षावास बस्ने भिक्षु हुनै पर्छ । त्यहाँ भिक्षु संघको उपस्थिति अनिवार्य छ ।

तर अपशोच, पछि आएर बौद्ध पालि-साहित्यमा कथिन चीवर दानको, फलको विषयमा विभिन्न अस्वाभाविक, अव्यवहारिक बुट्टाहरू भरेर लेखिएको देखिन्छ ।

समाप्त !

Downloaded from http://dhamma.digital

लेखकया प्रकाशित नेपालभाषाया मेगु सफूत

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. दु:ख 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. मनू म्हसिइकेगु गय् ?
५४. संस्कृति
५५. बुद्धया करुणा व ब्रह्मदण्ड
५६. धर्मया ज्ञान
५७. कर्म व कर्मफल
५८. अमृत दान
५९. मंगल

Downloaded from http://dhamma.digital

लेखकका छापिसकेका अन्य पुस्तकहरू

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 (दु.सं.)
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
४७. दीर्घायु हुने उपाय
४८. नेपालमा थेरवादी बुद्धधर्मको भविष्य (प्रथम भाग)
४९. धर्मप्रचार
५०. नेपालमा थेरवादी बुद्धधर्मको भविष्य (दोश्रो भाग)
५१. बुद्धधर्म र संस्कृति
५२. असल शिक्षा
५३. बुद्ध र संस्कृति
५४. असल शिक्षा
५५. धर्म र आचरण
५६. धर्म र ज्ञानको शिक्षा
५७. धर्म-उपदेश

मुद्रकः न्यू नेपाल प्रेस, फोन नं. ४४३४८५०, ४२५९०३२

Downloaded from http://dhamma.digital