

६ दिशाको पूजन र नमन

प्राक्कथन

मानिस घरमा बस्दछ। घरमा परिवार बस्दछ। परिवारमा माता-पिता, पति-पत्नी, पुत्र-पुत्री, नोकर-चाकर आदि बस्दछन्। परिवार समाजमा आश्रित हुन्छ। समाज टोलमा हुन्छ। टोल गाउँ, सहर, जिल्ला हुँदै देसमा फिजिएको हुन्छ। देस महादेसमा, महादेस गोलार्धमा, गोलार्ध पृथ्वीमा, पृथ्वी सौर्यमण्डलमा र सौर्यमण्डल विश्व ब्रम्हाण्डमा मिलेको हुन्छ। मानिसको सम्बन्ध परिवारका सदस्यहरूसँग लिएर विश्व ब्रम्हाण्डसम्म फिजिएको हुन्छ। विश्व ब्रम्हाण्डसम्म नगए पनि मानिसले घर परिवार र समाजसम्म त पुग्नेपर्दछ। नत्रभने मानिस बाँच्नै सक्दैन किनभने मानिस सामाजिक प्राणी हो।

समाजमा नै रहेर मानिसले दुःख-सुख बाँड्न, बन्द-व्यापार चलाउन, चाड-पर्व मनाउन, दान-पुण्य गर्न, आमोद-प्रमोद गर्न, भय-विघ्न हटाउन, शान्ति-सुरक्षा पाउन, इहलोक-परलोक सपार्न अनेक उपाय गरेर जीवनलाई जीवन्त पार्ने जोहो गरिरहेका हुन्छन्। आज समाजको छत्रछायाँ मानिसले नपाएको भए नाउँ मात्रका मानिस हुन्थे, दुङ्गे युगका मानिस सदृश असभ्य, असुसंस्कृत र भयभीत एवं त्रस्त जीवन मानिसले व्यतीत गरिरहेका हुन्थे। आज त्यस जीवनको कल्पना मात्रले पनि हाम्रा आङ्ग सिरिङ्ग हुन्छ। दानवबाट मानव र मानवबाट देवत्वमा पुऱ्याउन राम्रो पारिवारिक र सामाजिक वातावरण र परिवार

र समाजमा बसोबास गरिरहेका सदस्यहरूसँग दर्जा अनुसारको व्यवहार र आपसी अन्तरसम्बन्धलाई व्यवस्थित र परिष्कृत गर्नुपर्दछ। सुखी र शान्तिपूर्ण जीवन यापन गर्न हामी सबै लालायित छौं। त्यसैले परिवारका एक सदस्यले अर्को सदस्यप्रति के कस्तो व्यवहार गर्नुपर्दछ र कसरी गर्नुपर्दछ, समाजमा पनि एक वर्गले अर्को वर्गप्रति के कस्तो व्यवहार गर्नुपर्दछ र कसरी गर्नुपर्दछ भन्ने कुरा जान्नु र तदनुरूप व्यवहार गर्नु अनिवार्य छ। यसले मात्र मानिसको पारिवारिक जीवन सुखमय हुन्छ र सामाजिक जीवन पनि शान्तिप्रदायक हुन्छ। अनि मात्र मानिसले मानिस भएर बाँचेको अनुभूति पाउन सक्दछ।

मानिस शान्ति चाहन्छ। सुख चाहन्छ। तर चाहेर मात्र केही हुने होइन। त्यसको लागि मानिसले परस्परमा सदभावना, सहिष्णुता र आपसी सहयोगको भावना विकसित गर्नुपर्दछ। एक अर्कामा मैत्रीपूर्ण व्यवहार गर्नुपर्दछ। ठूलो र सानोको भेदभाव राख्न हुँदैन। ठूला र जेष्ठप्रति मात्र कर्तव्य निभाएर पुग्दैन, ठूला वा जेष्ठले पनि सानाप्रतिको आफ्नो दायित्व पूरा गर्नुपर्दछ। अनि मात्र परिवार परिवारमा मेलमिलाप भई समाजमा पनि शान्तिले बास गर्दछ। यसैमा मानिसले सच्चा सुखको अनुभूति पाउन सक्दछ। जीवनलाई सार्थकतातिर लम्काउन सक्दछ।

यसै सन्दर्भमा पच्चीस सयवर्षअघि भगवान बुद्धले सिंगालपुत्रलाई दिनुभएको उपदेशलाई स्मरण, अनुशरण र पालन गर्नुपर्ने कुरा सत्य सावित हुन आउँछ। यस उपदेशको मर्मलाई आत्मसात गर्न सकिएमा हामी आफू सुखी हुनुको साथै परिवार र समाजलाई पनि सुखी र समृद्ध भएको देख्न सक्दछौं। सपनाको पुलाउ खाएर मात्र मानिस सुखी हुन सक्दैन।

६ दिशालाई नमस्कार गरिरहेको

एकदिन प्रातःकालमा भगवान बुद्ध भिक्षार्तनको लागि निस्कनुभएको थियो । बाटोमा सिंगालपुत्रलाई एउटा तलाउको छेउमा उभिई पूर्वाभिमुख भई ६ वटै दिशालाई नमस्कार गरिरहेको देख्नुभयो । बुद्धले उनलाई सोध्नुभयो – “तिमीले केलाई नमस्कार गरिरहेका छौ, बाबु ।” जवाफ आयो – “६ दिशालाई ।” “६ दिशा भनेको कुन कुन हो ?” “६ दिशा भनेको पूर्वदिशा, दक्षिणदिशा, पश्चिमदिशा, उत्तरदिशा, उर्द्धदिशा र अधोदिशा हुन् ।” अनि भगवानले सोध्नुभयो – “६ दिशालाई किन नमस्कार गरिरहेको त ?” उत्तर थियो – “मर्नेबेलामा मेरो पिताजीले बिहानै उठेर ६ दिशालाई नमस्कार गर्नु । नमस्कार नगरिकन केही पनि नखानु भनेर जानुभएको थियो, त्यसैले ।” त्यसपछि भगवान बुद्धले प्रश्न गर्नुभयो – “६ दिशालाई नमस्कार गर्नुपर्छ भनेको अर्थ के तिमीलाई थाहा छ, बाबु ?” “थाहा छैन, महाराज, कृपया बताइदिनुहोस् न !”

६ दिशालाई नमस्कार गर्नुको अर्थ

भगवानले त्यस बालकउपर अनुकम्पा राख्नुभई ६ दिशालाई नमस्कार गर्नुको अर्थ यसरी सविस्तार बताउनुभयो ।

६ दिशाको अर्थ यो हो ।

- १) पूर्वदिशा = आमाबाबु ।
- २) दक्षिणदिशा = आचार्य वा गुरुजन ।
- ३) पश्चिमदिशा = पत्नी ।
- ४) उत्तरदिशा = मित्रजन ।
- ५) उर्द्धदिशा = श्रमण, ब्राम्हण ।
- ६) अधोदिशा = नोकर चाकर ।

भगवानले ६ दिशाको अर्थ मात्र होइन, तिनको सविस्तार व्याख्या पनि गरी यसरी सम्झाउनुभयो ।

१) पूर्वदिशाको अर्थ आमाबाबु हो र त्यस दिशालाई नमस्कार गर्नुको अर्थ आमाबाबुले छोराछोरीहरूप्रति कस्तो व्यवहार गर्नुपर्दछ र छोराछोरीहरूले आमाबाबुप्रति कस्तो व्यवहार गर्नुपर्दछ भनेर आपस आपसमा पुऱ्याउनुपर्ने कर्तव्य पूरा गरेमा मात्र नमस्कारको सही अर्थ हुन्छ भनी आमाबाबु र छोराछोरीहरूको आपसी कर्तव्य बोध गराउनुभयो ।

(१) आमाबाबुप्रति छोराछोरीहरूको कर्तव्य (पूर्वदिशा)

१) सानो बालक छँदा आफू अबोधवस्था र अशक्तावस्थामा रहँदा आमाबाबुले आफ्नो व्यक्तिगत सुखको ख्याल नगरी खुवाई पियाई, मलमुत्र सफा गरी, बिरामी हुँदा समयमा औषधि खुवाई, सेवा सुश्रुषा गरी, विद्या पढाई योग्य र सक्षम बनाइदिएबापत आफूले पनि आमाबाबुलाई वृद्धावस्थामा त्यसरी नै सेवा टहल गरिदिने, उहाँहरू अशक्त र बिरामी हुँदा औषधिमुक्तो गरिदिने, धर्ममा प्रवृत्त नभएका भए धर्ममा प्रवृत्त गराइदिने काम गर्नुपर्दछ । आचरण खराब भएका भए असल आचरण धारण गराइदिने, शीलमा प्रतिष्ठित गराइदिने काम गरिदिनुपर्दछ ।

२) आमाबाबुलाई आइपरेको वा आइपर्ने काम सजिलो हुने गरी आफ्नोतर्फबाट सक्दो मद्दत पुऱ्याउनुपर्दछ । गाह्रो साह्रो आपद विपदमा मूक दर्शक नबनी आपदमुक्त गरिदिनुपर्दछ ।

३) कुलवंश स्थिर गर्नुपर्दछ । कमाइराखेको धन सम्पतिको रक्षा गर्नुपर्दछ । फजुलखर्ची बन्नुहुँदैन । बरू त्यसमा वृद्धि गर्नुपर्दछ र त्यस धनलाई धर्म कार्यमा पनि लगाउनुपर्दछ ।

४) अंश लिन योग्य बन्नुपर्दछ । आमाबाबुको आज्ञा मान्नुपर्दछ । कुलांगार बन्नुहुँदैन । अधिकार मात्र लिन कर्तव्य नगर्ने जस्ता अनुत्तरदायी

चरित्र त्यागनुपर्दछ ।

५) आमाबाबु परलोक भइसकेको भए उहाँहरूको नाममा धर्मकर्म गरिदिने, भोजन वस्त्र एवं द्रव्यादि दान गरिदिने, अर्जित पुण्य वितरण गरिदिने र कीर्ति राखिदिने काम गरिदिनुपर्दछ । आमाबाबु अहिले पनि जीवित रहनुभएको भए हरेक प्रकारले शरीरमा आराम दिने र चित्तमा सुख पल्लवित गरिदिने काम गरिदिनुपर्दछ ।

छोराछोरीप्रति आमाबाबुको कर्तव्य

१) आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई नराम्रो संगत गर्न दिनुहुँदैन । प्राणीहिंसा गर्ने, परवस्तुलाई लोभ गरी आफ्नो बनाउने, व्यभिचार गर्ने, सुरापान वा मादक पदार्थ सेवन गर्नेजस्ता दुष्शील र घृणित काम गर्नबाट रोक लगाउनुपर्दछ । जसरी हुन्छ आफ्ना सन्तानलाई पापकर्मदेखि टाढा राख्ने काम गर्नुपर्दछ ।

२) असल वा दोषरहित व्यवसायमा लगाउनुपर्दछ । पैसा आउँछ भन्दैमा जुन पायो त्यो व्यवसाय अपनाउन दिनुहुँदैन । साधु, सन्त र ज्ञानीहरूको संगत गर्न दिनुपर्दछ । फलाई फुलाई भए पनि धर्ममा मन लगाउन प्रेरणा दिनुपर्दछ ।

३) मितव्ययी बन्न शिक्षा दिने र सुशिक्षित हुने अवसर दिनुपर्दछ । यस प्रकार छोराछोरीहरूलाई असल शिक्षा दीक्षा दिनु पनि एक किसिमको लगानी नै हो ।

४) उमेर पुगेपछि योग्य वर वा वधुसित विवाह गरिदिनुपर्दछ ।

५) अनावश्यक रूपमा कजाइ गर्नुहुँदैन वा पूर्ण रजाईको छुट पनि दिनुहुँदैन ।

(२) आचार्य गुरुजनप्रति शिष्यको कर्तव्य (दक्षिणदिशा)

१) गुरुजनको आदर सत्कार गर्नुपर्दछ । उनीहरूको गौरव र

ईज्जत राख्नुपर्दछ । ‘गुरुदेवो भव’ भनिभैँ गुरुलाई देवसमान ठानी पूजा (आज्ञापालन) गर्नुपर्दछ ।

२) गुरुको सेवा गर्नुपर्दछ । गुरु वा आचार्यकहाँ बरोबर गई विद्याध्ययनको अतिरिक्त उहाँलाई परिआएको काममा सघाइदिनुपर्दछ ।

३) एकाग्र चित्तले विद्याध्ययन गर्नुपर्दछ । नबुझेको कुरा गुरुसँग सोधी ज्ञान हासिल गर्नुपर्दछ । आफ्नो शंका उपशंकालाई समाधान गर्नुपर्दछ ।

४) गुरुको कुरा ध्यानपूर्वक सुन्नुपर्दछ । फुसतको बेलालाई सदुपयोग गर्नुपर्दछ ।

५) दिइएको पाठ घोकी पढी कण्ठस्थ पार्नुपर्दछ । तन मन दिएर पढ्नुपर्दछ, र पढेको कुरा नबिसिकन स्मृतिपटलमा ताजा राख्नुपर्दछ ।

शिष्यप्रति गुरुजनको कर्तव्य

१) आफ्ना शिष्यहरूलाई सुविनित गराइदिनुपर्दछ । असल संगतमा लाग्ने प्रेरणा र शिक्षा दिनुपर्दछ । मिलनसार भई आफ्नो तथा अर्काको हित सुख हुने काम गर्न सिकाउनुपर्दछ । सदाचारी र आज्ञाकारी बन्न र शुद्ध जीवन जिउन सतत उपदेश दिनुपर्दछ ।

२) राम्ररी अध्यापन गरिदिनुपर्दछ । पाठ्य विषयलाई सबिस्तार वर्णन गरी बुझाइदिनुपर्दछ । नबुझेको ठाउँमा शब्दार्थ र भावार्थ बुझाउन उपमा वा दृष्टान्त वा प्रमाण दिई बुझाइदिनुपर्दछ । साथै नैतिक शिक्षा पनि दिनुपर्दछ । चरित्र निर्माणमा जोड दिनुपर्दछ ।

३) धर्मकर्म, पापपुण्य, शील सदाचार विषयमा बोध गराइदिनुपर्दछ । समय र परिस्थिति सुहाउँदो हित हुने सल्लाह र उपदेश दिनुपर्दछ ।

४) आफ्नो शिष्यको परिचय दिँदा उसको गुण वर्णन गरी उसमा उत्साह र विश्वास उत्पन्न गराइदिनुपर्दछ ।

५) आफ्नो शिष्यलाई योग्य र कर्मठ बनाई विद्यामा पारंगत गराइदिनुपर्दछ ।

(३) पत्नीप्रति पतिको कर्तव्य (पश्चिमदिशा)

१) पतिले आफ्नी पत्नीलाई यथायोग्य सन्मान दिनुपर्दछ । प्रेमपूर्वक सम्बोधन गर्नुपर्दछ । पत्नीको मनमा प्रशन्नता भरिदिनुपर्दछ ।

२) पत्नीलाई कदापि कडा वचन प्रहार गर्नुहुँदैन । आफ्नो सुख दुःखको सट्टदयी मित्र ठानी तदनुसार व्यवहार गर्नुपर्दछ । खिन्न हुनेगरी क्षुद्र वचनले बोल्न र काम अराउन हुँदैन ।

३) आफ्नो पत्नीबाहेक अरू स्त्रीसँग लाग्न हुँदैन । तिनलाई अर्धाङ्गिनी सम्झी पतिव्रत धर्म पालन गर्नुपर्दछ ।

४) घर र कमाएको धन सम्पतिलाई पत्नीकै जिम्मामा सुम्पनुपर्दछ । तिनीमाथि विश्वास गर्नुपर्दछ । भान्छाको अधिकार पनि दिनुपर्दछ । राम्रो खानपिनको प्रवन्ध मिलाई सुख र ऐश्वर्य पनि प्रदान गर्नुपर्दछ ।

५) आफ्नो गच्छेअनुसार समय समयमा लुगा, गहना आदि किनिदिनुपर्दछ । तर ऋण लिएर पत्नी सिंगार्नु उचित हुँदैन । आफ्नो गृहस्थाश्रममा आँच नआउनेगरी पत्नीलाई आभूषण र वस्त्र दिई सन्तुष्ट पार्नुपर्दछ ।

पतिप्रति पत्नीको कर्तव्य

१) पति सेवा तन मनले गर्नुपर्दछ । आफूले गर्नुपर्ने काम र भान्छाको काम यथासमय सिध्याउनुपर्दछ । अल्छी मानेर बस्न हुँदैन ।

२) आफ्नो पतिको ईज्जत बढ्ने काममा अग्रसर हुनुपर्दछ ।

पतिको वा आफ्नो नातेदार र इष्टमित्रहरू आउँदा स्वागत सत्कार गर्नुपर्दछ । बेला बेलामा तिनीहरूलाई निमन्त्रणा पनि दिनुपर्दछ । छरछिमेक र इष्टमित्रहरूसँग मेलमिलाप र सौहार्द्रता राख्नुपर्दछ ।

३) आफ्नो पतिबाहेक अरू पुरुषको सपनामा पनि इच्छा राख्न हुँदैन । पतिव्रता धर्म पालन गर्नुपर्दछ ।

४) आफ्नो बल, बुद्धि, क्षमता वा वस्तुद्वारा पतिलाई हरतरहले आपद विपदबाट बचाइदिनुपर्दछ । त्यागको भावना हुनुपर्दछ ।

५) पतिसँग अनावश्यक विवाद गर्ने, कर्कश वचन बोल्ने र छुद्र व्यवहार गर्ने गर्नुहुँदैन । सुख दुःखका साथी बन्नुपर्दछ ।

(४) मित्रप्रति आफ्नो कर्तव्य (उत्तरदिशा)

१) आफूलाई उपकार गर्ने मित्रलाई आफूले पनि सेवा उपकार गर्नुपर्दछ । आफूसँग भएको वस्तु दिएर होस् वा सेवा कार्य गरिदिएर होस् उपकार गर्न चुक्न हुँदैन ।

२) मित्रको चित्त प्रशन्न पारिदिनुपर्दछ । कुरा ढाँटी मित्रको चित्त दुखाउनुहुँदैन ।

३) जुन काम गरिदिँदा मित्रलाई फाइदा पुग्दछ, त्यो काम यथाशिघ्र गरिलिनुपर्दछ । नजानेको काम सिकाइदिने र भूल भएमा सच्याइदिने गर्नुपर्दछ । नराम्रो बानी मित्रमा छ भने पनि त्यसलाई छुटाई राम्रो बानी बसाल्न सघाइदिनुपर्दछ ।

४) दुःख सुखमा साथ दिनुपर्दछ । मित्रलाई आफूभै ठान्नुपर्दछ । मित्रलाई दुःखको बेला हरतरहले मद्दत पुऱ्याउनुपर्दछ ।

५) मित्रसँग छलकपट कदापि गर्न हुँदैन । सत्य कुरा बोलिदिनुपर्दछ । सत्य वचन बोली मित्रको हित चिन्ताउनुपर्दछ । धोखा कहिल्यै दिनुहुँदैन ।

मित्रप्रति मित्रको कर्तव्य

- १) सुरापान वा मादक पदार्थ सेवन गरी बेहोस हुँदासमेत मित्रको रक्षा गरिदिनुपर्दछ। अलपत्र छोड्नुहुँदैन।
- २) बेहोसीको अवस्थामा मित्रको सामानको सुरक्षा गरिदिनुपर्दछ।
- ३) भयको अवस्थामा शरण दिनुपर्दछ। अन्तर्मनदेखि मित्रको कल्याणको लागि काम गरिदिनुपर्दछ। तमासा हेरिराख्नु हुँदैन।
- ४) आपद् विपद्को बेला उपकार गरिदिनुपर्दछ।
- ५) मित्र एकजनालाई मात्र नभई मित्रका छोराछोरी र परिवारसमेतलाई मान मर्यादा र स्नेह राखी राम्रो व्यवहार गर्नुपर्दछ।

(५) श्रमण ब्राम्हणप्रति आफ्नो कर्तव्य (उर्द्धदिशा)

- १) समय समयमा मैत्रीपूर्वक निमन्त्रणा गर्नुपर्दछ र मैत्रीपूर्वक व्यवहार पनि गर्नुपर्दछ। भोजनादि दान प्रदान गर्नुपर्दछ। मैत्रीपूर्वक कायकर्मद्वारा सेवा गर्नुपर्दछ।
- २) भिक्षाटन गर्न आउँदा थाहा नपाएकाहरूलाई पनि भिक्षा दिन सूचना दिनुपर्दछ। यसरी दान दिनुपर्दछ भनी अरूलाई पनि सिकाइदिनुपर्दछ। सबैको अधिलिखित श्रमणको गुण बखान गरी श्रद्धा चित्त उत्पन्न गराइदिनुपर्दछ।
- ३) मैत्री भाव राखी निरोगिताको र यश वृद्धिको कामना गरिदिनुपर्दछ। कल्याण कामना गरी उपकार गरिदिनुपर्दछ।
- ४) श्रमण ब्राम्हणको निमित्त ढोका सदैव खुल्ला राख्नुपर्दछ। जहिलेसुकै आएमा पनि स्वागत सत्कार गर्नुपर्दछ। दान दिनमा बिलम्ब गर्नुहुँदैन।

५) खाने पिउने कुराले सेवा गर्नुपर्दछ। समयानुकूल ठोस, तरल खाद्य वा पेय पदार्थले श्रमण ब्राम्हणको क्षुधा एवं पिपासा शान्त गरिदिनुपर्दछ।

लोकजनप्रति श्रमण ब्राम्हणको कर्तव्य

- १) पापकर्मबाट विरत गराइदिनुपर्दछ। सत्पुरुषहरूको संगत गर्न लगाउनुपर्दछ र मिथ्यादृष्टि हटाई सम्यकदृष्टि धारण गर्ने शिक्षा दिनुपर्दछ।
- २) असल काम गर्नमा प्रेरित गर्नुपर्दछ। शील सदाचार सिकाइदिनुपर्दछ। दान, शील र भावनाको अभ्यास गर्ने उपदेश दिनुपर्दछ।
- ३) दातावर्गको हित सुखको कामना गर्नुपर्दछ। सदा सुखी होस्, निरोगी होस्, शत्रु नहोस्, फलोस् फुलोस् भनी कल्याण कामना गर्नुपर्दछ। दाताहरू लौकिक र लोकोत्तर सम्पतिको लाभी होस् भन्ने कामनासहित तत् कार्यमा लाग्न पनि प्रेरणा दिनुपर्दछ।
- ४) अनेक प्रकारले उपदेशयुक्त कथाहरू सुनाई दाताको आचरण शुद्ध पारिदिनुपर्दछ। नयाँ नयाँ ज्ञान बुद्धि वृद्धि हुने अर्ति दिई दाताको उपकार गरिदिनुपर्दछ।
- ५) दुष्शील हुनबाट बचाइदिनुपर्दछ। प्राणीघात गर्ने, चोरी गर्ने, व्यभिचार गर्ने, भूठ बोल्ने र मादक पदार्थ सेवन गर्नेजस्ता कुकर्मबाट बचाइदिनुपर्दछ। सुगतिमा पुग्ने उपाय पनि बताइदिनुपर्दछ। दाताको कहिल्यै अहित चिताउनुहुँदैन।

६) नोकर चाकरप्रति मालिकको कर्तव्य (अधोदिशा)

- १) नोकर चाकरलाई काम अराउँदा उसको शारीरिक शक्ति अनुसार काम दिनुपर्दछ। बच्चा, युवक, स्त्री, वयस्क र बूढा हेरी ‘६ दिशाको पूजन र नमन’

दिइएको काम गर्न सक्ने नसक्ने विचार गरी उचित काम उचित नोकरलाई दिनुपर्दछ ।

२) काम अनुसारको वेतन पनि ठीक ठीक समयमा दिनुपर्दछ । खाना पनि ठीक ठीक समयमा दिनुपर्दछ । हेला गर्नुहुँदैन । अन्यथा तिनीहरूले मालिकको बदनाम गराउन पनि सक्दछन् । आफू निन्दाबाट बच्न पनि मालिकले नोकरसित राम्रो व्यवहार गर्नुपर्दछ ।

३) नोकर बिरामी भएमा औषधि उपचार गरिदिनुपर्दछ । बेवास्ता गर्नुहुँदैन । दयाभाव राखी व्यवहार गरेमा आफू निन्दाबाट बचिन्छ । आफ्नै कीर्ति फैलिन्छ ।

४) आफूले जे जस्तो खाने हो त्यसको केही भाग नोकर चाकरलाई पनि खुवाउनुपर्दछ । बाँडी चुँडी खानुपर्दछ । यसबाट मालिकप्रति नोकरको सद्भाव र भक्ति कायम रहने मात्र नभई वृद्धिसमेत हुन्छ ।

५) चाडपर्वको बेला चाहिएमा छुट्टि दिनुपर्दछ । सँधैँ काममा जोताइराख्न हुँदैन । चाडपर्वबाहेक बीच बीचमा बिदा दिने वा आराम दिने पनि गर्नुपर्दछ ।

मालिकप्रति नोकर चाकरको कर्तव्य

१) मालिक उठ्नु अगावै उठ्नुपर्दछ र घरको सुघर सफाइको साथै आवश्यक काम सक्नुपर्दछ । धेरैबेर सुतिरहन हुँदैन । यसले आफैलाई हानी गर्दछ ।

२) बेलुकी मालिक सुतिसकेपछि मात्र आफू सुत्नुपर्दछ । मालिकलाई चाहिएको बेला आफू तयार रहनुपर्दछ । काम गर्न सदा तत्पर र सजग रहनुपर्दछ ।

३) मालिकले नदिइकन कुनै वस्तु पनि लिन हुँदैन । यसबाट आफ्नो इमान्दारिताको परिचय हुन्छ, र मालिकको प्रिय पात्र होइन्छ ।

इमान्दारिता नै आफ्नो रोजगारको अचुक साधन हो भन्ने कुरा नोकर चाकरले बुझ्नुपर्दछ ।

४) काम अधुरो छोड्नुहुँदैन । निपुणतापूर्वक पूर्ण गरी छोड्नुपर्दछ । सफा सुघर गर्ने काममा अल्छी मान्नुहुँदैन । मालिकको मन खिन्न पार्ने काम कहिल्यै गर्न हुँदैन ।

५) मालिकको गुणगान गर्नुपर्दछ । मालिक दयालु भएकौं, आफूसित समान व्यवहार गरेको, कडा वचन कहिल्यै नबोलेको र नोकर हुँ भन्ने भावनासम्म पनि कहिल्यै नआएको कुरा अरूलाई बताउनुपर्दछ । यसले आफैलाई हित गर्दछ ।

उपसंहार

यी भए ६ दिशाको अर्थ र तिनलाई पूजन र नमन गर्ने कुराको आन्तरिक वा गुप्त्य अर्थ जुन भगवान बुद्धले सिंगालपुत्रलाई हात जोडी नमस्कार मात्र गरिरहेको सन्दर्भमा बताउनुभएको उपदेशात्मक व्याख्या । यसबाट हामी सबैलाई नमस्कार मात्र नगरी आपस आपसमा राम्रो व्यवहार गरी सम्बन्ध सुधार्न र शान्तपूर्वक व्यक्तिगत, पारिवारिक र सामाजिक जीवन यापन गरी इहलोक र परलोक पनि सपानुको साथै गृहस्थ जीवन सुखमय पार्ने विधि अभ्यासगतरूपमा सिक्न सक्दछौं । हात जोडेर मात्र पुगदैन । हात मात्र जोडेर गरिनुपर्ने कर्तव्यबाट विमुख भइयो भने नमस्कार गर्नाको के अर्थ रत्यो र ! परिवारमा र समाजमा एकोहोरो कर्तव्य पालनले हुँदैन, दोहोरो हुनुपर्दछ । बाबुले मात्र कर्तव्य पुऱ्याउने, छोराछोरीले मनपर्दी गर्ने वा बाबु हुनेले आफ्नो दायित्व पूरा नगर्ने, छोराछोरीले मात्र आफ्नो कर्तव्य पूरा गरोस् भन्ने चाहनाले परिवारमा सुख शान्ति हुँदैन । त्यस्तै अन्य वर्गले पनि उसले उसलाई, उसले उसलाई आआफ्नो तर्फबाट पुऱ्याउनुपर्ने दायित्व वा कर्तव्य

निभाएको खण्डमा सुख र शान्ति त्यहीँबाट पल्लवित हुन्छ । वैमनस्यता त्यसै त्यसै भाग्दछ ।

व्यक्ति व्यक्ति अशान्त रहे, परिवारमा पनि शान्ति हुँदैन र परिवार परिवार अशान्त रहे समाजमा शान्ति हुँदैन अनि देस एवं विश्वमा कहीं पनि शान्ति नाउँको चरोले बास गर्दैन । व्यक्ति व्यक्ति र परिवार परिवारमा शान्ति त्यसवेला मात्र सम्भव हुन्छ, जब व्यक्ति व्यक्तिमा भातृत्व, प्रेम, त्याग, सद्भावना, सहिष्णुता र व्यवहारकुशलता आदि गुणहरूको विकास हुन्छ । यी गुणहरूको विकास गर्न आपसी व्यवहार सपार्ने जान्नु र व्यवहृत गर्ने प्रतिवद्धता जाहेर गरी आजैदेखि त्यस कार्यमा लाग्नु अनिवार्य छ । परिवार र समाजमा एक वर्गले अर्को वर्गसँग गर्नुपर्ने व्यवहार इमान्दारितापूर्वक र परिष्कृत रूपले सम्पादन भएमा मात्र मानव जीवन सुन्दर र सुखी हुने र समाजमा कलह भैँभगडा नहुने परिस्थितिको सृजना हुनजान्छ । यो परिस्थितिको सृजना कर्तव्य पालनबाट मात्र सम्भव हुन्छ । त्यस प्रकारको कर्तव्य पालन गर्ने गराउने शिक्षा यस 'सिंगालोवाद सूत्र'मा हामीले पाउन सक्दछौँ । भगवान बुद्धले मानिसको गार्हस्थ जीवन सुखमय पार्ने मूलमन्त्रको रूपमा दिनुभएको यो 'सिंगालोवाद सूत्र' अनुसार आपस आपसमा सौहार्द्रता राखी मैत्रीपूर्ण व्यवहार गर्दै लान सकिएमा निःसन्देह सुख र शान्तिको भण्डार हातलागी हुन्छ ।

यही कुरा यस 'सिंगालोवाद सूत्र' ले हामीलाई सिकाउँछ । यसलाई चिन्तन मनन मात्र होइन व्यवहारमा कार्यान्वयन गरी परिवारका सदस्यहरूसँग र हाम्रो सम्पर्कमा आउने विभिन्न वर्गसित सद्व्यवहार गरौं र अरूको हित सुखमा नै आफ्नो हित सुख निहित छ भन्ने तथ्यलाई शिघ्र स्वीकारी आफू पनि सुखी भई अरूलाई पनि सुखी जीवन बिताउन सौहार्द्रपूर्ण वातावरण तयार पारौं । अस्तु !

‘सिंगालोवाद सूत्र’ सँग मेल खाने र जानिराख्नुपर्ने र अभ्यासमा ल्याइनुपर्ने अन्य सान्दर्भिक उपदेशहरू –

सुखद् र सफल गृहस्थ जीवनको लागि भगवानले दिनुभएको अनेक उपदेशहरूमध्ये 'सिंगालोवाद सूत्र' अनुकरणीय र कल्याणकारी अवश्य छ, साथै तल दिइएका कुराहरूले पनि हाम्रो व्यक्तिगत, पारिवारिक र सामाजिक जीवनलाई सुन्दर र सुखी पार्न त्यतिकै अहं भूमिका खेल्दछन् । यी उपदेशहरूले सच्चा वा भूठा मित्र को हो, मितव्ययी कसरी बन्ने, खराबको संगतबाट हुने परिहानी, खराब कामको खराब परिणाम, काम गराइको असल परिणाम कसरी प्राप्त हुन्छ, आफूले आफैँलाई कसरी नियन्त्रणमा लिने भन्ने कुरामा यथेष्ट प्रकाश छरिरहेको पाउँछौँ । तिनीहरूको चयन बुँदागतरूपमा दिइने कार्य भएको छ, ताकि समयको बचत हुनाको साथै स्मरण गर्न योग्य हुन्छ र प्रयोगमा ल्याउन पनि सरल हुन्छ, भन्ने मनसाय रहेको छ ।

१) असफलताका ६ कारणहरू –

- | | |
|---------------------|------------------|
| क) अल्छी भएर । | ख) प्रमादी भएर । |
| ग) वीर्यहीन भएर । | घ) असंयमी भएर । |
| ङ) निन्द्रालु भएर । | च) जाँगर नभएर । |

२) चार प्रकारका सम्पदा –

- | | |
|----------------------------|----------------------------------|
| क) उद्योगी हुनु । | ख) धन-रक्षा गर्नु । |
| ग) सन्तुलित प्रयोग गर्नु । | घ) कल्याणमित्रको सामिप्य पाउनु । |

३) चार प्रकारको भय –

- | | |
|-----------------------------|--------------------|
| क) अत्तानुवाद-भय । | ख) परानुवाद-भय । |
| (आफूले आफैँलाई धिकार्ने भय) | (परले धिकार्ने भय) |

ग) दण्ड-भय । घ) दुर्गति-भय ।

४) सम्पति विनासका ६ कारण –

क) मादक पदार्थको सेवन । ख) विकाल भ्रमण ।
ग) नाच गान सिनेमा जानु । घ) मूर्खको संगत ।
ङ) अलछी र प्रमादी हुनु । च) जूवा तास खेल्नु ।

५) मादक पदार्थ सेवनबाट ६ दोष –

क) सम्पतिको नास । ख) भगडामा वृद्धि ।
ग) अनेक रोग लाग्नु । घ) बदनाम हुनु ।
ङ) लाज शर्म गुम्नु । च) प्रज्ञा दुर्बल हुनु ।

६) धर्मका श्रवणका ६ फल –

क) नसुनेका कुरा सुन्न पाइने । ख) सुनिसकेका कुरा सुस्पष्ट हुने ।
ग) शंका सन्द्देह मिट्ने । घ) मिथ्या धारणा हट्ने ।
ङ) चित्त शुद्धि हुने । च) बहुश्रुत हुने ।

७) सहनशीलता नहुनुको ६ फल –

क) अरूको प्रिय हुँदैन । ख) शत्रु वृद्धि हुन्छ ।
ग) दोषमा वृद्धि हुन्छ । घ) मोहित मरण हुन्छ ।
ङ) अपाग गतिमा पर्छ । च) मान मर्यादा गुम्छ ।

८) दान दिनाका ६ फल –

क) सबैको प्रिय बन्छ । ख) मान प्रशंसा पाउँछ ।
ग) सत्पुरुषको सामिप्य पाउँछ । घ) यश फैलिन्छ ।
ङ) परिषदमा निर्भिक हुन्छ । च) सद्गति प्राप्त हुन्छ ।

९) आकुल नहुनाका ५ कारण –

क) समयानुकूलताको ज्ञान । ख) उचित काम कुरा ।
‘६ दिशाको पूजन र नमन’

ग) स्वावलम्बन र लगनशीलता । घ) वीर्य उत्साह ।

ङ) काम कुराको अनुकूलता ।

१०) सुभासित वचन चार –

क) कल्याणार्थ कुरा गर्नु । ख) धर्मसम्मत कुरा गर्नु ।
ग) प्रिय वचन बोल्नु । घ) सत्ययुक्त कुरा गर्नु ।

११) स्थानका ६ दोष –

क) अति टाढा छ । ख) अति नजिक छ ।
ग) अग्लो ठाउँमा छ । घ) अति हावादार छ ।
ङ) आमुन्ने सामुन्ने छ । च) अति पछ्याडि पर्छ ।

१२) पारमिता-धर्म १० छन् –

क) दान पारमिता । ख) शील पारमिता ।
ग) क्षान्ति पारमिता । घ) वीर्य पारमिता ।
घ) ध्यान पारमिता । ङ) प्रज्ञा पारमिता ।
च) सत्य पारमिता । छ) मैत्री पारमिता ।
ज) नैष्कर्म्य पारमिता । झ) उपेक्षा पारमिता ।

१३) तीन प्रकारका पारमिता –

क) आफ्ना प्रिय वस्तुको त्याग ----- पारमि ।
ख) आफ्ना अङ्गहरूको त्याग ----- उपपारमि ।
ग) आफ्नो प्राणसमेतको त्याग ----- परमत्य पारमि ।

१४) पाँच महान दान –

क) शरीरको अङ्गको दान । ख) आँखा दान ।
ग) धन वैभवको दान । घ) राज्यकै दान ।
ङ) पुत्र पुत्री एवं पत्नीको दान ।

१५) परित्राण पाठ गर्दा यसो गरे लाभकारी हुन्छ –

- क) ठीकसित शब्दोच्चारण गरी पढ्ने / पढिदिने ।
- ख) सही अर्थ बुझेर पढ्ने / पढिदिने ।
- ग) दृढ चित्तले अभ्यास गरी पढ्ने / पढिदिने ।
- घ) शुद्ध चित्तले पढ्ने / पढिदिने ।
- ङ) मैत्रीपूर्वक पाठ गर्ने / गरिदिने ।

१६) चार प्रकारका खराब मित्रहरू –

- क) अर्काको वस्तु भने लिन र आफ्नो भने नदिने स्वभावका
- ख) कुराले मात्र ठीक्क पारी कामले भने केही नगर्ने ।
- ग) मुखको अधिल्लिर प्रशंसा गर्ने र पछिल्लिर निन्दा गर्ने ।
- घ) नचाहिने कुरामा र धन नास हुने कुरामा मात्र सल्लाह दिने ।

१७) चार प्रकारका असल मित्रहरू –

- क) आफूलाई उपकार गर्ने ।
- ख) सुख दुःखमा साथ दिने ।
- ग) धन, यशादि लाभ हुने वा वृद्धि हुनेमा अर्ति र प्रोत्साहन दिने ।
- घ) अनुकम्पा अर्थात् दया करुणा राख्ने ।

१८) चार प्रकारका सम्पतिको कारणले पारलौकिक हित

सुख हुन्छ –

- क) श्रद्धासम्पति ।
- ख) शीलसम्पति ।
- ग) त्यागसम्पति ।
- घ) प्रज्ञासम्पति ।

१९) भोग्य वस्तु चिरस्थायी नहुने चार कारणहरू –

- क) हराएको वस्तु खोजी नगर्नाले ।
- ख) पुरानो जीर्ण वस्तुको मरम्मत संभार नगर्नाले ।
- ग) खानपिनमा, लुगाफाटोमा र मोजपज्जामा बढी खर्च गर्नाले ।
- घ) दुश्शील नारी वा पुरुषलाई ढुकुटीको साँचो सुम्पिदिनाले ।

२०) व्यक्तिले गर्न नहुने व्यवसाय –

- क) शस्त्र अस्त्र बनाउने वा बनाउन दिने व्यवसाय गर्नुहुँदैन ।
- ख) मानिस वा प्राणीहरू बेच्ने काम गर्न हुँदैन र गर्न दिनुहुँदैन ।
- ग) मासु बेच्न वा बेच्न लगाउनुहुँदैन ।
- घ) मादक पदार्थ बेच्न वा बेच्न दिनुहुँदैन ।
- ङ) विष वा विषालु पदार्थ बनाई वा बनाउन लगाई बेचबिखन गर्नुहुँदैन ।

२१) प्रज्ञा वृद्धि हुने कारण चार –

- क) आफूभन्दा जान्ने सुन्ने बुद्धिमान सत्पुरुषको संगत गर्नाले ।
- ख) समय समयमा सद्धर्मको श्रवण गर्नाले ।
- ग) विचार पुऱ्याई, होस राखी सचेत भई काम कुरा गर्नाले ।
- घ) कसैको हानी र अहित नहुने गरी धर्मानुकूल काम गर्ने गर्नाले ।

२२) लोकसंग्रह वस्तु चार –

- क) दान दिनु ।
- ख) सुभाषित कुरा गर्नु ।
- ग) परोपकार गर्नु ।
- घ) अहंकार वा अभिमान नगर्नु । इत्यादि इत्यादि ।

अब यी माथिकाको अतिरिक्त तल दिइएका उपदेशहरूलाई पनि मनन गरौं र यिनलाई व्यवहारमा उतारेर आफ्नो साथै परिवारको अनि समाजमा रहेका बन्धुहरूको समेत हितसुख खोजौं र सुखी, शान्त र सार्थक जीवन बिताउने प्रेरणा प्राप्त गरौं ।

२३) चार कर्मलेशहरू –

- क) प्राणी हिंसा । ख) चोरी ।
ग) काम मिथ्याचार । घ) भूठो बोल्नु ।

२४) पापकर्म गर्ने चार कारणहरू –

- क) स्वेच्छाचारी भएर ।
ख) क्रोधले अन्धो भएर ।
ग) मोहमा मूढित भएर ।
घ) भयले आक्रान्त भएर ।

२५) विकल भ्रमण गर्नुको ६ दुष्परिणाम –

- क) स्वयं असुरक्षित हुने ।
ख) परिवार असुरक्षित हुने ।
ग) धन सम्पति असुरक्षित हुने ।
घ) खराब काम हुने शंका उब्जिने ।
ङ) भूठा आरोप लाग्नसक्ने ।
च) दुःखकारक कर्म हुनजाने ।

२६) जुवा खेल्नुको ६ दुष्परिणाम –

- क) जीत भएमा शत्रुता बढ्ने ।
ख) हार भएमा शोक चिन्ता बढ्ने ।
ग) धनको हानी हुने ।

- घ) समाजमा अविश्वास बढ्ने ।
ङ) मित्र र बुजुकबाट तिरस्कार मिल्ने ।
च) विवाह हुनमा बाधा हुने ।

२७) पापमित्रसँगको मित्रताको ६ दुष्परिणाम –

- क) त्यस्ता मित्र धूर्त नै हुन्छन् ।
ख) त्यस्ता मित्र मूर्ख नै हुन्छन् ।
ग) त्यस्ता मित्र रक्सीवाज नै हुन्छन् ।
घ) त्यस्ता मित्र कृतघ्न नै हुन्छन् ।
ङ) त्यस्ता मित्र ठगाहा नै हुन्छन् ।
च) त्यस्ता मित्र गुण्डागर्दी गर्ने नै हुन्छन् ।

२८) अल्छी हुनाका ६ दुष्परिणाम –

- क) अहिले जाडो छ भनी काम नगर्ने ।
ख) अहिले गर्मी छ भनी काम नगर्ने ।
ग) अहिल्यै किन त भनी काम नगर्ने ।
घ) साँझ परिसक्यो भनी काम नगर्ने ।
ङ) अहिले भोको छु भनी काम नगर्ने ।
च) भर्खर मात्र खाएँ भनी काम नगर्ने ।

२९) कुमित्रमा ४ प्रकारका लक्षण –

- क) परधन विनास गर्ने ।
ख) कुरा मात्र गर्ने ।
ग) अगाडि मात्र मीठो वचन बोल्ने ।
घ) अयोग्य काम गर्ने ।

३०) कुराले मात्र ठीक गर्ने कुमित्रका ४ लक्षण –

- क) बितेको कुराको मात्र प्रशंसा गर्दछ ।
- ख) भविष्यमा हुने कुराको पनि प्रशंसा गर्दछ ।
- ग) निरर्थक कुरा गर्दछ, र त्यसको मात्र प्रशंसा गर्दछ ।
- घ) वर्तमान काममा भने सहयोग नगर्ने वा भाग्ने हुन्छ ।

३१) सट्टदयी मित्रहरू ४ प्रकारका –

- क) उपकारी हुन्छ ।
- ख) सुख-दुःखमा भागिदार हुन्छ ।
- ग) समस्या समाधानमा सहयोगी हुन्छ ।
- घ) अनुकम्पा राख्ने हुन्छ ।

३२) उपकारी मित्रमा ४ प्रकारका लक्षण –

- क) गल्ती गर्नुबाट रक्षा गर्ने ।
- ख) सम्पतिको रक्षा गर्ने ।
- ग) भय विघ्नबाट रक्षा गर्ने ।
- घ) बढी फल प्राप्त गराउने ।

३३) सुख-दुःखमा भागिदार हुने मित्रका ४ प्रकारका लक्षण

- क) साथीलाई गोप्य कुरा बताउँछ ।
- ख) साथीको गोप्य कुरालाई गोप्य नै राख्दछ ।
- ग) आपद विपदमा छाड्दैन ।
- घ) साथीको लागि प्राण पनि दिने हुन्छ ।

३४) समस्या समाधानमा सहयोगी मित्रका ४ प्रकारका

लक्षण –

- क) पापको निवारणमा सहायक हुन्छ ।
- ख) पुण्यकर्म गराउनमा सहायक हुन्छ ।

- ग) नजानेको कुरा सिकाउनमा सहायक हुन्छ ।
- घ) सुगतिको मार्गमा प्रवेश गराउनमा सहायक हुन्छ ।

३५) अनुकम्पा राख्ने मित्रका ४ लक्षण –

- क) सम्पति नास हुँदा खुसी हुँदैन ।
- ख) सम्पति आर्जन गर्दा दुःखी हुँदैन ।
- ग) मित्रको निन्दा गर्नुबाट रोक्दछ ।
- घ) मित्रको प्रशंसा गर्दा थप प्रशंसा गर्दछ ।

यी उपयोगी सदुपदेशहरू भगवान बुद्धले गृहस्थहरूको कल्याणको लागि उपदेश भएका हुन् । यी कुराहरू 'सिंगालोवादसुत्त'मा उपदेशित भएको पाउँछौं । 'सिंगालोवाद सूत्र'को प्रस्तुतिसँगै यिनको समावेसी पनि त्यतिकै लाभदायक हुनेछ भन्ने आसा लिन सकिन्छ । यसले आफ्नो व्यक्तिगत र पारिवारिक जीवनको सफल निर्वाहको लागि प्रमुख भूमिका खेल्नेछ, भन्ने भरोसा पनि लिन सकिन्छ । यसले हामीलाई एक सच्चा गृहस्थ, एक सच्चा नागरिक र एक सच्चा धर्मपालक भई जीवन जिउन सहयागीको भूमिका निर्वाह गर्नेछ भन्ने विश्वास पनि लिन सकिन्छ । यसमा कुनै संशय लिनुपर्ने ठाउँ छैन । बरु निष्ठापूर्वक काम भने गर्नुपर्दछ ।

अस्तु !

२०६५/०९/३९

भवतु सब्ब मंगलं ।



जीवन सुन्दर र सुखी पारौं

सुन्दर मानव जीवन पाएँ भनी मानिस दंग पर्दछन् । तर सुन्दर हो कि होइन, अझ सुन्दर कसरी पार्न सकिन्छ र के के गर्दा वा के के नगर्दा सुन्दर हुन्छ भन्ने कुरातर्फ मानिसले सोच्न भ्याएको हुँदैन । **'Busy without business'** भनिएभैको कामको अति व्यस्ततामा जीवनका अमूल्य क्षणहरू खेर फालिराखेका हुन्छन् । वास्तविक सुखको गवेषणा गर्न आफूले आफैलाई चिन्नुपर्दछ । आफूले आफैलाई चिन्न आफ्नो अभ्यान्तरमा चियाउनुपर्दछ । अभ्यान्तरमा चियाउन बाहिरी छालाको आँखा बन्द गरी मनको आँखा खोल्नुपर्दछ । मनको आँखा खोल्न मनलाई नियन्त्रण गरी भित्र भइरहेको क्रिया प्रतिक्रियालाई यथाभूत निरीक्षण गर्नुपर्दछ । निरीक्षण मात्र नभई तिनको साक्षीभावले अनुभूत पनि गर्नुपर्दछ । प्राकृतिकरूपमा भइरहेको जे जस्तो घटना छ त्यसमा हामीले आफ्नो तर्फबाट कुनै प्रतिक्रिया गर्नुहुँदैन । सिर्फ निरीक्षण मात्र गर्नुपर्दछ । तिनलाई छेडछाड गर्नु भनेकै फेरि अर्को समस्या थपिमाग्नु हो । यी कुराहरू विपश्ची साधक भएर अनुभूत गर्न सकिन्छ ।

साधारणतया सबैले बुझ्ने शब्दमा भन्नुपर्दा शील सदाचारको जीवन बाँच्नु नै सुखको आधार हो । शील भनेको आफूलाई पनि अर्कालाई पनि सुख शान्तिपूर्वक जीवन बाँच्न दिने तत्वको नाम हो । समाजका अन्य सबैको जीवन विषाक्त पारी आफू निर्धक्कसँग सुख

शान्तिको भागिदार बन्न सकिँदैन । समाजका अन्य सदस्यहरू सुखसाथ बाँच्न पाए मात्र हामी पनि सुखको सास फेर्न सकौं । त्यसैले हामी आफू सुख चाहन्छौं भने सुख नै अरूलाई पनि दिन जान्नुपर्दछ जुन प्रारम्भमा कठिन प्रतीत हुन्छ ।

हामी जे चाहन्छौं अरूलाई पनि त्यही दिनुपर्दछ, वा गर्नुपर्दछ, जे चाहँदैनौं त्यो दिनुहुँदैन वा गर्नुहुँदैन । हामी सुख चाहन्छौं, सुख नै अरूलाई दिनुपर्छ । हामी मारिन चाहँदैनौं, अरूलाई पनि मार्न उद्यत हुनुहुँदैन । हाम्रा वस्तुहरू चोरिएको मन पर्दैन, हामीले पनि अर्काको वस्तु चोरी ठगी गर्न भएन । हाम्रामा व्यभिचार लादिएको मन पर्दैन, हामीले पनि व्यभिचार गरी हिँड्न भएन । आफ्नो मात्र हित सुख चाहने अरूको हित सुखको ख्याल नगर्ने स्वभावलाई बदल्नुपर्दछ । यदि त्यस्तो स्वभावलाई बदल्न सकेनौं भने आफ्नो हित सुख पनि सम्भव हुँदैन ।

हामीलाई सत्य र प्रिय वचन बोलेको मनपर्छ हामीले पनि असत्य र अप्रिय भाषण गर्नुहुँदैन । रक्सी वा मादक पदार्थ सेवन गरी होहल्ला गरेको र त्यसको कारणले कसैबाट अनैतिक काम भएको हेर्न मन पर्दैन भने हामीले पनि मादक पदार्थ सेवन गर्ने लत छोड्नुपर्छ । यति मात्र काम हामी सबैबाट भइदिन सकियो भने हामी कति सुखी हुन्थौं र हाम्रा परिवार र समाजमा कति शान्ति छाउँथ्यो । जीवन कति हराभरा र मुस्कानले सिंचित हुन्थ्यो ।

त्यसैले शील सदाचारको जीवन जिउनुपर्दछ । शील सदाचारयुक्त जीवन भनेकै असल चरित्रको निर्माण गरी असल जीवन जिउनु हो । त्यसउसले चरित्र सपार्नु नै मूल कुरा हो । असल चरित्रबाटै सबै असल कर्महरू निस्सृत हुन्छन् । मानिस आज ‘पैसा’ ‘पैसा’ भनी पैसाको पछाडि विक्षिप्त भई दौडिरहेका छन् । वास्तवमा जानिएन भने

पैसा नै हाम्रो दुःखका कारण भइदिन्छ । मानिस चरित्र निर्माण गर्ने र नैतिकताको जगेर्ना गर्ने कुरामा प्रायः बेखबर रहन्छन् । यसरी त कसरी जीवन सुन्दर र सुखी बन्दछ ? चरित्र निर्माण नै ठूलो कुरा हो, पैसा होइन भन्ने सम्बन्धमा अंग्रेजीमा भनिएको पनि छ – **'Money is lost, nothing is lost. Health is lost, something is lost. But when character is lost, everything is lost.'** धन कमाउनुपर्छ तर इमान्दारीका साथ । धनलाई सधैं दोस्रो दर्जामा राखिनुपर्छ, पहिलोमा राखिनुहुँदैन । स्वास्थ्यको हेरचाह धनलाई तिलाञ्जली दिएर पनि गर्नुपर्छ किनकि स्वास्थ्य भए पछि पनि धन कमाउन सकिन्छ । तर पैसा र स्वास्थ्य भए पनि चरित्रहीन हुन पुगेमा त्यो धन र स्वास्थ्य बेकारको सिद्ध हुनजान्छ । यसले जीवन विषाक्त पार्दछ ।

अब त्यसको लागि हामीले सर्वप्रथम हाम्रो बोली वचन नरम, सत्ययुक्त प्रिय हुनुपर्छ । हाम्रो मुखले चार किसिमका पापकर्म गर्न सक्दछ ।

- १) भूठ बोलेर,
- २) चुगली गरेर,
- ३) चित्त दुख्ने बोली बोलेर अनि
- ४) नचाहिंदो कुरा गरेर अर्थात् कसैलाई पनि फाइदा नहुने कुरा गरेर ।

यिनबाट हामी टाढिनुपर्छ । यिनको बदलामा यसो गर्दा सुखकर हुन्छ ।

- १) सत्य कुरा गरेर,
- २) मेल मिलापका कुरा गरिदिएर,
- ३) प्रिय बोली बोलेर अनि
- ४) आवश्यक र उपयोगी कुरा गरेर ।

यिनले जीवनमा सुख शान्तिरूपी हरियाली ल्याइदिन सक्दछ । दोस्रो, हाम्रो शारीरिक कर्म राम्रो हुनुपर्छ । हाम्रो शारीरिक कर्म यी चार कामबाट नराम्रो हुनपुग्दछ ।

- १) हत्या हिंसा गरेर,
- २) चोरी चकारी गरेर,
- ३) व्यभिचार गरेर अनि
- ४) मादक पदार्थ सेवन गरेर ।

यिनले जीवनमा, परिवारमा र समाजमा अशान्ति ल्याइदिन सक्दछ । यी हुन् हामीले गर्न नहुने कायकर्महरू । यिनको बदलामा कायकर्मलाई परिशुद्ध पार्न पनि सकिन्छ । हत्या हिंसाको ठाउँमा दया र करुणाको भाव जगाएर, चोरी चकारीको ठाउँमा दान दिएर वा त्यागको भाव जगाएर, व्यभिचारी बन्नुको सट्टा सबैलाई आफ्नै दाजु भाउजु, भाई, बुहारी र दिदी बहिनी ठानेर अनि मादक पदार्थ सेवन नगरेर शान्त र सुसभ्य जीवन यापन गरेर आफ्नो व्यक्तिगत जीवनमा, परिवारमा र समाजमा सुख शान्ति स्थापनार्थ हामी आफूलाई प्रस्तुत गर्न सक्दछौं । यसले मात्र मानिसको जीवन वास्तवमा सुन्दर र सुखी बनाउन सक्दछ । अनि मात्र मानिसले गर्वका साथ नाक फुलाएर 'म मानिस हुँ' भन्न सुहाउने हुन्छ । शील सदाचारले रिक्त आजको समाजमा सुन्दर र सुखी जीवनको कल्पनासम्म पनि गर्न नसकिने भइसकेको छ । आज हाम्रो समाजमा जुन किसिमको अनाचार, अत्याचार र अशान्तिको वातावरण छाएको छ र मानिसको जीवन पशुवत भएको प्रतीत गर्न परिरहेको छ, त्यसको पछाडि शीलको अभाव खट्किरहेको पाउँछौं । शान्ति स्थापना गर्न र शान्त जीवन बिताउन लालयित भएर मात्र हुने होइन, त्यसको लागि आवश्यक पूर्वाधारको पालना पनि हामीबाट हुनुपर्दछ । शील नै

शान्तिको पूर्वाधार हो । शीलको पालनाले नै व्यक्ति व्यक्तिमा, समाज समाजमा शान्तिको ज्योति जाग्दछ । यसतर्फ हामी सबैको ध्यान जानु अनिवार्य र अपरिहार्य भइसकेको छ । यो मानवताको र समयको माग पनि हो ।

यसका साथै हामीमा ठीक धारणाको विकास हुनुपर्दछ । यदि धारणा नै गलत भएमा उसको चिन्तन पनि स्वभावैले गलत हुनपुग्दछ । चिन्तन सही नहुनेको बोली पनि सही हुँदैन । बोली सही नभएमा त्यसले न आफूलाई नै न अरूलाई नै हित गर्दछ । बोली नै हितकारी छैन भने उसले गर्ने शारीरिक कर्म कसरी राम्रो होला भन्न सकिन्छ ? शारीरिक कर्म राम्रो नगर्नेले उचित पेशा पनि त समाएको हुँदैन । उसले अनेक अनैतिक तवरले स्वहित तर पर अहित हुने पेशा अपनाउँदछ र समाजका अन्य वर्गको सुख शान्तिमा खलल ल्याउँछ । त्यस्ता व्यक्तिको उद्योग, परिश्रम र लगनशीलता रचनात्मक काममा भन्दा ध्वंसात्मक काममा प्रवृत्त हुन्छ । उसको सारा चिन्तन मनन, स्मृति र ध्यान स्वार्थान्धतामा डुबेको हुन्छ । परोपकारी भावना उसमा शून्यप्राय नै हुन्छ । उसबाट समाजले के कस्तो सेवाको अपेक्षा गर्न सकिन्छ र खै ! सुन्दरता र सुखका सबै बाटाहरू बन्दप्रायः हुन्छ । अनि सुख चाहियो, शान्ति चाहियो भनेर उफेर मात्र के हुन्छ ?

सुन्दर र सुखी जीवन कल्पनामा पखेटा मारेर मात्र साकार हुन सक्दैन । यसको लागि सुन्दर मन र विचार अनि तिनको सही कार्यान्वयनको दरकार पर्दछ । सुख र शान्ति कसैले 'ना' भनेर दिन हुने र दिन सक्ने कुरा पनि होइन । 'ले' भनेर थापेर लिन हुने र लिन सकिने कुरा पनि होइन । कसैको तथास्तुमा सुख हुँदैन । फेरि शान्ति बाहिर टर्च बालेर खोजेर पाइने कुरा पनि होइन । शान्ति र सुखको लागि आफैले

प्रयत्न गर्नुपर्छ । जुनकुरा भित्र अभ्यान्तरमा खोजिनुपर्ने हो र पाइनुपर्ने हो, त्यो बाहिर कसैको निगाहमा कसरी प्राप्त होला ? विचारणीय छ । यसको लागि व्यक्ति स्वयं जागरूक, सचेत र लगनशील बन्नुपर्छ ।

आज हामी देख्दैछौं सुख शान्तिको लागि मानिस देवी-देउता भाकल्दछन्, भजन-कीर्तन गर्दछन्, यसलाई गुहारदछन्, उसको शरण पर्दछन्, दुःख भुलाउन जुवा-तास खेल्दछन्, टीभी-सिनेमा हेर्दछन्, डान्स-पार्टी गर्दछन्, भोज-भतेर गर्दछन्, कसैको खुसामद र जी हजूर गर्दछन् तर सुखको सट्टा दुःखकै अनुभूति पाउँदछन् ।

यसको अर्थ यही हुन आउँछ कि चाहना मात्रले वा जे पायो त्यो गर्नले सुख पाइंदो रहेनछ । सुखको लागि आफूमै डुबी आफ्नो काय, वाक र चित्तलाई राम्रो अवस्थामा राखी कर्म गर्नुपर्दो रहेछ । जस्तो रोप्यो, त्यस्तै फल लाग्ने न हो । भन्ने पनि गरिन्छ नि 'जस्तो मति, उस्तै गति' । मनमा सबैप्रति मैत्री राखी बोलिएका शब्दहरू र गरिएका कर्महरूले नै उम्दा फल दिने रहेछ । कसैको जी हजूरको दरकार नै पर्दैन । देव देवीहरूले पनि केही गर्दैनन् । हामीले नै गर्दा केही हुने हो । हामीले नगरे केही पनि हुँदैन । राम्रो गर्ने नराम्रो गर्ने हानमी आफै हौं । हाम्रो सुख दुःखको जिम्मेदार हामी आफै हौं । विचरा ईश्वरले के गरोस् ? उसको कुनै दोष छैन । 'जसले कालो खान्छ, उसले कालो हग्छ' भन्ने उखान पनि त छ, नि । फेरि 'God helps those who help themselves.' भन्ने अंग्रेजीमा पनि एउटा प्रसिद्ध कथावत छ ।

सुखको लागि हामी आफै जुमुराउनुपर्दछ । हामी आफैले केही न केही गर्नुपर्दछ । हामीमा नै केही अनिवार्य गुणहरूको विकास गर्नुपर्दछ । त्यसैले जीवनमा सच्चा सुख पाउनको लागि आवश्यक पर्ने यी कुराहरूको पनि विकास र कार्यान्वयन हामीले नै गर्नुपर्दछ ।

- १) सद्धर्ममा श्रद्धा हुनुपर्दछ ।
- २) त्यागको भावना हुनुपर्दछ ।
- ३) असल कर्म सम्पादन गर्नमा प्रयत्नशील हुनुपर्दछ ।
- ४) स्मृतिवान हुनुपर्दछ ।
- ५) पापकर्म गर्नमा लाज मान्नुपर्दछ ।
- ६) पापकर्म गर्नमा डर मान्नुपर्दछ ।
- ७) परोपकारी काममा लाग्नुपर्दछ ।
- ८) असल साथीको संगत गर्नुपर्दछ ।
- ९) कुलतमा लाग्नुहुँदैन ।
- १०) अध्ययनशील हुनुपर्दछ ।
- ११) आफ्नो चित्तलाई वशमा राख्नुपर्दछ ।
- १२) समयको सदुपयोग गर्नुपर्दछ । इत्यादि

कोही अपार सम्पति हुनु, गाडी बंगला हुनु, यश सन्मान पाउनु, उलेख्य बैंक बैलेन्स हुनु र सुख सुविधाका सरसामानले घेरिनुलाई नै सुख सम्झिन्छन् । यस्ता भौतिक सम्पति भएकालाई सुन्दर, सुखी र सफल जीवन बाँचेको भन्थान्छन् । तर यो कुरा गलत हो भन्ने प्रमाण समाजमा आफ्ना सम्पतिकै कारणले दुःखी भइरहेका, ट्राङ्गुलाइजर खाएर पनि निदाउन नसकिरहेका व्यक्तिहरूलाई देखेर पाउन सक्दछौं । गरिबहरू पनि खस्रो मसिनो खाएरै पनि मुस्काइरहेका देखिरहेका छौं । रमाइरहेका देखिरहेका छौं । भौतिक सम्पति हाम्रो आफ्नो होइन । त्यो त जीवन छुञ्जेल प्रयोगमा आउन सक्ने हुन् । त्यो पनि यकीनकासाथ भन्न सकिँदैन । मरेर जाँदा छोडेरै जानुपर्दछ । साथै लिएर जान सकिँदैन । त्यसैले भौतिक धन सम्पति मात्र सुखको कारण होइन । त्यसलाई पुण्यरूपी धनमा बदल्न सकियो भने मात्र इहलोक र परलोच दुवैमा

साथ दिने हुन्छ र वास्तविक सुखको आधार बन्दछ । अतः वास्तविक धन सम्पति भनेको असल कर्म हुन् जुन हाम्रा साथमा हामी जहाँ गए पनि साथैमा जान्छन् र हाम्रो कल्याण गर्दछन् ।

यहाँनिर म युवा भाइबहिनीहरूलाई नै लक्षित गरी केही भन्न चाहन्छु ।

आजका युवाहरू नै भोलिका कर्णधार हुन् । आज उनीहरू जे गर्दछन्, जे सिक्दछन्, जस्तो धारणा बनाउँछन् तिनै भोलिको निधि बनिदिन्छन् । अतः आजलाई सपानु अनि सुन्दर भविष्यको जगेर्ना गर्नु उनीहरूको दायित्व हो । आज जे पायो त्यो गरेर भोलि सपिन्छु भन्नु आज विष खाएर भोलि बाँच्छु भन्नु बराबर हो । जसले वर्तमान क्षणलाई सदुपयोग गर्दछ, उसले भविष्यको सुनिश्चितता पाएको हुन्छ । भनिएको पनि छ – **'Present time is the most important time.'** भूतकाल बितिसकेको छ । त्यो फिर्ता हुँदैन । भूतकालको गल्लीबाट सिक्नुपर्दछ र वर्तमानलाई सुधार्नुपर्दछ । भविष्य आएको छैन, त्यसको अहिल्यै किन चिन्ता ! जसले वर्तमान सुधायो, उसले भविष्य सुधायो । वर्तमान कर्मप्रति सतत जागरूक र होस कायम हुनुपर्दछ । कुनै खराबी आफूबाट हुन नपाओस् । वर्तमान समय आफ्नो हुन्छ । हामी बाँचिरहेको पनि वर्तमानमा नै हो । आज केही गरेको फल भोलि मिन्दछ । किसानले आषाढको भरी सहेर जुन मिहिनत गरी खेतमा धान रोप्दछ, त्यसको फलस्वरूप उसले मंसीर महिनामा धानको बाली भित्र्याउँछ । धान रोप्ने बेलामा निदाएर बस्ने, धान काट्ने बेलामा बाली भित्र्याउन जुर्मुराउने प्रवृत्तिले त उसले धान होइन घाँस मात्र काट्छ । त्यसैले आजका युवाहरूले सच्चरित्र निर्माण गर्ने दिशातिर आजै उन्मुख हुनुपर्दछ, जसको मीठो फल भोलि चाख्न पाइन्छ । जसरी महिना दिन काम

गरिसकेपछि तलव थाप्न पाइन्छ ।

आजका युवा विद्याध्ययनमा लागेका हुन्छन् । लोकमा रहञ्जेल लौकिक विद्याको पनि अनिवार्यता रहन्छ । लौकिक जीवनलाई सुन्दर बनाउन लौकिक विद्याको पनि योगदान रहन्छ । तर वास्तवमा लोकबाट मुक्ति पाउने पारलौकिक विद्याको जगेर्ना यही जीवनमा गर्नुपर्दछ । यसले मात्र हाम्रो सही अर्थमा कल्याण गर्दछ । लौकिक विद्याले यो वर्तमान जीवनलाई मात्र केही मात्रामा आश्वस्त पार्दछ । लौकिक विद्या आर्जन गर्नेलाई विद्यार्थी भनिन्छ । साँचो अर्थमा 'विद्यार्थी' त्यसलाई भनिन्छ जो ज्ञानार्जनमा क्षण प्रतिक्षण लागिरहन्छ । 'विद्या + अर्थी = विद्यार्थी' । कापी कलम बोकी स्कूल कलेज धाउने तर ज्ञान आर्जनमा मन नलगाउनेलाई विद्यार्थी भनेर भन्नु शब्दार्थअनुसार पनि मिल्दैन, सुहाउँदैन । यस कुरालाई सबै विद्यार्थीले आत्मसात गर्नुपर्दछ, र विद्या धनको आर्जन गर्नुपर्दछ अनि यसको सदुपयोग गर्नुपर्दछ ।

लौकिक विद्याबारे नीतिशास्त्रमा भनिएको छ –

**‘विद्या ददाति विनयं, विनयात् याति पात्रताम्,
पात्रात् प्राप्नोति धनं, धनात् प्राप्नोति सुखम् ।’**

विद्याले विनय (अनुशासन, कोमलता) दिन्छ, विनयबाट असल पात्र भेटिन्छ । असल पात्रबाट धनको प्राप्ति हुन्छ, धनबाट सुख पाइन्छ ।

'विद्या' को वास्तविक अर्थ खोजेर भन्ने नै हो भने स्कूल कलेजबाट प्राप्त हुने ज्ञानलाई मात्र विद्या मान्नुहुँदैन र रूपियाँ पैसालाई मात्र धन मान्नु पनि उचित हुँदैन । 'विद्या' भन्ने शब्दले त्यो वास्तविक ज्ञानलाई बुझाउँछ जसको प्राप्तिपछि व्यक्तिमा सत्य-असत्य, उचित-अनुचित, पाप-पुण्य र कर्तव्य-अकर्तव्यको ठीक ठीक ज्ञान हुन्छ, र यस

ज्ञानको सहायताले ऊ इहलोक र परलोक सपार्नमा लगनशील रहन्छ । व्यक्ति, वस्तु र वस्तुस्थिति वास्तवमा के हुन्, तिनको स्वभाव के कस्तो हुन्छ, जीवन के हो किन जीवन धारण गर्नुपर्को हो, मानव शरीर के हो कसरी बनेको छ, यसको यथार्थ स्वभाव के हो, यसबाट हामी कसरी निर्लिप्त रहन सक्दछौं र मुक्ति मोक्षको साक्षात्कार कसरी सम्भव हुन्छ र त्यसका लागि हामीले के कस्ता कार्यहरू सम्पादन गर्नुपर्दछ, आदि इत्यादि कुराहरूको यथार्थ ज्ञान हुनुलाई वास्तवमा 'विद्या' भनिन्थ्यो । यस्ता ज्ञानले नै मानव जीवनलाई धन्य र सार्थक बनाउँछ । आजकाल हामी 'विद्या'लाई हलुका अर्थमा प्रयोग गरिरहेका छौं । स्कूल कलेज वा यूनिभर्सिटीबाट पाउने ज्ञानलाई शिक्षा भनिन्छ, र यस्तो शिक्षा जीवन छुउन्जेल मात्र प्रयोगमा ल्याउन सक्दछ, त्यो पनि स्मृतिमा रहुन्जेल र प्रयोगमा ल्याउन सके मात्र ।

त्यस्तै रूपियाँ-पैसा, सुन-चाँदी, घर-खेत आदि भौतिक सम्पतिलाई मात्र धन मान्नु पनि उचित हुँदैन । जुनकुरा माथि पनि भनिसकिएको छ । वास्तविक धन भनेको शील, त्याग (दान दिनु), स्मृति, प्रज्ञा, समाधि, नराम्रो काम गर्नमा भय लिनु, नराम्रो काम गर्नमा लाज मान्नु, मैत्री राख्नु, दया करूणा राख्नु अहंकारी नहुनु, मूर्खजनको संगत नगर्नु, ज्ञानीजनको संगत गर्नु इत्यादि हुन् ।

समग्रमा भन्नुपर्दा जीवनको प्रमुख उद्देश्य नै आफ्नो चरित्र निर्माणमा सतत प्रयत्नशील रहनु र मानव मूल्य मान्यतालाई आफूमा विकसित गरी जीवनमा प्रयुक्त गर्नु र सार्थक जीवन बिताउनु रहेको हुन्छ ।

खासै कुरा भन्नुपर्दा विद्यार्थीले सानैदेखि परियति शिक्षा लिनुपर्दछ । यसले विद्यार्थीमा नैतिक शिक्षाको र विनयका कुराहरूको

तालिम दिनुको साथै जीवनलाई सही दिशामा मोड दिन, मानव जीवनको गरिमा बढाउने र सार्थक जीवन बाँच्ने दिशामा बल पुऱ्याउँछ । त्यसपछि प्रतिपति शिक्षाको आवश्यकता पर्दछ । यसले विद्यार्थीलाई सिकेका कुराहरूको जीवनमा प्रयोग गर्ने व्यवहारिक ज्ञान दिन्छ । सैद्धान्तिक ज्ञान प्रेरणाको लागि मात्र हुन्छ, फाइदा पुग्ने त अनुभवजन्य ज्ञानले नै हो । प्रतिपतिको अर्थ नै प्रयोगात्मक ज्ञान हो जसद्वारा अपेक्षित परिणाम हासिल गर्न सकिन्छ । प्रतिवेध ज्ञान पूर्ण अपेक्षित नतिजा हो । त्यसको पराकाष्ठा नै छैन । यी तीनलाई यसरी बुझौं –

परियति ज्ञान सम्यक-मार्गबारेको सैद्धान्तिक ज्ञान हो जसले मार्गमा आरूढ हुन प्रेरित गर्दछ । प्रतिपति ज्ञान मार्गको अनुशरण गर्नु हो । अभ्यास गर्नु हो र गन्तव्यतिर बढ्नु हो भने प्रतिवेध ज्ञान मार्गफल वा गन्तव्यको प्राप्ति हो । हामीलाई मार्ग पनि चाहिएको छ, मार्गगामी पनि हुनु छ र मार्गफल पनि चाहिएको छ । यसको लागि स्कूल कलेजको शिक्षाको अतिरिक्त परियति, प्रतिपति र प्रतिवेध ज्ञानको प्राप्ति र प्रयोग विद्यार्थी जीवनमा नै हुनुपर्दछ र सम्यकरूपले जीवन बाँच्नुपर्दछ जुन अति कल्याणकारी हुन्छ । भोलिको लागि भनेर साँचिराख्ने विषय यो होइन । समय छँदै हासिल गर्नुपर्ने र अपनाउनुपर्ने कुरा हो यो । सुन्दर र सुखी जीवनको कुँजी पनि यही नै हो र मानव जीवनको लक्ष्य प्राप्ति पनि यसैबाट मात्र सम्भव छ ।

अस्तु !

०६४/३/३०

भवतु सब्ब मंगलं ।



उज्यालो क्षितिजतिर

मानिसको जीवन अमूल्य र गरिमामय छ । ‘मनुस्सभाव दुल्लव’ अर्थात् मनुष्य जन्म दुर्लभ छ भनिएको छ । मानिसको जन्म दुर्लभ कहाँ छ र ! भनी कोही भन्दछन् । तर अन्यप्रकारका प्राणीहरूको संख्याको तुलनामा मानिसको संख्या कम नै हो । मानिसको जनसंख्यामा थप घट हुन पनि सक्दछ तर त्यसभन्दा पनि धेरै संख्यामा अन्य प्राणीहरूको योनीमा पनि थपिने काम भइरहेको छ जसको लेखाजोखा मानिसहरूकोमा भएजस्तै भइरहेको छैन ।

आकार प्रकारले मात्र मानिस हुनुलाई वास्तविक मानव जीवन बाँचेको भन्न मिल्दैन । खानु, पिउनु, परिवारसँग सुखसाथ बस्नु, एक निन्द्रा सुत्नु र एक धरो खस्रो मसिनो लगाउनुलाई मात्र मानव जीवन भनिदैन । यसरी त अन्य प्राणीहरू पनि बाँचिरहेकै छन् । मीठो नमीठो धेरै थोरै खानेकुरा त सबैले पाइरहेकै छन् । एक निन्द्रा मस्तसँग सुतिरहेकै छन् । सन्तानको सुख पनि भोगि नै रहेका छन् । ती प्राणीहरूको जीवन र मानिसको जीवनमा यस आधारमा त कुनै फरक देखिएन । मानिस मानिस भएर बाँच्नुपर्दछ । त्यसको लागि जीवनका अत्यावश्यक वस्तुहरूको जगेर्नाले मात्र पुग्दैन । उसमा आध्यात्मिक ज्ञान र चिन्तनको जरूरत गर्दछ । त्यति मात्र होइन, मानिसले शीलको पालन, समाधिको अभ्यास र प्रज्ञाको विकास गरी जन्मजन्मान्तरका आस्रवलाई पनि धोई

पखाली भव-दुःख बन्धनबाट पनि मुक्ति पाउनु छ । यो काम मानिसले मात्र गर्न सक्दछ । जन्म-मरणको चक्रबाट उन्मुक्ति पाउनु छ । जन्म लिई मरण भई संसार-चक्रमा पिल्सिरहनु मानिसको लागि कुनै बहादुरीको काम होइन । यस चक्रबाट सदाको निमित्त उम्कनुमा नै बहादुरी छ । यस कुरालाई हृदयंगम गरी यस दिशातिर पाइला चाल्नु नै सच्चारूपमा मानिस भएर बाँच्नु हो । दुर्लभ मानिसको चोलालाई सार्थक पार्नु हो ।

यस परिप्रेक्ष्यमा मानव जीवनको महत्व र महिमा गाएर थाकिदैन । जान्नेको लागि मनुष्य जीवन रत्नसमान हो । नजान्नेको लागि यो कौडी बराबरको हो । मानिसको जीवन यसैले सर्वोत्तम हो कि यसै जीवनमा मानिसले जन्मको सार भेट्टाउन सक्दछ, र त्यस सारलाई ग्रहण गरेर निर्दिष्ट मार्गमा आरूढ भई उसले अमरत्व पनि प्राप्त गर्न सक्दछ । अन्य पशु पंछीहरूले यो सारलाई पाउन सक्दैन र अभ्यासमा लाग्ने कुरा त परै जाओस् । त्यसैले मानिस हुनाको मूल्यलाई दृष्टिगत गरी भगवान बुद्धले नरजन्म उत्तम हो र यसलाई सदुपयोग गरी प्रज्ञाको सम्बर्द्धन गर्नुपर्दछ । प्रज्ञाले नै मानिसलाई साँचो अर्थमा मानिस बनाइदिन्छ । मानिस मात्र होइन दैवत्वमा समेत पुऱ्याइदिन्छ, भन्नुभई 'पञ्चा नरात्र रत्नं' अर्थात् प्रज्ञा नै मानिसको रत्न हो भन्नुभएको छ । यस दृष्टिले पनि मानिसले पाशविक प्रवृत्तिलाई त्यागी उच्च आध्यात्मिक उन्नतिमा आफूलाई लगाउनुपर्दछ । प्रज्ञाको विकास नभए मानिसले 'साक्षात पशु पुच्छ विषाणहीन' भनिएभैं सिंग र पुच्छर नभएको पशु बराबरको जीवन व्यतीत गर्दछ । हीरालाई कीरा बनाउँछ । हात परेको हीरालाई अज्ञानताको कारणले वा पहिचान गर्न नसकेको कारणले कौडीसरि मिल्काइदिन्छ ।

कोठामा अन्धकार छ । अन्धकारमा केही पनि प्रष्ट देखिदैन ।

कोठामा भएका वस्तुहरू कुन आकारका हुन्, कुन रङ्गका हुन्, कहाँ छन्, कुन हालतमा छन् भन्ने कुरा थाहा पत्तै हुँदैन । छामछाम छुमछुम गर्नुपर्दछ । यसो गर्दा कहीं ठक्कर पनि लाग्न सक्दछ, वस्तु टुटफुट पनि हुन सक्दछ । आफूलाई पनि ठोकिएर कष्ट पुग्न सक्दछ । हानी नै हानी छ । तर उज्यालोमा यसको विपरित वस्तुहरू कस्ता, कहाँ र कुन हालतमा छन् प्रष्ट देखिन्छ, र आरामसाथ तिनको उपयोग वा उपभोग गर्न सकिन्छ । बाटोमा कुनै बाधा, अडचन, वा अडकाउ छ भने पनि पन्छाउन सकिन्छ, जीवन यात्रामा पाइला सुगमतापूर्वक चाल्न सकिन्छ, र निष्कण्टक भई जीवन यापन गर्न सकिन्छ ।

अविद्या (अज्ञानता) अन्धकार हो र प्रज्ञा उज्यालो हो । प्रज्ञारूपी उज्यालोमा मनको अविद्या (अज्ञानता) रूपी अन्धकार टिक्न सक्दैन । कुनाकापचामा लुक्न पुग्दछ । कोठा (मन) नै भ्रममल्ल हुन्छ । आफू कुन हालतमा छ र कहाँ के कति सुधारको आवश्यकता छ थाहा लाग्दछ । तिनलाई सुधारी जीवनलाई उन्नत र सार्थक बनाउन सकिन्छ । भएन त यो कल्याणको कुरा ! अतः हाम्रो कल्याण साधन प्रज्ञा नितान्त अनिवार्य एवं अपरिहार्य तत्व हो । यसको सम्बर्द्धन र संरक्षण हुनुपर्दछ । प्रज्ञा हाम्रो वास्तविक आँखा हो । बाहिरी छालाको आँखाले भौतिक वस्तुहरू र व्यक्तिहरूलाई देख्दछौं र चिन्दछौं । तर प्रज्ञारूपी आन्तरिक आँखाले वस्तु र व्यक्तिको वास्तविक स्वरूपलाई उदाङ्ग पार्दछ । हामीले जे देखिरहेका छौं र जसरी देखिरहेका छौं, त्यो वास्तवमा भ्रम मात्र रहेछ । यथार्थ कुरा त अर्कै रहेछ । यथार्थ कुरालाई दृष्टिगत गर्न छालाको आँखा होइन, प्रज्ञाको आँखा खोल्नुपर्दछ । प्रज्ञारूपी आँखा पाएर नै मानिस धन्य धन्य हुन्छ । मानिस मानिस भएर बाँच्न सकेको अनुभूति दिन्छ । व्यावहारिक जीवनमा पनि त मानिस उज्यालो नै चाहन्छ ।

अन्धकारमा बस्न उसले रूचाउँदैन । लोडशेडिङ हुँदा मानिस अब कहाँ जाऊँ र के गरूँमा रूमल्लिन्छ । ऊ किंकर्तव्यविमूढ हुन्छ । जमिनमा परेको माछोभैँ छटपटिन्छ । उज्यालोमा उसले प्रशन्नता र खुसी पाउँछ । उज्यालोमा उसले आफूलाई सक्रिय र जीवन्त भएको महसुस गर्दछ । कामधाम गर्नमा सुविधा, मनोरञ्जनको आस्वाद, भेटघाटको आनन्द, सिक्ने सिकाउनेको जोहो उसले पाएको हुन्छ । त्यसैले मानिस स्वभावतः उज्यालो नै मन पराउँछ, अन्धकार पटककै होइन । त्यसरी नै मानिसले मनको अन्धकारलाई पनि हटाउन मन पराउनुपर्दछ । त्यो कामको लागि अधि भनिएजस्तै यसै जीवनमा प्रज्ञारूपी प्रकाशको खोजी गर्नुपर्दछ र शिघ्र आध्यात्मिक उन्नतिको मार्गमा लम्कनुपर्दछ । यसरी हामी मानवबाट देवत्वमा र ब्रम्हत्वमा उदोन्नति पाउन सक्दछौँ । यति मात्र होइन, सर्वोच्च सुखको अवस्था 'निर्वाण'को समेत साक्षात्कार गर्न सक्दछौँ । योभन्दा उज्यालोको अवस्था अरू कुनै हुँदैन । यो उज्यालोको प्राप्ति नै अतुलनीय उपलब्धि हो । यसैमा मानिस हुनाको गर्व हुन्छ । यो गौरव पाएर मानिस गौरवान्वित हुनुपर्दछ र सतत उज्यालो क्षितिजतिर बढनुपर्दछ ।

तर विडम्बना यही छ कि मानिस आफ्नो मार्ग र गन्तव्यदेखि विमुख छ, नजानेर, नबुझेर अनि यस दिशामा सोच र चिन्तन गर्नेमा प्रवृत्त नभएर । मानिस जीवनमा आमोद प्रमोद चाहन्छ, खुसी र हाँसो चाहन्छ अनि राम्रो हेर्न, प्रशंसा सुन्न, सुगन्ध पाउन, मीठो स्वाद चाख्न, सुखद् स्पर्श पाउन लालयित रहन्छ । जीवनभरि यस्तैमा त भुल्छन् नि मानिसहरू ! यसबाहेक अरू कुरा प्रायःलाई सुभेकै हुँदैन । बाहिरी उज्यालोमा मग्न मस्त रहन्छ । बाहिरी अस्थायी सुखानन्दमा चुर्लुम्म डुबेको हुन्छ । स्थायी र नित्य सुख पनि छ, त्यो सुख के हो र कसरी

पाइन्छ भन्ने ज्ञान नै छैन विचरा मानिसमा । कोही त ज्ञान भए पनि दुनियाँदारीमा नै मस्त र व्यस्त रहन्छन् । आफ्नो कमजोरी लुकाउँछ र अर्काको भूल र कमजोरीमा हाँसो गर्दछ, अफ अट्टाहास गर्दछ । 'मै हुँ' भन्ने दर्प पाल्दछ । प्रमादमा भुल्दछ । भित्री प्रकाशको खोजमा लाग्दैन र लाग्न चाहँदैन पनि । आफैँले थाहा पाएन भैगो, कसैले मैत्री राखी भनिदिदा पनि मन्टो बटाउँछ । समस्या यहीँनिर छ । कोही त खोजी खोजी गवेषणा गर्दछन् । धाउँछन् । 'जो धावे, सो पावे' भनिएभैँ परिश्रमी उद्योगीले मात्र चाहिने कुरा प्राप्त गर्दछन् । मूल कुरा प्रमाद-निन्द्राबाट बिउँभनुपरेको छ । यसै कुरालाई लिएर भगवान बुद्धले एक ठाउँमा भन्नुभएको छ –

**'कोनु हासो किमानन्दो, निच्चं पज्जलितो सति,
अन्धकारेण ओनद्धा, पदीपं न गवेसथ ।'**

यसको अर्थ हो – तिमीहरू के कुरालाई लिएर हाँसिरहेका छौ ? के कुरामा आनन्द लिइरहेका छौ ? तिमीहरूलाई पत्तै छैन, तिमीहरूलाई अन्धकारले छोपिराखेको छ तर पनि तिमीहरू प्रकाशको खोजी किन गर्दैनौ ? प्रज्ञाको प्रकाश प्राप्त गरिसकेकाले त्यस्ता सुखानन्दमा रस लिदैनन् ।

हामीलाई मानव जीवनजस्तो उच्च र गरिमामय जीवन प्राप्त भएको छ । यसलाई सुन्दर र सुखी बनाउन सबै चाहन्छन् । तर भौतिक सुख साधनको घेराभित्र मात्र आफूलाई नजरबन्द पारिराखेको छ । आध्यात्मिक सुख पनि छ र यो सुख भौतिक सुखभन्दा निकै उच्चकोटीको छ । यसलाई पाएपछि अहिले सुख भनी काखीच्यापिरहेको सुख खल्लो प्रतीत हुन्छ भन्ने ज्ञान मानिसमा छैन । यो ज्ञान नहुनाले भौतिक

सुखको प्राप्ति नै सबै कुराको प्राप्ति हो भनी दिनरात घम्साघम्सी गरिरहेको छ। यहीं छोडेर जानुपर्ने प्रिय भौतिक वस्तुहरू, चल अचल धन-सम्पति र प्रिय व्यक्तिहरूमा महमा भिङ्गा टाँसिएभैं आसक्त भइरहेको छ। आफूसितै लिएर जान सकिने लोकुत्तर सम्पतिको जगेर्ना गर्नमा अभिरूचि नै जगाउँदैन। यसरी त अन्धकार कसरी नास होला, कसरी उज्यालोतिरको यात्रा अधि बढला ?

मानिस चार प्रकारका हुन्छन् भनी भगवान बुद्ध भन्नुहुन्छ –

- १) अन्धकारबाट उज्यालोमा जाने,
- २) अन्धकारबाट अन्धकारमा नै जाने,
- ३) उज्यालोबाट अन्धकारमा जाने र
- ४) उज्यालोबाट उज्यालोमा नै जाने ।

तल बुँदागतरूपमा संक्षिप्तमा भए पनि यसबारे स्पष्ट पार्ने उद्देश्यले व्याख्या गरिएको छ।

अन्धकारबाट उज्यालोमा जाने

मानिस आफ्नै कर्मको पुतला हो। कर्मानुसार नै उसले भव पाएको हुन्छ। त्यस भवमा रहुञ्जेल सुख-दुःख, निन्दा-प्रशंसा, लाभ-हानी र यश-अपयश पाएर मानिसले कालक्षेपण गरिरहेको हुन्छ। कुनै मानिस निर्धन कुलमा जन्मेको छ। अहिले उसको वर्तमान जीवन दुःखमय छ। अभावग्रस्त छ। ओंठमा 'उफ्' को सुस्केरा छ, आँखामा आँसु टल्पलाएको छ, मनमा हीनताबोध र उच्छ्वास छ। यो उसको पूर्वकर्मको फल हो। उसले चाहेर पनि आफू जन्मेको निर्धन कुललाई विना परिश्रम धनाध्य कुलमा परिणत गर्न सक्दैन।

व्यक्तिको वर्तमान जीवन पूर्वजन्ममा गरिएका अकुशल कर्मको

कारणले अहिले दुःख छ, अवश्य हो। अहिले ऊ अन्धकारमा छ तर वर्तमान त आफ्नो हातमा हुन्छ। यसलाई पूर्ण सदुपयोग गर्नुपर्दछ। आफ्नो शरीरलाई, वचनलाई र मनलाई कुशल कर्ममा लगाउन सकिन्छ। पञ्चशीलको पालन, ध्यान साधनाको अभ्यास र मनको निर्मलीकरण गर्ने कार्यमा संलग्न हुन सकिन्छ। शुद्ध चित्तले आफ्नो गच्छेअनुसार दान दिन सकिन्छ। मैत्री र करुणाको भावना गर्न सकिन्छ। मनमा ईर्ष्या, द्वेष, मद र मात्सर्यलाई प्रवेश गर्नबाट निषेध गर्न सकिन्छ। पहिलेदेखि नै छुन् भने पनि निष्काशन गर्न प्रयत्न गर्न सकिन्छ। परोपकारका कार्यहरूमा संलग्न हुन सकिन्छ। समता-धर्मको पालना गर्न सकिन्छ। यसरी उसले आफूलाई यस अन्धकारबाट निकाल्न सक्दछ र भावी जीवनको लागि सुखका आवश्यक सर्जाम जुटाउन सक्दछ। भनाइको तात्पर्य उसले अहिले पुण्यको संचय गरी पुराना खराब कर्मलाई सुधार्न सक्दछ र भविष्यको सुखद् जीवनको लागि सामल जुटाउन केही न केही त गर्न सक्दछ। यसरी अहिले ऊ अन्धकारमा भए तापनि पछि उज्यालोतिर पाइला चाल्न सक्दछ।

यस सम्बन्धमा एउटा बुद्धकालीन घटना स्मरण गर्न सकिन्छ। एउटा निर्धन व्यक्ति थियो। निर्धन पनि यति कि उसको छाप्रोमा धन सम्पतिको नाममा केही पनि थिएन। बिहान कमाएर बेलुकी खानुपर्थ्यो। उसको पत्नीले पनि मजदूरी गर्थिन् तर पनि गर्ज टार्न धौ धौ पर्थ्यो। दुवै जनाको ओड्ने चादर एउटा मात्र थियो। लोग्नेचाहींले आडे स्वास्नीचाहींलाई हुँदैनथ्यो। स्वस्नीचाहींले आडे लोग्नेचाहींलाई हुँदैनथ्यो। दुवैजनाले पालैपालो ओड्ने बाहिरफेर गर्दथे।

एकदिन त्यो गरिब त्यही चादर ओडेर कहीं गइरहेको थियो। हिँड्दाहिँड्दै ऊ एकठाउँ आइपुग्यो। त्यहाँ एउटा खुल्ला चौरजस्तो

ठाउँमा भगवान बुद्धले उपदेश गरिरहनुभएको थियो । त्यहाँ धेरै मानिसहरूको जमघट थियो । सबै तन्मयताकासाथ उपदेश सुनिरहेका थिए । त्यो मान्छे पनि त्यहाँ टक्क अडेर कथा सुन्न थाल्यो । साँढे घत लागेछ । भगवानले उपदेशमा भन्दै हुनुहुन्थ्यो – “तृष्णा नै दुःखको स्रोत हो । ‘म’ ‘मेरो’ भन्नु केही छैन । ‘मेरो’ ‘मेरो’ भन्दै मानिसहरू नजानिदो पाराले आफैँ विनासमा पुग्दछन् । तृष्णाले नै दुःखको उत्पत्ति गर्दछ । यसलाई सिंगान मिल्काएभै मिल्काउनुपर्दछ ।” यो उपदेशले यसको दिलो दिमागमा उथल पुथल मच्चायो । तृष्णाको त्याग नै सुखको आधार हो, दुःखको निराकरण हो भन्ने कुरा उसले बुझ्यो । ऊसँग अन्य केही कुरा साथमा थिएन । मैलो र फाटेको चादर काँधमा भिरिराखेका थिए । त्यो सिवाय अन्य वस्तु केही पनि साथमा थिएन । ऊ जुरूकक उठ्यो । भगवानसामु गयो र काधको चादर थपकक हातमा लियो र भगवानलाई श्रद्धापूर्वक चढायो । भगवानलाई वन्दना गर्‍यो अनि भीडबाट बाहिर आई चिच्याउन थाल्यो – “मैले जितें, मैले जितें ।” त्यसवेला प्रसेनजीत राजा पनि चादर दानको लागि त्यहाँ आउँदै थियो । त्यो मान्छे यसरी चिच्याउँदै आइरहेको देखेर राजाले यसले के गर्‍यो र जितें भनेर करायो भन्ने सोची राजाले उसलाई किन यसरी चिच्याएको भनी सोध्यो । मैले आफूलाई जितें, मेरो तृष्णालाई जितें भनी चिच्याएको हुँ भनी जवाफ दियो । उसको त्यागलाई सराहना गर्दै आफूले ल्याएको चादरहरूमध्ये दुइवटा चादर उसलाई दिँदै राजाले भन्यो – “स्यावास, तिमीले राम्रो काम गर्‍यो । यो चादर तिमीलाई नै राख ।”

त्यो मान्छेले ती दुई चादरलाई पनि भगवानलाई नै चढायो । राजाले चारवटा चादर दियो, त्यसलाई पनि भगवानलाई नै चढायो । यसरी उसले तृष्णामाथि विजय प्राप्त गर्‍यो । ऊ वर्तमानमा अभावै

अभावमा छ, अन्धकारमा छ तर कुशल कर्मको संचय गर्दैछ र भावी जीवन प्रकाशमय बनाउँदै छ । यसैलाई ‘अन्धकारबाट उज्यालोमा जाने’ भनिन्छ ।

अन्धकारबाट अन्धकारमा नै जाने

पूर्वजन्मको कर्मफलको कारणले ऊ अहिले अभावमा छ । उसको जीवनमा खडेरी परेको छ । ऊ अन्धकारमा परेको छ । तर वर्तमानमा पनि त्यस्तै अकुशल कर्ममा उद्यत छ । कर्म सपार्नमा उसको प्रयास नै भएको छैन । उल्टो उसले थप अकुशल कर्महरूको विकार थपेको छ । अहिले सुख कसरी प्राप्त गर्ने भन्ने ध्याउन्न मात्र उसको छ र त्यो सुख प्राप्त गर्न उसले जे पायो त्यो काम गर्दछ । अकुशल कर्मको संचय गर्दछ । फेरि कर्म विपाक (फल) मा उसले विश्वास गर्दैन । ऊ नीति नियम उलङ्घन गर्दछ । अनैतिकतातिर उसको मन भुकेको छ । धर्म गर्ने, पुण्य गर्ने, दान दिने, उपकार गर्नेजस्ता कर्मको सम्पादन भएको छैन भने उसको अर्को जीवन पनि यस्तै अन्धकारमय हुनेछ । उसले जसरी भए पनि वर्तमानमा सुखमात्रै खोजिहिँडेको छ । यसको विपाकको रूपमा भविष्यमा दुःखको भागिदार हुनुपर्दछ भन्ने विषयमा ऊ बेखबर छ । अहिले पनि अन्धकारमा रूमल्लिरहेको छ र पछि पनि अन्धकार (दुःख) सिवाय प्रकाश (सुख) पाउने कुनै आधार पाएको हुँदैन ।

यस सम्बन्धमा बुद्धकालीन एक घटना प्रस्तुत छ । देवदत्त नाउँको एक व्यक्ति थियो । उनी बुद्धका भतिजा थिए । राजकुलमा जन्मेको भए तापनि उनले भगवानको सिको गर्दै प्रब्रज्या लिए । दुःख-मुक्तिको अवस्था प्राप्त गर्ने त्यो सुवर्ण अवसर थियो उनको लागि । तर ‘उज्यालो क्षितिजतिर’

प्रवन्त्या जीवन उनले ठीकसित बिताएनन् । उनी भगवानको ईर्ष्या गर्दथे । ईर्ष्या गरेको मात्र नभई खेदो पनि खन्थे । संघ भेद पनि गरे । अझ त भगवानको प्राण हरण गर्ने समेतको दुस्साहस गरे । उनको प्रवर्जित जीवन उनको लागि अभिषाप बने । आफ्नो मनोरथ पूर्ण उनले के मात्र गरेनन् । पञ्च महापाप समेत गरे । पञ्च महापापमा पाँच प्रकारका पापकर्महरू पर्दछन् । १) पिताको हत्या, २) माताको हत्या, ३) आचार्यको हत्या, ४) बुद्धको शरीरबाट रगत निष्कासन र ५) संघको भेद । यी पाँच प्रकारका महापापहरूमा देवदत्तले दुई प्रकारका महापाप गर्न भ्याए । आफ्नो वरत्र र परत्र दुवै बिगारे । उसले वर्तमान जीवन पनि सुखसाथ बिताउन सकेनन् र भविष्य जीवन पनि भताभुङ्ग पारे । उनले अन्तिम समयमा चाहेर पनि बुद्धको दर्शन गर्न पाएनन् । उनले अवीचि नरकमा प्रस्थान गर्नुपर्थ्यो । उनको वर्तमान जीवन पनि अन्धकारमा बित्यो, भावी जीवन पनि अन्धकारमा गयो । उनको जीवन अन्धकारमा थियो अन्धकारमा नै गयो । यसैलाई ‘अन्धकारबाट अन्धकारमा जाने’ भनिन्छ ।

उज्यालोबाट अन्धकारमा जाने

अहिले वर्तमानमा ऊ उज्यालोमा छ । जीवनमा सुखैसुख छ, जताततै फलिफाप छ र सुख सुविधाका साधनहरूले घेरिएको छ । दुःख कुन चरोको नाउँ हो, उसलाई थाहा नै छैन । जहाँ पनि उसको विजय भइरहेको छ । पराजयको सामना गरिरहनुपरेको छैन । उसलाई जे गरे पनि भइरहेको छ । उसको वरिपरि सेवक सेविकाहरूको उपस्थिति छ । खाने, पिउने, लगाउने, बस्ने इत्यादिको धन्दा नै छैन । ऊ सुखमा चुर्लुम्म डुबेको छ । यसलाई उज्यालोमा रहेको भनिन्छ । तर उसले

भावी जीवनको लागि केही पनि जोहो गरेको छैन । पुरानो कर्मको फल मात्र भोगिरहेको छ । पूर्वजन्ममा गरेका पुण्यको फल आज पाइरहेको छ । त्यस्तै वर्तमानमा गरेको पुण्यको फल भविष्यको जीवनमा पनि यसरी नै फलिफाप हुन्छ, भविष्यमा पनि यस्तै सुख भोग गर्न पाइन्छ भन्ने सोच उसमा जागृत भएको छैन । ऊ अहिले उज्यालोमा छ तर अहिले कुनै पुण्यकर्म नगरेको कारणले यस जीवनपछि ऊ अन्धकारमा जानेछ । उसको भावी जीवन दुःखमय हुनेछ ।

यस सम्बन्धमा बुद्धकालीन एक घटना प्रस्तुत छ । एकजना व्यक्ति थियो – मृगार सेंठ । मिथ्यादृष्टिको शिकार । तिर्थकरहरूको अनन्य भक्त । सम्यक शिक्षाको विपक्षी । ऊ धनाढ्य अवश्य थियो तर धनलाई सदुपयोग गर्न नजान्ने, कृपणी र धनको राशमा गुडुल्किरहेको नाग थियो ऊ । दान के हो र किन दिनुपर्दछ भन्नेबारेमा पूर्ण अनभिज्ञ स्वाँठ थियो ऊ । पुरानो पुण्य कर्मको फल भोगिरहेको थियो उसले । नयाँ पुण्य कर्म पनि सम्पादन गर्नुपर्दछ भन्ने हेक्काले शून्य थियो उनमा ।

एकदिन उसले चौरासी व्यञ्जनले युक्त खाना खाइरहेका थिए । उनकी सुशिला बुहारी विशाखाले सँगै बसेर झल्लरले हम्किरहेकी थिइन् । सेंठ खाना खानमा तल्लीन थियो । उनलाई कुनै कुराको पनि खबर थिएन । त्यसैवेला त्यहाँ ढोकाको संघारमा एकजना भिक्षु भिक्षाको लागि उभिन आइपुग्यो । सेंठले देखे पनि नदेखेभैं गयो । विशाखा भिक्षुलाई दान दिनुपर्दछ भन्ने सम्यकदृष्टि धारण गरेकी नारी थिइन् । तिनी सम्यक आचरणयुक्त संस्कारमा संस्कारित थिइन् । आफ्ना ससुराले भिक्षुलाई राम्ररी देखेन् भनी अलि पर सरेर बसिन् । केहीबेर भिक्षु त्यहीं उभिरह्यो । तर सेंठले भिक्षुलाई नजरअन्दाज गरे । अनि विशाखाले

भिक्षुलाई सम्बोधन गर्दै भनिन् – “भन्ते, मेरी ससुराले बासी खाना खाँदैहुनुहुन्छ। तपाईं आजलाई जानुहोस्।” भिक्षु हिंडे। बुहारीको त्यो कुरा सुनेर सेंठ रिसले चूर भए। विशाखाकी पिता धनञ्जय सेंठले विशाखासितै विवाहमा पठाइदिएका आठ कुतुम्बीहरूलाई मृगार सेंठले पुर्पुक्षको लागि बोलाए। मृगार सेंठले भने – “हेर्नुहोस् तपाईंहरूको चेलीको ताल, मैले बासी खाना खाएँ रे, के म बासी खाना खानुपर्ने मानिस हुँ ? चौरासी व्यञ्जनले युक्त खानालाई बासी खाना भन्न सक्ने आँट तिनमा कहाँबाट आयो ? लौ, तपाईंहरू नै भन्नुहोस्, तपाईंहरूको चेलीलाई बुहारीको रूपमा यहाँ राखिराख्न मनासिव छ त ? म त राख्न सक्दिन। लैजानुहोस्, तपाईंहरूको चेली।” यो कुरा सुनेर ती आठजना कुतुम्बीहरूले विशाखालाई सोधे – “नानी, के यो सत्य हो ? तिमिले त्यसो भनेका हो ? हो भने किन त्यसो भन्यौ ?” विशाखाले भनिन् – “हो, मैले त्यस्तै भनेको हुँ। खाना नयाँ र ताजा भए पनि कमाइ त पुरानो कर्मको हो। भोजन दान नदिनु भई उहाँले नयाँ पुण्य संचय गर्नुभएन। अहिले खाइरहेको त पुरानो बासी खाना न हो ! भोजन दान नदिई आफू मात्र कुपुकुपु खाइरहेकोलाई बासी खाइरहेको भन्दा के बित्यो र !” यो स्पष्टोक्ति सुनेर ती आठ कुतुम्बीहरूले पनि विशाखाकै पक्षमा मत व्यक्त गरे र विशाखा निर्दोष भएको कुराको पुष्टि गरे। यसकुरामा मृगार सेंठ हक्क न बक्क भए। उनीहरूका कुरालाई सेंठले मान्नेपत्थो। यस घटनाबाट पनि यो कुरा सुस्पष्ट हुन्छ कि अहिले उज्यालोमा भए पनि त्यसै उज्यालोको सहायताले पछि पनि उज्यालोतिरै अगाडि बढ्नुपर्दछ। त्यस सेंठले वर्तमानमा उज्यालोमा रहे पनि पछिको लागि उज्यालोको प्रवन्ध गर्न सकेन। बरू अन्धकारतिरै पाइला सारे। यसैलाई ‘उज्यालोबाट अन्धकारमा जाने’ भनिन्छ। त्यसपछिको

घटनाक्रम सुधारतिर बढे। पछि बुहारी विशाखाकै शुद्धिबुद्धिको कारणले सेंठले मिथ्यादृष्टि त्यागी उज्यालोको दिशामा पाइला चाल्न सफल भए। सेंठ खाडलमा खस्दाखस्दै बचे। यसमा सेंठ साधुवादका पात्र हुन सफल पनि भए।

उज्यालोबाट उज्यालोमा नै जाने

पूर्व जन्महरूमा उसले गरेका कुशल कर्मको कारणले अहिले ऊ वर्तमानमा सुखपूर्वक जीवन निर्वाह गरिरहेको छ। उसलाई दुःख (अन्धकार) के हो थाहा नै छैन। सुख-ऐश्वर्य, धन-जन, मान-मर्यादा, पद-प्रतिष्ठा सबै उसँग छ। कुनै कुराको लागि पनि अरूको अगाडि हात पसारन परेको छैन। अब कसो गर्ने, के गर्ने, भरे के गर्ने होला, भोलि के गर्ने होला भन्ने पीर उसलाई पटककै छैन। उसलाई सबैथोक पुगिरहेको छ। यसलाई उज्यालोमा रहेको भनिन्छ। उसले अहिले वर्तमानमा पनि कुशल कर्म सम्पादन गर्दछ। दान धर्म गर्दछ, परोपकारको कार्यमा संलग्न छ। आफ्नो धनको सदुपयोग गर्दछ। आफ्नो समयको सदुपयोग गर्दछ। यसरी उसले भावी जन्मको लागि पनि उज्यालोको जोहो गर्दछ। अहिले पनि अन्धकार छैन उसको जीवनमा र पछि पनि अन्धकार हुँदैन उसको जीवनमा।

यसै सम्बन्धमा बुद्धकालीन एक घटना प्रस्तुत छ। अनाथपिण्डक भन्ने एक महाजन थियो। ऊ सम्यकदृष्टि भएको व्यक्ति थियो। दान, धर्म र कर्म गर्ने पक्षमा उसले आफ्नो तन, मन र धन समर्पित गरेको थियो। ऊ विहारमा जाँदा केही न केही हातमा अवश्य लिएर जानेगर्थो। बुद्ध, धर्म र संघप्रति उनको अतिसय श्रद्धा थियो। बुद्ध वचनलाई उसले अक्षरस शिरोधार्य गर्दथे। पछि कर्म विपाकको प्रभावानुसार उसको

आफ्नो व्यवसायमा ह्रासोन्नति भयो । अभावमा जिउन ऊ वाध्य भयो । तर पनि उसको श्रद्धामा कमी आएन । मनमा श्रद्धा त्यतिकै अंकुरित थियो, त्यो मुर्झाएको थिएन । न त मनमा खिन्नता नै थियो । आफूसित केही पनि नहुँदा पनि विहार जान छोडेको थिएन । बुद्धका उपदेश सुन्नामा आलस्यता आउन दिएको थिएन । कहिल्यै हात खाली गरी विहार नजाने उनले अब जाँदा हातमा दुई मुठ्ठी मलिलो माटो लिई जान्थ्यो र विहार पस्ने द्वार नजिकैको आनन्द वृक्षमुनि त्यो माटो राखिदिन्थ्यो यो कामनाका साथ कि यो वृक्ष फलोस् फुलोस् र यस वृक्षमुनि ध्यान गर्ने भिक्षुहरू छिट्टै ध्यानलाभी होस् । यति मैत्री थियो उनको मनमा ।

अनाथपिण्डक महाजन वर्तमानमा पनि उज्यालोमा थियो पछिको लागि पनि उज्यालोको प्रवन्ध उनले गरेका थिए । यसैलाई **‘उज्यालोबाट उज्यालोमा नै जाने’** भनिन्छ ।

हामी कुन प्रकारको जीवन बाँचिरहेका छौं र कुन प्रकारको जीवनमा प्रवेश पाउन काम गरिरहेका छौं भन्ने कुरा हामी आफैले माथिको कुरासँग मिलाएर बुझ्नुपर्दछ । हामी ‘अन्धकारबाट उज्यालोमा जाने र उज्यालोबाट उज्यालोमा नै जाने’ मानिसमा दरिनुपर्दछ । अहिले अन्धकारमा भए पनि उज्यालोमा जाने र अहिले उज्यालोमा भए ठीकै छ र पछि पनि उज्यालोमै जाने काम हामीले गर्नुपर्दछ । अहिले अन्धकारमा छ तर पछि पनि अन्धकारमा नै जाने काम हामीबाट हुनुहुँदैन । पछि अन्धकारमा जाने कि उज्यालोमा जाने भन्ने कुरा हाम्रै हातमा हुन्छ । हाम्रै कर्म (चेतनायुक्त काम) मा निर्भर गर्दछ । त्यो काम गर्ने स्वयं हामी नै हौं । आफ्नो काम गतिलो भए सुखको कारण र अगतिलो भए दुःखको कारणको निर्माण हुन्छ । व्यक्ति स्वयं आफ्नो

भाग्य निर्माता हो । ऊ स्वयंले आफ्नो स्वर्ग वा नरकको सिर्जना गर्दछ । अन्य कसैले होइन ।

अब उज्यालोतिर पाइला चाल्नेबारे केही माथि उल्लेख भइसकेको भए तापनि केही कुराहरू स्मरणयोग्य होस् भन्ने हेतुले केही बुँदागतहरू प्रस्तुत गरिन्छ ।

- १) मानिसको जीवन अमूल्य र महत्वपूर्ण छ, भन्ने कुरा जान्न जरूरी छ ।
- २) सके बाल्यकालदेखि परियति शिक्षाको ज्ञान दिइनु जरूरी छ । ठूलै भएपछि पनि हामीले परियतिको ज्ञान लिनुपर्दछ ।
- ३) सद्धर्म के हो भन्नेबारे बुझ्नुपर्दछ र त्यसमा श्रद्धा जगाउनुपर्दछ ।
- ४) सद्धर्मलाई अपनाउनुपर्दछ ।
- ५) मिथ्यादृष्टि त्यागनुपर्दछ । सम्यकदृष्टि धारण गर्नुपर्दछ ।
- ६) ध्यानाभ्यासमा केही समयको लगानी गर्नुपर्दछ ।
- ७) श्रद्धा उब्जाई गच्छेअनुसार दान दिनमा चित्त लगाउनुपर्दछ ।
- ८) मनमा करुणा भाव र सेवा भाव वृद्धि हुन दिनुपर्दछ ।
- ९) सबैसँग मैत्रीभावले व्यवहार गर्नुपर्दछ ।
- १०) ईमान्दारितापूर्वक परिश्रम गरी धनार्जन गर्नुपर्दछ ।
- ११) मितव्ययिता अपनाउनुपर्दछ ।
- १२) रक्सी, जाँड, भाड, धतुरो, हेरोइन, कोकिनजस्ता मादक पदार्थको सेवन नगर्नुपर्दछ ।
- १३) जुवा, तास र अन्य च्याँखे थापी खेल्ने खेल नखेल्नुपर्दछ ।
- १४) आध्यात्मिक उन्नति हुने कार्य वा कार्यक्रममा सहभागी हुनुपर्दछ ।
- १५) नैतिक उन्नति हुने र सद्धर्मका पुस्तकहरू पढ्नमा अभिरूचि लिनुपर्दछ ।

- १६) सादा जीवन जिउनुपर्दछ। तडकभडकको जीवन सदाचारीको लागि सुहाउँदैन।
- १७) आफूभन्दा जान्ने सुन्नेको संगत गर्नुपर्दछ।
- १८) अज्ञानी मूर्खहरूको संगत छोड्नुपर्दछ।
- १९) क्रोध, ईर्ष्या, अभिमानजस्ता दुश्मनहरूलाई टाढै राख्नुपर्दछ।
- २०) आफूले गरेको गुणलाई नभई अरूले गरेको गुणलाई सम्झिराख्नुपर्दछ।
- २१) नारी भए पुरुषवर्गलाई दाई भाई र पुरुष भए नारीवर्गलाई दिदी बहिनी सम्झनुपर्दछ।
- २२) सबै प्राणीहरूउपर दयाभाव राख्नुपर्दछ र हत्या हिंसाबाट जोगिनुपर्दछ।
- २३) अरूले नदिइकन कुनै पनि वस्तु लिनुहुँदैन।
- २४) भूठ बोल्ने, चुगली गर्ने, कर्कश वचन बोल्ने र फजुल कुरा गर्ने गर्नुहुँदैन।
- २५) मृदुभाषी बन्नुपर्दछ। तीतो सत्यलाई पनि नरमसाथ प्रियलाग्ने गरी बोल्नुपर्दछ।
- २६) असल कार्यमा लगनशील हुनुपर्दछ। खराब कार्य गर्नबाट अन्तै ध्यान मोड्नुपर्दछ।
- २७) चित्तलाई सम्यक आलम्बनमा एकाग्र पार्ने प्रयास गर्नुपर्दछ।
- २८) खराब मनोवृत्ति जागेमा पनि कार्यान्वयन हुन दिनुहुँदैन।
- २९) चित्तको चेतनाबाटै कर्मसंस्कार बन्छ। त्यसैले चित्त शुद्ध पार्नुपर्दछ।
इत्यादि

यी कुराहरूको सही उपयोगद्वारा हामी अन्धकारको कालो बाक्लो पर्दा च्याती भलमल्ल उज्यालोमा पदार्पण गर्न सक्दछौं र

उज्यालो क्षितिजतिर बढ्न सक्दछौं। अर्को कुरा हामीले हाम्रो गन्तव्य के हो भन्ने कुरा पनि राम्ररी बुझ्नुपर्दछ। जीवन दुःखमय छ। हाम्रो पाइला पाइलामा दुःखले बाटो ढुकेर वसिरहेको हुन्छ। हामीले सुख भन्दैआएको र पछ्याउँदैआएको सुख वास्तवमा सुख नै होइन। सुखाभास मात्र हो। भगवान बुद्ध भन्नुहुन्छ – “दुःख नै सत्य हो, सुख होइन।” त्यसैले दुःख-मुक्ति नै हाम्रो लक्ष्य हो, हाम्रो गन्तव्यको प्राप्ति हो। यसलाई ‘निर्वाण’ भनिएको छ। सम्पूर्ण आसक्तिको क्षय हुनु नै निर्वाणको प्राप्ति हो। जहाँसम्म आसक्ति हुन्छ, त्यहाँसम्म दुःख विद्यमान रहन्छ र निर्वाण सम्भव हुँदैन। अतः आसक्तिको निरोध नै दुःखको निरोध हो। उज्यालो क्षितिजतिरको यात्रा यसैको लागि हो। हामी सबैको समस्या दुःख हो भने त्यसको समाधान दुःखको निरोध अर्थात् निर्वाण हो। अतः हामी सबै यसैका लागि उज्यालो क्षितिजतिरको यात्रा चलाऔं र त्यसमा सहभागी भई त्यस निरोधावस्थालाई प्राप्त गरौं, सम्पूर्ण दुःखको अन्त्य गरौं र सच्चा सुखको अधिकारी बनौं।
अस्तु !

२०६५/०९/२७

भवतु सब्व मंगलं।



धर्म र संस्कृतिमा भेद

१) धर्म के हो ?

आज मानिसहरू धर्म र संस्कृतिबीचको भेदलाई बुझ्दैनन् । धर्मलाई नबुझ्दा धर्ममा सम्प्रदायिक गन्ध छर्छन् । फलस्वरूप धर्म धर्म नै नरहिकन साम्प्रदायिक मान्यतामा सीमित भइदिएको हुन्छ । धर्मलाई शुद्धरूपमा धर्म नरहन दिई धर्मको अगाडि एउटा उपसर्ग थपि विटुलो बनाइदिएका हुन्छन् । त्यसैले त धर्मको नाममा अनेक प्रकारका धर्महरूले अस्तित्व जमाइरहेका छन् जस्तै हिन्दूधर्म, बौद्धधर्म,, इसाईधर्म मुस्लिमधर्म इत्यादि । सही धर्म के हो भन्ने कुरालाई नजरअन्दाज गरी धर्मको प्रतिच्छायाको रूपमा मानिसद्वारा प्रतिस्थापना गरिएको संस्कृतिलाई नै धर्म भनी अंगालिरहेका छन् ।

संस्कृति, धर्मलाई आत्मसात गर्न र प्रेरित हुन मानिसले आफ्नो जाति, सम्प्रदाय र परिवेशलाई मिल्नेगरी अपनाउँदैआएका चलन, मान्यता र समसामयिक एवं व्यावहारिक क्रियाकलाप र आफूलाई अन्य समूह र सम्प्रदायका मानिसहरू समक्ष चिनाउँदैआएका सामाजिक एवं साँस्कृतिक गतिविधि हुन्, आफै धर्म होइन । यस कुरालाई नबुझ्दा वा बुझ्न नखोज्दा धर्म र संस्कृतिमा भेद के हो भन्ने बुझ्न सकिरहेका छैनन् । साँस्कृतिक गतिविधिलाई नै धार्मिक अनुष्ठानको रूपमा लिइरहेका छन् । यसैलाई धर्म सम्भरहेका छन् । यही नै विडम्बना हो । यसो हुनुको पछाडि धर्म वास्तवमा के हो भन्ने कुराको यथार्थ जानकारी

मानिसमा छैन । कोही हिन्दूधर्मलाई नै यही मात्र धर्म हो, अन्य होइन भनी मानिरहेका छन् । कोही बौद्धधर्म मात्र धर्म हो भनी भनिरहेका छन् । कोही इस्लामधर्मलाई त कोही मुस्लिमधर्मलाई मात्र धर्मको संज्ञा दिइरहेका छन् । यी सबै नै साम्प्रदायिक धर्म हुन् । गुदी निकालेको कोया समान हो । धर्मलाई धर्म मात्र रहन दिइनुपर्दछ । जब यसको अधिलि र हिन्दू, बौद्ध, इसाई वा मुस्लिम भन्नेजस्ता विशेषण लाग्दछ, धर्म विशुद्धरूपमा धर्म नभई विटुलो भइदिन्छ । धर्मको सारतत्व बाहिरिएको हुन्छ र साम्प्रदायिक भइदिन्छ । अतः धर्म वास्तवमा के हो भन्ने कुरा बुझ्न र त्यसलाई हृदयंगम गरी अपनाउन जरूरी छ ।

धर्म त विशुद्ध हुन्छ । किनभने धर्मको सम्प्रदायसँग कुनै लेनदेन हुँदैन । जुनसुकै सम्प्रदायका मानिसहरूको कल्याणको लागि पनि समानरूपले धर्मले काम गर्दछ । धर्म पहिले पहिले पनि कल्याणकारी थियो, अहिले पनि कल्याणकारी छ र भविष्यमा पनि त्यतिकै कल्याणकारी हुनेछ । धर्म जुनसुकै ठाउँमा पनि जुनसुकै देशमा पनि त्यतिकै मंगलकारी हुन्छ । सबैको लागि, सबै ठाउँमा र सबै कालमा धर्मले निष्पक्षरूपमा प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । यस्तो कल्याणकारी धर्मलाई साम्प्रदायिक गन्धसहित तेरो मेरो भनी पोल्टोमा बाँध्ने दुष्प्रयास गर्नु कुनै पनि अर्थमा जायज हुँदैन । नासमभी हुनजान्छ । दुःख-मुक्तिको चाहना गर्दागर्दै दुःख-वन्धनलाई कसिरहेका हुन्छौं । यसरी त धर्मको दुरूपयोग गरिरहेका हुन्छौं । अमूल्य हीरालाई पनि कीराभैँ मिल्काइरहेका हुन्छौं । भाग्यमानी भएर पनि अभागी बनिरहेका हुन्छौं ।

तर संस्कृति कृत्रिम हुन्छ । यसलाई मानिसद्वारा आफ्नो जीवनलाई मनोरंजनपूर्ण, सभ्यताको परिचायक र आफूलाई सुसंस्कृत बनाउने प्रयोजनको लागि बनाइएको हुन्छ । जीवन छउन्जेल आफ्नो

परिवेशमा रही अरूलाई चिनाउने कामका लागि मात्र उपयोग गरिएको हुन्छ। तर धर्म यो जीवनको लागि मात्र नभई पछिका जीवनहरूको सुधारार्थ वा भनी उत्सर्गको लागि पनि आवश्यक हुन्छ। संस्कृति जीवन छउन्जेल आफू, आफ्नो जाति, आफ्नो समाजको परिचय र आफ्नो पहिचान जताउन आवश्यक हुन्छ। यसले मुक्ति निर्वाणको नजिक हामीलाई लग्दैन। जबकि धर्मले हामीलाई त्यो निर्वाणिक अवस्थासम्म पनि पुऱ्याउन अनिवार्य औजारको रूपमा प्रयुक्त भई सघाउँछ।

धर्मको सबैभन्दा छोटो, सरल, बोधगम्य र सुनिश्चित परिभाषा खोज्नुपर्दा भगवान बुद्धको यो परिभाषालाई बुझे पुग्छ। उहाँ धर्मको अर्थ सम्झाउने क्रममा एकठाउँ भन्नुहुन्छ –

“सब्ब पापस्स अकरणं, कुसलस्स उपसंपदा ।

सच्चित्त परियोदपनं, एतं बुद्धान् सासनं ॥”

अर्थ –

**कुनै पनि पाप कर्म नगर्नु, पुण्यकर्मको संचय गर्नु,
आफ्नो चित्तमा रागद्वेषरूपी धुलो चढ्न नदिनु,
यही बुद्धहरूको शिक्षा हो ।**

यो शिक्षा नै धर्म हो। यसमा कसैको मत भिन्नता हुँदैन। मतैक्य नै हुन्छ। जुनसुकै जाति, मान्यता, भेष-भुषा, लिङ्ग, रंग वा सम्प्रदायका किन नहुन्, पापकर्म गर्न हुन्छ भन्ने कोही भेट्टिँदैन। पुण्यकर्म गर्न हुँदैन भन्ने पनि कोही हुँदैन। चित्तमा मैल चढ्न दिनुपर्दछ भन्ने पनि कोही हुँदैन। सबैलाई यो शिक्षा त्यतिकै मान्य हुन्छ। यही धर्मको अभ्यासबाटै हामी दुःख-वन्धनबाट पार हुन सक्दछौं। निर्वाणको साक्षात्कार गर्न सक्दछौं। यस्तो शिक्षा पालन गर्नुलाई नै संस्कृति भनेर कसैले

मान्छ भने धर्म र संस्कृतिमा भेद नै कहाँ रहन्छ र ! शब्दको चयनमा मात्र भेद रहनजान्छ। तर यसो नभइकन धर्मलाई अभ्यासमा ल्याइएन, धर्मको गरिमा नबुझी संस्कृति नामको धर्मले कट्कटिएको कपलाई नै धर्म हो भनी समाइरहेका छन्। धर्मको विशुद्ध रस त त्यस कपबाट चुहिसकेको हुन्छ। त्यसको अत्तो पत्तो मानिसलाई छैन। दुईको भेदलाई पटककै बुझेनन्। तर यसरी धर्मको फरक मान्यता बोकेकै कारणले र आआफ्ना जाति, साम्प्रदायिक मान्यता, सभ्यता र परिवेश अनुकूलको संस्कृतिलाई नै धर्म मान्दैआएका कारणले र त्यही धरातलमा धर्मको इमारत खडा गरी निवास गर्दैआएका कारणले मानिसमा यथार्थ धर्मको ज्ञान विकसित भइरहेको छैन। समाउँदै आएका धर्मको प्रतिच्छायाको रूपमा संस्कृतिको रचना गरी प्रयुक्त गरिरहेका छन्। वास्तविक धर्म के हो र संस्कृतिको अर्थ के हो भन्नेबारेका धारणाहरू सुस्पष्ट नभई नहुने देखिएकोले धर्म के हो र संस्कृति के हो भन्नेबारे यहाँ केही चर्चा गरिन्छ। यसबारे विभिन्न मानिसको विभिन्न धारणा हुन सक्छन्। तर यस धारणालाई पनि सुनौं र धर्मसम्मत कुन हो भन्नेबारे आफ्नो धारणा बनाऔं। जसरी हुन्छ मिथ्याधारणालाई प्रश्रय नदिऔं।

१) धर्म के हो ? धर्म कल्याणकारी मित्र हो ।

धर्म हाम्रो परम कल्याण मित्र हो। यो कल्याणकारी सखा हो। यसले हाम्रो पाइला पाइलामा एउटा असल मित्रले जस्तै साथ दिएको हुन्छ। यसले कहिल्यै हाम्रो कुभलो गर्दैन। हामी नराम्रो बाटोमा लाग्न थाल्यौं भने पनि यसले हामीलाई सतर्क पार्दछ। नराम्रो बाटोमा लाग्न दिँदैन। नराम्रो संगतमा लाग्न दिँदैन। नराम्रो बाटोमा लागिहालेमा पनि त्यसबाट छुटाइदिन्छ। कल्याणको बाटोमा लाग्न प्रेरित गर्दछ। कल्याणको

बाटोमा तेर्सिन आउने वाधा अडचनहरूलाई निष्क्रिय पारिदिन्छ । हाम्रा हितसुखको लागि उपयुक्त वातावरणमा हामीलाई अग्रसर गराइदिन्छ । कल्याणको अर्थ नै दुःखको कारक तत्वलाई निमित्त्यान्न पार्ने हुन्छ । अहिले तत्काललाई मात्र होइन, भविष्यसम्मको लागि पनि दुःखभञ्जक बनिदिन्छ । इहलोकमा मात्र होइन, परलोकमा पनि त्यतिकै कल्याण कामना ले ओतप्रोत बनिदिन्छ । यस्तो छ धर्मको हाम्रो जीवनमा भूमिका ।

२) धर्म के हो ? धर्म निर्वाण-मार्ग हो ।

मानिसको जीवनको अन्तिम लक्ष्य नै सम्पूर्ण भव-दुःखको निवारण हो । त्यो दुःख-निवारणको अवस्थालाई नै 'निर्वाण' भनिन्छ । 'निर्वाण'को वास्तविक अर्थ हो – राग द्वेषको निःशेष निमूलिकरण । रागद्वेष नै दुःखका कारक तत्व हुन् । कारणकै निमूल हुँदा दुःखरूपी प्रभावको पनि अन्त्य हुन्छ । दुःख निःशेष भएको स्थितिलाई नै अक्षय सुख भनिन्छ । त्यो अक्षय र सर्वोच्च सुख नै 'निर्वाण' हो । त्यस्तो निर्वाणिक अवस्थाको साक्षात्कार गर्न शील, समाधि र प्रज्ञासहितको मार्गलाई अपनाउनुपर्दछ । त्यही मार्गलाई नै 'निर्वाण-मार्ग' भनिन्छ । अतः निर्वाण-मार्गलाई धर्म भनिएको छ । अर्थात् शीलको पालन, समाधिको अभ्यास र प्रज्ञाको विकास नै धर्म हो । त्यसैले हामी भन्न सक्दछौं कि निर्वाण-मार्ग नै धर्म हो र धर्म नै निर्वाण-मार्ग हो ।

३) धर्म के हो ? धर्म हाम्रो मुक्तिदाता हो ।

मानिस मुक्ति मोक्षको कुरा गर्दछन् । मुक्ति पाउने उपाय तथा विधि खोज्दै जीवनका अधिकांश हिस्सा व्यर्थ गुमाउँछन् । ठीक उपाय भेट्टाउन नसक्दा मानिस विक्षिप्त बन्दछन् । मुक्ति तथा मोक्ष प्राप्त गर्ने

नाममा अनेक हठकण्डा अपनाउँछन् । अरञ्जवासी बन्दछन् । अनेक पूजा-आजा, व्रत-उपवास, अनुष्ठान र कर्मकाण्डको आयोजना गर्दछन् । नखाई बस्दछन् । पानीमा डुबिरहन्छन् । अत्यधिक तापमा शरीरलाई तपाउँछन् । शरीरलाई जति सास्ति दिन सक्थे त्यति छिटो दुःखबाट त्राण पाउँछन् भन्ने धारणा बोकी मुक्ति पाउने सपनामा रमिरहन्छन् । मुक्ति पाउने सच्चा बाटो आफूमा विद्यमान ल्केशावरण लाई च्यात्नु नै हो भन्ने तथ्य कुरालाई विर्सिदिन्छन् । मोक्ष पाउनु के बाट ? दुःखबाट । दुःखको मूल कारण के हो ? राग र द्वेषको प्रतिक्रिया । त्यो कारणको निवारण छ त ? छ, त्यो हो निर्वाणको साक्षात्कार । निर्वाणको उपाय के हो ? आर्यअष्टांगिक मार्ग । यसरी हामी बुझ्दछौं कि आर्यअष्टांगिक मार्गको अनुशरण नै त धर्म रहेछ । यही अनुशरणको माध्यमद्वारा मात्र दुःखका कारणहरूलाई निमित्त्यान्न पार्न सकिंदो रहेछ । अतः धर्म भनेको मुक्तिदाता नै हो । धर्म अर्थात् शील समाधि र प्रज्ञाको अभ्यासबाट मुक्ति मोक्ष पाउन सकिन्छ । यस बाहेक अन्य उपाय कारगर सिद्ध हुँदैन ।

४) धर्म के हो ? धर्म सार्वजनीन, सार्वकालिक र सार्वदेशिक हो ।

सम्प्रदाय विशेषलाई मात्र केन्द्रित गरी अपनाइएको धर्म वास्तविक धर्म नै होइन । किनभने यो सम्प्रदायिक मान्यतामा आधारित हुन्छ । त्यसैले यो सार्वजनीन हुन पाउँदैन । सच्चा धर्मको स्वभाव त सार्वजनीन हुन्छ, सार्वकालिक हुन्छ र सार्वदेशिक हुन्छ । समाजको एक वर्गलाई मात्र हितकारी हुने अन्यलाई अहितकारी हुने स्वभाव धर्मको हुँदैन । आफ्नो साथै अर्काको हित सुख हुने कार्यलाई मात्र धर्मको संज्ञा दिइन्छ । आफ्नो मात्र हित सुख हुने कार्यलाई धर्म शब्दको प्रयोग

सुहाउँदैन । चाहे मानिस जोसुकै होस्, नेपाली, भारतीय, जापानी, अमेरिकन, तिब्बती, धर्म सबैको लागि हितकारी र मंगलकारी नै हुन्छ । नेपालीमा पनि ब्राम्हण, क्षेत्री, नेवार, तामाङ, गुरुङ्ग सबैलाई त्यतिकै हितकारी हुन्छ । धर्मको स्वभाव र प्रभाव एक समयमा एउटा र अर्को समयमा अर्को हुने हुँदैन । भूत, भविष्य र वर्तमानमा त्यतिकै प्रभावकारी हुने स्वभाव धर्मको हुन्छ । आदि मध्य र अन्तसम्म पनि कल्याणकारी हुने स्वभाव धर्मले बोकेको हुन्छ । त्यसैले यो सार्वकालिक हुन्छ । फेरि यो यहाँ र वहाँ मात्र प्रभावकारी हुने अन्त नहुने, यो देशमा मात्र हुने अन्यत्र नहुने स्वभाव पनि धर्मको हुँदैन । जुनसुकै देश, प्रदेश, परिवेशमा पनि धर्म त्यतिकै कारगर सिद्ध हुन्छ ।

५) धर्म के हो ? धर्म कहिल्यै नभाँचिने लहुरो हो । रक्षक हो ।

भनाइको तात्पर्य सदा सहायक भइरहने तत्व हो । त्यसैले हामीले धर्म धारण गर्नुपर्दछ । यसले हामीलाई जहिले पनि सहारा दिइरहेको हुन्छ । आड, भरोसा, सहारा, बचाउ र सुरक्षा गर्ने तत्वको रूपमा धर्मले सदैव साथ दिइरहेको हुन्छ । हाम्रो माता पिता बन्धुवन्धव र सखा जे भने पनि धर्म नै हो । माता पिताले हामीलाई सबल नभएसम्म र अति आवश्यकताको स्थितिमा मात्र मद्दत पुऱ्याउन सक्दछ, तर धर्मले हाम्रो छायाँसरह हरदम पछि पछि लागी हाम्रो हेरचाह गरिरहेको हुन्छ । रक्षा गरिरहेको हुन्छ । त्यसैले कहीं एउटा दोहा गसरी पनि गाइएको छ –

धर्मजस्तो रक्षक अरू छैन, सखा बान्धव मीत ।

जाऔ धर्मसित जाऔ, रहोस् धर्मसितको प्रीत ॥

६) धर्म के हो ? धर्म हाम्रा भाग्य विधाता र शरणस्थल हो ।

मानिसहरू आफ्नो प्रारब्धलाई भाग्य मान्दछन् । मानो कसैले उनीहरूको ललाटमा पहिले नै भाग्यका रेखाहरू कोरिल्याएका छन् । सुख दुःख सबै पहिले नै निर्धारित भइआएका छन् । अब आफूले यहाँ आई केही गरेर हुने होइन । 'What is lotted cannot be blotted.' भनिएभैं जे लेखेर ल्याएको छ, त्यसलाई मेट्न सकिदैन । हामी भाग्यको कठपुतली हौं । यस्ता विचार लिनेहरू हामीछेउ घनेरौं छन् । यस्ता विचारले प्रेरित भई वर्तमानमा केही नगरी बस्नेहरू र पर्पुरोमा हात धरी बस्नेहरूको बाहुल्यता छ । यसरी जिउनुमा पुरुषार्थ हुँदैन । तिनीहरूले धर्मपूर्वक जिउन जानेनन् । धर्मलाई चिनेनन् । जीवनलाई अनाहकमा फाल्न खोज्दछन् । आफ्नो भाग्य विधाता आफू हो, अरू कोही होइन भन्ने तथ्यलाई पनि बुझ्न सकेनन् । कर्म र कर्मफलका सिद्धान्तलाई आत्मसात गर्न जानेनन् । आफूले जे जस्तो कर्म गर्‍यो त्यही नै आफ्नो भाग्यको निर्माण हो भन्ने कुराको ज्ञान भएन । सुकर्मको फल वा परिणति सुख हो र कुकर्मको फल वा परिणति दुःख हो भन्ने कर्म र विपाकको सिद्धान्तलाई सुनेनन् । मिथ्यादृष्टि धारण गरे, सम्यकदृष्टि लिएनन् ।

वर्तमान जीवन वर्तमान कर्मद्वारा मात्र संचालित छैन । पूर्व जन्महरूमा गरिएका कर्महरू जुन गत जन्मसम्ममा निखिएका थिएनन् ती पनि संयुक्त छन् र तिनीहरूले पनि वर्तमान जीवनलाई प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्षरूपमा प्रभाव पारिरहेका हुन्छन् । ती कर्मल्लेश बनी सुषुप्तरूपमा रही फल प्रकट गर्ने मौका ढुकिरहेका हुन्छन् । तिनीहरूले पनि हाम्रो भाग्य निर्माणमा प्रभाव पारिरहेका हुन्छन् । निर्वाण प्राप्तिमा सफलता ‘धर्म र संस्कृतिमा भेद’

पाउन ती सबै कर्मल्लेहरूको निमित्तान्न हुनु जरूरी हुन्छ। त्यस कार्यका लागि शमथ र विपश्यना ध्यानको अभ्यास आवश्यक हुन्छ।

मानिसहरू सत्य तथ्य ज्ञानको अभावमा आफ्नो दुर्भाग्यलाई तह लगाउने निहुँमा अनेक स्थललाई आफ्नो शरणस्थलको रूपमा मान्दैआएका छन्। कोही खोलानालामा, कोही रूखको टोड्कामा, कोही पहाड पर्वतमा, कोही गुफा कन्दरामा, कोही देवालय र मन्दिरमा शरण खोज्छन्। कोही साधु सन्त, पण्डित मौलाना, गुरु महाराजको शरणमा जान्छन्। तर आफ्नो शरण स्थल आफूभन्दा अरू कोही हुँदैनन् भन्ने कुरामा ती अनभिज्ञ छन्। 'अत्त सरण, न अन्यान्य सरणा' भनेर भगवान बुद्ध भन्नुहुन्छ। यसको अर्थ हो – आफ्नो शरणमा जाऊ, अरूको शरणमा होइन। आफ्नो कर्म अनुसारको फल आफूले भोग्नु परेपछि आफ्नो सुख दुःखको कारक तत्व आफै हुन्छ। भाग्य दुर्भाग्य को निर्माता पनि आफै हुन्छ। अरूको यसमा प्रत्यक्ष कुनै हात हुँदैन।

७) धर्म के हो ? धर्म गन्तव्यसम्म पुऱ्याउने यान हो। जसरी साम्प्रदायिक धर्महरूमा मत भिन्नता हुन्छ र धर्मजस्तो संवेदनशील विषयसँग खिलौनासँग खेलेजस्तै खेल्दिन्छन्, त्यसरी नै बुद्ध-शिक्षाका अनुयायीहरूले पनि आफूहरूले मान्दैआएको धर्मलाई तीन मूल हाँगामा विभक्त गरेका छन्। एकथरी सम्यक सम्बुद्ध नै भएर जगतको हित गर्छु भन्ने महान उद्देश्य बोकेको कारणले हामी महायान हाँगोमा आरूढ भएका हाँ भन्दछ। अर्कोथरी कसैको सहारा विना दुःख-वन्धनलाई काट्दै दुःख-मुक्तिर अग्रसर हुने उद्देश्यसहित छौँ भनी श्रावकयानमा आरूढ

भएका हाँ भनी मान्दछन्। फेरि अर्को एकथरी पूजा-आजा, विधि-विधान आचार-व्यवहारको माध्यमद्वारा मुक्ति माक्ष भेटाउने उद्देश्यले वज्रयानमा रहेको दावी गर्दछन्।

२) संस्कृति के हो ?

संस्कृति ठाउँ अनुसार, जाति अनुसार, सम्प्रदाय अनुसार र परम्परा अनुसार फरक फरक हुन्छ। एक ठाउँको संस्कृति अर्को ठाउँमा मिल्दैन। मिल्न खोजे पनि समानता हुँदैन। त्यस्तै विभिन्न जातिमा विभिन्न विधि व्यवहार, थिति-रीति, मान्यता र परम्परा अनुसार सम्प्रदाय सम्प्रदायमा फरक फरकको संस्कृति र चलन पाइन्छ।

संस्कृति एक अलंकार हो जसले जाति, समाज र समुदायलाई अलंकृत गर्ने र पहिचान जनाउने काम गर्दछ। उही जातिमा पनि स्थानानुसार र सामाजिक परिवेशानुसार संस्कृतिले विभिन्नताजनित प्रभाव पारेको हुन्छ।

संस्कृतिले मानिसको सभ्यताको स्तरलाई पनि झल्काउँछ। साँस्कृतिक धरातलमा नै त्यहाँका मानिसहरूको जीवन-पद्धति, स्तर र सभ्यतालाई मापन गर्ने काम गर्दछ। त्यस ठाउँको संस्कृतिको विकास नै त्यहाँका मानिसहरूको सभ्यताको धरातल बन्दछ। धेरै-अल्प, विकसित-अविकसित वा परिष्कृत-अपरिष्कृत जुन जस्तो भए पनि संस्कृतिविहीन जाति र समाज प्रायः हुँदैन। जाति वा समाजको उत्थानमा संस्कृतिको पनि उत्तिकै देन हुन्छ। कुनै सम्प्रदाय वा समाजमा संस्कृतिको अलि बेसी नै विकास भएको हुन्छ भने कुनैमा गौण मात्र। संस्कृतिले धनी राष्ट्र विश्वमा व्यापकरूपमा चिनिन्छ। त्यस संस्कृतिको महत्व र गरिमा भनेकै व्यक्ति, जाति र समाजको मात्र होइन विश्वसामु दिइएको

राष्ट्रकै पहिचान हो ।

कुनै देशको संस्कृति भनेर चिनिने वस्तु, क्रियाकलाप, र व्यवहारको साथै त्यहाँका मानिसहरूको रहन-सहन, चाड-पर्व, जात्रा-मेला, नृत्य-संगीत, पूजा-आजा, भोज-भतेर र बेला बेलामा मनाइने धार्मिक महत्वका गतिविधि नै हुन् ।

संस्कारित व्यवहार नै संस्कृतिको द्योतक हो । संस्कृतिरूपी अलंकारले अलंकृत जाति वा समाज नै सुन्दर एवं उन्नत जाति वा समाजमा गनिन्छ । संस्कृति र सभ्यताले विहीन जाति वा समाज असुन्दर एवं असभ्यमा गनिन्छ ।

संस्कृतिले हाम्रो समाज र सामाजिक जीवनलाई जीवन्त राख्दछ । संस्कृति र जीवन यर्याय हो । संस्कृतिविनाको जीवनमा बहार र समन्वयता रहँदैन । समाजिक जीवनमा समन्वयात्मकता नआई जीवनलाई सफल र समृद्ध बनाउन सकिँदैन । एकांकी जीवन जिउन आज हम्मैसी सकिँदैन । आपसमा भाइचारा बढाउन, सामाजिक जीवन सुन्दर र रमाइलो पार्न संस्कृतिको ठूलो हात रहन्छ । संस्कृतिको यथोचित विकास नभई सफल जीवन को कल्पना पनि गर्न सकिँदैन । त्यसैले भन्न सकिन्छ, संस्कृति सामाजिक जीवन सुचारु गर्ने पद्धतिको विकासको सुनौलो खुड्किलो हो ।

संस्कृति जाति र सम्प्रदाय विशेषको सम्पदा हो । संस्कृतिले जातिको र सम्प्रदायको पहिचान दिन्छ । कुनै जाति वा सम्प्रदायको इतिहास र जीवन पद्धति उनीहरूको संस्कृतिबाट थाहा पाउन सकिन्छ । संस्कृति नै त्यसको ऐना हो । त्यस जातिको विकास त्यसको सांस्कृतिक सम्पदाबाट मापन गर्न सकिन्छ । त्यसैले संस्कृति नै जाति, सम्प्रदाय र जीवनको वरदान हो भन्न सकिन्छ ।

३) धर्म र संस्कृतिमा भेद

१) कोही मानिसहरू संस्कृति र धर्मलाई पर्यायको रूपमा हेर्दछन् । वास्तवमा धर्म अलग हो र संस्कृति अलग हो । ती दुईका आआफ्नै

उद्देश्य र कार्य पद्धति छन् । त्यसैले ती समान छैनन् । धर्म मानिसहरूको लागि मुक्तिवाहक हुन्छ भने संस्कृति फगत धर्मको आडमा उब्जिएको छायाँ वा अलंकार मात्र हो । सबै परिवेशका संस्कृतिहरू वा सांस्कृतिक गतिविधिहरूमा धर्म मुखरित हुँदैनन् । धर्मको प्रतिकात्मक महत्व अवश्य पनि संस्कृतिमा भल्किन सक्दछ तर संस्कृति स्वयं धर्म होइन जस्तो प्रायः मानिसहरू सोच्ने र भन्ने गर्दछन् । हो, मानिसले धर्मको अभ्यास गरेर जन्म-मरणको चक्रबाट छुटकारा पाउन सक्दछन् तर त्यो धर्म सम्प्रदायको रंगमा नरंगिएको शुद्ध विशुद्ध हुनुपर्दछ । अहिले प्रचलित तथाकथित धर्महरू सबैजसोमा आआफ्नो मान्यताले प्रश्रय पाएका हुन्छन् । तिनले सत्यसित तादात्म्यता राख्दैनन् । शील, समाधि र प्रज्ञा संयुक्त धर्म मात्र विशुद्ध हुन्छ । शीलको पालना हुनुपर्दछ, समाधिको अभ्यास हुनुपर्दछ र प्रज्ञाको विकास र प्रयोग हुनुपर्दछ । यो मात्र कल्याणकारी हुन्छ । मानिसले आफ्नो जीवनमा सार्थकता पाउन यस्तो धर्मको उपासना गर्नुपर्दछ, अनुशरण गर्नुपर्दछ, र लक्ष्य हासिल गर्नुपर्दछ ।

२) कुनै कुनै संस्कृति धर्मको आडमा उभिएका अवश्य हुन्छन् तर यिनले मुक्ति मोक्षको मार्गको निर्देशन गरेका हुँदैनन् । संस्कृतिले मानव जीवनलाई सुखी, समृद्ध र सुन्दर त अवश्य बनाउन मद्दत गर्दछन् । जीवनमा रमाएलो वातावरण त अवश्य थपेका हुन्छन् तर दुःख-निवारणको मार्गमा डोच्याउँदैनन् । अतः धर्म र संस्कृतिलाई उही

हो भन्नु कदाचित् मिल्दैन ।

३) धर्मको उद्देश्य र संस्कृतिको उद्देश्य उही छैनन् । धर्मको क्षेत्र व्यापक र सर्वकल्याणकारी हुन्छ । तर संस्कृतिको क्षेत्र संकुचित र सीमित हुन्छ । ती दुईले मानवकै हितमा काम गर्दछन् तर धर्मले सबै मानिस, सबै ठाउँ र सबै समयमा मानिसलाई कल्याणको मार्ग निर्दिष्ट गरिरहेको हुन्छ तर संस्कृतिले कुनै जाति वा वर्गको आभूषणको रूपमा र सभ्यतामा सहायकको रूपमा काम गर्दछ ।

४) धर्मले इहलोक र परलोक दुवै सपाने काम गर्दछ र अन्ततोगत्वा मुक्ति, मोक्ष निर्वाणको भागिदार बनाइदिन्छ तर संस्कृतिले इहलोकमा मात्र जीवनलाई सिंगार्दछ ।

५) संस्कृतिले आफूलाई चिनाउने काम गर्दछ तर धर्मले आफूले आफैलाई चिनाउने निर्वाणरूपी गन्तव्य भेटाइदिन्छ ।

६) संस्कृतिले जीवनमा रमभ्रम दिन सक्दछ तर धर्मले अभ्यान्तरलाई उन्नत पार्दै जीवनलाई नै उत्सर्ग पार्ने विधिसम्मत पद्धति सिकाउँदछ र सम्पूर्ण दुःख-बन्धनलाई नै चुँडालिदिन्छ ।

७) संस्कृति सभ्यता र धार्मिक चेतनाको उपज हो । धर्मलाई संस्कृतिले प्रतिकात्मकरूपले प्रतिबिम्बित गरेको हुन्छ वा भनौं संस्कृतिलाई धर्मले प्रतिस्थापित हुनदिन सघाउ पुऱ्याएको हुन्छ ।

८) संस्कृतिमा उत्सव, पर्व, नृत्य, गायन, उपवास, नमन-पूजन, भोज-भतेरको आयोजना गरी मनोरञ्जन प्रदान गर्ने र समरदायलाई एक सूत्रमा बाँध्ने काम गर्दछ तर सद्धर्मको अभ्यासमा यी कुनै पनि आयोजनाको आवश्यकता हुँदैन ।

९) धर्ममा श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि र प्रज्ञाको उपस्थिति अनिवार्य हुन्छ तर संस्कृतिमा यी कुनैको पनि अनिवार्यता हुँदैन । कुनै

कुनैमा श्रद्धा विश्वास र लगनशीलताको दरकार पर्दछ ।

१०) मानिस चेतनशील र विवेकशील प्राणी भएकोले धर्म र संस्कृतिको जगेर्ना हुनु र तिनलाई जीवनमा धारण पालन गर्दैजानु अनिवार्य एवं अपरिहार्य हुन्छ जसले जीवन सार्थक हुन्छ । अन्य प्राणीहरूमा न त धर्मकै न त संस्कृतिकै कुनै भूमिका रहन्छ, न त उनीहरूलाई यिनको प्रतिपालनबारे नै ज्ञान हुन्छ ।

११) मनुष्य जीवनलाई सर्वोच्च जीवन हो भनेर भन्नुको तात्पर्य पनि धर्म धारण गर्ने, संस्कृतिको जगेर्ना गर्ने र तिनको उपयोग गर्ने प्राणी भएर मात्र सर्वोच्च भनिएको हो । धर्म र संस्कृति दुवैको अनुपस्थितिमा मानिस अन्य प्राणीहरू सदृश आहार, निन्द्रा, भय र मैथुनमै सीमित रहन्छ ।

१२) जाति, स्थान, समाज र सम्प्रदाय अनुसार फरक फरक भए पनि आआफ्नो संस्कृतिको विकास, सम्बर्द्धन र उपयोगबाटै मानिसले आफ्नो सभ्यताको अस्तित्वको रक्षा र प्रवर्द्धन गर्न सकिरहेको छ । यसरी हामी देख्छौं कि संस्कृतिले इहलोकको सुधार गर्ने काममा ज्वलन्त भूमिका खेलेको हुन्छ । तर धर्मको गरिमा र अनिवार्यता यिनको लागि नभई दुःख-बन्धनको निराकरण गरी अनि जन्मजन्मान्तरको दुःखका कारणहरूलाई निमित्त्यान्न गरी निर्वाणको साक्षात्कार गर्नुमा रहेको छ ।

१३) धर्म सनातन हो भने संस्कृति जीवनलाई उकास्न मानव निर्मित र विकसित एउटा पद्धति हो । धर्म को निर्माण मानिसले गरेको होइन । साम्प्रदायिक धर्महरू मात्र मानिसले आआफ्नो मान्यताको आधारमा निर्माण गरिएका हुन् । त्यसैले पनि मानिसहरू धर्म र संस्कृतिमा कुनै भेद छैन भन्दछन् । संस्कृति सिर्फ जाति र समाजलाई सिंगार्न र

अरू जाति र समाजलाई आफ्नो पहिचान बताउन र जीवनलाई परिष्कृत पार्न विकास गरिएको हो ।

१४) धर्म सबै ठाउँमा, सबै कालमा र सबैलाई कल्याणकारी हुन्छ भने संस्कृति ठाउँ अनुसारको सामाजिक र साम्प्रदायिक परिवेशलाई मिल्नेगरी प्रयोगमा ल्याइएको पद्धति हो ।

१५) संस्कृतिमा वेषभूषा, अलंकार, गायन-नृत्य, बाजा-गाजा, उत्सव-पर्वको भूमिका हुन्छ भने धर्ममा यी सबै प्रकारका कुराहरू प्रयोगमा आउँदैन ।

१६) संस्कृतिमा धर्मको प्रतिनिधित्व गर्ने बहाना हुन्छ भने धर्ममा त्यो हुँदैन । धर्म सम्प्रदायविहीन भएको हुनाले यसलाई जाति, सम्प्रदाय र सामाजिक विभिन्नतासंग कुनै सरोकवार हुँदैन यसले त मानज समाजकै हित सुख र कल्याणको लक्ष्य राख्दै मुक्ति मोक्ष निर्वाणको गोरेटोमा मननिसलाई दिशानिर्देश गर्दछ । तर यसको लागि मिहिनेत, प्रयत्न र लगन अनिवार्य हुन्छ ।

१७) संस्कृतिमा जीवन बोलेको हुन्छ भने धर्ममा दुःख-मुक्तिको रसायनको संचार गर्दछ ।

१८) संस्कृति दृष्ट तर नवनीत हुन सक्दछ भने धर्म अदृष्ट तर अपरिवर्तनशील हुन्छ ।

१९) संस्कृतिमा मनोरञ्जन, भोज-भतेर र मदको मात्रा हुन्छ भने धर्ममा यी कुराहरूको कुन गुञ्जाइस रहँदैन ।

२०) संस्कृति समाजमा रहेर यस जीवनलाई सफल र सुन्दर पार्न अनिवार्य हुन्छ भने धर्म वरत्र र परत्र सपारी मुक्ति मोक्ष दिलाउने कामका लागि उपयुक्त र सशक्त माध्यम हो ।

४) उपसंहार



बीज – फल – बीज

१) बीज र फलको अन्तर्सम्बन्ध

बीज विना फल सम्भव छैन । बीज एक थरी फल अर्को थरी हुन सक्दैन । बीज रोप्ने अमलाको फल खोज्ने आँपको हुनै सक्दैन । राम्रो बीजले राम्रै फल दिन्छ, नराम्रो बीजले नराम्रै । राम्रो बीज रोपेर नराम्रो फल लाग्ला कि भन्ने भय र आशंकाको कुनै तुक रहँदैन । त्यस्तै नराम्रो बीज रोपेर राम्रो फल पाइएला कि भनी आसा गर्नुको पनि कुनै अर्थ रहँदैन । त्यस्तैगरी नराम्रो बीज रोपेर राम्रो फल फलोस् भनेर प्रार्थना, पूजा-अर्चना अनुनय विनय गर्नु पनि व्यर्थ नै हुन्छ । राम्रो फल चाहनेले राम्रै बीजको रोपण गर्नुपर्दछ । त्यस्तै नराम्रो फल नचाहनेले नराम्रो बीज नरोप्नुपर्दछ । जस्तो बीज उस्तै फल हुन्छ । त्यस्तै जस्तो फल उस्तै बीज पनि हुन्छ ।

बीजबाट फल र फलबाट बीज प्राप्त हुन्छ । फेरि त्यही बीजबाट फल लाग्दछ र फलबाट बीज । यो क्रम चलि नै रहन्छ । यो कमलाई रोक्न पनि सकिन्छ । बीज भए पनि फल लाग्नैपर्दछ भन्ने पनि छैन । बीजले राम्रो माटो पाएमा मात्र बीज अंकुरित हुने हुन्छ । माटोमा बीज नपरेसम्म अंकुरित हुन असम्भव नै हुन्छ । अंकुरित नभई विरूवा उम्रिँदैन । विरूवा नै नउभिए पातपतिंगर, फूल र फल लाग्ने कुरै आउँदैन ।

२) आँप र करेलाको दृष्टान्त

एकजना किसान भाइले आफ्नो बगैंचामा आँपको बीउ रोप्दछ । केही समयपछि बीउ अंकुरित हुन्छ र बिरूवामा परिणत हुन्छ । त्यसको पनि केही महिनापछि

त्यो बिरूवामा ताजा पाकेको आँप फलेको देख्दछौं । हाम्रो मन त्यो आँपको रसास्वादन गर्न लालयित हुन्छ । टिपेर खान्छौं । साह्रै स्वादिष्ट लाग्दछ । धीत मरूञ्जेल खान्छौं र खुवाउँछौं । अर्को किसान भाइले करेलाको बोट रोपेको थियो । त्यो पनि समय पाएर ठूलो हुन्छ । खाँदा तीतो स्वाद आउँछ । मन पर्दैन । आँप स्वभावैले मीठो हुन्छ र करेला स्वभावैले तीतो हुन्छ । मीठो हुनु र तीतो हुनु बीजको स्वभावानुसार हुन्छ । न त्यस किसानको मर्जीले न त्यो बीजको मर्जीले त्यस्तो फरक स्वाद दिन सक्दछ । आध्यात्मिक क्षेत्रमा कसैको मर्जी कसैमाथि र केहीमाथि पनि चल्दैन । प्रकृति अनुसार चलेको हुन्छ । आँपले मीठो स्वाद दिनु र करेलाले तीतो स्वाद दिनु कसैको इच्छामा निर्भर नभइकन प्रकृतिको नियममा निर्भर गर्दछ । प्रकृतिको नियमलाई कसैले पनि कुनै बहानामा फेरबदल गर्न सक्दैन । गर्न खोजे पनि मिल्दैन । किनभने सबै जीवित निर्जीव वस्तु र व्यक्तिहरू आआफ्नो अधीनमा नभइकन प्रकृतिको नियम अन्तर्गत चलिरहेका हुन्छन् । जस्तै अघि पनि भनिसकिएको छ कि आँप करेला हुन सक्दैन र करेला आँप हुन पनि । आआफ्नो स्वभाव धर्म आफै प्रकट भइरहेको हुन्छ । कसैको करकापमा वा कसैको इच्छा अनिच्छामा कुनै घटना घटिरहेका हुँदैनन् । राम्रो बीजलाई राम्रो फल दिनबाट कसैले रोक लगाउन सक्दैन । त्यस्तै नराम्रो बीजलाई नराम्रो फल दिनबाट कसैले छेक्न सक्दैन , चाहे जति अनुनय गरोस्, जति रीस देखाओस् वा जति कोसोस् । अतः प्रकृतिको नियमको अनिवार्यता र

अपरिहार्यतालाई सबैले चाहोस् वा नचाहोस् स्वीकार्नेपर्दछ । प्रकृतिसंग जोरी खोजेर सकिदैन । हातेमालो गरेर जाँदा नै उचित हुन्छ ।

३) कर्म र कर्मफलको सिद्धान्त

माथि दिइएको दृष्टान्तलाई आत्मसात गरेर हामी कर्म र कर्मफलको सिद्धान्तलाई पनि अङ्गीकार गर्न सक्दछौं । यहाँ 'कर्म' भन्ने शब्दले दैनिक आवश्यक कामको प्रतिनिधित्व गर्दैन । चित्तको चेतनासहित भएर गरिएको वाचिक, कायिक र मानसिक कर्मलाई नै 'कर्म' भनिएको छ । जे बोलोस्, जसरी बोलोस्, जे गरोस्, जसरी गरोस्, जे मनमा धारण गरोस्, जसरी धारण गरोस् यसले कुनै फरक पादैन । चित्तको चेतना राम्रो छ भने राम्रो कर्म बन्दछ । चित्तको चेतना राम्रो छैन भने नराम्रो कर्म बन्दछ । त्यस कर्मको फल पनि त्यही अनुरूप आउँछ । यसमा कुनै ईश्वरीय तत्व वा कुनै बाह्य शक्तिको कुनै जोर चल्दैन । जसरी बीज अनुसारको फल लाग्दछ त्यस्तै कर्मानुसारको फल कर्ताले भोग्नेपर्दछ । नकार्न पाइँदैन, नकार्न सकिदैन पनि । यही कर्म र कर्मफलको सिद्धान्त पनि प्रकृतिको अकाट्य नियम हो ।

४) जन्म र मृत्युको चक्कर

जन्म र मृत्युको चक्करले पनि यही मार्गको अबलम्बन गर्दछ । मानिस वा अन्य प्राणीको जन्म हुन्छ । विना कारण जन्म सम्भव हुँदैन । कालान्तरमा मृत्यु पनि हुन्छ । मृत्यु पनि विना कारण हुँदैन । अकस्मात प्राणी जन्मेको हुँदैन, न त विना कारण मरण नै हुन्छ । जन्म र मरणको हेतु हुन्छ र त्यस हेतुको निवारण पनि । जसरी बीज हुन्छ र त्यसको फल पनि । विना बीज बिरूवा हुँदैन । विना बिरूवा फल फल्दैन । विना 'बीज-फल-बीज'

फल फेरि बीज पाईदैन । यो क्रम बीज भएसम्म र बीजले राम्रो धरति पाएसम्म मलजल पाएसम्म चलि नै रहन्छ । यही पतित्यसमुत्पादको सिद्धान्त पनि हो जस अनुसार सारा विश्व ब्रम्हान्डको गतिविधिधिले मूर्तरूप पाइरहन्छ र गतिमान भइरहन्छ । यसमा अदलबदल हुन सक्दैन, गर्न पनि सक्दैन । मानिसको जन्म हुन्छ । कोमल नरम शरीर हुन्छ । उसको पालन पोषण स्याहार सुसार हुन्छ । क्रमशः ऊ ठूलो हुँदै जान्छ । बामे सर्न सिक्छ । हिंडन सिक्छ । दौडन सिक्छ । खान, लगाउन, पढ्न, लेख्न, कमाउन, , वृति व्यवसाय, विधि व्यवहार, लडाईं भगडा गर्न, तर्क वितर्क गर्न पनि सिक्छ । जसरी एउटा वृक्ष कोमल विरूवामा वृद्धि हुन्छ, मोटो फेदसहितको रूखमा परिणत हुन्छ । फल दिन्छ । समयान्तरमा त्यो वृक्ष जरामा बदलिन्छ । त्यसको पातपतिंगर भर्न थाल्छन्, हाँगाविंगा भाँचिन थाल्छन् । फेद धोदो हुन्छ र कालान्तरमा त्यो वृक्ष ग्वालाम्म ढल पुग्दछ । त्यस्तै त्यो मानिस पनि क्रमशः युवा हुन्छ, प्रौढ हुन्छ, वृद्ध हुन्छ र अन्तमा समय पाएर मरण पनि हुन्छ । जसरी विरूवाबाट विकसित त्यो वृक्षको अवसान हुन्छ त्यस्तै बालकबाट विकसित त्यो मानिसको मरण पनि हुन्छ । यसो हुनमा कसैले छेकथुन गर्न सक्दैन सिर्फ निरीह भई टुलुटुलु हेर्न बाहेक कसैले केही नाप्न सक्दैन । प्रकृतिको नियम न ठहरियो, सबैले यस अन्तर्गत चलनैपर्दछ ।

५) बन्नु र विग्रनुको उपमा

अर्को उपमा पनि तेर्सिन्छ । मानिसले कुनै वस्तु मन लगाएर बनाउँछ । सिंगारपटार गर्दछ । आकर्षक बनाउँछ । रङ्ग रोगन गर्दछ । चिटिक्क पादछ । मानिसहरूलाई लोभ्याउँछ । मानिसहरूले पनि त्यस वस्तुलाई प्रेमपूर्वक किनेर घर लैजान्छ । थपक्क साँचेर राख्दछ ।

बेलाबेलामा पुछपाछ गर्दछ । कसैले चोरेर लैजाला वा बिगारिदेला कि भनी सतर्क पनि हुन्छ । चलाउनै परे पनि सम्हालेर बिस्तारै चलाउँछ वा चलाउन भन्दछ । तर कुनै दिन त्यो सुन्दर आकर्षक वस्तु कसैले असावधानीपूर्वक चलाउँदा हातबाट छुटेर खस्दछ । चार टुका भई भुईंमा बेजान पर्दछ । मानिस वा वृक्षको अवसान भएजस्तै त्यो वस्तुको पनि अवसान हुनपुग्दछ । बनेपछि विग्रनु पनि प्रकृतिको नियम नै हो । बनेको वस्तु सदाको लागि उस्तै अवस्थामा राखिराख्न सकिदैन । जसरी बीजबाट उत्पन्न वृक्षलाई र फूलजस्तो बच्चालाई पनि उस्तै अवस्थामा देखिराख्न सकिदैन त्यस्तै बनेको वस्तुलाई पनि त्यही रूपमा राखिराख्न र देखिराख्न सकिदैन । बीज र फलको, जन्म र मरणको र बन्नु र विग्रनुको सम्बन्ध उस्तै उस्तै हुन्छ । यो प्रकृति नै हो । यसको विरूद्धमा कोही जान सक्दैन । गएमा वा जान खोजेमा दुखद् परिणमको भागिदार आफै बन्नुपर्ने हुन्छ । प्रकृतिले नै दण्ड दिन्छन् । त्यस्तै नियम अनुरूप चलेमा पुरस्कार दिन कञ्जुसी गर्दिनन् ।

६) उत्पति र विनासको क्रम

उत्पति भएको कुनै कुराको पनि स्थायित्व छैन वा हुँदैन । माथि दिइएको उदाहरणमा भै कुनै वस्तु, व्यक्ति वा घटना दृश्यमा आउँछ, केही समयसम्म त्यसले रङ्ग देखाउँछ, र अन्तमा त्यसको विनास पनि हुन्छ । सबै एकछिनको भिलिकभिलिक मात्र हो । सदा रहरहने केही पनि छैन, कोही पनि छैन । सबै विनासतिर उन्मुख छन् । मानिस र वस्तुको सम्बन्धमा मात्र होइन, स्थायित्व बोकिरहेकाजस्ता लाग्ने पहाड-पर्वत, नदी-नाला, ताल-तलैया, सागर-समुन्द्र, देस-महादेस, विश्व-ब्रम्हण्ड पनि विनासको बाटोमा अग्रसर भइरहेका छन् । ढिलो वा चाँडो

मात्र हो । ढिलोले स्थायित्व बोकेको हो कि भन्ने लाग्दछ तर ती पनि हरेक पल विनासको ओरालो भरिरहेका छन् । इतिहासमा समृद्ध कहलिएका नगरहरू इतिहासमा मात्र सीमित हुन पुगेका छन् । कहिल्यै केही नहुनेजस्ता ठूलूला महल, इमारत, देस, प्रदेशहरू धरासायी बन्न पुगेका छन् । महादेसहरू पनि सेन्टिमिटरको हिसाबले बिस्तार बिस्तारै धस्कदै छन् । किनभने तिनको पनि उत्पत्ति भइसकेको कारणले विनासमा जानैपर्ने बाध्यता छ । जसरी जन्मेको कारणले मरणमा पुग्नैपर्ने बाध्यता छ र बनेकै कारणले बिग्रनुपर्ने अवस्थामा प्राप्त हुन्छन् । जन्मदै नजन्मेको भए मरण हुनुपर्ने कोही हुँदैन । विरूवा पनि उम्रदै नउम्रेको भए नष्ट हुनुपर्दैन । वस्तु पनि बन्दै नबनेको भए विनास हुनुपर्ने अवस्थामा पुग्नै ।

७) प्रतीत्यसमुत्पादको सिद्धान्तले काम गर्दछ

बीज र फलको विषयमा चर्चा गर्दा प्रतीत्यसमुत्पादको सिद्धान्तलाई बुझ्नबाट आफूलाई छुटाउन हुँदैन । प्रतीत्यसमुत्पादको सिद्धान्तलाई कार्य कारणको सिद्धान्त पनि भनिन्छ । कारण नभई कार्य हुँदैन र कार्य आफै पनि कारण बनिदिन्छ । सबै प्रभावहरू हेतु भएरै उत्पन्न हुन्छन् । विना हेतु कुनै कुराको पनि उद्भव हुँदैन । यो कुरा 'बीज – फल – बीज'को सिद्धान्तसँग मेल खान आउँछ । प्रतीत्यसमुत्पादको सिद्धान्त यस सिद्धान्तमा आधारित छ –

यो भइदिनाले त्यो हुनजान्छ ।

यो नभइदिनाले त्यो हुन नजाने हुन्छ ।

यसको उदय हुनाले त्यसको पनि उदय हुनजान्छ ।

यसको क्षय हुनाले त्यसको पनि क्षय हुनजान्छ ।

अर्थात् जन्म भइदिनाले मर्नुपर्ने हुन्छ । जन्म नै नभइदिनाले मर्नु नपर्ने हुन्छ । बीज भइदिनाले फल लाग्ने हुन्छ । बीज नै नभइदिनाले फल नलाग्ने हुन्छ । बनिदिनाले बिग्रने हुन्छ । नबनेमा बिग्रन नपर्ने हुन्छ ।

भूत कालपछि वर्तमान काल र वर्तमान कालपछि भविष्य काल आउँछ । भूत कालको प्रभाव वर्तमान कालमा र वर्तमान कालको प्रभाव भविष्य कालमा पर्दछ । प्रतीत्यसमुत्पादको सिद्धान्तले यसैको वा कर्म र कर्मफलको बारेमा प्रकाश पार्दछ । जस्तो कर्म गरेको छ त्यस्तै फल लाग्दछ । राम्रो भए राम्रो, नराम्रो भए नराम्रो । जस्तो बीज उस्तै फल । अतीतमा गरिएका अकुशल कर्मको कारणले गर्दा अतीतमा संस्कारहरू बने । त्यही संस्कारको फलको परिणाम यो जन्ममा चित्तधारा चल्थो । चित्तधारा चलेकै कारणले शरीर र मनको प्रादुर्भाव भयो । शरीर र चित्त भिरी जीवन चलेकै कारणले ६ आयतन भए । ६ आयतन (इन्द्रिय) भएकै कारणले विषयसँग स्पर्श हुनगयो । स्पर्श भएकै कारणले संवेदना उत्पन्न भयो । संवेदनाकै कारणले तृष्णा उब्ज्यो । तृष्णाकै कारणले तत् विषयप्रति कसिलो आसक्ति पैदा भयो । आसक्तिकै कारणले भव सम्भव भयो । भवकै कारणले फेरि जन्म हुनप्यो । जन्मकै कारणले व्याधि, जरा र मरण हुनुप्यो अनि नाना प्रकारका शारीरिक एवं मानसिक दुःखहरू भेल्लुप्यो इत्यादि । अनन्त दुःखको भुमरीमा फनफनिनुप्यो ।

जसरी बीजको कारणले जराले मुनिको माटो पक्यो र माटोमाथि डाँठ उत्पन्न भयो । डाँठ मोटो र बलियो भयो । त्यसमा हाँगाविंगा लाग्यो । पात पलायो । फूल फुल्यो । फल लाग्यो । फलभित्र पनि बीजको प्रादुर्भाव भयो । त्यस बीजमा पनि त्यस्तै बोट उमानै शक्ति

निहित भयो । त्यस शक्तिको कारणले अंकुरित हुँदा जरा, डाँठ, पात, फल र फेरि बीजको सम्भाव्यता व्यूँभियो । यो क्रम विना रोकटोक चलि नै रहन्छ । त्यसको प्रत्ययको रूपमा किसानको सीप र जाँगर, ऋतु, मल, जल, उर्बरा माटो आदि आउँछन् । बीज भएसम्म र त्यसले उर्बरा माटो पाएसम्म यो क्रमले निरन्तरता पाइ नै रहन्छ । फल नचाहनेले बीजलाई कि त उर्बरा भूमि नदिनुप्यो कि त त्यस बीजलाई मकै भुटेभै भुटिदिनुप्यो । भुटेको बीज त अंकुरित हुँदैन ।

कारण र कार्यले एक अर्कालाई पछ्याइरहेकै हुन्छ । कारण भएसम्म कार्य वा प्रभावले त पछ्याइरहेकै हुन्छ । यहाँ कारण भनेको तृष्णा हो र कार्य (प्रभाव) भनेको दुःख हो । यसलाई टक्क रोकन कि त कारण नै नबनाउनुप्यो कि त कार्य हुँदा आफ्नोतर्फबाट आसक्तिपूर्ण कुनै प्रतिक्रिया नगरिकन प्रज्ञापूर्वक तटस्थ भई समता-धर्मको पालना गर्नुप्यो ।

त्यस्तै कर्मबीज रहेसम्म जन्म र मरणको चक्र घुमि नै रहन्छ । जब कर्मबीज सकिन्छ, जन्म लिइरहनुपर्ने र मरण भइरहनुपर्ने कारणको पनि अन्त्य हुन्छ । प्रतीत्यसमुत्पादको सिद्धान्तबाट यही कुराको सन्देश मिल्दछ । यसबाट आत्माको अस्तित्व नभएको पनि पुष्टि मिल्दछ । प्रकृतिको रीत नियमको वर्चश्व र प्रभावकारिताको प्रमाण यसबाट उजागर हुन्छ । प्रकृतिको नियमबाटै सम्पूर्ण काम नियमित भइरहेको हुन्छ । यसले माथि दिइएको प्रतीत्यसमुत्पादको आधार मुखरित भएको प्रतीति दिन्छ ।

८) समस्याको जड र समाधानको उपाय

कारण भएपछि कार्य अथवा प्रभाव अथवा दुःख हुन्छ । कारण

भएसम्म प्रभावबाट उम्किन सकिँदैन । प्रभाव (दुःख)बाट उम्किन चाहनेले कारणलाई नै प्रथमतः हटाउनुपर्दछ वा कारण नबनाउनुपर्दछ । कारण पनि बनाई प्रभाव (दुःख) पनि चाहिँदैन भन्नु किमार्थ मिल्दैन ।

समस्याको ठीक पहिचान गर्न नसक्नु, समस्याको जड पकन नसक्नु । समस्याको निर्माण कसरी हुन्छ भन्नबारे अनभिज्ञ रहनुबाट नै समस्या भूयागिन जाने हुन्छ । फेरि समाधान के हो, केका लागि र कसरी गर्ने भन्नेबारे पनि मानिस अन्यमनस्कता र अनिर्णयको दोसाँधमा रूमल्लिरहेको कारणले पनि समाधान पत्ता लगाउने भन्दै समस्या थप्ने काममा अग्रसर भइरहेका हुन्छन् । सच्चा समाधानको उपाय फेला पार्न सकिरहेको छैन । माछा माछा भन्दै भ्यागुता समातिरहेका हुन्छन् । यसरी त समस्या जिउँदै रहन्छ र समाधानको बाटो दृढिगोचर हुँदैन । हामी समस्याको समाधान पनि खोज्दछौं, समस्या पनि बढाउँछौं । विडम्बना यसैमा छ ।

बीजारोपण गर्ने पनि हामी नै हौं, फल भोग्ने पनि हामी नै हौं । दुःखको कारण बनाउने पनि हामी नै हौं, दुःख भोग्ने पनि हामी नै हौं । बुद्धिमानी त यसैमा छ कि आफ्नोतर्फबाट दुःखको कारणलाई बन्नबाट रोकौं र दुःख-मुक्तिको अवस्था निर्वाणको भागिदार बनौं । जस्तो बीज उस्तै फल भनेपछि बीज रोप्दा सुखको नै रोप्नुपर्दछ अनि सुख हाम्रो पोल्तामा पर्दछ । दुःखको बीज रोपे दुःख नै त आइपर्दछ ।

दुःखका कारणहरू अविद्या र तृष्णा नै हुन् । बीज छैन भने फल पनि छैन । त्यस्तै तृष्णा वा अविद्या छैन भने दुःख पनि छैन । कुनै मनपर्ने वस्तु, व्यक्ति र परिस्थितिमा अज्ञानतावश आसक्ति जगाउनु र कुनै मन नपर्ने वस्तु, व्यक्ति र परिस्थितिमा दुर्भाव र द्वेष जगाउनु नै दुःख उत्पतिको प्रमुख कारण हो । यसलाई एउटा सूत्रमा व्यक्त गर्न

सकिन्छ। 'छ आसक्ति, छ दुःख, छैन आसक्ति छैन दुःख।' जति प्रतिशत आसक्ति, त्यति प्रतिशत नै दुःख सम्भव हुन्छ। कुनै मन नपर्ने वस्तु वा व्यक्तिले वास्तवमा दुःख दिने होइन, तिनप्रतिको आसक्तिले नै दुःख निम्त्याउँछ।

यसरी दुःखरूपी समस्याको गाँठो कस्सिदै जान्छ। आसक्तिको ठाउँमा त्याग वा यथार्थ ज्ञान जगाउन सकेमा त्यसबाट आउने दुःखलाई प्रकट हुन नदिदै वा न्यूनीकरण गर्दै लान सकिन्छ। यसरी दुःखरूपी समस्याको गाँठोलाई फुकाउँदै दुःख-मुक्तिरूपी समाधानको बाटोमा निष्फिक्री अगाडि बढ्न सकिन्छ। निरन्तरको अभ्यास चाहिन्छ, यसमा असम्भवको प्रश्न नै नउब्जिने हुन्छ। भगवान बुद्ध भन्नुहुन्छ – “भाविता बहुली कता”। निरन्तर अभ्यास गर्दै जानुपर्दछ। यो काम पनि मानिस स्वयंले गर्नुपर्दछ। कसको भर पर्न हुँदैन। अर्को ठाउँमा भगवान भन्नुहुन्छ – “तुम्हे हि किच्चं आतप्पं अक्खातारो तथागता।” काम त स्वयं तिम्री आफैले नै गर्नुपर्दछ, तथागतले त बाटो मात्र देखाइदिनु हुनेछ।

११) उपसंहार

मानिस स्वयं विवेकशील प्राणी हो। यसो भएमा, त्यसो हुन्छ। कारण भएमा प्रभाव पर्दछ। यहाँ कारणको अर्थ आसक्ति हो र प्रभावको अर्थ दुःख हो। त्यसो नहोस् भन्ने चाहनेले यसो गर्नु भएन। प्रभाव नपरोस् भन्ने चाहनेले कारण बनाउन भएन। यसो पनि गर्ने त्यसो पनि नहोस् भनेर चाहने कुरा युक्तिसंगत हुँदैन। फेरि यसो नभएमा त्यसो पनि हुँदैन। यसको अर्थ कारण नै नभएमा प्रभाव पनि हुँदैन। अर्थात् अविद्या वा तृष्णा नै नभएमा दुःखको सम्भाव्यता नै हुँदैन। आधुनिक

विज्ञान पनि कारण भएमा प्रभाव हुन्छ, कारण नभएमा प्रभाव हुँदैन भन्ने सिद्धान्तको आधारमा आधारित भएको पाउँछौं।

कर्मबीज भएर नै जन्मफल पाइने हुन्छ। जन्म हुनुलाई नै दुःखको स्रोत मानिएको छ। किनकि रोग, बूढ्याई र मृत्यु जन्मबाट मात्र सम्भव हुन्छ। त्यसैले जन्मरूपी दुःखको स्रोतलाई सुकाइदिनु नै सम्पूर्ण दुःखबाट उतीर्ण हुनु हो। बीजलाई राम्रो धरति नदिनु वा बीजलाई भुटिदिनु नै दुःखरूपी तीतो फल पाउनुबाट बच्नु हो। त्यसको लागि नै धर्मको अभ्यास चाहिएको हो। जन्मलाई निरन्तरता दिन धर्मको आवश्यकता हुँदैन। जन्मरूपी बीजलाई भुटिदिन शील, समाधि र प्रज्ञाले संयुक्त सद्धर्मको धारण, पालन र निरन्तरको अभ्यास हामीलाई अनिवार्य हुन्छ।

अन्त्यमा, बीज – फल – बीजको निरन्तरताबाट त्राण पाउनुपर्दछ। अथवा दुःखको भुमरीमा पिल्सिनुबाट त्राण पाउनुपर्दछ। वारम्बार जन्म-मरणको चक्रमा पिल्सिरहनु कुनै अर्थमा बुद्धिमानी होइन। यस चक्रबाट जति सकिन्छ त्यति चाँडो उम्किनु नै श्रेयष्कर हुन्छ। यस संसाररूपी दुःखको कारागारबाट मुक्त हुनसक्नुमा नै हाम्रो पुरुषार्थ छ। अस्तु !

मनुष्य जन्मको महत्व र महिमा

(१) मनुष्य र अन्य जीवमा समानता

(क) भौतिक आधारलाई लिएर हेरेमा मनुष्य र अन्य जीवहरूमा खास भिन्नता देखिँदैन। तर आध्यात्मिक आधारलाई मध्य नजरमा राखी हेरेमा मनुष्य र अन्य जीवहरूमा आकास जमिनको अन्तर भेटिन्छ। सबै जीवहरूलाई बाँच्नको लागि खाना चाहिन्छ। खानाविना जीवन सुचारु हुँदैन। धेरथोर, मीठो नमीठो स्तरयुक्त स्तरहीन जुन भए पनि जति परिमाणमा भए पनि खाने कुरा नभई जीवन धान्न सकिँदैन। यस सम्बन्धमा मनुष्य र अन्य जीवहरूमा कुनै अन्तर देखिँदैन।

(ख) सबै जीवलाई निन्द्रा चाहिन्छ। कामपछि आराम चाहिन्छ। त्यस्तै दिनभरिको दौडधूपपछि रातको निन्द्रा आवश्यक हुन्छ। कामपछि आराम चाहिन्छ। यस सम्बन्धमा पनि मनुष्य र अन्य जीवमा केही अन्तर देखिँदैन।

(ग) सबै भयदेखि त्रसित हुन्छन्। भयमुक्त हुन जीवहरू लालयित हुन्छन्। मानिस पनि भयदेखि त्राण पाउन प्रयत्नशील रहन्छन्। अनिकालको भय, आफ्ना शत्रुबाट आक्रमण हुने भय, आफ्नो भविष्य असुरक्षा हुने भय, आफ्ना सन्तानको भविष्य निर्माण राम्ररी नहोला कि भन्ने भय, मान हानीको भय, आवश्यकता पूर्ति नहुने भय, ज्यान जोगाउन नसकिएला भन्ने भय इत्यादि अनेकन भयले जीवहरू आक्रान्त

हुन्छन्। यस हिसाबले पनि मनुष्य र अन्य जीवमा अन्तर देखिँदैन।

(घ) जीवहरू सबै धेरथोर मात्रामा मैथुनमा रत रहन्छन्। सन्तानोत्पादन गर्नु र आफ्नो वंश वृद्धि गर्नु उनीहरूको नैसर्गिक अधिकार एवं कर्तव्य पनि हो।

(ङ) मानिस मात्र होइन अन्य जीवहरू पनि चेतनशील छन्। भोक लागे खानुपर्दछ। पानीमा रूभे ओत लाग्नुपर्दछ। आफ्ना शत्रुदेखि बच्न टाउको लुकाउनुपर्दछ। आफ्ना अहित साधनेहरू देखेमा आक्रमणको लागि तयार हुनुपर्दछ। आफ्ना मित्र वा प्रियप्रति स्नेह र प्रेम प्रकट गर्नुपर्दछ। मानिस पनि यस्तै गर्दछन्। विवेकशील मात्र सबै समानरूपले हुँदैनन्।

२) मनुष्य र अन्य जीवमा असमानता

माथि वर्णित समानताको वावजूद पनि मनुष्य अन्य जीवहरूभन्दा असमान छन्। मानिस चेतनशील भइकन पनि विवेकशील छन्। उसमा ठीक बेठीकको ज्ञान हुन्छ। कुशल अकुशलको ज्ञान छ। इहलोक र परलोकको कल्याण हुने नहुने कुराको ज्ञान छ। सबै नै मानिसहरूमा यस्तो ज्ञान नभए तापनि मनुष्य जातिमा यस्तो ज्ञान र क्षमता विद्यमान छ।

मानिसमा जीउनको लागि आहार, निन्द्रा, भय र मैथुनको आवश्यकताको पूर्ति भएर मात्र पुग्दैन, आध्यात्मिक ज्ञान र पोषणको पनि उत्तिकै जरूरत हुन्छ। अन्य जीवहरूमा यस्ता ज्ञानको आवश्यकताको महसुस नै हुँदैन। आध्यात्मिक ज्ञानको सन्दर्भमा विभिन्न मानिसहरूले विभिन्न विचार र मान्यता बोकेका हुन्छन्। तर शील स्वभाव सपार्न, आफ्नो जीवनको साथै अन्यको जीवनमा प्रतिकूल असर नपार्न, सुख

र शान्तिका साथ जीवन बिताउन वा बिताउन दिन शीलको नितान्त दरकार पर्दछ। शीलविनाको जीवन पशुवत हुन्छ। यसैले पनि भन्न सकिन्छ, मानिसलाई पशुहरूभन्दा उच्च स्थानमा राख्ने तत्वको नाम हो – शील।

मन बेलगाम र बेकाबू भएमा जीवन तहस नहस हुन्छ। आफ्नो साथै अर्काको जीवनमा तुफान ल्याइदिन्छ। मन व्यवस्थित र नियन्त्रणमा भएमा मनले अनेक ताण्डव नृत्य मच्चाउन सक्दैन। व्यक्ति र समाजमा सुख शान्ति स्थापित गर्न व्यक्ति व्यक्तिले आआफ्नो मनलाई आफ्नो वशमा राख्नुपर्दछ। त्यसको निमित्त समाधिको अभ्यास पनि चाहिन्छ। यहाँ समाधिको अर्थ सम्यक समाधि हो भन्ने कुरा बुझ्नुपर्दछ। सम्यक समाधिमा फर्त मनलाई काबुमा राख्ने काम हुन्छ। यसैले व्यक्तिलाई सुसभ्य, सुसंस्कृत र उन्नत बनाउँछ। अतः मानिसलाई अन्य जीवहरूदेखि भिन्न र उन्नत बनाउने कडीको नाम हो – समाधि।

समाधिको पूर्ण अभ्यासबाट प्रज्ञालाई विकसित पार्न सकिन्छ। प्रज्ञाको अर्थ यथार्थ ज्ञान हो। भावनामयी प्रज्ञा हो। अनुभवजन्य ज्ञान हो। प्रज्ञारूपी यस औजारले ल्केशरूपी भ्रूयाङ्गलाई सफाचत पारी चित्तलाई निर्मल पार्ने काम गर्न सकिन्छ। हामीलाई भव-चक्रमा पिल्साई जन्मजन्मान्तरसम्म दुःख दिइरहने तत्व भनेको हामीले यस वर्तमान जीवनमा र अतीतको जीवनहरूमा गरेका कुशलाकुशल कर्म वा बनाएका भव-संस्कार नै हुन्। ती भव-संस्कारहरूलाई कमशः निखार्ने काममा प्रयुक्त हुने सशक्त औजार भनेको प्रज्ञा नै हो। त्यसैले हामीमा प्रज्ञाको विकास हुनुपर्दछ। यसको सफल र निपुणतापूर्वक प्रयोगद्वारा ल्केश वा आस्रवको क्षय गरी सम्पूर्ण दुःख-वन्धनबाट सर्वथा मुक्त पार्ने काम प्रज्ञाको सम्बर्द्धनबाट मात्र सम्भव हुन्छ। प्रज्ञाको अर्थ नै यथार्थ ज्ञान।

अनुभवजन्य ज्ञान। अतः मानिसलाई अन्य जीवहरूदेखि भिन्न र उन्नत बनाउने कडीको नाम हो – प्रज्ञा।

यसरी हामीले बुझ्न सक्दछौं कि शील, समाधि र प्रज्ञा नै मानिसका निधि हो। कल्याणकारी महौषध हो। यो त्रिविध शिक्षालाई आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग वा मध्यम मार्ग भनिन्छ। यसलाई सद्धर्म पनि भनिन्छ। यसैद्वारा मानिसलाई पृथक र सर्वोच्च स्थानमा आसिन हुन मद्दत गर्दछ।

३) मनुष्य जन्म दुर्लभ छ ।

क) मनुष्य जन्म दुर्लभ छ। यो यसैले कि मनुष्य चेतनशील भइकन पनि विवेकशील छ। उसले ठीक बेठीक, सत्य असत्य र मानवोचित अमानवोचित कर्मलाई छुट्टयाउन सक्दछ। मानिसले नै धर्म-कर्मका कामहरू सम्पादन गर्न सक्दछ।, पाप-पुण्य, कुशल-अकुशल, धर्म-अधर्म, नैतिक अनैतिक कर्महरूको भिन्नता बुझ्न सक्दछ र पुण्य, कुशल, धर्म र नैतिक कर्महरूको छनोट गरी आफूलाई सुसभ्य, सुसंस्कृत र व्यवहारकुशल बनाउन सक्दछ। जीवनलाई सुखमय, सुरक्षित र मोक्षमुखी बनाउन सक्दछ। जीवनलाई सार्थक र सफल बनाउन सक्दछ। यस्तो सुवर्ण अवसर मनुष्य जन्ममा मात्र भेटाउन सकिन्छ। यसैले पनि मनुष्य जन्मलाई दुर्लभ मानिन्छ।

ख) ‘नखसिखसुत्त’ अनुसार पनि मानिसको जन्म अल्प हुन्छ किनकि यो जन्म महत्वपूर्ण र सारपूर्ण हुन्छ भनिएको छ। मनुष्यभूमि सुगतिभूमिअन्तर्गत पर्दछ। सुगतिभूमि २७ छन्। मनुष्यभूमि – १, देवभूमि – ६, रूपभूमि – १६, अरूपभूमि – ४। जम्मा – २७। दुर्गतिभूमि मात्र ४ छन्। दुवै जोड्दा भूमि जम्मा – ३१ छन्। सुगतिभूमि

२७ मा जति सत्वहरू छ, तिनीहरूको दाँजोमा दुर्गतिभूमिमा भएका सत्वहरूको संख्या असंख्य छ। अवीचि नरकमा प्राणी भरिभराउ हुन्छ। यसबाट अकुशल कर्म गर्नेहरूको बाहुल्यतालाई पुष्पाउँछ। कुशल कर्म गर्नेहरू कम हुन्छन् र मनुष्यलोकजस्तो सुगतिमा जन्म लिनेहरू अल्प नै हुन्छन्। अधि नै पनि भनिएको छ ३१ भूमिहरूमा २७ सुगति भूमिमा बसोबास गर्नेहरू कम नै हुन्छन् बाँकी ४ भूमिमा बसोबास गर्नेहरू बेसी हुन्छ। यसबाट पनि मनुष्य जन्म दुर्लभ र अल्प छ भन्न सकिन्छ। यसले पनि मनुष्य जीवनको महिमा र गरिमा बढी भएको पुष्टि गर्दछ।

ग) हाम्रो चित्तमा प्रायजसो हरक्षण अकुशल चित्तको उत्पत्ति भइरहन्छ। कुशल चित्तक्षणको उत्पत्ति बिरलै हुनेगर्दछ। जसरी कुशल चित्तक्षणको उत्पत्ति कमै मात्र हुन्छ वा अल्प हुन्छ, त्यस्तै मनुष्य जन्म पनि अल्प नै हुन्छ।

घ) दिनभरमा हामीले आँखाले देख्ने, कानले सुन्ने, विषयहरूमध्ये राम्रा कुराहरू देख्ने सुन्ने घटनाहरू ज्यादै कम हुन्छ, प्रायःजसो त नराम्रा र काम नलाग्ने बाहियात कुराहरूको सम्पर्कमा नै आउँछौं। त्यस्तै असंख्य जीवहरूको जन्महरूमा मनुष्यको जन्म कल्याणकारी जन्म मानिन्छ र अल्प मानिन्छ।

ङ) त्यस्तै पापी र पुण्यात्माहरूको संख्यामा पनि पापीहरूको बाहुल्यता हुन्छ, पुण्यात्माहरू अल्प हुन्छन्। त्यसैले त दुर्गतिवासीहरू बढी हुन्छन्, सुगति भूमि वासीहरू कम हुन्छन्। यसले पनि पुष्टि गर्दछ कि मनुष्य जन्म दुर्लभ हो।

च) मनुष्य जीवन यसैले पनि गरिमामय छ कि यसै जन्ममा मानिसले दान, शील र भावनाको विकास गर्ने र अनुशीलन गर्ने अवसर जुरेको हुन्छ। शीलको पालन गरी जीवनलाई सुन्दरतम पार्ने, समाधिको

अभ्यास गरी राग र द्वेषलाई बढावा नदिने र प्रज्ञाको विकास गरी पुराना कर्मल्केशको निमित्त्यान्न गर्ने अवसर मनुष्यजन्ममा जुरेको हुन्छ। यस अवसरको भरपूर लाभ लिन मानिसले मात्र सक्दछ। अन्य प्राणीहरू यस अवसरबाट वञ्चित हुन्छन्। यसैले पनि मनुष्य जन्मलाई दुर्लभ भनिन्छ।

छ) हामीलाई थाहा भएकै कुरा हो – संसारमा मूल्यवान र महत्वपूर्ण कुराहरू कमै मात्र भेटिन्छ, छयासछयासति पाईदैन। त्यस्ता वस्तुहरू दुर्लभ नै हुन्छ। अमहत्वपूर्ण कुराहरू र मूल्यहीन कुराहरू जताततै असंख्य मात्रामा पाइन्छन्। मनुष्यको दाँजोमा कीट पतङ्गहरू असंख्य मात्रामा पाइन्छ। अपायभूमिमा बसोबास गर्नेहरूको संख्या पनि कम छैन। किनभने उनीहरूको जीवन महत्वपूर्ण र गरिमामय छैन। तर मनुष्यको जीवन गरिमामय छ त्यसैले मनुष्य जीवन दुर्लभ छ।

ज) मानिसहरू यदा कदा प्रश्न गर्दछन् – मनुष्यको जीवन त्यति गरिमामय छ भने मानिसको जनसंख्या किन यति धेरै छ? बुद्ध-शिक्षानुसार प्राणीहरूको जन्म र जीवन उनीहरूकै कर्मानुसार संचालित हुन्छ। कसैको चाहना अनुसार हुँदैन। कर्म अनुसारको जन्म र जीवन प्राणीले पाइरहेको हुन्छ। प्राणीले आफ्नो चुनावको जन्म चाहेर पनि पाउँदैन। कर्म मुताविकको जन्म पाइने हुनाले पूर्वजन्ममा कुशल कर्म गरेकै कारणले मनुष्य जन्म पाएको हुन्छ र संसारमा मनुष्यको संख्या बढ्न गएको हुनसक्छ। कुशल कर्म गर्नेहरूको संख्या अकुशल कर्म गर्नेहरूकोभन्दा बढी नै हुन्छ। पशु, पन्छी, कीरा फट्याङ्गा, कमिला, माहुरी, गड्यौंला, माछा लगायत पानीमा रहने अनेक प्रकारका जीवहरू र जमिनमा रंगने जमिनभिन्न रहने अनेक प्रकारका जीवहरूको संख्या मनुष्यको संख्याको अनुपातमा धेरै गुणा बढी छन्। भीना मसिना अदृष्ट प्राणीहरूको संख्या अनगिन्ती छ। अपायभूमिमा ओपपातिक

जन्म पाएकाहरू कति हो कति छन् । त्यसको लेखाजोखा भएको छैन र पो, हामी त्यस्तो कुरा गर्दछौं । हाम्रो लेखाजोखा त मनुष्यको मात्र भइरहेको छ । अतः मनुष्यको जनसंख्या बढ्न गएकोबारे प्रश्न खडा गर्दछौं । परापूर्वकालमा पनि मनुष्यको संख्या बढेको थियो होला त्यसबेला जनसंख्याको लेखाजोखा गर्ने चलन नभएर होला मनुष्यको जनसंख्या उल्लेख भएन । तर वास्तवमा भन्नुपर्दा मनुष्य जन्म दुर्लभ नै हो । यति सुन्दर र उपयोगी जीवन कम पुण्यले मिल्दैन ।

भ) मानिसले आज विज्ञान र प्रविधिको मद्दतले आफ्नो जीवन, परिवेश र विश्वलाई नै परिवर्तित गरिदिएको छ । विज्ञान र प्रविधिको संचालन सिर्फ मानिसले मात्र गर्न सकेको छ । अन्य प्राणीहरूले त्यसरी विज्ञान र प्रविधिको संचालन गर्न सक्दैन ।

ज) मनुष्य जीवनको महत्ता र गरिमा धेरै छ भन्ने कुरा यसबाट पनि थाहा लाग्दछ कि असल-कर्म गर्ने, दान-पुण्य गर्ने र पुण्य धर्म कमाउने यही मनुष्य जन्ममा मात्र सम्भव हुन्छ ।

ट) हामी मानिसहरू देवलोक वा स्वर्गमा जान हतार गर्दछौं, स्वर्गारोहनको कामना गर्दछौं । यो कुरा कति हास्यास्पद छ भन्ने कुरा त्यतिबेला थाहा लाग्दछ जब हामीलाई यो कुरा जानकारीमा आउँछ कि देवताहरू एक अर्कालाई शुभकामना वा आशिष दिँदा 'मनुष्यलोकमा जन्मन पाओस्' भन्दछन् ।

मानिसले पूर्वजन्ममा र वर्तमान जन्ममा पनि अनेकन अकुशल कर्महरू गरिसकेका छन् । ती कर्महरू नै हाम्रा दुःख बन्धनका कारणहरू बनेका छन् । तिनलाई हामीले अहिले मनुष्य जीवन छँदा नै निमित्त्यान्न पार्नुपर्दछ । यो कामको लागि समयको सदुपयोग गर्नुका साथै पुण्य संचय गरी ध्यान भावनामा रत रही प्रज्ञाको विकास गरी

कर्मसंस्कारहरूको विनास गर्ने जोहो गर्नुपर्दछ । यसमा हामी चुक्न हुँदैन । यसमा चुक्नुको अर्थ मानव जीवनको महिमा नबुझ्नु हो र यस्तो अमूल्य जीवनलाई त्यतिकै फाल्नु हो ।

ठ) मनुष्य जीवन कति मूल्यवान र गरिमामय छ भन्ने कुरा बुद्धले समेत बुद्धत्व प्राप्त गर्न मनुष्य योनीमै जन्मनुभएबाट प्रष्ट हुन्छ । सम्यक सम्बुद्ध हुन वा मार्गफल प्राप्त गर्न मनुष्यले मात्र सक्दछ, अन्य प्राणीहरूमा यो अवसर छोप्ने क्षमता नै हुँदैन । त्यसैले पनि मनुष्य जीवन दुर्लभ अथवा उच्च कोटीको छ भनिएको हो । कुशल कर्मको सम्पादनबाट र अकुशल कर्ममा नलाग्नुबाट इहलोक सपार्ने जोहो बन्दछ भने नयाँ कर्मबाट नयाँ कर्म संस्कार निर्माणमा रोक लगाई पुराना संस्कारलाई निर्जरा गर्ने उपायको अनुशरणबाट परलोक सपार्ने जोहो पनि यसै मनुष्य जन्ममा सम्भव हुन्छ । अन्य जीवहरूले यस्ता कुराबारे थाहा पत्तो पनि पाउन सक्दैनन् ।

शमथ समाधिको अभ्यासद्वारा मनलाई भट्कनुबाट रोक लगाउन सकिन्छ र विपश्यना समाधिको अभ्यासद्वारा मनलाई शुद्धिकरण गर्न सकिन्छ । यी दुवै काम सिर्फ मनुष्यले मात्र गर्न सक्दछ । अभ्यास कर्म नगर्ने व्यक्तिले यो काम गर्न पनि सक्दैनन् । त्यस्ता मानिसहरू मनुष्य भएर पनि मनुष्य हुनाको फाइदा लिन सक्षम हुँदैनन् ।

हामीलाई थाहा छ, मुक्ति मोक्ष र निर्वाणको काम भव सागरबाट सर्वथा उतीर्ण गराउनु नै हो । यस्तो अवस्था प्राप्त गर्न मनुष्य मात्र सक्षम हुन्छन् । मनुष्यले चाहेर मात्र यो सम्भव हुने होइन । यसको लागि परिश्रम र अभ्यास गर्नुपर्दछ ।

अमूल्य हीरा, मोती, मणी माणिक्य सजिलै यत्रतत्र पाइने वस्तु होइन । ती नगण्य मात्रामा हुन्छन् । सजिलै प्राप्य छैनन् । त्यस्तै उत्तम

मनुष्य जीवन पनि पाउन सरल हुँदैन ।

दान गर्ने, धर्म चेतना जगाउने, त्याग चित्त उत्पन्न गर्ने, मैत्री, करुणा, मुदिता र उपेक्षा भावनाको विकास गर्ने र निर्वाणसम्म पुग्ने हकदार मानिस मात्र हुन्छ, अन्य प्राणीले यस प्रकारका चित्तको विकास एवं जगेर्ना गर्न सक्दैनन् । मनुष्य लोकमा रहेर मानिसले सुख पनि अनुभव गर्दछ । र आफ्नो कर्मानुसार दुःख पनि भोग्नु पर्ने हुन्छ । अनि यसै जीवनमा दुःखबाट त्राण पाउन पुण्य कार्य, ध्यान कार्य पनि गर्न सकिन्छ । यसबाहेक यसै लोकमा लौकिक सुख भोग गर्नाको साथै लोकुत्तर सम्पतिको जगेर्ना पनि गर्न सकिन्छ । संचित कर्म ल्केश र आस्रवको क्षय गर्न सक्दछ ।

ड) यी दृष्टान्तरूबाट पनि मनुष्यभावको दुर्लभतालाई पुष्टि गर्दछ ।

संसारमा मूल्यवान वस्तुहरू कम मात्र छन् । ज्ञानी, सन्त, महन्तहरूको संख्या कम हुन्छ । सुन्दर, सुखकर र परोपकारी व्यक्तिहरू विरलै पाइन्छन् । धर्मात्मा, पुण्यात्माहरू नगन्य नै हुन्छन् । तिनीहरूको अनुपातमा अज्ञानी, दुर्जन, अहंकारी, स्वार्थी र मूर्खहरूको संख्या अत्यधिक मात्रामा हुन्छन् । हीरा मोती, मणी माणिक्य आदि बहुमूल्य वस्तुहरू, सज्जन, ज्ञानीहरू, सुसभ्य र सुसंस्कृत व्यक्तिहरू, सुन्दर ठाउँहरू, सुन्दर र आकर्षक फूलहरू र मनोरम दृष्यहरूको उपस्थिति र दर्शन विरलै मात्र हुन्छ ।

४) अन्धो कछुवाको उपमा

'नखसिख सूत्र' अनुसार मनुष्य जीवनको अल्पताको सम्बन्धमा एउटा अन्धो कछुवाको उपमा दिइएको छ । एउटा महासमुन्द्र छ ।

८५

'मनुष्य जन्मको महत्व र महिमा'

त्यसमा एउटा अन्धो कछुवा बस्दछ । त्यो कछुवाले १०० वर्षमा एकपल्ट आफ्नो टाउको समुन्द्रको सतहबाट माथि उठाउँछ । त्यहाँ एउटा जुवा पनि तैरिरहेको छ । १०० वर्षमा एकपल्ट पानीको सतहमा टाउको निकाल्दा बरू त्यो जुवाको प्वालमा उसको टाउको पर्न सक्दछ तर मनुष्यलोकबाट च्युत भई अपाय दुर्गतिमा पतन भएको सत्व फेरि मनुष्यलोकमै आउने मौका साँच्चै दुर्लभ हुन्छ । किनभने –

क) अपाय भूमिमा कुशल कर्म गर्ने अवसर हुँदै नभएको मात्र होइन, त्यहाँका सत्वहरूले कुशल अकुशल भन्ने समेत थाहा पाउँदैनन् ।

ख) अपायबासीहरूलाई दान शील भावनाबारे थाहा हुँदैन । यसो हुनाले अकुशल कर्ममा भ्रम भ्रम वृद्धि हुँदैजाँन्छ । जसरी समुन्द्रमा डुबेको डुङ्गा माथि आउन सक्दैन त्यस्तै अपायबासीहरू पनि मनुष्यलोकमा आउने कुरा दुर्लभप्रायः हुन्छ ।

सत्पुरुषहरू त अझ अल्प संख्यामा हुन्छ । सत्पुरुषहरूले धर्मलाई राम्ररी सुरक्षित पार्न सकेका हुन्छन्, अन्यले सक्दैनन् । त्यसैले पनि मिथ्यादृष्टि भव, दुष्चरित्र भव र अपाय भवको संख्या बढी हुन्छ । यसैले अपाय दुर्गतिमा पर्नेहरूको संख्या अत्यधिकरूपले बढी नै हुन्छ ।

सत्कायदृष्टिको कारणले नै मिथ्यादृष्टि फस्टाएको हुन्छ र अकुशल कर्ममा वृद्धि भई अपायभूमिमा खस्न पुगिन्छ । सत्कायदृष्टिलाई निर्मूल पार्न दृढतापूर्वक समथ विपश्यनाको अभ्यासमा लाग्नुपर्दछ ।

५) पानीमा डुबेको डुङ्गाको उपमा

जसरी समुन्द्रमा डुबेको डुङ्गा माथितिर आउन सक्दैन, त्यसरी नै अपायभूमिमा खसेका प्राणीहरू जन्मजन्मान्तरसम्म पनि माथिको योनीमा आउन सक्दैनन् । उनीहरू तलतिर नै थिग्रिएर रहन्छन् ।

'मनुष्य जन्मको महत्व र महिमा'

८६

मनुष्यजस्तो सुगति योनीमा जन्मेकाहरू आफ्ना पुण्यकर्मको अभिवृद्धिद्वारा अपाय योनीमा खस्दैन् । अपायभवमा परेकाहरूले दान पुण्य धर्म गर्न जान्दैनन्, गर्दैनन् पनि । त्यसैले उनीहरू सुगति भवमा आउन सक्दैनन् । अन्धो कछुवाको उपमामा जसरी त्यो कछुवा समुन्द्रको सतहमा १०० वर्षको एकपल्ट टाउको उठाउँदा जुवाको प्वालबाट आफ्नो टाउको निकाल्न समर्थ हुँदैन त्यस्तै ती अपायलोकवासीहरू पनि माथि आउन सक्दैनन् । संयोगले कालान्तरमा त्यस कछुवाले जुवाको प्वालबाट आफ्नो टाउको निकाल्न समर्थ हुन सक्ने अवस्था वा अवसर भिन्नो भएभैं ती अपायवासीहरूले पनि आफ्ना पूर्व कुशल चित्तकै कारणले कालान्तरमा माथि आउन समर्थ हुनसक्ने आसा साह्रै नै भिन्नो हुन्छ ।

६) मनुष्य जन्म कल्पवृक्ष समान

देवलोक वा ब्रम्हलोकमा पाउने सुख मनुष्यलोकमा रहँदा गरेको पुण्यको फलस्वरूप प्राप्त भएको हुन्छ । जस्तो बीउ उस्तै फल लाग्छ । मनुष्यलोकमा सम्पादन गरेका पुण्यकर्महरू त्यस सुखको बीउ समान हुन्छ ।

मनुष्यजन्ममा पाइने साहु, महाजन, राजा, मन्त्री एवं चक्रवर्तीको सुख ऐश्वर्यको जग पनि मनुष्य जुनीमा रहँदा गरेको पुण्यको आधारमा खडा भएको हुन्छ । यस्ता सुख ऐश्वर्यको लागि अन्य जन्महरू केही गर्न सकिदैन ।

मनुष्यजन्ममा बोधिको बीउ रोपी सुरक्षित गरे मात्र आर्य पुद्गलभावमा पुग्न सकिन्छ ।

यी कारणहरूले गर्दा नै मनुष्यभूमि कल्पवृक्षसमान हो भनिन्छ । देव, ब्रम्हा, मनुष्य, लौकिक र लोकुत्तर सुख सबै मनुष्यभूमिरूपी

कल्पवृक्षबाट उत्पन्न पात पतिंगर, फल र हाँगाबिगा समान हुन् ।

७) भवसम्पति र भोगसम्पति

मनुष्यरूप, मनुष्यनाम, मनुष्यसम्बन्ध समूहलाई भवसम्पति भनिन्छ ।

पुत्र, पुत्री, धनसम्पति, घरबार, खेत, सुनचाँदी, नगर ग्राम तथा साहु महाजन, राजा, लगायत चक्रवर्ती सुखलाई भोगसम्पति भनिन्छ ।

८) बुद्धशासन र मनुष्यभाव

१) भगवान बुद्धको शासन प्राप्त अवस्थामा अनन्त आनिशंस प्राप्त हुन्छ । बुद्धशासन नभएको बेला आनिशंस नदारदप्रायः हुन्छ । मनुष्य जन्म पाएको बेला आनिशंसको उपभोग गर्ने जोहो गरिहाल्नुपर्दछ ।

२) जबसम्म सक्कायदिट्ठ रहिरहन्छ, अतीतमा गरिएका भूलस्वरूपको दुष्चरित्र-कर्म हृदयमा निरन्तर रहिरहन्छ ।

३) रूप अरूप ब्रम्हा भई बसेता पनि अपायको डोरी अनन्तरूपले विद्यमान रहेको हुन्छ ।

४) सक्कायदिट्ठ रहेसम्म अनन्त दुष्कर्म गराउने मिथ्या बीज पनि अनन्त नै हुन्छ ।

५) जब अनन्त लक्षणलाई राम्ररी भाविता गरी सक्कायदिट्ठको निरोध हुन्छ, अतीत र अनागतका अनन्त दुष्चरित्र कर्महरू एकसाथ निरोध हुन्छन् । संसारमा अनवरत घुमिरहे पनि अनन्तलक्षणको भाविताको सिद्धिबाट अपायलोकमा जानबाट रोक लाग्दछ । महान ऋद्धि, आनुभाव, सुख ऐश्वर्यसहित भएको उत्तम आर्य जाति, देव आर्य जाति र ब्रम्हा आर्य जातिमा मात्र उत्पति हुन्छ ।

६) बुद्धशासन ग्रहण गर्नु भनेकै सककायदिट्ठ निरोध गरी आर्य जातिमा पुग्ने शिक्षा धारण गर्न पाउनु हो । यस्तो व्यक्तिमा धर्मचक्षु सदा रहन्छ र तिनीहरू शासनबाहिर कहिल्यै पर्दैनन् । उनीहरूलाई निर्वाण प्राप्त नहुञ्जेल परियति, पटिपति र प्रतिवेध शासन प्राप्त भइ नै रहने हुन्छ । यस्तो महान आनिशंस पाएकालाई मात्र बुद्धशासनमा रहेका वा बुद्धशासन पाएका भन्न सुहाउँछ ।

८) चारथरीका मानिसहरू

- क) धर्मचित्त बढी र लौकिक चित्त कम भएका ।
- ख) लौकिक चित्त बढी र धर्मचित्त कम भएका ।
- ग) धर्मचित्त र लौकिक चित्त बराबर भएका ।
- घ) दुवैबाट वञ्चित भई निरर्थक काममा लागेका ।

कमशः



दानको महिमा

१) दान भनेको के हो ?

सामान्य अर्थमा दान भनेको 'दिनु' हो । आफूलाई मनपर्ने आफ्नै उपयोगी वस्तुलाई प्रशन्न चित्तले भित्र मनैदेखि त्याग गर्नु हो । एक अर्थमा दान र त्याग पर्यायवाची हुन् । तर पनि यी दुई शब्दमा सतही रूपमा उस्तै उस्तै अर्थ लागे पनि भित्री अर्थ केलाएर हेरेमा किञ्चित मात्रामा फरक भएको पाइन्छ । दान भनेको मनैदेखि कुनै वस्तुलाई अर्काको भलाइको लागि छोडिदिनु हो । त्यस वस्तुप्रति आफूमा भएको लगाव तथा पकडलाई खुकुलो मात्र होइन फेरि पाउने इच्छासमेत नराखी प्रशन्न चित्तले छोडिदिनु हो । दानमा आध्यात्मिक रसको साथै लोकुत्तर लाभको गुञ्जायस रहन्छ । तर केही कुरा प्राप्तार्थ दान दिन भने हुँदैन । संक्षेपमा भन्नुपर्दा दान भनेको त्यस दातव्य वस्तुप्रतिको आफ्नो आसक्तिको परित्याग हो । 'त्याग' शब्द सामान्य अर्थमा पनि प्रयोग हुन सक्दछ जसको अर्थ छोड्नु मात्र हुनजान्छ । के कस्तो उद्देश्यले छोड्ने भन्ने चेतना नहुन पनि सक्दछ । जस्तै मल मुत्रको त्याग इत्यादि । फेरि 'त्याग'ले नराम्रो उद्देश्य पनि बोकेको हुनसक्दछ ।

दानको उद्देश्य दातव्य वस्तुको त्याग हो । त्यो परोपकारको भावनाले ओतप्रोत हुनुपर्दछ । आफूलाई मन नपरेर वा दान दिने वस्तु पुरानो भएर, बिग्रिएर वा त्याग्ने बाध्यताले गरिएकोचाहीं हुनुहुँदैन । प्रतिग्राहकको भलाईको लागि अथवा परोपकारको भावनाले प्रेरित भएर 'दानको महिमा'

गरिएको त्याग नै दान हो । फेरि दान गर्दा चित्तशुद्धि गरेर वा श्रद्धा चित्त जगाएर गरिनुपर्दछ । भवभोगको लालसा यसमा कदापि हुनुहुँदैन । चित्तले दिन्छु भनेर त्यागको भावना उब्जाएर अर्काको भलो चिताई कुनै आवश्यक वस्तु प्रशन्न चित्तले ग्राहकको हातमा राखिदिनु नै साँचो अर्थमा दान हो । दानको उद्देश्य नै लोभ वा आसक्तिको त्याग हो । लोभले हानी सिवाय फाइदा दिँदैन । दानको महत्व लोभको स्थानमा अलोभ जगाउनु रहेको हुन्छ । अज्ञानतावश दानबाट लोभ जगाउनु कदाचित ठीक होइन । यो दान गराइबाट मेरो फलाना मनोरथ पूर्ण होस् भनेर आसिका गर्नु पनि बनियाँ प्रवृत्तिबाहेक अरु केही हुन सक्दैन । यस्तो प्रवृत्तिले त आसक्तिको मात्रालाई बढाउँछ । यसबाट दानको उद्देश्य विथोलिन्छ । दान लोभमा बदलिन्छ । धन ऋणमा परिणत हुन्छ ।

एक ठाउँमा दानको महिमा यसरी गाइएको छ –

**दानं विभूसनं, लोके दानं
दानं सगगस्स सोपानं
दानं सन्तिकरं सुभं ।**

अर्थ –

लोकमा दान भनेको दाताको विभूषण हो, अलंकार हो । दान स्वर्गको सोपान हो अर्थात् स्वर्ग उक्लने भय्याङ्ग हो । दान शान्तिदायक हुन्छ र शुभ पनि हुन्छ ।

अब सारांशमा दानका आधारहरू के के हुन् बुझौं –

- क) आफ्नो अधिकारको वस्तु हुनुपर्दछ ।
- ख) अरुको भलाइको लागि दिइएको हुनुपर्दछ ।
- ख) दान दिएपछि पश्चाताप गर्नुहुँदैन ।

९१

‘दानको महिमा’

- ग) दान दिएपछि सन्तोष मान्नुपर्दछ ।
- घ) स्वचित्त स्वमनले दान दिइनुपर्दछ ।
- ङ) लोभ चित्त नराखी दिइनुपर्दछ ।
- च) करकापमा परेर दान दिइनुहुँदैन ।
- छ) अर्काको हानी हुने उद्देश्य राख्न हुँदैन ।
- ज) वस्तुप्रतिको आसक्ति दानको अधि वा पछि पनि हुनुहुँदैन ।
- झ) बदलामा केही पाउने आसा राख्न हुँदैन ।
- ञ) वस्तुप्रति अनित्य र अनात्मभाव राखी दिइनुपर्दछ ।
- ट) चित्त प्रशन्न पारी दान दिइनुपर्दछ, इत्यादि ।

२) दान के होइन ?

कसैले केही कुरा कसैलाई दिँदा दान हुन सक्दैन । दानको दर्जा पाउन चित्तको चेतनाको कसौतिमा जाँच्दा दाताको चित्त स्वच्छ, र शुद्ध हुनुपर्दछ । करबरले दिइएको वस्तु दानमा गनिँदैन । फेरि अर्काको देखासिखीमा दिने वा दान दिन्छु भन्ने चित्त नहुँदै दिनुमा पनि दानको स्वच्छता रहँदैन । त्यस्तैगरी अनुपयोगी र आफूलाई समेत काम नदिनेखालको वस्तु दान भनेर दिनु पनि दानलाई नै खिल्ली उडाउने खालको दानमा दरिनजान्छ ।

आवश्यक वस्तु दिनुपर्दछ भन्दैमा जँड्याहालाई जाँड रक्सीको दान दिनु दान होइन । श्रमण ब्राम्हण, सन्त महन्तलाई दान दिँदा दानमा माछामासु, रक्सी, जुठो खाना, लसुन प्याजसहितको खाना दिनुहुँदैन । माछामासु खानै नहुने वस्तुचाहीं होइन वा खाएमा पाप लाग्नेचाहीं होइन तर आफू नै अग्रसर भई गरिष्ठ भोजन भन्ने थाहा पाउँदा पाउँदै दानकोरूपमा दिनुहुँदैन । अगाडि सुन्तलाको टोकरीबाट

‘दानको महिमा’

९२

सुन्तला भिकी दान गर्दा काँचो, गलेको, सानो दाना रोजेर प्रतिग्राहकलाई दिनु पनि उचित हुँदैन । दानमा चित्तशुद्धिलाई मध्यनजरमा राखिन्छ । प्रतिग्राहकको उपकारार्थ शुद्ध चेतनासहित भई दान दिँदा आफूलाई राम्रो, ठूलो, पाकेको सुन्तला मन परेजस्तै अरूलाई पनि त्यस्तै राम्रो, पाकेको र ठूलो दाना मनपर्छ भन्ने सोची त्यस्तै सुन्तला रोजी उदात्त मनले दान दिनु नै सच्चा दानमा दरिन्छ । प्रतिस्पर्धा गर्ने दृष्टिकोणले पनि दान दिनु उपयुक्त हुँदैन । दानदिइसकेपछि दिइएको वस्तुप्रति लोभ चित्त जगाउनु वा दान दिइसकेपछि थक थक मान्नु पनि दान दिइएकोमा गनिँदैन । त्यसैले आफूलाई मन नपर्ने वस्तु दानमा दिनु, नराम्रो वस्तु दानमा दिनु, प्रतिस्पर्धामा गएर दान दिनु, दान दिइसकेपछि पश्चाताप गर्नु, जाँड रक्सी, विष, हतियार इत्यादि दानमा दिनु, बदलामा केही पाउने लोभसहित भई दान दिनु, मन नलागी नलागी दान दिनु इत्यादि पनि शुद्ध दान होइन । दिइटोपलेको मात्र हो । यसबाट दान दिनाको फल प्राप्त हुँदैन ।

लोभ, भय र पन्छाउने दृष्टिले केही दिनु पनि दान होइन । उदाहरणको लागि, कोही माग्ने पसलको ढोकामा उभिएर केही मागिरहेको छ । माग्ने कराइरहेको पसलेले सुन्नै चाहँदैन । उसलाई डिस्टर्भ भएको भान हुन्छ । उक्त पसलेले पसलमा गाहाकीको भीड छ भनेर उसलाई ढोकाबाट धपाउने वा पन्छाउने नियतले एक रूपियाँ हुत्याईदिन्छ ताकि ऊ छिट्टै त्यहाँबाट जाओस् । यो पनि दान दिएको भएन । बरू आफैँ ऊनिर गएर त्यो रूपियाँ उसको हातमा चित्तमा मैत्री र करुणा पल्लवित गरी राखिदिएको भए त्यो दानमा गनिन्थ्यो र पुण्यलाभी पनि होइन्थ्यो । कुन दान हो कुन दान होइन भन्ने कुरा यसै उदाहरणबाट प्रष्ट हुन्छ । जाँड रक्सी, विष, हतियार दानमा दिँदा प्रतिग्राहक त्यसबाट लाभान्वित

हुनुको सट्टा उसको आफ्नै अपकार हुने र उसमार्फत अरूलाई पनि अपकार मात्र हुनजान्छ । परोपकारको भावनाले दान दिनुपर्नेमा परापकारको दृष्टिले दिएजस्तै हुनजान्छ । त्यसैले दान दिने मात्र भनेर हुँदैन । दान दिन पनि जान्नुपर्दछ ।

अब संक्षेपमा दान के होइन भन्ने आधारका बारेमा बुझौँ –

- क) अहंकार वा हीन भावनाले ग्रसित भई दिनु दान होइन ।
- ख) प्रतिस्पर्धामा फसी दान दिनु दान होइन ।
- ग) लोभले आक्रान्त भई दिनु दान होइन ।
- घ) दम्भ प्रदर्शन गर्ने उद्देश्यले दिनु दान होइन ।
- ङ) अरूको अपकार हुने वस्तु दानमा दिनु पनि दान होइन ।
- च) नीच वा हेयदृष्टिले दिनु दान होइन ।
- छ) अर्काको वस्तु चोरी गरी दान दिनु दान होइन ।
- ज) चित्त डाँवाडोल हुने गरिदिनु दान होइन ।
- झ) अधि पछि वा दिइञ्जेल पनि चित्त खिन्न पार्नु शुद्ध दान होइन ।
- ञ) देखासिकी र करकापमा परी दिनु दान होइन, इत्यादि ।

३) दान र लोभमा भिन्नता

- १) दान त्याग हो भने लोभ संग्रह हो ।
- २) आसक्तिको त्याग दानको प्रमुख विशेषता हो भने आसक्तिको परिग्रह लोभको मूल हो ।
- ३) दान भनेको लोभ होइन, लोभ भनेको दान होइन ।
- ४) संसार-चक्र तोड्न दानले सकारात्मक भूमिका खेल्दछ तर लोभले संसार-चक्रलाई प्रवर्तन हुनमा ऊर्जा थप्दछ ।
- ५) दान शित्तल जल हो भने लोभ पोल्ने आगो हो ।

- ६) दानको प्रशंसा यत्रतत्र गरिन्छ तर लोभको निन्दा मात्र हुन्छ ।
- ७) दानले लोकतत्र सम्पतिको जगेर्ना गर्दछ भने लोभले लौकिकतामा अल्झाई दुःखको सम्बर्द्धन मात्र गर्दछ ।
- ८) दान सुखको द्योतक हो भने लोभ दुःखको मूल धार हो ।
- ९) आध्यात्मिक जीवनमा दान मित्र हो तर लोभ शत्रु हो किनभने दानले देवलोकको सुख दिन्छ तर लोभले नर्कमा प्रस्थान गराउँछ ।
- १०) आध्यात्मिक भाषामा दान पुण्य हो र लोभ पाप हो ।
- ११) दान सुखको आधार हो, लोभ दुःखको पूर्वाधार हो ।
- १२) दानले धन (+) को र लोभले ऋण (-) को काम गर्दछ ।
- १३) दानले मानसिक शान्ति र सन्तोष दिन्छ भने लोभले मानसिक अशान्ति र असन्तुष्टि मात्र ।
- १४) दानले परहितार्थ मुट्टी खोल्ने काम गर्दछ, लोभले मुट्टी कस्दछ ।
- १५) दानले सुखदायी कारण जुटाउँछ भने लोभले ल्केश बढाउँछ ।
- १६) दान कुशल कर्म हो भने लोभ अकुशल कर्म ।
- १७) दानमा आलम्बनमा नटाँसिने स्वभाव हुन्छ तर लोभमा टाँसिने ।
- १८) अनित्यभावको ज्ञानको कारणले दानलाई प्रोत्साहित गर्दछ तर लोभ चित्तमा अनित्य, दुःख र अनात्मभाव कति पनि हुँदैन ।
- १९) दानले शत्रुता हटाउँछ तर लोभले शत्रुता बढाउँछ ।
- २०) दानमा स्वार्थको तिलाञ्जली हुन्छ, लोभमा स्वार्थको पोषण हुन्छ ।
- २१) दानीले यश, मान र प्रशंसा पाउँछ तर लोभीले तिरस्कार, हेला, बेइज्जति र छि छि दूर दूर मात्र पाउँछ ।
- २२) दानको फल हृदयग्राही, स्वादिष्ट र रसयुक्त हुन्छ तर लोभको फल तीतो, गरिष्ट र दुःखदायी हुन्छ ।
- २३) दान कुनै पनि मानवीय एवं प्राकृतिक घटनाबाट निष्प्रभावित

हुन्छ तर लोभ लोभजन्य वस्तुहरूबाट शिघ्र प्रभावित भई विनासमा पुग्दछ ।

- २४) दानले आफ्नो वस्तु अरूलाई दिएर पनि सन्तुष्टि र सुख दिन्छ तर लोभले अर्काको वस्तु आफूले पाएर पनि असन्तुष्टि र दुःख दिन्छ ।
- २५) दान औषधि हो भने लोभ रोग-व्याधि हो ।
- २६) दानमा अरूलाई पनि दिऊँ भन्ने चाहना निहित हुन्छ भने लोभमा 'मै मात्र खाऊँ, मै मात्र जिऊँ' भन्ने भावना सजीव हुन्छ ।
- २७) दानले मानिसलाई दैवत्वमा पुऱ्याउँछ भने लोभले मानिसलाई दानवत्वमा पुऱ्याउँछ ।
- २८) दान दया, मैत्री, करुणा र उदारताको ज्वलन्त नमुना हो तर लोभ स्वार्थ, अमैत्री, र कृपणताको प्रमाण हो ।
- २९) दानले उच्च बनाउँछ तर लोभले नीच बनाउँछ ।
- ३०) दान देवमुकुटको हीरा हो भने लोभ गन्डाउने नालको कीरा हो ।
- ३१) दान स्वच्छ, र शित्तल हुन्छ तर लोभ भय र चिन्ताग्रस्त हुन्छ ।
- ३२) दान शीलले सिंचित हुन्छ तर लोभ राप तापले ग्रसित हुन्छ ।
- ३३) दानमा प्रशन्नता हुन्छ तर लोभमा खिन्नता र पश्चाताप हुन्छ ।
- ३४) दानले परलोकलाई पनि सपार्छ, लोभले इहलोकलाई पनि बिगार्छ ।
- ३५) दानले गौरव बढाउँछ तर लोभले गौरवहीन बनाउँछ ।
- ३६) दान जीवनको सार हो तर लोभ जीवनको भार हो ।
- ३७) दान श्रद्धाको द्योतक हो तर लोभ अश्रद्धाको पराकाष्ठा हो ।
- ३८) दान लोभमाथिको विजय हो तर लोभ आफैमाथिको पराजय हो ।
- ३९) दानले आफू र अर्का दुवैको उपकार गर्दछ तर लोभले आफू र अर्का दुवैको अपकार गर्दछ ।
- ४०) दान स्वर्ग चढ्ने सोपान हो तर लोभ नरक भर्ने भ्याङ्ग हो ।

३) दानमा के दिने, कसरी दिने, किन दिने, कसलाई दिने, कति दिने ?

दान दिनेबारेमा केही केही कुरा उल्लेख भइसकेको छ । अब दान दिनेबारेमा अन्योलता हटाउने उद्देश्यले जान्नुपर्ने केही बुँदामा प्रकाश पारिन्छ । यसबाट पाठकवर्ग लाभान्वित हुने आसा गर्न सकिन्छ । प्रायः मानिसहरू दान दिनेबारे अन्योलमा परेका देखिन्छन् । दानमा के दिने, कसलाई दिने, कति दिने, कसरी दिने र किन दिने, भन्नेबारे यकीन हुँदैनन् । दिने कि नदिने भन्नेबारेमा पनि अनभिज्ञ हुन्छन् । यी कुराहरूको सम्बन्धमा दानको महिमा बुझ्न अनिवार्य छ । यस हेतु पनि यसबारे चर्चा गर्नु उपयुक्त हुनेछ । यसबाट दान दिनुको तात्पर्य र दान दिँदा जान्नुपर्ने पूर्वाधारहरूको सन्दर्भमा प्रकाश हुनेछ, भनी आश्वस्त हुन सकिन्छ ।

क) दानमा के दिने ?

दान भनेपछि केही दिने भन्ने अर्थ लाग्दछ । खासगरी दानले वस्तु दान भन्ने बुझाउँछ । वस्तु भन्दाखेरि चीजबीज, लुगाफाटो, खानेपिउने सामान, लेख्ने पढ्ने सामग्री, भाँडाकुँडा तथा अन्य उपयोगी वस्तुहरूको ताँती लाग्दछ । जुनकुरा पाउँदा प्रतिग्राहक लाभान्वित हुन्छ र उसको उपकार हुन्छ त्यही नै दाताले दानमा दिनुपर्दछ । ती वस्तुहरू समानरूपले त्यतिकै समयसम्म प्रयोगमा ल्याइन सकिँदैन । कुनै वस्तु अलि धेरै समयसम्म त कुनै वस्तु ज्यादै थोरै समयसम्म उपयोगमा ल्याइन सकिन्छ । जस्तै खाना पिनाका सामानहरू तुरुन्तै सिद्धि सक्दछ र तुरुन्तै पूर्ति गर्नुपर्ने हुन्छ भने लुगाफाटाहरू अलिक बढी समयसम्म काममा आउन सक्दछन् । कुनै कुनै दान त स्थायीत्व बोकेसरह अलि बढी नै समयसम्म नै प्रयोगमा आउँछन् जस्तै जग्गा दान, विहार दान

इत्यादि । रूपियाँ पैसा द्रव्य वस्तुमा आउँछ । रूपियाँ पैसाले अन्य इच्छित वस्तुको खरीद गर्न सकिन्छ तर अन्य वस्तुले तत् तत् वस्तुको उपयोग मात्र हुन सक्दछ । त्यसैबाट अन्य वस्तुको इच्छा पूर्ति हुन सक्दैन ।

जे होस् वस्तु दानले प्रतिग्राहकको अल्प समयको लागि भए पनि गर्ज टारिदिन्छ । दाताले दानबाट पुण्य आर्जन गर्दछ । यसमा प्रतिग्राहकले पनि लोभ जगाउन हुँदैन दाताले पनि दान दिँदा सतर्कता अपनाउनुपर्दछ, ताकि दान अपदानमा परिणत नहोस् । अधि माथि बताइएजस्तै दानका आधारहरूलाई व्यवहारमा उतार्नुपर्दछ ।

त्यसैले भन्न सकिन्छ दानमा त्यस्तो वस्तु दिन सकिन्छ जुन वस्तु प्रतिग्राहकको भलाइको लागि होस् तर त्यो वस्तु चोरेर ल्याएको नहोस्, आफ्नै स्वामित्वमा भएको होस्, आफ्नै इच्छाले सश्रद्धा दिइएको होस् । वस्तु पनि शुद्ध र स्वच्छ होस्, दाताको मन पनि शुद्ध र स्वच्छ होस्, अझ त प्रतिग्राहकको मन पनि शुद्ध र स्वच्छ होस् ।

ख) दान कसरी दिने ?

हुन त दान कसरी दिने भन्दा धेरैजना तीनछक पर्दछन् । दातव्य वस्तु प्रतिग्राहकमा हस्तान्तरण गर्नु त हो नि भनेर सीधा जवाफ दिन्छन् । तर यसमा एउटा कुरालाई बुझ्न र प्रयोग गर्न बिर्सनुहुँदैन । हातको दातव्य वस्तु प्रतिग्राहकको हातमा राखिदिनु त अवश्य हो । तर अधि पनि भनियो चित्तको चेतना शुद्ध पारी दिनुपर्दछ । दान दिँदा दान दिनु अधिको चेतना, दान दिइरहंदाखेरिको चेतना र दान दिइसकेपछिको पनि चेतना शुद्ध हुनुपर्दछ, विगानु हुँदैन । सामुहिक दानमा संयमित भएर अनुशासनपूर्वक लाइनमा उभिई दानको कार्यक्रममा सरिक हुनुपर्दछ । मैले यति दिएँ सँगै उभिनेले कति दियो भनी चेवाचर्चा

गर्नुहुँदैन । फेरि उसले धेरै दियो मैले यति मात्र दिएँ भनी हीनताबोध पनि ल्याइनुहुँदैन । सकेसम्म लाइनमा नै रही कमवद्ध हुनेगरी दान दिइनुपर्दछ । भन्तेहरूको भोजनको समय हेरी लाइनबद्ध भई दान गर्नपर्दछ । भोजनको लागि बिलम्ब हुनजाने भएमा लाइन छोडी अलि भीड कम भएको स्थानमा दानको कार्य चालु गर्न सकिन्छ । छुटेकालाई पछि सम्भरेर दान दिँदा हुन्छ । ठूलाभन्तेहरूबाट प्रारम्भ गर्दा बिलम्ब हुनजाने भएमा पनि श्रामणेर वा गुरूमाहरूको लाइनबाट प्रारम्भ गर्न सकिन्छ । हतार गर्न हुँदैन । घचटाघचेट गर्न हुँदैन । खुद्रा पैसाको घरैबाट व्यवस्था गरेर आउनु राम्रो हो । खुद्रा पैसाको अभावमा यताउति भागदौड गर्न र हतारिन पर्दैन । प्रशन्न चित्तले संयमता अपनाई दान कार्य गर्नुपर्दछ ।

ग) दान किन दिने ?

यो प्रश्न अहं हो । किन दिने भन्ने कुरा नै नबुझी दान दिएमा दानको महत्वबाट आफू अनभिज्ञ होइन्छ र दान दिनुको महत्वबारे नजरअन्दाज हुनजान्छ र लाभान्वित हुनबाट चुकिन्छ ।

दान दिनुको तात्पर्य नै त्यागको चेतना वृद्धि गर्नु हो । आफ्ना वस्तुप्रतिको लोभ वा आसक्तिलाई तिलाञ्जली दिनु हो । मानव जीवनको सम्पूर्ण समस्याको जड नै आसक्ति हो । कारण बनेपछि प्रभाव हुन्छ नै । आसक्ति कारण हो भने दुःख त्यसको प्रभाव हो । दानले त्यो कारणलाई बन्न दिदैन । दानले लोभको स्थानमा अलोभ र आसक्तिको स्थानमा अनासक्तिलाई बढावा वा प्रश्रय दिन्छ । दान-कार्यलाई प्रोत्साहन दिदै गएमा अनासक्तिको मात्रा थपिदैजान्छ, जुन कल्याणकारी हुन्छ । दान लोभको विपरितार्थक शब्द हो । आसक्तिबाट लोभ र लोभबाट आसक्ति उत्पन्न हुन्छ । लोभले अकुशल कार्यमा उद्यत गराउँछ । अकुशल

कार्यबाट द्वेष, दुर्भावना, ईर्ष्या, अहंकारलाई जन्माउँछ, जसले निर्वाणको साक्षात्कारमा रोक लगाउने कार्य हुनजान्छ । मानवलाई दानवमा परिणत गरिदिन्छ । मानव जीवनलाई पाशविक जीवनमा बदलिदिन्छ । जीवनको सार्थकता गुम्नजान्छ ।

दस पारमितामध्ये दान पनि एक पारमिता हो । पारमिताहरूको पंक्तिमा दान पारमिता अग्रपंक्तिमा आउँछ । बुद्धत्वमा पुग्नको निमित्त दान पारमिता सर्वप्रथम पूर्णतः पालन गर्नुपर्दछ । अन्य पारमिताहरूमा शील पारमिता, क्षान्ति पारमिता, वीर्य पारमिता, ध्यान पारमिता, प्रज्ञा पारमिता, मैत्री पारमिता, नैष्कम्य पारमिता, अधिष्ठान पारमिता र उपेक्षा पारमिता हुन् । यी सबैका आआफ्ना गुण धर्म स्वभाव छन् । यी दसै पारमिता धर्मको पालन नगरिकन बुद्धत्वमा पदार्पण गर्न सकिदैन । सबैभन्दा अग्रस्थानमा त दान अथवा त्याग नै आउँछ । दान नै त सबैभन्दा ठूलो त्याग हो ।

निर्वाणमुखी बन्न दान कै महत्व अहं हुन्छ । हाम्रो लक्ष्य भनेको निर्वाणको साक्षात्कार नै हो । संसार-चक्रबाट उतीर्ण हुनु र संसार दुःख-वन्धनबाट पूर्णरूपले छुटकारा पाउनु नै बुद्ध-शिक्षाको प्रथम र अन्तिम लक्ष्य हो । यस अवस्थालाई हामीले येनकेन प्रकारेण हासिल गर्नमा चुक्नुहुँदैन । त्यसैले पारमिता धर्म पूर्ण गर्न पनि दान प्रदान गर्नबाट पन्छिन मिल्दैन ।

घ) दान कसलाई दिने ?

दान कसलाई दिने भन्ने प्रश्न सुन्दा अचम्म मान्ने पनि होला । दान भनेको मान्छेलाई दिने त हो नि भन्ने धेरैको सोचाइ होला । वास्तवमा हुन पनि हो दान मान्छेलाई नै दिनु हो । तर कस्तालाई दिने भन्ने कुरा यस प्रश्नमा लुकेको छ । हुन त कुकुरलाई पनि अलिकति

भात राखिदिन्छौं । यसलाई दानको श्रेणीमा राख्दा दानको महत्व र गरिमा लुप्तप्रायः हुने देखिन्छ । कुकुरलाई भात राखिदिने काम मैत्रीवश र करूणावश हुन्छ भने योग्य पुद्गललाई दिइने दान श्रद्धावश हुन्छ । दानमा श्रद्धाको ठूलो स्थान हुन्छ । विना श्रद्धाको दान वास्तविक दान हुँदैन । त्यसैले दान मानिसलाई नै दिइन्छ । तर मानिस भनेर पनि हुँदैन । एउटा मगन्तेलाई एकछाक खुवाएको खाना पनि मैत्री वा करूणावश हुन्छ । तर एउटा रक्सीवाजलाई दानको रूपमा दिइएको द्रव्य दान मैत्री वा करूणावश हुँदैन । त्यसले त उसलाई अभ्र रक्सी धोक्ने काममा बल प्रदान गर्दछ जुन उसको लागि र अरूको लागि पनि अहितकर हुन्छ । त्यसैले मानिसलाई मात्र भनेर पुग्दैन । कस्तो मानिस, के गर्ने मानिस भनेर उसको व्यक्तिगत जीवनको खाका पनि हाम्रो सामु ल्याइनुपर्दछ । दान लिने प्रतिग्राहक शान्त प्रकृतिको, शीलसम्पन्न, सन्त महन्त, श्रमण, ब्राम्हण हुनुपर्दछ जसले धर्मपूर्वक जीवन यापन गरिरहेको छ, जसले आध्यात्मिक जीवन बाँचिरहेको छ, जो अरूको जीवन सपार्न क्रियाशील छ, जो अक्रोधी, निर्लोभी, मैत्रेय छ त्यस्ता व्यक्ति दानको प्रतिग्राहक हुन योग्य हुन्छ । त्यस्तालाई दान दिनु श्रेयस्कर हुन्छ । अरूलाई पनि दिनै नहुने भन्ने होइन । तर हामी यस कुरामा सचेत हुनुपर्दछ कि त्यो व्यक्ति कस्तो हो उसको आवश्यकता के हो, कुन वस्तु दिनाले उसको हितमा हुन्छ, उसमा शील चरित्रको विकास हुन्छ र उसको जीवनलाई नयाँ मोड दिन सकिन्छ, यी कुरालाई ध्यानमा राखेर मैत्री चित्त जगाई करूणाले द्रवित भई दानको रूपमा आवश्यकता अनुसार केही वस्तु वा सहयोग दिन सकिन्छ । कसैलाई वस्तु नै नचाहिएला । कुनै विषयमा हितकारी सरसल्लाह चाहिएला, कसैलाई बेरोजगारी हटाउन कुनै कामधामको व्यवस्था गरिदिनुपर्ला, कसैलाई केही कुरामा भनसुनको

जरूरत पर्ला, कसैलाई मार्ग निर्देशनकै जरूरत पर्ला, कसैलाई रूपियाँ पैसाको सापटी चाहिएला, कसैलाई कुनै वस्तु नै चाहिएला, कसैलाई शिक्षा दीक्षाकै आवश्यकता होला, कसैलाई भने घर गृहस्थीको मामिलामा सुख शान्तिको माहौल बनाउन परामर्श नै चाहिएला, कहीं कतै केही कुराको निर्माण कार्य सम्पन्न गर्न हाम्रो धन वा श्रम वा समयको दरकार पर्ला, कसैलाई हाम्रो उपस्थितिकै पनि अनिवार्यता होला यीमध्ये कुनै पनि रचनात्मक कामको लागि वा व्यक्तिगत आवश्यकता पूर्तिमा सघाउ पुऱ्याउनु, केही वस्तुदान गर्नु वा केही गरिदिनु पनि राम्रै हुन्छ । प्रतिग्राहकको हितसुखकै लागि हुन्छ । ती काममा पनि आफू सहभागी हुनु जसले कसैको गर्ज टरोस्, कसैको काम बनोस् र कसैको सुस्केरा प्रशन्नतामा परिणत होस् । यस कार्यमा पनि हामी आफूलाई उपलब्ध गरिनुपर्दछ ।

उ) दान कति दिने ?

दानमा के दिने र कति दिने भन्ने कुरा दातामा भर पर्दछ । के दिने भन्ने सम्बन्धमा माथि पनि भनिसकिएको छ कि प्रतिग्राहकको उपयोगिचा हेरी कुन वस्तु दानमा दिने भन्ने कुरा दाताले तय गर्दछ । यो ल्याऊ, त्यो ल्याऊ भनेर प्रतिग्राहकले पनि भन्न मिल्दैन, दाताले पनि म यो कुरा दानमा दिन्छु है भनेर अग्रिम सूचना दिन पनि आवश्यक हुँदैन । त्यसैले के दिने र कति दिने भन्ने कुरा दाताको श्रद्धा र स्वविवेकमा निर्भर गर्दछ । प्रतिस्पर्धामा परेर उसले यति दियो मैले पनि त्यतिनै दिनुपर्छ वा त्योभन्दा बेसी दिनुपर्दछ भन्ने होडबाजीमा दान दिन हुँदैन । आफ्नो गच्छे पनि हेर्नुपर्दछ । इच्छा पनि हेर्नुपर्दछ । श्रद्धा पनि हेर्नुपर्दछ । दान पुण्यपारमितामा वृद्धि हुने वा गर्ने विषय भएको हुनाले दान दिँदा चित्तमा स्वच्छता र प्रशन्नता भर्नुपर्दछ । भगवान बुद्धले पनि चित्तको

चेतनाबाटै पाप वा पुण्य हुन्छ भन्नुभएको छ । त्यसैले दानमा दिने वस्तु उपयोगी र राम्रो अवश्य हुनुपर्दछ तर परिमाणमा यति नै हुनुपर्दछ भन्ने हुँदैन । जे होस् दान श्रद्धावश स्वचित्त मनले दिइनुपर्दछ, धेरै थोरै जति भए पनि फरक पर्दैन ।

४) दानको प्रकार

दान धेरै प्रकारका हुन्छन् । प्रायजसो हामीले वस्तु दानको बारेमा मात्र सुनेका र प्रयोग गरेका हुन्छौं । वस्तु वा द्रव्य हामीसँग नभए पनि वा भए पनि अन्य प्रकारका दानलाई पनि परिस्थिति अनुकूल अभ्यासमा ल्याउनुपर्दछ । दानको प्रकारहरूको कुरा गर्दा निम्न प्रकारका दानको उल्लेख गर्नुपर्ने हुन्छ ।

- क) वस्तु दान – चीजबीज, लुगाफाटो, खानेकुरा, सरसामान आदिको दान ।
- ख) द्रव्य पदार्थको दान – रूपियाँ पैसा, सुन, चाँदी, द्रव्यादिको दान ।
- ग) अभय दान – आफूबाट दिइने दण्ड-भयले त्रसितलाई निर्भय हुने वचन दान ।
- घ) क्षमा दान – भूल गरेका वा दोषीलाई दिने क्षमाको दान ।
- ङ) प्राण दान – आफूबाट मरिने मरण-भयले त्रसित अपराधीलाई प्राणका दान ।
- च) भूमि दान – विहार, चैत्य, मन्दिर निर्माणार्थ दिइने जग्गा दान ।
- छ) श्रम दान – वाटो, इनार, पाठशाला निर्माणमा श्रमद्वारा योगदान ।
- ज) नेत्र दान – मृत्युपश्चात् आफ्नो आँखा कसैलाई होस् भनेर दिने दान ।

- झ) सेवा दान – कसैको अडकाउ पडकाउ फुकाइदिन गरिने सेवा प्रदान ।
- ञ) पुण्य दान – कुनै पुण्य कार्य गर्दा प्राप्त पुण्य सबैमा वितरण गर्ने दान ।
- ट) संघदान – भिक्षुसंघको लागि दिइने साझा दान र अष्टपरिस्कार दान ।
- ठ) भोजन दान – कुनै श्रमण साधु सन्त, महन्त, ब्राम्हणलाई बेला मौकामा निमन्त्रणा गरी दिइने भोजन दान । कुनै भोकालाई खानाखुवाएर क्षुधा शान्त गरिदिने दाने ।
- ड) धम्म दान – सबैभन्दा उत्तम दान धम्म दान हो । धर्म सम्बन्धमा प्रेरक प्रवचन दिनु, धम्म पुस्तक लेखिदिनु, धम्म पुस्तक प्रकाशित गरी निःशुल्क वितरण गर्नु, धम्म साकच्छा गर्नु जसबाट अज्ञानता मिट्छ र प्रज्ञा ज्ञान जागृत हुन्छ ।

यी बाहेक अन्य प्रकारका दान पनि हुन सक्दछन् । यिनीहरूलाई परिआएको परिस्थिति, प्रसंग, परिवेश अनुसार व्यवहृत गरिनुपर्दछ । यी दानहरूबाट हामीलाई इहलोक र परलोक दुवैमा कल्याण नै हुन्छ, अकल्याण होइन । यसबाट पुण्य पारमिता धर्मको वृद्धि हुनमा सघाउ नै पुग्नेछ । यसमा अन्य पृथक विचार पलाउन दिन हुँदैन ।

५) दानको अङ्ग

दानका तीन अङ्ग हुन्छन् । यी तीनमध्ये कुनै एकको अनुपस्थितिमा दान कार्य पूर्ण हुन सक्दैन । ती तीन अङ्गहरू यिनै हुन् ।

- क) दान दिने चेतना,

ख) दान लिने प्रतिग्राहक र
ग) दान दिइने दातव्य वस्तु ।

दान दिइने वस्तु पनि छ र दान दिने चेतना पनि छ तर दान लिने प्रतिग्राहक छैन भने दान कार्य पूर्ण हुँदैन । दान लिने प्रतिग्राहक छ र दान दिने चेतना पनि छ तर दान दिइने वस्तु छैन भने पनि दान कार्य पूर्ण हुँदैन । दान दिइने वस्तु छ र दान लिने प्रतिग्राहक पनि छ तर दान दिने चेतना छैन भने पनि दान कार्य पूर्ण हुँदैन ।

दान दिने चेतनामा पनि चेतना मात्र भएर पनि पुग्दैन दान दिनु अधिको, दान दिइरहुञ्जेलको र दान दिइसकेपछिको चित्तको चेतना कति पनि नबिगारिकन स्वच्छ राख्नुपर्दछ । 'म यो वस्तु दानमा दिन्छु' भन्ने दान दिनुअधिको चेतनालाई 'पुब्व चेतना' भनिन्छ त्यसलाई स्वच्छ र सुरक्षित राख्छोड्नुपर्दछ । दानको बेला पनि चित्तको चेतना श्रद्धाले सिंचित गरी स्वच्छ र सुरक्षित राख्नुपर्दछ । त्यसलाई 'मुच्च चेतना' भनिन्छ । दान दिइसकेपछिको चेतना जसलाई 'पर चेतना' भनिन्छ त्यसलाई पनि नबिगारिकन स्वच्छ र सुरक्षित राख्नुपर्दछ । यति दिने यस्तो दिने भन्ने कुरा 'पुब्व चेतना' कालमा नै निर्धारित गर्नुपर्दछ, पछि फेरबदल गरी चित्तलाई डावाँडोल पार्न हुँदैन । यसरी दान कार्यलाई सफल, पूर्ण र फलदायी बनाउन सकिन्छ । यति दिने भनेर निर्धारण भएकोमा मन लागे बढाउन त मिल्छ तर कृपणी भएर घटाउन भने मिल्दैन । वास्तवमा फेरबदल गर्नु नै उचित होइन ।

व्यक्तिलाई दान दिनुभन्दा संघलाई सामुहिकरूपमा दान दिनु अति उत्तम शुन्छ । संघलाई दिइएको दान कुनै एकको निजी हुँदैन, सामुहिक अधिकारको हुन्छ । संघलाई दान दिन नपाए वा कुनै भिक्षुलाई दान दिन नपाए कुनै विद्वान पुद्गललाई वा कुनै गृहत्यागीलाई त्यो पनि

नपाए गृहस्थ वा मगन्तेलाई वा त्यो पनि नपाए पशुपंछीलाई भए पनि दानमा केही न केही दिने गर्नुपर्दछ । यसरी आफ्नो अधिकारको वस्तुप्रतिको आसक्ति लाई त्याग गर्ने बानीको विकास हुनजान्छ, राम्रो चित्तवृत्तिको विकास भई आफूमा दान चेतनाको वृद्धि पनि हुनजान्छ, जसले मानसिक सन्तोष र सुख दिन सक्दछ । आँखिर चित्त शुद्धि नै धर्मको पराकाष्ठा हो ।

६) दान-शुद्धि र दान-अशुद्धि

दान दिनु पुण्यको द्योतक अवश्य हो तर यसको पनि शुद्धि र अशुद्धिका अवस्थाहरू हुन्छन् । दान दिने भन्नासाथ दायक, प्रतिग्राहक र दातव्य वस्तु यी तीनको मौजूदगी त हुनैपर्छ । यहाँ दातव्य वस्तु पनि शुद्ध हुनुपर्दछ । आफ्नै पसिनाको कमाइ हुनुपर्दछ, वस्तु राम्रो हालतमा भएको हुनुपर्दछ, बिटुलो हुनुहुँदैन, उपयोगी वस्तु हुनुपर्दछ भन्ने कुरा त छँदैछ तर दायक र प्रतिग्राहकको चरित्र पनि शुद्ध हुनुपर्दछ नत्र दिइएको दान दायक वा प्रतिग्राहक वा दुवैको तर्फबाट शुद्ध हुँदैन । यसलाई यसरी बुझौं –

- क) दायक शीलवान छ तर प्रतिग्राहक दुष्शील छ भने दायकको तर्फबाट दान शुद्ध हुन्छ, प्रतिग्राहकको तर्फबाट अशुद्ध हुन्छ ।
ख) दायक दुष्शील छ तर प्रतिग्राहक शीलवान छ भने प्रतिग्राहकको तर्फबाट दान शुद्ध हुन्छ, दायकको तर्फबाट अशुद्ध हुन्छ ।
ग) दायक पनि शीलवान र प्रतिग्राहक पनि शीलवान भएमा दुवैको तर्फबाट दान शुद्ध हुन्छ ।
घ) तर दायक र प्रतिग्राहक दुवै दुष्शील भएमा दुवैको तर्फबाट दान अशुद्ध हुन्छ ।

दानमा चित्तको चेतना नै शुद्ध हुनुपर्दछ भनिएको छ किनभने चित्तको चेतना नै कर्म हो भनी भगवान बुद्ध भन्नुहुन्छ। चित्त शुद्ध गरी जुठो खाद्य वस्तु दानमा दिए पनि पुण्य प्राप्त हुन्छ, भनी रामायणमा उल्लिखित घटनालाई यहाँ प्रस्तुत गरिन्छ। रामायणमा सबरीले रामलाई भोक लाग्यो होला भनी बयर खुवाउँदा आफूले टोकी टोकी मीठो लागेको बयर रोजी रोजी खुवाएकी थिइन्। रामचन्द्रले पनि जुठो बयर भन्ने थाहा पाउँदा पाउँदै जुठो खान्न नभनी मीठो मानेर भक्तिको चरमचुलीमा पुगेर दिइएको सबरीको दानलाई प्रशन्न चित्तले ग्रहण गरेका थिए। रामायणको पालामा भक्तिलाई प्रमुख मानिन्थ्यो। यहाँ यसै कुराको पुष्टि मिल्दछ। तर जे होस्, चित्तको शुद्ध चेतना नै प्रमुख हो। सबरीको चित्तको चेतना बिटुलो थिएन। यसैउसले जुठो बयर खान दिन हुँदैन भन्नेसम्म पनि सबरीलाई हेक्का भएन। रामचन्द्रलाई पनि सबरीले मलाई जुठो खुवाइन् भन्नेसम्मको पनि विचार आएन। सबरीले भक्ति देखाइन्, रामचन्द्रले त्यस भक्तिलाई सहर्ष स्वीकारे। कहानीका कुरा जे जस्तो भए पनि बयर-दानबाट प्राप्त हुने पुण्यको हकदार सबरी भइछाडिन्। बुद्धकालीन घटनाहरूले पनि चित्तको चेतना कुशल बनाएर सानातिना वस्तु थोरै परिमाणमा भए पनि दानमा दिँदा त्यसको फल उत्तम भएको नजिरहरू प्रस्तुत गरिएका छन्।

९) दानको फल

दान दिनमा कञ्जुसी गर्नुहुँदैन। बेला मौकामा दान दिनमा प्रवृत्त हुनुपर्दछ। दातव्य वस्तुलाई आफूले पनि दानमा दिने र अरूलाई पनि दान दिन लगाउने गर्नुपर्दछ। अरूसँग दातव्य वस्तु नभएर दान दिन पाएको छैन भन आफूसँग भएको दातव्य वस्तु दिएर भए पनि दान गर्नमा प्रेरणा दिनुपर्दछ। आफ्ना परिवारमा भएका नोकरचाकरहरू र

बच्चाबच्चीहरूलाई पनि दातव्य वस्तु दिई गराई दान दिन लगाउनुपर्दछ। आफूकहाँ दानको कार्यक्रम हुँदा छरछिमेकी, ज्ञातिबन्धु र साथीभाइहरूलाई बोलाउनुपर्दछ, र दान दिन नजान्नेहरूलाई दान दिने प्रेरणा दिलाउनुपर्दछ। उपस्थित भएका कसै कसैलाई त दातव्य वस्तु दिएर भए पनि दान दिन प्रोत्साहित गर्ने गर्नुपर्दछ। दानमा ठूलो सानो नभनी जुन जति सकिन्छ त्यो त्यति दान दिने र दिलाउने गर्नुपर्दछ।

१) दान दिनमा प्रवृत्त हुँदा आफूले दिएको दानको फलमा भौतिक वस्तु बढ्ने र अरूलाई दान दिन लगाएको फलस्वरूप शत्रुता नहुने र आफन्त बढ्ने हुन्छ।

२) दानको प्रत्यक्ष फलको रूपमा आफूमा लोभको त्याग हुने, आसक्ति घट्ने र आसक्तिको कारण पाइने दुःखबाट त्राण पाउने हुन्छ। दान दिइएको वस्तु आफ्नै र आफैले दिएको हुनाले त्यसबाट पश्चाताप हुने र यसको बदलामा अर्कै वस्तु पाए हुन्थ्यो भन्ने लोभ चित्त पनि उत्पन्न हुन पाउँदैन। यो पनि प्रत्यक्ष लाभमा नै पर्दछ। यसरी दानको प्रवृत्ति बढनाले मनमा सन्तोषको भाव पैदा हुन्छ। ‘सन्तोषं परमं सुखं’ भनिएभैं दानबाट सन्तोष प्राप्त भई सुखको आभासमा वृद्धि हुन्छ।

३) धर्म पनि गर्न चाहने मुट्टी पनि बन्द गर्ने काम सँगसँगै हुन सक्दैन। धर्म गर्न उदार बन्नुपर्दछ अर्थात् मुट्टी खोल्नुपर्दछ, अर्थात् दान गर्न सिकनुपर्दछ। यतिउति भन्ने छैन आफूसँग जे छ जति छ वा जति आफ्नो चित्तले त्याग गर्न सक्दछ त्यति दान दिएर पनि पुग्दछ।

४) दानको अर्को फल भनेको यसले समाजमा ईज्जत र सन्मान बढाउँछ। समाजका उच्च वर्गसँगको सम्पर्क बढ्छ। मीठो बोलीले र दानले अरूलाई पनि सजिलै वा छिट्टै सम्पर्कमा ल्याउन सक्दछ। आपसमा मैत्री बढ्छ। स्वार्थको मात्रा घट्ने हुन्छ। सबैसित

मिलेर मैत्रीपूर्वक वस्न सक्नेहुन्छ ।

५) दानको अर्को फल भनेको बाँडीचुँडी खाने प्रवृत्तिलाई उकास्दछ । 'म पनि बाँचूँ, तिमी पनि बाँच' भन्ने उक्ति साकार पार्दछ । दानमा प्रवृत्त हुनाले समाजमा कहिल्यै एकलो पर्नुपर्दैन । उसको प्रशंसा र सन्मान सबैले गर्दछन् । स्वार्थीलाई अर्थात् दान नगर्ने व्यक्तिलाई अन्यले प्रेम गर्दैन ।

६) आफ्नो सम्पतिको सदुपयोग हुन्छ । यसले बाँच्ने कला सिकाउँछ । जानियो भने पैसा सुखको कारण बन्दछ, जानिएन भने दुःखको कारण बन्दछ । दान दिनेले भौतिक सम्पति अर्थात् यहीं छोडेर जानुपर्ने वस्तुलाई यहीं छोडेर जान नपर्ने गरी अभौतिक सम्पतिमा बदल्न सक्दछ । लौकिकतालाई लोकुत्तरतामा बदल्न सक्दछ । योभन्दा उत्तम फल अरू के हुन सक्दछ ?

१०) उपसंहार

दानले सामाजिक जीवन सुन्दर र सुखी पार्न पनि भूमिका खेल्दछ । यसका लागि बेलाबेलामा एकअर्कालाई सप्रेम कोसेली, उपहार वा कुनै वस्तुको आदान प्रदान गरिरहनुपर्दछ । अब त समाजलाई दिशानिर्देश गरिरहने र श्रमण वर्गलाई पनि बेलाबेलामा आवश्यक वस्तुको दान प्रदान गरिरहने प्रवृत्तिले द्वारा पुण्य हुन्छ । मानव जीवनमा यसको आफ्नै महत्व र प्रभाव हुन्छ ।

मानव जीवनमा दान एक वरदान हो । यो एउटा सुनौलो अवसर हो जसको उपयोग सिर्फ मानिसले मात्र गर्नसक्दछ । दानकै कारणले मानवलोक देव र ब्रम्हालोकभन्दा उत्कृष्ट र सारगर्भित लोक मानिन्छ । पुण्य कमाउने भनेकै उत्तम अवसर हो जुन मानवलोकमा मात्र उपलब्ध हुन्छ । देव र ब्रम्हलोकमा यस्तो अवसर पाइँदैन । त्यसैले

देवलोकमा आशिष दिँदा 'मानवलोकमा जन्म लिन पाओस्' भनेर आशिष दिन्छन् । हामीहरू मात्र देवलोक जान पाऊँ भनी अज्ञानता पोख्दछौँ । विडम्बना यसैमा छ कि मानिसले मानवलोकको महत्व थाहा पाएको छैन । हामी मानव भएको नाताले सच्चा दिलले दान दिने सुनौलो अवसरलाई छोप्नुपर्दछ र दुःखभागी हुनुपर्ने अपायलोक जानुबाट शिघ्र उन्मुक्ति पाउनुपर्दछ ।

दानले लोभ त्याग गर्नुपर्ने कुराको संकेत गर्दछ – दायकको तर्फबाट पनि र प्रतिग्राहकको तर्फबाट पनि । दिनेले पनि लोभ त्याग गर्नुपर्ने र लिनेले पनि लोभ त्याग गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसैले दान एउटा यस्तो अवसर हो जसमा दायक र प्रतिग्राहक दुवै लोभको जकडबाट निस्सासिनुपर्दैन । दान दिनेले त दातव्य वस्तुलाई त्याग गर्नुपर्ने नै भयो तर प्रतिग्राहकले पनि चित्तलाई संयमित गरी वस्तुप्रतिको लोभलाई हटाउनुपर्दछ र अन्य प्रतिग्राहकहरूलाई प्राप्त भएको वस्तु र परिमाणप्रतिको लोभमा पनि फस्न हुँदैन । फेरि यस्तो र यति दानमा दिए हुन्थ्यो भन्ने लोभ चित्त पनि जगाउन हुँदैन । यसै प्रसंगमा एउटा घटना प्रस्तुत छ –

एकपल्ट एउटा भिक्षुलाई भोक लागेछ । टन्टलापुर घाममा हिंडिरहेको अवस्थामा रहेछ । केही शित्तलता पनि चाहिएको थियो । केही खानेकुरा पनि चाहिएको थियो । तर कहीं पनि त्यस्तो ठाउँ दृष्टिगोचर भएको थिएन । बल्ल बल्ल एउटा ठाउँ आइगुग्यो । त्यहाँ भने घरसर थिएन । केही मानिसहरू उखु पेल्ने काममा व्यस्त थिए । भिक्षु त्यहीं सुस्ताउन थ्याच्च बस्यो । तर कसैले पनि उसलाई पुछेन । त्यस भिक्षुलाई उखु देखेर मुखमा थुक आयो । ती मानिसहरू भने दान दिनमा अभ्यस्त थिएनन् । भिक्षुलाई के निहुँ बनाऊँ भयो । तृष्णाले

वशीभूत भएर भिक्षुले मुख फोडिहाल्यो । “भाइहरू हो, उखु त साह्रै रसदार छन् जस्तो छ । खाँदा कस्तो हुने हो कुन्नी ! पैसा कति पर्ने होला ?” भनेर किनेर खानेभै गयो । ती मानिसहरूमध्ये एकजनाले आफूले कहिल्यै दान नदिए पनि साधुलाई दान दिनुपर्छ भनेर सुनेको देखेको रहेछ । उसले एउटा उखु भिक्षुलाई दिँदै भन्यो, “एउटा खान मागे पनि भइहाल्थ्यो नि, के को पैसा सैसा सोधिरहेको ।” भिक्षु हिस्स बूढी खिस्स भयो । रमाउँदै खाँदै आफ्नो बाटो ततायो । आँखिर तृष्णा त तृष्णै हो । प्रतिग्राहकले पनि तृष्णाले वशीभूत भएर दानको लोभमा फस्न हुँदैन । स्वेच्छाले दिएको वस्तु मात्र ग्रहण गर्नुपर्दछ । दिए हुन्थ्यो, पाए हुन्थ्यो भन्ने मानसिकता नै बनाउनुहुँदैन । पाए पनि हुन्छ, नपाए पनि हुन्छ भनी सन्तोषको भाव मनमा ल्याउनुपर्दछ । दायकले पनि दान दिन पाएँ भनी सन्तोषको भाव जगाउनुपर्दछ । लोभको, असन्तोषको, पश्चातापको र हतेरीका भन्ने भाव दुवैथरीले मनमा उब्जाउनुहुँदैन ।

दानको फल (पुण्य) प्राप्त गर्न जान्नु पनि पर्दछ । पुण्यको हिस्सा पाउन सकिने एक तरिकालाई पनि बुझौं । आफू त गरिब छु, दान दिन सकिएन, मसँग दातव्य वस्तु पनि छैन भनी मनलाई नीच मारेर बस्नु पनि हुँदैन । पुण्य कमाउन जानिएन भने त्यसबाट द्वेष मात्र कमाइने हुन्छ । जानेमा त्यसैबाट पुण्यको भागिदार बन्न पनि सकिने हुन्छ । उदाहरणको लागि छिमेकमा एकजना सेंठले दान दिइरहेको छ । काफी मानिसको भीड जम्मा भएको छ । सबै एउटा न एउटा काममा लागि रहेका छन् । त्यहाँ मगन्तेहरू लामबद्ध भएर उभिइरहेका छन् । सेंठले तिनीहरूलाई हर्षित मनले खानेकुरा र लत्ताकपडा बाँडिरहेको छ । त्यहीँनिर एउटा व्यक्तिले त्यस समारोहमा सरिक नभएर मनमा दही च्युरा मुछिरहेको छ । त्यो व्यक्तिले त्यस सेंठलाई मन नपराउने

रहेछ । निमन्त्रणा त उसलाई पनि आएको थियो । तर ऊ सेंठको सामु पर्न चाहिरहेको थिएन । ऊ मनमनै मुरमुरिरहेको थियो । ऊ मन मनमा भन्दै थियो – “त्यो ४२० को काम हेर, जिन्दगीभर चारसौबीसी गच्यो, धन कमायो, अहिले साखुल्ले भएर दानी बन्दैछ । कस्तो नकचरो !” वास्तवमा उसले के गर्दैछ, उसलाई नै थाहा छैन । उसले त द्वेष कमाइरहेको छ । आफूले दान गर्न सकिएन त के भयो ? दान गर्न नसकिए पनि चित्तलाई प्रशन्न पार्न त सक्थ्यो ? त्यहाँ गएर त्यस पुण्य कार्यमा सघाउ पुऱ्याउन त सक्थ्यो ? ऊ पनि त्यस पुण्यको भागिदार बन्न सक्थ्यो । उसले त चित्तलाई प्रशन्न पारी त्यस सेंठप्रति साधुवादको भाव पोख्न त सक्थ्यो । मनमा नाना प्रकारका द्वेषयुक्त भावना विकसित गर्नुको सट्टा यसरी यस्तो विचार पल्लवित गर्न सक्थ्यो – “अहा ! त्यो सेंठले कति राम्रो काम गरिरहेको, दान पुण्यको काम गच्यो , यस्तै पुण्य कार्यहरू उसले बारम्बार गर्न सकोस् । ममा अहिले दान गर्ने क्षमता छैन । मसँग अहिले दानमा दिने केही पनि वस्तु छैन । मैले पनि यसरी दान गर्न सकूँ, पुण्यको भागिदार बन्न सकूँ र अरूलाई पनि पुण्य बाँड्न सकूँ । त्यो सेंठलाई कोटी कोटी साधुवाद छ , उसको जय होस् !” यति मात्र मनमा धारण गरे पनि ऊ पुण्यको भागिदार बन्थ्यो । मनमा द्वेषको मैल चढ्दैनथ्यो । उसले त त्यसो नगरिकन मन मनमा त्यस सेंठलाई गाली गरिरह्यो । मन मनमा द्वेषको मात्र खेती गरिरह्यो । उसले पुण्यको महत्वलाई बुझेनन् । धर्म गर्न जानेनन् । अज्ञानतावश उसले मनलाई कलुषित मात्र पारे । पापको भागिदार मात्र बने । त्यसैले पुण्य गर्न पनि जान्नुपर्दछ, पुण्य दिन पनि जान्नुपर्दछ र पुण्य लिन पनि जान्नुपर्दछ ।

जुनकुरा गर्न हुँदैन भनी शिक्षा दिइएको छ, त्यो त गर्न हुँदैन तर यदि त्यो काम गर्नाले कसैको पनि अहित हुँदैन, हित मात्र हुन्छ भने त्यसलाई पनि गर्न चुक्न हुँदैन । गर्न हुँदैन भनिएको छ, त्यसलाई नगर्दा कसैको अहित हुन्छ भने त्यस नियमको पालनले केही लाभ त हुँदैन । बरू भन पाप मात्र हुनजान्छ, गर्नु हुँदैन भनी बनाइएको नियम पनि वाधक मात्र सिद्ध हुन्छ । भिक्षुले नारीलाई छुनुहुँदैन भनिएको छ, अवश्य पनि छुनुहुँदैन । यसबाट 'कामेसु मिच्छाचार' हुन्छ । तर कसैको ज्यानै बच्न सक्दछ भने छुनु पनि पर्ने हुन्छ । यसको एउटा उपमा प्रस्तुत छ—

एकबाजी दुईजना भिक्षुहरू कहीं टाढा गइरहेका थिए । दुवै फटाफट हिँडिरहेका थिए । एउटा नदी आइपुग्यो । नदीको किनारै किनार गइरहेका थिए । त्यतिकैमा पानीमा कुनै भारी चीज खसेभैको आवाज आयो । भिक्षुहरूले पछाडि फर्केर हेरे । एउटी अबला नारी आत्महत्याको नियतले पानीमा हाम्फालेकी रहिछ । त्यो दृश्य देखेपछि एक भिक्षु तुरुन्त चिवर सिवर खोली भोला सोला भुईँमा फाली पानीमा हाम्फाले र त्यस नारीलाई अंगालोमा लिई किनारमा उक्ले । यो देखेर अर्को भिक्षु मनमनै मुर्मुरिए — 'लौ हेर, यो के देख्नुपरेको ? भिक्षुले एउटी नारीलाई अंगालोमा लिएको ? यो त सरासर अनैतिक भयो । सुन्नै नहुने कुरा, हेर्न त कहाँ हुन्थ्यो ! त्यो भिक्षुले त शील धर्म बिगाऱ्यो । यो कुरा त भगवान सन्मुख लैजानैपर्दछ होला ।' त्यो अर्को भिक्षु जसले त्यस नारीलाई अंगालोमा नदी तटमा लिएर आएथ्यो र प्राण दान दिएथ्यो यस कुरासँग बेखबर थियो । उसको मन निर्मल थियो । त्यसबेला उसको मन गर्न हुने नहुनसँगभन्दा कसैको जीवन बचाइदिनेमा संलग्न थियो । नारीको जीवन बचाइदिन सकिएकोमा ऊ सन्तुष्ट थियो । गर्नुपर्ने काम केही गरेभैं उसलाई लागिरहेको थियो ।

यस घटनाको लगत्तै ती दुई त्यहाँबाट प्रस्थान गरे । आफ्नो गन्तव्यमा पुगेर फर्केपछि त्यो अर्को भिक्षु सरासर भगवान भएठाउँमा पुग्यो र बाटोमा घटेको घटनाबारे सबिस्तार सुनायो । कुरा सुनिसकेपछि भगवानले त्यस कुरा लगाउने भिक्षुलाई हकार्नुभयो — “ ऊ त नारीको ज्यान बचाउने काममा संलग्न थियो, तिमी के गरिरहेका थियौ ? मनमा खिचडी पकाइरहेका थियौ ? तिमीले नारीलाई छुनुहुन्न भन्ने मात्र सुन्यौ, ज्यान बचाइदिनुपर्छ भन्ने कुरा बिर्स्यौ । प्राण दान पनि त दानै हो, अन्न महादान हो । पाप कर्म त चित्तलाई क्लुषित पारेर हुन्छ । चित्तलाई सफा पारी अर्काको भलाईको लागि गरिएको काम पाप हुन सक्दैन । तिमीले पाप गर्नु, उसले त पुण्य कमायो । तिमीमा अज्ञानता र द्वेष हावी भयो, उसमा मैत्री र करुणा ओतप्रोत थियो । तिम्रो मन अधीर र अशान्त थियो, उसको मन शान्त र व्यवस्थित थियो । त्यसैले चित्तलाई सफा र शित्तल पार्नुपर्दछ, द्वेषले दूषित होइन ।”

यस दृष्टान्तले पनि बताउँछ कि अरूको हितसुखको लागि आफूले केही न केही गरिदिनुपर्दछ, केही न केही वस्तु दिनुपर्दछ वा केही न केही त्याग गर्नुपर्दछ यो गर्नुहुँदैन त्यो गर्नुहुँदैन भनेर पन्छिन मिल्दैन । आँखिर नियम किन बन्छ, परोपकारको लागि न हो, कसैको कल्याणार्थ न हो । कसैको कल्याण समाहित छैन भने नियम के का लागि, प्रदर्शनको लागि मात्र त होइन । दानको प्रसंगमा कल्याणकामीहरूले यस कुरामा पनि ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।
अस्तु !

२०६५/११/२५

भवतु सब्ब मंगलं ।



क्षणिक-निर्वाणको साक्षात्कार

बुद्ध-शिक्षा वा बुद्ध-धर्मको अन्तिम लक्ष्य नै 'निर्वाण' हो । 'निर्वाण' भनेको दुःख-मुक्तिको अवस्था हो । जीवनमा दुःख छ, दुःखको कारण छ जुन राग, द्वेष र मोहबाट उत्पत्ति हुन्छ । राग, द्वेष र मोहलाई नै तृष्णा भनिन्छ । तृष्णा दुःखको कारण हो । तृष्णाबाट मुक्ति पाउनु नै दुःखबाट मुक्ति पाउनु हो । दुःख-मुक्ति नै निर्वाण हो । निर्वाण नै बुद्ध-शिक्षाको अन्तिम लक्ष्य हो । यो लक्ष्य प्राप्तिखातिर भगवान बुद्धले शील, समाधि र प्रज्ञाले युक्त 'आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको' देशना गर्नुभएको हो । यसै मार्गद्वारा मात्र निर्वाणको पूर्ण साक्षात्कार हुन्छ ।

दुःख-मुक्तिको अवस्था वा निर्वाण दुई किसिमको हुन्छ भनी बताइएको छ । स्कन्धसहित भएर ल्केशले विमुक्त भएको निर्वाणिक अवस्था र ल्केशले पनि स्कन्धले पनि विमुक्त भएको अवस्था । सिद्धार्थ कुमारले ३५ वर्षको उमेरमा बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो । उहाँले सम्पूर्ण ल्केशावरणलाई च्यातेर फाल्नुभयो । त्यसबेला उहाँले निर्वाणकै साक्षात्कार गर्नुभयो । तर पञ्चस्कन्धसहितको शरीरलाई त्याग्नुभएको थिएन । त्यस प्रकारको निर्वाणलाई उपादिसहितको निर्वाण अर्थात् 'सोपादिसेस निब्बाण' भनिन्छ । त्यसबेला जीवितावस्थामा नै उहाँ सम्पूर्ण चित्त संस्कारबाट विमुक्त भइसक्नुभएको थियो । स्कन्धसहित भई त्यसपछि पनि ४५ वर्षसम्म जीवन बिताउनुभयो । ८० वर्षको उमेरमा मात्र स्कन्धलाई पनि परित्याग गर्नुभयो । ल्केशावरणबाट मुक्त त पहिले नै

भइसकेको थियो । अब शरीरलाई पनि त्याग्नुभयो । त्यसलाई उपादि पनि शेष भइसकेको निर्वाण अर्थात् 'अनुपादिसेस निब्बाण' भनिन्छ ।

तर बुद्ध-शिक्षालाई पटककै नबुझ्नेहरूले दृष्टरूपमा देखिएको स्कन्धको परित्यागलाई नै निर्वाण भएको हो भन्थान्छन् जुन सरासर गलत हो । चित्त-संस्कारबाट विमुक्त हुनुलाई निर्वाण नै ठान्दैनन् जुन मूलतः निर्वाण हो । सजिलैसित उनीहरू मानिस मर्त्यो भने निर्वाण भयो भनिदिन्छन् । वास्तविक निर्वाण त ल्केशको परित्यागमा हुन्छ जुन दृष्टरूपमा देखिदैन । जब ल्केश र स्कन्ध दुवै रहँदैन त्यसलाई 'परिनिब्बान' अर्थात् 'परिनिर्वाण' भनिन्छ ।

यी भए अन्तिम सत्य वा लक्ष्य प्राप्तिबाट अनुभूत हुने वास्तविकताले संयुक्त पूर्ण निर्वाणावस्थाको साक्षात्कार । अब हामी यी दुईको अतिरिक्त अर्को थरीको निर्वाणको बारेमा चर्चा गर्दछौं । पूर्ण निर्वाणको प्राप्ति यसै जीवनमा सम्भव नभएको अनुभव प्रायः सबैले गर्दछन् । वास्तवमा यसमा असम्भव भन्ने कुरा केही छैन । हुनसक्छ, हाम्रो पारमिता धर्म पूर्ण नभएको र अभ्यासको मात्रा अपुग भएको कारणले यस्तो अनुभूति भएको हुनसक्छ र अलि बढी समयको आवश्यक परेको हुनसक्छ । जो कोही पनि बुद्धले बताउनुभएको 'निर्वाण मार्ग'मा इमान्दारीकासाथ दिलो ज्यानले अथकरूपमा लाग्दछन् भने ती अवश्य पनि मार्गगामी भएर मार्गफलको हकदार बनी निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दछन् । यसमा संशय छैन ।

त्यो अर्को थरीको निर्वाण भनेको 'क्षणिक निर्वाण' हो । यसलाई पालिमा 'खणिक निब्बाण' भनिन्छ । राग र द्वेष वा तृष्णाबाट विरत रहेको अवस्था नै 'निर्वाण' हो । त्यसैले ध्यानको क्रममा जब रागसँग वा द्वेषसँग चित्त विरत रहेको हुन्छ र रागद्वेषविहीन अवस्थामा चित्त एकाग्र

हुन्छ, त्यही अवस्था नै 'निर्वाणिक अवस्था' हो । त्यसबेला साधकले रागद्वेषसँग तादात्म्यता राखेको हुँदैन बरू वस्तुस्थितिसँग यथाभूतरूपमा तादात्म्यता राखिरहेको हुन्छ । यसरी तत्क्षण केही सेकेण्डको लागि भए साधकले निर्वाणको रसास्वादन गरिरहेको हुन्छ । क्षण क्षणमा रागद्वेषसँग चित्तलाई विरत राखी लिइने निर्वाणको आस्वाद नै 'क्षणिक निब्बान' अथवा 'क्षणिक निर्वाण' हो । पूर्ण निर्वाण त हाम्रो अन्तिम लक्ष्य नै हो तर 'क्षणिक निर्वाण'लाई पनि नजर अन्दाज गर्न मिल्दैन । जसरी क्षण क्षण मिलेर नै घण्टा बन्दछ, त्यसरी नै 'क्षणिक निर्वाण'को एकत्रित भएबाट नै 'पूर्ण निर्वाण'को प्राप्तिमा सहायक सिद्ध हुन्छ । धम्मपदमा भनिएको पनि छ –

**‘अनुपुब्बेन मेधावी, थोकं थोकं खणे खणे ।
कम्भारो रजतस्सेव, निद्धन्ते मलमुत्तमं ॥’**

अर्थ –

जसरी चाँदीको काम गर्नेले क्षण क्षणमा अलि अलि गर्दै चाँदीमा भएको अशुद्धि हटाउँदै लगी चाँदीलाई शुद्ध पार्दछ, त्यसरी नै साधकले पनि क्षण क्षणमा अलि अलि गर्दै मनको मैल हटाई चित्त शुद्ध पार्दछ ।

यहाँ 'मनको मैल' अथवा ल्केश हटाउने कार्यमा उद्यत रही चित्तलाई नितान्त स्वच्छ पार्दैजानुको अर्थ क्षणिक निर्वाण अर्थात् 'क्षणिक निब्बान'को साक्षात्कार गर्दैजानु र यसरी अलि अलि गर्दै मनको मैल लाई धाई पखाली निर्मल पार्दैजानु हो ।

भनिएको छ – 'निब्बानं परमं सुखं' अर्थात् निर्वाणमा पुग्नु नै परम सुखको अवस्था हो । जुन अवस्थामा दुःखको नाम निशान हुँदैन

त्यो सुखको अवस्था नै त हुन्छ !अहिले सुखाभास पाएर भैरै दुःखको अनुभूति पाउनुलाई कदापि सच्चा सुख नै हो भन्न सकिँदैन । अक्षय, स्थायी र सबैखाले चिन्ताले मुक्त सुख पाउन नै हाम्रो प्रमुख उद्देश्य र लक्ष्य हुनुपर्दछ । भिना मसिना सुखमा अल्झिएर दुःखको भुमरीमा नै अल्मलिएर जन्म-मरणको चक्रमा पिल्सिरहुनु मानव जातिको लागि कदापि सुहाउने र सुखकर विषय हुन सक्दैन । दुःखको आधार बनेको सुखलाई सच्चा सुख भन्न सकिँदैन ।

जीवन- मरणरूपी समस्याको मूल कारण तृष्णा वा आसक्ति हो । समस्या समस्या मात्र नरहिकन यसको समाधान वा साध्य पनि छ । त्यसलाई प्राप्त गर्ने अचुक उपाय अथवा मार्ग पनि छैन । त्यो मार्ग भनेको आठ अङ्गसहितको 'आर्य अष्टांगिक मार्ग' हो । यस आठ अङ्गसहितको मार्ग भनेको शील सदाचारको जीवन जिउनु, मनलाई वशमा लिनु र मनलाई शुद्धिकरण गर्नु हो । यसलाई शील, समाधि र प्रज्ञा गरी तीन भागमा विभक्त गरिएको छ । शीलअन्तर्गत तीन मार्गाङ्ग, समाधिअन्तर्गत तीन मार्गाङ्ग र प्रज्ञाअन्तर्गत दुई मार्गाङ्ग गरी आठ मार्गाङ्ग नै निर्वाणरूपी गन्तव्य भेटाउने उपयुक्त मार्ग अथवा उपाय हो ।

खास कुरा त जीवन-मरणरूपी दुःखको बोक्नमा विवश भएर रमाउने कामबाट छुटकारा खोज्नुप्यो । वस्तु, व्यक्ति र परिस्थिति जुन आफूलाई प्रिय लाग्छ, त्यसप्रतिको मोह वा आसक्तिको किसिलो वन्त्रनलाई कमशः खुकुलो पारी चुडाल्नुप्यो । त्यसै उद्देश्यको लागि महाकारुणिक तथागतले हामीले भागनु परिरहेका समस्याहरू यिनै हुन्, यिनबाट मुक्त हुने मार्ग यिनै हुन् भनी औँल्याउनुभयो । उहाँले दुःख मात्र छ भनी हामीलाई तर्साउनुभएन बरू ती दुःखबाट पूर्ण मुक्तिका लागि अवलम्बन गर्नुपर्ने मार्ग पनि निर्दिष्ट गर्नुभयो । दुःखबाट मुक्ति पनि केही समयको

लागि मात्र नभई सदाको लागि हो । अक्षय सुखको रसास्वादन हुने र दुःखमा फर्कनै नपर्ने अवस्था 'निर्वाण'को साक्षात्कार हुने उपाय निर्दिष्ट गर्नुभयो । त्यसैले पनि भगवान बुद्धको शिक्षा सुखवादी हो भन्न सकिन्छ, दुःखवादी कदापि होइन । दुःखवादी हो भनी बुद्ध-शिक्षालाई नबुझ्नेहरू मात्र भन्ने गर्दछन् । भौतिक सुख क्षणिक हुन्छ, तुरून्त विलाइजाने हुन्छ र फेरि अर्को फेरि अर्को सुखको चाहना जागृत भइरहन सक्दछ । तर निर्वाणिक सुख सदाको लागि हुन्छ, अक्षय पनि हुन्छ र जन्म, जरा, व्याधि र मरणादि दुःखबाट विमुक्त हुन्छ । यही नै हामी मानवहरूको लक्ष्य हुनुपर्दछ ।

एकैचोटी पूर्ण निर्वाणिक सुख भेट्टाउन नसकिए पनि कमशः क्षणिक निर्वाणको भए पनि रसास्वादन गर्न पाइएमा पनि हामी धन्य धन्य हुन्छौं । थोपा थोपा मिलेर नै सागर बन्दछ, वा पूर्णतामा प्राप्त हुन सकिन्छ । चुट्की चुट्कीमा निर्वाणको रस चाख्न पाउनुलाई नै 'क्षणिक निर्वाण' भनिएको हो । क्षणभरको लागि भए पनि राग र द्वेषरूपी मैललाई चढ्न नदिनु र तिनीहरूबाट निष्प्रभावित रहनु पनि कम कल्याणकारी होइन । भएको राग द्वेषका संस्कारहरूलाई टक्टाक्याएर पठाउने र नयाँ राग द्वेषका संस्कारहरूका मैललाई चित्तमा चढ्न नदिने काममा प्रवृत्त हुनु पनि हामी आफ्नै कल्याणार्थ र हामी आफैबाट हुनसक्ने काम नै हो । यसका लागि कसैको शरण पर्नु नपर्ने, कसैको 'तथास्तु' पाउन लालयित हुन नपर्ने र आफू नै आफ्नो मालिक हुन पाउने विधिअन्तर्गत काम गरेर नै सम्भव हुने बरदान हो । पूर्ण निर्वाण प्राप्तिको लागि सतत प्रयत्न र पुरुषार्थ गर्दै क्षणभरको लागि भए पनि क्षणिक निर्वाणको साक्षात्कार हुने कार्यमा पनि हामी सतत उद्यत रहनुपर्दछ ।

हामीलाई थाहा नै छैन कि हामी बन्धनमा परेका छौं । भव-बन्धनमा जकडिएका छौं । भवको अदृश्य मोटो फलामे डोरीले बाँधिएका छौं । हामी भवको चक्रव्यूहमा फसेका छौं । तर पनि हामीलाई अविद्याको भ्रमले गर्दा यसतिरको हेक्कै छैन । यस बन्धनमा नै रमाइरहेका छौं । सत्य, तथ्य ज्ञान (प्रज्ञा) को अभावमा रनभुल्लमा परेका छौं । बन्धनमा छौं भन्ने सम्मको आभास हामीमा छैन । यो बन्धनको कारण के हो र यसबाट कसरी उम्कने भन्ने थाहा पत्ता नभएको कारणले बन्धनलाई नै रमाइलो फिडा स्थल मानिरहेका छौं । हाम्रो भित्री आँखा उघ्रेको छैन । दुःखलाई नै सुख ठानिरहेका छौं । बारम्बार जन्म- मरणको चक्रमा फसेर विवशताको आँसु भारी यस संसारमा आना-जाना गरिरहेका छौं । यसैलाई सुखको आधार मानिरहेका छौं । दुःखलाई नै सुख ठानी माछा माछा भन्दै भ्यागुता समातिरहेका छौं । यो हाम्रो कस्तो विवशता, कस्तो नादानी !

यसै बन्धन वा दुःखबाट सर्वथा मुक्त हुनको लागि नै हामी धर्मको छत्रछायाँमा रहनपरेको हो । धर्मलाई धारण र पालन गर्नुपरेको हो । धर्मको मार्गमा अग्रसर हुँदै निर्वाणमुखी हुनुपरेको हो । निर्वालाई साक्षात्कार गरिलिनुपरेको हो । भव-बन्धनलाई चुँडाल्न परेको हो । दुःखका कारक तत्वलाई निमित्त्यान्न पार्नुपरेको हो । मानिसहरू शारीरिक र मानसिक दुःखहरूलाई मात्र दुःख हो भनी स्वीकार गर्दछन् ॥ सानातिना शारीरिक दुःखहरू जस्तै घाउ, खतिरा, टाउको दुख्नु, पेट दुख्नु, खान मन नलाग्नु वा मानसिक दुःखहरू जस्तै मनमा चिन्ता लाग्नु, इच्छा पूर्ण नहुनु, शोक हुनु, सुस्केरा हाल्नु पनु, आँसु भार्नु पनु इत्यादिलाई मात्र दुःख हो भनी मानिसहरू भन्छन् । वास्तविक दुःख के हो भन्नेबारे उनीहरू अनभिज्ञ छन् । भवमा विचरण गरिरहन पर्नु नै दुःख हो भन्ने

कुरालाई आत्मसात गर्दैनन् । तर दुःख भन्नु नै भव-दुःख हो । यसै दुःखबाटै अनेक दुःखहरूले डेरा जमाउँछन् । यसै भव-दुःखको जरालाई उन्मूलन गर्नु नै हाम्रो जीवनको प्रमुख लक्ष्य हुनुपर्दछ । यही लक्ष्य पूर्तिखातिर नै शील, समाधि र प्रज्ञाको अनुशीलन हुनुपर्दछ । यसैको अनुशीलनबाट नै निर्वाणको साक्षात्कार हुन्छ । निर्वाणको साक्षात्कार बाटै सम्पूर्ण दुःखको परिसमाप्ति सम्भव हुन्छ । त्यसैले निर्वाणको साक्षात्कार गर्ने कार्यमा हामी सतत क्रियाशील रहनुपर्दछ । 'क्षणिक निर्वाण'को साक्षात्कार यस दिशातिरको कोसेढुङ्गा हो ।

प्रत्येक यात्रा ससाना पाइलाबाटै प्रारम्भ हुन्छ । टुकुटुकु नहिंङी फटाफट हिंड्न सकिदैन । फटाफट हिंड्न नसकी दगुर्न सकिदैन र गन्तव्यसम्म पुग्न सकिदैन । गन्व्यमा नपुगी मानव जीवन सार्थक पार्न सकिदैन र जीवन शून्यमा शून्यसरि बिलाउन पुगिन्छ । यहाँ गन्तव्यमा पुगनुको अर्थ निर्वाणको साक्षात्कार हो । जीवन सार्थक पार्नुको अर्थ जीवनलाई ठीक पटरीमा लगाउनु र जीवनलाई सदुपयोग गरी पूर्ण गर्नुपर्ने कामलाई बखुबी पूर्ण गर्नु हो । आफ्नो साथै अरूको कल्याणको लागि जीवनलाई उत्सर्ग पार्नु पनि यसको अर्थ हो ।

सत्यलाई सत्य हो भनेर नजान्नु बरू असत्य मान्नु र असत्यलाई सत्य नै हो भनेर समाउनु हाम्रो अविद्या वा विपल्लासको कारणले हुन्छ । आर्य सत्यको विषयमा अबोध हुनु, वस्तु, व्यक्ति, र घटनाबारे यथार्थ ज्ञान नहुनु, अनित्य दुःख र अनात्मा विषयका सही जानकारी नपाउनु बरू उल्टोसित बुझ्नु नै हाम्रा दुःखका कसिला कारणहरू हुन् । ती कारणहरूलाई उन्मूलन नगरिएसम्म भव-दुःखमा अनवरत पिल्सिरहनुपर्ने हुन्छ । निर्वाणको साक्षात्कारमा यही अविद्या नै तगारोको रूपमा उभिन आउँछ । अविद्याको निमूलीकरण विना प्रज्ञाको प्रकटीकरण

हु सक्दैन । प्रज्ञाको विकास विना सत्य तथ्यको यथार्थ ज्ञान सम्भव हुँदैन । दुःख के हो, यसका कारण के हो, यसको निमूलीकरण के हो र यसको उन्मूलनको उपाय के हो भन्नेबारे सत्य ज्ञानको अभावमा दुःख-मुक्ति सम्भव नै हुँदैन ।

एक ठाउँ यस्तो पनि भनिएको छ कि एक घण्टामा ३६०० सेकेण्ड हुन्छ, एक घण्टामा एक सेकेण्डसम्म मात्र पनि 'अनिच्चा सञ्चा'को भाविता गर्न सकिएमा पनि निर्वाणको सूक्ष्म फलक मिल्छ । एक घण्टामा एकै घण्टा सतिमा रही सम्प्रजन्यताका साथ भावितामा डुब्न सकिएमा त कुरै सिद्धियो । पूरै मात्रामा कल्याण हुने नै भयो ।

'बेलाम सूत्र'मा बताइए अनुसार पनि चुट्कीभरको समयसम्म भए पनि अनित्यताको भावनामा भावित हुन सकेमा त्यसबाट प्राप्त हुने पुण्य अन्य पुण्यहरूभन्दा महान हुन्छ भनिएको छ ।

यही पुण्यको घडीलाई नै 'क्षणिक निर्वाण'को घडी भनिएको छ । यो ध्यानको कममा अनुभूत हुने कुरा हो । ध्यान भनेको अरू केही नभई स्मृतिवान भएर आफ्नो सासप्रति र शरीरको सतहमा जे जस्तो संवेदना चलिरहेको छ त्यसप्रति मनलाई एकाग्र र जागरूक गरी तत्क्षण जे जस्तो अनुभव भइरहेको छ तिनलाई आफ्नोतर्फबाट कुनै प्रतिक्रिया नगरी यथाभूत अनुभव गरिरहनु हो । तिनलाई मनपर्ने मन नपर्ने भनी नछुट्याई संवेदनालाई भोग्नेकाम बन्द हो । भोग्नुको अर्थ नै प्रतिक्रिया गर्नु हो । प्रतिक्रिया गर्नुको अर्थ तृष्णासँग रहनु हो । तृष्णासँग रहनुको अर्थ निर्वाणबाट टाढा हुनुहो । निर्वाणसँग टाढा रहनुको अर्थ संसारमा विचरण गर्नु हो र भव संसरणलाई लम्ब्याउनु हो । भव संसरणलाई लम्ब्याउनुको अर्थ दुःख-वन्धन अधिक मात्रामा कस्नु हो । दुःख-वन्धन कस्नुको अर्थ निर्वाणको विपरित जानु हो जुन बुद्ध-शिक्षा

विपरितको आचरण हो । ध्यानको उद्देश्य यो होइन ।

सास जसरी आइरहेको छ, जसरी गइरहेको छ, संवेदना जस्तो चलिरहेको छ – स्थूल वा सूक्ष्म, चलाख वा विस्तार, प्रिय वा अप्रिय – तिनलाई यथाभूत अनुभव गर्नु, प्रियमा प्रियको र अप्रियमा अप्रियको प्रतिक्रिया नगर्नु, जे भइरहेको छ त्यसलाई तटस्थ भएर साक्षीभावले निरीक्षण मात्र गरिरहनु नै समाधिस्थ हुनु हो । यसो गर्दा तृष्णासितको सम्बन्ध टुट्छ – त्यसवेला न हामी रागमा लुट्पुटिन्छौं, न हामी द्वेषमा तडपिन्छौं न त हामी मोहमा नै मूढित हुन्छौं । त्यस्तो अवस्थामा जति समयसम्म हामी रहन सफल हुन्छौं त्यति समयसम्म हामी ती तृष्णाका तीन भगनीहरूबाट निर्लिप्त रहन्छौं । यसको अर्थ त्यति समयसम्म निर्वाणको सानिध्यमा रहन्छौं । अधि भनिएभैं १ सेकेण्ड, २ सेकेण्ड, ५ सेकेण्ड अथवा १ मिनेट, २ मिनेट, ५ मिनेट जति हो त्यति बेरसम्म हामी वन्धन-मुक्तिको अनुभव गर्न सक्दछौं । त्यही नै 'क्षणिक निर्वाण'को साक्षात्कार हो ।

'खीणं पुराणं नवं नत्थि संभवं' भनिएभैं पुराना क्षीण भइजाने र नयाँ नबन्ने हुन्छ । पुराना संस्कारहरूको गाँठो फुक्दैजाने र नयाँ गाँठा नकस्ने क्रियाले हामी ल्केशको गाँठो फुकाउने काममा लाग्दछौं नसको अर्थ हुन्छ, निर्वाणको दिशामा हाम्रा पाइलाहरू सशक्तरूपमा परिचालित हुँदैजाने छन् र गन्तव्य नजिकिदै जाने छ । यही नै हामीहरूले गर्नेपर्ने काम हो । यो काम एकैचोटी हुन सक्दैन । थुप्रै समय लाग्न सक्तछ ।

तर अधैर्यताले हुने काम यो होइन । यसका लागि धैर्य, पराक्रम, सजगता, उत्साह र लगनशीलताको दरकार पर्दछ । यो असम्भव काम होइन, कठिन अवश्य छ ।

यति मेहिनतका साथ गर्नुपर्ने काम एकैचोटी भएर भनेर भर्कनु, तर्कनु र च्वाट्टै छोडिदिनु हुँदैन । शनै शनै अलि अलि गर्दै एक एक पाइला सार्दै धैर्य धारण गरी काम गर्दै गएमा अवश्य पनि हामी सफल हुने नै छौं । निर्वाण प्राप्तिको कुरा पनि यस्तै नै हो । एकै दिनमा एकै प्रयासमा फत्य हुने काम यो होइन । निर्वाणको साक्षात्कार पनि एकैपटकमा हुने होइन । अलि अलि गर्दै क्षण क्षणमा निर्वाणको झलक पाउँदै जान सकिन्छ । घैटोमा थोपा थोपा गर्दै पानी भर्दै जानुपर्दछ । एक न एकदिन त त्यो घैटो भरिहाल्ने छ । यसमा संशय छैन । सक्ने र नसक्ने भन्ने कुरा हाम्रो आफ्नै हातमा हुन्छ । कसैले आई त्यो काम तथास्तुको जादुले निमित्त्यान्न पर्न सक्दैन । कसैमा निर्भर भएर यो काम हुने पनि होइन । कसैले कसैको लागि गरेर गर्न पनि सक्तैन । आआफ्नो काम हो आफैले पूरा गर्नुपर्दछ । तथागतले पनि भन्नुभएको छ – 'तुम्हे हि किच्चं आतप्पं, अक्खातारो तथागता' अर्थात् काम त तिमीले नै गर्नुपर्दछ, तथागतले त तिमीहरूलाई निर्देशन मात्र दिन सक्नुहुन्छ । अर्को ठाउँमा तथागत भन्नुहुन्छ – 'अत्ता हि अत्तनो नाथो, न हि नाथो परोसिया' अर्थात् आफ्नो मालिक आफै हो, अरू कोही होइन । कसैले गरिदेला कि भनी अर्काको मुख ताक्नु हुँदैन । आफूमै निर्भर रही आफ्नै पराक्रमले काम तमाम गर्नुपर्दछ । आफ्नो मुक्तिको मार्ग आफैले तय गर्नुपर्दछ । अस्तु !

‘ध्यान बसौं न है !’

लौ, लौ, तपाईं किन तर्सिनुभयो त्यसरी ! ‘ध्यान बस्ने’ कुरा सुन्नेवित्तिकै बुरुकुसी पो मार्न थाल्नुभयो त ! तपाईं त त्यस्तरी आत्तिनुभयो मानौ ‘ध्यान’ तपाईंको सात जन्मको शत्रु हो । होइन, त्यस्तरी तर्सनुपर्ने विषय यो होइन । तपाईं हामी भ्रान्तिमा छौं । ध्यान त हाम्रो परम कल्याणकारी मित्र हो भन्ने कुरा हामीले विसिदिएका छौं । आउनुहोस्, बसौं एकछिन, ध्यानै नबसे पनि कुरा त सुनौं अनि तपाईं ध्यानमा बस्ने रूचिभए बस्नुहोस्, नभए तपाईंको इच्छा । तपाईं आफै आफ्नो मालिक हुनुहुन्छ । आफ्नो भलो कुभलो तपाईं आफै जान्नुहुन्छ । सुनिदिएर के पो बिच्छ र ! नसुनी जान्ने अवसर पनि त जुदैँन नि, कसो ?

सुन्नुहोस्, म केही भन्छु । हामीले चिनेनौ ध्यानलाई । अज्ञानतावश मित्रलाई शत्रु र शत्रुलाई मित्रु भनेर हामीले आफैलाई धोखा दिइरहेका छौं । ‘ध्यान’ त हामी आमासरह हो । बच्चाको मायाँमा ‘को खाइ, को खाइ’ गर्दै हाम्रो पछि पछि लागेर हामीलाई मीठो र पोसिलो खानेकुरा खुवाई पेट भरिदिन आतुर भएकी आमाभै देखिन्छन् ध्यानरूपी आमा ! त्यसरी मायाँले दिएको खानेकुरालाई चाखि त दिऔं । त्यो कुनै अखाद्य पदार्थ त हुँदैहोइन । पोषणको लागि र प्राण रक्षार्थ नै हो । जीवनदानको लागि नै हो । आमाको मन त राखिदिऔं । आमाको चित्त दुखाउनु हाम्रो धर्म होइन । तपाईंलाई यो कुरा कस्तो लाग्छ ?

ध्यान हाम्रो शत्रु होइन । यो हाम्रो पुरानो मित्र हो । यसले हाम्रो कुभलो चिताउदैँन । हाम्रो कल्याणार्थ सदैव तत्पर रहन्छ । हामी अनाहकमा त्यसै तर्सिदिन्छौं र यसबाट पलायन हुन खोज्छौं । यो हाम्रो कस्तो नादानी !

सुरुमा त हाम्रो कल्याण के मा र अकल्याण के मा भन्ने कुरा जान्नुपथ्यो । अहिल्यै ध्यानमा मन नरम्ला । नरमे पनि आदत परेपछि यसको सानिध्य पाएपछि र यसको आनिशंस बोध भएपछि हामी कस्ता मूर्ख रहेछौं र ध्यानलाई दुश्मन ठानेका रहेछौं भनेर आत्मग्लानीको महसुस हुनेछ र यसलाई ग्राह्य ठानी यसमा मन रमन थाल्नेछ । हामी भ्रल्यास्स हुनेछौं र नाहकमा तर्केका रहेछौं भन्ने बोधले हाम्रो अन्तर्मनको आँखा खुल्नेछ । हाम्रो पाइला ठीक गोरेटोमा परेको महसुस हुनेछ र हामी आश्वस्त हुनेछौं । यही नै हाम्रो पहिलो सफलताको संकेत हुनेछ । यसमा तपाईंको पनि सहमति होला, कि नहोला ? तपाईंको मुहारको उज्यालोपना, मृदु मुस्कान र प्रफुल्लताले यस कुराको संकेत दिन्छ । यस प्रफुल्लतालाई हराउन नदिनुहोस् । तपाईंलाई यसको अग्रिम बधाइ छ !

अब हामी ध्यानको परिचय लिऔं । ध्यान वास्तवमा त्यति लिकष्ट र अपाच्य छैन । चित्तको एकाग्रता नै ध्यान हो । हाम्रो चित्त एकछिन पनि चूप लागेर बस्दैन । एक्वारियमभित्र पालिएका माछाभै हरदम तलमाथि, माथितल, दायाँ बायाँ, बायाँ दायाँ घुमि नै रहन्छ । चाहे रात होस्, चाहे दिन होस्, यसलाई समयको परवाह हुँदैन । चित्त पनि यसरी नै चंचल र चपल छ । यस्तो चित्त धारण गरेर के उपलब्धि हासिल गर्न सक्दछौं र खोइ ? यसरी त हाम्रो अमूल्य जीवन तहस नहस पार्न सदा उद्यत रहन्छ यो चित्त ! चित्त अति बलवान, ऊर्जावान

भएर पनि विध्वंसकारी छ । यस्तो शक्तिशाली मनलाई त्यसै छाडा छोडदा यसले हाम्रो कति हानी नोक्सानी गर्न सक्दछ र बरबाद गर्न सक्दछ, यो कुरो टड्कारो छ । यसलाई बुझ्न एउटा मत्ता हात्तीलाई हेरे पुग्छ । त्यो हात्तीमा कति शक्ति छ, कति ऊर्जा छ तर कति विध्वंसकारी छ । त्यस मत्ता हात्तीलाई काबुमा लिन सकिए र त्यसको मालिक हुन सकिए त्यसबाट कति राम्रा, उपयोगी र रचनात्मक कार्य गराउन सकिन्थ्यो होला । त्यस्तैगरी यस्तो सबल र ऊर्जावान मनलाई वशमा राख्न सकिए र त्यसको मालिक हुन सकिए कति कल्याणकारी सिद्ध हुन्थ्यो र हाम्रो इहलोक र परलोक सपार्न कति सहायक हुन्थ्यो, हामी प्रष्टै बुझ्न सक्छौं । यस कार्यमा 'ध्यान' परम सहायक सिद्ध हुन सक्दछ । 'ध्यान' विना मनको वशीकरण र विकारको समन हुनै सक्दैन । 'मनको कर्म नै कर्म हो' भनेर भगवान बुद्धले पनि थपी थपी भिक्षुहरूलाई अथवा हामी साधकहरूलाई भन्नुभएको छ । पहिले मनमा कुरा उठ्छ, कालान्तरमा त्यही कुराले प्रेरित भई वाचिक र शारीरिक कर्महरू सम्पादन हुन पुग्दछन् । ती कर्महरू कुशल पनि हुन सक्दछन्, अकुशल पनि । कुशल कर्मको फलले सुखानुभूति र अकुशल कर्मको फलले दुःखानुभूति दिन्छ । मन सुख दुःखको द्योतक हो र यसको ज्ञान हामीमा नभएमा वा नजानेमा पुनर्जन्मको प्राप्ति र जानेमा जन्म-मरणबाट मुक्ति मिल्दछ ।

मनको मालिक हुन नसक्दा आइपर्ने जन्म र मरणको दुःखदायी परिणाम अनन्तकालसम्म भोगिरहनुपर्ने हुन्छ, मालिक हुन सकेमा ती दुःखदायी परिस्थितिको अन्त हुन गई जन्म-मरणको कुत्सित चक्रबाट सदाको लागि मुक्त हुन सकिन्छ । त्यस्तो मनलाई वशमा राख्न र दुःखको अन्त गर्न हामी कसको मन लालयित नहोला ? के तपाईं पनि

दुःखको अन्त चाहनुहुन्न ? अब के हामीले त्यस्तो विधि हात पार्न प्रयत्नशील हुन नपर्ला ? तै पनि हामी 'ध्यानमा बसौं' भन्ने कुरा सुन्दा बहिरो कान फर्काउँछौं र यस दिशामा तत्परता पटकै देखाउँदैनौं । बरू पलायन हुन खोज्छौं । कानमा भीर पसेभैको अनुभव गर्दछौं, पर पर भाग्दछौं । यो त अलि भएन कि, कसो साथी !

यति कुरा सुन्दा त तपाईंको कान टाठो भयो होला, मन ध्यानतिर ढल्क्यो होला, यस दिशामा पाइला चाल्न तपाईंका गोडा सग्वगाए होलान् । उ, तपाईंको आँखामा कान्ति पनि छाएको देखें । अब त ध्यान बस्ने रूचि तपाईंमा जागृत भयो होला, होइन त साथी ! यसो हो भने तपाईं ठीक ठाउँमा उभिनुभयो । तपाईंलाई साधुवाद !

अघि नै पनि भनियो – ध्यान भनेको मनको एकाग्रता हो । यसको काम चंचल चित्तलाई लगाम दिनु हो । विध्वंशतिरको गतिशीलतालाई ब्रेक लगाउनु हो । कल्याणतिरको बाटो सोभ्याउनु हो । भव-रोग शान्त पार्नु हो । अक्षय सुख 'निर्वाण'को साक्षात्कार गराउनु हो ।

मूलतः ध्यान दुई प्रकारका छन् । एक शमथ-ध्यान अर्को विपश्यना-ध्यान । शमथ-ध्यानमा चित्तलाई वशमा ल्याउने काम हुन्छ । नीवरणहरूको समन गर्ने काम हुन्छ र उच्च भवमा पुनर्जन्म गराउने कारणको जोहो हुन्छ । विपश्यना-ध्यानमा अनित्य, दुःख र अनात्माको भाविताद्वारा नामरूपको उदय-व्ययको साक्षीभावले अनुभूत गरी भव-चक्रबाट सर्वथा उम्किन सक्ने गरी दुःखको मुक्तावस्था 'निर्वाण'को साक्षात्कार हुन्छ र पूर्वजन्मका संचित कर्महरूको क्षय हुने र पुनर्जन्मको कारणको निवारण हुने काम हुन्छ । शमथ-ध्यानमा पूर्व संचित कर्म पूर्णतः क्षय हुन सकेको हुँदैन र भवको कारण विद्यमान रहन्छ । तर

विपश्यना-ध्यानमा नामरूपको क्षेत्रमा प्रज्ञाको औजारद्वारा निर्वाध प्रतिक्षण उत्पन्न भई व्यय भइरहेका संस्कारहरूको छेदन गरी निर्जरा गर्ने काम हुने भएबाट नयाँ पुराना सबै संस्कारहरूको पूर्णरूपले सफाचट हुन्छ, र पुनर्जन्म लिनुपर्ने र जरा मरणादि दुःख भैलिरहनुपर्ने कारणहरूको दहन हुने काम हुन्छ । शमथ-ध्यान, शील र समाधिको क्षेत्र हो भने विपश्यना-ध्यान, प्रज्ञाको क्षेत्र हो । प्रतिक्षण सजग र सचेत भइरहने काम सम्यक-समाधिमा मात्र हुन्छ । राग, द्वेष र मोहरूपी हाम्रा आन्तरिक शत्रुहरूको विशेषरूपले निर्जरा हुनु नै निर्वाणको साक्षात्कार हुनु हो । यही नै 'शून्यता' हो । यहाँ 'शून्यता' को अर्थ विकारहरूले शून्य भएको अवस्थालाई भनिएको हो । आत्मभावले शून्य भएको अवस्थालाई भनिएको हो । 'म', 'मेरो' र 'मेरो आत्मा' भन्ने भावनाले शून्य भएको अवस्थालाई भनिएको हो । यही शून्य भावलाई प्राप्त गर्नु नै ध्यानको मूल लक्ष्य हो । यो अवस्था तृष्णाले शून्य हुन्छ, दुःखले शून्य हुन्छ, र सर्वोच्च अनि अक्षय सुखले सहित हुन्छ । के तपाईं हामी यस्तो सुखबाट वञ्चित हुन चाहन्छौं होला ? सधैं दुःखमा बदल्ने सुखको पछि पछि कति भाग्ने ? कति धोखामा पर्ने ? कि कसो, साथी ! अब त तपाईं 'ध्यानमा बस्ने' भन्ने वाक्यांश सुन्दा तर्सिनुहुन्न क्यारे । ध्यानप्रति वितृष्णा जगाउनुहुन्न क्यारे, होइन त ? तपाईं के भन्नुहुन्छ ? कि अबै घैटोमा घाम छिरेको छैन ? स्पष्ट भन्नुहोस् है ?

प्रायःले ध्यान बस्ने भन्दाखेरि खिल्ली उडाउँछन् । ध्यान बस्नु त बूढाखाडाहरूको पेवा हो, एकाधिकार हो भन्दछन् । तेरो के उमेर भएको छ र ध्यान बस्नलाई, भनेर हकार्दछन् । तर एउटा कुरा याद राखौं कि ध्यान बस्ने कुरामा उमेरको हदबन्दी हुँदैन जति छिटो ध्यानमा मन लगाउन सकियो त्यति नै बढी कल्याणको मार्गमा अग्रसर होइन्छ ।

१२९ ————— 'ध्यान बसौं न है !'

इन्द्रिय सबल हुँदै, हातखुट्टा बलियो छुँदै र स्मृति दृढ छुँदै गर्नुपर्ने काम हो – ध्यान । बूढो उमेरमा, स्मृति हराउँदो अवस्थामा, आँखाकानले राम्ररी काम गर्न नसक्ने अवस्थामा ध्यानमा बस्छु भनेर कसैले भन्दछ भने, त्यो हुने कुरा होइन । यो त हाँसोलाग्दो कुरा हुन्छ । बूढो हुनुभन्दा पहिले नै कमाउनुपर्दछ अनि पो बुढेसकालमा बसेर कुपु कुपु खान पाइन्छ । आः अहिले के को हतार पछि कमाउँला भनी अहिले प्रमाद निन्द्रामा घुर्ने र मस्तीको खेलमा मस्त रहनेलाई पछि पछि दुःखै त हुन्छ नि ! यो त व्यावहारिक सत्य नै हो नि, होइन त साथी ?

ध्यानको लौकिक एवं लोकुत्तर दुवै फाइदा छ । लौकिक फाइदामा –

- १) ध्यानबाट हामीमा नकारात्मक प्रवृत्ति हट्नजान्छ ।
- २) मन सजग र सचेत हुन्छ ।
- ३) काममा मन एकाग्र हुन्छ ।
- ४) तनाव हट्नजान्छ ।
- ५) व्यवहारमा सौम्यता आउँछ ।
- ६) पारस्परिक सम्बन्ध सुध्निन्छ ।
- ७) पढाइमा मन लाग्दछ । स्मरण शक्ति बढ्छ ।
- ८) बिसिने बानी हट्दछ ।
- ९) जीवनमा नकारात्मकतामाथि विजय प्राप्त हुन्छ ।
- १०) विषम परिस्थितिमा पनि समतापूर्वक जीवन बिताउन सकिन्छ ।
- ११) उत्तेजना, रीस, लोभ लालचमा उलेख्य नियन्त्रण हुन्छ ।
- १२) समग्रमा भन्नुपर्दा जीवन सुखसाथ निर्वाह गर्न सकिन्छ । यही नै ध्यानबाट पाइने लौकिक फाइदा हुन् । के तपाईं यी फाइदाबाट वञ्चित हुन चाहनुहुन्छ ? कदापि चाहनुहुन्न । आँखिर असल मान्छे बन्न को चाहदैन ? म त चाहन्न । क तपाईं चाहनुहुन्छ ?

'ध्यान बसौं न है !' ————— १३०

लोकुत्तर फाइदाको बारेमा माथि पनि कतै केही अंशमा उल्लेख भइसकेको छ। लौकिक फाइदा भौतिक, दृष्ट, प्रत्यक्ष हुन्छ, तर लोकुत्तर फाइदा अभौतिक, अदृष्ट र अप्रत्यक्ष हुन्छ। लौकिक फाइदा यसै जीवनमा मात्र भोग गर्न पाइने हुन्छ भने लोकुत्तर फाइदा जन्मजन्मान्तरसम्म पनि मंगलकारी र मुक्तिवाहिनी हुन्छ। यसले जन्म-मरणको चक्रबाट समेत उतीर्ण गराउने हुन्छ। 'निर्वाण'को साक्षात्कार गराउने हुन्छ। जन्म हुनुबाटै सम्पूर्ण दुःखको कारण बन्दछ। जन्मकै निरोध भएमा सम्पूर्ण दुःख-बन्धनबाट सदाको लागि मुक्ति पाइन्छ। लोकुत्तर फाइदाले जन्मकै निरोध हुने दिशातिर अग्रसर गराउँछ। परन्तुसम्म फाइदा दिने क्षमता राख्दछ – लोकुत्तर सम्पतिले। यसको विपरित भौतिक सम्पतिले यस लोकमा जीवन छुञ्जेल फाइदा दिन सक्दछ होला। त्यो पनि ग्यारन्टी छैन। तर लोकुत्तर सम्पतिले कल्याणको ग्यारन्टी दिन सक्दछ। ध्यानबाट लोकुत्तर सम्पतिको जगेर्ना हुन्छ। यही नै ध्यानको प्रत्यक्ष लाभ हो। यसको अगाडि अन्य सबै प्रकारका लाभ निम्नस्तरको र गौण भइदिन्छ। यसका लागि विपश्यना ध्यान प्रभावकारी एवं अनिवार्य छ। यति कुराबाट सायद तपाईंलाई 'ध्यानमा बस्ने' बारे एलर्जी हुनबाट छुटकारा मिल्यो होला, कि मिलेन ?

यदि कुरा यस्तो हो भने ध्यान कसरी बस्ने त भनी सोध्नुहोला। ठीक ट्याकमा आउनुभयो, स्वागत छ। साधारणतया ध्यान बस्ने भन्दाखेरि पलेटी मारेर, आँखा चिम्लेर, हातखुट्टा नचलाइकन, शरीरलाई अचल र अडिग राखेर बस्ने भन्ने कुरा बुझेका हुन्छन्। हुनत त्यसरी नै आसन जमाउने हो। तर सुखासनमा बस्नुपर्दछ। लौ, त्यसरी त बसियो रे। बसेर के गर्ने ? भन्ने प्रश्न तेर्सिन्छ। अरूले हेर्दा काम गर्नाको गाहोले अल्छी भई कामचोर बनी थपक्क बसिरहेकोभै लाग्दछ। तर होइन,

त्यसरी बसेर गर्नुपर्ने काम धेरै छ। मिहिनेत र उत्साहका साथ काम गर्नुपर्दछ। धैर्यता राखी सजग र सचेत भई काम गर्नुपर्दछ।

प्रथमतः आउने जाने सासलाई नियाल्नुपर्दछ। आएको भए आएको, गएको भए गएको सासको निरीक्षण गर्नुपर्दछ र सासको गतिविधिबारे एक एक जानकारी लिनुपर्दछ। सास कसरी भित्रिँदै छ, कसरी बाहिरिँदै छ त्यसको पनि जानकारी राख्नुपर्दछ। चलाखसित वा बिस्तारै कसरी सास भित्रिरहेको छ वा बाहिरिरहेको छ त्यसको पनि ठीक ठीक जानकारी हुनुपर्दछ। दायाँ नाकको प्वालबाट वा बायाँ नाकको प्वालबाट वा दुवै नाकको प्वालबाट, लामो वा छोटो जस्तो हो, जसरी हो, नाकको क्षेत्रमा घटित घटनालाई कुनै हस्तक्षेप नगरी जस्तोको तस्तै जानकारी लिने काममा मनलाई प्रयुक्त गर्नुपर्दछ। यसरी मनले अन्यत्र नगई सासमा नै काम गर्न थाल्दछ। यसो गर्नु पनि कम कल्याणकारी छैन किनभने यसरी मन प्राकृतिक सासमा काम गरिरहुञ्जेल मनले राग, द्वेष र मोहको फन्दामा पर्दैन र कर्मसंस्कार बन्नबाट बचन सकिन्छ।

विपश्यनाको माध्यमद्वारा शरीरमा जे जस्तो जुन कारणले जसरी संवेदनाहरूको उदय भइरहेको होस्, हामीले तिनलाई यथाभूत जानकारी लिइरहनुपर्दछ त्यसमा हामीले आफ्नोतर्फबाट कुनै प्रकारको प्रतिक्रिया जनाउनुहुँदैन। प्रतिक्रिया जनाउनुको अर्थ संस्कार बनाइमागनु हो। भएको संस्कार त कहिले सिध्याउँला भनेर परिश्रम गर्नुपर्ने बेलामा नयाँ संस्कारहरूको निर्माण गर्नु कुनै पनि अर्थमा बुद्धिमानी होइन। तटस्थ भई संवेदनाको निरीक्षण गर्दैजाँदा पूर्वसंचित कर्मसंस्कारहरू पनि उदीर्ण हुनजान्छन् र तिनलाई निर्जरा गर्न सकिन्छ। तिनको कुप्रभावबाट सदाको लागि बचन सकिन्छ। नयाँ नबन्ने र पुराना निर्जरा

हुने क्रियाले हामी कमशः दुःख-मुक्तिर उन्मुख हुँदैजान सक्दछौं । यही नै ध्यानको उपादेयता हो, यही नै हामी मानिसले मानिस भएर गर्नेपने साधना हो र कल्याणकारी विधि पनि यही नै हा । तर यसका लागि तपाईंले दस दिनको फुर्सत निकली शिविरमा सम्मिलित हुनुपर्दछ । एकपल्ट त जानैपर्ला है त ?

संक्षेपमा मैले तपाईंलाई 'ध्यानमा बस्ने' बारे बताएँ । यसरी संक्षेप भए पनि बताएको कारण तपाईंलाई ध्यानमा अभिरूचि जगाइदिन मात्र हो । अभ्यासगत रूपमा त तपाईंले शिविरबाट अनुभव गरिहेर्न बाँकी नै छ । तपाईंलाई आजको मेरो सानिध्य कस्तो लाग्यो भन्नुहोस् । कमसेकम अब आइन्दा त तपाईं 'ध्यानमा बस्ने' भन्ने कुरा सुन्नेवित्तिकै तर्सनु त हुन्न होला, भाग्नु त हुन्न होला, बहिरो कान त फर्काउनुहुन्न होला र अनेक बहाना बनाई उम्कनु त खोज्नुहुन्न होला, कि के भन्नुहुन्छ ? हो, अवश्य हो, तपाईंले ठीक भन्नुभयो, अब त ध्यान बस्ने बारे अन्यथा सोच्नुहुन्न । अभिरूचि लिनुपर्छ नै । प्रज्ञा सम्बर्द्धन गरी पुराना संस्कारहरूको निरोध गर्ने र नयाँ संस्कारहरूको रोकथाम गर्ने कुरामा तपाईं पनि सहमत हुन पुग्नुभएछ । यसका लागि तपाईं साधुवादको सुयोग्य पात्र हुनुहुन्छ । लौ त, म पनि बिदा हुन्छु । तपाईं पनि स्वतन्त्र हुनुहुन्छ । अधि तपाईं उठेर हिँड्न तत्पर हुनुहुन्थ्यो अब त एक चित्त भएर सुनिरहनुभएको छ नि ! जाने बेला भएन र ? हिँड्नु होस् । तपाईंलाई परसम्म साथ दिन्छु । यतिञ्जेल तन्मयताका साथ मलाई सुनिदिनुभएकोमा तपाईंलाई मुरी मुरी धन्यवाद !

अस्तु !

२०६४/११/१७

भवतु सब्व मंगलं ।

१०

गर्नु छ भने

– दोलेन्द्ररत्न शाक्य
चाकुपाट, ल.पु.

- १) हेर्नु छ भने अनित्यतालाई हेर ।
- २) देखाउनु छ भने असल मान्छे बनेर देखाऊ ।
- ३) दिनु छ भने धर्म-दान देऊ ।
- ४) लिनु छ भने अनात्मको शिक्षा लेऊ ।
- ५) मर्नु छ भने अरूको निमित्त मर ।
- ६) मार्नु छ भने ल्केशलाई मार ।
- ७) मर्नु छ भने अन्तिम मृत्यु मर ।
- ८) मार्नु छ भने द्वेषलाई मार ।
- ९) जित्तु छ भने ल्केश-मारलाई जित ।
- १०) हार्नु छ भने सत्कर्मसँग हार ।
- ११) साथ लिनु छ भने सद्धर्मको लेऊ ।
- १२) साथ दिनु छ भने असहायलाई देऊ ।
- १३) सुन्नु छ भने धर्मका कुरा सुन ।
- १४) सुनाउनु छ भने हितोपदेश सुनाऊ ।
- १५) सिक्नु छ भने बाँच्ने कला सिक ।
- १६) सिकाउनु छ भने सीप र विद्या सिकाऊ ।
- १७) बढाउनु छ भने स्मृति बढाऊ ।

'गर्नु छ भने

१३३

'ध्यान बसौं न है !'

१३४

- १८) घटाउनु छ भने पापकर्म घटाऊ ।
 १९) बाल्नु छ भने प्रज्ञा-प्रदीप बाल ।
 २०) निभाउनु छ भने ल्केशको ज्वाला निभाऊ ।
 २१) सम्भन्नु छ भने अरूको उपकार सम्भ ।
 २२) भुल्नु छ भने अरूको दोष भुल ।
 २३) बुझ्नु छ भने जीवन-दर्शनलाई बुझ ।
 २४) विर्सनु छ भने अतीतलाई विर्स ।
 २५) बाँच्नु छ भने धर्मपूर्वक बाँच ।
 २६) मर्नु छ भने सुखद् मृत्यु मर ।
 २७) समाउनु छ भने सम्यकदृष्टि समाऊ ।
 २८) छोड्नु छ भने आसक्ति छोड ।
 २९) बनाउनु छ भने चरित्र बनाऊ ।
 ३०) सपार्नु छ भने परलोक सपार ।
 ३१) सिंगार्नु छ भने आध्यात्मिक रूप सिंगार ।
 ३२) बिगार्नु छ भने भव-गृह बिगार ।
 ३३) ग्रहण गर्नु छ भने बुद्ध-शिक्षालाई गर ।
 ३४) प्रहाण गर्नु छ भने तृष्णालाई गर ।
 ३५) सामिप्य पाउनु छ भने सन्तको पाऊ ।
 ३६) टाढै बस्नु छ भने दुर्जनसँग बस ।
 ३७) प्रवृत्त हुनु छ भने धर्ममा प्रवृत्त होऊ ।
 ३८) निवृत्त हुनु छ भने आत्मभावबाट होऊ ।
 ३९) जगाउनु छ भने धर्म-चित्त जगाऊ ।
 ४०) दमन गर्नु छ भने पाप-चित्तलाई गर ।
 ४१) बच्नु छ भने कुमित्रबाट बच ।



Dhamma.Digital

- ४२) बचाउनु छ भने अधर्मबाट बचाऊ ।
 ४३) बनाउनु छ भने सुसंस्कार बनाऊ ।
 ४४) भत्काउनु छ भने भव-गृह भत्काऊ ।
 ४५) गर्नु छ भने गुणोपकार गर ।
 ४६) नगर्नु छ भने खराबको संगत नगर ।
 ४७) बस्नु छ भने समाधिमा बस ।
 ४८) हिंड्नु छ भने आर्य-मार्गमा हिंड ।
 ४९) लगाउनु छ भने शीलको कवच लगाऊ ।
 ५०) प्राप्त गर्नु छ भने लोकुत्तर धन प्राप्त गर ।
 ५१) बोल्नु छ भने मैत्रीयुक्त वचन बोल ।
 ५२) चिताउनु छ भने अरूको भलो चिताऊ ।
 ५३) शरण लिनु छ भने आफ्नो लेऊ ।
 ५४) स्मरण गर्नु छ भने गुणानुस्मरणको गर ।
 ५५) अनुभूत गर्नु छ भने संवेदनाको गर ।
 ५६) चोर्नु छ भने विद्या बुद्धि चोर ।
 ५७) हटाउनु छ भने अविद्यालाई हटाऊ ।
 ५८) सुँघ्नु छ भने शीलको सुगन्ध सुँघ ।
 ५९) स्वाद लिनु छ भने धर्मको स्वाद लेऊ ।
 ६०) च्यात्नु छ भने ल्केशावरणलाई च्यात ।
 ६१) धपाउनु छ भने कुत्सित भावना धपाऊ ।
 ६२) वृद्धि गर्नु छ भने प्रज्ञा-वृद्धि गर ।
 ६३) त्यागनु छ भने तृष्णालाई त्याग ।
 ६४) संगत गर्नु छ भने सन्तको गर ।
 ६५) उत्पन्न गर्नु छ भने श्रद्धा उत्पन्न गर ।

६६) कामना गर्नु छ भने लोककल्याणको गर ।
 ६७) भेट्नु छ भने असल मित्रलाई भेट ।
 ६८) रोक्नु छ भने क्रोधलाई रोक ।
 ६९) पूजा गर्नु छ भने गुणको गर ।
 ७०) भिक्नु छ भने वीर्य उत्साह भिक् ।
 ७१) सत्य खोज्नु छ भने आफूभित्र खोज ।
 ७२) निर्भर हुनु छ भने आफैसँग होऊ ।
 ७३) टिक्नु छ भने सत्य धर्ममा टिक ।
 ७४) चाख्नु छ भने विमुक्ति-रस चाख ।
 ७५) पालन गर्नु छ भने समता-धर्मको गर ।
 ७६) वशमा पार्नु छ भने मनलाई पार ।
 ७७) निर्मल गर्नु छ भने मनलाई गर ।
 ७८) भिज्नु छ भने मैत्री करुणामा भिज ।
 ७९) अमर बन्नु छ भने भव-रोग हटाऊ ।
 ८०) घृणा गर्नु छ भने पापलाई गर ।
 ८१) खेती गर्नु छ भने पुण्यको गर ।
 ८२) धुनु छ भने चित्त-रजलाई धोऊ ।
 ८३) आँखा टर्नु छ भने द्वेषलाई टर ।
 ८४) तर्नु छ भने संसार खोला तर ।
 ८५) बोक्नु छ भने धर्म-भण्डा बोक ।
 ८६) उक्लनु छ भने मार्ग-फल सिंठी उक्ल ।
 ८७) चलाउनु छ भने धर्म-चक्र चलाऊ ।
 ८८) कामना गर्नु छ भने शान्तिको गर ।
 ८९) कमाउनु छ भने अक्षय-धन कमाऊ ।

९०) धारण गर्नु छ भने धर्म-धारण गर ।
 ९१) मेट्नु छ भने भ्रान्तिलाई मेट ।
 ९२) रम्नु छ भने धर्ममा रमाऊ ।
 ९३) अवबोध गर्नु छ भने दुःखको गर ।
 ९४) साक्षात्कार गर्नु छ भने निर्वाणको गर ।
 ९५) भाविता गर्नु छ भने मार्ग-सत्यको गर ।
 ९६) चिन्नु छ भने आफैलाई चिन ।
 ९७) चुँडाल्नु छ भने संयोजनलाई चुँडाल ।
 ९८) मुक्त हुनु छ भने आसक्तिबाट होऊ ।
 ९९) ठण्डा पार्नु छ भने रागाग्निलाई पार ।
 १००) सुताउनु छ भने आवेशलाई सुताऊ ।
 १०१) रोप्नु छ भने धर्म-बीज रोप ।
 १०२) बदल्नु छ भने पुरानो कुत्सित बानी बदल ।
 १०३) लाज मान्नु छ भने पापकर्मदेखि मान ।
 १०४) डर मान्नु छ भने खराब काम गर्नमा मान ।
 १०५) सार्थक पार्नु छ भने मानव जीवनलाई पार ।
 १०६) भय लिनु छ भने भव-भयसँग लेऊ ।
 १०७) निल्नु छ भने रीसलाई घुटुक्क निल ।
 १०८) पुनरावृत्ति गर्नु छ भने कुशलको गर ।
 १०९) विउँभन्नु छ भने प्रमाद निन्द्राबाट विउँभ ।
 ११०) स्पर्श गर्नु छ भने निर्वाणको गर ।
 १११) छोप्नु छ भने धर्म गर्ने मौका छोप ।
 ११२) धुलो भार्नु छ भने विकारको धुलो भार ।
 ११३) थुक्नु छ भने अहंकाररूपी थुक थुक ।

- ११४) पछार्नु छ भने ममकारलाई पछार ।
 ११५) फुलाउनु छ भने श्रद्धा-सुमन फुलाऊ ।
 ११६) चडकन दिनु छ भने आफैलाई देऊ ।
 ११७) बढाउनु छ भने मैत्रीको हात बढाऊ ।
 ११८) कोर्नु छ भने आफ्नो भाग्य आफै कोर ॥
 ११९) पुछ्नु छ भने अर्काको आँसु पुछ ।
 १२०) उछिन्नु छ भने अकुशल कर्मलाई उछिन ।
 १२१) उखेल्नु छ भने तृष्णाको जरा उखेल ।
 १२२) खेती गर्नु छ भने पुज्यको खेती गर ।
 १२३) बोल्नु छ भने मैत्रीयुक्त सत्य-वचन बोल ।
 १२४) सिउनु छ भने फाटेको मन सिइदेऊ ।
 १२५) पखाल्नु छ भने कु-नीति पखाल ।

यी १२५ वटा गर्ने गराउने तत्वलाई हामी सबैले बुभुत्तुपर्ने र त्यसलाई बुझी व्यवहृत गर्नुपर्ने कुराको महसुस सायद हामी सबैको मनमा जागृत भइसकेको हुनुपर्दछ । यसबाहेक अन्य पनि थप्न सकिन्छ । यतिनै !



अस्तु !
 भवतु सब्ब मंगलं