

# निर्वाण मार्ग

पालिग्रन्थया आधारे

(नेपाल भाषा)



अनुवादक

बोद्धच्छिषि महाप्रज्ञा

# निर्वाण मार्ग

पालिग्रन्थया आधारे

(नेपाल भाषा)



Dhamma Digital

अनुवादक  
बौद्धऋषि महाप्रज्ञा

प्रकाशक—

श्री संखलाल मानन्धर

श्रीमती माय्वती मानन्धर

बुद्ध सम्बत् २५२६

नेपाल सम्बत् ११०३

विक्रम सम्बत् २०४०

ईस्वी सम्बत् १९८३

Dhamma.Digital

मुद्रक—

नेपाल प्रेस

शुक्रपथ, काठमाडौं

फोन— ११०३२

## निगू शब्द

थ्व निर्वाण मार्गं च्वइ बिज्याम्ह बौद्धऋषि  
महाप्रज्ञाजु म्हमस्यूपिं सुं दै मखुथें च्वं । छम्ह हिन्दू  
कुलयाम्ह जूसां वर्तमान युगे नेपाले दकले न्हापां  
थेरवादो शासने भिक्षु जूम्ह व विद्वान्म्ह न्हापांयाम्ह  
धर्म प्रचारक खः । वसपोल सः स्यूम्ह धैगु थ्व निर्वाण  
मार्गं धैगु सफुति हे सी दु । मामुलिपिसं निर्वाण मार्गं  
धैगु सफू च्वे फे मखु ।

धाय्तला वसपोलं च्वया तःगु दु जि अपाय्चो  
ग्रन्थ ब्वना मतयाम्ह, ज्ञान मदुम्ह धका । थथे धाइगु  
हे धात्थें ज्ञान दुम्ह व विद्वान्तसें जक धाइ । मनूतेत  
बुद्ध धर्मया खँ थुइका बीया लागी अनुभवयागु खँ  
हया उपमा बिया कनीगु वसपोलया शैली अपूर्व जू ।

वसपोल झीगु न्ह्योने हे निकः स्वकः पुनर्जन्म  
काः बिज्याम्ह खः । न्हापां मां-बीपाखें नानिकाजो  
धका स्यस्यो मचा जुया जन्म जुल । तःधिक जुइका  
पत्त्येनशेख नामं लामा भिक्षु जुया जन्म काल ।



अनंलिपा म्हासु वसः पुनीम्ह महाप्रज्ञा भिक्षु जुया  
जन्म काल । अनंलिपा हाकनं महाप्रज्ञा उपासक जुया  
काय्पिनि बौ जुया हाकनं बौद्धऋषि महाप्रज्ञा जुया  
जन्म काल ।

वसपोलयाके यक्को ज्ञान गुण दुगुलिं, धर्म प्रचार  
जूगुलिं भिक्षु महाप्रज्ञा व बौद्धऋषि महाप्रज्ञा धका  
भेदभाव मतसे मनूतसें श्रद्धा तेंचोंगु दु । वसपोल शी  
न्ह्योने मदुसां वसपोलया नां व कीर्ति सदां ल्यना  
चवनी ।

थ्व सफू छापे याना दीम्ह श्री संखलाल मानन्धर  
खः । वय्कया इच्छा खः छन्हु फुक्क तोता वने मानि ।  
नापं ज्वना वने दैगु पुण्य कर्म छगू याना वनेगु मती  
तया थ्व सफू छापे याना धर्म दान याय्गु मती तें  
दिल । थुगु पुण्यं वय्कया दीर्घा जुयाथे स्वास्थ्य लाभ  
जुइमा धका शुभ कामना याना ।

— भिक्षु अश्वघोष  
ध्यानकुटी, भोंत

१६-१-२०४०



श्री संखलाल मानन्धर  
श्रीमती माय्वती मानन्धर  
भोंत

# अमूल्यगु

## नररत्न

नररत्न अतिकं अमूल्यगु नररत्न, लानां लाय्  
थाकु-दुर्लभगु नररत्न । असम्भवगु सम्भव जुया-झीपीं  
मनुष्य जुया जन्म काय् धुन । थुजागु अमूल्यगु नरजन्मे  
झीसं छुयाना चवना ? गोन्हु चवने दैगु ? सदानं चवने  
दैगु खःला मखुला ? छको विचार याना स्वेगु  
आवश्यक थें च्वं ।

नररत्न धैगु गुजागु धासा सम्यक् सम्बुद्ध ज्वीगु  
चर्या याय् फैगु नं नरजन्मे हे खः । अरहन्त ज्वीगु चर्या  
याय् फैगु नं नरजन्मे हे खः । ब्रह्मलोक प्राप्त ज्वीगु  
चर्या याय् फैगु नं नरजन्मे खः । देवलोके इन्द्र ज्वीगु  
चर्या याय् फैगु नं नरजन्मे खः । राजा बादसाह ज्वीपि  
नं मनुष्य हे खः । धनी धैपि नं मनुष्य हे खः । धर्म  
याइपि नं मनुष्य हे खः । महात्मा ज्वीपि नं मनुष्य हे  
खः । शास्त्र ग्रन्थ निर्माण याइपि नं मनुष्य हे खः,

(२)

थोंकन्हे वैज्ञानिक पिसं छु नक याना मक्यों अपिनं  
मनुष्य हे खः, दैवज्ञ नं मनुष्य हे खः । राजनीतिज्ञ नं  
मनुष्य हे खः । सिद्ध पुरुष जूपिं नं मनुष्य हे खः ।  
सुविद्यक, नं मनुष्य हे खः । मनुष्यं याय् मफुगु छु दु ।  
तर मफया च्वन, व छाया ? अविद्यांधकारं तोपुया  
तःगुलिं थःगु जीवन थुलि अमूल्य धका मस्यूगुया कारण  
अवश्यं दयू । मस्यूगुया कारण थ्व खः कि—विचार  
याना स्वे मसःगु । विचार मदुगुया कारण—भिगु संगत  
मदुगुलिं । भिगु संगत चूमलागुया कारण लीमलागु  
खः । लीमलागुया कारण छु धासा मनया वशे  
लाःगुलिं । बोधिसत्व पिसं मनया वशे मवंसे मनयात  
थःगु वशे तयाः, वहे मनद्वारा बुद्ध पद लाय्गु कामना  
बोधिचर्या पाखे ध्यान तयाः, बुद्ध पद लानां तोतल ।  
थों तकं वस्पोलयागु किर्ति रूपी पताका फहरे जुया  
च्वंगु सकसेनं खना हे च्वंगु दु । वस्पोल नं मनुष्य  
हे खः ।

## संक्षिप्त बोधिचर्या

सत्त्वप्राणी पिनिगु दुःख खनाः, वहे प्राणीपिन्त उधार याय् फय्कयया तिति बुद्धत्व प्राप्त ज्वीगु बोधिचर्या याना बिज्यापि बोधिसत्व खः ।

दीपंकर तथागतया पाले सुमेध ऋषि प्राणी पिनि उपरे करुणा तथा, थःत प्राप्त ज्वी त्यंगु निर्वाणयात नं उपेक्षा यासे बुद्धपदयागु कामता यासे प्रार्थना याना बिज्यात ।

बोधिचर्या पूर्णं याय्त दशपारमिता पूर्णं याय्मा घका दानपारमिता नसे चर्या प्रारम्भ याना बिज्यात ।  
१. दान, २. शील, ३. नैष्कर्म्य, ४. प्रज्ञा, ५. वीर्यं, ६. क्षान्ति, ७. सत्य, ८. अधिष्ठान, ९. मैत्री, १०. उपेक्षा, श्वहे ज्ञिता पारमिता क्रमशः पूर्णं याना बिज्यागु खः ।

वसपोल बोधिसत्वं ज्ञिता पारमिता चर्या याना बिज्याबले परोपकार ज्वीगु करुणां बिलिबिलि जागु चित्त याना मा.माःपित माःमाःगु धन, संपत्ति, राज्य पर्यन्तं, पत्नि पुत्र व ला हि क्वे समेतं दान-

(४)

याना बिज्यागु खः । प्राणी उपरे करुणा दुगु चित्तपि  
जूया निति वसपोलपित 'महायान' नं धाई ।  
बोधिचर्या पालन याय्त होमादि तंत्र मंत्र छुं हे मखु  
केवल प्राणीपिनि उपरे करुणा तथा दानादि दशपार-  
मितायागु चर्या पूर्ण याय्माःगु खः ।

(१) दानपारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं प्राणीपिनि उपरे करुणाद्वयाः  
याचकपितः माःमाःगु बीत उद्गार चित्त याना;  
न्ह्याक्वहे थाकुगु जुसां मिखा तिसिना, वाक्कुच्छिना  
सहयाना, नुगःस्ये चफुना बीथे त्याग याना दान  
याना बिज्यात । बीमफु धैगु छुं हे मदेक, याचकपिसं  
याचना याक्व, जिगु धैगु दक्व, वसपोलं दान बियाः  
दान पारमिता पूर्ण याना बिज्यात ।

(२) शीलपारमिता

बुद्धपद प्राप्त याय्त— 'शीलपारमिता नं पूर्ण  
याय्मानि' धका — प्यता प्रकारया शील पारिशुद्धि  
पूर्ण यानाः शीलपारमिता पूर्ण याना बिज्यात ।

★ क्वे शील परिशुद्धयागु खं स्वय्माल ।

(५)

(३) नैष्कर्म्य पारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं थः छम्ह जक तरेज्वीमु  
स्वार्थ भाव मतसें सत्वप्राणीया उपरे करुणा तथाः  
ख्ये तच्छ्याना खाचा प्यहां वैगु थें जन्म पतिकं हे  
माया ममता रूपी ख्ये तच्छ्याना प्याहां बिज्यागु खः ।  
हानं गथे जेलखाना तच्छ्याना कैडिपि प्यहां वनी थें,  
पंजः श्यंकाः पंक्षि ब्वया वनीथें वसपोल नं प्यहां  
बिज्यागु खः । थुजोगु प्रकारं वसपोलं 'नैष्कर्म्य  
पारमिता' पूर्णयाना बिज्यात ।

(४) प्रज्ञापारमिता

प्रज्ञापारमिता धैगु ज्ञानं पूर्ण ज्वीमाःगु खः ।  
मस्युगु, मसःगु, मथूगु, शंसय जूगु निर्णय याय्माःगु  
जूया निति तापा मधासे, थाकु मचासे, तःधं चिकिधं  
मधासे, पक्षपात मयासे, सम्यक्सम्बोधिज्ञान प्राप्त  
याय्मा निति हरेक ज्ञानी-गुणी पण्डितपि दुथाय् वनाः  
छलफलद्वारा निर्णय यानाः, नानाप्रकारया शास्त्र ब्वना,  
कर्पितं नं ब्वंका प्रज्ञापारमिता पूर्णयाना बिज्यात ।

(५) वीर्यपारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं थ्वनं विचार याना बिज्यात  
कि — 'बुद्धत्व प्राप्त याय्मा निति अलसियात नं मदेक्ये



(६)

माः' धका वीर्यपारमितापाखे ध्यानतया बिज्यात ।  
'अलसि धैगु नं धर्म मार्गे बिघ्नकार खः । वीर्य भतीचा  
जक छासुसा नं अलसि प्रवेश जुया धार्मिकयात  
अलसि बशे कया धर्म याय्गुली उत्साह रहित म्ह  
यानाबीयो' धका भतीचा अलसियागु भाव वेवं हे वीर्य  
बल्लाका, अलसि धैगु रति हे मवेक वीर्यपारमिता  
पूर्णयाना बिज्यात ।

(६) क्षान्तिपारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं ध्वनं विचार याना बिज्यात  
कि बुद्ध ज्वी फय्केत सहनशीलता नं दय्केमाः'  
धका क्षान्तिपारमिता पाख्ये ध्यान तया बिज्यात ।  
क्षान्तिपारमिता पूर्ण याय्त पृथ्वोसमानं सह याय् फुम्ह  
ज्वीमाः । गथे पृथ्वोयात न्ह्याक्व हे असुचि पदार्थ  
तःसानं राग नं याइमखु द्वेष नं याइमखु । मगाक  
तःसानं छुं धाइमखु, अपो तःसानं छुं धाइमखु ।  
बुद्धपद प्राप्त याय्गु कामना याना मान अपमानयात  
नं सहयाना क्षान्तिपारमिता पूर्णयाना बिज्यात ।

(७) सत्यपारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं थय्य नं विचारयाना बिज्यात  
कि 'बोधिचर्या पूर्ण याय्त सत्यता नं मदय्क मगाः'

(७)

धका सत्यपारमिता पाख्ये ध्यानतया बिज्यात । 'सत्यता विना चित्त शुद्ध याय् फेमखु' धका खःयात खः, मखु-यात मखु । स्यूगुयात स्यू, मस्यूगुयात मस्यू, यानागुयात याना, मयानागुयात मयाना' इत्यादि यथावादी तथाकारी, यथाकारी तथावादी जुसे सत्यपारमिता पूर्णयाना बिज्यात ।

(८) अधिष्ठान पारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं हानं विचार याना बिज्यात कि 'बोधिचर्या पूर्ण याय्गु अपुमजू । छाय् धासा चित्त धैम्ह अत्यंतं हे चंचल खः । उकेसनं धर्मकर्म स्थिर जुया च्वने मफुम्ह जुया च्वन । यानागु कार्यं पूर्णं मजुवं फाता पुलाः म्येगुहे चित्त जूवने यो, तसर्थं प्रतिज्ञा छगूनं अवश्यं बलाक्येमाः' धका न्ह्यागु धर्मकार्यं यासानं चित्त फाता पुले मफेक प्रतिज्ञा यानाः, अधिष्ठान प्रतिज्ञा पारमिता पूर्णयाना बिज्यात ।

(९) मैत्री पारमिता

वसपोल बोधिसत्त्वं म्येगुनं विचार यानाः बिज्यात कि—'बोधिज्ञान प्राप्त याय्त समदर्शी नं ज्वीमाःगु खः । मैत्री भावद्वारा सकल प्राणीपित्त उच्च-नीच-यागु भाव मतसें प्राणीमात्रयात अखण्ड प्रेम पूर्वक

(८)

मैत्री भाव याःसा हे जक बोधिज्ञान प्राप्त ज्वीगु  
कार्यस पूर्ण सहायता बल्लाई' धका माखां खाचातेत  
प्रेमपूर्वक थःगु पपुति तोपुया रक्षायाना तैथें वसपोल  
बोधिसत्वं थःगु मैत्री चित्त फैले यानाः दयाच्चक  
प्राणीपित प्रेमपूर्वक रक्षायाना मैत्री पारमिता पूर्णयाना  
बिज्यात ।

(१०) उपेक्षा पारमिता

अन्तिम पारमिता उपेक्षा खः, वसपोल बोधिसत्वं  
उपेक्षा पारमिता पूर्ण याय्या निति सुखे दुःखे जक  
मखु हरेक विषयले मध्यस्थ भावं विचार याना  
बिज्यात । यो मयो धैगु भावयात समेतं यो नं मखु,  
मयो नं मखुगु उपेक्षा भावगु चर्या यासे उपेक्षा पार-  
मिता पूर्ण याना बिज्यात । खंगु, ताःगु, नँतागु, सवा-  
थुगु, क्वाः, ख्वाउँ, छाः, नायु, अनुभव जूगु व लुयावोगु  
कल्पना, छुकेसं हे राग, द्वेष, मोह, उत्पन्न मज्वीक  
अभ्यास यासे उपेक्षा पारमिता पूर्णयाना बिज्यात ।

गाथा

दानं सीलं च नैकखम्मं, पञ्जा वीरियं च पंचमं ।  
खन्ति सच्च मधिट्टानं, मेत्तुप्पेक्खाति मे दस ॥

(६)

अर्थ

दान व शील नैष्कर्म्य, प्रज्ञा वीर्यं व पंचमं ।  
क्षान्ति सत्य अधिष्ठान, मैत्र्युपेक्षा ध्वहे क्षिता ॥

थुजोगु प्रकारं वसपोल बोधिसत्त्वं पंच महापरि-  
त्याग युक्त क्षिता पारमिता पूर्णं याय्या निरति भौतिक  
शारीरिक व मानसिक मध्ये जि-जिगु धैगु भावना  
दत्तलं हे माःमाःपित माक्व माक्व, धाःधाःपित  
धाःधाःगु दान बिया, शील पालन याना, जन्म पत्तिकं  
प्रवजित जुया, प्रज्ञा ज्ञान अन्वेषण याना, अलसियात  
त्याका, क्षान्तिवादी जुया, सत्य पालन याना, अधिष्ठान  
बल्लाका, मैत्री व उपेक्षा धका क्षिता पारमिताया  
चर्या वसपोलं प्यंगू असंख्य व छगू लाख कल्प तक  
चर्या याना तिनि वसपोलं बुद्धपद प्राप्त याना  
बिज्यात । बुद्धत्व प्राप्त यानाः, निर्वाण मार्गया शासन  
चिरस्थायी याय्या निरति भिक्षु संघ स्थापना यानाः,  
जगत हित ज्वीगु ज्ञानया भण्डार स्थापना याना थका  
बिज्यात ।

बुद्धत्व प्राप्त ज्वीगु — दशपारमिता धैगु बोधिचर्या  
तधंगु जूया तिनि महायान खः । बुद्ध जुयाली वसपोलं

स्थापना याना बिज्यागु निर्वाण मार्गे बुद्धया शिष्य  
जूर्वपि श्रावकयान खः ।

बोधिसत्व ज्वीगु ज्ञानया पुसा नं करुणा हे खः ।  
दानादि शील पालन याय्माःगु बिधिया दुश्यो नं करुणा  
हे खः । शान्तिपद लाईगु चर्याया मूल नं करुणा हे  
खः । बुद्धपद लानालि ४५ दँ तक पैदल चाःचाःहिला  
धर्म प्रचार याना बिज्यागुया मूल कारण नं करुणा हे  
खः । कर्म सुधार याय्गुया उपाय नं करुणा हे खः ।  
श्रावकयानया भिक्षु, भिक्षुणी, उपासक, उपासिकापिसं  
याय्माःगु चर्याया मूल नं करुणा हे खः ।

प्राणीया उपरे करुणा मदुगु धर्मयात आर्यपिसं  
धर्मं मधाः ।

Dhamma.Digital

थुलि ज्ञिता पारमिता  
बोधिचर्याया संक्षिप्त वर्णन वचाल

# सय्के माःगु

लोके प्यता प्रकारया धर्म दु ।

१. लोक धर्म, समाज धर्म, कुल धर्म, श्रद्धा धर्म ।

## लोक धर्म

लोके जनतापिसं मानेयाना च्वंगु धर्म थमं नं माने याय्गु आवश्यक जुया च्वनी । गुकियात माने मयाय्वं लोके हिनाम् जुई । उकेयात 'लोक धर्म' धाई ।

## समाज धर्म

समाज धर्म धाइगु हे जातिय धर्म खः । थःथःगु समाजे याय्मागु नियम, जात रक्षा याय्गु मूल उद्देश्य कया अनेक प्रकारया निति नियम् माने याय् माःगु दु । गुगु नियम्यात उलंघनयात घासा जातं बाहिक याई वा प्रायश्चित याय्माली, उकेयात 'समाज धर्म' धाई ।

## कुल धर्म

गृहस्थीपिसं—थःथःगु कुले याय्मागु नियम ।

उकेयातहे 'कुल+ऐन=कुलेन्' धका धाई । गुगु कुले ऐन माने मयाइम्ह काय्मचा जन्म जुइ; उम्ह काय्मचायात कुल+अंगार=कुलांगार धाई । अर्थात् कुले हाकुगु डाग लगे याम्ह धाई, उकेयात कुल धर्म धाई ।

### श्रद्धा धर्म

थुगु लोके सुख सम्पत्ति व परलोके स्वर्ग सम्पत्ति प्राप्त याय्या निति दान, शील, भावना याय्गु, थुकेयात हे श्रद्धा धर्म धाई । संसारे सकल प्राणीपिन्त माःगु छगू मात्र सुख खः । सुख प्राप्त याय्या निति सुनानं धाय् मोक, करं याय्गु मखु थःगु विचारं धहरे याना दुर्गती खना ग्याना, धर्म यासा जक सुखया भागी ज्वी दइ धका थ्वीका याय्गु धर्मयात श्रद्धा धर्म धाई ।

स्वर्ग सुख स्वयानं उत्तमगु जन्म मरणया चक्रं मुक्त जुइ दैगु धर्म, भगवान् बुद्धं सर्वप्रथम मृगदाबने पंचवर्गीयपित उपदेश याना बिज्यागु 'निर्वाण मार्ग' खः ।



# नमो तस्म भगवतो अरहतो सम्मा सम्बुद्धस्स

पालि

मग्गानट्ठङ्गिको सेट्ठो सच्चानं चतुरोपदा ।  
विरागो सेट्ठो धम्मानं द्विपदानञ्च चक्खुमा ॥

अर्थ

मार्गं मध्ये श्रेष्ठगु अष्टांगमार्गं खः, सत्य मध्ये  
श्रेष्ठगु चतुरार्यं सत्यं खः, धर्म मध्ये श्रेष्ठगु बैरागं खः,  
मनुष्य मध्ये श्रेष्ठम्ह ज्ञानचक्षु दुम्ह बुद्धं खः ।

एसो व मग्गो नत्थञ्जो दस्सनस्स विसुद्धिया ।

एतं हि तुम्हे पटिपज्जथ मारस्सेतं पमोहनं ॥

अर्थ

दर्शनं ज्ञानं विशुद्धिं प्रकारं श्वीकेगु मार्गं श्वहे  
खः मैगु मखु, छिमिसं श्वहे धर्माचरणं या । मारं हते  
याय्गु मार्गं श्वहे खः ।

निर्वाणं मार्गं

भगवान् बुद्धं ऋषिपतनं मृगदावने पञ्चवर्गीयं

न्याम्ह भिक्षुपिन्त उपदेश याना बिज्यागु निर्वाण मार्गं  
श्वहे अष्टांगिक मार्गं खः ।

### अष्टांगिक मार्गं

सम्मादिट्ठि, सम्मासंकप्पो, सम्मावाचा, सम्मा  
कम्मन्त, सम्माआजिवो, सम्मावायामो, सम्मासत्ति  
सम्मासमाधि ।

अष्टांगिक मार्गं मध्ये प्रथम अंगं सम्मादिट्ठि खः,  
सम्मादिट्ठि धैगु चतुरार्यं सत्यं ज्ञानं यथार्थं ज्वीकं  
खंकेगुयात धाइ ।

अष्टांग मार्गं उपदेशं याय् न्ह्यो भगवान् बुद्धं थथे  
आज्ञा जुया बिज्यात —

भो भिक्षुपिं ! प्रवजितपिसं खयले मदुगु मार्गं निगू  
त्यागं याय् योग्यं जू । छुछु निगू धाःसा—पञ्चकामरसे  
सुखं बिलासं याय्गुं छगू, शरीरं फय् मफय्क कष्टं  
नया धर्मं याय्गुं छगू । श्वं निगू—हीनं, ग्राम्यं, पृथक्-  
जनपिसं सेवनं याइगु, अनार्यं, अनर्थं ज्वीगु खः ।

थुजागु भ्रमं मार्गं निगू निख्यं चीका दथुयागु  
मध्यमं मार्गं जिं ल्वीका काय् धुन, वहे मध्यमं मार्गं  
छिमितं कनेत्यना न्यो” धका भगवान् बुद्धं अष्टाङ्गं  
पूर्णं गु धर्मचक्रं प्रवर्तनं याना बिज्यात ।

## (१) सम्मादिट्ठि प्यता

‘सम्यक्दृष्टि’ चतुरार्यं सत्यं ज्ञानयात यथार्थं  
ज्वीक नुगः मिखां खंकेगु खः । चतुरार्यं सत्यं धैगु—दुःख  
आर्यंसत्य, दुःख समुदय आर्यंसत्य, दुःख निरोध आर्यं-  
सत्य, दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्यंसत्य खः ।

दुःख आर्यंसत्य च्याता

‘दुःख आर्यंसत्य’ छुकेयात धाइ धासा—जन्म  
ज्वीगु दुःख, बूद्धा ज्वीगु दुःख, व्याधि दुःख व मरण  
दुःख, अप्रियपि नाप ह्वना च्वनेगु दुःख, प्रियपि नाप  
बाया च्वनेगु दुःख, इच्छा अपूर्णं ज्वीगु नं दुःख,  
संक्षिप्तं पंच उपादानस्कन्ध हे दुःख ।

दुःख समुदय आर्यंसत्य स्वता

‘दुःख समुदय’ धैगु दुःख ज्वीगु कारण दुगु खः ।  
व कारण छु धाःसा तृष्णा खः । काम तृष्णा, भव  
तृष्णा, विभव तृष्णा धका स्वता प्रकारया हे दुःखया  
मूल कारण खः ।

‘काम तृष्णा’ धैगु पञ्चकाम गुणे सुख विलास  
याय्गु तृष्णा खः ।

‘भव तृष्णा’ धैगु पुनर्जन्मयागु तृष्णा खः ।

(१६)

‘विभव तृष्णा’ धैगु तृष्णा दय्कं दय्कं नं पुनर्जन्म  
विश्वास मयाइगु तृष्णा खः ।

दुःख निरोध आर्यसत्य निता

स्वंगुगु आर्यसत्य खः—दुःख निरोध । दुःख  
निरोधया अर्थ खः निर्वाण । सउपादिसेस निर्वाण व  
अनुपादिसेस निर्वाण धका निता दु ।

सउपादिसेस निर्वाण धैगु पञ्चस्कन्ध दनि क्लेश  
मदे धुकःगुयात धाइ ।

अनुपादिसेस निर्वाण धैगु पञ्चस्कन्ध नं क्लेश नं  
मदे धुकःगुयात धाइ ।

दुःख निरोधगामिनी पतिपदा आर्यसत्य ।

दुःख निरोध ज्वीगु उपाय दुगुनं सत्यं खः । व  
उपाय छु धाःसा, श्वहे आर्यअष्टांगिक मार्ग खः ।

(२) सम्मासंकप्पो स्वता

सम्यक् संकल्प धैगु स्वता दु यथाः—निक्खम-  
संकप्पो, अब्यापाद संकप्पो, व अविहिंसा संकप्पो ।

‘निक्खम संकप्पो’ = पंचकाम विषयं प्यहाँ वनेगु  
संकल्प; ‘अब्यापाद संकप्पो’ = स्वैतं इष्या मयायगु  
संकल्प ‘अविहिंसा संकप्पो’ = प्राणीपित दुःख मवीगु  
संकल्प ।

(१७)

‘नैऋत्म्य संकल्प’ दयुकेयात अशुभ भावना  
याय्माः । ‘अब्यापाद संकल्प’ पूर्णं याय्त मैत्री भावना  
याय्माः । ‘अविहिंसा संकल्प’ सफल याय्त कर्णावन्त  
ज्वीमा ।

(३) सम्मावाचा प्यता

‘सम्यक् वाक्य’ धैगु मिथ्या खँ मल्हाय्गु, चुगलि  
मयाय्गु, स्वैतं कडा वचन मल्हाय्गु व निरर्थक ख्यले  
मदुगु खँ मल्हाय्गु ।

(४) सम्मा कम्मन्तो स्वता

‘सम्यक् कर्मान्त’ धैगु प्राणीहिंसा मयाय्गु, स्वैगुं  
पदार्थ मबीकं मक्राय्गु, व्यभिचार मयाय्गु ।

(५) सम्मा आजीवो छता

‘सम्यक् आजीव’ धैगु थःगु जीवन छगू हनेया  
निंति पापकर्म मयासे शुद्धगु प्रकारं ज्या याना नय्गु ।

(६) सम्मा वायामो प्यता

‘सम्यक् ब्यायाम’ धैगु उत्पन्न ज्वी धुंःगु अकु-  
शल मदय्का छ्वेगुली कोशिस याय्गु, उत्पन्न मजूनिगु  
अकुशल उत्पन्न मयाय्गुया लागी कोशिस याय्गु, पुण्य

(१८)

देकेत कोशिस याय्गु, देधुंकःगु पुण्य वृद्धिया निति कोशिस याय्गु ।

उत्पन्न ज्वी धुंकःगु अकुशल मदेका छ्वेत सहनशील व क्षमावन्त ज्वीमाः, अकुशलं बचे ज्वीत ❀ चतुर ब्रह्म विहारयागु चर्या याय्माः ।

मदुनिगु पुण्य दय्केत 'थमं यानागु कर्मया फल थमंतुं भोग मयासे मगा' धका दुःखं मुक्त ज्वीगु कामना यासे सत्वप्राणीपिनि उपरे करुणा युक्तगु दान शील, भावना याय्गु ।

देधुंकःगु पुण्य वृद्धि ज्वीकेत थमं यानागु कुशल धर्मया वर्णन मयाय्गु व स्वात्तु स्वां नित्य दान, शील भावना यानावं चवनेगु ।

(७) सम्मासति प्यता

'सम्यक् स्मृति' धैगु कायानुपस्सना, वेदनानुपस्सना, चित्तानुपस्सना व धम्मानुपस्सना धका प्यता दु ।

---

❀ मैत्री, करुणा, मुदिता, उपेक्षा ।

## (१) कायानु पस्सना खुता

उके कायानुपस्सना धैगु—शरीरे दुगु अवयव व शरीरयागु प्रत्येक अवस्थास स्मृति देका च्वनेगु । यथा:—आणापाण, इर्यापथ, सम्प्रजन्य, प्रतिकुल मनसिकार, धातु मनसिकार व सिवत्थिकाय धका खुगु प्रकारया चर्यास स्मृति देका च्वनेगु ।

### आणापाण

‘आणापाण’ धैगु—आश्वास प्रश्वास खः । काये कायानुपस्सना दर्शन याय्या निति न्हापां आणापाणयागु भावनाद्वारा स्मृति साधनानि याय्माः ।

प्रथम आरम्भे त्रिकाय पारिशुद्धिनि आवश्यक जुयाच्चन । काय, वाक व चित्त, अर्थात् त्रिकाय पारिशुद्धियाना तिनि जंगले वना वा सिमा ववे वना, अथे नं मखुसा शून्यगु छर्चे वनाः फेतुना, शरीर तप्यंकतया आसन स्थिर यानाः न्हाय्या अग्रभागे होसतयाः श्वास द्रहाँ प्यहाँ जुया च्वंगुली स्मृतितयाः विचारयाना च्वनेगु ।



(२०)

## आणापाणे प्यंगू श्रेणी दु

व ध्व खः—गणना, फुस्सना, अनुबन्धना व  
स्थापना खः ।

### गणना

आश्वास प्रश्वास चलेजुया च्वंगु ल्याःखाय्गु ।  
यथाः—द्वहाँ वया प्यहाँ वनेवं-१ ल्याः । थुगुहे प्रकारं  
१ नसें-५ तक ल्याःखाय्गु । हानं १ नसें ६ तक,  
१ नसें-७ तक, १ नसें-८ तक, १ नसें-९ तक,  
१ नसें-१० तक, थुगु प्रकारं मद्रकं ल्याः तथा श्वास  
रुहाय्गु ।

थये हे—१ नसें-१० तक थ्यनेवं (१) ल्याः  
चित्तेगु । हानं १ नसें-१० तक थ्यनेवं (२) ल्याः  
चित्तेगु । थुगु प्रकारं फक्व साधना याय्गु ।

ध्वनं होस तथाः सीके माल कि—आश्वास  
दुकाय्बले शरीरे दुने गनतक चाया वनी व नं विचार  
यायां आश्वास प्रश्वास चले याना च्वनेगु अभ्यास  
याइ ।

### फुस्सना

द्वहाँ वो, प्यहाँ वं जुया च्वंगु श्वासं शरीरे दुने

(२१)

गन गन स्पर्शं जू ? उकेयात नं बांलाक स्मृति तया  
स्वय्गु अभ्यास याइ ।

### अनुवन्धना

आश्वास प्रश्वास चले याय्बले गोथाय् स्पर्शं  
जूगु थमंस्यू, उके छगू हे थासे स्मृति तयाः श्वास चले  
याय्गु अभ्यास याइ ।

गथे सिँकःमीं सिँ फाइबले—सिँकःमीं सिँयात  
कति नया च्वंथाय् छथाय् हे जक ह्योस तया च्वनी ।  
अथे हे अनुवन्धना धँगु नं द्रहाँ प्यहाँ जुया च्वंगु श्वासं  
स्पर्शं जूगुथाय् मध्ये छथाय् जक स्पर्शं जुया च्वंगुलो  
स्मृति तया, फक्को भावना याना च्वनेगु । गबलें गबलें  
श्वासं स्पर्शं जूगुथाय् फ्यरे याःसां ज्यू । न्ह्याथाय्  
फ्यरे याःसां छगू छगू थासे फक्क फक्क एकचित्त याना  
च्वनेगु अभ्यास याइ ।

### ठपना

जव थाय् फ्यरेयाय् म्वःक छथाय् हे जक दृढ  
जुया अचल जुया स्पर्शं एकाग्र ज्वीक स्मृति तया च्वने  
फइ, उकेयात 'ठपना' धाइ ।

### आणापाणयागु मूल आवश्यक

द्वहाँ वोगु आश्वास, प्यहाँ वंगु प्रश्वास खः । उके ताःहाकःगु श्वास द्वहाँ वोसा 'ताःहाकःगु आश्वास द्वहाँ वल' धका सियका चवनी । ताःहाकःगु प्रश्वास प्यहाँ वंसा 'ताःहाकःगु प्रश्वास प्यहाँ वन' धका सियका चवनी । चिकिहाकःगु आश्वास द्वहाँ वोसा 'चिकिहाकःगु आश्वास द्वहाँ वल' धका सियका चवनी । चिकिहाकःगु प्रश्वास प्यहाँ वंसा 'चिकिहाकःगु प्रश्वास प्यहाँ वन' धका सियका चवनी ।

शरीरे श्वास थ्यंथाय् तकयागु अनुभव यायां आश्वास दुकाय्गु सय्कइ । श्वास थ्यंथाय् तकयागु अनुभव यायां प्रश्वास पितछ्वेगु सय्कइ ।

काय संस्कारयात शान्त यायां आश्वास दुकाय्गु अभ्यास याइ । काय संस्कारयात शान्त यायां प्रश्वास पितछ्वेगु अभ्यास याइ ।

थुजोगु प्रकारं आणापाणयागु भावना यानायंकुलिसे उके हे चित्त सूक्ष्म जुयाः, क्रमशः विषय्यागु तर्कना मदया वनी । उलि जुइवं अनंली थःगु शरीरयागु शिरंनिसें पालितः थ्यंक व पालितःनिसें शिर थ्यंक स्वीनिता प्रकारया क्वट्टासयागु भावनापाखे वनेगु ।

## इरियापथ

वनेबले 'वना च्वना' धका सियका च्वनी । दना च्वनेबले 'दना च्वना' धका सियका च्वनी । फेतुना च्वनेबले 'फेतुना च्वना' धका सियका च्वनी । गोतुलेबले 'गोतुला च्वना' धका सियका च्वनी । शारीरिक सम्बन्धी इरियापथे छता हे तोमफीक होसयाना च्वनेगु अभ्यास याइ ।

## सम्प्रजन्य

न्ह्यज्याँ वनेबले स्मृति तथा च्वनी, लिज्याँ वनेबले नं । तप्यंक न्ह्योने स्वय्बले स्मृति तथा च्वनी, जःखः ब्यक्वेक स्वय्बले नं । लहाः कय्कुंकेगु व चक्कंकेगु बखतै स्मृति तथा च्वनीम्ह जुइ । संघाटि पात्र चीवर धारण याय्बले स्मृति तथा च्वनीम्ह जुइ । नय्बले, त्वनेबले, बाकू थला नय्बले, फयया नय्बले, सवाः-काय्बले फुकेसनं स्मृति तथा च्वनीम्ह जुइ । दिशा, पेसाब याय्बले नं स्मृति तथा च्वनीम्ह जुइ । वनेबले, दनेबले, फेतुइबले, गोतुलेबले, दनेबले, खँल्हाय्बले, च्वनेबले, सुम्क च्वनेबले स्मृति तथा च्वनीम्ह जुइ । न्ह्यागु अवस्थाय् नं बिहोस मज्जीक स्मृति तथा च्वनीम्ह जुइ । गथे फे वैबले मत मसिकेया निति

पःखुया बचेयाइ अथे हे संसारिक विषयरूपी फे  
वैबले स्मृतिरूपी ल्हातं पःखुयाः, चर्यारूपी मतयात  
बचेयाइ ।

### प्रतिकुल मनसिकार

स्वीनिता प्रकारया क्वट्टासयागु भावना याय्गु ।  
अर्थात् थःगु शरीरे दुगु अवयव मनं खंका लुमंका घृणा  
उत्पन्न ज्वीगु । न्हाथे हे बांलाःम्ह जूसां, माया  
लगेजूम्ह जूसां शरीरे दुने दया च्वंगु पदार्थ = केशा,  
लोमादि स्वीनिता क्वट्टासयात छता छता लुमंका  
भावना याइ कि शिरयागु केश लुमंका विचार याइ  
'ध्व नं नित्यगु मखु, जि धैथे दुगु मखु । केवल दुःखयागु  
पुंज जक खः' धका भावना याइ । अथे हे शरीरे  
दयाच्वंगु चिमिसं नं, लुसि, दन्त, छर्चेगू, मंस, सेंप्वाञ्,  
क्वे, श्यो, जलश्ये, श्ये, नुगःश्ये, पिलि, अंपि, स्वं,  
तःपुगु आन्द्रा, चिकिपुगु आन्द्रा, पक्वासय, मलासय,  
न्हापु, पित्त, यी, न्हि, हि, चःति, चिकं, ख्वभि, दाः,  
खै, न्हि, राल्; मूत्र इत्यादि छुं हे नित्यगु मखु;  
जिगु अधिने मदु, केवल दुःखःयागु पुंज मात्र खः' धका  
भावना याइ ।

उक्तानुसारं स्वीनिता कोट्टासयात उम्हयोगी

(२५)

थुजागु प्रकारं खंकै कि गथे सकतां ल्वाकज्यागुथले  
स्वैम्ह ब्यक्ति 'ध्व कःनि, ध्व मुस्या, ध्व केगू, ध्व माय्,  
ध्व चना, धका धाइ थें उक्त भावना याइम्ह योगीं नं  
थःगु शरीरे दुने दया च्वंगु अवयवयात बिचाः यानाः  
ध्व प्रये, ध्व स्वँ, धका छता छता याना अवयवयात  
विचार चक्षुं स्वया धाइ । गुम्ह योगीं स्वीनिता  
कोट्टासयागु भावना यानाः थःगु शरीरे थःततुं घृणा  
जुयावइ; ययापुसे च्वंगु छता हे खनीमखु, अन व  
योगीयात विरक्त जुया वइ ।

थुलि प्रतिकुल मनसिकार जुल

Dhamma.Digital

धातु मनसिकार पीनिता

थःगु शरीरे शिरंनिसें पालितः थ्यंकं दयाच्वंगु  
पृथ्वी, आप, तेज, वायो धका चतुमंहाभूतयात अलग  
अलग छुते याना भावना याइ । थुलि पृथ्वी, थुलि  
आप, थुलि तेज, थुलि वायो धका ।

पृथ्वीधातु नीता, आपधातु झिनिता, तेजधातु  
प्यता, वायोधातु खुता धका ।

(२६)

शिरयागु केशंनिसं न्ह्यपुतक नीतायात पृथ्वीधातु  
घाइ । पित्तंनिसं मूत्र तक झिनितायात आपधातु  
घाइ ।

तेजधातु प्यता

'संतप्त तेजोधातु, परिपाचक तेजधातु, जीर्ण  
तेजोधातु व परिदहन तेजोधातु' धका प्यता जुल ।

वायोधातु खुता

उद्धंवायु=धकाः वंगु, अधोवायु=वायु त्याग  
ज्वीगु, उदर वायु, कोट्टास वायु, अंग मंगानुसारी वायु,  
आश्वास प्रस्वास वायु' धका खुता जुल ।

पृथ्वी नीता, आप झिनिता, तेज प्यता, वायो  
खुता, जम्मा नीप्यतायात भावनाद्वारा छुटे याना  
स्वइ ।

---

सिवट्टिक झिता

(१) प्राणी सिनाली छन्हु देधुंकःगु, निन्हु  
देधुंकःगु, स्वन्हु देधुंकःगु, मृतक शरीर धारे जुयाः,



वंचुसे च्वनाः, नवेक ध्वग्गिना च्वने धुंकःगु स्वयाः  
 वा लुमंका 'ध्व जिगु शरीर नं उजागु हे अवस्था  
 ज्वीतिनिगु खः, ध्व स्वभाव धर्मयात सुना नं हे  
 मज्जीके फँगु मखु' धका यथार्थरूपं भावना याइ ।

(२) स्मशाने वांछ्वयातःगु उजागु मृतक शरीर-  
 यात को, धों, इमा, खिचा, गिद्धादि जन्तुतसें नया  
 च्वंगु स्वयाः वा मने ल्वीकाः थःगु शरीरे घटे याना  
 स्वइ कि जिनं अथे हे ज्वीतिनि खनी, ध्व स्वभाव  
 धर्मयात सुनानं हे मज्जीके फँगु मखु' धका भावना  
 याइ ।

(३) स्मशाने वांछ्वया तःगु मृतक शरीर, धों,  
 खिचां नयधुंका ल्यंगु ला, हि, चिच्चाः दनाः सेंप्वाचं  
 चिनातःगु स्वयाः वा मने ल्वीकाः 'जिनं अथे हे  
 ज्वीतिनिगु खः । ध्व स्वभाव धर्मयात मज्जीके सुनानं  
 हे फँगु मखु' धका भावना याइ ।

(४) स्मशाने वांछ्वया तःगु मृतक शरीर ला  
 मदयाः हिं किना च्वंगु, सेंप्वाञ् खने दया च्वंगु स्वया  
 वा मने ल्वीका, 'जिनं अथे हे मज्जुसें तोतै मखु, ध्व

स्वभाव धर्मं मज्जीकेगु सुयां शक्ति दैगु मखु' धका  
भावना याइ ।

(५) स्मशाने वांछ्वया तःगु मृतक शरीर ला  
हि रहित जुया सेंप्वाञ् सहितगु, कंकाल जक बाकि  
जुया च्वंगु स्वयाः वा मने ल्वीकाः 'जिनं थथे हे  
ज्वीतिनिगु खः, थुकेयात मज्जीके सुनानं हे फंगु मखु'  
धका भावना याइ ।

(६) स्मशाने वांछ्वया तःगु मृतक शरीर  
सेंप्वाञ् नं रहित जुयाः कपालि छखे, बपिक्वे छखे,  
ल्हाःयागु क्वे छखे, तुतियागु क्वे छखे, दुगक्वे छखे  
जुयाः, शरीरयागु क्वे फुक हे उख्यलाः थुख्यलाः  
मदेका चिच्चा दना च्वंगु स्वया वा मने ल्वीकाः  
'जिनं थथे हे मज्जी मखु, थुजागुलि बचे ज्वीगु उषाय  
स्वैके दुगु मखु' धका भावना याइ ।

(७) स्मशाने वांछ्वा तःगु मृतक शरीरयागु क्वे  
चिच्चा दनानं झीकंक गनाः, संखथे त्वेसे च्वनाच्वंगु  
क्वेयात स्वया 'जिगु थ्व शरीर नं वथे हे ज्वीतिनि;

श्व स्वभाव धर्मयात सुनानं हे मज्जीके फेमखु' धका भावना याइ ।

(८) वहे क्वे नं किलं नयाः भ्वाभ जुयाः, कीप्वाः जक जुया च्वंगु क्वे स्वया वा मने ल्वीका 'श्व जिगु शरीर नं अथे हे ज्वीतिनि, मज्जीके सुनानं हे फेमखु' धका भावना याइ ।

(९) वहे भ्वाभःगु क्वेनं चूर्णं विचूर्णं जुयाच्च्वंगु स्वयाः 'छन्हु श्व जिगु शरीर नं अथे हे मज्जुसें तोतैमखु' धका भावना याइ ।

(१०) व चूर्णं विचूर्णं जुयाच्च्वंगु क्वेयागु धू नं अनवं थनवं मदेक ब्वया वंगु स्वयाः 'हाय दुःख, थुजोगु प्रकारं अनित्य जुया वनिगु शरीरयात छु ममता याय्गु? संसारे प्राणीमात्रया श्वहे दशा ज्वीतिनि अवश्यं, श्व स्वभाव धर्मं बचे ज्वी फुपि सुहे दुगु मखु, सुनानं बचे याय् फेगु नं मखु, छाय् घासा संसारे उत्पन्न जुक्व प्राणी वा अप्राणी विनाश जुया वनीगु स्वभाव धर्मं खः' धका थःगु शरीर थ्यंकं घष्टे याना स्वइ । स्वयाः अनित्य दुःख, अनात्मा धैगु विदर्शन बोध जुयाः संसारे छु पदार्थे नं राग मदया

(३०)

वनी; राग मदुम्हया चित्ते क्रोध नं दैमखुत, क्रोध  
मदुम्हया चित्ते मोहं तोप्वी फेमखुत ।

थुलि सिवट्टिक जुल

(कायानुपस्सना सिधल)

## (२) आ थनंलि वेदनानुपस्सना गुता

सुख वेदना, दुःख वेदना, उपेक्षा वेदना, धका थ्व  
स्वता । हानं सामिस सुख वेदना, निरामिस सुख  
वेदना थ्व निता । हानं सामिस दुःख वेदना, निरामिस  
दुःख वेदना, धका निता । हानं सामिस उपेक्षा वेदना,  
निरामिस उपेक्षा वेदना, धका निता । जम्मा गुता  
प्रकारया वेदनायात स्मृति तथा भावना याइ ।

‘वेदना’ धैगु अनुभव खः । ‘सामिस’ धैगु योगु खः ।

‘निरामिस’ धैगु मयोगु खः । ‘उपेक्षा’ धैगु न दुःख, न सुख खः ।

## (३) चित्तानुपस्सना भिंखुता

थःगु मत्ती राग चित्त ज्वीबले 'राग चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी । अराग चित्त ज्वीबले 'अराग चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी ।

द्वेष चित्त ज्वीबले 'द्वेष चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी । अद्वेष चित्त ज्वीबले अद्वेष चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी ।

मोह चित्त ज्वीबले 'मोह चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी । अमोह चित्त ज्वीबले 'अमोह चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी ।

'संक्षिप्त चित्त ज्वीबले 'संक्षिप्त चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी । 'विक्षिप्त चित्त ज्वीबले 'विक्षिप्त चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी ।

'महानगु चित्त ज्वीबले 'महानगु चित्त उत्पन्न

- 
१. सत्यान मृद्ध = आलसि ।
  २. चञ्चल चित्त ।
  ३. रूपावचर र अरूपावचर ।

जुल' धका सियका च्वनी । 'चिकिधंगु चित्त ज्वीबले  
'चिकिधंगु चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी ।

सउत्तर चित्त ज्वीबले 'सउत्तर चित्त उत्पन्न  
जुल' धका सियका च्वनी । 'अनुत्तर चित्त ज्वीबले  
'अनुत्तर चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी ।

समाधि चित्त ज्वीबले 'समाधि चित्त उत्पन्न जुल'  
धका सियका च्वनी । समाधि मज्जूगु चित्त उत्पन्न  
ज्वीबले 'समाधि मज्जूगु चित्त उत्पन्न जुल' धका  
सियका च्वनी ।

विमुक्त ज्वीबले 'विमुक्त चित्त उत्पन्न जुल' धका  
सियका च्वनी । अविमुक्त चित्त ज्वीबले 'अविमुक्त  
चित्त उत्पन्न जुल' धका सियका च्वनी । इत्यादि  
उत्पन्न जुक्व चित्तयात यथार्थरूपं सियका च्वनी ।

थुलि चित्तानुपस्सना जुल ।

- 
४. कामावचर चित्त ।
  ५. रूपावचर चित्त ।
  ६. अरूपावचर चित्त ।

## (४) धम्मानुपस्सना न्याता

१ पञ्चनी<sup>१</sup> वरण, २ पञ्चुप्पादानक्खन्धा, ३ खुता आयतन, ४ न्हेगू बोज्झंग, व ५ प्यता आर्यसत्य, एव न्याता धर्मयात यथार्थरूपं सियका भावना याइ ।

(१) 'पञ्चनीवरण' धैगु 'कामच्छन्द नीवरण, 'ब्बयापाद नोवरण, 'उद्धच्च कुकुच्च नीवरण, 'थिनमिद्ध नीवरण व 'विचिकिच्छा नीवरण ।

(२) 'पञ्चुप्पादानक्खन्धा' धैगु रूप उपादान-स्कन्ध, वेदना उपादानस्कन्ध, संज्ञा उपादानस्कन्ध; संस्कार उपादानस्कन्ध, विज्ञान उपादानस्कन्ध ।

(३) खुता 'आयतन' धैगु चक्षु आयतन, श्रोत आयतन, घ्राण आयतन, जिह्वा आयतन, काय आयतन, मनो आयतन ।

(४) 'न्हेगू बोज्झंग' धैगु स्मृति संबोध्यंग, धर्मविचय संबोध्यंग, वीर्य संबोध्यंग, प्रीति संबोध्यंग,

१. नीवरण = निर्वाण मार्गो बाधा । २. पञ्चकामगुणे इच्छा ।

३. गुप्त क्रोध, ४. चञ्चलता, ५. आलसि, ६. शंसध ।

(३४)

प्रसन्धि संबोध्यंग, समाधि संबोध्यंग व उपेक्षा  
संबोध्यंग ।

(५) 'प्यता आर्यं सत्य' धैगु चतुरार्यं सत्य खः ॥

थुलि धम्मामनुपस्सना जुल ।

(८) सम्मा समाधि प्यता

समाधान जूगु चित्त अर्थात् एकाग्र जूगु चित्तयात्  
समाधि धाइ ।

Dhamma Digital

क्रम

- १ वितर्क, विचार, प्रीति, सुख एकाग्रता ॥
- २ विचार, प्रीति, सुख एकाग्रता ॥
- ३ प्रीति, सुख एकाग्रता ॥
- ४ सुख एकाग्रता ॥

थुलि सम्मा समाधि जुल ।



(३५)

निर्वाण मार्गं च्यागू अंगं युक्त जुया च्वंगु  
अष्टांगिक मार्गया परिभाषा थुलि जुल ।

क्वचाल

---

## महाप्रज्ञा

धेगु

विदर्शन ज्ञान खः ।

विदर्शन धेगु नुगः मिखां स्वेमागु दियासलाइले  
अग्नि सुला च्वर्थे विषयले सुलाच्च्वंगु अनित्य, दुःख व  
अनात्म धेगु स्वभाव धर्मयात यथार्थ ज्वीक स्वेगु  
चक्षु खः । वहे चक्षुयात 'प्रज्ञाचक्षु' नं धाइ ।

विदर्शन ज्ञान

अनित्य, दुःख, अनात्म, ध्व स्वता ज्ञानयात खंके  
मागु ।

अनित्य धेगु छु धाःसा फुनावनीगु, स्यनावनीगु,  
सिनावनीगु, मदयावनीगु, तनावनीगु, हिलावनीगु,  
बायावनीगु, ध्व फुकं अनित्य खः ।

दया वोगु फुनावनी, भिना च्वंगु स्यनावनी,  
जन्मजूपि सिनावनी, दयावंगु मदया वनी, सचेयाना  
तयागु तनावनी, छथासं मचोंसे स्थिरं छगू प्रकारं  
मचोंसें हिलावनी, मिलेजूपि बायावनी । संसारे नित्य  
जुयाः छुं हे मचों, फुक हे परिवर्तनशील खः ।

### दुःख

दुःख धका छुकेयात धाइ धाःसा संसारवासी  
प्राणीपिनि चित्ते थ.त योगु पदार्थ छुं हे अनित्य  
मजुसे नित्य जुया च्वंगु जूसा सुख ज्वीगु खः, तर  
नित्य जुया मचोंया निति दुःख जुया च्वन । अनित्य  
ज्वी योगु जूया निति अनित्य मजूनबले हे नं अनित्य  
ज्वी धैगु भयं दुःख जुया च्वनिगु जुयाच्वन । संसारे  
गन जन्म जुल अन दुःख नं नापं हे लिना वया च्वन ।  
जन्म जुसांनिसें थौं थौं कन्हे कन्हे धाधां पुलां जुया  
वना च्वन, पुलां जुया जीर्ण जुया वंगुयात हे 'बृद्ध जुल'  
धाइगु खः । जीर्ण जुया वोलिसे हे सुखशान्ति धाय्गु  
दैमखुत, ब्याधिया दुःखं 'आया आया' धया च्वने  
माली । न्ह्याक्व हे दुःख जूसां मृत्यु ज्वीगु मयो, अथे  
नं मृत्यु मजुसें तोतै मखु । तसर्थ जन्म, जरा, ब्याधि,

मरण = दुःख धाःगु खः । उलिजक मखु, प्रिय नाप बाय् मालिगु नं दुःख, अप्रिय नाप ह्वना च्वने मालिगु नं चिकिचोगु दुःख मखु । थ्व संसारे इच्छा यानार्थे गबले हे जूगु मखु; उपरोक्त वर्णन फुकं हे इच्छाया विरुद्ध जूया निंति दुःख जुया च्वंगु खः । आखिरे संक्षिप्त हिंसापं पंचउपादानस्कन्ध घाना च्वने माःगु हे दुःख खः ।

### अनात्मा

संसारे अध्यात्म व बाह्य छुं हे पदार्थ थःगु अधिने मदु, छाया धाःसा अनित्य स्वभाव जूया निंति न थः धाय्गु दु, न थःगु धाय्गु हे दु । थःगु शरीरयात धातु छुते याना स्वत धाःसा चतुर्महाभूत धका प्यता दु, व नं थःगु अधिनं पिने खः । मेगु दु केवल तत्त्व-मात्रगु । व छु धाःसा चक्षु धातु, श्रोत धातु, घ्राण धातु, जिह्वा धातु, काय धातु, वनं थःगु अधिने दुगु मखु । मेगु खुता विज्ञान दु, चक्षु विज्ञान, श्रोत विज्ञान, घ्राण विज्ञान, जिह्वा विज्ञान, काय विज्ञान, मनो विज्ञान । थ्वनं थःगु अधिने मदु । छुं हे थःगु अधिने मदुगु जूया निंति अनात्मा धाःगु खः ।

थुलि अनात्मायागु खँ जुल ।

उक्त विदर्शनं ज्ञानं यथार्थं बोधं ज्वीकेतं न्हापां  
शीलं परिशुद्धं ज्वीमाः । शीलं परिशुद्धं धयागु-१  
प्रातिमोक्षसंवरशीलं, २ इन्द्रियसंवरशीलं, ३ पचचय  
सन्निस्सितशीलं, व ४ आजीवपारिशुद्धिशीलं । ध्व  
प्यताशीलं परिशुद्धरूपं पालनयाय्माः ।

अर्थं

( १ ) प्रातिमोक्षसंवरशीलं धैगुगृहस्थीपिनि  
पंचशीलं, अष्टशीलं, दशशीलं । भिक्षुपिनि २२७ गु  
शीलं ।

( २ ) इन्द्रियसंवरशीलं धैगुचक्षुः, श्रोतः, घ्राणः,  
जिह्वा, काययातसंवरयाय्गु ।

( ३ ) पचचयसन्निस्सितशीलं धैगुनय्गु, पुनेगु,  
चवनेगुलीप्रत्यवेक्षणज्ञानं विचारयानासेवनयाय्गु ।

( ४ ) आजीवपारिशुद्धिशीलं धैगुसम्यक् रूपं  
जीविकाहनेगु ।

थुलि यथार्थरूपं परिशुद्धं ज्वीवं प्रज्ञाचक्षुः प्राप्तं  
याय् फइ । प्रज्ञाचक्षुः हे तिनि विदर्शनं ज्ञानं प्राप्तं  
याय् फइ ।

(३६)

विदर्शन ज्ञान प्राप्त जूम्हया चित्ते राग च्वने  
फइ मखु । राग मदुम्हया चित्तं संसारे भरोसा काय्  
योग्यगु छुं हे खनीमखु । थःके दया च्वंगु पंचस्कन्ध,  
पिनेयागु भौतिक पदार्थ मध्ये छता हे सारगु ल्वीके  
फइ मखु । दयाच्चवंक फुकं हे अनित्य, दुःख व अनात्म  
हे जक खनी । माया ममता आदि सकतां हे स्वप्नबत  
बोध जुइ । अन तिनि महाशान्ति रस प्राप्त जूवनी ।

थुलि विदर्शन ज्ञान जुल ।

Dhamma.Digital

निर्वाण मार्ग धैःगु हे आर्य अष्टांगिक मार्ग खः ।  
अष्टांगिक मार्ग तोताः, मेगु निर्वाण मार्ग दुगु मखु ।  
तसर्थ अष्टांगिक मार्गयात हे निर्वाण मार्ग धाःगु खः ।

श्वहे अष्टांगिक मार्ग ज्ञान श्वीकेया निति  
म्येम्येगु ग्रन्थादिया आवश्यक जूगु खः । नत्र सारपूर्णगु  
बुद्ध वचनया मूल श्व हे च्यागू अंगं पूर्णगु मार्ग खः ।

निर्वाण प्रार्थी सज्जन व्यक्तिपिसं श्व निर्वाण मार्ग  
सफूली कनातःगु उपदेशानुसार आचरणयात धाःसा  
मार्ग फल प्राप्त मज्जी हे मखु । श्व खँ भगवान् बुद्धया  
सत वचन नित्य स्मरणीय खः ।

Dhamma Digital

## दशपारमिता धर्म

दश पारमिता, गुण धर्म फुकं ।  
परिपूर्ण याना, जुल बुद्ध थन ॥१॥

दान पारमिता, उगु धर्म खना ।  
बिल दान फुकं, अन त्याग याना ॥१॥

शील पारमिता, गुण शुद्ध खना ।  
यात पालन, निर्मल जुइगु कथं ॥२॥

नैष्कर्म्य पारमिता, खन हाकनं ।  
गृह बन्धन, क्लेश व चीका वन ॥३॥

प्रज्ञापारमिता, गुगु ज्ञान खना ।  
सत संगतया, जुल प्रज्ञा मुना ॥४॥

वीर्यपारमिता, स्व उत्साह याना ।  
लिमच्यूसे, न्ह्यब्वायेगु, पूर्ण खना ॥५॥

क्षान्तिपारमिता, सहयायेगु गुण ।  
दकले तवधंगु व, क्षान्ति खना ॥६॥

(४२)

सत्यपारमिता, गुण ऋजु खना ।  
न्ध्यागु दुःख जूसां, सत्य पूर्ण याना ॥७॥

अधिष्ठान, पारमिता, क्वातुका ।  
विचलित मजुसे, उगु पूर्ण याना ॥८॥

मैत्रीपारमिता, समभाव खना ।  
विल एकताया, सुख पूर्ण याना ॥९॥

उपेक्षापारमिता, सुख दुःख निता ।  
समतुल्य उपेक्षा व, पूर्ण याना ॥१०॥

Dhamma.Digital



