

सद्धमं दृश्यमाला
सद्धर्मं पुष्पमाला

SADDHARMA PUSPAMALA

(लेख संग्रह)



लेखक

अनागारिका अग्गजाणी

सम्पादक

अमिता धारुवा

सुद्धम सुद्धमाला
सद्धर्म पुष्पमाला
SADDHARMA PUSPAMALA

(लेख संग्रह - नेपालभाषा, नेपाली एवं अंग्रेजी भाषा)



लेखक

अनावादिका अब्जजाणी 'धम्माचरिय'

सम्पादक

अमिता धाख्वा 'सद्धर्म कोविद'

प्रकाशक

अष्टवत्त धाख्वा, वत्तदेवी धाख्वा परिवार
नागबहाल, ललितपुर

(क)

प्रकाशक : अष्टरत्न, रत्नदेवी धाखा
नागबहाल, वडा नं. १६, ललितपुर
हाल शान्तिनगर, नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
फोन नं. ४६२०६२६

प्रथम संस्करण : १००० प्रति

प्रकाशन मिति : बु.सं. २५५७
ने.सं. ११३४
वि.सं. २०७०
इ.सं. २०१३

ISBN : 978-9937-2-7413-5

कभर डिजाईन सुषमा शाक्य

Dhamma.Digital

मुद्रण : आईडियल प्रिन्टिङ्ग प्रेस
ग्वाको, फोन: ५००७५६३, फोन: २१२०२३५ (पुल्चोक शाखा)

अनागारिका अगजाणी गुरूमां प्रव्रजित जुया बिज्या:गु २५ दै
“रजत महोत्सव” या लसताय् धर्मापहार

(ख)

देखा



संघमहाभायक मिश्र प्रज्ञानन्द महास्थविरयात
गुम्हसिनं जितः सद्वर्मा लेंपु
क्यना बिल ।

सयादो भद्वन्त पण्डितामिवंश महास्थविरयात
गुम्हसिनं उपाध्याय जुयाः जितः थनतक
थ्यंका बिल ।



डा. मिश्र ज्ञानपूर्णिक महास्थविरयात
गुम्हसिनं जितः धर्मया निर्देशन
बिल ।

- अनागारिका अग्गजाणी

भिन्तुना



अनागारिका अगगजाणी

श्रद्धेय अगगजाणी गुरूमां बुद्धशासनय् प्रव्रजित जुया बिज्याःगु २५ दँया
रजत महोत्सवया लसताय् वसपोलया सुस्वास्थ्य, दीर्घायु कामना नापं सद्धर्म
चिरस्थायी यायेगु कल्याणकारीगु ज्याय् सफलतापूर्वक न्ह्याःवनेफयेमा
धकाः दुनुगलनिसें वसपोलयात भिन्तुना देछाना च्वना ।

अष्टरत्न धाखा. रत्नदेवी धाखा परिवार



अगगजाणी गुरूमां थः मां-बाः व तताक्यहेपि परिवारया पुचलय्



बुद्धो तस्स लोकहितस्स तत्त्वमवरोस
NAMO TASSA LOKAHITASSA TATHAGATASSA

फोन नं. ४८२९८४

विश्व शान्ति विहार VISHWA SHANTI VIHARA

मीनपवन, काठमाडौं, नेपाल
(स्थापित: वि.सं. २०४१)

मिति: ११ मंसिर २०७०
Date: _____

शुभ मंगल कामना

शीलवती अगगत्राणी वि.सं. २०४५ पुष महिनाय् बर्माया विश्वविख्यात महाशी सासनायइता ध्यानकेन्द्र, यांगुन्या प्रधान प्रमुख अववादाचार्य परमपूज्य सयादो अशियङ् पण्डिताभिवंस महास्थविरयात उपाध्याय गुरु याना शीलवती अनागारिका प्रव्रजित जूगु खः । ई.सं. १९९८ स धम्माचरिय उपाधि प्राप्त यानाकाःगु खः । बर्मेली सरकारया धार्मिक मन्त्रालयपाखे हनाबना तया प्रदान जुइगु अतिकं उच्चगु ध्व गौरवनीय उपाधि खः ।

समय धयागु निरन्तर रूपं गतिशील जुया दिपाः मदयेक न्ह्याना वनाच्चनिगु खः । थौं धाधां म्हिगः धाधां शीलवती अगगत्राणी आर्या शीलवती प्रव्रजित जीवन हना विज्याःगु २५ दँ दत । रजत जयन्ती हनेत ताःलाका च्वंच्वन । रजत जयन्तिया थुगु शुभ घडी ग्यसुदुगु छुं यायेमाल धयागु महशूस जुयावल । उकिं थुगु घडीयात दकसिवे दुदंगु धर्मोपहार बिया सकसितं उपकार यायेगु मतीवन । अले इलय् ब्यलय् अवस्था अनुसार त्वयेकातःगु सद्धर्म स्वाँमाः हना स्वाँमालं व्वखायेके बिया नस्वाः त्वलेत सद्धर्म पुष्पमाला दयेकेगु बिचाः लुल ।

अथे जुया बुद्ध जन्मभूमि पवित्रपावन पुण्यभूमी च्वं पिं क्लेशावरण व अविद्यान्धकारं भुंकाच्चपिं नेपाःमिपिन्त बुद्ध धर्म संघ त्रिरत्नयागु वास्तविक गुणयात सिद्धके थुइके लुइके म्हसिद्धके बिद्धगुया नितिं भगवान् बुद्धयागु मनोभावनाकथं पूजा धयागु नस्वाःगु स्वाँनिसें कया भाषाया पाबन्दी मच्चंसे नेपालभाषा, नेपालीभाषा अले अंग्रेजीभाषा समेतं दुध्याका २५-पवः स्वाँपवः छथासं माःहना सद्धर्म पुष्पमाला शोभा दयेक ल्वःवनापुसेच्चंक् भःभःधायेक स्वलिसे स्वये मगायेक नुगलय् दुने घानातये मास्तेवयेक मगमग वास वयेक माःहना बिज्यात । तःसकं च्वछ्रायेबहःगु

(ग)

ज्या जुल । रजतजयन्ती नस्वालं जाइगु जुल । भब्य जुइगु जुल । सकसितं रजत
जयन्ती थुजोगु कथं हंसा कल्याण कारक जुइ धयागु लँपु क्यनेथें नं जुल । बाँलात,
अतिकं बाँलात ।

थुकथंयागु स्वाँमाःत वसपोलपाखें ननानं हनावना च्वनेफयेमा, नस्वाः
ह्वला च्वनेगु सुअवसर वसपोलयात प्राप्त जुयावं वनेमा । शील समाधि प्रज्ञा
त्रिविध बुद्धशिक्षारूपी नस्वालं प्रभावित जुया वसपोल नं न्ह्याबलें नस्वालं भय्बिया
अग्गजाणी अग्गजाणी हे जुया न्ह्यावने फयेमा धयागु थुगु शुभ मंगल कामना
न्ह्यचिइका च्वनागु जुल ।

सुखी दीघायुका होतु, अग्गजाणी सुगन्धिका,
खेमीअवेरी अभया, निरोगी निरूपह्वा ।
अमताधिगमाहोतु, किलेसन्तरायमुत्तिका,
लोकजनानमत्थाय, हितूपकारसंहिता ॥
साधु ! साधु !! साधु !!!

भिक्षु ज्ञानपूर्णिक

विश्व शान्ति विहार
मीनभवन, न्हू बानेश्वर, येँ
दि : ११ मंसिर २०७०

भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर
अग्गमहापण्डित, अग्गमहासद्धम्मजोतिकधज
धम्माचरिय, Ph. D.



“मा तिवस अणिकम”

अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र

बुद्धनगर, शंखमूल, काठमाडौं

INTERNATIONAL BUDDHIST MEDITATION CENTER

पत्र संख्या/ Ref. No.....

मिति/Date: २९ मंसिर २०७०

शुभकामना

थुगु भावना केन्द्रया निर्देशक, आवासिक गुरूमां श्रद्धेय अगगजाणी ‘धम्मचारिय’ गुरूमांया ‘सद्धर्म पुष्पमाला’ सफू वसपोलया प्रव्रजित जीवन २५ दँ पूर्वंगु लसताय् पिदनीगु भिंखँ न्यना: आपालं धर्मप्रीति उत्पन्न जूगु जुल । वसपोल गुरूमां थुगु केन्द्रया ओवादाचरिय सयादो परमपूज्य ऊ पण्डिताभिवंस महास्थविरया छत्रछायाय् बर्माय् बुद्धधर्म अध्ययनया लिसें ध्यान भावनाया अभ्यासय् गाक्वं अनुभव कया बिज्याना:लि नेपा: लिहाँ बिज्यासेनिसें थुगु हे केन्द्रय् थातं च्वना बिज्याना: केन्द्रया उन्नति, अभिवृद्धिया ज्याय् ज्व: मदुगु योगदान बिया बिज्याना च्वंमह ख: ।

बुद्ध, बुद्धधर्म, बुद्धशिक्षा, सही बुद्धपूजाया लिसें ध्यान, अभिधर्म, हेतुवाद आदिया गम्भीरगु खँयात सरल तरिकां न्यब्वयात:गु वसपोलया लेख संग्रह थुगु सफुतिं आपालंजनपिसं भिंगु संस्कार संचय यायेफइ धयागु विश्वास दु ।

बुद्धजन्मभूमि भीगु दे नेपालय् वसपोल बुद्धया हे शिक्षाया व्याक्क प्रचार प्रसारया ज्याय् लिपा लानाच्वंगु इलय् अगगजाणी गुरूमांया आपालं मेहनतं तयार जूगु थीथी लेखया पुष्पमालायात सकसिनं नं दुनुगलनिसें लसकुस याना: थ:गु जीवन धन्य याये फयेमा धयागु शुभकामना व्यक्त यासे थुगु केन्द्रया उत्तरोत्तर उन्नतिया ज्याय् व बुद्धशासनिक ज्याय् वसपोल गुरूमांया योगदान न्याबलें दया च्वनेमा धका: नं कामना याना नापं वसपोल गुरूमांया ता: आयु व आरोग्यया नितिं नं भिंतुनाच्वना ।

भवतु सब्ब मंगलं !

शान्तमान शाक्य
अध्यक्ष

अ. बौ. भा. के., शंखमूल, येँ

Phone : 00977-1-4782707, 4784831, E-mail : ibmcsati@gmail.com, aggayani69@gmail.com

मित्तुनाया सः

थौकन्हे विश्वय् बुद्धधर्म न्हियान्हिथं लोकप्रिय जुजुं वैच्वंगु लसताया खँ खः । परन्तु बुद्ध जन्मभूमि नेपालय् अप्वः मनूत बुद्धया ज्ञानं वंचित जुइका च्वनेमाला च्वंगु दु । थ्व भी सकसियां नितिं दुर्भाग्यया खँ खः । नापं थ्व भी बौद्धपिनिगु नितिं छगू चुनौति नं खः । थौकन्हेया ईकथं बुद्धधर्मया विशुद्ध प्रवाहयात गुकथं विकास व विस्तार यायेगु धयागु थ्व भीगु न्ह्योने थिंग दँवयाः च्वंगु मंका न्ह्यसः नं खः । थुकियात भीसं नजरअंदाज यानाः न्ह्यसःया लिसः ममासे च्वनेगु धयागु लिपायापिं पिंढीयात भन् हे अन्धकारमय युगय् क्वफायेगु समान जुइ । तसर्थ बौद्ध जुयाथें धर्मया मर्म व दर्शन खंकाः बुद्धं क्यनाः बिज्याःगु यथार्थ लंपुकथं बौद्ध जुइत उपयुक्त सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक वातावरण दय्केगु खँय् सम्बन्धित ख्यलं वाःचायेकेगु हथाय् जुइ धुंकल ।

ईया माग खः, बहुजन हिताय व बहुजन सुखाय जुइगु सद्धर्मयात समाजया थीथी ख्यलय् गुकथं थ्यंकेगु धयागु सोचय् व्यापक छलफल जुइमाःगु दु । आःथें नीति, योजना व कार्यक्रम बिना व्यक्तिगत कुतलं सीमितकथं जक सनाः च्वन धाःसा धर्मयात ठीककथं, ठीक इलय्, ठीक थासय् उजागर यायेगु असंभव प्राय जुइ ।

वीर-पूर्ण पुस्तक संग्रहालयपाखें बुद्धया प्रामाणिक वचन संगृहीत जुयाच्च्वंगु त्रिपिटकया ग्रन्थत छगू-छगू यायां जनसमक्षय् हयेगु यानाः धर्मसम्बन्धी भ्रमयात चिइकेत यथार्थ साधन चूलाकेगु अभियान न्ह्याकाः च्वंगु खँ अवगत याये दयाः लय्ता । थुगु संग्रहालयपाखें त्रिपिटक ग्रन्थय् अनुवाद जुइ ल्यंदनीगु ग्रन्थत नेपालभाषां पिकायेगु मू ग्वसाःकथं थनिं प्यदँ न्ह्यो श्रद्धेय भिक्षु कोण्डन्यया संयोजकत्वय् नेपाःया विद्वानपिं भन्तेपिं व गुरुमापिनिगु त्रिपिटक अनुवाद मण्डल, नेपाल गठन जूकथं थुगु क्षेत्रय् उल्लेखनीय प्रगति

(च)

जुयाः च्वंगु खँ न्ह्यथनेगु समय सन्दर्भ जुइताया । थौं प्रब्रजित जीवनया २५ दँ दुम्ह गुरुमां नं उगु अनुवादक मण्डलया छम्ह दुजः जुया बिज्याःगु खँ न्ह्यथने दयाः गौरव ताः ।

हर्षया खँ खः, अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया सीमित कुतलं बुद्धया सन्देश कार्यान्वयन यायेत सामान्य वातावरण दय्केत यानाच्वंगु कुतः स्तुत्य जू । थुकियात व्यापकरूपं देशभर योजनावद्ध ढंगं न्ह्याका वनेगु सोच व रोडम्याप दय्केगु खँय् भिक्षुसंघ लगायतं सहकार्य याना वनेमाःगु जुल । अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया निर्देशकजु अगगजाणी गुरुमांया प्रब्रजित जीवनया २५ दँ क्यंगु लसताय् थुगु खँय् न्हूकथं थीथी आयामया लुखा चाय्केत ताःलाइ धकाः भिंतुना च्वना ।

हनेबहःम्ह अगगजाणी गुरुमांया थीथी ज्याभ्वः तया २५ दँया प्रब्रजित जीवन हनाच्वंगु ज्याभ्वः सफलतापूर्वक सम्पन्न जुइमा धकाः मनंतुंसें थ्वहे लसताय् वसपोलया च्वसुत मुनेगु ज्या याःम्ह जिमि तःधिकम्ह भिंचा मय्जु अमिता धाखाया कुशल सम्पादकत्वय् सद्धर्म पुष्पमाला पुस्तक पिकायेत्यंगु लसताय् च्वसु च्वमि व सम्पादक निम्ह भिंचापित साधुवाद दु ।

अन्तस, छलपोलया सुस्वास्थ्य, दीर्घायु व मार्गफल लाभीम्ह जुइ फयेमा, लिसें मेपिन्त नं मार्गफल लाभीपिं दय्केत ताःलायेमा । धर्मया नामय् सुं सुयांपाखें भ्रंगः लाकाः च्वने म्वालीगु बुद्धया सन्देशयात यथार्थरूपं खंके बिइगु छपिनिगु अभियान सुथां लायेमा धका अभिवादनसहित भिंतुना देछाना च्वना ।

दिं : योमरी पुन्ही, २०७० पुष २

दुण्डबहादुर वज्राचार्य

अध्यक्ष

वीर-पूर्ण पुस्तक संग्रहालय

गाःबहाल, यल ।

साधुवादसहित पता:

छम्ह मालाकार बांला:गु-नस्वा:गु २५-पव:स्वाँ छथासं मा:हना बुद्ध देशना यानाबिज्या:गु जीवनोपयोगी “सद्धर्म पुष्पमाला” नां छुना: अनागारिका अगगजाणीया च्वसां पिज्व:गु धाये वा च्वसु मुना सफू पिलूगु सकल सद्धर्म प्रेमीपिनि नितिं सुखद विषय ख: । २०५२ सालनिसें २०७० तक पिनदनेधुंकूगु धर्मचर्यासम्बन्धी च्वसु ल्यया: ल्यया: थुगु सफू पिथनेगु ज्याय् नेपा:या धेरवाद बुद्धशासन-नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाया ख्यलय् स्थापित लोकहवा:म्ह उपासिका सुश्री अमिता धाख्याया धार्मिक कुत: थुगु सफूया लागी स्यल्लागु ब:कायेगु थां थें महसुस जू । सर्वसाधारण ब्वनामि वा उपासक उपासिकापिन्त थुगु सफू ब्वना: मन याउँकेत-यचुकेत त:धंगु तिब: बी । ४५ सालय् प्रब्रजित जूम्ह अनागारिका अगगजाणीया २५ दँ पूवंगु रजत महोत्सवकथं २५-पव: सद्धर्मरूपी स्वाँपव: मुनात:गु थुगु सफू न्हापांगु च्वसा-सफू ख:सा वसपोल नेपाल भाषा-भाषिपिनिगु नितिं परियत्ति शिक्षा व ध्यान-साधना ख्य: सम्बद्ध अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया निर्देशक नं ख: । नेपाल भाषा साहित्यय् च्वमि मयजुपिं तसंक हे म्ह, अफ्र धात्थें धा:सा उपासिकापिनिगु धासय् अनागारिकापिं नं म्ह हे ख: । पालि त्रिपिटकअन्तर्गत खुदकनिकायया चूलनिहेस सफूया छम्ह अनुवादिका अनागारिका अगगजाणीया पालि भाय्, पपतित-सूत्रया व्याख्यालगायत सफूत नेपाल भाषाय् पिदने धुंकूगु दुसा थौकन्ह्य् वीर-पूर्ण पुस्तकालय न्ह्यब्वाना: न्ह्यानाच्वंगु “तिपिटक अनुवाद मण्डल” या दुज:कथं धम्मसङ्गणी, महानिहेस सफूत अनुवाद यानाच्वनाबिज्या:म्ह ख: ।

ध्यान-साधना, पालि भाय् अले अभिधर्मसम्बन्धी धर्मदेशनाय् अलमल मज्जे, तत:मत:मक्यंसे, स्वतुमतु मस्वसे, भावावेशय् थ:गु स: थला:क्वला:मयासे, न्ह्यानाच्वंगु खुसिधा:थें सललं सललं यइपुक व नायुगु भासं देशना यायेगु प्रतिभा सम्पन्न व्यक्तित्वया धनी अनागारिका अगगजाणीया थुगु सद्धर्म पुष्पमाला दुने नं आयामिक विशेषता नस्वा: ह्वलात:थें अध्ययनं ल्यू महसुस जुइगु जुयाच्वन । सरल व सहज भाय् छ्यलात:गुलिं अलमल मज्जेक थुइके अ:पुगु भाषा-शैलीं सर्वसाधारणयात याउँक हे विषयवस्तु लुमका तयेत लिधंसा जू । भाय् अ:पुसे च्वं थें ब्वनेबले म्हाइपु मजू, सललं न्ह्या: । नेपाल भाषां १४ पु, नेपालीं ७ पु व अंग्रेजी ४ पु ग्यसुला:गु च्वसुत मुक्कं ११८ पृष्ठय् मुनात:गु दुसा च्वसुया अन्तय् ल्यंदगु ब्वय् बुद्धबचन धम्मपद व सद्धर्मसम्बन्धी चिनाखं दुध्याकात:गु नं ब्वनामिया लागी धार्मिक लाभप्रद खने दु । तथागत शास्ताया मनोभावनाकथं पूजा यायेगु हे आचरणद्वारा पूजा यायेगु ख:, ध्व हे धर्मपूजा ख: धका च्वसुया सुरुवात जुयाच्वंगु दुसा Perfection (पारमिता) नांगु च्वसुतिं सफू क्वचायेकात:गु दु । पृष्ठया ल्याखं अभिधर्मअन्तर्गत पट्टानविषयक च्वसु १२ पृष्ठ दुगु दके ता:हाक:गु च्वसु ख:सा थुकी ३ पृष्ठया जक च्वसु मुना:गु नं दु । च्वसु अले दापू शीर्षकया दुने त्रिपिटकय् उल्लेखित थी थी सूत्र अले विभिन्न थाय्या प्रसङ्ग न्ह्यथना तुलना व विश्लेषण अले कथात्मक प्रस्तुति च्वमिया च्वन्त्या:गु विचा:या मूति थें ख: सा उगू पला: न्ह्यथने बह:जू ।

“बुद्धशासनय् नं आचरण धर्मत गम्भीर जुजुं बनिगु, शिक्षापदत उल्लंघन

(ज)

मयाइगु, अशुद्धमहेसित शासनं पितितना छ्वइगु, शासनय दुहाँ वयेवं छगू हे नां जुइगु, निर्वाण क्षेत्र घटिबढि मजुइगु, थी थी कथंया धर्मरत्न दइगु विमुक्ति रस छगू हे जक दइगु, तःधरिं आर्यपुद्गलपिनिगु बासस्थान जुइगु” थुपिं बुद्धशासनया च्यागू विशेषता उल्लेखनीय जू । अत्थि सुख, भोग सुख, आनण्य सुख व अनवज्ज सुख- थुपिं प्यता प्रकारया सुखयात दयेकाःथें लुमंका तयेगु अले अनवज्ज सुख दयेकाः जीवन हनेफत धाःसा इहलोक-परलोक निथासं सुखशान्ति प्राप्त जुइगु खं “गृहस्थ जीवनय माःगु प्यता प्रकारया सुख” य् न्ह्यथनातःगु दु । दुर्लभगु मनुष्य जीवन सार्थक यायेत दुग्यगुयात दुग्यंगु, ग्यसुलाःगुयात ग्यसुलाःगु, सारयात सार धकाः थुइके मफुत कि जीवनया दुग्यंगु सार उखेला थुखेला मदयेक चिच्चाःदनी । प्राणीपिनि थम्हं यानातःगु कर्म हे निजी सम्पत्ति जुइसा कर्म हे थः थिति, अले छु गुजाःगु पुसा पित उजाःगु हे फल सइ धैगु चेतनाहं भिक्खवे कम्मं वदामि-चेतना हे कर्म खः धयागु कर्मवादी सोच “कर्म व कर्मया प्रतिफल दुवाला” नांगु च्वसुइ स्पष्ट यानातःगु दु । भ्रीसं मैत्री भावनाबारे गुलि याउंक चर्चा याइगु खः न्ह्यथंया व्यवहारय् छयेलेत उलि याउंसे-अःपुसे च्वनीमखु । भ्रीपिं मैत्री युक्तिपिं जुइफुसा ला निजी स्वार्थयात हाकुतिनाः कतःयात दुःखकष्ट व सास्ति यायेगु ज्या याइमखु धयागु खं “भ्रीगु जीवनय् मैत्रीया प्रभाव” नांगु च्वसुइ न्ह्यथनातःगु दु । मैत्री भावना अभ्यास यानाः हे जक ११ गू आनिशंस प्राप्त जुइगु खःसा मैत्रीयुक्त कायकर्म, वचीकर्म, मनोकर्म गुलि गुलि व्यवहारय् छयलाबुला यायेफइ उलि उलि हे भ्रीके संकीर्णता, स्वार्थन्धता, अहंभाव, आघात, रिस-क्रोध आदि मानसिक विकार ख्वंथाःगु मनोवृत्ति तनावनीगु बारे “मानवीय गुण विकासका लागि मैत्री” नांगु च्वसुइ न्ह्यथनातःगु दु ।

साधारणतः आध्यात्मिक सुखशान्तिया निंतिं दिपा मदयेक न्ह्याकाच्वनेगु छगू मौन साधना विधि ध्यान खः । पंच नीवरणानं समणट्ठेन समथो अले अनिच्चतो दुक्खतो अनत्ततो विपस्सतीति विपस्सना अर्थात् पंचनीवरण वा काम इच्छा, ब्यापाद, मानसिक-शाररिक आलश्य, चंचल-प्रायश्चित्त, शंका-सन्देह साम्य जुयाच्वनीगु ल्याखं समथ खःसा अनित्य, दुःख, अनात्मयात दुनुगःया मिखां स्वयेगु-खंकेफुगु अर्थ विपस्सना ध्यान-साधनाया ख्यः तसकं हे च्वन्त्याःगु अभ्यास चर्या खः । कायय् कायानुपश्यना, वेदनाय् वेदानुपश्यना, चित्तय् चित्तानुपश्यना, धर्मय् धर्मानुपश्यनायात क्वातुक कःघायेगु साधनारत चर्चा स्मृतिप्रस्थान भावनायात मजबूत याना बी । शूक्ष्मरूपं गतिशील जुयाच्वनीगु चित्तया ‘उत्पत्ति-स्थिति-भङ्ग’ अवस्थायात क्वथीक वाः चायेका यायेगु निरन्तर अभ्यासं स्थूलयात जक मखु शूक्ष्म अवस्थायात तिफयाये फतकि प्रतिक्षण प्रतिपल जुयाच्वनीगु स्पर्शयात् नं वाः चायेके फइगु जुयाच्वन । चंचल मनयात एकाग्र यायेगु, स्थिर यायेगु, थःगु बशय् तयेगु लिसें चित्तयात छरिसंकथं शुद्ध यायेगु प्रक्या खः साधना । सर्गः थिइथें जाःगु तृष्णा, आसक्ति, लोभ, तँ-द्वेष, ईर्ष्या, कपटी-मात्सर्य आदि अकुशल मनोवृत्ति भ्रीके दयाचवंतले वास्तविक सुखशान्तिया अनुभूत सुयाकें जुइके अःपुइ मखु धयागु ध्यानसम्बन्धी थी थी अवधारणा ‘स्मृतिप्रस्थान भावनाया महत्व’, ‘समथ भावना’, ‘विपस्सना भावना’, ‘सुख शान्ति प्रदायक विपस्सना भावना’ यासे ४ पु च्वसुं ध्यान भावना अभ्यास याय्त अभिप्रेरीत याना च्वंगु दु ।

त्रिपिटकअन्तर्गत सुत्त, विनय व अभिधर्ममध्ये अभिधर्म विषय मुक्कं चित्त-

विज्ञान-मनलिसे स्पापू दुगु जुया थुक्रियात गम्भीराति गम्भीर, उच्चतरधर्म, विशेष धर्म, अतिरेक-विशेष मानसिक देशना दुने घानातःगु चित्त, चेतसिक, रूप व निर्वाणयात कुशल, अकुशल, अव्याकृतथे गम्भीर-दुर्वोध दार्शनिक विवेचना अर्थात् थुक्रियात नं बौद्ध-दर्शनकथं कायेगु याः धैगु 'अभिधर्म : छगू अध्ययन' बःचा बःचा हाकयेकजुसां ध्वीक न्त्यव्वयेफुगु च्वमिया खुबी तारिफयोग्य जू । बर्मा-म्यानमार देसय् शासनधज धर्माचार्य उत्तीर्णह् च्वमि अनागारिका अगगजाणीं अभिधर्मया ७ गू मूलग्रन्थत धम्मसङ्गणी, विभङ्ग, धातुकथा, पुगुगलपञ्जति, कथावत्थु, यमक व पट्टानमध्ये धम्मसङ्गणी नेपालीं अले पट्टान नेवाभासं गुगुकथं न्त्यव्वयातःगु खः, व सर्वसाधारण ब्वनामिया लागीं नं याउंके लानाकाये अःपुइगु लेखन शैली न्त्यथने बहःजू । "अभिधर्मयागु अध्ययन व थें विपश्यना भावना अभ्यास यायेफत धयागु जूसा प्रज्ञप्तिं त्वपुयातःगु परमार्थ सत्ययात पर्दा चायेकेथें छर्लङ्ग जुइक खंके फइ" धैगू च्वमिया दुग्यःगु अभिमत खः । बुद्धशानयात गुलुल तुइक न्त्यज्याकातय्त प्रमुख गढ, सुरक्षाया नितिं शक्तिशालीमह-अनुबल बीमह पट्टान लोप जुलधाःसा छसिकथं अभिधर्म लोप जुइगु, अनं लिपा सूत्र अनं विनय लोप जुइगु खः । परिचित शासन लोप जुलकि प्रतिपत्ति शासन अनं प्रतिवेध शासन लोप जुइ, थुकथं बुद्धशासन लोप जुयावनीगु जुया पट्टान देशना स्थिर व अभिवृद्धि यायेगु बुद्धशासनप्रेमीपिनिगु कर्तव्ययात उजागर यासे हेतुपच्चयोनिसें अविगत पच्चयोतक २४गू प्रत्यय बारे 'पट्टान' नांगु च्वसुइ च्वमिं बःचा हायेक म्हसीका बियातःगु प्रभावकारी जू । सद्धर्म पुष्पमालाया दके ताःहाकःगु च्वसु 'पट्टान' १२ पृष्ठया दु । 'धम्मसङ्गणी' च्वसुइ अभिधर्मया परिचयात्मक न्त्यव्वयाधुंका न्हापांगु ग्रन्थ धम्मसङ्गणी गुगुकि अभिधर्मया मूल आधारग्रन्थ खः । कुशल-अकुशल आदि फुकं स्वभाव धर्मयात संग्रह यासे न्त्यव्वयातःगु ग्रन्थ धम्मसङ्गणी, थुकी कुशल, अकुशल आदि धर्मया स्वरूप क्यनातःगु दु ।

कन्ह्य छु जुइ, सुया ल्हाती दु कन्हे? मृत्युराजलिसें सम्भौता यायेफुमह सु? "मज्झिमनिकायया भद्देकरत्त सुत्त, अथे हे 'चत्तारो अपाया सकगेहसदिसा' अर्थात् प्यंगू अपाय धैगु थः न्त्याबलें च्वनेगु छें थें खः । मार्गफल लाभी ज्ञानद्वारा मनया खिति, क्लेश प्रहाण यायेमफुतले व हे छेंय वने मालियःनि । कम्ति नं छगू मार्गज्ञान प्राप्त यायेफुसा उगु अपाय छेंय गबलय नं वनेमाली मखुत । मनुष्य जन्मकयागु नं सार्थक जुइ" धकाः वि.सं. २०४४ सालय् बर्माया सुप्रसिद्ध ध्यानगुरु सयादो ऊ पण्डिताभिवंश महास्थविरं उपदेशबिया बिज्याःगु अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रय् ध्यान च्ववंमह बि.एस्सी अध्ययनरत पुनिता धाखा, पासापिं सपना शाक्य व अजन्ता शाक्ययात जीवनभर बुद्धशासनयागु सिचुगु किचलय अनागारिका प्रव्रजित जुइगु प्रबल इच्छा उन्पन्न जुल । २०४५ पुष महिनाय् छसिकथं स्वमहं अनागारिका अगगजाणी, चारुजाणी व कोमल जाणीकथं सयादो ऊ पण्डिताभिवंशया उपाध्यायत्वय् अनागारिका जुयाबिज्यात । अनागारिका अगगजाणी ई.सं. १९९६ स धम्माचरिय उपाधि परीक्षा उत्तीर्ण यासे बुद्ध-जन्मभूमि राष्ट्र नेपाःया न्हाय् धस्वाकेत ताःलात । थ्वसिवें न्त्यः अनागारिका धम्मवती व भिक्षु ज्ञानपूर्णिकं (वर्तमान संघउपनायक अगगमहापण्डित डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर) धम्माचरिय उपाधि उत्तीर्ण यानाबिज्याःगु खः । अनागारिका जुयाः बुद्धधर्म अध्ययननापं ध्यान-भावना दुयेक अभ्यास यायेमास्ति वयेकाः प्रव्रजित जूमह अनागारिका अगगजाणीं रजत वर्षय् पलाः छिनाबिज्याःगु दु, गुगु ध्यानकेन्द्रय् ध्यान च्वच्चं प्रव्रजित जुयेगु क्वःछित सा थौं

उगु ध्यान केन्द्रया निर्देशकथें जाःगु गहन जिम्मेवारी अभिभार ग्रहणयायां प्रव्रजित रजत महोत्सव न्यायेकेते ताःलाःगु धार्मिक संयोग स्मरणीय जू । “अन्तर्राष्ट्रिय बौद्धभावना केन्द्र व जिगु प्रव्रजित जीवन” नांयागु च्वसुइ च्वमिं थःगु धार्मिक उद्देश्यसहित थौं कन्हे यानाच्चनाबिज्याःगु धार्मिक जीवन-चर्या कनातःगु आदर्श बाखं खः ।

पुनर्जागरित नेपाःया थेरवाद बुद्धशासनया छगः धिसिलाःगु ऐतिहासिक व्यक्तित्व अनन्त गुणवान संघमहानायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरया लुमन्ति उबलय् बर्माय् अध्ययनरत च्वमि अनागारिका अगगजाणीयात गुलि प्रभावित यात धयागु संस्मरणात्मक च्वसुखं स्पष्ट याः, थुगु सफुती मुनातःगु च्वसुतमध्ये दके न्हापां च्वमिं वि.सं. २०५२ स पिथंगु खः । “प्यंगु असंख्य व छगू लाख कल्प बारे ल्याःचाः, सम्यक्सम्बुद्ध व प्रत्येक बुद्धया बिचय् भिन्ता, भन्तेपिं मदुथाय् गुरुमापिसं शील बिइज्यू ला कि मज्जू, बुद्धधर्मय् आत्मा मदु” धकाः च्वमिं दिवंगत धर्मरत्त शाक्य ‘त्रिशुली’ नापं जूगु खंल्लाबल्ला न्त्यब्वयातःगु उपलब्धिमूलक जू । थथे हे च्वमिया पाजु दिवंगत राजभाइ उपासकयात विपस्सना ज्ञानक्रमसम्बन्धी थःम्ह कनाःगु प्रसङ्ग न्त्यब्वसे प्रातः स्मरणीय पाजु धका गुण खंकूगु दु सा थः निनी हेरादेवीयात धातु चैत्य, परिभोग चैत्य, उद्देश्य चैत्य व धर्मचैत्य विषयक उपदेशं तसकं प्रभावित जूगु बारे न्त्यथनातःगु सललं न्त्याः । चतुरार्यसत्य अले स्वांया पुन्हिया च्वछासे “बुद्ध र बुद्धपूर्णिमा” य् म्हसीकाकथं कःघानातःगु विषयवस्तु त्याजी सा बुद्धधर्मया मूल हेतुवाद-दर्शन प्रतीत्यसमुत्पादयात सरल व सरस ढङ्गं पिब्वयातःगु दु । भव व संसारचक्र न्त्यानाच्चंगु अथें अथें मखु, हेतुप्रत्यय वा अस्मिं सति इदं भवति अर्थात् अथे जुया थथे जूगु खः, थ्व उत्पत्तिं उगु उत्पत्तिं जूगु खः धकाः अविद्याया कारणं निसें भवया कारणं जाति-जरा-मरणतक माःहनातःगु दु, थुकियात द्वादसानिदान नं धाइ । अन्तय् Buddha's teaching for Peace & Happiness, Assertion of Truth, Loka Dhamma, Perfection-Paramita बःचा हाकयेक न्त्यब्वयातःगुलिं च्वमि अंग्रेजी भाषाय् नं दखल दुम्ह खः धैगु स्पष्ट जू ।

नेवाः च्वसुइ फयांफछि, नेवाः खंग्वः हे छ्यलातःथें नेपाली भाषं नं उकथं ज्या जुयाच्चंगु दु । भाषा-ब्याकरणया ल्याखं शुद्ध जुया हे सफू पिदंगु दु, पालि भाषासम्बन्धी प्रयोगय् नं सतर्कतापूर्वक च्वमिं थःत न्त्यब्वयातःगु दु । थुकथं च्वमि अनागारिका अगगजाणीया च्वसां पिज्वःगु सद्वर्म पुष्पमालायात बुद्धशासनिक धार्मिक छ्यलय् थुकियात मैत्रीपूर्वक लसकुस हे याइ । बुद्ध क्यंगु लँय् पलाः छिनाः थःत जीके व भिके धयागु रचनात्मक मनसुवापिसं थुकियात नालाकाइ । धार्मिक जिज्ञासु ब्वनामिपिन्त छुं भतीचा जूसां थःपिनिगु प्याःचाः लंकेगु सुअवसर दुगु भाःपी माः । नेपालभाषा, नेपाली भाषा व अंग्रेजीभाषय् थुलि बांलाक च्वसा न्त्याःम्ह अनागारिका अगगजाणीपाखें थथे हे स्यस्यलाःगु सद्वर्मसम्बन्धी सफू पिहांवइधकाः आशा यासें च्वमि अनागारिका अगगजाणी ‘धम्माचरिय’ या प्रव्रजित रजत महोत्सव मनंतुथें सफल जुयेमाः, त्रिविध शासन-शील, समाधि व प्रज्ञाय् भं भं क्वातुक-धिसि धायेक भावितामयी अभ्यासी जुये फयेमाः, सुस्वास्थ्य प्राप्त जुयेमाः धकाः थुगु साधुवादसहित पताः चेछासे निम्हं सहोदर तःकेहें च्वमि व सम्पादिकायात पुनः मैत्रीपूर्ण साधुवाद !

योमरि पुन्हि, बु.सं. २५५७
२-९-२०७०

- कोण्डन्य
बुद्धविहार, भुक्टीमण्डप, येँ ।

(ट)

पिका:पाखे

बुद्धशासनय् समर्पित जुया सद्धर्मया ख्यलय् थी थीकथं योगदान बिया बिज्याना च्वंम्ह जिमि म्ह्याय् अनागारिका अग्गजाणी प्रब्रजित जीवन हना बिज्या:गु २५ दँ दुगु उपलक्ष्यय् रजतमहोत्सव हने दुगु लय्ताया खँ खः । रजतमहोत्सव हनेगु भवल्य् अग्गजाणी गुरुमांया च्वसु मुना तःगु “सद्धर्म पुष्पमाला” सफू पिधनेगु जिमिगु मनसुवा जुल । वसपोल गुरुमांया इलय् ब्यलय् थी थी पत्र पत्रिकाय् पिहाँवये धुंकूगु च्वसुत मुंका सफू साकार बिइगु ज्या जिमि तःधिकम्ह म्ह्याय् अमिता धाख्वापाखे याःगु जुल । थुगु सफू धर्मजिज्ञासुपित धर्मदान यायेगुकथं प्रचार याये खंगु तःसकं लय्ता ।

मचानिसें धर्मय् श्रद्धा दुम्ह म्ह्याय् भिंंगुदँया युवा अवस्थाय् बर्माय् वनाः प्रब्रज्या ग्रहण यानाः अन हे धर्मया अध्ययन याना धम्माचरिय उत्तीर्ण याना बिज्या:गुया लिसे ध्यान भावना नं अभ्यास याना बिज्या:गु जुल । ध्व भीगु नितिं गौरवया खँ खः । नेपाः लिहाँ बिज्यासेलि अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रय् च्वनाः बुद्धशासनिक ज्याय् उन्नति व प्रगति यायेगु अभिभार कया नेपाःया थेरवाद शासन उज्ज्वल यायेगुपाखे कुतः यानाच्वंगु दु ।

स्थापना कालं निसें बुद्धशासनया ख्यःलय् ध्यान व ज्ञानया न्ह्यलुवा जुया अन्ततः प्रतिवेधया नितिं अग्रसर जुया च्वंगु थुगु ध्यान केन्द्रय् च्वनाः वसपोल अग्गजाणी गुरुमायात बुद्धशासनिक ज्या यायेगु बांलागु वातावरण चूलाःगुलिं थुगु ध्यान केन्द्र व केन्द्रपरिवार एवं कमितिप्रति कृतज्ञता प्रकट याना च्वनागु जुल ।

वसपोल गुरुमांया प्रब्रजित वर्ष २५ दँ या उपलक्ष्यय् सुस्वास्थ्य दीर्घायुया नापं सद्धर्मया ज्याय् सफलतापूर्वक न्ह्यज्यां वने फयेमा धकाः वसपोलयात भिंतुना च्छानागु जुल ।

अन्तस, सफू ब्वनां सद्धर्मयात ध्वीका जीवनय् सुख शान्ति प्राप्त याये फयेमा धकाः मनं तुनागु जुल ।

अष्टरत्न धाख्वा, रत्नदेवी धाख्वा परिवार

मिति : १९३४ थिलाख्व योमरी पुन्ही

२०७० पुष २, नागबहाल, यल

(४)

धर्मप्रीतिया खँ

बुद्धशासनया सिचुगु किचलय् च्वना: जिं प्रव्रजित जीवन हना वयागु दँ बदै यायां २५ दँ दत । परम पूज्य ओवादाचरिय सयादो भदन्त पण्डिताभिवंश महास्थविरया अनुकम्पां प्रव्रजित जीवन हना: वर्माय् भिनिदँ मयाक च्वना: धर्मया अध्ययन याना धम्माचरियथे जागु उच्चशिक्षा प्राप्त याना: सतिपट्टान विपस्सना ध्यान नं अभ्यास याये खंगु थ्व जिगु जीवनया छगू त:धंगु ह्चूपा:कथं उपलब्धि ख: । सद्धर्म जाज्वल्लमानगु वर्मा देशय् धर्मया अध्ययन, अध्यापन व अभ्यास याना वयागु उपलब्धि अनुभवयात थ:गु देया ज्ञातिपिन्त इना बिइद:सा गुलिज्यू धयागु सदइच्छा दुगु सन्देश ज्वना नेपा: लिहाँ वया: । अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रय् च्वना परियति व प्रतिपत्ति शासनिक ज्याय् समर्पित जुया थ:म्हं फूगुचा:गुथे नेपामिपितं धर्म प्रचारया ज्या याये खनाच्वंगु जुल । थ्व नं लय्ताया खँ ख: ।

थौं जित थुगु स्थितिइ ध्यंकेत गुण उपकार याना बिज्या:पिनिप्रति कृतज्ञता प्रकट यायेगु जिं कर्तव्य भा:पिया । विशेषत प्रव्रजित याना धर्मया शिक्षा दीक्षा बिया बिज्या:म्ह ओवादाचरिय सयादो ऊ पण्डिताभिवंश महास्थविर, मचानिसेँ जित धर्मय् श्रद्धा ब्वलंका बिज्या:म्ह न्हापांम्ह गुरु नेपा:या प्रथम संघमहानायक प्रात:स्मरणीय भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरप्रमुख श्रद्धेय भन्तेपिनिप्रति कृतज्ञता प्रकट यानाच्वना । अथेहे प्रव्रजित जीवन हनेत प्रेरणा बिया बिज्या:पिं श्रद्धेय अनागारिका उत्पलवर्णा (चिनी गुरुमां), श्रद्धेय धम्मवती गुरुमां, श्रद्धेय ज्ञाणशीला गुरुमांपिनिप्रति नं कृतज्ञता प्रकट यानाच्वना । वथेँतुं मचानिसेँ इलय् हे सद्धर्मलिसे परिचित याका: भिंगु पुसा पिना बिज्या:पिं मां-बापिप्रति नं कृतज्ञ जुयाच्वना ।

पुण्यस्थल जुयाच्वंगु थुगु ध्यान केन्द्रय् च्वना बुद्धशासनिक ज्या याये खना च्वंगुलिं ध्यान केन्द्रयात जग्गा ब्यूम्ह दाता दिवंगत चन्द्रजाणी गुरुमां (चैत्यमाया उपासिका), ध्यानकेन्द्र निर्माण यायेगुलिइ न्त्यब्बा:म्ह दिवंगत सुमंगल भन्ते, ध्यान केन्द्रया संस्थापक अध्यक्ष लुमंकेबह:म्ह दिवंगत ज्ञानज्योति कंसाकारपिनिगु गुण लुमंकुसे बसपोलपितं निर्वाण कामना यानाच्वना । अथेहे ध्यान केन्द्रया कमितिया सकल परिवारपिंप्रति नं आभार व्यक्त यानागु जुल ।

अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया परिवार व छेया परिवारपिं मिले जुया जिगु प्रव्रजित जीवन २५ दँ दुगु उपलक्ष्यय् रजत महोत्सव हनेगु ग्व:सा ग्व:गु

जुल । रजत महोत्सवया लसताय् ग्यसुलागु छुं ज्याभवः हनेगु खँय् नं छलफल जुल । थी थी ज्याभवःमध्ये जिं इलय् ब्यलय् च्वयाः तयागु, पत्र पत्रिका व विभिन्न संचार माध्यमं पिहाँ वये धुंकूगु लेख रचनात मुनाः सफू पिकायेगु समसामयिक जुइ भाःपिया सफू पिकायेगु खँ ब्वःजित । च्वसुत मुनाः सफू पिकायेत सम्पादन यायेगु ज्या जिमिं तःधिकम्ह तता अमिता धाख्वाजुं जिम्मा काःगु जुल । जिम्मा काःगुकथं उखे थुखे जुयाच्वंगु च्वसुत मुनाः जिं मनं तुनाथें सद्धर्म पुष्पमाला नामं सफू इलय् हे सम्पादन याना पिकाःगु जुल । अथे हे थुगु सफू प्रकाशन यायेगु जिम्मा नं हनेबहःपिं मां-बापिसं कयाः सद्धर्मप्रेमी, धर्मजिज्ञासु व विद्यार्थीपित धर्मदानया रूपय् प्रकाशन याना बिज्याःगु जुल । बसपोलपित साधुवाद नापं सुस्वास्थ्य व दीर्घायु कामना यासे थुगु पुण्य निर्वाणया हेतु जुइमा धकाः आशिका यानागु जुल ।

थुगु सफूतिइ शुभकामना बिया बिज्याःपिं श्रद्धेय अगमहापण्डित डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णि क महास्थविरप्रति कृतज्ञता प्रकट यानाच्वना । अथेहे अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया अध्यक्ष श्री शान्तमान शाक्यसहित केन्द्रया परिवारपित व वीर-पूर्ण पुस्तक संग्रहालयया अध्यक्ष एवं त्रिपिटक अनुवादक, भाषाथुवाः पाजु दुण्डबहादुर बज्राचार्यप्रति नं कृतज्ञता प्रकट यानागु जुल । थःगु अमून्य ई बिया सफूया बारे दुयंगु खँ च्वया बिज्याःगुलिं श्रद्धेय कोण्डन्य भन्तेया प्रति नं कृतज्ञता प्रकट याना च्वना ।

थुगु सफूतिइ दुगु लेखय् विशेष याना शील, समाधि, प्रज्ञा शिक्षायात वृद्धि यायेमाःगु आचरण पक्षया खँयात बः बिया तयागु दु । ध्यान भावनाय् मैत्रीभावना, स्मृतिप्रस्थान भावनाया महत्त्व न्त्यथना तयागु दु । अभिधर्मसम्बन्धी लेखय् अभिधर्मया परिचय, धम्मसङ्गणी, प्रतीत्यसमुत्पाद व पट्टानया बारे नं च्वयातयागु दु । गुलिं लेखत मदयेधुंकूपिनिगु स्मृतिइ च्वयागु दु । गुलिं गुलिं लेखत धर्मदेशनाया आधारय् तयार जूगु खःसा गुलिं धर्मदेशना बियागु आधारय् नं तयार जूगु खः ।

अन्तस, थुगु सद्धर्म पुष्पमाला सफू ब्वनाः पाठकवर्गपिसं सद्धर्म लाभ यानाः थःगु जीवन सार्थक याये फुपिं जुइमा धकाः आशिका याना ।

सद्धर्म चिरस्थायी जुइमा ।

दिं : २०७० पुष ३

अनागारिका अगग्राणी

निर्देशक

अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र

बुद्धनगर, येँ

सम्पादकीय

अनागारिका अगगजाणी गुरुमांया २५ दैया प्रब्रजित जीवन हंगु लसताय थुगु 'सद्धर्म पुष्पमाला' सफू सम्पादन याये दुगु लयताया खँ खः । वसपोल गुरुमां नं बुद्ध जन्मभूमि नेपालय् सद्धर्म प्रचार प्रसार यायेगु उद्देश्यं थी थी इलय् धर्म उपदेश बिद्दगुया नापं विभिन्न उपलक्ष्यय् लेख रचना नं च्वया धर्म प्रचार याना बिज्यानाः च्वंगु जुल । वसपोलं परियत्ति शिक्षा स्यनेकने यायेगुया नापं ध्यान भावनाया क्षेत्रय् नं योगदान बिया बिज्याना च्वंगु लयताया खँ खः ।

वसपोल गुरुमांनं च्वया बिज्यानातःगु, न्वंवानातःगु, विभिन्न पत्र पत्रिका, स्मारिका, स्मृतिग्रन्थय् प्रकाशित लेख रचनात एवं संचार माध्यमं प्रसारण जूगु च्वसुतमध्ये २५पू च्वसुत छथासं मुना सफूकथं पिकयागु जुल । भाषाया पावन्दिइ मच्चंसे थी थी विषयया थुपिं च्वसुतमध्ये नेपाल भाषाया १४ पु च्वसुत, नेपाली भाषाया ७ पु व अंग्रेजी भाषाया ४ पु च्वसुत थुगु सफूतिइ दुथ्याकागु जुल । थुगु सफू बुद्ध, बुद्धधर्म, बौद्ध सभ्यता व ध्यान भावना नाप परिचित जुइकेत उपयोगी जुइगु तायाः । सद्धर्मप्रेमी, धर्मजिज्ञासु व विद्यार्थीपिंत अथेहे सर्वसाधारण विज्ञ पाठकपिंत थःगु ज्ञान गहनकथं, प्रमाणिककथं, आचार्य शिष्य परम्पराकथं धर्मया ज्ञानवृद्धि यायेत सहयोग जुइ ताया, अले विज्ञपिंत नं धर्म व दर्शन सम्बन्धी चिन्तन मननया कमय् तःधंगु ग्वाहाली जू वनी धकाः नं जिं दुनुगलनिसें भापिया ।

अगगमहापण्डित, धम्माचरिय डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविरं थःगु अमूल्य ई बिया थुगु सफूया पाण्डुलिपि अद्योप्रान्त ब्वनाः अनुकम्पा तया शुभमंगल कामना यानाः बिज्याःगुलिं वसपोलप्रति कृतज्ञता प्रकट यानाच्चना । अथेहे थःगु ब्यस्तताय् ई पिकया विशदकथं सफूया महत्त्वबारे साधुवादसहित पताः धयागु च्वसां छाय्पिया बिज्याःगुलिं वसपोल भिक्षु कोण्डण्यप्रति आभार प्रकट यानाच्चना । अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया कमितिया हनेबहःम्ह अध्यक्ष शान्तमान शाक्यजुं शुभकामनाया सन्देश बिया बिज्याःगुलिं वसपोलप्रति आभार च्छाना च्वना ।

वीर-पूर्ण पुस्तक संग्रहालयया अध्यक्ष एवं त्रिपिटक अनुवादक, भाषाथुवाः,

पाजु दुण्डबहादुर बज्जाचार्यजुं थुगु सफूया पाण्डुलिपि च्वनिसें क्वथ्यंक व्वनाः आवश्यक सल्लाह, सुभाक्क बिया सफूया स्वरूप बांलाका बिज्यात । वसपोलं भिंतुनाया सः नं सन्देश बिया बिज्याःगुलिं वसपोलप्रति साधुवाद सहित कृतज्ञ जुया । अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया सल्लाहकार श्री मदन रत्न मानन्धरजुं व्याकरण शुद्ध यायेत ग्वाहाली याना दीगुलिं वयेकयात आपालं साधुवाद बिया च्वना । अथे हे कभर डिजाईन याना ब्यूगुलिं केहें मय्जु सुषमा शाक्ययात यक्व धन्यवाद दु ।

थी थी प्रकाशित पुस्तक, थी थी पत्र पत्रिका व मिडिया मार्फत प्रकाशित प्रसारित प्रचारित च्वसुतय्गु साभारया नितिं सम्पादकजुपिंप्रति कृतज्ञ जुयाच्वना । लिसें स्मारिका, स्मृति ग्रन्थ आदि थासं नं साभार कयागु दु, तसर्थ सम्बन्धित सम्पादक व प्रकाशकपिंत आभार प्रकट याना च्वना ।

च्वसुत कम्प्यूटरय् टाइप याना ग्वाहाली याःम्ह सुचिता शाक्य 'परियत्ति सद्धम पालक उपाधि' अथेहे जित च्वसुत कम्प्यूटरय् टाइप याना, प्रुफ सम्बन्धी ज्याय् ग्वाहाली याःम्ह केहें संगिता धाख्वा 'परियत्ति सद्धम कोविद'यात नं धन्यवाद दु । इलय् प्रेसया ज्या बांलाक सिधय्का ब्यूपिं आइडियल प्रिण्टिङ्ग प्रेसया थुवा दीपक महर्जन व विनोद महर्जनपिंत नं धन्यवाद दु ।

थुगु सफूतिं धर्मया ख्यलय् छुं छुं आयाम तधं तःचकला यायेत ताःलाइ धकाः आशिका याना ।

दिं : २०७० पुष ३

Dhamma.Digital

अमिता धाख्वा

नागबहाः, यल

अनागारिका अगगजाणी गुरुमाया म्हसिइका

अनागारिका अगगजाणी बर्माया नांजाःम्ह ध्यानगुरु ओवादाचरिय सयादो ऊ पण्डिताभिबंस महास्थविरया उपाध्यायत्वय् वि.सं. २०४५ पुष महिनाय् बर्माय् हे प्रव्रज्या ग्रहण यानाः अनागारिका जुया बिज्यात । अनलि ध्यान भावनाया लिसे बुद्धधर्मया गहनरूपं अध्ययन यानाः सन् १९९८ स धम्माचरिय उत्तीर्ण याना बिज्यात । म्यानमार सरकारया धार्मिक मन्त्रालयपाखें सम्मानपूर्वक प्रदान जूगु गौरवनीय उपाधि 'सासनधज धम्माचरिय' प्राप्त यानाः नेपालय् लिहाँ बिज्यासेलि अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, बुद्धनगर, शंखमूलय् च्वनाः परियत्ति व प्रतिपत्ति बुद्धशासनया उन्नति व अभिवृद्धिया नितिं सक्रियरूपं समर्पण याना बिज्याना च्वंम्ह खः ।

जन्म :

वसपोलया जन्म यल, नागबहालय् वि.सं. २०२६ साल आश्विन ७ गते हनेबहःम्ह पिता श्री अष्टरत्न धाखा व ममतामयी मां रत्नदेवी धाखाया न्याम्हम्ह सुपुत्रीया रूपय् जूगु खः । वसपोलया च्याम्ह तता क्येहेपिं मध्ये अमिता, रमिता, सविता व संगिता ततापिं खःसा श्रद्धा, सति व ललिता धाखा क्येहेपिं खः । वसपोलया गृहस्थी नां पुनिता धाखा खः ।

धर्मय् श्रद्धा :

धार्मिक कुलय् जन्म जुया बिज्याःम्ह वसपोल मचानिसें धार्मिक वातावरणय् हुकें जूम्ह जुल । हिरण्यवर्ण महाविहारया शाक्यवंशज बाज्या आनन्दबहादुर धाखा व अजि मिश्रीमाया धाखापिं खामनिसें दण्डवत याना नेपालय् धर्मप्रचार याःबिज्याःम्ह श्रद्धेय क्यान्छ्या लामाया उपदेशं प्रभावित जुयाः जप, पाठ ध्यानय् लगे जुयाः च्वपिं खः । अथे हे स्थविरवादी श्रद्धेय भिक्षुपिं व गुरुमापिंप्रति नं श्रद्धा तयाः धर्मपूर्वक जीवन हनाच्वपिं जुल । पाजुपिंथाय् च्वपिं लुमंकेबहःपिं बाज्या पूर्णबहादुर वज्राचार्य व अजि वीरमाया वज्राचार्यपिं लगायत पाजुपिं पवित्रबहादुर वज्राचार्य, दुण्डबहादुर वज्राचार्य सह परिवारया दुजःपिं, अति हनेबहःम्ह संघमहानायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर, गुरुवर भिक्षु बुद्धघोष महास्थविर, भिक्षु सुमंगल महास्थविरपिनिगु सानिध्यय् सत्संगत याये दुगुलिं धर्मय् क्वातुक श्रद्धा तयाः बुद्धशासनिक ज्याय् आपालं तिबः बिया च्वंगु जुल । इलय् ब्यलय् पाजुपिंथाय् देशविदेशं बिज्याइपिं श्रद्धेय भन्तेपिं, गुरुमापिं अथेहे गृहस्थ पण्डित विद्वानपिं बिज्याइगु जुयाः वसपोलपित दर्शन याये खना च्वंगु जुल । उकिसनं दान, शील, भावना यायेगुलिइ मन वंम्ह, सद्धर्मय् तसकं श्रद्धा दुम्ह मां रत्नदेवीं थः मस्तेत मचानिसें धर्मय् छ्यलेमाः धकाः श्री शाक्यसिंह विहार थैना, यलय् यंका बिज्याइगु खः । ६ दँ ७ दँ दुम्ह पुनिता धाखा थः मानापं सुथ न्हापनं

विहारय वनाः पूज्यपाद तःधिकःम्ह भन्तेया निर्देशनय ध्यान च्वनेगुया नापं उपदेश न्यनेगु याना च्वंगु जुल ।

शिक्षा :

स्कूलया शिक्षा दकले न्हापां आदर्श कन्या निकेतन मा.वि. १ कक्षानिसें ७ कक्षातक, अनं ८ निसें १० तक मदन स्मारक हाइस्कूलय् व्वनाःलि २०४० सालं एस.एल.सी. प्रथम श्रेणी उत्तीर्ण जुयाः जगदम्बापाखें स्वर्ण पदक नं प्राप्त याःगु जुल । अथे हे धार्मिक शिक्षाकथं बौद्ध परियत्ति शिक्षा सद्धम्म पालक उपाधितक छसिकथं अध्ययन नं याःगु जुल । अनलि पाटन संयुक्त कलेजय् व्वनाः आइ.एस्सी. पास यानाः अमृत साइन्स कलेजय् बि.एस्सी प्रथम वर्षतक अध्ययन याःगु जुल ।

प्रब्रजित जीवलय् आकर्षण :

२०४४ सालं अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रय् बर्माया सुप्रसिद्ध ध्यानगुरु सयादो ऊ पण्डिताभिवंश महास्थविरया निर्देशनय् भिंन्यान्हुया ध्यान शिविरस वसपोलं ब्वति काःगु जुल । वसपोल सयादोया उपदेश न्यनाः सतिपट्टान विपस्सना ध्यान नं क्वातुक अभ्यास याःबले दुग्यय्क धर्मय् श्रद्धा उत्पन्न जुल । उबले चूलाके थाकुगु बुद्धशासन चूलानाः दुर्लभगु मनुष्य जीवन लाभ जुया च्वंबले मनुष्य जीवन सार्थक यायेमाल धयागु वसपोलया मनय् क्वातुक थाय् काल । बुद्धशासनयागु सिचुगु किचलय् च्वनाः अनागारिका प्रब्रजित जीवन हनाः धर्मय् गहन अध्ययन व अभ्यास यायेगुपाखे निर्णय यात ।

उगु शिविर सिधयेका भिंन्यान्हु दुखुन्हु श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक महास्थविरं “मस्त, छिपिं बर्मा वने न्त्याःला ?” धकाः न्यना बिज्यात । उबले “ज्यू भन्ते, जिमि वनेगु इच्छा दु” धका लिसः बिइवं, वसपोल भन्ते नं छिपिं मां, बाःपिके अनुमति कयाः कन्हे हे सयादोजीयाथाय् वा” धकाः धया बिज्यागु जुल ।

अनलि, वसपोलं छेय् मां-बापिके अःपुक सहर्षपूर्वक अनागारिका जुइगु अनुमति प्राप्त यात । मां रत्तदेवी श्रद्धेय सुमङ्गल भन्तेनापं तीर्थयात्रा वनावःगु क्रमय् अन बर्माय् जाज्वलमानगु बुद्धशासन खनाः प्रभावित जूगु जुयाः बर्माय् अध्ययन याःवनेगु यःगुलिं अःपुक हे वसपोलयात अनुमति प्राप्त जूगु जुल ।

मां बापिके अनुमति काये धुंका सतिखुन्हु हे ध्यान केन्द्रय् सयादोजीयात नाप लानाः बर्माय् वने मास्तेवःगु खँ प्रार्थना याःबलय् वसपोल लयताया साधुवाद बिया बिज्यात । सयादो नं थी थी कथं न्त्यसः न्यनाः श्रद्धा दुपिं खः मखु परीक्षा कायेथें अन्तर्वार्ता कयाः बिज्यागु जुल । उबले श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक भन्तेनं अनुवाद यानाः खँ थुइकाः बिज्यागु खः । ‘बर्माय् छाया वये मास्ते वःगु ?’, ‘मुख्य उद्देश्य छु दु ?’, ‘नेपासिकं बर्मायागु मौसम तःसकं तान्वः, सहयाये फइला ?’, ‘बर्माय् धार्मिक शिक्षा जक ब्वंकी, लौकिक शिक्षा ब्वंकी मखु’, ‘मां-बौपिसं वचन बिलला ?’

मां बौपिनि नुगः मच्छिं मजूला ?' आदी धुकथं न्यंगु न्ह्यसःया छगू छगू यायां लिसः बाँलाक ब्यूगुलिं सयादोजी लयताया साधुवाद बिया बिज्यात । धुगु सम्बन्धय् वसपोल अगगजाणी गुरुमानं थःगु च्वसु "अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र व जिगु प्रव्रजित जीवन' य् प्रकाश यानाः बिज्यागु दु ।

वसपोल सयादोनं बर्माय् ध्यानकी 'छिमित माःगु नयेगु, पुनेगु, च्वनेगुनिसें कयाः स्यनेकने यायेगु जिम्मा जिं कायेगु जुल, याकनं वयेत कुतः या' धका आज्ञा जुया बिज्यात । उबले थः सहित पासापिसं लयताया सयादोजीया वचनयात शिरोपकार यात ।

बर्माय् प्रस्थान व प्रव्रज्या ग्रहण :

बर्माय् वनेत आःथें अःपु मजू, भिसा कायेत समय लगे जुल । उलिया भित्रय् भाय् सय्केत श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक भन्तेयाथाय् विश्व शान्ति विहारय् वनाः बर्मी भाय् अध्ययन याःगु खः । अनलि दच्छि लिपा २०४५ सालय् वसपोल गुरुमां पासापिं सपना शाक्य व अजन्ता शाक्य नापं बर्माय् बिज्यात । बर्माय् थ्यंकाः विश्व प्रसिद्ध महासी सासन यइता ध्यान केन्द्र यांगुनय् वना प्रमुख ओवादाचरिय सयादो पण्डिताभिवंसयात नाप लानाः वसपोलया निर्देशनय् अन हे प्यलातक लगातार ध्यान च्वंगु जुल ।

ध्यान च्वने धुंका धुगु महासी शासन यइताय् वसपोल परमपूज्य सयादोजीया उपाध्यायत्वय् २०४५ पौष महिनां अनागारिका (शीलवती) प्रव्रज्या ग्रहण यानालि अनागारिका अगगजाणी जुया बिज्यागु जुल । अनलि भाय् नं सय्केगु यानाः अन हे दच्छि च्वनाः बिज्यागु जुल ।

धर्म अध्ययन :

बर्मीज भाषा छुं सयेधुंका धर्मया शिक्षा अध्ययन यायेत गुरुमांपिनिगु विहार मणिरत्न शीलवती विहारय् वसपोलपिं निर्देतक अन च्वनाः अध्ययन याना प्रारम्भिक स्तर (मूला ताँआ) व प्रथम स्तर (अडेताँआ) तक ब्वने धुंका पण्डिताराम स्वदागौ सासन यइताय् च्वना द्वितीय स्तर (अला ताँआ) अनं तृतीय स्तर (अची ताँआ) तक ब्वने धुंका थ्वयां च्वयेया तर्गी धयागु धम्माचरिय खः । शासन हितकारी धयागु संस्थां गुरुमांपिनिगु दधुइ परीक्षा काःबलय् प्रारम्भिक स्तर निसें तृतीय स्तरतकं प्रत्येक वर्षय् प्रथम स्थान कायेत ताःलागु जुल । सरकारी स्तरं नं प्रत्येक वर्षय् थुपिं प्यंगू स्तरया जाँच काःगुली क्षेत्रगतकथं काय्बले वसपोल प्रथम स्थानय् लाःगु जुल । थुपिं परीक्षा पास जुईधुंका धम्माचरिय धयागु तःसकं सम्मानितगु, उच्चस्तरयागु शिक्षा स्वदै ब्वना ई.सं. १९९८ सः धर्माचरिय पास याना बिज्यात ।

शासनधज धम्माचरिय उपाधि विमूषित :

वसपोलयात बर्मेली सरकारया धार्मिक मन्त्रालयपाखें उच्चगु उपाधि 'सासनधज धम्माचरिय' प्रदान या:गु जुल । भीगु देशया लागि तसकं गौरवया खँ जुल । लुमंके बहजू उबले भी नीपालय् थुगु उपाधि प्राप्तपिं श्रद्धेय धम्मवती गुरुमां, श्रद्धेय भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर निम्ह जक दु । नेपालय् स्वम्हम्हकथं अगगजाणी गुरुमां धम्माचरिय उपाधि हासिल याना बिज्यागु जुल । अनं लिपा श्रद्धेय विमलजाणी गुरुमां सहित ४ म्ह हे जक धम्माचरिय पास जूपिं दुगु जुल ।

बुद्धशासनय् योगदान :

धम्माचरिय उत्तीर्ण जुइधुंका बर्माय् च्वना हे प्रतिपत्तिस यक्व समय बिया लिसें बर्माय् च्वपिं गुरुमापिन्त व नेपालं ब्वंवयाच्वपिं गुरुमापिन्त अध्यापन नं याना प्यदँतक बर्माय् च्वना धर्माया सेवा याना बिज्यागु जुल । परमपूज्य ओवादाचरिय सयादो ऊ पण्डिताभिवंस महास्थविरया अनुकम्पां धर्मया सिचुगु किचलय् च्वना परियत्तिं अलग मजूगु प्रतिपति, प्रतिपतिं अलग मजूगु परियत्ति शिक्षा हासिल यायेखंगु वसपोलया जीवनय् छगू तःधंगु उपलब्धि खः ।

नेपा: प्रत्यागमन : ४ दँ लिपा नेपा: लिहाँ बिज्याना: अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रय् च्वना बिज्या:गु जुल । थुगु ध्यान केन्द्रय् च्वना: अन जुइगु थी थी कथंया ध्यान शिविरय् ग्वहालि यायेगु, बर्मिज सयादोपिसं बिया बिज्याइगु उपदेश, ध्यान जाँच आदियात नेपालभाषां अनुवाद यायेगु, इलय् बिलय् स्वयं थःम्हं उपदेश बिइगु, ध्यान स्यनाबिइगु, शनिवारय् बुद्धशिक्षा परियत्ति कक्षाय् विद्यार्थीपिन्त स्यनेकने यायेगुया नापं ध्यान केन्द्रया धार्मिक गतिविधि सुव्यवस्थितरूपं न्ह्याकेत ध्यान केन्द्रया कमिटी नापं सहलह ब्याका: मा:गुतक ग्वहालि याना बिज्यानाच्वंगु जुल । वसपोला गुरुमांयात २०६४ सालनिसें ध्यानकेन्द्रया निर्देशकया रूपय् स्थान ब्यूगु जुल ।

वसपोल गुरुमां ध्यानकेन्द्र बाहेक पिने पिने नं अनुरोध वःगु कथं स्वयं थः बिज्याना: उपदेश कं बिज्यायेगु, ध्यान तःबिज्यायेगु, परियत्ति स्यंबिज्यायेगु याना: धर्मप्रचार याना बिज्यानाच्वन । उलिजक मखु ग्रन्थ अनुवाद, सफू लेखन सम्पादन अथे हे पत्रपत्रिकाय् लेख रचना च्वयेगु आदिनिसें आवश्यक ज्याखँय् सक्रिय रूपं बुद्धशासनिक ज्याय् योगदान बिया वयाच्वंगु जुल ।

त्रिपिटक अनुवादया नापं मे-मेगु धार्मिक सफूत प्रकाशन : बर्मा लिहां वया: आपा मदुवं हे श्रद्धेय सुदर्शन भन्तेनं नेपालभाषां त्रिपिटक अन्तर्गत सुत्तपिटकया सम्पूर्ण खण्ड अनुवाद यायेगु परियोजनाकथं चूलनिद्देस, महानिद्देस, पटिसम्भवा, अपदान मध्ये छता नेपालभाषां अनुवाद यायेत वसपोलयात ज्या ब्वया बिज्या:गु खः । पूज्य सुदर्शन भन्तेया प्रेरणां वथें त्रिपिटक अनुवादक पाजु दुण्डबहादुरया

सल्लाह सुभावा व माःगु ग्वहालि दुगुलिं विमलजाणी गुरुमांनापं मिलेजुयाः चूलनिद्देस धयागु खुद्दक निकायया ग्रन्थ अनुवाद क्वचायेका बिज्यात । थुगु सफू साहु ज्ञानज्योति कंसाकार व लक्ष्मीप्रभा कंसाकारपिं दाता जुयाः वि.सं. २०५८ स प्रकाशन याना दीगु खः ।

वीरपूर्ण पुस्तक संग्रहालयया ग्वसाःकथं सम्पूर्णं त्रिपिटक पालि नेपाल भाषां अनुवाद यायेगु परियोजना वःबले श्रद्धेय भन्तेपिं, गुरुमापिं दुध्याकाः त्रिपिटक ग्रन्थत अनुवाद यायेत 'त्रिपिटक अनुवाद मण्डल' नीस्वंगु जुल । उगु मण्डलय् अगगजाणी गुरुमां नं दुजः जुयाः अभिधर्मया 'धम्मसङ्गणी' ग्रन्थ व खुद्दकनिकायया 'महानिद्देस' ग्रन्थ अनुवाद यायेगु जिम्मा कया बिज्यात । अनुवादया ज्या करिब पूर्वंगु स्थिति दुगु जुल । थुपिं निगुलिं ग्रन्थत प्रकाशनया भ्वल्य लानाच्वंगु दु ।

अथे हे अगगजाणी गुरुमांयापाखें लिखित, सम्पादित सफूत नं प्रकाशन जु जुं वल । उपिं थुकथं दु -

(क) म्यूप्येजी अभिधर्म ग्रन्थ सम्पादन (नेपालभाषा) : थुगु ग्रन्थया अनुवादक दिवंगत श्रद्धेय भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर खः । न्हापांम्ह गुरु जुया बिज्याःम्ह श्रद्धेय भन्तेया दिवंगत लिपा वसपोलं च्वयाबिज्याःगु पाण्डुलिपि मुंकाः प्रकाशन यायेत जिद्दक मूल ग्रन्थ स्वयाः आवश्यकता अनुसार संशोधन, परिमार्जन आदि थम्हं यानाःलि सम्पादन याना बिज्यात । थुगु सफू २०६२ स प्रकाशन जूगु जुल ।

(ख) पपतित सूत्रया व्याख्या (नेपालभाषा) : थुगु सफू वि.सं. २०६७ स अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया रजत महोत्सवया लसताय् प्रकाशन जुयाःलि प्रमुख ओवादाचरिय सयादोया प्रमुख आतिथ्यय् विमोचन जूगु खः । थुगु सफू बाबुकाजि शाक्यं प्रकाशन याना बिज्यागु जुल ।

(ग) पालि शिक्षा र संक्षिप्त व्याकरण (नेपाली भाषा) : अनागारिका अगगजाणी गुरुमां नं च्वया बिज्याःगु थुगु सफू वि.सं. २०६७ सालं प्रकाशन जूगु खः । थुगु सफूया प्रकाशक दिलरत्न शाक्य व विद्या शाक्यपिं खः ।

(घ) विभिन्न पत्रपत्रिकाय् लेख रचनात प्रकाशन : सद्धर्म पुष्पमाला अगगजाणी गुरुमांनं विभिन्न पत्रपत्रिकाय् सफुतिइ च्वंगु लेखत अथेहे एफ.एम. आदिइ न्वंवानातःगु आधारय् तयार याःगु लेख नं मुंकाः अमिता धाखापाखें सफू ज्यानाः सम्पादन यानाः पिदंगु जुल गुगु छिकपिनिगु ल्हातय् दु ।

सम्मान तथा अभिनन्दन :

शासनधज धम्माचरिय धयागु बर्मीज् सरकार धार्मिक मन्त्रालयपाखें प्रदान याःगु उपाधि प्राप्त याःगुया उपलक्ष्यय् अथेहे बुद्धशासनीक ज्याय् योगदान बियाच्वंगु यात कदर यासैं वसपोल गुरुमांयात नेपाःया थी थी संघ, संस्था, विहार आदि थासं अभिनन्दन तथा सम्मान पत्रत प्रदान याःगु जुल । थुपिं संघसंस्था

तथा विहारत थुपिं खः -

१. अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, बुद्धनगर, शंखमूल, वि.सं. २०५७
२. धर्म बहादुर धाखा कल्याणकोष, कृष्ण गल्ली, ल.पु., २०५७
३. श्री शाक्यसिंह विहार, थैना, ल.पु., वि.सं. २०५८
४. बौद्ध महिला संघ नेपाल, बुद्धविहार, काठमाडौं, वि.सं. २०५८
५. धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः, नःघः, वि.सं. २०५८
६. विश्व शान्ति विहार, नयाँ बानेश्वर, वि.सं. २०५८
७. धाखा ल्याय्म्ह पुचः, न्याखल धाखा गुठी, नागबहाल, ल.पु., वि.सं. २०६७
८. हिरण्य वर्ण महाविहार सुधार समिति, वि.सं. २०७०

विश्व शान्ति विहारय् अ. अगगजाणी व अ. विमलजाणी निम्हसित विशेष धर्मपूजाया आयोजना यानाः नं सम्मान याःगु थन लुमके बहःजू ।

संघ संस्थानापां आवद्धः

१. निर्देशक - अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, बुद्धनगर, शंखमूल
२. शिक्षिका - नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा
३. बोर्ड सदस्य - नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा परिषद्
४. बोर्ड सदस्य/शिक्षिका - थेरवाद बुद्धिष्ट एकेडेमी (लुम्बिनी बौद्ध विश्व विद्यालयपाखें सम्बन्धन प्राप्त), विश्व शान्ति विहार
५. सदस्य - त्रिपिटक अनुवाद मण्डल, वीरपूर्ण पुस्तक संग्रहालय, गाःबहाल
६. आजीवन सदस्य - श्री शाक्यसिंह विहार, थैना, ल.पु.
७. आजीवन सदस्य - अमरापुर बुद्ध विहार, बुंगमती, ल.पु.

तालिम/सेमिनार/गोष्ठीस सहभागी :

१. धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीपाखें २०६२ स जूगु 'न्वचुकला' विषय तालिमय् सहभागी ।
२. नेपाल सरकार तथा लुम्बिनी विकास कोषपाखें सन् २००४ स आयोजना जूगु दोस्रो विश्व बौद्ध सम्मेलनय् लुम्बिनी सहभागी ।
४. इण्डोनेसियाया उत्तरी सुमात्राय् सन् २०१० स जूगु अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध सम्मेलनय् सहभागी ।
५. मलेसिया मेत्तानन्द विहारय् सन् २००६ स जूगु गुरुमांपिनिगु दुर्लभ प्रब्रज्या कार्यक्रमय् प्रशिक्षकया रूपय् सहभागी ।

धार्मिक भ्रमण कथं देश विदेश भ्रमण :

थाईलैण्ड, म्यानमार (बर्मा), बंगलादेश, मलेसिया, सिंगापुर, इण्डोनेसिया, चीन, भारत ।

भाषा ज्ञान : नेपालभाषा, नेपाली, बर्मीज, पालि, अंग्रेजी व हिन्दी

विषय सूची

चवसु मुना (नेपालभाषा)

१) भगवान् बुद्धया मनोभावना कथया पूजा	१
२) बुद्ध शासनया च्यागू विशेषता	५
३) गृहस्थ जीवनय माःगु प्यता प्रकारया सुख	८
४) जीवनया दुग्गु सार	१३
५) कर्म व कर्मया फल दुवाला	१७
६) भीगु जीवनय मैत्रीया प्रभाव	२२
७) स्मृतिप्रस्थान भावनाया महत्त्व	२६
८) अभिधर्मः छगू अध्ययन	३३
९) पट्टान	३८
१०) अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र व जिगु प्रव्रजित जीवन	५०
११) भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरया लुमन्ति	५४
१२) धर्मरत्न त्रिशुलीनाप जूगु धर्म छलफलया छगू भलक	५७
१३) पाजु राजभाईया लुमन्ति विपस्सना ज्ञानक्रम : छगू अध्ययन	६२
१४) हिरादेवीया स्मृति : धर्म चैत्य	६५

लेख संग्रह (नेपालीभाषा)

१५) बुद्ध र बुद्ध पूर्णिमा	६९
१६) मानवीय गुण विकासका लागि मैत्री	७३
१७) शमथ भावना	७६
१८) विपश्यना भावना	८२
१९) सुख शान्ति प्रदायक विपश्यना भावना	८६
२०) धम्मसङ्गणी	९०
२१) प्रतीत्यसमुत्पाद	९६

English Article (अंग्रेजी भाषा)

22. Buddha's teaching for Peace & Happiness	१०२
23. Assertion of Truth	१०६
24. Loka dhamma	१०९
25. Pāramī (Perfection)	११३

भगवान् बुद्धयागु मनोभावकथंया पूजा

मनूतयसं थःके दुगु श्रद्धा व्यक्त यानाः भगवान् बुद्धयात विभिन्न प्रकारं पूजा भाव भक्ति याःजुइ । गुलिसिनं नस्वाःनस्वाःवःगु स्वां, धुं, धुपाँय, लः, जाकिं पूजा याइ । गुलिसिनं धर्माचरणद्वारा आचरणं पूजा याइ । पूजा धयागु सत्कार यायेगु, गौरव तयेगु, माने यायेगु, वन्दना यायेगु खः । पूजा आमिष पूजा व धर्म पूजा धका निथी दु । भोजन, नसा, त्वँसा, स्वां, धुं, धुपाँय, लः आदि भौतिकवस्तुद्वारा पूजा यायेगुयात आमिष पूजा धाइ । शील, समाधि व प्रज्ञा आचरणद्वारा पूजा यायेगुयात धर्म पूजा धाइ ।

अप्वःसिनं पूजाया अर्थयात बांलाक यथार्थरूपं मस्युगु कारणं यानाः मूर्तियात लिमलाः फगलाः पूजा यायेगुलिइ जक लगे जुयाः भगवान् बुद्धयागु अनुशासनयात भ्याः भतिचा हे ध्यान मतःपिं नं खने दु । थुकथं जुलधाःसा भगवान् बुद्धयात धात्थे आदर गौरव मान सत्कार तःगु जुइमखु, पूजा याःगु जुइमखु । गुपिं काय्म्याय्पिसं मां-बौपिनिगु आज्ञा पालन मयाः, धाःगु खँ मन्त्यं, इपिं मां-बौपिनिगुप्रति आदर गौरव तःपिं जुइमखु । मां-बौपिन्त आदर गौरव तःपिं काय्म्याय्पिं धयापिं उपिं खः, गुपिसं मां-बौपिनिगु आज्ञा पालन याः, इमिसं धाःगु खँ न्यनाः व्यवहारय् छ्यः । अथे हे भगवान् बुद्धयात आदर गौरव तःपिं धयापिं उपिं खः, गुपिसं भगवान् बुद्धयागु अववाद उपदेशयात न्यनाः, हृदयय् अङ्कित यानाः आचरण याः, व्यवहारय् छ्यः ।

भगवान् बुद्ध महापरिनिर्वाण जुइत्यंगु अवस्थाय् वसपोलयात देव, ब्रह्मा मनुष्यपिसं दिव्यचन्दनचूर्णं, स्वां आकाशं वागायेकाः, धुं धुपाँय च्याकाः थी थी बाजं थानाः अतिहे भन्परूपं धुमधामं पूजा यात । थुकथं पूजा याःगु पहःयात खना बिज्याःबले वसपोलं आयुष्मान् आनन्दयात आज्ञा जुया बिज्यागु खः- “आनन्द ! जि तथागतयात थुलि पूजा याये मात्रं पूजा याःगु मज्जिन । लोकोत्तर धर्म गुंगूयात

अनुकूलगु उत्तम धर्मयात आचरण यायेगुद्वारा पूजा याःसा तिनि सर्वोत्तमगु पूजा याःगु जुइ ।” (महावग्ग पालि)

महावग्ग अर्थकथालय् थुकिया अभिप्राययात थुकथं न्त्यथना तःगु दु - “आनन्द ! जि तथागतं दीपंकर तथागतया पादमूलय् बुद्ध जुइगु भविष्यवाणी प्राप्त यानाः प्यंगू असंख्य व छगू लाख कल्पतक पारमिता धर्म पुरे यानाः बुद्ध जुयागु थुकथं पूजा याःगुयात ग्रहण यायेया नितिं मखु । उकिं थुकथं पूजा याये मात्रं जितः पूजा याःगु जुइमखुनि । गुम्हसिनं जि तथागतं देशना याना तयागु लोकोत्तर धर्म गुंगू लाभया कारण जुयाच्चंगु उत्तम शील, समाधि, प्रज्ञा धर्मयात आचरण यायेगुद्वारा पूजा याइ । उम्हसिनं तिनि सर्वोत्तमगु पूजा याःगु जुइ, परमगु पूजा याःगु जुइ ।”

थनथाय् छगू न्त्यसः तये थाय् दु, गबलें गबलें भगवान् बुद्धं स्वां छपवःचा दान याःगुयात तकनं तसकं प्रशंसा याना बिज्याःगु दुसा आः थुकथं भव्य व विशालरूपं पूजा याःगुयात छाय् प्रतिक्षेप याना बिज्यात, क्वथुना बिज्यात ? धकाः न्त्यसः ब्वलनी । थुकथं याना बिज्याःगुया अभिप्राय भविष्यय् आचरणं पूजा याइगु भिंगु परम्परायात अनुग्रह यायेत, शासन चिरस्थायी जुइगु ज्याय् प्रयत्नशील जुइकेत खः । यदि भगवान् बुद्धं उकथं आमिष पूजा याःगुयात प्रशंसा याना बिज्याःगु जूसा शासनया मूल भारवाहक जुया बिज्याःपिं भिक्षुसंघपिं निसें कयाः सकलें आमिष पूजापाखे जक लगे जुइगु जुइ, अले धात्थें आचरण यायेमाःगु शील, समाधि, प्रज्ञा धर्मपाखें तापाना वनाः अलग्ग लाःवनीगु जुइ । ख नं खः, चीजवस्तु न्त्याक्व दान याःसां, धुं धुपाँय् नं न्त्याक्व पूजा याःसां शासनयात चिरकाल तक स्थिर यायेगु सामर्थ्य दइमखु । शील, समाधि, प्रज्ञा धर्म आचरणद्वारा मार्गफल लाभीपिं स्वात्तु स्वास्वां वृद्धि जुया वःसा जक शासन चिरस्थायी जुयाः स्थिर जुइफइ । उकिं अनागत शासन आकाशय् च्वंगु पूर्णचन्द्र जां थीथें जां थिका तयेया नितिं उद्योग याके बिइ माःस्तिवयाः धर्मपूजायात थुलितकं प्रशंसा यानाः च्वछयाः कना बिज्याःगु जुयाच्चन ।

थुकिं स्पष्ट जू भगवान् बुद्धयागु मनोभावनाकथं पूजा यायेगु धयागु आचरणद्वारा पूजा यायेगु, धर्म पूजा हे खः । थ्व हे खँयात आः उल्लेख याये त्यनागु घटनां भन हे स्पष्ट याना बिइ । भगवान् बुद्ध प्यला लिपा महापरिनिर्वाण जुया बिज्याइन धका स्यूगु बखतय् आपालं भिक्षुपिं शोक परिदेव जुइकाच्चन । गुकथं याये माली धका बिचाः प्वंकाः छलफल यानाः बुद्धयागु लिक्क च्वनाः चिला वने मफयेका च्वन । तिष्य स्थविर छम्ह धाःसा “तथागत परिनिर्वाण जुया बिज्याइन,

जि जुलं आश्रवक्षय मज्जुनि; तथागत परिनिर्वाण मज्जुनिवं आश्रवक्षय जुइकथं उद्योग याये माल” धकाः याकःचा च्वनाः भावना धर्मं जक उद्योग व अभ्यास यानाच्वन । भिक्षुपिसं भगवान् बुद्धयात तिष्य स्थविरं छःपिन्त वास्ता मयाः, च्यूताः मत; स्नेहभाव मप्वंकू धकाः बिन्ति याःबले भगवान् बुद्धं तिष्य स्थविरयात सःतके छ्वयाः वयाके जुक्व फुक्क खं न्यना बिज्यात । भगवान् बुद्धं तिष्य स्थविरयात प्रशंसा यानाः साधुकार बिया बिज्यात । वसपोल तथागतं आज्ञा जुया बिज्याःगु दु - “छिमिसं नं जितः स्नेह यायेगु खःसा तिष्यंथं यायेमाः । जितः गन्ध मालादिं पूजा सत्कार याये मात्रं जितः धात्थं पूजा याःगु जुइमखु । धर्माचरण याःसा तिति जि तथागतयात धात्थं पूजा याःगु जुइ ।”

वसपोल भगवान् बुद्ध महापरिनिर्वाण जुया बिज्याये धुंकल । तर वसपोलं दुःखसियाः स्थापना याना बिज्यागु अववाद उपदेशरूपी शासन थौतकं न्यनाच्वंगु दनी । थुगु बुद्धशासनयात चिरस्थायी याना तयेगु प्रत्येक बौद्धतयगु कर्तव्य खः । मार्गफल ज्ञानलाभीपिं स्वात्तु स्वास्वां वृद्धि जुया वःसा जक शासन चिरस्थायी जुइगु जुयाः उगु ज्ञानत प्राप्त यायेया नितिं कोशिस यायेगु नितान्त आवश्यक जू । यदि भ्ठीके न्हापाया जन्मयागु संस्कार नं दु, ध्यान भावना यायेगुलिइ कुतः नं दु, न्याता प्रकारया अन्तरायय् दुने मलाःपिं नं जूसा थुगु जन्मय् हे मार्गफल ज्ञान अवश्य प्राप्त याना काये फु । न्याता अन्तराय धयागु थुपिं खः -

१) कम्मन्तराय- मातुघातक, पितुघातक, अरहन्तघातक, लोहितुप्पादक, संघभेदक अर्थात् मां, बौ, अरहन्तयात हत्या यायेगु, भगवान् बुद्धया शरीरं हि पिकायेगु, संघभेद यायेगु धयागुयात पञ्चानन्तरिय कर्म धाइ, चलन चल्लीया भाषं थुकियात पंचमहापाप नं धाइ । वथे भिक्षुणीयात मिथ्याचार यायेगुयात नं कम्मन्तराय धाइ ।

२) किलेसन्तराय- क्लेश १०-गू मध्यय् कर्म, कर्मफल मद्दु, कारण मदयेक सत्त्वपिसं स्वतः हे सुख दुःख भोग याइ धयागु द्रंगु गलत धारणा-नियत मिथ्यादृष्टियात किलेसन्तराय धाइ ।

३) विपाकन्तराय- अहेतुक, द्विहेतुक प्रतिसन्धि धयागु विपाक चित्तयात विपाकन्तराय धाइ । हीनगु पुसा जुल धाःसा न्ह्याक्व हे मल जल तःसां फल सयेके मफइथे हीनगु प्रतिसन्धि जुलधाःसा ज्यू ज्यानया पर्वाहतकं मतःसे न्ह्याक्व कुतः याःसां मार्गरूपी फल सयेके फइमखु ।

४) अरियपवादन्तराय- अथे हे हीनगु नीचगु क्वह्यंगु मनं आर्यपुद-

गलयात उपहास, निन्दा, दोषारोपण यायेगु यातधाःसा मार्गफलपाखें तापाइ, थुकियात अरियूपवादन्तराय धाइ ।

५) आणावीतिक्कमन्तराय- भगवान् बुद्धं भिक्षुपिन्त प्रज्ञप्त याना बिज्यानाः तःगु शिक्षापदयात उल्लंघन यायेगुयात आणावीतिक्कमन्तराय धाइ । थ्व भिक्षुपिं लिसे जक सम्बन्ध दुगु अन्तराय खः । थ्व न्यागूमध्यय् छगू मखु छगू अन्तरायय् लात धाःसा नं थःगु ज्यू ज्यानया पर्वाहतकं मतःसे विपश्यना भावनायात न्ह्याक्व हे अभ्यास याःसां थुगु जन्मय् मार्गफल ज्ञान प्राप्त याना कायेगु संभव जुइमखु ।

मार्गफल ज्ञान प्राप्त यायेया निंतिं शील, समाधि, प्रज्ञायात आचरण यायेमाः । शीलाचरणद्वारा शरीर व वचनं उल्लंघन याये फुगु वितिक्कम क्लेश शान्त जुइगु जुयाः भ्नीपिं कोमल, नरम, सभ्य, सुसंस्कृत जुइ दइ । समाधिद्वारा मनय् मनय् गुनगुनय् जुइगु परियुट्टानक्लेश शान्त जुइगु जुयाः भ्नीगु मन यच्चुसे पिच्चुसे च्वनी । मनय् सुला च्वनीगु अनुशय क्लेश प्रज्ञाद्वारा हटे जुयाः भ्नीपिं सामान्य पृथग्जन स्तरं पुलाः विशिष्ट उच्च पवित्र आर्यस्तरय् थहाँ वने दइगु खः । आर्यपुद्गलभावय् थ्यनीगु धयागु विश्वय् दुगु अमूल्य अमूल्यगु लुँ, वहः, हीरा आदि सम्पत्ति दइगुसिकं मूल्यवान्गु खः । उकिं भगवान् बुद्धं आज्ञा दयेका बिज्याःगु दु - फुक्क पृथ्वीयागु राज्य यायेगु स्वयाःनं, वा स्वर्गय् वनेगु स्वयाःनं, वा फुक्क लोकया अधिपति जुइगु स्वयाःनं स्रोतापत्ति फल प्राप्त यायेगु हे उत्तम जू ।

भ्नीसं थःपिन्त दुर्लभगु मनुष्य जन्म प्राप्त जुयाः चूलाके थाकुगु बुद्धशासन चूलाना च्वंबले शील, समाधि, प्रज्ञा धर्म आचरण यानाः मार्गफल ज्ञान प्राप्त याना काये फतधाःसा मनुष्य जन्म नं सार्थक जुइ । भगवान् बुद्धयागु मनोभावनाकथं वसपोलयात शील, समाधि, प्रज्ञा धर्म आचरणद्वारा नं पूजा याःगु जूवनी । थथे जुइवं शासनयात नं चिरस्थायी यायेया निंतिं तःधंगु तिबःजूवनी ।

थःगु जीवनय् सुख शान्ति दयेकाः मनुष्य जीवन सार यायेत, शासन चिरस्थायी यायेत वसपोल तथागतयागु मनोभावनाकथं वसपोलयात सर्वोत्तमगु, परमगु धर्मपूजाद्वारा पूजा भ्नीसं यायेनु ।

“बुद्धसासनं चिरं तिष्ठतु”

(शान्ति वनः वि.सं. २०६०, बु.सं. २५४७)

बुद्धशासनया च्यागू विशेषता

भीसं थःगु जीवनय् सुख शान्ति प्राप्त यायेत बुद्धशासनय् तःधंगु श्रद्धा एवं आस्था तये फयेकेमाः । बुद्धशासन चूलाना च्वनीगु धयागु तसकं दुर्लभ खः । बुद्धशासनया जः दुगुलिं हे थ्व कुशल खः, थ्व अकुशल खः, थ्व याये ज्यू, थ्व याये मज्यू धयागु सियाच्वनी । बुद्धशासनया जः दुगुलिं मभिंगु आचरण याःसा ख्युंथाय् अर्थात् मभिंगु गतिइ वनीगु, भिंगु आचरण याःसा तुयूथाय् अर्थात् भिंगु गतिइ वनीगु बारे नं सियाच्वनी । अकुशल धर्म मयायेगु, कुशल धर्म वृद्धि यायेगु व चित्त परिशुद्ध यानाः सुख शान्तिगु अवस्था निर्वाण प्राप्त यायेगु बुद्धशासनया दुने हे जक दइगु जुयाच्वन ।

आः थन बुद्धशासनया च्यागू विशेषताया बारे न्त्यथनेगु छुं कुतः याये ।

भगवान् बुद्ध वेरञ्जा देशया लिक्क नलेरु धयागु निममाया व्वसं च्वना बिज्याना च्वंबले पहाराद धयाम्ह असुरिन्द भगवान् बुद्धयाथाय् वयाः वसपोलयात “छलपोलया श्रावक शिष्यपिं छाय् छपिनिगु शासनय् न्त्याइपु तायेका च्वनीगु खः ?” धकाः प्रार्थना याःवःबले भगवानं वयात बुद्धशासनयागु च्यागू विशेषतायात महासमुद्रया च्यागू विशेषतालिसे तुलना यानाः आज्ञा दयेका बिज्याःगु खः । थुपिं विशेषता थुकथं खः -

१. छसीकथं तजाः जुइगु

गथे महासमुद्रया सि (किनारां) निसें कयाः छसीकथं छलांगु निलांगु यायां तःजाः जुजुं चय्प्यद्धः योजनतक तःजाः जुया वनाच्वंगु दु । अथे हे बुद्धशासनय् दान, शील आदि पारमीक्रम, अधिशील आदि शिक्षा आचरणया क्रम, भिंस्वंगु धुताङ्ग पालनाया क्रम, स्मृतिप्रस्थान आदि प्रतिपदाया क्रमकथं अरहत्त्वफलतक गम्भीर जुया वनाच्वंगु दु ।

थुकियात स्पष्ट यायेगु कुत याये-

बोधिसत्त्वपिसं सर्वज्ञता ज्ञान प्राप्त यानाः बुद्ध जुइत कमसेकम प्यंगू असंख्य व छगू लाख कल्पतक लिमच्यूसे पारमिता पुरे यायां वनेमाः । उकिं भगवान् बुद्धपिनिगु नितिं प्यंगू असंख्य व छगू लाख कल्पतक शासन आचरण धर्मया क्रमकथं समुद्रया लः तःजाः जुयावनीथें गम्भीर जुजुं वनाच्वंगु जुल ।

प्रत्येकबुद्धपिनिगु नितिं प्रत्येकबुद्धत्वय् थ्यंकेत निगू असंख्य व छगू लाख कल्पतक पारमिता पुरे याये माःगुलिं निगू असंख्य व छगू लाख कल्पतक शासन आचरण धर्म गम्भीर जुजुं वनाच्वंगु जुल । अथे हे अग्रश्रावकपिनिगु नितिं छगू असंख्य व छगू लाख कल्प, महाश्रावकपिनिगु नितिं छगू लाख कल्पतक शासन आचरण धर्म गम्भीर जुजुं वनाच्वंगु जुल ।

२. सि (किनारा)यात पुला मवं

गथे स्थिर जुयाच्वंगु महासमुद्र सि पुलाः मवनिगु खः, अथे हे भगवान् बुद्धया आर्य शिष्यपिसं भगवान् बुद्धं प्रज्ञप्त याना बिज्याना तःगु शिक्षापदयात उल्लंघन याइमखु, पिहाँ वनी मखु । ज्यान पानाः नं शिक्षापदयात रक्षा यानाच्वनी ।

३. घृणित वस्तुयात छ्वावाइ

गथे महासमुद्रं समुद्रया लखय् लानाच्वंगु सीपिनिगु लाश, घृणितगु चीजवस्तुयात छालं दायाः किनाराय् छ्वावाना बिइगु खः, अथे हे बुद्धशासनं नं घृणितगु मल समान दुनें ध्वग्गीम्ह, शील सदाचार मदुम्ह, अश्रमण जुयाः नं श्रमणथें जुयाच्वम्ह, अब्रह्मचारी जुयाः नं ब्रह्मचारीथें जुयाच्वम्ह, अशुद्धमहेसित भिक्षुसंघं पिछ्खवया हइ, बहिष्कार याइ ।

४. छगू हे नां जुइगु

गथे गङ्गा, जमुना, अचिरवती, सरभू, मही महानदीत महासमुद्रय् थ्यनीबले थथःगु नां तना वनाः “महासमुद्र” धयागु छगू जक नां जुइगु खः । अथे हे क्षेत्री, ब्राह्मण, वैश्य, शूद्रत गृहस्थी जीवन त्वःताः बुद्धशासनय् प्रव्रजित जुइबले नां गोत्र त्वःताः “बुद्धपुत्र श्रमण” धयागु छगू जक हे नां जुइ ।

५. घटी बढी मजू

गथे तःधंगु नदी, चीधंगु नदीया लः महासमुद्रय् ऋब्वाःवनीगु खः । वर्षा जूगु लःनं महासमुद्रय् कुतुं वनी । थ्व लखं यानाः महासमुद्रया लः बढे जू धयागु नं दइमखु । नदीया लःबाः मवनीबले वर्षा मजुइबले घटे जू धयागु नं दइमखु । अथे हे बुद्धशासन दुगु इलय् अनुपादिशेष निर्वाण धातुं परिनिर्वाण जुया बिज्याःपिं अरहन्त पुद्गलपिं ल्याःखाये मफयेक यक्व दुसां बुद्धशासन मदुगु इलय् परिनिर्वाण जुया विज्याःपिं मदुसां निर्वाण धयागु शान्ति क्षेत्र बढे जू घटे जू धइगु दइमखु ।

६. यक्व रत्नत दु

गथे महासमुद्रय् मोति, भिंपू, मणि, वैदूर्य, शंख, पत्थर, पवाड, रक्तमणि, स्फटिक धका: थी थीकथंया रत्नत यक्व दयाच्चनी । अथे हे बुद्धशासनय् नं प्यंगू स्मृतिप्रस्थान, प्यंगू सम्यक्प्रधान, प्यंगू ऋद्धिपाद, न्यागू इन्द्रिय, न्यागू बल, न्हेगू बोध्यङ्ग, च्यागू आर्यमार्ग धका थी थीकथंया धर्मरत्नत यक्व दयाच्चनी ।

७. छगू हे रस

गथे महासमुद्रया न्ह्याथाय्सं च्वंगु ल: त्वंसां चियागु रस (चिसवा:)
छगू हे जक दइगु ख: । अथे हे बुद्धयागु शासनय् नं स्वंगू पिटक, चय्प्यद्वल
धर्मस्कन्धयागु विमुक्तिरस (क्लेशं मुक्त जुइगु) धका: छगू हे जक दइगु ख: ।

८. त:धिक:पिनिगु स्थान

गथे महासमुद्रय् तिभि, तिमिङ्गल, तिमिरपिङ्गल धयापिं व्हेल न्यात,
असुर, नाग, गन्धर्वत, योजन सच्छि, निस:, स्वस:, प्यस:, न्यास: त:धिक:गु शरीर
दुपिं सत्त्वपिनिगु वासस्थान जुयाच्चनीगु ख: । अथे हे बुद्धशासनय् नं शील,
समाधि, प्रज्ञागुणं युक्तपिं उत्तमपिं त:धिपिं श्रोतापत्तिमार्गस्थ, श्रोतापत्तिफलस्थ,
सकृदागामिमार्गस्थ, सकृदागामिफलस्थ, अनागामिमार्गस्थ, अनागामिफलस्थ,
अर्हत्त्वमार्गस्थ, अर्हत्त्वफलस्थ – थुपिं च्याथी आर्यपुद्गलपिनिगु स्थान जुया
च्चनीगु ख: ।

गथे महासमुद्र छसीकथं त:जा: जुया वनीगु, सियात पुला मवनीगु,
घृणितगु वस्तु मतइगु, छगू हे नां जूगु, ल: घटिबढि मजूसे उथें जुयाच्चनीगु, थी
थीकथं यक्व रत्नत दइगु, छगू हे रस दइगु, त:धिक:पिनिगु वासस्थान जुइगु –
थुपिं च्यागू विशेषता दुगुलिं महासमुद्रय् असूरत न्ह्याइपुका च्वनीगु ख: । अथे हे
बुद्धशासनय् नं आचरण धर्मत गम्भीर जुजुं वनीगु, शिक्षापदत उल्लंघन मयाइगु,
अशुद्धन्हेसित शासनं पितिना छ्वइगु, शासनय् दुहाँ वयेवं छगू हे नां जुइगु,
निर्वाण क्षेत्र घटिबढि मजूइगु, थी थीकथंया धर्मरत्न दइगु, विमुक्तिरस छगू हे
जक दइगु, त:धिपिं आर्यपुद्गलपिनिगु वासस्थान जुइगु – थुपिं च्यागू विशेषता
दुगुलिं भगवान् बुद्धया श्रावक शिष्यपिं नं बुद्धशासनय् न्ह्याइपुका च्वनीगु ख: ।

थुजागु विशेषतां परिपूर्णगु बहुमूल्यगु बुद्धशासन लोप जुइमला:बले, बिना
वने मला:बले भीसं थुगु शासनया लिधंसा कया: आधार भरोसा दइकथं कोशिस
यायेबह: जू, याये नं मा: ।

(बुद्ध जयन्ती स्मारिका:, स्वांया पुन्ही वि.सं. २०५९, बु.सं. २५४६)

गृहस्थ जीवनय् माःगु प्यता प्रकारया सुख

भगवान् बुद्धं छकः अनाथपिण्डिक महाजनयात सुखी जीवनया नितिं गृहस्थपिसं प्यता प्रकारया सुख (गृही सुख) थःपिके दयेका च्वनेमाः धकाः आज्ञा जुया बिज्याःगु दु । उगु विषयय् अंगुत्तरनिकायया चतुष्क निपातय् च्वंगु आनण्य सूत्रय् उल्लेख जुयाच्चंगु उपदेशया आधारय् थुपिं प्यता प्रकारया सुखयागुबारे थन प्रस्तुत यायेगु मनं तुना :-

गृहस्थपिसं थःपिके दयेका तयेमाःगु प्यता प्रकारया सुखत थुपिं खः-

१. अत्थि सुख (थःके दु धयागु बिचाः यायेबले उत्पन्न जुइगु सुख)
२. भोग सुख (उपभोग, परिभोग यायेबले उत्पन्न जुइगु सुख)
३. अऋण सुख (ऋण मदुगुलिं उत्पन्न जुइगु सुख)
४. अनवज्ज सुख (दोष रहित जूगुलिं उत्पन्न जुइगु सुख)

१. अत्थि सुख : सुं ब्यक्तियाके थःगु ज्ञान बुद्धि छयलाः, मेहनत यानाः, चःति हायेकाः धार्मिकपूर्वक कमेयाःगुकथं सम्पत्ति दया वइ । थुकथं थःगु मेहनतं चःति हायेकाः कमे यानातःगु सम्पत्ति लुमंकाः जिके सम्पत्ति थ्व थ्व दु, थुलि दु धका बिचाः याइबले उम्ह ब्यक्तियात अपार सुख अनुभव जुइ, मन लयल्य् ताइ । उजाःगु सुखयात अत्थि सुख धाइ । धार्मिकपूर्वक, न्यायपूर्वक दुगु सम्पत्तियात बिचाः यानाः जिके छें दु, बुँ दु, जग्गा जमिन दु, लुँ, वहः, हीरा आदि रत्नत दु, उलि दु, थुलि दु धकाः बिचाः याइबलय् मनय् सुख अनुभव जुयाच्चनी, लुदं फुदं जुयाः मन लयताया वइ । सुं ब्यक्तिं थःके अधार्मिकपूर्वक अन्याय अत्याचार यानाः, कतपिन्त नुगलय् स्याकाः, लाक्व पाक्व यानाः कमाई यानाः दयेकातःगु उगु सम्पत्ति लुमंकाः जिके सम्पत्ति दु धकाः मन लयताये फइमखु, आत्मसन्तोष काये

फइमखु, भन् लुमक्व पतिकं मन भयातुया च्वनी, सुख अनुभव याये फइमखु ।

न्ह्याम्ह ब्यक्तिं नं थःगु जीविका चले यायेत छुं नं छुं ज्या लजगाः यायेमाः चाहे ब्यापार हे थजु, सेवाया ज्या हे थजु, विकासया ज्या हे थजु, कृषिकर्म हे थजु, अथे हे ज्यामी ज्याया हे थजु, उगु उगु कथंया ज्या यायेबले धार्मिकपूर्वक, न्यायपूर्वक यानाः थःगु जीविका हनेफत धाःसा सम्यक् आजीविकाकथं जीवन हंगु जुइ । उकथं याये मफत धाःसा मिथ्या आजीविका जुइ । भगवान् बुद्धं ब्यापार यायेबले शस्त्र, अस्त्र, विष, मांश, मद्य (अय्लाः ध्वं आदि लागू पदार्थ) व प्राणीया ब्यापार यायेमज्यू धकाः आज्ञा जुया बिज्याःगु दु । सम्यक् आजीविका हनाच्चिपिं ब्यक्तिपिसं थःके दुगु सम्पत्तिपाखें सुख अनुभव यायेफइ । मिथ्या आजीविका हना च्वपिं ब्यक्तिपिसं थःके दुगु सम्पत्तिपाखें सुख अनुभव यायेफइमखु । गृहस्थपिनि नितिं अत्थि सुख दयेका च्वनेगु सुखकर विषय खः ।

२. भोग सुख : सुं ब्यक्तिं थःगु ज्ञानबुद्धि छ्यचलाः मेहेनत यानाः चःति हायेकाः धार्मिकपूर्वक कमेयानातःगु कथं दुगु सम्पत्तियात उपभोग नं याइ । थःम्हं उगु सम्पत्ति उपभोग याये खनाच्चन, पुण्यादिकर्म नं याये खनाच्चन धकाः मनय् बिचाः याइबले वयात अपार प्रीतिसुख अनुभव जुइ । मन लयल्य् ताइ । उजाःगु सुखयात भोग सुख धाइ । सम्पत्ति दुगुलिं थःगु छेंय् याउँक च्वने खनाच्चन, माःबले माःमाःगु चीजवस्तु उपभोग याये खनाच्चन, थः मं दुथाय् वने च्वने खनाच्चन आदि विभिन्न कथं उपभोग याये खना च्वनीबले सुख अनुभव जुइगु जुयाच्चन ।

थःगु सम्पत्ति थःगु सुखया निम्ति जक मखु ; परिवार, थःथितिपिनि निम्ति नं छ्यचले फत धाःसा, आपत् बिपत् मजुइकथं सम्पत्ति सुरक्षा याये फत धाःसा, ज्ञाति अतिथिपिनिगु हित सुखया निम्ति छ्यचले फत धाःसा अथे हे शीलादिगुणं सम्पन्नपिं श्रमणपिन्त दान बिइगु आदि पुण्यकार्य याये फत धाःसा सम्पत्तियात बांलाक्क सदुपयोग याःगु जुइ, बांलाःगु थासय् सार्थकरूपं छ्यःगु जुइ ।

गुलिसिके सम्पत्ति दयाः नं उगु सम्पत्तियात न थःम्हं हे छ्यचले फयाच्चन न त परिवार, थःथिति इष्टमित्र आदिपिन्त छुं याये फयाच्चन, न त दान धर्म हे याये फयाच्चन, थ्व सम्पत्ति उपभोग याये मदुगु जुल । दसुया लागि बुद्धकालीन इलयया कोसिय महाजनया नमूना काये फु । उम्ह महाजन चयगू कोटि धनसम्पत्ति दुम्ह खः । उम्ह महाजन उगु दुगु धनसम्पत्ति न थःम्हं परिभोग यात न त थः जहान काय् म्हचाय्पिन्त परिभोग याके बिल, न त श्रमण ब्राह्मणपिन्त ब्यूगु जुल । जाबो मन्हि छपा नये मास्तिवःगु खँय् नोकरचाकरतय्त, काय्म्ट्याय्पिन्त, जहानयात तक नं नके माली धका मधाःसे च्वनाच्चन । मन्हि नयेमास्तिवःगु

चाहनां गसि जुजुं वन । जहानम्हेसिनं लिपा कुतुकुलाः न्यबले मन्हि नयेमास्तिवःगु खं कन । जहानम्हसित सुनानं मसीक छँया दकले च्वय् बैगलय् च्वनाः मन्हि छुके बिल । भगवान् बुद्धं महाकरूणा समापत्ति ध्यानं उम्ह नुगःस्याःम्ह महाजनयात खंकाः मौद्गल्यायन महास्थविरयात उम्ह महाजनयाथाय् छ्वरया बिज्यात । मौद्गल्यायन महास्थविर मन्हि छुका च्वंथासय् भूयालं खने दयेक आकाशय् दना बिज्याःगु जुल । महाजनं उकथं च्वना बिज्याःगु खनाः आकाशय् इधूथिधू जूसां मन्हि विइ फइमखु धाल । वसपोल इधूथिधू नं जुल । आकाशय् मुलपतिं थ्याना फयेतूसां, भ्याःया लिक्क दना च्वंवाःसां, छँ छखां कुं थनाब्यूसां मन्हि विइ फइमखु धाल । धाःधाः थे वसपोलं याना बिज्यात । लिपा महाजनं चीपाःचा यानाः मन्हि छपा छुइके ब्यूबले द्वाहालय् तयेसाथ हे तःपा जुयावल । जहानम्हं छूगु चित्त बुभ्ने मजुयाः थःम्हं हे छूबले भन् हे तःपा जुल, विइत हे नुगःस्यात । मन्हि दुगु मध्यय् दकले चीपागु छपा ल्ययाः विइत सनं नं छधी जुयाः धिकां हे प्येपुन । कायल जुयाः दिक्क चायाः छधिकां मन्हि मौद्गल्यायन महास्थविरयात आखिरय् दान यात । वसपोलं महाजनयात उबले दानया महत्त्वबारे उपदेश बिया बिज्याःबले मनय् तसकं श्रद्धा उत्पन्न जुल । लिपा भगवान् बुद्धया उपदेश न्यनाः उम्ह महाजन व जहानम्ह श्रोतापन्न जुल । अबलेनिसें महाजनं थःगु चय्गू कोटि धनसम्पत्ति बुद्धशासनय् छचल । थुकथं धन सम्पत्ति दतं नं परिभोग याये मखंम्ह महाजनं धर्म अवबोध जुइधुंकाः थःगु सम्पत्ति बुद्धशासनया लागि सार्थकरूपं छचःगु जुल ।

आः थौकन्हे नं धन सम्पत्ति दुपिं यक्व दु, तर परिभोग याये मफु । थःपिं ख्युउंसे च्वंगु, कातुकाःगु छँय् च्वनाः, थःगु अधिकारय् दुगु स्वखा प्यखा छँ बालं बियातइपिं दु । बालं नं वःगु ध्यवा नं थःम्हं मछ्चसे तप्यक हे बैक वा सहकारी तयेगु यानाच्वपिं नं दु । लिपा भोग याये मखंके सिनावपिं नं दु ।

दान बिइगु इलय् दातव्य चीज वस्तुइ आसक्त जुयाः नुगः स्यास्यां दान बिलकि जन्म जन्म पतिकं धन सम्पत्ति धाःसा दइ तर भोग सम्पत्ति दइमखु । दातव्य वस्तुइ आसक्त मजूसे नुगः मस्यासे, चक्कंगु नुगलं दान बिलकि जन्म जन्मपतिकं धनसम्पत्ति नं दइ, भोगसम्पत्ति नं दइगु खँ अंगुत्तरनिकायया पञ्चक निपातय् च्वंगु सत्पुरुषदान सूत्रय् उल्लेख यानातःगु दु ।

३. आनण्य सुख : ज्या खँय् कुतः यानाः सम्पत्ति दुम्ह व्यक्ति ऋण दुःख धयागु छुं मदयेक थः ऋणरहित जुयाच्वंगुयात खंकाः मतिइ लुइकूपतिकं प्रीति सौमनस्य सुख जुइगुयात आनण्य सुख धाइ । थःम्हं सुयाके नं छुं भचा हे ऋण कयातयागु मद्दु धकाः मन याउंसे च्वंकाच्वने दइ । ऋणी व्यक्तियात न्त्याबले थःगु

उगु ऋणया कारणं मन भ्यातुका च्वने मालीगु, ऋण पुले मफइबले मानसिक दुःख जुइगु, ऋण धनीसाहुयागु चोटपटक फये मालीगु, नालीश तयेका च्वने मालीगु, दुगु सम्पत्ति नं लिलाम याका: वंचित जुइका च्वने मालीगु आदिकथं यक्व दुःख जुइ । ऋण पुले मफुगुलिं छें जहानपरिवारयात तोता विस्सुं वनीपिं दु । गुलिं आत्महत्या याना: सिनावनीपिं तक नं दु ।

ऋण कया: ज्या यायेबले थःमहं ऋण पुले फइकथं बांलाक ज्या न्हचाका यंकेगु यायेफःसा जक लाभ काये फइ । तर ऋण मपूतले मन भ्यातुया हे च्वनी । उकिं ऋण मदयेका: च्वने फुसा, ऋण मुक्त जूसा हे जक सुख भोग याये दइगु जुयाच्वन ।

४. अनवज्ज सुख : थःमहं शरीर, वचन व मनं याःगु ज्या खँ विचा: निर्दोष जुयाच्वंगु लुमंकुपतिकं उत्पन्न जुइगु मानसिक सुखायात अनवज्ज सुख धाइ । शरीरं याइगु निर्दोषगु ज्या धयागु प्राणी हिंसा मयासे प्राणीपिनि उपरे दया माया तयेगु, मेपिनिगु सम्पत्ति खुया मका:से मेहेनतं कमे यायेगु, परस्त्री परपुरुष गमन मयायेगु खः ।

वचनं ल्हाइगु निर्दोषगु खँ धयागु मखुगु खँ मल्हा:से सत्य खँ ल्हायेगु, परस्परय् मिलेचले जुयाच्वंपिन्त फाया विइगु चुगली खँ मल्हा:से बायाच्वंपिं मिले जुइक, मिलेचले जुयाच्वंपित भन् मिलेचले जुइक खँ ल्हायेगु, ब्वःविइगु, हक्केगु, सरा: विइगु, पा: फयेकेगु आदि कडागु खँ मल्हा:से नाइसे छाइसे यइपुसे च्वंक खँ ल्हायेगु, अर्थ अभिप्राय रहितगु फुसुलुगु खँ मल्हा:से ग्यसुला:गु खँ ल्हायेगु खः ।

मनं याइगु निर्दोषगु विचा: धयागु कतपिनिगु सम्पत्तिइ लोभ मयायेगु, द्वेषभाव मतःसे मैत्रीभाव तयेगु अले मिथ्यादृष्टिं अलग जुया: सम्यक्दृष्टि जुयेगुयात निर्दोषगु विचा: धका: धाइ ।

शरीर, वचन व मनं याइगु ज्या खँ विचा: दोषं युक्तजूम्हसित लोकय् प्यता प्रकारया भय फयेमाले यःगु जुयाच्वन ।

(१) अत्तानुवाद भय - दोषं युक्तमहं व्यक्तिं “थय्थय् याये लात धका: थःत थःमहतुं क्वह्यं तायेका: दोषारोपण याना: मन सुख मदयेका च्वने मालेयःगु जुया च्वन ।”

(२) परानुवाद भय - थुमहं व्यक्ति पापीमहं, मूल्याःमहं खः धका: कतपिसं विशेषतः प्रज्ञावान् सत्पुरुषपिसं निन्दा उपहास याका च्वनेमाले यःगु जुयाच्वन ।

(३) दण्ड भय - कानूनीरूपं गैर कानूनी ज्या याःगु अपराधीकथं दण्ड फयेमाले यःगु जुयाच्वन ।

(४) दुग्गति भय - अपाय दुर्गतिइ पतन जुइमाःगु भय उत्पन्न जुइ । थुकथं शरीर, वचन व मन दोषरहितम्ह ब्यक्तियात थुपिं भयपाखें मुक्त जुयाः मानसिक सुख दइगु जुल । थः निर्दोष जूगु लुमंक्वपतिकं लयल्य् ताइ । मन प्रसन्न प्रफुल्लित जुइ । थुजाःगु सुख धन सम्पत्ति न्त्याक्व दःसानं, भोग सम्पत्ति न्त्याक्व हे दःसा नं प्राप्त याये फइमखु । उकिं भगवान बुद्धं अनवज्ज सुखया न्हयःने मेगु स्वंगू सुखया मू भिखुब्बय् छव्व नं मदु धकाः आज्ञा जुया बिज्याःगु दु ।

थुकथं प्यता प्रकारया सुखयात इलय् ब्यलय् दयेकाथें लुमंका च्वनेफत धाःसा गृहस्थ जीवन सुखमय जुइ । थुपिं प्यंगू मध्यय् दक्वसिबे तःधंगु अनवज्ज सुख दयेकाः जीवन हनेफत धाःसा थुगु लोकय् नं परलोकय् नं सुख शान्ति दइ ।

“सब्बे सत्ता सुखिता भवन्तु”

सकल सत्त्वपिं सुखी जुइमा ।

(बुद्ध जयन्ती स्वर्ण महोत्सव स्मारिका, यशोधरा महाविहार, वैशाख पुन्ही
वि.सं. २०७०, बु.सं. २५५७)

धम्मं चरे सुचरितं, न नं दुच्चरितं चरे ।

धम्मचारी सुखं सेति, अस्मिं लोके परमिह च ॥

सुचरित्र धर्म आचरण या, दुश्चरित्र धर्म आचरण याये मते,
धर्मचारी थुगु लोक व परलोक निथायसनं
सुखपूर्वक च्वं च्वनी ।

- धम्मपद

जीवनया दुग्गं गु सार

ख्व संसारय् पारमी धर्म मगाःपिं, ज्ञान बुद्धि परिपक्व मजूपिं व्यक्तिपिंसं दुग्गं गुयात् दुग्गं गु भाःपाः, ग्यसुमलाः गुयात् ग्यसुलाः गु भाःपाः, सार मखुगुयात् सार भाःपिया च्वनी, धात्थेंगु दुदं गु सारयात् सारकथं थुइके मफया च्वनी । उकिं सारगुपाखें छले जुयाच्च्वनी । भगवान् बुद्धं दुग्गं गु सार धयागु छु छु खः, असार धयागु छु छु खः, अले असारपाखें दुग्गं गु सार पिकायेत् छु छु यायेमाः धयागुया बारे आज्ञा जुया बिज्याः गु दु । थुकियात् भीसं अध्ययन, मनन व चिन्तन यायेफत् धाःसा जीवनय् सार प्राप्त यायेत् तःधंगु तिबः जूवनी ।

दुर्लभगु मनुष्य जन्म लाभ जुया चूलाके थाकूगु बुद्धशासन चूलाना च्वंबले मनुष्य जीवन सार्थक यायेत् भीसं आचरण यायेबहःगु, अनुसरण यायेबहःगु, अनुगमन यायेबहःगु स्वता प्रकारया दुग्गं गु सार दुगु जुयाच्च्वन -

१. दान सार,
२. अभिवादानादि कर्मरूपी सार (शील सार),
३. विपश्यना योग सार

थुपिं सारयात् प्राप्त यायेत् क्वय् उल्लेखित असार जुया च्वंगु स्वंगूयात् दुवाला स्वये माःगु जुयाच्च्वन ।

१. थःगु धनसम्पत्ति
२. थःगु शरीर
३. थःगु जीवन

(१) भौतिक जीवनय् नयेत्, त्वनेत्, च्वनेत्, पुनेत् धन सम्पत्ति मदयेकं मगाः । अथे जूसां नं धन सम्पत्तियात् दुग्गं गु सार धकाः धाये मज्यू । छायाः धाःसा भीके दुगु धन सम्पत्ति लः, मिं, मभिपिं जुजुपिं, खूँ, दाखूँ, मभिपिं काय् म्प्याय् सन्तानपिंसं (अशियारीपिंसं) यानाः विनाश जुइ फु । थुकथं धनसम्पत्तिया न्याता

अब्जजाणी गुकजांया च्वनु । १३

प्रकारया शत्रुतलिसे सम्पर्क वा स्वापू दयाच्चगुलिं धात्थेगु वास्तविक सार मखुगु जुयाः असार धाःगु खः ।

“पञ्चन्नं वेरानं साधारणभावेन असारस्स धनस्स दानं सारो” न्याता प्रकारया शत्रुतलिसे स्वापू दुगुलिं धन सम्पत्ति असार जूसां नं थुगु धन सम्पत्तियात छ्यलाः दान सार पिकाये फइ । दान यानाः दुगु पुण्ययात न्याता प्रकारया शत्रुतयसं विनाश याये फइमखु । थुकिं जन्म जन्मान्तर निर्वाण मथ्यंतले थी थीकथं भिंगु फल बियाच्चनी । दान बिलकि मेपिनि ययेका च्वने दइ, सत्पुरुषपिसं संगत याःवइ, यशकीर्ति फैले जुइ, विभिन्न परिषद् वा सभाय् न्याइपुक दुहाँ वने दइ, मरणं लिपा सुगतिइ जन्म काःवने दइ । उगु जन्मय् रूप वर्ण बांलाइगु, दीर्घायु जुइगु, शारीरिक मानसिक सुख प्राप्त जुइगु, यश परिवार दइगु, थःम्हं धैथें दइगु जुयाच्चन । यदि गृहस्थ जीवन त्वःताः त्यागी जीवन हन धाःसा चीवर, भोजन, विहार, वासः धैगु चतुप्रत्यय यक्व प्राप्त जुइगु जुयाच्चन । थुकथं विभिन्न प्रकारयागु भिंगु फल बिइगु जुयाः दान दुग्यंगु सार खः ।

दान कुशल धर्म मदयेक धन सम्पत्ति पूर्ण जुइकाः सच्छिदं मयाक म्वाना च्वंसां उम्ह व्यक्तिया जन्म फुसुलुगु ख्वला समान सार मदु । दान कुशल धर्म परिपूर्ण जुइकाः मनुष्य जन्मय् छन्हु जक हे म्वानाच्वंसां उम्ह व्यक्तिया जन्म सार जुइ ।

(२) थःगु शरीर नं रोग वेदनात लिसे स्वापू दया च्वंगुलिं थौं स्वस्थ जूथें, फुथें जूसां कन्हे अथे हे जुयाच्चनी धकाः धाये मफु । लासाय् ग्वारातुले माःगु अवस्थाय् तकं थ्यं वने फु । रूप धर्म दया वःगु इलनिसें भीसं रोग घाना वये धुंकूगु थुगु शरीर धैगु रोगया छें खः । उकिं शरीर धैगु विभिन्न प्रकारयागु रोगलिसे स्वापू दुगुलिं असार धाःगु खः ।

बहुरोगसाधारणभावेन असारस्स सरीरस्स सीलवन्तेसु अभिवादनादि कम्मं सारो । विभिन्न रोगलिसे स्वापू दुगु सार मदुगु थुगु शरीरयात छ्यलाः अभिवादनादि कम्मरूपी सारं शील सार पिकाये फइगु जुयाच्चन । शील दुपिं भिक्षुसंघपिं अथे हे मां, बौ, गुरु, आचार्य, वयोवृद्धपिन्त लँस्वः वनेगु, फ्यतुइगु थाय् बिइगु, वन्दना यायेगु इत्यादि यानाः आदर, गौरव व सत्कार सन्मान यायेगु, शासनयागु ज्याय् शुद्ध चेतनां ग्वाहालि बिइगु, पञ्चशील, अष्टशील इत्यादि पालन यायेगु – थुपिं शरीरं याइगु शील कुशल धर्मत खः । थुगु पुण्यं जन्म जन्मान्तर निर्वाण मथ्यंतले भीत थी थी भिंगु फल बियाच्चनी । शीलं सम्पन्नम्ह व्यक्ति प्रमादी मजूसे अप्रमादी जुयाच्चनेगु बानि दुम्ह जूया निंतिं मेपिनिपाखें विश्वास प्राप्तम्ह जुइगुलिं

न्त्यागु लजगाः याःसां फाइदा दइ, आपालं सम्पत्ति संग्रह याये फइ, तसकं शीलवानम्ह, मति भिम्ह, भलादमीम्ह धकाः यश दइ, नां दनी, न्त्यागु परिषद, न्त्यागु सभाय् नं निर्भीक रूपं च्वने दइ, मरणासन्न अवस्थाय् नं बेहोश मजुसे स्मृतिपूर्वक प्रसन्न प्रफुल्लित जुयाः मरण जुइ, मरणं लिपा सुगतिइ वने दइ । उगु जन्मय् नं थःगु शरीर अङ्ग प्रत्यङ्ग परिपूर्ण जुइगु, रूप लावण्य जायाः बांलाइगु, रोग ब्याधि आदि दइमखुगु, दीर्घायु जुइगु, भय अन्तराय खनाः ग्याइ मखुगु आदि प्रतिफलत प्राप्त जुइगु जुयाच्वन । थुकथं विभिन्न प्रकारयागु भिंगु फल बिइफुगु जुयाः शील धयागु दुग्यंगु सार खः ।

शील पालन मजुइक सच्छि दँ मयाक म्वाना च्वंसां उम्ह व्यक्तिया जन्म फुसुलुगु ख्वला समान सार मदु । शीलं परिपूर्ण जुइकाः छन्हु जक हे म्वाना वंसांन उम्ह व्यक्तिया जन्म सार जुइ ।

(३) भीगु जीवन नं अभिधर्मयागु भाषं धायेगु खःसा जीवितिन्द्रिय धैगु परमार्थ नामरूपतय्गु स्वभावअनुसार क्षण क्षणय् उत्पत्ति विनाश जुया दिपाः मदयेक सास्ति याना च्वंगुलिं दुग्यंगु सार दुगु मखुगु जुयाच्वन ।

“अनिच्चाभिभूतभावेन असारस्स जीवितस्स अनिचादिवसेन विपस्सनायोगो सारो ।” भीगु जीवन धयागु नं ध्यानं क्वथीक स्वयेबले क्षण क्षणय् हे उत्पत्ति विनाश जुयाच्वंगु खनेदइ । परमार्थ नामरूपतय्गु स्वभावकथं जीवन धैगु क्षण क्षणय् उत्पत्ति विनाश जुया च्वंगुलिं सार मखुसां नं थुगु उत्पत्ति विनाशपहयात दिपाः मदयेक स्वयाः भाविता यानाः विपश्यना सार पिकाये फु । बुद्धशासन चूलाना च्वंबलय् यथार्थकथं विपश्यना भावनाया अभ्यास यात धाःसा थ्व विपश्यना कुशलं भीके पुण्य संस्कारनं दु धैगु जूसा थुगु जन्मय् हे अपाय दुर्गतिया लुखाद्दाः बन्द यानाः निर्वाण सुखयात साक्षात्कार याये फइगुलिं दुदंगु सार कायेफइ । उकिं विपश्यना ध्यान भावना यायेगु तसकं आवश्यक जू । विपश्यना भावना यातकि भीत यक्व प्रकारया प्रतिफल प्राप्त जुइ । उकी मध्यय् थःगु शरीर व मन शान्त जुइगु जुयाः याउंक सुखं च्वने दइ, आपालं शारीरिक व मानसिक रोग जुइगुलिं बचे जुइका च्वने दइ । रोग हे जुल धाःसां उकिया पाखें दुःख मजुइक च्वने सया वइ, शील सदाचार परिपक्व जुजुं वइ, खँ ल्हाइगु, ज्या याइगु सभ्य व कोमल व्यवहार जुया वइ । वर्तमान स्थितिइ च्वने सःलिसे भूत व भविष्यया कल्पनाय् बोझ कम जुयाः मानसिक तनाव व व्याकुलता कम जुजुं वनी, स्वच्छगु दृढगु मनोभावना वृद्धि जुया वइ । समाधि, स्मरण शक्ति वृद्धि जुया वइ । ज्ञान बुद्धि तीक्ष्ण जुया वइ । मित्रता भाव, सहयोगात्मक भाव, सेवा भावना वृद्धि जुया वइ,

थुगु जन्मय् भिंगु प्रतिफल दुगु ज्या याये खन धकाः सन्तोष व प्रसन्नता दया वइ ।

विपस्सना भावनाया प्रतिफल थ्व छगू जन्मय् जक मखु, जीवन जीवनपर्यन्त तकं सुखद् प्रतिफल, सुख शान्ति बिइ फु । नाम व रूपया उत्पत्ति विनाशयात बांलाक स्पष्टरूपं ज्ञानं मखंकूसे सच्छि दँ पुइक म्वानाः च्वनेगु सिबे बरु नाम व रूपया उत्पत्ति विनाशयात खंकाः छन्हु म्वाना च्वनेगु नं श्रेयकर जू ।

थुकथं असारगु धनसम्पत्तिपाखें दानसार, असारगु शरीरपाखें शीलसार, असारगु थःगु जीवनपाखें भावना सारतय्त थःम्हं दयेका काये फत धाःसा दुर्लभगु मनुष्य जन्म सार जुइ ।

(ज्योति उदय, वि.सं. २०५८, बु.सं. २५४५)

यो च वस्ससतं जीवे, अपस्सं उदयब्बयं ।
एकाहं जीवितं सेय्यो, पस्सतो उदयब्बयं ॥

उदय व्यय (उत्पन्न व विनाश) धर्मयात मखंकूसे
सच्छिदँतक म्वाना च्वनेगुया सिबे
बरु उदयव्यय धर्मयात खंका
छन्हु जक जूसां म्वायेगु हे
उत्तम जू ।

- धम्मपद

कर्म व कर्मया प्रतिफल दुवाला

बुद्धधर्मकथं कर्म व कर्मया प्रतिफलया बारय् कया सही दृष्टि दय्का च्वनेगु अति आवश्यक जू । बुद्धधर्मय् त्रिरत्न व कर्म, कर्मफलयात विश्वास यायेगु धयागु श्रद्धाया तःधंगु स्थान दु । श्रद्धा हे फुक्क कुशल धर्मया आधार खः, जगः खः । कर्म व कर्मया प्रतिफल सम्बन्धी ज्ञानया अभावं यानाः मनूतय्सं थ्व याये त्यः, थ्व याये मत्यः, थुकिया लिच्चः गुकथं वइ धयागु मसिया 'याक्वः पाक्वः' धइथें मखुगु मती तयाः सना जुइगु जुयाच्चन ।

सकल सत्त्वपिनिगु फुक्क ज्याखँत व उकिया परिणामतय्गु विषयय् सिइकेत मन व चेतनायागु स्वभावयात दुवालाः मस्वयेकं थुइके फइमखु । थी थी वातावरण व अवस्थाय् अनेककथं रूप कया क्षणक्षण पतिकं हिलाः, पानाः वना च्वनीगु चित्तया अवस्थायात अध्ययन मनन् भाविता मयायेकं कर्म व कर्मफलयात थुइके फइमखु । थ्व खँय् न्ह्याबलें सचेत जुयाः थुइका च्वनेगु आवश्यक जू । खःला धात्थें धायेगु खःसा कर्मयागु धात्थें मर्म थुइकेगु धयागु ला सर्वज्ञता ज्ञानया परिधी दुनेलागु बुद्धविषय खः । थ्व अचिन्तेय खः, अप्रमेय खः ।

साधारणकथं कर्म धयागु ज्या खः । कर्मयात पालिभाषं कम्म धाइ । 'करीयतीति कम्मं' धयागु विग्रहअनुसार यायेमाःगु जुया कर्म धाइ । अभिधर्मया भाषं चेतनायात कर्म धाइ । चेतनाहं भिक्खवे कम्मं वदामि- "भिक्षुपिं ! चेतनायात जिं कर्म धयाच्चना" धका भगवान बुद्धं आज्ञा जुया बिज्याःगु दु । कर्म भिंगु (कुशल) व मभिंगु (अकुशल) धका निथी दु-

"भिंगु कर्म भिंगु फल विइ, मभिंगु कर्म मभिंगु फल विइ" धका कर्म व कर्मफलयात विश्वास मयात धाःसा "अनन्त शक्ति दुम्ह द्योनं (ईश्वरं) थःगु शक्तिं भिंगु व मभिंगु फल बिया च्वंगु खः । ईश्वरं हे सुख, दुःख भोग याकाः च्वंगु खः" आदि धका अखतं विश्वास याइ । थुकथं विश्वास यानाः च्वन धाःसा मभिंगु नं

यायेत गयाइ मखु । भिंगु यायेगुलिइ तकं लगे जुइ मखु । भिंगु कुशल कर्म मदयाः भिंगु फल सुख प्राप्त मजूसे अकुशल कर्मया फल जुयाच्वंगु दुःखयात जक भोगे याना च्वनेमाली । कर्म व कर्मफलयात विश्वास याये फुपिं जुल धाःसा मभिंगु अकुशल यायेगुलिं लिचिलिइ, भिंगु कुशल वृद्धि यायेगुलिइ लगे जुइ ।

चित्तया वीथिकमकथं कुशलकर्म अकुशलकर्म यायेबलय् व हे अनुसार ७-क्वतक कुशल जवन चित्त वा अकुशल जवन चित्त धका उत्पन्न जुइ । उकिइ मध्ये प्रथम जवन चेतना कर्म द्वितीय जन्मय् प्रतिफल बिइ । बिचय् च्वंगु न्यागू जवन चेतना कर्म तृतीय जन्मनिसें निर्वाण मथ्यंतले फल बिइ । थुकथं कर्मफल बिइगु जुयाः हे थुगु जन्मय् दान यानाः शील पालन यानाः, ज्ञानबुद्धि छ्यलाः मेहनत यानाः धार्मिकपूर्वक जीविका हनाच्वंसा नं गबलें गबलें जीवनय् उन्नति अभिवृद्धि मजूसे दुःखलिसे जक सामना यानाच्वने मालेयः । थुकथं जूगु भिंगु याना मभिंगु प्रतिफल व्यूगु मखु । वर्तमान भिंगु कर्म प्रतिफल मब्यूनिगुलिं व थुलिया भित्रय् अतीत कर्मया फल बिइगु अवसर वयाच्वंगुलि खः । कर्मया नियम मस्यूपिसं 'धर्म याम्हेसिया हे भन् दुःख जू, धर्म याःपित हे पापं पुनाच्वन' आदिकथं धयाः जुइ ।

थुगु जन्मय् दुःशील जुया, कञ्जुसी जुयाः, धर्मयात मल्वयेक ज्या यानाः जीविका हना च्वंसां इमित दुःख मजूसे अवनति मजूसे उन्नति अभिवृद्धि जुया च्वने यः । थुकथं जूगु इमितं मभिंगु याःगुया भिंगु प्रतिफल व्यूगु मखु । वर्तमान कर्म फल मब्यूनिगुलिं व अतीत कुशल कर्मया फल बिइगु अवसर चूलाना च्वंगुलिं खः । मस्यूपिसं 'पाप याम्हेसिया जय जू, आदिकथं धयाः जुइ ।

मनू मनू समान जूसां भिंगु फल मभिंगु फल बिइगु परस्परय् फरक जुइगु सम्बन्धय् भगवान् बुद्ध थाय् थासय् यक्व देशना याना बिज्याना तःगु दु । उकीमध्ये सूत्रपिटकया मज्झिमनिकाय अन्तर्गतगु उपरिपण्णास पाली चूलकम्मविभङ्ग सुत्तय् भगवान् बुद्धं देशना याना बिज्याना तःगुयात न्ह्यथनेगु उपयुक्त जुइ ।

भगवान् बुद्ध जेतवन विहारय् च्वना बिज्याना च्वंबले तोदेय्य ब्राह्मणया काय् शुभ माणवकं भगवान् बुद्धयात प्रश्न निवेदन याःगु खः । थुपिं प्रश्नत क्रमगतकथं थुकथं खः-

- (१) गुलिं मनूतय्गु आयु पति हाकः, गुलिं मनूतय्गु आयु ताःहाक,
- (२) गुलिं अप्वः रोगी, गुलिं निरोगी,
- (३) गुलिं रूपवर्ण बांमला, गुलिं रूपवर्ण बांला,
- (४) गुलिं परिवार आपाः मदुपिं, गुलिं परिवार आपाः दुपिं,

- (५) गुलिं गरिब, गुलिं धनी,
 (६) गुलिं नीच कुलयापिं, गुलिं उच्च कुलयापिं,
 (७) गुलिं प्रज्ञाहीनपिं, गुलिं प्रज्ञावानपिं

थुकथं मनू मनूया रूपय् समान जुयानं छु कारणं यानाः उच्च नीच भेद जुयाच्चंगु खः ? धयागु न्हेज्वः अर्थात् १४-गू प्रश्न निवेदन याःगु जुयाच्चन । उकियात भगवान् बुद्धं थुकथं आज्ञा जुया बिज्यात- “कम्मस्सका माणव सत्ता कम्मदायादा कम्मयोनी कम्मबन्धु कम्मटिसरणा । कम्मं सत्ते विभजति यदिदं हीनप्पणीतताय ।”

अर्थात् “अय् शुभ माणवक ! प्राणीपिनि थम्हं याना तःगु कर्म हे थःगु नीजी सम्पत्ति जुयाच्चन, कर्म हे दायाद (कर्मया अंशभागी) जुयाच्चन, कर्म हे यो नि (जन्म जुइमाःगुया कारण) जुयाच्चन, कर्म हे थःथिति जुयाच्चन, कर्म हे आधार जुयाच्चन । थःपिसं याना तःगु कर्म प्राणीपित उच्च नीच जुइकथं छुटे याइ”

शुभ माणवकं उगु संक्षिप्त देशना स्पष्टरूपं मथूनिगुलिं उकियात विस्तृतं देशना यानाः बिज्यायेया नितिं हानं प्रार्थना याःगु जुया भगवान् बुद्धं विस्तृतं थुकथं कना बिज्याःगु जुल -

(१) आयु पतिहाकः व ताःहाक जुइगुया कारण

थुगु लोकय् गुपिसं चाहे भिसां थजु, मिजं हे थजु । इमिसं प्राणी हिंसा यात धाःसा हिंसा याःम्ह व्यक्ति मरणं लिपा अपाय दुर्गतिइ पतन जुइ । मनू जू वंसां नं आयु पतिहाकः जुइ । थः मृत्यु खना ग्याःथें सकलें मृत्यु खना ग्याः धका थः समान भाःपिया प्राणी हिंसा यायेगुलिं लिचिल वा विरत जुल धाःसा देवलोकय् उत्पन्न जुइ । मनू जू वंसां नं आयु ताःहाक जुइ । परहिंसाया कारणं अल्पायु जुइगु खःसा अहिंसाया कारणं दीर्घ आयु दुम्ह जुइ ।

(२) रोगी व निरोगी जुइगुया कारण

कथिं दाया, शस्त्र-अस्त्रं प्रहार यानाः मेपितं सास्ति याये लात धाःसा अपाय दुर्गतिइ पतन जुइ । मनू जू वःसां नं अप्वः रोगी जुइ यः । थःत सास्ति याइगु मयःथें मेपितं नं यइमखु धका थः समान भाःपिया मेपितं दया, करुणा तथा सास्ति मयात धाःसा देवयोनी उत्पन्न जुइ । मनू जू वःसां नं निरोगी जुइ । पर सास्तिं रोग आपाः जुइगु खःसा, दयां निरोगी जुइ ।

(३) रूप बांमलाइगु व बांलाइगुया कारण

तँ मभिम्ह क्रोधिम्ह जुल धाःसा अपाय दुर्गतिइ पतन जुइ । मनु जू वसां नं रूपवर्ण बाँमलाना कुरूप जुइ । तँ मम्बःसे सहयात धाःसा देवलोक्य उत्पन्न जुइ । मनु जू वःसां नं रूपवर्ण बांलाना सुरूप दुम्ह जुइ । दोष अगिनं कुरूप जुइगु खःसा सह यायेवं सुरूप जुइ ।

(४) परिवार यक्व मदइगु व दइगुया कारण

कतःपिं जियाः भिनाः वःगु स्वये मफइगु नुगः मुइगु ईर्ष्याभाव दत धाःसा अपायय् पतन जुइ । मनु जू वःसां नं परिवार दइमखु । ईर्ष्याभाव मदया कतःपिं जियाः भिनाः वःगु खना मुदिता चित्तं लय्ताइम्ह जुल धाःसा देवलोक्य उत्पन्न जुइ । मनु जू वःसां नं परिवार आपाः दइ । ईर्ष्यां मदु परिवार, लय्तां यशस्वी जुइ ।

(५) गरिब व धनी जुइगुया कारण

स्वयं थःम्हं दान मबिइगु जक मखु मेपिसं बिइगु समेत रोके यात धाःसा अपाय, दुर्गतिइ पतन जुइ । मनु जू वःसां नं सम्पत्ति हीन जुया गरीब जुइ । शुद्ध चेतनां दान बिल धाःसा देवलोक्य उत्पन्न जुइ । मनु जू वसां नं धन-सम्पत्ति यक्व दुम्ह धनी जुइ । कपटं दरिद्र जुइसा, त्यागं धनी जुइ ।

(६) नीच व उच्च जुइगुया कारण

हनाबना आदर गौरव तयेबहःपित्त अभिमानी जुया आदर गौरव मतसे अनादरयाःसे अगौरव यात धाःसा अपाय दुर्गतिइ पतन जुइ । मनु जू वसां नं नीच जुइ । आदर गौरव तयेबहःपित्त कोमल जुया आदर गौरव तल धाःसा देवलोक्य उत्पन्न जुइ । मनु जू वःसां नं उच्चकुलीनम्ह जुइ । अगौरवया कारणं नीच जुइसा, गौरवया कारणं उच्चकुलीन जुइ ।

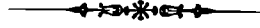
(७) प्रज्ञा मदइगु व दइगुया कारण

कुशल व अकुशल सम्बन्धय् मस्यूगु मन्यंसे च्वन धाःसा मभिंगु मत्यःगु याये ल्हाये लाइगु अकुशल कर्म याना अपायय् कुतुं वनेयः । मनु जू वःसां नं छुं हे मस्यूम्ह ज्ञान मदुम्ह निर्बुद्धिम्ह जुइ । “कुशल धयागु छु, अकुशल धयागु छु, गुगु ज्या दोषं युक्त खः, गुगु ज्या निर्दोष खः, गुगु सेवन याये ज्यू, गुगु ज्या सेवन मयासे अलग्ग जुइमाः । गुजागु ज्या यायेबले ताःकालतक अनर्थ जुया दुःख जुइगु खः, गुगु ज्या यायेबले ताकाःलतक अर्थ सहित जुया सुख जुइगु खः ?” धकान्यन धाःसा मभिंगु, मत्यःगु यायेगुलिं लिचिलाः भिंगु यायेगुलिइ न्थय्बाइगु कारणं

देवलोक्य उत्पन्न जुइ । मनू जू वःसां नं ज्ञान, बुद्धि दया सःस्यूम्ह प्रज्ञावान् जुइ ।

थुकथं शुभ माणवकं निवेदन याःगु न्हेज्वः प्रश्नया लिसलय् भगवान् बुद्धं कनाः बिज्याःगु दुःख जुइकीगु अकुशल कर्म न्हेगू व सुख जुइकीगु कुशल कर्म न्हेगूया खँयात बांलाक थुइकेमाः । थुकथं दुःख जुइकीगु अकुशल कर्म लिचिलाः, विरक्त जुयाः सुख जुइकीगु कुशलकर्म यायेफत धाःसा भीपिं न्ह्याग्गु क्षेत्रय् नं भाग्य दुपिं जुइ दइ ।

(ज्योति उदय, वि.सं. २०६०, बु.सं. २५४७)



थी थी कर्म प्रतिफल

अल्पायु जुइ परहिंसां, अहिंसां दीर्घ आयु जुइ ।
पर सास्तिं रोग आपा, दयां जुइ खः निरोगी नं ॥

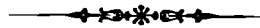
दोष अग्निं कुरूप जुइ, सह यायेवं सुरूप नं ।
ईर्ष्या मदु परिवार, लय्तां यशस्वी जुइ जुल ॥

जुइ दरिद्र कपटं ला, त्यागं धनी जुइ जुल ।
अगौरवं नीच जुइ न्हां, उच्चकुलीन गौरवं ॥

अपरीक्षां ज्ञान पाः जुइ, परीक्षां ज्ञान वृद्धि नं ।
मभिं यायेवं मभिं जुइ स्व, भिं यायेवं नं भिं हानं ॥

यायेमाः सुख दुःख भोग, दयेका भिंमभिं थनं ।

(महास्यविर महाशी सयादो)



भ्रीगु जीवन्तु मैत्रीया प्रभाव

भ्रीगु जीवन्तु सुख शान्तिपूर्वक हनेत मैत्री अति हे आवश्यक जू । मैत्रीया अभावं याना प्रत्येक व्यक्ति, परिवार, समाज, देश वथे विश्वय् परस्पर वैमनस्य, कलह, विवाद, ल्वापुख्यापु जुयाः अशान्ति जुयाच्चंगु दु । थुजाःगु भयावह परिस्थिति शान्त यायेत मैत्रीया तःधंगु भूमिका दयाच्चंगु दु ।

थःत गथे दुःख मयः, सुख यः अथे हे सकल सत्वप्राणीपिंत नं दुःख मयः सुख यः धयागु सिइकाः सकसितं थः समान खंकाः दक्व प्राणीपिनिगु सुखया कामना यायेगु स्नेहभाव (मित्रता भाव) हे मैत्री खः । मैत्री द्वेषया प्रतिपक्ष स्वभाव खः । द्वेष उत्पन्न जुइबले उकिं मनयात पुका बिइ, कडा याइ । कडा स्वभाव दुपिं मेपिं नाप मिले जुया च्वनेफइमखु । मैत्रीं मनयात प्याकाः शीतल याना बिइ । मैत्रीयुक्त व्यक्ति मेपिंनाप मेलमिलाप दयेका च्वनेफइ । अले असन्तोष भाव मदयेकच्वने सइ । सकसितं लय्तायेका हर्षित याना बिइ । निगू चीजवस्तु लस्सादार जुल धाःसा छुटय् यायेमफयेक टाँसे जुइथें, थः व कतः निगूपक्षयाके नं मैत्री दत धाःसा गुबलें कलह, विवाद, वैमनस्य स्वभाव उत्पन्न जुइमखु । मैत्रीयुक्त व्यक्तिपिं परस्परय् मेलमिलाप तयाः छधीछपाय् जुयाच्च्वने फइ ।

अभिधर्म ग्रन्थअनुसार मैत्रीया लक्षण, रस (कृत्य), प्रत्युप्रस्थान (फल), पदस्थान (मूल कारण)यात थुकथं उल्लेख यानातःगु दु – “हिताकारप्पवत्तिलक्खणा मेत्ता” मैत्रीयाके सकसियाप्रति स्नेहभाव ममताभाव तया हित उपकारयात न्दयब्बाकाः उत्पत्ति जुइगु लक्षण दु । मैत्रीयुक्त व्यक्ति थःगु निजी स्वार्थया कारणं गुबलें नं कतपिंत दुःख कष्ट बिइगु, सास्ति यायेगु याइमखु, अले थुजाःगु ज्यायायेगुलिइ मन नं दइमखु ।

“हितूपसंहाररसा” मनं जक हित उपकारया कामना याइगु मखुसे शरीर व वचनं नं हित उपकार जुइगुकथं ज्या यायेगु मैत्रीया कृत्य खः ।

“आघातविनयपच्चुपट्टाना” आघात वैमनस्ययात हटे यानाः शान्त जुडगु थुकिया प्रतिफल खः । “सत्तानं मनापभावदस्सनपदट्टाना” सत्त्वप्राणीपिनिगु बांलाःगु पक्षयात स्वयेगु मैत्री उत्पन्न जुडगु मूल कारण खः । गुलिसिया कायकर्म बांलाइ । वची व मनोकर्म बांमलायेफु । गुलिसिया वचीकर्म र मनोकर्म बांलायेफु । कायकर्म बांमलायेफु । थुकथं जुल धाःसा बांमलाःगु पक्षयात उपेक्षा याना बांलागु पक्षयात जक स्वयेगु यात धाःसा मैत्री उत्पन्न जुया वइ ।

मैत्रीयात कायिक मैत्री, वाचसिक मैत्री व मानसिक मैत्रीकथं स्वथी भागय् ब्वथला तःगु दु । कतपिनि भिं जुइमा, कल्याण जुइमा, सुख जुइमा धका अर्थहितया कामना यानाः शरीरं गुहालि यायेगुयात कायिक मैत्री धाइ । अथे हे, सुखी जुइमा धका अर्थहितया कामना यानाः कतपिंत कर्णप्रिय जुइगुकथं कोमुली वचन ल्हायेगु, बांलाःगु ज्या यायेत प्रेरणा बिइगु, बांमलागु ज्या मयायेत अर्ती उपदेश बिइगु आदि वचनं गुहालि यायेगुयात वाचसिक मैत्री धका धाइ । कतपिनि सदां भिं जुइमा, सुख जुइमा धकाः मननिसें कामना यानाः भाविता यायेगुयात मानसिक मैत्री धाइ ।

थुकथं मैत्री भावनाया अभ्यास यानाः मैत्री युक्त जूपिं व्यक्तिपिन्त ११ प्रकारका आनिशंस प्रतिफल प्राप्त जुइगु बारे मेत्तानिशंस सूत्रय् उल्लेख जुयाच्चंगु दु -

- (१) मैत्री वृद्धि याइम्ह व्यक्तिं शान्त, प्रसन्न, प्रफुल्लित व स्थिर चित्त दुम्ह जुया शान्त व सुखपूर्वक न्त्यःवयेके फइ ।
- (२) छनेगु इलय् शान्त र सुखपूर्वक न्त्यःवयेके फइगुलिं याना शान्त व सुखपूर्वक दनेफइ ।
- (३) चित्त शान्त जुइगुलिं बांमलाःगु व ग्यानापुगु म्हगसय् म्हनीमखु ।
- (४) मैत्री भावना दुम्ह व्यक्तिया शान्त स्वभाव प्रकट जुइगु जुयाः उकिया प्रभावं वयात मनूतय्सं स्नेह याइ ।
- (५) मैत्रीया प्रभावं अमनुष्यपिसं समेतं ययेका च्वनेदइ ।
- (६) मैत्रीयुक्त व्यक्तियात विष, शस्त्र, अस्त्रं थिइफइमखु ।
- (७) मैत्रीयुक्त व्यक्तियात देवतापिसं नं रक्षा याइ ।
- (८) मैत्रीयुक्त व्यक्तिया ख्वाः यच्चुसे पिच्चुसे च्वनाः तेज व फुर्ति दइ ।
- (९) मैत्री दुम्ह व्यक्तिया चित्त शुद्ध, स्वच्छ जुइगुलिं अपुक याकनं एकाग्र जुइ ।

- (१०) मैत्री दुम्ह व्यक्तिया मरण होशपूर्वक जुइ । आपालं मनूत मरणासन्न अवस्थाय चित्त विचलित जुयाः छटपटे जुइ । तर मैत्रीयुक्त व्यक्तिया चित्त शान्त जुइगु जुयाः स्मृतिपूर्वक मरण जुइ ।
- (११) मैत्री भावना यानाः ध्यान प्राप्त जूम्ह व्यक्ति घना दना वयेथें ब्रह्मलोकय उत्पन्न जुइ ।

मैत्रीयागु प्रभावयावारे छुं कथात्मक प्रसंग उल्लेख यायेगु उपयुक्त जुइ ।

देवदत्तं अजातशत्रुनाप मिलेजुयाः भगवान् बुद्धयात स्यायेत अय्लखं मस्त जूम्ह प्रचण्ड, भयंकर व जंगली स्वभावम्ह नालागिरी नामक किसि छ्वयाहल । गुलि गुलि किसि न्ह्योने लिक्क बल, आनन्द स्थविरं थःगु ज्यानया पर्वाह मयासे भगवान् बुद्धयात बचेयायेत धका वसपोलया न्ह्योने पटक पटक दना बिज्यात । तर भगवान् बुद्ध थःत छुं नं जुइमखु धका विश्वास ब्याकल । भयंकर नालागिरी किसि बुद्धया लिक्क थ्यंबले शान्त जुयाः सादरपूर्वक क्वछुना फयेतुत । थुकथं प्रचण्ड स्वभाव दुम्ह किसियात विना दण्ड, विना शस्त्र दमन याये फुगु, क्रोध स्वभाव दुम्ह भयानक आलवक राक्षसयात दमन याये फुगु वस्पोल तथागतयाके दुगु असीम मैत्रीया प्रभावं याना खः । थ्व हे मैत्रीया प्रभावं सकसितं जयमङ्गल जुइमा धका परित्राण सूत्रया जयमङ्गल गाथा पाठ यायेगु बौद्धिपिनि चलन दु ।

अथे हे दृष्टिभ्रमय लाःपिं पञ्चवर्गीयपिन्त उपदेश बिइत बिज्याबले भगवान् बुद्धयात तापाकनिसें खना इमिसं खँल्हाबल्हा यात - तपं भ्रष्ट जूम्ह श्रमण गौतम थन वयाच्चन, वयात भीसं स्वागत, सत्कार एवं अभिवादन आदि यायेमखु । थुकथं निर्णय यानाच्चपिं पञ्चवर्गीयपिनि न्ह्यःने लिक्क गुबले तथागत थ्यंकः बिज्यात, अबले थः थःगु कबुल्य इपिं अडिग जुइ मफुत । तथागतया सत्कार यायेत लगेजुल, पात्र कया बिल, तुति सिलेत लः ठीक यानाबिल । थथःगु वचनय अडिग जुइ मफुगु खनाः इपिं स्वयं छक्क जुल । थ्व खः तथागतयाके दुगु मैत्रीया प्रभाव ।

क्रोध व ईर्ष्या कां जूम्ह सिरिमां उत्तरायात कराईलय् दायेका तःगु चिकं धवतं तुया छ्योने लुनाः बिल । उगु बखतय उत्तरां मैत्री भावनाया आधार काःगु जुयाः उकिया प्रभावं चुईं चुईं पूगु चिकनं पुइगु ला गन गन भन् लखं लुना व्युथें सिचुसे च्वनावन । श्यामावती महारानीया मैत्रीया प्रभावं याना उदेन जुजुं कयेकूगु वाणं थिइ मफुत । जुजुयाथाय हे वाण लिहाँ वन । थ्व खः - मैत्रीया प्रभाव.....

बोधिसत्त्व चरित्र अध्ययन यायेबले भीसं वसपोलयाके दुगु मैत्रीया प्रभाव खंके फइ । बोधिसत्त्व सुवर्णसामं धया विज्यात “न जि सुं खना ग्याः । न जि खना सुं ग्याः । मैत्री बलया आधारय् जि ध्व जंगलय् आनन्दं च्वनाच्वनागु दु ।”

नयेपित्याःमह मृग शावकयात धुं दुरु त्वंकगु, निभाःया तापं छट्पटे जूम्ह सर्पयात म्हेखां थःगु पापु फिजे याना शीतल याना ब्यूगु, उपद्रवमह छुंयात सर्प थःगु शरीरय् गोतुका च्वंगु आदि उपमात चरितार्थ यायेगु ज्या मैत्री भावनाया प्रभावं जक सम्भव जू ।

दीर्घायु जातकं भीत लुमंका बियाच्वंगु दु “शत्रुता अथवा वैरभावयात ताःहाक यायेमते, मित्रता अथवा मैत्रीभावयात चीहाकः यायेमते ।”

“वैरभावं वैरभाव गुबलें हे शान्त जुइमखु । अवैरभावं अथवा मैत्रीभावं जक वैरभाव शान्त जुइ । ध्व हे न्हापानिसें चले जुयाच्वंगु सनातन धर्म खः ।” धयागु बुद्ध वाणी भीसं थुइके माःगु दु ।

मैत्रीयुक्त कायकर्म, वचीकर्म, मनोकर्म गुलि गुलि प्रयोग याये फइ उलि उलि हे भीके दुगु संकीर्णता, स्वार्थान्धता, अहंभाव, आघात, रिस, क्रोध आदि मानसिक विकारत हटे जुइ । शान्तिं थाय् कया हइ । थुजागु मैत्रीया प्रयोग व अभ्यास याये फुसा जक प्रत्येक व्यक्ति, परिवार, समाज, संघसंस्था, राष्ट्र व विश्वय् शान्ति कायम यायेत तःधंगु बल मिले जुइ ।

सकल सत्त्वपिं सुखी जुइमा ।

(धर्म चक्षुः ल्हुति पुन्हीः वि.सं. २०६०)

—*—

न हि वेरेन वेरानि, सम्मन्तीध कुदाचनं ।
अवेरेन च सम्मन्ति, एस धम्मो सनन्तनो ॥

वैरभावं वैर गुबलें शान्त जुइमखु,
अवैरभावं (मैत्रीभावं) जक हे वैर शान्त जुइ ।
ध्व हे न्हापानिसें न्त्याना वयाच्वंगु सनातन धर्म खः ।

- धम्मपद

—*—

स्मृतिप्रस्थान भावनाया महत्त्व

प्रत्येक व्यक्तिं सुख शान्तिया चाहना यानाचवनी । सुख शान्तियागु चाहना याःसां नं वास्तविककथं सुख शान्ति दइगु सही लँपुइ पलाः छिइ मसःगु कारणं यानाः भन् दुःख व अशान्ति हे भोगे याये मालाच्वंगु दइ । धात्थें सुख शान्ति प्राप्त याना कायेगु खः धयागु जूसा भीसं थःगु मनयात शमन याये सयेकेमाः, दमन याये फयेकेमाः । भीगु मन तसकं हे चञ्चल जुया च्वंगु दु, स्थिर मजू । थजागु चञ्चल मनयात एकाग्र यायेगु, स्थिर यायेगु, थःगु वशय् तयेगु एवं चित्त शुद्ध यायेगु प्रक्रियायात हे भावना धका धाइ । भावना आध्यात्मिक सुख शान्तिया निंतिं याइगु छगू साधना खः । वास्तविक सुख शान्ति धयागु आन्तरिक शान्ति खः । गुगु चित्तया निर्मलता व शुद्धताय् दु । गबले तक भीगु मनय् इच्छा आसक्ति, लोभ, तँ पिहाँ वइगु द्वेष, नुगः मुइगु ईर्ष्या, कपटी स्वभाव मात्सर्य इत्यादि बांमलागु प्रवृत्ति दयाचवनी, अबलेतक सुख शान्तियागु चाहना याःसां वास्तविककथं सुख शान्तिया अनुभव याये फइमखु । भीसं गुगु सुख धकाः सम्भे जुयाचवनागु खः, उगु भौतिक सुख क्षणिक मात्र खः । मृगतृष्णार्थे उकिं तृप्ति जुइ फइमखु । चिलः त्वनेबले प्याचाः तनी मखुथें, उकिं सन्तोष जुइ फइमखु । अप्वः यानाः मनूत थ्व याना सुख जुइलाकि व यानाः सुख जुइ धकाः छगू धुंकाः मेगु, मेगु धुंका मेगु बाह्य सुख माला जुयाचवनी । गथेकि कस्तुरी मृगं कस्तुरीयागु बास गन दु धका उखे थुखे ब्वाँय् ब्वाँय् जुया मालाःजुयाःचवनी । वास्तवय् कस्तुरी ला थःगु हे प्वाथय् दुने दु । ठीक अथे हे मनूतय्सं नं थःगु मनय् दइगु सुखयात बेवास्ता यानाः वाह्य सुखयात मालाचवनी । वास्तविक सुख धयागु पिनेयागु भौतिक चीजवस्तुं प्राप्त जुइगु मखु, थःगु परिशुद्धगु मनय्दुने दइगु जुयाचवन । अज्याःगु सुखशान्ति भीसं प्राप्त याना कायेया निंतिं थःत थम्हं स्वये फयेकेमाः । थःत थम्हं म्हसिइके फयेकेमाः । थःत थम्हं म्हसिइके फुसा जक थःके दुने दयाच्वंगु सुख शान्तिया अनुभव यायेफइ ।

थःगु शरीर व मनयात स्मृतिपूर्वक स्वयाः अवलोकन यानाः थःम्हं थःत म्हसिइकेगु प्रयास हे विपश्यना भावना खः ।

“अनिच्चादिवसेन विविधेन आकारेण पस्सतीति विपस्सना” धयागु परिभाषा अनुसार नाम (मानसिक पक्ष) व रूप (भौतिक पक्ष) यात अनित्य इत्यादि विविध आकारं स्मृतिपूर्वक सजग जुयाः थःगु शरीर व मनयागु यथार्थ स्वभावयात गुकथं दुगु खः उकथं हे खनीगुकथं, सिङ्गुकथं, भाविता यायेगुयात विपश्यना भावना धका धाइ । उकथं भाविता याइबले क्वातुगु स्मृतियात लिक्कसं तयाः भाविता याइगु जूया नितिं थुकियात हे स्मृतिप्रस्थान भावना धकाः नं धाइगु जुल । स्मृतिप्रस्थान धयागु प्यथी प्रकारया दयाच्चंगु दु । शारीरिक क्रियाकलाप लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकेगु कायानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान खः । अथे हे शरीरय् उत्पन्न जुइगु सुख, दुःख इत्यादि अनुभव याइगु वेदनात लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकेगु वेदानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान खः । मनय् लुया वइगु विचार, कल्पना इत्यादि लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकेगु चित्तानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान खःसा खनीगु, ताइगु इत्यादि स्वभावत लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकेगु धम्मानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान खः ।

भगवान् बुद्धं महास्मृतिप्रस्थान सूत्रय् आज्ञा जुया बिज्याःगु दु - “एकायनो अयं भिक्खवे मग्गो, सत्तानं विसुद्धिया, सोकपरिदेवानं समतिक्कमाय, दुक्ख दोमनस्सानं अत्थङ्गमाय, ज्ञायस्स अधिगमाय, निब्बानस्स सच्छिकिरियाय; यदिदं चत्तारो सतिपट्टाना” धकाः धर्म घोषणा याना बिज्यानातःगु दु । भिक्षुपिं ! प्यंगू स्मृतिप्रस्थान धयागु आचरण मार्ग सत्त्वप्राणीपिनिगु मन क्लेश मलं मुक्त जुयाः शुद्ध यायेया नितिं; शोक जुइगु, नुगः पुइगु, ख्वयेगु, हालेगु धयागु परिदेवयात पुलाः वनेया नितिं, शारीरिक दुःख, मानसिक दुःखयात मदयेका छ्वयेया नितिं, आर्यमार्गज्ञान प्राप्त यायेया नितिं, निर्वाणयात साक्षात्कार यायेया नितिं स्मृतिप्रस्थान हे जक छगू आचरण मार्ग दु धकाः भगवान् बुद्धं आज्ञा दयेका बिज्याःगु दु अथवा स्मृतिप्रस्थान आचरणमार्ग अनुसार पुलाः छिना वन धयागु जूसा सत्त्वप्राणीपिनिगु मन क्लेश मलं मुक्त जुयाः शुद्ध जुइ । शोक जुइगु, नुगः पुइगु, ख्वयेगु, हालेगु धयागु परिदेवयात नं पुलावने फइ । अथे हे शारीरिक दुःख, मानसिक दुःखयात नं मदयेका छ्वये फइ । उलि जक मखु, आर्यमार्ग ज्ञानयात नं प्राप्त याना काये फइ । दक्व दुःखं मुक्त जुयाच्चंगु परम शान्तिगु निर्वाणयात नं साक्षात्कार याना काये फइगु प्रतिफलयात भगवान् बुद्धं स्मृतिप्रस्थान सूत्रय्

दृढरूपं आज्ञा दयेका विज्याःगु जुल । अथे जूगुया नितिं थ्व स्मृतिप्रस्थान धयागु तसकं हे महत्त्वं जाया च्वंगु, यक्वः प्रतिफलं युक्तगु ज्या खः ।

छु नं ज्या महत्त्वपूर्णं जुइया नितिं उकी प्यंगू अङ्गं परिपूर्णं जुइमाः । थुपिं खः -

- (१) मयासें मगाःगु, याये हे माःगु,
- (२) मेपिसं यानां मज्यूगु, स्वयं थःम्हं हे यायेमाःगु,
- (३) इलय् हे यायेमाःगु
- (४) व ज्या यानाः उकिं यक्व प्रतिफल दयेमाःगु ।

थुजाःगु ज्यायात महत्त्वपूर्णगु ज्या धका धाइ । दसुया नितिं सत्त्वप्राणीपिनिगु लागि जूसा नयेगु ज्या नं महत्त्वपूर्णगु हे खः । तर भी न्हिया न्हिथं नया च्वनागु जुयाः थ्व ज्या सामान्य धका सम्भे जुयाच्चनी । नयेगु नं मनसें मगाः, भी जीवित जुया च्वनेत, म्वानाः च्वनेत नये हे माः । तागत दयेकेत नं भीसं मनसें मगाः, नये हे माः । अले व नयेगु धयागु नं स्वयं थम्हं हे नयेमाः, थःगु सत्ता कतपिसं नया बियां मिलेमजू । सुनां नल, वया प्वाः जाइ । अले थ्व नयेगु धयागु नं इलय् हे नयेमाः । ईब्यः मदयेक नल धाःसा थी थीकथंया ल्वचं कयेफु । अले थ्व नयेगुपाखें यानाः भीत यक्व यक्व प्रतिफलत प्राप्त जुइ । गथेकि भीगु आयु ताःहाकः जुइगु, रूप वर्ण बांलाइगु, शारीरिक सुख दइगु, बलशक्ति दइगु इत्यादि यक्व प्रतिफल दइगु जूया नितिं थ्व नयेगु धयागु नं छगू धात्थें महत्त्वपूर्णगु ज्या खः ।

अथे हे थ्व स्मृतिप्रस्थान ध्यान भावना अभ्यास यायेगु धयागु नं तःसकं हे महत्त्वपूर्णगु ज्या खः । शरीर बल्लाकेत धकाः भीसं स्वच्छाः, प्यच्छाः नयेगु यानाच्चनी तर मन बल्लाकीगुया नितिं धाःसा छखे लानाच्चनेयः । उकिं मन बलाकेगु खः धयागु जूसा बुद्धपूजा यानाः नं मन बल्लाके फु । अथे हे जप यायेगु, परित्राण पाठ यायेगु नं मन बल्लाइगु खः । थुपिसिकं नं अप्चः मन बल्लाकेत मयासें हे मगाःगु स्मृतिप्रस्थान ध्यान भावना अभ्यास खः । भीसं खाना नयेबले नं गुलिं खानाय् यक्व तागत दयाच्चनी, गुलिं खानाय् कम तागत दयाच्चनी । अथे हे ध्यान भावना अभ्यास यायेगु धयागु नं यक्व पौष्टिक तत्व दुगु नसा नयेथें खः । अथे जुयाः ध्यान यायेगुलिं हे धर्म ओज प्राप्त जुइ धयातःगु दु । थ्व शरीर व मनय्, शरीर बल्लाइगु मुख्यला ? मन मुख्यला ? व विचाः याना स्वये बहःजू । खः ला निगुलिं बल्लाकेमाः । तर उकीमध्ये मन बल्लाकेगु दकले महत्त्वपूर्णं जू । उदाहरणया नितिं धात्थें जुयावंगु छगू घटना न्ह्यथनेबहः जू । नवलपरासिइ छम्ह किसानया वा बाली दुतहःगु जुयाच्चन । उकथं बाली दुतिनाच्चंबले छम्ह कीनं

वयात काताक्क न्यात । न्याःबले बाली दुक्कयाच्चंगु ई जुयानितिं लिमलाःगुलिं वास्ता मयासे च्वन । अले निदं लिपा थःगु छँया पलिइ वाः ज्वःगु कारणं याना छत फेरे यायेमाल धका व छत लिकनां च्वंबले वं अन गौमन सर्प छम्ह खंगु जुयाच्चन । अले उम्ह गौमन सर्प खंबले वया मतिइ वल “निदं न्त्यः जित काताक्क धायेक कीचां न्याःगु, सु धका जिं मस्वयाः, पक्का हे जितः थ्व गौमन सर्प हे न्याःगु जुइमाः” धका वं मनय् जक छु तल, छकलं वयागु म्ह छम्हं हे वँच्चुसे च्वनावल । अले व अन हे ठहरै मन्त । उकिं थ्व शरीर व मनमध्ये मन हे मुख्य खः । थुजाःगु मनयात भीसं बल्लाका तयेया नितिं ध्यान भावना अभ्यास यायेगु अत्यन्त आवश्यक जू ।

ध्यान भावना अभ्यास यायेगु धयागु ज्या स्वयं थःम्हं हे यायेमाः, थःगु पलेसा मेपिसं याना बिइ धयां मज्यू । सुनां ध्यान भावना अभ्यास यात वयागु हे जक मन शुद्ध जुइ । अले थ्व ध्यान यायेगु धयागु नं इलय् हे यायेमाः । यक्व वैश वने धुंकाः, ल्वचं कयेधुंकाः ध्यान भावना अभ्यास याये धका धयां याये फइ मखु । यायेत तःसकं हे थाकुइ । अथे जूया नितिं वैश नं दुबले, स्वास्थ्यं नं ब्यूबले, इलय् हे ध्यान भावना अभ्यास यायेफयेकेमाः । ध्यान भावना अभ्यास याःसा भीत यक्व यक्व प्रतिफल प्राप्त जुइ । ध्यान भावना यानागुया च्वये उल्लेख यानागु प्रतिफलया नापनापं मेगु नं भीगु व्यावहारिक जीवनय् अन्य प्रतिफल बिइगु जुयाच्चन –गथेकि स्मरणशक्ति बल्लाइगु जुल । ध्यान भावना अभ्यास यायेबले क्षण क्षण पत्तिकं स्मृति दयेका च्वनेमाःगु जुयाः लुमंकेगु बानि दये धुंकीगुलिं उम्ह व्यक्तियाके स्मरणशक्ति बलाइगु जुयाच्चन । स्वभाविककथं भी मनुतय् वैश वलिसे (५० वर्ष नाघे जुलकि) हे बिस्तारं लुमंकेगु क्षमता घटे जुयावनी । तर अथे खःसां नं ध्यान भावना अभ्यास यानाच्चं पिं जुल धाःसा काचाक्क ल्वःमनी मखु । अले उलि जक मखु समाधि शक्ति (चित्तयात एकाग्र याये फइगु शक्ति) नं बलाइगु जुयाच्चन । भीगु मन धयागु तःसकं चञ्चल, उकिं मनयात माकःलिसे नं तुलना यानातःगु दु । छायले धायेबलय् थ्व मन धयागु पलख हे सुंक च्वनीमखु । मनोबैज्ञानिकतय्गु धापूकथं मनुतय्के न्हिथं पीढःनिसं ख्वीढःतक बिचार उत्पन्न जू । वास्तवय् थुलिं नं मयाः । भी मनुतय्के न्हिच्छिया दुने लखंलख बिचार, कल्पनात उत्पन्न जुयाच्चनी । छगू बिचार वा कल्पना वइ, व मदयाः वनी, हानं मेगु वइ । उकिं भीगु मन तसकं चञ्चल जुयाच्चनी । तर ध्यान भावना अभ्यास यायेगु बानी दत धयागु जूसा चित्तयात याकनं स्थिर यायेफइगु जुयाच्चन ।

चित्त एकाग्र जुइगु धयागु सकसिगुं लागी तःसकं आवश्यक जू । विद्यार्थी जीवन हनाच्चं पिन्त जूसा ब्वनागु लुमंका तयेगु लागि चित्त एकाग्र याइगु आवश्यक

जू । डाक्टर, वैद्यत जूसा चिरफार यायेगु इलय् अथवा शल्यक्रिया यायेगु इलय् नं चित्त एकाग्र जुइगु आवश्यक जू अथवा न्त्यागु हे ज्या याःसां नं भीगु चित्त स्थिर जुइगु, चित्त एकाग्र जुइगु आवश्यक जू । चित्त चञ्चल यानाः ज्या यात धाःसा ज्या स्यनेयः । ध्यान भावना अभ्यास याःसा समाधि बढे जुइ । गुलि गुलि चित्त एकाग्र जुइ, व हे अनुपातय् भीके ज्ञान बुद्धि नं तीक्ष्ण जुइगु जुयाच्चन । अथे हे ध्यान भावना अभ्यास यानागुया मेगु नं यक्व यक्व प्रतिफल त दु ।

भी मनुतय्गु स्वभाव धयागु बांलागु, यइपुस्येच्वंगु विषयवस्तुत खन धयागु जूसा तुरुन्त लोभ उत्पन्न जुइ । अथे हे मयइपुस्ये च्वंगु बांमलागु खनकि तं पिहाँ वइ । अले व हे लोभ, द्वेषयागु वशय् वनाः मभिंंगु, मखुगु ज्या खँ याइ । ध्यान भावना अभ्यास यानातल धाःसा थुजागु लोभ, द्वेष, ईर्ष्या, मात्सर्य इत्यादि बांमलागु प्रवृत्ति उत्पन्न जूसां नं इलय् हे संयम जुइ फइगु कारणं यानाः उकियापाखें सुयात नं हानि जुइमखु । थ्व नं ध्यान भावना यानागुया छगू महत्वपूर्ण उपलब्धि खः ।

लोकय् च्वंपिं सकसिनं नं भोगे यायेमालीगु च्याता प्रकारया लोकधर्म दु । थुपिं खः – लाभ, अलाभ, यश, अयश, प्रशंसा, निन्दा, सुख व दुःख । थुपिमध्ये बांलागु पक्ष प्यंगू दु, बांमलागु पक्ष प्यंगू दु । बांलाःगु पक्ष ध्वदुकःवल धयागु जूसा अथवा व नाप सामना याये मालीबलय् लयल्यतायाः च्वये च्वये धया जुइ, मात्ते जुइ । अथे हे बांमलाःगु पक्षनाप सामना याये मालीबलय् निराश जुयाच्चनी, मनय् सुख मदयेकाच्चनी, आत्ते चाइ । गुलिं गुलिं जूसा अजाःगु परिस्थितियात सामना याये मफुगु कारणं यानाः आत्महत्या तर्कं याइपिं दु । WHO यागु तथ्याइ अनुसारं प्रत्येक २३ सेकेण्डय् छम्ह मनुखं नं आत्महत्या यानाच्वंगु दु । लोकधर्मयात सह यायेमफुगु कारणं यानाः थथे याःगु खः । ध्यान भावना अभ्यास यायेगु बानी दुपिके अथवा अभ्यस्तपिं जुल धाःसा बांलागु पक्षया लोकधर्म हे जुइमा अथवा बांमलागु पक्षया लोकधर्म हे जुइमा न्त्यार्थेजागुयात नं सामना यायेमाःसां नं याउँक, अपुक सामना यायेफइगु जुयाच्चन । थ्व नं छगू ध्यान भावना अभ्यास यानागुया बांलागु प्रतिफल जुल ।

उलि जक मखु, भी शरीर दुगु कारणं यानाः शरीरय् नं अनेक ल्वचं कयेफु । थजाःगु ल्वय् जुइगुयात नं शरीरय् ल्वय् जूसां मनय् दुःख मजुइक मनयात स्वस्थ याना तयेफइगु जुयाच्चन । ध्यान च्वनाः ल्वय् लनावपि नं यक्व दु । छायाःधाःसा ध्यान भावना अभ्यास याइपिनिगु मन यच्चुसे पिच्चुसे च्वनाच्चनी । शुद्ध स्वच्छ जुयाच्चनी । मन शुद्ध जुलकि उकियागु प्रभाव हृदयवस्तु

अथवा नुगःचुइ नं लाःवनीगु जुयाच्चन । भीगु चित्त, मन धयागु नुगलय दिनाच्चंगु दु । अले मन सफा जूगु कारणं यानाः हृदयवस्तुइ दयाच्चंगु हि नं सफा जुइ । ध्यान च्वना हि सफा जुइगु कारणं यानाः डाक्टर, वैद्यतयसं हे लंके मफुगु ल्वय तनावंगु यक्व यक्व घटनात दु । उकिं थ्व ध्यान भावना अभ्यास यात धाःसा मन शुद्ध जूगु कारणं यानाः रोग लनावनीगु, अथे हे रोग हे जुल धयागु जूसां नं मनोबल बल्लागु कारणं यानाः शरीरय दुःख जूसां नं मनय दुःख मजुइक च्वनेसइगु थ्व नं ध्यान भावनाया महत्त्व हे खः ।

अथे हे भीत मानसिक तनाव धका जुइगु दु व तनाव छाया जुइगुले धायेबलय वनेधुंकूगु घटना, अतीत विषयवस्तुया बारे बरोबर लुमंकाः, बिचाः याना जुइगु यातकि तनाव जुइ । अथे हे व हे मवनिगु भविष्यया बारे अप्वः कल्पना याना च्वनीगु, चिन्तित जुया च्वनीगु जुल धाःसा तनाव जुइगु खः । ध्यान भावना अभ्यास याइपिसं विशेष यानाः थ्व वर्तमान अवस्थायात जोड बिइगु जूया नितिं वनेधुंकूगु अतीतयाबारे सोचे यायेगु, मवनीगु भविष्यया बारे कल्पना यायेगु मदुगु कारणं यानाः तनाव दइमखु । खला अतीतयागु बारे नं भीसं बिचाः यायेमाः, वनेधुंकूगु इलय भीसं छुं गुगु कथंयागु गल्ली यानागु दत धयागु जूसा उकियात लिपा यायेमखु, सुधार याये धयागु मनस्थिति दयेकेमाः, वंगु घटनां ज्ञान कायेमाः । अले भविष्यय नं भीसं योजना दयेकेमाः । तर उकियात हे जक कयाः कल्पना याना च्वनेमज्यू । यदि वने धुंकूगु खँयात जक बिचाः यायेगु, गुगु वनेधुंकूगु भीसं मर्मत याये ज्यूगु नं मखु, अथे हे गुगु भविष्य खः, व नं थःगु ल्हातय दुगु मखु, गुगु निश्चितगु नं मखु । उकी समय छुवयाच्चन धाःसा वर्तमानयात नं उकिं नया बिइ । गुगु वर्तमान् खः, व जक भीगु ल्हाती दु, थुकियात भीसं बांलाक सदुपयोग यायेफत धयागु जूसा उकिया हे परिणाम स्वरूप भविष्यय लिच्चः वइगु जुयाः ज्या खँ याइबले नं सफलता हासिल याना काये फइ ।

ध्यान भावना अभ्यास याइपिके तनाव कम जुइगु छथी जूसा ज्या खँ यायेबले वर्तमानयात पूर्णरूपं ध्यान बिइगु कारणं यानाः ज्या यायेगुलिइ नं सफलता हासिल याना काये फइगु जुयाच्चन । अले भी मनुतयसं गथे मनय तइलय धायेबले थःम्हं चाहना यानागु अनुसार नयेदतकि, च्वनेदतकि, पुनेदतकि सुख दइ धका सम्भेजुइ । धात्ये स्वया यंकल धयागु जूसा भी नेपालय दुने नं, अथे हे अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रय नं भौतिक चीजवस्तुइ अभाव छुं हे मदयेक सकतां सम्पूर्ण जुयाच्चपिं यक्व यक्व मनूत दु । तर अथेसां नं मनय सुख मदुपिं यक्व दु । दसुया नितिं धायेगु खः धयागु जूसा अमेरिकाया छम्ह खरबपत्तिया उदाहरण कायेफु । खरबौ डलरया मालिक जुयाच्चम्ह हवाई हुज् धाइम्ह उम्ह खरबपत्तियाके

उलिमद्धि धन सम्पत्ति दःसां छु भौतिक चीजयागु अभाव जुल जुइ ? अवश्य नं जुइमखु । तर थःगु मनय् शान्ति मदुगु कारणं यानाः मदहोस जुइगु वासः नयाः शरीरय् च्वंगु नशा दक्व गंन वनाः मनूत तकं नापलायेत ग्याइगु परिस्थितिइ थ्यंका लिपा करुणा चाइपुस्येच्वंगु अवस्थाय् थःगु जीवनलीला समाप्त यानावन । अथे जूया नितिं थ्व सुखशान्ति धयागु भौतिक चीजवस्तुपाखें प्राप्त जुइमखु । थथे हे ध्यान भावना अभ्यास यानाः भीगु मन यच्चुसे पिच्चुसे च्वनावइगु इलय् जक भीसं सुखशान्तियात प्राप्त याना काये फइगु जुयाच्वन ।

ध्यान च्वनीगु इलय् भीके दयाच्वंगु मानसिक विकारत हटे जुजुं वनाः यच्चुसे पिच्चुसे शुद्ध जुया वइगु जुल । अजाःगु इलय् मन हलुका जूगु कारणं यानाः शरीर नं हलुका जुयाच्वनीगु खः । शरीर, मन निगुलिं लुदं फुदं जुयाच्वनीगु खः । थुकथं थःगु जीवनय् गबलें अनुभव याये मननिगु सुख नं अनुभूति जुइ ।

भगवान् बुद्धं उकियात “अमानुसि रति होति” धकाः आज्ञा जुया बिज्यानातःगु दु । मनूतय्सं गुगु भौतिक सुख खः, उकियात भोगे यानाः प्राप्त याना काये फइ मखुगु कथंयागु सुख ध्यान भावना अभ्यास यातधाःसा प्राप्त जुइ धकाः आज्ञा दयेका बिज्यानातःगु दु । थथे हे मेमेगु यक्वं यक्व प्रतिफल स्मृतिप्रस्थान ध्यान भावना अभ्यास यातधाःसा भीत दइगु जुयाच्वन । उकिं थ्व स्मृतिप्रस्थान ध्यान भावना अभ्यास यायेगु धयागु मयासैं मगागु, स्वयं थःम्हं हे यायेमाःगु, इलय् हे यायेमाःगु, अले थ्व याःगु कारणं यानाः यक्व प्रतिफल दइगु – थुकथं थुपिं प्यंगू अङ्ग परिपूर्ण जुयाच्वंगु जूया नितिं ध्यान भावना अभ्यास यायेगु धयागु तःसकं हे महत्वपूर्णगु कार्य खः ।

उकिं थजाःगु स्मृतिप्रस्थान ध्यान भावना अभ्यास यायेत लिचिला मच्चंसे इलय्, वैश दुबले हे अभ्यास यायेफुपिं जुइमाः । भावना याये मनपिं जूसा यायेगु ज्या यात शुरू यायेमाल, यायेनपिं जूसां नं यक्व प्रतिफल दइगुकथं अथवा भगवान् बुद्धं आज्ञा जुया बिज्याःगुकथं थ्व चित्त शुद्ध जुइगुनिसैं कयाः निर्वाण साक्षात्कार याना काये फइगुकथं तकं नं कुतः यायेफुपिं जुइमाः । अन्तस भगवान् बुद्धं आज्ञा जुया बिज्याःगु स्मृतिप्रस्थान आचरण मार्ग अनुसारं पलाः छिनाः वनाः सम्पूर्ण दुःखं मुक्त जुयाच्वंगु परम शान्तिगु निर्वाणयात साक्षात्कार याना कायेफुपिं जुइ फयेमा ।

(वि.सं. २०७०, बु.सं. २५५७ स नेपालमण्डलय् प्रशारण जूगु प्रवचनया आधारय् तयार जूगु लेख)

अभिधर्म : छगू अध्ययन

भगवान् बुद्धं बुद्धत्व प्राप्त याना बिज्यासेनिसें महापरिनिर्वाण मज्जुतल्ले ४५ दँ तक गां गामं, निगम निगमं, दे दे चाःहिलाः बहुजन हित व सुखया नितिं कना बिज्याःगु उपदेशत संग्रह यानातःगुयात पिटक धाइ । पिटकयात (क) सुत्तपिटक, (ख) विनयपिटक व (ग) अभिधम्मपिटककथं स्वथी विभाजन याना तःगुलिं त्रिपिटक धाःगु खः ।

व्यवहार कुशलताया लागि व्यावहारिकरूपं देशना याना बिज्याःगु सूत्रपिटक 'बोहार देशना' खः । 'ध्व यायेमाः' 'ध्व याये मज्जु' धकाः आज्ञा अनुज्ञाकथं देशना याना बिज्याःगु विनयपिटक 'आणा देशना' खः । परमार्थ धर्म अवबोधया नितिं परमार्थ सत्यरूपं कना बिज्याःगु अभिधर्मपिटक 'परमार्थ देशना' खः । त्रिपिटकय् अभिधर्मया थःगु विशिष्ट स्थान दु । थुकी वसपोल बुद्धं कना बिज्याःगु धर्मया मूर्खं दुध्याना च्वंगु दु । बुद्धधर्म धयागु छु गजाःगु धर्म धयागु खँ अभिधर्म अध्ययन यात धायेवं तिनि बांलाक थुइ । उकिं अभिधर्मपिटकयात बौद्धदर्शन (Buddhist Philosophy) धका नं धाइ ।

भगवान् बुद्धं बुद्धत्वप्राप्तिं लिपा प्यंगूगु सप्ताहय् न्हयन्हू न्हय्चा रत्नघर चैत्यय् अभिधर्म चिन्तन, मनन व परामर्श यानाबिज्याःगु खः । अभिधर्म उपदेश न्हेगूगु वर्षावास त्रयस्त्रिंश देवलोकय् च्वना बिज्याना थः मां जुइनंमह सन्तुषितदेवपुत्र प्रमुख भिद्धःल चक्रवालं समागम जूपिं देवतापिन्त स्वलातक खुशीया लःधाःथें अट्टरूपं सर्वज्ञताज्ञानद्वारा विस्तृतरूपं देशना याना बिज्याःगु खः । वसपोलं स्वलातक देवलोकय् कना बिज्याःगु अभिधर्मया उपदेशयात मनुष्यलोकय् दक्खिसिबे न्हापां प्रज्ञाय् एतदग्ग प्राप्तमह अग्रश्रावक सारिपुत्र महास्थविरयात संक्षिप्तरूपं कना बिज्यात । अग्रश्रावक सारिपुत्र महास्थविरं थः न्यासः शिष्यभिक्षुपिंत संक्षिप्त नं मखु विस्तृत नं मखुगुकथं कना बिज्याःगु

अब्जजाणी मुकमांया च्वसु । ३३

अभिधर्म उपदेश हे आचार्य शिष्य परम्पराकथं धौतक ल्यनाच्वंगु खः । ध्व हे भीसं अध्ययन याये दयाच्वंगु अभिधम्मपिटक खः ।

अभिधर्म देशनायात भगवान् बुद्धया महापरिनिर्वाणं लिपा प्रथम संगायन याना बिज्याःपिं संगीतिकारपिसं स्वंगू पिटकमध्ये अभिधम्मपिटक; दीघ, मज्झिम, संयुक्त, अंगुत्तर, खुद्दक धका ५ गू निकायमध्ये खुद्दकनिकाय; सूत्र, गेय्य, वेय्याकरण, गाथा, उदान, इतिवुत्तक, जातक, अब्भुतधम्म, वेदल्ल धका ९गू अङ्गमध्ये वेय्याकरण वथे चय्यप्यद्वः धर्मस्कन्धमध्ये प्यीनिद्व (४२,०००) धकाः क्यना तःगु दु । ग्रन्थकथं (१) धम्मसङ्गणी (२) विभङ्ग (३) धातुकथा (४) पुगगलपञ्चत्ति (५) कथावत्थु (६) यमक (७) पट्टान धकाः न्हेगू दु ।

अभिधम्म 'अभि' व 'धम्म' निगू शब्द मिले जुयाः वने जूगु समास शब्द खः । 'अभि' उपसर्गाया विशेष व अतिरेक धयागु अर्थ खः । 'धम्म' शब्दया अर्थ स्वभाव धर्म खः । 'धम्म' सुत्तन्त धम्म व अभिधम्म यानाः निगू दुगुलिइ धम्म शब्द परस्परय् मिले जूसां अभिधम्म सुत्तन्त धर्मसिकं अतिरेक व विशेष जूगुलिं "अभि अतिरेको धम्मो अभिधम्मो" "अभि विसेसो धम्मो अभिधम्मो" धयागु विग्रहअनुसारं अभिधम्म जूगु खः । उपमा सुत्तन्तपिटकय् "कुसलं कातब्बं बहुं", कुसलं - कुशल पुण्यकार्ययात, बहुं - यक्व, कातब्बं - यायेमाः इत्यादिरूपं धयातःगु दु । कुशल धयागु छु ? ग्वःगु प्रकारया दु ? स्कन्ध, आयतन, धातु, सत्यया रूपय् छु छु खः ? धयागु क्यना मतः । अभिधर्मय् कुशल धयागु 'अनवज्जसुखविपाक लक्खण' लोभ, द्वेष, मोह धयागु दोषं रहित जुयाः भिंगु सुखद् प्रतिफल बिइगु लक्षण दुगु धर्मयात कुशल धाइ । कुशल संक्षिप्तं २१गू विस्तृतं ३७गू चित्तलिसे सम्प्रयुक्त जुयाच्वंगु चैतसिकतय्गु स्वरूप, उलिजक मखु सम्प्रयुक्त चैतसिकतय्त्त समेत स्कन्ध, आयतन, धातुया रूपय् छुटे यानाः क्यनातःगु दु । थुकथं सुत्तन्तधम्म सिकं विशिष्ट व अतिरेक जूगुलिं अभिधर्म धाःगु खः ।

अभिधर्मय् परमार्थ धर्मया बारे व्याख्या यानातःगु दु । लोकय् सत्य निधी दु - प्रज्ञप्ति व परमार्थ सत्य ।

भीसं न्हिथंया व्यवहार चले यायेत छ्यला वयाच्वनागु छ, जि, व, जिगु, मनू, देव, ब्रह्मा, छैं, टेबल, लुं, वहः इत्यादि शब्दत, थी थी मनूतय्त्त म्हसीकेत सम्बोधन यानाच्वंगु नां इत्यादि दक्व प्रज्ञप्ति खः । सम्पूर्ण लोक व्यवहार उकीया आधारय् चले जुइगुलिं लोक व्यवहार कथं सत्यगु जुयाः प्रज्ञप्तियात सम्बृत्ति सत्य नं धाइ । तर थुपिं वस्तु, चीजया नां समय हिलेवं, थाय् हिलेवं थी थीकथं हिला वनीगु जुयाः ध्व हे धयागु छुं सार मदु । परमार्थ धर्म अथवा परमार्थ सत्य अथे

मखु । यथार्थरूपं दयाच्चंगु स्वभाव धर्मयात परमार्थं धाइ । उदाहरणया लागि प्रज्ञप्तिकथं टेबल धयागु दु सत्य खः । तर टेबल ग्व धाःसा सिँयागु आकार प्रकार वयेकाः दयेका तःगु जक जुयाः टुक्रा टुक्रा याना यंकल धाःसा टेबल तनावनी । वास्तवय् छु दइले धाःसा पृथ्वी, आपो, तेजो, वायुया स्वभाव जक दयाच्चनी । थुकियात हे परमार्थं धाइ । प्रज्ञप्तिं त्वपुया तःगुयात खोले यानाः दुने स्वये फुसा परमार्थं सत्य लुया वइ । परमार्थं धयागु प्यथी दु ।

(१) चित्त - “आरम्मणं चिन्तेतीति चित्तं । विजानातीति अत्थो” आरम्मण विषयवस्तुयात सीकीगु स्वभाव धर्मयात ‘चित्त’ धकाः धाइ । मिखां रूपारम्मण (वर्णं पुचः) खनीबले खना धकाः सीकीगु चक्खुविञ्जाण, न्हायपनं शब्द ताइबले ताल धकाः सीकीगु सोतविञ्जाण आदियात चित्त धाइ । चित्त मदयेकं छुं चीज खंसां खंगु अनुभव जुइमखु अर्थात् उगु खना थुगु खना धकाः धाये फइमखु । उकिं आरम्मणयात सीकीगु स्वभाव धर्मयात चित्त धकाः धाइ । आधुनिक विज्ञानं मनोविज्ञान शास्त्रय् मन अथवा चित्तयात चेतन मन, अर्धचेतन मन व अचेतन मन धकाः स्वथी जक विभाजन यानाः क्यने फुसा अभिधर्मय् मनयात संक्षिप्तं ८९ गू व विस्तृतं १२१ गू कथं विभाजन यानाः क्यनातःगु दु ।

(२) चेतसिक - “चेतसि नियुत्तं चेतसिकं” चित्त लिसे उत्पन्न जुइगु, चित्त लिसे लिसे निरोध जुइगु, चित्तं गजाःगु आरम्मण यात अजाःगु हे आरम्मण याइगु व चित्तयाथें जागु समान आधार दयाच्चंगु चित्तय् मिले जुइगु स्पर्श वेदना इत्यादि ५२गु प्रकारया स्वभावधर्मयात ‘चेतसिक’ अर्थात् चैतसिक धकाः धाइ । चित्त निर्मल यच्चुगु लःथें खःसा चैतसिक रङ्गथें खः । यच्चुगु लःखय् छु छु रङ्ग तल व हे अनुसार लःबदले जूथें चित्तय् छु छु चेतसिकं मिले जुल व हे अनुरूप चित्त बदले जुइ ।

(३) रूप - “रूप्यतीति रूपं” ख्वाउँगु, क्वाःगु आदि विरुद्ध हेतुया कारणं पाना वनीगु हिला वनीगु स्वभावयात ‘रूप’ धाइ । रूप जम्मा २८गू दु । रूपया मूल आधार पृथ्वी, आपो, तेजो, वायु धातु खः । थ्व प्यंगू धातुं गुगु वस्तुनं अलग मजू । आधुनिक विज्ञानं परमाणुयात इलेक्ट्रोन, प्रोटन, न्यूट्रोन, पोजिट्रन आदि सूक्ष्म, अतिसूक्ष्मगु उपपरमाणु रज धातुया स्तरयत्कं यंकाः विभाजन यायेत सफल जूसां बुद्ध उपदेशित अभिधर्मअनुसारं थुपिं नं सूक्ष्मरूपं दयाच्चंगु पृथ्वी, आपो, तेजो, वायु धातुयात प्रमाणित याये मफुनि ।

(४) निब्बान - “वानसइखाताय तण्हाय निक्खन्तन्ति निब्बानं” वानरूपी तृष्णां मुक्त जुइगुयात निर्वाण धाइ । तृष्णां छगू जन्म व मेगु जन्मयात स्वाका

बिड्गु जुयाः तृष्णायात 'वान' धकाः धाइ । तृष्णां मुक्तगु, अलग्गु जुयाः दक्ख दुःखं मुक्त जुयाच्चंगु परम शान्तिगु निर्वाणयात श्रोतापन्न आदि आर्य पुद्गलपिसं मार्गज्ञानद्वारा प्रत्यक्षरूपं साक्षात्कार यायेफुसा, कल्याण पृथग्जनपिसं विपश्यना ज्ञानद्वारा दृष्टान्त खंके मफुसां अनुमानं जक खंके फइ । बुद्धधर्मया अनुयायीपिनिगु मुख्य लक्ष्य थ्व हे निर्वाणयात लाभ यायेगु खः ।

परमार्थ धर्म प्यंगूयात नाम-धर्म व रूप-धर्म धकाः निधी ब्वथला तःगु दु । मेकथं चित्त, चैतसिक व रूपयात कर्म, चित्त, ऋतु व आहारं बने जुयाच्चंगु जुयाः संस्कृत धर्म नं धाइ । संस्कृत धर्म अनित्यया क्षेत्र्य लाना च्वंगुलिं दुःख हे जुल । निर्वाण धयागु संस्कृत नाम रूप धर्म अलग्गु असंस्कृत धर्म खः । निर्वाण धयागु नित्य सुखया अवस्था खः ।

साधारण दृष्टिं स्वयेगु व अभिधर्मया दृष्टिं स्वयेगुलिइ फरक दु । उदाहरणया लागि छपु मैनबत्ती च्यानाच्चंगुयात साधारण दृष्टिं स्वयेबले ग्वलाःगु ताःहाकःगु आकार दुगु मैनबत्ती च्यानाच्चंगु जक खनी । तर अभिधर्मया दृष्टिं स्वयेबले स्वाकनं च्यानाच्चंगु मखुसे च्यात सित, च्यात सित, पुलांगु मन्त, न्हूगु उत्पन्न जुल, थुगु क्रम मदिक न्ह्यानाच्चंगु खनी । अथे हे खुसिया लः न्ह्याना च्वंगु साधारण दृष्टिं व हे लः न्ह्यानाच्चंगुथें खनी । अभिधर्मया दृष्टिं स्वयेबले पुलांगु वन, न्हूगु लः बल जुयाः न्ह्यानाच्चंगु खनी । उकिं व हे खुसियात निकः छिइ फइमखु धयातःगु नं दु ।

अभिधर्मकथं भीगु स्कन्ध शरीर्य नाम रूप धर्मत 'दीपजाला विय' दिपाः मदयेक निरन्तररूपं च्यानाच्चंगु मतथें, 'नदीसोतो विय' निरन्तररूपं न्ह्यानाच्चंगु खुसिया लः धाःथें अनित्य जुयाच्चंगु दु । थुगु स्वभावयात मथुल कि न्हापाया चित्त व आःया चित्त व हे खः । रूप नं न्हापांनिसें आःतक व हे रूप खः व तःधं जक जुयावःगु खः धकाः सम्भे जुइ । वास्तव्य थुके दुने यक्व ह्युपाः वये धुकूगु दु । थुकियात मथूगुलिं बांबांलाःगु विषयवस्तु खनकि नित्य, सुख भाःपियाः आसक्त जुयाच्चनी ।

अभिधर्मयागु अध्ययन व थें विपश्यना भावना अभ्यास याये फत धयागु जूसा विपश्यना ज्ञानं प्रज्ञप्तिं त्वपुया तःगु परमार्थ सत्ययात पर्दा चायेकेथें छर्लङ्ग जुइक खंके फइ । नाम रूप धर्मयागु यथार्थ स्वभाव उकिया अनित्य, दुःख, अनात्म लक्षणयात थःगु स्वानुभूतिं सिइका कायेगुनिसें कयाः सुसंस्कृत नाम रूप धर्म निरोध जुयाच्चंगु निर्वाणयात तक नं मार्गफल ज्ञानद्वारा साक्षात्कार याये फइ ।

मानव जीवनया यथार्थयात अवबोध यायेत, सम्यक्दृष्टि दयेकेत अभिधर्मया अध्ययन, चिन्तन व मनन यायेमाःगु दु । वास्तविक सुख शान्ति अवस्था धयागु छु धयागु खंका बिइगु प्रज्ञाचक्षु चायेका बिइगु भगवान् बुद्धया मौलिक उपदेश अभिधर्मयात अध्ययन व विपश्यना ध्यान भावनायात अभ्यास यानाः अनुभवजन्य ज्ञान नं दयेकेनु ।

(२५५२ औ बुद्ध जयन्ती स्मारिका, युबक बौद्ध मण्डल, वि.सं. २०६५)

प्यपुने मते आसक्तिइ

ताये मते दुःख मनय् गुबलें,
हइ मखु, हइ मखु, उकिं सुख
हाले मते मन चिच्चादंकाः,
दइ मखु उकिइ छुं सार ॥

दुने मते, दुने मते सुखय् जक,
अवश्य नाश जुइ व सुख ।
खंकि सुख दुःख उथे उथे,
हइ उकिं हे मनय् सुख ॥

न्ह्याइपु भालपाः दुनी रसरंगय्,
थुनी उकिं हे थःत दुःखय् ।
सिचु भालपाः सिमाक्वय् च्वनेवं,
लोमंका बिइ उकिं उत्साह ॥

प्यपुने मते, प्यपुने मते आसक्तिइ,
तक्यंका बिइ उकिं हे जंजाल ।
यः यः धाधां प्यप्यपुनेवं,
प्याःचाः पुखुली दुनावनी ॥

(परियत्ति पत्रिका वि.सं. २०४१, बु.सं. २५२८)

पट्टान

भगवान् बुद्धं बुद्धत्व प्राप्त यानाः विज्यायेधुंकाः प्यंगूगु सप्ताह रत्ताघर चैत्यय् च्वना विज्याबले न्हेन्हु न्हेचातक छसिकथं अभिधर्मया न्हेगू प्रकरणत प्रत्यवेक्षण याना विज्याःगु खः । अभिधर्मय् दुगु न्हेगू प्रकरणतमध्ये अन्तिमगु पट्टानयात परामर्श याना विज्याःबले वसपोलया शरीरं छ वर्ण रश्मि प्रादुर्भाव जुयाः भिगू दिशायसं प्रभाशित जूगु जुल, फिजे जूगु जुल । थुकथं पट्टान प्रभावकारी जुयावन ।

पट्टान देशना भगवान् बुद्धं न्हेगूगु वर्षावास त्रयस्त्रिंश देवलोकय् च्वना विज्याःबले थः मां जुया वये नंम्ह सन्तुषित देवपुत्रप्रमुख फिद्वःल चकवालं समागम जूवःपिं देवब्रह्मापिन्त अभिधर्म देशनाया कमय् अन्तिम देशनाकथं कनाः विज्याःगु खः । थुगु देशना न्यनाः ८० द्व कोटि देवब्रह्मापिं अर्हन्त जूगु खँ ग्रन्थय् उल्लेख जुयाच्चंगु दु । उकिं पट्टान प्रभावशाली देव ब्रह्मापिंसं गौरव तइगु देशना खः । अथे हे पट्टान देशना शूक्ष्म, प्रणीत, विशाल, गम्भीर देशना खः । छायाधाःसा थुगु देशनाय् सिइके व खंके अपु मज्जुगु चित्त, चैतसिक, रूप, निर्वाण, स्कन्ध, आयतन, धातु, सत्य, हेतु, ध्यानाङ्ग, मार्गाङ्ग आदि परमार्थ धर्मतयत् सूक्ष्मरूपं बांलाक देशना यानातःगु दु । थुपिं परमार्थ धर्मत गुकथं गथे परस्परय् कारण कार्यया रूपय् सम्बन्धित जुयाः अवस्थित जुयाच्चंगु दु धयागु बारे विभिन्न विधि, विभिन्न नयद्वारा स्पष्टिकरण बियाः विशालरूपं क्यनातःगु दु ।

पट्टानयात बुद्धशासन स्थितिया नितिं प्रमुख गढया रूपय् क्यनातःगु दु । गथे कि देश सुरक्षाया नितिं प्रमुख गढ दृढ व शक्तिशाली जुइकातयेत अनुबल बियाः रक्षा याना च्वनेमाः । प्रमुख गढ रक्षा यायेमफत धाःसा शत्रुत दुहाँ वयाः देश छगुलिं अधीनस्थ याये फइगु जुयाच्चन । अथे हे पट्टान लोप जुल धायेवं छसिकथं अभिधर्म लोप जुइ । अनं लिपा सूत्र अनं विनय लोप जुइ । परियत्ति शासन लोप

जुड्धुंकाः प्रतिपत्ति शासन अनं प्रतिवेध शासन लोप जुड् । थुकथं बुद्धशासन लोप जुयावनी । अथे जुयाः बुद्धशासनया स्थितिया लागि प्रमुख न्ह्यलुवाः गढ जुयाच्चंगु पट्टान देशना स्थिर व अभिवृद्धि यायेगु शासनप्रेमीपिनिगु कर्तव्य खः । उकिं 'पट्टान'या अध्ययन, चिन्तन व मनन यायेगु अति हे आवश्यक जू ।

पट्टान शब्दय् 'प' उपसर्ग 'थीथी प्रकार' धयागु अर्थ क्यंसा 'ठान' शब्द 'प्रत्यय (कारण)' धयागु अर्थ क्यनी । 'नानाप्यकारानि ठानानि एत्थाति पट्टानं' धयागु परिभाषाअनुसार थी थी प्रकारगु प्रत्यय (कारण)त क्यनातःगुयात पट्टान धाइ । अथे धकाः कारणत जक मखु फलधर्मतय्त नं अथे हे सम्बन्धित कारणया शक्तिनापं क्यनातःगु दु ।

पट्टानय् २४-गू प्रत्यययात छगू छगुलिइ हे स्वब्ब स्वब्ब थलाः प्रत्यय (कारण), प्रत्युत्पन्न (फल) व प्रत्ययशक्तिकथं स्पष्टरूपं क्यनातःगु दु । सम्बन्धित कारणं सम्बन्धित फल दइगु व प्रत्ययया उपकारक शक्तियात नं सूक्ष्मरूपं क्यनातःगु थुइके फत धाःसा मिथ्यादृष्टित हटे जुयाः सम्यक्दृष्टि उत्पन्न जुयावइ ।

पट्टान पालि उद्देश व निद्देशया अर्थयात थुइकाः श्रद्धापूर्वक पाठ यातधाःसा अनेक प्रकारया भय अन्तराय हटे जुया वनीगु, बिघ्नबाधा (पंगलः) मवइगु, मभिंगु ज्या खं बचे जुइगु, निर्वाण प्राप्तिया हेतु जुइगु आनिशंस फलत प्राप्त जुइगु खं उल्लेख यानातःगु दु ।

पट्टानय् नीप्यंगू प्रत्यय(पच्चय)त दु । थुपिं खः -

१. हेतुपच्चयो - मूल कारण जुयाः उपकार याइगु धर्म,
२. आरम्भणपच्चयो - विषयवस्तु जुयाः उपकार याइगु धर्म,
३. अधिपतिपच्चयो - नायः जुयाः उपकार याइगु धर्म,
४. अनन्तरपच्चयो - दिपाः मदयेक उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म,
५. समनन्तरपच्चयो - बांलाक (बिल्कुल हे) दिपाः मदयेक उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म,
६. सहजातपच्चयो - छगूपाखं उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म,
७. अञ्जमञ्जपच्चयो - परस्परय् उपकार याइगु धर्म,
८. निस्सयपच्चयो - आधार जुयाः उपकार याइगु धर्म,
९. उपनिस्सयपच्चयो - क्वातुसे च्वंगु आधार जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१०. पूरेजातपच्चयो - न्ह्यवः उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म,
११. पच्छाजातपच्चयो - लिपा उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१२. आसेवनपच्चयो - बारबार सेवन याइगु जुयाः उपकार याइगु धर्म,

१३. कम्मपच्चयो – कर्म जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१४. विपाकपच्चयो – फल जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१५. आहारपच्चयो – तिबः जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१६. इन्द्रियपच्चयो – प्रभुत्वं युक्त जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१७. भानपच्चयो – लिक्कसं क्वातुक्क भाविता यानाः उपकार याइगु धर्म,
१८. मरगपच्चयो – मार्ग जुयाः उपकार याइगु धर्म,
१९. सम्पयुत्तपच्चयो – मिले जुयाः उपकार याइगु धर्म,
२०. विप्पयुत्तपच्चयो – मिले मजुयाः उपकार याइगु धर्म,
२१. अत्थिपच्चयो – दयाः उपकार याइगु धर्म,
२२. नत्थिपच्चयो – मदयाः उपकार याइगु धर्म,
२३. विगतपच्चयो – अलग्ग जुयाः उपकार याइगु धर्म,
२४. अविगतपच्चयो – अलग्ग मजुसे उपकार याइगु धर्म ।

शुपिं नीप्यंगू प्रत्यययात संक्षिप्तरूपं न्ह्यथनेगु क्तुतः याये –

१. हेतुपच्चयो – मूलकारण जुयाः उपकार याइगु धर्म

स्वांमा सिमाया मूहा गुलि बल्लाइ, उलि हे स्वांमा सिमा नं बल्लाइ, धिसि धाइ । अथे हे लोभ, दोष आदि पाप, पुण्यया मूल कारण जुयाच्चंगु हेतु गुलि बल्लाइ, उलि हे ततःधंक् पापकर्म, पुण्यधर्म याइ । स्वांमा सिमाया मूहां स्वांमा सिमायात गुहालि याइथें तुं पापकर्म, पुण्यधर्म उत्पन्न जुइकेत गुहालि याइ ।

आसक्त जुइगु लोभ, तं पिहाँ वइगु दोष व मसिइगु मोह धयागु मभिंगु (अकुशल) स्वंगू हेतुं प्राणीहिंसा यायेगु, खुया कायेगु आदि दुश्चरित्र पापकर्मयात हेतुप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ ।

आसक्त मजुइगु अलोभ, तं पिहाँ मवइगु अदोष व यथार्थतायात सिइगु अमोह धयागु भिंगु (कुशल) स्वंगू हेतुं दान, शील आदि भिंगु पुण्य धर्म यायेत हेतुप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ ।

लोभ, दोष, मोह स्वंगू हेतुं यानाः लोक विनाश जुइकाः बिइ । अलोभ, अदोष, अमोह स्वंगू हेतुं लोक सम्वृद्धि यानाबिइ ।

२. आरम्मणपच्चयो – आरम्मण विषयवस्तु जुयाः उपकार याइगु धर्म

वृद्धम्ह वा दुर्बलम्ह व्यक्तिं तुतांयात बःकया जुइ, च्वनी, फेतुइ, दनी याइथें भीगु मन नं आरम्मण विषयवस्तुयात बःकयाः उत्पन्न जुइ । तुतांमं वृद्धयात दने बाय् फेतुइत गुहालि याइथें आरम्मणं नं चित्त चैतसिकत उत्पन्न जुइत गुहालि याइ ।

स्वयेबहःगु वर्णरूपयात खनीगु इलय् खनाः स्यूगु चित्त लुयावइ । रूपवर्ण धयागु विषयवस्तु आरम्मण मदुगु जूसा खनाः स्यूगु चित्त लुयावये फइमखु । थुकियात हे वर्णरूप धयागु रूप आयतनं खनाः स्यूगु चक्षुविज्ञान चित्तयात आरम्मणप्रत्ययशक्तिं गुहालि याःगु धाइ । अथे हे तायेकेबहःगु सः धयागु शब्द आयतनं श्रोतविज्ञान चित्तयात आरम्मणप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ । मेगु बाकि दनिगुयात नं थुकथं हे सिइकेमाः ।

३. अधिपतिपच्चयो – अधिपति अथवा नायः जुयाः उपकार याइगु धर्म चक्रवर्ती जुजुं सकल चक्रवालया याकःचां अधिकार जमे याइथें (राज्य याइथें) अधिपति धर्म दक्व चित्त, चैतसिक रूप धर्मत दक्वयात थःम्हं धइथें तइ । छन्दाधिपति, वीर्याधिपति, चित्ताधिपति व विमंसाधिपति धकाः अधिपति प्यथी दु ।

प्रबलगु इच्छां थःनाप सम्बन्ध तयाः नापं उत्पन्न जुइगु धर्मयात अधिपतिशक्तिं उपकार याइ । “छन्दवतो किंनाम कम्मं न सिञ्ज्फुति – प्रबलगु इच्छा दुम्हसित सिद्ध मजुइगु ज्या छुं मदु ।” दसुया लागी छम्ह मनूया तःधम्ह साहुमहाजन जुइगु प्रबल इच्छा दु । उगु प्रबल इच्छा दुम्ह व्यक्तिं कुतः नं याइ । मन लगे यानाः ज्या नं याइ । थःगु न्ह्यपुयात नं च्वत्तुच्वली । उकथं जुलकि व छम्ह पक्कां हे वयागु इच्छा अनुरूप तःधम्ह महाजन जुयाः पिहाँ वइ । थुपिं प्यंगुयात जीवनया सफल जुइगु मन्त्र धकाः नं धाइ । तर अधिपति जुइबले छगू जक अधिपति जुयाः मेगु उकिया अनुचर जुइ । छन्द अधिपति जुइबले बाकिगु स्वंगू छन्दया ल्यू ल्यूवनी ।

आरम्मण नं अधिपति धकाः दनि । सामान्य आरम्मण जूसा आरम्मण प्रत्ययलय् दुथ्याइ । अतिकं आकर्षक प्रभावशालीगु आरम्मण जूसा अधिपति प्रत्ययलय् दुथ्याइ । अकुशलया पक्षय् उदाहरणया रूपय् वीणा थायेगुलिइ दक्षम्ह गुत्तिल धइम्हं थाःगु वीणाया सःतायाः च्वने मफुगुलिं छम्ह मिसा उगु सःया धुनया लानाः स्वाहाने व भ्याः छुटे मजुयाः स्वाहाने वहाँ वने धकाः वंगु भ्यालं कुहाँ वनेलाःगुलिं दुःख सिइमाल । उकथं अतिकं आकर्षकगु प्रभावशालीगु वीणाया सः धयागु शब्द आरम्मणं उम्ह मिसाया मन व रूपयात अधिपतिप्रत्ययशक्तिं गुहालि याःगु जुल । कुशलपक्षय् आर्यपुद्गलपिं निर्वाणयात आरम्मण यानाः समापत्तिइ च्वनीगु इलय् निर्वाण आरम्मणं अधिपतिप्रत्ययशक्तिं उपकार यानाच्चनी ।

४. अनन्तरपच्चयो – दिपाः मदयेक उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म चक्रवर्ती जुजु परलोक जुइसाथ तःधिकःम्ह काय जुजु जुइथें छगू चित्त

विनाश जुइसार्थं मेगु चित्त उत्पन्न जुइ । छगू चित्त विनाश जुइधुंकाः दिपाः मदयेक मेगु न्हूगु चित्त तुरुन्त उत्पन्न जुइ । छगू चित्तया ल्यू मेगु चित्त उत्पन्न जुइ फुगु अनन्तरप्रत्ययशक्तिं यानाः खः । विषयवस्तु खनीगु इलय् गुकथं चित्तक्रम उत्पन्न जुइ धयागु उल्लेख याये ।

अतीतभवङ्ग, भवङ्गचलन, भवङ्गुपच्छेद धकाः मनया सूक्ष्म अवस्थायागु चित्तक्षण स्वंगू, बिचाः याइगु पञ्चद्वारावर्जन, खनाः स्यूगु चक्षुविज्ञान, विषयवस्तुयात ग्रहण याइगु सम्प्रतिच्छन्न, निरीक्षण याइगु सन्तीरण, निर्णय याइगु वोढुब्बन, जवन न्हेक्व, तदारम्मण निक्व उत्पन्न जुइ । थुकियात थुइकाः बिइत अर्थकथाचार्यपिसं अंयागु उपमा बियातःगु दु । छम्ह मनू ज्वाँय् ज्वाँय् सयाच्वंगु अं सिमाया क्वसं गाभलं पुयाः दनाच्वन । उबले अं छगः भ्वाक्क कुतुंवल । उगु सलं मनूया न्ह्यलं चाल, छु थें धकाः बिचाः यानाः मिखा कनाः स्वःबले अं खन । ल्हाः न्ह्याकाः अं कयाः पाके जूगु खः, मखु धकाः निरीक्षण याःबले पाके जूगु हे खः धकाः क्वःछिनाः नयाः न्ह्ययाः घुरकछवत । थुगु उपमाय्थें मनू दनाच्वंगु धयागु भवङ्ग चित्त उत्पन्न जुयाच्वंगु समयथें जुल । भ्वाक्क सः वयेक कुतुं वःगु विषयवस्तु प्रसादय् थ्यू वःगु ई थें जुल । न्ह्यलं चायाः बिचाःयाःगु पञ्चद्वारावर्जन, अं स्वःगु चक्षुविज्ञान, अं काःगु सम्प्रतिच्छन्न, पाके जू, मजू निरीक्षण याःगु सन्तीरण, पाके जू धकाः क्वःछ्यूगु वोढुब्बन, न्ह्ययाः सवाःकाःगु जवन चित्त, घुरकाः छ्वःगु तदारम्मण चित्त उत्पन्न जूगु थें खः ।

थन पञ्चद्वारावर्जन चित्तं चक्षुविज्ञान चित्त उत्पन्न जुइत अनन्तरप्रत्ययशक्तिं गुहालियाःगु धाइ । अथे हे चक्षुविज्ञानचित्तं सम्प्रतिच्छन्न चित्त उत्पन्न जुइत अनन्तरप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ ।

५. समनन्तरपच्चयो – बांलाक (बिल्कुल हे) दिपाः मदयेक उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म

चक्रवर्ती जुजुं राजकाज त्याग यानाः श्रमण जुइवं काय्म्ह जुजु जुइथें छगूयां ल्यू मेगु चित्त बिल्कुल हे दिपाः मदयेक उत्पन्न जुइ । थुगु प्रत्यय नं अनन्तरप्रत्ययथें खः । 'सं' धयागु आखः छगः थपे जूगु खः ।

६. सहजातपच्चयो – नापं उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म

मैनबत्ती आदि च्याकीबले मत च्यायेधुंकाः जक जः पिहाँ वइगु मखुसे मत च्यायेवं छगूपाःखं जः वइगुथें चित्त चैतसिक धर्मत उत्पन्न जुइबले छगू न्हापा, छगू लिपा मखु छगूपाखं उत्पन्न जुइ । चित्तया कारणं रूपं उत्पन्न जुइबले नं

छद्मपाखं हे उत्पन्न जुइ । गथेकि चित्त याउँसे च्वनकि छकलं म्ह नं याउँसे च्वनीगु, मन भयातुलकि म्ह नं भयातुसे च्वनीगु धयागु चित्त चैतसिकं चित्तज रूपयात सहजातप्रत्ययशक्तिं गुहालि याःगुलिं खः । अथे हे तं पिहाँ वयेवं म्ह छम्हं जिरिङ्ग जुइगु, शरीर कडा जुया वइगु नापं शरीर वचनं नं उल्लंघन यानाः हइ ।

७. अञ्जमञ्जपच्चयो – परस्परय् उपकार याइगु धर्म

स्वपा तुति दुगु टेबुलय् छगू तुति मेगु तुति परस्परय् तिबः जुयाच्वनी । छपा तुति तोधुलकि धंकाः तयेफइमखु । अथे हे नामस्कन्ध प्यंगू नं छगुलिं मेगुयात उत्पत्ति विनाश जुइगुलिइ परस्परय् सहयोग याइ । प्यंगू महाभूत धयागु रूपस्कन्धय् नं छगुलिं मेगुयात उत्पत्ति विनाश जुइगुलिइ परस्परय् सहयोग याइ ।

८. निस्सयपच्चयो – आधार जुयाः उपकार याइगु धर्म

छैं, स्वांमा, सिमां पृथ्वीया आधार काइ । अथे हे चित्त चैतसिक धर्मतय्सं नं रूप धर्मया आधार काइ । पृथ्वीं छैं, स्वांमा, सिमायात आधार जुयाः गुहालि याइधें रूपधर्मं नं चित्त चैतसिक धर्मतय्त आधार जुयाः गुहालि याइ ।

खनाः स्युगु चित्त अथवा चक्षुविज्ञान चित्त उत्पन्न जुइत मिखा मदयेकं मज्यू । मिखाय् दुने नं चक्षुप्रसाद (मिखाय् दुने चक्काया दथुइ नानिचाय् चक्षुप्रसाद रूप आपालं पुचः मुना फिजे जुयाच्वंगु) दु । रूप बःकयाः चक्षुविज्ञान चित्त उत्पन्न जुइ । उकिं चक्षुप्रसाद धयागु चक्षु आयतनं चक्षुविज्ञान चित्त चैतसिकत उत्पन्न जुइकेया नितिं आधार जुयाः उपकार याइ । उकियात हे चक्षुआयतनं चक्षुविज्ञान चित्त चैतसिकयात निश्रयप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

९. उपनिस्सयपच्चयो – क्वातुसे च्वंगु आधार जुयाः उपकार याइगु धर्म

स्वांमा सिमा वा वइगुलिइ (वर्षाय्) भरपरे जुइधें नामरूप धर्मतय्गु क्वातुसे च्वंगु आधार जुयाः उपकार याइगु स्वभाव उपनिश्रय प्रत्यय खः ।

श्रद्धायात क्वातुक्क बःकयाः दानधर्म याइ, शील पालन याइ, उपोसथब्रत च्वनी, धर्मश्रवण आदि कुशल धर्म याइ । थुकियात हे श्रद्धा धयागु कुशल धर्म दान शील आदि कुशल धर्मयात उपनिश्रयप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

लोभ, द्वेष आदियात बःकयाः प्राणी हिंसा यायेगु, खुया कायेगु आदि अकुशल याइ । थुकियात हे लोभ, द्वेष धयागु अकुशलं प्राणी हिंसा यायेगु, खुया कायेगु आदि अकुशलयात उपनिश्रयप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

उपनिश्रय व्यापकगु प्रत्यय खः । सारा संसार थुकी दुने समावेश जुयाच्वंगु दु । गुलिसिनं दान इत्यादि कुशल धर्म यायेधुंका “जिति दान यायेफुम्ह मेम्ह

मदु” धकाः दान याःगुयात बःकयाः अभिमान याइ । उकथं जुलधाःसा कुशलधर्म अकुशलायात उपनिश्रयशक्तिं गुहालि याःगु जुइ । गुलिसिनं देवलोक्य उत्पन्न जुइगु कामना यानाः शील पालन याइ । देवलोकया चाहना यायेगु लोभ अकुशल, शील पालन यायेगु कुशल धर्म जुल । उकथं जुलधाःसा अकुशलं कुशलायात उपनिश्रयप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु जुइ ।

गुलिसिनं पापीम्हेसित बःकयाः प्राणी हिंसा यायेगु, खुया कायेगु इत्यादि पापकर्म याइ । गुलिसिनं कल्याणभित्रयात बःकयाः शील, समाधि, प्रज्ञा धर्म आचरण याइ । उगु इलय् पुद्गलायात बःकयाः अकुशल, कुशल उत्पन्न जूगुलिं पुद्गलं कुशल अकुशलायात उपनिश्रयप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु जुइ ।

१०. पूरेजातपच्चयो – न्त्यवः उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु धर्म

मांबौपिसं काय्मृत्याय्पिन्त उपकार याइथें अथवा कल्प उत्थान जूबलेनिसें दुगु चन्द्रसूर्ययागु जः नं सत्त्वप्राणीपिन्त उपकार याइथें, न्त्यवः उत्पन्न जुयाः लिपा उत्पन्न जुइगु धर्मतय्त उपकार याइगु स्वभाव पूरेजातप्रत्यय खः ।

खनाः स्युगु चक्षुविज्ञान चित्त उत्पन्न जुइत भीके चक्षुप्रसाद रूप न्त्यवः हे दया च्वनेमाः । अथे हे स्वयेबहः जूगु विषयवस्तु नं न्त्यवः दयाः च्वनेमाः । उकथं जूसा जक चक्षुविज्ञान चित्त उत्पन्न जुइ । उकियात चक्षुप्रसाद धयागु चक्षु आयतनं चक्षुविज्ञानयात पूरेजातप्रत्ययशक्तिं गुहालि याःगु धाइ । अथे हे स्वयेबहः जूगु विषयवस्तु रूपायतनं चक्षुविज्ञानयात पूरेजातप्रत्ययशक्तिं गुहालि याःगु धाइ । मेमेगु श्रोतविज्ञान आदियात नं थथे हे सिइकेमाः ।

११. पच्छाजातपच्चयो – लिपा उत्पन्न जुयाः उपकार याइगु स्वभाव

गृद्धतय्गु स्वभाव गृद्धतय्सं नकतिनि बूपिं थः मस्तय्त खाना नकेगु बानि मदु । मस्तय्सं मांबापिसं खाना हलकि नये धकाः आशा जक कयाच्चनी तर बिल्कुल हे नयेमखं । व आशां हे मस्तय्त म्वाकाः तइ । खाना हइला नये दइला धयागु आशां गृद्धया मस्तय्त हुर्के जुइत उपकार याइथें लिपा लिपा उत्पन्न जुइगु चित्तं न्त्यवः हे दयाच्चंगु भीगु स्कन्ध शरीर धयागु रूपधर्मतय्त उपकार याइगु स्वभाव पच्छाजातप्रत्यय खः । शरीर थाके जुया च्वनीबले ध्यान भावना यानाः चित्त स्थिर जुयाः ध्यान क्वातुलकि थाके जूगु तनाः शरीरय् स्फूर्ति बढे जुयावइ । थुकियात हे लिपा उत्पन्न जूगु चित्तचैतसिकधर्मतय्सं न्त्यवः उत्पन्न जुयाच्चंगु थुगु शरीरयात पच्छाजातप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

१२. आसेवनपच्चयो – बारबार सेवन याइगु जुयाः उपकार याइगु धर्म

सिंयागु टेबुलय् बारबार पालिस तलकि तल्के जुइथें, बारम्बार ब्वनेगुलिं बांलाक थुइथें, छुं ज्या बारबार यायेवं दक्ष जुया वइथें, न्हापा उत्पन्न जुगु कुशल अकुशलं लिपा लिपा उत्पन्न जुइगु कुशल अकुशलायात आसेवनप्रत्ययशक्तिं उपकार याइ ।

न्त्यःने अनन्तरप्रत्ययलय् न्हेक्वःतक जवन उत्पन्न जुइ धकाः उल्लेख यानागु खः । न्हापांगु जवनं निम्नगु जवन चित्तयात, निगूगु जवनं स्वंगूगु जवनयात, ... खुगूगु जवनचित्तं न्हेगूगु जवनयात आसेवन प्रत्ययशक्तिं उपकार याइ । न्हापांगु जवन आसेवनप्रत्ययशक्ति मदुगु जुयाः कमजोर जूसां निगूगु स्वंगूगु छिपे जुजुं वनी, न्हेगूगु जवनय् दक्वसिबे शक्ति दइ । उकिं कमजोरगु जुयाः न्हापांगु जवनं थुगु हे जन्मय् फल बिइ । न्हेगूगु शक्तिशालीगु जुयाः निगूगु जन्मय् फल बिइ । बिचय्यागु न्यागू जवनं स्वंगूगु जन्मनिसें निर्वाण मध्यंतल्ले फल बिइ । उचितरूपं बिचाः यातधाःसा कुशल जवन उत्पन्न जुइ । अनुचितरूपं बिचाः यातधाःसा अकुशल जवन उत्पन्न जुइ । अनुशय मदुम्ह अरहन्तयाके जुलधाःसा किया जवन जक उत्पन्न जुइ ।

१३. कम्मपच्चयो – कर्म जुयाः उपकार याइगु धर्म, व

१४. विपाकपच्चयो – फल जुयाः उपकार याइगु धर्म

पुसा चुलि ह्वयाः हा, दं, कचामचा दयाः स्वां ह्वयेत, फल सयेत गुहालि याइथें कुशल अकुशल कर्म थुगु जन्मय् जक मखु अथे हे जन्म जन्मान्तर निर्वाण प्राप्त मजुतले फल बिइत कर्मप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ । कर्मया स्वरूप चेतना हे खः । भगवान् बुद्धं आज्ञा जुया विज्यानातःगु दु चेतनाहं भिक्खवे कम्मं वदामि – “भिक्षुपिं ! जिं चेतनायात हे कर्म धयाच्चना ।” चेतनायुक्तगु शरीर, वचन व मनं याइगु ज्या , खँ, बिचाः हे कर्म खः । शरीर, वचन व मनं सुचरित्र कर्म यातधाःसा थुगु जीवनय् कोमल, नरम, सभ्यपिं जुइ दइ, सुखपूर्वक जीवन हने दइ, मरणं लिपा नं सुगतिइ जन्म काये दइ । दुश्चरित्र पापकर्म यातधाःसा थुगु जीवनय् जङ्गलीम्ह, असभ्यम्ह जुइ, दुःखपूर्वक जीवन हने माली । मरण लिपा दुर्गतिइ पतन जुइ । थुकथं भिंगु मभिंगु कर्म फल बियाच्चनी ।

१५. आहारपच्चयो – तिबः जुयाः उपकार याइगु धर्म

दुना वने त्यंगु छैंयात टेवा बिइगु त्यकुथें स्कन्ध शरीरयात ताःकालतक न्त्याकेत तिबः बिइगु स्वभाव आहार प्रत्यय खः । दुनेत्यंगु छैंयात टेवा मबिल धाःसा वा, फसं यानाः दुनावने फु । अथे हे सत्त्वप्राणीपिसं आहार सेवन मयात

धाःसा ताःकालतक जीवन हना वने फइमखु ।

निंगु निंगु नसात्वंसा नलधाःसा उगु नसात्वंसाय् दुगु ओजं (पौष्टिक तत्वं) भिंगु रूपत वृद्धि यानाः हृष्टपुष्ट यचुसे पिचुसे च्वंकाः स्वस्थ जुइकाः दीर्घायु याना बिइ । मनिंगु नसा त्वंसाय् दुगु मनिंगु तत्वं मभिंंगु रूपत वृद्धि यानाः अस्वस्थ जुइकाः अल्पायु याना बिइ । थुकियात हे आहारं थुगु स्कन्ध शरीरयात रूप आहारप्रत्ययशक्तिं गुहालि याःगु धाइ । रूप आहार दुथें नाम आहार धकाः नं दु । नाम धर्मयात स्वाकनं उत्पत्ति जुया च्वनेत तिबः बिइगु आरम्मण विषयवस्तुयात थिइगु स्वभाव स्पर्श, कर्म धयागु चेतना, आरम्मणयात सिइकीगु स्वभाव विज्ञान धकाः स्वंगू दु । स्पर्श, चेतना, विज्ञानं सम्बन्धित फल धर्मतयूत नाम आहारप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ ।

१६. इन्द्रियपच्चयो – प्रभुत्वं युक्त जुयाः उपकार याइगु धर्म

थःथःपिनिगु क्षेत्रय् थःथःगु अधिकार दुपिं विभागीय अधिकारी मन्त्रीतथें थःलिसे सम्बन्ध दुगु धर्मय् प्रभुत्वं युक्त जुयाः उपकार याइगु स्वभाव इन्द्रियप्रत्यय खः ।

मिखाय् दुने च्वंगु चक्षुप्रसाद गुलि तेलात उलि हे विषयवस्तुयात खंके फइ । गुलि कमजोर जुइ उलि हे खंकेगु क्षमता कम जुइ । उकिं विषयवस्तु खनीगुलिइ प्रभुत्व जमे याइगु जुयाः चक्षुप्रसादयात इन्द्रिय धाःगु खः । चक्षुइन्द्रियं खनाः सिइगु चक्षुविज्ञान चित्तनापं उत्पन्न जुइगु चैतसिकतयूत इन्द्रियप्रत्ययशक्तिं उपकार याइ ।

श्रद्धा गुलि गुलि क्वातुइ उलि उलि हे कुशल पुण्य यायेगुलिइ मन क्वातुइ, गुलि गुलि श्रद्धा छ्वासुइ उलि उलि कुशल पुण्य यायेगुलिइ मन छ्वासुइ । कुशल पुण्य यायेगुलिइ प्रभुत्व जमे याइगु जुयाः श्रद्धायात इन्द्रिय धाःगु खः । श्रद्धा इन्द्रियं कुशल पुण्य यायेत इन्द्रियप्रत्ययशक्तिं उपकार याइ ।

१७. भ्रानपच्चयो – लिक्कसं (क्वथिक) क्वातुक भाविता यानाः उपकार याइगु धर्म

आइग्लासं स्वयेबले लिक्कसं स्पष्टरूपं खनीथें विषयवस्तुयात लिक्कसं च्वनाः भाविता याइगु स्वभाव । विषयवस्तु आरम्मणयात सामान्यकथं आरम्मण याइगुसिकं पुलावनाः लिक्कसं क्वातुक आरम्मण याइगु वितर्क आदि धर्म समूहयात ध्यान धाइ । उगु ध्यान समूहया भिन्न भिन्न अङ्गयात ध्यानाङ्ग धकाः धाइ ।

अशोक महाराजया रानी असन्धिमित्ताया भगवान् बुद्धयागु सः तसकं

न्यनेमास्तिवःगु जुयाच्चन । भगवान् बुद्धयागु सः मधुर जुयाः बांलाःगु ला करविक भंगःयागु सः न्यनाः अनुमान यायेफु धकाः भिक्षुपिसं धया बिज्याःगुलिं करविक भंगः कायके छ्वयाःलि उम्ह भंगः हाःबले उगु सः न्यनाः महारानीया मन प्रसन्न प्रफुल्लित जुल । लोभ, दोष, मोह नं अलग्ग मजूम्ह भंगःया सः हे थपायसकं न्ह्याइपुसे च्वंसा वासना सहित सम्पूर्ण क्लेशं मुक्त जुया बिज्याःम्ह भगवान् बुद्धयागु मैत्री, करुणां पिज्वःगु सः गुलिजक न्ह्याइपुसे च्वनीगु जुइ धकाः धर्म प्रीति उत्पन्न यानाः सःयात क्वातुक न्यनाच्चंबले ध्यान अङ्गत उत्पन्न जुयावल । ध्यानया बलं स्वाक्कनं विपस्सना ध्यान याःबले परिचारिकापिं सहित महारानी श्रोतापन्न जुया बिज्यात । थुकथं ध्यानाङ्ग थः नापं उत्पन्न जुइगु नामरूप धर्मतयत् ध्यानप्रत्ययशक्तिं उपकार याइगु खः ।

१८. मग्गपच्चयो – मार्ग जुयाः उपकार याइगु धर्म

लँ धयागुलिं लौलसे वंम्हसित सम्बन्धित थासय् थ्यंका बिइथें सम्यक्दृष्टि आदि भिंनिगू मार्गाङ्ग सम्बन्धित थासय् थ्यंका बियाः उपकार याइगु स्वभाव खः । सम्यक्दृष्टि, सम्यक्संकल्प, सम्यक्वचन, सम्यक्कर्मान्त, सम्यक्आजीविका, सम्यक्व्यायाम, सम्यक्स्मृति व सम्यक्समाधि – थुपिं च्यागू सम्यक् मार्गाङ्ग खः । सम्यक् मार्गाङ्ग सत्त्वपिनिगु जीवनस्तरयात थछ्वया बियाः सुगति, निर्वाणय् थ्यंका बिइत मार्गप्रत्ययशक्तिं उपकार याइ ।

मिथ्यादृष्टि, मिथ्यासंकल्प, मिथ्याव्यायाम व मिथ्यासमाधि धयागु प्यंगू मिथ्या मार्गाङ्ग खः । थुगु मिथ्या मार्गाङ्ग सत्त्वपिनिगु जीवनस्तरयात क्वह्यंका बियाः अपायदुर्गतिइ थ्यंका बिइत मार्गप्रत्ययशक्तिं गुहालि याइ ।

१९. सम्पयुत्तपच्चयो – मिले जुयाः उपकार याइगु धर्म

हलुवाय् चिनी, घ्यः, छुचुं, लः बांलाक संकाः ल्वाक छ्वयानातःगुलिइ रस प्यंगुलिं ल्वाकः ज्यानाः मिले जुइथें विषयवस्तुयात सिइकीगु स्वभाव दुगु चित्त, थिइगु स्वभाव स्पर्श, अनुभव याइगु स्वभाव वेदना, म्हसिकीगु स्वभाव संज्ञा आदि चैतसिकत छग्रूपाःखं मिले जुयाः उत्पन्न जुइ । छग्रुलिं मेगु छुटे याये मफयेक मिले जुइगु जुयाः नामधर्मत परस्परय् सम्प्रयुक्तप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

२०. विप्पयुत्तपच्चयो – मिले मजुयाः उपकार याइगु धर्म

चाकुगु, पाउँगु, खायुगु, पालुगु, फाकुगु, चिसवाः – थुपिं खुता रसया स्वाद मिले मजुसे अलग्ग अलग्ग स्वाद पिहाँ वइथें रूप धर्म व नाम धर्म नं मिले मजुसे उपकार याइ ।

चक्षुप्रसाद रूपं चक्षुविज्ञानयात उत्पन्न जुइकेत उपकार याःसांनं नामधर्मत परस्पर मिले जुइथें मखुसे मिले मजूसे विप्रयुक्तप्रत्ययशक्तिं उपकार याइ ।

२१. अत्थिपच्चयो – दयाः उपकार याइगु धर्म

पहाड, जमिन दुसा जक स्वांमा सिमायात उपकार याये फइ, मदुसा याये फइमखुथें दयाः उपकार याइगु स्वभाव खः ।

चित्तचैतसिक दुसा जक सम्बन्धित चित्तं बने जुइगु रूपयात उपकार यायेफइ । मन हलुका जुयाच्चंगु इलय् जक शरीरयात नं हलुका जुइका बिइ फइ । मन हलुका जूगु मदुसा शरीरयात हलुका याना तये फइमखु । थुकथं चित्त चैतसिकं चित्तजरूपतयूत अस्तिप्रत्ययशक्तिं उपकार याइ ।

२२. नत्थिपच्चयो – मदयाः उपकार याइगु धर्म

चा फुना वनीगुलिं सुथय् जुइत गुहालि याइथें, मत सिइगुलिं खिउँसे च्वनेत गुहालि याइथें मदयाः उपकार याइगु स्वभाव नत्थि प्रत्यय खः ।

न्हापायागु चित्त उत्पन्न जुयाः मदयाः मवंसा मेगु न्हूगु चित्त उत्पन्न जुइफइमखु । न्हूगु चित्त उत्पन्न जुइत न्हापायागु चित्त मदयाः वनेमाः । न्हापायागु चित्त मदयाः वनीगु धयागु मेगु न्हूगु चित्त उत्पन्न जुइकेत गुहालि याःगु धाइ ।

खनाः स्यूगु चक्षुविज्ञान चित्त मदयाः वंसा जक विषयवस्तुयात ग्रहण याइगु सम्प्रतिच्छन्न धयागु मनोधातु उत्पन्न जुइफइ । उकिं चक्षुविज्ञानचित्तं मनोधातुयात नत्थिप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

२३. विगतपच्चयो – अलग्ग जुयाः उपकार याइगु धर्म

सूर्य बिना वनीगुलिं चन्द्रमा लुइत उपकार याइगुथें न्हापा उत्पन्न जूगु चित्त अलग्ग वा विनाश जुयाः न्हूगु चित्त उत्पन्न जुइत उपकार याइगु स्वभाव विगतप्रत्यय खः ।

तायाः स्यूगु स्रोतविज्ञानचित्त विनाश जुया वंसा जक विषयवस्तुयात ग्रहण याइगु सम्प्रतिच्छन्न धयागु मनोधातु उत्पन्न जुइफइ । उकिं श्रोतविज्ञानचित्तं मनोधातुयात विगतप्रत्ययशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

२४. अविगतपच्चयो – अलग्ग मजूसे उपकार याइगु धर्म

महासमुद्रया आधारय् न्यात म्वानाच्चनी । समुद्रं अलग्ग मजूतले न्यात म्वानाच्चने दइगुथें अलग्ग मजूसे उपकार याइगु स्वभाव अविगतप्रत्यय खः ।

ताया स्यूगु चित्त उत्पन्न जुइकेत श्रोतप्रसाद अथे हे शब्दारम्मणं
अलग्ग जुइमज्यू । सःयात ग्रहण याना काइगु श्रोतप्रसाद, तायेकेबहःगु सः दःसा
जक तायाःस्यूगु श्रोतविज्ञान चित्त उत्पन्न जुइ । उकियात हे श्रोतप्रसाद धयागु
श्रोतआयतनं श्रोतविज्ञानचित्तयात अविगत प्रत्यय शक्तिं उपकार याःगु धाइ । अथे
हे शब्द आयतनं नं श्रोतविज्ञानचित्तयात अविगतशक्तिं उपकार याःगु धाइ ।

थुकथं पट्टानय् २४ गू प्रत्यययात कारण, फल व प्रत्ययया शक्तिकथं
स्पष्टरूपं क्यना तःगु दु । पट्टानयात बांलाक अध्ययन चिन्तन व मनन याये फःसा
आत्म, जीव, पुद्गल, सत्त्व मदु, श्रृष्टिकर्ता नं मदु, कारण फलोत्पन्न जक दु । उगु
कारण फलोत्पन्न नं सम्बन्धित कारणं यानाः सम्बन्धित फल दइगु धकाः थुइके
फतधाःसा द्वंगु धारणा मदयाः सम्यक्दृष्टि उत्पन्न जुयावइ । थुगु पट्टानयात आदर
गौरवपूर्वक पाठ यायेगुया नापं दुग्यंगु ज्ञान नं प्राप्त यायेगुया लागी कुतः भ्नी
सकसिनं याये फयेकेमाः ।

चिरं तिष्ठतु सद्धम्मो ।
सद्धर्म चिरस्थायी जुइमा ।

(थाय् थासय् याःगु पट्टान देशनाय् आधारित लेख)

Dhamma.Digital

अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र व जिगु प्रव्रजित जीवन

वि.सं २०४४ सालया खँ खः । अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रय् बर्माया सुप्रसिद्ध ध्यानगुरू सयादो ऊ पण्डिताभिवंस महास्थविरया निर्देशनय् ध्यान शिविर जुइगु खँ न्यना । उगु शिविरय् न्त्याथे यानाःनं ब्वति कायेगु प्रबल इच्छा उत्पन्न जुल । उकिं क्याम्पसय् बिदा कयाः जिं भिंन्यान्हुया शिविरय् ब्वतिकयागु खः । शिविरया इलय् वसपोलं “दुर्लभ धर्म न्यागुः यायेमाःगु ज्या अर्थात् शील, समाधि, प्रज्ञा वृद्धि यायेगु धयागु भावनायात हनिचा याये, कन्हय् याये धकाः समय लिच्छ्वया च्वनेमते आः हे या । कन्हय् छु जुइ धायेमफु । गुबलय् सिइ धकाः सुनांनं धाये फइमखु । मृत्युराजयात कन्हय् वा, कंस वा धकाः सम्भौता याये ज्यूमह नं मखु । उगु मृत्युया कारण नं यक्व दु धयागु भदेकरत्त सूत्र; अथे हे ‘चत्तारो अपाया सकगेहसदिसा’ अर्थात् प्यंगू अपाय धयागु थःगु न्त्याबले च्वनेगु छेंथें खः । गुबलय् तक मार्गफल ज्ञानद्वारा मनया खिति, क्लेश प्रहाण याये फइमखुनि, उबलय् तक व छेंथें वने मालेयःनि । कस्ति नं छगू मार्गज्ञान प्राप्त यायेफुसा उगु अपाय छेंथें गबलय् नं वने माली मखुत । मनुष्य जन्म कयागु नं सार्थक जुइ” धयागु मनयात क्वाकाः ग्वाकाः बिइगु उपदेश न्यनाः ध्यान भावना क्वातुक्क अभ्यास यानाबलय् दुनेनिसें धर्मयाप्रति श्रद्धा उत्पन्न जुयावल । चूलाके थाकुगु बुद्धशासन चूलानाः दुर्लभगु मनुष्य जन्म प्राप्त जुयाच्चंबलय् मनुष्य जन्मयात सार्थक यायेमाल धयागु नं मनय् वल । उगु इलय् हे जीवनभर बुद्धशासनयागु सिचुगु किचलय् अनागारिका प्रव्रजित जीवन हनाः परियत्ति नं ब्वनेगु, ध्यान भावनाय् नं यक्व समय बियाः, क्वातुक्क अभ्यास यायेगु इच्छा उत्पन्न जुयावल । जिनापं ध्यानच्चीपिं निम्ह पासा (सपना, अजन्ता) पिनि नं अजाःगु हे इच्छा उत्पन्न जूगु जुयाच्चन । थजाःगु इच्छा उत्पन्न जूगु थुगु ध्यान केन्द्रय् ध्यान भावना अभ्यास यानाः खः ।

शिविर सिधयेकाः, भिन्त्यान्हु दुखुन्हु श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक भन्तेन 'मस्त छिपिं बर्मा वने न्त्याःला ? सयादोजिं नेपाःया मस्त छ्वया हयेत धयाबिज्याःगु दु' धकाः धयाबिज्यात । "ज्यू भन्ते ! जिमि वनेगु इच्छा दु" धका प्रार्थना यानाबल्य वसपोलं "मांबाःपिके अनुमति कयाः कन्हय् सयादोजीयात प्रार्थना याः वा" धकाः आज्ञा जुयाबिज्यात । मांबाःपिके अनुमति कायेधुंकाः कन्हय्कुन्हु हे सयादोजीयात नापलाःवना । जि व पासा निम्हसिनं बर्माय् वये मास्तिवःगुबारे प्रार्थना यानाबल्य वसपोलं थीथी न्त्यसः तयाबिज्याःगु व लिसः बियागु खँत थन उल्लेख याये त्यना ।

न्त्यसः छाया बर्मा वये मास्तिवःगु ?

लिसः अनागारिका जुयाः बुद्धधर्म अध्ययन नापं ध्यान भावना दुग्गयेक अभ्यास याये मास्तिवःगुलिं खः, भन्ते ।

न्त्यसः मुख्य लक्ष्य छु खः?

लिसः थः स्वयं परियत्ति अध्ययन नापं ध्यान भावना सन्तोष जुइक अभ्यास यानाः मेपिन्त नं थम्हं फक्व स्यनेकने यायेगु लक्ष्य खः, भन्ते ।

न्त्यसः थः यक्व सःस्यू मजूसां मेपिन्त स्यने कने याये मजूला ?

लिसः "थुगु खँ जा स्वाभाविक मजू । छलपोलं हे उखुन्हु धर्मदेशनाया सिलसिलाय् "थः स्वयं भ्यातनालय् दुनाच्वंम्ह जुयाः भ्यातनालय् दुनाच्वंम्ह मेम्हसित गुकथं थकायेफइ ? थः न्त्यवः भ्यातनालं पिहां वःसा जक मेम्हसित नं याउँक बचये याये फइ" धकाः आज्ञा दयेकाबिज्याःगु खँ जिं बांलाक थू" धकाः लिसः बियाबलय् वसपोल मुसुमुसु न्हिलाः ज्ञानपूर्णिक भन्तेयात बर्मी भासं खँ ल्हानाबिज्यात ।

न्त्यसः नेपाःसिकं बर्मायागु मौसम तसकं तान्वः, सहयाये फइला ?

लिसः श्रद्धेय धम्मवती गुरूमां, श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक भन्तेपिसं सहयानाबिज्याःथें जिमिसं नं तान्वःगु जक मखु मेमेगु नं सहयानाः कुतःयाये ।

न्त्यसः बर्माय् धार्मिक शिक्षा जक ब्वंकी, लौकिक शिक्षा ब्वंकी मखु । आइ. एस्सी पास जुइधुंकाः वि. एस्सी ब्वनाच्वनतिनिम्ह छं डिग्री काये मास्ति मवःला ?

लिसः "तःधंगु लाभ प्राप्त यायेत चीधंगु लाभ त्याग यायेमाः" धयातःथें लौकिक शिक्षा थुलिं दिनाः सारत्वं जायाच्वंगु बुद्धशिक्षा सयेके मास्ते वः ।

न्त्यसः बर्माय् न्वयेवयेकाः ब्वनेगु चलन दु । न्वयेवयेकेगु बानि दुला ?

लिसः भतिभति बानि दु । बौद्ध परियत्ति ब्वनाबलय् परित्राण, धम्मपद न्वये वयेकेमाः । कलेजय् विज्ञानया विद्यार्थी जूगुलिं न्यूक्लियर फर्मूलात कण्ठ वयेकेगु बानिला दु ।

न्त्यसः मां बौपिसं बचं बिलला ?

लिसः मांबौपिसं बचं बियाबिज्यात ।

न्त्यसः मांबापिनि नुगःमछिं मजूला ?

लिसः मांबापिनि मचाखाचालिसे बाया च्वनेमालीबलय् नुगः मछिनीगु स्वाभाविक हे खः । तर मांबापिं बिहारय् वनाच्चपिं, धर्मय् नं श्रद्धा दुपिं खः । मां (रत्न देवी धाखा) ला न्हापा सुमंगल भन्तेनापं तीर्थयात्राया कमय् बर्माय् वनाः अन च्वपिनिगु श्रद्धा खनाः तसकं प्रभावित जूम्ह खः ।

उबलय् जिपिं पटक्क हे बर्मीभाय् मसः । श्रद्धेय ज्ञानपूर्णक भन्तेनं अनुवाद यानाबिज्याःगु खः । खँल्हाबल्हा सिधयेकाः वसपोल सयादोजीं लय्लय् तातां साधुवाद बियाबिज्यात । स्वाकं वसपोलं 'बर्माय् च्वनेबलय् नये, त्वनेगु, च्वनेगुनिसं सयेके सिद्धकेगु, भिसायागु ज्या दक्व जिम्मा कयागु जुल । बिस्तार यानाच्वनेमते । याकनं वयेत कुतःया' धकाः आज्ञा जुयाबिज्यात । जिमिसं नं स्वक्वः साधु ! साधु !! साधु !!! धकाः साधुवाद बियाः वन्दना यानाः छँय् लिहां वया ।

बर्माय् वनेत आःथें अःपु मजू । भिसा कायेत यक्व समय लगये जुल । जिपिं बर्मीज भाय् सयेकेत ज्ञानपूर्णक भन्तेयाथाय् वनाः भाषा अध्ययन याना । दच्छि लिपा २०४५ सालय् बर्मा वना । अन थ्यंकाः नां जाःगु महाशी सासन यैताय् प्यला लगातार ध्यान च्वना । अन हे वसपोल परमपूज्य सयादोजीयागु उपाध्यायत्वय् बि.सं २०४५ पुष महिनाय् अनागारिका जुया । वसपोलं बर्मा च्वनागु ज्वःछिं नये, त्वनेगु इत्यादि दक्व जिम्मा कयाः स्वयं थम्हं नं स्यनेकने यानाबिज्यात । वसपोलयागु सिचुगु किचलय् च्वनाः ई.सं. १९९८ स धम्माचरिय उपाधि हासिल याना । वसपोलयागु परियत्तिं अलग मजूगु पटिपत्ति, पटिपत्तिं अलग मजूगु परियत्ति आवश्यक जू धयागु ओवादकथं प्रत्येक तहयागु परीक्षा सिधलकि कम्ति नं लच्छि ध्यान च्वनेगु, मेबलय् परियत्ति ब्वनेगु यानाच्वनागु खः । धम्माचरिय उत्तीर्णं लिपा अप्वः प्रटिपत्ति (ध्यान च्वनेगुलिइ) समय बिया, नापं अनच्चपिं गुरूमापिन्त व नेपालं ब्वनेत वःपिं गुरूमापिन्त अध्यापन यानाः प्यदँतक च्वनाः नेपाः लिहांवया । थन वयाः ध्यानकेन्द्रय् च्वनाः थम्हं फक्व शासनिक ज्याखँय् लगये जुयाच्वनागु खः । ध्यानकेन्द्रथें जाःगु पुण्यक्षेत्रय्, पवित्रस्थलय् च्वनाः ध्यान शिविरय् ग्वाहालि यायेगुया नापं बुद्धशिक्षा, परियत्ति ब्वंइपिं मस्तय्त स्यनेकने यायेगु, अभिधर्म ब्वनेगु इच्छा दुपिं तःधिकपिन्त अभिधर्म स्यनेगु, थन हे च्वपिं अनागारिकापिं, ऋषिनीपिन्त स्यनेकने यायेगु यानाच्वना । सयादोपिसं बर्मीभाषं बियाबिज्याःगु उपदेश नेपालभाषां अनुवाद यायेगु, इलय् बिलय् स्वयं थम्हं नं उपदेश बीगु, ध्यान जाँच यायेगु यानाच्वना । नेपालय् बुद्धवचन त्रिपिटक अनुवाद

यायेगु टिमवर्कया ज्याय् जिगु नं जिम्मेवारी दुगु जुयाः त्रिपिटक सफू (धम्मसङ्गणी, महानिद्देश) अनुवाद यायेगु यानाच्चनागु दु । लुमकेबहःजू, न्हापा विमलजाणी व जिं अनुवाद यानागु चूलनिद्देश सफू थुगु हे ध्यानकेन्द्रय् विमोचन जूगु खः । थुगु ध्यानकेन्द्रय् जुयाच्चनीगु शासनिक ज्याय् थम्हं नं छुक्कथं जूसां सहयोग यायेखंगु लुमनीबलय् मन प्रशान्त, प्रफुल्लित जुया वड्गु “अहो ! थुगु ध्यानकेन्द्रयात बःकयाः जिं यक्व पुण्यलाभ यायेखनाच्चन” धकाः मन लुधंफुधं नं जुया वड्गु खः । ध्यानकेन्द्रया धार्मिक वातावरणय् च्वनेबलय् कुशल पुण्य सञ्चय यायेगु अवसर यक्व हे दयाच्चनीगु खः । थ्व तःधंगु सौभाग्यया खँ खः । थजाःगु खँ लुमक्वपतिं परपूज्य गुरूवर ओवादाचरिय सयादोजी, मचाबलय् निसंयाम्ह गुरू दिबंगत प्रज्ञानन्द महास्थविर, मचानिसं धर्मया लँपुइ पलाःछियेत प्रेरणा बियाबिज्याःमह अ. उत्पलवण्णा (चिनी गुरूमां), धम्मवती गुरूमां, जाणशीला गुरूमां, जग्गा दातामां चन्द्रजाणी गुरूमां (सुश्री चैत्यमाया शाक्य), कमितिया दुजःपिन्त दुनुगलनिसं साधुवाद बियाच्चना नापं कृतज्ञ जुयाच्चनागु दु । थुगु ध्यानकेन्द्रया कमितिइ च्वपिं थःथःगु ज्याखँ दःसां ओवादाचरिय सयादोजी, धर्मानुशासकपिनिगु ओवादानुरूप थःथःगु कार्यभार बहन यानाः थाकुमचासे ग्वाहालि यानाच्चंगुलिं नं थुगु ध्यानकेन्द्र थुगु अवस्थाय् थ्यंकेफुगु खः ।

सयादोजीं ओवाद बियाबिज्याइबलय् धयाबिज्याइगु खँ नं लुमके बहःजू । सकलें मिलयेचलये जुयाः छथी छर्पाय् जुइगु, भित्रता दयेका च्वनेगु, समभाव तयेगु, परस्पर बांलाःगुपक्ष स्वयेसयेकेगु, गुकिं यानाः स्नेह भाव दयावइ, सहयाये फयावइ, क्षमा बिइ फयावइ । मैत्री न्ह्यचीकाः ज्या यायेगु, खँ ल्हायेगु, बिचाः यायेगु, सुयागुं द्रंगु दःसा वयात क्वाक्वा त्यायेगु मयाःसे सुधार यायेत लँपु क्यना बिइगु, अभाव जुयाच्चंगुयात पूर्ति यायेगु, कमजोर पक्षयात बलाका यंकेगु, सफल जुल धकाः उकिइ दिना मच्चंसे अभ्र प्रगति याना यंकेगु धयागु ओवाद नं मानसिक शक्ति बल्लाकेत तागतया वासःथें खः । वेय्यावच्च याइपिसं नं भिंगु चेतनां ग्वाहालि यानाच्चंगुलिं, अथेहे श्रद्धालु दातापिसं नं माःबलय् ग्वाहालि यानाच्चंगुलिं थौं भीसं ध्यानकेन्द्रया रजत वर्ष मानये याये खनाच्चन ।

मानव जीवनया मूल्य वृद्धि जुइका बिइगु, जीवनस्तर थछ्वयाबिइगु ज्या मध्यय् सर्वोत्तमगु स्मृतिप्रस्थान ध्यान भावना अभ्यास यायेगु थाय् थुगु अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, शासन चिरस्थायी यायेगु ज्याय् न्ह्याबलें न्ह्यज्यां वनेफयेमा धकाः शुभाशिष व्यक्त यानाच्चना ।

‘चिरं तिष्ठतु सद्धम्मो’ ।

(रजत महोत्सव स्मारिका, अ.बौ.भा.केन्द्र, वि.सं २०६७, बु.सं. २५५४)

अब्जजाणी मुक्तजांया च्चन्नु । ५३

अनन्त गुणवानम्ह भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरया लुमन्ति

१३ मार्च १९९३ या बर्मीज समाचारपत्र स्वयाः पूज्य संघमहानायक प्रज्ञानन्द महास्थविर भन्ते मार्चया ११ तारिखं दिवंगत जुया बिज्यात धयागु खबर सियाः बर्माया यांगुनय् च्वंगु पण्डिताराम ध्यानकेन्द्रय् च्वना च्वनापिं जिपिं नेपाःमि विद्यार्थीपिं सकलें छु जूगु धइथें आश्चर्य चाल । मन हे खुल्लं मिन । जिमिगु विचारय् भन्ते अपायसकं याकनं बिज्याइ धकाः मच्चं, सच्छिदं मयाक म्वाना बिज्याइ धइथें मनय् । तर आकाभाकां थुजागु समाचार न्यनाः छुथें छुथें जुल । अले अनिच्चावत संखारा उप्पादवयधम्मिनो लुमंकाः धैर्यं याना । अबले छकलं वसपोलयागु गुण भलललं लुमना वल ।

वसपोल भन्ते बुद्धया जन्मभूमि नेपाः देशय् शुद्ध बुद्धधर्म थेरवाद-शासन लोप धइथें जूगु इलय् काठमाडौंलय् पीत चीवर पुनाः न्हापां भिक्षाटन बिज्यानाः श्रद्धालुजनपिन्त पुण्य यायेगु मौका बिया बिज्याःम्ह खः । वसपोल थःम्हं नं धर्मयात पालन यानाः शील, समाधि व प्रज्ञा अभिवृद्धि यासे ज्ञानं खंकाः मने वाचायेका श्रद्धालु उपासक उपासिकापिन्त नं सुख शान्ति जुइगु, दुःखं मुक्त जुइके फुगु धर्मया रसपान याकेया नितिं गांगामय् शहरं शहरय् चाःहिला बिज्यानाः गहन व सारयुक्तगु उपदेश कनाः वथें शमथ व विपश्यना भावना स्यनेकने याना बिज्याःम्ह खः । वसपोलं नेपालय् बुद्धशासनया पुसा पिइगुनिसें कयाः बुद्धशासनयात प्रज्वलित यासे थौया अवस्थाय् तकं थ्यंकेगुली वसपोलया तःधंगु योगदान दु । बुद्धधर्मयागु प्रचारया सिलसिलाय् अनेक बिघ्न बाधा वःसां भतिचा हे विचलित मजूसे उत्साह व उमंगपूर्वकं समस्या समाधान यानाः अग्रसर जुया बिज्याये फुगु प्रशंसनीय जू ।

भन्तेयागु त्याग व तपस्यां यानाः ल श्रद्धालु उपासक उपासिकापिं बुद्धशासनयागु सिचुगु किचले च्वनाः थःगु जीवन च्वन्त्याका यंके फत । भिक्षुपिं, श्रामणेरपिं व अनागारिकापिनि जूसा थःथःगु प्रब्रजित जीवनया स्तर वृद्धि यायेत प्रेरणा दतसा गृहस्थपिनि नं निर्दोष जीवन हनेगुली प्रेरणा जूवन ।

वसपोल भन्तेनं भीत द्वलंढः उपदेश जक कना बिज्याःगु मखु, नेपाल भाषां धर्मया सफूत च्वयाः, अनुवाद यानाः धर्मया रसपान याका बिज्यात । नापं नेपाल भाषा साहित्यया भण्डार जायेकाः भाषा जवाः नं जुया बिज्याःगु खः ।

वसपोल भन्ते जिमि न्हापांम्ह गुरु खः । मां (रत्नदेवी) नं जिमित मचांनिसें पुण्यया संस्कार दयेका बीमाः धकाः ६ दँ ७ दँ दसानिसें श्री शाक्यसिंह विहारय् यंकाः वसपोलयाथाय् ध्यान तयेत च्वना यंकीगु खः । अबलेनिसें भन्तेयापाखें उपदेश न्यनेगुया लिसें ध्यान नं च्वं वनेगु खः । भन्तेनं ध्यान च्वनाबले न्ह्याथें जाःगु वेदना वा मार वःसां सह यायेमाः, सहयाःसा निर्वाणय् थ्यनी धया बिज्याःगु खँ आःतकं न्हायपनय् गुञ्जे जुयाच्वंगु दु । अबले भन्तेनं अनित्य, दुःख व अनात्म, आर्य अष्टांगिक मार्ग तथा स्कन्ध, आयतन, धातु, सत्य, प्रतीत्यसमुत्पादया खँ कना बिज्याइगु अबले जिं मचातिनिगु जुयाः ज्ञानं थुइके मफु । ग्वःगू दु, छु छु धइगु स्वरूप जक कण्ठ वयेका तये फु । धम्मपद गाथायागु बाखं, मेमेगु बाखंत भन्तेनं हावभाव यानाः कना बिज्याइगु बाखंत लुमना च्वं । आः तःधिकः जुया वःथें ज्ञानं थुसानिसें वसपोलं न्हापा कना बिज्याइगु उपदेशत थुया थुया वयाच्वन । वसपोल अभिधर्मथें जागु गम्भीर देशनायात नं सरल रूपं थुइका बिज्याये फुगु शक्ति दुम्ह खः धयागु सिया वल । वसपोलया मैत्रीयुक्तगु अर्ति उपदेशयागु प्रभावं यानाः जितः नं बुद्धशासनयागु सिचुगु किचलय् च्वनेगु मौका प्राप्त जुल । बर्माय् वनाः अनागारिका जुयाः प्रब्रजित जीवन हनाः बुद्धधर्म अध्ययन व अभ्यास याये खंगु वसपोलया अनुकम्पां नं खः ।

वसपोल भन्तेनं जितः नेपालय् च्वनाबले जक अर्ति उपदेश बियाः अनुकम्पा तया बिज्याःगु मखु, वर्माय् थ्यनेधुंकाः नं बरोवर आशीर्वाद उपदेश बियाः पौ च्वया बिज्यायेगु याः । गुबले गुबलें छैनं वसपोल भन्तेया आशीर्वाद सहितगु उपदेशं जाःगु वथें परित्राणया क्यासेट भरे यानाः नं छुवया हयेगु याः । वसपोल भन्तेयागु उगु करुणायुक्तगु सः न्यनाः मन बल्लाकाः सन्तोष कया च्वनेगु खः । वसपोल भन्तेनं आशीर्वाद बिया बिज्याइगु “सुख शान्ति दयेमा, जय जय जुइमा, दुःख मदयेमा, मभिंगु मनय् सुयां उत्पन्न मजुइमा, भिंगु मनय् उत्पन्न

जुडमा, गुलि फत उलि याकनं जाति, जरा, व्याधिं मुक्तगु परम शान्तिगु मार्गफल निर्वाण भी सकसितं प्राप्त जुडमा । भवतु सब्ब मङ्गलं... धयागु आशीर्वाद भन्ते लुमंक पतिकं न्हायपनय् ध्वया च्वनीगु खः । अजाःमह महानमह भन्ते, शील, समाधि, प्रज्ञा, मैत्री, करुणा, क्षान्ति आदि आदि गुणं युक्तमह तःधिकःमह भन्ते थौं भीगु न्ह्यःने मन्त, ध्व तसकं संवेगया खं खः । वसपोल मदुसां नं वसपोल भन्तेनं नेपालय् बुद्धशासनया उन्नति व अभिवृद्धिया निंतिं याना बिज्याःगु योगदानत बौद्ध इतिहासय् अंकित जुयाच्वनीतिनि । वसपोलया यश, कीर्ति बौद्ध जगतय् फइले जुयाच्वनी धयागु दृढ विश्वास दु ।

वसपोल भन्तेनं जितः यक्व गुण उपकार याना तःगु दु, गुगु जिं वर्णन यानां साध्य मजू । वसपोल अनन्त गुणवानमह गुरुया प्रति कृतज्ञ जुया च्वनागु दु । वसपोलयात याकनं निर्वाण प्राप्त जुडमा धकाः त्रिरत्नयाके प्रार्थना यासे लुमन्तिया छत्वाःचा खं क्वचायेका च्वना ।

(प्रज्ञानन्द स्मृति ग्रन्थ : वि.सं. २०५२, बु. सं. २५३९)

नत्थि रागसमो अग्गि, नत्थि दोससमो कलि ।
नत्थि खन्धसमा दुक्खा, नत्थि सन्तिपरं सुखं ॥

राग समान मि मेगु मदु,
द्वेष समान अपराध मेगु मदु,
पञ्चस्कन्ध समान दुःख मेगु मदु,
निर्वाण समानगु सुख मेगु मदु ।

- धम्मपद

लुमंकेबहःम्ह धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली' नाप जूगु छलफलया छगू ऋलक

नेपाःया थेरवाद बुद्धशासनय् परियत्ति वथें प्रतिपत्तिशासनय् तःधंगु योगदान बिया बिज्याःपिमध्ये वसपोल धर्मरत्न शाक्य 'त्रिशुली' नं छम्ह खः । उपासकपिके दयेमाःगु गुणं सम्पन्नम्ह, दुग्यंक सल्लाह बिइसःम्ह, सरल, शान्त स्वभाव दुम्ह, ध्यानभावनाद्वारा मन क्वातुकाच्चंम्ह वसपोल धर्मरत्न शाक्य अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रया छम्ह अविस्मरणीय सल्लाहकार व हितचिन्तक खः । वसपोल न्हिथं धैथें बरोबर बिज्यानाः ध्यानकेन्द्रय् ध्यान भावना यानाः, अनागारिका भवनया निर्माणकार्यय् सल्लाह बियाः, रेखदेख यानाः निर्माण कार्य पूमवंतले तःधंगु हे गुहालि याना बिज्याःगु दु । वसपोल बिज्याइबलय् त्वताः स्वयाः फुर्सद दइबले जि नाप धर्मया छलफल याना बिज्याइगु खः । वसपोलं जि बर्माय् अध्ययन यानाः धम्माचरिय पास याना वयागु छययेके बिइगुकथं नं जुइफु, थःम्हं स्यूथें, वथें मेपित थुइके बिइगु क्षमता वृद्धि यायेगुकथं नं जुइफु वसपोलं प्रश्नत बिभिन्नकथं न्यना बिज्याइगु खः । वसपोलनापं आपालं धर्मया छलफल जूगुमध्ये छुं छुं अंश जक न्ह्यब्वया च्वनाः-

१. प्रश्न : गौतम बुद्धं प्यंगू असंख्य व छगू लाख कल्प पारमिता धर्म पुरे यानाः बुद्ध जुया बिज्यात । असंख्य धयागु ल्याःखाये मफुगुयात धाइगु खःसा असंख्य प्यंगू धइगु गुकथं ल्याःचाः जूवंगु खः ?

लिस : ल्याःखाये मफुगुलिं असंख्य धाःगु खःसां प्यंगू स्थानय् कल्प ल्याःखाये मफुगुलिं प्यंगू असंख्य जूगु खः । बुद्धवंस पालि, चरियापिटक अट्टकथाकथं

थुकथं उल्लेख जुयाच्चंगु दु-

१. दीपंकर तथागत व कोण्डण्य तथागतपिनिगु दथुया इलय् महाकल्प ल्याःखाये हे मफयेक शून्य कल्पत (बुद्ध उत्पन्न मज्जूगु कल्प) दयाच्चंगु जुयाः छगू असंख्य कल्प काःगु खः ।

२. कोण्डण्य तथागत व मङ्गल तथागतपिनिगु दथुया इलय् महाकल्प ल्याःखाये हे मफयेक शून्य कल्पत दयाच्चंगु जुयाः छगू असंख्य कल्प काःगु खः ।

३. शोभित तथागत व अनोमदस्सी तथागतपिनिगु दथुया इलय् महाकल्प ल्याःखाये हे मफयेक शून्य कल्पत दयाच्चंगु जुयाः छगू असंख्य कल्प ।

४. नारद व पदमुत्तर तथागतपिनिगु दथुया इलय् महाकल्प ल्याःखाये हे मफयेक शून्य कल्पत दयाच्चंगु जुयाः छगू असंख्य कल्प दयाच्चंगु जुयाः जम्मा यानाः प्यंगू असंख्य जूवंगु खः ।

२. प्रश्न : भगवान् बुद्धया इलय् घोसक, उत्तरा कथावस्तु अथे हे विम्बिसार जुजुं थः पासा पुक्कुसाति जुजुयात बुद्ध, धर्म, संघ, त्रिरत्न लोक्य् उत्पन्न जूगु खँ लुँपाताय् आखः कीकाः समाचार छवःगु खँ स्वयेबलय् उबले आखः च्वयेगु चलन दु धयागु खँ स्पष्ट जू । थुकथं च्वयेगु चलन दुसां धर्मया खँ छाय् ताडपत्र, शिलापत्र आदिलय् आखः मच्चःसे संघपिसं कण्ठस्थ यायेगुकथं धारण यानाः परम्परा न्ह्याका बिज्याःगु खः ?

लिसः भगवान् बुद्धया इलय् आखः च्वयेगु चलन दुगु खँ प्रष्ट जुयाच्चंगु दु । अथे जूसां नं भिक्षुसंघपिसं धर्मयात आदर गौरव तयेगुकथं आखः च्वयाः ब्वनेगुसिकं तनं तं कण्ठस्थ धारण यायेगु चलन दुगु जुल । उगु इलय् श्रद्धा, प्रज्ञा, स्मृति तिष्ण जूगु युग जुयाः गुरु शिष्य परम्पराकथं छम्हसिनं कंगु खँ मेमेपिसं ल्यू ल्यू धयाः नं लुमंका वयेके फुगुलिं च्वया च्वनेगु आवश्यक मजुल जुइफु । भगवान् बुद्ध परिनिर्वाण जुया बिज्यायेधुंकाः ४५० दँ लिपा श्रीलंकाय् दुर्भिक्ष जूबले नये मखनाः प्वाथय् फिं त्येयेकाःतकं धर्मया खँ (पिटक) आवृत्ति याये मालावन । आःथे थुकथं लिपा महाभय जुलधाःसा भविष्ययापिं व्यक्तिपिसं पिटकयात कण्ठस्थ धारणा यानातये थाकुइगु खंकाः वथे मनूतयेके श्रद्धा व प्रज्ञा नं दुर्बल जुइगु खँ बिचाः यानाः वट्टगामणि जुजुया पालय् ताडपत्रय् च्वयाः चतुर्थ संगायना याःगु जुल । थ्वयां न्ह्यःतक मौखिकरूपं पिटक सुरक्षित जुयाच्चंगु जुल ।

३. प्रश्न : सम्यक्सम्बुद्ध व प्रत्येकबुद्धया बिचय् भिन्नता छु दु ?

लिसः सम्यक्सम्बुद्ध जुया बिज्याइम्ह व्यक्ति बुद्ध जुइसाथं थःके दशबल

ज्ञान, चतुर्वेसारज्ज ज्ञान व वेनेय्यपिनिगु इन्द्रिय परिपक्व जू मजू सिइके फुगु इन्द्रियपरोपरियत्त ज्ञान, अथे हे महाकरुणासमापत्ति ज्ञान, यमकपातिहारिय ज्ञान, सर्वज्ञता ज्ञान, अनावरण ज्ञान प्राप्त याना बिज्याइ । प्रत्येकबुद्ध जुइम्ह व्यक्ति प्रत्येकबुद्ध जुइसाथं प्रत्येकबोधिज्ञान प्राप्त याना: दशबल इत्यादि ज्ञानतयत् प्राप्त याना कायेमफु । उकिं सर्वज्ञ तथागत समान मजूसे चतुरार्य सत्ययात सिइका: प्रत्येकबुद्ध जुया बिज्याइ । प्रत्येकबुद्धपिं बुद्धशासन मदुगु इलय् हे जक उत्पन्न जुइगु ख: । अथे जुया: वसपोलपिसं प्राणीपिन्त मार्गफल लाइगुकथं बोध याये फइ मखुगु जुयाच्चन । पारमिता पुरे याइगु नं पा:गु जुया: सम्यक्सम्बुद्ध व प्रत्येकबुद्धया बिचय् यक्व भिन्ता दुगु जुल ।

४. प्रश्न : अनागारिका गुरुमांपिसं शील ब्यूगु गुलिंगुलिसिया चित्त बुभ्हे मजू । छुं गथे जुया: भन्तेपिं मदुथाय् गुरुमांपिसं शील बिइ ज्यू लाकि मजू छक: सिइके द:सा ज्यू ?

लिस : शील बिइगु धका: थ:के च्वंगु बिइगु मखु । शील कायेगु विधि जक स्यना बिइगु ख: । थुकथं स्यना बिइगु भिक्षुपिसं जक मखु गुरुमांपिं, अथे हे उपासक उपासिकापिसं नं ज्यू । गन नं भिक्षुपिसं बाहेक मेपिसं शील बिइ मजू धका: उल्लेख यानात:गु मदु । तर परम्पराकथं भिक्षुपिन्त आदर गौरव तयेगुकथं न्त्यानाच्चंगु दु । वसपोलपिं मदुथाय् अनागारिकापिसं उपासक उपासिकापिन्त शील कायेकेबलय् मस:पिं जुल धा:सा थ:म्हं धया: धया: शील बिइमाली । शील काये स:पिं जूसा अनागारिका गुरुमांपिं नापनापं शील कायेगु चलन दु ।

५. प्रश्न : बुद्धधर्मय् आत्मा मदु धयागु खँ भीसं सियाच्चंगु दु । आत्मा दु धाइपिसं सीबलय् आत्मा सरे जुइगु ख: धाइगुयात थुकथं मखु धका: गुकथं थुइका बिइमाली ?

लिस: मरणलिसे स्वापू तया: मनूतय्के आपालं द्वंगु धारणात दयाच्चंगु दु । गुलिसिनं न्हापाया जन्मया नामरूप न्हूगु जन्मय् सरे जुइगु ख: धका: आत्मायात नित्यकथं का:वनी । थ्व शाश्वतदृष्टि जुल । गुलिसिनं न्हापाया: जन्मया नामरूप दक्व मदया वनी धका: धारणा ज्वनाच्चनी । थ्व उच्छेददृष्टि जुल ।

वास्तवय् थुगु जन्मया कर्म इत्यादि कारणं मेगु जन्मय् प्रतिसन्धि विज्ञान उत्पन्न जुइगु खँय् न्हापायागु जन्मया नामरूप धर्म सरे जूगु नं मखु, न्हापायागु नामरूप धर्म नं अलग मजू धइगु खँ बिभिन्न उपमात बियात:गु दु । गथेकि पहाडया च्वकाय् वना: त:सकं हाल धा:सा प्रतिध्वनि ताये दइ । थ्व प्रतिध्वनि

मूलगु सः नं मखु, मूल सलं अलग्ग नं मखु । मूल सःयागु कारणं उत्पन्न जूगु प्रतिध्वनिथें थुगु जन्मया कर्म इत्यादिया कारणं लिपायागु न्हूगु जन्मय् प्रतिध्वनि विज्ञान उत्पन्न जूगु खः । प्रतिध्वनि विज्ञान पुलांगु जन्मया नामरूपं स्वाकनं सरे जूगु नं मखु । पुलांगु जन्मया कर्म इत्यादिं अलग्ग नं मजु ।

मेगु उपमा- छम्ह व्यक्ति न्हाय्कं स्वइबलय् प्रतिबिम्ब खने दइ । न्हाय्कनय् वःगु व्यक्तिया प्रतिबिम्ब जक खः धात्थें वहे व्यक्ति मखु । उम्ह व्यक्तिबिना उगु प्रतिबिम्ब उत्पन्न जुइ नं मखु । न्हाय्कनय् न्त्यःने दयाच्वंम्ह व्यक्तिया कारणं उत्पन्न जूगु किचःथें पुलांगु जन्मया कर्म इत्यादि कारणं लिपायागु जन्मय् प्रतिसन्धि विज्ञान उत्पन्न जुइगु खः । थन न्हाय्कनय् न्त्यःने च्वंम्ह व्यक्ति न्हापाया जन्मया कर्म इत्यादि कारणथें खःसां न्हाय्कनय् च्वंगु प्रतिबिम्ब लिपाया जन्मया प्रतिसन्धि विज्ञान उत्पन्न जुइथें खः ।

मेगु उपमा- लोगों छाप तइबलय् भौतय् छाप च्वनी । ध्व भौतय् च्वंगु आखः लोगोलय् च्वंगु आखः नं मखु । लोगोलय् च्वंगु आखलं नं अलग्ग मजु । लोगोय् च्वंगु आखलं यानाः भौतय् आखः सिइ दइथें न्हापायागु जन्मया कर्म इत्यादिं यानाः लिपायागु न्हूगु जन्मय् प्रतिसन्धि विज्ञान उत्पन्न जुइगु खः ।

थुकथं न्हापायागु जन्मया कर्म इत्यादि कारणं लिपायागु जन्मय् प्रतिसन्धि च्वनी धइगु धारणा दुसा जक 'छगू जन्मं मेगु जन्म काइबलय् कारण कार्य स्वापू दयाः जुइगु खः' धइगु सही धारणा सम्यक्दृष्टिकथं उत्पन्न जुइ । शाश्वत दृष्टि व उच्छेद दृष्टिं मुक्त जुइ ।

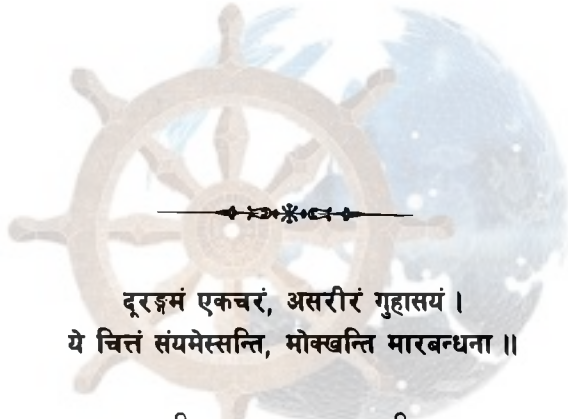
६. प्रश्न : थुम्ह शाक्यमुनि बुद्धया शासन दुबले मार्गफल प्राप्त यानाः तरे जुइ मफत धाःसा तुषित देवलोकय् जन्म काये दयाः मैत्रेय बुद्धया पालय् तरे जुइ दयेमा धकाः प्रार्थना यायेगु गुलितक मिले जू ?

लिसः मैत्रेय बुद्ध थुगु भद्रकल्पय् उत्पन्न जुइ धाःसा नं छगू अन्तर कल्प मयाक समय बाँकिं दिन । मनूतय्गु आयु सच्छि दँनिसें कयाः १० दँतक घटे जुयाः वनीतिनि । सच्छिदं १० दँतक घटे जुइत लाखौं वर्ष मालीतिनि । १० दं बढे जुयाः असंख्य वर्षतक क्यनीगुयात अन्तर कल्प धाइ । थुगु असंख्य पाः जुयाः एक लाखं कम मनूतय्गु आयु जुइबलेतिनि मैत्रेय बुद्ध लोकय् उत्पन्न जुइ । उकिं गुलि ताउमानि धयागु अन्दाज यानाः सिइके फु । संसारवर्त दुःखं मुक्त जुइकथं ध्यान भावनाय् कुतः यायेगु उचित जू । फत्तिं फतले कुतः यायेगु, मफतकिं छगू आधार कायेमाःथें प्रार्थना यायेगु नं ठीक हे जू धायेमाः । छःपिसं ज्ञानमाला म्येय्

थुगु भाव व्यक्त यानातःगु दु । थुगु “त्रिरत्नया शरण वना भी निर्वाण पदवी लायेमाल याकनं ...” धइगु ज्ञानमाला म्ये यक्वसिनं हे यः तायेकाः हालाच्वंगु दु ।

थुकथं धर्मया छलफल याना बिज्याःम्ह, शान्त स्वभावम्ह धर्माचरणं मन क्वातुम्ह, जिमित दुग्यंक सल्लाह बिया बिज्याइम्ह थौं भीगु न्ह्यःने मन्त । ‘अनिच्चावत सङ्गारा ...’ थौं वसपोलं मदुसां नं वसपोलं याना बिज्याःगु योगदान व गुण ल्यना हे च्वनीतिनि । वसपोलं गुलि फत उलि याकनं जन्म, जरा, व्याधि, मरणं मुक्त जुयाच्वंगु परम शान्तगु निर्वाण प्राप्त याना काये फयेमा धइगु आशिका यानाच्वना ।

(धर्मरत्न शाक्य “त्रिशूली” स्मृतिग्रन्थः वि.सं २०६४, बु.सं २५५२)



दूरङ्गमं एकचरं, असरीरं गुहासयं ।
ये चित्तं संयमेस्सन्ति, भोक्खन्ति मारबन्धना ॥

तापाक वनिम्ह, याकचा चाचा हिला जुइम्ह,
शरीर मदुम्ह, गुफाय् (नुगलय्) च्वनिम्ह
चित्तयात गुम्हसिनं वशे तइ,
उम्ह मारया बन्धनं छुटे जुइ ।

- धम्मपद

प्रातःस्मरणीय पाजु राजभाईया लुमन्ति विपश्चना ज्ञानक्रम : छगू अध्ययन

प्रातःस्मरणीय राजभाई पाजु बुद्ध, धर्म व सङ्घया प्रति तःधंगु श्रद्धा दुम्ह खः । दान यायेगुली नुगः चकम्ह, ध्यान भावना यायेगुली नं मन वम्ह खः । वसपोलं छेंय् भन्तेपिं गुरुमापिं इलय् ब्यलय् बिज्याकाः धर्मय् छलफल यायेगुली न्त्यचिला बिज्याइम्ह खः । थुगु हे क्रमय् जितः नं बर्मा लिहाँ वयाबले परिवारपिं सकलें मुना अभिधर्मया गम्भीर खँ कंके ब्यूगु खः । नापं ध्यानया नं अभ्यास याका बिज्याःगु खः । थुगु हे सिलसिलाय् ध्यानया ज्ञानक्रम गुकथं न्त्याःवनी धयागु विषयय् नं परिवारया सदस्यपिनि दथुइ छलफल जुल । उबले पाजुं ध्यान च्वनाबले प्राप्त जुइगु ज्ञानक्रमया बारे कनाबले तसकं दिलचस्पी कयाः सहभागी जुया बिज्यात । वसपोलं नं थःगु ध्यानया अनुभवयागु खँ कनाः स्पष्ट याना बिज्याःगु जितः लुमंसे वः । पाजुया यःगु विषय जुयाः वसपोलया लुमन्तिइ जिं विपश्यना ज्ञानक्रमबारे सक्षिप्तकथं उल्लेख यायेत्यना ।

विपश्यना भावनायात आदर गौरवपूर्वक अभ्यास याना यंकल धाःसा विपश्यना ध्यानया क्रमिक विकास जुजुं वनीगु खः । उगु ज्ञानक्रमया खँ सक्षिप्तं न्त्यथनेगु कुतः थन जुइ -

१) नामरूप परिच्छेद ज्ञान - “फुले जुल, सुके जुल” धकाः भाविता यायेबले प्वाः फुले जुया वःगु रूप, फुले जुया वःगुयात स्यूगु नाम, प्वाः सुके जुया वंगु रूप, सुके जूगुयात स्यूगु नाम । थुकथं नाम रूप निथीयात स्पष्टरूपं छुटे छुटे यानाः स्यूगु ज्ञानयात नामरूपपरिच्छेद ज्ञान धाइ ।

२) प्रत्ययपरिग्रह ज्ञान - फुले जूगु आरम्मण दुगुलिं फुले जुल धकाः स्यूगु चित्त, सुके जूगु आरम्मण दुगुलिं सुके जुल धकाः स्यूगु चित्त, स्वयेबहःगु वर्ण पुचः

दुगुलिं स्वयेगु चित्त, न्यनेबहःगु शब्दपुत्रः दुगुलिं न्यनेगु चित्त, फेतुइ मास्ते वःगु चित्तं यानाः फेतुइगु रूप उत्पन्न जूगु खः धकाः कारण कार्य (फल) निगूयात छुटे छुटे यानाः स्यूगु ज्ञानयात प्रत्ययपरिग्रह ज्ञान धाइ ।

३) सम्मर्शन ज्ञान - फुले जूगु, सुके जूगु, पुइगु स्याइगु आदि वेदनात चायेकु चायेकुपतिकं तनाः तनाः वनीगुयात व्वक्वजीक खना च्वंगुलिं नित्य मजू, अनित्य खनी, चायेकु चायेकु लुया लुया वयाः तना तना वंगुयात जक खना च्वंगुलिं सुख मद्दु, दुःख मुक्कं खनी, थःगु स्वभावअनुसार लुया वयाः तना वना च्वंगुलिं छुं आत्म धयागु मद्दु, अनात्म खनी धकाः अनित्य, दुःख, अनात्म स्वंगू लक्षणयात बारम्बर परामर्शन (च्वतु च्वलाः परिक्षण) याना स्वइगु ज्ञानयात सम्मर्शन ज्ञान धाइ ।

४) उदयव्यय ज्ञान - समर्शन ज्ञान उत्पन्न जुइधुंकाः स्मृति, समाधि, प्रज्ञा वृद्धि जुइबले जः (ओभास), लुधं फुधं जुइगु प्रीति, शरीर व मन शान्त जुइगु प्रश्रब्धि, सुख, श्रद्धा आदि विशिष्ट धर्म रसयात नं ध्वदुयाः नाम रूप धर्मत लुया वइगु, तना वनीगु, उत्पत्ति जुइगु, विनाश जुइगुयात व्यापार उद्योग याना च्वने म्वायेक याउँक अःपुक स्यूगु ज्ञानयात उदयव्यय ज्ञान धाइ ।

५) भङ्ग ज्ञान - उत्पन्न जुया वःगु आरम्भण (विषयवस्तु) व सियाच्वंगु चित्त निगुलिं तनाः विनाश जुयाच्वंगुखनी । नाम रूप धर्मत थुलि याकनं तनाः विनाश जुयाच्वंगुखनी कि उत्पाद जूगु हे प्रकट जुइ मखु, केवल भङ्ग (विनाश) जूगु जक खनाच्वनी । उकथं भङ्ग जुइगु जक स्यूगु ज्ञानयात भङ्ग ज्ञान धाइ ।

६) भय ज्ञान - नाम व रूप धर्मया भङ्ग जूगुयात स्वस्वं भङ्ग ज्ञान परिपक्व जुइबले नाम रूप धर्मत तसकं भयावह खनी धकाः स्यूगु ज्ञानयात भय ज्ञान धाइ ।

७) आदीनव ज्ञान - भावना ज्ञान परिपक्व जूलिसे नामरूप धर्मत क्षणभंगूर सारहीन वथें घृणित खः धकाः महशूस जुजुं वइ । थुकथं नामरूपया दोष (दुष्परिणाम) खनीगु ज्ञानयात आदीनव ज्ञान धाइ ।

८) निर्विदा ज्ञान - नाम रूपयागु दोष खंगुलिं नामरूप धर्मप्रति अनुत्साह, उदिघ्न, अरुचिभाव म्हाइपु ताइगुयात निर्विदा ज्ञान धाइ ।

९) मुञ्चितुकाम्यता ज्ञान - म्हाइपु तायेवं उगु अनित्य, दुःख, अनात्म स्वभाव मात्र जुयाच्वंगु नामरूप धर्मतयत् याकनं त्याग याये मास्तेवइगु वा उगु धर्मतपाखें याकनं मुक्त जुयेमास्ते वःगु ज्ञान उत्पन्न जुइ । उकियात

मुञ्चितुकाम्यता ज्ञान धाड ।

१०) प्रतिसङ्ख्या ज्ञान - नामरूप धर्मं मुक्त जुडगु इच्छा याःम्ह योगीं मुक्त जुड फयेकेया नितिं अनित्य, दुःख, अनात्म स्वभावयात विशेष व्यापार वृद्धि यानाः हाकनं छकः भाविता यानाः स्यूगु ज्ञानयात प्रतिसङ्ख्या ज्ञान धाड ।

११) संस्कारूपेक्षा ज्ञान - नाम व रूप धयागु संस्कार धर्मप्रति सन्तुष्ट दयाः चित्तयात समताय् तये फडगु ज्ञानयात संस्कारूपेक्षा ज्ञान धाड । थुगु अवस्थाय् विपश्यना ध्यानया प्रधानगु अङ्गत श्रद्धा, प्रज्ञा, वीर्य, समाधि व स्मृति सन्तुलनय् दयाः न्ह्याथे जाःगु स्थितिइ नं तटस्थ जुयाः समताय् च्वने फडगु खः ।

१२) अनुलोभ ज्ञान - मार्ग प्राप्त जुडकेगु अनुकूल चित्त सन्तति दयेका बिडगु ज्ञानयात अनुलोभ ज्ञान धाड ।

१३) गोत्रभू ज्ञान - सिङ्केबहःगु आरम्मण व चायेकीगु चित्त निरोध व शान्तिपाखे वनीगु ज्ञानयात गोत्रभू ज्ञान धाड ।

१४) मार्ग ज्ञान फल ज्ञान - गोत्रभू ज्ञान उत्पन्न जुडधुनेसाथं दुःखसत्ययात सिङ्गु परिज्ञाकृत्य, समुदयसत्ययात हटे याङ्गु प्रहाणकृत्य, निरोधसत्ययात साक्षात्कार याङ्गु सच्छिकिरियाकृत्य, मार्गसत्ययात भाविता याङ्गु भावनाकृत्य - ध्व प्यंगू कृत्ययात छकलं छगूपाखं सिद्ध याङ्गु मार्ग ज्ञान उत्पन्न जुड । लिपा फलचित्त ब्लेशतय्त हानं छकः शान्त यासे दक्क संस्कार धर्मया निरोध जुयाच्चंगु निर्वाणयात आरम्मण यानाः निकः, स्वकः उत्पन्न जुड ।

अनं लिपा, प्राप्त जुडधुंकूगु मार्ग, फल व निर्वाणयात निरीक्षण याङ्गु प्रत्यवेक्षण ज्ञान उत्पन्न जुड ।

थुकथं विपस्सना ज्ञान क्रम वृद्धि जुजुं मार्ग फल ज्ञान प्राप्त जुडगु खः ।

अन्तस दिवंगत प्रातःस्मरणीय पाजुयात मार्गफल निर्वाणया लँय् न्ह्याबलें लाये फयेमा धकाः श्रद्धाञ्जली अर्पण यानागु जुल ।

(पवित्र बहादुर स्मृति ग्रन्थ : वि.सं. २०५९, बु. सं. २५४६)

निनी (हेरादेवी तमां) यात तःसकं प्रभावित जुगु उपदेश : धर्मचैत्य

(न्त्यसः) “उखुन्हु याम्ह निनी व आः याम्ह निनी व हे खःनीला ?”

(लिसः) “शरीर ज्याथः जुजुं वनाच्चंगु दु तर नुगलय् धर्मचैत्य भति तगवः जुयावःगु दु ।”

जिं न्त्यसः तयागुयात निनीं न्त्याइपुक लिसः बिया बिज्यागु खः । निनी उखे थुखे जुइ मफुम्ह जुया जि निनीयाथाय् बरोबर वनेगु खः । धर्मया खँ कनेगु, विशेष याना ध्यान च्वनेगुलिइ बः बिया उपदेश कनेगु खः । निनीया उपदेश न्यने न्त्यां । न्यथें लुमंका नं तयेफु । लुमंका तःथें व्यवहारय् नं छ्यलाच्चंगु खने दु । ध्यान भावनाय् उद्योग अभ्यास नं यानाच्चंगु खने दु । पाजुपिंथाय् वक्वपत्तिकं निनीयात ध्यान तयेगु नं याना । ध्यान च्वने सिधयेका अनुभवया खँ न्यनेगु बखतय् छथाय् निथाय् करण्टं ज्वथें वाँइक वाँइक वइ तुरुन्त मदया बनी, स्यागु नं ताउति मच्चं लुमंके साथं मदया वं, म्हं छम्हं हलुका जू, मन याउंसे च्वं इत्यादिकथं वसपोलं थःगु अनुभवया खँ कनी ।

छन्हु उपदेश कनागु भवलय् बर्माया सुप्रसिद्धम्ह ध्यानगुरु भदन्त पण्डिताभिवंश सयादोनं बुद्धजन्मभूमि लुम्बिनी पण्डिताराम ध्यानकेन्द्रय् कनाबिज्याःगु धर्मचैत्यया बारे निनीयात नं कनागु खः । चतुरार्य सत्यरूपी ध्वजा पटाकां छायापियातःगु स्मृतिप्रस्थान आदि बोधिपक्षिय धर्म दयेकातःगु धर्मचैत्य थःगु नुगः (हृदय)लय् स्थापना यायेज्यूगु खँ न्यनाः निनि तसकं प्रभावित जुल । उगु उपदेश कनाः लच्छित्ति लिपा निनीयाथाय् वनाबले जिं शुरुइ उल्लेख यानागु न्त्यसः “उखुन्हुयाम्ह निनि व आःयाम्ह निनि व हे खःनीला ?” धकाः न्यनाबले “शरीर ज्याथः जुजुं वनाच्चंगु दु तर नुगलय् धर्मचैत्य भति तगवः जुयावःगु दु”

धकाः उपरोक्तकथं थुकथं लिसः ब्यूगु जुल । उगु उपदेश न्यसानिसें वसपोलं भयालं स्वयेगु कम यानाः ध्यान च्वनेगुलिइ ई बियाः कुतःयाःगु खने दु । जि खनेसाथ मुसुमुसु न्हिलाः गौरवपूर्वक वन्दना यानाः 'जलपान याना बिज्याहुँ, भोजन याना बिज्याहुँ' धकाः धायेगु निनियागु मैत्रीयुक्तगु वचन हे जुल । जलपान भोजन सिधलक ध्यान भावनाया अनुभव खँ कनेत आतुर जुयाच्चनी । धात्थें नं १७ दँ तक पक्षघाट ल्वचं कयाः उखे थुखे जुइ मफुसां नं फ्यतुनाः घ्वास्या घ्वास्या न्त्याः वनेमाःगु दुःखद स्थिति भोगे यायेमाःसां गुबलें उसिं मचाःगु मधाःगु ध्यान भावनाया आनुभावं हे खः धाःसां ज्यू । जिं जक वमदिशं लिहाँ वयेधुंका निनियात ध्यानया खँ कनागु मखु वसपोलं न्हापांसिं हे नेपाःया न्हापांम्ह संघमहानायक दिवंगत प्रज्ञानन्द महास्थविर भन्तेपाखें नं ध्यान भावना यायेगु विधि सयेकाः अभ्यास याना तःगुलिं नं रोगं दुःख ब्यूसां मन बलाका च्वने फुगु जुइमाः ।

निनि तसकं प्रभावित जूगु उगु धर्मचैत्यया बारे कनागु उपदेश थुगु स्मृति ग्रन्थय् नं उल्लेख यायेदत धाःसा ब्बिमिपिन्त छुं लाभान्वित जुइ धयागु मनं तुनां थन संक्षिप्तं न्त्यथने त्यनागु जुल ।

चैत्ययात पालिं चेती वा चेतिय धाइ । पूजा यायेबहःगु आदर गौरव, सम्मान सत्कार यायेबहःगु थाय्यात चैत्य धकाः धाइ । पालि ग्रन्थय् उल्लेखकथं चैत्य धयागु (क) धातु चैत्य (ख) परिभोग चैत्य (ग) उद्देश्य चैत्य व (घ) धर्म चैत्य धका प्यथी दु ।

(क) धातु चैत्य - भगवान् बुद्ध परिनिर्वाण जुया बिज्याये धुंकाः वसपोलयागु शरीरया धातुत गथेकि केश धातु, दन्त धातु, अस्थि धातु आदि पलिस्था यानाः दयेकातःगु चैत्ययात "धातु चैत्य" धाइ ।

(ख) परिभोग चैत्य - भगवान् बुद्धं छ्यलाबिज्यागु चीवर, पात्र आदि स्थापना यानाः दयेकातःगु चैत्ययात "परिभोग चैत्य" धाइ ।

(ग) उद्देश्य चैत्य - भगवान् बुद्धयात उद्देश्य यानाः प्रतिरूप निमित्तया रूपय् बुद्धयागु मूर्ति गथेकि ल्वहं, सिमेन्ट, ली, सिजः आदि थीथी वस्तुं दयेकातःगु फ्यतुना, दना, ग्वारातुला च्वंगु मूर्तियात "उद्देश्य चैत्य" धाइ ।

(घ) धर्म चैत्य - बुद्धवचन जुयाच्चंगु पिटक स्थापना यानाः दयेकातःगु चैत्ययात "धर्म चैत्य" धाइ । बुद्धवंश ग्रन्थय् वयाच्चंगु अनुसार भगवान् बुद्धयागु मनोभावनाकथं धर्म चैत्य धयागु पिने थासय् स्थापना यायेगु मखुसे थःगु हृदय नुगलय् स्थापना यायेगुयात कयातःगु खने दु । बुद्धवंशय् कोणागमन बुद्धयागु वर्णनय् थुकथं धयातःगु दु -

धम्मचेतिं समुस्सेत्वा, धम्मदुस्सविभूसितं ।

धम्मपुप्फगुलं कत्वा, निब्बुतो सो ससावको ॥

थुगु गाथाया वर्णन अर्थकथालय् उल्लेख यानातःगु अनुसार शील, समाधि व प्रज्ञाधर्म पूजा यायेया नितिं कोणागमन बुद्धं चतुरार्यसत्यरूपी ध्वजा पटाकां छायापियातःगु बोधिपक्षिय धर्म दयेकातःगु धर्मचैत्य स्थापना यानाः श्रावकपिं नापं परिनिर्वाण जुया बिज्यात ।

धम्मचेति अर्थात् धर्म चैत्य धयागुलिइ धर्म धकाः स्वीन्हेगू बोधिपक्षिय धर्मतयत् कयातःगु दु । मार्गज्ञानया पक्षय् दुध्याःगु जुयाः स्मृतिप्रस्थान आदि स्वीन्हेगू धर्मतयत् बोधिपक्षिय धर्म धाःगु खः । स्वीन्हेगूमध्ये स्मृतिप्रस्थानयात दक्वसिवे न्ह्यःने क्यनातःगु दु । स्मृतिप्रस्थान बांलाक भाविता यायेफतधाःसाल्यं दनिगु बोधिपक्षिय धर्मत नं थुकिइ हे समावेश जुया वइ । स्मृतिप्रस्थान धयागु प्यंगू दु । शारीरिक क्रियाकलापत लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकीगु कायानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान, यइपुसे मयइपुसे च्वंगु अनुभव याइगु वेदनात लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकीगु वेदनानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान, कल्पना, बिचाः लुयावक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकीगु चित्तानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान व खनीगु ताइगु इत्यादि विविध स्वभाव उत्पन्न जुक्वपत्तिकं दिपाः मदयेक क्वातुक्क चायेकीगु धर्मानुपश्यना स्मृतिप्रस्थान धकाः प्यंगू दुगु जुल । आरम्मण अथवा विषयवस्तु काय, वेदना, चित्त व धर्म धकाः प्यथी दुगुलिं स्मृतिप्रस्थान प्यंगू दुगु खः । वास्तवय् स्वभावधर्मकथं चायेकीगु वा लुमंकीगु स्मृति इगू हे जक खः । कोणागमन बुद्धं प्यंगू स्मृतिप्रस्थान लगायत स्वीन्हेगू बोधिपक्षिय धर्म दयेकातःगु चैत्य स्थापना याना बिज्याःगु जुल । उगु चैत्ययात दुःख सत्य, दुःखया कारण समुदय सत्य, दुःख निरोध जुयाच्वंगु निर्वाण धयागु निरोध सत्य, निर्वाणय् थ्यनीगु आचरण मार्गसत्य धयागु प्यंगू सत्यरूपी ध्वजा पटाकां अलंकृत वा विभूषित यानातःगु जुल ।

ध्यान भावना याइपिं योगीपिसं खुगू द्वारं उत्पन्न जुक्व आरम्मणतयत् दिपाः मदयेक अटुटरूपं चायेका च्वनीगु इलय् प्यंगू सत्ययात नं सियाच्वंगु जुइ । लौकिक अवस्थाय् चतुरार्य सत्यय् न्हापांगु सत्य दुःख सत्ययात बांलाक थुलकिल्यं दुगु स्वंगू सत्ययात नं थुइके फइ । थुकथं चायेका च्वनीगु स्मृतिप्रस्थान आदिं दयेकातःगु धर्मचैत्य स्थापना यायेत जग्गा जमीन नं माःगु मदु । फि, अप्पा, सिमेन्ट, रोडा, डण्डि आदि छुं हे माःगु मदु । थःगु नुगः हे चैत्य स्थापना यायेगु जग्गा जुल । प्रत्येक व्यक्तियाके चैत्य स्थापना यायेत थाय्

दु । थःके दुने गुकथं स्थापना यायेमास्तिवःगु खः, उकथं स्थापना याये ज्यू । ततःगवः यानाः नं दयेके ज्यू, न्ह्याक्व तःचाकः यायेमाःसां नं ज्यू । न्ह्याक्व तःजाः याःसां ज्यू । धर्म चैत्य स्थापना याःगु सफल जुलकि स्वतः हे शील, समाधि व प्रज्ञाधर्मरूपी पुष्पगुच्छां पूजायाःगु नं जूवनी । पूजा आमिषपूजा व धर्मपूजा धकाः निगू दुगुलिइ भगवान् बुद्धं प्रशंसा याना बिज्यानातःगु उत्तमगु परमगु धर्मपूजां हे पूजायाःगु जूवनी । थुकथं नुगलय् धर्म चैत्य स्थापना यानाः धर्मपूजा यायेत कुतः यायेमाःगु खँ निनीयात कनाबले निनि तःसकं लय्ताल । “जिं मेगु छुं यायेमफुसां भगवान् बुद्धयागु मनोभावनाकथं नुगलय् धर्मचैत्य स्थापना यानाः धर्मपूजा यायेगु ज्या जिं यायेफु । जिं याना नं बयाच्चनागु खः तर धर्मचैत्य स्थापना यानाच्चनागु धकाः मस्यू । आः जिं बांलाक थुल । थुगु उपदेशं जितः यक्व प्रेरणा प्राप्त जुल । जिं नुगलय् धिसिमिसि धायेक चैत्य स्थापना यायेत कुतः याये” धका निनि लय्लय् तातां धाःबले निनिं बांलाक थुइका कायेफत धकाः च्वमिया मन तसकं प्रशान्न प्रफुल्लित जुयाः धर्मप्रीति उत्पन्न जूगु जुल ।

भी बुद्धधर्मया अनुयायी बौद्ध धायेका च्वपिसं थःगु नुगलय् धर्मचैत्य स्थापना यानाः धर्मपूजा याये फयेकेमाः । थुकथं यायेफःसा जक भगवान् बुद्धयागु शासन ताकालतक तिके जुयाच्चनी । पिनेयागु चैत्य न्ह्याक्व स्थापना याःसां शासन ताकाल तिके जुइफइ मखु । दसुया लागि अफगानिस्तान, पाकिस्तान आदि देशय् यक्व चैत्य स्थापना यानातःगु दु तर नुगलय् धर्मचैत्य स्थापना याःपिनिगु परम्परा न्ह्याके मफुगुलिं अन बुद्धशासन लोप जुयावन ।

(थुगु धर्मचैत्य बारे विस्तृतरूपं सिइके मास्तिवःसा अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रं पिथंगु ‘पपतित सूत्रया व्याख्या’ सफू स्वया बिज्याहुँ ।)

निनियागु कृतज्ञ गुणयात लुमकुसे प्रत्युपकार यायेगुकथं वसपोल निनि तसकं प्रभावित जूगु थुगु धर्म चैत्यया बारे खँ थन छुं छुं संक्षेपं न्ह्यथनागु जुल ।

अन्ततः निनि न्ह्याथाय् जन्मजूसां नये त्वने च्वने पुनेगु छुं अभाव मजुयाः सकतां परिपूर्ण जुइमा । याकनं जन्म, जरा, ब्याधि, मरण दुःखं मुक्त जुयाच्चंगु निर्वाण सम्पत्ति लाभ याना काये फयेमा धकाः दुनुगालनिसें आसिका यासे श्रद्धाञ्जली देछाया च्वना ।

चिरं तिदठतु सद्धम्मो
सद्धर्म चिरस्थायी जुइमा ।

(साभार : हिरादेवी स्मृतिग्रन्थः वि.सं. २०७०, बु.सं. २५५७)

बुद्ध व बुद्ध पूर्णिमा

शान्तिनायक भगवान् बुद्ध नेपालका सुपुत्र, राष्ट्रिय विभूति अनि विश्वका ज्योति हुन् । वैशाख पूर्णिमाको दिनमा उहाँ सिद्धार्थ बोधिसत्त्वको रूपमा हाश्रै मुलुकको लुम्बिनीमा जन्मनुभयो । २९ वर्षको उमेरमा गृहत्याग गर्नुभई, ३५ वर्षको उमेरमा यही वैशाख पूर्णिमाको पावन दिनमा चार आर्य सत्यलाई अवबोध गर्नु भई बुद्धगयामा सम्यक्सम्बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो । बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभइसकेपछि बहुजन हित र सुखको निम्ति ४५ वर्षसम्म चारिका गर्नुभई ८० वर्षको उमेरमा यही वैशाख पूर्णिमाकै दिन कुशीनगर, मल्लहरूको शालोद्यानमा महापरिनिर्वाण हुनुभयो ।

यसरी वैशाख पूर्णिमा महत्त्वपूर्ण त्रिसंयोगको दिन हो । चिरस्मरणीय, चिरप्रेरक, चिरसम्बेगनीय दिवस हो । यस बुद्ध पूर्णिमालाई 'स्वांया पुन्ही' अर्थात् 'पुष्प पूर्णिमा' पनि भन्ने गर्दछ । हिमालयको काखमा रहेको कपिलवस्तु र देवदहको बीचमा लुम्बिनी उद्यानमा एउटा फूल फुलेको दिन । ३५ वर्षपछि त्यो फूल सम्बोधि पुष्प रूपमा सुवासित भएको दिन र त्यही फूल सधैं सधैंको लागि प्राणीहरूमा मैत्री, करुणा एवं अहिंसाको सुवास दिदै निर्वाण भएको वैशाख पूर्णिमा 'पुष्प पूर्णिमा' 'बुद्ध पूर्णिमा' हो । बुद्ध जन्मेको दिन, बोधिज्ञान प्राप्त गर्नुभएको दिन र महापरिनिर्वाणको दिन देवताहरूले फूल बर्साएका थिए । फूल बर्सेको हुनाले यो दिन पुष्प पूर्णिमा भनियो र यो पूर्णिमामा बुद्धको जीवनमा ३ प्रमुख घटना घटेको हुनाले वैशाख पूर्णिमा त्रिसंयोग दिवसको रूपमा बुद्ध पूर्णिमा मान्ने गरियो ।

यसै सन्दर्भमा महामानव भगवान् बुद्धलाई किन बुद्ध भनिएको हो भन्ने विषयमा केन्द्रित भइ प्रस्तुत गर्न चाहन्छु । 'बुद्ध' शब्दको विभिन्न अर्थहरू छन् । जसअनुसार अवबोध गर्ने, जागृत हुने, फुल्ने अर्थहरू हुन् । 'बुज्झतीति बुद्धो' भन्ने परिभाषा अनुसार ४ आर्यसत्यलाई अवबोध गर्नेलाई बुद्ध भनिन्छ । गौतम

बुद्धले 'बुद्ध' भन्ने नाम पाएको यही चार सत्य, यस युगका मानिसहरूमध्येमा सबैभन्दा पहिले बोध गर्नुभएको हुनाले वहाँलाई 'बुद्ध' भनिएको हो । जबसम्म यी चार सत्यलाई सत्यको रूपमा अवबोध गर्नुभएको थिएन, तबसम्म उहाँले न आफूलाई बुद्ध भन्नुभयो न त अर्काले नै उहाँलाई बुद्ध भने । त्यसैले यो 'बुद्ध' नाम आमाबुबाले दिएको नाम होइन । गुणात्मक नाम हो । चार आर्य सत्य भन्नाले दुःख आर्यसत्य, दुःख समुदय आर्यसत्य, दुःख निरोध आर्यसत्य र मार्गआर्यसत्य ।

दुःख आर्यसत्य पहिलो आर्यसत्य हो । दुःखको व्याख्यानमा भगवान् बुद्धले बताउनु भएको छ - जन्मनु, वृद्ध हुनु, मरण हुनु, रोग, शोक, पीडित, दुःखी, चिन्तित हुनु, अप्रिय संयोग, प्रिय वियोग हुनु, इच्छा गरेको प्राप्त नहुनु, दुःख हुनु । संक्षिप्तमा पाँच उपादान स्कन्ध नै दुःख हो । "दुःख" पालि शब्द यति व्यापक छ कि यसले शारीरिक, मानसिक दुःख, कष्ट, पीडा मात्र जनाउने होइन, सुखको अवस्था, शारीरिक या मानसिक, भौतिक सुख यी दुःखसत्यअन्तर्गत पर्दछन् । दुःखसत्यलाई तीनपक्षबाट हेर्न सकिन्छ । दुःख दुःख - स्पष्ट प्रकट रूपमा देखिने दुःखहरू जस्तो जन्मनु, वृद्ध हुनु, रोगी हुनु, शारीरिक दुःख, मानसिक दुःख, अप्रिय संयोग, प्रिय वियोग, इच्छा गरेको प्राप्त नहुनु । यी दुःखहरू प्रकट रूपमा देखिने हुनाले दुःख दुःखअन्तर्गत पर्दछन् । विपरिणाम दुःख- जीवनमा सुखको क्षण, सुखको अवस्था स्थायी छैनन्, क्षणिक मात्र, धेरै बेर टिक्दैनन् । जब बदलिन्छ, तब दुःख हुन्छ । यी विपरिणाम दुःख हुन् । हाम्रो दैनिक जीवनमा अनुभव भइरहन्छन् । संस्कार दुःख - भगवान् बुद्धले पञ्चस्कन्ध नै दुःख भन्नुभएको छ । यो संस्कार दुःखअन्तर्गत पर्दछ । यी पाँच स्कन्धहरूको स्वभावलाई यथार्थ रूपमा जान्न विषयना ज्ञान चाहिन्छ । यी स्कन्धहरू प्रतिक्षण अनित्य भइरहेका हुन्छन् । जुन अनित्य छन्, ती दुःख हुन् । त्यसैले भगवान् बुद्धले पञ्चस्कन्ध नै दुःख हो भन्नुभएको हो । यस दुःख सत्यलाई सत्यको रूपमा देखाउनु भइ भगवान् बुद्धले प्राणीहरूलाई हतोत्साहित वा निराश बनाउनुभएको होइन । हो, दुःखको मात्र कुरा सुनाइ त्यसबाट मुक्त हुने मार्गको कुरा नबताइदिनुभएको भए, बुद्धधर्म निराशावादी धर्म त होइन ? भन्ने मनमा लाग्न सक्छ । वास्तवमा बुद्धधर्म न त निराशावादी न त आशावादी नै हो बरु यो धर्म त पुरै यथार्थवादी हो किनकि यसले जीवन र जगतको यथार्थता जस्तो छ त्यस्तै दर्साउँछ ।

मानौं एकजना डाक्टर वा वैद्यले बिरामीलाई जाँच्छ, उसले बढाई चढाई गरेर एकदमै कडा रोग लागेको छ, निको हुँदैन, आशा नलिए पनि हुन्छ, भन्छ । अर्को वैद्य छ, उसले रोगीलाई तिमीलाई केही रोग लागेको छैन, त्यसकारण

औषधी उपचार गर्न आवश्यक छैन भनेर भुठो आश्वासन दिन्छ । यी दुई सन्दर्भमा पहिलोलाई निराशावादी र पछिल्लोलाई आशावादी भनेर लिइन्छ । वास्तवमा यी दुबै उत्तिकै खतरनाक छन् । अर्को तेस्रो खालको वैद्य कस्तो छ भने रोगीको रोगका लक्षणहरू हेरी राम्ररी पहिचान गर्दछ । उसको रोगको कारण पत्ता लगाउँछ र उपचार गरी निको पार्दछ । यसरी रोगीलाई रोगबाट बचाउँछ । भगवान् बुद्ध पनि यस्तै दक्ष चिकित्सक हुनुहुन्छ । भगवान् बुद्धले सर्वप्रथम दुःखलाई देख्नुभयो र देखाउनुभयो । त्यसको निदान वा मूल कारण के रहेछ भनी खोजी गर्दा मूल कारण तृष्णा हो भनी अवबोध गरी त्यसलाई पनि जनसमक्ष प्रकाश पार्नुभयो । तृष्णालाई हटाएपछि दुःख अन्त हुने थाहापाई कुन उपायबाट हटाउने भनी खोजी गर्दा आर्यअष्टाङ्गिक मार्गबाट तृष्णा हटाउन सकिन्छ भनी बताउनु भयो । तृष्णारूपी वाण लागेर छटपटिएका भव रोगीहरूका लागि उहाँ अद्वितीय, विश्वसनीय वैद्य हुनुहुन्छ । यस अर्थमा भगवान् बुद्धलाई 'भैरव्य गुरु' पनि भनिन्छ ।

दुःख समुदय सत्य दोस्रो आर्यसत्य हो । तृष्णा नै दुःख समुदय आर्य सत्य हो । दुःखको मूल कारण बाहिर होइन हामी भित्रै छ । त्यसैले भौतिक सुखको अभावलाई नै दुःखको मूल कारण मानेर त्यसको पछि दगुने व्यक्ति भन दुःखको भुमरीमा अल्भिन्छ । दुःख निरोध सत्य तेस्रो आर्यसत्य हो । तृष्णालाई निरोध गर्नु, त्याग गर्नु, प्रहाण गर्नु, यसबाट मुक्त हुनु, अनासक्त हुनु दुःख निरोध आर्य सत्य हो । तृष्णाको निरोधस्वरूप निर्वाण हो । दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा आर्यसत्य चौथो आर्य सत्य हो । यो दुःख निरोधतिर लग्ने मार्ग सत्य हो । यसलाई मध्यम मार्ग पनि भनिन्छ । किनभने यसले दुइवटा अन्त चरम सीमाहरू त्याग गर्दछ । ती अन्तहरू हुन् – कामसुखमा लिप्त हुनु, जुन हीन, ग्राम्य, अशिष्ट, अनार्य र अनर्थपूर्ण छन् । अर्को, शरीरलाई अति कष्ट दिनु, जुन दुःखमय, अनार्य र अनर्थकर छन् । यी दुबै अन्तलाई छाडी तथागतले मध्यम मार्ग अपनाउनु भएको थियो । ती मार्गहरू हुन् सम्यक्दृष्टि, सम्यक्संकल्प, सम्यक्वचन, सम्यक्कर्मान्त, सम्यक्आजीविका, सम्यक्व्यायाम, सम्यक्स्मृति र सम्यक्समाधि ।

जब उहाँले आजभन्दा २५०० वर्षभन्दा अगाडि बुद्धगयाको पिपलको रूखमुनि ध्यान गरीरहनुभएको बेला वैशाख पूर्णिमाको दिन ४ आर्यसत्यलाई सत्यको रूपमा अवबोध गर्नुभयो, तब उहाँलाई देव, मनुष्यहरूले 'बुद्ध' भनी घोषणा गरेका थिए । यो अवबोध पछि उहाँले पनि आफूलाई 'बुद्ध' भनी घोषणा गर्नुभएको थियो । उहाँ स्वयंले पनि भन्नुभएको छ – "जबसम्म चतुआर्य सत्यको

यथार्थ अवबोध भएको थिएन, तबसम्म मैले आफूलाई बुद्ध भनी यो लोकमा घोषणा गरेको थिइँन । जब मलाई यी चार आर्य सत्यको स्पष्ट रूपमा यथार्थ ज्ञान दर्शन भयो, तब आफूलाई बुद्ध भनी घोषणा गरें ।” गौतम बुद्धले बुद्ध भनी नाम पाएको यी चार सत्यलाई यस युगका मानिसहरूमध्ये सबभन्दा पहिले बोध गर्नुभएको हुनाले वहाँलाई ‘बुद्ध’ भनिएको हो । महामानव भगवान् बुद्धलाई किन बुद्ध भनिएको हो, भन्ने विषयमा संक्षेप प्रस्तुति यहीं दुंग्याउन चाहन्छु ।

भवतु सब्बमङ्गलं ।

(२५५५ बुद्ध जयन्तीको सन्दर्भमा मैत्री एफ.एम. द्वारा प्रसारित प्रवचनको आधारमा)

मगानट्ठङ्गिको सेट्ठो, सच्चानं चतुरो पदा ।
विरागो सेट्ठो धम्मानं, द्विपदानञ्च चक्खुमा ॥

मार्गहरूमध्ये अष्टाङ्गिक मार्ग श्रेष्ठ,
सत्यहरूमध्ये चार आर्य सत्य श्रेष्ठ,
धर्महरूमध्ये वैराग्य धर्म श्रेष्ठ,
दुई पदधारीहरूमध्ये चक्षुवान् भगवान् बुद्ध श्रेष्ठ ।

- धम्मपद

मानवीय गुण विकासका लागि मैत्री

शान्तिनायक भगवान् बुद्धले सबै सत्त्वप्राणीहरूका लागि दिनुभएको कल्याणकारी धर्म-उपदेशहरूमध्ये मैत्री पनि एक प्रभावकारी धर्म हो । आफ्नो जीवन सुख शान्तिपूर्वक यापन गर्न मैत्री अति नै आवश्यक छ । मैत्रीको अभावले गर्दा प्रत्येक व्यक्ति, परिवार, समाज, देश अनि विश्वमा परस्पर वैमनस्य, कलह, विवाद, भैँभगडा भई अशान्ति मच्चिरहेको छ । यस्तो भयावह परिस्थिति शान्त पार्न मैत्रीको ठूलो भूमिका रहेको छ ।

आफूलाई दुःख मन पर्दैन, सुख मन परेभैं सम्पूर्ण सत्त्वप्राणीहरूलाई पनि दुःख मन पर्दैन, सुख नै मन पर्ने भएकोले सबैलाई आफू समान ठानी सबै प्राणीहरूप्रति सुखको कामना गर्ने स्नेहभावलाई मैत्री भनिन्छ । मैत्री भनेको द्वेषको प्रतिपक्ष स्वभाव हो । द्वेष उत्पन्न भयो भने यसले आफ्नो मनलाई पोलाउँछ, कडा बनाउँछ । कडा स्वभाव भएको व्यक्ति अरूसँग मिलेर बस्न सक्दैन । मैत्रीले मनलाई भिजाई शीतलता दिने हुँदा यसलाई 'सिनेह' वा 'स्नेह' भनिएको हो । एकातिर सुकेको चीज वस्तु भए पनि अर्कोतिर लस्सा भएको चीजवस्तु छ भने सजिलैसँग टाँसेभैं मैत्रीयुक्त व्यक्ति अरूसँग मेलमिलाप राखी बस्न सक्छ । कुनै पनि असन्तोष भाव नहुने गरी बस्न जान्दछ । दुईवटा चीजवस्तु लस्सादार भयो भने भन्नु छुट्ट्याउन नसकिने गरी टाँसिए जस्तै आफू र अरू दुवै पक्षसँग मैत्री भयो भने कहिल्यै कलह, विवाद, वैमनस्य स्वभाव उत्पन्न हुँदैन । मैत्रीयुक्त व्यक्तिहरू परस्परमा मेलमिलाप राखी एकजुट भएर रहन सक्छन् ।

अभिधर्म ग्रन्थअनुसार मैत्रीको लक्षण, रस (कृत्य), प्रत्युप्रस्थान(फल), पदस्थान (मूल कारण) लाई यसरी उल्लेख गरिएको छ - "हिताकारप्यवत्तिलक्खणा मेत्ता" मैत्रीमा सबैप्रति स्नेहभाव ममताभाव राखी हित उपकारलाई अगाडि सार्दै उत्पत्ति हुने लक्षण छ । मैत्रीयुक्त व्यक्तिले आफ्नो निजी स्वार्थ अधि सार्दै कहिले पनि अर्कालाई हानि गर्ने, दुःख कष्ट दिने, सास्ति दिने गर्दैन र त्यस्ता कामप्रति

पनि रुचि राख्दैन । “हितूपसंहाररसा” मनले मात्र हित उपकारको कामना गर्ने नभई शरीर र वचनले पनि हित उपकार हुने गरी काम गर्ने मैत्रीको कृत्य हो । “आघातविनयपञ्चपट्टाना” आघात वैमनस्यलाई हटाई शान्त हुनु यसको प्रतिफल हो । “सत्तानं मनापभावदस्सनपट्टाना” सत्त्वप्राणीहरुको राम्रो पक्षलाई हेर्नु मैत्री उत्पन्न हुने मूल कारण हो । कसैको कायकर्म राम्रो भएर वची र मनोकर्म नराम्रो हुनसक्छ । कसैको वची कर्म राम्रो भएर काय र मनो कर्म नराम्रो हुन सक्छ । त्यसरी भयो भने नराम्रो पक्षलाई उपेक्षा गरी राम्रो पक्षलाई हेर्ने गर्‍यो भने मैत्री उत्पन्न हुँदै आउँछ ।

मैत्रीलाई कायिक मैत्री, वाचसिक मैत्री र मानसिक मैत्री गरी तीन भागमा वर्गीकरण गरिएको छ । अर्काको राम्रो होस्, कल्याण होस्, सुख होस् भनी अर्थहितको कामना गरी शरीरले मदत गर्नेलाई कायिक मैत्री भन्दछ । त्यस्तै, सुखी होस् भनी अर्थहितको कामना गरी अर्काको कर्णप्रिय हुने गरी नरम वचन बोल्ने, राम्रो कार्य गर्न प्रेरणा दिने, नराम्रो काम नगर्न अर्ती उपदेश दिने आदि वचनद्वारा मदत गर्नेलाई वाचसिक मैत्री भनिन्छ । अर्काको सदैव राम्रो होस्, सुख होस् भनी मनले कामना गरी भाविता गर्नेलाई मानसिक मैत्री भनिन्छ ।

मैत्री भावनाको राम्ररी अभ्यास गरी मैत्रीयुक्त भएको व्यक्तिलाई ११ प्रकारका आनिशंस प्रतिफल प्राप्त हुनेबारे मेत्तानिशंस-सूत्रमा उल्लेख गरिएको छ -

- (१) मैत्री वृद्धि गर्ने व्यक्ति शान्त, प्रसन्न, प्रफुल्लित र स्थिर चित्त हुने भएकोले ऊ शान्त र सुखपूर्वक सुत्न सक्छ ।
- (२) सुत्ने बेलामा शान्त र सुखपूर्वक निदाउन सक्ने भएकोले उठ्ने बेलामा पनि ऊ शान्त र सुखपूर्वक नै उठ्न सक्ने हुन्छ ।
- (३) चित्त शान्त भइरहनाले नराम्रो र डरलाग्दो सपना देख्दैन ।
- (४) मैत्री भावना भएको व्यक्तिमा शान्त स्वभाव प्रकट भइरहने हुँदा त्यसको प्रभावले उसलाई सबै मानिसहरूले स्नेह गर्ने हुन्छ ।
- (५) मैत्रीको प्रभावले गर्दा अमनुष्यहरूले समेत मन पराउने हुन्छ ।
- (६) मैत्रीयुक्त व्यक्तिलाई विष, शस्त्र, अस्त्रले छुँदैन ।
- (७) मैत्रीयुक्त व्यक्तिलाई देवताहरूले पनि रक्षा गर्दछन् ।
- (८) मैत्रीयुक्त व्यक्तिको अनुहार निर्मल, सफा, तेजिलो र फुर्तिलो हुन्छ ।
- (९) मैत्रीयुक्त भएको व्यक्तिको चित्त शुद्ध, स्वच्छ हुने भएकोले सजिलैसित चित्त एकाग्र हुन्छ ।

(१०) मैत्री भएको व्यक्तिको मरण होशपूर्वक हुन्छ । धेरैजस्तो मानिसहरू मरणासन्न अवस्थामा चित्त विचलित भई छटपटाउने हुन्छ । तर मैत्रीयुक्त व्यक्तिको चित्त शान्त हुने हुँदा स्मृतिपूर्वक मरण हुन्छ ।

(११) मैत्री भावना गरेर ध्यान प्राप्त गरेको व्यक्ति निद्राबाट बिउँभेसरि ब्रह्मलोकमा उत्पन्न हुन्छ ।

मैत्री हुने व्यक्तिले अरू पनि मानवीय असल गुणहरूको विकास गर्न सकिन्छ । मैत्रीले सद्गुणहरूको ढोका खोलिदिन्छ । मैत्रीयुक्त व्यक्तिले अरूलाई आफूसमान ठान्ने हुँदा प्राणीहिंसा गर्ने, चोरी गर्ने, व्यभिचार गर्ने, असत्य बोल्ने, मादक पदार्थको सेवन गर्ने जस्ता नराम्रा कामहरू गर्दैन । उसले पञ्चशीललाई राम्ररी पालन गर्न सक्छ जुन नैतिकवान्, चरित्रवान् बन्नका लागि जरुरी छ । जसरी आमाले आफ्नो एक्लो सन्तानको रक्षा गर्छिन्, कानोले आफ्नो एकमात्र आँखाको हरदम रक्षा गर्छ र चौरीगाईले आफ्नो ज्यानको परवाह नगरी पुच्छरको रक्षा गर्छ । त्यसरी नै पञ्चशीलको पालन गर्नुपर्छ । शीलको पालन भयो भने हाम्रो व्यवहार बोलीवचन कोमल, नरम र सभ्य हुन्छ । मैत्रीयुक्त व्यक्तिले आफूजस्तै अरू पनि सुखी भएको हेर्न चाहने हुनाले उसले दुःखित व्यक्तिहरूलाई निःस्वार्थ भावले भित्री हृदयदेखि सेवा गर्छ । त्यसरी नै मैत्रीयुक्त व्यक्तिमा त्यागको भावना, सकारात्मक सोचविचार, सहनशीलता जस्ता सद्गुणहरूको पनि विकास हुँदै आउँछ ।

मैत्रीयुक्त कार्यकर्म, वचीकर्म, मनोकर्म जति-जति प्रयोग गर्न सकिन्छ, उति-उति नै हामीमा भएको अनैतिकता, स्वार्थान्धता, संकीर्णता, अहंभाव, आघात, रिस, क्रोध आदि मानसिक विकारहरू हट्दै जान्छन् र शान्तिले ठाउँ ओगट्दै जान्छ । यस्तो मैत्रीको प्रयोग र अभ्यास गर्दै लग्न सके मात्र मानवीय असल गुणहरूको विकास भएर प्रत्येक व्यक्ति, परिवार, समाज, संघसंस्था, राष्ट्र र विश्वमा शान्ति कायम गर्न ठूलो बल मिल्नेछ ।

“सब्बे सत्ता सुखिता भवन्तु”

सबै सत्त्वहरू सुखी होउन् ।

(बैशाख महोत्सव, रत्नाकर महाविहार, ल्याम्ह पुचः, वि.सं. २०६४, बु.सं. २५५१)

शमथ भावना

प्रत्येक व्यक्तिले सुखशान्तिको चाहना गरे तापनि सुख शान्ति प्राप्त गर्ने सही बाटो पहिल्याउन नसक्दा दुःख र अशान्ति भोग्नु परिरहेको छ । साँच्चिकै सुख शान्ति पाउन आफ्नो मनलाई शमन गर्न जान्नुपर्छ, दमन गर्न जान्नुपर्छ । हाम्रो मन एकदम चञ्चल छ, अस्थिर छ । हाम्रो यो चञ्चल मनलाई एकाग्र गर्ने, स्थिर गर्ने, आफ्नो अधीनमा राख्ने एवं चित्त शुद्ध गर्ने प्रक्रिया नै ध्यान भावना हो । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा ध्यान भावना आध्यात्मिक सुख शान्तिको निमित्त गर्ने साधना हो ।

भावना शमथ र विपस्सना गरी दुई प्रकारका छन् । एउटै विषयवस्तुमा धेरै बेरसम्म चित्त स्थिर गरी राख्ने समाधिलाई शमथ भावना भनिन्छ । शमथ भावना गर्नाले ध्यान, अभिज्ञा (ऋद्धि, चमत्कार) प्राप्त गर्न सकिन्छ । नाम (मानसिक पक्ष) र रूप (भौतिक पक्ष) लाई अनित्य, दुःख, अनात्म थाहा पाउने गरी भाविता गर्ने भावनालाई विपश्यना भावना भनिन्छ । विपश्यना भावनाले चित्त परिशुद्ध हुन्छ । अन्तमा सबै दुःखबाट मुक्त भएको निर्वाण साक्षात्कार गर्न सकिने हुन्छ ।

‘अञ्जेसु किच्चेसु विक्खेपसमनतो समथो’ भन्ने पालि भाषाको विग्रहअनुसार अरू कृत्य वा आरम्भण विषयवस्तुमा चित्त विक्षिप्त हुनुलाई शान्त गरिदिनेलाई शमथ भनिन्छ । आफूले जुन विषयवस्तुमा मन राख्न खोजेको हो, त्यही एउटै विषयवस्तुमा चित्त स्थिर हुने एकाग्र हुने समाधिलाई ‘शमथ’ भनिन्छ । यही समाधिलाई वृद्धि गर्दै लानेलाई शमथ भावना भनिन्छ ।

‘पच्चनीकधम्मो समेतीति समथो’ भन्ने अर्को विग्रहअनुसार प्रतिपक्ष पञ्च नीवरण धर्मलाई शान्त गरी दिन सक्ने हुनाले शमथ भनिएको हो । पञ्चनीवरण भनेको कामच्छन्द (कामको इच्छा), व्यापाद (द्वेष), धीनमिद्ध (मानसिक र शारीरिक

आलस्य), उद्धच्य (चंचल), कुकुच्च (पश्चाताप) र विचिकिच्छा (शंका उपशंका) । चित्तलाई अशान्त पार्ने ध्यानको प्रतिपक्षी स्वभावलाई शान्त गर्ने हुनाले शमथ भनिएको हो ।

ध्यान अंगहरू पनि पाँचवटै छन् । ती हुन् - १) वितर्क (मनलाई विषयवस्तुमा राख्ने मानसिक शक्ति) २) विचार (विषयवस्तुलाई परामर्श गर्ने स्वभाव) ३) प्रीति (मन प्रसन्न, प्रफुल्लित हुने स्वभाव) ४) सुख (मन आनन्द हुने स्वभाव) र ५) एकाग्रता (चित्त एकाग्र, स्थिर हुने स्वभाव) यी प्रत्येक ध्यानअंगले आफूसित विपरीत स्वभाव भएको नीवरण पाँचवटालाई प्रहाण गर्दछ । जस्तै विर्तकले धीनमिद्ध (आलस्यपन) लाई प्रहाण गर्दछ, विचारले संशय विचिकिच्छालाई; प्रीतिले व्यापादलाई, सुखले उद्धच्य कुकुच्चलाई, एकाग्रताले कामच्छन्दलाई प्रहाण गर्दछ, हटाउँछ ।

शमथ भावनाको प्रकार

भावना गर्ने विषयवस्तुलाई कर्मस्थान भनिन्छ । कर्मस्थान ४० प्रकारका छन् । ती हुन् -

कसिण	- १० वटा,
अशुभ	- १० वटा,
अनुस्मृति	- १० वटा,
अप्रमाण्य	- ४ वटा,
आहार	- १ वटा,
धातु	- १ वटा,
आरूप्य	- ४ वटा,

भगवान् बुद्धले व्यक्तिहरूको विभिन्न चरित्रअनुसार अनुकूल हुने यी ४० प्रकारका कर्मस्थानबारे आज्ञा हुनु भएको थियो । संसारमा ६ प्रकारका चरित्र भएका व्यक्तिहरू छन् । ती हुन् - (१) राग, (२) द्वेष, (३) मोह, (४) श्रद्धा, (५) बुद्धि र (६) वितर्क

कसिण १० वटा :

कसिण भन्नाले व्यापक भन्ने अर्थलाई जनाउँछ । यो कर्मस्थान भावना गर्ने व्यक्तिले सम्पूर्ण रूपमा केही बाँकी नराखी भाविता गर्नुपर्ने हुनाले त्यस विषयवस्तु आरम्भणलाई कसिण भनिएको हो । पृथ्वी मण्डल आदिलाई हेरेर चित्त स्थिर हुनेगरी ध्यान गर्ने हुनाले कसिण भावना भनिएको हो ।

१) पृथ्वी कसिण - पृथ्वी मण्डल (रातो माटोको अंश) हेरी पृथ्वी सर्वव्यापक छ भनी ध्यान गर्ने,

२) आपो कसिण - बाटा वा भाँडामा रहेको पानी हेरी ध्यान गर्ने,

३) तेजो कसिण - आगो वा बत्ती हेरी ध्यान गर्ने,

४) वायो कसिण - पात हल्लेको वा आफ्नो शरीरमा हावाले स्पर्श गरेको हेरी ध्यान गर्ने,

५) नील कसिण - नीलो रंगको मण्डल हेरी ध्यान गर्ने,

६) पीत कसिण - पहेंलो रंग हेरी ध्यान गर्ने,

७) लोहित - रातो रंग हेरी ध्यान गर्ने,

८) ओदात - सेतो रंग हेरी ध्यान गर्ने,

९) आकाश - आकाश हेरी ध्यान गर्ने,

१०) आलोक - पर्खालको प्वाल आदिमा देखिने चन्द्र, सूर्यको ज्योति हेरी व्यापक रूपमा ध्यान गर्ने ।

यी दश कसिण मध्ये पृथ्वी, आपो, तेजो, वायो, आकाश, आलोक ६ वटा कसिण ६ वटै चरित्र भएको व्यक्तिलाई नै अनुकूल छ । नील, पीत, लोहित, ओदात - यी चारवटा द्वेष चरित्र भएको व्यक्तिलाई अनुकूल छ ।

अशुभ १० वटा :

‘अशुभ’ शब्दले शोभा नभएको अथवा घिनलाग्दो भन्ने अर्थ जनाउँछ । विशेषरूपले शव(लाश) लाई ‘अशुभ’ भनिन्छ । मृत्युपछि लाशको आकार प्रकारमा अनेक विकार उत्पन्न हुन्छन् । यहि विभत्स, विकृतिको अवस्थालाई लिएर भावना गर्ने १० वटा अशुभ कर्मस्थान छन् -

१) उद्धुमातक - मृत्युपछि हावाले फुलेको लाश,

२) विनीलक - नीलो भएर घिनलाग्दो लाश,

३) विपुब्बक - पीप बगेको लाश,

४) विच्छिद्दक - तल माथि नजोडिनेगरी टुका भएर गएको लाश,

५) विक्खायितक - कुकुर, स्याल आदिले टुका टुका पारी खाइरहेको,

६) विक्खित्तक - यताउता छरिएर रहेको घिनलाग्दो लाश,

७) हतविक्खितक - शस्त्र अस्त्रले टुका टुका काटिफालिएको लाश,

८) लोहितक - बगीरहेको रगत भएको घिनलाग्दो लाश,

९) पुलुवक - कीरा परेर घिनलाग्दो लाश,

१०) अट्ठिक - मासु छला केही नभइ हाड मात्र भएको घिनलाग्दो लाश,

यी दश अवस्थामध्ये एउटा अवस्थालाई होशपूर्वक हेरेर जीवितमान हुँदा राम्रो रूप मरणपछि शोभा हुँदैन, घिनलाग्दो हुँदोरहेछ भनी मनमा भएको आसक्ति स्वभाव राग हटाएर चित्त स्थिर हुने गरी ध्यान बस्नेलाई अशुभ भावना भनिन्छ । यी १० वटा असुभ ध्यान राग चरित्र भएको व्यक्तिको लागि अनुकूल छ ।

अनुस्मृति १० वटा :

बुद्ध, धर्म, संघ, शील इत्यादिलाई बारम्बार अनुस्मरण गर्नुलाई अनुस्मृति भनिन्छ ।

१) बुद्धानुस्मृति - भगवान् बुद्धका अनन्त गुणहरुमध्ये अरहं इत्यादि ९ वटा गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

२) धर्मानुस्मृति - भगवान् बुद्धले देशना गर्नु भएको धर्मको स्वाक्खात इत्यादि ६ वटा गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

३) संघानुस्मृति - भगवान् बुद्धका श्रावक शिष्य संघमा भएका सुप्रतिपन्न इत्यादि ९ वटा गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

४) शीलानुस्मृति - शुद्धरूपले पालना गरेको आफ्नो शील गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

५) त्यागानुस्मृति - निःस्वार्थ, स्वच्छ हृदयले दान गरेको आफ्नो त्याग गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

६) देवतानुस्मृति - जुन श्रद्धा इत्यादि गुणले पूर्ण भएका देवताहरू देवत्वमा पुगे, ती देवताहरूसंग भएका श्रद्धा इत्यादि गुणधर्महरू मसंग पनि छन् भनी देवतालाई साक्षीको रूपमा राखेर देवताहरूको श्रद्धादि गुण समानको आफ्नो श्रद्धादि गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

७) उपसमानुस्मृति - तृष्णारूपी बाणबाट मुक्त भएको निर्वाणको विरागादि गुणलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

८) मरणानुस्मृति - जीवित हुनु धुव छैन, मरण धुव छ भनी मरण धर्मलाई बारम्बार स्मरण गर्ने ।

१) कायगतास्मृति - केश, रौं, नङ्ग, दाँत, छाला इत्यादि काय समूहमा उत्पन्न हुने स्मृति ।

१०) आनापानस्मृति - श्वास प्रश्वासलाई आरम्भण गरेर स्मरण गर्ने । यो ध्यान आजकल धेरै प्रचलनमा आएको छ ।

यी १० वटा मध्ये श्रद्धा चरित्र हुनेले बुद्धानुस्मृति इत्यादि ६ वटा भाविता गर्नुपर्दछ । यसले श्रद्धा भन् अभिवृद्धि गरिदिन्छ । आनापानस्मृति मोह र विर्तक चरित्र हुनेलाई अनुकूल छ । आनापाना गर्नाले चित्त कम समयमा स्थिर हुन्छ । मरणानुस्मृति, उपसमानुस्मृति बुद्धि चरित्र हुने व्यक्तिलाई अनुकूल छ । बुद्धि चरित्र हुने व्यक्तिले सूक्ष्म र गम्भीर आरम्भणलाई जति जति विचार गर्छ उति उति नै त्यस व्यक्तिको प्रज्ञा बुद्धि वृद्धि हुन्छ ।

अप्रमाण्य ४ वटा :

यति उति भनेर प्रमाण नराखी धेरै सत्त्वप्राणीहरूप्रति भाविता गरिने भावनालाई 'अप्रमाण्य' भनिन्छ ।

१) मेत्ता (मैत्री) - अरूलाई आफू समान ठानी प्राणीहरूप्रति हित सुखको कामना गर्ने स्नेहभाव (मित्रता) लाई मैत्री भनिन्छ ।

२) करुणा - दुःखित सत्त्वप्राणीहरूलाई आरम्भण गरेर दया राख्ने, दुःखबाट मुक्तिको कामना गर्नेलाई करुणा भनिन्छ ।

३) मुदिता - सुखित सत्त्वप्राणीहरूलाई आरम्भण गरेर खुशी हुनुलाई मुदिता भनिन्छ ।

४) उपेक्षा - सुखित र दुःखित सत्त्वप्राणीहरूलाई आरम्भण गरी समभावले हेर्नुलाई उपेक्षा भनिन्छ ।

यी ४ अप्रमाण्य द्वेष चरित्रको लागि अनुकूल छ । केही भयो कि तुरुन्त रिसाउने बानी भएकाले यी चारवटामध्ये एउटा एउटालाई भाविता गर्नु भने द्वेष शान्त भएर चित्त स्थिर एकाग्र हुन्छ । यी चार ध्यानमध्ये मैत्री भावनाको अभ्यास गर्ने प्रचलन बढी मात्रामा रहेको देखिन्छ ।

संज्ञा १ वटा :

“सब्बे सत्ता आहारट्ठितिका” - सबै सत्त्वहरू आहारमा भर पर्छन् । हाम्रो यो भौतिक स्कन्ध शरीरलाई जीवित राख्न आहार नभै हुँदैन । जीवित राख्न सेवन गरिने मीठो आहारलाई लोभ चित्तद्वारा ग्रहण नगर्न, नमिठो खानालाई द्वेष

चित्तद्वारा ग्रहण नगर्न, खाने पिउने खाद्यपदार्थ आदि आहारमा घिनलाग्दो गरी सम्भ्रन सक्ने गरी भाविता गर्नुलाई आहारमा प्रतिकूल संज्ञा भनिन्छ । यो आहार प्रतिकूल संज्ञा बुद्धि चरित्रलाई अनुकूल छ । यसले भन्नु प्रज्ञा वृद्धि गर्छ ।

चतुर्धातु व्यवस्थान १ बटा :

शरीरमा भएका पृथ्वी, आपो, तेजो, वायो यी चार धातुको स्वभाव छुट्टिने गरी भाविता गर्नेलाई चतुर्धातु व्यवस्थान भनिन्छ । यो कर्मस्थान बुद्धि चरित्रलाई अनुकूल छ ।

आरूप्य ४ बटा :

रूप भएको कारणले गर्दा शरीरमा दुःख, कष्ट, रोग, पिडाहरू भोग्नुपर्ने हुन्छ । यसरी रूपदेखि विरक्त हुने रूपविराग भावना गत्यो भने अरूप ध्यान उत्पन्न हुन्छ । अरूप ध्यान ४ बटा छन् -

१) आकाशानन्त्यायतन - आकाश प्रज्ञप्तिलाई अन्त नभएको अनुसार "अनन्त आकाश" "अनन्त आकाश" भनी बारम्बार भाविता गर्ने ।

२) विज्ञानानन्त्यायतन - त्यस आकाशानन्त्यायतनलाई नै अन्त नभएको रूपमा "अनन्त विज्ञान" "अनन्त विज्ञान" भनी बारम्बार भाविता गर्ने ।

३) आकिञ्चन्यायतन - प्रथम अरूप विज्ञानको अभावलाई "केही छैन केही छैन नास्तिकिञ्चि" भनी भाविता गर्ने ।

४) नैवसंज्ञानासंज्ञायतन - तृतीय अरूप शान्त छ, प्रणीत छ भनी भाविता गर्ने । यी चार कर्मस्थान सबै चरित्रलाई अनुकूल छ ।

आ-आफ्नो चरित्रअनुसार अनुकूल ध्यान भावनाको अभ्यास गर्न सक्यो भने ध्यानमा छिटो प्रगति गर्न सकी ध्यान लाभी हुन्छ । यसको लागि ध्यानगुरु अथवा कल्याणमित्रको सत्संगत गरी वहाँहरूबाट मार्ग निर्देशन भएअनुसार सही रूपमा ध्यान गर्नुपर्दछ ।

(बुद्ध शिक्षाका आयामहरू: वि.सं. २०६५, व. सं. २५५२)

विपश्यना भावना

ध्यानभावना भनेको चञ्चल मनलाई एकाग्र गर्ने, संयम गर्ने, आफ्नो अधिनमा राख्ने एवं चित्त शुद्ध गर्ने प्रक्रिया हो । भावना आध्यात्मिक सुख शान्तिको निमित्त गर्ने साधना हो । वास्तविक सुख शान्ति भनेको आन्तरिक शान्ति हो, जुन चित्तको निर्मलता, शुद्धतामा हुन्छ । चित्तमा जबसम्म नराम्रा प्रवृत्ति राग, द्वेष, मोह, ईर्ष्या, मात्सर्य आदि रहेका हुन्छन्, तबसम्म सुख शान्तिको चाहना गरे तापनि सुख अनुभव गर्न सकिदैन । जुन हामीले सुख भनेर सम्भेका छौं, त्यो भौतिक सुख हो जुन क्षणिक हुन्छ । नून पानी खाँदा तिर्खा नमेटेभैं तृष्णाले गर्दा सन्तुष्ट हुन सकिदैन । एकपछि अर्को इच्छा जागिरहन्छ, यो गरे सुख हुन्छ कि त्यो गरे सुख हुन्छ भनेर एकपछि अर्को, अर्कोपछि अर्को गर्दै बाह्य सुख खोजिराखेका हुन्छन् । जसरी कस्तुरी मृगले कस्तुरीको बास्ना आफूसंग हुँदाहुँदै पनि कहाँ छ भनेर खोज्न बाहिर यताउति भौतारिरहेको हुन्छ । ठीक त्यसरी नै मानिसहरू आफ्नो मनभित्रै पाउन सक्ने सुखलाई बेवास्ता गरी बाह्य सुखको खोजीमा भौतारिरहेका हुन्छन् । वास्तवमा सुख शान्ति बाह्य भौतिक वस्तुबाट पाउने होइन, आफ्नै परिशुद्ध मनमा पाइन्छ । त्यसको निमित्त हामी आफैले आफूभित्र नियालेर हेर्नुपर्दछ । आफैले आफूलाई चिन्नुपर्दछ । आफूले आफूलाई चिन्न सकेमा मात्र हामीले आफूभित्र रहेको सुख र शान्तिको अनुभव गर्न सक्छौं ।

विपश्यना भावना भनेको आफ्नो शरीर र मनलाई स्मृतिपूर्वक हेरी अवलोकन गरी आफैलाई चिन्ने प्रयास हो ।

प्रज्ञा वा ज्ञान भनेको तीन तहका छन् । ती हुन्:- श्रुतमय प्रज्ञा, चिन्तनमय प्रज्ञा र भावनामय प्रज्ञा । श्रुतमय प्रज्ञा भनेको सुनेर, अध्ययन गरेर प्राप्त हुने ज्ञान हो । चिन्तनमय प्रज्ञा भनेका सुनेको वा अध्ययन गरेकोलाई चिन्तन मनन गरेर प्राप्त हुने ज्ञान हो । भावनामय प्रज्ञा भनेको व्यवहारमा प्रयोग

गरेर आफनो अनुभवबाट प्राप्त हुने ज्ञान हो । यी तीन ज्ञानमध्ये भावनामय ज्ञान सर्वोत्तम ज्ञान एवं पक्का ज्ञान हो । किनभने भावनामय ज्ञान भएमा मात्रै व्यक्तिले आफनो धारणा र दृष्टिमा परिवर्तन गर्छ । सकारात्मक परिवर्तनको लागि धारणा र दृष्टिमा परिवर्तन आउनु नै पर्दछ । यो भावनामय प्रज्ञा प्राप्त गर्नको लागि विपश्यना भावनाको अभ्यास गर्नुपर्दछ ।

‘अनिच्चादिवसेन विविधेन आकारेण पस्सतीति विपस्सना’ भन्ने पालि भाषाको विग्रहअनुसार नाम (मानसिक पक्ष) र रूप (भौतिक पक्ष) अनित्य इत्यादि विविध आकारबाट स्मृतिपूर्वक सजग भएर शरीर र मनको वास्तविक स्वभाव जस्तो छ त्यस्तै देखिने गरी भाविता गरिने हुनाले विपश्यना भनिन्छ । यसैलाई स्मृतिप्रस्थान विपश्यना भावना पनि भनिन्छ ।

भगवान् बुद्धले महास्मृतिप्रस्थान सूत्रमा आज्ञा हुनुभएको छ -

“एकायनो अयं भिक्खवे मग्गो सत्तानं विसुद्धिया, सोकपरिदेवानं समतिक्कमाय, दुक्खदोमनस्सानं अन्थङ्गमाय जायस्स अधिगमाय निब्बानस्स सच्छिकिरियाय, यदिदं चत्तारो सतिपट्ठाना ।”

“भिक्षुहरू ! यी चार स्मृतिप्रस्थान नामक आचरण मार्ग सत्त्वहरूको चित्तमल निर्मल पार्न, शोक र परिदेवलाई अतिक्रमण गर्न, शारीरिक दुःख र मानसिक पिडालाई शान्त गर्न, आर्यमार्ग लाभ गर्न, निर्वाणलाई साक्षात्कार गर्न एउटै मात्र मार्ग हो ।

स्मृतिप्रस्थान (सतिपट्ठान) मा चार अनुपश्यनाहरू छन् :-

१) कायानुपस्सना - काय (रूप समूह) अर्थात् शरीर र शारीरिक गतिविधिलाई स्मृतिपूर्वक निरन्तर भाविता गर्नु ।

२) वेदानुपस्सना - सुख, दुःख आदि विभिन्न प्रकारका अनुभूतिलाई स्मृतिपूर्वक निरन्तर भाविता गर्नु ।

३) चिदानुपस्सना - मन बाहिर निस्कनु, मन दिक्दार हुनु, मन रमाउनु, कल्पना, विचार आदि अवस्थालाई स्मृतिपूर्वक निरन्तर भाविता गर्नु ।

४) धम्मनुपस्सना - नीवरणादि स्वभाव धर्मलाई स्मृतिपूर्वक निरन्तर भाविता गर्नु ।

स्मृतिप्रस्थान भावनालाई निरन्तर रूपमा अभ्यास गर्नाले सम्यक्स्मृति जागृत हुन्छ र विपश्यना ज्ञान अभिवृद्धि भई सम्पूर्ण दुःखबाट मुक्त निर्वाणलाई साक्षात्कार गर्न सक्ने अवस्थासम्म पुग्न सक्ने हुन्छ ।

त्यसैले धम्मपदमा यसरी उल्लेख गरिएको छ -
यतो यतो सम्मसति, खन्धानं उदयब्बयं ।
लभति पीतिपामोज्जं, अमतं तं विजानतं ॥

अर्थात्

जुनबेला सम्यकस्मृति उत्पन्न हुन्छ, त्यसबेला स्कन्धको उत्पत्ति (उदय) र विनाश (व्यय)लाई थाहा पाउने विषयना ज्ञान उत्पन्न हुन्छ । त्यसबेला प्रीति र प्रमोदको अनुभूति हुन्छ । यस्तो सत्य धर्मलाई जान्ने प्रज्ञावान्ले अमृत (निर्वाण) पदलाई समेत साक्षात्कार गर्दछ ।

कस्तो जीवन जिउनु श्रेष्ठ छ, भन्ने कुरा धम्मपदमा यसरी देखाएको छ -

यो च वस्ससतं जीवे, अपस्सं उदयब्बयं ।
एकाहं जीवितं सेय्यो, पस्सतो उदयब्बयं ॥

उदय व्ययलाई नदेखिकन सयवर्ष जिउनुभन्दा उदय व्ययलाई देखिकन एकदिन मात्र जिउनु नै श्रेष्ठ छ ।

सब्बे संखारा अनिच्चाति, यदा पञ्जाय पस्सति ।
अथ निब्बिन्दति दुक्खे, एस मग्गो विसुद्धिया ॥

पञ्चस्कन्ध (नाम र रूप) भन्ने सबै संस्कार अनित्य छन्, उत्पन्न भएका जति सबै नष्ट हुन्छन् । यस सत्य धर्मलाई विषयना प्रज्ञाले देख्न सकेमा दुःखबाट मुक्त हुन्छ । यही विशुद्धिको मार्ग हो ।

स्मृतिप्रस्थान भावना अभ्यासको प्रतिफल :

स्मृतिप्रस्थान विषयना भावनालाई मन दृढ गरी आदर गौरवपूर्वक भाविता गर्न सक्थो भने तल उल्लेखित प्रतिफललाई आफैले प्रत्यक्षरूपमा अनुभव गर्न पाउँछ ।

१) यस जन्ममा अघि कहिल्यै अनुभव गर्न नपाएको अति विशिष्ट सुखको अनुभव गर्न पाइन्छ ।

२) शरीर मन दुवै स्वच्छ, निर्मल हलुका भई शान्त शीतल सुखको अनुभव गर्न पाइन्छ ।

३) बुद्ध, धर्म र संघमा द्वन्द्व संशय हटी श्रद्धा धर्म विशेष निर्मल स्वच्छ र प्रबल भएर आउँछ ।

४) लोभ, द्वेष, ईर्ष्या, मात्सर्य आदि नराम्रा प्रवृत्ति उत्पन्न भयो भने

समयमा नै संयम गर्नसक्छ र यसबाट कुनै हानि हुन सक्दैन ।

५) शील सदाचार परिपक्व भएर आउँछ, बोलिवचन व्यवहार सभ्य र कोमल हुन्छ ।

६) स्मरणशक्ति, सहन शक्तिहरू वृद्धि भएर आउँछन् ।

७) मित्रभाव, सहयोगात्मक भाव, सेवा भावना वृद्धि हुन्छ ।

८) लोकधर्महरूसित सामना गर्नुपर्दा बढी दृढताका साथ सामना गर्नसक्ने हुन्छ ।

९) अनित्य बोध हुने भएकाले स्वार्थी भावना कम हुँदैजान्छ ।

१०) वर्तमान स्थितिलाई बढी जोड दिने भएकाले अतीतबारे सोच्ने भविष्यको बारे कल्पना गर्ने कम हुने हुनाले मानसिक तनाव र ब्याकुलता कम भएर आउँछ ।

११) धेरैजसो शारीरिक रोग र मानसिक रोग हुनबाट बच्न सकिन्छ । रोग भइहाले पनि शरीर दुखे तापनि मनलाई नदुखाइकन सहन सक्ने गरी बस्न सकिन्छ । विपश्यना भावनाद्वारा विभिन्न रोगहरू पूर्णरूपले निको पनि हुनसक्छ ।

१२) यस जन्ममा सबभन्दा राम्रो काम, सबभन्दा फलदायी काम मैले गरिसकेँ भनी सन्तोष पाउने हुन्छ ।

यति मात्रै होइन विपश्यना ज्ञानस्तर परिपक्व भएर सामान्य पृथग्जनस्तरबाट विशिष्ट उच्च आर्यस्तरमा पुग्ने हुन्छ । आर्यपुद्गल भावलाई पाउनु यो विश्वमा भएभरको सुनचाँदी रत्न सम्पत्तिहरूको मालिक हुन पाउनुभन्दा बढी सारयुक्त छ ।

धम्मपदमा यसरी उल्लेख गरिएको छ -

पथब्बा एकरज्जेन, सग्गस्स गमनेन वा ।

सब्बलोकाधिपच्चेन, सोतापत्तिफलं वरं ॥

अर्थात् सारा पृथ्वीको चक्रवर्ती राजा हुनुभन्दा, देवलोकमा बास गर्नुभन्दा, सबै लोकको अधिपति हुनुभन्दा सोतापतिफल प्राप्त गर्नु नै उत्तम छ । विपश्यना भावना सुख शान्ति प्रदायक भएको आफ्नै अनुभवले थाहा पाउन सकेमा यसबाट आफ्नो जीवन मात्र सार्थक हुने होइन, परिवार, अनि परिवारबाट समाज, त्यसपछि समाजबाट देश, अन्ततः देशबाट विश्वमा नै शान्ति हुन्छ । तसर्थ विश्व शान्तिको लागि यो विपश्यना एक अचूक कार्य मान्न सकिन्छ । अतः विपश्यना भावना विधिलाई सहीरूपमा अभ्यास गर्नमा अग्रसर हुनु नितान्त आवश्यक छ ।

(बुद्ध शिक्षाका आयामहरू: वि.सं. २०६५, व. सं. २५५२)

अब्जजापी मुक्तमांया च्वलु । ८५

सुख-शान्ति प्रदायक विपश्यना भावना

मन एकदम चञ्चल छ, अस्थिर छ भन्ने कुरा सर्वविदितै छ । भावना भनेको हाम्रो यो चञ्चल मनलाई एकाग्र गर्ने, स्थिर गर्ने, आफ्नो अधिनमा राख्ने, संयम गर्ने एवं चित्त शुद्ध गर्ने प्रक्रिया हो । भावना आध्यात्मिक सुख शान्तिको निमित्त गर्ने साधना हो । वास्तविक सुख शान्ति भनेको आन्तरिक शान्ति हो, जुन चित्तको निर्मलता, शुद्धतामा हुन्छ । चित्तमा जबसम्म नराम्रा प्रवृत्ति राग, द्वेष, मोह, ईर्ष्या, मात्सर्य आदि रहेका हुन्छन्, तबसम्म सुख, शान्तिको चाहना गरे तापनि सुख शान्ति अनुभव गर्न सकिदैन । जुन हामीले सुख भनेर सम्झेका छौं, ती भौतिक सुख क्षणिक सुख मात्र हो । मृगतृष्णा जस्तै त्यसबाट तृप्ती हुन सकिदैन । नून पानी खाँदा तिर्खा नमेटेभैं सन्तोष हुन सक्दैन । धेरैजसो मानिसहरू यो गरे सुख हुन्छ कि त्यो गरे सुख हुन्छ भनेर एकपछि अर्को, अर्कोपछि अर्को गर्दै बाह्य सुख खोजिरहेका हुन्छन् । वास्तविक सुख भनेको आन्तरिक शुद्ध चित्तमा पाउन सकिन्छ । जसरी कस्तुरी मृग कस्तुरीको बास कहाँ छ भनेर खोज्न बाहिर यताउति दौडिरहन्छ । वास्तवमा कस्तुरी त आफैमा रहेछ । त्यस्तै सुख शान्ति बाह्य भौतिक वस्तुबाट पाइने होइन, आफ्नै परिशुद्ध चित्तमा पाइन्छ । त्यसको निमित्त हामीले आफैले आफूभित्र नियालेर हेर्नुपर्छ । आफैले आफूलाई चिन्नु पर्दछ । आफैले आफूलाई चिन्न सकेमा मात्र हामीले आफूभित्र रहेको सुख र शान्तिको अनुभव गर्न सक्नेछौं । आफ्नै शरीर र मनलाई स्मृतिपूर्वक हेरी, अवलोकन गरी आफैलाई चिन्ने प्रयास नै विपश्यना भावना हो ।

आफ्नो शरीर र मनलाई स्मृतिपूर्वक, होश राखी शरीर, मनको वास्तविक स्वभाव जस्तो छ त्यस्तै देखिने किसिमले विशेष रूपले हेर्नेलाई विपश्यना भनिन्छ ।

विपश्यना भावना विधि – विपश्यना भावना गर्ने विधि विविध प्रकारका छन् । ती मध्ये बर्माका सुप्रसिद्ध विपश्यना ध्यान गुरु महासी सयादोद्वारा

निर्देशित ध्यान भावना विधिबारे छोटकरीमा प्रस्तुत गर्न चाहन्छु ।

ध्यान बस्दा खेरी पलेटी मारी पिठचुँ र माथिल्लो शरीरको भागलाई सीधा राख्नुपर्दछ । बस्दा सजिलो हुने गरी मन परेको अनुसार बस्न सकेता पनि पलेटी मारी बस्नु शरीरको सबभन्दा राम्रो परिवेश भएकोले लामो समयसम्म बस्न सकिन्छ । खुट्टाहरूलाई दबाएर नराखी दाहिने खुट्टालाई बायाँ खुट्टाको बाहिरपट्टि खुम्च्याएर राख्नु योग्य हुन्छ । त्यसपछि बायाँ हत्केला माथि दायाँ हत्केला राख्नुपर्दछ । आँखा बन्द गरी सकेपछि मनलाई पेटमा केन्द्रित गरी राख्नुपर्छ । श्वास लिंदा पेट फुलेर आएकोलाई “फुलेको छ” र श्वास छोड्दा पेट सुकेर गएकोलाई “सुकेको छ” भनी मन मनले भन्दै हेर्नुपर्छ, थाहापाउनुपर्छ । यो प्रक्रिया जहिले पनि भइरहेको हुन्छ र सजिलैसित थाहापाउन वा अनुभव गर्न पनि सकिन्छ । यदि पेट फुलेको र सुकेको त्यति स्पष्ट छैन भने पेटमा हात राखेर अभ्यास गरे पनि हुन्छ । श्वास प्रश्वास क्रियालाई स्वाभाविक बनाउनुपर्छ । श्वास रोक्ने, लामो बनाउने, छोटो बनाउने इत्यादि गर्नु हुँदैन । त्यसरी बलपूर्वक प्रयास गरेमा छिट्टै थाक्ने हुन्छ ।

पेट फुलेको र सुकेको प्रक्रियालाई हेरी रहँदाखेरी मन बाहिर गयो भने मन मनैले ‘मन बाहिर गयो’ ‘मन बाहिर गयो’ भनी सम्झनुपर्छ । कल्पना गर्दै हुनुहुन्छ भने ‘कल्पना हुँदैछ’ ‘कल्पना हुँदैछ’ भनी सम्झनुपर्दछ । एक, दुईपटक यसो भनी सम्झिएपछि मनमा कल्पना रोकिन्छ । फेरि पेट फुलेको र सुकेको प्रक्रियालाई हेर्नुपर्छ । यदि तपाईं सोच्दै हुनुहुन्छ भने ‘सोच्दै छु’, यदि तपाईं खुशी हुनुहुन्छ भने ‘खुशी छु’, नराम्रो लागिरहेछ भने ‘नराम्रो लाग्दैछ’, मनमा रीस उठिरहेछ भने ‘रीस उठ्दैछ’, अलसि भइरहेछ भने ‘अल्सी भएछ’ भनी मनमा जे-जस्तो हुँदैछ, त्यसलाई त्यसरी नै राम्ररी स्मृतिपूर्वक हेर्नुपर्छ । चित्तको प्रत्येक अवस्थालाई उत्पन्न भइराखेको अवस्थामा नै सजग भएर स्मृतिपूर्वक हेर्नुपर्छ ।

धेरैबेरसम्म बसेपछि शरीरमा दुखेको संवेदनाहरू महशूस हुन थाल्दछन् । त्यसलाई पनि स्मृतिपूर्वक पछि पछि लागी हेर्नुपर्छ । दुखेमा “दुखिरहेछ, दुखिरहेछ”, भन्नुभनाएमा “भन्नुभनाइरहेछ, भन्नुभनाइरहेछ”, कट कट दुखेमा “कट कट दुखिरहेछ, कट कट दुखिरहेछ”, चिलाएमा “चिलाइरहेछ”, पोलेमा “पोलिरहेछ”, थकाइ लागेमा “थाकिरहेछु” भनी शरीरमा जे-जस्ता संवेदना उत्पन्न हुँदैछ, त्यसलाई त्यसरी नै स्मृतिपूर्वक भाविता गर्नुपर्छ, हेर्नुपर्छ । समाधि परिपक्व भएर आउने अवस्थामा वेदना विस्तारविस्तारै सूक्ष्म भई लोप भएर जान्छ । यसरी लोप भएपछि फेरि पेट फुलेको र सुकेकोमा नै ध्यान दिनुपर्दछ । समाधि परिपक्व

नभएसम्म त वेदना नहराएर भन्नु भन्नु बढेर आउन सक्छ । “सहन सकेमा निर्वाणमा पुगिन्छ” भनेअनुसार वेदनालाई सहेर भाविता गरीरहनु उचित हुन्छ । थाकेको, पोलेको, दुखेको आदि सहन नगरी तुरुन्तै आसन बदलेमा समाधि हुन सक्दैन । समाधि विना यथार्थ स्वभावलाई बुझ्न सक्ने प्रज्ञा उत्पन्न हुन सक्दैन । त्यसकारण, भावना अभ्यासमा सहने क्षमाताको धेरै जरुरत पर्दछ । धेरै बेरसम्म पनि वेदना हराएर नगई बस्न नसक्ने भएमा होशपूर्वक आसन बदल्नुपर्छ ।

बस्दाबस्दै रूपवर्ण देखा “देखिरहेछु” “देखिरहेछु” भनी होश राखी बस्नुपर्दछ । आवाज सुन्दा “सुनिरहेको छु”, “सुनिरहेको छु”, गन्ध सुँघेमा “सुँघेको छु, सुँघेको छु” भनी एक, दुइ पटक सम्झिएपछि फेरि पेट फुलेको र सुकेको प्रक्रियालाई हेर्नुपर्छ ।

ध्यान भावना गर्नु भनेको दुईटा काठको घर्षणद्वारा आगो निकाल्नुभै हो । पूर्वकालमा सलाइको अभावमा दुईटा काठहरू एक आपसमा रगडेर आगो निकाल्ने गरिन्थ्यो । त्यसरी घर्षण गर्दा आगो ननिस्कूञ्जेलसम्म काठहरूलाई एक आपसमा निरन्तररूपले रगड्ने गरिन्छ । जति जति काठ तात्दै आउँछ त्यति नै बढी रगड्नेमा मेहनत गर्नुपर्दछ । जसरी निरन्तर घर्षणको कारणले काठ तातिएर आगो निस्कन्छ । त्यसरी नै पहिलो स्मृति र पछाडिको स्मृति, पहिलो समाधि र पछाडिको समाधि, पहिलो प्रज्ञा र पछाडिको प्रज्ञा अटूटरूपले जोडेर लानु पर्दछ । यसरी लगेमा चित्त शुद्ध हुँदै जान्छ । शुद्ध चित्तमा मैत्री, करुणा, मुदिता, उपेक्षा आदि सद्गुणहरू समावेश हुने भएकोले पारस्परिक मित्रता, सहिष्णुता, सहयोगात्मक भाव, सेवा भावना वृद्धि भएर आउँछ । यो नै विपश्यनाको लोक कल्याणकारी पक्ष हो ।

हामीले विपश्यना भावनालाई एक महिना जति आदर गौरवपूर्वक भाविता गर्न सक््यौं भने निम्न प्रतिफललाई आफैले प्रत्यक्षरूपले अनुभव गर्न पाइनेछ ।

१. यस जन्ममा अधि कहिल्यै अनुभव गर्न नपाएको अति विशिष्ट सुखको अनुभव गर्न पाइन्छ ।
२. शरीर, मन दुबै स्वच्छ, निर्मल, हलुका भई शान्त शीतल सुखको अनुभव गर्न पाइन्छ ।
३. बुद्ध, धर्म र संघहरूमा द्वन्द्व संशय हटी श्रद्धा धर्म स्वच्छ र प्रबल भएर आउँछ ।
४. लोभ, द्वेष, ईर्ष्या, मात्सर्य आदि नराम्रा प्रवृत्ति उत्पन्न भयो भने समयमा नै संयम गर्नसक्छ र यसबाट कुनै हानि हुन सक्दैन ।
५. शील सदाचार परिपक्व भएर आउँछ, बोलिवचन, व्यवहार सभ्य र कोमल हुन्छ ।

६. स्मरण शक्ति, सहन शक्तिहरू वृद्धि भएर आउँछ ।
७. मित्रभाव, सहयोगात्मक भाव, सेवा भावना वृद्धि हुन्छ ।
८. लाभ, अलाभ, सुख, दुःख आदि लोकधर्महरूसित सामना गर्नुपर्दा बढी दृढताका साथ सामना गर्न सक्ने हुन्छ ।
९. अनित्य बोध हुने भएकोले स्वार्थी भावना कम हुँदै जान्छ ।
१०. वर्तमान स्थितिलाई बढी जोड दिने भएकोले अतीतबारे सोच्ने भविष्यको बारे कल्पना गर्ने कम भएकोले मानसिक तनाव र व्याकुलता कम भएर आउँछ ।
११. धेरैजसो शारीरिक रोग र मानसिक रोग हुनुबाट बच्न सकिन्छ । रोग भइहाले पनि शरीर दुखे तापनि मनलाई नदुखाइकन बस्न सकिन्छ । विपस्सना भावनाद्वारा विभिन्न रोगहरू पूर्ण रूपले निको पनि हुनसक्छ ।
१२. यस जन्ममा सबभन्दा राम्रो काम, सबभन्दा फलदायी काम मैले गरिसकें भनी सन्तोष मिल्नेछ ।

यति मात्रै होइन, विपश्यना ज्ञानस्तर परिपक्व भएर स्रोतापत्तिमार्ग ज्ञानद्वारा निर्वाणलाई प्रकट रूपमा साक्षात्कार गर्न सक्षम भई अपायद्वारलाई सदाको लागि बन्द गरिराख्न सक्ने हुन्छ । सामान्य पृथग्जन स्तरबाट विशिष्ट उच्च पवित्र आर्यस्तरमा पुग्न सक्ने हुन्छ । आर्यपुद्गल भावलाई पाउनु यो विश्वमा भएभरको सुनचाँदी रत्न सम्पत्तिहरू थुपारेर राख्न पाउनुभन्दा बढी मूल्यवान् हुन्छ । त्यसैले भगवान् बुद्धले पृथ्वीको राज्य, स्वर्ग जान पाउने भाग्य अथवा सारा संसारको आधिपत्यभन्दा पनि उत्तम स्रोतापत्तिफलको प्राप्ति हो भनी आज्ञा गर्नुभएको छ ।

यस्तो प्रतिफल भएको विपश्यना कार्यलाई अभ्यास गर्न समय आएको छैन र ? अरु बाह्य कामहरूलाई प्राथमिकता दिई अहिले गर्ने भ्याउँदैन भनेर छलिरहनु उचित छैन । यस्तो महत्वपूर्ण कार्यबाट चुक्नु हुँदैन । आजैदेखि शुरु गरौं भनेर तत्पर हुनुपर्छ ।

विपश्यना भावना सुख शान्ति प्रदायक भएको आफ्नै अनुभवले थाहा पाउन सकेमा यसबाट आफ्नो जीवन मात्र सार्थक हुने होइन, अरुलाई पनि हामीले प्रेरणा दिन सक्छौं । व्यक्ति व्यक्तिमा शान्ति भएमा परिवार, परिवारबाट समाज, समाजबाट देश, देशबाट विश्वमा नै शान्ति हुन्छ । तसर्थ विश्व शान्तिको लागि यो विपश्यना एक अचूक कार्य मान्न सकिन्छ ।

(आनन्द भूमि: भाद्र पूर्णिमा वि.सं. २०५८, बु. सं. २५४५)

अब्जजाणी मुक्तमाया च्वन्तु । ८९

धम्मसङ्गणी

भगवान् बुद्धले बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभएदेखि महापरिनिर्वाण नहुन्जेल ४५ वर्षसम्म बहुजन हित र सुखको निमित्त गाउँ गाउँ, नगर नगर, देश देशमा चारिका गर्दै निरन्तररूपमा दिनुभएका उपदेशहरू संडगृहित त्रिपिटक ग्रन्थमा अभिधर्मको आफ्नो विशिष्ट स्थान छ । भगवान् बुद्धले बोधिज्ञान प्राप्त गर्नुभएपछि चौथो सप्ताहको रूपमा ७ दिन ७ रात रत्नाघर चैत्यमा अभिधर्मको चिन्तन, मनन र परामर्श गर्नुभएको थियो । अभिधर्मको उपदेश चाहिँ सातौँ वर्षावासको समय त्रयस्त्रिंश देवलोकमा जानु भई आफूलाई जन्म दिने आमा सन्तुषित देवपुत्रप्रमुख दशहजार चकवालबाट समागम भएका देवगणहरूलाई तीन महिनासम्म नदीको धारजस्तै अट्टरूपले देशना गर्नुभएको थियो । भगवान् बुद्धले यसरी तीन महिनासम्म देवलोकमा दिनुभएको अभिधर्म उपदेशलाई सारांशरूपमा, मनुष्यलोकमा सबैभन्दा पहिले, प्रज्ञामा एतदग्ग (एतदग्र) प्राप्त अग्रश्रावक सारिपुत्र महास्थविरलाई बताउनु भयो । सारिपुत्र महास्थविरले पहिले आफू स्वयंले चिन्तन मनन र भाविता गरिसकेपछि आफ्ना ५०० जना शिष्यहरूलाई सिकाउनु भएको अभिधर्मका उपदेशहरू नै आज हामीले अध्ययन गर्न पाएको अभिधम्मपटक हो ।

“अभिधम्म” अभि र धम्म दुई शब्द मिलि बनेको छ । ‘अभि’ उपसर्गको अभिमुख, विशिष्ट, वृद्धि, लक्षण, पूजा, अतिरिक्त अर्थहरूमध्ये अतिरिक्त र विशिष्ट अर्थ लिएको छ । ‘धम्म’ शब्दको परियत्तिपालि, स्वभाव, पुण्य, गुण, आचार, ज्ञेय्य आदि अर्थहरूमध्ये स्वभाव अर्थ लिएको छ । धम्ममा सुत्तन्त धम्म र अभिधम्म गरी दुइवटा भएकोमा धम्म शब्द परस्परमा मिले पनि अभिधम्म सुत्तन्त धम्मभन्दा अतिरिक्त र विशिष्ट भएकोले “अभि अतिरेको धम्मो अभिधम्मो” र “अभि विसैतो धम्मो अभिधम्मो” भन्ने विग्रहअनुसार अभिधम्म भएको हो । उपमा सुत्तन्तपिटकमा “कुसलं कातब्बं बहुं” कुसलं - कुशलपुण्य कार्यलाई, कातब्बं

बहुं - धेरै गर्नुपर्छ आदिरूपले मात्र भनेको छ । कुशल भनेको के हो ? कति प्रकारका छन् ? स्कन्ध, आयतन, धातु, सत्यका रूपमा के के हुन् देखाइएको छैन । अभिधर्ममा कुशल भनेको अनवज्ज सुख विपाक लक्खण - दोषरहित भएर राम्रो फल दिने लक्षण भएको स्वभावलाई कुशल भनी देखाएको छ । कुशल सक्षिप्त २१, विस्तृतरूपले ३७, ती चित्तसंग सम्प्रयुक्त हुने चैतसिकहरूको स्वरूप, त्यतिमात्रै होइन, यी सम्प्रयुक्त चैतसिकहरूलाई समेत स्कन्ध, आयतन, धातुको रूपमा परिच्छेद गरी देखाएको छ । यसरी सुत्तन्त धर्मभन्दा विशिष्ट र अतिरिक्त भएकोले अभिधर्म भनिएको हो ।

अभिधर्म देशनालाई भगवान् बुद्धको महापरिनिर्वाणपछि प्रथम संगायन गर्नुभएका संगीतिकारहरूले यसरी विभाजन गरी देखाउनु भएको छ । पिटकको रूपमा अभिधम्मपिटक, निकायका रूपमा खुद्दक निकाय, अङ्गको रूपमा वेय्याकरण, धर्मस्कन्धको रूपमा ४२,००० र ग्रन्थको रूपमा १. धम्मसङ्गणी (धर्मसङ्गणी), २. विभङ्ग, ३. धातुकथा, ४. पुग्गलपञ्जत्ति (पुद्गलप्रज्ञप्ति), ५. कथावत्थु (कथावस्तु), ६. यमक तथा ७. पद्धान (प्रस्थान) गरी ७ वटा ग्रन्थहरू छन् ।

अभिधर्मपिटक अन्तर्गत ७ वटा ग्रन्थहरूमध्ये धम्मसङ्गणी पहिलो ग्रन्थ हो । यो ग्रन्थ अभिधर्मको मूल आधार भएको कुरा नामाकरणबाट नै स्पष्ट छ । कुसलादयो धम्मा सङ्गहन्ति एत्थाति धम्मसङ्गणी भन्ने परिभाषानुसार कुशल अकुशल आदि सबै स्वभाव धर्महरूलाई संग्रह गरी देखाइएको ग्रन्थ भएकोले धम्मसङ्गणी भनिएको हो । कुसलादयो येव धम्मा सम्मदेव गणीयन्ति एत्थ एतायाति वा धम्मसङ्गणी भन्ने अर्को परिभाषानुसार कुशल, अकुशल आदि धर्महरूको स्वरूपलाई पूर्णरूपले गणना गरी देखाइएकोले धम्मसङ्गणी भनिएको हो ।

धम्मसङ्गणी ग्रन्थमा सबै स्वभाव धर्महरूलाई वा परमार्थ धर्महरूलाई तीन भागमा विभाजन गरिएको तिकमातिका र दुई भागमा विभाजन गरिएको दुकमातिकालाई सर्वप्रथम देखाएको पाइन्छ । तिकमातिकालाई कुशलतिक, वेदनातिक, विपाकतिक आदि गरी २२ वटा तिकमा विभाजन गरी देखाएको छ भने दुकमातिकालाई अभिधम्म तरीकाले हेतुदुक, चूलन्तरदुक, आसवदुक आदि गरी १०० वटा, सुत्तन्त तरीकाले विज्जाभागी दुक, विज्जूपमा दुक आदि गरी ४२ वटा दुकमा विभाजन गरी देखाइएको छ ।

काण्ड विभाजन

यस ग्रन्थमा तिक, दुकलाई प्रधानता दिइ १. चित्तुप्पादकाण्ड, २. रूपकाण्ड, ३. निक्खेपकाण्ड, ४. अट्टकथाकाण्ड गरी ४ वटा काण्डमा विभाजन गरी देखाइएको छ ।

१. चित्तुप्पादकाण्ड (चित्तोत्पादकाण्ड)

चित्तुप्पादकाण्ड भनेको चित्त र चैतसिकहरूलाई संश्लेषण र विश्लेषण गरी देखाइएको काण्ड हो । जस्तै:

१. कुसला धम्मा - दोषरहित भई सुखद् प्रतिफल दिने कुशल चित्त र ती चित्तसँग मिलेका चैतसिक धर्महरू,

२. अकुसला धम्मा - दोषसहित भई दुःखद् प्रतिफल दिने अकुशल चित्त र ती चित्तसँग मिलेका चैतसिक धर्महरू,

३. अव्याकता धम्मा - कुशल अकुशल भन्न योग्य नभएका अव्याकृत चित्त र ती चित्तसँग मिलेका चैतसिक धर्महरू गरी तीन भागमा विभाजन गरिएको छ ।

यी तीनमध्ये कुशल चित्त, चैतसिकहरूलाई भूमिभेदको हिसावले -

१. कामावचर कुशल - कामभूवनमा पुन्याइ दिने कुशल,

२. रूपावचर कुशल - रूपभूवनमा पुन्याइ दिने कुशल,

३. अरूपावचर कुशल - अरूपभूवनमा पुन्याइ दिने कुशल,

४. लोकुत्तर कुशल - तीन भूमिबाट निस्सरण मुक्त (उत्तीर्ण) हुने कुशल गरी पाँच प्रकारले विभाजन गरी देखाइएको छ ।

१. कामावचर कुशल चित्त

यी पाँच प्रकारमध्ये कामावचर कुशल चित्तलाई प्रथम चित्त, द्वितीय, तृतीय..... अष्टमचित्त गरी ८ भागमा विभाजन गरी देखाएको छ । त्यसलाई पनि (क) धम्मववत्थानवार (ख) कोट्टासवार (ग) सुञ्जतवार गरी तीन वारमा विभाजन गरिएको छ ।

(क) धम्मववत्थानवार (धर्म व्यवस्थानवार)

चित्तसँग सम्प्रयुक्त भएका चैतसिकहरूलाई परिच्छेद गरी देखाएको वारलाई धम्मववत्थानवार भनिन्छ । यी चैतसिकहरूलाई स्पर्श, वेदना, संज्ञा, चेतना, चित्त भनिने स्पर्शपञ्चमक; वितर्क, विचार, प्रीति, सुख, एकाग्रता पाँच

ध्यानाङ्ग, श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि, प्रज्ञा, मन, सौमनस्य, जीवित आठ इन्द्रिय आदि भेदले १७ भागमा विभाजन गरिएका छन् । एउटा एउटा गणनाको हिसाबले ५६ वटा छन् । स्वभाव मिलेकोलाई जोडेर ३८ वटा छन् ।

(ख) कोट्टासवार

धम्मववस्थानवारमा उल्लेखित चित्त, चैतसिकहरूलाई वेदनास्कन्ध, संज्ञास्कन्ध, संस्कारस्कन्ध, विज्ञानस्कन्ध भन्ने चारवटा स्कन्ध; मनायतन र धर्मायतन भन्ने दुईवटा आयतन; मनोविज्ञान धातु र धर्म धातु भन्ने दुईवटा धातु आदिरूपले २३ वटा समूहमा गणना गरी देखाइएको वारलाई कोट्टासवार भनिन्छ ।

ग) सुञ्जतवार (शून्यतावार)

धर्मववस्थानवारमा देखाइएका प्रथम कामावचर कुशलचित्तसित सम्प्रयुक्त भएका धर्महरू कारण कार्य मिलेर उत्पन्न हुने स्वभाव धर्महरूमात्र हुन् । यस धर्महरूमा आत्म छैन, सत्त्व छैन, निर्माताधीन पनि छैन, कारण फलोत्पन्न मात्र हुन् । आत्मा भनी धारण गर्न योग्य छैन । उत्पन्न भयो कि विनाश हुने स्वभाव मात्र छन् भनी आत्मा शून्य भएको भावलाई अबबोध गराउन कोट्टासवारमा उल्लेखित २३ वटा समूहमा धम्म समूह एउटा जोडेर २४ वटा समूहमा गणना गरी देखाइएको वारलाई शून्यतावार भनिन्छ ।

बाँकी रूपावचर कुशल आदि चित्तहरूलाई पनि यसरी नै तीन वारमा विभाजन गरिएका छन् ।

(२) रूपकाण्ड

रूपलाई विश्लेषण गरेर देखाएको काण्डलाई एकक, दुक, तिकएकादसकनय हिसाबले ११ वटा तरीकाले वर्गीकरण गरी देखाइएको छ । जस्तै एककनय – अलोभ, अद्वेष, अमोह सम्प्रयुक्त हेतु नभएको अहेतुक; कर्म, चित्त, ऋतु, आहार भन्ने चारवटा कारण धर्मबाट युक्त भएको सप्रत्यय; कर्म, चित्त, ऋतु, आहार भन्ने कारण धर्म एउटा एउटाबाट बनेको संस्कृत आदिरूपले रूपको अभिप्रायलाई ४३ वटा नाम पर्यायवाची शब्दले अलङ्कृत गरी देखाइएको छ ।

दुकनयमा रूप धर्मलाई दुई भागमा विभाजन गरी दर्साएको छ । जस्तै –

(१) उपादारूप – चार महाभूतको सहारा लिई उत्पन्न हुने रूप ।

(२) नो उपादारूप - सहारा नलिई उत्पन्न हुने रूप ।

एककनय दुकनय आदि हिसाबले रूप काण्डमा दर्साएका धेरै प्रकारका रूपहरूलाई स्वभाव मिलेकोलाई जोडेर गणना गर्दा २७ वटा मात्र छन् ।

(३) निक्खेपकाण्ड (निक्षेपकाण्ड)

२२ वटा तिक र १४२ वटा दुकहरूमध्ये भगवान् बुद्धले चित्तुप्पादकाण्ड, रूपकाण्डमा कुशलतिक एउटालाई मात्र विस्तृतरूपले देखाउनुभएको छ । बाँकी रहेको तिकदुकलाई देखाउनुभएको छैन । त्यसैले कुशलतिक समेत गरी बाँकी भएकोलाई चित्तुप्पादकाण्ड कुशलतिकलाई जस्तै विस्तृतरूपले वर्णन गर्नलाई छोडेर न संक्षिप्त न विस्तारअनुसार देखाउनको लागि निक्खेपकाण्ड आज्ञा हुनुभएको हो ।

यस काण्डमा सबै तिकदुकहरूलाई मूल, स्कन्ध, द्वार, भूमि, अत्थ (स्वरूप), धम्म, नाम, लिङ्गको रूपले संक्षिप्त वर्णन गरी देखाएको छ । जस्तै- अकुसला धम्मा अकुशल धर्महरू लोभ, दोष, मोह भन्ने तीन वटा मूल कारणबाट उत्पन्न हुन्छन् ।

स्कन्धको रूपमा अकुशल चित्त १२ वटा विज्ञानस्कन्ध, वेदना चैतसिक वेदनास्कन्ध, संज्ञा चैतसिक संज्ञास्कन्ध, बाँकी चैतसिकहरू संस्कारस्कन्ध गरी चारवटा स्कन्ध छन् । अकुशलहरू तीनै द्वारमा उत्पन्न हुन्छन् ।

४. अट्ठकथाकाण्ड (अर्थकथाकाण्ड)

परमार्थ धर्महरूको वा स्वभाव धर्महरूको स्वरूपलाई दर्साएको काण्डलाई अट्ठकथाकाण्ड भनिन्छ । चित्तुप्पादकाण्ड, रूपकाण्डमा चित्त, चैतसिक, रूपहरूको स्वरूप भएतापनि छरिरहेको छ । यसरी छरिरहेकोलाई एकत्रित गरेर स्पष्टरूपले देखाउन भगवान् बुद्धले अट्ठकथाकाण्डलाई क्मिकरूपले आज्ञा हुनु भएको हो । जस्तै-

हीन धर्महरू - अकुशल चित्त १२ वटा, चैतसिक ३२ वटा अथवा २७ वटा ।

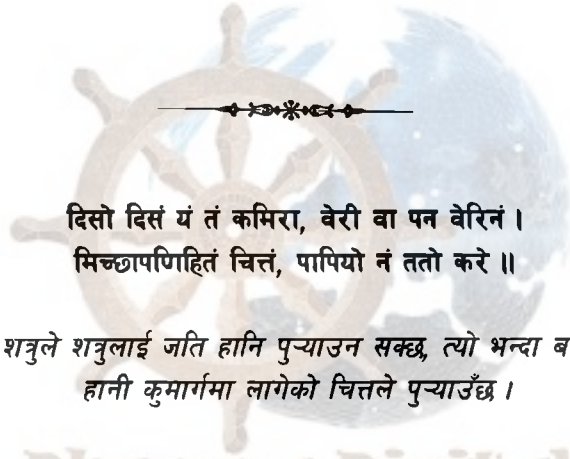
मध्यम धर्महरू - काम, रूप, अरूप कुशल, विपाक, क्रिया चित्त ५१ वटा, चैतसिक ५६ वटा अथवा ३८ वटा, रूप २७ वटा ।

प्रणीत धर्महरू - मार्ग ४ वटा, फल ४ वटा, चैतसिक ५९ वटा अथवा ३६ वटा, निर्वाण आदि रूपले देखाएको पाइन्छ ।

यदि अट्टकथाकाण्ड लाई मात्र आज्ञा नभएको भए अभिधम्म अध्ययन गर्नेहरूलाई स्वरूप जान्न नसकेर वारीपारी नदेखिएको समुद्रको बीचमा पौडि खेल्नुभन्दा गाह्रो हुनेथियो । तीनवटा पिटकमा आइरहेको अभिधम्मको सार अट्टकथाकाण्डमा समावेश भएको छ र सो अट्टकथाकाण्डको गम्भीरातिगम्भीर भएकोलाई पनि बुझ्न सकिन्छ ।

धम्मसङ्गणी ग्रन्थ अभिधर्मको मूल आधार भएकोले यस ग्रन्थको अध्ययन विना अरू ग्रन्थहरू बुझ्न गाह्रो हुन्छ । अभिधर्मको मूल आधार एवं सार भएको यस ग्रन्थलाई अध्ययन, चिन्तन, मनन र भाविता गर्न सक्थे भने भगवान् बुद्धले देखाउनु भएको सत्य धर्मलाई यथार्थरूपले बुझ्न सक्ने हुन्छ ।

(अभिधम्म स्मारिका : वि. सं. २०६०, बु. सं. २५४७)



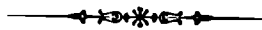
दिसो दिसं यं तं कमिरा, बेरी वा पन वेरिनं ।
मिच्छापणिहितं चित्तं, पापियो नं ततो करे ॥

शत्रुले शत्रुलाई जति हानि पुऱ्याउन सक्छ, त्यो भन्दा बढी
हानी कुमार्गमा लागेको चित्तले पुऱ्याउँछ ।

न तं माता पिता कयिरा, अञ्जे वापि च ज्ञातका ।
सम्मापणिहितं चित्तं, सेय्यसो नं ततो करे ॥

सुमार्गमा लागेको चित्तले आफुलाई जति उपकार गर्दछ,
त्यति उपकार बाबु आमा र कुटुम्बले समेत गर्न सक्दैन ।

- धम्मपद



प्रतीत्यसमुत्पाद (पटिच्चसमुत्पाद)

प्रतीत्यसमुत्पाद भगवान् बुद्धको मौलिक एवं महत्त्वपूर्ण उपदेश हो । बुद्धधर्मको मूल हेतुवादको दर्शन नै प्रतीत्यसमुत्पाद हो । यो संसारमा प्रत्येक वस्तु अनित्य छ । यहाँ कुनै पनि शाश्वत छैन, हेतु प्रत्ययजनित छ । कुनै हेतु बिना केही हुँदैन । भव वा संसारचक्र संचालन भइरहनुमा कुनै न कुनै हेतुप्रत्यय हुन्छ, कार्य र कारणको सम्बन्ध रहेको हुन्छ । यसको दार्शनिक पक्ष हो - कुनै निर्विकार शाश्वत परमशक्ति तत्वबाट सम्पूर्ण भवको संरचना भएको हो र त्यही शक्ति तत्वबाट सम्पूर्ण भव सञ्चालित वा चलायमान, गतिमान भएको हो भन्नु मिथ्यादृष्टि हो भने भवचक्र संचालन सहेतुक हो भनी सही दृष्टि राख्नु सम्यकदृष्टि हो ।

बोधिसत्त्व सिद्धार्थले यसै प्रतीत्यसमुत्पाद धर्मदेखि आरम्भ गरी सत्यमार्ग अनुरूप निरीक्षण, परीक्षण र हृदङ्गमन गरी बुद्धत्वमा पुग्न भएको थियो । वहाँले बुद्धगया बोधिवृक्षको छहारीमा ध्यान गर्दागर्दै बैशाख पूर्णिमाको रात्री प्रथम प्रहरमा पूर्वजन्मको ज्ञान, दोश्रो प्रहरमा दिव्यचक्षु ज्ञान र अन्तिम प्रहरमा आस्रवक्षय ज्ञान अर्थात् प्रतीत्यसमुत्पादको ज्ञान साक्षात्कार गर्नुभयो । यस अनुसार अविद्या र तृष्णा मूलहेतुबाट भवचक्र संचालन भएर प्राणीहरूले जन्म जन्मान्तरमा अनेकौं दुःख भोग्नु परेको र सो अविद्या, तृष्णालाई निरोध गर्न सकेको खण्डमा भवचक्र निरोध भई निर्वाण साक्षात्कार हुनजाने ज्ञान प्राप्त गर्नुभएको थियो ।

प्रतीत्यसमुत्पाद बुद्धधर्मको मुख्य सार भएकोले यसलाई बुझ्न सकेको खण्डमा धर्मलाई राम्ररी बुझेको हुन्छ भनी स्वयं भगवान् बुद्धले भन्नुभएकोबाट थाहा हुन्छ ।

“जसले प्रतीत्यसमुत्पादलाई बुझ्दछ, उसले धर्मलाई बुझेको हुन्छ । जसले धर्मलाई बुझेको हुन्छ, उसले प्रतीत्यसमुत्पादलाई बुझेको हुन्छ ।”

बुद्धधर्मको मूल सिद्धान्तः

“ये धम्मा हेतुप्पभवा, तेसं हेतुं तथागतो आह ।
तेसञ्च यो निरोधो, एवंबादी महासमणो ॥”

अर्थात् जुन धर्म छ, त्यो हेतुबाट उत्पन्न हुन्छ । त्यस्तो हेतुलाई तथागतले भन्नुभएको छ र त्यसको जुन निरोध मार्ग छ, त्यसलाई पनि बताउनुभएको छ । यही महाश्रमणको मत छ ।” यो सिद्धान्त पनि प्रतीत्यसमुत्पादमा आधारित छ । यसैले प्रतीत्यसमुत्पादको अध्ययन, मनन र चिन्तन गर्नु पर्दछ ।

प्रतीत्यसमुत्पादको अर्थ :

प्रतीत्यसमुत्पाद भन्ने शब्द ‘प्रतीत्य’ र ‘समुत्पाद’ दुई शब्द मिली बनेको छ । ‘प्रतीत्य’ भनेको उक्त कारणले गर्दा र ‘समुत्पाद’ भनेको उत्पन्न हुने भन्ने अर्थ जनाउँछ । ‘अस्मिं सति इदं भवति’ अर्थात् यस्तो हुनाले यस्तो हुन्छ । यसको उत्पत्तिले त्यसको उत्पत्ति हुन्छ । अर्थात् यसको निरोधले त्यो निरोध हुन्छ । एक कारणले अर्को कार्य उत्पन्न हुन्छ, यो कार्यपछि अर्को चरणमा गएर कारण बन्दछ । बिना कारण संसारमा केही उत्पन्न हुँदैन । कारण र फल सम्बन्ध भएर मात्र उत्पन्न भएको हो भन्ने कुरा प्रतीत्यसमुत्पादले देखाउँछ ।

प्रतीत्यसमुत्पादका चक्रको बाह्र अंग :

जबसम्म कारण कार्यको श्रृंखला चालु रहनेछ, तबसम्म जन्म मरणको भवचक्रमा घुमीरहनु पर्ने हुन्छ । कारण कार्यको श्रृंखलामा १२ वटा अंगहरू छन् । ती अंगहरूको श्रृंखलालाई नै द्वादसाङ्ग प्रतीत्यसमुत्पाद भनिन्छ । जुन यस प्रकारका छन् -

- १) अविद्याको कारणले संस्कार,
- २) संस्कारका कारणले विज्ञान,
- ३) विज्ञानका कारणले नामरूप,
- ४) नामरूपका कारणले षडायतन,
- ५) षडायतनका कारणले स्पर्श,
- ६) स्पर्शका कारणले वेदना,
- ७) वेदनाको कारणले तृष्णा,
- ८) तृष्णाका कारणले उपादान,
- ९) उपादानका कारणले भव,
- १०) भवका कारणले जाति,
- ११) जातिको कारणले जरामरण ।

१) अविद्याको कारणले संस्कारको उत्पत्ति

अविद्याको कारणले संस्कारको उत्पन्न हुन्छ । अविद्या भनेको सही रूपले नबुझ्ने, नजान्ने थाहा नपाउने स्वभाव हो । वस्तुतः चार आर्यसत्य – दुःख सत्य, दुःख समुदय सत्य, दुःख निरोध सत्य र दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा आर्यसत्यलाई यथार्थरूपमा नजान्नु नै अविद्या हो । यथार्थतालाई नजान्नाले दुःखलाई नै सुख, शुभ सम्झी सुखको आशा र कामना गरी उद्योग गरिरहन्छन् । उद्योग गरिरहेको भन्नाले कायसंस्कार, वचीसंस्कार र मनोसंस्कार नामक काय, वची र मनोकर्महरू गरिरहेको हुन्छ । यी कर्महरू कुशल पनि हुनसक्छ, अकुशल पनि हुनसक्छ । यसरी अविद्याको कारणले संस्कार नामक कर्महरू उत्पन्न हुन्छन् ।

२) संस्कारको कारणले विज्ञानको उत्पत्ति

संस्कार नामक कुशल कर्म, अकुशल कर्मको कारणले कर्मको फल भएको विपाक विज्ञान (प्रतिसन्धि चित्त) उत्पन्न हुन्छ । आरम्भण अथवा विषयवस्तुलाई जान्ने स्वभावलाई विज्ञान भनिन्छ । आँखाले रूपारम्भण देख्ने बेला उत्पन्न हुने चक्षुविज्ञान, कानले शब्द सुन्ने बेला उत्पन्न हुने श्रोतविज्ञान, नाकले गन्ध सुग्ने बेला उत्पन्न हुने घ्राणविज्ञान, जिब्रोले रस स्वाद लिने बेला उत्पन्न हुने जिह्वाविज्ञान, शरीरले स्पर्श गर्ने बेला उत्पन्न हुने कायविज्ञान र मनले धर्मलाई आरम्भण गर्दा उत्पन्न हुने मनोविज्ञान गरी ६ प्रकारका विज्ञानहरू छन् । कुनै भव वा जातिमा उत्पन्न हुने प्रथम मनोविज्ञान चित्तलाई प्रतिसन्धि चित्त भनिन्छ ।

अकुशल कर्मको कारणले नरक, तिर्यक, प्रेत, असुरकाय नामक ४ अपायभूमिमा प्रतिसन्धि विज्ञान उत्पन्न हुन्छ । कुशल कर्मको कारणले मनुष्यभूमि, देवभूमि र ब्रह्मभूमिमा प्रतिसन्धि विज्ञान उत्पन्न हुन्छ ।

३) विज्ञानका कारणले नामरूपको उत्पत्ति

नयाँ जन्मका विपाक विज्ञान उत्पन्न भएर आएको बेलामा ती विज्ञानहरूसंग सम्प्रयुक्त भई वेदना, संज्ञा, संस्कार नामक नाम धर्म र कर्मबाट बनेको रूप उत्पन्न हुन्छ । यसरी विज्ञानको कारणले नाम र रूप उत्पन्न हुन्छ ।

४) नाम रूपको कारणले षडायतनको उत्पत्ति

नयाँ जन्ममा नाम रूप उत्पन्न भएर आउनुलाई कारण गरी चक्षु (आँखा), श्रोत (कान), घ्राण (नाक), जिह्वा (जिब्रो), काय (शरीर) र मन यी ६ वटा आयतनहरू उत्पन्न हुन्छ । यसैलाई षडायतन भनिन्छ ।

५) षडायतनको कारणले स्पर्शको उत्पत्ति

आँखा, कान, नाक, जिब्रो, शरीर र मन भन्ने भित्री आयतनको कारणबाट स्पर्शको उत्पन्न हुन्छ । आँखाको रूपसित, कानको शब्दसंग, नाकको गन्धसंग, जिब्रोको स्वादसंग, शरीरको प्रस्टव्य पदार्थसंग र मनको विचार धर्मसित स्पर्श भइरहन्छ ।

६) स्पर्शको कारणले वेदनाको उत्पत्ति

भित्री आयतन ६ वटा र बाह्य आयतन ६ वटासंग जुन जुन इन्द्रियले जुन वस्तुमाथि स्पर्श गर्दछ, त्यही त्यही प्रकारको वेदना उत्पन्न हुन्छ । आरम्भणको रसलाई अनुभव गर्ने स्वभावलाई वेदना भनिन्छ । वेदना ३ प्रकारका छन् - सुखवेदना, दुःखवेदना र उपेक्षावेदना । प्रायः गरी राम्रो दृष्य, सुमधुर शब्द, सुगन्ध, मिठो स्वाद, नरम कोमल वस्तु र मनलाई आनन्द दिने विचार आदि इष्ट आरम्भण भयो भने सुखवेदना उत्पन्न हुन्छ । नराम्रो दृष्य, कठोर शब्द, दुर्गन्ध नमीठो स्वाद, खस्रो वस्तु र मनलाई दुःख, कष्ट, पिडा दिने विचार कल्पना इत्यादि अनिष्ट आरम्भण भयो भने दुःखवेदना उत्पन्न हुन्छ । मध्यस्थ प्रकारको विषयवस्तु आरम्भण भयो भने उपेक्षावेदना उत्पन्न हुन्छ ।

७) वेदनाको कारणले तृष्णाको उत्पत्ति

वेदनाको कारणले टाँसिने, आसक्त हुने स्वभाव भएको तृष्णा उत्पन्न हुन्छ । तृष्णा ६ प्रकारका छन् - (१) रूप तृष्णा - रूपारम्भणमा आसक्त हुने तृष्णा (२) शब्द तृष्णा - शब्दमा आसक्त हुने तृष्णा (३) गन्ध तृष्णा - गन्धमा आसक्त हुने तृष्णा (४) रस तृष्णा - स्वादमा आसक्त हुने तृष्णा (५) प्रस्टव्य तृष्णा - छुन योग्य वस्तुमा आसक्त हुने तृष्णा र (६) धर्म तृष्णा - विचार, चिन्तन, कल्पना इत्यादिमा आसक्त हुने तृष्णा । दुःखवेदना भयो भने सो दुःख हटोस् र सुख प्राप्त होस् भनी कामना गर्दछ । सुखवेदना भयो भने अझ बढी सुखको लालसा गर्ने हुन्छ । अथवा तृष्णा ३ प्रकारका छन् -

काम तृष्णा (विषय सुखको तृष्णा), भव तृष्णा (पुनः जन्मेर सुख भोग्ने इच्छा), विभव तृष्णा (यही जन्म मात्र छ भनी भोगलिप्सा) ।

८) तृष्णाको कारणले उपादानको उत्पत्ति

तृष्णाको कारणले तीव्र रूपमा छोड्नै नसक्ने गरी आसक्त हुने उपादान उत्पन्न हुन्छ । पञ्चस्कन्धप्रति गहिरो आसक्ति हुनुलाई उपादान भनिन्छ ।

उपादान ४ प्रकारका छन् -

क) काम उपादान - पञ्च कामगुणमा तीव्र रूपले आसक्त हुनु,

ख) दृष्टि उपादान - गलत धारणमा तीव्र रूपले आसक्त हुनु,

ग) शीलव्रत उपादान - गलत व्रतमा तीव्र रूपले आसक्त हुनु,

घ) आत्मवाद उपादान - आत्मा, परमात्मा छ भनी तीव्र रूपले आसक्त हुनु, यसरी तृष्णाको कारणले सम्पूर्ण उपादान उत्पन्न हुन्छन् ।

१) उपादानको कारणले भवको उत्पत्ति

उपादानको कारणले भव उत्पन्न हुन्छ । उपादानले कर्मतिर ढकेल्दछ । केही हुनु नै भव हो । भव दुई प्रकारका छन् - (१) कर्म भव र (२) उपपत्ति भव । कुशल अकुशल कर्मलाई कर्म भव भनिन्छ भने कर्मको कारणले उत्पन्न हुने भवलाई उपपत्ति भव भनिन्छ ।

१०) भवको कारणबाट जातिको उत्पत्ति

कर्म भव एवं उपपत्ति भव दुवैबाट नयाँ जन्म जाति उत्पन्न हुन्छ । कर्म बन्धन नचुँडेसम्म पुनर्जन्म भैरहन्छ । प्रतिसन्धि ग्रहण गरिसकेपछि पञ्चस्कन्ध उत्पत्ति हुनुलाई जाति भनिन्छ ।

११) जातिको कारणबाट भ्रजना हुने जरामरण

‘जाति’ जन्मको कारणले जरामरण आदि दुःखहरू उत्पन्न हुन्छन् । यस संसारमा जन्मने प्रत्येक जीवलाई जरामरण आदि दुःखले पछ्याइरहन्छ ।

जरामरण दुई प्रकारका छन् - १) प्रकट जरामरण २) अप्रकट जरामरण ।

रूपको छिपेको अवस्था - (स्थिति क्षण) जरा भनिन्छ । यसको विनाश हुने अवस्था (भङ्ग क्षण) लाई मरण भनिन्छ । यो जरामरण स्पष्ट रूपले प्रकट नहुने हुँदा ‘अप्रकट जरामरण’ भनिन्छ । दाँत भर्नु, कपाल फुल्नु, छाला चाउरिनु, आँखाले नदेखिनु, कानले नसुन्नु, ढाड कुपिनु इत्यादिलाई आँखाले स्पष्ट रूपले देखिने हुँदा ‘प्रकट जरा’ भनिन्छ ।

जीवनको अन्तिम समयमा नामरूपको ‘च्युति काल’ मर्नुलाई आँखाले देखिने हुँदा ‘प्रकट मरण’ भनिन्छ ।

जातिकै कारणले बन्धुबान्धव, यशकीर्ति सम्पत्ति विनाश हुँदा रोगादिद्वारा ग्रसित हुँदा मनमा अनुताप हुने शोक; रोइकराई विलाप गर्ने परिदेव; शारीरिक

दुःख; प्रिय वियोग, अप्रिय संयोग, इच्छा गरेको पूरा नहुनु, यशकीर्ति धनजन विनाश भएकोले मनमा दुःख हुनु दौर्मनस्य, शोक परिदेव भन्दा चर्को हुनेगरी बाहिर निस्कन नसकी भित्र भित्रबाट पोलिराख्ने क्लान्त हुने, थाक्ने, मूर्छा हुने उपायास उत्पन्न हुन्छ । यसरी 'जाति' को कारण यी सारा दुःखहरू उत्पन्न हुन्छन ।

भवचक्रको निरोध

अविद्याबाट शुरु भएर जन्म हुनाले सम्पूर्ण दुःखखन्धको समुदय हुन्छ । यसरी प्रतीत्यसमुत्पादको कारण कार्यको श्रृंखला गतिले भवचक्रको रूप लिने गर्दछ ।

अविद्या सम्पूर्णतः निरोध गर्न सकेको खण्डमा संस्कार बन्न पाउँदैन, निरोध हुन्छ, संस्कार निरोध हुनाले विज्ञान, विज्ञान निरोध हुनाले नामरूप, नामरूप निरोध हुनाले भव, भव निरोध हुनाले जाति, जाति निरोध हुनाले जरामरण, शोक परिदेव आदि दुःखको निरोध हुन्छ । यसरी भवचक्र निरोध हुन्छ ।

अविद्या र तृष्णाको मूल कारणले गर्दा भवचक्रमा अल्भिरहेको हुन्छ । त्यसैले अविद्या हेतुले संस्कार खडा हुन नदिई विद्या उत्पन्न गर्न र वेदनाको हेतुले तृष्णा उत्पन्न नगरी प्रज्ञा उत्पन्न गर्न सकेको खण्डमा भवचक्र तोड्न सकिन्छ । अतः यसको लागि भगवान् बुद्धले देशना गर्नुभएको आर्यअष्टांगिक मार्गको अनुशरण तथा सतिपट्टान विपस्सना ध्यानको अभ्यास गर्नुपर्दछ ।

(बुद्ध शिक्षाका आयामहरू: वि.सं. २०६५, बु. सं. २५५२)

Dhamma.Digital

Buddha's Teachings for Peace and Happiness

Buddha delivered thousands of Dhamma discourses to diverse people in the various places for forty-five years; from the time he attained Enlightenment until he passed into Mahāparinibbāna. The words of the Buddha are collected in Tipitaka which means three basket of Dhamma literature. The three baskets (Pitakas) are the Vinaya-Pitaka, the Sutta-Pitaka and the Abhidhamma-Pitaka. The Vinaya-Pitaka is the monastic discipline, Sutta Pitaka is the popular discourses of Buddha and Abhidhamma Pitaka is a compendium of profound teachings clarifying the functioning and interrelationships of mind, mental factors, matter and the phenomenon transcending all of these. Buddha's teachings are for peace and happiness of all living beings. Here are mentioned some teachings of Buddha that should be practiced for peace and happiness.

The Practice of Morality (Sīla) for Peace and Happiness

Sīla is a moral conduct, discipline, good behavior or keeping bodily actions and verbal actions properly or good performance. Morality services as the foundation for the development of all meritorious deeds. The five precepts one should cultivate are as follows:

- I observe the precept to abstain from killing living beings.
- I observe the precept to abstain from taking things what is not given.
- I observe the precept to abstain from sexual misconduct.
- I observe the precept to abstain from telling lie.
- I observe the precept to abstain from taking any kind of intoxicants.

The five precepts, preached to the world by the Buddha twenty five centuries ago, are never out of date. We find them very much relevant to the present circumstances of the world. If we practice the

send out thoughts of loving-kindness to other, we have to generate these thought first in ourselves. Also when we send thought to ourselves, we can take ourselves an example, That means, when we say “May I be well, happy and peaceful” we think “Just as I want to be well, happy and peaceful, so do all other beings. In this way, to be able to practice loving Kindness towards others beings. Thus, we send our thoughts to other beings, like,

May all beings be free from harm and danger.

May they be free from mental suffering.

May they be free from physical suffering.

May they take care of themselves happily.

A person who practices Metta will always keep away from the evil actions. Such practice leads to promote peace and happiness. That is why the Buddha states,

Hatred is indeed never appeased by hatred in this world.

It is appeased only by loving kindness.

This is a law Eternal.

The Practice of Vipassana Meditation for Peace and Happiness

Conflict, struggles, violence, crisis are common in these days. Such situations create no peace in individual and in society. We think that the peace will come automatically when there is no war or conflict outside. But, Buddhism explains beyond the situations. Buddhism emphasis inner peace rather than peace at surface. When we analyze the root cause of conflicts, these are the result of the mental conflicts such as greed, avarice, lust, anger, hatred, etc. In Pali word, it is called Kilesas (defilements). These defilements are the main root of the conflict inside and the outside. In fact, conflict is the result of the polluted mind with defilements.

Vipassanā meditation is scientific technique to purify our mind and body. The ultimate purpose of Vipassanā is to eradicate mental impurities from our mind altogether. Vipassanā meditation is a technique, helping the persons to control themselves in every thought, every speech and every action. Vipassanā enables the persons to experience peace and harmony. It purifies the mind, freeing it from suffering and deep-rooted causes of suffering. The practice leads step-by step to the highest spiritual goal of full liberation from all mental

morality, most of the world's problems such as wars, national conflicts, terrorism, corruption, the spreading of AIDS, human trafficking, drug abuse and environmental deterioration would be solved. Morality helps one to promote good conduct to be free from blameworthy or immoral actions. Such moral actions lead to good results and hence create peaceful environment.

The Practice of Mettā for Peace and Happiness

The simple meaning of the Mettā (*Maitri*) is loving kindness. Everyone wants peace and happy. Realizing this fact, one should promote such activities that contribute to peace and happy. The reverse meaning of Metta is angry, irritated etc. Usually we get angry, irritated, frustrated when we do not fulfill our wish. We think that the cause of anger is outside. Actually, anger starts from our heart. Anger makes our life miserable. It is a destructive emotion that has caused much misery in the world and in our own lives. It begins from the mind and it is at the sources, the mind that must be checked and eliminated.

When we angry, we are actually harming ourselves. In Visuddhimagga (The Path of purification), it is stated “By being angry with another, you may or may not make him or her suffer, but you are certainly suffering now.” And “By getting angry you are like a man who wants to hit another and picks up burning ember and had so first burned yourself”. In this way we may or may not harm the other by our anger but we are certainly harming ourselves.

On the other hand, a clam and peaceful state of mind is conducive to both mental and physical well-being that contributes to peaceful environment. The terrible state of mind leads to harmful environment. The practice of mettā, loving-kindness is the effective remedy to keep peace.

It is genuine desire for the well-being of all being including ourselves. So when we practice loving-Kindness and wish for our own happiness, saying

May I be free from harm and danger.

May I be free from mental suffering.

May I be free from physical suffering.

May I take care of myself happily.

This should not be interpreted as selfishness because, in order to

Assertion of Truth

Assertion of Truth (Sacca Kiriya) is the mental power or spiritual power that can be used for own welfare and that of other being. To produce the desired effect on assertion of truth, the asserter should be a person of moral honesty and should possess the particular virtue. The motivation to do good and stop to do evil and to keep mind always pure is the factors that can motivate the energy. This spiritual power is formulated to turn away the coming misfortune and also toward off the influence of evil spirits, drive out fear and illness.

It is the highly developed mind force that led Bodhisatta in his last struggle to attain the Enlightenment, underneath the Bodhi tree at Uruvela, he sat with the firm determination, "Let my flesh and blood dry up, my muscle and bones, but from this seat, I rise not till the perfect Enlightenment is attained". Ultimately, he succeeded to become the Buddha, a fully enlightened one. The mind force of a common person is comparatively low that the mind force of a person who has suppressed the defilement by wisdom is more powerful. And the mind force of the compassionate Buddha, who has eliminated and rooted out all defilement, is indeed the most powerful.

We can find example of Sacca Kiriya in Jataka Book.

In *Sāma Jataka*, once the mother of Bodhisatta made an act of truth to revive her only son Sāma who was in deathbed, as a result of arrow of poison. Her act of truth ran thus – "If it be true that Sāma live virtuously and spoke truth and looked after his parents night and day, may it over power the poison's strength, may our dear son not die." Due to power of truth the poison left Sāma's body making him well. Here the asserter and assertive have the same virtue.

In *Vaṭṭaka Jataka*, the Bodhisatta was once born as a quail, and

defilements.

In Dhammapada, it is stated regarding the mind.

'Whatever harm an enemy may do to an enemy, or a hater to a hater, an ill-directed mind can do one far greater harm'.

In this way the analysis the root cause of conflict, struggles, violence, crisis greed, avarice, lust, anger, hatred, etc. are the mental defilements. These defilements pollute our mind and body. If we keep away from such defilements, mind and body will be purified. Such purified mind contributes to promote peace and happiness inside and outside. The teachings of the Buddha is also summarized in this verse in Dhammapada:

Sabbapāpassa akaranam

Kusalassa upasampadā

Sacittapariyodapanam

Etam buddhāna sāsanam.

Not to do evil, to cultivate good, to purify one's mind – this is the teaching of the Buddhas. So, the simple meaning of the verse is do good and be good.

Hence, let us practice and cultivate the good things and avoid the evil actions. The practice of five precepts, the practice of loving kindness and the practices Vipassana meditation encourage us to rid of all negative aspects of life. It is of course very good for us to get rid of all sorts of defilements in life, inclinations to greed, anger, delusion, hatred and other harmful acts. Really, such positive attitude, behavioral practice generates real peace and happiness.

May all beings be in peace and happiness.

(The Light of Asia: Vol. 1, January 2012)

before he was old enough to fly, fire broke out in the forest wherein his nest was. Seeing no means of escape, he made act of truth, recalling in mind the holiness of the Buddha and in actual situation unable to escape from fire. At the same moment, the fire retracted to a distance of sixteen lengths and then extinguished itself.

The story was related in reference to a fire, which broke out in the jungle when the Buddha was travelling in Magadha with a large capping of monks. Some of monks were frightened and suggested various methods for putting out the fire, while others said they should seek the Buddha's protection. Thus they did, and the Buddha took them all to certain spot, where he halted. The flames come nearer and nearer and to a distance of sixteen lengths from where they were standing, approaching fire extinguished itself on the spot. When the monks marveled at great power of Buddha, he told them the story of the past and said that, owing to the act of truth as a quail bird, that spot would never be harmed by flames during whole of this Kappa.

The twenty-three *Paritta Suttas* (Discourse of protection) found scattered in the five *Nikāyas* of the *Suttapitaka*, are in a form of *Saccakiriya* for protection, justification or attainment. Devotion upon these sacred discourses and recitation with full concentrated mind tends to stimulate the potential energy with complete confidence or *Saddhā*, will acquire such virtuous state of mind that enables to overcome any evil influence.

In *Angulimāla Sutta*, it is mentioned that ever since Angulimala joined Bhikkhu Sangha, he has maintained such a high sense of purity life so much so that he was able to relieve the pains of a young mother and effect safe delivery, by making the following act of truth, "Since my birth in the Buddha's order (Sangha), O sister, I know not that I have intentionally killed any living being. By this truth may you be well, may the child be born well."

The words used in this *Saccakiriya* have come to be regarded as a *parittas* to protect against all dangers and known as the *Angulimāla Paritta*.

The *Ratana Sutta* (Jewel Discourses) is one of the supreme acts of truth among the many acts of truth performed by the Buddha. The occasion for the assertion of truth was originated in the city of Vaisali when the country was destroyed by famine and epidemic. Buddha visited the place and directed Bhikkhu Ānanda to go round the city and recite the

Ratana Sutta and asked him to sprinkle the holy water from his alms bowl.

In all, there are twelve acts of truth in it, each act of truth emphasizes the distinctive virtues of the Buddha, the Dhamma and the Sangha (Triple Gem). At the end of each stanza there are blessings, "By this act of truth, may all being be happy and blissful". At the end of proceedings welcome shower fall upon the city, all the evil spirits fled away from the city and people recovered from diseases. It is the great assertion of truth, a strong mind force.

Thus, to generate the desired effect on assertion of truth, the asserter should be a person of moral honesty and should possess the particular virtue. On top of that to attain the highest state of mental development, one should first practice the moral conduct (Sīla), second develop the concentration of mind (Samādhi) and third attainment of the highest Wisdom (Pañña). Equally developed Sīla, Samādhi and Pañña is regarded as powerful mind which can generate the potential energy to get rid of all kinds of suffering and maintain peace and harmony. This is the highest achievement in the life.

May all beings able to develop Sīla, Samādhi and Pañña within self and be happy and live in peace.

(Souvenir 2nd World Buddhist Summit, 2004)

—♦♦♦—
*Yaṅkiñci Vittam Idhavā huram vā
Saggesu vā yaṁ ratanaṁ paṇitaṁ
Nano samaṁ atthi tathāgatena
Idampi Buddhē ratanaṁ paṇitaṁ
Etena Saccena Suvatthi hotu.*

*Whatever treasure there be, either here or in the world
beyond or whatever precious Jewel there be in the heavens;
Yet there is none comparable to the Accomplished one. In
the Buddha is this precious jewel found. On account of
this truth, may there be happiness.*

- Ratana Sutta

Loka Dhamma (Worldly Conditions)

The term 'Lokadhamma' is a pali word. Loka means 'beings' and Dhamma means 'Law'. So Lokadhamma means the natural laws that every being have to face with. The Lokadhamma are always following all the beings and all the beings are also following Lokadhamma. Just as if persons walk in the Sun, their shadow always follows them, they cannot rule out it from the following. So like the shadow the laws of Lokadhamma are following all beings.

There are eight Lokadhamma. They are Lābha(gain), Alābha(loss), Yasa(fame), Ayasa(defame), Pasamsā(praise), Nindā (blame), Sukha(happiness) and Dukkha(suffering).

They are divided into desirable and undesirable conditions:

Desirable Conditions	Undesirable Conditions
Lābha(gain)	Alābha(loss)
Yasa(fame)	Ayasa(defame)
Pasamsā (praise)	Nindā (blame)
Sukha(happiness)	Dukkha(suffering)

These four desirable and undesirable conditions affect our life. Like the pendulum that perpetually turns to the right and left, four desirable and undesirable conditions prevail in this world which everyone, without exception, must perforce face in the course of one's lifetime.

Lābha (Gain) and Alābha (Loss)

Lābha means getting pleasant and desirable things. Most of the human beings follow after to get physical assets like, gold, silver, diamond, gems, cattle, elephants, horses, food, dresses, vehicles, home land etc.

Alābha means being deprived of these things or failure in business. It is to be regretted if one tries to get wealth and fails.

In this pair of circumstances getting wealth is liked by one or all. The problem arises in case of loss, profits, one can bear shiningly but not so the losses. All have ups and downs while battling with life. One should always be prepared for the losses in particular. Then there will be less disappointment and will have capacity to face such conditions.

In the time of the Buddha once a noble lady Malikā (wife of Bandula) was offering food to the venerable Sāriputta and some monks. While serving them, she received a note (letter) stating that her husband and all her sons who had gone to settle a dispute were killed. Without getting upset, calmly she kept the notice in her waist pouch & served the monks as if nothing had happened. A maid, who was carrying a pot of ghee to offer to the monks slipped and broke, the pot of ghee. Thinking that lady would naturally feel sorry over the loss, Ven. Sāriputta told her, saying that all breakable things are bound to break. The wise lady remarked "Bhante, what is this great loss? I have just received a note stating that my husband and sons were killed by some assassins. I placed it in my pouch without losing my balance, I am serving you all quietly.

Thus, a person who practices the Dhamma, is indifferent to gain and loss and can maintain equanimity always.

Yasa(fame) and Ayasa(Defame)

Fame and defame are another pair of worldly conditions that comes in the course of our daily lives. Fame we welcome, defame we dislike. Fame gladdens our mind, defame disheartens us. We wish to have publicity for all time.

Defame is not pleasing either to the ear or mind. We feel sad when we hear defamatory words. Then pain of mind is still greater when we hear unjust and absolutely false words.

Thus, a person who practices Dhamma, is indifferent to fame & defame and can maintain equanimity at all times.

Pasāmsā (Praise) and Nindā (Blame)

Praise and blame are two more worldly conditions that affect mankind. It is natural to be excited when praised, and to be depressed when blamed.

The Buddha says "They who speak much are blamed. They who speak a little are also blamed. They who are silent are also blamed. In this world there is none who is not blamed".(Dhammapada verse-227)

There was no religious teacher so highly praised and so severely criticized and blamed like the Buddha.

Once upon a time the Buddha was accused of murdering a woman assisted by his disciples. Non-Buddhists severely criticized the Buddha and his disciples to such an extent that the Ven. Ānanda appealed to the Buddha to leave for another village.

Then Buddha asked to Ānanda - "How Ānanda, if those villagers also abuse us? Ānanda replied well, then Lord, we will proceed to another village. Buddha said - "There is no place for us where free from abuse. Be patient. These abuses will automatically come to an end."

Again Lord Buddha said, Just as the great elephant on the war front endures the arrows coming from all sides, I will endure all the abusive words. Many of people are evil in their action and speeches are rough and rude.(Dhammapada verse - 320)

Thus a person who practices Dhamma, is indifferent to Praise and Blame and can maintain equanimity always.

Sukha(Happiness) and Dukkha (Suffering)

Happiness and suffering are the last pair of opposites. They are the most powerful factors that affect mankind what can be endured with ease is Sukha (happiness) what is difficult to bear is dukkha (Suffering)

Ordinary happiness is the satisfaction of a desire. No sooner is the desired thing gained than we desire some other kind of happiness. The enjoyment of sensual pleasures is the highest and only happiness to an average person. It is temporary and gets no satisfaction.

These happiness and sufferings affect our life. But a person, who practices the Dhamma, is indifferent to Happiness and Suffering and can maintain equanimity for all time.

The Buddha mentioned four kinds of happiness for a layman.

1. The happiness of possession(**Atthi Sukha**) namely health, wealth, longevity, beauty, joy, property, strength, children etc.
2. The second source of happiness is derived by the enjoyment of

Pāramī (Perfection)

There are ten Perfections which is called pāramī in pali. They are Dāna (Generosity), Sīla (Morality), Nekhamma (Renunciation), Pañña (Wisdom), Vīriya (Strong efforts), Khanti (Patience), Sacca (Truthfulness), Adhitthāna (Strong determination), Mettā (Loving-kindness) and Upekkhā (Equanimity). Pāramī are those virtues which are cultivated with compassion, guided by reason, uninfluenced by selfish motives, and unsullied by misbelieve and all feelings of self-arrogance. Such types of inspiring virtues that every Boddhisatta practices in order to gain supreme Enghlightenment. Therefore, the actions of a Boddhisatta are absolutely selfless, being promoted only by compassion towards all beings.

Pāramī is categorized into three levels:

- a) *Dāna Pāramī*: Fulfilling the above perfections by scarifying the external properties apart from one's body is called minor perfections;
- b) *Dāna Upapāramī*: fulfilling by sacrificing one's limbs and other organs of the body is called middle perfections;
- c) *Dāna Paramattha-Pāramī*: fulfilling by sacrificing one's life is called major perfections.

The action of a Boddhisatta are absolutely selfless and promoted the only compassion towards all beings. He cultivated such perfections even at the risk of own life in his immeasurable lives in the long period of four asaṅkhyeyyas and one lakh world cycles. When we analyze the pāramī, we human beings should also follow these virtues to some extent in order to gain improved quality in this very life.

Ten perfections are briefly explained as follows:

1. Dānapāramī

Dāna is the first perfection which means generosity. The practice of Dāna reduce the greed. In pali, it is called Lova . Generosity makes the heart soft and gentle and that is the foundation to cultivate other moral precepts.

With heart full of compassion, he performs Dānapāramī for the happiness of all beings. Ordinary people while perform dana, they wish for physical happiness. Actually this is not real generosity, as it increases the defilement or greed which we should eliminate. When we analyze Bodhisatta's life, his dana actions are absolutely selfless, compassion toward all beings. Therefore, in the process of Dāna perfection, Bodhisatta always wish for the attainment of supreme enlightenment. In the process of Dānapāramī in Bodhisatta life, he give away immeasurable lives to fulfill the perfection of dana. He gave away in charity not only inanimate possession (ownership) and royal luxuries but also animate possessions such as his wives, son, daughter, physical organs and even his own life in his countless lives in the long period of four asankhyeyyas and one lakh world cycles.

2. Sīlapāramī

Sīla pāramī is the second perfection which means discipline, good behavior or keeping bodily actions and verbal actions properly or good performance. Morality services as the foundation for the development of all meritorious deeds. Since from the Bodhisatta Sumedha to Buddha life, he had fulfilled the perfection of morality by observing five precepts, eight precepts etc for four asankhyeyyas and one lakh world cycles. He fulfilled this perfection constantly by safeguarding his morality at the risk of his life just as the yak protects its tail hair even at the risk of its life and a kind of bird protects her eggs even at the risk of her life.

3. Nekkhammapāramī

Nekkhamma Pāramī is the third perfection which means renunciation. Bodhisatta practices Nekkhammapāramī for the benefits of others. Nekkhamma Pāramī means the striving to free oneself from these two kinds of Kāma (sense-desire).

Sense –desires are of two types

a) Kilesakāma and b) Vatthukāma

Kalesakāma is the desire or lobha to enjoy worldly pleasure. Vatthukāma means all desirable material objects.

In order to practice the perfection of renunciation, one has to renounce worldly pleasure and take up an ascetic life. The Bodhisatta fulfilled the perfection of renunciation for four asankhyeyyas and one lakh world cycles in his numerous existences. In the buddhasatta life, he would adopt the life of an ascetic and lead the holy celibate life in solitude. He is no burden to society because he gives no trouble to any. He is like the bee that extracts honey from the flower without damaging it. He possesses no property, for he has renounced everything. He repents not for the past, nor did he worry about the future. He lives in the present, free from all things of the world. He is ready to wander whenever he chooses for the good and happiness of others, without clinging to any thing. Under all vicissitudes of life, he maintains a balance mind; his free services are always at the disposal of others.

4. Paññāpāramī

Paññā Pāramī is the fourth perfection which means wisdom or knowledge. The wisdom is of three kinds. a) Wisdom acquired from hearing that is called in pali Sutamaya paññā. b) The wisdom acquired from thinking that is called cintamayapaññā. c) Bhavanamaya paññā is a superior knowledge acquired by meditation and contemplation. Bhavanamaya panna is superior that leads to self-elevation, self discipline, self control and self enlightenment. Wisdom leads to purification and to final liberation. In Bodhisatta cycle, he fulfilled the perfection of wisdom in order to work for the welfare of all beings.

5. Vriyapāramī

Vriyapāramī is the fifth perfection which means mental strength, energy or constant efforts to work for the welfare of others both in thought and deed. In order to accomplish a task, whatever difficult and obstruction may arise; one does not step back with fear or hesitation, but try hard on to overcome all the difficulties until the goal is reached. The committed effort which is noble and righteous is called the right effort (Sammāvayāma). In fulfilling the perfection of effort, one has to develop this right effort until it is perfect.

Right effort (Sammāvāyāma) is also known as Right Exertion (sammappadhāna), which is the effort to put away the evil that has arisen in the past, to abstain from evil that has not arisen yet, to strive for the arising of the good which has not yet arisen, and to develop the good that has already arisen. In Bodhisatta cycle, he fulfilled this perfection of constant efforts in order to work for the welfare of all beings.

6. Khantipāramī

Khantipāramī is the six perfection which means patience. One should neither be delighted when meeting with present objects nor be upset when encountering unpleasant objects. Khanti has the nature of absence of hatred. Worry, bad temper, despair and fear do not arise when one is patient. Being patient is the noblest practice. Patience can bring about the most peaceful victory. Thus the bodhisatta fulfilled the perfection of patience for countless existences.

A Bodhisatta practices patience to such an extent that he is not provoked even when his hands and feet are cut off. It is stated in Khantivadi Jātaka.

7. Saccapāramī

Sacca is the seventh perfection which means truthfulness. To tell the truth and to abstain from telling lies under any circumstances is called fulfilling the perfection of truthfulness. The main characteristic of truthfulness is speaking honestly and correctly. This is one of the salient characteristics of a bodhisatta, for he is no breaker of his word. He acts as he speaks, he speak as he acts. (Yathāvādi tathākāri, Yathākāri tathāvadi). Normally ordinary people do not act as they speak. But the Bodhisattas fulfilled the perfection of truthfulness at the risk of their lives in every existence.

8. Adhiṭṭhānapāramī

Adhiṭṭhānapāramī is the eight perfection which means strong determination. Without this strong determination the other perfections cannot be fulfilled. This is compared to the foundation of a building. This will-power forces all obstruction out of the Bodhisatta's path and no matter what may come to him, sickness, grief, or disaster – he never turns his eyes away from his goal.

For instance, the Bodhisatta Gotama made a strong determination

to renounce his royal pleasures and gain enlightenment. For six long years, he did a superhuman struggle. He had to bear many hardships and face countless difficulties. At a crucial moment, when he most needed their help, his five favorite disciples abandoned him, yet, he did not give up his efforts. His enthusiasm was increased. He strove on alone and eventually achieved the goal.

9. Mettāpāramī

Mettāpāramī is the ninth perfection which means friendliness of loving-kindness. The reverse meaning of mettā is angry, annoyed, irritated etc. It is define as the wish for the happiness of all beings without expectation. Loving-Kind of love that is, love without attachment, craving or lust, It is wholesome and genuine desire for the well-being of all being including ourselves. The practice of metta loving-kindness is the antidotes for anger. It is an effective weapon against hatred and anger.

The boundless metta of the Buddha who worked for the welfare and happiness of those who loved him as well as of those who hated him and even attempted to harm and kill him. The Buddha exercised metta equally towards his own son Rahula, his opponent Devadatta, his assistant Ananda, his admirers and his opponents. In this way, Bodhisatta in his many previous existences, fulfilled the perfections of loving-kindness to his extreme for four asankhyeyas and one lakh world cycles.


10. Upekkhāpāramī

Upekkhāpāramī is the tenth perfection which means putting one's mind in equanimity. It means maintaining a neutral attitude towards pleasant and unpleasement things without bias towards either of them. Upekkhāpāramī is the perfection to be fulfilled with a balanced attitude without learning towards any of the two extremes of love and hatred. The Bodhisatta fulfilled the perfection of equanimity by maintaining a neutral attitude towards such feelings as love, hatred, happiness or unhappiness which arises in his mind. Like a lotus that is unsoiled by the mud from which it springs, he lives unsoiled by the mud from which it springs, he lives unaffected by worldly temptation, ever calm, serene and peaceful.

Bodhisatta practices these perfections Dāna (Generosity),

Sīla (Morality), Nekhamma (Renunciation), Pañña (Wisdom), Vīriya (Strong efforts), Khanti (Patience), Sacca (Truthfulness), Adhiṭṭhāna (Strong determination), Mettā (Loving-kindness) and Upekkhā (Equanimity) even at the risk of own life in his countless lives in the long period of four asankhyeyyas and one lakh world cycles. Therefore, the actions of a Bodhisatta are absolutely selfless, being promoted only by compassion towards all beings. We ourselves may be Bodhisattas who have dedicated our lives to the noble purpose of servicing the world. What one has performed, another can also perform by doing necessary efforts and enthusiasm. Let us, make our life meaningful for the good of ourselves and all other beings' happiness by cultivating perfection.

(The article based on Dhamma Talk on the auspicious occasion of Nun's ordination ceremony, Mettānanda Vihar, Malaysia)



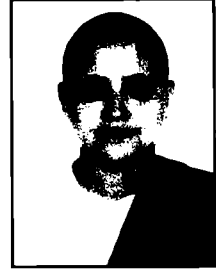
***Mahākāruniko nātho, hitāya sabba pāninam
Pūretvā Pāramī Sabbā, Patto Sambodhi muttamam***

The Great Merciful Lord, for the good of all living beings, practised all perfections and attained supreme Enlightenment.

- Mahājaya Maṅgala Gathā



लेखक परिचय



नाम	: अनागारिका अग्गजाणी
जन्म	: वि.सं. २०२६ आश्विन ७
जन्म स्थान	: नागबहाल, ललितपुर
गृहस्थ नाम	: पुनिता धाख्वा
माता	: रत्नदेवी धाख्वा
पिता	: अष्टरत्न धाख्वा
प्रव्रज्या	: वि.सं. २०४५ पौष
उपाध्याय गुरु	: सयादो भदन्त पण्डिताभिवंश महास्थविर, बर्मा
शिक्षा	: धम्माचरिय, बि.एस्सी. प्रथम वर्ष
उपाधि	: 'सासनधज धम्माचरिय', बर्मीज सरकार धार्मिक मन्त्रालयद्वारा, सन् १९९८

धार्मिक संघ-संस्थासंग आवद्ध :

निर्देशक	: अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, बुद्धनगर, शंखमूल
शिक्षिका	: नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा (ने.बौ.प.शिक्षा)
बोर्ड सदस्य	: बौद्ध परियत्ति शिक्षा परिषद्, ने.बौ.प.शिक्षा, मीनभवन
बोर्ड सदस्य	: त्रिपिटक अनुवाद मण्डल, वीरपूर्ण पुस्तक संग्रहालय, गा:बहाल
बोर्ड सदस्य/शिक्षिका	: थेरवाद बुद्धिष्ट एकेडेमी (लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयबाट सम्बन्धन प्राप्त), विश्व शान्ति विहार
आजीवन सदस्य	: श्री शाक्यसिंह विहार, थैना, ललितपुर
"	: अमरापुर बुद्ध विहार, बुङ्गमती, ल.पु.

कृति :

- ♦ चूलनिहेस, त्रिपिटक अन्तर्गत खुट्टकनिकायको ग्रन्थ (अनुवाद पालि भाषाबाट नेपालभाषामा), २०५८
- ♦ म्युपेंजी अभिधर्म (सम्पादन), २०६२
- ♦ पालि शिक्षा र संक्षिप्त व्याकरण (लेखन), २०६७
- ♦ पपतित सुत्त (अनुवाद बर्मीज भाषाबाट नेपालभाषामा), २०६७
- ♦ सद्धर्म पुष्पमाला (च्वसु मुना), २०७०

भाषा ज्ञान :

नेपालभाषा, नेपाली, बर्मी, पालि, अंग्रेजी, हिन्दी

देश भ्रमण :

थाइलैण्ड, म्यानमार, भारत, बंगलादेश, मलेसिया, सिंगापुर, इण्डोनेसिया, चीन

सम्पर्क स्थान :

अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, बुद्धनगर, शंखमूल, फोन : ४७८४६३१, ४७८२७०७

ISBN 978-9937-2-7413-5



9 789937 274135 >