# शान्ति विहारको
## शान्ति सन्देश

भिक्षु सुशोभन

Downloaded from http://dhamma.digital

# शान्ति विहारको शान्ति सन्देश

Dhamma.Digital

प्रकाशक:

शान्ति विहार विकास समिति

गुसिगाल (राजतिर्थं) ललितपुर-२

नेपाल ।

Downloaded from http://dhamma.digital

# समर्पण

शान्ति विहार निर्माणार्थ

सहभागी हुनुभएका समस्त श्रद्धालुहरूलाई

इहलोक र परलोकमा शान्ति, सुख र समृद्धि

तथा अन्तमा, परमसुख निर्वाण अवस्था

समेत प्राप्त होस् ।

**-शान्ति विहार विकास समिति**


**बुद्ध सम्बत्** २५२६

**नेपाल सम्बत्** ११०२

**शाक्य सम्बत्** ११०४

**विक्रम सम्बत्** २०३९

**इस्वी सम्बत्** १९८२

प्रथम संस्करण १००० प्रति

मूल्य:- **यथा श्रद्धा**

मुद्रक :

**[illegible] प्रिन्टिङ्ग प्रेस**

५/२१३, न्हूसाल (धर्मपथ)

काठमाडौं, नेपाल ।



Dhamma.Digital

Downloaded from http://dhamma.digital

# संघदान

**नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स**

भगवान् बुद्धको जन्मभूमि नेपाल अधिराज्य "शान्ति क्षेत्र" घोषित भएको शाहीवाणीलाई स्मरण गरी वडा नं. २ ललितपुर नगर भित्र गुसिगाल स्थित [४ किल्ला पूर्व कि. नं. २२० (म) दक्षिण कि. नं. १२६ र १२७ (धा), पश्चिम कि. नं. १६६ (धा), उत्तर कि. नं. १६९ (धा ] यस ठाउँ कि. नं. १६८ (प्र) ललितपुर नगर पंचायत वडा नं २ क, अन्तर्गत नापी भएको यस जग्गा "शान्ति विहार" नामकरण गरी, यहीं बस्ने बुद्ध भगवान् प्रति श्रद्धा भएका भक्तजनहरूको धर्म चित्त उत्पन्न भई, यो बुद्ध विहार निर्माण गरी चारै दिशाबाट आउनु हुने स्थविरवादि भिक्षु महासंघहरूलाई उद्देश्य राखी सकल श्रद्धावन्तहरूको पूजा भावको निमित्त बुद्ध सम्वत २५१९, नेपाल संवत १०९४, विक्रम संवत २०३२ जेष्ठ १०, ११, १२ गते स्थापना गरी विक्रम संवत २०३९/२/२८ गते प्रदान गरेको हो।*

इदंमे पुण्य निब्बानस्स पच्चयो होतु-

यस शान्ति विहार भिक्षुसंघलाई प्रदान गरी दिने प्रमुख व्यक्तिहरू यस प्रकार छन्—

१. श्री बुद्धि राज बज्राचार्य, प्रधानपञ्च ल. पु. न. पं.,
२. श्री तोप बहादुर खत्री, वडा अध्यक्ष, ल. पु. न. पं, वडा नं. २
३. भिक्षु सुशोभन, अध्यक्ष, शा. वि. वि. स.

---

* नेपाल भाषाको नेपालीमा अनुवादित-



Downloaded from http://dhamma.digital

४. श्री विष्णुमान श्रेष्ठ, उपाध्यक्ष शा. वि. वि. स.
५. श्री पूर्ण तण्डुकार, सहउपाध्यक्ष "
६. श्री विष्णुभक्त तण्डुकार, सचिव "
७. श्री धनलाल तण्डुकार, उपसचिव "
८. श्री कुलनारायण तण्डुकार, कोषाध्यक्ष "
९. श्री गोरे तण्डुकार, सदस्य "

□

# शान्ति विहारको भवन शिलान्यास

ललितपुर, जेष्ठ २९ गते। ललितपुर नगर पञ्चायतका प्रधान-पञ्च श्री बुद्धिराज बज्राचार्यले गुसिगाल वडा नं. २ स्थित शान्ति विहारको नयाँ भवन शिलान्यास गर्दै नयां बौद्ध विहारका साथै पुरानो विहार पाटी र मन्दिरहरूको जिर्णोद्धार, सरक्षण तथा सम्बर्द्धनमा सबैको सहयोग आवश्यक छ भन्नु भयो।

२०३२ साल बैशाख पूर्णिमाको दिन बुद्ध मूर्ति प्रतिष्ठापित गरी शान्ति विहार नामकरण गरिएको सो विहार हिजो विहान बौद्ध विधि अनुसार भिक्षु महासंघलाई प्रदान गरियो।

—असार १ गते, २०३९ साल गोरखापत्रबाट उद्धृत



Downloaded from http://dhamma.digital

# श्री ५ को महावाणी

"धैर्य र शान्ति जस्ता गुणहरूको विकासविना मानिसको विकास हुन सक्दैन।"

"सच्चा धर्म विकासको निमित्त बाधक होइन साधक हो।"

"धर्मले मनुष्यलाई विभाजन गर्ने नभई एकतामा आबद्ध गराउने हुनु पर्दछ।"

"सबै मतभेदहरूको समाधान शान्तिपूर्ण तरीकाले नै हुन सक्छ।"

"मानिसको कल्याण र विकास शान्तिविना हुन सक्दैन।"

"पारस्परिक समझदारी, सामन्जस्य, विवेकपूर्ण न्याय र संतुलन कायम नभई कुनै पनि समाज प्रबुद्ध, अग्रगामी र शान्तिपूर्ण हुन सक्तैन।"

"शान्ति र समुन्नति दुवै एक अर्काका पूरक हुन।"

"नेपाल र नेपालीको भाग्य निर्माता अरू कोही होइन, हामी नेपाली नै हों।"

—श्री ५ वीरेन्द्र



Downloaded from http://dhamma.digital

# खुसीको खबर

बुद्ध–गुण, धर्म–गुण र संघ–गुण जति सम्यक् रूपमा स्मरण गर्न सकिन्छ र आदर्श अनुकरण गर्न सकिन्छ त्यति नै आ-आफ्नो जीवन सुखद एवं शान्तिप्रद हुन्छ। अतः त्रिरत्नगुण सम्बन्धी प्रकाशित हुने पुस्तक मानव जीवनमा सुख र शान्ति ल्याउन सहयोगदायी हुन्छ। यस्तो पुस्तकहरूको प्रकाशन सधैं सराहनाको विषय हुन्छ।

त्रिरत्न गुण सम्बन्धी पुस्तक विभिन्न विहारहरूको तर्फबाट प्रकाशित हुँदै आएका पनि थिए। यसै क्रममा आयुष्मान भिक्षु सुशोभन, एम. ए. ले पनि आफू बसेको शान्ति विहारबाट "शान्ति सन्देश" नाममा एउटा पुस्तक प्रकाशित गर्दैछ। यो खुशीको खबर हो।

यस "शान्ति–सन्देश" पुस्तकमा शान्ति विहारको केही इतिहास र एक रचना दिइएका छन्। जसद्वारा यस विहार बारेमा र धर्म बारेमा केही कुरा बुझ्न सहयोग गर्नेछ भन्ने आशा लिएको छु।

गण महाविहार —भिक्षु सुदर्शन
७/३/२०३९

# शुभकामना

विश्वमा महाशक्तिशाली राष्ट्रहरूको खिचातानि तथा तनाउपूर्ण गुटवन्दिले गर्दा जतातत्तै मनुष्यमात्रमा भय र त्रासको वातावरणले छाई राखेको आजको परिस्थितिमा शान्तिको जति आवश्यक छ त्यति भगवान् बुद्धको पालामा पनि थिएन होला। त्यसकारण शान्ति विहारबाट प्रकाशित 'शान्ति सन्देश' पुस्तकले नेपाली मात्रकोलागि शान्त वातावरण ल्याउनमा सघाउ पुऱ्याउने छ भनी मलाई विश्वास तथा आशा छ।

प्रेम बहादुर शाक्य
अध्यक्ष, नेपाल बौद्ध समाज
ताहाचल, काठमाडौं।
२०३४/६/३/१



Downloaded from http://dhamma.digital

# शान्ति विहार
## (हिजो, आज र भोली)

संसार परिवर्तनशील छ। यहाँ रहेका जीव-निर्जीव सर्व वस्तुहरू परिवर्तन भइरहन्छन्। परिवर्तन भइरहनु नै संसारको एक मात्र सर्व-व्यापी सत्य हो। परिवर्तन, त्यसकारण ह्रास र पतनको निम्ति चेतावनी भए उन्नति र प्रगतिको निम्ति एक ठूलो आश्वासनको मुहान पनि हो। यहाँ कैयन् गाउँ, शहर, नदी-नालाहरू विपरित भएर गए। बुद्धकालीन अनाथपिण्डिक महाजनले ५४ करोड धन सम्पत्ति खर्च गरी भिक्षु महासंघलाई उद्देश्य गरी बनाई दिएको भव्य चेतवन महाविहार आज केवल भग्नावशेषको रूपमा मात्र देख्न पाउँछौं। त्यस्तै कतिका डाँडा, काँडा, जंगल, छिस्को र फोहर मैला थुप्रिएका ठाउँहरू आज एक सुन्दर गाउँ, शहर, विहार-मन्दिर र बगैंचामा परिणत भएर आएको हामी यत्रतत्र देख्छौं। वर्तमान ललितपुर वडा नं. २ गुसिगाल स्थित 'शान्ति विहार' को ऐतिहासिक प्रगति पनि यसै क्रममा हाम्रो सामु आउँछ।

### हिजोः-

सयौं वर्ष अघिको कुरा। यहाँका बूढापाकाहरूको कथन अनुसार आजको शान्ति विहार पहिले एक राम्री उब्जाउ हुने खेत थियो। यसको जग्गा धनी काठमाडौं शहरमा बस्नथ्यो। समय बित्दैगयो, यस खेतको स्वभावमा परिवर्तन हुँदै आयो। खेत जोत्नै नहुने भयो, जोतेमा



Downloaded from http://dhamma.digital

जग्गाधनी र मोहीलाई नानाथरीका रोगव्याधि, भूत-प्रेत र नागादिले सताउने भयो। त्यसकारण, जग्गाधनीले यो जग्गा एक नागराजको नाउँमा परित्याग गर्न बाध्य भयो। यो घटना घटेको वि. सं. १९६४/६५ तिर पर्छ भनी ८४ वर्षको स्थानीय श्री शिवलाल तण्डुकारले दृढतापूर्वक बयान दिनुहुन्छ। यस घटनाको लगत्तै पछि व्यक्तिगत हितको यो ठाउँ सार्वजनिक हितको दिशातिर लम्किदै आइरहेको कुरा हामी सुन्छौं। धेरै वर्षसम्म यो ठाउँले एक पोखरीको रूप लियो। त्यसपछि एकातिर झारपातको झांग भए अर्कोतिर हालको राम्रो पानी भएको इनार, फेरि झांग तिर खेतको निम्ति मल थुपार्ने ठाउँमा देखन थाल्यो।

वि. सं. २०११ सालमा स्थानीय श्री बेखालाल तण्डुकार मार्फत एक पंचबुद्धको चैत्य त्यसै इनारको समीपमा स्थापना गरियो। यसको २१ वर्षपछि वि. सं. २०३२ साल बैशाख महीनामा यहाँ रहेका सबै गन्यमान्य र श्रद्धालुभक्तजनहरूको संयुक्त प्रयासले यस ठाउँमा एक बुद्धमूर्ति स्थापना गरी अभूतपूर्व रूपले २५१९ औं बुद्ध जयन्ती मनाइयो। पूज्य भिक्षु महासंघ, माननीयहरू, विशिष्ट व्यक्तिहरू र हजारौं नर नारीहरूले यस जग्गामा पाइला हाले। यसै पुनीत अवसरमा यस ठाउँ 'शान्ति विहार' को रूपमा नामकरण भयो। यसरी वागमती नदी नजिकै रहेको यो ठाउँ विस्तारै बौद्ध धर्मस्थलमा परिणत भयो।

त्यसपछि २ वर्षसम्म त्यस भगवान् बुद्धको दर्शन ढुंगे मूर्तिले घाम र पानीको लुकामारीमा त्यसै रहनु पर्‍यो। यो हालतलाई देखिनसक्नु भई स्थानीय श्री कुल नारायण तण्डुकार, हाल यसै विहार विकास समितिको कोषाध्यक्षको प्रयासद्वारा ललितपुर नगर पंचायत मार्फत रू. ५०००।– शान्ति विहार निर्माणार्थ प्राप्त



Downloaded from http://dhamma.digital

गर्नु भई सो रकम र स्थानीय श्रद्धावान्हरूको चन्दा, श्रमदान र केही जग्गा दान लिई भगवान् बुद्ध प्रतिस्थापन भएको ठाउँमा एक सानो मन्दिर बनाइयो र इनारको सँगै भजन घर कै एक पाटी बनाउन ल. पु. न. पं को प्रधानपंच श्री बुद्धि राज बज्राचार्यज्यूको तर्फबाट शिलान्यास गराई तीन तर्फ गाह्रो खडा गर्न सफल भयो । बिजुली बत्तीको पनि निकासा भएको हुनाले शान्ति विहार बेलुका पनि उज्यालो देखियो ।

**आजः-**

२०३८ साल जेष्ठ २५ गते बलम्बू नजिकै रहेको दोम्बू गाउँमा बस्ने श्री बाबुकाजी तण्डुकारको श्रीमती उपासिका सानु नानीको सल्लाह र आग्रह अनुसार गण महाविहारमा बस्ने भिक्षु सुशोभन यहाँ आउनु भई श्री कुल नारायणसँग यस विहारको बारेमा कुरा गर्नुभयो । त्यसको पछिल्लो शनिवारको दिन स्थानीय बुढापाका, गण्यमान्य जनहरू र गण महाविहारको तर्फबाट पूज्य भिक्षु सुबोधानन्द महास्थविर, * उपासक ज्ञानमान शाक्य र उपासिका विद्यालक्ष्मी उपस्थित भएको एक सभामा यस विहार निर्माण कार्यचालु गर्नेबारे कुराकानी भयो । सभाले विहार निर्माण गर्ने कुरा सर्वसम्पतिले स्वीकार गरे पछि भिक्षु सुशोभनले सो कार्य यथाशीघ्र शुरू गर्न रू. ३००।- दिनु भई अघिल्लो महिनाको आषाढ पूर्णिमाको दिनदेखि वर्षाकाल तीन महीना सम्म यसै विहारमा आएर बस्न आउने मनसुवा पनि त्यसै सभामा उहाँले प्रकट गर्नुभयो ।

आषाढ पूर्णीमाको दिन आइपुग्यो । सबैको सहयोगले भिक्षु बास बस्नको निम्ति त्यसै अधुरो भइरहेको पाटीमा एक कोठा बनाइयो ।

---

*पूज्यपाद् संघनायक प्रज्ञानन्द महास्थविर, भिक्षु प्रज्ञारश्मि महास्थविर र भिक्षु सुदर्शनज्यूहरूको सहमत सहित



Downloaded from http://dhamma.digital

भिक्षु सुशोभन पूर्व निर्णय अनुसार आउनु भई वर्षाकाल भरि बिहान-बेलुका बुद्ध पूजाको साथै बुद्ध जीवनी र दशपारमिता सम्बन्धी धर्म देशना गर्नुभई स्थानीय भक्तजनहरूमा धार्मिक जागरण ल्याउनु भयो। यसै वर्षाकालमै भिक्षु सुशोभनको अध्यक्षतामा एक शान्ति विहार विकास समिति गठन भयो। गुंसिगाल बस्ने धेरै जसो परिवारका अभिभावकहरू खुशी साथ यस समितिका सदस्य भए। रू. ५१।– राखी विहारको आजीवन सदस्य हुने प्रस्ताव पनि पारित भयो। यस्तै गण महाविहार र धर्मकीर्ति विहारका उपासकोपासिका-हरूको तर्फबाट शान्ति विहार निर्माणार्थ यथा श्रध्दा चन्दा स्वरूप प्राप्त हुँदै आयो। भगवान् बुद्धको मन्दिरमा रंग रोगन राख्ने, बिजुली बत्ती हाल्ने आदि निर्माण कार्य जाहेर भई नै रह्यो। वर्षकाल पछि एक अर्को पाहुना कोठा पनि बन्यो। यसरी शान्ति-विहार दिन प्रतिदिन रमणीय र दर्शनीय धर्मस्थल भएर आए।

खुशीको कुरा हो। २०३९ साल जेष्ठ २८ गतेको दिन ललितपुर नगर पंचायतका प्रधान पंच श्री बुद्धिराज बज्राचार्यज्यूद्वारा शान्ति-विहारको नयाँ भवन शिलान्यास गर्नुहुँदै एक सभाको बीचमा बौद्धविधि अनुसार भिक्षु महासंघलाई सो विहार संघदान गरिदिनु भयो। उक्त सभामा ल. पु. वडा नं. २ को अध्यक्ष श्री तोप बहादुर खत्रीज्यूले शान्ति विहारको उत्तरोत्तर उन्नतिको कामना गर्दै यथाशक्य सहयोग गर्नु हुने वचन पनि दिनुभयो। पूज्य भिक्षु सुबोधानन्द महास्थविरज्यू मार्फत विहारको शिलालेखको उद्घाटन भयो र भिक्षु महासंघले पवित्र बुद्धवचनले भरेको परित्राण सूत्र पाठ गर्नु भई विहारको समस्त भक्तजनहरूको र शान्ति विहारको उन्नति, प्रगति र बौद्ध धर्म प्रचार गर्नमा सक्रिय हुनेछ भनी शुभकामना गर्नु भयो।



Downloaded from http://dhamma.digital

**भोलि:-**

आजले भोलीलाई औंल्याउँछ। सबै भक्तजनहरूको श्रध्दाको बलले एकै वर्षमा यत्तिका उन्नति भएर आएको देखन पाउँदा शान्ति विहारका परिवार र छिमेकीहरू हर्षले गदगद भइरहेका छन्। नयाँ भवनतिर सिमेन्टले ढलान गरेका चारवटा खम्बाहरू जमीनबाट माथि ल्याइसकेका छन्। जति वर्ष लागे पनि यो शान्ति विहार निर्माण कार्य जाहेर रहने नै छ। यस पुनीत कार्यमा सहभागी हुन सबै महानुभावहरूमा यथा श्रध्दा सहयोगको अपेक्षा राखिन्छ। यस विहारबाट पनि अन्य बौध्दविहारमा झैं भिक्षु संघको सेवा, बौध्दधर्मको प्रचार तथा प्रसार बौध्दधर्मावलम्बीहरूमा एकता कायम राखने र हाम्रो मानव समाजमा मानवीय भावनाहरू जगाउने अठोट प्रयास सदैव हुनेछ। यसैमा शान्ति विहारको अस्तित्व र गौरव रहेको छ। यही क्रमले प्रत्येक बिहानीले दिउँसोको इशारा गर्छ भने झैं भोली यो विहार शान्तिका सहभागी सम्पूर्ण भक्तजन, उपासक उपासिका र पूज्य बौध्द अग्रगण्यहरूको इच्छा यसले पूरा गर्ने आशा राख्न सकिने भएको छ।

**दृढ संकल्प**

शान्ति विहार कसरी वर्तमान स्थितिमा आयो भन्ने कुरा मैले सुनेको र जानेको मात्र संक्षिप्तमा यहाँ पोखेको छु। यस विहारमै मैले भिक्षु जीवनको दशौं र एघारौं वर्षावास बस्न पाएँ यो मेरो लागि खुशीको कुरा भएको छ।

भिक्षु जीवन राजनैतिक, आर्थिक र सामाजिक जीवनभन्दा केही भिन्दै भएको एक धार्मिक जीवन हो। यहाँ धनी-गरीब, कालो-गोरो, शिक्षित-अशिक्षित, स्वजाति-विजाति, महिला-पुरुष आदि



Downloaded from http://dhamma.digital

सांसारिक परिपाटिको परिधिलाई पारगरी केवल यथार्थताको अनु-सरण, अनुकरण र प्रतिपालन गर्नु छ–त्यो पनि सम्यक् सम्बोन्धि ज्ञान लाभ गर्नुभएका शाक्यमुनि गौतम बुद्धद्वारा प्रतिपादित 'धर्म-विनय' अनुसार। बुद्धको 'धर्म-विनय' को उद्देश्य हो 'बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय'। यसको माध्यम 'मध्यम मार्ग' हो र यो मार्ग आदि, मध्य र अन्तमा समेत कल्याणकारी, सुखदायक र निर्वाणभिमुखी छ।

आजको आणविक युगमा पवित्र बुद्धभूमि हाम्रो नेपाल अधिराज्यमा शान्तिको सन्देश चारै दिशामा फैलाउनु कतिको खाँचो भइरहेको छ–यो कुरा सर्वविदित छ। यस महत्वपूर्ण कार्यमा मेरो तर्फबाट 'सकेको, चाहेको र आवश्यक भए अनुसार' सहभागी हुने दृढ संकल्प गरिसकेको छु। यसै सन्दर्भमा "भगवान् बुद्धको 'सत्य र अहिंसा' उपदेश अधिराज्य भरि फैलियोस् र मेरो जीवनकालमा नै नेपालमा पाँच शय (५००) भिक्षुहरू देख्न पाउँ" भन्ने आशिका पनि गरि-सकेको छु। फेरी गत २०३८ मंसीर १ गते देखि ८ गतेसम्ममा काठ-माडौं उपत्यका भित्र रहेका भिक्षुहरू बसोवास गर्ने २५ वटा विहार हरूमा साप्ताहिक पदयात्रा गरी स्थानीय बौद्धजन जीवनसित पनि केही परिचित भइसकेको छु। यस्तै आफ्नै प्रेरणाले ॐबहालमा सानो एक 'बौद्ध पुस्तक पसल' र मजिपात पद्म सुगन्ध विहारमा 'बौद्ध पुस्तकालय' खोलिसकेको खुशीको कुरा सम्झनु मात्रमा नै सन्तोष उत्पन्न हुन्छ।

हाल मेरो मनमा भारतका 'नालन्दा पालि महाविद्यालय" नालन्दामा विद्यावारिधि (पी. एच. डी.) स्तरमा अध्ययनार्थ अनुमति प्राप्त भए अनुसार त्यहाँ गई सो कार्य पनि यथाशीघ्र पूरागरी स्वदेश फर्केर आई "कार्य क्षेत्रमा अरू बढी संलग्न हुने एक मात्र विचार" अगाडि आइरहेछ। यो असम्भवको काम होइन। सबै शुभचिन्तकहरूको शुभकामनाद्वारा म मेरो प्रयासमा सफल नै हुनेछु भनी पूरा विश्वास



Downloaded from http://dhamma.digital

गर्छु। म जहाँ रहे पनि मेरो निम्ति सहानुभूति देखाउने सबै महानुभावहरूप्रति म सदैव आभारी रहने छु र अन्तिम साससम्म नै एक सच्चा बौद्ध भएर रहनेछु। यो दृढताका दुई शब्द प्रकट गर्न सक्ने साहस यस शान्ति विहारले दिएकोमा यस स्थान प्रति म चिर ऋणी रहने छु।

अन्तमा, राष्ट्रभाषा नेपालीमा पुस्तक लेखन खोजेको यो मेरो प्रथम प्रयासलाई प्रोत्साहन दिनुभई भाषा समेत शुद्ध गर्न मदत रिदिनु भएकोमा भानु माध्यमिक (दरबार हाइस्कूल) का प्रधानाध्यापक श्री सुवर्ण शाक्यप्रति म ज्यादै आभारी छु।

'शान्ति विहार' निमार्णार्थ, यो 'शान्ति विहारको शान्ति सन्देश' पुस्तक प्रकाशनार्थ एवं मेरो भिक्षु जीवन सार्थक तुल्याउन सहयोग गर्नु भएका सबै मेरो परमपूज्य गुरुवरहरूमा कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु साथै, श्रद्धावन्त र शुभचिन्तकहरूप्रति साधुवाद छ। राम्ररी र समयमै पुस्तक प्रकाशनमा ल्याइदिएकोमा शारदा प्रिन्टिङ्ग प्रेसका परिवालाई पनि धन्यवाद छ।

नत्थि सन्ति परं सुखं।

भिक्षु सुशोभन
अध्यक्ष
शान्ति विहार विकास समिति
गुह्येश्वरगाल, वडा नं.-२
ललितपुर।

१७ आश्विन, २०३९,
अनाला पुन्ही, ११०२



Downloaded from http://dhamma.digital

# दुई शब्द

शान्ति–सन्देश नवयुवक भिक्षु सुशोभनको परिश्रम मात्र होइन अपितु आजको गोलमटोल दुनियाको पीडा व्यथाको ओखती हो । अशान्तिले जरो गाडी भित्र भित्रै माटोमनि फैलिदैंगएको हाँगाको मजबूतीलाई नियन्त्रण गर्ने शान्तिको उपाय हुन सक्छ यो शान्ति–सन्देश । सबै प्रकारको पाप नगर्नु, कुशलकार्य सम्पादन गर्नु र आफ्नो चित्तलाई परिशुद्ध गर्नु बुद्धहरूका उपदेश हुन् । यसैको आधारमा आफ्नो भिक्षु जीवनलाई सार्थक गराई भन्न व्यापकरूपमा प्रभावकारी बनाउने विचार यसमा प्रष्ट देखिन्छ ।

शील–प्रार्थना विना मानिसको चित्तशुद्धीमा सफलता हासिल गर्ने माध्यम शायदै मात्र हुन सक्ने कुरा हो । स्वभाव शिरमा रहने हुँदा शीललाई नै स्वभाव बनाउने कोशिश हुनुपर्छ, यो सर्वसम्मत र त्रिकालसत्य कुरा हुनआउँछ । यसै क्रममा यहाँ शीलमा ठूलो जोड दिइएको छ ।

शीलपालनमा जोडदिने भगवान् बुद्ध, बुद्धको धर्म र संघको वन्दना नैतिक गुहार हो जुन यहाँ प्रमुखरूपमा उल्लेख छ । अनि पूजा जसबाट चित्तशुद्धीमा श्रद्धाभाव जगाउँछ यहाँ सार्थकरूपमा उध्दृत छ । यसरी प्रत्यक्षीकरणद्वारा शान्तिको सन्देशमा अग्रसर हुने लेखक भिक्षुले आफ्नो हृदय-व्यथा पोखेर जीवनका उद्देश्य, लक्ष्य र फलप्राप्तिको संकेत निर्भीकरूपमा प्रस्तुत गरेको छ । सांसारिक जीवनको सफलता जतिसुकै इमान्दारी, मेहेनत र साहस



Downloaded from http://dhamma.digital

गरी हासिल गरेतापनि आखिर त्यो जीवनान्त मात्रमा नै रहने हो, अनि यसतर्फ तल्लो तहदेखि नै संगठनात्मक परिवर्तन ल्याउनुपर्ने अवस्था अनिवार्यरूपमा देखापरिरहेको कुरा सर्वविदित छ भनी जीवनकालमा नै सुधारात्मक संगठनशील क्रियाकलापको खाँचो छ भनी देखाएको यो एक अन्तरमनको असन्तोष हो जीवनप्रति अनि मानवका गलत धारणाको विरोध ।

२४ घण्टा भित्र एक छिनमात्र भएपनि जीवनको सत्यलाई बुझ्न स्वतन्त्र मनले भावशक्ति र चिन्तन मनन गर्ने अवसर पाउन सके कति राम्रो हुँदोहोला भन्ने आशाले व्यथित यो विचार साँचै भिक्षु जीवनसंग निकटतम सम्बन्ध राख्ने कुरा हो । अनि सत्यको खोजी र मानव जीवन सार्थक बनाउन लालायित अभिव्यक्ति हो ।

मानव जीवन सार्थक बनाउन अपनाउने आधारमध्ये धर्मभन्दा अरू कुरा हुन सक्छ भन्ने कुरामा कम मात्र विश्वास लिन सकिन्छ । यो धर्म के हो त भने 'बाँच र बाँच्न देउ' सिद्धान्तलाई धारण गर्ने प्रमुख तत्व हो । यस सम्बन्धमा बुद्धलाई अगुवा मानेर आफू अनुयायी बन्ने आकांक्षा खुलस्तरूपमा पोखेको यस पुस्तिकामा सम्यक जीविका गरेर बाँच्ने र अज्ञानतालाई हटाई ज्ञान हासिल गर्ने अनि फेरि अन्तिम दिन नआएसम्म आफूले प्राप्त गरेको ज्ञान अरूलाई उनीहरूको अज्ञानता हटाइदिन सहयोग गर्ने अन्तरइच्छा व्यक्त गरिएको छ । फलस्वरूप एम. ए. सम्मको अध्ययनमा सन्तुष्ट नरही नालन्दा विश्वविद्यालयमा गई विद्यावारिधि हासिल गर्न तत्पर रहन गएको छ ।

युगयुगको कुसंस्कार हटाउनु सजिलो कुरा होइन । यो कुसंस्कार-बाट चिसो काठबाट आगोको सट्टा धुवाँ बढी आएझैं संसारलाई दूषित पार्दछ । त्यसमा पनि राग, द्वेष, लोभ र मोहले प्रगति गर्दै मानव



Downloaded from http://dhamma.digital

विध्वंशकारी प्रवृत्तिले उडेको धुवाँ पनि अझ गुम्साएर मानवजीवन अस्तव्यस्त पारिएको छ, यस अवस्थामा व्यक्तिगत, सामूहिक र संगठनात्मक स्तरमा यसलाई बुझ्न प्रयास भएन वा वर्तमान अवस्था-लाई बुझ्न सकिएन भने यो धरातल रणभूमि भई अन्तरिक्ष जगत समेत नरसंहार हुने संग्रामक्षेत्रमा परिणत हुने अवश्यम्भावी भएको कुरामा चेतावनी लिएर शान्ति-सन्देशलाई अगाडि राख्ने लेखकको यो पुस्तिका सानो तर गहकिलो सिद्ध हुन आएको छ। आशा छ यो हृदय-व्यथा चर्किनेछैन उपायद्वारा शान्त हुनेछ।

सुवर्ण शाक्य
५/४४८, ॐबहाल
पोष्ट बक्स नं. १४१८
काठमाडौं।

वि० सं० २०३९

Dhamma.Digital



Downloaded from http://dhamma.digital

"शान्ति बिहारको शान्ति सन्देश" पुस्तक प्रकाशनार्थ आर्थिक सहयोग दिनु भएका श्रद्धालुहरूको नामावली—

| | |
|---|---|
| श्री विनोद शाक्य, क्षेत्रपाटी | ११०१।– |
| श्री बाबुकाजी तण्डुकार, द्रोम्बु, बलम्बु | १००१।– |
| श्रीमती सानुमाया तण्डुकार, द्रोम्बु, बलम्बु | ५०१।– |
| श्री पूर्ण बहादुर तण्डुकार, गुसिगाल | ५०– |
| स्व. श्री शिवलाल तण्डुकार, गुसिगाल (उपकारार्थ) | ५०१।– |
| श्री जोहन "तुयुम्ह"–JOHN–AMERICAN | ३५१।– |
| श्री गणेश बहादुर तण्डुकार, गुसिगाल | २०१।– |
| श्री धनलाल तण्डुकार, गुसिगाल | २०१।– |
| श्री कुलनारायण तण्डुकार, गुसिगाल सहित श्रीमती न्हुच्छेमाया, सुश्री ईन्द्रमाया, शान्ति, नारायण प्रसाद, बद्री प्रशाद, सुभद्रा, परमिला र सानुमयाँ गरी ९ जनाको रू. १७।– दरले | १५३।– |
| श्री नारायण तण्डुकार, गुसिगाल | १५१।– |
| श्रीमती बाँलानानी तण्डुकार, गुसिगाल | १५१।– |
| श्री सानुभाई तण्डुकार, हिलाखुशी | १११।– |

स्व. श्री रूद्रानन्द शाक्य, स्व. श्रीमती देवी थकु शाक्य प्रमुख शाक्यकुलका स्व. हर्षमान, स्व. श्रीमती भ:थकु, स्व. श्री चैत्रबर्सि, स्व. श्रीमती चीनीमाया, स्व. श्री मोती रत्न, स्व. श्री मोहनमाया, श्री तीर्थ, श्रीमती मानशवभ, श्री बाबुराजा, श्री सानुराजा, श्री भाईराजा पखाछें, ॐबहाल, श्रीमती रत्नमाया, फसिके श्रीमती नानीमाया, ल न, श्री सिद्धिरत्न र श्री त्रिरत्न, बखाबहाल, श्रीमती मुनुमाया, श्री रत्नकाजी, श्री सानुकाजी र श्री विष्णुकाजी, इटुं बहाल, श्रीमती मोतीशवभा, लगन, श्रीमती हेराशवभा, मजिपात,

Downloaded from http://dhamma.digital

श्रीमती चीनीदेवी, भद्रपुर, श्रीमती कृष्णदेवी, बागबजार,
श्री बाबुकाजी, श्रीमती धनदेवी, श्री जीवन, सुश्री रीतामैयाँ,
श्री भूवन, श्री सुवर्ण, श्री भरत शाक्य, पखाछें, ॐवहाल
गरी ३२ जनाको रू. १०।- दरले ३२०।-

गुंसिगाल तण्डुकार परिवारबाट श्रीमती नानीमाया,
श्रीमती केदार, श्रीमती गणेशमाया, श्रीमती हेलमाया,
सुश्री लालमाया, स्व. श्री दशरथ, श्री चन्द्रबहादुर,
श्री विस नारायण, श्री हर्ष बहादुर, श्रीमती कान्छी,
श्रीमती मायादेवी, विद्या र सन्तोषी बैरागी गरी
१३ जनाको रू. १०।- दरले १३०।-

श्रामणेर उपप्रज्ञा (उपहार रञ्जितकार, मंजुश्री) ५।-
सुश्री विद्यालक्ष्मी शाक्य, गणमहाविहार ५।-

गुंसिगाल तण्डुकार परिवारबाट श्री गोरे,
श्रीमती मोहनमाया, श्री जीत बहादुर,
श्री हिरा, श्री सिद्धिलाल, श्री भीम बहादुर
श्री मंगल, श्री रामकृष्ण (ठूलो)
श्री रामकृष्ण (सानो), चंचली, जमुना, यमुना,
श्रीमती मोहनमाया र सुश्री शारदा गरी
१६ जनाको रू. ५।- दरले, श्री बखत बहादुर ३ - ८३।-

श्री देवशरण श्रेष्ठ, भक्तपुर, अ. उत्तरा, किण्डोल ५०।- ५५।-
श्री अमरदीप रञ्जितकार, मंजुश्री २।- श्री अमर
ज्योती रञ्जितकार, मजिपात १।-,
श्री मिश्रीमान महर्जन, धर्मस्थली १।-,
श्री हिमाल रञ्जितकार, मंजश्री -।५० गरी ४।५०

**कूल नगद १,२३१/५०**

यो पुस्तक प्रकाशनार्थ माथि प्राप्त भएको चन्दाले नपुगेको खर्च व्यहोरिदिएकोमा श्रीमान फैथुन (MR. PHAI-THOON) र सुश्री आरी (MISS AREE), यी दुई थाई श्रद्धालुहरूलाई पनि धन्यवाद छ।

Downloaded from http://dhamma.digital

उनी भगवान्, अर्हत, सम्यकसम्बुद्धलाई नमस्कार

# शान्ति - सन्देश

## सबै पाप नगर्नु--कुशल कार्य सम्पादन गर्नु । आपनो चित्तलाई परिशुद्ध गर्नु--यही बुद्धहरूका उपदेश हुन् ।

### सबै पाप नगर्नु

२ हरेक प्रवृत्तिमा मन नै अगुवा हुन्छ, मन नै प्रधान हुन्छ, मनले नै हरेक कुरा उत्पादन हुन्छ । यदि कसैले दूषित मनले बोल्छ वा काम गर्छ भने उसलाई दुःखले त्यसरी पिछा गर्छ जसरी कि गाडा तान्ने बयलको खुट्टामा पांग्रा आउँछ । ।। १ ।।

३-४ जसले प्राणी हिंसा गर्छ, झूठ बोल्छ, चोरी गर्छ, अर्काकी स्त्रीप्रति दुर्व्यवहार गर्छ, जाँड-रक्सी सेवन गर्छ, त्यस्तो व्यक्तिले यो लोकमा आफ्नो जड उखेल्दछ । ।। २४६-४७ ।।

५ हे पुरूष, संयम रहित पाप कर्म यस्तै हुन्छ, यसलाई जान्नु । तिमीलाई लोभ र अधर्मले चिरकालसम्म दुःखमा नराखोस् ।



Downloaded from http://dhamma.digital

६ मानिसले यदि पाप गरिहाल्यो भने फेरि फेरि नगर्नु । त्यसमा इच्छा पनि नबढाउनु किनभने पापको संचय दुःखदायक हुन्छ ।

## कुशलकार्य सम्पादन गर्नु

७ हरेक प्रवृत्तिमा मन नै अगुवा हुन्छ, मन नै प्रधान हुन्छ, मनले नै हरेक कुरा उत्पन्न हुन्छ । यदि कसैले शुद्ध मनले बोल्छ वा काम गर्छ भने उसलाई सुखले त्यसरी नै पिछा गर्छ जसरी कि आफनो पछि पछि छायाँ आउँछ । ॥ २ ॥

८ सत्य बोल्नु, क्रोध नगर्नु, माग्न आउँदा अलिकति भएपनि दिनु, यी तीन कामले गर्दा (मानिस) देवताहरुको नजिक जान्छ ।

९ अक्रोधले क्रोधलाई जित्नु, नराम्रो गर्नेलाई राम्रो कामले जित्नु, कंजूसलाई दान दिएर जित्नु, झूठ बोल्ने व्यक्तिलाई सत्यले जित्नु ।

१० खराब मित्रसित नलाग, अधर्म पुरुषसित संगत नगर । राम्रो मित्रसित लाग, उत्तम पुरुषसित संगत गर । ॥ ७८ ॥

११ जो अभिवादनशील युक्त छ, जसले वृद्धहरुको सेवा गर्छ त्यसको चार धर्म वृद्धि हुन्छ–आयु, वर्ण, सुख र बल । ॥ १०९ ॥

१२ बुढेस कालसम्म शीलपालन गर्नु सुखकर छ, स्थीर श्रद्धावान् हुनु सुखकर छ, प्रज्ञा प्राप्त गर्नु सुखकर छ, पाप नगर्नु सुखकर छ ।

१३ निरोगी हुनु परम लाभ हो, सन्तोष परम धन हो, विश्वास परम बन्धु हो, निर्वाण परम सुख हो । ॥ २०४ ॥

## आपनो चित्तलाई परिशुद्ध गर्नु

१४ सुनारले अलि अलि गरेर चाँदीको कसर निखोरे झैं बुद्धिमा व्यक्तिले आपनो मनको मैल निखार्नु पर्छ । ॥ २३९ ॥

१५ यो संसारमा वैरभावले वैरभाव कहिल्यै शान्त हुँदैन अवैर (मैत्री) भावले नै शान्त हुन्छ-यो पहिलेदेखि चलि आएको धर्म हो । ॥ ५ ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

१६ अप्रमाद अमृत (निर्वाण) को बाटो हो, प्रमाद मृत्युको बाटो हो; अप्रमादीहरू, प्रमादीहरू मरे झैं मर्दैन। ॥ २१ ॥

१७ टाढा, टाढासम्म जाने, एक्लै हिँड्ने, निराकार, गुफामा बस्ने यो चित्तलाई जसले संयम गर्छ, उ मारको बन्धनबाट मुक्त हुन्छ।

१८ मार्गमध्ये अष्टांगिक मार्ग श्रेष्ठ छ, सत्यमध्ये चार आर्यसत्य श्रेष्ठ छ, धर्ममध्ये वैराग्य श्रेष्ठ छ, द्विपदहरूमध्ये चक्षुष्मान (ज्ञान नेत्रधारी बुद्ध) श्रेष्ठ छ।

१९–२१ जो बुद्ध, धर्म तथा संघको शरण गई, चार आर्यसत्य–दुःख, दुःखको उत्पत्ति, दुःख निरोध र दुःखनिरोध तर्फ लंजाने आर्य अष्टांगिक मार्गलाई सम्यक् प्रज्ञाले देख्छ, यही नै रक्षादायक शरण हो, यही नै उत्तम शरण हो। यही शरण लिएर सबै दुःखबाट मुक्त हुन्छ।

२२ 'सबै संस्कार अनित्य हो'–जब यसरी सम्यक् प्रज्ञाले देख्छ तब (ऊ) दुःखबाट विरक्त हुन्छ, यही नै विशुद्धिको मार्ग हो।

२३ 'सबै संस्कार दुःख हो'–जब यसरी सम्यक् प्रज्ञाले देख्छ तब (ऊ) दुःखबाट विरक्त हुन्छ। यही नै विशुद्धिको मार्ग हो ।।। २७८ ।

२४ 'सबै धर्म (प्रवृत्ति) अनात्म हो'– जब यसरी सम्यक् प्रज्ञाले देख्छ, तब (ऊ) दुःखबाट विरक्त हुन्छ। यही नै विशुद्धिको मार्ग हो।

२५ यो कुरा जानेर पण्डित पुरुष शीलवान होऊ, निर्वाणतिर लंजाने मार्गलाई छिटै नै सफागर। ॥ २८९ ॥

**यही बुद्धहरूका उपदेश हुन्।**



Downloaded from http://dhamma.digital

# शील - प्रार्थना

## क्षमा—याचना

गृहस्थः-ओकास द्वार त्तयेन कतं सब्बं अपराधं खमथ मे भन्ते-३
-भन्ते ! मेरो शरीर, वचन र मन तीनै द्वारले गरेको सर्व अपराधलाई क्षमा गर्नु होला ।

भिक्षुः- खमामि, खमामि, खमामि
आयु आरोग्य सम्पत्ति सग्ग सम्पत्तिमेवच ।
अथ निब्बान सम्पत्ति, इमिना ते समिज्झतु ॥
-हे गृहपति! तिमिलाई क्षमा भयो। आयु, आरोग्य-सम्पत्ति स्वर्ग-सम्पत्ति र निर्वाण-सम्पत्ति, यी सम्पत्तिहरु तिमीलाई प्राप्त होस् ।

## त्रिशरण सहित पंचशील (अष्टशील) याचना

गृहस्थः-अहं भन्ते तिसरणेन सह पञ्चसीलं (अट्ठङ्ग सम्पन्नागतं उपोसथसीलं धम्मं याचामि अनुग्गहं कत्वा सीलं देथ मे भन्ते।
दुतियम्पि ........ ततियम्पि ..........
-भन्ते म त्रिरत्न सहित पंचशील (आठ अङ्ग भएको उपोसथ शील) धर्म प्रार्थना गर्दछु, मलाई अनुग्रह गरी शील शिक्षा दिनुहोस् ।

भिक्षुः- यमहं वदामि तं वदेहि, 'बहुवचन-''वदेथ") ।
-मैले भने जस्तै तिमीले भन्नु ।



Downloaded from http://dhamma.digital

गृहस्थ:-आम भन्ते। -हवस भन्ते ( भनी वन्दना गर्नु )

भिक्षु:- नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स ।

गृहस्थ:-नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स-३

—उनी भगवान् अर्हत सम्यक्सम्बुद्धलाई नमस्कार छ ।

यसपछि भिक्षुले एक, एक वाक्य भन्दै जानु हुन्छ र गृहस्थहरूले वहाँको पछि, पछि भन्दै जानु पर्छ ।

बुद्धं सरणं गच्छामि । धम्मं सरणं गच्छामि ।

संघं सरणं गच्छामि

दुतियम्पि बुद्धं सरणं गच्छामि

दुतियम्पि धम्मं सरणं गच्छामि

दुतियम्पि संघं सरणं गच्छामि

ततियम्पि बुद्धं सरणं गच्छामि

ततियम्पि धम्मं सरणं गच्छामि

ततियम्पि संघं सरणं गच्छामि

—म बुद्धको शरण जान्छु ! म धर्मको शरण जान्छु । म संघको शरण जान्छु । दोश्रो पटक ...... ... तेश्रो पटक........

भिक्षु:- तिसरण गमनं निट्ठितं - त्रिरत्नको शरणमा गयौ ?

गृहस्थ:-आम भन्ते । - भन्ते, म त्रिरत्नको शरण गइसकें ।

यस पछि फेरि भिक्षुले एक, एक वाक्य भन्दै जानु हुन्छ। गृहस्थहरूले वहाँको पछि पछि भन्दै जानु पर्छ ।

१. पाणातिपाता वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

२. अदिन्नादाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

३. कामेसुमिच्छाचारा वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

—अब्रह्मचरिया वेरमणी सिक्खापदं समादियामि

४. मुसावादा वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।



Downloaded from http://dhamma.digital

५. सुरामेरयमज्ज पमादट्ठाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

६. विकाल भोजना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

७. नच्च-गीत-वादित-विसुक दस्सन-माला-गन्ध-विलेपन धारण मण्डन विभूसणट्ठाना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि ।

८. उच्चासयन-महासयना वेरमणी सिक्खापदं समादियामि

१–म प्राणी हिंसा नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

२–म चोरी नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

३–म व्यभिचार नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।
–म अब्रम्हचर्य नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

४–म झूठ नबोल्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

५–म मादक प्रदार्थ जांड रक्सी नशा लाग्ने चीजलाई सेवन नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

६–म विकालमा वा दिउँसोको बाह्र बजे पछि भोजन नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

७–म नाच, गान, बाद्यादि, तृष्णा बढाउने दृश्य हेर्ने तथा माला, गन्ध वासना आउने चीज लगाउने, विभूषण जस्ता अलंकार धारण नगर्ने शिक्षालाई ग्रहण गर्दछु ।

८–म अग्लो र उँचो, ठूलो र भव्य शयनासन (बिछौना) सेवन नगर्ने शिक्षालाई पालन गर्दछु ।

भिक्षु:- तिसरणेन सद्धिं पञ्चसीलं (अट्ठङ्ग सम्पन्नागतं उपोसथ सीलं) धम्मं साधुकं सुरक्खितं कत्वा अप्पमादेन सम्पादेहि-(बहुवचन "सम्पादेथ")

–त्रिसरणसहित पञ्चशील (आठ अङ्गले परिपूर्ण भएको उपोसथ शील) शिक्षालाई राम्ररी सुरक्षा गरी अप्रमादी भएर रक्षा गर ।

गृहस्थ:- आम भन्ते ! – हवस् भन्ते यसै गर्नेला ।



Downloaded from http://dhamma.digital

# त्रिरत्न-वन्दना

## १. बुद्ध-वन्दना

**नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स-३**

**इतिपि सो भगवा अरहं, सम्मासम्बुद्धो, विज्जाचरण सम्पन्नो, सुगतो, लोकविदू, अनुत्तरो पुरिसदम्म सारथी, सत्था देव मनुस्सानं, बुद्धो, भगवा'ति।**

**नमो तस्स सम्मासम्बुद्धस्स।**

**ये च बुद्धा अतीता च, ये च बुद्धा अनागता।**
**पच्चुप्पन्ना च ये बुद्धा, अहं वन्दामि सब्बदा॥**
**नत्थि मे सरणं अञ्ञं, बुद्धो मे सरणं वरं।**
**एतेन सच्च वज्जेन, होतु मे जय मङ्गलं॥**
**उत्तमङ्गेन वन्देहं, पादपंसु वरुत्तमं।**
**बुद्धे यो खलितो दोसो, बुद्धो खमतु तं ममं॥**
**बुद्धं जीवित परियन्तं, सरणं गच्छामि।**

–उनी भगवान्, अर्हत सम्यक्सम्बुद्धलाई नमस्कार ३

–उनी भगवान् बुद्ध यस्तो गुणले सम्पन्न हुनु हुन्छ--

१. शत्रुरहित भई सकेको, गुप्तपाप कहिल्यै नगर्ने,

२. दुःख, दुःखको कारण, दुःखबाट मुक्ति र दुःखबाट मुक्ति हुने तर्फ लैजाने मार्ग-यी चार आर्यसत्यलाई स्वयं अवबोध गरी अरूलाई पनि देखाइ दिनु भएका,



Downloaded from http://dhamma.digital

३. तीन विद्या, आठ विद्या र पन्ध्र सत्‌आचारणले युक्त हुनु भएका,
४. निर्वाण मार्गमा राम्ररी जानु भइसकेका,
५. इहलोक र परलोकलाई राम्ररी बुझ्नु भएका,
६. संसारका मानिसहरूलाई दमन गर्नमा अनुपम सारथी समान भएका,
७. देवताहरू र मानिसहरूका शास्ता-गुरू हुनु भएका,
८. स्वयम् आफू पनि बोध भई अरूलाई पनि बोध गराउने,
९. विभिन्न शक्ति साधनहरूले सुसज्जित भई भाग्यवान् हुनु भएका इत्यादि ।

—उनी सम्यक्‌सम्बुद्धलाई नमस्कार छ ।

— अतीत कालमा जति बुद्धहरू भए, फेरी भविष्यमा जति बुद्धहरू हुने हुन् र वर्तमान कालमा जति बुद्धहरू छन् ती सबै बुद्धहरूलाई मेरो सदैव वन्दना छ । मेरो निम्ति बुद्धको उत्तम शरण बाहेक अरू कोही योग्य शरणछैन । यही सत्यवचन द्वारा मलाई जयमङ्गल होस् । वहांको पादधुलिलाई पनि म उत्तम सम्झी शिरले बन्दना गर्दछु । मैले कुनै प्रमादवस बुद्ध प्रति अपराध गरेको भए बुद्धबाट क्षमा पाऊँ ।

आजदेखि जीवनको अन्तसम्म म बुद्धको शरणमा जान्छु ।

## २. धर्म वन्दना

स्वाक्खातो भगवता धम्मो, सन्दिट्ठिको, अकालिको, एहिपस्सिको ओपनयिको, पच्चत्तं वेदितब्बो विञ्ञूही' ति ।

नमो तस्स निय्यानिकस्स धम्मस्स ।

ये च धम्मा अतीता च, ये च धम्मा अनागता ।
पच्चुप्पन्ना च ये धम्मा, अहं वन्दामि सब्बदा ।।
नत्थिमे सरणं अञ्ञं, धम्मो मे सरणं वरं ।



Downloaded from http://dhamma.digital

एतेन सच्चवज्जेन, होतु मे जयमङ्गलं ॥
उत्तमङ्गेन वन्देहं धम्मञ्च दुविधं वरं ।
धम्मे यो खलितो दोसो, धम्मो खमतु तं ममं ॥
धम्मं जीवित परियन्तं, सरणं गच्छामि ।

–भगवान् बुद्धको धर्म यस्ता गुणले सम्पन्न छ–

(१) राम्रो र बुझ्ने गरी व्याख्या गरिएको,
(२) तत्कालनै यहाँको यहीं फल दिने,
(३) समय् पर्खि रहनु नपर्ने
(४) यहाँ आएर हेर भन्न सुहाउने,
(५) निर्वाणसम्म पुऱ्याइ दिने,
(६) विद्वजनहरूले स्वयम् अनुभव गरेर हेर्न सकिने धर्म ।

त्यस् निर्वाणसम्म पुऱ्याइदिने धर्मलाई नमस्कार

–अतीत कालमा बुद्धहरूले व्याख्या गरेका धर्महरू, भविष्यमा बुद्धहरूले व्याख्या गरिने धर्महरू र वर्तमान कालमा बुध्दले व्याख्या गरेक धर्म हुन् ती सबै बुद्ध देसित धर्महरूलाई मेरो सदैव नमस्कार छ । मेरो निम्ति बुद्धले व्याख्यान गरेको धर्म वाहेक अरू कुनै उत्तम शरण छैन । यही सत्य वचनद्वारा मलाई जय मङ्गल होस् । लौकिक र लोकोत्तर दुवै प्रकारले उत्तम भएको बुद्धको धर्मलाई मेरो वन्दना छ । यदि धर्म प्रति केही अपराध भए धर्मले त्यस मेरो अपराधलाई क्षमा गरियोस् ।

आजदेखि जीवनको अन्तसम्म म धर्मको शरणमा जान्छु ।

## ३ संघ वन्दना

सुपटिपन्नो भगवतो सावक संघो, उजुपटिपन्नो भगवतो सावक संघो, ञायपटिपन्नो भगवतो सावक संघो, सामीचिपटिपन्नो भगवतो



Downloaded from http://dhamma.digital

सावक संघो, यदिदं चत्तारि पुरिसयुगानी अट्ठपुरिसपुग्गला, एस भगवतो सावक संघो, आहुनेय्यो, पाहुनेय्यो, दक्खिनेय्यो, अञ्जलि करणीयो, अनुत्तरं पुञ्ञक्खेतं लोकस्सा' ति।

नमो तस्स अट्ठारिय पुग्गला महासंघस्स।
ये च संघा अतीता च, ये च संघा अनागता।
पच्चुप्पन्ना च ये संघा, अहं वन्दामि सब्बदा॥
नत्थि मे सरणं अञ्ञं, संघो मे सरणं वरं।
एतेन सच्चवज्जेन, होतु मे जय-मंगलं॥
उत्तमंगेन वन्देहं, संघंच तिविधुत्तमं।
संघे यो खलितो दोसो, संघो खमतु तं ममं॥
सघं जीवितपरियन्तं, सरणं गच्छामि।

–भगवान बुद्धका श्रावक शिष्यहरू यस्ता, यस्ता गुणहरूले सम्पन्न भएका हुन् –

१. राम्रो आचरण गर्ने, भगवान्का श्रावक शिष्यहरू हुन्,
२. सीधा आचरण गर्ने भगवान्का श्रावक शिष्यहरू हुन्,
३. न्याय तवरले आचरण गर्ने भगवान्का श्रावक शिष्यहरू हुन्
४. उचित आचरण गर्ने भगवान्का श्रावक शिष्यहरू हुन्। यी चार जोडा व्यक्तिहरू (चार मार्ग र चार फलको हिसावले) अथवा यी आठ प्रकारका व्यक्तिहरू नै भगवान् बुद्धका श्रावक शिष्यहरू हुन्। यिनीहरूलाई
५ आव्हान गर्न योग्य छ,
६. पाहुनाको रूपमा सत्कार गर्न योग्य छ,
७. निर्वाणसम्मको विश्वास गरी दान दिएको वस्तु ग्रहण गर्न योग्य छ,



Downloaded from http://dhamma.digital

८. असल फल र आशाले दुवै हात जोडी नमस्कार गर्न योग्य छ, तथा
९. ब्रह्मा, देव, मनुष्य तीनै लोकमा पुण्यरूपी बीउ रोप्नको निम्ति अनुपम खेत समान भएका भगवान् बुद्धका श्रावक शिष्यहरू हुन ।

–ती आठ प्रकारका व्यक्तिहरूको महासंघलाई नमस्कार

–अतीतका जति पनि भगवान् बुध्दका श्रावक शिष्यहरू थिए, भविष्यमा हुने बुध्दका श्रावक शिष्यहरू तथा वर्तमान कालमा भएका बुध्दका श्रावक शिष्यहरू छन् ती सवै श्रावक शिष्यहरूलाई म सदैव वन्दना गर्दछु । मेरो निम्ति भगवान् बुध्दका श्रावक शिष्य बाहेक अरू कुनै उत्तम शरण छैन् । यही सत्य वचनद्वारा मेरो जयमङ्गल होस् । शरीर, वचन र मन तीनै द्वारका कार्यहरू पवित्र भएका श्रावक शिष्यहरूलाई मेरो वन्दना छ ।

यदि संघप्रति केही अपराध भए संघले ती मेरा अपराधलाई क्षमा गरोस् ।

आजदेखि जीवनको अन्तसम्म म संघको शरणमा जान्छु ।

Dhamma.Digital



Downloaded from http://dhamma.digital

# बुध्द - पूजा

## जल पूजा

अधिवासेतु नो भन्ते, पानीयं उपनामितं।
अनुकम्पं उपादाय, पटिगण्हातु उत्तमं ॥

–भो भगवान् तपाईंलाई उत्तम जल चढाइरहेछौं। हामीप्रति अनुकम्पा राखी (सो जल) ग्रहण गर्नुहोस्।

## खाद्य पूजा

अधिवासेतु नो भन्ते, खज्जकं उपनामितं।
अनुकम्पं उपादाय, पटिगण्हातु उत्तम ॥

–भो भगवान् तपाईंलाई उत्तम खाद्य वस्तु चढाइरहेछौं। हामीप्रति अनुकम्पा राखी (सो फल) ग्रहण गर्नुहोस्।

## फल पूजा

अधिवासेतु नो भन्ते, फलानि उपनामितं।
अनुकम्पं उपादाय, पटिगण्हातु उत्तमं ॥

–भो भगवान् तपाईंलाई उत्तम फल चढाइरहेछौं। हामीप्रति अनुकम्पा राखी (सो फल) ग्रहण गर्नुहोस्।



Downloaded from http://dhamma.digital

## पुष्प पूजा

वण्ण-गन्ध-गुणोपेतं, एतं कुसुम सन्तति ।
पूजयामि मुनिन्दस्स, सिरीपाद-सरोरुहे ॥
पूजेमि बुद्धं कुसुमेन नेन, पुञ्ञेन मेतेन च होतु मोक्खं ।
पुप्फं मिलायाति यथा इदं मे, कायो तथा याति विनासभावं ॥

–वर्ण, गन्ध र गुणले युक्त भएका यी फूलहरूले वहाँ मुनीन्द्रको श्रीपादमा पूजा गर्दछु । बुद्धलाई फूलहरूले पूजा गर्दछु, जसको पुण्यले मलाई मोक्ष (निर्वाण) प्राप्त होस् । जसरी फूलहरू ओइलाएर जान्छन् त्यसरी नै यो मेरो शरीर पनि विनाश भएर जान्छ ।

## प्रदीप पूजा

घनसारप्पदित्तेन, दीपेन तमधंसिना ।
तिलोकदीपं सम्बुद्धं, पूजयामि तमोनुदं ॥

–त्रिलोकको प्रकाश हुनु भएका सम्यक् सम्बुद्धलाई अन्धकार नाश गर्ने चन्दनादिको (यो) प्रदीपले पूजा गर्दछु ।

## धूप पूजा

गन्ध–सम्भार-युत्तेन, धूपेनाहं सुगन्धिना ।
पूजये-पूजनेय्यन्तं, पूजा भाजन मुत्तमं ॥

–पूजा गर्न योग्य हुनु भएका पूजनीय भगवान् बुद्धलाई यो सुगन्ध-युक्त धूपले पूजा गर्दछु ।

## भोजन पूजा

अधिवासेतु नो भन्ते, भोजनं उपनामितं ।
अनुकम्पं उपादाय, पटिगण्हातु उत्तमं ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

–भो भगवान् तपाईंलाई भोजन चढाइरहेछौं। हामीप्रति अनुकम्पा राखी (सो भोजन) ग्रहण गर्नुहोस्।

## व्यञ्जन पूजा

अधिवासेतु नो भन्ते, ब्यञ्जनं उपनामितं।
अनुकम्पं उपादाय, पटिगण्हातु उत्तमं॥

–भो भगवान् तपाईंलाई व्यञ्जन चढाइरहेछौं। हामीप्रति अनुकम्पा राखी (सो व्यञ्जन) ग्रहण गर्नुहोस्।

## चैत्य पूजा

वन्दामि चेतियं सब्बं, सब्बठानेसु पतिट्ठितं।
सारीरिक धातु महाबोधि, बुद्ध-रूपं सकलं सदा॥

–सबै ठाउँमा प्रतिष्ठा गरिराखेको (बौद्ध) चैत्य, (भगवान् बुद्धको) अस्थि धातु, बोधिवृक्ष र बुद्धको प्रतिमालाई मेरो सदैव वन्दना छ।

## क्षमा याचना

कायेन-वाचा-चित्तेन, पमादेन मयाकतं।
अच्चयं खम मे भन्ते, भूरिपञ्ञो तथागतो॥

–भो भगवान्, यदि मेरो शरीर, वचन र मनले प्रमादवश कुनै दोष गरेको छ भने गम्भीर प्रज्ञावान् तथागतले मलाई क्षमा गरि दिनुहोस्।

## प्रार्थना

इमाय बुद्ध-पूजाय, कताय सुद्ध-चेतसा।
चिरं तिट्ठतु सद्धम्मो, लोको होतु सुखी सदा॥



Downloaded from http://dhamma.digital

-शुद्ध चेतनाले गरेको यो बुद्धपूजाद्वारा (प्राप्त भएको पूण्यले) सद्धर्म चिरकालसम्म स्थिर भइरहोस् तथा लोकजन सदैव सुखी होस् ।

**इमाय बुद्ध पूजाय, यं पुञ्ञं पसुतं मया ।**

**सब्बं तं अनुमोदित्वा, सब्बेपि तुट्ठमानसा ।।**

-यो बुद्धपूजाद्वारा मलाई प्राप्त भएको पूण्यलाई सबैले अनुमोदन गरून् तथा सबैको मन सन्तुष्ट होस् ।

**पूरेत्वा दान-सीलादि, सब्बापि दसपारमि ।**

**पत्वा यत्थिच्छितं बोधि, फुसन्तु अमतं पदं ।।**

-दान-शील-आदि सबै पारमिता पूर्ण गरिकन इच्छा अनुसार बोधिज्ञान प्राप्त गरी अमृतपद निर्वाण स्पर्श गर्न सकोस् ।

## प्रतिपत्ति पूजा

**इमाय धम्मानु धम्मं पटिपत्तिया बुद्धं पूजेमि ।**

**इमाय धम्मानु धम्मं पटिपत्तिया धम्मं पूजेमि ।।**

**इमाय धम्मानु धम्मं पटिपत्तिया संघं पूजेमि ।**

-यो धर्मानुसारको प्रतिपत्तिद्वारा म बुद्ध, धर्म र संघको पूजा गर्दछु ।

**अद्धा इमाय पटिपत्तिया जाति, जरा, व्याधि**

**मरणम्हा परिमुच्चिस्सामि ।**

-यो धर्मानुसार, प्रतिपत्तिद्वारा प्राप्त पूण्यले अवश्यमेव म जन्म जरा,-व्याधि-मरणबाट मुक्त हुन सकोस् ।



Downloaded from http://dhamma.digital

**इमिना पुञ्ञ कम्मेन, मासे बाल समागमो ।**

**सतं समागमो होतु, याव निब्बान पत्तिया ।।**

–यो पूण्य कर्मको प्रभावले निर्वाण प्राप्त नभएसम्म मलाई मूर्खहरूको संगत नहोस्, सत्यपुरूषहरूको समागम भइरहोस ।

**इदं मे पुण्यं आसवक्खया वहं होतु ।**

–यो मेरो पूण्यंको प्रभावले मेरो आश्रव क्षय होस ।

**इदं मे पुञ्ञं निब्बानस्स पच्चयो होतु ।**

–यो मेरो पूण्यको प्रभावले निर्वाण प्राप्त गर्ने हेतु होस् ।

**इदं मे पुण्यं सब्बेसत्ता सुखीता भवन्तु ।**

–यो मेरो पूण्यको प्रभावले सकलसत्व प्राणीहरु सुखी होस् ।

Downloaded from http://dhamma.digital

# हृदय – व्यथा

म एक नेपाली छोरा हुँ। मेरा मातापिता एवं दाजु भाई दिदी बहिनीहरू सहितको परिवार ! त्यतै मामा, माइजू काका–काकी आदि ज्ञाति बन्धुहरूका साथै थुप्रै मित्रहरू र छर-छिमेकीहरू पनि छन्। सबैले मप्रति माया, दया र स्नेह सद्भावना राख्दछन्। म पनि सबै आफन्तमा प्रेमभाव र यथायोग्य आदरभाव राख्ने गर्दछु म सँग र मेरो पनि कसैसँग झै–झगडा र वैमनश्य एवं वैरभाव छैन। सबैसँग मेरो मित्रता कायमै छ। म सबैसँग मिलीजुली बस्छु। यसैमा मेरो हृदय रमाउँछ, आनन्दित हुन्छ।

मेरो एउटा सानो घर छ। जग्गा जमीन र सम्पत्तिको दृष्टिले म मध्यमवर्गको व्यक्तिमा गनिन्छु।

मेरो पढाइ बाल्यकालदेखि नै शुरू भई उच्चशिक्षासम्म पनि पूरा भइसकेको हुनाले म आफै आफूलाई भाग्यमानी सम्झन्छु। जहाँसम्म व्यवसाय वा कामकाजको कुरा आउँछ म जीवनका अनिवार्य वस्तुहरू सजिलैसँग जुटाउन सक्छु। म परिश्रमगर्न कहिल्यै पनि हट्दिन। इमान्दारीसाथ परिश्रम गरेर प्राप्त भएको रकमले म जीवन यापन गर्छु। यसैलाई म एक सच्चा नागरिकताको प्रमाण–पत्र सम्झन्छु। यस्ता प्रमाण–पत्र प्राप्त प्रत्येक नेपाली दाजु-भाई तथा दिदी बहिनीहरूलाई म ज्यादै कदर गर्छु र मान मर्यादा राख्छु।

केही वर्ष अघि मैले स्वयं बसिरहेको समाजको परिस्थितिलाई



Downloaded from http://dhamma.digital

निहालेर हेरेको थिएं। तर त्यसबाट सन्तोषजनक प्रभाव पाइनँ। यस्तै सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक र धार्मिक संगठनहरूका प अध्ययन गरी हेरें। अन्तमा यो सत्य कुरा बुझें कि सांसारिक जीवनको सफलता जतिसुकै इमान्दारी, मेहेनत र साहस गरी हासिल गरेता पनि आखिर त्यो जीवनान्त मात्रमा नै रहने हो। हुनत यसतर्फ तल्लो तहदेखि नै संगठनात्मक परिवर्तन ल्याउनुपर्ने अवस्था अनिवार्य रूपमा देखापरिरहेका कुरा सर्वविदित छ।

अहिलेसम्मको अनुभवमा मलाई यति कुरा विश्वास भैसकेको छ कि मानिस जन्मनासाथ त्यसको अगाडि दुइटा सर्वव्यापी समस्याहरू आइपर्छन्–ती हुन् (१) जन्मदेखि मृत्यु नहुञ्जेलसम्म कसरी बाँचिरहने ? र (२) मृत्यु नभएसम्म बाँच्ने क्षमता रहेर पनि सधैं बाँचिरहन नसकिने मनुष्यचोला लिई बाँचिरहनुको खास उद्देश्य के हो ?

कसैकसैले भन्लान् कि कसरी बाँच्ने भन्ने समस्या साँच्चैको ठूलो समस्या होइन किनभने परिवार र धनसम्पत्तिबाट पनि यो समस्या समाधान हुनसक्छ अनि सम्पति नभएमा पनि कुनै एक रोजगार गरी त्यसबाट आर्जन भएको ज्याला, तलब वा नाफाको भरले जिउन सकिन्छ। हो अधिकांश मानिसहरू यही आधारले बाँचिरहन्छ। कसैकसैले त अरूलाई पनि यसरी जिउन सघाउ पुऱ्याउन समेत समर्थ हुन्छन्। यस कुराको निमित्त त उनीहरू धन्यवादको पात्र र कल्याण मित्र कहलाउँछन्।

हाम्रो जस्तो विकासोन्मुख देशमा आधा भन्दा बढी जनताहरूले केवल साधारण दैनिक गाँस र बासको समस्या मात्र पनि जीवन भरको प्रयासले सुल्झाउनु असमर्थ भइरहेका छन्। तिनीहरूले कसरी बाँचौं भन्दाभन्दै मनुष्य जीवन पूरा गरी परलोक जानुपर्ने बाध्यता



Downloaded from http://dhamma.digital

भएका हुन्छन् । यसैले यहाँ "जीउनको निम्ति संघर्ष गर्नुपर्छ र सबभन्दा योग्य व्यक्ति नै जिउँछ" भन्ने जस्ता सिद्धान्तहरूको याद दिलाउँछ । यत्तिमात्रै मनुष्य जीवन एक संघर्षमय जीवन हो भन्ने कुरा निर्विवाद प्रमाणित हुन्छ । यी प्रथम स्तरका हात र मुख जुटाउने काममा सँधै व्यस्त रहने व्यक्तिहरूलाई यो संसारमा क–कस्ता महान् व्यक्तिहरू जन्मेर गए, उहाँहरूले कस्ता कीर्तिहरू छाडेर गए, कसरी वहाँहरू युग-युगका पूज्य र वन्दनीय तथा मार्गदर्शक भएर गए र उहाँहरूको जीवनका घटनाहरुसित मानव समाजको कस्तो घनिष्ठ सम्बन्ध छ भन्ने कुरा जान्न र बुझ्न त के यस तर्फ मन मात्र दिने पनि फुर्सद लिन असमर्थ तुल्याइदिन्छ । भोक र प्यास मिटाउने काममा नै मानिसको जीवन अलमलिएको हुन्छ । उनीहरूको लागि २४ घण्टा भित्र एक छिन मात्र भए पनि जीवनको सत्यलाई बुझ्न स्वतन्त्र मनले भाव-भक्ति र चिन्तन-मनन् गर्ने अवसर पाउन सके कति राम्रो हुँदो होला ।

यहाँ दिइएको दोश्रो समस्या पहिलो भन्दा सूक्ष्म गम्भीर र जटिल छ । नमरुन्जेलसम्म बाँच्न सक्ने क्षमता भएर पनि सधैं बाँचिरहन नसक्ने भएको हुनाले खास के उद्देश्य लिई मानिस बाँचिरहने भन्ने-बारे सबै बुद्धिजीवीहरूको लागि मात्र चिन्तनको विषय नभई प्रत्येक व्यक्तिले यसलाई जीवनको एक अविछिन्न अङ्गको रूपमा लिनु परेको छ । कारण यो विषयलाई राम्ररी बुझेन भने आ–आफ्नो जीवनको सारा शक्ति र प्रयत्न केवल निस्सार वस्तु जुटाउनको निमित्त नै मात्र हुनेछ, अनि अन्तमा पश्चाताप र दुःख भरी मुटुले अन्तिम सास छोड्नु पर्ने हुन्छ । जन्मनुको साथै प्रत्येक प्राणीहरूलाई मृत्युले अनिवार्य रूपमा पिछा गरिरहेको हुन्छ । मानिस जति सुकै ज्ञानी बलवान् धनी र समृद्धिशाली भए पनि एक दिन ऊ आफ्ना प्रिय



Downloaded from http://dhamma.digital

बन्धुहरू र सम्पत्तिबाट अलग भएर जानुपर्छ। आफूले जीवनकालमा संचय गरेको "पुण्य र पाप" रूपी संस्कार बाहेक अरू यो संसारका केही भौतिक चीज वस्तु आफ्नो साथमा लिएर परलोक जान सक्दैन। जब यस्तो सत्य कुरा उसको मनमा आउँछ, यस विषयमा चिन्तन र मनन् गर्न थाल्छ तब ऊ छटपटाउन थाल्छ, बेचैन हुन्छ के गरूं कसो गरूं कसको सहारा लिउँ, कसको आधारमा रहुं भन्ने कुरा उसको मनमा खेल्न थाल्छ। यो संसारको वैभव सम्पत्ति, यश कीर्ति, प्रियबन्धुहरू र चीजवस्तुहरू असार, परिवर्तनशील, अनित्य तथा कम सुख र धेरै दुःखदायी भएको महसुस हुन थाल्छ। अनि जीवनको वास्तविक सत्यता बुझ्नको निम्ति सद्प्रयास गर्ने जिज्ञासा जाग्छ। प्रकाशको खोजी गर्न थाल्छ। गौतम बुद्ध, ईसामसीह, हजरत महमद र अन्य महान् त्यागी र तपस्वीहरूको जीवनी, अमर-वाणीहरू र उनीहरूको जीवन सम्बन्धी घटनाहरूको ऊ विस्तारै महत्व बुझ्न थाल्छ र उनीहरूसँग सम्बन्ध जोडने प्रेरणा लिन्छ, साथै उनीहरूले कसरी जीवन सार्थक बनाएर गए त्यसरी नै आफ्नो जीवन सार्थक बनाउने वा उनीहरूले देखाएर गएको सत्मार्गमा लाग्नु नै जीवनको एक मात्र लक्ष्य हो भनी महसूस गर्न थाल्छ। तब आध्या-त्मिक सन्तोषको अनुभव गर्ने हरतरह प्रयास शुरू हुन्छ।

उल्लिखित ठूल-ठूला दुइटा समस्याहरूलाई जति गम्भीर भावले चिन्तन् र मनन् गर्दै जान्छ त्यति नै त्यो व्यक्ति सत्य र वास्तविक-ताको नजीक पुग्छ। तर पहिलो समस्या समाधान गर्न सकेतापनि धेरै जसो मानिसलाई दोश्रो समस्या प्रायः समस्या नै भइरहन्छ। यो अवस्थामा नै साँचै मानिसले गर्नुपर्ने 'कर्म' के हो, साँचैको 'धर्म' कुन हो, मानिसको जीवनमा धर्मको के सम्बन्ध छ, धर्मप्रवर्तकहरूको दिए



Downloaded from http://dhamma.digital

र उनीहरूको जीवनले आफूलाई के भनिरहेका छन् आदि अत्यन्त महत्वपूर्ण विचारधाराहरू आ–आफ्नो मनमा घुम्न थाल्छ। संसारदेखि विरक्त भई वैराग्य चित्त उत्पन्न हुने कारण एक किसिमको यस्तो चिन्तनको सकारात्मक फल हो। यसै कारण कयौं समर्थवान् पुरूष र महिलाहरू आ–आफ्ना बन्धु–बान्धवहरूको घेराबाट अलग्गिएर, एकान्तवासी, अल्पेक्षुक र सरल विहारी भएर त्यागी जीवन अपनाउँछन्। यसको मूल उद्देश्य नै सत्यको खोजी र मानव जीवन सार्थक बनाउनु हो।

मलाई यो भन्न निकै खुशी लाग्छ कि मेरो धर्म छ। म मेरो धर्मको शरणमा जान्छु। मलाई मेरो धर्ममा पूरा विश्वास छ र यसमा दिइएका मार्ग निर्देशनहरू र उपदेशानुसार आफ्नो जीवन यापन गर्न चाहन्छु। यसैमा म मेरो र सम्पूर्ण मानवको भलो देख्छु। धर्म नै मेरो जीवनको आधार र एक मात्र अन्तिम सहारा हो। यसले मलाई "बाँच र बाँच्न देऊ" भन्ने जस्ता महत्वपूर्ण कुरा सिकाउँछ। म विश्वास गर्छु कि धर्मले ममा सुषुप्त भइरहेको मानवतालाई जगाइदिन्छ। साँचै धर्म विना म पशुतुल्य हुन्छु। त्यसकारण म बाँचुन्जेल पनि धर्मकै नाममा र मरे पनि धर्मकै नाममा मर्नेछु। यो नै मेरो धर्मप्रतिको सम्बन्ध हो।

धर्मले मनुष्यमा हुनुपर्ने मैत्री, करूणा, त्याग र तपस्या जस्ता महान् गुणहरूलाई कसरी व्यावहारिक रूपमा धारण र पालन गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा सिकाउँछ। मानव जीवन सार्थक बनाउन धर्मले छायाँ समान साथ दिन्छ। धर्मले मेरो पतनमा चेताउनी दिन्छ, सुखी र मङ्गलमय जीवन जीउन मार्ग दिन्छ, र अन्तमा मोक्षप्राप्तिको लागि सहायता र प्रेरणा दिन्छ। मेरो निम्ति धर्म केवल गुरू र कल्याण मित्रको रूपमा मात्र नभई जीवनको सर्वथोक नै भएको छ।



Downloaded from http://dhamma.digital

मेरो धर्ममा 'पतन'* का कारणहरू यसरी दिइएको छः-

१) जुन मानिस धर्मकामी नभई धर्मद्वेषी हुन्छ, त्यो उसको पतनको कारण हो।

२) जसले असत्पुरूषलाई मन पराउँछ, सत्पुरूषलाई मन पराउँदैन र असत्पुरूषको धर्म मनपराउँछ, त्यो उसको ..... ...

३) जो सुतुवा, कुरौटे, अनुद्योगी, अल्सी र क्रोधी हुन्छ, त्यो ..... ।

४) जसले दुर्बल तथा वृद्ध आमाबाबुलाई आफू समर्थवान् भएर पनि पालन-पोषण गर्दैन, त्यो.. ...... ।

५) जसले निष्पापी ब्राह्मण, श्रमण वा अरू कुनै याचकलाई झूठ बोलेर धोका दिन्छ, त्यो..... .. ।

६) जसले सुन, चाँदी, खाद्यादि धेरै सम्पत्ति भएर पनि आफू एक्लै मात्रै मीठो चीज खाने गर्दछ, त्यो.. .. ... ।

७) जसले आफ्नो जाति, धन र गोत्रको अभिमान गर्दछ र आफ्ना बन्धुहरूलाई तुच्छ सम्झी अपमान गर्दछ, त्यो.. .. .. ।

८) जो स्त्रीको पिछा गरी रण्डीबाजी गर्छ, रक्सीबाज र जुवाडे हुन्छ साथै आफ्नो कमाईको धन नाश गरी सिध्याइँछ, त्यो... ।

९) जसले आफ्नो पत्नीसँग असन्तुष्ट भई बेश्या र अरूका पत्नीसँग दुर्व्यवहार गर्दछ, त्यो...... ... ।

१०) जसले यौवन गइसकेता पनि तरूण बेटीसँग विवाह गर्छ र उनको ईर्ष्याले निदाइँदैन, त्यो... ... ... ।

११) जसले लालची वा सम्पत्ति नाश गर्ने स्त्री वा पुरूषलाई आफ्नो ऐश्वर्य सुम्पेर राख्छ, त्यो... .. ... ।

---

*पराभव सूत्रको सार



Downloaded from http://dhamma.digital

१२) जसले अल्पसम्पत्तिको भोगी भई ठूलो लालच लिई क्षत्रीय कुलमा जन्म भई राज्यको इच्छा गर्छ, त्यो उसको पतनको कारण हो।

यस्तै नै ३८ प्रकारका सर्वतः कल्याण तथा उत्तम* मङ्गल हुने कार्यहरू (उपदेशहरू) पनि मेरो धर्ममा दर्शाएका छन्–

१) मूर्खहरूको संगत नगर्नु, पण्डितहरूको संगत गर्नु, पूजनीयहरूको आदर गर्नु–यो उत्तम मंगल हो।

२) अनुकूल ठाउँमा निवास गर्नु, पूर्व जन्ममा पुण्य संचित भएको हुनु आफूलाई सम्यक् बाटोमा लगाउनु, यो .. ।

३) बहुश्रुत हुनु, शिल्प–विद्या सिक्नु, सुभाषित वचन गर्नु यो... ।

४, आमा–बाबुको सेवा गर्नु, पत्नी छोरा–छोरीहरुको प्रतिपालन गर्नु, ब्याकुल हुने काम नगर्नु यो.... ।

५) दान दिनु, धर्माचरण गर्नु, ज्ञातिबन्धुहरूको संग्रह गर्नु, दोष नभएको काम गर्नु, यो ..... ।

६) काय-वाक्–चित्तलाई पापबाट टाढा राख्नु, मद्यपानमा संयम गर्नु, धर्म कार्यमा अप्रमाद हुनु, यो ...... ।

७) गौरव राख्न जान्नु, विनम्र हुनु सन्तुष्ट हुनु, कृतज्ञ हुनु, बेला-बखतमा धार्मिक उपदेश सुन्नु, यो ... ।

८) सहनशीलता राख्नु, आज्ञाकारी हुनु, श्रमणहरूको दर्शन गर्नु, बेला–बखतमा धार्मिक छलफल गर्नु, यो...... ।

९) तपस्या गर्नु अथवा कुशल कार्यको निमित्त कष्ट उठाउनु, ब्रह्मचर्य पालन गर्नु, दुःख, दुःखको कारण तृष्णा, दुःखबाट मुक्ति र दुःखबाट मुक्त हुने मार्ग–यी चार आर्यसत्यलाई देख्नु, बुझ्नु, निर्वाणलाई साक्षात्कार गर्नु यो .. ।

---

*मंगल सूत्रको सार



Downloaded from http://dhamma.digital

१०) लाभ–अलाभ, यश–अयश, निन्दा-प्रशंसा, सुख-दुःख–यी अष्टलोक धर्म आइपरेमा आफ्नो चित्तलाई बिचलित नगर्नु, निःशोकी हुनु, राग-द्वेष र मोह रूपी धूलोमा नमुछिनु, निर्भयी हुनु, यो उत्तम मंगल हो।

आजसम्ममा जे जति मैले जानें र बुझें त्यतिले नै मेरो जीवन सुखमय तुल्याउन काफी होला। मैले नमरून्जेल कसरी बाँच्ने र एक दिन अवश्यै मर्नुपर्ने असार संसारमा किन बाँचिरहने भन्ने जटिल प्रश्नको जवाफ सन्तोषजनकसित पाइसकें। यो हो सम्यक् जीविका गरेर बाँच्ने र अज्ञानतालाई हटाई ज्ञान हासिल गर्ने आकांक्षा लिई बाँच्ने साथै ज्ञान हासिल भएमा फेरि अन्तिम दिन नआएसम्म भगवान बुद्धले झैं आफूले प्राप्त गरेको ज्ञान अरूलाई उनीहरुको अज्ञानता हटाइदिन सहयोग गर्ने। यसको तात्पर्य हो आफू पनि 'मध्यम मार्ग' मा लाग्नु र अरूलाई पनि यही मध्यम मार्गमा लाग्न सल्लाह दिनु। मध्यम मार्ग आठ अंगमा विभाजित छन्। ती यी नै हुन्–

| | | |
|---|---|---|
| १) सम्यक् | दृष्टि (धारणा) हुनु, | प्रज्ञा शिक्षा |
| २) सम्यक् | संकल्प गर्नु, | |
| ३) सम्यक् | वचन बोल्नु, | शील शिक्षा |
| ४) सम्यक् | कार्य गर्नु, | |
| ५) सम्यक् | आजीविका अँगाल्नु | |
| ६) सम्यक् | व्यायाम गर्नु, | समाधि शिक्षा |
| ७) सम्यक् | स्मृति राख्नु, | |
| ८) सम्यक् | समाधि-कुशलकार्यमा मन लगाउनु, | |

यसरी यी मध्यम मार्ग अनुसार जीवन ढाल्न सकेमा आदि, मध्य र अन्तमा समेत आफ्नो कल्याण हुन्छ। यही नै जीवन जीउने सर्वोत्तम कला हो।



Downloaded from http://dhamma.digital

यतिमा नै मलाई केही मानसिक सान्त्वना मिलेको छ। मैले मानव जीवनको सर्वोच्च लक्ष्य के हुनु पर्छ र त्यो लक्ष्य प्राप्त गर्न कस्तो बाटो अपनाउनु पर्छ, यी दुइटै कुरा, थाहा पाएँ।

मानसिक सान्त्वना त पाएं तैपनि मेरो "हृदय व्यथा" हृदय व्यथा नै भई रहेको छ। मैले लक्ष्य राखिसकें र बाटो पनि थाहा पाएँ तर त्यो बाटोबाट जानु र लक्ष्यमा पुग्नु बाकी नै छ। साँचै कुरा गर्न, जति सजिलो छ काम गर्नु त्यति नै गाह्रो रहेछ। युग-युगको कुसंस्कार रुपी झारपातलाई हटाएर जानु परेको छ, मानव हृदयमा वास बस्न आउने राग-द्वेष-मोह जस्ता क्लेश माथि विजय पाउनु छ, र एक यस्तो वातावरणको सृजना गर्नुपरेको छ, जहाँ कुनै पनि व्यक्तिले यो बाटो स्वतन्त्ररूपले अँगाल्न सकोस्, जहाँ यसको कदर होओस्। मलाई लाग्छ यो महत्वपूर्ण कार्यको निम्ति हरतरहको प्रयास गर्नु आवश्यक छ। आम जनता र शासकहरूले यतातिर केही ध्यान दिएमा एक किसिमको स्वच्छ र सुरक्षित वातावरण बनाउन ठूलो सघाउ हुन्छ। यो मेरो सबै शुभचिन्तकहरू प्रति विनम्र आग्रह हो। यसप्रतिको चिन्ता नै मेरो "हृदय व्यथा" हो।

यदि यो गहन, हृदयस्पर्शी र सर्वव्यापी विषयलाई व्यक्तिगत, सामूहिक र संगठनात्मक स्तरमा बुझ्न प्रयास भएन वा वर्तमान अवस्थालाई बुझ्न सकिएन भने यो धरातल रणभूमि भई अन्तरिक्ष जगत् समेत नरसंहार संग्राम क्षेत्रमा परिणत हुने सम्भावना छ। हे बुद्धिजीवी मनुष्य हो! समय निकट आइसकेको छ, प्रमादी नहोऊ! यथार्थतालाई बुझ। होइन भने यो विश्व ध्वंश हुनुको साथै आ-आफ्नो अस्तित्व पनि मेटिनेछ। मेरो निम्ति त शान्तिको बाटो खुलिसकेको छ-यस बेला मैत्रीपूर्ण* हृदयले विचरण गर्नुपर्छ। यसबारे

*मैत्री सूत्रको सार



Downloaded from http://dhamma.digital

मेरो धर्ममा यसरी मार्ग निर्देशन दिइराखेको छ—

१) शान्तिपद प्राप्त गर्न इच्छा भएको, कल्याण साधनमा निपुण व्यक्ति, सामर्थवान्, कायिक कार्य, सोझो भएको, स्वच्छ, सरल चित्त भएको ज्ञानीहरूको अगाडि सुवाची स्वभावक, कोमल स्वभावक तथा अनाभिमानी हुनुपर्छ ।

२) शान्तिपद इच्छुक व्यक्ति सन्तोषी हुनुपर्छ, पाल्न सजिलो हुनुपर्छ, अल्पकृत्य हुनपर्छ, साधारण र सजिलो जीवन यापन गर्ने हुनुपर्छ । उसका इन्द्रियहरू शान्त हुनुपर्छ, फेरि कुलमा अनाशक्त हुनुपर्छ ।

३) त्यस्तो कुनै काम नगर्नु जसले विज्ञजनहरूद्वारा निन्दा गरिन्छ । यस्तो कामना गर्नुपर्छ कि सकल प्राणीहरू सुखी होस्, सबैको कल्याण होस् र सबै राम्ररी रहून् ।

४–५ त्रसित वा त्रासरहित, जंगम वा स्थावर, मध्यम वा सानो, सूक्ष्म वा स्थूल, दृश्य वा अदृश्य, नजीकरहेको वा टाढारहेको, उत्पन्न वा उत्पन्न हुने जति पनि प्राणीहरू छन् ती सबै सुखी होऊन ।

६) एकले अर्कालाई वंचना नगर्नु, कहिल्यै कसैको अपमान नगर्नु, वैमनश्यले वा विरोधभावले एकले अर्काको दुःख नचिताउनु ।

७) आमाले जसरी आफ्नो प्राणको परवाह नगरी आफ्नो छोराको सुरक्षा गर्छिन् त्यसरी नै सबै प्राणीहरूप्रति असीम मैत्री बढाउनु ।

८) उठिरहने बेलामा, गइरहने बेलामा, बसिरहने बेलामा वा सुतिरहने बेलामा जहिलेसम्म बिउँझिरहन्छ तबसम्म नै यसरी स्मृति राखिरहनुपर्छ । यसलाई नै ब्रम्ह विहार भन्दछन् ।

९) यस्तो मानिस कुनै मिथ्यादृष्टिमा नपरी शीलवान् भई विशुद्ध दर्शनयुक्त भई काम तृष्णा नाश गरी पुनर्जन्मबाट मुक्त हुन्छ । अस्तु ★



Downloaded from http://dhamma.digital

नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स

# सन्ति सासनं

१) सब्ब पापस्स अकरणं- कुसलस्स उपसम्पदा ।
सचित्तपरियोदपनं--एतं बुद्धान' सासनं ।। १८३ ।।

## सब्ब पापस्स अकरणं-

२) मनोपुब्बङ्गमा धम्मा-मनोसेट्ठा मनोमया ।
मनसा चे पदुट्ठेन भासति वा करोति वा ।
ततो नं दुक्खमन्वेति-चक्कं'व वहतो पदं ।। १ ।।

३) यो पाण' मतिपातेति-मुसावादञ्च भासति ।
लोके अदिन्नं आदियति-परदारञ्च गच्छति । २४६ ।।

४) सुरामेरयपानञ्च-यो नरो अनुयुञ्जति ।
इधे 'वमेसो लोकस्मिं--मूलं खणति अत्तनो ।। २४७ ।।

५) एवम्भो पुरिस जानाहि-- पापधम्मा असञ्ञता ।
मा तं लोभो अधम्मो च--चिरं दुक्खाय रन्धयुं ।। २४८ ।।

६) पापं चे पुरिसो कयिरा – न तं कयिरा पुनप्पुनं ।
न तम्हि छन्दं कयिराथ—दुक्खो पापस्स उच्चयो ।। ११७ ।।



Downloaded from http://dhamma.digital

## कुसलस्स उपसम्पदा-

७) मनोपुब्बङ्गमा धम्मा—मनोसेट्ठा मनोमया ।
मनसा चे पसन्नेन-भासति वा करोति वा ।
ततो नं सुखमन्वेति—छाया'व अनपायिनी ॥ २ ॥

८) सच्चं भणे न कुज्झेय्य—दज्जा' प्पस्मिम्पि याचितो ।
एतेहि तीहि ठानेहि- गच्छे देवान'सन्तिके ॥ २२४ ॥

९) अक्कोधेन जिने कोधं – असाधुं साधुना जिने ।
जिने कदरियं दानेन – सच्चेन अलिकवादिनं ॥ २२३ ॥

१०) न भजे पापके मित्ते—न भजे पुरिसा'धमे ।
भजेथ मित्ते कल्याणे – भजेथ पुरिसु'त्तमे ॥ ७८ ॥

११) अभिवादनसीलिस्स—निच्चं वद्धापचायिनो ।
चत्तारो धम्मा वड्ढन्ति-आयुवण्णो सुखं बलं ॥ १०९ ॥

१२) सुखं याव जरा सीलं-सुखा सद्धा पतिट्ठिता ।
सुखा पञ्ञाय पटिलाभो-पापानं अकरणं सुखं ॥ ३३३ ॥

१३, आरोग्यपरमा लाभा-सन्तुट्ठि परमं धनं ।
विस्सास परमा ञाती-निब्बानं परमं सुखं ॥ २०४ ॥

## सचित्तपरियोदपनं-

१४ अनुपुब्बेन मेधावी-थोक थोकं खणे खणे ।
कम्मारो रजतस्से'व—निद्धमे मल'मत्तनो ॥ २३९ ॥

१५) नहि वेरेन वेरानि--सम्मन्ती'ध कुदाचनं ।
अवेरेन च सम्मन्ति—एस धम्मो सनन्तनो ॥ ५ ॥

१६) अप्पमादो अमतपदं- पमादो मच्चुनो पदं ।
अप्पमत्ता न मीयन्ति--ये पमत्ता यथा मता ॥ २१ ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

१७) दूरङ्गमं एकचरं—असरीरं गुहासयं ।
ये चित्तं सञ्ञमेस्सन्ति—मोक्खन्ति मारबन्धना ।। ३७ ।।

१८) मग्गानट्ठङ्गिको सेट्ठो—सच्चानं चतुरो पदा ।
विरागो सेट्ठो धम्मानं—द्विपदानञ्च चक्खुमा ।। २७३ ।।

१९) यो च बुद्धञ्च धम्मञ्च—सङ्घञ्च सरणं गतो ।
चतारी अरियसच्चानो—सम्मप्पञ्ञाय पस्सति ।। १९० ।।

२०) दुक्खं दुक्खसमुप्पादं—दुक्खस्स च अतिक्कमं ।
अरियञ्च'ट्ठङ्गिकं मग्गं—दुक्खू' पसमगामिनं ।। १९१ ।।

२१) एतं खो सरणं खेमं—एतं सरणमु'त्तमं ।
एतं सरण'मागम्मा—सब्बदुक्खा पमुच्चति ।। १९२ ।।

२२) सब्बे सङ्खारा अनिच्चा'ति—यदा पञ्ञाय पस्सति ।
अथ निब्बिन्दति दुक्खे—एस मग्गो विसुद्धिया ।। २७७ ।।

२३) सब्बे सङ्खारा दुक्खा'ति—यदा पञ्ञाय पस्सति ।
अथ निब्बिन्दति दुक्खे—एस मग्गो विसुद्धिया ।। २७८ ।।

२४) सब्बे धम्मा अनत्ता'ति—यदा पञ्ञाय पस्सति ।
अथ निब्बिन्दति दुक्खे—एस मग्गो विसुद्धिया ।। २७९ ।।

२५) एत' मत्थवसं ञत्वा—पण्डितो सील संवुतो ।
निब्बानगमनं मग्गं—खिप्पमे'व विसोधये ।। २८९ ।।

एतं बुद्धान' सासनं ।

★



Downloaded from http://dhamma.digital

# परित्त सुत्तं

## मंगल सुत्तं

यं मंगलं द्वादस हि, चिन्तयिंसु स-देवका ।
सोत्थानं नाधिगच्छन्ति, अट्ठतिंसञ्च मंगलं ।।

देसितं देव देवेन, सब्ब पाप विनासनं ।
सब्ब लोक हितत्थाय, मंगलं तं भणाम हे ।।

एवं मे सुतं—एकं समयं भगवा सावत्थियं विहरति जेतवने अनाथपिण्डिकस्स आरमे । अथ खो अञ्ञतरा देवता अभिक्कन्ताय रत्तिया अभिक्कन्तवण्णा केवलकप्पं जेतवनं ओभासेत्वा, येन भगवा तेनुपसङ्कमि । उपसंकमित्वा भगवन्तं अभिवादेत्वा एकमन्तं अट्ठासि । एकमन्तं ठिता खो सा देवता भगवन्तं गाथाय अज्झभासि--

बहू देवा मनुस्सा च, मंगलानि अचिन्तयुं ।
आकङ्खमाना सोत्थानं, ब्रूहि मंगलमुत्तमं ।। १ ।।

असेवना च बालानं, पण्डितानञ्च सेवना ।
पूजा च पूजनेय्यानं, एतं मंगलमुत्तमं ।। २ ।।

पतिरूप देस-वासो च, पुब्बे च कतपुञ्ञता ।
अत्तसम्मा-पणिधि च, एतं मंगलमुत्तमं ।। ३ ।।



Downloaded from http://dhamma.digital

बाहुसच्चञ्च सिप्पंच, विनयो च, सुसिक्खितो ।
सुभासिता च या वाचा, एतं मंगलमुत्तमं ।। ४ ।।

माता पितु उपट्ठानं, पुत्त दारस्स संगहो ।
अनाकुला च कम्मन्ता, एतं मंगलमुत्तमं ।। ५ ।।

दानं च धम्मचरिया च, ञातकानं च संगहो ।
अनवज्जानि कम्मानि, एतं मंगलमुत्तमं ।। ६ ।।

आरती विरती पापा, मज्ज-पाना च संयमो ।
अप्पमादो च धम्मेसु, एतं मंगलमुत्तमं ।। ७ ।।

गारवो च निवातो च, सन्तुट्ठि च, कतञ्ञुता ।
कालेन धम्मस्सवणं, एतं मंगलमुत्तमं ।। ८ ।।

खन्ती च सोवचस्सता, समणानञ्चदस्सनं ।
कालेन धम्म साकच्छा, एतं मंगलमुत्तमं ।। ९ ।।

तपो च ब्रह्मचरियञ्च, अरिय-सच्चान दस्सनं ।
निब्बान सच्छिकिरिया च, एतं मंगलमुत्तमं ।। १० ।।

फुट्ठस्स लोक धम्मेहि, चित्तं यस्स न कम्पति ।
असोकं विरजं खेमं, एतं मंगलमुत्तमं ।। ११ ।।

एतादिसानी कत्वान, सब्बत्थ मपराजिता ।
सब्बत्थ सोत्थिं गच्छन्ति, तं तेसं मंगलमुत्तमं ।। १२ ।।

मंगल सुत्तं निट्ठितं



Downloaded from http://dhamma.digital

# मेत्त सुत्तं

यस्सानुभावतो यक्खा, नेव दस्सेन्ति भीसणं ।
यम्हि चेवा-नुयुञ्जन्तो, रत्तिं दिवमतन्दितो ॥

सुखं सुपति सुत्तो च, पापं किञ्चि न पस्सति ।
एवमादि गुणोपेतं, परित्तं तं भणाम हे ॥

करणीयमत्थ कुसलेन यन्तं सन्तं पदं अभिसमेच्च ।
सक्को उजू च सुहुजू च, सुवचो चस्स मुदु अनतिमानि ॥ १ ॥

सन्तुस्सको च सुभरो च अप्पकिच्चो च सल्लहुक वुत्ति ।

सन्तिन्द्रियो च निपको च, अप्पगब्भो कुलेसु अननुगिद्धो ॥ २ ॥
न च खुद्दं समाचारे किञ्चि, येन विञ्ञू परे उपवदेय्युं ।

सुखिनो वा खेमिनो होन्तु, सब्बे सत्ता भवन्तु सुखितत्ता ॥ ३ ॥

ये केचि पाणभूतत्थि तसा वा, थावरा वा अनवसेसा ।
दीघा वा येव महन्ता वा, मज्झिमा रस्सक अणुकथूला ॥ ४ ॥

दिट्ठा वा ये च अदिट्ठा, ये च दूरे वसन्ति अविदूरे ।
भूता वा सम्भवेसी वा, सब्बे सत्ता भवन्तु सुखितत्ता ॥ ५

न परो परं निकुब्बेथ, नातिमञ्ञेथ कत्थचि नं किञ्चि ।
ब्यारोसना पटिघसञ्ञा, नाञ्ञमञ्ञस्स दुक्खमिच्छेय्य ॥ ६ ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

माता यथा नियं पुत्तं, आयुसा एक पुत्तमनुरक्खे ।
एवम्पि सब्ब भूतेसु, मानसं भावये अपरिमाणं ॥ ७ ॥

मेत्तञ्च सब्ब लोकस्मिं, मानसं भावये अपरिमाणं ।
उद्धं अधो च तिरियञ्च, असम्बाधं अवेरं असपत्तं ॥ ८ ॥

तिट्ठं चरं निसिन्नो वा, सयानो वा यावतस्स विगतमिद्धो ।
एतं सतिं अधिट्ठेय्य, ब्रह्ममेतं विहार—इधमाहु ॥ ९ ॥

दिट्ठिञ्च अनुपगम्म, सीलवा दस्सनेन सम्पन्नो ।
कामेसु विनेय्य गेधं, नहि जातु गब्भसेय्यं पुनरेतीति ॥ १० ॥

मेत्त सुत्तं निट्ठितं

# बोज्झंग सुत्तं

संसारे संसरन्तानं, सब्ब दुक्ख विनासने ।
सत्त धम्मे च बोज्झङ्गे, मार—सेना—पमद्दने ॥

बुज्झित्वा येचिमे सत्ता, ति—भवा मुत्तकुत्तमा ।
अ—जातिम—जरा ब्याधिं, अमतं निब्भयं गता ॥

एवमादि गुणूपेतं, अनेक गुण सङ्गहं ।
ओसधञ्च इमं मन्तं,[1] बोज्झङ्गञ्च[2] भणाम हे !

बोज्झङ्गो सति-सङ्खातो, धम्मानं-विचयो तथा ।
वीरियं पीति पस्सद्धि, बोज्झङ्गा च तथा परे ॥ १ ॥

---

१. गतं गतं-महा मन्तं । २. गतं गतं–बोज्झङ्गं ।



Downloaded from http://dhamma.digital

समाधुपेक्खा बोज्झङ्गा, सत्ते ते सब्ब दस्सिना ।
मुनिना सम्म–क्खाता, भाविता बहुली–कता ।। २ ।।

संवत्तन्ति अभिञ्ञाय, निब्बानाय च बोधिया ।
एतेन सच्च वज्जेन, सोत्थि ते होतु सब्बदा ।। ३ ।।

एकस्मिं समये नाथो, मोग्गलानञ्च कस्सपं ।
गिलाने दुक्खिते दिस्वा, बोज्झङ्गे सत्त देसयी ।। ४ ।।

ते च तं अभिनन्दित्वा रोगा मुच्चिंसु तङ्खणे ।
एतेन सच्च–वज्जेन, सोत्थि ते होतु सब्बदा ।। ५ ।।

एकदा धम्म–राजा पि, गेलञ्ञेनाभि–पीळितो ।
चुन्दत्थेरेन तं येव, भणापेत्वान सादरं ।। ६ ।।

सम्मोदित्वान आबाधा, तम्हा वुट्ठासि ठानसो ।
एतेन सच्च–वज्जेन, सोत्थि ते होतु सब्बदा ।। ७ ।।

पहीना ते च आबाधा, तिण्णन्नम्पि महेसिनं ।
मग्गा–हता किलेसा व पत्तानुप्पत्ति धम्मतं ।
एतेन सच्च–वज्जेन, सोत्थि ते होतु सब्बदा ।। ८ ।।

Dhamma Digital

बोज्झङ्ग सुत्तं निट्ठितं

★



Downloaded from http://dhamma.digital

# शुभकामना गाथा

सब्बीतियो विवज्जन्तु, सोको रोगो विनस्सतु ।
मा ते भवत्वन्तरायो, सुखी दीघायुको भव ॥ १ ॥

भवतु सब्ब मंगलं, रक्खन्तु सब्ब देवता ।
सब्ब बुद्धानुभावेन, सदा सोत्थि भवन्तु ते ॥ २ ॥

भवतु सब्ब मंगलं, रक्खन्तु सब्ब देवता ।
सब्ब धम्मानुभावेन, सदा सोत्थि भवन्तुते ॥ ३ ॥

भवतु सब्ब मंगलं, रक्खन्तु सब्ब देवता ।
सब्ब संघानुभावेन, सदा सोत्थि भवन्तुते ॥ ४ ॥

नक्खत्त एक भूतानं, पापग्गह निवारनं ।
परित्तसानु भावेन, हनन्तु तेसं उपद्दवे ॥ ५ ॥

देवो भवसतु कालेन, सस्ससम्पत्ति हेतु च ।
पितु भवतु, लोको च, राजा भवन्तु धम्मिको ॥ ६ ॥

आकासट्ठा च भूमट्ठा, देवा नागा महिद्धिका ।
पुञ्ञं तं अनुमोदित्वा चिरं रक्खन्तु सासनं ॥ ७ ॥

आकासट्ठा च भूमट्ठा, देवा नागा महिद्धिका ।
पुञ्ञं तं अनुमोदित्वा, चिरं रक्खन्तु देसनं ॥ ८ ॥

आकासट्ठा च भूमट्ठा, देवा नागा महिद्धिका ।
पुञ्ञं तं अनुमोदित्वा, चिरं रक्खन्तु त्वं (मं) सदा ति ॥ ९ ॥



Downloaded from http://dhamma.digital

# पंसकूल गाथा

१. अनिच्चा वत संखारा, उप्पादवय धम्मिनो ।
उपज्जित्वा निरूज्झन्ति, तेसं वूपसमो सुखो ॥
२. सब्बे सत्ता मरन्ति च, मरिंसु च मरिस्सरे ।
तथेवाहं मरिस्सामि, नत्थि मे यत्थ संसयो ॥

१. सस्कार (संस्कृत चीज–वस्तु) सबै अनित्य छन्, (त्यस्को) उत्पत्ति हुने स्वभाव धर्म हो । (तिनीहरू) उत्पत्ति भएर विनाश हुन्छन् । यस्लाई शान्त गर्नु नै सुखकर छ ।

२. सकल सत्व प्राणीहरू मरणशील छन्, (तिनीहरू) मृत्यु हुन्थे र मृत्यु हुन्छन् । त्यस्तै म पनि मर्नेछु, यस्मा मेरो केही शंका छैन ।

# पुण्यानुमोदन

इदम्मे (वो) ञातीनं होतु सुखिता होन्तु ञातयो (त्वकोः) !
एत्तावता च अम्हेहि, सम्भतं पुञ्ञसम्पदं,
सब्बे देवानुमोदन्तु सब्ब सम्पत्तिसिद्धिया ॥ १ ॥
एत्तावता च अम्हेहि, सम्भतं पुञ्ञसम्पदं,
सब्बे सत्तानुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिया ॥ २ ॥
एत्तावता च अम्हेहि, सम्भतं पुञ्ञसम्पदं,
सब्बे भूतानुमोदन्तु, सब्ब सम्पत्ति सिद्धिया ॥ ३ ॥

यो पुण्य मेरो ज्ञाति वन्धुहरूलाई प्राप्त होस्, यो पुण्यका प्रभावले उनीहरू सुखी होस् ।

यहाँसम्म हामीले प्राप्त गरेका पुण्य सम्पत्तिलाई सबै देवताहरूले सम्पूर्ण सिद्धिको लागि अनुमोदना गरून् ।

.........सबै सत्वप्राणीहरूले....... ।
.........सबै भूतप्राणीहरूले......... ।



Downloaded from http://dhamma.digital

शान्ति विहार निर्माणार्थं २०३२ सालदेखि २०३८ साल आषाढ ३१ गतेसम्ममा प्राप्त भएको नगद आम्दानी र खर्चको विवरण यस प्रकार छन्—

## (क) आम्दानी ............... रू ९,८७२/३०

| | | |
|---|---|---|
| १. ललितपुर नगर पञ्चायत मार्फत | | रू. ५०००।– |
| *२. कुलनारायण तण्डुकार, गुसिगाल | | १६०८.५५ |
| ३. सागर शम्सेर राणा, कोपुण्डोल | | ६००।– |
| ४. अनन्तराम भट्टराई, गुसिगाल | | ५०१।– |
| ५ समाज कल्याण गुठी, कोपुण्डोल | | ४००।– |
| ६. भिक्षु सुशोभन, गण महाविहार | | ३००।– |
| ७. राधा कृष्ण श्रेष्ठ, कोपुण्डोल | | १११।७५ |
| ८. पूर्ण बहादुर तण्डुकार, गुसिगाल | | १०५।– |
| ९. तीर्थलाल तण्डुकार, | " | १०५।– |
| १०. धेनु सुवाल | सानेपा | १०१।– |
| ११. मोहनलाल सिंह | " | १०१।– |
| १२. जनकमाया सुवाल | " | १०१।– |
| १३. दश नारायण तण्डुकार | गुसिगाल | १०१ – |
| १४ ज्ञानी बहादुर तण्डुकार | " | १०१।– |
| १५. धनलाल तन्डुकार | " | १०१।– |
| १६. बेखा तण्डुकार | " | १०१।– |
| १७. छोरी तण्डुकार, | " | १०१।– |
| १८. न्हुच्छेमाया तण्डुकार, | " | १०१।– |

*आम्दानी भन्दा खर्च बढी भएको रकम बेहोरेको।



Downloaded from http://dhamma.digital

| | | | |
|---|---|---|---|
| १९. | मंगलदास तण्डुकार, | गुसिगाल | १०१।- |
| २०. | रत्न बहादुर तण्डुकार, | " | १०१।- |
| २१. | नारायण तण्डुकार, | " | २५।- |
| २२. | सिद्धीलाल तण्डुकार | " | ५।- |

कुल नगद नौ हजार आठसय बहत्तर रुपैंया तीस पै    ९८७२।३०

## (ख) खर्चको विवरण

| | विवरण | रु |
|---|---|---|
| १. | काठ | १,४३९।- |
| २. | विजुली सामान | ७४७।३० |
| ३. | हण्डी | १,१७३।- |
| ४. | सिमेन्ट | १,१२३।- |
| ५. | ईट | २,५२५।- |
| ६. | जस्ता | १,२४०।- |
| ७. | कंक्रिट (रोडा) | ६०।- |
| ८. | मूर्ति निर्माणार्थ | ३१४।- |
| ९. | ज्याला | ८६१।- |
| १०. | विविध | ३९०।- |
| | (नौ हजार आठसय बहत्तर रुपैंया तीस पैसा मात्र) | ९८७२ ३० |



Downloaded from http://dhamma.digital

शान्ति विहार निर्माणार्थ प्राप्त भएको सामान सहयोगको विवरण-

| | | |
|---|---|---|
| १. | न्हुछेमाया तण्डुकार | ४ × २३ फिट जग्गा |
| २. | श्री अनन्तराम भट्टराई, | सिमेन्ट ३ बोरा |
| ३. | पूर्ण तण्डुकार | सिमेन्ट १ बोरा |
| ४. | वेतीमाया मन्दिरलाई | इंटा |
| ५. | सानुकाजी तण्डुकार | श्रमदान |
| ६. | बाबुकाजी तण्डुकार | रङ्ग रोगन, ईंटा २ टिपको ढुवानी भाँडा, र मन्दिरलाई कंक्रिट |
| ७. | विष्णुमान श्रेष्ठ | २" पाइप १४ फिट |
| ८. | नर्सिङ्ग व्यञ्जनकार | ३/४" पाईप २ थान |
| ९. | सिद्धिलाल तण्डुकार | ईनारको निम्ति ईंटा २०० थान |
| १०. | गोरे तण्डुकार | श्रमदान |
| ११. | नन्द तण्डुकार | श्रमदान |
| १२. | कुलनारायण तण्डुकार | २" पाइप १६ फिट र मन्दिरमा फंजामे ढोका |

भूलचूक भएमा सूधार गरिने छ।

—कुलनारायण तण्डुकार

**कोषाध्यक्ष**

शा. वि. वि. स.



Downloaded from http://dhamma.digital

यस शान्ति विहारको संरक्षण र उन्नति गर्नको निमित्त एक स्थाई कोष आवश्यक भए अनुसार रू ५१।– दिई आजीवन सदस्य हुनु भएका श्रद्धालुहरूको नामावली—

१. भिक्षु सुशोभन, शान्ति विहार
२. भिक्षु महेन्द्र, मुनि विहार
३. श्रामणेर संघरत्न, सुमंगल विहार
४. पूर्ण तण्डुकार, गुंसिगाल
५. अनागारिका बजिरज्ञाण, भ. पु.
६. नोबिद शाक्य, क्षेत्रपाटी
७. विष्णु मान श्रेष्ठ, कोपुण्डोल
८. विनोद शाक्य, क्षेत्रपाटी
९. मानध्वज खड्का, कोपुण्डोल
१०. लक्ष्मी देवी, भिखाटों
११. विष्णु भक्त तण्डुकार, गुंसिगाल
१२. देवी माया कोछें
१३. नानी माया तण्डुकार, गुंसिगाल
१४. लक्ष्मी तण्डुकार, गणबहाल
१५. नरेन्द्र मानन्धर, कालिमाटी
१६. गोरे तण्डुकार, गुंसिगाल
१७. श्री कुमारी मानन्धर, कालीमाटी
१८. नन्दलाल तण्डुकार, गुंसिगाल
१९. रत्नलाल तण्डुकार, न्यूखा
२०. धनलाल तण्डुकार, गुंसिगाल
२१. नाम नराखेकि उपासिका पुल्चोक
२२. हेराकाजी तण्डुकार, गुंसिगाल
२३. सानुकाजी तण्डुकार, गुंसिगाल
२४. पूर्ण तण्डुकार, गुंसिगाल
२५. अनन्त राम भट्टराई, गुंसिगाल
२६. श्यामसुन्दर लामा, कोपुण्डोल
२७. मोहन माया महर्जन, महाराजगंज
२८. गणेश माया तण्डुकार, गुंसिगाल
२९. केदार माया तण्डुकार, गुंसिगाल
३०. मोतिरत्न ताम्राकार, चिकंमु ल
३१. जानकीमाया मानन्धर, कालिमाटी
३२. पन्नालाल मानन्धर, कालिमाटी
३३. स्व. हर्ष बहादुर तण्डुकार, गुंसिगाल
३४. कुलनारायण तण्डुकार, गुंसिगाल
३५. बाला नामी तण्डुकार, गुंसिगाल



Downloaded from http://dhamma.digital

शान्ति विहार निर्माणार्थ २०३८ साल श्रावण १ गतेदेखि २०३९ साल आश्विन १ गतेसम्ममा प्राप्त भएको नगद आम्दानी र खर्चको विवरण यस प्रकार छन् —

## (क) आम्दानीको विवरण.........रू १६,७८९/४९

| | | रू |
|---|---|---|
| १. | ललितपुर नगर प्रारम्भिक प्रौढ, ल. पु. २ (सभापति, चन्द्रबहादुर सिलवाल मार्फत) — | ५०००।– |
| २. | गण महाविहार परिवार | १४९६।२५ |
| ३. | धर्मकीर्ति विहार परिवार | १०२७।५० |
| ४. | सुगत शाक्य, असन | १००५।– |
| ५. | तोप बहादुर खत्री, सानेपा | १०००।– |
| ६. | मिस आरी (MISS AREE, THAI) | ६००।– |
| ७. | त्रिरीकाजी शाक्य, पुल्चोक, (आमाको नाम मा) | ५०१।– |
| ८. | हरी प्रसाद शर्मा, गुसिंगाल | ३५०।– |
| ९. | अनागारिका श्रावस्ती, बलम्बु | ३००।– |
| १०. | बाबुकाजी तण्डुकार, गुसिंगाल | २७५।– |
| ११. | बौद्ध तीर्थ यात्रा, गुसिंगाल | २५०।– |
| १२. | शान्ति विहार परिवार | २६४।७४ |
| १३. | अनागारिका संघ रक्षिता, ल. पु. | २१०।– |
| १४. | चन्द्रमाया, चनमाया, धनमाया, मचली | २०५।– |
| १५. | गण वहा लक्ष्मी, गण वहाल | २०२।– |
| १६. | भिक्षु सुशोभन, शान्ति विहार, | २००।– |
| १७. | राधिका मानन्धर, मखन | २००।– |
| १८. | कुल नारायण तण्डुकार, गुसिंगाल | २००।– |
| १९. | नाम मत्र नवाहेकि उपासिका, पुल्चोक | १९९ – |



Downloaded from http://dhamma.digital

२०. नारायण तण्डुकार, गुँसिगाल १५०।–

२१. बी. माया मानन्धर, नयाँ सडक ११०।–

२२. हेरादेवी (आमा जोग मायाको नाममा) कालिमाटी ११०।–

२३. गेहेन्द्र मान सिंह, भोटेबहाल १०६।–

२४. २८ जना रू. १०१ दिने श्रद्धादाताहरू–– २८२८।–

कूल आम्दानी भएको जम्मा रू. १६,७८९/४९

रू. १०१।– दिनु भएका श्रद्धालुहरू जम्मा २८ जनाको नामावली

१. स्व. मोती रत्न शाक्य, ॐबहाल
२. स्व. मोहन माया शाक्य, ॐबहाल
३. हरीमाया, मानन्धर खिचापोखरी
४. पन्नामाया, आमाको नाममा
५. अनागारिका धर्मदर्शी, कुंसाबाल
६. तुलसी देवी तुलाधर, मखन
७, रामदेवी महर्जन, महाराजगंज
८. कान्छी तण्डुकार, गुँसिगाल
९. लानी माया स्थापित, चिकंमुगल
१०. दशरथ तण्डुकार, गुँसिगाल
११. गणेश बहादुर तण्डुकार, गुँसिगाल
१२. देवी माया मानन्धर ओछैं
१३. स्व. अनागारिका ब्रह्मानन्दी, किण्डोल
१४. अनागारिका वजिरञाण, भ. पु.
१५. लोकमाया प्रधान, ब्रह्मटोल
१६. हिमालय आएरन एण्ड इण्डष्ट्रिज, टेकु
१७. कुञ्ज बहादुर सिंह, मंजुश्री
१८. मानप्रभा शाक्य, ॐबहाल



Downloaded from http://dhamma.digital

१९. अनागारिका विरतो, किण्डोल
२०. जीवरत्न, हिराश्वभा शाक्य, मजिपात
२१. कृष्ण कुमारी शाक्य, लगन
२२. चन्द्र कुमारी, टेकु
२३. प्रेममान, कृष्णमाया, पाको
२४. भीम बहादुर श्रेष्ठ, मासंगल्ली
२५. विष्णु कुमारी सिंह, भोटेबहाल
२६. कृष्णमान सिंह, भोटेबहाल
२७. पञ्चबहादुर चित्रकार, ॐबहाल
२८. सन्तु महर्जन, सानेपा
२९. सुभद्रा मानन्धर, पुरानो भन्सार (पछि प्राप्त भएको)

## (ख) खर्चको बिवरण १३,६७३।६२

| | | |
|---|---|---|
| १. | सिमेन्ट | ४,०६४।०८ |
| २. | डण्डी | २,९५६।– |
| ३. | ज्याला | २,२६३।५० |
| ४. | जस्ता | १,०२५।– |
| ५. | विविध | १,००९।– |
| ६. | काठ | ९८४।५९ |
| ७. | कंक्रिट | ९००।– |
| ८. | ईटा | ३४० ५० |
| ९. | बिजुली सामान | १३०।९५ |
| | | १३,६७३/६२ |

कूलखर्ब तेह्रहजारछसय त्रिहत्तर रूपैंया बासाठ्ठी पैसा।

**भूल भए सुधार गरिने छ।**

—कुल नारायण तण्डुकार
कोषाध्यक्ष शा. वि. वि. स.



Downloaded from http://dhamma.digital

उल्लेखनीय केही सहयोगीहरूको नाम—

१. बनारसी तण्डुकार, गुसिगाल, अध्यक्ष, शा. वि. ज्ञानमाला भजन मण्डल
२. ओ० ज्ञान बहादुर तण्डुकार, गुसिगाल, अध्यक्ष, शा. वि. निर्माण उप समिति
३. बाबुकाजी तण्डुकार, दोम्बु-सिकर्मी सहयोग
४. कृष्ण तण्डुकार, गुसिगाल,-प्लाष्टर सहयोग
५. गणेशलाल तण्डुकार, गुसिगाल—प्लाष्टर सहयोग
६. नन्द लाल तण्डुकार, गुसिगाल—ढलान सहयोग
७. कुलनारायण तण्डुकार परिवार, गुसिगाल—ढलान सहयोग
८. नन्दसिद्धि बुद्धाचार्य, टंकेश्वर, ताहाचल.-ग्लेज टाइल सहयोग
९. सकल टोलवासी श्रद्धावन्त, गुसिगाल-श्रमदानादि

[ ]

# हामी सबै मिलौं

बाजु-भाई, दिदी-बहिनीहरू, हामी सबै मिलौं ।
मिलेर हाम्रो भगवान्‌को, दिनौं शरणमा जाऔं ।।धृ।।

मनुष्य-देवको गुरू बहाँ, दर्शन हामीले गरौं ।
विद्या-चरणले युक्त भई, बुद्धको ज्ञान लिऔं ।।२।।

कलह-झगडा शान्ति गरी, हामी एक होऔं ।
ईर्ष्या-द्वेष छोडिकन, माया दया राखौं ।।३।।

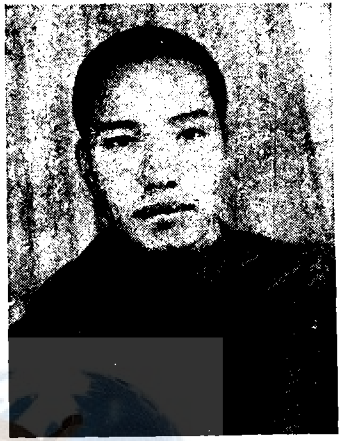
संघ संगठन राम्रो गरी, एकता हाम्रो बढाऔं ।
प्राणीहरूका हित हुने, वचन शान्ति दिऔं ।।४।।



Downloaded from http://dhamma.digital

Downloaded from http://dhamma.digital

… …हे बुद्धिजीवि मनुष्य हो ! समय निकट आइसकेको छ, प्रमादी नहोऊ । यथार्थतालाई बुझ । होइन भने यो विश्व ध्वंस हुनुको साथै आ-आफ्नो अस्तित्व पनि मेटिने छ । मेरो निम्ति त शान्तिको बाटो खुलिसकेको छ … …।



भिक्षु सुशोभन

शान्ति बिहार विकास समिति
२०३९

मुद्रक : शारदा प्रिन्टिङ्ग प्रेस, २१३, न्हूघः (धर्मपथ) काठमाडौं ।

Downloaded from http://dhamma.digital