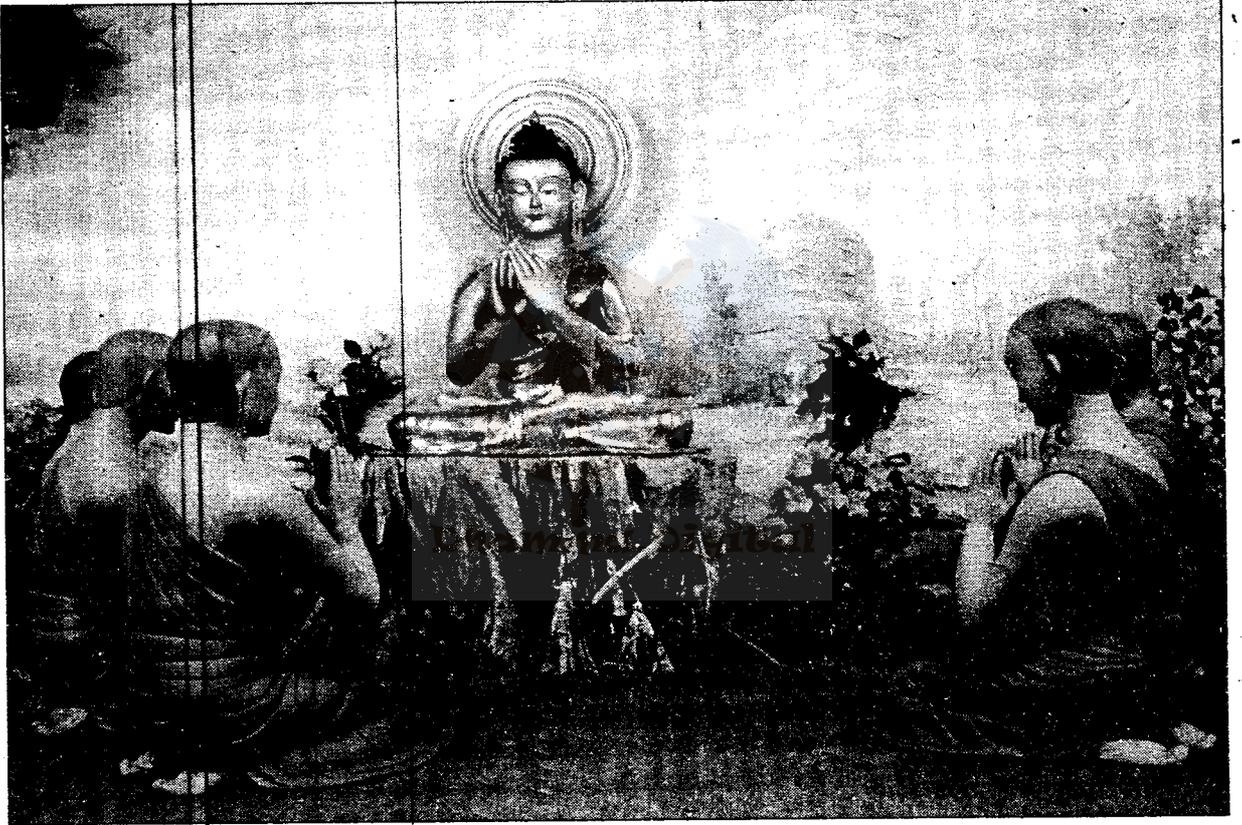


V I D YA

धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI
A BUDDHIST MONTHLY



सारनाथमा भगवान् बुद्धले पञ्च भद्रवर्गिय भिक्षुहरूलाई धर्मदेशना गर्नुहुँदाको दृश्य



मिला पुन्ही

वर्ष-२३; अङ्क-१०

बिक्रम सम्वत् २०६२

धर्मकीर्ति

१. 'धर्मकीर्ति' प्रत्येक पूर्णिमाको दिन निस्कन्छ ।
२. 'धर्मकीर्ति' का लागि धार्मिक, सामाजिक एवं नैतिक पक्षका लेखहरू लेखी पठाउनु होस् ।
३. विहार एवं विभिन्न स्थानहरूमा भएका बौद्ध गतिविधिहरू यथाशिघ्र समयमानै हामीलाई लेखी पठाउनु होस् ।
४. हामी तपाईंको स्वस्थ प्रतिक्रियाको स्वागत गर्दछौं ।
५. लेखकद्वारा लेखिएको कुनै पनि विचारको जिम्मेवार लेखक आफै हुन्छ- सम्पादक मण्डल हुने छैन ।

■ विषय-सूची ■

क्र.सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ संख्या
१.	बुद्ध-वचन	-	१
२.	सम्पादकीय- पञ्चशील-३	-	२
३.	सारिपुत्र र मौद्गल्यायन	- सत्यनारायण गोयन्का	३
४.	चरित्र असल बनाऊ	- निभा रञ्जित	४
५.	धम्मपद-१८५	- रीना तुलाधर	५
६.	योगाभ्यास विधि-१४	- डा. गोपाल प्रधान	६
७.	दुष्पुत्र इच्छा	- नरेन्द्रनाथ भट्टराई	७
८.	आमाबुबाको सेवा	- पूर्णमान सहर्जन	८
९.	समतामयी आमा धम्मवती गुरुमा-३	- प्रेम लक्ष्मी तुलाधर	९
१०.	क्षान्ति र मैत्री-४	- ले. भिक्षु अश्वघोष, अनु. वीर्यवती	१०
११.	मनभित्र खन्न र खोतल्न जाँदा	- कोण्डन्य	१२
१२.	सद्धर्म के हो ? - ११	- श्रीमराव रामजी आवडेकर, अनु. ललितरत्न शास्त्री	१५
१३.	दश पुण्यक्रिया	- सुमद्र स्थापित	१६
१४.	What is Buddhism ?	- Ven. S. Dhammika	१७
१५.	मनतयेगु पहः - ८	- धम्मवती गुरुमा	१८
१६.	धर्मकीर्ति विहार-गतिविधि	-	२०
१७.	धर्म प्रचार-समाचार	-	२२
१८.	सारिपुत्र मौद्गल्यायन अस्थिधातु	- चक्रमान शास्त्री	२३
१९.	जीवनय् छाय् न्हिलेमा ?	- लक्ष्मी हिरा तुलाधर	२३

- धर्मकीर्तियात छिगु ग्वाहालीया आवश्यकता दु । छिगु प्रत्येक ग्वाहाली पत्रिकाया लागी तःधंगु तिबः ज्वीफु ।
- छि थः ग्राहक जुया दिसैं, मेपिन्त नं ग्राहक याना दिसैं ।
- छि थःगु पसः, उद्योग, व्यापार, कार्यालयया बिया यूगु प्रत्येक विज्ञापन पत्रिकायात तःधंगु ग्वाहस्ती ज्वनी ।
- धार्मिक व सामाजिक पक्षया रचना च्वया, सुभाब व सल्लाह बिया पत्रिकायात रोचक व स्तरीय याय्गुली नं ग्वाहाली बीफु ।
- आसे धयादीमते, बिचाः याना दिसैं- 'धर्मकीर्ति' यात बांलाकेत छिं गुकथं ग्वाहाली बिया दीफु ।

प्रमुख व्यवस्थापक
विद्यासागर रञ्जित

फोन: ४२५ ६९५५, ४२२ ४९९२

व्यवस्थापकहरू

चिनीकाजी महर्जन

फोन: ४२५ ३९८२

जानेन्द्र महर्जन

फोन: ४२७ ६९०८

सह-व्यवस्थापक

धुवरान् स्थापित

अभ्यासक

भिक्षुणी वीर्यवती

फोन: ४२५ ९४६६

प्रधान अभ्यासक

भिक्षु अश्वघोष महास्यविर

फोन: ४२५ ९९१०

प्रकाशक एवम् अन्वेषक

भिक्षुणी धम्मवती

फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी

धर्मकीर्ति विहार

श्रीधर, पाच टोल

e-mail: dharmakirtivihar@mail.com.np

पोष्ट बक्स नं. ४६९२

काठमाडौं

फोन: ४२५ ९४६६

बुद्ध सम्बन्ध २०५९

नेपाल सम्बन्ध ५१२६

इस्वी सम्बन्ध २३०९

विक्रम सम्बन्ध २०५२

विशेष सदस्य रु. १०००/-

वा सो भन्दा बढी

वार्षिक रु. ७५/-

यस अङ्को रु. ७/-



धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

JANUARY 2006

वर्ष- २३	अङ्क- १०	मिना पुन्दी	माघ २०६२
----------	----------	-------------	----------



★ अर्थ न वर्थको पद भएका सहस्र वाक्य बोल्नु भन्दा सार्थक पद एउटा नै श्रेष्ठ छ, जुन सार्थक पद सुन्नाले शान्ति मिल्छ ।

★★★

★ अर्थरहित हजार श्लोक पढ्नु भन्दा अर्थसहित शान्ति प्राप्त हुने एउटा धर्मपद पढ्नु बेस छ ।

★★★

★ उत्पत्ति र विनाशको ज्ञान विर्सेर सयवर्ष जिउनु भन्दा उत्पत्ति र विनाशमय संसारको स्वभावलाई अनुभव गरी एकैदिनमात्र भएपनि जिउनु नै बेस ।

★★★

पञ्चशील-3

“कामेसुमिच्छाचारा वेरमणी” अर्थात् काम मिथ्याचार गर्ने कार्यबाट अलग रहन्छु भनी प्रतिज्ञा गर्ने यो पञ्चशीलको तेश्रो शिक्षापद हो । यस शिक्षापदमा कामेसु मिच्छाचारा भनी बहुवचन प्रयोग गरिएको छ । त्यसैले यस शिक्षापदले आजभोली हाम्रो समाजमा घटिरहेका नराम्रा अनैतिक कार्यहरू नारी पुरुष बिच हुने अनैतिक सम्बन्ध देखि लिएर धनको लोभमा फसी गरिने भ्रष्टाचारी कार्यहरू र बलात्कार जस्ता घृणित कुकर्महरूबाट अलग रही शुद्ध आचरणले युक्त चरित्रवान् व्यक्ति बन्ने शिक्षा दिइरहेको छ ।

तर कतिपय व्यक्तिहरूले यस शिक्षापदको पूरा परिभाषा थाहा नपाएकोले होला यसलाई नारीपुरुष बिच हुने अनैतिक सम्बन्ध लगायत अन्य यौन दुराचार जस्ता व्यभिचार कर्मबाट अलग रहनुमा मात्र सीमित राखिएको देखिन्छ ।

काम वासनालाई नियन्त्रण गर्न नसक्ने व्यक्ति मानिसको स्तरबाट पतन भई बहुलाउन सक्दछ । आफ्नी विवाहित श्रीमती हुँदा हुँदै अर्की महिलासंग सम्बन्ध राख्ने, एवं आफ्ना विवाहित पति छँदा छँदै पर पुरुषसंग अनैतिक सम्बन्ध कायम राख्ने कार्य र जबरदस्ति इच्छाविपरितको यौन सम्बन्ध राख्ने जस्ता बलात्कारी कुकर्म गर्ने कार्यले सम्बन्धित घरपरिवारमा अशान्ति र कलह सृजना गरिदिन्छ । यस्ता कुकर्मले समाजमा हत्या, हिंसा र आत्महत्या जस्ता नराम्रा घटनाहरू घट्न पुगिरहेका हुन्छन् ।

त्यतिमात्र होइन धनसम्पत्तिको मोह र आसक्तिमा परी विलासी जीवन जिउने राग युक्त चित्तको बसमा परी भ्रष्टाचार जस्ता घृणित कार्य गर्न पुगेका व्यक्तिहरूको कारणले समाजमा त्यतिकै हानी नोक्सानी पुऱ्याई अशान्ति मच्चाइरहेका हुन्छन् । यसरी पञ्चशीलको तेश्रो शिक्षालाई विस्तृत रूपमा अध्ययन गरि हेर्दा आर्थिक

अनियमितता र अनैतिक मिथ्या आचरणसंग घनिष्ट सम्बन्ध रहेको देखिन्छ ।

पञ्चशील गृहस्थीहरूका लागि गौतम बुद्धले प्रतिपादन गर्नुभएको अमूल्य शिक्षापद हो । गृहस्थीहरूले नै पालन नगरी नहुने शिक्षापदलाई गृहत्यागी सच्चा भिक्षु भिक्षुणीहरूले उल्लंघन गर्ने त कुरै हुँदैन । त्यागीहरूले त अन्न अविवाहित ब्रह्मचर्य नियम पालन गर्ने अनिवार्य छ । कथं कदाचित विवाहित व्यक्ति त्यागी भएमा त्यागी भएको दिन देखि आफ्ना श्रीमान् वा आफ्नी श्रीमतीसंगको सम्बन्धलाई त्यागी शुद्ध रूपले ब्रह्मचर्य जीवन जिउने अनिवार्य छ । ब्रह्मचर्य जीवन जिउने भन्नाले साधारण रूपमा स्त्री पुरुषको सम्बन्धबाट अलग रहने मात्र नभई शुद्ध आचरणले युक्त भई चरित्रवान् जीवन विताउने अर्थ जनाउँदछ ।

हुनपनि हो स्त्री पुरुषहरू बिच अनैतिक सम्बन्ध कायम राखी धनको लोभी बनी पञ्चकाम सुखको बसमा परेका व्यक्तिहरूले असत्य वचनको सहारा लिई छलकपटी बन्न पुगेका हुन्छन् । त्यस्ता अवगुणले भरेका व्यक्तिहरूले कदापि शुद्ध ब्रह्मचर्य जीवन जिउने सक्दैनन् । नैतिकता, विश्वास पात्र बन्न, शुद्ध चरित्रका साथ इमान्दार बनी निश्चार्थ सेवामा लाग्नु नै ब्रह्मचारी जीवनको अमूल्य गुणहरू हुन् । समाजमा उपरोक्त आध्यात्मिक गुणहरूले सम्पन्न व्यक्ति उत्पादन गर्नका लागि नै भगवान बुद्धले पञ्चशीलको तेश्रो शिक्षापद कामेसु मिच्छाचारा वेरमणी सिक्खापद समादियामी अर्थात् भौतिक सम्पत्ति प्रति मिथ्याआचरणबाट अलग रहने र यौन दुराचार र बलात्कार जस्ता कुकर्महरूबाट अलग रहने शिक्षापद प्रतिपादन गर्नुभएको हो ।

त्यसैले यस शिक्षापदले यौन दुराचारलाई मात्र इङ्कित नगरी आर्थिक अनियमितता जस्ता छलकपटी कार्यलाई समेत निर्मुल पार्ने शिक्षा दिएको छ ।

सारिपुत्र र मौद्गल्यायन

■ सत्यनारायण गोयन्का

भगवान् मनुष्य तथा देवताका शास्ता हुनुहुन्थ्यो -
भगवान्को सम्पर्कमा आएर आफ्नो कल्याण गरेका
केहि उदाहरणीय व्यक्तित्वहरू-

सारिपुत्र र मौद्गल्यायन

भगवान्को समकालीन धर्माचार्यहरू मध्ये एकजना प्रसिद्ध आचार्य संजय, मगधको राजधानी राजगृहमा बस्दथ्यो। संजयका दुई सय पचास जना शिष्यहरू थिए, जसमध्ये सारिपुत्र र मौद्गल्यायन प्रमुख थिए।

एकदिन परिब्राजक सारिपुत्रले राजगृहको नगरमा आयुष्मान अश्वजित भिक्षाटन गर्दै रहेको देखे। अश्वजित आफ्नो संयमित पाईला चालिरहेको थियो, उनको भुकेको आँखा, स्वच्छ सुसंगठित चीवर, शान्ति छाएको मुहारले महान शान्त भै शान्तिपूर्वक भिक्षाटन गर्दै रहेको देखेर सारिपुत्र निकै प्रभावित भए, आकर्षित भए। उसले सोचे कि यो व्यक्ति अरहन्ता होला अथवा त्यस मार्गमा हिंडिरहेको होला। उनको बारेमा अधिक कुरा जान्ने उनको इच्छा भयो र सारिपुत्र उनको पछि पछि लागे। भिक्षा पूरा भए पछि अश्वजित एकान्त ठाउँमा खाना खानको लागि बसे। त्यही अवसर पारेर सारिपुत्रले अगाडि गएर नमस्कार गर्दै सोधे कि तपाईंको चेहरा र इन्द्रीयहरू अत्यन्त शुद्ध र शान्त छन्। तपाईंको आचार्य को हो? तपाईं कसले सिकाउनु भएको धर्मको आचरण गर्दै हुनुहुन्छ?

अश्वजितले भने कि म शाक्य कुलबाट प्रव्रजित भएका भगवान् गौतम बुद्धका शिष्य हुँ र उनले बताउनु भएको धर्मको पालना गर्दछु।

सारिपुत्रले उनको मतको बारेमा सोधे, अश्वजितले भगवान्को मतलाई संक्षिप्तमा यसरी व्यक्त गरे-

ये धम्मा हेतुप्पभवा, तेसं हेतु तप्पागतो आह।

तेसञ्च यो निरोधो, एवंवादी महासमणो।

(महाव. ६०, सारिपुत्रमोग्गल्लानपब्बज्जा कथा)

- जो कुनै कारणबाट उत्पन्न हुन्छ, त्यसको कारण तथागत बताउनु हुन्छ र त्यसको निरोध हुनुको कारण पनि बताउनु हुन्छ। यही महाश्रमणको वाद हो, यही कथन हो, यही शिक्षा हो।

भगवान् बुद्धको कुनै दार्शनिक मत र वाद त थिएन। उहाँ त एकजना व्यावहारिक शास्ता हुनुहुन्थ्यो। परिब्राजक सारिपुत्र विपुल पूण्य-पारमीका धनी थिए। उसले तुरुन्त बुझे कि संसारमा जति पनि दुःख छन् त्यो विना कारण हुँदैन। भगवान् त्यस दुःख उत्पत्ति हुनुको कारण बताउनु हुन्छ यति मात्र होइन भगवान् त्यसको निरोध अर्थात् निर्मूल हुने साधना पनि सिकाउनु हुन्छ। म त यही खोज्दैछु, वास्तवमा यही चाहिएको हो, वाद विवाद बढाउने वाला मत-मतान्तर, मान्यता के कामको लागि? अर्थपूर्ण शिक्षा त यही हो। सारिपुत्रलाई यी सबै बुझ्न सजिलै भयो। यो गाथा सुनेर उनको मन प्रीति सुखले भर्न थाल्यो। उनी भित्र अनित्य बोधिनी विषयना जाग्यो। उनको धर्म चक्षु खोल्थ्यो, उसले अनुभव गर्न थाल्यो-

यं किञ्चि सम्बुय धम्मं, सब्बं तं निरोधधम्मन्ति।

(महाव. ६१, सारिपुत्रमोग्गल्लानपब्बज्जा कथा)

यस प्रकार निरोध-निर्वाण अवस्थाको अनुभव गरेर सारिपुत्र स्रोतापन्न भयो। सारिपुत्र प्रसन्न भएर आफ्ना साथी मौद्गल्यायन समक्ष गए। उनलाई बितेको घटनाको सक्त जानकारी दिए। मौद्गल्यायन पनि पूण्य पारमीका धनी व्यक्ति थिए। सारिपुत्रको कुरा सुन्दा सुन्दै उनको धर्म चक्षु खोल्थ्यो, उनले पनि निर्वाण अवस्थाको साक्षात्कार गरे, उनी पनि स्रोतापन्न भए। दुबै जनाले भगवान्को दर्शन गर्ने निर्णय गरे। यी दुबैजनाले आफ्ना दुईसय पचास साथीहरूलाई आफ्नो अनुभव सुनाए। उनीहरू पनि संगै जाने निर्णय गरे। आफ्ना आचार्य संजय संग पनि छलफल गरे। संजय जान मानेन। सारिपुत्र र मौद्गल्यायन आफ्ना साथीहरू सहित भगवान्को शरणमा गए र प्रव्रजित भए र छोटो अवधिमा नै अरहन्त अवस्था प्राप्त गरे। यस घटनाले सर्व साधारण मानिसहरूमा ठूलो असर पर्थो। प्रसिद्ध गृहस्थहरू भगवान्को शरणमा आएर प्रव्रजित हुनथाले। केहिले भगवान्लाई लान्छना पनि लगाए कि श्रमण गौतम आफ्नो सम्प्रदाय खडा गर्न अन्य सम्प्रदायका व्यक्तिहरूलाई फकाएर आफ्नो सम्प्रदायमा दिक्षित गर्दछ। काश्यप बन्धुको एकहजार जटाधारिहरूलाई आफ्नो शिष्य

बनाए । अब दुई सय पचास शिष्यहरूलाई आफ्नो शिष्य बनाउँदैछ । यसबाट पनि उनी सन्तोष भएको छैन । अब अनेक धनवान प्रसिद्ध गृहस्थहरूलाई प्रव्रजित गरेर आफ्नो सम्प्रदाय बढाउँदैछ । उनीहरूले निन्दनीय शब्दमा भन्ने गर्थ्यो कि यो श्रमण मानिसहरूलाई अपुत्र बनाउँदैछ, सधवाहरूलाई विधवा बनाउँदैछ, कुलको नाश गर्दैछ । भगवान मानिसहरूलाई सम्झाउँदै भन्नुहुन्थ्यो कि उनीहरू अबुभ्र छन्, भ्रममा परिरहेका छन् त्यसैले निन्दा गर्दैछन् । चाँडै नै तिनीहरूको भ्रम हट्नेछ । साँच्चै त्यस्तै भयो कि भगवानको मंगलमय धर्म उनीहरूले पनी बुझ्न थाले ।

★ ★ ★

धर्म केवल भिक्षुका लागि मात्र थिएन-

भगवान मानिसहरूलाई घरवार छोडेर प्रव्रजित हुने शिक्षा दिनुहुन्छ भन्ने भ्रम मानिसहरूमा व्याप्त थियो जुन पछि निरर्थक साबित भयो । मानिसहरूले जब देख्न थाले कि भगवान केवल प्रव्रजित भएकाहरूलाई मात्र होइन गृहस्थहरूलाई पनि शिक्षा प्रदान गर्नु हुन्छ । भव मुक्तीको लागि निरन्तर साधनामा लागि रहनु अति आवश्यक छ यस्को लागि गृहस्थीमा भन्दा गृहत्यागी भएर अभ्यास गर्नु सुविधाजनक हुन्छ । सबैजना गृहत्याग गरेर हिंड्न सक्ने पनि थिएन । जोसंग पूर्व जन्मको निष्क्रमण पारमी अधिक मात्रामा छ त्यस्तो व्यक्तिले गृह त्याग गरी प्रव्रजित भएर भगवानको शिक्षाको शिघ्र लाभ उठाए । कोही गृहस्थ भईकन पनि यथाशक्ति धर्मको जीवन यापन गरीरहे । गृहत्यागीहरू भन्दा गृहस्थ शिष्यहरूको संख्या अधिक संख्यामा थियो । जसरी गृहत्यागीहरू समाजका हरेक वर्ग र वर्णका व्यक्तिहरू थिए त्यसरी नै गृहस्थहरू समाजका विभिन्न तहका व्यक्तिहरू थिए । भगवानले सिकाउनु हुने धर्म सबैको लागि एउटै थियो । अनार्यलाई आर्य बनाउने - शील, समाधि र प्रज्ञाको आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग, गृह त्यागी होस् या गृहस्थ, धनवान होस् या धनहीन, विद्वान होस् या अनपढ, ब्राह्मण होस् या शूद्र सबैकालागि समान थियो, सबैका लागि कल्याणकारी थियो त्यसैले भगवानका शिष्यहरू मध्ये गृहस्थ पुरुष अथवा नारी सबैलाई सार्वजनीक थियो ।

त्यस समय गन्धार देखि अंग देशसम्मका सबै प्रदेशका मानिसहरू यस पावन धर्मबाट लाभान्वित भएका

थिए । राजा देखि भिखारी सम्मका सबै सम्मिलित थिए । यसैबाट थाहा हुन्छ कि उनको धर्म सार्वजनीन छ, सार्वजनिक छ, बैज्ञानिक छ, तुरुन्त फलदिने खामको छ, कर्मकाण्ड र अन्ध विश्वासबाट मुक्त छ । अतः प्रत्येक समझदार व्यक्ति यस प्रति आकर्षित हुन्छन् । जस्ले घरबार छोडेर यसैमा जीवन बिताउने इच्छा गरे उनीहरू प्रव्रजित भए । बाँकी व्यक्तिहरू सदगृथको जीवन यापन गरेर सक्दो अभ्यास गरेर लाभान्वित हुन्थे । वास्तवमा यिनीहरूको संख्या अधिक थियो । ■

कल्याण मित्र, स.ना.गो.

(साभार: "विपश्यना" बुद्ध वर्ष-२५४५; वि.सं. २०५८ वैश्व. वर्ष-१८; अङ्क-१२)

चरित्र असल बनाऊ

■ विभिन्न उच्चित

परियति कक्षा १, धर्मकीर्ति मासिक विहार

आज हामी कोपिला
नच्यात्नु पाप लाग्दछ
भोलि मानव बन्नेछ ।
नसारो कुनै प्राणीलाई
सराप आँसु लाग्दछ
दया र प्रेम फिजाई
चरित्र राम्रो बनाउँ

नोचोनु है कसैको
खियाउ हातका औला
लुकाउने छकाउने
नराख भाव कहिपति

ब्रह्मचर्य पालन गरौं
चरित्र राम्रो बनाऊ
बोल्नु है सुवास बोली
मित्र भाव बढ्नेछ

नखाऊ है जाँड रक्सा
सम्भना शक्ति भाग्यछ
परियति शिक्षा पढौ
ज्ञानको ज्योति जाग्दछ
दिनुभयो ज्ञान यो महापुरुष बुद्धले

धम्मपद-१८५

■ रीना तुलाधर

'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

असज्जायमला मन्ता-अनुद्धानमला धरा

मलं वणणस्स कोसज्जं-पमादो रक्खतो मलं

अर्थ- बारम्बार दोह-याई तेह-याई पाठ नघोक्नु विद्याको मैल हो घरमा बेला बेलामा मरम्मत, सफाई नगर्नु घरको मैल हो आलस्य रूप-सौन्दर्यको मैल हो, असावधानी पाले पहरेदारको मैल हो ।

घटना- उपरोक्त घटना भगवान बुद्धले श्रावस्तीमा बस्नु हुँदाखेरी लालुदायि स्थविरको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

श्रावस्तीमा विशाल संख्यामा उपासक उपासिकाहरू बिहानतिर विहारमा गएर दान दिन्थे । पुनः साँभतिर घ्यू, तेल, मह इत्यादि लिई विहारमा गएर धर्म श्रवण गर्न जान्थे । धर्मश्रवण गरेर फर्किँदा सारिपुत्र र मौद्गल्यायन स्थविरको प्रशंसा गर्दै हिँड्थे । दिनहुँ सारिपुत्र र मौद्गल्यायन स्थविरको मात्र प्रशंसा गरी रहेको सुनेर एकदिन लालुदायी स्थविरले उपासकहरूलाई भने- "तिमीहरू तिनीहरूको धर्म देशना सुनेर यस्तो प्रशंसा गर्छौ । मेरो धर्म देशना सुनेको भए के के भन्थ्यौ ।"

जो उपासकहरूले यस्तो सुने तिनीहरूले विचार गरे कि- "यी भिक्षु पनि ठूलै धर्म कथिक (धर्म वाचक) हुनुपर्छ । उहाँको पनि धर्म देशना सुन्नु पर्‍यो ।" एकदिन बिहानको दान कार्य सकिएपछि उपासकहरूले उदायी (लालुदायी) भिक्षुसँग धर्म देशना सुन्न याचना गरे । उनले 'हुन्छ' भनीकन स्वीकार गरे ।

धर्म देशना सुनाउने समयमा उदायी भिक्षु धर्मासनमा बसे । उनलाई एउटा पनि धर्मपद आउँदैनथ्यो । धर्मासनमा बसी खालि धर्मासनको पंखा मात्र एताउटी हम्की राख्यो । एक शब्द बोल्न सकेन । अनि "अहिलेलाई अरु कसैबाट धर्म देशना सुन्नु म साँभतिर धर्म देशना गर्नेछु" भनेर धर्मासनबाट ओर्ले ।

साँभपखको धर्म देशनाको समयमा पनि उदायी भिक्षुले एक शब्द पनि धर्मपद बोल्न सकेन । "अहिलेलाई अरु कसैबाट धर्म उपदेश सुन्नु । मैले बेलुकीतिर धर्म देशना गर्नेछु" भन्दै धर्मासनबाट ओर्ले । बेलुकीतिरको धर्मदेशनामा पनि त्यसले उस्तै गरेर धर्मासनबाट ओर्ले । भोलिपल्ट पनि बिहानै त्यसलाई बोलाएर धर्मासनमा राख्न ल्याए । त्यतिखेर पनि त्यसले धर्मदेशना गर्न नजानेर चुप लागेर बसीराखे ।

विशाल संख्याका उपासकले तिनलाई ढुंगामुढा देखाएर तर्साए- "सारिपुत्र र मौद्गल्यायनको प्रशंसा गरेको सुन्दा इर्ष्या गरेर यस्तो उस्तो भन्थ्यौ । अब चाहिँ किन चुप लागीराखेको ।" मानिसले ढुंगामुढाले हान्ला भन्ने डरले उदायी भिक्षु त्यहाँबाट भागे । भाग्दै जाँदा उनी एउटा चर्पीमा खसेर मलमूत्रमा डुब्यो ।

लालुदायीको यो दशा देखेर त्यहाँ मानिसहरूको बिचमा हल्ला खल्ला मच्चियो । भगवान बुद्धले भिक्षुहरूसँग के को हल्ला भईराखेको भनी सोध्नु भयो । भिक्षुहरूले लालुदायीले सारिपुत्र र मौद्गल्यायनको प्रशंसा सुन्न नसकेको देखि धर्म देशनामा एउटा धर्मपदको शब्द बोल्न नसकेको वृत्तान्त सुनाए ।

भगवान बुद्धले "लालुदायी अहिले मात्र होइन पहिलेको कुनै जन्ममा पनि त्यस्तै कारणवश मलमूत्रको खाल्डोमा खसेको थियो" भन्दै जातक कथा पनि सुनाउनु भयो । त्यसपछि धर्मदेशना गर्दै भन्नुभयो- "लालुदायीले अलिकति मात्र धर्मपद सिकेको छ । त्यो पनि बारम्बार घोकेर पाठ गरेन । अलिकति मात्र सिकेको परियत्ति धर्मलाई बारम्बार पाठ गरेन भने त्यो खेर जान्छ । धेरै होस् वा थोरै धर्म सिकेर पछि त्यसलाई बारम्बार याद गरेन भने त्यो दोषपूर्ण मैल हुन्छ ।"

यसरी आज्ञा भएर भगवान बुद्धले उपरोक्त गाथा भन्नुभयो । ■

"बुद्ध संसारमा सबभन्दा ठूलो मानवतावादी हुनुहुन्छ ।" - डा. ए. आर. कुलकर्णी

साभार- बौद्ध दर्पण

योगाभ्यास विधि - १४

रेकी, योगा शिक्षक एवं प्रा.चि. डा. गोपाल प्रधान
रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्र, भोटाहिटी, काठमाडौं

मधुमेह (DIABETIES) - भाग १

गत अङ्कमा पेट सम्बन्धी रोगका लागि जानकारी प्रस्तुत गरी आएका थियौं । यस अङ्कबाट मधुमेह रोगका लागि नियन्त्रण एवं निदान वारेमा क्रमश जानकारी गराउन लागेका छौं । सर्व प्रथम मधुमेह रोग किन कसरी र यस रोगका लक्षण वारे जानकारी गराउन लागेका छौं । आधुनिक जीवन चर्याका कारण होस् वा वंशानुगतका कारण होस् एक पटक यस रोगद्वारा ग्रसित भईसके पछि रोगबाट मुक्ति पाउन साह्रै गाह्रो हुन्छ । मधुमेह रोग लाग्नुका मुख्य कारण शरीरको प्यानक्राइज ग्रन्थिबाट इन्सुलिन (Insulin) नामक पाचन अन्तःस्राव (Hormone) उत्पादन कम हुनु वा नहुनु हो । वैज्ञानिक अनुसन्धान अनुसार मुख्यत मधुमेह रोग लाग्नुको कारण मानव जातिमा आएको नियमित दिन चर्या हो । जस्तै गलत आहार विहार, नियमित व्यायाम आदि नहुनु साथै वैज्ञानिक अनुसन्धान अनुसार यस रोगबाट निदान पाउन सान्धै गाह्रो भईसकेको छ र औषधिबाट यस रोगलाई नियन्त्रण मात्र गर्न सकिन्छ भन्ने बारे वारम्बार प्रकाशित हुने लेखहरूबाट पुष्टी हुन्छ । मधुमेह रोग लागेपछि रोगीलाई विभिन्न प्रकारका लक्षणहरू देखा पर्न सक्दछ जस्तै मुख सुक्नु, बढि प्यास लाग्नु, बढि भोक लाग्नु, अनायासै तौल घट्दै जानु, घाउ खटिरा आदि छिटो निको नहुनु । जोनीको दुःखाई पीडा बढ्दै जानु आदि हुनु र साथै कतिपयलाई यी लक्षणहरू देखा नपरी आखाँको शक्ति (पावर) घट्दै जानु पनि हो, कतिपयलाई रक्त परिक्षण गराउँदा देखा पर्नु हो । यसैकारण ४० वर्ष आयु पारगरी सके पछि चिकित्सकको निर्देशन अनुसार शरीरका विभिन्न अंगको परीक्षणका साथै रक्त परीक्षण गराउनु अनिवार्य हुन्छ ।

अतः मधुमेह रोग लाग्न नदिन सम्पूर्ण मानव जातिले आफ्नो दिनचर्यामा नियमित रूपमा आहार विहार, व्यायाम, योग प्राणायाम आदिको पालना गर्ने हो भने वंशानुगत जस्ता मधुमेह रोग भए पनि औषधिको प्रयोग विना मधुमेह रोगको नियन्त्रण एवं निदान गर्न सकिनेछ ।

१. मधुमेहका रोगीले नियमित पालना गर्नु पर्ने कुनै एक शारीरिक व्यायामहरू :-

(क) मर्निङ्गवाक (विहान हिंड्नु) २० मिनेट देखि ४५ मिनेट ।

(ख) मंक्की डान्स (नाच्नु) २० मिनेट देखि ३० मिनेट ।

(ग) सुक्ष्म व्यायाम २० मिनेट देखि ३० मिनेट ।

(गत अङ्कमा यसबारे जानकारी गराई सकेका छौं)

(घ) हाँस्नु (दिल खोलेर) ५ मिनेट देखि १० मिनेट ।

उल्लेखित शारीरिक व्यायाम पश्चात् ५ मिनेटदेखि १० मिनेटसम्म अनिवार्य शवासन गर्नु पर्दछ । क्रमशः...



चैत्य भित्र स्थापना गरिएको बुद्ध मूर्ति

शोभा भगवती मन्दिरको अगाडि इन्द्रायणी मन्दिर परिसरमा निर्मित चैत्यमुनि बुद्ध प्रतिमा स्थापना गरी श्रद्धेय भिक्षु अश्वघोषबाट प्रतिमा अनावरण गरिएको समाचार प्राप्त भएको छ । यसरी नै उक्त चैत्यमा श्रद्धेय भिक्षुणी धम्मवतीले बुद्ध भण्डा फहराउनु भएको थियो ।

प्राप्त समाचारमा उल्लेख भए अनुसार उक्त चैत्य चित्रकार समाजका पूर्व सभापती बखत बहादुर चित्रकारको परिवारबाट उहाँहरूका दिवंगत पिता एवं मामाहरूको पूण्य स्मृतिमा स्थापना गरिएको थियो । उक्त चैत्यमा हरेक वर्ष बुबाको मुख हेर्ने दिन (कुशे औशी) मा बुद्धपूजा गरिने व्यवस्था मिलाइएको कुरा थाहा हुन आएको छ ।

दुष्पूर इच्छा

■ नरेन्द्रनाथ भट्टराई

कहिल्यै पूरा नहुने भएकोले इच्छालाई दुष्पूर भनिन्छ। इच्छा भन्ने कुरा नत आजभन्दा अगाडि कहिल्यै, कसैको पूरा भयो, नत आज कसैको पूरा भएको छ अनि नत भविष्यमा पूरा हुनेछ।

विजय-पताका फहराउँदै विश्वविजेता महान् सम्राट् सिकन्दर अघि बढ्दै थिए, अचानक उनी कालाज्वरले अस्वस्थ भए। राजवैद्य, राजचिकित्सकहरूले अनेक उपचार गरे पनि रोग कम भएन। भन्भन् बढ्न थाल्यो।

सिकन्दरले विश्वविजय गर्न निकलनुअघि उनकी आमाले 'राजाऊ बाबु, म बूढी भैसकें, मैले तिम्रो मुख हेर्न पाउँदैनौं कि भन्ने डर लाग्छ' भनी भन्दा सिकन्दरले, "म चाँडै नै आउँछु, हजुरले चिन्ता लिनु पर्दैन, अन्तिम समयमा म हजुरकै साथमा हुन्छु, हुन्छु, कसैको सामर्थ्य छैन मेरो इच्छालाई टार्न" भनी निकलिएका थिए।

माताको कुरा सम्झेर सिकन्दरले आफ्नो सेनापतिहरूलाई चारैतिर पठाई एक से एक ठूला ठूला वैद्य र कविराजहरूलाई बोलाएर "जे गरेर भए पनि मलाई निको पार, यसको लागि जति खर्च गर्नु परे पनि गर, राज्य फिर्ता दिनु परे पनि देओ" भनी राजाले भन्दा कुनै पनि उपायले, औषधिले यो रोग निको हुन सक्तैन भनि चिकित्सकले भने। "उसो भए

मलाई घर पुऱ्याइदेओ, कुनै पनि उपायले म घर पुगेर आमासँग भेट्नैपर्छ। मैले आमासँग प्रतिज्ञा गरेर आएको छु" भनी सिकन्दरले भने। चाँडो भन्दा चाँडो पुग्ने वाहनबाट जाँदा पनि घर पुग्न ३/४ दिन लाग्ने तर अब

इच्छा टाठना कटिल्यो
कसैको पनि पूरा हुँदैन।
तसर्थ अह भाव नलिकन
सर्वप्रथम अहितकर
गरामा कुराका इच्छाबाट
मन हटाएर हितकर
राम्रा कुरातर्फ मनलाई
लगाउनु पर्दछ।
सादिकातर्फ लागेको
मनबाट राम्रा
कल्याणकारी विचार
वढ्दै जाँदछन र अन्त्यमा
जीवनको लक्ष्य पर
आनन्द प्राप्ति हुन्छ।

प्राण जाने समय केवल २/३ घण्टा मात्र बाँकी भएको कुरा चिकित्सकहरूबाट सुन्दा सिकन्दर एकैछिन गहिरो सोचाइमा परे— "आमाले भनेको कुरा मैले मानिनँ के-के न म गर्न सक्छु भन्ने थियो। म कत्रो सम्राट्। मैले जे पनि गर्न सक्छु भन्ने धारणा थियो। कति मानिस मारें। कतिलाई घरवारविहीन पारें। यत्रो विशाल राज्य जितें। पृथ्वीको सम्पत्ति बटुलें तर अहिले यी सब निरर्थक भए, केही काममा आएनन् यी त सबै व्यर्थका कुरा पो रहेछन्। मेरो यो जीवन नै व्यर्थ जाने भयो। गयो।" यसपछि सिकन्दरले सेनापतिहरूलाई नजिक बोलाएर भने, "मरेपछि मेरो

लाशलाई चिहानसम्म लैजाँदा कफन (मुर्दा राख्ने बाकस) बाट मेरा दुई हात बाहिर निकालेर लैजानू ताकि दुनियाँ-दारले, अरू बुभुक्कड, बुजुक र सबै मजस्ता अहंकारीले पनि देखून् र सम्भून् कि यत्रा महान् विश्वविजेता राजा समेत अन्त्यमा खाली हात जानु पर्ने रहेछ।" ■

"बुद्ध एक नेपालको मात्र नभई विश्व महापुरुष हुन्। त्यसैले संयुक्त राष्ट्र संघद्वारा लुम्बिनीको विकास हुनुपर्छ।"

- सन् १९७७ मा लुम्बिनी जाँदा राष्ट्र संघको महासचिव ऊ थान्तले व्यक्त गरेको विचार

"म आशा गर्दछु कि यस (छैठौं) संगायनाद्वारा बुद्ध-धर्म पालन नभई राखेका देशहरूमा बुद्ध-धर्मप्रति प्रेम बढाउन मात्रै होइन, ती मानिसहरूको जीवनमा पनि, जसले सौभाग्यवश आज पनि यो धर्म पालन गरिराखेको छ, श्रद्धा र आदरको पुनर्जागरण गर्न मद्दत पुऱ्याउने छ।"

- राष्ट्रपति डा. राजेन्द्र प्रशाद

"जातिवाद भएको ठाउँमा बुद्ध-धर्मको विकास हुन सक्तैन, जातिवाद नभएको ठाउँमा ब्राह्मण धर्म टिक्न सक्तैन।"

- महापण्डित राहुल सांकृत्यायन

आमाबुबाको सेवा

■ पूर्णमान महर्जन

निर्वाण सबैभन्दा ठूलो सुख हो । आरोग्यता सबैभन्दा ठूलो लाभ हो । विश्वास सबैभन्दा ठूलो मित्र हो । यसैगरी आमाबुबाको सेवा सबैभन्दा ठूलो धर्म हो । किनभने आमाबुबा प्राणीहरूको लागि प्रथम उपकारी हुन् । गृहीप्रतिपत्तिमा ६ वटा दिशा नमस्कार मध्ये पूर्व दिशाको रूपमा आमाबुबालाई नमस्कार गर्ने या आमाबुबामा आफ्नो कर्तव्य परायण हुन सिकाएको छ । भगवान बुद्धले बुद्ध र श्रावक संघको पत्तिमा आमाबुबालाई पनि पुण्यरूपी बीउ रोप्ने खेत (पुण्य क्षेत्र) भनि आज्ञा भएबाट छोराछोरीको लागि आमाबुबाको महत्व कति छ भन्ने कुरा स्पष्ट हुन्छ र यसैले आफ्ना शक्ति अनुसारको कर्तव्य परायण भई आमाबुबाको सेवा गरी धेरै पुण्य कमाउन सकिन्छ । बौद्ध ग्रन्थहरूमा आमाबुबालाई पहिलो गुरुको रूपमा उल्लेख भएको पाईन्छ । हुनपनि आफ्ना छोरा छोरीहरूलाई खान, लाउन, हिंड्न, वस्न, कुरा गर्न आदि सारा जीवन सकृय र सक्षम बनाउने सबैभन्दा पहिलो र महत्वपूर्ण व्यक्तिहरू आमाबुबा नै हुन् । त्यस्तै आमाबुबा ब्रह्मा हुन् । किनभने आमाबुबाले नै आफ्ना छोराछोरीलाई सुगतिको मार्ग देखाइदिन्छन् । यसैले बुद्धले आमाबुबालाई स्वर्गको सिंढी समान भनी प्रकाश पार्नु भएको कुरा बौद्ध ग्रन्थहरूमा पाईन्छ । आफ्ना बालबच्चाहरूका लागि मैत्री, करुणा, मुदिता र उपेक्षा यी चार गुणहरू आमाबुबासँग हुने भएकोले आमाबुबालाई ब्रह्मा भनिएको हो ।

आफ्नो जीवन प्रतिप्रद, शान्तिमय, सुखद अनि सफल बनाउने हो भने आफ्ना आमाबुबालाई आफूले सकेको सेवा पुऱ्याउनु छोराछोरीको महत्वपूर्ण कर्तव्य हो । आफ्नो क्षमताले भ्याएपनि कसैकसैले आफ्ना आमाबुबालाई अपमान गरेका र छोरा बुहारीका व्यवहार सहन नसकी आफ्नो घर छोडेर बृद्धाश्रममा बसेका धेरै उदाहरण छन् । नौ दश महिनासम्म गर्भमा राखेर जन्म दिई आफ्नो दूध (रगत) ख्वाएर आफ्नो जीवनमा दुःख कष्टको परवाह नगरी छोराछोरीलाई पालन पोषण गरिराखेको हुन्छ । त्यसैले आमाबुबालाई अपमान गर्नु ठूलो पाप/अपराध हो । जसले आफ्ना आमाबुबालाई अपमान गर्छ, नराम्रो

व्यवहार गर्छ, उसले कहिल्यै सुख शान्ति पाउँदैन । किनभने त्यस्को बिपाक/परिणाम आफूले भाग्नु पर्दछ ।

गृहस्थाश्रममा आमाबुबाको सेवा छोराछोरीले भौतिक रूपमा गर्दछन् भने प्रब्रजित, अर्हतसम्यकसम्बुद्धबाट आमाबुबाको सेवा उनीहरूलाई दुःखमय सांसारिक जीवनबाट उतारी दुःख मुक्त गराइदिने आध्यात्मिक सेवा हुन्छन् । यसै सन्दर्भमा भगवान बुद्धले आफ्ना आमाबुबा राज्य सुख सबै त्यागेर सत्यज्ञान लाभ गरी तथागत सम्यकसम्बुद्ध भैसकेपछि आफ्ना आमाबुबाको गुणको प्रत्युपकार गर्न कपिलवस्तु जानु भै बुबा शुद्धोदन महाराजलाई चतुरार्य सत्यको धर्मोपदेशद्वारा श्रोतापत्ति फलमा र आखिरमा अर्हतसम्म प्रतिष्ठित गराउनु भयो भने अर्कोतिर आफूलाई आठौँ दिनदेखि स्तनपान गराई लालनपालन गर्ने सानी आमा प्रजापति गौत्तमी महाशानीलाई दरवारमै धर्मोपदेशद्वारा श्रोतापन्न फलमा र पछि शुद्धोदन महाराजको देहवसान पछि बुद्ध शासनमा प्रब्रजित गराई अर्हत फलसम्ममा प्रतिष्ठित गराई दिनु भयो ।

आमाबुबाकै सेवा सन्दर्भमा बुद्धको एक अग्रश्रावक सारिपुत्र महास्थवीरले एक दिन आफू निर्वाण हुने समय आई पुग्यो भनी थाहा पाई आफ्नो आमाको प्रत्युपकार गर्न कष्ट ब्रह्मापूजिका आमाको घरमा जानुभयो । आमासँग आफू जन्मेको ठाउँ सोध्नुभयो र त्यसै कोठामा जानुभयो ।

आफ्नो मैत्री र करुणा सहितको व्यवहारले आफ्नी आमालाई बुद्ध शिक्षाले भरिएको धर्मदेशना गर्नुभई आमाको मिथ्या भावना हटाउन सफल हुनुभयो । फलस्वरूप उहाँकी आमाले श्रोतापन्न मार्ग फल सम्मको ज्ञान प्राप्त गर्न सफल हुनुभयो । यसरी भिक्षु सारीपुत्रले आफ्नी आमाको मातृऋण तिर्न सफल हुनुभई त्यही कोठामा निर्वाण हुनुभयो ।

यसरी आमाबुबाका अनन्त गुणको प्रत्युपकार गरेका कुरा जातक अटकथामा प्रशस्त पाईन्छ । आमाबुबाको सेवा गर्नु बौद्ध आदर्श हो । उत्तम मंगल हो । यसैले आफ्नो आमाबुबालाई आफूले सकेको सेवा, आदर, सत्कार गरी अनन्तसम्म सुख र शान्तिपूर्वक रहने मार्ग रचौं । यसैमा सबैको कल्याण छ । ■

ममतामयी आमा धम्मवती गुरुमां - ३

■ प्रेम लक्ष्मी तुलाधर

गुरुमांले अन्य कृयाकलापहरू संगै २०२८ साल जेष्ठमा धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठिलाई ४ उद्देश्यहरू राखेर स्थापना गर्नु भयो ।

१. गाउँ गाउँमा बुद्ध धर्मको प्रचार गर्ने ।
२. देश विदेशका बौद्ध विद्वानहरूको स्वागत सम्मान गर्ने ।
३. व्यवहारिक बौद्ध शिक्षाको अध्ययन गर्ने ।
४. बुद्ध शिक्षा सम्बन्धी पत्रिका र पुस्तक प्रकाशन गर्ने ।

महिनाको ५ पटक बुद्ध पूजा । श्रावण भाद्र एक महिनामा गुला धर्म बुद्ध पूजा, बाल प्रौढ परियत्ति शिक्षा, बौद्ध साहित्य प्रकाशन, स्वास्थ्य शिविर, ध्यान शिविर, ऋषिणी, श्रामणेर प्रव्रज्या छोरी बुहारीलाई तालिम, विभिन्न शीप आसमूलक शीलप विद्या सिकाउने तालिम आदि कार्यक्रमको निरन्तरता गर्नुभएको छ । यो सबैमा गुरुमांकाँ ठूलो देन रहेको छ ।

संचो विसंचोको ख्याल नराखि धेरै मिहिनेत, कोशिस, गरेर लुम्बिनीमा नेपालको एक मात्र विहार गौतमी विहार बनाउनु भयो ।

त्यो विहार बचाउनको लागि हरेक ठाउँमा भिक्षा जानु भयो । सहयोग स्वरूप उपासक उपासिकाहरूबाट चन्दा उठाउनु भयो र आफुहरूलाई दानमा आएको सबै राखेर लुम्बिनी गौतमी विहार बनाउनु भयो । सरकारको सहयोग बिना १ करोड ६० लाखको लागतमा त्यत्रो ठूलो विहार बनाउनु भनेको सानो कुरा होइन ।

कसैले पनि गर्न नसकेको काम एक जना प्रभावशालि भिक्षुणी धम्मवती गुरुमांले गर्नु नै धेरै बुद्ध धर्ममा धेरै सन्हाहसिय, गौरवपूर्ण देन हो ।

चन्दा त दिए सबैले तर बनाउन कम गान्हो छैन । जस्तै: मिहिनेत, कोशिस, विश्वास, विना कुनै पनि काम सम्भव हुन्दैन । त्यो सबै गुण गुरुमांमा देख्न सकिन्छ ।

वण्डरा नाइके, मदर टेरेसा, इन्दिरा गान्धी आदिले भौतिक, राजनैतिक, आर्थिक रूपमा समाजको देशको सेवा गर्नु भएका छन् तर गुरुमांले आध्यात्मिक रूपमा समाजको देशको हरेक क्षेत्रमा पनि उत्तिकै सहयोग गर्नु भएको छ । यो पनि उहाँको ठूलो देन हो ।

आफू एक ठूलो भिक्षुणी भएर पनि ठूलोपना नदेखाई गुरुजु, लामा भन्तेहरूलाई समान व्यवहार गरेर धर्म पूजा

गर्नु भयो । आशिर्वाद लिनु भयो । दान पनि दिनु भयो । बुद्ध शिक्षा अनुसार मान्नु पर्ने व्यक्तिहरूलाई मान्नु पर्छ भनेर आफू नै उदाहरण भएर देखाउनु भयो ।

अभिधर्मको पाठको सिलसिलामा पूज्यनिय महास्थविर कुमार भन्तेले आफूले जस्तो भन्यो उस्तै काम गर्नु हुने धम्मवती गुरुमां भएको हुनाले बौद्ध स्कूल एउटा खोल्न गुरुमांको प्रेरणा पायो भने हुन सक्छ कि भन्ने उद्गार व्यक्त गर्नु नै गुरुमां प्रति कतिको विश्वास छ भन्ने कुरा छर्लङ्ग हुन आउँछ ।

केरूणाले भरिएको सिद्धि भएको बोलि, मान्छेहरूलाई तह लगाउन सक्ने वानी व्यवहार भएकी उहाँले २५-३० जना गुरुमांहरूलाई धर्मकीर्ति विहारमा संरक्षण दिनु भएको छ ।

पूज्य धम्मवतीको नेतृत्वमा धर्मकीर्ति विहारका शाखा धर्मकीर्ति बसुन्धरा विहार, सुलक्षण कीर्ति विहार चोभार, गौतमी विहार लुम्बिनी आदि संचालित छन् ।

चमेली गुरुमां, कमला गुरुमां, डा. अनोजा गुरुमां, डा. धम्मविजया गुरुमां, कुसुम गुरुमां, विर्यवती गुरुमां आदिले धर्मदेशना गर्नु हुँदा धेरै राम्रो स्पष्ट छन् । त्यो सबै श्रेय पूज्य धम्मवती गुरुमांलाई नै जान्छ । किनकि उहाँहरू धम्मवती गुरुमांकाँ चेला हुनुहुन्छ ।

अनगिन्ति उपासक उपासिका हुनु पनि गुरुमांको व्यक्तित्व हैन र ?

उहाँ नेपाल बौद्ध मार्गी सबैका हृदयका ढुकढुकी हुनुहुन्छ । हरेक देशदेशले सम्मान गरेको प्रभावशालि महान व्यक्तित्वले पूर्ण गुण भएको गुरुमां हुनुहुन्छ ।

गुरुमांको हरेक बोली, स्वर, शब्दमा पनि दृढताले भरिएको महागवाणी झल्केको आभास हुन्छ । दृढतायुक्त स्वभाव बुद्ध धर्म प्रति पूर्ण प्रतिज्ञायुक्त प्रभावशाली व्यक्तित्वले भरिएको गुण गुरुमांमा देख्न सकिन्छ ।

पूज्य गुरुमांको गुण प्रभावशाली व्यक्तित्व अभिवृद्धि हुदै बुद्ध शासनको झण्डा जस्तै सधै फरफर उडिरहोस् र त्यसको हावाले संसारभर फैलिएर सबै प्राणीलाई धर्म चित्त उत्पत्ति भएर दया, माया करुणा, सुख, शान्ति जागृत होस् भन्ने कामनाका साथै गुरुमांले हामीहरू सबैलाई सधै अनन्त धर्म देशना दिन सक्नु भनेर आशिका गर्दछु । ■

क्षान्ति र मैत्री - ४

लेखक: भिक्षु अश्वघोष, अनुवादक: श्रीर्यवती

भिक्षु पुण्य- भन्ते ! म सुणापरान्त भन्ने गाउँमा जाँदैछु
बुद्ध - सुणापरान्त गाउँमा बस्ने मानिसहरू धेरै उद्वण्ड
स्वभावका छन् । त्यहाँका मानिसहरूले भिक्षुहरूलाई
मन पराउदैनन् । तिनीहरूले तिमीलाई गाली गर्दै
दुःख दिए भने तिमीले के गर्छौं ?

पुण्य - सुणापरान्तका मानिसहरू असल नै छन् भनी
सम्झने छु । किनभने तिनीहरूले गाली मात्र गरे
पिटेनन् भन्ने सम्झनेछु ।

बुद्ध - सुणापरान्त वासीहरूले पिटन पनि सक्छन् ।
तिमीलाई तिनीहरूले पिटे भने के गर्ने नि ?

पुण्य - उनीहरू असल नै छन् । हातले मात्र
पिटे उनीहरूले मलाई ढुंगाले त हानेनन् भन्ने
ठान्दछु ।

बुद्ध - ए पुण्य ! तिमीलाई सुणापरान्त वासीहरूले ढुंगाले
नै हाने भने तिमीले के ठान्नेछौं नि ?

पुण्य - भन्ते ! सुणापरान्तवासीहरू असल नै छन् । ढुङ्गाले
हाने पनि लट्टीले त पिटन आएनन् भनी
सम्झनेछु ।

बुद्ध - यदि तिनीहरूले लट्टीले नै पिटन आए भने नि ?

पुण्य - भन्ते सुणापरान्तका मानिसहरू असल नै छन् ।
लट्टीले मात्र पिटन आए खुकुरीले त हान्न आएनन्
भनी सम्झनेछु ।

बुद्ध - खुकुरीले नै हान्न आए भने के गर्ने नि ?

पुण्य - भन्ते ! तिनीहरूले मलाई मार्न त मारेनन् भन्ने
सम्झनेछु ।

बुद्ध - पुण्य तिमीलाई मार्न नै आए भने के सम्झने
छौं नि ?

पुण्य - भन्ते ! बुद्ध श्रावकहरू धेरै वाँचिराख्न परेकोले
दिक्क र वाक्क भई मरेर जाने विचार गर्दै
अर्काको हातबाट मर्नको लागि अनेक उपायहरू
गरिरहन्छन् । तर मलाई भने त्यस्तो केही उपाय
नै सोचन परेन । मार्ने व्यक्तिहरू स्वतहः प्राप्त भए
भनी सम्झनेछु ।

भिक्षु पुण्य त्यहाँ गई आफ्नो राम्रो र शिक्षित
व्यवहार प्रयोग गरी त्यस गाउँमा ५०० जवान उपासक
उपासिकाहरू वटुल्ल सफल हुनुभयो र आफूले पनि मनको

क्लेश (कुभावना, कुबानी) नाश गरी अरहन्त (पवित्र)
व्यक्ति बन्न सफल हुनुभयो ।

(पुणोवाद सूत्र मज्झिमनिकाय)

सहनशील शक्ति प्राप्त गर्नको लागि अभ्यास
गर्नुपर्ने कुराहरू :

“कोधं वधित्वान कदाचि सोचति
मक्खप्पहानं इसयोवण्णायन्ति
सब्बेसं वुत्तं फरुसं खमेथ
एतं खन्ति उत्तम माहु सन्तो”

अर्थ- क्रोधलाई दमन गर्न सकेमा मात्र शोक
हुनेछैन । अकृतज्ञ (अरुले गरेका गुणलाई विसर्ने स्वभावलाई
खत्तम पार्नु राम्रो हुनेछ भनी ऋषीमुनीहरूले वर्णन गर्नु
भएको छ । समान, ठूलो, नीच आदि सबैले प्रयोग गरेका
कडा शब्दहरूलाई सहन सक्नु नै उत्तम क्षान्ति हो भनी
सत्पुरुषहरूले भन्नुभएको छ ।

सहने तरिका दुईतीन प्रकार छन् :-

‘भयाहि सेट्ठस्स वचो खमेथ
सारम्भ हेतु पन सादिस्स
यो चीध हीनस्स वचो खमेथ
एवं खन्ति उत्तम माहु सन्तो”

डरको कारणले पनि ठूला व्यक्तिहरूको कुरालाई
सहने गर्छ । समान हुनुपर्ने कारणले पनि आफू समान
व्यक्तिहरूको कुरा सुनी सहने गर्छ । तर यस संसारमा
आफु भन्दा तल्लो तहका व्यक्तिहरूको वचनलाई सहन
सकेमा मात्र यसलाई सहनशीलताको उत्तम नमूना हो भनी
महापुरुषहरूले भन्ने गरेका छन् ।

यो हवे बलवा सन्तो दुब्बलस्स तित्तिक्खति
तमाहु परमं खन्ति निच्चं खमति दुब्बलो ।

अर्थ- बलियो व्यक्तिले दुर्बल व्यक्तिको अपराध र
दोषलाई सहन सक्ने सहनशीलतालाई उत्तम क्षान्ति
भनिन्छ । दुर्बल व्यक्तिले त सधैं सहिरहेकै हुन्छ ।

यसको मतलब यो हो, दुःखी गरिवी र
कमजोरीहरूले मात्र सहर क्षान्ति स्थापना हुँदैन, जीवन
रमाइलो हुनेछैन । उच्च पदमा रहेकाहरूले र चलसम्पन्न
व्यक्तिहरूले सहन सकेमा मात्र राम्रो हुनेछ । अन्यथा
कमजोरीवर्गले मात्र सहेकोमा त्यति मूल्य छैन । क्रमशः...

बिचा: हायका

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो
उपज्जित्वा निरुज्जन्ति तेसं ऊपसमो सुखो



रत्नबहादुर वज्राचार्य

जन्म - दिं ने.सं. १०३८ श्रावण शुक्लपक्ष

दिवंगत - दिं ने.सं. ११२५ कच्छलाध्व त्रयोदशी

जिमि पूजनीय पिता एवं रत्नाकर महाविहार (हख बहाल),

यलयया चक्रेश्वर आजु रत्नबहादुर वज्राचार्य

मदुगु बार्षिक पुण्य तिथिस वसपोलयात निर्वाणपद याकनं प्राप्त

जुइमा धका आशिका याना च्वना ।

काय्पिं - बजरत्न वज्राचार्य, रत्नपुष्प वज्राचार्य, धर्मरत्न वज्राचार्य व
वज्राचार्य परिवार, पूर्णचणि, यल ।



दशदिने शिविरको अनुभवमाला-१



साधनामा प्रवेश अर्थात् शिविर-सुरुवात:

समय चलायमान छ, आजभोलि र पर्सि गर्दै सम्पूर्ण जीवन कट्छ, जीवन मरणमा परिणत हुन्छ, जीवन र जगतसम्बन्धी हरपक्ष समयको चलायमान गतिसँगै एकबाट अर्को स्वरूप, रूपरङ्ग, जीव, आकृतिमा परिणत हुँदै जीवन र जगतको पुष्टतासँगै पूर्णताप्राप्त गर्दैजाने क्रम जारी छ । यससँगै 'धर्मश्रृङ्ग' विषयना केन्द्रमा प्रव्रजितहरूका लागि छुट्टै, धर्म-विनयानुकूल व्यवस्थित प्रव्रजित ध्यान शिविर संचालन हुने (३० मंसिर-११ पौष, ८६२ सम्म) दिन गिन्ति गर्दै मंसिरको अन्तदिन आइपुग्छ, त्यसो त त्यस शिविरमा ६ महिना अगाडिनै सहभागी हुने मानसिक तयारी भैसकेको थियो । पूज्यगुरुवर अश्वघोष महास्थविर लुम्बिनीतर्फ लाग्नुभएको र श्रद्धेय राहुल भन्ते मलेशियामा सम्मेलनका लागि जानुभएकोले ध्यानकुटीमा योमरी पूर्णिमाको बुद्धपूजा-उपदेश सकाई बनेपाबाट हान्निपर काठमाडौंमा भोजनका लागि आइयो, दिउँसो २:०० बजे ज्योति भवन पुगे । प्रव्रजितहरूमा भिक्षु, श्रामणेर तथा अनागारिकाहरूलाई देखी उत्साहित हुनु स्वाभाविकै हो । करीब ३ बज्छ, भरिभराउ बस बुढानीलकण्ठतर्फ हुँदैकिन्छ, अस्तव्यस्तताको साइडसिइसँगै मुहानपोखरीस्थित माइक्रो स्टेपसँगै 'धर्मश्रृङ्ग' पुगिन्छ । यसपालि प्रव्रजितहरूका लागि छुट्टै फारामको व्यवस्थाको कारण प्रव्रजित वर्षअनुसार नै बस्ने ठाउँ छुट्टयाइयो, सबै आ-आफ्नै कोठातिर लाग्यौ ।

कोठा अत्यन्त व्यवस्थित थिए, साधनाका लागि अस्पृश्यकभै (जंगल) लाग्ने त्यो केन्द्रपरिसर ध्यानयुक्त भ्रूइब्रेशन छाएको भान हुन्थ्यो । २० जना भिक्षु तथा श्रामणेर, १२ जना अनागारिकाहरूको जमघटमै हल्का कागती पानीसँगै

दिएको एकाग्रतालाई निरन्तरता दिनु सतज कठि हुँदोरहेछ भने । पायः बहय गमण हुने दिए अक्षयात् सताएको सताएको छ अनावश्यक आरुहमा- आलम्बनमाटाई एकाग्रता एकपक्षि अर्को गरिद निरन्तरता छाउने तर आवश्यक कुरामा भजे कठि टाणको एकाग्रताको निरन्तरताले धेरै समय लिने पाउदैन तुरुन्तै बाहिर भौंटासिहाल्छ बढी इरलाग्छ आठो धितवृत्ति-मनोवृत्ति ताबेर समाएर ल्याउंदा पनि कतिबेला कुइरुआभाषण कस्ने र कुलेलम ठोकी हाल्ने, यसलाई मज्ज गदा कठि टाण पुनः एकाग्रतातर्फ घुम्दैन सतज हुँदोरहेछ ।

■ सौण्डर्य

सुद विहार भकुटीमण्डप

संयुक्तरूपमा वरियन्टेशन हुन्छ, श्रद्धेय आचार्य भिक्षु श्रद्धानन्दको निर्देशनमा हुने सो प्रव्रजित शिविरमा सहायकाचार्य राजरत्न धाखा, धम्म-सेवकहरूमा भिक्षुहरू निग्रोध, ध्यानरत्न र अस्सजि तथा अनागारिका चिसावतीको उपस्थिति रहने कुरा खुलाइन्छ ।

शिविरमा आउनेहरूमध्ये नयाँ अनुहार नै बढी, त्यसैले उनीहरूमा कौतुहलता र उत्सुकता बढी हुनु स्वाभाविकै हो । रमाइलो पारामा ख्यालठटचौली शैलीमा दिलखुलेरै हाहा र हुहु बुलन्द आवाजमा चिसो चिसोले ड्याप्पै पारिसकेको त्यो समयमा न्यानो पारामा भएका ती गफसफ रमाइलै भिए, के के होला, कसरी टाइम कटाउने होला, कस्तो बस्न गाहो हुन्छ होला? आदि इत्यादि विषयमै गफ तानातान भइरहेथ्यो, नभन्दै ७:४५ मा ट्वाँङ्क ट्वाँङ्क घण्टी बज्छ, सबै अब! सम्भाषण बन्द हुने भो, आर्य मौन कडाइका साथ पालना गर्नुपर्ने भो भन्दै सामूहिक साधनाका लागि धम्महलतर्फ सुस्तरी स्मृतियुक्त तवरमा भित्रिने क्रम शुरु हुन्छ । सिट प्लानिङ्कमा म आफै पो जेष्ठक्रममा रहेछु, त्यसो त उमेरमा मभन्दा ८ जना जति नै जेष्ठहरू थिए तर पनि प्रव्रजित-हिसाबमा म नै जेष्ठ हुन पुगेकोले कस्तोकस्तो अनइजि फिलिङ्क भइरहेथ्यो । ठीक आठ बजेको सामूहिक साधनासँगै विश्व-विषयनाचार्य सत्यनारायण गौयन्काज्यूबाट (रिकर्डेड क्यासेट) चित्त एकाग्रतालाई ठम्याउन श्वासप्रश्वास प्रकृवालाई निरन्तर रूपमा साक्षीभूवले हेदैजान नाकपरिसरमा केन्द्रित रही समाधिबललाई अगाडि बढाउन आनापाना सतिसम्बन्धी प्रभावशाली ढङ्कबाट निर्देशन हुन्छ, यसको लगत्तै दशदिने ध्यान शिविरको औपचारिक रूपमै, अफ भन्नुं विधिवतरूपमै शुभारम्भ हुन्छ । शुरुवात भएर मनलाई श्वासप्रश्वासमै निरन्तररूपमा केन्द्रित गर्न नसकिएतापनि एकघण्टे समय कटाउन भने खासै गाहो महसूस भएन । फगव कसरी दशदिन कट्ने होला जस्ता आवश्यकभन्दा पनि बढी अनावश्यक

मनभिन्न सञ्चन र खोतलन जाँदा ...

सोचविचार नै चिन्तन-मन्थन भो । नौ बजे आरामका लागि मौनरूपमा आ-अपनै कोठातिर लागियो, बस शान्त चित्त से सजग चित्त से विश्राम गर्ने तरखरमै निदाइयो होला ।

साधनाको प्रथम दिवस-

३ बजे नै ब्युँभियो, विहानीको २ घण्टे साधना आनन्दसँगै बित्यो । सामूहिक ध्यान चालैनपाएभै सकियो भने दुईघण्टे ध्यानमा दिइएको निर्देशन अति नै मार्मिक थियो । खानापछि नुहाइयो, १:००-२:३० को ध्यानमा साढै कठिन भयो, दुःखाई बढ्यो, समय कटाउन धेरै हम्मै नै भयो । २:३०-३:३० को सामूहिक ध्यानचाहिँ राम्रै भयो भने कोठामै गई ध्यान गर्न जानु भन्त्ता कि भन्ने आशा रहेको थियो र नयाँ मात्र धम्महलमा बस्नेभन्दा दिल खुस हुवा । कोठामै आइयो तर ध्यानमा रमाउन सकिएन, साढै नै असहज पो रहेछ, त्यस्तिकै मनमा कुरा सलबलाउन थाल्छ कि बाराको बुद्धनामले ख्यातिकमाएका राम बम्जन कसरी बस्दै होलान् ?! अचम्म पो छ जीवन लीला ! एकलै कोठामा ध्यान बस्नै सकिएन, नाना विरङ्गी कुराहरू मनमा खेलेको खेल्दै, सोमदाई पनि याद आयो जसले भरखरै आत्महत्या गरेको हप्तादिन कटेको छैन । के नपुगेको छ र उनलाई ? र पनि जीवनदेखि भागे, पलाएन भए, बुद्धशिक्षानुरूप भन्नुपर्दा जीवनदेखि पलाएनै भए, हारे । भनिन्छ मानिसको सम्पूर्ण जीवनको एकपल एकक्षण त्यस्तो अवस्था आइपुग्छ जतिबेला उ निस्सासिन्छ, आत्महत्या गरौं जस्तो मनस्थिति जन्मिन्छ, तर सबैले त्यसलाई सहजै कहाँ स्वीकार्न सक्नेहुन्छ र !? धैर्यता र आत्मसात गर्ने गुण पनि मानिसमै हुन्छ भने आवेगमा तुरुन्त आफैलाई गलहत्याउने सन्काहापन मानिसमै लुकेको हुन्छ । थाहा छैन सोमदाईलाई के ले पो घचेट्यो, कुन उपादान (कस्सिएको, गाँठो परेको, टाँसिने स्वभाव) ले त्यस्तो क्रुरडोरी आफ्नै गलामा पासो हाल्न सफल तुल्याई मृत्युमा बढ्न सफल भयो !? यस्तो कहिल्यै सुन्न पनि नपरोस्, अनि सम्झन पनि । जे होस् पैसा, यश, आराम, शिक्षा, भौतिक शालीनता, पद, कुरि, राजनेता, सामाजिक कार्यकर्ता, साहित्यकार, धार्मिक व्यक्तित्व आदि मात्र भएरपनि नहुँदोरहेछ, मूलतः अनुभवी ज्ञान अर्थात भोगाइले नै मानिसको जीवनमा निखारता ल्याउँदो रहेछ । त्यो भोगाई, जसले जीवन र जगतबीच सान्निध्यता ल्याइदिने हुन्छ, अन्यथा उही त हो भैरव अर्थात्जस्ता साहित्यकारको साहित्यले कयौँलाई छाप र प्रभाव छाडेपनि, जीवन्त व्यङ्ग्य गर्न सफल भएपनि आखिर आफैले आफूलाई व्यङ्ग्य गरी उनी पनि सोमकै बाटो अपनाउनेमध्ये एक भएभैको स्थितिलाई पुनः पुनः भोग्नेहरू देखिदै जानेक्रममा कमी आउँदैन । यसउसले जीवनलाई नै आत्मसात गर्न भाविताकै अपरिहार्यता छ, जसले समाधिको विकास गरी प्रज्ञामय जीवनस्तरमा पुऱ्याउँदछ । आखिर जीवनको यथार्थता यसमै लुकेको हुन्छ तर बुझ्न र भाविता गर्न अभ्यासको नितान्त जरूरत पर्ने हुन्छ, त्यो अभ्यास निरन्तर छाउने खालको हुनुपर्दछ पनि ।

बेलुकी ५ बजे सर्वतसँगै चतुमधु बनाइएको मीठो छ, अदुवा त भुरुम भुरुम नै जान्छ । ६-७ सम्मको सामूहिक ध्यान राम्रै भयो । त्यसपछि प्रवचन सुन्दा जीउनै हलुका भयो,

बुद्धिविलासिताका लागि होइन, त्यो प्रवचन तर पनि अलि उतैतिर आफू ढल्केको अनुभूत हुन्छ । प्रवचन सुन्दै थकानले भुम्म पारिसकेथ्यो, अलि निद्राले झ्यापै पाऱ्यो, त्यसको लगतै दिइने विश्रामसँगै सुत्न जाने निर्णय गरी कोठाभित्र पसिसकेको तर कसैले ढोका टकटकाएजस्तै भएपछि पुनः हलतिरै लागे, पाँच मिनेट बित्न नपाउँदै गुरुजीले विश्राम करें, विश्राम करें भन्न थाले, खुरुक कोठामा आएँ, तातो पिउँ, लुसुक सुतिहालेँ । दोश्रो दिन र छैठौँ दिन सबैलाई कठिनताको महसूस हुन्छ रे, भाग्नेहरूले प्रायः भाग्नखोज्ने दिन यही हो भनी गुरुजीले अनुभव बताउनुभएको कुरा याद गर्दै कति बेला निद्रामा विलीन भएँ त्यो चाले पाइने ।

साधनाको दोश्रो दिवस-

उठन त ३ बजे नै उठेँ हुँला तर बत्ती बाल्नुपर्नेभएर ३ बजेको नै हो भन्ने कन्फ्यूज, फेरि सुतेँ । ब्युँभिएर अब त ४ कटिसक्यो होला भनी जुरुकक बत्ती बाली घडी हेरेको त ४:१५ नै भैसकेको, घण्टी बजेको पटकै सुनेन । विहानी ध्यान आरामकासाथ नै सकियो, दुखाई अलि बढेजस्तो अनुभूत भइरहेछ । सामूहिक ध्यानमा ३ चोटिजति यति आनन्दताको अनुभूत भयो कि जीउनै हल्काफुल्का, मन पनि शान्त, एकाग्रताले ठाउँ ओगटेको तर त्यसमा पनि रमाउनु आखिर रागनै हुन्छ भने आहा ! भन्ने वित्तिकै त्यो क्षण भागीहाल्दो रहेछ । त्यस्तो क्षण चाहेरै नआउने, अभ्यासकै दौरानमा समाधिष्ठताले ल्याउने जस्तो महसूस भएको छ । जे होस् चित्तको एकाग्रतालाई निरन्तरता दिनु सहज कहाँ हुँदोरहेछ भने ! प्रायः बाह्य गमण हुने चित्त अवस्थाले सताएको सताएकै छ, अनावश्यक आरम्भण-आलम्बनमाचाहिँ एकाग्रता एकपछि अर्को गाँदै निरन्तरता छाउने तर आवश्यक कुरामा भने केही क्षणको एकाग्रताको निरन्तरताले धेरै समय लिनै पाउँदैन, तुरुन्तै बाहिर भौतारिहाल्छ, बडो डरलाग्दो ओहो चित्तवृत्ति-मनोवृत्ति, तानेर समाएर ल्याउँदा पनि कतिबेला कुँच्चाभाग कस्ने र कुलेलम ठोकी हाल्ने यसलाई मननु गर्दा केही क्षण पुनः एकाग्रतातर्फ घचेट्न सहज हुँदोरहेछ ।

गुरु श्रद्धानन्दले एकाग्रता बारे सोध्नुभयो । कहिलेकाहिँ बढी हुन्छ, कहिले घटी हुन्छ तर प्रायः अक्सर मन बाहिर बाहिर नै गइरहेको हुन्छ भनी वास्तविक कुरा गरेँ । निर्देशनअनुरूप एकाग्रतालाई सानो ठाउँमा केन्द्रित गर्न प्रयास रहेको तर असह्यै भएको कुरा पनि बताएँ भने दायाँ खुट्टाको घुँडामुनि पलेटी कसेर १५ मिनेट जति पछि नै दुखाइले दुःख दिन शुरु गर्ने र श्वासप्रश्वासभन्दा पनि वेदनामै केन्द्रित भई कहिले त द्वेषभाव श्रृजना हुने कुरा पनि अवगत गरेँ । उहाँले आफूसँगै केही क्षण ध्यान गराउनुभयो र त्यसपछि लुरुलुरु आफैँ ध्यान गर्ने मनसाय बोकी कोठातिर आएँ । एकछिन ध्यानमा बसियो तर नानाथरी कुराले सतायो, तैपनि पुनः प्रयास गरियो, १०:४५ भयो, शून्यागारबाट तल आएँ, टोइलेटहुँदै घण्टी बजेछ, सुनिएन र घण्टी बजाउला कि भनी घामतापै पर्खेर बसेको त्यही बेला ध्यानरत्न आई- “भन्ते ! सन्चो भएन कि ?” भनी सोधे, होइन भरखर माथिबाट तल भरेको भनी जवाफ दिएँ । तुरुन्तै अस्सजि आई- ‘भोजन’ भन्न आउँदा म

त्वां नै परं, तुरुन्तै गैहालें, सबैबसी खान थालिसके, एकजना भने खाना थालमा माग्दै थिए, मलाई त अलि अष्टेरो नै परेजस्तै भो तर म सुतेकोचाहिँ होइन, घण्टी कानमा नबज्दा यस्तो भो ।

विहानीको यागु, भोजनमा भात, उसिनेको गाजर र बन्दाकोपि अनि रोटीको आइटम, अरू त फेरी फेरी आउँदो रहेछ । किन हो आज त्यति खासै खाना रुचेको छैन, त्यसो त ध्यानमा बस्दा धेरै खाना खाईदा आलस्यले च्यापिहाल्छ । खाना पछि सुतेपनि हुने तैपनि सुत्दा भनै अल्छी होइने हो कि जस्तो लाग्ने, त्यसैले सुत्नै मन नलाग्ने, फेरि ध्यान बस्दाखेरि पनि चित्त एकाग्र नै नहुने । त्यसै यताउति गर्दै समय कटिहाल्छ भनी बसियो । विहानभए हिजो र आजभै यताउता वाकिँन गर्नुहुन्थ्यो, दिउँसो के गर्नु ? १-२:३० सम्मको ध्यान त ठीकै भयो तर २:३०-३:३० को सामूहिक ध्यानमा धेरै गाढो भयो भने ३:३०-४:०० सम्मकोमा त उफ् भनै गाढो, दुईटै खुट्टा दुख्न थाल्यो । सामूहिकमा अधिष्ठानसरह जति कठिन परेपनि सहैरै बसियो, आखिर दुख्यो भनी यताउता चल/हिलाउ भनै गाढो हुने हो । जे होस् चित्तले त यताउता चला भनेको भन्थे तर चित्तको वशबाट टाढी चित्तलाई आफ्नो वशमा राख्दा त्यसले पनि आनन्दनै हुँदोरहेछ । मन कति बाहिर बाहिर जान सकेको होला, फगत मलाई मात्रै यस्तो भएको त अवश्य पनि होइन होला, यौटा भिक्षु अफ्र जिम्मेवारीपूर्ण भिक्षुको चित्त त यस्तो ! भने जेहोस् चित्त की बात है बहुत ही गम्भीर होते हैं । व्यक्ति, पद, अवस्था, स्थितिभन्दारहित वश चित्तसँग सम्बन्धित विधिव्यवहार भनेको अर्कै हुँदोरहेछ । मूल्यमान्यता, परम्परागत धर्म र संस्कृति, रीतिथिति आदिसँग यसले कुनै सरोकार नै राख्दैन । बस यो त जसले आफ्नो चित्तलाई आफ्नै वशमा पारी एकाग्रतालाई निरन्तरता दिई अगाडि बढ्छ, उसले समाधि प्राप्त गरी मनोशान्ति प्राप्त गर्छ अन्यथा भिक्षु-त्यागी, जोगी, भोगी, राजा-महाराजादेखि रंकसम्म आए नि, अभ्यास गरे नि उही हो हालत, बस दिमाग खराब, कि नत्र भने खूब होश राख्ने कार्यगरी चित्तवशमा पार्ने प्रयास निरन्तररूपमा हुनुपर्छ । उकुश मुकुश वातावरणमा पिन्सिएभै दुखाईको संवेदनाको अनुभूत गराएको गराएकै छ । बल्ल बल्ल ३:३०-४:०० सम्मको ध्यान कटाइयो र कागती पानीसँगै सुकेको-भुटेको अदुवा खाइयो ।

त्यसपछि सामूहिक ध्यानमा लागें, त्यति गाढो भएन तर पनि चित्त नराग्नै कुरा-अकुशल आरम्भणमै एकाग्रता बढी केन्द्रित, नचलीकनै एकघण्टा कटाएँ । यस्तो अवस्था फेरि फेरि जाँरि रहोस् जस्तोचाहिँ हुँदोरहेछ । सुख, शान्ति र मुक्तिका लागि व्यक्ति स्वयंबाट प्रयास हुनुपर्ने, कोही गन्तव्यमा पुग्न बाटो-सोधपुछपछि पुग्छ नै भन्ने हुँदैन, लक्षसहित निरन्तर अगाडि बढ्नेले मात्र निर्दिष्ट लक्षलाई आत्मसात गर्नसक्ने हुन्छ, त्यागीका लागि धन संग्रह गर्नु दोष भएपनि गृहस्थको लागि धन संग्रह नगर्नु दोष हुन्छ, प्रत्येक कमाई गर्नेहरूले कमाईको एकहिस्सा धर्मसेवामा समर्पण गर्नुपर्नेजस्ता शीलाचरणसम्बन्धी अनुशासनयुक्त जीवनको सार्थकता बारे विविध कथा, उपमा, उदाहरणसहितको प्रभावशाली प्रवचन इन्ट्रेसिटिङ्ग नै थियो ।

नेपाल विपश्यना केन्द्रान्तर्गत ध्यानाचार्यमध्ये नेपालमा पहिलो आचार्य भिक्षु श्रद्धेय भिक्षु श्रद्धानन्द हुनुहुन्छ । उहाँ आफूपनि ध्यानाचार्यको रूपमा अगाडि बढ्ने कन्फिडेन्सलाई निरन्तरता दिँदैजाने क्रममा सभ्रगतिकासाथ लागेको थाहा हुन्छ, यसो भन्नु खास राम्रो त अवश्य पनि होइन होला । जे होस् ध्यानभावना प्रत्येक भिक्षु-अनागारिका वा प्रव्रजितहरूले वर्षको कमसेकम एकपटक अनिवार्यरूपमा ध्यान-शिविर बस्नै पर्ने देखिन्छ । परम्परागत मूल्यमान्यताअनुरूप गृहस्थद्वारा संचालित ध्यानकेन्द्र भन्नेजस्तो आभाष एवं भान हुनु अस्वाभाविक होइन तर यहाँ प्रव्रजितहरूकै लागि अनुकूलतालाई ध्यान दिई विशेष व्यवस्था तथा छुट्टै सम्मानयुक्त व्यवहारहुने भएको हुँदा संकुचित हुनु ठीक होइन, उदारताले सकारात्मक बाटो खुल्दै जाने हुन्छ । मलाई त यस्तो लागीरहेछ- प्रत्येक विहारका प्रमुखहरूले आ-आफ्नो विहारमा शारीरिक तन्दुष्ट आवासीय प्रव्रजितहरूलाई वर्षमा एकपटक अनिवार्यरूपले ध्यान शिविर लिनैपर्ने नियम बनाउनु बुद्धशासनानुदृष्टिले राम्रै हुन्छ, बरू ध्यान शिविरका लागि यही जानुपर्छ भन्नु आवश्यक छैन तर साधनाचाहिँ जरूरत नै छ, होइन भने प्रव्रजित जीवन पनि विस्तारै मागी खाने भाँडो हुन्छ, माग्नेलाई तातो भात भनेभै अगाडि बढ्दै जान के बेर !? प्रव्रजितहरूले मात्र भाषण छाँट्दै बसे भने यो कालमा थेरवादलाई सस्टेन गर्ने गाढो हुने हुन्छ कि ! त्यसो त क्षणिक प्रभाव पार्न थेरवादी भिक्षुहरू कम छैनन् तर दूरगामी हुन सबैले धर्ममूलाविक औ-आफ्नो व्यवहारमै परिवर्तन ल्याउनु अपरिहार्य छ, अन्यथा राजनीतिक नेताहरूकै दर्जामा पुग्नेछन्- प्रव्रजितहरू पनि ।

कर्मकाण्ड विरोधीका रूपमा सैद्धान्तिक व्याख्या छाँट्दैमा व्यावहारिक रूपमा परिवर्तन आउँदैन । एकधरी नेवार बौद्धधर्म भन्दै नेवारहरूलाई संगठित गर्ने सोच र रणनीति तय गरी अगाडि बढीरहेका छन् भने महायानीहरूमा विदेशीहरूको प्रभाव, मजबूत श्रद्धा एवं प्रशस्त धनले गर्दा आफैमा टिबनसक्ने स्थिति रहेको यो अवस्थामा थेरवादको सस्टेनेबिलिटी भनेको के ? ठूलूला भनाउँदा दुईचारवटा विहार बन्दैमा चीरस्थायी हुन्छन् ? यसका लागि थेरवादीहरूले पनि आ-आफ्नो पहिचान हुने रूपमा केही सकारात्मक एवं रचनात्मक क्रियाकलापहरू गर्नु नितान्त आवश्यक भैसक्यो । विभिन्न अवलम्बन गरीनु पर्ने उपायमध्ये ध्यानभावनाको मार्ग पनि यौटा सशक्त मार्ग हुनसक्छ । त्यसो भनेर सबैसबै ध्यानी साधक भएर निस्कनु पर्छ भन्नु खोजेको होइन, ती सबैमा ध्यान साधनाको यत्किञ्चित मात्रामा नै किन नहोस् प्रभाव र त्यससित आबद्ध विधिव्यवहारको विकास हुनुपर्छ । प्रव्रजित हुने वित्तिकै मै हुँ, हामी ठूलो दर्जाका भन्ने पुरातन मार्ग त्यागनुपर्छ किनकि अहिले त्यस किसिमको आस्थाले उचीत सम्मान पाउन मुश्किलै पर्छ । समानता र धर्ममा पनि सम्प्रदायिकविहीन सोचले बढावा पाएको यो समयमा भिक्षु वा प्रव्रजितहरूले पनि सँगै हिँड्ने, गृहस्थलाई पनि ससुट्टै जाने जमको गर्न सकेनन् र आफ्नै पारामा लिँडेडिप्पी कसैमा भोलि एक छाक र एक रात बासको लागि वर्तमान सुविधाभन्दा धेरै परको आरथिक (जंगली) अवस्थामा धकेलिनु पर्नेतर्फ भनौ वा सोच्नुपर्ने समय नआउला भन्न सकिन्न । क्रमशः..

सद्धर्म के हो ? - ११

■ भीमराव रामजी आंबेडकर
■ अनु. ललितरत्न शाक्य

(घ) धर्मले सद्धर्महुन सारा सामाजिक भेदभावहरू मेटाउनु पर्छ

१. धर्मले सद्धर्म हुन मानिस-मानिस बीचको सारा बाधाहरू (पर्खाल) समाप्त पार्नुपर्छ

४३. यस प्रश्नको उत्तर तथागतले यसरी दिनुभयो—
“जहाँसम्म वंश परम्पराको अभिमानको कुरा छ, मानिसले जुन वंशमा जन्म ग्रहण गर्दछ, त्यसबाट उसको नामकरण मात्र हुन्छ- यो शूद्र, अथवा वैश्य, अथवा क्षत्रिय, अथवा ब्राह्मण वंशमा पैदा भएको भनेर । जस्तै इन्धनको किसिमबाट आगोको नामकरण हुन्छ- दाउराको आगो, गोलको आगो, काठको मुढाको आगो, गुईँठाको आगो इत्यादि; त्यस्तै किसिमले सद्धर्म नै मानिसको वास्तविक धन हो, जन्मनासाथ चार वर्णमध्ये मानिसको गिन्ती एउटा वर्णमा मात्र हुन्छ ।”

४४. “न वंश परम्पराले, न राम्रो रूपले, न त धनले नै मानिस असल वा खराब हुन्छन् । असल वंशमा जन्मेको मानिस पनि हत्यारा, चोर, व्यभिचारी, भूठो, चुक्ली गर्ने, कठोर बोल्ने, बकबके, लोभी, द्वेषी तथा मिथ्या-दृष्टि भएको हुनसक्छ । त्यसैले म भन्छु- असल वंशमा जन्म लियो भन्दैमा मानिस असल हुँदैन र असल वंशमा उत्पन्न भएपनि मानिस यी सबै दोषहरूबाट अनभिन्न हुन्छन् । यसकारण म यो पनि भन्छु- मानिसलाई खराब बनाउने कारण वंश परम्परा होइन ।”

४५. एसुकारी ब्राह्मणको तेस्रो प्रश्न थियो— “प्रत्येक वर्गको पेशा वा जीविकाको साधन सम्बन्धमा ?”

४६. एसुकारी ब्राह्मणले तथागतसँग भने— “ब्राह्मणहरू चार किसिमका जीविका साधनहरूको विधान गर्दछन्—

- (१) ब्राह्मणको निमित्त भिक्षा,
- (२) क्षेत्रियको निमित्त तीर-कमान,
- (३) वैश्यको निमित्त कृषि तथा पशुपालन, र
- (४) शूद्रको निमित्त खम्बुमा धान बोक्ने । तिनीहरूमध्ये कसैले पनि आफ्नो पेशा छाडेर अर्काको पेशा गर्नु हुँदैन, ठीक त्यस्तै नै जस्तो कुनै चौकिदारले अर्काको सम्पत्तिमाथि अधिकार गर्दछ । श्रमण गौतमको यसमा के भनाइ छ ?”

४७. “के सारा संसार यस ब्राह्मणी-वर्गीकरणसँग सहमत छ ?”

४८. एसुकारी ब्राह्मणको उत्तर थियो— “छैन ।”

४९. तथागतले वासेटठलाई भन्नुभएको थियो, “उच्च जातिमा जन्म ग्रहण गर्नाले होइन; उच्च आदर्शको महत्त्व हुन्छ ।”

५०. “जाति होइन, असमानता होइन, उच्च-नीच होइन-सबै समान हुनुपर्दछ,” यहि तथागतको देशना थियो ।

५१. “आफूलाई अरूसँग समानताको परिचय देऊ । जस्तो तिनीहरू छन्, त्यस्तै म छु; जस्तो म छु, त्यस्तै तिनीहरू पनि छन्,” बुद्धले यसरी भन्नुभयो ।

क्रमशः

“मैले बरोबर कसिके र फेरि पनि भन्नु कि बुद्ध-धर्म र आधुनिक विज्ञानमा एक अति घनिष्ठ सम्बन्ध छ ।”

— सर एड्विन आर्नोल्ड

“मानवतालाई महानतातिर लानेमा तथागतभन्दा बढी सक्षम अरु को होला ?” — प्रो. डेविट गोडाई

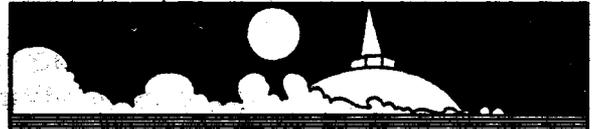
“आन्ध्र शिक्षाको नीति जति बुद्ध-धर्ममा पाइन्छ त्यति अरु कहीं पाइँदैन ।” — प. अम्बिका प्रसाद वाजपेयी

साभार- बौद्ध दर्पण

धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्य

क्र.सं. ४६८

श्री प्रकाशधर शर्मा
बलाटोल, ललितपुर, नेपाल
ह. १०२०१-



दश पुण्यक्रिया

■ सुभद्रा स्थापित

यस संसारमा सबै प्राणीहरू रिक्तो हात आउँछन्, र रिक्तो नै फर्कन्छन् । उनीहरू कतिबेला आउँछन् र कतिबेला फर्कन्छन्, कसैलाई थाहा हुँदैन । बाँचुञ्जेल जस्तो मनको अधिनमा रहेर जस्तो कर्मको वीज रोपेको हुन्छ त्यस्तै फल लिएर जान्छन् । जन्मेपछि उसको संगसंगै बुढयाइँ, रोग र मरण भय साथ लागेरै आएको हुन्छ । तर यस सत्य नियमलाई धेरैजसो मानिसहरूले सम्झन र बुझ्न सकिराखेका छैनन् । त्यसैले उनीहरू असत्य वा अनित्यलाई नै सत्य र नित्य सम्झी सारहीन भौतिक धनसम्पत्तिको माया मोहमा मात्र भुली मानसिक अशान्ति प्राप्त गरिरहेका छन् । साँचो मानसिक सुख प्राप्त गर्नका लागि हामीले दश पुण्यक्रियाको आधार लिन जरूरी देखिन्छ । दश पुण्य क्रिया यसरी रहेका छन् ।

- (१) दान - जुन सुकै चीज वस्तु वा शारीरिक परिश्रम दान गर्दा भित्री मन शुद्ध पारी अरुको उपकार भावना राखी दान गर्नुपर्दछ ।
- (२) शील - आफ्नो शारीरिक मानसिक र वाचिक कार्यहरूमा शुद्धता ल्याई आचरण शुद्ध गर्ने ।
- (३) भावना - जुनसुकै अवस्थामा पनि आफ्नो शरीर वचन,

र मनले कर्म रोप्ने अवस्थामा होशियारी बन्ने ।

- (४) अपचायन - आफूभन्दा वर्ष र कर्मले ठूला व्यक्तिलाई मान सम्मान, आदर गौरव राख्ने ।
 - (५) वेद्यावच्च - आफूभन्दा वर्ष र कर्मले ठूला व्यक्तिलाई आफूले सक्दो सेवा सत्कार कार्य गर्ने ।
 - (६) पत्तिदान - आफूले गरेका राम्रा राम्रा पुण्य कार्यहरूबाट कमाइएका पुण्यहरूले अरुको पनि हित र सुख तैस् भनी मैत्रीपूर्वक पुण्य दान गर्ने ।
 - (७) पत्तानुमीवन - आफ्नो शत्रुले नै राम्रो पुण्य कार्य गरेको देखेमा भित्री मनदेखि हर्षित बन्ने बानी बसाल्ने ।
 - (८) धम्मसवन (धर्म श्रवण)- ज्ञान गुणले भरेका धर्मोपदेशहरू समय समयमा सुन्ने बानी बसाल्ने ।
 - (९) धर्मदेशना - आफूले जाने सुनेका राम्रा उपदेशहरू अरुलाई पनि सुनाउने ।
 - (१०) दिट्टिजुकम्म - आफ्नो मनलाई विभिन्न अन्धविश्वासी काम कुराहरूबाट टाढा राख्ने ।
- जसले यी दश पुण्य क्रियालाई राम्ररी पालना गर्न सक्नेछ उसको जीवनमा अवश्य पनि मंगल हुनेछ । ■

अनिच्चावत संस्कार

“रथया ल्यू ल्यू घःचा वइथें, जन्मलित्तें वइ मरण मनु,
मृत्यु मयोसाँ छन्दुला सक्लें, वनेमा: वइथाय शरण मनु ।”

बुगुदिं -

वि.सं. १९९५ माघ २३ गते



मदुगुदिं -

वि.सं. २०६२ मंसिर ३० गते

मदुमह मयजु मान कुमारी शाक्य

जिमि क्येहें मयजु आकाभाकां मदुगु ४५ न्हया पुण्यतिथिस
मदुमह क्येहेंया सुखावति भुवनस वास लायेमा धका निर्वाण कामना यासैं
थुगु श्रद्धा सुमनया स्वाँ देछाना च्वना ।

बाजु खड्गरत्न शाक्य व
सकल शाक्य परिवार, सातदोवाटो, ललितपुर

1. What is Buddhism ?

■ Ven. S. Dhammika

2. BASIC BUDDHIST CONCEPTS

Question : What or where is Nirvana ?

Answer : It is a dimension transcending time and space and thus is difficult to talk about or even think about. Words and thoughts being only suited to describe the time-space dimension . But because Nirvana is beyond time, there is no movement and so no aging or dying, Thus Nirvana is eternal Because it is beyond space, there is no causation, no boundary, no concept of self and not-self and thus Nirvana is infinite. The Buddha also assures us that Nirvana is an experience of great happiness. He says:

Nirvana is the highest happiness

Dp 204

Question : But is there any proof that such a dimension exists ?

Answer : No, there is not. But its existence can be inferred. If there is a dimension where time and space do operate and there is such a dimension - the world we experience, then we can infer that there is a dimension where time and space do not operate - Nirvana. Again, even though we cannot prove Nirvana exists, we have the Buddha's word that it does exist. He tells us:

"There is an Unborn, a Not-become, a Not - made, a Not-compounded. If there

were not, this Unborn, Not become, Not-made, Not-compounded, there could not be made any escape from what is born, become, made, and compounded. But since there is this Unborn, Not become, Not-made, Not-compounded, therefore is there made known an escape from what is born, become, made, and compounded."

Ud 80

We will know it when we attain it. Until that time, we can still practise.

Question : What is the Fourth Noble Truth ?

Answer : The Fourth Noble Truth is the Path leading to the overcoming of suffering. This path is called the Noble Eightfold Path and consists of Perfect Understanding, Perfect Thought, Perfect Speech, Perfect Action, Perfect Livelihood, Perfect Effort, Perfect Mindfulness and Perfect Concentration. Buddhist practice consists of practising these eight things until they become more complete. You will notice that the steps on the Noble Eightfold Path cover every aspect of life: the intellectual, the ethical, the social and economic and the psychological and therefore contain everything a person needs to lead a good life and to develop spiritually.

3. BUDDHISM AND THE GOD-IDEA

Question : Do Buddhists believe in a god ?

Answer : No, we do not. There are several reasons for this. The Buddha, like modern sociologists and psychologists, believed that religious ideas and especially the god idea have their origins in fear. The Buddha says:

Gripped by fear men go to sacred mountains, sacred groves, sacred trees and shrines.

Dp.188

Primitive man found himself in a dangerous and hostile world, the fear of wild animals, of not being able to find enough food, of injury or disease, and of natural phenomena like thunder, lightning and volcanoes was constantly with him. Finding no security, he created the idea of gods in order to give him comfort in good times, courage

in times of danger and consolation when things went wrong. To this day, you will notice that people become more religious at times of crisis, you will hear them say that the belief in a god or gods gives them the strength they need to deal with life. You will hear them explain that they believe in a particular god because they prayed in time of need and their prayer was answered. All this seems to support the Buddha's teaching that the god-idea is a response to fear and frustration. The Buddha taught us to try to understand our fears, to lessen our desires and to calmly and courageously accept the things we cannot change. He replaced fear, not with irrational belief but with rational understanding.

to be continue...

मनूतयेगु पहः - ८

■ धम्मवती गुरुमां

शासनधज धम्माचरिय, अगमहा गन्धवाचक पण्डित

ब्रह्मलोक

ब्रह्मलोकं वोपिं मनूतयेके भन हे विशेष लक्षण (चिं) सी दैगु जुया च्वन । ब्रह्मलोकं मनुष्य लोके जन्म का वोपिं न्ह्याबलें न्ह्यू ख्वाः वै, मुसुमुसु कापिं जुइ । मनू नं मनूयात मिसा मिजं धका माया मतिना जुइगुथें तृष्णा सहितगु अन्ध प्रेम दै मखु । न्ह्याम्ह नाप नं मैत्रीपूर्वक व्यवहार यायगु बानि दै । भी धायगु बानि दै । न्ह्यागुं भीत मेपिसं स्यना कना बीवतिनि सइ । तर कामतृष्णाय भुले जुइगु छगू सुनानं सुयातं स्यना बी म्वाः । बैस जाया वोलिसे आफै हे सया वैगु प्रकृति नियम धायगु चलन दु । तर ध्व खँ फुकसितं मिले मजू । ध्व खँ ला कामलोकं (भौतिक संसारं) कामलोके वोपिन्त जक धायगु खँ खः । ब्रह्मलोकं वोपिंके बैस जाया वय् मात्रं मिसा मिजं बिचे गुगु काम वासना दया वैगु खः व दै मखु । ब्रह्मलोकं वोपिं निम्हेसित माँ-बौ पिसं ब्याहा याना बिल । तर इपिं छपाः लासाय् छगू हे कोथाय् घना च्वंसां नं मिसा मिजं सम्भोगे भुले मजू वा अज्योगु इच्छा हे उत्पन्न जुइ मखु । तर छम्ह कामलोकं (मनुष्योयोनिं) वोम्ह नाप ब्रह्मलोकं वोम्ह नाप विवाह जुल धाःसा व कामलोकं वोम्हेस्यां स्यना ब्यूगुलिं ब्रह्मलोकं वोम्ह नं कामतृष्णाय् (सम्भोगे) भुले जुया ब्रह्मचर्या स्यना वने फु । मखुसा ब्रह्मलोकं वोपिंके आफै स्वयं थःके कामतृष्णा उत्पन्न जुया ब्रह्मचर्या स्यनी धयागु सम्भव मदु । उकिया प्रमाण न्हापा जुया वंगु छगू घटना न्ह्यथने ।

न्हापा छगू देशे भद्र व पिपिलायनी धयापिं निम्हसित माँ-बौ पिनिगु इच्छा कथं विवाह याना बिल । तर निम्हं ब्रह्मलोकं वोपिं जूगुया कारणं याना निम्हेस्यां सम्भोगया इच्छा मदुगु जक मखु कामभवासनाय् भुले जुइ हे मसः । छाय् कि ब्रह्मलोक धयागु थासे मिसा मिजं धायगु चलन मदु । मिसा मिजंया बिचे भुले जुइगु कामतृष्णा नं मदु । केवल भी मनूतय् मचाबले मिलेजूपिं कल्याणमित्र पासाथें जक परस्पर कामतृष्णा रहितगु मैत्री प्रेमं हे जक इमिगु जीवन बिते जुया च्वनी । उकिं वस्पोलिपिं

अन सिना थन जन्म का वोसां बा मिसा मिजं धय्यगु भावं खनीगु काम भुवने जन्म का वोसां अभिगु मने मिसा मिजं धयागु भावं मनूतेत खनिमखुनि केवल मित्र भापा हे जक खना च्वनी । थुजोपिं निम्हसित माँ-बौया कर्तव्य भापा विवाह याना बिल । कोथा नं बिल । तर वस्पोलिपिनि ब्रह्मचर्यां स्यंके धयागु इच्छा तक नं मने उत्पन्न मजू । माँ-बौ दत्तले थःगु छें च्वना लिपा माँ-बौ मदेव छें तोता निम्हं भिक्षु भिक्षुणी जू वन । थुजोगु बाखँत भीसं त्रिपिटके नं थाय् थासे खंके फु । उकिं चित्त धयाम्ह विचित्र खः । चित्त छगू चीफत धाःसा ध्व याय् फै, ध्व याय् फै मखु धैगु ध्व संसारे छुं हे मदु । ध्व खँ थुइका बीत अभिधर्म कथं चित्तया बारे व्याख्या याना तःगु छुं खँ संक्षिप्तं न्ह्यथने ।

अभिधर्मया हिसापं ध्व संसारे चित्त फुक्कं संक्षिप्तं चेगुगु (८९) व विस्तृतरूपं सच्छि व नीछगू (१२१) दु । थुपिं ८९ गूगु अथवा १२१ गू चित्तं सुइ छगू (३१) भुवने प्राणिपिं थःथःपिनिगु कर्म अनुसारं च्वनेगु थाय् उत्पन्न याइ । थुकियात हे मति भिंसा गति भिनी धका धयातःगु अनुसारं सुख भोग यायगु थाय् व दुःख भोग यायगु गति उत्पन्न याइ । अले अन ३१ गू भुवने प्राणीपिसं अनेक सुख दुःख भोग याना च्वनी ।

भी स्वया दुःखगु भुवन प्यंगू दु । नर्क, प्रेत, असुर, तिर्येक धका । अन च्वपिनि सुख अल्प मात्र दै । केवल दुःखं हे जाइ च्वंगु दु । थुपिं प्यंगू गती वने मालीगु हे भीसं थःके च्वंगु काय (शरीर) वाक (वचन) मन शुद्ध याय् मफुगु कारणं खः । शरीरं वचनं व मनं मखुगु ज्या यागुया फल भोग याकेया निमित्तं ध्व प्यंगू दुर्गति बने जूगु खः । अनं च्वे मनुष्य गति दुःख नं दु । छुं भचा सुख नं भोग याय् दुगु गति खः ।

अनं च्वे देवलोक खुगू दुः- चतुर्माहाजिक, तावातिंस, यामा, तुसिता, निम्मानरति, परनिम्मित, वसवति । दुःख नं छुं भचा दनि । एनं पञ्चकम्म सुख अपो भोग याना जीवन हनीगु थाय् खः । ध्व फिं छगू (११) भुवने तक मिसा मिजं धका खनिगु दृष्टि दनि । क्रमशः

श्रद्धाञ्जली

अस्मिन्महात्माने श्रद्धाञ्जली उपासकानां श्रद्धाञ्जली
अस्मिन्महात्माने श्रद्धाञ्जली उपासकानां श्रद्धाञ्जली
अस्मिन्महात्माने श्रद्धाञ्जली उपासकानां श्रद्धाञ्जली



बुधदि -
वि.सं. २००६ चैत्र महिना

मदुगुदि -
वि.सं. २०६२ मसीर ११ गते

मदुम्ह श्रीमती रामदेवी रञ्जितकार

वाढ्यो त्याः भोत

जिमि अतिकं योम्ह श्रीमती राम देवी रञ्जितकारया पुण्य स्मृतिस्
श्रद्धा सुमनया स्वां देछासे निर्वाण कामना याना ।

श्रीमान् - कृष्ण गोपाल रञ्जितकार

कायपि - भोपि

तुलसी गोपाल रञ्जितकार जमुना रञ्जितकार

सिद्धि गोपाल रञ्जितकार श्रृष्टि रञ्जितकार

मह्याय - जिचाभाजु

राज्य लक्ष्मी रञ्जितकार पुष्प रञ्जितकार

छयपि -

बासना रञ्जितकार, हसिना रञ्जितकार, ज्योति प्रकाश रञ्जितकार,

संस्कृति रञ्जितकार, पूजा रञ्जितकार, पुष्पा रञ्जितकार

किजा - किजाभौ

राम गोपाल रञ्जितकार ऐश्वर्य रञ्जितकार

कायचा - मह्यायचापि

हरिगोपाल रञ्जितकार सपना रञ्जितकार, रीना रञ्जितकार

सरिना रञ्जितकार

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको शनिवारिय कार्यक्रम

धर्मकीर्ति विहारमा बुद्ध पूजा र धर्मदेशना

गत मंसिर २३ गते अष्टमी देखि पौष १६ गते औसती सम्म धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना कार्यक्रम यसरी संचालन भएको थियो ।

मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
२०६२ मंसिर २३	वीर्यवती गुरुमा	वीर्यवती गुरुमा
२०६२ मंसिर ३०	चमेली गुरुमा	धम्मवती गुरुमा
२०६२ पौष १	चमेली गुरुमा	चमेली गुरुमा
२०६२ पौष ९	त्यागवती गुरुमा	दानवती गुरुमा
२०६२ पौष १६	जयवती गुरुमा	जयवती गुरुमा

ऋषिनी प्रव्रज्या सम्पन्न

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीले वर्षेनी आयोजना गर्दै आएको अल्पकालिन श्रामणेर एवं ऋषिनी प्रव्रज्या कार्यक्रम अनुसार यस वर्ष मिति २०६२ पौष १६ गते शनिवार देखि २०६२ पौष २२ गते शुक्रवार सम्म अमरापुर विहार बुंगमतीमा ऋषिनी एवं गुरुमा प्रव्रज्या शिविर सम्पन्न भएको छ ।

उक्त शिविरमा सञ्चालित कार्यक्रमहरू यसरी रहेको थियो-

मिति	प्रशिक्षण		प्रवचकहरू
	प्रशिक्षक	विषय	
२०६२ पौष १७	सुजाता गुरुमा	नैतिक शिक्षा	सुमनकमल तुलाधर
२०६२ पौष १८	कीर्ति तुलाधर प्रफुल्लकमल तुलाधर	वक्तव्य	वीर्यवती गुरुमा
२०६२ पौष १९	कीर्ति तुलाधर प्रफुल्लकमल तुलाधर	वक्तव्य	मदनरत्न मानन्धर
२०६२ पौष २०	रीना तुलाधर	लेखनकला	इन्दावती गुरुमा
२०६२ पौष २१	रीना तुलाधर तारादेवी तुलाधर	लेखनकला स्वास्थ्य	धम्मवती गुरुमा

८ वर्ष देखि ७८ वर्ष भित्रका बालिका एवं महिलाहरू गरी ३२ जना ऋषिणीहरू र गुरुमाले भाग लिएको उक्त शिविरमा हरेक दिन बुद्धपूजा, ध्यान, जिज्ञासा, कोर्ष कक्षा र परित्राण अध्ययन गराउनुका साथै ज्ञानवर्द्धक शिक्षाहरूले भरिएका श्रव्य दृष्यको कार्यक्रम पनि समावेश गरिएका थिए ।

मंगल सूत्र

२०६२ कार्तिक १९, धर्मकीर्ति विहार श्रीघःनःघः ।

यसदिन श्रद्धेय सुजाता गुरुमाले धर्माचरण गर्नु नै उत्तम

मङ्गल हुन् भन्ने विषयमा प्रवचन दिनु हुँदै भन्नुभयो- धार्मिक सूत्र अध्ययन गरी हेर्ने हो भने पहिलेका धेरै जसो मानिसहरू ब्रह्मचर्य जीवन पालन गरी अकुशल कर्महरूबाट अलग रही ब्राह्मण कहलाउन सफल भएका थिए । उनीहरू आफ्नो विवाहित जीवनमा पनि दुषित कार्यहरूबाट अलग रहन सफल हुन्थे ।

तर पछि हुँदा हुँदै दूषित वातावरणको प्रभावले मानिसहरूमा राग द्वेष र मोह जस्ता कलुषित भावना जागी पशुवली गरी यज्ञ गराउने र मांस सेवन गर्ने बानी बस्न थाल्यो । आ-आफना स्वार्थ पूर्ति खातिर धेरैजसो ब्राह्मणहरूबाट विभिन्न प्रकारका धन सम्पत्तिहरू दान दिन लगाए । जति जति स्वार्थहरू घुस्दै गए र कुकर्महरू बढ्दै गए, त्यति त्यति मानिसहरूमा रोगव्याधीका प्रकार बढ्दै जान थाले । यसरी मानिसहरूको जीवनमा अमंगल हुँदै गए ।

त्यसैले हाम्रो जीवनमा मंगल गर्ने हो भने बुद्ध शिक्षानुसार दश अकुशल कार्य त्यागी चतुआर्य सत्य र आर्य अष्टाङ्गिक मार्गलाई जीवनमा अपनाई धर्माचरणमा लाग्न सक्नुपर्दछ ।

२०६२ पौष २ गते, शनिवार

विषय - मानविय बुद्धधर्म

स्थान - धर्मकीर्ति विहार, श्रीघःनःघः

प्रवचक - देवकाजी शाक्य, प्रस्तुती - चन्द्रा वज्राचार्य
यसदिन देवकाजी शाक्यले प्रवचन दिने क्रममा भन्नुभयो - मानिसहरूमा समेटिएका प्रदूषित चित्तको कारणले सूर्यलाई धमिलो वादलले ढाके जस्तै वातावरणलाई नै प्रदूषित पारिदिएको छ ।

बुद्ध शिक्षा सम्पूर्ण मानवहरू लगायत देवी देवताहरू र सत्त्व प्राणीहरूको लागि हो । बुद्धले चित्त शुद्ध पारी इया, करुणा, मैत्री र प्रज्ञा सहित भई काम गर्ने शिक्षा दिनुभएको छ ।

चतु आर्य सत्य (दुःख सत्य, दुःख समुदय सत्य, दुःख निरोध सत्य र दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य) लाई बुझी आर्य अष्टाङ्गिक मार्गलाई आफ्नो जीवनमा उतायी प्रज्ञापूर्वक आचरण गर्ने शिक्षा सिकाउनु भएको छ । त्यसैले बुद्ध शिक्षालाई मानविय धर्मको रूपमा लिन सक्छौं । यस मानविय धर्मले आफूले आर्जन गरेको पूण्य अरुलाई पनि वितरण गर्न र धरुले गरेको पूण्यलाई आफूले सहर्षपूर्वक समर्थन गर्ने शिक्षा सिकाएको छ ।

बुद्धले सिकाउनु भएका यी विभिन्न कुशल संस्कारबाट अन्धकार तर्फ गइरहेको संसारलाई बुद्ध ज्योति फैलाउन महत् पुग्नेछ ।

२०६२ साल मंसिर १८ गते, शनिवार

विषय - बौद्ध दायित्व

प्रवक्ता - श्रीमती रीना तुलाधर, प्रस्तुती - अमीर कुमारी शाक्य
रीना तुलाधरज्युले यस दिन "बौद्ध दायित्व" संग सम्बन्धित गहकिला प्रश्नहरू बोकेर क्लास लिन आउनु भएकी थिइन् । वहाँका प्रश्नहरू यस प्रकार छन् :- के बुद्धधर्म पालन गर्दैमा, दान दिन जाँदैमा बौद्ध भएको नाताले बौद्ध दायित्व पुरा गरेको हुन्छ र ? यदि कसैले बुद्धधर्ममा आँच आउने खालको भ्रुठो प्रचार प्रसार गरेको भनि थाहा पाइयो र सत्य के हो भनि आफुलाई थाहा छ भने, त्यस्तो अवस्थामा आफुलाई बौद्ध हो भनि गर्व गर्ने व्यक्तिको दायित्व के हो, उसले के गर्नु पर्छ ? सुने पनि नसुने जस्तो, देखे पनि नदेखे जस्तो गरि जे भने पनि सहनु पर्छ भनि बसिरहने कि ? या त्यो कुरा सत्य होइन, सत्य त यो हो भनि आवाज उठाउने ? यी विभिन्न प्रश्नहरूको जवाफ कसरी दिने ?

बुद्धले भन्नु भएको छ, अकुशल कार्य गर्नु मात्र पाप होइन । असत्य कुरालाई सहनु पनि पाप हो । यस विषयले त्यस दिन अध्ययन गोष्ठिमा आउनु भएका सबै सदस्यहरूलाई एकछिन भए पनि "बौद्ध दायित्व" बारे सोचन बाध्य तुल्याएको थियो । छलफलको क्रममा विभिन्न सदस्यहरूबाट विभिन्न मन्तव्य आएको थियो । निष्कर्ष स्वरूप, एक बौद्ध व्यक्तित्वले बौद्ध दायित्व पुरा गर्ने हो भने असल धर्मलाई संरक्षण गर्नु पर्छ । जस्तै बौद्ध जगतलाई खल्बल्याउने खालको कुनै भ्रुठो प्रचार प्रसारलाई रोक्न सक्नु पर्छ । तर कसरी ? सान्दर्भिक विषयको पूर्ण ज्ञान नभइकन आवाज उठाउनु मुख्यता मात्र हुन्छ । त्यसैले सब भन्दा पहिले सत्य कुराको पूर्ण ज्ञान हुनु पर्‍यो । पात हल्लियो भन्दैमा हावा चलेकै हो भनि सोच्नु हुँदैन । कसैले रुख हल्लाउँदा पनि पात हल्लिन्छ । त्यसैले यस्तो कुरामा सोच विचार गरेर धैर्यतापूर्वक संयमि भएर मात्र आवाज उठाउनु वेश हुनेछ । धर्मको संरक्षण गर्नु पर्छ भन्दैमा विचार नै नगरि हामफाल्नु हुँदैन ।

त्यो छलफल खास त "बारामा नयाँ बुद्ध" भन्ने विषय संग सम्बन्धित थियो । बारामाको सुनसान जंगलमा बारा जिज्जाको रतनपूर बाविस वार्ड नं. ५ का १६ वर्षिय राम बहादुर बमजनले गत भदौ ३ गते देखि विना अन्न जल लगातार ध्यान भावनामा बस्नु भएको सनसनिपूर्ण खवरले नयाँ बुद्धको उत्पत्ति भयो भनि जुन हलचल मच्चियो, त्यसैको सन्दर्भमा भएको थियो ।

छलफलकै क्रममा यस्ता प्रश्नहरू पनि आएको थियो कि जंगलमा गएर ध्यान गरेर बस्ने महापुरुषहरू, ऋषिमुनिहरू धेरै हुन्छन् । तर त्यो नवयुवक नयाँ बुद्ध नै हो भनि हलचल किन भयो ? त्यो बुद्ध नभइकन अरु कुनै महापुरुष पनि त हुन

सकछ । जस्तै, राम, शीव, विष्णु, इत्यादि मध्य कुनै महान व्यक्तित्वको नयाँ उत्पत्ति भएको पनि हुन सकछ । तर यस्तो कुनै नभई नयाँ बुद्धको उत्पत्ति भनेर कसले कसरी थाहा भएर हलचल मचाएको हो, थाहा छैन । यो प्रश्न पनि बडो गम्भिर र सोचनिय छ । जवरजस्ति हल्लाएको रुखको पात धेरै बेर सम्म हल्लिरहन सक्दैन, तुरुन्तै रोक्छ भने भैँ केहि साता पछि नै ध्यान भावनामा बस्नु भएका नवयुवक राम बहादुर बमजन स्वयं आफैले "म बुद्ध होइन" भन्नुभएको सत्य कुरा जनमानसमा प्रचार भइयो ।

२०६२ मंसिर २५ गते, शनिवार

१६ औं मंगल

प्रवक्ता - भिक्षुणी सुजाता, प्रस्तुति - श्याम लाल चित्रकार
भगवान बुद्धले मंगल सुत्रमा देव र मनुष्यहरूलाई हित हुने, मंगल हुने ३८ वटा उपायहरू बताउनु भएको थियो । ती ३८ वटा मंगलहरू गत साल फाल्गुण ७ गते देखि महिनाको एउटा शनिश्चरमा श्रद्धेय भिक्षुणी सुजाता गुरुमाले क्रमसंग व्याख्या गर्ने क्रममा आज "१६ औं मंगल : नाता कुतुम्ब संग्रह गर्नु" सम्बन्धमा प्रवचन दिनु भयो ।

मानिसहरू एक आपसमा दुई प्रकारले नाता सम्बन्ध हुन्छन्:

(१) रगतको नाता सम्बन्ध र (२) मनको नाता सम्बन्ध ।

केहि नाता सम्बन्ध नभएको एकलो व्यक्तिलाई भन्दा धेरै नाता कुतुम्बहरू भएको व्यक्तिलाई मंगल हुन्छ । त्यसैले धेरै भन्दा धेरै मित्र सम्बन्धीहरू संग्रह गर्ने तर्फ हामी प्रयासरत भइर हनु पर्छ । नाता सम्बन्ध राखी आफ्नो मान्छे बनाउन चार प्रकारका उपायहरू गरीरहनुपर्छ । ती चतुसङ्गवत्थ यस प्रकार छन् :-

(१) दान दिनु (२) प्रिय वचन बोल्नु

(३) अरुलाई हित हुने आचरण गर्नु

(४) समानरूपले मैत्री भाव राख्नु

उपरोक्त उपायहरूबाट नाता सम्बन्धी बढाउँदै लगेमा यहि जन्ममा तथा अर्को जन्महरूमा पनि राम्रो फल मिल्दछ । खास गरी रगतको नाताले मात्र आफ्नो मान्छे र मित्र हुन्दैन । मित्रहरू र हितैषीहरू बनाउन आफ्नो मन कपटी र साँगुरो नवनाई उदार र फराकिलो बनाउनु पर्ने कुरामा अनाथपिण्डकको साथी कालकण्ठी र मदद्साल रुखको कथाहरूको उदाहरण दिइ सुजाता गुरुमाले निम्न हितोपदेश उद्धृत गर्दै आफ्नो प्रवचन पुरा गर्नु भयो ।

अयं निजो परोवा'ति गणना लहुचेतिनं ।

उदारचरितानं तु, वसुधैव कुटुम्बकं ॥

अर्थ- सानो चित्त भएकोले आफ्नो र परंचक्रको हिसाब राख्दछ तर उदार चित्त भएकोले सारा पृथ्वीलाई नै आफ्नै परिवार ठान्दछ ।

देवाचारीकीर्ति विहारको शिलान्यास

२०६२ कार्तिक २९ सकिमना पुन्ही, बुटवल ।

कार्तिक महिनाको अन्तिम साता सकिमना पुन्हीका दिन, शील प्रार्थना, बुद्धपूजा पछि परित्राण पाठ गर्नुभई श्रद्धेय धम्मवती गुरुमांबाट देवाचारी कीर्ति विहारको शुभ मुहुर्तमा शिलान्यास सम्पन्न गर्नुभएको समाचार छ । उक्त पुनित अवसरमा उहाँले दिवंगत देवाचारी गुरुमांको गुणानुस्मरण गर्नुहुँदै बुद्ध शिक्षालाई व्यवहारिक जीवनमा उतार्न सकेमा जीवन मंगलमय हुने विषयमा धर्मदेशना गर्नुभएको थियो ।

निर्माणाधिन अवस्थामा रहेको देवाचारी कीर्ति विहारको लागि सहयोगार्थ धम्मवती गुरुमां प्रमुख अन्य गुरुमांहरूबाट बुटवल र खर्सौलीमा क्रमशः दुई दिन भिक्षाटन गर्नुभई भिक्षाटनबाट प्राप्त सम्पूर्ण जिन्सी र नगद विहार निर्माणकार्यको लागि प्रदान गर्नुभएको थियो ।

धर्मनिरपेक्षता विषयक गोष्ठी सम्पन्न

२०६२ मंसिर १९, स्टाफ कलेज, ललितपुर ।

थेरवाद बौद्ध दायक केन्द्रिय परिषदको आयोजनामा डा. हर्क ब. गुरुङ्गको प्रमुख आतिथ्यमा डा. सानुभाई डंगोलबाट "धर्म निरपेक्षता र यसको उपादेयता: नेपालको सन्दर्भमा" विषयक एकदिने विचार गोष्ठी सम्पन्न गरिएको समाचार छ । वखत बहादुर चित्रकारको अध्यक्षतामा सम्पन्न उक्त गोष्ठीमा विष्णुरत्न शाक्यले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो भने प्रमुख अतिथीबाट कार्यक्रमको उद्घाटन गरिएको थियो ।

सभाको दोश्रो चरणमा विभिन्न धार्मिक क्षेत्रबाट पाल्नु भएका वक्ताहरू नजरुल हसन (मुस्लिम समुदाय), हरदपाल सिं (सिख समुदाय), पं बदीरत्न वज्राचार्य (वज्राचार्य बौद्ध समुदाय), भिक्षु कौण्डञ्ज र भिक्षु जटील (थेरवाद बौद्ध समुदाय), लोकदर्शन वज्राचार्य आदिबाट धर्म निरपेक्षता विषयमा आ-आफ्नै शैली र दृष्टिबाट अभिव्यक्ति पोख्नु भएका थिए ।

गोष्ठीको अन्तिम चरणमा प्रो. डा. कृष्ण बहादुर भट्टचन, विदुषी रामप्यारी सुनुवार, प्रो. पद्मलाल विश्वकर्मा

आदिले कार्यपत्र माथि टिप्पणी प्रस्तुत गर्नुभएका थिए ।

क्या. एक नारायण तमु (गुरुङ्ग) ले धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भएको उक्त गोष्ठीको अन्त्यमा डा. सानुभाई हंगोलले टिप्पणी गरेको विषयमा प्रत्युत्तर दिनुहुँदै सबै विद्वतवर्गहरूप्रति आभार प्रकट गर्नुभएको थियो ।

अन्त्यमा सभापति वखत बहादुर चित्रकारले आफ्नो मन्तव्य सहित सबै सहभागीहरूप्रति कृतज्ञता ज्ञापन गर्दै सभा विसर्जन गरिएको थियो ।

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

२०६२ मंसिर २३ गते, विहीवार

काठमाडौंको जमल स्थित मैत्री बोधिसत्त्व महाविहारमा प्रत्येक महिनाको शुक्लपक्ष अष्टमीका दिन संचालन भइरहेको बुद्धपूजा, धर्मदेशना र जलपान कार्यक्रम अनुसार यसदिन धम्मवती गुरुमाले धर्मदेशना गर्नुहुँदै पञ्चशीलको महत्त्व र शीलवान व्यक्तिलाई दान दिनुको उपादेयता विषयमा वताउनु भएको थियो । यसदिन स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन खलःबाट ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरिएको थियो । कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका उपासकोपासिका सबैलाई उपासिका केशरी लक्ष्मी कंसाकार प्रमुख सपरिवार जमलबाट जलपान दान गर्नुभएका थिए ।

बुद्धपूजा व धर्मदेशना

२०६२ मंसिर २६, सिद्धि मंगल बुद्ध विहार, ललितपुर ।

सिद्धि मंगल बुद्ध विहारे लय लयपतिकं न्ह्याकाच्वंगु बुद्ध पूजा धर्म देशना कार्यक्रम कथ पद्मावती ज्ञानमाला भजन खलः यलया पाखें ज्ञानमाला भजन हालाः, श्रद्धेय भिक्षु कोण्डञ्ज पाखें पञ्चशील प्रार्थना याका बिज्यासे बुद्धपूजा कार्यक्रम सम्पन्न याना बिज्याःगु समाचार दु । अथेहे वसपोल मानव जीवन सुयांलाकेत बुद्ध शिक्षायात गुकथं छ्यले फय्क्यमाः धयागु विषये धर्मदेशना याना बिज्याःगु खः ।

धुगु ज्याइवले उपासक मोतिलाल शिल्पकार व आशाकाजी शाक्य नं थथःपिनिगु मन्तव्य प्बंकादिलसा मंगलदास महर्जनं स्वागत न्वचु बियादीगु खः ।

सिद्धिमंगल बुद्धविहारयुक्ताः उपासिका पुनमाया
ग्वारखेले दिवंगत जुयादीगुलिं वयुक्ताः पुण्यस्मृती विहार
पाखें श्रद्धाञ्जली दिह्याः गु न समाचारे उल्लेख जुगु दु ।

धर्म देशना

यल थिलागा १

विश्व मैत्री विहारयुक्ताः पञ्चशील प्रार्थना व बुद्ध पूजा
लिपा जुगु बौद्ध सभायुक्ताः भिक्षु पञ्जारत्नं श्रद्धा, शील, लज्जा,
भयत्रास, परित्याग, सुत्त (न्यनेगु), प्रज्ञा रूपि सप्तारत्न धन
या व्याख्या याना विज्यासे बुद्धया उपदेश न्यनां आचरण
याये मफुसा निर्वाण प्राप्त यायुक्ताः फइमखुगु देशना याना
विज्यात ।

दिलशोभा शाक्यं जि जिगु भावनां ल्वापु ख्यापु
जुया च्वनीगुलिं भी भीगु भावना व्वसंका विशाल हृदय
दयेकेमाल धया दिल ।

वंगु संलह्या देशना छत्वाचा कनादीपिं अष्टमाया व
वोधिरत्नयात भन्तेन सिरपा लल्लाना विज्याः गु उगु ज्या
इवलयुक्ताः मोहन शाक्यं लसकुस यासे सत्तमानं शुभायुक्ताः
देखाना दिल ।

सारिपुत्र मौद्गल्यायन अस्थिधातु

■ स्व. चक्रमान शाक्य

ब्राह्मण कोखे जन्म जुया, भिक्षु अस्सजित पाखें उपदेश न्यना ।
सुल्पा आदि यज्या सामान दक्क फुकं हाकुतिना ॥१॥

पीत वर्णगु निर्बल वस्त्र, पुनाच पिण्डपात्र ज्वना ।
जन्म मरणया चक्रे लापिं, मानवतयुक्ताः ज्ञान कना ॥

निदो व हकनं न्यासः दे पूर्व चात्ता न्यपिं ध्व जगते ।
वस्पोलीपिनिगु अस्थिधातु गमन जुल यो भीगु देशे ॥

भारत माताया सुभूषण, बुद्धया अग्र शिष्य इपिं ।
बुद्ध देव सम ज्ञानी ध्यानी, गुणी वीर पराक्रमिपिं ॥

सारिपुत्र व मौद्गल्यायन, माननीय श्री अर्हत्पिं ।
जीवित मूर्ति दर्शन मदुसा, पवित्र अस्थि दर्शन यो ॥

याये दुगु हर्म अभिलाषा जुल श्रद्धाञ्जलि दे छाया धका ।
छायगु मदु छुलापिं जिंके, केवल स्वच्छ हृदय स्वा ॥

जीवनयुक्ताः छायुक्ताः न्हिलेमा ?

■ नक्षत्री हिरा तुलाधर

न्हिलेगु जीवन सुधा लाकेगु छगू लँपु खः

न्हिलेगु निरोगी जुइगुया छगू वासः खः

न्हिलेगु मनूया स्वीनिगु लक्षणया छगू लक्षण खः

न्हिलेगु सकस्यां यई, हिसिनं इमिके अति हे दई ।

उकिं न्हिलेगु जीवने मदयुक्ताः मगाः गु छगू लक्षण खः

न्हिलेगु मनूतयुक्ताः येकेगु छगू ज्याभः खः

तँम्बः छ्वापिं सुयां मयोथे न्हिलेगु छ्वापिं सकस्यां यई ।

अशुद्ध मन न्हिलीमखु गुबले, तँ जक न्हियावले

पिज्वई छ्वाले ।

न्हिलेगु न्हियावले पि ज्वया च्वनी अन, निर्मल

मन गुम्हस्या जुई ।

उकिं न्हिलेगु मनया किपा पिज्वइगु छगू दर्पण खः

वनेज्या (व्यापार) यायुक्ताः न्हिलेमाः ये तँ, मतिना
यायुक्ताः न्हिले हे माः

पासा दयुक्ताः न्हिलेमाथे, न्हिलेगुपुकेतनं न्हिलेहे माः

तँ क्व लायुक्ताः न्हिलेहे माथे, शत्रुया मन

नायुक्ताः न्हिलेहेमाः

स्याः गु नुगः घाः सिचुकेत नं, न्हिला न्हिलाः भी

जुइहेमाः

उकिं न्हिलेगु जीवने मदयुक्ताः मगाः गु छगू वासः नं खः

डाक्टर विरामीया ल्वे लायुक्ताः, न्हिला न्हिलाः खँ
ल्हायहे माः

मन्त्री पदे थ्यकः वनेत, न्हिला न्हिला विन्ति यायहे माः

ख्युं छ्वाः तँ छ्वाः न्हियावले दुःखी, चक्क छ्वा

न्हिलेगु न्हियावले सुखी

थः त सकस्यां येकेगु खः सा न्हिलेगु न्हियावले जुइहे माः

उकिं न्हिलेगु जीवने मदयुक्ताः मगाः गु छगू तः धगु

शक्ति खः

बिचा: हायका

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं ऊपसमो सुखो



बुदिं :
१९७६ साल मंसिर १० गते

मदुगु दिं :
२०६२ साल मंसिर ६ गते

मदुम्ह : ज्ञान लक्ष्मी सेलालिक

जिमि हनेवहःम्ह मां ज्ञान लक्ष्मी सेलालिक मदुगु भिंप्यन्हु (४५ दिन) दुगु उपलक्षे
वय्कःया गुणानुस्मरण यासे श्रद्धापूर्वक पुण्य देछानाच्चवना ।

कायपिं :

नेत्रकाजी सेलालिक
प्रज्ञा जीव सेलालिक
तेज रत्न सेलालिक
पूर्ण काजी सेलालिक

भौपिं :

सुशीला सेलालिक
-
जिना सेलालिक
विन्दिरा सेलालिक
कल्याण देवी सेलालिक
सरोजा सेलालिक

छयपिं :

सविन कुमार सेलालिक
चन्द्र कुमार सेलालिक
सुनिल कुमार सेलालिक
ज्योति प्रभा सेलालिक
पुकार काजी सेलालिक
विनिता सेलालिक
प्रभात सेलालिक

छय भौ :

मेनुका सेलालिक

छई :

समिशा सेलालिक

भिचा :

कपशोभा
(इर्तुवहा!)

बिचा: हायका

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं ऊपसमो सुखो



मदुम्ह मयजू लानी तुलाघर

त्यौड

धर्मकीर्ति पत्रिकाया विशेष सदस्य मयजू लानी तुलाघर
२०६२ कार्तिक ६ गते ९५ दैया वैशय् दिवंगत जुयादीगुलिं वय्कःया छयैजःपिसं
प्रकृतिया अनित्य स्वभावयात ध्वीकः धैर्य धारण
याय्फय्मा धकः क्रमना यानाच्चवना । साथय् वय्कःया गुणानुस्मरण यासे संसारया
अनित्य स्वभावयात लुमंका च्वना ।

धर्मकीर्ति पत्रिका परिवार

ज्ञानमाला सभा

स्थान- महाचैत्य विहार, तानसेन-९

बुद्धमूर्ति हस्तान्तरण तथा प्रतिस्थापन कार्यक्रम

ज्ञानमाला सभा महाचैत्य विहार टक्सार तानसेनको सक्रियतामा राजकिय थाई बौद्ध विहार लुम्बिनीबाट प्राप्त धातुको बौद्ध मूर्ति दिपज्योती बौद्ध विहार बौद्ध गुम्बा, ७ पाल्पाका अध्यक्ष चुरामणी रानामगर लाई एक समारोह विच ज्ञानमाला सभाका अध्यक्ष चकोर मान शाक्यले हस्तान्तरण गर्नु भएको समाचार छ ।

धम्मानुशासक श्रद्धये भिक्षु विशुद्धानन्दको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको उक्त समारोहमा, कृष्ण प्रसाद शाक्य, चिनिया लाल वज्राचार्य, अध्यक्ष सर्जुलाल वज्राचार्य, छत्रराज शाक्य, चन्द्रविर थापा, सुवर्ण मुनि शाक्य, चुरामणी रानामगर र सुश्री सौन्दर्य शाक्यले शुभकामना तथा मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएका थिए ।

सभाका अध्यक्ष चकोरमान शाक्यको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको उक्त कार्यक्रममा स्वागत तथा धन्यवाद मन्तव्य क्रमशः उत्तमकुमार वज्राचार्य र चन्द्रलाल शाक्यको साथै सभा सञ्चालन लालचन्द्र शाक्यले गर्नुभएको थियो ।

सोही दिन दिउँसो हस्तान्तरण गरिएको बुद्ध मूर्तिको प्रतिस्थापना दिपज्योति बौद्ध विहार बौद्ध गुम्बा ७ मा एक कार्यक्रम विच सम्पन्न भयो ।

भजन तथा पूजाबाट आरम्भ गरिएको उक्त समारोहमा श्रद्धये भिक्षु विशुद्धानन्द तथा श्रद्धये भिक्षु जटिल तथा अनागरिका विशुद्धाचारीले बुद्ध धर्म सम्बन्धि धर्मदेशना दिनु भएको थियो ।

ज्ञानमाला सभा महाचैत्य विहारका अध्यक्ष चकोर मान शाक्य प्रमुख अतिथि रहेको उक्त कार्यक्रममा छत्रराज शाक्य, चन्द्रविर राना, टेकबहादुर थापाले शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरिएको थियो । सो सभामा ज्ञानमाला सभा महाचैत्य विहारलाई सम्मान गर्ने कार्य पनि सम्पन्न भयो । चुरामणी रानामगरको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको उक्त सभाको संचालन सचिव प्रकाश रानाद्वारा भएको थियो ।

ज्ञानमाला सभा महाचैत्य विहार टक्सार तानसेनको आतिथ्यमा केशव चित्रकारको नेतृत्वमा आएको सिद्धार्थ भजनखलः ललितपुर र पुष्प रत्न शाक्यको

नेतृत्वमा आएको दिपंकर भजन खलः भक्तपुर विच एक स्वागत कार्यक्रमको आयोजना एक समारोह विच सम्पन्न भयो । ज्ञानमाला सभा महाचैत्य विहार तानसेनका अध्यक्ष चकोर मान शाक्यले शान्ति, मैत्री र सद्भावको विकास आजसम्म निरन्तर विकास हुने पर्नेमा जोड दिनु भयो । निवर्तमान अध्यक्ष कृष्ण प्रसाद शाक्यले सो विषयमा चर्चा गर्नु भयो । उक्त कार्यक्रमको अन्तमा भजन गायक स्व. सोम वज्राचार्य प्रति १ मिनट मौन धारण गरिएको थियो ।

युवा बौद्ध पुचः भक्तपुरको

वार्षिक साधारण सभा

२०६२ पौष ९, मुनीविहार इनाचो, भक्तपुर ।

युवा बौद्ध पुचः भक्तपुरको १९ औं वार्षिक साधारण सभा एवं अधिवेशन सम्पन्न भएको समाचार छ ।

पुचःका उपाध्यक्ष शाक्यन शाक्यले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा सचिव स्वयम्भू शाक्यले वार्षिक प्रतिवेदन सुनाउनु भएको थियो ।

मित्रराष्ट्र इन्डोनेसिया स्थित बौद्ध विहारका संघनायक भिक्षु प्रा. राज ओराचार्न लगायत अन्य २ जना भिक्षुहरू एवं इन्डोनेसियाका माननिय सांसद श्री मुरदाया विरदया विमारता ज्यू र उहाँकी श्रीमती सीतीहातीती चाक्रा मुरदया आदि अतिथिहरूलाई पुचःका अध्यक्ष धर्मरत्न शाक्यले खाडा चढाई स्वागत गर्नुभएको उक्त सभामा इन्डोनेसियाली माननिय सांसद, रामकृष्ण वैद्य, संघरत्न शाक्य, पद्म सुन्दर शाक्य, तीर्थराज वज्राचार्य र धर्मरत्न शाक्य आदिबाट शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएका थिए भने डा. प्रकाश सुवालले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो । कार्यक्रम उत्तमतारा वज्राचार्यले सञ्चालन गर्नुभएको थियो ।

युवा बौद्ध पुचः भक्तपुरको हालको कार्यसमितिमा निर्वाचित पदाधिकारीहरू यसरी रहेको कुरा उल्लेख गरिएको छ ।

अध्यक्ष- शाक्यन शाक्य, उपाध्यक्ष- डा. प्रकाश सुवाल, स्वयम्भू रत्न शाक्य, सचिव- प्रताप मानन्धर, सहसचिव- पुरुषोत्तम शिल्पकार, कोषाध्यक्ष- रत्ना वज्राचार्य, सह-कोषाध्यक्ष- उत्तमतारा वज्राचार्य, सदस्यहरू- भूवन गोसाईं, श्रृजना शाक्य, सञ्जय शाक्य आदि । नि.व. अध्यक्ष- धर्मरत्न शाक्य ।

श्रद्धाञ्जली

अनिच्चावत संस्वारा उप्पादवय धम्मिनो
उपज्जित्वा निरुज्जन्ति तेसं ऊपसमो सुखो



मदुमह कृष्ण माया महर्जन

बुदिं - वि.सं. १९८० भाद्र कृष्ण अष्टमि
मदुगु दिं - वि.सं. २०६२ पौष ३ गते तृतीया, आइतवार
ज्याठा खा:वहा: येँ ।

आकाभाकां मदुमह जिमि जहान **कृष्ण माया महर्जन**या गुणानुस्मरण यासे
सश्रद्धा पुण्य देछानाटवना ।

जहान - कुलबहादुर महर्जन

कायपिं - भौपिं

लुम बहादुर महर्जन -

लोक बहादुर महर्जन - जगमाया महर्जन

राजाभाई महर्जन - कृष्णदेवी महर्जन

हीरा कान्छा महर्जन - सानुमाया महर्जन

मृत्याय - खेमावती गुरुमां

छयपिं-

इन्द्रमान, कीरण, विजु, राम, लक्ष्मण, अजिव, मदन, अर्पण, हरिमाया, तारा लक्ष्मी,
इन्देश, चन्तालक्ष्मी, विजय लक्ष्मी, हीरालक्ष्मी, पञ्चकुमारी