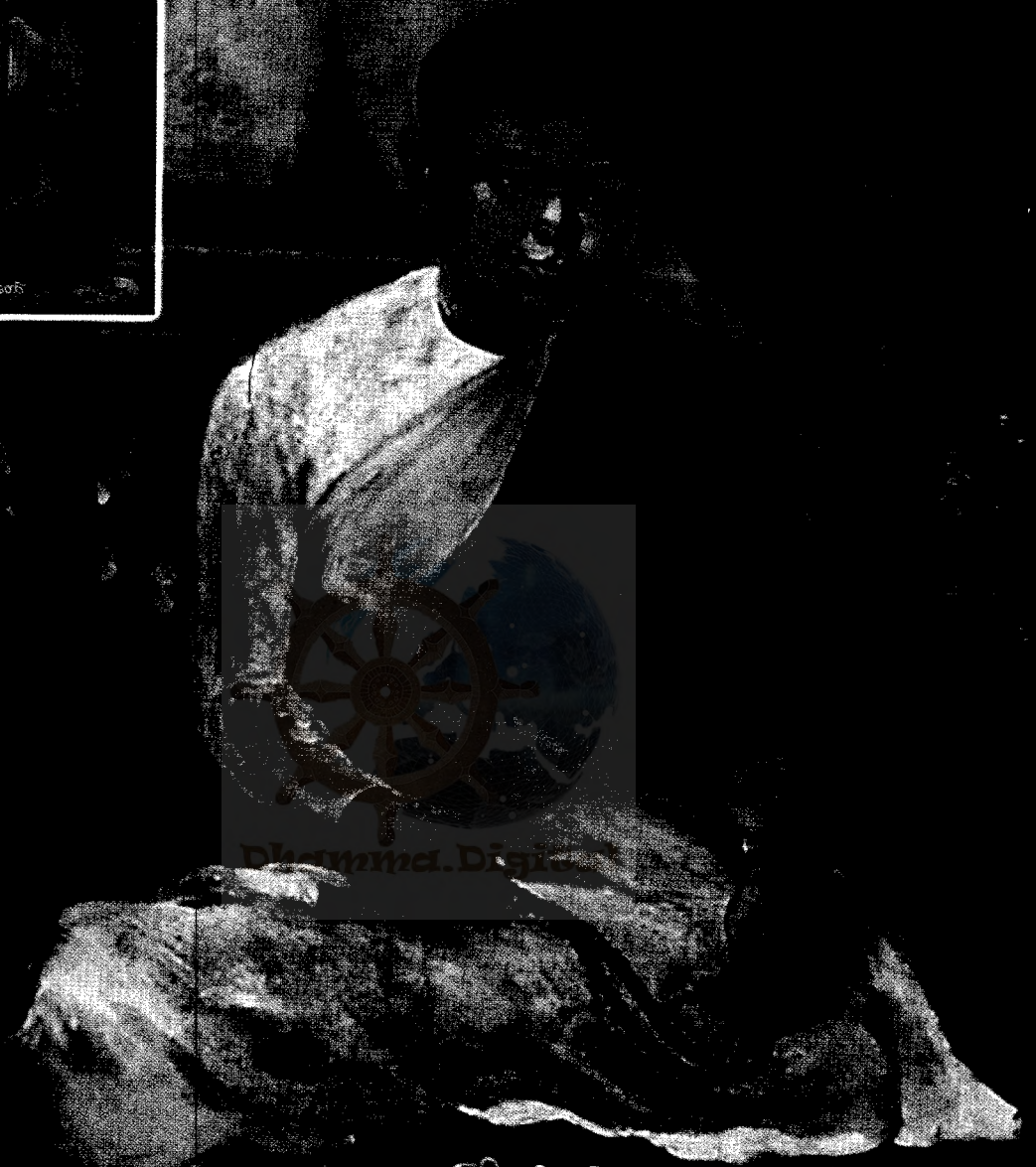


वै
शा
रु
पू
र्णि
मा
वि
शे
षा
ऋ



ॐ नमो भगवते वासुदेवाय



The Dharmakirti धर्मकीर्ति

वर्ष-२३, अङ्क-२

बुद्ध सम्वत् २५४८

निर्माण जगतमा युवावतकारी आयात

हिमाल

TMT CORE

Dhamma.Digital

हिमालले प्राप्त गरेको छ नेपालमा टेम्पकोर प्रविधिको एकमात्र अधिकार

TMT स्टीलको अन्वेषक CRM बेल्टिजियमले टेम्पकोर प्रविधिको लागि हिमाल स्टीलसँग एकमात्र अन्वेषक गरेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा समेत प्रशंसित टेम्पकोर प्रविधिको हिमाल टेम्पकोरबाट बनाउनुकोस हरेक निर्माण अग्न बढी सुरक्षित ।

थप विशेषता:

- मूल्यमा पारदर्शिता
- हरेक बण्डलमा सही तौल द्याग
- उद्योगको ब्याट बिल

- ३ अत्यधिक विश्वसनीयता : CRM बेल्टिजियमको अत्याधुनिक प्रयोगशालामा उपयुक्त साबित गरिएको मात्र किटो मर्मित भएकोले अन्यको तुलनामा अत्यधिक विश्वसनीय ।
- ३ अत्यधिक शक्तिशाली : साधारण स्टील जस्ता बढी शक्तिशाली ।
- ३ पैसाको बचत : उच्चकोटीको स्टील भएकोले अब साधारण स्टीलको तुलनामा कम खपत हुन्छ र जोडोबन्ध तपाईंको पैसा ।

हिमाल

बढी
हिमालले सुरक्षित घर बनाउँछ ।



हिमाल गायरन एण्ड स्टील (प्रा.) लि

सुदूर पश्चिम प्रदेश, कैलाली जिल्ला, अर्घाखाँची जम्मा, पोखरा-११, फोन: ९७७७७७७७, मोबाइल: ९७७७७७७७, एमएस: ९७७७७७७७



प्रमुख व्यवस्थापक
विद्यासागर रञ्जित

फोन: ४२५ ८९५५, ४२२ ४९९२

व्यवस्थापकहरु

चिनीकाजी महर्जन

फोन: ४२५ ३१६२

जासिन्द्र महर्जन

फोन: ४२७ ६९०८

सह व्यवस्थापक

धुवरान् स्थापित

रक्षपादक

भिक्षुणी वीर्यवती

फोन: ४२५ ९४६६

प्रथम रक्षपादक

भिक्षु अश्वघोष महास्थविर

फोन: ४२५ ९९१०

प्रकाशक र विशेष सल्लाहकार

भिक्षुणी धम्मवती

फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी

धर्मकीर्ति विहार

श्रीधर नघटोल

e-mail: dharmakirtivihar@mail.com.np

पोष्ट बक्स नं. ४९९२

काठमाडौं

फोन: ४२५ ९४६६

बुद्ध संस्वत् २५४९

नेपाल संस्वत् १९२५

इस्वी संस्वत् २००५

विक्रम संस्वत् २०६२

विशेष सदस्य	रु. १०००/- वा सो भन्दा बढी
वार्षिक	रु. ७५/-
यस अङ्को	रु. १५/-



धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

2549th VAISAKH FULL MOON DAY

23rd MAY 2005

वर्ष- २६	अङ्क- २	लाभिय पुत्री	ज्येष्ठ २००५
----------	---------	--------------	--------------



★ उत्तम पत्न्या भई जन्म लिनु दुर्लभ छ, जन्मेर पनि जीवित रहनु कठिन छ। जीवित रहे पनि धर्म श्रवण गर्नु कठिन छ र बुद्धको जन्म हुनु पनि दुर्लभ छ।

★ कुनै पाप नगर्नु, पुण्य संचय गर्नु र आफ्नो चित्तलाई शुद्ध गर्नु यही बुद्धहरूको शिक्षा हो।

★ सहनशील, र क्षमाशीलता परम तप हुन्, बुद्धहरू निवाणलाई परमपद भन्दछन्, अर्कोलाई घात गर्ने अर्कोलाई पीडा दिने प्रवृत्तित सच्चा साधु होइन।

★ कसैलाई निन्दा र हिंसा नगर्नु, पीडा बढिनु, प्रतिमोक्षका शीलहरू पालन गर्नु, आहारमा मात्राको ज्ञान राख्नु, एकान्त बास गर्नु र चित्त शुद्धिको निम्ति योग गर्नु यही बुद्धहरूको शिक्षा हो।

बुद्ध पूर्णिमा विशेषाङ्क

सर्वप्रथम २५४८ औं बुद्ध पूर्णिमाको शुभ उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण देशवासीहरूमा धर्मकीर्ति पत्रिका शुभकामना व्यक्त गर्दछ ।

बुद्ध पूर्णिमा विशेषाङ्कको रूपमा प्रकाशित धर्मकीर्ति पत्रिकाले सम्पादकीयको रूपमा यस अङ्कमा आफ्नो छोटो मन्तव्य पोस्ने जमर्को गरेको छ ।

धर्मकीर्ति पत्रिका धर्मकीर्ति विहारको मुखपत्र हो । यसले अब २२ वर्ष पार गरी २३ वर्षमा टेकिसकेको छ । २३ वर्ष सम्म निरन्तर धर्मकीर्ति पत्रिका प्रकाशन गर्न पाउँदा धर्मकीर्ति विहारलाई गौरव अनुभव हुनु त स्वभाविक नै भयो ।

बुद्धको सही धर्मप्रचार गर्नु नै यस पत्रिकाको प्रमुख लक्ष्य रहेको छ । अर्को शब्दमा भन्ने हो भने मानिसलाई बौद्ध विद्वान बनाउनु भन्दा पनि उनीहरूलाई बुद्धको सही अनुयायी र असल मानिस बनाउनु नै यसको उद्देश्य हो । अरुको हाहामा लागी परम्परावादी बन्ने सिद्धान्तलाई यसले स्विकार्दैन ।

यस पत्रिकाको दोश्रो लक्ष्य धर्मकीर्ति विहारको रचनात्मक धार्मिक गतिविधिहरूलाई प्रचार गर्नु हो । धेरै जसो उपत्यका बाहिरका ग्राहकहरू धर्मप्रचार गतिविधि र कथाहरू पढ्न रुचाउँछन् भने कोही अभिधर्म र आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग जस्ता गम्भीर दर्शन सम्बन्धी विषयहरू पढ्न इच्छुक देखिन्छन् ।

यसको अर्को उद्देश्य परम्परावादी मिथ्यादृष्टिबाट मुक्त समाज बनाउनु हो । त्यसैले हामीले अखबारमा प्रकाशित रचनात्मक र सही दृष्टि सहितका समाचारलाई पनि प्राथमिकता दिने गरेका छौं ।

यी विभिन्न लक्ष्यहरू बोकी प्रकाशित यस पत्रिकाले कतिपय पाठकवर्गहरूलाई चित्त बुझाउन र सन्तुष्ट पार्न नसकिरहेको पनि हुनसक्छ । जे होस् हालसम्म पाठकवर्गकै माया, आर्थिक सहयोग र ग्राहक बनाउँदै सेवा पुऱ्याइरहनु भएका वितरक महानुभावहरूको स्वच्छ हृदय सहितको निस्वार्थ सहयोगले गर्दा पनि यस पत्रिकाको प्रकाशन कार्यले हालसम्म निरन्तरता पाइरहेको देखिन्छ ।

नाफाको लागि यस पत्रिका प्रकाशन भइरहेको त अवश्य पनि होइन । त्यसकारण भरसक ग्राहक शुल्क नबढाउने पक्षमा छौं । (घाटा सहँदै) वार्षिक रु. ७५/- मा यस पत्रिका प्रकाशन भइरहेको छ ।

भक्ति मार्गलाई भन्दा ज्ञानमार्गलाई प्राथमिकता दिँदै हामी सबैले आफ्नो निस्वार्थ भावना अगाडि बढाउँदै शान्तिनायक बुद्धको अमूल्य शिक्षा प्रचार गरी जनमानसमा शान्ति छर्न सकौं ।

२५४८ औं बुद्ध पूर्णिमाको उपलक्ष्यमा सबै प्रति धर्मकीर्तिको यही शुभ-कामना रहेको छ ।

॥ भवतु सब्ब मंगलं ॥

◦ विषय सूची ◦



भगवान बुद्धको जन्मभूमि-लुम्बिनी; बुद्धत्व प्राप्त-बुद्धगया र
महापरिनिर्वाण प्राप्त-कुशीनगर ।

कभर फोटो :

बर्मा (म्यानमार) देशकी तत्कालिन सैण्डौ महारानी (इन्सेटमा)
र सैण्डौ महारानी प्रव्रजित गुरुमा हुनुभएपछि

क्र.सं	विषय	पृष्ठ
१.	बुद्ध वचन	१
२.	सम्पादकीय-बुद्ध पूर्णिमा विशेषाङ्क	२
३.	भगवान अरहन्त हुनुहुन्थ्यो	५
४.	बुद्धया शरणाय वने	७
५.	बुद्ध धर्म	८
६.	धम्मपद-१७९	११
७.	विधि	१२
८.	अहिंसा	१३
९.	बोधिवृक्षको कथा	१४
१०.	सैण्डौ महारानी प्रव्रजित गुरुमा हुनुभयो	१५
११.	राजकुमार सिद्धार्थ र बुद्धत्व	१७
१२.	बुद्ध पूर्णिमा कसरी अनाऔं ?	१९
१३.	छल गर्नखोज्दा आफैँ छलियो	२०
१४.	मीगु कर्तव्य	२१
१५.	बुद्ध एशियाको ज्योति कि विश्वकै ज्योति ?	२२
१६.	बुद्ध व जि	२२
१७.	बौद्ध दर्शनको शान्ति र अहिंसा मानव मात्रले ग्रहण...	२३
१८.	स्वार्थ-पुन्हीया-भिन्तुना	२४
१९.	बुद्ध दर्शनको सान्दर्भिकता	२५
२०.	बुद्ध-प्रकृति र बुद्धत्व प्राप्ति	२६
२१.	बुद्ध र वैशाखी पूर्णिमाको सान्निध्य	२८
२२.	बोधिसत्वया आकांक्षा	२९
२३.	शुभकामना !	२९
२४.	वैशाख पूर्णिमा र तीर्थयात्राको स्मरण	३०
२५.	नवजात शिशु र सुत्केरीको उद्धार	३२
२६.	जीवविज्ञान नारी जातिको नियति होइन	३३
२७.	सद्धर्म के हो ? - ५	३५
२८.	योगाभ्यास विधि - ९	३६
२९.	लुम्बिनी हाम्रो गौरव	३७
३०.	आध्यात्मिक स्वतन्त्रता	३८
३१.	बुद्ध-धर्म बसल सूत्रं क्यनातःगु अमनुष्य ज्वीगु पहः	३९
३२.	निन्दा	४०
३३.	अशान्ति	४०
३४.	मनूतयेगु पहः	४१
३५.	शिद्धि प्राप्त यायेगु लक्ष्य	४२
३६.	देश भर बुद्ध भगवानको शान्तिको लहर फिजियोस्	४४
३७.	धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू	४४
३८.	Buddhism and its relevance to the	४५
३९.	न्त्यलं चायकी	४८
३९.	The Buddha's Law of Decreasing Misery	४९
४०.	Anapana and My experience with it	५१
४१.	Do's & Don'ts	५२
४२.	धर्मकीर्ति विहार - गतिविधि	५३
४४.	धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको वार्षिक कार्यक्रम	५४
४५.	धर्म प्रचार - समाचार	५७



**२५४८ औं बुद्ध पूर्णिमाको
सुखद उपलक्ष्यबाट सम्पूर्ण नेपाली
जनताले सुख एवं शान्तिको
श्वास फेर्ने सुअवसर प्राप्त गर्न सकुन् ।**

द्रव्यमान सिंह (भाइराजा) तुलाधर

बसुन्धरा तुलाधर

जय नेपाल, लालकलोनी, काठमाडौं ।

भगवान् अरहन्तं हुनुहुन्थ्यो

■ सत्यनारायण गोयन्का

अरि को अर्थ हुन्छ शत्रु । हन्तको अर्थ हुन्छ हनन् गर्ने, विनाश गर्ने । यसर्थ अरहन्त अथवा अरिहन्त (अर्हत) को अर्थ त्यो व्यक्ति जसले आफ्नो दुश्मनलाई हनन् गरेको अर्थात् त्यसलाई विनाश गरेको भन्ने हुन्छ । शत्रु को हो त ? कोही बाहिरी व्यक्ति कसैको दुश्मन हुन सक्दैन । असली दुश्मन त आफू भित्र नै हुन्छ । सही अर्थमा भन्ने हो भने आफू भित्रको मनोविकार नै व्यक्तिको वास्तविक दुश्मन हुन्छ । अतः जसले आफू भित्रको सारा मनोविकारलाई नष्ट गर्दछ उही सही अरहन्त हो । भगवान् बुद्ध पनि यही अर्थमा अरहन्त हुनुहुन्थ्यो । सबै प्रकारका विकारहरूलाई जन्म हुने प्रश्रय दिने प्रमुख विकार मोह हो । मोह अर्थात् अज्ञान, अविद्या । अन्य विकार कहिले जाग्यो होश नै हुँदैन । प्रत्येक विकार त्यतिकै कष्टदायक हुन्छ । क्लेशदायक हुन्छ । होश छ भने कसैले आफूलाई कष्ट किन दिन खोज्छ ? किन क्लेश बनाउन खोज्छ ? जब बोधि जाग्छ तब होश जाग्दछ - भित्रको होश । तब अज्ञान हट्दै जान्छ । अन्धकारमा उत्पन्न हुने विकार स्वतः टाढा हुँदै जान्छ । मोहको अन्धकारमा जन्मने र उत्पन्न हुने विकारहरूमा प्रमुख राग र द्वेष हुन् । अन्य सारा विकार यी दुई विकार बाट नै उत्पन्न हुने सन्तान हुन् । अतः जसले राग, द्वेष र मोहलाई नष्ट गर्दछ, त्यसको जरासम्म उखालेर फ्याक्छ ऊ सारा विकारबाट मुक्त हुन्छ । बुद्ध यस्तै विकारबाट विमुक्त अरहन्त हुनुहुन्थ्यो ।

यो खो, आवुसो, रागक्खयो, दोसक्खयो,
मोहक्खयो - इदं बुच्चति अरहन्तं ।

(सं.नि. २.४.३१५, अरहन्तपञ्चासुत्त)

- आयुष्मान्, यह जो रागक्षय, द्वेषक्षय, मोहक्षय हुन्छ त्यसलाई अरहत्त्व भनिन्छ ।

भित्र विकारको गाँठो बनिरहेको हुन्छ जसबाट मानिस ग्रस्त हुन्छ । अविद्याको अन्धकार हट्यो भने अथवा राग द्वेषको विकार हट्यो भने अन्य आश्रव अर्थात् विकार हरू पनि हट्दै जान्छ । भित्रको गाँठो आफै फुटिकदै जान्छ र नितान्त निर्मल हुनथाल्छ । यस्तो व्यक्ति नै सारा दुःखबाट विमुक्त हुन्छ ।

यस्स रागो च दोसो च, अविज्जा च विराजिता ।
खीणासवा अरहन्तो, तेसं विजटिता जटा ।

(सं.नि. १.१.२३, जटासुत्त)

- जसको राग र द्वेष हटिसक्यो, अविद्या खतम भइसक्यो, ऊ क्षीणासव भएको अरहन्त व्यक्ति जटाबाट पूर्णतः मुक्त भइसकेको हुन्छ ।

अविद्या हट्यो भने राग हुँदैन । राग भएन भने द्वेष हुँदैन । अरहन्त भयो भने द्वेष हुँदैन । द्वेष हट्यो भने रागबाट, अविद्याबाट र अन्य सबै प्रकारका द्वेषहरूबाट स्वतः मुक्त हुन्छ जो व्यक्ति दोषबाट र द्वेषबाट मुक्त हुन्छ उसैलाई अरहन्त भनिन्छ । यस्तो व्यक्तिको क्लेश नष्ट भइसकेको हुन्छ, पुनःजन्म हुने भयानक दुःख विपाक, भविष्यमा जन्म जरा र मृत्यु दिलाउने पापमय अकृशल धर्म हटिसकेको हुन्छ । यस्तो व्यक्ति निर्मल निर्लिप्त हुन्छ । अनासव हुन्छ ।

सुखिनो वत अरहन्तो, तण्हा तेसं न विज्जति ।

- अरहन्त व्यक्ति सुखी हुन्छ, किनकि तिनमा तृष्णा अर्थात् राग, द्वेषको नामोनिशान हुँदैन ।

तिनमा न प्रिय वस्तु प्राप्त गर्ने रागरूपी तृष्णा हुन्छ, न अप्रिय वस्तु देखि टाढा रहने द्वेषरूपी तृष्णा हुन्छ ।

एक पटक भगवान् आलवी राष्ट्रमा गाई आवागमन गर्ने बाटो छेउको रुख मुनी स्याउलाको आसन विछाएर आराम गरिरहनु भएको थियो । त्यस समयमा हत्यक आलवक घुम्दै त्यहाँ आइपुगे र उसले भगवानलाई देखेर सोधे भगवान के तपाईं सुख पूर्वक सुत्नु भयो ? भगवानले उत्तर दिनु भयो- अँ, कुमार म सुखपूर्वक सुतेँ । भगवानले अगाडि भन्नुभयो, संसारमा सुखपूर्वक सुत्नेहरू मध्ये म पनि एक हुँ । फेरि आलवकले भन्यो- हेमन्त ऋतुको यस्तो जाडो रात छ । माघ फागुनको यस्तो समय छ । अहिले हिमपात हुने मौसम छ । गाईको खुरले मजबुत बनाएको यस्तो भूँइँ त्यसमाथि स्याउलाको पातलो बिच्छुयौना । रुखमा पातहरू निकै कम छन्, चारैतिर बगेको ठण्डी हावा त्यसमाथि तपाईंको पातलो काषाय वस्त्र, तपाईं कसरी सुख पूर्वक सुत्नु भयो ?

भगवानले भन्नुभयो— एक जना गृहस्थ व्यक्ति बन्धुकोठामा नरम र बाक्लो बिछुर्यौनामा तकिया राखेर सिरक ओडेर सुत्छ तर उनी काम रागको अग्नीले जलेको हुनसक्छ अथवा रागजन्य दाह उत्पन्न भएको कारण त्यसबाट जलेर दुःख पूर्वक सुत्छ ।

तथागतको राग प्रहीण भईसक्यो, नष्ट भईसक्यो रागको जरा उखेलिसक्यो, टाउको काटिएको ताड रुख भई अब त्यसमा केहि पनि उब्जिने छैन । यस्तो वीतराग अरहन्त सुख पूर्वक नै निदाउँछ ।

एउटा अर्को प्रसङ्ग

अनाथपिंडिकले राजगृहमा भगवानलाई पहिलो पटक भेट्न गएको समय थियो । रात बित्न अझै बाँकि थियो भगवान खुला ठाउँमा चक्रमण गरिरहनु भएको थियो उनले भगवान संग सोधे— भन्ते, भगवान के तपाईं सुख पूर्वक सुत्नु भयो ?

यस्को उत्तर दिनु हुँदै भगवानले भन्नु भयो— जो अनासक्त भइसकेको छ, जो निर्मल भईसकेको छ उनी काम रागमा लिप्त हुँदैन र निर्वाणको परिपूर्ण साक्षात्कार गरेको व्यक्ति सधैं सुखपूर्वक सुत्छ । सारा आसक्ति नष्ट गरेर, भय दूर गरेको व्यक्ति सधैं सुख पूर्वक नै सुत्दछ । मुक्त, अनासक्त, अरहंत सुख पूर्वक नै निदाउँछ ।

जो अरहंत भइसक्यो उसले अट्ट अथवा “मम” अर्थात् ‘म’ र ‘मेरो’ भन्ने शब्दको प्रयोग त गर्दछ तर त्यो केवल लोक व्यवहारको लागि मात्र हुन्छ । अहं, ममं मा उसलाई कुनै आसक्ति हुँदैन । नितांत अनासक्त भाव राखेर लोक व्यवहारको लागि यी शब्दहरूको प्रयोग गर्दछन् किनकि अब उनी संसार प्रति सर्वथा निर्लिप्त हुन्छ, निःसंग हुन्छ, निरासक्त हुन्छ ।

भगवान बुढलाई भेटेर परिव्राजक सभियले आफ्नो उद्गार यसरी व्यक्त गरे कि सुन्दर श्वेत कमल जसरी पानीमा अलिप्त रहन्छ त्यस्तै भगवान पुण्य र पाप दुबैबाट अलिप्त छ ।

तथागत दश विषयहरूबाट निरासक्त, निस्संग र विमुक्त रहेर विहार गर्नु हुन्छ । रुप, वेदना, संज्ञा, संस्कार, विज्ञान, जाति, जरा, मरण, दुःख र क्लेश यी दश प्रकारका विषयहरूबाट निर्लिप्त, निरासक्त, निःसंग र विमुक्त रहेर विहार गर्नु हुन्छ । यस्तो निर्मल, निःसंग र

निर्लिप्त ब्यक्तिले कुनै गोपनीय काम गर्न नै सक्दैन । लुकि-छिपी कुनै पापमय दुष्कर्म गर्न सक्दैन । वास्तवमा यस्तो ब्यक्तिलाई पाप-कर्म गर्ने अवस्था नै आइपरेन त्यसैले सुखपूर्वक अगोपनीय रहेर जीवन यापन गर्दछ । यस अर्थमा त्यस ब्यक्तिलाई अरहं भनिन्छ ।

जो ब्यक्तिले दुष्कर्म गर्दैन, उसले के लुकाउने ? जस्को मानसिक, वाचिक र कायिक कर्ममा कुनै भ्रिषमता छैन, दुर्व्यवहार छैन यस्तो ब्यक्तिले खुला र स्पष्ट जीवन जिउँदछ । जो व्यक्ति एउटा सोचेर अर्को भन्छ, गर्छ अर्को भने त्यस्तो ब्यक्तिले बाहिर-बाहिरबाट आफूलाई ढाक-छोप गर्नु पर्ने हुन्छ, आफूलाई धर्मात्मा देखाउन देखावती बन्नु पर्ने हुन्छ भित्रबाट कुकर्म गरिरहेको हुन्छ । परन्तु, अरहन्त ब्यक्तिले यस्तो किन गर्छ ? ऊ त बाहिर र भित्र एक समान हुन्छ । उसको जीवन स्वच्छ, स्पष्ट र पारदर्शी हुन्छ । उसले भन्नु र गर्नुमा कुनै भेद भाव गर्नु आवश्यक नै पर्दैन । कसैले जाँचेर हेरे पनि कशीमा घोटेर हेरे पनि उसलाई केहि फरक पर्दैन, उसको जीवनमा लुकाउनु पर्ने छोप्नु पर्ने केहि हुँदैन । त्यसैले अरहंत “अरहंत” हुन्छ । जो पूज्य हुन्छ, वन्दनीय हुन्छ । त्यसैले संसारमा उनी जिन कहलाउँछ । भगवान जिन हुनुहुन्छ । जस्ले आश्रवक्षय अवस्था प्राप्त गरिसक्यो सबै पापलाई जितीसक्यो ।

भगवान कसरी जिन हुनुभयो ?

बोधि-वृक्ष मुनि देव-पुत्र मृत्युराज मार माथि विजय प्राप्त गर्नु भई भगवान जिन हुनुभयो । पापी मारलाई पराजय गरेर बुद्ध विजयी हुनुभयो । परन्तु यो विजय कुनै सांसारिक शस्त्र धारण गरेर होइन, धर्मको अनुपम शस्त्र द्वारा भएको हो । भगवान बुद्धले आफ्नो अनेक पूर्व जन्ममा सचित गर्नु भएको पारमिताको बल द्वारा मार माथि विजय हासिल गर्नु भएको हो । यो धर्ममय जीत आफू भित्र उपलब्ध गर्नु पर्छ । बाहिरको युद्ध भूमिमा बित्ने ब्यक्ति सही अर्थमा जिन होइन । हजारौं पटक हजारौंलाई संग्राममा जित्नु भन्दा स्वयं आफूलाई जित्नु उत्तम हुन्छ । बुद्धले स्वयं आफूलाई जित्नु भयो आफ्नो मनको विकारलाई जित्नु भयो यहि श्रेष्ठ जीत हो । अन्य प्रजालाई जित्नुको अपेक्षा आफू माथि विजयी प्राप्त गर्नु श्रेष्ठ हुन्छ ।

अरहन्त प्राप्त गरेको व्यक्ति मृत्युराजको मारको क्षेत्रबाट बाहिर निस्कन्छ, उनको भव-भ्रमण छुट्दछ । अब

बुद्धया शरणाय वने

■ छत्रराज शाक्य, तानसेन

बुद्धया शरणाय वने भी सकल,
धर्मया शरणाय वने भी सकल,
संघया शरणाय वने भी सकल ।

राग व द्वेष तंका छवये माल,
लोभ व तृष्णा बसे तये माल ।
मैत्री व करुणा वृद्धि याये माल,
मुदिता व उपेक्षाय च्वने सयके माल ।

बुद्धया शरणाय वने भी सकल
धर्मया... संघया...

ध्वः चंचल मन यात बसे तयेत,
आनापाना भावना याये माल भीसं ।
दुःख व अनित्य ध्वीकेत थन,
बिपश्यना भावना याये माल भीसं ।

बुद्धया शरणाय वने भी सकल
धर्मया... संघया...

चित्त भिकेत, ध्वःहे लँपु वने माल,
उपेक्षाय वनेत, ध्वःहे लँपु वने माल ।
धर्म ध्वीकेत, ध्वःहे लँपु वने माल
निर्वाणाय ध्यने त, ध्वः हे लँपु वने माल ।

बुद्धया शरणाय वने भी सकल
धर्मया... संघया...

मूलसुधार

जन्म मरण चक्र स्रष्ट भइसकेको हुन्छ । यो जन्म नै अर
हन्तको अन्तिम जन्म हुन्छ यस जन्मको मृत्यु नै उसको
अन्तिम मृत्यु हुन्छ । पुनः न अब कुनै जन्म हुन्छ न कुनै
मृत्यु नै हुन्छ । अरहंत भएको व्यक्तिको यहि बोधि हो कि
उस्ले जन्म मरणको भवचक्रलाई आफ्नो अनुभवद्वारा
जानेको हुन्छ यस भवचक्रको कारणलाई आफ्नो अनुभव
द्वारा थाहा पाउँदछ र त्यसको कारणलाई हटाउने प्रयास
गर्दछ र भवचक्रलाई तोड्दछ ।

गहकारक दिट्ठोसि, पुन गेहं न काहसि ।

- घर बनाउनेलाई देखिसकें अब नयाँ घर बनाउन
सक्दैन । संसारकी श्रृजना गर्ने वा मृत्यु पछि फेरि जन्म
दिलाउने न कोहि देवता छ न ब्रह्मा नै । हेतु-प्रत्यय अर्थात
कारण र कार्य को नियम अनुसार स्वतः प्रवर्जित हुन्छ ।
अर्थात प्रकृतिले बनाएको नियम अनुसार स्वतः भवचक्र
चलिरहन्छ । बार-बार जन्मनु र बार-बार मर्नु, बार-बार
चितामा जल्नु-यो क्रम चलिरहन्छ । परन्तु जन्म मरणको
यस चक्रलाई तोडेर व्यक्ति बुद्ध बन्दछ, अरहंत बन्दछ ।
भगवान यी सबै बन्धनबाट मुक्त हुनुहुन्थ्यो ।

(साभार : 'विपश्यना' वर्ष-१९; अङ्क-३)

१) धिबु अश्रमघास	रु. ४०००-
२) कृष्ण द्वार स्थापित	रु. २०००-
३) पुण्य सक्क्य	रु. ११००-
४) कान्ठाकाज मुलाघर	रु. ६०५-
५) देशरत्न कसा	रु. ६००-
६) जगतरत्न कसा	रु. ६००-
७) हीराप्रभा कसा	रु. ४००-
८) रत्नदेवी	रु. ४००-
९) सिद्धी कछुदुर मानन्धर	रु. ४००-
१०) शोभाकुमार चित्रकार	रु. ३००-
११) जुजुभाई मुलाघर	रु. २००-
१२) रामचन्द्रनिह वडाचाय	रु. १००-

बुद्धया शरणाय वने भी सकल
धर्मया... संघया...

बुद्ध धर्म

■ हिराकाजी हाँगल, पाटन

बुद्धको अर्थ प्रज्ञा ज्ञानको भण्डार हो । उहाँले कल्प कल्पको समय सम्म प्राणिहरूको स्वभावलाई अध्ययन गरी यो ज्ञान प्राप्त गर्नु भएको हो । तसर्थ उहाँसंग सम्पूर्ण परमार्थ र प्रज्ञा धर्मको ज्ञान छ । उहाँले बोधीज्ञान प्राप्त गरी मानिसहरूलाई शान्तसंग वस्नसकिने धेरै ज्ञानका कुराहरू समाजलाई प्रदान गर्नु भएको छ ।

जीवित तथा निर्जीव वस्तुमा भएको आन्तरिक स्वभावलाई धर्म भनिन्छ । जीवित प्राणीमा दुई प्रकारका मूल स्वभाव पाईन्छन् । रूप धर्म भनेको बाह्य आकार प्रकारले ईन्द्रियबाट देख्न सकिने स्वभाव हो । यहि रूप धर्मको माध्यमबाट शरीरमा भएको ईन्द्रियसंग बाह्य वस्तुको ठक्कर लाग्दा उत्पन्न हुने तरंग वेदना हो । यहि वेदनाको स्वभावलाई संज्ञाले ठूलो सानो गरी विभेद गरेको छ ।

नामधर्म भनेको आन्तरिक स्वभाव भएकोले ईन्द्रियबाट देख्न सक्दैन । बाह्यरूप धर्म र इन्द्रियको ठक्करले उत्पन्न भएको वेदना र संज्ञाको फल स्वरूप मनमा उत्पन्न मन लागेको र मन नलागेको भनि छुट्याउने शक्ति संस्कार हो । यसरी छुट्याउँदा मन लागेको वस्तुलाई फेरि-फेरि उत्पन्न गर्न प्रयत्न गर्ने विज्ञान हो । विज्ञानलाई चित्त पनि भनिन्छ ।

रूप धर्म निम्न चार वस्तुले बनेको छ—

- (१) पथवी धातु— भारीपनको स्वभाव हो । यसलाई तौलमा नापिन्छ ।
- (२) आपो धातु— एक अर्कोमा टांसीने स्वभाव हो । यसमा तरलताको गुण हुन्छ ।
- (३) तेजोध्वातु— यो जीर्णभैजाने स्वभाव हो । यसमा तापमानको गुण हुन्छ ।
- (४) वायु धातु— अन्यवस्तुलाई चलाउने स्वभाव हो । यसलाई प्रेसरबाट नापिन्छ ।

उपरोक्त वस्तुहरू ठोस पदार्थ, तरल पदार्थ, प्रकाश र ग्यास पनि भनिन्छ । बुद्धले मानव समाजलाई धेरै लाभ दायक ज्ञान दिनुभएको छ । त्यस मध्य चार प्रकारको स्मृति प्रस्थान ध्यानले मनुष्यलाई शान्त र सौम्य बनाउन सिकाईन्छ । यी ध्यानको अभिप्राय मानिसलाई सचेत र सौम्य बनाउन सिकाईन्छ । यी ध्यानको अभिप्राय

मानिसलाई सचेत र सम्बेदनशील बनाउनु हो । सचेत र सम्बेदनशील व्यक्तिले आफ्नो विवेकलाई कहिल्यै हराउन दिन्दैन । स्मृति वृद्धी गरी योगीले सबै प्रकारको भौतिक वस्तुमा अनित्यता बोधगरी अनित्यता नै दुःखको मूल कारण हो भनि मनले राम्रोसंग निर्णय गर्न सकेमा यहि ध्यानबाट निम्न फाइदाहरू उपलब्ध गर्न सकिन्छ ।

स्मृती प्रस्थानको परीभाषा यसरी दिनु भएको छ—
“एकायनो अयं भिक्खवे मग्गो (१) सत्तानं विसुद्धिया - यसले सत्त्व प्राणीहरूको चित्त शुद्ध स्वच्छ बनाईदिन्छ । स्मृति गहीरो भएको व्यक्तिमा मनमा नाना प्रकारको खराब भावनाहरू आउन सक्दैन । मनलाई निरन्तर रूपमा तत्कालको वर्तमान अवस्थामा बाँधी राखेको हुंदा त्यसले अन्य कल्पना गर्ने समय नै प्राप्त गर्न सक्दैन ।

(२) सोक परीदेवानं समतिक्कभाय— मनले कल्पना गर्ने समय पाएर मात्र शोक गर्ने, शोकमा छटपटी हुने समय पाउने हो । मनले निरन्तर तत्कालको अवस्थाको जानकारी लिई रहने हुंदा बितिसकेको अवस्था सम्झने र त्यसैमा अल्झिराख्ने समय नै हुन्दैन ।

(३) दुःख दोमनस्स अत्थंगमाय— शरीरमा उत्पन्न हुने वेदनाको कारणले दुःख हुन्छ । यसै दुःखको प्रतिक्रिया मन छटपटी हुने दोमनस्स हो । स्मृतिले राम्रोसंग वर्तमान अवस्थाको ख्याल गर्न सकेमा दुःख उत्पन्न भएको एकै छिन पछि नाश भएको पनि देखिन्छ । यसरी निरन्तर उत्पत्ति विनाश देख्ने चित्तले दुःखलाई मात्र च्यापि त्यहि दुःखबाट छटपटिने गर्दैन ।

(४) त्रायस्स अधिगमाय— यसरी उत्पत्ति र विनासको निरन्तरता देखे पछि सबै वस्तुमा भएको स्वभाव धर्मलाई जानकारी भएकोले उसको मनमा दुःख उत्पन्न गर्न नपर्ने ज्ञानको प्रकाश पाउन सकिन्छ । वस्तुमा भएको उत्पत्ति विनासमा उसको ईच्छाले केहि गर्न सक्दैन ।

(५) निब्बाणस्स सच्छि किरियाय— उत्पत्ति हुने नाश हुने भन्ने ज्ञानले गर्दा त्यस वस्तु प्रतिको मोह हुन्दैन । मोह नभए पछि त्यस वस्तु प्रति उपेक्षा भाव बन्ती रहन्छ । उपेक्षा भावले मनको तरंगलाई बढी उथलपुथल गर्न सक्दैन । तसर्थ मन शान्त हुन्छ । यसैलाई निर्वाण अर्थात्

मनमा घोचेको काँडा नभएको भनिन्छ ।

चार प्रकारको स्मृति प्रस्थान के के हो भन्ने कुरा तल उल्लेख गरेको छुँ ।

“(१) कायि कायानुपस्सी विहरति; आतापि, सम्पजानो, सतिमा; विनेय्यलोके अविज्झा दो मनस्स”

योगीले आफ्नो स्मृति पूर्ण रूपले शरीरमा मात्र लगाई राख्नु पर्छ । यस बेला सम्पूर्ण शरीरमा एकै साथ ध्यान दिन सजिलो नभएकोले कुनै एउटा भागलाई केन्द्रीय गरी शरीरमा ध्यान दिन सकिन्छ । यसरी हेर्दा एउटै अंगलाई मात्र नहेरी जहाँ जहाँ सम्वेदनाहरू उत्पन्न भयो त्यहाँ त्यहाँ एक एक गरी हेर्नेलाई आतापि भनेको हो । एक अंगमा लगाई आएको मनलाई विचमा छिन्न भिन्न नहुने गरी क्रमसः अर्को अंगमा ल्याउन सकिन्छ । यसरी शरीरको भाग हेर्दा हेर्दा न्यासो लागी शरीर प्रतिको आसक्ति, माया ममता क्रमशः घट्दै गएको थाहा पाउन सकिन्छ । शरीर प्रतिको माया घटाउनकै लागी यसरी शरीर प्रतिध्यान राख्नु पर्ने हो । आफ्नो अङ्ग हेरी खुशी हुने मनलाई खुशी घटाउदै लगी पूर्ण उपेक्षा गर्नु यो कामको अभिप्राय हो । शरीरमा भएको सम्पूर्ण वस्तुको सबै स्वभावलाई थाहा पाउनु सम्पजानो हो । शरीरमा भएको कुनै पनि वस्तुमा यो एउटा कुरा सैले जान्नु बाँकी छ भनि भन्न नपर्ने गरी जान्नु पर्छ । यसरी जानेको कुरा सत्य तथ्यमा आधारित हुनु पर्छ । आफ्नो कल्पनाले कुनै कुरा थप्नु घटाउनु हुन्दैन । आफ्नो वितर्क र विचारले पनि कुनै कुरा थप्नु घटाउनु हुन्दैन ।

यसरी थाहा पाएपछि यो शरीरको पनि आफ्नै नियम भएको कुरा जान्न सकिन्छ । यसले सबै कुरामा कारण भएर मात्र कार्य भएको निश्चित गर्न सकिन्छ । यसले गर्दा अविज्झा भनेको गल्ती थाहा पाउने (दोमनस्स भनेको शंका उत्पत्ति हुने काम बन्द हुन्छ ।

(२) “वेदनासु वेदानुपस्सी विहरति आतापि, सम्पजानो सतिमा विनेय्य लोके अविज्झा दोमनस्स”

शरीरमा उत्पत्ति हुने वेदनाहरूलाई हेर्दा वेदनामा मात्र ध्यान दिनु पर्छ । कुनै पनि वेदना उत्पत्तिको शुरु देखि एक क्षुद्र क्षण पति चित्तलाई अन्त नपठाई वेदनामा बाँधी राख्नु पर्छ । यसरी चित्त वेदनामा टाँसी एकै हुनु तप हो । एक वेदनाबाट चित्तलाई अर्को वेदनामा सार्दा पनि

चित्तलाई फुत्कन नदिनु आतापि हो । वेदनाको आकार प्रकार र स्वभावलाई थाहा पाउनु सम्पजानो हो । कुनै वेदना उत्पत्ति हुँदा वेदना र उत्पन्न स्थानमा फुलेर आएको जस्तो भान हुन्छ । त्यसलाई कसरी क्रमसः वृद्धी हुन्दै आएको छ त्यसको पनि ध्यान दिनु पर्छ । कुनै वेदना उत्पन्न हुन्दा पेन्चीसले च्यापेको जस्तै ठीचेको अनुभव गर्न सकिन्छ । त्यसलाई पनि कसरी विस्तार विस्तार वृद्धी भै रहेको छ राम्रो संग ध्यान दिइ हेर्नुपर्छ । चित्तलाई एक छिन पनि अन्त जान दिनु हुन्दैन । कुनै ठाउँमा रहेको वेदना सबै एकै ठाउँमा जम्मा भै एक पोका बनि ध्वाक ध्वाक भै थोपा थोपा चुहिएको जस्तो पनि भाण हुन सकिन्छ । त्यसलाई पनि एक एक गरी पोका बनेको तथा थोपा-थोपा गरी घट्दै गएको सम्पूर्ण कुरालाई ध्यान दिनुपर्छ । यसरी वेदना वृद्धी भएको घट्दै गएको सम्पूर्ण कुरालाई सुरु देखी अन्त सम्मको ध्यानलाई सम्पजानो भनिन्छ । यस्तो वेदनाको ध्यान गर्दा पनि आफ्नो कल्पनाबाट कुनै कुरा थप घट गर्न हुन्दैन । आफ्नो वितर्क विचारबाट पछि वेदनालाई यथार्थ सत्यबाट विचलित बनाउनु हुन्दैन ।

यसरी पूर्ण रूपले ध्यान दिन सकेमा वेदना पनि उत्पत्ति विनासको आफ्नै नियम भएको कुरालाई साकार गर्न सकिन्छ । यसरी आफ्नो नियमानुसार वेदना उत्पन्न हुने कुरालाई साकार गर्न सकेमा कारण भएर मात्र कार्य भएको हो भन्ने कुरामा विश्वास हुन्छ । त्यसबेला अविज्झा भनेको थाहा नपाएको कुरामा जानेको थान्ने तथा दोमनस्स भने तरह तरह को विचार निकाल्ने तर्क नास भएर जान्छ ।

“(३) चित्ते चित्तानुपस्सी विहरति, आतापि, सम्पजानो, सतिमा, विनेय्य लोके अविज्झा दोमनस्स”

चित्तलाई ध्यान दिन्दा स्मृतिले चित्तलाई निरन्तर पछ्याई राख्नु पर्छ । चित्तलाई स्मृतिले पछ्याउन सकेमा चित्तको वेगलाई पनि जान्न सकिन्छ । चित्त एकै छिनमा अमेरीका पुग्न सकिन्छ भने एकै छिनमा अफ्रिका पनि पुग्न सकिन्छ । यसको गति नाप्न नै सक्दैन । यो एकै छिनमा आफ्नो मन परेको वस्तु प्राप्त गरी हाँस सकिन्छ भन्ने एकै छिनमा दुःखद घटनालाई सम्झी रुन पनि सकिन्छ ।

यो सम्पूर्ण शरीरलाई नियंत्रण गर्ने काम चित्तले गर्दै आएको छ । चित्तमा असल असल कुराको विचारलाई

छुनु आतापि हो । मनमा कुनै पनि खराब विचारलाई आउन नदिनु वा मनमा उत्पन्न खराब विचारलाई खेल्ने स्थान नदिनु आतापि हो ।

मनमा उठेको सम्पूर्ण विचार कल्पना र तर्कलाई जानी राख्नु सम्प जानो हो । मनलाई स्वच्छ राखी मनमा उठेको कुरालाई नियंत्रण गर्न नसके पछि यो कार्यरूपमा परिणत हुन्छ । मनमा उठेको विचारलाई नियंत्रण गर्न नसकेपछि बोलीमा प्रकट हुन्छ । तसर्थ यहाँ स्मृतिको धेरै निर्देशन हुनु पर्ने हुन्छ । यसरी मनमा उठेको कुरालाई तत्काल थाहा पाउनु नै सतिमा हो ।

मन यसरी छिटो उत्पन्न हुने र यसको गति अति तिब्र भए पछि यसको पनि उत्पत्ति हुने आफ्नै नियम छ । मन पर्ने वस्तुमा लोभ उत्पन्न हुनु यसको स्वभाव हो । मन नपर्ने वस्तु प्रति द्वेष उत्पन्न हुनु यसको स्वभाव हो । यसरी मनको शक्तीलाई र यसलाई नियंत्रण गर्न कठीन कामलाई देखी यसको विषयमा मिथ्या धारणा राखी सोच्नु अविद्या हो । जब सत्यलाई थाहा पाउन सकिन्छ मिथ्या धारणा आउन सक्दैन । यसरी मनको विषयमा मिथ्या धारणा नभए पछि मन छटपटी हुने मन एकत्रित गर्न नसकेको अलमल पर्ने काम हुन्दैन ।

“(४) धम्मे धम्मानुपस्सी विहरति आतापि सम्पजानो सतिमा विनेध्यलोके अविज्झा दोमनस्सं ।”

प्रकृति प्रदत्त नियमनै धर्म हो । यसले कुसलको फल कुसलै हुन्छ भनि निश्चित गरी राखेको छ । यसै कुरामा शंका रहित हुनु धर्ममा आतापि हुनु हो । यहाँ सबै कुरा नाशवान भएकोले अनित्य हो भनी जान्नु धर्म हो । यहाँ कसैको पनि चिताए जस्तो हुन्दैन भनी जान्नु दुःख स्वभावको धर्म जान्नु हो । यहाँ कुनै पनि शास्वत वस्तु छैन भनी जान्नु अनात्म स्वभावको धर्मजान्नु हो । यहि सम्पजानो पनि हो । धर्म अनुसार यहाँ दुःख मात्र छ । सुख भ्रम मात्र हो भनी जान्नु सतिमा हो ।

यसरी नाम धर्म र रूप धर्मको संयोजन भै आएको हुँदा चित्तको उत्पत्ति विनास चलिरहेको छ भनि जान्नु संसारको नियम धर्मलाई जान्नु हो ।

बलवान स्मृतिले मात्र चित्तले गरेको हरेक आलम्बनलाई थाहा पाई राख्न सकिन्छ ।

यहि नाम धर्म र रूपधर्मको संयोजनले गर्दा सबै वस्तुको स्वभावलाई संपत्ति छन्, संतिरण र वोट्टपन गरी छानविन गरी चित्तमा लागेको छाप जक्क हो । जीवन कालमा अनगिनत जवनहरूको चित्तमा छाप लागेको हुन्छ । त्यस मध्य एक प्रकारको जवनले अर्को जन्मको लागी प्रतिसन्धि चित्त उत्पन्न गरी दिन्छ ।

त्यसैले जीवित अवस्थामा वल सम्पन्न समयमा नै स्मृति ध्यानको वृद्धी गरी बोध्याङ्ग धर्म सम्म प्राप्त गर्नु हाम्रो मूल काम हो ।

स्मृति बोध्याङ्गले बलियो स्मृति दिन्छ । धम्म विचय सम्बोध्याङ्गले सत्यधर्मलाई छानी लिन मद्दत गर्छ । बौद्ध सम्बोध्याङ्गले चित्तमा कुसल धर्म मात्र आउन दिन तथा अकुशललाई बाहिर बाटै धपाई पठाउन मद्दत गर्छ । ■



May all sentient beings be
Enlightened
through emanating waves from
the fountain of
World Peace!

Happy Vaisakh Festival 2549

STATIONERY CENTER
NEW ROAD, KATHMANDU
NEPAL
PHONE: 4223989

“कठोर वचन नबोल, अरूले पनि तिमीलाई उत्तिकै कडा वचन बोल्ने छ, कडा बोल्नाले त्यसको बदला दण्ड पाउने छौ ।”

— धम्मपद

धम्मपद-१७९

■ रीना तुलाधरं 'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

सदा जागरमानानं - अहोरत्तानुसिक्खिनं

निब्बानं अधिमुत्तानं - अत्थं गच्छन्ति आसवा

अर्थ- सदा रजागरणशील भएर दिनरात योग अभ्यासमा रहने तथा निर्वाणको उद्देश्य लिने व्यक्तिहरूको आश्रव नष्ट भएर जान्छ ।

घटना- उपरोक्त गाथा भगवान बुद्धले गृद्धकूट पर्वतमा बस्नु हुँदा खेरि राजगृहका पूर्ण नामकी एक दासीको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

एकदिन पूर्ण दासी दिनभर धान कुट्दै अह रातीसम्म पनि बत्ति बालेर धान कुटीरहेकी थिइन् । उनी निकै थाकीसकेको र पसिनाले उनको जिऊ भिजीसकेको थियो । एकछिन आराम गर्छु भनी उनी घरबाट बाहिर निस्की खुला हावामा उभिरहिन् । त्यस समय रात निकै बितीसकेको थियो । गृद्धकूट पर्वतमा भगवान बुद्धको उपदेश सुनेपछि भिक्षुहरू यताउति हिँडीरहेका थिए । भिक्षुहरू यस्तो रातको समयमा पनि यसरी यताउटी डुलीरहेको देखी पूर्णले सोचिन्- "म त दिनभर धान कुटेको र थाकेकी कष्टले सुत्न नसकी रातमा पनि यसरी बसीरहेकी छु । भिक्षुहरू किन नसुतीकन हिँडीरहेका होलान् । शायद कुनै भिक्षु बिरामी पन्यो वा कुनै भिक्षुलाई सर्पले टोक्यो होला ।"

रात बितेपछि बिहान पूर्णले आफैलाई खान भनी कमसल खालको खस्रो पीठोको रोटी पकाइन् । बाटोमा खानको लागि त्यही रोटी लिएर पानी लिन घाटतिर गइन् । भगवान बुद्ध पनि त्यसैबेला भिक्षाटनको लागि त्यही बाटोमा जानु भएको थियो । भगवान बुद्धलाई देखेपछि पूर्णले सोचिन्- "अरुबेला कुनै दिन भगवान बुद्धको दर्शन पाउँदा मसँग दान दिनको लागि केही हुन्नथ्यो । आज मसँग खानेकुरो पनि छ भगवान शास्ता

पनि अगाडि हुनुहुन्छ । यदि कमसल खालको भएपनि स्वीकार गर्नु भए म यो रोटी आज शास्तालाई दान गर्नेछु ।" यसरी सोची पानीको घैटो एक ठाउँमा बिसाई भगवान बुद्धको अगाडि गएर बन्दना गरिन् । भगवानलाई रोटी दान दिदै भनिन्- "शास्ता कमसल खालकै भएपनि यो रोटी स्वीकार गर्नुहोस् तथा शास्ताको धर्म मैले पनि पाउन सकुं ।" भगवान बुद्धले "यस्तै होस्" भनी आशिर्वाद दिनु भयो ।

पूर्णको मनमा लाग्यो- "भगवानले यस्तो कमसल रोटी खानु होला कि नहोला ।" तथागतले उसको मनको कुरा बुझ्नु भयो । अनि भिक्षु आनन्दलाई बोलाएर आफू बस्न चाहनु भएको बताउनु भयो । आनन्दले संघाटि चीवर पट्याई आसन बनाइदिनु भयो । भगवान बुद्धले त्यहाँ बसेर रोटी खानु भयो । खाईसकेपछि पूर्णलाई बोलाएर भन्नुभयो- "तिमीले मेरो श्रावकहरूको किन निन्दा गर्नु ?"

"मैले निन्दा त गरेको छुइन ।"

"हिजो राती भिक्षुहरूलाई देखेर के विचार गर्नु ?"

पूर्णले भनिन्- "म त थाकेकोले कष्ट भएर सुत्न सकिन । भिक्षुहरू किन नसुतेका होला । कि त कुनै भिक्षु बिरामी पन्यो होला वा कि त कुनै भिक्षुलाई सर्पले टोक्यो होला भनेर मनमा विचार आयो ।"

उनको कुरा सुनेपछि भगवान बुद्धले भन्नुभयो- "पूर्ण । तिमी त आफ्नो दुःखमय जीवनको कारणले सुत्न सकेनौ । तर मेरा श्रावकहरू सदा नै जागरणशील भएर रहन्छन् र त्यसैले राम्ररी सुत्दैनन् ।"

यसरी आज्ञा भएर भगवान बुद्धले उपरोक्त गाथा भन्नुभयो । ■

बुद्ध सम्बन्धी केही रोचक जानकारी

■ बुद्धपया स्थित बोधिवृक्षको सर्वप्रथम विनाश गर्ने व्यक्ति चण्डाशोक (= अशोक) नै थियो । बुद्ध-धर्ममा आउनु अघि अशोकले कारुण्य लगाएको सो वृक्ष पछि फेरि पलाएर आयो ।

■ ४ वर्षसम्म बिना आश्रयक निई राज्य चलाए पछि बुद्ध परिनिर्वाणको २१८ वर्षपछि (ई.पू. २६४) अशोकको संस्थापिक भयो । त्यसबेला असमिधिमित्रालाई अग महारानी बनाइयो र शाइ मिथ कमारलाई युवराज ।

(समाप्त) बुद्ध दर्पण

विधि

■ सुवर्ण शाक्य, ॐ बहाल, काठमाडौं

'विधि' भनेको प्रणाली, पद्धति अथवा तरिका हो । मानिसको हरकाममा 'विधि' रहेको हुन्छ । कामको प्रकृति हेरी 'विधि' रहने हो । असल काम होस् वा खराब काम होस् कुनैपनि कामको लागि 'विधि' अनिवार्य हुन्छ । प्रत्येक कार्यसिद्धिको लागि कुनै न कुनै 'विधि' अपनाइने हुन्छ । विधिको अस्तित्व कुनै कार्य अपनाइनुमा छ । कुनैपनि कार्यमा अपनाइने भएकोले 'विधि' एउटा महत्त्वपूर्ण र अनिवार्य विषय बनेको छ । काम गर्दा प्रयोग गरिने भएको हुनाले विधिलाई कर्मकाण्ड पनि भनिन्छ । 'कर्मकाण्ड' शब्दले धार्मिक विधिलाई लिइने लोकपरंपरा छ । धर्मको आफ्नै परिभाषा र आफ्नै उद्देश्य छ । धर्मको परिभाषाअनुसार 'विधि' गरिनु पनि फरक फरक हुने गर्दछन् । धर्म अपनाउने भनेर गरिने विधिमध्ये पूजाविधि एउटा प्रमुखविधिभैँ भएको छ । अरू कार्यहरूमा रहने भएभैँ पूजा गर्दा पनि एउटा न एउटा विधि रहेकै हुन्छ । पूजा गर्ने विधिले पूजा गर्ने व्यक्तिको निहित मनसाय प्रकट गराइराखेको हुन्छ । कोही आफ्नो दोषको प्रतिफल नआओस् भनी पूजा गर्ने गर्दछ भने कोही आफूले गरेको भूलको प्रायश्चित्त गरी पूजा गर्दछ र कोही लाभ-हानितिर नचोसी परंपरा कायम राख्न पूजा गर्ने गर्दछ ।

कुनैपनि कर्मकाण्ड सद्व्यवहारको लागि हुनु विधिको महत्त्व बढाउनु हो । दुर्व्यवहारको लागि विधि अपनाउँदा त्यस्तो विधिको कारणले मानिसको जीवन नै खलबलिन्छ । 'विधि' एउटा शास्त्र पनि हो र 'विधि' भनेको नियम पनि हो । विधि एउटा नियम भएकोले विधि पुगेको लाई 'वैध' र 'विधि' नपुगेकोलाई 'अवैध' भनी त्यस्तो विधि नपुगेको कामलाई मान्यता नदिने हुन्छ । 'विधि' भनेर भाग्यलाई पनि भनिन्छ । यसबाट यो पनि भान हुन आउँछ कि सही 'विधि' पुगेको खण्डमा त्यस्तामा भाग्यले साथ दिनछ । काममा विधिमात्र पुऱ्याउने तर कसैको हितको ख्याल नगर्ने भएमा त्यसतो विधिलाई हेल्लाको भावले 'कर्मकाण्ड' भनी पुकार्ने गरिन्छ । वास्तवमा कर्मकाण्डविधि मानिसको हितकै लागि गरिने हो तर परंपराको नाममा अरू प्राणीलाई दुःख दिई आफ्नो स्वार्थ पूरा गर्ने कार्यजस्तो देखिन आउँदा 'विधि' नै निर्धीनजस्तो देखिन जाने हुन्छ । साँचै त विधिले मानिसलाई अनुशासित बनाउँछ । 'विधि'

एउटा मानिसको पवित्रता हो । 'विधि' उच्च र पवित्र जीवन प्राप्तिका लागि समर्पित हुने कार्य हो । 'विधि' राम्रो अर्थमा प्रयोग गराउन गुरुको आवश्यकता छानिएको हो । 'विधि' स्वयं शुद्ध बस्तु हो तर विधिको प्रयोग गराउने गुरु शुद्ध भएन भने 'विधि' बिटुलो हुन जाने कुरा पनि मानिसले मानिआएको कुरा हो । 'विधि' राम्रो भएमा कुनैपनि काम राम्रो हुने हुँदा 'विधि' प्रयोग गर्ने मानिस नै पहिले राम्रो हुनुपर्ने कुरा तथ्य साबित छ । राम्रो रथलाई नराम्रो सारथी पऱ्यो भने रथको मूल्य नै घट्न जाने भएकोले कुनैपनि सद्विधिअनुसार नै विधिको प्रयोग उपयुक्त व्यक्तिबाट हुनु आवश्यक छ । कुनैपनि काममा नकारात्मकभावमात्र प्रदर्शन गर्नु उन्नतिको लक्षण नभएभैँ तारिफमात्र गर्नु पनि उन्नतिको लागि राम्रो लक्षण होइन । काम गर्दा कामको लागि प्रयोग गरिने मिसिन कसरी सुरक्षा गर्ने भनी सोचेभैँ विधिको उपयुक्तताको लागि कामैपनि असल छान्नुपर्ने कुरा पनि असल मानिसमा आउने विचार हो ।

'विधि' एउटा रीति भएको हुँदा कुनैपनि काममा कसैको भलो होस् वा नहोस् एउटा न एउटा विधि त अपनाइन्छ नै । त्यसैले कामको सक्षमतातिर भन्दा विधिमात्र पुऱ्याउने गर्ने व्यक्ति धेरै देखिन्छन् । समाजमा आदरणीय, पूज्य, माननीय व्यक्तिमाथि सत्कारकार्यको विधि सोही अनुसार नपुऱ्याउँदा सभ्यता र संस्कृति नै शिष्ट नहुन जाने हुन्छ । विधिमात्र पुऱ्याएर पूजा गरेको र धर्म गरेको देखाउन विधिमात्र पुऱ्याउने तर भावनारहित हुने भएको पनि देखिँदा 'विधि' एउटा आचरणलाई ढक्छोप गर्ने बस्तुभैँ पनि लाग्ने हुन्छ । कहीं 'विधि' एउटा खराबभैँ र मानिसको स्वार्थपूर्तिका लागि प्रयोगमा आउने हतियार भैँ पनि देखिने गरेको छ । राम्रो नराम्रो दुबै पक्षमा प्रयोग हुने हुँदा विधिको विविध रूप देखिने भएको छ ।

'यो धम्मं पस्सति सो मं पस्सति' अर्थात् 'जसले धर्मलाई देख्छ उसले मलाई देख्छ' भनी आफ्ना अनुयायीहरूलाई धर्मको सार बताउने यो बुद्धको प्रयोगविधि हो । यसै विधिद्वारा भगवान् बुद्धले छोरा मरी विचलित बनेकी कृशा गौतमीलाई विचलित हुनुबाट जोगाउनुभएको थियो यस्तै आफ्ना सुधारात्मक व्यावहारिक विधिलाई अपनाएर बहुलाही, बेश्या, डाँका र

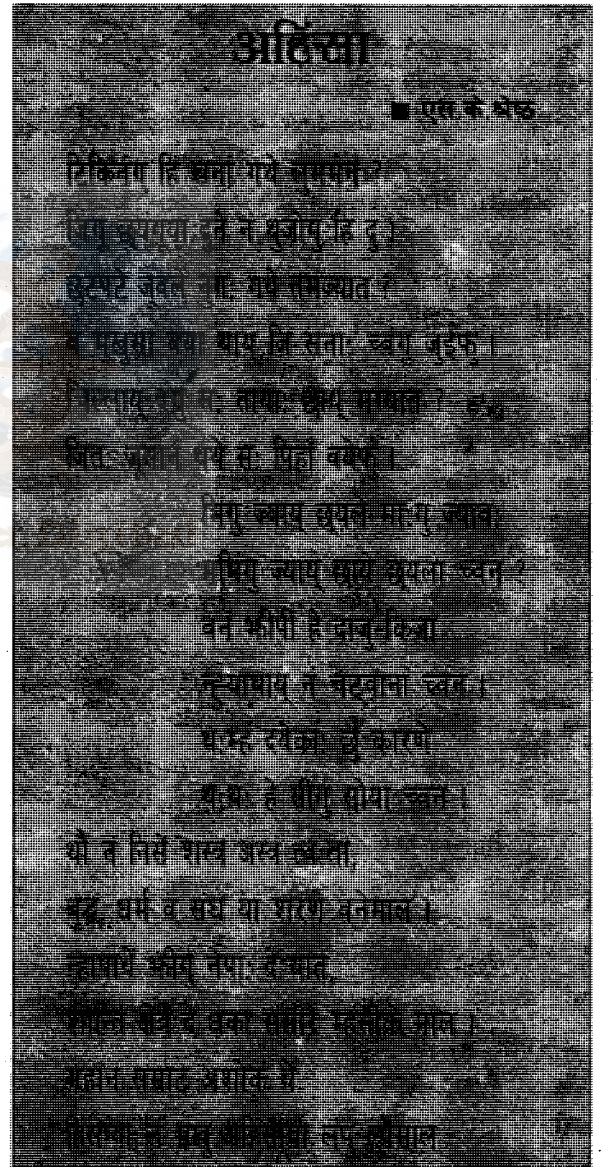
फटाहा दुर्व्यसनीहरूलाई काबूमा लिई तिनीहरूप्रति मानवीय उपकार गरी सचेत पारिदिनुभएको थियो। यसैले विधि जसको हातमा पन्यो त्यसलाई उस्तैप्रकारले अपनाइने भएको हुँदा विधिको मर्यादा राख्न मानिसनै राम्रो हुनुपर्ने सिद्ध हुन आउँछ।

मानिसमा मानवचरित्र हुनुपर्ने कुरामा विधि एउटा ठूलो उदाहरण हो। विधिको पहिचानले मानिसको पहिचान हुने हुँदा असल हुन चाहने मानिसले आफ्नो जीवनविधिलाई राम्रो पार्नुपर्दछ। विधि एउटा प्रयोग पनि भएको हुनाले हर विधि जीवनसँग टाँसिने कुरा हो। मानिसको लागि एउटै उद्देश्य र एउटै काममा विभिन्न विधिलाई अपनाइने पनि हुन्छ। यही अर्थमा विधि भनेको 'मुद्रा' पनि हो। देवताहरूको मुद्राविधिले देवताको गुण र इच्छाको परिचय गराउँछ। मुद्रा फरक भएपनि बुद्धकहिले पंचबुद्ध एउटै रहेको हो। नाउँ ५ वटा भएपनि बस्तु एउटै भन्नेभै रहेको हो। विधिले प्रतीकतालाई पनि परिचय गराउँछ। पाँच बुद्धका ५ वाहन परिचयविधिका प्रतीक हुन्। बस्तुपिछे विधि पनि फरक हुने हुनाले पनि विधि फरक फरक रहने भएभै भएको हो। बाजाको क्षेत्रमा विविधिप्रकारका बाजामध्ये सुषिरबाजाहरू सबै बाजाको विधिअनुसार बनाइएका प्वालहरूमा हातका औलाले छोपेर नै बजाइने भएपनि विधिको फरकले स्वर नै फरककिसिमको आउने गर्छ।

विधिको फरकले मान्छेको स्वरूपै बदलेको जस्तो पनि हुन्छ। मान्छेको प्रकृति प्रायःजसो कामकाजमा दायौं हातको प्रयोग नै गर्ने हुन्छन् तापनि कोही मुख्य कामपर्यन्तमा बायाँ हातको प्रयोग गर्ने हुन्छन्। बायाँहातको प्रयोग गर्नेहरूको लवाइ खवाइसमेत अरूको भन्दा फरक देखिन्छन्। उद्देश्य अन्तिमरूपमा एउटै रहने हुन्छ, जो मुक्ति हो, मोक्षप्राप्तिलाई बौद्धहरू निर्वाणप्राप्ति भन्दछन्। मानिसको यही अन्तिम उद्देश्य पूर्तिको लागि विधि हुनु विधिको सार्थकता हो। अतः विधिलाई प्रयोग गर्दा निष्कलंक, स्वच्छ, प्रीतिपूर्ण, कल्याणकारिताका साथ अप्रमादी भई सरलतरिकाले प्रयोग गर्नु विधिप्रयोगको मर्यादा पालन गर्नु हो।

मानिसको जन्मदेखि मृत्युसम्मको विधि जो हो, त्यो संस्कार हो। बुद्धधर्मअनुसार संस्कार अनित्य हो। संस्कार लाई अनित्य भनेर विधिलाई नै त्याग गर्नु भने उच्छृंखल

जीवनको परिपोषक हुन जानेछ। विधिलाई पालन गर्दै, अनित्यताको ख्याल गर्दै त्यसलाई अँगाल्नु, सँगाल्नु मानवसंस्कृतिलाई सँभाल्नु हो। संस्कृति सभ्यताको चिन्ह हो। सभ्य मानिस विधिलाई स्वच्छ पार्छन्। स्वच्छ विधिले मानिसको आकांक्षा पूर्ति गर्दछ। विधिको लागि विधिमात्र बनेमा कुनैपनि विधि जीवनसापेक्ष हुँदैन। असल विधि हार्दिकतामा निर्भर गर्दछ। यसैले कुनैपनि कार्यमा सहृदयीहरूद्वारा अपनाइएको विधि मानवजीवनयापनको लागि सही विधि बन्दछ। विधि नै जीवन हो र जीवन नै विधि हो। ■



बोधिवृक्षको कथा

■ केदार शाक्य

दीपा र दिपेश दिदी भाइ भए पनि एउटै कक्षामा पढ्थे । स्कुलको घन्टी लाग्न केही समय बाँकी नै थियो । दिपेशले दीपा दिदीसँग यौटा कुरा सोध्यो— 'दीपादिदी सबैभन्दा बढी बाँच्ने रुख कुन हो तिमीलाई थाहा छ ?' दीपाले भनिन् थाहा छैन । त्यसो भए आज प्रकृति र वातावरण पढाउनु हुने सरसित सोधौं न त । 'हुन्छ' भनी दुवै दिदीभाइ कक्षा कोठामा गए ।



पाइसक्नु भएपछि त्यो पीपलको वृक्षप्रति कृतज्ञता भाव राख्नु भएकाले त्यसलाई पनि बोधिवृक्ष भन्न थालियो ।

बोधिवृक्ष अहिले पनि छ सर ?

दीपाले सोधिन् । सरले

भन्नुभयो— त्यही पुरानो बोधिवृक्षको बीजबाट उमारेको बोधिवृक्ष संसारको धेरै देशमा छ । सबैभन्दा पहिले भारतको बुद्धगयाबाट त्यो बोधिवृक्ष विरूवा श्रीलंका पठाईयो ।

त्यसपछि संसारको अरू देशहरूमा पनि पठाइएको छ ।

बोधिवृक्ष नेपालमा कहाँ छ सर ? सरले भन्नुभयो— स्वयम्भू पछाडिको आनन्दकुटी बिहारको जङ्गलमा छ । त्यो बोधिवृक्षको विरूवा श्रीलंकाबाट ल्याएको हो ।

लुम्बिनीको मायादेवी मन्दिर उत्खनन् गर्दा काटिएको पीपलको रूखलाई मानिसहरूले बोधिवृक्ष भन्छन् के यो सत्य हो ?

सरले भन्नुभयो— संसारमा पीपलका रूखहरू थुप्रै छन् । तर ती सबै बोधिवृक्ष हैनन् । लुम्बिनीको मायादेवी मन्दिर उत्खनन् गर्दा काटिएको पीपलको रूख बोधिवृक्ष हैन । रूखले मानिसलाई शीतल छहारी दिने मात्र हैन । गौतम बुद्धजस्ता महापुरुषलाई ज्ञानको खोजीमा शीतल छहारी दिएर गुन लगाएको हुँदा बोधिवृक्षको समेत पूजा गरिन्छ । भारतका मौर्य सम्राट अशोकले बोधिवृक्षलाई दैनिक पूजा गर्थे । आफ्नी रानीलाई भन्दा पनि बोधिवृक्षलाई बढी माया गर्ने भएकाले रानीले बोधिवृक्षमा विष खन्याउन लगाएकी थिइन् । पछि विष खन्याएको बोधिवृक्षलाई दूध खन्याएर बचाएका थिए ।

यो घटना इसापूर्वको हो । बोधिवृक्षको इतिहास दुईहजार पाँचसय वर्षभन्दा पुरानो छ । रूख विरूवा मानिस, पशुपंछी र सबै जीवजन्तुका लागि उपयोगी छ । त्यसैले हामीले जङ्गल विनास हुनदिनु हुँदैन । नयाँ नयाँ विरूवा लगाउनुपर्छ वृक्षको संरक्षण प्रकृति र पर्यावरणको संरक्षण हो । त्यसैमा सबै प्राणीजगतको हित छ ।

सरले यति भन्नु भएपछि घन्टी लाग्यो । सर अर्को कक्षातिर जानुभयो । ■

सर आउनु भएपछि दिपेशले दिदीलाई सम्झाउँदै भने— अगिको मेरो कुरा सरसित सोध्न दिदी !

दीपाले भनिन्— तिमीले सोधे पनि भइहाल्छ नि ! तिमी नै सोध्न । दिदी भाइको गन्धन सरले सुन्नुभयो । सरले दिपालाई सोध्नुभयो— 'के कुरा सोध्न लागेकी दीपा ?'

दिपाले भनिन्— संसारमा सबैभन्दा धेरै वर्ष बाँच्ने रुख कहाँ छ सर ?

सरले भन्नुभयो— 'अहिलेसम्मको अध्ययन अनुसार संयुक्त राज्य अमेरिकामा एकजातको रूख छ । त्यो रूख ४ हजार ५ सय वर्षसम्म बाँचेको भन्ने भनाई छ ।'

दिपेशले अर्को प्रश्न थपे— 'संसारमा सबैभन्दा ठूलो रूख कहाँ छ, सर ?'

सरले भन्नुभयो— त्यो पनि अमेरिकामाको क्यालिफोर्नियामा छ । यसको अन्दाजी तौल ६ टन जति छ ।

सरले त्यसपछि कक्षामा भएका सबैलाई यौटा प्रश्न गरे । तिमी-हरूलाई बोधिवृक्षबारे थाहा छ ?

दीपाले उठेर भनिन्— गौतम बुद्धले जुन वृक्षको छहारीमुनि बोधिज्ञान अर्थात् बुद्धत्व पाउनुभयो । त्यो वृक्षलाई नै बोधिवृक्ष भनियो ।

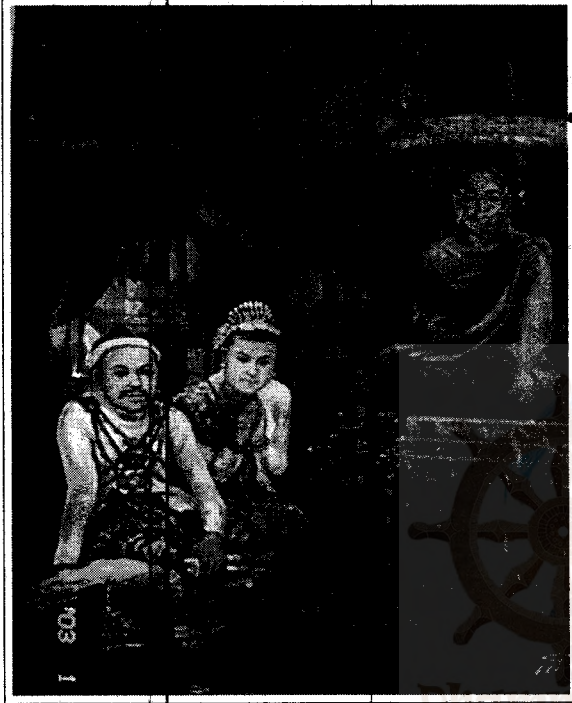
'ठीक भन्यौं दीपा ।' सरले भन्नुभयो ।

'त्यो कुन वृक्ष हो सर ?' दिपेशले सोधे । सरले भन्नुभयो त्यो वृक्ष पीपलको रूख हो ?

गौतम बुद्धले ६ वर्षसम्म ध्यानमग्न भएर ज्ञानको खोजी गरिरहनु भएको बेला त्यही पीपलको वृक्षले घामपानीबाट जोगाउन छहारी दिएकोले बुद्धले ज्ञान

सैण्डौ महारानी प्रव्रजित गुरुमां हुनुभयो

■ वीर्यवती



मिण्डोन् राजा र सैण्डौ महारानी

परिचय- सैण्डौ महारानी म्यानमार (बर्मा) का तत्कालिन महाराजा मिण्डोन्की अग्र महारानी थिइन् । बर्मी भाषा अनुसार सैण्डौ भन्नाले हीराले सुसज्जित भन्ने अर्थ बुझाउँछ । अझ स्पष्ट रूपमा भन्ने हो भने सैण्डौ महारानी ठूलो हीरा जडिएको गहनले सुसज्जित भइरहने हुनाले पनि उहाँको नाम सैण्डौ रहन गएको हुनुपर्छ ।

मिण्डोन् राजा-

राजा मिण्डोन्ले सन् १९७१ मा मांडले स्थित राजदरवारमा पञ्चम संगायना (बुद्ध शिक्षा संग्रह र शुद्धिकरण) गराउनु भएका थिए । उक्त संगायनामा २४०० भिक्षुहरू सम्मिलित थिए भने संगायनाका सभापतिहरू क्रमशः राजरभिवंश, नरिंदाभिधज र सुमंगलसामि रहनु भएका थिए ।

पञ्चम संगायनाका प्रमुख दाता रहनुभएका राजा मिण्डोन्बाट बुद्ध शिक्षाले भरिएका सम्पूर्ण त्रिपिटक पाली एवं अर्थकथा ७२९ वटा संगमरमरहरूमा कुंडाइयो । पालि त्रिपिटकहरू कुंडाइएका प्रत्येक संगमरमरहरूलाई छुट्टाछुट्टै चैत्यहरू बनाई उक्त चैत्यहरूमा संगमरमर सजाएर राखिएका छन् । यसलाई आज पनि हामीले म्यानमारको मांडले नजिकै कुथो दाच विहारमा देख्न सक्छौं ।

पञ्चम संगायना गरिंदा राजा मिण्डोन्बाट बनाउन लगाएका कामुडो चैत्य हाल सम्म पनि भव्य रूपमा सगाइँमा सुरक्षित रहेको पाउँछौं ।

माण्डले स्थित मिण्डोन् राजाको दरवार बाहिर चारैतर्फ पानीले घेरिएको छ भने पानीको घेरा नाघेपछि ठूलो अग्लो पर्खालले दरवार घेरेको छ । यसरी राजदरवार लाई बाह्य शत्रुहरूबाट आउन सक्ने भयबाट सुरक्षित पारिएको देखिन्छ ।

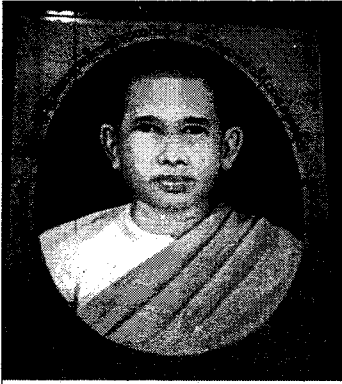
सैण्डौ महारानीको प्रव्रज्या जीवन-

मिण्डोन् राजाकी अग्र महारानी सैण्डौले आफ्ना महाराजा मिण्डोन् दिवंगत हुनुभएपछि आफ्नो बाँकी जीवनले आध्यात्मिक सुख प्राप्त गर्ने अभिलाषा बोकी राज्यको सम्पूर्ण भौतिक सुख त्याग्नुभई प्रव्रजित गुरुमां हुनुभएको तथ्य म्यानमार (बर्मा) को इतिहासले बताइरहेको देखिन्छ । सैण्डौ रानी प्रव्रजित गुरुमां हुनुभई त्यागी पोशाक लगाई साधारण जीवन बिताउनका लागि उहाँले अइन्दोया च्याउँ अर्थात् दरवार विहार बनाउन लगाउनु भयो । आफ्नो शेष जीवन ध्यान भावना गरी आध्यात्मिक शान्ति प्राप्त गर्नुहुँदै यही विहारमा बिताउनु भयो । यो विहार बर्माको मोलमिनमा पर्दछ । सुनसान रमणिय क्षेत्रमा रहेको यस विहार ध्यान भावना गर्नको लागि अति उपयोगी देखिन्छ ।

विहार हस्तान्तरण-

सैण्डौ महारानीले अइन्दोया च्याउँ (दरवार विहार) आफ्नो शेष पछि परम्परा रूपले निरन्तर चलाइराखनका





दो पञ्चाचारी गुरुमां

लागि "दो- खेमावती" नाम गरेका एक प्रव्रजित गुरुमांलाई सुम्पनु भएको थियो । दो खेमावती गुरुमाले त्यही विहार मोलमिनको खेमाराम विहारकी प्रमुख गुरुमां दो पञ्चा-चारीलाई सुम्पनुभयो । स्मरणीय छ दो पञ्चाचारी गुरुमां धम्मवती गुरुमांका गुरु

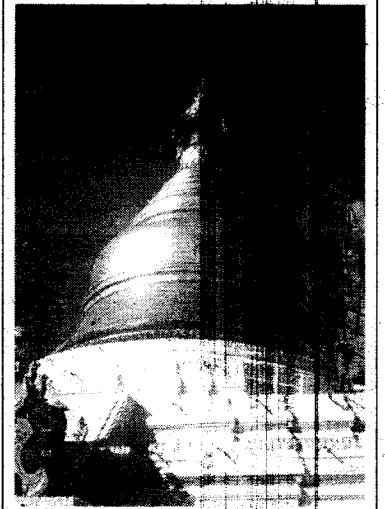
खेमातिरी विहार को नामले चिनिने गरेको छ ।

मोलमिनको रमणिय डाँडांमा रहेको यस खेमातिरी विहारमा हाल दुई गुरुमांहरू दो केताई र दो जाणवती प्रमुखको रूपमा रहनु भई यस विहारलाई सुचारु एवं व्यवस्थित रूपले

हुनुहुन्छ भने उहाँकै छत्रछायांमा रहनुभई धम्मवती गुरुमाले खेमाराम विहारमा बुद्ध शिक्षा अध्ययन गर्नु भएको थियो ।

दो पञ्चाचारी गुरुमाले अइन्दोया च्याउँ (सेण्डौ महारानीको विहार) लाई गुरु चेला परम्परा गाँस्नका लागि खेमाराम विहारमा नै रही अध्ययन गर्नु भएकी आफ्नी चेलीहरू दो केताई र दो जाणवतीलाई सुम्पनुभयो ।

हाल उक्त विहारलाई खेमातिरी च्याउँ अर्थात्



"कामुहो चैत्य" भिण्डोन् राजबाट पञ्चम संग्रहमा बनाइएको चैत्य

बुद्ध शिक्षा प्रचार केन्द्रको रूपमा संचालन गरिरहनु भएको छ । यस विहारमा हाल लगभग १०० जवान गुरुमांहरूले बुद्ध शिक्षा अध्ययन गरिरहनु भएको छ । ■



(बायाँबाट) गुरुमांहरू दो केताई र दो जाणवती



मोलमिन स्थित खेमातिरी विहार (आइन्दोया च्याउँ) (दायाँबाट) गुरुमांहरू दो केताई दो धम्मवती दो जाणवती र मां नन्दातेगी

सन्दर्भ सामग्रीहरू:-

१. बौद्ध दर्पण
२. म्यानमार, मोलमिन स्थित खेमातिरी विहारमा राखिएका तस्विरहरू एवं लेखक आफैले वर्मा भ्रमणमा खिचिएका तस्विरहरू ।
३. दोगुणवती गुरुमां, धम्मवती गुरुमांसंग मौखिक जानकारीको आधारमा ।

राजकुमार सिद्धार्थ र बुद्धत्व

■ नरेन्द्रनाथ भट्टराई

मोक्षवादी महामुनि अराडको सिद्धान्तले आफ्नो चित्त राम्ररी नबुझेका राजकुमार त्यहाँबाट उद्रक नामका मुनिको आश्रमतिर लाग्नुभयो । उद्रकबाट पनि आत्माको अस्तित्वको सिद्धान्तलाई मान्ने कुरा सुनेर बोधिसत्त्वले तिनलाई पनि त्यागेर राजर्षि गयको नगरी नामक आश्रममा गएर त्यही एकान्त निरञ्जना नदीको पवित्र तिरमा बसेर विचार गर्न लाग्नुभयो । त्यस ठाउँमा केही समय अधिदेखि नै पाँचजना भिक्षुहरू मोक्ष प्राप्तीको लागि आएर बसिरहेका थिए । यी पाँचजना तिब्र तपस्वी, ब्रती र इन्द्रिय विजेता थिए । यी विनयी भिक्षुहरू सिद्धार्थको सेवामा उपस्थित भएर आफ्नो विचार पनि प्रकट गरे । तब सिद्धार्थले विचार गर्नुभयो कि जन्म र मृत्युबाट छुटकारा पाउने उपाय उपवासद्वारा दुष्कर तप गर्नु नै सबभन्दा बढि उपयुक्त साधन हुनेछ । यति विचार गरी उपवासमा रहेर तप गर्न लाग्नुभयो । छ वर्षसम्मको यस किसिमको दुष्कर तपबाट वहाँ हाड छाला मात्र हुनुभयो तर मुहारमा भने अपूर्व तेज विद्यमान थियो । एकदिन नुहाउन निरञ्जना नदिको घुँडासम्म पानि पनि नआउने नदीमा जानुभयो । त्यसबखत वहाँ यति दुर्बल हुनु भएको रहेछ कि त्यती सानो नदीबाट उत्रन पनि रूखको हाँगोको सहारा लिनुपर्थ्यो । त्यसबखत वहाँमा यस्तो विचार आयो— “भोक, प्यास र थकाईबाट अस्वस्थ चित्त भएको दुःखीत र पिडित शरीरले कसरी मोक्ष पाउन सक्ला ! शरीर र चित्तलाई अस्वस्थ पार्ने यो साधनबाट न त विराग हुने रहेछ न त बोध तथा मुक्ति नै हुने रहेछ ।” त्यसपछि वहाँमा एउटा पूर्वघटना याद आयो; तपोवनतिर हिँड्नुभन्दा अगाडि शान्ति प्राप्तीको लागि मन्त्रीपुत्रलाई साथ लिएर जंगलतिर जाँदा त्यो शान्त वनमा आफू जम्बुबृक्षको फेदमा एकलै बसेर मानसिक स्थिरताको बारेमा सोचेको, अचानक मानसिक स्थिरता भएको, शान्तिको स्वाद पाएको, बुद्धिमा निर्मलता बढेको, आलस्य तथा विषाद हटेको, राग द्वेष गायब भएको, भोगवासना बुक्षण भएको । त्यही जम्बुबृक्ष मुनि पाएको अनुभूतिलाई स्मरण गर्दै त्यही स्थिति सत्य हो भन्ने कुरा वहाँलाई अठोट भयो । शरीर र मन स्वस्थ हुँदाको अवस्थामा मात्र समाधि घटित हुन सक्दो रहेछ । ध्यान नै धर्म रहेछ । जसको चित्तवृत्ति निरोध हुन्छ उसैलाई मात्र ध्यान फलित हुने रहेछ । ध्यानरूपी धर्मबाट नै दुर्लभ परमपद प्राप्त भएपछि मात्र शान्त तथा अजर अमर होइने रहेछ । यो उपायता आहारमुलक हो ।” यति विचारगरी वहाँसै भोजन गर्ने अठोट गर्नुभयो । त्यसैबेला

गोपराजकी पुत्रीले पायस चढाउन ल्याइन् । वहाँले त्यो ग्रहण गर्नुभयो । यसरी वहाँले व्रत तोडेको देखेर पाँचजना भिक्षुहरूले वहाँलाई छोडेर गए । तब राजकुमारले नरम हरिया दूवोले ढाकिएको बोधिबृक्षको फेदमा बसेर बुद्धत्वको लागि शान्त चित्त लिएर अविचल पर्यक आसनमा स्थीर रहनुभयो ।

मोक्षको लागि दृढ प्रतिज्ञा यी महर्षिको चाला देखेर आफ्नो अस्तित्व नै लोप होला भन्ने डरले सदधर्मको शत्रु भार अर्थात् कामदेवले आफ्नो छोरा छोरी, विभ्रम (शंका) हर्ष र दर्प (घमण्ड) तथा छोरीहरू; अरति (कामवासना) प्रीति (मोह) र तुषा (प्यास) लाई अधि अधि लगाएर यसप्रकारले कराउँदै अगाडि बढ्यो— “जबसम्म यो राजपुत्र मेरो क्षेत्रमा रहन्छ यसले ज्ञान चक्षु प्राप्त नगर्दैन म आफ्नो प्रयासद्वारा यसको व्रत भंग गर्नेछु ।” यति भन्दै आफ्ना परिवारका साथ बोधिबृक्षको अगाडि पुगेर भन्नलाग्यो— “मृत्युदेखि डराएर भाग्ने हे क्षत्रिय राजकुमार उठ् ! स्वधर्मको पालना गर; आफ्नो पराक्रमले विश्व विजय गरेर इन्द्र पद प्राप्त गर ! संसारबाट मुक्ति पाउने तथा यसलोकमा यस पाउने मार्ग यही हो । यही मार्गबाट पहिलेका राजाहरू पनि चलेर मुक्ति प्राप्त गरेका थिए । मैले भनेको नमानेर यदि उठ्दैनस् भने म आफ्नो त्यो तिर चलाउँदछु जुन तिर लाग्दा चन्द्रमाका नाती ऐड तथा राजा सन्तनु सलिसँग विचलित भएका थिए ।”

आफ्ना यी वचनले राजकुमारमा रत्तिभर पनि प्रभाव नपरेको देखेर आफ्ना छोरीहरूलाई अधि सारेर मारले धमाधम तीर चलाउन लाग्यो । मारका असंख्य आक्रमण र प्रहारले पनि महर्षि सिद्धार्थमा न त कुनै प्रकारको क्षेम उत्पन्न भयो न त विहार र भय नै उत्पन्न भयो । महामुनिको दृढताको अगाडि आफ्नो केही सिप नलागेको देखेर उदास भएको मार आफ्ना दलबल सहित हार स्वीकार गरेर फर्कियो । धैर्य र शान्तिसँग मारका सेनालाई परास्त गरेका ती ध्यानी मुनि परमार्थ जान्ने इच्छाले गहन ध्यानावस्थामा पुग्नुभयो । रातको दोश्रो पहर हुने वित्तिकै ती अद्वितीय पराक्रमी महामनुनिमा दिव्यचक्षु अर्थात् बुद्धत्व फलित भयो । यो महान तथा परम पवित्र दिन थियो, विक्रम संवत् पूर्व ४७१ बैशाख पूर्णिमा । केराको खम्बा समान संसारको निसारताको बोध भयो । अज्ञानको कारणले मानिसले पाएको दुःख, कष्ट र पिडाको चित्र सामने प्रकट भयो । काम वासना तथा मोहको कारणले घोर दुःखमा परेर त्यहाँबाट उत्रन नसकेर

छटपटिरहेका मानिसले भरिएको यो जगतको स्वभावलाई राम्ररी बुझ्नुभयो ।

तेस्रो प्रहर रातमा ती ध्यानस्थ महापुरुषमा जरामरणको कारणको बारेमा यस्तो विचार स्फुरण भयो, “जन्मबाट नै जरामरणको उत्पत्ति हुने रहेछ । जसरी टाउको भएमा नै टाउको दुख्दछ त्यसरी नै जन्म भएमा नै जरामरण हुने रहेछ । अब जन्मको कारण अर्थात् जन्म कहाँबाट हुने रहेछ भनी विचार गर्दा कर्मभवमा यसको कारण देखियो । असम्यक् अर्थात् अशुद्ध दृष्टिबाट भएका वा गरिएका कर्म नै जन्मको कारण हुने रहेछ । जसरी जलावन अर्थात् जल्ने वस्तुको संयोगले आगो उत्पन्न हुन्छ त्यसरी नै कर्मको कारणले जन्म हुने रहेछ । जन्म न त कुनै श्रष्टाबाट हुने कुरा हो न त प्रकृतिबाट न त बिनाकारणै हुने कुरा हो । जन्म हुनाको एउटै कारण रहेछ प्रवृत्ति अर्थात् असम्यक् कर्म । तत्पश्चात् कर्मको कारण के रहेछ त भनी विचार गर्दा कर्मको कारण उपादान रहेछ भन्ने ज्ञान भयो । उपादान भनेको भोगमा आशक्ति हो । भोगभित्र स्त्री, धन, पद प्रतिष्ठा, पुत्र आदि पर्दछन् । यिनमा आशक्ति हुनु नै उपादान हो । उपादानको कारण तर्फ विचार गर्दा तृष्णा देखियो । जसरी हावाको साथ पाउँदा सानो आगो पनि दन्कदै गएर विशाल र प्रलयकारी रूप लिएर ठूल-ठूला वन-जंगल तथा कैयौं बस्ती नै भस्म पारिदिन्छ त्यसरी नै तृष्णाको वेगमा परेर मानिसबाट अनेकन दुस्कृत्य तथा महापाप आदि हुन थाल्दछन् । तृष्णा के कारणबाट उठ्ने रहेछत भनी विचार गर्दा तृष्णाको कारण वेदनामा देखियो । वेदना भनेको इन्द्रिय र विषयको सम्बन्धबाट हुने अनुभूति हो । जब कुनै इन्द्रियसँग सम्बन्ध हुन्छ तब सुख दुःखको अनुभव हुन थाल्दछ । मानिस इन्द्रियद्वारा अनुभव गरेर सच्चा सुख पाउने प्रयासमा लाग्दछ तर यो कुरा बुझ्दैनकि यसबाट भन भन अपुग र अतृप्ति हुन थाल्दछ । वेदनाको कारण स्पर्शमा देखियो । स्पर्शबाटै वेदना अर्थात् अनुभूति हुने हो । स्पर्शको कारण तर्फ विचार गर्दा ६ आयतन देखापर्‍यो । ६ आयतन भनेको पाँच ज्ञानेन्द्रिय (अर्थात् नाक, कान, आँखा, जिब्रो र छाला) र मन हुन् । जब कुनै विषयसँग कुनै एउटा ज्ञानेन्द्रियको सम्बन्ध हुन्छ तब त्यहाँ स्पर्श भैहाल्दछ । मनले यी पाँच इन्द्रियको घोडा चढेर कहिले कुनै इन्द्रियको कहिले कुनै इन्द्रियको त कहिले २३ टाको एकै पटक समेत स्पर्श गराएर यही वासनाद्वारा आनन्द अनुभव गर्ने विरर्थक प्रयास गरिरहने रहेछ । स्पर्शको कारण उपर विचार गर्दा नाम र रूपमा देखियो । जसरी अंकुरको अस्तित्वबाट डाँठ, पात आदि निकलिन्छन् त्यसरी नै नाम र रूपको कारणबाट मन र इन्द्रिय अर्थात् षडायतन निकल्ने

रहेछन् । नाम र रूपको कारण विज्ञान देखियो । विज्ञान भनेको चित्तधारा हो । हाम्रो चित्तमा मातृ गर्भदेखि आजसम्मको संसारको प्रभावले स्थान लिएको हुने रहेछ । विज्ञानको कारण उपर विचार गर्दा नाम र रूप देखियो । जसरी बीजको विकास पूरा भएपछि अंकुरबाट वृक्षको शरीर बन्दछ त्यसरी नै विज्ञानको उदयबाट नाम र रूप उदय हुन थाल्ने रहेछन् । नाम र रूपको आश्रयबाट विज्ञानको उदय हुने रहेछ भने विज्ञानको कारणबाट नाम र रूप निकल्ने रहेछन । यहाँ आएर वहाँको विचार रोकियो । तब स्पष्ट भयो कि नाम र रूप विज्ञानको आधार रहेछ, नाम र रूपमा नै विज्ञान आश्रित रहेछ । जसरी नदीबाट पारी जानु पर्दा ढुंगाले मानिसलाई बोकेर लैजाने काम गर्दछ तर जमीनबाट नदीसम्म ढुंगा लैजानु पर्दा ढुंगालाई मानिसले बोकेर लैजानु पर्दछ त्यसरी नै विज्ञान र नामरूप एक अर्कामा आश्रित रहेछन् । एक दौश्राका कारण रहेछन् । जसरी तातो फलामले पराल बल्दछ तथा बलेको परालले चिसो फलामलाई तताइ दिन्छ त्यसरी नै विज्ञान र नामरूप पारस्परिक कार्यकारण सम्बन्ध हुँदारहेछन् भन्ने कुरा स्पष्ट भयो । यसरी विज्ञानबाट नाम र रूप, नाम र रूपबाट षडायतन, षडायतनबाट स्पर्श, स्पर्शबाट वेदना, वेदनाबाट तृष्णा, तृष्णाबाट उपादान, उपादानबाट कर्मभव, कर्मभवबाट जन्म र जन्मबाट जरामरणको उदय हुने रहेछ भन्ने कुरा स्पष्ट भयो । तब यो कुरा पनि छर्लङ्ग भयो, जन्म विनाश भयो कि जरामरणको निरोध स्वतः हुने रहेछ । कर्म विनाशबाट जन्म नष्ट हुने, उपादान निरोधले कर्म नष्ट हुने, तृष्णा निरोधले उपादान नष्ट हुने, वेदना निरोध भएमा तृष्णा नष्ट हुने, स्पर्श नाशले वेदना पैदा नहुने । यसै गरी षडायतनको निरोधले स्पर्श नष्ट हुने तथा नाम र रूपको सम्यक् निरोधबाट षडायतन नष्ट हुने रहेछ भने विज्ञानको निरोधले नाम र रूप नष्ट हुने रहेछ । यसरी संस्कार (धारणा, मान्यता, कल्पना आदि) को निरोध भयो भने विज्ञान स्वतः नष्ट हुने रहेछ । तब सिद्धार्थले थाहापाउनु भयो कि अविद्याको सर्वथा अभावबाट संस्कारको निरोध स्वतः हुने रहेछ । यसरी उषाको आगमनकाल चौथो पहरमा यो महर्षिले ज्ञेय अर्थात् जान्नु पर्ने कुरा जानेर अविनाशी पद प्राप्त गरेर बुद्ध भएर खडा हुनुभयो । तत्पश्चात् महाकरुणाले उक्त भएर बुद्धले अज्ञानको कारणले अशान्ति र दुःखले छटपटिरहेका विश्वका असंख्य नरनारीहरूलाई ४५ वर्षसम्म शान्ति र अमर सन्देशको अमृतधारा पिलाउँदै सच्चा मुक्ति मार्गमा अग्रसर गराउँदै वि.सं. पूर्व ४२६ को बैशाख पूर्णिमाकै दिन ८० वर्षको उमेरमा परिनिर्वाण प्राप्त गर्नुभयो । ■

बुद्ध पूर्णिमा कसरी मनाऔं ?

■ गणेशमाली

जताततै छ दुख अशान्ति
शोषण तडपन जलन र भ्रान्ति,
दीन अतिहरूको चित्कार
भ्रष्ट दुष्टहरूको हुँकार,
पाशविक प्रवृत्ति जहाँ छ,
अन्याय अत्याचार यहाँ छ,
घनघोर दुखअग्नि बिच जलिकन
बुद्ध पूर्णिमा त्रि-योगको दिन
शान्ति नायक करुणामयको
जन्म, बुद्धत्व परि निर्वाणको
अन्धकार बिच अन्धो भ्रैकन
दुःख जलन बिच मनाऔं कसरी ? (१)



भन्थे बुद्धले वक्कलि लाई
“वक्कलि ! किन हेछौं मुख मेरो ?
शीलादि धर्ममा नलागी तिमीले
लोकको मोह जालमा भुलेर
कसरी देख्न सक्छौं मलाई ?
छैन म नाम र रूप धर्ममा
जान तिमी मेरो निर्वाण सत्य
कुहिएर जाने हैन देह यो ?
वक्कलि ! हेछौं किन तिमी यसरी ?” (२)

मोह जालमा भुली रहेका
जिउंदो बुद्ध नदेख्ने हामी
के देख्ने छौं ढुंगा-धातुमा ?
फल फूल नैघञ्च चढाई,
धूप दीप बाकी भक्ति गरि,
घौता सम्भ्री वरहरू मागी
के पाउने छौं तथागतलाई ?
जयन्ती उनको मनाऔं कसरी ? (३)

आर्य सत्य, अष्टांगिक मार्ग
सिर्वाण धर्म तिर लैजाने
खुलाई बाटो भन्दथे बुद्ध
“धर्म देख्छ जो, देख्छ मलाई”
धर्म एकातिर फाली केवल

भक्ति भावले दुइ हात जोडी
के पाउने छौं बुद्ध हामी
बुद्ध पूर्णिमा मनाऔं कसरी ? (४)

“मार्गदर्शक मात्र म हुँ तर
बाटो हिंड्न पर्छ आफैले”
करुणामय सम्भाई भन्थे
“तृष्णानै हो मूल दुःखको,
पार पाउनलाई दुख बाट
लौ उखेल जरा तृष्णाको
गडेकी छ जहाँ आफूमा
गडेकी छ जहाँ लोकमा
आसक्ति रहित भै, क्लेश रहित भै
स्व चित्तलाई निर्मल पारी
पाप कुनै पनि न गरी
पुण्य कार्य सम्पादन गर”
करुणामयका अमृत वचन यी
आज हराई कता गए ?
निर्वाण रूप उनको बिर्सी,
ढुंगा-धातुका खोज्दै हिंड्ने,
हामी के देख्छौं उनलाई
जयन्ती उनको मनाऔं कसरी ? (५)

बर, गरौं लौ आज सब मिलि
प्रण यो अतिनै सुदृढ चित्त ले
शील-समाधि-प्रज्ञा मार्गमा
लागी पखालौं मैल चित्तको
सम्यक दृष्टि जगाई आफूमा,
देख्न सकौं तथागतलाई,
बुद्धकै यो पुण्य भूमिमा,
अनि विश्वभरीका देशहरूमा
ल्याउन सत्य र शान्तिको राज
प्राणै अर्पण गर्न परे पनि
दृढभै अधि बढि हर मानवमा
शीतल बुद्ध-रश्मि फिजाऔं ?
बुद्ध-पूर्णिमा को शुभ दिन आज
हामी सब मिलि मनाऔं यसरी !

छल गर्नखोज्दा आफैँ छलियो

■ भिक्षु संघरक्षित “सद्धम्म कीविद”

पहिला पहिलाको कुरा थियो । भगवान् बुद्ध हुने बोधिसत्व एउटा शहरमा जन्मेका थिए । उनी धेरै सोझा र करुणावान थिए । सबैलाई आफूले सक्दो सहयोग गर्नु, कसैलाई अन्याय नगर्नु त उनको स्वभावनै थियो ।

उनका एकजना भाइ पनि थियो । बोधिसत्वको भाइ भए पनि उसको स्वभाव भने राम्रो थिएन । उसको मनमा त जसरी पनि आफ्नै स्वार्थ पूरा गर्नु, अरुको नराम्रो भए पनि आफ्नै मात्र भलो चाहनु थियो । अझ त ऊ चोरी गर्न पनि पछि पर्दैनथ्यो ।

समय बित्दै गयो । ठूला भइसकेपछि उनीहरूले आफ्नै परिवार बसाए । एकदिन उनीहरूका आमाबुबा पनि परलोक भएर गए । गर्नुपर्ने कामकाज पनि सबै सकाए । पछि दुबै दाजुभाइ छुट्टिएर भिन्नै बसे ।

उनीहरूका एक गाउँमा केही रकम लिन बाँकी थियो । त्यसैले त्यो धन पनि ल्याएर दुबै जना बाँडेर लिने कुरामा दुबै दाजुभाइको कुरा भयो । एकदिन उनीहरू दुबैजना त्यो गाउँमा जान तयार भयो ।

गाउँमा पुगेर लिनुपर्ने सबै रकम उठाए । सबै गरेर हजार सुवर्ण मुद्रा जति भए । उनीहरू दुबैजनाले घरमै पुगेर धन बाँडेर लिने विचार गरे । त्यसैले उनीहरू त्यहाँबाट आफ्नै घरतिर फर्के ।

उनीहरू आउँदा आउँदै एउटा नदीको किनारामा पुगे । नदी ठूलो थियो । त्यसै तर्न गान्हो थियो । डुंगा चढेर जानुपर्ने भयो । डुंगा नभएको हुनाले दुबैजना किनारामा एकछिन आराम गर्नथाले । बोधिसत्वले आफूले पोको पारेर ल्याएको खाना खोले र दुबैजनाले खाए । बाँकी रहेको खाना नदीमा रहेको माछाहरूलाई ख्वाए । माछाहरू रमाउँदै ती खानाहरू खान आए । बोधिसत्वले त्यस पुण्यद्वारा नदीदेवतालाई पनि मंगल होस् भनी पुण्य छोडिदियो । नदीदेवताले पनि त्यो पुण्य अनुमोदन गरेर लियो । यसले गर्दा देवताको दिव्यसम्पत्ति अझ बढ्यो । देवता बोधिसत्वप्रति कृतज्ञ भए ।

खाना खाइसकेपछि बोधिसत्व एकछिन त्यही आराम गरे । पेट भरिएको हुँदा तुरुन्तै निन्द्रा पनि लाग्यो । यता उसको भाइको मनमा भने पापी विचार आउन

थाल्यो । उसले सबै धन आफू एकलैले लिने विचार गर्नुको तर त्यसै चोरेर लिँदा आफू बाहेक त्यहाँ कोही नभएको हुँदा आफू नै चोर हुने हुँदा चोर्न पनि सकेन । त्यसो भएता पनि छल गरेर भए पनि लिने विचार गर्न थाल्यो ।

उसले एकछिन विचार गर्नुको । उसको मनमा तुरुन्तै एउटा विचार आइहाल्यो । उसले धनलाई पोको पारेजस्तै अर्को एउटा पोको बनायो । त्यो पोकोमा भने ढुंगाका टुक्राटाक्री हालेर पैसाको पोको जस्तै मिलायो । अनि त्यो पोको पनि पैसाको पोको भएकै ठाउँमा दाजुले नदेख्ने गरी राख्न लग्यो ।

एकछिन पछि त्यहाँ डुंगा आइपुग्यो । दुबैजना त्यस डुंगामा बसेर गयो । उनीहरू नदीको बीचमा पुग्यो । भाइचाहिले धनको पोको डुंगामा अल्झेको जस्तो गरी एउटा पोको नदीमा फालिदियो । पछि नाटक गरेर “लौ, लौ” भनी दाजुलाई भन्यो— “दाइ, हाम्रो हजार स्वर्णमुद्रा धन सबै त नदीमा खस्यो । लौ न लौ, अब के गर्ने हो ?”

बोधिसत्व सोझा थिए । उनको मनमा केही पाप थिएन । लोभ पनि थिएन । त्यसैले उनले भाइलाई सम्झाउँदै भने— “भयो त भाइ, नदीमा खसिसकेपछि अब हामीले के गर्ने त ? नदी पनि सानो होइन । यहाँ खसेको यही पाउने पनि होइन होस् बरु धन गए जान्छ, तिमी त बच्यौ ।”

भाइचाहिको मूहार बाहिर बाहिर दुःखी देखिन्थ्यो तर भित्र भित्र भने लड्डू फुटाउँदै थियो । अब त्यसो धन सबै आफू एकलैले पाउने कुरामा ऊ दंग थियो ।

उनीहरू घर पुगे । बोधिसत्वले बाटोमा घटेका सबै कुरा आफ्नी श्रीमतीलाई सुनाए । त्यसैमा ती दुबैले चित्त बुझाए । उता भाइचाहिँ आफ्नो सोझो दाजुलाई छलेर सबै धन आफूले ल्याउन पाएकोमा खुशी थियो । कोठामा पुग्नासाथ सबैभन्दा पहिला धनको पोको नै खोलेर हेन्यो । त्यो पोको खोलेपछि त उसको सातोपुत्लो नै उड्यो । उसले त्यस पोको धन पाएन । अरु आफैँले दाजुलाई मूर्ख बनाउन राखेको ढुंगाका टुक्राटाक्री मात्र थियो । उसको त होशै उड्यो उसलाई धनकर्म मायाले छुटपटी लाग्न थाल्यो । आधा धन भए पनि पाउने । अब त्यो पनि गुमाएर बन्नुपर्दा

पश्चात्ताप हुनथाल्यो । नक्कलीचाहिं भनेर हतारमा फालेको त सक्कली धनको पोको नदीमा फाल्न पुगेकोमा ठूलो शोक भयो । ऊ खाटको खुट्टा अंगालेर दुःखी हुनथाल्यो, रुन थाल्यो ।

उता भाइचाहिंले फालेको धनको पोको एकजना ठूलो माछाले निलिराखेको रहेछ । एकपल्ट त्यस गाउँका मान्छेहरूले जाली हालेर माछा मार्न आउँदा त्यो माछा पनि पन्यो । उनीहरूले ठूलो माछा देखेर धेरै पैसा पाउने शहरमै बेचन लग्यो ।

बोधिसत्वको पुण्य अनुमोदन गरी दिव्यसम्पत्ति पाएका नदीदेवताले आफ्नो प्रभावद्वारा त्यो माछा बोधिसत्वकै घरमा पारिदियो । त्यसैले अरुले माछा किन्न आउँदा एक हजार स्वर्ण मुद्रा र सातमासा भन्ने गर्थ्यो भने बोधिसत्वलाईमात्र सातमासा पैसामा माछा बेचिदियो ।

बोधिसत्वले त्यो माछा लिएर श्रीमतीलाई सफा गर्न दिए । श्रीमतीले त्यो माछालाई सफा गर्दागर्दै त्यसको पेटबाट एउटा पोको भेटियो । उसले छिटो छिटो गएर बोधिसत्वलाई भन्न गयो । बोधिसत्वले त्यहाँ पुगेर हेर्दा आफ्नै छाप भएको धनको पोको चिनिहाल्यो । हराइसकेको धन फेरि पायो । उनीहरू असाध्यै खुशी भए ।

बोधिसत्वले विचार गरे, "मैले के त्यस्तो पुण्य गरेको हुँला जसले गर्दा यो धन मलाई फेरि प्राप्त भयो ?"

यसै समयमा ती नदीदेवता त्यहाँ प्रकट भए । उनले बोधिसत्वलाई आफैले धनको रक्षा गरिराखेको कुरा भने । फेरि बोधिसत्वले पुण्य छोडिदिएको हुँदा नै आफ्नो पनि उपकार भएको दिव्यसम्पत्ति पाएको कुरा भन्यो । यति भनिसकेपछि नदीदेवताले भने— "हे सज्जन, तिमी साह्रै राम्रो छौ, असल छौ । तर तिम्रो भाइ भने नराम्रो र दुष्ट छ । उसैले तिमीलाई छल गरेर सबै धन आफू एकलैले पाउने योजना बनाएको थियो । अहिले आफै छलिएकोमा खाटको खुट्टा समातेर रोइराखेको छ । त्यस्ता दुष्टलाई तिमी यो धन बाँड्नु पर्दैन । यो सबै धन तिमी आफै लेऊ ।"

यो कुरा सुनेर बोधिसत्वले भने— "हे देव, यो धन मेरो मात्र होइन, मेरो भाइको पनि आधा हक लाग्दछ । त्यसैले यो धन म एकलैले लिनु उचित छैन । हामी बाँडेर नै लिन्छौ ।"

नदीदेवताले त्यो दुष्ट भाइचाहिंलाई धन नदिनको लागि धेरै भन्यो । तर बोधिसत्व भने मानेन । अन्ततः

नदीदेवता हार मानेर आफ्नो बाटो लागे । बोधिसत्वले पनि पाँचसय स्वर्णमुद्रा आफ्नो भाइलाई दिन पठाए ।

यसरी उनीहरूको बाकीको जीवन आनन्दले बित्न थाल्यो । पछि उनीहरू आफ्नो कर्म अनुसार परलोक भएर गए ।
(स्रोत: मच्छुदान जातक)

भीगु कर्तव्य

■ वेखारत्त शाक्य, यल

नेपाल देशय् वया थन जन्म का:म्ह
शिद्धार्थया शुभ दिने, अन लुम्बिनी हे
संसारया भय खना, सुख मार्ग माला
निर्वाणया लँपु ज्वना, भगवान जूम्ह ॥१॥

भीत ध्व मा:गु नरया उपकार ज्वीगु,
मालेगु मेगु मद्दु न्हाँ, वति न्ह्या:गु धर्म,
याना ध्व सारगु शिक्षा, व विश्वास याना
यायेगु पालन धका, दक्क शील कायगु ॥२॥

शास्ता गुरु जगतया, गुण भी लुमंका
भीसं ध्व आदर तया, व प्रणाम याना,
पूजा ध्व नित्य थनया, वसपोल यात
श्रद्धा तया थन न्हिथं, प्रभुयात फुथें ॥३॥

भिका व आचरण भी, दुगु क्लेश तंका,
भीसं प्रचार थुगुया, थन शान्ति ज्वीगु,
श्रीबुद्धयागु, बचने व मद्दक खंका
भिका ध्व जीवन हने, थन दु:ख फ्वीभी ॥४॥

तामास स्वेगु मखु भी, परयागु दु:खय्,
यायेगु त्याग ध्व धका, फक्क दान वीगु,
पक्कागु धर्म थनया, थुगु ज्ञान देका,
आसे धका मगनेगु, थुगु धर्म यात ॥५॥

धर्म ध्व जीवन छयला, थुगु पुण्य याना,
संस्कार मा:गु जकया, व मयाय् म्वा:गु,
धात्थें व बुद्ध जूम्हया शरणय् वनेगु,
आहा: ध्व भी अमृतया, रसपान कायानु ॥६॥

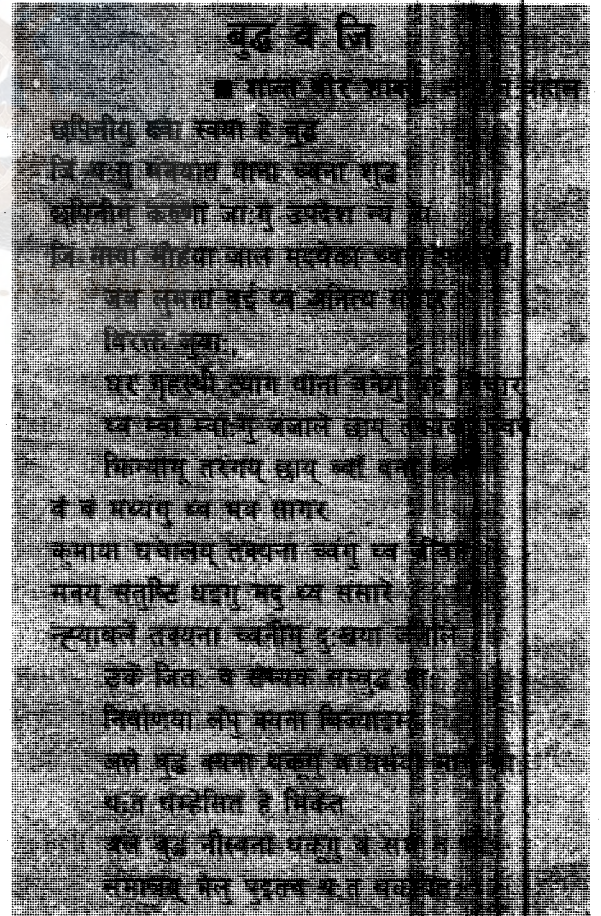
बुद्ध एशियाको ज्योति कि विश्वकै ज्योति ?

■ कुन्दन कुमार शाक्य

बुद्धको समयमा कोसाम्बीमा सम्पूर्ण वेदमा पारंगत भएका एक जना ब्राह्मण थिए । उनी आफूलाई धुरन्धर विद्वान थान्दथे र शास्त्रार्थमा आफू समान कोही पनि छैन भन्थान्थे । यसैलाई संकेत गरेर ऊ दिउँसै पनि बलेको बत्ति बोकेर हिँड्ने गर्दथे । उसको यस्तो अनौठो चाला देखेर छक्क परेका मानिसहरूलाई उनी भन्ने गर्दथे - यस अन्धकार संसारमा प्रकाश छर्नकोलागि म यो बत्ति बोकेर हिँडिरहेको हुँ । त्यस ब्राह्मणको दम्भपूर्ण कुरा सुनेर एकजना श्रमणले सम्झाउँदै भन्यो- हे भित्र ! दिउँसोको यो उज्यालो तिम्रा ती आँखाहरूले देख्न सकेन भन्दैमा संसार लाई नै अन्धकार नठान । तिम्रो त्यो बत्तिले सूर्यको महिमालाई रत्तिभर पनि बढाउँदैन । अरुको मन भित्र प्रकाश छर्ने तिम्रो चाहना पनि व्यर्थ नै छ किनकी यो तिम्रो ढोंगीपनमात्र हो । श्रमणको यो कुरा सुनेर शास्त्रार्थमा आफूलाई अपराजिता ठान्ने ब्राह्मणले भन्यो- "हे श्रमण ! तिम्री कुन सूर्यको कुरा गर्दैछौ ? तिमिले भनेको त्यो सूर्य (ज्योति) कहाँ छ ?" ब्राह्मणको यस्तो जिज्ञासा मेटाउन श्रमणले भन्यो- तथागतको शिक्षानै सम्पूर्ण मानव जातीकोलागी ज्योति हो । यो ज्योति सबै प्रहरमा चम्कीरहन्छ । निर्वाणको मार्गमा लागेकाहरूका लागि कहिल्यै पनि अन्धकार भन्ने हुँदैन ।"

उपरोक्त कथावस्तुको पृष्ठभूमिमा यहाँ एउटा कुराको बारेमा चिन्तन गरौं । एकजना अंग्रेज कविले गौतम बुद्धको जीवनीको आधारमा एउटा काव्य रचना गरेर प्रकाशित गरेपछि "एशियाको ज्योति" को नामबाट युरोपेली देशहरूमा गौतम बुद्ध चर्चित बन्न पुग्यो । निज कविले गौतम बुद्धको सम्बन्धमा प्रयोग गरेको विशेषण "एशियाको ज्योति" लाई जन्मजातले बौद्ध मानिँदै आएका नेपाल लगायतका बौद्ध समुदायले पनि सहर्ष स्वीकार गर्दै आएको देखिन्छ । तर प्रश्न यो छ कि बुद्ध एशियाको मात्र ज्योति हो कि संसारकै ज्योति हो ? बुद्ध जीवनीलाई ध्यान पूर्वक अध्ययन गर्ने हो भने के निष्कर्ष निस्कन्छ- एशियाको ज्योति कि विश्वकै ज्योति ? यदि बुद्ध विश्वकै ज्योति हुन् भन्ने निष्कर्ष निस्कन्छ भने यसलाई मुखले स्वीकार्न किन संकोच मान्ने ? एकजना कविले आफ्नो

रचनामा व्यक्त गरेको कुरालाई सत्यतथ्यको आधारमा काट्न वा अस्वीकार गर्न नमिल्ने त पक्कै पनि होइन । हुन त अष्टलोक धर्मबाट पार लागीसकेका बुद्ध पुरुषहरूलाई यस्ता विशेषणहरूले केही फरक पार्ने त होइन । तर पनि बुद्धत्व लाभ गरीसक्नु भएका सिद्धार्थ गौतमलाई पंचभद्र वर्गीय भिक्षुहरूले 'आवुसो' भनेर संबोधन गर्दा बुद्धले "तिमीहरूले अब देखि मलाई तथागत भनेर संबोधन गर्नु" भनी सिकाउनु भएबाट बुद्धको मर्यादा घटाउने शब्द बुद्धलाईनै रचिकर नलागेको देखिन्छ । अतः विश्वका सम्पूर्ण मानवमाथि अनुकम्पा राख्नु हुने, मानव र देवता समेतका शास्ता हुनु भएका, विश्वकै ज्योतिको रूपमा प्रज्वलित हुनु भएका गौतम बुद्धलाई विश्वकै ज्योतिको रूपमा मान्नु नै सही ठहरिन्छ । ■



बौद्ध दर्शनको शान्ति र अहिंसा मानव मात्रले ग्रहण गर्नुपर्ने शिक्षा

■ बद्रीप्रसाद घिमिरे

कपिलवस्तुका शाक्य वंशका क्षेत्रिय राजा शुद्धोदनका दुई पत्नीमध्ये रानी मायादेवीका गर्भबाट ईशापूर्व ५६३ मा शुक्रबारका दिन भगवान् बुद्धको जन्म भएको थियो । बाल्यकालको नाम सिद्धार्थ गौतम थियो । वनमा विचरण गर्दाको बखत सन्यासीलाई देखेर संसारदेखि विरक्त भएका सिद्धार्थ गौतमले सन्यास धारण गर्ने निश्चय गरे । धन-धान्य एवं राजसी सुखमयललाई समेत परित्याग गरी लोककल्याणको मार्गको खोजीमा निक्ले । उनको जीवनको यस घटनालाई 'महाभिनिष्क्रमण' भनिन्छ । ज्ञानको खोजीमा हिँडेका सिद्धार्थले भारतको वैशाली भन्ने ठाउँमा पर्ने निरञ्जन नदीको तटमा अवस्थित उरुबेला भन्ने ठाउँमा कठिन तपस्या प्रारम्भ गरे । उनको शरीर कंकालसरह भयो । सिद्धार्थ गौतमले कठिन तपस्या गरिरहेको स्थानबाट केही नर्तकीहरू समूहगीत गाउँदै कतै जाँदै थिए । तपस्यामा लीन भएका गौतमले संगीतको धून सुने । त्यस संगीतको तात्पर्य यस्तो थियो— 'वीणाको तारलाई ढिला नगर, नत्र आवाज निस्कनेछैन । वीणाको तारलाई अधिक नखिच, नत्र तार टुट्ला ।' यस घटनाबाट गौतमले ठूलो शिक्षा प्राप्त गरे । यसबाट उनले मध्यममार्ग अपनाए । मध्यममार्ग भन्नाले तपोपवास आदिबाट शरीरलाई ज्यादा कष्ट दिन बन्द गरे । ३५ वर्षको उमेरमा अकस्मात् उनले ज्ञान प्राप्त गरे । सम्बोधी प्राप्त भयो । गौतम अब बुद्धको नाममा र उनका अनुयायी बौद्ध कहलाउन थाले । ज्ञान प्राप्त भएपछि बुद्ध सारनाथ आए, जहाँ उनले आफ्ना पाँच शिष्यलाई सर्वप्रथम उपदेश दिए । बुद्धको पहिलो उपदेशलाई 'धम्म-चक्र-पवत्तन सुत्त (धर्मचक्र प्रवर्तन) भनिन्छ । बुद्धले भने, 'भिक्षु हो ! मार्ग दुई छन्— एक, तपको र अर्को अत्यन्त विलासको । अर्को, तेस्रो मार्ग पनि छ । त्यो हो— 'मज्झिम पटिपदा न अत्यन्त तपको, न त अत्यन्त विलासको । जसलाई कल्याणकारी मार्ग पनि भनिन्छ । इतिहासकार फ्लिट र गाडगरका अनुसार गौतम बुद्धले ईशापूर्व ४८३ (८० वर्षको उमेरमा) मा महापरिनिर्वाण प्राप्त गरे । बुद्धका उपदेश पाली भाषामा लेखिएको थियो, जुन सरल थियो । आफ्ना उपदेशमा बुद्धले ४ आर्यसत्य बताएका छन्— (१) दुःख

(२) दुःख समुदय (३) दुःख निरोध र, (४) दुःख निरोध-मार्ग । गौतम बुद्धले सबै प्रकारका दुःखको प्रमुख कारण 'तृष्णा' बताएका छन् । तृष्णालाई जित्नका लागि अष्टमार्गमा चलनुपर्ने कुरा उल्लेख छ । ती अष्टमार्ग हुन्— (१) सम्यक दृष्टि (२) सम्यक संकल्प, (३) सम्यक वाक्य (४) सम्यक काम (५) सम्यक आजीवन (६) सम्यक व्यायाम (७) सम्यक स्मृति (८) सम्यक समाधि । यिनै अष्टमार्गलाई बुद्धले 'मज्झिमपटिपदा' भनेका छन् । यसको अर्थ कठोर तपस्या गरेर शरीरलाई कष्ट दिनु ठीक होइन र सांसारिक विषय वासनामा तल्लीन हुनु राम्रो होइन । बुद्धले त्याग मात्रले १० वटा आचरणको पालना गर्नुपर्ने कुरामा जोड दिएका छन् ।

(१) अहिंसा (२) सत्य (३) अस्तेय (चोरी नगर्नु) (४) अप्रिग्रह संग्रह नगर्नु (५) ब्रह्मचर्य (६) नृत्यगानको त्याग (७) सुगन्धित पदार्थको त्याग (८) असमयमा भोजनको त्याग (९) कोमल शय्याको त्याग र (१०) कामिनी तथा कैचनको त्याग । बुद्धको दर्शनले के भन्छ भने जुन विचार र दृष्टिकोण सर्वमान्य हुन्छ, त्यो जीवित रहन्छ । आज बुद्धका उपदेश, दर्शन र सिद्धान्त चीन, श्रीलंका, कोरिया, बर्मा, जापान, भियतनाम, थाइल्यान्ड आदि मुलुकमा विस्तार भएको छ । संसारमा बुद्धधर्म मान्ने मानिसको संख्या सर्वाधिक रहेको छ । आज विश्वमा करिब एक अर्ब जनताले बुद्धधर्म मान्छन् भन्ने अनुमान गरिएको छ । बुद्धको भनाइमा सत्यको नजिक पुग्न मानिस प्रबुद्ध, सभ्य, सुसंस्कृत हुनु आवश्यक छ । माया, दया, करुणा, सहयोग, समझदारी र सहिष्णुताजस्ता सद्गुणबाटै मानिस सत्यको नजिक पुग्छ र उसको जीवनको आधार पनि यिनै हुन् । व्यक्ति सुखी र स्वस्थ हुनका लागि सोचाइ र व्यवहारमा परिवर्तन ल्याउनु जरुरी छ । बुद्धले बताएको ब्रह्मज्ञान प्राप्त गर्नसक्यो भने आज विश्वमा व्याप्त हिंसा, हत्या, आतंक, द्वेष, घृणाजस्ता सामाजिक विकृति निराकरण गर्न सकिन्छ । सादा जीवन, उच्चविचार नै बुद्धत्व प्राप्त गर्ने मार्गमा सहायक बन्नसक्यो भने बुद्ध दर्शनको सार हो । बुद्धको भनाइमा लोभ, लालच, घृणा, स्वार्थ, रिस आदि जस्ता जड

समस्याबाट नै मानिस दुःखी हुन्छ र सत्यको नजिक पुग्न सक्दैन । धर्तिलाई सुन्दर कसरी बनाउने र मानिसलाई मुक्ति कसरी दिलाउने भन्ने बौद्ध दर्शनको महत्त्वपूर्ण पक्षलाई बुद्धयान भनिन्छ । बुद्धवाणी अनुसार 'तृष्णा' नै ठूलो रोग हो ।

सन्तोष नै ठूलो धन हो र भौतिक तथा मानसिक सन्तुलन नै सामाजिक शान्तिको प्रमुख सर्त हो । स्वस्थ समाज सिद्धान्तलाई पञ्चशीलताको सिद्धान्त पनि भनिन्छ, जुन नेपालको परराष्ट्रसम्बन्धको मेरुदण्ड पनि हो । बुद्धको जन्मभूमिमा विद्रोहीहरूले बुद्धवाणीलाई शिरोधार्य गरी सोहीअनुसारको व्यवहार गर्न ढिला भइसकेको छ । बुद्धले जीवनको अन्तिम लक्ष्य निर्वाण (मोक्ष) बताएका छन् । निर्वाण सत्कार्यद्वारा मात्रै प्राप्त हुन्छ । शाक्य सन्त गौतम बुद्धको जीवनीबाट विद्याका लागि स्वार्थ त्याग्न सक्नुपर्छ । लोककल्याणका खातिर कर्म गर्नुपर्छ । सदैव सत्य वचन बोल्नुपर्छ । अहिंसालाई अपनाउनुपर्छ । कटु वचन बोल्नुहुँदैन । चोरी गर्ने र धनादि संग्रह गर्नुहुँदैन भन्ने शिक्षा प्राप्त गर्न सकिन्छ । ■ (साभार : स्पेश टाइम)

स्वार्थ-पुन्हीया-मिन्तुना

■ घोषक शाक्य प्रदीप भोजपुर

भिन्तुना भिन्तुना भिन्तुना

सकल नेपालिभिन्त भिन्तुना

स्वार्थ-पुन्हीया लसताय

दुनुगलनिसे भिन्तुना

जन्मजुल शिद्धार्थ कुमार थोयागु क्लिसः
भीगु हे देया लुम्बिनी साल अद्यान
त्यागयांना बिज्यात फुककं राज्य सुब
फुका छोयम तातुना देवको प्राणीया दुःख

भिन्तुना-३ सकल नेपालिभिन्त भिन्तुना

स्वार्थ-पुन्हीया लसताय दुनुगलनिसे भिन्तुना

लाना बिज्यात बोधिज्ञान थोयागु हे दिन
जुल पुजा राये योग्यम्ह महामानव गौतम बुद्ध
मैत्री, करुणा, मुदिता, अहिंसा शान्तिया
बिया बिज्यात सारनाथस न्हापलाक पञ्चभूषणिय भिन्त

भिन्तुना-३ सकल जगतप्राणीभिन्त भिन्तुना

स्वार्थ-पुन्हीया लसताय दुनुगलनिसे भिन्तुना

विश्वय न्यकभन चतुरार्य सत्यया,
सुवास ह्वला बिज्याज्या अमृतोपदेश
लाना बिज्यात थो हे महापरिनिर्वाण
जम्बुद्वीपया पवित्रस्थल कुशीनगरस

भिन्तुना-३ सकल नेपालिभिन्त भिन्तुना

स्वार्थ-पुन्हीया लसताय, दुनुगलनिसे भिन्तुना

१५४८ औं स्वार्थ पुन्हीया

लसताय सकल नेपालिभिन्त

दुनुगलनिसे भिन्तुना !



संयक जेम्स एण्ड ज्वेलर्स
SAMYAK GEMS & JEWELLERY

न्यू सतक ये, नेपा:

पोष्ट बक्स: ५२५५, काठमाडौं

फोन: ४२४४६५४

e-mail: ktcraft@bs.wiink.com.np

बुद्ध सम्बन्धी केही रोचक जानकारी

- सम्राट अशोक श्रामणेर निग्रोधको उपदेश सुनेर बुद्ध-धर्ममा प्रवेश भएको थियो । श्रामणेर निग्रोध अशोकको भतिजो पर्थ्यो ।
- सम्राट अशोक महान समाज सेवक थिए । उनी बुद्ध-धर्म व्यवहारमा उतार्नुमा अग्र थिए । उनले अस्पताल, पशु चिकित्सालय, झनार, कुवा, आराम गृह, विश्राम गृह आदि बनाउन लगायो । साथै बाटोको दुबैपट्टी रुख रोप्ने चलन पनि निकाले । (साभार: बौद्ध दर्शन)

बुद्ध दर्शनको सान्दर्भिकता

आज बुद्धजयन्ती । महामानव गौतम बुद्धले आजभन्दा अठ्ठाइ हजार वर्षपूर्व जुन अहिंसा र शान्तिको उद्घोष गरेका थिए, त्यो उद्घोष दक्षिण एसियाली मुलुक हुँदै विश्वव्यापी भएको छ । अहिले विश्वका करोडौं मानिस बुद्ध दर्शनका अनुयायी भएका छन् । नेपाल र नेपालीको निम्ति यो ठूलो गौरव हो । बुद्ध दर्शनको विगतमा जति महत्त्व थियो, वर्तमानमा त्यो अझ बढेको छ । र, जबसम्म धर्तिमा मानव अस्तित्व कायम रहन्छ, तबसम्म बुद्ध दर्शनको महत्त्व उत्तरोत्तर बढ्दै जाने अवश्यभावी छ । किनकि, मानव जीवनको सार्थकता अहिंसा र शान्तिमा आधारित छ, जुन बुद्ध दर्शनको सारतत्त्व हो ।

तर, सिद्धिम्बना ! बुद्धकै देश नेपाल अहिले हत्या, हिंसा र आतंकग्रस्त छ । माओवादी विप्लव प्रारम्भ भएयता दश हजार बढी मानिसको ज्यान गइसकेको छ भने यसबीच लाखौं मानिस पलायन भएर देश-विदेशमा कष्टकर जीवन बिताइरहेका छन् । मारिने एवं अपहरित हुने मानिसको संख्या दिनहुँ बढ्दै गएको छ । कसैको पनि जिउज्यानको सुरक्षा छैन । सबै मानिस भयभीत छन् । महामानव गौतम बुद्धको अहिंसात्मक दर्शनका उत्तराधिकारी नेपाल र नेपालीको निम्ति यो गम्भीर चिन्ताको कुरा हो ।

देशमा हिंसात्मक गतिविधिमा संलग्न मानिसको संख्या एक प्रतिशत पनि छैन । उनान्सय प्रतिशत बढी मानिस अहिंसा र शान्तिको पक्षमा छन् । बुद्ध दर्शनले पनि त्यही अहिंसा र शान्तिमै जोड दिने हुँदा यो सबै धर्मावलम्बीहरूको पहिलो अभीष्ट हो । विश्वमा प्रचलित सबै धर्मको सारतत्त्व पनि अहिंसा नै हो । त्यसैले बुद्ध दर्शन सबैको साक्षात् दर्शन बनेको छ । यस वास्तविकतालाई देशभित्र र विदेशमा समेत व्यापक प्रचारप्रसार गर्ने दायित्व बुद्धको आफ्नै मुलुक नेपालको हो । बुद्ध दर्शनको महत्त्व विश्वव्यापीरूपमा व्यापक प्रचारप्रसार गरिने हो

भने बुद्धको पावन जन्मभूमि नेपालमा वर्षेनी लाखौं पर्यटक थपिन सक्तछन् ।

तत्कालकै निम्ति पनि बुद्ध दर्शनलाई व्यवहारमा उतार्न देशका राजनीतिक दल, बौद्धिक समुदाय, शिक्षक, विद्यार्थी, उद्योगपति, व्यापारी, नागरिक समाज, मानवअधिकारकर्मीलगायत सबै पक्षबाट द्वन्द्वरत पक्षलाई हत्या, हिंसा र आतंक बन्द गर्न आग्रह गरिनु आवश्यक छ । यस प्रयोजनको निम्ति द्वन्द्वरत पक्षलाई दबाव दिन देशव्यापी शान्ति-यालीका साथै दबावमूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिनु जरुरी छ । बुद्धजयन्तीको सार्थकता पनि यही नै हो । ■ (साभार : सम्पादकीय, स्पेश टाइम)





विभिन्न किसिमको सिलाई मेशिन बिक्री साथै मर्मत गरिन्छ



ROSHA

SEWING MACHINE

Marketed by:

RONES STORE (PATAN)
Tel.: 5548109

RATNA STORE (TEBAHAL)
Tel.: 4244321

e-mail: rupendranakarmi@hotmail.com

Distributors:

JANKI, ROSHA, SHAGUN, SURBHI, AKAL, ELPAR,
SATYAM, RIXO, USHA, MERRITT, SINGER
Sewing Machine & Spears Parts

धर्मको विकास गर्ने र समाजको चिन्ता गर्ने

बुद्ध-प्रकृति र बुद्धत्व प्राप्ति

■ पासाङ्ग गोपमा

वर्तमान नेपाल अधिराज्यको एउटा सानो भूभाग तत्कालीन सार्वभौमसत्ता सम्पन्न कपिलवस्तु राज्यका युवराजाधिराज सिद्धार्थ गौतम ज्ञानको खोजमा सर्वस्व त्यागी सन्त बने । शान्ति, प्रेम, करुणा र सदाशयताका उनका प्रतिपादित सिद्धान्तहरू शाश्वत पक्षका स्तम्भ भएकैले उनी भगवान् कहलाइए । उनी मानव बुद्ध भए तर उनकै उपदेशअनुसार सबै मानिसमा बुद्धत्वको बीज हुन्छ । बीजको रक्षाका उपायहरूको पनि उनले प्रशस्त व्याख्या गरेका छन् । यहाँचाहिँ बुद्ध-प्रकृति र बुद्धत्व प्राप्तिका भन्दाइहरूसम्बन्धी केही प्रकाश पार्ने कोसिस गरिएको छ ।

बुद्धको परिनिर्वाणपछि त्रिपिटिकको सृष्टि भयो । यो सृष्टिमा बुद्धको स्पन्दन सक्रिय छ । तर त्यो स्पन्दनलाई अज्ञानता, रिस, राग र मायामोहको बाक्लो कुहिरोले ढाकेकैले यो मुलुकमा बुद्धत्वको निकासमा भोटेटाल्चा मार्ने चेष्टा भइरहेको छ र मुलुकले अनावश्यक कष्ट भेल्लुपरेको छ । तर यस्तो अवस्था अस्थायी मात्र हुन्छ ।

सुँगुरको अज्ञानता, साँपको रिस र परेवाको मायामोहलाई नागरिकको बुद्धत्वको बिकासले भोलि राष्ट्रकै उपयोगी तत्त्वमा तिनीहरूलाई परिणत गर्नेछ । सत्यचाहिँ यही हो । गहन बुद्धप्रकृतिको अनुभूति : तथागतको प्रकृतिसम्बन्धी अनुच्छेदमा के भनिएको छ भने गहन महापरिनिर्वाण सूत्र पहिला प्रतिपादन नभएको हुँदा आफूभित्रैको बुद्ध-प्रकृतिको स्पष्टसँग अनुभूत गर्न मानिसलाई गाह्रो पर्थ्यो । बुद्ध-प्रकृतिलाई यसरी बुझ्ने चेष्टा गरौं :

सबै मानिसमा बुद्ध-प्रकृति हुन्छ, सूत्रहरू महत्त्वपूर्ण छन्, जसबाट सत्यको उजागर हुन्छ ।

बुद्ध-प्रकृति उजागर गर्ने एउटा कथा तथागतको प्रकृतिसम्बन्धी अनुच्छेदमा यस्तो छ, कुनै ठाउँमा एउटी दरिद्र स्वास्नीमान्छे थिई । उसको घरभित्रको जमिनमुनि सुन दबेको थियो । त्यसको सुइँको परिवारका कुनै सदस्यलाई पनि थिएन । एक दिन अचानक त्यो घरमा एकजना पाहुना आयो त्यो पाहुनाले जमिनमुनिको सुन निकाल्यो र दरिद्र स्वास्नीमान्छेलाई दियो । त्यो घरको दरिद्रताको लोभ भयो । त्यो घर सुख र आनन्दले परिपूर्ण भयो । पहिलाकी दरिद्र स्वास्नीमान्छेको मनमा बुद्ध-

प्रकृतिको अनुभूत भयो । उसले पाहुनाको खुला दिलले स्वागतसम्मान गरी । सो दरिद्र महिला सबै मानिसको प्रतीक हो । पाहुना तथागत हो र जमिनमुनिको सुन अर्थात् गुप्तधनचाहिँ बुद्ध-प्रकृति हो ।

बुद्ध-वचनमा मानिसको सबै दुःखको हेतु हुने र त्यसको उपायद्वारा अन्त्य गर्न सकिने अनि यो संसारको प्रत्येक वस्तु हेतु र परिस्थितिको विस्तृत संयोगका परिणामस्वरूप उत्पन्न हुने तथा हेतु र परिस्थितिको लोप हुँदा ती सबै कुराको लोप हुने कुराको बोध गराएको पाइन्छ । जसले हेतुको स्पष्ट बोध गर्न चाहन्छ उसले छ ऋतुको राम्ररी अध्ययन गर्नुपर्छ । जैविक/अजैविक सम्पूर्ण वस्तुहरू परिवर्तनशील र अनित्य मानिएका छन् । दृश्य वस्तुहरू हेतु र परिस्थितिको संयोगको गोचर वस्तु मात्र हुन् । मानिसको उत्पत्ति पनि अरूसरहकै हुने हुनाले न त मानव अनुभूति नियतिमा आधारित हुन्छ, न त स्रष्टा र उसको दयामा निर्भर हुन्छ, न त आकस्मिक नै भएको हो । मानिस पनि अविर्भावको श्रृंखला हो । तसर्थ मानिसले वल्लो किनारबाट सहज तरिकाले पल्लो किनार पुग्नु छ भने आर्य अष्टांगिक मार्ग पालना गर्नुपर्छ ।

ती हुन्: १. सम्यक् ज्ञान २. सम्यक् संकल्प ३. सम्यक् वचन ४. सम्यक् कर्मान्त ५. सम्यक् आजीव ६. सम्यक् व्यायाम ७. सम्यक् स्मृति र ८. सम्यक समाधि । प्राज्ञको आधारमा सापेक्षतामा दृष्टि पुऱ्याउन भुल्लु हुँदैन । अनि अतिहरूबाट जोगिनुपर्छ र मानव मस्तिष्कको आधाररहित काल्पनिक भ्रमजालमा फस्नु हुँदैन । व्यक्तिको विकास स्वयंको शरीर, चित्त र वचनको सन्तुलित कर्ममा निर्भर गर्दछ । त्यसैले बुद्ध-वचनमा कर्मको विशेष महत्त्व दर्शाइएको पाइन्छ । मानव समाजलाई माझीको जालसँग तुलना गर्नुपर्छ भने जालको एउटा प्वाल च्यातिँदा जालकै उपयोगिताको हास भएकै परिवार वा समाजमा एउटा व्यक्ति भ्रष्ट भएमा परिवार वा समाज नै भ्रष्ट हुनसक्छ । त्यसैले व्यक्ति शील, साधना र प्राज्ञमा लीन हुनुपर्छ । त्यसैले लामायानको दैनिक मन्त्रपाठ यस्तो छ, 'सबै मानिस सुखी रहून् र सुखका कारणहरू प्राप्त गरून् । सबै मानिस दुःखबाट मुक्त होऊन् र दुःखका कारणहरू थाहा पाऊन् ।

सबै मानिस दुःखभन्दा पारीको महान् आनन्दबाट

अलग नहोऊन् र तिनीहरू सधैँ माया, मोह, घृणा, द्वेषभन्दा पारिको शान्तिमा रहून् ।' यो मन्त्रलाई व्यवहारमा उतार्नु आजको प्रमुख आवश्यकता हो । तर राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय मानवतावादी संघसंस्थाहरू र सञ्चार माध्यमहरूको बेहोराअनुसार सत्तापक्षको शाही सेना र विद्रोही पक्षका लडाकु दस्ताहरूद्वारा यसको उल्लंघन भएको पाइन्छ । यो सत्य हो भने अपराधपूर्ण कार्य हो र बुद्धको उपहास पनि हो । यस्तो कार्य अहं र अज्ञानताबाट मात्र हुनसक्छ जो कौशल राज्यका दरबारका गुरुपुत्र अंगुलीमालले गरेको थियो । बौद्ध धर्म भनेको देश, काल र परिस्थितिअनुसारको जीवन पद्धतिको मार्ग हो, लुकुवा कुलपूजा होइन ।

एक दिन बुद्ध भिक्षुहरूसहित कौशल राज्यको एउटा गाउँमा भिक्षाटनका निमित्त जाँदै गर्दा बाटामा एक हुल केटाकेटी भुम्म बसी रमाइलो गरिरहेका थिए । बुद्ध त्यहाँ के देख्छन् भने एउटा ठिटोले गंगटालाई हातमा लिएको छ, त्यसको एउटा खुट्टा उखेल्छ र फाल्छ अनि अरू हाँस्छन् । सो ठिटोले गंगटाका सबै खुट्टाहरू उखेलिसकेर फालेपछि अपांग गंगटाको शरीरलाई बारीतिर

हुत्याइदियो । सबै केटाकेटी थप्पडी बजाउँदै हाँस्न थाले । त्यो केटोले अर्को गंगटा हातमा के लिएको थियो बुद्धले इशाराले रोक्दै भने, 'बाबु, प्रत्येक सजीव प्राणीलाई सुरक्षा र आत्मकल्याणको लाभ उठाउने अधिकार हुन्छ ।

हामीले हाम्रो जीवनरक्षा गर्नुपर्छ र अरू प्राणीलाई सुख दिनुपर्छ । सबै प्राणीहरू चाहे सानो होस् वा आकाशमा उड्ने तिनीहरूको बाँच्ने अधिकार छ । हामीले अरूको जीवनमा हानि पुऱ्याउनु हुँदैन र मार्नु पनि हुँदैन । ... प्रत्येक व्यक्ति र तिमीवरिपरिका प्रत्येक वस्तुले तिम्रो रक्षा गर्छ । अरूका लागि प्रेम र करुणा जागृत हुँदा तिम्रो मन आनन्दित हुन्छ ।'

के उपर्युक्त बुद्ध-वचन सापेक्षवादको सूत्र हो किन होइन ? बुद्धले वर्तमानलाई महत्त्वपूर्ण मानेका छन् । तर हाम्रो वर्तमान समाजको अवस्था भने अहं प्रेरित द्वन्द्वको मारमा छ । तसर्थ पञ्चशील र बोधिसत्त्व प्राप्त गर्न चाहनेहरूले निम्नअनुसारका बोधिसत्त्व प्राप्तिका भन्याडका खुड्किलाहरू पार गर्नुपर्ने स्थिति उत्पन्न भएको छ किनभने मुलुकलाई मुटुको व्यथाले आक्रान्त पारेको छ । ■ (साभार: अन्नपूर्ण पोष्ट)



२५४९ औँ स्वाँया पुन्हीया
लसताय् सकल नेपामिपिन्त
भिन्तुना ! भिन्तुना !!

रत्न लुं वहः पसः

थाय्मदु, येँ

फोन ल्याः ४२२४३८६, ४२३१७४४

बुद्ध र वैशाखी पूर्णिमाको सान्निध्य

■ सुरेन्द्रकुमार झाहाल

आजभन्दा २६२९ वर्षपूर्व कपिलवस्तुका राजा शुद्धोधनका गद्दीनसीन पुत्रका रूपमा वैशाख पूर्णिमाका दिन जन्मनुभएका भगवान् गौतम बुद्धले एक बुद्ध, एक रोगी, एवम् एक शव देखेर राजपाट, विशाल महल, पत्नीको साथै नवजात शिशुसमेत त्याग गरी जंगलमा कष्टप्रद जीवनयापन गर्नुभएको थियो, ज्ञान प्राप्तिका खातिर । करिब छ वर्षको परिवर्जनपछि एकाबिहान सूर्योदयको लालिमासँगै वैशाख पूर्णिमाकै दिन अनुलोम र प्रतिलोमको माध्यमबाट गयामा एक पीपलको बृक्षमुनि सम्यक सम्बोधी प्राप्त गर्नुभएको थियो । र, आफ्ना सन्देशहरू विश्वजनमानसमा छुट्याछुट्यापत्ती फैलाई ज्ञानको ज्योतिषमेत भर्न सफल भएर अन्ततः वैशाखी पूर्णिमाकै दिन आफ्नो इहलीला समाप्त गर्नुभएको थियो । अर्थात् वैशाख पूर्णिमा बुद्धको जन्म, सम्बोधिलाभ र महापरिनिर्वाणको तीन संयोग परेको पवित्र दिन हो । जब मानिस राग, द्वेष, अन्धविश्वास, आदिको कारण समाजमा बुद्धिविवेकले भरपूर रहेर पनि हिताहित छुट्याउन सक्दैन । मुख छँदा पनि सत्य बोल्न र कान छँदा पनि सत्य सुन्न सक्दैनन्, फलतः अत्याचार, बलात्कार, आसुरी प्रवृत्तिले जन्म लिन पुग्दछ । यस्तो अवस्थामा ती दुरुह तत्त्वहरूलाई निर्मूल पार्न र समाजमा नयाँ जागरण ल्याउन बुद्धका सन्देश संजीवनीतुल्य हुन्छन्, अनुकरण गरे । बुद्धका सन्देशहरू सत्य र असत्यको द्वन्द्व रहेसम्म हाम्रो चेतना र मनको ढुकढुकीसँग रहनेछन् । फलाम र ढुंगाको संसर्गले आगो उत्पत्ति भएभैं हदमूर्ख र पाखण्डीले पनि बुद्धका अमृतमय सन्देश सुनेर आफ्नो निन्दनीय दुष्कर्म र पाशाविक प्रवृत्तिबाट मुक्ति पाएका छन् भन्न सकिन्छ । यो बुद्धधर्मको महान् विशेषता, सरलता, वास्तविकता र बोधगम्यताको एउटा ज्वलन्त र उदाहरणीय नमुना हो । यसरी वास्तवमा बुद्धधर्मलाई नै विश्वास र बाह्य आचरणमा मात्र आधारित नरहेर वास्तविकताको

पराकाष्ठामा अनुसन्धान र सत्य प्राप्तिका निम्ति हरदम प्रयत्नशील विश्वव्यापी परोपकारी संस्थाको रूपमा स्वीकार्न सकिन्छ ।

बुद्धका उपदेशहरू मानिसमात्रको निम्ति उपयोगी र अनुकरणीय पनि छन् । शान्तिका प्रणेता भएकै कारण असंलग्न आन्दोलन र संयुक्त राष्ट्रसंघ दुवैले पञ्चशीलको सिद्धान्तलाई अवलम्बन गरेका छन्, जुन बुद्धको उपज हो । आज 'बुद्धपूर्णिमा' अर्थात् मानवजातिले हर्षको सास फेर्न पाएको दिन, संसारका कुनाकापचामा 'बुद्ध शरणम् गच्छामी' का ऋचाहरू र 'अहिंसा परमोधर्म' आदिका सुक्ति सूत्रहरू गुञ्जिन लागेको दिन र शान्तिप्रेमी हुने अवसर पाएको दिन हो । पञ्चशील, अष्टशील आदिमा हाम्रो आस्था निष्ठा रहन आएको र वर्षौंदेखि आजसम्म र यसपछि पृथ्वी रहेसम्म हामीले संस्मरण गर्नेपनि दिन हो, यो । हिमालको काखबाट एउटा चम्किलो ज्वाला निस्केर विश्वलाई आलोकित गरेको यस दिनले मानव हृदयमा परिवर्तन आएको र सत्यले असत्यलाई लाखौं घुस्सा दिएको थियो । त्यसैले यसदिनको सन्देश प्रत्येक नागरिकले मनन गर्नु आजको आवश्यकता र अनिवार्यता नै ठहर्छ ।

अन्त्यमा बुद्धका सन्देशहरूलाई आत्मसात गर्दै नेपाललाई विश्वमाभू शान्तिक्षेत्र घोषित गर्न तत्पर युगपुरुष, प्रजावत्सल राजा स्व. श्री ५ वीरेन्द्रको भावना, 'विश्वका देशहरू आधुनिकतम विध्वंसकारी हातहतियार हरूले सुसज्जित हुने, प्रयत्न गरिरहेको बेलामा भगवान् बुद्धको शान्ति सन्देशप्रति धेरैको ध्यान नजाला तर उनको यो आवाज सत्यको आवाज हो, मानवताको आवाज हो । सिद्धार्थ गौतमको जन्मभूमि रहेको नेपालले आफैमा शान्तिक्षेत्र हुने निर्णय गर्नु सामयिक र उचित थियो र त्यो राजकुमार सिद्धार्थप्रतिको श्रद्धा हो जसले हिंसा र दुःखबाट आफू कसरी बच्ने हो भन्ने कुरा मानिसमात्रलाई सिकाएका छन् ।' ■ (स्येशटाइम १० जेठ २०५९)

“रीसले वैरभाव शान्त हुने छैन, प्रेमभावले मात्र वैरभाव शान्त हुन सक्छ; यही सनातन बुद्धको चली आएको धर्म हो ।”

बोधिसत्त्वया आकांक्षा

— आनन्द मानसिंह तुलाधर

असख्य पारमि पुरय याचा छुट्टे
 कामना या गुं ओधिसख्त ।
 जुड इ सा ज्यू जिगु जन्मजन
 क्षमि वसया शाक्य कुलसु ।
 कपिलवस्तु धा गु नगरय
 मुनाशुभा रूपय जुजु सुदोवनसान
 मा सुदुहयो अति भाया रेदीहे
 अहारमिहिनाया शुभत प्रभय ।
 दिनय लाकाव गर्भय च्चवेत
 स्वत गजया रूप कयालि ।
 प्रवेश जूवत रानीया म्दगसय
 जुल म्मिणी अहे माया दितीन ।
 प्रवल इच्छा जुल छुट्टे रानीया
 धःछे वनेषु उत्सुकताय ।
 पुवका मिल न भायाग्रा इच्छा
 अति सुन्दरता छाया नगरय ।
 कुटुंबल पलकि अत स्वयं सुच्छा
 कलमल जःखः तीमया विभय ।
 प्रथम जूयं अवज्ञावलयेत
 प्यतविल धकि अत चारिका पिम
 नः क्रमाः न सासवृक्षया फःकास
 जन्मविस अतहे मुन्दर कुमर ।
 चरचा भयविल लायक इच्छुलि
 कायसाचा बगु भि छे नेजा ।
 ह्यास वेनास्वत जोतिष पिन्त
 भविष्य ताणि कताहल इमिस ।
 कुलप च्चव्या सुद पुजु जन्मनी
 त्याणि ज्यूदसम जुड धर सुद हे ।
 अन्धे भावमण कोइत्य जक
 अडकल पत छपति धावाका ।
 च्चनी मख प्य मन्त्रा यज कलय
 प्यहा वती अह लायक त्वा
 वनेध भविष्य जुडगा सत्य
 सप्तम सखदया छायाः पवलि ।
 चिर तिहत् सखधमो

शुभकामना !

— लक्ष्मी हिरा तुलाधर

शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई
 धर्मि हेरी वती वती
 अर्था वे भेरी धार्मिकी
 साधने बाटो त जुड होइत र
 पहिले पहिले प्रयाकी ।
 शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई
 नया उमर नया जोशले
 शान्तिको वीर छरी छरी
 मलजल दिई फल फुलाउन
 बाधको होइत र माणी सदै ।
 शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई
 विद्या र ज्ञानले सातको यहाँ
 दीप विद्या जित दुखो कि
 वधवा निर्वय भावने अक्षरमा
 पाइयो टोक तिमी अजुन पनी ।
 शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई
 विद्याय दूरा विधवाहरूको
 दिई विद्या जित दुखो कि
 उधवा नेपाल जमाताई
 शान्तिको वीर शान्तिको वीर
 शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई
 विलाएको छैन हे शान्तिको वीर
 छरी गाएको गीतम बुद्धले
 गोदि गोदि मलजल दिई
 फलाती वयेत शान्तिको वीर
 शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई
 सखीवारी बुद्धि विवेकले
 चिटी फलका आशानी
 मिनीजुली शत्रुभाई चिटी
 उरु भूमिमा पौतमको
 शुभकामना शुभकामना शुभकामना शुभकामना
 बुद्ध संवत् २५४९ शुभकामना तिमीलाई

बैशाख पूर्णिमा र तीर्थयात्राको स्मरण

■ विजय लक्ष्मी शाक्य

तथागत भगवान बुद्धको जीवनीमा बैशाख पूर्णिमाको उतिनै महत्व छ। बौद्धहरूको लागि मात्र नभई समस्त प्राणिहरूको लागि यो दिन स्मरणीय र पवित्र छ। यही त्रिसंयोगको दिनमा सिद्धार्थ गौतमको जन्म हुनु, बुद्धत्व लाभ हुनु र उहाँ महापरिनिर्वाण हुनु भएको थियो। संयुक्त राष्ट्र संघले १९९९ डिसेम्बर १५ मा बैशाख पूर्णिमा (स्वाँया पुन्ही) को दिनलाई अन्तरराष्ट्रिय मान्यता दिने प्रस्ताव पारित गरेको सर्वविदितै छ।

तीर्थयात्रा भन्नाले कुनै पनि पवित्र स्थानमा यात्रा गर्नु वा घुम्न जानु हो भन्ने बुझिन्छ। त्यस्तो ठाउँमा विद्यार्थी, श्रद्धालु भक्तजन, अनुसन्धान कर्ता र अरु साधारण व्यक्तिहरू जो पनि जाने गर्दछन्।

त्यस्तो पवित्र स्थानमा विशेष महान व्यक्तिहरूको स्मरणमा, त्यस ठाउँको ऐतिहासिक तथ्यहरू पत्ता लगाउनु पुरातात्विक वस्तुहरूको अनुसन्धान गर्न र त्यसबाट ज्ञान आर्जन गर्नको लागि यात्रा गरिन्छ। जुन ज्ञानवर्द्धक कुराहरू, सन्देशहरू रमाइलो तरिकाले पाउने गर्दछौं तिनीहरू सुनेर, पढेर पाएको ज्ञान भन्दा पनि बढि सम्झिरहने हुन्छ।

यहाँ तीर्थ यात्रा भन्नाले ४ वटा बौद्ध तीर्थस्थलहरूसंग सम्बन्धित छन्। ती हुन् शाक्यमुनी गौतम बुद्धको जन्मभूमि लुम्बिनी, उहाँले बुद्धत्व प्राप्त गर्नु भएको ठाउँ बुद्धगया धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नु भएको ठाउँ सारनाथ र आफ्नो देह त्यागी महापरिनिर्वाण हुनु भएको ठाउँ कुशी नगर।

बुद्धको महापरिनिर्वाण हुनु अघि भिक्षु आनन्दले अति नै शोक गरी दुःखित भएकोले बुद्धले आज्ञा हुनु भएको थियो कि उहाँको निर्वाण पछि चार संवेजनीय ठाउँमा यात्रा गर्ने गर्नु। त्यस पवित्र, पुजनीय, स्मरणीय र दर्शनीय ठाउँमा जाँदा भिक्षु, भिक्षुणी, उपासक, उपासिकालाई धार्मिक संवेग उत्पन्न भई जुन श्रद्धा र भक्तिले पुण्य प्राप्त हुन्छ त्यस पुण्यको प्रभावले चित्त प्रसन्न हुन्छ र मृत्यु पश्चात पनि सुगतिमा पर्ने हुन्छ। यही बुद्धको सदेश अनुसार पनि हामीहरू तीर्थ यात्रा गर्ने गर्दछौं।

पहिलो तीर्थस्थल लुम्बिनी नेपालको पाँच विकास

क्षेत्र मध्य पश्चिमान्चल विकास क्षेत्र लुम्बीनी अञ्चल, रुपन्देही जिल्लामा पर्दछ। त्यहाँ Plane वा गाडीबाट जान सकिन्छ। लुम्बिनीमा अशोक स्तम्भ पत्ता लगाउनु भन्दा पहिले भनिन्छ कि यो एक माटोको हिस्साले ढाँकेको थियो। त्यस क्षेत्रको एक जना उच्चाधिकारी शिकार खेल गएको बेला त्यसमा ठक्कर खाए पछि त्यसलाई उत्खनन गर्दा एक स्तम्भ निस्के। त्यसमा कोरिएका अक्षरहरू जस्तै 'हिंद बुधे जाते', 'उवलिके कटे'। को अर्थ के हो भनी राष्ट्रिय अन्तरराष्ट्रिय खोज भए पछि यो बुद्ध जन्मेको ठाउँ हो, र यहाँ हिंसा हत्या गर्न हुँदैन भनेको हो भन्ने अर्थ लगाए। ती अक्षरहरू राजा अशोकको पालामा प्रचलित ब्राम्ही र पाली लिपीहरू रहेछ भन्ने पत्ता लगाए।

भण्डै चार दशक अगाडि तिर राष्ट्र संघको महासचिव श्रद्धेय ऊ थान्ते धेरै नै उत्साहित र इच्छुक हुनु भई त्यस बुद्ध जन्मिएको ठाउँलाई संरक्षण, सम्बर्धन गर्नु पर्दछ भनी लुम्बिनी गुरु योजना बनाउन समेत लगाउनु भयो। त्यस गुरु योजनाको निम्ति सन् १९७८ सालमा जापानी वास्तुविद प्रा. केंजे टाङ्गेले बनाउनु भएको थियो। तर पनि त्यहाँ खास निर्माण कार्यहरू भएन।

यही दश वार्ष अधिदेखि निरन्तर रूपमा निर्माण कार्यहरू भए। सर्वेक्षण उत्खननहरू भए। त्यहाँ Marker Stone पनि फेला परे, मायादेवी मन्दिरको पुनर्निर्माण भयो, विभिन्न देशहरू जस्तै बर्माले Golden Pagoda जापानले विश्व शान्ति स्तूप, कोरिया, श्रीलंका, आदि देशहरूले आ-आफ्नो विहार, गुम्वाहरू बनाए। धम्मवती गुम्माले पनि सवैको सहयोग लिई नेपालको चिन्हको रूपमा गौतमी विहारको निर्माण गर्न लगाउनु भयो।

त्यहाँ एक सानो पोखरी पनि छ जहाँ मायादेवीले सिद्धार्थ जन्म हुनु भन्दा अगाडि नुहाउनु भएको थियो रे।

२०५५ साल मंसिर १५, १६ गते प्रथम बौद्ध सम्मेलन भएको थियो भने २०६१ साल १५, १६ र १७ गते दोश्रो विश्व बौद्ध सम्मेलन भएको थियो। त्यस सम्मेलन सम्ममा गुरु योजनाको ३५% प्रतिशत निर्माण कार्य भइसकेको भन्ने भनाइ छ। त्यो सम्मेलनको उद्घाटन

राजा ज्ञानेन्द्रले गरि वक्सेको थियो । त्यसबेला १० बुँदे कार्यक्रमको घोषणा पत्र जारी गरी तत्कालीन प्र.म. शेरबहादुर देउवाले हरेक ४ वर्षमा एक पटक शिखर सम्मेलनको आयोजना गर्ने प्रस्ताव राख्नु भएको थियो । त्यस सम्मेलनमा लुम्बीनीमा 'विविधतामा एकता-विश्व शान्तिको मुहान' भन्ने नारा समेत समावेश गरिएको थियो । त्यसपछि देखि स्वदेशी विदेशी पर्यटकहरूको संख्यामा वृद्धि भइरहेको सुन्नमा आएको छ ।

दोश्रो बौद्ध तीर्थस्थल बुद्धगया हो । यो गयामा पर्दछ । यो भारतको विहार क्षेत्रमा पर्दछ । सिद्धार्थ गौतमले त्यहाँ गएर भिक्षुत्व ग्रहण गरेपछि विना आहार ध्यान गरेको ठाउँ उरुवेलमा अहिले पनि कंकालमात्र अंकित मूर्ति भएको ठाउँ छ । आफू असक्त भएपछि केही खाने कुरा खाएर ध्यान बस्न लागे । त्यही क्रममा एकदिन वृक्ष मुनि बसिरहेको बेला सुजाता नामकी एक कन्याले खीर दान दिन ल्याए । त्यो भोजन ग्रहण गरि सके पछि गया तिर हिंडिरहनु भएको बेला सोत्थिय ब्राह्मणले ७ मुट्टी घाँस दान गरेको कुटी सुजाता कुटीहरू देख्न पाइन्छ त्यहाँ । दान दिएको घाँसको पिपल बोट मूनि आसन बनाएर ध्यान गर्नु भएको थियो । त्यही राती वैशाख पूर्णिमाको रातमा बुद्धत्व प्राप्त गर्नु भयो । तीर्थयात्राको दौरानमा बुद्धत्व प्राप्त गर्नु भएको ठाउँ (१) बोधिपल्लङ्क (२) कृतज्ञता धर्म निभाउनु भएको ठाउँ अनिमिस चैत्य (३) चक्रमण गर्नु भएको ठाउँ, चक्रमण चैत्य, (४) रत्नाधर चैत्य जहाँ भगवानले अभिघर्म बोध गरी सात रश्मी छर्नु भएको थियो, (५) तृष्णा, अरती, रागी भन्ने मारहरूलाई दमन गरेको ठाउँ अजपाल वृक्ष (६) मुचलिन्द नागराजाले आँधि हुरीबाट बचाएको ठाउँ मुचलिन्द वृक्ष, र (७) राजायतन वृक्ष, जहाँ भगवानले बुद्धत्व प्राप्त गरिसकेपछि १,१ हप्ता गरी जम्मा ७ हप्ता बिताउनु भएको थियो भनी उल्लेख गरी लेखिएको हामी देख्दछौं । त्यहाँ १६० फीट अग्लो महाबोधि मन्दिर पनि छ जहाँ भगवानले पृथ्वी मातालाई साक्षी- राखी आफ्नो हातले भूमि स्पर्श गरी मारलाई भगाएको मूर्तिको स्थापना गरिएको हामी देख्न सक्दछौं ।

त्यसपछि आफूले प्राप्त गरेको ज्ञान साधारणतया समाजमै प्रचलित भए पनि साधारण मानिसलाई बोध गराउनु नसक्ने गरी गहन र दुर्बोध भएकोले आफ्नो पूर्व

पाँच जना पंचवर्गीय भिक्षुहरूलाई सम्भे । तिनीहरू कहाँ छन् भनी ध्यानले हेर्दा सारनाथमा भएको कुरा थाहा पाउनु भएछ । त्यसवेला इन्द्र आएर १ वटा हरो दान दिए । त्यसलाई भोजनको रूपमा ग्रहण गरी सारनाथ मृगदावन तिर लागदा वाटोमा तपुस्स र भल्लुक भन्ने दुइ जना व्यापारी दाजु भाइले सत्तु (एक किसिमको गेडागुडीबाट बनेको पिठो) र मह दान दिए । त्यही भोजन गरी सके पछि धम्मो पदेश दिनु भयो । तिनीहरू नै बुद्ध र धर्मको (दुई वचनको) द्वैवाचिक उपासकहरू भए । सारनाथ वाराणसी नजिक पर्दछ ।

यो भारतको उत्तर प्रदेशमा पर्दछ । त्यहाँ नजिकै पंचवर्गीय भिक्षुहरू भन्नाले वप्प, भदीय, महानाम, अस्सजि र कोण्डन्यको र भगवानको मूर्ति बनाइ अमृतोपदेश दिइरहेको मन्दिर पनि देख्न पाइन्छ । त्यहाँ मूलगन्ध कुटी विहार छ जहाँ भगवानले धर्मचक्र प्रवर्तन गर्दाको आकृति भएको बुद्ध मूर्ति स्थापना गरिएको छ । जून भल्भली सम्भन्ने हुन्छ ।

त्यसरी २५०० वर्ष पहिले दिएको उपदेश गुरु शिष्य परम्पराबाट अहिले सम्म पनि हाम्रो अगाडि सजिलै संग उपलब्ध भइरहेको छ । राजगिरीको रत्नागिरी पर्वतमा जापानी सरकारबाट निर्मित विश्व शान्ति स्तुप छ जहाँ जानलाई rope way को ब्यवस्था छ । त्यहाँबाट तल गृद्धकुतं पर्वत देखिन्छ जहाँ भगवानले चक्रमण गरिरहेको बेला माथिबाट देवदत्तले ढुंगा खसालेको थियो ।

सारनाथको म्यूजियममा विभिन्न बुद्धको जीवनी संग सम्बन्धित पुरातात्विक वस्तुहरू छन् । त्यहाँ चार सिंहहरू भएको धर्मचक्र अंकित एक चिन्ह या प्रतिक पनि छ । भनिन्छ कि त्यो अशोकस्तम्भको टुप्पोबाट खसेर म्यूजियममा राखिएको हो । गुरुमा भन्नु हुन्थ्यो 'चार दिशामा हेरिरहेको सिंहहरूको मूर्तिले चारै दिशामा चलिरहेको प्रचलित धर्महरूका आधिपत्यता र त्यसवेलाको सम्मानित धर्म कथिकहरूको विवादलाई शान्त पारी बुद्धको धर्मचक्रमा अनुशरण गराउनमा सफल हुनु भएको प्रतिक थियो अर्थात् जगद्गुरुको राजा सिंहको अन्तरगतमा अरु जङ्गली जनावर भए जस्तै । त्यही प्रतीक अहिले भारतले आफ्नो राष्ट्रिय चिन्हको रूपमा राखिएको छ । त्यसलाई Lion capital of Asoka भनेर भनिन्छ ।

नालन्दा विश्वविद्यालयमा पनि सारिपुत्र भन्तेले पढ्ने वस्ने, खाने ठाउँहरू उल्लेख गरिएको ठाउँहरू देख्न पाइन्छ ।

वेलुवन विहार जहाँ भगवानले राजा बिम्बिसारलाई दिएको बचन पूरा गर्न उहाँलाई पहिलो पल्ट धर्मदेशना दिनु भएको थियो त्यो पनि देख्न पाइन्छ ।

भगवान बुद्ध ८० वर्ष पुगेपछि अब महापरिनिर्वाणको बेला भयो भनी कुशीनगर जानु भयो । यो भारतको उत्तर प्रदेश मा पर्दछ । त्यहाँ अहिले पनि २५ फीट जतिलामो ठूलो निर्वाण मूर्ति देख्न पाइन्छ । त्यस संगै सानो चैत्य पनि छ । त्यहाँबाट नजिकै एक ईटाले ढाकेको माटोको ढिस्को पनि यद्यपि छन् जहाँ भगवानको नश्वर देह लाई दाह संस्कार गरिएको थियो भन्ने धारणा पाइन्छ ।

त्यहाँ निर्वाण प्राप्त गर्नु भन्दा पहिले भगवानले आनन्दलाई दुईवटा साल वृक्षहरूको बिचमा आसन बनाउन लगाइ सबै भिक्षुहरू बोलाइ भन्नु भएको थियो कि उहाँको अनुपस्थिति वा निर्वाण पछि उहाँले बताउनु भएको धर्म र विनय वा सबै उपदेश नै उनीहरूको शास्ता हुनेछ, मार्ग दर्शक हुनेछ, आफ्नो आचार्य मुष्ठीमा केही पनि छैन । त्यही मार्ग दर्शन अनुसार आचरण गरी 'आफ्नो नाथ आफै हुनु' आफ्नो द्विप आफै हुनु, 'आफ्नो शरण आफै हुनु' अरुको शरणमा होईन' भनी भन्नु भएको थियो ।

बुद्धको अन्तिम श्रावक सुभद्र थिए । उनलाई बुद्धले भन्नु भयो कि उहाँको धर्म आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग र श्रमणहरूको भएको धर्म विनय हो । जब सम्म भिक्षुहरूले राम्ररी धर्माचरण गरिरहने छ त्यसबेला सम्म यो संसारमा अर्हतहरूको खालि हुने छैन ।

अन्तमा बुद्धले भन्नु भएको थियो सबै संस्कारहरू अनित्य हुन्, त्यसैले अप्रमादि भएर बस्ने गर । अप्रमादी भइ स्मृति पूर्वक गुण धर्म सम्पादन गर्ने गर भनी आफ्नो अन्तिमोपदेश 'वयधम्मा संखारा अप्पमादेव सम्पादेथ' भनेर आज्ञा हुनु भइ वैशाख पूर्णिमा कै रातमा अनुषादिशेष महापरिनिर्वाण प्राप्त गर्नु भएको थियो ।

धर्मचक्र प्रवर्तन सूत्रमा भनिएको छ कि श्रमण ब्राह्मण, देव ब्रह्मा मार कसैले नचलाएको धर्मचक्र उहाँले चलाउनु भयो । त्यसैले उहाँ महामातव्य हुनुभयो, जसको जन्म पवित्र लुम्बिनीमा वैशाख पूर्णिमाकै दिनमा भयो ।

यी चार संवेजनीय ठाउँहरूको तीर्थयात्राले त्रिसंयोगको दिन वैशाख पूर्णिमा र धर्मचक्र प्रवर्तन दिन असार पूर्णिमा स्मरण गरीरहने छ । यसबाट प्रदान गरिरहेको गुण धर्मलाई पनि जीवनमा संयमपूर्वक आचरण गरी कर्तव्य पालन गर्दै जानु पर्दछ भन्ने बुद्धको सन्देशलाई पनि स्मरणीय जारी रहनेछ । ■

ही पनि जानुपर्ने कुरा हो...

नवजात शिशु र सुत्केरीको उद्धार

ग्रामीण महिलाहरूको एउटा समूहले भिक्षा मागेर गुजारा गर्ने एक सुत्केरी महिला र उनको नवजात शिशुको उद्धार गरेको छ ।

लाहान नगरपालिकासँगैको भदैया गाविस वडा नं. १ स्नेहा गाउँमा भिख मागेर गुजारा गर्ने ३० वर्षीया विमला कार्कीलाई स्थानीय सन्तोषी महिला समूहले यसै साता उद्धार गरेको हो ।

कार्की दम्पती लाहान क्षेत्रमा भिक्षा मागेर गुजारा गर्दै बगैचामा शरण लिएर बस्दै आएको छ । खुला आकाशमुनि घामपानी सहेर बस्ने विमलालाई प्रसूति व्यथाले सताएपछि सन्तोषी महिला समूहले लाहान अस्पतालमा उहाँको उपचारको बन्दोबस्त गरिदिएको थियो । विमलाका पति अशक्त र वृद्ध भएका

कारण सन्तोषी समूहकै महिलाहरूले नवजात शिशु सुत्केरीको स्याहारदेखि पोषिलो खानेकुराको बन्दोबस्त गरिदिएका छन् । सो समूहकी सदस्य सरस्वतीदेवी पासवानले विमलाको नवजात शिशुलाई स्तनपानसमेत गराउँदै आउनुभएको छ । हामीले सुत्केरी महिलालाई पोषिलो, खानेकुरा उपलब्ध गराए पनि विमलाको पर्याप्त दूध आउन नसकेपछि शिशुलाई स्तनपानको व्यवस्था गर्‍यो । महिला समूहकी अध्यक्ष सीतादेवी पासवानले भन्नुभयो- 'असहाय अवस्थाकी महिलालाई समूहबाहिरकै भए पनि मानवताको नाताले सहयोग गर्‍यो । काठमाडौंको सडकमा मार्दै गर्दा उदयपुरका मामैरे जीवनयापन गर्ने खड्गबहादुर कार्कीसँग माया बसेपछि विवाह भएको विमलाले बताउनुभयो । (साभार : अन्नपूर्णा पोष्ट)

महिला सशक्तीकरण

जीवविज्ञान नारी जातिको नियति होइन

■ ममता शर्मा नेपाल

‘जीवविज्ञान (शरीर) नारी जातिको नियति होइन, यो शब्द नारीवादी आन्दोलनको मुख्य शब्द बन्नुपर्दछ ।’

उपरोक्त अभिव्यक्ति प्रसिद्ध अमेरिकी लेखिका एभलिन रिडले महिला मुक्तिका लागि लेखेको पुस्तिका ‘इज बायलोजी वुमेन्स डेस्टिनी?’ मा उल्लेख गरेकी हुन् । नारी जातिको हीनताबारे पेश गरिएका तर्कहरूमध्ये सम्भवतः सबैभन्दा विनाशकारी तथा छद्मवैज्ञानिक प्रचार जीवनविज्ञानको नाउँमा प्रस्तुत गरिँदै आएको छ । मिथ्या कल्पनाकारहरूको भनाईअनुसार मातृत्व र मातृत्वसँग सम्बन्धित क्रियाकलापहरूले नारी जातिलाई शारीरिक रूपमा अशक्त तुल्याएको छ । यसले नारी जातिलाई असहाय र पुरुष जातिमाथि आश्रित बनाएको छ । उनीहरूले नारी जातिलाई यस्तो अनन्त हीनतामा पुऱ्याउनका निम्ति प्रकृतिलाई नै जिम्मेवार ठहऱ्याएका छन् ।

एभलिन रिडले नारी जातिका विरुद्ध समाजमा हुने गरेको शारीरिक पक्षपातका बारे भनेकी छन्, ‘स्त्री जातिमा मात्र विद्यमान मातृत्व अंग र मातृत्वसँग सम्बन्धित क्रियाकलापले स्त्री जातिलाई शारीरिक रूपमा पुरुषदेखि भिन्न तुल्याएको कुरामा शंका छैन । तर महिला उत्पीडनका निम्ति प्रकृति जिम्मेवार छु भन्नेचाहिँ सही होइन ।’ एभलिन रिडको यो पुस्तिकाको नेपाली अनुवादमा प्रसिद्ध साहित्यकार पारिजातले आफ्नो भूमिकामा भनेकी छिन्, ‘पितृसत्तात्मक समाज कायम भएदेखि नारी जातिलाई पुरुषभन्दा प्रत्येक अर्थमा कमजोर, अक्षम र शक्तिहीन मानिँदै आएको छ । जैवप्रकृतिअनुसार पुरुष पक्षकाहरूले गर्भाशय सिद्धान्त अर्थात् नारी जातिको आमा बन्ने प्रक्रियालाई नै विशेष उनीहरूको अबला हुनुको कारण र प्रमाणहरू देखाएका छन् । समाज विकासका क्रममा यसरी नारी जाति अक्षम, अबला ठहरिँदै पुरुष हैकमवाला समाजमा शोषित र अपहेलित हुँदै आएका छन् । तर ऐतिहासिक तथा जैविकी सत्य यो होइन ।’

शताब्दीयौँदेखि महिलाहरूलाई पुरुषको अपेक्षा शारीरिक रूपले कमजोर र अबला मानिँदै आएको छ । यद्यपि यी दुवै जाति आआफ्नो ठाउँमा श्रेष्ठ र तुच्छ

छन् । तर समाजले जहिले पनि पुरुषको अवैज्ञानिक श्रेष्ठताको डम्फु मात्र बजाइरह्यो । भनिन्छ, आदिम युगमा पुरुषले सिकार गर्ने र महिलाले घरभित्रको काम गर्ने गरी श्रमविभाजन गरियो । आफ्नो कामलाई श्रेष्ठ प्रमाणित गर्न पुरुषले महिलाको घरमै वस्नुलाई तुच्छ, कम मेहनत पर्ने काम भने र जंगलमा गएर सिकार गर्ने आफ्नो कामलाई बहादुरी र जोखिमपूर्ण भने । तर घरमा बस्ने महिलाले जंगली जनावरको आक्रमणबाट बच्न गरिएका जोखिम र संघर्षलाई मान्यता दिएनन् । पुरुषले आफ्ना निम्ति मात्र लडे तर महिला आफू र आफ्नो सन्तानका लागि लडे ।

यसरी नै पुरुषद्वारा आफ्नो हरेक कार्यलाई श्रेष्ठ प्रमाणित गरियो र महिलालाई आफ्नो पराधीन बनाइयो । समाजमा आफ्नो प्रभुत्व जमाउन महिलालाई घरमै कैदीका रूपमा राख्नका लागि शारीरिक रूपमै कमजोर साबित गराउन खोजियो । प्रजननको आधारमा पनि आफूलाई श्रेष्ठ र महिलालाई सन्तान प्राप्तिको साधनमात्र मानेर तुच्छ र निकृष्ट भनियो । यसलाई वर्षौँवर्षसम्म स्वाभाविक र सत्यका रूपमा स्थापित गरियो । तर विज्ञानले अब यो मान्यतालाई चुनौती दिएको छ । विभिन्न अनुसन्धान र खोजहरू हेर्दा पुरुषले अवैज्ञानिक तरिकाले रोपेको लैंगिक श्रेष्ठताको यो धुरीलाई धराशयी बनाउन सक्ने देखिएको छ । यदि नयाँ वैज्ञानिक खोजलाई मान्ने हो भने महिलाभन्दा पुरुष शारीरिक, मानसिक, आर्थिक, सामाजिक र नैतिक रूपमा श्रेष्ठ छन् भन्ने सोचाइ गलत मानसिकताको उपज ठहरिन्छ । अहिले आएर महिलाले समाजका विभिन्न क्षेत्र राजनीति, खेलकुद, शिक्षा, पर्वतारोहण, विज्ञान, उद्योग, प्रशासन इत्यादिमा संलग्नता बढाएको पाइन्छ । यति धेरै चुनौती सामना गरेर पनि, उनीहरूले सन्तानोत्पादन र आफ्नो बालबच्चाको लालनपालनको दायित्वलाई निर्वाह गरी नै रहेका छन् ।

पुरुषको लैंगिक श्रेष्ठतालाई अवैज्ञानिक र असत्य भन्दै न्युयोर्क टाइम्सकी विज्ञानलेखिका नैताली एजियरले केही समयअघि ‘वुमेन : एन इन्टिमेट जिओग्राफी’ नामको एउटा पुस्तक लेखेकी थिइन् । पुलित्जर पुरस्कार प्राप्त

गरिसकेको उनको यो चर्चित पुस्तकले महिलाप्रतिको परम्परागत स्थिति र धारणालाई चुनौती दिएको छ । उनले यस पुस्तकमा एस्ट्रोजेन (महिलामा हुने एउटा हार्मोन) र एम्फिटेमिन दुवैको भूमिकाका बारेमा लेख्दै यसले अण्डाशयलाई सक्रिय राख्नुको साथै दिमागको कोशिकाहरूलाई पनि ऊर्जा प्रदान गर्छ भनेकी छन् । वैज्ञानिक खोजले महिलाको मस्तिष्क उनीहरूको शरीरको आकारअनुसार सानो हुन्छ तर उनीहरूको तन्त्रिकाहरूको घनत्व पुरुषको अपेक्षा धेरै हुन्छ भन्ने उनको दाबी देखिन्छ । महिलाको रगतमा शरीरको रक्षाप्रणालीलाई बलियो राख्ने इम्युनोग्लोबिनको मात्रा धेरै हुन्छ भने पुरुषको रगतमा हेमोग्लोबिनको मात्रा धेरै हुन्छ भन्ने वैज्ञानिक तथ्यतर्फ पनि उनले ध्यानाकर्षण गरेकी छिन् । शारीरिक रूपले हेर्दा पुरुष आकारले ठूला र बलिया हुन्छन् । उनीहरू औसत महिलाको तुलनामा १० प्रतिशत लामा, २० प्रतिशत गड्ढा र ३० प्रतिशत शक्तिशाली हुन्छन् । तर महिलाका केही विशेषता पनि छन् जसले यी विषमताहरूलाई सन्तुलन गर्दछन् । जस्तै, महिलाको शरीर थकानलाई धेरै सहन सामर्थ्यवान् हुन्छ र उनीहरू नयाकीकन धेरै बेरसम्म काम गर्न सक्छन् । यसले के प्रमाणित गर्छ भने पुरुषहरूको दाँजोमा मांसपेशीको कमीले उनीहरूलाई कमजोर बनाउन सक्दैन ।

सन् १९९५ मा डियान हेल्सले अमेरिकी सेनाका महिलाको शारीरिक बलको एउटा अध्ययन गरेका थिए । सो अध्ययनमा विभिन्न क्षेत्रका महिला तथा भर्खर आमा बनेका महिला पनि थिए । उनीहरूले छ महिनामा पुरुष सैनिकबराबर शारीरिक कुशलता हासिल गरेका थिए । उनीहरू ३४ किलोग्राम वजन बोकेर तीन किलोमिटर कुद्न सक्षम भएका थिए । उनीहरूले काँधमा ४५ किलो वजन बोकेर अन्य काम पनि गरेका थिए । हिजोआज महिला हरेक खेलमा भाग लिन्छन् र प्रदर्शनको हिसाबले उनीहरू पुरुषको नजिकै छन् । केही दशकपहिलेको पुरुषको तुलनामा आजका महिला धेरै दगुर्न र पौडन सक्छन् । सन् १९६४ मा महिलाको म्याराथन प्रतियोगिताको समयभन्दा अहिले ३२ प्रतिशत कमी भएको छ । तर पुरुषको म्याराथन प्रतियोगिताको समय ४.२ प्रतिशत मात्र कम भएको छ । यो क्रम यसरी नै जारी रहेमा आगामी केही दशकमा महिला म्याराथनले पुरुष म्याराथनलाई उछिन्ने

अनुमान गरिएको छ । कुनै बेला टेस्टोस्टिरोनलाई पूर्ण रूपले पुरुषको र एस्ट्रोजेन महिलाको हार्मोन मानिन्थ्यो । तर अब दुवै हार्मोन दुवै लिंगमा पाइन्छ भन्ने कुरा जीवविज्ञानले सिद्ध गरेको छ ।

महिलापुरुषबीच केही भेद त अवश्य छ । तर यही भेदकै कारण शासनको अधिकार कसलाई छ भन्न मिल्दैन । प्रकृति र समाजअनुकूल महिलाको शारीरिक बनावट हुन्छ । उनीहरूसित गर्भशय छ जसअनुसार उनीहरू गर्भवती हुन्छन् र आफ्नो सन्तानलाई दूध खुवाएर हुर्काउने क्षमता राख्छन् । साथै महिलाको मानसिक श्रावको बेला हुने पीडाले उत्पन्न चिट्चिटापनले उनीहरूको शरीरभित्र नयाँ ऊर्जा सञ्चार हुने पनि भनिएको छ । हेल्सले लेखेका छन्, 'महिला र पुरुषबीचको अन्तर वास्तवमा सामान्य अन्तर हो, यो कुनै गडबडी या रोगको संकेत होइन । महिला अरू जीवन होइनन्, एउटा छुट्टै लिंग मात्रै हुन् ।' ■

(साभार: अन्नपूर्ण मोष्ट)



With best Compliments

FROM

BELTRONIX
COMPUTER & ELECTRONICS ENGINEERS

Now you don't have to roam here and there for Computer and Electronics. Save your precious time and money.

Visit us at:

Beltron International

PO Box: 1064, Kantipath, Kathmandu
Tel.: 4249 285, 4249 684, 4249 784, 4249 984
Fax: 00977-1-4249 059
E-mail: beltronix@bcd.wlink.com.np
URL: www.beltronix.com.np

सद्धर्म के हो ? - ५

■ भीमराव रामजी आवेडकर
■ अनु. ललितरत्न शाक्य

(ख) धर्मले सद्धर्म हुन प्रज्ञा बृद्धि गर्नुपर्छ

३१. “लोहिच्च । अब तिमी के भन्छौ त ? के राजा प्रसेनजितको अधिकारमा काशी र कोशल राज्यहरू पर्दैनन् ?”
३२. “गौतम ! पर्दछन् ।”
३३. “लोहिच्च । अब उदाहरणको निमित्त एक जना मानिसले यस्तो भन्छ भन्ने सोच, काशी र कोशल राज्यहरूमा राजा प्रसेनजितको अधिकार छ । उनी एकलैले ती राज्यहरूबाट प्राप्त सम्पूर्ण कर र उपजको आनन्द भोग्छन् । कसैलाई केही पनि दिदैनन् । यस्तो कुरा गर्ने व्यक्ति के ती सबै मानिसका लागि- जो राजा प्रसेनजितमाथि निर्भर गर्दछन्, र तिम्रो लागि पनि खतरनाक होलान् कि न होलान् ।”
३४. “गौतम ! अवश्य खतरनाक होलान् ।
३५. “के यस्तो खतरनाक मानिस तिमी र तिनीहरूका हित चिन्तक हुन सक्लान् ?”
३६. लोहिच्चले भने, “अहँ यस्ता मानिस हाप्रो हित चिन्तक हुन सक्दैनन् ।”
३७. “जब त्यसो व्यक्तिलाई हित चिन्तक सम्झिइन्न भने त्यसलाई मित्र सम्झने कि शत्रु ?”
३८. “गौतम ! शत्रु सम्झनु पर्छ ।”
३९. “मानिसका मनलाई शत्रुतासंग बाँधिदिने यस्तो सिद्धान्तलाई स्वस्थ वा अस्वस्थ के भन्ने ?”
४०. “गौतम ! यस्तो सिद्धान्तलाई अस्वस्थ भन्नुपर्छ ।”
४१. “लोहिच्च । सालवतिकामाथि तिम्रो अधिकार छ भनी कसैले हल्ला गरेको कुरा तिमी स्वीकार गर्दछौ । त्यसकारण सालवतिकाबाट उठ्ने सम्पूर्ण कर र उपज तिमीले नै उपभोग गर्नुपर्दछ । अर्काको केही पनि छोड्नु हुँदैन । काशी र कोशल राज्यमा राजा प्रसेनजितको अधिकार छ, त्यसकारण राजाले नै ती राज्यहरूबाट उठ्ने सम्पूर्ण कर र उपभोग गर्नुपर्दछ । कसैलाई केही पनि दिनु हुँदैन । कोशल नरेश र तिमीमाथि निर्भर रहेका ती सबै मानिसहरूले यस्तो भनेको सुन्दा के तिमीहरूलाई खतरनाक रहेछौ भनी नठान्ने ? अर्काको निमित्त खतरनाक हुने मानिसहरू हितचिन्तक हुन सक्तैनन् । तिनीहरू शत्रु हुन सक्छन् । जुन सिद्धान्तले कसैलाई कसैको शत्रु बनाउँछ, त्यो गलत, सिद्धान्त हुनजान्छ ।”
४२. “लोहिच्च । श्रमण अथवा ब्राह्मणले स्त्री तथा शूद्रलाई विद्यादान दिनु हुँदैन भनी जसले भन्छ त्यो व्यक्ति पनि त्यही मानिस समान हुनजान्छ ।
४३. “यस्ता मानिसले अर्काको काममा बाधा हाल्ने काम मात्र

- गर्छ र तिनीहरूका हितचिन्तक हुँदैनन् ।”
४४. “यसरी हितचिन्तक नहुने मानिसहरू शत्रु हुन जान्छन् । जुन सिद्धान्तले कसैलाई कसैको शत्रु बनाउँछ, त्यो गलत सिद्धान्त हुनजान्छ ।”
२. धर्म त्यसबेला सद्धर्म हुनसक्छ, जब त्यसले विद्वान हुनु मात्र पर्याप्त हुँदैन यसले मानिसलाई पण्डित्याईतिर अग्रसर गराउँछ भन्ने शिक्षा दिन्छ ।
१. एक पटक भगवान बुद्ध कौसाम्बी प्रदेशको सुखर विहारमा एउटा जनसमूहलाई धर्मोपदेश दिइरहनुभएको थियो । त्यसबेला एकजना ब्रह्मचारी पनि त्यही बसेका थिए ।
२. त्यस ब्रह्मचारीलाई आफूजस्तै शास्त्रहरूका जानकार अरू कोही पनि छैन भन्ने अभिमान भयो, किनभने शास्त्रार्थ गर्न उसले अरू कसैलाई पनि आफ्नो बराबरीमा गन्दैनथ्यो । त्यसकारण ऊ कतै जाँदा पनि हातमा एउटा बलिरहेको राँको लिएर हिँड्थ्यो ।
३. एकदिन एकजना नगरवासीले उसको यस्तो विचित्र आचरणको कारणबारे सोधे । त्यसबारे उसको उत्तर थियो—
४. “संसारमा ज्यादै अन्धकार फैलिएको छ, मानिसहरू ज्यादै पथभ्रष्ट भए, त्यसकारण मैले तिनीहरूलाई जहाँसम्म बाटो देखाउन सक्छु त्यहाँसम्म यो राँकोसँगै लिएर घुम्छु ।”
५. तथागतले यस्तो कुरा सुनेपछि त्यस ब्रह्मचारीलाई सम्बोधन गर्दै भन्नुभयो— “के गरेको त्यो ? यो राँको लिएर तिमी कता घुम्दै छौ ?”
६. ब्रह्मचारीले उत्तर दियो, “सारा मानिस अज्ञान र अन्धकार ले यति घेरिएका छन् कि म तिनीहरूलाई बाटो देखाउन यो राँको लिएर घुम्दैछु ।”
७. भगवान् बुद्धले फेरि प्रश्न गर्नुभयो, “धर्म ग्रन्थहरूमा चार किसिमका विद्याहरू छन्— शब्द विद्या, नक्षत्र विद्या र त्यसका मार्ग, राज विद्या तथा युद्ध विद्या, के तिमी ती सबैका जानकार हो ?”
८. ब्रह्मचारीलाई बाध्यतावश मान्नेपत्र्यो उसलाई त्यसबारेमा जानकारी थिएन । उसले समाति राखेको राँको फर्काइदियो । त्यसपछि भगवान् बुद्धले भन्नुभयो—
९. “मानिस चाहे पण्डित होस्, चाहे अपण्डित, अरूलाई मूर्ख सम्झेर घृणा गर्दछ भने त्यो (मानिस) त्यस्तो अन्धो सरह हुन्छ जसले स्वयं अन्धो भएर अरूलाई पथ-प्रदर्शन गर्दै हिँड्छ ।” (साभार: भगवान बुद्ध र उहाँको धर्म)

कमशः ...

योगाभ्यास विधि - ९

■ डा. गोपाल प्रधान

रेकी एवं योगा शिक्षक, रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्र, भोटाहिटी, काठमाडौं ।

गत अंकमा तपाईंहरूलाई पेट सम्बन्धी रोगका लागि कुन कुन योग आसनहरू महत्वपूर्ण हुन्छ र उत्तानापादसन वारेमा जानकारी गराएका थियौं । यस अंकमा पनि पेट सम्बन्धी रोगका लागि उत्तम आसन पवनपुक्तासनको विधि एवं लाभहरूको वारेमा जानकारी गराउन लागेका छौं । योगाभ्यास गर्न अगाव फेरी एक पल्ट हामी तपाईंहरूलाई योग्य गुरु वा योगाचार्यको समउपस्थितिमा योग गर्न सुभाब दिन चाहन्छौं ।

२. पवन मुक्तासन :

- (क) सर्व प्रथम भूमिमा उत्तानो परेर पल्टिनु होस् ।
 (ख) एउटा खुट्टाको घुँडालाई खुम्चाएर दुवै हातले समात्नु होस् । सक्नु हुन्छ भने घुँडा ढोक्नु होस् । यो प्रक्रिया दाँया बाँया दुवै खुट्टालाई पालै पालो ४/५ पल्ट दोहर्‍याउनु होस् ।
 (ग) दुवै खुट्टाको घुँडालाई खुम्चाएर दुवै हातले समात्नु होस् । विस्तारै श्वास छोड्दै दुवै घुँडालाई पेट तिर तान्नु होस् । सक्नु हुन्छ भने घुँडालाई ढोक्नु होस् । यो प्रक्रिया नियमित २/३ पल्ट दोहर्‍याउनु होस् । (चित्तमा देखाए जस्तै)
 (घ) पवन मुक्तानासन गरिसके पछि केहि क्षण (२/४ मिनेट) श्वासन गर्नु होस् ।



(पवन मुक्तानसन)

लाभहरू :

ग्याष्ट्रिक, अल्सर, मधुमेह, कमर दुःखने आदि रोगहरूको निदान गर्नुको साथै हृदय रोगको लागि अति उत्तम छ । युवा पिढिले यो आशन नियमित रूपमा प्राणायाम पश्चात गरेमा स्मरण शक्ति बृद्धि भई उचाई समेत वढाउन सहयोग पुर्‍याउँदछ ।

(उच्च रक्तचापका रोगीले योगाचार्यसंग सम्पर्क नगरी पवनमुक्तासन गर्न निषेध छ ।)

गुणकारी फल आँप, औषधि पनि हो :

गृष्म ऋतुको फल आँपलाई फलहरूको राजा पनि भनिन्छ । आँप काँचो पाकेको मिठो फल त हो नै साथै यसको औषधि गुणको पनि ठूलो महत्व छ । जम्मा पर्याप्त मात्रामा क्याल्सियम, सोडियम, पोट्यासियम, म्याग्नेसियम, भिटामिन "सी" आदि तत्वहरू पाइन्छ साथै फ्याट र केहीमात्रामा प्रोटीन पनि हुन्छ । यो फल भोजन र औषधि दुवै रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

लाभहरू :

- तातो हावा (लु) लागेमा काँचो आँप पिनेर शरीरमा लगाएमा वा अचार खाएमा लाभ पुर्‍याउँछ ।
- रक्ताल्पतामा पाकेको आँपलाई दुधमा सेक (लस्सी) बनाएर पिएमा लाभ पुर्‍याउँछ ।
- क्षयरोग, नेत्ररोग, स्कर्वि (दाँतबाट रगत बग्ने), पेटको रोग, रक्तचाप (उच्च, निम्न), कब्जियत आदि रोगहरूमा काँचो वा पाकेको आँप खाएमा लाभ पुर्‍याउँछ ।
- पाकेको आँप नियमित प्रयोग गरेमा छालाको रंग सफा हुनुका साथै चर्म रोगलाई लाभ पुर्‍याउँछ । ■

पेट सम्बन्धी केही रोचक जानकारी

- बढ्दो शासतमा सबभन्दा बढी विद्यारहरू बनाउने व्यक्ति सम्राट अशोक थियो । उनले २६ करोड ५० लाख ५० हजार विद्यारहरू बनाउन लगाए । नेपालको विभिन्न स्थानमा स्थित भन्ने "अशोक स्तूपहरू" यसै अन्तर्गत पर्दछन् ।
- इतिहासमा सर्वप्रथम अस्पताल र पशु चिकित्सालय स्थापना गर्ने भए अशोकलाई छ । उनले "अशोक स्तूप" पनि बनाए ।

लुम्बिनी हाम्रो गौरव

■ मोतीलाल यादव

गौतमी विहार, लुम्बिनी

हामी लुम्बिनी बासीहरूका निमित्त लुम्बिनी हाम्रो गौरव हो । स्वभाविक रूपले नै लुम्बिनीप्रति हाम्रो गर्व छ । लुम्बिनी क्षेत्रको विकास हुनु भनेको नै हाम्रो विकास हुनु हो । त्यस्तै लुम्बिनीको विनाश हुनु हाम्रो विनाश हुनु हो । हाम्रो मान सम्मान र गौरव तल खस्नु हो । हुन त यो कुरा सम्पूर्ण देशबासीहरूले नै महसुस गर्छन् । तर पनि यो क्षेत्र हाम्रो अगाडि हामी जन्मे हुर्केको ठाउँ भएकोले यस प्रति हाम्रो विशेष जिम्मेवारी हुन्छ र हुनु नै पर्छ ।

जुन भूमिमा हामी जन्म्यौं, करिब त्यही ठाउँमा आजको २६०० वर्ष पूर्व सिद्धार्थ गौतमले जन्म लिनुभयो । उहाँले पूरै विश्वलाई नै शान्तिको पाठ पढाउनु भयो । लुम्बिनी पुण्यभूमिमा शान्ति नायक सिद्धार्थ गौतम बुद्धको जन्म भएको हुनाले आज लुम्बिनीलाई विश्व शान्तिको मुहान भनिन्छ ।

आज लुम्बिनीमा विकास निर्माणका कार्यहरू द्रुतगतिले भइरहेको कुरा धेरैजसोलाई अवगत भएकै कुरा हो । त्यसमा हामी यहाँका स्थानीय बासीहरूले विशेष जिम्मेवारी वहन गर्नु परेको छ र गर्नु पर्छ पनि । ती कार्यहरूलाई अगाडि बढाउन हामी आफ्नो लुम्बिनीको विकास गर्न एक विशेष किसिमको बफादारी अपनाएका छौं । त्यसैले लुम्बिनीको फोन लाइन महिनै पिच्छे काटिन्छ र एक चोटी काटिएको फोन पुनःसंचालन गर्न कम्तीमा पनि १० देखि १५ दिन सम्म लाग्छ । यसबाट हामी आफ्नो गौरवनीय लुम्बिनी प्रति कति बफादार छौं भन्ने कुरा स्पष्ट हुन्छ । लुम्बिनी विकास क्षेत्र हाम्रो सम्पत्ति भएकोले हामी आफ्ना गाई वस्तु जङ्गलमा छाडा छोडि दिन्छौं । ती गाई वस्तुहरू घाँस पातका साथ साथै साना कलिला बोट विरुवा पनि खान्छन् । हामीलाई काठ दाउरा चाहिएको बेला हरियोको साथ साथै कलिलै सीसौंको बोट काटेर लान्छौं । सुकेको बोट पनि छ जङ्गलमा तर टाढा छ ल्याउन झ्याउ हुन्छ । हाम्रो लुम्बिनी प्रतिको यस्तै दृष्टिकोणले गर्दा धेरै जसो जङ्गली पशुपंक्षी लोप भइसकेका छन् । पूरै जङ्गलै उज्यालो देखिन्छ । हामीलाई अब केही डर छैन । पहिला घना जङ्गल छँदा जङ्गली जनावरको साथै चोर लाग्ने पनि डर थियो तर त्यो अब छैन । लुम्बिनी विकास क्षेत्रले पनि किन हाम्रो क्रिया कलापलाई रोकोओस् । आखिर लुम्बिनी

विकास कोष पनि त हाम्रै भलाइकै लागि त हो नि र लुम्बिनी पनि । हाम्रा गाई वस्तु एक दिन घाँस खान पाएनन् भने वा हाम्रो चुलोमा एक टायम् आगो बलेन भने लुम्बिनी र लुम्बिनी विकास कोष भएर के काम ?

लुम्बिनीमा विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय विहार, गुम्बाहरू छन् । ती विहारहरूमा भिक्षु, भिक्षुणी र लामाहरू पनि बस्नु हुन्छ । उहाँहरू प्रति पनि हामी उत्तिकै मान सम्मान गर्छौं, जति कि गर्नु पर्छ । म विगत दुई वर्ष देखि प्रायः जसो गौतमी विहारमै बस्ने गर्छु ।

यहाँको मानिसहरू गुरुमांहरूको तर्फबाट परियति शिक्षा पढ्न थालेका छन् । गुरुमां भन्तेहरूको संगतले बुद्धको अमूल्य शिक्षा सिक्न र अध्ययन गर्न पाएका छन् । फलस्वरूप आफूलाई बुद्धले सिकाउनु भएको अमूल्य ज्ञानले ज्ञानी बन्ने मौका पाएका छन् । जे होस् अन्तमा लुम्बिनी हाम्रो गौरव हो, प्रतिष्ठाको पुञ्ज हो र हाम्रो चम्किलो भविष्यको केन्द्र बिन्दु पनि हो भन्ने मलाई लाग्छ । ■

May our retreat into the
Triple Gem produce humanity
&
Loving Kindness
Our heartfelt felicitation to all
on the auspicious
Baisak Celebration
2549 B.E.



DIGITAL
SYSTEM TRADING HOUSE
Computer parts and peripherals
Post Box No. 13876
New Road, Kathmandu, Nepal
Tel: 423-1876, 423-0587
Fax: 423-01-423-0462

चाहे विगतका हुन् अथवा वर्तमानका, संसारका सबैजसो धर्महरूले आफ्ना अनुयायीलाई आफ्नो भनाइमा संशय नगर्न निर्देश गरेको पाइन्छ ।

गीतामा कृष्णले अर्जुनलाई आफूमात्र सत्य भएको बताउँदै निर्धक्क भएर आफ्नो पछाडि लाग्न उपदेश दिएका छन् । जिससले पनि प्राणीको मुक्तिदाता आफूलाई घोषित गर्दै आफ्नो वाणीमा शंकाउपशंका नगर्न निर्देश गरेको पाइन्छ ।

परमेश्वरको भनाइमा शंका गर्दा, भनाइविपरीतका कार्य गर्दा मानिस विभिन्न विपत्तिमा फसेका निकै दृष्टान्त बाइबलमा उल्लेख गरिएको छ । गौतम बुद्धले भने आफ्ना अनुयायीलाई आफ्ना उपदेश आँखा चिम्लेर अनुमोदन नगर्न आग्रह गरेका छन् । गौतम बुद्धले आफ्ना उपदेश चिन्तन र व्यवहारको कसीमा घोट्टेर खरो उत्रेमा, सत्य सावित भएमा मात्र पालन गर्न आग्रह गरेका छन् ।

बुद्धले आफ्ना शिष्यहरूलाई उपदेश दिँदै स्पष्ट शब्दमा भनेका छन्, 'तिमीहरूले मलाई नै प्रमाण नठान्नु अथवा तथागतले यो हो भन्नुभएको थियो, त्यसैले यो ठीक हो अथवा तथागतले यसो होइन भन्नुभएको थियो, त्यसैले यो बेठीक हो भन्ने मान्यता स्थापित नगर्नु ।'

बुद्धले शिष्यहरूलाई उपदेश दिँदै भनेका छन्, 'सत्यको अन्वेषण गरी त्यसको सहायतामा प्राणीमात्रको हित गर्नु तिमिहरूको जीवनको लक्ष्य हो । तथागतले भनेकैमा विश्वास गर्नु, त्यसभन्दा अगाडि बढ्न चाहेनौं भने सत्यान्वेषणको मार्गमा तगारो लाग्छ ।'

आफ्नो आत्माले सत्य ठानेकोलाई नै व्यवहारमा उतार्न उपदेश दिँदै गौतमले भनेका छन्, 'तिमीहरू त्यस्तो बन, जसको आत्मा स्वयं प्रकाशित हुन्छ । तिमिहरू त्यस्तो बन, जसको आश्रयस्थल आत्मा हुन्छ । तिमिहरूलाई जीवनमा केहीको सहारा आवश्यक भएको महसुस भयो भने केवल सत्यकै आधार समाऊ, त्यस्तो सत्य जसलाई तिम्रो आफ्नो आत्माले सत्य स्वीकार गरेको हो । त्यो सत्य त्यस्तो होस्, जसलाई तिम्रो व्यवहार र चिन्तनले सत्य प्रमाणित गरेको होस् । कसैले यो सत्य हो भनेको आधारमा भट्ट त्यसलाई स्वीकार गरिहाल्नु हुँदैन । चाहे त्यो मैले नै, तथागतले नै भनेको किन नहोस् । धर्मचक्र प्रवर्तक भईकन पनि भगवान् गौतम बुद्धले आफ्ना शिष्यहरूलाई आफूभन्दा एक पाइलो अगाडि बढी सत्यान्वेषण गर्न पूरै छुट्टा दिनु उनको महानता हो ।

★ ★ ★

बुद्धले विरोधी आवाज सुन्नुपर्नेमा जोड दिएका छन् ।

जसरी अग्निको सम्पर्कबाट सुन खारिन्छ, शुद्ध हुन्छ, त्यसैगरी विरोधी मतको उचित सुनुवाइबाट विचार खारिन्छ । प्रतिपाद्य विषय अझ सत्यको निकटवर्ती बन्छ भन्नेमा बुद्धको विश्वास थियो ।

गौतम बुद्ध अम्बलथिकको जनगृहमा रहँदाको समय त्यहाँ केही भिक्षुले एकजना ब्राह्मणका बारेमा चर्चा गरेको उनको कानमा पर्‍यो । ती ब्राह्मणले बुद्धको उपदेशको निन्दा गर्दै आएका थिए र गौतमलाई अधार्मिक भएको आरोप लगाएका थिए । उनले गौतमद्वारा स्थापित संघलाई पनि दोषी ठहर्‍याएका थिए । आफ्ना शिष्य भिक्षुहरूले ती ब्राह्मणको विरोध गरेको सुनेपछि उनीहरूलाई सम्बोधन गर्दै बुद्धले भने— "भिक्षुगण, कसैले मेरो विरुद्ध, धर्मको विरुद्ध र संघको विरुद्ध केही भन्छ भने तिमिहरू ऊसंग रूष्ट नहुनु, असन्तुष्ट नहुनु, अप्रसन्न पनि नहुनु । तिमिहरूले यस्तो गर्नु भने आध्यात्मिक दृष्टिमा त निश्चय नै हानि पुग्छ, ऊसको भनाई सत्यासत्य के हो त्यसको निकर्वाण गर्न पनि तिमिहरू असमर्थ बन्नेछौ ।"

कसैको पूर्वाग्रहसहितको समर्थन वा विरोधकै कारण कुनै पनि सिद्धान्त सत्य वा असत्य नहुनेमा बुद्धको विश्वास थियो । आफ्नो धर्म अनि शासनको विरुद्ध उठ्ने जुनसुकै मतको विषयमा छलफल गर्न बुद्ध सदा तत्पर हुन्थे । यस्तो कुनै पनि विषय थिएन, जसमा छलफल गर्न बुद्धलाई डराउनुपरोस् । विरोधीहरूका कथनको सत्यासत्य परीक्षण गरेर सत्य भए त्यही अनुसार आफूलाई, आफ्नो मतलाई परिमार्जन गर्न बुद्ध कहिल्यै पनि हिचकिचाएनन् । विरोधीप्रति असहिष्णुताको भाव बुद्धमा थिएन । "असहिष्णुता नै धर्मको सबैभन्दा ठूलो शत्रु हो", बुद्ध बारम्बार भन्ने गर्थे । कसैको आलोचना, अनुचित भएको प्रमाणित भइसकेपछि पनि बुद्धले ऊप्रति दुर्भाव राख्दैनथे बरु उल्टै सम्झाएर सत्यको साक्षात्कार गराउन लागिपर्थे ।

आलोचकले सम्झेर र आलोचना जारी नै राख्यो भने पनि बुद्ध विचलित बन्दैनथे बरु भन्थे, "यो मुख माथि गरेर आकाशतर्फ थुक्नुजस्तै मात्र हो । थुक्ले आकाशलाई कलंकित गर्न सक्दैन, उल्टै फर्केर थुक्ने व्यक्तिकै शरीरमा पर्छ ।"

रोषका कारण बुद्धको मुख कहिल्यै रातो भएन । त्यस्तै उनको मुखबाट कहिल्यै कठोर वचन निस्केन । प्राणीमात्रका लागि उनको हृदयमा असीम सहिष्णुताको भण्डार थियो ।

(साभार— बन्तपूर्व पोष्ट)

बुद्ध-धर्म वसल सूत्रं क्यनातःगु अमनुष्य ज्वीगु पहः

■ भिक्षु कोलित, संघाराम विहार

बुद्ध-धर्म अध्ययन याना स्वयंभले मनुष्य जीवनय यक्वं महत्त्व दुगु ज्ञानया भण्डार खः बुद्धःया धर्म । ज्ञानया भण्डारं बुद्धया धर्म जाःगु सूत्र मध्ये छगू महत्त्वपूर्ण सूत्र “वसलसूत्र” नं खः । ध्व सूत्र देशना याना बुद्धया पालय् नं थौं कन्हे नं मनुतयगु मनय परम्परा कथं दैच्वंगु कुबिचाः, मिथ्या विश्वास मदयका समाजय मनुतयत न्हगु सत्य दर्शनं सम्यक् बिचाः दयका मनुष्य समाज ज्वजलमान यात । विशेष ध्व सूत्रं मनु अमनुष्य ज्वीगु व मनुष्य पहः ज्वीगु बारे यक्वं उपदेश क्यनातःगु खने दु ।

भारतय “वसल” धैगु शब्दं संस्कृतिया महत्त्व मदुपि, शिक्षित मजूपि, क्वय्याःगु कूलयापि मनुतयत समाजय क्वयंका खँ लहाना व्यवहारयायत् छयःगु खः । उबलेयाःगु समय कथं “वसल” शब्द नीच धैगु अर्थ नं दुथ्या । तर भगवान बुद्ध ध्व शब्द छयला विज्यागु फुक्कं वहे अर्थ मखु कि समाजय यायमाःगु कर्तव्य पूर्ण मयाःपि, अगुण पहः दूपिन्त खः । मानव धर्म बाँलाक मथुइकुसे जीवन हनिपिं अमनुष्य पहः दुपिन्त : । उकिं बुद्ध-धर्म अनुसार “वसल” या अर्थ अमनुष्य पहः दुपिन्त धैगु शब्द धाःसा छुं मपाः । विशेष वसल सूत्रं मनु अमनुष्य ज्वीगु स्वी-स्वंगु (३२) पहः क्यनातःगु दु । व थये खः—

- (१) तं मतंक न्ह्याबलें तं चाइगु पहः
- (२) न्ह्याबलें वैरभाव तैगु पहः ।
- (३) मेपिनिगु कृतज्ञगुण लोमकेगु पहः
- (४) मिथ्यादृष्टि पहः
- (५) मेपिन्त ठकेयायगु पहः
- (६) प्राणिहिंसा व दुःखबीगु पहः
- (७) गाँ शहर भिन्नयाना मनुत स्यंकेगु पहः
- (८) मेपिसं मबिइकं खुयाकायगु पहः
- (९) ऋण कया मपुलेगु पहः
- (१०) लोभं लुटेयायगु पहः
- (११) मखुगु साक्षी बीगु पहः
- (१२) जबरजस्ती प्रातिपिनि, पासापिनि, मेपिनि मिसा मस्त स्यंकेगु पहः
- (१३) थःम्हं फुबमय बुढा बुढिपिं माँवा गुहपिन्त सेवा

सत्कार मयाइगु पहः

- (१४) माँ, बा, दाजुकिजा, तताकें आदि थःथितिपिन्त दायगु बोःबीगु पहः
 - (१५) भिंगु अर्थ खँ न्यसां मभिंगु अर्थ खँ कनीगु पहः
 - (१६) मेपिसं मसीगु कथं पापी अपराध ज्यायाइगु पहः
 - (१७) मेपिन्थाय साक्क नयात्वना वेः धुंका थःथाय् वै बलय् अतिथि सत्कार मयाइगु पहः
 - (१८) श्रमण ब्राह्मण भन्ते याचकपिन्त भूठा लाइगु पहः
 - (१९) श्रमण ब्राह्मण भन्ते याचकपिन्त छुं मब्यूसे पुरूष वचनं बोःविइगु पहः
 - (२०) मेपिन्त छुं बीमालि धैगु भयं मेपिन्त मखुगु कथं बोःबीगु पहः
 - (२१) अहंकार घमण्ड जुया मेपिं क्वेः तया थः च्वेच्वनिगु पहः
 - (२२) वचन मन क्यातु मजूसे छाःगु पहः
 - (२३) थःम्हं नं मनसे करपिन्त न मनकुसे कंजूस ज्वीगु पहः
 - (२४) पापी अपराधी बिचा दुगु पहः
 - (२५) न्ह्यागु लौकिक सम्पत्ति सुख थःम्हं जक इच्छा याना भोग याना मेपिन्त भोग मयायकेगु पहः
 - (२६) यक्व छलकपट दुगु पहः
 - (२७) पाप यायत निर्लज्जी ज्वीगु धर्म यायत लज्जी ज्वीगु पहः
 - (२८) पाप यायत मग्यायगु धर्म यायत ग्यायगु पहः
 - (२९) बुद्धपिन्त भिपिन्त निन्दाचर्चा यायगु पहः
 - (३०) श्रमण ब्राह्मण भन्तेपिन्त निन्दा यायगु पहः
 - (३१) भिपिं परिव्राजक गृहस्थपिन्त निन्दा यायगु पहः
 - (३२) ज्ञान प्राप्त मजूसां अर्हत मजूसां ज्ञान अर्हत प्राप्त जुल धायगु अधर्म पहः
- बुद्ध शिक्षा अनुसार सुंनं मनु जाति, जन्मं वसल व ब्राह्मण ज्वी मखु कर्म व ज्यां मनु वसल व ब्राह्मण ज्वीगु खः ।
- विशेषं थुपिं स्वीनिगु पहः अपो मनुतयकेचायक या मचायक मने दया वैगु मभिंगु पहः खः । थज्यागु पहः नं

मनुष्य समाजय् अपो हानि याई । ध्व हे नीच वसलं पहः नं याना न्हापा नं यक्व मनूतयत्त हानि जुल । थौ कन्हे समाजय् नं ध्व हे चलनं याना मनूतयत्त हानि, अशान्ति जुइच्चंगु दु । उकिं कारुणिक भगवान् बुद्धं धै बिज्यात कि- “मनूनं मनूया पहः बाँलाक म्हसिके मफःत धाय्वं यक्वं समस्या, दुःख उत्पन्न ज्वी थें, मनू नं मनूया पहः बाँलाक म्हसिके फत धाय्वं यक्व समस्या समाधान जुइ, सुख जुइ । उकि यात दकले न्हापां वसलगति, मभिंगु पहः मदय्का बुद्धया उपदेश कथं मन् शुद्धं याना ब्यवहार पाके माःगु दु ।

वसल सूत्रय् खने दुगु छगू छगू पहः बारे बिचाः याना स्वःसा शील, लोभ, द्वेष, मोह अकुशल मूल मानव समाज धर्म गुकथं सकारात्मक ज्वीमा धैगु खँ फुक्कं दुथ्यानाच्चंगु दु । उकिं भिंगु पहः, सत्यधर्म अपोःयाना मनूनं मनूया स्वभाव म्हँ स्यूपिं भिपिं सत्पुरुष मनूतय्के दैगु पहः खः । मनुष्य गुण धर्मयात विकाश मयास्य वसल, नीच पहःया ज्यौं याना मनूनं पशु हे ज्वी, मनू नं राक्षस हे ज्वी । वसल पहः जीवन विनाशया कारण खः ।

“सब्बे सत्ता भवन्तु सुखितता”



May all sentient beings be
Enlightened
through emanating waves from the
fountain of world peace !
Happy Vaisakh Festival 2549 !



Sealand Traders

Behind Phool Bagh Police Chowki
Suraj Kund Road
Meerut-250 001 (INDIA)

VINEX SPORTS POINT

Ason, Nhaikantala, Kathmandu
☎ : 4250237, 4250298
e-mail: tuladhar_vinex@hotmail.com

Sports & Musical Goods Wholesaler & Retailer.

निन्द्रा

- प्रमेश शाक्य, कक्षा-७, भ्याली भ्यू ई. स्कूल

के हो त्यो कहिले आउँछ, कहिले बिलाउँछ
कल्पनाका भण्डार मनमा सजाउँछ
मीठा मीठा सपना हामीलाई देखाउँछ
सूर्यका किरणका साथ कता हो हराउँछ

आउँदैन है यो हत्तपत्त हाम्रो माफमा
सूर्य अस्ताए आउँछ, यो सुटुक्क रातमा
नआए यो हामी हुआँला है रोगी
त्यसैले त बनौं यसमा सहभागी

यसको म बयान अब कसरी गरौं
पाइन कुनै शब्द कसरी तरौं
यही त हो निन्द्रा मैले बयान गरें जस्को
आऔं हामी रमाऔं मिली साथ यसको

अशान्ति

- कृष्ण राना मगर, कक्षा-८, जुद्धोदय मा.वि. क्षेत्रपाटी

बह्दै गयो हत्या हिंसा
चकदै गयो मुटुको व्यथा
मारे दाइले भाइलाई
दोष दिए बन्दुक र गोलीलाई
बिइने भो मुटु अब यो
सुनेर मृत्युको कुरा यो
बाँच्ने आश हरायो अब

मरिने भयौं नेपाली सब
खाइ नेपाल आमालाई
के पो पाइन्छ र ?
दाजु भाई भगडा गरी
कस्को पो हित हुन्छ र ?

हे नेपाल आमा, पठाउ फेरि एउटा बुद्ध
शान्तिको देशलाई पार्न शुद्ध
मिलेर बसौं दाजुभाई हो
भगडा नगरौं कहिल्यै भो
सिप र जाँगर लगाई अब
मिलेर बसौं दाजुभाई सब
अनि मात्र हुन्छ शान्ति
हट्टै जान्छ हिंसा र अशान्ति

मनूतयेगु पहः

■ धम्मवती गुरुमां

शासनधज धम्माचरिय, अगमहा गन्धवाचक पण्डित

संसारे बुलिनं मनूत दु इपिं फुकस्यां थ थःगु पह दु । छगू जक पह मखु थी थी पह चह मनु तयके खने दु । थुकथं ताल तालया पह व स्वभाव गनं वल गथे जुया दयावल थुगु बारे खँ सीका तेबह जू । गथे जुया मनूते, पहचह थी थी दुगु धका प्रश्न न्यपिं दया भगवान बुद्धं आनन्द भन्ते यात कना बिज्यागु खँ थन उल्लेख याय त्यना । ध्वयां न्हापा आनन्द भन्तेयागु बाँलागु पहया बारे छक सीके नु ।

भिक्षु आनन्द धयाम्ह भगवान बुद्धया नीजि सेवक खः । मेपिं सुयाके हे मदुगु लिजां दुम्ह, कर्तव्य परायणम्हथें लालच छु हे मदुम्ह खः । वस्पोल धात्थें सेवक जुइगु योग्यता दुम्ह जुया बुद्धं आनन्द यात नीजि सेवकया थासे तया बिज्यात । तर आनन्द भन्ते नं छकलं तुं सेवक जुया विमज्याः । च्यागू वर बुद्ध याके कया तिनि बुद्धया नीजि सेवक जुया बिज्याम्ह खः । बुद्धया पालेयापिं ततः धपि भिक्षुपिं मध्ये आनन्द तस्सकं लिजां दुम्ह खः अथे हे करुणां बिलि बिलि जाःम्ह खः । वसपोलया दकसिबे तःधंगु गुण खः अबला नारी प्रति, असरण मिसाते प्रति दया क्यनेगु । उकिं मिसातसें आनन्द भन्तेया प्रति कृतज्ञ जुया वस्पोलया गुण लुमंका तेमाः । छाया धाःसा बुद्धया शासने अबलेया मिसात भिक्षुणी जुयेगु अधिकार मदुपिं जुया च्वंगु खः । आनन्द भन्तेनं मिसातसें नं निर्वाण प्राप्त याय फुसा, अधिकार दुसा भिक्षुणी छाया जुइ मफु धैगु तर्क याना न्हापां प्रजापति गौतमीयात भिक्षुणी जुइगु बुद्धया पाखें आज्ञा कया ब्यूगु खः । मिसातेत भिक्षुणी यायगु अनुमती कया बुद्धशासनया अंग पूर्वका बिज्यात । अबले तक मिसात धैपिं प्राण हे मदुपिं पुरुष समान अधिकार मदुपिं समभे जुया च्वंगु खः । उगु जमानाय मिसातयत नं भिक्षुणीयाना मिज्या समान अधिकार बिया उच्च स्थाने थ्यंका बी धयागु अपगु खँ मखु । उकिं थुकथं भिक्षुणी शासन (संघ) शुरू जूगुया फुकक देन आनन्द भन्ते यात दु, नारीप्रति वस्पोलया दया करुणा दुगुया चिं खः ।

आः थन आनन्द भन्तेयागु पह व लिजांया बारे सीका तयमागु छता निता खँ न्ह्य थने ।

भगवान् बुद्ध (५५) न्ये न्यादँ दुबले बमलाना

वल । न्ह्याबले नापं च्वना सेवा याइम्ह छम्ह माल धैगु खँ पिहाँ वल । भगवान् बुद्धया नं आनन्दयात हे नीजि सेवकया रूपे तयगु मती वया च्वन खनि ।

भिक्षु आनन्द मानेला जुल तर च्यागू वर बा अधिकार फोना कया तिनि बुद्धया निजी सेवक जुया बिज्यागु खः । व च्यागू मध्ये प्यता आनन्दयात मयोगु व प्यता योगु अधिकार नापं च्यागू शर्त खः ।

- १) भो भगवान् ! छलपोलयात देश विदेशं च्हे याय हःगु बां बांलागु चीवर जित बिया बिज्याये मते । अथे बीगु जित मयो ।
- २) श्रद्धावान् पिसं च्हे याय हःगु सासागु, भिंभिंगु नयगु छुं चीज छंन धका जित बिया बिज्याय मते ।
- ३) छलपोल पाखें वोगु भोजन निमंत्रणाय फुकक भिक्षुपिं मध्याः थाय जित नीजि सेवक धका नापं बोना यंका बिज्याय मते । अथे बोना यंकीगु जित मयो ।
- ४) छलपोल देना बिज्याइगु नुस्वावोगु गन्ध कुटी (कोथाय) जित थ्यना बिज्याय मते ।

थुलि धासेलि भगवान् बुद्धं धया बिज्यात थुपिं प्यता छन्त मयोगु खँ जुल । आ मेगु प्यता छन्त योगु अधिकार छु छुले ?

- १) भो भगवान् जि छपिनि गन्धकुटी मदेनीम्ह जबले याकचा देना च्व च्वं न्ह्यो मवै बले छलपोलं कना बिज्यागु धर्मया बारे छुं शंखा जुइफु । अबले न्ह्यागु ई जूसां, न्ह्यागु अवस्था जूसां छलपोल याथाय वया मथूगु खँ न्यनेया निमित्तं स्वतन्त्र व अधिकार दयमा ।
- २) देश-विदेशं भिक्षु भिक्षुणी, उपासक उपासिकापिं वया बुद्धया दर्शन याय धका प्रार्थना याइ बले न्ह्याबले नं छपिंथाय बोनां हयपावे जुइमाः ।
- ३) जिथाय सुं श्रद्धावान दातापिसं भगवान् बुद्ध नापं भोजन बिज्याहुँ धका निमंत्रणा याइथाय छपिं बिज्यायमाः ।
- ४) जि मदु थाय छलपोलं उपदेश बिया बिज्याइथाय न्ह्यागु खँ कना बिज्या सां वा छलफल जूसां हानं छक जित छलपोलं कना बिज्यायमाः ।

क्रमशः

शिक्षि प्राप्त यायेगु लक्ष्य

अनुवादक- आनन्द सिद्धि तुलाधर

सत्ययात खंके, ल्वीके धका छें व राजपरिवार त्वतावसेलि यक्व कष्ट फयेमालिगु ला स्वाभाविक हे खः । लायकूया सुख व सुविधाय ब्वलंका तःम्ह सिद्धार्थ कुमार यात एकान्त वासय च्वनाः थाकुगु तपस्या, ब्रत, साधना यायेगु धैगु कष्टपूर्ण ज्वीगु हे जुल । तपस्या यायेगु इवले आहारया मात्रा म्हो यायां निराहारे च्वने धुंकल । शरीर स्यू व क्वैय जक बाकी जुये धुंकल । मनया शान्ति धैगु मृग-तृष्णा थें जक तायेकल । सत्यया लैपु मालेगु निरतिं तःधंगु धैर्य ज्वनाः छें त्वताः पिहाँ वःगु खः तर धैर्य धारण याये मफुत । थः भ्रमं मुक्त जुयेत छें लिहाँ वनेगु विचाः यात ।

छें पाखे स्वयाः लिहां वनाच्वंबले लैया छखे सिथे छगू तःधंगु पुखू ध्वदुल । पुखू या सिथे च्वनाः पुखू पाखे स्वया च्वन । पुखुलिं छम्ह चिकीचा धिकम्ह भंगःचा लखे दुना खतं पिहांवयाः बैय थःगु म्ह बुतुबुल । हानं हानं लखे दुना खतं पिहांवयाः लिक्सं बैय म्ह बुतुबुलेगु याना च्वन । ताउत तक भंगः चिगु थ्व क्रियाकलाप सिद्धार्थ स्वयाच्वन । भंगःचां थ्व ज्याया निरन्तरता दिकुगु हे मखु । ससद्धार्य यात आश्चर्य जुल । लिक्क वनाः भंगःचिके न्यं हे न्यन- “अय् भंगःचा, छं थथे छाया याना च्वनागु ?” भंगःचां लिसः बिल- “थ्व पुखूनं जि मस्तयगु ज्यान कयाबिल, उकिं आः जिं थ्व पुखू यागु अस्तित्व हे न्हंकाबीत्येनागु खः” भंगःचिगु खँ न्येना सिद्धार्थया न्हिले मास्तिवल भंगः चित धाल- “छंगु अपायचा पुगु पपुचां लखे दुनाः लः लिक्कया थपाय धंगु पुखू हे गंकेगु छंगु विचाः खःलाकि छु ?”

भंगःचां धाल- “याये फै मफै थ्वला जिं मने मतया । पुखुली लः छफुति दतले जिं, थथे यानांतुं च्वने ।”

सिद्धार्थ न्यन- “छंगु उदेश्य गबले तक पूवनीथें च्वं, समयया छं अनुमान यायेफुला ?”

भंगःचां धाल- “अनुमान याना च्वनेगु ई तक जिके मदु ।”

सिद्धार्थ धाल- “छंगु थुगु जुनीला छंगु थ्व उदेश्य पूवनी मखु थें च्वं ।”

भंगःचां धालः- न्ह्यागु थजुयेमा जिगु जीवकाछिया ई हे बिइसां थ्व पुखूया लः लिक्कया जिगु उदेश्य पूमवंतले

जिं थथे यानांतुं च्वनेगु दी मखु । छि नाप खँ ल्हाना च्वंतले हे जिगु ई जक नष्ट ज्वी । छि छिगु लैय् भासैं, जित जिगु ज्या याके बिया दिसैं ।”

भंगः चिगु दृढ-संकल्प खनाः सिद्धार्थया मने परिवर्तन वल, चेतना दना वल । वयागु आत्म-विश्वास हानं लिहांवल । थःत थम्हंतुं न्वात “अपायचा धिकम्ह भंगःचां ला थःगु क्षमता, सामर्थ्य व ई यात च्यूताः मतसे संकल्प याना थःगु ज्याय कृतः न्ह्याकांतुं च्वन धाःसा छ थःगु ज्याय यक्व न्ह्याः वने धुंकुम्ह निराश व हतोत्साही जुल धाःसा छंगु लक्ष्य पूर्ण ज्वी मखु ।”

सिद्धार्थ थःगु संकल्प यात दृढ यानाः हुनुगलं निसें क्वातुकु धैर्य धारण यानाः तपोभूमि पाखे लिहां वन ।

“लक्ष प्राप्त मजुतले निर्णय हिलेमखु, भंगःचां जिगु मिखा चायेका बिल” थथे मतिइ तयाः सिद्धार्थ दृढ-विश्वास कथं हानं तपस्याय् लीन जुल । सिद्धि नं प्राप्त यात । मनं मनं भंगःचा प्रति कृतज्ञ भाव प्वंकल । ■

Best Wishes !

RED SUN

SEALAND TRADERS

Sports point

Sports and Musical Goods Wholeseller and Retailer
Kantipath, Jyatha, Kathmandu, Nepal

Also Remember us for:

Manufacturing of School Belts,
Badges, Medals, Name Plates, Shields, Trophy,
Electroplating, Etching and
all types of screen prints as per your desired order

☎ 4267069, 4248856
Fax : 977-1-4269284
sportspoint@mail.com.np



मानव मात्रमा सुख, शान्तिका साथै समुन्नत समाजका निमित्त
समर्पित धर्मकीर्ति विहारको सफलताको कामना गर्दै सबैमा
२५४८ औं बुद्ध पूर्णिमाको
मंगलमय शुभकामना !



एक्सप्रेस सेमिड्र एण्ड क्रेडिट को-अपरेटिभ लिमिटेड

पोष्ट बक्स: १२४५०, दरवार मार्ग, काठमाडौं, नेपाल ।

फोन: ४२२६३५३, ४२३२५५५, फ्याक्स: २२२६३५३

शान्तिको अनुभूति मराउने महान मार्गदर्शक
गौतम बुद्धको त्रिसंयोगको दिन २५४८ औं बेशाख पूर्णिमा
शान्तिकामी जन-जमले प्रेरणा प्राप्त गरुन् ।

Dharmakirti Digital

संस्कृत, कवि, चित्रकार, प्रथम पुरस्कारिय विनय, कथाकार, कवि, धर्मशास्त्र, विद्वान्, विद्वान्, विद्वान्



रोयल मर्चेण्ट बैंकिङ्ग एण्ड फाइनान्स लिमिटेड

दरवार मार्ग, काठमाडौं, नेपाल । • फोन : ४२४२९००, फ्याक्स : ४२३१३४७, पोष्ट बक्स नं. १२२३७

e-mail: rmbank@mos.com.np; website: www.royalmerchant.com

२०६२ बैशाख १ गते देखि लागू हुने निक्षेप तथा कर्जा ब्याजदर

बचत खाता	व्याजदर (साविक)	कर्जा
३ देखि ९ महिनासम्म	छलफलबाट	हायर पर्चेज कर्जा १२.१६%
१ वर्ष	७.२५%	व्यापारिक कर्जा १४.१६%
२ वर्ष - माथि	छलफलबाट	उद्योग कर्जा १४.१६%
साविक बचत खाता		आवाश कर्जा १४.१६%
मासिक २२ किस्ता रकम भुक्तानी गरेपश्चात् २३ औं महिनामा		सुरक्षण पत्रमा कर्जा १०.१६%
२५ किस्ता बराबरको रकम भुक्तानी पाउने		अन्य १४.१६%
बचत खाता	न्यूनतम रकम रु. १०००/-	ब्याजदर ५.७५%
• दैनिक मौज्जातमा ब्याज दिइने ।		
विशेष बचत	रु. ५०००/-	१.००%
• दैनिक न्यूनतम रकम भन्दा बढी मौज्जातको आधारमा ब्याज दिइने ।		

देश भर बुद्ध भगवानको शान्तिको लहर फिजियोस्

■ भ्रा. गौतम, ध्यानकुटी विहार

“शान्तिको मधुरो धून गुञ्जाई
आफुनो मन प्राणीमा माया ममता
स्नेह र सदभाव पलाउँने गरी
जन्म लिउ र आउँ बुद्ध फेरि ।

“बुद्धको शक्तिले अशान्ति थिचियोस्
संसारमा शान्तिका लहरहरू फिजियोस्
सम्पूर्ण प्राणीको जीन्दगीको पानामा
बुद्ध जन्म लिएर आउ प्रतिका
गरिरहन्छु तपाईं कै सम्भनामा ।

“बुद्ध आउन दैलो ढकढक्याई
फेरी एकपल्ट यही माटोमा
सवैतिर हर्षोउल्लास छाउने गरी
शान्तिको लागी खाँचो छ
बुद्धको उपदेश साँचो सत्य छ ।

“बुद्ध जन्म भएको पाखामा
नेपाल आमाको आँखामा
फैलियोस् मुस्कान फेरी
उनैको अनुहारमा आज एकपल्ट ।

“नेपालको घर दैलोमा
सुख समृद्धि र शान्ति लिएर आउन
बुद्ध हाम्रो शहर गाउँमा दिन रात
पञ्चशील लिएर प्रार्थना गरी
रहेका छु बुद्ध कै नाउँमा ।

क्र.सं. ४४८	पूर्णातरा शाक्य ह्युमत, काठमाडौं र. १०००/-
क्र.सं. ४४९	सावित्री जोरान्धर नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं र. १०००/-
क्र.सं. ४५०	हेरा देवी वज्राचार्य को.बहाल, पाठन र. १००५/-
क्र.सं. ४५१	अमरावती गुरुमा को.बहाल, पाठन र. ११११/-
क्र.सं. ४५२	श्री मोति लाल शाक्य शाक्य मुनि विहार, टक्सार भे. बोजपुर र. १००१/-
क्र.सं. ४५३	श्री बन्दीनारायण साविन्धर बबरसहल, काठमाडौं, नेपाल र. १००५/-
क्र.सं. ४५४	बुद्धलक्ष्मी वैद्य खय र. १००५/-
क्र.सं. ४५५	श्री रविमान मानन्धर कुलेश्वर, काठमाडौं, नेपाल र. १००५/-

हिंसा, हत्या त्यागी
मानव कल्याण र देश विकासको सहि बाटो लाग्न
बुद्धले सबमा सुबुद्धि देउन भन्ने
कामना गर्दछौं ।

हिंस्रि अफसेट प्रिन्टर्स

जमल सेतोदरवार, दरवार.मार्ग
फोन: ४२२६४१६

Buddhism and its relevance to the present world situation

■ Kondanya, Buddha Vihar

1. The Present World at Unrest

Scientists say that human beings, that dominate the world today, evolved gradually out of animals, inheriting all the bestial attitudes of animals. Domination over the weak and the poor, by the strong and the rich, domination of people with instruments to fight and kill, over those with inferior instruments, became the order of the day, from the dawn of human history on earth even until the present times. The dominants and the powerful enjoyed life to the fullest possible extent; they fought and killed others, robbed the vanquished people of their land and other properties, enjoyed sexual indulgence, drank intoxicating liquors, and invented all sorts of lies to prove their excellence and establish their rights. These trends are continuing even today. In the meantime religions were invented by some peace-loving religious people, to stop people from committing crimes, to safeguard people against killing, stealing, adultery, bearing false witness and drinking intoxicants, to spread the message of loving kindness, non attachment, and contentment, and to care most for a peaceful and useful life on earth. But these religions too proved ineffective in averting wars and crimes, as is testified by the fight between various religious groups and between various tribes and nations with diverse interests and ideologies.

Our world has undergone through a period of two major hot wars (World War I and II), followed by a period of cold war between two powerful nations of the world, during which period hot wars were being fought, in Korea, Vietnam, Cuba, etc. As a result of the cold war, one major power – the U.S.S. R. broke down, while controversies of diverse ideologies and social structures are still raging over the newly emerging powerful nations.

The Buddha has said,—

“Jayam Veram Pasavati, Dukkham Seti Parajito, Upasanto Sukham Seti, Hitwa Jaya Parajayam.”
(*Dhammapada, Verse 201*)

“Victory breeds enmity, the vanquished sleeps with suffering, the subdued peaceful beings sleeps peacefully, conquering over both victories and defeat.”

About 25 centuries ago, Lord Buddha, has warned humanity to conquer hatred and enmity,

not by hatred and enmity, but by non-hatred and love.

“Nahi Verena Verani Sammantidha Kudachanam, Averenacha Sammanti, Yesa Dhammo Sanantano”

(*Dhammapada, Verse 5*)

“Not by enmity is enmity ever vanquished, but by non-enmity alone – this is the eternal truth.”

As an aftermath of the cold wars and conflicts between powerful nations with diverse ideologies and interests, the powerful nations of the present world are using stronger violence to subdue violence perpetuated by the weak nations or by groups who want to restore order in the society through acts of terror and violence. Can acts of terrorism and violence bring peace and harmony in a society which is shattered by poverty and underdevelopment? Can peace be established on earth through the use of force and coercion by the superpowers of the world, especially when diverse ideologies and interests are dividing the people of the world into different camps? Will this not lead to more violence and terrorist activities in future? The answer to these pertinent questions of the world today lies in the Dhamma or Truth proclaimed by Lord Buddha.

2. Buddhism – the Path of Peace

Buddhism is a religion based on the scientific method of critical thinking and solving problems besetting humanity. It is also an ethical as well as philosophical way of living. It is a religion whose message is meant for all human beings. As a result, it has penetrated far into the Eastern and Western countries, covering nearly one-third of total population of the world. The effectiveness of Buddhism as a message of peace in the world is evident from the fact that in 2500 years of its long history not a drop of blood has been shed in its name. From this it is clear that Buddhism has spread in the world not by coercion but by voluntary participation of the people.

Buddhism preaches the impermanence of everything, the selflessness of all individuals, universal tolerance and love. World peace, at the present time, is being threatened by the appalling increase of the power of destruction of human

beings. We are coming closer and closer to a critical period where there will be either one world or no world. Ill-will and malice between people and nations are dragging mankind towards annihilation. Due to increased transport facilities and enhanced methods of communication, the world is so closely knit together that the slightest provocation on the part of a nation could shake the whole globe. As taught by Buddha- the only solution to this burning problem is that human beings should be wise enough to choose the path of peace, goodwill and tolerance as preached by the Buddha.

As Buddha has taught us – there is a path towards peace. Hatred never ceases by hatred but hatred should be overcome by love and compassion, that is the only way towards universal peace and harmony “Those who love me, should love all mankind” says Buddha, “By conquering one’s greed, one can become a universal victor, and not by fighting wars. Everyone loves freedom and liberty, and so should not interfere with another’s freedom.” (Dhammapada Verse)

“Extremes spell failure” warns the Buddha, “for one who goes to the extreme loses a sense of proportion and the idea of right and wrong”. How much this is true in the present world can be clearly judged by the conflicts and cold wars between nations with different forms of government and socio-economic systems. The Buddha synthesizes the extreme opposites through the Middle Way, - the golden means conducive to harmony, proper cooperation and unity among diversity.

3. “PANNA”- the Buddhist solution to the problems of the modern world

Buddha emphasizes on human beings achieving Panna, which means attainment of wisdom, supreme knowledge and enlightenment through the practice of Sila (moral & physical virtues) and Samadhi (righteous concentration of the mind). Panna, points out the path of peace, guides and directs people to lead life smoothly, conducting everyday activities in a systematic and harmonious manner, without disturbing nature and environment.

Panna enables us to understand the realities of life, nature and the cause of sufferings and the way to overcome sufferings in the most practical and intelligent way. The most important and the highest aim of Panna is to make people realize the impermanence of life and the world, inspiring us to work in a noble and diligent

manner to attain the life of purity leading to Nibbana.

Buddha’s saying “Jigaccha Parama Foga” (Dhammapada, Verse 203) means that hunger and poverty is the cause of malady on earth which obstructs the path of both material and spiritual progress. Endeavor has been made by scientists to eliminate hunger and poverty by bringing about revolutionary changes through improved technology, in almost all fields of life. The best thing we can do is to narrow down the gap between the rich and the poor, through social security and justice and by making people diligent and disciplined. Moreover, teaching of the Buddha and Buddhist codes of conduct, rules and regulations, norms and practices, could prove to be very effective means to solve and prevent environmental problems, like landslides, soil erosion, flood, desertification, etc.

The life of Sakyamuni, the Buddha, shows Buddha’s great preference to live in parks, forests, and meditate below the shades of spreading Sal-trees. Even in his former births as Bodhisattva (before becoming Buddha) he used to take care to plant trees, dig wells, and to make nature look green and beautiful. The examples of planting trees, along the roads, with mango groves, rest houses, and sources of drinking water, was followed by most of the disciples of Buddha including, kings and emperors.

4. World Peace through Buddhist Unity

Buddhism is a religion not for one section of people but for all people in the world. It is based on the eternal Truth or Reality as people can find out for themselves on this earth. Buddha called his religion just Dhamma and not Buddha Dhamma or Buddhism. Dhamma means practical truths and the path to happiness, and he wanted to proclaim it for the sake of peace and happiness and to eliminate suffering from the whole world.

It would be doing injustice to Buddha if we assume that the religion of the Buddha is meant for those people alone who are called Buddhists; for by actions alone do people become Buddhists, and not by external appearance or birth in a Buddhist family.

As a farewell gift of the 20th century or as an inherited wealth of the 21st century, let us try to develop a new concept of institutionalizing and popularizing Buddhist works and services, in a way as the UN and UN related organizations and other national and international welfare societies and institutions are doing. The activities being

conducted by these organizations have to be brought and molded into the religions in a most informal way doing utmost to change people's attitudes and behavior from the very core of their hearts. Buddhism should be able to play active, vital and remarkable roles for the development of human values and characters.

In this context, it might be essential to remark that a time has now come for the Buddhists of all nations in the world and especially of the Buddhist countries to come closer together and to frame an organization that can play an active role to upgrade Buddhism, intensify services, for preaching and practicing Buddhism throughout the globe. A spirit of international cooperation among the Buddhist countries and also among the non-Buddhist countries should be revived to enable Buddhists of all sects to work together for solidarity establishing a very good relationship among themselves by cooperating in the training of Buddhist monks and nuns, in building necessary infrastructures such as monasteries, libraries, meditation centers, mini hospitals for medical services, publications of books on Buddhism and exchange of learned Buddhist personnel, etc. All Buddhists should be very alert, mindful and conscious of **Dhamma Vinaya** (Buddhist code of conducts), rules, regulations and practices.

We, the Buddhists of all Buddhist countries or non-Buddhist countries, should cooperate, plan and execute service oriented programs and projects in Buddhism. We should be guided by the motto of "Plain - living and high - thinking". We can start with such international Buddhist association as WFB (World Fellowship of Buddhist), WBS (World Buddhist Summit), YMBA (Young Men's Buddhist Association), WBF (World Buddhist Federation), IMS (International Monastic Seminar), BLIA (Buddha's Light International Association) and perform good services to humanity and all living beings. We can also cooperate to discuss our respective problems and find out ways and means of helping one - another for the upgrading of Buddhist services in our respective countries keeping in mind the saying: "United we stand, and divided we fall."

5. Vipassana, Yoga and Meditation as new approach to World Peace

A saint from India, Sri Rayi Shanker, who visited Kathmandu, a few months ago (Oct 31, 2004), when asked about the way to make peace with the terrorists remarked, that he has tried the

path of meditation and Yoga with them in India, and it has worked wonderfully. Their mind was completely transformed and no longer dominated by terrorist thoughts. If this has happened with the terrorists, more so can it happen with normal people.

The Dhamma of the Buddha, too lays emphasis on the practice of Jhana (meditation) Vipassana and Sati Patthana, for the same reasons, and this practice of Jhana or meditation has come down to us from the days of the Buddha. It can prove to be of immense benefit to all of the humanity, irrespective of their beliefs, castes or creeds.

The fight between individuals, groups or nations caused by the difference in religious beliefs or ideologies is a senseless one in so far as all religions and ideologies are meant for achieving peace in a world full of suffering. All ideologies, such as democracy or socialism, are also meant for the welfare of the people on the earth. It is the egoistic attitude of the people or groups that come to clashes, not the religions and the ideologies themselves in their basic and pure forms.

According to Plato, the best form of government is that which is governed best by wise people (he used to say by philosopher-kings) and tragically enough that has not happened nor is happening in most of the countries.

There goes an old saying:

"For forms of government, let fools contest, whatever is governed best is best."

Our country has undergone through experiences of various types of religious activities and forms of government. Yet, the situation is far from getting better and better. On the other hand, our country is immersed in destructive activities and poverty. The defect lies in the wrong views and attitudes of the people and the remedy lies mostly in the practice of the Dhamma proclaimed by the Buddha in everyday life of the people.

In the theme paper "Indispensability of Peace in the Present World Context"; presented by Venerable Bhikkhu Sugandha in the International Conference World Buddhist Summit, held at Lumbini, the writer has clearly stated that the new path to achieve peace in the present world context lies not in reliance on the military for national safety and security, and that we need a world without the military industrial complex, a world where the existence of such elements become noticeably insignificant. Billion of dollars wasted for elements of destruction could then be

used for constructive proposes. Venerable Sugandha emphasized that peace should be made to evolve and develop from the inside of every individual. "The root of the seeds of peace," observed Venerable Sugandha, "is found in the human hearts which is made possible through a program of peace education, a good health-care system, and an adequate education for every human being without exception ... Politically, in Nepal at present, we are concerned with a different kind of integration, the integration of the democratic government and the Maoists, between oppressor and the oppressed and between the followers of different ideologies."

Peace, remarked Venerable Sugandha, can be achieved by following the message of Buddha to achieve peace in our lives and developing a culture of peace in our present world context.

In the World today, a situation has arisen when terrorism and political unrest, social insecurity and poverty of the masses, should no longer be viewed as the whimsical moves or ideas of some spoiled individuals, but as movements arising out of the suffering of the downtrodden homeless and jobless millions of the undeveloped poor countries whose cries have more often been ignored by the caretakers of the countries who put down rebellions with ruthless cruelty. To develop a culture of peace in such a world it is essential that steps be taken to spread the message of the eternal principle of peace as proclaimed by Lord Buddha centuries ago, and also start development and constructive works, nor by crushing the terrorists or the downtrodden masses with violence and cruelty but by making peace with them and using their labor also for building prosperous nations. Buddha also has exhorted the **Buddhist Sanghas** (Community of monks and nuns) in the world to act as spiritual guides to the stages of full-fledged development to fulfill the basic needs of life, such as food, shelter, health-care and education, family planning, participations in development programs, at the same time, achieving physical social, emotional and intellectual development. Laymen can provide material support for monks and nuns and receive spiritual guidance and training from them in return. The following instruction of the Buddha should always be kept in mind.

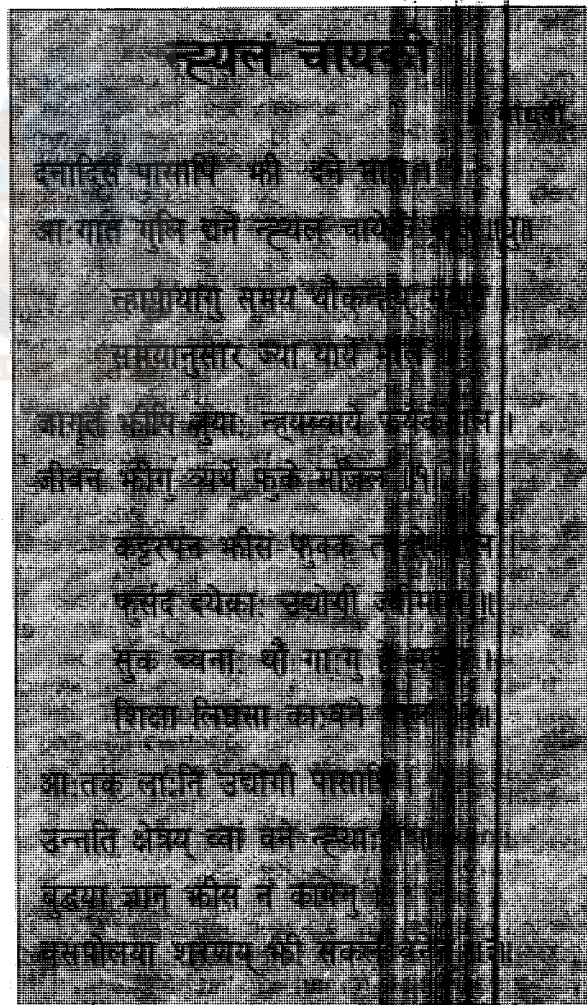
"Monks! Brahmins and householders are most helpful to you, since they support you with robe, food, lodging and medicines. You also,

monks, are most helpful for Brahmins and householders; since you teach them Dhamma that is beneficial at the beginning, beneficial in the middle and beneficial in the end Thus, monks, this religious life is lived in mutual dependence, for ferrying across the river of suffering, for the complete cessation of suffering (*Itivuttaka, IV.111*).

It is, in fact, Dhamma or the light of truth alone that can, in the long run, change the attitudes of the people from the traditional bestial to desirable human level so that the virtues of **Metta** (Loving Kindness), **Karuna** (Compassion), **Mudita** (Rejoicing in others' happiness), and **Upekkha** (Equanimity) can flow out from every human heart and lasting peace can be established on the earth.

SADHU! SADHU!! SADHU!!!

ravikunnu@hotmail.com, ravikunnu@yahoo.com



The Buddha's Law of Decreasing Misery

■ Subarna Man Tuladhar

The religion which is known as Buddhism was taught some 2600 years ago by Shakyamuni Buddha. Born to a royal family in Kapilbastu of southern Nepal, he became dissatisfied with the princely life when observing the misery around him. Thus he renounced his home and family to search for the cause of misery. After spending numerous years with Hindu teachers and undergoing the rigours of asceticisms, and still not having found the answers to his questions, he retired to Bodh Gaya and began an intensive period of profound meditation, which culminated in his attainment of enlightenment i.e. the law of decreasing misery.

Shakyamuni Buddha, the All-merciful one, realized that all sentient beings are beset by a multitude of miseries. He came to understand that desires are the worst foes for all struggling for happiness. He formulated a law which maintains that when desires rise miseries are produced, and when desires die away miseries perish. The law stating that misery decreases as non-attachment increases or misery increases as the non-attachment decreases come to be commonly known as the Buddha's Law of Decreasing Misery. The Buddha founded this law with due regard to his own sense of experience and the stark reality of life.

The idea of "No-permanent-soul" is an important part of Buddha's doctrine. Other schools of Indian philosophy maintain that "soul exists inside each human body from the moment of his birth up to the time of his death, and exists in rebirth after death in some other place—either heaven or hell—for all eternity. It is a spark from God implanted with each living being and destined ultimately to Him. Though it cannot be seen by the eye, nor reached by speech, nor apprehended by the mind, its existence is accepted on faith. As long as the soul resides in man, it is the thinker of his thoughts and the doer of his deeds.

The Buddha's teachings admit of no consideration of the existence of a permanent soul. In a famous passage, the Buddha says, "Whether Buddhas arise in this world or not, it always remains a fact that the constituent parts of a being are lacking in a soul." According to the

Buddha, all things exist only for a moment and they are not permanent. The parts that constitute our "own self" also move round and round in an incessant cycle of growth and decay, perishing as one thing and springing up as another. The infant, for instance, is different from the old man, yet both are called the same person.

At death, the flow of life seems to be interrupted, but there is no interruption—only a more violent breach in the continuity than in normal life. Death is merely an incident between one life and its successor. If the human soul exists, it also is impermanent, and must exist in relation to something. Nothing can be permanent and absolute without any relation that is beyond the world of relativity.

According to the teachings of the Buddha, the belief in a permanent divine soul is the most deceitful of illusions that inevitably mislead people into the pit of despairing misery. The belief in a separate self breeds egotism or the thought, "I am", and the thought, "I am", produces a craving for life and life's pleasures which bind men to the wheel of transmigration. The continuity of a person's existence is maintained through birth in this life and in many other lives. Our present life is only a link in the infinite chain of transmigration.

Craving desire, says the Buddha, is the root cause of misery. Dominated by this base craving, mankind has been doing blameful deeds blindly and running from life to life struggling for happiness in vain. If at death the craving for life has not been completely destroyed, craving gathers fresh life, body and mind. The result is a new individual. So the new body and mind are merely the result of the previous body and mind.

It is the categorical teaching of the Buddha that nothing happens by chance. He established what is commonly known as the "Law of Karma". It forms one of the most fundamental of Buddha's teachings. The Law of Karma may be described as the law of causality or cause and effect. Very briefly stated it is this. Everything that happens does so only by reason of some earlier cause and when that stops, so does the result. Everything, therefore, is the effect of some cause and is itself the cause of an other effect. This law, the Buddha

declares, is the one that affects man's happiness and misery. If we do evil in thought, word and deed, we will be in evil states. If we do good in thought, word and deed, we will be in states of happiness. We can change our own destiny in future lives by our own efforts at the present.

According to the Buddha's teaching, the world is struggling along a path of misery. What people call life is full of miseries. Life in whatever form it exists is misery, although, it is full of promises if rightly lived. So long as life lasts, it is in our interests to make it as devoid of misery as possible.

The Buddha was concerned solely with the truth of misery and its destruction. His teaching consisted in an escape from the ache and sickness of existence. The sole purpose of the Buddha's teaching is to facilitate our understanding of how we can destroy misery completely. As long as the craving for existence or the cause of life persists, so long will life continue. With the destruction of the craving for existence, life is discontinued. Where there is no craving, there is no transmigration. It is the end of misery.

The essential teachings of the Buddha with regard to misery can be summed up in what came to be commonly known as the Four Noble Truths. First, there is misery in the world; second, this misery has its cause in the craving for personal satisfaction; third, misery will cease when such craving is stilled; and fourth, deliverance from the misery can be obtained through the pursuit of the Eight-fold path.

These Four Noble Truths seem to merit some words of explanation here. There is misery in the world. We see misery everywhere. No one can deny that this world is full of miseries. Let us make a note of some of these miseries, Birth, old age, death anguish of mind, bodily maladies, inability to be in the company of our nearest and dearest or separation from them, association with those we dislike, irritation at not finding which one had sought too long, are miseries. All these various miseries are caused because of being born and reborn.

All these miseries are caused, by a craving desire—the desire to possess and also the desire to protect and enjoy possessions such as a house, an estate, cash, conveyances, cars, cattle, a wife, and children. Due to this desire, the misery caused by birth, old age, decay, sickness

is established.

If craving is the cause of misery, the eradication of craving is the deliverance from misery. Misery is eliminated by the cessation of desire of attachment. By stilling the craving, the cause of misery, one can eliminate birth. It is a noble truth that by eliminating birth, one can attain perfect happiness. Nirvana as expounded in Buddhism is nothing but this perfect happiness.

The path of deliverance from miseries is open to all who observe and possess the noble eight fold qualities, viz. (1) right understanding (2) right thinking (3) right speech (4) right action (5) right livelihood (6) right effort (7) right mindfulness and (8) right concentration. The Buddha preached that through correct practice of these eight noble virtues, one can be able to eliminate all miseries and attain eternal bliss.

The Buddhism cares to escape its votaries from the miseries of birth and death, diseases and old age. Men are wandering about in continued existence (Samsar), birth after birth. Before and behind them, there stretches a vista of lives—past, present and future. The lives of men are full of miseries from womb to tomb. This continued existence, too, has a cause. It is the thirst for life—the craving for existence, for a pleasures, for power, for wealth, for pre-eminence—which creates life or causes a being to be born. He who has eliminated the need for birth is no longer subject to misery.

The whole world is the bounded slave of craving. Once the fact that misery has its cause in desire is realized, one can try to break the bonds of misery and escape from it. One remains in bondage only because of one's ignorance. Wisdom consists in coming to the realization that all life is misery. Developing wisdom destroys desire and ignorance. The twin causes of misery. Ignorance vanishes as soon as the basis of all phenomena is realized.

The truth taught by the Buddha is a destroyer of error, delusion, superstition in general, and misery in particular. His teachings are simple, ethical, psychological and rationalistic. To what extent we will succeed in destroying or decreasing the all-pervading misery depends upon the sincerity and constancy with which we strive to apply the lessons of the Four Noble Truths to the removal of the corroding cause of misery. ■

Anapana and My experience with it

■ Deeraj G. Rajkarnikar, Grade X, Buddhanilkantha School

Anapana is a technique to keep one's mind in a particular place for a long time. Our mind is very difficult to handle. Therefore, Anapana is a method of controlling our restless mind. Simply, it is the process of just watching the coming and going of the breath. As it helps us to sharpen our mind, it is also the first step to Vipassana. I can tell by my experience that it has a lot of benefits.

Actually, the method to perform Anapana is very simple. Never the less, to do it continuously is a very difficult task. First of all, it is necessary to sit comfortably, keeping the waist, back and neck straight. The next step is to keep the eyes gently closed. The one who wear spectacles should remove them as they have no task since the eyes are closed. As soon as, the sitting position is comfortable and the eyes are closed, the entire attention must be focussed on the entrance of the nostrils. There should be awareness to the every natural breath as it comes in and goes out. However, the breath should not be counted. Neither it should be regulated forcefully. In other words, natural breath is required, In addition, any word, verbalization or imanigation of any kind also should be avoided. Mean while, when the mind wanders away, it should be

brought back to the awareness of respiration.

There are some noticeable advantages for the users of this meditation. Firstly the concentration of the mind increases. Secondly, the awareness and alertness of the mind improves. Besides, the user will slowly become the master of the mind and memory also becomes very sharp. In addition decision making power improves and self confidence increases, too. Further more, the capacity to work maximizes, and also there will be better performance in studies, sports and extra curricular activities. More over, ability to understand and express increases and mind becomes healthy, wholesome and strong. Finally one becomes full of good wishes for others.

I too had a chance to gain some experience in the feild of Anapana. I had gone to the 'Nepal Vipassana Kendra' to learn this technique. I had some noticeable changes in me after I practiced this meditation. I gradually gained control over my anger. Also, it has helped to think positive. My concentration too has increased to some extent. It has helped me in revising my course properly and sports like cricket and chess. Hence, I would recomend to all to try this Anapana meditation at least once. ■



बुद्ध सम्बत् २५४६ या उपलक्षस
सकल नेपामीपिन्त मिन्तुना !

★ न्यू जेम्स रेयु ट्रेडर्स

न्हु सतक, १६२ येँ

फोन: ४२४४-०५१

★ जीत अनमिन्टस

वनबहा: गाबहा: यल ।

फोन : ५५४०-०५०

If jewellery is your pleasure, your trust in our treasure

DO'S & DON'TS

in

HYPER TENSION

Hypertension Means High Blood Pressure

GENERAL

DO'S

- ✓ Lose weight, if you are overweight. Exercise for atleast 30 minutes, four times a week. (As per the advise of your doctor)
- ✓ Take medicines regularly as prescribed by your doctor. (Make a list of medicines - what to take & when to take - to avoid confusion)
- ✓ Quit Smoking.
- ✓ Have regular B.P. checks atleast once in 15 days.
- ✓ Learn to relax (Deep breathing/relax your muscles / don't hesitate to talk about your problems)
- ✓ Check lipid profile atleast once in a year. Insist your doctor to check cardiac, renal function & vision every year.

DON'TS

- x Do not have physically inactive life style.
- x Avoid excess intake of alcohol.
- x Do not stop medicines on your own.
- x Do not change medicines without consulting your doctor.
- x Do not get over burdened with stress, learn to bring down stress.

DIET

- ✓ Fruits & vegetables Eat seasonal fruits in plenty.
- ✓ Grains
Eat cereals amply-Wheat, Jowar, Bajra, Ragi, unpolished rice.
- ✓ Drink skimmed milk.
- ✓ Proteins
Legumes (all types of dals, Soya), fish, skinless poultry, white meats.
- ✓ Food containing less fats, Oils & Salt.
Consume Mustard, Soya, Teel, Groundnut, Sunflower, and safflower Oil alternatively.
- ✓ Vit. C foods
Eat Guava, Amla, Lemon & Citrus fruits in plenty.
- ✓ Antioxidant containing foods (Vit.C, Vit. E, Vit. A etc)
- ✓ Eat high fibre, vegetarian diet, unscaled fish, Use plenty of fresh fruits & vegetables

- x Fast foods, Often high in saturated fats. Avoid fried & oily foods.
- x Sodas & Candies Added sugars - Empty calories, no nutrition. Avoid all soft drinks
- x Cookies (Snacks)
Made from partly hydrogenated oils containing saturated fat.
- x Avoid red meat.
- x Avoid all salty foods eg. Papads, Pickles, Chuthey, Pastries, Salted biscuits, Eggs, Extra salt or baking powder, Animal fats & hydrogenated oils, foods & spices with MSG (mono sodium glutamate / Ajino motto), Wafers, Salted dry fish, Salted peanuts, Cashew nuts. Saturated fats like Ghee, Butter, Cheese, Margarine and Mutton Tallow.

CONSULT YOUR PHYSICIAN FOR FURTHER ADVICE.

धर्मकीर्ति विहार

गतिविधि

धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना
गत वैशाख महिनाको १ गते संक्रान्ति देखि वैशाख
२५ गते औशी सम्म धर्मकीर्ति विहारमा बुद्ध पूजा र
धर्मदेशना कार्यक्रम यसरी संचालन भएको थियो ।

मिति

बुद्धपूजा

धर्मदेशना

२०६२/१/१ गते संक्रान्ति चमेली गुरुमां धम्मवती गुरुमां
२०६२/१/४ गते अष्टमी वीर्यवती गुरुमां वीर्यवती गुरुमां
२०६२/१/११ गते पूर्णिमा धम्मवती गुरुमां धम्मवती गुरुमां
२०६२/१/१८ गते अष्टमी चमेली गुरुमां धम्मवती गुरुमां
२०६२/१/२५ गते औशी इन्द्रावती गुरुमां श्रामणेर सुमनवंश

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

२०६२ वैशाख ३ गते, शनीवार
स्थान- मैत्री बोधिसत्त्व विहार जमल ।

मैत्री बोधिसत्त्व महाविहार सहयोग समितिको
आयोजनामा र धम्मवती गुरुमांको सक्रियतामा संचालित
यसदिनको बुद्ध पूजा र धर्मदेशना कार्यक्रममा ज्ञानमाला
भजन पश्चात् धम्मवती गुरुमांले धर्मदेशना गर्नुभएको
थियो । यसदिन कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका सबै
सहभागीरूलाई जलपान गराउनुहुने दाताहरूको नामावली
यसरी रहेको थियो-

(१) रत्नमाया तुलाधर (२) मनोरमा तुलाधर
(३) अष्टरत्न तुलाधर (४) कमल रत्न तुलाधर

मंगल सूत्र

२०६१ चैत्र १३, धर्मकीर्ति विहार, श्रीघःनःघः

कक्षा संचालक- राम कुमारी मानन्धर

प्रस्तुती- अमृत शोभा शाक्य

यसदिन श्रद्धेय सुजाता गुरुमांले मंगल सूत्रका ३८
वटा मंगलहरू मध्ये ३ वटा मंगलहरू विषयमा व्याख्या
गर्नुहुँदै भन्नुभयो-

“पतिरूप देशवासो च - पुब्बे च कतपुञ्जता

अत्तसम्मपणिधि च - एवं मङ्गल मुत्तमं”

अनुकूल देश भन्नाले साधारणतया राम्रो हावापानी,
मनोरस वातावरण, शैक्षिक व्यवस्था भएको, व्यापारिक
केन्द्र, उर्वराभूमि, डाक्टर वैद्यहरूको व्यवस्था भएको

स्थानलाई लिइएको छ । तर धार्मिक दृष्टिकोणले भन्ने हो
भने माथि उल्लेखित सबै व्यवस्था मिले पनि यदि धार्मिक
वातावरण छैन भने त्यस स्थानलाई अनुकूल स्थान भन्न
मिल्दैन ।

बैशाली ज्यादै समृद्ध र सुव्यवस्थित देश हो जुन
देशलाई भगवान बुद्धले प्रशंसा गर्नुहुन्थ्यो । तर जब
वस्सकार ब्राह्मणले बैशालीको धार्मिक वातावरण विगार्न
सफल भयो, तब त्यहाँका जनताहरू विच सम्बन्ध बिग्रै
गयो । एकआपसमा मेलमिलाप नभएको कारणले अजातशत्रुले
बैशालिलाई आफ्नो अधिनमा लिन सफल भयो । पहिला पूण्य
संचय गर्न सक्ने व्यक्ति धनी कूलमा जन्मने हुन्छ । उसलाई
कुनै चीजवस्तुको अभाव हुने छैन । पहिला पहिलाको पुण्यले
पनि पुग्दैन वर्तमान अवस्थामा पनि पूण्य कार्य गरिरहन
आवश्यक हुन्छ । वर्तमान अवस्थामा पूण्य संचय गर्न सकेमा
यही अवस्थामा मानसिक सुख प्राप्त गरी आनन्दसाथ जीवन
विताउन पाउनेछ । तोदिय्य ब्राह्मणले धनीकूलमा जन्म
लिएपनि वर्तमान कालमा कञ्जुस भई धनको लोभमा परेको
कारणले कुकुर भई जन्मलिन पन्थो ।

आफूलाई राम्रो मार्ग उचितमार्गमा दोर्चाउन सक्नु
पनि मंगल कार्य नै हो । योग्य देशमा जन्म लिएपनि,
पहिला पहिला जन्मको पूण्य भएपनि आफूलाई राम्रो
मार्गमा दोर्चाउन नसक्ने व्यक्तिको जीवन पतनतर्फ
लम्किन्छ । देवदत्त सिद्धार्थ कुमार जस्तै दरवारमा
जन्मिएको व्यक्ति भएपनि, महत्त्वाकांक्षी स्वभावको भएको
हुनाले बुद्धको हत्या गरी आफु बुद्ध बन्ने कुविचार उत्पन्न
गरी बुद्धको हत्यागर्ने नियतले काम गर्‍यो । बुद्धको
शरीरमा घाऊ बनाइदियो, भिक्षुसंघमा फाटो ल्याइदियो ।
यसरी नर्क गामी बन्यो । अजातशत्रुले पनि देवदत्तको
संगतमा परी आफ्ना बुवा विम्बिसारको हत्या गरिदियो ।
यसरी उसले आफ्नो पहिलाको पूण्यरूपी वीऊलाई
पञ्चमहापाप रूपी ढुंगाले कुटी नाश गर्‍यो ।

त्यसैले हामीले आफ्नो मन, वचन र शरीरलाई
जहिले पनि सतर्क भई कुविचार हटाई आफूलाई सुमार्गमा
लाने अभ्यास गर्नु पर्दछ । यसले नै हामीलाई मंगल गर्नेछ ।

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको वार्षिक कार्यक्रम
बु.सं. २५४८. ने.सं. ११२५/२६ ति.सं. २०६२

क्र.सं.	मिति	कार्यक्रम	महानिर्वाहक	संख्या
१.	जेष्ठ २८ गते शनिवार	भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको ७८ औं जन्मदीन मनाउने	श्रीमती रीना तुलाधर	४४३४६६३
२.	असार ४ गते शनिवार	प्रब्रज्या दिवस	उद्योग रत्न तुलाधर	४४५०५२८
३.	असार	Public Speaking Training	श्रीमती रमा कंसाकार	४४३४६०९
४.	श्रावण ६ गते बृहस्पतिवार	गुरुपुजा	कल्पना शाक्य	४४१८६५०
५.	श्रावण १५ गते शनिवार	(विद्युत) सुरक्षा र सावधान तालिम	चिनिकाजि महर्जन	४२५६३१८२
६.	भाद्र ११ गते	Liquid Soap Training	श्रीमती सावित्री चित्रकार	४४१५१६२
७.	भाद्र २१ गते मंगलबार	अन्तर नि.मा.वि. हाजीरी जवाफ प्रतियोगिता	धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी परिवार	४२५९४६६
८.	आश्वनि ८ गते शनिवार	अमरापुर विहार बुंगमती बुद्धपुजा	भिक्षुणी इन्दावती	४२५९४६६
९.	पौष	अल्पकालिन बाल प्रब्रज्या शिविर	इन्दावती गुरुमां मीन शोभा शाक्य (प्रब्रज्या उपकमिटी)	४२६३४६५
१०.	माघ	बाल चित्रकला प्रशिक्षण	कान्ती तुलाधर	४२७६२९६
११.	फागुन ६ गते शनिवार	प्रौढ बौद्ध हाजीरी जवाफ प्रतियोगिता	प्रफुल्ल कमल ताम्राकार	४२७५६४९
१२.	चैत्र ५ गते शनिवार	ध.बौ.अ.गो.वार्षिकभेला	विजय लक्ष्मी शाक्य	४२५९३९४

धर्मकीर्ति पत्रिकायात चेन्दा

यः स्वर्गिय मां, धनसाया व स्वर्गिय बाः मानदासया पुण्य स्मृतिस्वर्गिय
 विश्वलक्ष्मी किलडोले पाखे धर्मकीर्ति पत्रिकायात दो चोछि तका (२०००) चेन्दा
 दोहलपियादीगु दु । वयक चन्दा वाताया युग पवित्र पुण्य कार्यायात धर्मकीर्ति पत्रिका
 साधुवाद देछामु दु ।

धर्मकीर्ति विहार संरक्षण कोषको वार्षिक कार्य तालिका
 ब.स. २५४८, मो.स. ११२५/२६, ति.स. २०६२

१. भिक्षुणी धम्मवतीको ७१ औं जन्मदिनको उपलक्ष्यमा अभिधर्मा शाठ ।	ख) रक्तदान
२. सम्मान कार्यक्रम ।	ग) प्याथोलोजी क्लिनिकको व्यवस्था
३. वार्षिक साधारण सभा	घ) स्वास्थ्य शिविर
धर्मकीर्ति संरक्षण कोषका विभिन्न इकाईहरूको वार्षिक कार्यक्रम	
१. धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी	३. धर्मकीर्ति पत्रिका
क) शनीवारिय साप्ताहिक कार्यक्रम	क) बुद्ध जयन्ति विशेषाङ्क प्रकाशन
ख) प्रवचना कार्यक्रम	ख) मासिक पत्रिका प्रकाशन
ग) तालिम कार्यक्रम	४. बुद्ध पूजा
घ) बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता	क) साप्ताहिक बुद्ध पूजा
ङ) बाल चित्रकला प्रशिक्षण	ख) धर्मउपदेश
च) वार्षिक भेला	५. अडियो भिजुअल
छ) लाइब्रेरी व्यवस्थापन आदि ।	क) धम्मोपदेश (असारमसास्तसम्म)
२. स्वास्थ्य कमिटी	ख) सि.डि. प्रकाशन तथा विक्री वितरण
क) शनीवारिय क्लिनिक	६. सम्बन्धन प्राप्त विहार
	क) बुद्ध पूजा
	ख) बुद्ध शिक्षा प्रचार

बौद्ध परियत्ति शिक्षामा उत्तिर्ण विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार प्रदान

२०६२ वैशाख ३१ गते । स्थान- धर्मकीर्ति विहार ।

यस केन्द्रबाट परीक्षा दिई उत्तिर्ण भएका

बुद्ध सम्मत २५४८ मा धर्मकीर्ति विहार बौद्ध परियत्ति शिक्षा परिक्षा केन्द्रबाट परीक्षा दिई उत्तिर्ण दिई हुन सफल भएका जम्मा १०० जना विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो ।

विद्यार्थीहरू मध्ये विभिन्न कक्षामा गरी प्रथम श्रेणीमा ४२ जना, द्वितीय श्रेणीमा ३९ जना र तृतीय श्रेणीमा १९ जना गरी कूल १०० जना विद्यार्थी उत्तिर्ण भएका थिए ।

सुगतया सौरभ नेपा:मिपिनि गौरव जुयेमा

शान्ति सम्बृद्धीया नितिं २५४९

वैशाख पुन्हीया भिन्तुना ! भिन्तुना !! भिन्तुना !!!



इगल मोजा उद्योग

(उच्चस्तरीय मोजा निर्माता)

भोटाहिटी, काठमाडौं

फोन: ४२५६१९९ (अफिस), ४२५१८०३ (कारखाना)

विचा: हायका आणित्वावता संख्याशा



मदुम्ह रत्नकाजी तुलाधर

बुगु दिं: १९७६ कार्तिक २ गते - मदुगु दिं: २०६० वैशाख २२ गते
भोटे बाहा:, येँ

जिमि पूजा याय्बहम्ह जहान रत्नकाजी तुलाधर मदुगु निदया
पुण्य तिथि वयक:यात निर्वाण पद लाना
सुखावती भुवनय् बास लाय्मा धका कामना यासें श्रद्धाया स्वाँ देछाया

जहान: हेराशोभा तुलाधर

काय्पिं/भौपिं:

दिनेश तुलाधर - विमलाशोभा तुलाधर

रमेश तुलाधर - सुमन तुलाधर

म्ह्याय्पिं: रत्नशोभा तुलाधर

सानुमैया तुलाधर - जिचाभाजु अरविन तुलाधर

छय्पिं: रूविना, गीत्ता, दिवेश, सविना, रोशन, रिचा व

सकल परिचार

बुद्धपूजा, भजन र धर्मदेशना

ज्ञानमाला भजन खल स्वयम्भूको आयोजनामा प्रत्येक महिना बौद्ध धर्म प्रचारका लागि विभिन्न स्थानमा ज्ञानमाला भजन बुद्धपूजा र धर्मदेशनाको कार्यक्रम गरिदै आइरहेको छ । चैत्र महिनामा काठमाडौंको फुटुङ्गमा ज्ञानमाला स्वयम्भूका अध्यक्ष पन्नाकाजी शाक्यको अध्यक्षतामा सुसम्पन्न भयो । भिक्षु उपतिस्सज्यूबाट धर्मदेशना दिनुभएको यस कार्यक्रममा फुटुङ्गका समाजसेवी भूपू वडा अध्यक्ष भक्ती नारायण महर्जन ज्ञानमालाको सह सचिव पूर्णकाजी डंगोल र सचिव रत्न राजकर्णिकार ज्यूबाट मन्तव्य दिनुभएको थियो ।

खानेपानीको समस्या भएको फुटुङ्गमा स्वयम्भू ज्ञानमालाका भक्तजनको सहयोगमा सो पानी टयाकिको निमार्ण हुन लागेको छ । स्मरणीय छ ४ वर्ष अगाडि ज्ञानमाला स्वयम्भूको सहयोगमा सोही स्थानमा जागरण चैत्यको स्थापना गरिएको थियो उक्त कार्यक्रममा ज्ञानमालाका प्रखर रचना तथा संगीतकार आनन्द शाक्य र ज्ञानमालाका भू.पू. वरिष्ठ सल्लाकार दिव्यरत्न तुलाधर को पनि उपस्थिति थियो ।

बौद्ध परियत्ति परिक्षा उत्तीर्ण**विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार वितरण**

बुद्ध सम्बत् २५४८ अन्तरगतको बौद्ध परियत्ति परिक्षामा उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूलाई आआफ्नो केन्द्रहरूबाट पनि पुरस्कार प्रदान गरिएको समाचार यसरी प्राप्त भएका छन् ।

दिपंकर परियत्ति शिक्षालय-

२०६२ वैशाख ६, स्थान- नागवहाल ललितपुर ।

दिपंकर परियत्ति शिक्षालय र आदर्श सरल माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी संस्कृति पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री श्री बुद्धिराज वज्राचार्यबाट पुरस्कार प्रदान गर्नुभएको थियो । भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको सभापतित्वमा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा दिपंकर परियत्ति शिक्षालयको आर्थिक प्रतिवेदन लगायत

प्रगति प्रतिवेदन पनि प्रस्तुत गरिएको थियो ।

कसा: त:धं गुथि- २०६२ वैशाख ६

स्थान- स्व. ज्ञानज्योति कसा: को घर, ठेमल ।

कसा: त:धं गुथि ज्ञानज्योति बौद्ध परियत्ति शिक्षा बुद्ध संवत् २५४७ र २५४८ मा उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूलाई कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी एवं अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष श्रद्धेय भिक्षु कुमारकाश्यप महास्थविरबाट पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो ।

मुनिविहार, भक्तपुर ।

१७ वैशाख । बु.सं. २५४८ का परियत्ति शिक्षाका विभिन्न कक्षाहरूमा उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूलाई मुनिविहारमा प्रमाणपत्र र पुरस्कार प्रदान गरी सम्मान गरियो । भक्तपुरका पचास भन्दा बढी परिक्षार्थी लगायत अभिभावकहरूको पनि उपस्थिति रहेको उक्त कार्यक्रम पञ्चशील प्रार्थनाबाट शुरु भयो । कार्यक्रममा परिक्षार्थीहरू तर्फबाट तुलसीकाजि मानन्धर, रोजिता वज्राचार्य, सोना अवाल, सविना शाक्य, सुजन शाक्यले परियत्ति शिक्षाको महत्व बारे बोल्नु भयो । त्यस्तै अभिभावक तर्फबाट प्रदिपरत्न शाक्य र प्रशिक्षार्थी तर्फबाट लक्ष्मीचन्द्र वज्राचार्यले बोल्नु भएको थियो भने परियत्ति शिक्षा केन्द्रतर्फबाट भिक्षु बोधिज्ञानले परियत्ति सम्बन्धी विस्तृत जानकारी दिनुभयो । युवा बौद्ध पुचः र मैत्रय युवा संघको संयुक्त आयोजनामा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा तिर्यराज वज्राचार्यले स्वागत मन्तव्य दिनु भयो भने धर्मरत्न शाक्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो । रामकृष्ण बैद्यको सभापतित्वमा आयोजना भएको सो कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि भिक्षु विपस्वी धम्मारामोले प्रमाणपत्र तथा पुरस्कार प्रदान गर्नुभयो । पूण्यानुमोदन पछि समापन भएको उक्त कार्यक्रमको सञ्चालन उत्तमतारा वज्राचार्यले गर्नुभएको थियो ।

मन्त्री बुद्धिराज सम्मानित

स्थान- भक्तपुर ।

पर्यटन, संस्कृति र नागरिक उड्डयनमन्त्री बुद्धिराज वज्राचार्यलाई मैत्रय युवा संघ भक्तपुरको आठौं

वार्षिक समारोहको उपलक्ष्यमा संचालित कार्यक्रममा अभिनन्दन गरी सम्मान गरिएको समाचार छ ।

पञ्चशील प्रार्थना पश्चात् शुरु गरिएको उक्त कार्यक्रममा तीर्थराज वज्राचार्यले स्वागत मन्तव्य दिनु भएको थियो भने संघरत्न शाक्य र रामकृष्ण वैद्यले शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गर्नु भएको थियो । भक्तपुरका विभिन्न बौद्ध संघ संस्थाहरूबाट खादा प्रदान गर्दै सम्मान गरिएको उक्त कार्यक्रममा संघका अध्यक्षले अभिनन्दन पत्र प्रदान गर्नुभएको थियो ।

संघलाई एकवर्ष सम्म आर्थिक सहयोग गर्नुहुने दाताहरूलाई प्रमुख अतिथिद्वारा स्मृति चिन्ह स्वरूप बुद्ध मूर्ति प्रदान गरिएको उक्त कार्यक्रममा कृष्णचन्द्र वज्राचार्यले वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नु भएको थियो भने रुद्र चित्रकारले संघको प्रकाशन "ख्वपया वहावही छगू अध्ययन" अनुसन्धान ग्रन्थ प्रदान गर्नु भएको थियो ।

राजुमान वज्राचार्यले संचालन गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा लक्ष्मीचन्द्र वज्राचार्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो ।

त्रिआंगिक प्रज्ञा ज्ञानदर्शन पुस्तक लोकार्पण
२०६२ वैशाख ९ गते, शुक्रवार ।

स्थान- चेम्बर भवन जमल काठमाडौं ।

साहित्यसुता कर्मस्थानाचार्य बौद्ध ऋषि महाप्रज्ञा-द्वारा लिखित, लाभरत्न तुलाधर द्वारा सम्पादित पुस्तक "त्रिआंगिक प्रज्ञा ज्ञानदर्शन व परमार्थ पद्म पुचः" एक कार्यक्रम बिच धम्मवती गुरुमांवाट लोकार्पण भएको छ ।

नेपाल चेम्बर अफ कमर्सका अध्यक्ष राजेश काजी श्रेष्ठले पानसमा बत्ती वाली उद्घाटन गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा धम्मवती गुरुमांले कार्यक्रममा सहभागी रहनु भएका उपासकोपासिकाहरूलाई पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भएको थियो ।

कार्यक्रम सुशान्त तुलाधरले संचालन गर्नुभएको थियो भने कार्यक्रमको थालनीमा अन्नपूर्ण ज्ञानमाला भजन खलःले ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरेका थिए ।

दिवंगत उपासक सर्वज्ञ रत्न तुलाधर र दिवंगत उपासिका सुवर्ण प्रभा तुलाधरको पूज्य स्मृतिमा उहाँको गुणानुस्मरण गर्दै उहाँका सपरिवारले आयोजना गरिएको

यस कार्यक्रममा आयोजक संस्थाको तर्फबाट हर्ष सागर तुलाधरले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा विभिन्न व्यक्तित्वहरूलाई बुद्ध शासन क्षेत्रमा उहाँहरूको योगदानको कदर गर्दै सम्मान पनि गरिएको थियो । यहि सिलसिलामा विमोचित पुस्तकका सम्पादक हनुभई योगदान पुऱ्याउनु भएका लाभरत्न तुलाधरलाई कदर गर्दै जनकवि दुर्गालाल श्रेष्ठबाट दोसल्ला ओढाई सम्मान गरिएको थियो ।

यसरी नै दो गुणवती गुरुमां यसपाली ८० वर्ष पुग्नु भएको उपलक्ष्यमा र वर्मा (म्यानमार) देखि नेपालमा आउनुभई बुद्ध शिक्षा प्रचार कार्यमा लगभग चार दशक सम्म निरन्तर रहनुभई अमूल्य योगदान पुऱ्याउनु भएको पवित्र कार्यलाई कदर गर्दै विद्यासागर तुलाधरले उहाँलाई बुद्ध मूर्ति उपहार स्वरूप चढाउनु भएको थियो ।

यसको साथै लामो समय देखि अन्नपूर्ण ज्ञानमाला भजन खलःको सहभागी रहनुभई यस क्षेत्रमा विशेष योगदान पुऱ्याउँदै आउनुभएका विभिन्न व्यक्तित्वहरूलाई कार्यक्रमका विभिन्न अतिथी महोदयहरूबाट उपहार प्रदान गराउँदै यसरी सम्मान गरिएको थियो ।

गृह्यहर्ष तुलाधरलाई रत्नमञ्जरी गुरुमांवाट, पद्मकाजी तुलाधरलाई अनोजा गुरुमांवाट, ऐश्वर्य रत्न ताम्राकारलाई दो गुणवती गुरुमांवाट, विष्णुदास श्रेष्ठलाई कुलविरसिंह तुलाधरबाट, ललितकाजी तुलाधरलाई नरेशवीर सिंहबाट र लाभरत्न तुलाधरलाई प्रज्ञावती गुरुमांको तर्फबाट उपहार प्रदान गराइएको थियो ।

पुस्तक लोकार्पण पश्चात् आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुँदै धम्मवती गुरुमांले भन्नुभयो-

"विद्यासागर तुलाधर प्रमुख उहाँका सपरिवारले आफ्ना दिवंगत पिता सर्वज्ञरत्न तुलाधर र माता सुवर्णप्रभा तुलाधरको स्मृतिमा बुद्ध शिक्षाले भरिएको पुस्तक प्रकाशन गर्नुका साथै लोकार्पण कार्यक्रम समेतको आयोजना गर्नुभई पुस्तक धर्मदान गर्नुभएको छ । आफ्ना पूज्य आमा बुबाको गुणानुस्मरण गरी यसरी श्रद्धा दान गर्नुलाई नै सही श्रद्धा भन्न मिल्छ । समाजमा उदाहरण बन्नुभई गर्नुभएको उहाँको यस प्रशंसनीय कार्य अरूहरूले पनि अनुकरण गर्न योग्य र आदर्श लिन योग्य कार्य बनेको छ ।"

दोगुणबती गुरुमां लगायत साभरत्न तुलाधरबाट पनि आ-आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गरिएको उक्त कार्यक्रमको अन्त्यमा विद्यासागर तुलाधरले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो ।

किमडोल विहार पुनः निर्माण भवन शिलान्यास
२०६२ वैशाख १० गते

स्थान- किमडोल विहार स्वयम्भू ।

किमडोल विहारको पुरानो जीर्ण भवन भत्काई हाल पुनः निर्माण कार्यको सिलसिलामा शिलान्यास कार्य सम्पन्न गरिएको समाचार छ ।

भिक्षु अश्वघोष महास्थविर, भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविर, सयादो उ सुजनपिय र भिक्षु धर्ममूर्ति आदि भिक्षु संघबाट मंगलपाठ गर्नुहुँदै शिलान्यास गरिएको उक्त समारोहमा भू.पू. मेयर केशव स्थापित र इन्जिनियर इन्द्रमान सिंहज्यूको पनि उपस्थिती रहेको थियो ।

शिलान्यास कार्यक्रममा आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुँदै भिक्षुणी धम्मवतीले किमडोल विहारको यथार्थ अवस्थाको जानकारी दिनुहुँदै भन्नुभयो—

ऐतिहासिक महत्त्व रहेको यस किमडोल विहारलाई संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्नु हामी सबैको कर्तव्य रहेको छ । त्यसैले यस पवित्र कार्य सफल पार्नको लागि मेरा सुयोग्य शिष्यहरू डा. मोलिनी र डा. धम्म विजया गुरुमांहरूलाई यस कार्यको सम्पूर्ण अधिकार र जिम्मा सुम्पिएको छु ।

यस विहारको पुनःनिर्माण कार्यकोलागि यथाश्रद्धा दान दिनु भई पुण्य सञ्चय गर्नु भएकोमा सबै दाताहरूलाई साधुवाद र मंगल कामना गर्दछु ।”

“अवदान कल्पलता” ग्रन्थरत्नको लोकार्पण
२०६२ वैशाख १७ ।

स्थान- नेपाल भाषा एकेडेमी, कीर्तिपुर ।

संस्कृत भाषामा लिखित अवदान साहित्य” लाई हाल नेपालभाषामा अनुवाद गरी अवदानकल्पलता (१०८ वटा रोचक कथाहरू) को नामले एक स्तरीय वृहत ग्रन्थरत्नको रूपमा शाक्य जःको प्रयासबाट प्रकाशन गरिएको समाचार छ । बौद्ध विद्वान् मीनवहादुर शाक्यले यस ग्रन्थरत्नको अनुवाद गर्नुभएको थियो ।

यस अमूल्य ग्रन्थलाई संस्कृति, पर्यटन तथा

नागरिक उड्डयन मन्त्री श्री बुद्धिराज वज्राचार्यज्यूले लोकार्पण गर्नुभएको समाचार छ ।

स्मरणिय रहेको छ यही ग्रन्थरत्नको सम्पूर्ण प्रति (१००१ वटा) पुस्तकहरू शाक्य जःको तर्फबाट नेपालभाषा एकेडेमीलाई सहयोगार्थ प्रदान गरिएको थियो ।
लुम्बिनी विकास कोष विषयक अन्तरक्रिया
स्थान- धर्मचक्र विहार, वागवजार ।

लुम्बिनी विकास कोषका नव नियुक्त सदस्यसचिव गोविन्द चित्रकारको स्वागत एवं अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न भएको समाचार छ । वखत वहादुर चित्रकारको सभापतित्वमा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा लुम्बिनी विकास कार्यमा नेपाली कला र संस्कृति भल्काउनुपर्ने, पर्यटकको निमित्त लुम्बिनीको सम्पूर्ण क्षेत्रको रोडम्यापको रूपमा सानो पुस्तिका तयार गरी वितरण गर्नुपर्ने, बुद्ध वचनमा आधारित “धम्मपद” पाली, नेपाली, र अंग्रेजी भाषामा लेखेर सजाउनु पर्ने आदि सुझावहरू उपस्थित सहभागीहरूबाट प्रस्तुत गरिएको थियो । कार्यक्रमको अन्त्यमा श्रद्धेय भिक्षु विपस्सी लगायत उपस्थित सहभागीहरूबाट सामूहिक पुण्यानुमोदन गरी सभा विसर्जन गरिएको थियो ।

वक्तृत्वकला प्रतियोगिता

२०६२ वैशाख १७ शनीवार ।

स्थान- गणमहाविहार ।

धर्म विजय पदनम गण महाविहारको आयोजनामा ४० वर्ष देखी ७० वर्ष सम्म पुगेका उपासक उपासिकाहरूको विच बौद्ध वक्तृत्वकला प्रतियोगिता सम्पन्न भएको समाचार छ ।

दैनिक जीवनमा शीलको महत्त्व, बुद्ध धर्म र व्यवहारिक शिक्षा विषयमा संचालित यस कार्यक्रममा भिक्षु धम्मशोभन डा. लक्ष्मण शाक्य र राजाभाई शाक्यहरू वाट निर्णायकको भूमिका निभाइएको थियो ।

उक्त कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुँदै सभामा बोल्ने क्षमता वृद्धि गर्नको लागि वक्तृत्वकला प्रतियोगिता अति लाभप्रद रहेको कुरा उल्लेख गर्नुभयो । यस वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा सुमंगल विहार ललितपुरका तुल्सीमाया

महर्जन प्रथम, गण महाविहारका मंगलदेवी मानन्धर दोश्रो, पद्मसुगन्ध विहारका तारासिद्धि वज्राचार्य तेश्रो हुनुभएका थिए । विजयी सहभागीहरूलाई पुरस्कार दिने क्रममा ७० वर्षिय दुई सहभागीहरू संघाराम विहारका नानीछोरी शाही र मणी मण्डप विहारका वीर बहादुर शाक्यलाई प्रोत्साहन स्वरूप पुरस्कार दिइएको थियो ।

सफू व बौद्ध म्ये (क्यासेट) पिथन

२०६२ वैशाख १७ ।

थाय्- बहुउद्देश्यीय मार्सल आर्ट केन्द्र, नयाँबजार, काठमाडौं ।

शरण प्रकाशनया निक्वःगु प्रकाशन कथं बौद्ध जगतय् समर्पित समाजसेवी प्रा. सुवर्ण शाक्य पाखें लिखित "बुद्ध धर्म व व्यवहार (च्वसुमुना) सफू व शरण बौद्ध म्ये (क्यासेट) पिथनेगु ज्याइवः सम्पन्न जूगु समाचार दु ।

त्रिपिटक विषय धर्म देशना

यल, खाइ सँल्हू ।

लायकू स्थितः विश्वमैत्री विहारय् पञ्चशील ग्रहण व बुद्ध पूजा लिपा जूगु बौद्ध सभाय् भिक्षु पञ्जा विभन्सं पापकर्म मयायेगु, कुशल कर्म यायेगु, भिंगु चित्त दयेकेगु बुद्ध वचन खः धका धर्म देशना याना विज्यात ।

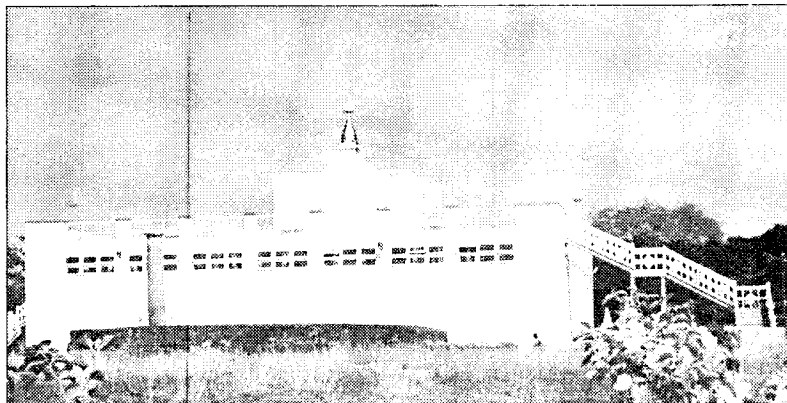
लक्ष्मी महर्जनं पञ्चशील अष्टशील पालन यायेत ध्यान भावना चर्या यायेमाल धका न्ववाना दीगु ज्याइवलय् दिल शोभां "दना दिसं पासापिं भी दने माल" शिर्षकया म्ये हाला दिल ।

बंगु सँल्हूया धर्म देशना लुमंकाः छत्वात्रा खँ कनादीपिं रत्तिदेवी श्रेष्ठ व विर बहादुर यात भन्तेन सिरपा लल्हाना विज्यात ।

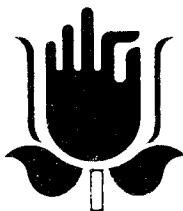
बेखालाल महर्जनं लसकुस यानादीगु उगु कार्यक्रमय् वेटीमाया डंगोलं सुभाय देछामा दिल सा सन्तमान शाक्य बुद्ध जयन्तीया सूचं न्यका दिल ।

कार्यक्रमय् सहभागी जूपिन्त ठेचोया सिद्धिलाल महर्जनं जलपानया व्यवस्था याना दीगु खः ।

<p>OUR SERVICES</p> <p>Training:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Office Package - Designing(Web/Graphic/Multimedia/Auto CAD) - Programming Language(Visual Basic/C/ C++/Java/MS-Access/Oracle) - E-commerce - Diploma in Hardware and Network (Microsoft, Linux) - Advance Diploma in Software - International certification (A+, MCP, MCSE, MCSA) - And many more..... <p>With Real on the Job Practical</p>	<p>microtech</p> <p>Strategic Karmmandu Tel: 977-01-4221177, 4221178, 4221174, 4221175 Fax: 977-01-4221178 Email: info@microtech.com.np www.microtech.com.np</p> <p>Committed To Better Solutions</p> <p>Microsoft CERTIFIED Exam Provider</p> <p>PEARSON NVE AUTHORIZED CENTER</p>	<p>Edu-Com:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Training Solutions for Educational Institute
<p>International Certification:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A+ Certification - Network+ Certification - MCSA Certification - MCSE Certification - Cisco Certification 	<p>THE FOURTH R® Authorized Education Center</p> <p>CERTIFIED A+ SERVICE TECHNICIAN</p> <p>Log On To : www.microtech.com.np</p> <p>And participate in "DREAM MAKER" Program and win up to 90% scholarship in computer education.</p>	<p>Hardware /Network & Sales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Annual Maintenance Contract - On call service maintenance - Network establishment - Upgradation - Computer Sales and Support - Consultancy - Maintenance of : Computer/ Printer/ Fax/ Photocopy
<p>—६०—</p>	<p>Downloaded from http://www.dhamma.digital</p>	<p>—धर्मकीर्ति विरोषाङ्क बु.सं. २५४९—</p>



May all sentient being attain
the highest state of completeness
being on the foot steps of Buddha
Happy Vaishakha Festival
2549



H • O • T • E • L
Lumbini Garden
NEW CRYSTAL PVT. LTD.

Buddha Nagar, Mahilwar
LUMBINI, NEPAL.
Phone: (071-590075, 580145)
Fax: 071-580045



New hotel Crystal
Pokhara (PVT.) Ltd.

Nagdhunga, Pokhara, Nepal.
Phone: (061) 520035, 520036
Fax: 977-61-520234

Reservation/Head Office:

38 Chhusya (Baha) Galli, Jyatha Tole, P.O. Box 1253
Kathmandu-3, Nepal.
Phone: (01) 4228011, 4228561. Fax: 977-1-4228028
E-mail: ajsthapit@mail.com.np

