

धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



छैठौं धर्मकीर्ति रनिङ्ग शिल्ड अन्तर निम्न माध्यमिक विद्यालय बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता (२०६३ भाद्र ११ देखि १७) सम्मको दृश्य



यंया: पुन्ही

वर्ष-२४; अङ्क-५

बिक्रम सम्वत् २०६३

धर्मकीर्ति

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



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

विद्यासागर राजिजत

फोन: ४२५ ६९६६, ४२५ ४९१२

व्यवस्थापकहरू

चिनीराजी महजन

फोन: ४२५ २१८२

जातिन्द्र महजन

फोन: ४२७ ६९०८

राज्य व्यवस्थापक

धुवरान स्थापित

सहायक

भिक्षुणी वीर्यवती

फोन: ४२५ ९४६६

प्रधान सहायक

भिक्षु अश्वघोष महास्वविर

फोन: ४२५ ९११०

प्रकाशक र विमल महासाहचर

भिक्षुणी धम्मवती

फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी

धर्मकीर्ति विहार

श्री ५, चण्ड टोल

e-mail: dharmakirti@rediffmail.com, bp

पोष्ट बक्स नं. ४९९२

काठमाडौं

फोन: ४२५ ४४६६

बुद्ध संस्कृत २५२०

नेपाल संस्कृत ११२९

इस्वी संस्कृत २००८

विक्रम संस्कृत २०६३

विशेष सदस्य	रु. १०००/- वा सो भन्दा बढी
वार्षिक	रु. ७५/-
यस अङ्को	रु. ७/-



धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

SEPTEMBER 2006

वर्ष: २५ अङ्क: ३ मूल्य: पूर्ण मूल्य: २०६३



★ मैले रागादि क्रेशहरू सबैलाई जितिसकेँ, दुःख नाश हुने सबै उपाय जानिसकेँ, तृष्णा क्षय गरीसकेँ र विमुक्ति पाई सकेँ । मैले स्वयं शुद्ध ज्ञानको बोध गरिसकेँ, अतएव मैले कसलाई गुरु मनी देखाउँ ?

★ ★ ★

★ सबै दानलाई धर्मदानले जित्छ, सबै रसलाई धर्म रसले जित्छ, सबै रतिलाई धर्मरतिले जित्छ । तृष्णा क्षय भयो भने सबै दुःखलाई जित्छ ।

★ ★ ★

★ खेतको दोष घाँस हो, मनुष्यको दोष क्रोध हो, त्यसैले द्वेष रहित व्यक्तिलाई दिएको दानको फल ठूलो हुन्छ ।

धर्म निरपेक्ष भनेको के हो ?

नेपाल धर्मनिरपेक्ष राष्ट्रको रूपमा घोषणा गर्नुलाई जन आन्दोलनको प्रत्यक्ष उपलब्धिको रूपमा लिइएको छ । तर घोषणा पछि पनि यसलाई व्यवहारमा उतारिएको भने देखिदैन । धेरैजसो व्यक्तिले धर्मनिरपेक्षको परिभाषालाई ठीक तरिकाले बुझ्न नसकेकोले हो कि ?

वास्तवमा धर्म निरपेक्षको अर्थ धर्म पालन गर्नु पर्दैन भनेको होइन । सरकारले कुनै एउटा मात्र धर्मको पक्ष नलिई सबै धर्मलाई समान अस्तित्व प्रदान गर्ने कार्यलाई धर्म निरपेक्ष भनिन्छ । हाम्रो नेपाल बहु धार्मिक, बहु जातीय र बहुभाषिक देश हो । भनिएको नै छ चार वर्ण, छत्तिस जातको फुलवारी नेपाल भनेर । तसर्थ यस देशमा शान्त वातावरण कायम राख्नका लागि सबै धर्मको समान अस्तित्व हुनुपर्छ भनी धर्म निरपेक्षले बताइरहेको छ । यस देशमा हिन्दु, बौद्ध, इसाई, मुस्लिम, जैन, शिख, किराती आदि थुप्रै प्रकारका धर्म मान्ने व्यक्तिहरू छन् । वास्तवमा आफ्नो शरीर, वचन र मनबाट आफू र अरुलाई भलो चिताई गरिने कार्यलाई नै धर्म भनिन्छ ।

जे होस्, सरकार सबै धर्मको साझा हुनु भने सरकारले पनि यी सबैलाई समान व्यवहार गरुनु भनी धर्म निरपेक्षको धारणा रहेको देखिन्छ । त्यसैले सरकारले यी सबै धर्मलाई मान्यता दिने नीति नियमहरू बनाउनु धर्मानुकूल हुनेछ भन्ने विज्ञहरूको धारणा रहेको देखिन्छ ।

शान्ति मानव कल्याणको प्रमुख आधार रहेकोले सबै धर्मको उद्देश्य पनि देशमा शान्ति कायम गर्नु हुनेछ ।

धर्म निरपेक्ष घोषणा भएपनि धर्म प्रचार मिडियाहरूबाट पहिला देखि चलिआएका आफ्ना कार्यक्रमहरूलाई धर्म निरपेक्षको रूपमा परिवर्तन गरेको भने देखिदैन । त्यसैले होला बुद्ध शिक्षा सम्बन्धि कार्यक्रम रेडियो नेपालबाट हप्ताको एकदिन शुक्रवार त्यो पनि १० मिनेट मात्र प्रसार भइरहेको छ । धर्मनिरपेक्ष राष्ट्र घोषणा हुनु भन्दा पहिले देखि हाल सम्म पनि यही नीति अपनाइ रहेको देखिन्छ ।

त्यसैले धर्म निरपेक्ष घोषणा भएनुसार व्यवहारमा परिवर्तन आउनु पनि आवश्यक छ । बुद्धले धर्म प्रचार कार्यको लागि हामीले त्यागनुपर्ने ३ वटा कुबानीहरू उल्लेख गर्नुभएको छ । ती यसरी छन्—

- (१) अभिज्झा - दृढलोभ
- (२) व्यापाद - बदला लिने भावना
- (३) मिच्छादिट्ठि - गलत तरिकाले बुझ्ने वा गलत तरिकाले अर्थ लगाउने ।

यी खराब बानी त्यागी धर्मप्रचार गर्न सकेमा मात्र ठीक तरिकाले धर्मप्रचार हुनेछ । हामी सबैले सही धर्मप्रचार गरी जीवन सफल पार्नुछ ।

देवो वस्सतु कालेन, सस्त सम्पत्ति हेतुच
फीतो भवतु लोको च राजा भवतु धम्मिको

अर्थ—समय-समयमा पानी परोस् जसले गर्दा धान बालि सप्रियोस, देश र जनताको उन्नति होस्, राजा पनि धार्मिक बनोस् ।

भावनाको मित्र पाँच-२

■ मङ्गलमित्र सत्यनारायण गोयन्का

राजकुमार सिद्धार्थ भर्खर बुद्धत्व प्राप्त गरेर बुद्ध हुनु भएको थियो । त्यसबेला बर्माबाट व्यापार गर्न आएका दुईजना दाजु भाईहरू बुद्धगयामा आइपुगेका थिए । तिनीहरूले बुद्धलाई रूखमुनि बसिरहनु भएको देखे । उनीहरूले सोधे, “अत्यन्त तेजस्वी हुनुहुन्छ तपाईं को हुनुहुन्छ ?”

“मलाई बुद्ध भन्छन् । मैले बोधिज्ञान प्राप्त गरेको धेरै दिन भएको छैन ।” यो सुन्ने बित्तिकै दुवैजना दाजुभाइले बुद्धको पाउमा परेर वन्दना गरे । अग्नि भने, आज यहाँको दर्शन मिल्यो । यो हाम्रो अहोभाग्य हो । हामी बर्माका फर्कन लागि रहेछौं । यहाँको जुनसुकै एक चिन्ह लिएर जान पाए हामीहरूले पूजा गरिराख्ने थियौं । बुद्धले विचार गर्नुभयो, “के ज्ञान लाभभयो ? हामीलाई पनि त्यो ज्ञान देऊ भन्नु कहाँ-कहाँ ! पूजा गरिराख्नुलाई एउटा चिन्ह चाहियो रे । मानिसहरू कति मूर्ख छन् !” मौन भएर बुद्धले शिरमा हात हालेर आठवटा केश दिनुभयो । त्यही केश राखेर बर्माको राजधानी रंगुन शहरको माभ्रमा स्वदगी चैत्य निर्माण गरेर लाखौं-करोडौं जाने अमूल्य हिरामोती रत्नजडित गजुर राखी पूजा गरी राखे । श्रद्धा अन्ध श्रद्धा हुन जान्छ भन्ने यही हो । बुद्ध को हो ? ज्ञान के हो ? त्यो बुझ्नु कता-कता, अहोभाग्य तपाईं बुद्धको दर्शन मिलेको भनी अन्धभक्तिमा परे । यस्तै भएर मानिसहरू संसार चक्रमा अल्भिरहेका छन् । धर्मचक्रमा परेनन् ।

बुद्ध परिनिर्वाण हुनुलाई कुशीनगरमा जानुभयो । आनन्दले विचार गर्‍यो— सबैलाई खबर दिनु पर्‍यो नत्र आरोप आउन सक्छ, सूचनासम्म पनि दिएन भनेर । बुद्ध महापरिनिर्वाण हुन लाग्नुभयो भन्ने सुनेर नदी प्रवाह भै मानिसहरूको प्रवाह भयो । मानिसहरूले हात जोड्दै शिर झुकाएर बुद्धलाई घुम्दै जाने गर्‍यो । मानिसहरूको घुम्दै चो थाभिएको होइन । बुद्ध चुपचापसँग सुतिरहनु भयो । बुद्धले आनन्दलाई बोलाएर भन्नुभयो, “आनन्द ! तिमिले यो के गरेको ? म भोलि प्राण छोडेर जाँदछु । तिमिले मानिसहरूलाई बोलाएर नमस्कार गराएर हूल गरिरहेछौ । तिम्रो शरीर र मेरो शरीरमा के फरक छ ? यो शरीरलाई पूजा गरेर के लाभ ? तथागतमा के गुण बुझ्नु, ज्ञानको कुरा तथा उपदेश सुनेर आचरण शुद्ध गर्नुमा वास्ता छैन । पूजा गर्‍यो, पुग्यो । आनन्दले मानिसहरूलाई रोक्‍यो ।

सुभद्र भन्ने एक व्यक्ति बुद्धसँग भेट गर्न भनी आयो । आनन्दले उसलाई रोके । उसले भन्‍यो, “बुद्ध महापरिनिर्वाण

हुन लाग्नुभयो भन्ने सुनें । पछि फेरि भेट हुने छैन । दर्शन मिल्ने छैन । कहिले ज्ञानको कुरा सुन्ने ! यो अवसर गुमाउनु भएन ।”

भिक्षु आनन्दले भन्‍यो— “यो बुद्धलाई तकलिफ दिने बखत होइन, भयो । फर्क ।”

बुद्धले यो कुरा सुन्नुभयो । आनन्दलाई बोलाएर भन्नुभयो, “अन्ध श्रद्धा राखेर आउनेहरूलाई भने पठाउने, अहिले ज्ञान लिनै ईच्छाले आएको सुभद्रलाई भने रोक्ने, आनन्द ! यो के गरेको तिमिले ? सुभद्र मलाई दुःख दिन भनी आएको होइन । उसलाई यहाँ पठाइदिनु । ऊ ज्ञान लिन आएको हो ।” बुद्धले सुभद्रलाई सति-सति सम्पजञ्ज स्मृति र मन सदैव अप्रमाद भइरहनु भन्ने उपदेश गर्नुभयो । उसले बुझिलियो । ज्ञान प्राप्त गरिलियो । मुक्तभयो ।

श्रद्धा केलाई भन्दछन् यो राम्रोसँग बुझिराख्नु पर्छ । कोही-कोही यहाँ भावना गर्न आउनेहरू पनि भनिरहन्छन्— अहो ! गोयन्का, अहो ! गोयन्का ! कति ध्यान बलियो छ उनको ! कति राम्रोसँग प्रवचन गर्न सकेको ! भन्दै प्रशंसा गरिरहन्छन् । तर गोयन्काको व्यवहार के हो ? स्वभाव कस्तो छ ? गुण के छ उनको ? कसरी ध्यान भावनाको अभ्यास गरिरहेका छन् उनले ? उतापट्टि ध्यान नदिइकन, आफूहरूले पनि ध्यान बलियो पाउँ नलगिकन व्यवहार राम्रो पाउँ नलगिकन अहो गोयन्का, गोयन्का भनी जप गरिरहन्छन्, हरे राम, हरे राम भनिरहेभै उनीहरू भित्री दिलदेखि श्रद्धा ध्यान गर्न आएका होइनन् ।

बाहिय दारु चिरिय

सुप्पारक भन्ने स्थान (हिजो आजको बम्बई) मा बाहिय दारु चिरिय भन्ने एकजना ऋषि थिए । उनी आजकालको हिप्पिहरूले भै केराको सुफ्ला, पात र रूखको बोक्राहरू गाँसेर लुगा लाउँथे । मानिसहरूले उनलाई अर्हन्त भनेर खुब मान गर्थे । कपडा दान दिन ल्याए पनि लिँदैनथे । राम्रो कपडाको बस्त्र लाउने गर्‍यो भने जनताको आदर सत्कार पाउँदैन भन्ने उनको विचार थियो ।

एकदिन उनीले विचार गरे— मानिसहरूले मलाई अर्हन्त भनेर आदर सत्कार गरिरहेछन् । म अर्हन्त भएको छैन, रीस, लोभ, द्वेष, मीठो खाने इच्छाले मलाई छोडेको छैन । अर्हन्त भन्ने कस्तो हुँदोरहेछ ? अर्हन्त हुनुलाई के गर्न पर्नेरहेछ ! उनीले सोधे— “तिमीहरूले अर्हन्त भन्ने चिनेको छ ? कोही छ, अर्हन्त ?”

जवाफ आयो- हामीलाई थाहा छ । गौतम बुद्ध अर्हन्त हुनुहुन्छ । उहाँले अर्हन्त हुने मार्ग र उपाय बताइरहनु भएको छ । उहाँ श्रावस्तीमा हुनुहुन्छ ।

बाहिय तुरन्त श्रावस्तीमा गए । बुद्ध भिक्षाको निमित्त गाउँतिर जान लाग्नुभएको थियो । बाटैमा उनको बुद्धसँग भेट भयो । उनीले सोधे- “तपाईं गौतम बुद्ध हुनुहुन्छ ? बुद्धले हो भन्नुभयो । अनि उनले भने- त्यसो भए मलाई अर्हन्त हुने मार्ग बताइदिनुहोस् । बुद्धले भन्नुभयो- “म अहिले भिक्षा गर्न आइरहेछु । बाटोमा कुरा गर्नु ठीक छैन । एक घण्टापछि मेरो आश्रममा आउनु । अनि बताई दिउँला हुँदैन ? बाहियले भने- एक घण्टासम्म म परिहरन सक्तिन । एकघण्टापछि मलाई के होला, तपाईंलाई के होला ? यो कसले भन्न सक्छ ! फेरि ममा अहिले भएको श्रद्धा एकघण्टापछि सम्म रहन्छ कि रहँदैन । मलाई अहिल्यै बताई दिनु भए बेश हुने थियो । बुद्धले भन्नुभयो-उसो भए तिमीले वर्तमान अवस्थालाई चिन । के-के मनमा कल्पना हुन्छ त्यसमा होश राख । कुनै कुरामा पनि टाँसिने (मुग्ध हुने) नहोऊ । आश्वास प्रश्वासमा ध्यान राख ।

त्यती कुरा सुन्ने बितिकै बाहिय भ्रसङ्ग भए । उनको अज्ञान-पर्दा च्यातियो । उनले ज्ञान बुझि लिए । उनी अर्हन्त भए ।

एकजना श्रामणेर

एकजना श्रामणेरलाई कुनै आफन्तले एउटा चीवर दिन ल्यायो । गुरुले त्यो चीवर अरूलाई देऊ भने । उसलाई भने त्यो चीवर अरूलाई दिन मन लागेन । यो चीवर मेरो मामाले पठाई दिनु भएको म कसैलाई पनि दिन्न भनी जिद्दी गर्‍यो । गुरुले भने अरूलाई दिनु भनी बार-बार अनुरोध गरे । त्यो श्रामणेर गुरुलाई पड्खा हम्किरहेको थियो । पड्खा चलाईरहेको त्यो श्रामणेरको मनमा कल्पना भयो- म गृहस्थी हुन्छु । यो चीवर बेच्छु । त्यो पैसाले कुखुराको चल्लाहरू किनेर ल्याउँछु । चल्लाहरू हुर्कन्छन् । फुल पाउँछु । फुल बेचेर पैसा कमाउँछु । अनि बाखा किन्छु । बाखाबाट धन कमाउँछु । अनि विवाह गर्छु बच्चा हुन्छ । बच्चा र श्रीमती लिएर गुरुकहाँ आउँछु । बाटोमा आइरहँदा श्रीमतीले एकछिन बच्चा लिइदिनुहोस् भन्छे । म लौंदिन । त्यसले बच्चा भुईँमा राख्न खोज्छे । अनि एक थप्पड दिन्छु भनी हम्किरहेको पड्खाले गुरुलाई मुखमा हिकायो । गुरुलाई हिकाईसकेपछि श्रामणेर होशमा आयो । लाजले भुत्क भई रातो मुख लिएर शीर झुकायो । श्वास-प्रश्वासमा होश राख्न सकेन । ध्यान कमजोर भनेको यही हो ।

यहाँ ध्यान गर्न आउनेहरूको पनि मनमा अनेक कल्पना आइरहन्छ । वर्तमान अवस्थालाई चिन्दैन ।

(स्मरणीय छ कि यहाँ भावना शिविरमा भिक्षुहरू, लामाहरू, क्रिश्चियन भिक्षुणीहरू, मुसलमानहरू, हिन्दूहरू, चारै धर्मका अनुयायीहरू छन् । यी चारै धर्मका अनुयायीहरूले जुन रूपमा धर्मको प्रयोग गरिरहेका छन्, आजको ध्यान गुरुको प्रवचनबाट खण्डन भएको छ । -सम्पादक)

वीर्य

भावना गर्नेहरूले आलस्यलाई हटाउनु पर्छ । अल्सी नभइकन उत्साह बढाउँदै लानुपर्छ । फेरि जुनसुकै समयमा पनि आँखा चिम्लेर ध्यान मात्र गरिरहनु पनि ठीक छैन । यहाँ ध्यान गर्न आएका साधकहरूको मनमा सधैं ध्यान मात्र बसिरहन पाए हुन्छ भने जस्तो पनि हुनसक्छ । यस्तो कल्पना गर्नु ठीक छैन । हिंडिरहेको भए कहाँ टेकिरहेछु, खाइरहेको भए के खाइरहेछु, कुरा गरिरहेको भए के कुरा गरिरहेछु भन्नेमा होश राखिरहनु नै ध्यान गर्नु हो । अनि मात्र यो साधना शिविर व्यावहारिक हुन आउँछ, उपयोगी हुन्छ । यसरी नभुक्तिकन आँखा मात्र चिम्लेर सुत्दै नसुतिकन ध्यान मात्र गरिरहनु वीर्य होइन । उत्साह, वीर्य ठीक मात्रामा हुनुपर्छ । गितारको तार धेरै कसे पनि आवाज राम्रो हुँदैन, चुँड्ने डर हुन्छ । खुकुलो भए पनि बज्दैन । ठीकसँग कसे मात्र राम्रोसँग बज्दछ । त्यस्तै वीर्य पनि ठीक मात्रामा हुनुपर्छ । भावना पनि ठीक मात्रामा हुनुपर्छ ।

भावना गरिरहँदा अकुशल तथा नराम्रो कल्पना आयो भने त्यसलाई दबाउनु पर्छ । राम्रो कल्पनालाई स्थान दिनु पर्छ । कुशल अकुशल कल्पना छुट्याउनलाई प्रयत्न भन्दछन् ।

स्मृति

हर्दम जागरूक, सतर्क भएर बस्नुलाई स्मृति भन्दछन् । सम्भिराख्नुलाई होइन । अहिलेको भाषामा सम्भिराख्नु नै स्मृति हुन आएको छ । तर पालि साहित्यमा वा बुद्धको जमानामा सति (स्मृति) वचन सतर्क भइरहनुको अर्थमा प्रयोग गरिराखेको छ ।

बेलुका सुत्ने बेलामा र बिहान उठ्ने बेलामा घण्टाभर जति आनापान सति भावना गरेर ठीक होश आएर शरीरको यथार्थतालाई बुझ्नु । दिनभरि के-के काम गरियो त्यसमा होश राख, सम्भ्र । सुत्ने बेलामा यसरी कल्पना गरिरहँदा रात कटेर उज्यालो भएको पनि पत्ता नपाउन सक्छ । तर कति निद्रा नआए पनि जिउ हलुका हुन्छ । उठ्नासाथ पनि एकपल्ट आनापान सति वा विपश्यना अभ्यास गर्ने गर्नु ।

भवतु सब्ब मङ्गलं

धम्मपद-१९२

■ रीना तुलाधर

'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

परवज्जानुपस्सिस्स-निच्चं उज्झान सञ्जिनो
आसवा तस्स वडुन्ति-आरा सो आसवक्खया

अर्थ- सँधै अर्काको दोष मात्र देखी, यस्तो उस्तो
भनीकन दोषारोपण गरेर हिँड्ने व्यक्तिको चित्तमा आश्रव
बढेर आश्रव क्षय हुने मार्गबाट पर जान पुग्छ ।

घटना- उपरोक्त गाथा भगवान बुद्धले जेतवन
विहारमा बस्नु हुँदा खेरि उज्झानसञ्जी नामक स्थविरका
कारणमा बताउनु भएको थियो ।

उज्झानसञ्जी नामक एक स्थविर (भिक्षु) सँधै भरी
अर्काको दोष खोजेर निन्दा चर्चा गरिरहन्थ्यो । फलानोले
यस्सरी चीवर लगाई हिँड्यो, फलानोले यस्तो उस्तो गरेर
हिँड्यो इत्यादि भनीकन नाना तवरले केवल अर्काको दोष
खोजी हिँड्यो । उनको यस्तो चाला देखेर अन्य भिक्षुहरूले
“यी भिक्षुले यस्सरी सँधैभरी अर्काको दोष खोजेर निन्दा
गरीरहन्छ” भनीकन भगवान बुद्ध समक्ष विनित्त गरे ।

बुद्धले भन्नुभयो- “भिक्षुहरू, कसैले अरु कसैको
दोष देखेर त्यसलाई अववाद दिने तथा त्यसको भुल सुधारने
काम गर्नुो भने त्यो दोष खोज्नुमा गल्ती छैन । तर कसैले
खालि अर्काको दोष खोजीरहन्छ र निन्दा गरीरहन्छ भने
त्यसैले कुनै किसिमको ध्यान भावना प्राप्त गर्न सक्तैन ।
उनले केवल आफ्नो आश्रव (क्लेश) बढाउँछ र आश्रव क्षय
हुने मार्गबाट टाढा हुँदै जान्छ ।”

यसरी आज्ञा भएर भगवान बुद्धले उपरोक्त गाथा
भन्नुभयो । ■

भूल सुधार

धर्मकीर्ति बर्म २४, अङ्क ४, वि.सं. २०६३
अङ्कको पृष्ठ १० मा “धर्मकीर्ति विहारमा बुद्ध पूजा र
धर्मवेदाना” शिर्षकको समाचारमा मिति २०६३ असार २७
गते धर्मवेदाना गर्नुहुने भिक्षु कोण्डला तुनुपनेमा अत्यथा
हृन्गएको हुँदा यसमा सञ्चार्य पढीदिनु हुन पाठक वर्गमा
अनुरोध गरिन्छ ।
- सम्पादक

धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू

क्र.सं. १८४

रामगोविन्द राजकणिकार

सातदोबाटो, काठमाडौं

१०५४/१-

भन्तैया सहवशिलता

■ अश्वमेध मानसि तुलाधर

धम्मपद- भन्तै सात्थिण सुपि,

सह-पाषणु शक्ति अपार दुम्ह ।

भावनामय प्रज्ञाया सात्थिहे सुपि,

ज्व-मरु सुतीष दास्य पाय न्ब-पि ।

विष्णु सधया अनुरासित सुपि,

उकि हे यो बुह बुद्धया सुपि ।

भिक्षा वसा, भोजन वसा, विमत्सा सुपि न्थाथाम् वसा,

ज्वलन्त समुना इवहे वल मन्ते, योग्या न्हायक सुपि ।

सकसिया पैका जम्ह प्रियजन भन्ते,

मगापिन मदमसु प्रियस्वन तय् अन्ते ।

बुद्धयातहे स्व-देवदत्त मया ग् बुद्ध वकर्त्तव्ये ।

सयसो भैत्रीजन तिस्सिना ज्वत मगापि नुगले स्वना ।

सदनाभिज्जाया मारस कयत्त

मिक्षाटन वना खणु इत्थं साका ।

कस्सया तीन व प्रियक दायावित्त निखत्त,

अयसो ध्यहे मित्तन मयासे वनाम्वन प्रीणु गन्तव्ये ।

सान्त स्वरुप वनाज्वगु ख स्व ।

मुखाय स्वत प्रियक अन्या नुगमय ।

विना हेतु दायागुया वदमाय,

वित्तकय मजीका स्वयां छुयाय ।

श्रुष्टि धैरुहे हेतु बुद्ध्या, प्रत्यय न दे उकिया अन्ते ।

ध्वडे मिय वत्त परस्पर मजीक शौतिक विनाश बुद्धमसु ।

इधमाया लागीं पायुं ख-सा बलादे कति दया छुयाय,

प्रत्यय स्वका बताहे महासा स्व-व्यायत्त स्व-शु पाय वत ।

उकि हे छ-स्वत मदमसु मगायु बोधित्तान ।

यथापे सत्व संकेत ।

चिर तिठठत मदधम्मो ॥

भवतु सन्ध मयात्त ॥

समाजको विकासमा धर्मको महत्व-५

■ डा. गणेश माली

समाजको विकासको अर्थ हो समाजमा रहने व्यक्तिहरूको लागि आवश्यक भौतिक सुविधाहरू उपलब्ध हुनु तथा बिना लडाईं भगडा र संघर्ष शान्ति पूर्वक जीवन बिताउने वातावरण हुनु । यदि समाजका व्यवस्थापकहरूमा वा व्यक्तिहरूमा धर्म धार्मिक व्यवहार भै दिएन भने यसप्रकारको जीवन संभव हुँदैन ।

अब यहाँ निर यो प्रश्न उठ्न सक्छ कि समाजमा धर्म हुँदा-हुँदै पनि किन विकसित भएन त ? किन हाम्रो जीवन स्वार्थ संघर्ष र अशान्ति पूर्ण भैरहेको छ ?

उत्तर साफ छ - हामी कहाँ धर्महरू त छ तर धार्मिकता वा धार्मिक व्यवहार छैन ।

केही त प्रकृतिकै दोष पूर्ण प्रकृया को कारण - आहार चक्र भित्र हिंस्रक व्यवहार रहेको छ, बढीमात्रामा सन्तानोत्पादनको कारण संघर्ष र मृत्यु एउटा मामुली खेल भएकोछ, बढी जेहनदार मान्छेजातिले अन्य जनावरहरूलाई त दमन र सफाया त गरिरहेकै छन्, स्वयं आफू आफूमा पनि अतीव तृष्णा जनित काम क्रोध लोभ द्वेष इर्ष्या, अहंकार आदि द्वारा प्रेरित भएर परस्परमा विध्वंसक हतियार प्रयोग गरी संघर्ष गर्दै छन्, भवचक्र (जन्म जरा व्याधि मृत्यु ईत्यादि) को दुःखबाट पीडित भैरहेका छन्, अनि केही त आफ्नै दोष पूर्ण व्यवहारको कारण, पाशविक प्रवृत्ति र व्यवहारको कारण, अन्धविश्वास र विखण्डनबाट प्रेरित विसमता र मिथ्यादृष्टिको कारण, जनसंख्या विस्फोट गरीवी र अभावको कारण अनि अनियमित जीवनबाट आएको न्हासको कारण धर्महरू भएर पनि धार्मिक व्यवहार हुन सकेन, अथवा यसो भनौं धर्महरू नै प्रभाव कारी हुन सकेन ।

यसो हुनुको पछाडि केही कारणहरू छन् ।

हाम्रा धेरै जसो धर्महरू यथार्थ देखिने सत्य भन्दा पर संभाव्य परिकल्पना (myth) हरूमा आधारित छन् । यस कारण जनसाधारणको समझ भित्र आउन अत्यन्त जटिल छ । यसरी धर्मको सैद्धान्तिक पक्ष जटिलभएर केही महापण्डित हरूको वाद विवादको मात्र विषय बनेको छ भने त्यस्को व्यवहारिक पक्ष सैद्धान्तिक पक्ष जटिलहुनाकै कारणले केवल करले निभाउनु पर्ने रीती रिवाज सम्ममा सीमित रहन गएको त्यसमा पनि समय विन्दैजाँदा परिवर्तनहरू भएर एक आपसमा फरक भएर गयो यसै गर्नुलाई नै धर्म गर्ने भनी ठानियो । धर्म शास्त्रहरूमा त अति राम्रा राम्रा कुराहरू छन्- जस्तै समदर्शी हुनु, योगी हुनु, संन्यासी हुनु, गुणातीत हुनु, स्थित प्रज्ञ हुनु मायातीव हुनु काम क्रोध लोभलाई त्याग्नु आदि आदि । व्यवहारमा शायदै कोही होला जो यस्तो

उचाईमा पुग्न समर्थ हुन्छन्, फेरि केही धर्मले हामीलाई यो मायामय जगत बाट विमुख भएर उही परमतत्त्व तर्फ मुख फर्काउन प्रेरणा दिन्छन् । समाजबाट विमुख भई कसरी समाजको विकास हुन्छ ? फेरि केही धर्मात्माहरू कस्वर्गको कुरा गर्छन्- के हुन्छ स्वर्गमा ? के त्यहाँ अनित्यताको नियम लाग्दैन ? के त्यहाँ सबै सधैं यौवनावस्थामा हुन्छन् ? जन्म जरा व्याधि मृत्युको समस्या त्यहाँ हुँदैन ?

त्यस्तै पूर्वजन्म र पुनर्जन्मको मिथक (myth) ले मान्छेहरूलाई "लिखितमपि ललाटे प्रोज्झितु कः समर्थः?" भनी पुर्पुरो ठोकेर बस्ने (Fatalism) को प्रवृत्ति ल्याइदिएको छ । यही सब कारणले धर्म भएर पनि समाजको विकास हुन सकेन ।

अवश्यपनि, समाजको विकासमा धर्मको महत्वपूर्ण स्थान हुन्छ । तर यहाँ धर्मको अर्थ कुनै खास एक प्रचलित धर्मलाई लक्ष्य गरेर भनिएको होइन । परन्तु यहाँ धर्म भनि लक्ष्य गरिएको त्यस्तो धर्मलाई हो जुन धर्म पालन गर्नाले निम्न प्राकृतिक तथा मान्छेजातिको दोष पूर्ण कृयाहरू बन्द हुन्छ । जस्तै-

- (१) हिंसा को मात्रा कम भएर जान्छ; जस्तै अहिंसक व्यवहार र कर्म, मांस रहित भोजनलाई प्रचलनमा ल्याउनु, काटमार नगर्नु । सो किन ? किनकि आफूलाई जस्तै अरूलाई पनि ज्यान प्यारो हुन्छ, आफ्नो जस्तै अरु पनि बाँच्न चाहन्छ ।
- (२) मादक तथा नशालु पदार्थहरूको परित्याग, गर्नु, जो रक्सी, सूति, अफिम, धतुरो, हेरोइन आदिको सेवन नगर्नु, जीवनलाई नियमित बनाउनु, भोजन व्यायाम विद्याम र योग ध्यानलाई संतुलित गरेर मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्य प्राप्त गर्नु, अप्रमादी हुनु ।
- (३) विलासिता पूर्ण जीवन छोड्नु, कामोत्तेजक, हिंसावृत्ति बढाउने, विज्ञापन मनोरंजनका साधनहरू बन्द गर्नु ।
- (४) भवचक्रको दुखलाई स्वाभाविक बनाउनु, रोग व्यधिबाट बच्ने उपायहरू अपनाउनु, स्वास्थ्योपचारको बन्दोबस्त मिलाउनु, वृद्धावस्थाको पीडा कम गर्न, आवश्यक बन्दोबस्त, सेवाहरूको इन्तजाम गर्नु ।
- (५) देशको साधना भ्याउन सक्ने भन्दा बढी सन्तान उत्पादन नगर्नु आवश्यक उपाय गर्नु, जोडीको एक बच्चामा उत्पादन सीमित राख्नु, (पछि अवस्था हेरि हेर फेर गर्न सकिने)
- (६) आणविक बम, र हात हतियारहरूको उत्पादन बन्द गर्नु,

भएको हतिसारहरूलाई नियंत्रणमा राख्नु वा नष्ट गर्नु, आफ्नो प्रकृतिले दिएको बढी जेहन र बुद्धिलाई रचनात्मक कृयाकलाप वा समाजलाई विकास गर्ने कार्यहरूमा लगाउनु ।

- (७) “पाशविक प्रकृति र व्यवहारको साटो मानवीय प्रवृत्तिहरू को विकास र व्यवहार गर्नु । मैत्री करुणा मुदिता उपेक्षा को भावना व्यवहारमा ल्याउनु, जे गरेमा समाजमा विखण्डन को साटो एकता र समता स्थापना हुन्छ त्यही गर्नु । शक्ति र धन को समाजका सबै व्यक्तिको उत्थान को लागि प्रयोग गर्नु, यस्को लागि समुचित व्यवस्था मिलाउनु, शक्ति र धनको आडमा गरिने- दुष्टचार, अनाचार, दमन, शोषण, भ्रष्टाचार आदि बन्द गर्न शक्ति र धनको मूल स्रोत र उपभोक्ता समाजका सम्पूर्ण सदस्यहरूलाई बनाउनु ।
- (८) शिक्षामा धर्म र नैतिकतालाई प्राथमिकता दिनु, समाजमा आई पर्ने विभिन्न कामकोलागि शिक्षा दिई प्रत्येकलाई आर्थिक उत्पादन कार्यमा सक्षम तुल्याउनु र कामहरू पनि गराउनु, काम अनुसार पारिश्रमिकको व्यवस्था मिलाउनु ।
- (९) संसारलाई क्रमशः एक विश्व एक जाति, एक वाद र एक मानव धर्मको दिशामा सबै देशहरू मिली लैजाने प्रयत्न गर्नु । र विखण्डनको स्थितिलाई कम गर्दै लैजाने ।
- (१०) मानवमात्रमा अन्धविश्वास हटाई वैज्ञानिक चिन्तन, सम्यक दृष्टि युक्त बनाउनु, तथा स्वतन्त्र चिन्तन गर्न प्रेरणा दिनु ।

संक्षेपमा, जुन धर्म पालन गर्नासि प्रकृतिजन्य र मानव जन्य दोष हरू हट्न गई समाज मा भौतिक पूर्वाधारको निर्माणको साथै, दुःख र अशान्तिका सम्पूर्ण कृया कलापहरू बन्द भएर जान्छन्, त्यस्तो धर्मलाई लक्ष गरेर नै यहाँ धर्म भनिएको हो ।

जुन धर्मलाई पालन गरेर हामीले प्रकृतिमा चली आएको हिंसालाई न्यून गर्न सक्यौं, भवचक्र को दुःखलाई स्वभाव धर्मको रूपमा स्वाभाविक र वहन गर्न सजिलो बनाउन सक्यौं, रोग व्याधिहरू घटाउन वा निर्मूल गर्न सक्यौं, वृद्धावस्थाको पीडालाई सहज बनाउन सक्यौं, भवचक्रको दौरानमा निर्बलिया हरूको पनि हेरचाह गर्न सक्यौं, जुन धर्मको पालनले हामीमा मानवीय प्रवृत्तिहरू को विकास र वृद्धि हुन्छ, काम क्रोध लोभ, निष्काम अवैर र सन्तुष्टीपनमा बदलिन्छ, समाजमा समदृष्टिको विकास हुन्छ, धन र शक्तिको समान वितरण र सदुपयोग हुन्छ, मैत्री करुणा मुदिता उपेक्षा भावनाको विकास हुन्छ, समदर्शिताको भावना जागृत भै अरूलाई पनि आफूजस्तै शैली व्यवहार गर्न सक्षम हुन्छौं, जुन

धर्मको आचरणले हामीमा सत्यता, सत्य वादिता, को साथै वैज्ञानिकता, स्वतंत्र चिन्तन जागृतभई अन्धविश्वास हटेर जान्छ, जुन धर्म पालनले जीवन नियमित बन्छ, सन्तुलित बन्छ, मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यको अभिवृद्धि हुन्छ, मादक पदार्थ रहित जीवन जिउन शक्यौं, देशको साधनले भ्याउने गरी जनसंख्या नियंत्रण गर्न शक्यौं, यस प्रकारको मानव धर्मलाई नै यहाँ धर्म भनिएको हो ।

कुनै पनि मानव समाजको विकास गर्ने क्रममा भौतिक पूर्वाधारहरू तयार गर्न तथा सामग्रीहरू उत्पादन विक्री वितरण गर्न पनि धार्मिकताको आवश्यकता हुन्छ, यदि सो साधनहरू निर्माण गर्ने तथा जनसाधारणलाई उपलब्ध गराउने काममा लागेकाहरूमा मानवीय प्रवृत्तिहरूको साटो लोभ लालच भ्रष्टाचार आलस्य आदि पाशविक प्रवृत्तिहरू भै दिएमा, विदेशी अनुदान वा ऋण उपलब्ध भएर पनि वा देशको आफ्नै प्राकृतिक सम्पदाले मात्र पनि समाजको विकास हुदैन । त्यस्तै समाजमा रहने व्यक्तिहरूको सुख शान्ति र दुःख र अशान्ति निर्मूल गर्न पनि धर्म र धार्मिकता कै आवश्यकता पर्दछ ।

निःसन्देह नै यस्तो धर्म व्यवहारिक हुनु पर्दछ, धार्मिक प्रवचनहरू भएर मात्र हुदैन, धर्मानुसार आचरण गरी स्वयं उदाहरण बन्न सक्ने र अरूलाई पनि धर्म-पथमा लगाउन सक्ने कर्मवीरहरूले हाम्रो धरतीमा जन्म लिनु अत्यावश्यक छ । यस युग यस्तै पथ प्रदर्शक व्यक्तिको खोजीमा छ ।

एक जना लेखक David Brazier भन्नेले, डा. भीमराव अम्बेडकरले बुद्ध धर्मलाई समाज सुधार गर्ने कार्यमा गरेको प्रगतिबाट प्रभावित भै एउटा पुस्तक लेखे— New Buddhism उनले यस पुस्तकमा बुद्ध धर्मबाट धेरै कुरा समाजको विकासको लागि प्रयोग गर्न सकिने मन्तव्य राखेका छन् । हुन त २५०० वर्षको अन्तरालमा अन्य धर्महरूमा र बुद्ध धर्म भित्र पनि प्रशस्त मात्राम विकृतिहरू र अवैज्ञानिकता घुसी सकेको छ, साथै आजको समाजमा २५०० वर्ष अगाडिको बुद्धकालीन समाजमा भन्दा परिस्थिति धेरै फरक भैसकेको छ, तथापि त्रिपिटकमा संग्रहित बुद्ध द्वारा प्रतिपादित धर्ममा रहेका साश्वत सत्य धर्मले दुखतप्त मानवहरू माथि शान्तिको शीतल किरण छर्नमा आजपनि क्षमता राख्छ भन्ने वास्तविकता लेखक ब्रेजियरको आस्था रहेको छ ।

समाजको विकासको लागि धर्म र धार्मिक व्यवहार अत्यन्त महत्वपूर्ण भएकोले, सो धर्मानुसार गर्नु पर्ने के के हुन् त भन्ने बारे छोटकरीमा रुपरेखा कोर्ने विनम्र प्रयत्न यस लेखमा प्रस्तुत गर्ने जमर्को गरेकोमा विज्ञ जनले मनन चिन्तन गर्नुनै हुनेछ । ‘सर्व प्रकार जगतो हिताय’ ‘बहुजन हिताय बहुजन सुखाय’ को अल्प प्रयास भएको छ । चीरं तिदठतु सधम्मो ।

भवतु सब्ब मंगलम् ।

योगाभ्यास विधि - २०

रेकी, योगा शिक्षक एवं प्रा.चि. डा. गोपाल प्रधान
रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्र, भोटाहिटी, काठमाडौं - ४२२४०८५

उच्च रक्तचाप (High Bloodpressure) विशेषाङ्क भाग- २

[आदरणीय पाठकवर्ग यस केन्द्रद्वारा धेरै दिनदेखि योगाभ्यासका विधिहरूबारे जानकारी गराउँदै आएका थियौं । त्यस्तै २०६३ असार ६ गतेदेखि १४ गतेसम्म समादरणीय भिक्षुणी धम्मवती गुरुमांको ७२ औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा यस केन्द्रद्वारा धर्मकीर्ति विहारमै नौ दिने निःशुल्क प्राणिक हिलिङ्ग तथा योगाभ्यास शिविर सञ्चालन गरेका थियौं । सो कार्यक्रममा गुरुमांहरू लगायत धर्मकीर्ति अध्ययन गोष्ठीका पदाधिकारीहरू र अन्य उपासक उपासिकाहरू गरी ८० जनाको सहभागिता रहेको थियो । साथै सो कार्यक्रमको प्रमाण पत्र वितरणको कार्यक्रम पनि २०६३ असार २४ गते शनिवारका दिन सम्पन्न भएको छ । सोही कारण गत अङ्कमा योगाभ्यास विधि सम्बन्धी जानकारी दिन असमर्थ भएकोले, क्षमाप्रार्थी छौं । धन्यवाद !]

गत अंकमा उच्च रक्तचाप लागेर हेलचक्र्याई गर्दा र होश पुन्याउँदा हुने सकारात्मक र नकारात्मक पक्षका बारेमा केही सत्य घटनामा आधारित घटनावलीहरू सम्बन्धी जानकारी गराएको थिएँ र यस अंकमा पनि क्रमशः उच्चरक्तचापकै विषयमा विशेषाङ्क स्वरूप जानकारी र निदान एवं नियन्त्रण कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा जानकारी गराउन लागेका छौं ।

यहाँ पनि समाजको एक प्रतिष्ठीत व्यक्तिको बारेमा कुरा गर्न लागेको छु । उहाँले सदैव भन्ने गर्दथ्यो म पूर्णरूपले निरोगी छु, मलाई रोग लाग्न सक्दैन किनकी म सदैव बिहान एक-डेढ घण्टा हिँड्ने गर्दछु । यहाँ पनि प्राकृतिक विडम्बना भन्न चाहन्छु उहाँको परिवारमा वंशानुगत उच्च रक्तचाप थियो, हो मित्र उहाँले भने अनुसार व्यायामले रोग लाग्न दिँदैन, तर यदि उसका परिवारमा यस्ता मनोकायिक रोगहरू छन् भने उसले आफ्नो आहार-विहारमा पनि सुधार ल्याउनु पर्दछ, साथै औषधि पनि प्रयोग गर्ने हो भने उपचारकको निर्देशन अनुसार पालना गर्नु पर्दछ । नत्र भने यस व्यक्तिलाई देखिएको समस्या जस्तै एक दिन रातभरी निदाएर बिहान उठ्दा देब्रे हात गन्धौ भएको महसुस गर्नु र अज्ञानता बस उसले त्यस समस्यालाई सामान्य रूपमा लियो तर केही समय पश्चात उसको देब्रेपट्टिको अंग विस्तारै विस्तारै निस्कृय हुन थाल्यो र अन्तमा उहाँ पक्षघातबाट पिडीत हुनुभयो । अब कथा चौथो-

एउटा ठूलो शहरमा एक जना सामाजिक कार्यकर्ताको हजुरबुबालाई हृदयाघातको समस्या थियो भने उसका परिवार हरूमा उच्चरक्तचापको समस्या थियो, यसै कारण उहाँले सामाजिक कार्यका साथै नियमित योगासन, आहार-विहारमा ध्यान पुन्याउँदथ्यो । यसैकारण उहाँ सदैवको लागि स्वस्थ एवं दिर्घायु प्राप्त भयो, यति मात्र होइन उहाँका छोरा नातिहरू पनि स्वस्थ भए ।

अतः मित्रहरू मैले यहाँ उदाहरणस्वरूप यी कथाहरू प्रस्तुत गर्नुको उद्देश्य हामीले पनि प्राकृतिक पद्धतिअनुसार दैनिक दिनचर्यामा आहार विहार, योगासन, ध्यान आदि नियमित गर्ने हो भने कुनै पनि औषधि प्रयोग बिना उच्च रक्तचापलाई नियन्त्रण एवं निदान गर्न सक्दछौं । जसलाई क्रमबद्धरूपमा प्रस्तुत गर्न लागेका छौं ।

१) नियमित व्यायाम

- | | |
|------------------------|---------------------|
| क) विहानको हिँडाइ | ख) सुक्ष्म व्यायाम |
| ग) सूर्य नमस्कार | |
| - योग-ध्यान, प्राणायाम | |
| क) श्वासन | ख) अर्धमक्षन्द्रासन |
| ग) जानुशिर्षसन | घ) नाडीसोधन |
| ङ) शीतली प्राणायाम | |

यी प्राणायाम र योगासन नियमित विहानको समयमा खाली पेटमा गर्दा उत्तम हुन्छ । यदि अन्य समयमा गर्ने हो भने खाना खाएको ४ घण्टापश्चात र खाजा खाएको २ घण्टापश्चात गर्नु उपयुक्त हुन्छ । साँझ भोक लागेको अवस्थामा प्राणायाम गर्नु उपयुक्त हुँदैन । प्राणायाम र योगासन आदि गरेको आधा घण्टापछि मात्र भोजन वा खाजा खानु उपयुक्त हुन्छ ।

२) भोजन

- बिहान र दिउँसोको खाजा (कुनै एक)

रेकी भिभा, दुध, हर्बलचिया, जौको सातु, फल्फूलको रस (जुस), अष्टमण्डप क्वाटी, आँटाको रोटी, ताजा फल, ग्रीन सलाद । (बिस्कूट, कुकिज, कहिलेकाँही खान सकिन्छ ।)

ब्राउन राइस (पलिस नगरेको चामल) भात, आँटाको रोटी, दलिया, ढिडो, पानी रोटी आदि । साग नियमित, तरकारी (Mix Vegetable), ग्रीन सलाद नियमित ।

क्रमशः ...

सार पूर्ण धर्मरूपी जीवन

■ प्रेम लक्ष्मी तुलाधर

अष्टमिका दिन म्यानमार बर्माबाट गुण धर्मले पूर्ण हुनुभएका ८८ वर्षिय महास्थविर गुरु भन्ते सयादो श्रद्धेय महास्थविर ज्ञानपूर्णिक भन्ते संग धर्मकीर्ति विहारमा पाल्नु भएको थियो । उहाँ संगै अरु महास्थविर भन्तेहरू पाल्नु भएको थियो ।

धर्मकीर्ति विहारको धम्महलमा खचाखच भरिएका उपासक उपासिकाहरूले फूलको गुच्छा दिएर उहाँहरूलाई स्वागत गर्नु भएका थिए ।

बर्मी गुरु भन्तेले सारपूर्ण धर्मको विषयमा धर्मदेशना दिनुभएको ज्ञानपूर्णिक भन्तेले नेपाल भाषाबाट रुपान्तरण गर्नु भएको थियो । वहाँको अनुसार शरिर भनेको थाहा नपाइकन जीर्ण काम नलाग्ने, बुढा रोगी, मृत्यु भएर जाने खोक्रो शरीर हो । हामीहरू दुःख, कष्ट नानाप्रकारका रोग, मर्नु पर्ने अपूर्ण खोक्रो शरीर धारण गरेका मान्छे हौं । त्यसकारण हामीहरूले यस्तो शरिरलाई सारपूर्ण धर्म रूपी कुसल कर्म गर्न सक्थ्यौं भने मात्र हामीहरूले धारण गरेको शरिर पुण्यकर्मले भरिएको महत्त्वपूर्ण शरिर भन्न सुहाउँछ भन्ने बुद्ध वचनको ब्रथ महास्थविर सयादो भन्तेले उद्गार व्यक्त गर्नु भयो । शरीर भनेको क्षणिक मात्र हो । एक न एक दिन नष्ट भएर खरानी, धुँवाको रुपमा पंचतत्वमा विलिन भएर जाने हो । त्यसरी पंचतत्वमा विलिन भएर जाने शरिरलाई सार पूर्ण बनाउन शील, आचरण, अप्रमादी, संयमी भएर बस्न सक्थौं भने मात्र शरिरको महत्त्व हुन्छ ।

शरिर जुन शरिरबाट अरुलाई सुख, आनन्द, आत्मियता दिन राम्रो काममा लगाउनु पर्दछ जस्तै आदर गर्ने, पूजा गर्ने योग्य व्यक्तिलाई पूजा गर्ने, धर्म पूजा गर्ने ठाउँमा सहयोग गर्ने, अभिवादन वन्दना आदि जस्ता कुसल धर्म गरेर मर्नु नै जन्मनुको वास्तविक सार हो ।

जीवन- हाम्रो जीवन राम्रो पार्न सुखी हुन सम्पतिको अति आवश्यक छ । सम्पति विना कुनै पनि काम गर्न सकिदैन । धनले भौतिक सुख सुविधा प्रदान गर्न सक्छ तर मर्ने बेलामा सबै छोडेर जानु पर्ने हुन्छ । त्यसकारण मृत्यु प्रस्थान पछि पुण्यको भागि हुन त्यहि सम्पतिलाई सहि सदुपयोग गरेर कसैको भलाई गरेमा पुण्यरूपी धन खरिद गर्न सकिन्छ । यसरी सार नभएको

धनलाई सार हुने वस्तुहरू किनेर आफ्नो शरिरद्वारा दान उपकार हुने काम गरेर धर्मरूपी शरिर बनाएर जीवनलाई अर्थपूर्ण बनाउन सक्थौं भने अजिर्ण रूपी निर्वाण प्राप्त गरेको हुन्छ जुन निर्वाण भन्नाले रोग, शोक बुढा जन्म आदी हुन नपर्ने निर्वाण प्राप्त गर्नु हो ।

सार नभएको शरिर, धन, जीवनबाट सार पूर्ण गुण सम्पन्न भएको निर्वाण प्राप्त गर्न सक्नु नै हाम्रो मुख्य धर्म हो पुण्य हो ।

यसरी विद्वान वर्गबाट धर्म श्रवण सुन्न पाउँदा मन अति नै आनन्द भयो । जीवन, शरिर, धनलाई सुद्ध चित्तले सहि ठाउँमा सदुपयोग गर्न सक्थौं भने हामीहरूले पुण्यरूपी धर्म बैकमा धन थुपारे जस्तै पुण्य पनि थुपार्न सकिन्छ । त्यहि पुण्यको ब्याजले निर्वाण प्राप्त नगरे सम्म पुण्यरूपी भाग्यले जन्मजन्मान्तर सम्म राम्रो फल प्राप्त भइने रहन्छ भन्ने ज्ञान मलाई भयो ।

यसरी धर्म श्रवणबाट ५ फल प्राप्त गर्न सकिन्छ-

१. नसुनेका कुराहरू सुन्न पाइन्छ ।
२. सुनेको कुरा फेरि प्रष्टसंग सुन्न सकिन्छ ।
३. विचार धारा असल हुन्छ ।
४. चित्त शुद्ध हुन्छ ।
५. शंका निवारण हुन्छ ।

हरेक महिनाको ५ चोटी पूज्यनिय धम्मवती गुरुमाको कुसल नेतृत्वमा धर्मकीर्ति विहारमा बुद्ध पूजा हुने गर्दछ । जसमा कहिले काहिं विभिन्न देशबाट पाल्नु भएका धर्म गुरु भन्ते, गुरुमाहरूबाट धर्मश्रवण गर्न पाउनु हामीहरू सबैको पुण्यको फलले नै हो । त्यसकारण महिनाको ५ चोटी बुद्ध पूजामा हरेक घरबाट कमसेकम एकजना भएपनि आएर धर्म श्रवण सुनेर असल मानिस बन्न सकेमा राम्रो हुन्थ्यो । किनकी जीवनको अरु केहि भरोसा छैन । मौकामा बुद्ध धर्मको ज्ञान रस लिएर सारपूर्ण जीवन बनाउनु हाम्रो कर्तव्य हो, धर्म हो ।

हाम्रो जीवनलाई सार तुल्याउनु र पुण्यको भागि बनाउनु हुने श्रद्धेय पूज्यनिय भिक्षुणी धम्मवती गुरुमांलाई हृदय देखि धन्यवाद, कृतज्ञता, अभिवादन टक्राउनुको साथै सारपूर्ण जीवन पार्न सक्नु भन्ने आशिका गर्दछु । ■

ज्ञान्ति र मैत्री - १०

लेखक: भिक्षु अश्वघोष, अनुवादक: वीर्यवती

स्वामी दादूको सहनशीलता

भारतको एक घटना । भक्त दादू स्वामी शहर बाहिर एक जंगलमा रहँदै आएको थियो । राम्ररी गीत गाई धर्म प्रचार गर्ने साधु रहेछ उहाँ । त्यसैले सबै ठाउँमा भक्त दादूको नाम प्रचार भइरह्यो । कोही उपासकहरू आएमा भक्ति उपदेश दिनुहुन्थ्यो । त्यसैले उहाँलाई धेरै व्यक्तिले मन पराउँदथे ।

शहरका एकजना जिल्लाधीशको धर्ममा अलि श्रद्धा जागेको रहेछ । भक्ति पूर्ण गीत सुन्ने इच्छा रहेछ उसको । दादू स्वामीको बयान सुनी उहाँलाई भेट्ने इच्छा गरी उ घोडा चढी हिंडेछ । स्वामीको दर्शन गरी भक्ति अमृत लिने उसको चाहना रहेछ । तर भक्ति इच्छा भएको व्यक्ति भएपनि उहाँ एक जिल्लाधिश पन्यो । सरासर शहरबाट बाहिर जंगलमा पुग्यो । टाढा पुगिसक्यो । तर कोही पनि भेटिएन । उसले जंगलमा एकजना मानिस देखे । त्यस व्यक्तिले बाटोमा निस्किरहेका काँढा काटिरहेको थियो । जिल्लाधीशले खूब ठूलो मान्छे बन्दै सोधे— ए ! तिमीलाई थाहा छ ? महात्मा दादू कहाँ रहने गर्छ ?

त्यो व्यक्ति आफ्नो काममा लागिरेह्यो । केही भनेन । जिल्लाधीशलाई रीस उठेछ । उसले गाली गर्दै भन्यो— म तिमी बुबाको नोकर होइन । छिटो भन ।

काँढा काटिरहेको व्यक्तिले जिल्लाधिशको कुरो सुनेछ र आश्चर्य मान्दै जिल्लाधिश तर्फ एकपटक हेरी मुसुकक हाँस्यो । जिल्लाधिशले सोचेछ, “यो व्यक्तिले मलाई गिज्याइरहेको छ ।” यति विचार गर्दै त्यस जिल्लाधिशले घोडालाई कुट्ने कोर्दाले त्यस व्यक्तिलाई खूब कुट्यो । त्यस व्यक्तिले चुपचाप कोर्दाको कुटाई खाई सहिरह्यो । तैपनि उ हाँसि नै रह्यो । जिल्लाधिशले उसलाई घचेडेर पछारीदियो । फलस्वरूप उसको टाउको ढुंगामा ठोकियो । अनि टाउको फुटी रगत बग्यो । जिल्लाधिश घोडा चढी अगाडी बढ्यो । अलि पर पुगेपछि अर्को उक्त व्यक्ति भेट्यो जुन व्यक्ति त्यहिंबाट गइरहेको थियो । जिल्लाधिशले त्यस व्यक्तिलाई सोध्यो । - “दादू महाराजलाई कहाँ भेट्न सकिन्छ ? तिमीलाई थाहा छ ?”

त्यस व्यक्तिले भन्यो— “दादू महात्मा त यही बाटोमा बसिरहेको हो नि । मैले अर्बर देखेको । उहाँले बाटोमा काँढाको भार फाडिरहनु भएको थियो । के तपाईंले देख्नु भएन ?

जिल्लाधिशले आश्चर्य मान्दै भन्यो— “त्यही हो दादू ?”

त्यस व्यक्तिले भने— “त्यही त हो नि दादू स्वामी” जिल्लाधिश घोडा चढी तुरन्तै फर्केर गए । दादू महात्माको टाउकोमा पट्टी लगाइ सकेको रहेछ । उहाँले फेरि काँढा काटिरहनु भएको रहेछ । जिल्लाधीस छिटो घोडाबाट तल

ओर्लिंएर दादूको पाऊ पन्यो । उसले रोएर भन्यो— “मैले क्षमा माग्दैछु महात्मा जी । मबाट ठूलो गलति हुनपुग्यो । मैले त तपाईंलाई नै खोजिरहेको थिएँ । मेरो मगजमा गोबरले भरिएको रहेछ । त्यसैले मैले तपाईंलाई नै कुट्न पुगें । मलाई यो पनि थाहा थिएन कि तपाईं नै दादू स्वामी हुनुहुन्छ भनेर । तपाईंले त बाटो सफा गरि राख्नु भएको थियो ।

दादूले मुसुमुसु हाँसै भन्नुभयो— “म त बाटो सफा गरिरहने व्यक्ति त हुँ नि । ज्ञान दर्शन तर्फ लाग्ने बाटो त सरासर सीधा छ । यो बाटोमा जब काम, क्रोध, लोभ, मोह र अहंकारका काँढे भार बढ्दै आउँछ, तब मानिसहरूलाई त्यस बाटोमा जान गान्धो हुनेछ । धेरै काँढा उभियो भने बाटो नै ढाकिन्छ । यो पन्यो आध्यात्मिक संसारको कुरो, त्यो पन्यो भौतिक संसारको । यो बाटोमा थुप्रै काँढे भारहरू छन् । अहिले मैले यही बाटो सफा गरिरहेको छु, जसले गर्दा बाटोमा हिंड्ने यात्रीहरूलाई कष्ट हुनेछैन ।

जिल्लाधिशले खूब अपशोच प्रकट गर्दै भने— तर मैले तपाईंसंग सोधेको बेला तपाईंले म दादू हुँ भनी भन्नु भएन नि ? मलाई अब क्षमा गरिदिनुस् । मेरो तर्फबाट ठूलो पापकर्म हुन पुग्यो ।

दादू भगत खूब हाँसै भन्नु हुन्छ— “तपाईंले त केही पनि गर्नु भएको छैन । कसैले माटोको गाग्री किन्ने बेला पहिला आफ्नो हातले त्यस गाग्री बजाएर हेर्ने गर्छ (ठीक छ छैन भनेर) तपाईं पनि जीवन मार्ग देखाइदिने गुरुलाई खोज्दै हिंड्नु भएको एक व्यक्ति हुनुहुन्छ । गुरु ठीक छ वा छैन भनेर बजाएर हेर्नेमा के फरक पन्यो र ?

यही हो सहनशीलता । यही हो गुरुको गुण । तर त्यसको अर्थ यो होइन कि कसैलाई गुरु भन्नु अगाडि कुट्दै परिक्षा गर्नु पर्दो रहेछ । त्यसो होइन । भनाईको मतलब यो हो, गुरुसंग हेलमेल हुंदा उहाँ नचाहिंदो कुरामा पनि रिसाउनु हुन्छ कि हुँदैन, त्यो हेर्नु पन्यो । यदि बिना कारणले रिसाउँदै भने त्यो व्यक्ति ठीक छ । त्यसलाई गुरु भजे पनि केही फरक पर्दैन । तर होश राखी, राम्ररी विचार पुन्याएर मात्र गुरु भन्न जान्नु पर्छ । (आनन्द स्वामीको बोधकथाएँ)

जेहोस् क्षान्ति भनेको महापुरुष गुण हो । सहनु भनेको शारीरिक र मानसिक गरी दुई थरीका छन् अर्थात् शरीरमा हुने वेदना र मनमा हुने वेदना सहने गरी २ थरीका छन् । शारीरिक वेदना मात्र सहन सकेमा पनि मंगल नै हुनेछ । सहनशक्ति भएन भने कपाल एक पटक मात्र दुःखे पनि, पेट मात्र दुःखे पनि छुटपटाउँदै चिच्याएर कराउने व्यक्तिहरू सहन

शक्ति नभएका व्यक्तिहरू हुन् । अय्यामा । अय्यामा । भन्दै कराई अरूलाई समेत दुःख पीर दिने व्यक्तिहरू पनि छन् ।

हाम्रो समाजमा चारैतर्फ थुप्रै खराब र दुष्ट स्वभावका मानिसहरू छन् । खराब कार्य गर्नेहरू पनि थुप्रै छन् । त्यसैले सहेर आनन्द पूर्वक जीवन बिताउन सिक्नु परेको छ । यसको लागि प्रज्ञा र वीर्य पनि आवश्यक छ । संसारका मानिसहरू सबै निर्दोषी भइदिए त कसैलाई पनि सहनशीलता र सहनु पर्ने अवस्था नै आउँदैन होला । सहने भनेको एक ठूलो तपस्या हो । महान व्यक्ति र पण्डित बन्नुको लक्षण हो । साधु र भिक्षुहरूका लागि मात्र होइन सबैका लागि शोभा हो । मंगल हो । शान्तिको साँचो हो ।

मैत्री-मित्रता

आजभोलिको अशान्त वातावरण र परस्पर द्वेषले भरिएको समाजलाई बुद्धको मैत्री सन्देश धेरै कामलाग्छ । शान्ति स्थापना गर्नको लागि मैत्री वा मित्रता र भातृत्वको भावना अत्यावश्यक छ । यसको साथै करुणा, मुदिता (प्रसन्नता), उपेक्षा (तटस्थता, मध्यस्थता) पनि त्यतिकै आवश्यक छ । यी गुण धर्महरू नभएमा एकता कायम हुन सक्दैन । एकता (मेल मिलाप गरि बस्ने) बानी भएन भने उन्नतीको बाटो सम्भव छैन । अनि मनमा सुख शान्ति पनि प्राप्त हुँदैन । त्यसैले शान्ति प्रिय, उन्नतिशील र विकासको मार्गमा जान सचाउने वर्गले तथा सुख मनपराउने मानिसले यो ४ वटा गुणधर्महरू आ-आफ्नो मनमा समावेश गर्ने कोशिश गर्नुपर्ने ।

मैत्री भनेको संस्कृत शब्द हो । यसलाई पालि भाषाबाट मेत्ता भनिन्छ । यसको अर्थ विशुद्धि मार्गमा बुद्धघोषाचार्यले दिनु भएको अनुसार यसरी रहेको छ— “मेज्जतीति मेत्ता, सिनिय्हतीति अन्थो” जुन कार्यले कडा चित्तलाई नरम पारिदिन्छ, त्यस धर्म कार्यलाई मैत्री भनिन्छ । स्नेह वा प्रेम भनेको दुई प्रकारका छन्— तृष्णा प्रेम (स्नेह) र मैत्री प्रेम । यिनीहरू मध्ये तृष्णा प्रेम मोहयुक्तको लोभ, धर्म वा स्वभाव हो । त्यसैले मोहले छोपी मायामा परी विछोड भएर बस्न नसक्ने स्वार्थयुक्त प्रेमलाई तृष्णा प्रेम भनिन्छ । यो अकुशल धर्म भएको कारणले पछि शोक र पीर हुने कार्य हो । मैत्री प्रेम द्वेषको विरुद्ध प्रज्ञाले अगाडि सारेको अलोभ सहगत धर्म हो । त्यसैले आफूलाई पनि अरूलाई पनि अहिलेलाई पनि पछिसम्म पनि हित र असक्त हुने मैत्री प्रेम वा स्नेह भनी बुझ्नसक्नु पर्छ । यो एक शुद्ध मनको अवस्था वा कुशल धर्म भएकोले जहिले पनि सन्तोष र सुखको लागि हेतु बन्ने धर्म हो ।

मैत्री चित्त अपनाउनको लागि अर्काको गुण मात्र खोज्न जान्नु पर्छ । अनि मात्र मैत्री चित्त बलियो हुनेछ । दोषमात्र खोज्ने बानी गन्थो भने द्वेष भाव मात्र बढेर मैत्री विग्रिँदै जानेछ ।

“करुणुपय कोसल्ल परिग्गहितो लोकस्स हित सुख संहारो अत्थतो अव्यापादो मेत्ता पारमिता” अर्थात् चरियापिटक

अर्थकथामा बोधिसत्वले निभाउनु पर्ने मैत्री चित्त पारमिता लक्षण यसरी बताइएको छ । करुणापूर्वक उपाय कौशल्यले युक्त भई जनताहरूलाई हित सुख हुने कार्य गर्ने, अद्वेष वा बदला लिने भावना नगर्नु नै मैत्री पारमी हो ।

यसमा ध्यान पुन्याउनु पर्ने एक कुरो छ । राग वा लोभ पनि मैत्रीको नकाव लगाएर आउने एक प्रकारको क्लेश हो । चाकु देखाएर झिगा मार्ने जस्तो कामलाई मैत्री भन्न सकिदैन । मैत्री चित्त राखी उपकार गरे जस्तो बहानामात्र गरेर अर्को तर्फबाट ठग्ने र आफ्नो अधिनमा राखी शोषण गर्न खोज्ने कार्य शुद्ध मैत्री हुन सक्दैन । त्यसैले राग चित्त र मैत्रीलाई छुट्टाछुट्टै रूपमा चिनेर यथार्थ रूपले बुझ्न नसकेसम्म हामीमा यस्तो शुद्ध गुण समावेश हुन सक्दैन । यसरी जानले देख्न नसकेसम्म धेरै जसोले आफूमा लुकेर बसेका राग वा तृष्णालाई नै मैत्री चित्त ठानेर शुन्य सक्छन्, भ्रममा पर्न सक्छ । माथि उल्लेख भए जस्तै तृष्णा वा स्नेह प्रेममा परिवर्तन हुन सक्छ । उदाहरणको लागि राम्ररी लुगा लगाउन दिइराखेको सुकिलो पोषिलो रहरलाग्दो बच्चा देख्ने बित्तिकै धेरैजसो मानिसलाई त्यो बच्चालाई बोक्न मन लाग्ने हुन्छ, त्यो बच्चासंग कुराकानी गर्न मन लाग्ने हुन्छ, केही खाने कुरो दिन मन लाग्ने हुन्छ । तर मैलो र हेदै घिनलाग्दो फोहर लुगा लगाइराखेको फोहरी बच्चा देख्ने बित्तिकै त्यो बच्चा तर्फ यसो पनि हेर्न मन नलाग्ने हुन्छ । त्यो बच्चा नजिक आउँदा पनि गाली गर्दै धपाएर पठाइन्छ । धनी व्यक्तिहरूको राम्रा र रहरलाग्दो बच्चा र गरीब व्यक्तिको नराम्रो बच्चाहरू दुई जना मध्ये गरीब व्यक्तिको बच्चा प्रति बढी मैत्री राख्न आवश्यक छ । दुःखी बच्चा प्रति करुणा राख्नु सक्नु पर्छ । राम्रो र धनी बच्चा प्रति मैत्री गर्ने र गरीब दुःखी र नराम्रो बच्चा प्रति (मैत्री) र माया नगर्ने शुद्ध मैत्री भाव होइन । यसलाई तृष्णा प्रेम वा राग सहितको प्रेम भनिन्छ । श्रीमती, छोरा र छोरी प्रति, श्रीमान्, राम्रा कोही व्यक्तिहरू वा प्राणीहरू प्रति माया लाग्ने स्वभाव सबै राग हो । सत्य मैत्रीले त राम्रो-नराम्रो, धनी, गरिब, विद्वान र अशिक्षित भनी भेदभाव राख्दैन । आफूलाई दुःख मन नपरे जस्तै, आफू दुःख देखेर डराए जस्तै र सुख मन परे जस्तै, संसारमा रहेका सबै प्राणीहरूलाई पनि दुःख मन पर्दैन । दुःख देखेर सबै डराउँछन् । सबैलाई सुख नै मन पर्छ । अरूलाई पनि दुःख नहोस्, सुख होस् भन्ने इच्छा गर्ने स्वभाव भएको व्यक्तिले मैत्रीपूर्वक काम गर्छ । मैत्रीपूर्वक नै कुरा गर्छ । जे काम गरे पनि अरूलाई दुःख नहोस्, सुखी होस् भन्ने कामना गर्दछ । आफूले गरिदिएको उपकारको बदला केही फाइदा लिने आशा राख्दैन । कर्तव्य सम्झेर काम गरिदिन्छ । तर तृष्णा प्रेम गर्ने बानी पन्थो भने पछि शोक र पीर हुने गर्छ । यसले खिचलो अवस्थालाई श्रृजना गरिदिन्छ ।

क्रमशः

ज्ञान र अनुभवको कुरा

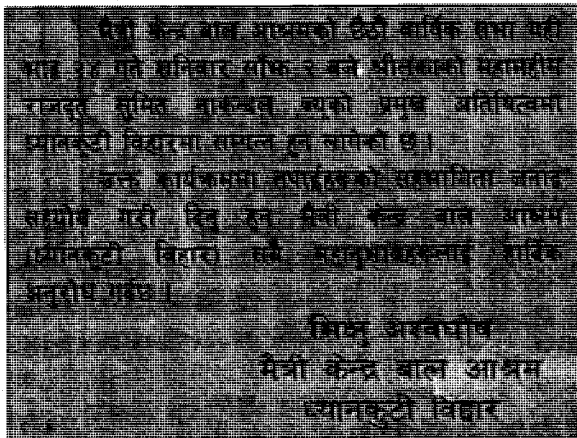
■ पूर्ण बहादुर प्रजापति

मन शुद्ध सफा नभईकन ज्ञान हासिल गर्ने सक्दैन
अनित्य यो संसारमा दुःख छ, दुःखको कारण पनि छ ।

दुःखबाट मुक्त हुने बाटो पनि छ, त्यसको लागि शील
समाधि र प्रज्ञा हुनु पर्छ । शील प्रार्थना गरेर मात्र हुँदैन पालना
गर्न पनि अनिवार्य छ ।

यो दुःखको कारण धन सम्पत्ति भएकोले जति भए पनि
नपुग्ने लोभ तृष्णा चित्त असन्तोषको कारणले हो दुःख
भएको । यो संसार चक्रमा घुम्ने जन्म र मरणको आधार हो ।
यो दुःख जन्म लिनु परेसम्म दुःख सिवाय अरु छैन । यो संसार
को स्वभाव जन्म र मरणको चक्र मात्रै छ । दुःखबाट मुक्त हुने
बाटो पनि छ ? अब दुःखबाट मुक्त हुने बाटो : सच्चा व्यवहार
गर्नु पर्छ र इमान्दार हुनु पर्छ । यहि हो धर्म काय, वाक, चित्त
शुद्ध गर्नु अनि बाटो सिधा हुन्छ । यो जन्म, जरा, व्याधि र
मृत्युबाट मुक्त भएर जानको लागि-काम, क्रोध, मोह, लोभ,
त्याग गरि तृष्णा चित्तलाई आफ्नो बसमा राखि मनलाई समाति
राखि बुद्धको शिक्षा अनुसार ध्यान गरि एकचित्त एक मन
गरि सतर्क भई यो लोभ तृष्णा चित्तलाई दमन गर्न सक्नु पर्छ र
यो लोभ तृष्णा चित्त जहिले शुद्ध रूपमा भेद्य गर्न सक्छ उहिले
यो संसारदुःखबाट अन्त्य हुन्छ । अनि निर्वाण मार्गफल प्राप्त
हुन्छ, चित्तनिर्मल हुन्छ प्रीति सुःख प्राप्त हुन्छ अनि मन शान्त
सितल हुन्छ यो संसार दुःखबाट अन्त्य हुन्छ शुन्य । त्याग
चेतना हुनु पर्छ लोभ, क्रोध मोहलाई हटाउनु पर्छ । अनि गृहस्थ
व्यवहार देखि उदेक लाग्छ । कस्तो होला आफूलाई मन
नपर्ने ? अहिलेको यो जमानामा आफूलाई नचिन्ने र देवतालाई
चिन्नेहरू धेरै रहेछ । अहिलेको यो युगमा आफुले आफूलाई
चिन्ने कहिले होला छोई कलियुगका मानिसहरूले ।

भवतु सब्व मङ्गलं ।



मैत्री केन्द्र बाल आश्रम ध्यानकुटी विहार

बनेपालाई सहयोग

बनेपा मैत्री केन्द्र बालआश्रम ध्यानकुटीलाई
आर्थिक सहयोग दिनुहुने दाताहरूको नामावली -

१.	भिक्षु सुभन, लण्डन	₹ १०००/-
२.	तेज प्रभा तुलाधर, पुतलीसडक	₹ १०००/-
३.	रामकुमारी मानन्धर, कालिमाटी, दुईजना बालिकालाई एक वर्षको फीस	₹ १६००/-
४.	उज्वला मानन्धर, कालिमाटी, दुईजना बालिकालाई एक वर्षको फीस	₹ १६००/-
५.	श्री करुणामय धर्म पासा खल बाट सामूहिक सहयोग	₹ १५२५/-
६.	देवीमाया तुलाधर, असन मैत्री केन्द्र, वार्षिक सदस्य	₹ ११००/-
७.	स्व. पुत्रको स्मृतिमा तीर्थदेव मानन्धर	₹ १००/-
८.	सगिता सि, इनायच्चा, गोफल	₹ १००/-
९.	मोतिप्रभा तुलाधर, पुतलीसडक	₹ १००/-
१०.	गुरुमा धम्मविजया, किन्डोल विहार	₹ १००/-
११.	चन्द्रशोभा, ज्याठा (जन्मदिनको उपलक्ष्यमा)	₹ १००/-
१२.	सुनचाँदी व्यवसायी सघ, बनेपा शाखा औषधी सहित प्राथमिक उपचार एक बाकस	

बोया लुमन्ति

■ अमृतमान शाक्य

थौं या ध्व जगते तंका च्वना जिमि बौ
छ तरे जुइमा धका: जिं मनं तुना च्वना
अभ्र नं जिं धाय्कि याउँक सुख पद लाय्मा
ध्वहे आशिका याय् जिं

गुलि नं छंगु व्यवहार या हिच:ति
भिंगु लंपुई छं त्वता थकल ख:
छ गुलि थ:जुईमा हीरा जुया थी
ह:ले हा:गु सुति ल: थें ।
जन्म मृत्यु छंगु धर्म ख: ध्व
जिं धाय्कि छ प्रति जि
न्त्यावलें न्त्यलं चायका च्वने

जिला सित धका च्वनागु ख
तर छ सीगु मखु धात्थें म्वाना च्वंगु दिन
ख्युंथाय तक नं वैगु लुमन्ति दु
अभ्र नं छंगु पला: पला पतिकं थ: थिति पिन्थाय्
जि बौ छ मदया: जि दु:खं
ख्वया: च्वना जि थ:गु धहे भावे
दकिला सिधलं नं तंके मफु छंगु लुमन्ति नं
गथे लोमंके फैं छंगु गुण ।

मयोपिनि ख्वा स्वय्गु दुःख

■ मुनीन्द्र

मनूया जीवने वइगु थी थी दुःख मध्ये मयोपिनिगु ख्वाः स्वया च्वने मालीगु नं तसकं दुःख खः । थजागु दुःख आपाःसिनं भुक्तमान याना च्वंगु दई । थजाःगु दुःख मचाय्क वइगु । दुःख धाःसां छुं मपाः । स्वयबले निगती छुं मखुथें च्वं तर भोगे याय् माली बले व अथाह दुःख धाःसां छुं मपाः । मनू मनूया विचार व व्यवहार पातकि ध्व दुःखं च्यू वई । चाहे व दाजु किजा, तताकेहे थथिति व छिमेकी थजुइमा मयलकि मयल । चाया भाडा छक्व संबालकि हानं हानं जोडे याःसां भू सिइ दया च्वनी ।

भ्नी मनूजाःति, उकिसनं नेपाःमित । थथिति इष्ट भित्र परिवार नाप क्हना नय् माःपिं । थीथी ख्वास्वया म्वाय् माःपिं । लोभ, मोह द्वेषया कारणं हे मनुखं थःत दुःखं चिइके मापिं । रीस रागया जंजाले च्वने माःपिं । थगु घेरां दुःखय् प्यपुथे प्यपुना च्वनी । मनूत न्ह्याक्व दःसां मगापिं । गुलिदत उलि हे अपो दयका थंके मास्ते वइपिं । सुं स्वया सुं कम मखु । थथे धाधां हे तृष्णाया जंजाले स्वतू वने धुंकइ । अले थी थी मयोपिनिगु ख्वा स्वया च्वने मालीगु दुःख वल ।

छन्हु छम्ह पासा नाप लाःत । वया छ्यूं ख्वा खना न्यना । “छंत अपायसकं छ्यूं ख्वा नय् माःगुया कारण छु ? वं धाल जितः मयोम्हं मनू न्ह्यनेसं हे च्वंवल । आ वयात मयोः मयोः ख्वा स्वया जुइ मागु जुल । सुथय् दनेव अवसकुण धै जुइगु । धात्थें भगवान बुद्धं धया विज्याःगु मयोपिनि नाप क्हना च्वनेगु, ख्वा स्वया च्वने मालीगु नं धात्थेंगु दुःख खः ।” वास्तवे थजागु दुःख गथे वल मनुखं मचाः । ध्व जूगया कारण थवं थवे मथूगु जुल । मनूतयके दइगु अवगुण करपिनिगु दोष व करपिसं छुयात धका मथुइकीगु हे मू कारण खः । त्यागया भावना मथुइकानं खः । इमि थवं थवे छुं छक्कू जग्गा त्याग याय् मफुया कारणं । थुकी त्याःम्ह न्हिला च्वन । बूम्हं नुगले स्याका च्वन भन भन थवं थवे हागुता बढे याना च्वनी अले मयोमहेसिया ख्वा स्वय माःगु दुःख प्वंका च्वने माल । त्याःम्ह मचां भेलाःम्ह जुल । हाहू फाफुं याना जाल भेला

याय फुम्ह जुल । तर छुयाय निम्हसितं दुःखला दुःखं हे लिना च्वन । मयोपिनि ख्वा स्वयमाला च्वन । निम्हसिया दथुइ गुलि असहज परिस्थिति वया च्वन भुक्तमान यापिसं जक स्यू । भगवान बुद्धं धया विज्यागु विचार तसकं हे सार्थक जू वना च्वन । पासाया थुगु दुःख खना मनूया जीवने वइगु दुःख नं गजब खः धका धवा थुइके फत । ■

अमृतानन्द भन्तेया सुमन्ति ।

■ बुद्ध शास्त्र

यज्जुया मतिनां मध्यगु नुगः ।
परिवेसाया मन्थनं चीमफुगु नुगः ।
मनूख जीवनया मचित नुगः ।
अमृत प्यासया अनोम नुगः ।
रागी जीवन दुतेयान वितरापी नुगः ।
गृहस्थ संसार जाल त्यागी नुगः ।
मनया ज्ववने अजेय नुगः ।
इनावन ध्व भूमि भदा नुगः ।
कोठाय च्वसा अमृत नुगः ।
आशनय् जूसा अमृत नुगः ।
न्ह्यात साहित्यय् न अमृत नुगः ।
मज्जुगु न्ह्यावलेया अमृत नुगः ।
गुलिबन नुगः । गुलिबन नुगः ।
तय् मफुगु त्या चा वनया नुगः ।
उपासक पित जीवन नुगः ।
त्यनाबिल यन डिगु बिस्के नुगः ।
स्वये केने मफुसा वनया नुगः ।
मज्जीला उपासक कृतज्ञ नुगः ।
जुल, छसः सोबयागु ध्व नुगः ।
छुम्पोल प्रतिया सुमन्ति नुगः ।

२०६३ श्रावण २७, धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः ।

विषय - मंगल सूत्र

प्रवचिका- सुजाता गुरुमां, प्रस्तुति- मिनरवती तुलाधर
कक्षा संचालन- श्यामलाल चित्रकार

यसदिन सुजाता गुरुमाले मंगलसूत्र विषयमा प्रवचन
दिनहुँदै भन्नुभयो-

आरति विरति पापा मञ्जपाना च संयमो

अप्पमादो च धम्मेसु, एतं मंगलमुत्तमं

दृढ टाढै देखि पापकार्यबाट अलग भएर बस्नु वा
होशियारी भएर जीवनयापन गर्नुलाई नै आरति भनिन्छ । अर्को
शब्दमा भन्ने हो भने आफ्नो मन पाप कर्मबाट टाढिएर रहनुलाई
आरति भनिन्छ मनबाट गरिने अकुशल ३ प्रकारका छन्-

(१) अभिजम्भा-

लोभी हुनु, अर्थात् अर्काको सम्पत्ति आफ्नो बनाउने
प्रबल इच्छा ।

(२) व्यापाद-

अरुलाई दुखदिने, बदला लिने भावनालाई व्यापाद भनिन्छ ।

(३) मिथ्याविद्धि-

गलत धारणालाई मिथ्याविद्धि भनिन्छ ।

शरीरबाट गरिने ३ वटा पापकर्महरू र बचनबाट गरिने

४ वटा पापकर्महरूबाट अलग भएर बस्नुलाई विरति भनिन्छ ।

शरीरबाट गरिने ३ वटा पापकर्महरू-

(१) प्राणीहिंसा (२) अरुको सम्पत्ति चोर्ने

(३) काम मिथ्याचार

बचनबाट गरिने ४ वटा पापकर्महरू

(१) मुसावादा - आफ्नो स्वार्थको बसमा लागी भूठो
कुरा गर्ने

(२) पिसुनवाचा - चुक्ली कुरा गर्ने ।

(३) फरसावाचा - आफ्नो स्वार्थको बसमा लागी कडा एवं
कठोर वचन प्रयोग गरी अरुको मन
दुखाउनु ।

(४) सम्फप्पलापवाचा-

काम नलाग्ने वकवासमा समय खेर फाल्ने ।

छैठौँ धर्मकीर्ति रनिङ्ग शीलड अ.नि.मा.वि.

बौद्ध हाजिर जवाफ प्रतियोगिता सम्पन्न

२०६३ भाद्र ११-१७

धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः काठमाडौं ।

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको आयोजनामा छैठौँ

धर्मकीर्ति रनिङ्ग शीलड अन्तर निम्न माध्यमिक विद्यालय बौद्ध
हाजिर जवाफ प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ ।

भाद्र ११ देखि १३ गते सम्म संचालित उक्त हाजिर
जवाफ प्रतियोगिताको फाइनल प्रतियोगिता भने भाद्र १७ गते
शनिवार सम्पन्न भएको थियो ।

यसको विस्तृत विवरण अर्को अंकमा प्रकाशन हुनेछ ।

**धम्मवती गुरुमांको ७२ औं जन्मोत्सवको
उपलक्ष्यमा प्राणिक हिलिङ्ग एवं निःशुल्क योग
स्वास्थ्य शिविर**

धम्मवती गुरुमांको ७२ औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा
रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्र भोताहिटीको आयोजनामा
धर्मकीर्ति विहारमा मिति २०६३ असार ६ देखि १४ सम्म ९
दिने प्राणिक हिलिङ्ग तथा निःशुल्क योगाभ्यास कार्यक्रम
सम्पन्न गरी योगाभ्यासमा सहभागीहरूलाई असार २४ गते
शनिवार एक समारोहका विच प्रमाणपत्र वितरण गर्ने कार्य
पनि सम्पन्न गरिएको थियो ।

रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्रका संस्थापक अध्यक्ष
प्राकृतिक चिकित्सक डा. गोपाल प्रधानले संचालन गर्नुभएको
उक्त स्वास्थ्य शिविर कार्यक्रममा जम्मा ७० जना
प्रशिक्षार्थीहरू सहभागी भएका थिए ।

शिविर समापन कार्यक्रममा आफ्नो मन्तव्य व्यक्त
गर्नुहुँदै चिकित्सक गोपाल प्रधानले आफूले सिकेका ज्ञानलाई
नियमित अभ्यासमा ल्याई निरोगी भई बाँच्न आग्रह गर्नुभयो ।

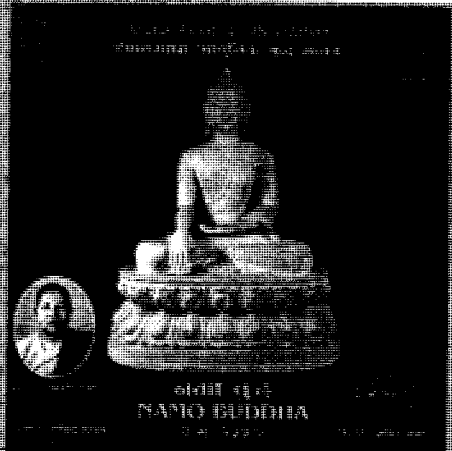
धर्मकीर्ति विहारका संस्थापक अध्यक्ष भिक्षुणी धम्मवती
गुरुमाले उक्त कार्यक्रममा नेपालमा सर्वप्रथम डा. गोपाल
प्रधानले प्रतिपादन गर्नुभएको प्राणिक हिलिङ्ग तथा
योगाभ्यासको सचित्र अभ्यास पुस्तिका विमोचन गर्नुहुँदै
भन्नुभयो-

रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्रबाट धर्मकीर्ति विहार
स्वास्थ्य एवं समाज सेवा कार्य गरी पुण्य सञ्चय गर्नु भएकोमा
डा. गोपाल प्रधान लगायत केन्द्रका सबै सहयोगी परिवारलाई
धन्यवाद दिँदै समाज सेवा र स्वास्थ्य सेवा कार्यमा यसरी नै
सदैव साथ दिइरहन सकोस् भनी कामना गर्दछु ।"

उक्त कार्यक्रममा धम्मवती गुरुमां लगायत अन्य
गुरुमांहरू र सहभागी उपासक उपासिकाहरूले
डा. गोपाल प्रधानलाई उपहार स्वरूप स्वयम्भू चैत्य र अन्य
उपहारहरू प्रदान गरेका थिए ।

धम्मवती गुरुमा पाखे सि.डि. म्येचा नमो बुद्ध उलेज्या

एवहे तिसाल सम्बद् ११२९ अलाख अष्टमी बुनु धर्मकीर्ति संरक्षणकोषया अध्याय धम्मवती गुरुमा पाखे नेपालभाषाया सि.डि. म्येचा: "नमो बुद्ध" उलेज्या बुन । एव म्येचा:अय धम्मवती गुरुमाया प्रवचन व दुध्या । "नमो बुद्ध" सि.डि.म्येचा:अय दुध्यागु म्येत: अण्यो उले धर्मकीर्ति संविकास पिरगु कवितात मुका मजमया हपय पिरगु अ: । उकियो म्ये व जमि धधे दु-



क्र.सं.	धर्म	ज्यमि
१)	बु:ध बु:द्ध धम्मा:	जयवती (धर्मकीर्ति वर्ष २०, अङ्क ७, कतिपुन्दी, कार्तिक २०४९)
२)	पुसा त्यकि मते	एस के धेष्ठ (धर्मकीर्ति वर्ष २१, अङ्क १३, ल्हुतिपुन्दी, वैश २०५०)
३)	अगतया ध्व रीत	भिधु सुशील (धर्मकीर्ति वर्ष १९, अङ्क ७, कतिपुन्दी, कार्तिक २०४८)
४)	कष्ट मन्त फयेमा:सा	भिधु सुशील (धर्मकीर्ति वर्ष १९, अङ्क ११, सिपुन्दी, फसुण २०४५)
५)	हे चिसा छुन्त जि	चन्द्राकती तुलाधर (धर्मकीर्ति वर्ष २२, अङ्क २, गुरुपुन्दी, असार २०५१)
६)	दुर्लभ जन्म वरु धम्मा	मेघारत्न शाक्य (धर्मकीर्ति वर्ष १९, अङ्क २, ज्यापुन्दी, जेठ २०४८)
७)	हृदय दुख जाया धम्मा	मुद्गरल शाक्य 'क' (धर्मकीर्ति वर्ष १९, अङ्क २, ज्यापुन्दी, जेठ २०४८)
८)	नमो बुद्ध नमो धर्म नमो संघ	पूर्णाकानी उपासक (धर्मकीर्ति वर्ष २३, अङ्क १३, ल्हुतिपुन्दी, वैश २०५२)
९)	बारे कस व	भिधु सुशील (आनन्दभूमि ल्हुतिपुन्दी वर्ष २९, अङ्क १३, वैश १९२२)
१०)	सि माया भिगु फल	मोभियत रत्न तुलाधर
११)	नमो बुद्ध धर्म संघ धाधा	पूर्ण कुमार शाही

"नमो बुद्ध" म्येचा:या गायक, गायिकापि धधेदु- विजय मान सिंह तुलाधर, पवित्र क्वा: सविष्य महरजन, माणिक शाही, विनोदराज शाक्य, सुनिल तुलाधर, कविता जोशी, सरस्वति मानन्धर, देविका बजाचार्य व मिता प्रजापति अ: । कोरस: हावादीप:- सरस्वति मानन्धर, कविता जोशी, देविका बजाचार्य, मिता प्रजापति, आस्था बोहरा, धमुना उप्रेती, विनोदराज शाक्य, अनुप सिंह सुवाल व गोविन्द ह्युमत । एव सि.डि.म्येचा:या संगीत गोविन्द ह्युमतनु याना दिइनु छ:या, एरेन्बर जीवित अल्मीया ९, विजु कर्माचार्य १ व गोविन्द ह्युमतया १ याना मुक्त सिद्धा म्ये दुध्या । "नमो बुद्ध" सि.डि. म्येचा: पिकाक स्टुदियो अकस्पीका, धीप त:घलया व्यवस्थीपक सुनिल तुलाधरनु अ: ।

धर्मकीर्ति बसुन्धरा विहार, बसुन्धराडोलको सूचना

पूज्य शिक्षणी धर्मवती गुरुमाको ७२ औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यता चर्चा २०६३ भाद्र २५ गतेका दिन धर्मकीर्ति बसुन्धरा विहार, बसुन्धराडोलमा प्रजिव गुरुमाहरूको तर्फबाट दिनभरी अभिषर्मा ७ सप्ट घाठ गरिने भएको छ । अट्ठालु श्रीतावर्ग अपासक-अपासिकाहरूलाई उक्त कार्यक्रममा अभिषर्मा पाठ श्रवण गर्नका लागि निमन्त्रणा गरिएको छ ।

पाप र पुण्य

■ रेजिना पाण्डे

आफूले गरेको पाप प्रकट गर्दा घट्छ भने लुकाउँदा बढ्छ । पाप यस्तो हो, जसलाई लुकाएर राख्यो भने भित्रिभित्रै बढ्दै जान्छ र हृदयमा रहेका शुद्ध भावनालाई नष्ट गरिदिन्छ । नराम्रो विचारले नराम्रो प्रभाव पार्छ, गलत विचार पैदा गर्छ । मन र शरीरमा अस्थिरता पैदा भई दुर्गन्ध र रोगले घर बनाउन थाल्छ । यसको प्रभाव समीप रहने एवं टोलछिमेकमा पनि पर्दछ ।

हामीले हरेक दिनका कर्म केकस्ता तरिकाले गरिरहेका छौं । हामीले गरेको कार्यले कसैलाई हानि त गरिरहेको छैन या जानीजानी अरूलाई हानि त पुऱ्याएको छैन त्यो सबै हामीले छ्याल गर्नुपर्दछ ।

मानिसका जीवन भोगाइका क्रममा जानी वा नजानीकन गल्ती तथा कमजोरीहरू भइरहेका हुन्छन् । त्यसकारण गल्ती नहोस् भनेर सचेत हुन जरुरी छ । अरूलाई हानि पुगेको बेला हाँसे, खुसी हुने बानी छ भने त्यसलाई त्यागनुपर्दछ । खराब बानी त्याग्ने बानीको विकास सबैले गर्नुपर्छ ।

हामीले आफ्नो संसारलाई प्रेममय बनाउनुपर्छ । जहाँ प्रेम र विश्वास हुन्छ, त्यहाँको वातावरण शान्त र रमाइलो हुन्छ । यस्तो वातावरणमा सबैले प्रेम र विश्वासका आधारमा बाँच्नुपर्दछ भन्ने पाठ सिक्छन् । कसैप्रति नराम्रो व्यवहार नगरौं । सबैसँग राम्रो व्यवहार गर्ने गरौं । यसले गर्दा आफूलाई आनन्द त हुन्छ नै, साथसाथै समाजको पनि भलो हुन्छ ।

सद्विचारलाई मनमा ल्याउनाले सदा दुष्कर्मबाट बच्न सकिन्छ । जब मनमा रहेका दुष्ट विचारलाई मानिसले स्थान दिन्छ भने त्यो तामसी वृद्धिको अनुभव गर्न लाग्दछ । यदि कोही नराम्रो विचार मनमा राख्दछ भने उसले आफूलाई कुकर्मको बाटोतिर लैजान्छ । प्रत्येक मानिसले अभ्यासद्वारा आफ्नो विचार र वाणीमा सुधार गर्न सक्दछ ।

यदि हाम्रो मन शुद्ध छ भने हाम्रो अन्तरआत्माले दुष्ट कार्यतिर नजान सचेत गर्दछ । तर जो धेरै कालदेखि कुकर्ममा लागेको हुन्छ, उनीहरूको अन्तरआत्माले राम्रो कुरामा त्यति ध्यान दिँदैन । हाम्रा भावना नराम्रा सबै परिणाम सम्झाउँछ । त्यसैले असत्य कार्य छोडेर सत्य र सत्कर्म गर्नतिर लाग्नुपर्दछ । पाप नहुने कार्यतिर अभ्यास गर्नुपर्दछ । यसो गर्दा हामीदेखि पापकर्म टाढिँदै जान्छ ।

धर्म प्रचार

★ समाचार ★

भिक्षु बुद्धघोष महास्वामि- अभिनन्दन
२०६३ माघ १० गते, शनिबार ।
श्री सुमङ्गल विहार, ललितपुर ।

नेपालका पूज्यपाद जेष्ठतम "अरब बुद्धमन्थम्म जोतिकघण" भिक्षु बुद्धघोष महास्वामि-कट सम्भव २५१०, ज्येष्ठ २४ गते बुधवार नेपालका उपसंघनायक हुनुभएको सुखद उपलक्ष्यमा उहाँले बुद्ध शान्तिभवनमा पुऱ्याउनु पापको योगदानलाई कट्टर गरी अर्पणनेपाल भिक्षु महासंघले अभिनन्दन कार्यक्रमको आयोजनागरी उहाँलाई अभिनन्दन गरिएको समाचार छ ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि समाचार सुभास नेम्वाङले अभिनन्दन पत्र प्रदान गर्नुहुँदा उप निरपेक्ष भएको कारणले सरकार र जनताको तर्फबाट यसलाई व्यवहारमा उताउँ लाग्नुपर्ने सुझाव दिनुभएको थियो । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका उपाध्यक्ष भिक्षु कुमार काश्यप महास्वामिको सभापतित्वमा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा काठमाडौं, ललितपुर र सप्तरीका विभिन्न विहारहरू लगायत विभिन्न बौद्ध संघसंस्थाहरूको तर्फबाट अभिनन्दनपत्र चढाइएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा श्री २ महास्वामिधाराज ज्ञानेन्द्र, थाई संघराज सोमदेव पठाई, पाण्डेसवर, प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइराला, नेकपा एमालेका महासचिव माधवकुमार नेपाल आदिबाट शुभकामना सन्देश पठाइएको थियो । उक्त कार्यक्रममा उपसंघनायक भिक्षु अरबघोष महास्वामि, भिक्षु महासंघका उपाध्यक्ष ज्ञानधर्मिक महास्वामि, सचिव भिक्षु कोण्डन्य, थाइलेण्ड र म्यानमारका भिक्षुहरू लगायत बौद्ध विद्वान धर्मरत्न शाक्य विहारका आदिबाट शुभकामना व्यक्त गर्नुभएका थिए ।



सम्यक् संकल्प

■ वीरेन्द्र श्रेष्ठ 'द्विपंकर'

द्वेषयुक्त विचारबाट मुक्त हुनु सम्यक् संकल्पका रूपमा लिइन्छ। जसको मनमा द्वेषले प्रेरित गरिएका विचार हरू पलाउँदछ, उसलाई सही के हो र गलत के हो भनी पहिचान गर्न अष्टांगारो हुन्छ अनि ती व्यक्ति अनिष्ट काम गर्न पुग्छन्, जुन कामले आफूलाई र अरूलाई पनि बेफाइदा गर्छ। रिसलाई मनबाट हटाई सबै प्राणीको सुखसमृद्धिको कामना गर्नु सम्यक् संकल्प हो।

आफूलाई र अरूलाई भलो चिताउनु सम्यक् संकल्प हो। लोभ, तृष्णाका कारण मानिसको मनमा विविध अकुशलका विचार पलाउँदछ। ती अकुशल विचार तथा धारणालाई सही रूपमा पहिचान गरी ती विचारबाट टाढा हुनु नै सम्यक् संकल्प हो।

आर्य अष्टांगिक मार्ग अर्थात् निर्वाण प्राप्ति र दुख निवारणका लागि भ्रनुगमन गर्नुपर्ने आठ खुड्किलामध्ये दोस्रो खुड्किलो स्वरूप सम्यक् संकल्पलाई प्रस्तुत गरिएको छ, बौद्ध दर्शनमा। सम्यक्को अर्थ सही र संकल्पको अर्थ विचार, धारणा। सही तरिकाले कुनै कुराबारे विचार गर्नु वा धारणा राख्नु नै सम्यक् संकल्प हो।

दुःखबाट मीडित प्राणीहरूलाई त्यस दुःखबाट मुक्त गर्ने इच्छा, चाहना बोकेको विचारलाई पनि सम्यक् संकल्पका रूपमा चित्रण गरिएको छ, बौद्ध दर्शनमा। सही तरिकाले विचार गर्ने व्यक्तिले अरू कोही प्राणीलाई हानिनोक्सानी गर्दैन। उसको विचार आफूलाई र समाजलाई हितकर नै हुनेछ। सही विचारको धनी व्यक्तिमा इर्ष्या, क्रोध, अभिमानजस्ता विनाशकारी र दुष्ट विचार पलाउँदैन।

सम्यक् संकल्पले मान्छेलाई अन्धविश्वास र कुविचारबाट टाढा राखी सही दिशातर्फ उन्मुख गराउँदछ। कुनै कुरा आँखाले देखेको र कानले सुनेको कुरालाई सीमित राख्ने प्रवृत्ति नै सही विचारको प्रमुख विशेषता हो, तर देखेको र सुनेको कुरालाई विभिन्न अर्थ लगाई शंकाउपशंका उब्जाउने प्रवृत्तिलाई सम्यक् संकल्प भनिदैन। यी प्रवृत्तिले व्यक्तिलाई गलत विचारमा पुऱ्याइदिन्छ। गलत विचारले गरेको कामको नतिजा गलत विचारले गरेको कामको नतिजा गलत नै हुन्छ अनि त्यसको फल पनि अनिष्ट हुनेछ। स्वार्थले समाजलाई समस्यातर्फ धकेल्छ। सम्यक् संकल्पको भावनालाई आत्मसात गरिएमा तनावबाट मुक्त भई सधैं आनन्द पाउन सकिन्छ।

(साभार: अन्नपूर्ण पोष्ट)

■ ज्ञाननिष्ठ ज्वाली

संसारमा धेरैजसो मानिस पैसाकै पछि लागेका छन्। होइन, भन्नुहुन्छ भने प्रमाण दिएर भन्नुहोस्, के यहाँ पैसाबिना कोही मानिस चल्ल सक्छ? कदापि सक्दैन। पैसाले गर्दा मानिसले अनुशासनको पालना गर्दैन, कसैलाई वास्ता गर्दैन। यो दुनियाँ पैसाकै कारण स्वार्थी बनेको छ। फेरि पैसा यस्तो छ: जसद्वारा सबैलाई सन्तुष्ट पार्न सक्तियो भने सबै आफ्नो पक्षमा आउन सक्छन्। पैसाले गर्दा ऐस मिले पनि यसले मानवलाई दानव बनाउन बेर लाग्दैन। पैसा ठूलो कुरा पनि हुन सक्छ किनकि यसले प्राण धान्नका लागि सहयोग गर्छ। यसैबाटै कतिको भोक टर्छ। कतिलाई सोखका निमित्त महत् पुऱ्याउँछ, तर अर्कोतिर यसले समाजमा अशान्ति र कलह उत्पन्न गराएको पाइन्छ। यसैबाट समाजमा विषवृक्षका दरिला जरा गडेका छन्। मानवलाई तुच्छ बनाएको छ पैसाले। यसकै कारण कतिपय योग्य व्यक्तिभन्दा पनि अयोग्य व्यक्तिहरू अगाडि बढिरहेको पाइन्छ। दुनियाँमा पैसाकै निमित्त अनावश्यक होड चलेको छ। अर्को कुरा यहाँ छलछाम गरेर बलपूर्वक डचाडडुडका भरमा एकपटक प्रशस्त पैसा कमाएपछि इज्जत भन्ने कुरा आएकै छ। खै के हो कुन्नि एकपटक गएको इज्जत कमाउन गाह्रो हुन्छ भन्छन्, तर यहाँ त हजारपटक गएको इज्जत पैसाले एक सेकेन्डमै दुरुस्तै बनाइदिएको पाइन्छ। एउटा गजबको कुरा छ, त्यो के हो? तपाईं सुन्नुस्। तपाईंसँग सबै कुरा छ, तर पैसा छैन भनेर नआत्तिनुहोस्। त्यही आफूसँग भएका कुरा सम्बन्धित संकयमा सबदो प्रदर्शन गर्नुहोस्। त्यसपछि पैसा त आइहाल्छ नि। तर कहिलेकाहीं भने पैसा नआउन पनि सक्छ किनकि तपाईंलाई त स्वयंसेवक बन्दा फाइदा हुन्छ। आफ्नो सेवाका लागि पहिले त अर्कोको सेवा पाइहाल्नुहुन्छ। सबै खुसी हुन्छन्। मानव यस्तो छ कि तपाईं उसलाई सधैंभरि केही नलिईकन उसको काम गरिदिनुोस्। परोपकारी बनेर सेवा गर्नुोस्। कुनै पनि काम गरेर पारिश्रमिकभन्दा पनि हार्दिकता ठूलो हुन्छ भन्ने ठानेर अगाडि बढ्नुोस्। त्यसपछि तपाईंले काम नपाउने कुरै छैन। सबैले तपाईंलाई उच्च आदर्श व्यक्तिका रूपमा समाजमा स्थान दिन्छन्।

धन देखेपछि महादेवका पनि तीन नेत्र बल्छन् रे। चाहे व्यापारी होस् उसले पनि मान्छे हेरेर दुईचार रूपैयाँ तल माथि गरेकै हुन्छ। कर्मचारीको पनि ताल उही त हो नि। आखिर सबैलाई आफ्नो काम पटाएर पैसाको पोको पारी पौख्त पारखी बन्नु छ। जसरी पनि अर्कोभन्दा अगाडि जानै छ। पैसाले मानवको हृदय पत्थरभन्दा पनि कडा पारिदिएको छ। पैसाले आफ्नो शक्ति प्रदर्शन गरेकै छ। धार्मिक, साँस्कृतिक, राजनीतिक क्षेत्रदेखि अन्य सबै क्षेत्रमा यसको बर्चश्व छ। आर्थिक क्षेत्र त केन्द्र नै भएको छ। यसले मानवलाई रिगाएको छ। नचाएको छ, ध्वस्त पार्ने दाउ गरिरहेको छ। सबै मानवसमुदायमा पैसाकै कारण कुलीन, सभ्य, असल, व्यक्तित्ववान् र मानवका सम्पूर्ण गुणले भरिपूर्ण भइन्छ भन्ने मूलमन्त्र पुगेका बेलाको यसका पछि नलाग्ला र? तर पनि पैसाकै कारण आफू असुरक्षित भई पलपलमा भरिरहनुपर्छ भन्ने कुरा पनि त ध्रुवसत्य भइसकेको छ। पैसाले मानिसलाई जिउँदै मार्न एवं इज्जत र धर्मबाट पैसा नै मानवीय गुण र मर्यादाको खानी भएर आफ्नो राज्यविस्तार गरिरहेको छ। (साभार: अन्नपूर्ण पोष्ट)

उपदेश अधिकारी

■ हरिप्रसाद पराजुली

हिजोआज के धार्मिक, के राजनीतिक हरेक क्षेत्रसँग सम्बन्धित विषयमा उपदेश दिनेको जमात बढ्दै गएको पाइन्छ । व्यक्तिले आफू कसैलाई उपदेश दिन योग्य छु कि छैन भन्ने नसोची अथवा श्रोताको आफूप्रतिको धारणा कस्तो छ, त्यसको कुनै ब्याल नगरी उपदेश दिन अग्रसर हुन्छ । उपदेश दिने अधिकारी हुन योग्यो योग्यता आवश्यक पर्छ भनी विधिबिधान गरिएको पनि खासै पाउन सकिन्न । त्यसैले जसलाई जतिबेला मन लाग्यो उतिबेले केही विचार नगरी उपदेश दिन अधि सरिहाल्ने पात्र र प्रवृत्तिको समाजमा कुनै कमी नभएको यथार्थ छ ।

अरूलाई जे गर्नुहुँदैन भन्यो व्यवहारमा आफूले त्यही गर्नेको पनि यहाँ कमी छैन । कतिपयले आफ्नो भनाइ र गराइको व्यतिरेकलाई स्वाभाविक देखाउन विभिन्न कृतर्कको सहारा लिएको पनि पाइन्छ । एकजना गुरु हुनुहुन्थ्यो, माध्यमिक तहमा पढाउनुहुन्थ्यो । विकट ग्रामीण क्षेत्रमा रहेको विद्यालयमा आजभन्दा तीस पैतीस वर्षपहिले बनारसबाट शास्त्री उत्तीर्ण गरेर आएका गुरु पाउनु अहोभाग्य नै ठान्नुपर्ने अवस्था त्यो बेला थियो । अतः उहाँको प्रभाव विद्यार्थीमा मात्र होइन, सम्पूर्ण विद्यालय परिवार र अभिभावकमा पनि थियो । गाउँमा सप्ताह, पुराणवाचनजस्ता धार्मिक कार्य हुने भए भने मूल पण्डितको कार्यभार पनि उहाँकै काँधमा आउँथ्यो । उहाँले नेपाली र संस्कृत दुवै विषय विद्यार्थी सन्तुष्ट हुने गरी नै पढाउनुहुन्थ्यो । उहाँको एउटा लत पनि थियो । गुरु खैनीसेवन गर्नुहुन्थ्यो र पनि लागूपदार्थको दुर्व्यसनविरुद्ध उपदेश दिन उहाँ कहिल्यै पछि हट्नु हुँदैनथ्यो । कसैले उहाँको कुलतप्रति संकेत गर्दै प्रश्न उठाए भने उहाँको उत्तर हुन्थ्यो, 'गुरुले भनेको गर्नु, गुरुले गरेको कहिल्यै नगर्नु' ।

यहाँनिर एउटा सम्भावना के देखा पर्छ भने ती गुरुका गुरुले पनि आफ्ना विद्यार्थीलाई त्यसै भन्दै सुती अथवा पानको बुझो मुखमा हाल्ये होलान् र पनि हाप्पा गुरुले आफ्ना गुरुको भनाइको सिको गरेर होइन बरु गराइको सिको गरेर खैनी खान थाल्नुभयो । यही यथार्थ उहाँका केही विद्यार्थीमा पनि लागू भयो र उनीहरूले खैनी, सुती खान सिके । तीमध्ये शिक्षक हुने सौभाग्य पाएकाले अहिले पनि भन्दै छन्, 'गुरुले भनेको गर्नु, गरेको नगर्नु' । आचरण र भनाइमा विरोधाभास देखाउने व्यक्ति उपदेशको अधिकारी हुन सक्दैन । अतः यहाँ दृष्टान्तका रूपमा लिइएका गुरु पनि उपदेशका अधिकार हुनुहुन्थेन । उपदेश दिनेले अरूलाई जे भन्ने हो, त्यहीअनुसारको आचरण आफूले पनि गर्नुपर्छ ।

यस्तो किसिमको संगति महाभारतकालीन महात्मा विदुरको जीवनमा पाइन्छ । उनी राजकुलका मात्र नभई धृतराष्ट्रको भारदारी सभाका महत्त्वपूर्ण सदस्य भएर पनि सामान्य किसिमको जीवनयापन गर्थे । उनको लबाइखबाइ सरल थियो र सिद्धान्त एवं आचरणमा एकरूपता थियो । त्यस्तै गौतम बुद्धको भनाइ र

आचरणमा पनि विरोधाभास भेटिँदैन । अतः उनी आजसम्म पनि स्मरणीय छन् । सारा राज्य नै भिक्षु संघलाई दान गर्न तत्पर हुने राजामहाराजा आफ्नो सेवामा आउन लालायित हुँदा पनि बुद्धको खाना साधारण हुन्थ्यो, वस्त्र सामान्य चिबेर त्यो पनि तीनथानमात्र । पछि आफूलाई भेट्न आएका भिक्षुसमूहले बाटामा वर्षाले गर्दा भिजेका कपडा लामो समयसम्म पनि नफुकाएकी लगाइराखेको देखेपछि मात्र बुद्धले अतिरिक्त एक थान चिबेर भिक्षुले साथमा राख्न पाउने नियम बनाएका थिए । उपदेश दिने व्यक्तिको अर्को एउटा गुण पनि आवश्यक हुन्छ, त्यो हो चित्त श्रद्धि । चित्त श्रद्ध नभएको व्यक्तिले शाश्वत उपदेश दिन सक्दैन । उसले भड्केकालाई सही मार्ग देखाउन सक्दैन किनभने अशान्त चित्त हुँदा ठीकबेठीक छुट्याउने उसको विवेकशक्तिले काम गर्न सक्दैन ।

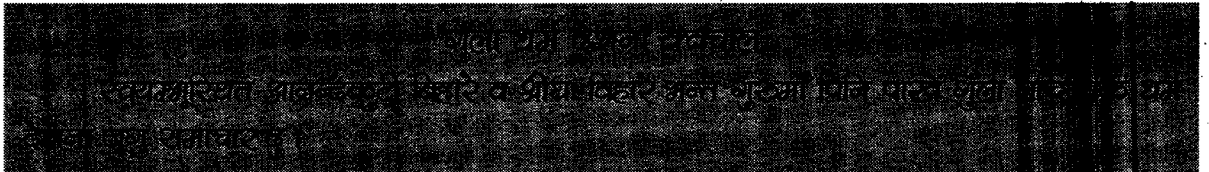
बौद्ध जातकमा कुरुनरेश धनञ्जय कौरव्यको दृष्टान्त दिइएको छ । उनलाई धर्मानुकूलमार्गबाट सारा पृथ्वीमा आफ्नो अधिपत्य कायम गर्ने उपाय बालबचका सञ्जयकुमारले निर्देश गरेका थिए । उनको चित्त चञ्चल थिएन, श्रद्ध थियो अतः उनले धर्मानुकूल मार्गबारे बताउन सके । अनुशासन पालन गर्ने, कर्तव्यबाट च्युत नहुने शासकले आफ्ना नागरिकबाट त आदर पाउँछ नै उसलाई विदेशीले समेत मानसम्मान गर्छन् भनी उपदेश सञ्जयकुमारले दिएका थिए । यस दृष्टान्तबाट के स्पष्ट हुन्छ भने मानिस जति नै पण्डित, सिद्धान्तविद् भए पनि व्यवहार डुल्टो गर्छ भने ऊ उपदेश दिने अधिकारी हुँदैन, तर चित्त शान्त भएको, मनमा झलकपट नभएको बालकैले पनि सदुपदेश दिन सक्छ ।

(साभारः अन्नपूर्ण पोष्ट)

मिलेचले जुयाः न्ह्याः जेतु

■ रामकृष्ण प्रधान

की सकसयां मय्यु भी ज्वीगु भावना वयके नु ।
जि जिपि मसु भी प्रायगु जानी द्यके नु ।
कीपि सकले छुट्टहः माया मचात ख ।
नेषा माया सस्तान कीपि सकले छुपी छुपीय हे मसु ।
मनयु ध्व भावना वयके फुटा सुवान स्वसका न्ह्याः मसु ।
ल्हा तति भदपि अथापहे जसा अतु सति कलकालिने मसु ।
"मिलेचले जुया च्दतगु हे उधम सुस" यद बुद्धा न्ह्याः ख ।
भिंगु जेपु न्यराव्युम्ह भी गुरु बुद्धया भी शिष्यु मसु ।
बसपोल बुद्धया शिष्यायात पालन यापसु कोपु जेतुय ख ।



धर्म प्रचार

समाचार

विभिन्न परियत्ति शिक्षा केन्द्रहरूले
विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार वितरण

वि.सं. २०६२ सालमा परियत्ति शिक्षा अध्ययन गरी उत्तीर्ण हुन सफल विभिन्न कक्षाका परिक्षार्थीहरूलाई सम्बन्धित परिक्षा केन्द्रहरूले पुरस्कार वितरण गरेको समाचार प्राप्त भइरहेको छ । उक्त समाचारहरू यसरी रहेका छन्-

धर्मकीर्ति विहार, २०६३ श्रावण १३

वि.सं. २०६२ सालको परियत्ति परिक्षामा ७२ जना विद्यार्थीहरू उत्तीर्ण भएका थिए । ती मध्ये कक्षा ७ मा उष्णीषतारा तुलाधर बोर्ड तृतीय, कक्षा ६ का आनन्द शाक्य बोर्ड प्रथम र कक्षा ६ का प्रेमलता तुलाधर बोर्ड तृतीय हुन सफल भएका थिए । धर्मकीर्ति परियत्ति परिक्षा केन्द्रका केन्द्राध्यक्ष धम्मवती गुरुमाको सभापतित्वमा सम्पन्न उक्त पुरस्कार वितरण समारोहमा धम्मवती गुरुमाले उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार वितरण गर्नुभएको थियो भने चमेली गुरुमाले परियत्ति परिक्षा केन्द्रको प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

स्मरणिय छ धर्मकीर्ति परियत्ति परीक्षा केन्द्रबाट कक्षा १ देखि कक्षा १० भित्रका कुनै पनि विद्यार्थीले बोर्ड प्राप्त विद्यार्थीहरूलाई अंगुरमान सूर्यलक्ष्मी पुरस्कार र प्रत्येक वर्षमा सद्धम्म पालक र सद्धम्म कोविद उपाधि हासिल गर्ने विद्यार्थीहरूलाई प्रत्येकमान जगत शोभा स्मृति पुरस्कार प्रदान गरिने व्यवस्था रहेको छ ।

कार्यक्रममा परियत्ति शिक्षा अध्यापन गर्नुहुने गुरुमाहरू चमेली, अनुपमा, सुजाता, दानवती, त्यागवती, कुसुम, सुभवती, सुरम्मावती आदिलाई उपहार प्रदान गरिएको थियो । यसरी नै उक्त कार्यक्रममा परियत्ति शिक्षा पुरस्कारको लागि र. १०००/- भन्दा बढि रकम चन्दा दिनुहुने दाताहरूलाई सम्मानपत्र प्रदान गरी खादा ओढाइएको थियो । भिक्षु धम्मसागरले परियत्ति शिक्षा विषयमा धर्मदेशना गर्नुभएको उक्त कार्यक्रम लोचन तारा तुलाधरको संयोजकत्वमा प्रफुल्ल कमल ताम्राकारले संचालन गर्नुभएको थियो ।

यसपालीको पुरस्कार वितरण कार्यक्रमको लागि र. २१,२०१/- चन्दा प्राप्त भएकोमा र. १०,७८८/- खर्च भएको जानकारी प्राप्त हुन आएको छ ।

नगदेश बौद्ध समूह

२०६३ श्रावण २४ नगदेश बुद्ध विहार ।

नगदेश बुद्ध विहारबाट परियत्ति परिक्षामा उत्तीर्ण

२४ जना विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार प्रदान गरिएको छ । नगदेश बुद्ध विहारबाट परिक्षा दिने विद्यार्थीहरू मध्ये उच्चतम अंक हासिल गर्ने विद्यार्थी प्रार्थनातको, वीणा ज्यापू र सविना मेजुलाई क्रमशः बुद्ध मूर्ति एक एक थान र नगद र. ५००/- र. ३००/- र र. २००/- को विशेष पुरस्कारको व्यवस्था उपासक ध्रुव राजकर्णिकार काठमाडौंले मिलाउनु भएको थियो । उहाँले यस पुरस्कार उहाँको स्व. पिताको पुण्य स्मृतिमा दान गर्नुभएको थियो । पुरस्कार भिक्षु वरसम्बोधी र केशावती गुरुमाले प्रदान गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा भिक्षु वरसम्बोधिले धर्मदेशना गर्नुभएको थियो ।

यहीदिन विहार नगदेश विहारकी गुरुमा सुभद्रावती (हाल श्रीलंकामा अध्ययनरत) को जन्मदिनको उपलक्ष्यमा विशेष बुद्धपूजा र धर्मदेशना कार्यक्रम पनि संचालन गरिएको थियो ।

तानसेन पाल्पा

२०६३ श्रावण ५ तानसेन पाल्पा

ज्ञानमाला संघ एवं आनन्द विहार परियत्ति केन्द्र, पाल्पाको स.युक्त आयोजनामा आनन्द विहारमा परियत्ति शिक्षा प्रथम वर्षको परिक्षामा उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूलाई एक समारोह विच प्रमुख अतिथी भिक्षु विशुद्धानन्दबाट प्रमाणपत्रका साथै पुरस्कार वितरण गर्नुभएको थियो ।

सर्जुलाल वज्राचार्यको अध्यक्षतामा संचालित उक्त कार्यक्रममा विश्वमान वज्राचार्यले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नु भएको थियो । यसरी नै उक्त कार्यक्रममा मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुने अन्य महानुभावहरू यसरी हुनुहुन्थ्यो-

परियत्ति विद्यार्थी सुश्री प्रतिभा के.सी., छत्रराज शाक्य, चकोरमान शाक्य आदि ।

भिक्षु विशुद्धानन्दले धर्मदेशना गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा राजेन्द्रमुनी शाक्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएपछि सर्जुलाल वज्राचार्यले पाल्पामा परियत्ति शिक्षा कक्षा संचालन गर्न संचले खेलेको भूमिकाका साथै उघाउने संघसंस्था, व्यक्तिहरू तथा भिक्षु विशुद्धानन्द प्रति कृतज्ञता ज्ञापन गर्नु भई कार्यक्रम समापन गर्नु भएको थियो । कार्यक्रम विनयराज वज्राचार्यले संचालन गर्नु भएको थियो ।

स्मरणिय रहेको छ आनन्द विहारको अनुरोधमा नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा, विश्वशान्ति विहार, काठमाडौंबाट पाल्पामा आनन्द विहार परियत्ति केन्द्र स्थापना भई प्रथम पटक बुद्ध संवत् २५४९ बर्षको २०६३ बैशाख १६ गते होलड्दी विहार, पाल्पामा सम्पन्न भएको

प्रथम वर्षको परिक्षामा पाल्पाबाट सामेल ४१ जना विद्यार्थीहरू मध्ये ४० जनाले प्रथम श्रेणीमा उत्तिर्ण हुन सफल भएका थिए भने भगवती टोल, तानसेन निवासी सुश्री सुनिल शाक्यले ९५% अंक ल्याई उत्कृष्ट हुनु भएको कुरा समाचारमा उल्लेख भएको छ ।

प्रथम-साधारण सभा सम्पन्न

२०६३ श्रावण ३ नयाँ बानेश्वर । भोजपुर टक्सार बौद्ध शाक्य समाजको प्रथम साधारण सभा सम्पन्न गरिएको समाचार प्राप्त भएको छ । श्री बुद्ध दास शाक्यको अध्यक्षतामा सम्पन्न उक्त कार्यक्रम ज्ञानबहादुर शाक्यद्वारा उद्घाटन गरिएको थियो भने श्री भीम शाक्यले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो ।

सो अवसरमा समाजका संघ आजुहरू क्रमशः श्री ज्ञानबहादुर शाक्य, मानकाजी शाक्य, दानबहादुर, हर्ष रत्न तथा जगतबहादुर शाक्य, धर्मरत्न शाक्य त्रिशुली आदिलाई दोसल्ला ओढाई कदर पत्र प्रदान गरी सम्मान गरिएको थियो भने प्रवेशिका परीक्षा २०६२ मा सर्वोत्कृष्ट अंक ल्याई उत्तीर्ण हुने शाक्य समाजका सदस्यहरू मध्येका छोराछोरीलाई पनि उपहार प्रदान गरी सम्मान गरिएको थियो । यसरी नै उक्त कार्यक्रममा “ललितविस्तर बोधिचर्या” ग्रन्थ श्री धर्मरत्न शाक्यद्वारा लोकार्पण गरिएको थियो । सोही अवसरमा द्वितीय संघ आजु श्री मानकाजी शाक्यको स्वास्थ्योपचारको लागि समाजको तर्फबाट अध्यक्षद्वारा रु. १५ हजारको चेक पनि हस्तान्तरण गरिएको थियो ।

प्रदीप शाक्यद्वारा उद्घोषित उक्त कार्यक्रममा दानमान शाक्यले समाजको गतिविधिबारे प्रकाश पार्नुभएको थियो भने कोषाध्यक्षले आयव्यय विवरण प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

पञ्चदान कार्यक्रम सम्पन्न

श्रावण १७ गते । भोजपुर टक्सार बौद्ध शाक्य समाजको आयोजनामा हर्षरत्न शाक्य समाज इमाडोलमा बुद्धपूजा र पञ्चदान कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको समाचार छ भने चैनपुर शाक्य समाजले पनि कालोपुल स्थित चन्द्रज्योति शाक्य निवासमा पञ्चदान कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको समाचार छ ।

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना २०६३ श्रावण १७ बुधवार

मैत्री बोधिसत्त्व महाविहार जमलमा यसदिन डा. अनोजा गुरुमाले पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भई बुद्ध पूजा कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुभएको थियो भने डा. धम्मविजया गुरुमाले बुद्ध पूजाको महत्त्व एवं पञ्चशीलको विशेषता सम्बन्धि धर्मदेशना गर्नुभएको थियो ।

यसदिन धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजन खलःले भजन प्रस्तुत गरेको थियो भने कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका गुरुमांहरू लगायत उपासक उपासिकाहरूलाई दाता श्री ज्वालादेवी वज्राचार्य, नीलम वज्राचार्य र रत्नदेवी वज्राचार्यको तर्फबाट जलपान दान गर्नुभई पुण्य सञ्चय गर्नुभएका थिए ।

पद्मकीर्ति विहारमा भिक्षुणी धम्मवतीको

७२ औं जन्मोत्सव सम्पन्न

२०६३ श्रावण २०, पद्मकीर्ति विहार कमलपोखरी ।

यसदिन पद्मकीर्ति विहारको आयोजनामा कमला गुरुमांको नेतृत्वमा भिक्षुणी धम्मवतीको ७२ औं जन्मोत्सव विभिन्न कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरी सम्पन्न गरिएको समाचार छ ।

धम्मवती गुरुमाले शील प्रार्थना गरिउनु भई बुद्धपूजा संचालन गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा गुरुमालेनै धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । धर्मदेशनाको क्रममा उहाँले हरेक देश, घर, विहार र अफिस आदि क्षेत्रहरूमा प्रमुख व्यक्तिहरूले आफूलाई मैत्री, करुणा, मुदिता र उपेक्षा जस्ता चतुर्ब्रह्म विहार गुणले सम्पन्न गराउन सक्नु पर्ने विषयमा चर्चा गर्नु भएको थियो ।

यसदिन पूज्य भिक्षुणी धम्मवतीको ७२ औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा उपासकोपासिका समूहले ७२ वटा नै खाममा यथाश्रद्धा नगद राखी उहाँलाई चढाउनु भएको थियो । यही क्रममा धम्मवती गुरुमाले पनि अन्य गुरुमांहरूलाई दान प्रदान गर्नुभएको थियो ।

यस दिन धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमालाबाट ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरिएको थियो भने श्रद्धेय कमला गुरुमाले धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमालालाई रु. ११०५१- सहयोग स्वरूप प्रदान गर्नुभएको थियो ।

दुबाल सर रहनु भएन

नगदेश बौद्ध समूहका कार्यकारिणी सदस्य एवं धर्मोदय सभाका आजीवन सदस्य प्रा. तुल्सीमान दुबाल गत २०६३ श्रावण २५ गते ६५ वर्षको उमेरमा देहावसन भयो । वहाँ सानो थिमि क्याम्पसको भू.पू. क्याम्पस प्रमुख हुनुहुन्थ्यो, भने आदर्श बहुमुखी क्याम्पसमा अध्यापनरत हुनुहुन्थ्यो । वहाँ समाजसेवी शिक्षाविद् विद्वत् व्यक्तित्व हुनुहुन्थ्यो । अतः वहाँको गुण र योगदानको कदर गरी नगदेश बौद्ध समूह वहाँको पुण्यस्मृतिमा भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली व्यक्त गर्दछ । एउटा स्मरणीय कुरो छ, प्रा. तुल्सीमान दुबालको मृत्यु पश्चात पशुपति आर्यघाटमा वहाँको दुइटै आँखा दान गरियो भने सो दान गरिएको आँखा मध्ये एउटा चितवन निवासी ११ वर्षीय अन्धा बालकलाई तथा अर्को आँखा स्याङ्गा निवासी ५२

वर्षीय महिलालाई प्रत्यारोपण गरीसकेको थाहा भएको छ । सप्ताहव्यापि अस्थायी भ्रामणेर प्रव्रज्या सम्पन्न २०६३ भाद्र १-८, गणमहाविहार । २५५० औं बुद्ध जयन्तिको उपलक्ष्यमा धर्म विजय पदनम गणमहाविहार-द्वारा सप्ताहव्यापि अस्थायी भ्रामणेर प्रव्रज्या कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको समाचार छ । उक्त सप्ताहव्यापी कार्यक्रममा बुद्धपूजा, मैत्रीभावना, प्रवचन, मरणानुस्मृती भावना, धर्म छलफल, आनापान सती भावना, चंक्रमण भावना आदि विभिन्न कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरिएको थियो ।

नगदेशमा ज्ञानमाला भजन गाई नगर परिक्रमा
नगदेश बौद्ध समूहका सचिव उपासक कृष्ण कुमार प्रजापतिकी ममतामयी आमा बिष्णु माया प्रजापतिको नाममा सापारु (गाईजात्रा) को दिनमा "सायाः" जानु पर्ने स्थानिय परम्परामा परम्परागत शैलीमा नगरी ममतामयी आमाको गुण महिमायुक्त "पार गथे ज्वीगु माँयागु गुण", "अनित्य थ्व संसार्य च्वने मेल बनेनु" जस्ता ज्ञानरस र भक्ती रसले भरिपूर्ण ज्ञानमाला भजन गाई सयौं उपासक उपासिकाहरूले नगदेशमा नौलो साँस्कृतिक तवरले नगर परिक्रमा गरी सम्पन्न गरीयो भने परिक्रमामा सहभागी सबै उपासक उपासिकाहरूलाई शाकाहारी शुद्ध भोजनको समेत व्यवस्था गरीयो ।

बुद्धधर्मका आधारभूत शिक्षा कोर्स सुभारम्भ
०६३ श्रावण २७ गते, शनिवार, आनन्द भूवन विहार, स्वयम्भू । सरल, आकर्षक र रोचक ढंगमा पुस्तकालयका सुविधासहित आवश्यक नोट्स, पुस्तकसमेत उपलब्ध गराउने गरी आनन्द भूवन विहारको योजनाअनुरूप बुद्धका अनुयायी श्रद्धेय भिक्षुहरू, अनगारिकाहरू, बौद्ध विद्वान् तथा विषयका विज्ञहरूद्वारा "बुद्धधर्मका आधारभूत शिक्षा" कोर्स संचालन भएको छ ।

शीलप्रार्थनाबाट प्रारम्भ भएको उक्त समारोह विहारका प्रमुख एवं कोर्सका संयोजक भिक्षु संघरक्षित "सद्धम्म कोविद" को सभापतित्वमा सम्पन्न भयो । समारोहमा स्वागत गर्नुका साथै कोर्सका बारेमा त्रिरत्न मानन्धर "परिधत्ति सद्धम्म कोविद" ले जानकारी दिनुभयो । अतिथि वर्गबाट डा. गणेश माली, तीर्थ नारायण मानन्धरले शुभकामना मन्तव्य दिनुभएको समारोहमा विद्यार्थीहरूका तर्फबाट पन्नारत्न वज्राचार्यले आफ्नो मन्तव्य दिनुभयो । अन्तमा सभापति भिक्षु संघरक्षितबाट कोर्स संचालनका उद्देश्यसहित धन्यवाद ज्ञापनका साथ सभा विसर्जन भयो । कोर्सको पहिलो कक्षा "बुद्धधर्म के हो, बारे भिक्षु संघरक्षितले लिनुभएको थियो ।

स्मरणीय छ, विशेषरूपमा युवा वर्ग, त्यसमाथि पनि क्याम्पसस्तरका विद्यार्थीहरूलाई उद्देश्य गरेर ३ महिनासम्म

संचालन हुने यस कोर्समा ३५ जना सहभागी विद्यार्थीहरू रहेको जानकारी प्राप्त भएको छ भने कक्षा प्रत्येक शनिवार दिउँसो १ बजेदेखि ४:३० सम्म संचालन हुँदैछ । मूलतः यस कोर्समा प्रशिक्षण दिइने विषयवस्तुहरू यसप्रकारका रहेका छन्—
कोर्सको विषयवस्तु प्रारूपः

बुद्धधर्म के हो ? त्रिरत्न (बुद्ध, धर्म र संघ) को परिचय, बुद्धको संक्षिप्त जीवनी, बुद्धधर्ममा पञ्चशील, त्रिपिटकको परिचय, बुद्ध शिक्षा, कर्म सिद्धान्त, चतुआर्यसत्य, त्रिलक्षण, प्रतित्य समुत्पाद सिद्धान्त, बौद्ध इतिहासको विकासक्रम, दशपारमिता, सप्तरत्न आर्यधन (सर्वोश्रेष्ठ धन), गृही विनय, बौद्ध संस्कार पद्धति, चतुब्रह्म विहार, वसल सुत्त (नीचको कारण), पराभव सुत्त (पतनका कारणहरू) मंगल सुत्त (वास्तविक मंगल?), ध्यान (समथ, विपश्यना आदि ।

प्रशिक्षक विज्ञ तथा विद्वानहरू :

श्रद्धेय भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर, भिक्षु धर्मगुप्त महास्थविर, भिक्षु धर्ममूर्ति स्थविर, भिक्षु कोण्डन्य, भिक्षु संघरक्षित "सद्धम्म कोविद", अ.सुजाता, अ. अगजाणी, डा. गणेश माली, डा. लक्ष्मण शाक्य, त्रिरत्न मानन्धर "कोविद", अमिता धाखा "कोविद", सुरेन्द्र मान वज्राचार्य, सविता धाखा, रश्मि राजकर्णिकार, आदि ।

Talk Program:

बीच-बीचमा विशेष व्यक्तित्व, रिसर्च व्यक्तित्व तथा विषयसंग सम्बद्ध विद्वानहरूलाई निमन्त्रणा गरेर Talk Program को आयोजना हुने । जस्तो कि— श्रद्धेय भिक्षु अश्वघोष महास्थविर, श्रद्धेय भिक्षु कुमारकाश्यप महास्थविर, श्रद्धेय भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर, बौद्ध विद्वान् आर.बि.बन्ध, डा. भद्ररत्न वज्राचार्य, डा. सुवर्ण लाल वज्राचार्य, हरिश्चन्द्रलाल सिंह, आदि ।

पुस्तक विमोचन

आनन्द भूवन विहार, ०६३ भदौ ७ गते । सत्यसन्देश प्रचारक प्रकाशनका संस्थापक प्रमुख एवं आनन्द भूवन विहारका अध्यक्ष भिक्षु संघरक्षित "सद्धम्म कोविद" को सभापतित्वमा यहाँ आयोजित विशेष समारोहका बीच प्रकाशनको ३१ औं कृति "बुद्धधर्ममा त्रिरत्नः एक अध्ययन" को विमोचन भयो ।

बाबुको मुख हेर्ने विशेष औसीको अवसरमा उक्त समारोहमा विहारका सचिव डा. लक्ष्मण शाक्यले स्वागत गर्नुभयो । गायक प्रकाश ताम्राकारद्वारा स्वागत गान प्रस्तुत गरिसकेपछि समारोहका प्रमुख अतिथि स्वयम् कृष्ण मानन्धरले उक्त पुस्तकको विमोचन गर्नुभयो । विमोचित पुस्तकलाई डा. गणेश मालीले समीक्षा गर्दै भन्नुभयो—

म “बुद्ध, धर्म र संघ अथवा त्रिरत्नको बारेमा छोटकरीमा भए पनि स्पष्ट र पूर्ण जानकारी पाउने यो जस्तो पुस्तक मैले अरु देखेको छैन ।”

विहारको उन्नत-उत्थानमा लागेर बुद्धधर्मको क्षेत्रमा सक्रिय हुनुभई उहाँकै पुस्तक विमोचन गर्ने मौका दिएकोमा धेरै कृतज्ञतासहित प्रमुख अतिथि स्वयम्कृष्ण मानन्धरले आफ्नो मन्तव्य राख्नुभएको थियो । तत्पश्चात् अमृतोपदेश बौद्ध मासिकका व्यवस्थापक सुरेन्द्रमान वज्राचार्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो । समारोहको अन्तमा सभापति भिक्षु संघरक्षितले पुस्तक प्रकाशनमा निरन्तरताको लागि सबैको सहयोगको अपेक्षाका साथ आफ्नो मन्तव्य राख्नुहुँदै सभा विसर्जन गर्नुभयो ।

बौद्ध परियत्ति शिक्षाको ५ कक्षाबाट बोर्ड प्रथम प्राप्त विद्यार्थी रोजिता बुद्धाचार्यबाट संचालित उक्त समारोहमा उपस्थित सबैलाई विमोचित पुस्तक निशुल्क धर्मदानका साथै जलपानको व्यवस्था भएको थियो ।

विश्व मैत्री विहारय् बुद्धपूजा व धर्मदेशना
यल, गुंलागा: ९/ लायकुली च्वंगु विश्व मैत्री विहार य् पंचशील प्रार्थनां लिपा बुद्धपूजा जूगु बौद्ध सभाय् भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविरं न्यनां जक मगा: थुईका: व्यवहारे छयलेमा: गु नापं अनित्य खंका: अप्रमादि जुयाच्चनेत होश दयक्यमा: गु धर्म देशना याना विज्यातसा भिक्षु भद्रियं यथार्थ रुपं धर्म मथुया: अन्याय, अत्याचार, भ्रष्टाचार पिदनाच्चंगु देशना यानाविज्यागु समाचार दु ।

बंगु संल्हूया धर्मदेशना लुमंका: कनादीपिं दिलशोभा व बोधिरत्नपिन्त भिक्षु कुमार काश्यपं सिरपा: ल:ल्हाना विज्यातसा जुजुभाई तुलाधरं भिक्षुकुमार काश्यपया थरिथरि विहारय् शुभेच्छा भ्रमणया खँ कनादीगु उगु ज्याइवले भिक्षु कुमारकाश्यपं मैत्री विहारया आशाकाजी महर्जनयात शुभेच्छा पत्र ल:ल्हाना विज्या:गु समाचार दु । सभाय् प्रेमबहादुर वज्राचार्य लसकुस यानादिलसा यल बुद्ध जयन्ती दृष्ट कमिटीया महासचिव धर्मबहादुर शाक्यं सुभाय् देछानादीगु ख: ।

थारु महिला बौद्ध जागरण कार्यक्रम सम्पन्न
युवा बौद्ध समूह काठमाडौं, थारु महिला समाज, काठमाडौं र बौद्ध जागरण सिंह विहार, सप्तरीको संयुक्त आयोजनामा २०६३ श्रावण २० गते ललितपुरको नाइटिडेल कलेजमा एक दिवसीय बौद्ध जागरण कार्यक्रम सम्पन्न भयो । सप्तरी, सिराहा, दाङ आदि जिल्लाका गरी ७० जना सहभागी उक्त कार्यक्रममा विद्यार्थी देखि लिएर उच्चपदस्थ सरकारी कर्मचारीहरूको समेत सहभागिता थियो ।

कार्यक्रमको शुभारम्भ सत्रमा थारुमहिला समाजको अध्यक्ष गीता चौधरीले सभापतित्व गर्नु भएको थियो । उक्त

सत्रमा परिचयात्मक कार्यक्रमको साथै प्रमुख अतिथि धर्मोदय सभाका उपाध्यक्ष इन्द्रबहादुर गुरुडबाट जनजातिहरूको बुद्ध धर्म संगको सामिप्यता वारे सम्बोधन गर्नुभएको थियो । कार्यक्रमको प्रशिक्षण सत्रमा बुद्धधर्मएका विभिन्न पक्षमा ६ जना प्रशिक्षकहरूबाट प्रशिक्षण गर्ने काम भएको थियो जस अनुसार प्रशिक्षण यसप्रकार भएको थियो ।

बुद्ध, धर्म र संघ - त्रिरत्न मानन्धर

बुद्धकालीन समाज र धर्म - हर्षमुनी शाक्य

शील, समाधि र प्रज्ञा - अमिता धाखा

दशपारमिता - डा. केशवमान शाक्य

जनजाती र बुद्ध धर्म - सुबोध कुमार चौधरी

नारीप्रति बुद्धको धारणा - सविता धाखा

कार्यक्रमको समापन सत्र बौद्ध र जागरण सिंह

विहार सप्तरीका अध्यक्ष राम लगन चौधरीको सभापतित्वमा भएको थियो । उक्त कार्यक्रममा युवा बौद्ध समूहका प्रमुख सल्लाहकार हर्षमुनी शाक्यबाट प्रशिक्षार्थीहरूलाई प्रमाणपत्र र उपहार प्रदान गर्नु भएको थियो भने प्रशिक्षक तर्फबाट युवा बौद्ध समूहका अध्यक्ष त्रिरत्न मानन्धर, प्रशिक्षार्थीहरूको तर्फबाट अनीता चौधरी र नाइटिडेल कलेजका प्राचार्य तेज लाल चौधरीबाट पनि मन्तव्य दिने कार्य भयो ।

युवा बौद्ध समूहका सचिव मदन वहादुर तुलाधर र अनिल स्थापितबाट संचालित उक्त कार्यक्रममा युवा बौद्ध समूहका उपाध्यक्ष त्रिरत्न तुलाधरबाट स्वागत भाषण र युवा बौद्ध समूहका कोषाध्यक्ष तेजनारायण मानन्धरबाट धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो ।

भिक्षु बुद्धघोष महास्थविरयात हनेज्या व अभिनन्दन जुल यलया सुमंगल विहारय् च्वना विज्याम्ह भिक्षु बुद्धघोष महास्थविरजु न्हुम्ह संघनायक जुया विज्या:गु लसताय् थनया अभिधम्म अध्ययन समाज नेपाल पाखें वसपोल भन्तेयात हनेज्या व अभिनन्दन देछाय्गु ज्या जुल । भिक्षु ज्ञान रत्न पाखें शिल प्रार्थना व हनेमा: पिन्त हनेगु वारे खँ कुला विज्यागु जुल । ज्याइवलय् समाजया नायो प्रेमलाल चित्रकारया सभापतित्वय् न्ह्यागु उगु ज्याइवया लसकुस समाजया दुज भाजु अमृतमान शाक्य भिक्षु पाखें उगु सभाय् भापिं विज्यापिं सकलयात वसकुस न्वचु ब्यूगु जुल । भाजु सिद्धिरत्न शाक्य भिक्षुजुं डा. गणेश मालीजुं भन्ते जुया म्हसिका न्यंका दिगु ख: । समाजया दुज: भाजु रोशन काजी तुलाधर पाखें अनभापिं सकल सित सुभाय् देछाना दिगु खसा उगु सभा न्ह्याकुम्ह: मयजु चित्रा शोभा तुलाधरजु ख: ।

हि-दान

ने.सं. ११२६ गुंलागा: तिथिया शनिवा ०६३ श्रावण

२७ गते दर्यदसं ज्ञानमाला भजन खलः स्वयम्भूया
 र्वसाले स्वयम्भू महा चैत्यले हिदानया ज्या इवः न्ह्यागु
 जुल १०६ (एक सय ६ जवान) ब्यक्ति पाखें व्वति काग उगु
 ज्याइवले हि-दान यापिं सकल पासापिन्त खलः या नायो
 भाजु पन्ना काजी शाक्य जुं दसि पौ लः ल्हाना दीगु ख ।
 स्वास्थ्य संयोजक रमेश मानन्धरया संयोजकत्वे जूगु उगु
 हिदानया ज्याइवःले खलः या नायो भाजु पन्नाकाजी
 शाक्यजुं हिदान याः पिं पासा पिन्त व र्वाहाली याः पिं सकल
 पासा पिन्त सुभाय देव्हाना दीगु खः । नापं सकल हिदान
 याः पिं पासापिन्त व र्वाहालीयाः पिं पासापिनिगु लागी
 ज्ञानमाला भजन खलः स्वयम्भूया पुलाम्ह दाँभरि भाजु
 शान्तकुमार चित्रकार व ज्ञानमाला भजन खलः स्वयम्भूया
 आजीवन जः भाजु आशानारायण महर्जन पाखें सकलसित
 जलपानया व्यवस्था याना दीगु खः ।

लुम्बिनी न्यागु विहारस् गुलुपाः दान

२०६३ श्रावण १७ ।

नेपाः देया थीथी विहारस सिजः या तग्वः गु गुलुपाः
 दान यानाचवनादीमह दाता जीवरत्न स्थापितं लुम्बिनी
 न्यागु विहारस उक्थंया गुलुपाः दानयानादीगु समाचार दु ।
 यल पञ्चदान खुन्हु वयकलं गुलुपाः दान यानादीगु विहार
 या नां धलः थुकथं उल्लेख जुयाच्वंगु दु ।

१. तारा फाउण्डेशन (जर्मनी) विहार
२. भियतनाम टेम्पल (भियतनाम विहार)
३. श्रीलंकन टेम्पल (श्रीलंका विहार)
४. थाई मोनास्ट्री (थाइलैण्ड विहार)
५. मनाङ्ग सेवा समाज स्तूप

लुम्बिनी गौतमी विहारया पाखें सुजाता गुरुमां व
 खेमेशी गुरुमां नं थुगु ज्याइवले सहभागी जुयाबिज्याः पिं
 गुरुमां व उपासकउपासिकापिन्त भोजन दान यानाबिज्याः गु
 नं समाचार दु । थुकथं दाता जीवरत्न स्थापितं लुम्बिनी
 जक भिस्वंगः गुलुपाः दान यानादीधुंकूगु खं नं समाचारे
 उल्लेख जुयाच्वंगु दु ।

बुद्ध पुजा

ध्वहे ने.सं. ११२६ गुंलागाः दुतिया (२०६३ श्रावण
 २६ गते, शुक्रवार खुन्हु यल उपमहानगर या चैत्य
 धर्मधातुस मत बिया थी थी कथं पूजा याना १४ भिप्यघौ
 बीक करिव १७०० भिन्हयसं बौद्ध देव देवी पिन्त पूजा
 सत्कार यायेगु मतया जात्रास सदां थें युवक बौद्ध मण्डल
 या ४० मह स्वयंसेवी स्वास्थ्य उपचार पुचःलं यलया
 न्याखाचुक त्वालय निधौ व सुबाहाल त्वालय निधौ त्वा
 “मतया” जात्रास भागकापिं भक्तजन पिन्त तुति मालिस
 याना तिया नापं त्यागु लनिगु वासः बिया र्वाहाली यागु
 खः । नापं मतया वीपिं सकल भक्तजनपिन्त ग्लुकोज व

जुस त्वंका सेवा यागु जुल । थुगुसि मतया पाः ज्याबाहा
 बहि त्वाले खः ।

युवक बौद्ध मण्डल या स्वास्थ्य उपसमितिं गुंलाया
 लसताय वंगु श्रावण १३ गते हिदान ज्याइवः स ६० खुइमह
 रक्तदातापिन्सं हि दान यात । थुगु ज्या भःभः धायक
 पूर्वकेत स्वास्थ्य उपसमिति संयोजक संतोष वज्राचार्यजुं
 बांलाक व्यवस्थापन यागु जुल । गुंला पारु (श्रावण १०
 गते) निसें किन्हुबहिली भिक्षु जतिल स्थविर पाखें “प्रतित्य
 समुत्पाद” या नियमित धर्मदेशना ज्याइवः न्ह्याका च्वंगु
 दु ।

गुंलागाः ९ भाद्र १ गते युवक बौद्ध मण्डलया मिसा
 पुचः पाखें “गृहस्थी जीवने शान्ति हयगुलि मिसा पिनिगु
 भूमिका” धैगु मूर्ख्य थौं सिकुचा वहाल येना त्वाया
 मिसापुचः यात सुजाता गुरुमां पाखें धर्म देशना ज्याइवः
 यात । ध्व कार्यक्रम हरेक महिनाया १ गते थी थी त्वा
 त्वालय च्वंपि मिसापुचः पिन्थाय यायेगु ज्याइव दु ।

थुगु मण्डलया र्वसालय हरेक महिनाया न्हापांगु
 शनिवार खुन्हु ध्यानाचार्य गोयन्का गुरु या पद्धति कथं
 न्हिच्छि या ध्यान शिविर संचालन याना च्वंगु दु । इच्छुक
 साधकपिं च्यान्हु न्हयव फर्म भरे याना ध्यान च्वने फु ।

शीलको पालना गरौं

वर्षभित महर्जन कथा १७

- १. देव, होह विद्रोह हटाई
- २. सदाचार सद्भावना पैदा गरौं
- ३. शुद्ध धर्मको विशेषता देखाई
- ४. गर्नुपर्दछ शीलको पालना
- ५. हिसा नमानुं, चोरी नगरुं
- ६. व्यभिचार नमानुं, झुठो नबोल्नुं
- ७. आमल सेवन नमानुं, पाचिभटा शील
- ८. गर्नुपर्दछ पालना जीवनभर

वस्थापकारीको प्रथममार्ग
 सद्धर्मको पहिलो चरण
 जीवनको आधारशील जग
 इन्द्रियलाई संयम राखी

आजो हामी पालना गरौं

पञ्चशीललाई जीवनभर ।

यो पनि जानीराखे राम्रो ...

तृष्णा नै दुःख हो

- पं पुरुषोत्तम

यम्पिच्छं न लभति तम्पि दुःखं । आफूले इच्छाएको पूरा भएन भने दुःख हुन्छ । तृष्णा, इच्छा र चाहनालाई बढाउँदै लगदा दुःखको मात्रा पनि बढ्दै जान्छ । सङ्घितेन पञ्चुपादान खन्धा दुःस्वा । संक्षेपमा पाँचवटा उपादान कारण रहेको शरीरप्रतिको आशक्तिले मानिस निरन्तर दुःखको अनुभव गर्छ । यस दुःखको निवारणका लागि बुद्धले उपदेशना गर्नुभएको छ । जति पनि बौद्ध साहित्य र दर्शन छन्, तिनले दुःखबाट छुटकारा पाउने मार्ग अन्वेषण गरेका छन् ।

पाँचवटा स्कन्ध भनेका के हुन् ? शरीररूपी स्कन्ध ब्रह्माण्डका चार तत्त्व पृथ्वी, आप, तेज र वायुको सम्मिश्रणबाट एउटा अष्टकलाप बन्छ । तिनका आ-आफ्ना स्वभाव छन् । शरीर एक स्कन्ध भयो । अब बाँकी चित्तका स्कन्ध छन् । मनको एउटा स्कन्ध जसलाई विज्ञान भनिन्छ, जसले जान्ने काम गर्छ । जसले चिन्ने काम गर्छ, त्यो संज्ञा हो । तेस्रो वेदना जसले अनुभव गर्छ र चौथो संस्कार हो, जसले क्रिया-प्रतिक्रियाद्वारा कर्मसंस्कारको गाँठो बाँध्छ । यसरी चार स्कन्ध विज्ञान, संज्ञा, वेदना र संस्कार अनि भौतिक शरीर यी सबैप्रति जुन मोह या आशक्ति छ, त्यसैबाट मानिस पनि धेरै पीडित र अन्ध छ । उसले त्यसको रहस्य बुझ्न सक्दैन । सत्यको मार्गमा अग्रसर हुन सक्दैन । यो चित्त र मोहको उदाहरण यस्तो छ ।

एउटी वृद्धा महिला ध्यानशिविरमा थिइन् । उनी ध्यान गर्दा आफूसँग भएको थैली आसनमुनि राखिन् र सुत्दा सिरानीमा । एक दिन उनले थैली लिन बिसिन् । फर्के र कोठामा आउँदा थैली पाइएन । उनी रुनकराउन थालिन् । सबैले सोधे, के भयो ? तयस थैलीमा उनको विवाहकालका गहना थिए र अलिकति चाँदीका मोहर थिए । सबैले सम्झाए, नरोऊ तिम्रो हराएको सामानको पैसा उठाएर पूरा गरौंला, तर तिनले मानिन् । उनलाई आफ्नो विवाहको गहनाको मोह थियो । पैसा भए पनि त्यो कहाँबाट ल्याउने ? दिनभर ती वृद्धा रोइरहिन् । अचानक कसैले बाहिर चौरमा उनको थैली भेटेछ । अब वृद्धाको खुसीको सीमा रहेन । यही हो आशक्ति- रूपैयाँ चार होस् या चार करोड । यो 'मेरो' भन्ने आशक्ति नै दुःखको कारण हो ।

आफूसित भएको वस्तु र यो नाशवान् शरीरलाई मेरो र म भन्ने जुन राग छ, मोह छ, त्यही नै आशक्ति हो । ती वृद्धा जस्तै छौं हामी सबै । (साभार: अन्नपूर्ण पोष्ट)

पापी ज्वी मत्स्य

— धर्मधरी

पापी ज्वी मत्स्य हे मनु ।

नर्क वने मालि सो मनु ।

जंगली स्वभाव ज्यू ।

मंगल तंका छुवे मद्य न्यू ।

मैत्री मदया स्याना पाला ।

मानव तोता बानव ज्वी मत्स्य ।

परस्पर मैत्री तथा शीपि ।

दया माया यायुगु सो भीषि ।

मानव जीवन अमूल्य खका ।

धर्म भाव पिज्वेका जू ।

स्वा व त्वा मन्वेक भीषि ।

सभिगु ज्या खं याय मत्स्य ।

खीगु लुटे यायुगु स्वभाव डिके मत्स्य ।

धःगु भापा मैत्री नया दया माया तेम सो ।

मखुगु कर्म यात कि ।

धुगु जन्मेन सजाइ याई ।

परलोके वस्वयान भीत ।

इत मत कंक सास्ती याई ।

मग्याला हे मनु ।

पाप कर्म याना ज्वीसि ॥

भोग याय मालि ख्वया ख्वया ।

दुःख भोग यायुगुलि तोलि मखु ॥

मनूष्य जन्म दुर्लभ ।

मू वंकी हे मानव पि ॥

सभिगु स्वभाव तोता ।

भिगु ज्या खं यायु सेकी ॥

भीपि संगत या जीवने ।

मखुगु ले प्रला ते मत्स्य ॥

धर्म कार्य छपला न्ह्योने तथा ।

जीवन सार यायुगु सो ॥

२०६२ सालको बसो २३६९ रकम दीपकर परियोजना
विद्यापीठको बसोको साल मा विद्यापीठको पिल्लु गुरस्कार
वितरणको कार्यक्रममा निति दीपकर परियोजनाको प्राथम्य
हेराकाजी सुबिको माफेल अडालु वातापति पाखे प्राप्त जग
नमद तथा जित्तो सासानया विवरण-

क्र.सं.	नाम	रकम
१.	ल.पु. नगर पालिका	रु. १,०००।-
२.	बैक पाखे ब्याज प्राप्त	रु. ५,२२५।-
३.	नानीवेटी, कोपुडोल	रु. १,२००।-
४.	काजिवहादुर शाक्य, मानभवन	रु. १,०००।-
५.	पद्मरत्न धारुवा	रु. १,०००।-
६.	शान्त बज्र बजाचार्य	रु. १,०००।-
७.	गणेश बहादुर, प्रयाग पर्व	रु. १,०००।-
८.	पुष्प शाक्य	रु. १,०००।-
९.	सुवर्ण रत्न धारुवा	रु. १,०००।-
१०.	तारा मानधर, लगतखेल	रु. १,०००।-
११.	गुण ज्यास, गुरुचोक	रु. १,०००।-
१२.	हेराकाजी शाक्य, नागबहा	रु. १,०००।-
१३.	बाबुकाजी शाक्य, धरुको	रु. १,०००।-
१४.	सानु साउं, ज्याडा	रु. १,०००।-
१५.	विनय नारायण मानन्धर	रु. १,०००।-
१६.	ओमभ प्रकाश, रुगटा	रु. १,०००।-
१७.	कर्म बहादुर, प्रयाग पर्व	रु. १,०००।-
१८.	जयतरत्न धारुवा	रु. १,०००।-
१९.	बसन्तमान शाक्य, नागबहा	रु. १,०००।-
२०.	रत्नज्योति शाक्य	रु. १,०००।-
२१.	भीम शाक्य	रु. १,२००।-
२२.	बाबुराज, चाकूपाट	रु. १,२००।-
२३.	सिद्धिराज शाक्य	रु. १,०००।-
२४.	रत्नमाया इंगोल, ल.पु. (इतापुर्व) रु.	१,०००।-

जम्मा रु. १९,५१५।-

(उम्माइसहजार पाँचसय पन्ध्र जम्मा)

जित्तो सामान प्राप्त

१.	तामाकार हाउस	कुतासरवाल ३ जोर
२.	काजिलाल देवास	१ प्राईट कपडा
३.	जनवाहा	कुता सरवाल १ जोर
४.	गोपीलाल उमासक	कमिज कपडा २ टुका
५.	चन्द्रमान उंगोल	पाईण्ट कपडा १ टुका

सोबन्दा सिद्धार्थ मिडिल प्रेस, काजिवहादुर, फोन ४४४०४४४

धर्मकीर्ति विहारमा गुँला पर्वको उपलक्ष्यमा

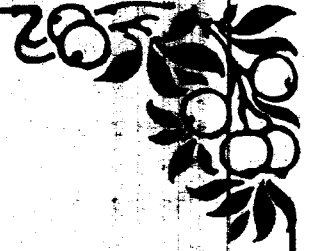
१ महिने बुद्धपूजा र धर्मदेशना

श्रावण १० भाद्र ८, धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नः घः

धर्मकीर्ति विहारमा गुँला पर्वको उपलक्ष्यमा श्रावण १० देखि भाद्र ८ गते सम्म विहान १ महिना सम्म बुद्ध पूजा र धर्मदेशना कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । उक्त १ महिने कार्यक्रम यसरी संचालन भएको थियो-

मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
०६३ श्रावण १०	चमेली गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ श्रावण ११	धम्मवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ श्रावण १२	चमेली गुरुमां	चमेली गुरुमां
०६३ श्रावण १३	चमेली गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ श्रावण १४	अनुपमा गुरुमां	अनुपमा गुरुमां
०६३ श्रावण १५	चमेली गुरुमां	चमेली गुरुमां
०६३ श्रावण १६	खेमावती गुरुमां	खेमावती गुरुमां
०६३ श्रावण १७	चमेली गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ श्रावण १८	वीर्यवती गुरुमां	वीर्यवती गुरुमां
०६३ श्रावण १९	दानवती गुरुमां	दानवती गुरुमां
०६३ श्रावण २०	त्यागवती गुरुमां	त्यागवती गुरुमां
०६३ श्रावण २१	इन्दावती गुरुमां	इन्दावती गुरुमां
०६३ श्रावण २२	जयवती गुरुमां	जयवती गुरुमां
०६३ श्रावण २३	केशावती गुरुमां	केशावती गुरुमां
०६३ श्रावण २४	धम्मवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ श्रावण २५	अनुपमा गुरुमां	अनुपमा गुरुमां
०६३ श्रावण २६	खेमावती गुरुमां	खेमावती गुरुमां
०६३ श्रावण २७	दानवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ श्रावण २८	दानवती गुरुमां	दानवती गुरुमां
०६३ श्रावण २९	त्यागवती गुरुमां	त्यागवती गुरुमां
०६३ श्रावण ३०	इन्दावती गुरुमां	इन्दावती गुरुमां
०६३ श्रावण ३१	कुसुम गुरुमां	कुसुम गुरुमां
०६३ भाद्र १	धम्मवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ भाद्र २	जयवती गुरुमां	जयवती गुरुमां
०६३ भाद्र ३	वीर्यवती गुरुमां	वीर्यवती गुरुमां
०६३ भाद्र ४	अनुपमा गुरुमां	अनुपमा गुरुमां
०६३ भाद्र ५	चमेली गुरुमां	चमेली गुरुमां
०६३ भाद्र ६	रमावती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
०६३ भाद्र ७	इन्दावती गुरुमां	इन्दावती गुरुमां
०६३ भाद्र ८	धम्मवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां

अनिच्चावत संखारा निर्वाण कामना



निल काजी कंसाकार

बुद्धि : ने.सं. १०६० चैत्रकृष्ण, षष्ठमि (जन्म : बि.सं. १९९६ चैत्र १७ गते, शुक्रवार)
मदुगु न्हि : ने.सं. ११२६ दिल्लाध्व, नवमी (दिवंगत : बि.सं. २०६३ आषाढ २१ गते, बुधवार)
थायु : १९५ बडेगाल गल्ली, स्वयम्भु, काठमाडौं ।

जि जहान निल काजी कंसाकार दिवंगत जूगु लत्या (४५ दिं) या पुण्य तिथिसं
दिवंगत जूम्ह निल काजी कंसाकारयात लुमका सुखावति भुवनसं बास
लायमा धेगु निर्वाण कामना यासे थुगु दुःखया इलय दुःखं कया त्वपि सकल छेजः पिक्त
जुगः तयेया निति विद्याः हायका बिज्यापिं, दिइपिं संकल थःथिति, जःला खःला व
पासापित सुभाय देछासं दिवंगत
जि जहान निल काजी कंसाकारयात निर्वाण प्राप्त जुयेमा धेगु कामना याना ।

जहान - चिनीया देवी कंसाकार

कायपिं:

रत्नसागर कंसाकार
बिद्यासागर कंसाकार
अमृतसागर कंसाकार

भौपिं:

नीरा कंसाकार
सुनिता कंसाकार
प्रीति कंसाकार

छ्यपिं:

प्रियन्का कंसाकार व प्रशंसा कंसाकार
बिवेकसागर कंसाकार व ह्योनु कंसाकार
अजुबसागर कंसाकार

मूहायु:

अन्जु तुलाधर

जिलाजं:

अमर तुलाधर

छ्यपिं:

अमिर मान तुलाधर व आयुष मान तुलाधर