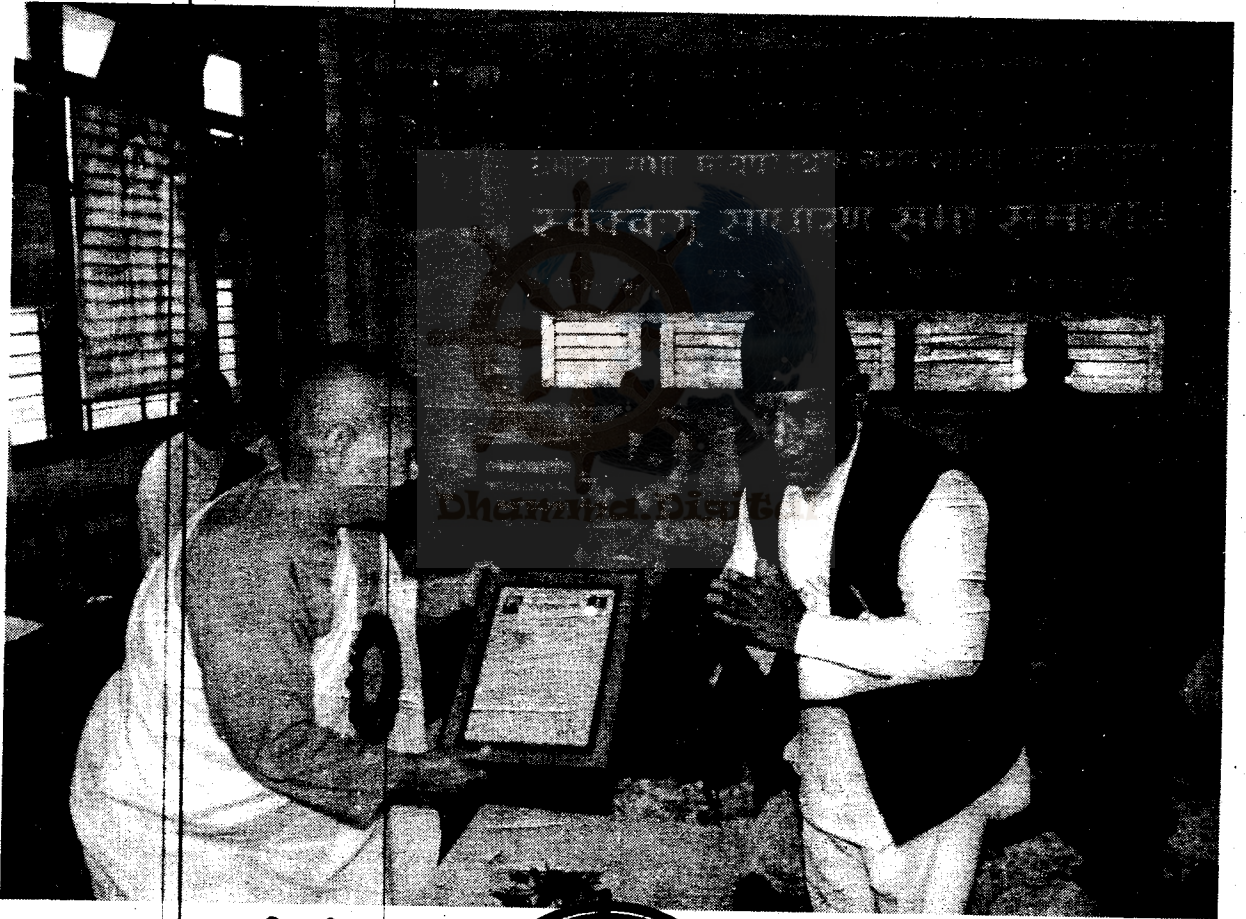


धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



भिक्षुणी धम्मवतीलाई भण्डारण पत्र साउनुहुँदै रामभक्त हाँयु



कति: पुन्ही

वर्ष-२४; अङ्क-६

बिज्रम 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 समयमानै हामीलाई लेखी पठाउनु होस् ।
४. हामी तपाईंको स्वस्थ प्रतिक्रियाको स्वागत गर्दछौं ।
५. लेखकद्वारा लेखिएको कुनै पनि विचारको जिम्मेवार लेखक आफै हुन्छ- सम्पादक मण्डल हुने छैन ।

* विषय-सूची *

क्र.सं.	विषय	लेखक	पृ. नम्बर
१	बुद्ध-वचन	-	१
२	सम्पादकीय- धर्म निरपेक्ष भनेको के हो ?	-	२
३	शास्ता अस्तिकवादी हुनुहुन्थ्यो-१	- सत्यनारायण गोयन्का	३
४	धम्मपद-१९३	- रीना तुलाधर	४
५	ध्यानकटौती मैत्री केन्द्र बाल आश्रमलाई सहयोग	-	४
६	मानिस र पराबीचका फरक	- भिक्षु अश्वघोष	५
७	स्वर्गको प्रलोभन र नरकको मय	- डा. गणेश माली	६
८	योगाभ्यास विधि-२१	- डा. गोपाल प्रधान	८
९	दुःखसत्यः एक विज्ञप्ति	- भिक्षु संघरक्षित	९
१०	जस्तो आफू जस्तै जगत	- नरेन्द्रनाथ भट्टराई	११
११	स्वस्थ रहने चार उपाय	-	११
१२	तीतो मिठो	- असीर कुमारी शाक्य	१२
१३	बुद्ध	- सजना श्रेष्ठ	१३
१४	मानिस र मैत्री-१०	- भिक्षु अश्वघोष	१३
१५	गोह-निन्दकः	- किशोर धुसः	१४
१६	धर्मकीर्ति विहार-गतिविधि	-	१४
१७	धर्म प्रचार-समाचार	-	२१
१८	समय मयमा दान-धर्म गर्नु पनि पुण्य सम्बन्ध गर्नु हो	- धनबहादुर नरसी	२३

- धर्मकीर्तिमात छिगु ग्वाहालीया आवश्यकता दु । छिगु प्रत्येक ग्वाहाली पत्रिकाया लागी तःधंगु तिबः ज्वीफु ।
- छि थः ग्राहक जुया दिसैं, मेपिन्त नं ग्राहक याना दिसैं ।
- छि थःगु पसः, उद्योग, व्यापार, कार्यालयया बिया झगु प्रत्येक विज्ञापन पत्रिकायात तःधंगु 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 बिधा दीफु ।

प्रमुख सम्पादक
विद्यासागर रन्जित
फोन: ४२५ ९९५५, ४२२ ४९५२

सहायक सम्पादक
चिनीकाजी महर्जन
फोन: ४२५ ३१८२
जानिन्द्र महर्जन
फोन: ४२७ ६९०८

सह-सम्पादक
धुवरान स्यापित

सम्पादक
भिक्षुणी वीर्यवती
फोन: ४२५ ९४६६

प्रधान सम्पादक
भिक्षु अश्वघोष महास्वविर
फोन: ४२५ ९५१०

प्रकाशक र विशेष सम्पादक
भिक्षुणी धम्मवती
फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय
धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी
धर्मकीर्ति विहार
क्षीरा नगरपालिका

e-mail: dharmakirtivihar@mail.com.np

पोस्ट बक्स नं. ४९९२

काठमाडौं

फोन: ४२५ ९४६६

बुद्ध सम्वत् २५५०

नेपाल सम्वत् १९२६

इस्वी सम्वत् २००६

विक्रम सम्वत् २०६३

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



धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

OCTOBER 2006

वर्ष - २४

अङ्क - ६

कर्ति पुत्री

आश्विन २०६३



★ दण्ड देखेर सबै डराउँछन्, मृत्यु देखेर सबै काँप्छन्, त्यसकारण आफू भैं सम्झि कुनै पनि प्राणीलाई हिंसा नगर्नु र न गराउनु ।

★ ★ ★

★ दण्ड देखेर सबै डराउँछन्, सबैलाई ज्यातको माया छ । त्यसकारण आफू भैं सम्झि प्राणीलाई आघात नगर्नु र नगराउनु ।

★ ★ ★

★ आफ्नो सुखको लागि सुखकामी प्राणीलाई जसले दण्डद्वारा हिंसा पीडा दिन्छ, त्यसले परलोकमा सुख पाउँदैन ।

★ ★ ★

नाताले होइन शुद्धचित्त सहितको कर्मले बुद्ध शिष्य होइन्छ

सब्बे तसन्ति दण्डस्स - सब्बेसं जीवितं पियं

अत्तानं - उपमं कत्वा - न हनेय्यं न घातये

अर्थात्-

दण्ड देखेर सबै प्राणी डराउँछन्, सबैलाई आफ्नो ज्यानको माया हुन्छ । त्यसकारण अरु प्राणीलाई आफू समान ठानी उनीहरूलाई आघात नगर्नु र नगराउनु ।

बुद्धको यस अमृत वचनलाई नेपाली जनताले समयमा नै बुझी यसलाई पालन गर्न सकेको भए, त्यत्रो ठूलो संख्यामा नेपाली दाजुभाईहरूको हत्या, हिंसा हुने नै थिएन होला । हामीले आजको यस्तो अशान्त पूर्ण वातावरणको सामना गर्नुपर्ने पनि थिएन होला ।

नेपाल आमाका सुपुत्र गौतम बुद्ध आज विश्वको प्रियपुत्र बन्न सफल हुनुभएको छ । उहाँले पत्ता लगाउनु भएको शिक्षाले आज विश्वलाई नै प्रभाव पारिसकेको छ । विश्वका कतिपय मानिसले उहाँको शिक्षाको महत्त्व एवं फाइदा बुझी उक्त शिक्षा पालन गर्दै आ-आफ्नो जीवन सफल पार्नु पर्ने कुरा बुझिसकेका छन् । त्यसैले गौतम बुद्ध मानिस भएर पनि मानिसहरू मध्ये उच्च तहका महामानव बन्न सफल हुनुभयो ।

नेपाल देशलाई विश्वमा चिनाउनका लागि हामीले "बुद्ध जन्मभूमि नेपाल" भन्दै शीर ठाडो पार्ने प्रयत्न समेत गर्छौं । कसैले बुद्ध जन्मेको देश नेपाल होइन भन्ने वाक्य बोलेको सुन्ने वित्तिकै हामी रिसले आगो हुन्छौं । आफ्नो इच्छा विपरितको कार्य र वचनलाई प्रतिकार गर्न त सबैले जान्छन्, भरखर जन्मेको शिशुले समेत । तर जुन बुद्धको नाममा हामीले आफ्नो नाक ठाडो पाउँ धाक जमाइरहेका छौं, उही महामानवको विचार र शिक्षालाई मनन र पालन गर्न भने सकिरहेका छैनौं । शान्तिका प्रवर्तक गौतम बुद्धलाई श्रद्धा, र भाव भक्ति चढाउँदै उहाँको गुण वर्णन गर्न भने खूब तम्सन्छौं, उहाँले दिनु भएको शान्ति सन्देशलाई पालन गर्न भने सकिरहेका छैनौं । खेदपूर्ण

कुरो यहिं रहेको छ ।

तर हामी बुद्धको शिष्य त्यसबेला मात्र बन्न सक्नेछौं, जुनबेला हामीले उहाँले दिनुभएको शिक्षा पालन गर्न सक्नेछौं । बुद्ध जन्मभूमि नेपालमा जन्मने वित्तिकै बुद्धको शिष्य बनिने कदापि होइन ।

बुद्ध भन्नुहुन्छ-

यो खो धम्मं पस्सति, सो मं पस्सति

यो मं पस्सति सो धम्मं पस्सति

अर्थात्- जसले धर्म पालन गरेको हुन्छ, उसले मात्र बुद्धको सही अर्थलाई बुझी बुद्धलाई चिन्न सफल हुनेछ । जसले बुद्धलाई ठीक तरिकाले चिन्न सक्दछ, उसले मात्र बुद्ध शिक्षा (धर्म) लाई व्यवहारमा उतारी जीवन सफल पार्न सक्नेछ ।

बुद्धको विचार अनुसार जुन व्यक्तिले धर्म पालन गरेको हुन्छ, त्यस व्यक्ति बुद्ध भन्दा कोसौं टाढा रहेर पनि ऊ बुद्धको नजिकै रहेको व्यक्ति हुनेछ । तर जुन व्यक्ति धर्म पालन नगरी आफ्नो अशुद्ध स्वार्थ भावनाको बसमा मात्र लाग्दछ, त्यस व्यक्तिले "म बुद्ध जन्मभूमि नेपालमा जन्मेको व्यक्ति" भन्दै जीवनभर बुद्धको चौर समाल्दै बुद्धको पछि पछि लागेपनि उ बुद्ध भन्दा कोसौं टाढा रहेको व्यक्ति हुनेछ ।

त्यसैले हामी बुद्ध शिष्य बनी जीवन सफल पार्नको लागि आफूले अरुप्रति केही काम गर्दा, कुरा गर्दा र मनले विचार गर्दा समेत उक्त कर्म अरुले आफूलाई गर्न आएको खण्डमा आफूलाई मन पर्दछ भने मात्र सो कार्य आफूले पनि अरुलाई गर्न तयार रहनुपर्दछ । होइन भने त्यस कार्य थाल्न अगाडि नै रोकी आफूलाई अकुशल कर्म रोपनबाट टाढा राख्नु पर्दछ ।

बुद्धको यस शिक्षालाई पालन एवं अभ्यास गरी बुद्ध शिष्य बनी हामीले आफ्नो अमूल्य जीवनलाई सफल पार्नु परेको छ ।

शास्ता आस्तिकवादी हुनुहुन्थ्यो-१

■ मङ्गलमित्र सत्यनारायण गोयन्का

शास्ता त्यसलाई भनिन्छ जसले शासन गर्दछ, अनुशासन गर्दछ। शासनको अर्थ आजकल हुकूमत भन्ने हुन्छ। राज्यतन्त्र, राज्य-नियन्त्रण, राज्यादेशलाई पनि शासन भनिन्छ। शासन गर्ने हुकूमत चलाउने व्यक्तिलाई शासक भनिन्छ। तर २६०० वर्ष अगाडि उत्तर भारतमा बोलिने लोक भाषामा शासन शिक्षणलाई भनिन्थ्यो, उपदेशलाई भनिन्थ्यो। शिक्षा दिने उपदेश दिने व्यक्तिलाई सत्था अर्थात् शिक्षक वा उपदेशक भनिन्थ्यो।

भगवान बुद्ध सत्य धर्मको अनुपम, अद्वितीय शिक्षक थिए। सम्यक सम्बोधि प्राप्त गरेपछि सम्यक सम्बुद्ध तथागतले जब पहिलो पटक धर्मोपदेश दिनुभयो तब त्यस उपदेशलाई अनुत्तर धर्मचक्र-प्रवर्तन भनियो। किनकि त्यस युगमा पहिलो पटक कसैले दुःख र दुःखबाट नितान्त विमुक्त हुने शुद्ध धर्म प्रकाशित गरेको थियो। त्यसैले उहाँ अनुपम धर्म शिक्षक हुनुभयो। अतुलनीय शास्ता हुनु भयो। शास्ता कहलीएका अन्य पनि थिए तर भगवान बुद्धको आफ्नै विशेषता थियो। उहाँले सिकाउनु भएको धर्म श्रेष्ठ, उत्तम हुनुका साथ-साथै धर्म सिकाउनेको योग्यता पनि श्रेष्ठ तथा उत्तम थियो। उहाँले आफ्नो शिक्षालाई पालन गर्न कसैलाई पनि जबरजस्ती गर्नु भएन। त्यसैले नै उहाँ श्रेष्ठ र उत्तम शास्ता कहलिए।

अन्धविश्वासले उहाँको शिक्षालाई नमानोस् भन्ने उहाँको चाहना थियो। उहाँले कालामाहरूलाई एक ठाउँमा केवल शास्त्र वचनको आधारमा कुनै कुरा स्वीकार गर्नु हुँदैन भनेर भन्नुभएको थियो। साथै उहाँले यो पनि भन्नुभयो यो श्रमण हाम्रो गुरु हो, यसको प्रति मेरो मनमा गौरवको भाव छ, त्यसैले यिनको कुरा मान्नु पर्छ भन्ने पनि नथान्नु। त्यस्तै यो श्रमण भव्य रूपवान छ, यसको व्यक्तित्व प्रभावशाली छ त्यसैले यसको कुरा मान्नु पर्छ भन्ने नथान्नु।

यी दुबै कुरा उहाँमा नै निहित थियो। तथागत गौरवशाली पनि थिए र भव्यरूपवान पनि थिए। त्यसैले राम्ररी सोच-विचार नगरी अन्धविश्वासको आधारमा

उहाँको कुरा पनि नमान्नु भन्ने थियो। उहाँले आफ्नो शिक्षार्थीहरूलाई पनि यही नियम लागू गर्नु भएको थियो। शायद मानव इतिहासमा यस्तो अद्भुत धर्म-शिक्षक अर्को देख्न पाइएन। जसले आफूलाई अरुमाथि लादनुको साटो आफूलाई जाँचको लागि आफैले आह्वान गरेको थियो।

जसलाई ध्यान समापत्तिद्वारा परिचित ज्ञानको अभिज्ञा प्राप्त भईसक्यो उसले त आफ्नो चित्तले तथागतको चित्तलाई हेरेर थाहा पाउँछ कि उहाँ साँच्चिकै सम्यक सम्बुद्ध भईसकेको रहेछ। तर जसलाई यस्तो सिद्धि प्राप्त भएको छैन उनीहरूलाई भिन्न भिन्न प्रकारले जाँचको लागि सल्लाह दिनुभयो। जस्तो सूनलाई कसौटीमा घोट्टेर, जाँचेर स्वीकार गरिन्छ त्यस्तै आफ्नो गुरूलाई जाँचेर मात्र स्वीकार गर्नु पर्छ, चाहे त्यो तथागत नै किन नहोस्।

त्यस समयमा पाँच प्रकारका नक्कली शास्ता थिए:

- १) कोही शास्ता दुःशील भएर पनि सुशील भएको दावी गर्थे।
- २) कोही शास्ता अशुद्ध आजीविका यापन गरेर पनि शुद्ध आजीविका यापन गरेको दावी गर्दथे।
- ३) कोही शास्ता अशुद्ध धर्मोपदेशक भएर पनि शुद्ध धर्मोपदेशक भएको दावी गर्दथे।
- ४) कोही शास्ता गलत व्याख्या गर्ने भएर पनि सही व्याख्या गर्ने दावी गर्दथे।
- ५) कोही शास्ता अशुद्ध ज्ञान दर्शन सम्पन्न भएर पनि शुद्ध ज्ञान-दर्शन सम्पन्न भएको दावी गर्दथे।

यिनीहरूको तुलनामा तथागत शुद्ध शील सम्पन्न भएको कारणले शुद्ध शील भएको दावी गर्नु हुन्थ्यो। त्यस्तै शुद्ध आजीविका यापन गर्ने भएकोले शुद्ध आजीविका भएको, शुद्ध धर्मोपदेशक भएको कारणले शुद्ध धर्मोपदेशक भएको, सही व्याख्याता भएको कारणले सही व्याख्याता भएको र शुद्ध ज्ञान-दर्शन सम्पन्न भएकोले शुद्ध ज्ञान दर्शन सम्पन्न भएको दावी गर्नु हुन्थ्यो। क्रमशः.....

साभार: 'विपश्यना' २०६३ वैशाख वर्ष २३, अङ्क १

धम्मपद-१९३

■ रीना तुलाधर

'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

आकासे च पदं नत्थि-समणो नत्थि बाहिरे

पपञ्चा भिरता पजा-निप्पपञ्चा तथागता

अर्थ- जसरी आकाशमा कुनै रेखा (चिन्ह) हुँदैन, त्यस्तै गरी बुद्ध शासन बाहिर मार्ग फल प्राप्त भएको श्रमण हुँदैन, सबै लोकजन प्रपञ्चमा भुलेर बसेका हुन्छन्, तथागत प्रपञ्च रहित छ ।

आकाशे च पदं नत्थि - समणो नत्थि बाहिरे

सङ्खारा सस्सता नत्थि - नत्थि बुद्धान मिञ्जितं

अर्थ- जसरी आकाशमा कुनै रेखा (चिन्ह) हुँदैन, त्यस्तै गरी बुद्ध शासन बाहिर मार्गफल प्राप्त भएका श्रमण हुँदैन । संस्कार नित्य होइन । बुद्धहरूसँग चञ्चलता हुँदैन ।

घटना- उपरोक्त गाथाहरू भगवान बुद्धले कुशिनगरमा सुभद्र परिव्राजकको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

जुन बेला भगवान बुद्ध महापरिनिर्वाण हुनै लाग्नु भएको थियो, त्यतिबेला सुभद्र नामक एक परिव्राजक तीनवटा प्रश्नको शंका निवारण गर्न बुद्धकहाँ आएका थिए । यो भन्दा पहिले सुभद्रले श्रमण गौत्तम वर्षले कमै उमेरको छ भनीकन विश्वास नगरी अन्य वृद्ध परिव्राजकहरूसँग प्रश्नको उत्तर सोढै गरेका थिए । जब भगवान बुद्ध परिनिर्वाण हुन लाग्नु भयो त्यसले विचार गर्नु कि "पछि गएर मैले पश्चाताप गर्नु पर्ला कि मैले किन श्रमण गौत्तमसँग आफ्नो प्रश्नको जवाफ सोधिन ।" यस्तो सोची उनी भगवान बुद्धकहाँ आएका थिए ।

तब भिक्षु आनन्दले- "अब तथागतलाई तकलिफ नदिनु, भयो भेट्न नजानु भनीकन' सुभद्रलाई रोक्यो । यो सुनी तथागतले- "आनन्द । तिनलाई नरोक्न । उनलाई शंका लागेको सोध्न दिनु" भनेर बोलाउनु भयो ।

सुभद्र परिव्राजक भगवानको सामू गएर वन्दना गरे अनि आफूले ल्याएको तीन प्रश्नहरू सोधे- "भो श्रमण गौत्तम । के आकाशमा कुनै पद चिन्ह, हुन सक्छ ? के बाहिर का कुनै श्रमण हुन सक्छ ? के संस्कार नित्य, शास्वत छ ?"

त्यसपछि भगवान बुद्धले 'वास्तवमा हुँदैन' भन्ने भाव देखाउनु भयो र उपरोक्त गाथाहरू भन्नुभयो ।

धर्मदेशनाको अन्तमा सुभद्र परिव्राजक अनागामि फलमा प्रतिष्ठित भए तथा त्यहाँ जम्मा भएका असंख्य परिषदलाई धर्मदेशना सार्थक भयो । ■

ध्यानकुटी मैत्री केन्द्र बाल आश्रमको हस्त
वार्षिक उत्सवमा बाल आश्रमको लागि सहयोग
गर्ने व्यक्तिहरूको नामावली

नाम	रकम रु.
१. रमेश वैद्य, बनेपा	११००।-
२. भिक्षु सरणकर (राजेन्द्र) आनन्दकुटी विहार	११००।-
३. श्रीमती मंगल लक्ष्मी तुलाधर, कालोपुर्ण	११००।-
४. हेरालाल नकमी, मैतीदेवी	१५००।-
५. पूज्य अश्वघोष महास्थविर	१०००।-
६. विद्या सागर / हर्ष सागर तुलाधर असन	१०००।-
७. प्रदीपदास श्रेष्ठ	१००५।-
८. सोमरत्न श्रीलंका	१०००।-
९. बाबुराजा तुलाधर, ग्वाल हाउस, असन	१०००।-
१०. उर्मिला शाक्य	१०००।-
११. रोशन तारा श्रेष्ठ, लाजिम्पाट	१११।-
१२. सागरमान/प्रेमलता/सुवर्ण तुलाधर,	१००।-
१३. दयाराम श्रेष्ठ, नयाँ नैकाप	१००।-
१४. मदन तुलाधर	१००।-
१५. सिद्धिमहादुर खड्गी,	१००।-
१६. अवेसिंह श्रीलंका	१००।-
१७. गणेश प्रधान, बानेश्वर	१००।-
१८. बुद्धकाजी मानन्धर, बनेपा	१००।-
१९. गापालदास श्रेष्ठ	१०५।-
२०. दया खड्गी, कुमारीपाटी	१००।-
२१. कश्यासिद्धि, छाउनी	१००।-
२२. देवकुमारी शाक्य, बनेपा	१५१।-
२३. दिलशोभा शाक्य, बनेपा	१०५।-
२४. प्रकाश तुलाधर, काठमाडौं	१०५।-
२५. सरणमाया नकमी	१०५।-
२६. टीका भक्त खाड्गिभोया	१००।-
२७. लक्ष्मीलाल नापित	१००।-
२८. गौरीशंकर, बनेपा	१००।-
२९. केदारभक्त खाड्गिभोया	१००।-
३०. दमनकुमार श्रेष्ठ	१००।-
३१. गंगादेवी श्रेष्ठ	१००।-
३२. १०० भन्दा कम सहयोग प्राप्त रकम	१०५।-
३३. डा. विश्वमान वज्राचार्य तानसेन, पाल्पा	१०००।-
जम्मा प्राप्त रकम रु. १५०६।-	

मानिस र पशुबीचका फरक

■ भिक्षु अश्वघोष

मानिसका बारेमा विद्वानहरूले थरिथरि तरिकाले व्याख्या गरेका छन् । बुद्धका अनुयायी भएको नाताले बुद्ध चिन्तनअनुसार व्याख्या गर्न उचित हुन्छ । बुद्धले भन्नुभएको छ— मनस्स उस्सन्ताय मनुस्सा अर्थात्— विकास र उन्नति गर्ने मन हुने भएकोले नै मनुष्य भनिएको हो । मनुष्यमा सुधार र विकास गर्ने मन छैन भने त्यो मानिस हुन सक्दैन ।

आहार, निद्रा, भय र मैथुन मात्र गरी बस्ने हो भने मनुष्य र पुशमा केही फरक हुँदैन । पशुले मात्र यी चार कुरामा चिन्ता गर्छ । मान्छे यी चार कुराभन्दा माथिको चिन्तन गर्छ । त्यसैले मानिस पशुभन्दा धेरै माथि पुगेको हो । मानिसको मन फराकिलो हुन्छ, साँघुरो हुँदैन । मनमा विवेक, बुद्धि हुन्छ । ठीक, बेठीक, राम्रो, नराम्रो छुट्याउने मस्तिष्क र स्वच्छ मन हुन्छ । तसर्थ शरीर बलियो बनाउनको साथै गुणात्मक उन्नति गर्नुपर्छ । अर्को भाषामा भन्ने हो भने आध्यात्मिक उन्नति गर्नु पनि अति आवश्यक छ । यसमा मुख्य कुरा मन नै हो । त्यसैले बुद्धले भन्नुभएको— मनो पुब्बङ्गमा धम्मा, मनोसेट्ठा मनोमया अर्थात्— जहाँ पनि पहिले मन नै पुग्छ । मन नै नाइके हुन्छ । मन नै यो संसारको निर्माता हो । अतः मनले नै शरीर बलियो बनाउँछ, उन्नति र विकास गर्छ ।

बुद्धको विचारअनुसार मानिस असल बनेमात्र देश असल र विकसित बन्छ । तर हिजोआज यतातिर ध्यान पुग्न सकेको छैन । ठूला ठूला घर, कलकारखाना बनाउँदैमा देशको विकास हुन सक्दैन । नेपालको अहिलेको अवस्था देखेर सिदेशीहरू भन्छन्— नेपालमा पहिलेभन्दा उन्नति भएको देखिन्छ । ठूला ठूला घरहरू बनिरहेका

छन् । फराकिला सडक र ठूलाठूला कलकारखानाहरू बनेको देखिन्छ । तर, यहाँ असल मानिस बनेका छैनन् । यही कारणले द्वन्द्व र अशान्ति भइरहेको छ ।

मानिसको चरित्रमा सुधार हुनुका साथै बुद्धिको विकास हुनुपर्ने हो । सहनशीलता र दृष्टि सोभो हुनुपर्ने हो । बुद्धले भन्नुभएको छ— मंसं तस्स वड्ढति, पञ्जा तस्स न वड्ढति अर्थात्— शरीर मात्र बलियो र मासु बढेको छ, प्रज्ञा उसको बढेको छैन । बलिबद्धोव जीवति अर्थात् गोरूजस्तो बाँच्छ ।

बुद्धवचनअनुसार असल मानिसको निर्माण गर्ने भौतिक उन्नतिको साथै रचनात्मक शिक्षा दिनु आवश्यक छ । हिजोआजको शिक्षा विद्वानहरूको संख्या बढाउन मात्र सीमित छ, असल नागरिक बनाउने खालको छैन भन्नुमा अत्युक्ति नहोला कि । आध्यात्मिक उन्नति पनि हुने खालको, कर्तव्य र देशसेवाको भाव भएको शिक्षा हुनुपर्ने हो ।

रचनात्मक शिक्षाको अभाव र अव्यवस्थित वातावरणको कारण मानिसको व्यवहार प्रेतजस्तो, पशुजस्तो, राक्षसजस्तो हुन्छ । मान्छेलाई किंग्राजस्तो मान्ने मानिसहरू राक्षस नै हुन् ।

हिजोआज केही मानिसमा करुणामय भाव देखिन थालेको छ । सेवा भावले अशरण बूढाबुढी र अनाथ बालबालिकाको उद्धार गर्नतिर लाग्नेहरूको संख्या पनि बढ्दै छ । गरिबी निवारण र गरीबप्रति दया करुणाभाव राख्नु उज्ज्वल हुने खालको मनुष्य बन्ने लक्षण हो । अरूले राम्रो काम गरेको देखेर प्रसन्न हुनु पनि मनुष्य गुण हो भनी बुद्धले भन्नुभएको छ । यो गुण भएको मानिसलाई मुदिता चित्त भएको मानिस भनिन्छ । ■

परियति शिक्षाको सूचना

मिति २०६३ साल आषाढ १९ गते नेपाल बौद्ध परियति शिक्षा परिषदको बैठकमा निर्णय भए अनुसार उपत्यकाभित्र संचालनमा आइरहेका नेपाल बौद्ध परियति शिक्षाका केन्द्रहरूमा टाढा-टाढा गई परियति शिक्षा अध्यापन गराइरहेका शिक्षक/शिक्षिकाहरूलाई अदेय भन्ने, गुरूमा तथा अन्य दाताहरूबाट मासिक रूपमा सहयोगस्वरूप प्राप्त भएको रकमबाट सवारी साधनको दुवानी भाडा स्वरूप आवश्यक भएकोहरूलाई आतेजाते रकमको व्यवस्था गरिने भएको हुँदा सम्बन्धित परियति केन्द्रहरूले विस्तृत जानकारीको लागि निम्न ठेगानामा सम्पर्क राख्नहुन अनुरोध गरिन्छ ।

नेपाल बौद्ध परियति शिक्षा

सम्पर्क सचिवालय: विश्वशान्ति विहार, मीतभवन ।

फोन : ४४८२२५०, ४४८२९८४

स्वर्गको प्रलोभन र नरकको भय

■ डा. गणेश माली

'अति सर्वत्र वर्जयेत्' अर्थात् अति भनेको कति पनि गर्न हुँदैन भनिन्छ । तर यस संसारमा पुण्य गर्नेहरू जाने स्वर्गको र पाप गर्नेहरू जाने, नरकको वयान गर्नमा भने मान्छेहरूले अतिको पनि हद नाघेका छन् ।

जब कुनै कुराको पनि अति हुन्छ— त्यो असम्भव हुन्छ । पहिले स्वर्गको कुरा लेऔं जहाँ संसारमा पुण्य गर्नेहरू पुण्यको भोग नसकिए सम्म बस्न पाउँछन्, र त्यसपछि पुनः यहि मर्त्यलोक पृथ्वीमा फर्कन्छन् ।

स्वर्गमा महासुखै महासुख हुन्छ । त्यहाँ ती अवस्थाहरू हुँदैनन् जसलाई संसारमा दुःख भनिन्छ । त्यहाँ रोग, कष्ट, जरा मृत्यु, प्रिय वियोग, अप्रियसंयोग, आदि दुख हुँदैनन्, मनकामना पूर्ण हुन्छ, भोग प्यास, भूखमरी, आदि हुँदैनन्, त्यहाँ कमाएर जहान बच्चा पाल्नु पर्ने झन्झट हुँदैन । त्यहाँ चोर, फटाहा लुच्चा, ठग, डाँकु, शोषण, दुराचार, भ्रष्टाचार, अत्याचार आदिको गन्ध सम्म पनि हुँदैन । त्यहाँ देवी देवताहरू हुन्छन्, हरबखत वसन्त ऋतु हुन्छ, अप्सराहरू नाचगान गरी रहन्छन्, सुनौला रुखमा सुनौला चराहरू गीत गाई रहन्छन् । मीठा खानेकुराहरू प्रशस्त हुन्छ, तर फोहोर मैला कतै हुँदैन । नदीहरूमा स्वच्छ निर्मल पानी बगी रहेको हुन्छ । ढल निकासको समस्या हुँदैन । एउटा कथा छ - महाभारतको युद्ध पछि पाण्डवहरू हस्तिनापुर छाडी स्वर्ग तिर लागे छन् । भीम अर्जुन नकुल सहदेव आफूले गरेको पापकर्मको कारण विचैमा रोकिए । स्वर्गको ढोका सम्म पुग्दा युधिष्ठिर मात्र बाँकी रह्यो । उनको पछि पछि एउटा कुकूर पनि लाग्दै थियो । ढोका भित्र पस्नु अघि कुकूरले युधिष्ठिरलाई सोच्छ - "के स्वर्गमा फोहोर (गुह) खान पाइन्छ ?" युधिष्ठिर भन्छ— "के सोधेको ? स्वर्गमा पनि कति फोहार हुन्छ ?" "नाई, त्यसो भए त म जान्छु" भनी कुकूर त्यही बाट फर्के रे । युधिष्ठिर मात्र भित्र पसे ।

स्वर्गमा अझ पनि धेरै सुखहरू होलान्, तर के ती सब सम्भव होलान् ?

अब नरकको वयान तिर लागौं । नरक त्यो ठाउँ हो जहाँ पृथ्वीमा पाप कर्म गर्नेहरू पापको फल भोग जान्छन् । पाप अनुसार सेयौं वर्ष अति महा दुःख भोग गरेर पाप सकिए पनि पुनः उनीहरू यस मर्त्यलोक पृथ्वीमा जन्म मरणको चक्करमा पर्न आउँछन् ।

पृथ्वीमा भ्रष्टाचार गर्ने डकैती गर्नेहरू त्यहाँ सुची मुख प्रेत भएर रहनु पर्ने हुन्छ । मुख हुन्छ, सियोको प्वाल जस्तो तर पेट हुन्छ भकारी जस्तो । भयंकर भोकले छटपटी रहन्छन् सेयौं वर्ष सम्म तर पनि तिनिहरू मर्दैनन्, काटूनको पात्र जस्तै । पृथ्वीमा अर्काको ज्यान मार्ने, आगजनी गर्नेहरूलाई त्यहाँ, नरकका दूतहरूले ठूला ठूला कराहीहरूमा भक भकी उमालेको तेलमा सेयौं वर्ष तारी राख्छन् । पृथ्वीमा चराहरू मारी हिँड्नेहरूलाई त्यहाँ सैकडौं चराहरूले सेयौं वर्ष सम्म रक्ताम्य गरी टोकी रहेका हुन्छन् । नरकको महादुखको वयान जति गरे पनि सकिन्न ।

स्वर्ग र नरकको भोग सकिए पनि पुनः प्राणीहरू यस मर्त्यलोक संसारमा आफ्नो कर्मानुसार जुनी फेर्दै जन्म मरणको चक्करमा घुमी रहन्छन्, फेरि पाप वा पुण्य कार्य गरे- नरकको दुख वा स्वर्गको सुख भोग गर्न तिर लाग्छन् ।

संसारका प्रायः सबै जसो धर्महरूमा स्वर्गको प्रलोभन र नरकको भय देखाइ रहेको हुन्छ, जसको प्रकार धर्म अनुसार फरक फरक हुन्छ, तर सारांशमा स्वर्ग पुण्य गरेको सुख भोग गर्ने र नरक पाप गरेको दुख भोग गर्ने ठाउँ हुन्छ ।

तर यहाँ मूल प्रश्न त के छ भने यस प्रकार स्वर्गको प्रलोभन तथा नरकको भय देखाएर मान्छेहरू के पाप कर्म छोडी पुण्य कर्ममा लागे ? यस्को उत्तर स्पष्ट छ - लागेनन् । यदि लागेको भए, किन यस पृथ्वीमा जहाँ तही दुख र अशान्ति मच्चाई पाप कर्म गर्नेहरू नै ज्यादा संख्यामा देखिएका छन्, जबकि यदा कदा धर्म प्रचारको काम भइरहे पनि पुण्य कर्म गर्नेहरूको संख्या नगण्य मात्र छ ? किन मान्छेहरू नराभो काम भनेर जानी जाती पनि बुझ पचाई हत्या, हिंसा, बलात्कार, व्यभिचार, चोरी डकैती, भ्रष्टाचार, दुराचार, शोषण, अन्याय, दमन आदि पाप कर्ममा लागी रहन्छन् ?

यस प्रश्नको उत्तर खोज्न हामीले आफ्नो चित्त भित्रका अविद्या को अन्धकारमा हुकीरहेका 'म' 'म' भनी रहने मोहको, त्यहाँ उत्पन्न हुने अहंकारको अनि राग, द्वेष, काम क्रोध, लोभ, अभिमान र स्वार्थको हर पल निस्कीरहने

ज्वालालाई हेर्नु पर्दछ । अनि देखिन्छ कसरी मेरो र तेरो को द्वन्द्वहरू बन्छन्, स्वार्थहरू बन्छन्, र स्वार्थ संघर्षको आगो बन्छ । कसरी यस स्वार्थाग्नि को ज्वालालाई त्याग्न चाहेर पनि त्याग्न मुश्किल हुन्छ, अनि किन स्वर्गको प्रलोभन र नरकको भयलाई एकातिर फालेर मान्छेहरू काम क्रोध लोभ मोह मद मात्सर्य आदिको वशमा परेर कुमनोवृत्ति तिर लाग्छन् ।

धेरै जसो धर्महरूले यो मान्छेहरूको मनलाई ग्रास गरीरहने मार (Temptations), शैतान (Devil) र नरकको द्वारबाट वचन अति कठिन छ ।

अब के गर्ने त ? स्वर्गको प्रलोभन र नरकको भयले हटाउन नसकेको अविद्या, तृष्णा, राग, द्वेष, मोहको अधिकारलाई कसरी हटाउने त ?

यस्मा विभिन्न धर्महरूको विभिन्न प्रकारका उत्तरहरू होलान्, तर यस बारे सबभन्दा भरपर्दो प्रथम महान वैज्ञानिक प्रयोग आजभन्दा करिब २५५० वर्ष जति अगाडि यस बुद्ध भूमि नेपालमै जन्मनु भएका महा कारुणिक विश्वज्योति तथागत बुद्धले गर्नुभएको छ । र वहाँले आफैले सफल प्रयोग गर्नु भई, हामीलाई महा स्मृति प्रस्थान को वाटो विपश्यनाको बाटो, ध्यानको बाटो खुलाई दिनु भएको छ । जसरी सुनारले सुनका गहनाहरूबाट, अलि अलि गरी मयल निकाल्दै सफा गर्छन्, त्यसरी नै यस बाटोमा लागेर, आफैले आफ्नो मन (चित्त) लाई अवलोकन गरी सम्यक् संकल्प र सम्यक् व्यायामलाई प्रयोगमा ल्याएर, अविद्या, तृष्णा, राग, द्वेष, मोह, काम, क्रोध, लोभ अहंकार आदि मयललाई हेर्दै मयल हो भनी जानी निकाल्दै फाल्दै गर्न सक्छौ, फेरी उत्पन्न नहुने गरी अप्रमादी भइ स्वचित्तलाई रक्षा गरी सत्कर्ममा लगाइ राख्न सक्छौ ।

यस पुरानो तर महा वैज्ञानिक विधिलाई आजको वैज्ञानिक युगमा फेरी पनि विद्वानहरूले योगको, रूपमा, मनोक्रान्तिको रूपमा, विपस्सना ध्यानको रूपमा प्रयोगमा ल्याएका छन् जुन हाम्रो निमित्त अहो भाग्यको कुरो हो ।

संसारबाट एक पल्ट लुप्त प्रायः भैसकेको चित्त विशुद्धिकरणको यस वैज्ञानिक वाटोलाई आज फेरि विभिन्न बौद्ध देशहरू लगायत हाम्रै देश नेपालमा पनि विभिन्न बौद्ध विद्वानहरूको प्रयत्नले पुनः एकपटक विशुद्ध रूपमा प्रचार प्रसार र प्रयोगमा आइरहेको छ ।

यो त्यही बाटो हो जसले यस पृथ्वीलाई नै दुख मुक्त बनाउन सक्छ, जुन प्रयोगबाट अचूक सिद्ध भै सकेको छ; र जसले हामीलाई पृथ्वीमा जीवन सुधारेर वस्न न स्वर्गको सुखको प्रलोभन नै आवश्यक छ न नरकको दुःखको भय ।

हाम्रो यस पृथ्वीलाई स्वर्ग वा नरक बनाउने सुकर्म र दुष्कर्महरूको मुहान हामी भित्रनै छ, अन्यत्र होइन । हाम्रै प्रयासले हामी भित्रका दुष्कर्महरूको मुहानलाई, बन्द गर्न हामी नै सक्षम छौं । त्यस्तै वातावरणलाई सुधार गर्नुका साथै हामी भित्रका सुकर्मका मुहानलाई सकृय बनाउन पनि हामी नै सक्षम छौं ।

तथागतको यस वचनलाई हृदयंगम गरौ—
“अत्ताहि अत्तनो नाथो - कोहि नाथो परो सिमा ?
अत्तना'व सुदन्तेन - नाथं लभति दुल्लभं ॥

(धम्मपद गाथा १६०)

“आफूने आफ्नो मालिक हो ! आफ्नो मालिक अरु को हुन सक्ला ? आफूलाई राम्ररी दमन गर्नेले दुर्लभ स्वामित्व प्राप्त गर्छ” शुभमस्तु ।

भवतु सच्च मंगलम् !

भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको स्वास्थ्यमा केही सुधार

गत केही दिन अगाडि देखि अस्वस्थ रहँदै आउनुभएका ८० वर्षिय भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको स्वास्थ्यमा केही सुधार आएको कुरा बुझिएको छ । उहाँले काठमाडौं स्थित मोडेल अस्पतालमा रही उपचार गराउनु भएको थियो ।

धर्म प्रचार

वाढी पिडितहरूका लागि सहयोग संकलन

२०६३ भाद्र २६ गते

BLIA Nepal Chapter एवं सुलक्षण कीर्ति विहार चोभारको आयोजनामा यसपालीका वाढी पिडीत जनताहरूलाई सहयोगार्थ, रकम, वस्त्र एवं अन्न आदि संकलन गर्नका लागि कलङ्की देखि कालिमाटी, कुलेश्वर हुँदै वल्खु र सुलक्षणकीर्ति विहार चोभार सम्म चन्दा सहयोग संकलन कार्यक्रम संचालन गरिएको समाचार प्राप्त भएको छ ।

योगाभ्यास विधि - २१

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

उच्च रक्तचाप (High Bloodpressure) विशेषाङ्क भाग- ३

गत अंकमा उच्चरक्तचापका रोगीले र सर्वसाधारणले आफ्नो भोजनमा के कस्तो सुधार गर्नुपर्दछ भन्ने बारेमा जानकारी प्रस्तुत गरेको थिएँ। र, यस अंकमा पनि क्रमशः हामीले भोजनमा के-के कुरालाई ध्यान दिनु पर्दछ र कस्तो दिनचर्या हुनु पर्दछ भन्ने कुराको जानकारी गराउन लागेको छु।

उच्च रक्तचाप भएका र साधारण व्यक्तिले पनि बढी प्रोटीन भएको खानेकुरा, चीज, पनिर, मखन प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ। अत्यन्तै जरुरी परेमा मात्र कहिलेकाँही प्रयोग गर्न सकिन्छ।

चिनी, नुन, घ्यू, तेल, बोसो र MSG स्वास्थ्यको लागि हानिकारक छन्। यसैले यिनीहरूको प्रयोग कम गर्नु वा गर्दै नगर्नु राम्रो हुन्छ। हामीले खाने खानामा दैनिक ३ ग्रामसम्म नुनको प्रयोग गर्न सक्ने कुरा विश्व स्वास्थ्य संगठनले जनाएको छ। चिनीको सट्टा मह वा सख्खर खान सकिनेछ। गुलियो खान मन लागे फलफूल खान सकिन्छ। फलफूलमा विशेष गरेर मौसम, स्याउ र सुन्तला दिनको एक वटा खान सकिन्छ। उच्च रक्तचापका रोगीहरूलाई पोटासियम रसायन आवश्यक हुने हुनाले दैनिक रूपमा एक दुई वटा मालभोग पूरा पाकेको केरा खान सकिनेछ।

उच्च रक्तचापबाट हृदयरोग हुने सम्भावना भएको हुनाले त्यस्ता रोगी र स्वस्थ व्यक्तिले पनि बढी घ्यू, तेल, बोसो आदि चिल्लो पदार्थ हानिकारक हुने हुँदा नखानु नै बेस। जैतुनको तेल (Olive Oil) द्वारा एक हदमा कोलोस्ट्रोल अर्थात् मुटुमा बोसो घटाउने हुनाले एउटा स्वस्थ व्यक्ति वा उच्च रक्तचापका रोगीले सदैवका लागि चिल्लो पदार्थको रूपमा जैतुनको तेल प्रयोग गर्न सकिनेछ।

मासु, माछा, अण्डा आदिमा प्रोटीन लगायत, चिल्लो पदार्थ बढी मात्रामा पाइने हुँदा स्वस्थ व्यक्तिका साथै उच्च रक्तचापका व्यक्तिले दैनिकरूपमा खाने परे चालिस ग्राम अर्थात् दुई टुक्रा र एक वटा अण्डासम्म उपचारकको निर्देशन अनुसार खान सक्नेछ।

धेरै समय अगावदेखि तयार पारिएको भोजन/खाद्य पदार्थ आदिले शरीरमा वायु विकार बढाउने भएको कारण स्वस्थ व्यक्तिका साथसाथै उच्चरक्तचापका रोगीले प्याक गरिएको खाद्य सामग्रीहरू खानु स्वास्थ्यको लागि अहित हुन्छ। साथै त्यस्ता खाद्यपदार्थमा Mono-Sodium-Glutamate (MSG) प्रयोग गरिने हुँदा प्याकेट खाने कुरो खान अयोग्य ठहरिन्छ। साथै MSG भएको खाद्य पदार्थबाट स्मरणशक्तिको पनि न्हास हुने हुँदा विद्यार्थीवर्ग, अभिभावकहरूले पनि यस्ता खाने कुरो प्रयोग नगरे

बेश हुन्छ। साथै MSG बाट हाड खिइने, दम, हृदयरोग, मधुमेह, बाथ, जोर्नी आदि रोगलाई पनि भन्नु बढाउने भएको हुनाले सदैवको लागि प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ।

उच्चरक्तचाप भएका रोगीले कोल्ड ड्रिन्स, टीन प्याक गरिएका जुस, मदिरा, बियर, धुम्रपान, दुध भएको चिया, कफि आदि स्वास्थ्यको लागि अति हानिकारक भएकोले प्रयोग नगर्नु बेस हुन्छ।

३) दिनचर्या :

उच्च रक्तचाप भएका रोगीहरू विहान सबेरै उठ्ने र राती पनि चाँडै सुत्ने गर्नु पर्दछ। विहान सबेरै उठेर नुहाइ-धुवाई गरी सफा लुगा लगाउनु पर्दछ। आफुलाई रिस उठ्ने कुनै नगर्ने वा कसैले त्यस्तो कार्य गर्न लागेको थाहा भएमा आफू त्यस्तो ठाउँमा नबस्नु उपयुक्त हुन्छ। कथं कदाचित् रिस उठेमा त्यसलाई जतिसक्यो त्यति चाँडो शान्त पार्ने कोसिस गर्नु पर्दछ।

रिस उठ्नु वा रिसाउनु भनेको स्वास्थ्यको लागि अति नै हानिकारक हुन्छ। त्यसकारण रिसलाई सकेसम्म नियन्त्रण गर्नु राम्रो हुन्छ। उदाहरणस्वरूप यहाँ म एउटा भनाइलाई राख्न चाहन्छु। के त भने तपाईं खुशी हुनुस् संसार तपाईंसँग खुशी हुन्छन् तर तपाईं दुःखी हुनुस् रिसाउनु होस् तर पनि संसार खुशी नै हुन्छ, यो त भयो एउटा भनाई। यस्तै भनाई स्वरूप नेपालीमा एउटा उखान पनि छ - रिस खा आफू, बुद्धि खा अरु। यसैकारण सदैव खुशी रहन गर्ने के त ? सदैव खुशी वा आनन्दित रहनको लागि सर्वप्रथम त तपाईं आफैले एउटा यस्तो वातावरण बनाउनु पर्दछ जसबाट तपाईंलाई सदैवको लागि आनन्द वा खुशी प्राप्त होस् यसका लागि हामीले नियमित पालना गर्दै आएको दिनचर्यामा अलिकति मात्र परिवर्तन ल्याए यी कुरा सम्भव हुनेछ। जस्तै सदैव आनन्दित वा खुशी रहन आफूलाई व्यस्त राख्न सक्नुपर्छ, कोलाहलपूर्ण वातावरणलाई स्वीकार गर्नको लागि भौतिक जीवनमा कुनै पनि बाहिरी वातावरणले असर नपुऱ्याओस् भन्नाका लागि आनन्ददायी संगीतहरू श्रवण गर्नु जस्तै सितार वादन बाँसुरीको ध्वनी आदि जसबाट हाम्रो मन मस्तिष्क दुवै आनन्दित हुन्छ। साथै शारीरिक रूपले आनन्दित हुन खेल, व्यायाम, आदिले सहयोग पुऱ्याउने हुँदा घर बाहिर खेल्ने खेलहरू (Outdoor Game), जस्तै फुटबल, भलिबल, बाय्डमिण्टन, बास्केटबल आदि खेलकूदमा सरिक हुनु पर्दछ। प्राकृतिक सौन्दर्यबाट ओतप्रोत भएको दृश्यहरूबाट पनि हामीले आनन्द प्राप्त गर्न सक्दछौं।

क्रमशः...

दुःखसत्यः एक जिज्ञासा

■ भिक्षु संघरक्षित "सद्धम्म कोविद"

★ बुद्धले के-कस्तोलाई दुःखको रूपमा व्याख्या गर्नुभएको छ ?

- स्वभाविकरूपमा आफूलाई मन नपर्ने, पीडा र छटपटी हुने जुन अवस्था हो, त्यस्तो अवस्थालाई नै दुःखको रूपमा लिने गरिन्छ । भगवान् बुद्धले पनि यस्तै हामीलाई मन नपर्ने र अप्रिय लाग्ने कारणहरूलाई नै दुःखको रूपमा व्याख्या गर्नुभएको छ । मूलतः उहाँले यो संसारमा भएका दुःखहरूलाई सारांशमा यसरी भन्नुभएको छ-

- जातिपि दुक्खा - जन्म हुनु दुःख,
- जरापि दुक्खा - जन्मेर बूढाबूढी हुनु दुःख,
- व्याधिपि दुक्खो - रोगी हुनु दुःख,
- मरणपि दुक्खं - मर्नु दुःख,
- पियेहि विप्ययोगो दुक्खो - प्रियसंग विछोड हुनु दुःख,
- अप्पियेहि सम्पयोगो दुक्खो - अप्रियसंग बस्नुपर्नु दुःख,
- यम्पि इच्छं नलभति तम्पि दुक्खं - इच्छाएको पूरा नहुनु दुःख,
- संखित्तं पञ्चुपादानक्खन्धा दुक्खा - संक्षिप्तमा पञ्चस्कन्ध (नाम र रूप) रूपी शरीर धारण गर्नु नै दुःख हो ।

★ जन्म हुनुलाई किन दुःख भनिएको छ ?

- एउटा ठूलो कोठाभित्र हामीलाई सबै झ्याल-ढोका थुनेर राखिदियो भने हामी कति बेरसम्म बस्न सक्छौं होला ? १ घण्टा, २ घण्टा, १ दिन, २ दिन, १ हप्ता, २ हप्ता, कतिसम्म ? पछि त हामीलाई छटपटी लागेर आउनथाल्छ, उकुसमुकुस हुनथाल्छ, दुःखको अनुभव गर्न थाल्छ । जब हामीलाई त्यति ठूलो कोठामा बस्न यति गाह्रो छ भने आमाको सीमित गर्भमा ८-१० महिना बस्नुपर्दा कति गाह्रो, कति दुःख भयो होला । फेरि, प्राणी जन्म भएकै कारणले अरू दुःखहरू पनि शुरू हुने भएको हुनाले जन्म हुनुलाई भगवान् बुद्धले दुःखको रूपमा लिनुभएको हो ।

★ बूढाबूढी हुनु दुःख कसरी हो ?

- बूढाबूढी भनेको त्यस्तो अवस्था हो, जुन बेला आफूले चाहेको ठाउँमा जान सक्दैन, चाहेको हेर्न सक्दैन, शरीर असक्त र जीर्ण भइसकेको हुन्छ । संसारका कोही प्राणी पनि यस्तो बूढ अवस्थामा पुग्न चाहदैन तर नचाहंदा नचाहदै पनि प्राणी बूढाबूढी हुनुपर्छ, जुन दुःख नै भयो ।

★ रोगी हुनु दुःख कसरी ?

- हामीलाई चाहे ज्वरो आओस् अथवा रूघाखोकी, बिरामी हुँदा त्यही सबैभन्दा ठूलो दुःखजस्तो लाग्दछ । अझ संसारकै डरलाग्दो कहलिएको क्यान्सर, कुष्ठरोगी आदि जस्ता रोगहरू लाग्यो भने भन्नु नै के र ? रोगले च्यापिएर कोही पनि छटपटिएर बस्ने इच्छा गर्दैन, जुन नचाहंदा नचाहदै पनि रोगी हुनैपर्छ । यो पनि दुःखै भयो ।

★ मर्नु दुःख कसरी भयो त ?

- संसारमा भएका सबै प्राणीहरू बाँच्न चाहन्छन्, कोही पनि मर्न चाहदैनन् । यद्यपि हात-खुट्टा नभएका लुला-लंगडा नै किन नहोस्, दुइटै आँखा नदेख्ने अन्धा नै किन नहोस्, बाँच्नका लागि बरू मागी मागी हिंड्छन्, तर कोही पनि मर्न चाहदैनन् । यसका बावजूद पनि आफ्नो परिवार, घर, सम्पत्ति र आफ्नो शरीर पनि छोडेर प्राणीहरू मर्नुपर्छ, जुन दुःखै भयो ।

★ प्रियसंग विछोड हुनु दुःख कसरी हो ?

- प्रिय व्यक्ति भनेको त्यस्तो हो, जोसंग सधैं संगै बस्न र रमाउन चाहन्छन् । जे जस्तो भए पनि आफ्नो आमा, बुबा, परिवार, मनपर्ने व्यक्तिसंग छुट्टिएर बस्न चाहदैनौं हामीहरू । यसका बावजूद पनि, हामीहरू सधैं मनपर्नेहरूसंग बस्न पाउँदैनौं, बिछोड हुनुपर्छ, जुन दुःख नै भयो ।

★ अप्रियसंग बस्नुपर्नु दुःख कसरी हो ?

- अप्रिय व्यक्ति भनेको त्यस्तो हो, जसलाई देख्नु त के, सम्भोगमात्र पनि मनमा रिस उठ्ने गर्दछ । कोही पनि यस्ता अप्रिय व्यक्तिसंग बस्ने त के, भेट्न पनि

चाहदैनन्, हेर्न पनि चाहदैनन् । यसका बावजूद पनि प्राणीहरू मन नपर्नेहरूसगै बस्नुपर्ने हुन्छ, जुन दुःखै भयो ।

★ इच्छाएको पूरा नहुनु दुःख कसरी भयो ?

- हामी मानिसहरूको मनमा अनगिन्ती इच्छा र आकांक्षाहरू हुने गर्दछन्, यसमा कुनै आश्चर्य छैन । जब पनि कुनै इच्छा पूरा हुने गर्दछ, हामी सान्ने खुशी हुने गर्दछौं, रमाउंछौं । तर विडम्बना, मनभित्रको सयौं इच्छाहरूमा एउटा बल्ल बल्ल इच्छा पूरा हुने गर्दछ, जुन पूरा हुनासाथ फेरि अर्को सयौं इच्छाहरू मनमा आउन थाल्दछ । ती सबै इच्छाहरू कहिल्यै पूरा हुन सक्दैन, जुन कारणले हामीलाई सदैव दुःखी नै बनाउँछ । तसर्थ, यो पनि दुःखै भयो ।

★ संक्षिप्तमा पञ्चस्कन्धरूपी शरीर धारण गर्नु नै दुःख हो किन भनिएको हो ?

- पञ्चस्कन्धरूपी यो शरीर भएकै कारणले प्राणीहरूले दुःखको अनुभव गर्ने, सांसारिक दुःख भोग्नुपर्ने, अधि उल्लेख गरिएका सम्पूर्ण दुःखहरूलाई भोग्नुपर्ने आदि कारणहरूले गर्दा नै संक्षिप्तमा पञ्चस्कन्धरूपी शरीर धारण गर्नु नै दुःख हो भनिएको हो ।

★ यो पञ्चस्कन्ध भनेको के हो ?

- संसारका सबै विषय वस्तुलाई पाँच समूहमा बाँडिएको छ, जुनलाई पञ्चस्कन्ध अथवा पाँच उपादान स्कन्ध भनिन्छ । ती यसकारका छन्—

(१) रूप-स्कन्ध, २) वेदना-स्कन्ध, ३) संज्ञा-स्कन्ध ४) संस्कार-स्कन्ध ५) विज्ञान स्कन्ध

- पञ्चस्कन्धलाई बुद्धशिक्षामा नाम र रूप पनि भनिन्छ, नामलाई चित्त (विज्ञान) र चेतसिक (वेदना, संज्ञा,

संस्कार) मा विभाजन गरेर चित्त, चेतसिक र निर्वाण पनि भनिन्छ । अभिधर्म ग्रन्थ अनुसार, यी बाहेक निर्वाणलाई पनि परमार्थ सत्य (Absolute Reality) को रूपमा लिएर बुद्धशिक्षामा चार परमार्थ धर्महरू रहेका छन्— १) चित्त, २) चेतसिक, ३) रूप, र ४) निर्वाण ।

★ दुःखसत्यलाई भगवान् बुद्धले कसरी स्पष्ट पार्नुभएको छ ?

- निश्चयनै, भगवान् बुद्धले अवबोध गर्नुभएको पहिलो सत्य नै संसार दुःखै दुःखले भरिएको छ । उपमा दिएर बुद्धनुपर्दा, सुख भनेको त केवल लुतो (चिमाउने खटिरा) आएको बेला कन्याइरहुञ्जेलसम्म जुन आनन्द प्राप्त हुने हो, मात्र त्यस्तै हो । त्यसबाट पनि अन्ततः दुःखै हुने गर्दछ ।

★ संसार दुःखै दुःखले भरिएको छ भन्ने हो भने त यो बुद्धशिक्षा निराशावादी भएन र ?

- संसारलाई दुःखको खादल मानेर जीवनमा दुःखै दुःख भएको चर्चा गर्ने हुनाले बुद्धशिक्षालाई नबुझेहरूले निराशावादी धर्मका रूपमा लिने गरिएको पनि पाइन्छ । वास्तवमा बुद्धधर्म निराशावादी धर्म कदापि होइन । यदि दुःखमात्र भनी दुःखको कारण नभनेको भए यो शिक्षा निराशावादी हुनसक्थ्यो तर भगवान् बुद्धले जसरी दुःखलाई स्पष्ट बुझाउनुभएको छ, त्यसरी नै दुःखको कारण तृष्णाको बारेमा पनि स्पष्ट व्याख्या गर्नुभएको छ । साथै ती तृष्णाहरूलाई नाश गर्नको लागि आठवटा मध्यममार्गहरू अथवा आर्यअष्टांगिक मार्ग पनि प्रष्ट बताउनुभएको छ । अनि यो शिक्षा निराशावादी कसरी हुनसक्छ ? ■

सूचना

भारतको सारनाथ स्थित वरिष्ठ बुद्धिष्ट टेम्पलका विहाराधिपति सयादो उ वण्णाधज को १० औं जन्मोत्सवको उपलक्षमा सुलक्षण कीर्ति विहार चोभारमा कार्तिक १८-२५ सम्मका लागि प्रव्रजिता महिलाहरूलाई ऋषिणी प्रव्रज्या गरिने कार्यक्रम रहेको छ । कार्तिक १८-२५ सम्म प्रव्रजित गुरुमार्गको तर्फबाट महापरिनिर्वाण पाठ पनि सम्पन्न गरिने कार्यक्रम रहेको हुँदा उक्त कार्यक्रमहरूमा सहभागिता हुन इच्छुक श्रद्धालुहरूलाई हार्दिक नियन्त्रणा गरिएको छ ।

सुलक्षण कीर्ति विहार, चोभार ।

जस्तो आफू उस्तै जगत्

■ नरेन्द्रनाथ भट्टराई

प्रायस: मानिसको स्वभाव हुन्छ, हर क्रामा अरुलाई दोष दिने। सुख-दुःख, लाभ-हानी, इज्जत-बेइज्जत सबै हुनाको कारणमा पनि अरुकै भूमिका भएको मान्ने। वास्तविकता के हो त ? तलको घटनालाई पढौं र बुझौं।

“कुनै एउटा गाउँको छेउमा एकजना महात्मा आफ्ना शिष्यगणसहित बस्नुभएको थियो। एकदिन एकजना मानिस बाटोबाट आउँदै थिए। त्यो कुटीमा आइपुगेपछि ती मानिसले महात्मालाई सोधे, “नजिकै अर्को गाउँ आइपुग्न कति छ ? र त्यस गाउँका मानिस कस्ता छन् ?” महात्माले, “तिमी आज बसेर आएको गाउँका मानिस कस्ता थिए नि ?” भनी सोध्नुभयो। ती मानिसले भने, “त्यो गाउँका मानिस त साह्रै दुष्ट स्वभावका रहेछन्।” तब महात्माले भन्नुभयो, “नजिकैको गाउँ त अब आधा कोश पनि छैन

तर त्यहाँका मानिस तिमिले छोडेर आएको गाउँका मानिसभन्दा बढी दुष्ट स्वभावका छन्।” त्यति कुरा सुनेर ती मानिस त्यो गाउँ पार गरेर अर्को गाउँ पुग्ने विचार गरी हिँडे। संयोगको कुरा एकघण्टा जति पछि फेरि अर्को एकजना मानिस त्यही आएर तिनै महात्मासँग त्यही प्रश्न गरे। महात्माले पनि पहिलोलाई जस्तै “तिमीले छोडेर आएको गाउँका मानिस कस्ता थिए ?” भनी सोध्नुभयो। ती मानिसले भने “हिजो म बसेको गाउँका मानिस त साह्रै सज्जन, भलादमी, दानी र पुण्यात्मा थिए, बसीरहुँ जस्तो लागेको थियो।” यो सुनेर महात्माले भन्नुभयो, “अहा ! त्यो अब आउने गाउँका मानिस त भन् यति सज्जन र धर्मात्मा छन् कि तपाईंलाई अधिल्लो गाउँ नै बिसाईदिन्छन्।” नमस्कार गर्दै ती मानिस पनि अगाडि बढे। दुबै मानिसलाई महात्माले दिनुभएको जवाफ शिष्यहरूले सुनिरहेका थिए। आश्चर्य मान्दै शिष्यले गुरुलाई सोधे, “होइन गुरुदेव ! एउटै गाउँका मानिसलाई हजारले एकजनाले सोढा साह्रै दुष्ट भन्नुभयो, अर्कोलाई त्यही गाउँका मानिस सारै सज्जन छन् भन्नुभयो, हामीले बुझ्न सकेनौं।” महात्माले भन्नुभयो, “हेर बाबु हो ! गाउँ त्यही हो तर मानिसको चित्तदशा अनुसार उसले देख्छ र पाउँछ। पहिलो मानिस जहाँ गए पनि उसले सज्जन मानिस पाउन सक्तैन किनकि उसको भावदृष्टि नै यस्तै छ। यसैगरी दोस्रो मानिस जहाँ गए पनि भन्नुभन्नु बढी सज्जन मानिस पाउँछ किनकि उसको भावदृष्टि नै त्यस्तै छ। ■

शिक्षा

‘आफू भलो त जगत् भलो’ । विश्व आफ्नै प्रति छायाँ हो । हाम्रो आफ्नै प्रतिबिम्ब अरुमा देखिन्छ । तसर्थ सुधिएको, असल, चरित्रशील बुनियाँ हेर्न चाहने हो भने अस्ताई सुधान, असल बनाउन तिर लागेर हामीले सफलता पाउन सक्तौं, हामी आफै सुधिएमा, असल भएमा, चरित्रशील भएमा सबै सुधिन्छन्, असल हुन्छन्, चरित्रशील हुन्छन् ।

स्वस्थ रहने चार उपाय

● पर्याप्त निदाउने

शारीरिक एवं मानसिक स्वस्थताको लागि पर्याप्त निद्रा आवश्यक पर्छ। यसको लागि सबैभन्दा पहिले बेलुकी सुत्ने र बिहान उठ्ने समयको एक निश्चित तालिका बनाउनुपर्छ। यस्तो समयतालिकाअनुसार चल्नलाई केही दिनसम्म अप्ठेरो परे तापनि पछि भने बानी पर्दै जान्छ। यस्तो नियमले हाम्रो दिनचर्यालाई व्यवस्थित बनाउनुको साथै शरीरलाई व्यवस्थित बनाउनुको साथै शरीरलाई आवश्यक आराम पनि मिल्छ। आरामसँग सुत्नको लागि ओछ्यान र तक्तियाको पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ।

त्यसैले पर्याप्त निद्रा लागोस् भन्ने चाहनेले आरामदायी ओछ्यानको पनि व्यवस्था मिलाउनुपर्छ। ओछ्यानमा सुतेको घण्टीसम्म पनि यदि निद्रा आएन भने कहिलेकाहीँ लामो सास फेर्ने, हल्का मीठो संगीत सुन्ने वा आफूलाई मन पर्ने किताब पढ्न सकिन्छ। यसो गर्दा मानसिक तनाव कम हुन गई छिट्टै निद्रा लाग्छ। यदि यो सबै उपाय अपनाएर पनि समयमा निद्रा लाग्दैन भने चिकित्सकको सहयोग लिनु आवश्यक छ। त्यस्तै धुपे घरेलु उपायहरू अपनाएर पनि राम्रो निद्रा लगाएर स्वस्थ दिनचर्या बनाउन सकिन्छ।

● खुलेर हाँस्ने

विशेषज्ञका अनुसार खुलेर हाँस्नु स्वस्थ जीवनयापनको उत्तम उपाय हो। ‘लाफिङ थेरापी’ हृदय रोगीहरूका लागि पनि निकै लाभदायक साबित भएको छ। हाँखाखेरी शरीरका अन्य अंगको साथसाथै मुटुको पनि व्यायाम हुने हुनाले धुपे रोगबाट बच्न सकिन्छ।

● डराउने बानी छाड्ने

डरले आन्तरिक खतराको चेतावनी दिन्छ। यसमा जीवनरक्षाको खुबी पनि हुन्छ। त्यसैले डरदेखि कहिले पनि डराउनु हुँदैन। जीवनमा आइपर्ने कुनै पनि परिस्थितिलाई आत्मविश्वासका साथ सामना गर्ने बानी बसात्नु स्वस्थ जीवनयापनको रहस्य हो।

● चिकित्सकको सल्लाह लिने

चिकित्सककहाँ जानबाट संकोच मानेर कुनै पनि शारीरिक वा मानसिक रोगलाई लुकाएर राख्नु हुँदैन। समयसमयमा आफ्नो स्वास्थ्यपरीक्षण गराएमा आफूलाई लागेको रोगको बारेमा समयमा नै जानकारी पाउन सकिन्छ र त्यसको समयमा नै उपचार गरेर पूर्णतया स्वस्थ जीवनयापन गर्न सकिन्छ। (साभार: अन्नपूर्ण पोस्ट)

तीतो - मिठो

■ अमीर कुमारी शक्य, शिक्षिका
शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि., ठहिट्टी

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठिद्वारा आयोजित अन्तर निम्न मा. वि. बौद्ध हाजिर जवाफ प्रतियोगितामा सात वर्ष देखि हाम्रो विद्यालय शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि. अटूट रूपमा सहभागी बन्दै आएको कुरा सर्वविदित नै छ होला ।

वि.सं. २०५७ साल, यस हाजिर जवाफ प्रतियोगिताको प्रथम वर्ष थियो । त्यस वर्षमा शीलडको व्यवस्था भई सकेको थिएन । तर त्यस वर्षको प्रतियोगितामा सहभागी भई विजय भएर प्रथम पुरस्कार भने अवश्य प्राप्त भएको थियो ।

दश्रो वर्ष वि.सं. २०५८ सालमा धर्मकीर्ति विहारको विहार दाता श्री द्रव्यमान सिंह तुलाधरद्वारा यस धर्मकीर्ति रनिङ्ग शीलड प्रायोजन गर्नु भएको थियो । रनिङ्ग शीलड राखेको लगतै वि.सं. २०५८ र २०५९ साल दुवै वर्ष क्रमशः प्रथम भई रनिङ्ग शीलड लग्दै, ल्याउँदै गरेका थियौं । नामै रनिङ्ग शीलड राखेकोले होला सायद शीलडलाई पच गर्नको लागि बडो होशियारी पूर्वक मेहनत गर्नु पर्छ भन्ने कुरा वि.सं. २०६० सालको प्रतियोगिताले सावित गरि दियो ।

रनिङ्ग शीलड पचनको लागि ३ वर्ष लगातार प्रथम भई विजय हुनु पर्ने नियम छ । तर मेहेनतको कमिले हो या भाग्यले साथ नदिएकाले हो तेश्रो वर्ष वि.सं. २०६० सालको प्रतियोगितामा शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि.को विजय भएन । विजय नहुँदा खल्लो हुँदो रहेछ भन्ने अनुभव पनि गरियो । विद्यार्थीहरूको लागि त भनै नरामझलो भएको थियो । कोहि विद्यार्थीले त साच्चै मन दुखायो । त्यसैले प्रतियोगितामा हार हुँदैमा आतिनु पर्दैन अर्को वर्ष फेरि जिति हाल्छ नि भन्दा, ल मिस त हारेको वेलामा पनि हाँसिरहनु भएको छ भनि गुनासो पनि गरेको थियो । यो कुरा तितो सत्य थियो ।

शीलड पच गर्न नपाए पनि हाम्रा विद्यार्थीले एक थोपा भए पनि बुद्ध शिक्षा त अवश्य पाएका छन् । जुन बुद्ध शिक्षाले शान्ति पूर्वक जीवन जीउने कला सिकाउँछ । यो नै हाम्रो लागि ठूलो कुरा हो । यहि कुरालाई मनन गरि हाम्रा विद्यार्थीहरू फेरि हाजिर जवाफमा सहभागी बन्न प्रोत्साहित भएका थिए ।

वि.सं. २०६१ साल देखि फेरि यस बौद्ध हाजिर जवाफ प्रतियोगितामा भाग लिई लगातार प्रथम हुँदै वि.सं. २०६३ साल भाद्र १७ गतेको प्रतियोगितामा शील पच गर्न शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि. सफल भएको हो । विद्यालयका

सम्पूर्ण शिक्षक, विद्यार्थी खुशी हुने त स्वाभाविकै भयो । तर दर्शकहरू समेत हाम्रो सफलतामा खुसि भई सहभागी व्यक्त गरि दिनु भएकोले भनै खुशी र आनन्दको अनुभव भएको छ । यो एउटा मिठो अनुभव हो ।

बुद्धले भन्नु भएको छ "विना परिश्रमले प्राप्त भएको असंख्य धन र मानपदवि भन्दा, परिश्रम गरेर प्राप्त भएको जे जति छ त्यसबाट साँचैको सुख र शान्ति प्राप्त हुन्छ ।" यो बुद्ध वचन सत्य हो भन्ने कुराको अनुभव गर्ने मौका प्रदान गरिदिनु भएकोमा आयोजक धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठिलाई धेरै धेरै धन्यवाद दिन चाहन्छु । शीलड प्रायोजक श्री द्रव्यमान सिंह तुलाधरलाई पनि धेरै धन्यवाद छ । साथै सात वर्ष देखि लगातार यस धर्मकीर्ति बौद्ध हाजिर जवाफ प्रतियोगिताको लागि विभिन्न तवरले सहयोग गर्दै आउनु भएका सम्पूर्ण महानुभावहरू, बुद्धिजीविहरू तथा धर्मकीर्ति अध्ययन गोष्ठिका सम्पूर्ण सदस्यहरूलाई मेरो तर्फबाट धेरै धेरै धन्यवाद दिँदै यो तीतो मिठो अनुभव यहि टुंग्याउँछु । "भवतु सब्ब मंगलम्"

—*—

बुद्ध !

■ सृजना श्रेष्ठ, कक्षा:८
यशोधरा माध्यमिक विद्यालय
टक्सार, भोजपुर

तिमीले नै सिकाएका थियौं
सत्य बोल्नु भनेर,

अहिले तिमी कहाँ गयौ ?

हेर ! आज देशमा अशान्ति फैलिरहेको छ

बुद्ध तिमी हुँदा त शान्ति नै शान्ति थियो,
नेपाललाई शान्तिको देश भनेर चिनिन्थ्यो ।

अहिले ती शान्तिहरू कता गए ?

अहिले ती चिनारीहरू कता हराए ?

तिमी हुँदा त शान्ति र विशाल थियो हाम्रो देश,
अहिले हेर त के भइरहेछ यो देशको हाल ।

पहिले शान्तिको प्रकाश छयौं बुद्ध,
हुनुपर्थ्यो होला तिम्रो जस्तो मन विशुद्ध ।

बुद्ध फेरी जन्म लिइदेउ नेपाली आमाको काखमा,
शान्ति र प्रेम छरिदेउ नेपाली हिँड्ने बाटोमा ।

क्षान्ति र मैत्री - १०

लेखक: भिक्षु अश्वघोष, अनुवादक: वीर्यवती

आफूलाई मनपर्ने व्यक्तिहरूलाई आफूले चिन्ने व्यक्तिहरूलाई र मध्यस्थ व्यक्तिहरूलाई मैत्री राख्न सजिलो छ । तर आफूलाई मन नपर्ने व्यक्तिहरू र शत्रुहरूलाई मैत्री राख्न सजिलो छैन । मन नपर्ने व्यक्तिहरूलाई मैत्री राख्दा क्षान्ति गुणलाई स्मरण गर्दै सहन सक्नु पर्दछ । मैत्री बल हुनु नै क्षान्ति भएर हो । क्षान्ति साथी नभइकन मैत्रीपूर्वक कुनै काम पनि गर्न सकिदैन ।

मैत्री धर्म प्रचार गर्दै यसलाई अभ्यास र पालना गर्नु नै विश्व शान्तिको लागि एक मूलमन्त्र हो । संसारका धेरै जसो व्यक्तिहरूमा यो मैत्री धर्म वा नरम हृदय, करुणाले भरिएको हृदय भएमा मात्र परस्पर द्वेष भाव हुनेछैन । परस्पर सहयोग र सहानुभूति हुनेछ । अनि मात्र समान रूपले आर्थिक उन्नति हुन सक्नेछ । मैत्री चित्त भएन भने मानिसहरूको जीवन आनन्दमय हुन नसकी जीवन एक बोझको रूपमा अनुभव हुनेछ । नरमाईलो हुनेछ । मन नपर्ने व्यक्तिहरूको अधीनमा बस्नु पर्दा र आफूसंग मेल नखाने व्यक्तिहरूसंग जीवन विताउनु पर्ने पनि ठूलो दुःख हो भनी बुझ्ने सारनाथमा सबभन्दा पहिला उपदेश दिनुहुँदा भन्नु भएको हो । “अप्येयेही सम्पयोगो दुक्खो” अप्रिय व्यक्तिसंग जीवन विताउनु पनि दुःख नै हो । मैत्री चित्त नभएको व्यक्तिले अरूलाई दुःख मात्र दिने योजना बनाइरहन्छ । उपकार कार्य गरेपनि अरूहरूको जीवनमा बोझ पर्ने गरी उपकार गर्छ । सारा अशान्ति र कलहको बीज नै अमैत्री चित्त हो । अमैत्री व्यवहारले गरेर आजभोली जनजीवनमा सुरक्षा भनेको नै छैन । भय र त्रासले कोही मुक्त छैनन् । मानिसहरूले आफ्नो जिवीकको लागि रात दिन नभनी रगत र पसिना बगाई कमाएको सम्पत्तिको सुरक्षा सम्म पनि गर्न सकिरहेका छैनन् वा सुरक्षित भएको छैन । कहिँ टाढा गएर कमाउन जाने शाहस सम्म पनि छैन । मानिसहरूको अमैत्री व्यवहारले गर्दा सुरक्षा भनेको नै छैन । सबै व्यक्तिसंग मैत्री (राम्रो व्यवहार) चित्त भएमा, अदालत, थाना, सिपाही आदिको जरुरत नै हुने थिएन । परस्पर मैत्री भाव नभएको कारणले कतिपय व्यक्तिले आफ्नो रगत पसिनाको कमाई धेरै जसो नचाहिँदो क्षेत्रहरूमा खर्च गरी खेर फालिरहेको हुन्छ ।

मैत्रीको प्रभेद

मैत्री विधि ३ प्रकारका छन् (१) मैत्री काय कर्म (२) मैत्री वाक कर्म (३) मैत्री मन कर्म । यसरी मैत्रीको ३ प्रकार का कामहरू छन् ।

१) मैत्री काय कर्म :

अरूहरूको काममा सहयोग गरिदिना हितैषी चित्तले

राम्रो चित्तले सहयोग गरिदिनु पर्छ । अरूहरूलाई सहयोग गर्दा आफूले कर्तव्य निभाइरहेको भन्ने ठानी त्यसको बदलामा आफूलाई कुनै आशा नराखी काम गर्न सकेको खण्डमा मात्र मैत्री काय कर्म पूर्ण हुनेछ । अरूलाई उपकार र सहयोगको काम गरेमा मात्र मैत्री काय कर्म प्रकट हुनेछ ।

२) मैत्री वा कर्म :

पवित्र हिताभिलाषी चित्तले कुरागर्ने वानीलाई मैत्री वाक कर्म भनिन्छ । जुन कुरा गरेपनि अरूलाई हित हुने, कामलाने कुरा मात्र गर्दछ । मैत्री चित्त नभएको कुरो अर्थयुक्त हुँदैन, राम्रो फल प्राप्त हुँदैन । गहकिलो हुँदैन । सिद्धि हुँदैन । गतिलो हुँदैन । हाँसे पनि गतिलो तरिकाले हाँस्न सक्दैन । नक्कलि तरिकाले हाँसिन्छ । मैत्री चित्त भएको व्यक्तिले कुरा गर्दा सुन्ने मानिसहरूको मन आनन्द हुनेछ । कान नै शीतल हुनेछ । कडा मन पनि नरम भएर जानेछ ।

मैत्री चित्त सहितको व्यक्तिले अरूहरूको दोष देखे पनि उनीहरूको त्यस दोषलाई सुधारी राम्रो बाटोमा ल्याउनको लागि सुधार गर्दै उनीहरूलाई बुझाउने कोशिश गर्दछ ।

अंगुलिमाल डाकु उसलाई नसहने साथीहरूको इर्ष्या र गुरूको विवेक बुद्धि नभएको कारणले हिंसक वन्न पुग्यो । आफ्नो आमालाई मार्ने विचार गरी हिंडेको बेला बुद्धले करुणा राखी, मैत्रीपूर्वक अंगुलिमाल भेट्न जानुभयो । बुद्धको मैत्री पूर्ण उपदेश सुन्ने वित्तिकै उसको फलाम जस्तो कडा हृदय पनि घ्यू जस्तै पग्लियो । बुद्धको मैत्री बलले अंगुलिमालको तरवार खिया लाग्यो । हात लुलो भयो । दानव हृदय फेरि मानव हृदय बन्यो । यो एक सत्य घटना हो । कल्पना होइन । आजभोली पनि मैत्री पूर्वक कुरा गर्नु भने पानी आगोसंग मिले जस्तै मिल्न सक्छ । पानी र आगो मिलाउनको लागि मैत्रीको सहयोग चाहिन्छ । उदाहरणको लागि एक घटना अगाडि राख्छु ।

संयुक्त राज्य अमेरिका र जनवादी गणतन्त्र चीन पानी र आगो जस्तै शत्रुको रूपमा रहेको कुरा कसलाई थाहा थिएन र ? तर तत्कालीन राष्ट्रपति श्री निक्सन चीनमा गई अध्यक्ष माओत्सेतुंग भेटी हात मिलाएको बेला पानी र आगोको रूपमा रहेको दुई देश एक आपसमा पानी दूध जस्तै मिल्न थाले । प्रत्यक्षदर्शीहरूको भनाई र ती दुवै राष्ट्र प्रमुखहरूले हात मिलाईरहेको अवस्थाको तस्विरको अनुहार देखेपछि त्यसै अनुमान लगाउन सकिन्छ अवश्य पनि मैत्रीको प्रभाव पर्दो रहेछ । हृदय पग्लिंदो रहेछ भन्ने

कुरो त्यो भन्दा पछिको गतिविधिबाट प्रष्ट हुन्छ । राष्ट्रपति निक्सन र अध्यक्ष माओत्सेतुंग दुवैजना भेटी हात मिलाउँदा विश्वमा नै एक अभूतपूर्व रूपले भूकम्प गयो । फलस्वरूप विश्वको रूपरेखा नै बदलियो । खिंचातानी खुकुलो भयो भन्दा अत्युक्ति नहोला । यो मैत्री चित्तको प्रतिफल हो । तर काम र कुरो मैत्रीपूर्वक हुनुपर्छ । चित्त शुद्ध हुनुपर्छ ।

३) मैत्री मनः कर्म-

मैत्री मनःकर्म भनेको भित्री हृदयदेखि मैत्रीपूर्वक हितैषी बनी कल्पना गर्नुपर्छ । चित्त दुषित भयो भने त्यसको फल राम्रो हुँदैन मन राम्रो भए मात्र गति पनि राम्रो हुन्छ भनिएको हो ।

माथि उल्लेख गरिएको ३ वटा मैत्री कर्महरू मध्ये मैत्री मनःकर्म मुख्य हो । जेष्ठ व्यक्ति नै प्रमुख हुन्छ । मैत्री मनःकर्म बलियो भएमा अर्को काय, वाक दुबै सफल हुन्छ । त्यसैले भित्री हृदयदेखि हीत होस्, सुखी होस् भनी शुभकामना गर्नु पर्दछ । मैत्री चित्त फैलाउन सक्नु पर्छ । मैत्री भाव प्रचार गर्न सक्नु पर्छ । धेरैजसो व्यक्तिलाई मित्रभाव राख्न सक्नु पर्छ । मित्र सम्भन्ध्न सक्नुपर्छ । मित्रताको बन्धन बलियो पार्नु पर्दछ । मित्रता विग्रिने काम गर्नु हुँदैन ।

यस संघर्षमय संसारमा सबैले मैत्रीपूर्वक कायकर्म, मैत्रीपूर्वक वाक कर्म र मैत्रीपूर्वक मनःकर्म बनाई काम गर्न सकेमा एक रमणिय समाजको श्रृजना हुन सक्छ । सबैले सन्तोषपूर्वक श्वास फेरी बाँच्न पाउने छ । यसको लागि त्याग र विवेक बुद्धिको सहारा लिई सहने शक्ति पनि बृद्धि गर्नु पर्छ । अनि क्षान्ति र मैत्रीको चमत्कार प्रत्यक्ष रूपमा छर्लीङ्गिने छ । अन्धो र लंगडा व्यक्ति हिँड्नको लागि परस्पर सहयोगको जरुरत परे जस्तै शान्ति स्थापना गर्नको लागि क्षान्ति र मैत्री दुवै गुणको परस्पर सहयोग चाहिन्छ ।

मैत्रीको दुईवटा शत्रुहरू

मैत्रीको दुईवटा शत्रुहरू मध्ये नजिकैको शत्रु राग हो । टाढाको शत्रु द्वेष हो । रागले पनि गुण सम्भेर मान गर्दछ । मैत्रीले पनि गुणलाई मान गर्छ यसरी गुण वर्णन गर्ने तर्फ राग र मैत्री दुवै भ्रष्ट एउटै भेषमा आउने गर्छ । त्यति बेला हामीलो चिन्न सक्नु पर्छ यो राग हो वा मैत्री भनेर । रागरूपी शत्रुसंग सतर्क भई मैत्री चित्तलाई बलियो पार्नुपर्छ । यसैले विशुद्ध मार्गमा भनिएको छ, “मेत्ता मुखेन रागो वञ्चेति” अर्थात् मैत्रीको नाकाव लगाएर रागले हामीलाई धोका दिन सक्छ ।

मैत्रीको टाढाको शत्रु द्वेष हो । मैत्रीको स्वभाव शीतल र हलुका छ । द्वेषको लक्षण खस्रो र भारी छ । यसरी मैत्री स्वभाव र द्वेष स्वभाव पानी र आगो जस्तै फरक भएकाले द्वेष

मैत्रीको टाढाको शत्रु हो । मैत्री बलियो भएको मनमा द्वेष रहन सक्दैन । त्यसैले टाढाको द्वेष देखेर नडराइकन मैत्री चित्तलाई बलियो पार्नु पर्छ ।

भगवान बुद्धको मैत्री बलियो भएकोले देवदत्तको षडयन्त्र सबै असफल भए । तीर्थंकर (बुद्ध विरोधी) हरूले गरेका षडयन्त्रहरू पनि सबै असफल भए ।

मोह-निह नखः

विश्वनाथः

दक्षिणक नृत्यावको हे भव्य तयदः सा ।
सन्तुष्ट मज्ज स्व मनू तयेगु मनू ॥
शाःगाः मदुगु भयलाया सागरे ।
व्वच्चाः वनाध्वन मनूत थन ॥

लोहते अवीर भतिचा दयेव ।
घः धया भाःपिड नृत्यामहसिनन ॥
मनू नं मनू जक भाःपिड मफया ।
हिंसा आतक न्यनावल थन ॥

नाना थायथासे चके वनान ।
हना च्वन नृत्याबले नखः चखः ॥
नृत्यापानिसे वःगु संस्कृति धाघा ।
हया च्वन मचायकं विकृति तं ॥

घनीया जुलसा मोहनी नखः न्याः ।
निर्घनीया जुल थःगु धुकू खना ग्याः ॥
स्याक्व त्याक्वया नामं ना दंगु नखः ।
लुमनकि हे जिगु नुगः तसक त्याः ॥

ला नयेगु मोह अयला त्वनेगु मोह ।
संस्कृतिया नामय हिंसा थायेगु त्वह ॥
पाप जाःगु कलश स्वनीगु नखः ।
स्वाधी मनूतयेगु ध्व गजाःगु पह ॥

पाप धेगु मस्यु धर्म धेगु मधू ।
साक्क भिक जक नयेदः सा गाः ॥
नामनिसे तसक त्वःगु नखः ।
धुगु नखः या ना हे “मोह-निह” खः ॥

मोह-निह नखः ध्व हिन्दु मानया हे ।
न्यकाः जुल रेदिया दैद पतिक ॥
अरु न बौद्ध पिस ध्वाः मधुया नः ।
याना जुल हिंसा न्हा घःचः तधिक ॥

उकि, आहतकलानि बौद्ध पासापि ।
बहिस्कार थायेगु स्व मोह-निह नखः ध्व ॥
धःतयमहं म्हसीके धाये हे योःसा ।
बुद्धया उपदेश छकः मनन याना स्व ॥

—श्री शरणा गमन—

धर्मकीर्ति विहार

गतिविधि

छैठौं धर्मकीर्ति रनिङ्ग शीलड अ.नि.मा.वि. बौद्ध हाजिर जवाफ प्रतियोगिता

२०६३ भाद्र ११-१७

धर्मकीर्ति विहार श्रीघःनःघः काठमाडौं

२५९५ औं धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस एवं पूज्यनिय धम्मवती गुरुमांको ७२ औं जन्मोत्सवको पुनित उपलक्षमा धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको आयोजनामा छैठौं धर्मकीर्ति रनिङ्ग शीलड अन्तर निम्न माध्यमिक विद्यालय बौद्ध हाजिर जवाफ प्रतियोगिता भाद्र १७ गते फाइनल प्रतियोगिताका साथ सम्पन्न भएको छ । उक्त प्रतियोगिताको विवरण यसरी रहेको छ ।

मिति २०६३ भाद्र ११ आइतवार

प्रतियोगिताको प्रथम दिन धम्मवती गुरुमांको सभापतित्वमा भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम संचालन भएको थियो धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीका सचिव रमा कंसाकारले स्वागत भाषण गर्नुभई कार्यक्रम प्रकाश पार्नु भएको थियो भने भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भएको थियो ।

निर्णायक मण्डल - भिक्षु राहुल, अनोजा गुरुमां, त्रिरत्न मानन्धर
 क्वीज मास्ट - प्रेमहीरा तुलाधर, अनुला गुरुमां
 टाइम कीपर - रमेश रत्न ताम्राकार
 स्कोर बोर्ड - रामेश्वरी महर्जन,
 मञ्च सहयोगी - राम कुमारी मानन्धर
 मञ्च व्यवस्थापन - रमा कंसाकार
 फोटो शेशन - अरुण शिद्धि तुलाधर
 कार्यक्रम संचालक - मीना तुलाधर
 जलपानदाता - धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी परिवार ।
 साउण्ड सिष्टम - उद्योग रत्न तुलाधर

प्रतियोगितामा सहभागी विद्यालयहरू र प्राप्त अंक

क्र.सं.	सहभागी विद्यालयको नाम	प्राप्ताङ्क
१.	श्री भक्त विद्याश्रम मा.वि. रक्तकाली	३०
२.	नेचर बोर्डिङ हा.स्कूल गोगाँसु	२८
३.	न्यू जेनिश इङ्गलिस मोडेल स्कूल भुरुङ्गखेल	१८
४.	ग्वालेक्सी पब्लिक स्कूल ज्ञानेश्वर	१३

यसरी यस दिन श्री भक्त विद्याश्रम मा.वि.ले ३० अंक प्राप्त गरी फाइनल प्रतियोगितामा भाग लिन सफल भएका थिए ।

मिति २०६३ भाद्र १२ सोमवार

प्रतियोगिताको दोश्रो दिन चमेली गुरुमांको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको थियो ।

निर्णायक मण्डल - भिक्षुणी धजवती (कुसुम)
 - मदन रत्न मानन्धर
 क्वीज माष्टर - शुभवती गुरुमां, रीना तुलाधर
 टाइमकीपर - कृशा शाक्य
 स्कोर बोर्ड - रामेश्वरी महर्जन
 साउण्ड सिष्टम - उद्योगरत्न तुलाधर
 फोटो शेशन - अरुण शिद्धि तुलाधर
 मञ्च सहयोगी - प्रेमलक्ष्मी तुलाधर
 मञ्च व्यवस्थापन - रमा कंसाकार
 कार्यक्रम संचालक - मीना तुलाधर
 जलपान व्यवस्थापन - तता, क्येहें पुचः ।

प्रतियोगितामा सहभागी विद्यालयहरू र प्राप्त अंक

क्र.सं.	सहभागी विद्यालयको नाम	प्राप्ताङ्क
१.	शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि. ठँहिटी	३९
२.	अनन्त मङ्गल सदन बाजालु	२९
३.	दरवार हाई स्कूल, रानी पोखरी	२८
४.	श्री ५ रत्न राज्यलक्ष्मी देवी मा.वि. बानेश्वर	१३

यसदिन शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि. ले ३९ अंक प्राप्त गरी फाइनल प्रतियोगितामा भाग लिन सफल भएका थिए ।

मिति २०६३ भाद्र १३ मंगलवार

प्रतियोगिताको तेस्रो दिन अनुपमा गुरुमांको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको थियो ।

निर्णायक मण्डल - भिक्षु भदिय, जाणवती गुरुमां
 - डा. लक्ष्मण शाक्य
 क्वीज माष्टर - अमृत रत्न ताम्राकार
 - लोचन तारा तुलाधर
 टाइम कीपर - अरुण सिद्धि तुलाधर
 स्कोर बोर्ड - रमाशोभा कंसाकार
 मञ्च सहयोगी - रामकुमारी मानन्धर
 कार्यक्रम संचालक - कल्पना शाक्य
 साउण्ड सिष्टम - उद्योग रत्न तुलाधर
 जलपान दाता - धर्मकीर्ति स्वास्थ्य कमिटी

प्रतियोगितामा सहभागी विद्यालयहरू र प्राप्त अंक

क्र.सं.	सहभागी विद्यालयको नाम	प्राप्ताङ्क
१.	सिद्धार्थ बनस्थली इन्स्टिच्यूट बालाजु	३६
२.	गणेश आवासीय मा. वि. स्वयम्भू	३१
३.	नेपाल आदर्श मा.वि. गणवहाल	२३
४.	स्वयम्भू इङ्गलिस बोर्डिङ स्कूल बालाजु	१२

यसदिन सिद्धार्थ बनस्थली इन्स्टिच्यूट बालाजुले ३६ अंक प्राप्त गरी फाइनल प्रतियोगितामा भाग लिन सफल भएका थिए ।

मिति २०६३ भाद्र १७ गते शनीवार

फाइनल प्रतियोगिता

यसदिन धम्मवती गुरुमांको सभापतित्वमा प्रतिनिधी सभाका सभामुख सुभाष नेम्बाङ्गज्यूको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम संचालन गरिएको थियो । यस दिन धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीका सचिव रमा कंसाकारले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो भने सह सचिव मीना तुलाधरले धर्मकीर्ति अध्ययन गोष्ठीको परिचय प्रस्तुत गर्नुहुँदै कार्यक्रम प्रकाश पार्नु भएको थियो ।



विजयी विद्यालयले शिल्ड प्राप्त गर्दै रमाइरहेको दृष्य

निर्णायक मण्डल: भिक्षु कौण्डञ्ज, सुजाता गुरुमां, सुवर्ण शाक्य
 क्वीज माष्टर - अरुणशिद्धी तुलाधर, प्रफुल्ल कमल ताम्पाकार
 टाइमकीपर - ध्रुव राज कर्णिकार, कृषा शाक्य
 स्कोर बोर्ड - चिनीकाजी महर्जन
 मञ्च सहयोगी - सहना मानन्धर
 मञ्च व्यवस्थापन - रमाशोभा कंसाकार
 साउण्ड सिष्टम - उद्योग रत्न तुलाधर
 स्टिल फोटो - सुरेश मान डंगोल
 भिडियो - इन्द्रकुमार नकमी
 कार्यक्रम संचालक - अमृत रत्न ताम्पाकार
 जलपान व्यवस्था - धर्मकीर्ति मिजं पुचः

फाइनल प्रतियोगितामा सहभागी विद्यालयहरू र प्राप्त अंक

क्र.सं.	सहभागी विद्यालयको नाम	प्राप्ताङ्क
१.	शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि. ठँहिटी	४८ प्रथम
२.	श्री भक्त विद्याश्रम मा.वि. रक्तकाली	३९ द्वितीय
३.	सिद्धार्थ बनस्थली इन्स्टिच्यूट बालाजु	२९ तृतीय

यसरी फाइनल प्रतियोगितामा शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि. ठँहिटीले ४८ अंक प्राप्त गरी प्रथम भई शिल्ड प्राप्त गर्न सफल भएका थिए भने भक्त विद्याश्रमले ३९ अंक प्राप्त गरी प्रतियोगितामा द्वितीय बन्न सफल भएका

थिए । यसरीनै सिद्धार्थ बनस्थलीले २९ अंक प्राप्त गरी प्रतियोगितामा तेश्रो स्थान ओगट्न सफल भएका थिए ।

पुरस्कार वितरण कार्यक्रम

पुरस्कार वितरण कार्यक्रमको सिलसिलामा सर्वप्रथम यस हाजिर जवाफ प्रतियोगितामा भाग लिएका सम्पूर्ण १२ वटा नै विद्यालय एवं विद्यार्थीहरूलाई प्रमाणपत्र र पुरस्कार हरू प्रमुख अतिथी सभामुख सुभाष नेम्बाङ्गज्यूबाट प्रदान गर्नुभएका थिए । यसपछि उहाँले फाइनल प्रतियोगितामा प्रथम दोश्रो र तेश्रो हुन सफल विद्यालय एवं विद्यार्थी भाई बहिनीहरूलाई प्रमाण पत्र र पुरस्कार प्रदान गर्नुभएको थियो । सो पश्चात् धर्मकीर्ति लोगो अंकित शील्ड प्रतियोगितामा प्रथम हुन सफल विद्यालय शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि.लाई प्रदान गर्नुभयो । यस रनिङ्ग शिल्डका प्रायोजक दाता द्रव्यमान सिंह तुलाधर हुनुहुन्थ्यो ।

शान्ति शिक्षा मन्दिर मा.वि.ले लगातार तिन पटक सम्म प्रतियोगितामा प्रथम स्थान ओगट्न सफल भएको कारणले उक्त रनिङ्ग शिल्ड उक्त विद्यालयलाई नै हस्तान्तरण गरिएको थियो ।

त्यसपछि धम्मवती गुरुमांबाट प्रमुख अतिथीज्यू एवं अन्य भू.पू. मन्त्रीज्यूहरूलाई पनि उपहार प्रदान गर्नुभएको थियो ।

यसरी नै गुरुमाले निर्णायक मण्डलका भिक्षु कोण्डञ्ज, सुजाता गुरुमां एवं सुवर्ण शाक्य ज्यूलाई पनि उपहार प्रदान गर्नु भएको थियो भने हाजिर जवाफ प्रतियोगितामा सहयोग पुऱ्याउनु हुने नेपाल प्रेशलाई पनि उहाँले उपहार प्रदान गर्नुभएको थियो । यसरी नै दाताहरू द्रव्यमान सिंह तुलाधर लगायत सानुरत्न स्थापितलाई पनि धम्मवती गुरुमाले ज्ञानमाला सि.डि प्रदान गर्नुभएको थियो । प्रतियोगितामा पुरस्कार वितरण कार्यको लागि आवश्यक स्टेशनरी सामानहरू, मुन्चा हाउस र निलमानसिं तुलाधरले प्रदान गर्नुभएको थियो भने अन्य रुमाल, साबुन आदि धर्मकीर्ति विहारका गुरुमांहरूको तर्फबाट प्राप्त भएको थियो ।

यसपाली सिद्धार्थ बनस्थली इन्स्टिच्यूट बालाजुलाई दाता सानुरत्न स्थापितबाट धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यता प्रदान गर्नुभएको छ । स्मरणिय छ उहाँले धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीबाट संचालित हाजिरी जवाफ प्रतियोगितामा भाग लिई फाइनल प्रतियोगितामा सामेल हुन सफल सबै स्कुलहरूलाई धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यता प्रदान गर्दै आउनु भएको छ ।

मन्तव्य व्यक्त गर्ने क्रममा सभामुख सुभाष नेम्बाङ्गले यस्तो हाजिरी जवाफ प्रतियोगिताले बुद्धको सही शिक्षा प्रचारमा निकै फलदायी नतिजा दिने भएको हुँदा

यस्तो कार्यक्रम संचालन गर्नु अति आवश्यक रहेको विचार व्यक्त गर्नुहुँदै भन्नुभयो—“बुद्धको जन्म भूमि नेपाल हो भन्ने कुरा कतिपय विदेशीहरूलाई जानकारी नै रहेनछ। त्यसैले यसप्रकारको कार्यक्रमलाई हामीले अझ विस्तार गर्दै लान परेको छ। धर्म निरपेक्षतालाई पनि हामीले व्यवहारमा उताउँदै लान परेको छ।”

यस हाजिरी जवाफ प्रतियोगिताको संयोजक रमेश ताम्राकारले यस कार्यक्रममा उपस्थित सबै महानुभावहरू, विद्यालय एवं विद्यार्थीहरू लगायत सम्पूर्ण सहयोगीहरूलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भएको थियो।

अन्त्यमा सभापतिको आसनबाट मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुँदै भिक्षुणी धम्मवतीले भन्नुभयो—

“नेपाली दाजुभाईहरू सबै एउटै परिवारका नेपालआमाका सन्तान भएकोले एक आपसमा मैत्री पूर्ण व्यवहार हुनु अत्यावश्यक भएको छ। तर यस्तो वातावरण र भावनाको अभाव भएको कारणले एक आपसमा एकता अभाव भएको कारणले नै हामी अरू देशहरूबाट हेपिएर रहनु परेको छ। हामीले शान्ति शान्ति भनेर कामना र प्रार्थना गरेर मात्र पुग्दैन। शान्तिको लागि त आआफ्नो मनको श्वार्थी भावना र वैमनस्य भावनालाई त्यागी हामी भन्ने निश्चार्थ भावना जगाउनु परेको छ। अनि मात्र हामीले बुद्धले सिकाउनु भएको शिक्षा मैत्रीपूर्ण व्यवहारलाई अंगाल्न सक्नेछौं र बुद्ध शिष्य बनी शान्ति प्राप्त गर्न सक्नेछौं।”

धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

गत भाद्र १६ गते शुक्रवार अष्टमी देखि आश्विन ६ गते शुक्रवार औंसी सम्म धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना कार्यक्रम यसरी संचालन भएको थियो।

मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
२०६३ भाद्र १६	वीर्यवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
२०६३ भाद्र २२	इन्द्रावती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
२०६३ भाद्र ३०	कुसुम गुरुमां	कुसुम गुरुमां
२०६३ आश्विन १	खेमावती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
२०६३ आश्विन ६	जयवती गुरुमां	जयवती गुरुमां

धर्मकीर्ति शनिवारीय कक्षा

२०६३ भाद्र १५ गते
धर्मकीर्ति विहार श्रीघःनःघः । विजय लक्ष्मी शाक्य

विषय : मंगल सुत्र (मज्जपाणा च संयमो)

यस दिन श्रद्धेय सुजाता गुरुमांले मंगल सुत्रमा उल्लेख भएको अट्टीस मंगलहरू मध्य मज्जपाणा वा मद्यमान नगर्नु एक उत्तम मंगल हुन् भन्ने विषयमा विस्तृत व्याख्या गर्नु भएको थियो। मज्जपाण (मद्यपान) भन्नाले निद्रा, रक्सी, काम रागमा मज्जालिई भुल्नु आदि पर्दछन्।

भगवान बुद्धले पराभव सुत्रमा व्याख्या गरे अनुसार सुरा धूर्त, नभई अर्थात रक्सी वा सुरा सेवन नगरी, गृहस्थ

भए आफ्नो धर्म पत्नीसंग वसी धार्मीक जीवन विताउनु र तास, जुवा आदिबाट टाढावसी संयमित भइ अप्रमादी जीवन विताउनु नै बुद्धिमानी हो भनी भन्नु भएको छ। यी माथि उल्लेख गरिएका निन्द्रा, रक्सी, काम राग, तास, जुवामा भुल्ने काम सबै लागु पदार्थ जस्तै हुन्, जति सेवा गरे पनि तृप्त नहुने हुन्छ भने, त्यसको कारणबाट मानिसको पतन बाहेक उत्थान हुँदैन। त्यसैले भगवान बुद्धले सबैको जीवनमा पंचशील पालना गर्नु पर्ने नियम बनाउनु भयो।

बुद्धकालीन ऋद्धिवान सागत भिक्षु जसले आगोको मुस्लो छोड्ने विषालु नाग जसको अगाडि कोही जान सक्दैन, त्यसलाई समातेर बुद्धको अगाडि ल्याए। उनलाई कोसाम्बिमा भिक्षा माग्न जाँदा ६ वर्गीय दुष्शील, दुष्ट भिक्षुहरूले सुरा वा मदिरा पान दिए। त्यो खाए पछि बाटो मै लडे। अरु भिक्षुहरूले बोकेर बुद्धकहाँ ल्याए पछि आफ्नो खुट्टा उहाँ (बुद्ध) तिर पारी उसले गालि गरे। अर्थात् सुरा वा मदिरा पानले गर्दा शील नै नष्ट र भ्रष्ट भए।

यसरी उदाहरण दिइ बुद्धले भन्नु भयो कि रक्सी लागे पछि चोरी गर्ने, प्राणि हत्या गर्ने, काम रागको वसमा रहने; जे पनि बोल्न सक्ने आदि दुशील कार्यहरू गर्न सक्ने हुन्छ। यसले गर्दा जीवनमा उन्नतिको सट्टा दुर्गति हुने हुन्छ। मज्जपाण (मदिरा पान) वा त्यसरी लाग्ने चिजको सेवनबाट टाढा वसी मानिसले जीवनलाई संयमित पार्न सके उत्तम मंगल हुन्छ भनेर मंगल सुत्रमा भनिएको हो भनी भन्नुभयो।

मिति २०६३ श्रावण २० शनिवार

प्रवचक - श्रद्धेय भिक्षु अश्वघोष महास्थविर

विषय - बुद्धले जस्तै गाली सहेर समाजसेवा गर्ने व्यक्ति अरु छैनन्।

प्रेषक- अमीर कुमारी शाक्य

यस संसारमा गाली नसहीकन समाज सेवा गर्न सक्ने शायद कोही छैन होला। ती मध्ये पनि बुद्धले जति गाली सहेर समाज सेवा गर्ने व्यक्ति अरु छैन होला। यस भनाईलाई श्रद्धेय अश्वघोष भन्तेले बुद्ध जीवनीका अनेक घटनाहरू प्रस्तुत गर्ने क्रममा यसरी स्पष्ट पार्नु भएको थियो।

“बुद्धले बोधिज्ञान लाभ गरिसक्नु भएपछि ४५ वर्ष सम्म सभ्य मानवको तर्फबाट समाज सुधार गर्ने उद्देश्य बोकी विभिन्न स्थानहरूमा भ्रमणगरी उपदेश दिनु भएको थियो। उहाँको मनमा समाजको लागि कति मैत्री र करुणाले भरिएको छ यस विषयमा वर्णन गरी साध्य छैन। यही मैत्री र करुणाको बलले मानिसहरूलाई ज्ञानी बनाउन खोज्नुनै बुद्धको समाज सेवा हो। मानिसहरूमा व्याप्त रहेका अज्ञानता र मिथ्यादृष्टि हटाउन खोज्नु नै बुद्धको ठूलो लक्ष रहेको देखिन्छ। तर यस संसारमा भलो

चिताएर काम गर्ने व्यक्तिलाई जस भने हुँदैन । त्यस्ता व्यक्तिलाई उल्टो अपजस दिई गाली गर्ने, आरोप लगाउने षडयन्त्र रचेका प्रमाणहरू थुप्रै भेटिन्छन् ।

बुद्धले प्राप्त गर्नु भएको बोधिज्ञानलाई बुझ्नसक्ने कसैले बुझ्निएर उनीहरू बुद्ध शिष्य नै बने । उनीहरूले बुद्धलाई गुरु भजी आदर गौरव राख्न थाले । फलस्वरूप गौतम बुद्धको यशकीर्ति फैलदै गए । तर कुनै कुनै अज्ञानी व्यक्तिले भने बुद्धको यशकीर्ति फैलेको सहन नसकी इर्ष्या र दाहले छटपटिन थाली बुद्धलाई अनेक लान्छना लगाउन थाले ।

कसैले त बुद्धको अगाडि नै आई तँ गधा, पशु” भन्दै गालि गर्न थाले । साधारण मानिस भए यस्तो अवस्थालाई सहन नसकी आफ्नो मानहानी गरेको भन्दै रीसको भोकमा बदलाको भावना लिन्थे होला । तर बुद्ध शान्तिवादी व्यक्ति भएको कारणले उहाँले यस्ता लोकधर्मलाई परवाह राख्नुभएन । यही सहनशील, मैत्री र करुणा सहितको व्यक्तित्वले गर्दा बुद्धको यशकीर्ति भन बढि फैलन थाले ।

लान्छना मात्र लगाएर पनि नपुगी उहाँमाथि अनेक षडयन्त्र पनि रचियो । उपमाको लागि चिंचमाणविका भन्ने एक वेश्यालाई हातमा लिई ठूलो परिषद् माफ्न बुद्धको तर्फबाट उनी गर्भवती बनिएको भनी नाटक रचाइयो, सुन्दरी परिव्राजिकालाई रहस्यमय ढंगले हत्या गरी यसको आरोप पनि बुद्धलाई लगाइयो । तर यी सबै षडयन्त्र आखिर सबैको माफ्न प्रकृतिले नै असत्य सावित गरिदियो । त्यसैले यी घटनाहरूले सत्य आखिर सत्य न ठहरिने रहेछ भन्ने ज्ञान प्राप्त पारिदियो ।

यज्ञ, होम र जातले कोही ब्राह्मण हुँदैन उसको कामले मात्र उच्च र नीच हुनेहो भनी ज्ञान दिनुहुने गौतम बुद्धले युवाहरूलाई भिक्षु बनाइदिएको कारणले पनि उहाँले गाली सहनु परेको थियो ।

बुद्धको यशकीर्ति देखी इर्ष्याले जलेका उहाँका भाई देवदत्तले भिक्षुसंघलाई टुक्र्याई भिक्षुसंघ भेद गरेर पनि नपुगी बुद्धलाई मार्ने नियतले ठूलो ढुंगा खसालेका थिए । तर मार्न सकेन । यस घटनालाई पनि बुद्धले क्षान्तिबलले जित्नु भयो ।

आफ्नो अशान्तपूर्ण देशको वातावरण हटाउनको लागि पनि मानिसको मनमा सहनसक्ने बानी र आआफ्नो चित्त शुद्ध गर्ने बानी ल्याउन अत्यावश्यक रहेको देखिन्छ ।

२०६३ भाद्र १० गते

धर्मकीर्ति विहार, श्रीघःनःघ । विजय लक्ष्मी शाक्य

विषय- शील

यसदिन श्रद्धेय अनुपमा गुरुमाले शील विषयमा प्रवचन दिनु हुँदै भन्नुभयो “जीवनमा शील, सदाचारको

अति नै आवश्यकता छ । सदाचार विना परिवार, समाज, देशमा शान्ति सुब्यवस्था उन्नति र प्रगति हुन सक्दैन । शील एक किसिमको मानिसको शिर वा टाउको जस्तै हो । शील विना मानिसको जीवन अपाङ्ग हुन्छ । शीललाई बुद्ध शिक्षामा खम्बाको नाउँ दिइएको छ । कारण यसको आधारमा समाधि र प्रज्ञा फस्टाउँछ । शील, सप्त रत्न धन मध्य एक अमूल्य धन हो जसबाट मानिसले आध्यात्मिक, मानसिक र भौतिक शान्ति रूपी धन प्राप्त गर्दछ ।

बुद्धले बताउनु भएको आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको तीन खण्ड मध्ये पहिलो शील खण्डमा सम्यक वचन, सम्यक कर्म र सम्यक आजिविका पर्दछन् । गृहस्थ जीवनमा पंचशील पालना गर्न सके सबैको भलो हुन्छ । कारण बोली वचनमा सम्यक, कर्ममा सम्यक र आजिविकामा सम्यक भन्नाले आफ्नो र अरुको हित हुने काम व्यवसाय आदिमा ठीक दृष्टिकोण हुनु हो ।”

उहाँले एक गाथा पनि भन्नु भएको थियो जुन स्मरणिय छ :-

शीलेन सुगति यन्ति, शीलेन भोग सम्पदा,
शीलेन निब्वति यन्ति, तस्मा शीलं विशोधय ।

मानिसले शील पालना गर्दै जाँदा सुगति प्राप्त हुन्छ । भोग सम्पत्ति पनि प्राप्त हुन्छ । शान्तिको मार्ग निर्वाण प्राप्तिको लागि विशुद्ध शीलले हामीलाई पनि विशुद्ध पारिदिन्छ ।

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना
२०६३ भाद्र १६ गते शुक्रवार,

मैत्री बोधिसत्त्व महाविहार सुधार सहयोग समितिको आयोजनामा एवं धम्मवती गुरुमांको नेतृत्वमा मैत्री बोधिसत्त्व महाविहारमा हरेक महिनाको शुक्लपक्ष अष्टमीका दिन सञ्चालन भइरहेको बुद्धपूजा एवं धर्मदेशना कार्यक्रम अनुसार यसदिन पनि धम्मवती गुरुमाले बुद्धपूजा कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुभएको थियो ।

बुद्धपूजा कार्यक्रम पश्चात् धम्मवती गुरुमाले धर्मदेशना गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा वसुन्धरा ज्ञानमाला संघबाट ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरिएको थियो भने लक्ष्मीनानी न्यत पुचःको तर्फबाट कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका गुरुमांहरू लगायत उपासक उपासिकाहरूलाई जलपान दान गर्नुभई पूण्य सञ्चय गर्नुभएका थिए ।

२०६३ भाद्र २४ गते

स्थान : धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः

विषय- सामाञ्ज फल सूत्र (दीघनिकाय)

संचालक : श्याम लाल चित्रकार

प्रस्तुति : मिनरबति तुलाधर

यसदिन प्रवक्ता मदन रत्न मानन्धरले प्रवचन दिनुहुँदै भन्नुभयो-

भगवान् बुद्धले देशना गर्नु भएको उपदेशहरू जम्मा ८४००० धर्मस्कन्ध छन् । ८४००० धर्मस्कन्धलाई विभिन्न भागमा विभाजन गरि राखेका छन् । ती मध्ये सुत्र पिटकमा पाँच निकाय छन् ।

१. दीघनिकाय २. मज्झिम निकाय ३. संयुक्त निकाय ४. अंगुत्तरनिकाय ५. खुट्टकनिकाय

सामाज्य फल सूत्र भन्नाले श्रमण जीवन यापन गर्नेलाई प्राप्त हुने फाइदालाई भनिन्छ । यो कुरा राजा विम्बिसारको कारणमा आएको हो । मगध राजा विम्बिसारले सिद्धार्थलाई आफ्नो आधा राज्य लिनुस् भनेर प्रार्थना गरेका थिए । तर सिद्धार्थले स्वीकार गर्नु भएन । त्यसपछि बुद्ध भइसकेपछि मलाई धर्म देशना गर्न आउनुस् भनेर उनले सिद्धार्थलाई प्रार्थना गरे । त्यसपछि भगवान् बुद्धको उपदेश सुनेर उनी सोतापन्न भएका थिए । त्यहि राजाको छोरा अजातशत्रु देवदत्तको संगतमा लागेर आफ्नो बुवा विम्बिसारको हत्या गरे । हत्या गरिसकेपछि पश्चाताप भएर वसेको समयमा बस्न पनि सकेन र सुत्न पनि सकेन । नर्कको आगोले पोलेर अशान्ति भएको बेलामा कार्तिक पूर्णिमाको रातमा कुन गुरुकहाँ गएर मनलाई शान्त पार्न भन्ने ईच्छा भयो । त्यसबेला मन्त्रीहरूले आफ्नो गुरुहरूको वयान गरे कसैको कुरा चित्त बुझेन । अन्तमा जीवक वैद्यको गुरु भगवान् बुद्धको शरणमा गएर मनलाई शान्त पारे । भगवान् बुद्धकहाँ जाँदा त्यहाँ १२५० जना भिक्षुहरू भएको ठाउँमा शान्त वातावरण देखेर डराएको थियो । अजातशत्रु राजालाई ६ जना गंगाचार्यहरूको कुरा पनि चित्त बुझेन । उनीहरूले कुनै पनि अर्थ हुने कुराहरू बताएनन् । अन्तमा भगवानले बताउनु भएको कुरा सुनेर चित्त बुझ्यो । श्रमण भइसकेपछि आफुले गर्नुपर्ने कर्तव्य पालन गर्न सक्यो भने श्रमण भएको फल प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

अभिधर्म पाठ सम्पन्न

मिति - २०६३ भाद्र २५ आइतवार

स्थान - धर्मकीर्ति वसुन्धरा विहार, वसुन्धरा डोल ।

यसदिन पूज्य धम्मवती गुरुमांको ७२ औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा धर्मकीर्ति वसुन्धरा विहार वसुन्धरा डोलमा प्रव्रजित गुरुमांहरूको तर्फबाट दिनभरी अभिधर्म ७ खण्ड पाठ गरिएको थियो । पूज्य धम्मवती गुरुमांको सुस्वास्थ्य कामना एवं देशमा शान्ति कामना गरी पाठ गरिएको उक्त कार्यक्रम धर्मकीर्ति वसुन्धरा विहारले आयोजना गरिएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा धम्मवती गुरुमांले शील प्रार्थना गराउनुभई बुद्धपूजा कार्यक्रम सञ्चालन गर्नु भए पश्चात् धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । यसरी नै धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला र वसुन्धरा श्रीघः ज्ञानमालाले ज्ञानमाला भजन पनि प्रस्तुत गरिएको थियो ।

कृष्णदेवी क्षेत्रपाटी पुचः प्रमुख अन्य थुप्रै उपासक उपासिकाहरूको सहयोगमा उक्त दिन जलपान भोजनको व्यवस्था मिलाइएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा अभिधर्म पाठ गर्नुहुने प्रव्रजित गुरुमांहरूको नामावली यसरी रहेको छ ।

क्र.सं.	अभिधर्म पाठ	पाठगर्नुहुने प्रव्रजित गुरुमांहरू
१.	धम्मसंगणी	धम्मवती, चमेली, सुजाता
२.	विभङ्ग	सुजाता, केशावती, धम्मविजय
३.	कथावत्थु	अनोजा, त्यागवती, वीर्यवती
४.	धातुकथा	दानवती, इन्दावती, भद्रावती, प्रीतिवती
५.	पुगल पञ्जति	अनुपमा, कुसुम, जयवती
६.	यमक	सुभवती, करुणावती, ध्यानवती
७.	पट्टान	रत्नमञ्जरी, धम्मवती, संघवती

शान्तिवन लगायत वादे गाउँमा बुद्धपूजा

२०६३ भाद्र ३१ शनीवार, शान्तिवन

धर्मकीर्ति विहारको आयोजनामा र धम्मवती गुरुमांको सक्रियतामा यसदिन ललितपुर जिल्लामा वादेगाउँ र शान्तिवनमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो ।

लगभग साढे तीनसय जना उपासकोपासिकाहरूको समूहले भाग लिएको उक्त कार्यक्रममा पञ्चशील प्रार्थना पछि धम्मवती गुरुमांले बुद्धपूजा कार्यक्रम संचालन गर्नुभई धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । शान्तिवनको रमणिय डाँडामा दाता विजयवहादुर वज्राचार्यको तर्फबाट निर्मित "बुद्ध मूर्ति अगाडि बुद्धपूजा सम्पन्न गरिएको थियो । बुद्ध पूजा पश्चात् दाता विजयवहादुरले शान्तिवनमा बुद्ध मूर्ति निर्माण गरिनुको प्रमुख कारण र उद्देश्य प्रस्तुत गर्नुहुँदै शान्तिवन सबैको भएको कारणले यस पवित्र स्थानमा बुद्ध प्रति श्रद्धा व्यक्त गर्न सबैलाई स्वागत रहेको मन्तव्य व्यक्त गर्नुभयो । यसरी नै लुम्बिनीमा पनि शान्तिवन निर्माण गरिएको जानकारी पनि व्यक्त गर्नुहुँदै शान्तिवन लुम्बिनीले पनि श्रद्धालु उपासकोपासिकाहलाई स्वागत गरिरहेको कुरा प्रस्तुत गर्नुभयो । धम्मवती गुरुमांले धर्मदेशना गर्नुहुँदै हामीले अमूल्य मनुष्य जीवनको महत्त्वलाई जानी समय समयमा धर्मचेतना ल्याई पूण्य कार्य संगाल्दै जानुपर्ने विषयमा विश्लेषण गर्नुभयो ।

यसदिन धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजन समूहले ज्ञानमाला भजन गाई वातावरण अझ रमणिय बनाइएको थियो । कार्यक्रममा उपस्थित सबै उपासकोपासिकाहरूलाई दाता विजयवहादुर वज्राचार्यको तर्फबाट जलपानको व्यवस्था मिलाइएको थियो भने गुरुमांहरूको लागि जलपान र भोजनको समेत व्यवस्था मिलाइएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा भाग लिएका सबै उपासक उपासिकाहरू लगायत गुरुमांहरूको तर्फबाट शान्तिवनको उन्नतिको कामना गर्दै र. २६,०००/- (छब्बीस हजार)भन्दा बढि सहयोग स्वरूप चन्दा प्रदान गरिएको थियो ।

धर्मकीर्ति विहारपाखें पूज्य भिक्षु बुद्धघोष महास्थवीरयात अभिनन्दन पत्र देछाल

नेपालया पूज्यपाद जेष्ठतम “अगमहासदधम्म जोतिक धज” भिक्षु बुद्धघोष महास्थविर बुद्ध सम्बत् २५५० जेठ २४ गते बुधवार खुनु नेपाःया संघनायक जुयाविज्याःगु सुखद उपलक्षे वसपोलं बुद्ध शासनिक क्षेत्रय् यानाविज्याःगु योगदानयात कदर यासे अखिलनेपाल भिक्षु महासंघं अभिनन्दन कार्यक्रम आयोजना यासे वसपोलयात मिति २०६३ भाद्र १० गते श्री सुमङ्गल विहार यलय् अभिनन्दन याःगु खः । उगू ज्याइवले वसपोलयात धर्मकीर्ति विहार लगायत थुगु विहारया शाखा विहार व संस्थातसें मंकाः अभिनन्दन पौ च्छाःगु खः । उगु अभिनन्दन पौया स्वरूप थुकथं खः

धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः, नःघः, येँ
संघनायक भद्दन्त बुद्धघोष महास्थविरया
कर-कमलस च्छानागु

अभिगण्डन-पौ

परमपूज्य संघनायक भिक्षु बुद्धघोष महास्थविर ।

जाति, जरा, ब्याधि, मरण दुक्खं मुक्त जुयाः निर्वाण प्राप्त याये फुगु शिक्षाया प्रतिपादक भगवान बुद्धया जन्मभूमि थुगु नेपाः देय्या राजधानी जुयाच्चंगु यँया थँहिति क्वाःबहालय् थनिं चय्खुदँ न्त्यः सप्तरत्न वज्राचार्यया रूपय् जन्म जुया बिज्याःमह छलपोल भन्तेपाखें वसपोल बुद्धया शिक्षायात खुइखुदँ न्त्यः निसें अनवरत व अनालसि जुस्ये प्रचार प्रसार याना बिज्यानाच्चंगु ज्या अतिकं प्रशंसनीय, अनुकरणीय, उपकारिक व कल्याणकारक खः धयां अप्वः खँजुइ मताः ।

भो गुरू भन्ते !

छलपोलया हे प्रेरणा व मार्गदर्शनया फलस्वरूप जि बर्माय् ‘धम्माचरिय’ जुइफुगु खः लिसें धर्मकीर्ति लगायत थी थी विहार व संस्था नीस्वनाः बुद्धया शिक्षायात जन मानसय् न्यंके फुगु खः ।

परियत्ति शिक्षाया बाहक भो भन्ते !

थनिं पीस्वदँ न्त्यः छलपोलया हे अग्रसरताय् न्त्याःवःगु ‘नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा’ पाखें दलंदः नेपाःमी लाभान्वित जुइ धुक्का व लिपानं लाभान्वित जुयावं च्वनी तिनि ।

नीनिगु सफूया च्वमि नापं अनुवादक जुयाः छलपोलं नेपालभाषा व बुद्ध धर्मया साहित्यया धुकू जायेकेगु ज्याय् याना बिज्याःगु योगदानयात न्त्याक्व च्छाःसां म्हो हे जुइ ताः ।

ध्यानया ज्ञानं भूचाम्ह भो धर्मानुशासक भन्ते !

नेपालय् सतिपट्टान विपस्सना भावना स्यनेकेनेया नितिं शंखमूलय् ध्यान केन्द्र थापना यायेगु ज्याय् नं छलपोलयागु यक्व मेहनत व परिश्रम जुगु दु । ‘अगमहासदधम्म जोतिक धज’ पूज्य भन्ते !

ई.सं. १९५४ य् बर्माय् सम्पन्न जूगु ‘छट्ट संगायना’ य् संगीतिकारक जुया बिज्यानाः नेपाःया गौरव जुया बिज्याःगु जक मखु नेपालय् नं छम्ह अनुकरणीय व उदाहरणीय ब्यक्तित्व जुया बिज्याःमह छलपोल नायक भन्तेयात अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ पाखें ने.सं. १९२६ तछलाथ्व एकादशी कुहु ‘संघनायक’ पदबीं सु-शोभित याःगुया उपलक्ष्यस आयोजना जुयाच्चंगु थौया अभिनन्दन ज्याइवबलय् जिमिसनं थुगु अभिनन्दन-पौ छलपोलयात च्छाये दयाः तसकं धर्मप्रीति उत्पन्न जूगु जुल । छलपोलया ता-आयु, भिं-उसाय्या कामनालिसें शासनिक चर्या अर्भं उज्वः उदाहरणीय जुइमा धकाः दुनुगलनिसें आशिका याना ।

चिरं तिदठु सद्धम्मो !!!

धर्मकीर्ति विहार	धर्मकीर्ति विश्व शान्ति विहार
श्रीघःनःघः, येँ	बसुन्धरा, येँ
सुलक्षणकीर्ति विहार	पद्मकीर्ति विहार
चवभाः, येँ	कमलपुखू, येँ
निर्वाणमूर्ति विहार	गौतमि विहार
किण्डोल, येँ	लुम्बिनी
धर्मकीर्ति विहार संरक्षण कोष,	धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी,
धर्मकीर्ति स्वास्थ्य कमिटी,	धर्मकीर्ति पत्रिका, परिवारधर्मकीर्ति
बौद्ध ज्ञानमाला संघ ।	

बु.सं. २५५०, ने.सं. १९२६, ई.सं. २००६,
वि.सं. २०६३ भाद्र १० गते शनिवार ।

ऋषिनी प्रव्रज्या सम्पन्न

मिति - २०६३ भाद्र २० गते मंगलवार

स्थान - जितापुर गन्धकुटी विहार खोकना, ललितपुर ।

खोकना स्थित जितापुर गन्धकुटी विहारमा भिक्षुणी धम्मवतीको नेतृत्वमा पाँचजना कुलपुत्रीहरूलाई ऋषिनी प्रव्रजित गरिएको थियो ।

धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजनबाट शुभारम्भ गरिएको उक्त कार्यक्रममा शीलप्रार्थना र बुद्ध पूजा पश्चात् धम्मवती गुरुमाले प्रव्रज्या विषयमा धर्मदेशना पनि गर्नुभएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा देववहादुर डंगोलले आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा ऋषिनी प्रव्रजित हुनुभएका कुलपुत्रीहरूको गृहस्थ नाम र प्रव्रजित नाम यसरी रहेको कुरा समाचारमा उल्लेख गरिएको छ ।

गृहस्थ नाम	ऋषिनी प्रव्रजित नाम
१. ज्ञानदेवी	सुद्धावती
२. अस्मिता	उत्तरावती
३. विनिता	विनितावती
४. हेमु	हेमवती
५. सोनी	सोणवती

धर्म प्रचार

समाचार

भिक्षुणी धम्मवती अभिनन्दित

स्थान : नगदेश

मिति : २०६३ भाद्र १५ गत

धर्मोदय सभा, मध्यपुर थिमि नगर शाखा, नगदेशको तेश्रो साधारण सभाको समुद्घाटन श्रद्धेय भिक्षुणी धम्मवती 'धम्माचरिय' गुरुमाँको करकमलबाट प्रज्ञाको ज्योतिरूपी तीनवटा दीप प्रज्वलन गरी गर्नुभएको थियो। बुद्धपूजा र धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनबाट भजनगान समेत भएको उक्त सभाको शुभारम्भमा श्रद्धेय बर्मीज भिक्षु वण्ण धजज्यूबाट पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भएको थियो। सो सभामा नगदेश बौद्ध समूहको तर्फबाट धम्मवती गुरुमाँ बुद्ध धर्म प्रचारको क्षेत्रमा योगदान र संस्मरण गरी श्रद्धेय भिक्षुणी केशावति गुरुमाँले गुरुमाँलाई पवित्र खाडा र ओढाई सम्मान जाहेर गर्नु भयो। समूहका कोषाध्यक्ष रामभक्त हाँयजुले "अभिनन्दन पत्र" टक्रायाउनु भयो भने समूहका अध्यक्षले भगवान बुद्धको प्रतीक तस्विर एक उपहार स्वरूप प्रदान गर्नुभयो।

ध.स. नगर शाखा, नगदेशको तेश्रो साधारण सभामा पाल्नु भएका केन्द्रीय महासचिव श्री सुचित्रमान शाक्यले नगदेश शाखाको सक्रियता प्रति प्रशंसागरी शुभेच्छा मन्तव्य प्रकट गर्नुभयो भने मध्यमाञ्चलको प्रतिनिधित्व गरीएकी केन्द्रीय उपाध्यक्ष सुश्री नानी मैया मानन्धरले पनि शुभकामना मन्तव्य दिनु भयो। प्रमुख अतिथिकारूपमा पाल्नु भएका श्रद्धेय भिक्षुणी धम्मवती 'धम्माचरिय' गुरुमाँले हाम्रो प्रयास र मेहेनत, परिश्रम, लगनशीलता गतिलो भयो भने अर्हत भिक्षु भिक्षुणी सहितको बुद्ध शासन चिरस्थायी रहने कुरा बताउनु भयो। सो साधारण सभामा सचिव कृष्ण कुमार प्रजापतिले वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नु भयो भने स्वागत मन्तव्य रामभक्त हाँयजुले र सधन्यवाद उपाध्यक्ष दीपक राज साँपालले दिनुभयो। सभाको सभापतित्व शाखा अध्यक्ष न्हुछे कुमार सिंकेमनले गर्नुभयो। अन्तमा सामूहिक पूण्यानुमोदन गरी सभा विसर्जन गरीयो। स्मरणीय कुरो यो छ कि उक्त वार्षिक साधारण सभा बाट लुम्बिनी विकास क्राष र लुम्बिनी बौद्ध विश्व विद्यालयमा सम्बद्ध बौद्ध विद्वान ब्यक्तित्वलाई शिघ्रतया नियुक्ती र बहाली गर्नुपर्ने समेत माग गरीयो।

धम्मवती गुरुमाँलाई नगदेश बौद्ध समूहबाट चढाइएको अभिनन्दनपत्रको स्वरूप यसरी रहेको छ।

पूजा व पूजने यान एतं मङ्गलमुत्तम।

नगदेश बौद्ध समूह-२०४५

अभिगन्तवन्तो

हे अगग महागन्धवाचक पण्डित, शासनधज धम्माचरिय भिक्षुणी धम्मवती गुरुमाँ वन्दना।

— धर्मकीर्ति मासिक, बु.सं. २५५०

छपिसं नच्चागु बैशय हे गृहस्थ जीवन परित्याग याना बुद्ध शासनिक ज्याखँय समर्पित याना नेपाःया बुद्ध शासनिक लागा चकका तव्या तफाः याना ब्यूगु वाः चायेका च्वना। छपिनिगु उत्साह धैर्यता लगनशिलता व समर्पण भावया उच्च मूल्यांकन याना छपिनिगु गुण व योगदानया कदर यासैं छपिप्रति कृतज्ञ जुसे छपिन्त नगदेश बौद्ध समूह-२०४५ पाखे अभिनन्दन यानागु जुल।

हे शासनधज धम्माचरिय गुरुमाँ धम्मवति।

छःपिं इ. स १९६२ पाखे हे शासनधज धम्माचरिय उपाधि विभूषित जुया नेपाःया बुद्ध शासनिक लागाया न्हापाम्ह जुया बिज्याम्ह जुलसा ई.सं. १९९२ पाखे 'अगगमहागन्धवाचक पण्डित' उपाधी नं न्हापाम्ह गुरुमाँ जुया बिज्यागु जुल। छपिं नेपाःया बुद्ध शासनिक लागाय जक लोकंहवाम्ह मजुसे म्यानमा (बर्मा य तक नं उलि हे लोकंहवाना नेपाःया गरीमा गौरव व प्रतिस्था च्वन्त्याका ब्यूगु जुल। छपिं म्यानमार (बर्मा या मोलामीन धैगु ऐतिहासिक थासय मानिपो (नेपाःया म्थ्यायमचा गुकथं आतक नांजाम्ह लोकंहवाम्ह श्रद्धेय भिक्षुणी गुरुमाँ जुया ब्यूगु न लुमन्तिया विषय खः धका वाः चायका च्वना।

हे 'तमीः छेत्' व 'मानिपो' कथं लोकंहवाम्ह श्रद्धेय भिक्षुणी धम्मवति गुरुमाँ।

छपिं गुलितक म्यानमा (बर्मा देशय लोकंहवा धैगु खँ छपिनिगु जीवनी घटना व कहानी यात कया बर्माया श्रद्धेय भिक्षु र वे ध्वं महास्थविरया च्वसा पिज्वःगु ऐतिहासिक जीवित उपन्यासया मू पात्र 'तमी छेत्' (योम्ह म्थ्याय) जुया बिज्यागुलिं सिइदु। छपिं हे छम्ह नेपाःया न्हापाम्ह अन्तर्राष्ट्रिय International Nun जुया बिज्यागु जुल। छपिं छम्ह बर्मा देशया जक तमी छेत् मजुसे नेपाःया नं तमी छेत् खः धैगु वा चायका च्वना।

हे कलमबीर, मानिपो जुया बिज्याम्ह भिक्षुणी धम्मवति गुरुमाँ।

छपिं शान्तिया महानायक तथागत बुद्धया धर्मोपदेश याना बिज्यायेगुलि अगग महागन्धवाचक पण्डित जुया बिज्यासे अतिकं हे वाक्सिद्धि दुम्ह जुया बिज्याथें हे छपिनिगु च्वसा नं उलि हे ज्व धैगु खँ धर्मकीर्ति अध्ययन गोष्ठी पाखे पिदना च्वंगु ग्रन्थत हे ऐतिहासिक साक्षी सबुद जुया ब्यूगु नं वा चायेका च्वना। उकिं थुजोम्ह बौद्धिक प्रतिभा जाःम्ह गुरुमाँया करकमलस नगदेश बौद्ध समूहया जःपि नगदेश बुद्ध विहारया उपासक-उपासिकापिनि कूलपुत्रीपिन्त ऋषि पब्बज नाप केसकप्पन याना अनागारिका प्रव्रजित जीवन हंका जिपि सकलेया हे धात्थेंम्ह, सच्चाम्ह गुरु जुया बिज्यागु हुनि थौ छपिनिगु अतिकं ग्यसुलागु गुण व योगदानया कदर यासे छपिप्रति कृतज्ञ जुसे नगदेश बौद्ध समूह २०४५ पाखे

अभिनन्दन याना ध्व अभिनन्दन-पौ लल्हानागु जुल । ध्व पुण्यानुभावं छपिनिगु आयु आरोग्य व सुस्वास्थ्यया कामना यानागु जुल ।

भवतु सब्ब मङ्गला!

कृष्ण कुमार प्रजापति
सचिव

न्हुछे कुमार सिंकेमन
अध्यक्ष

युवक बौद्ध मण्डल नेपालको ३६ औं वार्षिक साधारण सभा सम्पन्न

भाद्र २४ शनीवार, ललितपुर ।

युवक बौद्ध मण्डल नेपालको ३६ औं वार्षिक साधारण सभा अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका उपाध्यक्ष श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक महास्थविरबाट उद्घाटन गरी शुभारम्भ गरिएको थियो ।

पञ्चशील प्रार्थना र त्रिरत्न वन्दना गरी शुरु गरि एको उक्त कार्यक्रममा संस्थाका उपाध्यक्ष सुरेन्द्र शाक्यले स्वागत मन्तव्य दिनुभएको थियो भने, महासचिव राजेश शाक्यले वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन, र कोषाध्यक्ष हेमरत्न शाक्यले आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएका थिए । संस्थाको विभिन्न जिल्लाहरूमा रहेका शाखाको प्रगति प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने क्रममा बनेपा शाखाका अध्यक्ष निरन शाक्य, त्रिशुली शाखाका अध्यक्ष प्रदिपरत्न शाक्य र पाल्पा शाखाका अध्यक्ष त्रिरत्नलाल शाक्यले आआफ्नो शाखाको प्रगति प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएका थिए । प्रमुख अतिथी यस संस्थाका भू.पु. अध्यक्ष श्रद्धेय ज्ञानपूर्णिक महास्थविर, ललितपुर उपमहानगरपालिकाका भू.पु. मेयर बेखारत्न शाक्य, म्यानमारका महामहिम राजदूत Aung Khim Soe ले शुभाकामना मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएका थिए ।

सभाको अन्त्यमा संस्थाका अध्यक्ष एवं सभाको सभापति सानुराजा शाक्यले संस्थाको भावी निति नियम तथा योजना प्रस्तुत गर्नुभई धन्यवाद ज्ञापन गर्दै सभा विसर्जन गर्नुभएको थियो ।

ज्ञानमाला संघको ५९ औं वार्षिकोत्सव तथा गुंला धर्म कार्यक्रम सम्पन्न

तानसेन- पाल्पा, आनन्द विहार ।

ज्ञानमाला संघ आनन्द विहारको ५९ औं वार्षिकोत्सव तथा गुंलाधर्म कार्यक्रम सम्पन्न भयो ।

प्रमुख अतिथी भिक्षु धम्मज्योती, अन्तर्राष्ट्रिय भिक्षुणी संघ, नेपालका उप-सचिवभिक्षुणी सुजाता, पद्मचैत्य विहार वुटवलका भिक्षुणी शान्तीवतीको प्रमुख उपस्थिती रहेको एवम संघका अध्यक्ष सर्जुलाल बज्राचार्यको सभापतित्वमा संचालित वार्षिकोत्सव समारोहमा ज्ञानमाला भजन शील प्रार्थना र बुद्धपूजा सम्पन्न गरिए पश्चात संघका उपाध्यक्ष राजेन्द्र मुनी शाक्यले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो । त्यस पश्चात सचिव विनय राज बज्राचार्यबाट संघको वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन, कोषाध्यक्ष शोभा मान बज्राचार्य आय व्यय प्रतिवेदन

एवं का.का.स. सरोज लाल शाक्यबाट आनन्द विहार भवनको आयव्यय प्रतिवेदन प्रस्तुत गरिएको थियो । सोही कार्यक्रमको अवसरमा ज्ञानमाला संघबाट अन्तर्राष्ट्रिय भिक्षुणी संघलाई विहार दान स्वरूप संघका अध्यक्ष लगायत कार्यसमितिका पदाधिकारी सदस्यहरूबाट अन्तर्राष्ट्रिय भिक्षुणी संघ, नेपालका प्रतिनिधी सुजाता गुरुमालाई जग्गा धनी पूर्जा सहित साँचो हस्तान्तरण गरिएको थियो भने आनन्द विहार भवन निर्माणको लागि आर्थिक सहयोग पुऱ्याउने दाताहरूको नामावली अंकित शीलापत्रको अनावरण प्रमुख अतिथीबाट गरिउकने थियो । उक्त कार्यक्रममा लामो समयदेखि संघमा आवद्ध भई योगदान पुऱ्याउनु हुने सदस्यहरूलाई प्रमुख अतिथीबाट सम्मानपत्र सहित उपहार प्रदान गरिएको थियो । त्यस्तै गरी २०६२ को एस.एल.सी परीक्षामा प्रथम श्रेणीमा उत्तीर्ण हुने संघका सदस्यका छोराछोरीहरूलाई प्रजा पुरस्कारबाट अतिथी सुजाता गुरुमाले सम्मानित गर्नुभएको थियो भने संघमा गठित विभिन्न उपसमितिको संयोजक पदमा रहि योगदान पुऱ्याउने सदस्यहरूलाई शान्तीवती गुरुमाले उपहार सहित प्रशंसा पत्र प्रदान गर्नुभएको थियो । उक्त कार्यक्रममा भिक्षुणी सुजाताले विहार दानका सम्बन्धमा एवम् बुद्धधर्मका विषयमा सारगर्भित धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा संघका सल्लाहकार तथा करुणा बौद्ध संघका अध्यक्ष छत्रराज शाक्य संस्थापक सचिव प्रेममान शाक्य एवं बौद्ध महिला सेवा समितिका अध्यक्ष चिनिया देवी बज्राचार्यले मन्तव्य सहित शुभकामना व्यक्त गर्नुभएको थियो । कार्यक्रम अन्त्य, प्रमुख अतिथिज्युको धर्मदेशना पश्चात निर्वतमान अध्यक्ष देवेन्द्र मान शाक्यबाट धन्यवाद व्यक्त भएपछी सभापतीबाट पुऱ्यानुमोदन पछी समापन गरिएको उक्त कार्यक्रमको संचालन संघको सचिव विनय राज बज्राचार्यले गर्नुभएको थियो ।

उक्त ज्ञानमाला संघको कार्यकारिणी समिति मिति २०६३ भाद्र १० गते यसउरी गठन गरिएको जानकारी प्राप्त भएको छ-

अध्यक्ष	- राजेन्द्र मुनी शाक्य,
नि.अध्यक्ष	- सर्जुलाल बज्राचार्य
उपाध्यक्ष	- रत्न मान बज्राचार्य,
महासचिव	- सरोज लाल शाक्य
कोषाध्यक्ष	- शोभा मान बज्राचार्य,
सह-सचिव	- गम्भिर मान शाक्य
का.का. सदस्यहरू	- विरेन्द्र मुनी शाक्य, सरविन्द्र मान बज्राचार्य, कृष्ण लाल बज्राचार्य, सुरेन्द्रमान शाक्य, उत्पल कुमार बज्राचार्य आदि ।

“नेपाल-शान्ति आफ्नै हातमा छ” पुस्तक विमोचन
०६३ भाद्र १९, नेपाल पर्यटन बोर्ड हल भृकुटी मण्डप ।

यसदिन Thay Huyen Diey (Ven. Dr. Lam T.) द्वारा लिखित पुस्तक “नेपाल-शान्ति आफ्नै हातमा छ” अनिरुद्ध महाथेरो (श्रीलंकाका भिक्षु); भिक्षुणी धम्मवती,

भू.पू. मन्त्रीहरू ईश्वर पोखरेल, तीर्थराम डंगोल, जोगमेहर श्रेष्ठ र कृष्ण गोपाल श्रेष्ठ आदिले संयुक्त विमोचन गर्नुभएका थिए । यस पुस्तक नेपालको द्वन्दात्मक परिस्थितिलाई सुल्झाउने क्रममा लेखिएको थियो । भिक्षु तपस्वी धम्मले पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भएको उक्त कार्यक्रममा समाजसेवी रत्नमान शाक्यले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो । कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी भिक्षुणी धम्मवतीले परम्परागत शान्ति धर्म बन्दना पाठ गर्नुभएको थियो । उक्त कार्यक्रममा पुस्तकका लेखक International Buddhist federation का संस्थापक अध्यक्ष Dr. Lam ले नेपालमा शान्ति ल्याउनको लागि हतियार समाएर होइन हतियार त्यागी बुद्धले सिकाउनु भएको अहिंसा र मैत्रीपूर्ण बाटोमा लाग्नु पर्ने आग्रह गर्नुहुँदै सबैलाई लुम्बिनीमा गई बुद्धका शिक्षा पालन गर्ने अटोट गर्ने सल्लाह दिनुभएको थियो । समाजसेवी द्वारीकामान सिंहले विमोचित पुस्तकको समिक्षा सहित आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

श्रीलंकाका भिक्षु अनुरुद्ध महाथेरोले पनि Dr. Lam भियतनाम मुलुकका नागरिक भएपनि उहाँको उहाँले नेपालको शान्ति कामना गर्दै काम गरिरहनु भएकोमा योगदानलाई कदर एवं प्रशंसा गर्नुभएको थियो ।

यसरी नै भू.पू. मन्त्री जोगमेहर श्रेष्ठ ले देशमा द्वन्द एवं अशान्ति भित्र्याउन सजिलो छ तर शान्तिपूर्ण वातावरणलाई भित्र्याउन भने जेदै गान्धे भइरहेको हुँदा हामीले बुद्ध शिक्षालाई मनन गर्न हतार भइसकेको मनसाय व्यक्त गर्नुभयो ।

भू.पू. मन्त्री तीर्थराम डंगोलले आजको नेपालको परिस्थितिलाई नियन्त्रित बुद्ध शिक्षालाई सबैले पालन नगरे सम्म शान्ति आउन नसकिने विचार व्यक्त गर्नुभयो ।

भू.पू.मन्त्री ईश्वर पोखरेलले पनि शान्ति हामीहरूकै हातमा छ भन्ने अभिव्यक्ति सहितको Dr. Lam को मन्तव्यलाई स्वागत गर्दै आभार व्यक्त गर्नुभयो ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा कार्यक्रममा सभापति भिक्षु तपस्वी धम्मले कार्यक्रममा उपस्थित सबै महानुभावहरू लगायत कार्यक्रम संचालनार्थ सहयोगीहरू सबैलाई धन्यवाद व्यक्त गर्नु भएको थियो ।

समिक्षात्मक गोष्ठी

२०६३ आश्विन ५

प्रतिभा समाज, साटोआकी स्मृति भवन, कोपण्डोल ।

भिक्षु ज्ञानपूर्णिम महास्थविरको प्रमुख आतिथ्यमा संचालित एक गोष्ठीमा कवि केशरी त्रिभुवन "हृदय" को अमरकृति "सुगत" सौरभ महाकाव्यमा बौद्ध दर्शन "विषयमा साहित्यकार रीना गुलाधरज्यूले प्रस्तुत गर्नुभएको अवधारणा पत्र माथि वरिष्ठ साहित्यकार शारदा अधिकारीज्यूले समिक्षा गर्नु भएको थियो । उक्त गोष्ठी बौद्ध महिला संघ, नेपालले आयोजना गरिएको थियो ।

— धर्मकीर्ति मासिक, व.सं. २५५०

अभिधम्म विषयमा प्रवचन

२०६३ भाद्र २८, धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघल ।

यसदिन भिक्षु धर्मगुप्त महास्थविरले अभिधम्म विषयमा प्रवचन गर्नुभएको थियो । यस प्रवचन कार्यक्रम अभिधम्म अध्ययन समाज नेपालको आठौं वार्षिकोत्सवको उपलक्ष्यमा उक्त समाजले आयोजना गरिएको थियो । कार्यक्रमको अन्त्यमा अभिधम्म समाज नेपालका अध्यक्ष प्रेमलाल चित्रकारले समाजको, उद्देश्य यसले संचालन गरेका कार्यक्रमहरूबारे छोटो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

सम्मान प्रदान कार्यक्रम

मिति : २०६३ भाद्र ५

स्थान : यशोधर महाविहार, असहाय सेवा समिति बुबहा., गा:वहा: ललितपुर ।

यशोधर महाविहार असहाय सेवा समितिको १३ औं वार्षिकोत्सवको उपलक्ष्यमा यस समितिले महामहीम म्यानमारका राजदूत उ आउं खिन् सोको प्रमुख आतिथ्यमा सम्मान प्रदान कार्यक्रमको आयोजना गरिएको समाचार छ प्राप्त समाचार अनुसार उक्त कार्यक्रममा सम्मान प्रदान गरिएका व्यक्ति संस्थाहरू यसरी थिए—

- ललितपुर नगरका ऐतिहासिक वहा: वहीका ज्येष्ठ नागरिक अर्थात ८९ वर्ष पुग्नु भएका बृद्ध वृद्धाहरू
- एस.एल.सी. परीक्षामा उच्च अङ्क प्राप्त गरी उत्तीर्ण भएका विद्यार्थी वर्गहरू
- बुद्धिष्ट स्टडिज एम.ए. तहमा उच्च अङ्क प्राप्त गर्ने विद्यार्थी
- कोविद, त्रियान, परियत्ती तृतीय वर्षमा प्रथम, व्यक्तिहरू
- स्वदेशी तथा विदेशी बौद्ध विद्वानहरू,
- महायान, श्रावकयानका संघ नायक नायिकाहरू
- संस्कृति सम्पदा, काठमाडौं सम्यक महादान पर्व आदि उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी म्यानमार राजदूत, सभापति डिल्ली राज वर्जाचार्य, सम्माननीय लोक सेवा आयोगका अध्यक्ष तीर्थमान शाक्य तथा सल्लाहकार श्री नरेश मान वज्राचार्यज्यूहरूबाट आआफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएका थिए ।

चैत्य जिर्णोद्धार

२५५० औं बुद्ध जयन्तीको उपलक्ष्यमा मैत्रेय युवा संघ भक्तपुरको सक्रियतामा भक्तपुर नगर पालिका वडा नं. १७ थुबुवाहि पूर्व न.पुरा तिर रहेका एक चैत्य जिर्णोद्धार कार्य सम्पन्न भएको समाचार छ ।

उक्त जिर्णोद्धार कार्यका लागि जिल्ला विकास समिति लगायत विभिन्न व्यक्तिहरूबाट आर्थिक एवं भौतिक सहयोग प्राप्त भएको थियो ।

यसै बिच मैत्रेय युवा संघ कै आयोजनामा जेष्ठ २० गते एक प्रवचन कार्यक्रम सम्पन्न भयो । चैत्य जिर्णोद्धार स्थलमा भएको उक्तकार्यक्रम श्रद्धेय भिक्षु शशिलले वर्तमान परिवेशमा बुद्ध धर्मको स्थान र बौद्धहरूको दायित्वका विषयमा धर्म देशना गर्नुभयो ।

कार्यक्रमको सभापतित्वको आशनबाट बौद्ध संघका अध्यक्ष तीर्थराज वज्राचार्यले ऐतिहासिक, पुरातात्विक एवं धार्मिक दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण रहेको बौद्धकलाकृतिको संरक्षण गर्नु पर्नेमा जोड दिनु भयो ।

थयुवहिका नाइके हिराचन्द्र वज्राचार्यले दीप प्रज्वलन गर्नु भएको उक्त कार्यक्रम, त्रिरत्न शाक्य, शुरेस ज्योति शाक्य बौद्ध सम्पदा संघका भक्तपुर अध्यक्ष पद्मसुन्दर शाक्यले पनि मन्तव्य व्यक्त गर्नु भएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा जिर्णोद्धार समितिका संयोजक एवं संघका सह सचिव कृष्णचन्द्र वज्राचार्य कोषाध्यक्ष रुद्र चित्रकारको सक्रिय सहयोग रहेको थियो ।

परियत्ति धम्मकप २५५० बौद्ध हाजिरी जवाफ रनिङ्ग शीलड प्रतियोगिता सम्पन्न

श्रद्धेय भिक्षु बुद्धघोष महास्थविरको ८६ औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा नेपाल अधिराज्यव्यापी बौद्ध परियत्ति शिक्षाका केन्द्रहरूबीच दुतियवार कम्प्यूटर माध्यमबाट "परियत्ति धम्मकप -२५५०" बौद्ध हाजिरी जवाफ रनिङ्ग शीलड प्रतियोगिता २०६३ आश्विन ८ र ९ गते पहिलो चरण विश्वशान्ति विहार मिनभवनमा सम्पन्न भएको थियो भने २०६३ आश्विन ११ र १२ गते क्रमशः दोश्रो चरण र फाइनल प्रतियोगिता अशोक पार्टी प्यालेस पाटनढोकामा सम्पन्न भएको थियो ।

धर्म विजय पदनम रनिङ्ग शीलड अन्तर माध्यमिक बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता २०६३ सम्पन्न

मिति : २०६३ भाद्र २८-३० सम्म

स्थान : गणमहाविहार

२५५० औं बुद्ध जयन्तीको सुखद उपलक्ष्यमा धर्मविजय पदनम, गणमहाविहार द्वारा आयोजना गरिएको "धर्म विजय पदनम रनिङ्ग शीलड अन्तर माध्यमिक बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता-२०६३ सम्पन्न भएको छ । उक्त प्रतियोगिता भाद्र २८ गते शुरू भएको थियो भने भाद्र ३० गते फाइनल प्रतियोगिता सम्पन्न गरिएको थियो । फाइनल प्रतियोगितामा प्रथम द्वितीय र तृतीय हुन सफल विद्यालयहरूको नाम र अंक यसरी रहेको छ ।

स्कूलको नाम प्राप्ति अंक श्रेणी

१. मदन स्मारक माध्यमिक विद्यालय नःटोल ५६ प्रथम
२. नेपाल आदर्श माध्यमिक विद्यालय, गणबहाल ४३ द्वितीय
३. गीतामाता माध्यमिक विद्यालय विजेश्वरी २८ तृतीय

फाइनल प्रतियोगिता श्रीलंकाका महामहीम राजदुत Sumith Nakandala ज्यूको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको थियो ।

परियत्ति शिक्षा उत्तीर्ण भएका विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार वितरण

भक्तपुर- मुनिविहार ।

युवा बौद्ध पुचः, मैत्रेय युवा संघ र मुनिविहारको संयुक्त आयोजनामा परियत्ति शिक्षा उत्तीर्ण भएका विद्यार्थीहरूलाई श्रद्धेय भिक्षु कौण्डञ्जले पुरस्कार वितरण

गर्नुभएको थियो । परिक्षामा बढी अंक हासिल गर्न सक्ने विद्यार्थीहरूलाई भिक्षु कौण्डञ्जले व्यक्तिगत रूपमा नगद पुरस्कार पनि दिनुभएको समाचारमा उल्लेख गरिएको छ ।

मुनि विहार केन्द्रका केन्द्राध्यक्ष रामकृष्ण वैद्यको सभापतित्वमा सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा आ-आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुने महानुभावहरू यसरी हुनुहुन्थ्यो-

भिक्षु कौण्डञ्ज, रत्नसुन्दर शाक्य, संजय शाक्य, योगी स्यस्यः, अनु वज्राचार्य, सानिका वज्राचार्य तीर्थराज वज्राचार्य, आदि ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा युवा बौद्ध पुचःका निवर्तमान अध्यक्ष धर्मरत्न शाक्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भएको थियो ।

आचरण शुद्ध यायेमागु धर्म देशना

यल जंलागा १०,

लायकूली च्वंगु विश्वमैत्री विहारय् पञ्चशील ग्रहण वं बुद्ध पुजा लिपा जूगु बौद्ध सभाय् भिक्षुणी सुजातानं सकसिनं माने याकेत शील पालन याना आचरण शुद्ध याये मागु धर्म देशना याना विज्यात ।

वंगु संलहूया धर्म देशना लुमंका कनादीपिं जितलाल तथा पार्वति महर्जन पित्त सुजाता गुरमानं सिरपा लः लहाना दीगु खः । भाइज्यान शाक्यं "मनुष्य जीवन" शिर्षकया कविता पाठायाना दीगु ज्याइवलय् प्रेम वहादुर वज्राचार्य शुभाय् देछाना दिल ।

धर्मोदय सभाको ६३ औं वार्षिक साधारण सभा

०६३ भाद्र ३१ शनिवार, श्री कीर्ति विहार, कीर्तिपुर ।

धर्मोदय सभाको ६३ औं वार्षिक साधारण सभा श्रीकीर्ति विहार कीर्तिपुरमा सम्पन्न भएको छ । सभामुख सुभाष नेम्बाङ्ग बाट उद्घाटन गरिएको उक्त सभा धर्मोदय सभाका अध्यक्ष भिक्षु सङ्गाप रिम्पोछेको सभापतित्वमा संचालन गरिएको थियो ।

उक्त समारोहमा धर्मोदय सभाका महासचिव सुचित्रमान शाक्यले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो । सभामुख सुभाष नेम्बाङ्ग, संस्कृती पर्यटन तथा नागरिक उद्दयन मन्त्री प्रदिप जवाली, लोकदर्शन वज्राचार्य आदिले मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा महासचिव सुचित्रमान शाक्यले वार्षिक प्रतिवेदन र कोषाध्यक्ष रत्नमान शाक्यले आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

सभाले आर्थिक वर्ष २०६३/२०६४ का लागि सागरमान सिंहलाई लेखा परिक्षकको रूपमा मनोनयन गरिएको कुरा थाहा भएको छ ।

धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू

क.सं. ४८४

सिद्धार्थ वनस्थली इन्स्टिच्यूट, बालाजु

रु. १०००/-

विशेष सदस्य प्रायोजकः श्री सानु रत्न स्थापित

ज्याडा, छुस्याबहा, काठमाडौं

समय समयमा दान-धर्म गर्नु पनि पुण्य सञ्चय गर्नु हो

मिति: २०६३ भाद्र ८ गते

धर्मकीर्ति मिजं पुचःको तर्फबाट २०६३ श्रावण १० गते (गुंला पारु) देखि २०६३ भाद्र ८ गते (यँला पारु) सम्म धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना कार्यक्रम पश्चात उपासक उपासिकाहरूलाई जलपान दान कार्यमा आवश्यक सहयोग पुऱ्याइएको थियो । उक्त कार्यक्रममा दाता हुनु भएका महानुभावहरूको नामावली र यस सम्बन्धी आम्दानी र खर्च निम्न बमोजिम रहेको कुरा उल्लेख गरिएको छ ।

क्र.सं. दाताहरूको नामावली

क्र.सं.	दाताहरूको नामावली	चन्द्रा रू.	क्र.सं.	दाताहरूको नामावली	चन्द्रा रू.
१	ठु. कुल बहादुर, खाबहा:	२२००१-	२९	कमल तारा पुचः	१०००१-
२	धर्मदास ताम्राकार	२०००१-	३०	इन्दमान पुचः	२२००१-
३	हरीमान रञ्जित	२२००१-	३१	नाती महर्जन, त्यौड	२२००१-
४	मोतिकृष्ण तुलाधर	२२००१-	३२	जित नारायण, लैनचौर	२२००१-
५	स्व. देव नारायण	१०००१-	३३	कमला	१०००१-
६	इन्द्रलाल नकमी	३१००१-	३४	कृष्णदेवी पुचः	२२००१-
७	इन्द्रमाया नकमी	२२००१-	३५	पूणहेरा पुचः	१२००१-
८	सा. कुल बहादुर, कमलाछी	२२००१-	३६	मोहनदेवी पुचः	४१००१-
९	नानीमैया पुचः	२२००१-	३७	हर्ष बहादुर	२३६०१-
१०	लक्ष्मीदेवी पुचः	३१००१-	३८	ज्ञानेश्वरी	२२००१-
११	क्वा: बहा पुचः	१०००१-	३९	कमलदेवी श्रेष्ठ	३१००१-
१२	श्रीघ: विहार पुचः	२२००१-	४०	पुर्ण बहादुर	६००१-
१३	लक्ष्मी नानी, न्यत पुचः	२२००१-	४१	ज्ञानशोभा	५००१-
१४	पूणहेरा पुचः	१०००१-	४२	छोरी	५००१-
१५	पुण्यरत्न तुलाधर	२०००१-	४३	स्व. हरीमाया	३००१-
१६	ल्यासे अजि पुचः	११००१-	४४	लुल दाई	४००१-
१७	मचाम्ह महर्जन, नयाँ बजार	४१००१-	४५	तिर्थधर	२००१-
१८	स्व. बद्रि नकमी	३१००१-	४६	लक्ष्मि नारायण	२००१-
१९	स्व. महेश्वरी नकमी	२२००१-	४७	नानीमैया	२००१-
२०	तुल्सीकृष्ण मानन्धर	३१००१-	४८	आशाकाजी	२००१-
२१	अम्बर, धन र राम ब. नकमी	४१००१-	४९	मुकुन्द प्रसाद	२००१-
२२	सा. रत्नशोभा	२२००१-	५०	सुमति	२००१-
२३	स्व. शान्त शाक्य	१२००१-	५१	नानीमैजु	२००१-
२४	लक्ष्मी कुमारी पुचः	२२००१-	५२	बुद्ध रत्न, रामदेवी	२००१-
२५	मुकुन्द नकमी, लगन	११००१-	५३	कृष्णदेवी	२००१-
२६	बसुन्धरा	२२००१-	५४	चन्द्र केशरी	२००१-
२७	अष्टदेवी, रत्नदेवी	१०००१-	५५	कृष्णलक्ष्मी	२००१-
२८	रामेश्वर मानन्धर	३१००१-	५६	सानुमैया	२००१-
			५७	दसमाया	११५१-
			५८	चन्देश्वरी	११०१-
			५९	पुर्ण केशरी	११०१-
			६०	नाम खाली	१५११-
			६१	चन्द्रशोभा	१०५१-
			६२	कृष्ण	१५०१-
			६३	चन्द्रदेवी	१००१-
			६४	प्रेमशोभा	१००१-

६५	ज्ञानशोभा	१००१-	१०३ सानु	१००१-
६६	सानुनानी	१००१-	१०४ महेशमान	५०१-
६७	स्व. अष्टमान	१००१-	खर्च	परिमाण रु.
६८	देव कुमारी	१००१-	मैदा	२०५ केजी ४९७०१-
६९	नानी छोरी	१००१-	आटा	२०० केजी ३९३०१-
७०	सुर्यमाया	१००१-	भटमासको तेल	२४८ ली १२४७४१-
७१	मचानानी	७५१-	डाल्डा घिऊ	४ केजी ४८०१-
७२	जनक मैया	१००१-	चिनी	३०० केजी १०९००१-
७३	कमला	१००१-	चिया	८ केजी १६७८१-
७४	नारायण प्रसाद	१००१-	ग्याँस	१० सिलिण्डर ९०४०१-
७५	पूर्णमाया	१००१-	आलु	१२७ धानी ४६९९१-
७६	चन्द्रमान	१००१-	तोरीको तेल	६.५ली ६६०१-
७७	हेराशोभा	१००१-	चना	३६ केजी २१३०१-
७८	चेतना	१००१-	माल्पा मसला र घिऊ	९५०१-
७९	स्व. शुक्र	१००१-	प्याज	२२ केजी ३७८१-
८०	निवेदिका	१००१-	लसुन	५.५ केजी ३६०१-
८१	नानी	१००१-	अदुवा	५.५ केजी १९०१-
८२	सानुमाया	१००१-	जिरा	२ पाऊ ९०१-
८३	प्रभावती	१००१-	सुजी	६ केजी १८०१-
८४	माणिकदेवी	१००१-	दुध	६३० पाकेट ८१९०१-
८५	तिर्थमाया	१००१-	डोरी	२ मुट्टा १००१-
८६	तुल्सीमाया	१००१-	सर्फ	६ पाकेट १५०१-
८७	तिर्थमाया	१००१-	दुवानी	१२५१-
८८	सानु	१००१-	लालमन	५० वटा २५०१-
८९	मिजं पुचः	७०१-	फोटोकपी	५० प्रति ५०१-
९०	शान्ति	७५१-	काम गर्नेलाई ज्याला	३३५५१-
९१	रुपशोभा	५०१-	जम्मा खर्च	६५३२९१-
९२	मोतिशोभा	५०१-	जम्मा आम्दानी	१०००२११-
९३	चन्द्रदेवी	७०१-	जम्मा बढि भएको रकम	३४६९२१-
९४	कमला	५०१-	उक्त खर्चमा भाद्र १० गतेका दिन आनन्दकुटी	
९५	महेशमान	५०१-	विहारमा विहारको धर्मदेशना कार्यक्रममा जलपाम र भाद्र	
९६	इन्द्रमाया	५०१-	१७ गतेका दिन धर्मकीर्ति रनिङ्ग शीलड बौद्ध हाजिर जवाफ	
९७	पूर्णमाया	४०१-	प्रतियोगिताको फाइनल प्रतियोगिताको दिन जलपान	
९८	कृष्णदेवी	२०१-	गराएको खर्च समेत समावेश भएको जानकारी गराइन्छ	
९९	रुपशोभा	२०१-	साथै बाँकी हुन आएको जम्मा रु. ३४,६९२१- आणामी हुने	
१००	चैत्यमाया	५०१-	हिसाबमा समायोजन गर्न यस "धर्मकीर्ति मिजं पुचः" को	
१०१	मोतिशोभा	४१००१-	जलपान कोषमा बैक दाखिला गरीने जानकारी गराइन्छ ।	
१०२	न्यू नेपाल प्रेस	१०००१-	प्रस्तुती : धन बहादुर नकर्मी	
			धर्मकीर्ति मिजं पुचः नायो	