

# धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



लुम्बिनीस्थित गौतमी विहार परिसरको एक भलक

होलि पुन्ही

वर्ष-२५; अङ्क-१२



बिक्रम सम्वत् २०६८

# 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 हुनेछ- सम्पादक मण्डल हुने छैन ।

## ■ विषय-सूची ■

क्र.सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ संख्या
१	बुद्ध-वचन		१
२	सम्पादकीय- जित्ने भए आफूलाई जित्नु भएमाइ होइन		२
३	सुखी गृहस्थ	सुत्थनारायण गोयन्का	३
४	धम्मपद-२०७	रीना तुम्बावर	४
५	बुद्धभूमि नेपाल	मुनीन्द्ररत्न बज्राचार्य	५
६	योग अभ्यास विधि - भाग ३४	डा. गोपाल प्रधान	६
७	विद्वान होइन विवेकवान हुनुपर्छ	नरेन्द्रनाथ भट्टराई	७
८	नेपालमा बुद्धधर्म विकासका लागि चालिनुपर्ने कदमहरू	डा. लक्ष्मी शास्त्री	८
९	बौद्ध मित्रराष्ट्र बाइल्याण्डमा नेपालीहरू	भिक्षु पञ्जामूर्ति	९
१०	घात दिने अल्पकालिन भ्रामण प्रवृत्ति-२०१४ मा मेरो अनुभव	अमृता शास्त्री	१०
११	संस्मरण दिवस (भूमिगत) भन्नेछौं ।	शुद्ध शास्त्री	११
१२	रचनाहरू	राज शास्त्री	१२
१३	मिसिन्धु-प्रश्न - १०	आतन प्रधान	१३
१४	व्यक्तिगत चरित्रसुधार र मानसिक विकास आन्तरिक आवश्यकता	शिशिर शिखर	१४
१५	होलीम्ह- नया	अमृतमान शास्त्री सिन्धु	१५
१६	अनुभव - चारधाम वनाकसेवा - २	आनन्दजी शास्त्री	१६
१७	जीवनयागु ग्राम	सुखदेवी तुम्बावर	१७
१८	आत्मदान	हुमना कु. शास्त्री	१८
१९	धर्मकीर्ति विहार-गतिविधि		१९
२०	धर्म प्रचार-समाचार		२०

- धर्मकीर्तियात छिगु ग्वाहालीया आवश्यकता दु । छिगु प्रत्येक ग्वाहाली पत्रिकाया लागि तःधंगु तिबः ज्वीफु ।
- छि थः ग्राहक जुया दिसैं, मेपिन्त नं ग्राहक याना दिसैं ।
- छि थःगु पसः, उद्योग, व्यापार, कार्यालयया बिया द्युगु प्रत्येक विज्ञापन पत्रिकायात तःधंगु ग्वाहाली ज्वनी ।
- 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 छि गुकथं ग्वाहाली बिया बीफु ।





# धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

## THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

MARCH 2008



फलामवाट निरुक्तो विद्यान्तु फलामवाटो ते स्वप्न जलौ सवस्वप्नकोऽन्तस्वप्न जलौ भवति। एतौ उक्तौ कमल उक्तौ ते सुपित्तमा सुव्याख्येयम्।

स्त्रीको मयल इराचार हो, योनी व्यक्तको मयल कुलसीपत हो, यस लोक र परलोकको मयल त पाय नै हो।

मज्जा रहित काम गद, अर्काको खतर जानसा वीर, अर्काको कमलो चिताउने, सकवादी महकहर र भ्रष्टाचारी भविस भई जीवन चिताउने सजिलो छ।

हितक, असह्यवादी, जोरीकास गर्ने व्यक्ति र मद्यपान गर्ने व्यक्तिले यही लोकमा आफ्नो सत्तातिका जुड सकेका छ।

विशेष सदस्य	रु. १०००/-
वार्षिक	रु. ७५/-
यस अङ्कको	रु. ८/-

## जित्ने भए आफूलाई जित्नु अरूलाई होइन

यो सहस्सं सहस्सेन-सङ्गामे मानसी जित्ने

एकञ्च जेत्य अत्तानं-सं वै सङ्गाम् नुत्तमो

अर्थ- हजारबार हजार युद्धभूमीमा हजार योद्धाहरूलाई एकैले परास्त गर्न सक्ने व्यक्तिलाई पनि विजयी भन्ने मिल्दैन । तर जसले आफूलाई जित्न सक्छ, त्यसलाई नै साँचो अर्थमा विजयी भन्ने सकिन्छ ।

भगवान् बुद्ध यस संसारमा महामानवको रूपमा विजयी बन्न सफल हुनुभयो । आज संसारले उहाँलाई आदर्शमय गुरुको रूपमा पुजिरहेको छ । उहाँले आफू विजयी बन्नका लागि कसैलाई हत्या र हिंसा गर्न परेन । कुनै पनि व्यक्तिको शरीरबाट एक थोपा पनि रगत बगाउन परेन । कुनै क्षत्रीलो शस्त्र अस्त्र एवं बन्दुक र पेस्तोल प्रयोग गर्न परेन । लुकीछिपी कुनै छलकपट जालसाजी योजना बनाउन परेन । तैपनि उहाँले थुप्रै शत्रुहरू परास्त पार्नुभई संसारभरका प्राणीहरूका कल्याणमित्र गुरुको रूपमा विजयी बन्न सफल हुनुभयो ।

यही रहस्य बताउनका लागि उहाँले माथि उल्लेखित गाथा रूपी वचन हामी सामु राख्नु भएको थियो । माथिले भनिरहेको छ, साँचो विजयी त्यो हो, जसले आफूमा रहेका लोभ, द्वेष, मोह, ईर्ष्या, अहंकार र तृष्णा जस्ता दूषित कुभावनाहरू अर्थात् आफ्नो मनभित्र रहेका शत्रुहरूलाई उन्मूलन पार्न सक्षम हुनेछ ।

तर आजभोलि हाम्रो सामू जति पनि अभाव, अराजकता, अशान्ति, अधिनायकवाद, अपहरण र अव्यवस्था जस्ता नराम्रा वातावरणहरूको हावा फैलिरहेको छन, ती सबैका प्रमुख कारण नै बुद्धको यस अमूल्य वचनलाई उल्लंघन गर्नाले हो । यही वचनलाई बुझ्न नसक्नाले हामीले आजसम्म पनि हाम्रा साँचो शत्रुहरूलाई आफ्नो मनबाट निकालेर फाल्न सकिरहेका छैनौं । अझ भन्ने हो भने आजसम्म पनि हामी त्यही राग, द्वेष र मोहरूपी शत्रुहरूका नोकर नै

बनिरहेका छौं । जबसम्म कसैको गुलाम बन्न परेको हुन्छ, त्यो व्यक्ति कहिले पनि विजयी बन्न सक्नेछैन ।

सम्राट अशोकले पनि आफ्नै लोभी मनको गुलाम बनी कलिंग देश हमला गरेका थिए । त्यस भयानक संग्राममा उसले हजारौं वाह्य शत्रुहरू मारी थुप्रै मानिसहरूलाई घाइते पारे । थुप्रै महिलाहरू विधवा हुन पुगे । कतिपय परिवारका सन्तानहरू नाश पारे । थुप्रै घरहरू उजाडिए । यसरी कलिंग राष्ट्र ध्वस्त पारी रगतको खोलो बगाई आफ्ना अधिनमा लिएपछि सम्राट अशोक विजयी घोषित भए । सम्राट अशोकले पनि यसलाई नै आफ्नो साँचो विजय ठानी भ्रममा परिरहेका थिए । अरूलाई बर्बाद पुऱ्याउने कार्यले आफ्नो विजय गराउँदैन भन्ने कुरालाई बुझ्न सकेका थिएनन् । तृष्णाको चटक र भ्रममा फँसेका अशोकले आफूलाई तृष्णाले मूर्ख बनाईएको र आफ्नै तृष्णाको गुलाम बनिरहेको कुरा पत्ता लगाउन सकेनन् ।

तर जब उसले आर्यपुद्गल अर्हन्त मौग्गल्लिपुत्तिसस जस्तो महान व्यक्तिको संगत गर्ने मौका पाए, तब उसले माथि उल्लेखित बुद्ध वचनलाई बुझ्ने मौका पाए । अनिमात्र उसले आफ्नो मुखतालाई महशुस गर्दै होश सम्हाल्न सक्षम भए । उसले थाहा पाए हिंसाको बलले विजय प्राप्त गर्न खोज्ने र अरूमाथि विजय प्राप्त गर्न खोज्ने कोही पनि व्यक्तिले यस संसारमा साँचो विजय प्राप्त गर्न नसक्ने रहेछ । साँचो अर्थमा विजयी व्यक्ति त्यो हुन्छ, जसले आफ्नो मन भित्रका राग, द्वेष, मोह र तृष्णा जस्ता नराम्रा कुभावनाहरू निकाल्न सकिनेको हुन्छ । किनभने हरेक मानिसको मनको शक्ति छिन्ने वास्तविक शत्रु त बाहिर होइन आफ्नै मनभित्र लुकिरहेका राग (लोभ) द्वेष (क्रोध) र मोह (अज्ञानता) रूपी क्लेशहरू नै रहेछन् ।



## सुखी गृहस्थ

सत्यनारायण गोयन्का

सन्यासी जीवन धन्य जीवन हो, पूज्य जीवन हो, नमस्कार गर्न योग्य जीवन हो। किशकि सन्यासीको विरक्त जीवन लिएर जीवितबाट मुक्त हुन सजिलो हुन्छ। तर समाजमा धेरै मानिसहरू मात्र छन् जसले शुद्ध रूपमा सन्यासीको जीवन जिउने सत्प्रयास गर्दछन्। अत्यधिक मानिसहरू त गृहस्थको जीवन नै जिउँदछन्। गृहस्थको गन्हाउने जीवन जिउनु सजिलो छ तर निर्मल जीवन जिउनु दुष्कर छ। वास्तवमा निर्मल गृहस्थ-जीवन नै सुखी गृहस्थ-जीवन हो।

यहाँ मुख्य प्रश्न छ कि अनेक एन्द्रिय रसलाई भोग्ने पारिवारिक, सामाजिक र राजकीय जंगलमा अल्फिरहने सामान्य गृहस्थको निर्मल, स्वस्थ र सुखी जीवन कसरी जिउन सक्छ? गृहस्थ, गृहत्यागी होइन त्यसैले यी लोकबाट टाढा भाग्न सक्दैन। यसै लोकमा रहेर पनि उसले आफ्नो इहलोकलाई कसरी सुधार्ने? परलोकलाई कसरी सुधार्ने? दुःखबाट विमुक्त कसरी बन्ने? मनुष्य जीवनलाई कसरी सार्थक र सफल बनाउने? के पुरुषार्थ गर्ने, गृहस्थ रहेर पनि जीवन सफल कसरी बनाउने?

यस्तो प्रश्न भगवानको समयमा पनि अनेक गृहस्थहरूको मनमा उठ्यो र त्यसको समाधानको लागि मार्ग-निर्देशन पाउनका लागि भगवान समक्ष जान्थे। यस्तो अवसरमा भगवानले जुन उपदेश दिनुभयो ती सबै गृहस्थहरूका लागि अत्यन्त नै कल्याणकारी छन्। २५०० वर्ष पछि पनि ती उपदेश त्यतिकै ताजा छन्, सजीव छन् र सार्थक छन्। अतः सत्य छन्, सर्वकालिक छन् र प्रासंगिक छन्। शुद्ध धर्म भै ती उपदेश पनि सबै गृहस्थहरूका लागि समान रूपले कल्याणकारी छन्। गृहस्थ चाहे जुनसुकै जाति, कुल, गोत्र, वर्ण, संप्रदाय अथवा रंग-रूपका होउन्। अतः यी उपदेश सार्वजनीन छन्। सबैका लागि हितकार छन्। अत्यन्त व्यावहारिक छन्। सबै गृहस्थहरूका लागि अभ्यास गर्न योग्य छन्।

यसलोकमा हित-सुखहुने चार साधन

एक पटक भगवान कोलिय प्रदेशमा विहार गरीरहनु भएको थियो। त्यस समयमा कोलिय-पुत्र दीर्घजानु नामको एकजना गृहस्थ भगवानलाई भेट्न आए। भगवानलाई सादर अभिवादन गरेर एक ठाउँमा बसे। र उनले यस्तो आशयको प्रश्न सोधे - "भगवान हामी गृहस्थ हौं, कामभोगी हौं, घर गृहस्थको अनेकौं जिम्मेदारीहरूमा अल्फिरहन्छौं। कृपया बताउनुहोस् कि कुन चाहीं मार्गमा हिंड्यो भने हामी गृहस्थ रहेर पनि आफ्नो लोक र परलोक दुबै सुधार्न सक्छौं?"

व्यवहार कौशलमा निपुण रहेका भगवानले गृहस्थको यो लोक हितसुख हुने त्रार प्रकारका सद्गुण साधन

गर्नु पर्ने बताउनु भयो।

पहिलो सद्गुण - पराक्रम-पुरुषार्थ

जो व्यक्ति जुन कला, शिल्प, उद्योग-धन्दा, पेशा-व्यवसाय, रीबी-रीजगारद्वारा आफ्नो जीवन कायम गर्दछ त्यसमा दक्ष हुनुपर्दछ। दक्ष हुनको लागि आफ्नो पेशाको बारेमा गहिराईसम्म अनिवार्य अध्ययन गर्नुपर्छ, मनन गर्नुपर्छ र विश्लेषण गर्नुपर्छ। त्यसलाई राम्ररी बुझ्नुपर्छ र अल्छी-प्रमाद-विहीन रहेर व्यावहारिक निपुणता प्राप्त गर्नुपर्छ ता कि त्यस पेशालाई व्यवहारमा अपनाएर पूर्णतया सफल हुन सकून्, अर्थ लाभ गर्न सकून्। यस लोकको हित-सुखको लागि यही पराक्रम-पुरुषार्थ हो।

सद्गृहस्थका साँच्चै अनेक जिम्मेदारीहरू हुन्छन्। त्यसलाई स्वावलम्बी भएर स्वाभिमानपूर्वक आफ्नो भरण-पोषण त गर्नु पर्छ। आफू माथि आश्रित बृद्ध आमा-बुबाको पालन-पोषण र सेवा-सुश्रूषा गर्नु पर्छ। आफ्ना पुत्र-पुत्रीको पालन पोषण गर्नु पर्छ। असमर्थ जाति-बन्धुहरूलाई यथासक्य सहायता गरेर उनीहरूलाई स्वावलम्बी बनाउने संत्कार्य गर्नुपर्छ। गृहस्थांगी श्रमण ब्राह्मणहरूको भरण-पोषणको लागि यथासामर्थ्य दान-दिनु पर्छ। समाजका अन्य अभावग्रस्त व्यक्तिहरूका लागि यथासक्य सहायता गर्नुपर्दछ। यी सबैको लागि आफ्नो पुरुषार्थले, शारीरिक र बौद्धिक श्रमले, धर्म र न्यायपूर्वक सम्पत्ति आर्जन गर्नुपर्छ।

दोस्रो सद्गुण - धनको सुरक्षा

यस प्रकारको आफ्नो श्रमले धर्मपूर्वक कमाएको सम्पत्तिको सतर्कतापूर्वक सुरक्षा गर्नुपर्छ। कहीं कतै बेहोसी अथवा नजानेर सम्पत्तिको बिनाश नहोस्। राज्यको नियमलाई राम्ररी जानेर बुझेर त्यसको रक्षा गर्नुपर्छ। कोही निरंकुश शासक अथवा शासनधिकारीले नियम विरुद्ध आफ्नो सम्पत्ति जफत नगरून्। आफूले नजानेर वा आफ्नो लापरवाहीका कारणले कहीं आफ्नो सम्पत्ति चोरेर नसगुन्, आगोले जर्सेर भस्म नहोस्, पानीले बगाएर नष्ट नहोस् अथवा कोही अप्रिय चलाखी व्यक्तिको चालबाजीको कारणले आफ्नो सम्पत्तिमा उत्तराधिकारी नजमाउन्। यी पाँच वटा खतराबाट आफूले आर्जन गरेको सम्पत्तिको सावधानी पूर्वक परिक्षण गर्नु गृहस्थको दोस्रो आवश्यक सद्गुण हो।

तेस्रो सद्गुण - धनको उचित उपयोग

यसमा पनि व्यवहार कुशलताको त्यत्तिकै आवश्यकता छ। समझदार गृहस्थले आफ्नो आय र व्ययको लेखा-जोखा राख्नु पर्छ। आफ्नो जीवन स्तर आम्दानी र खर्चको संतुलन नबिगान्ने हुनुपर्छ। कतै आफ्नो आम्दानी भन्दा खर्च बढी नहोस्

र कंगाल बन्नु नपरोस् । यस्तो पनि हुनु हुँदैन कि आम्दानी केवल संचय, संग्रहको लागि मात्र भएर त्यसको उपयोग न आफूले गर्थे न अरूलाई गर्न दियो । कंबूसी गरेर नै साध जीवन बितायो । आफूले कमाएको सम्पत्तिको बुद्धिमानीपूर्वक सदुपयोग गर्नुपर्छ । आफ्नो आम्दानीको उचित अनुपात मिलाएर नै खर्च गर्नु पर्छ, ज्यादा खर्च पनि नगर्ने, कम खर्च पनि नगर्ने ।

### चौथो सदगुण- सत्संज्ञित

नराम्रो संगत गर्दा नराम्रो बानीको लत लाग्ने आशंका हुन्छ । जसबाट सम्पत्तिको विनाश हुन्छ र चरित्रको नाश हुन्छ । परन्तु यदि कोही धर्मप्राण सत्पुरुषको संगत गर्थे भने शील पालन गर्ने, धर्म धारण गर्ने, सात्त्विक जीवन व्यपन गर्ने र प्रज्ञा पुष्ट गर्नका लागि प्रेरणा पाउँदछ, मार्गदर्शन पाउँदछ । अतः कोही सन्त पुरुषको कल्याण-मित्रता पाउनु सदगृहस्थको चौथो गुण हो ।

जब कोही गृहस्थ कुसंगतमा पर्छ तब व्यभिचार, बेशबागबान, नशालु पदार्थ तथा जुवा खेल्ने व्यसन लाग्छ र यसप्रकार आम्दानी भन्दा अधिक खर्च बढी हुने बाटो बन्दछ । र चाँडै नै आफूले कमाएको धन सकिएर कंगाल र दुःखी हुन्छ । यसप्रकार जब कोही व्यक्ति कुसंगतबाट बचेर कोही कल्याणमित्रको संगत गर्दछ भने यी नराम्रो बानीबाट बच्दछ । र आफ्नो आम्दानी अनुकूल खर्च गर्न सक्ने हुनुका साथै अपव्ययबाट बच्दछ । यसरी बचाएको धन गृहस्थ जीवनको बाँकी जिम्मेवारीलाई पूरा गर्ने काममा लगाउन सकिन्छ ।

गृहस्थका लागि यी चारैवटा सदगुण उसको लोकीय हित-सुखको सधनको लागि हुन् । यो पूर्वकालमा पनि थियो, आज पनि छ र भविष्यमा पनि हुनेछ ।

भगवानले यस लोकको हित-सुखका लागि आवश्यक यी चारवटा सदगुणको उपदेश दिनुभयो र भगवानले परलौकिक हित-सुखको लागि पनि चार सधर्मको उपदेश दिनुभयो जुन सबै गृहस्थहरूका लागि जुनसुकै समयमा पनि धारण गर्न योग्य छ र सबैका लागि समान रूपले कल्याणकारी पनि छ । पारलौकिक हित-सुखका लागि चार धर्म सम्पदा

भगवानले यसलोकको हित-सुखका लागि आवश्यक चार सदगुणको उपदेश दिनुभएपछि भगवानले कोलिय पुत्र दीर्घजमुलाई पारलौकिक हित-सुखको लागि पनि चारवटा धर्मसम्पदाको उपदेश दिनुभयो जुन सबै गृहस्थहरूका लागि समान रूपले धारण गर्न योग्य छन्, समानरूपले कल्याणकारी छन् ।

यी धर्म सम्पदाहरू यस्ता छन् जसको संचय-संग्रह गर्नले सदगृहस्थ आफ्नो पारलौकिक हित-सुख साध्छन् तर यसलाई धारण गर्ने अभ्यास गरेर हेर्ने भने बाह्यहुन्छ कि

यसले परलोकको हित सुख गर्नुका साथसाथै यल्लोकको हित-सुखमा पनि सहायक बन्दछ ।

सबैभन्दा पहिलो धर्म सम्पदा हो श्रद्धा । श्रद्धा धर्मको आधार हो । श्रद्धा भएन भने धर्मको संग्रह गर्न टिक्न सक्दैन । बिना श्रद्धा धर्म लंगडो हुन्छ । बिना श्रद्धा कोही पनि व्यक्ति धर्म मार्गमा एक पाइला पनि अघि बढ्न सक्दैन । तर श्रद्धा शुद्ध छ, विवेकवान छ भने कल्याणकारी हुन्छ । अन्ध श्रद्धा हानिकारक हुन्छ । यदि भगवान गौतम श्रद्धा प्रति श्रद्धा जागेको छ भने सही अर्थमा यो तब कल्याणकारी हुन्छ जब उहाँको बोधि-ज्ञानको प्रति श्रद्धा जाग्छ र भगवानको बोधिबाट हामीले प्रेरणा प्राप्त गर्न सक्छ । यस्तै प्रकार यदि सधर्मको प्रति श्रद्धा जागेको छ भने धर्मको गुण बढ्नु पर्छ र त्यसबाट धर्म धारण गर्ने प्रेरणा प्राप्त गर्नुपर्छ । कोही सन्त-संन्यासी प्रति श्रद्धा जागेको छ भने आर्य-सन्तको सदगुणबाट हामीले प्रेरणा लिनु पर्छ । यस्तो सविवेक श्रद्धा नै सदगृहस्थको अनमोल धर्म-सम्पदा हुन् ।

सदगृहस्थको दोस्रो धर्म सम्पदा शील हो । सदगृहस्थ प्रयत्नपूर्वक हिसा तथा हत्याबाट अलग रहनु पर्छ । अरूले नदिईकन अरूको धन चोर्ने, लुट्ने, जबरजस्ती खस्ने, हथ्याई लिने गर्नु हुँदैन । व्यभिचार गर्नुबाट अलग रहनु पर्छ । भूठो कुरा गर्नुबाट अलग रहनु पर्छ । यी पाँचवटा सदगृहस्थका अनमोल धर्म-सम्पदा हुन् ।

सदगृहस्थको तेस्रो धन सम्पदा त्याग हो । श्रमपूर्वक कसैलाई घोखा नदिईकन धन कमाउनु गृहस्थको लागि आवश्यक छ, अनिवार्य छ । परन्तु धन आर्जन केवल संचय, संग्रह गर्नका लागि मात्र हो भन्ने हीन उद्देश्यले गरेको छ भने पारस्परिक प्रतिद्विंताको कारण गृहस्थको जीवन किन दुःखमय हुन जान्छ । यदि धन आर्जनको साथसाथै त्यसको सदुपयोगको विवेक पनि छ भने सदगृहस्थले आफूले अर्जित गरेको धन सम्पत्ति यथा समय यथा स्थान त्याग गर्न सिक्दछ । यस प्रकार दान गरेर पुण्यकारक ठान्दछ अर्थात् चित्तलाई पुनित गर्दछ । अन्यथा दान दान हुँदैन, सही अर्थमा पुण्य हुँदैन । एउटा उदाहरणबाट बुझौं- यदि कोही व्यक्तिले हाम्रो तिरफ गरिर हेछ, प्रशंसा गरिरहेछ भने हाम्रो मन ऊ देखि प्रसन्न भएर, खुसी भएर उसलाई केही दिन्छौं, यहाँ धनको त्याग त भयो तर दानको धर्म सम्पदा भएन । हामीले उसले गरेको तिरफको बदलामा पैसा तिरको भयो । पैसाले प्रशंसा किनेको जस्तो भयो । यस्तै प्रकारले यदि कोही व्यक्तिले हाम्रो अपमान गर्थे, निन्दा गर्थे-धम्की दियो "तिमी कस्तो धनवान होस् ? यस्तो सानो माग पनि पूरा गर्न नसक्ने ? तिमी कस्तो विषयी साधक हामीलाई यति सानो दुःखबाट पनि नतार्ने ।" हामी यस्तो धम्की



## धम्मपद-२०७

■ रीना तुलाधर 'परियत्ति सद्धम्म कीर्ति'

देखि डराउँछौ कतै यो व्यक्तिले हाप्रो कंजुसी पनलाई घरघर फैलायो भने, यसबाट हाप्रो प्रतिष्ठानमा आँच आउँछ । यस्तो सोचेर त्यो धम्मकाउने व्यक्तिलाई पैसा दिइन्छ । जुन धन त्यागेर पनि पुण्य सम्पदा हुँदैन । त्यो त निन्दा गर्नेको मुख खुन्न तिरिँको भयो । वृत्ति चित्तले त्यागेको धन त्याग-सम्पदा हुन सक्दैन । धन सम्पदा हुन सक्दैन । विसमा अपरिग्रहको भाव हुनुपर्छ । याचक पूज्य व्यक्ति छ भन्ने उसको प्रति श्रद्धाको भाव हुनुपर्छ, हीन व्यक्ति छ भने उसको प्रति मैत्री-करुणाको भाव हुनुपर्छ । यसरी श्रद्धा चित्तले उदार चेतनाले खुन्ना हातले दिएको दान नै दान सम्पदा हुन्छ ।

श्रद्धा, शील र त्याग धर्म-सम्पदा संचित गरेको गृहस्थले चौथो धर्म-सम्पदा बढाउने अभ्यास गर्दछ । चौथो सम्पदा हो प्रज्ञा-सम्पदा । केवल श्रुतमयी र चिन्तनमयी प्रज्ञा मात्र होइन भावनामयी प्रज्ञाको पनि अभ्यास गर्दछ । यसको बारेमा बताउनु हुँदै भगवानले संक्षेपमा भन्नुभयो ।

कुलपुत्रो पञ्जवा होति, उदयत्य गाभिनीया पञ्जाय समन्नामतो, अरिय, निब्बेधिकाय सम्मा दुष्खबन्धयगाभिनीया । अयं बुच्चति पञ्जा सम्पदा ।

गृहस्था कुल-पुत्र प्रज्ञावान हुन्छ-उदय व्यय अनुभव गराउने प्रज्ञा, अर्य बनाउने प्रज्ञा, सबै शारीरिक र मानसिक माया जाललाई छोडेर त्यसको ठोसपना समाप्त गर्ने प्रज्ञा, सबै दुःखलाई क्षय गरेर निर्वाणको साक्षात्कार गराउने प्रज्ञा उपलब्ध गराउँछ । यही विपश्यना साधनाको प्रज्ञा हो । जुन सद्गृहस्थको चौथो धर्म-सम्पदा हो ।

श्रद्धा, शील, त्याग (दान) र प्रज्ञाका चारै वटा धर्म सम्पदाहरू मिश्रित रूपले सद्गृहस्थको पारलौकिक हित-सुखको साधन हुन् र साथ साथै यी लोकिय हित-सुखमा पनि सहयोगी बन्दछ ।

गृहस्थहरूका लागि भगवानले लोकीय सद्गुण भएका सम्पदाहरू अर्थात् परिश्रम-पराक्रम-सम्पदा, संरक्षण-सम्पदा, समजीविका सम्पदा र कल्याणमित्रताको सम्पदाका बारेमा बताउनु भयो भने चार पारलौकिक सम्पदाहरू अर्थात् श्रद्धा, शील त्याग र प्रज्ञाको धर्म सम्पदा पनि बताउनुभयो । यी प्रत्येक गृहस्थले धारण गर्ने, ग्रहण गर्ने, संवर्धन गर्न र संचित गर्न योग्य छन् । यी सम्पदाहरूबाट सम्पन्न भएर आफ्नो यो लोक र परलोक दुबै सुघार्न सक्नु ।

आज, गृहस्थ साधकहरू । यी आठैवटा सम्पदाहरूलाई प्रयत्नपूर्वक आर्जन गर र आफ्नो वास्तविक हित-सुख गर । भंगल साध । स्वस्ति-मुक्ति साध ।

आचार्य

स.ना.गो., इगतपुरी

(साभार: 'विपश्यना', २०६४ पुष, वर्ष-२४, अङ्क-९)

योग वे ज्ञायति भूरि - अयोग भूरि सद्धख्यो  
श्रुतं द्वेषापचं जन्वा - भवाय विभवाय च  
तवत्तानं निवेसेय्य - यथा भूरि पबद्धति  
अर्थात्- योग अभ्यासद्वारा प्रज्ञा वृद्धि हुन्छ, योग अभ्यास बिना प्रज्ञा वृद्धि हुँदैन, वृद्धि र अर्द्धि यी दुईवटा मार्ग जानी आफूलाई उक्त मार्गमा राख्नु पर्छ जुन मार्गबाट प्रज्ञा वृद्धि हुन्छ ।

घटना- उपरोक्त गाथा भगवान् बुद्धले जेतवन महाविहारमा बस्नु हुँदा पोद्दिल ग्रामका त्यविरको कल्याणमा बताउनु भएका थियोः ।

पोद्दिल नामका एक बरिष्ठ भिक्षु थिए जसले धर्मको अध्ययन धेरै गरेको थियो । धेरै भिक्षुहरूलाई अध्यापन पनि गराउँथ्यो । तर उनले ध्यान भावना केही गर्दैनथ्यो त्यसैले मार्गफल प्राप्त गर्न सकेको थिएन । भगवान् बुद्धले यो कुरा जान्नुहुन्थ्यो । त्यसैले उनीलाई सही मार्गमा ल्याउन चाहनु हुन्थ्यो । उनलाई बोध गर्ने उद्देश्यले नै बुद्धले उसीलाई जहाँ जहिले पनि 'तुच्छ-पोद्दिल' भनीकन सम्बोधन गर्नु लक्ष्ण भयो । बुद्धले सधैं आफूलाई 'तुच्छ पोद्दिल' किन भन्नुभयो भनीकन सोच्ने उनले विचार गर्नु कि 'निश्चय पनि मैले कुनै ध्यान भावनाको अभ्यास नगरेको कारण मार्ग फल पनि प्राप्त गर्न नसकेकोले मलाई तथागतले तुच्छ' भनीकन सम्बोधन गर्नु भएको हुनुपर्छ ।

यस्तो सोची ऊनी कसैलाई केही नभनी जेतवन विहारबाट २० योजन टाढाको अर्को एउटा विहारमा बास मान्न गए । त्यो विहार मा ३० जना अर्हत भिक्षुहरू बस्ने गर्थे । पोद्दिल भिक्षुले त्यो विहारको सबैभन्दा ज्येष्ठ भिक्षुसँग गएर भन्न गयो- "भन्ते मलाई यस विहारमा आश्रय दिनुहोस् । उक्त भिक्षुले भने- "तपाईं त्यस्ता ठूला ग्रन्थधर भएर किन यस्तो भन्नुभयो । हाथीले तपाईंसँग सिक्नुपर्छ ।" भनीकन आफूभन्दा कान्छो भिक्षुको पठाइदियो । क्रमशः उसलाई कान्छो भिक्षुहरूसँग पठाइदियो । ती क्षीमाश्रव भिक्षुहरूले उनको चिदतारूपि अभिमान हटाउन त्यस्तो गरेको रहेछ । क्रमशः पोद्दिल भिक्षु त्यो विहार का सबभन्दा कान्छो सात वर्षको श्रामणेर कहाँ पुग्यो । श्रामणेरसँग पनि उसले 'मलाई यो विहारमा आश्रय दिनुहोस्' भनी बिन्ती गर्नु । श्रामणेर पनि अरू जेठो भिक्षुहरूले जस्तै भन्थे - "तपाईं ज्येष्ठ हुनुहुन्छ । विद्वान हुनुहुन्छ । तपाईंबाट मैले धेरै कुरा सिक्नु छ ।" आश्चर्यले कस्तो क्रूर गर्नुभयो । पोद्दिल भिक्षुले भन्थे "त्यस्तो नभन्नुस् । मलाई आश्रय दिनुहोस् ।" श्रामणेरले भन्थे - "उसो भए मैले भनेको एउटा कुरा मान्नुपर्छ ।"

श्रामणेरको कुरा आज्ञा शिरोपर गरी यसले भने जस्तै पोद्दिल भिक्षु चीवर बस्त्र पहिरी पोखरीमा डुब्न गयो । श्रामणेरले एक छिनमै " भै हान्यो पानीबाट मथि आज " भनी आज्ञा दियो । त्यहिनिर श्रामणेरले उनी आज्ञाकारी रहेछन् भनी बुझी उपदेश दिन थाल्यो । पोद्दिल भिक्षुले चित्र एकाग्र गरी प्रज्ञा वृद्धि गर्नु । तथागतले २० योजन टाढा जेतवनबाट पोद्दिलले प्रज्ञा वृद्धि गरेको याहा पाउनु भयो । यही बेला उनीलाई बोधिज्ञानमा प्रतिष्ठित गराउनु पर्नु भनी विचार गरी आफू स्वयं पोद्दिलको नजिक पुगेको जस्तै गरी रथिम फैलाउनु भयो र धर्म उपदेश दिएकै सरह उपरोक्त गाथा भन्नुभयो । यस गाथारूपि धर्म देशना सुनेपछि पोद्दिल भिक्षुले अर्हत फल प्राप्त गर्नु । ■

## बुद्धभूमि नेपाल

■ मुनीन्द्ररत्न बज्राचार्य

नेपाल अधिराज्य भंगवान् बुद्धको जन्मभूमि भएकोले यो देश बुद्धभूमि हो । आज यहाँ विभिन्न बौद्ध समुदाय संघ संस्था, विहार, गुम्बा, बहाकही अवस्थित रहेकोले यो बुद्ध भूमि नेपाल विश्वमै ख्याति प्राप्त छ । तर अचेल यहाँको व्यवहार र अवस्थालाई नियाल्दा यो देश बुद्धभूमि भन्न लायकको छैन । किनभने दिनानु दिन बढ्दै गएको हिंसा, लूटपाट, डकैति जस्ता क्रिया कलापले यहाँ सदैव अशान्ति छाएको छ । यहाँ बुद्धोपदेश र बुद्धदर्शन अनुसारको लक्षण देख्न सकेको छैन । यसको मूलकारण यस देशका नागरिकमा बुद्ध सन्देश प्रति सचेतना र जामरणको अभाव छ । राष्ट्रले आफ्नो धर्म संस्कृतिको स्वअस्तित्वमा लागि सबदो ध्यान पुऱ्याइएको छैन । बुद्धभूमि भन्न लायकको लागि सबैतिरबाट उतिकै ध्यान दिनु जरूरी भएको छ । यसको लागि जनस्तरबाट लाग्नु नै बेस छ ।

बुद्धभूमि नेपाल अधिराज्यमा सर्वप्रथम बुद्धधर्म, बौद्ध संस्कृति र बौद्ध सम्प्रदायको समुचित विकास गर्न अनिवार्य छ । समस्त जन्मानसमा बुद्धका उपदेश विधि व्यवहारहरूलाई अभ्यास गराउन सक्नु पर्दछ । यसलाई वैज्ञानिक, सामाजिक र व्यावहारिक ढंगले ज्ञान दिलाउन जरूरी छ । प्रत्येक भावी सन्ततिमा बुद्धधर्म सम्बन्धि अनिवार्य शिक्षा दिने व्यवस्था गर्नु पर्दछ । केवल यदाकदा केही बौद्ध शिक्षालयमा पठन पाठन गरेर पुग्दैन । तल्लोतह देखि विश्वविद्यालय सम्म उतिकै ध्यान दिएर शिक्षा दीक्षा दिनुपर्दछ । यहाँ बुद्ध शिक्षा दिने अवसर निकै कमि छ । मानिसमा ज्ञानगुणका कुरा नैतिक शिक्षाको अभावले नै ध्वंसात्मक कार्य हुँदैछ । आज देशमा दिनानुदिन हत्या लूट भइरहेको छ । भाइ भाइमा काटमार छ । के को लागि संघर्ष गरि रहेको छ ? तिनीहरूको समस्या समाधानमा लागि विचार गरिदिने निकाय को हो ? अब त बुद्धभूमि नेपाल भन्नु पनि लाजमर्दो भइसकेको छ ।

जताजतै हिंसा बढेको छ । सबै आ-आफ्नो स्वार्थमा तल्लीन छन् । आज मानिसमा विद्यमान नकारात्मक धारणाहरू जस्तो लोभ, मोह, क्रोध, ईर्ष्या, वितृष्णा, अहंकार र महत्वाकांक्षाले सताइरहेको छ । जताजतै असन्तुष्टीको कारण समस्याका कारण आआफ्नो स्वार्थमा अभिप्रेरित छन् । अहंकारको ज्वालाले मान्छेलाई सताइरहेको छ । जताजतै केही न केही कारणले अशान्ति

छाएको छ । एक अर्का बीच द्वन्द चलिरहेको छ । विधान सभाको चुनावको द्वन्द, समावेशीकरणको संघर्ष, गरीबको चपेटा, अभावै अभावैमा जीउनु पर्ने अवस्था । ती तमाम समस्याको कारण शान्तिको एउटा सुनिश्चित बाटो पैल्याउनु परेको छ । बुद्धभूमि भनि शान्तिको आभास छाउनु परेको छ । कमसे कम आआफ्नो स्वार्थ र अहंकारलाई त्यागेर शान्तिको बाटोमा लाग्नु परेको छ । मानिस जस्तो विवेकशील प्राणीले बहुजन हिताय बहुजन सुखायको भावना लिनु परेको छ । मानिसको जीवन अनमोल छ । बाँचुञ्जेल केही न केही यो जुनीमा गर्नु पर्दछ । एक दिन आफै नाश हुने शरीरलाई बिनसित किम अर्कोबाट नाश गर्ने ? बाँकी जीवनलाई आनन्दले बिताउन सक्नु परेको छ । यो पूण्यभूमि बुद्धभूमिमा जन्मनुको अहो भाग्य यान्नु परेको छ । यसैले बुद्ध स्वयंले सन्देश दिनु भएको छ जुन अहिले मनन गर्नु जरूरी भएको छ । "शत्रु भएले शत्रु कहिले शान्त हुँदैन, मित्रभएले मात्र शत्रु शमन भएर जान्छ, यसको मतलब हो रिसले वैरभाव शान्त हुँदैन, प्रेमको आवले मात्र वैरभाव शान्त भई मैत्री भाव बढ्छ ।"

बुद्धले अनभिन्ती प्राणीलाई शान्तिको बाटो देखाई ज्ञानको उज्यालो किरण दिनु भयो । परापूर्व कल्प देखि नै बुद्धका सन्देशहरू प्रतिविम्बित हुने यो देशमा शान्ति चयन गर्न कठिन हुँदै आएकोले कुनै अवस्थामा यो बुद्धभूमि नेपालमा अब बुद्धका सन्देश अनुरूप लाग्नु परेको छ । यद्यपि सबैभन्दा यस तर्फ विचार पुऱ्याउन सकिएन भने बुद्धभूमि नेपाल भन्नु व्यर्थ हुनेछ । बुद्धको नाम लिई कहिँ कतै उच्चारण गरेमा, सहयोग मागेमा यसले बुद्धको नाँउमा हास्यास्पद हुनेछ । बुद्धभूमि नेपाल भनि चिच्याउनु व्यर्थ हुनेछ । बुद्धप्रति गरिने संदर्भमा कुनै अर्थ रहने छैन । त्यसैले सबै नेपालीहरू समयमै सचेत हुनु अनिवार्य भएको छ ।

### विशेष सदस्य

क.स. १२०	श्री १००२
व्यागवती गुरुमा, धर्मकीर्ति विहार, काठमाडौं	
क.स. १२१	श्री १०२५/-
प्रतिष्ठा मानन्धर, भैरवाटो, काठमाडौं	



## योग अभ्यास विधि - भाग ३५

रेकी, योगी शिक्षक एवं प्रा.चि.डा. गोपाल प्रधान  
रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्र, दिव्यज्योति समूह नेपाल, भोटाहिटी, काठमाडौं, फोन नं: ४२२४०६५  
के हो 'रेकी' उपचार ?

गत अंकमा तपाईंहरूलाई के हो रेकी उपचार ? पद्धति अन्तर्गत रेकी दोश्रो डिग्रीको बारेमा जानकारी प्रस्तुत गरेका थियौं सोही अनुरूप यस अङ्कमा बाँकी अंश प्रस्तुत गरेका छौं ।

दोश्रो डिग्रीको पनि अनिवार्य साधना तीन महिना सम्म गर्नु पर्दछ । त्यस्तै मास्टर डिग्रीको लागि प्रथम डिग्री र दोश्रो डिग्रीको शिक्षा दीक्षा हासिल गरेको एक वर्ष पछि शिक्षा दीक्षा हासिल गर्न सकिन्छ ।

जुन सके प्राकृतिक पद्धतिमा शिक्षा दीक्षाका साथै व्यायाम र आहार विहारको प्रमुखता रहने हुँदा रेकी उपचार पद्धतिमा पनि आहार विहार र व्यायामको चर्चा गरिन्छ र सोही अनुरूप आहारको बारेमा जानकारी प्रस्तुत गर्न लागेको छ ।

१) आहार: कुनै पनि खान हुने पदार्थलाई जस्ताको त्यस्तै वा अनेक पाक विधिद्वारा तयार गरी खानयोग्य बनाईएको खाद्य पदार्थ नै आहार हो ।

२) प्राकृतिक आहार: कुनै पनि खाद्य पदार्थलाई विकृति नगरी जे जति कच्चे (प्राकृतिक अवस्थामा) खान सकिन्छ, तिनलाई कच्चे वा जसलाई कच्चे खानसकिदैन, तिनलाई सामान्य एवं सरल पाक विधिबाट तयार गरिएको पोषणयुक्त खाद्यपदार्थलाई प्राकृतिक आहार भनिन्छ ।

३) आहारको उद्देश्य:

(क) स्वस्थ रहन एवं शरीरको वृद्धि र विकास गर्न आवश्यक पोषण प्राप्त गर्नु ।

(ख) शरीरलाई काम गर्न योग्य बनाउन गतिशील र सक्रिय राख्न आवश्यक उर्जा प्रदान गर्नु ।

(ग) सुस्वाद गुणधर्म (जिभ्रोमा समेत स्वाद दिने) का साथ मानसिक सन्तुष्टि प्रदान गर्नु ।

(घ) शरीरमा भइरहने टुटफुटको समेत मर्मत गर्न आवश्यक पदार्थ पुऱ्याउनु ।

४) आहारको तत्व:

(१) प्रोटीन, (२) कार्बोहाइड्रेट, (३) भिटामिन, (४) चिल्लो, (५) खनिज लवण, (६) पानी, (७) अम्ल ।

यी ७ प्राकृतिक तत्वलाई नै आहारका प्रमुख तत्व मान्नुपर्दछ ।

५) आहारको वर्गीकरण:

(क) स्रोतको आधारमा: अन्नाहार, शाकाहार र मासाहार ।

(ख) पदार्थको आधारमा: ठोस, तरल, अर्धठोस र अर्धतरल ।

(ग) गुण धर्मको आधारमा: निर्माणक, उजोदायक र सुरक्षात्मक ।

(घ) मूल आधारमा: वनस्पतिय तथा प्राणिज ।

६) आहारको कार्य:

(क) शरीरको निर्माण गर्नु । (ग) उत्सर्जन गर्नु ।

(ख) उर्जा प्रदान गर्नु । (घ) औषधिय तत्व प्रदान गर्नु ।

७) आहार आशक्ति:

हामीले हाम्रो शरीरलाई आवश्यक अनुसार भोजन गर्नु पर्दछ, किनकी हाम्रो पेटको पाचनक्रिया आफ्नो-आफ्नो शरीरको बनेोट अनुसार हुन्छ । यसै कारण शरीरलाई आवश्यकता भन्दा बढी भोजन लिनु वा भोक नलागीकन भोजन गर्नु नै भोजनको आशक्ति हो । भोजनका आशक्तिबाट हामीलाई अनावश्यक शरीरको तौल बढनु (मोटाउनु) उच्च रक्तचाप देखिनु, मधुमेह जस्ता रोग लाग्नु एवं अनावश्यक शरीरका अंगहरू पिडा हुनु आदि रोग लाग्न सक्दछ ।

८) आहारमा पोषण तत्व:

शरीरको वृद्धि र विकास गर्न र कार्य क्षमता एवं क्रियाशील बनाउन, स्वास्थ्य र सुरक्षा प्रदान गर्नु नै वास्तविक भोजनको पोषण तत्व हो । पोषणको आफ्नै विज्ञान छ । यस विज्ञानको माध्यमबाट तत्वहरू र तिनका प्रकार, तिनको दैनिक मात्रा नियमित भोजन लिनु पर्दछ । त्यसैले हामीलाई आवश्यक आहारमा कति प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, चिल्लो, भिटामिन आदि तत्वहरू उचित मात्रामा र चाया पचय आहार हुनु पर्दछ भन्ने बारे आफैले निर्धारण गर्नुपर्दछ । यसै कारण भोजन गर्दा शरीरको आवश्यकता अनुसार गर्ने गरेमा भोजनबाटै औषधि तत्व प्राप्त गरी सदैवका लागि स्वस्थ एवं दिर्घायु प्राप्त गर्न सक्दछौं ।

# विद्वान् होइन विवेकवान् हनुपर्छ

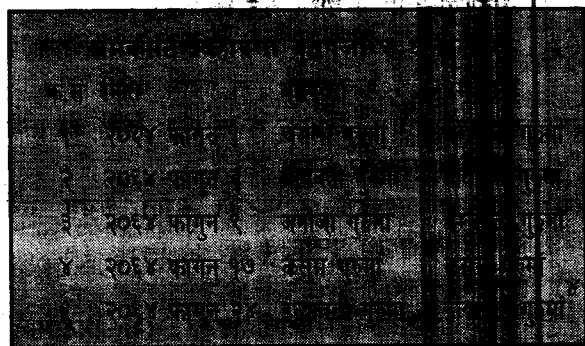
■ भरेन्द्रनाथ महाराई

विद्वान् र विवेकवान्मा धेरै अन्तर छ । ज्ञान खोज्ने अनि ज्ञानका कुरा जम्मा गरेर बुद्धिमान् बन्न खोज्ने अर्थात् विभिन्न शास्त्रका कुरा कण्ठ गरेर जान्ने हुने मानिस विद्वान् बन्दछ । यस्ता मानिस विद्यार्थीको रूपमा आएर ज्ञानका कुरा संकलन गरेर पण्डित बन्दछ । विवेकवानलाई सैद्धान्तिक ज्ञानको मतलब छैन । ऊ केवल व्यवहारिक हुन्छ । ऊ पानीको तत्त्व जान्नेतिर लाग्दैन पिएर प्यास शान्त भएपछि मात्र लाग्दछ । पाकशास्त्र कण्ठ गरेर भोक भेटिन्छ भन्नालाई चर्चित भन्ने कुरा बुझ्ने मानिस विवेकी हुन्छ भने खाना नखाई भोकै बस्ने तर विभिन्न खाना कसरी तयार गर्ने भनेर पाकशास्त्र कण्ठ गर्नेतिर लाग्ने मानिस विद्वान् हुन्छ । ऊ कुरा गर्न सिमालु हुन्छ, तर विवेकी मानिस कुरा होइन काम नै गरेर छाड्दछ ।

विभिन्न साधु, सन्त, महात्मा कहाँ चहारेर वेदान्तका, शास्त्रका कुरा कण्ठ गरेर ज्ञान बढुल्न लागेका एकजना विद्वान् मानिस चहादाँ चहादैँ, एकजना सद्गुरुकहाँ पुगेका । त्यहाँ गएर उनले अनेक जिज्ञासा प्रकट गरे । उनका जिज्ञासाका सबै उत्तर महात्माले दिनुभयो । नयाँ तर्क र नयाँ विचार आयो कि ती जिज्ञासुले कागजमा टिपी पनि हाल्दथे । यो देखेर महात्माले सोध्नुभयो "हे सज्जन ! तिमीले केँ, कति पढेका छौ र कति सत्संग गरेका छौ ?" जिज्ञासुले पढेका अनेक शास्त्र र अहिलेसम्म गरेका सत्संगको लम्बा विवरण सगौरव प्रस्तुत गरे । यो कुरा सुन्दा महात्मालाई ती मानिसले पण्डित बनेर जीवन बर्बाद गर्न लागेको देखेर दया उठेछ । ती पण्डितलाई मुमुक्षु बनाइदिने अठोट गर्दै एकछिन् प्रश्नोत्तर गरेर ती पण्डितलाई, "भोलि बिहानै आऊ तिमीलाई सच्चा ज्ञान दिलाईदिउला" भन्नुभयो ।

भोलिपल्ट बिहानै ती व्यक्ति आए । बिहानको केही हल्का खानपिन गरेर महात्माले "ल हिँड, आज घुम्न जाँउ म तिमीलाई सच्चा ज्ञान सिकाइदिउला" भनी तिनलाई लिएर घुम्न गए । गर्मीयाम भएकोले २/३ घण्टा हिँडिसकेपछि दुईजना नै थाके । पण्डित त झन् भोक, प्यास र थकाइले आकुल-व्याकुल हुन लागे । तब महात्माले भन्नुभयो, "तिमीलाई ज्यादैँ भोक र प्यास लागेजस्तो छ, ल ! यो पाकशास्त्रको पुस्तक पढ र भोक शान्त गर ।" आश्चर्य मान्दै पण्डितले भने, "होइन यो के

दिनु भएको पाकशास्त्रको पुस्तक पढेर के मेरो भोक हट्छ र ? यहाँ त केवल खानाका अनेक विवरण छन् तर यो विवरणले मेरो भोक कसरी शान्त हुने । मलाई त रूखासुखा भए पनि रोटी चाहियो ।" महात्माले हाँसे भन्नुभयो, "यही पुस्तकको शुरूमै पानीको सूत्र पनि लेखिदिएको छ, त्यो पनि पढ, कण्ठ गर र प्यास मेट ।" "यो के भन्नुभएको ? पानीको सूत्र कण्ठ गरेर पाकशास्त्र पढेर कहाँ प्यास-भोक मेटिन्छ ? मलाई के गर्न आँटनुभएको ?" भोलाबाट एक बोतल पानी र दुईटा सुब्बा रोटी देखाउँदै महात्माले भन्नुभयो "हे सज्जन ! तिमी त्यो पुस्तक लिऊ । म त यो रोटी र पानीले आफ्नो भोक-प्यास मेट्छु" भनेर खान थाल्नुभयो । पण्डित छटपटिएर, पाकशास्त्रको पुस्तक च्यतच्यत पारी कालिदिएर रोटी खोस्न पुगे । महात्माले भोलाबाट कतै दुईटा सेटी र एक बोतल पानी दिँदै भन्नुभयो "नौ भेर बाबु ! मैले तिमीलाई सच्चा ज्ञान दिन्छु भनेको थियो, यही हो सच्चा ज्ञान । पाकशास्त्रको जत्रोसुकै ठूलो रोटी पनि बेकम्माका हुन्छन्, रोटीको सामुने भोक लागेको बेलासा । जसरी तिमी दुई रोटी र दुइ चुडका पानीको लागि छटपटियो, जसरी तिमीले पाकशास्त्रका अनेक वर्णन र पानीको तत्त्व भएको पुस्तकै फालेर रोटी र पानी भाउन भ्रमियो, त्यसैगरी परमात्माको अनुभूतिको लागि प्रतिभा यी कोरा ज्ञानका, सिद्धान्तका पुस्तक र सूत्रहरूको काम दिदैनन् । परमात्माको पनि भोकले-प्यासले छटपटिनु पर्छ । सच्चा ज्ञानका कुरालाई खूब चपाएर दिनुपर्छ, र गत, हाडछाला, मांस मज्जामा घुलमुल्यतनु गर्नुपर्छ अनि मात्र सच्चा ज्ञान हुन्छ । त्यसपछि ती मानिस पनि पण्डित बन्न छोडेर विवेकवान बन्न थाले । ■





# नेपालमा बुद्धधर्म विकासका लागि चालिनुपर्ने कदमहरू

डा. लक्ष्मण शाक्य, काठमाडौं

## ४) ऐतिहासिक पृष्ठभूमि

बुद्धकालीन युगमा वर्तमान नेपाल हिमवन्ती प्रदेशको नामले छिमेकी देश भारत र चीनमा समेत चिनिने गरिन्थ्यो । आजको २१ औं शताब्दीमा पुस्ता नेपालसँग बुद्धधर्मका प्रवर्तक शाक्यमुनि बुद्ध जन्मेको स्थान 'लुम्बिनी' उहाँ हुर्केको राजधानी 'कपिलवस्तु' र उनका मावली 'निवदह' सुशिक्षित भइरहेको हामी घाउँछौं । भगवान् बुद्धको जन्म ई.पू. ६२२ मा नेपालको लुम्बिनीमा भएको थियो भने ३५ वर्षको उमेरमा उहाँले भारतको बुद्धगयामा सर्वज्ञता प्राप्त गरी बुद्ध हुनुभयो र त्यसपछि सार्वज्ञिकमा सर्वप्रथम धर्मचक्रको उपदेश दिनुभई, ४५ वर्षसम्म निरन्तररूपमा मानववादी धर्म र दर्शन प्रचार गर्दै ८० वर्षको उमेरमा कुशीनगरमा महापरिनिर्वाण प्राप्त गर्नुभयो । उहाँ एक महान् यथार्थवादी चिन्तक र मानवतावादी धर्मगुरु हुनुहुन्थ्यो । उहाँको उपदेश सम्पूर्ण मानव समाज विकासका लागि पूर्वाधारको रूपमा लिन सकिन्छ । प्राचीन भारतमा सम्राट अशोक, सम्राट कनिष्क, राजा मिसिन्द र मध्यकालमा राजा हर्षवर्द्धन समेतले बुद्धधर्मलाई कन्यागङ्गाको राज्य व्यवस्था गर्ने दर्शनको रूपमा अपनाई आकांक्ष्य समाज निर्माण गर्न सफल भएको ज्वलन्त उदाहरण हाम्रो सामु छ । वास्तवमा बुद्धधर्म बुद्ध जन्मेको देश नेपालको सर्वांगीण विकासका लागि 'कोसेदुङ्गा' सिद्ध हुनुसक्छ, यो मेरो विश्वास हो ।

सु.सं. २५११ (वि.सं. २०६४) वर्षको अन्तसम्म विभिन्न बुद्धधर्म विभिन्न सम्प्रदायमा विभक्तित्व भएर अनेकौं देश-विदेशमा प्रचार हुँदै आएको छ । बुद्धधर्म, थेरवाद, महासाधिक, सर्वास्त्रवाद, आदि विभिन्न सम्प्रदायको नामले विकसित हुँदै टाढा-टाढासम्म फैलिएर हाम्रो नेपालमा पनि त्यसको अमीठ छाप राखेर आएको देखिन्छ । कान्तिपुर, ललितपुर, कीर्तिपुर, भक्तपुर आदि ऐतिहासिक सहरहरूमा बौद्ध स्मारकहरू, विहार, महाविहार तथा मठहरू यत्रतत्र सयौं संख्यामा छरिरेको पाउँछौं ।

नेपालको इतिहासले बौद्धहरूले सुवर्णयुग (लिच्छवीकाल), अन्धकारयुग (जयस्थितिमल्लको पालादेखि

शाहकालीन राणायुग) तथा उन्मूलोयुग (प्रजासैनिक युग) को पूर्ण अनुभव गर्न पाए । अझ वैज्ञानिकयुग चलिरहेको छ जुन बौद्धिक सुवर्णयुग हो र बुद्धधर्मलाई सबभन्दा अनुकूल युग पनि हो । वर्तमान नेपालमा बुद्धधर्मका प्रचलित तीनवटै धाराहरू महायान, बज्रयान र थैरवाद (थेरवाद) व्यावहारिक रूपमा प्रचलनमा आइरहेका छन् । तीमध्ये बुद्धधर्मको प्रचार र विकासमा थेरवादको योगदान एवं लोकप्रियता अन्य समुदायको तुलनामा व्यापक भएर आइरहेको कुरा निर्विवाद छ ।

## २) नेपालमा बुद्धधर्मको स्थिति

वर्तमान नेपालमा बुद्धधर्मको स्थिति अत्यन्तै सकाद्यत्मक देखिन्छ । नेपाली समाज युगैदेखि बौद्ध संस्कृति र बौद्ध दर्शनबाट प्रभावित रही आएको सर्वविश्रित छ । वैदिक र बौद्ध धर्मावलम्बीहरू एक आपसमा मिलेर मैत्रीपूर्वक एकै ठाउँमा एकै ठोस र गाउँमा रमाई बसेका छन् । त्यस्ता थुप्रै मठ, मन्दिर, गुम्बा र विहारहरू छन् जहाँ छिन्डू देव-देवताहरू सँगसँगै बौद्ध-देव-देवताहरूको प्रतिमाहरू आदरपूर्वक प्रतिस्थापित भरी पूजा पाठ गरेर आइरहेका छन् । धर्म समन्वयको यो अनुपम उदाहरण अन्य देशमा बिरलै मात्र भेटिन्छ ।

थेरवाद बौद्धहरूमा कुनै श्रम, शिष्ट, वर्ण, वर्ग आदिको भेदभाव नगरी मिश्रण (बुद्ध-धर्म-संघको) जाने, हिंसा नगर्ने, चोरी नगर्ने, व्यभिचार नगर्ने, झूठ नकोल्ने, जाँडेरजती मादकपदार्थ सेवन नगर्ने, बेस्ता-पञ्चशील आदिको शिक्षा-दिक्षा श्रद्धालुभक्तहरूलाई दिन र बुझाउन थाले । यसबाट बुद्धलाई गुरु, धर्मलाई सत्यज्ञान र संघलाई सदासारी समूह र पञ्चशील भनेकै सहअस्तित्वको आधार पारेर बस्ने कुराको ज्ञान सहित बुद्धधर्म मान्नेकै आकर्षण सुद्ध गर्नु हो भनेर पनि बुझ्न थाले ।

आज हामी तमाम नेपालीहरू धर्मनिरपेक्ष देश नेपालमा सबै नेपाली एकै ठाँ भनी गर्वका साथ सिंहनाई गरेको बस्न पाएका छौं । अझ कुनै एक मात्र धर्मलाई राज्यले अपनाउने दिन आउने छैन । अहिले धर्मलाई जनताको व्यक्तिगत सम्पत्तिको रूपमा मात्र मान्यता दिइएको छ । 'राज्यले जागरिकहरूका बीच कुनै पनि प्रकारको भेदभाव

गर्न नपाइने कानून ल्याइसकेको छ । नेपालमा बुद्धधर्मले जस्तोसुकै परिस्थितिमा पनि राज्य सापेक्ष धर्मको रूपमा मान्यता लिन चाहेन किनभने बौद्धहरू हिंसामा होइन मैत्रीभावमा विश्वास गर्दछन् ।

नयाँ नेपाल धर्मनिरपेक्ष देश हुनेछ । नयाँ संविधानबाट धर्मनिरपेक्ष राज्य घोषणा गर्ने निश्चित छ । यसको विकल्प अरु हुनै सक्दैन । धर्मनिरपेक्षता प्राप्त गर्नसक्नु जनआन्दोलन दोश्रोको महत्त्वपूर्ण उपलब्धि हो । धर्मको नाममा अन्धविश्वास, अन्धभक्ति, रूढीवादी परम्परा र पुरोहितवाद समाप्त लागि निरूत्साहित हुनेछ । यी लक्षणहरू सबै धेरैबढी बुद्धधर्मले सहज स्वीकार गर्दछ र पूर्णरूपमा सहमत जनाउँछ, प्रोत्साहन गर्दछ । वास्तवमा धेरैबढी वैज्ञानिक युगसम्मत बुद्धधर्म हो ।

### ३) नेपालमा धेरैबढी बुद्धधर्मको योगदान:

धेरैबढीको अर्थ पर्यायवाची शब्द हो 'श्रावकयान' । श्रावक शब्दले अनुयायी वा शिष्य भनी बुझिन्छ । धेरैबढीको बौद्ध परिपदमा १) भिक्षु, २) भिक्षुणी, ३) उपासक (गृहस्थ पुरुष) र ४) उपासिका (गृहस्थ महिला) गरी चार समूहका सदस्यहरू हुन्छन् । उनीहरूको मुख्य दार्शनिक आधार भनेको भगवान् बुद्धद्वारा भारतको उत्तर प्रदेशस्थित सारनाथमा देशना गर्नुभएको 'धर्मचक्र प्रवर्तन सूत्र' हो । यसका मध्यामार्ग, चारआर्यसत्य, बुद्धले बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभएको उद्घोषण, विभिन्न सन्तुष्ट, देव र ब्रह्मभूवनहरूको बारेमा चर्चा भएको पाइन्छ । धेरैबढीको सर्वोच्च लक्ष्य प्राप्त गर्नु भनेको राग-द्वेष-मोहादि क्लेशबाट मुक्त मानसिक स्थिति 'अर्हतत्व' प्राप्त गर्नु हो । यसको उद्देश्य भनेको 'बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय' हो र माध्यमको रूपमा आदि, मध्य र अन्तसमेत कल्याणकारी हुनु अनिवार्य छ । यहाँ भगवान् बुद्धलाई 'अनुत्तर गुण' को रूपमा लिइन्छ र ऐतिहासिक महामानव वा महापुरुषको रूपमा मान्यता दिइन्छ । उहाँमा रहेका अलौकिक शक्तिहरू शील-समाधि र प्रज्ञाको उपज रूपमा मात्र लिइन्छ । धेरैबढीको मौलिक ग्रन्थ वा वाङ्मय भनेको पालि लिपिहरूको छ जुन सर्वप्रथम श्रीलङ्कामा ईसापूर्व ७७ मा राजा वत्सगामिनि अधयसको संरक्षणमा तालाफत्रमा लिपिबद्ध भएको थियो र अद्यावधि सुरक्षित रही आएको छ । हाल धेरैबढी बुद्धधर्म श्रीलङ्का, म्यानमार, थाइल्याण्ड, लाओस, क्याम्बोडिया आदि देशमा राष्ट्रियस्तरमा प्रचार भएको छ ।

भगवान् बुद्धको युगमा हजारौंको संख्यामा अर्हत श्रावकहरू विद्यमान थिए । जत्तै पञ्चवर्गीय भिक्षुहरू, सारीपुत्र, महामौदगल्यायण महाकाश्यप, आनन्द, उपालि आदि अर्हत भिक्षुहरू थिए भने भिक्षुनीहरू प्रजापति गौतमी, यशोधरा, खेमा, उष्पलवती, श्रुतचारा कृशागौतमी, धम्मदिन्ना, रूपनन्दा आदि अर्हत भिक्षुनीहरू थिए । उहाँहरू सबैले जीवनको अन्तमा परिनिर्वाण भाव प्राप्त गर्नुभएको थियो । यहाँ भिक्षुसंघलाई सर्वोच्च संघको रूपमा मान्यता दिइएको छ ।

धेरैबढी बुद्धधर्म अन्य धर्मको दाँडीमा निकै सरल, स्वच्छ, शुद्ध र कम खर्चिलो तर बढी सन्तुष्टि ल्याउन सक्ने धार्मिक व्यवस्थाको रूपमा ग्रहण गर्ने सकिन्छ, जुन वर्तमान नेपालको निम्न राष्ट्रिय स्तरमा अर्हत भिक्षुको रूपमा प्रयोग गरेर हेर्न सकिन्छ । छल, कपट, चालुसी, साम, दाम, दण्ड, भेद जस्ता नराम्रो भावनालाई निकैसाह गरिन्छ ।

यसरी नेपालमा बौद्ध जागरण बढेर आए पश्चात् बहुसंख्यक जनजातिहरू पनि बुद्धधर्मको वैज्ञानिकताप्रति आकर्षित भएर बुद्धधर्म आफ्नो पुर्खौली धर्म हो भनी फेरि बुद्धधर्ममा फर्किन थाले । बौद्ध त्योगी वा वैसगी भिक्षु-भिक्षुणीहरूको संख्या क्रमक्रम बढ्न थाल्यो । विहार, गुम्बा र सामाजिक संघ संस्थाहरू धमाधम स्थापना हुनेथाले । बौद्धक्रियाकलापहरू पूर्व मेची देखि पश्चिम महाकालीसम्म र उत्तर चीनको सिमानादेखि दक्षिणमा भारतसम्म फैलिदै गयो । बुद्धपूर्णिमाको दिनमा अन्तर्राष्ट्रिय मासिता प्राप्त बौद्ध भण्डारहरू १४ अञ्चल र ७७ जिल्लामै फरफराउन थालिएको छ । नेपालमा विद्यमान सबै सम्प्रदायहरू एकताबद्ध हुनेथाले । विश्वका बौद्धहरू सबै एक भएर भन्ने भावना जान्न थाल्यो । वर्षभरिमा विदेशी बौद्धहरू लाखौंको संख्यामा लुम्बिनी दर्शनार्थ नेपाल आउन थाले । धेरैबढी बौद्धहरूको योगदान अझ बढ्दै गयो । देशको विकास र प्रतिष्ठा बढ्दै जान थालेको छ । त्यसैले वर्तमान धर्मनिरपेक्ष नेपाललाई सबभन्दा सुहाउँदो धर्म धेरैबढी बुद्धधर्म देखिएको हुनाले यसको लोकप्रियता बढ्दै गएको देखिन्छ । वास्तवमा धेरैबढी बुद्धधर्म विज्ञानसम्मत धर्मको रूपमा मान्य नेपालीहरूको संख्या दिनप्रति दिन बढ्दै गएको देखिन्छ ।

(केशर)



## बौद्ध मित्रराष्ट्र थाइल्याण्डमा नेपालीहरू

■ भिक्षु पञ्जामूर्ति, हाल बैकक

हुन त प्रायः जसो विश्वका मानव आदिसमय देखि विभिन्न बहानामा देशान्तर भएको देखिन्छ तपनि दोश्रो विश्वयुद्धमा त विभिन्न देशमा सेनाहरू दोश्रो विश्वयुद्धको क्रममा विभिन्न देशमा युगी युद्ध गरिकी र युद्ध समाप्ति पश्चात् कोही कोही त जहाँ आफू युद्धत थियो ती देशहरूमा नै बसोबास गरेको देखिन्छ । दोश्रो विश्वयुद्ध पश्चात् विभिन्न बहानामा वा बाध्यतामा विभिन्न देशका वासिन्दाहरू देशान्तर भएको तथा समीकामू अन्तर्वासि ताजै छ । आजकल भने अर्थ आर्जनको लागि विदेशीहरूको संख्या बढ्दो छ ।

यसै सिलसिलामा दोश्रो विश्वयुद्धताका नेपालीहरू पनि ब्रिटिस बंगालमा भर्तिभई विभिन्न देशमा गई आफ्नो वीरता देखाएर विश्वभर वीर गोर्खालीको रूपमा नाम बर्माएर प्रख्यात भएको त छुदै छु तपनि ती विदेशीएका नेपाली गोर्खालीहरू सबैभन्ने स्वदेश अर्थात् नेपाल भने फर्किएको थिएन । जस्तै हङ्कङ, सिंगापुर, मकाऊ र बर्मा इत्यादि देशहरूमा दोश्रो विश्वयुद्ध पश्चात् हाफ्रा वीर गोर्खालीहरू बसोबास गर्दै आइरहेको कुरा निर्विवाद छ ।

प्रायः धेरैजसो वीर गोर्खाली सेनाहरू जहाँ जहाँ युद्धत थिए त्यही त्यही नै युद्धको संग संगै ती देशहरूमा नै बसोबास गर्न विवश भएको थियो भने थोरै मात्रामा स्वेच्छाले ती देशमा बसोबास गरेको देखिन्छ । जे जस्तो भएतापनि यहाँ उठाउन खोजिएको केवल बौद्ध मित्रराष्ट्र थाइल्याण्डको हो । अतः यहाँ तीन धरिका नेपालीहरू बसोबास गर्दछन् ।

१. दोश्रो विश्वयुद्ध पश्चात् यहि बास गरेकाहरू

२. नेपालबाट सीधै यहाँ आई बसोबास गरेकाहरू र

३. बर्माबाट थाइल्याण्ड प्रवेश गरी बसोबास गरेकाहरू

दोश्रो विश्वयुद्ध पश्चात् सीधै थाइल्याण्डमा बसोबास गरेकाहरू थाइल्याण्डको कञ्चनबुरी भन्ने जिल्लाको पिलोके भन्ने गाउँमा भेट्न सकिन्छ । जहाँ नेपालीहरूको सानो गाउँ नै बनिसकेको छ । यिनीहरूलाई त्यहाँको गाउँको नाम पिलोकेबाट चिनिन्छ भने यिनीहरूको पहिलो पुस्ता दोश्रो विश्वयुद्ध पश्चात् सीधै बर्माबाट यस ठाउँमा आएको देखिन्छ । तसर्थ यिनीहरू बर्मेली नेपाली भनेर आफ्ना पहिचान बनाउनु वा चिनाउनु

भन्दा पनि पिलोके भनेर चिनाउनु रूचाउनु हुन्छ । जे जसो भएतापनि यिनीहरूको बारे अझ अध्ययन गर्ने बाँकी नै छ । नेपालबाट सीधै थाइल्याण्ड आई बसेकाहरू चाहिँ आफ्नो अध्ययन तथा व्यापारको लागि आएकाहरू देखिन्छन् । तर यस लेख लेख्नको मनसाव भने बर्माबाट थाइल्याण्ड आई बसेका नेपालीहरूको बारे लेख्नु हो ।

दोश्रो विश्वयुद्ध पश्चात् वीर नेपाली गोर्खालीहरू बर्मामा पनि पुगेका थिए र युद्धपश्चात् स्वदेश फर्किने कसैको मनसाय थियो त कसैको थिएन र बाध्यतावश पनि सो देशमा नै बस्नु परेको थियो किनकी युद्ध समाप्तको घोषणा संगै संगै साधन र स्रोतको अभावमा ती देशमा नै बस्नु बाहेक अन्य विकल्प ती सेनाहरूमा थिएन । अतः बर्मामा नै बसोबास गरेका नेपाली गोर्खालीहरूको सानो नेपाली गाउँ मुगु, भिचिना, म्ये म्येऊ तथा ताउँजीमा नेपालीहरूको बाहुल्यता रहेको कुरा बर्माबाट आएका नेपालीहरूले बताउँने गर्छन् । प्रायः जसो धेरै नेपालीहरूको आफ्नै हीरामोतीको खानी रहेको र त्यसबाट हीरामोती केसाएर व्यापार गर्ने गरेको थियो भने कोही कोही खेतीपाति, सरकारी तथा साधरण नौकरी काम गर्ने गरेको देखियो । जो नौकरी गर्दा पनि अपुग थियो ती धेरैजसो पुनः विदेशीएका थिए अर्थात् अर्थ उपार्जनको लागि कामको खोजीमा सीधै छिमेकी बौद्ध मित्रराष्ट्र थाइल्याण्ड भित्रिएका थिए । बर्मामा सैनिक शासन लागू भएपश्चात् भने आफ्नो हीरामोतीको खानी तथा व्यापार व्यवसाय भएकाहरू समेत बाध्य भई थाइल्याण्ड पलायन भएका थिए साथै यसको ओइरो नै लाग्न थाल्यो । कोही कोही त सरणार्थीको रूपमा थाइल्याण्डमा बसोबास गर्न थाल्यो । जे जसो भएपनि नेपालीहरू आजकल थाइल्याण्डका विभिन्न शहर तथा क्षेत्रमा छरिएर रहेको देख्न र भेट्न सक्छौ ।

भेटघाट कार्यक्रम :

बर्माबाट आएका नेपालीहरू यहाँ बर्मेली नेपालीबाट परिचित छन् । यिनीहरू थाइल्याण्डको विभिन्न शहर तथा क्षेत्रमा जस्तै बैकक, फुकेट, चियुमाई इत्यादि शहरहरूमा छरिएर रहेको देख्न सकिन्छ भने फुकेटमा त यिनीहरूले सानो कौठा माहामा लिएर भेटघाट कार्यक्रम

नै सञ्चालन गर्दै आइरहेको देखिन्छ । थिनीहरू बैककमा भने बर्मेलीहरू सँग मिलेर बैकक स्थित वाटववराधारा विहारमा महिनाको पहिलो साताको आइतबारका दिन बर्मेली तथा थाइ भिक्षुहरूको समुपस्थितिमा बौद्ध कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै भेटघाट गर्ने कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । जसमा भिक्षुसंघलाई भोजन तथा दातवस्तुहरू दान गर्ने, उपस्थित दाताहरूको भोजन पश्चात् भिक्षुसंघबाट परित्राण तथा धर्मदेशना श्रवण इत्यादि बौद्ध कार्यक्रम गर्दा रहेछ । सो कार्यक्रमबाट सर्वप्रथम शीला राई उपासिका प्रसन्न हुनुभई त्यसकै देखासिकि गृहेसु नेपालीहरूको पनि महिनाको एकचोटी भेटघाट गर्ने परि कल्पना गरियो भने त्यसको लागि उपयुक्त जग्गा वा ठाउँको लागि थाइल्याण्डका श्रद्धेय संघराज भन्ते बस्नु हुने वाटववराधारा विहारवासि नेपाली भिक्षु सुगन्ध महास्थविर तथा भिक्षु विपस्सीलाई भेट्न २००४/०२/२२ तारीखका दिन भिक्षु सुजनको नेतृत्वमा उपासकहरू साफर लामा, गोपाल लामा, किशोर राई, तथा यस कार्यक्रमका परि कल्पनाकार उपासिका शीला राईसमेतका टोली वाटववराधारा विहार पुग्नुभयो । त्यहाँ भिक्षु सुगन्ध महास्थविस तथा भिक्षु विपस्सीलाई भेटी बहानहरूसँग छलफल गरी ठाउँको लागि अनुमति माग्नु भयो । बहानहरूले पनि सन्तोषपूर्वक ठाउँ उपलब्ध गराइदिनु भई कार्यक्रम सञ्चालनको लागि अनुमति प्रदान गर्नुभयो । त्यस दिनदेखि प्रत्येक महिनाको तेस्रो आइतबारका दिन त्यस विहारमा भेला भई नेपाली भिक्षुहरूको समुपस्थितिमा बौद्ध कार्यक्रम गर्दै बर्मेली नेपालीहरूको जमघट हुने क्रम शुरू भयो । जसमा भिक्षुसंघलाई भोजन तथा अन्य वस्तुहरू दान गर्ने र उपस्थित दाताहरूको भोजन पश्चात् भिक्षुसंघबाट परित्राण तथा धर्मदेशना श्रवण गर्ने कार्यक्रम सञ्चालन हुँदै आइरहेको छ । जुन हाल पनि यथारूपान सञ्चालन हुँदै आइरहेको छ । सो कार्यक्रमको दौरानमा "थाइ-नेपाल बौद्ध समाज" नामक संस्था अनौपचारिक रूपमा गठन गरियो भने उक्त संस्थामार्फत् दाताहरूका माझ बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता कार्यक्रम भिक्षु पञ्चामूर्तिको संयोजकत्वमा, भिक्षु सुजन, खेमिक तथा अन्य नेपाली भिक्षु श्रामणेरहरूको सहयोगमा सञ्चालन गरी प्रथम, दोस्रो, तथा तेस्रो हुनेहरूलाई क्रमशः स्वयम्भू चैत्य, नेपाली दलौटको बौद्धमूर्ति तथा प्रतियोगितामा सहभागी भएकाहरूलाई शान्तवमा पुरस्कारका रूपमा लुम्बिनीको फोटो भएको फ्रिम वाटववराधारा विहार निवासी श्रद्धेय भिक्षु चौखुनराज

फ्रा. ब्रम्हमिनको बाहुलीबाट प्रदान गरियो साथै विभिन्न बौद्ध विद्वानहरूको स्वागत गर्ने क्रममा नेपाली राजदूत ताराबहादुर थापाको पनि स्वागत गर्नुका साथै बहासमक्ष बर्मेली नेपालीहरूले थाइल्याण्डमा भोगनुपरेका सम्सामयिक समस्या राखिएको थियो ।

थाइ नेपाल बौद्ध समाजको तत्कालीन अध्यक्ष भिक्षु पञ्चामूर्ति तथा भिक्षु सुजनको संयोजकत्वमा थोम्पेजी क्यालेण्डर २००५ नेपाली पौषाचित्रको भस्मक राखी प्रकाशित गर्न सफल भयो भने दोस्रो पटक भिक्षु पञ्चामूर्तिको संयोजकत्वमा नेपाली क्यालेण्डर २०१३ को नेपाली आइमाईको अनित्यको फोटो राखी प्रकाशित गर्न सफल भयो । जसको लागि अष्टमणि गुमानुले नेपालदेखि सहयोग गर्नुभएको थियो ।

थाइल्याण्डमा बसोबास गर्ने सन्ने बौद्ध-अबौद्ध नेपालीहरूको लागि "थाइ-नेपाली समाज" नामबाट २००७ जनवरी ७ तारीखमा औपचारिक रूपमा स्थापना हुनुका साथै यस संस्थाको आफ्नै अवकाशको रूपमा जग हाल्ने सुभकार्य पनि सोहि दिन सम्पन्न भयो । २००७ माई २७ तारीखका दिन शान्तिभवनको रूपमा भिक्षुसंघको भवनको उद्घाटन गर्नेकार्य भिक्षुसंघबाट सम्पन्न गरियो । त्यस दिनदेखि प्रत्येक महिनाको दोस्रो साताको आइतबारका दिन यस शान्तिभवनमा नेपाली भिक्षुसंघको समुपरिस्थितिमा नेपाली जम्काभेट हुने कार्यक्रम सञ्चालन हुँदै आइरहेको छ । हाल यस भवनमा नेपालीहरूको विभिन्न कार्यक्रम सञ्चालन हुँदै आइरहेको छ ।

यस थाइ नेपाल समाजको तत्कालीन तथा सहयोगीमा २००७ डिसेम्बर ५ तारीखका दिन कञ्चनबुरीको पिलोक भन्ने गाउँ भित्रजाने मुकुटद्वारमा थाइनरेश पूजनीय भूमिबल अदल्यादेवज्यूको २० औं जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा थाइ राजा तथा रानीको ठूलो फोटो स्थापना गर्नुका साथै भिक्षुसंघलाई दानप्रदान कार्य पनि सम्पन्न गरेको थियो । सो दिन सांस्कृतिक शान्ति दीप प्रज्वलन गरी थाइ राजा रानीप्रति आफ्नो श्रद्धा अर्पण गरेका थिए । सो कार्यक्रममा त्यस क्षेत्रको प्रतिष्ठित महानुभावहरू, प्रहरी तथा सैनिक परिवारहरू पनि सहभागी भएका थिए । यस थाइ नेपाल समाजको पिलोक गाउँको विहारमा जति बाटो निर्माण कार्यमा सक्रिय सहयोग गरेका थिए ।

यस बर्मेली नेपालीहरूको भेटघाट कार्यक्रमले गर्दा नेपालीदेखि थाइल्याण्डमा आउनुभई बौद्धधर्मको अध्ययन



गरीरहेका नेपाली भिक्षु श्रामणेरहरूलाई मात्र नभई बमलिखि बाँदा आउनु हुने बर्मेली भिक्षुहरूको लागि पनि केही माझमा सहयोग भइसकेको यस लेखकले महसुस गरेको छ।

यस कार्यक्रममा विभिन्न बौद्ध विद्वानहरूबाट धर्मशिक्षा हुनुका साथै नेपाल तथा बर्माबाट पाल्नुहुने भिक्षुहरूबाट पनि देशना हुने गर्दछ भने बौद्ध विद्वानहरूको स्वागत गरिने कार्यक्रम पनि रहँदै आएको छ। यिनीहरू बौद्ध राष्ट्रमा हुँदा हुनाले पनि यी बर्मेली नेपालीहरूमा धेरैजसो बौद्ध उभाव तथा रहनसहन देख्न सकिन्छ भने जातिय भावना बाँधे हाँसी "नेपाली" भन्ने भावनाले ओतप्रोत भएको देखिन्छ। विभिन्न जातजातका नेपालीहरू एकआपसमा मिलेर बसेका छन् यहाँ। यिनीहरूमा स्वतन्त्र वा जातीय भावना भनेको लेशमात्र पनि पाइँदैन। सबै एकजुट भई एकआपसमा मिलेर सहयोगमा साथ बसेको देख्न सकिन्छ। जसले गर्दा नेपालमा प्रचलित चार वर्ण छत्तीस जातको साँचैको फूलबारीको प्रतिनिधित्व यिनीहरूले गरेको देख्न सकिन्छ। हुन त यिनीहरू बर्मेली नागरिक हुनुका साथै छैठौँ वा सातौँ पुस्ताका हुन। यिनीहरू नेपाली भाषाभन्दा पनि बर्मेली भाषा, संस्कृति

धर्म, चाडपर्व तथा बर्मेली रहनसहन इत्यादिमा अत्यन्तै पोख्त छन्। तर पनि आफूहरूलाई नेपाली भनेर चिनाउनुमा नै गौरव गर्छन् यिनीहरू।

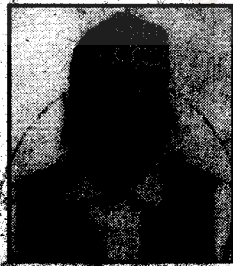
प्रायः जसो नेपालको चाडपर्व पनि मनाउँदै आइरहेका छन् यिनीहरूले। जब की नेपाल नजिकको देश छ भन्ने मात्र सुनेका यी प्रवासी नेपालीहरूले नेपालको रहनसहन, शेषभूषण, कला, संस्कृति, नृत्य, तथा गीतसंगीत सुन्न र नेपाली भाषा सकेसम्म सिक्न र बोल्न रुचाउनु हुन्छ यिनीहरू। जुन देखा हाँसी नेपालदेखि आएका प्रायः जसो अज्ञानता हुने गर्दछौं। हुन त यिनीहरूले नेपालदेखि आएका भिक्षु श्रामणेरहरूको सम्पर्कबाट तथा धर्मशिक्षाबाट आफ्नो नेपाली भाषामा धेरै सुधार गरेको देखिन्छ तापनि भाषाको प्रयोग गर्ने ठाउँ भने सीमित रहेको देखिन्छ। तसर्थ हाँसी नेपालका नेपालीहरूले पनि यिनीहरूबाट राष्ट्रियभावना तथा हाँसी सबै नेपालकाका सन्तान नेपाली हुँ र एउटै फूलबारीका फूल हुँ भन्ने भावना जगाउन यिनीहरूबाट केही सिक्ने कि ?

यस संस्थाको ठेगाना-  
www.Thai-nepalese.org, info@thai-nepalese.org

## विद्या हाँसीका

अनिष्ठावत संसारा उपादवय धम्मिणो उपज्जित्ता निरुज्झन्ति तेषु उपसमो सुखो

जन्मदिः  
१९९६ कार्तिक १० गते



दस बहादुर महर्जन

भूमि, वै

दिवंगतः  
२०६४ माघ १० गते

सिद्धि मंगल बुद्ध विहारका पूर्व कोषाध्यक्ष दस बहादुर महर्जन दिवंगत भएकाले हुनाले उहाँका परिवारले यस अनित्य स्वभाव को संसारलाई यथार्थ रूपमा बुझी यस दुःख दुःख घडीमा वैर्यधारण गर्न सक्नु भन्नि सिद्धि मंगल बुद्ध विहारका उपासक उपासिकाबाट श्रद्धाञ्जली व्यक्त गरिएको छ।

बुद्धि बहादुर महर्जन

सिद्धि मंगल बुद्ध विहार  
सिद्धिपुर सानागाउँ (थसि) खुसिल ।

# सात दिने अल्पकालिन श्रामणेर प्रव्रज्या-२०६४ मा मेरो अनुभव

■ (अनुस्का शक्य) शीघ्रैति गुरुना

सलाई यहाँ आएर धेरै रमाइलो भयो । मैले यहाँ ठूलोलाई अदर र सानोलाई माया गर्नुपर्ने शिक्षा सिकें । म यहाँ आएर शान्ति र बुद्धि प्राप्त गर्न सिकें । मैले यहाँ धेरै साथी पनि पाएँ । हामीलाई यहाँ गुरुमाहरूले कथा पनि भन्नुहुन्छ । हामीहरू बुद्धपूजा पछि जलपान पनि गर्छौं । गुरुमाहरूले यहाँ उपदेश पनि दिनुहुन्छ । हामी यहाँ ध्यान पनि गर्छौं । यहाँ हामीलाई पञ्चाङ्ग बन्दना र त्रिरत्न बन्दना पनि सिकाउनुहुन्छ । यहाँ हामीलाई T.V. Programme पनि देखाउँछ । यहाँ कस्तो शान्त र आनन्द छ । मैले यो विहार को गुरुमाहरू पनि चिनजान गरेँ । हामी ध्यानाब्जदा शान्ति अनुभव गर्न पाएकाले पढेको जति सबै आउँछ । हामी ध्यान बस्न फलेटी कसेर बस्छौं । हामी बुद्धपूजामा भजन पनि गाउँछौं । हामी बुद्धपूजा बिहासको प्रहरमा र साँफ फछ गरी दुई चोटी गर्छौं । हामीलाई दान, शील, सम्पत्ती गर्नुपर्छ भनी सिकाउनुभयो । विहारमा शान्ति आएर बस्नु पर्छ ।

नोट: धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी धर्मकीर्ति विहारद्वारा आयोजित सातौं अल्पकालिन दुर्लभ प्रव्रज्या कार्यक्रमा गुरुमा प्रव्रज्या भई भाग लिने मौका पाएकी बालीकाको अनुभव ।

हामीलाई चक्रमण कसरी गर्ने भनेर सिकाउनु भयो । चक्रमण भनेको खुद्रा चलाई हिंडि रहेको जखनमा ध्यान खुद्रामा राख्नु हो । हामीले राम्रो संग चक्रमण गर्ने पनि सिक्यौं । हामीहरूलाई चतुस्व कला सिकाई दिनुभयो । हामीलाई नैतिक शिक्षाका विभिन्न नियमहरूको विषयमा पनि कथा भन्नुभयो । हामीलाई बुद्ध धर्म सधैं, कामाबुवा र गुहं गरी पाँच विशेष गुण भएका व्यक्तिहरूलाई बन्दना गर्नुपर्छ भनी सिकाई दिनु भयो । हामीहरूलाई टाढा टाढाका गुरुमा र भन्तीहरू आई विभिन्न बुद्ध धर्म र बाहिरिके ज्ञानगुणका कुराहरू र धर्म उपदेश दिनुभयो । हामीले भोजन गर्दा भोजन दान दिने दाताहरूलाई आर्शिवाद दिन्छौं । यहाँ बस्दा धेरै नियमहरू पालन गर्नुपर्छ । यहाँ धेरै रमाइलो र शान्त वातावरण छ । म यहाँ आएर धेरै नै शान्त र सुन्दर वातावरण प्राप्त गरेँ ।

धन्यवाद !

## बिम्बा हायका

अभिच्चावत संसारा उपपादवय धम्मिणो, उपच्छित्वा निरुज्जन्ति तेषां उमसगो सुखे

मन्या सागरे, हृदयया बुति  
मुद्रया गंगाय, शरीरया किपालुई  
अदट मांया माया न्यानाच्चंगु दु मस्तंगु नुगलय  
तर जमुनादेवी च्चनार्चंगु दु  
बुद्रयागु धडकम्य  
हाका नुयां न्यानाच्चंगु दु बुद्रयागु भूमि  
निर्वाणया कामना याना च्चनानु दु



जन्मदिः  
१९९० वैशाख १ गते

मवुगु दिः  
२०६४ माघ २५ गते

दिवंगत जमुना देवी मार्गन्धर

क्षेत्रपाटी, काठमाडौं

धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजन खलः

धर्मकीर्ति विहार भीचः नःघः



## संस्मरण द्विवंगत (अनिच्छद) भन्तेया !

■ बुद्ध शाक्य, यल

त्यागीजुयाः ब्यम्ह, पुर्वपक्ति श्रद्धेय्या  
त्यागीजुयाः ब्यम्ह, वंशपक्ति श्रद्धेयजुयाः  
ल्वः मंके मफुक्, स्थेर इतिहास बुनेया  
नुगः मच्चिनावल, ध्व खं लुमना वयाः ॥

श्रेष्ठ संस्कार, परंपरा श्रद्धाया  
तथागतयागु वचनया, नं लुमंति तथाः  
ध्वया क्यगुन्हाप, पक्ति अग्रज जुयाः  
लुमंगु संस्मरण, बौद्ध जगत्या ॥

पीन्यादि च्वना विज्यागु, लुम्बिनी बने ।  
सकलया अनुभूति, अन उबले ।  
गजःगु श्रद्धा व, धैर्य साम्ने ?  
गथेच्वनि उपासक नुगः, ध्व लुमनिबले ॥

छन्हु आनंद कुटी, बया लले  
छल्पोलं बं पुनाः, च्वंगु ख इले  
जिम्ह यज्जु धाल, जि बं पुनाः बी भन्ते  
लिसा पुल, जिन ज्वीमा ब्यायाम् नित्य ॥

सःव व्यवहारया यथार्थ तथ्य  
वस्पोलया भन्तर, भावया वाक्य  
मैत्रि करुणाया, प्रभाव अकात्यं ।  
लायेमा वस्पोलयात, मुक्ति सत्यः ॥

गुणीमाः कुणायता, कालं मज्जंसा  
गथेच्वनि ध्व लोक अहीसा ।  
शमसा नाय, मदये धुकसा ।  
"श्रद्धाञ्जलि" उपासः भाव जुसां ॥

## पश्चाताप

■ राज शाक्य, चाकुपाट, यल ।

मती तथा  
'धर्म' नाप  
च्वने नृत्याल्ले  
मिलेचले जुयाः  
ला व लुमि थं  
जीवन पर्यन्त ।

यानाः पालन पञ्चशील  
यानाः चित्त निर्मल  
याये नर जन्म सार्यक  
बुद्ध शरण्य  
धर्म शरण्य  
संघ शरण्य चनाः  
ध्यान भावना यानाः  
विमर्शनाय च्वनाः ।

तर हाय ।  
वासना मार  
तृष्णाया धार  
लावन जीवन  
एलाय या शरण्य  
छोयला या शरण्य  
रमणीया शरण्य  
बाह लुख घयाः  
भोग्य जीवन ।

रूप बौवज्या तरंग  
प्रेमालापया रस  
जुया मदहोश  
मसिल  
जुय माःगु संयम  
याये माःगु धर्म-कर्म ।

अनित्य धर्म जुया वसेलि  
जुल जीर्ण काया  
भंग जुल मोह प्राया  
खंन बल अले  
पिलिपिलि च्याना च्वंगु  
जीवन भत  
सतिना बया चोंगु  
मृत्युसा किच्च ।

भय त्राशं होश बल  
टप टप ख्वभि बाःवल  
हाय नर जन्म जुल  
निरर्थक  
जुय मफवा  
विपश्यी साधक ॥

## मिलिन्द-प्रश्न - १०

(दोस्रो परिच्छेद)

अनुवादक : आनन्द प्रधान

### ६. जन्म र मृत्युको विषयमा प्रश्न

राजाले भन्नुभयो- “भन्ते नागसेन । के यस्ता पनि कोही हुनुहुन्छ जो वित्तुभएपछि फेरि जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छ ?”

स्थविरले भन्नुभयो- “कति यस्ता हुनुहुन्छन जो जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छन कति यस्ता हुनुहुन्छन जो जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छन ।”

“कसले जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छ र कसले गर्नुहुन्छ ?”

“जसमा क्लेश (मनको मैल, राग, द्वेष, मोह) बसिराखेको छ उहाँले जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छ र जो क्लेश रहित (क्लेश नभएको, सफा मनको) को हुनुहुन्छ उहाँले जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छ ।”

“भन्ते । तपाईं जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छ कि गर्नुहुन्छ ?”

महाराज । यदि संसारतर्फ आसक्ति (अनुराग, प्रेम) लागिरह्यो भने जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छ तर यदि आसक्ति छुट्यो भने जन्म-ग्रहण गर्दैन ।”

“भन्ते । सही कुरा गर्नुभयो ।”

### ७. विवेक र ज्ञानको विषयमा प्रश्न

क) राजाले भन्नुभयो- “भन्ते तामसेन । जसले जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छन के उनले विवेक पाउनु भएको हुनाले जन्म-ग्रहण गर्नुहुन्छन ?”

“महाराज । विवेक पाउनाले, ज्ञान हुनाले र अर्को पुण्य धर्महरू गर्नाले ।”

“भन्ते । विवेक लाभ र ज्ञान दुवै एउटै हुनु होइनन् त ?”

“होइनन् महाराज । विवेक अर्को चीज हो र ज्ञान अर्को चीज हो । यी भेडा, बाख्रा, गाई-गोठ, कुँट तथा गध्याको विवेक त छ तर ज्ञान छैन ।”

“भन्ते । सही कुरा भन्नुभयो ।”

ख) राजाले भन्नुभयो- “भन्ते । विवेकको पहिचान के हो र ज्ञानको पहिचान के हो ?”

“महाराज । ‘बोध हुनु’ विवेकको पहिचान हो र ‘काट्ने शक्ति हुनु’ ज्ञानको पहिचान हो ।”

“यो कसरी ? कृपा गरेर उपमा (उदाहरण) दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज । तपाईंले कहिले जौ बाली काट्दै गरेको देख्नु भएको छ ?”

“हो भन्ते । देखेको छु ।”

“महाराज । मानिसहरूले कसरी जौ बाली काट्छन् ?”

“भन्ते । बायाँ हातले जौको बाला सम्झेर दायाँ हातले हँसिया लिएर काट्छन् ।”

“महाराज । उसरी नै योगी (ध्यान, सिद्धि, अर्हत) ले आफ्नो मनलाई सम्झेर ज्ञान (रूप हँसिया) ले केशहरूलाई काटेर टुक्रा टुक्रा पार्नुहुन्छ । यही भाव (अभिभाव, भावना, आशय, अर्थ) ले मैले भनेको हूँ बोध हुनु विवेकको पहिचान हो र काटेर लिनु ज्ञानको पहिचान हो ।”

“भन्ते । सही कुरा भन्नुभयो ।”

### ८. पुण्य धर्म के हो ?

राजाले भन्नुभयो- “भन्ते । तपाईंले ज्ञान अहिले भएर भन्नुभयो- ‘पुण्य धर्म गर्नाले, यो पुण्य-धर्म भर्नाले के हो ?’”

“महाराज । शील (स्वभाव, आचरण) श्रद्धा (विश्वास, आदर), वीर्य (उत्प्रेरणा), स्मृति (स्मरण, सम्झना) र समाधि (एकाग्रता) यी नै पुण्य धर्महरू हुन् ।”

### (क) शीलको पहिचान

“भन्ते । शीलको पहिचान के हो ?”

“महाराज । ‘आधार हुनु’ शीलको पहिचान हो । इन्द्रिय, बल, बोध्य, मार्ग, स्मृतिप्रस्थान, सम्भेद-प्रधान, श्रद्धिपाद, ध्यान, विमोक्ष (विमुक्ति, मुक्ति, स्वतन्त्र) समाधि र समापत्ति (समाधि प्राप्ति, ध्यान लाभ) सबै अर्हति धर्महरूको आधार (जग) शील हो । महाराज । शीलको आधारमा उभ्याइएको छ भने कुनै उत्तम धर्म इगमगाइएको छैन ।”

“कृपा गरेर उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज । जसरी जति जीव जन्म-मृत्युहरू छन् सबै धर्ती (पृथ्वी) को आधार पाएर जग्गिने । हुकी बढ्ने गर्दछन्, उसरी नै योगी शीलको आधारमा । शीलमै दृढ (स्थिर) भएर यी पाँच इन्द्रियहरूको भाषण (ध्यान, गहिरो विचार) गर्नुहुन्छ । (१) शरीरिन्द्रिय, (२) चक्षुर्इन्द्रिय, (३) स्मृतीन्द्रिय, (४) समाधीन्द्रिय र (५) श्रद्धिन्द्रिय ।”

“कृपा गरेर फेरि पनि उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज । जसरी जति पनि बाली गरिने कामहरू छन् ती सबै धर्तीको आधारमा र धर्तीमा नै उभिएर गरिन्छ, उसरी नै योगीले शीलको आधारमा ।”

“कृपा गरेर फेरि पनि उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज । जसरी कालीगढले कुनै नगर बसाउनको लागि पहिले त्यो ठाँउ सफा सुगन्ध गरेर भाँडो र काँडाहरू पन्छाएर सम्झ फरेर त्यसपछि सडक र चौकको नक्सा



बनाएर नगर बसाउँछ, उसैगरी योगीले शीलको आधारमा शीलमा दृढ भएर पाँच इन्द्रियहरूको भावना गर्नुहुन्छ ।  
 “कृपा गरेर फेरि पनि उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”  
 “महाराज ! जसरी खेलाडीले पहिले भुईं खनेर गिट्टी-हुंगा टाढा हटाएर खनेको भुईंलाई सम्झ मारेर त्यो नरम भुईंमा आफ्नो खेलहरू देखाउँछ उसैगरी योगीले शीलको आधारमा..... ॥”

महाराज ! भगवानले पनि भन्नु भएको छ -  
 “ज्ञानी मानिस शीलमा दृढ भएर आफ्नो चित्तलाई भावना (ध्यान) ले बशमा राख्नुहुन्छ, संयमी (इन्द्रियहरू दमन गर्ने) र बुद्धिमानि भिक्षुले यो (तृणारूपी) जसलाई सफा गर्न सक्नुहुन्छ ।

“धर्ती जस्तो यो (शील) मानिसहरूको आधार हो, कुशल (कल्याण) र अभिवृद्धि (=समृद्धि) को यी मूल (जरो) हो सबै बुद्धहरूको शासन (=धर्म) को यो मुख (मुख्य) हो, मोक्ष (मुक्ति) को लागि शील नै उत्तम (सर्वश्रेष्ठ) मार्ग (बाटो) हो ।”

“भन्ते ! तपाईंले सही कुरा भन्नुभयो ।”

(ख) श्रद्धाको पहिचान

राजाले भन्नुभयो - “भन्ते नामसेन ! श्रद्धाको पहिचान के हो ?”

महाराज “मनमा प्रसन्नता र ठूलो आकांक्षा (ठूलो इच्छा) उत्पन्न गराउनु श्रद्धाको पहिचान हो ।”

(१) भन्ते ! मनमा प्रसन्नता उत्पन्न गराउनु कसरी श्रद्धाको पहिचान हो ?

“महाराज ! श्रद्धा उत्पन्न हुँदा मार्ग (बाटो) मा आउने सबै बाधाहरू हराउँछन् । चित्त बाधा रहित, स्वच्छ, प्रसन्न र निर्मल हुन जान्छ । महासाज ! त्यसैले मनमा प्रसन्नता उत्पन्न गराउनु श्रद्धाको पहिचान हो ।”

“कृपा गरेर उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज ! कल्पना गर्नुहोस् - कुनै चक्रवर्ती राजाले आफ्नो चतुरङ्गिणी सेनाको साथमा बाटामा जाँदै गर्नुहुँदा छिचिरो (कम गहिरो) नदी पार गर्नुहुन्छ । ती हासी, घोडा, रथ र पैदल सेना पानीमा हिंडेर जति पानी फोहर मैला र घमिलो भएर जान्छ । नदीपारी पुगेपछि राजाले नौकरहरूलाई भन्नुहुन्छ - “पानी लिएर आऊ, म मानी फिडन चाहन्छु ।” राजासित पानी सफा गर्ने हुँदा (फिटिकरी) हुन्छ । महाराज ! ‘हवस’ भनेर नौकाले त्यो फिटिकरी पानीमा खसाल्छ, जसले गर्दा तुरून्तै सबै शंख शैवाल (पानीमा उम्रने एक कोपीय वनस्पती) अथवा धमिलोपन हटेर जान्छ, फोहर मैला बेस्छ र पानी स्वच्छ (सफा सडलो, कञ्चन) प्रसन्न (शुद्ध) र निर्मल (प्रवित्र) हुन्छ । त्यसपछि राजा भएको ठाउँमा पानी लिएर आउँछ - महाराज ! पानी पिउनुहोस् ।”

“महाराज ! जस्तो यहाँ पानी छ । उस्तै चित्तलाई सम्झनुपर्छ । जस्ता ती नौकरहरू हुन उस्तै योगीलाई सम्झनुपर्छ । जस्ता यहाँ शंख, शैवाल र फोहर मैला हुन उस्तै मनको क्लेशलाई सम्झनुपर्छ । जस्तो पानी सफा गर्ने हुँदा (फिटिकरी) हो उस्तै श्रद्धालाई सम्झनुपर्छ । जसरी हुँदा खसाल्नेवित्तिकै शंख, शैवाल र फोहरमैला हटेर गयो र पानी स्वच्छ, शुद्ध र निर्मल भयो उसरी नै श्रद्धा उत्पन्न हुँदा मनका सबै बाधाहरू हटेर जान्छन्, चित्त बाधा रहित स्वच्छ, शुद्ध तथा निर्मल भएर जान्छ । महाराज ! यसरी प्रसन्नता उत्पन्न गराउनु श्रद्धाको पहिचान हो भनेर सम्झनुपर्छ ।”

(२) “भन्ते ! मनमा ठूलो आकांक्षा उत्पन्न गराउनु कसरी श्रद्धाको पहिचान हो ?”

“महाराज ! योगीले अरू सन्तहरूको चित्तलाई मुक्त स्रोत - आपत्ति, सकृदागामी, अनागामी-फल अथवा अर्हत पदमा आरूढ (=स्थिर, दृढ, स्थापित) भएको देख्नुभइ आफै पनि त्यो ठूलो पद पाउनको लागि आकांक्षालाई स्थिर राख्नुहुन्छ त्यो-अप्राप्त (नपाएको) पद प्राप्त गर्नको लागि र नदेखेकोलाई हेर्नको लागि प्रयास र परिश्रम गर्नुहुन्छ । महाराज ! यसरी “ठूलो आकांक्षा” उत्पन्न गरिदिनु श्रद्धाको पहिचान हो भनी सम्झनुपर्छ ।”

“कृपा गरेर उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज ! पहाडमा मुसलधारे पानी पर्छ, परेको पानी तलतिर बग्दै गएर पहाडका केन्द्रा, गुफा र नाला खोल्चा खोल्ची भरेर नदीलाई पनि पूरा गर्छ । नदीले आफ्नो दुबै किनार भत्काउँदै तलतिर खसाल्दै अगाडि बढ्छ । त्यतिबेला त्यहाँ केही मानिसहरूको हल पुग्छ, तिनीहरूले नदीको चौडाइ र गहिराइ थाह पाउन नसक्नाको कारण डराएर नदी किनारा बसिरहन्छन् । त्यही समयमा कुनै एक जना अर्को मान्छे पनि त्यहाँ टुपुलुकक आइपुग्छ, जसले आफ्नो आँट र बल भए अनुसार राम्रोसित धौती कस्सेर बाँधेर नदी तरेर पारि पुग्छ । उसलाई पारि पुगेको देखेर ती अरू पनि उसरी नै तरेर पारि जान्छन् ।”

“महाराज ! त्यसरी नै एउटा योगीले अरू सन्तहरूको चित्त मुक्त भएको देखेर आफू पनि त्यो पद पाउन ठूलो आकांक्षा गर्नुहुन्छ र त्यसको लागि प्रयास र परिश्रम गर्नुहुन्छ । यसरी मनमा ठूलो आकांक्षा उत्पन्न गरिदिनु श्रद्धाको पहिचान हो ।” संयुक्त-निकायमा भगवानले भन्नु पनि भएको छ :-

“श्रद्धाले नदी तरेर पारि जान्छ, प्रयास गरिरहेका सागर तरेर पनि जान्छ, वीर्य (उद्योग) ले दुःखहरू ज्ञाश गर्छ र प्रज्ञाले पूर्णरूपले मुक्त हुन्छ ।

“भन्ते ! तपाईंले एकदम सही कुरा भन्नुभयो ।”

(क्रमशः)

# व्यक्तिगत चरित्रसुधार र मानसिक विकास आजको आवश्यकता

आज देशको हरेक क्षेत्रमा विविध समस्याहरूले जकडिएको छ। हरेक क्षेत्रमा कार्यरत व्यक्तिहरूको चरित्र सुधार र क्षमताको उचित र उच्चतम प्रयोग विना आजको समस्याको समाधान निकाल्न पनि कठिन हुने देखिन्छ। सार्वजनिक संगठनमा कार्यरत अधिकांश दक्ष जनशक्तिको न्यून उपयोग भएको कारणले सार्वजनिक संघ संस्थान तथा सरकारी कार्यालयहरूले समेत देशले समुचित विकास गर्न सकिरहेको छैन। संयन्त्रको पुनरावलोकन गर्न जरूरी भएको छ। जहाँ सम्म सार्वजनिक संगठनमा कार्यरत अधिकांश दक्ष जनशक्तिको न्यून उपयोगको सवाल छ त्यसमा देशको आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक भूमिकाको समेत प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष सशोकार रहेको छ।

सामाजिक र राजनैतिक संकटमा मध्यकालमा काजी भीम मल्ल देखि आधुनिककालमा भीमसेन थापा, माथवर सिंह देखि लिएर वैज्ञानिक गेहेन्द्र शम्शेरको घटनाहरूको अध्ययनबाट पनि वास्तविक क्षमता, शीपको कदर नहुने देशको सामाजिक, सांस्कृतिक संस्कारले पनि ठूलो भूमिका निर्वाह गरेको देखिन्छ। भीम मल्लको निधन पछि भीम मल्लकी पत्नीले दिएको अभिशप 'यो राज्यमा विवेक नरहोस्' वा भीमसेन थापाले आफ्नो मुटु सुनुवाइको दौरानमा न्यायालयमा दिएको अभिशप "यदि यस्तै बुद्धि लिएर हिंड्यौ भने सरकारले मानामा भरी खोपामा राखिदिएको खाना खाएर निर्वाह गर्नु पर्नेछ" भन्ने भनाई अजको हाम्रो समाज, देशमा कतु सत्यको रूपमा स्थापित हुन आएको छ। (साभार: प्रो. दुर्गाधरराज भण्डारी, नेपालको ऐतिहासिक विवेचना पुस्तकबाट)। अब यो परिस्थितीबाट पार लाउन प्रत्येक व्यक्तिको कडा मेहनत, बौद्धिक क्षमता विकास र चरित्र निर्माण विना संभव नहुने देखिन्छ।

कर्मचारीहरूको चरित्रले देशको सार्वजनिक संघसंस्था लगायत सरकारी कार्यालयहरूको कार्य सम्पादनमा ठूलो भूमिका निर्वाह गरीरहेको हुन्छ। कुनै कर्मचारीले माथिल्लो निकायलाई रिभाउनमा नै आफ्नो खुबी ठानीरहेको हुन्छ भने कुनै कर्मचारीले खतरा मोल्न चाहिरहेको हुँदैनन् (नियमित कार्य मात्र गर्ने, निर्णय लगायतका साहसिक कार्य

■ शिक्षित चित्रकार  
गर्न नचाहने), भने कुनै कर्मचारीहरूमा वास्तवमा खुबी नै हुँदैनन्। यसरी विभिन्न किसिमका कर्मचारीहरूको चरित्रले गर्दा पनि वास्तविक ज्ञान, शीपको न्यून उपयोग भइरहेका छन्।

यो सबैको पृष्ठभूमिमा देशको गरीब, कर्मचारी तन्त्रमा राजनैतिक हस्तक्षेप र कर्मचारीहरूपनि राजनैतिक खेमामा आवद्ध भइ आफ्नो कार्यालयको उद्देश्य लक्ष्य हासिल गर्न भन्दा अन्य काममा बढि आकर्षित हुनाले कर्मचारीहरूले आफ्नो उपयोग नै संगठनमा नगरेको प्रस्ट छ। यसको केही उदाहरणको लागि कुनै कुनै कर्मचारीहरूले आफ्नो कार्यालय र देश समाज प्रति जिम्मेवार वहन नगरी, आफ्नै व्यक्तिगत स्वार्थको नारीपुर्तिको लागि - नियुक्ति, सरुवा, बढुवा, विदेशी छानबुक्ति आदिको लागि गरिने क्रियाकलाप लिन सकिन्छ। यसैको अर्थ माटो छ हरेक कार्यालय, मन्त्रालयहरूमा केहि ऐन, नियम, विनियम तथा अन्य केहि गर्न परे पनि कन्सलटेन्सी सेवा लिने जुन प्रवृत्तिका विकास भएको छ यो स्वयं पनि कर्मचारीहरूलाई आफ्नो दैनिक कार्य गर्नु गराउनको माटो कन्सलटेन्सी सेवा तर्फ आकर्षित गराउनमा र प्रशासन संरचनालाई पंगु बनाई भ्रष्टाचार बढ्न बढाउनमा जिम्मेवार देखिन्छ। यसै गरी संगठनको उद्देश्य, लक्ष्य भन्दा पृथक लक्ष्यबाट अघि बढी सही तथ्य भन्दा कुनै निकायलाई मन पर्ने तथ्य प्रस्तुत भई रहनुनै वास्तविक कमजोरी हुन। यस्तो कृतावरणमा दक्ष जनशक्तिले आफ्नो शीप प्रयोग गर्न नसक्नु कुनै आश्चर्यको कुरा होइन। यस्तो परिवेश हुँदा समाजमा बलेको उखान "बोल्नेको पिठो बिल्छ, नबोल्नेको चामल पनि बिक्रदैन" भन्ने उखानबाट पनि देश समाजको वास्तविक चित्रण गर्न मद्दत पुग्ने देखिन्छ।

यस शन्दर्भमा एउटा श्लोक राख्न सान्दर्भिक ठान्दछु।  
एकं धम्मं अतीतस्स- मुसावाविसि जन्तुना।  
वितिण्ण परलोकस्स - नत्थि प्रापं अकारियं ॥

(धम्मपद, सुत्त १७६)

अर्थ:- एउटा धर्म (सत्य) लाई छोड्नेने, भूठ कुरा गर्नेले, परलोकको विश्वास नगर्नेले, यो लोकमा नगर्ने पाप केही छैन।



अब देशको हरेक क्षेत्रको भयावह अवस्थालाई मध्यनजर गर्दा वास्तवमा समाज, संस्कार र व्यक्तिहरूको चरित्रले नै समाजको यावत क्षेत्रको चित्रण गर्ने भएकोले पनि व्यक्तिको चरित्रमा सुधारविना अन्य क्षेत्रको वास्तविक विकास पनि हुन नसक्ने प्रष्ट देखिन्छ।

देशको सामाजिक आर्थिक राजनैतिक कारणले सार्वजनिक संगठनमा कार्यरत अधिकांश दक्ष जनशक्तिको न्यून उपयोग भइरहेको कारणले नै देश समाजले विकास गर्न नसकेको छ। आज देशको वास्तविक समस्या - व्यक्तिको मनोवृत्ति, गरिबी, सामाजिक दृष्टता आदिको ब्याल नगरी गरिने कुनै पनि समाधानको प्रयासले दिष्ट र स्थाई समस्याको समाधान हुन नसकिने प्रष्ट छ।

भगवान् गौतम बुद्धले कूटकृत सुवमा देशको प्रशासनिक, सामाजिक अवस्था राम्रो हुन देशको आर्थिक अवस्था नै पहिला राम्रो हुनु पर्ने कुरा कूटदन्त ब्राह्मणलाई दिनु भएको उपदेश आजको विश्व, देश र जुनसुकै समाजले पनि उदाहरणको रूपमा लिन योग्य छ। वहाँले दिनु भएको उपदेश अनुरूप देशको आर्थिक अवस्था राम्रो पार्नको लागि चोर डाँकाहरूलाई निर्मूल पार्नु पर्दछ। यसको अर्थ चोर डाँकाहरूलाई मार्ने भनेको होइन, यदि चोर डाँकाहरूलाई मार्यो भने बाँकी भएकाहरूले दुःख नदिने होइन, त्यसैले त्यसको जुरालाई नै निर्मूल गर्नु पर्दछ, त्यसो भनेको उनीहरूको आर्थिक अवस्था राम्रो बनाउनु पर्दछ। आर्थिक अवस्था राम्रो बनाउनको लागि, किसान वर्गलाई बिउ आदिका व्यवस्था सहित रोजगारको व्यवस्था गर्नु, व्यापारी (उद्योगी) हरूलाई लगानीको व्यवस्था गरीदिनु, तथा कर्मचारीहरूलाई खानापिना र तलबको व्यवस्था गर्नु पर्दछ। यसरी समाजको प्रत्येक वर्गको व्यक्तिलाई रोजगारका व्यवस्था गर्नु पर्दछ।

यसरी सार्वजनिक संगठनमा कार्यरत अधिकांश दक्ष जनशक्तिको उचित परिचालनको लागि व्यक्तिको नैतिक चरित्रको सुधार, सामाजिक उत्थानको साथै संगठनको उद्देश्य लक्ष्यबारे कार्यरत जनशक्तिलाई उचित जानकारी दिनु र कर्मचारीहरूलाई क्रमप्रति जिम्मेवार बनाउनु र कार्य विभाजनमा समेत निश्चितता गरी (कुनै कर्मचारीहरूले प्राय सबै ठाउँमा हात हालिरहेको हुन्छ - बहुकार्य शर्वनाशती) सोको कार्यान्वयन बारे आवश्यक निरीक्षण हुन आवश्यक

छ। यही नै आजको हाम्रो देश समाजकी लागि सार्वजनिक संगठनमा सुधार ल्याइ कार्यरत अधिकांश दक्ष जनशक्तिको उचित परिचालनको लागि चाहिने पूर्वाधार हुन र आवश्यकता हो।

कुनै पनि व्यक्तिको आफ्नो चरित्र र मानसिक विकास नभएसम्म कुनै पनि कार्य क्षेत्रको वास्तविक र सही विकास हुन सक्दैन। अर्को शब्दमा भन्ने हो भने व्यक्तिको बौद्धिक विकासले कुनै पनि संघ संस्था, कार्यालयको विकासको लागि पूर्वाधार हुन। जुनसुकै क्षेत्रमा कार्य गर्ने व्यक्तिको विकास (बौद्धिक तथा अध्यात्मिक) विना जस्तो सुकै कानून ल्याए पनि देश समाजले प्रगति र विकास गर्न नसकिने देखिएको शन्दर्भमा आजको सार्वजनिक संघ संस्था, सरकारी निकायमा कार्यरत कर्मचारी जनशक्तिहरूको चरित्र र बौद्धिक विकासद्वारा देश कार्यालयको समय, साधन श्रोतको दुरुपयोग हुनबाट रोकी, सही परिचालन, उच्चतम प्रयोग गरी सामाजिक आर्थिक विकासको आधार तयार पार्नु आजको अपरिहार्य आवश्यकता हो।

## ज्ञानीम्ह मचा

■ अमृतमान शाक्य भिक्षु, इतुम्बाह, ये

यो मां: यो बा: श्रित्त वने मखु जिला

वाखं: निष्पु कना व्यु म्हाइपु ख्यायत

न्यपु वाखं मयो जितं: ज्ञानया खं केना व्यु

ज्ञान विज्ञान खं न्यसा ज्ञानि जुइदै जिला।

चुक ननि वाहाले वने म्हा:जि

विहारे वना: भन्ते गुरुमां या अति खन्यने जि

इ:यात म्हासीका: मनूजुया: म्वायु जि

सत्यगु धर्म: स्वाना च्वने जि।

मखुगु लपु क्यने मते जित:

कन्हे जुई जि मुल्याहा: चा

धन्दा काये मालि स्व:

वालागु लपुक्ये ज्ञानी जुई जि।

## अनुभव - चारधाम वनावलेया-२

■ ज्ञानवाणी साप्ताहिक

ट्रेन लिवाइंगु चलन

जिपिं हाजीपुर वनेत लखनौ-बरोनी एक्सप्रेस ट्रेन गय मागु जुल १६ नं प्लेट फार्मे (Platform) ध्व वड धागु जुय अन्न हे वता । १०:३० बजे बहनि ध्व ट्रेन मोरखपुर ध्यंक वय मागु । भारतीय समय अनुसार १० बजे जुल । ६ नं प्लेटफार्मे कम्प्युटर सूचना विडगु व्यवस्था दु - न्हापा थजागु व्यवस्था मदुगु खः । स्ववना - ट्रेन आधा घण्टा लिवाइ घया तल । ११ बजे जुल, हाकन सूचना बिल ४५ मिनट लिवाइगु जुल धका । थये अथे याना चान्हे २ बजे तक ट्रेनया अत्तापत्ता मदु । जिमिगु ट्रेन मवसां मेमेगु ट्रेनत ६ नं प्लेटफार्मे जक मखु मे मे थाय न थया च्वन, बना च्वन । ट्रीबान्द्रम, मुम्बाइ आदि तातापाक ट्रेनत वगु व वना च्वंगु स्वया च्वना । थुपिं इले हे ध्यंक वगु खंय धाःसा शंका दु ।

एनाउन्सरमा लापरवाही व घाभीतय साहित

स्टेशनया वातावरण चान्हे गंजागोल खना । एनाउन्सर (उद्घोषक) थाय थासं वगु बनिमु ट्रेन या सूचना नं विया च्वन । ६ नं प्लेटफार्मे ध्व सूचना बांसाक तय मदु । थुक्ले हेलाकक लखनौ-बरोनी एक्सप्रेस १ नं प्लेटफार्मे वड धका एनाउन्सर धागु ताल पेसेन्जरतयसं (यात्रीतयसं) । सकले थःके दुगु मिहचा, ब्याग, गुण्टा, बाकेस, झ्यातुकुनु ज्वना हरर २ नम्बर प्लेट फार्मे वो वन । गुलिं बुढा खाडात नं फु मफु स्वाहाने थाहा वना च्वंगु खना । जिपिं भतिचा अलमल जुल । ६ नं धागु गय याना २ नं जुल जुइ ? जि हाकन कम्प्युटर स्ववना । उकि २ नं प्लेटफार्मे धका च्वया तःगु खः तर हाकन ६ नं प्लेटफार्मे धका सूचना हिला विल । "ए । ६ नं प्लेटफार्मे खत ।" धक्क थया च्व च्व २ नं प्लेटफार्मे तकवपि पेसेन्जरत हाकन थगु सामानत फुमफु ज्वज्व जिपिं दुथाय हे ल्याहा वया च्वन । इपिं गुलिं तम्ब खने दु गुलिं दिग्दार । जिपिं भतिचा प्यानुपिं ज्या ध्व भंभटं मुक्त जुल ।

याउंक १०:३० बजेया रेले बर्यय च्वना घं घं हाजीपुर ध्यनिगु जिमीगु विपना सपना हे जुल । सपना न न्त्यो बोबले जक वड । थनला धनिगु इलय इरथिर जुजुं, वडला वडला धका आशा काका न्त्यो छखेला, ट्रेन न छखेला जुइका च्वना च्वने माल ।

प्लेटफार्मेया व्यवस्था

गोरखपुर जेक्सेन ९ गू प्लेटफार्मेत खना । अथेला प्रत्येक प्लेट फार्मे वर्षा दुःख मजुइमा चिकलां सीत वनाहां वडवले बचे जुइमा धैगु उदेश्य जस्ताया पौ बालाक तया

तल । थायथासे न त्वनेत हिटीत दु, ल नं थो । पेसेन्जरतयसं प्लाष्टिक बोतले ल भरे याना च्वंगु न खने दु । न्त्येनेत थाय थासे घडी न तया तगु दु । घडी ठीक ठीक तय चले जुया च्वन ।

परन्तु घडी ठीक समय क्यों थें रेल ठीक समय वया मव्यतले ध्व घडी हे वेठीक थें च्वना वडवु । स्टेशन मफु पस (Book Stall), चिया पस (Tea Stall) दु । थनला सकले पिंके न्येनावले इमिसं संहज ढंग धाल, "ट्रेन टाइमे क्यमा धैगु मदु । ५, ६ घण्टा लि वाइगु मामुलि खः ।" रेल कर्मचारीया प्रति ध्व थुमिगु व्यंग खःला वा अव्यवस्था हे व्यक्त्याः खः धैगु प्रेम इमिके उत्पन्न जूगु खःला ?

मतया धाःसा बालागु व्यवस्था खना । कुन्व हे मसी । अथेसां यात्रीतयन साहित मे कयं जुया च्वन । रेलया सिक्या थुक्ले उक्ले खुला चर्पि (Open Toilet) वरावरया स्थिति दु । पिक्क प्याच्च खा नया इ फाइगु वरोठया ठुहात, प्लाष्टिकया मिहचात वा छवया तगु जुया फोहोया भाचा हे मदु । प्लेटफार्मे च्वना च्वपिनि न्त्यो ला छुके हे ला, नवगुलिं न्हाय प्वा त्युत्यु आपत । गुलिं भाग्यमानीत कुडी चना च्वन, गुलिं तन्ना लाना बय चना च्वन । गुलिं थय मड्या अर्थ हे दना च्वन । गुलिं चुरोठ त्वना ब्याग ब्याग कु भिकना च्वन, गुलिं खैनी व सुती नया च्वन खने दु । थुक्ले हे स्वयं ध्येय खिचात प्लेटफार्मे थुक्ले उक्ले व्वा व्वां जुया च्वन ।

दकसिबे अचम्म ला भिम्हा सा त रेले दिइगु थासे गनं वो गनं वो । नय मखना चान्हे ध्व सात जेगु जुइमा । "अहो ! रेल बोसा थुमिगु छु कति जुइ ?" विमित धन्दा जुल । सा ख्यायेत सुं रेलके कर्मचारीत जेगु गणु । पब्लिक तयसं न खास हे मतलब मख्यं ।

मनूत अर्दिनिन्द्राया अवस्था दु । बनेत अपिन्त न न्त्यो गय याना वड ? रेल त स्टेशने ध्यंक बये न्त्येव वा चिता वने न्त्येव सिष्ठी पुया च्वंगु दु । हिन्दी म्ये लाउड स्पीकर न्हायपं हीक हायका तगु दु ।

चान्हेसिया २ बजे तिं लखनौ-बरोनी एक्सप्रेस ट्रेन ६ नं प्लेटफार्मे २:१५ बजे ध्यनि धका अचानक सूचना थाय दत । सकल काचारिकचां दन, रेल पिया च्वन । जिपिं नं वःगु सर सामानत म्हय धान्त तयार जुया । जिगु ध्यान धासा व सा त छु जुक्क जुइ धका सा त इवथय स्वया । अन इपिं मदु, हिन्दी भाय्या सूचना इमिसं नं सूला, मसूला वा तयक रेल वगु ताल ला, खन ला छु थें । छुचाखेर स्वया इपिं बेक्ता । क्रमशः



## जीवनयागु क्रम

■ प्रेमलक्ष्मी तुलाधर

स्टाफ कलेज जाडनाखेलय संचालन जुगु स्व नेतृत्व विकास प्रशिक्षण गोष्ठी भाग कायदया जितः तसकं लयता वः ।

थजागु तालिम भोगुलागि तसकं आवश्यक जू । हरेक मनुस्यया वा व्यक्तित्व विकास या निम्तीन । तर छेखां छम्ह जके तालाम्हे जुयाः मगाः । थः छम्ह तालाम्हे जुयाथे परिवारसा जःपिं तालाके फसा, तालापिं जूसा वा ध्वाथूपिं जूसा अथव खंथूपिं जुल धासा अझ बाँलाई ताः थथे मवल धासा नं थाकु धैथे थायावः । कतिलापाकः विचार बुद्ध ज्ञानयात ध्वाथूपिं कूसे वा ध्वाथूसां ब्यबहारे छयलेगु मदयावती । तर न्ह्यामेस्यां न्ह्यागु धाःसां थ छम्ह तालाम्हे जुया वनेफत धाःसानं करपित्त तालाकेत सफल जुई धैगु ज्ञान थ्व तालिमं थुइकेत तेवा ब्यू । छाया धासा न्हापा न्ह्याम्ह मफुसां थम्हः याय्मागु धर्म, कर्तव्य मतोतुसे छे ज्ञाय्माःगु तक कथंहक कत्तानाः माःगु तक ज्या याना च्वनागु । तर थ्व इले जिं मफयाः छेया भवखाय ब्वःगु थें जुल । परिवार ततःमतः कंगु थें ताल स्वनेतृत्वया कर्म वा ज्ञां मदगुलि । अथेजुगुली थ्व तालिम छेखां २, ३ म्हः मनुतयसं काय्माःथे च्वं अले जके जीवन सुथालाइला ?

थुगुसी जि जिम्मा कयाथे सचिवया नातां छे च्वनाःसां ज्या पुत्रका च्वना । तर गुलि समय बीमाःगु खः उलि विइकफयाः नुगः मछिं । तर थःयत बोध याथगु छगू तरीका लुइका व खः बुद्ध बन्न बुद्ध ज्ञान ।

मसःमस्यु धैगु नं तसकं मज्यू । छायाकी डाक्टर यागु भूल खः वा जिगु हे भूल । न्हापा प्याःस्याःगु बखते जन्डिस भचा भचा दुःखः लः त्वंत्वं लती धाल । अबले वासः नःगु जूसा थुलि जइमखु जुई । तर प्येला लिपा जन्डिस तसकं चापे जुगु बखते वासः यक्को याय्माल तर वासयायगु प्रभाव, आराम कयागुलि व मां यागु ममता व आर्शिवाद एक महिनाया भित्रे जन्डिस ल्वय क्वलाना बल । सुयात दुःखा विइमयो धयां परिवारपित्त दुःख विइगु थें जुल । म्हं मफइगु धइगु तसकं मज्यू जूमच्वन का । जीवनयागु छु नं भरोसा मदु । थौं छु जुई कन्हे छु जुई धाय्मफु । जीवनयागु क्रम थथे हे खः ।

भजनयागु ज्या, मां पुचःयागु ज्या, छेज्या, पसःज्या च्वाल्ल च्वाल्ल ख्वार ख्वार याना बुयागुलि सने हे मज्यूगु

बखते मन सुख मदया वईगु । अले जीवन दुःख धैथे च्वना वई ।

जीवन धैगु अमूल्य रत्न खः । थ्व रत्न यात वांलागु वातावरणय तयाः ब्वलके फत धाःसा धाथे अमूल्यगु धन ज्ञाः सार्थकगु जीवन जुई । जीवनयात कुसल-मार्गय न्ह्याका यके फत धाःसा जिन्दगी म्वायगुया सार जुई । तर गबले गबले ब्रालागु ज्या याःसां वांस्लाःगु फल वा अपजस फय मालेयो । कारण थःगु कर्म विपाक, पुण्य मगानाः वा ढंग मदयाःतं जुइफु । अथेसां हरेस मनसे थःगु दुःख रोग खनाः मगयासे थमू धर्म कर्तव्य, मत्वतसे न्ह्याःवनाः लक्ष्ये थ्यकेगु हे जीवनया उद्देश्य खः धैथे उखुनु कयागु स्वनेतृत्व तालिमं टेवा बियाच्वन ।

काय, वाक, चित्त शुद्ध याना दुनुगलं निसें हरेक ज्या खंयात थुइकाः मननयानाः कुसलं कर्म यानाः व्यवहार, चालचलन बांलाका वनेगु हे धर्मया सार मनु जीवनया अमूल्य चिं नं खः । सीमानियु लुमना वलकि अकपल कर्म यायेगु मनय बइमखु भियायगु मनय वई । भियाःसां सार वयाः पत्तुभत्तु पवई । जीवनय न्ह्यागु याःसां चितासु धइगु गबले दइमखु । विरामी जूसां उखे थुखे वनाः विहारे वनु जुल धइ । वास्तव्य बन्नपानी यागु शरीर छु जुई धाय्मफु । अले नुगः मछिंसे च्वना वई । अबले लाक्क बुद्ध लुमना वई ।

अथे जुगुलि मंथूपिसं मथुसा थम्ह मैत्री चित्त, भिगु ज्या खय वनाः धर्म कर्तव्य मत्वतसे थःत थम्ह म्हेसिकाः थःगु नेतृत्व थम्ह याना बुद्ध वचनयात ध्वाथुइकाः वन धाःसा थःत नं फतःयातनं भिजुइगु हे जीवन धैथे च्वं ।

बुद्ध वचन अनुसार थःगु मत थःहे जु । थःगु नाथ मालिक थःहे जु धैगु खंक्ःयात जीवने हना वन धाःसा भिजुई । गथेकी - लक्ष्य उद्देश्य प्रति सचेत जुयाः जिगु जीवन व धर्म प्रति, थःम्ह अभिभारा कयातयागु ज्याय छु याना वने थयागु खः उकियात कःधानाः उद्देश्य प्रति सजग जुसे आजु पूर्वकातुं काय धैगु दृढता दु ।

हरेक ज्या थयबले मूल्य मान्यता थुइकाः विश्वासया लिधसाय ज्या यातावने । गबलेतकः जीवन साथ विई ।

थःगु जिम्मा थम्ह कायगु धैगु हे सुयागु भरे मच्वसे सुयागु न्ह्यायेने ल्हाःफ्रयाः मकायगु खः । विश्वास दयकाः ज्या याना च्वनागुलि उलि समस्या मदु । तर थः मफुबले

सुयातं दुःख, दोष मबिसे थमं ज्वरेयानाः नयगु व नकेमु  
यासु दयाः तस्मिन् लसताय फत ।

सोचित सोमच दुपिस थःत नं कतःयातनं त्याकेगु  
स्वई । स्वभाविक खः । अथेतुं भौतिक बौद्धिक, सामाजिक,  
अध्यात्मिकयात नं ध्याने तथा ज्या याय माः ।

वरदेश दाई नं विद्यादीगु तमिलम सकल प्राणीयात  
प्रज्ञाया जः विद्याच्वन । वधेतुं छिगु ध्वः तालिम नं मनूतयगु  
मन धवाथुयाः ताःलाःम्ह, सक्षम, नेतृत्वकायेफुपि जुइफयमा  
धकाः मनंतुना च्वना ।

तर न्ह्याक्वो तालिम काःसां मनुतयगु हुने  
निसैयागु पहः, स्वभाव, ईर्ष्या, मतिकृन्हाः पहः पिज्वयां  
च्वनिये ताया वः । उलि मजुइमा धकाः आशिका वामा  
च्वना । जिक्के नं अज्यागु पहः मदया वनेमा धकाः प्रार्थना  
वाना च्वना । थनथाय लाक्क कविता छपु न्ह्योव्वय-  
ज्या बी फुसा फुकसियां यो

ज्याः बी मफुसा मिखा वामलं नं स्वयमयो  
महं फयका च्वने फुसा सकस्यां यो  
महं मफुका च्वने मालक्री कुचाय्यो ध्व धाये  
खः मु खं खः ।

## “आह्वान”

■ सुजम कु शाक्य, भीमपुर, टक्सार- ५

हे मान्छेहरू हो । अब मानव बन्न सक्नु पर्छ ।  
रीस, राग र द्वेषलाई अन्तर आत्माबाट फाँट्नु पर्छ ।  
अविश्वास, वैरभाव र द्वन्दलाई जरै देखि उखेल्नु पर्छ ।  
अनि मान्छेबाट मानव बन्न सक्नु पर्छ ।

हे मान्छेहरू हो ।  
अब पञ्चशीललाई पालना गर्नु पर्छ ।  
आर्य अष्टाङ्गिक मार्गमा हिँड्न सिक्नु पर्छ ।  
अनि मान्छेबाट मानव बन्न सक्नु पर्छ ।

हे मान्छेहरू हो ।  
देशलाई बाँदरहरूको होइन मानवको आवश्यक छ ।  
द्वन्द र हिंसा हैन, शान्ति र अमन चैनको आवश्यक छ ।  
अनि, अविश्वास र शत्रुता हैन, विश्वास र मित्रताको  
आवश्यक छ ।  
तसर्थ, हे मान्छेहरू हो । महामानव बन्न सक्नु पर्छ ।

**समाचार**

World Buddhist Sangha Council  
International Buddhist Brotherhood  
Maha-Sangha-Sangha  
World Buddhist Sangha Council  
International Buddhist Brotherhood  
Maha-Sangha-Sangha

**समाचार**

World Buddhist Sangha Council  
International Buddhist Brotherhood  
Maha-Sangha-Sangha



# धर्मकीर्ति विहार

## गतिविधि

२०६४/११/४ गते, शनिवार

विषय- मर्ने भय देखेर नडराउने कोहि होला ?

प्रवचक- मदन प्लन मानन्धर

प्रस्तुति- मिनरबबी तुलाधर

स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्री.घ. जघस ।

भगवान बुद्धले देशना गर्नु भएको त्रिपिटक अन्तर्गत पाँच निकायहरू छन् । जुन यस प्रकार छन् - (१) दीर्घनिकाय, (२) मज्झिम निकाय, (३) संयुक्त निकाय (४) खुट्टक निकाय (५) अंगुत्तर निकाय हुन् । अंगुत्तर निकायमा एकजनाको उदाहरण दिनुपर्दा एक निपात भनिन्छ । त्यस्तै चतुर्थ निपातमा मर्ने अभय सुत्रमा जाणुसोनि ब्राह्मणलाई भगवान बुद्धले बताउनु भएको थियो । मर्ने भय देखेर नडराउने व्यक्तिहरू आर्य पुद्गलहरू छन् । क्लेशबाट मुक्त भइसकेको, दुःखमय संसारचक्रबाट मुक्त भइ सकेको त्यस्ता व्यक्तिहरू मर्ने भय देखि डराउँदैनन् ।

मर्ने भय देखि डराउने व्यक्तिहरू ४ प्रकारका छन् । (१) पञ्चकाम सुखमा आसक्त भएर बस्नु पर्ने व्यक्ति, (२) स्कन्ध शरीर प्रति मोह, माया गरी आसक्त हुने, (३) उपादान (बलियो आसक्त) हुने, जसरी भएपनि नभइ नहुने, बलवान तृष्णा हुने, (४) कुशल धर्म कर्म गर्ने व्यक्ति पनि मर्ने भय देखेर डराउँछ । किनभने उनीहरू मरण पछि दुर्गतिमा पतन होला भनेर डराउँछन् ।

मर्ने भय देखि नडराउने व्यक्तिहरू:- (१) पञ्चकामगुणमा आसक्त नहुने, अनित्य, दुःख, अनात्मालाई राम्रोसंग बुझ्ने व्यक्ति मरण भय देखि डराउँदैन, (२) शरीरप्रति आसक्त नहुने व्यक्तिहरू डराउँदैन, (३) उपादानबाट मुक्त हुने व्यक्ति, (४) कुशल धर्म धेरै गर्ने व्यक्तिहरू मर्ने भय देखेर डराउँदैन । किनभने आफूले राम्रो, कुशल काम गरी राखेको छ भने डराउनु पर्दैन । आफूले सकेसम्म अरुको हित उपकार गरि राखेको छ भने मर्ने भय देखि डराउनु पर्दैन । गर्नुपर्ने कामहरू सबै सिध्याई सकेको व्यक्तिहरू डराउँदैन ।

२०६४ फागुन ११ गते, शनिवार

प्रवचक- धम्मवती गुरुमा,

प्रस्तुति- मथुरा शाक्य

स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्री.घ.न.घ.

यसदिन पूज्य धम्मवती गुरुमाले मिलिन्द प्रश्नको विषयमा प्रवचन दिदै भन्नुभयो "सबै प्राणीहरू मृत्यु

भयदेखि डराउँछन् तर जो प्राणीले जन्म हुने हेतुलाई क्षय गरिसकेको हुन्छ, उ मृत्यु भयदेखि डराउँदैन । साथै भगवान बुद्धले परित्राण पाठको पनि उपदेश दिनु भएको छ र परित्राण पाठ उनीहरूको लागि मात्रै सफल हुन्छ, जसको आयु सिद्धिएको छैन र जसले पापकर्मबाट आफूलाई सेकिराछन् । तर जसको आयु सिद्धिसकेको छ, उनीहरूलाई कुनै औषधि र परित्राणले बचाउन सक्दैन । फेरि परित्राण पाठले फाइदा लिन नसक्नुका तीन कारण छन् । ती यसरी छन्-

- १) कम्मावरण - कुनै कर्म फलेले बीचमा बाधा पार्नाले
- २) क्लेशावरण - क्लेशको कारणले बाधा पार्नाले
- ३) असदेहनाताय - विश्वास नहुनाले

तथागतलाई चीवर, पिण्डपात्र शयनासन र ग्लानप्रत्यय सदा प्राप्त हुन्थ्यो । तर तथागतलाई पनि अन्तराशका कारण पञ्चशाल नामका ब्राह्मणहरूको गाउँमा भिक्षाटन गरेपछि केहि नपाएर खालिपात्र लिएर फर्कनु परेको थियो ।

फेरि भगवान बुद्धले प्राणीहिसाको विषयमा यसरी भन्नुभएको छ कि यदि प्राणीहिसा गर्ने चेतना छैन भने त्यो प्राणीहिसाको कुनै दोष लाग्दैन ।"

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीया वार्षिक भेला २०६४ चैत्र ३ गते, शनिवार

स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्री.घ.न.घ., येँ

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीया ग्वसालय हरेक दैय न्ह्यानावयाच्चवंगु वार्षिक भेला ज्याइवः थुगुसी धर्मकीर्ति विहारय हे क्वचाःगु दु । थुगु ज्याइवःया विस्तृत विवरण लिपायागु अइय प्रस्तुत यायगु ज्वी ।

मेत्ता सेन्टर बाल आश्रम बनेपा ध्यानकुटीलाई आर्थिक सहयोग दिने दाताहरूको नामावलि:-  
केशचन्द्र शाक्य, बनेपा रु. ३००/-  
शाक्य वाच, बनेपा रु. ३००/-  
सुलक्षणकीर्ति विहारका उपासक उपासिकाहरूबाट रु. ४१५०/-

२५५२ औं आयु संस्कार परित्याग दिवस मनाएको नगदेश बौद्ध समूह र बौद्ध ल्यायम्ह पुचः नगदेशको संयुक्त आयोजनामा माघ पूर्णिमा (सिपुन्ही) को दिनमा भगवान् बुद्धको २५५२ औं आयु संस्कार परित्याग दिवस भव्यरूपले बुद्ध पूजा गरी मनाउने कार्य सम्पन्न गरियो । प्रमुख अतिथि श्रद्धेय भिक्षु कोलित र सदात्तिस्स स्थविररूको समुपस्थितिमा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा नगदेश बुद्ध विहारमा बुद्ध सम्मत २५५१ को वर्षावास्त अधिष्ठान गरी बस्नु भएको श्रद्धेय खेमावति गुरुमालाई ससम्मान पवित्र खाडा पहिऱ्याई बस्त्रदान गरी सम्मान गरियो । सो सम्मानमा पवित्र खाडा केशावति गुरुमाले पहिऱ्याउनु भयो भने बस्त्रदान विहारका उपासिका असल माया प्रजापतिले गर्नु भएको थियो । प्रवचन कार्यक्रममा प्रमुख अतिथिको तर्फबाट श्रद्धेय भिक्षु कोलित स्थविरले आयु संस्कारको महत्त्व बारे चर्चा गरी अनित्य, दुःख र अनात्मको विशिष्ट उपादेयता भएको सन्दर्भमा चर्चा गर्नु भयो भने थेरवाद बौद्ध दायक केन्द्रीय परिषदका अध्यक्ष बखत बहादुर चित्रकार र कोषाध्यक्ष संघरत्न शाक्यले पनि आ-आफ्नो उद्गार व्यक्त गर्नुभयो । त्यस्तै गरी वक्ताद्वय डा. लक्ष्मण शाक्य र डा. सानु भाई डंगोलले पनि आयु संस्कार दिवसको महत्त्वबारे चर्चा गर्नु भयो । सारिपुत्र र महामौद्गल्यायन स्थविरलाई बुद्ध शासनिक कार्यमा अग्रस्थान दिई अग्र श्रावक र महाश्रावक पदवि प्रदान गरेको, चतुरंग सन्निपातको घटना भएको र भगवान् बुद्धले ८० वर्षको उमेरमा चापाल चैत्यमा यही माघ पूर्णिमाको दिनमा आयु संस्कार परित्याग गर्नु भएकोले बौद्ध जगतमा माघ पूर्णिमाको महत्त्व भएको बारे चर्चा गर्नु भयो । सो पुनित समारोहमा स्वागतमन्तव्य ल्यायम्हपुचःका अध्यक्ष शिव भक्त मेजुले गर्नुभयो भने सधन्यवाद समूहका कोषाध्यक्ष राम भक्त हाँयजुले गर्नुभयो । अध्यक्षता समूहका अध्यक्ष न्हुछे कुमार सिंकेमनले गर्नुभयो र अन्तमा सामूहिक पूण्यानुमोदन गरी कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो ।

### देहावसान पश्चात् आँखा दान गरेको

नगदेश बौद्ध समूह र धर्मोदय सभा मध्यपुर थिमि नगर शाखा नगदेशका सचिव एवं बौद्ध ल्यायम्ह पुचः नगदेशका सल्लाहकार उपासक कृष्ण कुमार प्रजापतिको

पितृस्नेही पिता (बुबा) कसं कुमार प्रजापति ने.सं. ११२८ सिल्लामा ४, वि.सं. २०६४ फागुन १३ सोमबार ८१ वर्षको उमेरमा देहावसान भएपछि तहाँको शवलाई नगदेशस्थित मसानघाटमा ल्याई दुबै आँखा तिलगंगा आँखा बैकलाई दान गरिएको समाचार छ ।

मसानमा दाह संस्कार गर्नु अघि दाह गरिएका आँखाहरू कोलिपल्ट नै दुइजना अन्धाहरूलाई एक एक वटा आँखा प्रत्यारोपण गरेको थाहा हुने बाबत छ । त्यसमध्ये एउटा आँखा समेख्य जिल्लाका २५ वर्षीय युवा 'सोमा' लाई प्रत्यारोपण गर्नु भने अर्को आँखा मित्रराष्ट्र भारतका मुजफ्फरपुर जिल्ला निवासी ४५ वर्षीय 'दास' थरका व्यक्तिलाई प्रत्यारोपण भैसकेको जानकारी प्राप्त भएको छ ।

### ध्यानकुटी विहारय ज्ञानमाला भजन

०६४/१०/१९ गते, शनिवार श्रद्धेय भनोजा गुरुमां यागु नेतृत्वय ध्यानकुटी विहार बनेपाय सम्पन्न जुगु बुद्ध पूजा ज्याइवलय धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजन खलः पाखें ज्ञानमाला भजन जुगा जुल ।

बोधिसेने भन्ते पाखें शील प्रार्थनाया बुद्ध पूजा न्त्याकूगु उगु कार्यक्रमय भन्तेपाखें धर्मदेशना जुगा जुल । सकल उपासक उपासिका पाखें ४,३००/०/० जुगु दां ध्यानकुटी विहार यात चन्द्रा स्वरूप सहयोग प्रदान याःगु समाचार दु । प्रस्तुती- प्रेमलक्ष्मी तुलाधर

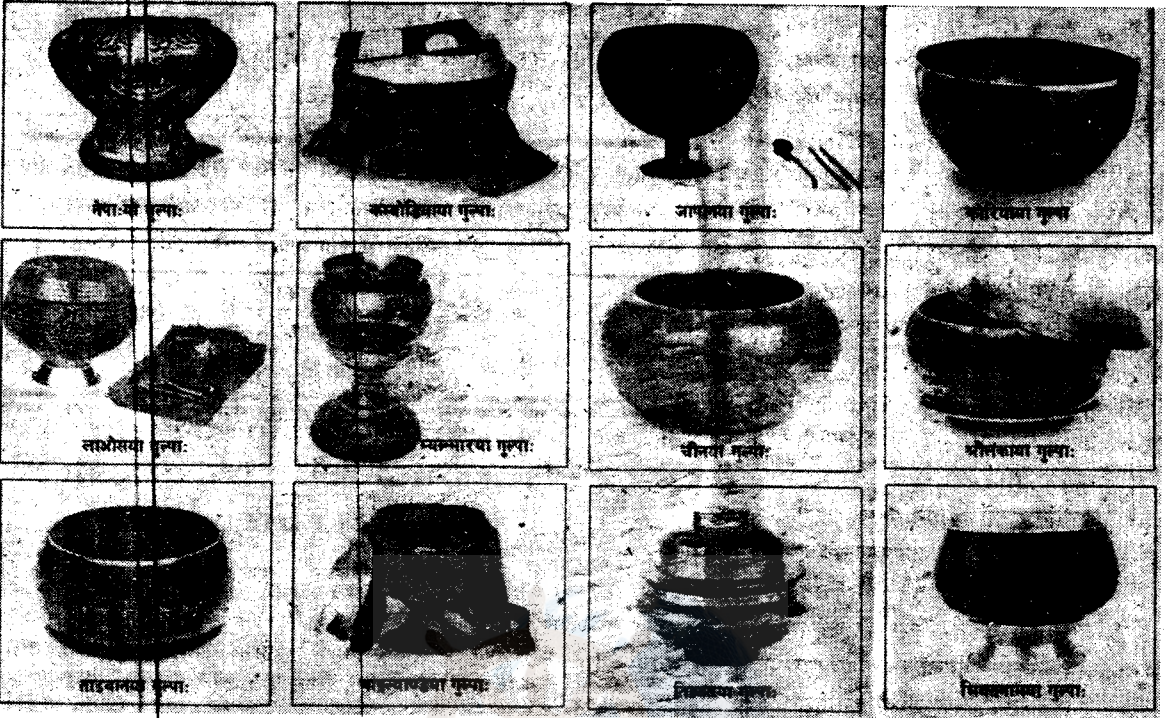
### मैत्री करुणा भावना डवलको मागु देशना

यल सिल्लाध्व सप्तमी, यलया लायकुलि च्वगु विश्व मैत्री विहारय पञ्चशील प्रार्थनाया न्त्याकूगु बुद्ध पूजा लिला जुगु बौद्ध संभाय धम्मचारी गुरुमांनं सतसंग भिक्षुः सम्भेक दृष्टि तथाः थःत थम्हं दमनयानां मैत्री करुणा भावना डवलके मांगु धर्म देशना याना बिज्यासे कुबानं ज्ञान ज्ञया मुल्याङ्कन याना धर्म चित्त उत्पति यापित सम्भेक शिक्षा ग्रहण यायेमागु देशना बिवाबिज्यात ।

हेराकाजि महर्जन सच्च्चा बौद्ध जुइत शहनशील जुइमाःगु खँ कनादीगु थुगु ज्याइवलय वगु सल्लाहा धर्म देशना लुमंका कनादीपिं अष्टमाथा व बोधिरत्न पित्त गुरुमांनं सिरपालः ल्हाना बिज्यात । सभय माहिवा कपालिं लस कुस वानपदिगु खःसा दिल शोभां सुभाय देशना दिल ।



## कोरियाय् अन्तर्राष्ट्रिय गुल्पा ब्वज्या



बुद्ध धर्मय् दानया तःधंगु महत्व दु । उकि दान काल बिल यायेगु साधन गुल्पाःया नं तःधंगु महत्व दु । विश्वय् गन गन, बुद्ध धर्म थ्यन अन अन दान फयेगु साधन गुल्पाःया नं छयलाबुला जुया वयाच्वंगु गुल्पाःया स्वरूप व आकार प्रकार धाःसा पाः । गुलिखे अवस्थाय् अज्याःगु गुल्पाःया आकार एक स्वयाः नं थ्व थुगु देशया गुल्पाः खः धकाः याउँक अनुमान यायेफु ।

आः विश्वन्याकं छयला वयाच्वंगु थज्याःगुहे धीधी स्वरूपया गुल्पाःत मुंका दक्षिण कोरियाय् छगू अन्तराष्ट्रियस्तरया गुल्पा प्रदर्शन हे जुइत्यंगु दु । राजधानी सिउलय् जुइगु थ्व प्रदर्शनय् विश्वया धीधी देय्या बौद्धतयसं छयलीगु गुल्पाःतय् ब्वज्यानं जुइ । थ्वहे मार्चय् उगु ब्वज्या याइगु ग्वसाः दु ।

कोरियाया साजाःमह भिक्षु जि म्योडया कुतलय् थ्व ब्वज्या जुइत्यंगु खः । थुकिया निति वसपोलं 'कमिटी अफ इन्किजबिसन अफ इन्टरनेशनल आल्मुस् वाउल्स अफ बुद्धिष्ट मन्कस्' नामं छगू ग्वसाः खलः नं नीस्वंगु दु । विश्वय् बौद्ध गुल्पाःया प्रदर्शन जुइत्यंगु थ्वहे न्हापांखुसी खः ।

ब्वज्याय् विश्वया धीधी देय्या गुल्पाः ब्वः थें नेपाःया गुल्पाः नं ब्वइगु जगु दु । थुकी चीन, जापान, श्रीलंका, लाओस, कम्बोडिया, म्यान्मार, भियतनाम, कोरिया आदि देय्या आपालं गुल्पाःत ब्वइ । उकी मध्यय् नेपाःया गुल्पाः नं ब्वयेत्यंगु खः । थन ब्वयेगु लागि नेपाःपाखें गुल्पाःदाता भाजु

जीवरत्न स्थापितं गुल्पाः दान यानादीगु खः । बय्कलं नेपाः या डा. नरेशमान वज्राचार्य मार्फत कोरियाय् उगु गुल्पा छवयादीगु खः । गुल्पाः छवयाहःगुलिं भिक्षु जि म्योडं बय्कःयात आकर्षक सुभायुपौ नं बियाहःगु दु ।

कोरियाय् जुइगु थ्व गुल्पाः ब्वज्या लिपा अन गुल्पाःयागु हे छगू म्युजियम दयेकेगु नं ग्वसाः जुयाच्वंगु दु । आः ब्वज्याय् हयातःगु गुल्पाः फुककं लिपा वहे म्युजियमय् तयेगु ज्या जुइ । ब्वज्याया लागि विश्वया आपालं देया गुल्पाः कोरिया थ्यनेधुंकुगु खँ धाःगु दु ।

ब्वज्याय् ब्वइगु धीधी देय्या गुल्पाःया क्पाः तयाः ग्वसाः खलकं कोरियन भासं छगू सफू नं पिकाःगु दु । उगु सफुली नं नेपाःया गुल्पाः दुथ्याः । नेपाःया गुल्पाः प्रकाशित पेजय् बुद्ध धर्मया छगू गाथा नं छापे यानातःगु दु गुगु थथे दु - छें मिं नइबलय् दकलय् न्हापा मि निं स्यायेगु लाकि मिं नकूम्ह मनुयात ज्वं वनेगु ? मि च्याकूम्ह मनुयात नि ज्वं वन धाःसा छें फुककं मिं नयेधुंकी । उकिं बुद्धिमानपिसं न्हापां मि निं स्याइ । उकथं हे तं पिहां वइबलय् नं न्हापालाकक तंयात निं शान्त याःसा बांलाइ, तं पिकायेकूम्हेसित निं ज्वं जुयाच्वन धाःसा थः हे स्यना वनी । लुमकेबह जू, नेपाःया गुल्पाः दान यानादीम्ह दाता स्थापितं नेपाः लगायत मेमेगु नं देया आपालं विहारय् अज्याःगु गुल्पाः दान याना वयादीगु दु । बय्कलं आः तक करिब ७० गः गुल्पाः दान यानादीधुंकुगु दु । साभारः सन्ध्या टाइम्स, निहपौ २०६४ फागुण १५

## पराभव सूत्र

यसरी मैले सुनेको थिएँ। एक समय भगवान् बुद्ध श्रावस्तीस्थित अनाथपिण्डकको जेतवनराममा विहार गरि रहनु भएको थियो। त्यस समयमा एकजना देवता बेलुकीको प्रथम प्रहर सकिने बित्तिकै जेतवन विहार सिंगै जाज्वल्यमान हुने गरि तेज निकालेर, जहाँ भगवान् बुद्ध रहनु भएको थियो त्यहाँ अगाडी आउनु भयो। अगाडी जानु भई भगवान् बुद्धलाई अभिवादन गरि एक छेउमा बस्नु भयो। यसरी एक छेउमा बसेको देवता भगवान् बुद्ध संग यो गाथा सुनाई बिनित गर्नु भयो।

“भगवान् ! तपाईं कहाँ आएर मैले पतन्नोमुख पुरुषहरूको बारेमा प्रश्न सोध्दैछु।”

प्रश्न: के के कारणले गर्दा पुरुषहरूको पतन (अवन्नति) हुने गर्छ ? ॥१॥

उत्तर: उन्नति गर्ने मानिसलाई हामी सञ्जिबैसित चिन्न सक्छौं। धर्म मन पराउनेलाई उन्नति र लाभ हुन्छ। तर धर्म द्वेषी अर्थात् धर्म मन नपराउने मानिसको अवन्नति (पतन) भवत्यस्य हुन्छ। ॥२॥

प्रश्न: अवन्नतिको पहिलो कारण थाहा पाइसकेँ। भगवान् ! अब दोश्रो कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥३॥

उत्तर: जुन मानिसले असत पुरुष मन पराउँछ। फेरि असत पुरुषहरूको धर्मलाई मन पराउँछ। यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥४॥

प्रश्न: अवन्नित अर्थात् पतनको दोश्रो कारण पनि बुझियो। भगवान् ! अब पतन हुनुको तेस्रो कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥५॥

उत्तर: जुन मानिस धेरै सुत्छ, धेरै मानिससंग सम्पर्क राख्छ, कुनै उद्योग गर्दैन, अलि र कोधि हुन्छ। त्यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥६॥

प्रश्न: अवन्नतिको तेस्रो कारण थाहा पाएँ। भगवान् ! अब चौथो कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥७॥

उत्तर: जसले सामर्थ्य भएर पनि बृद्ध र दुर्बल आमाबुझालाई पालन पोषण गर्दैन, यो नै उसको अवन्नतिको कारण बन्छ। ॥८॥

प्रश्न: उन्नतिको सट्टा अवन्नति हुनुको यो चौथो कारण पनि बुझियो। भगवान् ! अब पाँचौं कारण स्पष्ट पारिदिनु होस्। ॥९॥

उत्तर: जुन मानिसले निष्पाप व्यक्ति जस्तै ब्राह्मण, श्रवण वा अरू कोहि याचकहरूलाई झुठो कुरा गरेर भुक्त्याउने काम गर्छ, त्यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥१०॥

प्रश्न: पतन हुनुको यो पाँचौं कारण पनि बुझियो। भगवान् ! अब पतन हुनेको छैठौं कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥११॥

उत्तर: जोसंग सुन चाँदि, खाद्य पदार्थ आदि वस्तु प्रबन्ध भएर पनि, आफुमात्र मिठो खाने गर्छ, त्यो नै उसको लागि पतनको कारण बन्छ। ॥१२॥

प्रश्न: अवन्नति हुनुको छैठौं कारण स्पष्ट भयो। भगवान् ! अब सातौं कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥१३॥

उत्तर: जुन व्यक्तिले जातिको, धनको र गोत्रको अभिमान गर्छ। फेरि आफ्ना बन्धुहरूको अपमान गर्छ। त्यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥१४॥

प्रश्न: अवन्नतिको सातौं कारण थाहा पाइयो। भगवान् ! अब आठौं कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥१५॥

उत्तर: जुन मानिस स्त्रीहरूको पछि पछि लाग्छ। रक्सी खान्छ। जुवा खेल्छ। आफ्नो कमाई नाश गर्छ। त्यो नै उसको पतनको कारण हो। ॥१६॥

प्रश्न: पतन हुनुको आठौं कारण पनि थाहा पाएँ। भगवान् ! अब नवौं कारण पनि आज्ञा हुनुहोस्। ॥१७॥

उत्तर: जुन मानिस आफ्नो धर्मपत्नी संग चित्त नबुझे, बेश्या वा अरू कोही पर स्त्रीसंग लाग्छ। यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥१८॥

प्रश्न: अवन्नतिको नवौं कारण पनि थाहा पाएँ। भगवान् ! अब दशौं कारण कृपागरि आज्ञा हुनुहोस्। ॥१९॥

उत्तर: जुन मानिसले आफ्नो यौवन अवस्था सकिबन्धे पनि भ्रंशरको कलिलो युवतीसंग विवाह गर्छ, उसलाई त्यहि युवतिको चिन्ताले गर्दा निदाउन सक्दैन र आफ्नै अवन्नतिको कारण बन्छ। ॥२०॥

प्रश्न: अवन्नतिको यो दशौं कारण पनि थाहा पाइयो। भगवान् ! अब एघारौं कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥२१॥

उत्तर: लालच वा सम्पत्ति नाश गर्ने पुरुष वा महिलालाई मुख्य सम्पत्ति चलाउने काममा नियुक्ति गरेमा, त्यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥२२॥

प्रश्न: पतन हुनुको एघारौं कारण बुझियो। भगवान् ! अब बाह्रौं कारण आज्ञा हुनुहोस्। ॥२३॥

उत्तर: जो मानिस क्षेत्रिय कुलमा जन्म भएता पनि आफूसंग अल्प सम्पत्ति मात्र छ, तर लोभि भएर राज्य प्राप्तिको इच्छा गर्छ भने, त्यो नै उसको पतनको कारण बन्छ। ॥२४॥

उन्नति मन पराउने पुरुषले माथिको यी १२ वटा अवन्नति (पतन) का कारणलाई राम्ररी थाहा पाई होसियार पूर्वक जीवन यापन गर्नु पर्छ। भाग्य दर्शन सम्पन्न व्यक्ति यस लोकमा पनि परलोकमा पनि श्री सम्पत्तिशालि बन्छ। ॥२५॥

■ अमीर कुमारी शाक्य