

धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



फोटो- अङ्गालिदी तुलाघर

स्वयम्भूस्थित प्रब्रजित दीपमा महापरित्राण पाठ पश्चात् धर्मदेशना भइरहेको दृष्य



येँया: पुन्ही

वर्ष-२५; अङ्क-६

बिज्रम 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	पृ.सं.
१	बुद्ध-वचन		१
२	सम्पादकीय- सस्मक बुद्धि (डीक सम्भवारी)		२
३	धर्मचक्र-प्रवर्तन सुत्र-३	सत्यनारायण शीखरका	३
४	धम्मपद-२७३	रोमा तुलाधर	४
५	चित्तवाणी	रं. पूर्वोत्तर शीडेस	५
६	भक्तिमते भक्तिमती गीता पाठ्यपुस्तक	सावित्री मल्ल (कलाकर्ती)	६
७	गजल	कृष्णप्रकाश धर्ति सक्दर	७
८	बुद्ध धर्म र विश्व शांति	संगीता कोइ	८
९	योग अभ्यास विधि - भाग २१	डा. गोपाल प्रधान	९
१०	साहाय्यरिता	सावित्री विभक्तिमता	१०
११	दत्तेना नाम आत्मनः (महा शीखर) लाई साधयोग		११
१२	मुखको संगत मनुदेव, बुद्धिसालको संगत गनुपर्छ	सिद्ध यानुधर	१२
१३	भीरल अरण्य-२	शिवि विष्णुधर	१३
१४	सिद्धि-प्रल - ४	अनन्तराज आचार्य प्रधान	१४
१५	एकाग्रताया अतीव शक्ति बुद्ध	नरेन्द्रनाथ शर्मा	१५
१६	अन्यकारिण प्रवचन	सत्यनारायण शीखरका	१६
१७	बुद्ध सुमन्दते	सान्तादीर शास्त्र	१७
१८	नाम	मुनीन्द्रनाथ बज्राचार्य	१८
१९	धर्मकीर्ति विहार-गतिविधि		१९
२०	बुद्धीको ज्ञान	रं. पूर्वोत्तर शीडेस	२०
२१	धर्म प्रचार-समाचार		२१
२२	संनको कल्याण होस्	गोपाल कृष्ण मल्ल	२२
२३	"मा नि सुजानं ग्याम्याम" ।	बन्दीर कुमारी शास्त्र	२३
२४	विपरम्या	गुणराज भण्डारी	२४

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

धर्मकीर्ति
विद्यासागर प्रिन्टर्स

फोन: २२२२-२२२२, २२२३

धर्मकीर्ति

त्रिभुवनकोशी मार्गमा

फोन: २२२२-२२२२

मानिस, सहरबाट

फोन: २२२२-२२२२

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

धर्मकीर्ति

विशेष सदस्य	रु. १०००/-
मा-सो अन्दा बढी	
वार्षिक	रु. ७५/-
यस अङ्कको	रु. ७/-



धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

SEPTEMBER 2007



कसैको निन्दा नगर्नु, कसैलाई घात नगर्नु, भिक्षु नियम पालन गर्नु, मात्रा मिलाई भोजन सेवन गर्नु, एकान्त वास गर्नु, ध्यानमा मन लगाउनु - यही नै बुद्धहरूको उपदेश हो।

द्रव्यादि रत्न नै चर्चा गर्नुपनि मनुष्यहरूको कामना तृप्ति हुँदैन; भण्डितजनहरूले, संसारिक काम भोगमा अल्पमात्र स्वाद रहेको र धेरै दुःख हरको कल्पिता बुभुक्षी-दिव्य काम सुखलाई पनि इच्छा गर्दैनन्; सम्यक सम्बुद्धका शिष्यहरूले तृष्णा क्षय गर्ने कार्यमा मन लगाउँछन्।

मानिसहरू भयको कारणले प्रव्रत, मन, उद्यान, वृक्ष, जैत्यविको शरण जान्छन्। यसको शरणमा गएर मात्र भयबाट छुटिने होइन। यो उत्तम शरण पनि होइन। यसको शरणमा जदिमा सबै दुःखबाट छुटकारा मिल्ने पनि होइन।

सम्यक दृष्टि (ठीक समझदारी)

पालि साहित्य अनुसार चतुआर्य सत्यको यथार्थ ज्ञान थाहा पाउनु र बुझ्न सक्नुलाई सम्यक दृष्टि अर्थात् ठीक समझदारी भनिन्छ । चतु आर्यसत्यले प्रकृतिका ४ वटा सत्यहरूलाई यसरी प्रष्ट्याइरहेको छ—

- १) यस ससंसारमा हामीले जन्म लिने वित्तिकै हामीलाई ८ प्रकारका दुःखहरूले पछ्याउँदै आइरहेका हुन्छन् ।
- २) ती दुःखका कारण छ ।
- ३) ती दुःखहरूबाट मुक्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ ।
- ४) ती दुःखहरूबाट मुक्ति प्राप्त गर्नका लागि हामीले ८ वटा मार्गहरू (आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग) लाई पछ्याउनु पर्दछ ।

माथि उल्लेखित चतु आर्यसत्यहरू मध्ये ४ नं. को सत्य आर्य अष्टाङ्गिक मार्गहरू मध्ये पहिलो मार्गलाई सम्यक दृष्टि अर्थात् ठीक समझदारी (Right Understanding) भनिन्छ । कुनै पनि घटना वा सोचाईलाई ठीक तरिकाले बुझ्न सक्ने शक्तिलाई सम्यक दृष्टि अर्थात् ठीक समझदारी भनिन्छ । सम्यक दृष्टि नभएको अवस्थामा मिथ्या दृष्टि अर्थात् गलत समझदारी (Misunderstanding) ले ठाउँ लिने गर्छ ।

हामीले देखिरहेका छौ धेरैजसो मानिसहरू स्वार्थयुक्त चित्तले प्रसित बन्दै विभिन्न देवी देवताहरूको अन्धभक्तिमा लागी बरदान मान्ने लोभमा फसिरहेका हुन्छन् । यसरी नै आफ्नो बराब बानी व्यवहार र अशुद्ध आचरणहरूलाई महशूस गर्न नसकी यसलाई सुधार्ने प्रयास गर्नुको बदला यज्ञ होम र बली प्रथालाई अपनाउँदै शान्ति र सुखको कामनामात्र गरिरहने व्यक्तिहरूको सोचाईलाई पनि मिथ्या दृष्टिको रूपमा लिनु सकिन्छ । फेरि कसैले निस्वार्थ र सोझो तरिकाले भनिएको कुरालाई स्वार्थी व्यक्तिहरूले बग्याई अर्कै अर्थ लगाई बुझ्ने र बुझाउने गरिरहेका हुन्छन् । यसरी अर्थको अनर्थ तरिकाले बुझ्ने बानीलाई पनि मिथ्यादृष्टि र गलत समझदारी नै भनिन्छ । यसलाई त झन खतरनाक सोचाई भन्न सकिन्छ । यस्तो बानी भएका व्यक्तिहरूले ठूलूला विनाशकारी परिस्थितिलाई निम्त्याउने कार्य समेत गर्न सक्दछ ।

आजभोली चलिरहेको द्वन्दको प्रमुख कारण पनि यही मिथ्या दृष्टि नै हो । समस्या वा दुःखको कारणलाई ठीकसंग बुझ्न नखोज्दा र स्वार्थी भावना घुसाई गलत तरिकाले सोच्ने बानी भएका व्यक्तिहरूबाट दुःखलाई हटाउने होइन अझ बढाउने र अशान्तिलाई निर्मूल पार्ने होइन अझ अशान्तिको आगो बाल्ने कार्य भइरहेको हुन्छ ।

गलत सोचाई र स्वार्थी विचारलेयुक्त भएपछि प्रकृतीले कसरी आफैलाई त्यसको परिणाम भोगाउँदो रहेछ भन्ने

बुद्धकालीन घटना यहाँ प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ।

एकजना शिकारी भिरभिरै विहानै घरबाट निस्की शिकार खेलन अंगल पसेछ । जंगलबाट भिक्षाखनका लागि आइरहनुभएका एक भिक्षुसंग उसको जम्काभेट भएछ । एकाविहानै शीर मुण्डन गरिएको व्यक्तिलाई देखनुलाई अशुभको संकेत भएको मिथ्या धारणालाई पालिरहेका त्यस मूर्ख शिकारीले सही के हो र गलत के हो कसरी छुट्यावस् ? फलस्वरूप त्यस शिकारीले भिक्षुलाई देखा वित्तिकै लौ अब बेसाइत पन्यो भन्दै रिसाउन थाल्यो र आफ्नो मन दूषित पाउँ उक्त निर्दोष भिक्षुको हत्या गर्ने समेत दुष्प्रयास गर्न थाल्यो । तर प्रकृतिले उक्त दुष्प्रयासलाई विफल बनाईदियो जसले गर्दा शिकारी आफैले ज्यान गुमाउनु पन्यो ।

यसरी नै भिक्षु सारीपुत्र महास्वविरले सती आफू सुल्लु भन्दा अगाडि आफ्नो सिरानीतर्फ हेरी विनहुँ नमस्कार गर्नुहुँदो रहेछ । उहाँको यस व्यवहारलाई हेरिरहने अन्य भिक्षुहरूले यसलाई गलत तरिकाले बुझी गलत अर्थ अगाडि आ-आफ्नो अन्दाजमा यसरी फलान्दै हिंडेछ—

“यो बाहुनले आफ्नो जातैले दिएको ईश्वर भक्ति संस्कारलाई कहाँ छोड्छ र ? भिक्षु भइसकेपछि पनि ईश्वरको अन्धभक्तिमा लागी ढोरदै बस्दो रहेछ ... आदि आदि ।”

यो कुरा बुद्ध समक्ष पनि पुगेछ । फलस्वरूप भगवान बुद्धले भिक्षु सारीपुत्रसंग यसरी सिरानी फर्की बोधनुको कारण सोधनी हुँदा भिक्षु सारीपुत्रले यसको अर्थ बुझाउनु हुँदै भन्नुभएछ— “भगवान् शास्ता । मैले हजुरकै शिष्य भिक्षु अस्सजितबाट पहिलोपटक शिक्षा सुन्ने मौका प्राप्त गरेको थिएँ र यसरी भिक्षु बन्न पाएँ । त्यसैले पहिलो गुरु भिक्षु अस्सजितको गुण स्मरणगरी मैले सुल्लु अगाडि अहिले पनि उहाँलाई नमस्कार गरेर मात्र सुल्लु गरेको हुँ ।”

भिक्षु सारीपुत्रको तर्फबाट यस्तो जवाफ सुन्ने वित्तिकै गलत तरिकाले बुझिरहने भिक्षुहरूलाई आफ्नो गलत सोचाईको महशूस भई पश्चाताप भएछ । यसलाई नै भनिन्छ मिथ्या दृष्टि । जहाँ ठीक तरिकाले बुझ्ने बानी कम हुँदै जान्छ त्यहाँ गलत तरिकाले बुझ्ने बानी बढ्दै जान्छ । यस्तो बानीले अशान्ति र अन्यायको वातावरण सृजना गरिदिन्छ । त्यसैले शान्ति प्रेमी बुद्धले हामीलाई शान्ति र सुखलाई कायम गर्नका लागि हरेक क्षेत्रमा हामीले सम्यक दृष्टी अर्थात् ठीक समझदारीलाई कायम राख्नुपर्ने सल्लाह दिनु भएको छ । उहाँको यस अमूल्य सल्लाहलाई हामी सबैले पालन गरी आ-आफ्नो जीवन सफल पार्न सकौ ।

धर्मचक्र-प्रवर्तन सूत्र-३

■ सत्यनारायण गौयन्का

दुःखको समुदय हुनु, दुःखको उत्पन्न हुनु दोषो आर्यसत्य हो । दुःख छ, दुःख किन उत्पन्न हुन्छ ? यसको बारेमा थाहा पाउनु नै दोषो आर्य सत्य हो । भन्नलाई त सबैले भन्छन् कि दुःखको कारण के हो तर भगवानले यसरी भन्नु भयो कि दुःखको समुदय भनेको के हो ? दुःखको समुदय तृष्णा हो । तृष्णाको उत्पन्न हुनु भनेको नै दुःखको उत्पन्न हुनु हो । तृष्णा संग संगै दुःखको उदय हुन्छ त्यसैले तृष्णा केवल दुःखको कारण मात्र होइन कि तृष्णा नै दुःख हो । तृष्णा भनेको जे जति छ त्यसबाट सन्तुष्ट नहुनु र जुन छैन त्यस प्रति व्याकुल हुनु नै तृष्णा हो । जहिल्यै पनि यो अवस्था आईरहन्छ । अभाव नभएको अवस्था कहिल्यै पनि आउँदैन आउँदैन कुनै न कुनै अभाव आइरहन्छ । म संग सबै थोक छन् तर यो एउटा छैन, सबै छन् यसको मात्र अभाव छ, सबै थोक छन् तर कतिले पुग्ने अर्को चाहियो, चाहियो भन्ने भाव आईरहन्छ । यहि नै तृष्णा हो । पानीको प्यासले घाँटी सुकेको भै अभाव भइरहन्छ । यसरी तृष्णाको उत्पन्न हुनु नै दुःखको उत्पन्न हुनु हो । तृष्णा तीन प्रकारका छन्- काम तृष्णा, भव तृष्णा र विभव तृष्णा ।

काम तृष्णा भनेको काम भोगको तृष्णा हो । भव तृष्णा भनेको भव प्रतिको तृष्णा हो । यो संसारमा के छ र ? दुःख नै दुःख छ तर भव 'म' चाहिँ जरुर रहनु पर्छ । 'म' बाँकी रहने पर्छ, 'म' जसरी भए पनि कायम रहनु पर्छ । यो 'म' को प्रति, आत्म भावको प्रति यति गहिरो आसक्ति हुन्छ कि जसरी भए पनि 'म' रहने पर्छ । यस दुःखको संसारबाट छुटकारा होस् तर एउटा यस्तो अमर लोक होस्, एउटा यस्तो स्वर्ग लोक होस् स्वर्गलोकमा पनि मृत्यु हुन्छ, होइन ब्रह्म लोक होस् म अमर हुनपाउंन् । निर्वाण होस् तर पनि म त कायम रहिरहोस् । 'म' कतै अभावमा नजाउंन् । म कायम भईरहोस् भन्ने भावयही नै भव तृष्णा हो । पटक पटक जन्म लिएर पनि आफू कायम नै रहन चाहने भव तृष्णा उत्पन्न हुन्छ । जुनसुकै लोकमा भएपनि 'म' कायम भईरहूँ भन्ने चाहना रहिरहन्छ ।

अर्को तृष्णा छ विभव तृष्णा । विभव तृष्णा भनेको 'म' मुक्त हुनु छ, मलाई मुक्त हुनु छ भन्ने भाव आउनु विभव तृष्णा हो । मलाई मुक्ति चाहियो, मलाई भव चाहिएन, म मुक्त हुनु पन्थो भन्ने भाव हुनु त्यहाँ पनि चाहियो, चाहियो भन्ने भावले त छोडेन । यहाँ पनि तृष्णा त रह्यो । यस चाहियो चाहियो भन्ने भावले मुक्ति मार्ग तर्फ त लडिन । आर्य अष्टाङ्गिक मार्गमा अगाडि बढ्यो भने आफैँ भवचक्र टुट्दछ र मुक्त हुन्छ । जबसम्म तृष्णा रहिरहन्छ तबसम्म मुक्ति धेरै टाढा हुन्छ ।

अर्को सत्य छ दुःख निरोध आर्य सत्य । त्यो सत्य जहाँ दुःखको निरोध हुन्छ जहाँ दुःखको समाप्त हुन्छ । दुःखको समाप्त कसरी हुन्छ ? जहाँ तृष्णाको शेष रहँदैन, जहाँ रागको शेष रहँदैन त्यही नै वितराग अवस्था हो । त्यही निरोध हो, जहाँ अब फेरि राग कहिल्यै पनि उत्पन्न हुँदैन । थोरै समयको लागि राग जागेन त्यो अर्को कुरा हो तर त्यो अवस्था जहाँ कहिल्यै पनि राग जागदैन यही निरोधको अवस्था हो । जुन जुन आसक्तिको आलम्बन थियो त्यो सबै छुटेको अवस्था, त्यस अवस्थाबाट पर जहाँ फेरि केही ग्रहण गर्ने ठाउँ नै छैन । सारा आलम्बन छुटेको अवस्था हो त्यो नै निर्वाणको अवस्था हो । जब सम्म नामरूपको क्षेत्रमाछ, जबसम्म छ इन्द्रिय को क्षेत्रमा छः त्यो अवस्था आउँदैन । त्यो अवस्था त इन्द्रिय भन्दा परको अवस्था, निर्वाणको अवस्था, अरहन्तको निरोधको अवस्था जुन मुक्तिको अवस्थासम्म सहायक भयो । स्रोतापन्नको अवस्था त्यो अवस्था हो जुन अवस्थामा एक अंश मात्रको मुक्ति हुन्छ । यस अवस्थामा अपाय लोकबाट मुक्त हुन्छ । अफ अन्य लोकबाट मुक्त हुनु त बाँकी नै छ । यसरी मुक्त हुँदै हुँदै अरहन्त अवस्थाको मुक्त हुनेछ, निर्वाण अवस्थाको अनुभव हुनेछ । यस अवस्थामा पक्रने कुनै आलम्बन हुँदैन, समाउने कुनै ठाउँ हुँदैन । सारा तृष्णा बिल्कुल अशेष हुन्छ, बिल्कुल समाप्त हुन्छ ।

चौथो आर्य सत्य दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा हो, मध्यमा प्रतिपदा हो । चारै वटा आर्य सत्य धर्मको पहिलो प्रकाशन हो । त्यस बेला जुन भिन्न भिन्न प्रकारका मतहरू कायम थिए र भिन्न भिन्न मतहरू जुन अहिले छन् ती सबै सम्प्रदायले एउटै कुरा भन्छ कि मुक्त अवस्था सम्म पुग्नु छ । मुक्त हुनु छ । तर कसरी पुग्नु छ ? कसरी पुगिन्छ र मुक्ति के को पाउने ? के बाट मुक्त हुने ? यसको खास कुरा छैन तर मुक्त हुने, मुक्त हुने भनेर लागि रहन्छ । जुन वास्तवमा मुक्तिको विपरित मार्गमा गईरहेको हुन्छ । शुद्ध धर्म उत्पन्न भएको छ भने अह सबै नचाहिने कुरा जुन हाम्रो बन्धन संग कुनै लेनदेन छैन, जुन कुरा संग हाम्रो बन्धनको कारणसंग कुनै लेनदेन छैन, जुन कुरासंग हाम्रो मुक्तिको कुनै लेनदेन छैन, जुन कुरा संग हाम्रो मुक्तिको उपाय संग कुनै लेनदेन छैन ती सबै बेमतलबका कुरा हुन्, कामनलाग्ने कुरा हुन् । दार्शनिक मान्यताहरूले मानिसहरूलाई यसरी अल्फाई राखेको हुन्छन्, कि धर्मको नाममा अध्यात्मको नाममा यस मान्यतालाई केवल मान्दैनौं नै म मुक्त हुनेछ भन्ने सोचाईमा हुन्छ । तर यस मान्यतालाई मान्दैनौं कोही

व्यक्ति मुक्त हुन सक्दैन । यस्तो व्यक्ति कहिल्यै पनि मुक्तिको मार्गमा आउन सक्दैन । शुद्ध धर्ममा यिनीहरूलाई स्थान छैन । जुनसुकै मान्यता मान्ने व्यक्ति होस् वा जुन सुकै सम्प्रदायमा दिक्षित होस्, दुःख छ भन्ने तथ्य कुनै बौद्ध सम्प्रदाय मान्ने व्यक्तिको सत्य होइन । सम्यक सम्बुद्धले तयार गरेको सत्य होइन । कोही व्यक्ति सम्यक सम्बुद्ध नभएको अवस्थामा पनि यो दुःख त कायम नै थियो । दुःखको कारण पनि कोही सम्यक सम्बुद्ध नभए पनि त्यो त छँदै थियो । दुःखको कारण हटाउने उपाय पनि थियो र दुःख हटाउने उपाय ग्रहण गरेर मुक्त हुने अवस्था पनि थियो । मार्ग अंधारोमा थियो, प्रकृतिको त्यो सत्यलाई समय बित्दै गए पछि मानव समाजले बिसिँदै गए । यसको बदलामा कुनै अनर्थको कुरालाई पक्के मानिसहरू लागे तर अब भगवानको उत्पत्ति भएकोछ अतः सबैलाई सम्झाउनु हुँदै भन्नुभयो ती सबैलाई छोडेर केवल कामको कुरा हेर । दुःख छ भन्ने जानौं यो कुनै एउटा सम्प्रदायको कुरा होइन । कुनै एउटा वर्णको होइन, कुनै वर्णको होइन । दुःख छ यदि ठूलो सत्य छ । दुःखको कारण छ, जुन तृष्णा हो । यो कुनै जाति विशेष वा देश, वर्ण विशेषको होइन । कुनै समय विशेषको होइन । तृष्णा जब उत्पन्न हुन्छ, जो व्यक्तिमा उत्पन्न हुन्छ साथमा दुःख पनि ल्याएकै हुन्छ । यो प्रकृतिको नियम हो । यस अर्थमा यसलाई शुद्ध धर्म भनियो । सत्यधर्म भनियो । कि यो सत्य हो, प्रकृतिको सत्य हो, तृष्णा जाग्यो कि दुःख भयो । तृष्णा खतम भयो कि दुःखको समाप्ति भयो । तृष्णा मेटनको लागि तृष्णा कहाँबाट उत्पन्न भयो त्यहाँसम्म पुग्न आवश्यक छ । पहिले त माथिल्लो तहको तृष्णा शरीरको, वाष्पीको शील शुद्ध गर्नु पर्‍यो । यसको लागि आफ्नो मन बन्धमा राख्नु पर्‍यो । पहिला मनलाई यस्तो स्थितिसम्म पुऱ्याउनु पर्‍यो जुन अवस्थामा मनमा विकार नजागोस् । यसको लागि अभ्यास गर्नु पर्‍यो । र मनमा संग्रह गरेको जुन पुरानो विकार छ त्यसलाई हटाउन प्रज्ञाको अभ्यास गर्नु आवश्यक छ । यस कार्यमा बौद्ध हिन्दू, इसाई, ब्राह्मण, शूद्र भन्ने भाव अलिकति पनि आउँदैन । यस्तो भाव नआएर नै शुद्ध धर्म भयो । कोही व्यक्ति सम्यक सम्बुद्ध भयो कि भएन यसैबाट थाहा हुन्छ कि उस्ले न कुनै सम्प्रदाय स्थापित गर्‍यो न कुनै दार्शनिक मान्यता स्थापित गर्‍यो, न कुनै मत स्थापित गर्‍यो । मानिसहरूले पछि उनको नाममा बौद्ध सम्प्रदाय बनाए, यो बौद्ध मान्यता हो भनेर माने, यो बुद्धको दार्शनिक मान्यता भनेर बनाए । यसमा न बुद्ध दोषी छ न धर्मको दोष छ । बुद्ध भयो त एकजना वैज्ञानिक भैं, प्रकृतिको नियमलाई सामू राखेर । यो प्रकृतिको नियम हो कि जब सम्म तृष्णा जाग्यो तबसम्म दुःख हुन्छ । चाहे कसैले इश्वरलाई मानोस् वा नमानोस्, यसबाट केही फरक पर्दैन । कोही यो

सम्प्रदायको होस्, या त्यो सम्प्रदायको अथवा कोही यो वर्णको या त्यो वर्णको यसबाट केही फरक पर्दैन । जो व्यक्तिमा तृष्णा जाग्यो त्यो दुःखी हुन्छ नै । जो व्यक्तिले तृष्णा हटायो उसको दुःख हट्यो । यस्तो सिधा कुरा छ, साँझो मार्ग छ । यही मार्गमा अधि बढेर सम्यक सम्बुद्ध भयो । त्यसैले यो शुद्ध धर्म हो जुन सबैले सहज रूपले बुझ्न सक्छन् ।

हामी यी चारै वटा सत्यमा यही कुरा भेट्छौं कि दुःख छ दुःख छ भन्ने कुरालाई अनुभवले जानौं । सुखद अनुभूतिको प्रति कति आसक्ति छ, कति मन पराउँछौं हामी सुखद अनुभूतिलाई त्यसैले नै दुःखको कारण बनीरहेको छ । हामीलाई सुख नै चाहिन्छ यही गहीरो आसक्तिमा दुबिरहन्छौं र दुःखको कारणलाई मजबुत बनाउँदै जान्छौं, आकूल हुँदै जान्छौं । यस कुरालाई बुझ्न सक्तो भने दुःखको कारणलाई बुझ्न सक्छौं । यसबाट मुक्त हुने मार्ग छ, त्यसैले पहिला यस मान्यतालाई मान्नु पर्‍यो, जान्नु पर्‍यो । जहाँबाट तृष्णा जाग्यो त्यहाँसम्म पुग्न पर्‍यो । यसको लागि मम एकाग्र गर्नु पर्‍यो, शान्त गर्नु पर्‍यो । तब गहिराईमा जाँदै जाँदै सुखद अनुभूतिमा राग जागेको-दुःखद अनुभूतिमा द्वेष जागेको थाहापार्छौं । यो नियम त सबैमा लागू हुन्छ, जुनसुकै सम्प्रदायको व्यक्ति भए पनि यहि नियम लागू हुन्छ । त्यसैले यसलाई सार्वजनिक धर्म भनियो अर्थात् सबैमा लागू हुने नियम । यस्तो धर्म पहिलो पटक धारण गरेको व्यक्ति भएकोले नै सम्यक सम्बुद्ध भनियो । यस्तो कारण त मैले अनुभव गरे, यस्तो अनुभव नगरेका व्यक्तिहरू धेरै छन्, जुन अनुभव धेरै जनाले गर्न सक्छन्, दुःखको निवारण गर्न सक्छन् भन्ने सोचेर सबैलाई धर्म सिकाउँनुभयो । उहाँले आफ्नो जीवनको पैतालीस वर्षसम्म जुन शिक्षा समाजमा बाँध्नु भयो त्यसको आधार यही चार सत्य हुन् । यही चार आर्यसत्यलाई बुझाउनु भयो । यो दुःख हो । यो आर्य सत्य हो । यी चार आर्यसत्यलाई आफ्नो अनुभवसँगै थाहा पाए जुन ज्ञान जाग्यो त्यो पहिला कहिले पनि सुनेको थिएन, त्यसको ज्ञान प्राप्त भयो । यो दुःख हो, यो दुःखको कारण हो, यो दुःख निवारण गर्न सकिन्छ र यो निवारणको मार्ग हो जुन अवस्था साँच्चिकै प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा पहिला कहिले पनि सुनेको थिएन । यसलाई थाहापारेर चक्कु उदपादि;- धर्मको चक्र उत्पन्न भयो, प्राण उदपादि-सम्यक ज्ञान उत्पन्न भयो, पञ्चा उदपादि-भावना मम प्रज्ञा जाग्यो, विज्जा उदपादि-अविद्या हट्यो; आलोको उदपादि-प्रकाश जाग्यो । अन्धकार रहेको ठाउँमा धर्मको प्रकाश जाग्यो । सारा तथ्यलाई यसरी बुझ्ने कि नबुझ्नेको कुनै ठाउँ नै रहेन धर्मको यस्तो प्रकाश प्रस्फुटन भयो जहाँ अन्धकारको नामोनिशान रहेन ।

दुःख छ त्यो त सम्पूर्ण रूपमा बुझियो । अब दुःखको

सीमा कहाँसम्म छ, त्यसको बारेमा थाहा पाउनु पर्‍यो । दुःखको परिज्ञान गर्नु पर्छ, दुःखको क्षेत्र कहाँ सम्म छ त्यो सबै थाहापाउनु पर्‍यो । नभए दुःख बाट निस्कें भन्ने कुरा कसरी थाहापाउने ? सायद यसको पर पनि दुःखको क्षेत्र छ की भन्ने प्रश्न रहन्छ । दुःखको यति क्षेत्र छ भन्ने थाहापाए पछि नै दुःखको परिधि भन्दा बाहिर पुगें, परिधि नाघिसकें भन्ने थाहा हुन्छ । नभए बिच मार्गमा देखिने सुखका अनुभूतिहरूलाई नै अन्तिम सुख थानेर बस्छ । अतः सम्पूर्ण दुःखको परिधिलाई थाहापाउनु पर्छ परिज्ज्ञेय्य-दुःखको परिज्ञान हुनु पर्छ भन्ने कुरा कहिले पनि सुनेको थिएन । अब तेस्रो, दुःखको सम्पूर्ण क्षेत्रलाई पनि थाहापाएँ- परिज्ज्ञातं दुःखको सम्पूर्ण क्षेत्रलाई आफ्नो अनुभवले थाहापाएँ । त्यसलाई आफ्नो अनुभवले थाहापाएर जुन ज्ञान जाग्यो, जुन प्रज्ञा जाग्यो, जुन विद्या जाग्यो त्यो पहिले कहिले पनि सुनेको थिएन ।

एउटै आर्य सत्यलाई तीन प्रकारले अनुभव गरेको थियो । यो दुःख हो भनेर दुःखलाई थाहापाउनु पहिलो कुरो भयो । दोस्रो दुःखको सम्पूर्णक्षेत्रलाई थाहापाउनु, दुःखको सम्पूर्ण क्षेत्रको बारेमा थाहा नपाईकन दुःखबाट बाहिर निस्कें, दुःखको परिधि नाघि सकें भनेर कसरी थाहा हुन्छ । त्यसैले दुःखको सम्पूर्ण क्षेत्रलाई थाहापाउनु पर्छ भन्ने ज्ञान भयो । तेस्रो अनुभव-दुःखको सारा क्षेत्रलाई जानिसकें भन्ने अनुभव हो । यो अनुभव त त्यही व्यक्तिले मात्र गर्न सक्छ जसले दुःखको बाहिरको सत्यलाई अनुभव गरिसकेको छ । सारा सत्यलाई, चारै आर्य सत्यलाई हेदै हेदै यस सत्यको परिधिलाई नाघे पछि थाहा भयो कि ओहो दुःखको परिधि त यहाँ सम्म मात्र रहेछ यसभन्दा अगाडि केही रहेनछ । यही आर्य सत्यबाट निरोधको अनुभव भयो तब थाहाभयो कि परिज्ज्ञातं-परिज्ञान भयो । यसरी यी तीन आर्यसत्यलाई यसरी बुझायो कि यो दुःख हो, यो दुःखको क्षेत्र हो र यो दुःख क्षेत्रको सम्पूर्ण दुःखलाई मैले थाहापाइसकें । यसरी एउटै आर्य सत्यलाई तीन प्रकारले थाहापाएँ ।

त्यस्तै दोस्रो आर्य सत्य-दुःख समुदय सत्यलाई पनि तीन प्रकारले थाहापाएँ । तृष्णालाई थाहा पाएँ । तृष्णा के हो ? पहिला थाहा पाएँ । यस तृष्णालाई त पहातब्बं प्रहाण गर्नु पर्छ अर्थात् जरै देखि निकाल्नु पर्छ । माथिल्लो तहको मात्र तृष्णा निकाल्नु भने त केही मतलबको कुरा भएन त्यसैले जरासम्म उखेलिनु पर्छ भन्ने थाहापाएँ । यो दोस्रो आर्य सत्यको दोस्रो भाग भयो । तेस्रो भाग अब मैले यस तृष्णालाई उखेलेर फ्याँकि दिएँ, यसको अब नाम निशान रहेन भनेर थाहापाएँ । यसरी दोस्रो आर्यसत्यलाई तीन प्रकारले थाहापाएँ ।

तेस्रो आर्यसत्य दुःख निरोध आर्यसत्य हो । यो सत्य निरोध सत्य हो, यो अवश्य निरोध हुन्छ, समाप्त हुन्छ ।

यसलाई सच्छिक्कातब्बं साक्षात्कार गर्न योग्य छ । दुःखलाई स्वीकार गर्दैमा यस भन्दा पर जान सक्दैन । जहाँ दुःख छ, दुःख हुनुको कारण छ भने त्यहाँ निवारण गर्न सक्ने अवस्था पनि छ र निवारण गर्न सकिन्छ र दुःखको निवारण भयो भने दुःखबाट मुक्त हुन्छ । यसलाई आफ्नो अनुभवले थाहापाएँ स्वयंले साक्षात्कार गर्नु छ भन्ने थाहापाएँ । यो दोस्रो तथ्य भयो । र तेस्रो तथ्य मैले यसको सच्छिक्कतं साक्षात्कार गरेँ । यसरी तेस्रो आर्यसत्यलाई पनि तीनै प्रकारले थाहापाएँ ।

चौथो आर्य सत्य दुःख निरोध गामीनी प्रतिपदा हो । यो मध्यमा प्रतिपदा-आर्यअष्टाङ्गिक मार्गलाई पटक पटक अनुभव गर्दै गर्दै यति परिपक्व हुनु पर्छ कि यस मार्गमा बढ्दै गयो भने दुःख निरोधको अवस्था सम्म पुग्याउँछ । यो प्रतिपदा- यो मार्ग भावित गर्न योग्य छ -भावेतब्बं । यो अष्टाङ्गिक मार्ग यस्तो मार्ग हो जुन मार्गले हामीलाई मुक्त गर्छ, यस कथनलाई केवल मान्दैन केही फाईदा हुँदैन । यस मार्गमा लाग्नु पर्छ, पाक्नु पर्छ- भावितब्बं । तेस्रो तथ्य- यस मार्गलाई भावितं भावितं गरेँ, पुरा मार्गमा हिँडेर हेरेँ । सम्पूर्ण सत्यलाई थाहापाएँ । यो तेस्रो तथ्य भयो ।

चारै आर्यसत्यको अवस्था आफ्नो अनुभवले थाहापाएँ । यी जुन चार आर्यसत्य छन् यिनीहरूलाई तीन प्रकारले थाहा पाएँ । हरेक आर्यसत्यलाई तीन प्रकारले अनुभव गरेँ । यो सत्य हो, यस सत्यलाई पूरा थाहापाउनु छ र यस सत्यलाई पूर्ण रूपले थाहा पाएँ । यसरी हरेक सत्यलाई तीन प्रकारले थाहापाएँ यसरी तीन चौको बाइ प्रकारले थाहापाएँ । बाइ अवस्थाबाट गुञ्जै तब नै मेरो ज्ञान शुद्ध भयो पूर्ण भयो । तब सम्म मैले यस संसारमा जहाँ देव, ब्रह्मा, मार, श्रमण-ब्राह्मण भनेर, सारा प्रज्ञा छन् यिनीहरू बिच मलाई सम्यक सम्बोधि प्राप्त भयो भनेर कहिले पनि दावा गरेन जबसम्म यसरी बाइ प्रकारले मैले अनुभव नभएसम्म मैले सम्यक सम्बोधि प्राप्त गरेँ भनेर दावा गरेन । जब मैले यस चार आर्यसत्यलाई प्रत्येक आर्यसत्यलाई तीन प्रकारले बुझेँ, थाहापाएँ आफ्नो अनुभवले जानें, स्वीकार गरेँ तब मैले यस संसारमा जहाँ देवता, ब्रह्मा, मार, श्रमण-ब्राह्मण र प्रज्ञाहरू छन्, यिनीहरू बिच मैले मलाई सम्यक सम्बोधि प्राप्त गरेँ भनेर घोषणा गरेँ । अब सही अर्थमा ज्ञान दर्शन उत्पन्न भयो । यस अवस्थामा पुगे पछि अब फेरि मेरो अर्को जन्म हुँदैन भनेर थाहापाएँ । अरहन्तको निरोध समापत्तिबाट जब गुञ्जन्छ तब सारा तथ्य यति स्पष्ट हुन्छ कि, जन्म दिने जति पनि संस्कारहरू छन् ती सबैको अन्त भयो । अब फेरि जन्म दिलाउने अन्य संस्कार बन्न नै सक्दैन । जब यस अवस्था बाट कोही गुञ्जन्छ तब घोषणा गर्छ कि मलाई विमुक्ति प्राप्त भयो । यो जुन जीवन चलिरहेको छ यो अन्तिम जीवन हो । अब अर्को जन्म हुनेछैन - नत्थिद्वानि पुनब्भवोति । क्रमशः...

■ रीना तुलाधर

'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

न सीलव्वत मत्तेन - बाहुसञ्चने वा पुन ।
अथवा समाधि लाभेन - विवित्त सयनेन वा ॥
फुसामि नेक्खम्म सुखं - अपुञ्जजन सेवितं ।
भिक्षु विस्सास मापादि - अप्पत्तो आसवक्खयं ॥

अर्थ- भिक्षुहरू । शीलवान हुँदा, व्रतधारी हुँदा, बहुश्रुत हुँदा, ध्यानी हुँदा तथा एकान्तवासी हुँदा, "मैले पृथग्जनले सेवन नगरेको नैस्कम्य (निर्वाण) सुखको अनुभव गरेँ, म संसार बन्धनबाट मुक्त भएँ" भनेर विचार नगर्नु । जबसम्म आश्रव क्षय हुँदैन, तबसम्म 'म दुःखबाट मुक्त भएँ' भनेर विश्वास नगर्नु ।

घटना- उपरोक्त गाथा भगवान बुद्धले जेतवन विहारमा बस्नु हुँदा केही शीलवान भिक्षुहरूको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

केही शीलादी युक्त भिक्षुहरूले मनमा यस्तो लिएर बसेका थिए- हामी शीलवान छौं, हामी धृतांगधारी हौं, हामी विद्वान छौं, हामी ध्यान अभिज्ञा लाभी छौं, हाम्रो लागि अरहन्त भाव टाढा छैन, दुर्लभ छैन, हामीले चाहेको दिनमा अरहत्व भाव प्राप्त गर्नेछौं ।" जसले अनागामी भाव प्राप्त गरीसकेको छ ती भिक्षुहरूले सोचे कि हाम्रो लागि अरहत्व भाव दुर्लभ छैन । यस्तो विचार लिएका भिक्षुहरू एकदिन तथागतकहाँ दर्शन गरी बन्दना गरेर बसे ।

तिनीहरूलाई भगवान बुद्धले सोध्नु भयो- "के तिमीहरूले प्रव्रजित जीवन अपनाएको सफल भयो ?"

भिक्षुहरूले जवाफ दिए- "भन्ते ! हामीले फलानो फलानो मार्गफल प्राप्त गरीसकेँ । त्यसैले जब इच्छा हुन्छ तब हामीले अरहत्व लाभ गर्न सक्छौं ।" तिनीहरूको कुरा सुनेपछि भगवान बुद्धले भन्नुभयो- "भिक्षुहरू ! भिक्षु भनाउँदा शील परिशुद्ध गरी लिँदा, अनागामि सुख प्राप्त गर्दा हाम्रो भव दुःख अल्पमात्र बाँकि छ भनी ठानी लिनु हुँदैन । आश्रव क्षय नभएसम्म हामीले निर्वाण सुख प्राप्त गरेँ भनी मनमा लिन हुँदैन ।

यसरी आज्ञा भई भगवान बुद्धले उपरोक्त गाथा भन्नुभयो । धर्मदेशनाको अन्तमा ती भिक्षुहरू अरहत्व भावमा प्रतिष्ठित भए । ■

■ पं. पुरुषोत्तम पौडेल

बौद्धदर्शन साहित्यमा 'धम्मपद' लाई वैदिक या सनातनी एकेश्वरवादीहरूको 'गीता' जस्तै उच्च स्थान प्राप्त छ । धम्मपदको अनुशीलनले मनलाई शुद्ध पार्छ । जगतको बुझाइ र भोग अनि चित्तलाई करुणामय बनाएर हृदयको उच्चता प्रदान गर्नमा धम्मपदले अद्वितीय योगदान दिन्छ भन्ने विश्वास छ । गीताको अध्ययन पनि यसै दिशामा सहायक मानिन्छ । हरेक साँझ आत्मसंपरीक्षण गर्दै प्रत्येक बिहान मनन गर्ने हो भने धम्मपद र भागवत् गीताको अनुशालीनकी तिलस्मी अनुभूति गर्न सकिन्छ । यी दुवैमध्ये कुन कति सुन्दर छ भनेर तुलना गर्नु निरर्थक किन हुन्छ भने 'कमल र लिलीफूलमा कुन राम्रो ?' भनेर सोधेमा जवाफ के दिने ?

यहाँ चित्तका सम्बन्धमा, मनका सम्बन्धमा धम्मपदका केही अंशहरू दिइएको छ । शिबसूत्र भन्छन्- चित्त मन्त्र : अर्थात् चित्तमा जे स्फूर्ण हुन्छ, निरन्तरको स्मरणले त्यही मन्त्र बन्छ । मनिषीहरू भन्छन्- मन नै वचन र मोक्षको कारण हो । पतञ्जली भन्छन्- चित्तवृत्ति निरोध गर्नु नै योगको मूल उद्देश्य हो । यो मन यति चञ्चल छ, यसलाई सम्यक् तबरले अनुशासित गर्न नसक्दा नानाविधि खराबीहरू पैदा हुन्छन् । चित्तका बारेमा भगवान् बुद्धको देशना के छ, त्यसको अनुशीलन गरौं ।

जसरी एउटा धनुर्धारीले आफ्ना बाणहरू एकनिष्ठ भएर लक्ष्यतर्फ ताकेको हुन्छ, त्यसरी नै चलायमान यो मनलाई बुद्धिमानहरूले स्थिर राख्नुपर्छ । पानीबाट निकालेको माछा फुत्कन जोड गर्छ र फुत्कन्छ, त्यस्तै मनलाई अनेक दिशातर्फ जानबाट रोक्न संघर्ष गर्नुपर्छ, जसबाट 'मार' खराब तत्त्वबाट बच्न सकिन्छ ।

यो मन बसमा आउन कठिन छ । यो जहाँ मन लाग्यो, त्यतै दौडन्छ । तर पनि जसले मनलाई नियन्त्रण गर्छ, उसका लागि आनन्द सहज हुन्छ । त्यसै बुद्धिमानहरूले मनको वृत्ति र प्रवृत्तिलाई राम्ररी बुझेर त्यसलाई बसमा ल्याई आनन्दका लागि सहयोगी बनाउनुपर्छ । यो मन टाढा जान्छ, एकैले हिँड्छ अशरीर छ, हृदयगुट्ट्यामा बस्छ । जसले मनलाई नियन्त्रण गर्छ, ऊ 'मार' बाट मुक्त हुन्छ । अस्थिर मनको मनुष्य जसले सही अर्थमा सिद्धान्त बुझेको छैन, त्यसले प्रज्ञा प्राप्त गर्नु भन्न सकिन्न । धम्मपदमा मार भनेर हरेक दुष्प्रवृत्तितर्फ इंगित गरिएको छ ।

साभार- अन्नपूर्णपोष्ट

मानिसले मानिसभै बाँच्न पाउनुपर्छ

■ सावित्री मन्त्र (कक्षपती)

मानिसले जीवन जीउनु भनेको उद्देश्यपूर्णरूपले जिउने हो जस्तो लाग्छ । जीवन भोगाइका क्रममा मानिसले विभिन्न उतार चढावलाई अनुसरण गर्नु पर्ने रहेछ । सुखभन्दा दुःखले निर्दिशित हुँदो रहेछ जीवन । जीवनमा घटने हरेक नकारात्मक घटना र दुर्घटनाले जीवनलाई सकारात्मक प्रभाव पार्ने गरेको कुरालाई जीवन नियालेर राम्ररी हेर्न वा अध्ययन गर्न सकेमा थाहा हुन्छ । त्यही सन्देशको अभिव्यक्ति हरेक धर्मका धर्म गुरुहरूले आफ्ना शिष्यलाई शिक्षा र उपदेश दिने सन्दर्भमा दिएका हुन्छन् । तिनै शिष्यका माध्यमबाट फेरि त्यो शिक्षा आम जनतामा प्रवाहित गरिरहेका हुन्छन् । यस्तो व्यवस्था देखिन्छ धर्मले प्रवाहित गर्ने सन्देशलाई आम जनतामा पुऱ्याउनका लागि ।

गृहस्थी जीवनलाई धर्मले निकै सुन्दर र सार्थक ठानेको छ । गृहस्थी जिम्मेवारी निभाउने सिलसिलामा आमजनतालाई सधैं धार्मिक उपदेश सुनेर आध्यात्मिक ज्ञान आर्जन गर्ने समय प्रायः हुँदैन । त्यसैले आफ्नो जीवन भोगाइबाट आफूले जे सिकेको छ, आफ्ना वरिपरिका वातावरणले जे सिकाएको छ, त्यसैलाई कुनै तर्क विना स्वीकार्दै त्यही व्यवहारलाई परंपराको रूप दिनु मानव सभ्यताकै नियति बन्न पुगेको छ । त्यो नियतिको सकारात्मक र सजिलो अनि सम्मानपूर्ण भोगाइ प्रायः पुरुषको भागमा पर्ने गरेको तथ्य कहीं कसैबाट छिपेको छैन । जीवनमा देखिने र भोग्नुपर्ने नकारात्मक, असजिलो अनि अपमानपूर्ण नियति भने धान्नै नसकिने गरी महिलामाथि पर्न गएको देखिन्छ । त्यही नियति कुनै कौतूहलता र जिज्ञासा विना भोग्दै उक्त व्यवहार एउटा पुर्खाबाट अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण हुँदै जाँदा जाँदा कालान्तरमा त्यही व्यवहार नै नियम र आचार संहिता बन्न पुगेको देखिएको छ । आजको एक्काइसौं शताब्दीमा चेतनाका विकास भैसक्दा पनि मैले यो भोगेको बेठीक छ र ममाथि अन्याय भएको छ भन्ने जह्का जान्दै पनि त्यो अन्यायबाट पार पाउन सकेको देखिँदैन । आफूमाथि परेको अन्यायपूर्ण व्यवहार असहजतापूर्वक भोग्दै जाँदा तिनका मन कुँडिएका छन् र कुण्ठित भएका छन् । अनि तिनबाट सम्बन्धित संस्थाले र समाजले के प्राप्त गर्न सक्दछ ?

कुनै पनि धर्मले पुरुष र महिलाको भेद गर्दै गर्दैन । धर्मगुरुले जीवन कसरी बाँच्नुपर्छ भन्ने आध्यात्मिक उपदेश मानिसमात्रलाई दिएको हो, मानिसपछिको अर्को

दर्जा महिला वा पुरुषलाई दिएको होइन । तर धर्मले प्रवाह गरेको वास्तविक अर्थलाई व्यवहारमा विचलन गराएर जानी जानी तिनलाई असमानरूपमा व्यवहार गरिँदा त्यसप्रतिको असन्तुष्टिको परिणाममा मानिस महिला र पुरुषको कित्ता बाँडिन गएको देखिएको छ । आध्यात्मिक संघसंस्थामा पनि अन्य भौतिक संघसंस्था जस्तै महिलाका नाममा समूह खोल्नु परेको बाध्यता निकै दुःख लाग्दो छ । मानिस मात्रको कित्तामा उभिएर धर्मप्रति नतमस्तक भै संयमित जीवन बिताउने स्वभावलाई निरन्तरता दिएर उदाहरणीय काम गर्नु पर्ने ठाउँमा त्यो प्राकृतिक प्रक्रियालाई ओभरलमा पारेर महिलाको आवाजलाई स्थापित गर्नुपर्ने परिस्थितिको सृजना हुनु राम्रो भने पक्कै पनि होइन । तथापि आफ्ना कुरा त राख्ने पऱ्यो । विभिन्न असमान नियम व्यवहार र आचार संहिताप्रतिको अस्वीकृतिलाई आकार दिनका लागि वा यस प्रतिको असन्तुष्टिलाई आवाज दिनका लागि महिलाको समूह चाहे त्यो भौतिक होस् वा आध्यात्मिक जहाँ पनि खुल्नुपर्छ । एकी थुकी सुकी धेरै थुकी नदी भने भैँ व्यवहारिक असमानताको आभास अब त कहीं पनि र कुनै पनि कित्तामा अस्वीकार्य भैसकेको छ । ■

गजल

■ कक्षपतीको प्रति मंगर

कक्षपतीको प्रति मंगर

कक्षपती बन्न छोडो अब सुकेकोति दान गरी
हाथ समाउ चलाउ बट पार फकाई मान गरी
माथो जस्तो माथो भयो पायमा लानु केत छैन
लोभो पनि माया भन्दापनि पाउनेछि स्नान गरी
पञ्चमीस अष्टमीस जीवनमा उतारी है
मुटु माथि अगाल्दै उनकै कामका गान गरी
कक्षपती बन्न गरी अब जीवन सार्थक बनाउनुछ
सुखमा पाया देयो बटु धम्म सधैँ पढ्यो
मानिसमात्रको जीवन विनामा सुखमा पाउनु छैन

बुद्ध धर्म र विश्व शान्ति

■ संगीता कोम्र, भक्तपुर

वहाँ भगवान् बुद्ध शान्तिका प्रदायक र शान्तिका नायक हुनुहुन्छ । यस धर्तीमा शान्तिको सन्देश सही ढंगले फैलाउनु हुने यदि कोही छ भने हामीले उहाँलाई औल्याउनु पर्ने हुन्छ । आजको परिवेशमा वहाँ एशियाको ज्योति मात्र नभई पूरा विश्वकै ज्योति बनिसक्नुभएको छ । वहाँले देखाउनु भएको मार्ग र वहाँले भन्नुभएको उपदेशहरूको पालना गरी आफ्नो जीवन बिताउन सके यस विश्वबाट शान्तिको शीतल छाहारी कहिल्यै पनि हटिने छैन ।

संसारमा सबै जना शान्तिपूर्वक बाँच्न चाहन्छन् । शान्ति सबै प्राणी, जीव जन्तु लगायत बोट विरुवाहरूलाई पनि आवश्यक छ । बोटविरुवाहरूमा पनि शान्ति खल्बलियो भने उनीहरू हुर्कन सक्दैनन् । शान्ति मतलब राम्रो र स्वच्छ वातावरण घाम, पानी, माटो र मलको उचित मात्रा ती बोट विरुवाहरूलाई चाहिन्छ । तब मात्र ती विरुवाहरू उम्रन सक्छन् । समस्त प्राणी जगतको विकासको लागि शान्ति चाहिन्छ । यो संसारमा शान्ति नचाहिने को ? आज हरेक पुरुष, महिला, युवा, वृद्धाहरू शान्ति चाहियो शान्ति चाहियो भनेर चिच्याइरहेका छन् । शान्ति के गर्दा हुन्छ, कसरी हुन्छ र शान्ति भनेको के हो ? बुझ्न आवश्यक छ । निर्वाध रूपले, स्वतन्त्र रूपमा, बिना बिघ्नबाधा, बिना छल कपट सुख र खुसी पूर्वक निर्धक्कसंग बाँच्न पाउने जुन व्यवस्थित भएको परिस्थिति हुन्छ त्यसैलाई “शान्ति” भनिन्छ । शान्ति वास्तवमा के गर्दा हुन्छ भनेर यो संसारले बुझ्न सकिरहेको छैन । ब्राह्मण पुरोहितहरू यज्ञ र महायज्ञ गरी विश्व शान्ति, वनस्पताय शान्ति भनेर पाठ गर्छन् । अनेक शान्तिको लागि कामहरू गर्छन् तर ती सबै शान्तिको कामना मात्र भए विश्वमा शान्ति स्थापना भने हुनसकेन । भगवान् बुद्धले भन्नुभएको छ - “सय वर्ष होम, यज्ञ गर्नुभन्दा संयमी र परिशुद्ध मन भएको मानिसको क्षणभर सेवा गर्नुनै श्रेष्ठ हो ।”

आज हामीले २५५१ औं बुद्धजयन्ती मनाइसक्यौं । यस दिनलाई “बैशाख महोत्सव” “बैशाख पूर्णिमा” पनि भनिन्छ र नेपालभाषामा “स्वाँया पुन्हि” भनिन्छ । यसै दिनमा बोधिसत्त्व सिद्धार्थको लुम्बिनी उद्यानमा जन्मभएको थियो । यही दिनमा उहाँले बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो र ४५ वर्ष सम्म शान्तिको ज्ञान र सन्देश फैलाएर असी वर्षको उमेरमा

कुसिनगरमा दुई सालको बोट बीच महापरिनिर्वाण प्राप्त गर्नुभयो । त्यसकारण यस दिनलाई “त्रिसंयोगको दिन” पनि भनिन्छ । भगवान् बुद्ध शान्तिका नायक हुनुहुन्छ किनकी उहाँले अनेक दुःख कष्ट गरी, अनेक खोज र अन्वेषण गरी दुःखबाट मुक्त भई शान्तिको मार्ग पत्तालगाउनु भयो । उहाँ शान्तिका नायक हुनुहुन्छ तर शान्तिका अग्रदूत होइन किनकी उहाँ कसैबाट नियुक्त व्यक्ति होइन ।

मानिसको जीवन संघर्षमय छ यही संघर्ष गर्ने क्रममा मान्छेको मनमा अनेक थरिका कुविचार र विपरित विचारहरू दिमागमा आउँछन् । आज विश्वमा जति पनि क्रान्ति, द्वन्द्वहरू भैरहेछन् ती सबैको कारक तत्व कुन हो ? भन्दा यही नराम्रो विचारले भरिपूर्ण मन हो । त्यसैले यही मनलाई बशमा राख्ने र नियन्त्रण गर्ने अभ्यास गर्नु जरुरी छ किनकी भगवान् बुद्धले भन्नुभएको छ -

दिसोदिसं यं तं कयिरा वेरी बापन वेरिन ।

मिच्छा पणिहितं चित्तं पापियो नं ततो करे ॥

अर्थात् शत्रुले शत्रुलाई जति हानि पुऱ्याउनु सक्छ, कुविचारले भरिएको चित्तले त्यो भन्दा पनि बढि हानि पुऱ्याउनु सक्छ ।

भगवान् बुद्धको उपदेश सार शब्दमा भन्दा करुणा र प्रज्ञाको शान्ति सन्देश हो । मैत्री र शान्ति, संदभावना र सदाचारले वहाँको उपदेश पूर्ण भएको छ । वहाँको उपदेशको पालना गरी वहाँको उपासक उपासिका बन्न चाहने व्यक्तिले प्रथमतः आफ्नो आचरण राम्रो बनाउनु पर्छ । अंग्रेजीमा एउटा भनाई छ ।

When wealth is gone, nothing is gone
When health is gone, something is gone
When character is gone, everything is gone

अर्थात् जब कसैको धन नास हुन्छ, तब केही पनि हुँदैन, जब कोहि शिरामी पर्छ, तब त्यो मान्छेले केहि गुमाउँछ तर जब कसैले आफ्नो आचरण वा बानीनै गुमाउँछ तब त्यो मान्छेले सबै थोक गुमाउँछ । र मान्छेको आचरण राम्रो बनाउनु भगवान् बुद्धको पञ्चशीलको पालना गर्नु आवश्यक छ । हिंसा नगर्नु, चोरी नगर्नु, व्यभिचार भ्रष्टाचार, नगर्नु, झुठो कुरा नबोल्नु र सुरापान नगर्नु यी पाँच कुराको पालना गर्न सके यी विश्वबाट शान्ति कहिले पनि हराउने छैन ।

हिंसा अशान्तिको प्रमुख कारण हो । आज सबै मानिसको मनमा “अतत्तप र परन्तप” को भावना पनि जागृत हुनुपरेको छ । “बाँच र बाँच्न देऊ” यो सिद्धान्तमा आधारित हुनुपरेको छ यो विश्व मानिसहरूले धर्मको नाउँमा हिंसा गर्छन् भने धर्मलाई शान्तिको पक्षधर कसरी मान्ने ? यदि मार्नु र बलि चढाउनु धर्म हो भने पाप केलाई भन्नु ?

बुद्धधर्मको नाउँमा कहिले पनि हिंसा र आतंक भएन जब कि अरु धर्महरूमा रक्तपात भैसकेको छ । लाखौं आमाबुबालाई सन्तान विहिन बनाउनु, लाखौं आइमाईहरूलाई विधवा बनाउनु र लाखौं बच्चाहरूलाई अनाथ बनाउनु बुद्ध धर्ममा पाप हो । जबसम्म यो विश्वमा जातिभेद, वर्णभेद, बर्गभेद र लिंगभेद रहन्छ तब सम्म युद्ध गर्ने ती हातहरू सदा तमिस्रै रहन्छन् । समानता, समान अधिकार र कर्तव्यको मूल्य र मान्यताको प्रचार गर्ने, सद्भावना र सदाचारको महिमा गान गाउने बुद्धधर्मको प्रमुख तत्त्व हुन् ।

बुद्धको उपदेश छ “अरूलाई आफू जस्तै आफूलाई अरू जस्तै र नदिईकन नलिने व्यवहार गर्नुपर्छ” “अदिन्नादाना” को उपदेश शान्तिको लागि उपयुक्त हुनसक्छ । देवदह र कपिलवस्तुका शाक्यहरू बिचमा रोहिणी नदीको पानीको बारेमा रक्तपात र हिंसा हुँलागेको बेला भगवान् बुद्धले मानिसको रगतको मूल्य र पानीको मूल्य बताएपछि उक्त भगडा शान्तिमा परिणत भयो । विगत केही राष्ट्रहरू बीच भएको आर्थिक र व्यापारीक द्वन्द्वले निम्त्याएको दुई विश्व युद्ध सबैमा ज्ञात छ । अशान्तिका कारण आर्थिक र सामाजिक असमानता पनि हो ।

बुद्ध धर्मको संदर्भमा मार्नु शीलको उल्लंघन गर्नु हो भने मार्नु र मर्नुलाई प्रेरणा दिनु पनि विनयको उल्लंघन गर्नु हो । आज विश्वमा अशान्ति मचाउने शस्त्र र परमाणुहरू उत्पादन र त्यसको व्यापारले गर्दा पनि अशान्तिको आगोमा घिउ थपिरहेको छ । प्रतिपक्षि र प्रतिद्वन्द्विको कुनै कुरा नसुनेर त्यसलाई एकैचोटि मार्नु भनेको मानिसहरूको मूर्खता हो । शस्त्र उत्पादनमा रोक लगाउन आज विश्वका ४८ राष्ट्रका भौतिक शास्त्रीहरू र चिकित्सकहरूले अपिल गरिरहेका छन् । त्यसको लागि कति प्रस्तावहरू, कति मस्यौदाहरू पारित भए तर अहिले पनि आणविक हथियारले भरिएको देशहरूको समर्थन नै भैरहेको छ । तर पनि यो समस्याको समाधान हुनुनै छ आज नभए भोलि तर अर्को विश्व युद्ध छेड्नु अधि ।

विश्व शान्तिको लागि हरेक मानिसले आफ्नो ठाउँमा रहेर आफूले सबदो प्रयास गर्नुपर्छ । कलिंगमा भएको युद्धमा डेढ लाख मानिसहरू बन्धि बनाइए । लाखौं मानिस मारिए र त्यो भन्दा पनि बढि मानिस महामारीमा परी मरे । यो देखेर अशोकको मन परिवर्तन भयो ।

अशोकले प्रथमतः अहिंसामा जोड दिए । उनकै भान्छा कोठामा सैकडौं मृग र मयूर मारिने ठाउँमा उनले दुईओटा मयूर र मृग मात्र मार्न लगाए र त्यो पनि भविष्यमा बन्द गर्ने निर्णय गरे । साथै सबै मानिसहरू र जीवजन्तुको हितको लागि बोटवृक्षहरू रोप्न लगाए । आम्राकुञ्जहरू बनाउन लगाए । आधाआधा कोषको दूरीमा इनार खन्न लगाए । र पशुपन्छीहरूको लागि चिकित्सालय पनि खोले । मात्र एक व्यक्तिको प्रयासले यतिठूलो परिवर्तन आउँछ भने विश्वको हरेक मानिसको प्रयासबाट कति ठूलो परिवर्तन आउँछ होला । भनि सोच्दा अति आनन्द लाग्छ । विश्वका केहि सचेत राष्ट्रहरूले यही अशान्ति, युद्ध र आणविक हात हतियारहरू कतिको खतरनाक र हिंस्रक हुन्छन् भन्ने विषयलाई नै मूल विषयवस्तु बनाएर चलचित्रहरू बनाए । विश्वका सबै मानिसहरू No more Hiroshima and No more Nagasaki भन्दै चिच्याउँदै छन् । संयुक्त राष्ट्र संघले पनि यस्तै कार्यक्रमहरूमा लागि रहेका छन् तर बुद्धको उपदेशहरूको पालना विना ती कार्यक्रमहरू सफल बन्न सक्दैनन् ।

यो संसारमा जब धनीहरू हद भन्दा बढी धनी र गरीबहरू हद भन्दा बढी गरीब हुन्छन् तब द्वन्द्व र क्रान्तिको ज्वाला चर्किन्छ । सन् १९८६ मा पनि अमेरिकाका काला जाति र गोरा जातिका बिच यहि कारण युद्ध भयो, हो यही कारण किनकि त्यहाँका काला जाति भन्नु गरीब हुँदै गए भने गोरा जातिहरू त्यहि गरिबीको फाईदा उठाइरहेका थिए । यहि जातिभेदले गर्दा अशान्ति मच्चिएको छ । बुद्धधर्ममा जाति, वर्ण, वर्ग, लिंग सबै समान छन् । अब फेरि यस्तै कारणहरूबाट युद्ध कहिल्यै नहोस् । म त भन्छु कि हाम्रो घर-घरको कोठा कोठाको भित्ताहरूमा क्रान्ति, द्वन्द्व र अशान्तिका किताबहरूलाई कुनै बलियो फलामको सिक्कीले बाँधेर भुण्ड्याएर राखौं ताकी त्यो किताब भविष्यमा कसैले पनि कहिले पनि पल्टाउन नसकोस् अहँ नसकोस् ।

आमाको दुध चुसिरहेको बालकको मुखबाट दुध निल्न नपाउँदै, स्कूलमा खेलिरहेका ती बालबालिकाहरूको पिङ्गबाट तल फर्नुको आनन्द लिन नपाउँदै र डाक्टरले दिएको अक्सिजन बिरामीको फोक्सोमा पुग्न नपाउँदै अचानक ठूलो आणविक विस्फोटन भएर सबै प्राणीको अस्तित्व नास भै सारा उर्बर धर्ती ज्वालामा परिवर्तन नहोस् । २५५१ बुद्ध जयन्तीको उपलक्ष्यमा विद्यमान द्वन्द्व शान्तिमा परिणत होस् । मान्छेले मान्छेलाई मान्छेकै दृष्टिले हेर्न सकोस् । विश्वमा शान्ति छाईरहोस् ।

भवतु सब्ब मंगलं ।

योग अभ्यास विधि - भाग २९

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

अनियमित रहन सहन र खानपान ढाड-दुखाईको मुख्य कारण हो

उपभोग-विलासिता र गलत रहन सहनको कारण ढाड (कम्मर) दुखाईको समस्या बढिरहेको छ ।

उपचारकरहरूको भनाई अनुसार ढाड दुख्नुको मुख्य कारण उपभोग र आराम हो भनेका छन् भने त्यस्तै ढाड दुख्नुको अर्को कारण बढि भन्दा बढि व्यस्तता, बढता भाग दौड गर्ने व्यक्तिहरू र आवश्यक भन्दा बढी शारीरिक मेहनत गर्ने व्यक्तिहरूलाई पनि ढाड दुखाईको समस्या हुन सक्दछ । मध्यम वर्ग र निम्न वर्गका व्यक्तिहरूलाई ढाड दुखाईको समस्या बढि भएको पाइन्छ । महिलाहरूलाई प्राय ढाड दुख्नुको कारण आवश्यक भन्दा बढि अग्लो जुता प्रयोग गर्नु पनि हो । विश्वमा करीब ३०% महिलाहरू ढाड दुखाईका समस्याबाट पिडीत छन् । ढाड (कम्मर) दुखाईका कारण विश्वमा १०% व्यक्तिहरू अपाङ्ग हुन बाध्य भई रहेका छन् । त्यस्तै ढाड दुखाईको पिडा कम गर्ने औषधि प्रयोग गर्नाका कारण औषधिको साईडइफेक्टबाट ५ देखि १०% व्यक्तिहरू उच्चरक्तचाप र ग्याष्ट्रिक रोगबाट पिडीत भईरहेका छन् । साधारण व्यक्तिहरू मात्र होइन ढाड (कम्मर) दुखाईको समस्याबाट विश्वका ठुला ठुला डाक्टरहरू पनि पिडीत भएको पाइन्छ । ढाड दुख्नुको मुख्य कारण रहन सहन, खानपान हो भने मोटापा पनि ढाड दुख्नुको कारण हो । त्यस्तै हाम्रो दिनचर्यामा खाना खाने वित्तिकै सुत्ने गर्दछौं, कार्यालयमा दैनिक काम गर्दा एउटै दिशामा र एकै ठाउँमा बस्दछौं । जसका कारण हाम्रो मेरुदण्डमा दबाव पर्दछ सोही कारण पछि गएर हामी ढाडको रोगबाट पिडीत हुन पुग्दछौं । बढि समय सम्म टाइपराइटर, कम्प्युटरमा काम गर्नेहरू र टेलिफोन अपरेटरहरूलाई पनि बढता ढाड दुखाईको समस्या भएको पाइएको छ ।

साधारणतया ढाड दुख्नुको कारण हाम्रो ढाडको

मांसपेशीहरू र नशाहरूलाई हामीले जस्तो मन लाग्यो त्यस्तो तरिकाबाट बसेर शरीरलाई मोडनु हो जसका कारण विस्तारै-विस्तारै ढाड दुख्ने समस्या देखापर्न थाल्दछ ।

वैज्ञानिक अनुसन्धान अनुसार ढाड दुख्नुको कारण बाथ रोग र युरिक एसिड आदि बढ्नु पनि एउटा कारण हो । त्यस्तै उमेरका कारण हाम्रा मेरुदण्डका जोर्नीहरू खिड्दै जानु पनि ढाड दुखाईको कारण हो ।

यसैकारण ढाड दुख्नुबाट बच्न समयमै व्यायाम योगाभ्यास गर्नु नितान्त आवश्यक पर्दछ साथै भोजनमा पनि चिल्लो पदार्थ एकदम कम, गुलियो कम र नुन कम गर्नुपर्दछ । त्यस्तै ढाड कम्मरको दुखाईबाट पिडीत व्यक्तिहरूले पनि नियमित व्यायाम, योगाभ्यास आदि गर्न नितान्त आवश्यक पर्दछ तर व्यायाम योगाभ्यास गर्दा, आफुले मन लागि तरीकाबाट नगरी योगा शिक्षक वा व्यायाम प्रशिक्षकबाट प्रशिक्षण लिएर व्यायाम, योगाभ्यास गर्नुपर्दछ । शारीरिक तौल बढिका कारण ढाड कम्मर दुखिरहेको छ भने आफ्नो तौल घटाउनु पर्दछ जसका लागि आफ्नो खानपानलाई नियन्त्रण गर्नुपर्दछ त्यस्तै रोगादिका कारण ढाड दुखी रहेको छ भने व्यायाम, योगाभ्यासका साथै प्राकृतिक उपचार "रेकी" आदि उपचार गर्नुपर्दछ । त्यस्तै मसाज (मालिस) आदिद्वारा पनि ढाड दुखाईको निदान गर्न सकिन्छ । तर मसाज गर्दा दक्ष उपचारकबाट मसाज गराउनु उत्तम हुन्छ । त्यस्तै अकुपन्चर र अकुप्रेसर बाट पनि ढाड दुखाई नियन्त्रण गर्न सकिन्छ । उपरोक्त जुनसुकै पद्धति प्रयोग गरेर ढाड दुखाईको समस्या नियन्त्रण गर्न आफुले नियमित रहन सहन, खानपान, व्यायाम र योगाभ्यासलाई नियमितता दिन नितान्त आवश्यकता छ । जसबाट हामीहरू सदैवको लागि निरोगी र दिर्घायु प्राप्त गर्न सक्दछौं ।

आज्ञाकारिता

मानव जीवनका लागि आज्ञाकारिता अनिवार्य मानिन्छ । असल व्यक्ति, समाज र राष्ट्रनिर्माणमा आज्ञाकारिताले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ । धार्मिक जगत्मा आज्ञाकारिताले विशेष महत्त्व राख्दछ । आजको समयमा पनि आज्ञाकारिताको महत्त्व कम छैन ।

श्रद्धावान् व्यक्ति जहिले पनि आज्ञाकारी हुन्छ । ऊ गुरुको आज्ञालाई पूर्णतः पालन गर्दछ नै । आज्ञाकारिताले असल चरित्र निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउँछ । आज्ञाकारिताले मानिसलाई सुख र शान्ति पनि मिल्दछ । यदि मानिस जीवन सफल होस् भन्ने चाहन्छ भने उसले गुरुको आज्ञापालन गर्नु जरुरी छ । जो मानिस गलत बाटोमा हिँड्छ, उसले गुरु तथा अग्रजहरूको आज्ञालाई कहिल्यै पनि स्वीकार गर्दैन ।

कुनै पनि देशमा सुखशान्ति व्याप्त छ भने त्यो देशका सबैले अग्रजहरूको आज्ञापालन गरेको मानिन्छ । असल शासकले आफ्ना सेवकहरूलाई जहिले पनि असल आज्ञा दिन्छ । व्यवस्था पनि असल हुन्छ । राजा तथा मन्त्रीहरू आफ्नो देशमा शान्तिसुव्यवस्था कसरी कायम राख्न सकिन्छ भनेर चिन्तन गर्दछन् भने सेवक पनि पूर्णरूपमा खट्छन् । शान्तिसुरक्षा र विकास होस् भनेर शासकहरू चिन्तित रहने राष्ट्रमा जहिले पनि शान्ति हुन्छ । आज्ञाकारिताको पालना नहुने समाजमा जहिले पनि अस्थिरता सिर्जना हुन्छ । व्यक्तिगत स्वार्थमा लाग्नु पनि आज्ञाकारिताको अवज्ञा नै हो ।

वैदिक युगमा राजामहाराजाहरू आफ्ना उत्तराधिकारीलाई उचित शिक्षादीक्षा र कुशल व्यक्तित्व निर्माणका लागि गुरुकुलमा पठाउँथे । गुरुको आज्ञानुसार शिक्षा ग्रहण गर्दथे र कुशल भएर फर्कन्थे । त्यसबेला गुरुको आज्ञापालन गर्नु परम कर्तव्य मानिन्थ्यो । राजाहरू पनि गुरुको आज्ञालाई मान्दथे ।

विद्यालयमा अध्ययन गर्ने सबै विद्यार्थी गुरुका लागि समान हुन् । सबैका लागि समान रूपले गुरुले शिक्षा र आज्ञा पालन गर्न निर्देशन दिन्छन्, तर जसले गुरुको आज्ञालाई शिरोपर गरी आफ्नो कर्तव्यमा लाग्छ, जहिले पनि ऊ सफल हुन्छ । आज्ञाकारिताबाट नै नैतिकताको विकास हुन्छ । असल भावनाको विकास हुन्छ । आज्ञाकारिताले अभिभावक र छोराछोरी, गुरु र शिष्य र शासक, सेवक र जनताबीचको सम्बन्ध राम्रो हुन्छ ।

- सावित्री तिमिल्सिना

साभार : अन्नपूर्ण पोष्ट

- धर्मकीर्ति मासिक, बु.सं. २५५१

बनेपा बाल आश्रम (मेन्ता सेन्टर) लाई सहयोग

- १) श्री सुर कृष्ण बैद्य रु. १०,१००/-
- २) ज्योति विहार, चापागाउँ ध्यानकुटी विहारका भन्ते तथा मैत्री केन्द्र बाल आश्रमको बालिकाहरूलाई भोजन दान र नगद रु. २,२२२/- चन्दा दिनु भयो ।
- ३) Mrs. Soma De silva, Sri Lanka Rs. 10,000/-
- ४) हर्ष ताम्राकार, पद्म देवी रु. २,०००/-
- ५) पानिलाल यादव रु. १,०००/-
- ६) विना नकमी रु. ५,५५१/-
- ७) सुमित्रा (बेबी) मानन्धर, पकनाजोल रु. ५,००१/-
- ८) दिलरत्न शाक्य, बिना शाक्य रु. ५,००१/-
- ९) लक्ष्मीदेवी रंजित, टेकु रु. ५,००१/-
- १०) मंगल नकमी रु. ५,००१/-
- ११) रु. १०० भन्दा कम एक मुष्ट रु. ३,५७५/-
- १२) उर्मिला श्रेष्ठ रु. ३,००१/-
- १३) कमला नकमी रु. ३,००१/-
- १४) राम बहादुर मानन्धर रु. ३,००१/-
- १५) मन्दिरा ताम्राकार रु. २,००१/-
- १६) चिनि शोभा कंसाकार रु. २,००१/-
- १७) सिस्का नकमी रु. १६०१/-
- १८) श्याम रु. १५५१/-
- १९) पूर्ण लक्ष्मी बादे रु. १०५१/-
- २०) निलकण्ठ रु. १०११/-
- २१) रु. १००/- दान दिनेहरूको नामावली यसप्रकार हुनुहुन्छ- धूर्व कर्णजीत, बनेपा-५, धनमाया श्रेष्ठ, सुमन कुमार श्रेष्ठ, न्हुछे रत्न शाक्य, सिद्धि नकमी, अंजु नकमी

धर्मकीर्ति पत्रिकालाई सहयोग

उपासक अमर बहादुर स्थापित नयाँबजार सोह्रखुट्टेबाट धर्मकीर्ति पत्रिकाको लागि सहयोगार्थ रु. ५००/- प्रदान गर्नु भएको छ । दाता स्थापितलाई धर्मकीर्ति पत्रिका साधुवाद प्रकट गर्दछ ।

मूर्खको संगत गर्नुहुँदैन, बुद्धिमानको संगत गर्नुपर्छ

■ सित्तु मानन्धर, कक्षा- ७

संगत भन्नाले साथी बनाउने, साथीहरूको राम्रो, नराम्रो कुरा सिक्ने भनी बुझिन्छ। संगत भन्नाले दुई प्रकारका हुन्छन्; राम्रो र नराम्रो संगत अथवा बुद्धिमान र मूर्खको संगत।

सहि-गलत छुट्याउन सक्ने, राम्रो-नराम्रो छुट्याउन सक्ने मानिसलाई बुद्धिमान मानिसको रूपमा चिनिन्छ। आफ्नो परिवार तथा समाजका मानिसका इज्जत राख्ने मानिसलाई हामी बुद्धिमान भन्दछौं। बुद्धिमान मानिसले किताब पढ्छन्, आफ्ना ठूलाबडाले भनेका कुरा मान्छन् र विहार जस्ता पवित्र ठाउँहरूमा गएर ज्ञानगुणका कुरा सिक्छन्। त्यसैले बुद्धिमानहरूको सोच्ने र सम्झ्ने अलि धेरै हुन्छ।

आफू पनि असल र बुद्धिमान बन्नको लागि हामीले बुद्धिमानहरूको संगत गर्नुपर्छ। बुद्धिमानहरूसँग धेरै ज्ञान हुन्छ। उनीहरूले सानालाई माया गर्छन्। बुद्धिमानहरूले राम्रा विचार, राम्रा कुरा र राम्रा काम गर्छन्। उनीहरूले आफ्नो परम्परालाई समेटेर हाल्छन्।

बुद्धिमानहरूको संगत गर्नु भने हामी सबैको प्यारो बन्न सक्छौं। हामीसँग पनि ज्ञान हुन्छ, हामी ज्ञानी हुन्छौं। हामी सबैसँग बाँडीचुडी खान तथा काम गर्न सिक्छौं। हामीलाई सबैले मन पराउँछन् र मदत गर्छन्। हामीले आफ्नो समाज तथा देशको लागि काम गर्छौं। हामीमा देशका लागि केही गर्नुपर्छ भन्ने भावना हुन्छ जसले गर्दा हामी देशका लागि केही गर्छौं।

त्यसको विपरीत मूर्खहरूले सहि-गलत छुट्याउन सक्दैन, राम्रो नराम्रो छुट्याउन सक्दैन। अरूले भनेका कुरा नमान्ने, मनमा जे आयो त्यही गर्ने र केही भन्न अथवा गर्न अगाडि नसोच्ने मानिसलाई हामी मूर्ख मानिस भनी चिन्दछौं। उनीहरूले नचाहिने कुरा र काम गर्छन्। मूर्खहरूले आफ्नो बुद्धिको सहि प्रयोग गर्दैनन्।

आफूमा नराम्रो बानीको विकास नहोस् भन्ने चाहना छ भने हामीले मूर्खहरूको संगत गर्नुहुँदैन। मूर्खहरू धेरै बोल्छन् तर थोरै काम गर्छन्। हामीले मूर्खहरूको संगत गर्नु भने मूर्खहरूलेभै नराम्रा कामहरू गर्न थाल्छौं। हामी मूर्खहरूले गरेका नराम्रा काम गर्न र सिक्न थाल्छौं।

हामी अरूलाई माया गर्न जान्दैनौं। हामी तास, जुवा जस्ता खेल खेल्ने, रक्सी जस्ता लागुपदार्थ कुरा खाएर आफूसँग भएको सम्पतिको पनि दुरुपयोग गर्छौं। रक्सी जस्ता लागुपदार्थ खायो भने हाम्रो स्वास्थ्यलाई पनि हानी हुन्छ। मूर्ख आफू पनि बिग्रेको हुन्छ भने उनीहरूले अरूलाई पनि बिगार्न खोज्छ। मूर्खहरूले नराम्रा विचार, नराम्रा काम र नराम्रा कुरा गर्छन्। आफूले गरेका पापका बारेमा सोची उनीहरूको मनमा भय उत्पन्न हुन्छ जसले गर्दा उनीहरू शान्तिसँग बस्न पाउँदैन।

मूर्खहरूले अरूका बारेमा सोच्दैनन् र अरूहरूले पनि मूर्खहरू मन पराउँदैन।

उदाहरणका लागि हामी श्रावस्तीका राजा विम्बिसारका पुत्र अजातशत्रुलाई लिन सक्छौं। देवदत्त जस्तो नराम्रो आचरण भएको र मूर्ख मानिसको संगतमा गएकोले उसले आफ्नो देवता सरह बुबालाई पनि कष्टदियो; मारिदियो। यदि ऊ भगवान बुद्धको शरणमा गएको भए उसले त्यो महापाप गर्ने नै थिएन।

अर्को उदाहरणका लागि हामी “भङ्गा लाइभ लाखे” भन्ने कथा लिन सक्छौं। ५०० जना व्यापारीका एको मालिक मूर्ख भएकोले मानिसको भेष लिएर आएको राक्षसले “उता धेरै पानी परिरहेको छ, कमलको फूल पनि फुलिरहेको छ” भनेर भूठो बोल्दा त्यस मूर्ख मालिकले विश्वास गर्‍यो र राक्षसले सबै ५०० व्यापारीलाई पासा पारेर मारेर खाइदियो। एउटा मूर्ख मानिसले गर्दा सबै व्यापारीहरूको ज्यान गयो।

त्यस्तै अर्को ५०० जना व्यापारीका मालिक बुद्धिमान भएकोले मानिसको भेष लिएर आएको राक्षसले “उता धेरै पानी परिरहेको छ, कमलको फूल पनि फुलिरहेको छ” भनी भूठो बोल्दा त्यस बुद्धिमान मालिकले पहिले आकाशमा बादल छ कि छैन भनी हेर्‍यो। आकाशमा बादल नभएपछि त्यस मानिसको भेष लिएर आएको राक्षसको आँखामा हेर्दा त्यस बुद्धिमान मालिकले त्यो राक्षस हो भनी थाहापयो। अनि आफ्ना ५०० व्यापारी साथीहरूलाई लिएर त्यहाँबाट निस्क्यो र आफ्नो व्यापारी साथीहरू सबैलाई आफ्नो बुद्धिको प्रयोगले बचायो।

अर्को उदाहरणका लागि हामी ‘मूर्खता’ भन्ने कथा लिन सक्छौं। घाँस काटीरहेको बुबाचाहीको टाउकोमा एउटा, भिगा बसिरोखको रहेछ। त्यस भिगालाई मार्नको निम्ति छोराचाहिले खुकुरी उठाएर हान्यो। टाउकोमा बसेको भिगा उडेर गयो तर खुकुरी उसको बुबाको टाउकोमा लागेर उसको बुबा मर्‍यो। मूर्ख छोराले आफ्नो बुद्धिको प्रयोग नगरेकोले नचाहे पनि उसले आफ्नो बुबाको हत्या गर्‍यो।

भगवान् बुद्धले मङ्गल सूत्रका ३८ वटा गाथांमध्ये पहिलो गाथांमा “असेवना च बालानं पण्डितानञ्च सेवना” अर्थात् मूर्खहरूको संगत नगर्नु, बुद्धिमानहरूको साथ संगत गर्नु भनेर देशना गर्नु भएको थियो।

मानिसहरूमा “मूर्ख मित्र भन्दा बुद्धिमान शत्रु हुनु नै जाती हुन्छ” भन्ने उखान पनि प्रसिद्ध छ। ठूला-ठूला मानिसका सफलताका कारण पनि बुद्धिमानहरूको संगत गर्नाले नै हो।

यी सबैलाई जानी, बुझी हामी ‘मूर्खको संगत गर्नुहुँदैन, बुद्धिमानको संगत गर्नुपर्छ’ भनी भन्न सक्छौं।

त्रीरत्न शरण-२

■ शिशिल चित्रकार, मैतिदेवी

संघ गुण

- (१) सुपटिपन्नो भगवतो सावक संघो : भगवान् बुद्धका श्रावक-संघहरू जसरी उपदेश गर्नु भएको हो, त्यसरीनै राम्रोसंग आचरण गर्नुभएको हुनाले सुपटिपन्नो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।
- (२) उजुपटिपन्नो भगवतो सावक संघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू सोभो रूपले आचरण गर्नु भएको हुनाले उजुपटिपन्नो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।
- (३) जायपटिपन्नो भगवतो सावकसंघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू निर्वाणको हेतुले न्यायपूर्वक आचरण गर्नु भएको हुनाले जायपटिपन्नो भगवतो सावकसंघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू निर्वाणको हेतुले न्यायपूर्वक आचरण गर्नु भएको हुनाले जायपटिपन्नो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।
- (४) सामीचिपटिपन्नो भगवतो सावक संघो : यदिबिं चत्वारि पुरिसयुगानि अद्द पुरिसपुग्गला एस भगवतो सावक संघो : भगवान् बुद्धका श्रावक-संघहरू आदर सत्कार गर्न लायक हुने गरी आचरण गर्नु भएको हुनाले सामीचिपटिपन्नो गुणले सम्पन्न भएका हुन् । मार्ग चार र फल चारको हिसाबले उहाँ भगवान् बुद्धका श्रावक-शिष्यहरू चारजोर उत्तम पुरुषहरू हुनुहुन्छन्; उहाँहरू एक एक जनाको हिसाबले आठ पुद्गलहरू हुनुहुन्छ ।
- (५) आहुनेय्यो भगवतो सावकसंघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू आह्वान गर्न योग्य हुनुभएका हुनाले आहुनेय्यो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।
- (६) पाहुनेय्यो भगवतो सावकसंघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू अतिथि पाहुना सत्कार गर्न योग्य भएको हुनाले पाहुनेय्यो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।
- (७) दक्खिणेय्यो भगवतो सावकसंघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू निर्वाणसम्म विश्वास गरी दान दिएको ग्रहण गर्न योग्य हुनु भएको हुनाले दक्खिणेय्यो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।
- (८) अञ्जलिकरणीयो भगवतो सावकसंघो : भगवान्

बुद्धका श्रावक संघहरू राम्रो फल दिने आशा लिई दुबै हात जोडेर बिनित्त गर्न योग्य हुनु भएका हुनाले अञ्जलिकरणीयो गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।

- (९) अनुत्तरं पुञ्जक्खेतं लोकस्स भगवतो सावकसंघो : भगवान् बुद्धका श्रावक संघहरू पुण्य रूपी बीउ छर्न (रोप्न) अति उत्तम खेत समान हुनु भएका हुनाले अनुत्तरं पुञ्जक्खेतं लोकस्स गुणले सम्पन्न भएका हुन् ।

यसरी यहाँ त्री रत्नको शरण भन्नाले हामीले यी तीन वटा रत्नको गुणहरूको शरणमा जानु हो तथा यसले पनि प्रष्ट पार्दछ बुद्ध र धर्म भन्नु बेगला बेगलै दुई रत्न हुन् । यस बाहेक धर्ममा कुनै शब्द विशेष जोड्न नै धर्मको गलत ब्याख्या हुन जादैनन् र ? यहाँ संसारमा विभिन्न ठाउँमा आ-आफ्नो परम्परा हुनुलाई विभिन्न सम्प्रदाय तथा कर्मकाण्ड मात्र मान्न सकिन्छ, अन्यथा धर्मको विभिन्न नाम हुन सक्दैन । यसले निश्चित रूपमा हामी भन्न सक्दछौं बुद्धको शरणमा जानु भनेको गौतम बुद्धको शरणमा जानु होइन बरु बुद्धको गुणको शरणमा गएर आफू असल मान्छे बन्नु हो । त्यसै गरी धर्म र संघको शरण जानु भनेको कुनै धर्म विशेषको र व्यक्ति विशेषको शरणमा जाने होइन बरु त्यसको गुणको शरणमा गई आफू गुणी बन्नु हो ।

आज हाम्रो देश समाजको हरेक क्षेत्रमा जुन अन्योलग्रस्त र अराजक स्थिति छन्, निश्चयनै बहुसंख्यक व्यक्तिहरूको अनुशासनहीन, गैह्रजिम्मेवारीपन र गलत आचरणनै यसका कारणहरू हुन् । अब व्यक्तिहरूको आचरणमा सुधार नभएसम्म देश समाज गलत भूमरीमै फसिरहन अस्वाभाविक हुँदैनन् । त्यसैले देश समाजको सही र सन्तुलित विकासको लागि व्यक्तिहरूको नैतिक आचरणमा सुधार गर्न आवश्यक हुन आउँछ र निश्चयनै भविष्यको पुस्तालाई सहि नैतिक र ज्ञानवर्द्धक शिक्षा दिनु आजको अपरिहार्य आवश्यकता हो । सबै वर्गले सही सोच बनाउन सक्नु ।

सबैको कल्याण होस् । सबैको मंगल होस् ।

“नमो तस्स भगवतो अरहतो सममासम्बुद्धस्स”

मिलिन्द-प्रश्न - ४

(संक्षिप्त वृत्तान्त)

अनुवादक : आनन्द प्रधान

मारिस ! के कारणले तपाईंको वस्त्र पनि त्यस्तो छैन जस्तो अरुको छ ?

बालक ! गृहस्थहरू (घर परिवार भएको व्यक्ति) को राम्रा लगाउने लुगामा कामवासना (सहवासको इच्छा) लागी रहेको हुन्छ। वस्त्रको कारण जुन डर हुने सम्भावना हुन्छ त्यो गेरुवा (रातो माटो रंगको) वस्त्र लगाउनेलाई डर हुँदैन। त्यसैले मेरो वस्त्र त्यस्तो छैन जस्तो अरुको छ।

मारिस ! के तपाईं ज्ञानको कुरा पनि जान्नुहुन्छ ?

बालक ! हो म यथार्थ (सत्य) ज्ञानको कुरो जान्दछु र जुन संसारमा सबै भन्दा उत्तम मन्त्र छ त्यो पनि जान्दछु।

मारिस ! के मलाई पनि सिकाउन सक्नुहुन्छ ?

हो म सिकाउन सक्छु।

त्यसो भए मलाई सिकाउनुहोस् न त !

बालक ! त्यसको लागि यो उचित समय होइन।

अहिले म गाउँमा भिक्षाटनको लागि आएको छु।

त्यसोभन्दा त्यति बेला नागसेनले आयुष्मान रोहणको हातबाट पात्र लिएर उनलाई घरभित्र लैजानुभयो। त्यहाँ आफ्नो हातले उत्तम उत्तम भोजन पस्किएर उनलाई तृप्त पार्नुभयो। आयुष्मान रोहणले भोजन ग्रहण गरिसकेर पात्रबाट हात हटाएपछि उनले भन्नुभयो - “मारिस ! अब मलाई मन्त्र सिकाउनुहोस्।”

आयुष्मान रोहणले भन्नुभयो- “बालक जब तिमी सबै बाधाहरूबाट मुक्त भएर आमा-बाबुको अनुमति लिएर मैले जस्तो भिक्षु वस्त्र लगाउँछौं त्यति बेला म तिमीलाई सिकाउनेछु।

९. नागसेनको प्रव्रज्या

कुरो सुनिसकेपछि नागसेन आफ्नो आमाबाबु भएको ठाउँमा गएर भन्नुभयो- “मुमा तथा बुबा ! यहाँ भिक्षुले संसारको सबैभन्दा उत्तम मन्त्र जान्दछु भनेर घोषणा गर्नुहुन्छ, तर जो भिक्षु होइन उसलाई सिकाउनुहुन्न। म उहाँसित प्रव्रज्या ग्रहण गरेर त्यो मन्त्र सिक्छु।”

उनको आमा-बाबुले बुझ्नु भयो- “हाम्रो छोरा प्रव्रजित भएर मन्त्र सिकेपछि फेरी फर्किएर आउनेछ।” यसकारण “जाऊ सिक” - यसो भनेर अनुमति दिए।

त्यसपछि आयुष्मान रोहणले नागसेनलाई लिएर बत्ततीय आश्रमको विजम्भवत्यु जानुभयो। विजम्भवसुमा

एक रात बसेर रक्षिततल जहाँ थियो त्यहाँ जानुभयो। त्यहाँ गएर अर्हतहरूको बीचमा नागसेनलाई प्रव्रजित गरे।

प्रव्रज्या लिनु भएपछि आयुष्मान नागसेनले आयुष्मान रोहणलाई भन्नुभयो- “भन्ते ! मैले तपाईंको वेश (भेष) धारण गरे। अब मलाई मन्त्र सिकाउनुहोस्।

त्यसोभन्दा त्यति बेला आयुष्मान रोहणले विचार गर्न लाग्नु भयो- नागसेनलाई यो भन्दा पहिले के पढाऊँ सुत्र कि अभिधर्म।” फेरि यो सोच्नु भयो कि नागसेन पण्डित हो सजिलैसित अभिधर्म बुझ्नसक्छ, यसकारण पहिले अभिधर्म नै पढाउनुभयो।

कुशल, अकुशल र अब्याकृत (पुण्य, पाप र न पाप न पुण्य) धर्मलाई ‘तीन प्रकार’ र दुइ प्रकार’ भेदले बताइने अभिधर्मको पहिलो किताब (१) धम्मसङ्गि, स्कन्ध विभङ्ग इत्यादि अद्वार विभङ्ग भएको दोस्रो पुस्तक (२) विभङ्गप्पकरण; संग्रह असंग्रह इत्यादि चौध किसिमले बाँडेको तेस्रो पुस्तक (३) धातुकथाप्पकरण, स्कन्ध-प्रज्ञप्ति, आयतन प्रज्ञप्ति, इत्यादि ६ किसिमले बाँडेको चौथो पुस्तक (४) पुरगल पञ्जति; आफ्नो पक्षको पाँचसय सूत्र र विपक्षको पाँचसय सूत्र यिनै एक हजार सूत्रहरूको पाँचौ पुस्तक (५) कथावत्थुप्पकरण; पूल यमक, स्कन्ध यमक इत्यादि दस किसिमले बाँडेको छैठौ पुस्तक (६) यमकप्पकरण; हेतु प्रत्यय इत्यादि चौबीस किसिमले बाँडेको सातौ पुस्तक (७) पट्टानप्पकरण; यी सातै अभिधर्म पुस्तक। नागसेन श्रामणेरेले चाँडै पढेर सक्नुभयो र कण्ठ पनि पार्नुभयो। फेरी भन्नुभयो- “भन्ते ! भयो पुग्यो ! यतिको नै म तपाईंलाई सबै कुरा सुनाउनसक्छु।”

त्यसपछि आयुष्मान नागसेन जहाँ एक असंख्य अर्हत थिए त्यहाँ जानु भै उनीहरूलाई भन्नुभयो- “भन्ते ! म सबै अभिधर्म पिटकको “कुशल धर्म अकुशल धर्म” र अब्याकृत धर्म” यी तीन कुरामा विस्तार पूर्वक भन्नेछु।” ल हुन्छ नागसेन, विस्तारपूर्वक वर्णन गर।

त्यति बेला आयुष्मान नागसेनले सात महिनामा सातै प्रकारहरू सविस्तार सम्झाउनुभयो। (त्यतिबेला) पृथ्वी कम्पन भयो, देवताहरूले प्रशंसा गरे, ब्रह्मदेवहरूले ताली (करतलध्वनि) लगाए, पहेंलो चन्दनको बूलो, तथा मन्दारको फूलको वर्षा हुनलाग्यो।

क्रमशः

एकाग्रतामा असीम शक्ति हुन्छ

- नरेन्द्रनाथ भट्टराई

हामी घरघरमा भन्छौं, 'ध्यान दिएर काम गर राम्रो हुन्छ, मन अन्त नलगाईकन काम गर सफल हुन्छौं, एकत्व भएर (जे गर्न लागेको छ त्यसैमा मात्र तल्लीन भएर) जे काम गरे पनि त्यो पूरा हुन्छ ।'

एउटा कुचिकार राजदरबारको लोक, बगैँचा, बाटो बिहान सबेरै गएर बढारकुँडार गर्ने क्रम गर्थ्यो । एकदिन बिहान सबेरै सूर्योदयको प्रथम किरणको समयमा ऊ बगैँचामा बढाउँदै गियो, उसको आँखा दरबारको झ्यालमा पऱ्यो । भरखर बिछ्यौनाबाट उठेकी, पारदर्शी लुगा लगाएकी महारानी पूर्वतिर फर्किएर अस्त व्यस्त कपाल र लुगा तहलाउँदै, हातखुट्टा तन्काएको दृश्य त्यस कुचिकारको बजरमा पऱ्यो । ती अति सुन्दरी महारानी बिहानको पहिलो सूर्यकिरणमा त्यो अवस्थामा कस्ती देखिएकी होलिन् ? त्यो अनुपम दृश्यले त्यो कुचिकार ज्यादै मोहित भयो । उसको अन्तस्थलमा कामवासनाको गहिरो छाप पऱ्यो । काम

ध्यान दिएर काम गर राम्रो हुन्छ, मन अन्त नलगाईकन काम गर सफल हुन्छौं, एकत्व भएर (जे गर्न लागेको छ त्यसैमा मात्र तल्लीन भएर) जे काम गरे पनि त्यो पूरा हुन्छ

त्यसै छोडेर घर गयो । हरबखत त्यही दृश्य, त्यही अनुपम सौन्दर्य, महारानीउपर कामभोगको अग्निले जलाउन लाग्यो । भन्नै नहुने कुरा उसले भन्न पनि सकेन । छटपटमा रहन थाल्यो । विरामी पऱ्यो । काममा ज्ञान पनि सकेन, खाना खान पनि छाड्यो । उसको त्यो अवस्था देखेर उसकी स्वास्नीले ज्यादै कर बरेर सोधी, उसको मनको कुरा सुनी, सबै कुरा थाहा पाई । पतिलाई सान्त्वना दिलाएर त्यसदिनदेखि त्यो कुचिकानीले निरन्तर रानी एकलै भेट्ने प्रयास गर्दागर्दै एकदिन बगैँचामा भेट्ने मौका पाई । बडो दीन-हीन र दयनीय अवस्थामा उसलाई केवल अश्रुधारा मात्र बगाइरहेको देखेर रानीमा करुणा भयो र रानीले उसलाई यस्तो हुनाको कारण सोधिन् । कुचिकानीले बहुतै मार्मिक तरिकाले आफू विधवा हुन लागेको र त्यस्तो अवस्थाबाट केवल हजुरले मात्र उद्धार गर्न सकिबक्सन्छ भनी बिन्ती गर्दा रानीले "यदि मैले तिमीलाई विधवा हुनबाट बचाउन सक्छु भने त्यो म गरिदिउँला" भनिन् । कुचिकानीले आफ्नो लोग्नेलाई परेको असर र इच्छा सबै

बताइदिई । रानीले भनिन्, 'हुन्छ म मेरो वचन पूरा गर्छु तर एउटा मेरो शर्त तिम्रो पतिलाई सुनाइदेऊ' भन्दै शर्त भनिन् । 'एक घण्टासम्म अरू कुरा केही पनि मनमा आउन नदिई केवल मलाई मात्र सम्झिरहे भने जुन दिनमा उसले त्यो पूरा गर्छ त्यसै दिनमा म आफैँ उसकहाँ आएर उसको इच्छा पूरा गराइदिन्छु ।' उसले घर फर्की सबै कुरा लोग्नेलाई सुनाई । कुचिकार उत्तिखेरैदेखि आँखा

चिम्लेर रानीलाई सम्झन थाल्यो । तर एकैछिनमा मनमा अरू कुरा आउन थाले । घरमा भएन भन्ठानी उ एकान्त खोज्दै नदी किनारमा गएर ध्यान गर्न थाल्यो । त्यहाँ पनि उसलाई एकाग्रतामा बाधा पऱ्यो । त्यहाँबाट निर्जन-निर्जन स्थानमा जाँदा जाँदै घनघोर जङ्गलमा गएर नाम जप्न थाल्यो । त्यहाँ उसलाई अलिअलि एकाग्रता के हुन थालेथ्यो परम

विश्रान्ति र परम आनन्दको अनुभूति उसमा जागरण हुन थाल्यो । केही दिनपछि त उसलाई समाधि चढेर कैयौँ दिनसम्म पनि आनन्दमग्न भएर रहन थाल्यो । रानीको रूपमा साक्षात् भगवतीको दर्शन पायो, उसलाई परमपद प्राप्त भयो । समाधिको प्रभावले उ देदीप्यमान भयो ।

रानीले त्यो कुचिकारको पछाडि गुप्तचर छोडेकी थिइन् । सबै कुरा गुप्तचरबाट थाहा पाउँथिन् । अब ठीक बेला भयो भनी आफ्नो वचन पूरा गर्न भनी उनी जंगलमा गइन् र नमस्कार-अभिवादन गर्दै भनिन्, 'हे महात्मा ! हजुरले मलाई चिन्नुभयो होला । म फलानी हुँ, आफ्नो वचन पूरा गराउन आएकी हुँ ।' यो सुन्दा ती कुचिकार जो महात्मा भैसकेका थिए, रानीको चरणमा पदैँ भने, 'हे माता ! हजुर त साक्षात् देवी होइबक्सिंदो रहेछ । हजुर ले मेरो उद्धार गरिदिबक्स्यो । बन्द भएको आँखा खुल्यो, आत्मस्वरूपको दर्शन पाएँ । क्षुद्र कुराको पछाडि पनि विराट्को बास हुँदोहरेछ । कामको पछिलागदा भगवान् पाएँ, हजुर धन्य धन्य होइबक्सन्छ ।' ■

अल्पकालिन प्रव्रज्या

■ अगम्यरत्न कस्ताकार

अल्पकालिन प्रव्रज्या धयागु छु धयागु सीके न्ह्यो दकले न्हापां भीसं प्रव्रज्या या अर्थ निं ध्वीके माःथे च्वं । प्रव्रज्याया साधारण अर्थ खः- गृहस्थ जीवनयात त्याग याना त्यागी जीवन हनेगु । अथे धयागु थःगु छें बुं धन सम्पत्ति व्यापार व्यवसाय सकतां तोता धार्मिक जीवन हनेगु खः ।

भगवान बुद्ध धया विज्यागु कथं संसारे न्याता दुर्लभ दु । यदी भीसं ध्व दुर्लभयात प्राप्त याना काये फत धाःसा जीवन सफल ज्वी, सार्थक ज्वी । अथे खःसा अपायसकं दुर्लभगु ध्व छु खः ? ले धया भीत जिज्ञासा ज्वीगु स्वभाविक खः । बुद्ध देशना याना विज्याकथं न्यागु दुर्लभ थथे खः-

- १) बुद्ध उत्पाद दुर्लभ-संसारे बुद्धया उत्पत्ति जुइगु दुर्लभ खः
- २) मनुष्य जया जन्म ज्वीगु दुर्लभ
- ३) श्रद्धा सम्पत्ति दयेका तये फइगु दुर्लभ
- ४) प्रव्रज्या भाव दुर्लभ
- ५) सद्वर्ग श्रवण अति दुर्लभ

थुगु देशनायात दुबाला स्वयेवले भी थन प्रव्रज्या दिवसया ज्याइवल्यु भयाया च्वना दीपिं सकलें हे भाग्यमानी धायेमाः, संस्कार दुपिं धायेमाः छायाघासां ध्व दुर्लभगु न्यागुलिं अंगं भी पूरा ज्वीका च्वनापिं खःसा गुलिगुलिं ध्व न्यागु अंगं पूरा ज्वीगु लंय लाना च्वपिं खः । तथागत शाक्यमुनि बुद्धया शान्तगु जः नं कयेका च्वनापिं भीपिं सौभाग्यवस ध्व हे इलय् मनुष्य धायकाः थःत प्रस्तुत याना च्वनागु दु । इलय् व्यलय् सभ्रद्धां विलिविलि जायेकाः थःथःगु गच्छे अनुसारं दान धर्म नं याना च्वनागु हे जुल । अले ध्व हे जीवने थःगु जीवनया मूयात ध्वीका यक्कोस्यां प्रव्रजित जीवन या सवाः काये धुनागु दु । थुकी गुलिस्यां उपसम्पदा प्रव्रज्या, श्रामणेर प्रव्रज्या, अनगारिका प्रव्रज्या सा गुलिस्यां ऋषिनी प्रव्रज्याया रूप्य प्रव्रजित जीवनया थी थी धार्मिक रसपान याये धुनागु दु, स्वाद काये धुनागु दु । थथेहे इलय् व्यलय् भीसं भन्ते गुरुमापिं वा बौद्ध विद्वान पिनि पाखें लोभ, द्वेष, मोह मदयेकेगु वा म्हो यायेगु, चित्तयात शुद्धयाना स्थिर यायेफयेकेगु, अन्तय् जन्मजरा व्याधि मरणं मुक्तगु निर्वाण सुख प्राप्त याना कायेगु लंपु वस्पोल पिंसं भीत ध्वीका विज्याना च्वंगु दु, न्वाना विज्याना च्वंगु दु, अभ्यासया लं केना विज्याना च्वंगु दु । भीसंसं थःथःगु क्षमता अनुसारं उकीया अनुसरण याना च्वनागु दु, जीवनया हरेक व्यलय् छयेला च्वनागु दु । आः भीसं विचाः यायेनु..... छु भी धात्थें हे भाग्यमानीपिं, न्यागुलिं हे दुर्लभयात प्राप्त याना च्वनापिं जुल मखुला ? तर थुकी ध्यान बी माःगु खं नं दु भीसं धया च्वना भी मनुष्य, यदी भीसं कमसेकम नं पंचशीलयात पालना याये मफुत धाःसा नां जक्या मनुष्य ज्वी । थथेहे श्रद्धा सम्पत्तियात नं स्वच्छगु नुगलं (उपयोग यायेफत धाःसा थुकी

थःत नं मेपिन्त नं कल्याण जुई । भगवान बुद्धया कथं लोभ, द्वेष, मोहयात कम याना थःगु चित्तयात स्थिर यासं निर्वाणया लंय च्वाइगु देशनायात हे सद्वर्ग धाई । थज्यागु देशना न्यनेगुयात हे सद्वर्ग श्रवण धाइगु खः । थज्यागु देशना न्यने दइगु अति उत्तम धका वसपोलं जोड विया विज्यागु खः ।

प्रव्रज्या - स्थायि प्रव्रज्याः

अल्पकालिन प्रव्रज्याः-

स्थायि प्रव्रज्या- थःगु जीवन खना विरक्त जुया ओहो । ध्वला अनित्य खनी धका राग द्वेष मोहयात हां नापं लिना, चित्त निर्मल याना निर्वाण सुखया आशय् थःगु छें बुं श्री सम्पत्ति, परिवार सहित फुक्व त्याग याना पूर्ण रुपं त्यागी जीवन हनेत प्रव्रजित ज्वीगु ।

अल्पकालिन प्रव्रज्या- पूर्ण रुपं थःगु छें बुं श्री सम्पत्ति परिवारयात त्याग याये मफुसां चिहाकभुं समयया लागि त्याग चित्त उत्पन्न याना सत्य धर्मया साक्षात्कार प्रायेत, प्रव्रजित जीवनया स्वापू ध्वीकेगु उद्देश्यं जूगु प्रव्रजित जयायात अल्पकालिन प्रव्रज्या धाई ।

अल्पकालिन प्रव्रज्या ज्याइवः थीथी विहार व संघसंस्था तसें निश्चित ईया लागि निश्चित उद्देश्य तथा इमय् व्यलय् सुसंचालन जुया वयाच्वंगु खने दु । दसुया लागि धर्मकीर्ति विहारय् नियमित जुया वया च्वंगु स्वन्हुया ऋषिनी प्रव्रज्या, धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीया ग्वसालय् इलय् व्यलय् जुया च्वंगु न्हंहुया प्रव्रज्या शिविर, मदुम्ह संघमहानायक प्रज्ञानन्द महास्थविर या जन्मदिनया लसताय् ८६ म्ह कुलपुत्र पिन्त जूगु श्रामणेर प्रव्रज्या, धाई संघराजाया जन्मदिनया उपलक्षे ७२ म्ह कुलपुत्रपिन्त श्रामणेर प्रव्रज्या, अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र शंखमूलय् दयंदसं न्यायेका वयाच्वंगु अल्पकालिन प्रव्रज्या शिविर, थीथी विहारय् इलय् व्यलय् जुइगु प्रव्रज्या शिविर तथा चारधाम् तिर्थयात्रा वनीवले जुइगु प्रव्रज्या शिविरत ।

अल्पकालिन प्रव्रज्याया इले पालन याये मागु नियमतः

श्रामणेर प्रव्रज्या वा ऋषिनी प्रव्रज्या ग्रहण याइपिं कुलपुत्र-पुत्री पिन्सं ध्व ई जःछि १० शील पालन यायेमा । थथेहे उपसम्पदा प्रव्रज्या ग्रहण याई पिनिंसं २२७ गु शील नियमत पालन यायेमा । चिहाकःगु समय लागि जक ध्व ज्याइवः जुइगु जुगुलिं उपासक उपासिका पिनिंसं ध्व शीलधर्मत पालन यायेत भरपूर कोशिस याई । फुक्कं ज्याइवःत व्यवस्थित ज्वीगु जुगुलिं ध्व शील नियमत पुरा यायेतः सहज जुई ।

अल्पकालिन प्रव्रजित जुयाया फाइदा-

१) संस्कार बने ज्वी २) भिक्षु अनगारीका पिनि जीवन चर्या गथे ज्वी धयागु जिज्ञासाया प्रत्यक्ष अनुभव यायदै ।

३) बुद्ध शिक्षायात भचित्ता जक जूसां व्यवस्थित रुपं अध्ययन व

धर्मकीर्ति मासिक, बु.सं. २५५१ -

अभ्यास यायेफै । ४) शील व नियमयात क्वातुक पालन यायेफै ।
 ५) सहनशिलता बढे ज्वी । ६) समूहल्य च्वनेगु अभ्यास दै ।
 ७) आत्मविश्वास दृढ जुया स्वनिर्णय यायेगु क्षमताय वृद्धि ज्वी ।
 ८) गम्भिर रूप अभ्यास याम्ह व्यक्ति चिहाकगु इलय नं १०
 पारमिता पुरा यायेगु सुअवसरया रूप्य ध्व ई यात छेला च्वंगु
 दै । ९) चित्त एकाग्रता जुया बहे क्षण्य सधर्मया रसपान यायेत
 सक्षम व सफल ज्वी ।

अल्पकालिन प्रव्रज्या - मगा:मचा:त:

१) छुं भतिवा थुलला; अनुभव जुसला धयाथें च्वनीबले
 छें लिहां वने त्येये धुकी । २) भीसं भीगु जीवनया दैनिक ज्याया
 छुं छुं ज्या जक त्याग यायेगु बाहेकं खास हे वेफाइदा हानी
 मदुथें च्वं । ३) गबलें गबलें व्यवस्थापकिय कमजोरीयाना-
 मगा:मचा:या अनुभूति असन्तोष जुइफु ।

प्रव्रज्या ज्वीगु इच्छा दत धा:सा सम्पर्क तयेगु थाय :

- १) धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः, धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी ।
- २) विभिन्न बौद्ध विहार, संघ संस्थात व ध्यान केन्द्रत ।
- ३) इलय व्यलय, धीधी विहार, संघ संस्था पाखें ग्वसागवइगु
 अल्पकालिन प्रव्रज्या ज्याइव: न्यायेकिबलय व मेबले थ:त
 अनुकूल जूगु समय मिलेयाना उपरोक्त थासय व्यक्तिगत
 रूपं सम्पर्क तया ।

अल्पकालिन प्रव्रज्या शिविर संचालनय् धर्मकीर्ति विहारया केन-

विहारया स्थापना कालं निसैं हे मा: गुणवती गुरुमां,
 धम्मवती गुरुमां व रत्न मञ्जरी गुरुमां पिनिस सक्रियताय
 अल्पकालिन प्रव्रज्याया ज्याइव:त जुया वया च्वंगु खने दु । उकी
 नं वस्पोल पिनिसं भी नेवा: मिसातेत यक्को ह:पा हौसला बिया
 बिज्यागु खने दु । विहार निर्माणया लगतै निम्ह उपासिकापिं
 मन्दिरा ताम्नाकार व पुण्य लक्ष्मी कंसाकार पिंत अल्पकालिन
 ऋषिनी प्रव्रज्या दिक्षा बिया थुकिया शुरुवात याना बिज्यागु खने
 दु । धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीया स्थापना लिपा ध्व ज्याय
 तिब्रता बल । ध्यानकुटी विहार, वनेपाय अध्ययन गोष्ठीया
 मयजुपित १० न्ह्यां सामुहिक ऋषिनी प्रव्रज्या ज्याइव: जुल ।
 अले व धुंका वनेपाया ध्यानकुटी विहारय वनेपाया उपासक १
 म्ह, अध्ययन गोष्ठीया १३ म्ह भाजुपिं याना जम्मा १४ म्हे सित
 १० न्ह्यां अल्पकालिन श्रामणेर प्रव्रज्या जुया २०३५ साल
 असार १० गते सम्पन्न जुल । थुपिं ज्याइव:लय अश्वघोष
 भन्तेयानं तधंगु तिव:, गुहालि दु । उगु इलय प्रव्रजित जुयापिं
 मध्ये छम्ह जि नं ख: । अथेहे स्थायी रूपं आतक्कनं भिक्षु जुया
 च्वना बिज्याम्ह राहुल भन्ते थ:गु श्रीलंकाया अध्ययन पश्चात
 थौकन्हे थनहे ध्यानकुटी विहारे च्वना बिज्याना च्वंगु दु । ध्व
 ज्याइव:लं याना उगु इलय प्रव्रज्या धयागु न्त्याबलेंया लागी
 ज्वीमा: धैगु मानसिकता दुपिं भी थें ज्यापित चिहाकगु समयया
 लागि नं प्रव्रजित ज्वी ज्यू धयागु उदाहरण बीत सफल जुइगु
 दु । लिपा इलय च्वलय धीधी थासय अध्ययन गोष्ठीया

सक्रियताय ध्व ज्या निरन्तर रूपं न्त्याना वया च्वंगु दु । सुई
 ऋषिनी व श्रामणेर प्रव्रज्यां शुरु जूगु ध्व ज्याइव: लिपा वना
 अनगारिका वा उप-सम्पदा समेत ज्वीगु सौभाग्य गोष्ठीया
 ज:पिं व मेपिं कूलपुत्रपित प्राप्त जुगु दु । ध्व ज्याय बर्माया भन्ते
 सयादो ऊ जणिस्सरया पाखें नं यक्को गुहालि जुगु दु ।
 वस्पोलया उपाध्यायतवय लुम्बिनी २ क: तक्क उपसम्पदा,
 श्रामणेर व ऋषिनी प्रव्रजित ज्वीगु सौभाग्य भीसं काये धुनागु
 दु, अनुभव याये धुनागु दु । थुकियात महत्त्व बिया अध्ययन
 गोष्ठीया पाखें छगू अलग्ग हे समिति दयेका ध्व ज्याइव:यात
 अफ्र अप्पो सारपूर्ण व उपयोगी ज्वीगु कथं कार्यक्रम तालिका
 दयेका व्यवस्थित रूपं न्त्याकेत स्वया च्वंगु उदाहरणिय जू,
 च्वछाय बह:जू ।

प्रव्रजित जीवनया अनुभव:

ध्व चिहाकगु ई या लागि जूगु जूगुलिं थ:गु स्व:मनं हे
 फुक्क त्याग याना वये धुनागु कारणं मेमेगु विषय वस्तुलय
 मनयात अलमल मयासे मनयात स्थिर याना शील पालन
 यायेगुलि हे थ:त समर्पण याना, अधिस्थान याना जब शील
 क्वातुया बल थुकीया नापं नापं मनयात एकाग्र याये फत । थुकिं
 याना जित: शील व समाधिया गुलि स्वापू दु धयागु अनुभूति
 जुल । शीलं पूर्ण जुया समाधिई लिन जुल धायेवं तिनी थ: दुनेया
 वास्तविक गतिविधि ब्वथिक स्वया च्वने फइगु ख: अथे धयागु
 प्रज्ञाया मिखा चाल धका अनुभूति जुल । दान शील, भावना,
 अधिस्थान साथे दशपारमी हे पूरा यायेगुली मेहेनत याना । थुकें
 याना अटि यात धा:सा याये फु खनी धयागु आभास जुल ।
 उगुइलय लोभ, क्रोध व मोह एकदम कम जूगु आभास जू ।

म्हासुगु वस: पुना च्वने बले आ:ला जि प्रव्रजित ज्वी धुन
 जिं मेपिं उपासक उपासिका पिनि स्वया थ:गु व्यवहारे छुं
 परिवर्तन याये हे मा: धयागु वा:चा: । व अनुरूप थ:गु व्यवहारे
 परिवर्तन नं याना । ध्व हे इलय अफ्र अप्पो थ:पित समर्पण यापिं
 व्यक्तिपिसंला अफ्र थ:गु जीवनया लक्षहे परिवर्तन याना प्रव्रजित
 जुया थुकीहे थ:त समर्पित याना बिज्यापिं नं भीगु हे न्त्योने दु ।
 राहुल भन्ते दृढ निश्चयी व अधिष्ठान पारमी क्वातुगुलिं वस्पोलं
 थ:गु जीवनयात जक मस्वसे बहुजन हित व सुखया लागि थ:त
 पाना बिज्यागु दु । धर्मया छग: धीगु नगु जुया बिज्यागु दु । अथे
 हे शीवली भन्ते २० औं वर्ष तक्क प्रव्रजित जुया धर्मया छलय
 थ:त उपयोगी सिद्ध यागु दु । थौ वयकलं प्रव्रजित जीवन त्वते
 धुंकासां उगु जीवनकालया छापं विदेशे च्वनानं बुद्ध शिक्षा प्रचार
 प्रसारया ज्याय थ:त लगेयाना च्वन धयागु न्यने दु ।

अल्पकालिन प्रव्रज्या ज्याइव:यात व्यवस्थित व
 फलदायी देकेत मा:गु ।

- १) प्रव्रज्या काइम्ह व्यक्तियात प्रव्रजित जीवनया विषय ध्वाथुईका
 बीमाल । इलय व्यलय प्रव्रज्याया महत्त्वया बारे देशना,
 छलफल याना थुकीया उपादेयता बारे कुला बिई माल ।

- २) ज्ञानवर्धक व जीवनोपयोगि ज्वीमाल, कर्मकाण्डया रूप्य ज्वी मजिल ।
- ३) संगठित रूप/सामुहिक रूप प्रव्रजित ज्याइवः जुल धाःसा आर्थिक अवस्था कमजोर पित्त नं थुकी सहभागिता अप्वयके फई । मेपिनिनं खर्चय् कम जुई ।
- ४) प्रव्रज्या ज्याइवः या दैनिक पूर्ण तालिका न्हापाहे तयार याना व अनुसार न्त्याकेमाः ।
- ५) प्रव्रजित ज्याइवः पूर्ण रूप धार्मिक ज्याइवः जूगु व ध्व ज्याइवः थः हे स्वःमनं खना याये मागु जूगुलिं थुकी सशुल्क मयासा बांला थें ताः । बरु भीसं ध्व ज्याइवःयात परिकृष्ट याना व्यक्तिया मने स्वां कयेका अन्तय् सश्रद्धा दान यायेत प्रोत्साहन बीमा थें च्वं । थुकी व्यवस्थापक तसें प्रव्रजित तयत् माःगु न्यूनतम सुविधा बिया ध्व इलय् मुक्क ध्यान, अनुभूति याकेगुली केन्द्रित यायेत स्वयेमाः । थये जुल धाःसा उमिसनं ध्व ज्याइवः थौं न्त्याःथें लिपाया पित्तनं जिमिसं गुहालि यायेमाः धयागु अनुभव ज्वीके फयेके माथें च्वं ।

प्रव्रज्या विबसया ज्याइवः बारे छाय् ?

- १) अध्ययन गोष्ठीया जःपिं व उपासक उपासिकापित्त जीवने छकोसां प्रव्रजित ज्वीमाः धका उत्प्रेरीत यायेत ।
- २) प्रव्रजित ज्वीधुकुपिं कुलपुत्र/पुत्री पित्त कमसेकम दच्छिया छकोसां नाप लायेगु Platform देयेका बीत ।
- ३) प्रव्रजित जुया बलेया भावनायात हाकनं हाकनं स्मरण याके बीत, मेपीं पासापिनिगु अनुभव अनुभूती थःनं लाभान्वित ज्वीत ।
- ४) प्रव्रजित जुया बलेया उपलब्धि थःगु ब्यावहारीक जीवने छयेला यंकेत उत्प्रेरीत यायेगु ।

उपलब्धि-

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीया आयोजनाय् गुगु प्रव्रज्या ज्याइवःस ब्वति काय् धुकूपिं सकल कुलपुत्र-पुत्री पित्त थःम्हेस्यां प्रव्रज्या जुया बलेयागुगु अनुभव अनुभूति खः उकीयात पुनः स्मरण यायेत वा हाकनं छको recharge याना थःके न्हुगु स्फुर्ति, जोश, जांगर, कायम याना तयेत अले एक आपसे सहलह ब्याका थःगु विचाः व छयलाबुला तचाः याना यंकेगु खः । थये ब्यवहारीक जीवने भिसं ध्व ईया घःचायात छिं छिं थाय् स्वःचाका यंकेफत, छयला यंकेफत धायेवं जीवने न्हुगु शक्तिया आभास दै, जीवन सुथां लाई । शील समाधि प्रज्ञायात अभिवृद्धि यायां लोभ द्वेष मोहया हाः यात विस्तारं सालुका यंकुं यंकुं अन्तय् जन्म जरा ब्याधि मरणं मुक्तगु निर्वाण या लंपुई बनेगु लागि ध्वनं छगु थप पलाः जुवनी ।

अन्तय् थुज्वगु अल्पकालिन प्रव्रज्या शिविर या ज्याइवः नेपाः या बौद्ध समाजय् छगु न्हूगु संस्कृति ब्वलंकेगु लिख्वालि जुइगु निश्चित खनेदु । भवतु सब्ब मंगलं ।

बुद्ध लुमकुस

अन्तर्वेदिक शक्य
संस्कृत भाषा

थौ फलानाम् मंत ।

थौ फलानाम् वन ।

मंत । मंत । मंत ।

वन । वन । वन ।

मन वन ।

सुया के ध्वइगु

ध्वन्त्यागु लिस महु

स्वर्गय वरा ला

नक्य वगु ला

हान छु यानी ।

जन्म का वनु ख बा ।

सुगान छु मस्यु

प्राणी तयगु जीवन

गुलि निरीह खला ।

जन्म जुया

मचा जुई, न्यायम् जुई

बुदा जुई, रोगी जुई

अले पिता वनी

गुलि जा माहेक

मेगु छु महु

धस्य । धन्य । बुद्ध जुया विषयाय् धुकूपि ।

भात, रात, रात, प्रणाम अहत ज्ये ज्ये जिजापि ।

निरीह जुया चने मस्यु

ध्व नु मस्युन याके

नापता विषयात

कने अन्तर्गत प्रव्रज्या

रसय ध्याका विज्यात

दान

■ मुनीन्द्ररत्न वज्राचार्य

मनूया जन्म अमूल्य खः । जन्म जुयार्थे जीवनय् छुं हे दुःख मदय्क स्वाना च्वनेगु अहोभाग्य खः । जीवनय् वडगु समस्यायात माथं सामना याना न्त्याः वने फइगु हे सुखया लेंपु खँके फइगु खः । जीवनय् थःछम्ह जक सुख जुयानं मगाः । थःत सुख भापिद्वत जःखः सकलें सुखः जूगु नं स्वय् दय्मा । अले जक थःपिनं सुखया लकसय् ब्वलने फइ । ध्वया लागि दीन दुःखि पिनगु सागि नं छुं सेवाया भावना तय् माल । ध्वया लागि हे मनुखं दान धर्मया भावनाया समर्पित जूइ । मनुखं थपिके दुःगु धन सम्पत्ति कमाइया छुं अंश दान याय्गु स्वइ । अले थम्हं यानागु दान पुण्य प्राप्त जुइ । उकें मनुखं याइगु दानया महिमा तसकं महत्वपूर्ण जू ।

दान धयागु त्याग खः । थःके च्वंगु छुं वस्तु सुयातं बिइगु खः । दान याय्त मन बल्लाके माल । चित्त शुद्धयाय् माल । दानया बिधा अलग्ग हे दु । बौद्ध इतिहासय् दानया महिमा विशाल गथे भीसं पौराणिक बाखंया रूपय् न्यने कने याना वया च्वनागु थथे दु । मणिचूड महाराजया मणिदान, विश्वन्तर राजाया कला व मचाखाचा दान, महासत्व राजाया थःगु शरीरया ला धुंयात दान याःगु बाखं । अफ बुद्धकालीन समय प्यंगू प्रमुख विहार दान बिया बुद्धशासनयात तःधंगु भलसा ब्युगु दु । गथे अनाथपिण्डकया जेतवनाराम, बिम्बिसारया वेणुवनाराम शुद्धोदन महाराजया निगोधराम व विशाखाया पूर्वराम तसकं ख्याति जुया च्वंगु दु । धयातःगु दु 'सम्बद्धानं धम्मदानं जिनाति' दान मध्ये सर्वश्रेष्ठ धर्मदान चित्त उत्पन्न जुयाः विहारत दयकेगु खः । न्हापा दान बिइगु परम्परा गथे सकसित भिनिगु ज्या याना वया च्वंगु दइ । न्हापा न्हापा सतः दय्का बिइगु, ल्वहँहिंति, गुथि स्वना बिइगु, देगः दनेगु आदि दानया ज्या याना च्वनी । थौकन्हे स्कूल दय्का बिइगु, गरीव, अपाङ्ग, ज्याथः जिधिपिन्त, दिनदुःखिपिन्त आश्रम दय्के बिइगु लागि ध्यवा तयाः दान याना बिइगु नं याइ । वैज्ञानिक युगया ह्युपाः कथं थौकन्हे दान बिइगु परम्परा नं फरक वःगु दु । गथे विज्ञानया चमत्कार कथं सं मनुखं थःगु शरीरया अंग किडनी, मिखा दान याय् फइगु अवसर वःगु दु । गथे थःके दुगु निगः किडनी मध्ये छगः किडनी सुयातं किडनी स्पिन्त दान

बिया जीवन दान बिइथें जू वनी । ऊथें मिखां मखपिन्त मिखा दान बिया मिखा मदुम्हस्यां मिखां खना संसार स्वय् खंके फइ । थजागु जीवन दान मेमेगु दान स्वया महादान धका मघासे मगाः । थौकन्हे आपालं मनुखं सिइ न्त्यो थःपिं सिइ धुंका मिखा मदुपिनिगु लागि मिखा दान याना थकेगु चलन वःगु दु ।

दानया महिमा अपरम्परा तर थुथाय् मनूतय्गु जीवनय् आर्थिक समस्यां यानाः दान बिइगु शक्ति म्ह जुजुं वना च्वन । सिधासाधा ज्यायाना चेबा कमय् याय् थाकुगुलिं मनूतय् दान धर्म याय् थाक्या वन । तर अयसां नुगः छुवःपिं मनुखं दान याय्गु ज्या याना हे वया च्वंगु दु । दान बिइगुया ल्याचाः मदु । छतका दानं दान बिइफु, करोड नं दान बिइफु । लः मुनाः खुसिचा जुइ धयाथे सकस्यां ब्युगु दानं हे सकसितं हित जुयाःच्वनी ।

दान शुद्धचित्तं ब्युगु छगू त्याग खः ।, श्रद्धा खः । उकें दान अजाःगु जुय्माः गुगु भीसं काय् वाक चित्त शुद्ध यानाः कमय् याना तःगु धन जुय्मा । करपिन्त नुगले स्याका, बेइमानी याना, दुई नम्बरी ज्यायाना कमय् याना तःगु धनयात चाहे दरवारहे दान ब्युसां उकिया औचित्य कम हे ज्वी । हानं करकापं बियागु दानया पुण्यया फल दइ मखु । सहृदयं मनय् स्वां क्यका बियागु दानय् तसकं महत्वपूर्ण जुया च्वंगु दइ । गथे छम्ह पसल्यां फवःम्ह फवगियात तमं काना धका बैय् चेबा बान्छोया बियागु दान सच्चा दान मजुल । गरीव खः छतका दाम्हं जितः छुं फर क जुइ मखु धका कै दिसै धका मिजासं ल्हातय् तया बिइव दान बियागुया पुण्यया फल दइ । अथेहे थम्हं बियागु दानय् थःत आनन्द दय्मा । दान बिइ धुंका सितिकं हे बिया, मब्युगुसा थ्व याय् ज्युगु व याय् ज्युगु धका पश्चाताप याना च्वने माल धाःसा व दानया छुं प्रयोजन मजुइफु । बेकारय् मनय् संताप जक जुया च्वनेफु । अथेहे भीसं बियागु दान थासय् लाय्माः । गथे अय्लागुलु, जुवाडे, र ण्डीबाजी याइपिन्त मभिंगु ज्याय् लगे जुइपिन्त दया माया करुणा केना दान बिल धाःसा व दान थासय् मलात । उकें दान बिइत तसकं विचार पुरे याय्माः ।

दान तसकं पवित्रगु ज्या खः । बुद्धत्व प्राप्त याय्त मनुखं फिगू पारमितायात पारंगत याय् फयके माः । थ्व

भिक्षु पारमिताय् दकले न्हापांगु हे दान पारमिता खः । दान पारमिता कथं थःगु चित्तयात त्यागमय् भावनाय् तय् फय्के माः अले जक बुद्धत्व प्राप्त जुइ । तर थ्व दान वा त्यागया भावना ब्वलंकेत तसकं हे थाकु । भीसं खना थौया युगय् थपिनिगु लाहीया स्यान्याःपिं दाजु किजा तता केहेपिनि दत्थुइ अंशवण्डा पैतृक सम्पत्तिया खँय् एक इन्च जग्गा अप्पा छपाः हे मतोतुसे ल्वाना जुइगु स्वइ । मनू तय्के दान पारमिताया भावना मदु । जिं छप्पा अप्पा, एक इन्च जग्गा तोतां छु जुइ, थुकें छुं फरक जुइगुला मखुथें ? तर ल्वाना हाला जुइ जीवनभर थवंथवें शत्रुताया भाव तथा जुइ कष्टकर जीवन हनी तर दानया त्यागया भावना ब्वलंके फइ मखु ।

अन्त्यय् बौद्ध जीवनय् षट् पारमिता दुने दानया महत्व बारे थुकथं बोधिसत्त्वावदान मालाया सर्वानन्द नृपावदान स उल्लेख याना तःगु खंके फु-

‘दानेन पापं प्रहामति नित्यं
शीलेन स्वर्गं मुपयन्ति शीघ्रम्
क्षमान्तराणां तपसी भवन्ति

धनार्जन वीरयं बलं वदन्ति
निर्माणं ध्यानित्ते पद प्रयान्ति
प्रज्ञा वसेन विजयन्ति चालु
एतेन पुण्येन फलेन सर्वं
पारं प्रयान्ति मनसा प्रसिद्धन्

त्याग चित्तं नित्यं दान यानागुलिं पाप फुसा वनेगु याइसा शील धारण यानागुलिं स्वर्ग लोकय् बास लाइ । क्षमाधर्मय् च्वनागुलिं तप यानागु थें पुण्य दइसा धनयात ल्वयक करपिनिगु कल्याण जुइगु उपायया रक्षाययगु कारणं तःतंधंगु वीर्य बल प्रयुक्त जुइ । अथेहे मन स्थीरयाना ध्यान यानागुया कारणं निर्वाण (मोक्ष) पद प्राप्त जुइ । दश अकुशल कर्म का वाक चित्तं याइगु तोताः समाधिज्ञान मनस्थीर यायगु बुद्धचर्या चतुर्व्रह्म विहारे च्वनाः श्रद्धा भावं खंकेगु प्रज्ञां (ज्ञानं) याकनं मारगणपिन्त त्याका परम गुरु बोधिज्ञान दुम्ह बोधिसत्त्व जुया लिपा बुद्धत्व लाभ जुइ । थुकथं नेपाया बौद्ध जगते दानया महत्व न्हापानिसें दया च्वंगुलिं आतकं थी थी कथंया दानयात विशेष थाय् बिया तल । ■

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं ऊपसमो सुखो



दिवंगत राम गौचन

जन्म- २०१३।०२।२८, दिवंगत- २०६४।०४।२८

म्याग्दी बौद्ध संघका सल्लाहाकार सदस्य राम गौचनज्यूको असामयिक रूपमा दिवंगत हुनु भएकोमा उहाँको सुगति एवं निर्वाणको कामना गर्दै उहाँको परिवारलाई अनित्य संसारको सत्यलाई सम्भेर धैर्य धारण गर्ने शक्ति मिलोस् भनि श्रद्धाञ्जली व्यक्त गर्दछौं ।

म्याग्दी बौद्ध संघ परिवार

बेनी बजार, म्याग्दी

धर्मकीर्ति विहार

गतिविधि

२०६४ भावण १९, प्रस्तुती- सुमीत्रा तुलाधर

यसदिन ध्रुवेय सुजाता गुरुमाले मंगल सूत्रको विषयमा प्रवचन दिनुहुँदै भन्नुभयो-

“बुद्ध शिक्षानुसार निर्वाण नै ठूलो सुख हो ।

मानिसले चित्त बुझाई सन्तोषको श्वास फेरेर बस्न नहुने अवस्थाहरू यसरी छन्-

- (१) विद्यार्थीहरूले शिक्षा सिक्ने कार्यमा अब पुग्यो भनी सन्तुष्ट भएर बस्न हुन्छ ।
- (२) गृहस्त्रीहरूले पूण्य कार्य गर्ने क्षेत्रमा सन्तुष्ट भई अब पुग्यो भनी बस्न हुन्छ ।
- (३) प्रव्रजित व्यक्तिहरूले ध्यान भावना गर्ने कार्यमा पुग्यो भनी सन्तोषी बन्न हुन्छ ।
- (४) शिल्पकारहरूले शिल्प सिक्ने कार्यमा पुग्यो अब भनी सन्तोषी बन्न हुन्छ ।
- (५) व्यापारीहरूले धन कमाउने क्षेत्रमा अल्छी बनी सन्तोषी बनी चुप लागेर बस्न हुन्छ । आफ्नो मेहनती बानीलाई जागीरलो बनाइ राख्न पर्दछ ।

यी विषयहरूलाई उपमाको रूपमा उहाँले सुक जातक, वटुक जातक र मान्धाता आदि विषयमा प्रकाश पार्नु भएको थियो ।

२०६४ भाद्र १, प्रस्तुती- प्रेमलक्ष्मी तुलाधर

यसदिन प्रवचन दिनुहुँदै रीना तुलाधरले ओवाद र दोषारोपण गर्ने व्यक्तिगत भएको गुण विषयमा चर्चा गर्नुभएको थियो । प्रवचनको क्रममा उहाँले भन्नुभयो -

“हाम्रो बापी आफ्नो दोषलाई केलाउनु भन्दा अरुको दोष केलाउनुमा अगाडि वढेको हुन्छ । त्यसैले हाम्रो समाजमा राजनैतिक, सामाजिक एवं धार्मिक समाजमा एकले अर्कोलाई दोषारोपण गरिरहेको नै हुन्छ । बुद्धकालिन समयमा पनि एक भिक्षुले अर्को भिक्षुमाथि आरोप प्रत्यारोप गरिरहेको पाइन्छ ।

त्यसैले होला भिक्षु आनन्दले आफूलाई पछि कसैले दोषारोपण गर्न नसकोस् भन्ने हेतुले भगवान् बुद्धको नीजि सेवक बन्नको लागि ८ वटा शर्तहरू ल्याई बुद्धले पालन गर्नुभए मात्र आफू नीजि सेवक बन्ने प्रस्तावलाई प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

यसरी नै भिक्षु सारीपुत्रले भिक्षुणी यशोधरालाई पेट दुखेको रोग निको पार्ने औषधी दिनको लागि अर्क एक

साथीलाई साथमा लिएर जानुभएको थियो । नचाहिने आरोप नलागोस् भन्ने मनसायले ।

यदि दोष ठम्काउन सकेमा उक्त दोष हटाउने तरिका यसरी रहेको छ-

- (१) कसैको दोष ठहरिने वित्तिकै समय, ठाउँ, हेरी उक्त व्यक्तिलाई एकै राखी उसको दोषलाई औल्याइदिनु पर्दछ ।
- (२) दोष ठहरिएमा मात्र त्यसलाई औल्याउनु बेस हुन्छ । दोष नभएको कुसमा दोष खोटाउनु हुन्छ ।
- (३) गलती ठहरिएमा पनि नरम तरिकाले सम्झाउने र बुझाउने गर्नुपर्छ । कडा भिजासले होइन ।
- (४) मैत्री चित्तले युक्त रही आत्मियताका साथ सम्झाउन सकेमा मात्र समस्या सुल्किने छ ।
- (५) राम्रो मनले, सुधार गर्ने तारिकाले गलतीलाई औल्याउन सक्नुपर्दछ ।

यही दिन डा. केशरी लक्ष्मी मानन्धरले ज्ञानोदर्मा नामक रातो च्याऊको गुण र यसको पौष्टिक तत्त्वले हाम्रो शारीरिक रोगसंग लड्न कतिको भूमिका खेलेको हुन्छ भन्ने विषयमा प्रवचन दिनुभएको थियो ।

२०६४ भाद्र ८ गते ।

अध्ययन गोष्ठीको कक्षामा पुण्य धम्मावती गुरुमाबाट मिलिन्द प्रश्नको मेण्डक प्रश्न अन्तरगत गर्भ धारण गर्ने विषयमा र सदर्म अन्तर्धानको विषयमा प्रकाश पार्नु भयो ।

- (१) गर्भ धारण हुन तीन कुराको संयोग मिल्नु पर्दछ । (क) आमा बुबाको संयोग हुनु, (ख) आमा ऋतुभती हुनु, (ग) गन्धर्व प्रवेश हुनु । अर्को चारवटा कारणले पनि गर्भ धारण हुन्छ । ती हुन् - आफ्नो कर्मको कारणले, योनिको कारणले, कुलको कारणले र प्रार्थनाको कारणले ।
- (२) सदर्म अन्तर्धान विषयमा भगवान बुद्धले बुद्ध शासन पाँचहजार वर्षसम्म रहने तर भिक्षुहरूले विनय धर्मलाई राम्रो संग पालन गरिरहेमा लोकमा अर्हतहरू खाली नहुने कुरापनि उल्लेख गर्नु भएको छ । सदर्म अन्तर्धान तीन प्रकारबाट हुन्छ । (१) अधिगम अन्तर्धान - ठीक रूपबाट धर्मको अभिप्राय बुझ्न नसक्नाले हुने लोप, (२) प्रतिपत्ति अन्तर्धान - धर्म अनुसार आचरण नगर्नाले हुने लोप, (३) लिङ्ग अन्तर्धान - धर्मको चिनो समेत बाकी नहुने गरि हुने लोप ।

बर्बादीको काम

■ पं. पुष्पोत्तम पांडेय

बुद्धका अनेकौ उपदेश र त्यससँग जोडिएका धेरै प्रकारका कोपकहरू यत्रतत्र अध्ययनका विषय बनन पुगेका छन् । ती प्रसंगहरू शिक्षाप्रद छन् । वास्तवमा महापुरुष, सन्त, बुद्ध र ऋषिहरूका कथनहरू निरर्थक छैनन् । यसै प्रसंगमा बुद्धको जीवन चिन्तन पनि मननीय छ । अल्छी भन्छ, 'असाध्यै जाडो छ ।' यसो भनेर ऊ काम गर्दैन । यस्तै 'जति गर्मी भयो फेरि काम गर्ने मन गर्दैन । अहिले किन हतार ? सबैरे छ' काम गर्ने जाँगर छैन । 'अहोला भयो', फेरि काम गर्दैन । 'साह्रै भोक लागेको छ', काम गर्ने मन छैन । 'भर्खर खाएँ, एकछिन आराम गरौँ', पुनः काम गर्ने उत्साह छैन ।

यसरी एउटा व्यक्ति कुनै बहाना गर्दै काम गर्ने जाँगर देखाउँदैन । यसको परिणाम के हुन्छ भने श्रम गरेर जुन सम्पत्ति कमाइन्थ्यो या भनौ जुन वस्तु प्राप्त गरेर सम्पन्नता हासिल हुन्थ्यो, त्यो प्राप्त हुँदैन । अन्ततः यसले के गर्छ भने आउने बाटो बन्द हुन्छ, जुन आएको थियो, त्यो विस्तारै सकिन्छ । काम गर्न ढर्राउने या बहाना गर्नेहरूको हकिमत यस्तै खाँदा हुन्छ ।

यो कुरा भौतिक पदार्थको उपलब्धिका लागि जति शिक्षाप्रद छ, त्यति नै मात्रामा आत्मचिन्तन या भनौ आध्यात्मिक ज्ञानका लागि पनि महत्त्वपूर्ण छ । शिक्षा ग्रहण गर्नु, शिक्षाअनुसार आचरण गर्नु र जीवनलाई आफूले ग्रहण गरेको ज्ञानअनुसार बोधोन्मत्त बन्नउने कुरासा मानिसहरू अनेक बहाना बढाउँछन् । त्यो सबै अल्छी या अज्ञानीहरूको आत्मप्रतिमात्र हो । आदर्शलाई व्यवहारमा ल्याउन नसके त्यसको कुनै काम छैन । जे काम गर्नु छ, आफूप्रति या संसारप्रति इमान्दार भएर काम गर्न सकेमात्र जीवन सार्थक हुन्छ । सत्य कहिल्यै मर्दैन । अरु सब समयको फेरमा हराउँछन् ।

चिरस्थायी सत्यको खोजीका लागि मानिसभित्र जिज्ञासा र उत्साह रहनु अत्यावश्यक छ । बुद्धको शिक्षा छ- सत्यलाई बुझ- संसारमा दुःख छ र त्यसको कारण छ । त्यो दुःख मेटाउने उपाय छ । त्यो हो- संघको शरणागति, धर्मको शरणागति र बुद्धको शरणागति, जसलाई त्रिरत्नका रूपमा ग्रहण गर्नुपर्छ । ज्ञानको प्रस्फुटन नै बुद्धत्व हो । त्यसका लागि समय, उमेर र अवस्थाको बहाना बनाएर कामस्य गर्नु स्वयंलाई बर्बाद गर्नु हो ।

ताभार- अन्नपूर्ण पोष्ट

क्र.सं.	मिति	बुद्धका	प्रसंगमा
1	2057 भाद्र 12	अश्वमेधी गुरुमा	धम्मपवी गुरुमा
2	2057 भाद्र 25	धम्मपवी गुरुमा	धम्मपवी गुरुमा
3	2057 भाद्र 29	चर्मेली गुरुमा	चर्मेली गुरुमा
4	2057 भाद्र 29	चर्मेली गुरुमा	चर्मेली गुरुमा
5	2057 भाद्र 29	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
6	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
7	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
8	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
9	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
10	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
11	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
12	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
13	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
14	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
15	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
16	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
17	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
18	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
19	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
20	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
21	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
22	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
23	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
24	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
25	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
26	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
27	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
28	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
29	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा
30	2057 भाद्र 30	अजन्तमा गुरुमा	अजन्तमा गुरुमा

धर्म प्रचार

समाचार

स्वयम्भू परिसर बरिपरि परिक्रमा गरी
बुद्धपूजा सम्पन्न

०६४ भाद्र १५, स्वयम्भू ।

आयोजक- महिला बौद्ध समूह, बुद्धबारी

स्वयम्भू स्थित प्रव्रजित दिप संरक्षणार्थ विहान ८ बजे स्वयम्भू परिसरमा परिक्रमा गरी आनन्दकुटी विहार बाट माथी रहेको विश्वशान्ति पोखरी अगाडि बुद्धपूजा कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो ।

प्रव्रजित दिप जीर्णोद्धार कार्यको
सिलसिलामा शान्तिपद यात्रा

२०६४ भाद्र १ गते शनीवार *

आनन्दकुटी विहार मुनि जीर्णोद्धार गरिएको थेरवाद प्रव्रजित दिप संरक्षणार्थ काठमाडौं उपत्यकाका विभिन्न बौद्ध संस्थाहरू लगायत थुप्रै नेवार समूहहरूले स्वयम्भू परिसरमा शान्तिपदयात्रा गरिएको थियो । उक्त पदयात्रामा कानून, न्याय तथा संसदीय व्यवस्था राज्य मन्त्री इन्द्रबहादुर गुरूङ्ग, अतपूर्व मन्त्रीहरू कृष्ण गोपाल श्रेष्ठ, तीर्थराम डंगोल, सांसदहरू लक्ष्मीदास मानन्धर, भिक्षु आनन्द, मल्ल के सुन्दर आदि लगायत हजारौं भाषा सेवी समाजसेवी, मानव अधिकारकर्मी, भन्ते गुरुमांहरू एवं उपासकोपासिकाहरूले पनि भाग लिएका थिए ।

उक्त पदयात्रा प्रव्रजित दिप निर्माण समिति र प्रव्रजित दिप सहयोग समूहको संयुक्त तत्त्वावधानमा आयोजना गरिएको थियो । पदयात्रा समापन पश्चात् स्वयम्भू परिसरका भुइँछ्यामा प्रव्रजित दिप निर्माण समितिका सचिव भिक्षु कोण्डञ्जले कार्यक्रममा भाग लिन आउनुभएका सबै महानुभावहरूलाई धन्यवाद व्यक्त गर्नु भएका थिए भने पछि संचालन गरिने अर्को कार्यक्रमहरूमा भाग लिई सहयोग गरिदिन अनुरोध गर्नुभएको थियो ।

सम्पर्क कार्यालयको शुभारम्भ, पुरस्कारको
घोषणा र व्यवस्थापन समितिको गठन

बुटवल/असार १६ गते

पथ चैत्य विहार, बुटवल-२ मा स्थापित बौद्ध युवा ज्ञानमाला संघको आयोजनामा 'छैठौं राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलनको सम्पर्क कार्यालयको शुभारम्भ तथा पश्चिमाञ्चल क्षेत्र ज्ञानमाला सम्मान पुरस्कार घोषणा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । सम्पर्क कार्यालयको शुभारम्भ तथा पश्चिमाञ्चल क्षेत्र ज्ञानमाला सम्मान पुरस्कारको

विधिवत घोषणा गर्नु हुँदै प्रमुख अतिथि श्री शान्तरत्न शाक्यले आगामी २०६५ साल पौष महिनामा बुटवलमा सफलतापूर्वक छैठौं राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन सम्पन्न हुनेछ भन्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । र बौद्ध युवा ज्ञानमाला संघले रु. एक लाखको अक्षयकोष स्थापना गरी पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रका बुद्ध विहारहरूमा ज्ञानमाला भजन गायन हुने जिल्लाका अग्रज व्यक्तित्वहरूलाई पश्चिमाञ्चल क्षेत्र ज्ञानमाला सम्मान पुरस्कार आगामी सम्मेलनमा वितरण गर्ने जानकारी दिनुभयो । उक्त कार्यक्रममा विमल बहादुर शाक्य, प्रा. सुवर्ण शाक्य, जीवन वश, संघरत्न शाक्य, बाबुकाजी शाक्य र श्रीमती श्रीदेवी गुभाजूले आ-आफ्नो मन्तव्य राख्नु भएको थियो । विमल बहादुर शाक्यको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको उक्त कार्यक्रममा स्वागत भाषण योगेन्द्रमणि तुलाघर, धन्यवादज्ञापन र आदेशानुसार सभा विसर्जन, कृष्ण प्रसाद शाक्य र कार्यक्रम संचालन सुश्री मनिषा शाक्यले गर्नुभएको थियो ।

सोही दिन दोश्रो चरणको कार्यक्रम शान्तरत्न शाक्य, प्रा. सुवर्ण शाक्य, किरण कुमार जोशी एवं शान्त कुमार चित्रकारको विशेष उपस्थितिमा बौद्ध युवा ज्ञानमाला संघको एघारौं बैठक विमल बहादुर शाक्यको अध्यक्षतामा बस्यो र उक्त बैठकले छैठौं राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन सफलताकासाथ सम्पन्न गर्न ३५ सदस्यीय 'छैठौं राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन व्यवस्थापन समितिको गठन, र श्री संघरत्न वज्राचार्य, श्री जीवन वश र श्री बाबुकाजी शाक्यलाई सल्लाहकारमा चयन समेत गर्यो । सोही बैठकले छैठौं राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन आगामी २०६५ साल पौष महिनामा तीन दिवसीय कार्यक्रमका साथ गर्ने, दर्ता शुल्क रु. ५ सय तोक्ने, अर्थ संकलन उप समितिको संयोजकमा शान्त कुमार चित्रकार, उपसंयोजकमा पूर्णरत्न वज्राचार्य यसैगरी सचिवालयको संयोजकमा किरण कुमार जोशी र उपसंयोजकमा गोविन्द शाक्य, तथा विभिन्न उपसमिति बीच संयोजन र समन्वयका लागि प्रधान संयोजकमा प्रा. सुवर्ण शाक्य र उपप्रमुख संयोजकमा विमल बहादुर शाक्य रहने निर्णय गरेको छ । र निकट भविष्यमै मूल समारोह समिति गठन हुनेछ । उक्त बैठकले बुटवलमा हुने छैठौं राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन निर्विघ्न सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्ने प्रतिबद्धता जाहेर

गुरेको समाचार प्राप्त भएको छ ।

प्रव्रजित दीपमा महापरित्राण पाठ सम्पन्न

स्वयम्भूस्थित आनन्दकटी विहार परिसरमा पुनः निर्मित प्रव्रजित दीपमा गुला पर्व एक महीना (श्रावण २६-भाद्र २६) सम्म भिक्षु संघ एवं भिक्षुणी संघहरूको तर्फबाट परित्राण पाठ र महापरित्राण पाठ एवं धर्मदेशना गरिएको थियो ।

पाठ गर्नुहुने भन्ने गुरुमाहरू लगायत श्रोतावर्गहरूलाई श्रद्धालु दाताहरूले चीसो पेय पदार्थ पिलाउनु भई पूण्य संचय गर्नुभएका थिए । यसरी नै महापरित्राण पाठ सम्पन्न भएको दिनमा भिक्षुसंघ एवं भिक्षुणी संघबाट संयुक्त रूपमा महापरित्राण पाठ गरिएको थियो । उक्त दिन धम्मवती गुरुमा प्रमुख अन्य उपासकोपासिकाहरूको तर्फबाट संयुक्तरूपमा जलपान गराइएको थियो ।

बाढी पीडितलाई राहत वितरण

गत श्रावण महिनामा अविस्ल वर्षाका कारण यस रुप्रदेशी जिल्लाका अधिकांस गा.वि.स का जनताहरूका घरखेत डुबानमा परि धनजनको क्षति भएको हुँदा उक्त बाढीबाट प्रभावित जनताहरू लागि सहयोग गर्ने उद्देश्यले यस धर्मोदय सभा बुटलव शाखा रकम रु. ६७६०/- को ६५ घरपरिवारका लागि प्रति घर परिवारलाई ५ किलोको दरले आँटा वितरण गरि सहयोग पुऱ्याईएको ब्यहोरा जानकारी गराउदछौं । वितरण श्रावण २५ गते गरिएको थियो ।

लुम्बिनी देखी दक्षिण पूर्व स्थित भगवानपुर गा.वि.स. तथा आमा गा.वि.स.का पिडित जनताहरूलाई राहत वितरण गर्न शाखाका अध्यक्ष सुश्री विद्या शाक्य, सल्लाहकार प्रेमलाल उदाए, सदस्यहरू सुश्री माया कंसाकार र माया शाक्य उक्त स्थानमा जानु भएको थियो । राहत वितरण गर्ने क्रममा संकलन गरिएको लुगा कपडाहरू पनि वितरण गरिएको थियो ।

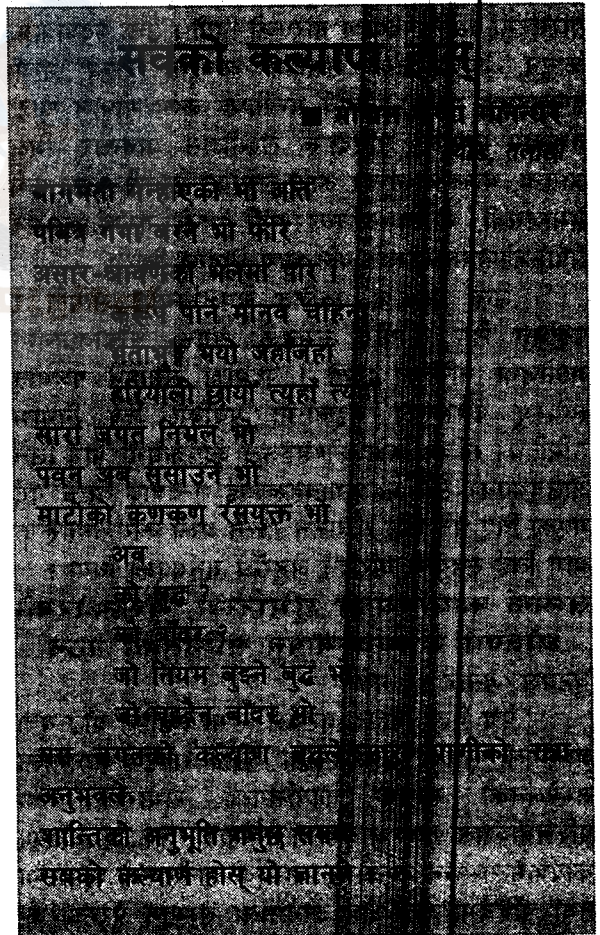
धुवक बौद्ध मण्डल YMBB महिला उपसमितियागु

भिर्सेवकोगु धर्मदेशना ज्याश्वः सम्पन्न

युवावर्गपिन्त धार्मिक जागरण व धर्मसम्बन्धि चेतनाबीगु पवित्र उद्देश्य ज्वनाः थनिं ३७ दै निसें YMBB नं निरन्तररुपं विविध धार्मिक व सामाजिक कार्यक्रम याना वया च्वंगु दु ।

YMBB महिला उपसमिति ललितपुर उपमहानगर पालिकाया थीथी महिला समुहपिं नापं समन्वय यानाः महिला तता तःहकेहेँ पिनिगु जीवन उत्थान यायेगुलागि भगवान बुद्ध देशनायाना बिज्यागु जिवनोपयोगी धर्मयात

श्रद्धेय गुरुमापिनी पाखें प्रचारप्रसार याना बयाचवनागु खः । ध्व हे ज्याश्वः कथं भदौ १ गते शनिवारकुन्हु गुइता मांःपुचःयागु संयुक्त आयोजनाय गुइतः टोस्यु श्रद्धेय वीर्यवती गुरुमापाखें धर्मदेशना कार्यक्रम जुल । निरंकः ज्याः जंकू क्वचाय धुकूमह अजि बेचिमाया महर्जनयागु सभापतित्वय जूगु उगु ज्याश्वःसः YMBB पाखें वयक अजियात हनेगु ज्या नं जुल । गुइतः मां पुचःया अध्यक्ष इन्द्रकुमारी शाक्य स्वागत भाषणयाना शुरु जूगु उगु सभाय गुइतः मां पूचया सल्लाहाकार भाजुपिं प्रेम महर्जन व नानीभइ शाक्यपिसं YMBB महिला उपसमितियागु थुजागु धर्मदेशना कार्यक्रम च्वछोय महर्जन ख उल्लेख याना दिल । YMBB या उपाध्यक्ष श्री सुरेन्द्र शाक्य YMBB यागु म्हसिको न्ह्यब्वया दिगु खः । YMBB महिला उपसमितिया उपसंयोजिका मयजु अरणीतारा बजाचार्य उपस्थित सकल महिला समुहया पासापिन्त धन्यवाद बिया दिगु खः ।



“आ जि सुखनानं ग्याय्म्वाल सुनानं जितः छुं याय् फैमुखत ।”

■ अमीर कुमारी शाक्य

हे मन मुर्ख छाया छं थथे घमण्ड यानागु ?

सुनां छन्त ग्याना जु धका धागु दु ?

मभिं गु ज्या याना मजुयागु खःसा

आमथे हाला जुयमागु हे मदु ।

मभिं गु ज्या याय् अवश्य ग्याय्माः

मनय् तक्कं वयके मज्यु

मनय् वइगु मभिं गु विचानं

करपिन्सं सी धका ग्याय् फय्केमाः

बंगला, गाडी अपार धन सम्पत्ति

अति बांलाम्ह जीवन पासा दुसानं

कमारो जुया म्वाना च्वने मासाः

मनू जुयागुया छु अर्थ दत ?

मनू म्हसीके तसक्कं थाकु

थतः थम्ह हे म्हसीके मफु

मभिं धका करपिन्त छपतिं चां क्यना च्वनी

तर थःयात स्वपतिं नं क्यना च्वंगु होस हे मदु ।

थौ थःयात अतिकं योम्ह प्राण पियारी नं

कने कतः जुया वने फुनि स्वः

छन्त मयोम्ह जुइवतु हे

शत्रु धका थें धाय् मते स्वः

सुयातं मभिं गु छु यानागु हे मदुसा

सुखना नं ग्याय् मागु हे छाया ?

मनय् दुने छुं क्लेश मदुगु हे खःसा

सुनानं छुं याय् फैमुखत धका हाला जुयमागु हे छाया ?

लज्जा व भययात पासा नाला जुसा

कुकर्म भीसं याइमखु स्वः

मभिं गु संगत, मभिं गु सल्लाह कया

भः भः न्हुया जुय नं मालिमखु स्वः

धनया लोभय् अनेक कुकर्म याई

हानं हानं कुकर्म याय् माला हे च्वनि

अन्तय् सीबले फुक्कं वां छोया

पापया प्वः ज्वना वनेमालिं स्वः

आ जि सुखनानं ग्याय्म्वाल धाःसां -

सल्लाहकार नापं हे ग्याना च्वनेमालि स्वः

धर्म चित्त मदया, बिबेकं ज्या मयात कि

थः खना थःहे ग्याना च्वनेमालि स्वः

विपश्यना

हामी सत्यबाट धेरै टाढा छौं र त राग र द्वेषको कारणबाट मानसिक सन्तुलन गुमाउँछौं, दुष्कर्म गछौं, कर्म र कर्मफलको नैसर्गिक वैज्ञानिक सिद्धान्तलाई बेवास्ता गछौं, सुखको भ्रममा दुःखको भुमरीमा फस्छौं र अरुलाई पनि दुःखी बनाउँछौं । जहिले पनि मानसिक जगत्का निमित्त मूल समस्या भनेको विकारयुक्त मानसको नै हो । भौतिक विज्ञानका महान् व्यक्तित्व अल्बर्ट आइन्स्टाइनले समेत बुद्धको शिक्षालाई वैज्ञानिक शिक्षा हो भन्नुभएबाट भौतिक र अध्यात्मबीचको सम्बन्ध स्पष्ट हुन्छ । आजको वैज्ञानिक युगमा पनि आध्यात्मिक र भौतिक जगत् छुट्टाछुट्टै हो भनी एकांगी दृष्टिकोण व्यक्त गर्नेहरूको भनाइ मानवजगत्का निमित्त खेदजनक रहेछ भन्ने थाहा हुन्छ । हामीले होश जगाऔं, होश जगाउनका लागि विपश्यना गर्ने पर्दछ, विपश्यनाबिना मानिस विकारविहीन बन्न सक्दैन ।

विपश्यना कोरा उपदेश र चिन्तन होइन । मनोविकारलाई जरैदेखि उखेलेर हृदयबाट फाल्ने व्यावहारिक प्रक्रिया हो । सत्यसम्म पुग्ने सूक्ष्म विद्या हो, साधना र शक्ति हो । विपश्यनाको पथ पवित्र र सुखप्रदायक छ ।

यो पथ जातीय भेदभाव, साम्प्रदायिक बन्धन, उल्झन सिर्जना गर्ने मान्यताका साथै अर्थहीन कर्मकाण्डबाट मुक्त छ । हरेक पाइलामा हरेक व्यक्तिलाई विकारमुक्तिको सुखद परिणाम दिन्छ । यो विद्या ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य, शूद्र, राजा, राजनेता हुन् या धनी, गरिब, पुरुष, नारी सबैका निमित्त मुक्तिको ढोका खुलाउन समर्थ छ ।

योभन्दा ठूलो विद्या, साधना, शक्ति अरु छैन । अतः यो पाइसकेपछि अन्य पाउनका लागि कुनै अपेक्षा नराखे हुन्छ । कोरा दार्शनिक मान्यता, बुद्धिजन्य कल्पनामा आश्रित दिमागी सर्कस् बौद्धिक व्यायाम तथा बुद्धिविलास वास्तविक अनुभवबाट सधैं शून्य छन् ।

हामी आफ्नै मनका कालरात्रि तथा चण्डमूल स्वभाव, राग, द्वेष, अहंकारजन्य र पतनोन्मुख अनुभवलाई प्रज्ञापूर्वक दहन गरौं । हाम्रो मानस स्नेह, सद्भाव, मैत्री, करुणा साथै वसुधैव कुटुम्बकम्को भावनाद्वारा परिपूर्ण पारौं । शान्ति प्रदायिनी विद्या विपश्यना सम्पूर्ण शान्तिप्रेमी पाठकलाई शुद्ध धर्मपथका साथै उत्तरोत्तर प्रगतिपथमा अगाडि बढ्न प्रेरणाको र अपरिमित हितसुखको कारण बनोस् । ■ गुणराज भण्डारी साभार- अन्नपूर्ण

पद्मकीर्ति विहारमा

१ महिने गुँला धर्म पर्व सम्पन्न

पद्मकीर्ति विहार, कमलपोखरीमा कमला गुरुमाको नेतृत्वमा एकमहिने (२०६४ श्रावण २८-भाद्र २६) सम्म गुँला धर्म पर्व विभिन्न धार्मिक कार्यक्रमहरू संचालन गरी सम्पन्न गरिएको समाचार छ । उक्त एक महिने कार्यक्रममा धम्मवती गुरुमाको तर्फबाट सच्चविभंग सूत्रको अर्थ व्याख्या गर्नुहुँदै कक्षा संचालन गरिएको थियो । यसरी नै एक महिना सम्म महापरित्राण पाठ पनि गरिएको उक्त कार्यक्रममा धर्मदेशना र ध्यान भावनाको कार्यक्रम पनि संचालन गरिएको थियो ।

सातौं वार्षिकोत्सव

मैत्री केन्द्र बाल आश्रम ध्यानकुटीको सातौं वार्षिकोत्सव नेपालका लागि श्रीलंकाका राजदूत सुमित नालकको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न गरिएको समाचार छ ।

केन्द्रका सचिव वीरेन्द्र श्रेष्ठले प्रगति प्रतिवेदन पेश गर्नुहुँदै आश्रमका वालिका विनीता वाडे एस.एल.सी. मा प्रथम श्रेणीमा उत्तीर्ण भएको र रेणु त्वायना द्वितीय श्रेणीमा उत्तीर्ण भएको जानकारी पनि प्रस्तुत गर्नु भएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा कोषाध्यक्ष भिक्षु राहुलले वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने क्रममा ताइवानका एक उपासकले बाल आश्रमलाई प्रदान गरिएको आर्थिक सहयोगबाट बाल आश्रमको थप दुईतल्ला निर्माण कार्य पूरा भएको जानकारी दिनुभएको थियो ।

कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका सहभागीहरू मध्ये प्रभात उच्च मा.वि.का संयोजक उद्धव प्रसाद हुमागाई र शिक्षा सदन मा.वि.का प्रधान अध्यापक राजभाई डंगोलले सो केन्द्रका वालिकाहरूको अनुशासन र मेहनती व्यवहारको विषयमा प्रशंसा गर्नुभएको थियो । २०५७ साल भाद्र महिनामा १२ जना वालिकाहरूलाई आश्रय दिई शुरु

गरिएको उक्त केन्द्रमा बलम्बु, बुंगमती, थिमी, कपिलवस्तु र बनेपाका गरी हाल जम्मा १२ जना वालिकाहरूलाई आश्रय दिइएको छ ।

कार्यक्रममा आश्रमका विनीता वाडे, जमुना महर्जन, र मैया पहरीले आ-आफना मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थिए । सोही कार्यक्रममा काभ्रे मिनिबस सेवा समितिकका अध्यक्ष सुरकृष्ण बैद्यले आश्रमको सहयोगार्थ रु. १०,०००/- रकम प्रदान गर्नुभएको थियो । उक्त अवसरमा मैत्री केन्द्रलाई यसरी आर्थिक सहयोग गर्नुहुने दाताहरूलाई प्रमुख अतिथीज्यूबाट प्रमाण पत्र वितरण गर्नुभएको थियो ।

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

२०६४ भाद्र ४ गते, मंगलवार

मैत्री बोधिसत्त्व महाविहार जमल ।

यसदिन मैत्री बोधिसत्त्व महाविहारमा पञ्चशील प्रार्थना र बुद्धपूजा पश्चात् धम्मवती गुरुमाले धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनको तर्फबाट भजन प्रस्तुत गरिएको उक्त कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका सम्पूर्ण सहभागी श्रद्धालुहरूलाई दाता पूर्णवीर सिंह, गायत्री कंसाकार प्रमुख सपरिवारको तर्फबाट जलपानको व्यवस्था मिलाउनुभई पुण्य संचय गर्नुभएको थियो ।

बुद्धपूजा

२०६४ भाद्र ७ गते, ठसि, ललितपुर ।

सिद्धिमंगल बुद्धविहार, ललितपुरले आयोजना गर्दै आएको मासिक बुद्ध पूजा कार्यक्रम अनुसार ज्ञानमाला, भजन, पञ्चशील प्रार्थना पश्चात् भिक्षु वरसम्बोधि, भिक्षुणी कुशुम, भिक्षु सुमेध, भिक्षु संघरक्षित, नन्दा गुरुमा आदिहरूबाट धर्मदेशना भएको थियो । आनन्द भूवन विहारको तर्फबाट सिद्धि मंगल बुद्ध विहारलाई रु. ४,००४/- चन्दा स्वरूप प्रदान गरिएको कुरा समाचारमा उल्लेख गरिएको छ ।

सूचना

धम्मसहलको पुनः निर्माण कार्यमा दान दिने सुअवसर

बुद्धानिलकण्ठ मुहानपोखरी स्थित साधना केन्द्र "धर्मश्रृङ्ग" मा धम्मसहल पुनः निर्माण गरिने भएको छ ।

दान दिन इच्छुक विपश्यना साधक/साधिकाहरूले उक्त पुण्य कार्यमा तल उल्लेखित ३ तरिकाहरू मध्ये कुनै पनि तरिका अपनाउन सक्नुहुनेछ । आफ्नो स्वइच्छा एवं क्षमतानुसार मात्र दान दिन सक्नुहुनेछ

(१) नगद दान (२) श्रमदान, (३) निर्माण सामग्री दान ।

सम्पर्क स्थान - नेपाल विपश्यना केन्द्र, ज्योति भवन, जमल,

धर्मश्रृङ्ग मुहान पोखरी, बुद्धानिलकण्ठ ।