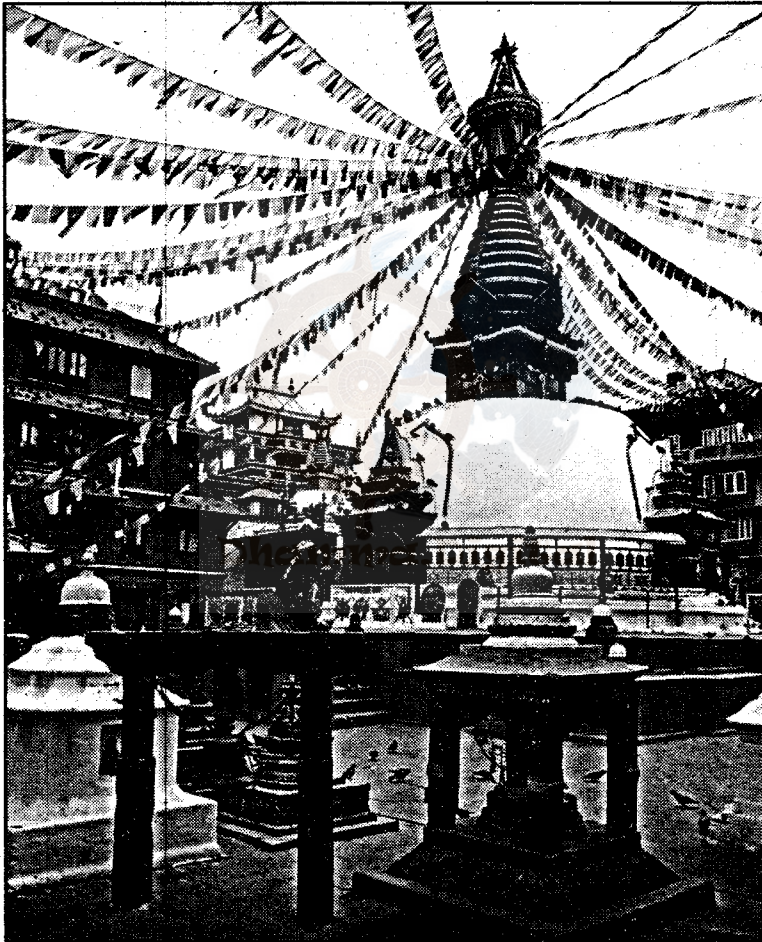


# धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



धर्मकीर्ति विहारको दक्षिणतर्फ अवस्थित ऐतिहासिक काशी स्वयम्भू चैत्य



वर्ष-२६; अङ्क-१०

बि.सं. २०६५, मिला पुन्ही

# 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-सूचि

क्र.सं.	विषय	लेखक	पेज नम्बर
१.	बुद्ध-वचन	-	१
२.	सम्पादकीय- धर्म र व्यवहार	-	२
३.	के हुन्छ मृत्युको समयमा ?	- सत्यनारायण गोयन्का	३
४.	धम्मपद-२१७	- रीना तुलाधर	६
५.	बुद्धशासनको इतिहास-४	- भिक्षु अमृतानन्द	७
६.	केही बौद्ध विश्वासहरू...३	- ले.के. श्रीधरमानन्द, अनु. वरदेश मानन्धर	९
७.	मनुष्य जीवनको सार्थकता लागि धर्मको भूमिका र महत्त्व-२	- भिक्षु अश्वघोष	११
८.	मिलिन्द-प्रश्न-२०	- अनुवादक: आनन्द प्रधान	१३
९.	विश्वास र भद्रा	- नरेन्द्रनाथ भट्टराई	१५
१०.	धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू	-	१५
११.	योग अभ्यास विधि-भाग ४४	- डा. गोपाल प्रधान	१६
१२.	व्यक्तिको दैनिक जीवनमा धम्मपदको उपयोग	- शिशिल चित्रकार	१७
१३.	बुद्ध धर्म: विशुद्ध व्यवहारिक-मानवीय धर्म	- आयुष्मान शाक्य	१८
१४.	सीत धर्मया अभ्यास व आवश्यकता	- नानीशोभा मानन्धर	२०
१५.	शिलधर्मयहे बुद्धधर्म	- अमृतमान शाक्य	२०
१६.	अशोक चण्डाशोक वीरसक्रोक	- बुद्ध शाक्य	२०
१७.	धर्मसंवेग लिसे बुद्ध वचन	- व.आ. कनकादीप	२१
१८.	ध्यानकुटी मैत्री केन्द्र बाल आश्रमलाई सहयोग	-	२३
१९.	धर्मकीर्ति विहार-गतिविधि	-	२२
२०.	धर्म प्रचार-समाचार	-	२४

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

प्रमुख व्यवस्थापक  
विद्यासागर रञ्जित

फोन: ४२५ ८९५५

व्यवस्थापकहरू

चितीकाजी महर्जन

फोन: ४२५ ३१८२

नानिन्द्र महर्जन

फोन: ४२७ ६९०८

सह-व्यवस्थापक

धुवरत्न स्थापित

सम्पादक

भिक्षुणी वीर्यवती

फोन: ४२५ ९४६६

प्रधान सम्पादक

भिक्षु अश्वघोष महास्थविर

फोन: ०७१-५५०२६९ (शाक्यमणि विहार, लुम्बिनी)

४२५९११० (संघाराम विहार, ढल्की)

प्रकाशक र विशेष सल्लाहकार

भिक्षुणी धम्मवती

फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी

धर्मकीर्ति विहार

श्रीधर: नघ:टोल

पोष्ट बक्स नं. ४९९२

काठमाडौं

फोन: ४२५ ९४६६

बुद्ध सम्वत् २५५२

नेपाल सम्वत् १९२९

इस्वी सम्वत् २००९

बिक्रम सम्वत् २०६५

विशेष सदस्य	रु. १०००/- वा सो भन्दा बढी
वार्षिक	रु. ७५/-
यस अङ्को	रु. १०/-



# धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

## THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

11th JANUARY 2009

वर्ष- २६

अङ्क- १०

मिला पुन्ही

पौष २०६५



अर्काको दोष मात्र खोतली परजनले के गन्यो, के गरेन भन्दै चेवा चर्चा गरी हिडनु भन्दा आफ्नो खराब बानीहरूलाई खोतल्दै पत्ता लगाउने र आफूले के गरे र के गरिन भन्दै होशियारी पूर्वक आफ्ना खराब आचरणहरू हटाउन सक्नु नै राम्रो हुनेछ ।



सुगन्ध रहित सुन्दर फूल काम नलागे जस्तै वेकारको वकवास वा गफले युक्त कुरा काम लाग्दैन ।



सुगन्ध युक्त सुन्दर फूल उपयुक्त भए जस्तै आफूले बोले अनुसार को काम पनि गर्ने व्यक्तिको सुभाषित बोलीलाई सबैले कदर गर्नेछ ।



## धर्म र व्यवहार

दीर्घ निकाय अगगञ्ज सूत्र अनुसार आदिकालिन समाजमा मानिसहरू विच मेरो, तेरो, तँ र म भन्ने धारणा थिएन । कुनै जातिभेद र वर्णभेद, वर्ग भेद पनि थिएन । उनीहरू सबै एक आपसमा मिलेर सामूहिक रूपले खेतीपाती गर्दथे । एक आपसमा बाँडीचुँडी खाने गर्थे । पछि विस्तारै उनीहरूको समूहमा अल्ल्छीपना, तृष्णा र लोभीपना बानी देखिन थाल्यो । फलस्वरूप एकले अर्काको व्यक्तिगत सम्पत्ति र खेतहरू हड्प्ने गर्न थाले । बलियोले निर्धालाई थिचोभिचो गर्ने र धनी गरीब विच भेदभाव गर्ने बानी बढ्न थाल्यो । धनी व्यक्तिहरूले गरीब व्यक्तिहरू प्रति शोषण गर्न थाले । गरीब व्यक्तिहरूबाट चोरी कार्य बढ्न थाल्यो । यस्ता कुप्रवृत्तिहरू एवं अन्याय र अत्याचार बढ्न थालेपछि धर्मपूर्वक न्याय निशाफ छिन्नको लागि एक असल र इमान्दार व्यक्तिलाई राजाको रूपमा चुनियो । तैपनि सुशासन भने हुन सकेन ।

पछि क्षेत्री, ब्राह्मण, वैश्य र शूद्र आदि गरी वर्णभेद, जातिभेदको शुरूबाट हुन थाल्यो । यस कुराले के बुझिन्छ भने त्यहाँ अन्याय विरुद्ध-धर्मको उदय भयो । पछि वैदिक धर्म एवं साम्प्रदायिक धर्महरूको उदय भए । हिन्दू धर्मको सुधारको रूपमा आर्य समाजको उदय भयो । राम र कृष्ण आदि व्यक्तिहरूलाई देवताको रूपमा पुजन थालियो ।

भगवान् बुद्धको विचार अनुसार न्यायानुकूल व्यवहार गर्नु, इमान्दारीपूर्ण, परस्पर सहयोग गर्ने आदि कार्यलाई धर्म भनिन्छ । धर्म भनेको नै धारण गर्नको लागि हो । आफ्नो बानी व्यवहार एवं आचरण असल हुनु, परस्पर सहिष्णुता र सहानुभूती कायम राख्न सक्ने व्यक्तिमा धर्मले ठाउँ लिएको हुनेछ । मैत्री, करुणा, मुदिता (इर्ष्यारहित) र उपेक्षा (ततस्थता) आदि चारवटा महत्त्वपूर्ण गुणहरू नै सही धर्मको स्वरूपहरू हुन् । मैत्री चित्तले ठाउँ लिने अवस्थामा हाम्रो मनमा द्वेष र क्रोधी स्वभाव हटेर जानेछ । करुणा चित्तको उदय हुने अवस्थामा हिंसा र अत्याचार गर्ने कुभावना रहँदैन । मुदिता चित्त उत्पन्न हुने अवस्थामा इर्ष्या र दाह र बदला लिने आदि कुभावना उत्पन्न हुँदैन । अरूले राम्रो काम गरेको देख्दा आफ्नो मनले आनन्द अनुभव गरी प्रसन्न हुन सक्नेछ ।

उपेक्षा चित्तले बास गरेको अवस्थामा नराम्रो प्रतिक्रिया व्यक्त गर्ने बानी हटी तटस्थ रहने स्वभाव उत्पन्न हुनेछ ।

धर्मको विषयमा व्याख्या गर्नुहुँदै भगवान् बुद्ध भन्नु हुन्छ—

“सुनाथ धारेथ चराथे धम्मे”

अर्थात् पहिला ध्यान दिएर सुन । अध्ययन गर । अनि मनन गरेर बुझ्ने कोशिस गर । पछि त्यस धर्मलाई आफ्नो आचरणमा प्रयोग गरी आफ्नो बानी व्यवहार सार्ने गर ।

भगवान् बुद्ध भन्नु हुन्थ्यो—

पहिले धर्मलाई ध्यान दिएर बुझ्ने प्रयत्न गर, मनमा धारणा गर र त्यसलाई आचरण गर । धर्म आचरण गर्दा आफूलाई लाभ एवं फाइदा हुन्छ हुँदैन अनुभव गरी हेर । धर्म आचरण गर्दा आफूलाई अवश्य पनि फाइदा प्राप्त भई आफ्नो जीवन सुखमय भएको महशूस हुनेछ । आध्यात्मिक सुख भनेको यही नै हो ।

भगवान् बुद्ध फेरि भन्नुहुन्छ—

“तुम्हेहि किच्चं आतप्यं अक्खातारो तथागता”

अर्थात् तिमीहरूले आफ्नो काममा आफैले प्रयत्न गर्नुपर्छ । राम्रो वा नराम्रो आफैले अनुभव गरी छुट्ट्याउनु पर्छ । तथागत बुद्धले त बाटो मात्र देखाउनु हुनेछ । उहाँ त मार्ग प्रदर्शक मात्र हुनुहुन्छ । शुद्ध बन्ने र अशुद्ध बन्ने आफ्नै हातमा छ । कसैले कसैलाई शुद्ध पार्न सक्दैन ।

अन्त्यमा बुद्धले धर्मको विषयमा भन्नुभएको सन्देश स्मरणिय रहेको छ—

“नहि वेरेन वेरानि सम्मन्तिध-कुदाचनं

अवेरेन च सम्मन्ति एस धम्मो सनन्तनो”

अर्थात् बैरभावले वैरी (शत्रु) नाश हुन सक्दैन । मैत्री भावले नै शान्ति उदय हुनेछ । यो आदिकाल देखि नै चल्दै आइरहेको धर्म हो ।

शान्ति प्राप्त गर्नको लागि हामीले बुद्धको यस महत्त्वपूर्ण सन्देशलाई धारण गर्न जरूरी भएको छ । उहाँको यी महत्त्वपूर्ण सन्देशहरू भाषणको रूपमा प्रयोग गर्दा शान्ति प्राप्त हुने त अवश्य पनि होइन ।

## के हुन्छ मृत्युको समयमा ?

■ सत्यनारायण गोयन्का

यसलाई बुझ्नु भन्दा अगाडि छोटकरीमा यो बुझौं कि मृत्यु के हो ?

मृत्यु सतत प्रवाहमान परिवर्तनशील नदी जस्तो भवधारा को एक मोड हो, त्यसको एक परिवर्तित रूप हो, एक चक्र हो । यस्तो प्रतित हुन्छ कि मृत्यु भयो कि भव धारा नै समाप्त भयो । परन्तु बुद्ध वा अर्हत्को कुरा अर्कै हो अन्यथा सामान्य व्यक्तिको भवधारा मरणोपरान्त पनि प्रवाहमान नै भईरहन्छ । मृत्युले एक जीवन लीला समाप्त गरिदिन्छ र लगत्तै अर्को क्षण अर्को जीवनको लीला आरम्भ गरिदिन्छ । मृत्यु एकतिर यस जीवनको अन्तिम क्षण हुन्छ भने अर्कोतिर भावि जीवनको प्रथम क्षण ! सूर्यास्त हुनासाथ तत्काल सूर्योदय भएभैं । बीचमा रात्रीको अन्धकारको कुनै अन्तराल हुन पाउँदैन । अथवा यसो भनौं कि मृत्युको क्षण अनगिन्ति अध्याय भएको भवधारा रूपी पुस्तकको एक जीवन-अध्याय समाप्त हुन्छ तुरुन्तै अर्को दोश्रो क्षण अध्याय शुरु हुन्छ ।

जीवन प्रवाहको र मृत्युको बारेमा ठीक ठीक रूपमा बुझ्न र बुझाउनको निम्ति कुनै ठीक उदाहरण देखिदैन तैपनि एक किसिमले यो भन्न सकिन्छ कि भवधारा रेलको लीगमा चलने त्यो गाडी समान हो जुन कि मृत्यु रूपी स्टेशनसम्म पुग्छ र त्यहाँ क्षण भरको निम्ति आफ्नो गति अलिकति मन्द गरी अर्को क्षण उही बैगमा अगाडी बढ्छ । स्टेशनमा गाडी पूरा एक क्षणको लागि पनि रोक्दैन ! यसलाई कही राम्रै फुर्सद छैन । सामान्य साधारण व्यक्तिको निम्ति मृत्युको स्टेशन कुनै टर्मिनल होइन बरु एउटा जकशन हो जहाँबाट भिन्न भिन्न दिशामा जाने ३१ वटा लीगहरू हुन्छन् । जीवन रूपी रेल गाडीको जकशनमा पुग्नासाथ ती मध्ये कुनै एउटा लीगमा मोडेर अगाडि बढ्छ । कर्म-संस्कारको विद्युत गतिले चलि रहने यस वेगवती जीवन वाहिनीको लागि, मृत्युको जकशन कुनै रोक्ने ठाउँ होइन, कुनै टिक्ने स्थान होइन । त्यो नरोकी कुनै यस स्टेशन हुँदै अगाडि बढ्छ । प्रत्येक जीवन एक जकशनबाट अर्को जकशनसम्म पुग्ने रेलयात्रा हो । यी जकशनहरू पार गर्दै अगाडि बढी नै रहन्छ ।

अथवा यसरी भनौं कि जीवन रूपी दीपकको एक बत्ति निभ्छ र अर्को क्षण दोश्रो बल्दछ । एउटा बत्ति किन निभ्यो ? कित्त जीवन-दीपकको तेल सकियो कित्त बत्ति सकियो अथवा दुबै एक साथ सकियो । अथवा दुबै बाँकी

रहेर पनि जोडले चलेको हावाले बत्ति निभाइ दियो, अर्थात् आयु पूरा भयो अथवा भवकर्म पूरा भयो अथवा दुबै एक साथ पूरा भयो अथवा कुनै यस्तो कर्मिक दुर्घटना घट्यो कि दुबै (आयु र भवकर्म) बाँकी रहेर पनि जीवन बत्ति निभ्यो । परन्तु यदि व्यक्ति भवमुक्त अर्हत् भएको छैन र उसको भवकर्म समाप्त भएको छैन भने बत्ति निभ्नासाथ फेरी नयाँ बलन थाल्छ ।

शरीरको च्युति भएपनि भवधाराको प्रवाह रोक्नैन । अर्को क्षण कुनै अन्य शरीरलाई वाहन बनाएर क्षण-क्षण उत्पादन-व्यय स्वभावको चित्तको चेतन भवधारा प्रवाहमान भइरहन्छ यस्तै भई रहन्छ । गाडी चली रहन्छ तर जकशनको स्टेशनमा आएर नरोकि कुनै लीग बदलिन्छ ।

यो लीग बदल्ने काम प्रकृतिको नियमानुसार स्वतः हुन्छ । जसरी दिन बिच्छ रात शुरु हुन्छ । रात बिच्छ दिन शुरु हुन्छ । बरफ तातोमा पानी बन्छ । पानी चीसो भएमा बरफ बन्छ । यो प्रकृतिको आफ्नो नियम हो । लीग बदल्ने काम प्रकृतिले गर्दछ या भनौं प्रकृतिको नियमानुसार गाडी स्वयंले गर्दछ । गाडी स्वयंले आफ्नो लागी अर्को लीगको निर्माण गर्दछ । वर्तमान जीवनको लीग पूर्व जीवनको लीगबाट निस्केको हुन्छ र भावि जीवनको लीग यस जीवनको लीगबाट निस्कने हुन्छ । भवधाराको यस रेल गाडीको निम्ति लीग बदल्ने मृत्युरूपी जकशनको एक विशिष्ट महत्व छ । यहाँ गाडीको एक लीगको अन्त हुन्छ जसलाई शरीर-च्युति भनिन्छ अनि तत्क्षण अर्को लीग शुरु हुन्छ जसलाई प्रतिसन्धि भनिन्छ । प्रत्येक शरीर-च्युतिकक्षणले प्रतिसन्धि रूपी अर्को लीगको निर्माण गर्दछ, चुनाव (छनौट) गर्दछ । व्यक्ति स्वयं आफ्नो पूर्व जन्मको सन्तान हो र अर्को जन्मको जनक हो । हरेक मृत्युको क्षणले अर्को जन्म प्रजनन गर्दछ त्यसैले मृत्यु मृत्यु मात्र होइन, जन्म पनि हो । यस जकशनमा जीवन मृत्यु बदलिन्छ र मृत्यु जन्ममा बदलिन्छ । यही रेल गाडीको यात्रा पूरा हुँदैन । गाडीमा जबसम्म कर्म संस्कार को स्टीम (वाफ) हुन्छ वा इलेक्ट्रिक करेन्ट हुन्छ तबसम्म त्यो अगाडि बढ्दै जान्छ र हरेक जकशनमा त्यसको निम्ति लीगहरू बिछ्याई तयार पारेको हुन्छन्, ती मध्ये एउटामा चढेर अगाडि बढ्दै जान्छ । तैपनि भव यात्रा पूर्ण हुँदैन । प्रत्येक मृत्यु नयाँ जीवनको आरम्भ हो । प्रत्येक जीवन अर्को मृत्युको तयारी हो ।

बुद्धिमान व्यक्ति हो भने उसले आफ्नो जीवनको राम्रो उपयोग गर्दछ। राम्रो मृत्युको तयारी गर्दछ। सबभन्दा राम्रो मृत्यु त त्यो हो जो अन्तिम मृत्यु हो। जक्शन नहोस् बरु टर्मिनल होस्, अन्तिम स्टेसन होस्। भव यात्राको समाप्ति होस्। त्यस भन्दा अगाडी गाडी बढ्नको लागि लीग बिछ्याइएको नहोस्। तर जबसम्म यस्तो टर्मिनल प्राप्त हुँदैन, त्यस बेलासम्म यति त होस् कि आउने मृत्यु अगाडिको निमित्त राम्रो लीग तयार होस् र केही जक्शन पछि नै गाडी टर्मिनलमा पुग्न सकोस्। यी सबै स्वयं हामीमा नै निर्भर हुन्छ। हामी स्वयं आफ्ना मालिक हौं अरु कोही छैनन्। हामी स्वयं आफ्ना गति बनाउछौं- दुर्गति, सुगति अथवा गति-निरोध टर्मिनल अरु कसैले हाम्रो निमित्त केही बनाउँदैन। त्यसैले हामीले आफू प्रति आफ्नो जिम्मेवारी बुझौं र त्यसलाई समझदारी पूर्वक पूरा गरौं।

भवधारालाई अगाडि बढ्नको लागि गति दिने लीग कसरी हामी स्वयंले नै आफ्नो कर्मद्वारा बनाउँदै जान्छौं यसलाई बुझौं।

कर्म के हो ? चित्तको चेतना नै कर्म हो। मन, वचन र शरीरले कुनै कर्म गर्नु अघि चित्तमा जुन चेतना उत्पन्न हुन्छ त्यो नै कर्म-बीज हो, त्यो नै कर्म-संस्कार हो। यी कर्म-संस्कार अनेक प्रकारका हुन्छन्। चेतना कति तीव्र ? कति मन्द ? कति गहिरो ? कति छोटो ? कति गह्रौं ? कति हलुका ? त्यही अनुपातमा सधन कर्म-संस्कार बन्छ, पानीमा वा बालुवामा वा पत्थरमा कोरेको घर्सा जस्तो चेतना पुण्यमयी भएमा वा चित्तलाई पुनीत बनाउने खालको भएमा कर्म-संस्कार कुशल हुन्छ, राम्रो हुन्छ, शुभ फलदायी हुन्छ। चेतना पापमयी भएमा यानै चित्तलाई दूषित गर्ने खालको भएमा कर्म-संस्कार अकुशल हुन्छ, अशुभ फलदायी हुन्छ।

सबै कर्म-संस्कार नयाँ जन्म दिने भव संस्कार हुँदैन। कुनै त यतिको हलुका हुन्छ कि यसको कुनै महत्वपूर्ण फल नै निस्कदैन। अर्को त्यो भन्दा अलि गह्रौं हुन्छ। जसको फल त आउँछ तर यसै जीवनमा सिद्धिन्छ, अर्को जीवनसम्म भवङ्ग सँग जाँदैन। अर्को यो भन्दा बढी गह्रौं जसमा नयाँ जन्म दिने शक्ति हुँदैन। परन्तु भवधारालाई भवङ्ग सँगसँगै जान्छ र अर्को जन्म वा जन्महरूमा अरु कुनै कारणबाट जुन सुख-दुःख हुन्छ त्यसलाई संवर्धन विवर्धन गर्नमा सहायक बन्छ।

तर अनेक कर्म त्यस्ता छन् जो भव कर्म, नयाँ जन्म नयाँ भव निर्माण गर्नमा समर्थ हुन्छन्। हरेक भव कर्ममा एक चुम्बकीय शक्ति हुन्छ। जसको तरङ्ग कुनै एक

भवलोकको तरङ्गसँग मिल्ने हुन्छ। जुन भवकर्मको तरङ्ग जुन भवलोकको तरङ्गसँग पूर्ण सामंजस्य हुन्छ, विश्व व्यापी विद्युत चुम्बकीय शक्तिहरूको अटूट नियम अनुसार ती दुवै एक अर्कासँग आकर्षण भइरहन्छ। हामीले कुनै भव कर्म गर्ने वित्तिकै हाम्रो भवधारालाई रेलगाडीको ३१ लीगहरू मध्ये तत्सम्बन्धी लीगबाट ती विद्युत तरङ्ग संयुक्त हुन जान्छ।

काम-भवलोकको ११ भूमिहरू हुन्छ, चार दुर्गति र ७ मनुष्य एवं देव योनि नामक सुगति। रूपब्रह्म भवलोकको १६ भूमिहरू, अरूप ब्रह्म-भवलोकको ४ भूमिहरू। तीन वटा भवलोकका यी ३१ भूमिहरूलाई हामी ३१ लीग भनी रहेका छौं।

यस जीवनको अन्तिम क्षणमा चित्तधारालाई भवङ्गमा समाहित जुन भवकर्म खुल्दछ अथवा जुन भवसंस्कार प्रकट हुनेछ, चित्त धारा त्यसको विद्युत चुम्बकीय तरङ्गबाट तरङ्गित हुन्छ र त्यसरी नै तरङ्गबाट तरङ्गित लीगका प्रभावित केन्द्रको गुरुत्वाकर्षणबाट आकर्षित भई त्यसमा जोड्न जान्छ। मृत्युको क्षणमा जीवनरूपी रेलगाडीका अगाडि ३१ लीगहरू विशाल क्षेत्र उपस्थित हुन्छ। परन्तु त्यस क्षणमा हाम्रो गाडि जुन विद्युत तरङ्गबाट संचालित भई रहेको हुन्छ। उही तरङ्गको अनुकूल तरङ्ग भएको लीगमा आकर्षित भई त्यसैमा प्रतिसन्धि हुन जान्छ। अर्कोमा होईन अर्थात भवधारा रूपी रेलगाडी त्यसै लीगमा शिटिंग हुन जान्छ र त्यो त्यसैबाट अगाडि बढ्दै जान्छ। गाडीको शिटिंगको (गन्तव्य स्थान लागि छनौट) यो क्षण बडो महत्वपूर्ण हुन्छ। यस समय जुन तरङ्गले रेलगाडीलाई तरङ्गित पार्दछ त्यही तरङ्गले अर्को लीगको चुनाव (छनौट) गर्दछ। दुवै एकले अर्कोलाई स्वतः तान्दछ आकर्षित हुन्छ। यही प्रकृतिको नियम हो। यो कारण उपस्थित भएमा यस्तो यस्तो कार्य स्वतः सम्पन्न हुनेछ।

जस्तो कि क्रोध या द्वेष भावका चेतना भावमा भवकर्म संस्कार उत्तापन र पीडा जनक स्वभाव भएकोले अधोगतिको कुनै भूमिसँग जोड्न पुग्छ। यसरी नै मंगल मैत्री भावको चेतनाले भरेको भव कर्म-संस्कार शान्ति र शीतलताको तरङ्गले भरेका स्वभाव भएको कारणले ब्रह्मलोकको कुनै भूमिसँग नै जोड्न पुग्छ। यो प्रकृतिको स्वतः संचालित नियाम धर्म हो। विशाल प्रकृतिको निर्धारित नियम सम्पूर्ण वैटर्न (तरिका) यस्तो आश्चर्यजनक ढङ्गले सुपर कम्प्यूटराइज छ कि यसमा केही कुनै भूल भनेको हुँदैन हुँदैन।

मरणासन्न अवस्थामा सामान्यतया कुनै अत्यन्त गह्रौं कर्म नै उत्पन्न हुन्छ। राम्रो होस् या नराम्रो। जस्तो

कि यसै जीवन्मा माता-पिता वा सन्त-अर्हत्को हत्या गरेको छ भने त्यो घटनाको सम्भना चित्तमा उठ्छ अथवा ज्यादै गहिरो ध्यान साधना गरेको छ भने त्यस घटनाको सम्भना चित्तमा उठ्छ । तर यस्तो कुनै गहिरो भवकर्म छैन भने त्यो भन्दा अलिकति कर्म सुधन-भवकर्म प्रकट हुन्छ । मरणासन्न अवस्थामा जुन भवकर्मको सम्भना हुन्छ । धेरै जसो त्यसको चिन्ह देखिन्छ अथवा अन्य पाँचवटा इन्द्रियहरू मध्ये कुनैमा देखा पर्दछ । यसलाई कर्म र कर्म-निमित्त वा कर्म-चिन्ह भनिन्छ । त्यस समयमा जो अर्को भवलोकमा प्रतिसन्धि हुनजान्छ अन्य जक्शनको अधि (सामुने) जुन सीगमा शटिग हुन जान्छ मानो त्यसमा प्रकाश पर्छ र मरणासन्न व्यक्तिमा धेरै जसो त्यो गति निमित्त अथवा गतिको चिन्ह पनि देखा पर्दछ अथवा अरू कुनै इन्द्रियमा देखा पर्दछ ।

कर्म-निमित्त र गति-निमित्तको विद्युत चुम्बकीय तरङ्गहरू एउटै जस्तो हुन्छन् अथवा यसो भन्न सकिन्छ कि मरणासन्न चित्तमा उठेका कर्म र अर्को भव भूमिको तरङ्ग एउटै जस्तो हुन्छन् । यस भवको गाडी त्यस समयमा प्रकट भई अर्को आउने भवको लीगमा गई जोड्न पुग्छ । साँचिकै विपश्यना साधक भएमा मरणासन्न अवस्थामा प्रतिकूल भूमि भएको लीगबाट बच्ने क्षमता प्राप्त गर्दछ ।

साँचिकै (राप्ति, पाकेको) विपश्यी साधकले प्रकृतिका यी अटूट नियमलाई बुझी हरेक अवस्थामा मृत्युको लागी तयार भई रहने साधना गर्दछ । प्रौढ अवस्थामा पुगेको छ भने त अझ बढी सजग भई तयार भई रहन्छ । के तयार गर्छ त ? विपश्यना द्वारा आफ्नो शरीर र चित्तमा प्रकट हुने सबै प्रकारका संवेदनालाई तटस्थभावले हेर्ने अभ्यास गर्दछ भने आफ्नो मनमा त्यस स्वभावलाई पल्टाउँछ जसको अप्रिय संवेदना उत्पन्न हुँदा नयाँ नयाँ अकुशल संस्कार बनाउने आदत बनी सकेको हुन्छ । धेरै जसो मरणासन्न अवस्थामा स्वभावजन्य संस्कारको नै बन्दछ । अनि जसरी नयाँ संस्कार बनी रहन्छ । त्यसैसँग मिल्ने कुनै पुरानो भवसंस्कार तैरिएर आउने मौका पाउँछ । मृत्यु हुन लाग्दा त अप्रिय संवेदनाहरूसित नै सामना पर्ने अधिक संभावना हुन्छ । जरा, व्याधि र मरण दुःखदायी हुन् अर्थात् दुःख संवेदना दायक हुन् । कोही असाधक भएमा वा कच्चा साधक भएमा यसबाट व्याकुल भएर क्रोध, द्वेष वा चिड्चिडाहटको प्रतिक्रिया गर्दछ र यस्तै प्रकारको कुनै पुराना अकुशल भव संस्कारलाई जगाउन अवसर दिन्छ । परन्तु कोही परमा साधिका माता रामीदेवी जस्तै वा साधक रतिलाल भाई जस्तै ती असह्य पीडाजनक संवेदनालाई

पनि तटस्थ भावले हेर्ने काम गर्दछ भने मरणासन्न अवस्थामा यस्तो अधोगति तिर लैजाने भव संस्कार भवङ्गमा दवेर रहेको भएता पनि त्यसले निस्कने मौका पाउँदैन । यसरी नै सामान्य व्यक्ति भविष्य प्रति सधै आशंकित आतंकित हुने स्वभावको छ भने त्यो मृत्युको संभावनाले भयभीत हुन्छ । भयसंग सम्बन्धित कुनै भव संस्कार उत्पन्न गर्ने मौका दिन्छ अथवा परिवारबाट छुट्टिनु पर्ने कल्पना मात्रले दुःखी हुन्छ भने मृत्युको समय बिछोडको दुःख उत्पन्न हुन्छ । जसबाट त्यस्तै प्रकारको अकुशल भव संस्कार जगाउन सहायक हुन्छ । विपश्यी साधकले दुःख र भयको संवेदनालाई साक्षी भावले हेर्दै यी संस्कारलाई दुर्बल बनाई दिन्छ, मृत्युको समयमा यसलाई आउने मौका दिदैन ।

मृत्युको सही तैयारी यही हो कि बारबार आफ्नो शरीर र चित्तमा हुने संवेदनालाई अनित्य बोधको आधारमा समता भावले हेर्ने आदत बनाएमा मरणासन्न अवस्थामा चित्त धारामा यही समताको स्वभाव स्वतः प्रकट हुनेछ र गाडी त्यस्तो लीगमै जोड्न जान्छ जसमा चढेर साधक अर्को भव भूमिका पनि विपश्यना गर्दै रहन सक्नेछ । यसरी अधोगतिबाट बच्दै सद्गति प्राप्त गर्दछ, किनभने अधोगतिको भूमिमा विपश्यना गर्न सकिदैन ।

यस्तो मंगल मृत्यु प्राप्त गर्नमा मरणासन्न अवस्थामा पुगेको साधकको निकटस्थ परिवारहरू पनि सहायक हुन्छन् त्यस समयमा साधनाको धर्ममय वातावरण बनाई राख्छन् त्यहाँ न कोही रून्छन्, न विलाप गर्छन् र बिछोडको सन्तापको तरङ्ग उत्पन्न गर्दछन् । विपश्यना र मंगल मैत्री तरङ्गले वातावरणलाई मंगल मरणका अनुकूल बनाई दिन्छन् ।

कहिल्यै विपश्यना नगर्ने व्यक्तिलाई पनि मृत्युको समयमा दान, शील आदि कुशल भव संस्कारहरू सन्मुख आईपुगेमा त्यसले सद्गति त प्राप्त गर्दछ । तर विपश्यी साधकको विशेषता यो हो कि उसले त्यस भूमिमा प्रतिसन्धि प्राप्त गरेर विपश्यनाको अभ्यासलाई कायम राख्नमा सफल हुन्छ र यस प्रकार चित्त धाराको भवङ्गमा संग्रहित अनेक भवसंस्कारको राशिलाई विस्तार विस्तारै घटाउँदै आफ्नो भव यात्रालाई छोट्याउँछ र ढिलो चाँडो टर्मिनलमा पुग्दछ ।

साधकहरू ! ठूलो पुण्यले विपश्यना प्राप्त भई रहेको छ । यसको अभ्यास गरी मनुष्य-जीवन सफल गरी सार्थक बनाऔं । मृत्यु जहिले आए पनि समताको चित्त भूमिमा नै आवोस् । मङ्गलको सन्देश लिएरै आवोस् ।

साभार: विपश्यना, कार्तिक, २०५०

## धम्मपद-२१७

■ रीना तुलाधर (बनिया) 'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

सुप्पबुद्धं पबुञ्जन्ति-सद गोतमसावका

यसं दिवा च रत्तो च-निच्चं बुद्धगतासति

अर्थ- रातदिन बुद्धको अनुस्मरण गरीरहने गौतम बुद्धका शिष्यहरू सदाकाल स्मृतिपूर्वक जागृत भएर बस्छ ।

सुप्पबुद्धं पबुञ्जन्ति-सद गोतमसावका

यसं दिवा च रत्तो च-निच्चं धम्मगतासति

अर्थ- रातदिन धर्मको अनुस्मरण गरीरहने गौतम बुद्धका शिष्यहरू सदाकाल स्मृतिपूर्वक जागृत भएर बस्छ ।

सुप्पबुद्धं पबुञ्जन्ति-सद गोतमसावका

यसं दिवा च रत्तो च-निच्चं सद्ध गतासति

अर्थ- रातदिन संघको अनुस्मरण गरीरहने गौतम बुद्धका शिष्यहरू सदाकाल स्मृतिपूर्वक जागृत भएर बस्छ ।

सुप्पबुद्धं पबुञ्जन्ति-सद गोतमसावका

यसं दिवा च रत्तो च-निच्चं कायगतासति

अर्थ- रातदिन काय स्मृति राखेर बस्ने गौतम बुद्धका शिष्यहरू सदाकाल स्मृतिपूर्वक जागृत भएर बस्छ ।

सुप्पबुद्धं पबुञ्जन्ति-सद गोतमसावका

यसं दिवा च रत्तो च-अहिंसा रतो मनो

अर्थ- रातदिन अहिंसामा चित्त लगाएर बस्ने गौतम बुद्धका शिष्यहरू सदाकाल स्मृतिपूर्वक जागृत भएर बस्छ ।

सुप्पबुद्धं पबुञ्जन्ति-सद गोतमसावका

यसं दिवा च रत्तो च-भावनाय रतो मनो

अर्थ- रातदिन भावनामा मन लगाएर बस्ने गौतम बुद्धका शिष्यहरू सदाकाल स्मृतिपूर्वक जागृत भएर बस्छ ।

उपरोक्त गाथाहरू भगवान् बुद्धले वेणुवन महाविहारमा बास गर्नु हुँदा काठ गाडावानको छोराको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

घटना- बुद्धकालीन समयमा राजगृहमा दुईजना केटाहरू साथी भएर खेल्ये । एकजना बुद्धका अनुयाय सम्यकदृष्टिका छोरा थिए भने अर्का मिथ्यादृष्टिका थिए । दुइजना मध्ये सम्यक दृष्टि राख्नेका छोराको यस्तो बानि थियो कि ऊ खेलीरहँदा पनि बुद्धानुस्मृति गर्दै "नमो बुद्धाय" भनीकन उच्चारण गरीरहन्थ्यो । साथीको संगतले अर्को केटाको पनि यस्तै बानि पर्न गयो कि ऊ पनि खेल्ने समयमा "नमो बुद्धाय" भनेर उच्चारण गर्ने भयो ।

एकदिन मिथ्यादृष्टिका छोरा आफ्ना पिता, जो काठ काटेर बेच्ने काम गर्थ्यो, संग जंगलमा काठ काट्न गएको थियो । दुई बाउ छोरा साँभपख काटेर ल्याएको काठ गाडा भसी राखेर घर तिर फर्की रहेको थियो । श्मशान भएको एक ठाउँमा रोकेर केही खानेकुरो खान बस्यो । त्यति गर्दा उनीहरूको गाडा तान्ने गोरुहरूलाई पनि चर्न दिन डोरी फुकाली दिएको थियो । पछि त

उनीहरूले चालै नपाउने गरीकन गोरुहरू हराएछ । गाडावानले छोरालाई त्यहि छोडेर गोरु खोज्न भनी आफू नगरभित्र पस्यो । गोरु खोज्दै भेटाएपछि उनी फर्किँदा ढिलो भएछ । अँध्यारो भईसकेकोले नगरको ढोका बन्द भईसकेको रहेछ । बिचारा गाडावानको छोरा रातमा एकलै गाडा मुनि निदायो ।

राती त्यस श्मशानमा दुईजना अमनुष्य भूतले केटालाई एकलै सुतिराखेको देखे । दुईजना मध्ये एकजनाले केटालाई तर्साउन खुद्रा तानेछ । सँधै बुद्धानुस्मृति गर्ने बानी परेको त्यस केटाले ड्वाट्ट "नमो बुद्धाय" भनेर उच्चारण गरेछ । यो सुनी भूतहरू तर्स । उनीहरूले विचार गरे । "यसलाई त हामीले सुरक्षा गर्नुपर्छ ।" तिनीहरू मध्ये एकजनाले केटालाई सुरक्षा गर्न पखी बसे । अर्कोले राजा बिम्बिसारको दरबारबाट सुनको थाली लिएर आयो । तिनीहरूले केटाको खानमा बाबुको भेषमा रही केटालाई खाना खुवायो । रातभरी केटालाई पहरा दिई सुरक्षा गरी बस्यो । बिहानतिर सबै कुराको वृत्तान्त समाचार राजाले मात्र देख्ने गरी छोडेर सुनको थाली गाडामै लुकाएर तिनीहरू गए ।

दरबारमा राजाका सुनको थाली हरायो भनी हल्ला भयो । खोज तलास गर्दा राजा बिम्बिसारले अमनुष्य भूतले छोडेको सूचना देखेछ । राजाले त्यही ठाउँमा मान्छे पठाएर खोज्न पठायो ।

राजाका मानिसहरूले त्यहाँ श्मशान निर गाडामा सुनको थाली र साथै सुतीरहेको केटालाई भेटायो । उनीसँग प्रश्न गर्दा केटाले आफ्ना आमा बाबुले अधिल्लो राती खाना खुवाएर सुताएको सम्म कुरा थाहा पाएको अरू कुरा केही नजानेको सुनाए ।

त्यसपछि केटाका आमा बाबुलाई पनि खोज्न पठायो । केटालाई पनि लिएर राजा बिम्बिसारले तिनीहरू तिनैजनालाई भगवान् बुद्धकहाँ लिएर गयो । अमनुष्य भूतले खुद्रा तान्दा सँधै बुद्धानुस्मृति गर्ने केटाले "नमो बुद्धाय" भनी उच्चारण गरेको कुराले राजा प्रभावित भएको थियो ।

भगवान् बुद्ध समक्ष पुगेपछि राजा बिम्बिसारले बुद्धसँग सोधे- "यो सास्ता के बुद्धानुस्मृतिको मात्र यस प्रकार अमनुष्य भए वा खतराबाट सुरक्षित हुने हो कि धर्मानुस्मृतिले पनि हुने रहेछ ?"

भगवान् बुद्धले भन्नुभयो- "हे महाराज केवल बुद्धानुस्मृतिले मात्र रक्षा हुने होइन । जसले ६ प्रकारको अनुस्मृति सँधै राख्ने गर्छ, त्यसलाई अन्य कुनै किसिमको रक्षा मन्त्र आवश्यक पर्ने छैन ।"

यस प्रकार आज्ञा भई तथागतले उपरोक्त गाथाहरू भन्नुभयो । धर्म देशनाको अन्त्यमा त्यो केटा र उनका आमाबाबु श्रोतापन्न भयो । पछि तिनीहरूले प्रव्रजित भएर अरहत्व पनि लाभ गरे । ■



## बुद्धशासनको इतिहास-४

■ भिक्षु अमृतानन्द

एक महिना भरी बिहार प्रतिसंस्करण गरीसकेपछि स्थविरहरूले अजात शत्रु राजालाई संगायना गर्ने ठाउँमा ५०० भिक्षुहरूले बस्ने आसन तयार गर्नु पर्‍यो भनी सूचना दिए। त्यसकारण समन्तपासादिकामा “थेरो पठमं मासं सब्ब बिहारं पटिसंखरापेत्वा रञ्जो आरोचेसि” भनेका\*। अजातशत्रु राजाले यथा समयमा सबै आशन तयार गराई सकेपछि स्थविरहरूसंग निवेदन गरे, त्यसको भोलिपल्ट महास्थविर हरू सबै भोजन समाप्त गरी नियमित स्थानमा गई संगायनाको कार्य प्रारम्भ गरे। त्यसकारण भनेको छः-

“वस्सानं दुतिये मासे, दुतिये दिवसे पन।

रुचिरे मण्डपे तस्मि, थेरा सन्नपतिसु ते\*।”

अर्थात् वर्षाणको दोश्रो महिनामा, दोश्रो दिनमा, भव्य मण्डपमा स्थविरहरू संगायना भेला भए।

दोश्रो महिना भनेको श्रावणलाई भनेको हो। दोश्रो दिन भनेको के त? यसो भन्नुको मतलव के भने- अजात शत्रु राजाले संगायना गर्न आसन तयार गरी सके भनी भनेका दिन स्थविरहरूले आनन्द स्थविरलाई यसो भन्नु भयो- “आवुसो! भोलि संगायनाको कार्य प्रारम्भ हुने भैसक्यो। तिम्री भने शैक्ष सकरनियनै छौ। शैक्ष समान भएर सम्मेलनमा जान योग्य छैन। अतएवं अप्रमादी होउ\*।” स्थविरहरूको बचनले आनन्द स्थविरलाई प्रबल उत्साहित गरियो वहाँले बिर्य गर्नु भयो अन्तमा वहाँले अर हत फल साक्षात्कार गर्नु भयो। उनी अरहत भएको भोलिपल्ट संघहरू संगायना गर्न भेला भयो त्यस्कारण दोश्रो दिनमा भनेको हो।

उपर्युक्त कुराले यो स्पष्ट भयो कि संगायनाको काम वर्षात ऋतुको दोश्रो महिनामा अर्थात् श्रावणको कृष्णपक्षमा प्रारम्भ भयो। तिथि के भने- श्रावण कृष्णको पञ्चमि हो। यो तिथि सम्बन्धि कुरा अरू अरू ग्रन्थमा देखिदैन किन्तु दीर्घनिकायर्थ कथामा देखिन्छ त्यसमा यस्तो भनेको छ- “अनि स्थविर भिक्षुहरू दोश्रो दिनमा पक्षको पञ्चमिको दिन धर्म सभामा एकत्रित भयो\*।

संगायनाको विषयमा दीपवंशमा पनि भगवान परिनिर्वाण भएर तीन महिना बित्ती चार महिना लागेको बेला भनी भनेको छ। यस हिसाबले भाद्र लागेको बेला भन्न सकिन्छ। किन्तु त्यहि नै फेरी दोश्रो वर्षावास गर्ने समयमा

भनी राखेको वर्षाणको दोश्रो महिना नै ठहर्न आउँछ\*। तीन महिना नागेर चार महिना लागेको बेला भनेको सामान्य व्यवहारको हिसाब हुन सक्छ\*।

संगायनाको काम कुरामा कति महिना बित्यो भन्ने विषयमा जहाँ पनि सात महिना बित्यो भनी भनेका छन्! यथाः-

“सत्तमासेहि निट्टासि पठमो संगहो अयं

एवं सत्तहि मासेहि धम्म संगीति निट्टिता”<sup>०</sup>

यहाँ विचार गरी हेर्दा फागुनको कृष्ण पक्षतिर संगायनाको काम समाप्त भयो भनी भन्न सकिन्छ।

(३) त्यस सभामा, अग्रस्थान प्राप्त भएका भगवानका मुख्य मुख्य शिष्यहरू पनि छन् कि? छन्।

दीप वंशानुसार त्यस सभामा उपस्थित भएका अग्रस्थान\* प्राप्त भगवानका प्रमुख शिष्यहरू ९ जना भएको देखिन्छ। यथा :

- १) “धुंतगमा अग्रस्थान प्राप्त महाकाश्यप महास्थविर
- २) बहुश्रुतमा अग्रस्थान प्राप्त आनन्द महास्थविर
- ३) विनयमा अग्रस्थान प्राप्त उपालि महास्थविर
- ४) दिव्यचक्षुमा अग्रस्थान प्राप्त अनुरुद्ध महास्थविर
- ५) अवबोध हुनुमा (परिभाण) अग्रस्थान प्राप्त वंगीस महास्थविर
- ६) धर्मोपदेश गर्नुमा अग्रस्थान प्राप्त पूर्ण महास्थविर
- ७) विचित्र धर्मोपदेश गर्नुमा अग्रस्थान प्राप्त कुमार काश्यप महास्थविर
- ८) विभक्त भाषणमा अग्रस्थान प्राप्त कात्यायन महास्थविर
- ९) प्रतिसम्भदा\* चारमा अग्रस्थान प्राप्त कोष्ठित महास्थविर\*।”

अरू महास्थविरहरू सबै चतु प्रतिसम्भदा लाभी निक्लेशी अर हत्त हुन्। भगवानका मुख्य श्रावकहरू सहित पाँच सय महा स्थविरहरू जम्मा भएर संग्रह गरेको धर्मसमूह हुँदा यसलाई धेरवाद भनियो। त्यसकारण भनेको छः-

“थेरेहि क्त सँगहो थेरे वादोति वुच्चति”<sup>१</sup>

(४) धर्म र विनय संग्रह गर्‍यो भनेको मतलव के? विनयलाई छाडेर अरू बाँकिरहेको सम्पूर्ण बुद्धवचन विनय हुन्।

विनय भनेको भिक्षु भिक्षुणी, उपासक उपासिकाहरूको विषयमा विधान, नियम, उपनियम, चारित्र- शील सम्बन्धमा उपदेश गरी राखेको तथागतको उपदेश हो । धर्म भनेको कुशलाकुशलदेखि निर्वाणसम्म अवबोध गर्ने साधन भैराखेको तथागतबाट उपदेश गरी राखेको शील समाधि तथा प्रज्ञा ज्ञानको समूह हो ।

संगायनामा किन सर्वप्रथम विनय संग्रह गरेको ?  
सबै संघको सम्मतिले ।  
कसरी ?

संगायनाको कार्य प्रारम्भ गर्न सर्वप्रथम महाकाश्यम महास्थविरले संघ सभामा “सर्वप्रथम के संग्रह गर्नु पर्ला ?” भनी सोधनी गर्दा “सर्व प्रथम विनय संग्रह गर्नु पर्ला” भनी उत्तर आयो । किनभने विनय नै शासनको आयु सम्भ्रिच्छन् । विनय रहे मात्र शासन रहन्छ, विनय रहेन भने शासन पनि रहन सकिदैन\* । विनय सम्बन्धमा विचार धारा फरक पर्दै आएपछि तथागतको शासनमा अनेक शाखा प्रशाखाको प्रादुर्भाव भयो । कालान्तर पछि सरल विनय सूत्रादि पनि रचना भयो । जुन कारणले गर्दा सम्भवतः चाँडै नै थेरवादले आफ्नो मातृभूमी छाड्नु पर्‍यो । आज सम्म पनि थेरवादले के दियो भनी सारलाई एकातिर पन्छ्याई बाहिर बाहिरको असार ब्रोकामात्र पल्टाइ यता उतै छरी दिइने व्यक्तिहरू छन्— यो त संसारको स्वभाव नै हो । फल फलेका बृक्षमा काम नलाग्ने जस्ता पात बोक्रा आदि पनि

हुन्छन । तैपनि यो जाने देखिएको होरी नभए देखि कामै नलाग्ने हुँदैन ।

त्यसकारण विनय शासनको आयु हो । संगायना गर्नु पर्ने मुख्य उद्योग नै शासन चिरस्थाइ गर्नु हो अतएव सर्वप्रथम विनयको नै संगायना गर्न युक्ति युक्त ठहरायो । सबै संघको सम्मतिले महाकाश्यप महास्थविरले शासन चिरस्थाइ गर्ने दृष्टिले उपालि महास्थविर संग विनय सम्बन्धी सबै प्रश्न गर्नु भयो र तदनन्तर आनन्द स्थविरसंग धर्म र (सुत्राभिधर्म) सम्बन्धि प्रश्न गर्नु भयो ।

यसरी दुई नामले मात्र धर्म संगायना गर्नु परेको किन ?

सम्भवतः भगवानले परिनिर्वाण समयमा “आनन्द ! म निर्वाण भइ सके पछि तिमीहरूले हाम्रा शास्ता रहेन भनी शोक गर्नु पर्दैन । मेरो शेष पछि मैले उपदेश गरेर प्रज्ञापित गरी राखेको धर्म र विनय नै तिमीहरूको शास्ता हुनेछ गुरु हुनेछ”<sup>१</sup> भनी भन्नु भएकोले यसो गरेको हुन सक्छ ।

धर्म र विनय भनेको के हो ?

धर्म भनेको सूत्रादि धर्म दुबै हुन् । विनय भनेको विनय पिटक सबै हो । त्यसकारण धर्म र विनयको विभाग गरी देखाइ राखेको ठाउँमा बुद्ध घोष अर्थ कथाचार्यले अवशेष बुद्ध वचन सबैलाई धर्म भनी राखेको<sup>२</sup> ।

क्रमशः

❁ महावंशमा पनि- “वस्सानं पठमं मासं सब्बेत्तेनासनेसुपि । कारेसुं पटिसंखारं वत्त्वानाजातसत्तु नो ।-३-१६

● महावंश ३-२६

■ स्वे आनुसो सन्निपातो त्वं च खो सेरुक्को सकरणीयो तेन ते नयुत्त सन्निपात गन्तुं अप्पमत्तो होहीति-समन्तापासादिका पृ. ७

✳ अथ थेरा भिक्खु दुतिय दिवसे पञ्चमीयं पक्खस्स क्तभत्तकिच्चा पत्तचीवर पटिसापेत्त्वा धम्म सभायं सन्नि पतिसु ।- सुमङ्गल विलासिनी, पृ. ८

✳ सारार्थ दीपनि विनय टीकामा पनि ‘धम्म सभायं सन्निपतिता’ भन्ने पदको अर्थ बताएको ठाउँमा ‘पक्खस्स मञ्चमियं सन्निमित्तं’ भनी लेखी राखेको छ - पृ. ५.

⊙ पाणिनं अनुकम्पाय, सासनं दीघकालिकं,

अकसि धम्म संग्राहं, तिण्णं मासानं अच्यये ।

सम्पते चतुत्थेमासे, दुतिये वस्सुपनायिके । दीप वंश ४-३४

■ साधारण व्यवहारमा भन्दा भद्र महिनामा भने पनि फरक पर्दैन ।

○ सुमङ्गल विलासिनी पृ. ११, समन्त पासादिका पृ. १०

✳ हेर, लेखकको संक्षिप्त बुद्ध जीवनी पृ. १०२

\* हेर, लेखको धम्मपदत्यकथा परिशिष्ट ४४

✳ धृतवादानं अगोसो कस्सपो जिनसासने

बहरस्सुताने आनन्दो विनये उपालि पण्डितो ॥

दिब्बचक्खुमिह अनुरुद्धो बंगीसो पटिभागवा

पुन्ना च धम्म कथिकानं चित्रकथी कुमार कस्सपो ॥

विभ्रज्जनमिह कच्चानो कोटितो पटिसम्भवा ।

अञ्जेपत्थि महाथेरा अग्गनिबिद्धतका बहु ॥ -(दीपवंश ४-७-९)

✳ दीपवंश, ४-११

✳ आबसो किं पठम संगायाम धम्मं वा विनयं वातिं ? भिक्खु आहसु भन्ते महाकस्सप, विनयो नाम बुद्ध सासनस्स आयु, विनये ठिते सासनं ठितं होति तस्मा पठमं विनयं संगायामाति- (समन्त पासा-दिका पृ. ७)

✓ यो खो आनन्द भया धम्मो च विनयो च देसितो पञ्चतो सो वी ममच्येन सत्थाति- “महापरिनिब्बाण सुत्त”

✳ कयं धम्मविनय वसेन दुविधं ? सब्बमेवेतं धम्मोच विनयोचाति सं खं गच्छति । तत्थ विनयपिटकं विनयो, अवसेसं बुद्ध वचन. धम्मो समन्तपासादिका, पृ. ९

## केही बौद्ध विश्वासहरू...३

■ ले. के श्रीधम्मानन्द, अनु. वरदेश मानन्धर

### देवताहरू प्रतिको विश्वास

विभिन्न देवताहरू एवं दैत्यहरू, जो काम (भौतिक) सुखको दृष्टिले मनुष्यहरू भन्दा भाग्यशाली छन्, को अस्तित्वलाई बौद्धहरूले अस्वीकार गर्दैनन् । साधारण मनुष्यहरूमा नभएका केही शक्ति पनि तिनीहरूमा छन् । तैपनि यी देवताहरूका शक्ति पनि सीमित छन् किनभने उनीहरू पनि परिवर्तनशील (अनित्य) छन् । मनुष्यहरू भन्दा लामो समयसम्म उनीहरू सुखी लोक (भुवन) मा बाँच्छन् र जीवनको आनन्द लिन्छन् । जब उनीहरूले पहिलेको जीवनमा सञ्चय गरेको आफ्नो कर्महरू सिद्धिन्छ यी देवताहरू पनि त्यहाँबाट च्युत हुन्छन् र फेरि उनीहरूको असल वा खराब अनुसार अर्को ठाउँमा जन्म लिन्छन् । बुद्धका अनुसार राम्रो ठाउँमा जन्म लिनको लागि पुण्य कार्य गर्ने अवसर मनुष्यहरूको लागि बढ्ता छ र देवताको लागि यस प्रकारको अवसर कम मात्र छ । बौद्धहरूले यी देवताहरूलाई नैतिक विकास वा मोक्ष वा निर्वाण प्राप्तिको लागि सहायको रूपमा लिन्दैनन् । चाहे तिनीहरू ठूला वा साना होस् मनुष्य एवं देवताहरू दुवै नै नाश हुनेछन् र पुनर्जन्म लिनेछन् ।

बौद्धजनहरूको यो आम विश्वास छ कि पुण्य कार्य गर्ने समयमा यी देवताहरूलाई पुण्य पठाएर उनीहरूको सहयोग (समर्थन) प्राप्त गर्न सकिन्छ । यो विश्वास धार्मिक जीवन जीउने व्यक्तिहरूको आरक्षा गर्न बुद्धले देवताहरूलाई दिनु भएको आदेशमा आधारित छ । यही नै कारण हो बौद्धहरूले यी देवताहरूलाई पुण्यानुमोदन गर्दछन् वा पुण्य कार्य गरिने समयमा उनीहरूको स्मरण गर्दछन् । तथापि, यस्ता देवताहरूको नाममा गरिने पूजा वा अर्पण (चढाउने) त्यतिको महत्त्वको छैन, तैपनि केही बौद्ध प्रचलनहरू यस्तै कार्यमा केन्द्रित छन् । जब मान्छेहरू कुनै कठिनाइमा पर्छन्, स्वभावतः कुनै पूजा गर्ने ठाउँमा गएर देवताहरूसित आफ्ना कष्ट पोख्छन् । यसो गर्नाले उनीहरूको मनलाई केही सान्त्वना मिल्छ, उनीहरूलाई धेरै सजिलोको महसूस हुन्छ । तापनि यो एउटा बुद्धिजीविहरूको लागि जसमा धेरै मनोबल राम्रो शिक्षा एवं बुझ्ने क्षमता छ यस्ता विश्वास एवं कार्यहरू कायमै राख्न आवश्यक छैन । निश्चय नै बुद्ध धर्ममा यस्तो कुनै शिक्षा दिइएको छैन कि कुनै देवतासँग प्रार्थना गरेर निर्वाण प्राप्त गर्न सकिन्छ । बौद्धहरूले यो विश्वास गर्छन्

कि शुद्ध र अशुद्ध आफू भित्रै निर्भर गर्दछ । बाहिरको कसैले पनि अरूलाई शुद्ध बनाउन सक्दैन । बाहिरको कुनै पनि श्रोतको कतिपनि सहयोग विना नै बुद्धत्व एवं निर्वाण प्राप्त गर्नमा यो नीति सफल भएको छ । यसैले देवताहरूको साथ वा साथ विना पनि बौद्धहरू आफ्नो धर्म अभ्यास गर्न सक्छन् ।

### के सधै रहरिहने आत्मा छ ?

नित्य आत्मामा गरिने विश्वास मानव चेतनाको गलत धारणा हो ।

### आत्मा बारेको सिद्धान्तहरू—

आत्मा सम्बन्धी सिद्धान्तहरू बारे संसारमा ३ प्रकार का धर्म गुरुहरू छन् । पहिलो धर्म गुरुले मृत्यु पछि पनि रहरिहने नित्य आत्मा बारे सिकाउनु हुन्छ— ऊ नित्य (परमात्मावादी) हो दोश्रो गुरुले मृत्यु पछि अन्त हुने अस्थायी आत्मा बारे सिकाउनु हुन्छ— ऊ भौतिकवादी हो तेस्रो गुरुले न नित्य न अस्थायी आत्मा बारे सिकाउनु हुन्छ— वहाँ बुद्ध हुनुहुन्छ । बुद्धका अनुसार हामीले अहं आफू, आत्मा म, ऊ भनिने प्रज्ञप्ति (लौकिक वा व्यवहारिक धारणा) हुनु, जसले कुनै सत्य, स्वतन्त्र अस्तित्व जनाउँदैन एक बौद्धले यस्तो विश्वास गर्दैन कि यस्तो कुनै आत्मा छ जो नित्य छ, जुन स्वर्ग (परमात्मा) बाट आउँछ वा जुन आफैबनेको हुन्छ र जुन अर्को जीवनमा प्रवेश गर्छ वा जुन मृत्युपछि सिधै स्वर्ग वा नर्कमा जान्छ । बौद्धहरू यो विश्वास गर्दैनन् कि यो या अझ कुनै संसारमा पनि त्यस्तो कुन छ जुन नित्य र अपरि वर्तनीय छ हामी आफै प्रति आशक्त हुन्छौं र कुनै त्यस्तो नित्य कुरा पाउन खोज्छौं । हामी त्यस बच्चा जस्तो छौं जो आकाशमा देखिने इन्द्रधनुष समात्न चाहन्छ । एक बच्चाको लागि त इन्द्रधनुष सजीव एवं साँच्चैको हुन्छ तर ठूलाहरूले यो बुझेको हुन्छन् कि योत पानीको थोप्ला र प्रकाशको किरणबाट बनेको इन्द्रजाल मात्र हो । प्रकाश तरङ्गका ताँतहरू मात्र हो, जुन इन्द्रधनुष भन्दा बढी वास्तविक छैन ।

आत्मा पत्ता नलगाइकन नै मान्छेले धेरै गरिसकेका छन् । आत्मालाई भेटाउन नसकेको कारणबाट थकाइ वा अवन्तीका संकेत देखाइएको छैन । आत्मा र यसका कल्पनिक कार्यहरूको बारे कसैले पनि कुनै नयाँ वा विश्वमा हलचल मचाउने खालका कुनै सिद्धान्त प्रस्तुत गर्न सकेको छैन ।

मान्छे भित्र आत्माको खोजी गर्नु कुनै अँध्यारो खाली कोठामा केही खोज्नु जस्तै छ । तर त्यस विचरा मानिसले यो कहिले पनि महसूस गर्ने छैन कि उसले जसको खोजी गर्दैछ त्यो त्यस कोठामा छैन । त्यस मानिसलाई उसको खोजीको निरर्थकता बुझाउन धेरै गाह्रो छ ।

आत्माको अस्तित्वमा विश्वास गर्नेहरू यो के हो ? कहाँ छ ? भन्ने कुरा बताउने स्थितिमा छैन । बुद्धले यस अनावश्यक कल्पनामा धेरै समय वर्वाद नगर्ने बरू आफ्नो मुक्तिको लागि कार्यरत रहनु भन्नु भएको छ । जब हामी आफ्नो अन्तिम लक्ष्य सम्म पुग्नेछौं तब हामी आत्मा छ वा छैन भन्ने बुझ्न समक्ष हुनेछौं ।

बुद्ध आत्माका बारेमा चिन्तना गर्नु ब्यर्थ एवं भ्रमपूर्ण भन्नु हुन्छ । एकपटक उहाँले भन्नु भयो— अज्ञानता र भ्रमको कारणले नै मान्छेहरू उनीहरूको आत्मा भन्ने कुनै अलग र आफै रहरिहने हो भन्ने सपनामा (कल्पनामा) बाँच्छन् । “उनीहरूको दिल (मन) ‘म’ प्रति आसक्त रहेको हुन्छ । उनीहरू स्वर्गको बारेमा चिन्तित छन् र स्वर्गमा ‘म’ को (आफ्नो) सुखको चाहना गर्छन् । त्यसैले उनीहरू कुशल कार्यहरूबाट पाउने आनन्द र सत्यको अमरता देख्न सक्दैनन् ।

अनात्मा: आत्मा छैन भन्ने शिक्षा—

बुद्धले आफ्नो अनात्मवादबाट आत्मा बारेको सबै सिद्धान्त एवं कल्पनाको (प्रतिवाद) विरोध गर्नु भयो । अनात्मलाई धेरै नाम दिन सकिन्छ—आफू भन्ने छैन, अ—आत्मा, आत्मा भन्ने छैन, अहं—रहित इत्यादि ।

अनात्मा बारे बुझ्न हामीले परमात्मावादको ‘म मात्र आत्मा छ’, र भौतिकवादको ‘म भित्र आत्मा छैन’ भन्ने सिद्धान्त बुझ्नुपर्छ । यी दुबै आत्म—बोध र मुक्तिको लागि बाधा हुन् । यिनीहरू ‘म’ छु भन्ने गलत धारणाबाट उत्पन्न हुन्छ त्यसैले अनात्मा वारेको शिक्षालाई बुझ्नु आत्मा सम्बन्धी कुनै पनि बिचार या दृष्टि तर्फ लाग्नु हुँदैन । बरू कुनै पनि प्रकारको कल्पनाबाट मुक्त भएर सबै कुरालाई उनीहरू जस्तो छ त्यस्तै राम्ररी देख्ने प्रयास गर्नु पर्छ । ‘म’ वा आत्मा वा आफू भनिने वास्तवमा के हो ? भन्ने राम्ररी बुझ्न खोज्नु पर्छ—यी सबै मात्र परिवर्तन भइरहेका शक्तिको समुह मात्र हो । यसको लागि केही विश्लेषणात्मक व्याख्याको आवश्यकता छ— बुद्धका अनुसार हामीले हामी भित्र कुनै नित्य छ भन्न सकिने वास्तवमा भौतिक र मानसिक समुह वा शक्ति(पाँच स्कन्धहरू) मात्र हो । शरीर वा रूप (रूपस्कन्ध) संबेदना (वेदनास्कन्ध)

संज्ञा (सञ्जास्कन्ध) संस्कार (संस्कारस्कन्ध) । चेतना विज्ञान-स्कन्ध) । यी पाँचै शक्तिहरू प्रत्येक क्षणमै परिवर्तनको प्रवाहमा चलिरहेका छन् । तिनीहरू कहिल्यै पनि दोस्रो क्षणमा त्यही अवस्था हुँदैनन् । मनो—भौतिक जीवनमा यिनीहरू सहायक शक्तिहरू छन् । जव बुद्धले भौतिक जीवनको विश्लेषण गर्नुभयो वहाँले यी पाँच समूह वा शक्ति मात्रै पाउनु भयो । वहाँले कुनै नित्य आत्मा पाउनु भएन । तथापि अझै पनि चेतना नै आत्मा हो भन्ने धेरैको गलत धारण छ । बुद्धले द्विविधा रहित भएर जोडदार रूपमा घोषणा गर्नु भएको छ कि चेतना भनेको रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कारमा निर्भर गर्दछ र यो (चेतना यिनीहरूबाट अलग रहन सक्दैन ।

बुद्धले भन्नु भएको छ—भिक्षुहरू, रूप आफू होइन, वेदना आफू होइन, संज्ञा आफू होइन, संस्कार पनि आफू होइन र न त विज्ञान (चेतना) नै आफू हो । यसलाई बुझेर, भिक्षुहरू, मेरा शिष्यहरूले रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार वा विज्ञानलाई कुनै महत्त्व दिने छैन । यिनीहरूलाई कुनै महत्त्व नदिएको खण्डमा ऊ तृष्णाबाट मुक्त हुनेछ । विमुक्ति—ज्ञान ऊ आफैमा उत्पन्न हुनेछ र उसले जान्ने छ—कि जो गर्नु पर्ने हो उसले गरिसकेको छ, कि उसले पवित्र जीवन अपनाएको छ, कि ऊ अब फेरि यो वा त्यो हुने छैन, कि उसको अर्को जन्मको निर्मूल भएको छ ।

बुद्धको यस अनात्म—शिक्षा २५०० वर्ष पुरानो छ । आज आधुनिक वैज्ञानिक युगको विचारधारा बुद्धको यस अनात्म वा आत्मा छैन भन्ने शिक्षा तिर प्रवाहित भइरहेको छ । आधुनिक वैज्ञानिकहरूको दृष्टिमा मान्छे सदैव परिवर्तन भइरहने संबेदनाहरूको समुह मात्र हो । आधुनिक भौतिक शास्त्रका अनुसार ठोस जस्तो देखिने यस ब्रह्माण्ड वास्तवमा ठोस वस्तुहरूबाट बनेको छैन । वरू शक्तिको प्रवाह मात्रै हो । आधुनिक भौतिकविवादहरूले सम्पूर्ण ब्रह्माण्डलाई विभिन्न शक्तिहरूको परिवर्तनको एक प्रक्रिया मात्र ठान्दछन् जुन शक्तिहरूका मान्छे एक अङ्ग मात्र हो । बुद्धले यसलाई २५०० वर्ष अगाडि नै पत्ता लगाउनु भएको थियो । एक विशिष्ट लेखक डब्लु एस. विलीले भनेको छ— “आधुनिक सोचाइका प्रभावशाली समुहको प्रभावले गर्दा मान्छेमा नित्य (कुरा) छ भन्ने विश्वास फन फन कम भइरहेका छन् ।” आत्माको अमरता प्रति विश्वास एउटा कट्टरता हो जसलाई धेरै ठोस प्रमाणित तथ्यले गलत सावित गरिसकेको छ । क्रमशः

## मनुष्य जीवनको सार्थकताका लागि धर्मको भूमिका र महत्त्व-२

■ भिक्षु अश्वघोष

बुद्ध- हुन्छ हुन्छ, सुनाऊ ।

बुढा- भो भगवान् शास्ता, मसंग धेरै धन छ । तर अहिले शान्ति छैन । पहिला जवान हुँदा कहिल्यै यस्तो बूढो हुँला भन्ने यादै भएन । अब यस्तो भयो । छोरा-बुहारीहरूले पनि हेप्न थाल्यो ।

बुद्ध- अब के भन्नुहुन्छ त साहुजी ?

बुढा- भो भगवान्, म अब कति नै बाँचुला र ? आनन्दले निदाएर मिठो एकपल्ट खान पाउँने आशा गरेको छु । केही उपाय छ कि भनी सोध्न आएको ।

बुद्ध- उपाय त छ । तपाईंले पैसा बचाएर राखेको छ कि छैन ?

बुढा- छ भगवान् छ । मैले सबै पैसा छोराहरूलाई बाँडेर दिएको छैन ।

बुद्ध- त्यसो भए त्यो धनको सदुपयोग गर्नुपर्ने । धर्ममा, टोलमा भएका गरीबहरूको उपकारमा प्रयोग गर्नुपर्ने । यस अलावा तपाईंसंग केही बानीहरू छन् कि जो छोरा-बुहारीहरूलाई मन पर्दैन ?

बुढा- भगवान्, म अलि झोक्क स्वभावको छु । आफूले भनेजस्तो काम भएन भने सान्छै रीस उठ्छ ।

बुद्ध- त्यस्तो हो भने त्यो स्वभाव त्यागनुपर्ने । आफूले सकेको काम आफूले नै गर्नुपर्ने । जताततै फोहर गर्नु भएन । उपनियिते जिवतु न अप्पमायु, जरूपनीतस्स नसन्तितान, एतं भयं मरणे पेक्खमानो, पुञ्जानि कथिराथ सुखावहानि । यो जीवन भनेको एक दिन दुई दिन भन्दाभन्दै आयु घट्दै जान्छ । जसरी विहान भयो, दिउँसो भयो, साँझ भयो, राती भयो, त्यसरी नै मानिसहरू जन्म भयो, बाल भयो, युवा भयो, सुढाबुढी भयो, सकियो । दिनका दिन आयु घट्दै गएको छ । यस्तो बेलामा आफ्नो अरू केही भरोसा छैन । अरूलाई कल्याण गर्न सकेमा, उपकार गर्न सकेमा, राम्रो गर्न सकेमा त्यही आफ्नो भरोसा हुन्छ । तसर्थ मानिसहरूले धर्मकर्म गर्नुपरेको हो । साहुजी, तपाईंले पनि धर्मकर्म गर्नुपर्ने । आफूमा भएको नराम्रो बानीलाई छोड्नुपर्ने ।

बुढा- मैले यति गर्नु भने राम्रोसंग खाएर आनन्दले निदाएर मर्न पाउँछु र ?

बुद्ध- अवश्य पाउँछ, यति गरेमा तिमिले इच्छाएको ती सबै पूरा हुन्छ ।

बुढा- त्यसो भए, भो भगवान्, मैले तपाईंको आज्ञालाई शिरोपर गरेर पालन गर्ने भएँ ।

ऊ सरासर घरमा गयो । छोराहरूले सोध्यो- कहाँ गएर आएको बुढा ?

बुढाले आफू बुद्धकहाँ गएर आएको भन्यो । होला बुढा, कहाँ गएर निन्दाचर्चा गफ गरे आयौ होला ? भन्दा पनि नरम भएर आफू बुद्धकहाँ गएर आएको भन्यो । अरू बेलामा भए तिमिहरूलाई किन चाहियो भनेर हप्काउने ती बुढाले आज नरिसाइकन अवाफ दियो । छोराहरूले बुढा विहारै गएर आएको होला भनी विचार गर्नु ।

बुहारीहरूले पनि परीक्षा गर्ने विचार गर्नु । हिजोअस्ति भन्दा ढिलो मात्र बुढालाई खाना दियो । बुढाले केही नभनी मिठो मानेर मज्जाले खाएर गयो ।

भोलिपल्ट विहानै बुहारीहरू कोठा मिलाउन जाँदा पनि अघि नै बुढा उठेर सबै सिरक पट्टाएर, सफा गरी राख्यो । जताततै फोहर पनि गरेन । बुहारीहरू सान्छै खुशी भए । उनीहरूले भने- अब हाम्रा बुबा पहिला जस्तो भएन । वास्तवमै राम्रा भइसक्यो । अब माने पनि भयो, मिठो ख्वाए पनि भयो ।

उनीहरूले बुढालाई मान्न थाले, मिठो ख्वाउन थाले । भगवान् बुद्धका आशीर्वाद त्यो बुढालाई लाग्यो । यहाँ बुद्धको आशीर्वाद त्यसै पाएको होइन । बरू बुद्धको उपदेश अनुसार बुढाले व्यवहारमा पालन गरेको हुनाले आशीर्वाद लागेको हो । त्यो बुढालाई सान्छै आनन्द लाग्यो । मिठो खाएर आनन्दले निदाउन पनि पायो । एकदिन सबै परिवारलाई लिएर ऊ बुद्धकहाँ गयो । बुद्धसामु पुगेर उसले भन्यो- यी मेरा छोरा बुहारीहरू । पहिला मलाई सान्छै हेप्ने तर अहिले सान्छै मान्ने गर्न थाले । तपाईंको आशीर्वाद मलाई लाग्यो । बरू पहिल्यै युवा अवस्थामा तपाईंको उपदेश सुनेको भए मेरो जीवन अझ कति राम्रो हुने थियो । मैले त ठूलो घरमात्र भए पुग्छ, धेरै धनमात्र भए पुग्छ भन्ने विचार गरेको तर मानिसको आचरण राम्रो हुनुपर्ने रहेछ । अब म आनन्दले मर्न सक्छु ।

यो मनुष्य जीवन सार्थकको लागि धर्मको भूमिका बारे फेरि एउटा बुद्धकालीन घटना प्रस्तुत गर्दछु ।

भगवान् बुद्ध बरोबर गाउँ गाउँमा जानुभएर धर्मको प्रचार गर्न जानुहुन्थ्यो । एकपल्ट बुद्ध एउटा गाउँमा पुग्नुभयो । बुद्ध त्यहाँ आउनुभएको कुरा सुनेर गाउँलेहरू खुशी भए । ती गाउँलेहरू मध्ये नाइकेले सबैलाई भने— बुद्ध धेरै ठूलो र महान् हुनुहुन्छ । हामी बुद्धकहाँ गएर उपदेश सुन्न जाऊँ ।

अरूले भने— बुद्धको कुरा सुन्न जाँदा सबै छोडेर भिक्षु हुनुपर्ला । तसर्थ कथा सुन्न पनि होश पुऱ्याउनुपर्छ नि ।

नाइके— त्यो त हामीले पहिल्यै भनुँला नि । जाउँ पहिला, कथा सुन्न ।

उनीहरू जम्मा भएर बुद्धको कथा सुन्न आए । अनि ती नाइकेले भने— भो भगवान् हामीलाई सबै चाहिन्छ । परिवार, आफन्त, धनसम्पत्ति सबै । बरू हामीलाई भिक्षु नबनी नै जीवन राम्रो बनाउने स्वर्गमा पुग्ने उपदेश दिनुहोस् ।

बुद्ध— कसले भन्यो उपदेश सुनेर भिक्षु हुनुपर्छ भनेर ? बरू जीवनलाई शान्त बनाएर गुजार्नुपर्छ । त्यसको लागि के गर्नुपर्छ, त्यो कुरा सुन न । तिमीहरू यो कुरा सुन्न तयार छौ कि छैनौ ?

गाउँलेहरू— घरमा बसेर पनि यदि राम्रो हुने उपदेश हो भने हामी सुन्न तयार छौ ।

बुद्ध— त्यसो भए सुन, म भनेर ल्याउँछु । यो गाउँमा अरूलाई दुःख दिएर सास्ति गर्ने झगडालु मान्छेहरू छन् कि छैनन् ?

गाउँलेहरू— छन् भगवान्, धेरै छन् ।

बुद्ध— तिमीहरूलाई त्यस्तो मान्छेहरू मन पर्छ कि पर्दैन ?

गाउँलेहरू— मन पर्दैन भगवान् ।

बुद्ध— त्यसो हो भने, तिमीहरूले पनि यस्तो काम गर्नु भएन नि । तिमीहरू पनि ज्ञानी हुनुपऱ्यो नि । तिमीहरूको यो समूहमा त्यस्ता मानिसहरू छन् के ?

उनीहरू सबै उसले उसको उसले उसको अनुहार हेरेर चूप लागेर बसे । फेरि बुद्धले सोध्नुभयो— यो गाउँमा अरूको धन चोर्नेहरू पनि छन् कि ?

गाउँलेहरू— छन् भगवान्, यस्ता पनि धेरै छन् । हामी यहाँ आउन पनि सबै घरको झ्याल ढोकाहरू बन्द गरेर मात्र आएको हौ ।

बुद्ध— यस्ता मानिसहरू मन पर्छ कि पर्दैन ?

गाउँलेहरू— पर्दैन भगवान्, पर्दैन ।

बुद्ध— यदि मन पर्दैन भने आफूले पनि यस्तो काम गर्नुभएन । अनि यहाँ व्यभिचार गर्नेहरू पनि छन् कि ?

गाउँलेहरू— छन् भगवान्, यस्ता मान्छेहरू यहाँ धेरै छन् ।

बुद्ध— यस्ता मानिसहरू मन पर्छ कि पर्दैन ?

गाउँलेहरू— पर्दैन, भो भगवान् ।

बुद्ध— यदि मन पर्दैन भने आफूहरूले पनि यस्तो काम गर्नुभएन । असत्य कुरा गर्ने, चुकली गर्नेहरू, नाना गफ गरेर समय बिताउनेहरू पनि छन् कि ?

गाउँलेहरू— छन् भगवान्, यस्ता मानिसहरू पनि धेरै छन् ।

बुद्ध— यस्ता मानिसहरू मन पर्छ छ ?

गाउँलेहरू— पर्दैन ।

बुद्ध— पर्दैन भने आफूहरूले पनि यस्तो काम गर्नुभएन । साथै लोभी हुनुहुन्न, धेरै रिसाएर बदला लिने भावना राख्नुभएन । अनेक प्रकारको अन्धविश्वासमा लागेर कर्मकाण्ड गरेर हिँड्नु भएन । यति हुन सकेमा तिमीहरूको जीवन सार्थक हुन्छ ।

गाउँलेहरू— भो भगवान्, तपाईंले उपदेश दिनुभए अनुसार यतिमात्र पालन गरे पनि हाम्रो गृहस्थजीवन सार्थक हुन्छ र ? मरेपछि स्वर्गमा जान पाउँछ र ?

बुद्ध— पाउँछ । यदि यति भए पनि इमान्दारसंग पालन गर्नु भनेर तिमीहरूको जीवन स्वर्गीय हुन्छ, तिमीहरू सुगतिमा जान पाउँछ ।

भो भगवान्, तपाईंले अति राम्रो कुरा बताउनु भयो । हामीकहाँ यस्तो कुरा भन्ने छैन । हामीले सुनेको त तपाईंले स्वास्नी विवाह नगरी भिक्षु जीवन बिताउनुपर्छ भन्ने उपदेश दिनुहुन्छ भन्ने । त्यसैले धेरैलाई मन पर्दैन तपाईंसंग उपदेश सुन्न जाऊँ भन्दा । अहिले त तपाईंले बडो अनौठोको राम्रो उपदेश सुनाउनु भयो । भो भगवान्, तपाईंले कृपा राखी यहाँ पाल्नुभएर राम्रो र सजिलो उपदेश दिनुभयो । हामीले यी उपदेशहरूलाई शिरोपर गर्दै जीवनमा पालन गर्दै जानेछौ । भो शास्ता, हामीलाई बिदा दिनुहोस् । हामी तपाईंको अनुशरण गरेर बस्दछौ ।

“नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स”

## मिलिन्द-प्रश्न - २०

(तस्यो परिच्छेद)

■ अनु. आनन्द प्रधान

### (ख) विमविच्छेदन प्रश्न

१. पाँच आयतन अर्कै अर्कै कर्महरूका फलले भएका हुन एउटै कर्मको फलले होइन ।

राजाले भन्नुभयो- “भन्ते ! जुन यी पाँच आयतन (आँखा, कान, नाक, जिब्रो र त्वचा) छन् यिनीहरू के भिन्नभिन्न कर्महरूका फलले भएका हुन अथवा एउटा कर्मको फलले भएको हो ?”

महाराज ! भिन्नभिन्न कर्महरूका फलले, एउटा कर्मको फलले होइन ।”

“कृपा गरेर उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज ! कुनै मान्छेले एउटा खेतमा पाँच प्रकार का बीउ रोप्यो भने के ती पाँचै प्रकारका बीउहरूका फल पनि पाँचै प्रकारका हुँदैनन् र ?”

“हो भन्ते ! पाँच प्रकारका बीउका फल पनि पाँच प्रकारकै हुन्छन् ।”

“महाराज ! उसरी नै जुन यी पाँच आयतन छन् ती अर्कै अर्कै कर्मका फलले भएका हुन् एउटै कर्मको फलले होइन ।”

“भन्ते ! तपाईंले ठीक भन्नुभयो ।”

### २. कर्मको प्रधानता-

राजाले भन्नुभयो- “भन्ते ! के कारणले सबै मानिस एकै किसिमका हुँदैनन् ? कोही छोटो आयुको, कोही लामो आयुको, कोही धेरै रोगी, कोही निरोगी, कोही कुरुप कोही धेरै सुन्दर, कोही प्रभावहीन, कोही प्रभावशाली, कोही गरीब, कोही धनी, कोही नीच कुलको, कोही उच्च कुलको, कोही मूर्ख त कोही बुद्धिमान किन हुन्छ ?”

स्थविरले भन्नुभयो- “महाराज ! के कारणले सबै वनस्पति एकै किसिमको हुँदैनन् ? कुनै अमिलो, कुनै नुनिलो, कुनै तीतो, कुनै खिरयाउने, कुनै टर्रो र कुनै मीठो किन हुन्छ ?”

भन्ते ! मलाई लाग्छ बीउहरू भिन्नभिन्न हुनाले नै वनस्पतिहरू पनि भिन्नभिन्न हुन्छन् ।

महाराज ! यसरी नै सबै मानिसहरूको आ-आफ्नो कर्म भिन्नभिन्न हुनाले ती सबै एकै किसिमका छैनन् । कोही छोटो आयुको, कोही लामो आयुको हुन्छ । महाराज भगवान्‌ले पनि भन्नु भएको छ-

“हे मानव ! सबै जीवहरूले आफ्नो कर्महरूको फल भोग्दछन्, सबै जीव आफ्नो कर्मको आफै मालिक हुन, आफ्नो कर्म अनुसार नै विभिन्न योनिमा उत्पन्न हुन्छन्, आफ्नो कर्म नै आफ्नो बन्धु हो, आफ्नो कर्म नै आफ्नो आश्रय (सहारा, सहायक, सहयोगी) हो कर्मले नै मानिसहरू उच्च र नीच भएका हुन् ।”

भन्ते ! तपाईंले ठीक भन्नुभयो ।

### ३. प्रयत्न गर्नुपर्छ-

राजाले भन्नुभयो- “भन्ते ! तपाईंले पहिले भन्नुभएको छ- यो दुःखबाट छुटकारा पाउन र नयाँ दुःख उत्पन्न हुन नदिनको लागि नै हाम्रो प्रयत्न भएको हो ।”

“हो, यस्तो भने ।”

“भन्ते ! तर यो प्रयत्न पूर्व जन्मको कर्महरूको फलले हुन्छ कि यसको लागि यही जन्ममा प्रयास गर्नुपर्छ ?”

स्थविरले भन्नुभयो- “महाराज ! जे जति गर्न बाँकी छ त्यो पूरा गर्नको लागि यो जन्ममा प्रयास गर्नुपर्छ, पूर्व जन्मको कर्महरूको फल त अहिले आफै भइरहेको छ ।”

१. “कृपा गरेर उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज ! जब तपाईंलाई तिर्खा लाग्छ के तपाईं तब मात्र कुवा अथवा पोखरी खनाउन लगाउनुहुन्छ पानी लिएर पिउँन ?”

“होइन भन्ते !”

महाराज ! यसरी जे जति गर्न बाँकी छ त्यो पूरा गर्नको लागि यो जन्ममा प्रयास गर्नुपर्छ, पूर्व जन्मको कर्महरूको फल त अहिले आफै भइरहेको छ ।

२. “कृपा गरेर फेरि पनि उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

“महाराज ! के तपाईं भोक लागेपछि मात्र भात खानको लागि खेत जोताउन, धान रोपाउन र धान कटाउन लगाउन शुरु गर्नुहुन्छ ?”

“त्यसो गरिदैन भन्ते !”

महाराज ! यसरी जे जति गर्न बाँकी छ त्यो पूरा गर्नको लागि यो जन्ममा प्रयास गर्नुपर्छ, पूर्व जन्मको कर्महरूको फल त अहिले आफै भइरहेको छ ।

३. “कृपा गरेर फेरि पनि उपमा दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

महाराज ! के लडाईं छेडेपछि तपाईं खाडल खनाउन लगाउनुहुन्छ, पर्खाल बनाउन लगाउनुहुन्छ, फाटक बनाउन

लगाउनुहुन्छ, अलो, बुर्जा घर बनाउन लगाउनुहुन्छ, सेनाको लागि आवश्यक खाद्यसामग्री जोहो गर्न लाउनुहुन्छ, हाती, घोडा, रथ, धनुकाँड र तरवार तयार गर्न लाग्नुहुन्छ ?”

“लागिदैन भन्ते!”

“महाराज ! यसरी नै जे जति गर्न बाँकी छ त्यो पूरा गर्नको लागि यो जन्ममा प्रयास गर्नुपर्छ, पूर्व जन्मको कर्महरूको फल त अहिले आफैँ भइरहेको छ ।”

भगवान्ले पनि भन्नु भएको छ—

“समय आएपछि बुद्धिमानजनले त्यही काम गर्नुपर्छ जुन आफ्नो हितमा हुन्छ । ती मूर्ख गाडावालहरूजस्ता नभएर दृढतापूर्वक आफ्नो काममा लागिरेहनुपर्छ ।”

“जसरी ती गाडावालहरू ठूलो र सम्म सडक छोडेर अलो-होचो नमिलेको बाटोमा परेर गाडी धूर (अक्ष) भाँचिनाले संकटमा पर्छ । उसरी नै धर्मलाई छोडेर अधर्म गरेर मूर्ख मान्छेहरू मृत्युको मुखमा परेर हतोत्साहित भएर शोक गर्छन् ।”

भन्ते ! एकदम सही कुरा भन्नुभयो ।

#### ४. स्वभाविक आगो र नर्कको आगो—

राजाले भन्नुभयो— “भन्ते! तपाईंहरू भन्नुहुन्छन्— स्वभाविक आगोभन्दा नर्कको आगो कता हो कता धेरै तेजिलो हुन्छ । एउटा सानो गिटी ढुंगा पनि स्वभाविक आगोमा राखेर दिनभरी फूकेर बसे पनि गल्दैन, तर नर्कको आगोमा परेर ठूलठूला चट्टान पनि एकै छिनमा गलेर जान्छन् । म यो कुरो सही मान्दिन । तपाईंहरू फेरि यसो पनि भन्नुहुन्छन् जुन जीवहरू त्यहाँ उत्पन्न हुन्छन् तिनीहरू त्यो नर्कको आगोमा हजारौँ वर्षसम्म पाकिरहन्छन् तर गल्दैनन् । यो कुरो पनि कति पनि सही मान्दिन ।

१. स्थविरले भन्नुभयो— महाराज ! के माछा, गोही, कछुवा, मयुर र परेवाका पोथीहरूले ढुंगाका साना साना टुक्राहरू टिपेर खाँदैनन् र ?”

“हो भन्ते ! टिपेर खान्छन् ।”

“के ती गिटी ढुंगाहरू तिनीहरूको भुँडीमा गएर पचैनन् र ?”

“हो भन्ते ! पच्छन् ।”

“तिनीहरूका भुँडीमा जुन बच्चाहरू हुन्छन् के ती पनि पच्छन् त ?”

“होइन भन्ते ! बच्चाहरू पचैनन् ।”

“किन पचैनन् त ?”

“भन्ते ! मलाई लाग्छ आफ्ना कर्महरू त्यस्ता भएकाले तिनीहरू नपचेका हुन् ?”

“महाराज ! यसरी नै आफ्ना कर्महरू त्यस्ता भएकाले

नर्कमा उत्पन्न हुने जीवन त्यहाँको आगोमा हजारौँ वर्षसम्म पाकिरहन्छन् तर गल्दैनन् त्यही उत्पन्न हुन्छन्, त्यही बढ्छन् र त्यही मरेर जान्छन् ।”

भगवान्ले भन्नु पनि भएको छ— “तिनीहरू त्यो नर्कबाट छुट्दैनन्, जबसम्म तिनीहरूको पाप सकिदैन ।”

२. “कृपा गरेर फेरि पनि उदाहरण दिएर सम्झाउनुहोस् ।”

महाराज ! जुन सिहिनी, बघिनी, पोथी चितुवा र कुकुरीहरू छन् के तिनीहरूले कडा कडा हाडहरू तथा कडा मासुका डल्लाहरू चबाउँदैनन् र ?”

“हो भन्ते ! चबाउँछन् ।”

तिनीहरूका भुँडीमा जुन बच्चाहरू हुन्छन् के ती पनि पच्छन् ?

होइन भन्ते ! भुँडीभित्रका बच्चा पचैनन् ।

त्यो कति कारणले ?

भन्ते ! मलाई लाग्छ आफ्नो कर्महरू त्यस्ता हुनाले ती (बच्चा) पचैनन् ।

महाराज ! यसरी नै आफ्ना कर्महरू त्यस्ता हुनाले नर्कमा उत्पन्न हुने जीव त्यहाँको आगोमा हजारौँ वर्षसम्म पाकिरहन्छन् तर गल्दैनन् । त्यही उत्पन्न हुन्छन् त्यही बढ्छन् र त्यहाँ मरेर जान्छन् ।

३. कृपा गरेर फेरि पनि उदाहरण दिएर सम्झाउनुहोस् ।

महाराज ! के कोमलाङ्गी यवन महिलाहरू, कोमलाङ्गी क्षत्रिय महिलाहरू, कोमलाङ्गी ब्राह्मण महिलाहरू— कोमलाङ्गी वैश्य महिलाहरूले कडा कडा पदार्थ र मासु खाँदैनन् र ?”

हो भन्ते खान्छन् ।

महाराज ! के उनीहरूको भुँडीभित्र भएका कडाकडा चीजहरू पचैनन् र ?”

हो भन्ते ! पच्छ ।

के उनीहरूको भुँडीभित्रको गर्भ पनि पच्छ ?

होइन भन्ते ! गर्भ त पचैन ।

कति कारणले ?

महाराज ! मलाई लाग्छ आफ्ना कर्महरू त्यस्ता हुनाले तिनीहरू पचैनन् ।

महाराज ! यसरी नै आफ्नो कर्महरू त्यस्ता हुनाले नर्कमा उत्पन्न हुने जीव त्यहाँको आगोमा हजारौँ वर्षसम्म पाकिरहन्छन् तर गल्दैनन् । तिनीहरू त्यही उत्पन्न हुन्छन्, त्यही बढ्छन् र त्यही मरेर जान्छन् ।

भगवान्ले भन्नु पनि भएको छ— “तिनीहरू नर्कबाट छुट्दैनन् जबसम्म तिनीहरूको पाप सकिदैन ।”

भन्ते ! तपाईंले राम्रो सित सम्झाउनुभयो ।

कमशः



## विश्वास र श्रद्धा

■ नरेन्द्रनाथ भट्टराई

कुनै कुरा मान्नुलाई विश्वास भनिन्छ । विश्वास तीन किसिमका छन्, पहिलो अन्धविश्वास, यो ज्यादै खतरनाक हुन्छ । अन्धविश्वास यो आश र त्रासमा भड्केको हुन्छ । यसो गरेमा फलिफाप हुन्छ, यस्तो नगरे राम्रो हुन्छ, दुःख पर्छ आदि आदि । दोस्रो विश्वास हो, नाता, परिवार, इष्टमित्र आदिमा एकअर्काप्रति हुने विश्वास । यस्ता विश्वास व्यवहारको लागि आवश्यक पर्छ । तेस्रो प्रकारको विश्वास हो गाढा विश्वास । यसलाई श्रद्धा भनिन्छ । भित्रैदेखि, अन्तःस्थलदेखि अमीट रूपमा जुन विश्वास आउँछ त्यही श्रद्धा हुन्छ । श्रद्धाको शक्ति असीम हुन्छ ।

एकपटकको कुरा हो । कुनै गाउँमा एकजना सुसम्पन्न प्रतिष्ठित ब्राह्मण बस्दथे । धेरै विद्वान्, शास्त्रज्ञ पनि भएकाले तिनलाई ठूला-ठूला मानिसले पनि मान्दथे । घरमा काम गर्ने, सेवा टहल गर्ने, प्रशस्त सेवक पनि थिए । एउटा सेवकको काम केवल बिहान ती ब्राह्मणको धोती रूमाल बोकेर नदी किनारमा गएर मालिक नुहाउन्जेल र अर्पण, तर्पण गरिन्जेल बस्ने अनि फर्कदा नुहाएको धोती रूमाल पछारेर घरमा ल्याएर सुकाउने थियो । एकदिन त्यो सेवकको मनमा कौतुहल भएछ । “दिनदिनै नदीमा नुहाएर डुबुल्की मारेर पानी चढाएर के हुने होला !” एकदिन डराई डराई मालिककहाँ सोधेछ । मालिकले भने— “नुहाएर पानीको तर्पण दिएमा भगवान् खुसी भएर दर्शन दिनुहुन्छ । भगवान्ले दर्शन पाएपछि त्यो मानिसलाई सधैं आनन्द हुन्छ ।” यो कुरा त्यो नोकरलाई ज्यादै घत लागेछ । भोलिपल्ट मालिक नुहाउन लागेको बेलामा ऊ पनि पानीभित्र पसी डुबुल्की मारेर तर्पण गरेर चाँडै नै किनारमा गएर बस्न थालेछ । मालिकले पनि यो सबै देखिरहेका थिए । तर आफूलाई काममा बाधा नपरेकोले चुप लागेर बसेका थिए । एकदिन बिहान मालिक नुहाई धुवाई सकेर किनारमा जान्छन् त डुबुल्की मारेको सेवक अफसम्म उत्रेकै छैन । अचम्म मानेर हेरिरहे । सेवकलाई बगाएर

“यसो गर्न पाए हुन्थ्यो, यसो गर्न नपरे हुन्थ्यो, यसो भैदिए हुन्थ्यो, यसो नभैदिए हुन्थ्यो यस्ता इन्डबाट जो मुक्त छ त्यस्ता मानिसको लागि कुनै साधनाको आवश्यकता पर्दैन ।”

सामार- परमात्माको दर्शन (चिन्तनद्वारा)

लगयो कि ! डुबेर मर्नो कि ! भन्थानी उसले डुबुल्की मारेको ठाउँमा गई यसो के हेरेका थिए मालिकको खुट्टाले त्यो सेवकलाई छुँदा सेवक भसङ्ग भएर, जय भगवान् ! भन्दै पानी बाहिर टाउको निकाल्यो । ब्राह्मण आश्चर्य चकित भएर सोधे, ‘यत्रो बेर पानीभित्रै के गरिरहेको?’ सेवकले भने, “मालिक ! म त भगवान्सँग

कुरा गरिरहेको थिएँ !” सेवकको मुखमा देखिएको कान्तिले गर्दा मालिकले नपत्याउन पनि सकेनन् ।

भोलिपल्ट मालिकले सेवकलाई भने, “भगवान्सँग आज पनि कुरा गर्न पाइस् भने मलाई किन दर्शन नदिनु भएको भनेर सोध है !” ‘हवस् ! भनी सेवक फेरि पानीमा डुबुल्की मारेको धेरै बेरपछि निकलिएर मालिकलाई भने, ‘हजुरको कुरा भगवान्सँग सोधेको थिएँ, भगवान्ले भन्नुहुन्थ्यो ‘ती ब्राह्मण स्नान, ध्यान, अर्पण, तर्पण गर्दा कहाँ मलाई सम्झिन्छन् र । आजको उपासना कालमा पनि तिनी जेठा छोराले हिजो दिएको हरहिसाब जाँच्दै थिए ! हिजो बिहानको समयमा ती ब्राह्मण सार्कीसँग जुता सिएका ज्यालामा कसिकसाउ गर्दै थिए !’ यी कुरा सुनिसकेर ब्राह्मणले विचार गरे, हो पनि । ■

### धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू

क्र.सं. ५८५

तारा लक्ष्मी तुलाधर

क्षेत्रपाटी, काठमाडौं ।

रु. १००५/-

क्र.सं. ५८६

सल्लोना ताम्राकार

ताहाचल, काठमाडौं

रु. ११००/-



## योग अभ्यास विधि - भाग ४४

■ रेकी, योगा शिक्षक एवं प्रा.चि.डा. गोपाल प्रधान  
रेकी वैकल्पिक उपचार केन्द्र, दिव्यज्योति समूह नेपाल, भोटाहिटी, काठमाण्डौ, फोन नं: ४२२४०८५

### प्राणिक हिलिङ्ग-३

चमत्कार परिवर्तन छ, र परिवर्तन चमत्कार हो ।

गत अंकमा प्राणिक हिलिङ्ग अन्तर्गत ब्रह्माण्डमा निहित वस्तुहरू जस्तै भूमि, वायु, जल, अग्नि, जीव-निर्जीव रंग, सुगन्ध, रूप-आकार, गति आदिका शक्तिका बारे जानकारी प्रस्तुत गरेको थिएँ एवं त्यस विषयमा नियमितता प्रदान गर्न के कस्तो पूर्वाधार अपनाउनु पर्ने बारे उल्लेख गरेको थिएँ सोहि अनुरूप यस अंकमा पनि क्रमशः प्राणिक हिलिङ्ग पद्धतिका बारेमा जानकारी प्रस्तुत गरेको छु ।

कुनै पनि पद्धतिलाई शुरू गर्नु पूर्व ब्रह्माण्डमा निहित वस्तुहरूको बारे पूर्ण जानकारी हुनु आवश्यक छ । तब मात्र हामी बिना औषधि कुनै पनि शारीरिक एवं मानसिक रोग प्राकृतिक पद्धतिबाट नियन्त्रण एवं निदान गर्न सक्दछौँ । यहाँ पनि प्राणिक-हिलिङ्ग उपचार पद्धतिको लागि अति आवश्यक वस्तुका लागि अति आवश्यक वस्तु भूमि (पृथ्वी) को बारेमा जानकारी प्रस्तुत गर्न लागेका छौँ ।

भूमि अर्थात् माटो जसलाई शरीरमा मांसपेशीका रूपमा लिन सक्दछौँ । मांसपेशीका कुनै दबाव परेमा वा चोट लागेमा हामीलाई मानसिक एवं शारीरिक पिडा हुन थाल्दछ । मांसपेशीलाई स्वस्थ एवं सवल बनाइ राख्न हामीले नियमित आहारविहारले जति सहयोग पुऱ्याउँदछ । नियमित व्यायामले पनि त्यति नै सहयोग पुऱ्याउँदछ । यसैकारण सदैव स्वस्थ बन्न नियमित व्यायाम गर्न आवश्यक छ ।

प्राणिक हिलिङ्ग पद्धतिमा योगाभ्यासका लागि अति उत्तम आसन ताडासन र एक पाद आसनको बारेमा चर्चा गर्नेछौँ । योगासनको बारेमा चर्चा गर्नु पूर्व योग गर्ने मानिसले योग गर्दा पालना गर्नु पर्ने नियमहरूको बारेमा जानकारी दिदैछु-

१. सर्वप्रथम उपयुक्त स्थानको चयन गर्ने । जस्तै खुल्ला

चौर, कौसी, बगैँचा, यदि बन्द कोठामा योगाभ्यास गर्नु परे सकेसम्म चारैतिर झ्याल भएको प्रचुरमात्रामा हावा आउने र उज्यालो कोठा भए अति उत्तम हुन्छ ।

२. पिउने पानीको अनिवार्य व्यवस्था हुनु पर्दछ ।
३. पहिरन सकेसम्म खुकुलो पाइजामा, कुर्ता वा ट्राय्कसुटको आवश्यक हुन्छ ।
४. योगाभ्यास गर्ने व्यक्तिले आफ्नो मनस्थिति शान्त र विचारबाट मुक्त भई हतार नगरी हल्काहल्का गर्नु पर्दछ ।
५. कोठामा योगाभ्यास गर्ने व्यक्तिले सकेसम्म इलेक्ट्रिक सामाग्री कम प्रयोग गर्ने, टेलिफोन र डोरबेल आदि नहुनु उपयुक्त हुन्छ ।
६. योगाभ्यास गर्ने व्यक्तिले खाना खाएको चार घण्टा, खाजा खाएको दुई घण्टा पश्चात् मात्र योगाभ्यास गर्न सकिन्छ । त्यस्तै योगाभ्यास समाप्त गरेको कम्तिमा आधा घण्टा पश्चात् मात्र भोजन वा खाना खान सकिन्छ ।
७. योगाभ्यास गर्ने व्यक्तिले सफाईमा ध्यान दिन आवश्यक भएकोले योगाभ्यास गर्नु भन्दा पहिले र गरी सकेपछि नुहाउनु अति उत्तम हुन्छ । नियमित लुगा बदल्न उत्तम हुन्छ ।
८. योगाभ्यास शुरू गर्न अगाव शरीर तताउने प्रकृया गर्ने गरे शरीरमा लचकता आई योगाभ्यास गर्न सजिलो हुन्छ ।

शरीर तताउनको लागि उत्तम सुक्ष्म व्यायामहरूमा नियमित विहानको हिँडाइ, शरीरलाई सक्रिय बनाउने व्यायाम, नृत्य, एरोबिक्स वा बाहिरी खेलहरू पर्दछन् । ■

## व्यक्तिको दैनिक जीवनमा धम्मपदको उपयोग

■ शिशिल चित्रकार

आज समाज देश विश्व नराम्रो अवस्थाबाट गुजिरहेको छ र यसबाट कुनै पनि व्यक्ति अप्रभावित भएर रहन सक्दैनन् । हाम्रो देश समाजको कुरा गर्नु पर्दा खेरी हरेक क्षेत्रमा समस्या नै समस्याको पहाड छ । आम उपभोग्य वस्तुको अभाव, महंगी, मिसावट देखी लिएर कार्यालय संगठन आदिले आफ्नो भूमिका प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन गर्न नसकेको यथार्थ छ । शिक्षा स्वास्थ्य लगायतको समस्या देखि हिंसा हत्या बन्द हडतालले जनजीवन व्यापक असर गरीरहेको छ । यस्तो अवस्थामा सरकारले कुनै पनि संयन्त्रले सही निर्णय गर्न सक्ने अवस्था छैन र खाली टालटुल नीतिबाट नै कार्य भइरहेको आभाष हुन्छ ।

हरेक क्षेत्रमा हुने खराब अनि त्यस अवस्थामा बनाउने नीति कार्यक्रम आफै टालटुले नीति अन्तर्गत हुन्छ भने देश समाजले अझ पनि वास्तविक रूपमा समस्याको समाधान पाउन मुश्कील लाग्दछ । यस्तो अवस्थामा समाज देश र व्यक्तिहरू आफै फन फन समस्याको भूमरीमा फस्दै जाने मात्र देखिन्छ । आज समाज देश र व्यक्तिहरूको समस्याको सही समाधान हेतु व्यक्तिहरूलाई सही शिक्षाको आवश्यक छ, जुन शिक्षाले व्यक्तिहरूमा भएका लोभ द्वेष मोहलाई हटाउन मद्दत गर्दछ र नैतिकवान जनमत तयार गर्दछ । देश समाजमा यस्ता व्यक्तिहरूको बाहुल्य नभए सम्म देश समाज र विश्वले विकासको गति लिन नसक्नु मात्र होइन विकासको नाममा विनाशतिर लम्किनु सिवाय अर्को विकल्प छैन ।

जहाँ सम्म शिक्षाको कुरा छ संसारमा तथागत भगवान् गौतम बुद्धले दिनु भएका शिक्षा अमूल्य छ । तर नेपालको इतिहासमा राजनैतिक कारणले यो शिक्षाले वास्तविक महत्व पाउन सकेनन् । अब गणतान्त्रिक नेपालमा यसले आफ्नो गरीमा बढाउन सक्नु तथा स्कूल कलेजको पाठ्यक्रममा समेत समावेश गर्न सबै सम्बन्धित संघ संस्थाबाट विशेष पहल हुन आवश्यक देखिएको छ ।

भगवान् गौतम बुद्धले विभिन्न समयमा विभिन्न व्यक्ति भिक्षु भिक्षुणीहरूलाई विभिन्न प्रसंगमा निकै उपदेश दिनु भयो । वहाँले दिनु भएको उपदेशहरूलाई त्रिपिटकमा लिपिबद्ध भए अनुरूप सुत्तपिटको खुद्दकनिकाय अन्तर्गत धम्मपदको मात्र हामीले दैनिक व्यवहारमा ग्रहण गर्न सक्यौं भने मात्र पनि व्यक्ति समाज देश र विश्वको कल्याण हुने छ ।

अब धम्मपदको केही केही श्लोकहरू राख्नु शान्दर्भिक थान्छु ।

मगगानट्टिको सेट्टो-सच्चानं चतुरो पदा ।

विरागो सेट्टो-धम्मान द्विपदानञ्च चक्खुमा ॥

अर्थ- मार्ग मध्य अष्टाङ्गिक मार्ग ठूलो, सत्य मध्य चार आर्यसत्य ठूलो, धर्म मध्ये वैराग्य ठूलो, देव-मनुष्य मध्ये चक्षुवान बुद्ध ठूलो । (श्लोक २७३)

पापं चे पुरिसो कथिरा-न तं कथिरा पुनप्पुनं ।

न तम्मि छन्दं कथिराथ-दुक्खो पापस्स उच्चथो ॥

अर्थ- यदि पाप गरेको छ भने फेरी फेरी पाप नगर्नु, पाप गर्ने इच्छा पनि नगर्नु । कारण पाप जम्मा गर्नु दुःखको मूल हेतु हो । (११७)

अवकोधेन जिने कोधं-असाधुं साधुना जिने ।

जिने कदरियं दानेन-सच्चेन अलिकवादिनं ॥

अर्थ- अक्रोधले क्रोधलाई जित्नु पर्दछ, गलत गर्नेलाई सही गरेर जित्नु पर्दछ । झुठावादीलाई सत्यवादी भएर जित्नु पर्दछ । (२२३) (क्रोध वर्ग)

वज्जञ्च बज्जतो जत्वा-अवज्जञ्च अवज्जतो ।

सम्मादिट्ठिसमादाना-सत्ता गच्छन्ति सुगतिं ॥

अर्थ- दोषलाई दोष भनेर, निर्दोषलाई निर्दोष भनेर बुझ्ने व्यक्ति, सम्यक धारणा भएका व्यक्ति स्वर्ग भुवनमा जान्छ । (३१९)

न जटाहि न गोत्रहि न जच्चा होति ब्राह्मणो ।

यस्मि सच्चञ्च धम्मो च-सो सुची सो च ब्राह्मणो ॥

अर्थ- जटाधारी हुँदैन, गोत्र, जाति मात्रले ब्राह्मण हुँदैन, जो संग सत्य र धर्म हुन्छ, उही पवित्र हो उही ब्राह्मण हो । (३९३)

चरं चें नाधिगच्छेय्य-सेय्य सदिसम'त्तनो ।

एकचरियं दल्ह कथिरा-नत्थि बाले सहायता ॥

अर्थ- सक्नुजेल आफु भन्दा उत्तम व्यक्तिको सतसंगत गर्नु, अथवा आफु समान व्यक्तिहरूसंग सतसंगत गर्नु, त्यस्तो व्यक्तिहरू छैन भनी बाल-मूर्खहरूको सतसंगत गर्नु भन्दा दृढतापूर्वक एकलै नै विचरण गर्नु उत्तम । (६१)

भगवान् गौतम बुद्धले फरक परिस्थितिमा यी श्लोकहरू बताउनु भए पनि आज देश समाज विश्व र समाजको भयावह अवस्थालाई मध्यनजर गर्दा यो शिक्षाको प्रयोग गर्न सकिने देखिन्छ । समाज देश र विश्वलाई विकासको गतितिर लम्काउन व्यक्तिहरूमा नैतिकताको आवश्यकता अपरीहार्य छ भने देशले यस्तो शिक्षा दिनु आजको आवश्यकता हो ।

सबैको कल्याण होस् ! सबैको मङ्गल होस् !! सबैको भलो होस् !!! ■

# बुद्ध धर्म : विशुद्ध व्यवहारिक-मानवीय धर्म

■ आयुष्मान् शाक्य 'सम्मान'

बुद्ध धर्म धइगु विशुद्ध ज्ञानमार्ग खः । थम्हं मसःगु-मथुगु सत्य खँ थुइका सही शिक्षा कया थःया लागि थः हे सक्षम जुईकेया लागि बुद्ध धर्मया शिक्षा सकसितं आवश्यक जू दु । अथे जुगुलिं 'थःया लागि थः हे जः जुया बिइगु, थःया लागि थः हे भरोसा जुइगु' धका भगवान् बुद्ध धयाविज्यागु दु । अथे खसां गुलिखे मनुतः भक्तिमार्गीय जक प्यपुना सुं नं द्यो, ईश्वर वा प्रभुप्रति आस्था तथा विश्वास याना पूजाभाव, प्रार्थना, कर्मकाण्ड यानागुया प्रभावं थःयात आशीर्वाद दया कल्याण जुइगु व थःम्हं यानागु फुककं अकुशल पापकर्म क्षमा जुया सुख जुइ धका विश्वास याना थःयागु चित्त न्ह्याक्व हे अकुशल जुसां, न्ह्याक्व हे क्लेश-उपशं (चित्तया मलं) जाकलय् च्वंसां थः शुद्धम्ह, उच्चम्ह म्यपिं अशुद्ध-हिनपिं धका अभिमान पिकयाः मिथ्यादृष्टि लाका च्वंगु दु । गबलय् तक ध्वज्यागु मिथ्या विश्वास याना च्वनि उबलय् तक वं थःयागु चित्त शुद्ध गबले हे याय् फइमखु । अशुद्धगु चित्त न्ह्याबले हे मभिंगु बाँमलागु पाप (अकुशल) कर्म जक याइ । अज्यागु पाप कर्मया फल नं मभिंगु दुःखदायक हे जुक्क पिहां वया थःम्हं तुं व दुःख भोग याय् माला लिपा पश्चाताप याना च्वने मालिगु जुई धासा शुद्धगु चित्त न्ह्याबले बाँलागु पुण्यया ज्या याइ । पुण्यया ज्या याइम्हेसित (कुशल कर्म याइपितं) गबलेहे पश्चाताप चाय् मालि मखु । उकियागु फल नं सुखद हे जुया च्वंगु दइ । अज्यागु पुण्यया कारणं वयागु मन आनन्दित जुया शरीरयात शान्तं तय फयकाः चित्त एकाग्र याना समाधि पाखें मन क्वसाय्का सत्यज्ञान खँके फइ ।

शुद्ध जुइगु धका न्हिन्हि तःतः धँगु तिर्थयजक वना लखं म्ह सफा याना जक शुद्ध जुइमखु । लखं शुद्ध जुइगु खसा न्ह्याबले लखयजक च्वनाच्वनिम्ह न्याः यक्को जुइमागु खः । लखं शरीर जक शुद्ध जुइ । बुद्धयागु उपदेश शिक्षां चित्त शुद्ध जुइ । चित्त शुद्ध याय्या लागि बुद्ध धर्मयात बाँलाक्क थुइका चित्तया बशय् थः मच्चंसे थःयागु चित्तयात म्हसिका चित्तयात थःयागु बशय् तथा लोभ-द्वेष-मोहयात सालुका यकेमा । जीवन सुख जुइकेया लागि सुयागु भक्ति याना मखु विशुद्धगु सहि-सत्य ज्ञानयात म्हसिका वहे लंपुं वने सयके मां ।

अथे जुगुलिं बुद्ध धर्म धइगु सकसितं मङ्गल जुइगु धर्म खः । सकल मानव जातियात आवश्यक जुगु शिक्षा खः । गुबलय्तक जन्म दइ अबलय्तक मनु दइ, मनु दया च्वंतले दुःख दइ, दुःख दया च्वंतले बुद्धया शिक्षा आवश्यक हे जुया च्वनि । अथे जुगुलिं बुद्धया शिक्षा न्ह्याम्ह मनुतय्तनं लागु जुइगु शिक्षा खः । थ्व धर्म छुं जाति विशेष, समूह विशेष, सम्प्रदाय विशेषया लागि जक मजुसे विशुद्ध मानवीय धर्म खः ।

कल्पना व अन्धमान्यताय् लाना च्वंपित यच्चक जः क्यना सहि छु खः गलत छु खः धका थम्हंतुं स्वयं सयके बिइका भव संसारया फुकक नियमत म्हसिका अन्धविश्वास पिहां वय्या लागि भगवान् बुद्ध प्यंगूआर्यसत्यया खँ कना बिज्यागु दु - १) दुःख

सत्य, २) दुःख जुइगुया कारण, ३) दुःखया निवारण, ४) दुःख मदय्केगु लंपुं ।

भगवान् बुद्ध दुःख फुकेया लागि दकलय् न्हापां दुःख छु खः दुःखया परिभाषा थुइगु कथं देशना याना बिज्याना तगु दु - जन्म जुइमागु दुःख, बुराबुरी जुइमागु दुःख, रोग कय्केमागु दुःख, सिनावने मागु दुःख, मयोपिनाप च्वनेमागु दुःख, योपिनाप बाय् मालिगु दुःख, थम्हं धइथें छुं मदइगु दुःख, सक्षिप्तं धायगु खःसा पञ्चस्कन्ध (रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार व विज्ञान) यात धारण याना च्वनेमागु हे दुःख ख ।

अज्ञानि जुइगु धइगु हे दुःख उत्पन्न जुइगु मुख्य कारण खः धका थुइका बिज्याना प्रतित्यसमुत्पाद (भव संसारया चक्र) धइगु हे दुःख जुइगुया चक्र खः धका दुःख जुइगुया कारण देशना याना बिज्यात । अविद्याया कारणं संस्कार दइ, संस्कारया कारणं विज्ञान दइ, विज्ञानया कारणं नाम व रूप दइ, नाम व रूपया कारण पदायतन दइ, पदायतनया कारण स्पर्श जुइ, स्पर्शया कारण वेदना जुइ, वेदनाया कारण तृष्णा जुइ, जन्मया कारण बुराबुरी जुई, सीनावने माली, शोक जुइ, ख्वय्मालि । थबैयाना हे अविद्विन्न रूपं छगुलिं म्यगु जुया निरन्तर भवसंसार न्ह्यावना च्वंगु दु । थ्व चक्रया दुने लाना च्वंतले जन्म जुया च्वंगु दइ । जन्म जुया च्वंतले दुःख दया च्वंगु हे दई । थ्व हे दुःख जुइगु मु कारण खः ।

अविद्यायागु थासं प्रज्ञा उत्पन्न याना कामविषययागु दुर्गुण म्हसिका उकिजक प्यपुना मच्चंसे चतुर्प्रत्यय (प्यंगु आधारभूत आवश्यकता- नय्गु, पुनेगु, च्वनेगु, वासः) यागु मात्राज्ञान दय्का उकि तृष्णा मतःसे जि-जिगु धइगु भावना ब्वमलंकुसे उपादानय् मवनेगु धइगु हे दुःखया चक्र पिहां वय्गु खः धका उपदेश याना बिज्यात ।

कामविषययागु दुर्गुण धवाथुइका बिइत भगवान् बुद्धं तःजी कथंयागु उपमातः कनाबिज्यानातगु दु । व उपमातः मध्ये खिचाँ ला मदगु क्वयँ न्ह्येगु च्वनिबले न त खिचाया प्वाः हे जाइगु खः न छुं हे सवाः वइगु खः । खिचाया म्हुतुई क्वयँ नं सुया म्हुतँ हि पिहाँ वयु धुँकि अयसाँ व खिचाँ क्वयँ न्ह्येगु मत्वतुसे थःयागु हियात सवाः कया साः ताय्का क्वयँयागु हे सवाः खः धका बिचाः याना थःयागु हि थःम्हं तुं घुतुका च्वंगु दइ । उलिजक मखु म्यपिं खिचांत वया व क्वयँ लाका काइ धका ग्याग्याँ भ्रनभ्रन न्याक्क न्याक्क न्ह्येया च्वंगु दइ । क्वयँ न्ह्येगुया कारणं थःयात जुगु घायात स्याः ताय्का क्वयँ न्ह्येगु त्वता छ्वगु खःसा खिचायात क्वयँनं पीडा बिइ फइमखु । वयँत कामविषय भोग धइगु नं उकिं भित्त सुख बिइगु सिबें उकिं भित्त तुं दुःख ब्वलना जक वइगुस खः । अथेखसां भिसं कामविषययात थःयागु लक्ष्य ताय्का व दुःखयात दुःख धका मताय्कुसे उकिहे न्याक्क प्यपुना थःयात थम्हंतुं दुःख बिया च्वंगु दु । अथे जुगुलिं दुःखयात दुःख धका म्हसिका उकि अलग्ग जुइगु धइगु हे दुःख मदय्केगु खः ।

भीके दशाचंगु व भीसं खना च्वनागु गुलि नं रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार, विज्ञान फुकं हे अनित्य खः, अनात्मा खः, दुःख खः । छाया धासां व फुकं हे भीगु वशय मद्, भीसं धायें मद् । अथे जुगुलि व फुकं भीगु मखुत । ध्व फुकं हे हिलाः वनिगु, फुना वनिगु, स्यना वनिगु स्वभाव धर्मतः खः । अथेजुगुलिं थःयागु मखुगुलिं आशक्त जुया जि-जिगु धका उक्रियात आत्मीयता दय्का मिध्यादृष्टी लाकाः प्यपुना च्वनेगु धइगुहे दुःखय् तकेना च्वनेगु खः । दुःखय् प्यपुना, दुःख भोगेयाना, दुःखयात हे जि, जिगु, जिगु आत्मा धका अभिमानी जुया च्वनेगु हे धाहाँ वय् मफय्क दुःखया गालय् भन्नुभन्नु स्वचाःवनेगु जक खः । अथे जुगुलिं थुकियागु स्वभाव धर्म म्हसिका अनित्य, अनात्मा, दुःखयात थुइका जि-जिगु भावनां अलग्ग जुया च्वनेगु धइगु हे दुःखनाप तापना च्वनेगु खः । ध्व हे दुःख फुका छ्वय्यगु उपाय खः ।

भगवान् बुद्धं दुःखं थिइ मफय्क सरल व सन्तुष्ट किसिमं जीवन हनेतः आर्य अष्टांगिक मार्गया लंपु क्यना बिज्यात । गुगु मार्ग मध्यम मार्ग खः । शरीरयात अति सुख बिइगु व अति दुःख बिइगु धइगु अतिमार्ग खः । अति मार्ग धइगु हे दुःख जुइगु मार्ग खः । अथे जुगुलिं मध्यम मार्गय् न्हावनेगु धइगु हे सुख जुइकेगु मार्ग खः । १) सम्यक दृष्टि, २) सम्यक संकल्प, ३) सम्यक वचन, ४) सम्यक कर्मान्त, ५) सम्यक आजिव, ६) सम्यक व्यायाम, ७) सम्यक स्मृति, ८) सम्यक समाधियात आर्यअष्टाङ्गिक मार्ग धका धाई ।

बुद्ध धर्मयागु मुख्य शिक्षा धइगु हे छुं नं प्रकारयागु पाप मयायगु, पुण्य सञ्चय न्हाबलें यायगु, शील पालना याना थःयागु चित्त शुद्ध यायगु, सुइतं गबलेंहे निन्दा व हिंसा मयायगु, आहार यागु मात्राज्ञान दय्का स्मृतिपूर्वक अप्रमादि जुया च्वनेगु, सत्य खँ खँकेया लागि एकान्तय् च्वना ध्यान यायगु खः ।

भगवान् बुद्धया धर्मया खँत स्वसां चिकिचा धंगु सुक्ष्मगु खँ थें च्वनि तर उकि दुहाँ वने बले तसकं विशाल तधंगु खँ चूलाः वई । बुद्ध धर्मया खँ खय्तः ला प्यंगु आर्यसत्यलय् दुध्यागु जक खँ खः तर अध्ययन यात धासा विशाल समुद्र थें जागु खँ चूला वई ।

बुद्ध धर्मया शिक्षा धैगु सय्का सिइका पण्डित धाय्का जक जुइया लागि मखु उक्रियात दुनं निसें चाय्का उक्रियात व्यवहारय् छचलेत खः । बुद्ध धर्मया शिक्षा थुइका थः यागु व्यवहारे छचलेगु धइगु हे धायें बुद्धया पूजा यागु जुइ, थःमं स्युगु ज्ञान मथु-मस्युपित थुइका बिइगु धइगु हे धायें हे बुद्धयात सेवा याना सकसितं भिं जुइगु लंपु केना बिइगु खः । बुद्ध धर्मया शिक्षा कायगु धइगु हे त्रिपिटक अध्ययन याना अथवा थःस्वयाँ सःस्युपिनाप धर्मया खँ न्यना, धर्मया विषयलय् छलफल याना खः ।

मनु जन्म जुइ धुंका म्वाय् माल, म्वाय्या लागि म्वाय् सय्के माल, म्वाय् सय्केया लागि शिक्षा माल । मनु जुया म्वाय् सय्केगु शिक्षा धयागु हे बुद्ध धर्मया शिक्षा खः । मनुतय्सं थःयाके दुगु बाँमलागु स्वभाव, विचार, बानिव्यहोरा गबलें हे परिवर्तन याइ नं मखु इमिसं थःयाके दुगु बाँमलागु-बाँलागु स्वभाव-विचार वाः चाइनं मखु । मनुतय्सं मनु धाय्का जन्म काय् धुंका मनु जुया म्वाय्त थःयाके दुगु दुर्गुण व सुगुण थःमहतुं खंका दुर्गुणयात फुका

सगुण अप्वय्का यंके फय्केमा । अले तिन व मनु धायेंयाम्ह मनु धाय् योग्यम्ह मनु जुइ । वहे मनु सकसियां प्रिय, आदरणीय, अनुकरण याय् योग्यम्ह पात्र जुइ । अज्यापिं मनुतयत् भगवान् बुद्धं नं उच्चम्ह पुद्गल व थःयागु शोभाव-बानी म्ममस्युम्ह मनुतयत् हीनम्ह पुद्गल धका धयाबिज्यागु दु ।

छें मि च्यातधासा छें जक मिं नइ । तर लोभरूपि मिच्यात धासा समाजतकं च्याका बिई । थौया ध्व समाज लोभया मि च्याना च्वंगु समाज खः । थःमहतुं मि च्याका थःयाततुं व मिं पुका दुःख तायाका भःभः न्हाया मनुतः जुयाच्वंगु दु । अथ्य ख सां ध्व मि गालं गबलेंहे धाहाँ वय्गु-इच्छा मयासे ध्व हे मिं भष्म जुइ न्हायापिं गुलिखे मूर्खं मनुतयत् बुद्ध धर्मयागु शिक्षा यः मताय्का । इमिसं ध्व शिक्षायात अव्यवहारिक धका नं धया च्वंगु खने दु । अज्ञानि अशिक्षित मसःमस्यु पितं जक ज्ञानया खँ सेनेकने याना थुइका बिइ फइ । मूर्खं तयःत ज्ञानया खँ विषसमान जुइ । अज्यापिं मनुत भौतिक लाभयात हे मुख्यगु लक्ष्य ताय्का भौतिक सुखयात धायेंयागु सुख धका भाःपिना भौतिक लाभया लागि थःयागु शरीर जीर्ण (अश्वस्थ) जुइक नुगलय् मिं पुका, थःयागु सम्पत्ति फुनावनि, तनावनि, म्यपिसं लाका काइ धइगु भयलं नुगलय् न्हाबलें क्वतेका, म्यपिनाप द्वेष पिकना, घृणा याना, थःनं म्यपिनि घृणाया पात्र जुया न्हाबलें अशान्ति च्वने न्हायापिं मूर्खं त खः । गबलें हे सिना वने म्वागु जीवन थें तायका म्यपिनाप वैरभाव याना, छन्हु ला सकतां त्वता वने मानिगु खँ ल्वमंका सम्पत्तिया लागि जक व्वायं जुया च्वनि । अज्यापिसं शान्तिया अर्थ छु थुइ । गन लोभ तृष्णाय् लाका सम्पत्ति सइग्रह यायगुलय् जक भुलय् जुइ अन गबलें हे शान्ति दइ मखु । थःयागु चित्त नं अशान्ति जुइ, वं म्यपितं न शान्तिं तय फइ मखु । ल्वापु-ख्यापुया मुख्य कारण नं लोभ, तृष्णा हे खः । मूर्खतयत् सां ह शिक्षा यइ मखु, अथे जुगुलिं हे अव्यवहारिक धागु जुइफु । भगवान् बुद्धं देशना याना बिज्यागु दु- मूर्खपिनिगु बुद्धि फुकं अनर्थ याइगु जुइ, थःयागु मूर्खताया कारणं सुख जुइगु थःयागु भविष्ययात स्यंका छ्वइ ।

थःयागु शरीरय् किना च्वंगु फोहर थःयागु मिखाँ खँका, उक्रियात फोहर धका म्हसिका, फोहरया दुर्गन्ध थःयात मयो ताय्का, फोहरं याइगु दुष्परिणाम (हानि) यात म्हसिलकि वं व फोहर सिला, वाँछ्वया फोहरयात अलग्ग याना फोहर मदय्का छ्व थें थयागु चित्तय् थाना ध्वंगु फोहरयात नं थमहतुं खँका उक्रियागु आदिनव (दोष) यात म्हसिके फत कि वं व चित्तया फोहर वाँ छ्वइ ।

मूर्खं तय्सं थःयाके दुगु चित्तया फोहरयात गबलेंहे खंकेगु प्रयास याइ नं मखु उक्रियात फोहर खः धका नाला काइ नं मखु । उक्रियागु दुष्परिणाम म्हसिका उक्रियात वाँ छ्वय्यगु धइगुला तापागु खँ खः । थःज्यागु फोहर वाँ छ्वय्या शुद्ध चित्त जुइगु खँ ल्हात धासा अव्यवहारिक खँ ल्हात धका शुद्धगु ज्ञानया खँ त नं अशुद्ध कथं लाना काइ । अथ्य जुगुलिं मूर्खया संगत गबलेंहे याय् मज्यू । पापि व अधम मनुतय्यु संगत गबलें हे याय मते धका भगवान् बुद्धं धया बिज्यागु दु ।

(\* विचारथी, त्रिपिटक ज्ञान कक्षा, खुसिंजु)

## भूत धर्मया अभ्यास व आवश्यकता

■ नानीशोभा मानन्धर\*

सत्य अनुसन्धानया ज्या व्यक्ति यागु थःगु याकः चिगु हे ज्या खः । सत्य प्राप्त यायेत व्यक्ति हे कृत यायेमाःगु थ्व निर्विवाद विषय खः । अथेसनं थुगु ज्या आपालं मनूतयसं यायेगु सु-अवसर दयकेगु लागी थुकिया लागि माःगु पूर्वाधार तयार यायेत व्यक्तिपिं छपुचः मुनाः संगठित जुयाः ज्यायाय्माःगु आवश्यक जु । भगवान् बुद्ध भिक्षुपिनिगु संघ दयका बिज्याना बहुजन हिताय प्रचार याय्गु उजं नं थ्व हे अभिप्रायनं याना बिज्यागु खः । थ्व हे अनुरूप थौं कन्हे बुद्धया श्रावक पिनिगु संघ बाहेक भिक्षुपिनिगु नेतृत्वयं उपासकपिनिगु संघ नं थ्व ज्याया लागि तत्पर जुया च्वंगु दु । थ्व धात्ये शुभ लक्षण खः ।

नेपालय् नं बुद्धयागु शिक्षा प्रचार प्रसारया लागि विभिन्न संघ संस्थापाखें बुद्धयागु परियत्ति शासन प्रतिपत्ति शासन अले पतिवेध शासनया लागि कृतः याना च्वंगु नं दु । तर थ्व छगू विडम्बना खः । थुजागु महान उद्देश्य स्थापना जुइगु जुयाच्वंगु थ्व संस्थाया कार्यकर्ता पिनि दध्वी चिची धगु खंय विभिन्न मत भेद यानाः संघ संस्थायात मत्वःगु वातावरण नं वया च्वंगु भूसिं खना हे च्वनागु दु । गुकि यानाः कर्पिन्त हित याय्गु उद्देश्य तयाच्वंपिं थः हे सहायताया पात्र थें जुयाच्वंगु दु । कर्पिन्त वासः याय् धकाः जुयाच्वंपिं थः हे रोगी जुइका उपचारया पात्र जुयाच्वंगु दु । थुकिया मू कारणयात बालांक वाला स्वत धाःसा संस्थाय् दुने च्वंपिं मनूतयगु निहित स्वार्थया तकराव, थम्हं उगु संस्थाय् ज्या याना च्वनागु थाय् उद्देश्य बिचलित जुइगु स्वभाव बौद्ध संस्थाया मार्फत वइगु क्षुद्ध लोभ लालचय् तक्यनेगु स्वभाव हे मू कारण धयागु स्पष्ट जुई ।

थुजागु विभिन्न मतभेद व तरकावया स्थिति मक्यकेत प्रमुख आवश्यकगु विषय खः । धर्मप्रति पूर्ण समर्पितगु भावना, धर्मया मर्म बांलाक थुइकेगु अभ्यास यायेगु । धर्मयात केवल "Side Job" थें तायका मन बहले यायेगुया रूपे हलुका रूपं मकायेगु यायेमाः थें च्वं, जिगु अनुभव व बिचारे । थथे धर्मया यथार्थता दुखः धकाः सीवं उकिया प्रति समर्पित जुइक स्वभाव दै । थुजाःगु समर्पित भावना याइगु ज्या हे धात्ये प्रभावशाली जुइगु खंय निगू मत जुइमखु थें च्वं, धकाः जिं ताया । प्रत्येक बौद्ध संस्थायात थुकथं हे न्ह्याः वनेत जिं इनाप यासैं दुनुगलं निसैं गर्वया स्वाँ ह्वेयकाः शुभकामना बियाच्वना सकल सितं ज्या याना यकें फय्मा धैगु जिगु उद्देश्य खः । सकसितं भितुना हाकन छकः । "सकसितं मंगल जुईमा" "सुभाय्" !

(\* टैकू, पचली मार्ग)

## शिलधर्मयहे बुद्धधर्म

■ अमृतमान शाक्य भिक्षु (इतुम्बाहा ये)

पवित्र धर्ति जन्म थःजुया

धर्म छु खः पाप छु खः

मचा जुया म्वानासु पिकया

अनाथ जुयाः छुं छुं मसिका ।

शील समाधि प्रज्ञा ज्ञान थुइका

गथे धर्म मधाय् जिन

धुप दीप, पुष्प नैवद्य तयां जुइला धर्म

तामासे धर्म गथे मधाये ।

लाछी मलाछी ब्वाःब्वाः जुया चित थागा मद्दु

मिःखा निगः त्वले जुइव न्हाय्पं तिस्वाना

धर्मरस फया काइम्हः वला न्ह्योने मद्दु

म्हः ब्वः जक दया छुयाय् वंयाय्फूगुमखु ।

मचा धका धाये मते चित्त इमिकेनं दु

मागु थासे धर्मया रस न्यके फु

गथे मधाय् सत्य मचाते दु

बुद्ध धर्म संघया भक्त गथे मधाय् ।

## अशोक चण्डाशोक वीत्तशोक

■ बुद्ध शाक्य (यल)

द्वारया शक्ति व सम्पत्ति ज्वनाः

पिने च्वना च्वंम्ह कुमार च्यात ।

थः दुनेयायु राग चेत ज्वालां

दाजु किजा सकल विलिन यात ॥

गुलिदत । कयां गुलिमत मकया ।

न्ह्योने च्वंपिनि नं वाः मद्दु भ्रःसु !

मलाका हिलेवं थः थःगु कासा ।

बिईला सम्पन्नता जीवन चित्तासु ?

खःका खः स्वयं दयेकेगु कुतलं

मात्र प्राणीयात हे शान्ति उगल ।

थासं थासय् करुणाया बुंगाः तुं ।

स-स्नेहया तन मन जीवन शुबक ॥

रागमिं दुनेया वितराम नुगलं

चण्डाल अशोक थौं वीशोक जूल ।

ता-पाक थ्यंकल वं जम्बुदीपं ।

युग युग च्याईगु व मैत्री दीप ॥

## धर्मसंवेग लिसे बुद्ध वचन

■ व.आ. कनकद्वीप

आ: गथे याये ।

जिं थःगु मन धर्मय् छुवये लिवाका चवना धइगु वा: चायेकल कि धम्म पदया ध्व गाथा नं लुमना वइ । न्ह्याब्लें न्ह्याथासं नं दकल्य् न्हापां मन निं न्ह्यःज्याइ । मनं भिंगु भाःपिल धाःसा भिं जुइ । भिं खँत मन लिसे लिसें वयाचवनी । पाली त्रिपिटकं ग्रन्थय् ८४००० बुद्ध वचन मुंकातःगु दु । सब्ब पापस्स अकरणं (पाप छुं हे याये मत्यः) कुशलस्स उपसंपदा (भिंगु ज्या फुक्कं या) सच्चित्त पारयोदपनं (थःगु मन पवित्र याना ति) एतं बुद्धानु शासनं (ध्व हे बुद्ध शासन खः) ।

उकिं भीति मखुगु, मज्जुगु, मभिंगु ज्या याये मते धकाः गना तल । १. स्वइतं स्याये मते २. खुया कायेमते ३. व्यभिचार यायेमते । ४. फत्ता खँ ल्हायेमते । ५. छाःगु वचन ल्हाये मते । ६. चुक्कली खं ल्हाय्मते । ७. म्वाःमदुगु गफ याये मते । ८. काय्योगु पदार्थ सेवन यायमते ।

काय, वाक्क, चित्त शुद्ध यात कि आचरण नं शुद्ध जुइ । अले तिनि भीसं दान, शील, समाधि, प्रज्ञा इत्यादि पूर्वके फइ । कुशल धर्म सीके फइ । भी तसकं लिमलाःपिं मनूत भौतिक संसारय् ब्वाँय् ब्वाँय् जुयाचवना । धर्मय् वनेत मन भसँग मवनि । बेहोसय् लाना चवन तिनि । ध्यवा कमे याये हे मगाःनि । छेँ बूँ दयेकेमानि । कलाः मचा खाचा स्वयेमानि । लिमलाः । आसे बुद्ध वचन कन्हय् जक हे न्यने ला ? थौं लिमलाः नि । थथे धयां छु याये ? प्वाक्क थः हे मफयेफु । जीवनय् वइगु दुर्घटनात यक्व दु । भौतिक दुर्घटना, प्राकृतिक दुर्घटनात दु ।

इलय् हे वाः चायेकेगु बांला । उकिं म्होतिं नं पंचशील पालना याना चवनेमाः । धर्म धकाः मेगु छुं याना जुइम्वाः । छः चाःहिउवने स्वयां मन थातय् तथा जूसा गाः । लाःसा भी प्रज्ञा मद्दिनिपिं मनूतसें ध्व हाहाकारया संसारय् बुद्धया खँत थौं न्यने मलाः धकाः नं धायेफु ।

ततःधंगु देशया आपालं साहुत थौं ध्यवा दःसां मन अशान्त जुयाः अन वने थन वने मदयेकाचवंगु दु । उकिं मन थातय् तयेतसां बुद्ध वचन लुमंकेमाः ।

न्ह्यापा तसकं ग्यानापुम्ह जुजु अशोक लिपा छाया शान्त जुयावन धाःसां निगोध भिक्षुं वयात वाःचायेका बिल ।

भी मनूतसें धर्मय् वाःचायेके फत धाःसा च्याना चवंगु मन नं शान्त जुयावनी । क्लेश मदया वनी । दुःखं मुक्त जुइफइ । न्हापां मन वनी । मनं मभिंगु भाःपिल धाःसा मभिनी । भिंगु भाःपिल धाःस भिनी । गाडायया घःचा दहनं ल्यू ल्यू सालायंकी थें खः ।

मनूतय् तसकं लिमलाः । सुख माःवनाचवंगु दु । सुखया दे तापाः मजू । लिकसं खः । अथेसां लँ जक तनेयः । धम्मपद गाथां लँ क्यानाबी । व लँय् वनेत न्ह्यलं ब्वायेमजू । वाः चायेकाः न्ह्यज्यायेमाः ।

महापरिनिर्वाण सुत्त कथं “मन थःगु बसय् ति, मन लिसे थः ब्वाँय् जुइमते” धाइ । व धाःगु छु धाःसां भीपिं न्ह्याब्लें अप्रमादी जुयाः होसय् च्वंचवनेमा धाःगु खः । उकिं अहं मदयेकाः अनित्य थुइकाः व उन्माद मजुइक म्वाये फयेकेमा : । अहं: मनूयात कइगु दकल्य् बाँमलाःगु ल्वय् खः । अनित्य मथुल कि हे मनूत भवसागरय् तक्यना चवनीगु खः । अथेहे उन्मादी जुयाचवन धायेवं न्ह्याथासं असफल मजुइ हे मखु । अथे जुइमते । बुद्धं न्ह्यागुं खँ ध्वाथुइक कनाबिज्याः । छन्हु कोशाम्बीया बनय् थः ५०० म्ह भिक्षुपिं लिसे धर्म देशना यानाचवंबलय् वसपोलं बँय् हायाचवंगु छम्हू सिमा हः कयाबिज्यात अले भिक्षु समूह याके न्यानाबिज्यात - श्रमणपिं, जिं सिमाहः छम्हू ल्हातय् कया तथा । ध्व हःया महत्त्व अप्वः लाकि सिमाय् चवंगु हलय् महत्त्व अप्वः दु ?

“सिमाय् चवंगु हःया महत्त्व दु” सकल भिक्षुपिसं लिसे बिल ।

ध्वहे खँय् भी खँल्हाबल्हा यायेमाःगु खः । बुद्ध उपदेश कथं धयाबिज्यात “सकस्यां धाःगु खँ खः । अथेसां जिं ध्व हाया वयाचवंगु हःयात महत्त्व बियाचवना । न्हायपं बियाः न्यं चतुआर्य सत्यया खँ कथं ध्व हाया वयाचवंगु हः आयु फुइत जक हायाचवंगु मखु । प्रकृति हिलाबुला याकाचवंगु नं खः ।

सिमाय् यक्व हः दयावइबलय् हाया नं वइ । भीगु जीवनय् नं सुख लिसे दुःख व दुःख लिसे सुख अथे वइ वनी । वाः चायेका चवनेमाः । (संयुक्त निकाय) ।

सकल मनूतसें दुःखं मुक्ति जुइगु लँपु खंके फयेमा ।

### धर्मकीर्ति विहारमा ५ व्यक्तित्वहरूलाई सम्मान



सम्मानित व्यक्तित्वहरू क्रमैसंग पं. बद्रीरत्न वज्राचार्य, लोकदर्शन वज्राचार्य, पद्मज्योति कंसाकार, सानुराजा शाक्य, सूरज शाक्य (बाँयाबाट दाँया)

०६५ पौष १, धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः ।

यसदिन धर्मकीर्ति विहारले एक सम्मान कार्यक्रमको आयोजना गरी ५ जना महानुभावहरूलाई सम्मान गरी उहाँहरूको कार्यमा उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गरिएको थियो ।

भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको सभापतित्वमा संचालित उक्त कार्यक्रममा भिक्षुणी धम्मवतीले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो भने मीना तुलाधरले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो । कार्यक्रम प्रफुल्ल कमल ताम्राकारले संचालन गर्नु भएको थियो ।

सम्मानित व्यक्तित्वहरूलाई भिक्षुणी धम्मवतीले सम्मान पत्र प्रदान गर्नुभई उपहार पनि प्रदान गर्नुभएको थियो । यसरी नै धर्मकीर्ति संरक्षण कोषका उपाध्यक्ष द्रव्यमान सिंह तुलाधर लगायत यस संस्थाका अन्य पदाधिकारीले पनि सम्मानित व्यक्तित्वहरूलाई सम्मान गर्नुभएका थिए भने धर्मकीर्ति विहारका अन्य उपासकोपासिकाहरूको तर्फबाट पनि खादा ओढाई सम्मान गरिएको थियो ।

बुद्ध शिक्षा प्रचार प्रसार कार्यमा पुऱ्याउनु भएको उल्लेखनिय योगदानलाई कदर गरी सम्मान गरिएको उक्त कार्यक्रममा सम्मानित व्यक्तित्वहरू मध्येका कोही व्यक्तित्वहरू विश्व बौद्ध भातृत्व संघ एवं विश्व बौद्ध युवा संघको विभिन्न पदमा निर्वाचित व्यक्तित्वहरू पनि हुनुहुन्छ ।

यस कार्यक्रमसंग सम्बन्धित उहाँहरूको विशेष परिचय यसरी रहेका छन्—

१. लोकदर्शन वज्राचार्य—

वश्व बौद्ध भातृत्व संघमा नेपालको तर्फबाट प्रतिनिधित्व गर्नुभई उक्त संघमा उपाध्यक्ष पदमा बहाल रही धेरै वर्षसम्म सेवारत रहनु भएको हुँदा उहाँको यस अमूल्य सेवाको कदर स्वरूप उहाँलाई यस वर्ष जापानमा संचालित विश्व बौद्ध सम्मेलनमा उक्त संस्थाले सुवर्ण पदक प्रदान गरिएको थियो ।

२. पण्डित बद्रीरत्न वज्राचार्य—

धर्मोदय सभा नेपालको अध्यक्ष पदमा मनोनित ।

४. पद्म ज्योति कंसाकार—

विश्व बौद्ध भातृत्व संघको उपाध्यक्ष पदमा मनोनित ।

४. सूरज शाक्य—

विश्व बौद्ध भातृत्व संघको उपाध्यक्ष पदमा मनोनित ।

४. सानुराजा शाक्य—

विश्व बौद्ध भातृत्व संघको सह-कोषाध्यक्ष पदमा मनोनित ।

उक्त कार्यक्रममा भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरले प्रवचन गर्नु भएको थियो ।

सम्मानित व्यक्तित्वहरूबाट क्रमैसंग आ-आफ्नो मन्तव्य पनि व्यक्त गरिएको उक्त कार्यक्रममा सभापतिको आशानबाट भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरले मन्तव्य व्यक्त गर्नुभई कार्यक्रम समापन गर्नुभएको थियो ।



## प्रमाद आदि वर्ग

२०६५ कार्तिक १६ गते

प्रवचक- मदन रत्न मानन्धर । प्रस्तुति- शान्ति शाक्य ।

अंगुत्तर निकाय अन्तर्गत नवौं (९) वर्ग प्रमाद आदि वर्गको विषयमा मदन रत्न मानन्धरज्यूबाट प्रवचन दिनु भएको थियो । प्रमाद आदि वर्ग त्रिपिटक भित्र सुत्त पिटक अन्तर्गत अंगुत्तर निकाय एकक निपात भित्र नवौं वर्गमा पर्दछ । यसमा १७ वटा सुत्रहरू छन् ।

अंगुत्तर निकाय भनेको चित्तको वर्णन गरिएको सुत्त हो । प्रमाद भन्नाले वेहोशीपन वा होश नभइकन हुने कर्म हो । जसबाट मानिसलाई फाइदा वा वेफाइदा हुनसक्छ । अझ राम्ररी भन्ने हो भने प्रमाद भित्र मोह लुकेको हुन्छ । मोहले मानिसलाई क्लेश उत्पन्न गराउँछ । मोहमा अज्ञानता लुकेको हुन्छ । मोहले मोहित गऱ्यो कि बुद्धिलाई भ्रमित (मुदित) पार्दछ । प्रमाद शब्द पालिभाषाबाट 'प+माद' बाट बनेको हो । 'प' को अर्थ त्यहिको त्यहिं (On the spot) मादको अर्थ वेहोशीपन (Unawareness) । वेहोशीपनले भएको काम त्यहिको त्यहिं प्रतिफल प्राप्त हुनु हो ।

प्रमादले मानिसलाई अर्थकारी र अनर्थकारी अथवा फाइदा र वेफाइदा दुबैमा कुनै एक हुन सक्छ । अर्थकारीमा आर्थिक रूपमा, भौतिक रूपमा सुख सुविधा र सन्तुष्टी दिए पनि अन्तमा असन्तुष्टी र दुःखमय सिर्जना हुन्छ । तर अनर्थकारी चाहिं सधैं अकल्याणकारी, अहितकारी, असन्तुष्टी र दुःखमय हुन्छ । यो सबै पक्षलाई समानरूपमा लागु हुन्छ ।

त्यसकारण कुनैपनि काम व्यवहारमा उताउटा प्रमादबाट होइन अप्रमादबाट वा होश पुऱ्याएर गऱ्यो भने सबैलाई सधैं फाइदा मात्र हुन्छ वेफाइदा हुन्दैन भन्ने कुरा स्पष्ट पार्नु भएको थियो ।

## दोश्रो प्रमाद

२०६५ कार्तिक १७ गते । यो अंगुत्तर निकाय अन्तर्गत दशौं (१०) वर्गमा पर्दछ । प्रमादलाई २ प्रकारबाट छुट्याइएको छ । एउटा साधारण, सरल रूपमा देखिने वा बुझ्ने खालको र अर्को गम्भीर, गहिरो रूपमा हुने वा

गरिने खालको । साधारण र सरल भन्नाले प्रमाद आदि वर्गमा पर्दछ । र गहिरो र गम्भीर भन्नाले यस दोस्रो प्रमादमा पर्दछ । यसमा ४२ वटा सुत्रहरू छन् ।

यस दोस्रो प्रमाद अन्तर्गत अध्यात्मिक अङ्गबाट गरिने, सद्धर्म अन्तरध्यान हुने अथवा लोक धर्म बिसिने र सद्धर्म अन्तरध्यान नहुने वा लोकधर्म बाँकि हुने आदि पर्दछ ।

त्यसकारण प्रमादबाट गरिने काम फाइदा देखिए पनि अन्तत वेफाइदा, अहितकर र असन्तुष्टी नै बन्छ । तर अप्रमादबाट गरिने काम सबै पक्षलाई समान रूपमा फाइदा, कल्याणकारी र सुखमय बनाउँछ ।

भगवान् बुद्धले भन्नुभएको अनुसार बुद्ध धर्म एउटा यस्तो धर्म हो जसबाट सबैलाई कल्याण र सुखमय प्राप्त हुन्छ । त्यसैले बुद्ध धर्म एकक नियात अन्तर्गत पर्दछ भन्ने कुरा स्पष्ट पार्नु भएको थियो ।

## मैत्री बोधि सत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

२०६५ मंसिर २१ गते, शनीवार ।

यसदिन कुसुम गुरुमाबाट शील प्रार्थना गराउनु भई बुद्धपूजा कार्यक्रम संचालन गर्नु भएको थियो । त्यसपछि वीर्यवती गुरुमाले धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन खलःबाट ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरेको यस दिनको कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका श्रद्धालुहरूलाई दाता मोहन देवी महर्जन, कालधारा र हीरादेवी महर्जन, सामाखुशी तर्फबाट जलपानको व्यवस्था मिलाउन भई पूण्य सञ्चय गरिएको थियो ।

**धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजनयात गुहाली प्रस्तुती-** प्रेमलक्ष्मी तुलाधर

धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजनया उत्तरोत्तर प्रगतिया कामना यासैं दातापिनि पाखैं सश्रद्धा चन्दा धुकथं प्राप्त जूगु दु-

दाता या नां व प्राप्त जूगु चन्दा विवरण-

(१) द्रव्य मान सिंह तुलाधर रु. २,७००/-

(२) प्रभावती महर्जन रु. ५,०००/-

(३) ज्ञानशोभा तुलाधर- ज्ञानमाला भजन सफू न्यागू

## ध्यानकुटी मैत्री केन्द्र बाल आश्रमलाई सहयोग

- १) बिना नकर्मी, सातदोबाटो- १३ जोर कुर्ता पिस
- २) मन नारायण श्रेष्ठ, कीर्तिपुर- रु. ५,००/-
- ३) शान्तादेवी श्रेष्ठ, बनेपा- भोजनको लागि रु. १,५००/-
- ४) सूर्ज माया श्रेष्ठ, बनेपा- भोजनको लागि रु. १,१०५/-
- ५) हरीमान रिजत, छाउनी- रु. १,०००/-
- ६) केश चन्द्र शाक्य, बनेपा- रु. ६,००/-

## धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
२०६५/८/२१	वीर्यवती गुरुमा	वीर्यवती गुरुमा
२०६५/८/२७	चमेली गुरुमा	धम्मवती गुरुमा
२०६५/९/१	वीर्यवती गुरुमा	भिक्षु ज्ञानपूर्णिक
२०६५/९/५	कुशुम गुरुमा	कुशुम गुरुमा
२०६५/९/१२	इन्दावती गुरुमा	इन्दावती गुरुमा

**भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर उपसम्पदा  
स्वर्णदिवस**

श्रद्धेय भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको आउँदो २०६५ चैत्र ३० गते उपसम्पदा ५० वर्ष पूर्ण हुने उपलक्ष्यमा सम्पन्न हुन गइरहेको उपसम्पदा स्वर्ण दिवस कार्यक्रममा देहाए बमोजिमको भावि कार्यक्रमहरू संचालन गरिने कुरा थाहा हुन आएको छ ।

१. बौद्ध देश म्यानमार, श्रीलंका तथा थाइलैण्डबाट सम्मानित उच्चस्तरिय महास्थविर भन्तेहरूको समुपस्थितिमा सात दिने संक्षिप्त त्रिपिटक संभायना हुने ।
२. ५० जना कुलपुत्रहरूलाई अस्थाई उपसम्पदा पत्रज्या गर्ने ।
३. शान्ति सन्देश स्मारिका विशेषांक प्रकाशन ।
४. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको जीवनी प्रकाशन ।
५. दोस्रो परियत्ति सन्निपात (वृहद मेला) को आयोजन ।
६. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको प्रतिमा स्थापना तथा अनावरण र
७. अभिनन्दन समारोह ।
८. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको सम्मानमा जीवनी सि.डि., ब्रोसर, टि-सर्ट, कि रिंग, फोटो प्रकाशन ।
९. अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र शंखमूलमा श्रद्धेय भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको निर्देशनमा प्रव्रजितहरूका लागि १० दिने सतिपट्टान ध्यान शिविर संचालन ।
१०. दीप प्रज्वलन र उत्सव गरी समापन ।

**दाङ्गमा बौद्ध जागरण शिविर**

काठमाडौंको युवा बौद्ध समूह र श्री कीर्ति बौद्ध केन्द्रको सहयोग तथा दाङ्गको नेपाल लोकतान्त्रिक थारु संघको अयोजनामा गत मंसिर २६ देखि २८ सम्म दाङ्गकै घोराहिमा तिन दिने बौद्ध जागरण प्रशिक्षण शिविर सम्पन्न भयो ।

दाङ्गको विभिन्न गा.वि.स.हरूबाट करिब १०० जनाको सहभागीता रहेको सो शिविरमा बुद्धजीवनी, दशपार मीता, पञ्चशील, चर्तुब्रह्म विहार, चतुआर्य सत्य, आर्य अष्टांगिक मार्ग, प्रतित्य समुत्पाद, बुद्ध शिक्षाका विशेषताहरू,

बौद्ध साहित्यको परिचय, महिला पुरुष सम विकास र बुद्धधर्म, थारुजातिको इतिहास, थारुजाति र बुद्धधर्म विषयमा दाङ्गकै मेटमणी चौधरी, काठमाडौंबाट जानुभएका भिक्षु चन्द्रकीर्ति, डा. केशव मान शाक्य, त्रिरत्न मानन्धर, सविता धाख्वा र मदन रत्न मानन्धर बाट प्रशिक्षण दिनु भएको थियो । प्रत्येक दिन साँझ अगगजाणी गुरुमाँबाट समथ र विपस्सना ध्यानको प्रवचनका साथै अभ्यास पनि गराउनु भएको सो शिविरको व्यवस्थापन श्री तेजनारायण मानन्धर बाट भएको थियो । दाङ्गमा बौद्ध प्रशिक्षण कार्यक्रम पहिलो-पल्ट आयोजना भएको हुँदा स्थानीय पत्रकार तथा रेडियो कर्मीहरूको पनि राम्रैसँग ध्यानाकर्षण भएको देखियो । स्थानिय पत्रपत्रिकाहरूमा सो सम्बन्धि समाचार सम्प्रेषणका साथै स्वर्गद्वारी एफ.एम.ले भिक्षु चन्द्रकीर्ति र अगगजाणी गुरुमाँ संगको प्रत्यक्ष अन्तर्वार्ता प्रसारण पनि भएको थियो ।

यस्तो प्रशिक्षणहरू समयसमयमा हुनुपर्ने महसूस शिविरका आयोजक तथा प्रशिक्षार्थीहरूबाट व्यक्त गरि एको थियो ।

**बुद्ध मैत्री विहारमा बुद्ध पूजा एवं धर्मदेशना  
०६५ पौष १, मंगलबार, बुद्ध मैत्री विहार, ललितपुर ।**

बुद्ध मैत्री विहार ललितपुरमा यसदिन बुद्ध पूजा कार्यक्रम पछि धर्मचारी गुरुमाले प्रवचन गर्नु भएको थियो । प्रवचनको क्रममा उहाँले बुद्धकालिन भिक्षुणी धम्मदिन्नाको व्यक्तित्व एवं आदर्श विषयमा विश्लेषण गर्नुभएको थियो ।

**छैठौँ राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन**

२०६५ पौष (२६-२८), बुटवल । नेपाल राष्ट्रिय ज्ञानमाला समितिको तत्त्वावधानमा त्रिदिवसिय छैठौँ राष्ट्रिय ज्ञानमाला सम्मेलन बुटवलमा सञ्चालन भइरहेको छ ।

पौष २६ गते सरस्वती नि.मा.बि. कदम चोक लायन्सक्लब बुटवलबाट शान्तिपदयात्रा शुरू गरी कान्ति उच्च मा.वि. प्रांगण बुटवलमा सम्मेलनको समुद्घाटन गरिएको थियो । सम्मेलन बौद्ध युवा ज्ञानमाला संघ बुटवलको ब्यवस्थापनमा सम्पन्न भएको थियो ।

पौष २८ गतेका दिन कान्ति सभागृह बुटवलमा यस त्रिदिवसिय सम्मेलनको समापन समारोह सम्पन्न हुन गइरहेको समाचार छ ।

**नमूना बुद्ध विहारया ढलान ज्याञ्चः क्वचाल**  
का.म.स.पा. १९ वडा चिवहा:ख्य:या "नमूना बुद्ध विहार" या अन्तिम तल्ला (प्यतजा:) ढलान ज्या क्वचा:गु समाचार दु ।

थुगु विहार निर्माणया लागि विभिन्न क्षेत्रं यक्को गुहाली प्राप्त जुगुलिं नमूना बुद्ध विहार निर्माण कमिटी चिवहा: बौद्ध समाज पाखें विहार निर्माणया लागि गुहालि बिधादीपिं सकल सहयोगी पिनत् छगू विज्ञप्ती पिकासे साधुवाद देछा:गु बुखें दु विज्ञप्तीया सार संक्षेप थुकथं दु-

"श्रद्धेय भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविर जुया पवित्र ल्हा:तिं पादस्थापना जुया: निरन्तर निर्माणया ज्या न्ट्यानाच्वंगुली सनमन धनं प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूपं गुहाली चूलाका बिज्या:पिं सकल हनेंबह:पिं १९ वडाया टोलवासीपिं, स्वदेशी तथा विदेशी दातापिं, विहार निर्माण ज्याय् हौसला बियाबिज्या:पिं श्रद्धेय भिक्षु सुमेध, श्रद्धेय गुरुमां धम्मवती सहित सकल दातापिन्त साधुवाद द्रहलपाचवना ।"

## स्मृतिवान् जुया च्वने

■ डा. कविन्द्र वज्राचार्य

दसां दयोसां, नसां त्वसां  
हरपल होशय च्वनाच्वने  
खें हे ल्हासां, विचा या:सां  
क्षण क्षण जागरुक जुया च्वने  
जन्म जुय धुन जीवन हतेहेमा  
प्रत्येक घटना साक्षीभावे स्वयाच्वने  
ज्या या:सां, वसां च्वसां  
हरेक कृत्यय संजक जुया च्वने  
स्यसा भिसां, सुख दु:ख न्ह्यागु हे जूसां  
चित्त स्थिरयाना समभावय च्वनाच्वने  
व्व हे विष्टसां, प्रसंसा या:सां  
समदृष्टि उपेक्षा भाव तथा च्वने  
य:गु जूसां मय:गु हे जूसां  
निलिन्त जुया दुष्टाभाव स्वया च्वने  
काया विद्गु धेगु इच्छा समवेका  
तटस्थभाव निस्काम कर्म याना च्वने  
मनूथ्य जीवम सार्थक जुइकेत  
निरन्तर होशियार जुयाच्वने  
जन्म मरणया घ:चा दिकेते  
सतत स्मृतिवान् जुया च्वने

## परिचय

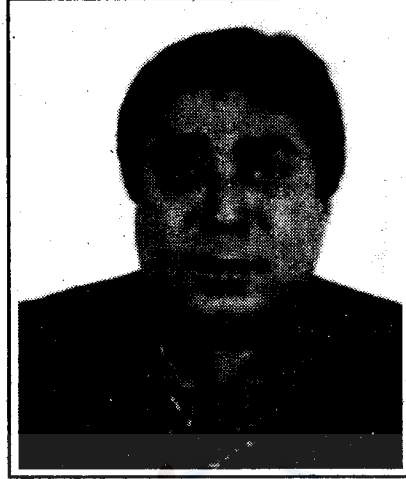
कसरी दिउं म जापनी परिचय बस्लाई आमा  
बाल्यकामे टहरो बनायो किन ?  
तिमी निम्ती बोझ भएकी थिए भने आमा  
अरुभदे खोलाया बगाएनी किन ?  
आशुको सागरमा डुबाई मलाई कहाँ गयो ?  
पापी र स्वामी संसारमा हाँस सकिने आमा ।  
जता देख्छु काँडे-काँडा टेके ठाउँ छैन त्यसैले  
पराई भे बाँच्न अब मलाई भन्न छैन आमा ॥  
धेरै पढि विद्वान हुने सपना थियो चाहेर पनि  
तिमी सपना भुल गर्न सकिने आमा ।  
माया र ममताको ओछ्यानमा सुत्ने रहर  
थियो आमा तर तिमी बिनाको मेरो  
जीवन अधुरो र संघर्षबीहिन बन्न पुग्यो आमा ॥  
गहभरी आँशु बोकेकी छु हाँसु भन्दा मि हाँस सकिदैन  
आमा  
पुराना घाउ र अतीतका लामा संग भन्दाहदि पनि ठोक्किने  
पुरछु बिर्सन खोज्दा पनि बिर्सन सकिदैन किन आमा ?  
किन होला म वर्तमानमा रहन सकिदैन आमा  
सागेको रोटीले पेट भरिन्न आमा आफ्नी  
पौरख को पशना मा अडन सक्ने सामर्थ्य देउ  
सासारीक दु:खबाट मुक्त हुन शक्ति र विद्या  
यी र कुराको चाहना छ आमा त्यसैले अनेक  
परिस्थिति संग लड्न सक्ने प्रेरणा लिन  
गुरु भगवान् बुद्धकी शिष्य बनी उहाँको शिक्षा अध्ययन  
गर्दैछु आमा ॥

■ कल्याणभित्र  
अउशन (मनिवती)

नोट: यस कविता काल्पनिक हुन । कसैको जीवनसंग मेलखान  
गएमा क्षमाप्रार्थी छु ।

- ❖ "उद्योगी स्मृतिवान् भई शुभकाम राम्रोसंग गरी संयमी भएर धार्मिक जीवन बिताई अप्रमादी हुने व्यक्तिको यश बढ्छन् ।"
- ❖ "बुद्धिमान्ले संयम र चित्त दमन गरी अप्रमादी भएर बाढी आए पनि हुत्याउन न सकिने टाप बनाउनु पर्दछ ।"

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो  
उपज्जित्वा निरुज्ज्भन्ति तेसं ऊपसमो सुखो



दिवंगत विमलमान सिंह श्रेष्ठ

(जन्म: २०१०/४/८ - दिवंगत: २०६५/९/४)

“सपना तुल्य यो संसारमा  
हिजो देखेको व्यक्ति आज छैन  
सबै प्राणी एकदिन मर्नको लागि जन्मन्छन्  
संसारको यस नाशवान् स्वभावलाई  
सबैले पालन गर्दै पढौं रहेछ”

हाम्रा परम मित्र दिवंगत विमलमान सिंह श्रेष्ठ (भू.पू. मन्त्री) ले पनि संसारको यही अनित्य स्वभावलाई स्वीकार्दै जानु भयो । अनन्त गुण भएका हाम्रा मित्रको गुणानुस्मरण गर्दै उहाँको नयाँ गति शुभ एवं मंगल रहोस्, उहाँका सपरिवारले यस दुःखद घडीमा सांसारिक सत्य तथ्य अनित्य स्वभावलाई बुझी धैर्य धारण गर्न सक्नु भनी कामना गर्दछौं ।

मित्र श्याममान वज्राचार्य

प्राणमाया वज्राचार्य

सपरिवार, कुपण्डोल, ल.पु. नेपाल ।