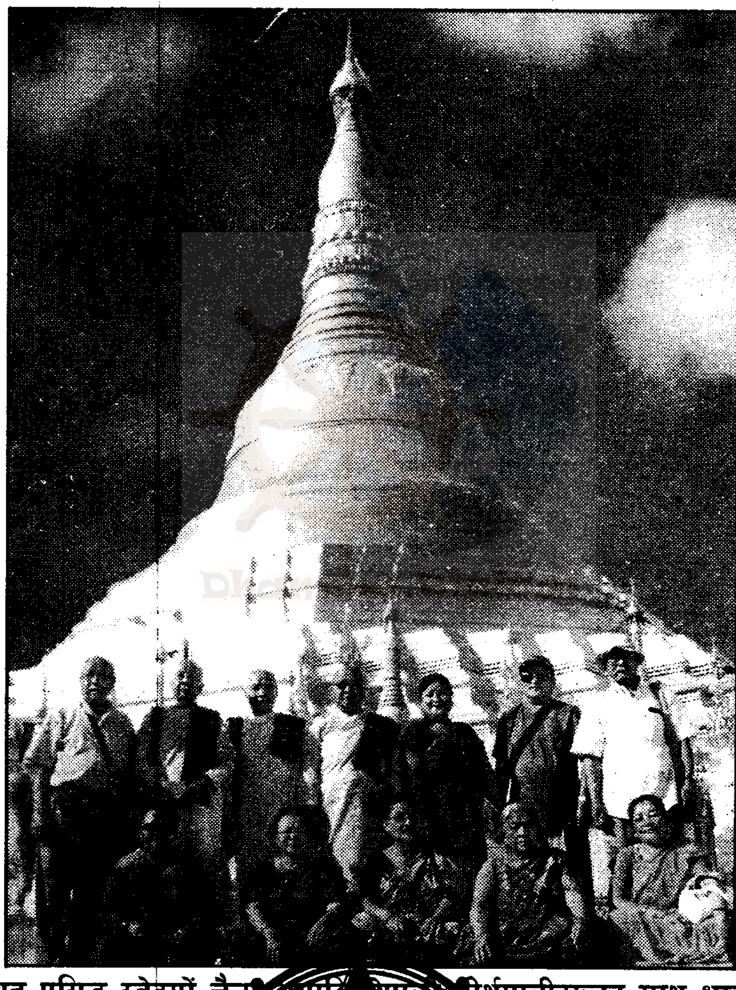
धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



म्यानमारस्थित प्रसिद्ध स्वेदगों चैत्[illegible]गाडि [illegible]पाल[illegible]ीर्थयात्रीहरूका साथ धम्मवती गुरुमां

DHARMAKIRTI

वर्ष-२७, अङ्क-१२ बु.सं. २५५३, ल्हुति पुन्हि

शाक्यमुनि कीर्ति विहार निर्माणको लागि थप सहयोग गर्ने दाताहरूको नामावली

विहार निर्माणमा पिलर जिम्मा लिने सहयोगी दाताहरूको नामः–

क्र.सं.	नाम, थर	ठेगाना	जम्मा रु.
१.	श्री कर्णदेवी पुचः	धर्मकीर्ति विहार	१३,९००/–
२.	भन्ते त्रिरत्न	बलम्बु	१३,०००/–
३.	स्व. श्री मणिरत्न तुलाधरको सम्झनामा श्री अमिरालक्ष्मी तुलाधर	असन	१३,०००/–
४.	श्री लक्ष्मी नानी पुचः		१३,०००/–
५.	श्री कमला महर्जन र न्हुछे महर्जन	चागल	१३,०००/–

विहार निर्माणको लागि गुरुमांहरूबाट भिक्षाटन गरिएका गाउँहरूको नामः–

क्र.सं.	नाम, थर	ठेगाना	जम्मा रु.
१.	सतुङ्गल गा.वि.स., सतुङ्गल	सतुङ्गल	३१,६७७/–

विहार निर्माणको लागि सहयोग गर्ने दाताहरूको नामः–

क्र.सं.	नाम, थर	ठेगाना	जम्मा रु.
१.	श्री सुजन स्थापित	मखन	७,०००/–
२.	श्री कबिदास खड्गी र निर्मला खड्गी इतिटोल-१९	पाटन	६,०००/–
३.	श्री हरि महर्जन	नैकाप	५,५५५/–
४.	श्री कान्छा महर्जन	नैकाप	५,५५०/–
५.	श्री ज्ञानी मैया महर्जन सपरिवार गुतःपौ	कीर्तिपुर	५,००५/–
६.	स्व. श्री हेराकाजी महर्जनको सम्झनामा श्री मोतीकाजी महर्जन र श्री बिना महर्जन पारी टोल-४	मनमैंजु	५,००६/–
७.	संघवती गुरुमां	धर्मकीर्ति विहार	५,००५/–
८.	Ven. Sumankilli and Phikyuna	Thailand	5,000/–
९.	Mr. Wilihilam Roth and Caroline Roth	Thailand	5,000/–
१०.	श्री गंगादेवी मानन्धर	कमलपोखरी	५,०००/–
११.	श्री हेलानी तुलाधर र सजरत्न तुलाधर	नयाँ बजार	५,०००/–
१२.	श्री मिनशोभा शाक्य	न्यत	५,०००/–
१३.	श्री सत्यदेवी शाक्य	न्यूरोड	५,०००/–

- **पञ्चशील पालन गर्नुका ५ फाइदाहरू**

(१) धन सम्पत्ति लाभ हुन्छ। (२) यश कीर्ति फैलिन्छ। (३) आत्म विश्वास बढ्दछ। (४) बहोसीमा मृत्यु हुँदैन। (५) सुगति प्राप्त हुन्छ। *(साभार- बौद्ध दर्पण)*

Downloaded from http://www.dhamma.digital

धर्मकीर्ति

(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

30th MARCH 2010

वर्ष- २७	अङ्क- १२	ल्हुति पुन्हि	चैत्र २०६६

आफूले गरेको पाप कर्मले आफैलाई अपवित्र पार्दछ, आफूले गरेको पुण्य कर्मले आफैलाई शुद्ध पार्छ, शुद्धि हुने र अशुद्धि हुने आफ्नै द्वारबाट हो , कसैले अरू कसैलाई शुद्ध पार्न सक्दैन ।

सर्वप्रथम आफूलाई उचित मार्गमा लगाउनु अनि पछि मात्र अरूलाई उपदेश गर्नु । यसो गर्ने पण्डितले क्लेश नाश गर्न सक्दछ ।

जसले आफ्नो मिथ्या धारणाको कारणले धर्मात्मा श्रेष्ठ अर्हन्त (शुद्ध, निक्लेशी) व्यक्तिहरुलाई निन्दा गर्दछ, त्यसले आफैलाई नाश गरिरहेको हुन्छ । जसरी बाँसको फुलले बाँसलाई नै नाश गरिरहेको हुन्छ ।

प्रमुख व्यवस्थापक
विद्यासागर रञ्जित
फोन: ४२५ ८९५५

व्यवस्थापकहरू
चिनीकाजी महर्जन
फोन: ४२५ ३१८२
ज्ञानेन्द्र महर्जन
फोन: ४२७ ६९०८

सह-व्यवस्थापक
ध्रुवरत्न स्थापित

सम्पादक
भिक्षुणी वीर्यवती
फोन: ४२५ ९४६६

प्रधान सम्पादक
भिक्षु अश्वघोष महास्थविर
४२५९११० (संघाराम विहार, ढल्को)

प्रकाशक र विशेष सल्लाहकार
भिक्षुणी धम्मवती
फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय
धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी
धर्मकीर्ति विहार
श्रीघ: नघ:टोल

पोष्ट बक्स नं. ४९९२
काठमाडौं
फोन: ४२५ ९४६६

बुद्ध सम्वत् २५५३
नेपाल सम्वत् ११३०
इस्वी सम्वत् २०१०
बिक्रम सम्वत् २०६६

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

• सम्पादकीय •

धर्म प्रचारको लागि जाऔं

सिद्धार्थ कुमारले चतुआर्यसत्यलाई यथार्थ रूपले बुझ्नु भएपछि बैशाख पूर्णिमाका दिन बुद्धत्त्व प्राप्त गर्नु भएको थियो । त्यस पछि उहाँलाई अनौथो आध्यात्मिक शान्तिको अनुभव भयो। यस घटना पछि अर्थात, आत्मबोध गरिसक्नु भएपछि उहाँले सात हप्ता सम्म बोधिबृक्ष वरिपरि बसी विमुक्ति सुखको अनुभव गर्नु भएको थियो । यस बेला भगवान् बुद्धले बोधिबृक्षको गुण स्मरण गर्नुहुँदै एक हप्तासम्म केही पनि नबोलीकन, मौन रहनुभई बोधिबृक्ष प्रति कृतज्ञता प्रकट गर्नुभयो । यसरी उहाँले कृतज्ञ गुण सम्झनु पर्ने गुण धर्मको प्रचार गर्नु भएको थियो ।

त्यसपछि भगवान् बुद्ध वाराणसी नजिक रहेको सारनाथ जानुभई सर्वप्रथम कपिलवस्तुका पञ्च भद्रवर्गीहरूलाई धर्मचक्र प्रवर्तन गरी जीवन मुक्त गराउनु भयो । यसरी उनीहरू पनि आत्मबोध भए ।

यस घटना पछि वाराणसीका यश नाम गरेका धनाध्य सेठ पुत्र गृहस्थ जीवन देखि विरक्तिएर घरबाट निस्की सारनाथ पुगेका थिए । उनी पनि गौतम बुद्धको सम्पर्कमा आए । भगवान बुद्धको तेजीलो अनुहार शुद्ध चरित्र, राम्रो बानी व्यवहार र व्यक्तित्त्व देखि प्रभावित भएका यश भौतिक सुख सुविधाले परिपूर्ण रहेतापनि मानसिक शान्ति भने पाउन सकेका थिएनन् । भगवान् बुद्धको सम्पर्कमा आएपछि उनी उहाँको नौलो मध्यम मार्गको उपदेशद्वारा प्रभावित भए । मध्यम मार्ग भन्नु नै अति विलासी सुविधा मुखी जीवन र अति दानी जीवनलाई त्यागी बीचको (मध्यम) असल जीवन हो। अन्तर्मुखी भएर रहनु पर्ने भगवान बुद्धको नौलो विपश्यना ध्यान अभ्यासद्वारा चित्त शुद्ध गरी उ अर्हन्त अर्थात जीवन मुक्त भयो ।

उनका चारजना साथीहरूले पनि यशलाई खोज्दा खोज्दै सारनाथमा भेट्टाए । यशपुत्रले आध्यात्मिक शान्ति लाभ गरेको कुरा सुनेर उनीहरू पनि भगवान् बुद्धको सम्पर्कमा आए। फलस्वरूप उनीहरू पनि भगवान बुद्धको नौलो उपदेश सुनेर अन्तरबोध अर्थात आत्मबोध भए । उनीहरू पाँचै जना बुद्धको चेला भएको समाचार सुनेर उनका ५० जना साथीहरू चकित भए । उनीहरू पनि त्यागी हुनुको रहस्य बुझ्नका लागि बुद्ध समक्ष पुगे । उनीहरू सबैजना धनाध्य र वैभवशाली थिए । उनीहरू पनि सबै बुद्धको व्यक्तित्त्व र उपदेशबाट प्रभावित भई उहाँको अनुयायी वने। यी पचास जना युवकहरूले बुद्धले सिकाउनु भएको अन्तर्मुखी हुने साधनालाई अभ्यास गरी आत्मबोध भए अर्थात् अर्हत्त्व प्राप्त गरे । अर्को शब्दमा भन्ने हो भने उनीहरू शुद्ध निर्दोष व्यक्ति बनी जीवन मुक्त भए ।

वर्षाकाल तीन महिना सम्म उनीहरूलाई भगवान् बुद्धले तालीम दिनुभयो । यी साट्ठी जना भिक्षुहरूले धर्म प्रचार गर्ने तालिममा पूर्णता प्राप्त गरे । बर्षावास पूरा भएपछि भगवान् बुद्धले उनीहरूलाई निर्देशन दिनुहुँदै भन्नुभयो ।

भिक्षुहरू ! हामी सबै भव (संसार) बन्धनबाट मुक्त भयौं । अब हामी एकान्तमा मात्र नबसी समाजमा रहनु पर्दछ । हामीले समाजको सेवा गर्नुछ । **"चरथ भिकखवे चारिकं, बहुजन हिताय बहुजन सुखाय"** ।

अर्थात् मानिसहरू अज्ञानी छन्, स्वार्थी छन्। अज्ञानी मानिसहरूको हित सुखको लागि मैत्री पूर्वक सत्य र असल शिक्षा प्रचार गर । म पनि उरूबेल (बुद्धगया) तिर जान्छु। मानिसहरूलाई असल मानिस बन्न सक्ने धर्म प्रचार गर्नेछु ।

भगवान् बुद्धले निर्देशन दिनुहुँदै भन्नुभयो । "मानिसहरू धेरै अज्ञानी छन् । उनीहरूलाई दुःख छ र दुःखको कारण अज्ञानता र तृष्णा (अतृप्ती) अर्थात् जत्ति भएपनि नपुग्ने मनोबृत्ति नराम्रो बानी हो भन्ने कुरा थाहा छैन। धेरै जसो मानिसहरू शारीरिक र मानसिक उत्पीडित छन् । उनीहरूको मनमा शान्ति छैन । दुःखबाट कसरी मुक्त हुन सकिन्छ भन्ने विषयमा केही ज्ञान छैन । यस्ता अज्ञानीहरूलाई सुधार हुने कुरा अनुकम्पा राखी मैत्रीपूर्वक सम्झाउनु पर्दछ । कुनै पनि चीजमा आशक्त हुनु हुँदैन । महात्त्वाकांक्षी भएर आशक्त भएको खण्डमा दुःख भोग्नु पर्नेछ । यसबारे बोध हुने गरी धर्म प्रचार गर ।

धनाध्य व्यक्तिहरू भिक्षु बनी बोध भएको देखेर भगवान् बुद्धलाई चित्त बुझेको देखिन्छ। किनभने धेरैजसो धनाध्य व्यक्तिहरू सम्पत्तिको दोष देखि विरक्त भई त्यागी बन्न आएका हुनाले उनीहरूको त्याग चरित्रले सही धर्म प्रचार गर्न सघाऊ पुऱ्याउने गर्छ ।

आज हाम्रो देशमा यस्तो सही त्याग चरित्र नभएको हुनाले जताततै अन्याय, अत्याचार, भ्रष्टाचार, हत्या र हिंसा जस्ता कुप्रबृत्तिहरू बढिरहेका छन्। त्यसैले यस प्रकारका तृष्णा र अज्ञानता हटाउन भगवान बुद्धको सही ज्ञान र शिक्षालाई यथाशिध्र अपनाउन अत्यावश्यक हुनुका साथै यस शिक्षालाई जनमानसमा प्रचार प्रसार गर्नु हामी सबैको कर्त्तव्य हो ।

सूक्ष्म दर्शन

■ सत्यनारायण गोयन्का

श्रमण आनन्द वर्षौंसम्म भगवान बुद्धको उपस्थापक (निजी सहायक) रहेका थिए। उनी भन्दा अगाडि यस कार्यका लागि धेरै जना नियुक्त भइसकेका थिए। ती मध्ये एकजना भिक्षु मेघिय थिए।

एक पटक भगवान चालिका पर्वतमा विहार गरिरहनु भएको थियो। त्यस समय भिक्षु मेघिय भगवानको आज्ञा लिएर जन्तु ग्राममा भिक्षाटनको लागि गएका थिए। फर्किंदा किमकाला नदीको किनारामा पर्ने एउटा मनोरम आम्रवनको बाटो भएर फर्के। त्यहाँ चारैतिर हरियाली नै हरियाली थियो। कन्दमूल आदि फलले प्रकृतिलाई मनोरम बनाएको थियो। माझ वनक्षेत्रमा सुगन्धित फूलको सुगन्ध फैलिएको थियो। रसीलो पाकेका आँप रूखमा लटरम्म फलिरहेका थिए। हेर्दैमा मुखमा रस आउँथ्यो। भमराको गुञ्जन र नदीको कलकल आवाज सारा वातावरणमा छाएको थियो। शीतल मन्द बहेको हावाले शरीरमा स्पर्श गर्दैमा हर्ष विभोर भएर जीऊ नै शिरिङ्ग हुन्थ्यो। सर्वत्र प्रकृतिको सौन्दर्यले श्रृङ्गारिएको थियो। सबैतिर अत्यन्त रमणीय, अत्यन्त मनमोहक, अत्यन्त मनोहारी थियो।

यस्तो वातावरण देखेर मेघियलाई यो ठाउँ ध्यान भावना गर्न अत्यन्त उपयुक्त लाग्यो। भगवानसंग अनुमति लिएर यहाँ ध्यानको अभ्यास गरुँ भन्ने सोचे। भगवानसँग अनुमति माग्दा उहाँले रोक्नुभयो। मेघियलाई भने यसरी रोकेको मन परेन।

हेर्दाखेरी रमणीय भएतापनि सबै स्थान ध्यान भावनाको लागि उपयुक्त नै हुन्छ भन्ने छैन। यस विषयका मर्मज्ञ अधिकारीले मात्र यस कुरालाई थाहा पाउन सक्छ। यसको अतिरिक्त मेघिय जस्तो एक नयाँ साधकलाई प्रारम्भिक अवस्थामा उचित मार्ग दर्शनको लागि एकजना अनुभवी कल्याणमित्र साथ हुनु अत्यन्त आवश्यक थियो। भगवानले रोक्नु भयो, ठीकै थियो। तर भगवानको इच्छा विरुद्ध नै अति आतुर भएर मेघिय त्यस स्थानमा एक्लै ध्यान गर्न गए।

त्यहाँ कुनै एउटा रूख मुनि ध्यान गर्न बस्यो तर एकदम आश्चर्य चकित भयो। भगवानको सानिध्यमा ध्यान गर्दा संधै मन शान्त, स्थिर, सजग, सचेत र विमल विशुद्ध हुन्थ्यो तर यहाँ त्यस्तो थिएन। अवश्य पनि त्यस स्थानमा कुनै दुषित तरङ्गको प्रभाव थियो, जसको कारण उसको मनमा पाप तरङ्गको संकल्प-विकल्प, वितर्क-विचार आउन थाल्यो। कहिले प्रबल काम तृष्णाको भाव आउँथ्यो त कहिले द्वेष-दौर्मनस्य र घृणा क्रोधको लहर आउँथ्यो। उसको मन र दिमागमा यस्ता तरङ्गहरूले ठाउँ लियो। यस्तो अवस्थामा के गर्ने उसले जानेको थिएन। कोही मार्गनिर्देशक पनि साथमा थिएन। ब्याकुल भएर साँझ त्यहाँबाट फर्के र भगवानलाई घटनाको जानकारी दिए।

भगवानले त्यस समय मेघियलाई दिएको उपदेश नयाँ साधकहरूलाई अत्यन्त महत्त्वपूर्ण र अनुकरणीय छ। जो साधकको चित्त बिमुक्तिमा परिपक्व भएको हुँदैन उसको लागि यी पाँच साधन अत्यन्त आवश्यक छन्।

१. कुनै अनुभवी कल्याणमित्रको सानिध्य अथवा मार्गदर्शन हुनुपर्छ।

२. शील-पालन गरेको हुनुपर्छ। सानो भन्दा सानो शील भङ्ग भए पनि त्यसको अनर्थ मान्नुपर्छ। शील साधनाको आधारशिला हो। जग हो। शील परिपक्व नभईकन कोही साधक साधनामा परिपक्व हुन सक्दैन।

३. चित्तको मैलो हटाउने, विषयबाट विरक्त विकर्षण हुने, दुःखको नितांत निरोध गर्ने, विकारको पूरा उपशमन गर्ने यस्ता धर्मचर्चा सुन्नु पर्दछ। अल्पेच्छा कथा, सन्तुष्टि कथा, विवेक कथा, निःसंग कथा, पुरुषार्थ कथा, शीलकथा, समाधि कथा, प्रज्ञा कथा र ज्ञान दर्शन अनावरणीय कथा सुन्नु पर्दछ। जुन धर्मकथाबाट मार्गदर्शन, प्रेरणा र उत्साह पाइन्छ, जसबाट आशंका(विशंका हट्छ, जसबाट मन स्थिर हुन्छ, श्रद्धा बढ्छ र अपवित्रता, पीडा र विकलताहरूबाट मुक्ति पाएर विरज विमल हुन्छ त्यस्तो कथा सुन्नु पर्दछ।

४. यस्तो साधकले दृढ पुरुषार्थ गर्नुपर्छ । पुरुषार्थ अकुशलबाट बचेर कुशल कार्य सम्पन्न गर्नमा हुनुपर्छ । साधना गर्न आफ्नो कल्याणमित्रबाट जुन विधि अथवा मार्गदर्शन पाएको हो त्यसको अभ्यासमा स्थिर हुनुपर्छ । चित्त विशुद्धिको अन्तिम लक्ष्य प्राप्त नहोउन्जेलसम्म आफ्नो स्वेच्छाले धारण गरेको यस अभ्यासलाई संधै आफ्नो साथमा राख्नुपर्छ । दृढ पराक्रममा संलग्न रहनु, स्थित रहनु पर्छ ।

५. आफूले सुनेको श्रुत-प्रज्ञा अथवा तर्क-वितर्कद्वारा प्राप्त चिन्तन ज्ञान त्यहींसम्म मात्र सीमित नराखी स्वानुभूतिजन्य भावनामयी प्रज्ञा जगाउनुपर्दछ । यस्तो कुशाग्र र तीक्ष्ण प्रज्ञाद्वारा नै स्थूल शरीर स्कन्ध र स्थूल चित्त-स्कन्धलाई टुक्रा-टुक्रा गरेर सूक्ष्म सत्य दर्शन गर्न सकिन्छ । क्षण-क्षण उदय ब्यय हुने सूक्ष्म सत्यको दर्शन हुने प्रज्ञाले यस्तो दीयो जलाओस् जुन प्रकाशमा अज्ञानका सारा आवरण हटोस् र दुःख क्षय रूपी निर्वाणको स्वतः साक्षात्कार होस् ।

साधकले आफ्नो कल्याणमित्रको सहयोग स्वीकार गरेर माथि उल्लेखित प्रकारले अभ्यास गरी आफ्नो कल्याण गर्नुपर्छ । भगवानले अगाडि भन्नुभयो जब-जब चित्तधारामा राग जाग्छ, तब-तब द्वेष उत्पन्न हुन्छ तब मङ्गल मैत्रीको, जब-जब विचार वितर्क जाग्छ तब आनापान सति अर्थात् आश्वास-प्रश्वासको प्रति जागरूकताको र जब-जब अहंकार जाग्छ तब तब अनित्यको भावना गर्नुपर्छ ।

यो 'म' र 'मेरो' मिथ्या अहंभावको कारणले नै राग-द्वेष पैदा गर्दछ । यसैको कारणले नै चित्तधारामा नाना प्रकारको वितर्क-विचार र विकृतिको लहर चल्न थाल्यो । त्यसले नै चित्त विमुक्तिको साधनाा अहंभाव, आत्मभाव नष्ट गर्न सबभन्दा बढी बल दिन्छ । यसंको जरा नउखालिकन अन्य विकारहरूको जरा उखाल्न सकिदैन । त्यसैले **उदयत्थगामिनिया पञ्ञाय समन्नागतो अरियाय निबबेधिकाय**लाई यति धेरै महत्व दिइएको हो । यस्तो तीक्ष्ण प्रज्ञाले नै उदय-ब्यय हुने अनित्य स्वभावको साक्षात्कार हुन्छ । यो अनित्य-संज्ञाको प्रवोधनी प्रज्ञाले नै साधकको आत्मभाव खतम गर्दछ । यस्तो साधकले नै अनात्म अर्थात् अहं विहीनताको सत्यतामा प्रतिष्ठित हुन्छ र अनात्म-संज्ञीले नै अहंकारको सारा अविद्या क्षीण गर्दछ, जरा उखेलिन्छ र निर्वाणको साक्षात्कार गर्दछ । भगवान्ले अनित्य साधनाको मङ्गलवाणीको घोषणा गर्नुभएको छ– **अनिच्चसञ्ञिनो हि, मेघिय, अनुत्तसञ्ञा सण्ठाति अनन्तसञ्ञी अस्मिमानसमुग्घातं पापुणाति दिट्ठेव धम्मे निब्बानं ।**

हामी अनित्यलाई अनित्य भनेर थाहापाउँदैनौं । सारा इन्द्रिय जगत अनित्य छ तर यी पाँच इन्द्रियले यसै विषयलाई सदैव स्वागत गर्दछौं, नित्य मानेर त्यसको उपभोग गर्छौं । कहिले मनपर्ने रूप हेर्छौं, कहिले मनपर्ने गन्ध सुँघ्छौं, कहिले मनपर्ने शब्द सुन्छौं, कहिले मनपर्ने रस चाख्छौं कहिले स्पर्श । तिनीहरूबाट अलग रहेर कहिले साधना गर्न आँखा चिम्लेर बस्यौं भने पनि मनमा रूप, गन्ध, शब्द रस, स्पर्शको मिठो सम्झना मनमा आउँछ । आफूले अनुभव नगरेको भए पनि त्यसको मिठो कल्पना मनमा आउँन थाल्छ । स्वानुभवले जानेको अथवा सुनेको अथवा देखेको जे भए पनि त्यस विषयको उपभोग प्रिय लाग्न थाल्छ । त्यसबाट शरीरमा हुने सूक्ष्म-सूक्ष्म तरङ्गहरू प्रिय लाग्न थाल्छ, यसको आनन्द लिन्छौं, यसैबाट त्यसप्रति राग पैदा हुन्छ ।

राग रंजित भएर त्यस सूक्ष्म संवेदनालाई धारण गर्दछौं । त्यस सुखद् अनुभूतिमा अलिकति कहींबाट बाधा आयो अथवा बाधा हुने संकेत मात्र कहींबाट पायो भने मन छटपटाउँछ । त्यस सुखको विरोध लाग्ने सारा तत्व, व्यक्ति, वस्तु, परिस्थिति अप्रिय लाग्न थाल्छ फलतः त्यसप्रति द्वेष द्रोह जाग्छ । जसरी चित्त अशान्त हुन्छ । अशान्तचित्तमा साना साना सूक्ष्म-सूक्ष्म तरङ्ग उठ्छ त्यस प्रति हामी अवेदनशील रहन्छौं । कसरी त्यस प्रति राग-रंजित भएर अनुगमन हुन थाल्छौं ? हामीलाई यसको बोध नै हुँदैन । यसैको फलस्वरूप अत्यन्त ब्याकुल हुनथाल्छौं ।

यसलाई रोक्नको लागि विपश्यना साधना छ । त्यसैको तीक्ष्ण प्रज्ञाले हामीले सूक्ष्म-अवस्थामा उठ्ने स-साना तरङ्गलाई आफ्नो सही स्वभाव हेर्न योग्य बनाइदिन्छ, त्यसलाई अनासक्त भावले हेर्न सिकाउँछ । त्यसको उदय-ब्यय हुने स्वभावलाई हेरेर त्यसको अनित्य धर्मको सत्यता बोध गराउँछ । तब त्यसको मिथ्या आनन्द लिएर त्यसको अनुगमन गर्ने बानीबाट छुट्कारा पाइन्छ ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

जब त्यसको अनुगमन गर्दैनौं, तब त्यसको बल क्षीण हुँदै जान्छ । यही सही अर्थमा मनको संवर हो यो दमन होइन त्यस प्रति सजग रहनु हो, सत्य प्रति जागरूक रहनु हो अनित्य स्वभावको प्रति सचेत रहनु हो । यस अभ्यासले अनजानमा उत्पन्न भएका सारा बिकार सजिलै छुट्छ । बिकारबाट मुक्त हुने वित्तिकै चित्तधारा विरज बिमल हुन थाल्छ । यही विपश्यना साधना हो । यसैलाई संकेत गरेर भगवानले त्यस समयमा यस्तो वचन भन्नुभएको थियो–

खुद्दा वितक्का, सुखुमा वितक्का,
अनुगता मनसो उप्पिलावा ।
हुराहुरं धावतिं भन्तचित्तो ।
एते च विद्धा मनसो वितक्के,
आतापियो संवरती सतीमा ।
अनुगते मनसो उप्पिलावे,
असेसमेते पजहासि बुद्धो ॥

साना-साना वितर्क विचार पैदा भएमा मन त्यसको पछिपछि लाग्दछ र आनन्दले फुल्दछ । यी सूक्ष्म-सूक्ष्म, साना-साना वितर्क विचार र त्यसबाट उत्पन्न सूक्ष्म संवेदनाको प्रति जब कुनै अविद्या अथवा अवेदनशील भएमा चित्त भ्रान्त हुन्छ, यता उता भाग्दछ, दौड्दछ ।

तर जब कोही साधक साधना सहित जागरूक छ र त्यसप्रति संवेदनशील छ भने मन संवर गर्न थाल्छ । शुद्ध-वुद्ध त्यस साधकले आनन्दको अनुगमन गर्ने मनलाई पूर्णतया त्याग्दछ ।

आऊ । हामी भगवानद्वारा दिनु भएको उपदेशलाई बुझौं र पालन गरौं ।

(साभार- 'विपश्यना' वर्ष-१६, अङ्क ११)

धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना		
मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
२०६६/११/१०	वीर्यवती गुरूमां	वीर्यवती गुरुमां
२०६६/११/१६	चमेली गुरुमां	चमेली गुरुमां
२०६६/११/२४	पूण्यवती गुरूमां	पूण्यवती गुरुमां
२०६६/११/१	चमेली गुरूमां	धम्मवती गुरुमां
२०६६/११/२	इन्दावती गुरूमां	इन्दावती गुरुमां

अनन्त ज्योति: – ९

श्रद्धेय भिक्षु सिङ्ग युनका धर्मचिन्तन
अनुवाद- देवकाजी शाक्य

७९

- अरूमाथि आश्रित नहोऊ-सफलताको लागि आफैमा भरोसा गर ।
- जिद्दी नहोऊ, सफलता हासिल गर्न अरूका रायहरू पनि जान्न खोज ।

८०

- आफ्नो कार्यालयको प्रमुखसंग कुरा गर्दा उचित आदर सत्कार प्रकट गर ।
- आफूभन्दा मुनि तहकाहरूसंग कुरा गर्दा पनि उचित मर्यादामा रहेर आफूले अऱ्हाएको काम गराउँदा, उनीहरूलाई विश्वास गर ।

८१

- जीवनमा सफलता हासिल गर्न गुनासो गर्नको सट्टा आध्यात्मिक रूपले परिष्कृत होऊ ।
- व्यवसायमा सफल हुन आबेगको सट्टा सद्भावनामा आफूलाई परिस्कृत पार ।

८२

- अरूको अति परवाह गर्नु खराब नै हुन्छ भन्ने होइन तर यसलाई कसरी प्राप्त र कसरी प्रदान गर्ने भन्ने कुरा थाहा पाउन जरूरी छ ।
- ग्रहण गर्न समर्थ हुन तिमीले अरूलाई उत्साहित पार्नु पर्छ, अरूलाई दिन सक्षम हुँदा तिमी अरूहरूलाई सन्तुष्ट पार्छौं ।

८३

- केटाकेटीहरूले जीवनको लागि प्रशंसा गर्नुपर्छ र यसको प्राप्तिमा कृतज्ञ हुनुपर्छ ।
- युवा पीढी श्रद्धा विश्वासको मूल्यप्रति जागरूक हुनुपर्छ ।
- युवायुवतीहरू पानीको फोहराको मूल जस्तै फुट्न सक्नुपर्छ ।
- जेष्ठ नागरिकहरू शान्त आनन्दित जीवन जिउनुपर्छ ।

क्रमश:

धम्मपद - २३०

■ रीना तुलाधर (बनिया) *'परियत्ति सद्धम्म कोविद'*

अवज्जे वज्जमतिनो - वज्जे चा वज्जदस्सिनो
मिच्छा दिट्ठिसमादना - सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं

अर्थ– निर्दोषलाई दोष सम्झी, दोषलाई निर्दोष सम्झी मिथ्या धारणा राख्ने सत्वहरू दुर्गतीमा जान सक्छ ।

वज्जञ्च वज्जतो ञत्वा - अवज्जञ्च अवज्जतो
सम्मादिट्ठिसमादाना - सत्ता गच्छन्ति सुग्गतिं

अर्थ– 'दोषलाई ... दोष भनी निर्दोषलाई ... निर्दोष' भनी बुझीकन सम्यक धारणा राख्ने सत्वहरू स्वर्ग भूवनमा जान सक्छ ।

घटना– उपरोक्त गाथा भगवान बुद्धले जेतवन विहारमा बस्नु हुँदा तीर्थिक शिष्यहरूको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

बुद्धकालीन समयमा तीर्थंकर साधुका शिष्यहरुले आफ्ना बाल बच्चाहरू भगवान बुद्धका अनुयायीहरूका बाल बच्चाहरूसँग खेल्ने, हेलमेल राख्ने मन पराउँदैनथ्यो । बरोबर आफ्ना बाल बच्चाहरूलाई भन्ने गर्थ्यो– "तिमीहरू जेतवन विहारमा नजाउ, भिक्षुहरुलाई आदर नगर ।

एकदिन तीर्थीय शिष्यहरूका बच्चाहरू र बुद्धका शिष्यहरूका बच्चाहरू एकै साथ जेतवन विहारको बाहिरतिर खेलीरहेका थिए । खेल्दा खेल्दै बच्चाहरूलाई प्यास लाग्यो । तीर्थीयका बच्चाहरुलाई उनका आमा बाबुले विहार भित्र नपस्नु भनी राखेको हुनाले ती बच्चाहरूले एउटा बौद्ध बच्चालाई भन्यो– "तिमी विहारभित्र गएर हामीलाई पानी लिएर आउन ।" बौद्धका बच्चाले विहारभित्र गएर पानी पियो अनि भगवान बुद्धकहाँ गएर वन्दना गऱ्यो । आफ्ना साथीहरूलाई पनि पानी लिएर जानु पर्ने कुरा भन्यो । भगवान बुद्धले भन्नुभयो– "तिम्रा साथीहरूलाई पनि यहिं बोलाएर ल्याएर पानी पिलाउ ।"

"हवस" भनी त्यो बच्चाले बाहिरबाट आफ्ना साथीहरूलाई बोलाएर ल्यायो । भगवान बुद्धले ती बच्चाहरूलाई सुहाउँदो गरी उपदेश दिनु भयो । तिनीहरूलाई श्रद्धामा स्थीर राखीदिनु भयो । यसप्रकार ती बच्चाहरूको त्रिरत्नमा अचल श्रद्धा भयो ।

बच्चाहरू आ-आफ्नो घरमा पुगेपछि आमा-बाबुहरूलाई भगवान बुद्धबाट ज्ञान लिएर आएको भनी कुरा सुनाउन गए । आमा बुबाहरूले हाम्रा बच्चाहरू "श्रमण गौतम कहाँ ज्ञान लिएर आयो, अब मिथ्या धारणा लिने भयो" भनीकन विलाप गरे, रोए ।

त्यहाँ तिनीहरू अज्ञानतावश रोई कराई गरी राखेको देखेर केही विवेकशील छिमेकीहरू आएर सुझाव दिन आए । श्रमण गौत्तमको उपदेशले बच्चा राम्रो हुने पत्यार दिए । कसैगरी ती आमाबाबुहरूले पनि सोचे कि यो कुरा ठीक हुन सक्छ । छिमेकीहरूको सल्लाह लिएर तिनीहरू आ-आफ्नो बच्चाहरूलाई लिएर बुद्धकहाँ भेट्न गए ।

भगवान बुद्धले तिनीहरूको मनस्थिति बुझी उनीहरुलाई सुहाउँदो उपदेश दिनु भयो अनि उपरोक्त गाथाहरू भन्नुभयो ।

धर्म देशनाको अन्त्यमा ती सबै मानिसहरूले त्रिरत्नमा श्रद्धा राखे । पछि पछिबाट भगवान बुद्धको धर्म देशना सुन्दै तिनीहरूले श्रोतापत्ति मार्ग फल प्राप्त गरे । ■

धर्मया मू

■ सर्वज्ञ

शुद्ध मनं यानागु धर्मया मू आपालं दै । संकसिंत हीत जुइक यानागु धर्मकर्म हें जक थ:त बाँला:गु फल वै । यदि धर्मया नामं चायक मचायकं सुयातं हानी जुयाच्वन धा:सा उकीया बाँला:गु फल वैमखु । समाजय् थौं उजा:पिं मनूत नं दु गुम्हस्यां थम्हं यानागु धर्म कार्य थें च्वंसां उगु ज्यां मेपिन्त हानी जुयाच्वनी । तर उम्ह व्यक्तिं थ्व खँयात वा:चायके फैमखु ।

अथेहे छथाय् उज्या:गु घटना जुल, छम्ह श्रद्धालु व्यक्तिं चीबाहा: प्रतिस्थापना याना: सलंस: मनूतयत भ्वय् नकल । तर उम्ह व्यक्तिं स्थापना या:गु चीबाहा: अतिंक व्यस्त जुयाच्वनीगु प्यका लँ चूला:गु दुवातय् ला:गुलिं थुगु थासे मनूतयत तसकं बाधा जुयाच्वंगु खनेदत । थुगुथासे लँ चीबाला जुया: ज:ख: च्वंपिं मनूतय् सु विरामी जुया: एम्बुलेन्स हयमा:सा काचाकं दिके थाय्मन्त । ल: मवइबले ल:या त्यांकी छग: हयत हे मुश्किल महशूस जुल । उलिजक मखु छुं जुया: व इलाकाय् गनं मिं नल धा:सा दमकल हया: उद्धार याय्गु लागि थाय् हे मदु । पूण्य याय्बले मेपिन्त हीत सुख ज्वीके फैगु व विध्न बाधा मज्वीगु सुयातं पंगल: मज्वीगु पूण्य कर्म हे जक बाँला:गु फल वैगु जूगुलिं ध्यबा फुकाथें बाँला:गु फल नं काय् सयके मा:थें च्वं । ■

Downloaded from http://www.dhamma.digital

बुद्ध शासनको इतिहास–१८

■ भिक्षु अमृतानन्द

संघ सभाले राजाको प्रार्थना स्वीकार गरेर मोग्गलिपुत्र तिष्य महास्थविरको उपाध्यायत्वमा र महादेव महास्थविरको आचार्यत्वमा महेन्द्र राजकुमारलाई प्रव्रजित गरे । तदनन्तर मज्झन्तक महास्थविरको आचार्यत्वमा उपसम्पदा गरे❋ । यसवेला महेन्द्र बीस (२०) वर्ष पुगेको थियो❖ । महेन्द्र स्थविर उपसम्पदा भएको ठाउँमै प्रतिसम्भिदा सहित अरहत भए✤ । संघमित्रालाई पनि आयुपाली "महास्थविरनीको उपाध्यायत्वमा र धम्मपाली महास्थविरनीको आचार्यत्त्वमा प्रव्रजित गरे । यसवेला संघमित्रा अठार (१८) वर्ष पुगेको थियो✧ । महेन्द्र र संघमित्राहरू प्रव्रजित हुँदा अशोक राजालाई राज्याभिषेक प्राप्त भएर ६ वर्ष पूरा भएको थियो✪ ।

उपसम्पदा भइसकेपछि महेन्द्र स्थविरले तीन वर्ष सम्म आफ्ना उपाध्याय मोग्गलिपुत्त तिस्स महास्थविर कहां बसेर दुवै संगीतिमा संग्रह गरी राखेका अर्थकथा (=भाष्य) सहित त्रिपिटक धर्म राम्रोसंग अध्ययन गरे । तीन वर्ष भित्र त्रिपिटक धर्म सवै अध्ययन गरे पछि अनि स्थविर उपाध्यायका एक हजार शिष्यहरूका प्रधानाचार्य पनि भए र यसबेला अशोक राजाको अभिषेक नौ (९) वर्ष भएको थियो❏ ।

शासनमा अर्वुद (कलंक भेद)

अशोक राजाको अभिषेकबात ८ वर्ष हुँदा पाटलिपुत्रमा कुन्तयुत्त- तिस्स नामक एक स्थविर विरामी भएर उपचार गर्न एक मुट्ठि घिउ भिक्षा प्राप्त नहुँदा पछि आकाशमा चढेर परिनिर्वाण भयो✢ । यो कुरा सुनेर राजालाई ठूलो दुःख लाग्यो । अहो ! यत्रो विशाल मेरो राज्यमा एक मुट्ठि घिउ भिक्षा प्राप्त भएन । परिनिर्वाण हुने भिक्षुलाई आवश्यकतानुसार सत्कार गरेर पछि यही कारणमा अशोक राजाले 'मेरो देशमा कसैलाई पनि औषधि गर्न चाहिने घिउ आदि पदार्थ दुर्लभ नहोस्' भनी नगरको चारै द्वारमा चतुमधु आदि अनेक औषधि द्रव्य परिपूर्ण गरी राखी दिए । यथार्थमा भनौं भने इतिहासमा सर्वप्रथम मानिसहरूको निम्ति र पशुहरूको निम्ति चिकित्सालय (=अस्पताल) स्थापना गर्ने अशोक राजा नै हुन्★।

त्यसवखत अशोक राजाले बुद्ध, धर्म तथा संघको विषयमा दिनको पाँच लाख धन खर्च गरे । बुद्ध शासनमा महान-लाभ सत्कार प्राप्त भएको देखेर तीर्थिकहरूले सहन सकेन । लाभ सत्कारको लोभले तिनीहरू भकाभक भिक्षु संघमा प्रवेश भए । प्रव्रज्या प्राप्त नभएका कुनैले आफैले चीवर धारण गरी आए । भिक्षु संघमा प्रवेश भयो भन्दैमा तिनीहरूले आफ्नो लब्धि छाडेन । झन् आफ्ना लब्धि बुद्धधर्मको मुकुण्डो लगाएर प्रचार गरे ।

भिक्षु संघका उपोसथादि विनय कर्म आदिमा पनि सहभागी हुन गए । वास्तविक भिक्षुहरूले यी तिर्थिकहरूसंग विनय कर्म गरेन । गर्नु पनि कसो ? दृष्टि नै नमिलेपछि । यसकारण भिक्षु संघमा क्रमशः कलंक बढ्दै आयो । एकदिन मौद्गलिपुत्र तिष्य महास्थविर "अब यहाँ बसेर भएन, संघमा कलंक बढेर आयो, यो कलंक झन् झन् बढ्ने छन्, शान्त गर्न कठिन हुनेछ" भनी आफ्ना शिष्य समूह सबै महेन्द्र स्थविरलाई भार दिएर आफू यथासुख एकान्तवास गर्ने अभिप्राय लिई अहोगंगा नामक पहाडतर्फ जानु भयो । त्यहाँ उनी (७) सात वर्षसम्म बस्नु भयो✻। तसर्थ महावंशमा भनेको छ :–

"पहीण लाभ सक्कारा तित्थिया लाभकारणा ।

❋ ततो महिन्दो पब्बजितो मोग्गलिपुत्तस्स सन्ति के,
पब्बाजेसि महादेवो मजझन्तो उपसम्पदा ॥ - दीपवंश ७/२५

❖ महावग्ग ५/२५

✤ सो तस्मिं येव उपसम्पदा मण्डले सहपटि सम्भिदाहि अरहन्त पापुणि ॥ - समन्तपासादिका पृ. २९

✧ महावंश ५/२०१; समन्तपासादिक पृ. २९

✪ महावंश ५/२११; समन्तपासादिका पृ. २९

❏ समन्तपासादिका पृ. ३०

✢ समन्तपासादिका पृ. ३०; महावश ५/२१३-२२९

★ He (अशोक) also established gardens and hospitals for man and beast, and published edicts throughout his empire, enjoining on all his subjects morality and justice. – (Buddism P. 222, Rhys David)

✻ समन्तपासादिका पृ. ३०

सयं कासायमादाय वसिंसु सह भिक्खूहि ॥
यथा सकञ्च ते वादं बुद्धवादी ति दीपयुं ।
ततो मोग्गलि पुत्तो सो थेरो थिरगुणोदयो ।
सासनब्बुदमुप्पन्नं दिस्वा तमति कक्खलं ॥
तस्सोपसमने कालं दीघदस्सी अवेक्खिय ।
दत्वा महिन्द थेरस्स महाभिक्खुगणं सकं ॥
उद्धं गंगाय एको व अहो गंगाम्हि पब्बते ।
विहासि सत्तवस्सानि विवेक मनुब्रूहयं ॥"*

तीर्थिकादि मिथ्यादृष्टिकहरूको कारणले शासनमा मतभेद बढ्यो । मिथ्यादृष्टिकहरूको संख्या वृद्धि हुँदै आएपछि दुर्वच, अनुशासनहीन, अविनीत तथा धर्माधर्म नजान्ने भिक्षुहरू निकै बढे । तिनीहरूले धर्मधर विनय-धरहरूको कुरा वास्ता नराखी आफुले पहिले गरी आएको छाँटले कसैले सूर्य पूजा गरे, कसैले होम गरे, कसैले पञ्चाग्नि तपस्या गरे, कसैले बुद्ध शासन नै नाश गर्न खोजे◆ । यसरी भिक्षु भावमा बसेर तीर्थिकहरूले अनेक उपद्रव मचाए । दमन गर्दा पनि दमन गर्न सकिएन । उपदेश ओवाद गरेर केही फाइदा भएन । यसो भएको हुँदा निर्मल भिक्षु संघले पवारणादि उपोसथ कर्म गर्न छाडे । सात वर्षसम्म प्रातिमोक्ष▼ उद्देशणा पनि भएन जुन कि शासनको लागि हानिकारक सम्झन आवश्यक थियो । तसर्थ भनेको–

"तित्थियानं बहुत्ताच दुब्बचत्ता च भिक्खवो ।
तेसं कातुं नसक्खिंसु धम्मेन पटिसेधनं ॥
तेनेव जम्बुदीपम्हि सब्बारामेसु भिक्खवो ।
सत्तवस्सानि नाकंसु उपोसथ पवारणं ॥"❀

एक दिन अशोक राजाले सात वर्षदेखि भिक्षु संघहरूको उपोसथादि विनय कर्म भएको छैन भन्ने विषयमा गम्भीर चर्चा गरेर एकजना मन्त्रीलाई डाकेर यसरी आज्ञा दियो– "जाउ भणे विहारमा गएर भिक्षुहरू एकत्र गरी झगडा छिनेर भिक्षुहरूलाई मिलाई उपोसथ गराउ ।"

"कसरी झगडा छिनेर उपोसथ गराउने ?" भनी सोध्न लाज मानी 'हवस्' भनी मन्त्री राजाको खोपीबाट निस्केर अरू भारदारहरू संग राजाको आज्ञा सम्बन्धमा सल्लाह गरे । सल्लाहमा यही निश्चय भयो कि जसरी प्रत्यन्त गाउँम झगडा छिन्दा विपक्षीहरूलाई मारेर कलह शान्त गर्ने हो यो पनि त्यसै त होला । यति निश्चय गरी मन्त्री अशोका राममा गई विहारमा भएका सबै भिक्षुहरू जम्मा गरी "मलाई उपोसथ नगर्ने भिक्षुहरूलाई उपोसथ गराउ" भनी आज्ञा दिएर पठाएको छ तसर्थ तपाईहरूले 'उपोसथ गर्नु हवस्' भनी भने ।

तृतीय संगीति

विनयधर भिक्षुहरूले 'संघ शुद्ध छैन तसर्थ यी तीर्थिकहरू संग उपोसथ गर्न सक्दिैन' भनी उत्तर दिए । मन्त्रीले दुइ तीन पटकसम्म नगरी हुँदैन भनेर भने किन्तु भिक्षुहरूले यस कुरालाई मानेन । अनि त्यो मूर्ख मन्त्रीले माथिदेखि नमान्ने भिक्षुहरूको शीर छुटयाउन शुरू गरे । मन्त्रीको यो भयङ्कर कार्यलाई देखेर संघको बीचमा बसिरहेका क्षीणास्रव तिष्य महास्थविरले 'अवश्यमेव राजाले भिक्षुहरूलाई मारेर अधिकरण साम्य गर भनी आज्ञा दिई पठाएको होइन होला यो कार्य यही दुर्बुद्धि मन्त्रीको विचारले गरेको होला' भन्ने सम्झी बसिरहेको आसनबाट उठेर मन्त्रीको विचारले गरेको लाइनमा बस्न गयो । उनी भने राजाको साखै भाई तिष्य युवराज थियो । अरू जस्ता साधारण भिक्षु थिएन । मन्त्रीले तिष्य स्थविरलाई चिनेर उनी उपर एकैचोटिं प्रहार गर्न नसकी दौडेर राजाकहाँ गएर यसरी बिन्ति गरे– "महाराज ! उपोसथ गर्दैन भन्ने भिक्षुहरूलाई मैले यस्तो गरें किन्तु हाम्रा तिष्य युवराजलाई के गर्ने ?"

मन्त्रीको कुरा सुन्ने बित्तिकै राजालाई जिउभरी तातो पानी खन्याए झैं भयो । "अरे मूर्ख ! तिमीले यो के गरेको ?" भनेर उतिनिखेरी राजा अशोकारममा गएर आफूले मन्त्रीलाई भनी पठाएको कुरा बताई संघमा क्षमा प्रार्थना गरे । राजाको त्रसित भावलाई देखेर भिक्षुसंघले उनलाई धैर्य दिलाए । तर राजाको मनमा "अब यो पाप कसलाई लाग्ने होला" भन्ने मात्र विचार आएर चित्तमा अशान्ति भएकोले संघहरूसंग यसरी सोधे– "भन्ते ! अब अर्को कुरा के भनौं, यो पाप कसलाई लाग्ला ?"

क्रमश:

* ५/२३०-३५

◆ केचि अग्गि परिचन्ति, केचि आदिच्चं अनुपरिवत्तन्ति
केचि धम्मं च विनयं च वोभिन्दिस्सामाति पग्गण्हिसु । –समन्तपासादिका पृ. १३

▼ हेर्नुस लेखको धम्मपदट्ठकथा बोधिनी पृ. ३०

❀ महावंश ५/२३५-३७, समन्तपासादिका पृ. १३

Downloaded from http://www.dhamma.digital

योग अभ्यास विधि - भाग ५६

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

रङ्गको रहस्य-३

गत अङ्कमा रङ्गको रहस्य अन्तरगत सूर्य चिकित्सा पद्धति अर्न्तगत उसापानबाट उर्जा प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने वारे जानकारी प्रस्तुत गरेका थियौं सोहि अनुरूप यस अङ्कमा पनि रंगको रहस्यका बारे जानकारी प्रस्तुत गर्न लागेका छौं ।

सूर्य चिकित्सा पद्धति अर्न्तगत स्वास्थ्य रक्षाको नियम विपरित कार्य गरेमा हामीलाई विभिन्न प्रकारको रोग लाग्न सक्दछ । अत: सुर्य चिकित्सा पद्धतिका बिषयमा विस्तारपूर्वक जानकारी प्राप्त गर्न आवश्यक पर्दछ । सोहि अनुरूप सर्वप्रथम स्वस्थ कसरी रहने बारे जान्नु आवश्यक पर्दछ । पूर्ण स्वस्थ्यको लागि सर्व प्रथम आवश्यक तत्व हो शुद्ध र स्वस्थवर्द्धक हावा । यी शुद्ध हावा नै हाम्रो समस्त शरीर एवं "प्राण" कालागि शाकाहारी भोजन हो । स्वस्थ वायु (हावा) बिना हामी जीवित रहन सक्दैनौ । हावा हाम्रो शरीरका लागि अति आवश्यक तत्व हो ।

शहरी क्षेत्रमा बस्ने व्यक्तिहरू प्राय: चौविसौं घण्टा दुषित हावा सेवन गर्न वाध्य हुन्छन् । प्रदुषणको कारण शहरवासीहरू अधिकांश समय रोगी जस्तो देखिन्छ एवं मानसिक तनावबाट पिडित रहन्छ ।

अत: शहर वासीहरूले प्राकृतिक रुपबाट स्वस्थ रहन आ-आफ्नो निवास स्थानको छेउ-छेउमा रूख रोप्नु, पार्क आदि बनाउन आवश्यकता छ । जसबाट स्वस्थ वायु (हावा) प्राप्त भई रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति वृद्धि हुन्छ ।

एउटा स्वस्थ व्यक्तिको लागि जती वायु (हावा) को आवश्यकता पर्दछ त्यती उसको शरीरलाई व्यायाम अर्थात शारीरिक श्रमको आवश्यकता पर्दछ । शहरी जीवनमा प्राय: मानिसहरु व्यायाम वा शारीरिक श्रमबाट वञ्चित रहन्छन् । तर शहरी जीवनमा मानसिक शक्ति बढि प्रयोग गर्न आवश्यकता पर्दछ ।

व्यवस्थित रूपले नियमित व्यायाम गर्नाले शरीरको रक्त संचार प्रणाली पूर्ण रूपले संचालन हुन्छ । शरीरका मांसपेशीहरू पूर्ण रूपले सक्रिय रहन्छन् । सम्पूर्ण शरीरका जोर्नीहरू सक्रिय रहन्छन् । नियमित व्यायाम गर्ने व्यक्तिको पाचन-क्रिया स्वाभाविक भई स्वस्थ रहन्छ । यी सम्पूर्ण कारणहरूबाट हामी पूर्ण स्वस्थ रहन्छौं । यसैकारण व्यायामका लागि खुल्ला ठाउँ प्रचुर मात्रामा हावा आउने स्थान, उज्यालो र सम्भव भए खोलाको किनार वा बगैंचा आदि भएको स्थानमा व्यायाम गर्न उत्तम हुन्छ भनि भनिएको छ ।

हाम्रो शरीरका लागि जती व्यायामको आवश्यकता पर्दछ त्यतीनै आहार विहारको पनि पालना गर्न आवश्यकता पर्दछ । अझ माँसाहारी भोजन भन्दा शाकाहारी भोजन शरीरका लागि उत्तम हुन्छ ।

स्वास्थ्य - रक्षाको नियम अनुसार शुद्ध वायु, श्रम, व्यायाम, आहार, पानी र भोजन आदि अनिवार्य अंग हो र यस्का साथै रङ्ग चिकित्सा पद्धति पनि एउटा प्रमुख अंग हो । रङ्गको रहस्यलाई बुझ्न अगाव हामी सबैले स्वस्थ रहन आहार-विहारको पालन नितान्त गर्न आवश्यक छ तर यी विषयलाई पूर्ण रूपले पालना गर्दा-गर्दै पनि हामीहरूलाई रोग लाग्न सक्दछ । यसका प्रमुख कारण मानसिक तनाब हो किनकी एक जना स्वस्थ व्यक्ति बन्नको लागि पूर्ण रुपले तनावबाट मूक्त हुनु पर्दछ । किनकी मानसिक तनावबाट हाम्रो शरीरमा विकार संचय हुन थाल्दछ र त्यसबाट हामीलाई विभिन्न प्रकारको रोग लाग्न थाल्दछ ।

यदि अहार-विहारका साथ साथै नियमित शव-आसन तथा योग निन्द्रा गर्नु पर्दछ जसबाट हाम्रो मन अशान्त हुनबाट रोकिन्छ र हामी मानसिक तनावबाट मुक्त हुन्छौं । अत: आगामी अंकमा शव आसन र योग निन्द्राको बारेमा जानकारी प्रस्तुत गर्नेछु । ■

बाहिर, संसार, भित्र सार

■ नरेन्द्रनाथ भट्टराई

बाहिर गरिएका हर-प्रयासबाट दुःख-सुख, लाभ-हानि, जन्म-मृत्यु, सम्पत्ति-विपत्ति, मान-अपमान मात्र मिल्दछ भने भित्रको सानो प्रयास मात्रले पनि परमात्मामा पुऱ्याइ दिन्छ। कावा-कैलास, मस्जिद-मिनार, गुम्बा-मन्दिर, तीर्थस्थल वा गङ्गा, हिमालय कहीं पनि जति खोजे पनि, जति प्रयास गरे पनि सार पाइन्न बरू संसार नै पाइन्छ भने आफूभित्र दृष्टि फर्काउने वित्तिकै सदा-सर्वदा आँफैमा विद्यमान परमात्मामा पुऱ्याइदिन्छ।

भारतमा एकजना प्रजावत्सल सुशिक्षित तथा ज्ञानी राजा राज्य गर्दथे देशमा कहिल्यै कतै अनिष्ट हुँदैनथ्यो। राजाका राजगुरू पनि बहुतै सुयोग्य, विद्धान्, धार्मिक र ज्ञानी थिए। राजगुरूको एक दिन स्वर्गवास भएछ। राजगुरू छान्नको लागि राजाले यस्तो घोषणा गरिदिए, "राजगुरुको पदको लागि सुयोग्य व्यक्ति छान्न एउटा शर्त राखिएको छ। त्यो शर्त जसले निर्धारित समयमा पूरा गर्दछ उसलाई राजगुरू पदमा राखिने छ।"

शर्तः "गणितका तथा शास्त्रका विभिन्न सूत्र लेखिएका ताल्चा खोलेर आफ्नो कोठाको ढोकाबाट जो निर्धारित समयमा बाहिर निस्कन्छ उही व्यक्ति राजगुरू पदमा आसिन हुन्छ। राती ९ बजे ढोकाभित्र पस्ने अनि बिहान ९ बजे राजा समक्ष ढोका खोलेर उपस्थित हुनु पर्नेछ।"

देश र विदेशबाट समेत सयौं शिक्षित, विद्वान, शास्त्रज्ञ र गणितज्ञहरू राजगुरु पदको उम्मेदवार बनेर राजधानीमा जम्मा भए। वर्ण क्रमानुसार तिनीहरुको दिन तोकियो। हरेक दिन सयौं उम्मेदवारहरूले शास्त्र र गणितका अनेक सूत्र मिलाएर ताल्चा खोज्ने प्रयास गरे तर सबै असंफल भए।

१. पापको बाबुको नाम लोभ हो भने आमाको नाम तृष्णा हो। तृष्णा वा लोभलाई मारिदिने हो भने पापको जन्म रोकिन्छ।

२. संगत नै हाम्रो जीवनको आधार (जग) हो। जुवाडेको संगत गरे जुवाडे बनिन्छ, रोगीको संगत गरे रोगी, भोगीको संगत गरे भोगी, यसैगरी सन्तको संगत गरे शान्ति मिल्दछ।

साभार- परमात्माको दर्शन (चिन्तनद्वारा)

अन्तिम दिनमा एकसय जना उम्मेदवार बाँकी थिए। सब उम्मेदवारले अनेकन् सूत्र प्रयोग गरेर अथक परिश्रम गर्न थाले तर एकजना उम्मेदवारस बेलुकी ९ बजे ढोकाभित्र पसेर ओछ्यानमा आरामसँग सुते। भोलिपल्ट बिहान ९ बजे राजा आएर साबिक झैं बाहिरबाट, **"सफल उम्मेदवार कोही भए आफ्नो ढोका खोल"** भने। आराम गरेर बस्ने उम्मेदवार जुरूक्क उठेर गएर ताला मारिरहेको ढोका खोलेर बाहिर निस्किए! हजारौं शास्त्रज्ञ, गणितज्ञ, विशेषज्ञ असफल भए तर यिनी एकजना सफल भए कसरी त?

ताल्चामा अनेकन् सूत्र अङ्कित थिए, वास्तवमा ढोका खुलै थियो। केवल ढोका भित्र तान्नु मात्र पर्दथ्यो। सबै पण्डित, शास्त्रज्ञहरू अङ्क र सुत्रमानै अलमलिएर, थकित, गलित र पीडित भए। यसैगरी परमात्मा पाउनको लागि पनि शास्त्र र सूत्रमा अलमलिएर जति प्रयास गरे पनि सबै निरर्थक हुनेछ। हामीले केवल आफूभित्र दृष्टि दिएमात्र पुग्दछ किनकि परमात्मा सदा-सर्वदा हामीभित्रै विराजमान हुनुहुन्छ। ■

धर्मकीर्ति पत्रिका नवीकरण सम्बन्धी सूचना

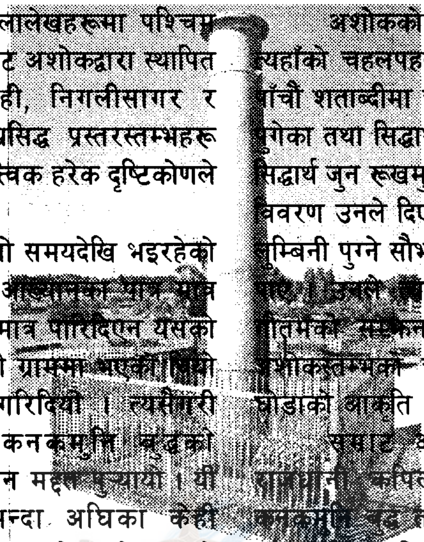
धर्मकीर्ति पत्रिकाको वार्षिक ग्राहक शुल्क वि.सं. २०६६ चैत्र मसान्तसम्ममा समाप्त हुने भएकोले आगामी वर्ष वि.सं २०६७ साल वर्ष २८ अंक १ देखि १२ सम्मको वार्षिक ग्राहक शुल्क नवीकरण गर्न हुनका लागि सम्पूर्ण ग्राहक महानुभावहरुलाई हार्दिक अनुरोध गर्दछौं। ग्राहक शुल्क रू ७५/- कायम नै रहेको कुरा पनि जानकारी गराइन्छ।

✿ "मूर्खको बुद्धि अनर्थ गर्नेहुन्छ, मूर्खले आफ्नो मूर्खताको कारण आफ्नो सुख हुने भविष्यलाई आफ्नै शिर फोरे झैं गरेर बिगार्दछ।" - धम्मपद

Downloaded from http://www.dhamma.digital

अशोकस्तम्भहरू साँच्चिकै महत्त्वका छन्

■ डा. गोविन्द टण्डन



नेपालमा भएका प्राचीन शिलालेखहरूमा पश्चिम तराईको लुम्बिनी अञ्चलमा मौर्यसम्राट् अशोकद्वारा स्थापित ब्राह्मी लिपिमा उत्कीर्ण रूपन्देही, निगलीसागर र गोटीहवाका अशोकस्तम्भ नामले प्रसिद्ध प्रस्तरस्तम्भहरू नेपालको धार्मिक, सांस्कृतिक, पुरातात्त्विक हरेक दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण मानिन्छन् ।

रूपन्देहीको स्तम्भलेखले लामो समयदेखि भइरहेको अन्यौल गौतम बुद्ध कुनै पौराणिक आख्यानका पात्र मात्र हुन् भन्ने भनाइलाई सर्वथा समाप्त मात्र पारिदिएन यसको प्राप्तिले गौतम बुद्धको जन्म लुम्बिनी ग्राममा भएको थियो भन्ने कुरालाई समेत प्रमाणित गरिदियो । त्यसैगरी निगलीसागरको स्तम्भलेखले कनकमुनि बुद्धको जन्मस्थललाई पनि प्रमाणित तुल्याउन मद्दत पुर्‍यायो । यी स्तम्भलेखबाट शाक्यमुनि बुद्धभन्दा अघिका केही आदिबुद्धहरूको जन्म भूमि हुने अवसर नेपालले पाएको तथा शान्तिका अग्रदूत, महामानव भगवान् गौतमबुद्धको जन्मभूमि पनि नेपाल भएको यथार्थलाई प्रमाणित गरेको कुरालाई हृदयंगम गर्दा विश्वका सम्पूर्ण बौद्धधर्मालम्बीहरूको लागि नेपाल पवित्र तीर्थस्थलको रूपमा रहेको छ । यो सम्पूर्ण नेपालीको लागि गौरव र प्रतिष्ठाको विषय हो ।

भगवान् गौतम बुद्धले लिएको ठाउँ ई.पू. छैटौं शताब्दीमा कपिलवस्तुका शाक्य तथा देवदहका कोलीयहरूको वन विहार गर्ने रमणीय र मनोरम उपवन भए तापनि गौतम बुद्धको जन्मपश्चात् यो पवित्र तीर्थस्थल बन्यो । बुद्धले चार पवित्र स्थलहरूको चर्चा गर्दा लुम्बिनीको पनि उल्लेख गरेकाले गौतम बुद्धका अनुयायीहरूमा लुम्बिनी त्यस बेलादेखि नै प्रसिद्ध ठाउँ बनेको अनुमान गर्न सकिन्छ । यसले गर्दा पहिलेको रमणीय उपवन विस्तारै गाउँ-वस्तीमा परिणत हुन गयो । विहार आरामहरू धमाधम बन्न थाले । बौद्धधर्मको प्रसिद्ध ग्रन्थ दिव्यावदानमा मौर्यसम्राट् अशोकले आफ्ना धर्मगुरू उपगुप्तसँग गौतम बुद्धसँग सम्बन्धित सबै महत्त्वपूर्ण स्थलहरूको दर्शन गर्ने इच्छा व्यक्त गर्दा उनले अशोकलाई लुम्बिनी ल्याएको चर्चा पाइन्छ । सिद्धार्थ जन्मेको करिब दुई सय वर्षपछि अशोक लुम्बिनीको तीर्थयात्रामा आए । त्यस बेला त्यो स्थलाई 'लुंमिनी ग्राम' (लुम्बिनी ग्राम) भनी सम्बोधन गरिने परिपाटी थियो भन्ने कुरा अशोकले गौतम बुद्धको जन्मस्थलमा स्थापना गरेका स्तम्भलेखमा 'लुंमिनी गाम' को चर्चा गरेबाट थाहा हुन्छ ।

अशोकको यात्रापछि झण्डैं साढे सात सय वर्षसम्मको त्यहाँको चहलपहलको बारेमा केही थाहा हुँदैन । त्यसपछि पाँचौं शताब्दीमा चीनका एक जना यात्री फाहियान लुम्बिनी पुगेका तथा सिद्धार्थ जन्मँदा स्नान गरिएको 'पुस्करिणी' तथा सिद्धार्थ जुन रूखमुनि जन्मेका थिए त्यसको दर्शन गर्न पाएको विवरण उनले दिएका छन् । त्यसको झण्डै दुई सय वर्षपछि लुम्बिनी पुग्ने सौभाग्य चीनका अर्का प्रसिद्ध यात्री ह्वेनसाङले पाए । उनले त्यहाँ रहेको पवित्र वृक्ष, शाक्यकुण्ड तथा गौतमको सम्झनामा निर्माण गरिएका स्तुपहरूको साथै अशोकस्तम्भको चर्चा गरेका छन् । जसको शीर्षभागमा घोडाको आकृति सुहाएको थियो ।

सम्राट् अशोक, गौतमका पिता शुद्धोधनको राजधानी कपिलवस्तुको साथै त्यही नजिकै रहेको कनकमुनि बुद्ध तथा क्रकुच्छन्द बुद्धको जन्मस्थलमा पनि पुगेका थिए । चिनियाँ यात्री फाहियान र ह्वेनसाङले पनि कपिलवस्तुको भ्रमण गरेको उल्लेख पाइन्छ ।

त्यसपछि झण्डै छ सय वर्षसम्मको लुम्बिनी कपिलवस्तुको विविध अवस्थाको बारेमा केही थाहा हुन सक्तैन । यसो भए तापनि यी स्थल महत्त्वपूर्ण बौद्ध तीर्थस्थलको रूपमा प्रसिद्ध थियो भन्ने कुरा पश्चिम नेपालका बौद्ध धर्मावलम्बी राजा रिपु मल्लले गौतम बुद्धको पवित्र जन्मस्थल लुम्बिनीमा तीर्थयात्रा गरेको संकेत अशोकस्तम्भको माथिल्लो भागमा 'जयतु' अर्थात् कल्याण होस् भन्ने कामनासाथै आफ्नो नामको साथमा **"श्रीरिपुमल्ल जयस्तु संवत् १२३४"** कुँदाएबाट थाहा हुन्छ । यसबाट के कुरा पनि अवगत हुन्छ भने अभिलेखीय प्रमाणहरूको अभाव भए पनि गौतम बुद्धको जन्मपश्चात्‌देखि नै पवित्र रूपमा जसरी लुम्बिनीलाई मानिन थालियो त्यो परम्परा अक्षुण्णरूपमा पछिसम्म चलेको थियो जसको कारण पश्चिम नेपालका खस राजाहरूले समेत त्यो कुरा थाहा पाई त्यहाँ यात्रा गरेका थिए ।

यसपछि भने विभिन्न कारणले गर्दा लुम्बिनी तथा कपिलवस्तु विस्मृत हुँदै गए । छिमेकी भारतमा देखिएको धार्मिक वितण्डता र नेपालमा अस्थिर राजनैतिक अवस्थाले पनि त्यसलाई सहयोग पुर्‍यायो । बौद्ध धर्मका विद्याका केन्द्रहरू .नालन्दा तथा विक्रमशील विहारहरू ध्वस्त पारिएका घटनाहरूले धार्मिक स्थलहरूको सुरक्षा महत्त्वपूर्ण हुन गयो । साथै त्यस्तै वितण्डता होला भन्ने आशंकाले

धर्मभिरू जनसमुदाय आशंकित हुनुपर्ने अवस्थाको सिर्जनाले केही समय धार्मिक स्थलहरूको प्रचार-प्रसारभन्दा तिनलाई प्रकाशमा नल्याउने परिपाटी पनि नदेखिएको होइन । यस्तो स्थिति लामो समयसम्म रहेकाले त्यत्रो लामो इतिहास, धार्मिक आस्था र संस्कृति बोकको लुम्बिनी, कपिलवस्तु आदि तीर्थस्थलहरू ओझेलमा पर्न गए र समयको लामो कालखण्डमा ती स्थल विस्मृत बन्न गएकाले घना जंगलको रूपमा परिणत भए । पछि गएर बुद्ध नै वास्तविक हुन् /होइनन्, वास्तविक रूपमा उनी थिए भने कहाँ जन्मे ? उनको राजधानी कहाँ पर्छ ? आदि जस्ता अनेकौं अनुत्तरित प्रश्नहरू एक-एक गरी जन्मन थाले । बौद्ध धर्म-दर्शनकमा अनुयायीहरू आफ्नो श्रद्धा, विश्वास र आस्थाअनुसार परम्परागत रूपमा शताब्दीयौं-शताब्दीयौ अघिदेखि गौतम बुद्धले देखाएका मार्गको अवलम्बन गर्दै हिँडिरहेका नपाइने भने होइन, त्यस बेला ।

लुम्बिनी, कपिलवस्तु आदि बौद्ध धर्मका प्रमुख तीर्थस्थलहरू यसरी पुन: अन्धकारमा विलीन भए । संयोगको कुरा भनौं त्यसको झण्डै छ-सात सय वर्षपछि भारतमा भएका अंग्रेज पुरातत्त्वविद्हरूले भारतको कला, संस्कृति, पुरातत्त्व आदि सम्बन्धी अध्ययन, चिन्तन गर्ने दृष्टिकोणले वि.सं. १८४१ मा कलकत्तामा रोयल एशियाटिक सोसाइटी नामको संस्थालाई जन्म दिए । त्यसको माध्यमबाट यससम्बन्धी विभिन्न क्रियाकलापहरू प्रारम्भ भए । जेम्स प्रिन्सेपले ब्राह्मी लिपिको अध्ययन गरी यसको उद्धार गरे । उनैको अनुशरण सर ए. कनिङ्घमले गरे र विभिन्न पुरातात्त्विक स्थलहरूको सर्वेक्षण सुरू गरे । उनले फाहियान र ह्वेनसाङको विवरणको गहिरो अध्ययन गरी बौद्धधर्मसंग सम्बन्धित विभिन्न स्थलहरूको पहिचान गर्ने कार्यलाई अगाडि बढाए र धेरै सफलता पनि प्राप्त गरे । श्रावस्ती, बौद्धगया, कुशीनगर आदि पवित्र तीर्थस्थलहरूको पुन:पहिचान भयो तर लुम्बिनी, कपिलवस्तु आदि स्थलको पहिचान गर्न उनी असफल भए । गोरखपुरको वस्ती जिल्लालाई केन्द्रिकरण गरी उनले त्यही लुम्बिनी र कपिलवस्तु हुनुपर्ने अनुमान गरी धेरै समय खर्चिए ।

यसपछि यस काममा आर्कोलोजिकल सर्भे अफ इण्डियाका प्रतिनिधि जर्मन पुरातत्त्वविद् ए. फुहरर लागे र नेपालमा आए । त्यस काममा नेपालको तर्फबाट पनि उनले सहयोग पाए । वि.सं. १९५१ मा छ-सात सय वर्षदेखि विलुप्तझैं बनिरहेको लुम्बिनीको पत्ता लाग्यो । पाल्पाका तात्कालीक बडाहाकिम खड्गशमशेर र ए. फुहररले यसको श्रेय पाए । उनीहरूकै संयुक्त प्रयासबाट गौतम बुद्धको पैतृक नगरी कपिलवस्तु तथा मातुलनगरी देवदहको पनि पत्ता लाग्यो । विश्वकै लागि यो सनसनीपूर्ण खोज बन्यो र सबैको ध्यान यसतर्फ केन्द्रित हुनथाल्यो । त्यसपश्चात् यस क्षेत्रमा बनेको पुरातात्त्विक उत्खनन्हरू भइसकेका छन् ।

लुम्बिनीको योजनाबद्ध संरक्षण, संवर्द्धन र विकासको लागि लुम्बिनी विकास कोष स्थापना भई कतिपय कामहरू भइरहेका छन् । त्यसो भए तापनि यहाँ गर्नुपर्ने र गर्न बाँकी कामहरू अझै प्रशस्त छन् । लुम्बिनी, कपिलवस्तुभेगका पुरातात्त्विक, धार्मिक, सांस्कृतिक महत्त्वका जति पनि स्थलहरू छन् तिनको पनि समुचित स्याहार सम्भार र संरक्षण गर्ने किसिमका योजनाहरू साथसाथै आउनु आवश्यक छ ।

अहिंसाका पुजारी, शान्तिका अग्रदूत, पञ्चशीलका प्रतिपादक भगवान् गौतम बुद्ध जन्मेको भूमि निश्चय गर्ने अशोकस्तम्भ तथा कनकमुनि बुद्ध एवं ककुच्छन्द बुद्धको जन्मस्थलको निश्चय गर्ने अशोकस्तम्भहरू अनेकौं दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण छन् । तिनको हरहालतमा सुरक्षा र संरक्षण अपरिहार्य छ । लुम्बिनीको अशोकस्तम्भ कुनै जमानामा सम्भवत: तेस्रो-चौथो शताब्दीमा बज्र परी केही चर्केको अवस्थामा रहेकोल अझ त्यसको सुरक्षामा हरहमेशा निगरानी रहनु आवश्यक देखिन्छ । यस अशोकस्तम्भको टाउकोमा घोडाको आकृति थियो भन्ने कुरा साहित्य एवं उत्खननहरूबाट पत्तो पाइसकेको हुनाले नयाँ बनाएर भए पनि राखेमा मूलस्वरूप प्रदर्शित हुनुका साथै घामपानीबाट स्तम्भलाई बचाउन धेरै सहयोग पुग्ने देखिन्छ । लुम्बिनीको अशोक स्तम्भ दिनानुदिन चर्किंदै गइरहेको छ भन्ने समाचार ले जो कोहीलाई दु:खी तुल्याउनु स्वाभाविक छ । यसलाई यसो हुनुबाट बचाउन मूल स्वरूपलाई नबिगार्ने गरी आवश्यक परे रासायनिक उपचार पनि यस दिशामा उल्लेखनीय सहयोग पुग्न सक्दछ । यस सम्बन्धमा समयमा नै सम्बन्धित लुम्बिनी विकास कोष तथा पुरातत्त्व विभागले विचार गर्न स्टीलको पट्टि बाँधिदिन पाए अहिले फलामको पट्टिले भद्दा देखाए जस्तो नहुने साथै यसले अशोकस्तम्भलाई फुट्नबाट बचाउन धेरै मद्दत गर्न सक्छौं ।

गौतम बुद्धको जन्मभूमि भन्नी नेपाललाई विश्वमा प्रतिष्ठित तुल्याउने यो अशोकस्तम्भलाई जसरी हुन्छ हरेक दृष्टिबाट सुरक्षित तुल्याउनु आवश्यक छ । यसैगरी निगलीसागर र गोटीहवाका ती ऐतिहासिक महत्त्वका अशोकस्तम्भहरूलाई पनि दर्शनीय र संरक्षित गर्नु नितान्त आवश्यक छ । धर्म, संस्कृति, पुरातत्त्वका छन् । यिनको हर प्रकारले जगेर्ना गर्नु आवश्यक छ । ■

(साभार- 'कान्तिपुर' दैनिक, २०६५ माघ २१ गते)

Downloaded from http://www.dhamma.digital

लुम्बिनी
'बुद्धम् शरणम् गच्छामी'

■ **महेन्द्र थापा**, बुटवल

विश्वभर छरिएर रहेका बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको तीर्थस्थल हो, लुम्बिनी । बौद्ध धर्मका जन्मदाता भगवान् गौतम बुद्ध हाम्रै देश नेपालमा जन्मिएका थिए । तर, हामीले लुम्बिनीलाई यो दुनियाँमा चिनाउनै सकेनौं । जसरी विश्वभरका मुसलमान एक पटक मक्का मदिना पुग्नैपर्ने विश्वास राख्छन्, बौद्ध धर्मावलम्बीलाई पनि त्यसैगरी लुम्बिनीमा ल्याउने वातावरण बनाउन सकेको भए, सम्भवतः दस लाख पर्यटक भित्र्याउने कुनै विशेष महोत्सवको आवश्यकता पर्दैनथ्यो ।

रूपन्देही जिल्लाको लुम्बिनी आदर्श गाविसमा पर्छ, गौतमबुद्धको जन्मथलो । जहाँ दुई हजार ६ सय वर्ष अघि इसापूर्व पाँच सय ६३ मा सिद्धार्थ गौतमको जन्म भएको थियो, जसले आफूलाई भगवान् गौतम बुद्धमा रूपान्तरण गराए । संसारभर छरिएर रहेका एक अर्बभन्दा बढी संख्याका बौद्धले जीवनमा एकपटक लुम्बिनी दर्शनको इच्छा राख्छन् । तर, उनीहरूलाई यो अवसर दिन सकिएको छैन । विडम्बना, पूर्वाधारको अभाव, प्रचारप्रसार र योजनाको कमीको असर नेपाली अर्थतन्त्रमा मात्र हैन, यहाँसम्म आउन चाहने विदेशी पर्यटकले पनि बेहोर्नु परेको छ । विश्वसम्पदामा सूचीकृत लुम्बिनी विश्वका प्रसिद्ध पर्यटकीय गन्तव्यमध्ये एक हो । यहाँ बुद्धकी आमा मायादेवीको मन्दिर (बुद्ध जन्मेको संकेतचिन्ह अर्थात् मार्कर स्टोन, मूर्ति र पुरातात्त्विक वस्तुहरु छन्), अशोक स्तम्भ, पुष्करणी (मायादेवीले नुहाएको पवित्र पोखरी) अखण्ड शान्तिदीप, विश्वशान्ति स्तूपा, विभिन्न मित्रराष्ट्रले बनाएका मनमोहक गुम्बा, जैविक तथा वृक्ष विविधता, सिमसार, उद्यान, संग्रहालय, अनुसन्धान केन्द्र, दुर्लभ पन्छी सारस, हरिण, नीलगाई र विविध पुरातात्त्विक वस्तु अवलोकनीय छन् । लुम्बिनी नेपालको पश्चिमी क्षेत्रको सहर बुटवलदेखि जम्मा ४२ किलोमिटर दक्षिणपश्चिममा पर्छ, जहाँ हवाईजहाज वा मोटरबाट सजिलै पुग्न सकिन्छ । पर्यटकीय सुविधासहितका होटल र अन्य सुविधा यहाँ सहज उपलब्ध छन् । बुद्धको जीवनी र कार्यसँग छिमेकी जिल्ला कपिलवस्तु र नवलपरासी पनि सम्बन्धित छन् । यसैले यी तीन जिल्लालाई समेटेर लुम्बिनी (बौद्ध) पर्यटनचक्रको परिकल्पना गरिएको छ ।

कपिलवस्तु जिल्ला सदरमुकाम तौलिहवा क्षेत्रमा बुद्धका बाबु राजा शुद्धोदनको दरबार थियो । यसलाई तिलौराकोटको नामले पुकारिन्छ । यही दरबारमा बुद्धले २९ वर्षसम्मको गृहस्थ जीवन बिताएका थिए । त्यसबेला उनको नाम सिद्धार्थ गौतम थियो । २९ वर्षमा गृहस्थी त्यागेका उनले कठोर साधनापछि ३५ वर्षमा ज्ञान बुद्धत्व प्राप्त गरेपछि बुद्ध भनिएको हो । यो ठाउँ लुम्बिनीदेखि २७ किलोमिटर पश्चिम तथा बुटवलदेखि ६९ किलोमिटर दक्षिणपश्चिममा रहेको छ । यहाँ दरबारको भग्नावशेष र पुरातत्त्विक वस्तुको संग्रहालय छ । तिलौराकोटदेखि साढे तीन किलोमिटर उत्तरमा सगरहवा छ बुद्धका वंशज शाक्यहरुको विरुधकद्वारा बध गरिएको ठाउँ हो यो । दुई किलोमिटर दक्षिणमा कुदान छ । यो बुद्धले ज्ञानप्राप्तिपछि गृहनगर आएर पहिलो पटक बाबु र छोरा राहुललाई भेटेको र राहुल नवदीक्षित (भिक्षु) भएको ठाउँ हो ।

नवलपरासीको देवदह ससुराली तथा मावली ठाउँ हो यहाँ सयौं वर्षको मानिएको (कसै कसैले बुद्धकालीनसमेत भन्ने चलन छ) धार्मिक महत्त्व पाइसकेको विशाल पाकडीको रूख छ । कन्यामाई, बैरीमाईका स-साना मन्दिर छन् । विविध पुरातात्त्विक महत्त्वका वस्तु पनि छन् । ठाउँ पनि हरियाली, चिटिक्क मिलेको मनमोहक छ । सूर्योदयको बेला यहाँ बडो न्यानो सुखानुभूति मिल्छ । रामग्राम बुद्धको अष्ठीधातु गाडिएको ठाउँ हो । यो बुद्धको नातेदार राजपरिवार कोलिय राज्यको राजधनीसमेत हो । पुरातत्त्व विभागले सन् २००० मा गरेको उत्खननबाट यसको पुष्टि भएको हो । सदरमुकाम परासी बजारदेखि तीन किलोमिटर दक्षिणमा छ अस्तु राखिएको बुद्ध स्तूपा । बुटवलदेखि पूर्वदक्षिण ३८ र लुम्बिनीदेखि पनि पूर्वदक्षिण ४८ किलोमिटर दूरीमा पर्छ ।

झरहीखोला किनारमा छ यो । उद्यान, स्तूपा, पुरातात्त्विक वस्तु आदि अवलोकनीय छन् । लुम्बिनी देवदह-रामग्राम-तिलौराकोट कुदान-सगरहवा-गोटिहवा र निग्लिहवालाई समेटेर लुम्बिनी (बौद्ध) पर्यटन चक्रको परिकल्पना गरिएको छ । बुटवलका औद्योगिक व्यापारिक संघसंस्थाले उक्त तीर्थाटन गरेर बुटवलमा विश्राम लिने गरी पूर्वाधार विकास गर्ने अवधारणा अगाडि बढाएका छन् ।

रूपन्देहीको बेलहिया नाकास्थित अध्यागमन र लुम्बिनी विकास कोषको तथ्याँकअनुसार लुम्बिनी पर्यटनचक्र भ्रमणका लागि विदेशी न्यूनतम एक लाख, भारतीय दुई लाख र यति नै संख्यामा आन्तरिक पर्यटक बर्सेनि आउँछन् । कोषको राजस्व शाखाका अनुसार मायादेवी मन्दिर प्रवेश शुल्क क्यामरा शुल्क र दान बाकसबाट बार्षिक न्यूनतम डेढ करोड रूपैयाँसम्म जम्मा हुन्छ । यस्तै बैलहिया नाका राजधानीको त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलपछि स्थलमार्गको मुख्य र व्यस्त नेपाल प्रवेशद्वार हो । यहाँको अध्यागमनले आर्थिक वर्ष २०६५/६६ मा सात करोड २७ लाख रूपैयाँ राजस्व संकलन गरेको तथ्यांक छ । यद्यपि लुम्बिनीवासीको अहिलेको मुख्य चिन्ताको विषय भनेको यहाँ आउने पर्यटक छिट्टै फर्कनु हो । उक्त संख्यामध्ये थोरैले मात्र मुस्किलले यहाँ दुई रात बिताउने भएकाले होटल व्यवसाय अपेक्षित फस्टाउन र विदेशी मुद्रा आर्जन गर्न नसकिएको गुनासो व्यवसायीहरूको छ । यो समस्या सम्बोधन गर्न लुम्बिनी अञ्चलभित्रका अन्य विविध गन्तव्य समेटेर लुम्बिनी पर्यटन चक्रको परिकल्पना पनि गरिएको छ । स्थानीय निकाय जनप्रतिनिधिविहीन र राजनीतिक अस्थिरताका कारण यी सबै परिकल्पनाले साकार रूप लिन नसकेका हुन् । लुम्बिनी क्षेत्रमा ट्राभल एजेन्सी, होटल, हवाईसेवा आदि सुविधा भए पनि पर्यटकको बसाइ अवधि लम्ब्याउन आवश्यक अन्य विविध पूर्वाधार विकासतर्फ व्यवसायीको ध्यान गएको प्रत्याभूति मिल्दैन ।

सरकार र स्थानीय निकायको मुख ताकेर बसेको देखिन्छ । लुम्बिनी (बौद्ध) चक्रबाहेक पनि यस क्षेत्रमा अन्य अन्तराष्ट्रिय महत्त्वका गन्तव्य छन् । अठारौं शताब्दीमा नेपाल अंग्रेजबीच भएको युद्धमा नेपालले जितेको ठाउँ बुटवल नगरपालिका ३ स्थित जितगढी (उजिरसिंहगढी) किल्ला र बटौली क्षेत्रको मानव पुर्खा रामापिथेकसको दाँत भेटिएको ठाउँ, पाल्पा तानसेनको प्राकृतिक सौन्दर्य र हिन्दुको पावनभूमि प्रसिद्ध त्रिवेणीधाम एवं देवघाटधामसमेत छन् । ■

साभार- 'अन्नपूर्ण पोष्ट' २०६६ फागुन १७ गते)

अल्पकालिन ऋषिणी प्रव्रज्या हुँदाको मेरो अनुभव

म सुनाकोठी बौद्ध जन विहारमा ऋषिणी हुन पाएकोमा एकदमै खुशी लाग्यो । यो पालि गरेर मेरो तेस्रो पटक भयो । यहाँ विभिन्न ठाउँबाट विभिन्न भन्ते र गुरूमांहरू हामीलाई विभिन्न विषयबाट राम्रो ज्ञानहरू दिनुहुन्छ । हामीले यहाँ बिहानै उठेर आफ्नो सामान मिलाएर धम्म हल जानुपर्छ । सबभन्दा पहिला हामीलाई आफ्नो राम्रो स्वास्थ्यको लागि योगा सिकाउनुहुन्छ । योगा गर्न सकिसकेपछि हामी बुद्ध पूजा गर्छौं । बुद्ध पूजापछि हामी जलपान गर्छौं । जलपान गर्नु अगाडि हामीले प्रार्थना गर्नु पर्छ भन्ने कुरा हामीले यहाँ आएर थाहा पायौं । त्यसपछि हामी ध्यान गर्न बस्छौं । ध्यान गऱ्यो भने स्मरण शक्ति मजबुत हुन्छ भन्ने थाहा पायौं । हामीले यो विहारमा आएर आफ्नो [illegible] होइन सबै ठाउँमा पनि सफा गर्नु पर्छ भनि सिक्यौं । यहाँ सबै गुरुमां, भन्ते र शिक्षक, शिक्षिकाहरूबाट विभिन्न प्रकारको प्रवचन सुनेर हामीहरूले धेरै ज्ञान पाउनाको साथै भाषण गर्न पनि सिक्यौं । हामीलाई सुनाकोठी विहारको धर्मगुप्त भन्तेले नागदहसम्म घुमाउन लग्नु भयो । त्यहाँ गएर हामीले प्राकृतिक सौन्दर्यको बारेमा पनि थाहा पायौं । यो कार्यक्रममा संचालित "सुरूसुरू न्हर्स खुरूखुरू लिस:" धेरै रमाइलो लाग्यो साथै यसमा हामीहरूले पुरस्कार पायौं । फेरि विषेश हाजिर जवाफ गरेको हुनाले हामीहरूले अझै भगवान बुद्धको बारेमा धेरै ज्ञान हासिल गर्न पायौं । यहाँ हामीहरूलाई दिदी दाईहरूले राम्रो सित हेरबिचार गर्नु हुन्छ । यो ऋषिणी प्रव्रज्याबाट हामीहरूले ठूलो स्वरले बोल्नु हुदैन, छिटो छिटो हिडनु हुदैन, चोरी गर्न हुदैन, झुठो बोल्न हुदैन आदि कुराहरू सिक्यौं ।

– अनुस्का शाक्य, वर्ष १२
नयाँबजार, फोन: [illegible]४४३

■

धर्मकीर्ति विहारका एक चिरस्मरणीय दाता: उपासिका दानलक्ष्मी कंसाकारको स्मृतिमा

वि.सं. २०२२ सालमा स्थापना भएको धर्मकीर्ति विहार ४४ वर्षपूरा भएको छ । आज ९ वटा इकाइमा विभाजित भएर व्यापक रूपमा बुद्ध धर्म प्रचार गरिरहेको यो बलियो धार्मिक संस्था प्रव्रजित तथा गृहस्थ व्यक्तिहरूको श्रद्धाकै फलस्वरूप खडा भइरहको छ । समयको दौरानमा यस विहारको सद्धर्म प्रचार गर्ने उद्देश्य परिपूर्ति गर्न प्रवजित व्यक्तिहरूको अलावा श्रद्धालु उपासक-उपासिकाहरूको पनि धेरै योगदान रहेको कुरा तथ्य हो श्रद्धालुहरूको योगदान आर्थिक बौद्धिक वा श्रमिक थरीथरी किसिमले रहेको कुरा धर्मकीर्ति विहारको सम्बन्धमा एउटा उल्लेखनीय कुरा हो ।

दि. दानलक्ष्मी कंसाकार

यही सन्दर्भमा गत २०६६ फागुन २० गते, ८३ वर्षको उमेरमा निधन हुनु भएकी धर्मकीर्ति विहारका पूर्व दाता उपासिका दानलक्ष्मी कंसाकारको बुद्ध शासनिक योगदानलाई लिएर एकपल्ट कृतज्ञभाव पोखौं ।

धर्मकीर्ति विहार स्थापना नै नभएको बेला धम्मवती गुरुमां प्रमुख मां गुणवती गुरुमां र रत्न मञ्जरी गुरुमांलाई भोजन तथा आवासको सम्पूर्ण व्यवस्था आफ्नै घरमा गरी त्यतिबेलाको गुरुमांहरूको संघर्षपूर्ण जीवनको दौरानमा उहाँहरूप्रति ठूलो गुण लगाउनु भएकी दानलक्ष्मी कंसाकार उपासिकालाई विगतको कुरा छोडेर वर्तमानमा नचिन्ने पनि धेरै हुनसक्छन् । भगवान् बुद्धले बताउनु भएको ३८ वटा मंगल मध्ये **'कतञ्ञुता'** अर्थात् कृतज्ञता भाव बनाउनु पनि एउटा मंगल हो भनिएको अनुशरण गरी हामी पनि धर्मकीर्ति विहारका पूर्व दाता दानलक्ष्मी कंसाकारको गुणानुस्मरण गरी कृतज्ञ बनौं ।

१४ वर्ष बर्मामा अध्ययन गरी वि.सं. २०२० सालमा नेपाल फर्केपछि धम्मवती गुरुमांसंगै आउनु भएकी बर्मी गुरुमां मां गुण गुरुमां र रत्न मञ्जरी गुरुमांको नेपालमा बुद्ध धर्म प्रचारको अभियानको शुरुवातसंगै उपासिका दानलक्ष्मी कंसाकारको नाम जोडिएर आउँछ ।

उतिबेला गुरुमांहरूको जीवन सहज थिएन । नेपाल पुग्ने बित्तिकै धम्मवती गुरुमांको घरमा २ महिना बस्नुभयो । गुरुमांकी आमा हेराथकुंले राम्रैसंगै हेरचाह गर्नुभएकोले सजिलो थियो । तर प्रव्रजित भएपछि आफ्नै घरमा संधै बसीरहन नमिल्ने प्रव्रजित नियमलाई पालना गरी घर छोडेर अन्त बस्न थाल्नुभयो । कहिले कता कहिले कता बसेर गुजारा गर्नुभयो । खानपिनको पनि राम्रो व्यवस्था हुँदैनथ्यो । तर धर्म प्रचार भने धम्मवती गुरुमांको प्रभावकारी धर्म देशनाबाट बेजोडसंग भइसकेको थियो ।

गुरुमांहरूलाई बस्ने एउटा स्थायी बसोबासको आवश्यकता उपासक उपासिकाहरूले गरे । जग्गा खोज्ने कार्य भयो । ६ महिनापछि श्रीघ:मा जग्गा पाएपछि विहार बनाउने कुरा भयो । जसोतसो पैसा जम्मा गरी विहार बनाउने कार्य शुरू भयो । त्यति नै बेला थियो दानलक्ष्मीले उपकार गरेको ।

गुरुमांहरू ज्या:बहाल स्थित भाजुरत्न (भाजुदाई) को घरमा बसीराख्नु भएको थियो । श्रीघ:सम्म आउन जान गाह्रो भएकोले काठमाडौं केलटोल त:खाछेँमा दानलक्ष्मीले गुरुमांहरूलाई आफ्नै घरमा राख्नुभयो । उहाँको घरमा बस्नु भएदेखि गुरुमांहरूलाई सुविधा भयो । जलपान, भोजनको राम्रोसँग व्यवस्था हुन्थ्यो, बस्ने, सुत्ने पनि सुबिस्ता हुन्थ्यो । धम्मवती गुरुमां स्वयंले दानलक्ष्मी उपासिकाले लगाउनु भएको गुण सम्झी त्यतिबेला गुरुमांहरूलाई सबैभन्दा धेरै सहयोग गर्ने दानलक्ष्मी उपासिका नै हुनुहुन्छ भनी धम्मवती गुरुमां स्वयं कृतज्ञता व्यक्त गर्नुहुन्छ ।

धर्मकीर्ति विहार बनीरहेको समयमा सहयोग गर्ने तीनजना उपासिकाको नाम धम्मवती गुरुमांले उल्लेख गर्नुभएको छ । लक्ष्मीप्रभा तुलाधर उपासिकाले ऐना, सिसा जति जम्मै किनीदिएको, केसरीलक्ष्मी कंसाकार उपासिकाले जस्तापाता जति जम्मै किनीदिएको तथा दानलक्ष्मी कंसाकार उपासिकाले काठ जति जम्मै किनीदिएको तथ्य कुरा धम्मवती गुरुमां बताउनुहुन्छ ।

त्यतिबेला दानलक्ष्मीको पति देहावसान भइसकेको थियो । जीवन बीमाबाट रु. ५०००/– भारतीय रुपैयाँ दानलक्ष्मीले पाउने कुरा थियो । दानलक्ष्मीले सोही रकम धर्मकीर्ति विहारलाई दिन चाहेको कुरा धम्मवती गुरुमां सम्झनु हुन्छ । पछिबाट केही कानूनी कारणले नमिलेको दानलक्ष्मीले त्यो रकम प्राप्त गर्न नसकेको कुरा धम्मवती गुरुमां र परिवार सूत्रले पनि बताएको छ । यस सम्बन्धमा धम्मवती गुरुमांले भन्नुभएको छ– "पछिबाट कहाँ कसरी रकम जुटाउनु भयो थाहा छैन, दानलक्ष्मी उपासिकाले विहारको लागि काठ जती जम्मैको प्रवन्ध गर्नुभयो ।"

यही कुरामा परिवार सूत्रको भनाई अनुसार दानलक्ष्मीले आफ्नो सुनको दुईवटा चुरा बेचेर रकम जुटाउनु भएको रहेछ । दानलक्ष्मीको छोरी गंगा यस्तो भन्नुहुन्छ– "आमाले सुनको चुरा बेच्नु भएको थियो । कति तोला थाहा छैन । तोलाको रु. ४००/– पर्ने बेला थियो ।" आमाले छोरीहरूलाई चुरा बेच्न लाग्दा भन्नुभएको रे– "सकें भने म तिमीहरूलाई फेरि गहना बनाइदिन्छु । अहिलेलाई यो चुरा बेचेर धर्ममा लगाउने मेरो मन भयो । यो ठूलो पुण्यको काम हो ।"

धम्मवती गुरुमां, मां गुण गुरुमां तथा रत्न मञ्जरी गुरुमां डेढ वर्षसम्म त:खाछेँ दानलक्ष्मीको घरमा बसोबास गर्नुहुँदाको केही उल्लेखनीय प्रसङ्ग उनका परिवार सूत्रबाट थाहा पाएको अनुसार यहाँ उल्लेख गरिएको छ–

धर्मकीर्ति विहार बनाउन काठ चाहिं दानलक्ष्मीले आफ्ना भाई पन्नारत्न तुलाधरको काठ गोदामबाट लग्नु भएको रहेछ । धम्मवती गुरुमांले पन्नारत्न तुलाधर (पन्ना दाई) सँग निर्माण सम्बन्धी सल्लाह पनि लिने रहेछ । विहार निर्माणको बेला भन्तेहरू तथा गुरुजुहरूबाट विरोध गरी अवरोध ल्याउन खोजिएको थियो । त्यतिबेला दानलक्ष्मी, लक्ष्मीप्रभा, हेराकाजी राजकर्णिकारहरूले यसमा डराउनु हुन्न, विहार बनाई छोड्नुपर्छ भनी डटेका थिए । गुरुमांसँग यसको ठूला छलफल दानलक्ष्मीको घर त:खाछेँमै बसी हुन्थ्यो ।

रत्नमञ्जरी गुरुमांले यस घर-परिवारलाई धेरै दु:ख दिएर बस्न नचाहेको थियो । तर बर्मी गुरुमां मां गुण गुरुमांलाई मिल्दो खानपिनको व्यवस्था अन्यत्र नहुने भएकोले त्यहीं बस्नु भएको थियो । विहान दिनहुँ जलपानमा यागु र रोटी दुईवटा पकाइन्थ्यो । भोजन पनि राम्रै पकाइन्थ्यो । यागु मां गुण गुरुमांले नै पकाउनु हुन्थ्यो । मोति अजि र लक्ष्मीनानी त:मां भन्नेले भोजन पकाउन मद्दत गर्थ्यो । रत्नमञ्जरी गुरुमांलाई आलु असाध्य मन पर्थ्यो । गुरुमांहरू परिवार जस्तै बस्नु हुन्थ्यो ।

त:खाछेँमा दिनहुँ विहान बुद्धपूजा र धर्मदेशना भएपछि धम्मवती गुरुमांको प्रभावकारी धर्मदेशनाले प्रभावित भएर एक महिना नबित्दै ठूलो कोठाभरी मान्छेहरू जम्मा हुन थालेको थियो । एउटा मान्छे धम्मवती गुरुमांदेखि प्रसन्न भएर दिनहुँ फूल थुप्रो ल्याएर दिन्थ्यो । एउटी बूढी बज्यै जो बौद्ध पनि थिएन । कुरा केही नबुझे पनि धम्मवती गुरुमांको वाकसिद्धि भएको कुरा मात्र सुनेर लट्ठ हुने गर्थ्यो ।

मां गुण गुरुमांले पनि त्यस घरमा केटाकेटीलाई **"जयन्तो बोधियामूले"** गाथा सिकाउनुहुन्थ्यो । रत्नमञ्जरी गुरुमांले विहान दानलक्ष्मीलाई ध्यान सिकाउनु हुन्थ्यो । दानलक्ष्मीलाई अभिधर्म कण्ठस्थ पढ्न आउने भयो । उनको विश्वास यस्तो थियो रे । "मैले गुरुमांहरूलाई दान दिएको कारण म अर्को जन्ममा पनि बौद्ध परिवारमै जन्मनेछु" भन्थ्यो रे । धम्मवती गुरुमांसँग धर्म सिक्दै दानलक्ष्मीले धेरै जानी सकेको थियो । उनका एक आफन्त विजयरत्न तुलाधरसँग धर्मको बारे छलफल गरिरहन्थ्यो । धर्मकीर्ति विहार बनाउँदा दिउँसोतिर बच्चाहरू स्कूल जाने समयमा दानलक्ष्मी दिनहुँ विहारमा जानु हुन्थ्यो । अनि उहाँकी सासू रिसाउनुहुन्थ्यो । विहार बनाउने ठाउँमा बालुवा चाल्ने, इँटा ओसार्ने काम गरिरहनु हुन्थ्यो ।

धम्मवती गुरुमां दिनभरी धर्मदेशना गरेर फर्केपछि थकित भएर सिरानी पनि नराखी भुइँमा त्यतिकै लेट्नुहुन्थ्यो । दानलक्ष्मीले सिरानी र ओढ्ने ओढाइ दिनुहुन्थ्यो । धम्मवती गुरुमां कम उमेरको भएको र विदेशमा धेरै बसेको कारणले हो कहिले काहीं भाषा सुहाउँदो नहुँदा दानलक्ष्मीले मिलाउन भन्नुहुन्थ्यो । धम्मवती गुरुमांलाई छोरीजस्तै माया गर्नुहुन्थ्यो ।

"दानलक्ष्मी उपासिकाले महानाम, सुदर्शन, अमृतानन्द, अनिरुद्ध भन्तेलाई पनि जलपान भोजन दान दिनुहुन्थ्यो । श्रीघ: विहारमा बस्नु भएका भन्तेहरूलाई भोजन लिन एउटा केटा हेरालाल (अहिलेको ज्ञानपूर्णिक भन्ते) आउनुहुन्थ्यो । हेरालाल चकचके गरी छिटो भोजन राख्नु भनेर कराउँथ्यो । दानलक्ष्मीले धेरै नकराउनु न मेरो काम भ्याएकोनै छैन भन्नुहुन्थ्यो ।" परिवार सूत्रले यसरी रमाइलो प्रसङ्ग बताउँछन् ।

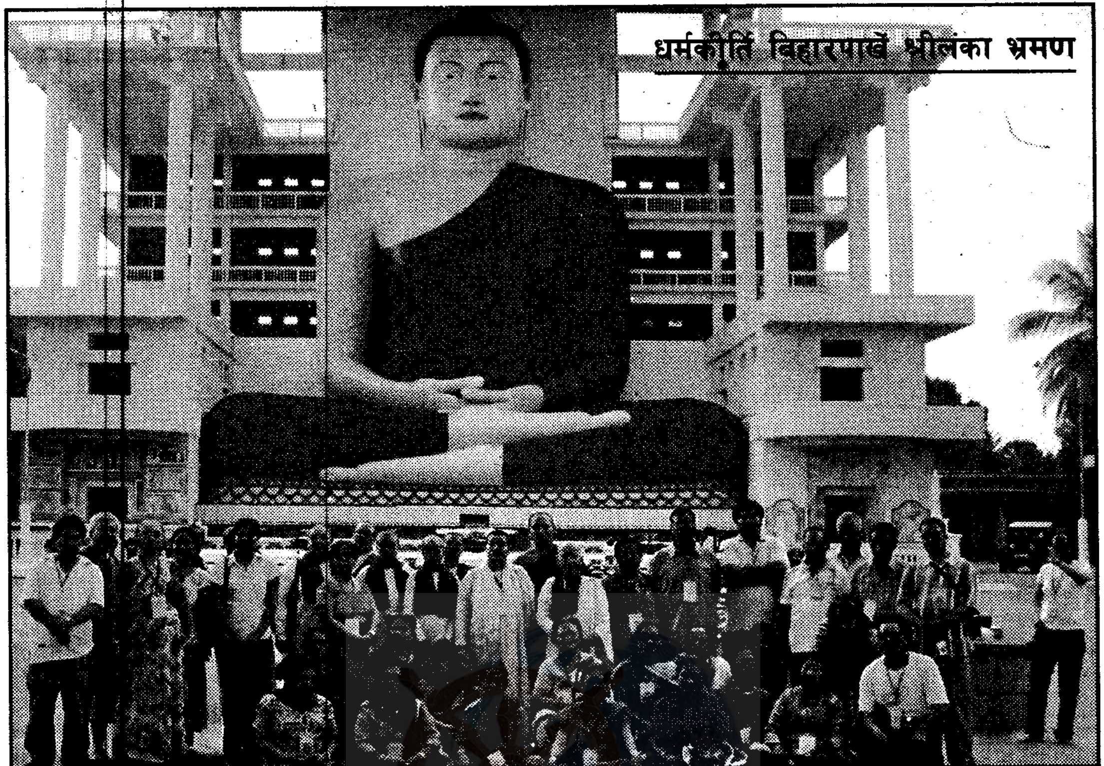
उहिलेको जमाना, समाजको प्रभावस्वरूप दानलक्ष्मी लोग्ने मानिस भन्दा स्वास्नी मानिस तल्लो स्तरको भनी बुझ्थ्यो। धम्मवती गुरुमांको उपदेश र प्रेरणा लिंदालिंदै स्वास्नी मानिस पनि धेरै जान्ने बुझ्ने हुँदो रहेछ भनी बुझ्न थाल्यो दानलक्ष्मीले । दानलक्ष्मी बिरामी पर्दा मां गुण गुरुमांले बिरामी भनि माया मात्र गर्थ्यो भने धम्मवती गुरुमांले उत्साह दिई-दिई बिरामीलाई उठाइ हाल्थ्यो । धम्मवती गुरुमांको धर्मदेशना र दानलक्ष्मीको दान चेतना खूब जोडी मिल्थ्यो ।

वर्तमान धर्मकीर्ति विहारको दायरा धेरै ठूलो भइसकेको छ । धम्मवती गुरुमां नेपालकै ऐतिहासिक बौद्ध महिला बन्नु भएको छ भने धम्मवती गुरुमांले स्थापना गर्नुभएको धर्मकीर्ति विहार आज उपासक उपासिकाको संख्या, दाताहरूको संख्या, यसका गतिविधि सबै ठूलो स्तरमा सफलपूर्वक स्थापित भइसकेको छ । सँधैभरि शुरुवातमा सहयोग गर्ने दानलक्ष्मी उपासिका पनि यसकै हितकारी उपासिका बनी धर्मकीर्ति विहारको इतिहासको एउटा चिरस्मरणीय नाम बन्नुभएको छ । ■

– **रीना तुलाधर (बनिया)** *'परियत्ति सद्धम्म कोविद'*

Downloaded from http://www.dhamma.digital

धर्मकीर्ति विहारपाखें श्रीलंका भ्रमण



श्रीलंकाया मातर विहारे श्रीलंका भ्रमणया लागि तीर्थयात्री पुचः नाप चमेली गुरुमां व पुचःया नकिं केशावती गुरुमां

थ्वहे २०६६ माघ १३ गते निसें फागुणया ५ गतें तक्क धर्मकीर्ति विहार पाखें जिगु नेतृत्वय् धर्मकीर्ति विहार या ३१ म्ह उपासक उपासिकापिनि पुचलं श्रीलंका भ्रमण क्वचायकल । श्रीलंका देशय् भगवान बुद्ध स्वको तक बिज्यागु दु धकाः धयातःगु दु ।

थुगु तीर्थ यात्री पुचः पिसं लंकाय् भ्रमण याःगु थायत थुकथं दु- क्यान्दि दन्त धातु मन्दिर, क्यान्दि गार्देन, अनुराधापुर पोलोन्नरूवा, सिग्रीय, कलुतर, कान्दे विहार, गालु, वेऊरकान्ड, अलुविहार, कटरगम, गाल समुद्र, नुवर, मातर, मातल, त्रिकुनामली, निलवेली दुपता, मिहिन्थले, किरिन्दा, सिरीपाद दाम्बुल, गाल फेस, Zoo, क्यालनिया विहार, गंगाराम विहार इत्यादि ।

माघया २८ गते मादिवेल विहारे श्रीलंकाय वपिं च्वपिं गुरूमाँपिं व नेपाल निसें अध्ययन यानाबिज्यापिं भन्ते व गुरूमापिंत ५० म्ह यात वनागु समुह पाखें भोजन दान जुल ।

छुन्हु न्हिने माहास्थवीर धम्मावास भन्ते नापलाः वना । वस्पोल गलकिस विहारे च्वना बिज्याइगु । वस्पोलया अपरेशन न्यनेदत । धम्मावास भन्तेया नेपायाम्ह चेला धम्मपाल भन्तेनं जिमित संम्पूर्ण गुहालि यानाबिज्यात ।

अथेहे मेपिं भन्तेपिं व नेपायापिं सकल गुरूमापिंसं गुहाली याना बिज्यात । वस्पोलपिसं यानाःजिपिं झन हे न्हयाइपुक थःगुहे देश थें च्वंक चाहिले दत ।

छन्हु न्हिने होरान विहारे चिधिकपिं नेपाली गुरूमाँपि दुगु विहारे वना । अन न्हेदं निसें झिदं दुपिं बर्मायापिं मचापिं ३५ जना खना । आखः बोनेगुया लागी वया च्वंपि । नेपाली गुरूमाँपिं व सकल बर्मिज मस्तय् लागी सकल पुचः मुंका चन्दा रु. १५०००/- दान बिया वया ।

मादिवेल विहारे चमेली गुरूमाँनं सिलिङ्ग पंखाया लागि रु.४०००/- चन्दा तया बिज्यात । अथेहे नरमाया शाक्य, दालक्ष्मी शाक्य, नानीहेरा शाक्य स्वमेसिया पाखें नं पंखाया लागी रु.४०००/- चन्दा बियाबिज्यात । सान्ता प्रधान सहित ८ जना मिले जुया विहार रंगया लागि रु. ४०००/- चन्दा तयादिल । अथेहे मादिवेल विहार मर्मतया लागी ३१ जना समुह पाखे रु. २०,०००/- चन्दा नं दान जुल । व विहार केशावती गुरूमाँ सहित सकल नेपाली गुरुमांपिनीत अध्ययनया लागी थाय् व नय्गु वेवस्था बालाकँ दुगु खः ।

माघया २८ गते पुष्पलक्ष्मी शाक्य व रत्नदेवीशाक्यया छन्हुहे जन्मदि लाःगुलि भन्तेपिं ५ जना व गुरुमापिं १० मेसित व सकल नापं वंपिं पासपिन्त भोजन दान जुल । थुकथं लगभग स्ववाः तकया श्रीलंका भ्रमण न्हइपुक क्वचाल । ■

प्रस्तुती- केशावती

धर्मकीर्ति विहार — गतिविधि

अस्सलायन सूत्त

२०६६ पौष २५ गते, शनिवार
प्रवक्ता- डा. कविन्द्र वज्राचार्य
प्रस्तुती- राज भाई तुलाधर

यसदिन डा. कविन्द्र वज्राचार्यले भगवान बुद्धको समयमा जातपात सम्बन्धी जुन आम धारण थियो र त्यसबारे भगवानले के भन्नु भएको थियो भन्ने विषयमा प्रकाश पार्दै भन्नुभयो–

भगवान बुद्धको समयमा जातपात संबन्धी भेद्भाव ज्यादै व्याप्त थियो। विशेष गरी ब्राह्मण, क्षेत्रीहरू आफूलाई उच्च जातिको मान्दथे र अरूलाई तल्लो जातको थान्दथे। ब्राह्मणहरू आफैलाई ब्रह्माको मुखबाट उत्पन्न भएको थान्दथे। यी कुराहरूलाई भगवानले स्वीकार गर्नु भएन जसको कारण धेरै ब्राह्मणहरू बुद्धको विरोधी भए। ब्राह्मणहरूको एक समुहले अस्सलायन नामक एक ब्राह्मण जो तीनै वेदमा पारंगत थिए, बुद्धसंग वादविवाद गराउनलाई चुने। अस्सलायन सूत्त त्रिपिटकको मज्झिम निकायमा उल्लेखित छ। भगवानले अस्सलायन ब्राह्मणलाई सम्झाउनु भयो कि ब्राह्मणहरू पनि माताको गर्भबाट प्राकृतिक रूपमै जन्म भएको हो भने कसरी उनीहरू ब्रह्माको मुखबाट उत्पन्न भएको भन्ने ? भगवानले भन्नुभयो सत्कर्म गरेर तल्लो भनिएको जातको व्यक्ति पनि माथि जान सक्छ र दुष्कर्मले उच्च मानिएको जातको व्यक्ति पनि तल गिर्छ। जसरी राम्ररी स्नान गर्‍यो भने सबैको शरीरको मैल हट्छ त्यसरी नै कुशल कर्मले जुनसुकै जातको मान्छेको पनि क्लेश हट्छ। यदि दुराचारी भयो भने उच्च जातको मानिसलाई पनि सबैले अस्वीकार गर्छ। तर सदाचारी भए तल्लो जातको व्यक्ति पनि पूजनीय हुन सक्छ। जन्मले कोही ब्राह्मण अथवा शुद्र हुँदैन कर्मले नै हुन्छ। यसरी भगवानले उपदेश दिइ सकेपछि अस्सलायन ब्राह्मण आफु भगवानको अनुयायी भयो।

वर्तमान समयमा पनि हामीले जातपातको भेद्भाव पूर्ण रुपमा हटेको पाउँदैनौं। पूर्व कर्मको कारणले हामी उच्च अथवा नीच जातिमा जन्म भएको हुन सक्छौं। तर उच्च जातिमा जन्मेकै कारणले अभिमान गर्ने अथवा नीच जातिमा जन्मेको कारणले दुःखी हुनु पर्दैन। यदि हाम्रो वर्तमान कर्म राम्रो भएन भने उच्च जातिमा जन्मे पनि कुनै गरिमा हुँदैन जब कि हामीले तल्लो जातमा जन्मेकाहरूले पनि राम्रो काम गरेर प्रसिद्धि पाएको देखेका छौं। जात भनेको शुरुमा कामको आधारमा दिइएको पद भए पनि पछि विस्तारै जन्मको आधारमा त्यो पद दिइन थालियो। जस्तै डाक्टरको छोरा स्वतः डाक्टर हुन सक्तैन योग्यता पूरा गरे पछि मात्रै डाक्टर बन्छ। त्यस्तै कुनै व्यक्ति जन्मकै आधारमा बज्राचार्य वन्न सक्तैन। वज्राचार्य बन्नको लागि चार दिन भिक्षु भएको, पंचाभिषेक लिएको आदि योग्यता पूरा गरेको हुनु पर्छ। योग्यतालाई गौण गरेर जन्मलाई महत्त्व दिन थालेकोले नै जातपातको भेदभाव बढ्दै गएको र यसले समाजमा धेरै नकारात्मक प्रभाव पारेको हो। त्यसैले हामीले जन्मलाई महत्त्व नदिइ कर्मलाई नै महत्त्व दिनु पर्छ।

पर्यावरण संरक्षणका लागि बुद्ध शिक्षा

प्रस्तुती- सुमीत्रा तुलाधर
२०६६ माघ १६ गते, शनिवार
स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघ, काठमाडौं

यसदिन प्रवचक त्रिरत्न मानन्धरले "पर्यावरण संरक्षणका लागि बुद्ध शिक्षा" विषयमा प्रवचन दिनुहुँदै भन्नुभयो –

बुद्ध शिक्षाको उदेश्यहरु मध्ये एक उद्देश्य पर्यावरण संरक्षण हुन आउँछ। भगवान् बुद्धले उहाँको जीवन धेरै जसो रूख मुनि नै विताउनु भएको देखिन्छ।

उहाँले रूख मुनि तपस्या गर्नुभई बोधि ज्ञान लाभ गर्नुभयो। रूखमुनि नै वस्नुभई धर्म चक्र प्रवर्तन गर्नुभयो। यसरी नै आफ्ना शिष्यहरूलाई रूख मुनि नै बस्नुभई शिक्षा दिक्षा दिनुभयो। भगवान बुद्ध परिनिर्वाण हुनु भएको पनि रूखमुनि नै हो। यस घटनाहरूले भन्न सकिन्छ, भगवान् बुद्धको शिक्षासंग पर्यावरण संरक्षणको बलियो सम्वन्ध रहेको छ। यसरी नै भगवान बुद्धले आफ्ना शिष्यहरूलाई खुल्ला आकाश र रूख मुनि, स्वच्छ वातावरण, नदिको कलकल शब्द सहितको चराचुरूङ्गिहरूको चिरचिर शब्द गुञ्जिएको सुन्दर शान्त वातावरणमा शिक्षा दिने गर्नुहुन्थ्यो।

भगवान् बुद्धले भन्नुहुन्थ्यो– "एक स्थानबाट अर्को स्थानमा सरी विश्राम गर्न जाँदा पहिला बसेको स्थानमा सफा सुग्घर गरेर मात्र जानु, फोहर गरेर नजानु, त्यस स्थानको स्वच्छ सुन्दर रूपलाई विगारेर नजानु। जसरी एउटा भमराले एउटा फूलमा टेक्दा फूलको रूप नविगारीकन रस मात्र चुस्ने गर्छ, त्यसरी नै हामीले पनि आफू बस्ने स्थानमा सफा सुग्घर गर्ने कार्यलाई विर्सन

Downloaded from http://www.dhamma.digital

हुन्न । आफू बसेको वरिपरिको वातावरणलाई पनि स्वच्छ र सफा राख्ने सक्नु पर्दछ । रूख काटेर विनाश नगर्नु । यी रूख र बोटविरूवाहरूले हाम्रो पर्यावरण संरक्षण गर्न मद्दत गरिरहेको हुन्छ । जहाँ पर्यावरण संरक्षण हुनेछ, त्यहाँका प्राणीहरूको मन आनन्द र चित्त सफा रहने छ ।

मानिसहरूमा विभिन्न प्रकारका तरङ्ग निस्कने गर्दा ती तरङ्गको प्रभाव-आफू नजिक रहेको व्यक्तिमा परिरहेको हुन्छ । ज्ञान नछिपेको साधारण व्यक्तिलाई त झन त्यस तरङ्गले प्रभाव पार्नेछ । फलस्वरुप दूषित चित्तको द्वेष युक्त तरङ्गले नजिकको मानिसलाई समेत प्रभावपरी जोशमा होश गुम्न पुगी वदलाको भावना समेत प्रकट हुने सम्भावना हुनेछ ।

तर वेला बखतमा धर्म वा ज्ञानगुणका कुरा सुनी एक आपसमा धर्मको कुरा छलफल गर्ने बानी र विपश्यना ध्यान गर्ने बानी भएको व्यक्तिमा राग, द्वेष र मोहलाई हटाउँदै मैत्री, करूणा, मुदिता आदि असल चित्त उत्पन्न गर्न सकेमा मात्र दु:खरूपी जीवनबाट टाढा रहन सक्नेछ ।

पृथ्वीको वरिपरि मण्डारिरहेको वायु मण्डल र पर्यावरण संरक्षण हुनसकेन भने प्राणीहरूलाई हानी भई रोगको शिकार वन्नुपर्ने हुन्छ । त्यसैले हामीले सबभन्दा पहिला पर्यावरण संरक्षण गर्न चिन्तन मनन गर्नु अत्यावश्यक छ । आज भोली पर्यावरण संरक्षण गर्नुपर्ने विषयलाई ध्यान राखी सरकारी निकायबाट पनि यस विषयमा जोड दिइराखेको देखिन्छ हालसालै मात्र कोपनहेगनमा एक भव्य सम्मेलन सम्पन्न भएको छ । त्यस सम्मेलनमा पृथ्वी वरिपरिको दूषित वायु मण्डललाई कसरी संरक्षण गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल भएको कुरा थाहा पाइएको छ । फेरि समुद्री सतह भन्दा माथि उठेको पानीले सार्क राष्ट्र संग सम्बन्धित राष्ट्र माल्दिभ्स पनि खत्तराको सीमानामा परिरहेको कुरा बुझिएको छ ।

यसरी यस पृथ्वीका मानिसको रूपमा जन्म लिने भन्नु नै दुर्लभ विषय हो । त्यसैले हामीले हाम्रो यस मानव जन्मलाई खेर नफाली आफु र आफ्नो वरीपरिको वातावरणलाई स्वच्छ र सफा राख्दे हाम्रो कर्तव्य हुनुको साथै आफू भित्रको चित्तलाई पनि शुद्ध र निर्मल पार्नका लागि मैले के गरें र मैले के गरिन भन्ने विषयमा मात्र ध्यान केन्द्रित गरी आफूलाई ठीक वाटोमा दोऱ्याउनु परेको छ । अर्कालें के गऱ्यो र के गरेन भनी हिंडने बानीलाई त्याग्न परेको छ । यही नै बुद्ध शिक्षा हो ।

२०६६ फागुन ८ गते, शनिवार

विषय: श्रद्धेय अश्वघोष भन्ते

प्रस्तति- मिनरबति तुलाधर

यस दिन भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले धर्म र आचरणको विषयमा प्रवचन दिनु भएको थियो ।

बुद्धको शिक्षा अनुसार मानिसहरू ज्ञानी हुने र असल मान्छे भएर अरूलाई उपकार गर्नेलाई नै धर्म भनिन्छ । त्यसको साथै चालचलन राम्रो भएको आचरण हुनुपर्छ । सबै बुद्धहरूले भन्नु भएको अनुशार सबै पापकर्म नगर्नु, पुण्य कर्म (राम्रो काम) गर्नु र चित्त शुद्ध गर्नु बुद्धहरूको शिक्षा हो । हामीलाई त्यति मात्रले पुग्दैन । विवेकबुद्धिले राम्रो, नराम्रो पनि छुत्याउनुपर्छ । त्यस्तै उत्पन्न भइराखेको र उत्पन्न हुने कुशल चेतनालाई बढाउँदै लग्नुपर्छ । अकुशल चेतनालाई उत्पन्न भइसकेकोलाई पनि उत्पन्न नभएकोलाई पनि हटाउनुपर्छ ।

आर्यमौन भन्नाले चाहिने मात्रामा कुरा गर्नुपर्छ । जस्तै ३० जना भिक्षुहरूले आर्यमौनको ब्रत पालन गरेर बाघले साथीहरूलाई लगेको देख्दा पनि चुप लागेको घटना । चूल सुभद्राको राम्रो व्यवहारले अबोध उसको सासु-ससुरा परिवार वोध भएको घटना । मिथ्यादृष्टी ब्राह्मण पूर्णिकाको चित्त शुद्ध हुनुपर्ने कुरा सुनेर बोध भएको घटना । वृद्ध उपासकको राम्रा आचरणले कपटि साहुको हृदय परिवर्तन भएको घटना । चेतना मात्र राम्रो भएर पुग्दैन प्रज्ञा पनि हुनुपर्छ । मूर्ख साथी भन्दा पनि बुद्धिवान शत्रु हुन्छ । वुद्धिवानले आफु मरेर अरुलाई बचाइदियो । दान दिने व्यक्ति ४ प्रकारका छन् । जस्तै–

(१) आफूले पनि दान दिने र अरूलाई पनि दिन लगाउने
(२) अरूलाई मात्र दिन लगाउने, आफूले नदिने ।
(३) आफूले मात्र दान दिने, अरूलाई दान दिन नलगाउने ।
(४) आफूले पनि नदिने र अरूलाई पनि दिन नलगाउने व्यक्ति ।

यी ४ प्रकारका मध्ये आफु र अरूलाई दान दिन लगाउने व्यक्ति उच्चकोटिको हुन्छ । यस घटनामा एकजना उपासकले बुद्धको उपदेश सुनेर आफूले पनि दिने र अरूलाई पनि दिन लगाउन आफ्नो तोलवासीलाई सुचना दियो । सबैले आफुसंग भएको सामानहरू दियो । यस्तै क्रमले लिदै जादाँ एकजना कन्जुस साहुले श्रद्धा नभएको कारणले थोरै मात्रा चामल दियो । उपासकले रूमाल पोको पारि लग्यो । झन उसलाई धेरै पुण्य प्राप्त भयो भनेर सबै भाडो राखिदियो र भगवानको अगाडि पनि यस्तै भनियो । त्यस्तो कुरा सुनेर कन्जुस साहुको मन परिवर्तन भएको घटना ।

अल्पकालिन श्रामणेर, गुरुमां एवं ऋषिणी प्रव्रज्या

कक्षा कोठामा प्रार्थना गर्नुहुँदै श्रामणेरहरू

धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी द्वारा बर्षेनी विभिन्न विहारहरूमा संचालन गर्दै आएका अल्पकालिन श्रामणेर, ऋषिणी प्रव्रज्या माघ २ गते देखि ८ गते सम्म बौद्ध जन विहार सुनागुठी ललितपूरमा सम्पन्न भएको थियो । यो नवौं (९) पटक सम्पन्न भएको कार्यक्रम हो । यस कार्यक्रममा १० वर्ष देखि २० बर्ष सम्मका बालबालिकाहरू सहभागिता रहेको थियो । यस मध्ये ११ जवान श्रामणेर, १ जवान गुरूमां प्रव्रजित र २१ जवान वालिकाहरूले एक सप्ताहसम्म ऋषिनी प्रव्रजित जीवन बिताएका थिए ।

गत २०६६ माघ २ गते कार्यक्रमको शुरूवातमा बौद्धजन विहारका श्रद्धेय धर्म गुप्त भन्तेको सभापतित्वमा संचालित कार्यक्रम मीना तुलाधरले संचालन गर्नुभएको थियो । उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि श्रामणेर चन्दिमो रहनु भएको थियो । र धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीका सचिव लोचन तारा तुलाधरले यस कार्यक्रममा स्वागत भाषण गर्नु भएको थियो । यस कार्यक्रमका संयोजिका इन्दावती गुरुमांले कार्यक्रमको झलक प्रस्तुत गर्नु भएको थियो । बौद्धजन विहारका प्रमुख धर्मगुप्त भन्तेबाट शील प्रार्थना तथा धर्म उपदेश गर्नु भएको थियो । उक्त विहारका अध्यक्ष तुलसि लाल महर्जनले आफ्नो मन्तब्य ब्यक्त गर्नु भएको थियो । अन्त्यमा कार्यक्रमका अर्का संयोजिका अमीर कुमारी शाक्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भयो ।

माघ २ गते देखि ८ गते सम्म नैतिक शिक्षा, बौद्धिक शिक्षा, चित्रकला, ध्यान बुद्ध पूजा, ब्यायाम, सरसफाइ, स्वास्थ्यशिक्षा, प्रशिक्षण कला (M.C.), टि.भी.द्वारा बौद्ध ज्ञान सम्बन्धि र शैक्षिक भ्रमण (नाग दह) का साथै उक्त साप्ताहिक कार्यक्रममा प्रशिक्षार्थीहरू र प्रवचकहरू यसरी रहनु भएका थिए ।

मिति	प्रवचक	प्रशिक्षार्थी	विषय
२०६६/१०/२	धर्मगुप्त भन्ते	इन्दावती गुरूमां	नैतिक आचरण
२०६६/१०/३	बर्माका ध्यान गुरु ऊ सुजनपिय, अनु. निर्मलज्ञाणी गुरुमां	नविन चित्रकार	(१) ध्यान (२) प्रशिक्षण कला

Downloaded from http://www.dhamma.digital

२०६६/१०/४		इन्दावती गुरुमां	प्रफुल्लकमल तुलाधर कीर्ति तुलाधर जनक भन्ते	(१) दश पारमिता (२) प्रशिक्षण कला (३) बुद्ध पूजा विधि
२०६६/१०/५		धर्मगुप्त भन्ते	तारादेवी तुलाधर	(१) शैक्षिक भ्रमण (२) स्वास्थ्य शिक्षा
२०६६/१०/६		अनुपमा गुरुमां	वीर्यवती गुरुमां उत्तम भन्ते र रत्नकाजी शाक्य	(१) आमा बुबाको गुण (२) चित्रकला
२०६६/१०/७		मदनरत्न मानन्धर	अमरावती गुरुमां अरुण सिद्धि तुलाधर र इन्द्रकुमार नकर्मी	(१) बुद्ध जीवनी (२) बौद्धहरूमा हुनुपर्ने गुण (३) सुरु सुरु न्ह्यस: खुरु खुरु सिरपा:

समापन समारोह:

माघ ८ गते ऋषिणी सिरिपा चित्रकारले संचालन गरिएको उक्त कार्यक्रममा भिक्षु धर्मगुप्त प्रमुख अतिथ्यमा, भिक्षुणी धम्मवती गुरूमां सभापतित्वमा र भिक्षु उत्तम, चमेली गुरूमां, अनुपमा गुरूमां, दानवती गुरूमां सुवण्णवती, धम्मधज्ज, र धर्मत्राणी गुरुमांहरूको अतिथित्वमा संचालन गरिएको थियो भने ऋषिणीहरू विमुक्ता तुलाधर, र अभिप्सा तुलाधरले धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको स्वागत गान प्रस्तुत गर्नुभएको थियो । र ऋषिणी लयता तुलाधरले स्वागत भाषण गर्नु भयो । यस कार्यक्रमका संयोजिका इन्दावती गुरूमांले कार्यक्रमको जानकारी तथा आफ्नो मन्तब्य ब्यक्त गर्नु भयो । उक्त कार्यक्रममा सहभागी श्रामणेर सनोज महर्जन र ऋषिणी ज्योती मानन्धरले पनि आ-आफ्नो मन्तब्य ब्यक्त गर्नु भयो । भिक्षु धर्मगुप्तबाट ओवाद तथा उपदेश पश्चात् धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी द्वारा संचालित प्रवजित कार्यक्रममा तेश्रो पटक सम्म सहभागी भइ भाग लिएका ऋषिणीहरू मध्ये विमुक्ता तुलाधर, अभिप्सा तुलाधर र अनुस्का शाक्यलाई धम्मवती गुरूमांले उपहार प्रदान गर्नु भएको थियो । र उक्त कार्यक्रमको चित्रकला प्रतियोगितामा प्रथम श्रेणीमा विमुक्ता

कक्षा कोठामा प्रार्थना गर्नुहुँदै गुरुमां एवं ऋषिणी समूह

तुलाधर, दोश्रो श्रेणीमा अनुस्का शाक्य, तेश्रो श्रेणीमा राहिल मान तुलाधर, र सान्त्वनामा शिरिपा चित्रकारलाई पनि धम्मवती गुरूमांले उपहार प्रदान गर्नु भयो। यस लगायत बौद्धजन विहारका मान्यजनहरू तुलसिलान मर्हजन लगायत बौद्धजन विहारबाट यस कार्यक्रममा स्वयंसेवक भई सहयोग पुऱ्याउनु भएका उपासक, उपासिकाहरूलाई पनि धम्मवती गुरुमांले परित्राण सूत्तको सि.डि. उपहार प्रदान गर्नुभयो।

यस पश्चात् धर्म उपदेश गरी सभा विर्सजन गर्नुभयो। अन्त्यमा कार्यक्रमका अर्का संयोजिका अमीर कुमारी शाक्यले उपस्थित सम्पूर्ण महानुभावहरू सबैलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भयो।

यस कार्यक्रमको सफलता कामना गरी विभिन्न दाताहरूले आवश्यक सहयोग प्रदान गर्नु भएका थिए। दाताहरूको नाम यसरी उल्लेख गरिएका छन्।

क्र.सं.	जलपान दाता	भोजन दाता	जुस दाता	मिश्री कौंडा दाता	विविध दाता
१.	बुद्धकुमारी महर्जन	तुलसीदास महर्जन	सूर्यतारा	हीराकाजी महर्जन	शिशिल चित्रकार
२.	जीतलाल र केशरी महर्जन	तारादेवी शाक्य	आनन्दसिद्धि तुलाधर	पुष्पहेरा तुलाधर	दिलकुमारी शाक्य कीर्ति तुलाधर
३.	शिशिल चित्रकार	पूर्णहेरा तुलाधर	गंगादेवी कंसाकार	धनलक्ष्मी	प्रफुल्ल कमल तुलाधर
४.	नेम शोभा	शारदा र रत्न महर्जन	पूर्णहीरा	गंगाराम मानन्धर	सरोज मानन्धर
५.	केशव मानन्धर	शुभरत्न र		विज्ञानरत्न र	करूणा मानन्धर नविन चित्रकार
६.	ज्ञानकुमारी महर्जन	दानलक्ष्मी तुलाधर		सुशीला	हीराकाजी महर्जन

यसमा कुनै दाताको नाम छुटेमा भुलचुकका लागि क्षमा दिनुहुने छ।

प्रव्रज्या कार्यक्रमको आयव्यय विवरण

- कार्यक्रमको लागि प्राप्त आर्थिक सहयोग रकम - रु. ६४,७१०/-
- कूल खर्च रकम - रु. ५३,७९०/-
- जम्मा बाकी रहेको रकम - रु. १०,९२०/-
- बाँकी रहेको रकम - रु. १०,९२०/-

अक्षय कोषमा दाखिल रहेको कुरा जानकारी गराइएको छ। - कार्यक्रम संयोजिका

धर्मकीर्ति पत्रिका वर्ष २७, अङ्क १०, सिपुन्ही अङ्कको पेज २३ मा प्रकाशित भइसकेको प्रव्रज्या कार्यक्रमको समाचारको बाँकी अंश यस अङ्कमा प्रस्तुत गरिएको छ। - सम्पादक

नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाको परीक्षाफल प्रकाशित

बु.सं. २५५३ (वि.सं. २०६६) मा अखिल नेपाल भिक्षु महासंघको तर्फबाट संचालित नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाको परिक्षाफल प्रकाशित भएको छ।

प्रकाशित परिणाममा उल्लेख भएअनुसार कूल परिक्षार्थी संख्या २७०६ जना रहेको उक्त परीक्षामा सद्धर्म पालक र कोविद तहका विद्यार्थीहरू ३९ जना उत्तीर्ण भएका थिए। यस समूहमा भिक्षु पदुम कोविद तहबाट बोर्ड प्रथम हुन सफल हुनुभएको थियो। उहाँले विश्व शान्ति विहार मीन भवन् केन्द्रबाट परीक्षामा भाग लिनु भएको थियो।

यसरी नै कक्षा १ देखि कक्षा ७ सम्मको परीक्षा तहमा बोर्ड प्राप्त गर्न सफल विद्यार्थी ४८ जना थिए।

यस बाहेक अन्य श्रेणीमा उत्तीर्ण विद्यार्थीहरू र अनुत्तीर्ण विद्यार्थीहरू यसरी रहेका थिए।

प्रथम श्रेणी	–	१००३ जना
द्वितीय श्रेणी	–	७५९ जना
तृतीय श्रेणी	–	५४७ जना
अनुत्तीर्ण विद्यार्थी	–	४०६ जना

Downloaded from http://www.dhamma.digital

थाइलैण्ड र वर्मा तीर्थयात्रा सम्पन्न

धम्मवती गुरूमांको नेतृत्त्वमा धर्मकीर्ति विहारका उपासकोपासिका परिवार माघ २७ गते देखि फागुण २४ गते सम्म थाइलैण्ड र वर्माका विभिन्न तीर्थ स्थलहरू दर्शन गरी २८ दिने तीर्थ यात्रा सम्पन गरी फर्कनु भएको छ ।

तीर्थयात्राका क्रममा उहाँहरूले थाइलैण्डस्थित शान्तिसुख विहारका प्रमुख जामचित्त गुरूमांको ७३ वर्षिय

म्यानमार स्थित च्याइथ्यू स्तूपमा नेपाली तीर्थयात्रीहरूका साथ धम्मवती गुरुमां

जन्मोत्सव कार्यक्रममा सहभागी हुनुभएका थिए ।

तीर्थयात्रा समूह वर्मा पुग्नुभई वर्मा देशका रंगुन शहरमा अवस्थित प्रशिद्ध स्वेदगों पगोडा, च्याइज्यू पगोडा, भगू र मोलमिन आदि विभिन्न तीर्थ स्थलहरूमा बुद्ध मन्दिरहरु दर्शन गर्नु भएका थिए ।

भ्रमणको क्रममा उहाँहरूले मोलमिन स्थित खेमाराम विहार (धम्मवती गुरुमांले बुद्ध शिक्षा अध्ययन गर्नु भएको विहार) प्रमुख १०२ वर्षिय पूज्य दो सुखाचारी गुरूमां (धम्मवती गुरुमांकी गुरु) लाई दर्शन एवं दानप्रदान गर्ने मौका प्राप्त गर्नु भएका थिए ।

रंगुन स्थित एक वर्मी विहारमा रहनु भएका सयादो उन्यांगायेंको तर्फबाट नेपाली तीर्थयात्री समूह सबैलाई एकदिन भोजनको व्यवस्था गरिएको थियो ।

यसरी नै रंगुन स्थित सयादो उ आसमायारको विहारवाट पनि तीर्थयात्री समूहलाई एकदिन भोजनको व्यवस्था गरिएको थियो ।

म्यानमारस्थित वर्मी विहारमा उ न्यांगायें भन्तेका साथमा धम्मवती गुरुमां, दोगुणवती गुरुमां लगायत नेपाली तीर्थयात्री समूह

श्रद्धाञ्जली सभा

२०६६ चैत्र १० गते, मंगलवार
स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः, काठमाडौं

श्रद्धाञ्जली-पत्र पढ्नु हुँदै रीना तुलाधर

धर्मकीर्ति विहारकी पूर्व उपासिका श्रीमती दान लक्ष्मी कंसाकार ८३ वर्षको उमेरमा मिति २०६६ फागुन २० गतेका दिन दिवंगत हुनुभएको थियो । दिवंगत उपासिकाले बुद्ध शासन उन्नतिको लागि पुर्‍याउनु भएको अमूल्य योगदानलाई स्मरण गरी उहाँको पुण्य स्मृतिमा धर्मकीर्ति विहारमा यसद्रिन श्रद्धाञ्जली सभाको आयोजना गरिएको थियो । धर्मकीर्ति संरक्षण कोषको आयोजनामा संचालित उक्त कार्यक्रममा पुज्य धम्मवती गुरुमांले दिवंगत उपासिका दानलक्ष्मीले बुद्ध शिक्षा प्रचारार्थ पुर्‍याउनु भएको योगदान विषयमा आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो । यसरी नै उपासिका दान लक्ष्मीको भान्जा विजय रत्न तुलाधरले पनि आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

रीना तुलाधरले उद्घोषण गर्नुभएको उक्त कार्यक्रम धम्मवती गुरुमां लगायत धर्मकीर्ति विहार संरक्षण कोषका पदाधिकारीहरू र उपासिका दानलक्ष्मी कंसाकारका परिवार सदस्यहरूले दिवंगत उपासिकाको फोटोमा फूल र खाडा चढाई श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्नुभएका थिए ।

कार्यक्रममा धम्मवती गुरुमांले दिवंगत दानलक्ष्मीकी छोरीलाई श्रद्धाञ्जली पत्र प्रदान गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका सहभागी सबैलाई धर्मकीर्ति विहारको तर्फबाट प्रसाद वितरण गरिएको थियो ।

अनुरोध

श्रद्धालु पुण्यकामी दाताहरूको सहयोगले चल्दै आइरहेको मैत्री केन्द्र बाल आश्रमका बालिकाहरूलाई वार्षिक रूपमा आजीवन भोजन प्रदान गराई पुण्य सञ्चय गर्नको लागि सञ्चय कोषको व्यवस्था गरिएको जानकारीका साथ यस पुण्यमय अवसरमा सहभागी हुन अनुरोध गर्दछौं ।

यस उत्तम पुण्य कार्यमा सहभागी हुन इच्छुक महानुभावहरूलाई वार्षिक रूपमा आफ्नो ज्ञातीहरूको पुण्य स्मृतिमा वा आफ्नो आफन्तहरूको जन्मदिनको उपलक्ष्यमा बालिकाहरूलाई भोजन प्रदान गर्नसक्नु हुनेछ ।

आजीवन वार्षिक रूपमा भोजन प्रदान गर्नको लागि रु. १५,०००/– (रु. पन्ध हजार) वा सो भन्दा बढी रकम प्रदान गरी त्यस रकमबाट आउने ब्याजले वर्षको एक पटक माथि उल्लेख भए अनुसार भोजन गराउन सक्नुहुनेछ ।

तपाईंहरूले प्रदान गरेको रकम तथा नाम धर्मकीर्ति पत्रिकामा उल्लेख गरिनेछ ।

अहिलेसम्म जिम्मावारी लिएका दाताहरूको नामावली:–

१.	चिनि शोभा कंसाकार, श्री:घ	(स्व. बुद्धरत्न कंसाकार पुण्यस्मृतिमा)	रु. १५,०००/–
२.	हिरालाल नकर्मी, मैतीदेवी	(स्व. मोहन माया नकर्मीको पुण्यस्मृतिमा)	रु. १५,०००/–
३.	नानु मैया शाक्य, नयाँ बानेश्वर	(स्व. शुभ लक्ष्मी शाक्य आमाको पुण्यस्मृतिमा)	रु. १५,०००/–

थप जानकारीको लागि निम्न व्यक्तिहरूलाई सम्पर्क राख्न सक्नु हुनेछ–

भिक्षु अश्वघोष महास्थविर, संघाराम विहार, ढल्को । फोन: ०१-४२५९११०
भिक्षु राहुल, ध्यानकुटी मैत्री केन्द्र बाल आश्रम, बनेपा । फोन: ९८४१-२८४७२१
भिक्षु धर्ममूर्ति, आनन्दकुटी विहार, स्वयम्भू । फोन: ९८४१-२७७८६०

Downloaded from http://www.dhamma.digital

धर्म प्रचार

समाचार

बुद्ध पूजा सम्पन्न

२०६६ फागुण १६ गते । नगदेश बुद्ध विहार ।

धर्मोदय सभा, मध्यपुर थिमी नगर शाखा, नगदेशका संस्थापक अध्यक्ष एवं नगदेश बौद्ध समूहका निवर्तमान अध्यक्ष, दिवंगत उपासक ज्ञानकुमार वाडेको आठौं वार्षिकी पूण्य तिथीको संस्मरण गरी यसदिन बुद्धपूजा कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको समाचार छ । श्रद्धेय भिक्षु वरसम्बोधीले शील प्रार्थना गराउनु भई शुभारम्भ गर्नुभएको उक्त बुद्ध पूजा कार्यक्रममा उपासक कृष्ण कुमार प्रजापतिले दिवंगत अध्यक्ष वाडेज्यूको गुणीलो कार्यको समिक्षा गरी उहाँ प्रति कृतज्ञ रहनु पर्ने विषयमा चर्चा गर्नुभएको थियो । अन्तमा सामूहिक पूण्यानुमोदन गरी कार्यक्रम समापन गरिएको थियो ।

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

२०६६ फागुन १० गते । मैत्री बोधिसत्त्व महाविहार, जमल

यसदिन धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजन समूह र स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन समूहको तर्फबाट ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरिएको थियो । भजन प्रस्तुती पछि श्रद्धेय चमेली गुरूमांले पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भई बुद्ध पूजा कार्यक्रम संचालन गर्नुभएको थियो । त्यसपछि उहाँले धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । यसदिन कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई श्याममान वज्राचार्य, प्राणमाया वज्राचार्य सपरिवार कोपुण्डोलको तर्फबाट जलपानको व्यवस्था गरी पूण्य सञ्चय गर्नुभएको थियो । उहाँले स्वयम्भू ज्ञानमाला भजनलाई रू ५०००/- चन्दा स्वरूप प्रदान गर्नु भएको थियो भने धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनलाई आवश्यक विविध खर्चको व्यवस्था गरिदिने मनसाय व्यक्त गर्नुभएको कुरा प्राप्त समाचारमा उल्लेख गरिएको छ ।

ज्ञानमाला नवजागरण कार्यक्रम

२०६६ फागुण १ गते, लुभु ।

बुद्धको उपदेशानुसार बौद्धपनलाई जनजीवनमा प्रयोगगर्नका लागी नेपाल राष्ट्रिय ज्ञानमाला समितिद्वारा संचालन गर्दै आएको कार्यक्रमको तेश्रो ज्ञानमाला नवजागरण कार्यक्रम उपत्यकाको पुरानो नगर लुभुमा सम्पन्न भएको समाचार छ । प्राप्त समाचार अनुसार कार्यक्रमको शुभारम्भमा सामुहीक पञ्चशील प्रार्थना गरी समितिका सल्लाहकार प्रमुख शान्तरत्न शाक्यबाट स्वागत मन्तव्य दिनुभयो । उक्त कार्यक्रमका सभापति तथा समितिका अध्यक्ष प्रा. शान्तरत्न शाक्यबाट अभियान कार्यको उद्देश्य वारे विस्तृत तवरले व्याख्या विश्लेषण गरी प्रकाश पार्नु भयो भने नेपाल राष्ट्रिय ज्ञानमाला समितिका महासचिव अमीर मान शाक्यवाट कार्यक्रम विषय जानकारी दिनुभयो भने सुवर्ण छत्रपुर विहार, लुभुका अध्यक्ष पूर्णमान महर्जनले विहारको गतिविधिवारे प्रकाश पार्नु भयो । समितिका बरिष्ठ उपाध्यक्ष किरण कुमार जोशीले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभयो भने अभियान कार्यको अगावै लुभु ज्ञानमाला भजन संघ तथा सिद्धार्थ ज्ञानमाला भजन खल: ध्योबा, ललितपुरवाट भजन प्रस्तुत भयो । कार्यक्रममा "बोधिदीप" २५वटा प्रज्वलन गर्ने कार्य लुभु ज्ञानमाला संघका पदाधिकारीहरु वाट सम्पन्न भयो ।

आयु संस्कार परित्याग दिवस

थ्व हे माघ १६ गते सी पुन्ही कुन्हु भोजपुर टक्सार शाक्य समाजया ग्वसा: कथं समाजया ज: मय्जु शान्ति लक्ष्मी शाक्यया छ्यैं बालुवाटार विशाल नगरस समाजया सकल ज: दुज:पिं मुना: ज्ञानमाला भजन, बुद्धपूजा व परित्राण सूत्र पाठयाना आयु संस्कार परित्याग दिवस हनेगु ज्या जूगु बुखँ दु ।

उगु ज्या ज्व:स समाजया हनेवहम्ह सल्लाहकार सदस्य भाजु खड्गरत्न शाक्यँ भगवान बुद्धं आयुसंस्कार त्याग यानाबिज्यागु घोषणा जूगु दिंया मूयात कया: नवाना बिज्यागु ख: । नापं उखुन्हु हे समाजया ज: शान्ति लक्ष्मी शाक्यया बा स्व. दिल वहादुर शाक्यया न्यादंया पुण्य तिथिनं संयोग लागु जूगुलिं भी समाजया न्वकू भाजु भिम शाक्यया-पाखें मदुम्ह दिल वहादुर शाक्यया भोजपुर टक्सारय् बौद्ध सांस्कृतिक ब्वलंकेया लागि मूर्तिकार या रुपय, अथेहे बौद्ध दाफा भजनया गुरुया रूपय् थ:गु जीवन दत्तले गुहालीयाना विज्याम्ह ख: धका वसपोलया गुणानुस्मरणयासें श्रद्धाञ्जली व्यक्तयाना विज्यात । अन्त्ये उपस्थित सकल उपासक उपासिका पिन्त छेयं ज:या पाखें जलपान व भोजनया व्यवस्था याना: दान पूण्य याना बिज्यात ।

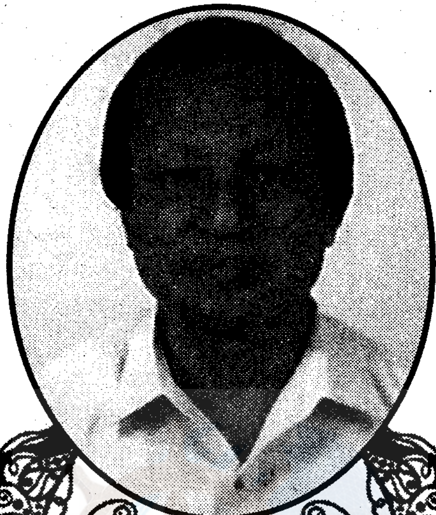
मैत्रेय युवा संघया भिंस्वक:गु बुदिं

बुद्धधर्म सम्बन्धी थी थी ज्याझ्व: याना: युवापिन्त भिंगु लँय्हय्गु तातुना: नीस्वंगु मैत्रैय युवा संघया भिंस्वक:गु बुदिं जयकीर्ति विहार (थथुवही) स छगू ज्याझ्व यासें क्वचाल । भिक्षु संघरक्षित मू पाहाँ जुया विज्या:गु थुगु ज्याझ्वलय् संघयात गुहाली ब्यूगु ख्वप थथुवही विकास समिति, भक्तपुर बौद्ध सम्पदा संघ, अथे हे अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध ध्यान, भावना केन्द्र शङ्खमूलयात सुभाय पौ बिया:हंगु जुल । संघया कोषाध्यक्ष रूद्र चित्रकारं आर्थिक प्रतिवेदन व उपसचिव कृष्णचन्द्र बज्राचार्यं वार्षिक प्रतिवेदन न्हयब्व:गु थुगु ज्याझ्वलय् ख्वपया थी थी बौद्ध संस्थाया प्रतिनिधि लगायत बिद्वानपिसं भिन्तुना ब्यूगु जुल । संघया अध्यक्ष तिर्थराज वज्राचार्यया सभापतित्वय् जूगु थुगु ज्याझ्वलय् संघया सल्लाहकार लक्ष्मीचन्द्र बज्राचार्यं लसकुस याना दिलसा सञ्जय शाक्यं सुभाय् बियादिल । पञ्चशील प्रार्थना यासें शुरू जूगु थुगु ज्याझ्व: रसना वज्राचार्य न्हयाकादीगु ख: ।

बा.अ.का.द.नं. - ७०/०४०/४१ म.क्षे.हु.नि.द.नं. १७/०६५/६६

।। सुगति कामना ।।

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो ।
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं वूपसमोसुखोति ।।



जन्म:
वि.सं २००५ असार २१ गते

दिवंगत:
वि.सं. २०६६ माघ ४ गते, सोमवार

दिवंगत- प्रेमरत्न ताम्राकार

काय् भाजु प्रेमरत्न ताम्राकार आकाभ्काकां दिवंगत जुल । थ्व संसारया स्वभाव अनित्य, दु:ख व अनात्मां जायाच्वंगु धका: स्यूसां मनयात धैर्य याय्‌गु ज्या तसकं हे थाकुगु जुयाच्वन । अथेसां जि काय् प्रेमरत्नं सुगति प्राप्त यायां याकन हे जन्म मरण चक्रं मुक्त जुयाच्वंगु निर्वाण मार्ग प्राप्तिया हेतु ज्वीमा धका: कामना यानाच्वना ।

कामना यानाच्वनापिं-

मां- ज्ञान शोभा
जहान- चिनी केशरी
काय्- सुदीप
म्हयाय्‌पिं- प्रीति, स्मृति
जिचाभाजु- अमृत सागर
छ्य्- अजूव सागर
ततापिं- लक्ष्मी शोभा, नील शोभा
केहेंपिं- प्रेमतारा, कमल तारा, रोशनी तारा
किजा- रमेश रत्न

जिचादाजु- शंकरमान
जिचा भाजुपिं- सुधारमान, धर्मरत्न, निजानन्द
निनी- हेराशोभा
भिंचापिं- श्रीजना, विजेश, रचना, आरती, अर्चना, रबिन, उज्ज्वल, साजिव, दानिया
भिंचा जिचा भाजुपिं- सितु, नीरज, उदय, अम्लेश
छ्य् भिंचापिं- निर्जल, शील, अंशुला, धम्मोदय, लहना, अभिदय

मुद्रक: न्यू नेपाल प्रेस प्रधान कार्यालय: १४२ मनकामना मार्ग, नागपोखरी, काठमाडौं, नेपाल । फोन: ४४३४८५०, ४४३४७५३, फ्याक्स: (९७७-१) ४४३४९२१
व्यापारिक कार्यालय: शुक्रपथ, काठमाडौं । फोन: ४२५९०३२, ४२५९४५०, फ्याक्स: (९७७-१) ४२५८६७८

Downloaded from http://www.dhamma.digital