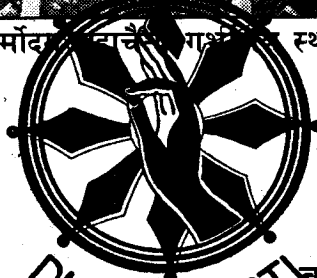


# धर्मकीर्ति

THE DHARMAKIRTI  
A BUDDHIST MONTHLY



लुम्बिनीस्थित धर्मोदय चक्रवर्तिनः गार्गीयः द्वारा स्थापित बुद्ध प्रतिमा



वर्ष-२७, अङ्क-८

DHARMAKIRTI बु.सं. २५५३, मिला पुन्डि

# ॥ सुगति कामना ॥

अनिच्चावत संस्वारा उप्पादवय धम्मिनो  
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं वूपसमोसुखोति ॥

रथया ल्यू ल्यू घःचाः वइथे, जन्मलिसे वइ मरण मनु  
मृत्यु मयःसां छन्हु ला सकले, वनेमाः वइथाय् शरण मनु ॥



बुदिः ने.सं. १०६७ यलाथ्व दुतीया (वि.सं. २००३ भाद्र १२) बुधवार  
मदुगुदिः ने.सं. ११३० थिलागाः द्वादशी (वि.सं. २०६६ मंसिर २८) आइतवार

बुद्धविहार भृकुटीमण्डपया प्रमुख, बौद्ध वृद्धाश्रम-भोंतया अध्यक्ष, आचार्य भिक्षु कुमार काश्यप  
महास्थविर धार्मिक कोषया संस्थापक अध्यक्ष, सिद्धार्थ निकेतन स्कूलया अध्यक्ष भिक्षु कोण्डन्याया  
ममतामयी माता सीतादेवी मानन्धर (मचाबाबु) मत्यवं दिवंगत जुयादीगु पुण्यस्मृतिस धर्मसंवेग  
तथा अनित्यस्मरण यास्से दिवंगत उपासिकायात् सुगति प्राप्तिया लागी सुगति कामना याना ।

## प्रार्थीः



बुद्धविहार भृकुटीमण्डप, ये



आचार्य भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविर  
धार्मिक कोष, ये



बौद्ध वृद्धाश्रम, बनेपा



सिद्धार्थ शिशु निकेतन, भृकुटीमण्डप, ये

प्रमुख व्यवस्थापक  
विद्यासागर रञ्जित  
फोन: ४२५ ८९५५

व्यवस्थापकहरु  
चिनीकाजी महर्जन  
फोन: ४२५ ३९८२  
ज्ञानेन्द्र महर्जन  
फोन: ४२७ ६९०८

सह-व्यवस्थापक  
धुवरत्न स्थापित

सम्पादक  
भिक्षुणी वीर्यवती  
फोन: ४२५ ९४६६

प्रधान सम्पादक  
भिक्षु अश्वघोष महास्वविर  
४२५९११० (सघाराम विहार, इन्को)

प्रकाशक र डिजेम सहलाहकार  
भिक्षुणी धम्मवती  
फोन: ४२५ ९४६६

कार्यालय  
धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी  
धर्मकीर्ति विहार  
श्रीघा नघ:टोल

पोष्ट बक्स नं. ४९९२  
काठमाडौं  
फोन: ४२५ ९४६६

बुद्ध सम्बत् २५५३  
नेपाल सम्बत् १९३०  
इस्वी सम्बत् २०१०  
बिक्रम सम्बत् २०६६

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



धर्मकीर्ति  
(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

31<sup>st</sup> DECEMBER 2009

बर्ष- २७ अङ्क- ९ मिला पुन्डि पौष २०६६



चित्त स्थिर नभएको सदधर्म न जाल्ने र प्रसन्न स्वभाव नभएको व्यक्तिलाई प्रज्ञा-ज्ञान पूर्ण रूपले प्राप्ति हुन सक्दैन ।

शत्रुले शत्रुलाई जति हानी पुऱ्याउँछ, त्यो भन्दा बढ्ता हानी कुभार्गमा लागेको चित्तले पुऱ्याउँछ ।

शरीरलाई माटाको भाँडा सम्झी, चित्तलाई मगर फ्रँ सुरक्षित राखेर प्रज्ञारूपी शस्त्र लिएर भारसंग युद्ध गर । भारलाई जितेर पनि अनाशक्त रही आफ्नो चित्तलाई रक्षा गरिरहनु ।

## धर्म प्रचार र उन्नति

बुद्धको भनाइ अनुसार धर्म भनेको राम्रो काम र कुरा गर्नु हो। अर्को भाषामा भन्ने हो भने चरित्र सुधानु हो। त्यसैले बुद्धले शीलको कुरा गर्नु हुन्छ। त्यस पछि समाधि (चित्त चंचल नहुनु) र प्रज्ञा (विवेक बुद्धि) यी तीन धर्मको मुख्य अंग हुन्। बुद्धले धर्म प्रचार गर्नु भन्दा पहिले आफू सुचरित्रवान र असल ब्यक्ति बन्नु भयो। उहाँले सर्व प्रथम धर्म प्रचार गर्ने भिक्षुहरूलाई योग्य धर्मदूत बनाउनु भयो।

धर्म प्रचारगर्ने तरिका थरिथरि छन्। यहाँ केही बुँदाहरू उल्लेखनीय छन्। यी हुनः-

- (१) धर्म प्रचार गर्ने व्यक्ति (धर्मदूत) चरित्रवान हुनु पर्छ। व्यवहार राम्रो भए धर्म श्रवणगर्नेहरू श्रोता वर्ग प्रभावित हुन्छन्। योग्यता भनेको नै असल चरित्र हुनु।
- (२) सेवाभाव- सामाजिक उपकार हुने सेवा गर्नु। स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा प्रचार, रक्तदान आदि काम गर्नु।
- (३) धर्म सम्बन्धी प्रवचन र उपदेश कार्यक्रम बनाउनु।
- (४) धर्म सम्बन्धी, पुस्तक छाप्नु र पत्रिका प्रकाशन गरी वितरण गर्नु।
- (५) अरूलाई अष्टयारो हुनेगरी जीवन यापन नगर्नु। यी तरिका आजकाल प्रचलित धर्म प्रचार विधि हुन्। भगवान बुद्धले उन्नति हुने कुरा केही बताउनु भएको छ। यी हुनः-
- (१) उट्ठानवतो = उत्साही, हतोत्साही नबन्नु।
- (२) सतिमतो = सचेत र सतर्क हुनु।
- (३) सुचिकम्मस्स = शुद्ध निर्दोष काम गर्नु।
- (४) निसम्म कारिनो = दूरदर्शि ज्ञान हुनु। दिलैदेखि काम गर्नु।
- (५) सञ्जतस्स = पंचइन्द्रिय संयम हुनु।
- (६) धम्मजिविनो = धार्मिक जीवन हुनु।

बुद्धले उत्साहको लक्षण भन्नु भएको छ। आफूले जुन काम गरिरहेको छ त्यस बारे दक्षता हुनुपर्छ। अलिख नहुनु। कार्यक्रममा कुशलतापूर्वक व्यवस्था गर्न सक्नु विरियेन दुक्खं अच्चेन्ति उत्साह द्वारा दुःख अन्त हुन्छ।

बुद्धले धर्म प्रचार गर्नु भएको मुख्य लक्ष्य मानिस असल बनोस्। धर्म आचरण गरेर शान्ति स्थापना होस्। धर्माचरण भए मानिस कर्तव्य परायण र विश्वास पात्र बन्न सक्छ, अनि शान्त वातावरण आउँछ। यही धर्मप्रचारको अर्थ हो। ■

लुम्बिनी धर्मोदय महाचैत्य गर्भ भित्र स्थापित बुद्ध प्रतिमाहलको साइज- ११,०००" स्क्वायर फीट को हलमा सेतो मार्बलले सजाइएको छ। बुद्ध मूर्ति आशान- गेटाइटले बनाइएको- १९ फीट ६ इञ्च डायमीटर, २ फीट ६ इञ्च उचाई। सुनको जलप लगाइएको कमलफूलको आशान- गेटाइटको माथि सुनको जलप लगाइएको कमलफूलको आशान-६ फीट डायमीटर। बुद्ध मूर्ति अभय वरदान दिइरहनुभएको अभय मुद्राको भगवान शास्ता सौत्तम बुद्ध प्रतिमा पूरा सुनको जलप लगाइएको छ। साइज- ११' ६" उँचाई।

पर्वा- तामाले बनाइएको र रंगले आर्द पेन्ट गरी सुनको जलप लगाइएको। साइज- १४ फीट उँचाई।

निर्माणकाल- यस बुद्ध मूर्ति पहिला वि.सं. २०६३ साल कार्तिक १ गते निर्माण शुरू।

डिजाइनगर्ने व्यक्ति- प्रेममान चित्रकार (साटोको मूर्ति बनाई डिजाइन गर्ने व्यक्ति)।

पहिला ललितपुरको सुन्दाराभा रहनुभएको फिरोज बजाचार्यले लुम्बिनीमा गई हप्ती दिन बिताई स्थापना गरेर आइसकेपछि पनि मूर्तिको स्वरूप त्यति राम्रो नभएको र नभिलेको कारणले फेरि दोहोरो पटक मिलाउनु परेको। काम गर्न नभिलेको, मर्मत गर्ने र मिलाउने काम गर्दै दोहोरो कार्य गर्न परेको। सबभन्दा पछि कविबहाल ललितपुर निवासी वीरेन्द्र चित्रकार (मूर्तिकार र पेन्टर) ले आफ्ना ४ जना साथीहरू मिली लुम्बिनीमा महिना बिताई काम पूरा गर्नुभई मूर्तिलाई यसरी राम्रो स्वरूप दिई तयार गर्नुभएको हो। त्यसैले वीरेन्द्र चित्रकारलाई धर्मोदय ज्ञापन गरिएको छ।

बुद्ध मूर्ति निर्माणको उद्देश्य- भूमी स्वर्ण मुद्राको भगवान बुद्धको प्रतिमा युपे विहारहरू र गुम्वाहरूमा देखिन्छन्।

जगत संसार उदार होस् भन्ने अभय मुद्राको भगवान बुद्ध प्रतिमा, जुन मुद्रामा उहाँले दाया हात उठाई अशिर्वादा दिइरहनु भएको रूप हुन्छ, त्यस्तो मुद्राको बुद्ध प्रतिमा राख्ने हामी इच्छा हुन थाल्यो।

त्यसैले लुम्बिनी महाचैत्य गर्भ भित्र अभय मुद्राको भगवान बुद्धको स्वर्ण मूर्ति स सहित मेरो भैया र सपरिवारको तर्फबाट सभ्रद्वाले स्थापना गर्ने पाएकोले हामीलाई खुशी लागेको छ।

दाता- द्रव्यमान सिंह, वसुन्धरा तुलाधर सप्रेमकार।

## सुखी गृहस्थको सम्पदा

■ सत्यनारायण गीयन्का

भगवानकी अनुयायीहरूका चारवटा परिषदहरू थिए जसलाई परिसान चतस्सननं भनिन्थ्यो । भिक्षु संघ, भिक्षुणी संघ, गृही उपासक संघ र उपासिका संघ यी चार परिषदहरू थिए । भगवान् समय समयमा यी चारैवटा परिषदहरूलाई धर्म-मार्गको उपदेश दिनुहुन्थ्यो । र धर्म-साधनाको अभ्यास गराउनु हुन्थ्यो । मार्ग सबैको लागि एउटै थियो- आर्य अष्टांगिक मार्ग । आठवटा अंग भएको मार्ग जुन मार्गमा अगाडि बढेर चार परिषद् मध्येका जो कोही पनि सदस्य शील, समाधि र प्रज्ञामा प्रतिष्ठित भएर आर्य बन्न सक्दथिए । साधना पनि सबैका लागि एउटै थियो । चत्तारो सतिपट्टाना-कायानुपश्यना, वेदनानुपश्यना, चित्तानुपश्यना र धर्मानुपश्यना यी चारवटालाई दुःख विमुक्तिको लागि अर्थात् निर्वाण प्राप्त गर्नका लागि भगवानले एकात्मको मर्गो अर्थात् एकमात्र मार्ग भनेर भन्नुभयो । त्यसैले यी चारवटा मध्ये जुनसुकै परिषद्का व्यक्ति भएपनि, मार्गदर्शनको मूल आधार अरियो अट्टङ्गिको मर्गो र चत्तारो सतिपट्टानो मर्गो नै हुन्थ्यो । तर चारै परिषद्का व्यक्तिहरूका जीवन जगतको परिस्थितिहरू भिन्न-भिन्न भएको कारणले समय-समयमा उहाँले चारै वर्गका लागि अलग-अलग व्यावहारिक उपदेश पनि दिनुभयो । यिनीहरूको लागि आचार संहिता पनि फरक-फरक बन्यो ।

गृहस्थहरूले पाँचवटा शील पालन गर्नु अनिवार्य छ । तर गृहत्यागीहरूले २०० भन्दा पनि अधिक शील पालन गर्नुपर्छ । गृहस्थका लागि नितान्त अपरिग्रही हुनु अत्यन्त अनिवार्य छ । गृहस्थ भएर कंगाल हुनु कलंक हो, यस्तो हुनु हुँदैन । कसैको प्रति भार बनेर आश्रित हुनु अत्यन्त अशोभनीय छ । गृहस्थका लागि स्वाबलम्बी हुनु नै शोभनीय छ । इमान्दारी पूर्वक मेहनत गरेर धन कमाउनु पर्छ । आफ्नो साथै राष्ट्रको सम्पत्ति बढाउनु पर्छ, सुख-शान्ति बढाउनु पर्छ । भोको नाफो हुनु गृही धर्म होइन । एकसमयमा, एकजना भोको व्यक्तिलाई धर्म सिकाउन भगवान् कहाँ ल्याउँदा सबैभन्दा पहिले भगवानले आदेश दिनुभयो कि यसलाई पहिला पेटभरी खुवाउन देऊ । भोको व्यक्तिले भै

भोकेले पिडीत समाजमा पनि धर्म प्रतिष्ठित हुन सक्दैन । त्यसैले भगवानले मंगल कामना गर्दै भन्नु भयो—

देवो वस्सतु कालेन, सस्स सम्पत्ति हेतु च ।

फीतो भवतु लोको च, राजा भवतु धम्मिको ॥

समयमा नै वर्षा होस्, सस्स सम्पत्ति बढोस् । लोकमा धर्मको आधारमा समृद्धि फैलियोस् । समाजले धर्ममा श्रद्धा राखुन् । यसको लागि राज्यका शासक धर्मनिष्ठ हुनु आवश्यक छ । शासकको राम्रो र नराम्रो गुणको प्रभाव जनतामा अवश्य पर्दछ ।

### सद्गृहस्थको चार लौकिक सुख

भगवान् बुद्धले त्यसैले उपदेश दिनुहुँदै भन्नुभयो कि आफ्नो परिश्रम र पराक्रम गरेर धन आर्जन गर्नु, इमान्दारी पूर्वक, न्याय नीतिपूर्वक, धर्मपूर्वक, कसैलाई धोखा नदिईकन आम्दानी गर्नु । आफ्नो मेहनत र इमान्दारीले कमाएको सम्पत्ति हुनु गृहस्थका लागि लौकिक सुखको कारण बन्दछ । कोही पनि गृहस्थका लागि यो लौकिक पहिलो सुख हो । जो व्यक्तिले लौकिक सम्पदा हासिल गर्दछ, सम्पत्ति आर्जन गर्न यदि कुनै श्रम गरेको छैन, अथवा अनीतिपूर्ण ढंगले सम्पत्ति हासिल गरेको छ भने त्यो सम्पत्ति उसको लागि सही सुखको कारण हुन सक्दैन । यस्तो व्यक्तिले गृहस्थको यो प्रथम सुख प्राप्त गर्न सक्दैन, त्यसबाट बञ्चित रहन्छ ।

सद्गृहस्थको दोश्रो लौकिक सुख हो- आफ्नो मेहनत र इमान्दारीपूर्वक कमाएको सम्पत्तिको उचित उपभोग र संविभाजन गर्नु अर्थात् दान दिएर सदुपयोग गर्नु । यदि कोही गृहस्थले आफूले कमाएको सम्पत्तिलाई लोभ र कंजूसी गरेर कुनै उपयोग गरेन, आफ्नो लागि पनि उपयोग गरेन अरूको लागि पनि उपयोग गरेन भने यस्तो व्यक्ति, सद्गृहस्थको दोश्रो सुखबाट बञ्चित रहन्छ । यदि कोही गृहस्थ व्यक्तिको आफ्नो सम्पत्ति नजानेर अथवा आफ्नो असावधानीको कारणले कोही अर्को व्यक्तिको प्रभुत्वमा रहन गयो र परिणामस्वरूप आफूलाई चाहिने समयमा आफू र आफ्नो परिवारको भरण-पोषणको लागि अथवा लोक

कल्याणको लागि दान दिन पनि पाएन भने यस्तो व्यक्ति पनि गृहस्थ जीवनको यो दोश्रो सुखबाट बञ्चित हुन जान्छ ।

सद्गृहस्थको तेश्रो सुख ऋणबाट मुक्ति पाउनु हो । यदि कोही गृहस्थले थाहानपाएर अथवा परिस्थितिबाट मजबूर भएर ऋण लिएको छ र ऋण तिर्न सकेको छैन भने गृहस्थ जीवनको तेश्रो सुखबाट बञ्चित रहन जान्छ । ऋणबाट मुक्त रहनुको आफ्नै सुख छ । ऋणबाट मुक्त रहेर नै यी सुखलाई भोग्न सकिन्छ ।

सद्गृहस्थको चौथो लोकीय सुख शील सम्पदा, शील पालन गर्नु हो । शील पालन गर्दा ठूलो सुख पाइन्छ । कोही व्यक्ति नजानेर वा असावधानीको कारणले दुराचारी बन्दछ र हिंसा, चोरी, व्यभिचार, झूठ अथवा मादक पदार्थ सेवन गर्ने मध्येका कुनै एउटा वा एउटा भन्दा बढीको सहारा लिएर आफ्नो शील नष्ट गर्दछ । र शील पालनबाट पाउने अतुलनीय सुखबाट बञ्चित हुन पुग्दछ । यस्तो व्यक्ति जब कोही कल्याणमित्रको संगत गरेर धर्म धारण गर्ने कला सिकेर शीलमा पोष्ट हुन्छ तब यस चौथो सुखको अधिकारी बन्दछ ।

गृहस्थका यी चारैवटा सुखको उपदेश भगवान्‌ले गृहस्थ उपासक सुदत्त अनाथपिण्डिकलाई श्रावस्तीको जेतवन विहारमा रहनु हुँदा दिनु भएको थियो । अनाथपिण्डिक भगवान्‌को अग्र उपासक शिष्य थिए । उनले समय समयमा यी चारैवटा सुखलाई भोगेका थिए ।

पहिलो सुख— उनले श्रमपूर्वक, धर्मपूर्वक धन सम्पदा आर्जन गरेका थिए । त्यसैले विपुल धन सम्पदाको मालिक हुने सुख पाएका थिए ।

यस धर्मपूर्वक आर्जन गरेको सम्पत्तिलाई आफ्नो र आफ्नो परिवारको भरण-पोषणको प्रयोग गरे साथै विपुल दान दिएर त्यसको सदुपयोग गरेर दोश्रो सुख भोगेका थिए । एकपटक उनको जीवनमा यस्तो अवस्था पनि आइपरे कि उनी धनको लागि दुःखी हुनुपयो । उनको विपुल धन सम्पत्ति सबै नष्ट भए । जे जति बाँकी थियो ती यस्तो मानिसको हातमा परेको थियो कि तिनीहरूले फर्काउन सकेका थिएनन् । यस्तो अवस्थामा केही समयसम्म दोश्रो सुखबाट बञ्चित रहनु पयो । तर धर्मको प्रभावले यस

अवस्थाबाट उनले चाँडै नै छुटकारा पाए र जीवनका बाँकी समय त्यसको उपभोग गर्दै दान दिने कार्यमा सदुपयोग गर्न पाए । यस प्रकार गृहस्थ जीवनको यो दोश्रो सुख भोग्न पाए ।

निर्धन भएता पनि उनको कुनै ऋण थिएन । कसैलाई धेरै वा थोरै तिर्नु परेको थिएन । त्यसैले ऋण मुक्त रहेर सधैं नै सुखपूर्वक जीवन बिताए ।

भगवान् र भगवान्‌को माध्यमबाट धर्मको सम्पर्कमा आउनु भन्दा पहिला अनाथपिण्डिकले शील-सदाचार भंग गरेका थिए । परन्तु विपश्यना धर्म प्राप्त गरेपछि उनले आफ्नो शील पोष्ट गरे । शरीर, वाणी र मनबाट यस्तो दुष्कर्म र दोषपूर्ण कार्य कहिले पनि हुन दिएन । यस्तो निर्दोष जीवनको सुखलाई भोग्दै आफ्नो गृही जीवनलाई सफल बनाए । प्रमादमा रहेर एक समय दुराचरण गरेको थियो तर अब धर्म साधना गरेर त्यसलाई क्षय गर्दै मुक्त भए । जस्तो कि—

यो च पुब्बे पमज्जित्वा, पच्छा सो न पमज्जति ।

सोमं लोकं पभासेति, अठ्ठा मुत्तोव चन्दिमा ॥

जसले प्रमादवश गलत काम गरेको थियो तर पछि त्यस्तो दुष्कर्म गरेन भने त्यस्तो व्यक्ति बादल नभएको आकाशमा चम्केको चन्द्रमा भैं प्रकाशमान हुन्छ ।

यसरी चारैवटा सुखबाट सम्पन्न गृहस्थले आफ्नो चित्तलाई एकाग्र गरेर विपश्यनाको अभ्यास गर्दैछ र अन्तर्मुखी बन्न सिक्दछ । अन्तरमुखी भएर हुने सुखद तथा दुःखद सम्बेदनाहरूलाई निर्लिप्त रहेर यथाभूत हेर्न सिक्दछ । उसले निर्लिप्त रहेर हेर्दछ कि सम्पदा प्राप्त हुँदा त्यसको उपयोग र सदुपयोग गर्दै ऋणमुक्त रहँदाको सुखद सम्बेदनाको तुलनामा विपश्यनाको अभ्यासद्वारा जब निर्दोष जीवन जिउने सुखद संवेदना प्राप्त हुन्छ त्यो अधिक प्रबल हुन्छ ।

त्यसैले गृहस्थ साधकहरू ! हामी धर्मपूर्वक कमाएर त्यसको सदुपयोग र ऋणमुक्तिको सुख त उपलब्ध गर्छौं तर यस भन्दा पनि अधिक शील सम्पदामा सम्पन्न हुने सुख उपलब्ध गरेर बादल रहित आकाशमा चम्केको चन्द्रमा भैं प्रकाशमान रहेर सही अर्थमा मंगललाभी बनीं ।

(साभार- 'विपश्यना' वर्ष-२४, अङ्क १०)

## धरणी गुरुमां र वजीरा गुरुमांबाट स्वास्थ्य सेवा

■ जाणवती गुरुमां

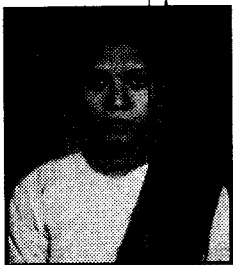
यो गिलानं उपट्ठाति, सो मं उपट्ठाति

“अर्थात् जसले रोगीको सेवा गर्छ, उनले बुद्धको सेवा गरेको हुन्छ” भनी भगवान बुद्धले हामीलाई सेवा नै धर्मको रूपमा ज्ञान दिनु भएको छ । यही ज्ञानलाई मनन गर्दै गुरुमांहरू धरणी र वजीरा ले आफुहरू बस्दै आएको नरसिंहाराम विहार थैनामा रहनुभएकी एक अशक्त ९२ वर्षिय वृद्धा गुरुमां जीनवतीलाई स्वास्थ्य सेवा पुऱ्याउनु भई आफ्नो कर्तव्य निभाउनु भएका छन् ।

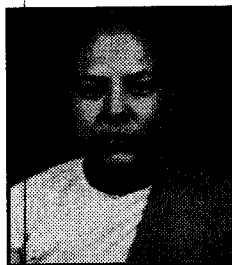
वि.सं. २०४७ अक्षय तृतीयाका दिन प्रव्रजित हुनु भएकी जीनवतीको जन्म वि.सं. १९७४ नाग पञ्चमीका दिन ललितपुरको न्याखाचोकमा शाक्य परिवारमा भएको थियो । धेरै वर्ष अगाडि देखि उच्च उक्तचाप र ग्याष्ट्रीक रोगबाट वहाँ पीडित हुनुहुन्थ्यो । २०६६ साल भाद्र पहिलो हप्ता देखि वहाँलाई ज्वरो आएको थियो र १५ दिन पछि वहाँको शरिरमा जन्डिस देखियो ।

डाक्टर परिक्षणबाट थाहा भयो वहाँको पित्त थैलीमा पत्थर, कलेजोमा टयूमर साथै ९२ वर्षको वृद्धत्वको कारण मुटुको भल्भ पनि बिगिसकेको थियो ।

तसर्थ डाक्टरको सल्लाह अनुसार दुखाई कम गर्न पाइप राखी जन्डिस निकाल्ने काम मात्र गर्न सकेको



धरणी गुरुमां



वजीरा गुरुमां

थियो । यसरी वहाँ लगभग दुई महिना विरामी हुनुभयो ।

यस अवधिमा गुरुमांहरू धरणी र वजीराले उहाँको स्वास्थ्यसेवा गर्ने मौका प्राप्त गर्नु भएका छन् । विरामीलाई हस्पिटल लाने, औषधि खुवाउने, सफा गर्ने, ट्वाइलेट गराउने आदि सबै काममा धरणी र वजीरा दुईजनाले वडो मैत्रीपूर्वक सेवा गरे । वित्तु पाँच दिन अघि देखि वहाँ जीनवती गुरुमांलाई धेरै गाढो भएको थियो । विरामीको अवस्था देखेर सेवामा तल्लिन यी दुई युवा गुरुमांहरूले कथिन उत्सवमा समेत उपस्थित हुन नगर्दै विरामीको सेवा गरे ।

यी दुई गुरुमांहरूको कुशल र मैत्री युक्त सेवालै अति पिडा युक्त विरामी जीनवती गुरुमांले २०६६ कार्तिक १३ गते शुक्रबार द्वादसीका दिन विहान ६: ३० बजे शान्त पूर्वक आफ्नो नश्वर देह त्याग्नु भयो ।

यी दुई युवा गुरुमांहरूले एक वृद्धा गुरुमां प्रति गरेको स्वास्थ्य सेवालाले हेर्दा दुई वर्ष अगाडी अनागारिका सुमना स्वास्थ्य कोषले Phect-Nepal को सहयोगमा युवा गुरुमांहरूलाई दिइएको ३ महिने तालिम 'Home basic health care training' र एक वर्ष अगाडी दिइएको 'Orientation program in Model Hospital' उपयोग भएको महशूस भयो ।

तसर्थ अनागारिका सुमना स्वास्थ्य कोष एवं Phect-Nepal प्रति हार्दिक धन्यवाद छ । साथै यी युवा गुरुमांहरू धरणी र वजीरालाई धेरै धेरै साधुवाद एवं सुस्वास्थ्य कामना गरेको छु ।

यसरी नै अशक्त वृद्ध गुरुमांहरूको स्वास्थ्य सेवामा अन्य गुरुमांहरूको पनि टेवा पुग्नेछ भन्ने आशा राख्छु । ■

“हुनत स्वास्थ्य सेवा सम्बन्धि तालिम नलिएकै अवस्थामा पनि एउटै विहारमा रहदै आउनुभएका गुरुमांहरू बीच परस्पर एक आपसमा आफुले जाने जस्तै स्वास्थ्य सेवा र सहयोग हुदै आइरहेको थियो । तैपनि स्वास्थ्य सेवा सम्बन्धि तालिम प्राप्त गुरुमांहरू उत्पादन हुनु भनेको सुन माथि सुगन्ध भएभै सुशी लाग्दो नै कुरो हो ।”

त्यसैले तालिमका आयोजकहरू लगायत तालिमप्राप्त गुरुमांहरू र अन्य सेवा भाव रहेका सबैलाई हीसला प्रदान गर्नका लागि यस लेखलाई यहाँ प्रस्तुत गरिदै छु ।” - स.

## धम्मपद - २२७

■ रीना तुलाधर (बनिया) 'परियत्ति सद्धम्म कोविद'

अकतं दुक्कतं सेय्यो - पच्छा तपति दुक्कतं

कतञ्च सुकतं सेय्यो - यं कत्वा नानु तप्पति

अर्थ- पाप कर्म नगर्नु नै वेश छ, खराब पाप कर्म गन्थो भने पछि पश्चाताप हुनु पर्नेछ, असल पुण्य कर्म गर्नु नै उत्तम छ, जसले गर्दा पछि पश्चाताप हुनु पर्ने छैन ।

घटना- उपरोक्त गाथा भगवान बुद्धले जेतवन विहारमा बास गर्नु हुँदा कुनै एउटी इर्ष्याले दाह भएकी आइमाइको कारणमा भन्नु भएको थियो ।

उस बखत एउटा घरमा एक गृहिणीको लोग्नेले आफ्नै घरको नोकरनीसंग प्रेम सम्बन्ध राखेको रहेछ । घरकी मालिकनीले यो थाहापाई नोकरनीसंग रीसले डाह भई । एकदिन ती आइमाइले नोकरनीलाई हातखुट्टा बेस्करी बाँधी नोकरनीको नाक र कान काटीदियो । इर्ष्याले डाह भएकी ती आइमाइले नोकरनीलाई यसरी यातना दिई एउटा कोठामा थुनीदियो ।

यति 'गरेपछि आफ्नो पाप लुकाउन केही नभए जस्तै गरी आफ्नो लोग्नेलाई "जाउँ विहारमा धर्म देशना सुन्न जाउँ" भनी लोग्नेसंग जेतवन विहारमा गए । तिनीहरू गएको केही समयपछि उनीहरूको घरमा केही आफन्त पाहुनाहरू आएको पालो पर्यो । तिनीहरूले नोकरनीलाई यातना दिई थुनेको देखेछ । ढोका फोडी नोकरनीलाई बाँधेको खोलीदियो । अनि तिनीहरू पनि जेतवनमै पुगेछ । त्यहाँ धर्म सभामा त्यस नोकरनीले आफू माथि गरिएको यातना सबैको सामू सुनाए ।

यो घटनालाई लिएर उहिं भगवान बुद्धले धर्म देशना दिनु भयो- अकुशल काम अरूले थाहा नपाउने गरी भनीकन अलिकति पनि गर्नु हुँदैन । अरूले थाहा नपाउने गरीकन भएपनि सुचरित्र काम मात्रै गर्नुपर्छ । आफूले गरेको गुप्त दृश्चरित्रले गर्दा पछि आफै पश्चाताप भई बस्नु पर्नेछ । आफूले गरेको सुचरित्रले गर्दा आफैलाई मनमा प्रसन्नता ल्याई दिन्छ । यसरी आज्ञा हुनुभई भगवान बुद्धले उपरोक्त गाथा भन्नुभयो । ■

## अनन्त ज्योतिः - ६

श्रद्धेय भिक्षु सिद्ध युनका धर्मचिन्तन

अनुवाद- देवकाजी शाक्य

६०

- नीच प्रवृत्तिका मानिससँग भन्दा गुणी पुण्यवान मानिससँग संगत व्यवहार गर्नु राम्रो हुन्छ ।
- मूर्खसँगभन्दा विद्वानसँग बहस वादविवाद गर्नु जाति हुन्छ ।

६१

- बसन्त ऋतुमा रोपेमा शरदमा फल प्राप्त हुन्छ ।
- तिम्रा सहयोगका हातहरूले गर्दा अरूका सहयोग प्राप्त गर्न मद्दत पुग्दछन् ।
- पाप छैन भने पापका प्रतिफल पनि छैन ।
- भेदभाव छैन भने नचाहिँदो वाहि्यात गफ पनि छैन ।

६२

- सूचना सम्प्रेषणको मुख्य कुन्जी भन्नु नै ध्यान दिएर सुन्नु हो ।
- सहयोग गर्नु नै वार्तालापको कुन्जी हो ।

६३

- नौसेना समुद्रमा लडाईं लड्छ ।
- स्थल सेना स्थलमा लडाईं लड्छ ।
- वायुसेना आकाशमा लड्छ ।
- सबै खाले सेनाले हमला विरुद्ध रक्षा प्रदान गर्छ ।
- अधिल्ला पक्तिमा आपूर्ति फौजले आपूर्तिको व्यवस्था गर्छ ।
- सबै मानिसहरू मानसिक रूपले सशस्त्र हुनु पर्छ ।

६४

- अभाव बारे चिन्ता नगर: मन र दिमागको धनी बन ।
- गरिबी बारे चिन्ता नगर: आफ्नो मालिक आफै बन ।

६५

- परिवारका आशा केन्द्र केटाकेटीहरू नै हुन् ।
- युवाहरू देशका नेता बन्नेछन् ।
- युवायुवतीहरू विश्वकै श्रेष्ठजन बन्नेछन् ।
- ज्येष्ठ नागरिकहरू समाजका नमूना बन्नेछन् ।

६६

- आफैले आफूलाई चिन्न सके अगाडि बढ्न मद्दत पुग्छ ।
- अरूलाई आदरभावले हेर्न सकेमा अनुकूल परिस्थितिहरू प्राप्त गर्न मद्दत मिल्छ ।

क्रमशः



## बुद्धशासनको इतिहास-१५

■ भिक्षु अमृतानन्द

### अशोकको राज्याभिषेक

त्यसबखतको भारतको विभिन्न राज्यलाई एकसूत्रमा बाँधी अशोक राजाले राज्याभिषेक विना चारवर्ष सम्म चलायो । त्यसपछि बुद्ध परिनिर्वाणपछि दुइ सय अठार (२१८) वर्ष हुँदा सम्पूर्ण भारतमा एकच्छत्र गरी राज्याभिषेक लिए\* । यस बखत महेन्द्रकुमार चौध वर्ष भएको थियो\* । अभिषेकको समयमा अशोक राजाको अग्रमहारानी असन्धिमित्रा भएको थियो\*\* । असन्धिमित्रा महारानी स्वर्गवास भएकी चार वर्षपछि अशोक राजाले तिश्यरक्षा नामक कुमारी विवाह गरे । जसले बुद्धगयामा रहेको बोधिवृक्ष विनाश गरे□ । आफूले राज्याभिषेक प्राप्त गरी सकेपछि अशोक राजाले आफ्नो साक्यै भाई तिश्य र जकुमारलाई युवराज पदमा राखे● ।

### अशोकको समय

यद्यपि अशोकको समयमा भिक्षु संघमा धर्म विनय दर्शन तथा अचार्यमत आदिका कारणले मूल थेरवादी बाहेक सत्र १७ शाखा-प्रशाखा भइसकेको थियो । तथापि यसबेला सम्म पनि थेरवादी शासनको प्रतिष्ठ र प्रचार यथेष्ट थियो ।

सर्वास्ति आदि अन्य निकायको प्रचार भएपछि यसको प्रतिस्था भएको थिएन । यति मात्र होइन अशोकको राज्यकालमा बुद्ध शासनमा अनेक उपद्रव तथा कलङ्क निस्की रहे । जसको कारणमा पछि तृतीय संगीति गर्नुपऱ्यो ।

सम्राट अशोकको चित्त दिनपर दिन धर्मतिर आकर्षित हुँदै गए । सदाचार र परस्पर कर्तव्य पालन गर्नु विषयमा ध्यान दिन थाले । जीवनको महत्व बुझेर सत्य

धर्मको गवेषण गर्नथाले । सम्राट अशोकका बाजे बुवाहरू बौद्ध थिएन । चन्द्रगुप्त राजाका उपदेशक ब्राह्मण भएको हुँदा तीर्थिकादि तपस्वीहरूलाई माने । अशोक राजाले पहिल्यैदेखि बौद्धहरूको संगत अलि अलि गरी राखेको हुँदा निग्रोध श्रामणेर भेटिसकेपछि खुल्लम खुल्ला बौद्धधर्म स्वीकार गरे▲ । त्यसपछि सकेसम्म देश विदेशमा धर्म प्रचार गर्न पठाए● । यो धर्म प्रचार कार्यले गर्दा अशोकको नाउँ त्यसबेला मात्र होइन, अहिलेसम्म पनि समुद्रपार सम्म प्रचार हुँदैछ● । समन्तपासादिका अनुसार अशोक राजाका पिताहरूले चलाई राखेको साठी हजार ब्राह्मण पासण्डहरूलाई दिइने भोजनदान अशोकले पनि केही कालसम्म दिए ।

### अशोक र निग्रोध श्रामणेर

एक दिन अशोक राजाले मन्त्रीहरूलाई आफ्ना आफ्ना साधुफकीरहरू मध्ये ठूला ठूला साधु महात्मालाई निमन्त्रणा गरी ल्याउ भनी आज्ञा दिए । उनीहरूले पासण्डादि ब्राह्मण तपस्वीहरूलाई बोलाएर ल्याए । राजाले तिनीहरूलाई आफुलाई योग्य आसनमा बस्नु हवस भनी निवेदन गरे तिनीहरू मध्ये कोही राम्रा खाटमा बसे, कोही फलेकमा बसे । यिनीहरूका आचरण देखे बित्तिकै अशोक राजाले “यिनीहरूसंग केही सार छ जस्तो लाग्दैन” भन्ने मनमा थानी तदनुसार भोजन गराई विदा दिई पठाए । अशोक राजाले यसरी अनेक साधु सन्तहरूलाई बोलाई बोलाई धर्मको गवेषण चर्चा गरे ।

कमशः

❁ समन्तपासादिका-पृ. २४; महावंश- ५/२१; दीपवंश ६/१

\* दीपवंश, ६/२३

❁ समन्तपासादिका, पृ २४

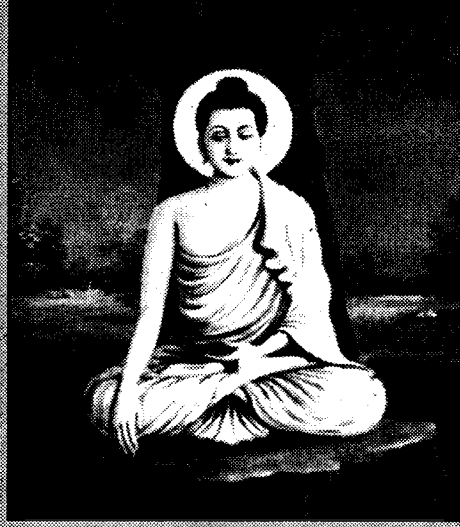
□ महावंश २०/२-५

● “राजाभिसित्तो सोसोको कुमारं तिस्ससन्धयं ।

कण्ठि “संसोदरिय उपरज्जे भिसेचयि”-महावंश, ५/३५

▲ Neither Chandragupta nor his son Bindusara were Buddhist ; but third of the race, Piyadasi, best known under the name of Ashoka (in Pali Asoka) openly adopted the now popular creed Buddhism. (Buddhism, P.221- Rhys David)

● अथि च मुखमुत विजये देवानंप्रियस यो धूम विजयो सो च पुन लघो देवानंप्रियस इहभ भवेषु च अंतेषु अषु पियोजनशतेयु यत् अंतियोको नम यो नरज परं च तेन अतियोकेन चतुरे रजति तुरमये नम अतिकिनि नम मक नम अलिकसुदरो नम निच चोड पड अब तंव पणिय एवमेव हिद रजविषवसपि योनकं योयेषु तभकन भित्तिन भोजपितिनिकेषु अंधु पल्लिदेषु सवत्र दैवेन प्रियस धुमनशस्ति अबुव टंति- Corpus Inscriptionum Indicarum Vol. I, P. 66-67 [आगम. हा समाज पृ. १२१]



श्रुत्वा भगवान् बुद्धलाई वन्दना ।  
 अन्य पूजनियहृत्लाई वन्दना ।  
 सबै प्राणीप्रति मंगल मैत्री कामना ।

विशेष गरी म अनाथ र बाल टुहुरो अवस्थामा मलाई आश्रय दिई पफ्य सञ्चय गर्नुहुने मेरा आदरणिय मामाको गुणानुस्मरण गर्दछु । साथै अन्य कल्याण मित्रहरूको सुभावाव पाई शुद्ध धर्ममा प्रवेश पाई नराश्रा कर्महरू गर्नुवाट बचाई शुद्ध कर्म मात्र गर्नुपर्ने ज्ञान सिक्न पाएकोले मलाई गौरव लाग्छ । त्यसैले निम्न लिखित दिवंगत व्यक्तिहरूप्रति गुणानुस्मरण गरी कृतज्ञता व्यक्त गर्दै उहाँहरूको निर्वाण (मुक्ति) कामना गर्दछु ।

- (१) चिरी राज र ज्ञानकुमारी (हजुरबा र हजुरमा)
- (२) रत्नमान ताम्राकार र तेजमाया (मामा, माइज्यू), जगतमाया (सानो माइज्यू)
- (३) तीर्थ लक्ष्मी (माता) र अष्टमान (पिता)
- (४) प्राणमायाँ (ठूली माँ), दिलमाया (साँहिलीमाँ)
- (५) कृष्ण माया (सानो सानीमाँ) ।

सबै प्राणी प्रति मंगल मैत्री कामना गर्दछु ।

**पूर्णमान शिल्पकार**

धर्मकीर्ति पत्रिका विशेष सदस्य संख्या नं. ३१९

## केही बौद्ध विश्वासहरू...१५

■ ले. के श्रीधम्मनन्द, अनु. वरदेश मानन्धर

मूर्ति-पूजा गरेकोमा बौद्धहरूलाई आलोचना गर्नेहरूले साँच्चै नै बौद्धहरूले गरेका कार्यलाई गलत रूपमा प्रस्तुत गरि रहेका छन् । यदि मान्छेहरूले आफ्ना बाबु बाजेहरूको सम्झनाको लागि उनीहरूको फोटोहरू राख्न सक्छ भने, यदि मान्छेहरूले राजा-रानी, प्रधानमन्त्री, वीरहरूको दार्शनिकहरूको, साहित्यकारहरूको फोटोहरू राख्न सक्छ भने अवश्यै पनि बौद्धहरूले पनि आफ्ना श्रद्धेय गुरुको सम्झनाको लागि उसको फोटो राख्न नहुने कुनै कारण छैन । यदि कसैले आफ्ना गुरुको विशिष्ट गुणहरूको प्रशंसा गर्दै केही गाथाहरूको पाठ गर्छ भने यसमा के दोष छ ? यदि मान्छेहरूले आफ्नो श्रद्धाञ्जलि प्रकट गर्न आफ्ना प्रिय व्यक्तिहरूका चीहानमा माल्यार्पण गर्न सक्छ भने बौद्धहरूले पनि आफ्नो जीवन पीडित मानवहरूको सेवामा लगाएका आफ्ना प्रिय गुरुको लागि किन केही फुलहरू, धूपहरू अर्पण गर्न नसक्नु र मान्छेहरू विजय हासिल गरेका केही वीरहरूको सालिक बनाउँछन्, वास्तवमा तिनीहरू (वीरहरू) हत्याराहरू हुन जो हजारौं व्यक्तिहरूका मृत्युको लागि जिम्मेवार छन् । शक्तिको लालसाले तिनीहरूले निर्दयीपूर्वक मान्छेहरू मारे । तिनीहरूले कमजोर राष्ट्रहरूलाई आक्रमण गरे र तिनीहरूका सम्पति लिएर धेरै क्षति पुऱ्याएर धेरै नै दुःख दिए । यी मध्ये धेरै विजयीहरूलाई राष्ट्रिय वीरको रूपमा लिन्छन् उनीहरूको स्मृतिमा विभिन्न कार्यक्रम बनाइन्छन् र उनीहरूको चिहानमा फुलमाला चढाइन्छन् । अर्को तिर, बौद्धहरूले विश्वमा सम्मानित आफ्ना गुरु जसले अरूहरूलाई मुक्तिका बाटो देखाउन ज्ञान प्राप्तिको लागि सबै संसारीक सुखको त्याग गरेका थिए— को प्रतिमामा पूजा गर्छन् ।

मूर्तिहरू भनेको अर्थ चेतनीक भाषा हो त्यसैले यदि तथागतको मूर्तिलाई वारम्बार आफ्नो मन भित्रै बनाउन सकेमा—पवित्रतालाई अँगाल्ने रूपमा त्यस मूर्तिले अर्धचेतनिक मनसम्म प्रवेश गर्नेछ यदि यो बलवान छ भने नराम्रो चेतनाको लागि सञ्चालित ब्रेकको रूपमा कार्य गर्न सक्छ । बुद्धको अनुस्मरणले प्रीति उत्पन्न हुन्छ, मनलाई फूर्तिलो स्फूर्तिलो बनाउँछ एवं व्याकुलता, तनाव र नैराश्यताको भावना हटाउँछ । त्यसकारण बुद्धको पूजा

गर्ने एउटा भक्ति (प्रार्थना) होइन बरू एउटा ध्यान हो । त्यसकारण यो मूर्ति-पूजा होइन बरू 'आदर्श' पूजा हो । यसप्रकार बौद्धहरूले आफ्नो जीवनलाई पवित्र मन्दिर बनाउन स्फूर्ति पाउँदछ । उनीहरूले आफ्नो 'भित्री मन्दिर' त्यस मूर्ति राख्न योग्य नभए सम्म आफ्नो मनलाई शुद्ध पार्दछ । बौद्धहरू बुद्ध मूर्ति अगाडि घुँडा टेक्छन्—आफैलाई विनम्र बनाउन र त्यस मूर्तिले प्रतिनिधित्व गरेको महान व्यक्ति प्रति सम्मान प्रकट गर्न । उनीहरू वहाँको असल व्यक्तित्वबाट प्रेरणा पाउने र वहाँका गुणलाई तुलना गर्ने प्रयास गर्छन् । बौद्धहरू बुद्ध मूर्तिलाई एउटा निर्जीव काठ, धातु वा माटोको मूर्ति भनेर ठान्दैनन् काय, वाक र मन शुद्ध भएका र बुझ्न सक्नेहरूका लागि यस मूर्तिले कुनै सजीवता दर्शाउँदछ ।

बुद्धको मूर्ति वहाँको महान गुणहरूको प्रतिक हो । बुद्ध प्रति रहेको अगाध श्रद्धालाई विश्वमा भएका सबै भन्दा सुन्दर एवं राम्रो कला एवं मूर्ति कलाको रूपमा व्यक्त गरीनु कुनै अस्वभाविक होइन । यो कुरा बुझ्न गाह्रो छ कि एक पवित्र धर्म- गुरुको प्रतिनिधित्व गर्ने मूर्ति पूजा गर्नेहरूलाई किन केही व्यक्तिहरूले हेलाको दृष्टिले हेर्दछ ।

बुद्धको शान्त र नम्र मूर्ति एक आदर्श युक्त सुन्दर ता हो भन्ने आम धारण भै सकेको छ । बुद्ध — मूर्ति एशियाली संस्कृतिको सबै भन्दा मूल्यवान एवं साक्षा सम्पत्ति हो । बुद्ध-मूर्ति विना एशिया चाहे जतिसुकै सम्पन्न भएता पनि एक भौगोलिक बनौट भन्दा केही हुने थिएन ।

बुद्ध मूर्तिको सञ्चाहना एशियालीहरूले मात्र गरेको होइन । आफ्नो आत्म-कथामा अनाटोली फ्रान्सेले लेखेको छ— "सन् १८९० मे १ तारीखका दिन सौभाग्यले म पेरिसको म्यूजियम 'म्यूजी गुमेट' हेर्न पुगें । त्यहाँ मौनता । सरलतामा उभिरहेका एशियाका देवताहरू थिए । मेरो आँखा बुद्धको प्रतिमामा पुगे जो पीडित मानवहरूलाई दया र समझदारी पनाको विकास गर्न संकेत दिन्दै थिए । यदि कहिल्यै कुनै देवता यस पृथ्वीमा हिंडेका थिए भने त्यो अहिले वहाँ नै हुनु हुन्छ जस्तो मलाई लागेको थियो । मलाई वहाँको अगाडि घुँडा टेक्नु र ईश्वरसँग वहाँलाई पूजा गरूँ जस्तो लाग्यो ।

एक समय एउटा जनरलले आफ्नो पछि एउटा बुद्धको मूर्ति विन्स्टन चर्चिललाई छाडेर गएका थिए । जनरलले भने--“यदि कहिले काँहि तिम्रो मन बेचैन हुन्छ र व्याकुल हुन्छ भने म चाहन्छु तिम्री यस मूर्तिलाई हेरेर । चैन लिनु । किन बुद्धको शिक्षाले आफ्नो विवेक ज्ञान विकास गरिसकेका मान्छेहरूलाई आकर्षित पारेको छ ? शायद यसको उत्तर बुद्ध-मूर्तिमा रहेको स्वच्छताबाट पाउन सकिन्छ मान्छेहरूले बुद्ध प्रतिको श्रद्धा र वहाँको शिक्षाको विनीतता रङ्ग र रेखाहरूमा मात्र प्रकट गरेका होइनन् । बुद्धका मूर्ति बनाउन मानिसहरूका हातले धातु र ढुङ्गामा काम गरे र जुन (बुद्ध-मूर्ति) मानव जातिको सबभन्दा ठूलो कृति हुन् । श्री लङ्काको अभयगिरी विहारमा रहेको प्रसिद्ध मूर्ति वा सारनाथको बुद्ध मूर्ति वा बोरोबुदुरका उत्कृष्ट मूर्तिहरूलाई हेर । आँखाहरू करूणाले पूर्ण छ हातहरूले अभय वा शुभ कामना र आशिर्वाद दिदैछ वा तिनीहरूले केही भावनाहरू व्यक्त गर्दछन् वा विश्वलाई वहाँले गर्नु भएको सत्यको महान खोजलाई हेर्न आह्वान गर्दछ । जहाँ जहाँ धर्म पुगे, त्यस महान गुरूको मूर्ति पनि साथ पुगे बरू पूजा गर्ने एक वस्तुको रूपमा नभै ध्यान र सम्मानको प्रतिकको रूपमा किसलीङ्ग भन्छन् “यो विश्वमा बुद्धको मूर्ति भन्दा ठूलो अरू कुनै कुरा मलाई थाहा छैन । यसले आध्यात्मिकतालाई पूर्ण रूपले धेरै राम्ररी दृश्य जगतमा अङ्गालि दिएको छ ।

बुद्ध मूर्ति कुनै व्यक्तिको नभैकन बुद्धत्वको प्रतिक हो— जुन थोरैले मात्र गरेता पनि सबै मान्छेहरूले प्राप्त गर्न सकिन्छ । बुद्धत्व कुनै एकको लागि न भै सबैको लागि हो । “पहिले भै सक्नु भएका बुद्धहरू, भविष्यमा आउने बुद्धहरू र अहिलेको बुद्धलाई म दिन दिनै भित्र देखि अभिवादन गर्दछु ।” बुद्ध-मूर्तिको सुन्दरताको वावजुद पनि सबै बौद्धहरू सँग बुद्ध-मूर्ति हुनै पर्ने र पूजा गर्ने पर्ने कुनै जरूरी छैन । जसले आफ्नो इन्द्रियहरूलाई नियन्त्रण गर्ने हुन्छ निश्चय गर्न सक्छ, अवश्य पनि उसले बुद्ध- मूर्ति बिना यसो गर्न सक्छ । यदि बौद्धहरू साँच्चै नै बुद्धलाई सँगै राख्न चाहन्छन् भने उनीहरूले वहाँको शिक्षालाई व्यवहारिक जीवनमा कार्य रूपमा परिणत गर्नु पर्दछ । वहाँको आदेशको पालनद्वारा नै वहाँलाई नजीकै राख्न, वहाँको अमर ज्ञान र करूणाका ज्योतिलाई महशुस गर्न सकिन्छ । वहाँका महान उपदेशहरूलाई पालन नगरिकन

वहाँका मूर्तिलाई पूजा गर्दैमा मोक्ष पाउन सकिदैन ।

हामीले बुद्धका भावना (विचार) हरूलाई बुझ्ने प्रयास पनि गर्नु पर्दछ । समस्याले भएका यस विश्वलाई वचाउने एउटै उपाय वहाँका उपदेशहरू नै हुन् । विज्ञान र प्रविधिका अनगिन्ति फाइदाहरूका वावजुद पनि आज विश्वका जनताहरू डर, चिन्ता असन्तोषले ग्रस्त छन् । बुद्धको उपदेशमा हाम्रो यस पीडित विश्वको लागि समाधानहरू पाउँछौं । ■

## मन स्वस्थ तन स्वस्थ

स्वास्थ्य नै धन हो । सानोमा पढेको यो भनाइ आज पनि याद आउँछ । हुन त त्यसबेला यसको अर्थ पनि खासै बुझिएको होइन । तर, पनि सरले भन्नुभएको यो भनाइ मन्त्र नै ठानेर कण्ठ पारियो ।

अहिले आएरमात्र कुरा बुझियो, आखिर किन यसो भनिएको रहेछ ? खासमा स्वस्थ हुनु भनेको निरोगी हुनु रहेछ । तन निरोगी भएपछि मन र मस्तिष्क पनि निरोगी हुँदा रहेछ र चाहेको कामकुरा गर्न सकिने रहेछ ।

हिजो आज स्वस्थ हुनु भनेको सुन्दर हुनु हो भनेर व्याख्या पनि गर्न थालिएको छ । तर, मेरो विचारमा स्वस्थ हुनु र सुन्दर हुनु एउटै कुरा होइन । स्वस्थ मानिस सुन्दर हुन सक्छन् तर सुन्दर मानिस स्वस्थ हुन्छन् भने निश्चित हुँदैन । हो, सुन्दर हुनु राम्रो कुरा हो तर सुन्दर हुने लोभमा स्वास्थ्य नै बिगार्ने काम गर्नु किमार्थ ठीक होइन ।

स्वस्थ हुन सबैभन्दा पहिला सकारात्मक सोचाइ आवश्यक पर्छ । मन स्वस्थ नभएसम्म तन स्वस्थ हुन सक्दैन । यदि हामी आशावादी भएर सकारात्मक सोचका साथ अगाडि बढ्छौं भने सफलता हात लाग्नेछ । अनि यही सफलताले हाम्रो शरीरमा एकप्रकारको फूर्तिपन आउँछ । मेरो विचारमा यो स्वस्थपन बढी आवश्यक हुन्छ जीवनमा । यो एक किसिमको मानसिक स्वास्थ्यको कुरा हो

मानसिकतामात्र स्वस्थ भएर पुग्दैन, शारीरिक रूपमा पनि मानिस स्वस्थ हुनुपर्छ । त्यसका लागि नियमित स्वस्थकर खाना, सकभर शाकाहारी खाना आवश्यक हुन्छ । जंक फुडबाट बच्नुपर्छ । खानामा शुद्ध पानीको मात्रा बढी हुनुपर्छ । दिनचर्या नियमित हुनुपर्छ, शरीरलाई आवश्यक पर्ने समयजति सुत्नुपर्छ । सकिन्छ भने आवश्यकताअनुसार हल्का व्यायाम पनि गर्नुपर्छ । नियमित योगबाट पनि शरीर स्वस्थ राख्न सहयोग पुग्छ । यसरी खाना र निद्रा नियमित भयो र हल्का व्यायाम पनि गरियो भने मानिस स्वस्थ हुन्छ । ■ दमयन्ती न्यौपाने

(साभार- अन्नपूर्णपोस्ट, २५ भदौ २०६६)

## तृष्णा

■ नरेन्द्रनाथ भट्टराई

सरल अर्थमा तृष्णा भनेको गाढा बासना अर्थात् इच्छा हो । तृष्णाले मानिसलाई पूरै अन्धो बनाइदिन्छ । धनको तृष्णा, पदको तृष्णा, स्वादको तृष्णा आदिमा परेर आज संसारका असंख्य मानिस जीवनभर छुटपट्टिएर कालको मुखमा परिरहेछन् । अनगिन्ती रूपमा जाल फिँजाएर यो तृष्णाले हाम्रो जीवनका हर क्षणलाई प्रलयकालमा भै कम्पायमान पारिरहेको छ ।

एकदिन खेततिर घुम्न गएको थिएँ । एक ठाउँमा एक किसिमको हृदय विदारक स्वरमा कुनै जीव कराइरहेको सुनें । के को स्वर रहेछ, कहाँबाट आएको रहेछ भनी यता-उता हेदै थिएँ एकजना किसान त्यहाँ भाइ पुगे र उनले भने— “सर्पले भ्यागुतो खाएको हो ! यतै हुनुपर्छ” भनी यताउती हेरे । हाम्रो खुट्टाबाट २/३ फिट जति पर खेतमा एउटा सर्पको मुखमा एउटा अजङ्गको भ्यागुतोको पछ्याडिको एउटा खुट्टा पूरै सर्पको मुखभित्र पसेर अर्कोको आधा जति पसेको देखें । अगाडिको दुईटा खुट्टा र भ्यागुताका मुख सधैं छ । भ्यागुतो कराइरहेछ, सर्प अलि-अलि गर्दै निल्दै छ । म के गरुँ ! भएर हेर्न थाले । किसानले भने— “त्यो भ्यागुतोलाई सर्पले पूरा निलिसकन अर्भ एक घण्टा जति लाग्छ ।” यति भनी ती किसान आफ्नो बाटा लागे । लड्डीले हानेर छुट्ट्याएर पनि के लाभ होला र भन्ने पनि लाग्यो । यसैबेला एउटा सानो पुतली उडेर भ्यागुतोको मुख नगीचैको एउटा पातमा यसो के बसेको थियो भ्यागुतोले क्वाप्प त्यसलाई खाइदियो ! पुतलीको स्वाद लिँदै भ्यागुतो जिब्रो भित्र बाहिर गर्न लाग्यो ! एकै छिनपछि सर्पको टोकाइ

सम्भ्रदै फेरि त्यो भ्यागुतो उही करुणाजनक स्वरमा कराउन थाल्यो ! म हेदै थिएँ । आधा घण्टा बित्यो । अब केवल भ्यागुतोको मुखमात्र सर्पको मुख बाहिर थियो । अरू भाग सबै सर्पको मुखभित्र पसिसकेको थियो ! त्यसै बखत फेरि एउटा भिँगा भ्यागुतोको मुख अगाडिबाट उडेको थियो त्यसलाई पनि क्वाप्प भ्यागुतोले खाइदियो ! आश्चर्यचकित हुँदै हेर्दाहेर्दा एकै छिनमा त्यो भ्यागुतो सर्पको मुखभित्र पूरै गयो ।

त्यस दृश्यले यति गहिरोसँग मेरो हृदयमा छाप लगायो कि मानिसका हर क्रियाकलापमा पनि त्यही घटना देख्न थालें । कालको मुखमा परिसकदा मात्र होइन कालले आधा भाग खाइसकदा पनि, कालले भ्रण्डै-भ्रण्डै पूरै खाइसकदा पनि सर्पको पेटमा निलिने अवस्थामा परेको भ्यागुतोले भिँगा खान नछोडे भै यी मानिसहरू पनि तृष्णा तृप्तीको लागि आर्यघाट, आई.सी.यू.मा पुग्ने बेलामा तथा पुगिसकदा पनि

के-के, कस्ता-कस्ता दुस्कृत्यसमेत गर्न उद्दत भएका छैनन् होला, राम्ररी गहिरिएर हेरौ त ! ■

(१) बेहोश अवस्थामा मानिस एकथोकलाई अर्कथोक देख्दछ । होशको अवस्थामा जो जे जस्तो छ उस्तै देख्दछ । बेहोशबाट होशमा ल्याउने ज्ञानलाई नै आध्यात्मिक ज्ञान भनिन्छ । होशमा रहनुनै धर्म हो, होशमा रहने मानिसनै धर्मात्मा हो ।  
(२) फोटो प्लेट अथवा निगेटिभमा एक पटक मात्र पनि प्रकाश पर्न गयो भने त्यसमा फोटो स्विचिदेन त्यसरी नै हाम्रो चित्तमा पनि आत्माको प्रकाश एकपटक मात्र पर्न गयो भने फेरि त्यो चित्तमा संसाररूपी चित्त स्विचिदेन ।  
साभार: परमात्माको दर्शन (चिन्तनद्वारा)

धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू

क.सं. ६३४

निसलभमी शाक्य, काठमाडौं ।

रु. १०२०/-

### धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना

मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
२०६६/८/१०	वीर्यवती गुरुमां	वीर्यवती गुरुमां
२०६६/८/१७	चमेली गुरुमां	सयादो उ सुजनपिय
२०६६/८/२४	त्यागवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
२०६६/९/१	केशावती गुरुमां	केशावती गुरुमां

## योग अभ्यास विधि - भाग ५३

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

### घुँडाको दुखाई (पिडा) योगाभ्यासबाट नियन्त्रण हुन्छ

गत अंकमा घुँडाको दुखाई (पिडा) योगबाट नियन्त्रण हुन्छ भन्ने बारे जानकारी गराएको थिएँ। साथै यस अंकमा क्रमशः जानुशीर्षासन गर्ने अवधि तथा कुन रोगमा कुन-कुन आसन गर्नु उत्तम हुन्छ भन्ने बारे क्रमशः जानकारी गराउन लागेको छु।

#### जानुशीर्षासन गर्ने निति र अवधि:-

भोजन गरेको चार घण्टा खाजा खाएको २ घण्टा पश्चात यी खाली पेट विहान जानुशीर्षसन गर्न सकिन्छ। आसन गरिसके पछि पनि एक घण्टा सम्म ठोस आहार लिनु हुदैन। त्यस्तै कुनै पनि प्रकारको आसन गर्नको लागि गुरुको आवश्यकता पर्दछ। यसै कारण गुरु विना आसन वा योग अभ्यास गर्न गराउन हुँदैन।

#### कुन रोगमा कुन आसन गर्नु उत्तम हुन्छ:-

अहिले सम्म हामीले प्राणायाम, सिंहासन एवं ॐ कारका बारेमा चर्चा गरी सकेका छौं। र त्यस्तै प्राणायामका साथ-साथै आसन गर्नाले कुन रोगमा कुन आसन गर्दा रोग निदान एवं नियन्त्रण हुन्छ भन्ने बारे रोग अनुसार गरीने योगाभ्यासका आसनहरूका बारेका चर्चा गर्न लागिएको छ। अतः आसनहरूका प्रस्तुत जानकारीबाट मात्र योगाभ्यास गर्न गराउन निषेध गरीएको छ।

#### १. बद्धजमी एवं ग्यास्ट्रिकको लागि-

पश्चिमोत्तान, बज्रासन, पवनमुक्तासन, हलासन, मयूरासन आदि आसनका साथै प्राणायाम गरेमा समस्या छिटो नियन्त्रण हुन्छ। उपरोक्त समस्या नियन्त्रणका निमित्त उडियान बंध, कपालभाटि र नौलिक्रियाहरू गर्नु पर्दछ।

#### २. पुरानो कब्जियतको लागि-

उत्तानपादान, सर्वांगासन र कपालभाटि, नाडीशोधन प्राणायाम उत्तम हुन्छ।

३. मोटापनका लागि- पश्चिमोत्तासन, अर्ध मत्स्येन्द्रासन, सर्वांगासन, मयूरासन सुप्तबज्रासन, उडियान बन्ध, बाह्य कुम्भक, कपाल भाटि र नौलिक्रियाहरू उत्तम हुन्छ।

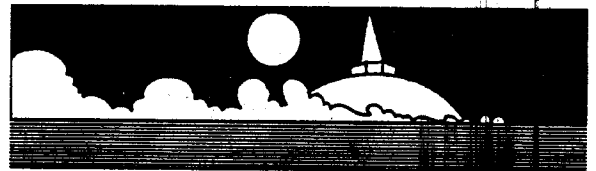
४. उच्चरक्तचापको लागि सुसुप्त बज्रासन, सिद्धासन, पद्मासन, हलासन, मत्स्येन्द्रासन, शवासन र प्राणायाममा नाडीशोधन, ध्यान, भ्रामरी आदि।

५. मधुमेहको लागि- हलासन, पश्चिमोत्तासनासन, शीर्षासन सर्वांगासन, बज्रासन, अर्ध मत्स्येन्द्रासन, सुसुप्त बज्रासन, मयूरासन र प्राणायाममा उडियानबन्ध, नाडीशोधन, कपालभाटि र अतिरिक्त कुम्भक प्राणायाम आदि।

६. अनिन्द्र- सूर्य नमस्कार, सर्वाङ्गसन, शवासन र प्राणायाममा भस्त्रिका, नाडीशोधन, ध्यान, भ्रामरी आदि।

७. दमको लागि सुसुप्त बज्रासन, भुजङ्गासन, शलाशासन, उष्ट्रासन, कोणासन र प्राणायाममा नाडीशोधन, भ्रामरी ध्यान आदि।

उपरोक्त आसनहरू र प्राणायामद्वारा विभिन्न रोगहरू नियन्त्रण एवं निदान गर्न सकिन्छ भन्ने बारे हामीले यहाँ उल्लेख गरी सकेका छौं र बारम्बार हामीले अनुरोध गर्दै आई पनि रहेका छौं कि गुरु विना कुनै पनि आसनहरू र प्राणायाम गर्नु स्वास्थ्यकोलागि अहित हुन्छ। त्यसकारण अध्ययन मात्र गरी आसनहरू र प्राणायाम गर्न गराउन निषेध गरिएको छ। साथै योगद्वारा कुनै पनि रोगको निदान हुन्छ भन्ने बारे हामीले धेरै कुराहरू बुझिसकेका छौं, त्यसैकारण मानव शरीरमा लाग्ने सम्पूर्ण रोगका बारेमा हामीले यहाँ उल्लेख गर्न असमर्थ छौं तर हामीले एउटा कुरालाई सदैव स्मरण गर्नुपर्छ कि योगद्वारा सम्पूर्ण रोगको निदान त छ, तर धैर्यताको पनि ठूलो आवश्यकता छ। आगामी अंकमा क्रमशः आसन गर्ने प्रक्रिया बारे प्रस्तुत गर्ने छु।



सन्दर्भ: मिलिन्द प्रश्न

## सिद्धार्थ गौतमको गुरुहरू र सम्यक सम्बुद्ध गुरु नियाल्दा

■ दुण्डबहादुर वज्राचार्य

बुद्ध संस्वत २५२६ वर्ष अगाडी नेपाल राष्ट्रको लुम्बिनी वनमा राजकुमार सिद्धार्थ गौतमको जन्म राजा शुद्धोधनको जेठी महारानी महामाया देवीको कोखबाट भयो। चार असंख्य १ लाख कल्प सम्म यो संसार चक्रमा घुम्दा घुम्दै उहाँले आफ्नो पूर्व जन्महरूमा अनेक शीप, कोशल्य विद्यामा पारंगत गरिसकेको कुरा उहाँको विवाहको लागि जति पनि परिक्षणहरू भए त्यसबाट थाहा हुन आउँदछ।

राजकुमार सिद्धार्थको नामको अर्थानुसार सर्व अर्थ सिद्ध गर्ने हो भने राजा शुद्धोधनको दरवारका अनेक पुरोहित गुरुहरूको भनाइ थिए। सिद्धार्थको बाल्यकालमा उहाँलाई शिक्षण प्रशिक्षण दिनको लागि उहाँकै जीवनको लक्षण बताइ भविष्यवाणी गरेका आठ जना आचार्यहरू वा गुरुहरूको संरक्षणत्व वा निरिक्षणत्वमा राजाले सुम्पिनु भयो। बोधिसत्व हुनु भएका राजकुमार सिद्धार्थले उहाँहरूबाट अनेक शिक्षाहरू प्राप्त गरि आफ्नो अध्ययनहरू पूरा गर्न सफल हुनु भएको थियो। उहाँहरू नै सिद्धार्थ गौतमका प्रथम अवस्थाका आचार्यहरू थिए उहाँहरू हुनुहुन्थ्यो— (१) राम (२) घज (३) लक्षण (४) मन्त्री (५) यज्ञ (६) सुयाम (७) सुभोज (८) सुदन्त हुन भनि उल्लेख गरिएको पाइन्छ।

दोश्रो अवस्थाका गुरुमां त्यसबेलाका उच्चकुलीन ब्राह्मण सब्ब मित कहाँ शब्दशास्त्र, वैद्याकरण, वेदको छ वटा अङ्गहरू सिक्न दिनको लागि राजा शुद्धोधनले सिद्धार्थ बोधिसत्वलाई त्यस ब्राह्मणको हातमा सुम्पिदिनु भएको थियो।

बोधिसत्व सिद्धार्थले अभिनिष्क्रमण गर्दा गुह्य देवताको वचनलाई गुरु वचन मानी नयाँ ज्ञान आर्जन गर्न गृह त्याग गर्नु भएको थियो। यो उहाँको तेस्रो अवस्थाको गुरु थिए।

गृहत्याग पश्चात आचार्य आलारकालामको आश्रममा जानु भयो। आचार्य आलारकालामले अकिञ्च न्यायतनको परिकर्म सिकाउनु भएको थियो।

त्यसपछि आचार्य उदकरामपुत्र कहाँ जानु भयो र उहाँले बोधिसत्व राजकुमारलाई नैवसंज्ञानासंज्ञायतनको विषय परिकर्म सिकाउनु भएको थियो। ती पाँच अवस्थाका

आचार्यहरूबाट सिकेको रूपावचर र अरूपावचर ध्यान विधिले उहाँले खोज्नु भएको लोकोत्तर ध्यानको ज्ञान पाउन सक्नु भएन। फेरि फेरि जन्म हुन नपर्ने निर्वाण पद जस्तै अमृत पद पाउने मार्ग प्राप्ति भएन।

त्यसरी सम्यक सम्बुद्ध हुनु भन्दा पहिले पाँच थरी वा अवस्थाका आचार्यको संगतमा परेर लौकिक धर्महरूमा निपुर्ण हुनु भएको थियो। तर लोकोत्तर धर्मको लागि अनुत्तर अनुशासक पाउनु भएन। बोधिसत्वले बुद्धत्व प्राप्तिको लागि ६ वर्ष सम्म कठीन तपस्याचर्या गर्नु भयो तर ज्ञान लाभ गर्नु सकेन। अन्तमा बोधगयाको बोधिपलङ्कमा वैशाख पूर्णिमाको दिनमा आफू स्वयंले आनापान, समथ र विपस्सना ध्यान भावना जागृत गर्दा गर्दै बुद्धत्व प्राप्त गरी सम्यक सम्बुद्ध हुनु भयो। सम्यक सम्बोधिको प्राप्ति पछि उहाँले आज्ञा हुनु भयो कि—

“मेरो कोही आचार्य छैन

म समान ब्यक्ति अरू छैन

यस देव मनुष्य लोकमा

म समान पुद्गल अरू कोही छैन।”

यी माथि उल्लेख कुराहरू राजा मिलिन्द एक प्रसिद्ध दार्शनिकले आफ्नो शंका निवारण गर्न भिक्षु नागसेनसंग सोध्दा पाउनु भएको उत्तरहरू थिए।

यो उदान सम्यक सम्बुद्धले प्रकाश पार्नु भएको कारण उहाँको पूर्व गुरुहरूले कसैले पनि उहाँले अन्वेषण गरी प्राप्त गरेको आर्य सत्य, आर्य मार्ग बारे जानेका थिएनन्। जुन आर्य मार्गमा चतुआर्य सत्यको वर्णन गरिएको छ। अर्थात दुःख सत्य, दुःखको कारण सत्य, दुःख निवारण सत्य र दुःख निवारण प्रतिपदा आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग सत्य जुन संसारको सृष्टि भए देखिन विद्यमान थियो तर कुनै पनि देव, मनुष्य, आचार्यहरूले जानेका थिएनन्।

ती दुःख रूपी समस्याहरूबाट यस लोकबाट पार पाउनको लागि कुनै समाधान वा मार्गहरू छुनू भन्ने कुरा थाहा पाएका थिएनन्। सम्यक सम्बुद्धले यसैलाई हृदयगम गरी अन्वेषण गर्दा गर्दै आर्य अष्टाङ्गिक मार्गलाई मध्यम मार्गको रूपमा स्वीकार्नु भयो। जुन मार्गमा शील, समाधि र प्रज्ञा समेटिएका छुनू भनी विस्तृत व्याख्या गरिएका

थिए । भगवानले प्रथम पटक बोधगयामा बोधिज्ञान प्राप्त गरी सकेपछि सारनाथको वाराणसी ऋषिपतनमा अनुत्तर धर्मचक्र प्रवर्तन गर्दा खेरि श्रमण, ब्राह्मण, देव मार र ब्रह्मा आदि कसैले पनि गर्न नसकेको धर्मको प्रवर्तन गर्नु भयो, उपदेश दिनु भयो भनी भूमिस्थित देवताहरूले प्रसन्न भई उदघोषण गरेका थिए भनि धर्मचक्र प्रवर्तन सूत्रमा उल्लेख गरिएको पाइन्छ ।

यस मध्यम मार्ग भन्नाले दुई अति विचको मार्ग हो भनी भनिएको छ । यस्मा शरीरलाई अति दुःख दिनु पनि नपर्ने र अति विलासी वा अप्यासी जीवनबाट पनि ध्यान लाभ गर्न नसक्ने हुनाले मध्यम मार्ग नै आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो भनी नामाकरण गरिएको पाइन्छ । यस मार्गको सहायताले यस लोकको दैनिक जीवन सफल हुन सहायक

सिद्ध हुन्छन् भने लोकोत्तर ज्ञान प्राप्त गरी अरहन्तमा पुग्नको लागि चाहिने तहहरू जस्तै श्रोतापति मार्गमा विचरण गरी श्रोतापन्न हुन सक्ने हुन्छ । सकृदागामी मार्गमा विचरण गरी सकृदागामीत्व लाभ गर्न सक्दछ । अनागामी मार्गबाट अनागामीत्व प्राप्त गरी अरहत्त्वमा पनि पुग्न सक्ने हुन्छन् भनी विभज्जवादी तथागत बुद्धले प्रकट पार्नु भएको थियो । जुन मार्गद्वारा पार गरीसके पछि फेरि यो लौकिक संसारमा आउन नपर्ने लोकोत्तर निर्वाण पद प्राप्त हुन्छ भनी आज्ञा हुनुभएको थियो सोही कारणले गर्दा सम्यक सम्बुद्ध भइसके पछि उहाँले भन्नु भएको रहेछ— “मेरो कोही पनि आचार्य वा गुरु छैन ... ” ■

- विजय लक्ष्मी शाक्य

## १२ दिने त्रिपिटक संगायन भावना पवित्र स्थल बोधगयाको सम्मना

■ गौतम 'शिशिर'

बुद्ध भगवानले बोधिज्ञान प्राप्त गर्नु भएको स्थल बोधगया सर्वप्रथम पुगदा । बोधगयांमा घुम्दै गर्दा मेरो यात्राको अनुभूतिमा रमाइरहेको मनको भावना घुम्ती र चौतारीमा शब्द बनेर तपाईंहरू सामु विसाउँदै क्षितिज पारिको बादल संग अमलिरहेको मन । म दुःखी भावुकले यसरी डायरीमा लेख्दा लेख्दै लेख हुन पुगे छुन् । तपाईंको धागोबाट छिनेको चंगा भैं हुन पुगेछु । लेख सञ्चयन स्वरूप धर्मकीर्ति, बौद्ध मासिक पत्रिकामा पाठकहरूको सामु कान्छो यात्रीले ट्काउन पाउँदा कता कता खुशी लागेको छ । यसप्रकार छुन् । ललितपुर पाटन शाक्यसिंह विहार देखी मंसिर १४ गतेका दिन विहान ६ वजे तुरिसवस (टुरिस्ट वस) मा हामी नेपाली भिक्षु श्रामणेर अनि उपासक उपासिका गरि जम्मा ३० जना बोधगया International, Tipitaka. chanting Cere Mony Bodhgaya India (त्रिपिटक संगायन) मा नेपालीहरूले पनि भागलिन अवसर पाएकोमा अलि बेग्लै किसिमको यात्रा यसरी सुरु भयो । काठमाडौंबाट हिंडेपछि मनकामना मुग्लिनको छेउंमा भोजन ११ वजे गर्‍यो । त्यहाँबाट छोटो वाटो जाने निधो भयो । श्रद्धेय भिक्षु धम्मपाल महास्थविर भन्तेको प्रमुखतामा । विरगंज वाट डाइभरले गाडी हाँकेका थिए । गाडीमा रात भरी वसेर विहान बोधगया पुग्दा ५:०० बज्यो । म पहिलो चोटी बोधगया पुग्दा भावविभोर भएँ । मेरो लागी भगवान बुद्धले (पिपलकोबोट) बोधि वृक्षमूनि

ध्यानवसि बुद्धत्व प्राप्त गरेका पवित्र भूमिमा पाइला टेक्न पाएकोमा साँच्चै पवित्र भूमि वन्दै थियो । हामी नेपाली गुणुलाई लामा टिबेटन निंमा धर्मशालामा सुत्ने बस्ने थाई भन्तेहरूले अग्रिम वन्दोवस्त गरिसकेको हुनाले कुनै भन्भक्त भएन जलपान भोजन कालुचक्र मैदान (चउरमा) वन्दोवस्त मिलाएको रहेछन । नौ राष्ट्रका भिक्षु श्रामणेर, अनागारिका, उपासक, उपासिकालाईन लागेर जान आउँनु पर्दो रहेछन । नौ राष्ट्र देशहरू यसप्रकार छुन् । नेपाल, श्रीलंका, थाइलैण्ड, वर्मा, भियतनाम, लाओस, क्यामोडीया, बंगालादेश, भारत, नौ राष्ट्रका थियो । सबै नौ राष्ट्रका अध्यक्षहरूले शुभकामना व्यक्तगर्नु भएका थियो । नेपालका अ.ने.भि. महासंघका अध्यक्ष भिक्षु बोधिसेन महास्थविर भन्ते ज्यूले हिन्दी वाट शुभकामना व्यक्तगर्नु भयो । त्यसपछि आ-आफ्नो ग्रुपको त्यहि बोधी वृक्षमूनि वसेर संगायन धम्मगिरि पालि गन्धमाला सूत्रपिटक मञ्जिमनिकाय पाली पाठ १२ दिन सम्म पूजापाठ गर्‍यो विहान ६.०० वजे जलपान गरिसकेपछि पूजापाठ ध्यान ११.०० वजे भोजन त्यसपछि वेलुकी ५.०० वजेसम्म पाठपूजा प्रवचन (धर्मदेशना) वेलुकी ९.०० वजे देखी विहान ४.०० वजेसम्म ध्यान भावना यसरी समय तालीकन अनुसार चाँडै उठेर नित्यक्रिया गर्नुपर्ने यस्तै तल्लीन भएर १२ दिन वितायो ।

क्रमशः



## लुम्बिनी भ्रमण र धर्म उपदेश

■ शिशिल चित्रकार

गएको कार्तिक महिनाको अन्त्यतिर लुम्बिनी दर्शन, भ्रमणको अमूल्य अवसर प्राप्त भयो । भगवान् बुद्धको जीवन संग प्रत्यक्ष सरोकार भएका तथा दर्शनिय स्थल हरु मध्य जन्म स्थल लुम्बिनीमात्र बर्तमान नेपालको अधिराज्य भित्र अवस्थित हुनु र यसको दर्शन करीव १४ वर्ष पछि हुनबाट निकै रोमांचित अनुभव भएको छ । भगवान् बुद्धको जीवनका चार दर्शनिय स्थान मध्य जन्मेको स्थान लुम्बिनीले अन्तर्राष्ट्रिय महत्त्व र प्रचार प्रसारमा ठाउँ पाउनु तर देशले वास्तवमा यसको विकास गर्न सकेको छ वा छैन प्रश्न गर्ने ठाउँ पनि देखिन्छ ।

सर्व प्रथम लुम्बिनीको भ्रमणको अवसरमा गौतमी भिक्षुणी विहारमा बस्न पाएकोमा विहारका संस्थापिका भिक्षुणी धम्ममावति, विहारका गुरूमां, विहार स्थापना प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष सहयोग पुऱ्याउनु हुने सम्पूर्ण महानुभावहरूमा कृतज्ञता ज्ञापन गर्नु आफ्नो कर्तव्य थान्छु । विहारका शिलालेखहरूमा उल्लेखित व्यक्तिहरूका नामावली मात्र नै सयौं जना भन्दा बढीको छ अझ त्यसमा उल्लेख नभएका व्यक्तिहरू पनि हुने भएकोले धेरै व्यक्तिहरूको सहयोगमा विहार निर्माण भएकोमा दुइ मत छैन तर यसमा प्रष्ट भेद देखिने कुरा व्यक्तिहरूको पहलमा बुद्ध शासन, बुद्ध शिक्षाको प्रचार प्रसारमा योगदान हुन तर नेपाल सरकारको तर्फबाट के कस्तो योगदान भयो वा भएन ?

विहार बास बसेको साभ काठमाण्डौबाट आउनु भएका उपाशक उपाशिकाहरू संगै भिक्षु धीर सुमेधो पनि पाल्नु भयो र दर्शनको अवसर मिलेकोमा अझ पनि मन पुलोकित हुन्छ । भोली पल्ट विहानै विहारका गुरूमांहरूको पाठमा पनि बस्ने अवसर मिल्यो भने त्यस पश्चात भिक्षु धीर सुमेधवाट पञ्चशील, धर्मदेशना, ध्यान भावना (केही मिनेट) समेत प्राप्त गर्ने सुअवसर मिल्यो । धर्म देशनाको क्रममा भन्नेबाट शील, ध्यान, र चित्तको(दान/त्याग र लोभ) उपदेश दिनु भयो । व्यक्तिको जीवनमा शील र ध्यानको महत्त्व भएको सो अवसरमा व्यक्तिको चित्तको भेद बताउने क्रममा दिनु भएको उदाहरण निकै मर्मस्पर्शी लाग्यो भने सोको बस्तु स्थिति लुम्बिनी क्षेत्रका भएका अन्य देशका विहारहरूको भ्रमणबाट भन छलिङ्गियो । सो धर्म देशनामा भन्नेज्यूवाट दान/त्याग चित्त लोभ चित्तको फरक देखाउने क्रममा हामी नेपाली/नेपाल सरकारको

पनि अरू देशहरूसंग सहयोग माग्नेमात्र प्रवृत्ति हुन तर अन्य देशहरूको चित्त दान / त्याग हुन जस्को उदाहरणमा, अन्य देशहरूले आ-आफ्ने अग्रसरतामा विभिन्न बिहारहरू निर्माण गर्नु तर नेपालको आफ्नो सरकारको तर्फबाट कुनै विहार नहुनु नै चित्तको फरक देख्न प्रष्ट हुने बताउनु भयो । आज लुम्बिनीको विकाश, बौद्ध पर्यटक भित्राउने प्रचार प्रसार त हुन्छ तर बौद्ध शिक्षा, बौद्ध गतिविधी, बौद्ध सामाजिक अवधारणा देश समाजको विकाशमा रूपान्तरण गर्न सरकारको प्रयास, नीति छ वा छैन ? के लुम्बिनी पर्यटकिय क्षेत्रमात्र हुन कि धार्मिकपर्यटकिय क्षेत्र हुन ? विदेशीहरू-बौद्ध धर्मावलम्बिहरू खाली नेपाल र लुम्बिनीको स्थलगत भ्रमणमा आएका हुन कि बुद्ध, बुद्धको शिक्षा र बुद्ध जन्मभूमिको महत्त्व जानेर भगवान, बुद्धप्रति श्रद्धा दर्शाउन आएका हुन् ? श्रद्धा विना लाखौं खर्च गरेर खाली लुम्बिनीको स्थलमात्र भ्रमण गर्न आएको पक्कै होइन होला । नेपाल र नेपालीमा भगवान बुद्ध प्रति श्रद्धा के कस्तो छ वा छैनन् त्यही सोच विदेशीहरू- बौद्ध धर्मावलम्बिहरूको अवस्था हो भनी सोच्नु नै ठुलो गलति हुँदैन र ?

केही श्रदावान व्यक्तिहरू बाहेक बहुसंख्यक नेपाली लुम्बिनी भ्रमणलाई खाली पर्यतकीय स्थलको रूपमा मात्र त लिएको छैन र भन्ने प्रश्न गर्न सकिन्छ । आज देशमा बौद्ध गतिविधि, सामाजिक चालचलन चलाउन व्यक्तिहरूको मात्र प्रयास हुन् तर सरकारको आफ्नो अग्रसरता नहुनु नै देश समाजको विकाश नहुनुको कारक तत्व त होइन ?

विभिन्न देशका विहारहरूको निर्माण संचालनमा तत् देशहरूको व्यवस्थापन, आर्थिक सहयोग प्रष्ट देखिन्छ तर हाम्रो नेपालका विहारको संचालन निजी चन्दा र भन्ने गुरूमांहरूको प्रयासबाट मात्र भएको हो कि ? त्यस माथि आम नेपालीहरू खाली पर्यटकिय स्थलको रूपमा आउने, भगवान बुद्ध प्रति श्रद्धावान पनि नभएका ? भगवान् बुद्धको मुर्तिमा बसेर समेत फोटो लिन थालेकोमा विहार भित्र मुर्ति भएको स्थान र पोखरी वरीपरीको फूल समेत टिप्ने हुँदा सो स्थानमा जान वंचित गर्नु परेका कुरा गुरूमांबाट सुन्नु पर्दा र विहारको रेखदेखमा समस्या भएको समेत सुन्नु पर्दा अन्य विदेशी विहारको व्यवस्थापन हेरेपछि मन नै खल्लो अनुभव भयो भन भन विश्व शान्ति स्तूपमा एक युगल जोडीको हाउभाउ हेर्दा त देशमा बुद्ध संस्कृति, शिक्षाको

## सत्य व शान्ति

डा. गणेश माली

अतिकं मू वगु अतिकं दुर्लभं  
खः ध्व संसारे थुपिं निता-  
सत्य व शान्ति ।

(१)

मिथ्यादृष्टि व अन्ध विश्वास,  
मिथ्या ध्याः तिकाः कां ज्ञः  
ममता अहंकारया घ्याचले दुःखः  
लं तनां च्चपिं लं जुनाः तेषां  
म्वालाच्वन निता थुपिं- सत्य व शान्ति  
उखेरं थुखेरं च्चयं च्चयं जुनाः  
किन्तु लुइके मफु गनन ।

(२)

न्त्याथायु सोःसां असत्य अशान्ति,  
सुखया नामे केवल भ्रान्ति,  
राग, द्वेष, मोह स्वप्न पासापि नाम  
काम क्रोध लोभादि परिचर मुका  
परिवर्तनया घःचाः चा हिंसा,  
इतिहास च्चच्च न्त्याः वना च्चन

(३)

किन्तु दयनीय पात्रपि इतिहासया,  
दुःख अशान्तिया रापं पुयका,  
न्हिलाः स्वयाः हाला ल्वाभाः  
अमूल्य जीवन व्यर्थ फुतकाः  
हानं हाःसः मदयूक तना वना च्चन

(४)

सत्य-शान्ति पद्यया हे यात्री ।  
थुपिं निता अति दुर्लभं नू हा,  
नयमते हरेण ग्यायुषते मयजे  
कर्तव्य पथे छ न्त्याः न्त्याः हुं  
सत्य-फलया भास मका  
कर्तव्य पथे न्त्याः वनेगु जक हे  
खः कर्तव्य छगु महान् ।

अभाव खटकने भयो नै । नभए कम्तिमा त लुम्बिनीमा भगवान् बुद्ध प्रति श्रद्धा दर्शाउन त आवश्यक थान्नु पर्छ्यो । त्यस माथि पनि 'जामानमा दोस्रो विश्व युद्धका हिरोशिमा र नागसाकीमा आणविक अशत्रुको प्रहार द्वारा असंख्य मानवीय नरसंहार दर्दनाक दृष्यवाट भाव विह्वल भई विश्व गुरू फुजीइले संसारभरी नै निर्माण कार्य थाल्नु भएको शान्ति स्तुपमा' नै युगलजोडीको कृयाकलाप आफैमा निर्लज्ज छ भन्न सकिन्छ कि सकिदैन ? आफ्नो देशमा त केही संस्कृति भएन अरूले दिएको उदाहरण पनि ग्रहण पनि गर्न नसक्ने नै आज नेपाल र नेपालीको परीचय त बनेको छैन ?

निश्चित रूपमा आज देशको विकराल अवस्था हुनमा, सरकारको नीति निर्माण बन्नु र कार्यन्वयनमा यो चित्तले भूमिका खेलेको पष्ट छ । देश समाज विकाशकोलागि व्यक्तिको चित्त भावनामय, दान/त्यागमय हुनु अपरीहार्य छ । जे जस्तो अवस्थामा पनि खाली धन कमाउनु, धन संग्रह गर्नु । तर त्यसको प्रयोग समाजमा नगर्ने हो भने त्यो धनको औचित्य नरहेको मान्न सकिन्छ । आज देशको जुनसुकै क्षेत्रमा पनि समस्याहरूको विकराल अवस्था छ त्यसको जिम्मेवार देशका व्यक्तिहरूको/सरकारको चित्तलाई जिम्मेवार मान्ने वा नमान्ने ?

आज व्यक्तिहरूको चित्तको विकाश विना देश समाजको विकाशको परीकल्पना गर्नु व्यर्थ छ र यसको लागि बौद्ध दर्शन, बौद्ध गतिविधीलाई अंगाल्ने सरकारी नीति, कार्यक्रमको अति जहरी देखिएको छ ।

सवैको कल्याण होस ! सवैको मंगल होस !!

सवैको भलो होस् !!! ■

### ध्यानकुटी मैत्री केन्द्र बाल आश्रमलाई सहयोग

१. भिक्षु प्रज्ञालोक, USA.	- २५,०००/-
२. Ver. Dr, P. Sora tha Thera	- ४,५००/-
३. Miss. Guang Dong, China	- ३०००/-
४. Mr. Michle, Mrs, Juliana-Malaysia	- ३०००/-
५. धर्मतारा कुञ्ज, पुतली सडक	- १०००/-
६. बाबु राजा तुलाधर, मासगल्ली	- ५००/-
७. केश चन्द्र शाक्य, बनेपा	- ३००/-
८. चिनि शोभा कंसाकार, श्रीघः	- ३००/-
९. छोरी प्रतिमा मानन्धर, बनेपा	-
अजिया पुण्यस्मृतिस, भोजन प्रदान	
१०. रविन्द्र श्रेष्ठ, रातोपुल	
महिमा श्रेष्ठको पुण्य स्मृतिमा-भोजन प्रदान	

## सद्भावनापूर्ण तरिकांम्वायुगु लागि बुद्ध धर्म

■ देव काजी शाक्य

बुद्ध धर्मयात छगू दर्शन, कोरा ज्ञान, सिद्धान्त व न्हिया न्हिथं बुद्ध मूर्तिया न्ह्योने फेतुना: भीसं याना वया च्वनागु पूजा अर्चना, प्रार्थना, धार्मिक, परम्परा व कर्मकाण्ड हनेगु खँयजक सीमित याना: अर्थ छ्यलेगु पाय्छि मजू । शाक्यमुनि बुद्धं स्यना कना विज्यागु खँ धैगु हे वसपोलं समाज दुनेया मनूतयगु पुचःयात देशाना याना विज्यागु थःगु हे अनुभव व थंम्ह हे अभ्यास याना विज्यागु खँत खः । वसपोलं कना विज्यागु खँ धैगु हे यथार्थयात थुइकेगु अनुभव यायेगु तरिकात खः तर अनुभव हे मखु गथेकि चन्द्रमायात पतिंचां क्यनेगु वले पतिंचायात हे चन्द्रमा खः धका गल्ती याये मज्यू । वसपोलया उपदेशत खुसी छिइगु लागि प्रयोग याइगु डुङ्गाचा जक खः । वसपोलं जन्म मृत्युया दुःख चक्रं पार यायेगु अथवा मुक्त यायेगु तरिका व खँ जक कना विज्यागु खः ।

बुद्ध धर्म ज्ञानया प्याचा: तंकिगु थःगु अभिरूचि व इच्छा पूरा यायेगु नितिं छलफल व विश्लेषण याये फय्केगु लागि कोरा सिद्धान्त सयेकिगु सिइकेगु बौद्धिक ज्ञान जक नं मखु । छगू खँ खः भीसं बुद्ध धर्मया थी थी दृष्टिकोण, सिद्धान्त, ज्ञानया विषयस न्यनेमा, संयके नं माः, थुइके नं माः अध्ययन नं यायेमा । थी थी सिद्धान्त व दर्शनयात भीसं मान्यता विया: सम्मान नं यायेमा । तर होश मतसे मगाःगु, सचेत ज्वीमाःगु खँ छु धाःसा थीथी सिद्धान्तया खँत कया: तर्क वितर्क याना बुद्धं कनाविज्या:थु मू खँ, मू तत्व, सार व मू शिक्षा पाखँ भी अलगग जुया तापाकक वने मज्यू ।

थःगु हे जक विचा: थःगु हे जक खँ व धारणाय प्यपुनिगु अर्थात आसक्त जुया मेपिनिगु खँयात छुँ हे मूल्य मान्यता मवीगु सोच व विचा:त ग्यानापुगु खँ जुई छाया धाःसा आध्यात्मिक व धर्मया लँपुई न्ह्यावलें ध्व हे तर्धंगु पंगः जुइ धैगु जिगु धापू खः ।

फुक्क हुःखया मू जरा धैगु हे अज्ञानता खः धाःसा थुइत त्वाथलेत भी न्ह्यावलें वाःचाय्का, होस तथा, स्मृतिवान सचेत जुया च्वने फयेकेमाः । प्रार्थना, पूजापाठ यायेगुलिं, सीति थिति, संस्कृति, परम्परा हनिगु व कर्मकाण्डयात पालना यायगुलिं भीगु धर्मप्रतियागु श्रद्धा आस्था व विश्वासयात क्वातुका विइ । तर थथे यानागुया

अर्थयात ध्वाथुइके मफत धाःसा छुँ कथंया अर्थ हे मथुइकं अन्धाधुन्ध एकोहोरो अभ्यास यात धाःसा अन कट्टरता ब्वलनी धर्मया अर्थयात अनर्थ कथं थुइका काई । थुकिंयाना: भीगु अज्ञानता तनि मखु, गुकिं याना भीत दुख हे जक जुई ।

ध्व खँयात चिन्तन मनन याना: व्यक्ति, समुदाय, समाज, राष्ट्र व विश्वया आध्यात्मिक उत्थान व धर्म चित्त ब्वलंकेगु कथं बुद्ध शिक्षायात दे यंक प्रचार प्रसार यायेमाः । छगू जीवित, जीवन्त, सक्रिय, व्यावहारिक जीवन पद्धतिया रूपे कया: फुक्क प्राणी व मानवया कल्याणया लागि मैत्री, करुणा, मुदिता, उपेक्षा, भाव ब्वलंका, सचेत व सजग जुया: सम्पूर्ण जीवन हनेगु, हने फयेकेगु स्यने कने यायेगु धर्मकथं बुद्धधर्मयात प्रचार प्रसार याये फयेकेमा ।

बुद्ध शिक्षा धैगु शुष्क सिद्धान्तया ज्ञान मखु, कोरा ज्ञानया बनजङ्गल नं मखु, बुद्ध शिक्षा । बुद्ध शिक्षा धैगु सिद्धान्त व अभ्यास नितानायात महत्त्व विया: प्रज्ञा अभिवृद्धि याना: बुद्धचित्त उत्थान यायेगुलि जोड विइगु शिक्षा खः । जीवन पद्धतिया रूपे गुलि अप्वः बुद्ध धर्मयात विकास याय् फई, प्रचार प्रसार याय्फई, उलि हे अप्वः विविध संस्कृति, परम्परा व चिन्तनया दुने थुइत भ्यले पुंके फइ । बुद्ध धर्मयात, विविधताय एकता व एकताय विविधता हय् फयेकेगु छगू शक्तिया रूपे सकारात्मक ढंगं बुद्ध धर्मयात कया: सुवासयुक्त छगू क्यवयागु उपमा वीगु भीगु उदार चित्त जुइमाः । थुलिजक नं मखु थी थी मेमेगु धार्मिक आस्था व विश्वासयात नं थुगु कथं हे कया: शान्तिपूर्ण सह अस्तित्व मैत्री व समानताया आधारे सद्भावना ब्वलंकेमा । नेपाःया बुद्ध धर्मया उपासक उपासिकापिसंध्व खँयं तःधंगु भूमिका म्हिते फु । वास्तविक खँ छु धाःसा शाक्यमुनि बुद्धं क्यना विज्यागु धर्मया लँपु धैगु ध्व हे खः ।

बुद्ध धर्मयात आधुनिक धारणा कथं न्हयोने न्हयाकेत, मानवताया दध्वी धिसिलाक थनेत बोधिसत्वपिसं प्राणी पिनिगु मुक्तिया लागि निर्देशित चतुसंग्रहवस्तुनि यात भीसं वाँलाक थुइकेमाः । मनूतय दध्वी बाँलागु सद्भावना स्थापना यायेत ध्व प्यंगू तत्वयात वाँलाक थुइका दैनिक जीवने व्यावहारिक रूपं अभ्यास यायेमाः । ध्व प्यंगू तत्वत थुकथं खः क) दान संग्रह ख) प्रिय वादित संग्रह ग) अर्थ चरित्र संग्रह घ) समानर्थता संग्रह ।

क्रमशः

# धर्मकीर्ति विहार

## गतिविधि

**विषय- अभिधर्मको एक परिचय**

२०६६ कार्तिक ७ गते

प्रवचिका- त्यागवती गुरुमा प्रस्तुति- सुमीत्रा तुलाधर  
यसदिन बौद्ध विद्वान नानलिङ्गा (वर्मा) ले अभिधर्मको  
एक परिचय दिनुहुँदै भन्नुभयो-

“मेरो बाल्यकालमा स्कूलमा पढ्ने बेला सिद्धार्थ कुमार को जन्म नेपाल स्थित लुम्बिनीको रूखमुनि भएको हो भनी पढेकी थिएँ। त्यो बेला देखि यस स्थानमा एकपटक जान पाए हुन्थ्यो भन्ने इच्छा जागृत हुन्थ्यो। यो इच्छा अहिले आएर बल्ल पूरा भयो। त्यसैले एकदम खुशी छु।” वर्माको लासी भन्ने स्थानमा जन्मनु भएकी उहाँले त्यहाँका त्यसैमा बालबालिकाहरूलाई “धर्मचक्र प्रवर्तन” (भगवान बुद्धले प्रथम पटक गर्नु भएको धर्मदेशना) विषयमा पढाउने गर्नु हुन्थ्यो रे। प्रवचनको क्रममा उहाँले भन्नुभयो- “मलाई भगवान बुद्धको शिक्षा धर्मचक्रप्रवर्तन विषयमा सिकाउने क्रममा मेरो मन अति आनन्दित हुन्थ्यो। बुद्ध शिक्षामा प्रमुख शिक्षाको रूपमा रहेको अभिधर्मलाई हामीले जति बुझ्छौं त्यति हाम्रो मन आनन्दित हुनेछ। आफ्नो मनलाई आफ्नो अधिनमा राख्ने कार्य त्यति सजिलो त छैन। तर अभ्यासलाई निरन्तरता दिन सक्थौं भने यसकार्यबाट सफलता हामीले प्राप्त गर्न सकिने छ।

मानिसभई जन्म लिने अति दुर्लभ कुरो हो। त्यसैले हामीले यस जन्मलाई व्यर्थमा नसिध्याई अनित्य, दुःख र अनात्म रूपी प्राकृतिक नियमलाई जानी कुशल कर्ममामात्र हाम्रो मनलाई अभ्यासरत पार्न अति आवश्यक छ। हामी पञ्चस्कन्धले बनेका छौं। त्यसैले हामीले भोगिरहेको भौतिक सुख क्षणिक सुख मात्र हो। यो स्थिर र स्थाई रहँदैन भनी यस्तो सुखमा आशक्त रहन कदापि हुन्न यसको लागि हामीले विपश्यना ध्यान गर्नु नितान्त आवश्यक छ। संसारको सत्य तथ्य नियम अनित्यतालाई बुझ्नको लागि विपश्यना ध्यान गरी आफ्नो चित्तमैल पखाल्दै लाने कार्य गर्न अति आवश्यक छ। अनि मात्र हामीले बुद्धले देखाउनु भएको मुक्ति मार्गलाई प्राप्त गर्न सक्ने छौं।

**विषय- अंगुत्तर निकाय (एकक निपात)**

२०६६ आश्विन १७ गते

प्रवचक- मदनरत्न मानन्धर

प्रस्तुती- अमीर कुमारी शाक्य

यसदिन अंगुत्तर निकाय एकक निपात अन्तरगत १६ वर्गमा पर्ने एक धम्म पालि विषयमा मदनरत्न मानन्धर ले प्रवचन दिनुहुँदै भन्नुभयो-

एकजना यस्तो व्यक्ति उत्पन्न हुन्छ, जसले सबैलाई अहित, असुख र अनर्थ, खराब कार्य गरिरहन्छ। उल्टो तरीकाले बुझिरहने बानी पनि हुन्छ उसको। यस्तो व्यक्तिलाई मिथ्यादृष्टि सहितको व्यक्ति भनिन्छ। तर यसको ठीक उल्टो, एकजना यस्तो व्यक्ति हुन्छ, जसले आफ्नो तर्फबाट अरूको हीतोपकार, सुख दिने काम गरिरहन्छ। यसले ठीक तरिकाले बुझ्ने कोशिश गरिरहन्छ। यस्ता व्यक्तिलाई सम्यकदृष्टि सहितको व्यक्ति भनिन्छ।

भगवान् बुद्धले बोधिज्ञान प्राप्त गर्न अगाडि अनेक प्रकारका व्यक्तिहरूको संगत गर्नुभएको थियो। साधु सन्त, तीर्थंकरहरू, अचेलक (नांगा, साधुका), आजीवक (घुम्ने साधु) परिव्राजक (लुगा लगाउने) जटिसहरू (जटाधारीहरू) आदिहरू संग संगत गर्नु भएपनि यिनीहरूको उपदेश फरक तरिकाका थिए। तैपनि उहाँले यी सबैको उपदेश सुनी, धारण र अनुभव गर्दा यिनीहरूको धर्ममा सार देख्नु भएन। अनि उहाँले आफैले ज्ञान प्राप्त गरी बुद्ध हुनुभएको थियो। बौद्ध दर्शन अध्ययन गर्दा ६ जना तीर्थंकरहरूको नाम समावेश भएका छन्। ती यसरी छन्।

(१) पूरण काश्यप (२) मकखली गोसाल (३) अजित केश कम्बल (४) पकुध कच्चायन (५) संजय वेलट्ठपुत्त (६) निगन्थनाथ पुत्त

यी छ जना तीर्थंकरहरू मध्ये मकखली गोसाल जस्तो हुनु हुँदैन भनी भगवान बुद्धले भन्नु भएको छ। किनभने उसले अस्सी पटक सम्म जन्म लिइसकेपछि जो कोहीले पनि मुक्ति प्राप्त गर्छ भन्ने मिथ्या सिद्धान्त प्रचार गरी जन्म मरणबाट मुक्तहुन पूण्य कर्म गर्नुपर्ने कुरालाई बिसर्ने अज्ञानता देखाएको थियो।

त्यसैले हामीले धर्म गर्नु अगाडि धर्मलाई सम्ररी देशना गरेको छ वा छैन बुझेर मात्र ग्रहण गर्नुपर्छ। पूण्यकर्म गर्नु पर्दैन भन्ने धर्म धर्म नै होइन। पूण्य रूपी डुंगा बनाइराख्न सकेको खण्डमा मात्र हामी दुःखरूपी सागरबाट पार तरेर जान सक्नेछौं। पूण्य जम्मा पार्न सकिएन भने दुर्गतीमा पतन हुनु पर्नेछ।

जुन व्यक्तिले परलाई हीत सुख हुने पूण्य गर्छ, उसलाई पनि हीत सुख नै हुनेछ। जसले परलाई दुःख दिने कार्य गर्छ, उसलाई पनि दुःख नै हुनेछ र दुर्गती पतन हुनेछ।

### विषय- देवताको पूजा

२०६६ मंसीर १३ गते

प्रवचिका- रीमा तुलाधर

प्रस्तुती- मिनरवती तुलाधर

यसदिन रीमा तुलाधरले देवता पूजाको विषयमा प्रवचन दिनु हुँदै भन्नुभयो । हामीले अन्धविश्वासको आधारमा नै पूजा गर्ने गर्छौं । त्यसले गर्दा हामीले जति फाइदा लिनुपर्ने हो, त्यति फाइदा लिन सकिराखेका छैनौं । जिउँदो अवस्थामा राम्रो र असल कामगरी आफ्नो र अरूको हीतोपकार हुने काम गरी यस्तै काम गर्ने व्यक्तिहरूको गुणस्मरण गरी उनीहरूको आदर्श लिन सकेमा मात्र साँचो अर्थमा देवता पूजा भएको ठहरिने छ । आफ्नो चित्तमा मैत्रीभावना बसियो पार्न सकेमा त्यही मैत्री भावनाको प्रभावले नै हामीले आफूलाई रक्षा गरिरहन सक्नेछौं । देवता पूजा गर्दैमा हामीलाई रक्षा हुने होइन । उदारहणको लागि बुद्धकालिन समयमा एकपटक एक समूह भिक्षुहरू जंगलमा ध्यान गर्न गएका थिए । केही कारणबस उनीहरूले त्यहाँ डरलाग्दा रूपहरू देखी तर्स । त्यसबेला भगवान बुद्धले उनीहरूलाई मैत्री भावना गर्ने सल्लाह दिनुभयो । यही मैत्री भावनाको फलस्वरूप उनीहरूले त्यही जंगलमा ध्यान भावना गरी आफ्नो लक्ष सफल पारे । यहाँ देवता पूजा गरी समस्या समाधान गरेको होइन ।

### विषय- आध्यात्मिक ज्ञान

२०६६ मंसीर ६ गते

प्रवचक- श्रद्धेय अश्वघोष भन्ते

प्रस्तुति- सुभद्रा स्थापित

त्यसदिन श्रद्धेय अश्वघोष महास्थविर भन्तेज्यूबाट "आध्यात्मिक ज्ञानको विषयमा प्रवचन गर्नुभएको थियो । त्यसबेला भगवान बुद्धले विभिन्न तरिकाले धर्मदेशना गर्नुको साथसाथै "आध्यात्मिक विषयको पनि ज्ञान दिनु हुन्थ्यो । यस ज्ञानको मुख्य उद्देश्य नै आफ्नो चित्तलाई शुद्ध पारेर कुसंस्कार त्यागेर मात्र अरूलाई पनि त्यस्तै ज्ञान दिने हुन् ।

बुद्ध हुनु अगाडि सिद्धार्थ राजकुमारले आफ्नो सम्पूर्ण वैभव त्याग गरेर ज्ञानको खोजीतिर लाग्नुहुँदा विभिन्न ठूलठूला विद्वानहरूको सतसंगत गर्नु भयो । तर पूर्वजन्मको कुसंस्कार बाकी भएकाले ६ वर्ष सम्मपनि ज्ञान हासिल गर्न सक्नु भएन । पछि सबै बन्धनहरूलाई छोडेर बोधिवृक्षमुनी तपस्या गर्दागर्दै आफूले चाहेको ज्ञान प्राप्त गर्नुभयो । त्यसपछि त्यो ज्ञान आफूले मात्र सिमित नराखी पाँचजना पञ्चभद्रवर्गियहरूलाई पनि बोध गर्नुभयो र उनीहरूद्वारा अरूहरूलाई पनि बोध गराउनु लगाउनु भयो ।

जीवनलाई दुःखबाट टाढा राख्नका लागि चित्त शुद्ध गर्नुपर्छ । जन्मिँदा चित्त शुद्ध नै हुन्छ । तर पछि बाहिरिया वातावरण र संगत अनुसार असल अथवा खरावमा परिणत हुन्छ । त्यसैले सबैले शील, समाधी र प्रज्ञा हासिल गरेर आफ्नो कर्तव्य पुरा गर्न सक्नुपर्छ र त्यस्तै अरूहरूलाई पनि सिकाउन सक्नुपर्छ ।

मानिसहरूले आजको २१ शौ शताब्दीमा पनि धर्मको नाममा विभिन्न प्राणीहरूलाई बली दिएर आफू त्यसको भोजन बनाएर खाने र रमाउने कुसंस्कार गर्ने गर्थ्यो । यस्तो सबै आध्यात्मिक ज्ञान नभएर गरेको हो । यदि पञ्चशील चतुआर्य सत्य आदिको ज्ञान भएको भए त्यस्तो गर्ने थिएन होला यस्तो आध्यात्मिक ज्ञान नभएनै आजकल विभिन्न झै-भगडा र अशान्ती बढ्दै गइरहेको पाइन्छ । यस ज्ञानद्वारा "ठूलो मान्छे होइन की बरू असल मान्छे" बनाउने हुन्छ । जसले यस्तो आध्यात्मिक ज्ञानलाई अपनाउँछ उसको जीवन दुःखबाट मुक्त भएर जीवन सार्थक बन्न पुग्छ ।

### विषय- मतिसोधनको अभ्यास

२०६६ मंसीर २७ गते

प्रवचक- बौद्ध विद्वान मीन बहादुर शाक्य

प्रस्तुति- मिनरवती तुलाधर

यसदिन बौद्ध विद्वान मीन बहादुर शाक्यज्यूले मतिसोधन अभ्यासको विषयमा प्रवचन दिनु भएको थियो ।

हामीले आफ्नो अभ्यास चित्तलाई वशमा राखी शुद्ध गर्ने तालिम दिएर नै मति सोधनको अभ्यास गर्नुपर्छ । हामीले मनलाई असल मार्गमा राखेर तालिम दिनु अति आवश्यक छ । हाम्रो सुख दुःखको मूल हेतु स्वार्थी, आत्मोत्कर्षी चित्त भएको हुनाले मतिशोधनको अभ्यास गर्नुपर्छ ।

हामीलाई अरूले ईर्ष्या चित्तको कारणले गालि, अपमान गरेतापनि सहनुपर्छ । बोधिचिताभ्यास गर्ने व्यक्तिले अरूको दुर्व्यहार पनि सहनुपर्छ । आफूलाई जतिसुकै हानी नोक्सानी भएतापनि स्वीकार गरेर अरूलाई जिताउनुपर्छ । जस्तै: बोधिसत्त्वले एक हत्यारालाई मारेर धेरैलाई बचाउनु भयो ।

यदि मैले एकजना व्यक्तिलाई ठूलो आशा लिएर उपकार गरें । तर उक्त व्यक्तिले कृतज्ञ गुणको बदलामा भ्रम नराखी आचरण देखाइ व्यवहार गरेतापनि त्यस व्यक्ती प्रति दया भाव राखी शत्रुलाई पनि कल्याण मित्र ठान्नु पर्छ ।

हामीले सबैलाई मैत्रिपूर्वक अप्रत्यक्ष र प्रत्यक्षरूपले सेवां र सुख दिनुपर्छ । हाम्रा प्रत्येक जन्ममा आमा, बुबाहरू

हुन्छन् । त्यसैले सबैलाई आमा, बुबा भैं सम्भन्नुपर्छ । बोधिसत्वले जस्तै: अरूको दुःख लिनु र आफ्नो सुख दिनु गाह्रो भएतापनि बोधिचित्तको अभ्यास गर्नुपर्छ ।

अष्टलोक धर्मः लाभ, अलाभ, यश, अपयश, निन्दा, प्रशंसा, सुख, दुःख । कुनैपनि काम गर्दा धार्मिक व्यक्तीको रूपमा अरूलाई देखाउनको लागि गर्दा मति शोधनको अभ्यास शुद्ध हुँदैन । हामीले जुनसुकै राम्रो चिज देख्दा सधैं परिवर्तन नहोस् भनेर चाहना गर्छौं तर त्यस्तो हुँदैन । त्यसैले दुःखः हुन्छ । आशक्तिको कारणले गर्दा दुःख हुन्छ । हामीले म, मेरो मलाई भनेर ग्रहण गर्ने भएकोले दुःख हुन्छ ।

जस्तै किशा गौतमीलाई आफ्नो बच्चा मर्दा धेरै दुःख भयो । महाकरूणावान बुद्धले उसलाई कोहि पनि नमरेको घरवाट तोरि लिन पठायो तर पाउन नसकेकोले अनित्यताको ज्ञान बोध भयो ।

**धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनया थीथी ज्याङ्गवः प्रस्तुती-** प्रेमलक्ष्मी तुलाधर

ने.सं. १९२९ कौलगा द्वादशी (२०६६/७/२७ विहिवा) कृन्हु त्रिरत्नकीर्ति विहारया ग्वसालय १६ फुटया बुद्ध मूर्ति स्थापना यायत बुद्ध मुर्ति धालय यायगु व कथिन उत्सव ज्या इवःलय् धर्मकीर्ति बौद्ध ज्ञानमाला भजन खलःयात निमन्त्रणा यासे ध.ज्ञा. भ. प्रस्तुत जूगु खः । जुलुम शाक्यया नायः सुई न्हयागु उगु ज्या इवःलय् ध.ज्ञा.भ.खलः पाखें द्यो दयकेयात ग्वाहालि स्वरूप ५,००५।- दां प्रदान याःगु समाचारय दु । जुलुम शाक्य पाखें प्रेम लक्ष्मीयात खाडा गाःक्वखायका (प्रमाण) दसि-पौ लल्हाना दिल । वयकयात नं खाडा क्वखायकाः ध.भजनमाला C.D. चाः छ्चाः नं लल्हाना दिल । बसयागु व्यवस्था वज्र बहुउद्येशिय लि.या नायः श्याम मान वज्राचार्य पाखें याना दिल ।

२०६६/७/६ गते शुक्रवार

एकलाल राजकर्णिकारया जन्म दिया लसताय् सानु बैनी राजकर्णिकार परिवार पाखें धम्मवती गुरूमाया प्रमुखत्वय गुरूमापि पाखें न्हिछि महापरित्राण पाठ व सुथे ध.बौ.ज्ञा. भजन श्रवण याका ज्याङ्गवः न्हयाका दिगु खः ।

वयकःयात धम्मवती गुरूमां व जुजु भाई शाक्य पाखें ध.ज्ञा. लुमन्ति चिं लल्हाना विज्यात । एकलाल र जकर्णिकार पाखें ज्ञा.भ.यात ५,०००।- दां श्रद्धां ग्वाहालि याना पूण्य मुंका दिल ।

३. २०६६/७/ गते शनिवार

ध.बौ.ज्ञा.भ.या दुजः तेज लक्ष्मी शाक्य,बाबु काजी शाक्यया लसताय् व्वनाय ध.बौ.ज्ञा.भ. न्हयव्वगु जुल उपाध्यक्ष जुजु भाई शाक्य पाखें सुखास्थया कामना यासे

खाडा गाः क्वखायका ध.ज्ञा. भ. या लुमन्ति चिं लल्हाना दिल । वयक पाखें २,०००।- दां ग्वाहालि याना दिल ।

४. ने.सं. १९३० कछलांगा चतुर्दशि (२०६६/७/१६ सोमवा)

जाउलाखेल च्वनादिम्ह ध.बौ.ज्ञा.भ.या दुजः चन्द्रमान डंगोल ज्या वयकया तिरिमयजु गंगा देवी डंबोलया ३ दं पूण्य तिथिसः ध.बौ.ज्ञा.भ श्रवण याकेगु ज्या इवःलसः पूज्य धम्मवती गुरूमाया नेतृत्वय १२ गुरूमापि पाखें परि त्राण पाठ याका दिसे पूण्य स्व. गंगा देवीया पूण्यानुमोद याना पूण्य दानयाना विज्यात ।

स्व. गंगा देवीया लुमन्ति चन्द्रमान डंगोलज्यु ध.बौ.ज्ञा.भ या उपाध्यक्ष जुजु भाई शाक्य, कोषाध्यक्ष श्याम मान वज्राचार्य लगायत १० म्ह जः दुजः सित सर्ट, पाइन्ट व मिसापि पदाधिकारीपि १७ म्ह सित सारी छ्त्वा छ्त्वा प्रदान याना दिल । ज्ञा.भ.या दुजः जुयाः ज्ञानमाला भजनया भाव थ्वइका श्रद्धां जागु मनं थथे पूण्य याय् सगु व बुद्ध ज्ञान जागु ज्ञानमाला भजनया प्रभाव खः ।

उलिजक मखु चन्द्रमान ज्यु मनं खना प्रसन्न चित्तं भजनयात अतिकं ग्वाहालि याना दिपिं धकाः गुरू पन्नाकाजी शाक्य व सचिव प्रेम लक्ष्मी तुलाधर यातः नगद उपहार विया दकलय् न्हापां ध.बौ.ज्ञा.भ.या दुजः जुया थें ज्ञानया मिखां खंका ज्ञा. भजनय् नां अनुसार ज्या यानाः न्हुगु कृतिमान तथा चन्द्रमा या जः जुया व्यूगु दु चन्द्रमान डंगोल । ७० गु नं मयाक ज्ञानमाला भजन दु तर सुनानं मयागु ज्या भजनय् मिजंतयत ड्रेस तथा यानादिगु ज्या यात च्वछाय्वहःजू ।

थुकियागु पूण्य गंगा देवी डंगोलया निर्वाण क्रमना यासे भाजु चन्द्रमान डंगोल सपरिवार यात नं भिं उसाय, ताःआयुया कामना याना च्वना ध.बौ.ज्ञा.भ.खलः । वसकलं ज्ञा.भ.यात ५,०००।- दां व भ. समाना हयत त्याक्सी ७००।- वं प्रदान याना दिगु दु ।

दकलय् न्हापा ध.ज्ञा.भ. या लुमन्ति चिं व्हयागु फ्रेमय् तथा हना-पौ अध्यक्ष धम्मवती गुरूमां पाखें लल्हाना विज्यात । जुजु भाई शाक्य पाखें परिवार फुकेसितं खाडा गाः कोखायका सम्मान याना दिल । कोषाध्यक्ष श्याम मान वज्राचार्य पाखें लसकुस न्वचु विया न्हयावंगु ज्या इवःस प्रेमलक्ष्मी तुलाधरं धन्यवाद विया दिगु खः । फ्रेमया प्रायोजित प्राण माया वज्राचार्य खः ।

५. ने.सं १९३० कछलागा पंचमी(२०६६/७/२९)

कमला गुरूमाया ६३ दं बुदिया लसताय् पूज्य धम्मवती गुरूमाया ग्वसालय् ३२ म्ह गुरूमां पाखें महा

परित्राण पाठया ज्या इवः लय् ध.ज्ञा.भ. यात ब्वना विज्यासे भजन श्रवण याका विज्यागु जुल । श्रद्धेय कमला गुरूमांयात ध.ज्ञा.या लुमन्ति चिं तयाः हना-पौ वहयागु फ्रेमय् तया धम्मवती गुरूमां पाखें लल्हाना विज्यात वसपोल गुरूमां पाखें ३,०००-रं व ३००- त्याक्सी यात प्रदान याना विज्यात । फ्रेमया प्रायोजित निल शोभा तुलाधर पुलचोक खः ।

६. ने.सं. बछलागा अष्टमी (२०६६/७/२४)

कुन्हु धर्मकीर्ति विहारया जन्मदिन लसताय् द्रव्य मानसिं तुलाधर, बसुन्धरा तुलाधर या ब्वनाय् ध.ज्ञा.भ. न्हयोब्वर्गु ज्या जुल । वयकःपित पूज्य धम्मवती गुरूमां पाखें खाडा गा. कोखायका ध.ज्ञा.भ.या लुमन्ति चिं दुगु हना-पौ लल्हाना विज्यात । साहु द्रव्यमान तुलाधर पाखें १०,५००- दां कोषाध्यक्ष श्याम मान वज्राचर्यायात लल्हाना दिल । लिसें उपाध्यक्ष, कोषाध्यक्ष, सचिवयात खाडा गाः कोखायका सम्मान याना दिल ।

७. ने.सं. ११३० बछलागव त्रयोदशी (२०६६/७/१४)

धर्मकीर्ति अडियो भिज्युयल कमिति व धर्मकीर्ति बौ.ज्ञा.भजन पाखें बुद्ध धर्म प्रचार प्रसारया ज्या ज्वना बौद्ध महिला समूहया रवसालय् "विशाखा मेला" बैठक भेन्नुय् । त्रिपुरेश्वरय् C.D. चाः धम्मवती गुरूमांया धम्मोपदेश परित्राण माला, ध.बौ. ज्ञानमाला भजन माला १/२ भाग तया पसः तयागु जुल । ■

### न्येदँ क्यंगु प्रव्रजित जीवनया लसताय् श्रद्धेय चमेली गुरूमांयात हना-पौ देछाना

चमेली स्वां थें ह्वयाचवने न्हयाबलें धर्मया क्य बय् ह्वाला ह्वाला नस्वाः वइचवनेमा शीलया किचलय् तिमिला थें जः वियाचवनेमा बुद्ध भूमिया ख्यःलय् ज्ञां विया चवनेमा अज्ञानी जिमित परियत्ति शिक्षिकाया रूपय्

जहां थें थिना चवनेमा सूर्यया लू निभाःया जः लय् न्येदँ जकः मखु यक्को प्रव्रजित जीवन हनाचवने दय्मा धकाः भिन्तुना लिसें हना-पौ लल्हाना चवना गुरूमां चमेलीयात भगवान बुद्धया न्हयोने

■ लक्ष्मी नानी उत पुचः  
(धर्मकीर्ति विहार भोजन पुचः)

### मनको सुन्दरता पो राम्रो

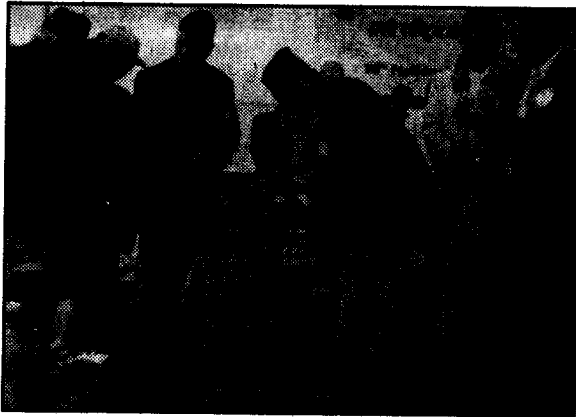
संसारमाको मानिस नराम्रो हुन चाहन्छ र ? अनि को चाहन्छ अस्वस्थ या रोगी बन्न ? स्वाभाविक हो, जो पनि राम्रै हुन चाहन्छ, निरोगी हुन चाहन्छ । तर, यो चाहनाले मात्र हुने कुरा होइन, त्यसका लागि मानिसले केही थप काम गर्नुपर्ने हुन्छ ।

स्वस्थ हुनका लागि मूलतः चार कुरामा ध्यान दिनुपर्छ । पहिलो हो, खानपिन । यसका लागि अल्पहारी हुनुपर्छ, सादा खानेकुरा खानुपर्छ, खानामा पानीको मात्रा बढी हुनुपर्छ र समयतालिका अनुसार सामान्यतः आठ घन्टाको फरक गरी दिनमा तीनपटक खानुपर्छ । दोस्रो कुराहो, बानीबेहोरा । यस अन्तर्गत ठीक समयमा खाने, ठीक समयमा सुत्ने, सरसफाइमा जोड दिनेलगायतका कुरा पर्छन् । तेस्रो कुरा भनेको नियमित तवरले समयसमयमा चिकित्सकसँग सरसल्लाह गरी स्वास्थ्य परीक्षण गर्नु र आवश्यकता अनुसार उपचार गर्नु । चौथो कुरा भनेको व्यायाम हो । आवश्यकता र समयको उपलब्धता अनुसार अनियमित रूपमा हल्का व्यायाम गर्नुपर्छ । योगालाई अहिले सबैले गर्न सकिने हल्का व्यायामका रूपमा लिइन्छ ।

स्वास्थ्यको सम्बन्ध सुन्दरतासँग पनि जोडिएको हुन्छ र महिलाहरू यही दृष्टिले पनि आफ्नो स्वास्थ्यलाई हेर्ने गर्छन् । यस दृष्टिले हेर्दा सौन्दर्य प्रसाधनका सामानको प्रयोगको पनि खास अर्थ हुन्छ । हामीले सुन्दर हुनका लागि आवश्यकता अनुसार सौन्दर्य प्रसाधनका सामान पनि प्रयोग गर्नुपर्छ । तर, हामीले स्वास्थ्यलाई ध्यान दिएनौं भने सौन्दर्य प्रसाधनले मात्रै हामी सुन्दर हुन सक्दैनौं ।

स्वास्थ्य र सुन्दरताको कुरा गर्दा मनको सुन्दर-तालाई पनि ध्यान दिनुपर्छ । कोही पनि मानिस शारीरिक रूपले जति नै सुन्दर भए पनि यदि ऊ मनले सुन्दर छैन भने खास मानेमा सुन्दर हुन सक्दैन । सकारात्मक सोच, सबैप्रति आदर, सम्मान मायाको भावना भयो भने मानिस साँचो अर्थमा सुन्दर हुनसक्छ ।

■ प्रीति हमाल  
(साभार- अन्नपूर्णपोष्ट, २५ भदौ २०६६)



दसौँ राष्ट्रिय बौद्ध सम्मेलन उद्घाटन गर्दै  
राष्ट्रपति डा. यादव

### लुम्बिनीमा दशौँ बौद्ध सम्मेलन सम्पन्न

वि.सं. २०६६ (पौष २-३), लुम्बिनी ।

बुद्ध जन्म भूमी लुम्बिनीको गौरव विषयमा प्रचार गर्ने लक्ष राखी धर्मोदय सभाको आयोजनामा संचालित दुई दिने दशौँ बौद्ध सम्मेलन राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवले बुद्ध प्रतिमामा फुलमाला चढाउनु भई, बोधि दीप बाली समुद्घाटन गर्नुभएको थियो । यस्तो राष्ट्रिय बौद्ध सम्मेलन धर्मोदय सभाको तर्फबाट नेपालका विभिन्न स्थानहरूमा गरी नौ पटक सम्म सञ्चालन गरिसकेको कुरा थाहा हुन आएको छ । शान्ति नायक भगवान् गौतम बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनी भएको कारणले विश्व सम्पदा लुम्बिनीका नै दशौँ पटकको बौद्ध सम्मेलन सम्पन्न गर्न पाउनु अति सान्दर्भिक रहेको कुरा बुझिनु आएको छ । लुम्बिनी विकास राष्ट्रिय प्रतिष्ठा भन्ने नाराका साथ संचालित यस सम्मेलन धर्मोदय सभाका अध्यक्ष पण्डित बद्रीरत्न वज्राचार्यको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको थियो ।

सम्मेलनको उद्घाटन कार्यक्रममा भिक्षुगण, लामागुरु, एवं वज्राचार्य गुरुहरूको तर्फबाट प्रार्थना गर्नुभएका थिए । समारोहमा धर्मोदय सभाका उपाध्यक्ष लक्ष्मीदास मानन्धरले प्रमुख अतिथी राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवलाई धर्मोदय सभाको धर्म उपहार प्रदान गर्नुभएको थियो भने राष्ट्रपति डा. यादवले बौद्ध विद्वान तिलकमान गुभाजुलाई धर्मोदय धम्म पुरस्कार प्रदान गर्नुभएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुँदै राष्ट्रपति डा. यादवले बुद्ध जन्मभूमी लुम्बिनीलाई सबै नेपालीहरूले आफ्नो मातृभूमीको रूपमा लिन पाउनु नै सबैको गौरवको कुरो हो भन्नु हुँदै विश्वमा नै फैलिरहेको असहज परिस्थिती र नेपालको द्वन्द्व ब्यवस्थापन र शान्ति स्थापना कार्यमा यस सम्मेलनले ठूलो योगदान पुऱ्याउने विश्वास व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

यसरी नै संस्कृती मन्त्री डा. मिनेन्द्र रिजालले बुद्ध जन्मस्थल भारत हो भनी प्रचार भैरहेको भ्रमपूर्ण सामाचार लाई यस सम्मेलनले मेटाउने विश्वास व्यक्त गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा धर्मोदय सभाका उपाध्यक्ष र विश्व बौद्ध भातृत्व संघका उपाध्यक्ष पद्म ज्योती कंसाकार, श्रीलंकाका राजदूत, थाइलैण्डका राजदूत र धर्मोदय सभाका महासचिव सुचित्रमान शाक्य आदिले नेपालका बुद्ध-धर्म विषयमा आ-आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएका थिए ।

दुईदिने यस सम्मेलनमा लुम्बिनी विकास र धर्माचरण विषयमा गोष्ठी सम्पन्न भएको थियो । उक्त गोष्ठीमा “राष्ट्रिय जनगणना र बौद्ध जागरण” लुम्बिनी विकास र बुद्ध शिक्षा” “धर्म निरपेक्षता र लोकतन्त्र” र “लुम्बिनी” सुरक्षा र वातावरण” आदि समेत गरी जम्मा चारवटा कार्यपत्रहरू प्रस्तुत गरिएका थिए ।

११’ ६” उचाई अग्लो बुद्ध प्रतिमा हस्तान्तरण लुम्बिनी, २०६६ पौष १ गते ।

दाता द्रव्यमान सिंह (भाइराजा), बसुन्धरा तुलाधर सपरिवारको तर्फबाट यही २०६६ पौष १ गतेका दिन ११’ ६” उचाई रहेको उभिरहनु भएका बुद्ध प्रतिमा लुम्बिनीमा धर्मोदय सभाद्वारा निर्मित स्वयम्भू चैत्य हलमा स्थापना हुने गरी धर्मोदय सभालाई हस्तान्तरण गरिएको समाचार छ ।

शाक्य सिंह विहारमा दिनभर महापरित्राण पाठ सम्पन्न २०६६ कार्तिक १३ गतेका दिन दिवंगत हुनुभएकी ९२ बर्षिय गुरूमां जीनवती दिवंगत हुनुभएको ४५ दिनको पूण्य तिथीमा शाक्यसिंह विहारमा भिक्षु महासंघको तर्फबाट दिनभर महापरित्राण पाठ सम्पन्न गर्नुभएको थियो । महापरित्राण पाठमा आमन्त्रित भन्ते गुरूमांहरूलाई भोजन दान गरिनुका साथै शाक्यसिंह विहार परिवारबाट दान प्रदान गरिएको थियो ।



## गौतमी विहार लुम्बिनीमा भ्रामणे र ऋषिनी प्रव्रज्या



फोटो- स्वामती गुरुमा

भ्रामणे र ऋषिनी प्रव्रज्या भएका व्यक्तिहरूको माझ धम्मवती गुरुमां

२०६६ (मंसिर २५-पौष २)

स्थान- लुम्बिनी गौतमी विहार ।

गौतमी विहार लुम्बिनीमा भिक्षुणी धम्मवतीको नेतृत्वमा काठमाडौं देखि लुम्बिनी पुगेका उपासक उपासिकाहरू साथि ९६ जना उपासिकाहरूले ऋषिनी प्रव्रज्या र ५ जना उपासकहरूले भ्रामणे र प्रव्रज्या ग्रहण गरेका थिए । करीब १ हप्ता भ्रामणे र प्रव्रज्या जीवन सम्पन्न गरी उहाँहरू पौष ३ गतेका दिन काठमाडौं फर्किनुभएका छन् ।

५ जना भ्रामणेहरूलाई वर्मी सयादो उ सुजनपियको आचर्यत्वमा भ्रामणे र प्रव्रज्या ग्रहण गर्नुभएका थिए । उक्त अवधिभर, भिक्षु जाणपूरिक महास्थवीर, भिक्षु उसुजनपिय, भिक्षुणी धम्मवती र भिक्षुणी चमेलीले धर्मदेशना गर्नुभएका थिए ।

**लुम्बिनीमा महापरित्राण पाठ सम्पन्न**  
लुम्बिनी, २०६६ मंसिर (२८-३०)

दाता जुजुभाई शाक्य परिवारको तर्फबाट लुम्बिनीमा निर्मित होटलमा भिक्षुणी गुरुमांहरूको तर्फबाट मंसिर २८ गते राती महापरित्राण पाठ शुरू गरी मंसिर २९ गते सम्पन्न गरिएको थियो । यसरी नै मंसिर ३० गते दिनभर भिक्षु महासंघको तर्फबाट पनि सोही स्थानमा महापरित्राण पाठ सम्पन्न भएको थियो । होटल उद्घाटन गर्ने क्रममा दाता परिवारले भन्ने गुरुमांहरूको तर्फबाट महापरित्राण

पाठ कार्यक्रमको आयोजना गरिएको कुरा बुझिएको छ । महापरित्राण पाठ कार्यक्रम पश्चात् दाता परिवारको तर्फबाट भन्ने गुरुमांहरूलाई दान प्रदान गर्नुभएका थिए ।

**पद्मचैत्य विहार परिवारबाट धम्मवती गुरुमां अभिनन्दित**

०६६, मंसिर २९ गते ।

स्थान- वुटवल, पद्मचैत्यविहार ।

पद्म चैत्य विहार परिवारको तर्फबाट भिक्षुणी धम्मवती गुरुमांलाई यसदिन अभिनन्दन पत्र चढाउनु भई अभिनन्दन गर्नुभएका थिए ।

बुद्ध धर्म चिरस्थायी गर्नको लागि धम्मवती गुरुमांले पुन्याउनु भएको अदम्य शाहसिक कार्य एवं योगदानलाई कदर गर्नुहुँदै विहारका अध्यक्ष संघरत्न वज्राचार्यले गुरुमांलाई अभिनन्दन पत्र प्रदान गर्नु भएको कुरा थाहा हुन आएको छ । उहाँहरूले चढाउनु भएको अभिनन्दन पत्रमा उल्लेखित वुदांहरू यसरी रहेका छन् ।

नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्भुदस्स  
पूजनीय शासनधज धम्माचरिय अग्गमहागान्धवाचक  
पण्डित भिक्षुणी धम्मवती गुरुमांन्ध समस  
पद्म चैत्य विहार वुट वुवा ज्ञानमाता संघ र वुट महिला संघ वुटवस  
संयुक्तरूपमा चढाएको  
**अभिनन्दन पत्र**  
पूज्य अदम्य साहसिका वुटवसि गुरुमा ।

प्रतिकूल परिस्थिति र परिवेशका बावजूद बुद्धधर्म (दर्शन) लाई अन्तस्करणदेखि आत्मसात् गरी कसिले उमेरमा सम्पण भावले प्रवर्धित हुनु भई बुद्ध शिखा । शासनलाई नजिकबाट मुझे उत्कट अभिलाषा राखी बुद्धप्रतिष्ठान बनेर अत्यन्त कठिनतम र कष्टपूर्ण यात्रा गरी म्यान्मार (बर्मा) पुगी दुनियालाई किती बुद्धधर्मको पठनपाठनमा लीन भए-शासनसङ्घ धम्माचरिय" शिक्षा पदवी हासिल गर्नु भएकी "निपो मे" "धम्म न्याय", "स्नेही छोरी" अत्यन्त परिश्रमी एवं धर्मनिष्ठ पूज्य गुरुमाज्जुलाई भद्रापूर्वक कोटि-कोटि बन्धना गर्दछौ । पूज्य अन्तमाहागान्धवाबक पण्डित बहुप्रतिभाशाली सखा प्रभावी गुरुमा ।

मुलुकको बुद्धशासनिक क्षेत्रलाई सबल तुल्याउन अहमिका तथागत बुद्धका शिखा र उपदेशलाई सरल, सरस भाषाशैलीमा मन्त्रमुग्ध हुने गरी हृदयस्पर्शी धर्मदेशना गर्नुका साथै पुस्तक-लेखन, पत्रिका-प्रकाशन, धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको स्थापना एवं विविध बौद्ध गतिविधि सञ्चालन गर्दै हामी समस्त उपासक उपासिकाहरूलाई अनुशासित, धर्मपरायण बनाई सन्मार्गमा डोल्याउन पूज्य गुरुमाज्जुबाट प्रेरणाको अजस स्रोत निस्तरण भइरहोस् भन्ने हामी सबै हार्दिक अपेक्षा गर्दछौ ।

पूजनीय प्रणेता संस्थापक गुरुमा । धर्मकीर्ति विहारको पुननिर्माण, सुन्निनीमा "अन्तर्राष्ट्रिय गौतमी भिक्षुणी विहार" का साथै मुलुकका विभिन्न स्थायमा विहारहरूको निर्माणमा अग्रणी एवं गुरुतम भूमिका र अभिभारा बहन गर्नुका साथै "अन्तर्राष्ट्रिय भिक्षुणी संघ" नेतृत्व प्रदान गर्दै आउनु भएकी पूजनीय गुरुमाज्जुमा सविनय कृतज्ञता जाहेर गर्दै समस्त उपासक-उपासिकाहरूलाई सत्कर्ममा लाग्न पूजनीय गुरुमाज्जुबाट अनवरत अबिच्छिन्नरूपमा प्रेरणा र मार्गदर्शन प्राप्त भईरहोस् ।

परिवर्तनका संवाहक परिष्कृत पूजनीय भिक्षुणी गुरुमा । ७६ औं बसन्तमा प्रवेश गर्नु भएकी नारी-शिक्षा र जागरण, सामाजिक परिवर्तन र सुसंस्कृत समाजका पक्षधर, अनुशासन, नैतिकता, सच्चरित्रताका हिमावती, निरन्तर क्रियाशील परापकारी पूजनीय भिक्षुणी गुरुमाज्जुलाई "वि. भद्रास्वविर भिक्षु बुन्द शास्त्री विद्यतवृत्ति" अत्यन्त भद्रापूर्वक अर्पण गर्न पाउँदा हर्षले विभोर हुँदै पूजनीय भिक्षुणी गुरुमाज्जुको सुख, शान्ति, समृद्धि, सुस्वास्थ्य एवं दीर्घजीवनका लागि मंगलमय शुभकामना सहित यो अभिनन्दन-पत्र सादर चढाउँदछौ ।

भवतु स्वस्व महत्सु ।  
 (विमल बहादुर शाक्य) (शुभसङ्गी गुमाजु)  
 अध्यक्ष, बौद्ध युवा ज्ञानमाला संघ अध्यक्ष, बौद्ध महिला संघ  
 (संघरत्न बडाशार्वा)  
 अध्यक्ष पद्म चैत्य विहार संचालक समिति  
 एवं पद्म चैत्य विहारका सबै उपासक-उपासिकाहरू  
 बुद्ध बस् २५५३, वि.सं. २०५६ मंसिर २५ गते कोलकाता । ई.सं. १९३०

**परियत्ति परीक्षा उत्तीर्ण भएकाहरूलाई पुरस्कार वितरण गरेको**

नगदेश बुद्ध विहारका बुद्ध सम्बत २५५३ को वर्षावास अधिष्ठान गर्न आउनु भएकी श्रद्धेय गुरुमाँ केशावतिको विशेष अतिथ्यत्वमा धन धान्य पूर्णिमा (योमरी पुन्ही) को दिनमा भव्य बुद्धपूजा गरी बुद्ध सं. २५५२ को परियत्ति परीक्षामा नगदेश बुद्ध विहार परियत्ति केन्द्रको तर्फबाट उत्तीर्ण भएका अझ विशेषतया यस केन्द्रबाट चारजना बोर्डमा उत्तीर्ण भएका विद्यार्थीहरूलाई विशेष सम्मानका साथ पवित्र खाडा ओढाई पुरस्कार वितरण श्रद्धेया केशावति गुरुमाँ र खेमावति गुरुमाँले गर्नुभयो । यस केन्द्रबाट उत्तीर्ण भएका विद्यार्थीहरूको लागि पुरस्कार एवं सन्मानको समूचित व्यवस्था उपासक धुब राजकीर्णकर ले वहाँको दिवंगत 'पितृस्नेही बुवाको निर्वाण हेतु प्राप्ती खातिर सालै पिच्छे गरी आउनु भएको ब्यहोरा सम्मरण गरीन्छ ।

विशेष अतिथिको रूपमा पाल्नु भएकी श्रद्धेय गुरुमाँ केशावति र खेमावतिलाई पनि नगदेश बुद्ध विहारका उपासिकाहरूले वर्षावासको गुणानुस्मरण गरी पवित्र बस्त्रहरू दान-प्रदान गरेका थिए । अन्तमा पूण्यानुमोदन गरी कार्यक्रम सम्पन्न गरीयो ।

**मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना ०६६ मंसिर १० गते । स्थान- मैत्री बोधिसत्त्व महाविहार, जमल**  
 यसदिन कार्यक्रमको शुरूमा अन्नपूर्ण ज्ञानमाला भजन खलः बाट ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरिएको थियो । भजन पश्चात पूज्य धम्मवती गुरुमाले पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भई बुद्धपूजा कार्यक्रम संचालन गर्नु भएको थियो । त्यसपछि उहाँले धर्मदेशना गर्नु भएको थियो । यसदिन कार्यक्रममा उपस्थित हुनुभएका सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई स्व. कृष्णकुमारी ताम्राकारको पूण्यस्मृतिमा दाता सर्वज्ञमान ताम्राकार र विमलाहेरा ताम्राकार सपरिवारको तर्फबाट जलपानको व्यवस्था मिलाउनु भएको थियो । दाताज्युले अन्नपूर्ण ज्ञानमा भजनलाई सहयोगार्थ रू २०००/- (दुई हजार रूपैयाँ) चन्दा प्रदान गर्नुभएको थियो ।

**बाबासहेब डा. भीमराव अम्बेडकरको ५३ औं पूण्यतिथि मनाएको**  
 नगदेश बौद्ध समूहको आयोजनामा गत ई.सं. २००९ डिसेम्बर ६ तारिखको राती ८.३० बजेतिर

नगदेश बुद्ध विहारको धम्महलमा सामूहिक पञ्च शील याचना गरी बोधिसत्व, बाबासाहेव डा. भीमराव अम्बेडकर को ५३ औं पूण्यतिथि मनाउने कार्य सम्पन्न भयो । सो कार्यक्रममा नगदेश बौद्ध समूहका सचिव उपासक कृष्ण कुमार प्रजापतिले “बाबासाहेव डा. अम्बेडकरको जीवनी र योगदान” बारे चर्चा गर्नु भयो । वहाँ भारतको महाराष्ट्र प्रान्तमा ई.सं. १८९१ अप्रिय १४ मा अछुट परिवारमा जन्मनु भै संघ शील जीवन यापन गरी ई.सं. १९५६ डिसेम्बर छ तारिखका दिन यस अनित्य भौतिक संसारबाट सदाको निमित्त विदा भै देहावसान भएको थियो । वहाँले आफ्नो जीवन कालमा गणतन्त्र भारतको संविधान निर्माण गरी “संविधान निर्माता” बन्ने सुअवसर पाउनु भयो । वहाँले श्रद्धेय गुरु भिक्षु चन्द्रमणि महास्थविर ज्यूको करकमलबाट ई.सं. १९५६ अक्टोबर-१४ महान विजया दशमीको पावन दिवसमा पञ्चशील ग्रहण गरी बुद्ध धर्ममा समाहित हुनु भए पछि उपस्थित जनसमूह समेत अर्थात दश लाख जति जनसमूहले (अछुत एवं दलित वर्ग) पञ्चशील ग्रहण गरी बुद्ध धर्ममा प्रवेश गरेको पनि संस्मरण गरीन्छ । अतः त्यस्ता दलित वर्गका मसिहा, भारतीय संविधानका निर्माता, बोधिसत्व, भारतरत्न, बाबा साहेव डा. भीमराव अम्बेडकरको ५३ औं पूण्यतिथिमा वहाँको गुणानुस्मरण गरी उपस्थित सबैले पुष्प गुच्छा अर्पण गरी श्रद्धा सुमन जाहेर गरी एक सघुकार्यक्रम सम्पन्न गरीयो ।

### श्रामणेर प्रव्रज्या सम्पन्न

भक्तपुर । भक्तपुर नगरपालिका वडा नं.६, इनाचोमा अवस्थित मुनि विहारले नियमित कार्यक्रम मुताविक यही मंसीर २० गते ११ जना कुलपुत्रहरूलाई बुद्ध धर्मको शिक्षा दिई श्रामणेर प्रव्रज्या गरेको छ ।

विगत ७ वर्षदेखि थाइलैंडका परम पुज्य संघराज सोमदेत जाणसम्बरको संरक्षकत्वमा रहेको विहारले बुद्ध धर्मको टेवामा अग्रणी योगदान दिन नेपालका विभिन्न जिल्ला र विभिन्न सम्प्रदायका वासिन्दाहरूलाई समेट्दै आएको छ । यसै अनुरूप सो कार्यक्रममा प्रव्रज्या हुनेहरूमा

पूर्ण बहादुर तामाङ-इलाम, तिलक कुमार थापा मगर - सुर्खेत, मनोज लामा-सिन्धुपाल्चोक, कुमार विश्वकर्मा-तनहुँ, मिलन लामा तामाङ कानपुर, रोमन अवाले-ललितपुर सुवर्णशाक्य -ललितपुर, सुवास सुनवार-ओखलढुंगा तथा विष्करा शाक्य-ललितपुर रहेका थिए । सो प्रव्रज्या कार्यक्रम भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको उपाध्यायत्व । भिक्षु विपस्तीको आचार्यतमा भएको थियो ।

### ऋषिनी प्रव्रज्यामा प्रगति

भक्तपुर/भक्तपुर नगर पालिका वडा.नं. ६, इनाचो टोलमा अवस्थित मुनि विहारमा थाइलैंडको सहयोगमा निर्माण भएको उपोसथागार मन्दिरको राम्रो व्यवस्था गर्न थालिए देखि धार्मिक चहल पहल राम्रो भएको छ । यहाँ गत सात वर्ष देखि सामूहिक श्रामणेर प्रव्रज्या योजना संचालन हुँदै आइरहेको छ । प्रव्रज्या भएका धेरै विद्यार्थीहरू, नेपाल, थाइलैंड र श्रीलंकामा अध्ययनरत छन् ।

२०६६ सालदेखि यहाँ ऋषिनी प्रव्रज्या दिई धार्मिक शिक्षा दिने चलन पनि शुरू भएको छ । यस क्रममा भाद्र १२ मा सुमिता नकमी (१२) सुजिता मानन्धर (११) समिता मानन्धर (११) श्रृष्टि मानन्धर (९) प्रव्रज्या भएका थिए । दोस्रो पटक असोज २० मा प्रव्रज्या हुनेहरूमा कृति मानन्धर, सुजिना रंजित थिए ।

यसैगरी मंसीर १८ मा प्रिया (रीया) अवाल (१०) श्रृष्टि अवाल(१०), सुप्रभा गांयजु(१०) अनुपमा अवाल (रीमा) तथा स्नेहा अवाल (७) वर्षले ऋषिनी प्रव्रज्या लाभ गरे ।

### भिक्षु धम्मामानन्द महास्थविर दिवंगत हुनुभयो

काभ्रे जिल्लाको धुलिखेल स्थित श्री श्रृंखलापुर विहारमा रहँदै आउनुभएका ९० वर्षिय भिक्षु धम्मामानन्द महास्थविर मिति २०६६ पौष ११ गते, शनिवारका दिन दिवंगत हुनुभएको समाचार प्राप्त भएको छ । प्राप्त समाचार अनुसार उहाँलाई धुलिखेल हस्पिटलमा औषधोपचारका लागि राखिएको थियो । मिति २०६६ पौष १२ गतेका दिन उहाँको दाह संस्कार भएको थियो ।

### लुम्बिनीमा दशदिने ध्यान शिविर र संघदान कार्यक्रम

लुम्बिनी विपश्यना केन्द्रले यही वि.सं (२०६६ पौष १७-२८) सम्म श्रद्धेय भिक्षु । श्रामणेर र गुरुमाहरूका लागि दश दिने विपश्यना ध्यान शिविर संचालन हुने समाचार प्राप्त भएको छ ।

यसको साथै पौष २८ गतेका दिन सम्पूर्ण भिक्षु श्रामणेर र गुरुमाहरूलाई संघदान गरिने सूचना पनि प्राप्त भएको छ ।

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय, धम्मिनो ।  
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं वूपसमोसुखो ॥



जन्म दिं:  
वि.सं. १९८८ साल  
असार २७ गते, शनिवार  
एकादसी



दिवंगत दिं:  
वि.सं. २०६६ साल  
कार्तिक ९ गते, सोमवार  
मुख: अष्टमी



## दिवंगत हीराशोभा तुलाधर

जिमी अतिकं हने बहःम्ह मां दिवंगत हिरा शोभा तुलाधर (भोतेवहाः) ७८ दँया बैश्य  
आका भाकां दिवंगत जुया दिइगुलिं वसपोलया चीर शान्तिकामना यासे  
निर्वाण पथ प्राप्त ज्वीमा धैगु, प्रार्थना याना चवना ।

कायपिं व भौपिं:

दिनेश तुलाधर - विमला शोभा तुलाधर

रमेश तुलाधर- सुमन तुलाधर

म्हयायुपिं:

रत्नशोभा तुलाधर

सानु मैया तुलाधर, सकल छें जःपिं