

प्रमुख व्यवस्थापक
विद्यासागर रञ्जित
फोन: ४२५ ८९५५

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

सह-व्यवस्थापक
धुवरत्न 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 सम्बत् २५५४
नेपाल सम्बत् १९३९
इस्वी सम्बत् २०१९
विक्रम सम्बत् २०६७

विशेष सदस्य	रु. १०००/-
वार्षिक	रु. ७५/-
यस अङ्को	रु. १०/-



धर्मकीर्ति
(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI

A Buddhist Monthly

19th JAN 2011

वर्ष- २८

अङ्क- ९

मिला पुन्दि

माघ २०६७



प्राणी हिंसा गर्ने व्यक्तिलाई आर्य भन्दैन । सबै प्राणीहरूलाई हिंसा नगर्ने व्यक्तिलाई मात्र आर्य भनिन्छ ।



जुन व्यक्तिमा सत्य, धर्म, अहिंसा, संयम र दमनादि गुणहरू छ, त्यस्ता व्यक्तिलाई निर्मल चित्त भएको धीर व्यक्ति तथा स्थविर भनिन्छ ।



धेरै बोल्ने गर्दैमा धमधर कहलाइन्न । थोरै मात्र सुनेर पनि तदनुसार आचरण गर्ने व्यक्ति मात्र धर्मधर कहलाइन्छ । उसको चरित्रमा प्रमाद (वेहो शीपना) हुँदैन ।



अर्काको दोष र अर्काले के गर्‍यो, के गरेन भनी हेर्नुभन्दा आफ्नो दोष र आफूले के गर्‍यो, के गरेन भनि हेर्नुनै बेस छ ।



बोधिचित्त

बोधिचित्त शब्द बोधिसत्त्वसित घनिष्ठ सम्बन्ध भएको बुझिन्छ। भविष्यमा बृद्ध हुने व्यक्तिलाई बोधिसत्त्व भनिन्छ। बोधिचित्त बिना बोधिसत्त्व हुन सक्तैन। बोधिचित्त शब्दको अर्थ निस्वार्थ भावनाले परोपकार गर्नु हो। निष्काम कर्म भने पनि हुन्छ। बोधिसत्त्वले अरूको उपकारको लागि प्राण समेत त्याग गर्न हिचकिचाउँदैन। साधारणतः यसलाई महापुरुष गुण पनि भनिन्छ। बोधिसत्त्वको त एउटा मात्र इच्छा छ, बुद्धत्व प्राप्त गरेर बहुजन हित र सुखको ज्ञान प्रचार गर्नु।

बुद्ध भन्नुहुन्छ— महापुरुष बन्नको लागि उनमा मैत्री गुण अर्थात् कोमल हृदय करुणा (दया), प्रज्ञा (विवेक बुद्धि) आदि गुणहरू हुनुपर्छ। यो कुरा बुझ्नको लागि केही घटनात्मक कुरा प्रस्तुत गर्नु अनुचित नहोला। हामी अखबारमा समय-समयमा छापिएका समाचार पढ्छौं। खोलामा बगिरहेको मानिसलाई उद्धार गर्दा कतिपयको ज्यान गुम्छ। कसैको घरमा आगो लागेको बे लामा आगो निभाउने र सामानहरू बचाउने प्रयत्न गर्दा ज्यान गुमाउनेहरू पनि छन्। यो करुणा भएको व्यक्तिको उदाहरण हो। अर्को भाषामा भन्ने हो भने बोधिचित्त भएको व्यक्तिको लक्षण हो। बोधिचित्त भएको व्यक्तिको कुनै प्रकारको जाति, लिङ्ग, भेद हुँदैन। परोपकार गर्ने भावना मात्र हुन्छ।

बोधिचित्त हुने व्यक्तिको शुद्ध मैत्री गुण हुन्छ। मैत्री भन्दा खेरी हृदय नरम र स्वच्छ सहयोग तथा दयापूर्ण गुण हो। शुद्ध निस्वार्थ भावनाले परोपकार गर्ने व्यक्तिको बोधिचित्त हुन्छ। आजभोलि सहयोग र सहमतिको चर्चा भैरहेको हामी सुन्छौं तर काम चाहिँ असहयोग र असहमतिको देखिन्छ। यस्ता व्यक्तिको पटकै बोधिचित्त भएको देखिँदैन। किनभने उसमा आफ्नो मात्र स्वार्थ पुरा गर्ने मनोवृत्ति निहित देखिन्छ। साधारणतया शान्तिका लागि बोधिचित्त अर्थात् शुद्धमैत्री गुण मानिसमा हुनुपर्छ। यो सही मानविय गुण हो। मैत्री हराएमा मानिसमा क्रोध उत्पन्न भएर दानवरूप लिन सक्छ। तसर्थ मैत्री र करुणा दुवै पवित्र बोधिचित्तको चिन्ह हो। यहाँ प्रजातन्त्र र साम्यवादको प्रश्न हुँदैन।

यहाँ स्मरणीय कुरा बुद्ध शिक्षा अनुसार बोधिचित्तको लागि मानिसको मन निर्मल एवं पवित्र हुन आवश्यक छ। यसको लागि शुद्ध धर्मचेतना आवश्यक पर्छ। जसलाई बुद्ध भन्नुहुन्छ— व्यक्ति अन्तर्मुखी नवनुज्जेल मानिस धार्मिक बन्न सक्दैन। बुद्ध शरण गच्छामि भन्दैमा बोधिचित्त हुन सक्दैन।

शुद्ध धर्म प्रचारको उद्देश्य लिएर बुद्ध विहारको निर्माण भएको हो। अपवाद स्वरूप अहिले कतिपय मठ मन्दिर र विहारहरू व्यापारिक केन्द्र बन्न थालेका छन्। जहाँ गरीवका कुनै पहुँचका विषय हुँदैन। जहाँ गरीव एवं कमजोर वर्गका लागि बहुजन हिताय सुखायको कार्यक्रम शिक्षा, स्वास्थ्य एवं सेवा हुँदैन। जहाँ धर्म पनि हुँदैन। धर्म भनेको मानिसले मानिसको दुःख हटाउनु हो। अर्थात् मानिसले मानिसको आँसु पुछ्नु हो। धर्म कुनै थलो, वस्त्र वा संस्था मात्र होइन, चित्त शुद्धता चिन्तन पवित्रता र सेवा भावनामा नै धर्म लुकेको हुन्छ। तसर्थ प्रत्येक धर्मात्मवीहरूमा बोधिचित्त हुनु राम्रो होला।

बोधिचित्तको सन्दर्भमा मुदिता चित्तको चर्चा हुनु सान्दर्भिक हुन्छ जस्तो लाग्छ। मुदिता चित्त पनि बोधिचित्तको गुण हो। मनको प्रफुल्लता प्रसन्नता र शुद्ध आनन्दको अवस्था मुदिता गुण हो। संकीर्ण र संकुचित तथा ईर्ष्या भावना रहित चित्तको अवस्था मुदिता गुण र बोधिचित्त हुन्छ। अरूको उन्नति र प्रगति तथा राम्रो काम देखेर मनमा आउने आनन्द र हर्ष हुने अवस्थालाई मुदिता चित्त, बोधिचित्त भनिन्छ। अपवाद स्वरूप मानिसहरूले अनैतिक र अन्याय ढङ्गमा जालझेल काम गरेर उन्नति र विजयी गर्नेहरू पनि छन्। त्यस्तो अवस्था देखेर बोधिचित्त अर्थात् मुदिता चित्तको अनुभव हुन गाह्रो छ। यसै सन्दर्भमा बुद्ध भन्नुहुन्छ— अत्तदत्थं परत्थाय बहुनापि न हापये अर्थात् परोपकार गर्दा आफ्नो जीवन बर्बाद गर्ने उचित छैन। जेहोस् बोधिचित्त उत्पन्न भए शान्ति स्थापना गर्न सहयोग मिला कि बोधिचित्त हुँदा मानिस असल हुन्छ।

आवरण फोटो

काठमाडौंको इन्द्रायणी मन्दिर नजीकै विष्णुमतीको छेउमा अशोक चैत्य आकारमा निर्मित चैत्य मुनि बुद्धमूर्ति स्थापना गरिएको मन्दिर।

यो मन्दिर यट्खा टोल निवासी दिवंगत कृष्ण बहादुर चित्रकार र उहाँका दिवंगत परिवारहरूको पूण्य स्मृतिमा चित्रकार परिवारको तर्फबाट निर्माण गरिएको हो।

चित्रमा भिक्षु अश्वघोष, भिक्षुणी धम्मवती र भिक्षुणी इन्दावती लगायत चित्रकार परिवारहरू।

दोस्रो दिन

सत्यनारायण गोयन्का
अनुवादक- विश्व शाक्य

हाम्रो साधनाको दोस्रो दिन पुरा भयो। कठिनाइहरूका दृष्टिले दोस्रो दिन पहिलो दिनभन्दा केही अनुकूल रहेतापनि कठिनाइ विहीन भने छैन। यसको सामना गर्ने पर्ने हुन्छ। साधनाको सफलताको लागि दुईवटा कुराहरूमा ध्यान दिइनु अति आवश्यक छ। एउटा कुरा यो हो कि जस्तो बताइएको छ ठीक त्यस्तै गर्ने। आफ्नो तर्फबाट कुनैपनि कुरा जोड्ने र तोड्ने नहोस्। दोस्रो कुरा, खूब धीरजताका साथ काम गर्ने, उताउलोपनबाट, व्यग्र भएर र उत्कण्ठित भएर कुनै काम नगरियोस्। मनको स्वभाव धेरै चञ्चल भैसकेको छ। जब यो थाहा हुन्छ कि मन भागिरहेछ, मन भट्किरहेछ त यसको कारणबाट व्यग्र नहोस्, निराश नहोस्। यस सत्यलाई हाँसी-हाँसी स्वीकार गरियोस्। मन तुरून्त फर्केर आउने छ। मनलाई फिर्ता ल्याउन तनाव उत्पन्न गर्नुपर्नेछैन। केवल थाहापाइराख्नुपर्नेछ। यस अवस्थाको सच्चाइलाई थाहापाइ राख्नु छ। बस, यही पर्याप्त छ। बराबर काममा लागि रहौं। प्रमादी नहोऔं।

यदि धीरजताका साथ काममा लागि रहन्छौं भने हामी लक्ष्यसम्म पुगेरै छाड्नेछौं। आफ्नो लक्ष्यसम्म पुग्नलाई हामी आफैले परिश्रम गर्नुपर्नेछ, प्रयत्न गर्नुपर्नेछ। हामी स्वयंले पुरुषार्थ गर्नु छ, पराक्रम गर्नु छ।

आज हामी मोटा-मोटीरूपमा यो बुझिराखौं कि जुन बाटोमा हामी यात्रा गरिरहेका छौं त्यो बाटो के हो ? भगवान् बुद्धको जीवनकालको एउटा घटना छ। एउटी बूढी आमै भगवान् बुद्धको अगाडि आइन्। उनले सोधिन्— “शास्ता ! मलाई धर्म-मार्ग यस्तो सरल र सजिलो भाषामा सम्झाइ दिनुहोस् कि जसलाई म सम्झन सकूँ र त्यसैमा अनुगमन गर्नु सकूँ।” भगवान्ले उसबेलाको जनभाषामा सम्झाउनु भयो—

“सब्ब पापस्स अकरणं, कुसलस्स उपसम्पदा ।

सचित्तपरियोदपनं, एतं बुद्धानुसासनं ॥”

“सबै प्रकारका पापहरू नगर्नु, कुशल कर्महरू सम्पादन गर्नु, आफ्नो चित्त निर्मल गर्नु— यही सबै बुद्धहरूको शिक्षापद हो।”

पाप कर्म के हो ? तथा कुशल कर्म के हो ? आफ्नो वचन वा शरीरले अरू प्राणीहरूलाई हानि नोक्सानी पुऱ्याउनु नै पाप हो। जून कर्म गर्नाले अरूलाई सुख प्राप्त हुन्छ, उनीहरूको मङ्गल हुन्छ त्यही पुण्य हो, त्यही कुशल कर्म हो। जुन कर्म गर्नाले अरूलाई हानि हुन्छ, त्यसबाट बचौं तथा जुन कर्म गर्नाले अरूलाई फाइदा हुन्छ त्यही गरौं। अरूलाई हानि-नोक्सानी गर्ने कर्मले आफूलाई पनि हानि पुऱ्याउँछ। अरूलाई लाभ पुऱ्याउने कर्मले आफूलाई पनि लाभ पुऱ्याउने हुन्छ। यो प्रकृतिको नियम हो, विश्वको विधान हो। जस्तो वीउ रोप्छौं उस्तै फल फल्ने हुन्छ। प्रकृतिको यस कानूनलाई सम्भेर तदनुरूप चल्नु नै धर्म हो।

भगवान् बुद्धले तेस्रो कुरामा चित्तलाई निर्मल बनाउनु पर्ने भन्नुभएको छ। जति-जति चित्त निर्मल हुँदै जानेछ आफ्से-आफ दुष्कर्म रहनेछैनन्। चित्त मैलो भएपछि नै वाणी र शरीरबाट दुष्कर्म हुन्छ। जब चित्त निर्मल भएर जान्छ त अनन्त करुणा मैत्री, मुदिता तथा अनन्त समताले पूर्ण हुन्छ। निर्मलचित्त भएको व्यक्तिले कसैको हानि गर्न सक्तैन। उसले त बरू कल्याण नै गर्नेछ।

चित्तको यस्तो अवस्थासम्म पुग्नको लागि धर्ममार्गमा एक एक कदम गरी अगाडि बढ्दै स्वयंले अभ्यास गर्नुपर्ने हुन्छ। यस मार्गलाई विशेषतः विवरण सहित सम्भन्ने कोशिश गरौं। उसबेलाको भाषामा यस धर्म-मार्गलाई, मङ्गलमार्गलाई, मुक्तिमार्गलाई, विशुद्धि-मार्गलाई “अरियो अट्टङ्गिको मग्गो” भनियो अर्थात् आठ अङ्गवाला यस्ता भाग जसले हामीलाई आर्य बनाइदिन्छ। ‘आर्य’ शब्द आजकाल कुनै जाति-विशेषको लागि प्रयोग गर्न थालियो। भारतवर्षको पच्चीस सय वर्ष पहिलेको जनभाषामा सन्त व्यक्ति, सज्जन व्यक्ति, भलादमी र निर्मल चित्तका व्यक्तिलाई आर्य भनिन्थ्यो। जो व्यक्ति सन्त हुँदैनथे, निर्मलचित्तवाला हुँदैनथे अथवा दूषित चित्तवाला हुन्थे ती ‘अनार्य’ कहलिन्थे।

यो आठ अङ्गवाला मार्ग कुनै पनि सम्प्रदाय विशेष

पको मार्ग होइन । यो सार्वजनीन मार्ग हो, जसले हरएक व्यक्तिलाई आर्य बनाइदिन्छ, त्यो कुनै पनि सम्प्रदायको किन नहोस्, कुनैपनि जातिको किन नहोस्, मनुष्य त आखिर मनुष्य नै हो, एकदम परिवर्तन हुनेछ । यस मार्गमा हिँडेर हेरौं । कसैले भनेको मा मानेर होइन, आफैले अनुभव गरेर हेरौं ।

आऔं यस मार्गलाई बुझौं । यस मार्गका तीन भाग छन् । शील, समाधि तथा प्रज्ञा । शीलको अर्थ हो सदाचार । शील अन्तर्गत धर्मका अरू तीन अङ्ग आउने हुन्छन्—

“सम्मा वाचा’ सम्मा कम्मन्त तथा सम्मा आजीवो”

‘सम्मा वाचा’ अर्थात् सम्यक्वाणी । वाणी शुद्ध हुनुपर्‍यो, पवित्र हुनुपर्‍यो । वाणीको शुद्धता, निर्मलता बुझ्नको लागि यो थाहा पाइराख्न आवश्यक छ कि वाणीको मैला के हो ? जसले भुटो बोलेर ठगदछ, कटुवचनले मन दुखाउँछ, चुगली लगाएर आपसमा शत्रुता पैदा गर्छ, बेमतलब फजूल कुराहरू गरेर समय नष्ट गर्छ त्यस्ताले वाणी मैलो गर्ने हुन्छन् । वाणी (वचन) का यी चार प्रकारका मैलाहरूबाट बचौं । वचन आफसे आफ पवित्र भएर जानेछ, शुद्ध भएर जानेछ ।

‘सम्मा कम्मन्त’ अर्थात् शरीरको कर्म सम्यक् होस् । कर्मान्त यसै कारणले भनियो कि हरेक कर्मको शुरुआत मनबाट हुन्छ, त्यसपछि वाणीबाट व्यक्त हुन्छ र अगाडि गएर शरीरबाट हुन्छ । यसैकारण ‘कर्मान्त’ भनियो । शरीरबाट हुने हर कर्म शुद्ध र पवित्र हुनुपर्दछ । शरीरबाट हुने कर्मलाई बुझ्नको लागि पहिला यो बुझौं कि शरीरबाट हुने कर्मको मैला के हो ? शरीरबाट हुने चार किसिमका मैला कर्महरू हुन्छन्: ती हुन्— प्राणी हिंसा, कसैको सम्पत्ति चोर्नु, व्यभिचार गर्नु तथा मादकपदार्थको सेवन गर्नु । शरीरले गर्ने यी चार प्रकारका दुष्कर्महरूबाट बचौं, शरीरको कर्म आफसे आफ निर्मल भएर जानेछ ।

शील अन्तर्गत धर्मको तेस्रो अङ्ग हो “सम्मा आजीवो” सम्यक् आजीविका । हरेक व्यक्तिलाई जीवनयापनका लागि केही न केही काम गर्नु जरूरी छ, चाहे त्यो नोकरी होस् वा व्यवसाय । यसमा एउटा मापदण्ड यही छ कि

आजीविकाको साधनले अरू कसैको हानिनोक्सानी नहोस् जसबाट हामीलाई फाइदा हुन्छ आमदानी हुन्छ त्यसको लागि हामीबाट धौखा नदेऔं । बस यही नै सम्यक् आजीविका हो ।

धर्मको दोस्रो क्षेत्र हो— समाधि । यदि धर्म शील सदाचारका उपदेशहरूमा मात्र सीमित रहेको भए धर्म, धर्म हुँदैन । शील-सदाचारको उपदेश सदीयौँदेखि सुनेर आइरहेका छौं । “दुष्कर्म गरिनु हुँदैन” यो कुरा बौद्धिक स्तरमा खूब बुझ्न सकिन्छ, राम्रो पनि लाग्ने हुन्छ तर जब काम गर्ने बेला हुन्छ दुष्कर्म भएरै छोड्छ किनकि मन बसमा हुँदैन । समाधिबाट मनलाई बसमा राख्न सकिन्छ । यसका तीन अङ्गहरू हुन्छन् ।

‘सम्मा वायामो’ को अर्थ हो सम्यक् व्यायाम, सम्यक् कसरत । जसरी शरीरको विकार, शरीरको रोग हटाउनको लागि उचित व्यायाम वा भनौं उचित कसरतको आवश्यकता हुन्छ त्यस्तै प्रकार मनको विकार हटाउनको लागि र मनको निर्बलता हटाउनको लागि मनको व्यायाम आवश्यक पर्दछ । मनको यो व्यायाम के हो ? आफ्नै मनको निरीक्षण गर्नेछौं र देख्नेछौं कि मनका यो खराबी छ, यस खराबीलाई निकाल्ने प्रयास गर्नेछौं । फेरि मनलाई हेर्नेछौं । पाउनेछौं कि मनमा त्यस्ता नराम्रा कुराहरू केही छैनन् त मनको ढोका बन्द गरिदिन्छौं अनि प्रयत्न गर्नेछौं कि जुन खराबीहरू मनमा छैनन् ती आउन नपाउन् । फेरि मनलाई हेर्नेछौं अनि पाउनेछौं कि मनमा सद्गुणहरू छन्, असल भावनाहरू छन् त प्रयत्न गर्नेछौं कि यस्तो कायम नै रहोस् । उनको सम्बर्धन होस् ।

त्यसको बृद्धि होस् । फेरि मनको निरीक्षण गर्नेछौं र अनुभव गर्नेछौं कि मनमा अमुक सद्गुण रहँदैरहेनछ, त्यो हुनुपर्‍यो । त्यसैले प्रयास गरिनेछ कि त्यो सद्गुण प्राप्त होस् । बस यही चारवटा मनका सम्यक् व्यायाम हुन् ।

समाधिको अर्को अङ्ग हो ‘सम्मा सति’, सम्यक् स्मृति पच्चीस सय वर्षमा भाषा परिवर्तन भैहाल्छ, अर्थ परिवर्तन भैहाल्छ । आजकाल स्मृति भन्नाले सम्भना वा स्मरण शक्तिलाई बुझाउँछ । त्यसबेला स्मृतिको मुख्य अर्थ थियो जागरुकता, सावधानी । जागरुकता वर्तमान क्षणको हुने

गर्दछ । वितिसकेको समयको लागि कोहीपनि जागरूक वा सावधान रहन सक्तैन । उसको त केवल स्मरणशक्ति मात्र बाँकी रहिरहेको हुन्छ । हामी वर्तमानप्रति जति जति सजग हुन्छौं उति उति सम्यक् स्मृति हुनु हो । यो क्षण आफ्नो बारेको सच्चाइ हो, बस यसैलाई महत्त्व दिइनुपर्दछ । हामी देखिरहेकाछौं कि मन आफ्नो पुरानो आदत अनुसार भागिरहन्छ—कहिले बितेका कुराहरूमा त कहिले भविष्यका कल्पनाहरूमा । प्रयत्न गर्छौं, त्यसलाई वर्तमानमा ल्याउँछौं देख्छौं सास आइरहेछ, गइरहेछ, स्पर्श भैरहेको । स्पर्श भैरहेको छैन । जुन पनि मानसिक स्थिति छ त्यसैलाई देखिरहेका छौं । स्थूलताबाट शुरूआत गरेर सूक्ष्मतातिर लाग्न थाल्यौं ।

पहिला हामीले स्थूल कुराहरू जान्यौं, बाक्लो बाक्लो श्वास आएको गएको जान्यौं । फेरि केही सूक्ष्म श्वासको बारेमा जान्यौं । अब यो भन्दापनि सूक्ष्म कुरा थाहा पाउने कोशिश हामी गर्नेछौं । एकातिर हामीले श्वासलाई ध्यान दिइरहनेछौं भने अर्कोतिर नाकको त्रिकोण जुन ठाउँलाई हामीले रोजेका छौं त्यहाँ के भइरहेको छ त्यो पनि थाहा पाउने कोशिश गर्नेछौं । श्वासको स्पर्शले केही प्रतिक्रिया त भै नै रहन्छ । थाहा पाउन थालिनेछ । कि जुन श्वास भित्र आइरहेछ त्यो चीसो चीसो लाग्छ, जुन भित्रबाट बाहिर जान्छ त्यो तातो तातो लाग्छ । त्यो कार्य प्रकृतिको नियम अनुसार बाहिर र भित्रको वातावरणको प्रभावबाट भैरहेको छ । यो वर्तमानको सत्य कुरा हो, कल्पना होइन । बिस्तार-बिस्तारै अरू सत्यकुराहरू पनि थाहालाग्नेछन् । जब-जब मन सूक्ष्म हुन थाल्नेछ, शरीरभित्र जुन जुन जीव-रासायनिक, विद्युत, चुम्बकीय प्रतिक्रियाहरू भैरहेका छन् तिनीहरूलाई अनुभव गर्न थालिनेछ ।

हाललाई यो अभ्यास नाकको त्रिकोणमैसम्म मात्र सीमित राख्नु छ । यसै सीमाभित्र हामी देख्नेछौं कहिले गरूङ्गोपन महशूश भैरहेछ त कहिले हल्कापन, कहिले शीतलपन महशूश भैरहेछ त कहिले के अरू केही । कुन समय के होला यसको पूर्व धारणा राखिनुहुन्न । पूर्व कल्पना गरिनुहुन्न । स्वभावैले आफै जे भैरहेछ, उसैलाई हेर्नुपर्दछ । जागरूक भएर वर्तमानको सत्यतालाई

हेर्नुपर्दछ । यही सम्यक् स्मृति हो । यसको सहायताले अनुभूतिहरूको तहबाट हामीले ज्ञातबाट अज्ञात क्षेत्रको बारेमा पनि जान्नेछौं ।

यस क्षेत्रको तेस्रो अङ्ग हो, 'सम्मा समाधि' सम्यक् समाधि । समाधिको अर्थ हो चित्तको एकाग्रता । मन कुनै पनि आलम्बनलाई लिएर एकाग्र हुन सक्दछ तर मनको एकाग्रतामात्र सम्यक् समाधि होइन । आलम्बनलाई लिएर यदि मनले राग पैदा गरिरहेछ र द्वेष पैदा गरिरहेछ भने यी सम्यक् समाधि होइन । आलम्बनलाई देख्नुको हाम्रो प्रयास राग, द्वेष र मोहरहित हुनु हो । हाम्रो चित्त एकाग्र होस् तथा सतत जागरूक होस् । जागरूकता यसै क्षणको सत्यताप्रति होस् तथा राग, द्वेष र मोहरहित होस् । बस, यही सम्यक् समाधि हो ।

यो जुन हामीले श्वासलाई हेरिरहेछौं न राग जाग्छ, न द्वेष जाग्छ, न कुनै भ्रम-भ्रान्ति वा मोह-मूढता । श्वास आइरन्छ, गइरहेछ-यसैलाई हेरिरहेछौं । यदि कुनै सम्बेदना थाहा भैरहेको छ भने त्यसलाई पनि राग, द्वेष र मोहरहित भएर हेरिरहेछौं । यस्तो समाधिमा स्थित व्यक्ति राग, द्वेष र मोहरहित अवस्थाहरूमा वर्तमान क्षणको सत्यताप्रति सतत जागरूक हुन्छ । यही सम्यक् समाधि हो, शुद्ध समाधि हो, निर्मल समाधि हो ।

क्षण-क्षण, क्षण-क्षण बीतते, जीवन बीतत जाय ।
क्षण-क्षणका उपयोग कर, बीता क्षण नहिं आय ॥
अपना भी होवे भला, सभीका होय ।
जन-जनका मङ्गल सधे, शुद्ध धरम है सोय ॥
सांस देखते- देखते, सत्य प्रगटता जाय ।
सत्य देखते-देखते, परम सत्य दिख जाय ॥
धरम न मिथ्या मान्यता, धरम न मिथ्याचार ।
धरम न मिथ्या कल्पना, धरम सत्यका सार ॥
जब-जब अन्तर जगतमें, जागे चित्त विकार ।
मै भी दुखिया हो उठूँ, दुखी करूँ संसार ॥
हिन्दू हो या बौद्ध हो, मुसलिम हो या जैन ।
जब-जब मन मैला करे, तब-तब हो बेचैन ॥

क्रमशः

चार आर्य सत्य

धम्मवती गुरुमां

● चतु आर्य सत्य भनेको के-के हुन् ?

- (१) दुःख सत्य-जीवन दुःखले भरिएको छ ।
- (२) दुःख समुदय सत्य-दुःखको कारण तृष्णा ।
- (२) दुःख निरोध सत्य-दुःख नभएको निर्वाण ।
- (४) दुःख निरोध गामिणि प्रतिपदा आर्यसत्य-दुःख हटाउने मार्ग छ ।

● दुःख सत्य भनेको के-के हुन् ?

- (क) जाति दुःख-जन्म हुनु दुःख ।
- (ख) जरा दुःख-बुढा बुढी हुनु दुःख ।
- (ग) व्याधि दुःख-रोग हुनु दुःख ।
- (घ) मरण दुःख-मर्नुपर्ने दुःख ।
- (ङ) अप्पियेहि सम्पयोगो दुक्खो-आफूलाई मन नपर्ने व्यक्तिहरूसँग जीवन बिताउनुपर्ने दुःख ।
- (च) पियेहि विप्पयोगो दुक्खो- आफूलाई मनपर्ने व्यक्तिहरूसँग बिछोड भईबस्नुपर्ने दुःख ।
- (छ) यँपिच्छं न लभति तम्पि दुक्खं- आफूले इच्छा गरे को पूरा नहुनु पनि दुःख नै हो ।
- (ज) संखित्तन पञ्चुपादानक्खन्धापि दुक्खा- संक्षिप्तमा भन्ने हो भने यस पञ्चस्कन्धरूपि शरीर धारण गर्नु नै दुःख हो ।

● दुःख समुदय सत्य भनेको के-के हुन् ?

- (क) काम तण्हा- पञ्चकाम भोग (मोज मज्जा) गर्ने इच्छा ।
- (ख) भव तण्हा- फेरि-फेरि जन्म लिने इच्छा ।
- (ग) विभव तण्हा- तृष्णाक्षय नगरिकन नै मुक्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने विश्वास सहितको इच्छा ।

● दुःख निरोध सत्य भनेको के-के हुन् ?

- (क) स उपादिसेस निब्बान धातु- पञ्चस्कन्ध बाँकि रहेको अवस्थामा क्लेश निरोध हुनु ।
- (ख) अनुपादिसेस निब्बान धातु- पञ्चस्कन्ध र क्लेश दुवै निरोध हुनु ।

● दुःख निरोधगामिनि पतिपदा आर्यसत्य भनेको के-के हुन् ?

आर्य अष्टाङ्गिक मार्गहरू-

- (क) सम्मादिट्ठि- सम्यक दृष्टि-ठीक तरिकाले बुझिलिने ।

- (ख) सम्मा संकप्प- सम्यक संकल्प-राम्रो नियत ।
- (ग) सम्मा वाचा- सम्यकवचन-ठीक तरिकाले कुरा गर्नु ।
- (घ) सम्मा कम्मन्त- सम्यक कर्मान्त- ठीक तरिकाको काम ।
- (ङ) सम्मा आजिव-सम्यक आजीविका-ठीक तरिकाको जीविका ।
- (च) सम्मा वायाम- सम्यक व्यायाम-ठीक अभ्यास ।
- (छ) सम्मासति- सम्यक स्मृति-ठीक होस् हुनु ।
- (ज) सम्मा समाधि- सम्यक समाधि-ठीक कार्यमा मन एकाग्र गर्ने । ❖

क्रमशः

छःपिं विनाः मेपिं जितः सुंमन्त

जगमोहन वामि

मन जिगु हाकुसे च्वंकाः भगवान् ।
 गथेयानाः छपिनि न्हचोने वय्गु ?
 ख्वालय् मिखा दूसां नुगः मिखा काँ जुल ।
 गथेयानाः छपिन्त तप्येक स्वय्गु ? ॥धु॥
 जि जन्म जूबलय्, च्याय् च्याय् खोल जुई ।
 तर अबलय् जिगु मन, यचुसे च्वं जुई ॥
 आः थौं सकतां, सिइकाः थुइकाः ।
 हाकुसे बुलुया वल गथे याय्गु ॥
 मन जिगु हाकुसे !
 ध्यान याना च्वंसा, मिखा चाया वइगु ।
 ईर्पाया सुपाय् वयाः, ल्हापसा च्याइगु ॥
 न्हिनय् नं चान्ह्य् जूथेँ, अलय् खिउँया वइगु ।
 तसकं हे गयासें वल आःगथे यायेगु ॥
 मन जिगु हाकुसे !
 थथे अथे धाधां हे ई नं मन्त ।
 म्हं जक बाँकी दनी, शक्ति छुँ हे मन्त ॥
 गन वने च्वने, पछुतावे जुल ।
 छपिं विना मेपिं प्रभू, जितः सुंहे मन्त ॥
 मन जिगु हाकुसे !

धम्मपद - २३८

रिना तुलाधर (बनिया)

‘परियत्ति सद्धम्म कोविद’

**मनुजस्स पमत्तचारिनो, तण्हा वड्ढति मालुवा विय
सो प्लवति हुराहुरं, फलमिच्छं व वनस्मिं वानरो**

अर्थ— प्रमादी व्यक्तिको तृष्णा ‘मालुवा’ नाउँको जङ्गली फोहर जस्तै बढेर आउँछ । फलको इच्छा गरी जङ्गलमा यताउती उफ्रेर हिँड्ने बाँदर जस्तै उक्त व्यक्ति संसारमा बार-बार यताउती जन्म लिन पुग्छन् ।

यं एसा सहती जमी-तण्हा लोके विसत्तिका

सोका तस्स पवड्ढन्ति-अभिवट्ठं व वीरणं

अर्थ— जसलाई यो बारबार जन्म लिएर हिँड्ने विषरूपी तृष्णाले समाती राख्छ, त्यसको चित्तमा वर्षाकालमा ‘वीरण’ नामको घाँस जस्तै शोक बढेर आउँछ ।

या चेतं सदते जम्मी-तण्हं लोके दुरच्चयं

सोका तम्हा पपतन्ति-उदविन्दू व पोक्खरा

अर्थ— जसले यो बारबार जन्म लिने विषरूपी तृष्णालाई जिती लिन्छ, त्यसको शोक त्यसरी खस्छ, जसरी कमलको फूलबाट पानीको थोपा ।

तं वो वदामि भद्दं वो-यावन्तेत्थ समागता

तण्हाय मूलं खण्थ-उसी रत्थो व वीरणं

मा वो नलं व सोता व-मारो भञ्जि पुनप्पुनं

अर्थ— त्यसैले यहाँ उपस्थित भएका तिमीहरू सबै को कल्याणको निमित्त म भन्छु— जसरी उशीर चाहनेले वीरण घाँसलाई जरैदेखि उखेल्दछ, त्यसरी नै तृष्णालाई जरै देखि उखेल- तिमीहरूलाई पानीको धारले पातलो बाँसलाई ढाले झैं मारले नढालोस् ।

घटना— उपरोक्त गाथाहरू भगवान बुद्धले जेतवन विहारमा बास गरीरहनु भएको बेला कपिल भन्ने माछाको कारणमा बताउनु भएको थियो ।

श्रावस्ती नगरको द्वारतिर पोडे जातका एक समूह केटाहरू अचीरवती नदीमा जाल फ्याँकेर माछा टिपीरहेका थिए । तिनीहरूको जालमा एउटा राम्रो सुवर्ण वर्णको माछा फसेछ । ती केटाका आफन्तहरूले त्यो राम्रो माछा देखी दङ्ग परे “हाम्रा छोराहरूले यस्तो राम्रो माछा पकडी लिएछ । यो देखी त देशका महाराजाले हामीलाई धेरै इनाम दिनेछ ।”

पोडेहरूले एउटा सानो डुङ्गामा पानी हाली माछालाई त्यसमा राखेर बोकी महाराजाकहाँ गए ।

महाराजाले त्यो अचम्मको माछा देखेर विचार गरे कि यो प्राणी किन यसरी राम्रो सुवर्ण वर्णको भएर जन्म्यो भन्ने कुरा त भगवान बुद्धले मात्रै बताउन सक्नु हुन्छ । यस्तो

सोची महाराजा माछालाई बोकाई भगवान बुद्ध कहाँ गए ।

जेतवन विहारमा पुगेपछि माछाले मुख खोल्दा त फेरि विहारभरि गन्हाउने गरीकन माछाको मुखबाट दुर्गन्ध फैलियो । महाराजले भगवान बुद्धसँग प्रश्न गरे— “भो तथागत यो माछाको शरीर सुवर्ण वर्णभई यति विचित्रले राम्रो छ, तर उनकै मुखबाट भने यस्तो दुर्गन्ध फैलियो त्यस्तो किन ?”

तब भगवान बुद्धले माछाको पूर्व जन्मसँग सम्बन्धित कुरा बताउनुभयो— हे महाराज यो माछा काश्यप तथागतको शासन समयमा कपिल नामको भिक्षु थिए । उनी ग्रन्थधुर भएर परियत्ति शासनमा विद्वान भएका थिए । अतः उनले धेरै लाभ सत्कार पनि पाएका थिए । तर अभिमानको कारणले र लाभ सत्कारको तृष्णाको कारणले उनीले आफ्नो वचन नै सत्य हो भनी बुद्ध उपदेशलाई समेत गलत प्रचार गर्थ्यो । आफ्नो कुरा नमान्नेलाई गाली दिन्थ्यो । एवं प्रकारले उनीले बुद्ध शासनलाई समेत हानी पुऱ्याएको थियो, विनाश गरेको थियो । यही पापले धेरै कालसम्म अविचि नरकमा भोगी कुनै पुण्य फल स्वरूप अहिले माछा भएर जन्मेको छ । त्यसैले मुखबाट दुर्गन्ध आएको हो । तर उनीले लामो समयसम्म बुद्ध वचन अरूलाई पढायो, सिकायो, बुद्धको प्रशंसा गर्थ्यो । यही पुण्य फल स्वरूप उनको शरीरको वर्ण राम्रो भएको हो ।” यसरी आज्ञा भई भगवान बुद्धले पुनः भन्नुभयो— “उनको पूर्व उनकै मुखबाट सुन्न चाहन्छौं के ?”

भिक्षुहरूले ‘माछालाई नै बोल्न लगाइदिनुस्’ भनी आग्रह गरे । भगवान बुद्धले सोध्नुभयो— “तिमी कपिल हो के ?”

माछाले बोल्थो— “हो म नै पूर्व जन्मको कपिल भिक्षु हुँ ।”

“तिमी कुन लोकबाट यहाँ जन्म लिएका हो ?”

“अवीचि महानरकबाट आएर यहाँ जन्म लिएको ।”

“यहाँबाट कहाँ जान्छौ ?”

“अवीचि नरक मै जानुपर्छ ।” यति भनी माछा उदार भएर ढुंगाको टुप्पोमा शीर बजाई बजाई त्यहिं मर्त्यो ।

त्यो अचम्मको दृश्य हेरेर बसेका सबै मानिसको मनमा संवेग उत्पन्न भयो, एककिसिमको डर पैदा भयो तिनीहरूको मनमा । त्यहाँ उपस्थित मानिसहरूको चित्तको अवस्था बुझी भगवान बुद्धले त्यतिखेर त्यहाँ सुहाउँदो धर्म देशना दिनुभयो । अनि उपरोक्त गाथाहरू भन्नुभयो । ❖

चिन्तनमय प्रज्ञा

भिक्षु अश्वघोष

हामीलाई चाहिरहेको व्यवहारिक प्रज्ञा हो । समाजबाट अलग भएर बस्ने प्रज्ञा होइन । जसरी पनि कलह नहुने गरी पारिवारिक जीवन र सामाजिक तथा धार्मिक जीवन आनन्दले बिताउन पाउने प्रज्ञा चाहिरहेको हो । सुनेझैं चिन्तनशक्ति भएन भने बुद्धि काम लाग्दैन । ठाउँ हेरि काम गर्न सक्तैन । केवल पढिराखेको ज्ञान र विद्वत्ताले काम दिदैन । विवेकबुद्धि चाहिन्छ, चिन्तनशक्ति चाहिन्छ । यो कुरा बुझाउनको लागि एउटा उदाहरण प्रस्तुत गर्दछु ।

राजाको चिन्तनशक्ति—

एकजना राजा थियो । एकजना भिक्षुको उपदेश सुनेर र राम्रो आचरण देखेर उनको मन प्रसन्न भयो अथवा भन्नुं, मन प्रभावित भयो । त्यसो भनेको भिक्षुप्रति श्रद्धा उत्पन्न भयो ।

राजाले ती भिक्षुलाई विहार एउटा निर्माण गरिदियो । राजाले दैनिक आफू जसरी खाने हो, त्यसरी नै मासु, माछा राखेर दरवारबाट खाना दिन पठाउने भयो । दरवारको खाना खाएपछि त्यो भिक्षु मिठो खानेमा पल्कियो । जनताहरूको खाना मुखबाट भित्र गएन । सिद्धार्थ कुमार राजगृहमा पहिलो पटक भिक्षा जानुहुँदा जनताको खाना मुखबाट भित्र गएन भनेको कुरा साँच्चै पो रहेछ । त्यसैले बुद्ध बरोबर भिक्षुहरूलाई भन्नुहुन्छ— आशक्त नहुनु, नपल्कनु ।

त्यो भिक्षु माछा, मासु नभई खाना खान नसक्ने भयो । त्यतिबेला पनि पसलमा मासु नहुने एकादशी जस्तो दिन रहेछ । पहिला पहिला दरवारमा पनि त्यो दिन मासु नहुने जस्तो देखिन्छ । त्यस्तो दिन मासु विनाको भोजन खानुपर्दा ती भिक्षुलाई भोजन पनि रुचेन । विहारको नजिकै माछा भएको एउटा पोखरी थियो । मासु नहुने जानेर पहिला नै ती भिक्षु उक्त पोखरीमा माछा मार्न जाने गर्थ्यो ।

एकदिन त्यो भिक्षु मासु नपाउने जानेर पोखरीमा माछा मार्न गएछ । माछा मार्दा-मार्दै समय गएको पत्तो नै पाएन । दरवारबाट भोजन लिएर आएका मानिसहरू विहारमा आउँदा भिक्षुलाई देखेन । भन्ते (भिक्षु) कहीं जानुभयो भनी यताउता हेर्दै जाँदा माछा मारिरहेको भिक्षुलाई

देख्यो । त्यो भिक्षु पनि दरवारबाट भोजन ल्याउने मानिसहरू देखासाथ माछा समात्ने बल्छी त्यही फाली लाजले झुकेर पर्खाल मुनि-मुनिबाट विहारतिर भागे ।

दरवारबाट भोजन ल्याउने मानिसहरूले मन विगारे । माछा मारेर खाने भिक्षु नै होइन, त्यस्तो भिक्षुलाई भोजन पनि दिन्न भनी उनीहरूले दरवारमा नै भोजन फिर्ता लगे ।

उता राजाले सोधे— “किन भन्ते विहारमा हुनुहुन्न र ? भोजन किन फिर्ता ल्यायो ?”

उनीहरूले भने— “महाराज, त्यो भिक्षु नै होइन । हामी जाँदा त्यो भिक्षुले माछा मारिरहेको थियो । त्यसैले हामीले भोजन फिर्ता नै ल्यायौं ।”

राजाले सोधे— “तिमीहरूले नै देखेको हो र त्यो भिक्षुले माछा मारिरहेको ?”

उनीहरूले भने— “हाम्रै आँखाले नै देखेको हो, महाराज !”

राजाले फेरि सोधे— “तिमीहरूलाई त्यो भिक्षुले देखेको हो कि होइन ?”

उनीहरूले भने— “त्यो भिक्षुले त हामीलाई देखासाथ एकदम लाजले विस्तारै बल्छी फालेर टाउको झुकाई पर्खाल मुनि-मुनिबाट विहारतिर भाग्यो ।”

राजाले भने— “ती भिक्षुसँग लज्जा भएसम्म उहाँ विप्रेको छैन । लाज नभएको भए भिक्षुत्वबाट पतन हुने थियो । त्यो भिक्षु नै हो । जाऊ, यो भोजन फेरि उहाँलाई नै दिएर आऊ ।”

यहाँ राजासँग चिन्तनमय प्रज्ञा भएकाले माछा मारिरहेको भिक्षुप्रति श्रद्धा विगारेन । रिस उठाएन । प्रज्ञा नभएको, चिन्तनशक्ति नभएको मानिस भए त्यो भिक्षुलाई मान्छे नै गन्दैनथे होला । हामीकहाँ भिक्षुहरूको निन्दा गर्ने र दोष खोज्नेमात्र धेरैको बानी भइसकेको छ । मूल्याङ्कन गर्ने बानी त्यति देखिदैन । दोष र गल्ती कसको मात्र हुँदैन र । त्यसो भनेको मतलब आलोचना गर्नुनै हुँदैन भनेको पनि होइन । दोष भनेको सकभर नभएमा मानिसको जीवन उज्ज्वल हुनेछ, मूल्य बढ्नेछ ।

माथि उल्लेख गरेको घटनामा राजासँग चिन्तनमय

प्रज्ञा भएकाले समस्याको समाधान भएको छ । समस्या समाधानतिर ध्यान दिनुपर्छ । नत्र त माछा मारेर खाने भिक्षुलाई विहारबाट निकालिदिन्थ्यो अथवा चीवर फुकाली पठाउँथ्यो । यो चिन्तनमय प्रज्ञा भएमा जीवन झलमल्ल हुन्छ । यो कुरा लेखिराख्ने लेखकमा पनि सधैं चिन्तनमय प्रज्ञा छ भन्न मिल्दैन । शायद मेरो शिष्य श्रामणेरहरूले माछा मारेर खाएको नदेखे पनि सुनेको मात्र भए पनि चीवर छोडेर जाऊ भनिसक्थे होला । कार्यक्षेत्रमा झट्टपट्ट प्रज्ञा नहुँदो रहेछ । हामी धेरैमा बुद्धिविलाषिता नै मात्र देखिन्छ । व्यवहारमा प्रयोग गर्ने प्रज्ञा छैन । यो एउटा कमजोरी नै हो । ❖

थःम्हं धयाथे मदुगु श्व शरीर

❖ माधवी गुरुमा

श्व शरीर झीसं धयाथें मदुगु
विनाश जुजुं फुना वनीगु
रोगया छ्चें जाल ग्वया तःगु
अङ्ग प्रत्यङ्ग हे विनाश जुयावनीगु
युवा अवस्थां तोताः बृद्ध बृद्धां लिना च्वंगु
श्व हे खःश्व झीगु नश्वर शरीर
मयेक मयेक मिखां मखना वर्डगु
वथें न्हायपनं मताया वर्डगु
महुतुई च्वंगु वा हाया वनीगु
शोभा मदयाः विशिद्धि जुयावनीगु
नयगु इच्छा दुसां छुं नय मफर्डगु
श्वहे खः दुःखया कारण
उखें थुखें वनेमाःगु श्व तुतिया
गनं वने मफयाः मेपिनिगु भरे च्वनेमाःगु
स्वाधिन तोताः पराधिन ज्वीमाःगु
श्व हे खः दुःखया कारण झीगु
मतथें थिना च्वंगु श्व मिखा
छुं छुं हे मखनाः हिहीमही चाय् माःगु
थजाःगु शरीर घानाः झीपिं
गुलिजक भुलेजुया च्वनेगु
भगवान बुद्धया उपदेश न्यनाः श्वीकाः
ज्ञान कयाः झी मुक्त ज्वीनु
छन्हु निन्हु धा-धां समय वंगु
जीवन भ्वाथः जूगु मचाःपिं झीपिं ।

ज्ञानरत्न भिंतुने

❖ अमृतमान शाक्य भिक्षु

साधु ! साधु !! साधु !!!

ज्ञानरत्न छाया प्यूगु खुसिवाः वःगु
लसतांभयव्यूगु पवित्र खोविधाःहाःगु
बुद्ध धर्म संघयात कोटी-कोटी वन्दना ।

चःतिमुनाः पुखूदेयकाः

छफुती छफुतीया ल्याखँ जल प्रसाद भाःपाः

अवतमी पुन्हिया तेजं नः

राह केतुया जःलं तपुइकाः ।

चञ्चल चित्त उखेलाः थुखेलाः

लडाईले त्याका वःमहः योद्धा जुयाः

भिन्तुने उमहः योद्धा पिन्त

साधु ! साधु !! साधु !!! छुयाय् मघाये ।

बुद्ध धर्म संघया सरणें वनानं

छाय् योद्धा मघाये थ्वं मननं

क्रान्ति समान खः सरण वनेगु

अभिनन्दन छाया मयाये

साधु ! साधु !! साधु !!!

प्रज्ञा मेरो ज्योति

❖ प्रेमलक्ष्मी तुलाधर

बुद्ध मेरो उद्देश्य हो

आमा मेरो धर्म हो

जीवन मेरो कर्म हो

काम मेरो प्रगति हो

विहार मेरो लक्ष्य हो

दान मेरो पूण्य हो

शील मेरो स्वभाव हो

भावना मेरो अभ्यास हो

प्रज्ञा मेरो ज्योति हो

कोमल मेरो मन हो

पाइला मेरो अभिवृद्धि हो

अन्त्य मेरो सौगात हो ।

सद्धर्मः के हो र किन चाहियो ?

दोलेन्द्र रत्न शाक्य

खान-पिउनमा, निदाउनमा र सन्तानोत्पादन क्रियामा मात्र सीमित भए मानिस र अन्य प्राणीहरू बीच कुनै भेद रहेन । पशु समान हुनेभयो, मानिसलाई मानिस भएर बाँच्न र मानव जीवन सफल र सार्थक पार्न उडटा अत्यावश्यक वस्तु उपलब्ध गर्नुपर्छ, त्यसलाई धारण गर्नुपर्छ र पालन गर्नुपर्छ अनि मात्र सच्चा मानिसको रूपमा बाँच्न सकिन्छ । यसको अतिरिक्त जन्म-मरणरूपी दुःखबाट पूर्णतया मुक्तिको अवस्था 'निर्वाण' सम्पत्तिलाई पनि साक्षात्कार गर्न सकिन्छ । त्यो अत्यावश्यक वस्तु हो— 'सद्धर्म' ।

शील, समाधि र प्रज्ञाले युक्त धर्म नै 'सद्धर्म' हो । शरीर वचनले शुद्ध कर्म गर्नु 'शील' हो मनलाई आफ्नो वशमा राख्नु र मानसिक कर्म सुधारी मनलाई निर्मल पार्दै लैजानु 'समाधि' हो । अनि मनमा थन्किरहेका राग, द्वेष र मोहका संस्कारहरूलाई जरैदेखि उन्मूलन गरी दुःखबाट मुक्त पार्न उपयुक्त र अपरिहार्य औजार स्वरूप काम गर्ने तत्त्व 'प्रज्ञा' हो ।

(यस कुराको मूलमा भगवान बुद्धले प्रथम उपदे शका रूपमा चार आर्य-सत्यलाई उपदेश गर्नुभएको छ । पहिलो सत्य— दुःख सत्य हो । जस्तैः जन्म, रोग, बुद्धौ ली, मृत्यु, मनपर्ने सितको वियोग, मन नपर्ने सितको संयोग, इच्छा अपूर्ण हुनु र पञ्चोपादान स्कन्ध (रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार, विज्ञान) दुःखहरू । दोस्रो सत्य हो— दुःख उत्पत्तिको कारण जस्तै राग (लोभ), द्वेष (क्रोध) र मोह (अज्ञानवस्था) । तेस्रो सत्य हो— दुःख मुक्तिको अवस्था, त्यो हो निर्वाण । चौथो सत्य हो— निरोध मार्ग (उपाय) तल दिइएका शील, समाधि र प्रज्ञा-स्कन्धहरू पर्दछन् ।

शील स्कन्ध—

- १) सम्यक वचन (सत्य वचन बोल्ने, मेल-मिलाप हुने कुरा गर्ने, प्रिय वचन बोल्ने, अनि आवश्यक र अल्प वचन बोल्ने) ।
- २) सम्यक् कर्म (प्राणी हत्या नगर्ने, चोरी ठगी नगर्ने, व्यभिचार नगर्ने, मद्यपान नगर्ने) ।

- ३) सम्यक आजीविका (विष, प्राणी, हतियार, हिंसाको लागि पशु, मादक पदार्थ, विक्रि नगरी अन्य हितकारी भनिएका व्यवसायहरू गर्ने)

समाधि स्कन्ध—

- १) सम्यक स्मृति (शारीरिक गतिविधि, चित्तको अवस्था र गतिविधि, शरीरमा उत्पन्न भएका संवेदनाहरू र धर्मताहरूलाई अनुपश्यना गर्नु अथवा तीनप्रति सजग, सचेत र जागरूक रहनु हो, बेहोशीमा, प्रमादमा वा विवेक शून्य अवस्थामा कुनै काम शरीर, मन या वचनबाट नगर्नु हो, होशपूर्वक कर्म सम्पादन गर्नु हो ।
- २) सम्यक व्यायाम (मनमा उठेका नराम्रा भावनाहरूलाई शरीर वचन मार्फत व्यक्त हुन नदिने, मनमा उठेका राम्रा भावनाहरूलाई शरीर वचनमार्फत व्यक्त गर्नु वा तिनीहरूलाई सम्बर्द्धन गर्न प्रयत्नशील हुनु हो ।
- ३) सम्यक समाधि (मनलाई वशमा लिने, राग, द्वेष र मोहविहिनको आलम्बनमा मनलाई सजग सचेत र एकाग्र बनाई मनलाई निर्मल पार्ने) ।

प्रज्ञा स्कन्ध—

- १) सम्यक दृष्टि (ठीक धारणा ग्रहण गर्नु) (मिथ्या धारणा) यिनै हुन् (क) सबै थोक सबै प्राणी ईश्वरले नै सृजना गरेको हो । (ख) सुख-दुःख सबै पूर्वजन्मको फल हो र (ग) जे-जस्तो हुन्छ अचानक हुन्छ, कारण हुँदैन । यहाँ चिन्तन मनन गर्नुपर्ने कुरा माथिका तीन प्रकार का दृष्टिलाई हटाई पूर्व जन्ममा र वर्तमान जीवनमा आफ्नो काय वाक र चित्तमार्फत गरिएका र गरिने कर्महरू नै सुख दुःखका कारण हुन्, वाह्य तत्त्वको यसमा कुनै भूमिका हुँदैन ।
- २) सम्यक संकल्प (ठीक विचार, ठीक चिन्तन मनन र ठीक कल्पना) खास गरी सम्यक संकल्पमा (क) अविहिंसा संकल्प अर्थात् हत्या हिंसाबाट विरत हुने संकल्प (करुणाधर्म) (ख) अब्यापाद संकल्प अर्थात् क्रोध, घृणा र बदलाको भावनाबाट विरत रहने संकल्प (मैत्री-धर्म) र (ग) नैष्कम्य-संकल्प अर्थात्

संग्रह, स्वार्थ र कञ्जुसिपनावाट विरत रहने संकल्प (त्याग-धर्म) ।

तलका सात तत्त्वहरूलाई पनि सद्धर्म मानिएको छ— (१) श्रद्धा (२) स्मृति (३) अकुशल कर्ममा लज्जा (४) अकुशल कर्ममा भय (५) बहुश्रुति (६) वीर्य (प्रयत्न) (७) प्रज्ञा ।

सद्धर्म भनेको आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो ।

सद्धर्मको परिभाषा—

सब्व पापस्स अकरणं, कुसलस्स सपसमपदा ।

सच्चित्त परियो दपनं, एतं बुद्धानुसासनं ॥

अर्थ— काय, वाक, चित्तले गरिने सबै प्रकारका पाप कर्म नगर्नु, कुशल कर्म सम्पादन गर्नु र आफ्नो चित्तलाई निर्मल राख्नु, यही सबै बुद्धहरूले दिने शिक्षा हो । ❖

(साभार- धर्मको धर्म)

ध्यानकुटी मैत्री वाल आश्रमलाई सहयोग

१)	भक्तलाल अवाले, साँगा	३१०५/-
२)	सूर्य माया श्रेष्ठ, साँगा	१०००/-
३)	तारादेवी शाक्य, बनेपा	१०००/-
४)	मैत्री युवा संघ, भक्तपुर	६००/-
५)	केशचन्द्र शाक्य, बनेपा	६००/-
६)	सुरकृष्ण वैद्य, बनेपा	५००/-
७)	बाबुराजा तुलाधर, असन	५००/-

वार्षिक भोजनको लागि सहयोग—

भीम कृष्ण उदास स्व. रामबहादुर उदास पिताको पूण्यस्मृतिमा रु. १५,०००/-



अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो ।

उपज्जित्वा निरुज्जन्ति तेसं ऊप समोसुखो ।

“पले स्वाँया हल्य् च्वंगु लःथँ, मदु न्है झीगु ठेगान, इमाँ खाचा दाः थँ दायेकाः, छन्हु प्राण ।”

जन्मः

२०३५ असोज २ गते,
सोमवार



दिवंगतः

२०६७ मंसीर २९ गते,
बुधवार



अनुप राज शाक्य

झीगु समाजया जः भाजु पुष्पराज शाक्यया निम्हम्ह काय् वरिष्ठ विमान चालक भाजु अनुप राज शाक्य तारा एयर लाइन्सया विमान दुर्घनाय् लानाः आकाझाकां मदुगु ४५ न्हु दुगु पुण्यतिथिया दुःखँकया च्वँपिं छँ परिवारया जःपिन्त धैर्य, बल वृद्धि ज्वीमा नापं मदुम्ह जःयात नं सुगति एवं निर्वाण प्राप्तिया कामना याना च्वना ।

भोजपुर टक्सार शाक्य समाज

यल

निर्विचार

नरेन्द्रनाथ भट्टराई

जो मानिस निर्विचार अवस्थामा पुग्दछ, त्यही भाग्यमानी पुरुष हुन्छ, महात्मा हुन्छ । सारा धर्मशास्त्रको पनि यही एकमात्र उद्देश्य, निर्विचार अवस्थामा पुऱ्याउनु हो ।

निर्विचार भनेको विचार केही पनि नभएको अवस्था हो हामीले आफूले आफूलाई आफूभित्र राम्ररी नियालेर हेरौं त ! विहानदेखि बेलुकीसम्म अनेकन् विचारहरूमा जेलिएर कहिले दिक्क, कहिले ठिक्क, कहिले चिन्तित, कहिले हतास, कहिले कल्पना, कहिले सुख त कहिले दुःखमा जेलिएर रहेका हुन्छौं । दिनमा मात्र होइन राती पनि तिनै विचारहरूमा परेर स्वप्नको संसारमा घुमिरहन्छौं । स्मरणीय छ, विचारहरूबाट नै हाम्रो मनको श्रृजना हुन जान्छ । विचारहरू भनेको अनेकन् प्रकारका रूख, विरूवा, झारपात जस्तै हुन् भने मन भनेको बन जस्तै हो । बनबाट एक-एक गर्दै रूख, विरूवा सफा गर्दै हटाउँदै लैजाने हो भने बनको नाम निशान नै नरहे जस्तै हामीबाट पनि विचारहरू हटाउँदै लैजाने हो भने मनको पनि नाम निशान नै रहँदैन ।

श्रोण भन्ने एकजना राजकुमार भगवान् बुद्धका शिष्य भएर भिक्षु बने । भिक्षु बनेकै पहिलो दिन भिक्षा माग्न जान लागेका थिए बुद्धले बोलाएर भन्नुभयो— “हेर बाबु ! हिजोसम्म तिमी राजकुमार थियो आज पहिलो दिन भिक्षा माग्न जाँदैछौ, तिमीलाई भिक्षा माग्ने तरिका केही पनि थाहा छैन । तसर्थ राम्ररी बानी नपरिन्जेल मैले एउटा श्राविकालाई भनिदिएको छु । त्यही गएर खाना खाएर आउने गर, केही दिन भिक्षा माग्न जानुपर्दैन ।

श्रोण ती श्राविकाको घरतिर भोजन गर्न हिंडे ।

**प्रारब्धभन्दा पुरुषार्थको बल
तूलो हुन्छ । पुरुषार्थले
भविष्यको लागि सुन्दर प्रारब्ध
निर्माण गर्नुको साथै तोकिएको
प्रारब्धभोगको क्षेत्रलाई पनि
कम गराइदिन्छ ।**

**मनुष्यका चार पुरुषार्थ
छन्— धर्म, कर्म, अर्थ, काम र
मोक्ष । यी चार पुरुषार्थ पूरा
गर्ने काममा शरीर एकमात्र
साधन छ । तसर्थ सर्वप्रथम
हामीले शरीरलाई स्वस्थ र
निरोगी राख्नु पर्दछ ।**

**संसारको दोष देखाउने मानिस
सदा बन्धनमा पर्दछ आफूमा
रहेको दोष देख्ने मानिस मोक्ष
मार्गमा लाग्दछ ।**

साभार- परमात्माको दर्शन
(चिन्तनद्वारा)

बाटामा अनेकन् विचार आउन थाले । कस्तो भोजन मिल्ने होला । (आफूलाई मन पर्ने खानाको याद आउन थाल्यो) श्राविकाको घरमा पुगेर खाना खान बस्छन् त आश्चर्य ! आफूलाई जो जो मन पर्ने भोजन बाटोमा सम्झेका थिए ती सबै आफ्नो अगाडि देखे । कस्तो संयोग परेछ । भन्दै खाना खाए । खाना खाएपछि उनको एकैछिन पल्टने बानी थियो । कसरी अब एक कोसको बाटो । यो टम्म भरिएको पेटमा फर्किने होला भनेर के सोचेका मात्र थिए श्राविकाले सुकूल ओछ्याइ दिएर आराम गर्न आग्रह गरिन् । राजकुमार झन् आश्चर्यमा परे ! फेरि ओछ्यानको बारेमा यस्तो के सोचेका थिए श्राविकाले भनिन्— “भन्ते ! ओछ्यान त मसँग छैन ।” अचम्म मान्दै श्रोणले सोधे, “मेरो विचार तिमी पढ्न सक्छ्यौ कि कसो हो ?” श्राविकाले भनिन्— “हो भन्ते ! ध्यानमा

रहँदा रहँदै पहिले आफ्नो विचार देख्न थालें, अब आफ्नो विचार हरायो अरूको विचार देख्न थालें ।” यति कुरा सुन्ने वित्तिकै श्रोण उठेर हिंडी हाले । सरासर बुद्ध भएको ठाउँमा गएर विन्ति गरे— “भगवान ! भोलिदेखि म त्यहाँ जान्न ।” किन भनी बुद्धले सोध्नुहुँदा श्रोणले भने— “ती श्राविका मनको विचार पढ्न सकिदरहिछिन्, ती राम्री श्राविकालाई देख्दा कतै मेरो मनमा कुवासना उठ्न थाल्यो भने के गर्नु ? त्यसैले म त्यहाँ अब जान्न ।” बुद्धले भन्नुभयो— “बाबु ! मैले तिमीलाई जानीजानीकन त्यहाँ पठाएको हुँ, यही तिम्रो साधनाको अति महत्त्वपूर्ण हिस्सा हो । भोली पनि पर्सी पनि तिमी त्यहाँ जानु पर्दछ, जबसम्म तिमी निर्विचार अवस्थामा त्यहाँ पुगेर फर्कदैनौ तबसम्म जानैपर्छ । एउटा कुरा याद गर, कुनै पनि विचारसँग कुस्ती

खेलन, जितन, पछार्न तिर नलाग, विरोध गर्नतिर पनि नलाग । सजग मात्र होउ । जे, जो विचार आउँछन् हेर मात्र, केही नगर । हेराइलाई राखिछाड । तिमीले नदेखे गरी विचार उठ्न नपावस् । तिम्रो बेहोशीमा विचारले ठाउँ नपावोस् । निरीक्षण मात्र गर । ठीक, बेठीक भन्न तिर पनि नलाग केवल हेर मात्र ।”

भोलिपल्ट राजकुमार गए । जति-जति श्राविकाको घर नजिक आयो विचार पनि आउन खोज्यो तर बुद्धको उपदेश सम्झदै उनी पनि झन्-झन् सजग हुन थाले । घर को ढोकानेर पुगे, झन्-झन् सजग हुन थाले, सिंढी चढ्न थाले । आश्चर्य ! उनका विचार गायब हुनथाले । माथिल्लो सिंढीमा पुग्दा नपुग्दै विचार बिल्कुलै गायब भयो । बहुते हल्का भएर कोठाभित्र पसे, खाना खाएर नाचै, हाँसै,

फर्किएर आएर बुद्धको पाउ परेर यथार्थ वृतान्त सुनाए । बुद्धले भन्नुभयो— “बाबु ! तिमी यो अति महत्त्वपूर्ण साधनामा सफल भयो । अब तिमी चाँडै नै बुद्ध बन्ने छौ । निर्विचार नै बुद्धत्वको कठीन साधना हो । सजगताले नै निर्विचारमा पुऱ्याइदिन्छ । ❖

धर्मकीर्ति (मिहारिका) बुद्धपूर्णा र धर्मद्वैत

मिति	बुद्धपूजा	धर्मदेशना
२०६७/८/२७	मेत्तावती गुरुमां	मेत्तावती गुरुमां
२०६७/९/१	जवनवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
२०६७/९/६	जवनवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां
२०६७/९/१३	खेमावती गुरुमां	खेमावती गुरुमां
२०६७/९/२०	त्यागवती गुरुमां	धम्मवती गुरुमां

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो ।
उपज्जित्वा निरुज्जन्ति तेसं रूप समोसुखो ।



जन्म:

१९८२ वैशाख १७ गते

दिवंगत:

२०६७ कार्तिक १० गते



दिवंगत पुष्प लक्ष्मी मास्के

“रथया ल्यू ल्यू घःचाः वइथें जन्म लिसें वई मरण मन् ।
मृत्यु मयोसां छन्हुला सकलें वनेमाः वइथाय् शरण मन्”



धर्मकीर्ति पत्रिकाका विशेष सदस्य पुष्प लक्ष्मी मास्के ८५ वर्षको उमेरमा दिवंगत भएकाले उहाँको परिवारजनले संसारको अनित्य स्वभावलाई बुझि यस दुःखद् घडीमा धैर्य धारण गर्न सकुन भनि मैत्रीपूर्ण पुण्यानुमोदन गरिएको छ ।

धर्मकीर्ति पत्रिका परिवार

श्रीघः नघःटोल

आमाबाबु र छोराछोरी

लेखक- नारद महास्थविर
अनुवादक- रीना बानिया

भगवान बुद्ध भन्नु हुन्छ पुण्य संचय गर्ने चार क्षेत्र छन् : १) बुद्ध, २) अरहत व्यक्तिहरू, ३) माता तथा ४) पिता ।

बुद्धहरू मानवताका अनमोल फूल हुन् । विश्वमा तिनीहरूको उदय विरलै मात्र हुन्छ । लोकमा बुद्ध उत्पन्न भएको बेलामा र बुद्ध शासन रहेको बेलामा मात्र श्रमणहरू पाइन्छन् । तर एउटी कारुणिक आमा र स्नेह दिने बाबु सबैका हुन्छन् । कर्तव्यपरायण छोराछोरीहरूको लागि पुण्य कमाउन सहजै पाउने खेत आमाबाबु नै हुन् । यी आमाबाबु रूपी पुण्य खेतमा कम मात्रै गरिएको मेहनतको फल पनि अति धेरै हुन्छ । ती छोराछोरीहरू साँच्चै भाग्यमानी हुन् जसका प्रिय आमा बाबुहरू छन् जसमाथि तिनीहरू प्रेम र कृतज्ञता देखाउन पाउँछन् ।

भगवान बुद्धका अनुसार, छोराछोरीहरू आमाबाबु प्रति यति ऋणी हुन्छन् कि एकसय वर्षसम्म छोराछोरीहरूले आमाबाबुलाई काँधमा बोकी चाहिनेसम्म सेवा गरी हिँडे पनि आमाबाबुको ऋण चुकाउन सक्दैन । न संसारभरिकै धनको खानी, हिरामोती आदि चढाउँदा पनि आमाबाबुको ऋण चुकाउन सकिन्छ ।

हिन्दू धर्मशास्त्रमा पनि आमाबाबुको महत्व यसरी देखाइएको छ- दशजना साधारण दुनियाँदारी शिक्षकहरूको बराबर एउटा धार्मिक गुरुको महत्व हुन्छ । सयजना धार्मिक गुरुहरूको बराबर महत्व एकजना बाबुको हुन्छ, तर हजार जना बाबुहरूको बराबर महत्व एउटी आमाको हुन्छ ।

किन पुरानो युगका गुरुहरूले यसरी आमाबाबुको प्रशंसा गरे ? यो सबैलाई बुझ्दो छ । कारणहरू बुझ्न गाह्रो छैन । स्नेही बाबुहरूले आफूलेसकेसम्म ज्यादा ध्यान छोराछोरीहरूको लागि दिन्छन् । तिनीहरू आफैलाई बिर्सेर छोराछोरीको सुख र सुविधाको लागि लाग्छन् । धेरै मेहनत गरेर कमाएको धन छोराछोरीलाई शिक्षा दिन खर्च गर्छन् । छोराछोरी सुख, शान्ति र सम्पन्न भएर रहेको हेर्नुमा नै तिनीहरूको सम्पूर्ण खुशी रहेको हुन्छ । आमाहरूले आफ्नो ज्यान जोखिममा राखेर सन्तान जन्माउँछन् । दूधको रूपमा आफ्नै रगत पिलाउँछन् । बच्चा हुर्काउने क्रममा कैयौँ रात नसुतिकन बिताउँछन् बच्चा हुर्काउन आमाहरूले भोग्ने दुःख कष्ट अवर्णनीय छ । आफ्ना सन्तानको दुःख

कष्टलाई आफ्नै दुःख मान्छन्, खुशीलाई आफ्नै खुशी मान्छन् । सन्तानलाई आफ्नै एक अंश मान्छन् । सन्ताननै तिनीहरूको लागि अमूल्य सम्पत्ति सरह हुन्छ । सन्ताननै तिनीहरूको लागि सुख र खुशीको मुख्य श्रोत हुन्छ । छोराछोरी बिना तिनीहरू शून्य हुन्छन् दुःखी हुन्छन् ।

अब, तिनी नसकिने आमाबाबुको ऋण चुकाउने कुनै उपाय छ कि ? हो, उपाय छ । कसरी भने दुष्कार्य त्यागेर, असल काम गरेर, असल र आदर्श सन्तान बनेर । आमाबाबुको लागि भौतिक सम्पत्ति मात्र पुऱ्याई दिएर पुग्दैन आध्यात्मिक सुख पनि दिलाउनुपर्छ ।

त्यसकारण, हे असल सन्तानहरू, हरबखत आमाबाबु, जो संसारमा तिम्रो सबभन्दा उत्तम भरोसा हो, प्रति आज्ञाकारी बन, दिनदिनै तिनीहरूप्रति श्रद्धा गर । तिनीहरूको इच्छाहरूको कदर गर, र कहिल्यै तिनीहरूको चित्त नदुःखाउ । राम्रो आचरण र श्रेष्ठ व्यवहारले सधैं तिनीहरूको आदर गर आफ्नो बानी व्यहोराबाट यो देखाइदे उ कि तिमिहरू योग्य आमाबाबुका योग्य सन्तान हो आमाबाबुको मृत्यु पश्चात् पनि तिनीहरूको यश कीर्तिमा आँच आउने कुनै काम नगर ।

स्नेहशील पिता

धेरैजसो छोराछोरीहरू ले आफ्ना स्नेहशील, प्रीतिपूर्ण, दयापूर्ण आमाबाबुहरूले आफूमाथि कतिको दया, माया र प्रीति वर्षाएको हुन्छ भन्ने कुराको महशूस गरेको हुँदैन । अरूको माया भन्दा आमाबाबुको माया कैयौँ गुणा बढी महान हुन्छ । कम अनुभव र कम बुद्धि भएका छोराछोरीहरूको माया आफूभन्दा ठूला र अनुभवी आमाबाबुको बराबर हुन्छ भन्न सकिन्न । छोराछोरीहरू आ-आफै आमाबाबु नबनेसम्म आमा बाबुको माया कस्तो हुन्छ भने अनुभव गर्न सक्तैनन् । उदाहरणस्वरूप एउटा सचित्र कथा प्रस्तुत गरिन्छ ।

देवदत्तबाट उस्काइएको राजकुमार अजातशत्रुले आफ्ना पिता महाराज बिम्बिसारलाई मारी राज्य लिन चाहे । दुर्भाग्यवश उनको षडयन्त्र थाहा पाइयो । स्नेहशील पिता बिम्बिसारले उनलाई दुष्कार्य गर्न प्रयत्न गरेकोमा सजाय नदिईकन उल्टो उनलाई राजा घोषणा गरिदियो ।

कृतघ्न छोराको पितालाई भोकै मारन जेलमा थुनिदिए ।

माता महारानीले मात्र महाराजलाई भेट्न जान पाउने गरियो । महारानीले जिउमा लुकाईलुकाई खाना पुऱ्याइरहिन । युवराजले त्यसो गर्न दिएन । महारानीले केशमा लुकाई खाना पुऱ्याउन थाले । युवराजले त्यसो पनि गर्न दिएन । महारानीले सुगन्धित पानीले जिउ नुहाई जिउभरि, मह, घ्यू आदि दलेर जेलभित्र जान थाले । महारजले महारानीको जिउ चाटी आफूलाई बचाई राखे । युवरजले यो थाहा पाई महारानीले महाराजलाई भेट्नै जान नपाउने हुकुम दिए ।

राजा बिम्बिसार आहार बिना नै बाँचिरहे,तर ऊ आध्यात्मिक सुख अनुभव गर्दै जेलभित्र हिँडडुल गरीरहे, ऊ एक श्रोतापन्न व्यक्ति थियो । पछि गएर छोरोले बाबुलाई मारी नै दिने निर्णय गरे । निर्ममपूर्वक उसले महाराजको खुट्टामा छुरिले काटी त्यसमा नून र तेल हाली कोइला बाले को आगोमा तताइदिन भनी नाउलाई हुकुम दिए ।

नाउलाई देखी राजाले सोचे— अब छोरोलाई आफ्नो काममा पछुतो लाग्यो होला र राजाको केश, दाऱ्ही काट्न नाउ पठाएको होला । राजालाई जेलबाट निकाल्न लागेको होला । राजाले सोचेको विपरित राजाले भयानक मृत्युको सामना गर्नुपऱ्यो । दुष्ट राजकुमारको अमानवीय हुकुमको पालना नाउले निर्दयतापूर्वक गरे । असल महाराजको मृत्यु भयो । संयोगवश त्यही दिन अजातशत्रुको एक पुत्रको जन्म भयो । जन्म र मृत्युको समाचार दरवारमा एकैपल्ट आई पुग्यो । पुत्र जन्मको समाचार पहिले पढियो । अहो ! पहिलो पुत्र जन्मेको खुशीको खबर सुनेर अजातशत्रुको मनमा छोराको प्रति मनमा जागेको स्नेह अवर्णनीय छ । मन रोमाञ्चित भएर उसको जिउभरी बिजुली प्रवाह चल्यो ।

एक्कासी ऊ करायो- दौड, मेरो पितालाई छिट्टै मुक्त गर । उनका पिताले सँधैको लागि आँखा चिम्लीसक्यो ।

दोश्रो समाचारको चिड्डी उनको हातमा राखियो । ऊ तुरुन्त दौडेर आफ्नी आमा कहाँ गएर सोधे— “माता, म बालक छँदा मेरो पिताले मलाई माया गर्नुहुन्थ्यो ?”

“के भन्छौ छोरा ? जब तिमीलाई पेट बोकेकी थिएँ मलाई तिम्रो पिताको दाहिने हातबाट रगत चुस्ने ठूलो इच्छा भयो । त्यो इच्छा मैले कसैलाई भन्न सकिन । पछि म दुब्ली पातली भएर गएँ । सबैले बाध्य गराएर मेरो मनको अमानवीय इच्छा सोधी छाडे । खुशिसाथ तिम्रो पिताले मेरो इच्छा पुऱ्याईदियो । भविष्यवक्ताहरूले तिमी

बाबुको शत्रु हुनपर्छ भनी भविष्यवाणी गरे । यसै अनुसार तिमीलाई अजातशत्रु अर्थात् नजन्मिदैको शत्रु भनी नाम दियो । मैले गर्भपतन गर्ने प्रयास गरेँ । तिम्रो पिताले मलाई रोके । तिमी जन्मेपछि मैले तिमीलाई मारन खोजेँ । तिम्रो पिताले त्यसो गर्न दिएन । एक समयमा तिम्रो औलामा खटेरा आएको थियो । कसैले पनि तिमीलाई सुताउन सके को थिएन । तिम्रो पिता शाही अदालतमा न्याय गरिरहेका थिए । उसले तिमीलाई काखमा लियो । तिमीलाई माया गर्दै तिम्रो खटेरा भएको औला मुखभित्र राखे । तिमीलाई आराम दिन । खटेरा मुख भित्रै फुटेछ । अहो ! छोरा, त्यो पीप र रगत मुखभित्र तिम्रो पिताले मुखभित्रै निलेर पठाईदियो । किनभने औला निकाल्दा दुःखेर तिम्रो निन्द्रा खुल्छ भनी उसलाई डर लाग्यो ।

अजातशत्रुले आँसु बहाएँ ।

आमाबाबुहरूले साधारणतया आफ्ना सन्तानको मानसिकस्थिति बुझ्न सक्छन्, किनभने तिनीहरूले पनि बालककाल गुजारिसकेका छन् । त्यसैले आमाबाबुहरू गल्ती गर्ने छोराछोरीहरू माथि पनि उदार तथा करुण भाव राख्दछन् । आमाबाबुहरू आफ्नो सन्तानले गरेको गल्ती तथा भूलहरूको लागि क्षमा गर्न सँधै तयार हुन्छन् । जानी जानी वा नजानी छोराछोरीहरूले आमाबाबुको मन दुःखाउन सक्छन् । नासमझीले गर्दा आमाबाबुप्रति कृतघ्न हुन सक्छन् । बालक पनको अघै र्यपनले गर्दा तिनीहरूलाई निराश पार्न सक्छन् । सन्तानले आफ्नो सुख र खुशीकालागि आमाबाबुले चाहेको योजना गरेको भन्दा विपरित बाटो लाग्न सक्छन् । यस्ता सन्तानका कमजोरी, कर्तव्यहीनता, भूल, गलतिको बावजूद पनि कारुणिक आमाबाबुहरूले आफ्ना सन्तानलाई क्षमा गर्छन् ।

यस्तो हुन्छ, आमाबाबुको माया र स्नेह ।

तर छोराछोरीहरूले आमाबाबुहरूको तिनीहरूप्रति भएको भावना र जिम्मेदारीको बारे बुझ्न सक्छन् त ?

सक्दैनन्, किनभने तिनीहरू आमाबाबु बनेका छैनन् । एउटी आमा र एउटा बाबुले मात्रै आमाबाबुको पवित्र माया कस्तो हुन्छ भन्ने कुरो साँच्चै बुझ्न सक्छन् ।

अजातशत्रुको कथा एउटा राम्रो उदाहरण हो ।

“घरमा सबैभन्दा असल साथी को हुन् ?” कुनै एउटा देवले भगवानबुद्धसँग सोधे ।

“घरमा आमा सबैभन्दा असल साथी हुन् ।”

भगवानबुद्धले जवाफ दिनु भयो । **क्रमशः**

अनन्त ज्योतिः – १५

श्रद्धेय भिक्षु सिद्ध युनका धर्मचिन्तन
अनुवाद- देवकाजी शाक्य

१५५

- बोलीमा सबभन्दा ठूलो पाप भूठो बोलनु हो र अरूलाई भूठा लाच्छना लगाउनु हो ।
- काम कारवाहीमा सबभन्दा ठूलो पाप हृदयहीन बन्न र कृतज्ञ नहुनु हो ।
- समाजमा ठूलो पाप अरूलाई नोक्सान पुऱ्याउनु हो ।
- पाप, लोभ, घृणा र अज्ञानता चरित्रमा ठूलो पाप हुन् ।

१५६

- अरूको बारे सोच्नाले कुनै प्रकारको अप्रसन्नता हुँदैन ।
- अप्रसन्नताको अभावले व्यवहारको पूर्णतातिर डोऱ्याउँछ ।

१५७

- डाह नगरिकन अरू मानिसहरूका राम्रा कामहरू प्रशंसा गरे तिमी सुखी हुन्छौ ।
- सबैसँग मिल्ने र आत्मकेन्द्रित नबने सद्भावनाबाट तिमी सुखी हुन्छौ ।
- अवस्था र कारणलाई मान्छौ र ढिपी कस्दैनौ भने तिमी निश्चिन्त हुन्छौ ।
- अरूलाई जबरजस्ती उसको इच्छा विरूद्ध काम गर्न लगाउँदैनौ र विनम्र छौ भने तिमीले अरूको मन जित्न सक्ने हुन्छौ ।

१५८

- आशावादीहरूका जीवन सुखले भरिपूर्ण हुन्छ किनभने तिनीहरूले सधैं असल चित्तले असल कुराहरू सोच्छन् ।
- निराशावादीहरूका जीवन दुःखले भरिपूर्ण हुन्छ किनभने तिनीहरूले सधैं खराब चित्तले खराब कुराहरू सोच्छन् ।

१५९

- बजार भाउ बढ्न या घट्न सक्छ ।
- व्यापार नाफा वा नोक्सानमा जान सक्छ ।
- एउटा उद्यम समृद्ध वा पतन हुन सक्छ ।
- एउटा योजना सफल वा असफल हुन सक्छ ।
- एउटा खेल जित्न वा हार्न सक्छ ।
- एउटा पेशा उँभो वा उँधो लाग्न सक्छ ।
- एउटा भेट असल वा खराब हुन सक्छ ।
- एउटा जीवन सुखी वा दुःखी हुन सक्छ ।

१६०

- रूखहरू फूलहरू रोप्नु र अनिकालको विरूद्ध

खानेकुराको भण्डार भर्नु जस्ता कामले अपना समाजमा मानिसहरूमा अनन्त आत्मविश्वास जगाइदिन्छन् ।

- रक्तदान र अङ्गदानले अपना अस्तित्वका लागि मानिसहरूका अनन्त विश्वास जगाइदिन्छन् ।
- पुलहरू र सडकहरूका निर्माणले योजनाकार र इन्जिनियरहरू अनन्त विश्वास पैदा गरिदिन्छन् ।
- योग्य उम्मेदवारहरूका चुनाव र राजनीतिको सुधारले सरकारमा अनन्त विश्वास पैदा गर्छन् ।

१६१

- सौभाग्य प्राप्ति बैकमा जम्मा भएको निक्षेप जस्तो हो जत्ति हामी उपयोग वा खर्च गर्छौ उत्ति नै बढी कमाउनु पर्छ ।

- सौभाग्य प्राप्ति धानको खेत जस्तै हो: बाली काटिसके पछि फेरि रोप्नै पर्छ, लगाउनै पर्छ ।

१६२

- फलको आशा नराखी उदारताको अभ्यास गर्नु श्रेष्ठ हो ।

- पछुतो नगरी उदारताको अभ्यास गर्नु प्रशंसनीय छ ।

१६३

- आँटनु साहस गर्नु हो: यसको अर्थ बुद्धिमानी हो ।

- आँट गर्नु आकांक्षा राख्नु हो, यसको तात्पर्य कर्तव्य पालन गर्नु हो ।

१६४

- पाप कर्मको घृणा गर्नु साधारण कुरा हो ।

- घृणित कर्म गर्नलाई मन पराउनु गाह्रो हुन्छ ।

१६५

- अपना चिन्तनहरू र कार्यहरूलाई सुरक्षा प्रदान गर्नाले तिमी शुसिल र भलादमी हुनु पर्छ ।

- तिमीसँग नडराउने मानिससँग काम गर्नु तिमीलाई सजिलो हुन्छ ।

१६६

- परिश्रमबाट दाम आउँछ ।

- परोपकारबाट प्रेम मिल्छ ।

- उदारताबाट मित्रता निसृत हुन्छ ।

- इच्छा नहुनुबाट शान्ति प्राप्ति हुन्छ ।

क्रमशः

सामूहिक प्रव्रज्या तथा उपसम्पदा योजना

(थाइलैण्डका परमपूज्य संघराज सोमदेत् फ्रा ज्ञाणसंवरको संरक्षण प्राप्त) के हो ?

यो सामूहिक प्रव्रज्या योजना भगवान् बुद्ध उहाँका उपदेशप्रति आस्था राख्ने कुलपुत्रहरूमा प्रव्रजित भई भगवान् बुद्धबाट प्रतिपादित भिक्षुसंघमा प्रवेश गरी धर्मचर्या गर्दै शिक्षार्जन गर्न चाहने श्रद्धालुहरूलाई मौका प्रदान गर्ने योजना हो । यसमा श्रद्धालुहरूलाई श्रामणेर (स्यानो भिक्षु) बनाइन्छ । उनीहरूलाई बस्ने, खाने, औषधि उपचार गर्ने र अध्ययन गर्ने व्यवस्था गरिन्छ ।

यो योजनाको प्रारम्भ अखिल नेपाल भिक्षु महासंघबाट थाइलैण्डका परमपूज्य संघराज सोमदेत् फ्रा ज्ञाणसंवर (सुवड्ढन महाथेर) का ९० वर्ष पूरा भएको शुभ-जन्मोत्सव मनाउने क्रममा २ मई सन् २००३ मा गरिएको र उहाँकै विशेष प्रतिनिधि भदन्त फ्रा धम्मवराचार्य (Phrathamvarajaraya) बाट उद्घाटन भएको थियो । खुशीको कुरा हो कि त्यसै बेलादेखि यस योजनालाई परमपूज्य संघराजको संरक्षण प्राप्त छ । अखिल नेपाल भिक्षुमहासंघका कुनै वरिष्ठ महास्थविर भिक्षुको उपाध्यायत्वमा प्रव्रजित गरिन्छ ।

कहिले भर्ना लिइन्छ ?

यद्यपि विहारका नायक भिक्षुको सहमतिमा कुनै पनि बेला भर्ना हुन सकिन्छ, यसपालि भने नोभेम्बरदेखि जनवरीसम्म आउनेहरूलाई प्राथमिकता दिइनेछ । यी ३ महिना भित्र आउनेहरूलाई विशेष कोर्समा सामेल गराई शिक्षा तथा तालिम दिइनेछ । अस्थायी श्रामणेर हुनेहरूको लागि उमेर शिक्षाको हद खुकुलो बनाइएको छ । यो २०६७ सालको प्रव्रज्या कार्यक्रम मंसिर १९ गते (5th Dec. 2010) पौष २१ गते (5th Jan. 2011) र माघ २२ गते (5th Feb. 2011) हुने भएकोले ती मिति भन्दा ४-५ दिन अगावै मुनि विहारमा उपस्थित हुनको लागि सूचित गरिन्छ ।

आर्थिक स्रोत के छ ?

यस योजनाको आर्थिक स्रोत भनेको दाताहरूबाट गरिने दान-पुण्यहरू मात्र छन् । यो विहारका भिक्षुश्रामणेरहरूले पाउने सबै किसिमका दान आम्दानीहरू विहारमा बुझाउनुपर्छ, चाहे त्यो आफ्नै घरबाट पाएको आम्दानी नै किन नहोस् । विहारका नायक भिक्षुले आन्हाए बमोजिम पूजापाठ, भोजनदान, निमन्त्रणा, भिक्षाटन आदि क्रिया-कलापमा सबैको अनिवार्य सहभागिताबाट हुने आम्दानीबाट नै पुऱ्याउनुपर्छ । आर्थिक व्यवस्थापनमा सहयोगार्थ दायक सभा छ । यदि आर्थिक नपुग भएमा श्रद्धालुहरूसँग विशेष दानको याचना गर्नु बाहेक अरु कुनै व्यवस्था छैन ।

कसरी सहभागी बन्ने ?

यस सामूहिक प्रव्रज्या योजनामा तपाईं विभिन्न तरिकाले सहभागी बन्नसक्नुहुन्छ । जस्तै कि—

- (१) यो सूचनालाई ध्यानपूर्वक पढ्ने
- (२) विहारमा सम्पर्क गरेर थप जानकारी लिने
- (३) यथाशक्ति यसबारे प्रचारप्रसार गर्ने
- (४) यथाश्रद्धा दानपुण्य गर्ने तथा गराउने
- (५) प्रव्रज्यार्थीहरू खोज्ने तथा खोज्न लगाउने
- (६) आफै प्रव्रज्या लिने र अरूलाई पनि त्यसो गर्न प्रेरित गर्ने
- (७) विहारमा रहनुभएका भिक्षु / श्रामणेरहरूलाई आवश्यक सहयोग प्रदान गर्ने र अरूलाई सहयोगका लागि अनुरोध गर्ने ।

विशेष के छ ?

यो योजनामा ६ कक्षा देखि १०+२ उत्तीर्णसम्मका छात्रहरू भर्ना लिइन्छन् । विशेषतः कक्षा ७, १० र स्नातक तह पढ्ने विद्यार्थीहरूलाई प्राथमिकता दिइन्छ । श्रामणेर हुनेहरूलाई २ समूह बनाइने छन्—

- (क) ७-४५ दिनसम्मका लागि अस्थायी बन्ने र
- (ख) प्रव्रजितभावमा नै बसेर अध्ययन गर्ने ।

यो (ख) समूहका श्रामणेरहरूले थाइलैण्ड जाने मौका पाए भने एकतर्फी यात्राखर्च अभिभावकहरूले नै बेहोर्नुपर्नेछ । राहदानी पनि आ-आफैले बनाई ल्याउनु पर्दछ ।

थाइलैण्डमा पढ्न जानेहरूले त्यहाँ बसुन्जेलसम्म भिक्षु-श्रामणेरका नियम पालन गर्नुपर्नेछ । पहिलो एक वर्ष थाइभाषा पढ्नु पर्नेछ, र त्यसपछिका वर्षदेखि मात्र स्कूल वा कलेजमा नियमित पढ्न पाइनेछ । भिक्षु-श्रामणेरहरूका लागि निश्चित गरिएका शिक्षण संस्थाहरूमा मात्र पढ्न पाइनेछ । थाइलैण्ड बसुन्जेल आवश्यक पर्ने खर्चहरू त्यहीबाट बेहोरिनेछ ।

सुविधाहरू के-के छन् ?

विहारमा भिक्षु-श्रामणेरहरूलाई चाहिने चतुप्रत्यय-चीवर (लुगा), पिण्डपात (भोजन), शयनासन (आवास) र गिलानप्रत्यय (औषधि उपचार) को समुचित व्यवस्था छ । बौद्ध प्रव्रजितहरूको नियमानुसार विहान सबेरै ६ बजे र दिउँसो ११ बजे भोजन गर्न पाउँछन् । बेलुका विनयबाट स्वीकृत पेयपदार्थ खान पाउँछन् । १२ बजेपछि ठोस खाना खान मनाही गरिएको हुन्छ । सामान्य उपचारको लागि स्थानीय स्वास्थ्य केन्द्रहरू र अस्पतालहरू छन् । विद्यालय पढ्ने उमेरकाले विहारबाट निश्चित विद्यालयमा पढ्न पाउँछन् । यसबाहेक फुर्सदको बेलामा विहारमा नै धार्मिक शिक्षा दिने गरिन्छ । समय-समयमा धार्मिक तथा शैक्षिक भ्रमणको पनि व्यवस्था गरिन्छ । ❖

श्रेष्ठ नागरिक घुमाउँदै-पुण्य कमाउँदै

आजभोलि मानिसमा कर्तव्य परायण र निस्वार्थी भावना नदेखिएकोले धर्म मन्यो भन्ने चर्चा छ । तर प्रस्तुत अखवारमा छापिएको कुराले स्पष्ट हुन्छ धर्म मरेको छैन । यस्ता धर्मात्मा हाम्रो नेपालमा हुँदो रहेछ । -सम्पादक

बैसमा जस्तोसुकै फूर्ति लगाए पनि उमेर ढल्कँदै गएपछि अध्यात्मतिर मन जान्छ । प्रौढावस्थामा तीर्थाटनको चाहना हुन्छ मानिसले पुण्य कमाउनका लागि । तर, तीर्थाटनमा जानका लागि सहयोगीको आवश्यकता पर्छ । यही आवश्यकता पूरा गरिदिने सहयोगी हातहरू पनि छन् । मानिसले धर्म कमाउन सामाजिक सेवा, आर्थिक सहयोग र मन्दिरमा पूजा अर्चना गर्छन् । तर काभ्रे उग्रचण्डी नालास्थित एक कर्माचार्य परिवारले भने पुण्य कमाउन फरक प्रक्रिया अपनाएको छ । त्यस परिवारले वर्षेपिच्छे नाला क्षेत्रका बूढाबूढीलाई तीर्थाटन गराउँदै पुण्य कमाउँदै आएको छ । पुण्य कमाउने शैलीका कारण यो कर्माचार्य परिवार चर्चामा छ ।

यस क्षेत्रका सबैजसो वृद्धवृद्धाले चारपटकसम्म देशविदेशका विभिन्न तीर्थस्थलको धार्मिक यात्रा गरिसकेका छन् । बुढ्यौलीले छोएपछि धार्मिक यात्रा मात्र होइन, उनीहरूले तीनपटकसम्म जन्मथलो नालामै सम्मान पनि पाइसके । केही वृद्धवृद्धाले नेपालभित्रकै धार्मिकस्थल पटकपटक भ्रमण गरिसकेका छन् । बुढ्यौलीले छोएपछि हरेक वृद्धवृद्धा चार धाम घुम्ने र देवस्थलहरू पुग्ने चाहना राख्छन् । चाहना राख्नेमध्ये कमैले मात्रै धार्मिक यात्रा गर्छन् । एकै थलोका वृद्धवृद्धाले प्रत्येक वर्ष सित्तैमा धार्मिक यात्रा गर्दै सम्मान पाउनु चानचुने कुरा पनि होइन । आरामपूर्वक रामनाम जपे, कृष्ण भजन गाउँदै सित्तैमा तीर्थाटन गर्नु उनीहरूको अवसर पनि हो । काठमाडौंको सिंह प्रतिष्ठानले भने नालाका वृद्धवृद्धाको चाहनालाई पूरा गर्दै आएको छ ।

काभ्रे उग्रचण्डी नालाका सिंहबहादुर कर्माचार्यका छोरा राजनले चार वर्षअघि काठमाडौं कुलेश्वरमा बाबुका नाममा सिंह प्रतिष्ठान स्थापना गरेका थिए । त्यही प्रतिष्ठानले कर्माचार्य परिवारको पुर्ख्यौली जिल्ला काभ्रे नालाका वृद्धवृद्धालाई तीर्थाटन गराउँदै आएको हो । प्रतिष्ठानका संरक्षक सिंहबहादुरले बितेका आफ्ना बाबुआमाको सम्झनामा यस भेगका वृद्धवृद्धालाई बसेनी तीर्थाटन गराउँदै आएको हुन् । उनले ती वृद्धवृद्धा आफ्नै बाबुआमा सम्झेका छन् । उनी भन्छन्, 'यी बाबुआमालाई आफ्नो सम्झेर धार्मिक यात्रा गराउँदा मलाई आनन्द मिल्छ ।' बूढाबूढीलाई घुमाउँदै, पुजे पुण्य कमाउन तल्लीन प्रतिष्ठानले गएको शनिवार यस्तै यात्रा गरायो । प्रतिष्ठानले नाला भेगका वृद्धवृद्धासहित दुईसय पचासजनालाई पाँचवटा

गाडीमा काभ्रेकै नमोबुद्ध, पलाञ्चोक भगवती र बनेपा चण्डेश्वरीको दर्शन गरायो । 'तीर्थ घुम्न पाएकोमा खुसी छौं', ८२ वर्षीय वृद्ध कर्णबहादुर कर्माचार्यले भने । कर्माचार्य परिवारको यो पुण्य कमाउने काइदाबाट धेरै वृद्धवृद्धालाई फाइदा पुगेकै छ । यसप्रति तीर्थाटनको अनुभव बटुलिसकेका ९२ वर्षीय वृद्ध नारायणबहादुर श्रेष्ठ कर्माचार्य परिवार प्रति आभारी छन् । उनी भन्छन्, आशीर्वादवाहेक केही दिन सक्दैनौं, सिंह र राजनलाई कल्याण होस् ।'

प्रतिष्ठानले प्रत्येक वर्ष यहाँका वृद्धवृद्धालाई सित्तैमा पालैपालो साईबाबाको जन्मथलो भारतको जन्मस्थान बैंगलोर पुत्तपटीसम्मको यात्रा पनि गराउँदै आएको छ । गत साल माघ महिनामा प्रतिष्ठानले नाला र छिमेकी टुकुचा नालाका वृद्धवृद्धालाई अभिनन्दन पनि गर्‍यो । त्यसबेला प्रतिष्ठानले नाला भगवती मन्दिर परिसरमा भव्य मेलाझैं कार्यक्रम गर्‍यो । प्रतिष्ठानको आयोजनामा एकातिर भव्य रूपमा टुकुचा नाला र उग्रचण्डी नालाका एक सय ६६ वटुकको सामूहिक व्रतबन्ध हुँदैथियो भने अर्कातिर बूढाबूढीलाई सम्मान । प्रतिष्ठानको आग्रहमा नाला आएका नायिका श्वेता खड्का रातो टीकाको थाली बोकेर आमा-बाबु, हजुरबुबा-हजुरआमालाई टीका लगाइदिँदै गइन् । प्रहरी अतिरिक्त महानिरीक्षक अर्जुनजंग शाही र नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ भने माला र दोसल्ला ओढाउनमै व्यस्त रहे । उनीहरूले दिनभर दुई सय ६० जना वृद्धवृद्धालाई सम्मान गर्न भ्याए । व्रतबन्धका लागि प्रतिष्ठानले वटुकहरूका लागि आवश्यक पर्ने सामग्री तथा एक/एक जोर कपडा व्यवस्था गरेको थियो । सम्मान र व्रतबन्ध सकेर करिब दुई हजार पाँच सयले सामूहिक भोजन पनि गरे ।

'बाबुहरूको जय होस्, कल्याण होस्' सम्मानित वृद्धवृद्धाहरू भोजन सकेपछि आफूभन्दा कान्छा सिंहबहादुर र राजन कर्माचार्यलाई आशीर्वाद दिँदै थिए । तीन वर्षदेखि बूढाबूढीलाई घुमाएर र सम्मान गरेर पुण्य कमाउने अभियानमा छन् सिंह प्रतिष्ठानका संरक्षक सिंहबहादुर कर्माचार्य र अध्यक्ष राजन कर्माचार्य । प्रतिष्ठानकै पहलमा नालामैसाई भजन धर्मशालाको निर्माण गरिएको छ । यहाँ अहिले नालाका वृद्धवृद्धा दैनिक विहानबेलुकी साई भजनमा नतमस्तक हुन्छन् । प्रतिष्ठानले पहिलोपटक २०६४ फागुनमा ४५ जना वृद्धवृद्धालाई १८ दिने बैंगलोरस्थित

पुट्टपतीसम्मको धार्मिक यात्रा गरायो । लगत्तै एक महिनापछि चैतमा ३५ जना वृद्धवृद्धालाई पुनः १८ दिने सोही यात्रा गरायो । ८४ जना वृद्धवृद्धालाई सोही प्रकारको यात्रा गत साल कात्तिकमा पनि गरायो ।

धार्मिक यात्रापछि वृद्धवृद्धालाई सम्मान गर्ने प्रतिष्ठानको तालिका नै बन्यो । प्रतिष्ठानले प्रवेशिकामा उत्कृष्ट अङ्क ल्याउने नालास्थित चण्डेश्वरी उ.मा.वि.का छात्र सुभाष दाहाललाई २०६५ मा एक हप्ता बैकक भ्रमण गरायो भने सोही विद्यालयकी छात्रा सरुना श्रेष्ठलाई एक हप्ता पोखरा भ्रमण गरायो । त्यस्तै प्रतिष्ठानले गत साल भदौमा दुई सय ४० जना वृद्धवृद्धालाई नेपालभित्रै एकमहिने निःशुल्क धार्मिक यात्रा गराएको थियो । यही कात्तिकमा एक सयजना वृद्धवृद्धालाई पलाञ्चोक यात्रा र पुसमा ७० जना वृद्धवृद्धालाई तातोपानी भ्रमण पनि गरायो ।

वृद्धवृद्धालाई घुमाएर सम्मान गर्दा आनन्द मान्छन्

प्रतिष्ठानका संरक्षक सिंहबहादुर । उनले गरेको सेवा र धार्मिक आस्थाले आफू जन्मेको थलोप्रतिको मोह नभुलेको पनि प्रस्ट हुन्छ । आफू सानो छँदै बाबुआमा 'स्वर्ग' भएकाले बाबुआमा ठानेर गाविसका वृद्धवृद्धालाई धार्मिक यात्रा गराएर पुजेको उनी बताउँछन् । उनी भन्छन् 'अरूले पैसा मागेर सेवा गर्छन्, हामीले कमाइको केही अंशमात्र खर्च गरेका हौं ।' उनी परिवारसहित काठमाडौं कुलेश्वरमा व्यवसाय गर्दै आएका छन् । धर्मकर्मका लागि बुढ्यौली कुनै नपर्ने तर्क राख्छन् प्रतिष्ठानका अध्यक्ष राजन । उनी भन्छन्, 'आफ्नो लागि गर्ने धेरै छन् तर अरूका लागि पनि केही गरौं ।' चार वर्षअघि स्थापित प्रतिष्ठानले यसअघि अस्पतालका विरामी, मन्दिर जीर्णोद्धार, विद्यालय निर्माण तथा वृद्धाश्रम निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउँदै आएको छ । जय होस् कर्माचार्य परिवारको ।

(साभार- अन्नपूर्णपोष्ट २०६७ पौष १४ गते, बुधवार)



शान्ति नायक गौतम बुद्ध !

घोषक शाक्य 'प्रदीप'

अहिंसाया ध्वाँय् ज्वना, शान्तिया न्हालुवाः जुया विज्याःम्ह
महामानव गौतम बुद्ध, छःपिं छकः हाकनं विज्याहुँ ॥

शान्ति ! शान्ति !! धा धां थन, न्ह्याको हालाजूसाँ
जूगु मखु गुबले हे थन शान्ति ।

खुसी न्ह्याना च्वं थें दँ दँ इः न्ह्याःसाँ

जुया च्वन थन न्ह्याबले अशान्ति ॥१॥

चतुरार्य सत्यया ज्ञान मिखाँ कया, आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग ज्वना विज्याम्ह
अहिंसाया किपाः शान्ति नायक गौतम बुद्ध, छःपिं हाकनं विज्याहुँ ॥

शक्ति व स्वार्थया बसय् लानाः थन,

दाजुकिजा व तताकेहेँ भापी मफयाः थःथः जक ल्वाना च्वन ॥

न्ह्यलं चायेकेमाल झीसं, प्रज्ञा मत च्याकाः,

याये माल पालन पञ्चशील, बाँलाक नुगलं थ्वीकाः ॥२॥

अहिंसा शील धर्मया ध्वाँय् ज्वनाः शान्तिया मार्ग क्यना विज्याम्ह,
महामानव शिद्धार्थ गौतम बुद्ध, छःपिं छकः हाकनं विज्याहुँ ॥

शीलगुण धर्म हे, तर्धंगु रत्न खः,

थ्वीकाः पालन यायेवा मनुष्यया प्रज्ञारत्न धकाः ॥

गबले याये फै झीसँ अधिष्ठान पूर्ण प्रज्ञारत्न च्याकाः नगुल्य्

न्हंका छोय् फै झीसँ अले, राग, द्वेष क्लेश अवलय् ॥३॥

एशिया महादेशया जक मखु, सम्पूर्ण जगतया नौ जुया विज्याम्ह
महामानव शान्ति नायक गौतम बुद्ध, छःपिं छकः हाकनं विज्याहुँ ॥

मनूया मति

विद्याबहादुर बज्राचार्य

मति मनूया बांमलात धाःसा
जुइफु न्ह्यागुं न्ह्याबले थन
नय्गु थः जक मतिइ तल धाःसा
लाकाः मेपिसं नं नइ स्व थन ।

बांलाः सा मति जुइ शान्ति थन

मति मनूया बांमलात धाःसा

स्याइ मनु मनूखं हे थन

त्वइ गनं थन अले दया-माया ?

मनु जुल धाःसा मतिकूरा

दुसां थःके काः वइ मेपिनिगु लाकाः

मति मनूया मभिन धाःसा

पाः वइ मेपिन्त खुकुरी ज्वनाः ।

व्वया मिखा विश्वयात छकः सो

यक्को खनि छं मति मभिपिं

न्ह्याक्को हो सां इमित दया-माया स्व

तुति साला हे छन्त क्वःथलेत सनी

विया थकूगु बुद्धं झीत शान्ति

मति मभिपिसं कुचा-कुचा यानाच्वनी

हा जक हालां थन वइ मखु शान्ति

मभिकूतल्ले झीसं झीगु मति ।

विद्रोहको सम्यक् दिशा

स्वामी गोविन्दनारायण भारती

ओशोले भन्नुभएको छ, 'विद्रोही बन्नु सम्पूर्ण रूपमा जीवन नौलो बनाउने पद्धतिको सुरुवात हो, यो पूर्ण रूपमा नौलो जीवनशैली हो, साथै यो नयाँ मनुष्यता र नयाँ मनुष्यको शुभारम्भ हो। आह्वान गर्दछु— यो पूरै विश्व विद्रोही बनास्, किनकि यो नौलो विद्रोहमा नै हाम्रो सबै सम्भावित शक्तिहरू फूलसरि फरकनेछन् र त्यसको सुवास हामी चारैतिर फिँजाउन सक्नेछौं।'

यो विद्रोह कस्तो हो त ? विश्वमा समय-समयमा भएका धार्मिक, सामाजिक, राजनीतिक विद्रोहहरूको इतिहास हामीले पढ्ने गर्दछौं। विद्रोहहरूले मानव सभ्यताको विकासमा नयाँ आयामहरू थपेका छन् भने विभिन्न विद्रोहले हजारौं, लाखौं मानवजनको आहुति पनि लिएका छन्। व्यक्ति परिवर्तनदेखि लिएर समाज परिवर्तनसम्मका अभीष्टहरू लिएर यहाँ विद्रोहहरू भएका छन्। अनि विद्रोहले ल्याएको परिवर्तनकै जगमा उभिएर विद्रोहीहरूले चलाएको शासनले आफ्नो अभीष्ट बिसिर्दिँदा विगतका विद्रोहीहरूबाटै आम जनमानस शोषित हुनुपरेको उदाहरण पनि हामीसँग छन्। विद्रोहको प्रचलित शृंखलाभन्दा पृथक् ओशोले सम्यक् दिशायुक्त शाश्वत विद्रोहको परिकल्पना गर्नुभएको छ, जुन नयाँ मनुष्य तथा नयाँ समाजका लागि आवश्यक सारभूत गुण हुनेछ। यस्तै विद्रोहको बारेमा थप चर्चा गरौं।

सम्यक् दिशायुक्त विद्रोहीका लागि अहिंसक बन्नु पहिलो आवश्यकता हो। अहिंसक नभएसम्म विद्रोहीहरू शान्तिपूर्ण, संघर्षहीन र वर्गहीन मनुष्यताका वाहक हुन सक्नेनन्। यसका साथै विद्रोहीले प्रेममा विश्वास गर्ने र प्रेमलाई आत्मसात् गर्नसक्ने हुनुपर्छ। अनि यस्ता विद्रोहीका लागि शान्त चित्तयुक्त वा ध्यानपूर्ण हुनु पनि आवश्यक छ। विद्रोहीहरू आफ्नो अनैतिकताप्रति सतत सजग रहनुपर्दछ जसका लागि शान्त चित्तयुक्त हुनु आवश्यक छ।

यस्ता विद्रोहीले परिवेश परिवर्तनभन्दा पहिले आत्मपरिवर्तनको प्रयास गर्दछन् अर्थात् सामूहिक विद्रोहको जग वैयक्तिक विद्रोहमा आधारित हुन्छ। यहाँ बुझ्नुपर्ने अर्को मूलभूत कुरा के हो भने वैयक्तिक विद्रोह सामाजिक वा राजनीतिकभन्दा पनि आध्यात्मिक घटना हो र कुनै पनि आध्यात्मिक लक्ष्य प्राप्त गर्नका लागि हिंसालाई साधनको रूपमा स्वीकार गर्न सकिँदैन। यसैले ध्यान वा साधनाको अभावमा सम्यक् विद्रोहको कल्पना पनि गर्न सकिँदैन किनकि ध्यान र शान्त चित्तको अवस्थामा मात्र हाम्रो शाश्वतताको अनुभव हुन्छ र एकपटक हामी शाश्वत हौं भन्ने अनुभव भइसकेपछि मानिस मनैदेखि डराउँदैन। अनि लाखौं-करोडौं ध्यानीहरू जर्जर अतीत र त्यसद्वारा सिर्जित दमन, उत्पीडनका विरुद्ध त्यसका नियन्तामा हातहतियारका सामुन्ने छाती खोलेर उभिन सकेमात्र सार्थक परिवर्तनको सम्भावना हुनसक्छ। सम्भवतः तब मात्र त्यस्ता व्यक्तिको हृदय पनि परिवर्तित हुनसक्छ जसले आफ्नो हातमा

विनाशकारी र विध्वंसक हतियार लिएर उभिएका छन्। साथै, शीलवान् एवं आत्मनियन्त्रित नैतिक धरातलमा उभिएका विद्रोहीका सामुन्ने मात्र शोषण र उत्पीडनका नायकहरू नतमस्तक हुन सक्छन्। अन्यथा नैतिकताहीन एवं पाखण्डपूर्ण विद्रोहले समाजमा शोषण, उत्पीडनको नौलो अध्यायको सुरुवात मात्र हुनसक्छ। मानव जातिको इतिहासले यही प्रमाणित गर्दछ।

एउटा ध्यानी मानिसको विद्रोह मात्र सम्यक् दिशायुक्त हुनसक्छ। ध्यानी व्यक्तिले शान्तिसँग प्रेम गर्दछ, उसले सबै मानिससँग प्रेम गर्दछ, उसले सबैको कुशल-क्षेमसँग प्रेम गर्दछ, उसले मानव मात्रको स्वाभाविक विकासका लागि हरसम्भव प्रयास गर्दछ।

यस्ता सम्यक् विद्रोह विरलै भएका छन्। तर, यो नै ठीक समय हो सम्यक् विद्रोहको सुरुवातका लागि। यदि यस्तो विद्रोह घट्न सकेन भने मनुष्यको सुखद् भविष्यको एवं यस जगतको अस्तित्व बनिरहने सारा सम्भावनाको आशा समाप्त हुनसक्छ। पुरानो समाज, रीतिरिवाज, परम्परा यति जर्जर भइसकेका छन् कि ती मृत्युतिर उन्मुख छन् र यसको मृत्युभन्दा पहिले नै हामीले नयाँ मनुष्यको बीउ उत्पन्न गर्न सक्नुपर्छ। यही नयाँ मनुष्यको बीउ उत्पन्न गर्नका लागि ओशोले सम्यक् विद्रोहको चर्चा गर्नुभएको हो, सम्यक् विद्रोहमा जोड दिनुभएको हो। अहिलेको मनुष्यताले आफ्नो मृत्युको तयारी गर्दैछ। परिवर्तनका नाममा अस्त्रशस्त्र थुपारिँदैछन्, हिंसा-प्रतिहिंसाको कोलाहलले मानवता थिचिएको छ। यसैले मृत्युतिर उन्मुख यस मानव सभ्यताले मृत्युवरण गर्नुभन्दा पहिले नै नयाँ मनुष्यको अविर्भाव हुनु आवश्यक छ।

सम्यक् विद्रोहीले अस्तित्वको सम्मान गर्दछ। उसले जीवनको प्रत्येक रूपप्रति पुरुष-स्त्री, वृक्ष, जीवजन्तुप्रति प्रकृतिको प्रत्येक अंगप्रति श्रद्धा गर्दछ। अस्तित्वमा जीवन जुन-जुन रूपमा छ, सबैप्रति विद्रोहीको आदर हुन्छ किनकि उसले जीवनलाई सुन्दर तम, उच्चतम बनाउन विद्रोह गरेको हो, जीवन समाप्त पार्न होइन। यही जीवनप्रतिको आदरभाव र जीवन सुन्दर बनाउने आकांक्षा नै यस्तो विद्रोहीको प्रार्थना र धर्म हुन्छ।

वृद्ध र महावीरले विगतमा यस्तै विद्रोह गरेका हुन्। आत्मपरिवर्तनकारी यस्तै शक्तिबाट प्रभावित भई सम्राट् अशोकजस्ता युद्धकामी पनि शान्तिका दूत भएर निस्किएका थिए। गान्धीले सूत्रपात गरेको क्रान्ति पनि यस्तै अभीप्साबाट प्रेरित थियो। नैतिक धरातलमा आधारित तिनको विद्रोहका अगाडि हातहतियारले सुसज्जित विशाल साम्राज्य पनि झुकेको थियो। सम्यक् दिशायुक्त यस्तै विद्रोहहरूको प्रभावले गर्दा मानव सभ्यता हालसम्म जीवित छ। हामी पनि यस्तै विद्रोहबाट प्रेरणा लिँदै आत्मपरिवर्तन, समाज परिवर्तन र मानव चेतना परिवर्तनतिर उन्मुख होऔं।

(साभार- अन्नपूर्णपोष्ट, २०६७ वैशाख १८ गते)

श्रमण नारद

श्रीयुत नाथुराम प्रेमी
अनु. प्रकाश वज्राचार्य

आज म पाठकवर्गहरूलाई त्यसबेलाको कुरो सुनाउँदैछु जसबेला कि भारतवर्ष उन्नतिको शिखरमा थियो र जनता धेरै खुशी एवं आनन्दित थिए। त्यसबेलाका मान्छेहरू सबै जसो स्वाधीन, सुखी सदाचारी तथा शान्त थिए; धनी गण्यमाण्यहरू उद्योगी एवं ज्ञानी थिए; त्यतिमात्रै होइन, विदेशीहरूको अगाडि क्षमा, दया, परोपकार आदि सद्गुणहरूको आदर्श बनेका थिए। त्यसबेला यहाँका व्यापारीहरू टाढा टाढाका देश एवं द्विपहरूमा व्यापार गर्न जान्थे, त्यस्तै कयौं विदेशी व्यापारीहरू पनि भारतका मुख्य मुख्य शहरहरूमा देखिन्थे। आजभोलिका कलकत्ता र बम्बई जस्ता उन्नत शहरहरू त्यतिबेला थुप्रै थिए। त्यसैले व्यापार क्षेत्रमा प्रशस्त चहलपहल थियो। सासाना शहर एवं गाउँहरूको व्यवस्था पनि राम्रो थियो। जनजीवन धेरै सुखी र शान्त थियो। बौद्ध धर्मको प्रचार भईरहेको समय थियो। सबैजसो ठाउँहरूमा भगवान बुद्धका पवित्रता, शान्ति र दयाले भरेको शिक्षाको सङ्गीत फैलिइरहेको थियो। ठूलूला राजा महाराजाहरू बुद्धधर्म प्रचार गर्नमा दृढ चित्त भई लागिरहेका थिए। हजारौं बौद्ध श्रमणहरू (भिक्षुहरू) सबैजसो ठाउँहरूमा देखिन्थे।

वाराणशीतिर गईरहेको घोडेटो बाटोमा एउटा बग्गी दौडिरहेको थियो। घोडाहरू बेस्सरी दौडँदै थिए। त्यस बग्गीमा जम्मा दुई जना मात्रै मान्छेहरू थिए— एक जना बग्गीको मालिक र अर्को नोकर। मालिकको वस्त्र हेर्दा ऊ एक धनी व्यापारी देखिन्थ्यो। अनुहार हेर्दा ऊ गन्तव्य ठाउँमा पुग्न हतार देखिन्थ्यो।

भरखरै मात्रै घनघोर पानी परेको हुँदा चिसो बतास चलिरहेको थियो। बादल हटेकाले घाम लाग्यो। त्यसले गर्दा दिन धेरै रमाईलो लागि रहेको थियो। रूखमा पातहरू पानी परेकोले सफा थिए र साथै हावाको सँग सँगै चञ्चलपन देखाईरहेको थियो। प्रकृतिले एक अनौठो शोभा प्रदर्शित गर्दै थियो।

अगाडि उकालो चढ्नु परेकोले घोडा विस्तारै गइरहेको बेला धनी साहुले बाटोको एकातिर लागेर एक जना श्रमण (भिक्षु) हिंडिरहेको देखे। उसको अनुहारमा शान्ति पवित्रता र गम्भीरपन झल्किन्थ्यो। उसलाई देखासाथै सेठको मनमा श्रद्धा उत्पन्न भयो। उसले विचार गर्‍यो, “अहा ! यो व्यक्ति त हेर्दाखेरी नै एक ठूलो महापुरुष, पवित्रताको मूर्ति र धर्मको अवतार देखिन्छ। सज्जनहरूको संगतलाई विद्वानहरूले पारसमणीसँग तुलना गरेको छ। जसरी पारसको संयोगले फलाम पनि सुन बन्दछ, त्यसरी नै सज्जनहरूको

समागमले भाग्यहीनहरू पनि सुलक्षणी एवं भाग्यवान बन्दछन्। यदि यो भिक्षु पनि बनारस जाने भए र मेरो बग्गीमा बसिदिनु भए वेश हुनेछ। अनि यो भिक्षुको सत्संग गर्न पाइने छ जसले गर्दा म अवश्य लाभान्वित हुनेछ।” यसरी विचार गरेर उक्त सेठले श्रमण महात्मालाई प्रणाम गर्‍यो र अनि बग्गीमा बस्नुहुन प्रार्थना गर्‍यो। उक्त भिक्षुलाई पनि बनारस मै जानु परेको हुनाले उहाँ बग्गीमै बस्नु भयो र भन्नु भयो “तपाईंले मलाई ठूलो उपकार गर्नु भयो। यसको लागि म कृतज्ञ भएँ। टाढा देखिनै हिंडेर आइराखेकोले धेरै थाकिराखेको छु। तपाईंलाई थाहा छँदैछ कि भिक्षुहरूसँग यस्ता केही वस्तु हुँदैनन् जुन दिएर तपाईंको उपकारको ऋण तिर्न सकोस्। त्यसो भएता पनि महापुरुष भगवान बुद्धका उपदेश र शिक्षाको भण्डारमा सञ्चित कुनै कुरो तपाईंलाई मनपरे का भए त्यही दिएर तपाईंको उपकारको ऋण तिर्नेछु।”

सेठ खुसी भयो। बाटोभरि आनन्दपूर्वक समय बिट्टै गयो। श्रमणका अमूल्य रत्नरूपी उपदेशलाई अगाडि श्रद्धा राखी मनन गरेर लियो। बग्गी दौडँदै थियो। एक घण्टाभन्दा बढी बितिसकेपछि एउटा हिले गल्लीमा पुग्यो जहाँ एउटा अर्को गाडा रोक्री राखेकोले बाटो बन्द थियो। त्यो गाडा देवल नाम गरेको एक जना किसानको रहेछ। त्यो किसानलाई पनि गाडाभरी चामल लिएर चाँडै नै बनारस पुग्न परेको रहेछ र गाडाको धुरीमा रहेको एक किला खुस्कनाले पाँघ्रा (चक्रका) फुस्केछ। देवल एकलै रहेछ। त्यसैले जतिसुकै प्रयास गरेतापनि उसले चक्रकालाई गाडासँग जोड्न सकेन।

यतापट्टि त्यो किसानको गाडालाई नहटाइकन आफू जान नसक्ने देखेर सेठलाई रिस उठ्यो। उसले आफ्नो नोकर लाई अह्वायो, “तँ गएर त्यो किसानको चामल जम्मै मिल्काएर गाडालाई एकातिर पन्छाइ दे, बग्गीलाई अगाडि बढा।”

किसानले कोमल स्वरले अनुरोध गरे, “साहुजी ! म एक गरीब किसान हुँ। पानी परेकोले बाटोमा हिलो छ। मेरो चामलको पोको भुईँमा फालि दिनु भयो भने चामल विग्रिने छ। तपाईं एकै छिन पखनोस्, म तुरून्तै गाडालाई ठिक गर्दछु, अनि यो साँघुरो ठाउँबाट पर लगी तपाईंलाई बाटो छाडिदिन्छु।” तर सेठले त्यो गरीबको प्रार्थनालाई वास्तै गरेन उसले रिसाएर आफ्नो नोकरलाई भन्यो, के हेरिराखेको ? मैले भनेको जस्तो गरेर चाँडै बग्गीलाई अगाडि बढाउ।” नोकरले सेठको आज्ञानुसार तुरून्त चामलको पोकालाई फालेर किसानको गाडालाई एकातिर पन्छाएर सेठले बग्गी अगाडि बढायो।

क्रमशः

आहारले होइन विहारले रूघा

सौजन्यप्रसाद सत्याल

रूघा लाग्दा नाकको श्लेष्मकला र गला सुन्नन्छ। नाकबाट लगातार सिंगान बगिरहन्छ र पटक-पटक हाच्छुर्युँ लाग्छ। यो रोग साना-ठूला, कमजोर-बलवान् सबैलाई समान रूपमा लाग्नसक्छ। यो रोग कुनै न कुनै बेला सबैलाई लाग्छ।

कहिले मौसम परिवर्तन, कहिले चिसो मौसम, कहिले यात्रा वा ठाउँ परिवर्तन हुँदा त कहिले नाकमा कुनै वस्तु पस्दा रूघा लाग्छ। प्रारम्भमा रूघा जटिल नभए नि अनेक कारणले यो बढ्दै र बिग्रै जानसक्छ। बिग्रिएको रूघालाई नेपाली भाषामा पिनास (साइनोसाइटिस) भनिन्छ।

कारण-

आयुर्वेदमा रूघा लाग्ने विभिन्न कारणमध्ये विहार (चालचलन, आचरण) लाई रूघा लाग्ने विशेष कारण बताइएको छ। अर्थात् अजर्णिपछि रूघा लाग्ने कारण विहारत नै हो। जनमानसमा दही, मोही, अमिलो, मूलाजस्ता खाद्य/पेय खाँदा रूघा लाग्छ भन्ने मान्यता छ। तर अमिलो, गुलियो, चिसो खानेकुरासँग रूघाको कुनै सम्बन्ध वैज्ञानिक सिद्ध छैन। महर्षि चरकका अनुसार रूघा आहार का कारण होइन विहारका कारण हुने रोग हो।

महर्षि सुश्रुत रूघा लाग्ने दुई कारण उल्लेख गर्नुहुन्छ, एउटा सद्योजनक कारण, जस्तै: अति मैथुन गर्नु, मस्तिष्क तात्नु, घाममा बढी बस्नु, नाकमा धूलो छिर्नु, ज्यादै चिसो पानी पिउनु, मल-मूत्रादिको वेग रोक्नु र अर्को कारण चयादि (कृमिजन्य), जस्तै: रोगोत्पादक कारणले शरीरमा दोष सञ्चय हुनु, सञ्चयबाट प्रकोप हुनु, प्रकोपबाट प्रसार हुनु र प्रसारबाट स्थानसंश्रय भई रूघा लाग्नु। रूघा मस्तिष्कजन्य रोग भए पनि यसको मूल कारण पेट नै मानिएको छ। पाचक अग्नि (पाचन क्षमता) मन्द हुनु नै रूघा लाग्ने मूल कारण हो। कमजोर पाचन क्षमताका कारण अजीर्ण हुन्छ र अजीर्णका कारण रूघाको सुरूआत हुन्छ। यस्तो कारणले लागेको रूघामा टाउको, कान, नाक, घाँटी, आँखासम्बन्धी विकार देखापर्छ।

रूघा लाग्ने अर्को कारण मानसिक गडबडी अथवा मनोद्वेग पनि हो। लामो समयसम्म रूघा ठीक नभएका मानिसलाई मस्तिष्क शोध अर्थात् मेनेन्जाइटिस भएको पनि देखिएको छ।

मल, मूत्र, हाच्छुर्युँ, खोकी आदि शरीरका स्वाभाविक वेग जबर्जस्ती रोक्नाले, नाकमा धूवाँ र धूलोका कण छिर्नाले, अतिभाषण, अतिक्रोध गर्नाले पनि रूघा लाग्छ।

ऋतु परिवर्तन हुँदा, दिउँसो सुत्दा, बढी चिसो पेय पिउँदा, अति मैथुन गर्दा, अति शोक गर्दा र रुँदा पनि रूघा लाग्छ। त्यस्तै मस्तिष्कमा वायु वृद्धि हुँदा नि रूघा लाग्छ।

चिकित्सा विज्ञानमा रूघा-

चिकित्सा वैज्ञानिकले रूघालाई सङ्क्रामक रोगको सूचीमा राखेका छन्। फिल्टरेबल भाइरस रूघा लाग्ने मुख्य कारण भएको उनीहरू बताउँछन्। रोगको प्रारम्भिक अवस्थामा हुने हाच्छुर्युँ, खोकी, थुकबाट अर्को स्वस्थ मानिसमा सङ्क्रमण हुँदा रूघा लाग्ने उनीहरूको मान्यता छ।

रूघा सुरुमा अत्यन्त सङ्क्रामक हुन्छ। केही दिनपछि रोगीमा यस्तो सङ्क्रमण बन्द हुन्छ। किनभने रूघाका भाइरसमा रोग उत्पन्न गर्ने शक्ति लामो समयसम्म हुँदैन।

रूघा एकै किसिमको भाइरसबाट हुँदैन। भिन्न-भिन्न भाइरसका कारण रूघा लाग्ने हुँदा एउटै मानिस वर्षमा दुई-तीन पटक रूघाबाट ग्रस्त हुनसक्छ।

रूघा सङ्क्रामक रोग भएकाले भीडभाड भएका ठाउँमा जानाले पनि हुनसक्छ। रोग प्रतिरोधक क्षमता कम छ भने रूघा लाग्छ।

भेद अनुसार लक्षण-

महर्षि चरकले रूघाका चार भेद बताउनुभएको छ। वातजन्य पित्तज, कफ र त्रिदोषज रूघा। आचार्य सुश्रुतले यसका साथै रक्तजनित रूघाको समेत उल्लेख गर्नुभएको छ।

वातजन्य रूघामा नाकमा पीडा हुन्छ। नाकबाट लगातार पानी बग्छ, स्वर (घाँटी) बस्छ, नाकमा सियोले घोचेको जस्तो हुन्छ, टाउको दुख्छ आदि।

पित्तज रूघामा मुख सुक्छ। धेरै तिर्खा लाग्छ, नाकबाट पहेंलो रङ्गको तातो स्राव हुन्छ, ज्वरो आउँछ आदि। कफज रूघामा खोकी लाग्छ। अरूचि हुन्छ, नाकभित्र चिलाउँछ, नाकबाट कफ निस्कन्छ आदि। त्रिदोषज रूघामा छट्पटीका साथै माथि उल्लिखित सबै लक्षण देखिन्छ।

रक्तज रूघामा नाकबाट रातो पानी बग्छ। आँखा रातो हुन्छ। लगातार खोकी लाग्दा छाती दुख्छ र मुख ज्यादै गन्हाउँछ। ❖

(साभार- गोरखापत्र)

Nuns of Burma

✍ Daw Su Su Sein

All along the range of the sagaing hills are situated 145 nunneries with a total of 2,229 nuns residing in them. If a woman wishes to be ordained there, she is not allowed to become a nun at once, but must first stay for three months abiding by the eight precepts and engaging in meditation in preparation for the ordination. Parents or guardians of the aspiring nun must apply on her behalf to the dean or administrative body of preceptresses for admission to the nunnery. The candidate herself is required to render a promise that she will do all the duties imposed upon her once she is admitted all nuns are expected to abide by at least eight precepts perfectly, and they have the option to undertake nine or ten precepts if they choose to do so.

The discipline of the nunnery entails attendance at morning and evening prayers. Nuns are required to wear the robes in uniformity with the others and must conduct themselves with dignity, remaining solemn and taciturn while walking in procession. At 4:00 Am. When the conventional call is sounded, the nuns must arise to attend the prayer assembly, to cook rice, and to take breakfast. Then all engage either in patipatt (Meditation, telling beads and other practices) or patiyatt (Study of the Buddha's teachings). These constitute the principal activities of the nuns.

At 10:00 am they bathe, and at 11:00 am all have lunch. Between 12:00 noon and 1:00 pm, they take rest or nap. Following this, all must study or recite earnestly. When classes are dismissed, the nuns attend to tasks such as drawing water and changing the offerings of flowers. In the evening again at 6:00 the nuns assemble for prayers, offering lights, flowers and water and reciting admonitions and sermons on morality. After the prayers are completed they repeat the lessons they have learnt.

On the uposatha days, the grounds of the nunnery are cleaned and swept thoroughly. On these days of special religious observances, the nuns observe vegetarianism and remains particularly alert while doing helpful deeds for others and in all their other tasks. They pay close attention with respect to "the four materials" that is, the nunnery, garments, meals and medicines.

The preceptresses are regarded as parents and the student nuns are regarded as their children. Since the students have left their families and native places to join the order of nuns, they are looked after and provided with all necessities by the preceptresses, who address them with kind and sincere speech. In turn, the students must regard their preceptresses with solicitude and obedience.

Nuns between the ages of thirteen and forty are prohibited from certain activities. They must refrain from approaching any monastery alone from collecting

vegetables from going outside to bathe, from offering alms to monks, learning from them or studying with them. Nuns must comfort themselves serenely and maintain themselves both mentally and physically. The wearing of dirty or ragged garments is prohibited. They are expected to engage only in religious and beneficial deeds. Speaking loudly, laughing boisterously and yawning and sneezing loudly are not to be practiced. Whatever activities are unnecessary, such as writing to friends, gossiping and being over friendly are to be avoided.

Nuns are permitted to write to their native village and to go for a ride in the country at the times of harvest. A leave for staying overnight can be obtained from their respective preceptress or abbess. Untimely meals, drinking and smoking are not allowed. Nuns must be kind, polite and agreeable in their communications with others and should subdue their minds by means of meditations on loving kindness toward their fellow beings.

The nuns are responsible for sweeping their residences and all areas of the nunnery, including the rest house and pagodas. All must follow the required standard of discipline. Those nuns who have individual sponsors live peacefully and enjoy a contemplative religious life. Others generally must visit the neighborhood in their vicinity to collect alms twice a week, spending the whole day to obtain their meals. Kitchen duties and meals are taken in groups of two and three. There are only a few nunneries in which all the nuns can manage to gather together for every meal. For the most part the nuns are dependent solely upon the generosity of their relatives living in the locality and have no other resources. Occasionally they will be invited to attend a funeral ceremony and be provided with alms.

In spite of the difficulties nuns face with regard to education, livelihood, meditation and prayer they manage to attend to all their duties meticulously due to their staunchness in virtue. They serenely and diligently engage in the practice of morality, truthfulness, patience and gentleness while pursuing lofty and noble religious deeds. They are frugal with what they have and dwell in contentment.

In the beginning of their religious lives, nuns study the teachings of the Buddha (patiyatt) and as they grow older, they enjoy meditation and other devotional practices (patipatt). They have no modern educational facilities. They shun political efforts and civic interests in favor of tranquil recitations, sermons and studies. They spend time cooking meals themselves and offering alms. They stay aloof from the public and take pride in being nuns apart from worldly life.



धर्मकीर्ति विहार

गतिविधि

२०६७ मंसीर १८ गते, शनिवार

विषय- अंगुत्तर निकाय (दुक निपात)

प्रवचक- मदनरत्न मानन्धर

प्रस्तुती- मिनरवती तुलाधर

यस दिन मदनरत्न मानन्धरज्यूले अंगुत्तर निकाय दुक निपात अन्तर्गत प्रथम पण्णासकको छैठौं (६) वटा सूत्र संयोजन सूत्रको बारे प्रवचन दिनुभएको थियो । संयोजन भन्नाले एकले अर्कोसँग सम्बन्ध राखेलाई भनिन्छ । संसार चक्रमा बाँधिराख्ने क्लेशलाई संयोजन भनिन्छ । यो दश प्रकारका हुन्छन् । ती हुन-

- (१) **सक्कायदिट्ठि-** सत्कायदृष्टि (अरहन्त नहुञ्जेल सम्म पनि हाम्रो मनमा म, मेरो भन्ने अहंभाव आउने गर्छ ।
- (२) **विचिकिच्छा-** विचिकित्सा (शंका-उपशंका) बुद्ध, धर्म, संघ बारे शंका, कर्म र कर्मफलको बारे शंका, संसारको बारे शंका, कर्मविपाकको बारे शंका हुने गलत धारणालाई भनिन्छ ।
- (३) **शीलब्रत परामाश-** शीलव्रत परामाश (अन्धविश्वास) कुकुरव्रत र गोणव्रत आदि द्वारा अनेक प्रकारका दुःखकरचर्या गरेर संसारको दुःखचक्रबाट मुक्ति पाइनेछ भनेर अन्धविश्वास गर्नेलाई शीलव्रत परामाश भनिन्छ ।

माथि उल्लेखित ३ वटा क्लेशहरू स्रोतापन्न ज्ञान लाभ भएपछि मात्र हटेर जान्छ ।

- (४) **कामच्छन्द-** कामतृष्णामा भुल्ने इच्छा ।
- (५) **व्यापाद-** द्वेष (अरूलाई दुःख दिने इच्छा उत्पन्न हुने) ।
- (६) **रूपराग-** (१६ वटा ब्रह्म भूवन) रूप भूवनमा जन्म हुने इच्छा ।
- (७) **अरूपराग-** अरूप भूवन ४ वटा हुन्छन् । त्यहाँ जन्म हुने इच्छा ।
- (८) **मान-** घमण्ड, अभिमान (कुनै पनि राम्रो काम गर्न जान्यो भने घमण्ड आउँछ ।

(९) **उद्धच्च-** औदित्य (चित्त चञ्चलता) ।

(१०) **अविज्जा-** अविद्या, अज्ञानता, मूर्खता ।

क्लेश तीन प्रकारका छन् ती हुन्-

- (१) **वित्तिक्कम क्लेश-** तुरन्त आउने ।
- (२) **परियुट्ठान-** बीच-बीचमा आउने ।
- (३) **अनुशय-** अरहन्त नहुञ्जेलसम्म आउने ।

२०६७ मंसीर १९ गते, आइतवार

अंगुत्तर निकायको (दुक निपात)

प्रवचक- मदनरत्न मानन्धर, संचालक- श्यामलाल चित्रकार

प्रस्तुति- सुभद्रा स्थापित

यसदिन श्री मदनरत्न मानन्धरले अंगुत्तर निकायको (दुक निपात) पढ्म पण्णासको कम्मकरण वर्गको १० सूत्रको ७-१० सूत्र सम्म अन्तिमको प्रवचन गर्नुभएको थियो ।

(७) कण्ड सूत्र-

कण्ड भनेको कालो कृष्णको वर्ण जस्तोलाई भनिन्छ्यो । अवन्नतिको पक्ष भनेर पनि भनिन्छ्यो । जस्तै कुनै व्यक्तिको वानी छकाउने, चोर्ने, झुठो बोल्ने गर्नुपर्ने कर्तव्य पालना नगर्ने आदि । (पराभव सूत्रमा) धेरै सूत्रहरू मध्ये एक सूत्रमा आफू सशक्त भएर पनि आमा-बुवा प्रति वास्ता नगरी हेरविचार नगर्नेलाई घृणित कृष्ण पक्षको दोष अथवा कण्ड भएर झन्झन् अवन्नतिर खस्कदै जानेहुन्छ । यस्तोलाई कण्ड सूत्र भनिने गर्थ्यो ।

(८) शुक्ल (सेतो) पक्ष सूत्र-

चन्द्रमा भैं भन-भन उज्यालो तेजिलो वृद्धी हुँदै जाने लाई चन्द्र शुक्ल पक्ष भनिन्छ । त्यस्तो व्यक्ति पाप कर्म देखि हिरी र ओतपपको भाव भएको हुन्छ । अहिरक र अनो तपप भाव भएको कहिलै त्यस्तो हुन्दैन । त्यसैले यो दुईटालाई लोकपाल धर्म भनेर मानिएको पाइन्छ । र सप्तपुरुष धन मध्ये यो पनि हुन ।

पश्चाताप- पश्चाताप भन्नाले पछुताउ हुने र पछी नराम्रो हुने विषयलाई ख्याल नराखि लाभ हुनेमात्र सोचेर नचाहिने विभिन्न काम गर्नाले त्यसबाट नराम्रो प्रभाव र अझ अनेक रोग व्याधी समेत लागेर पश्चाताप हुने हुन्छ ।

(९) चर्या सूत्र-

हिरी र ओतपपले राम्रो आचरण र कल्याणको बाटो सिकाउने हुन्छ । जस्तै गुरुजन, भिक्षु-भिक्षुणी, आमा-बुवाहरूको, आदिलाई कुन तरिकाले आदर-गौरव सत्कार राख्नुपर्छ भनेर सिकाउँछ । यदि यस्तो गर्न नजान्ने व्यक्ति जनावर जस्तै कृकुर, भेंडा, वाखाको दाँजोमा गनिन्न पुग्छ । त्यसैले राम्रो आचरण गर्नु नै चर्या सूत्र हुन् ।

(१०) वर्षावास सूत्र-

यो भिक्षुहरूको ३ महिनासम्म एकै ठाउँमा बसेर, दैनिक पुजापाठ, धर्मदेशना आदि गर्नेलाई वर्षावास भनिन्छ । यो वर्षको २ पल्ट हुने हुन्छ ! पहिलो आषाढ पूर्णिमा देखि आश्विन पूर्णिमा सम्म तर दोस्रोलाई पच्छिम वर्षावास भनेर श्रावण पूर्णिमा देखि कार्तिक पूर्णिमा सम्म बसेर अन्तिममा कठिन दानको कार्यक्रम गरि समाप्त गर्ने गर्छन् । यसैलाई वर्षावास भनेर भनिन्छ !

धम्मदायाद सूत्र, धर्मको अंश

२०६७ पौष ३ गते, शनिवार

स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः ।

प्रस्तुती- सुभद्रा स्थापित

यसदिन पूज्य भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले धम्मदायाद सूत्र, धर्मको अंश मज्झिम निकाय विषयमा व्याख्या गर्नुहुँदै भन्नुभयो— “चित्त शुद्ध गरेर धर्म कार्यको प्रचार प्रसारमा लाग्नु नै धर्मको अंश हुनेछ । अशोक महाराजाले ठूलो धनर शी खर्च गरी विहार, पाटीपौवा, कुवा, इनार, अस्पताल आदि निर्माण गरे तापनि अन्त्यमा आफ्ना छोरा महेन्द्र र छोरी संघमितालाई भिक्षु र भिक्षुणी गरी धर्मप्रचार कार्यमा खटाइसकेपछि मात्र धर्मको अंश प्राप्त भएको महशूस गर्नुभएको थियो ।

यसरी नै सम्यक दृष्टिको बाटो अपनाई आर्यअष्टाङ्गिक मार्गमा लाग्न सक्नुलाई धर्मको अंश प्राप्त गरी स्थायी सुख प्राप्त गरेको भन्न सकिन्छ । तर अस्थायी लोभ लालचमा लाग्नुलाई भने क्षणिक सुख र दुःखको मूल हेतु भन्नसकिन्छ ।”

पुनः निर्मित धर्मकीर्ति विहारको आठौं जन्मोत्सव सम्पन्न

२०६७ मंसिर २८ गते, मंगलवार

स्थान- धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नःघः

दाता द्रव्यमान सिं, वसुन्धरा तुलाधर प्रमुख सपरिवारको यथाश्रद्धाले पुनःनिर्मित धर्मकीर्ति विहारले आठ वर्षपूरा गरेको छ । यही उपलक्ष्यमा दाता परिवारको आयो जनामा विहारको जन्मोत्सव कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ ।

बुद्धपूजा कार्यक्रममा उपस्थित सबै भन्ते, गुरुमांहरूलाई दाता परिवारले भोजन प्रदान गरी पूण्य सञ्चय गर्नुभएको थियो । यसरी नै उक्त कार्यक्रममा उपस्थित हुनु भएका सबै सहभागीहरूलाई उहाँहरूले प्रसाद वितरण गरी पूण्य सञ्चय गर्नुभएको थियो ।

उक्त दिन जवनवती गुरुमांले बुद्धपूजा गर्नुअघि धम्मवती गुरुमांले धर्मदेशना गर्नुभएको थियो ।

धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनया गतिविधि

प्रस्तुती- प्रेम लक्ष्मी तुलाधर

ने.सं. ११३१ थिलाथ्व अष्टमी खुन्हु जमोबहालय धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजन न्त्यव्वोगु इवले पूणदेवी पुचः पाखें ध.ज्ञा.भ.यात रु. ५००/- चन्दा (ट्याक्सी खर्च) वियादीगु खः ।

अथेहे ११३१ थिलाथ्व द्वादशी खुन्हु कृष्ण महर्जनया ४४ दं बुदिं व न्हूगु छ्यें पलिस्थाया लसताय वनस्थली इन्दावती गुरुमां प्रमुख मेपिं गुरुमापिनि पाखें बुद्ध-पूजा जूगुखः । अथेहे अन धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजन नं न्त्यव्वःगु खः । वय्कःपिनि पाखें ध.ज्ञा.भ.यात रु. २०४५/- दां गुहाली स्वरूप प्रदान यानादीगु खः ।

मेरो महान पिता

बुवा हजुरको माया मैले चिन्न सकिन
छातीभरी चोट बोकी हाँस सकिन
दुख्यो भनि आज म भन्न सकिदैन
चाहन्नथें सम्झन अतितलाई तर बिर्सन सकिन
कवितामा लेख्दैदु याद यो पुरानो
त्यही यादले आज यो घाउ बल्झायो
जसलाई मैले मित्र ठानें दुश्मन भैदियो
थाहैं नपाई हाँसीहाँसी छुरा चलायो
विरोधीहरूले आज मलाई युजर, लजुर बनाए
दोष जति मलाई दिए, निर्दोष सबै लिए
त्यही माकुराको जालमा मलाई फसाए
एक्लो बृहस्पति भएँ जमातमा भित्रभित्रै रोएँ
वदनामिको दाग लाग्यो बाँचन गान्हो भो
मानिसको भिडमा मानिस चिन्न सान्हो भो
नखाएको विष लाग्यो पचाउँन सकिन
धुन चाहें साबुनले मेटाउन सकिन
चाहे जति मैत्री तीनलाई दिन सकिन
थाम्न खोज्दा रीस सहन सकिन
शत्रु सामु मत कहिल्यै डराउन्न है
लडे लड्छु मरे मर्छु पछि हट्दिन
शत्रुका सामु यो शिर कहिल्यै झुकाउन्न है
हजुरको माया कहिल्यै गुमाउन चाहन्न
गुणको ऋण हजुरको तिर्न सकिन
बढ्न खोज्छु अघि तर खुट्टा तान्दिन्छु
आफ्नो भरोसा आफैँ आज बन्न सकिन
हरेस खाए जीवन देखि भन्न सकिदैन
तर संघर्ष गर्नवाट कहिल्यै नि थाकें भन्दिन
आँखामा हजुरको आँशु देख्न सकिदैन
धेरै दुःख दिएँ सायद अज्ञानतामा मैले
आई.एम.सी. सरी भनि भन्न सकिदैन
मूर्ति (Statue) को पूजा गर्दा हजुरकै मुहार देख्छु
पाप कर्म धेरै गरेँ होला सायद पश्चातापमा जलिरहेछु
आई विल नेभर डु इट अगेन पापा

मणीवती

धर्म प्रचार

समाचार

मैत्री बोधिसत्त्व विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना
२०६७ मंसिर २७ गते, सोमवार ।

स्थान- मैत्री बोधिसत्त्व विहार, जमल ।

यसदिन धम्मवती गुरुमाले पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भई बुद्धपूजा र धर्मदेशना गर्नुभएको थियो । धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजन खलःले भजन प्रस्तुत गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा पूर्णदेवी महर्जन पुचःको तर्फबाट जलपान व्यवस्था मिलाउनु भई पूण्य सञ्चय गर्नुभएको थियो ।

ग्रन्थरत्न विमोचन गरी लोकार्पण

२०६७ मंसिर ७ गते, बुधवार

नगदेश बुद्ध विहारको धम्माहलमा बौद्ध ल्यायम्ह पुचः नगदेश र थेरवाद अध्ययन समूह काठमाण्डौको संयुक्त आयो जनामा लोक प्रसिद्ध बौद्ध विद्वान डा. सानु भाई डंगोलज्यूबाट रचित “धर्म निरपेक्षता र यसको उपादेयता : नेपालको सन्दर्भमा” नामक ग्रन्थरत्न नगदेशका कुलपुत्र वर्तमान नेपाल सरकारका सामान्य प्रशासन मन्त्री श्री रविन्द्र श्रेष्ठ (प्रभाकर प्रधानाङ्ग) ज्यूबाट विमोचन गरी सार्वजनीकरण गरी दिनुभयो । सो पवित्र पावन समारोहको शुभारम्भमा श्रद्धेय भिक्षु वर सम्बोधिज्यूबाट अष्टशील-पञ्चशील प्रार्थना गराउनु भई योमन्हीपुन्हको उपलक्ष्यमा भव्य बुद्ध पूजा सम्पन्न गरेको लगत्तै दोश्रो चरणमा उल्लेखित ग्रन्थरत्न लोकार्पण गर्ने शुभ कार्यको थालनी गरीयो । सो सभाको सभापतित्व बौद्ध ल्यायम्ह पुचः नगदेशका अध्यक्ष शिव भक्त मेजुले गर्नुभयो भने स्वागत मन्तव्य थेरवाद अध्ययन समूहका संयोजनक डा. लक्ष्मण शाक्यले प्रमुख अतिथि माननीय मन्त्रीज्यू लगायत उपस्थित सबैलाई हृदयदेखि नै स्वागत गरी आभार व्यक्त गर्नुभयो । सो समारोहमा थेरवाद बौद्ध दायक केन्द्रीय परिषदका अध्यक्ष श्री बखत बहादुर चित्रकारज्यू र नगदेश बुद्ध विहारमा बु.सं. २५५४ मा वर्षावास अधिष्ठान गर्न आउनु भएको श्रद्धेय गुरुमाँ केशावतिज्यूले पनि शुभेच्छा मन्तव्य दिनु भएको थियो । सो सभाको संचालन समूहका सचिव एवं पुचः का सल्लाहकार कृष्ण कुमार प्रजापतिले गर्नु भएको थियो । अन्तमा सभाका सभापति बौद्ध ल्यायम्ह पुचःका अध्यक्ष शिव भक्त मेजुले सधन्वाद सहित सभा विसर्जन गर्नुभयो । अन्तमा सामूहिक पूण्यानुमोदन गरी उपस्थित श्रद्धेय भन्ते, गुरुमाँहरू लगायत आमन्त्रित उपासक उपासिकाहरूलाई स. भोजनको व्यवस्था समेत गरीयो ।

दान गरेको आँखाहरू सफल प्रत्यारोपण

२०६७ पौष ९ गते, विहवार

नगदेश बुद्ध विहारका उपासक एवं बौद्ध ल्यायम्ह पुचः नगदेशका सदस्य ज्ञान कृष्ण बाडे र सिद्धिकृष्ण

बाडेका पितृस्नेही बुबा “ज्ञान लाल बाडे” गत ने.सं. ११३१ थिंलाथ्व १० अर्थात् वि.सं. २०६७ पौष १, विहवारका दिन दिनको ठीक १२.०० बजे ६१ वर्षको उमेरमा देहावसान भएको लगत्तै परिवारजनको सहमतिमा तीलगंगा आँखा प्रतिष्ठानलाई स्ववासमै दुइटै आँखा दान गरियो । सो दान गरेको आँखा मध्ये एउटा आँखा पश्चिम नेपालको स्याङ्गा निवासी ३९ वर्षीया “पौडेल” थरकी महिलालाई सफल प्रत्यारोपण भयो भने अर्को आँखा पाटन (लपु) निवासी ५० वर्षीय “शाक्य” थरका प्रौढ ब्यक्तित्वलाई सफल प्रत्यारोपण गरेको बुझिन आएको छ । अतः यस्तो महादान कार्यको पूण्यानुभावद्वारा मृतक ज्ञानलाल बाडेको सद्गति र निर्वाणको हेतु बनोस् भनी हार्दिक कामना गरी एक लघु शोक श्रद्धाञ्जली कार्य गरी दुःखद् घडीमा मृतक बाडेका परिवारजनले धैर्य धारण गर्न सकोस् भनी समवेदना समेत प्रकट गरीएको छ ।

जिगु अन्तिम इच्छा

जिग्दगी छुँ ठिकाना मद्दु, सासः क्कद जुलकि सिना वनीगु जीवन । धर्म रक्षायाणा तगुलिं ८४ दँ तक म्वाना च्वन । जिगु अन्तिम इच्छा खः जि सीबले मिक्षु संघ पाखें दाह संस्कार याकेगु । अथे घयागु दाह संस्कार बले बिज्याइपिं भ्ते, प्रव्रजित गुरुमाँफित दान दिक्षिणा नं बीया लागि मिक्षुसंघयात, मिक्षु संघया वार्षिक उत्सव दिने एकलाख रु. १०००००/- लःल्हाना बिया । मेगु जिगु इच्छा खः जि भौंते (बने पाय) सीसा अनहे दाहसंस्कार याय्गु, संघारामे सीसां बिष्णुमती सिथेसं उना छोयगु, लुम्बिनी सीसा अनहे उना छोयगु । जात्रा याना च्वनेमवाः थ्व जिगु अन्तिम इच्छा खः ।

- मिक्षु अश्वघोष



न्यू नेपाल प्रेस

प्रधान कार्यालय: १४२ मनकामना मार्ग, नागपोखरी, काठमाडौं, नेपाल । फोन: ४४३४८५०, ४४३४७५३, फ्याक्स: (९७७-१) ४४३३९२९
व्यापारिक कार्यालय: शुकुपथ, काठमाडौं । फोन: ४२५९०३२, ४२५९४५०, फ्याक्स: (९७७-१) ४२५८६७८

THE DHARMAKIRTI

A BUDDHIST MONTHLY



विष्णुमती छेऊमा निर्मित बुद्ध मन्दिर

वर्ष-१८, अङ्क-८

बु.सं. २५५४, मिला पुन्डि

धर्मकीर्ति

१. 'धर्मकीर्ति' प्रत्येक पूर्णिमाको दिन निस्कन्छ ।
२. 'धर्मकीर्ति' का लागि धार्मिक, सामाजिक एवं नैतिक पक्षका लेखहरू लेखी पठाउनु होस् ।
३. विहार एवं विभिन्न स्थानहरूमा भएका बौद्ध गतिविधिहरू यथाशिघ्र समयमानै हामीलाई लेखी पठाउनु होस् ।
४. हामी तपाईंको स्वस्थ प्रतिक्रियाको स्वागत गर्दछौं ।
५. लेखकद्वारा लेखिएको कुनै पनि विचारको जिम्मेवार लेखक आफै हुनेछ- सम्पादक मण्डल हुने छैन ।

विषय-सूचि

क्र.सं.	विषय	लेखक	पेज नम्बर
१.	बुद्ध-वचन	-	१
२.	सम्पादकीय- बोधिचित्त	-	२
३.	दोस्रो दिन	- सत्यनारायण गोयन्का	३
४.	चार आर्यसत्य	- धम्मवती गुरुमां	६
५.	छःपिं विनाः मेपिं जितः सुंमन्त	- जगमोहन वामिं	६
६.	धम्मपद-२३८	- रीना तुलाधर (बनिया)	७
७.	चिन्तनमयप्रज्ञा	- भिक्षु अश्वघोष	८
८.	थःम्हं धयाथु मदुगु श्व शरीर	- माधवी गुरुमां	९
९.	ज्ञानरत्न भिंतुने	- अमृतमान शाक्य भिक्षु	९
१०.	प्रज्ञा मेरो ज्योति	- प्रेमलक्ष्मी तुलाधर	९
११.	सद्धर्मः के हो र किन चाहियो?	- दोलेन्द्ररत्न शाक्य	१०
१२.	ध्यानकुटी मैत्री वाल आश्रमलाई सहयोग	-	११
१३.	निर्विचार	- नरेन्द्रनाथ भट्टराई	१२
१४.	आमाबाबु र छोराछोरी	- नारद महास्थवीर, अनु. रीना बनिया	१४
१५.	अनन्त ज्योति-१५	- श्रद्धेय भिक्षु सिङ्ग युनका धर्मचिन्तन, अनु. देवकाजी शाक्य	१६
१६.	सामूहिक प्रव्रज्या तथा उपसम्पदा योजना	-	१७
१७.	ज्येष्ठ नागरिक घुमाउँदै-पुण्य कमाउँदै	-	१८
१८.	शान्ति नायक गौतम बुद्ध !	- घोषक शाक्य 'प्रदीप'	१९
१९.	मनूया मति	- विद्याबहादुर वज्राचार्य	१९
२०.	विद्रोहको सम्यक् दिशा	-	२०
२१.	श्रमण नारद	- श्रीयुत नाथुराम प्रेमी	२१
२२.	आहारले होइन विहारले रूघा	- सौजन्यप्रसाद सत्याल	२२
२३.	Nuns of Burma	- Daw Su Su Sein	२३
२४.	धर्मकीर्ति विहार-गतिविधि	-	२४
२५.	मेरो महान पिता	- मणीवती	२५

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