

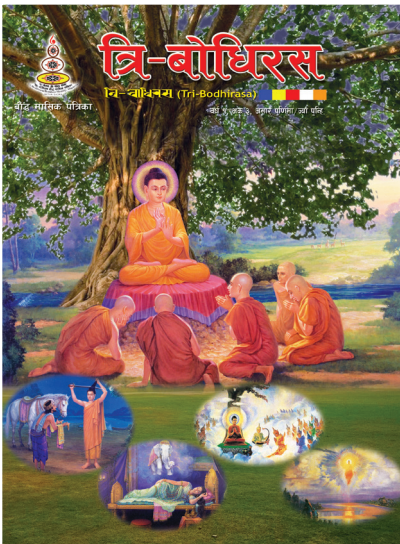
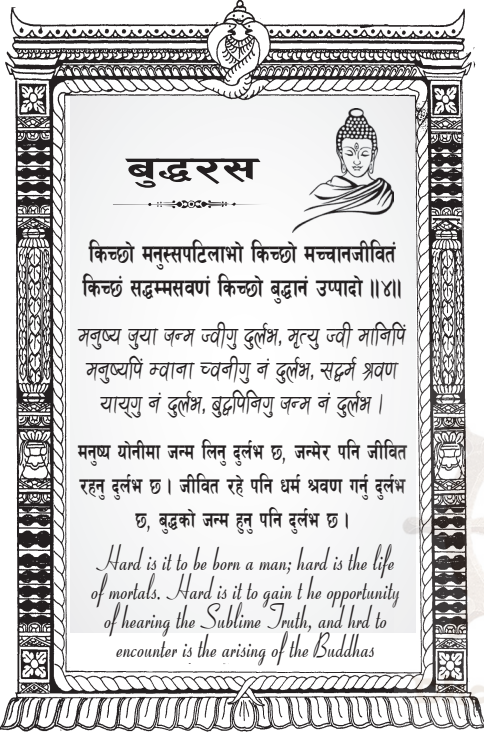


त्रि-बोधिरस

त्रि-बोधिरस (Tri-Bodhirash) बौद्ध मासिक पत्रिका

वर्ष १, अंक ४, श्रावण पूर्णिमा/दिला पुन्हि

बु.सं. २५६२, ने.सं. ११३८, वि.सं. २०७५, 2018 A. D. June/July



गत अंक

विषयसूची

महान धर्मचक्र सूत्रोपदेश	
✍ महाशी सयादो महास्थविर	३
विपश्यना भावना सम्बन्धी व्यवहारिक निर्देशन	
✍ सयादो ऊ. पण्डिताभिवंश	५
त्रिविध भय दुःख - जरा, ब्याधि र मरण	
✍ डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर	८
अङ्गुत्तरनिकाय	
✍ भिक्षु बोधिसेन महास्थविर	१२
मिलिन्द प्रश्न	
✍ भिक्षु शोभन	१५
जातक बाखें	
✍ दुण्डवहादुर बज्राचार्य	१८
.....	
ANATMA - Non Soul	21
✍ Hem Bahadur Shakya	
.....	
कला-साहित्य/प्रेरक प्रसंग	
कविता	
✍ भिक्षु सम्यक सम्बोधि प्राणपुत्र	२४
न शुरु न त अन्त	
✍ भिक्षु विमलो स्थविर	२४
सर्कलको खेल जिन्दगीको मेल	
✍ भिक्षु विमलो स्थविर	२५
.....	
शासनिक गतिविधि विशेष	२६



त्रि-बोधिरस त्रि-बोधिनी बौद्ध मासिक पत्रिका

धम्मनुशासक
उपसंघनायक भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर
'अग्रमहापण्डित, अग्रमहासद्धम्मजोतिकधज'

सल्लाहकार
भिक्षु धर्मगुप्त महास्थविर
भिक्षु भद्रिय महास्थविर
भिक्षु बोधिज्ञान महास्थविर

सम्पादक
भिक्षु विमलो स्थविर
मो. ९८४९९८३८३

विशेष सहयोगीहरू
भिक्षु चन्द्रिमो
भिक्षु रेवतो

आर्थिक व्यवस्थापक/प्रायोजक
कपिल शाक्य
प्रविता शाक्य

सितापाइला, काठमाडौं
मो. ९८५९०६९९७५

विज्ञापन व्यवस्थापक
कृष्ण गोविन्द महर्जन
मो. ९८५९९७२३९५

वितरण व्यवस्थापक
रामकृष्ण महर्जन
मो. ९८४९९३४४९४

वितरकहरू
गौतम तुलाधर
कृष्ण प्रताप महर्जन
जमुना महर्जन
सनम महर्जन

सेटिङ्ग/मुद्रण
आइडियल प्रिन्टिङ्ग प्रेस
ग्वाको, ललितपुर, फोन: ५५३०५२२

मूल व्यवस्थापन
श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहार
सिद्धिपुर, महालक्ष्मी नगरपालिका-६

प्रकाशक/सम्पर्क कार्यालय:

त्रि-बोधि विपश्यना ध्यान केन्द्र
सिद्धिपुर, ललितपुर, फोन: ५५८९४९५
E-mail: pashavimalo@gmail.com
tribodhirasa@gmail.com

सम्पादकीय

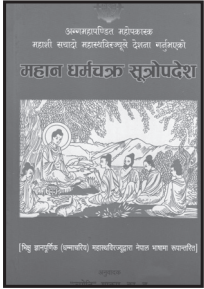


बुद्ध भन्नु हुन्छ संसारमा गुण लाउने र गुण तिर्ने दुई थरीका मानिसहरू दुर्लभ छन् । गुण लाउने र गुण तिर्ने गुणधर्मलाई सत्पुरुषहरूको स्वभाव धर्म भनेर पनि चिनिन्छ । गुण लाउनु, गुण तिर्नु दुई गुणधर्म भनेका शुद्धचित्तको उपज हो । शुद्धचित्त भित्रमात्र गुणधर्मको विकास हुन्छ । गुणधर्मले मात्र व्यक्तिको विकास हुन्छ । अनि मात्र व्यक्ति भित्रका अवगुण विकास हुन्छ ।

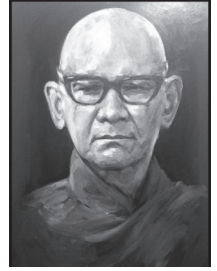
गुण लाउने व्यक्ति बाँचुन्जेल पनि सबैको माझ प्रिय हुन्छ भने मनुष्य, अमनुष्य, देव ब्रह्महरूको सम्म अति प्रिय हुन्छ र यो लोक पश्चात परलोक सम्म पनि उसको किर्ति फैलिन्छ अनि दिवंगत हुँदा पनि उसलाई हर व्यक्तिले आफ्नो हृदय भित्र जिवित बनाउँछ । त्यसैले मृत्यु पश्चात पनि यस लोकमा जिवित रहने हो भने अवश्यमयव गुण धर्म अभिवृद्धि गर्न सक्नु पर्छ । गुण विनाको मानिस मृत्यु पश्चात उसको अस्तित्व रहँदैन यस लोकमा ।

हृदयमा गुणधर्म अभिवृद्धि गर्नु भनेकै हृदय शुद्धिकरणको मार्गमा अग्रगमण गर्नु हो । गुणधर्म अभिवृद्धि हुनेबित्तिकै हृदयमा भएका विकार, विसंगति आदि नकारात्मक विषयहरू शिथिल भई सकारात्मकताले स्थान लिन्छ । सकारात्मकताले व्यक्तिलाई सकारात्मक रूपमा विकास गर्छ । जीवन सकारात्मक रूपमा सफल हुन्छ । सार हुन्छ, सार्थक हुन्छ । जीवन सन्तोषको प्रतिबिम्ब हुन्छ अनि सन्तोषको कारण हेतु जीवन सुखमय हुनेमा दुईमत छैन । त्यसैले सुख चाहिने हरकोहीले आफ्नो हृदय भित्र विद्यमान, विकार, विसंगति, विकृतिलाई हटाएर सकारात्मक उन्नति प्रगति चाहनेले जसरी फिटकिरी ढुंगा धमिलो पानीमा राख्दा पानी सफा कन्चन हुने स्वभाव धर्म हुन्छ फिटकिरीको शुद्ध गर्ने स्वभाव धर्मको कारण हेतु धमिलो पानीसम्म प्रयोग र सेवन गर्नु योग्य भए भैं गुणधर्म अभिवृद्धि गर्नेले पनि हृदयमा भएका अकृशल रूपी मैल हटाएर हृदय कन्चन परिशुद्ध गर्न सक्छ र जसरी फिटकिरीको कारण हेतु जल सेवक योग्य भए भैं गुणधर्म अभिवृद्धि गर्ने व्यक्ति पनि संगत र सेवनिय व्यक्ति हुन्छ, यहाँ सम्म की त्यस्ता व्यक्तिलाई मानिसले मात्र नभई देवब्रह्म अमनुष्यहरूले सम्म सेवन गर्दछ । उ सबैको प्रिय हुन्छ । ऊ सबै माझ आदरणीय हुन्छ उसको चैतर्फी यशकिर्ति फैलिन्छ । फूलको सुगन्ध त हावाको बेगसंग मात्र फैलिन्छ तर गुणी व्यक्तिको यशकिर्ति विना हावाको बेगमा टाढै सम्म निरन्तर फैलिन्छ । यस लोकमा मात्र हैन परलोक सम्म पनि किर्ति फैलिन्छ । उसलाई यस लोक र परलोक दैवलोकमा सुख शान्ति प्राप्त हुन्छ । त्यसैले भगवान बुद्ध भन्नु हुन्छ यस लोकमा गुण लाउने र गुण तिर्ने दुई थरीका व्यक्तिहरू दुर्लभ छन् । त्यसैले बुद्धद्वारा प्रशंसित व्यक्ति भएर जिउनु कति सुखकर होला आजै देखि अभ्यास किन नगरौं ।

अहिले हामी माझ गुँला महिनाको शुभारम्भ छ धर्मकर्मको सम्पादन गर्ने महिना । बालक देखि बुद्धले सम्म धर्मकर्मको अभ्यास गर्नुपर्छ भन्ने मनोभाव विकसित महिना गुँला महिना । राम्रो देख्न पाउने, सुन्न पाउने, बोल्न पाउने व्यवहार गर्न पाउने, मन धर्मकर्ममा भुकाउन पाउने अवसर जुरेको महिना हो गुँला महिना । धर्मकर्ममय भएको महिना हो गुँलामहिना । बालकदेखि बुद्धसम्म धर्मकर्ममा उत्साहित हुने महिना हो गुँला महिना । त्यसैले जताततै धर्मकर्मको यस्तो अवसर जुरेको समय अझ भनौं सम्यकसम्बुद्धद्वारा लोक हितसुख गर्ने हेतु महाकरुणा राखी देशना गर्नुभएको सद्धर्मको देशना पनि बौद्ध विहार विहारमा भिक्षुहरूबाट प्रारम्भ हुन्छ गुँला महिनामा । सद्धर्मश्रवण गर्नु पनि दुर्लभ हो यस्तो दुर्लभ स्वामित्व प्राप्त भएको अवसरमा हामी श्रद्धा चित्तले सद्धर्मश्रवण गरी हृदय भित्र रहेको विसंगति, विकृति, विकारहरू अलग्याएर हृदय भित्र गुणधर्म अद्विवृद्धि गर्न गराउन सकेमा अवश्य हामी पृथकजनबाट सत्पुरुष, सत्पुरुषबाट आर्य भई दुःखमुक्तिको मार्गमा पुग्ने छौं । त्यसैले सुख चाहने हरकोहीले यस्तो अवसरलाई नगुमाई अवसरको सदुपयोग गरी आफ्नो हृदयमा गुणधर्म अभिवृद्धि गरि जीवन सार अर्थपूर्ण बनाऔं । साथ ।



अगमहापण्डित महोपकारक महाशी सयादो महास्थविरज्यूले देशना गर्नुभएको महान धर्मचक्र सूत्रोपदेश



आलार ऋषिकहाँ शिष्यत्व ग्रहण

आलार ऋषिकहाँ जानुभई शिष्यत्व ग्रहण गर्नुभएको तरीकालाई यसरी देखाइएको छ-

सो अहं = बोधिसत्व अवस्थामा म; पब्वजितो समानो=गृहत्याग पछि श्रमण भईकन; किं कुसलानुएसी = कुशल के हो भनी खोज्दै; अनुत्तरं सन्तिवरपदं = अद्वितीय त्यो भन्दा उत्तम अर्को नभएको शान्तिधातु पवित्र निर्वाणलाई; परियेसमानो = खोजिहँड्दै; येन आलारो कालामो तेनुपसंकमि = कालाम गौत्रका आलार ऋषि हुनुभएको ठाउँमा पुगे; उपसंकमित्वा = पुगे पछि; आवुसो कालाम = मित्र कालाम; (गोत्रलाई नै नाम गरी भनिएको हो। गौरव गर्न योग्य ब्यक्तिलाई मूल नाम उच्चारण नगरी यसरी गोत्र आदिद्वारा भन्नु सम्बोधन गर्नु प्रज्ञावान्को व्यवहार र चलन नै भयो); आवुसो कालामो = मित्र कालाम; इमस्मिं धम्मविनये = मित्रद्वारा निर्देशन दिई सिकाई-बुझाई रहेको यस धर्म विनयमा; वा = मित्रको अववाद उपदेश शासन; ब्रह्मचरियं चरितुं = उत्तमाचरण आचरण गर्ने; अहं इच्छामीति = म इच्छा गरिरहेछु भनी; एवं = यो प्रार्थना वचन; आलार कालामं = कालाम गोत्रका आलारलाई; अवोच = भन्नुभयो।

संक्षिप्तमा - आलार ऋषिकहाँ पुग्नुभई "मित्र कालाम, मित्रले निर्देश गरी सिकाई-बुझाई रहेको उत्तमाचरणलाई आचरण गर्न चाहन्छु" भन्ने तात्पर्य हो। त्यस बेला आलार ऋषिले-

आयस्मा= गौतम गोत्रको आयुष्मान श्रमण; विहर तु= यो क्षेत्र यो शासनमा आऊ, आचरण गर। अयं धम्मो = मैले बताउँदै, गरिदेखाउँदै गरेको यो आचरण कार्य धर्म; तादिसो = त्यस्तो स्वभाव भएको हो; वा = अब बताउन लागेको आकार प्रकार स्वभाव भएको; यत्थ = जुन आचरण कार्य धर्ममा; विञ्चू पुरिसो =

विद्वान व्यक्ति; न चिरस्सेव = धेरै समय नबित्दै; सकं आचरियकं = आफ्ना आचार्यले पत्तो लगाई जानी राखेको विशिष्ट धर्मलाई; सयं अभिञ्जा सच्छिक्त्वा = स्वयम्भू ज्ञानद्वारा साक्षात्कार गरिकन; उपसम्पज्ज विहरेय्य = (लक्ष्यमा) पुगी लाभ गरी बस्नसक्दछ - भनी उत्साहित पार्ने कुरा भनेर उद्योग र अभ्यास गर्ने तरीका सिकाई-बुझाई दिए।

सन्तोष र उत्साहप्रद कुशल-असल कुरा

आलार ऋषिले भनेका कथनमा "उनले बताए अनुसार आचरण गर्ने ब्यक्तिले गुरुले जानेका विशिष्ट धर्मलाई केही समय भित्रै स्वयं आफ्नै ज्ञानद्वारा पत्तो लगाई जान्न सकिन्छ" भनेको चाहिँ खूबै भरोसा लिन योग्य, विश्वास गर्न सुहाउँदो कुरो हो। साक्षात्कृत धर्म भए यसरी स्वयं आफैले पत्तो लगाउन र देख्न सके मात्र उत्साहवर्द्धक सन्तोषजनक हुँदछ। अनि फेरि धेरै समय नबित्दै स्वयं आफैले पत्तो लगाउनु, देख्नु र जान्नु सकिन्छ भनेको पनि उत्साहवर्द्धक छ। छिट्टिछिट्टै तुरुन्त पत्तो लगाई जानिने भएमा मात्र उत्साहवर्द्धक हुने हो। त्यसर्थ आलार ऋषिको त्यस्तो वचन सुन्न पाउँदा बोधिसत्वले मनमा सन्तोषमय तृप्ति मानी यसरी विचार गरे-

आफूले खाने आँट नगरेको ओखती अरुलाई खुवाउन हुन्न

आलारले यो धर्म विश्वास र श्रद्धाद्वारा मात्र भनिरहेका थिएनन्। वास्तवमा उनले स्वयं खोजी पत्तो लगाई देखी-बुझी बताइरहेका हुन् भनी विचार गरे। हो पनि, आलारले भनेका कुरामा "ग्रन्थमा कसरी बताइएको छ" भन्दै ग्रन्थको आधार लिईकन भनिरहेका थिएनन्। "यसरी जान्न सकिन्छ भनिएको छ" आदि भनी आफूले सुनी राखे अनुसार भनिरहेका पनि थिएनन्; "गुरुले जान्नु भएको विशेष धर्मलाई स्वयं आफूले नै जानेको" भनी

यसरी आफैले देखे अनुसार भनिरहेका थिए। भावना कार्य निर्देशन गर्ने गुरू हो भने त्यसरी निर्भीक र निर्धक्क भएर भन्नसक्नु आवश्यक छ। स्वयं आफैले उद्योग र अभ्यास गरी सकेको हुँदाहुँदै, स्वयं आफैले केही पनि खोजेर पत्तो लगाउन, देख्न र जान्न बुझ्न सकेको नहुँदै नै केवल ग्रन्थमा भेट्टाइएकाले मात्र गुरू बनिरहेका, भावना कार्य धर्म बताई-सुनाई हिँड्नेहरू, भावना कार्य सम्बन्धी ग्रन्थ लेखेर प्रकाशित गरिरहनेहरू त्यत्तिका कामलाग्ने उपयोगी होइनन्। स्वयं आफैले कहिले नखाएको, सेवन गरी नै नहेरेको ओखती; स्वयं आफैले खाने आँट गर्न नसकेको ओखती अरूलाई खुवाई-पिलाई रहेभन्ने मात्र भइरहेछ। त्यस प्रकारले बताउने देखाउने त्यस्ता ग्रन्थादि पुस्तकहरू प्रति विश्वास राखी भरोसा लिई उत्साह वृद्धि गर्नु त्यत्ति मिल्दो र योग्य ठहरिन्न।

मिल्दो सुव्यवस्थित विचार

आलार ऋषिले जुन निर्देशन दिई बताई-बुझाईरहेका थिए त्यो साक्षात्कृत अनुसार निर्भीक रूपले निर्देशन गरी सिकाई-बुझाई रहेका हुनाले बोधिसत्वले निश्चित विश्वास गरे; साथै तिनी उत्साहित पनि भए। 'आलारसित मात्र विश्वास गर्ने श्रद्धा भएको होइन, मसित पनि छ, आलारसित मात्र वीर्य, स्मृति, समाधि, प्रज्ञा भएको होइन, मसित पनि छ'- भनी यसरी विचार गरेर आलार ऋषिले प्राप्त गरी राखेको धर्मलाई स्वयं आफैले पनि खोजी पत्तो लगाउनका निम्ति उद्योग र अभ्यास गर्न थाले। उद्योग र अभ्यासमा लागिउन समय धेरै नबित्दै उनलाई आकिञ्चन्यायतन ध्यान समापत्ति धर्म लाभ भई हाल्यो। तब बोधिसत्वले आलार ऋषिकहाँ गई, "आचार्य, तपाईंले स्वयं आफ्नो ज्ञानद्वारा प्रत्यक्ष खोजी प्राप्त गरिकन पुग्न समर्थ भएको त्यो आकिञ्चन्यायतन ध्यान धर्म, मैले अहिले स्वयं खोज गरी हासिल गरिरहेको यो धर्म अनुसार नै हो?" भनी सोध्नुभयो।

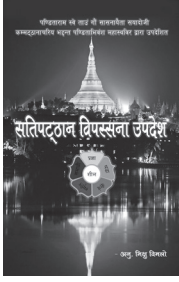
संग्रहणीयलाई संग्रह गर्नु गुरूको कर्तव्य

आलार कालाम ऋषिले तब, "हो, मैले स्वयं आफ्नो ज्ञानद्वारा उपलब्ध गरी जुन धर्ममा पुग्न सकिरहेको छु, आवुसो गौतमले उपलब्ध गरी आएको धर्म त्यो अनुसार नै हो; मैले पनि यति नै स्वयं हासिल गरी बसेको हो" भनी उत्तर दिनु भएपछि यसरी प्रशंसा पनि

गर्नुभो, "आवुसो गौतम, अति विशिष्ट व्यक्ति रहेछन्। यो आकिञ्चन्यायतन ध्यान सजिलै लाभ हुने धर्म होइन; आवुसो गौतमले केही दिनभित्रै यो धर्म प्राप्त गरे, अति आश्चर्यको कुरो हो। यस प्रकारको विशेषताले युक्त सब्रह्मचारी लाभ गर्न पाउँदा हामीलाई बडो लाभ भइरहेछ; हामी खूबै भाग्यमानी बनिरहेका छौं। मैले साक्षात्कार गरिकन उपलब्ध गरेको र जानी लिएको धर्मलाई आयुष्मान गौतमले हासिल गरी लिन थाले; आयुष्मान गौतमले बोध गरी लिएको धर्म प्रमाण सम्मन् मात्र मैले पनि बोध गरी जानी राखेको छु। तसर्थ आयुष्मान गौतम मेरो विशिष्ट गुणको बराबर (समान) भइसके। आयुष्मान गौतम अब यहीं बसुन्। यस गणमा शिष्य-परिषद्हरू धेरै नै छन्; आयुष्मान गौतम र आफू हामी समश्रेणीकाहरू गुरूजन बनी निर्देशन गरी संरक्षण दिने गरौं"- भनी शिष्यहरूको समूहलाई आधा भाग गरीकन तिनीहरूलाई सिकाउन-बुझाउन निम्ति बोधिसत्वलाई जिम्मा दिनुभो। अघि उल्लेख गरी आएका ३०० शिष्यहरू मध्ये १५० जना बाँडी दिएको हुनुपर्छ। त्यस प्रकारले संग्रह गर्नुभएको चाहिँ गुरुले शिष्यलाई आफूसित समश्रेणीमा राखेर संग्रह गर्नुभएको थियो।

तर बोधिसत्व भने त्यो ठाउँमा केही समय मात्र बस्नुभयो। त्यसरी बस्दै उनले विचार विमर्श गर्नुभो। "यो आकिञ्चन्यायतन ध्यान निर्विदा ज्ञान उत्पत्तिका निम्ति, विरागका निम्ति, निरोधका निम्ति पनि रहेनछ; क्लेश शमनका निम्ति, अभिज्ञा निम्ति, प्रतिवेध ज्ञानका निम्ति, सम्पूर्ण दुःख शमनका निम्ति पनि रहेनछ। आकिञ्चन्यायतन भूमिमा पुग्नका निम्ति मात्र रहेछ। त्यो भूमिमा पुगेर (६०) साठी हजार कल्पसम्म दीर्घायु रहनलाई मात्र रहेछ। त्यो भूमिमा पुगेर (६०) साठी हजार कल्पसम्म दीर्घायु रहनलाई मात्र हो। त्यस जन्मबाट च्युत हुँदा फेरि यथावत् कामभूमिमा उत्पन्न भएर यथावत् दुःखको सामना गरिनु नै पर्ने हुनेछ। मैले आकांक्षा गरिरहेको मरण रहित धर्म चाहिँ यो पनि होइन रहेछ।" भन्दै विचार विमर्श गर्नुभई त्यो आकिञ्चन्यायतन ध्यान धर्मलाई प्राथमिकता नदिईकनै त्याग गर्नुभो। आलारकालामको त्यो कर्मस्थान स्थलबाट पनि निकलेर जानुभयो।





सयादो ऊ. पण्डिताभिवंशद्वारा उपदेशित सतिपट्ठान विपश्यना ध्यान भावना निर्देशन

पण्डितारामा विपश्यना ध्यान केन्द्र
म्यानमार, येगून

गतांशवाट क्रमशः.....

चक्रमण समाधिवाट ध्यान समाधिमा :-

बसेर मात्र ध्यान गच्यो, बसिसकेपछि उठेर जाने बेला होश छैन । उठ्न मन लागेको अवस्थादेखि भाविता गरेको पाइन्न । भवात्त नै उठियो । यता हेच्यो, उता हेच्यो । अरु योगीहरू देखियो भने पनि हाँसेर देखायो, कुराकानी गच्यो, तोलेर बस्यो । आफ्नो कोठामा गएर पनि थाकियो भनेर आराम गरियो । यो गच्यो, त्यो गच्यो यो गरे जस्तो त्यो गरे जस्तो गरी बस्यो । चक्रमण गर्ने अवस्थामा पनि चक्रमणमा समाधि पुग्ने किसिमले गरिएन । अलिकता चक्रमण गरी फेरी बसियो, उठियो । चक्रमणको समाधि बस्ने बेलासम्ममा पनि एकैनास नभएकोले चित्त एकाग्रह गरिराख्न पनि सजिलो भएन । चक्रमणमा प्राप्त भएको समाधिलाई बस्ने बेलासम्म एकैनास गरी ल्याउनुपर्छ । बस्ने वित्तिकै मन स्वात्त पेटमा केन्द्रित गरी फुलेर आउने बेलामा पनि फुल्यो भनी भाविता गर्न सक्ने गरी, सुक्ने बेलामा पनि सुक्यो भनी भाविता गर्न सक्ने गरी उद्योग अभ्यास गर्नुपर्छ । इरियापथ परिवर्तन गर्नुपर्छो भने त गर्नुपर्छो तर शरीरमा उत्पन्न भएर आएको आरम्भणहरूलाई पानीको धारा प्रवाह सरी अटूट रूपमा नजिकै ताँसिएर भाविता गरिरहनुपर्छ । भाविता गरिरहेको आरम्भणमा भित्रै छिरेको जस्तै हुने गरी भाविता गरिरहनुपर्छ । वेग पनि समावेश भइरहेको हुनुपर्छ ।

ध्यान भन्नु बस्तुमात्र थानी बस्ने वित्तिकै सकियो, बस्ने काममात्र त हो नी भनी विचार गरिरहन्छ । त्यसरी त होइन । बसेर पनि भाविता गरी चाल पाइरहने काम हो । ध्यान बस्ने भनेको शरीरमा ध्यान दिइ वर्तमान

अवस्थामा उत्पत्तित सम्पूर्ण आरम्भणहरूलाई नछुटाइकन, अटूट र दृढरूपमा भाविता गरिरहनु सतिपट्ठान कार्य हो । बसेर ध्यान बस्दा पेट फुल्ने सुक्ने देखि लिएर उत्पत्तित सम्पूर्ण आरम्भणहरूलाई निरन्तर अटूट रूपमा भाविता गर्नु परे भै, सुत्ने अवस्थामा पनि सुत्न चाहेको चित्तदेखि लिएर



भाविता गर्नुपर्छ । हात हल्लाउदा पनि एक पछि अर्को गर्दै हात सारेको सम्म पनि भाविता गर्नुपर्छ । अगाडि आरम्भणहरू उत्पन्न भएर आउने क्रमसंगै त्यसको पछि पछि नजिकै बसेर भाविता गर्नुपर्छ । वेगले भाविता गर्नुपर्छ । अटूटरूपमा भाविता गर्नुपर्छ । एक हात सारिसके पछि फेरी अर्को हात पनि त्यसरी नै सार्न मन लागेको चित्त देखि नै भाविता गर्नुपर्छ । सार्ने अवस्थामा पनि नजिकै गई आरम्भण भित्रै पस्यो की भन्ने जस्तो भान हुने किसिमले वेगले पछि पछि गई भाविता गर्नुपर्छ । हातले तेकेको आदि इत्यादि पनि भाविता गर्नुपर्छ । स्पष्ट भएका सम्पूर्ण आरम्भणहरूलाई अटूट र निरन्तर रूपमा पछि पछि, लागी भाविता गरिरहनु मात्र आवश्यक छ ।

दुबैपक्षमा हानी नपुय्याउनु :-

हातले तैकिरहने अवस्थामा पुरै शरीरको भार हातमा पर्न गई तन्किरहेको, कसिरहेको सबै जानी बुझिरहने हुन्छ । त्यस्तै खुट्टा पनि एकएक गर्दै सिधा पारेर बल प्रयोग गरेर उठेको, टेकेर छोडिरहेको सारालाई क्रमिकरूपमा “उठिरहेछु, उठिरहेछु” भनी भाविता गर्नुपर्छ । त्यस्ता हात खुट्टाका सम्पूर्ण आरम्भणहरूलाई भाविता गर्नुपर्छ । मैले यहाँ योगीहरूलाई हेरिरहेको छु । उता घण्टी बजाएर ल्याउने वित्तिकै हत्तरपत्तर उठिसकेको हुन्छ, यता उता हेर्ने, मानिसहरूलाई हाँसेर देखाउने, कुराकानी गर्ने, कोही त आफै गएर कुराकानी गर्न जाने, यस्ता कुराहरू यहाँ ध्यान भावना अभ्यासमा पाइन्छन । यस किसिमले ध्यान बसेर गयो भने त महिनौ बसेतापनि, दुई महिनै बसेतापनि, वर्षौ बसेतापनि केही फरक हुँदैन । योगी जस्तो पनि हुँदैन । अधि भनेर आएको छेपारो योगी जस्तै हो । त्यसैले यस्ता योगीहरूलाई छेपारो योगी भनेतापनि केहि फरक नपर्ला ।

छेपारो भनेका आफ्ना साथीहरू र आफ्नो खाना देख्ने अवस्थामा आफु बसेको स्थानबाट निरन्तर अटूटरूपमा एकैचोटी दौडेर आउने भन्ने हुँदैन । जाने बेलामा मात्र चाँडो चाँडो जाने हुन्छ । अलिकति गइसकेपछि रोकिरहन्छ, अनि फेरी दौडिन्छ । फेरी रोकिरहन्छ । तोलिरहन्छ । योगीहरूलाई छेपारो योगी जस्तो बनाउने इच्छा छैन । ध्यान अभ्यास गर्नेछु भनी आइसके पछि यहाँ आएको सार बनाएर जानु अत्तिनै आवश्यक छ । घर-परिवारहरू संग टाढिएर आउनु परेको, आफ्नो काम-कार्य पनि छोडेर आउनु परेको जस्ता लौकिक रूपका सारा विषय हानी-नोक्सान गरी आइरहेका हो । यहाँ पुगिसकेपछि पनि फेरी छेपारो चाल बनाइरह्यो भने धर्मसुख पनि प्राप्त गरिलिन सकिदैन । उतापत्ति लौकिक सुख बाट पनि छुटिसकेको, टाढिसकेको हुनाले विचमा खाली भइरह्यो । दुबैतर्फको पनि सुख छुटेर हानी-नोक्सानी भोगिरहनुपर्ला, घाटा बेहोर्नुपर्ला । यस्तो परिस्थिति आउन नदेऊ ।

के गर्न आएको त !

विशेष रूपमा भिक्षु योगीहरू र पुरुष योगीहरूलाई सिधै भन्ने हो भने आफ्ना काम-कार्यमा आदर नराखेको नै अधिक देखिएको छ । सतिपट्टान भावनाको प्रतिफललाई स्पष्ट रूपमा थाहा नपाएकोले हो वा मूल्य नराखेकोले हो स्पष्ट रूपमा थाहा पाउन सकिएन । उहाँहरूको अवस्था (गतिविधि)लाई पछि पछि लागी हेर्न जाने बेला मनपरी नै बसिरहेको देखिँ । स्मृति छुटिरहेको छ । कति भिक्षुहरूले त टाढै बसिरहेकाहरूलाई पनि हे ! हे ! भनी हातले ईसारा गरी बोलाइरहने पनि भेटियो । बाहिरी भिक्षुहरू जस्तै नै भइरहेका छन् । अत्ति नै लाज लाग्दो विषय हो । त्यसैले स्वयम् आफैले आफैलाई प्रश्न राख । हामीहरू यहाँ के गर्न आएका हौं ? पुरुष योगीहरू पनि आफुहरू ध्यानकेन्द्रमा किन आएका ? महिला योगीहरूपनि ध्यानकेन्द्रमा किन आएका हौं ? उच्चस्तरको सतिपट्टान ध्यान भावना भाविता गर्न आएका हौं । सतिपट्टान ध्यान अध्यास गर्न आएका हौं भने उत्तम वा कुशल सतिपट्टानका कामदार हुनको लागि साँचै कै योगी भई भाविता गर्नु आवश्यक छ ।

हेदैमा प्रसन्न :-

गएको महिना फर्केकी एउटी केटी छे । ती केटी पहिले कहिल्यै पनि ध्यान भावना अभ्यास गर्न नपाएकी हुन । आएदेखि नै गम्भिर रूपमा, दृढ रूपमा अभ्यास गरेकी, फर्केको बेलासम्म पनि त्यसरी नै अभ्यास गरेर गई । भोजन खान आउने बेला पनि जहिल्यै पनि पछि पर्छ । यहाँ बस्न अवस्थामा पनि बस्ने नै बिस्तारै भाविता गर्दैगर्दै बस्थी । बुद्ध वन्दना गर्ने बेलामा पनि बिस्तारै भाविता गर्दै गर्दै । हेदैमा मनमा अत्तिनै प्रसन्न हुन योग्य । केही समय भित्र नै ध्यान सही स्थानमा पारेर गई । उसको ज्ञान पनि प्रष्ट स्पष्ट छ । त्यस्ता योगीहरू “पट्टातीति पट्टान” । पट्टातीति-आरम्भणमा टाँसिएर बसिरहने कारणले, पट्टान-पट्टान भनिन्छ भन्ने भनाई अनुसार दृढ, सारयुक्त स्मृति भइरहेकोले सतिपट्टान भनेको उसमा प्रष्टै भइरहेको थियो । अनि फेरी, उत्पत्तित नयाँ र ताजा ताजा आरम्भणमा टाँसिएर स्थिर भइरह्यो । पहिल्यै देखि नै ध्यान प्रति तत्पर रही उद्योगी भई चेष्टा गरिरहेकोले आरम्भणमा ठ्याक्क ठ्याक्क पर्न गई स्थिर भइरह्यो । आरम्भणमा

भित्रै गयो की भन्ने भान हुने गरी “ओक्कन्तित्वा पवत्तति” भनिराखेको अनुसार आरम्मणमा भित्रै छिरेर अटूट रूपमा निरन्तर भाविता गरिरहने स्मृति उत्पन्न भइरहेको भयो । वेग पनि भइरहेको हुनाले “पक्खन्दित्वा पवत्तति” भनिराखे जस्तै सतिपट्टान भइरहेको भयो । यो अत्ति नै उत्तम विषय भयो ।

कुन तरिकाले गर्नुपर्ला त ?

त्यसरी भाविता गर्ने अवस्थामा पनि उत्पन्न भएर आएका आरम्मणहरूलाई ढाक्नको लागि आरम्मण भाविता गरिरहेको चित्त फैलिएर राखेसरी हुनुपर्छ । अलिकता (कुनै) एक भाग पनि नछुत्याईकन सबैलाई ढाकिने हुनुपर्छ । एउटै भाग मात्र ढाकिएको हुनुहुँदैन । ताकेर लक्षित गरिराखेको सारा आरम्मणहरूलाई पूर्ण रूपमा ढाकिने गरी भाविता गर्नुपर्छ । आरम्मणलाई भाविता गरिरहेको चित्त सम्पूर्ण स्थानमा फैलिरहे भै हुने गरी भाविता गर्नुपर्छ । त्यसैलाई नै “पत्थरित्वा पवत्तति” भनिएको हो । भाविता गरिरहेको आरम्मणमा ढाकिएर फैलिए जस्तै हुने गरी निरन्तर दृढ स्मृति भइरहनु पर्छ । त्यसलाई “सतिपट्टान-स्मृतिप्रस्थान” भनिन्छ । त्यही विधि अनुरूप गर्नुपर्छ ।

त्यसैले आफुहरू के गर्न आएका त ? आफैले आफैलाई प्रश्न राख । यो गर्न आएको हुँ भनी उत्तर पनि निस्कन्छ । सतिपट्टान भावना अभ्यास गर्न आइरहेका । सतिपट्टान भावना अभ्यास गर्न आइरहेका हौ भने भगवान बुद्धद्वारा उपदेशित देशना अनुरूप, गुरुहरूका निर्देशन अनुरूप, अटूट रूपमा, दृढ रूपमा अभ्यास गर । निर्देशन अनुरूप अभ्यास गर्नु की गरेनौ भनी आफैले आफैलाई प्रश्न राख । एक दिनमा २४ घण्टा, २४ घण्टामा सुत्ने समय ४ घण्टा छुटाएर बाकी समय सतिपट्टान सुत्रमा भनिराखे भै वर्तमान अवस्थामा ताजा ताजा रूपले उत्पन्न भइरहेको आरम्मण तिर अटूट रूपमा मानसिक वीर्य पनि दृढ बनाई आरम्मणलाई ताकेर अत्ति नै नजिकिएर भाविता गरेको, आरम्मणमा भित्र छिरे सरी भाविता गरेको, वेगपूर्ण भाविता गरेको आरम्मणमा फैलिए सरी भाविता गरेको छ की छैन ? एक सेकेण्ड नै नछुटाइकन अटूट रूपमा निरन्तर भाविता गरेको छ के ? भनी आफैले आफैलाई प्रश्न राखी हेर । प्रश्न राखी हेरेमा उत्तर पनि निस्कन्छ, नै । अर्काको लागि सही उत्तर

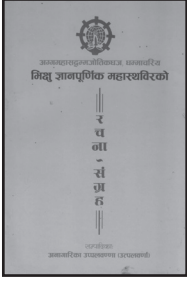
प्राप्त नभएतापनि आफ्नो निमित्त त अवश्य सही उत्तर निस्कन्छ, नै । राम्रोसँग अभ्यास गरेन भने कहाँ फाइदा हुन्छ । देशना अनुरूप सतिपट्टानको अभिप्राय स्पष्ट रूपमा जानकार हुन र व्यवहारिक रूपमा अभिप्राय स्पष्ट रूपमा जानकार हुन कुन तरिकाबाट अभ्यास गर्नु पर्ला त भनी जान्नु अत्ति नै आवश्यक छ ।

आएको बेला पनि स्याँ, गएको बेलामा पनि स्याँ नै ?

सतिपट्टानको अर्थअभिप्रायलाई व्यावहारिक रूपमा छर्लङ्गसंग उत्पन्न गर्नको लागि यी विषयहरू उल्लेख गरिरहेको हुँ, छर्लङ्ग गर्न सकिएन भने आएको बेला जस्तो थियो त्यस्तै नै फर्किनु पर्नेहुन्छ । केही फरक हुँदैन (जस्ताको तस्तै) । पहिले विश्वयुद्ध हुनु पूर्व मण्डले सैपां टोल अवस्थित अभयारामविहारमा विद्यार्थीहरू वर्षावास बस्नु अघि बस्न आएमा विद्यार्थीको रूपमा भर्ना लिनको लागि अभयाराम सयादो स्वयं आफैले नै उनीहरू संग प्रातिमोक्ष आउँछ आउँदैन भनी जाँच लिने गर्नुहुन्थ्यो । प्रातिमोक्ष आएमा मात्र भर्ना लिने गर्नुहुन्थ्यो । प्रातिमोक्ष आएन भने भर्ना लिनुहुन्थ्यो । एक समय स्याँ नाउँको प्रान्तका एक स्याँ विद्यार्थी आइपुगे । सयादो आफैले नै जाँच लिनुभयो । स्याँ प्रान्तमा अध्ययन गरेर आएका विद्यार्थी भएकाले स्याँ भाषा नै आउने रहेछ । बर्मी भाषा बोल्ने बेलामा पनि स्याँ भाषा नै आउँथ्यो । तैपनि उसलाई विद्यार्थीको रूपमा भर्ना लिइयो ।

तीन वर्ष सम्म अध्ययन गरिसकेपछि (सधैको लागि फर्केका वा केहि समयको लागि फर्केका हुन थाहा छैन) फर्किनको लागि सयादो संग अनुमति लिन आए । अनुमति लिन आएको बेला सयादोले केहि विषेश भन्नु भएन । तीन वर्ष अघि प्रातिमोक्ष पाठ दिएको बेला पनि स्याँ भाषा आउँथ्यो । बर्मीभाषा बोल्दापनि स्याँ भाषा नै आउँथ्यो । अहिले पनि उस्तै नै रहेछ । अनि सयादोले टिप्पणी गर्नुभयो । “अँ ! आयुष्मान आएको बेलामा पनि स्याँ, अहिले फर्किने बेलामा पनि स्याँ नै हो ?” भनी सोध्नु भएछ । अहिले ध्यान अभ्यास गर्न आएका योगीहरू पनि बाहिर बसिरहेको बेलामा जस्तै नै भइरहेको छ । यहाँ अध्यास गरेर गई सक्दापनि त्यस्तै नै हो भने त गलत भयो । सुधार गरे मात्र उत्तम हुनेछ । सुधार गर्नुहोला । छेपारो योगी जस्तो नहुनु । छेपारो योगी जस्तो भयो भने हानी मात्र हुने सिवाय लाभ हुँदैन ।

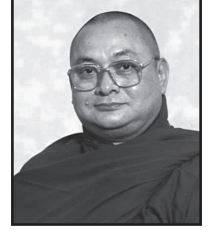
बाँकी अर्को अंकमा....



त्रिविध भय दुःख जरा, व्याधि र मरण

डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर

अगममहापण्डित, अगमहासद्धम्मजोतिकधज, धम्माचरिय



जरा:

“भिक्षुहरु हो, जीर्ण हुनु बुढो हुनु भनेको के हो ?”

“ती ती सत्वप्राणीहरुको ती ती सत्वनिकाय समूहमा जुन बुढो हुनु, जीर्ण हुनु, दाँत भर्नु, कपाल पाक्नु वा फुल्नु, छाला खुम्चिनु, जीवित नामक आयु रूपको हानि हुनु, चक्षुरादि इन्द्रियहरुको परिपक्वता (छिप्नु) छनू, भिक्षुहरु हो, यी (बुद्ध) उपदेशित स्वभावलाई जरा वा जीर्ण हुनु भनिन्छ ।

जरा (बुढाबुढी हुनु) लाई दुई प्रकारका छन् । स्थिति क्षणमा स्थिति भन्ने संस्कृति लक्षणलाई पनि जरा भन्दछ । दाँत भर्नु (कपाल पाक्नु वा फुल्नु, छाला खुम्चिनु चाउरी पर्नु) आदिद्वारा सम्मत स्कन्धक्रम सन्ततिमा एकै जन्ममा समावेश भएको स्कन्ध (शरीर) हरुको गल्लु, कमजोर हुनु, पुरानो हुनु त्यो जरा यो क्षेत्रमा अपेक्षित छ । त्यो जरा स्कन्धहरुको परिपक्व हुने लक्षण भएको हो । मरणतिर पुऱ्याउने कृत्य भएको हो । सुकोमल उमेरको विनाश हुने स्वभाव हो भनी ज्ञानमा अभिमुख भई प्रकट भएर आउँछ । संस्कार दुःख भएको कारणले र शारीरिक र मानसिक दुःखको आधार कारणवस्तु भएको कारणले दुःख भन्दछ ।

विस्तृत रूपमा उल्लेख गर्दा— अंगप्रत्यंगहरुको शिथिल र कमजोर रहनु, आँखा आदि इन्द्रियहरु निष्क्रिय भई विपरीत हुनु, दुब्ल्याउनु, हाड निस्कनु, मासु सुक्नु,

छाला भित्र पस्नु, खुम्चिनु, दुर्बर्ण हुनु, आयुको परिहानि हुनु, बलशक्ति हीन भई नष्ट हुनु, स्मृति र प्रज्ञा विहीन हुनु, अरुहरुले बुढाबुढी आदि भनी अट्टहास, उपहास, अवहेलना गराउन पर्नु इत्यादि अनेकौं कारणहरु रहेका जुन शारीरिक दुःख, मानसिक दुःखहरु उत्पन्न हुन्छन्, वृद्धवृद्धा हुनु जरा हुनु ती दुःखहरुका आधार कारणवस्तु हो । आफ्ना छोराछोरी स्वास्नी (आदि) हरुको हफ्काई डफ्काई दाँत फटकार खानुपर्ने कारणले र फेरि एकपल्ट स्यानो बालकजस्तो भएर जानुपर्ने कारणले जीर्ण भएको व्यक्ति शरीर र मनमा उब्जने जुन दुःख पुगिन्छ । ती जम्मै दुःखहरु जीर्ण हुनु जराको कारणले नै हुन्छ । तसर्थ जीर्ण हुनु— जरालाई दुःख भन्दछ ।



जरा- भनेको वृद्ध वृद्धा हुनु,

कपाल पाक्नु वा फुल्नु, दाँत भर्नु,

छाला खुम्चिनु, ढाड भुक्नु, कानले नसुन्नु, बहिय्याउनु, आँखा दुर्बल हुनु आदिद्वारा प्रकटरूपमा देखा परिरहने एक जन्म भित्रको नामरूप स्कन्धहरुको परिपक्व हुनु, शिथिल हुनु कमजोर पर्नु स्वभाव नै हो । तर नाम (चित्त) परिपक्व हुनु, शिथिल र कमजोर हुनु त प्रकट रूपमा देखापर्दैन । धेरै बृद्धे कालमा पुगे पछि मात्र स्मृति नरहनु, विर्सनु, फेरि एकपल्ट बालकजस्तो हुनु आदि मात्र नजिक बस्ने व्यक्तिहरुले जान्न पाइन्छन्, चाल पाइरहन्छन् । रूप परिपक्व हुनु, शिथिल र कमजोर भएर जानु त एकदम स्पष्ट हुन्छ । त्यो पनि निकै उमेर ढल्के

पछि मात्र प्रकट हुन्छ। सुकोमल उमेर छँदा त जीर्ण शीर्ण भएको त्यति साह्रो प्रकट हुँदैन। दश वर्ष भित्रको रूपमा र दश वर्ष पछिको रूप एकनाश हुँदैन। विपरीत भएर आउँछ। वीस तीस वर्ष नाघेका रूपहरु अधि पछि जस्ता नभई विपरीत विपरीत भएर आउँछन्। त्यसरी अधि पछि जस्तो नभई विपरीत भएर आएको पनि जीर्ण हुनु-जरा स्वभाव नै हो। तैपनि यहाँ त कपालपाक्नु आदिद्वारा प्रकट भएको जरालाई नै जरा भनी अपेक्षा राख्छ।

त्यो जरा पनि नामरूपहरुको स्थितिक्षण परम्परा मात्र भएको कारणले त्यसले मात्र त असह्य हुनु, दुःख हुनु छैन। तर जराको कारणले शरीरका अंगप्रत्यंगहरु दुर्बल भएर जान्छ, आँखा कमजोर हुन्छ, देख्न छोड्छ, कान बहिन्याउँछ, नाक र जिब्रो पनि कमजोर हुन जान्छ, सारा शरीर नै शिथिल र कमजोर भएर जान्छ। रूपवर्ण लावण्य पनि विनाश भएर जान्छ। युवक युवतीको स्थिति पनि नष्ट भएर जान्छ। स्मृति र ज्ञान पनि निष्क्रिय भएर जान्छ। नवयुवक युवतीहरुले “ए बुढा, ए बुढी आदि भनी अनादर अगौरवपूर्वक भनेको बोलेका सहनुपर्छ। समाजमा प्रतिष्ठा नभएको स्थितिमा पनि पुगनुपर्ने हुन्छ। त्यसरी विभिन्न विषयमा स्थलित भएकोलाई कारण बनाई शारीरिक र मानसिक दुःख भोग्नुपर्ने हुन्छ। ती शारीरिक र मानसिक दुःखको आधार कारण भएको त्यो जरा नामक वृद्धवृद्धा स्वभावलाई भयंकर दुःख भनेर भगवान् बुद्धले उपदेश गर्नुभएको हो। त्यो जरा नामक वृद्धवृद्धा हुनुबाट त मानिसहरु डराइरहन्छ। वृद्धवृद्धा न हुनलाइ नित्यप्रति खोज तलाश गरी चाकरी पुऱ्याइरहन्छ। तर पनि अन्त्यमा त कपाल फुल्नु, दाँत झर्नु आदिद्वारा नराम्रोसँग जरा स्वभावतिर पुगि नै रहन्छ। तसर्थ यो जरालाई भयानक भएकोले दुःख भनी विस्तार गरी भनिरहनुपर्दैन। यति ले नै स्पष्ट भइरहेको छ।

रोग-ब्याधि :

“भन्ते भगवान्, यो संसारमा रोग रोग भनी भनिरहन्छ। केलाई रोग भनी भन्दछ ?” एकजना भिक्षुले भगवान् बुद्धसँग सोध्यो।

भगवान् बुद्धले भन्नुभयो, “भिक्षु रोग भनेको यो नाउँ रूपधर्महरुको नाउँ हो।” यस कुराबाट स्पष्ट छ, रोग

भनेको रूपधर्म हो, त्यो अनुभूति वेदना होइन। किनभने त्यो रोगको दण्ड भोग्नु, पीडा खप्नु स्वभाव मात्र वेदना हो।

तसर्थ रोग भनेको केलाएर हेर्दा पोल्नु रोग हो, चीसो हुनु रोग हो, पोल्नु चीसो हुनुले पीडा दिइरहेकोले रोग भइरहेको छ। टन्किनु, ठिंगरिङ्ग पर्नु पृथ्वीधातुले पीडा दिइरहेमा रोग हुन्छ; बग्नु जकडिनु आपोधातुले पीडा दिइरहेमा रोग हुन्छ।

अतः रोग भनेको रूप हो। पोल्नु चीसो हुनु रूप, घचेट्नु चलु रूप हो, ठोक्नु हान्नु अडक्याउनु रूप हो। कस्सिनु टन्किनु स्वभाव रूप हो। जमाउनु ढिक्को पार्नु स्वभाव रूप हो। ती रूपहरु जम्मै रोग हुन्। यो स्कन्ध शरीरमा ती रूपहरुले चक्र काटी पीडा दिइरहेको कारणले रोग भइरहेको हो। ती रूपहरु अनुकूल भइरहने बेलामा स्वस्थ रहेको छ भनिन्छ। ती रूपहरु विपरीत भइ एक न एक बढी भएर च्यापिने बेलामा रोग हुन्छ भनी भन्नुपर्दछ। त्यसैले रूपधर्म उत्पन्न भए देखि हामीमा रोग हुन्छ भनी चित्त बुझिराख्नु पर्छ।

गिरिमानन्द सुत्तमा निम्न प्रकारले विभिन्न रोगहरु दर्शाइएको छ। जस्तो कि -

चक्षु (आँखाको) रोग, श्रोत (कानको) रोग, घ्राण (नाकको) रोग, जिह्वा (जिब्रोको) रोग, काय (शरीरमा उत्पन्न हुने) रोग, सीस (टाउकोको) रोग, कर्ण (कानको नशा नशामा हुने) रोग, मुख (मुखमा हुने) रोग, दन्त (दाँत दुख्ने) रोग, कास (खाँसी आउने) रोग, सास(शवास बढ्ने दम) रोग, पिणास (पिनास), डको (डाह हुने) रोग, जरो (ज्वरो आउने) कृच्छ्र (पेटमा दुख्ने) रोग, मुच्छ्रा (मूछ्र्या), पक्खण्डिका (रक्तातिसार) सूल (शूल) विसूचिका (हैजा), कृट्टं (कुष्ट रोग), गण्डो (हाँडे रोग), किलासो (दागै दान पर्ने रोग) सोसो (सुकेर जाने, टी.बी. रोग), अपमारो (मृगी रोग) दड्डु (दादुरा), कण्डु (लुतो), कच्छु (ठचौला), रखसा (नड्दले कोरेर हुने रोग), वितच्छिका (फोका उठ्ने रोग) लोहित पित्तं (रक्तवमन) मधुमेह (प्रमेह), अंसा (बाद उठ्ने), पिलका (दण्डिफोड), भगन्दला (भाण्डर), पित्तको कारणले हुने रोग, कफको कारणले हुने रोग, वायुको कारणले हुने रोग, पित्त, कफ, वायु तीनै मिली हुने रोग, ऋतु मौसमको परिवर्तनले हुने रोग, कुफत

आहारद्वारा हुने रोग, उपक्कम (अर्काको प्रयोगद्वारा हुने रोग), कर्मविपाकको कारणले हुने रोग, शीत, उष्ण, भोक, प्यास, भारा पखाला, पिसाबको रोग ।

अस्वस्थ भइ ज्वरो आउने त सबैको प्रत्यक्ष दृष्टान्त अनुभव भएकोले ज्वरो आउँछ, दुख्छ, खटिरा आउँछ, टाउको दुख्छ, यी जम्मै दुःख मात्र हुन् । कुनै पनि सहज, सरल र सहच छैन । कुनै टाउको दुख्ने मान्छेले भन्छ, “अहो टाउको दुख्ने जस्तो नराम्रो दुःख त अर्को हुँदैन वा !” फेरी आँखा दुख्नेले भन्न थाल्छ, “तिम्रो टाउको दुख्नु, आँखा दुख्नु जतिको नराम्रो छैन क्या !” कान दुख्नेले भन्छ, “तिमीहरूले कान दुखेको सहनु परे पो !” यसरी केलाएर हेर्दा व्याधि दुःख कुनै पनि सहच छैन । कसैलाई पनि सजिलो छैन । जम्मै जम्मै दुःख मात्र हुन् ।

मृत्यु - मरणः

“भिक्षुहरू हो, मरण भनेको के हो ?” “ती ती सत्वप्राणीहरूको ती ती सत्वनिकाय समूहबाट जुन च्युत हुनु, च्युत हुनुको भाव, भेद हुनु, लोप हुनु, मृत्यु वा मरण हुनु, कालक्रिया, स्कन्धहरूको विनाश हुनु, लाशलाई निक्षेप गर्नु, फाल्नु, जीवितन्द्रिय नामक प्राणको उपेच्छेद हुनु, एक एक गरेर टुक्रिनु, भिक्षुहरू हो, ती उल्लेखित स्वभावलाई मरण भनी भन्दछ ।”

मरण दुःखमा मरण दुई प्रकार छन् । विनाशक्षण भंग भनेको संस्कृतलक्षण पनि मरण हो । यसलाई उद्देश्य गरी जरामरणलाई दुई (२) स्कन्धहरूद्वारा (रूपको जरामरणलाई रूपस्कन्धद्वारा र चार (४) नामस्कन्धहरूको जरामरणलाई संस्कार स्कन्धद्वारा, यसरी दुई स्कन्धहरूद्वारा) गणना गर्नुपर्दछ भनेर (भगवान् बुद्धले) उपदेश दिनुभएको हो । एकजन्ममा समावेश भएको जीवितन्द्रियक्रमको उपेच्छेद हुनु पनि मरण हो । यसलाई उद्देश्य गरी “सत्वप्राणीहरूमा जहिले पनि मरणनामक भयंकरभय भइरहन्छ,” भनी (वहाँले) उपदेश गर्नुभएको हो । जीवितन्द्रिय उपेच्छेद हुनु नामक त्यो मरणलाई यहाँ अपेक्षित छ । नयाँ जन्म हुनु जातिका कारणले मरण हुनु, मरण-प्रयोगको कारणले मरण हुनु, स्वभाविक रूपले आफैँ मरण हुनु, आयुक्षयद्वारा मरण

हुनु, कर्मशक्ति सकेर मरण हुनु यी नाउँ समूह पनि त्यो जीवितन्द्रियक्रम उपेच्छेद हुनु नामक मरणको नै नाउँ हो । त्यो मरणमा पुरानो जन्मबाट च्युत हुनु चिप्लिनु लक्षण रहेको छ । सम्बन्धित सत्वसंस्कारहरूसँग अलगयाउने कृत्य रहेको छ । उत्पत्ति अवस्थाको गतिबाट छुट्टिने हिसाबले ज्ञानमा अभिमुख भई प्रकट हुन्छ । कायिक र मानसिक दुःखको आधार कारणवस्तु भएको कारणले दुःख भन्दछ भनी जानिन्छ । (सब्बे भायन्ति मच्चुनो) - भन्ने देशानारूप दोषबाट मुक्त नभएको प्रत्येक व्यक्ति मरण देखि डराउँछ । त्यसरी भयंकर भई अनिष्ट स्वभाव भएकोले पनि मरण दुःख हो भनेर भन्नु योग्य छ । त्यसैले निम्न कथन कथनीय छ-

“मरणान्त अवस्थामा पुगिरहेको अकुशलकर्मीले अकुशलकर्म, अकुशल कर्म निमित्त, अकुशलको प्रतिफल अपाय गतिनिमित्तलाई निरन्तर देखिरहनाले र मरणान्त अवस्थामा पुगिरहेको कुशलकर्मी व्यक्ति प्रेमनीय वस्तुसित सम्बन्धित विछोडलाई सहन नसक्ने हुनाले जुन मानसिक दुःख हुन्छ;

अकुशलकर्मी कुशलकर्मी भनी विभेद नगरी सामान्यरूपले सम्पूर्ण व्यक्तिहरूमा पनि टाँस्नु, जोड्नुलाई टुक्र्याउने वायुले हृदय आदि मरणको खाल्डो क्षेत्रलाई भोस्नु सास्ति गर्नुलाई सहन गर्नु परी टाँस्नु जोड्नुलाई टुक्र्याउनु आदिको कारणले उत्पन्न भएको वा टाँस्नु, जोड्नु आदिहरूको विच्छेदका कारणले उत्पन्न हुने असहनीय अनुपचारणीय जुन शारीरिक दुःख पनि हुन्छ, यो मरण त्यो मानसिक र शारीरिक दुःखको आधार कारणवस्तु नै हो । तसर्थ मरणलाई दुःख भनेर नै उपदेश गर्नुभएको हो ।

मरण - भनेको एकजन्ममा एककर्मको कारणले प्रतिसन्धिदेखि निरन्तर उत्पन्न भइरहने प्राणनामक जीवित नामरूपको छेदन भेदन भएर जाने स्वभाव नै हो । त्यसलाई उद्देश्य राखी (सब्बे भायन्ति मच्चुनो) “सबै सत्वप्राणी मृत्युदेखि डराउँछ” भनी उपदेश गरिराखेको हो । जाति नै मूलकारण रहेको मरण, प्रयासद्वारा हुने मरण, स्वभावतः हुने मरण; आयु समाप्त भएर हुने मरण, कुशलकर्म समाप्त भएर हुने मरण भनेकाहरू पनि यो जीवित नामरूप छेदन हुनुको नै नाउँ हो । यो मरण हुनु

भनेको पनि जीवित नामरूपको विनाश हुने भंग स्वभाव मात्र भएकोले असह्य दुःख त होइन । तर मरण हुँदा वर्तमान स्कन्धकाय सहित प्रिय व्यक्तिहरु, परिवारहरु, ज्ञातिबन्धुहरु, उपभोग्य चीजवस्तुहरु, यी जम्मैलाई छोडेर जानुपर्ने हुन्छ । अहिलेको दृष्टान्त संस्कारलाई त्यागेर जानुपर्ने रहेछ भनेर कल्पना र चिन्तना गरी प्रत्येक सत्वप्राणी मरण हुनुबाट अत्यन्त भयभीत हुन्छ । मरण पछि कस्तो जन्ममा पुग्ने होला भनी कल्पना र चिन्तना गरेर पनि भयभीत भइरहन्छ । त्यसरी भयभीत हुने भएकोले भयावह भएको कारणले (दुःखं भयद्वेन- भयावह स्वभावको कारणले दुःख भन्दछ भन्ने कथन अनुरूप) मरणलाई दुःख भनेर भगवान् बुद्धले उपदेश गर्नुभएको हो ।

अर्थकथामा दर्शाइराखेको त नराम्रो अकुशलकर्म भएको व्यक्ति मरणासन्न अवस्थामा आफूले गरिराखेको अकुशलकर्म, त्यस कर्म गर्दा खेरीको आरम्भण निमित्त, उत्पन्न हुनुपर्ने अपायभूमिको आरम्भण निमित्तहरु देख्नमा आउने कारणले मानसिक दुःख भोग्नु पर्दछ । कुशलकर्म भएको व्यक्तिले पनि प्रिय व्यक्ति चीजपदार्थहरुसँग विछोड हुनुपर्नेलाइ विचार गरी मानसिक दुःख भोग्नुपर्दछ । सबै सत्वप्राणीमा नै मरणासन्न अवस्थामा रोग वेदनाले तीब्ररूपले सास्ति गर्ने भएकोले सहन नसक्ने गरी भयंकर शारीरिक दुःख उब्जेर आउँछ । ती शारीरिक र मानसिक दुःखहरु मरण हुनुलाई आश्रय गरी उब्जेर आउँछन् । यसरी भयानक रहेको शारीरिक र मानसिक दुःखहरुको कारण भएकोले मरणलाई दुःख भनी उपदेश दिनुभएको हो ।

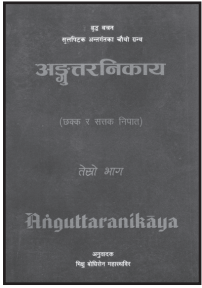
“लौ हेर त पहिलो जाति (जन्म हुनु) दुःख कसैबाट अलग हुँदैन । दोश्रो जरा दुःख, बुढाबुढी हुनुञ्जेलसम्म रहिरहेमा कसैबाट अलग हुँदैन । अघि बेला नहुँदै मर्नुपरेमा कर्म खोटा हुन पुग्छ । यसको वीचमा रोग व्याधि भनेको दुःख केटाकेटीमा पनि हुन्छ; बुढाबुढीमा पनि हुन्छ । यो अस्वस्थ हुने ज्वरो आउने बुढो होस् या तन्नेरी, सबैमा हुन्छ । त्यस पछि मरण दुःख, प्यात्त मर्नेजस्तो मरण त त्यतिको प्रकट हुँदैन । मरण हुनलाग्यो भन्दा भर्खरको तीब्र रूपले रोगी, व्याधि उब्जी मरण हुन लागेको छ भने यो मरण हुन लागेको व्यक्ति सत्पुरुष, राम्रो मान्छे कुशलकर्मी भइरहेमा पनि “म त राम्रो

असल मान्छे, सुगतिमा पुग्ने नै छ” भनी मनले सम्झन सक्तैन । “अहो.....छोराछोरीहरुसँग अलग्गिनु पर्नेभो, मेरो नाति नातिनीहरुसँग छुटनुपर्ने भने भनी सम्झी सम्झी मनमा खलवली मच्चिरहन्छ । धनसम्पत्ति भएका व्यक्तिहरु मध्येमा पनि “मैले जीवनभर कमाइराखेको सम्पत्ति, मेरा अंशहरु राम्ररी प्रयोगमा ल्याइने हो कि होइन, नष्ट भ्रष्ट पो पारिदिने हो कि; मैले जीवनभर कष्टगरी खोजिराखेका यी सम्पत्तिहरुसित छुटनुपर्ने भो भनेर सम्झी शोक गरिरहन्छ । सत्पुरुष भएर के गर्ने ? आफ्नो सम्पत्तिबाट विछोड भएर रहनमा उसमा चिन्ता भइरहन्छ । छोराछोरीहरुसित विछोड हुनुमा उसमा शोक भइरहन्छ ।

अति प्रसिद्ध हाम्रा बुद्ध-शासन रक्षक सम्राट धर्माशोकलाइ नै हेरौं । वहाँको छोरो महेन्द्र महास्थविर शासन हितकारक अरहन्त, अनि छोरी संघमित्रा, शासनकारी अरहन्त भिक्षुणी, यी छोराछोरीहरुले शासन प्रचार गर्दैछन् । आफू स्वयंले जम्बुद्वीप नामक सम्पूर्ण भारतमा प्रशासन चलाई आफ्नो प्रभावले अभिभूत पारिहेको सम्राट वहाँले समेत मरणासन्न अवस्थामा वैद्यराजले “यो अमलाको चोक्ता खाइरहनु, मुखमा राखि छोडनु” भन्दा वहाँलाई चोट परेर कस्तो शोक भएको थियो ।

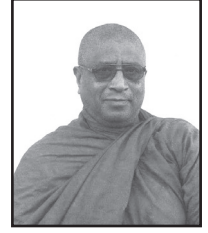
शोकले गर्दा विचारले “सम्पूर्ण भूमण्डलमा प्रशासन चलाई आधिपत्य जमाएर आएको राजा, करोडौं सम्पत्ति त्यागी दान गर्न सक्ने राजा, यतिको ऐश्वर्यशाली म राजा-महाराजा सम्राट्ले अन्तिम समयमा अमलाको एक चोक्ता मात्रमा नै अधिकार जमाउन पाउने भने होइन त !” भनी मानसिक तौरले दुःखी भएर वस्नुपर्यो । अहिलेसम्म त एकचोक्ता अमला माथि भए पनि अधिकार रहेको छ, मरण हुने वित्तिकै त्यो अमलाको चोक्ता माथि पनि अधिकार रहनेछैन । कस्तो लाचारिता सम्राट भएर पनि, कस्तो विडम्बना सत्पुरुष रहेर पनि !

लौ हेर अब, मरण दुःख कतिको भयंकर छ । सुरक्षाको व्यवस्था अघि देखि नै तयार पारेर राखिदैन भने त सबै सबैले यस्तै यस्ता दुःख पाउने नै भइहाल्यो । त्यसकारण मरण दुःख नै हो । अवश्यमेव पनि दुःख नै हो । ♦



अङ्गुत्तरनिकाय

भिक्षु बोधिसेन महास्थविर
अनुवादक



७. गोपालसुत्तं

१७. “भिक्षुहो ! एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न नभई गोठालोले गाई-वस्तु चराउन अयोग्य हुन्छ अनि उन्नति गर्दैन । ती एघार के के हुन् ? भिक्षुहो ! यहाँ गोठालो रूपलाई जानेको हुँदैन । लक्षण कुशल हुँदैन । भिङ्गादि धपाउँदैन । घाऊ छोप्दैन । धूवाँ लाउँदैन । तीर्थ जानेको हुँदैन । पिउन जानेको हुँदैन । मार्ग जानेको हुँदैन । गोचर जानेको हुँदैन । बाछा वा बाछीलालाई दूध बाँकी नराखी सबै दुहुन्छ । समुहको पिता तथा समूहका नायक साँढेलाई विशेष आदर वा पूजा गर्दैन । भिक्षुहो ! यी नै एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न नहुने गोठालाले गाई-वस्तु चराउन अयोग्य हुन्छ तथा उन्नति गर्न सक्दैन ।

“यसरी नै भिक्षुहो ! एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न नभएका भिक्षुले यस धर्म विनयमा वृद्धि, उन्नति तथा विकास गर्न सक्दैन । ती उघार के के हुन् ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले रूपलाई जानेको हुँदैन । लक्षण कुशल हुँदैन । भिङ्गादि धपाउँदैन । घाऊ छोप्दैन । धूवाँ लाउँदैन । तीर्थ जानेको हुँदैन । पिउन जानेको हुँदैन । मार्ग जानेको हुँदैन । गोचर जानेको हुँदैन । बाछा वा बाछीलालाई दूध बाँकी नराखी सबै दुहुन्छ । जो ती भिक्षु वृष, चिरकालदेखि प्रव्रजित भएका संघ-पिता, संघ-नायकलाई विशेष आदर वा पूजा गर्दैन । भिक्षुहो ! यी नै एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न नहुने भिक्षुले यस धर्म विनयमा वृद्धि, उन्नति तथा विकास गर्न सक्दैन ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो रूपलाई जानेको हुँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले जेजति रूप हुन् ‘चार महाभूत तथा चार महाभूतद्वारा उत्पन्न हुन्’ भनी यथार्थता जानेको हुँदैन । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो रूपलाई जानेको हुँदैन ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो लक्षण जानेको हुँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले कर्मको लक्षणले मूर्ख र कर्मको

लक्षणले पण्डितको परिचय हुन्छ भनी यथार्थता जानेको हुँदैन । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो लक्षण जानेको हुँदैन ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो भिङ्गा धपाउँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले उत्पन्न कामवितर्क स्वीकार्छ, त्याग्दैन, हटाउँदैन, टाढा राख्दैन अनि फेरि उत्पन्न नहुने गरी राख्दैन । उत्पन्न द्वेषवितर्क....उत्पन्न विहिंसावितर्क.... उत्पन्न पापमय अकुशलधर्म स्वीकार्छ, त्याग्दैन, हटाउँदैन, टाढा राख्दैन अनि फेरि उत्पन्न नहुने गरी राख्दैन । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो भिङ्गा धपाउँदैन ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो घाऊ छोप्दैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले चक्षुले रूप हेरी निमित्त र अनुव्यञ्जन ग्रहण गर्छ । चक्षु इन्द्रिय असंयमित भई विचरण गर्दा तथा यी कारणले गर्दा लोभ-द्वेषरूपी पापमय अकुशल धर्मको वासस्थान हुन्छ । त्यसलाई संयमित गर्नतिर लाग्दैन । चक्षुइन्द्रियलाई काबुमा राख्दैन तथा चक्षुइन्द्रिय संयमित हुँदैन । श्रोतले शब्द सुनी..... घ्राणले गन्ध सुँधी..... जिह्वाले रसास्वाद लिई..... कायले स्पर्श गरी..... मनले मनको विषय ग्रहण गरी त्यसको निमित्त र अनुव्यञ्जन ग्रहण गर्छ । मनेन्द्रिय असंयमित भई विचरण गर्दा तथा यी कारणले गर्दा लोभ-द्वेषरूपी पापमय अकुशल धर्मको वासस्थान हुन्छ । “भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो घाऊ छोप्दैन ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो धूवाँ लाउँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले जुन सुनेको हो, जुन पाठ गरिएको धर्म हो त्यसलाई अरू समक्ष विस्तृत व्याख्या गरी देशना गर्दैन । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो धूवाँ लाउँदैन ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो तीर्थ जानेको हुँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षु बहुश्रुत हुन्छ, आगमक थाहा हुन्छ, धर्मधर हुन्छ, विनयधर हुन्छ, अभिधर्म धारण गर्ने हुन्छ, उसकहाँ समय समयमा गई न त सोध्ने गर्छ तथा न त

प्रश्न गर्छ- भन्ते ! यसको अर्थ के हो ? ती आयुष्मानले उसको निम्ति जुन छोपेको हुन्छ त्यसलाई उघारेर देखा(उदैन, अस्पष्टलाई स्पष्ट गरिदिदैन। धर्मको विषयमा जुन नानाप्रकारको संदिग्ध स्थल हो त्यस विषयमा उसको संदिग्ध निवारण गरिदिदैन। भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो तिर्थ जानेको हुँदैन।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो पिउन जानेको हुँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले तथागतद्वारा प्रवर्तित धर्मविनय देशना हुँदा न अर्थ बुझ्नसक्छ, न धर्म बुझ्नसक्छ अनि न धर्मलाभी भई प्रमुदित हुनसक्छ। भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो पिउन जानेको हुँदैन।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो मार्ग जानेको हुँदैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले आर्य अष्टाङ्गिकमार्गलाई यथार्थसहित जानेको हुँदैन। “भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो मार्ग जानेको हुँदैन ?

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो गोचर जानेको हुँदैन ? यहाँ भिक्षुले चार स्मृति प्रस्थानको यथार्थता जानेको हुँदैन। भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो गोचर जानेको हुँदैन।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कसरी सबै दूध दुहुने हुन्छ ? यहाँ भिक्षुको निम्ति श्रद्धावान गृहस्थले चीवर-पिण्डपात-शयनासन-ग्लानप्रत्यय भैषज्य-परिष्कारादि राखिदिन्छ। त्यहाँ भिक्षुले लिने मात्रा जानेको हुँदैन। भिक्षुहो ! भिक्षुले यसरी सबै दुहुने हुन्छ।

“भिक्षुहो ! कसरी भिक्षुले जो ती भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखिका प्रव्रजित, संघपिता तथा संघ-नायकलाई विशेष आदर वा पूजा गर्दैन ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले जो ती भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखिका प्रव्रजित संघ-पिता तथा संघ-नायक हो, उसप्रति शरीरद्वारा प्रकट तथा अप्रकटरूपले मैत्रीपूर्वक राम्रो आचरण गर्दैन। वचनद्वारा....मनद्वारा प्रकट तथा अप्रकटरूपले राम्रो आचरण गर्दैन। भिक्षुहो ! भिक्षुले यसरी जो भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखिका प्रव्रजित संघपिता तथा संघ-नायकलाई विशेष आचर वा पूजा गर्दैन।

“भिक्षुहो ! यी नै एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न नहुने भिक्षुले यो धर्मविनयमा वृद्धि, उन्नति तथा विकास गर्न सक्दैन।

“भिक्षुहो ! एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न गोठालो गाई-

वस्तु चराउन योग्य हुन्छ तथा विकास गर्न सक्छ। ती एघार के के हुन् ? भिक्षुहो ! यहाँ गोठालाले रूपलाई जानेको हुन्छ। लक्षण कुशल हुन्छ। भिङ्गादि धपाउँछ। घाऊ छोपिदिन्छ। धूवाँ लगाउँछ। तीर्थ जानेको हुन्छ। पिउन जानेको हुन्छ। मार्ग जानेको हुन्छ। गोचर जानेको हुन्छ। बाछ्रा वा बाछ्रीको निम्ति दूध बाँकी राखी दुहुन्छ। समूहको पिता तथा समूहका नायक साँढेलाई विशेष आदर वा पूजा गर्छ। भिक्षुहो ! यी नै एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न गोठालाले गाई-वस्तु चराउन योग्य छ तथा विकास गर्न सक्छ।

“यसरी नै भिक्षुहो ! एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न भिक्षुले यो धर्मविनयमा वृद्धि, उन्नति तथा विकास गर्न सक्छ। ती एघार के के हुन् ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले रूपलाई जानेको हुन्छ। लक्षण कुशल हुन्छ। भिङ्गादि धपाउँछ। घाऊ छोपिदिन्छ। धूवाँ लगाउने हुन्छ। तीर्थ जानेको हुन्छ। पिउन जानेको हुन्छ। मार्ग जानेको हुन्छ। गोचर जानेको हुन्छ। बाछ्रा वा बाछ्रीलाई दूध बाँकी राखी दुहुन्छ। जो ती भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखि प्रव्रजित संघ-पिता, संघ-नायकलाई विशेष आदर वा पूजा गर्छ। भिक्षुहो ! यी नै एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न भिक्षुले यस धर्म विनयमा वृद्धि, उन्नति तथा विकास गर्न सक्छ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो रूपलाई जानेको हुन्छ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले जेजति रूप छन् ‘चार महाभूत तथा चार महाभूतद्वारा उत्पन्न भएका हुन्’ भनी यथार्थसहित जानेको हुन्छ। भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो रूपलाई जानेको हुन्छ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो लक्षण जानेको हुन्छ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले कर्मको लक्षणले मूर्ख र कर्मको लक्षणले पण्डितको परिचय हुन्छ’ भनी यथार्थसहित जानेको हुन्छ। भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो लक्षण जानेको हुन्छ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो भिङ्गा धपाउँछ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले उत्पन्न कामवितर्क स्वीकार्दैन, त्यागछ, हटाउँछ, टाढा राख्छ अनि फेरि उत्पन्न नहुने गरी राख्छ। उत्पन्न द्वेषवितर्क.... उत्पन्न विहिंसावितर्क....उत्पन्न पापमय अकुशल धर्म स्वीकार्दैन, त्यागछ, हटाउँछ, टाढा राख्छ अनि फेरि उत्पन्न नहुने गरी राख्छ। भिक्षुहो !

भिक्षुले यस्तो भिङ्गा धपाउँछ ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो घाऊ छोप्छ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले चक्षुले रूप हेरी निमित्त र अनुव्यञ्जन ग्रहण गर्दैन । चक्षु इन्द्रिय संयमित भई विचरण गर्दा तथा यो कारणले गर्दा लोभ-द्वेषरूपी पापमय अकुशल धर्मको थलो बनाउँदैन । त्यसलाई संयमित गर्छ । चक्षुइन्द्रियलाई काबुमा राख्छ तथा चक्षुइन्द्रिय संयमित हुन्छ । श्रोतले शब्द सुनी.....घ्राणले ग्रन्थ सूँधी.... जिह्वाले रसास्वाद लिई....कायले स्पर्श गरी..... मनले मनको विषय ग्रहण गरी त्यसको निमित्त र अनुव्यञ्जन ग्रहण गर्दैन । मनेन्द्रिय संयमित भई विचरण गर्दा तथा यो कारणले गर्दा लोभ-द्वेषरूपी पापमय अकुशल धर्मको थलो बनाउँदैन । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो घाऊ छोप्छ ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो धूवाँ लाउँछ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले जुन सुनेको हो, जुन पाठ गरिएको धर्म हो त्यसलाई अरू समक्ष विस्तृत व्याख्या गरी देशना गर्छ । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो धूवाँ लाउँछ ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो तीर्थ जानेको हुन्छ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षु बहुश्रुत हुन्छ, आगमक थाहा हुन्छ, धर्मधर हुन्छ, विनयधर हुन्छ, अभिधर्मको धारण गर्छ, उसकहाँ समय समयमा गई सोध्ने तथा प्रश्न गर्छ- भन्ते ! यसको अर्थ के हो ? ती आयुष्मानले उसको निमित्त जुन छोपेको हुन्छ त्यसलाई उघारेर देखाउँछ, अस्पष्टलाई स्पष्ट गरिदिन्छ । धर्म विषयमा जुन नानाप्रकारको संदिग्ध स्थल हो, उसको संदिग्ध निवारण गरिदिन्छ । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो तीर्थ जानेको हुन्छ ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो पिउन जानेको हुन्छ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले तथागतद्वारा प्रवर्तित धर्मविनय

देशनाको अर्थ बुझ्छ, धर्म बुझ्छ, अनि धर्मलाभी भई प्रमुदित हुन्छ । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो पिउन जानेको हुन्छ ।

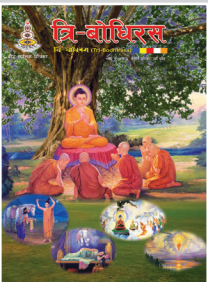
“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो मार्ग जानेको हुन्छ ? भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले आर्य अष्टाङ्गिकमार्ग यथार्थसहित जानेको हुन्छ । “भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो मार्ग जानेको हुन्छ ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कस्तो गोचर जानेको हुन्छ ? यहाँ भिक्षुले चार स्मृति-प्रस्थान यथार्थसहित जानेको हुन्छ । भिक्षुहो ! भिक्षुले यस्तो गोचर जानेको हुन्छ ।

“भिक्षुहो ! भिक्षुले कसरी सबै दुहुँदैन ? यहाँ भिक्षुको निमित्त श्रद्धावान गृहस्थले चीवर-पिण्डपात-शयनासन-ग्लानप्रत्ययन भैषज्य-परिष्कारादि राखिदिन्छ । त्यहाँ भिक्षुले लिनको निमित्त मात्रा जानेको हुन्छ । भिक्षुहो ! भिक्षुले यसरी सबै नदुहुने हुन्छ ।

“भिक्षुहो ! कसरी भिक्षुले जो ती भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखिका प्रव्रजित संघ-पिता तथा संघ-नायकलाई विशेष आदर वा पूजा गर्छ । भिक्षुहो ! यहाँ भिक्षुले जो ती भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखिका प्रव्रजित संघ-पिता तथा संघ-नायक हो, उसप्रति शरीरद्वारा प्रकट तथा अप्रकटरूपले मैत्रीपूर्वक राम्रो आचरण गर्छ । वचनद्वारा.....मनद्वारा प्रकट तथा अप्रकटरूपले राम्रो आचरण गर्छ । भिक्षुहो ! भिक्षुले यसरी जो ती भिक्षु वृद्ध, चिरकालदेखिका प्रव्रजित संघपिता तथा संघ-नायकलाई विशेष आदर वा पूजा गर्छ ।

“भिक्षुहो ! यी नै एघार अङ्गद्वारा सम्पन्न गोठालाले गाई-वस्तु चराउन योग्य हुन्छ, अनि उन्नति गर्छ ।”



गत अंक

त्रि-बोधिरस (बौद्ध मासिक पत्रिका)

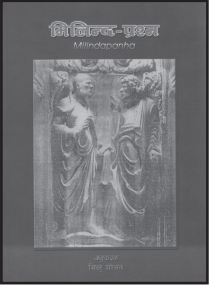
समयमै वार्षिक ग्राहक बनी बुद्ध शिक्षा पढौं, पढाऔं, धारण, पालना गरौं ।
शासनिक योगदान पुऱ्याऔं ।

प्रकाशक/सम्पर्क कार्यालय:
त्रि-बोधि विपश्यना ध्यान केन्द्र

सिद्धिपुर, ललितपुर, फोन: ५५८१४९५,

E-mail: pashavimalo@gmail.com, tribodhira@gmail.com





मिलिन्द-प्रश्न

भिक्षु शोभन

अनुवादक

२. सर्वज्ञभाव विषयमा प्रश्न

२०. “भन्ते नागसेन ! के बुद्ध सर्वज्ञ हुनुहुन्थ्यो ?”
 “हो महाराज ! बुद्ध सर्वज्ञ हुनुहुन्थ्यो । तर यसको अर्थ यो होइन कि उहाँ प्रतिक्षण प्रत्येक तवरले संसारका सबै कुराहरु बुझ्ने गर्नुहुन्थ्यो । उहाँको सर्वज्ञता यसैमा थियो ध्यान गरेर उहाँ जुनसुकै गतिविधि बुझ्नसक्नुहुन्थ्यो । ”
 “भन्ते ! यदि भगवान् ध्यानमा अनुसन्धान गरेर नै कुनै गतिविधि बुझ्नसक्नुहुन्थ्यो भने उहाँ सर्वज्ञ हुनु भएन ?”
 “महाराज ! सय गाडा, आधा चूल, सात अर्मण र दुई तुम्बा^१ धानहरुको नाप संख्या कति हो ? त्यसलाई क्षणभरकै समयमा ध्यान गरेर भन्नसक्नु हुन्थियो । ”

२१. सात प्रकार चित्त

“महाराज ! सात प्रकारका चित्तहरु हुन्छन् :-

(१) संक्लेश चित्त

जो रागयुक्त, द्वेषयुक्त, मोहयुक्त क्लेशहरुले युक्त छ तथा जसले शरीर, शील, चित्त र प्रज्ञाको भावना गरेको छैन - उनीहरुको चित्त भारी, मोटो र मन्द हुन्छ । ” “त्यसो किन ?” “चित्त अभावित हुनेहुनाले (ध्यान नगर्नाले) । ” “महाराज ! जस्तो कि फैंलिएर पसारिएका बाँसको भाडीबाट घना शाखाहरु एक अर्कोसँग अल्झेर रहेकाले केहीलाई काटेर भिक्नु बडो गाह्रो र विस्तार हुन्छ । ” “त्यो किन ?” “शाखाहरु एक अर्कोमा अल्झेर रहनाले । ” “महाराज ! यसरी नै जो रागयुक्त उनीहरुको चित्त भारी, मोटो र मन्द हुन्छ । ” “त्यो किन ? क्लेशमा अल्झेर फँसेको हुनाले । यही ती सात प्रकारका चित्तहरुमा पहिलो हो । ”

(२) स्रोतापन्न चित्त

“दोस्रो प्रकारको चित्त पहिलेको चित्तभन्दा पृथक् छ । ”

“महाराज ! जो स्रोतापन्न भएका छन्, जो गलत बाटोतिर जानसक्दैन, जसले सत्य सिद्धान्तलाई बुझिसकेका छन् र बुद्धको धर्मलाई बुझेका हुन्छन् उनीहरुको चित्त तीन भ्रममूलक विषयहरुमा हलुको र तेज हुन्छ । तैपनि माथिको भूमि (आर्यमार्ग) मा भारी, मोटो र मन्द हुन्छ । ” “त्यसो किन ?” “ती तीन विषयहरुमा चित्तको शुद्ध हुनाले र बाँकी क्लेशहरु कायम रहनाले । ” “महाराज ! जसरी कुनै बाँसको भाडीलाई तीन आँख्लासम्म सफा गरियो तर माथिका शाखाहरुलाई आपसमा अडकनाले अल्भिएको छाडियो भने त्यसबाट तीन आँख्लासम्म तान्न सजिलो हुन्छ, तर त्योभन्दा माथि फेरि अल्भिएर रहेको हुन्छ । ” “त्यसो किन ?” “किनभने तलतिर काटेर सफा गरियो र माथि भने घना नै छोडियो । ” “महाराज ! यसरी नै जो स्रोतापन्न भइसकेका छन्...उनीहरुको तीन भ्रममूलक विषयहरुमा हलुको र तेज हुन्छ, तैपनि माथिको कुराहरुमा भारी, मोटो र मन्द हुन्छ । किन कि ती तीनै भ्रमहरु मेटिई बाँकी क्लेशहरु कायमै रहनाले । यो दोस्रो प्रकारको चित्त हो । ”

(३) सकृदागामीको चित्त

“तेस्रो प्रकारको चित्त यी दुइटैभन्दा पृथक् छ । ”

“महाराज ! जो सकृदागामी भइसकेका छन् र जसमा राग, द्वेष र मोह नाममात्रका रहेका छन्, उनका चित्त पाँच ठाउँहरुमा हलुका र तेज हुन्छ । तैपनि अरु माथिका कुराहरुमा भारी र मन्द नै रहन्छ । किनकि ती पाँच अरु ठाउँहरुमा चित्त परिशुद्ध भई सकेपछि माथिका क्लेशहरु कायम रहनाले । ” “महाराज ! जसरी कुनै बाँसको भाडीलाई पाँच आख्लासम्म सफा गरेर माथिका शाखाहरुलाई एक आपसमा अल्भिएको अवस्थामा छोडिदिदा त्यसबाट केही काटेर पाँच आँख्लासम्म सजिलै

^१ नापे साधन

उखाल्न सकिन्छ, तर माथि गएर अल्फ्फन्छ । किनकि तलतिर सफा गरे पनि माथि घना छाडनाले । ” “महाराज ! यसरी नै जो सकृदागामी भइसकेका छन्... उनीहरूको चित्त ...पाँच ठाउँहरूमा हलुका र तेज हुन्छ, तैपनि माथिका कुरामा भने भारी र मन्द हुन्छ.... । यो तेस्रो प्रकारको चित्त हो । ”

(४) अनागामीको चित्त

“चौथो प्रकारको चित्त यी तीनवटैभन्दा पृथक् छ । ”

“महाराज जो अनागामी भइसकेका छन् र जसको मुनितिरका पाँच बन्धन कटिएका छन्, उनीहरूको चित्त दस ठाउँहरूमा हलुका र तेज हुन्छ, तर त्यो भन्दा माथितिरका भूमिमा भने भारी र मन्द हुन्छ । ” “त्यसो किन ?” “ती दस ठाउँहरूमा चित्त परिशुद्ध भएको हुनाले र बाँकी क्लेशहरू (चित्तका मयल) कायम रहनाले । ” “महाराज ! जसरी कुनै बाँसको भाडीलाई दस आँख्लासम्म सफा गरेर । ” “महाराज ! यसरी नै जो अनागामी भइसकेका छन्...उनीहरूको चित्त दस ठाउँहरूमा हलुका र तेज हुन्छ, तर माथिका भूमिहरूमा भारी र मन्द हुन्छ । ” “त्यसो किन ?” “दस ठाउँहरूमा चित्त परिशुद्ध भई बाँकी क्लेशहरू कायमै रहनाले । यही चौथो प्रकारको चित्त हो । ”

(५) अर्हत्को चित्त

“पाँचौं प्रकारको चित्त यी चारैवटाभन्दा पृथक् नै छ । ”

“महाराज ! जो अर्हत् भइसकेका छन्, जसका आस्रवहरू क्षीण भइसकेको छ, जसको सबै मयल सफा भइसकेको छ, जसका सबै क्लेशहरू मेटिएका छन्, जसको ब्रह्मचर्यबास पूर्ण भइसकेको छ, जसले जे गर्नु थियो, सबै गरिसकेका छन्, जसको सबै भार विसाइसकिएको छ, जो साँचो ज्ञानसम्म पुगिसकेका छन्, जसको भव-बन्धन सर्वथा क्षीण भइसकेको छ अनि जसको चित्त पूर्णतः शुद्ध भइसकेको छ, उनको चित्त जुनसुकै श्रावकले गर्ने र बुझ्ने सबै कुरामा हलुका र तेज भएको हुन्छ, तर प्रत्येक-बुद्धभूमिमा भारी र मन्द हुन्छ । किनभने श्रावक-भूमिमा उनको चित्त शुद्ध भइसक्यो तैपनि प्रत्येक-बुद्धभूमिमा जान शुद्ध भएको छैन । ” “महाराज

! जसरी कुनै बाँसको भाडीलाई एकदम सफा गरे पछि त्यसबाट जुनसुकै भाग काटेर सजिलैसँग तान्न सकिन्छ । ” “त्यसो किन ?” “किनकि बाँसको त्यो भाडीलाई राम्ररी सफा पारिएको छ । ” “महाराज ! यसरी नै , जो अर्हत् भइसकेका छन्...उनीहरूको चित्त कुनै पनि श्रावकले गर्ने र जान्ने सही भूमिमा हलुका र तेज हुन्छ, तर माथि भने प्रत्येक-बुद्धको भूमिहरूमा भारी र मन्द हुन्छ यही नै पाँचौं प्रकारको चित्त हो । ”

(६) प्रत्येक-बुद्धको चित्त

“छैटौं प्रश्नको चित्त यी पाँचवटैभन्दा पृथक् छ । ”

“महाराज ! जो प्रत्येक-बुद्ध भएका छन्, जो आफ्नो मालिक आफैं हुन्, जसलाई कुनै आचार्यको खाँचो छैन, जो गैडाको सिङ्भै^२ एकलै बस्ने र जो आफ्नो जीवनमा परिशुद्ध र निर्मल भइसकेका छन्, उसको चित्त आफ्नो विषयमा हलुका र तेज हुन्छ । तर सर्वज्ञ बुद्धका भूमिहरूमा भारी र मन्द हुन्छ । ” “किनकि यद्यपि उनीहरू आफ्नो विषयमा एकदमै परिशुद्ध र निर्मल भइसकेका छन्, तैपनि सर्वज्ञ बुद्धका भूमिहरू विशाल छन् । ” “महाराज ! जसरी कुनै मानिस आफ्नै ठाउँमा बग्ने कुनै गाध नदीको दिन वा रात जहिले इच्छा हुन्छ, उहिले कुनै डर बेगर पारि पुग्छ, तर निकै गम्भीर विशाल, अथाह र अपार महासमुद्रलाई देखेर तर्सोस् र त्यसको पारि पुग्ने सारा शक्ति जावस्, त्यस्तै । ” “त्यसो किन ?” “किनकि उसले आफ्नो नदीलाई चिन्छ भने र महासमुद्र बडो विशाल छ । यो नै छैटौं प्रकारको चित्त हो । ”

(७) बुद्धको चित्त

“सातौं प्रकारको चित्त यी छवटै चित्तभन्दा पृथक् छ । ”

“महाराज ! जो सम्यक्सम्बुद्ध भइसकेका छन्, सर्वज्ञ, दसबललाई धारण गर्ने, चार प्रकार वैशारदले युक्त, अठार बुद्ध-धर्महरूले युक्त छन्, जसले इन्द्रियहरूलाई पूर्णरूपले जितेका छन्, जसको ज्ञान कतै पनि रोकिन्न-उनको चित्त सबै ठाउँमा हलुको र तेज रहन्छ । ” “त्यो किन ?” “किन कि उनीहरू सबै प्रकारले शुद्ध भएका छन् । ” “महाराज ! राम्ररी माफिएको, निर्मल, गाँठोरहित, तीखो धार भएको सीधा र निर्दोष बाण कुनै

^२ खग्विसाणसूत्र, सुत्त. नि., खु.नि. भाग-१, पृ. २७४ ।

शक्तिशाली धनुष.....मा राखियोस् अनि त्यसलाई कुनै बलियो मानिसले कुनै पातलो रसमको कपडा अथवा मलमल या पातलो ऊनीको कपडामा हानोस्, के त्यसको गतिमा कुनै प्रकारको अवरोध आउला ?” “आउँदैन भन्ते !” “त्यसो किन ?” “किनकि कपडा निकै पातलो र नरम छ, वाण निकै तिखो छ, त्यसमा हान्ने मानिस यति बलियो छ ।” “महाराज ! त्यसरी नै बुद्धत्व प्राप्त मानिसको चित्त सबै विषयहरूमा हलुको र तीव्र हुन्छ । त्यसो किन ?” “किन भने ती सबै प्रकारले शुद्ध भएका छन् । यो नै सातौं प्रकारको चित्त हो ।”

२२. “महाराज ! जुन यो सातौं सर्वज्ञबुद्धहरूको चित्त छ, त्यो बाँकी ६ चित्तहरूभन्दा सबै प्रकारले श्रेष्ठ छ । त्यो अपरिमित (असङ्ख्य) गुणहरूले शुद्ध र हलुको छ । महाराज ! आफ्नो चित्त यति शुद्ध र हल्का हुनाले नै भगवान्‌ले यमक प्रातिहार्य (दुवै प्रकारको ऋद्धि-शक्तिहरू) लाई देखाउनु सक्नुहुन्थ्यो । उहाँको चित्तको शुद्धता र हलुकापनको चाल पाउन सकिन्छ । ती ऋद्धि-शक्तिहरूको कुनै अर्को कारण भन्न सकिन्न । ती ऋद्धि-शक्तिहरू पनि भगवान्‌को चित्तसँग तुलना गर्दा अत्यन्त अल्प मात्र बुझिन्छ । तैपनि भगवान्‌को सर्वज्ञता आवर्जन-प्रद्विबद्ध^३ थियो । भगवान्‌को सर्वज्ञता यसैमा थियो कि उहाँ जुक कुरो बुझ्न चाहनुहुन्थ्यो, ध्यान गरेर सो बुझ्न सक्नुहुन्थ्यो ।”

“महाराज ! जस्तै कुनै मानिसले (अनायास) कुनै वस्तुलाई आफ्नो हातले अर्काको हातमा देओस्, अथवा मुख खुलेपछि कुरा गरोस्, या मुखमा परेको गाँसलाई निलोस्, या आँखा हेरोस् वा चिम्लोस् अथवा, खुम्च्याएको हातलाई पसारोस् या पसारेको हातलाई खुम्च्यावस् – यसरी नै या त्योभन्दा पनि छिटो र सजिलो तवरले भगवान्‌ले आफ्नो सर्वज्ञताबाट जुनसुकै कुरा बुझ्न चाहनु भएमा बुझ्न सक्नुहुन्थ्यो । यद्यपि बुद्धले ध्यान गरेर नै कुनै कुरो बुझ्न सक्नुहुन्छ, तथापि त्यसरी ध्यान नगरेको समयमा पनि उहाँलाई सर्वज्ञ नभनेर अर्थोक केही भन्न सकिन्न ।”

^३ भगवान् हरबखत संसारका सबै कुरालाई बुझ्नुहुन्थ्यो । उहाँको सर्वज्ञता यसैमा थियो कि जुन कुरा बुझ्न चाहनुहुन्थ्यो, त्यसमा ध्यान दिनेबित्तिकै त्यो बुझ्नुहुन्थ्यो । यसैलाई ‘आवर्जन-प्रतिबद्ध’ सर्वज्ञता भनिन्छ ।

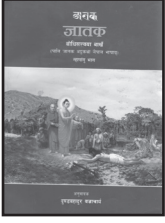
२३. “भन्ते नागसेन ! किन्तु त्यही कुरो बुझ्न ध्यान गर्नुहुन्छ, जसको ज्ञान पहिलेदेखि ठीक-ठीक रहँदैन । मलाई त्यो कुरो सम्झाउनुहोस् ।” “महाराज ! जस्तै एउटा सम्पत्तिशाली धनी मानिस रहेको होस् । सुन, चाँदी र बहुमूल्य रत्नहरूले उसको खजाना भरिएको होस्, उसको भण्डारमा गाग्रो, हाँडी, आरी र अरु पनि अन्य भाँडाहरूमा सबै थरीका चामल, गहुँ, धान, जौ, अन्न तिल, मुग, मास घ्यू, तेल, नौनी, दूध, दही, मह, सक्खर, चिनी इत्यादी सबै चीजहरूले भरिएका होउन् । अब, कुनै पाहुना, अतिथ्य सत्कारयोग्य मानिस, आतिथ्यसत्कार पाउने आशाले उसको घर आवस् । त्यस बखत घरमा तयार भएको भोजन सबै सिद्धिएपछि त्यस पाहुनाका लागि भोजन पकाउन मानिसहरू भण्डारमा जाऊन् चामल लिन । महाराज ! त्यसो हो भने के यसै कारणले त्यो मानिस निर्धन र दरिद्र भनिन्छ ?” “भनिन्न, भन्ते ! जो चक्रवर्ती राजा छन् उनको घरमा पनि कहिलेकाहीं तयार गरिएको भोजन सिद्धिन्छ भने, अन्य गृहस्थहरूको घरको के कुरो ?” “महाराज ! त्यसरी नै, बुद्धहरूको सर्वज्ञता आवर्जन-प्रतिबद्ध हुन्छ । जुन कुरो उहाँ बुझ्न चाहनुहुन्छ, त्यस कुरोमा ध्यान गरेमा त्यो कुरो उहाँ बुझिहाल्नुहुन्छ ।”

“महाराज ! जस्तै एउटा रुख छ, जसका शाखाहरू फलहरूले लटरम्म परेका होउन्, तर त्यसको तल एउटा पनि भरिएको नहोस् । महाराज ! त्यसो हो भने के यसै कारण त्यस रुखलाई बाँफो र फलहरुरहित भनिएला ?” “भनिन्न भन्ते ! ती फलहरू त कहिले भरिहाल्नेछन्, त्यसपछि जोसुकैले पेट भरि खान सक्छ ।” “महाराज ! यसरी नै बुद्धहरूको सर्वज्ञता आवर्जन-प्रतिबद्ध हुन्छ ।” “भन्ते नागसेन ! के बुद्ध जुन कुरो बुझ्न चाहनुहुन्छ, त्यसको ध्यान गरेमा बुझ्नुहुन्छ ?”

“हो महाराज ! जसरी चक्रवर्ती राजा आफूले सम्भना गर्नासाथ आफ्नो चक्र-रत्नलाई उपस्थित गर्न सक्छ, त्यसरी नै बुद्ध जुन कुरा बुझ्न चाहनुहुन्छ, त्यसको ध्यान गरेमा बुझ्नुहुन्छ ।”

“भन्ते ! भगवान्‌को सर्वज्ञता सिद्ध गर्नका लागि तपाईंले दिनुभएको तर्क एकदम पक्का छ । म मान्दछु कि भगवान् यथार्थमा सर्वज्ञ हुनुहुन्थ्यो ।”





जातक बाखँ

दुण्डबहादुर बज्राचार्य



७३. सच्चकिर जातक

“सच्चं किरेवमाहंसु...” थुगु गाथा शास्तां वेलुवनय् च्वना विज्यागु इलय् देवदत्तं (थःत) हत्या यायेत कुतः याःगुया बारे कया आज्ञा जुया विज्यागु जुल -

वर्तमान कथा

धर्मसभाय् फेतुना च्वपिं भिक्षुपिसं “आयुष्मान्पिं ! देवदत्तं शास्तायागु गुण म्मस्यू । वसपोलयात हत्या यायेगु कुतः यात” धया देवदत्तयागु अवगुणया बारे खँ ल्हाना च्वन । शास्ता विज्याना “भिक्षुपिं ! थुगु इलय् फेतुना छु खँ ल्हाना च्वनागु ?” धका न्यना विज्यायेवं “थुजा-थुजागु खँ” धका विन्ति यात । “भिक्षुपिं ! आः जक देवदत्तं जिगु हत्या यायेत स्वःगु मखु, न्हापा नं स्वःगु दु” आज्ञा जूसे पूर्वजन्मयागु खँ आज्ञा जुया विज्यागु जुल-

अतीत कथा

न्हापा न्हापायागु समयय वाराणसी ब्रह्मदत्त जुजुं राज्य याना च्वन । उगु इलय् जुजुया दुष्टकुमार धयाम्हा काय् छम्ह दु । व तःसकं परुष, कठोर व ताडित-विषधारी सर्पथं जाःम्ह । वं सुयातं व्वः मब्यूसे, मदासे सुनापं खँ हे ल्हाइ मखु । व खनां ग्यागुलिं दुने व पिनेयापिं मनूतय्गु मिखाय् च्वंगु धूथे अथवा नयेबले थ्यंकः वःम्ह पिशाचथे सुयां मयः । छन्हु लखय् म्हितः वनेगु (जलक्रिडा) इच्छां वं आपालं अनुयायीपिं व्वना नदीया सिथय् वन । उबले तःसकं भवाररं वा वल । प्यखेसनं छकोलं खिउँया वल । वं ज्या याइपिं नोकरतयत् धाल - “भणे ! वा । जित नदीया दथुइ यंका मोल्हुइका व्यु । ” इमिसं वयात अन यंका ‘जुजुं भीत छु हे याइ । भीसं थ्वयात थन हे स्याना विये’ धका सल्लाह याना ‘नु, अलक्षिणा’ धया वयात लखय् दुबे याना थःपिं थहाँ वया खुसिसिथय् वल । मनूतयसं ‘कुमार गो’ धका न्यनेवं “जिमिसं कुमारयात मखं, सुपाँय् वःगु खना लखय् दुहाँ वना मेथासं पिहाँ वना गनं वन जुइमाः”

धका लिसः विल ।

अमात्यपिं जुजुयाथाय् वन । जुजुं न्यन - “जिमि काय् गो ?”

“देव ! जिमिसं मस्यू । सुपाँय् वःगु खना न्हयवः हे वल जुइमाः” धका जिपिं लिहाँ वया । जुजुं ध्वखा चाय्के विया नदीया सिथय् वना ‘मा मा’ धाधां उखे थुखे माय्के विल । सुनानं कुमारयात लुइके मफु, मखं । वयात हाकुगु सुपाँय् वया वा वःगुलिं खुसि वाः वया चुइकः यंकल अले अन वाः वःथाय् छग्वः सिंगो खन उकी च्वना सिइगु भयं भयभीत जुया ख्वख्वं वना च्वन ।

उगु इलय् वारायसी च्वम्ह सेठं, खुसि सिथय् प्यीगू करोड धन गाडे याना (तःगुलिं) व हे धनयागु लोभं सिना वना अन हे उगु धनया दचोने सर्प जुया जन्म जुल । छम्ह मेम्ह सेठ नं व हे प्रदेशय् स्वीगू करोड धन गाडे याना (तःगुलिं) धन तृष्णायागु कारणं अन हे छुं जुया जन्म काःवन । इमिगु निवासस्थानय् नं लः दुहाँ वल । इपिं गनं लः दुहाँ वःगु खः अनं हे पिहाँ वया लःया धाः काटे याना गुगु सिंगोलय् उम्ह राजकुमार च्वना वःगु खः, व हे सिंगोलय् वना छगू च्वकाय् छम्ह अले मेगु प्वःकाय् छम्ह च्वन । उगु खुसिया सिथय् सेमल वृक्ष ९६ कर्षप अयततयल तचभभ० छमा दु । उकी छम्ह वाउँभत्तुया मचा दु । उगु सिमायात नं लखं हाःनापं लिना चुइकः यंकल । वा वया च्वंगुलिं वाउँभत्तुया मचा नं व्वये मफुगुलिं व हे सिंगोलय् वना च्वं वन । थुकथं प्यम्हं चुइकः यना च्वन ।

बोधिसत्व नं उगु समयय् काशी राष्ट्रया छगू उदीच्च ब्राह्मण कुलय् जन्म जुल । तःधिक जुइवं ऋषि प्रव्रज्यां प्रव्रजित जुल । अले खुसिया सिथय् छगू पर्णशाला दयका च्वना च्वन । व चान्हे चाःहिला च्वंगु इलय् उम्ह राजकुमार ततःसकं ख्वया हाला हःगु सः ताया मती तल - “जिये मैत्री व दया दुम्ह तपस्वीं खंक खंक थुम्ह

मनू सिइगु उचित मजू । जि लखय् कुहाँ वना थ्वयात जीवन दान बियेमाः । ” वं ‘ग्याये मते, ग्याये मते’ धका आशवासन बिल अले लःया स्रोतयात काटे याना वं उगु सिंगोया च्चका ज्वना साला किसियागुथें जाःगु बलं छगू हे भक्तकां किनाराय् थ्यंके हल । अले कुमारयात बुया हया किनाराय् तये हल । लिपा सर्प आदिपिंत खना इमित नं कया हया आश्रमय् यंकल । अले इमिगु नितिं मि च्याकल । वं थुम्ह सर्पादित बःमला धका सिइका न्हापां इमिगु शरीरयात पन, लिपा राजकुमारया म्ह मिइ पना बिल । वयात नं म्हं फयेका बिल । (हानं) नसा ब्यूगु इलय् नं न्हापां सर्प आदिपिंत निं बिया लिपा जक राजकुमारयात फलमूल नके यंकल ।

“थुम्ह कूट तपस्वीं जि राजकुमार धका विचाः मयासे, थुपिं पशुतय्त निं सम्मान याना च्वन धका विचाः याना राजकुमारं बोधिसत्वया प्रति वैरी जुल । वयां छुं दिन लिपा, इमिगु म्हय् बल दयेवं खुसिवाः सुना वयेवं सर्प तपस्वीयात प्रणाम याना धाल – “भन्ते ! छपिंसं जित तःधंगु पकार याना विज्यात । जि दरिद्रम्ह मखु । फलानागु थासय् जिगु प्यीगू करोडया लुं लाडे याना तयागु दु । उगु थासय् विज्याना ‘दीर्घ’ धका नां कया सःता विज्याहूँ । ” (थुलि धया) व लिहाँ वन । छुं नं अथे हे तपस्वीयात निमन्त्रणा याना ‘फलानागु थासय् दना ‘उन्दुर’ धका सति धया वन । परन्तु वाउंभत्तुया मचां तपस्वीयात वन्दना याना धाल– “भन्ते ! जिके धन मदु । परन्तु यदि छपिंत ह्याउंगु शाली (वा) माल धाःसा जि फलानागु थासय् च्वनेगु खः, अन वया ‘सुवा’ धका सति । जिं थः थःथितिपिंत धया यक्व गाडी ह्याउंगु शाली कया हये फु । ” थुलि धया व नं लिहाँ वन । अनलि छम्ह मित्रद्रोही ल्यन, वं यथोचित छुं नं मधासे ‘थ्वयात थःथाय् सःता स्याके’ धका मती तया धाल – “भन्ते ! जि जुजु जुइवं छपिं विज्याहूँ । जिं छपिंत प्यंगू प्रत्ययं सत्कार याये । ” थुलि धया वनं लिहाँ वन ।

व लिहाँ वना छुं समय लिपा जुजु जुल । ‘का आः परीक्षा यना स्वयेमाल’ धका बोधिसत्वं न्हापां सर्पयाथाय् वना लिक्क दना सःतल– “दीर्घ । ” वं छको सःतूगु सलं पिहाँ वया बोधिसत्वयात वन्दना याना धाल – “भन्ते ! थन थुगु थासय् प्यीगू करोडया लुं दु, थ्व फुक्क लिक्कया

यंका विज्याहूँ । ”

“ज्यू आःयात म्वाःनि । मालकि स्वये । ” धया वयात त्वःता छुंयाथाय् वना सःतल । छुं नं अथे हे यात । बोधिसत्वं वयात नं म्वाःनी धका रोके याना वाउंभत्तुया मचायात ‘सुवा’ धका सःतल । वं नं छगू हे सलं सिमां कुहाँ वया बोधिसत्वयात वन्दना याना न्यन – “भन्ते ! छु जिं थः थःथितिपिंत सःता हिमवन्त प्रदेशं छपिनि नितिं थः थःम्हं बुया वःगु शाली काय्के छु वयेला ?”

बोधिसत्वं वयात नं ‘मालकि धाये’ धया गन । अनलि आः जुजुयात परीक्षा याना स्वये धका वना राजोद्यानय् वना कन्हेखुन्दु वसः बांलाक पुना भिक्षा पवपवं नगरय् दुने वन ।

उगु हे इलय् मित्रद्रोही जुजु बांलाक समाये याना तःगु किसिमहय् च्वना अनेक अनुयायीपिं व्वना नगर भ्रमण याना च्वन । जुजुं तापाकनिसें बोधिसत्व वया च्वंगु खना ‘थुम्ह कूट (वनावटी, वेइमान) तपस्वी जिथाय् च्वना सितिं नयेत वया च्वन । थ्वं जित याना तःगु उपकारया खँ कने न्ह्यो जिं थ्वयागु छचों त्वाःल्हाके’ धका थः मनूतय्त स्वल ।

“देव ! छु यायेमाल । ”

वं धाल – “थुम्ह कूटम्ह तपस्वीं जिके छुं पवं वःम्हथें च्वं । थुम्ह कूटम्ह तपस्वीयात जिगु न्ह्योने वय्के विइ मते । थ्वयात ज्वना ल्यूने ल्हाः तया चिना प्यकालं प्यकालय् यंका दादां नगरं पिने यंकि । अले स्यायेगु थासय् यंका थ्वयागु छचों त्वाःल्हाना छव । शरीर शूलय् चढे याना ब्यु । ” इमिसं ‘ज्यू’ धया स्वीकार याना अले निरपराधम्ह महात्मायात चिना प्यकालं प्यकालय् दादां वधकस्थानपाखें यंका च्वन । बोधिसत्वयात गुबले गुबले दाइगु खः, उबले उबले ‘यः मां, यः वाः’ मधासे निर्विकार जुया थुगु गाथा धाल–

“सच्चं किरेवमाहंसु, नरा एकच्चिया इध ।

कट्टं निप्लवितं सेय्यो, न त्वेवेकच्चियो नरो’ति” । ।

“गुलिं गुलिं दुष्टपिं मनूतयत् (वाः वइबले) थकायेगुसिबे खुसिं चुइका तःगु सिंगोयात थकायेगु हे वरु भिं । थथे धका संसारय् गुलिं प्रज्ञावान्पिसं धाःगु धात्थें सत्य खः । ”

थुकथं गुबले गुबले वयात दाल, उबले उबले वं थुगु गाथा धाल । थ्व खँ न्यना इपिंमध्ये गुलिं पण्डित मनूतयसं वयाके न्यन - “भो प्रव्रजित ! छु छुं जिमि जुजुयात छुं उपकार यानातयागु दु ला ?”

बोधिसत्त्वं इमित सकतां खँ कना धाल - “भो ! वयात खुसि वा: वया चुइक: ह:बले जिं स्वयं थ:म्ह दु:ख सिया वयात बचे याना । जिं पुलापिं बुद्धिमान्पिं मनूतयगु धापूअनुसारं आचरण मयाना” धका लुमंका थुगु (गाथा) धया च्वनागु ख: । वयागु खँ न्यना क्षत्रिय ब्राह्मणादि नगरवासी जनतां बिचा: यात - “थुम्ह मित्रद्रोही जुजुं थपायसकं गुणवान्म्ह थ:गु प्राणदान ब्यूम्ह ब्यक्तियात उपकार मात्र नं म्हमसिइकु । थ्वयागु कारणं भीगु छु उन्नति जुइ ?” (थथे मती तया) ‘वयात ज्वं’ धया तं पिकया प्यखेसनं हा दनेथें दना वया वयात तीरं, भालां, ल्वहँतं, कथिं, मुगलं आदिं प्रहार यात । अले बोधिसत्त्वयात अभिषेक याना वयात जुजु दय्का बिल ।

धर्मानुसार राज्य याना च्वबले वं छन्हु सर्प आदिपिनगु परीक्षा याना स्वयेगु विचारं आपालं अनुयायीपिं ब्वना सर्पयागु निवासस्थानय् वना स: बिल- “दीर्घ !” सर्प वया प्रणाम याना धाल - “स्वामी ! थ्व छपिनगु धन ख:, कया यंका बिज्याहुं । ” जुजुं प्यीगू करोडया लुं अमात्यपिंत ल:ल्हाना छुंयाथाय् वना ‘उन्दुर’ धका

स:तल । व नं वया वन्दना याना स्वीगू करोड धन हया बिल । जुजुं नं उकियात अमात्यपिंत ल:ल्हाना वाउंभत्तुया निवासस्थानय् वना ‘सुवा’ धका स:तल । वं नं वयात वन्दना याना न्यन - “छु शाली वा काय्के छवयेला ?” जुजुं “शाली माल धायेवं काय्के छवये, वा नु” धया न्हेय्गू (७०) करोडया लुं ज्वना उपिं स्वम्हसितं नापं ब्वना नगरय् लिहाँ वन । श्रेष्ठ प्रासादया त:धंगु दबुलि गया धनयात सुरक्षित याना सर्प च्वनेया नितिं लुंया ग:, छुं च्वनेया नितिं स्फटिकयागु गुफा अले वाउंभत्तुया नितिं लुंया पंज: दय्का बिल । उपिं सर्प र वाउंभत्तुया नसाया नितिं लुंया भूय खीरजा अले छुंया नितिं बास व:गु वाया जाकि तय्के बिल । अले दानादि पुण्य याना च्वना च्वन । थुकथं उपिं प्यम्हं आयु दतले मिलेचले जुया प्रसन्नतापूर्वक च्वना च्वन । आयुया अन्तय् यथाकर्म (परलोक) वन ।

शास्तां “भिक्षुपिं ! आ: जक देवदत्तं जिगु हत्या यायेत कुत: या:गु मखु, न्हापा नं या:गु दु” आज्ञा जूसे थुगु धर्मदेशना न्थयथना जातकयागु स्वापू क्यना बिज्यात । उगु इलय् दुष्टम्ह जुजु (आ:याम्ह) देवदत्त ख: । सर्प (आ:याम्ह) सारिपुत्र ख: । छुं (आ:याम्ह) मौद्गल्यायन ख: । वाउंभत्तुया मचा (आ:याम्ह) आनन्द ख: । राज्य प्राप्त यानाम्ह धर्मराजा जुलसा जि हे ख: । ♦



मूर्खहरूले आफैलाई शत्रु बनाएर पाप कर्म गर्छन्,
त्यही पाप कर्मको कटु-फल पछि आफैलाई प्राप्त हुन्छ ।

- धम्मपद ६६

“एकका लागि सबै सबैका लागि एक”

विकास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

महालक्ष्मी न.पा.-०६, सिद्धिपुर, ललितपुर, ५५८१९६६



हाम्रा सेवाहरू :

१. साधारण बचत १०%
२. नियमित बचत १०%
३. आवधिक बचत
 - ६ महिना ११%
 - १ वर्ष १३.५%
 - २ वर्ष १४%
 - ३ वर्ष १४.५%

ऋण सेवा:

१. घरजग्गा धितो तथा व्यवसाय ऋण १६%
२. मुद्दती धितो ऋण मुद्दती ब्याज + २%
३. साना तथा घरेलु व्यवसाय ऋण १७%
४. जमानी १८%
५. शैक्षिक १५%

Anatma – Non Soul

By Hem Bahadur Shakya



The Mahasi Technique of Vipassana Meditation is devised by Venerable Mahasi Sayadaw of Myanmar on the basis of the Teachings of The Buddha. According to this technique, one needs to sit in a posture in sitting position such that he or she can sit for one hour or longer comfortably and without difficulty. The left leg should be kept inside and the right leg outside in the sitting posture. The left hand is kept below the right hand. The body should be in an upright position. Eyes should be closed. After doing all these, one should keep mind in the abdomen. When one inhales there is rising of the abdomen. When one exhales there is falling of the abdomen. One should note only rising of the abdomen and falling of the abdomen. It is not necessary to say that there is rising because there is inhalation. Simply it is to note that there is rising of the abdomen. Similarly there is falling of the abdomen. It is not necessary to say there is falling because of the exhalation. Simply one has to note that there is falling. Thus the technique says only that there is rising of the abdomen and falling of the abdomen. In this technique, the main object of observation is to see the rising of the abdomen and the falling of the abdomen slowly and steadily. The object of observation is called "Aaraman". So, in this context, aaraman is the object of observation i.e. rising of the abdomen and falling of the abdomen. After observing aaraman for a considerable amount of time, one will slowly begin to understand meanings of Anicca, Dukkha and Anatma. Today's subject matter is to understand "Anatma".

One has to sit in a natural way easily and in a comfortable way. There should be normal breathing no less or no excess speed. There should be breathing in its natural and real way. It is to observe the rising and falling of the abdomen as and when they occur. When there is actual rising of the abdomen there should be noting that there is rising. Similarly when there is falling of the abdomen there should be noting that there is falling. So when the rising of the abdomen is occurring it is to note there is rising. If there is rising of the abdomen and if one says it is falling

then it is wrong noting. It is wrong. Similarly, if there is falling of the abdomen and if one says it is rising then it is wrong noting. It happens quite often in this type of wrong observation and labeling in wrong way when there is distraction in the mind. It is natural. Our mind is in the beginning stage. It is very wild. We cannot concentrate in the object of observation at once. With passage of time and our constant practice we will be able to concentrate in the object of observation. One's mind runs here and there in a quick manner. One has to tame it. If one practices the Vipassana meditation continuously and persistently he will be able to tame the mind soon. He will be able to stick into observing rising and falling of the abdomen in quick succession. He can see the object of observation for longer and longer period and thus his concentration will be developed. Slowly he will be able to understand Anicca, Dukkha and Anatma.

At the beginning one may not be able to feel the movement of abdomen. One may not feel rising of the abdomen and falling of the abdomen. With constant observation and practice the movement of the abdomen will become clear. One can see the rising of the abdomen from beginning of the rising to the end of the rising. Similarly one can feel the falling of the abdomen from beginning to the end of the falling. One will be able to feel the rising of the abdomen actually when it is occurring. Let us say there is rising of the abdomen. At the same moment of actual rising we note that it is rising. At this moment it happened that there is actual rising moment of the abdomen. At the same moment the mind is noting that it is rising. We are in real condition. It is really happening and really perceiving simultaneously. At such moment our mind is neutral. It is neither in delight nor in anger. Mind is in pure condition.

When we are not in meditation and in other activities we may not feel movement of the abdomen. Even if we do not see the movement the rising of the abdomen is still there. The falling of the abdomen also takes place even though we do not attend it. The process of rising and falling of the abdomen keeps going

whether we care about it or we do not care about it. It goes on forever until our death. It happens to everybody. The more we practice the more clearly we will be able to perceive the rising and falling movements to its true nature. One will be feeling the rising of the abdomen very slowly step by step to the end of the rising movement. After the end of the rising moment there will be the start of the falling movement. It goes on falling until the end of the falling. There will be another rising again. It goes on so and so forth continuously for ever. In each rising movement simultaneous noting of the rising moment should coincide. In the same way there should be coincident perception of the falling movement simultaneously. Such phenomena will happen to each and every living being. It depends upon how much time you devote on such phenomena. The more you devote the more you will reap. The more you dedicate the more clearer will be your mind. One will be able to see its real nature. One will be able to perceive actually at the same moment when it is happening. In such moments we are perceiving the reality. We are seeing the real form. We are seeing in real form what actually it is. In such coincident moment our mind is free of klesh. If we can keep more and more such moment our mind becomes more and more free from klesh. Our mind becomes more and more clear and pure. At this point it is to be noted that our mind becomes pure only when there is coincidence of perception and the actual happening of the aaraman. Klesh does not enter in our mind in such coincident moments. So our practice should be continued in such a way that there are such coincident moments more and more. Klesh will be diminished in each observation of such coincidence. It takes 1 second for one observation. If there is one such observation in 1 second our mind becomes pure 1 time. In one minute i.e. 60 seconds our mind will be 60 times pure. In one hour i.e. 60 x 60 seconds our mind will be 3600 times pure. In this way if we go on observing aaraman actually when it occurs coincidentally then our mind goes on becoming purer moment by moment. If we go on observing the abdomen in such careful way we will begin to see the nature of the aaraman. We will begin to understand that the rising movement is there due to the natural condition of the abdomen. The rising of the abdomen is there because the air goes inside when there is inhalation. In the same way there is falling of the abdomen because the air goes outside when we exhale. The phenomena of rising and falling of the abdomen is not done by a

soul. It is natural condition of the abdomen that the rising or falling phenomena is produced. There is no entity which is doing this phenomena. The phenomena of rising and falling of the abdomen is there from the moment a baby is born. And it goes on until one breathes one's last. When one is not in meditation and is doing some other job then he will not note rising and falling. But the phenomena of rising and falling go on happening. It is still there. Our attention is diverted when we are not observing that. It is still there and it is still happening. There is no one there to stop or continue the phenomena from happening. The rising and falling of the abdomen continues. Naturally it continues. The phenomena happens according to its nature. There is no soul. There is no any other entity which forces to produce rising and falling of the abdomen. It depends upon the condition of the abdomen. Sometimes the rising of the abdomen takes place for long duration at a stretch and the falling also becomes long. Sometimes the rising becomes short and the falling also short. The phenomena is not always of the same type. The form of the phenomena also varies. Some time it becomes very tight and uneasy. Sometime it becomes loose and easy. Sometime it becomes heavy and painful. Sometime it becomes light and pleasant. The more seriously you practice the more you will have better understanding of the nature of the phenomena. This will indicate that there is no soul. If there is soul you do not need to do yourself. You do not need to labour hard. The soul should have done easily for you. Because there is no soul your performance is measured according to what you do. You will need to do things of your own. Things happen according to the condition. The condition of the abdomen ascertains the length of the rising and falling. The heaviness and painful movement of the abdomen are also due to the condition of the abdomen. In this way the phenomena is due to its natural cause of dhamma. It is all due to non self i.e. anatma. Beginners may feel it difficult to understand this phenomena. As time passes by after continuous practice one will begin to understand slowly. It depends upon the interest you show in the practice. If you are doing with much interest and diligence you will begin to learn. There is phenomena of rising of the abdomen and there is noting by the mind at the same time. The rising is felt and the rising process is finished. The rising is impermanent. The process of the falling phenomena begins immediately after the end of the rising process. The falling continues for a while and

comes to end at a certain time. The falling is also im-
permanent. Again the rising process begins. It contin-
ues in this way. It is Anicca. The process of one rising
is different than that of the process of another next
rising. In the same way the process of one falling is
not the same as the next falling process. The process
of previous rising is totally different than the follow-
ing process of rising. It has changed. It is Anicca.

In this way, we will begin to understand An-
icca. When one understands one of Anicca, Dukkha
or Anatma then he will understand all three simulta-
neously. It is said that it is one and the same among
those three. After much contemplation of the object
of observation i.e. aaraman we will begin to know of
Nama and Rupa. When we go on observing rising and
falling of the abdomen seriously we sometime feel
the rising very heavily and relaxed when there is fall-
ing time. There is note made by the mind that there is
heaviness at the time of rising. The mind knows this.
In the same way there is tightness at rising time and
loose feeling at the time of falling time. The mind
knows that there is tightness at the rising time. The

mind knows this. The heaviness and tightness are
the natural dhamma of the rising movement of the
abdomen. The relaxation and loose feelings are the
natural dhamma of the falling movement of the abdo-
men. These heaviness and tightness during the rising
movement are Rupa. The knowing of heaviness and
tightness by the mind is Nama. Thus there is Nama
and Rupa in the observation of rising movement of
the abdomen. There is another next Nama and Rupa
in the observation of the following falling movement
of the abdomen. Similarly there will be another Nama
and Rupa in the next rising movement and another
Nama and Rupa in the next falling movement of the
abdomen. In this way, the Nama and Rupa is a con-
tinuous flow. It is said that this world is made up of
the Nama and Rupa only. This world is full of sorrow
because of the Nama and Rupa. There is Dukkha due
to Nama and Rupa. The Nama and Rupa are auto-
matically moving. They go of their own. We cannot
do what we like. This way our life is governed by the
Nama and Rupa. It depends upon Nama and Rupa. So
it is soulless. There is no soul. It is anatma. ♦

नियात्रा ४ योगिनी भ्रमण २०७५

- १) पाताल योगिनी
- २) बज्रयोगिनी
- ३) खड्ग योगिनी
- ४) आकाश योगिनी

मिति : २०७५ जेष्ठ २६ गते शनिवार

नाम दर्ता : २०७५ जेष्ठ १५ गते भित्र

बस छुट्ने : संकटा बजार अगाडि, ट्याम्पुपार्क

योगदान : रु. (बस+जलपान+भोजन)

जानकारी:

- १) बस ७ बजे नै छुट्ने हुनाले छुटेमा आफैँ व्यवस्था गरि
आउनुपर्ने ।
- २) नाम दर्ता अनुसार बसको सिटको प्राथमिकता हुनेछ ।
सम्पर्क : ९८५१०२५३५, ४२४४५५०

नियात्रा नयाँ वर्ष २०७५ को कार्यक्रमहरू :

१. नियात्रा रसिया (मस्को+सेन्ट्सपिटर्सवर्ग) भ्रमण
२. नियात्रा विशंखु नारायण हाइकिङ्ग
३. नियात्रा पाथिभरा, ईलाम भ्रमण
४. नियात्रा १ दिने विपश्यना ध्यान कार्यक्रम
५. नियात्रा बर्दिया होमस्टे कार्यक्रम

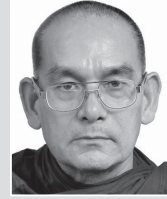


नियात्रा सहकारी परिवार
नियात्रा टूर क्लब परिवार
नियात्रा परित्राण गुठी परिवार
टेबहाल-२२, काठमाडौं ।

मैत्रीले जित्नु क्रोधीलाई
जित्नु गुणीले अवगुणीलाई
दानले जित्नु कञ्जुसीलाई
जित्नु सत्यले असत्यलाई

जो हजारौं संग्राममा
हजारौं जित्नुभन्दा
जसले जित्दछ आफूलाई
ऊ महान संग्रामजित
जो बाँच्दछ सयौं वर्ष
भई असंयमित दुराचारी
वेश एक दिन बाँच
भई ध्यानी सदाचारी

क्रोधको आवेशलाई
जसले रथजस्तै रोक्छ
उसैलाई सारथि भन्छ,
उसैलाई विजयता
पुरानो कुरा नसोच्ने,
भविष्यको चिन्ता नलिने
वर्तमानमा सन्तोषी
उसैको मुहार हँसिलो ।



भिक्षु सम्यक सम्बोधि प्राणपुत्र

न शुरु न त अन्त

संज्ञा रूपी पुञ्ज जीवआत्मा कहाँ ?
नाम-रूप रूपी प्रवाह परमात्मा कहाँ ?
छोड हेर सुस्तरी, बुक्की हेर बेस्सरी
जीवन मृत्युको माला उनि यात्री बन्दैछौ ।
संस्कार रूपी पथ कर्मरूपी गन्तव्य लिई ।

राख्नु श्रद्धा, जसै कुडियो चट्टानमा आकार ।
त्याग्नु पनि उस्तै, जसै थुकिन्छ खकार ।
शीलरूपी जग, समाधी गृह
प्रज्ञाले छाड्नु छत निर्धक्कताको
आभास मीठो सुरक्षाको भत्काइदेउ प्रज्ञप्तीको ।

इन्द्रियको दास बनी, नचाल्नु पाइला अन्धकारमा
आफ्नै मालिक स्वयम् भई, नेतृत्व गर लडाईको
जीत तिम्रो हातैमा, हतियार जो छ प्रज्ञाको
बजाऊ शंख विजयको, पहिर श्रीपेच सम्राटको

अनि, विश्राम लेउ सदाको
जीवन चक्र टुंग्याइकन ।

मनुवा उधार अन्तर चक्षु
प्रतिबिम्ब पाउने छौ परमार्थको
जगाऊ जागृत गराऊ मित्री हृदय
सत्य भेटाउँनेछौ यथार्थताको
तब बस, सकियो तुंगियो यात्रा
मात्र पाउने छौ शान्त ।

अनि,
न शुरु न त अन्त ॥



- भिक्षु विमलो स्थविर

सर्कलको खेल जिन्दगीको मेल

प्रकृतिको नियम पनि बडा अजीब छ, हेर्नुस त नियालेर । घाँस त्यसै उम्रिन्छ अनि सप्रिन्छ पनि तर अन्नबाली फलाउन सपार्न कति कठिन । घाँस उम्रेजस्तै सप्रेजस्तै अन्नबाली पनि उम्रे, सप्रे कति रमाइलो हुँदो हो तर यो नियम प्रकृतिले अँगाल्दैन । बरू घाँस फरानी नै गर्दा पनि घाँस पुनः उम्रेरै छाड्छ, अज्ज भागिन्छ । अन्नबाली यस्तो भए पो ।

प्रकृतिको यो नियम मानव समाजमा पनि लागु हुन्छ । अझ सियोलाडू टुप्पो बनाउनसम्म पछि, पर्देन स्वभावै भइसक्यो दुनियाँको । यस्तै हुन्छ पनि खोइ के नमिलेको भन्ने यस्तै हुन्छ रे दुनियाँमा । त्यसैले त बुझ्नु पर्ने, देखेको जति, सुनेको जति पनि सही हुँदैन बुझ्नु गाह्रो छ, बुझ्नु पर्ने पनि यही हो ।

बुझ्न सजिलो होस्, एउटा सानो प्रसंग जोडिहालौ । एउटा स्कूलमा एक शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई सुनेको जति सहि हुँदैन भन्ने विषयमा एउटा कानेखुशी गरी खेल्ने खेल खेलाउँछ । खेल कस्तो छ भने १० जना जतिको गोलो चक्र हुन्छ । त्यसमा १ देखि १० सम्मका विद्यार्थीहरूको नम्बर छुट्याएको हुन्छ र सरले १ नम्बरको विद्यार्थीलाई एउटा शब्द भन्छ र त्यही शब्द सही रूपले त्यस १ नम्बर विद्यार्थीले २ नम्बरलाई, २ नम्बर विद्यार्थीले ३ नम्बर विद्यार्थीलाई गर्दै १० नम्बरसम्म पुऱ्याउनु पर्छ । एकले अर्काको स्वर सुन्नु हुँदैन, कानेखुशी न हो ।

१ नम्बर विद्यार्थीलाई जुन सरले भनेको शब्द १० नम्बर विद्यार्थीसम्म आइपुग्दा के बन्छ, हेर्नु पो छ त । यस्तै गरियो खेलियो बडो होशियारीका साथ सरको जुन शब्द छ त्यही शब्द अन्तिमसम्म पनि यथावत राख्ने । तर त्यस्तो हुँदैन । अन्तिममा त्यो शब्द सियोबाट पहाड बनेर छाड्छ । कारण, भनेको एउटा सुनेको अर्कै अथवा सुनेको जति सारा सही हुँदैन रहेछ, त्यसैले त कानको पनि दास बन्दो रहेछ । यहाँ यस्तै भाको छ ।

त्यस खेलमा भएको के रहेछ भने सरले त्यस १० जना विद्यार्थीहरूलाई खेलाउँदा परिणाम के भयो

त भन्दा अन्तिममा सरले दिएको पहिलो शब्द अन्तिम विद्यार्थीले “बाघ” भनेछ । ९ नम्बरको विद्यार्थीले “भालु” भनेछ । त्यस्तै ८, ७, ६, ५, ४, ३, २ र १ पुग्दा सुन भएछ । हुन त सरले कानमा खुसुकक “नुन” भनेको थियो । उसले “सुन” सुनेछ । अर्कोलाई सुन भन्दा दोस्रोले चुन सुनेछ । यस्तै क्रममा दशौं विद्यार्थी पुग्दा बाघै हुन गएछ । कस्तो अचम्म !



- भिक्षु विमलो स्थविर

कति होसियार कति सजकता कति एकाग्रता तर खोइत ? एउटा शब्द १ बाट १० पुग्दा नुनबाट बाघ हुन जान्छ । सुनेको कुरा सबै सही हुँदैन रहेछ नि । हामी थान्छौं मात्र त्यो सही हो तर यथार्थता अर्कै हुन्छ । यस्तै त भयो नि त्यो खेलमा । अझ एकाग्रता, होसियार, सजकता नरहने हो भने के के पो हुने हो । विद्यार्थीहरू अचम्ममा पर्छन् पनि सरको सही शब्द सुनेपछि । एक विद्यार्थीले अर्को विद्यार्थीलाई उसले त मलाई यही शब्द नै भनेको अडान लिन्छ, तर सही कोही पनि छैनन् । सत्य नुन थियो, हुन गयो सुन, चुन... बाघ । प्रसंगले हामीलाई यही सिकाउँछ कि सुनेका सारा कुरा सही हुँदैनन् । अझ यो दुनियाँमा त कुरै बग्याइदिने कसरी पो सम्हाल्ने हो, खोइ । खेलमा नुनबाट बाघ बने जस्तै यो दुनियाँमा सियोबाट पहाड बनाइन्छ । खेलाडीहरू बडा सिपालु हुन्छन् तर जसरी सरले १० जना विद्यार्थीको सर्कल खेलमा विद्यार्थीहरू हारे, यस्तै परिणाम छ, दुनियाँको । कहीं तपाईं पनि त्यस विद्यार्थीहरू नुन, सुन, चुनको सर्कलमा परेजस्तै सियोबाट पहाडको सर्कलमा त पर्नु भएन ?

याद गर्नुस्, यहाँ त प्रसंगले सुनेको कुरा सारा सही हुँदैन भन्ने सन्देश दिन्छ तर यो पनि बुझ्नु आवश्यक छ, देखेको पनि सबै सही हुँदैन । हो ? मिठो अनुभव तपाईंसँग पनि छ नि, होइन ? कति पटक तपाईंसँग पनि यस्तै भाछ, अनि कति पटक त तपाईं पनि यही सर्कलमा पर्नु भाको छ, हो ? सही छु म ? ठीक सत्य स्वीकार्नुस् तपाईं पनि यो दुनियाँबाट अछुटो हुनुहुन्न । सर्कलमा पर्नु हुन्न भने, साधु साधु साधु ।

सिद्धिमंगल बुद्ध विहारमा ४६ औं बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता सम्पन्न

वसपोल तथागत सम्यक सम्बुद्ध भगवान शास्ताको लोक कल्याणकारी शिक्षा, जनजनमा गाउँ-गाउँ, शहर-शहर, नगर-नगरमा प्रचार प्रसार गरी बहुजन हित, बहुजन सुखको उद्देश्य राखी विगत ४५ वर्ष देखि निरन्तर रुपमा ललितपुर जिल्ला ब्यापी बुद्ध र बुद्ध धर्म सम्बन्धी हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता संचालन हुँदै ललितपुरको रिङ्गरोड भित्र मात्रै आयोजना सिमित रहेको यस प्रतियोगिता यस वर्ष ४६ औं बुद्ध र बुद्धधर्म सम्बन्धी हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता २०७५ रिङ्गरोड बाहिर श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहारको आयोजनामा ऐतिहासिक रुपमा भव्यताका साथ सम्पन्न भएको छ ।



श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहार प्रमुख भिक्षु विमलो स्थविरको संयोजकत्वमा गठित ४६ औं र बुद्ध र बुद्धधर्म सम्बन्धी हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता २०७५ मूल समितिको आयोजनामा मिति २०७५ असार ३२ गते सोमवार देखि श्रावण ५ गतेसम्म सम्पन्न उक्त प्रतियोगिता Bodhi Television बाट Media Partner को रुपमा सहकार्य गरी स्थलगत रुपमा मात्र सिमित नराखी पहिलो पल्ट Bodhi Television मा सम्पूर्ण प्रतियोगिता प्रसारण गरिएको थियो । १० वटा टिमले सहभागिता जनाएको उक्त प्रतियोगिताको टाइ ड्र असार ३० गते शनिवार २:३० बजे श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहार प्रमुख श्रद्धेय भिक्षु

विमलो स्थविरको सभापतित्वमा एक समारोह बीच १० वटै टिमको सहभागितामा विहार धम्म हलमा सम्पन्न भएको थियो । २०७५ असार ३२ गते सोमवार हुने प्रथम प्रतियोगिताको प्रतिस्पर्धीका रुपमा ५ वटा टिम रहेको थियो जस मध्ये दिपावती बौद्ध परियत्ति केन्द्र, गुडटोल, विश्व शान्ति पुस्तकालय, सौगल, दीपकर परियत्ति केन्द्र, नागबहाल, श्री शाक्यसिंह परियत्ति तथा प्रौढ शिक्षा, धैना तथा जय मंगल विहार, चर्क रहेको थियो ।

४६ औं बुद्ध र बुद्धधर्म सम्बन्धी बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता २०७५ को प्रथम तथा उद्घाटन समारोह श्रद्धेय भिक्षु विमलो स्थविरको सभापतित्व, श्रद्धेय भिक्षु भद्रिय महास्थविर धम्मानुशासनको रुपमा रहेको



प्रतियोगिताको प्रमुख अतिथि महालक्ष्मी नगरपालिका प्रमुख रामेश्वर श्रेष्ठ तथा विशिष्ट अतिथि समाजसेवी मोतिलाल शिल्पकार तथा अन्य धर्मप्रेमीहरुको आतिथ्यमा प्रारम्भ भएको थियो । प्रतियोगिताको निर्णयक मण्डलमा श्रद्धेय भिक्षु बोधिज्ञान महास्थविर, श्रद्धेय अनागारिका चारुजाणी गुरुमा तथा प्रकाश महर्जन रहनु भएको



थियो भने प्रश्नकर्ताका रुपमा विक्रम शाक्य रहेको थियो । कार्यक्रम रविन्द्र शाक्यले संचालन गरिएको थियो भने स्वागत मन्तव्य सचिव कृष्ण गोविन्द महर्जनले गरेको थियो । मन्तव्यको क्रममा विशिष्ट अतिथि मोतिलाल शिल्पकार तथा प्रमुख अतिथि रामेश्वर श्रेष्ठले प्रतियोगिताबाट २ वटा टिम श्री शाक्यसिंह परियत्ति प्रथम तथा प्रौढ शिक्षा थैना र दिपावती बौद्ध परियत्ति केन्द्र, गुइटोल द्वितियका रुपमा अन्तिम चरणको लागि विजय भएको थियो ।



दोस्रो प्रतियोगिता मिति २०७५ श्रावण २ गते बुधवार श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहारको धम्महलमा विहार प्रमुख श्रद्धेय भिक्षु विमलो स्थविरको सभापतित्व, प्रमुख अतिथि क्षेत्र नं. २ सांसद माननीय कृष्णलाल महर्जन, अतिथिका रुपमा सिद्धिपुर वडा नं. ६ अध्यक्ष बासुदेव महर्जन तथा अन्य बौद्ध व्यक्तित्वहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा भिक्षु विमलो स्थविरबाट पञ्चशील, कोषध्यक्ष रामकृष्ण महर्जनबाट स्वागत भाषण, वडा अध्यक्षबाट मन्तव्य, प्रमुख अतिथिबाट



प्रतियोगिताको महत्वबारे मन्तव्य दिएको थियो भने सभापतिबाट साधुवाद तथा पुण्यानुमोदन गरि सभा विसर्जन गरिएको थियो ।

दोस्रो प्रतियोगितामा सहभागी टिम समूहहरु नकबहिल बौद्ध परियत्ति केन्द्र, नकबहि, दिपावती पुस्तकालय, गुइटोल, युवक बौद्ध मण्डल, किन्दुबहि, आलोक पुस्तकालय, इलाखें, सुवर्ण छत्रपुर विहार, लुभू गरी ५ वटा टिम समूह रहेको थियो । उक्त प्रतियोगिता विजय मास्टरको रुपमा शुक्रराज शाक्यले संचालन गरेको थियो भने निर्णायकमा शन्तमान शाक्य, जेम शाक्य तथा शाक्य सुरेनको टोली निर्णायक मण्डलको भूमिका निभाएको थियो । प्रतियोगितामा युवक बौद्ध मण्डल प्रथम र नकबहिल बौद्ध परियत्ति केन्द्र नकबहि द्वितिय भई अन्तिम फाइनल प्रतियोगितामा प्रवेश गरेको थियो ।



४६ औं बुद्ध र बुद्धधर्म सम्बन्धी बौद्ध हाजिरीजवाफ प्रतियोगिताको अन्तिम फाइनल प्रतियोगिता सिद्धिपुर स्थित सिद्धिपुर पार्टी प्यालेसमा मिति २०७५ श्रावण ५ शनिवारका दिन ३:०० बजेबाट शुरु भई ९:०० बजेसम्म विभिन्न बौद्ध महानुभाव, संघ संस्थाको उल्लेख्य उपस्थितिमा भव्यताका साथ सम्पन्न भयो । श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहार प्रमुख श्रद्धेय भिक्षु विमलो स्थविरको सभापतित्वमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगिताको प्रमु अतिथिमा ललितपुर महानगरपालिकाका मेयर चिरीबाबु महर्जन, धम्मानुशासकमा श्रद्धेय भिक्षु भद्रिय महास्थविर, विशिष्ट अतिथिमा समाजसेवी मोतिलाल शिल्पकार, वडा अध्यक्ष बासुदेव महर्जन लगायत मूगुठी का अतिथि एवं अन्य



बौद्ध परियत्ति तथा प्रौढ शिक्षा तृतीय तथा दीपावती परियत्ति केन्द्र सान्त्वनामा सिमित रहेको थियो ।

बौद्ध संस्थाका विभिन्न व्यक्तित्वको आतिथ्यमा सम्पन्न भयो । फाइनल अन्तिम प्रतियोगितामा पहिलो र दोश्रो प्रतियोगिताबाट विजय तथा अविजय भएर अन्तिम प्रतियोगितामा प्रवेश चार टिमहरु क्रमशः युवक बौद्ध मण्डल, शाक्यसिंह बौद्ध परियत्ति तथा प्रौढ शिक्षालय,



नकबहिल बौद्ध परियत्ति केन्द्र, दीपावति परियत्ति केन्द्र बीच भएको प्रतिस्पर्धात्मक प्रतियोगितामा युवक बौद्ध मण्डल प्रथम, नकबहिल बौद्ध परियत्ति द्वितिय, शाक्यसिंह

प्रतियोगी विजय टिमहरुलाई प्रमुख अतिथि ललितपुर महानगरपालिका प्रमुख चिरीबाबु महर्जनले पुरस्कार वितरण गरेको थियो भने धम्मानुशासक श्रद्धेय भद्रिय महास्थविरबाट प्रमाण-पत्र तथा प्रतियोगिता संयोजक श्रद्धेय भिक्षु विमलो स्थविरबाट मैत्री चिनो प्रदान गरिएको थियो । साथै विजयी प्रतियोगीहरुलाई नगद पुरस्कारको पनि आयोजकहरुबाट व्यवस्था गरिएको थियो ।



प्रतियोगितामा सिद्धिपुरकी छोरी कल्पना महर्जन सगरमाथा आरोही प्रथम महिला पत्रकारलाई पनि श्री सिद्धिमंगल विहारको तर्फबाट सम्मान गरिउको थियो । साथै आगामी वर्षहरुमा हाजिरी जवाफ प्रतियोगीहरुलाई थप हौसला तथा सहजताको देवेन्द्र बज्राचार्यको संकलन तथा सम्पादनमा बौद्ध न्त्यसः लिसः पुसतक बौद्ध समाजसेवी मोतिलाल शिल्पकारको प्रकाशकत्वमा प्रमुख अतिथिबाट विमोचन गरिएको थियो ।



श्रद्धेय भद्रिय महास्थविरबाट पञ्चशील प्रदानबाट शुभारम्भ भएको प्रतियोगितामा सह संयोजक जमुना महर्जनबाट स्वागत मन्तव्य, आर्थिक प्रतिवेदन कोषाध्यक्ष

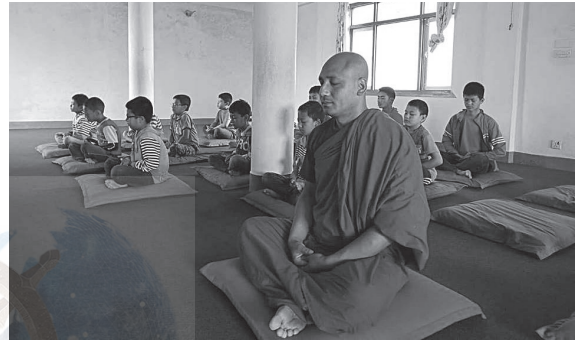


रामकृष्ण महर्जन, कार्यक्रम प्रतिवेदन सचिव कृष्ण गोविन्द महर्जन, मन्तव्य वडा अध्यक्ष बासुदेव महर्जन, विशिष्ट अतिथि मोतिलाल शिल्पकार तथा प्रमुख अतिथि चिरीबाबु महर्जनबाट बौद्ध धर्म आजको आवश्यकताको विषयमा आफ्नो मन्तव्य राखेका थिए ।

फाइनल अन्तिम प्रतियोगिताको विजय मास्टरमा पूर्णराज शाक्य, निर्णयक मण्डलमा श्रद्धेय भद्रिय महास्थविर, श्रद्धेय अ. विमलात्राणी गुरुमां तथा भक्त शाक्य रहनु भएको थियो । Media Partner को रूपमा बौद्ध टेलिभिजन Bodhi Channal ले सम्पूर्ण प्रतियोगिता छायांकन गरि टेलिभिजनमा प्रसारण गरिएको थियो । कार्यक्रम अन्ततयमा उपस्थित सम्पूर्ण अतिथि, महानुभाव, सहभागी संघ संस्था लगायत सम्पूर्ण श्रोता दर्शकहरूलाई पार्टी प्यालेसमा भोजनको व्यवस्था तथा फर्किने गाडीको व्यवस्था समेत गरिएको थियो । साधु ।

श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहारमा लघु शिविर सम्पन्न

श्री सिद्धिमंगल बुद्ध विहार परियत्ति केन्द्रको आयोजनामा मिति २०७५ श्रावण १९ गतेका दिन परियत्ति धम्म हलमा ५० जना परियत्ति विद्यार्थीहरूलाई श्रद्धेय विमलो स्थविरबाट विपश्यना ध्यान भावना शिविर सम्पन्न गरियो । उक्त शिविरमा साप्ताहिक शनिवारिय परियत्ति शिक्षा हासिल गरिरहेका विद्यार्थीहरूलाई परियत्तिका साथै प्रतिपत्ति एवं प्रतिवेध शिक्षाको निरन्तरताका लागि एक दिवशीय लघु विपश्यना शिविर सम्पन्न गरियो ।



२६ औं बौद्ध वक्तृत्वकला प्रतियोगिता सम्पन्न

भगवान बुद्धको जीवनमा ५ संयोग जुरेको पवित्र दिन "आषाढ पूर्णिमा" को उपलक्ष्यमा बौद्ध संस्था धम्मसाकच्छा संघबाट कुलमान शाक्यको संयोजकत्वमा मिति २०७५ श्रावण १९ गते शनिवारका दिन यशोधरा धम्म प्रांगणमा २६ औं नेपालमण्डल ब्यापी बौद्ध वक्तृत्वकला प्रतियोगिता २०७५ सु-सम्पन्न भएको छ ।

अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष श्रद्धेय भिक्षु मैत्री महास्थविरको प्रमुख आतिथ्यमा उद्घाटित



समारोहमा संयोजक कुलमान शाक्यको सभापतित्व तथा अन्य भिक्षु गण, अनागारिका गण तथा बौद्ध व्यक्तित्व एवं संघ संस्थाहरूको सहभागितामा जम्मा १५ जनाको सहभागिता बीच भएको उक्त प्रतियोगिताको निर्णायक भूमिकामा श्रद्धेय भिक्षु विमलो स्थविर, प्रा. डा. गौतम वीर बज्राचार्य, शाक्य सुरेनको तीन टोलीय निर्णायक मण्डलबाट निर्णय भए अनुरूप, बौद्ध युवा कमिटीबाट प्रणिता शाक्य ८२.९९ अंक हासिल गरी प्रथम, शाक्यसिंह परियत्ति शिक्षालयबाट सलोनी देवी शाक्य ८०.९९९ अंक प्राप्त गरी द्वितीय, करुणा बौद्ध केन्द्रबाट संन्ध्या डंगोल ७९.६६ अंक सहित तृतीय एवं सान्त्वको रुपमा युवक बौद्ध मण्डल नेपालबाट ७८.६६ अंक सहित सुनिता तुलाधर (शिल्पकार) हुन सफल हुनुभएको छ ।

निर्णय मण्डल टोलीबाट श्रद्धेय भिक्षु विमलो स्थविरबाट निर्णय घोषणा पश्चात् विजयी प्रतियोगीहरूलाई



प्रमुख अतिथि श्रद्धेय मैत्री महास्थविरबाट पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । भने सहभागी तथा आर्थिक सहयोगी एवं निर्णायकहरूलाई पनि प्रमाण-पत्र तथा मैत्री चिनो प्रदान गरिएको थियो र अन्तमा मूगुठिका धम्मनुशासक श्रद्धेय शोभित महास्थविरबाट पुण्यानुमोदन गरी प्रतियोगिता सम्पन्न गरिएको थियो भने आगामी २७ औं वक्तृत्वकला प्रतियोगिता-२०७६ को लागि धम्मसाकच्छाबाट YMBA लाई पालो हस्तान्तरण गरियो ।

युवक बौद्ध मण्डल नेपालको ४८ औं वार्षिक साधारण सभा सम्पन्न

युवक बौद्ध मण्डल नेपालको ४८ औं वार्षिक साधारण सभा विश्व बौद्ध भातृत्व संघ (WFB) का उपाध्यक्ष श्री पद्म ज्योतीज्यूको प्रमुख आतिथ्यत्वमा मिति २०७५ श्रावण १९ गते शनिवार सु-सम्पन्न भयो । सद्धम्मजोतिकधज श्रद्धेय भिक्षु शीलभद्र महास्थविरबाट पञ्चशीलबाट शुभारम्भ भएको उक्त वार्षिक सभा शृङ्खला का अध्यक्ष सुश्री अरणीतारा बज्राचार्यको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको थियो । सांस्कृतिक उप-समिति सदस्यहरूबाट स्वागत गान प्रस्तुत गरिएको उक्त कार्यक्रममा प्रथम उपाध्यक्ष श्री आशारत्न शाक्यले स्वागत मन्तव्य दिनु

भएको थियो । महासचिव सनम शाक्यबाट वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन तथा कोषाध्यक्ष श्री तेज शाक्यबाट आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गरिएको उक्त कार्यक्रममा YMBA का निवर्तमान अध्यक्ष श्री राजेश शाक्य र YMBA 25 का निवर्तमान अध्यक्ष श्री शीतल शाक्यहरुले आफ्नो कार्यकाल सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्नुभएकोमा कदर पत्र प्रदान गरी सम्मान गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा विशेष अतिथि शृङ्खला का पूर्व अध्यक्ष एवं प्रदेश नं. ३ माननीय सांसद श्री शोभा शाक्यज्यूबाट शुभकामना मन्तव्य दिनु भएको थियो । कार्यक्रममा ललितपुर जिल्लाब्यापी बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगितामा प्रथम हुन सफल YMBA 25 का श्री प्रशान्त देवी शाक्य, श्री रोनिक शाक्य, श्री श्रृंखला शाक्यलाई प्रति व्यक्ति रु. १०,००० प्रदान गरि सम्मान गरिएको थियो ।



WBF, JBF, WFBY र JYBA संस्थाको तर्फबाट YMBA धम्म छात्रवृत्तिको लागि सहयोग प्रदान गरिएकोमा उक्त चारैवटा संस्थालाई सम्मान स्वरुप कदर-पत्र प्रदान गरिएको थियो भने १५ जना बालबालिकाहरुलाई ५ वर्षसम्मको छात्रवृत्ति प्रदान गरिएको थियो । एक सय वर्ष पुरानो ललित विस्तर पुस्तक सश्रद्धापूर्वक YMBA लाई धर्मदान स्वरुप प्रदान गर्नुहुने जुजुरत्न धाख्वालाई सम्मान प्रदान गरिएको उक्त कार्यक्रममा द्वितिय उपाध्यक्ष श्री तारा शाक्यबाट धन्यवाद ज्ञापन तथा सभापति अरणीतारा बज्राचार्यबाट कार्यक्रम समापन गरिएको थियो ।

एक दिवसीय निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न

मध्यपुर थिमि नगर - ७, नगदेश र हिमाल मुटु, नेपालको संयुक्त आयोजनामा “२६०७ औं धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस” को पावन अवसरमा मिति २०७५ श्रावण-१२,

शनिवारको दिनमा नगदेश बुद्ध विहारको भवन एवं प्राङ्गणमा “एक दिवसीय निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर एवं औषधी वितरण कार्यक्रम” भव्यताका साथ सम्पन्न गरीयो । सो कार्यक्रममा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका श्रद्धेय नगर प्रमुख मदन सुन्दर श्रेष्ठज्यूको प्रमुख आतिथ्यत्वमा सम्पन्न भएको थियो ।

सो शिविरमा वडावासी जनता लगायत अन्य क्षेत्रका वासिन्दाहरुले पनि स्वास्थ्य लाभ गर्नु भएको थियो । उक्त शिविरमा बाल विशेषज्ञ डाक्टर साहेब लगायत स्वास्थ्य क्षेत्रमा विशिष्टता हासिल गर्नु भएका पाका डाक्टर साहेबज्यूहरुको विशेष योगदान रहेकोले लाभान्वीत जनताहरुले कृतज्ञता समेत ज्ञापन गरेको थियो । उक्त शिविरमा ३०० जना भन्दा बढी स्थानीयवासी लगायत अन्यले सहभागीता जनाई स्वास्थ्य परीक्षण गरी लाभार्जन गरेको बुझिन्छ ।

२६०७ औं धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस मनाइयो

नगदेश बौद्ध समूह र बौद्ध ल्याय्म्ह पुचः नगदेशको संयुक्त आयोजनामा “२६०७ औं धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस” मनाई भव्य बुद्ध पूजा गरियो । सो बुद्ध पूजामा मुनि विहारबाट पाल्नु भएका श्रद्धेय भिक्षुको मुखार विन्दुबाट अष्टशील-पञ्चशील ग्रहण गरीयो । सो बुद्ध पूजा पश्चात लगत्तै “धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस” सम्बन्धी प्रवचन कार्यक्रम गरीयो । सो सभामा प्रमुख अतिथिको रुपमा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका श्रद्धेय नगर प्रमुख श्री मदन सुन्दर श्रेष्ठज्यू पाल्नु भै “प्रज्ञाको ज्योतिरूपी त्रीरत्नयुक्त दीप प्रज्ज्वलन गरी “२६०७ औं धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस” कार्यक्रमको विधिवत् उद्घाटन गर्नु भयो भने यस नगदेश बुद्ध विहारको उन्नति र प्रगति खातिर आर्थिक सहयोग प्रदान गर्नु हुने बरिष्ठ उपासक जगत बहादुर हाँयजु र उपासिका तुईल नानी सिंकेमनद्वयलाई दोसल्ला ओढाई सम्मान गरी भगवान् बुद्धको पवित्र रंगिन तस्विर समेत प्रदान गर्नु भै मन्तव्य समेत दिनु भयो । त्यस्तै गरी अर्का अर्थ दाता थेरवाद बौद्ध दायक केन्द्रीय परिषदका श्रद्धेय अध्यक्ष ८८ वर्षीय जेष्ठ उपासक बखत बहादुर चित्रकार र उपासक श्याम कृष्ण कालुलाई पवित्र खाडा पहिराई भगवान् बुद्धको

पवित्र रंगिन तस्विर प्रदान गरी अभिनन्दन गर्नु भयो ।

सो कार्यक्रममा स्वागत मन्तव्य समूहका कोषाध्यक्ष उपासक रत्न भक्त हाँयजुले दिनु भयो भने केन्द्रीय परिषदका श्रद्धेय अध्यक्ष, बखत बहादुर चित्रकारज्यू, जो आर्थिक सहयोगी पनि हुनु हुन्छ, डा. अनुप श्रेष्ठाचार्यज्यू, उच्च न्यायालयका पूर्व माननीय न्यायाधिश लक्ष्मी कृष्ण श्रेष्ठ लगायतका वक्ताहरूले शुभकामना मन्तव्य दिनु भएको थियो भने समूहका सचिव उपासक कृष्णकुमार प्रजापतिले बौद्ध जगतमा असार पूर्णिमाको महत्व रहेको र भगवान् शास्ताले सर्वप्रथम भारतको सारनाथमा पञ्चभद्रवर्गिय भिक्षुहरूलाई धर्मोपदेश गरी धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नु भएको ऐतिहासिक घटना बारे विस्तृत तवरले चर्चा गरी भगवान् बुद्ध “शास्ता, गुरु” हुनुभएको २६०७ वर्ष भएकोले त्यस बेला देखि असार पूर्णिमालाई “गुरु पूर्णिमा” भनी जनताले सम्बोधन गरेको ऐतिहासिक चर्चा गर्नु भयो । अन्तमा सभाध्यक्ष एवं नगदेश बौद्ध

समूहका अध्यक्ष दीपक राज साँपालले सधन्यवाद सहित छोटो मन्तव्य दिई सभा समापन भएको घोषणा गर्नु भयो र अन्तमा सामूहिक पूण्यानुमोदन गरीयो ।

वर्षावास शुभारम्भ हुने पूर्णिमाको दिनमा अष्टशील ग्रहण गरी उपोषथ व्रत बस्ने उपासक उपासिकाहरू दुई दर्जन भन्दा बढी हुनु हुन्थ्यो । भोजन पश्चात भगवान् बुद्धको मूर्ति खट्मा राखी विभिन्न साँस्कृतिक बाजागाजा सहित ज्ञानमाला भजन गाई ऐतिहासिक साँस्कृतिक नगरी - “नगदेश” परिक्रमा गरी “२६०७ औं धर्मचक्र प्रवर्तन दिवस” कार्यक्रम मनाई सम्पन्न गरीयो, भइयो ।

सो दिनमा समूहका कोषाध्यक्ष रत्न भक्त हाँयजुको जन्म दिनको उपलक्ष्यमा जलपान र अर्का उपासक लक्ष्मी भक्त घजुको पितृस्नेही बुबा लक्ष्मीलाल घजुको गुणानुस्मरण गरी श्रद्धेय भन्ते गुरुमाँ लगायत सम्पूर्ण अतिथि गणलाई सुमिष्ठान्न भोजनको प्रवन्ध गरिएको थियो । ♦



लेखक एवं पाठक-ग्राहकवर्गहरूमा मैत्रीपूर्ण अपिल



- त्रि-बोधिरस बौद्ध मासिक पत्रिकाको लागि नेपाली, नेपालभाषा, तथा अंग्रेजीमा महत्वपूर्ण लेख, रचनाहरू समयमै अनुकूल माध्यमबाट सम्प्रेषण गर्नुभई पत्रिका प्रकाशन तथा शासनिक कार्यमा सहयोग गर्नुहोला । प्रेषित लेख रचनाहरूलाई समय सापेक्ष पत्रिकामा उचित स्थान दिइनेछ ।
- समयोचित समयसापेक्ष लेखक वर्गहरूले बुद्ध-बुद्धधर्म, मानवीय गुण-धर्म-कर्म अभिवृद्धि, नैतिक शिक्षा, ध्यान-ज्ञान तथा बौद्ध लेख-रचना, साहित्य-कला, प्रेरक प्रसङ्ग, कथा, कविता, बौद्ध चिन्तन, बौद्ध गतिविधि, अनुसन्धानात्मक तथा सृजनात्मक लेख रचनाहरू सम्प्रेषण गरि सहयोग गर्नुहोला । **विषयना ध्यान सम्बन्धि लेख-रचनाहरूलाई विशेष प्राथमिकता दिई प्रकाशित गरिनेछ ।**
- यस पत्रिकामा प्रकाशित हुने लेख-रचनाहरूको सम्पूर्ण जिम्मेवारी लेखक स्वयं कै हुने जानकारी दिन चाहन्छौं ।
- लेख-रचनाहरू समयमै प्रकाशन तथा प्रेषित गर्न साथै सर-सल्लाह एवं सुझावका लागि निम्न ठेगानामा सम्पर्क राख्न सक्नु हुनेछ ।

Facebook page : Tribodhirasabuddhistmonthly

Email: tribodhira@gmail.com, pashavimalo@gmail.com

- यस बौद्ध मासिक पत्रिकाको वार्षिक ग्राहक, आजीवन सदस्य, विशेष सदस्य, संरक्षक तथा आर्थिक एवं भौतिक सहयोग र समय सापेक्ष मासिक अंक प्रायोजन गरी सहयोग गर्न सक्नु हुनेछ ।
- संघ-संस्था, उद्योगपति, व्यापार व्यवसायवर्गहरूबाट विज्ञापन दाता बन्नु भई आफ्नो व्यापार व्यवसायको प्रचार प्रसार तथा बुद्धशासनप्रतिको श्रद्धा प्रस्फुट गरी **त्रि-बोधिरस** बौद्ध मासिक पत्रिका निरन्तरताको लागि मैत्रीपूर्ण सहयोग गर्नु होला ।
- त्रि-बोधिरस बौद्ध मासिक पत्रिकाको निरन्तरता र गुणस्तरताको लागि सम्बद्ध क्षेत्रबाट रचनात्मक सहयोग, सल्लाह सुझाव तथा समालोचनाको अपेक्षा लिएका छौं । साधुवाद

- त्रि-बोधिरस बौद्ध मासिक पत्रिका