विपश्यना

साधकहरूका लागि प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४१ आश्विन २०५४ वर्ष १५ अङ्क ६

धम्मवाणी

सुभासितं उत्तममाहु सन्तो,
धम्मं भणे नाधम्मं तं दुतियं ।
पियं भणे नाप्पियं तं ततियं,
सच्चं भणे नालिकं तं चतुत्थन्ति ॥
- *सुत्तनिपात ३/३*

सन्तहरूले कल्याणकारी असल वाणीलाई उत्तम भनेका छन् । धर्मको वाणी नै बोल्नु अधर्मको होइन, यो दोस्रो उपदेश हो । प्रिय बोल्नु, अप्रिय होइन, यो तेस्रो उपदेश हो । सत्य बोल्नु, असत्य होइन, यो चौथो उपदेश हो ।

सयाजी उ वा खिन

सयाजी उ वा खिनको जन्म बर्मा (म्यानमार) को राजधानी रंगूनमा ईश्वी सन् १८९९ मार्च महिनाको ७ तारिखको दिन भएको थियो। वर्माको एक मध्यम वर्गीय सानो परिवारमा उनी सबभन्दा कान्छो सदस्य थिए। त्यस समयमा बर्मा अंग्रेज सरकारको अधिनमा थियो। अंग्रेजी भाषा राम्ररी बोल्न सक्ने व्यक्तिले सरकारी वहदामा सजिलै जागीर पाउँदथ्यो अत: अंग्रेजी भाषाको अध्ययन अति महत्वपूर्ण थियो ।

उ वा खिनको एकजना परिचित व्यक्तिले उनलाई आठ वर्षको उमेरमा स्कूलमा भर्ना गरिदिए। उ वा खिन खूब मिहिनत साथ पढ्न थाले । अंग्रेजी ग्रामरको किताब उनलाई कण्ठ थियो, उनको स्मरण शक्ति पनि तीब्र थियो। उनी प्रत्येक कक्षामा पहिला हुन्थे अत: उनले माध्यमिक स्कूलका लागि छात्रवृत्ति पाए । एक जना बर्मी शिक्षकको मार्फत् उनले सेण्ट पलको शिक्षण संस्थामा अध्ययन गर्ने मौका पाए । त्यहाँ पनि हरेक जाँचमा उनी पहिला नै हुन्थे ।

सन् १९१७ सालमा उनले माध्यमिक स्तरको पढाई समाप्त गरे, उनले स्वर्ण पदक सहित कलेजको छात्रवृत्ति प्राप्त गरे । तर परिवारका सदस्यहरूले पढाईको बदलामा पैसा कमाउने काममा जोड दिए । उनले उच्च शिक्षा हासिल गर्न पाएनन् ।

उनले सबभन्दा पहिला बर्मी पत्रिका "The Sun" मा काम गरेका थिए । पछि एकाउण्टेण्ट जनरलको अफिसमा एकजना कारिगरीको रूपमा काम गर्न थाले । त्यस अफिसमा बर्मी नागरीकहरू कम संख्यामा मात्र थिए र माथिल्लो ओहदामा ब्रिटिश तथा भारतीयहरू नै बढी थिए। सन् १९२७ मा उनले ब्यवस्थापनको सेवा सम्बन्धी जाँच पास गरे । यो जाँच भारतीय सरकार अन्तरगत हुन्थ्यो । सन् १९३७ मा बर्मा भारतबाट अलग्गिए पछि उनले विशेष सरकारी नोकरी पाए ।

१९३७ जनवरी १ तारिखको दिन सयाजीले पहिलो पल्ट साधनाको अभ्यास गरेका थिए। उनले पहिलो पल्ट सया थेत्जीको एकजना शिष्यसंग आनापान साधना सिके। उनी एकजना कृषक थिए र साधनाका अचार्य पनि थिए। जब उ वा खिनले साधनाको अभ्यास गर्न थाले उनको एकाग्रता तीब्र रूपमा बृद्धी भयो । यसबाट उनी एकदम प्रभावित भए । यस साधना पछि सयाजीले सया थेत्जीको शिविर स्थलमा १० दिनको लागि भाग लिन आवेदन दिए ।

सयाजीको विपश्यना साधना सिक्ने मनोकांक्षा एकदम तीब्र थियो । उनले बिदाको लागि सानो चिट्ठी लेखेर अफिसमा छोडे । आनापान सिकेको एक हप्ता पछि नै उनी थेत्जीको शिविर स्थल प्याउजीमा पुगे। प्याउजी रंगून नदी पार गरेर जानु पर्दथ्यो र बाटोमा कोशौं माइलको धानवाली थियो । हुनत शहरबाट आठ माइल मात्र टाढा थियो तर हिलो माटोको बाटोले गर्दा यात्रा कठीन नै थियो । उनले रंगून नदी पार गरे पछि एउटा डुङ्गा भाडामा लिए र फ्यार्सुसम्म पुगे । जुन प्याउजीको बीच बाटोमा पर्दथ्यो । त्यहाँबाट नदीको किनारै किनार हिंड्न थाले, जहाँ एकदम गिलो माटो थियो। घुँडासम्म पुग्थ्यो । आधि बाटो हिंडेर नै पार गरे ।

सया थेत्जीले त्यही रात उ वा खिन र लेदी सयादोको एकजना शिष्यलाई आनापानको निर्देशन दिनुभयो। दुवैजनाले एकदम मिहिनत पूर्वक काम गरे, उनीहरू दुवैजनालाई भोलीपल्ट नै विपश्यना दिइयो। सयाजीले यस शिविरमा अपूर्व लाभ उठाए र त्यसपछि पनि पटक पटक यस साधना स्थलमा आएर अभ्यास गरिरहे ।

शिविर पश्चात जब उनी अफिसमा फर्के उनको टेवलमा एउटा चिट्ठी राखिराखेको थियो । उनले सोच्यो कि यो बर्खास्त गरेको पत्र होला तर जब चिट्ठी खोले, एकदम आश्चर्य चकित, त्यो त बढुवा गरेको पत्र पो रहेछ। उनी अडिटर जनरलको अफिसमा विशेष सरकारी सुपरिटेण्डेण्टको लागि छानिएको रहेछ ।

सन् १९४१ मा एकजना बर्मी भिक्षु वेबु सयाडोसंग उनको भेट भयो । उनी साधनामा उच्च फल प्राप्त गरिसकेका व्यक्ति थिए। उ वा खिनको साधना प्रतिको लगाव देखेर वेबु सयाडो प्रभावित हुनुभयो र उनलाई साधना सिकाउनु भयो । वेबु सयाडोको उनी पहिलो शिष्य थिए । पछि पनि यी दुईजनाको भेटघाट भई नै रह्यो । उनीसंग भेट भएको १० वर्ष पश्चात उनैको अनुरोधमा उ वा खिनले विपश्यना सिकाउन थाले । बर्मामाथि जापानी सरकारको आधिपत्य रहेको समयमा केही कारणवश सया थेत्जी रंगून आउनु भएको थियो । रंगूनका अन्य शिष्यहरूले सयाजीलाई बरोबर भेट्न चाहे तर त्यो त सम्भव थिएन। आफ्ना शिष्यहरूलाई सम्झाउँदै उहाँले भन्नुभयो "म त एकजना डाक्टर जस्तै हुँ आवश्यक परेमा मात्रै भेट्न सकिन्छ तर उ वा खिन त एकजना नर्स जस्तै हो जस्ले बारबार हेर्न आउँछ ।"

Downloaded from http://www.dhamma.digital

सयाजी उ वा खिनले आफ्नो जीवनको बाँकी २६ बर्ष सरकारी सेवाको साथसाथै आफ्नो पारिवारिक जिम्मेवारी र साधना सिकाउने काम गरिरहे । सरकारी सेवा छोडे पछि केवल चार वर्ष मात्रै साधना सिकाउने अवसर पाए । उहाँ एकजना गृहस्थ हुनुहुन्थ्यो तै पनि उनका अन्तिम दिनहरूमा साधना स्थल इन्टरनेशनल मेडिटेशन सेन्टर (I.M.C.) मा नै रहनुहुन्थ्यो । उनका पाँच छोरीहरू र एकजना छोरा थिए ।

सन् १९५४ देखि ५६ सम्म बर्मामा भएको छट्ठ संघाएनमा सयाजीले ठूलो भूमिका निभाउनु भएको थियो । उहाँ Union of Burma Buddha Sasana Council (U. B. S. C.) का संस्थापक सदस्य थिए र पटिपत्ति कमिटिको अध्यक्ष थिए । उनले संघायनमा दान संकलन तथा लेखा परिक्षकको रूपमा काम गर्नुभएको थियो । संघायनमा पाल्नु भएका आगन्तुक ब्यक्तिहरूको खर्च ब्यहोर्ने काम उनको थियो । संघायनमा पाल्नु भएका क्याम्बोदिया, बर्मा, श्रीलंका, थाइलैण्ड, भारत र लावोसका भिक्षुहरूका लागि आवश्यक निवास, भान्छा अस्पताल, पुस्तकालय, संग्रहालय र व्यवस्थापनका लागि आवश्यक भवनहरू १७० एकर जमीनमा निर्माण गरिएका थिए । भिक्षुहरू समूह– समूहमा विभाजित थिए । श्रीलंका, बर्मा, थाईलैण्ड र कम्बोडियामा प्रचलित त्रिपिटकहरू दाँजेर शुद्ध पाली त्रिपिटकको प्रकाशन गर्ने कार्य भिक्षुहरूले गर्नुहुन्थ्यो । शुद्ध गरिएको पुस्तकमात्र "महा पसनगुफा" मा पारायन गरिन्थ्यो । यस पाठलाई सुन्न १०-१५ हजार गृहस्थहरू आउँदथे ।

यस संघायनमा प्राप्त लाखौं रूपियाँको दानलाई ब्यवस्थित एवं सरल बनाउन उहाँले विभिन्न नयाँ प्रविधिहरू अपनाउनु भएको थियो । उहाँले यसपछि U.B.S.C. सन् १९६७ सम्म विभिन्न वहदामा रही काम गर्नु भयो । उहाँले आफ्नो गृहस्थ्यको जिम्मेवारी तथा सरकारी सेवा लगायत बुद्धको धर्म सन्देशलाई प्रचार गर्ने काममा आफूलाई पूर्ण समर्पित गर्नुभएको थियो । छट्ठ संघायनमा आएका विदेशीहरूलाई साधना सम्बन्धी निर्देशन दिने कार्य सयाजीलाई सुम्पिएको थियो । किनभने त्यसवेला बर्मामा अंग्रेजी भाषा सरल रूपमा बोल्न सक्ने अरू थिएनन् ।

सरकारी सेवाको ब्यस्तताको कारण ज्यादै कम संख्यालाई मात्र साधना सिकाउन पाउँदथे, तर यी थोरै संख्या पनि विभिन्न समूदायका थिए । उच्च पदाधिकारीहरू, भारतीय ब्यापारीहरू, विदेशी निकायका सदस्यहरू, विदेशी भिक्षुहरू पनि शिविरमा भाग लिन आउँदथे । विभिन्न स्थानमा आयोजना गरिने प्रवचन समारोहमा धर्म प्रवचन दिनको लागि उहाँलाई बोलाइन्थ्यो । उहाँले एकपटक एउटा चर्चमा नियमित प्रवचन दिनुभएको थियो । यस प्रवचनलाई सम्पादन गरी "What Buddhism is" भन्ने शिर्षकमा सानो पुस्तिका प्रकाशन गरिएको थियो । यस पुस्तिकालाई विभिन्न राजदूतावास, बौद्ध संस्थाहरूमा वितरण गरियो । यस प्रचारले धेरै विदेशीहरूले विपश्यना साधना गर्ने प्रेरणा प्राप्त गरे । उहाँले इजरायलका प्रधानमन्त्री बर्मामा आउनु हुँदा त्यहाँका एक पत्रकार समूहलाई पनि प्रवचन दिनु भएको थियो । यस प्रवचनलाई पछि "The Real Value of True Buddhist Meditation" भन्ने शिर्षकमा प्रकाशन गरे ।

उहाँ सन् १९६७ मा सरकारी वहदाबाट हट्नु भयो र १९७१ सम्म धर्म सिकाउनु भयो । उहाँले आफ्नो मृत्युको केही समय पहिले आफूलाई मद्दत गर्ने ब्यक्तिहरू – स्कूलमा भर्ना गर्नेदेखि लिएर साधनामा मद्दत गर्ने सम्पूर्ण ब्यक्तिहरूलाई संस्मरण पत्र लेख्नु भयो । जनवरीको १८ तारिखमा उहाँ अचानक बिरामी पर्नुभयो र २० तारिखको दिनमा उहाँको देहवसान भयो ।

(साभार: उ वा खिन जरनल, १९९४)

धर्मपुत्र
स.ना.गो.

कल्याण वाणी

महारानी खेमा जस्ती थिइन्, उस्तै नै राजकुमार अभय तिस्स । महाराज विम्विसारले चाहँदा चाहँदै पनि उ लामो समयसम्म भगवान बुद्धको सम्पर्कमा आउनको लागि तयार भएन । खेमाको जस्तो उसको मनमा भगवान बुद्धप्रति विरोधको भाव देखिदैन । तापनि लाग्छ कि उनको आफ्नो पूर्वाचार्यप्रति यतिको लगाव थियो कि उनको अनुमति बिना ऊ भगवान बुद्धको दर्शनको लागि पनि जान चाहँदैनथ्यो । परन्तु संयोग यस्तो भयो कि स्वयं पूर्वाचार्यले नै अभयलाई बुद्धकाहाँ पठायो । यद्यपि पठाउनको तात्पर्य अर्को नै थियो ।

त्यस बेला देवदत्तले भगवान बुद्ध प्रति केही केही धर्मविरोधी चर्तीकला गर्‍यो । भिक्षु संघ फुटाउने असफल कोशिश गर्‍यो । राजकुमार अजातशत्रुसंग मिलेर उनको हत्या गराउने पनि धेरैपल्ट असफल प्रयत्न गर्‍यो । धेरैपल्ट सम्झाउँदा खेरि पनि उसको खरावीपनामा सुधार आएन । अनि भगवानले देवदत्तप्रति केही कठोर शब्द प्रयोग गर्नुभयो ।

त्यो वेलासम्म भगवान बुद्धको ख्याति देश विदेशमा ज्यादै फैलिसकेको थियो । भिन्नाभिन्नै मत मतान्तरका मानिसहरू उनले देखाएको चित्त विशुद्धिको मार्गमा लागिसकेका थिए । संप्रदायवालाहरूको लागि यो स्थिति असह्य थियो । भगवानको प्रसिद्धि प्रतिष्ठालाई तल गिराउनु उनीहरूको लागि ज्यादै आवश्यक थियो । देवदत्तको लागि प्रयोगमा ल्याएको कठोर शब्दमा उनीहरूलाई भगवान बुद्धको प्रतिष्ठा हनन् गर्ने एउटा उपाय सुल्झ्यो । अभय राजकुमारको पूर्वाचार्यले पनि यसको फाईदा उठाउन चाह्यो ।

उसले अभय राजकुमारलाई संम्झायो कि "यो ज्यादै राम्रो अवसर हो । तिम्रो प्रसिद्धि साँच्चिकै खूब फैलिनेछ । तिमीले श्रमण गौतम जस्तो प्रतिष्ठित ब्यक्तिसंग विवाद गरेर उसलाई सजिलैसित परास्त गर्न सक्छौ । तिमी उसकाहाँ जाऊ र उसंग यो प्रश्न गर "के तपाईंले कहिल्यै कसैप्रति यस्तो कठोर शब्द प्रयोगमा ल्याउनु भएको थियो जसबाट उसको मन दु:खी भयो ?" यदि उनले "हो कहिले काहीं म यस्तो शब्दको प्रयोग गर्छु ।" भनेर उत्तर दियो भने तब तिमीले यो भनेर उसलाई होच्याउन सक्छौ कि "अज्ञानी ब्यक्ति र तपाईंमा के फरक भयो ? अज्ञानी ब्यक्तिले पनि यस्तो अनुचित शब्दको प्रयोग गरिरहेका हुन्छन् र मानिसहरूलाई दु:खी तुल्याइरहन्छन् । यस्तो प्रकारको उत्तरले स्वत: उसको प्रतिष्ठा धूलोमा मिल्नेछ ।"

परन्तु यदि श्रमण गौतमले वडो चलाख भएर तिम्रो प्रश्नको उत्तर "म कहिल्यै पनि यस्तो कठोर वचन बोल्दिनँ जसबाट कसैको मनमा चोट लागोस्" भनेर दिन्छ, तब तिमीले भन्न सक्छौ

Downloaded from http://www.dhamma.digital

कि, “तपाईंले देवदत्तप्रति यस्तो शब्दको प्रयोग गर्नुभएको छ जसबाट उसको मन दु:खेको छ।” यसप्रकार श्रमण गौतम झूठो सावित हुनेछ र उसको मान-हनन् हुनेछ।

उसले पहिलो उत्तर देओस् अथवा दोश्रो, उसको हार र तिम्रो जीत निश्चित छ। यो प्रश्न नै यस्तो छ जसको उत्तर हो वा होइन बाहेक अरू कुनै हुन सक्दैन। यो प्रश्नले साँच्चिनै उसको हाल वेहाल हुनेछ, जसरी कसैको घाँटीमा कुनै फलामको किला अड्केको छ उसलाई न निल्न मिल्छ न ओकल्न। हो भने पनि फसिन्छ होइन भने पनि फसिन्छ।

आफ्नो गुरुको दबावमा अभय राजकुमार वेणुवनको कलंदक निवाप विहारमा गयो। त्यहाँ भगवान आफ्नो भिक्षु संघसंग विहार गरिरहनु भएको थियो। यो त्यही मनोहर राज-उद्यान थियो जसलाई उसको पिताले भगवान बुद्धलाई उहाँको भिक्षुसंघको लागि दान दिएको थियो। यतिका वर्षमा यो स्थान शुद्ध धर्मको कल्याणकारी तरंगले तरंगित भइसकेको थियो र फेरि स्वयं भगवान बुद्धको उपस्थितिले समस्त वातावरण मंगल मैत्रीको रापले तातिराखेको थियो। अभय त्यो वातावरणबाट प्रभावित नभई रहन सकेन। उसले भगवानलाई पंचाग प्रणाम गऱ्यो र अत्यंन्त विनीत भावले हात जोडेर पर बस्यो। अभय आफ्नो गुरुको दवावमा परेर नै वाद-विवाद गर्न आएको थियो। परन्तु लाग्छ उ मन नलागीकन गएको थियो, त्यसैले विवाद गर्न सकेन। उसले देख्यो दिन ढल्की सकेको छ। यो ठाउँ र समयले विवादको अनुमती दिँदैन। विवादको सत्ता उसले विनम्र भावले भगवानलाई भोलिपल्ट आफ्नो निवास स्थानमा भोजनको लागि आमन्त्रित गऱ्यो। भगवानले मौन भएर स्वीकृति दिनुभयो। उसले निर्णय गऱ्यो कि आचार्यले जुन प्रश्न उठाएको थियो, त्यो भोलि आफ्नो घरमा नै प्रस्तुत गरुँला। विनम्रतापूर्वक प्रणाम गरेर ऊ आफ्नो घर फर्केर आयो।

भोलिपल्ट भगवान अभय राजकुमारको घरमा भिक्षाको लागि गए। राजकुमारले उनलाई आदरपूर्वक अग्लो आसनमा बसायो। श्रद्धापूर्वक आफ्नो हातले पकाएको भोजन पस्कायो र भगवानद्वारा भोजन पूरा गरिसके पछि, भोजनपात्रबाट हात झिकेपछि, ऊ स्वयं एक आसनमा बस्यो। उसलाई आफ्नो गुरुको आदेश याद थियो। अत: उसको गुरुले जसरी भनेको थियो त्यस्तै प्रश्न प्रस्तुत गऱ्यो।

भन्ते भगवान! के तपाईंले कहिल्यै यस्तो कठोर वचन बोल्नु हुन्छ जसबाट कि सुन्नेहरूको मनमा कष्ट पुग्छ ?

भगवानले मुसुमुसु हाँस्दै उत्तर दिनु भयो, “यो प्रश्न को उत्तर हो वा होइन भन्ने एकांकी अर्थात् एकांशिक उत्तर होइन, बरुकि अनेकांशिक उत्तर हुन्छ।”

बिचरा अभयकुमार छक्क पऱ्यो। उसको गुरुले त बलपूर्वक भनेको थियो कि “हो” वा “होइन” यी दुईलाई छोडेर तेश्रो उत्तर हुन सक्दैन र यी दुई मध्ये कुनै पनि उत्तर दिएपछि श्रमण गौतम जितिनु तर अब त तेश्रो उत्तर अगाडि आउन लागेको छ। भगवानको मुखबाट त्यो प्रश्नको अनेकांशिक उत्तर दिनुभन्दा अगाडि नै अभयले आफ्नो तार्किक हार स्वीकार गऱ्यो र आफ्नो गुरुबाट फ्याँकेको जालको उद्घाटन गरीदियो। ऊ ज्यादै आतुर भएर भगवानको उत्तरको प्रतिक्षा गर्न लाग्यो।

भगवानले उत्तर दिनुभन्दा पहिले अभयसंग एउटा प्रतिप्रश्न सोध्नुभयो। संयोगले त्यसबेला उसको काखमा उसको दूध खाने बच्चा सुतेको थियो। उसतर्फ संकेत गरेर भगवानले सोध्नुभयो–

“राजकुमार! यदि तिम्रो अथवा धाईआमाको लापरवाहीले यो कलिलो बच्चाको घाँटीमा कुनै कंकड अथवा काठको टुक्रा अड्क्यो भने त्यसलाई बाहिर निकाल्नको लागि तिमी के गर्छौ ?”

“भन्ते भगवान! यस्तो टुक्रा बच्चाको घाँटीमा फँसेर उसको प्राणसम्म जान सक्छ। यसैले म त्यसलाई मुखबाट निकाल्ने संभव भएजति प्रयत्न गर्नेछु। आवश्यक परे वायाँ हातले उसको टाउको दवाएर दायाँ हातको औंलालाई बँग्याएर त्यो पत्थर अथवा काठको टुक्रा उसको घाँटीबाट निकाल्नेछु। यस्तो गर्दा बच्चाको मुखबाट रगत नै किन नआओस्। उसलाई पिडा नै किन नहोस्।”

“तिमी त्यसो किन गर्छौ ?”

“किनकि मलाई बच्चाको धेरै माया लाग्छ। उसप्रति ज्यादै माया छ, दया छ।”

“यसरी नै राजकुमार तथागतलाई प्राणीहरूप्रति अती माया हुन्छ। यसैले ऊ यस्तो वचन बोल्छ, जुन कि उसको लागि हितकर हुन्छ।

- जुन असत्य छ तर हितकर छ र सुन्नेहरूको लागि प्रिय र मन पर्ने पनि हुन्छ त्यस्तो वचन तथागतले बोल्दैन।

- जुन असत्य छ र अहितकर छ, सुन्नेहरूको लागि प्रिय र मनपर्ने किन नहोस् त्यस्तो वचन तथागतले बोल्दैन।

- जुन सत्य छ परन्तु अहितकर छ फेरि सुन्नेहरूको लागि प्रिय र मनपर्ने हुन्छ त्यस्तो वचन तथागतले बोल्दैन।

- जुन सत्य छ हितकर छ, फेरि सुन्नेहरूको लागि अप्रिय र मननपर्ने नै होस् यस्तो वचन तथागत समयानुसार अवश्य बोल्छ।

सम्यक्‌वाणीको यस्तो कल्याणकारी विश्लेषण सुनेर अभय राजकुमार छक्क पऱ्यो। यस्तो ठानेर प्रश्न गरेको थियो कि भगवान लाजवान हुनेछ, निरूत्तर हुनेछ, यताउता हेर्नेछ, संकोच मान्नेछ। उनको गती सर्प छुचुन्द्रोको जस्तो हुनेछ। उनलाई न ओकल्ने न निल्ने हुनेछ। हो भने पनि शिर झुक्ने, होइन भने पनि शिर झुक्ने। परन्तु भयो यसको ठीक विपरीत। भगवानले यस्तो धर्ममय उत्तर दिनुभयो, जुन सुनेर अभय राजकुमारको मन सुखद आश्चर्यले विभोर भयो। आफ्नो पिता विम्बिसारबाट तथा अरू थुप्रै नाताकुटुम्बबाट उसले भगवान बुद्धको बारेमा प्रशंसाको थुप्रै शब्दहरू सुनेका थिए। भगवानको विरोधीहरूबाट उनको बारेमा हलुका शब्द पनि सुनेका थिए। परन्तु आज जुन कुरा प्रत्यक्ष देख्यो, सुन्यो, त्यसले वास्तविकता खोली दियो। भगवानको करुणा सिंचित प्रज्ञाले अभयको मनको सबै मैलोपना धोइदियो। भगवानप्रति असीम श्रद्धा जाग्यो। धर्मको व्यवहारीक पक्ष सफासंग बुझ्न थाल्यो।

जहिले पनि सत्य र हितकर वचन नै बोल्नु पर्छ, चाहे त्यो कोमल होस् अथवा कठोर, मनपर्ने होस् अथवा मन नपर्ने। वचनको यही धर्म हो। जुन शुद्ध छ, सर्वजनहितकारी छ, सर्वमंगलकारी छ, सर्वकल्याणकारी छ। यस्तो कल्याण वचन सबै देशकालमा उस्तै हुन्छ, शिव हुन्छ, मंगलकारी हुन्छ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

विपश्यी साधक जब साधनामा पाक्न थाल्छ तब यो कुरालाई खुब राम्ररी बुझ्न थाल्छ कि उसले जब-जब अरूको अहितको वचन बोल्छ तब आफ्नो मनलाई मैलो गर्नुपर्ने हुन्छ, जसबाट उसको आफ्नो अहित प्रत्यक्ष हुन जान्छ, तत्काल हुन जान्छ। यस्तै नै जब-जब अरूको हितहुने वचन बोल्छ त पहिले उसको आफ्नो हित प्रत्यक्ष हुन जान्छ, तत्काल हुन जान्छ। यस्तो सम्यक् वचनले अरूको साथसाथै आफ्नो पनि भलो गर्छ।

गंभीर विपश्यी साधकले यस कुरालाई वडो राम्रोसंग बुझ्न थाल्छ कि वचन संधै कल्याणकारी बोलौं। मंगलकारी, कुशलकारी, परोपकारी नै बोलौं। धर्ममयी बोलौं, अधर्ममयी होइन। सत्यमयी बोलौं असत्यमयी होइन। प्रिय बोलौं, अप्रिय होइन। वचनको यही सदुपयोग हो। यस्तो वचन नै सुभाषित हुन्छ।

परन्तु यदि कोही नासमझ व्यक्ति मृदुल भाषालाई बुझ्दैन, कठोर भाषा मात्र बुझ्ने बानी परेको छ, फेरि उसको लागि कहीले काहिं कठोर भाषाको प्रयोग गर्नु पर्‍यो भने पहिले आफूले आफूलाई विपश्यनाद्वारा भित्रसम्म जाँचेर हेरौं। कतै यो व्यक्तिप्रति मनमा क्रोध अथवा द्वेष त जगाएनौं ? मनले कतै संतुलन त गुमाएन ? समता त गुमाएन ? यो पनि हेरौं कि यो व्यक्तिप्रति मनमा प्रेम नै छ हैन ? करूणा नै छ हैन ? यदि यस्तो हो भने मात्र कठोर शब्दको प्रयोग गरौं, यस्तो ठानेर कि यो व्यक्ति केवल कठोरताको मात्र भाषा बुझ्नेवाला छ। परन्तु ती कठोर शब्दमा कटुताको नामनिशान नहोस्। दुर्भावना लेशमात्र पनि नहोस्। जसरी कुनै अनुभवी डाक्टरले खटिरामा छुरा घोप्छ भने कठोर हातले घोप्छ, तर मनमा कटुता हुँदैन। रोगीको स्वास्थ्य– लाभको मंगल काम ना नै हुन्छ। त्यस्तै नै शब्द कठोर भएपनि, मनको आधार त कल्याण गर्ने नै होस्। अनि वचनको सदुपयोग नै हुन्छ। वचनको सदुपयोगिता नै कल्याणको साँचो हो।

आऔं साधक, कल्याणकारी वचनले आफ्नो तथा सबैको कल्याण गरौं।

(साभार: हिन्दी विपश्यना पत्रिका, भाद्र पूर्णिमा १९९०)

कल्याण मित्र
स.ना.गो.

धर्म गाथा

हिन्दी

सम्यक् वाणी धरम की, जनहितकारी होय।
अपना भी मंगल सधे, जन जन मंगल होय॥

मन मे करूणा प्यार भर, वाणी, अमृत घोल।
जन जन के हित के लिए, बोल सके तो बोल॥

जब कठोर कहना पडे, कटुता से हों दुर।
अन्तरमन में सतत ही, प्यार भरे भरपूर॥

वाणी में कटुता जगे, तो मन दुर्मन होय।
अपना भी हितसुख हरे, जन-जन अनहित होय॥

हो कठोर या मृदल हो, वाणी धरम समाय।
परोपकार ही धरम है, धरम छूट ना पाय॥

अप्रिय हो या होय प्रिय, परोपकारिणी होय।
वाणी कल्याण सदा, कुशलकारणी होय।

मंगल कामना सहित
भाजुरत्न फर्मा
वीरगञ्ज।

हिन्दी

नमन करूं गुरुदेव को, कैसे संत सुजान।
कितने करूणा चित्त से, दिया धरम का दान॥

जय जय जय गुरुदेव जी, नमन शीश नवाय।
धरम रतन ऐसा दिया, पाप समीप न आय॥

गुरुवर! तेरे चरण की, धूल लगे मम शीश।
सदा धरम में रत रहूँ, मिले यही आशीष॥

ग्रहण करूं गुरुदेवजी, ऐसी शुभ आशीष।
धर्म बोधि हित में धरूं, चरण नवाऊँ शीश॥

यदि गुरुवर मिलते नहीं, बरमा देश सुदेश।
तो-धन के जंजाल में, जीवन खोता शेष॥

अहो भाग्य! सद्‌गुरु मिले, कैसे, संत सुजान।
मार्ग दिखाया मुक्ति का, शुद्ध जगाया ज्ञान॥

मंगल कामना सहित
मदन कृष्ण कायस्थ
रोडहाउस क्याफे, ठमेल
फोन नं. ४२५९८२

सम्पादक : रोशनी शाक्य, प्रकाशक : नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मशृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं। फोन : ३७१६५५/३७१००७ २०५४ आश्विन
सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १२८९६, काठमाडौं। फोन : २-२५४९०/२-२३९६८/२-४८९४९/२-५०५८१
मुद्रक : न्यू नेपाल प्रेस, अफिस फोन : २२१० ३२, फ्याक्स : (+९७७-१) २२५ ४५०, प्रेस : ४२१ ४५०/४१४ ७५३

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२
हुलाक द. नं. १४/५१/५२
● वार्षिक शुल्क रू. २४/-

साधकको नाम : ....
ठेगाना : ....
....
....

Downloaded from http://www.dhamma.digital