विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४३ आश्विन २०५६ वर्ष १६ अङ्क ६

धम्मवाणी

धम्मो हवे रक्खति धम्मचारिं,
धम्मो सुचिण्णो सुखमावहाति ।
एसानिसंसो धम्मे सुचिण्णे,
न दुग्गतिं गच्छति धम्मचारी ॥

-थेरगाथा ३०३, धम्मिकत्थेरगाथा ।

धर्माचरण गर्ने व्यक्तिलाई निश्चित रूपले धर्मले रक्षा गर्दछ । राम्रो प्रकारले गरेको धर्मले सुख नै प्रदान गर्दछ, एवं लाभकर पनि हुन्छ । यस्तो धर्म एउटा आशीर्वाद हो । यस प्रकारको व्यक्ति कहिल्यै पनि दुर्गतिमा जादैंन ।

(आत्मकथन)

अधिष्ठान फलदायी भयो

भारतमा विपश्यना शिविर लगाउँदै गरेको वर्षौं भइसकेको थियो । धम्मगिरी, धम्मथली र धम्मखेत्तमा विपश्यना केन्द्र पनि स्थापना भइसकेका थिए । विदेशी साधकहरूको संख्या दिनपर दिन वृद्धि हुँदै गइरहेको थियो । अत: तिनीहरूको देशमा गएर धर्म सिकाउनको लागि उनीहरूको दवाव पनि वृद्धि हुँदैगयो । म के गर्न सक्थें र ? रंगूनमा मेरो मित्र ऊ ति हानलाई पून: सम्पर्क गरें तर सरकारको नीति परिवर्तन भएको थिएन, उनले पनि धर्मको शरण लिने सल्लाह दिए । धर्मको अधिष्ठान गरें । भारतमा विपश्यनाको जरा मजबूत भइसकेको थियो। पूज्य गुरुदेवको धर्मकामना पूरा गर्नको लागि धर्मदूत बनेर विदेश अवश्य नै जानु पर्दथ्यो । यसको अतिरिक्त एउटा अर्को पनि कारण थियो कि पश्चिमी देशमा शुद्ध रुपमा धर्मको प्रसारण गर्नु अधिक आवश्यक थियो । केही अमेरिकी साधक साधिकाहरूले भारतमा आएर शिविरमा बसे र मसँग विपश्यना साधना सिके । राम्ररी सिक्न नै नपाई अति उत्साहित भएर अमेरिकामा एउटा विपश्यना केन्द्र स्थापित गरे । त्यहाँ उनले आफ्नै तरिकाले प्रशिक्षण दिए, शीललाई त्यति महत्व दिएन । अर्कोतिर यस पद्धतिलाई धनार्जन गर्ने माध्यम बनायो जुन नितान्त धर्म-विरुद्ध थियो । फेरि अर्को कुरा यस परम्परामा सिकाउने कुनै अधिकार प्राप्त भएको कारण यस पद्धतिसंग अर्को पद्धति मिलाएर सिकाउन थाल्यो जसबाट यसको शुद्धता नष्ट हुन थाल्यो । यस परिस्थितिमा यो विद्या नैतिक आदर्शको साथमा शुद्ध रूपमा पश्चिम देशमा प्रसार गर्ने प्रबल इच्छा उत्पन्न भयो ।

बर्मी सरकारको प्रधानमन्त्री मेरो साथी थिए । तैपनि म पून: बर्मा फर्कन सक्ने स्थिति थिएन अत: एउटै विकल्प थियो कि बर्मी नागरीकता छोडेर भारतीय नागरीक बनूँ । यसो गऱ्यो भने भारतीय पासपोर्ट लिएर कुनै पनि देशमा गएर धर्म सिकाउन सकिन्थ्यो । यस्तो निर्णय गर्न पनि मनमा एक किसिमको पिडा थियो । भारत मेरो पूर्खाको देश थियो । जून बुद्धको पावन भूमि हो । अत: यस प्रति पनि मनमा अपार श्रद्धा र गौरव थियो । वर्मा मेरो जन्मभूमि थियो । जन्मभूमिको आफ्नै गौरव छ । जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसि । यसको गरिमा त स्वर्गभन्दा पनि अधिक छ । जन्मभूमि पनि यस्तो कि जहाँ मेरो दुई दुई जन्म भएको थियो । एक त आमाको काखबाट अर्को विपश्यना विद्याबाट । अत: यस प्रतिको जुन भावनात्मक सम्बन्ध थियो, यसको कारण आफ्नो नागरिकता त्याग्न कठीन भइरहेको थियो । एकातिर भावनात्मक दवाब थियो त अर्कोतिर कर्तव्य यी दुईको मन्थनमा मैले आफ्नो मित्र ऊ ति हानको परामर्श नै सबभन्दा उपयुक्त हुने देखें र सम्यक संकल्प सहित अधिष्ठान पूर्वक यस्तो सत्य क्रिया गरें कि, "आजसम्म जुन धर्म सेवा गरेको थिएँ त्यो नितान्त नि:स्वार्थभावले लोक - कल्याणको लागि नै गरें, जसबाट मेरो गुरुदेवको धर्मकाममा पूर्ण होस् । मेरो गुरु भारतको ऋणबाट मुक्त होस् । म मेरो गुरुको ऋणबाट मुक्त होऊँ । यस धर्मसेवाबाट मैले आफ्नो लागि कुनै किसिमको आर्थिक लाभ प्राप्त गरेन । यस सत्य वचनको प्रतापले यदि धर्मले म केवल भारतमा मात्र धर्मसेवा गरिरहूँ भन्ने चाहेको भए मलाई बर्मी नागरिक नै बनाई राखून् । यदि विश्वमा विपश्यनाको प्रसारण गर्ने मेरो धर्मदूतको धर्मसेवा गरेको दश बर्ष पूरा भएपछि भारतीय नागरिकता प्राप्त होस् ।"

दश वर्ष पूरा हुने समय आइपुगेपछि भारतीय नागरिकताको लागि भारत सरकार समक्ष आवेदनपत्र दिएँ । सायद धर्मले यही चाहेको भए यस्तै हुनेछ । देश-देश बीचको भौगोलिक सिमाना राजनैतिक अथवा व्यापारिक कारणले निश्चित गरेको हुन्छ । धर्मको लागि भौगोलिक सिमाले कुनै प्रतिवन्ध लगाएको हुँदैन । कुनै व्यापार -धन्दाको लागि अथवा धन कमाउनको लागि मैले नागरिकता बदलेको थिएन । देश-विदेशमा धर्म-सेवा गऱ्यो भने त मेरो जन्मभूमि वर्मा र पुर्खाको पुण्यभूमि भारत दुवै गौरवान्वित हुनेछ । यस पुण्यकार्यको श्रय दुवै देशले पाउनेछ । यसको लोक-कल्याण गर्ने एउटै मात्र उद्देश्य हो । नागरिकता वदलेर मेरो जन्मभूमि प्रति मेरो माया, सन्मान र कृतज्ञताको भाव अलिकति पनि कमी हुने छैन ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

आवेदन-पत्र दर्ता गरे पछि तुरुन्त नै भारत सरकारले नागरिकता प्रदान गर्ला भन्ने सोचेको थिएँ किनभने यसको लागि प्रशासनिक कुनै कठिनाई थिएन। परन्तु धर्मको क्षेत्रमा कुनै महत्वपूर्ण पाइला उठाउन थाल्यो भने अगाडि कुनै न कुनै अप्रत्याशित बाधा आइपुग्दछ। भारत सरकारको गुप्तचर विभागले मेरो फाइल रोकेको रहेछ।

केही बर्ष पहिले यस विभागले मेरो गम्भीर जाँच गरेको थियो। हाम्रो परिवारको भारतवासी सदस्य विशेष गरी मेरा दुई भाइ र भतीजा आनन्दमार्गका विशेष अनुयायी थिए। भारत सरकार आनन्द मार्गलाई संदेह पूर्वक हेर्दथ्यो। भारत सरकारले मेरा दुवै भाइलाई केही दिनसम्म कैद पनि गरेको थियो। अत: सरकारको दृष्टिमा यस्तो शंका जाग्नु स्वाभाविक थियो कि म पनि यसै आनन्दमार्गाको प्रचारक हुँ। विपश्यनाको नाममा शिविर लगाएको भए पनि भित्रबाट आनन्दमार्गका प्रचारक जस्तो शंका गरेको थियो। मेरो बारेमा यस विभागले छान-बीन गरेको थियो। केही अधिकारीहरू मसंग व्यक्तिगत रूपमा छानबीन गर्न पनि आए। केही गुप्त रूपले शिविरमा भागलिन आए। एकजना अधिकारी गुप्तरूपले शिविरमा बसे तर उनले शिविरको अन्तमा आफू सम्मिलित हुनुको कारण बताए। उनले मेरो यो निस्वार्थ सेवा र साम्प्रदायिकता विहीन विद्याले निक्कै प्रभावित भएको कुरा बताए। अन्य अधिकारीहरूले पनि मेरो सेवाकार्यमा कुनै किसिमको दोष नदेखेको र आफूले पनि यो सेवा सर्वथा निर्दोष रहेको र यो आनन्दमार्ग संग कुनै सम्बन्ध नरहेको भाव पोखे।

मेरो धर्मसेवा सर्वथा निर्दोष हुनुको साथै आनन्दमार्गसंग यसको केही सम्बन्ध नभए तापनि मेरो बारेमा जाँच बूझ गर्ने कार्य भने जारी नै थियो। सायद उच्च पदाधिकारीहरू मेरो गतिविधिको वारेमा अधिक समयसम्म पुछताछ गर्ने निर्णयमा थिए। किनभने म ब्यापारिक काम-धन्धाबाट मुक्त भइसकेको थिएँ तर मेरो छोरा परिवारका आनन्दमार्गी सदस्यहरूका साथ ब्यापारमा संलग्न थिए। अत: आनन्दमार्गीहरूको साथ मेरो छोरोको सम्बन्ध हुनुको कारण उनीहरू म माथि केही समयसम्म निगरानी राख्न चाहन्थे। सायद यसै कारणले मेरो नागरिकताको आवेदन-पत्र रोकिएको थियो। म के गर्न सक्थें र? म त धर्म अनुष्ठानको बलमा पूर्ण रूपले आश्वस्त थिएँ कि भारतमा धर्मचारिका गरेको दश वर्ष पूरा हुने बित्तिकै मलाई नागरिकता पनि दिइनेछ, पासपोर्ट पनि दिइनेछ र तुरुन्त नै शिविर सञ्चालन गर्न विदेश जान सक्नेछ। यसै दृढ विश्वासले विदेशी साधकहरूको देश फ्रान्सका गेइयों नगरमा जुलाई १ देखि ११ सम्म शिविर राख्ने स्वीकृति दिएँ। यस शिविर पश्चात फ्रान्सको प्लेज नगर मा १४ देखि २४ सम्म, क्यानाडामा २६ देखि अगष्ट ६ सम्म, इङ्गलैण्डमा ९ देखि २० र २१-१ सेप्टेम्वर सम्म शिविर राख्ने अनुमति दिइसकें। पश्चिमी देशहरूमा यी पाँचवटा शिविर राख्नको लागि म वचनवद्ध भइसकेको थिए। साधकहरूले शिविरमा बस्नको लागि स्थान पनि आरक्षित गरिसकेका थिए।

सवभन्दा ठूलो समस्या त फ्राँसको गेइयों नगरमा सञ्चालन हुने पहिलो शिविरको थियो। त्यहाँ साधकहरूले शिविरको लागि एउटा महँगो होस्टल बुक गरेर भाडाको अग्रीम भूक्तानी गरीसकेका थिए। शिविरमा सम्मिलित हुने अधिकांश साधकहरू मध्ये धेरै जना उच्च पदाधिकारीहरू थिए। ति मध्ये एकजना स्विजरलैण्डका डिप्लोम्याट पनि थिए। सबैले शिविरको लागि विदा लिइसकेका थिए। समयमा नै शिविर राख्न सकेन भने सबैले कठिनाई भोग्नु पर्ने हुन्थ्यो। तर गर्न नै के सकिन्थ्यो र? धर्मविरोधी शक्तिहरू विश्वमा धर्म प्रसारण गर्ने कार्यमा वाधक वनेर उभिएका थिए। बर्मी सरकारले पासपोर्टमा इन्डोर्समेंट दिएको थिएन र भारत सरकारले नागरिकता दिएको थिएन। दिल्लीमा नै फाइल रोकिएको थियो। कहींबाट केही हुने आशा थिएन। केवल धर्म अधिष्ठानमा आधारित सत्यक्रिया मात्र एउटा साथ थियो। मनमा दृढ़ विश्वास यही मात्र थियो कि धर्मको शक्तिले अवश्य साथ दिनेछन्।

फ्रान्समा शिविर शुरु हुने दिन १ जुलाई नजिक आउँदै थियो। दिन बित्दै थियो। केवल एक हप्ता मात्र बाँकि थियो। चारै तिर अन्धकारको वातावरण छाएको थियो आशाको प्रकाश कहीं देखिएको थिएन। नागरिकता पाउने केही निश्चित थिएन। नागरिकता पाए पनि समयमा पासपोर्ट पाउन असंभव प्राय थियो। पासपोर्ट लिनको लागि पनि विभिन्न औपचारिकता पूरा गर्नु आवश्यक पर्दछ यसको लागि लामो समय चाहिन्छ। अब त शिविर क्यान्सिल गर्नु नै पर्ने जस्तो भयो। साधकहरू निराश हुने भयो। आयोजकहरूले ठूलो आर्थिक नोक्सान पनि उठाउनु पर्ने हुन्छ। सवभन्दा नराम्रो त पूराना साधकहरूको उत्साह खतम हुनेछ र नयाँ साधकहरूको विश्वास हट्नेछ। उनीहरूलाई ढादस् दिदैं भन्थें विश्वास गर समयमा शिविर अवस्य हुन्छ। परन्तु अब के हुन्छ? यसै दाँवादोलमा समय बित्दै थियो। मेरो अधिष्ठान थियो कि दश वर्ष भारतमा धर्मचारिका पूरा भएपछि विश्वमा धर्मचारिका गर्ने अवसर प्राप्त होस्। २२ जून १९७२ मा दश वर्ष पूरा भयो। २३,२४,२५ तारीक एक एक गर्दै बित्यो। निराशा बढ्दै थियो। शायद धर्मलाई म भारतभन्दा बाहिर गएर धर्म प्रचार गर्ने कार्य स्वीकार्य थिएन होला। शायद अन्य कसैलाई यस कार्यको निमित्त माध्यम बनाउन चाहन्थ्यो। इच्छा धर्मको थियो। धर्मले जस्तो चाहन्छ त्यस्तै हुन्छ। यदि धर्मले यस्तो चाहन्छ भने आफ्नो धर्मसेवाको क्षेत्र केवल भारत सम्ममात्र सिमित राख्छु।

यस्तो मनोस्थितिको माझ भोलि पल्ट २६ जूनको दिन अचानक सुखद समाचार प्राप्त भयो। त्यस दिन एकजना अधिकारीले म र मेरो पत्नी इलायची देवीको भारतीय नागरिकताको कागजात सबै तैयार छ भनेर फोन गरे। भोली बिहान न्यायालयमा आएर अञ्चलाधिशको सामू दुवैले शपथ ग्रहन गरी आफ्नो नागरिकताको प्रमाणपत्र लिनु भनेर जानकारी दिए। अर्को दिन बिहान हामी दुबैजना न्यायलय पुग्यौं।

विदेशमा धर्मचारिका गर्न सक्ने मार्गको एउटा ठूलो बाधा हट्यो। परन्तु पासपोर्ट लिनको लागि समय निक्कै कम मात्र बाँकि थियो। यस्तो परिस्थितिमा फ्रान्समा शिविर लगाउने सम्भावना नै थिएन। पासपोर्टको लागि आवेदन पत्र पनि दिएको थिएन। भारतीय

Downloaded from http://www.dhamma.digital

नागरिकता नपाइकन पासपोर्टको लागि आवेदन पनि कसरी दिने ? अब आवेदन दिएर छिट्टै पासपोर्ट प्राप्त भए पनि यसको लागि कम्तीमा पनि ३-४ हप्ता त लाग्छ होला । परन्तु फ्रान्सको शिविर क्यान्सिल गर्ने विचार भने अहिलेसम्म पनि थिएन । सबै कुरा धर्मलाई सुम्पिएको थिएँ । हेरौं धर्मले के चाहन्छ, के चाहँदैन ।

नागरिकताको प्रमाणपत्र लिएर न्यायालयबाट बाहिर आउने वित्तिकै टिकट बुकिंङ्ग गर्ने एजेण्ट भेट्टियो । उनको हातमा पासपोर्ट लिने आवेदन-पत्र पनि थियो । त्यहीं हामी दुबैको आवेदन-पत्र भरेर उसलाई दियौं । नागरिकता पाएकोले हामी दुबै खुसी थियौं साथमा पासपोर्ट समयमा नै पाएन भने फ्रान्सको शिविर क्यान्सिल गर्ने आशंका पनि थियो । यस मनोस्थिति लिएर घर फर्केको त घर पुग्ने बित्तिकै एउटा फोन आयो कि माथिको आदेश आएको कारण पासपोर्ट भोली नै प्राप्त हुनेछ । साँच्चै २८ जूनको दिन पासपोर्ट हातमा आइपुग्यो । अब भने फ्रान्समा शिविर लगाउने आशंका बढ्न थाल्यो । फ्रान्सको वीसा लिने काम बाँकी रह्यो । पासपोर्ट हातमा आउञ्जेलसम्ममा फ्रान्सको राजदूतावास बन्द भइसकेको थियो । अब त २९ जून एक दिन मात्रै बाँकी थियो । वीसा लिनको लागि नै एक दिन लाग्थ्यो बाँकी यू. के तथा क्यानाडाको वीसा पनि लिनु थियो साथै भारतबाट बाहिर जान आयकर तथा अन्य सरकारी विभागको क्लियरेन्सको आवश्यकता पनि थियो । यी सबै काम एकै दिनमा पूरा हुनु सम्भव थिएन । जब धर्मले काम गर्न थाल्छ तब सबै कार्य सुलभ हुन पुग्छ । यस्तै भयो २९ जूनको अन्तिम समयमा फ्रान्सको वीसा प्राप्त भयो । देशबाट बाहिर जाने सम्पूर्ण मार्ग खुल्ला भयो । कामनवेल्थको, नागरिक भएको कारण शायद यू. के. र क्यानाडाको लागि वीसाको आवश्यकता पर्दैन होला । आवश्यक नै भए पनि पेरिसको राजदूतावासबाट प्राप्त गर्न सकिनेछ । यसकारण यात्रा नरोक्ने भयो । यसरी २९ जूनको रातको उडानबाट गएर ३० जूनमा पेरिस पुग्यौं । त्यहाँबाट गाडीमा बसेर गेइयों शहर पुग्यौं र दोस्रो दिन १ जुलाईमा यथानिश्चित समय अनुसार शिविर कार्यक्रम शुरु भयो । यस पछि बाँकि पाँचै शिविर एक-एक गरेर निश्चित समयमा नै सफलतापूर्वक सञ्चालन गरेर प्रसन्नचित्तले घर फर्कौं ।

यस आश्चर्य जनक घटनाले मेरो यो विश्वास अधिक पुष्ट भयो कि काम त धर्मले नै गर्छ । म त केवल माध्यम मात्र हुँ । काम गर्नको लागि धर्मले कसैलाई पनि माध्यम बनाउनु नै पर्ने हुन्छ ।

नागरिकता र पासपोर्ट समयमा नै पाउनुको रहस्य त मेरो छोरा मुरारी र उनकी पत्नी बुहारी बत्सलाले मेरो समस्या बुझेर श्री राधेश्यामजी मुरारकासंग अनुरोध गरेको रहेछ । राधेश्यामजी मुरारका वत्सलाको बुबा श्री हरिप्रसादजी धुवालेवालाको आफ्नै मामा थिए । श्री मुरारकाजी काँग्रेस पार्टीका केन्द्रीय संसदको वर्षौंसम्म सदस्य भएका थिए । उहाँ एकजना अनुभवी उद्योगपति हुनुको साथै ब्यापार-ब्यवसायमा दक्ष ब्यक्ति थिए । अत: काँग्रेसको शासनकालमा अनेक पटक संसदको पब्लिक अकाउँट्स कमीतीको अध्यक्ष नियुक्त भइसकेका थिए । दिल्लीमा त्यस समय जनता पार्टीको राज्य थियो र मुरारजीभाई प्रधानमन्त्री थिए । मुरारकाजीले मुरारी र वत्सलालाई यस समस्यालाई भरसक सुल्झाउने प्रयत्न गर्ने कुराको आश्वासन दिएका थिए । त्यससमय देशमा सञ्चालित राज्यतन्त्रको अवस्थालाई हेर्दा केही गर्न सक्ने स्थितिमा थिएन । तै पनि मेरो केशको सम्पूर्ण विवरण सहित उनी दिल्लीमा गएछ र प्रधानमन्त्री मूरारजीसंग भेटेछ । उनले गृहमन्त्रालयबाट मेरो फाइल मगाएर हेरे उन्को भनाई थियो आनन्दमार्गको विषयलाई लिएर केन्द्रय गुप्तचर विभाग अझ केही दिनं जाँचबूझ गर्न चाहन्छ । त्यसैले केही गर्न सक्ने स्थिति छैन । उनको जवाफ सुनेर मुरकाजीले भने कि तपाईंको जासूसी विभागले के म भन्दा वढी यिनको बारेमा जासूसी हासिल गर्न सक्ला ? के हामीले केही जानकारी नै नगरी उनको घरमा आफ्नी छोरी दियौं होला ? यस्तो तर्क सुनेर मुरारजी निरुत्तर भए । उनले तत्क्षणनै फाइलमा आफ्नो निर्णय दिए र पूर्व निश्चित कार्यक्रमलाई भ्याउने हिसाबले तमाम सरकारी कारवाही समेत सिध्याउने आदेश पनि दिइयो ।

आश्चर्य छ, धर्म कसरी काम गराउँछ । र कस्लाई माध्यम बनाउँछ ।

बुहारी बत्सला र छोरा मुरारी भित्र धर्म जाग्यो र मुरार काजीलाई भेट्न गए । मुरारकाजी भित्र धर्म संवेग जाग्यो र मुरारजीलाई भेट्न गए । मुरारजी भित्र धर्मबुद्धि उत्पन्न भयो र अधिष्ठान सफल भयो । यी तीन मुरारीहरू मिलेर जुन धर्मकार्य सम्पन्न गरे त्यो साँच्चै कल्याणकारी सावित भयो । विदेशमा विपश्यनाको शुद्ध धर्मको पावन धर्मगंगा प्रवाह चल्न थाल्यो । अनेकौंको कल्याण हुन गयो । छोरा मुरारी र बुहारी वत्सलाले विपश्यनाको अभ्यास गरिरहेको थियो तर मुरारकाजी र मुरारजीले भने यस्को फाइदा लिन सकेनन् । अब त दुबै जना मृत्यु भइसकेका छन् । अत: उनीहरू दुबैलाई मंगल मैत्री मात्रै दिन सकिन्छ । दुबैजना यस धर्मदानको पुण्यफलको भागीदार हुन् । दुबैको कल्याण होस् । स्वस्तिमुक्ति होस् ।

(साभार: हिन्दी विपश्यना पत्रिका, वैशाख पूर्णिमा, १९९७)

कल्याण मित्र
स.ना.गो.

चार-आर्यसत्य

यो दु:ख हो । जीवनको यस प्रथम कटु सत्यलाई जबसम्म हामीले भित्र देखि थाहापाउन सक्दैनौं, स्वयं आफूले अनुभव गर्दैनौं तबसम्म त्यसबाट मुक्त हुने प्रयत्नशील नै हुँदैनौं ।

यो दु:खको कारण हो । जीवनको यस दोस्रो गम्भीर सत्यलाई जबसम्म हामीले भित्रदेखि थाहापाउन सक्दैनौं, स्वयं आफूले अनुभव गर्दैनौं तबसम्म दु:ख सत्यलाई थाहा पाएर जानेर पनि त्यसको निवारण गर्नको लागि हामी केही गर्दैनौं ।

यो दु:खको निवारण हो । जीवनको यस तेस्रो सत्यलाई जानेर -बुझेर स्वयं आफुले अनुवभ गरेमा मात्रै हामी सबै प्रकारका निराशाहरूबाट मुक्त हुन सक्छौं । जुन दु:खको जुन कारण छ त्यसको निवारण पनि त्यसैमा, दु:खको कारणमा लुकेको हुन्छ । यो तेस्रो सत्य हो ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

यो दुःख निवारणको मार्ग हो । जीवनको यो चौथो कल्याणकारी सत्यलाई हामी राम्ररी थाहापायौं - राम्ररी बुझ्यौं र त्यसको पालन गऱ्यौ भने साँच्चै नै सम्पूर्ण दुःखबाट मुक्त हुन्छौं । शील, समाधि र प्रज्ञाको यो मंगल-मार्ग नै एउटा यस्तो रामबाण औषधि हो जसले दुःखको सबै कारणको जरामा प्रहार गर्दछ ।

यी चारै सत्यलाई आर्य सत्य भनिन्छ। किनभने यस सत्यभन्दा ठूलो अथवा यसभन्दा सत्य अरु केही छैन र अर्को कारण यी सत्यहरूलाई अनुभव गरेर स्वयंले थापाहापाउने व्यक्ति स्वयं आर्य बन्दछ र पवित्र बन्दछ, संत बन्दछ, उत्तम बन्दछ र मुक्त बन्दछ ।

यो दुःख हो, यो दुःखको कारण हो, यो दुःखको निवारण हो र यो दुःख निवारणको विधि हो। यी चारै आर्य सत्यलाई जुन व्यक्तिले सम्यक रूपले जान्दछ उसले आफ्नो हित, सुख, अर्थ र लाभको बारेमा सम्पूर्ण कुरा जान्दछ जसले यी सत्यलाई जानेको हुँदैन उसले अन्य सम्पूर्ण कुरा जानेर पनि आफ्नो सही हित, सुखको बारेमा जानेको हुँदैन। यी चार सत्य जीवन जगतको सत्य हुन्, ठोस सत्य हुन्। सबै यथार्थ नै यथार्थ हुन्। यसमा कहीं कल्पना छैन। कहीं कोरा बुद्धि मिसाएको छैन कहीं बाटो अल्मलाउने अंधविश्वास छैन, यस्मा मिथ्या भावावेस मिसाएको छैन, मिथ्या मान्यता छैन। यस्मा जे छ सबै यथार्थ नै छ। मनुष्यको आफ्नो अनुभूतिले जानेको कुरा नै छ। एक सामान्य व्यक्तिले आफ्नो मिहिनत र परिश्रमले अभ्यास गरेको जानेको अनुभव नै छ।

श्रुतमयी प्रज्ञा द्वारा हामी थाहापाउछौं कि सबै दुःखको मूलभूत कारण हो । फेरि चिन्तनमयी प्रज्ञा द्वारा जान्दछौं कि यी दुःखबाट छुटकारा पाउनु आवश्यक छ, दुःखको यी कारणहरूलाई उखालेर फ्याक्नु पर्छ, त्यसको छेद्न गर्नु पर्छ। र फेरि भावनामयी प्रज्ञाद्वारा साधना गरेर ती समस्त कारणहरूलाई प्रहाण गरेर खतम गर्दछ।

श्रुतमयी प्रज्ञाद्वारा हामी जान्दछौं कि दुःखको निरोधको एउटा अवस्था छ नितान्त निवारण गर्ने पनि एउटा अवस्था छ। प्रज्ञाद्वारा हामीले दुःख निरोधक स्थितिको स्वयं साक्षात्कार गर्नु पर्दछ, स्वयं अनुभव गर्नु पर्दछ। भावनामयी प्रज्ञाले साधनाको अभ्यास गरेर साँच्चै दुःख निरोधक स्थितीको स्वयं साक्षात्कार गरेर मुक्ति हुनुपर्दछ।

धर्म गाथा

हिन्दी

विघ्न हरे, बाधा मिटे, कष्ट सभी कट जायँ ।
अधिष्ठान के तेज से, वंधन सब खुल जायँ ॥

धर्मदान के पुण्य से, बहुजन हितसुख होय ।
सत्य वचन के तेज से, धरम प्रसारित होय ॥

धर्मदान के पुण्य से, बहुजन का हित होय ।
सत्य वचन के तेज से, सब विधि मंगल होय ॥

जब परहित सेवा करें, धर्म सुमन खिल जाय ।
जब निजहित सेवा करें, धर्म सुमन मुरझाय ॥

हो न लाभ सत्कार हित, बने नहीं व्यवसाय ।
धरमचारिका शुद्ध हो, तो जग मंगल छाय ॥

रहे धरम की साधना, सदा शुद्ध निर्दोष ।
तो जन के हित खुले, सुखद शान्ति के कोष ॥

हिन्दी

चार सत्य हे जगत को, इनसे मुख मत मोड ।
यही साधना मुक्ति की, इससे नाता जोड़ ॥

दुःख मूल उत्खन्न की, पायी जिसने राह ।
वही हुआ सुख-शान्ति का, सच्चा शहंशाह ॥

वंधन चित्त-विकार ही, और काल्पनिक झूठ ।
जब विकार सब दूर हों, बंधन जायें टूट ॥

दुःख कारण दुष्कर्म है, दुःख कारण ना देव ।
तो फिर अपने कर्म को, क्यौ. न स्वच्छ कर लेव ॥

मन के भीतर ही छिपी, स्वर्ग सुखों की खान ।
मन के भीतर भोगते, ज्वाला नरक समान ॥

सच्चाई को जाँच लो, रगड रगड़ सब भांति ।
कनक कसौटी पर कसो, देखो परखो कांति ॥

मंगल कामना सहित
भाजुरत्न फर्मा,
वीरगंज

सम्पादक : रोशनी शाक्य, प्रकाशक : नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ३७१६५५, ३७१००७ २०५६ 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 : २५ ९० ३२, २५९४५०, फ्याक्स : (+९७७-१) २५८६७८ प्रेस : ४३४ ८५०, ४३४ ७५३

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२

● आजीवन शुल्क रू. ४००/-
● वार्षिक शुल्क रू. २५/-

साधकको नाम : ....

ठेगाना : ....
....
....

Downloaded from http://www.dhamma.digital