विपश्यना

साधकहरुका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४४ माघ २०५७ वर्ष १७ अङ्क १०

धम्मवाणी

अब्रह्मचरियं परिवज्जयेय्य, अङ्गारकासुं जलितवं विञ्ञु ।
असम्भूणन्तो पन ब्रह्मचरियं, परस्स दारं नं अतिक्कमेय ॥
- धम्मिक सुत्तं ।

समझदार ब्यक्तिले अब्रह्मचर्यलाई जलीरहेको आगोले भरीएको भाँडो झैं त्यागदछ । यदि ब्रह्मचर्य पालन गर्नु असम्भव भएमा कमसेकम पर-स्त्री गमन गर्नबाट सदा अलग रहन्छ ।

वीतशोक साँच्चै वीतशोक भए ।

भगवान बुद्धको लगभग दुईसय बर्ष पश्चात भारतमा सम्राट अशोक राजा भए । उनका धेरै भाईहरू मध्ये वीतशोक नामको एकजना भाई पनि थिए । राजपुत्रहरूलाई सिकाइने निश्चित विद्यामा वीतशोक पनि निपुण थिए । पारंगत थिए । आफ्नो दाजुको रेखदेखमा उनले पनि राजकाजका जिम्मेवारी लिएका थिए । पछि अशोक बदल्यो । सबैको कल्याणकारी हुने शुद्ध धर्मको सम्पर्कमा आए र चण्डाशोक धर्माशोकमा परिणत भए । त्यसबेलाका धर्माचार्यहरूको निर्देशन अनुसार भगवानको मंगलमयी धर्मोपदेश र साधनामार्गको प्रतिपादन गरेर सम्राट अशोकले अपूर्व शान्ति अनुभव गरे । उनको मनमा आफ्नो प्रजाको प्रति वात्सल्य प्रेम जाग्यो । राज्यको आम्दानी प्रजाको सुरक्षाका साथ-साथै उनीहरूको सुख-सुबिधामा खर्च गर्न थाल्यो । सडकहरू बनाए, त्यसको किनारामा फलफूलका बोट र छाँया दिने रुख रोपे । ठाऊँ-ठाऊँमा पानी खानको लागि द्रोणीहरू बनाए । गाऊँ-ठाऊँमा धर्मशाला बनाए । मनुष्य तथा पशुहरूका लागि औषधालय बनाए । त्यस भन्दा पनि मानिसहरूलाई शुद्ध धर्मको सैद्धान्तिक र ब्यावहारिक शिक्षा प्रदान गर्नको लागि राज्यको तर्फबाट धर्ममन्त्री नियुक्त गरे । बिभिन्न स्थलमा प्रस्तरका शिला र स्तम्भ बनाई शुद्ध धर्मको वाणी कुँडाए ता कि राज्यका शासनाधिकारी तथा प्रजा गण यसलाई पढेर सद्धर्म प्रति उत्साहित हुन सकुन् । ठाउँ-ठाऊँमा बिहार तथा स्तूपहरूको निर्माण गर्न लगाए ता कि मानिसहरू चित्त बिशुद्धिको कार्य गर्न सकुन् ।

मानिसहरूमा धर्मभावना बढिरहेको थियो । राज परिवारका सदस्यहरूमा पनि धर्मको प्रभाव परिरहेको थियो । सबै जना नभए पनि केहीले धर्मको रस चाखेका थिए । उनले आफ्नो दरवारको लागि विशेष धर्म आचार्यको नियुक्ति गरेका थिए ।

सम्राट अशोकका भाई वीतशोक पूण्यशाली ब्यक्ति थिए । उसलाई पनि धर्मले प्रभावित पाऱ्यो । भगवानको वाणीमा उसले पनि शान्ति र निर्मलताको सन्देश पाए । गृहस्थ भएर पनि भिक्षु गिरिदत्तको साथमा बसेर सारा सुत्तपिटक अध्ययन गर्ने मौका पाए । हृदय छुने यस मंगलमयवाणी पढेपछि राजकुमार वीतशोक एकदम प्रभावित भए । कल्पना र अन्धमान्यताका जंजाल स्वत: दूर हुन थाल्यो । सत्यको प्रकाशले अज्ञानको अन्धकार स्वत: हट्न थाल्यो । प्रतीत्य-समुत्पादमा आधारित भव-प्रवाह खुलस्ट देखिन थाल्यो । चित्त र चित्तको चेतना तथा भौतिक शरीरको प्रत्यक क्षण परिवर्तन भइरहने संततिले कसरी एक अर्कोलाई प्रभावित गर्छ ? र यसलाई हेरेर कसरी अवधारा बाट मुक्तहुन सकिन्छ ? यो पनि स्पष्ट हुन थाल्यो । यो भव-प्रवाह दु:ख नै छ र यसको मूल कारण तृष्णा हो, यसबाट नै भवको समुदय हुन्छ । यसको निवारण भएमा भव-प्रवाह स्वत: निवारण हुन्छ । यस विधाको लागि स्पष्ट तर स्वयं परिश्रम गर्नु पर्ने विधी सिकाउनु भएको छ । यसको अभ्यासले नै कोही ब्यक्ति दु:ख निरोधको परम अवस्था प्राप्त गर्न सक्छ । सुत्त पिटकको सारा अध्ययन पूरा गराएर आचार्य भिक्षु गिरिदत्त स्थविरले वीतशोकलाई अभिधम्म पिटकको गम्भिर शिक्षा पनि पढायो ।

यी दुवै परियत्ति शिक्षाका साथ-साथै आचार्य गिरिदत्तले आफ्नो शिष्यलाई प्रतिपत्तिको शिक्षा पनि दिलाए । आफूले अध्ययन गरेको, सुनेको शिक्षा वितशोकले जब आफ्नो अनुभवमा दर्शन गर्न पायो तब त्यस विद्या प्रति झन प्रभावित हुन थाल्यो । राजकुमार वीतशोक आफ्नो परिवार तथा राजकाजको जिम्मेवारी निर्वाह गर्दै एक आदर्श गृहस्थ जीवन यापन गर्न थाल्यो ।

समय वित्दैगयो । एक दिनको कुरा हो, सँधै झैं कपाल काट्नको लागि हजाम आए र उसले टाउकोको कपाल काटे, दाढी जुँगा खौरिदिए । सबै सफा गरेपछि हजामले सँधै झैं काटेको मिल्यो कि मिलेन हेर्न वीतशोकको हातमा ऐना राखिदिए । वितशोकले ऐनामा आफ्नो मुहार हेरे, कपाल काटेको हेरे । उनले आफ्नो टाउकोमा एक दुईवटा केश फुलेको देखे, मुहारमा पनि केही चाउरी परेको जस्तो देखे, यी दुबैले शरीरको जीर्ण अवस्थाको संकेत दिइरहेको थियो ।

यो घटनाले वीतशोकको मनमा धर्म संवेग जाग्यो अनेक पटक जन्मे झैं यो जन्म पनि विना केही काम त्यसै बित्न

Downloaded from http://www.dhamma.digital

लाग्यो। मावनको अनमोल जन्म प्राप्त भयो। यस्तो मुक्तिदायिनी धर्म-साधना प्राप्त भएको छ। यसबाट लाभ उठाउनु पर्छ। थाहा छैन मृत्यु कहिले टुप्लुक्क आइपुग्छ ।

यसतो धर्म चेतना मनमा जाग्यो र धर्मसाधनामा तल्लीनताकासाथ लागे । उनले स्रोतापन्न अवस्था प्राप्त गरे । जब शरीर र मनको पर, इन्द्रियातीत अवस्थाको ज्ञान भयो तब धर्म संवेग झन तीब्र हुन थाल्यो । यस मानव जीवन र मुक्ति दायीनी विद्याको पूरा पूरा लाभ उठाउन चाहे । अत: उनले गृहस्थ जीवनलाई त्यागे, राजमहलको मिथ्या प्रलोभनलाई त्यागेर चीवर धारण गरे, भिक्षु भए। गुरु गिरिदत्तको निर्देशन अनुसार साधना अभ्यासमा लागे। सूक्ष्म सत्य दर्शनको अभ्यास गर्दा गर्दै वीतराग, वीतद्वेष, वीतमोह भए र सही अर्थमा वीतशोक भए । मानव जीवनको परम लक्ष्य प्राप्त गरे; मुक्त भए; उनको मुखबाट स्वत: उदानका ब्याक्य प्रस्फुटन भयो। जुन यस प्रकार छन्- "केश काट्न हजाम म कहाँ आए। उसंग ऐना लिएर मैले आफ्नो शरीरको प्रत्यवेक्षण गरें तब ममा विपश्यनाको अन्तदृष्टि जाग्यो ।

तुच्छो कायो अदिस्सित्थ - जरा, मरण र क्षण- क्षण परिवर्तन हुने यस निस्सार, तुच्छ शरीरको कायानुपश्यनाको साधनाले स्वयं प्रत्यक्ष दर्शन गरें ।

अंधकारे तमो व्यगा - अविद्याको सारा अंधकार विदीर्ण भयो ।

सब्बे चोला समुच्छिन्ना - भव संस्कारका सारा पर्दा उघ्रीयो । परम सत्यको अनावरण भयो ।

नत्थिदानी पुनब्भवो - अब मेरो लागि पूनर्जन्म छैन। पूनर्जन्म हुने कारणका समस्त संस्कार छूट्यो ।

फुलेको सेतो कपालको दर्शनले साधकलाई सत्य दर्शन गर्ने प्रेरणा दियो। एक भाग्यशाली सम्राट अशोकलाई शुद्ध धर्म प्राप्त भयो र सारा देशले सद्धर्म प्राप्त गरे । देशका अनेकौं व्यक्तिहरूले सुख-शान्तिको सही मार्ग प्राप्त गरे ।

राज्य परिवारका एक दुई जना व्यक्ति अभाग्य रहे उनीहरू धर्म विमुख रहे । बाँकी सबै मंगलमार्गी भए । उनीहरू मध्ये अनेक जीवन मुक्त भए, ती मध्ये वीतशोक एक जना थियो ।

कल्याण मित्र
स.ना.गो.

सही बुद्ध वन्दना

समय बित्दै जान्छ । बुद्धले सिकाउनु भएको पुरातन शुद्ध धर्ममा पनि नाना प्रकारका अशुद्धिहरू देखिन थाल्छ । मानिसहरू मुक्ति दायिनी शुद्ध साधना गर्न विर्सन्छन् । धर्मको नाममा कुनै न कुनै साम्प्रदायिक जंजाललाई प्रमूख बनाउँछन्, कर्मकाण्ड प्रमुख बनाउँछन् । बाह्य आडम्वर प्रमूख भए पछि विभिन्न प्रकारका काल्पनिक दार्शनिक मान्यताहरूलाई सत्य मानेर मुक्तिमार्ग त्यही हो भनी ठान्दछन् वास्तविकता भूल्दछन् ।

यस्तो समयमा कोही ब्यक्तिले सत्यको खोजी गरेर सत्यमार्ग खोजी निकाल्दछ । आफू स्वयंले त्यसको अभ्यास गरेर अन्तिम लक्ष्यसम्म पुग्दछ र मुक्त हुन्छ, शुद्ध हुन्छ, बुद्ध हुन्छ । भव संस्करका सम्पूर्ण पर्खाल भत्काएर पूर्णरूपमा मुक्त हुन्छ । यस्तो ब्यक्तिको मन जगत जंजालमा फसिरहेका ब्यक्तिहरूलाई देखेर असीम करुणाले भर्दछ । जगतका सबैले यस मूक्तिमार्गको अनुसरण गरेर अन्तिम लक्ष्यसम्म पुग्नु त्यति सजिलो छैन, सम्भव छैन, तर जति जना योग्य छन् कमसेकम तिनीहरूले त अवसर पाउनु पर्‍यो । यसै जन्ममा नभए पनि भविष्यमा कुनै जन्ममा होला । यदि कोही यस मार्गमा एक कदम पनि अघि बढ्न चाहेन भने के गर्ने ? उस्को आफ्नै अमंगल हुन्छ। आफ्नो छेउबाट नदी बगे पनि तिर्खाएको ब्यक्ति जस्तै हुन्छ । जतिले सक्छ त्यतिले त सक्दो लाभ उठाउनु पाउँछ । उनीहरूलाई किन वञ्चित राख्ने ? यसरी दुखी ब्यक्तिहरूलाई अत्यंत करुण चित्तले मार्ग देखाउनको लागि कृतसंकल्प हुनुभयो । शुरुमा त मार्ग प्रकाशित गर्न पनि कठिन, अनेक मत-मान्यताहरूको शंका-उपशंकाहरू मनमा उत्पन्न भयो। तर भगवानको मंगलमयी अमृत वाणी सुनेर मानिसहरू बिस्तारै आश्वस्त भए र स्वानुभूति द्वारा उनी प्रति र मुक्तिदायिनी साधना विधि प्रति सर्वथा निशंक भए ।

भगवान गौतम बुद्ध सम्यक सम्वोधि प्राप्त गरेर जब आफ्ना पाँच तपस्वी साथीहरूलाई यस विमल बिमुक्तिको मार्ग देखाउन ऋषिपतन मृगदाय पुग्नुभयो, त्यहाँ पनि यही भयो । भगवानको जन्मभूमि शाक्य प्रदेशबाट आएका यी पाँचजना साथीहरू लगभग छ: बर्षसम्म संगै बसेर भिन्न भिन्न साधनामा साथ दिइरहेका थिए। उनीहरू पनि भगवानको कुरा मान्न तयार थिएनन्। आफ्नो पूरानो अन्धमान्यताको कारण बुद्धको कुरा पनि स्वीकार गर्न सकेका थिएनन् । किनकी उनीहरूले त त्यस ब्यक्तिले दुष्कर चर्या परित्याग गरेको देखेका थिए । यस काय ढंडनको अतिरिक्त अन्य कुनै मुक्ति मार्ग हुनै सक्दैन भन्ने उनीहरूको सोचाई थियो। अत: यस्तो ब्यक्ति कसरी बुद्ध बन्न सक्ला ? शंका नै शंका थियो । उनी प्रति श्रद्धा थिएन । यहाँ सम्म कि टाढाबाट आएको देखेर पनि सामान्य शिष्टाचारजन्य स्वागत सत्कार गर्न पनि तयार थिएन ।

भगवानको कल्याणमय उपदेश सुनेपछि उनीहरू अली प्रभावित भए। भगवानको वाणी स्वयंले अनुभव गरेर हेरे पछि मात्र काय दंडनको दुष्कर चर्या बाहेक अर्को पनि मुक्तिमार्ग हुन सक्ने बिश्वास भयो। अभ्यास गर्दै जाँदा एक पछि अर्को मुक्त हुँदै नितान्त बिमुक्तिको अवस्था प्राप्त गरे ।

भगवानका यी पाँचजना पुराना साथीहरू पनि धर्मचारिका कार्यमा सम्मिलित भए। गाउँ गाऊँ नगर नगर परिक्रमा गरेर शुद्ध धर्मको सन्देश प्रसारित गर्दै रहे र असीम अनुकम्पापूर्वक बहुजन हित सुखमा लागे । कृज्ञता विभोर भएर लोक सेवामा लागे । आफ्नो शास्ताको प्रति उनीहरूको सही वन्दना यही थियो ।

कल्याण मित्र
स.ना.गो.

Downloaded from http://www.dhamma.digital

धर्मश्रृङ्गमा आगामी महिनामा सञ्चालन हुने शिवर कार्यक्रम :

१. निम्न कार्यक्रमहरू मध्ये आफूलाई अनुकूल शिविरमा सम्मिलित हुनुपूर्व कृपया आचार संहिता पढ्नुहोस् । कमसेकम दुई हप्ता अगाडि आवेदन पत्र भरेर व्यवस्थापनमा सम्पर्क राख्नुहोस् ।

२. शिविरको आरम्भ शुरूदिनको साँझ हुनेछ र समाप्त अन्तिम दिनको बिहान करीब सात बजे हुनेछ । शिविरार्थीहरूलाई अनुरोध छ कि शिविर शुरू हुने दिनमा नै शिविर स्थलमा आउनु होला, त्यसभन्दा अगाडिको वा पछाडिको दिनमा होइन ।

३. शिविर स्थलमा आउँदा साथमा टर्च, तन्ना, ओड्ने (सल) तथा मौसम अनुकूलको लुगा र दैनिक उपयोगका सामानहरू ल्याउन नभूल्नु होला ।

४. शिविरको सञ्चालन पूज्य गुरुजीद्वारा मनोनीत सहायक आचार्यबाट हुनेछ ।

५. **एक दिवसीय शिविर**: दश दिनको विपश्यना शिविर बसिसकेका पूराना साधकहरूले यस शिविरमा सम्मिलित हुन सक्नेछ । यो शिविर प्रत्येक अंग्रेजी महिनाको अन्तिम शनिवार सञ्चालन गरिनेछ। शिविरमा सहभागी हुन ज्योति भवनमा अनिवार्य रूपमा सम्पर्क राख्नुहोला ।

६. **सत्तिपट्ठान शिविर**: यस शिविरमा सहभागी हुन कमसेकम तीनवटा दश दिवसीय शिविर बसिसकेका पुराना साधक हुनुपर्छ । एकवर्षसम्म गम्भिरता पूर्वक दैनिक अभ्यास गरेको हुनुपर्छ ।

७. **दीर्घ शिविर**: ३० दिवसीय दीर्घ शिविरमा सम्मिलित हुनको लागि २० दिवसीय शिविर गरेको साधक हुनुपर्छ ।

- पूज्य गुरुजी अथवा कुनै पनि सहायक आचार्यको शिफारिस गरेको हुनुपर्छ ।

मार्च १-१२		
(फाल्गुन १८-२९)	-	१० दिवसीय
मार्च १४-२५		
(चैत्र १-१२)	-	१० दिवसीय
अप्रिल १-१२		
(चैत्र १९-३०)	-	१० दिवसीय
अप्रिल ४-१२		
(चैत्र २२-३०)	-	सतिपट्ठान (पुराना साधक मात्र)
अप्रिल १४-२५		
(वैशाख १-१२)	-	१० दिवसीय
अप्रिल २५-६ मई		
(वैशाख १२-२३)	-	१० दिवसीय
मई ९-१३		
(वैशाख २६-३०)	-	३ दिवसीय (पुराना साधक मात्र)
मई १४-२५		
(जेष्ठ १-१२)	-	१० दिवसीय
मई २५-२५ जून		
(जेष्ठ १२-११ आषाढ)	-	३० दिवसीय (पुराना गम्भिर साधक मात्र)

दानपारमिता बढाउने सुअवसर

नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्गको पुरुष निवास तर्फ आवासीय भवनको कमी भएकोले नयाँ भवन निर्माण गर्न नक्सा तयार गरिसकेको कुरा जानकारी गराउन चाहन्छौं । उक्त भवन निर्माण गर्न रु. २९ लाख ४० हजार लाग्ने अनुमान गरिएको छ । यसको साथै धर्मश्रृङ्गमा कार्यालयको अगाडि रहेको छिमेकीको पुरानो घर रु. ६ लाखमा केन्द्रले खरिद गर्ने कुरा भइरहेको छ । उक्त घर खरिद गरिएमा यस आयोजनाको लागत रु. ३६ लाख हुनेछ। हाल निर्माण हुने भवनको डिजाइन अनुरूप सो भवन ३ तल्लाको हुनेछ र जसमा सुबिधायुक्त १५ कोठा (Attach Bath) हुनेछ । यसबाट आवास क्षमतामा ३० जना साधकहरूको बृद्धि हुनेछ। यस योजनामा अधिक भन्दा अधिक साधक साधिकाको सहभागी होस् भन्ने उद्देश्यले यसभन्दा अगाडि सूचना प्रकाशित गर्दा मिति २०५७/१०/२ गते सम्म रु. १० लाख ८३ हजार ९६३ दान प्राप्त भई बैंक दाखिल भइसकेको छ । आफ्नो इच्छा अनुसार दान दिन सक्ने भएकोले यस पूण्य कार्यमा दान दिई दानपारमिता बढाउन सकिने कुरा सम्पूर्ण साधक साधिकाहरूलाई जानकारी गराइन्छ ।

साधकको प्रश्न पूज्य गुरुजीको उत्तर

प्र. विपश्यनाको व्यवहारिक फाइदाहरू के छन् ? म देख्दछु मान्छेहरू बस्दछन्, साधना गर्दछन् र शिविरको अन्तमा आएर शान्तपूर्ण र सुखी देखिन्छन् । तर दैनिक जीवनमा बेला बेलामा आइपर्ने ब्याकुलतामा यसलाई कसरी उपयोग गर्न सकिन्छ ?

उ. दश दिने शिविरमा भाग लिन आउने साधकहरू सांशारिक जीवनको दु:ख वा संकटबाट भाग्न आएको होइन । वास्तवमा आफ्नो दैनिक जीवनमा यसलाई प्रयोगमा ल्याउनलाई यो विधि सिक्न आउँछन् । विपश्यनालाई दैनिक जीवनमा लगाउन सकेन भने यो अर्थ हिन हुन्छ र यो पनि अर्को संसकार एवं कर्मकाण्ठ हुन जान्छ या यो सहयोगी हुन्न । तसर्थ विपश्यना भावनाको विधि सिक्नेले यसलाई आफ्नो दैनिक जीवनमा लगाउन भरसक कोशीश गर्दछन् ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

प्र. के विपश्यना बुद्ध धर्मको एक भाग हो ? के अरू धर्मको धर्मालम्वीहरू यो अभ्यास गर्न सक्दछन् र के यस्ले कुनै तरिकाले धार्मिक अभ्यासमा हस्तक्षेप गर्दछ ?

उ. एउटा कुरो स्पष्ट हुनुपर्दछ - निश्चय पनि यो धर्म होइन; यो निश्चय पनि बुद्धको शिक्षा हो । बुद्धको अर्थ अरहंत एवं मुक्त व्यक्ति हो भन्ने कुरा बुझ्नु पर्दछ । अरहंत, मुक्त व्यक्तिले कहिले पनि साम्प्रदायिक कुरा सिकाउँदैन, बरू जीवनको कला सिकाउँदछ जुन विश्व व्यापी हुन्छ । उनीहरूले कुनै वर्गया सम्प्रदाय स्थापित गर्दैन । तसर्थ बुद्ध धर्ममा यस्तो कुरा छैन, यो त जीवनको कला या शैली हो । तसर्थ कुनै पनि समुदाय, वर्ग या धार्मिक समुहकाले कला या शैलीको नाताले यसलाई सजिलैसंग अभ्यास गर्न सकिन्छ ।

प्र. के मान्छेलाई मुक्तिको पथमा लैजाने वा अरहन्तसम्म डोऱ्याउने अरू कुनै बाटा छन् ?

उ. भावना विधि चित्तलाई विशोधन पार्ने हुनु पर्दछ । यदि चित्तको विशद्धता विना अरहन्तसम्म लैजाने अरू कुनै बाटो छ भने यो कुरा म बुझ्न सक्दिन । यदि चित्तलाई बुद्ध पार्ने, मनलाई राग, द्वेष, अज्ञानता भ्रमबाट दूर गर्ने या मुक्त पार्ने कुनै विधि छ भने यसले निश्चय पनि मुक्त बनाउँछ ।

प्र. के तपाई विस्तृत गर्न सक्नु हुन्छ कि व्यापारी, कारखानामा कार्यरत, गृहीणी तथा डाक्टरले यो विपश्यना भावनालाई कसरी काममा लगाउँदैछन् ?

उ. हरेक व्यक्तिको जीवनमा समस्यात छँदैछन् । विभिन्न समस्यको कारणबाट तनाब हुन्छन् नै । तनावको उदयले मन अन्यौलमा पर्दछन् र हरेक निर्णय बेठीक हुन्छ । एक असल विपश्यनाको साधक कठीनाई सामना गर्न परेको बेलामा पनि दृढ, शान्त भई आफ्नो सकारात्मक कार्यबाट स्वस्थ निर्णय गर्दछ ।

धर्म गाथा

हिन्दी

जब से छुटी विपश्यना, बढा अंध विश्वास ।
विना चित्त निर्मल किये, करे मुक्ति की आश ॥

यदि मांगे बंधन खुलें, बंढी रहे न कोय ।
यदि मांगे ही सुख मिले, दुखिया रहे न कोय ॥

किसी देव या ब्रम्ह से, मुक्त हुआ ना कोय ।
जो चित्त को निर्मल करे, स्वतः मुक्त है सोय ॥

विपश्यना के नीर से, मन के मैल उतार ।
मैले मन ना हो सका, कोई भव से पार ॥

अंतरमन की चेतना, लहर लहर लहराय ।
काम क्रोध मद लोभ के, मैल सभी धुल जांय ॥

लौटी विमल विपश्यना, अमृत घट ले हाथ ।
तृषितों की तृष्णा बुझे, लोग नवावें माघ ॥

हिन्दी

कैसा कालप्रवाह है, सरिता बहता नीर ।
उठ उठ गिर गिर विखरती, लहरे. सागर तीर ॥

उठती लहर समुद्र की, उठ उठ गिरती जाय ।
ज्योति जगे, ऊँची उठे, उठ उठ मिटती जाय ॥

जो जो भी उत्पन्न हो, भंगमान है सोय ।
जो भी जन्मे, मौत के, मुँह से बचे न कोय ॥

समझौता ना हो सके, मृत्युराज के साथ ।
बजे नगडा कूचका, जाए खाली हाथ ॥

पुष्प पल्लवित डाल पर, लिपटा बिषधर व्याल ।
जीवन की मुस्कान पर, छाया काल कराले ॥

ना मरनेकी लालसा, ना जीने का लोभ ।
समय पके तो चल पडे, जरा न होवे क्षोभ ॥

मंगल कामना सहित
भाजुरत्न फर्मा
विरगञ्ज

सम्पादक : रोशनी शाक्य, *प्रकाशक :* नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ३७१६५५, ३७१००७ *पौष २०५७*
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, प्रधान कार्यालय फोन : ४३४ ८५०, ४३४ ७५३; शाखा कार्यालय फोन : २५ ९० ३२, २५९४५०, फ्याक्स : (+९७७-१) २५८६७८

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२

साधकको नाम : ……………………………

ठेगाना : ……………………………

……………………………

……………………………

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

Downloaded from http://www.dhamma.digital