

विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४६

भाद्र २०५९

वर्ष १९ अङ्क ५

धम्मवाणी

दुक्खप्पत्ता च निदुक्खा, भयप्पत्ता च निब्भया ।
सोकप्पत्ता च निस्सोका, होन्तु सब्वेपि पाणिनो ॥
पुब्बपहसुत्त-४

दुःखले ग्रस्त सबै प्राणी दुःखबाट मुक्त होस्, जो भयले
ग्रस्त छन् उनीहरू भयबाट मुक्त होस्, जो शोकले ग्रस्त छन्
उनीहरू शोकबाट मुक्त होउन् ।

सम्यक सम्बोधि कसरी प्राप्त हुन्छ ?

सम्यक सम्बुद्ध बन्नको लागि सुमेध ऋषीले थुप्रै त्याग गर्नु पर्थ्यो, थुप्रै कष्ट भोग्नु पर्थ्यो । अन्तिम जीवन यापन गरिरहेका सिद्धार्थ गौतम असंख्य कल्प अगाडि एकजना ब्राह्मण तपस्वी थियो जस्को नाम सुमेध थियो । उनी त्यस समयमा सम्यक सम्बुद्ध भगवान दीपंकरको सम्पर्कमा आएका थिए । त्यस समयमा उनीसंग जति पनि पूर्व संचीत पारमिताहरूको संग्रह थियो त्यस अनुसार भगवान दीपंकर संग विपश्यना सिकेर तत्कालै अरहत अवस्थाको साक्षात्कार गर्न सक्ने क्षमता उनमा विद्यमान थियो । परन्तु उनमा करुणाको यस्तो संवेग जाग्यो कि म एकजना मात्र मुक्त भएर के गर्नु यो भन्दा त मेरो विमुक्तिसंगै भगवान दीपंकर भैं अनेक व्यक्तिको विमुक्तिको सहायक बन्न सकूँ । साँच्चै कोही सम्यक सम्बुद्ध भयो भने त सबै प्राणीको भलाईको लागि नै हुन्छ ।

बुद्धो लोके समुपपन्नो, हिताय सब्बपाणिनं ।

सामान्य अरहत अवस्था प्राप्त गर्नको लागि दश पारमिता पूर्ण गर्नु आवश्यक हुन्छ । पारमी अथवा पारमीता सद्गुणहरूको परिपूर्णतालाई भनिन्छ जस्को मद्दतबाट भव-संसारको अर्को छेउ निर्वाणको साक्षात्कार गर्न सकिन्छ । दश पारमितामा

- | | | |
|-----------------------|-------------|--------------|
| १. दान | २. शील | ३. निष्क्रमण |
| ४. प्रज्ञा | ५. वीर्य | ६. क्षांति |
| ७. सत्य | ८. अधिष्ठान | ९. मैत्री र |
| १०. उपेक्षा पर्दछन् । | | |

सम्यक सम्बुद्ध हुनको लागि यी दशवटा पारमिताका साथ साथै अधिक परिमाणमा तथा अधिक सधनता पूर्वक परिपूर्ण गर्नु आवश्यक हुन्छ । यी दश पारमितालाई पूर्ण गर्नको लागि आफ्नो धन सम्पदा, वैभव-ऐश्वर्य, प्रभुत्व-सत्ता मात्र होइन कहिले काही आफ्नो शरीरका अंगहरूको पनि परित्याग गर्नु पर्ने हुन्छ त्यसलाई दश उपपारमिता भनिन्छ ।

यदि पारमिता पूर्ण गर्नको लागि आफ्नो जीवनको नै परित्याग गर्नु पर्थ्यो भने त्यसलाई दस परमत्थ (परमार्थ) पारमिता भनिन्छ ।

सम्यक सम्बुद्ध बन्नको लागि यसरी तीसवटा पारमिता पूर्ण गर्नुपर्दछ । यसको लागि बोधिसत्वले असंख्य कल्पसम्म अनगिन्ती जन्म लिएर भव-चक्रको भ्रमण गर्नु पर्छ । तपस्वी सुमेध यस कामको लागि तयार भए कि अनेक जन्मसम्म बोधिसत्व भएर अधिक पारमिताहरू पूर्ण गर्दै स्वयंले

धर्मको पालन गरेर आफ्नो त कल्याण गर्छु नै साथ साथै अन्य व्यक्तिहरूलाई सद्मार्गमा ल्याएर तिनीहरूको पनि कल्याणको कारण बन्दछु भन्ने उनले सोचे । अहो, बोधिसत्वचर्यामा त आफ्नो हितको साथ-साथै अरुको हित पनि हुनेछ, सबैको हित हुने रहेछ । यस असीम मैत्री चित्तको कारण तत्कालै मुक्त हुन सक्ने अवस्थालाई त्यागेर सामान्य दशवटा पारमिताको ठाउँमा तीस विशिष्ट पारमितालाई अधिक भन्दा अधिक परिमाणमा संग्रह गर्न लामो समयसम्म भव भ्रमण गरेर दुःख कष्ट ग्रहण गर्ने निधो गरे । ब्राह्मण तापस सुमेध भगवान दीपंकर संग आशीर्वाद प्राप्त गरेर सम्यक सम्बोधि प्राप्त गर्ने लक्ष्यमा लोक हित गर्दै भव-संस्करणमा लागे । यस जीवनमा आएर उनले सम्यक सम्बोधि प्राप्त गरे ।

आफू सम्यक सम्बुद्ध भएको घोषणा उहाँले पहिलो पल्ट बाटोमा हिंड्दै गरेका प्ररिब्राजक उपकका सामू गर्नुभएको थियो । यही घोषणा आफ्नो पूराना साथीहरू जस्ले छः वर्षसम्म सेवा गरेका थिए उनीहरूको सामुन्ने ऋषिपत्तन मृगदायमा गर्नु भएको थियो ।

अरहं, भिक्खवे, तथागतो सम्मासम्बुद्धो ।

आचार्य आलारकालामसंग सातौं ध्यानसम्म र उद्दक रामपुत्रसंग आठौं ध्यान सिकेर जब केवल समाधि मात्र पुष्ट भएको पाए, प्रज्ञा-विमुक्ति पाएन, सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएन तब छः वर्षसम्म त्यससमयको समाजमा प्रचलित शरीरलाई दण्ड दिने दुष्करचर्यालाई बडो कठोरता पूर्वक अपनाए । परन्तु त्यो चर्या अत्यन्त कामनलाग्ने अर्थहीन सावित भयो । र त्यसलाई त्यागिदियो । यो देखेर उनका पाँचै जना साथीहरू बोधिसत्वलाई प्रधानविभन्त अर्थात पथभ्रष्ट मानेर छोडी गए । त्यस पछि बोधिसत्वले आहार ग्रहण गरेर शरीरमा बल प्राप्त गरे र नयाँ बाटो खोजी निकाले; जुन परम फलदायक सिद्ध भयो । यसैलाई संकेत गरेर उहाँले धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नु भयो र पञ्च वर्गीय भिक्षुहरूलाई सम्झाउनु भयो - द्वेमे, भिक्खवे, अन्ता पब्बजितेन न सेवितब्बा ।

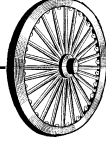
- भिक्षुहरू, यी दुई अतिका मार्ग हुन्, यसमार्गलाई कोही गृहत्यागी, प्रब्रजित व्यक्तिले अपनाउनु ठीक छैन ।

कतमे द्वे-

कुन दुई मार्ग ?

एउटा त -

यो चायं कामेसु कामसुखल्लिकानुयोगो हीनो गम्मो पोथुज्जनिको अनरियो अनत्थसहितो ।



- यो जुन कामभोगमा लीन रहने मार्ग छ, त्यो हीन छ, गँवार छ, पृथग्जन अर्थात अनार्यहरू द्वारा सेवन गर्न लायक छ त्यो अनर्थकारी छ । अर्को मार्ग-

यो चायं अत्तकिलमथानुलोगो दुक्खो अनरियो अनत्थसंहितो ।

-यो जुन शरीरलाई दण्ड दिने मार्ग छ, जुन दुःखदायी छ, अनार्यहरू द्वारा सेवित छ त्यो अनर्थकारी छ ।

यी दुवै बाटोलाई त्यागेर

.....**मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा चक्खुकरणी जाणकरणी उपसमाय अभिञ्जाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति ।**

(सं.नि.धम्मचक्रपवत्तनसुत्त)

- तथागतले त्यस बीचको मार्गलाई अपनाउनु भयो जुन हेर्न लायकको छ; ज्ञानवर्धक छ; दुःख विनाश गर्दछ; ज्ञान दिलाउँछ; सम्बोधि दिलाउँछ; निर्वाण प्राप्त गराउँछ ।

संबोधि कसरी प्राप्त भयो त्यसलाई बुझौं ।

चार आर्यसत्यहरू हुन्-

१. इदं दुक्खं अरियसच्चं- यो दुःख आर्य सत्य हो ।
२. इदं दुक्खसमुदयं अरियसच्चं- यो दुःख समुदय आर्य सत्य हो ।
३. इदं दुक्खनिरोधं अरियसच्चं- यो दुःख निरोध आर्य सत्य हो ।
४. इदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं - यो दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य हो ।

यी चार आर्य सत्यको प्रज्ञा अति नै महत्वपूर्ण छ । दुःखको सत्य, दुःख हुनुको कारणको सत्य, दुःखको निवारण हुन सक्ने सत्य र दुःख निवारण गर्ने उपायको सत्य; जीवन जगतका यी चार महत्वपूर्ण सत्यलाई महत्व नदिएर धर्मको नाममा चल्ने साम्प्रदायिक कर्मकाण्ड र दार्शनिक मान्यताको जालमा मानिसहरू कसरी अल्भिरहन्छन् । यी चारवटा सत्यलाई राम्ररी बुझ्नेको खण्डमा मानव जीवनलाई सार्थक बनाउने कुरा बुझ्नुपर्छ । जसरी बाहिरको छाला र मासु सबै निकाले पछि स्वच्छ शंख प्राप्त हुन्छ त्यस्तै यी चार सत्यलाई निरर्थक कर्मकाण्ड र दार्शनिक जंजालबाट अलग राख्नु भनेर त्यसको स्वच्छता स्वयं प्रकट हुन थाल्छ । यी चार प्रकारका सत्यका निर्मल र स्वच्छता यस प्रकार, यस रूपमा पहिला कहिले पनि सुनेको नै थिएन, यसलाई बुझ्नु त धेरै टाढाको कुरा भयो त्यसैले भनियो-

पुब्बे अननुस्सुतेसु- पहिला कहिले पनि सुनेको नै थिएन ।

यदि यी चार सत्यको बारेमा सुनेको भएता पनि श्रद्धाले अथवा बुद्धिले स्वीकार गरेको भएता पनि कुनै एउटा साम्प्रदायिक मान्यता बनेर रही रहन्थ्यो । यसलाई स्वीकार गरेर अथवा मान्दैमा कोही व्यक्ति मुक्त हुँदैन, सम्यक सम्बोधि उत्पन्न हुनु त धेरै परको कुरा भयो ।

यी चार सत्य मध्ये प्रत्येकलाई तीन स्वरूपमा थाहा पाउनु पर्छ **तिपरिवट्टं द्वादसाकारं** यसरी बाह्र प्रकारले जानेमा मात्रै कोही व्यक्तिले सम्यक सम्बोधि प्राप्त गर्दछ । यी चार सत्यलाई तीनै प्रकारले जानौं ।

१. दुःख आर्यसत्य ।

- (क) दुःख छ, यसलाई स्वीकार गर्ने ।
- (ख) **परिञ्जेयं** - यो सत्य परिज्ञेय छ, स्वअनुभव द्वारा दुःखको सम्पूर्ण परिधिको परिपूर्ण ज्ञान उपलब्ध गर्नु पर्दछ, यसलाई बुझ्ने ।
- (ग) **परिञ्जातं** - यो सत्य परिज्ञात भयो, यसलाई अनुभव द्वारा स्वयंले थाहापाउने ।

२. दुःख समुदय आर्यसत्य ।

- (क) तृष्णा नै दुःखको कारण हो, यस सत्यलाई स्वीकार गर्नुपर्छ ।
- (ख) **पहातब्बं**- तृष्णालाई प्रहाण गर्नु पर्छ, यसलाई बुझ्ने ।
- (ग) **पहीनं**- तृष्णालाई प्रहाण गर्ने, यसलाई अनुभवले थाहापाउने ।

३. दुःख निरोध आर्यसत्य ।

- (क) दुःखको नितान्त निरोध हुन सक्छ, यस सत्यलाई स्वीकार गर्नुपर्छ ।
- (ख) **सच्छिकातब्बं**- यस सत्यलाई साक्षात्कार गर्नु पर्छ भन्ने बुझ्ने ।
- (ग) **सच्छिकतं**- साक्षात्कार गर्ने, यसलाई अनुभूति द्वारा थाहा पाउने ।

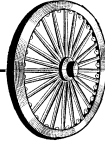
४. दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा आर्यसत्य ।

- (क) शील, समाधि र प्रज्ञाका यी आठ अंगको मार्ग दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा हो, यस सत्यलाई स्वीकार गर्नु पर्छ ।
- (ख) **भावेतब्बं**- यस प्रतिपदा अर्थात मार्गको भावना गर्नु पर्छ अर्थात् यसलाई पटक पटक गरेर अनुभवले जान्नुपर्छ ।
- (ग) **भावितं**- यसलाई अनुभव गर्ने, आफ्नो अनुभवद्वारा थाहा पाउने ।

यी चारआर्यसत्यलाई तीन वटा स्वरूप मध्ये पहिलोलाई श्रुत-ज्ञान, दोस्रोलाई चिन्तन ज्ञान र तेस्रोलाई प्रत्यक्ष-ज्ञान भन्नु उचित होला । तीन फरक फरक स्वरूपमा कसरी थाहापाउने बुझौं ।

१ (क) पहिलो आर्यसत्यको पहिलो स्वरूप हो दुःख छ भनेर स्वीकार गर्नु । बूढो हुनु, रोगी हुनु र मृत्यु हुने दुःखलाई स्वीकार गर्नु त्यति गाह्रो छैन । त्यस्तै प्रकारले मन नपर्ने संग साथमा बस्नु मन पर्नेसंग विछोड हुने दुःखलाई बुझ्नु पनि त्यति गाह्रो छैन । जुन आफूले इच्छा गरेको हो त्यो नपाउँदा हुने दुःखलाई पनि सरलता पूर्वक स्वीकार गर्न सकिन्छ । परन्तु मनुष्य लोकमा कुनै धनी, समृद्ध, शक्तिशाली परिवारमा जन्म लिनु अथवा कुनै देवलोकमा रूप तथा अरुप ब्रह्मलोकमा जन्म लिनु पनि वस्तुतः दुःख नै हो- यसलाई स्वीकार गर्नु सबैको लागि त्यति सजिलो हुँदैन । यो लौकिक सुखलाई सुख मान्नेहरूका लागि यो अनित्य स्वभावको भएको कारण यो पनि दुःख नै हो । यसलाई स्वीकार गर्नु त्यति सजिलो छैन । यसलाई अनित्य मान्दा मान्दै पनि लौकिक सुखमा भूलिरहनेहरू मध्ये पनि आफ्नो दार्शनिक मान्यता प्रतिको आसक्तिको कारण नाम र रूपको पाँच स्कन्ध मध्ये कुनै एकलाई नित्य, ध्रुव, कूटस्थ आत्मा मानेर त्यसलाई शाश्वत सुखको केन्द्र मान्दछ । कसैले देवलोक अथवा ब्रह्मलोक र त्यहाँका निवासी देवताहरूलाई अमर मानेर त्यसैमा रमाएको छ भने त्यसको अनित्य स्वभावलाई दुःख भनेर कसरी स्वीकार गर्न सक्ला ? आफ्नो साम्प्रदायिक मान्यतामा डुबेको व्यक्तिले जीवन भर दुःख छ भन्ने आर्यसत्यको पहिलो खुडकिलोलाई स्वीकार गर्नुको बडला विरोध गर्दछ कि यो मानवी धन सम्पदा ऐस आरामको प्रत्यक्ष सुख र दिव्य तथा ब्राह्मी आनन्दलाई दुःख हो भन्नु त निराशावादी विधारधारा भयो । यो आर्यसत्यलाई कहिल्यै स्वीकार गर्न सक्दैन । यस भव संसारमा पटक पटक जन्म लिएर मृत्यु हुने, सबै दुःखबाट मुक्ति दिलाउने मार्ग हुनु त आशावादीको मार्ग हो यहाँ निराशाको कुनै ठाउँ छैन तर मानिस आफ्नै अवुभ मनोभावनामा अल्भी नै रहन्छ ।

यस्तो अवुभ र मिथ्या दृष्टिबाट छुटकारा पाएर अथवा बुद्धवाणीमा श्रद्धा राखेर यदि कसैले यसलाई स्वीकार गरेता पनि उपादान अर्थात आसक्तिको कारण यो नाम रूप अर्थात शरीर र चित्तको पञ्चस्कन्धको उत्पत्ति हुनु दुःख हो अर्थात चाहे कुनै लोकमा जन्म हुनु त्यो पनि दुःख हो भनेर बुझ्ने पनि त्यो बाहिरी मात्र हुन्छ । यसबाट शंकाहरू हट्न सक्लान्



तर मनको भित्री तहसम्म रहेको भव बनाउने संस्कार हट्न सक्दैन । अतः दुःख सत्यलाई मात्र श्रद्धा पूर्वक मान्दैमा कोही व्यक्ति मुक्त हुन सक्दैन, ज्ञान प्राप्त गर्न सक्दैन ।

(ख) विमुक्तिको लागि पहिलो आर्यसत्यको दोस्रो स्वरूप बुद्धिको स्तरमा बुझ्नु अर्थात् बुद्धिले यो कुरा बुझ्नु पर्‍यो कि दुःख परिज्ञेय छ । स्वअनुभव द्वारा दुःखको सम्पूर्ण क्षेत्रको परिधिसम्म परिपूर्ण ज्ञान हुनु पर्दछ । पञ्चकस्कन्धको सारा क्षेत्र दुःखको क्षेत्र हो, दुःखको परिधिसम्म नजानीकन सम्पूर्ण क्षेत्रको बारेमा थाहा हुँदैन । यस आर्यसत्यको स्वरूपमा केवल बुद्धिले थाहापाउँन खोज्छ, मुक्ति बाट टाढै रहेको हुन्छ ।

(ग) सम्बोधि प्राप्त गर्नको लागि यस पहिलो आर्यसत्यको तेस्रो स्वरूपमा आफ्नो अनुभूति द्वारा थाहा पाउनु पर्नेछ । दुःखको परिधिसम्मको सम्पूर्ण ज्ञानलाई आफ्नो अनुभवले जान्नुपर्छ । परिञ्जात भनेको दुःख सत्यको बारेमा सम्पूर्ण कुरा जान्नु हो । यसको लागि नाम र रूपको अर्थात् चित्त र शरीरको सम्पूर्ण उदय-व्यय हुने स्वभाव भएका क्षेत्रहरूमा अनुसन्धान गर्नु पर्दछ । सम्पूर्ण क्षेत्रमा परिपूर्ण अनुभव भयो कि भएन कसरी थाहा पाउने ? यसको बारेमा तबमात्र थाहा हुन्छ जब रूपको क्षेत्रभन्दा पर, नामको क्षेत्र भन्दा पर, इन्द्रियको क्षेत्र भन्दा पर निर्वाणको साक्षात्कार हुन्छ । अन्यथा यस अनित्य स्वभावको क्षेत्र भित्र नै कुनै सूक्ष्म सुखद अवस्थाको अनुभव हुँदैन । दुःख आर्यसत्यलाई परिज्ञान गरेको थान्दछ । मैले सम्पूर्ण दुःखभन्दा परको सुखद अवस्थाको अनुभव गर्ने भन्ने भान पर्दछ । यस भ्रान्तिबाट बच्नको लागि निब्बानं परमं सुखंलाई स्वअनुभवबाट थाहापाउनु पर्दछ । यसको विना दुःखको परिज्ञान हुँदैन । परिज्ञान हुनुको लागि सारा ज्ञान अनुभव द्वारा थाहापाउनु पर्दछ, तब मात्र प्रथम आर्यसत्यको तेस्रो स्वरूपलाई सही ढंगले थाहापाउँछ ।

यस्तै प्रकारले दोस्रो आर्यसत्यलाई पनि तीन स्वरूपमा जान्नु पर्दछ ।

२ (क) पहिलो स्वरूपमा यो स्वीकार गर्नु योग्य हुन्छ कि तृष्णाको उदय हुनु नै दुःखको समुदय हुनु हो । तर काम-भोग गर्दा सुखद थान्ने व्यक्ति काम-भोग द्वारा उदय हुने तृष्णालाई दुःख समुदय कसरी मान्न सक्छ ? त्यस्तै प्रकारले अनित्य स्वभाव भएका पाँच स्कन्ध मध्ये कुनै एउटालाई अमर आत्मा मान्ने व्यक्ति अथवा अन्य कुनै लोक र त्यहाँका निवासीहरू अमर मान्ने व्यक्तिले त्यस लोकमा उत्पन्न हुने तृष्णा(इच्छा) लाई दुःख समुदय कसरी मान्न सक्छ ? त्यस्तै प्रकारले भवचक्र नष्ट होला भन्ने डर मान्ने व्यक्तिले विभव-तृष्णालाई दुःख समुदय कसरी मान्न सक्छ ? कोहि व्यक्ति यी मिथ्या मान्यताबाट बाहिर आएर सोचदछ कि तृष्णा भनेको तृष्णा हो, चाहे त्यो काम तृष्णा होस् या भव तृष्णा या विभव तृष्णा होस्, यो तृष्णा जुन अवस्थामा जहाँ तहीं उत्पन्न भए पनि यसले दुःखको समुदय नै गर्दछ । श्रद्धायुक्त व्यक्तिले सुनेर यस सत्यलाई स्वीकार गर्न सके अन्य भ्रान्तिमा परेका व्यक्तिहरू भन्दा धेरै राम्रो हो । तर दोस्रो आर्यसत्यलाई यसरी स्वीकार गर्दैमा मुक्त हुँदैन ।

(ख) दुःखबाट विमुक्त हुनको लागि दोस्रो आर्यसत्यको दोस्रो स्वरूप पूर्णतया प्रहाण पहातब्बं गर्नु पर्छ । प्रहाण गर्नु पर्छ भन्ने कुरालाई पहिले त बुद्धिले स्वीकार गर्नु पर्छ ।

(ग) तर यस सत्यलाई बुद्धिले स्वीकार गरेर मात्र मुक्ति हुँदैन । प्रहाण गरेर आफ्नो अनुभवले जान्नु पर्दछ । दुःखद अनुभवको प्रति द्वेषको तृष्णाबाट छुटकारा पाउनु त सरल होला तर सुखद अनुभव भएको समय त्यस प्रतिको रागको तृष्णाबाट मुक्त हुनु त्यति सजिलो छैन । विपश्यनाको

गहिरो अभ्यास गरेर सुखद संवेदनाबाट मुक्ति प्राप्त गरेपछि रूप तथा अरूपका दुबै सूक्ष्म तृष्णा छुट्छ । अंततः निर्वाण प्राप्त गर्ने तृष्णा पनि रहँदैन, तब तृष्णाको साँच्चै निर्मूल हुन्छ । तब भव भन्दा परको निर्वाणको साक्षात्कार हुन्छ । तब दोस्रो आर्यसत्यको तेस्रो चरण सम्यक रूपले संबोध हुन्छ ।

यस्तै प्रकारले तेस्रो आर्यसत्य दुःख निरोधलाई पनि तीनै प्रकारले जान्नुपर्दछ ।

३ (क) जो व्यक्तिले तृष्णालाई दुःख हुनुको कारण हो भनेर स्वीकार गर्दैन उसले तृष्णा हट्यो भने दुःख हुँदैन भन्ने कुरालाई कसरी स्वीकार गर्दछ । ऊ आफ्नै दार्शनिक मान्यताको आधारमा कोही देवता या ब्रह्मा आएर यस दुःख संसारबाट मुक्त गराई देला भन्ने पर्खाईमा बसिरहेको हुन्छ । शुद्ध धर्मको वाणी सुनेर कसैले यस मिथ्या मान्यतालाई त्यागी कुन कारणबाट दुःखको समुदय भयो, त्यस कारणलाई हटायो भने दुःख हट्छ, दुःखको निरोध हुन्छ; यस आर्यसत्यलाई सही रूपले त बुझ्यो भने पनि यो एकतर्फी मात्रै हुन्छ । यति बुझेर कोही व्यक्ति दुःखबाट विमुक्त हुन सक्दैन । उसले यस सत्यको दोस्रो चरणलाई पनि बुझ्नुपर्छ ।

(ख) यस दुःख निरोधसत्यलाई आफूले साक्षात्कार गर्नु पर्छ । यसलाई स्वीकार गर्नु यस आर्यसत्यको दोस्रो चरण हो । तर यसलाई पनि केवल बुद्धिले मात्रै स्वीकार गर्दैमा दुःखबाट मुक्त हुँदैन ।

(ग) यस विमुक्तिको लागि तेस्रो चरण सच्चिक्कतं अर्थात् साक्षात्कार गर्ने भन्ने स्वअनुभव हुनुपर्छ । यस नित्य, शाश्वत, निर्वाणिक अवस्थाको साक्षात्कार जब पहिलो पल्ट हुन्छ तब उसले थाहा पाउँदछ कि-
यं किञ्चि सुदयधम्मं सब्बं तं निरोधम्मन्ति ।

जुन उत्पन्न हुने स्वभावको छ, त्यो निरुद्ध हुने स्वभावको पनि छ ।

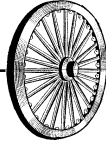
यस सत्यलाई अनुभव गर्नको लागि विरज, विमल, धर्मचक्षु उत्पन्न हुनु आवश्यक छ अर्थात् नाम-रूपको प्रपंचलाई शुद्ध रूपमा अनुभव गर्न सक्ने क्षमता प्राप्त हुनु पर्दछ । जुन विपश्यनाको अभ्यास द्वारा प्राप्त हुन्छ । यस अभ्यासले पहिले नाम-रूपको उत्पन्न र व्यय हुने सत्यको अनुभव हुन्छ । यसलाई तटस्थ भावले हेर्दै जाँदा चार अपाय गति तर्फ लैजाने भव बनाउने सारा संस्कार क्षीण हुन्छ तब नाम-रूप भन्दा परको, छः इन्द्रियहरू भन्दा परको नित्य र शाश्वतको पहिलो अनुभव हुन्छ । यो अवस्थालाई स्रोतापन्न भनिन्छ । भविष्यमा नितान्त विमुक्त हुन सक्ने क्षमता यस अवस्थामा प्राप्त हुन्छ । ऊ मुक्तिको स्रोतमा पुग्दछ । यस अवस्थामा पुगे पछि अपाय गतिबाट त मुक्त भएकै हुन्छ, अझ अगाडिका मार्गमा जान प्रयत्नशील हुन्छ । यस्तो व्यक्ति अधिक भन्दा अधिक सात जन्मसम्म जिएर बाँकी रहेका सारा गतिहरूबाट नितान्त विमुक्त हुन्छ । क्रमशः...

(साभार : त्रिपिटक में सम्यक सम्बुद्ध भाग-१)

कार्यशाला सम्पन्न

गत सेप्टेम्बर महिनामा बालशिविर प्रशिक्षण तथा पालि भाषाको प्रशिक्षण कार्यशाला सम्पन्न भयो । धर्मश्रुद्धमा आयोजना गरिएको एक दिवसिय बाल शिविर प्रशिक्षण तथा नगर कीर्तिमण्डप विहारमा आयोजना गरिएको पालि भाषा प्रशिक्षणका लागि भारतका आचार्य श्री सत्येन्द्रनाथ टण्डनज्यू नेपालमा आउनु भएको थियो ।

श्री टण्डनज्यूको सानिध्यमा भएको दुवै प्रशिक्षण निककै लाभप्रद भएको कुरा प्रशिक्षार्थीहरूबाट ज्ञात भएको छ । पालि प्रशिक्षण कार्यशालामा नेपालका आचार्य, वरिष्ठ साहायक आचार्य, सहायक आचार्य, ट्यूटी तथा अन्य धर्मसेवकहरूले प्रशिक्षण लिएका थिए । आठ दिनसम्म सञ्चालन गरिएको उक्त प्रशिक्षण कार्यशाला निककै शिक्षाप्रद अनुभव गरिएको थियो ।



धर्मश्रृङ्गा आगामी महिनामा सञ्चालन हुने शिविर 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 शुरुदिनको साँझ हुनेछ र समाप्त अन्तिम दिनको बिहान करीब सात बजे हुनेछ । शिविरार्थीहरूलाई अनुरोध छ कि शिविर शुरु 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 नभूलनु होला ।
४. शिविरको सञ्चालन पूज्य गुरुजीद्वारा मनोनीत सहायक आचार्यबाट हुनेछ ।
५. एक दिवसीय शिविर : दश दिनको विषयना शिविर बसिसकेका पुराना साधकहरूले यस शिविरमा सम्मिलित हुन सक्नेछन् । यो शिविर प्रत्येक अंग्रेजी महिनाको अन्तिम शनिवार सञ्चालन गरिनेछ । शिविरमा सहभागी हुन ज्योति भवनमा अनिवार्य रूपमा सम्पर्क राख्नुहोला ।

अक्टोबर १-१२

(आश्विन १५-२६)

- १० दिवसीय

अक्टोबर १२-२३

(आश्विन २६-६ कार्तिक)

- १० दिवसीय

नोभेम्बर ८-१९

(कार्तिक २२-३ मंसिर)

- १० दिवसीय

नोभेम्बर १९-३०

(मंसिर ३-१४)

- १० दिवसीय

डिसेम्बर १-१२

(मंसिर १५-२६)

- १० दिवसीय

डिसेम्बर ४-१२

(मंसिर १८-२६)

- सतिपट्टान

डिसेम्बर १४-२५

(मंसिर २८-१० पौष)

- १० दिवसीय

धर्म गाथा

हिन्दी

अहो भाग्य ! गुरुवर मिले, कैसे सन्त सुजान !
मार्ग दिखाया मुक्तिका, शुद्ध जगाया ज्ञान ॥
गुरुवर ! अंतर्जगत में, जगी सत्य की जोत ।
हुआ उजाला, धर्म से, अन्तस ओत-प्रोत ॥
अंतर की प्रज्ञा जगी, होए दूर विकार ।
तन मन शीतलता जगी, गुरुवर का उपकार ॥
दुर्लभ सद्गुरु का मिलन, दुर्लभ धर्म मिलाप ।
धर्म मिला सद्गुरु मिले, मिटे सभी संताप ॥
धन्य ! धन्य ! गुरुदेवजी, धन्य ! बुद्ध भगवान !
शुद्ध धर्म ऐसा दिया, होय जगत कल्याण ॥
काया चित्त प्रपंच से, विविध वेदना होय ।
निर्विकार निरखत रहें, बुद्ध वंदना सोय ॥

हिन्दी

उद्यम में पुरुषार्थ में, दिन दिन उन्नति होय ।
बने सहायक धर्म के, धर्म सहायक होय ॥
सतत कर्मरत ही रहे, विकल न होय उदास ।
भरा रहे उत्साह मन, कभी न होय निराश ॥
श्रम कर श्रम कर बावरे ! श्रमिकों का संसार ।
बिन श्रम रोटी ना मिले, तू चाहे भव-पार ॥
अपनी अपनी मुक्ति की, कुंजी अपने हाथ ।
उद्यम से ताले खुलें, सध जाये परमार्थ ॥
जब जब प्रबल प्रमाद हो, करे घोर प्रतिकार ।
जगत रहे अविचल, तो ही छुटें विकार ॥
चेत चेत कर, चेत कर, मत अचेत हो सोय ।
हो सचेत अमृत चखे, हो अचेत सब खोय ॥

मंगल कामना सहित
माजुरत्न फर्मा
विरगञ्ज ।

सम्पादक : रोशनी शाक्य, प्रकाशक : नेपाल विषयना केन्द्र, धर्मश्रृङ्गा, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ३७६५५, ३७१००७ भाद्र २०५९

सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. व. 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/-