विपश्यना

साधकहरुका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५५० | २०६३ भाद्र | वर्ष २३ अङ्क ५

धम्मवाणी

पतिरुपदेसवासो च, पुब्बे च कतपुञ्ञता ।
अत्त-सम्मापणिधि च, एतं मङ्गलमुत्तमं ।।
मङ्गलसुत्त-३

उचित देशमा निवास गर्नु, पूर्व जन्मको पुण्य संचित गर्नु र स्वयं आफू सम्यक रुपले समाहित हुनु - यी उत्तम मंगल हुन् ।

धर्मदेशको तीर्थ-यात्रा

पूज्य गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिनको एउटा प्रबल धर्मकामना थियो कि भारतबाट प्राप्त भएको विपश्यनाको अनमोल धर्मरत्नलाई पुन: भारतमा नै फर्काएर त्यसको ऋणबाट म्यान्मा मुक्त हुन सकूँन । उहाँलाई पूर्णरुपमा विश्वास थियो कि आजको भारतमा यस्ता मानिसहरू धेरै जन्मिएका छन् जो अनेक पुण्यपारमीका धनी छन् र उनीहरूले आफ्नो यस पुरातन अनमोल विद्यालाई स्वच्छ मनले स्वीकार गर्नेछन् र यसलाई सम्पूर्ण भारतमा मात्र होइन सम्पूर्ण विश्वमा प्रसारित गर्नका लागि तन-मन दिएर लाग्नेछन् । उहाँलाई यो पनि विश्वास थियो कि विश्वका ठाऊँ-ठाऊँमा पनि यस्ता पारमी सम्पन्न मानिसहरू जन्मिएका छन् र तिनीहरू यस अनमोल रत्नको प्रतीक्षामा छन् । यस विद्यालाई प्राप्त गरेर उनीहरू धन्य हुनेछन् र यसको प्रसारण गर्नमा प्रभूत योगदान गर्नेछन् । साँच्चै यस्तै भयो । उहाँको धर्ममयी मंगल कामना पूरा हुँदैछ ।

जसरी मेरो पूज्य गुरुदेवको मनमा यो धर्मकामना जाग्यो, त्यसरी नै मेरो मनमा पनि एउटा धर्मकामना जाग्यो कि पहिलाको दुई हजारवर्ष पश्चात भारतलाई जुन देशबाट आफ्नो पुरातन विपश्यना सम्पदा फेरि प्राप्त भयो त्यस देशको प्रति भारतका विपश्यी साधक आफ्नो कृतज्ञता प्रकट गरून् । यसका साथ-साथै सारा विश्वका लाखौं विपश्यी साधक जस्ले यस विद्याबाट लाभ उठाए, उनीहरूले पनि म्यान्माको प्रति कृतज्ञता ज्ञापन गरून् । यस धर्म कामना पूरा गर्नका लागि गुरुदेव ऊ बा खिनको जन्म शताब्दीको वर्षमा नयाँ शहस्राब्दीको शुरुआत हुँदा नै धर्मभूमि म्यान्मामा एउटा ऐतिहासिक तीर्थ-यात्रा गर्ने महत्वपूर्ण योजना बन्यो । यी सारा कार्यक्रमहरू थोरै समयमा नै निश्चित भएको थियो । भारत तथा विश्वका अन्य देशहरूबाट करिव दुई अढाई सय जना मात्र विपश्यी साधक सम्मिलित होला भन्ने आशा गरेको थियो तर यस धर्मयात्रामा पाँच महाद्वीपका ३२ राष्ट्रका करिव साढे सातसय तीर्थयात्रीहरू रंगून पुगे, यो देखेर एकदम सुखद आश्चर्य हुनपुग्छ । धम्मज्योतिको विश्व सम्मेलनमा सम्मिलित भएर कतिपय धर्मयात्रामा लागे । यस यात्रामा सक्दो सुविधा प्रदान गर्ने प्रयास गर्दा गर्दै अनेकौं कठिनाईहरू भोग्नु पर्‍यो । परन्तु यी धर्मपुत्र तथा धर्मपुत्रिहरूको प्रफुल्ल र प्रसन्न मुहार देखेर र मेरो जन्मभुमिको प्रति उनको मनमा जागेको अपार सन्मानको भाव देखेर हृदय गद्‌गद भयो ।

आजसम्म म्यन्मा तथा अन्य बुद्धानुयायी देशका तीर्थयात्रीहरू भारत आईरहे । तर इतिहासमा पहिलो पटक यस्तो भएको थियो कि भारत तथा विश्वका सयौं मानिसहरू तीर्थयात्राका लागि म्यन्मा गएका थिए ।

धम्म ज्योतिमा सामूहिक साधना गर्दा जुन सर्द्धमको पावन तरंगलाई साधक-साधिकाहरूले अनुभव गरे त्यसबाट उनीहरू अत्यंत प्रभावित भए । बाहिरबाट आएका विपश्यी साधक-साधिकाहरू संगै स्थानीय विपश्यीहरू पनि सामूहिक साधनामा सम्मिलित भए । परम पवित्र स्वेडगोन पगोडामा ध्यान गरेर यस विशाल विपश्यी परिवारले जुन विपुल प्रीति-प्रमोदको अनुभूति गरे, त्यसको वर्णन अनेकौं साधकहरूको मुखबाट सुन्न पाउँदा मन अत्यंन्त आह्लादित भयो । स्वेडगोन स्तूपका ट्रष्टी र त्यसका प्रबन्धक धन्यवादका पात्र हुन् किनकि सूर्य उदाउनु पूर्व र रातको ९ बजे पछि यस स्तूपमा साधारण जनता आउन-जान पाउँदैनथे, त्यस समयमा यति धेरै विपश्वी साधकहरूलाई विना बाधा सामूहिक साधना गर्ने सुविधा प्रदान गर्‍यो । भगवानको पावन केशधातु आफ्नो गर्भमा रहेको कारणले विश्वको यो महानतम पावन स्तूप धर्मका तरंगहरूले सँधैं तरंगित रहन्छन् । जसबाट साधकहरूको अन्तरमनमा पनि अनित्य बोधको प्रबल धर्म तरंगको लहर उठ्न थाल्छ । यसका साथ-साथै ईन्या म्याइको इन्टरनेशनल मेडीटेशन सेन्टर जहाँ मैले पहिलो पटक मेरो गुरुदेवको चरणमा रहेर विपश्यना सिकेको थिएँ, जहाँ रहेर यस विद्यामा यथाशक्ति परिपक्व भएको थिएँ, त्यस पावन केन्द्रमा पनि साधकहरूले सामूहिक ध्यान गर्न पाए । त्यस केन्द्रका आचार्य र मेरो धर्मसखा ऊ टीं यी तथा मदर सयामाका प्रति अभारी छु कि उहाँहरूले यस्तो सुविधा प्रदान गर्नु भयो । गुरुदेव सयाजी उ बा खिन प्रति असीम श्रद्धा र कृतज्ञता प्रकट गर्दै साधकहरू त्यहाँको पावन तरंगबाट अत्यन्त लाभान्वित भए ।

नदीको अर्को पारी डल्ला गाऊँमा सया तैजीको विपश्यना केन्द्र आज पनि कायम छ । त्यहाँको विशुद्ध वातावरणमा पनि साधना गरेर सबैले धन्यताको अनुभव गरे ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

तीर्थयात्रीहरूको यो समूह चैटियौं पहाडमा पनि पुगे। त्यहाँको विस्मयजनक शैल शिखरमा बनेको स्तूप र त्यसको आसपासको पावन धर्मतरंग अप्लावित विशुद्ध वातावरणमा साधकहरूले साधना गरे र उच्च पहाडमा उक्लँदाको थकाई साधना गरेर मिटाए र सबै प्रसन्न भएर उठे।

यात्रिहरूको समूह बगो हुँदै मेरो जन्मभूमि माण्डले पुगे। त्यहाँ धम्ममण्डल विपश्यना केन्द्रमा साधना गरेर सन्तुष्ट भए। राती महाम्यामुनि मन्दिरको पावन प्रांगणमा सामूहिक साधना भयो जस्को अनुभव अत्यन्त अलौकिक थियो। परम पूज्य अरहन्त धर्मदर्शी (असिं अरहं) को तपोभूमि सगाई पहाडको पनि यात्रा अत्यन्त कल्याणकारिणी नै रह्यो। सीतगू सयाडो ञाणेस्सरजीको विहारमा पनि सामूहिक साधना गऱ्यौं, त्यहाँको धर्मतरंग अत्यन्त प्रभावशाली थियो। पूज्य सयाडोको स्नेह भरिएको आशीर्वचन र उहाँको मैत्रीपूर्ण आतिथ्यबाट सारा विपश्यी परिवार अत्यंन्त प्रसन्न र प्रमुदित भए।

त्यहाँबाट सबैजना मोंय्वा गए। त्यहाँ साधकहरूले गम्भीर सामूहिक साधना गरे। त्यसको नजिकैको लैडीगाऊँ गए, जहाँ गुरु बाजे लैडी सयाडोजीको जन्म भएको थियो यही उहाँको कर्मभूमि पनि हो। उहाँ नदी पार गरेर जुन पहाडमा साधना गर्नु हुन्थ्यो त्यहाँसम्म पनि पावन तीर्थयात्रा गरे। जो महान सन्तको कृपाले यो विद्या यस युगमा फेरि जागृत भएको छ र प्रसारित भएको छ, उहाँको उपकार लाई सम्झेर सबैका मन कृतज्ञताले भरेको थियो। साधक मण्डली चौसेबाट अरहन्त वेबु सयाडोको विहारमा पनि यात्रा गरेर पूण्यभागिनी बने।

मसँग थोरै मात्र मोगोक जान पाए। जो गए उनीहरू आनन्दले विभोर भए। त्यहाँ विपश्यनाको दुईवटा केन्द्र - धम्मरतन तथा धम्म मकुटमा सामूहिक साधना गरे। यति तेजिलो धर्मतरंग हुन्छ भनेर कसैले कल्पना पनि गर्न सकेका थिएन। मोगोक विश्वमा बरमी (रूबी) माणिक रत्नको खानीको लागि प्रसिद्ध शहर हो। परन्तु यहाँ यति प्रभावशाली तरंगका साथै धर्मरत्न पनि विद्यमान रहेको देखेर सबै भाव विभोर भए।

तीर्थयात्रीहरू फर्कंदा ऐतिहासिक शहर पगान हुँदै फर्के। त्यस प्राचीन राजधानी र चैत्यको नगरको गहिरो प्रभाव यात्रिहरूलाई पर्नु स्वाभाविक नै थियो। सारा टोली यात्राबाट भएको थकाईलाई बिर्सेर अत्यंत आनन्दले विभोर हुँदै यंगुन फर्के। यात्रिहरू द्वारा तीर्थयात्रा सम्बन्धी आ-आफ्ना अनुभवको उद्‌गार प्रकट गरेको सुनेर मेरो मन प्रसन्नताले भरीयो। भारत फर्के पछि पनि तीर्थयात्राको सुखद स्मरण तथा कृतज्ञताले भरेका पत्रहरू यात्रिहरूबाट आइरहे। त्यसलाई पढेर मन एकदम पुलकित हुन्थ्यो। पवित्र म्यंमाको यस्तो धर्मयात्रा पटक पटक होस् भन्ने अनेक साधकहरूको आग्रह थियो। मेरो जन्मभूमि प्रति मानिसहरूको यस्तो भावपूर्ण आकर्षण देखेर मेरो मन प्रसन्नताले भरिएको छ। यस समयमा मेरो सुखद अनुभवको एउटा महत्वपूर्ण घटनाको सम्झना आयो।

परम पूज्य गुरुदेवको आदेश अनुसार सन १९६९ मा जब म धर्मदूतको दायित्व निभाउनको लागि भारत आएँ तब मेरो घनिष्ट मित्र ऊ ति हान, जो त्यस समयमा विदेशमन्त्री थिए, अर्को मित्र मौं मौं खा जो त्यस समयमा उद्योगको विभाग सम्हालिरहेका थिए, यी दुई मित्रहरूको सत्प्रयासको कारण र जनरल नेबिनको उदार अनुमतिको कारण मैले पासपोर्ट पाएँ, अन्यथा यो कार्य गर्न असम्भव थियो। यसै कारण भारत आएर मेरा माता-पिताका साथ-साथै अन्य ब्यक्तिहरूलाई विपश्यना सिकाउन पहिलो शिविर लगाउन सफल भएँ। त्यसपछि यो धर्मगंगा भारतका कुना-कुनासम्म फैलिरह्यो।

पहिलो वर्षमा नै भारतीहरूको साथमा विदेशीहरू पनि शिविरमा बस्न आए। पूज्य गुरुदेवको सबल इच्छा अनुसार भारतमा यस विद्याको सानो बोट लगाएपछि यो सारा विश्वमा प्रसारित हुनेछ। जो विदेशी साधकहरू यी शिविरमा सामेल भए उनीहरू मध्ये अनेकौंको आग्रह थियो कि म उनीहरूको देशमा गएर उनीहरूको परिवार, मित्रहरू तथा अनेकौं मानिसहरूलाई यस पावन धर्मशिक्षा दिएर लाभान्वित गरूँ। अधिक संख्याका मानिसहरू भारत आउन असमर्थ थिए। म एक्लै गएमा धेरैको कल्याण हुने स्पष्ट थियो। गुरुदेवको आज्ञा पनि स्पष्ट थियो। म स्वयं पनि विदेशमा धर्मदूतको काम गर्न उत्सूक थिएँ। परन्तु लाचार थिएँ। मैले जुन बर्मी पासपोर्ट पाएको थिएँ त्यसमा केवल भारतको लागि एंडोर्समेन्ट थियो। अर्थात म बर्मी नागरीक भएर केवल भारतको मात्र यात्रा गर्न सक्थें। म देश भन्दा बाहिर जान सक्दैन थिएँ। मैले अन्य देशमा जानको लागि स्थानीय बर्मी राजदूतावासमा आवेदन पत्र दिएँ तर उनीहरूले असमर्थता व्यक्त गरे। मेरो मित्र ऊ ति हानले सल्लाह दिए कि तत्कालिन बर्मी सरकार समक्ष अपील दिनु। संयोगले त्यस बेला मेरो मित्र मौं मौं प्रधानमन्त्री थियो। मैले अपील दिएँ तर उनको अर्कै समस्या थियो। सरकार आफ्नो पूर्व निर्णयमा बाँधिएको थियो। मलाई इंडोर्समेन्ट दिइएन। ऊ ति हान मेरो अपिल लिएर जनरल नेबिन कहाँ गए, हुनत उनले अबकाश पाइसकेको थियो। काम बनेन।

ऊ ति हान र कर्नेल मौं मौं खा दुबैजना मेरा घनिष्ट मित्रहरू थिए। नजरल नेबिनको पहिलो शासन कालमा पहिलो पटक भारतमा र दोस्रो पटक रुस तथा अन्य पूर्वी यूरोपियन देशहरूमा ब्यापारिक सम्झौताका लागि त्यस समयका वाणिज्य मन्त्री उ ति हान्को नेतृत्वमा सरकारी प्रतिनिधि मण्डल गएको थियो। त्यस मण्डलीमा कर्नेल मौं मौं खा पनि थिए। दुबै यात्रामा ब्यापारिक परामर्शको लागि मलाई पनि साथमा लगेको थियो। हुनत यी दुबैजना संग पहिला नै परिचित थिएँ तर अब घनिष्ट भएँ। यी दुबैलाई थाहा थियो कि मलाई राजनितिमा कुनै इच्छा थिएन। अब त धर्मदूतको कार्यमा पूर्णरुपमा लागे पछि त ब्यापारबाट पनि पूर्णत: अवकाश लिईसकेको थिएँ। मेरो धर्मसेवाको कार्यबाट दुबैजना आल्हादित र प्रभावित पनि थिए। अत: दुबैजना चाहन्थे कि विपश्यना विद्याको सन्देश अन्य देशहरूमा पनि वितरित होस् तर उनीहरू मेरो सहायता गर्न असमर्थ थिए। लाचारी थिए। अन्नत: मैले एउटा धर्म संकल्प गरें कि दश वर्षसम्म पनि यदि सरकारको नीति बदलिएन र मैले इंडोर्समेन्ट पाएन भने मलाई भारतीय नागरिकता प्राप्त हुनुपर्छ ताकि म भारतीय पासपोर्ट लिएर विश्वमा धर्मदूतको कार्य गर्न सकूँ। तर भित्रै भित्र भने बर्मी सरकारले नै इंडोर्समेन्ट देओस् भन्ने चाहन्थें। तर त्यसको बाध्यता पनि मलाई राम्ररी थाहा थियो। अंतत: धर्मसंकल्पले काम गऱ्यो र दश वर्ष बित्दा नबित्दै मलाई चमत्कारिक ढंगले दुई दिन भित्र भारतीय नागरिकता प्राप्त भयो र भारतीय पासपोर्ट पनि पाएँ। र म विश्वको यात्रामा निक्लें।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

भारतीय नागरिकता लिनुको केही समय पहिला मैले एउटा कुरा थाहापाएँ कि बर्मी सरकारको तत्कालनि नीति अनुसार जो बर्मी नागरिक बर्मी पासपोर्ट लिएर बिदेश गएको छ र यदि उस्ले त्यहाँ गएर आफ्नो नागरिकता बदलियो भने उसको लागि बर्मा फर्कने ढोका सँधैका लागि बन्द हुनेछ । त्यस्तो ब्यक्तिको लागि फेरि कुनै प्रकारको वीसा दिइने छैन । यो मेरो लागि अत्यन्त दुखदायी सूचना थियो । म आफ्नो मातृभूमि फेरि फर्कन नसक्ने भएँ, म यो स्वतन्त्रताबाट वंचित रहन चाहन्न थिएँ । अर्को तर्फ धर्मदूतको महत्वपूर्ण कर्तव्यको पालन गर्ने कार्य थियो । अत: नचाहँदा नचाहँदै पनि मैले आफ्नो देशको नागरिकता छोड्नु पर्‍यो । सायद धर्मको यही नियम थियो भनेर मैले सन्तोष लिएँ । विश्वमा विपश्यनाको प्रसारणको श्रेय विपश्यनाको उद्‌गम देश भारत र विपश्यनाको संरक्षक देश म्यंमा दुबै देशलाई पाउनु पर्छ । र यही हुँदैछ ।

परन्तु मनमा कुनै तरिकाले आफ्नो मातृभूमि जाने आकांक्षा जागिरह्‌यो । त्यहाँ आफ्ना साथीहरूसंग र बरिष्ठ भिक्षुहरूसंग भेटेर आफ्नो धर्मबल र धर्मज्ञान बढाउन सकूँ । मलाई विश्वास थियो कि म्यंमा सरकार एकदिन मेरो म्यंमा प्रवेश गर्ने प्रतिवन्ध हटाउनेछ किनकि सरकारलाई राम्ररी थाहाथियो कि मैले यो नागरिकता कुनै ब्यापारिक अथवा राजनैतिक जस्ता कुनै ब्यक्तिगत श्वार्थको लागि लिएको होइन । यो त केवल धर्मसेवाको लागि बदलेको थिएँ । यस धर्मसेवाबाट भारतका साथसाथै बर्माको पनि गौरव बढिरहेको थियो । अत: ढिलो या चाँडो एकदिन मातृभूमि फर्कन पाउने अवसर प्राप्त हुनेछ ।

धर्म बडो बलवान छ । यस्तो अवसर आफै आयो । मेरो शिविर को बारेमा केही झूठो प्रचार भईरहेको थियो कि शिविरमा बुद्धको शिक्षा शुद्ध रुपमा सिकाएको छैन भन्ने कुरालाई लिएर केही भिक्षुहरूले असन्तोष फैलाएका थिए । अर्को तर्फ म्यन्मा सरकारलाई थाहाथियो कि म निर्दोष रूपले धर्मसेवा गरिरहेको थिएँ । अत: सरकारले मलाई आमन्त्रण दियो ताकि भिक्षुहरूको मनमा रहेको शंका हटुन् । म अल्हादित हुँदै आफ्नो जन्मभूमि फर्कें । माण्डले र यंगुनका भिक्षु परियत्ति विश्व विद्यालयका प्रमुख भिक्षुहरू सामू मेरो विनम्र प्रवचन भयो । उहाँहरू पूर्ण सन्तोष हुनुभयो । त्यस यात्रा बाट मेरो मनमा प्रसन्नता जाग्यो, जुन अद्वितीय थियो । बाईस बर्षको लामो समय पछि अत्यन्त अप्रत्याशित ढंगले आफ्नो जन्मभूमिमा ससन्मान प्रवेश पाउनुको कारणले मेरो प्रसन्नता जाग्नु स्वाभाविक थियो । यो जन्मभूमि पनि यस्तो कि जहाँ मैले एक पटक मात्र होइन दुईपटक जन्मने मौका पाएँ । एक पटक यस हाड-मासुको शरीरको रुपमा आमाको कोखबाट जन्मिएँ र अर्को पटक जस्तो पंक्षीको सही जन्म अण्डाबाट बाहिर निस्किए पछि हुन्छ त्यस्तै पूज्य गुरुदेवको चरणमा बसेर अविद्याको-खोल फाटेपछि मेरो दोस्रो जन्म भयो । त्यही मेरो सही जन्म थियो । यसरी जुन मातृभूमिमा मेरो दुईपटक जन्म भयो त्यसको प्रति मेरो मनमा माया र आदरको भाव हुनु स्वाभाविक थियो । त्यहाँको धरतीमा खुट्टा टेक्ने वित्तिक्कै मलाई यस्तो लाग्यो कि म आफ्नो आमाको काखमा आईपुगें । सम्पूर्ण वातावरण धर्मको तरंगले तरंगित थियो । मलाई त्यहाँ असीम धर्मबल प्राप्त भयो । मेरा धर्मबन्धु ऊ टिं यी, ऊ बा फो र ऊ को ले लाई भेटेर मन अत्यन्त सन्तुष्ट भयो । त्यहाँका परम पूज्य भिक्षु तिपिटकधर मिगुं सयाडोलाई वन्दना गरी उहाँको आशीर्वाद र मार्गदर्शन पाएर अत्यन्त सौभाग्यशाली महसूस गरें । मैले त्यस धर्म यात्राबाट आफ्नो जन्मभूमिको धर्मतरंगको जुन आस्वादन लिन सकें र त्यसबाट जुन बल प्राप्त गरें त्यसलाई सम्झेर आफ्नो जन्मभूमि प्रतिको आकर्षण र लामो समय पछि त्यहाँ फर्कने जुन सुबिधा प्राप्त भएको कारण मलाई यस्तो प्रसन्नताको अनुभव भयो । परन्तु अब मेरा सयौं धर्मपुत्र र पुत्रिहरूले यही अनुभव गरेको कारण मन अत्यन्त आश्वस्त भयो कि साँच्चै मेरो जन्म भूमि धर्मका तरंगहरूबाट ओतप्रोत छ र जो साधक जान्छ, उसलाई त्यहाँको धर्मतरंगले असीम प्रसन्नता प्रदान गर्दछ ।

अवश्य पनि मलाई मेरा मातृभूमिका मानिसहरू प्रिय र भलादमी लाग्छ । कतै यहाँ पनि मेरो मनमा पक्षपातको भाव लुकेको त छैन । तर वास्तवमा यस्तो होइन । सबैजना तीर्थयात्रीहरूले यही निरीक्षण गरे । धर्मदेश म्यान्माका नगरवासी तथा गाऊँवासी लगभग सबैजना शान्त र सरल छन् । हरेक अवस्थामा प्राय प्रसन्न रहन्छन् । इङ्गलैंण्डका एकजना धर्मपुत्रीले यस यात्राबाट प्रभावित भएर पत्र लेकेकि थिइन् - “The January trip to Burma was so special for me .... I think the Burmese are among the nicest, kindest, most humble people in the world.” कति सत्य छ । यस्तै प्रकार एकजना भारतीय तीर्थयात्री लेख्दछ, “यो यात्रा कुनै देवलोक को यात्रा भन्दा कति पनि कम छैन ।.........सारा म्यन्मामा धर्मको यस्तो ब्यापक प्रभाव देखें । त्यहाँका मानिसहरू यति सरल, सीधा र शान्त प्रकृतिका कि हामी भारतमा रहेर यस्तो सोच्न पनि सक्दैनौं कि यस्ता मानिसहरू पनि हुन्छन् । म्यंमाको ठाउँ ठाऊँमा त्यहाँका निवासीहरू द्वारा तपाईंलाई गरेको स्वागत र तपाईंको प्रतिको जुन श्रद्धा छ त्यसलाई पटक-पटक सम्झेर मन रोमाञ्चित हुन थाल्छ ।......” आफ्नो मातृभूमि र त्यहाँका निवासीहरूका प्रति यस्तो उद्‌गार पढेर-सुनेर सायदै कोही आनन्दले विभोर नहोला । त्यस देशका निवासीहरूका वारेमा जब यी तीर्थयात्रीहरूको यस्तो उद्‌गार सुन्छु र उनीहरूको पत्र पढ्छु तब मन हर्षले गद्‌गद हुन्छ ।

धन्य छ म्यंमाको पावन भूमि, जसले यो विपश्यना विद्या दुई हजार बर्ष भन्दा पनि अधिक समयसम्म शुद्ध रुपमा आफू कहाँ सम्हालेर राखे । हामी म्यन्माका साथ-साथै थाईलैंड, श्रीलंका, कम्बोडिया र लाओसको पनि उपकार मान्छौं । यी पाँचै देशले भगवानको बुद्ध वाणीलाई शुद्ध रुपमा कायम राखे । तर कल्याणी विपश्यना त केवल म्यन्मामा मात्रै सुरक्षित थियो । यदि त्यस देशका विपश्यी भिक्षु संघले यसलाई जीवित नराखेको भए आज सारा विश्व यस विद्याको अभावमा अन्धकारमा परेको हुन्थ्यो ।

धन्य छ भारतको पावन भूमि जहाँबाट शुद्ध साधनाको उद्‌भव भयो । धन्य छ बर्माको पवित्र भूमि, जहाँबाट विश्वलाई एक पटक फेरि यस शुद्ध धर्मको पावन ज्योति प्रदान गरेको छ, शुद्ध धर्मको मार्ग दिएको छ, विश्व भरका दुखि मानिसहरूका लागि कल्याणको मार्ग प्रशस्त गरेको छ ।

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयन्का

Downloaded from http://www.dhamma.digital

धर्मश्रृङ्गमा 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 विहान करीब सात बजे हुनेछ। शिविरार्थीहरूलाई अनुरोध छ कि शिविर शुरु हुने दिनमा नै शिविर स्थलमा आउनु होला, त्यसभन्दा अगाडि 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 आचार्यज्यूहरूबाट हुनेछ।

५) शिविरमा सहभागी हुन ज्योति भवनमा अनिवार्य रुपमा सम्पर्क राख्नुहोला।

सेप्टेम्बर २९-१० अक्टोबर
(आश्विन १३-२४) - १० दिवसीय

अक्टोवर १०-२१
(आश्विन २४-४ कार्तिक) - १० दिवसीय

अक्टोवर २६-३०
(कार्तिक ९-१३) - ३ दिवसीय (पुराना साधक-साधिकाका लागि)

नोभेम्बर १-१२
(कार्तिक १५-२६) - १० दिवसीय

नोभेम्बर १४-२५
(कार्तिक २८-९ मंसिर) - १० दिवसीय

डिसेम्बर १-१२
(मंसिर १५-२६) - १० दिवसीय

डिसेम्बर १४-२५
(मंसिर २८-१० पौष) - १० दिवसीय

डिसेम्बर १५-२६
(मंसिर २९-११ पौष) - १० दिवसीय (केवल भिक्षु तथा अनागारिकाहरूका लागि)

आ.व. २०६३।६४ का लागि मनोनीत ट्रष्टीहरूको नामावली
"धम्म जननी", लुम्बिनी विपश्यना केन्द्र

१) श्री महेश्वर मान शाक्य
२) श्री केहर सिंह खड्का
३) श्री सुन्दरलाल शाक्य
४) श्री ऋद्धिमान शाक्य
५) कृष्ण बहादुर गुरूङ्ग
६) श्री बिरेन्द्रमुनी शाक्य
७) श्री नारायण प्रसाद अग्रवाल
८) श्री सुधाकर ज्ञवाली
९) श्री राम प्रसाद पाण्डे
१०) श्री विराज सिंह
११) श्रीमती भगवत तुलाधर
१२) श्रीमती तारा पोखरेल
१३) श्रीमती सोनामती कोहार

धर्म गाथा

हिन्दी

गिरने के हित ही पकें, फल तरुवर की शाख ।
कोई अमर न रह सकें, मिले राख पे राख ॥

जो सायं दीपक जले, बुझ जाएँ वह प्रात ।
जो प्रातः सूरज उगे, अस्त होय वह रात ॥

नाचत - नाचत नर्तकी, विवश हो गयी देर ।
मरणशील प्राणी सभी, जाएँ देर सवेर ॥

तेरे रोने से नहीं, मृत लौट कर आय ।
अपने पर हिंसा करे, निज चित्त दुख लिपटाय ॥

न जाने कितने मरें, नित्य अपरिचित लोग ।
जिसके प्रति आसक्ति है, उसका दुखद वियोग ॥

इस नश्वर संसार में, हो संयोग वियोग ।
धैर्य धरे दुःख ना जगे, विपश्यना के योग ॥

मंगल कामना सहित
पारमिता ट्रेडिङ्ग कम्पनी लि.
काठमाडौं, फोन ४२७४१४७
विक्रेता : शीशा र आल्मोनियम च्यानल

हिन्दी

पूर्व पुण्य जाग्रत हुआ, जन्मा बरमा देश ।
जन्म अुहा सद्धर्म में, कटें कर्म के क्लेश ॥

कैसी सुखद सुहावनी, मां बरमा की गोद ।
चारों फल उपजें यहां, उमडे मन में मोद ॥

शुद्ध धरम ऐसा मिला, राग जगे ना द्वेष ।
चित्त निपट निर्मल बने, रहे न दुख लवलेश ॥

ब्रह्मदेश गुरुवर मिले, जिनका प्रबल प्रताप ।
जन जन में जागे धरम, दूर होंय भवताप ॥

निर्मल गंगा धरम की, सतत प्रवाहित होय् ।
भारत-बरमा देश का, सब विधि मंगल होय ॥

भारत बरमा देश का, सदियों का सम्बन्ध ।
सदा महकता ही रहे, यह मधुमय मकरन्द ॥

मंगल कामना सहित
सीता राम गोकुल मिल्क लि.
काठमाडौं, फोन ४३३०७८८
विक्रेता : दुग्ध तथा दुग्ध पदार्थ

सम्पादक : रोशनी शाक्य, *प्रकाशक :* नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं। फोन : ४३७१६५५, ४३७१००७ *भाद्र २०६३*

सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १२८९६, काठमाडौं। फोन : ४२२५४९०, ४२२३९६८, ४२४८९४९, ४२५०५८१, email : nvc@htp.com.np

मुद्रक : न्यू नेपाल प्रेस, प्रधान कार्यालय फोन : ४४३ ४८५०, ४४३ ४७५३; शाखा कार्यालय फोन : ४२५ ९०३२, ४२५ ९४५०, फ्याक्स : (+९७७-१) ४२५८६७८

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२

साधकको नाम : ....

ठेगाना : ....

....

....

● आजीवन शुल्क रू. २००/-

Downloaded from http://www.dhamma.digital