विपश्यना

साधकहरुका लागि प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५५१ | २०६४ असार | वर्ष २४ अङ्क ३

धम्मवाणी

धम्मे च ये अरियपवेदित रता, अनुत्तरा ते वचसा मनसा कम्मुना च ।
ते सन्ति-सोख्च-समाधि-सण्ठिता, सुतस्स पञ्ञाय च सारमज्झगू ॥

सुत्तनिपात-३३२

जो आचार्यद्वारा उपदेशित धर्म (समथ-विपश्यना) मा रत रहन्छ उनी मन, वचन र शरीरको कर्ममा सर्वोपरि हुन्छ । उसले शान्ति, शिष्टता र समाधिमा प्रतिष्ठित भएर श्रुत-प्रज्ञाको सार प्राप्त (भावित) गरिसक्छ ।

पावन प्रतीक

अहिले बनाईरहेको विश्व चैत्य (ग्लोबल पागोडा) हाम्रो असीम कृतज्ञताको पावन प्रतीक हो । असीम कृतज्ञता सम्राट अशोक र उनका गुरु अरहन्त मोग्गलिपुत्त तिस्सको प्रति पनि हो । उहाँले तेस्रो तथा अन्तिम संगायन, भगवान बुद्धको परिनिर्वाण भन्दा २१८ वर्ष पछि ईसा पूर्व ३२६ मा भारतमा गराएका थिए । यसमा पहिलाका दुईवटा संगीतिहरूमा जस्तै बुद्धवाणीलाई फेरि प्रामाणिक रूपमा स्वीकृत गरी स्थापित गरियो । विपश्यना साधनाको साथै यस वाणीलाई सम्राट अशोकले आफ्नो अरहन्त छोरा महेन्द्र र छोरी संघमित्राका साथमा श्रीलंका देशमा पठाए । यसै गरी अरहन्त सोण र उत्तरका साथमा यस वाणीलाई स्वर्णभूमि (वर्मा र थाइलैण्ड) मा पठाए । यदि उनले नपठाएको भए के हुन्थ्यो होला ?

सम्राट अशोकको शासनकालभन्दा करिब पचास वर्ष पश्चात राजधानी पाटलिपुत्रको राजगद्दी एकजना यस्तो अनार्य व्यक्तिको हातमा पऱ्यो जस्ले चन्द स्वभावका षडयन्त्रकारीहरू संग मिलेर बुद्धको शिक्षा र शिक्षकहरूमाथि आक्रमण गर्न थाले । त्रिपिटक कण्ठ गरेका अधिकांश आचार्य र लगभग सबै विपश्यना आचार्यहरूलाई मारे । जति बचे तिनीहरूले छिमेकी देशहरूमा गएर आफ्नो ज्यान बचाए । यसप्रकार यस देशबाट धम्मवाणी र विपश्यना दुबैलाई खतम गरे । यदि सम्राट अशोकले वाणी र विद्या छिमेकी देशमा नपठाएको भए संसारमा कहीं पनि यो विद्याको अस्तित्व बाँकी रहँदैनथ्यो । साँच्चिकै श्रीलंका, बर्मा, थाइलैण्ड, कम्बोडिया र लाओसका केही भिक्षुहरूले यस वाणीलाई हजारौं वर्षसम्म गुरु-शिष्य परम्पराको आधारमा मौलिक शुद्ध रूपमा सम्झालेर राखे । यस्तै प्रकारले विपश्यना विद्यालाई साधक आचार्यले बर्मामा आजसम्म जीवित राखे । यदि यस्तो नगरेको भए यी दुइ वटै विद्या विश्वभर कहीं पनि बाँकी रहन्नथ्यो ।

त्यस्तै म उपकार मान्छु भिक्षुवर लैडी सयाडोको प्रति, उहाँले देखे कि आगामी सय वर्ष बित्दा-नबित्दै, भगवानको २५०० वर्षको प्रथम शासनको समय पुरा हुन्छ र त्यसै समय वर्मामा सुरक्षित गरि राखेको यो वाणी र यो विद्या आफ्नो उद्‌गम देश भारत फर्किनेछ र त्यसपछि सारा विश्वमा फैलिनेछ । उहाँले यो पनि देख्नुभयो कि यस महत्वपूर्ण कार्य कोही गृहस्थको हातबाट नै हुनेछ । त्यसैले भिक्षुवर लैडी सयादोले सयौं वर्ष पछि पहिलो पटक गृहस्थहरूलाई विपश्यनाको ढोका खोल्नुभयो । उहाँले सयातैजीलाई पहिलो गृहस्थ विपश्यना आचार्य शिक्षित गरेर समाजमा स्थापित गर्नुभयो । यस पदको गरिमालाई सयातैजीले अत्यन्त कुशलता र दक्षतापूर्वक निभाउनु भयो । उहाँको यस कार्यले उहाँलाई भिक्षुहरू सहित अनेकौं गृहस्थहरूले पहिलो गृहस्थ आचार्यको रुपमा स्वीकृत गरे । सयातैजीले सयाजी ऊ बा खिनलाई विपश्यना विद्या सिकाउनु भयो उहाँ दोस्रो गृहस्थ विपश्यना आचार्यका रुपमा स्वीकृत हुनुभयो । सयाजी ऊ बा खिनलाई यस परम्परागत मान्यता प्रति पूर्ण रुपमा विश्वास थियो कि बुद्ध शासनको २५०० वर्ष पूरा भए पछि यो विद्या निश्चित रुपमा भारत फर्किनेछ र यहाँ स्थापित भएपछि सारा विश्वमा फैलिनेछ । उहाँ यो पनि मान्नुहुन्थ्यो कि बर्मा भारतको ऋणी हो र हामीले यो ऋण तिर्नुपर्छ । अब समय आएको छ र यो अनमोल विद्या आफ्नो उद्‌गम देशमा तुरुन्त फर्काउनु पर्छ ।

सन् १९५४, २५०० वर्षको पहिलो बुद्धशासनको अन्तिम वर्ष थियो र सन् १९५५, २५०० वर्षको दोस्रो बुद्धशासनको पहिलो वर्ष थियो । संयोगवश यसै वर्ष उहाँलाई चट्टानको एक टुक्रा प्राप्त भयो जसलाई चौध वर्षसम्म एकजना कुशल शिल्पकारले झैं टाछेर, घोटेर यस्को नराम्रो रूपलाई एउटा सुन्दर मूर्तिको रूपमा सिँगारे, निखारे ता कि त्यो एकजना महान कलाकारको महान कृति को सही प्रदर्शन हुन सकुन् । एक जना पूण्यशाली पारसलाई एउटा मूल्यहीन फलामको एकटुक्रा प्राप्त भयो, जसलाई उसले छोएर, सुम्सुमाएर मूल्यवान सून मात्र होइन कि त्यसलाई आफ्नो प्रतिनिधिको रूपमा एउटा अनमोल पारस नै बनाईदिए ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

भारतलाई ऋण तिर्न उहाँलाई एकजना भारतीय मूलको बर्मी नागरिकको आवश्यकता थियो, जस्ले भारत गएर त्यहाँका जनतालाई उनीहरूकै भाषामा धर्म सिकाउन सकून्, विपश्यनाको अभ्यास गराउन सकून् । उहाँको यो शिवसंकल्प पूरा हुने समय आएको छ। उहाँको यो धर्मपुत्र आफ्नो धर्मपिताको मंगल आकांक्षा पुरा गर्ने काममा लागेको छ । शुरुमा आफ्नो योग्यता र क्षमताको बारेमा धेरै शंका थियो, अगाडि बढ्न असमर्थ थियो । वास्तवमा उसलाई त केही गर्नु नै परेन। सबै काम धर्मले नै गरिदियो। धर्मपिताले नै गरिदिए। धर्मपुत्र त एउटा विशाल योजनाको एउटा माध्यम मात्र बने। यस महान सन्तको दृढ संकल्प त पूरा हुनु नै थियो। निमित्त त कोही पनि हुन सक्थ्यो ।

दोस्रो बुद्धशासनको आरम्भमा नै भारतमा मात्र होइन सारा विश्वमा विपश्यनाको प्रकाश फैलन थाल्यो । हाम्रो ठूलो कल्याण भयो। यदि अशोकले उपकार गरेर यस विद्यालाई भारत देशबाट बाहिर नपठाएको भए कस्तो हालत हुन्थ्यो, यदि बर्माका भिक्षु संघले यसलाई सम्झालेर नराखेको भए के हुन्थ्यो ? यदि भिक्षुवर लेडी सयादोले गृहस्थहरूका लागि यो विद्याको ढोका नखोलेको भए के हुन्थ्यो ? यो विद्या वर्मामा मात्र रहन्थ्यो, बाहिर आउन पाउँदैनथ्यो। तर जसरी पनि यो त बाहिर आउनै पर्थ्यो। यस कामको लागि जुन माध्यम छान्नु पर्थ्यो, त्यो त छानियो । लेडी सयादोको उपकार अनन्त छ, उहाँको असीम करुणाको कारण ले नै भारतले आफ्नो हराएको अनमोल विद्या फेरि प्राप्त गरे र भारत भन्दा बाहिर सारा विश्वमा पनि विपश्यना सिक्ने बाटो खोल्यो । करिब चार दशकदेखि जस-जसले विपश्यना विद्याको प्रचार-प्रसार गरे उनीहरू सबैको हृदय गुरुदेव सयाजी उ वा खिनको प्रति असीम कृतज्ञताको भावले विभोर रहन्छ ।

जुन विश्व विपश्यना स्तूप अहिले बनिरहेको छ त्यो हामी सबैको कृतज्ञताको पावन प्रतीक हो ।

हाम्रो मात्र होइन, दोस्रो बुद्ध शासनमा ज-जस्ले विपश्यना विद्या प्राप्त गरेका छन् र भविष्यमा विपश्यना सिक्नेहरूका लागि पनि यो कृतज्ञताको पावन प्रतीक साबित हुनेछ। यो विशाल स्तूप निश्चित रुपमा पनि हजारौं बर्षसम्म पावन प्रतीकको रूपमा कायम हुनेछ। यसैकारण यो सिमेन्ट तथा रोडाबाट नबनाईकन भारतको प्राचीन बास्तुकलाको आधारमा केवल चट्टानबाट बनाइएको छ। २० फीट मोटो गाह्रोले घेरीएको २८० फीट व्यास र ९० फीट अग्लाई भएको पागोडाको गुम्बजको पहिलो खण्डको निर्माण कुनै स्तम्भ (पिलर) नराखी पूरा भएको छ। यो नै संसारको लागि एउटा आश्चर्य चकित बास्तु बन्न पुगेको छ । यो भारतीय बास्तुकलाको एउटा उज्वल उदाहरण बन्न पुगेको छ। जब ३२० फीट अग्लो यो स्तूप पूर्णरूपमा तयार हुन्छ तब यो अधिक विस्मयवर्धक बन्नेछ। यहाँ केवल बास्तुकलाको अनौठो भव्यताको महत्व मात्र होइन। यसमा भारतको प्राचीन विद्या विपश्यनाको दिव्य दर्शन पनि हुनेछ। यो सत्य तब पूरा हुन्छ जब आजका र भविष्यमा हुने सबै विपश्यी साधकहरूले आफ्नो जिम्मेवारीलाई बुझ्दै विश्वको लागि यस्तो अपरिमित प्रेरणास्पद काम पूरा गर्दछन्, सयौं वर्षसम्म सारा विश्वमा विपश्यना प्रचार गर्ने काममा पुण्य संचय गरेकाछन्। यो सम्राट अशोक र भदन्त मोग्गलिपुत्त तिस्स देखि लिएर अरहन्त लैडी सयादो, गृहस्थ आचार्य सयातैजी र परम पूज्य गुरुदेव सयाजी उ वा खिन को असीम उपकार को प्रकाश केवल भारतमा मात्र होइन, सारा विश्वमा फैलिनुपर्छ।

विशाल धर्मचैत्यको प्राथमिक एक तिहाईको निर्माणकार्य सजिलो थिएन। अत्यन्त कठीन थियो। रात-दिन परिश्रम गरेर ज-जस्ले यसलाई पूरा गरेको छ, उनीहरूको उत्साहपूर्ण पूण्य आर्जनको कुनै नाप छैन, मूल्य छैन, कुनै तौल छैन। यस्तै प्रकारले यसको निर्माण गर्न लागेको विपुल धनराशिको लागि जो व्यक्तिहरूले आफ्नो सामर्थ्य अनुसार एउटा चट्टानदेखि लिएर सयौं, हजारौं, लाखौं, करोडौं दान दिए र गुरुदेव सयाजी उ बा खिनको असीम उपकारलाई सम्झेर दानको धर्म चेतना जगाएर जुन पूण्यआर्जन गरे त्यसको पनि मूल्य छैन, नाप-तौल छैन ।

पुरातनकालदेखि एउटा मान्यता प्रचलित थियो कि जुन चैत्यको निर्माण शुरु गऱ्यो त्यसको पूर्ण अवश्य गर्नुपर्छ। र यो त यस्तो चैत्य हो जुन भगवानको पावन अस्थि धातु गर्भमा राखिएको छ। यो स्तूप मेरो महान उपकारक सयाजी ऊ बा खिन को प्रति हाम्रो असीम कृतज्ञताको भाव उद्घोषित व्यक्त गर्दै रहन्छ। सयौं वर्ष र हजारौं वर्षसम्म केवल भारत देशमा मात्र होइन सारा संसारका मानिसहरू जानिरहुन् कि वर्मा देशमा एकजना यस्तो सन्त पुरुष थियो जस्को मनमा एउटै धर्म कामना थियो कि बर्मामा हजारौं वर्षदेखि सुरक्षित गरि राखिएको विपश्यना विद्या भारत फर्किउन् र यसले भारतको साथ साथै सारा विश्वको कल्याण गरुन् । उहाँको यो स्मारकले असंख्य मानिसहरूको मनमा धर्म उत्पन्न गराउनेछ । यसको निर्माण गर्न प्रदान गरेको सहयोगको पूण्यफल साँच्चिकै अमूल्य हुनेछ, अनेमाल हुनेछ ।

(साभार : हिन्दी विपश्यना पत्रिका
आश्विन पूर्णिमा, २००६)

चैत्य कथा

चैत्य निर्माणको परम्परा गौतमबुद्धको परिनिर्वाण पश्चात प्रचुरमात्रामा चल्यो । बुद्धभन्दा पूर्व पनि यस परम्पराको उल्लेख रामायण तथा महाभारतमा ठाऊँ-ठाउँमा गरेको पाइन्छ। यदि यी दुवै ग्रन्थ भगवान गौतमबुद्धको पूर्वकालीन हो भने यस चैत्य-परम्परा पनि बुद्धपूर्व हो भन्ने स्वयं सिद्ध हुन्छ । अन्यथा पालि वाङमयमा भगवान बुद्धको जीवनकाल पूर्व अन्य अनेक चैत्यको उल्लेख पाइन्छ। "**कस्सपस्स दशबलस्स चेतिय**" अर्थात दशबल-धारी भगवान काश्यपबुद्धको चैत्यको उल्लेख पाइन्छ जुन गौतमबुद्धको

Downloaded from http://www.dhamma.digital

पूर्व थियो । यस उल्लेख अनुसार काश्यप-चैत्य भगवान गौतमबुद्धको समयमा विद्यमान थियो, नौसय वर्ष पश्चात प्रसिद्ध चिनिया यात्री फाहियानले आफ्नो यात्रा वृत्तान्तमा यस्को उल्लेख गरेको पाइन्छ ।

यसको अतिरिक्त बुद्धकालीन पालि साहित्यमा यस्ता अन्य अनेक चैत्यको उल्लेख पाइन्छ । भगवान बुद्ध आफ्नो धर्म-यात्राको समयमा यस्ता स्थानमा रहेर स्थानीय जनतालाई धर्मोपदेश दिनुहुन्थ्यो । त्यस समयको एउटा प्रसिद्ध चैत्य "अग्ग आसव' चैत्य थियो ।

चैत्य निर्माणको परम्परा :

बैशालीका चैत्य अत्यन्त रमणीय थिए होलान् त्यसैले भगवानले आफ्नो जीवनको अन्तिम बर्ष बैशाली छोडेर कुशीनगर तर्फ जानुहुँदा भन्नुभएको थियो, "आनन्द, रमणीय छ ! बैशाली रमणीय छ ! रमणीय छ उदयन चैत्य । रमणीय छ गोतमक-चैत्य ! रमणीय छ सत्तंब-चैत्य ! रमणीय छ बहुपुत्त चैत्य ! रमणीय छ सारदद-चैत्य ! रमणीय छ चापाल चैत्य ।"

यी रमणीय चैत्यहरूमा भगवान बैशालीमा रहँदा अनेक पटक निवास गर्नु भयो र स्थानीय मानिसहरूलाई धर्म देशना गर्नुभयो ।

सायद पुरातनकालमा केही सन्त महापुरुषका चितामा चार कुने चबूतरा बनाउने प्रथा थियो होला । विशिष्ट चबूतरामा त्यसै खुल्ला राख्नुको सट्टा सन्मान पूर्वक छत्र ओडाउने चलन थियो होला । कुनै चबुतरामा ठोस स्तूप बनाएर त्यसको शिरमा सन्मानसूचक छत्र स्थापित गर्ने चलन थियो होला । त्यस्तै प्रकारले कोही सन्तको चितामाथि उनको स्मारकको रूपमा चैत्य निर्माण गर्ने गर्दथ्यो होला । चैत्यको लागि त्यस समयको लोकभाषामा 'चेतिय' शब्द प्रयोग गर्दथ्यो । त्यसको अर्थ लोकको धर्म-चेतना जागरण गर्ने स्थान थियो ।

जुन जुन चितामाथि चैत्य निर्माण गरियो, विस्तारै ती स्थानहरू पूज्य स्थल बन्न थाले । मृत सन्तहरूलाई देवलोकगामी मानेर देवताको रूपमा पूजा गर्न थाल्यो । चैत्य देव-स्थान बन्न थाल्यो । मानिसहरू त्यहाँ आएर श्रद्धापूर्वक फूल चढाउन थाले । बिस्तारै कोही मानिसहरूले आफ्नो इच्छा मनोकामना पूर्ण भएको कारणले यस स्थानको पूजा अर्चना गर्न थाले भने कसैले भाकल गरेर पूजा गर्न थाले । माथि उल्लेखित बहुपुत्तक चैत्य त्यस्तो नै एउटा चैत्य हो जहाँ मानिसहरू पुत्र प्राप्तिको मनोकामना गर्न जान्छन् । त्यसको आसपास यात्रीहरूको लागि र श्रद्धालु भक्तहरू रहन बस्नको लागि धर्मशाला बनाए ।

चैत्यहरू मध्ये चापाल चैत्यको आफ्नै विशेषता छ । गौतम बुद्ध अक्सर यस स्थानमा निवास गर्नु हुन्थ्यो । यहीं भगवान बुद्धले आफ्नो अस्सी बर्षको फाल्गुण पूर्णिमाको दिन इच्छा - मृत्युको संकल्प गर्नुभएको थियो र भबिष्यवाणी गर्नु भएको थियो कि "तीन महिना पश्चात् बैशाख-पूर्णिमाको दिन आफ्नो शरीर त्याग्नेछु ।"

यसबाट अनुमान गर्न सकिन्छ कि चैत्य निर्माण गर्ने परम्परा मानिसहरूले धर्म सम्पन्न गर्न, ध्यान-साधना गर्न बनाउन थाले होलान् । राग, द्वेष र मोहको अग्नि-ज्वाला समान चिता जस्तै सदैव बलिरहने चित्तले निर्वाणको शीतलता र शान्ति पाउन सहायक बनून्-त्यस स्थानलाई चेतिय भन्न थाले । वास्तवमा आकूल-व्याकुल चित्तलाई स्थिर शान्त र निर्मल गर्ने साधना नै चेतिय (चैत्य) भन्न सुहाउँछ । अनित्यबोधको चेतना जगाउनु नै चेतिय हो । धर्म प्रति चित्तलाई सजग गर्नु नै चेतिय हो । बुद्धको परिनिर्वाण हुनु केही समय पूर्व नै सारिपुत्र र मौदगल्यानले शरीर त्यागे । उनका अस्थि अवशेषमा भगवानले चैत्य निर्माण गराउनु भयो । विस्तारै यी नै साधना केन्द्र जन साधारणले पूजा-पाठ गर्ने, कर्मकाण्ड गर्ने स्थानको रूपमा परिवर्तन गरे होलान् । आजकल पनि विभिन्न देशमा चैत्य पूजा बौद्धहरूले कर्मकाण्ड गर्नको लागि अधिक प्रयोग गरिन्छ, ध्यान भावनाको लागि कम प्रयोग गरिन्छ ।

भगवानबुद्ध पश्चात चैत्यको निर्माण गर्ने परम्परा तीब्र गतिले बढ्यो । त्यस समयमा तीन प्रकारले चैत्य निर्माण गर्ने परम्परा थियो ।

१. **परिभोग चैत्यः** यस्ता चैत्य भगवान बुद्धले प्रयोगमा ल्याउनु भएका भौतिक वस्तु स्थापित गरेर बनाइन्छन् । यस्तो एउटा चैत्य बम्बईबाट ८० माइल टाढा नाला-सुपारा नामको गाऊँमा भेट्टीएको थियो । यस गाऊँलाई पूर्वकालमा सुप्पारक पत्तन भनिन्थ्यो । यहाँका एकजना निवासी पूण्य नामक ब्यापारीले भगवानसंग धर्म सिकेर अभ्यास गर्न थाल्यो । स्वदेशमा फर्केर यो विद्या अनेक ब्यक्तिहरूलाई पनि बाँड्न थाले । यसको परिणाम स्वरूप यस प्रदेशमा ध्यान-साधनाको परम्परा चल्यो । यहाँ निर्मित गुफा र चैत्यले यसको पुष्टि गर्दछ । सुप्पारक स्तूपको उत्खनन् गर्दा भगवान गौतमबुद्धको भिक्षा पात्र प्राप्त भएको थियो ।

२. **धातु चैत्य :** भगवान तथा अन्य जीवनमुक्त अरहंतहरूको अस्थि - अवशेष राखेर निर्माण गरिएको चैत्यलाई धातु चैत्य भनिन्छ । भगवान गौतमबुद्धको महापरिनिर्वाण पश्चात उनको शरीरको दाह संस्कार पछि उनको अस्थिलाई आठ भागमा बाँडियो र त्यस समयका प्रसिद्ध राज्यहरूले आ-आफ्नो राज्यमा लगेर धातु चैत्य बनाए । यी राज्यहरू मध्ये शक्तिशाली शासक मगधका अजातशत्रु थिए । उनले अन्य राज्यहरूसंग रहेको अस्थि एकत्र गरेर आफ्नो राज्यको पाटलीपुत्रमा स्तूप बनाए । पछि यस क्षेत्रमा अशोक राजा हुँदा उनले पुन: विभक्त गरेर भारतका महत्वपूर्ण स्थानमा अस्थि स्थापना गरेर चैत्यहरू बनाए । उत्खनन् गरेर हेर्दा कपिलवस्तु, कुशीनगर, सारनाथ आदि पुराना स्तूपको गर्भमा भगवान बुद्धको धातु-अवशेष भेट्टियो । त्यस्तै सारिपुत्र र मौद्गल्यायनको धातुअवशेष साँचीको स्तूपमा पाइयो ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

भगवानको अवशेष भारतभन्दा बाहिर अन्य देशहरूमा पनि पाइन्छन् भन्ने मान्यता छ । एक मान्यता अनुसार रंगुन (प्राचीन उक्कल नगर) का दुईजना ब्यापारी तपस्स र भल्लिक भगवान बुद्धको केशधातु लिएर गएका थिए । उनीहरूले रंगुनको डगोन पहाडमा स्तूप बनाएर केशलाई त्यहाँ स्थापित गरे । यो वर्माको प्रमुख स्तूप हो जुन श्वेडगोनको नामले प्रसिद्ध छ । भगवानको दाँत श्रीलंकामा पुग्यो र त्यसलाई कैंडीको एउटा स्तूपमा स्थापित गऱ्यो । चैत्यलाई पालि भाषामा धातु-गब्भ (धातुगर्भ) शब्द प्रचलित थियो । पछि यसैबाट धगब्ध-ढगोबा हुँदै सिंहली भाषामा डगोभा प्रचलित हुन गयो । पछि यहि शब्द विकृत हुँदै पगोडाको रूपमा प्रयुक्त हुन गयो । आजकल चैत्यको लागि पगोडा शब्द नै प्रचलित छ ।

३. **धर्म चैत्यः** भगवान बुद्ध पछि पच्चीस शताब्दीमा भगवानका अनुयायीहरूले अनगिन्ती स्तूपहरू निर्माण गर्न थाले । भगवानको कुनै महत्वपूर्ण वाणीलाई कुनै स्वर्ण पत्र अथवा ताम्र पत्रमा अंकित गरेर त्यसलाई भूगर्भमा स्थापित गरेर चैत्य निर्माण गर्ने परम्परा चल्यो । कतिपय पुराना चैत्यहरूमा धातु-पत्र प्राप्त भएका छन् । यस्ता चैत्य धर्मचैत्य कहलिन्छन् ।

४. **उद्देसिक चैत्यः** भगवान बुद्धको लगभग ५०० वर्ष सम्म उपरोक्त तीन प्रकारका चैत्य बनाउने परम्परा थियो । त्यस पछि उनको मूर्ति बनाउन थाल्यो । गुफामा निर्मित अनेक चैत्यहरूमा उनको स्मृतिको उद्देश्यले मूर्ति स्थापित गरियो । त्यस्ता चैत्यलाई उद्देसिक चैत्य भनिन्छ । जब मूर्ति पूजा गर्ने प्रचलन बढ्यो तब परिभोग चैत्य, धातु चैत्य, धम्म चैत्यमा पनि मूर्ति स्थापना गर्न थाल्यो ।

हाल आएर स्व. सयाजी ऊ बा खिनले चैत्य निर्माणको परम्परामा एउटा नयाँ कडी थपीयो । उहाँले चैत्यको उपयोग विपश्यना ध्यान गर्नको लागि गर्नु भयो । उहाँले भित्रबाट खोक्रो चैत्य निर्माण गर्नु भयो, जसमा साधकहरू ध्यान गर्न सक्छन् ।

(साभार : हिन्दी विपश्यना पत्रिका,
पौष पूर्णिमा, १९९२)

विठ्ठलदास मोदी

(यो पून: प्रकाशन गरिएको हो)

धर्म गाथा

हिन्दी

जब से छुटी विपश्यना, बढ़ा अंध-विश्वास ।
बिना चित्त निर्मल किये, करे मुक्ति की आश ॥

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

किसी देव या ब्रह्म 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 नबावे माथ ॥

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

हिन्दी

जहाँ धरम को नाम पर, बाड़ाबंदी होय् ।
करै दिखावा धरम का, सम्प्रदाय है सोय ॥

जहाँ धरम के नाम पर, जागे भावावेश ।
सम्प्रदाय ही हो प्रमुख, धरम न हो लवलेश ॥

जहाँ बौद्ध या जैन का, लेबल होय प्रधान ।
सत्य धरम का भरम है, सम्प्रदाय ही जान ॥

हिन्दू मुस्लिम सिख का, जागे जहाँ गुमान ।
महज मुखौटा धरम का, सम्प्रदाय पहचान ॥

जात पात कुल गोत्र का, भेदभाव जब होय ।
सम्प्रदाय ही हो प्रमुख, धरम निरोहित होय ॥

वर्ण भेद से लोग जब, ऊँच-नीच कहलांय ।
धरम धँसे पाताल में, सम्प्रदाय रह जाय ॥

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

सम्पादक : रोशनी शाक्य, *प्रकाशक :* नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ४३७१६५५, ४३७१००७ *असार २०६४*
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

● आजीवन शुल्क रू. २००/-

साधकको नाम : ....

ठेगाना : ....

....

....

Downloaded from http://www.dhamma.digital