

विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५५२

माघ २०६५

वर्ष २५ अङ्क १०

धम्मवाणी

अल्ल चम्म पटिच्छन्नो नवद्वारो महावणो ।
समन्ततो पग्घरि असुचि पूति गन्धियो ॥
विशुद्धी मार्ग १/६

नरम छालाले ढाकिएको, नौ द्वार भएको महावर्ण यस
शरीरका सबै भागबाट सडेको र दुर्गन्धित फोहोर नै
निस्किरहन्छन् ।

मंगल होस्

मित्र उही हुन्छ जो मंगलमा सहायक हुन्छ, कल्याणकार्यमा सहयोगी हुन्छ, भलाईहुने कार्यमा साथी हुन्छ । यस्तो व्यक्ति जो सुकै भए पनि हाम्रो हितैषी हुन्छ । उनी प्रति कृतज्ञतापूर्ण मंगल मैत्रीको सद्भाव राख्नु नै सर्वथा उपयुक्त हुन्छ, सर्वथा समीचीन हुन्छ ।

यदि कुनै मित्र प्रति कुनै कारणवश हाम्रो मनमा दुर्भावना जागदछ भने त्यो हाम्रो दुषित चित्तको परिचायक हो । दुर्भावनाले भरेको चित्तले त्यस मित्रको कुभलो होस् या नहोस् तर आफ्नो हानी भने अवश्य हुन्छ । सामान्यतया हाम्रो दूषित चित्तले हामीलाई व्याकुल बनाउँदछ । आफ्नो उपकारी मित्र प्रति उत्पन्न भएको दूषित चित्तले त अत्यधिक व्याकुल बनाउँदछ । यही अनुभूत सत्य हो । यही अनुभव गम्य सत्य हो ।

यदि कुनै मित्र प्रति हाम्रो मनमा सद्भाव जागदछ भने त्यो हाम्रो स्वच्छ, सरल चित्तको परिचायक हो । सद्भावले भरेको मांगलिक चित्तले त्यस मित्रको जति भलाई गर्दछ, त्यसभन्दा बढी आफ्नो भलाई गर्दछ । सामान्यतया सद्भावना भरीपूर्ण चित्तले आफूलाई हर्षित पार्दछ । यसभन्दा बढी कुनै उपकारी मित्र प्रति उत्पन्न भएको सद्भावित चित्तले हामीलाई अत्याधिक हर्षित पार्दछ । यही अनुभूत सत्य हो । अनुभवगम्य सत्य हो ।

हुन सक्छ कोही व्यक्ति कुनै बेला हाम्रो परक मित्र थियो, परम हितैषी थियो पछि कुनै कारणवश, भ्रातिवश, स्वार्थपरायणतावश अथवा हाम्रो नै कुनै भूलले यदि आज हाम्रो परम शत्रु भएमा हाम्रो जीवनको तड्कारो बनीरहेका उसलाई रोक्न बाहिरबाट कठोर भन्दा कठोर व्यवहार गरेता पनि भित्रबाट उसको प्रति असिम मंगलमैत्री भरीराख्नु पर्दछ । यही मंगलमयी हुन्छ ।

त्यस व्यक्तिको वर्तमान व्यवहारलाई महत्त्व नदिएर अतीतमा उसले हाम्रो के उपकार गरेको छ त्यही सम्झौं । उसको स्नेहसौमनस्यतालाई सम्झौं । त्यसैको आधारमा आफ्नो मनको मृदुलता बनाई राख्नु, सद्भाव बनाई राख्नु । बाहिरबाट कठोर चट्टान पत्थर भएर पनि भित्रबाट छलछलाउने निर्मल निर्भर बनीरह्नु ।

साधकहरू ! मलाई थाहा छ कि यो सजिलो छैन । जब कोही व्यक्तिले अनैतिक व्यवहार गरेमा उसको प्रति तिलमिल भएर रिसाउनु सजिलो छ, उसको प्रति मैत्री जाग्रत गर्नु कठिन छ । परन्तु

कठिन भए पनि वास्तवमा गर्नु पर्ने त यही हो । यही त साधना हो । यही त तप हो । यही त संग्राम हो । आफू भित्र आफ्नै संग्राम, आफ्नो दुर्बलता प्रतिको संग्राम । यो संग्राम त जीवन भरको लागि हो ।

सत्य यही हो । होश (सती) को संग्राम दुई-चार क्षणको हुन्छ । शूरको संग्राम दुई-चार पलको हुन्छ । रण-भूमिमा उत्रीयो दुई-चार हान-थाप हुन्छ, खेल समाप्त हुन्छ । तर साधकको संग्राम त जीवन भर चल्दछ ।

शूर संग्राम है घडी दो-चारका,
सती संग्राम पल चार भाई ।
संत संग्राम है रात-दिन जूझना,
देह परयन्त का काम भाई ॥

रात दिन जुझ्नु नै छ । देह-पर्यन्त जुझ्नु नै छ । अनीति र अन्यायपूर्ण परस्थितीहरू जीवनमा जब-जब आउँदछन् तब एक त मनको प्रतिकार गरिरहनु पर्दछ अर्को रोम-रोममा मंगल भावहरू परिपुरित गरिराख्नु पर्दछ ।

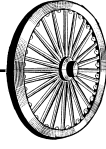
मंगल होस् ! कल्याण होस् ! भलो होस् !

(साभार: विपश्यना कात्तिक २०५४)



प्रेरक प्रसंग

“मनसिकार” चिन्तन मनन् गर्नुलाई भनिन्छ । ठीक तरिकाले चिन्तन मनन् गर्नुलाई “योनिशो मनसिकार” भनिन्छ । चिन्तन मनन् नै अयोनिशो भयो अथवा गलत तरिकाले सोच्दछ भने भ्रमबाट छुटकारा पाएर सत्यको दर्शन गर्न सक्छ भनेर आशा गर्नु बेकार हुन्छ । त्यसैले उत्प्रेरित व्यक्तिले “योनिशो मनसिकार” को अभ्यास गर्नु पर्दछ । मिथ्या संकल्प-विकल्पलाई त्यागेर सम्यक् संकल्प-विकल्पको अभ्यास गर्नु पर्दछ । सम्यक् संकल्प गर्दैमा कोही व्यक्ति सधैं विकार विमुक्त हुन सक्दैन । यसको लागि विपश्यना साधनाबाट मनको गहराईसम्म सम्यक् दर्शन अथवा यथार्थ सत्यको दर्शन गर्नु पर्दछ । सम्यक् दर्शनको लागि सम्यक् विकल्पको अभ्यास गर्नु आवश्यक हुन्छ । यो पहिलो खुड्किलो हो । यस अवस्थामा मात्र साधकको मन साधनाको गहिराईमा अनुसन्धान गर्न योग्य



हुन्छ । संकल्प-विकल्प नै गल्ती भइरहेछ भने अगाडिका सत्यहरू कसरी प्राप्त हुन्छन् ?

नरलाई नारी अथवा नारीलाई नरको शरीर प्रति जुन प्रवल आकर्षण हुन्छ यसले शरीरको सम्बन्धमा योनीसो मनसिकार हुन दिदैन । धेरै जसो गलत चिन्तन नै चल्छ । शरीरको चमक-दमक, साज सज्जा र देख्ने देखाउनेमा मन उल्भन्छ र आफू भित्रको वासनालाई टेवा दिइरहेको हुन्छ । जो काम-वासनाबाट मुक्त हुन चाहन्छ उसले सबभन्दा पहिले चिन्तन-मननलाई सुधारनु पर्दछ । मनसिकारलाई योनीसो गर्नुपर्दछ । संकल्प विकल्पलाई सम्यक् गर्नु पर्दछ ।

उदाहरणको लागि कोही पुरुष कुनै सजी सजावट कामिनीको कामोत्तेजक रूपलाई हेरेर उसको संयोजित, संगठित र संश्लिष्ट रूप-लावण्यलाई मन मनै विघटन, विभाजन र विश्लेषण गर्दै हेर्दछ । केश विन्यासलाई अलग अलग गरेर हेरेमा थाहा हुन्छ केशमा के सुन्दरता छ ? त्यस्तै मोती जस्तो लाग्ने ती दाँतको पंक्तीलाई मन मनै अलग अलग गरी हेरेमा थाहापाइन्छ । पंक्तिबाट एउटा दाँत छुटेर अलग भएमा त्यसमा मोती जस्तो पन रहँदछ । यतिमात्र होइन, माथिबाट चिप्लो, चिल्लो लाग्ने छालालाई मन मनै खोलेर हेर्नो भने त्यसमा के राम्रो देख्छ ? राम्ररी केलाएर हेर्नो भने भित्रको रगत, मासु, नसाको जाली, हाड, पीप, चर्पी, पिसाब, पित्त, कफ, थुक, आँसू, न्याल, सिङ्गान, कानेगुजी आदि आदि नै पाउँछन् गन्हाउने नै गन्हाउने, शुभ र सुन्दर केही छैन ।

यस्तो संयोजन, यस्तो संगठन प्रति कस्तो माया ? कस्तो भ्रम ? यही भ्रमको कारण कति आकर्षण छ यस मैलोको थुप्रो प्रति ? मानौं कुनै प्लाष्टिकको भोला छ, चटक्क परेको रंगीन भोला, सुन्दर त्यस भोलामा मलमूत्र नै मलमूत्रले भरेको छ । मलमूत्रले भरिएको भनेर जान्दा जान्दै पनि चटक्क परेको पालिसदार भोला (खोली) हेरेर कोही व्यक्ति भित्री सत्यलाई भूलेर त्यसलाई छातीमा टाँस्छ, चूमछ भने के गर्ने ? यदि उसलाई बारबार सत्यताको होश आउँछ भने उ केही समयको लागि भए पनि त्यस फोहोरबाट टाढा रहन्छ । सही तरिकाबाट चिन्तन मनन गर्दै पटक पटक आफ्नो मनको भित्री वास्तविक सत्यको सम्झना भइरहेमा त्यस बाहिरी मिथ्या आकर्षणबाट आफूलाई टाढा राख्न सक्षम हुन्छ । फेरी यस्तो पनि चिन्तन गर्नु पर्दछ कि यो मेरो शरीर पृथ्वी, अग्नि, जल र वायु यी चार महाभूतबाट बनेको छ । ठोस छ, तरल छ, वायु छ र त्यसमा ताप छ । यी चार वटाको पूँज मात्र हो । जसमा प्रतिक्षण उत्पाद व्यय भइरहन्छ त्यस्तै त्यस व्यक्तिको शरीर पनि चार महाभूतको थुप्रो मात्र हो, अष्टकलापको पूँज मात्र हो । साँच्चै नै यो विल्कुल निस्सार छ ।

यस प्रकारको चिन्तन मननबाट नै साधक विपश्यना साधना गर्न लायक हुन्छ । चिन्तन मननबाट मात्रै काम वासनाको जरा निस्कन सक्दैन । जब योनीसो मनसिकारको आधारमा विपश्यना ठीक तरिकाले गर्न थाल्दछ तब पूर्व संचित कामवासनाको अन्तःशायी विकार उदीर्ण भएर क्षय हुन थाल्दछ र समय अनुकूल साधक त्यसबाट पूर्णतया छुटकारा पाउँछ ।

यस सन्दर्भमा भगवान् बुद्धको जीवनकालको एउटा घटनालाई हेरौं

कपिलवस्तुको शाक्यवंशी राजकुमार नागसमाल । भगवान् सम्यक् सम्बोधि प्राप्त गरी पहिलो पटक जब कपिलवस्तु आउनु भयो

तब उनको धर्म प्रवचन सुनेर त्यहाँका धेरै शाक्य राजकुमार गृहत्याग गरी भिक्षु संघमा सम्मिलित भए । नागसमाल तिनीहरू मध्य एक थिए । उनी केही दिनसम्म भगवान्को सेवक रहे । तर विकार विकृतिको कारण धेरै दिनसम्म भगवान्को सेवामा रहन सकेन ।

एक दिन भिक्षाटनको लागि शहरमा जाँदै थियो, चौबाटोमा उनले एउटा मञ्च देखे । त्यस मञ्चमा एक सुन्दरी नाचिरहेकी थिईन । साथै सुमधुर बाध्यवादन थियो । नर्तकीको शरीरमा अनेक प्रकारको चूर्ण विलेपन गरेको थियो । मुहार चित्रीत गरेर आकर्षक बनाएको थियो । लोभलाग्दो केश विन्यास थियो । सुन्दर, लोभ लाग्दो, मुल्यवान आभूषण थियो । त्यस सजी सजावट कामिनी कर्ण प्रिय बाध्य-वादनको शूर तालमा कामोत्तेजक हाव-भाव प्रकट गर्दै मनोहर नाच नाची रहेकी थिईन् ।

नागसमालको पुरानो कामभोगजनीय राग रजित चित्त जाग्यो, तर उसले तुरुन्तै आफ्नो होश सम्हाल्यो । योनीसो मानसिकारमा लाग्यो । यो कामराज मारदेवको मृगजाल हो, मलाई बाँध्नको लागि कामराजले यो जाल विछ्याएको हो ।

उसको सम्यक् संकल्प सही दिशामा अगाडी बढ्यो । ती बस्त्राभूषण, माला, गंध, विलेपना, धारण, मण्डन आदि बाह्य उपकरण र शरीरमा लगाएको चन्दन चूर्ण धोखा मात्र हुन् । ती चमकिला छाला पनि धोखा मात्र हुन् । त्यस भित्र त मासु छ, रगत छ, हाड छ, नशाको जाल छ, दिशा, पिसाब, थूक, पित्त, कफ आदि आदि गन्हाउने नै गन्हाउने फोहरले भरिएको छ । त्यस बाहिरी देखावटले मलाई कदापी लोभ्याउन सक्दैन । शरीरको सबै द्वारबाट फोहोर नै फोहोर निस्कन्छ । यदि यो छाला भित्रको भाग बाहिर भएको भए हातमा लट्टी लिएर कुकुर, विरालो, काग, गिद्ध आदि धपाउनु पर्थ्यो होला ।

मेरो शरीर जस्तै त्यस नर्तकीको शरीर पनि पृथ्वी, अग्नि, जल, वायु यी चार धातुहरूले बनेको छ । यस समयमा त्यसमा वायु धातुको प्रमुखता छ, त्यसैले त्यसको शरीरमा हलन चलन भइरहेको छ । यी परमाणुका पुञ्ज तीव्र गतिमा उत्पन्न हुन्छन्, नष्ट हुन्छन् । उसको भित्री चित्तको चारै स्कन्ध अझ तीव्र गतिमा उत्पन्न हुन्छन्, नष्ट हुन्छन् । यी पाँच स्कन्धमा कुनै पनि सार छैनन्, निस्सारै निस्सार छन् ।

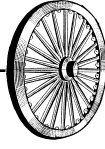
यसरी योनीसो मनसिकार गरेर नागसमालले आफ्नो चित्त विचलित हुनबाट बचाए र तुरुन्तै विपश्यना साधना गर्नमा लागे । सडकमा नाच्ने नर्तकी उसको कल्याणको कारण बन्यो । उसको लागि प्रेरणाको स्रोत बन्यो । उसमा तीव्र धर्म संवेग जाग्यो । विपश्यना गहराईसम्म हुन थाल्यो । काम सम्बन्धी विकारहरू क्षय भए र त्यसको साथ-साथै अन्य विकारहरू, आस्रवहरू पनि क्षय हुँदै गए । यसरी उनी स्रोतापन्न भए । त्यसपछि सगदागामी र अनागामी अवस्था प्राप्त गरे र अन्तमा अर्हत पदमा स्थापित भई धन्य भए ।

(साभार: विपश्यना, भाद्र २०५२)



पूज्य गुरुजीसंग सोधिएको प्रश्नको उत्तर

प्र. कृपया शिविरमा धर्मसेवको महत्वको बारेमा बताईदिनुहोस् ? धर्म सेवकहरूको भूमिका के हो र धर्मसेवकहरू



बीच एक आपसको सम्बन्ध, टूट्टीसंगको सम्बन्ध, सा.आ.हरू संगको सम्बन्ध कस्तो हुनुपर्छ ? सेवा गर्न के कस्ता ट्रेनिङको आवश्यकता पर्छ । सेवकहरूलाई कस्तो सुविधा उपलब्ध गराइन्छ ?

ऊ. धर्मसेवा धर्मअभ्यासको एउटा महत्वपूर्ण अंग हो । जब हामी दश दिवसीय शिविरमा दश दिन विपश्यना बस्नका लागि जान्छौं, हामी मन शुद्धीको लागि जान्छौं । मनलाई मजबुत बनाउन जान्छौं ताकि हामी घरमा फर्किसके पछि दैनिक जिवनमा यस्लाई प्रयोग गर्न सकौं । यदि विपश्यनालाई व्यवहारमा उतार्न सकेनौं भने यो अन्य भैं एउटा धार्मिक कर्मकाण्ड नै हुनेछ ।

विपश्यना सिकिसकेपछि घर फर्किएर जीवन व्यवहारमा रहनु पर्छ जहाँ मननपर्ने, मन संग प्रतिकूल घटनाहरू घटीरहेका हुन्छन्, आफ्नो सपनासँग अमिल्दो काम भईरहेको हुन्छ । यस्तो अवस्था सामना गर्नु गाह्रो पर्दछ, अत्यन्त कठीन पर्दछ । यस्तो अवस्थामा शिविरमा आएर दश दिनको धर्मसेवा गर्ने मौका पायो भने यहाँको वातावरणमा धर्मको प्रयोग गर्न पाउनेछ ।

यसरी दश दिवसीय शिविरमा धर्मसेवा गर्न आउँदा शिविरमा आफूले जे सिकेका थियौं त्यही गर्नेहो, जसरी दुर्नियामा मानिसहरू संग सम्बन्ध राखिन्छ त्यसरी नै साधकहरूसंग, सहायक आचार्यसंग र अन्य धर्म सेवकहरूसंग र टूट्टीहरूसंग सम्बन्ध राखिन्छ । यस्तो अवस्थामा कस्तो व्यवहार गर्ने ? यदि कुनै गल्ती हुन गयो भने उहाँहरूबाट सिकिन्छन् । फेरि गल्ती भएमा फेरि सिकिन्छ । यसरी नै अधि बढ्न सकिन्छ । यसरी व्यवहारमा धर्मलाई कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने कुरा बुझिन्छ ।

जब यस्तो शिविरमा सेवा गर्न आउँछौं, धर्मसेवा दानको एउटा अंग धर्म-दान हुन्छ । सब्ब दानं धम्म दानं जिनाति । सबै भन्दा उच्च श्रेणीको दान नै धर्म दान हो । तिमी यहाँ धर्मको दान दिन आएका छौ । आचार्यज्यूले सिकाउँदै हुनुहुन्छ, राम्रो हो । कसैले पैसा दान दिएका छन्, यो पनि राम्रो हो । तर त्यस अवस्थामा पनि कोही व्यक्ति त सेवा गर्ने चाहियो । अहिले तिमी सेवा गर्दैछौ, यो तिम्रो दान हो ।

पैसा दान दिनु भन्दा धर्मको दान दिनु धेरै गुणा उत्तम हुन्छ । चित्तको चेतना कस्तो छ त्यस्को महत्व हुन्छ । बुद्धले भन्नुभएको छ चेतना अहम्, भिक्खवे, कम्मं वदामी - जस्तो चेतना त्यस्तै कर्म हुन्छ । जब दान दिन्छौ तिम्रो चित्तको चेतना यस्तो हुनु पर्छ कि “यो मेरो पैसाले अधिक मानिसहरूले फाईदा पाउन सक्न । उनीहरूको तिर्खा मेट्न सक्न, खान पाउनु, औषधि उपचार पाउनु भन्ने चेतना हुनुपर्छ । यो धेरै राम्रो कुरो हो । तर यहाँ मैले देखेको छु, जब म पैसा दिन्छु, कति धेरै मानिसहरू आफ्नो दुःखबाट बाहिर आएका छन्, कति मानिसहरूले आ-आफ्नो विकारबाट मुक्ति प्राप्त गरेका छन् । मेरो पैसाको उपयोग राम्रो तरिकाले हुँदैछ ।” यस्तो चित्तको चेतनाले मनलाई स्वच्छ बनाउँछ ।

जब तिमी यहाँ दश दिन सेवा गर्न आउँछौ, प्रत्येक क्षण सेवा दिइरहेका हुन्छौ र प्रत्येक क्षण चित्तको चेतना धेरै भन्दा धेरै साधकले फाईदा पाउनु भन्ने हुन्छ । यस्तो चेतना दशौं दिनसम्म लगातार भईरहन्छ । अतः यस्तो चेतनाको गुणात्मक परिणाम पैसा दान दिंदाको चेतनाभन्दा कयौं गुणाले अधिक हुन्छ । यस्को अर्थ पैसाको दान नदिनु भनेको होइन । पैसा दिएन भने शिविर कसरी

चल्छ ? दुईवटा को दाँजोमा धर्म दान दिनु, सेवा दान दिनु अधिक लाभदायक हुन्छ ।

मैले आफ्नो अनुभवबाट थाहापाएको छु र मेरो शिष्यहरूको अनुभवले पनि जानेको छु । म धेरै वर्ष मेरो गुरुको सहायकको रूपमा धर्मसेवा दिइरहेँ । म उहाँले भन्नु भएको कुरालाई श-शब्द उल्टा मात्र गर्थेँ । उहाँको निर्देशन अनुसार साधकहरूको समस्या सुल्झाउन जान्थेँ-मेरो यस्तो सेवा थियो । यो सेवाबाट मलाई ज्यादै लाभ भयो । दश दिवसीय एउटा शिविरमा बसेपछि एउटा दश दिवसीय शिविरमा सेवा गर्थेँ । यसबाट मेरो साधनामा निककै प्रगति भयो । यही कुरा मेरो शिष्यहरू पनि बताउँछन् । “मैले दश दिवसीय शिविरमा दश दिन सेवा गरेँ जसबाट मेरो साधना निककै राम्रो भयो, मेरो धर्म निककै बलियो भयो ।” यो प्राकृतिक हो, यस्तै हुन्छ ।

सबै व्यक्तिले समय बचाएर यस्तो धर्मको सेवा गर्ने पर्छ । एउटा शिविर पछि अर्को शिविर क्रमशः गर्दै रत्यो तर धर्म सेवा गरेन भने स्वस्थ रूपमा धर्ममा प्रगति गर्न सकिदैन । शिविर बस्ने तर समय मिलाएर धर्म सेवा पनि गर्नु पर्छ । यो अत्यन्त महत्वपूर्ण छ ।

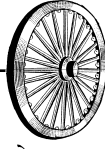
धर्मसेवकहरू बीच एक आपसमा, आचार्यसंग र टूट्टीहरू संगको सम्बन्ध यहीबाट सिकिन्छ । यो फिल्डको प्रशिक्षण हो । हुनत यहाँ ठीक तरिकाले सेवा गर्ने निर्देशन पनि प्राप्त हुन्छ ।

प्राय साधकहरू एउटा शिविर गरिसके पछि नै शिविरमा सेवा दिन इच्छुक हुन्छन् । एउटा शिविर गर्ने वित्तिकै सेवा गर्न त्यति परिपक्व हुँदैन र साधकहरूसंग नराम्ररी व्यवहार गर्छन्, जस्तो पुलिसको भैं, ठू-ठूलो स्वरले कराउने गर्छन् ।

यो उसैको लागि खतरा हुन्छ, यस्तो चित्तको चेतनाले आफूलाई, साधकलाई र त्यहाँको सम्पूर्ण वातावरणलाई नै नोक्सान पुऱ्याईरहेको हुन्छ । यसबाट साधकहरू निरुत्साहित बनाउँछ, उनीहरूलाई त्यो सेवकले एउटै मात्र शिविर गरेको छ भनेर थाहा हुँदैन । उनीहरू सोच्छन् कि “यो सेवा दिइरहेको व्यक्ति त यो संस्थाको निककै जिम्मेदार व्यक्ति होला, तर हेर ! उसको व्यवहार कस्तो छ ? यो ध्यान विधि कस्तो होला ? यदि यो पद्धतिले उसको सेवकको प्रगति गरेन भने यस्ले मेरो के सुधार गर्छ ?”

यस्तो व्यवहारले विपश्यनाको अभ्यास गर्नुबाट निरुत्साहित बनाउँछ । त्यसकारण ठीक तरीकाको निर्देशन आवश्यक पर्दछ । कुनै पनि शिविरमा सेवा गर्नु अगाडि यस्तो निर्देशन दिइने गरिन्छ । धर्म सेवा गर्ने आचार संहितालाई राम्ररी अध्ययन गर्नुपर्छ । र त्यसमाथि छलफल गरी राम्ररी बुझ्नु पर्छ ।

सेवकहरूको सुविधा: यो अर्को महत्वपूर्ण बुँदा हो । मैले धेरैवटा सेन्टरमा देखेको छु साधकहरूको संख्या बृद्धि भएको कारणले सेवकहरूलाई सुविधा सिमित गरिएको छ । सबभन्दा बढी दुःखत सेवकलाई नै हुन्छ । ठाउँको अभावमा तुरुन्त उनीहरूको सामान सार्नु पर्ने, कोठा सार्नु पर्ने, यो घरबाट त्यो टेण्टमा, यो ठाउँबाट त्यो ठाउँमा आदि । सेवकहरूलाई निश्चित ठाउँ नै हुँदैन । यदि सेवकहरूलाई आवश्यक सुविधा दिइएन भने उनीहरूले ठीक तरिकाले साधकहरूलाई कसरी सेवा गर्न सक्ला ? त्यसैले प्रत्येक सेन्टरमा सेवकहरूको लागि आवश्यक सुविधा उपलब्ध हुनु पर्छ, सेवकहरू तर्फ र सेविकाहरू तर्फ पनि छुट्टाछुट्टै सुविधा हुनुपर्छ - यो अति नै महत्वपूर्ण छ ।



प्र. केही साधकहरूले दान दिनुको महत्त्वलाई बुझिएको हुँदैन । शिविरमा पैसा तिर्नु नपर्नुको अर्थ उनीहरू यस्तो सम्झिन्छन् कि यहाँ सेवा निशुल्क दिइएको छ भने दान किन दिनुपर्ने ? कृपया यस समस्याको बारेमा निर्देशन दिनुहोस् ।

ऊ. यदि साधकहरूसँग खानाको, बस्ने ठाउँको पैसा लिइयो भने प्रत्येक व्यक्तिले भन्न थाल्नेछन् कि “हामीले यस्तो सेवा दिएका छौं, यति खर्च गरेका छौं, यस्को यति तिर्नु पर्छ नभए यो संस्था कसरी चल्छ ?” यस्तो कदापी हुनु हुँदैन । यो अति भयो ।

अर्को तर्फ “हामीले तिमीहरूसँग केही पनि लिएका छैनौं ।” उनीहरू सोच्छन् कि सायद यो संस्थाको कोष निकै बलियो छ, सरकारको मार्फत गोप्य तरिकाले यस संस्थालाई खर्च पाईरहेको होला त्यसैले यस्तो संस्थालाई किन दान दिनु पर्ने ?

यी दुई अतिको बीच भागबाट जानु पर्छ । कसैसँग पैसा लिनु हुँदैन यस विषयमा स्पष्ट हुनुपर्छ । तर यो संस्था केवल साधकहरूको दानबाट मात्र चल्छ यो पनि बुझ्नु पर्छ । जसले यस साधना पद्धतिबाट फाईदा उठाए उनीहरूले ओहो यो पद्धति सबैले पाउनु पर्छ र लामो

समयसम्म चल्नु पर्छ भन्ने सोच्छन् उनीहरूले दान दिन्छन् । जब उनीहरूले दिन्छन् तब नै यो निरन्तर चल्छ । यहाँ यो कुरालाई साधकहरूलाई राम्ररी बुझाउनु पर्छ न कि दान दिन दबाव दिनु हुँदैन ।

कुनै कुनै देशमा जहाँ जनता धेरै गरीब छन्, उनीहरूलाई आफ्नो दिनहुँ हात मुख जोड्न गाह्रो पर्छ, दिनहुँ कमाई गरेर नै खानु पर्ने हुन्छ त्यस्तो व्यक्ति यस्तो दश दिनको शिविरमा आयो भने उनीहरूले आफ्नो ज्याला गुमाउने भयो । यो नै उनीहरूको ठूलो त्याग भयो । उनीहरूबाट फेरि दान पाउने आशा गर्नु पनि अमानवीय हुनजान्छ । यस्ता व्यक्तिहरूले एक रुपैया मात्र दान दिए पनि धेरै दियो, यो ठूलो पारमी हुनजान्छ । एकजना लखपतिले एकहजार अथवा एकलाख दान दिनु भन्दा धेरै गुणा ठूलो पारमी बन्न पुग्छ ।

यहाँ एउटा कुरा राम्ररी बुझ्नु पर्छ कि यो हाम्रो सेन्टर केवल साधकहरूको दानको आधारमा नै चल्छ यस्को आम्दानी गर्ने अन्य कुनै स्रोत छैन ।

(साभार: "FOR THE BENEFIT OF MANY")



धर्म गाथा

हिन्दू

बोध जगाए अनित्य का, जब जब शीश नवाय ।
तब तब वंदन सफल हो, प्रज्ञा से भर जाय ॥
बोध जगाए दुःख का, सादर शीश नवाय ।
तो वंदन कल्याणमय, भव-बंधन खुल जाय ॥
बोध जगाए अनात्म का, सविनय शीश नवाय ।
तो ही वंदन शुद्ध हो, चित्त शुद्ध हो जाय ॥
भुके यन्त्रवत् जब कभी, हो कटि का व्यायाम ।
पर जब मन प्रज्ञा जगे, तब हो बुद्ध प्रणाम ॥
पत्र पुष्प नैवध से, छिछुरा वंदन होय ।
अन्तर जागे विपश्यना, सच्चा वंदन होय ॥
प्रज्ञा शील समाधि से, करें बुद्ध सम्मान ।
यहि बुद्ध की वंदना, धरें धरम का ध्यान ॥

मंगल कामना सहित
पारमिता ट्रेडिङ्ग कम्पनी लि.
काठमाडौं, फोन ४२६४१४७
विक्रेता: शीशा र आल्मोनियम च्यानल

हिन्दू

यही बुद्ध की वंदना, यही बुद्ध सम्मान ।
पंचशील पालन करें, धरें धर्म का ध्यान ॥
यही बुद्ध की वंदना, यही बुद्ध-सत्कार ।
सम्यक् दर्शन ज्ञान से, उतर जायँ भव पार ॥
यही बुद्ध की वंदना, यह ही बुद्ध-प्रणाम ।
प्रबल पराक्रम रत रहें, पायँ मुक्ति का धाम ॥
यही बुद्ध की वंदना, विनय नमण आभार ।
जागे बोध अनित्य का, होवें दूर विकार ॥
यही बुद्ध की वंदना, यही बुद्ध का मान ।
प्रज्ञा शील समाधि से, प्रकटे पद निर्वाण ॥
यही बुद्ध की वंदना, यह पूजन का सार ।
शुद्ध धर्म धारण करें, हों भव सागर पार ॥

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 : ४३७९६५५, ४३७९००७ २०६५ माघ

सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १२८९६, काठमाडौं । फोन : ४२२५४९०, ४२२३९६८, ४२४८९४९, ४२५०५८९, email: nvc@http.com.np

मुद्रक : न्यू नेपाल प्रेस, प्रधान कार्यालय फोन : ४४३४ ८५०, ४४३४ ७५३; शाखा कार्यालय फोन : ४२५ ९०३२, ४२९४५०, फ्याक्स : (+९७७-१) ४२५८६७८

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२

● आजीवन शुल्क रू. २००/-

साधकको नाम :

ठेगाना :