

विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५५४

कार्तिक २०६७

वर्ष २७ अङ्क ७

धम्मवाणी

संसारे संसरन्तानं, सब्बदुक्खविनासके ।
सत्तधम्ममे च बोज्झङ्गे, मारसेनपमह्दने ॥
बुज्झित्वा येचिमे सत्ता, तिभवा मुत्तकुत्तमा ।
अजातिमजरा ब्याधिं, अमंतं निब्भयं गता ॥

- बोज्झङ्ग, सुत्त

संसारमा संसरण गर्ने, प्राणीहरूको सम्पूर्ण दुःख विनाशक
गर्ने मारसेनालाई पराजित गर्न सक्ने यी सातवटा बोध्यंगलाई
जसले आफ्नो अनुभवद्वारा थाहापाउँछ ऊ तीनवटा लोकबाट
मुक्त हुन्छ र जन्म हुनु, बूढो हुनु र रोगी हुनुबाट रहित भएर
अमृत (निर्वाण) लाई प्राप्त गर्दछ ।

दस दिवसीय शिविरको पुनरावलोकन

(पुज्य गुरुजीको आत्मकथन)

दश दिनको शिविरमा बसेर मेरो भाग्य उदय भयो । मेरो कल्याण भयो, म धन्य भएँ । शिविर पछि घर फर्के र दश दिनमा अनुभव गरेका कुरालाई फेरि नियालेँ, पुरावलोकन गरें । घर व्यवहार को कहिल्यै अन्त नहुने ब्यस्ततादेखि टाढा बसेर प्राचीन ऋषि मुनिहरूको पावन तपोभूमिमा भैं पवित्र वातावरणमा रहेर पूर्णत संयमित, निराभिष भोजन र साधारण जीवन जिउँदै यी दश दिनमा के सिकें ? मैले के पाएँ ? यसको बारेमा सोचन थालें ।

घरदेखि टाढा कहीं छुट्टि मनाउन दश दिन बितायौं भने पनि जीवनको केही दिन रमाइलो हुनुका साथै स्फूर्ती बढ्छ भने यहाँबाट त शारीरिक र मानसिक अद्भूत अनुभव लिएर घर आएको थिएँ । यस्तो आन्तरिक सुख, यस्तो आन्तरिक शान्ति मैले जीवनमा कहिले पनि अनुभव गरेको थिएन । गुरुजीको आदेश अनुसार घर फर्के पछि दिनहुँ विहान-बेलुकी एक-एक घण्टा विपश्यना साधना गर्दै रहें, यसबाट लाभ प्राप्त भई नै रह्यो । अब विपश्यना साधनाको समयमा मात्र होइन त्यसपछि पनि लामो समयसम्म शान्तिको महसूस भई नै रहन्थ्यो । मलाई यस्तो लाग्यो कि माइग्रेनले जुन मरनासन्न दुखाई हुन्थ्यो अब त्यो सधैंको लागि हट्यो र त्यसको साथै मार्फिया लिंदा हुने दुप्रभवबाट पनि मुक्ति प्राप्त भयो । यो भन्दा पनि बढी जुन लाभ भयो त्यो त अनन्त थियो, मनको विकार का कारण ब्याकुल भईरहने मेरो स्वभाव थियो त्यो बिस्तारै-बिस्तारै कम हुन थाल्यो । विकार दिन-पर-दिन कम हुँदै गयो । यसै उद्देश्य लिएर म शिविरमा सम्मिलित भएको थिएँ । अब मनमा विकार जाग्यो भने विपश्यना विधि अनुसार त्यसको सामना गर्न सक्ने भएँ, यो काम मैले सिकें ।

मनमा चाहे राग उत्पन्न होस्, द्वेष उत्पन्न होस्, काम-वास्ना जागोस्, क्रोध जागोस् अथवा कुनै पनि विकारजागोस् त्यसको साथ-साथ होश पनि जाग्न थाल्यो र त्यसै समय शरीरमा हुने सम्बे दनालाई हेर्दा-हेदै त्यो विकार दुर्बल हुँदै गयो । र त्यस विकारको कारण जुन ब्याकुलता हुन्थ्यो त्यो आफैँ दुर्बल हुँदै गयो । काम, क्रोध र अहंकार जस्तो गहिरो र बलियो दूषित विकारबाट मुक्ति पाउनका लागि न मेरो सम्पूर्ण गुणले भरेको भक्ति काममा आयो न

गीता पाठ नै, न उपनिषद् वेदको चिन्तन मननले नै लाभ प्राप्त भयो । त्यहाँ केवल दश दिनको साधनाले यी विकार सबै दुर्बल हुँदै टाढा भयो । यस विधिबाट विकारको जरा कसरी उखेल्ने भन्ने कुरा थाहा पाएँ, यही नै यसको विशेषता थियो । अन्तर्गमनको विकार बनाउने जुन नराम्रो स्वभाव थियो त्यसलाई वैज्ञानिक ढंगले कसरी बदल्ने भन्ने कुरा पनि जानें । यस्तो कल्यादायिनी विद्या पाएर मन ज्यादै सतुष्ट र प्रसन्न भयो । जस्तो कि मेरो निको नै नहुने रोग थियो त्यसको बदलामा रोग विमुक्तिको औषधि प्राप्त भयो ।

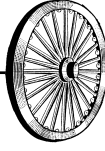
यो औषधि प्राप्त हुनु भन्दा पहिला जब काम-क्रोध-अहंकार जस्तो प्रबल विकार द्वारा मन विकृत भएर ब्याकुल हुन्थे तब विहान सधैं भाव विभोर भएर हात जोड्दै ब्याकुलता हटाइदिन देवता समक्ष प्रार्थना गर्दथेँ ।

अब यो कल्याणकारीणी विधा प्राप्त भएको कारण यस्तो प्रातकालीन वन्दना गर्ने कामबाट मुक्ति प्राप्त भयो । एउटा शिविरबाट नै मैले बुझें कि मन मैलो मैले गरें भने यसबाट छुटकारा पाउने काम पनि मैले नै गर्नुपर्छ । जब सुधार्ने विद्या थाहा थिएन तब त्यस्तो जीवन बिताउँदै आएँ अब थाहा पाएँ त्यसैले त्यस्तो जीवनबाट मुक्ति पाएँ । अब नित्य-नियमित रोई-धोई गरेर भजन गाउनुको सत्ता त्यो समय साधनामा लगाएँ ।

यो विद्या सिक्नको लागि मैले त्यहाँ के अभ्यास गरें भन्ने बारे केही भन्न चाहन्छु । त्यहाँ नितान्त शुद्ध धर्मको अभ्यास गरें । पञ्चशीलको पालना गरें । चित्त एकाग्र बनाउनको लागि समाधिको अभ्यास गरें र आफ्नो प्रज्ञा जगाएर चित्तविशुद्धि गर्ने लगातार प्रयास गरें । यी तीनवटा अभ्यास गर्नुमा कहीं कतै खोट मैले देखिन ।

शरीर र वाणीबाट हुने दुष्कर्मदेखि अलग रहेर शील सदाचार पालन गर्नु प्राचीन वैदिक धर्मले मात्र होइन संसारको सबै धर्मले यसलाई स्वीकार गर्छन् । यसलाई सबैले असल मान्छन् । उपदेश हजारौं पटक सुने तापनि मन वशमा राख्नको लागि शील पालना नगरी सम्भव हुँदैन । यो कुरा सबैले स्वीकार गर्छन् । त्यहाँ मन वशमा राख्ने अभ्यास सिकायो । यसको लागि स्वाभाविक श्वास हेर्ने जुन आलम्बन दिईयो त्यो पनि यस्तो निर्दोष र सार्वजनीन जस्को प्रयोग सबैले गर्न सक्छन् ।

मन वशमा राख्नु राम्रो हो तर शील सदाचारलाई आफ्नो



जीवनको अंग बनाउनको लागि चित्तलाई जरासम्म निर्मल गर्नु आवश्यक हुन्छ। अन्यथा अन्तरमनमा डबिएको विकार जब उष्कर आउँछ तब मन फेरि विचलित हुन्छ र शील पालना गर्नु कठिन हुन्छ। त्यसैले शरीरमा हुने सम्बेदनाको आधारमा प्रजा द्वारा चित्तलाई नितान्त निर्मल गर्ने अभ्यास सिकाइयो। यो पनि त्यत्तिकै सर्वमान्य र सार्वजनीन नै छ। यसको अभ्यास पनि जो कोहीले गर्न सक्छन्। गुरुजीले बताउनु भयो कि बुद्ध हुनु केवल सिद्धार्थ एकजनाको मात्र अधिकार होइन। उनी भन्दा पहिला पनि अनेक बुद्ध भए उनी भन्दा पछि पनि अनेकौं बुद्ध हुनेछन्। चाहे जो सुकै बुद्ध होउन् उहाँहरूको सार्वजनीक शिक्षा भने एउटै हुन्छन्। जस्तो—

- १) दुष्कर्महरूबाट बचेर शील-सदाचारको जीवन जिउनु।
- २) सत्कर्ममा लाग्नु अर्थात् कुशल चित्तको एकाग्रता हासिल गर्नु कुशल चित्त द्वारा एकाग्र गरेको कर्म स्वतः सत्कर्म नै हुने भयो।
- ३) केवल माथिल्लो तहमा मात्र होइन चित्तको जरासम्म सम्पूर्ण चित्तलाई पूर्णतया निर्मल गर्नु।

यही कुरालाई पछि बुद्धवाणीमा पढ्न पाएँ स्वयं बुद्धले भन्नु भएको थियो—

सब्वपापस्स अकरणं कुसलस्स उपसम्पदा।

सचित्त परियोदपनं, एतं बुद्धानसासनं ॥

सबै पापकर्मदिखि अलग रहनु, कुशल कर्म संपदा अर्जित गर्नु र आफ्नो चित्तलाई परिपूर्ण रूपले शुद्ध गर्नु सबै बुद्धका यही शिक्षा हुन्। यही नै शील, समाधि र प्रज्ञा हो। सबै बुद्धले यही तीनवटाको उपदेश दिनुहुन्छ। उहाँहरू केवल उपदेश मात्र दिनु हुन्न, यसको प्रयोगात्मक अभ्यास गर्ने पनि सिकाउनु हुन्छ। त्यसैले बुद्धका शिक्षा तुरून्त फल दिने हुन्छन्। शिविरको पहिलो सत्रमा नै यस सत्यलाई राम्ररी बुझ्ने र मलाई यस्तो लाग्यो कि यसको व्यावहारिक पक्ष एकदमै अनौठो छ। अदभूत छ। अनमोल छ।

मलाई यो शिक्षा पूर्णतया ठीक लाग्यो। तर मनमा फेरि पनि एउटा प्रश्न रही रह्यो कि यदि बुद्धले केवल शील, समाधि र प्रज्ञाको व्यावहारिक धर्म नै सिकाउनु भएको थियो भने हाम्रो परम्परामा उहाँको शिक्षाको विरोध किन गरिन्छ? शायद उहाँको शिक्षामा कतै दोष थियो होला जुन यो शिविर अवधिमा मैले बुझ्न सकिन। मेरा अग्रजहरूले ती कुरा थाहापाएर नै यस्तो विरोध गरेको हुनुपर्छ, त्यसैले बुद्धको शिक्षालाई भारतबाट पूर्णरूपमा निष्कासित गरेको होला। यी सबै कुरा जाँचेर हेर्न बुद्धवाणी पढ्ने निर्णय मैले गरें। यस अध्ययन द्वारा म त्यसमा रहेको दोष त्यागेर राम्रो कुरा मात्रै अपनाउने सोचाईमा थिएँ। शील, समाधि, प्रज्ञामा त सबै राम्रा कुरामात्र छन्। यसको अभ्यास त मैले गरेर हेरिसकेँ। यसको फल पनि कल्याणकारी नै कल्याणकारी छ। अब बुद्धको शिक्षाको सैद्धान्तिक पक्षको पनि अध्ययन गरेर हेर्नु भन्ने सोचाई भयो।

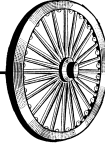
मैले सबैभन्दा पहिला धम्मपदको पुस्तक पढें जुन श्रद्धेय आनन्दजीले मलाई दिनुभएको थियो। किताब वर्षौंसम्म मेरो टेबलमा त्यही रही रह्यो। धम्मपदको एक एक पदय मनलागाएर पढ्दै गएँ, एक आलोचकको दृष्टिले पढ्दै गएँ, कहीं दुर्गुण भेट्नुने उद्देश्यले पढ्दै गएँ, कतै दोष देखेँ भने चिह्नो लगाउँछु भन्ने मनसायले पढ्दै गएँ। मलाई ज्यादै अचम्म लाग्यो कि मैले कहीं कतै दोष देखिन एक पदयमा

पनि दुर्गुण देखिन। फेरि सोचेँ, कतै राम्ररी पढिन हुँला भूल भयो होला। त्यसैले फेरि ध्यान पूर्वक दोहोर्नाएर पढें। फेरि पनि केही भेट्टाइएन, ज्यादै खुसी लाग्यो। धम्मपदलाई बुद्धवाणीका सार मानिन्छन्। तर पनि बुद्ध-वाणीका अन्य ग्रन्थ पनि पढेर हेर्नु पर्छ भन्ने भाव मनमा जाग्यो। शायद अन्य ग्रन्थमा धर्मको विरुद्ध कुनै शिक्षा छ होला जसको कारण मेरा पूर्वजहरूले त्यसको विरोध गरे। त्यसैले एक पछि अर्को गर्दै बुद्धवाणीका अनेक ग्रन्थहरू अनुवादको सहायता लिएर पढ्दै गएँ, बुझ्दै गएँ। एकातिर बिहान र बेलुका एक-एक घण्टा नित्य-नियमित विपश्यना साधना र अर्को तर्फ आफ्नो अत्यन्त व्यस्त ग्रहस्थ जीवनबाट समय निकालेर बुद्ध-वाणीको अध्ययन, यी दुई साथै लगदा मलाई ज्यादै फाईदा भयो।

यसको साथै रंगूनमा हुँदा प्रत्येक आइतबार गुरुजीको आश्रममा गएर एक घण्टाको सामूहिक साधना गर्थेँ। त्यस्तै कम से कम वर्षको एक पटक दश दिनको शिविर र कहिले काहीँ दीर्घ शिविरमा बस्थेँ। यसबाट धर्मको व्यावहारिक पक्षको साथ साथै भित्र गहिराईसम्म अनुभव गर्दै गएँ र धर्मलाई बुझ्दै गएँ।

त्यस समयको सैनिक सरकारले समस्त व्यापारिक औद्योगिक जिम्मेवारीबाट हामीलाई सधैंको लागि विमुक्त गरिदियो यसलाई म मेरो भाग्य उदय भएको थान्छु। त्यसपछि लगातार पाँच वर्षसम्म बर्माभा र हेर बुद्ध-वाणी अध्ययन गर्दैरहेँ। यो मेरो लागि अत्यन्त महत्वपूर्ण समय थियो। यति लामो अवकाश पाएको कारण मैले गुरुजीको सानिध्यमा रहेर बुद्ध-वाणी अध्ययन गर्ने मौका पाएँ। जब कुनै सूत्र बुझ्न कठिनाई हुन्थ्यो तब गुरुजी द्वारा त्यसको समाधान गर्नु हुन्थ्यो कहिले काहीँ गुरुदेव आदेश दिनु हुन्थ्यो बुद्ध-वाणीको फलानो ग्रन्थको फलानो सूत्र पढेर आउनु। मसँग सोध्नु हुन्थ्यो यस सूत्रमा के भन्न खोजिएको छ, म आफूले बुझेको कुरा बताउँथेँ। ठीक बुझेको भए प्रसन्न हुनुहुन्थ्यो, नबुझेको भए हाँस्नु हुन्थ्यो र तिमीले यहाँ यो कुरा बुझेनौ भनेर राम्ररी स्नेह पूर्वक बुझाउनु हुन्थ्यो र सून्यागारमा एक घण्टा ध्यान गरेर आउन भन्नुहुन्थ्यो। त्यो एक घण्टाको ध्यान ज्यादै कल्याणकारी हुन्थ्यो। त्यो समय मलाई यस्तो लाग्यो कि स्वयं भगवान बुद्ध मलाई सूत्रको अर्थ सम्झाइरहनु भएको छ र त्यसको अर्थ अनुभूति गरिरहेको छु। बर्माभा रहँदा यस्तो अनुकूल वातावरणमा रहेर बुद्ध-वाणी अध्ययन गर्न पाएँ जुन मेरो लागि कल्याणकारी सिद्ध भयो।

एकातिर बुद्ध-वाणीको सैद्धान्तिक पक्षको अध्ययन र अर्को विपश्यनाको गम्भीर व्यावहारिक अनुभव दुवै साथ-साथै अघि बढ्दै थियो। यसबाट बुद्धको शिक्षा स्पष्ट हुँदै गयो। कहीं कतै थोरै दोष पनि देखिन यसको सत्ता एक-एक शब्दमा अमृत खाएभैं अनुभव हुन थाल्यो। विपश्यना साधना सिक्नुभन्दा पहिला बुद्धको शिक्षा प्रति मनमा जुन शंका थियो त्यो सम्झिँदा अब आफूलाई लाज लाग्न थाल्यो। हाम्रो देशका प्रतिष्ठित विद्वानहरूले बुद्ध शिक्षाको बारेमा जुन अनुचित टिप्पणीहरू दिएका थिए शायद त्यसको प्रमुख कारण यस्तो हुन सक्छ कि उनीहरूले बुद्ध-वाणी पढ्ने र प्रयोगात्मक विपश्यनाको अभ्यास गर्ने अवसर नै पाएका थिएनन्। किनकि यी दुवै भगवान बुद्धको महापरिनिर्वाण भएको पाँच-सात सय वर्ष बिता भारतबाट बिलुप्त भएको थियो। र यो जुन टीका-टिप्पणीहरू भए त्यो त यस्को करीब हजार वर्ष पछि भएको हो। स्पष्ट छ कि त्यस युगमा तत्कालीन बौद्धहरू र पौराणिकहरू बीचमा भएको कटु वाद-विवादमा दुवै पक्षले एक-



अर्कोलाई नराम्ररी भनाभन गरेको होला । कालान्तरमा बुद्ध वाणीका पक्षमा बोल्नेहरू नभए पछि जुन गाली बुद्ध शिक्षालाई दिईएको थियो त्यो कलंकको रूपमा बाँकी भइरहयो । यस ऐतिहासिक सत्यलाई थाहापाउन मैले पौराणिक परम्पराका त्यस सम्बन्धी साहित्यको पनि अध्ययन गर्ने निर्णय गरेँ ।

गीता, उपनिषदका केही ग्रन्थ, रामायण र महाभारत आदि वर्णनामा रहँदा धेरै पढेको थिएँ । भारत आएपछि अन्य धेरै साहित्यहरू पढेँ । यस अनुसन्धानको काममा मेरा साधक शिष्यहरूले धेरै मद्दत गरे र जब लगभग सम्पूर्ण सत्य देखा पर्‍यो, थाहापाएँ कि हाम्रा अग्रजहरूले आ-आफूमा लडाईं भण्डा गरेको कारण एकजना अद्वितीय महापुरुषको कल्याणी शिक्षालाई कलंकित मात्र गरेका होइन त्यसलाई देश निकाला पनि गरे जस्को फलस्वरूप देशलाई अपरिमित अहित हुन गयो ।

अब फेरि बुद्धको व्यावहारिक शिक्षा विपश्यनालाई पुनः एकपटक अपनाएको छु मलाई विश्वास छ कि बुद्धको मूल वाणी अनुसार वास्तविक सैद्धान्तिक शिक्षालाई बुझेमा यी शंका स्वतः हट्नेछन् । मध्यकालीन साम्प्रदायिक जुन विद्रोह थियो त्यो हट्नेछ । भारतमा हिन्दू र बौद्धहरू विचमा अहिले चलिरहेको जुन विद्रोह छ त्यो मेटिने छ र यसभन्दा पनि महत्वपूर्ण लाभ यो हुनेछ कि छिमेकी बौद्ध देशहरू यो कुरा सुन्न पाएर ज्यादै खुसी हुनेछन् कि भारत देशले बुद्धको शिक्षालाई जुन भूठो आरोप पूर्वकालमा लगाएको थियो त्यो गलत थियो भन्ने बुझेर अब पुनः दोहोर्‍याउने छैन । बुद्धको शिक्षाको शुद्ध रूप नै भारतलाई स्वीकार्य छ । यसबाट यी छिमेकी देशहरूसँग माथिल्लो तहको शंकापूर्ण स्नेह सम्बन्धमात्र होइन अब गहिरो मैत्रीपूर्ण सद्भाव हुनेछ । मलाई यस्तो लाग्छ कि भारत र छिमेकी देशहरू माझ मात्र होइन सारा विश्वको कल्याण हुनेछ । विपश्यनालाई सारा विश्वले स्वीकार गर्न थालेको छ । तै पनि केही भ्रांती अझ पनि बाँकी छन् । जब सारा विश्वले थाहापाउनेछ कि मध्यवर्ती कालमा बुद्ध सम्बन्धी जुन भ्रान्ति भारतबाट फैलिएको थियो, त्यो आधार विहीन छ त्यस समय बुद्धको शिक्षा प्रति जुन शंका भारतलाई लागेको थियो अब हट्नेछ । मनलाई निर्मल, स्वच्छ बनाउने यस पुरातन सार्वजनीन, सर्व हितकारी विपश्यना विद्यालाई स्वतः ग्रहण गर्ने छन् । यसबाट सबैको कल्याण हुनेछ ।

(साभार: क्या बुद्ध दुःखवादी थे,
सन् २०००, ने.वि.के)

आचार्य स.ना.गो.

साम्प्रदायिक सौहार्द

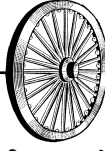
(पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायण गोयन्काज्यूले दिनुभएको सार्वजनिक प्रवचनको एक अंश)

आऊ, हामी शान्तिको कुरा गरौं, सुख-शान्तिको कुरा गरौं, धर्मको कुरा गरौं । धर्ममा शान्ति नै शान्ति हुन्छ, अमन-चैन नै अमन-चैन हुन्छ । संसारमा कति धेरै धार्मिक परम्पराहरू छन्, कति सम्प्रदाय छन्, कति समुदाय छन् । एक आपसमा प्रेम हुनु पर्छ, स्नेह हुनु पर्छ, माया हुनुपर्छ । यसैमा सबैको भलो छ, सबैको कल्याण छ । तर प्रेम, माया भनेको कसरी ? सबै प्रकारका परम्परामा केही कुरा यस्ता हुन्छन् जुन सबैलाई मान्य हुन्छ, त्यसलाई सबैजना स्वीकार गर्दछन्, तर केही कुरा यस्ता हुन्छन्,

जुन कुरा सबैलाई मान्य हुँदैन । जुन कुरा सबैजना मान्दछन् त्यसै लाई उजागर गर्नुपर्छ । त्यसैको चर्चा गर्नुपर्छ । जुन कुरा सबैलाई मान्य छैन सबैको एउटै छैन ती कुराहरूलाई हामी टाढा राखौं, अलग राखौं । त्यस विषयमा चर्चा गरेर हामीलाई के फाईदा ? जुन कुरामा मतभेद छैन त्यस विषयमा चर्चा गर्‍यो भने माया बढ्छ, प्रेम बढ्छ, मैत्री बढ्छ ।

भगवान बुद्धसंग कहिले कांही कोही-कोही व्यक्ति कुनै विषयलाई लिएर वाद-विवाद गर्न आउँथ्यो तब भगवान मुस्कुराउँदै भन्नु हुन्थ्यो— ओहो, भाइ जुन कुरामा हाम्रो एकमत छ त्यस विषयमा कुरा गरौं जुन कुरामा हाम्रो विचार फरक छ त्यसलाई एकातिर राखौं । माया बढाउने यो एउटा बाटो हो । संसारमा यस्तो सम्प्रदाय कतै पनि छैन, संसारमा यस्तो समुदाय कतै पनि छैन, संसारमा यस्तो धार्मिक परम्परा कतै पनि छैन जस्मा राम्रो नहोस् । राम्रो कुरा सबै तिर छन् । त्यसैले जहाँ राम्रा कुरा छन् हामी त्यसैलाई महत्त्व दिऔं । राम्रो कुरामा त कसैको मतभेद हुँदैन । जुन राम्रा कुरा छन् त्यसलाई उजागर गरौं । हामी बगैँचामा जान्छौं । त्यहाँ फूलका अनेक बोट हुन्छन् । प्रत्येक बोटमा फूल फुलिरहेका हुन्छन् । कुनैमा कुन रङ्ग कुनैमा कुन रङ्ग । सबै अत्यन्त राम्रा हुन्छन् । सबै मा त्यतिकै मीठो बास्ना हुन्छ । हामी फूल हेरेर स्वीकार गर्छौं । यो यस विरूवाबाट यो फलानो बोटबाट भनेर छुट्याइँदैन । फूल त फूल नै हो । तर हामी होश पुर्‍याऔं कि हामी फूलमात्रै स्वीकार गरौं । त्यही बोटमा फूलको साथ-साथै काँडा पनि उम्रेको हुन्छ । तर हामी हाँगामा भएको सबै कुरा टिप्दैनौं । हामी त त्यसमा फुलेको फूल मात्रै टिप्छौं । फेरि त्यो फूल यो बोटको त्यो बोटको हामीलाई त्यो सित केही मतलब छैन । फूल-हो सबैलाई मनपर्छ । कसैसँग सम्बन्ध सुधानु छ भने हामी कसैलाई सुन्दर फूलको गुच्छा उपहार दिन्छौं । काँडाको गुच्छा कसैलाई पनि उपहार दिँदैनौं, काँडाको उपहार दिएर माया कसरी बढ्छ ? फूल नै उपहार दिन्छौं, जुन सबैतिर उपलब्ध हुन्छ । आऊ, त्यसैले फूललाई मात्र हेरौं काँडालाई एकातिर राखौं । तब थाहा हुन्छ कि कति प्रेम छ, कति माया छ, कति मैत्री छ यसबाट सद्भावना कसरी उल्लेख आउँछ भारतमा भगवान गौतम बुद्धको समयभन्दा करीब दुईसय वर्ष पछि एकजना महान सम्राटको उद्दय भयो, उनको नाम अशोक थियो । उनी केही समयसम्म खराब मार्गमा फसे । फेरि उनलाई होस् आयो । भगवान बुद्धको शिक्षा बुझे । त्यसमार्गमा अगाडि बढ्दै गए, उनको स्वभाव पूर्णतया परिवर्तन भयो । अब उनी चाहन्थे कि मेरो प्रजा पनि खुब सुखी होस, खुब शान्त होस् । एक-आपसमा खूब माया-प्रति होस् । यसको लागि उनले ठाउँ-ठाउँमा शिलालेख लेखाए । आफ्ना प्रजालाई सम्झाए, बुझाए कि हेर कहिल्यै पनि अर्को सम्प्रदायको निन्दा नगर । सबै सम्प्रदायमा केही न केही राम्रा कुराहरू हुन्छन्, त्यसैलाई उजागर गर उनले असल कुरा सिकाए भारतमा त्यस समय अनेक प्रकारका सम्प्रदायहरू थिए, जुन आजपनि छन् ।

जुन-जुन कुरा सबै मान्छन्, सबै स्वीकार गर्दछन् त्यही नै सही धर्म हो । धर्मको कुरा नै सबै स्वीकार गर्दछन् । धर्मको नाममा जब अधर्म हुन्छ त्यसलाई कसले स्वीकार गर्ला ? त्यसैले धर्मको कुरा स्वीकार गर, त्यसको चर्चा परिचर्चा गर । जुन कुरामा



सबैको एउटै मत छ त्यस कुरालाई चर्चा गर । जहाँ सहमति छैन, मतभेद छ त्यसलाई एकातिर राख । त्यसको बारेमा चर्चा गर्न थाल्यो भने त भगडा हुने भयो, विवाद हुने भयो, लडाईं हुने भयो । ढंगा हुने भयो, मारपित हुने भयो । त्यसैले त्यसलाई एकातिर राखौं ।

सम्राट अशोकले पनि यही कुरा भने कि अर्को सम्प्रदायको कुनै कुराको निन्दा नगर । जो व्यक्तिले आफ्नो सम्प्रदायको प्रशंसा गर्छ र अर्को सम्प्रदायको निन्दा गर्छ भने उसले आफ्नो सम्प्रदायको लागि खाल्टो खनेको भै हुन्छ । यस्तो व्यवहारले आफ्नो सम्प्रदायको विनाश गर्दछ । सम्राट अशोकले कति बुद्धिमानी पूर्वक यस्तो कुरा भन्यो । जहाँ कहीको होस जोसुकै ले भनेको होस् जहाँ-जहाँ राम्रो छ त्यस कुरालाई स्वीकार गरौं ।

त्यसैले दुई जना मुस्लिम व्यक्ति भेट हुँदा एक अर्कोलाई “अस्सलाम वाअलयकुम” भन्दछ । अर्थात तपाईंको मंगल होस्, तपाईंको सुरक्षा होस्, हिफाजत होस भनेको हो । त्यस्तै दोस्रो व्यक्तिले यसको जवाफमा “वाअलयकुम अस्सलाम” भन्दछ । तपाईंको पनि मंगल होस्, तपाईंको पनि सुरक्षा होस्, हिफाजत होस् भनेको

हो । जस्ले भलो चाहन्छ उनीहरूलाई नै मुसलमान भनिन्छ आफ्नो र अरूको सुख शान्ति चाहन्छ भने मुसलमान भयो । आफ्नो नामलाई सँधै इज्जतका साथ राख्नु पर्छ, त्यसको गरीमा बनाई राख्नु पर्छ । आफ्नो पनि सुरक्षा गर्नुपर्छ, अरूको पनि सुरक्षा गर्नुपर्छ । तब मात्र सही मुसलमान हुन्छ ।

सबै सम्प्रदायमा यस्ता राम्रा कुराहरू हुन्छन् । कहीं कतै कोहीसंग भेट भयो भने मंगल भाव पूर्वक भेट गर्नुपर्छ । भगवान बुद्धको परम्परामा ‘भवतु सब्ब मङ्गलं’ सबैको मंगल होस् भन्ने चलन छ । त्यस्तै “सब्बे सत्ता सुखी होन्तु” सारा प्राणी सुखी होस् भन्ने चलन छ । त्यस्तै “सबै भवन्तु सुखिनः” अर्थात सबै सुखी हो उन् । एक अर्कोको निन्दा गर्न थाल्यो भने कसरी सुख पाउँछ । दडगा-हंगामा भयो भने सुखी कसरी हुन सक्छ । त्यसैले चैन पाउनको लागि सबैको मंगल हुने काम गरौं, सबैको भलो हुने कुरा गरौं ।

(साभार: हिन्दी विपश्यना पत्रिका
जेष्ठ पूर्णिमा, २००७)

आचार्य स.ना.गो.



हिन्दी

नमन करूँ मै धरम को, कैसा पावन पंथ ।
इस पथ पर जो भी चले, सहज बन गए संत ॥
नमन करूँ मै धरम को, सम्प्रदाय से दूर ।
जो धारे हित सुख सधे, मंगल से भरपूर ॥
जो हिन्दू न बौद्ध है, जो मुस्लिम ना जैन ।
शुद्ध धरम मंगलकरण, देय शान्ति सुख चैन ॥
नमन करूँ मै संघ को, कैसे श्रावक संत ।
धर्म धार उजले हुए, निर्मल हुए भदंत ॥
करूँ वंदना संघ की, सादर करूँ प्रणाम ।
जगे प्रेरणा मुक्ति की, मिले सुखद् परिणाम ॥
करूँ वंदना संघ की, जो जग धरम जगाय ।
जाति वर्ण के भेद बिन, संतों का समुदाय ॥

मङ्गल कामना सहित
एक साधिका

हिन्दी

धर्म न हिन्दू बौद्ध है, धर्म न मुस्लिम जैन ।
धर्म चित्त की शुद्धता, धर्म शान्ति सुख चैन ॥
यही धर्म की परख है, यही धर्म का पाप ।
जन जन का मंगल करे, दूर करे संताप ॥
हिन्दू मुस्लिम बौद्ध हो, जैन इसाई होय ।
राग मुक्त जो भी हुआ, वीतराग है सोय ॥
सम्प्रदाय ना धर्म है, धर्म न बने दिवार ।
धर्म सिखाए एकता, धर्म सिखाए प्यार ॥
बढा धर्म के नाम पर, सम्प्रदाय परजोर ।
जन जन मन ब्याकुल हुआ, दुख छाया सब ओर ॥
सम्प्रदायका मद बढे, धर्म तिरोहित होय ।
अपना भी अनहित करे, जन जन अहित होय ॥



किरारा इलेक्ट्रॉनिक्स नेपाल
Making Better Air Conditioners
Kirara Electronics Nepal
Tel: 01-4253900, 4228719
e-mail: kirara@vianet.com.np, web: www.gree.com.cn

सम्पादक : रोशनी शाक्य, प्रकाशक : नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ४३७९६५५, ४३७९००७ २०६७ कार्तिक
सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १२८९६, काठमाडौं । फोन : ४२२५४९०, ४२२३९६८, ४२४८९४९, ४२५०५८९; email: nvc@mail.com.np
मुद्रक : न्यू नेपाल प्रेस, प्रधान कार्यालय : ४४३४ ८५०, ४४३४ ७५३; शाखा कार्यालय : ४२५ ९०३२, ४२ ९४५०; email: nepalpress@gmail.com

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२

● आजीवन शुल्क रू. २००/-

साधकको नाम :

ठेगाना :