

प्रधान सम्पादक
संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविर
४२५९११० (संघाराम विहार, ढल्को)

प्रकाशक र विशेष सल्लाहकार
भिक्षुणी धम्मवती
फोन: ४२५९४६६

सम्पादक
भिक्षुणी वीर्यवती
फोन: ४२५९४६६

सम्पादन सहयोगी
भिक्षुणी शुभवती

व्यवस्थापकहरू
चिनीकाजी महर्जन
फोन: ९८४१२५२६६२

ज्ञानेन्द्र महर्जन
फोन: ४२७५३७७, ९८४१३६६५१४

ध्रुवरत्न स्थापित
फोन: ९८४१२६३३५५

सह-व्यवस्थापक
इन्द्रमान महर्जन
फोन: ९८४१४३४५७२

कार्यालय
धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठी
धर्मकीर्ति विहार
श्रीघ: नघ:टोल
पोष्ट बक्स नं. ४९९२, काठमाडौं
फोन: ४२५९४६६

बुद्ध सम्बत् २५६३
नेपाल सम्बत् १९३९
इस्वी सम्बत् २०१९
विक्रम सम्बत् २०७६

विशेष सदस्य रु. २०००/-
वा सो भन्दा बढी
वार्षिक रु. १००/-
यस अङ्को रु. १०/-



धर्मकीर्ति
(बौद्ध मासिक)

THE DHARMAKIRTI
A Buddhist Monthly

2563 BAISAKH FULL MOON DAY

18th MAY 2019

वर्ष- ३७ अङ्क- १ वैशाख पुन्हि वैशाख २०७६



कोही संसारमा जन्म लिन्छन्, पापीहरू नर्कमा जन्मन्छन्, पुण्यवान् व्यक्तिहरू स्वर्गमा जन्मन्छन्, चित्तमल नभएका व्यक्तिहरू परिनिर्वाण हुन्छन् ।

आकाश, समुद्र र पर्वतको प्वाल आदि जुनसुकै ठाउँहरूमा लुक्न गएपनि पापकर्मको फलबाट बच्न सकिने प्रदेश यस लोकमा कहीं पनि छैन ।

आकाश, समुद्र र पर्वतका प्वाल आदि जुनसुकै ठाउँमा लुक्न गएपनि मरणबाट बच्न सकिने प्रदेश यस लोकमा कहीं पनि छैन ।

कुश समात्दा राम्ररी न समात्नेलाई हातमा घाउ हुनेछ । श्रमण धर्म (सन्यास) राम्ररी पालन गरेन भने नरक जानुपर्छ ।

२५६३ औं बैशाख पूर्णिमाको
शुभ उपलक्ष्यमा समस्त प्राणीहरूमा सुख, शान्ति तथा कल्याण होस् भनी कामना गर्दछौं ।

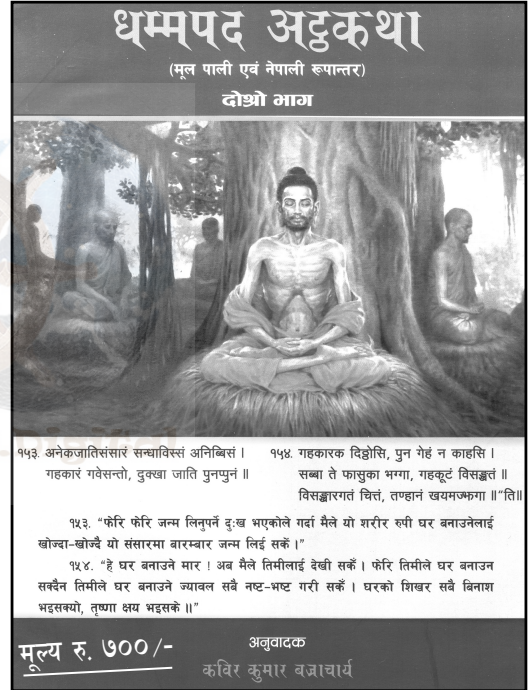
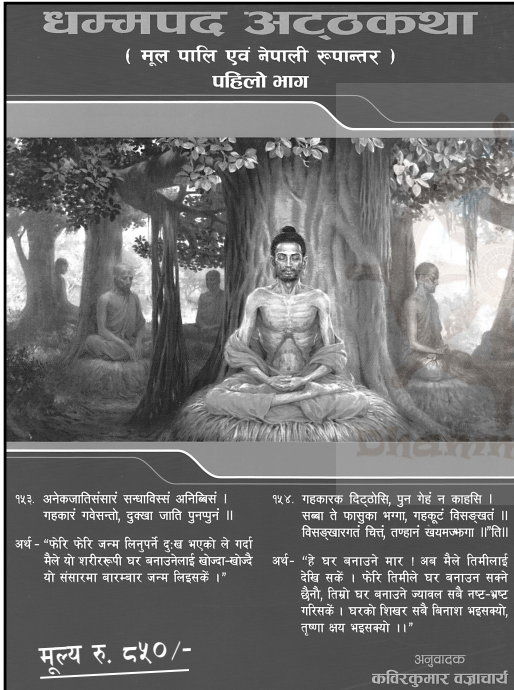


कविर कुमार वज्राचार्यद्वारा अनुवादित पुस्तक

धम्मपद अट्ठकथा भाग-१ र २

(मूल पालि एवं नेपाली रूपान्तर)

प्रकाशन भइसकेको छ ।



पुस्तकको लागि सम्पर्क स्थान र नम्बरहरू :

- १) रत्न पुस्तक भण्डार, माईतिघर - ४२४०८५०
- २) शाक्य स्टेशनरी, तेखाचो, भक्तपुर - ६६१०३०२
- ३) धार्मिक पुस्तक बिक्री कक्ष, भोटाहिटी - ४२३९२४२
- ४) कविर कुमार वज्राचार्य, खुसिबुँ - ९८४१३१३०४५
- ५) जयपुर स्टेशनरी, नगदेश - ६६३०२१९, ९८४१२५७५६५
- ६) भिक्षु बोधिज्ञान, विश्वशान्ति विहार - ९८५११६७५२५, ४६२२९८४, ४६२२२५०

■ सम्पादकीय ■

वैशाख पूर्णिमाको महत्त्व

साधारणतया वर्षमा १२ वटा पूर्णिमाहरू हुन्छन् । ती मध्ये जेठो पूर्णिमा नै वैशाख पूर्णिमाको रूपमा लिने गरेको छ । वैशाख पूर्णिमालाई शाक्यमुनी बुद्धको जीवनी अनुसार पाँच संयोग जुरेको दिनको रूपमा लिन सकिन्छ । ती पाँच संयोगहरू यसरी रहेका छन् –

१) सुमेध ऋषि बोधिसत्वलाई दीपंकर बुद्धले भविष्यमा शाक्यमुनि गौतम बुद्धहुने भविष्य वाणी गर्नुभएको दिन पनि वैशाख पूर्णिमाको दिन नै भएको कुरा बुद्ध वंशमा उल्लेख गरिएको पाइन्छ ।

२) आजभन्दा २६४३ वर्ष अगाडि वैशाख पूर्णिमाको दिनमा नै कपिलवस्तुका महारानी महामायादेवीको कोखबाट हाल नेपालको लुम्बिनी बनमा शाक्य मुनि बुद्ध हुने नवजात शिशु जन्मनु भएको थियो । उही शिशुलाई पछि शिद्धार्थ कुमार भनी नामाकरण गरियो । उहाँको बुवा महाराज शुद्धोदन कपिलवस्तुका राजा थिए ।

३) शिद्धार्थ कुमारले २९ वर्षको उमेरमा राजदरवार त्याग गरी ज्ञानको खोजीमा लाग्नुभयो । ६ वर्षसम्म कठोर तपस्या गरी ३५ वर्षको उमेरमा बुद्धगया (हालभारत) मा बुद्धत्व प्राप्त गरी शाक्यमुनि बुद्ध हुनुभयो ।

४) बुद्ध हुनुभएपछि उहाँले शुद्धोदन महाराजको निमन्त्रणा स्वीकार गर्नुभई उहाँको राजधानी कपिलवस्तुमा प्रथम पटक पुग्नु भएको दिन पनि वैशाख पूर्णिमाको दिन नै थियो ।

५) बुद्ध हुनुभएपछि उहाँले प्राप्त गर्नुभएको अमूल्य ज्ञान ४५ वर्षसम्म प्रचार गर्नु भई ८० वर्षको बयोवृद्ध उमेरमा कुशीनगर (हाल भारत) मा पुगी दुईवटा साल वृक्षको बीचमा लेट्नुभई महापरिनिर्वाण हुनुभएको दिन पनि वैशाख पूर्णिमाको दिन नै थियो ।

यी पाँच संयोगहरू मध्ये बुद्धगयामा बुद्धत्व प्राप्त गरी सम्यक सम्बुद्ध हुनुभएको वैशाख पूर्णिमाको दिनलाई बढि महत्त्व दिइएको पाइन्छ । किनभने सम्यक सम्बुद्ध हुन सक्नु भनेको नै मारलाई हराई विजय प्राप्त गर्नुभएको विजय दिन हो । यस विजयको कारणले नै जन्म र मरणको चक्रलाई तोड्न सफल हुनुभयो । त्यसैले यही जन्म उहाँको अन्तिम जन्म र अन्तिम देहत्याग पनि हुनपुग्यो । त्यसैले शाक्यमुनि बुद्धले यस विजयलाई हर्ष उद्गारको रूपमा यसरी व्यक्त गर्नुभएको छ –

“अनेक जन्म बित्यो यो घर (चित्त सहितको शरीर)

निर्माण गर्ने तत्वलाई खोज्दा खोज्दै । मेरो हरेक जन्म दुःखमय भएर बित्यो । हे घर निर्माण गर्ने बुद्धि हो । अब मैले तिमीलाई पत्ता लगाइसकेँ । अब फेरि तिमीले यो घर बनाउन सक्ने छैनौ । किनभने यस घर निर्माण गर्नको लागि प्रयोग गरिने तिम्रा सरसामानहरू सबै भाँचिसकेँ । घरको धूरी पनि खसालिसकेँ (भत्काइसकेँ) । अब मेरो यो चित्त संस्कार रहित (जन्म लिन लगाउने तत्व रहित) भई तृष्णा विनाश भइसक्यो ।”

माथि उल्लेखित बुद्ध वचनले भनिरहेको छ, उहाँले यस संसारको आवागमन क्रमलाई नष्ट पारिसक्नु भयो । उहाँ साँचो अर्थमा विजयी बन्नुभयो । भगवान् बुद्धले प्राप्त गर्नुभएको यस जन्ममरण चक्रबाट अलग हुने क्षमता उहाँको लागि मात्र सीमित नभई यस शिक्षा अभ्यास गर्नसक्ने सबै व्यक्तिको लागि मुक्ति साधन बनेको छ । यो शिक्षा उहाँले ४५ वर्षसम्म अर्थात् बुद्ध हुनुभएपछि आफ्नो जीवनको अन्तिम घडिसम्म पनि सिकाइरहनु भयो । यसरी २५०० वर्ष अगाडि देखि जनमानसले सिक्न पाएको यस अमूल्य शिक्षा बीचमा केही समयको लागि लुप्त भएपनि आजसम्म पनि यो शिक्षा हामीले सिक्न पाइरहेका छौँ । यो हाम्रो अहोभाग्य हो ।

अन्त्यमा वैशाख पूर्णिमा महोत्सव हामीले वर्षे पछि खूब धुमधामका साथ मनाउने गर्छौँ । मनाउनु पनि पर्छ । तर कसरी मनाउने त ? हामीले भगवान् बुद्धको महिमा, योगदान आदिलाई कदर गर्दै भक्तिभाव मात्र चढाउँदैमा बुद्ध शिक्षा प्राप्त हुने हो र ? बुद्धले कुन क्षेत्रमा विजय प्राप्त गर्नुभयो, के कस्तो आचरण गरी उहाँले आफ्नो जीवन धन्य पार्नुभयो, यस विषयमा पनि हामीले ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने देखिन्छ । उहाँले प्रकृतिको नियमलाई अनुसन्धान गरी पत्ता लगाउनु भएको चतुर्आर्य सत्य र आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग जस्ता प्राकृतिक ज्ञानलाई अध्ययन गरी सो अनुसार आफ्नो जीवनमा अभ्यास गर्न सकेमा मात्र हामीले भगवान् बुद्धको आदर्शलाई पछ्याउन सकिने हुन्छ । जब यस शिक्षालाई गम्भिरता पूर्वक पालन गरिन्छ, तब मात्र हामीले पनि आफूलाई विजयी बनाउन सक्नेछौँ । आफूलाई दुःखबाट मुक्त पार्ने जिम्मा हामी आफैँमा निर्भर रहेको हुन्छ । भगवान् बुद्धले त बाटो देखाएर जानु भएको छ । उक्त बाटोमा लाग्ने जिम्मा हाम्रै हो । हामी सबैले आ-आफ्नो जिम्मा निभाउन सकौँ र सार्थक फल प्राप्त गरी २५६३ औँ वैशाख पूर्णिमा महोत्सव मनाउन सकौँ ।



honda company



लोक-भान्ति-२

📖 सत्य नारायण गोयन्का

यस कल्याणकारी आर्यमार्ग अनेक मानिसहरूसम्म पुऱ्याउनको लागि अब यी साठी जना व्यक्तिहरूलाई अलग-अलग ठाउँमा गएर अधिक भन्दा अधिक मानिसहरूको हित-सुखको लागि यही मार्ग सिकाउन पठाउनु भयो । यस मार्गबाट सबैलाई लाभ प्राप्त हुनु त स्वाभाविक नै थियो । जब स्व-अनुभव द्वारा धर्मको स्वयं लाभ हुन्छ तब साधकको मनमा यो करूणा भाव जागनु स्वाभाविक नै हो कि अन्य अनेक व्यक्तिहरूले पनि यसबाट लाभ पाउनु “एहिपस्सिको” आऊ, यस मार्गमा अधि बढेर हेर्नु । यसै आह्वानको कारण अनेक व्यक्तिहरूले विपश्यनाको अभ्यास गरे र यसबाट लाभान्वित भए । त्यसैले भगवानको शिक्षा उहाँको जीवन कालमा नै फैलियो । उहाँले परमात्मा र आत्मा सम्बन्धी भ्रम-भ्रान्तिलाई स्पष्ट पारिदिनु भयो ।

उहाँ द्वारा प्रशिक्षित विपश्यनाको अभ्यास द्वारा शरीर र चित्तसंग सम्बन्धित सम्बेदनाको अनुभव हुन थाल्छ, यसलाई हेर्दै साधक बुझ्न थाल्छ कि यी अनित्य हुन्, दुःख हुन्, अनात्म हुन् । अनित्य हो भन्ने सत्य त सजिलै अनुभव गर्न सक्छन् । त्यस्तै सम्बेदनालाई हेर्दै केही अंश भएपनि दुःखको अनुभव पनि हुन थाल्छ । तर अनात्माको विषयलाई लिएर केही व्यक्तिहरूमा भ्रम त अवश्य भएको होला । किनकि कतिपय मानिसहरू आफू भित्र कुनै नित्य, शाश्वत, ध्रुव आत्मा छ भन्ने कुरा स्वीकार गर्दछन् ।

यही समस्या मलाई पनि भएको थियो । म पनि कट्टर सनातनी घरमा जन्मेको हुँ, त्यही वातावरणमा हुर्के बढेँ त्यसैले त्यसको प्रभाव पनि गहिरो नै थियो । बुद्धको शिक्षा विपश्यनाको अभ्यास गर्नको लागि मेरो मनमा जुन हिचकिचाहट थियो त्यसको एउटा कारण त यस विद्याले आत्मा र परमात्माको अस्तित्वलाई स्वीकार गर्दैनथ्यो । तर म पहिलो शिविरमा बस्दा नै यी मान्यताहरूबाट मुक्त भएँ यो शिविरमा त म अन्तरमनको विकारहरूलाई हटाएर त्यसलाई निर्मल बनाउने काम गरिराख्छु भने यसमा कस्को, के विरोध हुन सक्छ र ? म पनि यस कामको विरोध किन गरूँ ? त्यस समय मलाई यस्तो लाग्यो कि यदि कोही विश्व-विधाता ईश्वर छ भने मैले आफ्नो चित्त

निर्मल गरिरहेको देखेर उहाँ निकै प्रसन्न हुनेछन्, भला यसको विरोध किन गर्नुहुन्छ ? यस्तै प्रकार यदि साँच्चै कोही आत्मा छ भने पनि चित्त निर्मल गरियो भने त आत्माको पनि कल्याण नै हुने भयो, उहाँ किन रिसाउनु हुन्छ ? यदि साँच्चै नै आत्मा र परमात्मा भन्ने छैन भने पनि ती छन् भन्ने मिथ्या मान्यतालाई म किन विद्यामा मेरो टाउको दुखाऊँ ?

यो मेरो अनुभवको आरम्भका अवस्था थिए । तर जब एक पछि अर्को शिविरहरू लिनै गएँ, शरीर र चित्तको सम्बन्धलाई गहिराईसम्म अनुभवहरू गर्दै गएँ । तब यस सत्यतालाई बुझ्दै गएँ, यस प्रकृतिको नियमलाई, कानूनलाई बुझ्दै गएँ । जस्तो वीऊ रोपियो त्यस्को फल पनि त्यस्तै आउँछ भन्ने स्पष्ट हुन थाल्यो । यस नियमलाई कुनै पनि शक्तिले रौँ पनि हल्लाउन सक्दैन । न कुनै देवीले, न कुनै देवताले, न कोही ईश्वरले, न ब्रह्माले, न कोही गुरु-महाराजले नै यस नियमलाई तोड्न सक्छन् । यदि वीऊ निमको रोपेको छ भने प्रकृतिको नियम अनुसार त्यसबाट निमको बोट नै उम्रिन्छ । यदि आँपको वीऊ रोपेको छ भने त्यसबाट आँपको बोट नै उम्रिन्छ । यस्तो अन्य कुनै बाहिरी शक्ति कदापि हुन सक्दैन कि निमको वीऊ रोपेर आँपको फल दिउन् वा आँपको वीऊ रोपेर निमको बोट उम्रिन्छ । जस्तो वीऊ रोपियो त्यस्तै फल अवश्य आउँछ । ठीक त्यस्तै प्रकारले जस्तो कर्मको वीऊ रोपियो त्यस्तै कर्मको फल आउँछ । यस नियमलाई कसैले बदल्न सक्दैन । यदि कुनै दुष्कर्मको दुष्फल आएको भए हजार प्रार्थना पूजा-पाठ, कर्मकाण्ड गरे तापनि त्यसबाट छुटकारा पाउन सक्दैन । विपश्यनाको साधना द्वारा शरीरको र चित्तको सत्यतालाई समतापूर्वक हेर्दै-हेर्दै कुनै दुष्कर्मको वीऊलाई उन्मूलन गर्न सकिन्छ, यो कल्पना गरिएको होइन, यो स्व-अनुभव द्वारा जानिने हो । त्यस्तै कुनै सत्कर्मको सत्फल आएको छ भने त्यसमा पनि कुनै बाहिरी शक्तिले अवरोध गर्न सक्दैन । प्रकृतिको यो नियमको यो सत्यलाई राम्ररी बुझियो भने विपश्यनाको वैज्ञानिक पक्षलाई पनि राम्ररी बुझिने छ । भिन्न-भिन्न दार्शनिक मान्यताका जंजाल बाट स्वतः छुटकारा पाउनेछ । आत्मा र परमात्मा

सम्बन्धी सारा भ्रम-भ्रान्ति पनि स्वतः हट्टै जाने छन् ।

विपश्यना गर्ने साधक-साधिकाहरूको मनमा रहेको मिथ्या काल्पनिक मान्यताहरू र त्यसको आधारमा चलिरहेको मिथ्या विश्वासहरू विस्तारै-विस्तारै हट्टै जान्छ । आज भैं भगवानको समयमा पनि यस्तो मिथ्या मान्यताहरू समाजमा व्याप्त थिए, विपश्यनाको अभ्यास पछि प्रकृतिको नियमलाई स्वीकार गर्न थाले । तर पनि केही अज्ञानी तथा विरोधी सम्प्रदायका मानिसहरूले बुद्धको विरोध गरिरहे । यहाँ केही उदाहरण हेरौं –

परिव्राजक मागण्डिय –

त्यससमयका बुद्ध-विरोधी मान्यताका एक प्रसिद्ध नेता परिव्राजक मागण्डिय थिए । एकसमय उनले भगवान बुद्ध उठेर गएको आसनको प्रकृतिलाई हेरेर भगवानलाई नराम्ररी गाली दिएका थिए । तर पछि भगवानसंग धर्म सिकेर अरहन्त भए ।

मागण्डिया –

ब्राह्मण मागण्डियका पुत्री मागण्डिया परम् सुन्दरी थिइन् । ब्राह्मण मागण्डियले बुद्धको सुन्दर रूप देखेर आफ्नो छोरीको विवाह गरिदिने सोचे । तर उनको प्रस्ताव भगवानले अस्वीकार गरेको कारण सुन्दरी छोरीलाई अधिक चोट लाग्यो । पछि उनको विवाह कोशाम्बी देशको राजा उदयनसंग भयो । एक समय भगवान त्यस नगरमा विहार गरिरहनु भएको थियो, यस कुराको जानकारी पाए पछि केही गुण्डाहरूलाई पठाएर भगवानलाई गाली गर्न लगाए कि- तँ चोर हौं, मूर्ख हौं, गधा हौं, ऊँट हौं ... ।

अक्कोस भारद्वाज –

त्यसबेला समाजका अधिक मानिसहरू भगवानको अनुयायी हुन थालेका थिए, अक्कोस भारद्वाजलाई यो कुरा सह्य थिएन । त्यसैले रिसाउँदै भगवानलाई गाली दिँदै आए । तर भगवानको शान्ति स्वरूप देखेर उहाँ प्रति आकर्षित भए र उहाँको विपश्यना विद्या सिकेर क्रोध मुक्त भए ।

वेरञ्ज ब्राह्मण –

यिनले पनि भगवानलाई अनेक लाञ्छनाहरू लगाए श्रमण गौतम रूखो छ, निर्भोगी छ, घृणित छ, लोकधर्म नाश गर्ने खालको छ, देवलोकमा उत्पन्न नहुने खालको छ आदि ... ।

भिक्षुहरूलाई गाली –

त्यस्तै भगवानलाई गरेको सन्मान-सत्कारलाई सहन गर्न गाह्रो भएको कारण केही व्यक्तिहरूले भिक्षुहरूलाई पनि गाली दिने गरेको पाइन्छ ।

कतिपय व्यक्तिहरूले भगवानलाई मिथ्या आरोप लगाएर बदनाम गर्ने प्रयास पनि गरेका छन् । जस्तो –

चिञ्चा माणविका –

एकजना सुन्दरी युवती गर्भवती भएको भैं नाटक गरेर भगवानको धर्मसभामा गएर भगवालाई गाली दिन थालिन कि, “ए ! टक्लू मान्छे, यो जन्मिन लागेको बच्चाको लागि तिमीसंग केही छैन भने भईहाल्यो, यी आफ्नो परम अनुयायीहरूलाई भनेर त केही गर्न लगाउनु, उनीहरूले केही प्रवन्ध गरिदेला ।” भगवान यस मिथ्या लाञ्छनाद्वारा अलिकति पनि डगमगाएन । यस्तो देखेर उनी आफै हडबढाए र पेटमा बाँधिएको डोरी खुकुलो भयो र काठ भरेर आफ्नै खुट्टामा खस्यो ।

सुन्दरी परिव्राजिका –

विरोधीहरूले एउटी सुन्दरी परिव्राजिकालाई मारेर उनको लाशलाई जेतवन विहारमा गाडिदिए । साथमा जेतवनका भिक्षुहरूले कुनै अनैतिक क्रिया-कर्म पछि परिव्राजिकालाई मारेर गाडे भन्ने कुरा पनि फैलाए । तर यस्तो मिथ्या आरोप पनि सफल भएन, केही समय पछि सत्य स्पष्ट थाहा भयो ।

यसप्रकार विभिन्न वाधाहरू भए तापनि भगवानको शिक्षा अधिक भन्दा अधिक मानिसहरूले स्वीकार गर्दै गए । किनकी यो शिक्षा स्व-अनुभवमा आधारित छ र अन्ध विश्वासबाट टाढा । यो शिक्षाले फल पनि तुरून्त नै पाउनेछ ।

शील, समाधि, प्रज्ञा – यी तीन वटै सार्वजनीक धर्म हुन्, सबैको धर्म हुन् । यसले कसैलाई पनि सम्प्रदायमा बाँधिदैन । जब-जब मानिसहरूले यी कुरालाई बुझ्न थाले तब आर्य अष्टांगिक मार्गमा अधि बढ्दै विपश्यनाको अभ्यास गरेर अधिक मानिसहरूले सदाचारी भएर लाभ प्राप्त गरिरहे ।

यही सत्यलाई आज पनि देख्न पाइन्छ कि सबै सम्प्रदायका मानिसहरू लाखौं संख्यामा विपश्यनालाई स्वीकार गर्दै अधि बढे । चाहे आत्मालाई मानुन् अथवा परमात्मालाई मानुन् जस्तै विपश्यनाको अभ्यास गर्दछ

उनको मनको फोहोर सफा हुँदै मनको राम्रो स्वभाव सबल भईरहेको हुन्छ । यसैमा सबैको कल्याण छ, शील, समाधि र प्रज्ञाको अभ्यासमा कल्याण नै कल्याण समाएको छ ।

कल्याण मित्र
सत्यनारायण गोयन्का

(साभार: 'विपश्यना' पत्रिका

बुद्ध वर्ष २५६२, २०७५ फागुन, वर्ष ३५, अङ्क ११)

धर्मकीर्ति विहारमा बुद्धपूजा र धर्मदेशना			
क्र.सं.	२०७५/७६	बुद्धपूजा गर्नुहुने गुरुमाहरू	धर्मदेशना गर्नुहुने गुरुमाहरू
१	२०७५ चैत्र ३० गते, शनिवार अष्टमी	श्रद्धाचारी	श्रद्धाचारी गुरुमां
२	२०७६ वैशाख १ गते, आइतवार संक्रान्ति	चमेली	चमेली गुरुमां
३	२०७६ वैशाख ६ गते शुक्रवार ल्हुतिपुन्हि	अमता	धम्मवती गुरुमां
४	२०७६ वैशाख १४ गते, शनिवार अष्टमी	शुभवती	विद्याधर आचार्य महायोगी श्रीधर शम्सेर राणा रिम्पोछे र लुम्बिनी विश्व विद्यालयका उपकुलपति हृदयरत्न वज्राचार्य
५	२०७६ वैशाख २१ गते, शनिवार, औंशी	पञ्जावती	पञ्जावती गुरुमां

धर्मकीर्ति पत्रिकाको विशेष सदस्यहरू

क्र.सं. ८८४

मोतिरत्न तुलाधर

ठमेल, भगवान् बहाल, काठमाडौं

रु. २,००५/-

क्र.सं. ८८५

श्रीमती कमल वज्राचार्य

ककंचो विनायक, छाउनी, काठमाडौं

रु. २,००५/-

क्र.सं. ८८६

सानुमान महर्जन

असन त्यौड, काठमाडौं

रु. २,०००/-

क्र.सं. ८८७

भन्ते

काठमाडौं

रु. २,०००/-

क्र.सं. ८८८

विकास रत्न तुलाधर

असन, काठमाडौं

रु. २,०१०/-

धर्मकीर्ति पत्रिकाको लागि

चन्दा सहयोग

उपासिका विमला मानन्धर, चिकंमुगल काठमाडौंबाट धर्मकीर्ति पत्रिकाको सहयोगार्थ रु. ५००/- चन्दा सहयोग प्रदान गर्नुभएको छ । यस सहयोगको लागि धर्मकीर्ति पत्रिकाले साधुवाद व्यक्त गर्दै उहाँको आयु, आरोग्य कामना गर्दछ ।

“जुन व्यक्तिमा सत्य, धर्म, अहिंसा, संयम र दमनादि गुण छ, त्यस व्यक्तिलाई निर्मल भइसकेको धीर पुरुष तथा स्थविर भनिन्छ ।”

- बुद्ध वचन

नारीहरूमा पनि बुद्धि हुन्छ

लेखक- भिक्षु अश्वघोष महास्थविर

बुद्धको शिक्षामा प्रज्ञा र आध्यात्मिक उन्नतिको कुराधेरै ठाउँमा निस्कन्छ। जो व्यक्तिसँग प्रज्ञा हुन्छ, उसँग थुप्रै गुणहरू हुन्छन्। ती मध्ये सहनशीलता पनि एक हो। यो बाहिरी कुरा होइन, भित्री मनको कुरा हो। यसलाई आध्यात्मिक गुण पनि भन्न सकिन्छ। यो गुण हुने व्यक्तिसँग रिसालु, भगडालु र कुनै पनि कुराको तुरुन्त विरोध गर्ने आदि प्रवृत्तिहरू हुँदैनन्। यस्ता व्यक्तिहरू नरम र मधुर वचनले कुरा गर्ने प्रवृत्तिका हुन्छन्।

म भन्नेभावनाले गर्दा मानिसहरूमा अहंकारको भावना जागृत हुन्छ। फलस्वरूप जहिले पनि आफूलाई ठीक ठानी सही कुरामा पनि प्रतिक्रिया व्यक्त गर्ने बानीले विस्तारै सहनशीलता भन्ने गुण हट्टै जान्छ।

मानिसहरू विभिन्न कारणले गर्दा सहनशीलभएर बसेका हुन्छन्। ती कारणहरू हुन् -

- १) कोही मूर्ख भएको कारणले सहनशील हुन्छन्।
- २) कोही निर्बल भएको कारणले सहनशील हुन्छन्।
- ३) कोही ढोंगीपन देखाएर सहनशील हुन्छन्।
- ४) कोही आफूलाई फाइदा लिनको लागि सहनशील हुन्छन्।

यसरी सहनशील भएर बस्नु यथार्थमा सहनशीलता होइन र यो प्रज्ञाको लक्षण पनि होइन। यो सहनशीलता बहाना मात्र हो।

विघ्न बाधा आउने बेलामा त्यसबाट मुक्त हुने कोशिस नगरीकन कर्मलाई दोष दिएर सहेर बस्नु पनि वास्तविक सहनशीलताको गुण होइन। दुःख र विघ्नबाधा आइपरेको अवस्थामा मनलाई दन्धो पारी संघर्ष गर्ने र उत्साहित भइराख्नुनै सहनशीलता हो। साथै राम्रो काम गरेर पनि अरूले विरोध गर्‍यो भनी निराश नभईकन आफ्नो काम गर्दै जानु पनि सहनशीलताको गुण हो। तर म आफैमा पनि जति यो गुण हुनुपर्ने हो, त्यति छैन। आलोचना गरेको सहेर बस्न सजिलो छैन। दृढ चित्त भएर बस्नु नै सहनशीलताको लक्षण र गुण हो।

निन्दा र आलोचना गरेको सहन नसक्नुको मूल कारण आत्मदृष्टि अथवा अहंकार हो। “म” भन्ने भावना बलियो भएकोले हो। मलाई गाली गर्‍यो भन्ने मनमा

राखेर मानिस रिसाएर बस्छ। सहन नसकेकोले हतारमा प्रतिक्रिया व्यक्त गर्न खोज्छ। बदला लिन खोज्छ। अहं नभएको व्यक्ति रिसाउँदैन।

उदाहरणको लागि आक्रोषक भारद्वाज नामक ब्राह्मण गौतम बुद्ध समक्ष ई यसरी गालि गरेछ -

“तँ गधा, भेंडा, गोरु !”

यो सुनी भगवान बुद्ध मुसु मुसु हाँस्दै बस्नुभयो। आक्रोषक ब्राह्मणले सोधे- “मैले गाली गरेको सुनेनौ ? किन हाँस्दै बसेका ? चित्त दुखेन ?”

गौतम बुद्धले ब्राह्मणसँग यसरी प्रश्न सोध्नुभयो- “तपाईंको घरमा कुनै पाहुना आएर कोसेली दिएका खण्डमा तपाईंले उक्त कोसेली लिनु भएन भने के हुन्छ ?”

ब्राह्मण- “उसैले लिएर जान्छ नि !”

बुद्ध- “म कहाँ पनि आज तपाईंले थुप्रै कोसेली ल्याएर दिनुभयो। गधा, भेंडा र गोरु। त्यो कोसेली मलाई चाहिँदैन। त्यसैले मैले लिइन। सबै तपाईंले नै फिर्ता लानुस्। मैले ग्रहण नै गरिन भने केको चित्त दुख्नु ?”

बुद्धको यो जवाफ सुनी आक्रोषक ब्राह्मणको हृदय परिवर्तन भयो। बुद्धको सहनशीलता देखेर आक्रोषक ब्राह्मणको स्वभाव ल्किल नरम भयो। आफ्नो रिसालु र ईर्ष्यालु स्वभावलाई सम्पूर्ण रूपमा तिलाञ्जली दिई बुद्धको शरणमा गयो।

के त बुद्ध धर्म अनुसार अन्याय हुने ठाउँमा पनि सधैं सहेर बस्नुपर्छ ? पर्दैन, अन्यायको विरुद्ध सहेर बस्नु त भन अन्याय हुन्छ भनेरभगवान् बुद्धले भन्नुभएको छ। सबै ठाउँमा सहेर बस्न नहुने कुरा बुझाउनको लागि बुद्धकालिन घटना एउटा यहाँ प्रस्तुत गर्न लागेको छु-

गौतमबुद्ध राजगृहमा बस्नुहुँदाको घटना हो। राजगृहमा एकजना साहु महाजन थियो। उसकी एकली छोरी थिइन्। उनको नाम हो भद्राकुण्डलकेसी। साहुजीले योग्यवर नपाएको कारणले छोरीलाई तरुनी अवस्थासम्म पनि घरमा नै राखी छोड्यो। तर कुण्डलकेसी आफ्नै टोलको सत्थुक नाम गरेको व्यक्तिसँग प्रेम गर्न थालिन्। उनी सत्थुक प्रति आशक्त भइन्। त्यो सत्थुकको रूप राम्रो भए पनि चरित्र भने राम्रो थिएन। अपराध कार्यमा लागेको कारणले उसलाई प्राणदण्डको दण्ड मिल्यो।

उसलाई प्राण दण्ड दिनको लागि लगिराखेको दृष्य कुण्डलकेसीले देखिन् । अनि त उनी आफ्नो प्रेमी सत्युकलाई बचाउने प्रतिज्ञा गरी अनशन बस्न थालिन् । कुण्डलकेसीको बुबा राजगृहको कोषाध्यक्ष थिए । उसले आफ्नी छोरीलाई ज्यादा माया गर्थे । छोरीको दशा देखेर उ चिन्तित हुनथाल्यो । अन्तमा उसले वास्तविक कुरो थाहा पाएपछि हजारौं घुस दिई अपराधीलाई प्राण दण्डबाट छुटकारा दिलाईदियो र आफ्नी छोरी उसैलाई सुम्पी ज्वाई बनाइदियो ।

केही महिनापछि दुष्ट सत्युकको मनमा यस्तो विचार आएछ— “घरमा बसी बसी काम गरेर के जीविका चलाउनु ? चोरी गरेर खाने बानी भइसकेको मानिसलाई काम गरेर खान सजिलो छैन । त्यसैले यो कुण्डलकेसीको गहनाहरू लिएर भाग्नुप्यो ।”

यति विचार गरी उसले भद्रालाई भन्यो— “एउटा कुरा भन्छु, अस्ति मलाई प्राण दण्ड दिनलाई लैजाँदा एउटा वृक्ष देवतासँग यदि म प्राण दण्डबाट बच्ने भने ठूलो बलि पूजा गर्न आउँछु भनेर मैले प्रतिज्ञा गरेको थिएँ । अब मेरो ज्यान बचेकोले त्यो भाकल पूरा गर्नुपरको छ ।”

भद्राले सोभो मनले खुशी हुँदै भनिन्— “अब मैले के गर्नुप्यो त स्वामी ?”

सत्युकले भन्यो— “पूजा सामान तयार पारी तिमीले राम्रो लुगा र आफूसँग भएका सबै गरगहना लगाउनु ।”

कुण्डलकेसीले उक्त दुष्ट सत्युकको जालसाजी बुझ्न सकिनन् । त्यसैले उसको आज्ञा पालन गरी तुरुन्त तयार भइन् । दुवैजना एउटा पहाडको जंगलतर्फ लागे । डरलाग्दो जंगल र पहाडको टुप्पोसम्म पुगे । त्यहाँको दृष्य एकदम डरलाग्दो र सुनसान थियो । पहाडको टुप्पोमा पुग्नासाथ दुष्ट सत्युकले भन्यो— “भद्रा ! हामी यहाँ कुनै देवतालाई बलिपूजा गर्न आएको होइन । तेरो गहना सबै फुकाल । आज तेरो बलिपूजा हुनेछ ।”

कुण्डलकेसी आत्तिदै भनिन्— स्वामी ! यो गहना कसको ?

हामी दुवै एक नै हौं । तपाईंलाई चाहिन्छ भने मैले तुरुन्त दिन सक्छु । मलाई किन मार्न खोज्नु भएको ?”

सत्युक— “बढी कुरा नगर । कथा सुन्न चाहन्त । गहना फुकाल छिटो । आज तेरो अन्त्य हुनेछ ।”

कुण्डलकेसी पनि मामुली नारी थिइनन् । बुद्धि पुऱ्याएर काम लिन जानेकी थिइन् । तिनले विचार गरिन्— “यो दुष्टलाई मैले आमा बुबाको कूल मर्यादालाई नै

उल्लंघन गरी प्रेमावेशमा आई आफ्नो बनाएँ । प्राण दण्डबाट बचाएँ । तर यो त विश्वासघाती नरपशु भएर निस्क्यो । मलाई नै मार्न खोज्दो रहेछ । यस्तो दुष्ट मानिसलाई समाजमा रहन दिनु पनि अभिशाप नै हो । यसलाई बाँकी राख्न हुन्न ।”

यति सोची कुण्डलकेसीले आफ्नो स्वामीसंग यसरी आग्रह गरिन्— “त्यसो भए यो हाम्रो अन्तिम मिलन भयो । अन्त्यमा मेरो एउटा इच्छा पूरा गरिदिनु हुन्छ कि ?”

सत्युक— “तिम्रो इच्छा भन ।”

भद्रा— “स्वामी ! म तपाईंलाई तीनपटक प्रदक्षिणा गरी एकपटक म्वाई खान चाहन्छु ।”

त्यो दुष्ट सत्युक यसमा राजी भयो । भद्राले हात जोडी म्वाई खाने बहाना गरेर पछाडिबाट धकेली सत्युकलाई पहाडबाट खसाली दिइन् । त्यो दुष्टले सदाको लागि आफ्नो ज्यान गुमायो ।

कुण्डलकेसीले गौतम बुद्ध कहाँ गएर भनिन्— “भन्ते म अपराधिनी हुँ । तपाईंले मलाई शरण दिनुहुन्छ ।

गौतम बुद्धले सोध्नुभयो— “बहिनी तिमीले के अपराध गर्‍यो ?”

भद्राले आफ्नो पतिदेवलाई मारेर आएको सबै कुरा र कारण बताइन् । भगवान् बुद्धले भन्नुभयो— “बहिनी तिमीले ज्यान बचाउनको लागि बाध्य भएर उक्त काम गर्‍यो । समय अनुसार ठीक ठाउँमा बुद्धि पुऱ्याई काम गर्‍यो । बुद्धि भनेको नारीमा पनि हुन्छ । पुरुषमा मात्र होइन ।

“इत्थीपिं पण्डिता होन्ति” – नारी पनि पण्डित हुन सकिन्छन् । स्थानोचित प्रज्ञा हुनैपर्छ । बहिनी तिमीलाई स्वागत छ । तिम्रो निम्ति ढोका खुल्ला छ । आउ भद्राको हृदय परिवर्तन भयो ।

भिक्षुणी बनिसकेपछि बुद्धले उसलाई

“एतदगं भिक्खवे पञ्जवन्तीनं भिक्खूणीनं कुण्डलकेसी”

अर्थात्— प्रज्ञावान् भिक्षुणीहरूमा कुण्डलकेसी अग्रणी हुन् । (अंगुत्तरनिकाय)

यो कथा थेरीगाथामा छ । सुत्तपिटकको खुदक निकाय अन्तरगत ।

यो कथाबाट प्रष्ट हुन्छ, कसैले बिनाकारण मार्न आएमा “अहिंसा परमो धर्म” भनी चुपचाप बस्नु ब्यवहारिक धर्म होइन । आफूलाई बचाउन संघर्ष गर्नुपर्छ, प्रतिकार गर्नुपर्छ । आत्मरक्षा गर्नु पनि अहिंसा नै हो । ■

भावना

लेखक- भिक्षुणी धम्मवती
अनुवाद- वीर्यवती

“चित्तेन नीयते लोको”

यस बुद्ध वचन अनुसार यो संसार चित्तले बनाइराखेको हो । चित्तले नै संसार चलाइ राखेको छ । संसारको नायक नै चित्त हो । त्यसैले जबसम्म मन वा चित्त असल हुन सक्दैन, यसलाई पवित्र पार्न सकिदैन, तबसम्म मानिसहरूले गर्ने कार्य वा कर्म राम्रो र असल हुन सक्दैन । जबसम्म कर्म असल हुन सक्दैन, तबसम्म उसको गति पनि राम्रो हुन सक्दैन । अनि त्यो व्यक्ति सुखी होस् र उसले सुगति प्राप्त गरोस् भनेर आशा र कामना गर्नु नै व्यर्थ हुनेछ ।

यसरी क्रमवद्ध रूपले जानुपर्ने मार्गमा लाग्दै कार्य र कारण (हेतु फल) विषयलाई थाहा पाउँदा पाउँदै पनि यस सिद्धान्तलाई त्यागी दुःख नहोस्, भाग्यले साथ देओस् भन्दै ईश्वर भज्दैमा दुःख हटेर जाने होइन । यदि ईश्वर नामको कुनै अलग्ग व्यक्ति छ भने त यस्तो कार्यले उक्त ईश्वरको कान मात्र दुख्नेछ । तर दुषित चित्तको व्यक्तिको दुःख ईश्वरले हरेर लान सक्दैन । अर्को शब्दमा भन्ने हो भने ईश्वरले उक्त व्यक्तिलाई असल बनाउने जिम्मा लिएको हुँदैन । त्यसैले हाम्रो गति राम्रो बनाउनको लागि, सुख प्राप्त गर्नको लागि, सुगति प्राप्त गर्नको लागि मन अर्थात् चित्त पहिला असल पार्न अत्यावश्यक छ । मन दुषित भएसम्म, खुम्चिएको दुषित मनलाई हटाउन नसकेसम्म चित्त पवित्र पार्न सकिदैन । यसको लागि आफ्नो चित्तलाई आफैँले चिन्ने अभ्यास गरिरहनु पर्दछ । आफ्नो चित्तलाई चिन्ने साधन नै ध्यान भावना हो । ध्यान भावना रूपी साधन प्रयोग गर्न नजानेसम्म धर्म भन्दै पापकर्म गर्ने तर्फ लागि रहने अवस्था पनि आउन सक्छ । आफ्नो चित्तलाई आफ्नो बसमा राख्न सकेमा मात्र सत्य धर्मको मार्ग प्राप्त गर्न सकिने छ । त्यसको लागि आफ्नो चित्तलाई आफैँले चिन्ने क्षमता हुनुपर्दछ । ध्यान भावना नगरीकन कहिले पनि निर्वाण प्राप्त गर्न सकिदैन । दान र शीलद्वारा निर्वाण सुख लाभ गर्नको लागि सहयोग मात्र मिल्नेछ । त्यागी र सदाचार जीवन अभ्यास गर्न नसकेसम्म ध्यान भावना गर्न सम्भव छैन । निर्वाण अवस्था हाम्रो आफ्नो मनमा लुकेर बसेको भएपनि उक्त परम सुख र आनन्दको अवस्थालाई अनुभव गर्न नसक्नुको प्रमुख कारण नै क्लेश हो । हामीले पञ्चनीवरण (काम भोग, द्वेषभाव, अलक्ष्मीपना, अहंभाव चञ्चलपन र नचाहिंदो शंका) आदि क्लेशहरू निर्वाण सुख प्राप्तिको मार्गमा बाधा बनिरहेका हुन्छन् । स्वच्छ आकाशमा बादलले ढाके जस्तै यी क्लेशहरूले चित्तलाई ढाकिरहने भएकोले निर्वाण सुख टाढिँदै गइरहेको

हुन्छ । अर्थात् चिप्लो स्थानमा पाइला टेक्दा चिप्लिएर लड्ने जस्तै भइरहेको हुन्छ ।

हाम्रो सङ्गो मनलाई धमीलो पार्ने तत्व नै बाहिरी आरम्भण हो । बाहिरी वातावरणमा चित्त टाँस्न नलगाई उक्त चित्तलाई बसमा राख्न सकियो भने हामीले निर्वाण प्राप्त गर्न सहयोग पुग्ने छ । तर बाहिरी आरम्भण (वातावरणमा) चित्त उल्झन नदिई चित्तलाई आफ्नो बसमा राख्नको लागि उपयोगी साधन ध्यान भावना अभ्यासले मन गएको ठाउँमा शरीर जाने बानीलाई हटाउँदै लान्छ । शरीर गएको ठाउँमा मन जान्छ भने मात्र चित्त आफ्नो बसमा रहेको ठहरिन्छ । मतलब आफ्नो चित्तलाई तालिम दिनसक्ने व्यक्ति हुनेछ । फलस्वरूप दुःख रहित निर्वाणको फल प्राप्त गर्न सहयोग मिल्नेछ ।

भावनाधेरै प्रकारका छन् । ती मध्ये मुख्य रूपमा समथ भावना र विदर्शन (विपस्सना) भावना ।

समथ भावना पनि ४० प्रकारका छन् । समथ भावनाले चित्त एकाग्र पार्ने कार्यमा अभ्यास गराउँछ भने विदर्शना भावनाले प्रज्ञा (बुद्धि) उन्नति गर्ने कार्य सिकाउँछ ।

भावना भनेको चित्तलाई विभिन्न आरम्भणमा (रूप, शब्द) आदिमा, चञ्चल हुन नदिई चित्त एकाग्र पार्ने (एउटा मात्र आरम्भण वा कार्यमा पूरा ध्यान दिने) चेतसिक धर्म हो । यस कार्यको लागि शक्ति आवश्यक छ । चित्त एकाग्र पार्न त्यति सजिलो छैन । चित्त एकाग्र पार्नको लागि आफ्नो स्वच्छ इच्छा (उत्साह) र वीर्य (मेहनत) दुवै तत्वको आवश्यकता हुन्छ । उत्साह र मेहनत नभएका व्यक्तिले ध्यान भावना राम्ररी गर्न सक्दैनन् । किनभने उनीहरूको मन एकाग्र हुँदैन चञ्चल हुन्छ ।

विदर्शना भावनाको प्रमुख कार्य नै अनित्य (परिवर्तन), दुःख र अनात्मलाई यथार्थ रूपले बुझ्नु हो । यथार्थ रूपले भनेको के हो ? संसारका भौतिक तत्वहरू सबै सधैं स्थिर र नयाँ भएर रहन सक्दैन । सबै पुरानो र भूत्रो हुँदै विग्रिँदै जान्छ । परिवर्तन हुँदै जान्छ । त्यसैले यो दुःख हो । सधैं नयाँ भएर रहोस् र नविग्रियोस् भन्ने सबैको चाहना हुन्छ । तर यसरी आफूले भनेजस्तो हुँदैन । सधैं तरुणी र तरुणो हुन नसक्नुलाई नै अनात्म भनिन्छ । आत्म भन्ने कुनै ठोश शक्ति नहुनु नै अनात्म हो । आफूले भने जस्तो नहुनु पनि अनात्म हो । अनित्य दुःख र अनात्म जस्तो प्राकृतिक नियमलाई यथार्थ रूपले बुझाउने साधन नै विदर्शना (विपस्सना) भावना हो । ■



संघनायक महास्थविर अश्वघोषको दिवंगत र संस्मरण

✍ लक्ष्मण राजवंशी

बुद्धि निवास, सत्यमार्ग, बनस्थली, बालाजु

“भिक्षु” अश्वघोष महास्थविर दिवंगत हुनुभयो ।” अनलाइन समाचारमा मेरो आँखा टाँसियो । अर्को समाचार हेर्न आँखा अघि बढेन । त्यही एउटै मार्मिक शब्द ‘दिवंगत’ मा आँखा अडिरह्यो । विस्तारै शब्दभित्रका अक्षरहरू एकपछि अर्को मेटिँदै गए । परेलाले मेरो दुवै आँखा छोपिए । बाह्य दृश्य केही देखिन । श्रद्धेय भन्ते अश्वघोषका पछिल्लोपल्ट ग्राण्डी सिटी अस्पतालमा देखेका वहाँका शान्त अनुहार एवं प्रतिक्रिया शून्य आँखा ओड्नेले छोपिएको शरीर मात्र दृष्टिगोचर भइरहे ।

आदरणीय कोण्डव्य भन्ते एकजना अर्को भिक्षुसँगै एउटा सोफामा बसिरहनु भएको थियो । भन्ते अश्वघोषको भ्रम नजिक उभिएर वहाँलाई दण्डवत गर्दै मेरो उपस्थितिको जानकारी दिन वहाँको आँखा खोल्न र ममाथि ध्यान आकर्षण गर्न प्रयास गरे । वहाँको कमजोर कानको पर्दाभित्रसम्म या त मेरो आवाज पुग्न सकेन या मस्त निद्रामा हुनुहुन्छ । म चुपचाप एकछिन खाट नजिक उभिरहेँ । कौण्डव्य भन्ते वहाँलाई विउँझाउन प्रयत्न गर्नुभयो । बल्लतल्ल परेलाभित्र गुचमुचिएका दुवै आँखा अलि बल गरी उघार्नु भयो । एकछिन परेला उघिए फेरि निदमै लिप्त हुनुभयो । करिव एकघण्टा भन्तेहरूसित र अश्वघोष भन्तेसित बिताएको समयका मेरा संस्मरणहरूका पानाहरू पल्टाउँदै गएँ । कोण्डव्य

भन्तेसित मेरो सम्पर्क नभए पनि वहाँका केही प्रवचनहरू सुनेको छु । वहाँका प्रवचनका विषय र प्रस्तुति कलाबाट म प्रभावित छु । गम्भिर बुद्धवाणी त्यो मुख्य सन्देशमा कुनै क्षति नपुरने, तर बोधगभ्य सरल भाषाबाट श्रोताहरूलाई प्रभावित पार्ने खुबीको प्रशंसकहरू मध्ये म पनि हुँ ।

अस्पतालबाट फर्की खाटमाथि केही नबोली बसिरहेको देखी मेरी श्रीमतीले सोधिन्— “भन्तेलाई कस्तो छ ?” मनले नमानी नमानी मैले बोलेँ— “अब वहाँ रहनु भएन ।” त्यसपछि धेरै बेर हामी दुवैको मुखबाट बोली फुटेन । उनको आँखा गिलो रसायो ।

अब बाँचिरहनु भनेको भन्तेको लागि एकपछि अर्को शारीरिक कष्ट थपिने हो । भगवान बुद्धले आफू नजिक आइरहेका मृत्युलाई काखमा राख्ने वहाँका सचिव भन्ते आनन्दलाई भन्नुभएको महान वाणी मैले पहिलोपल्ट अश्वघोष भन्तेकै मुखारविन्दबाट सुनेको थिएँ— “आनन्द, मेरो जानेबेला भयो । तिमीलाई मसित केही सोध्नु छ ?” आनन्द भन्तेले दुई हात जोडी भन्नुभयो— “छैन” । त्यसपछि आँखा चिम्ली बुद्धले परिनिर्वाण, जीवनबाट विश्राम लिनुभयो । बुद्धको विश्रान्तिमा वहाँका अनुयायीहरू छाती पिटी रोए । तर बुद्ध फर्कनुभएन । बुद्धलाई बचाई राख्ने

जिम्मेवारी थेरवाद विचार, दर्शन, चिन्तन र व्यवहार हो । मृत्यु अवश्यभावी छ । सबै प्राणी र वस्तु अनित्य छन् । तर पनि रूप र गुण परिवर्तन हुने घडको सुई रोकिन्न । बुद्धको शरीरलाई फर्काउने होइन, वहाँद्वारा प्रतिपादित सिद्धान्तलाई निरन्तरता दिने हो । त्यसैले बुद्ध भन्नुहुन्छ— “मूर्तिलाई पूजा गर्ने होइन । विचारको अनुशरण गर ।”

अस्तपालको शैय्यामा देखेको अश्वघोष भन्तेको आँखामा टाँसिएको अनुहार बारम्बार बदलिँरहेको नियालिरहे । वहाँकै मुखबाट बेलाबेलामा सुनेका— वहाँको बालविवाहपछि मातापिताले वहाँलाई भगवान् बुद्धको पाउमा चढाउनुभएको दिन देखेका धेरै घटना, परिघटनाहरू सुनेको छु । सम्भवतः अश्वघोष भन्तेका यस्ता जीवन कथाका अलि कम श्रोताहरू मध्ये म पनि वहाँको अति नजिकका श्रोता हुँ । म भित्रभित्रै बौद्ध दर्शनबाट प्रभावित भइसकेको मैले चाल पाइन ।

आनन्दकुटी विद्यापीठका प्रधानाध्यापक, अंग्रेजी शिक्षक एवं इतिहासकार श्री भुवनलाल प्रधान मन्त्री बन्नुभयो । वहाँले छोड्नु भएपछि खाली भएका अंग्रेजी शिक्षक पदपूर्तिका लागि एकजना शिक्षकको आवश्यकता थियो । धेरै जसो पढेलेखेका जागिरे अरू कोही प्रवासमा शरण लिइवसे, कोही गुप्तवास, कोही जेलमा, शिक्षक हुने योग्यता भएकाहरू पनि अंग्रेजी पढाउनेहरूको संख्या ज्यादै न्युन थियो । रत्नबहादुर बज्राचार्य, जो मेरा बाल्यकालदेखि स्नातक तहसम्मकै साथी, का.मु. प्रधानाध्यापक मेरा घरमा मलाई भेट्न आए । धेरै समयपछि साथी भेट्न पाउँदा म ज्यादै खशी थिएँ । भूमिका केही नबाँधी उनले मकहाँ आउनुका कारण बताए । के खोज्छस् दृष्टिविहिन, आँखा भनेभैँ शिक्षक भइदिन उनको प्रस्ताव स्वीकारें । भोलिपल्टै स्कूलमा हाजिर भइ पढाउन थालें ।

त्यो बेला, अश्वघोष भन्ते, छात्रावास प्रमुख, भन्ते कुमार काश्यप कोषाध्यक्ष एवं अमृतानन्द भन्तेको सहयोगीको रूपमा महानाम भन्ते हुनुहुन्थ्यो । भिक्षुहरूसितको त्यो मेरो पहिलो चिनापर्ची थियो । बडो आकर्षक जिउडाल, फुर्तिलो हिंडाई (कमाण्डिड भ्वाइस) प्रभावकारी स्वर एवं अतिचल्तापूर्जा एक झलकमै प्रभाव पार्ने व्यक्तित्व को हुन् ? कसैसित सोध्ने आँट भएन । दिन बित्दै गएपछि बिस्तारै सबै बौद्ध व्यक्तित्वहरू लगायत बौद्ध आचरण, संस्कार एवं दिनचर्या सिक्दै गएँ र अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध व्यक्तित्व मान्यवर अमृतानन्द महास्थविरसित परिचय गराउँदा म अलि हडबडाएँ । त्यहाँका शिक्षकहरू एक से एक अनुभवी परिपक्व,

आ-आफ्ना विषयमा पोख्त थिए । म परें काँचो ईटा । पहिलोपल्ट विद्यालयको शिक्षकको नियुक्ति पाएर शिक्षा क्षेत्रमा छिरेको । विश्वराम भक्त माथेमा, रघुवरभक्त माथेमा, अमरबहादुर, सुवर्णमान श्रेष्ठ, मणिरत्न तुलाधर, न्हुच्छेबहादुर बज्राचार्य, केशरी बज्राचार्य, विमला शाक्य, क्षेत्रराज शाक्य, वटुकचन्द्र आदि वरिष्ठ शिक्षकपंक्तिमा सबैभन्दा कान्छो चुम्बकले फलामलाई तानेभैँ अश्वघोष भन्ते र कुमार काश्यप भन्तेको म प्रतिको सद्भाव, माया र सहयोगका कारण म ज्यादै नजिकिएँ ।

भन्ते अश्वघोष स्पष्टवक्ता । मनको कुरा तुरुन्तै मुखबाट ओकली हाल्ने । नचाहिँदो कुरालाई प्रतिवाद गर्ने । भ्वाट्टै रिसाउने । कडकिने तर पानीको फोका जस्तै वहाँको रीश एकै निमेषमा विलाउँथ्यो । कसैमाथि प्रतिशोध साँध्ने वा मनमा कुरा थुपार्नुहुन्न । रिसले तन्केको वहाँको निधार, रन्केको गाला, हल्लाइ रहेका हात सबै एकैछिनमा शान्त हुन्थे । आफैँ गल्लल हाँस्नुहुन्थ्यो ।

विहान विद्यार्थीहरू शीलप्रार्थनाबाट शुरु हुने अश्वघोष भन्ते, कुमार काश्यप भन्ते र मेरो दिनचर्या साँझ ५ बजेपछि बल्ल अलि सुस्ताउँछ । तर विहान र बेलुकी केटाकेटीहरूलाई स्टेशनरी सामान बाँड्ने, प्राथमिक उपचार गर्ने, छात्रावासका केटाकेटीको लागि खाद्य पदार्थको व्यवस्था र भोजनको निरीक्षण पछि राती ९ बजे स्कूल सुनसान हुन्छ । एउटा कुनाको कोठामा अश्वघोष भन्ते र म मात्र हुन्थौँ । आनन्दकुटी विहारमा भन्ते कुमार काश्यपको कोठासँग टाँसिएको मेरो कोठा । चीवर नै ओछ्यान र ओढ्ने । अश्वघोष भन्तेसित केही समयसँगै बसेर दिनभरको थकान मेटी राती आनन्दकुटी विहार जाने मेरो दैनिकी नै बन्यो । हामी दुईबीच कुनै पनि कुरा गोप्य रहेन । त्यसैले म वहाँलाई जिस्क्याउँथें । प्रफुल्ल हाँसोले वहाँको कोठा गुन्जिन्थ्यो । हामी यतिसम्म नजिक भयौँ पारिवारिक काम कुराहरू पनि केही नुलकाई खुलस्त भन्थौँ । केही समस्या आइपरे सहयोग माग्थें । वहाँ वचनमा पक्का । नैतिक आचारमा अडिग । निष्ठावान ! बौद्ध विचारका अन्धभक्त हुनुहुन्न । कार्लमार्क्सद्वारा प्रतिपादित द्वन्द्वात्मक भौतिकवादको वैज्ञानिक आधार जस्तै बौद्ध सिद्धान्तलाई मान्ने मात्र होइन व्यवहारमा पनि उतार्न हरदम क्रियाशील सच्चा बौद्ध । तर वहाँलाई “कम्प्युनिष्ट भन्ते” भनी गिल्ला गर्नेहरू जातले मात्र बौद्ध भएका हुन् । बौद्ध विचारको सार बुझेर होइन । वहाँ व्यवहार र आचरण र सत्यप्रतिको निष्ठालाई बुझेर भन्ने हो भने वहाँ इमान्दार र बौद्ध दर्शनको यथार्थपरक वामपन्थी विचारका

एवं बौद्ध दर्शनका वैज्ञानिक व्याख्यानकार हुनुहुन्थ्यो ।

अमृतानन्द भन्ते, अश्वघोष भन्ते र कुमार भन्ते नेपाल भाषा बोल्न र लेख्नमा पोख्त हुनुहुन्थ्यो । तर नेपाली भाषामा दखल थिएन । बोल्दा नेवारी टोन र लय आउँथ्यो । त्यसैले पनि होला वहाँ तीनै जना भाषिक रूपमा नेपाल भाषा आन्दोलन बारे भिन्नभिन्नै उत्तेजित हुनुहुन्थ्यो । अश्वघोष भन्ते मसित भाषा आन्दोलनको आवश्यकताबारे खुलेरै कुरा गर्नुहुन्थ्यो । अमृतानन्द भन्ते नजानिदो पारामा आन्दोलनबारे मेरो विचार थाहा पाउन उत्सुक देखिनुहुन्थ्यो । कुरा घुमाई घुमाई भाषाको महत्त्व सम्झाउनुहुन्थ्यो । नेपाल भाषाका अतिरिक्त पाली, हिन्दी, संस्कृति र अंग्रेजी भाषामा पनि वहाँको दखल थियो । तर कुनै पनि एक भाषा बोलिरहँदा अर्को भाषा पनि मिसाउनु हुन्थ्यो । तर आफूले बोलिरहेको भाषामा कुनै शब्द नआए अर्कै भाषाको शब्द घुसाउनु हुन्थ्यो । तर मातृभाषा प्रति वहाँ ज्यादै संवेदनशील हुनुहुन्थ्यो । वहाँहरूको असल आशय बुझेर भाषा आन्दोलनमा सरिक भएँ । तर भाषा आन्दोलनले मात्रै नेवारहरूमाथिको सयौं वर्षदेखिको दमन र राज्यको पक्षपातपूर्ण नीतिमा कुनै परिवर्तन ल्याउन सकिन्न भन्ने मेरो मान्यता थियो र अभै पनि म यस कुरामा अडिग छु । उदाहरणकै लागि २००७ साल अघिको जनक्रान्तिदेखि संघीय गणगन्त्रसम्म आइसक्दा पनि एकजातको मात्र सबै स्वार्थ बढोत्तरी हुने अरूको भाषा, संस्कृति, परम्परादेखिको उनीहरूको बन्द व्यापार, बासस्थानबाट समेत विस्थापित हुनुपर्ने सरकारी सुनियोजित षडयन्त्र भन तीव्र रूपमा अगाडि बढाइरहेको महसूस हुन्छ । जनपक्षीय प्रजातान्त्रिक राज्य व्यवस्थाको मूल मन्त्र सबैको आत्मसम्मान, भेदभावरहित समान व्यवहार र हरेक पेशा र निकायमा अवसर र सुरक्षा नै हुन् । त्यसैले मेरो भाषण नेपाल रेडियोमा नेपालभाषाबाट पुनः समाचार प्रसारणमा मात्र सीमित नभएकै कारण म पक्राउमा परें । सूर्यबहादुर पिवा र म एउटै फलामे सिक्रीले बाँधी दुई हात हतकडीमा जकडी दलिनमा सिक्री अड्काई ३३ दिनसम्म बिना पक्राउ पूर्जी, बिना आरोप कालभैरवको थानाको बाँयातिरको बुङ्गलमा थुनियो । ३४ औं दिनमा ९ महिना कैद ठोकी सदर केन्द्रीय कारागारमा पठाइयो ।

जेल चलान गरिएको केहीदिन पछि मात्र हप्ताको १ दिन परिवारका सदस्यहरूसिद्ध जेलर वा उनले खटाइने व्यक्तिको उपस्थितिमा भेट्न दिइयो । तर नेपाली भाषाबाट मात्र कुरा गर्न पाइन्थ्यो । नेपाली बाहेक अरू भाषा कानमा परे शासकहरू नर्कमा कोचिने डरले हो वा ती

नेवारमाथिनै घृणा हो ? उनीहरू जानुन् ।

जेल बाहिर पहिलो भेटमै मैले श्रीमती शोभनालाई स्कूलमा गई अश्वघोष भन्तेलाई यहाँको हालखबर बताउन र आफूले जानेको विषय पढाउन सुभाएँ । श्रीमती मलाई भेटेको केही दिनमै उनलाई आनन्दकुटी विद्यापीठमा प्राथमिक कक्षामा पढाउने गरी शिक्षक पदमा नियुक्ति गरियो ।

बौद्ध दर्शनलाई मैले परम्परागत धर्मको रूपमा नभई जीवनकै मार्गदर्शनको रूपमा अँगालेको हुँ । मैले कुनै पनि धर्मको शपथ लिएको छैन तर जानेसम्म बौद्ध दर्शनलाई पढ्याउने प्रयत्न गर्दैछु ।

यसरी अति सौहार्दपूर्ण बौद्ध वातावरणमा र आदरणीय भन्तेहरूको न्यानो माया र आशीर्वादबाट ममा काम गर्ने जाँगर बढ्दै गइरहेको बेला विना बादल हुरी-बतास, सफा मौसममा अकस्मात चट्याङ्ग पर्ने सुईको पाएँ मैले आनन्दकुटी विद्यापीठबाट सदाको लागि बिदा हुनु अघि अघि कुमार भन्ते र अश्वघोष भन्तेलाई मेरो निर्णय अवगत गराएँ । “तपाईंले स्कूल छोड्ने भए म पनि अब यहाँ बस्दिन, भोलि नै निस्कन्छु ।” वहाँको कुराले म स्तब्ध भएँ । कुमार भन्तेको अनुहार ज्यादै निन्याउरो देखे । एकछिन केही बोल्नु भएन । मैले फेरि सोधे— “के भो भन्ते ? कपाल दुख्यो ?” बरोबर कपाल दुख्ने, चिनीको रोगबाट ग्रस्त कुमार भन्तेले भन्नुभयो— “मलाई पनि यहाँ बस्नु मन छैन ? तर मेरो घर पाल्पा त्यहाँ फर्कन सकिदिन । अरू ठाउँमा बस्न पनि सकिन ।” “भन्ते अश्वघोष र तपाईं दुवैले छोड्नुहुन्न । अमृतानन्द भन्तेलाई कसले हेर्छ ? म गएर केही फरक पार्दिन, तर भन्तेहरू हिँड्नु भयो भने विद्यालयको प्रतिष्ठामा धक्का लाग्छ । विन्ति छ भन्ते, कहीं नजानुहोस् ।” त्यसपछि वहाँ बोल्नु भएन । १० वर्षपछि बौद्ध दर्शनको सारतत्व बोकी घर आएँ । अश्वघोष भन्ते श्रीघः विहारमा बस्न जानुभयो । त्यहाँबाट बनेपामा विहार मात्र होइन निस्सहाय बालबालिकाहरूको लागि निःशुल्क शिक्षा र छात्रावास पनि सञ्चालन गर्नुभयो । गएको भूकम्पले विहार र विद्यालय पनि क्षतिग्रस्त भयो । श्रीघः विहार र बनेपाका विहारमा बरोबर वहाँको दर्शन गर्न जान्थे । जहिले गएपनि बिदा हुने बेला एउटा वहाँले लेख्नुभएको पुस्तक दिनुहुन्थ्यो । वहाँले मलाई दिनुभएको सबैभन्दा पछिल्लो किताब “The Life of Bhikshus (भिक्षुहरूको जीवन)” बोकी फर्के ।

अन्तमा कर्मनिष्ठ थेरवादी मेरा पूज्य भन्ते अश्वघोष महास्थविरको करकमलमा हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दैछु । ■

कुरुधम्म जातक

- भिक्षुणी वीर्यवती

कुरु राष्ट्रमा इन्द्रप्रस्थ नगरका राजा धनञ्जयको देहावसान पश्चात् राजा बनेका उनका छोरोले दशराज धर्मपालन गरी कुरु धर्मानुसार आचरण गरे। पञ्चशीललाई नै कुरु धर्म पनि भनिन्छ। उनको आदर्शलाई अनुकरण गर्दै उनका माता, पटरानी, उपराजा (भाई), पुरोहित, जग्गा नाप्नको लागि डोरी समात्ने व्यक्ति, सारथी, सेठ, द्रोण मापक, द्वार पाल र नगरशोभिनी आदि गरी त्यस देशमा जम्मा ११ जवान व्यक्तिहरूले इमान्दारी पूर्वक पाँच शीलहरू पालन गर्दै आएका थिए।

यसरी पवित्रता पूर्वक शील पालन गरी शुद्ध आचरणले युक्त रहेका राजाले आफ्ना नगरका चारवटै द्वारहरूमा, नगरको बीचमा र निवास गृहको द्वार आदि गरी जम्मा ६ वटा स्थानहरूमा ६ वटा दानशालाहरू बनाई प्रतिदिन ६ लाख धन सम्पत्ति दान गरी सारा जम्बुद्वीपलाई तहल्का मच्चाइरहेका थिए। राजाको यस त्यागमय कार्य सारा जम्बुद्वीपमा प्रशिक्ष भइरहेको थियो। बुद्धत्व प्राप्त गर्ने कार्यमा दृढ संकल्परत रहेका राजाले आफूलाई आध्यात्मिक मार्ग प्राप्त गर्नका लागि नभई नहुने जगको रूपमा रहेको दान र शीलको तहलाई टेकी यसलाई पार गर्न कार्यरत थियो।

त्यस समय कलिङ्ग राष्ट्रको दन्तपुर नगरमा कलिङ्ग राजाले राज्य गर्दै थिए। उसको राज्यमा वर्षा नभएको कारणले राष्ट्रमा अनिकाल पच्यो। दुर्बृष्टि-भय, अकाल-भय र रोग-भय आदि तीनवटा भयहरू फैलिए। राष्ट्रका यी भयहरू हटाउन अमात्यहरूले राजालाई कुरु नरेशको अञ्जन वसभ नाम गरेको मङ्गल हात्ती ल्याउने सल्लाह दिए।

यो सल्लाह सुनी राजाले भन्यो- “कुरु नरेश त सेना तथा वाहनले युक्त र दुर्जय छ। त्यस्तो शक्तिशाली राजाको हात्ती हामीले कसरी ल्याउन सक्छौं ?”

अमात्यहरूले भने- “महाराज ! त्यस राजा शक्तिशाली मात्र होइन, दानी पनि छन्। दान र शील पालन गरिरहेका त्यस धर्मात्मा राजासंग याचकहरूले मागेको खण्डमा आफ्नो अलंकृत शीर (टाउको) समेत काटेर दिन सक्छ। त्यति मात्र होइन आफ्ना सुन्दर

रहरलाग्दा आँखाहरू भिकेर समेत दिन सक्षम छ उ। आफ्ना सारा राज्य समेत त्याग्न तयार छ उ। जावो एउटा हात्तिको त के कुरा ?

राजाले भन्यो- “उसंग हात्ति कसले माग्नु जान सक्छ त ?”

अमात्य - “महाराज ! ब्राह्मणहरू छँदै छन् नि। हजुर लाई के को पीर ?”

यति सल्लाह पाएपछि राजाको आदेशानुसार गाउँबाट आठजवान ब्राह्मणहरू भिकाइयो। उनीहरूलाई आवश्यक सत्कार सम्मान गरिसकेपछि कुरुराष्ट्रमा मंगल हात्ति माग्नु याचकको रूपमा पठाइयो।

उता कुरु राष्ट्रमा कुरु नरेश नियमित रूपले दान कार्यमा सामिल हुनु पुग्यो। कुरु नरेश बोधिसत्त्वले आफू चढेर आएको मंगल हात्तिबाट उत्रेर पूर्वद्वारको दानशालामा सात आठ जवान याचकहरूलाई आफ्नै हातले भोजन दान दिए। अनि यसरी नै दान दिन भन्ने आदेश दिई आफ्ना अनुयायीहरूलाई दान दिने जिम्मा सुम्पी उनी हात्तीमा चढी दक्षिण द्वारतर्फ अगाडि बढे। कलिङ्ग राष्ट्रबाट हात्ति माग्नुका लागि आएका ब्राह्मणहरू पनि दक्षिण द्वार तर्फ एक अग्लो स्थानमा उभिरहेका थिए। जब राजाले वज्र अंकुशबाट हात्तीलाई रोकेर उनीहरू समक्ष पुगी “ब्राह्मणहरू हो ! तिमीहरूलाई के चाहियो ?” भनेर सोध्यो तब- “ब्राह्मणहरूले भने - “हे जनाधीप ! हामी त तपाईंले नै चढिराख्नु भएको अञ्जनवर्ण हात्ती माग्नु आएका हौं।”

उनीहरूको कुरा सुनी राजाले खुशीसाथ आश्वासन दिदै भने - “अन्न, भृत्य, नोकर मध्ये जो कोही पनि होस् यिनीहरू मध्ये जुन मागेपनि यदि त्यो उद्देश्य अनुरूप छ भने यी व्यक्तिहरू र वस्तुहरू दान दिने कार्यलाई इन्कार गर्न योग्य छैन। यो त हाम्रो पूर्वाचार्यहरूको वचन हो। त्यसैले हे ब्राह्मणहरू हो। मैले तिमीहरूलाई राजाहरूलाई मात्र योग्य भएको राज परिभोग्य, यशश्वी, अलंकृत तथा सुवर्ण जालीले ढाकिएको हात्ती दान दिदैछु। हात्ती संग संगै यसको सारथीलाई पनि दान दिदैछु। तिमीहरूलाई जहाँ लान मन लाग्छ, लिएर जान सक्छौं।”

यसरी हात्ती माथि बस्दा बस्दै नै बोधिसत्त्व कुरू नरेशले आफ्नो वचनले हात्ती दान दिए । फेरि हात्तिबाट तल ओर्लिएर “यदि हात्तीको शरीरको कुनै भाग अलंकारले सजाउन बाकी छ कि भनी तीन पटक हात्तीलाई प्रदक्षिणा गरी हेरे । तर हात्तीको शरीरमा अलंकृत गर्न बाकी स्थान नभेटिएपछि खुशी हुँदै हात्तीको सूडलाई ब्राह्मणको हातमा सुम्पेर सुवर्ण भारीले सुगन्धित जल खन्याई याचकहरूलाई हात्ती दान दिए । ब्राह्मणहरूले सारथी सहित हात्ती स्वीकार गरे । अनि हात्ती माथि बसी दन्तपुर नगर पुगे । त्यसपछि कलिंग राष्ट्रका नरेशलाई मंगल हात्ती हस्तान्तरण गरी उनीहरू फर्के ।

तैपनि दन्तपुर नगरमा पानी परेन । हरेश खाएका राजाले आफ्ना अमात्यहरूसंग यसको कारण सोद्धा उनीहरूले भने- “महाराज ! कुरू नरेशले कुरूधर्म (पञ्चशील) पालन गरिरहेको छ । त्यसकारण कुरू राष्ट्रमा पन्द्र - दश दिन भित्र वर्षा हुने गर्छ । यसरी राष्ट्रमा मंगल भइरहनु राजाकै गुणहरूको प्रताप हो । यस हात्तीमा गुण भएपनि आखिर कति नै गुण हुन सक्छ, र ?”

राजाले अमात्यहरूको सल्लाह मानी आफ्ना ब्राह्मणहरू र अमात्यहरूलाई खटाई कुरू राजा समक्ष हात्ती फिर्ता दिई सुनका पाताहरूमा कुरू धर्म लेखाएर ल्याउने आदेश दिए ।

आफू समक्ष कुरू धर्म लेखाएर लानको निमित्त आएका दन्तपुरका ब्राह्मणहरू र अमात्यहरूलाई कुरू नरेशलेअलि अफ्ठारो मान्दै भने- “तात ! मैले कुरू धर्म पालन गरिरहेको त अवश्य हो । तर कार्तिक महिनाको एक दिन कार्तिकोत्सव मनाइरहेको बेला मैले चारौं तर्फ बाण चलाएको थिएँ । यसरी कार्तिकोत्सवको उपलक्षमा चलाइएका ती बाणहरू मध्ये एउटा बाण देखा परेन । त्यो बाण तलाऊमा फ्याँकिएको थियो । तीन दिशा तर्फको बाण मात्र देखा परियो । त्यसकारण मेरो मनमा यस्तो अन्दोल हुन थाल्यो- (कहिं मैले तलाउतर्फ फ्याँकेको बाणले माछाको शरीरमा घोपी माछा त मरेन ? यदि माछा मरेको भए मेरो शील भंग हुने भयो) यसरी मेरो मनमा समय समयमा यस कुरोले पिरोल्ने गरेको छ । त्यसैले मैले पालन गरिरहेको शीलले मेरो चित्त बुझाउन सकेको छैन । मैले पालन गरिरहेको कुरू धर्मप्रति मलाई

नै शंका लाग्न थालेको छ । तर मेरी आमाले भने राम्ररी शुद्ध रूपले पञ्चशील अर्थात कुरू धर्म पालन गरिरहनु भएको छ । त्यसकारण तपाईंहरू उहाँ समक्ष जानुभई कुरू धर्म लेखाएर लानु भएमा बेश हुनेछ ।” राजाको यस्तो कुरो सुनी ब्राह्मणहरूले भने-

“महाराज ! बाण चलाउनु भएको बेलामा तपाईंको मनमा जीवहिंसा गर्छु भन्ने चेतना नै छैन भने यसलाई जीवहिंसा भन्न मिल्दैन । शंका मात्र लाग्दैनमा कुरूधर्म पालन विप्रिएको भन्न मिल्दैन । शंका मात्र लागे पनि शील भंग भएको मान्नुहुने तपाईं जस्तो पवित्र व्यक्तिबाट अरु कुन पापकर्म हुन सक्ला र ? त्यसैले हामीले तपाईंको तर्फबाट पनि कुरू धर्म लेखेर लान चाहन्छौं । कृपया तपाईंले हामीलाई कुरू धर्म सिकाइदिनुहोस् ।” यसरी प्रार्थना गरेपछि राजाले बाध्य भई ल लेख्नुस् त भन्दै सुनको पातामा कुरूधर्म यसरी लेखायो-

(१) प्राणीहिंसा नगर्नु (२) चोरी कार्य नगर्नु ।

(३) काभभोग सम्बन्धि मिथ्याचार नगर्नु (४) भूठो कुरो नगर्नु र (५) मद्यपान नगर्नु ।

यसरी कुरूधर्म लेखाइसकेपछि पनि राजाले उनीहरूलाई राजमाता समक्ष कुरूधर्म सिकन पठाए । राजमाताले पनि आफ्नो कुरूधर्म पालन गराईमा अन्दोल भएको कारणले पटरानी कहाँ पठाइन् । यसरी नै विभिन्न कारणहरू देखाई एकले अर्को समक्ष कुरूधर्म लेखाउन पठाउँदा क्रमशः राजाबाट, राजमाता, पटरानी, उपराजा, पुरोहित, जग्गा नाप्नको लागि डोरी समाट्ने व्यक्ति, सारथी, सेंठ, द्रोणमापक, द्वारपाल र नगरशोभिनी समेत गरी जम्मा ११ जवान व्यक्तिहरूसंग कुरूधर्म सुनको पातामा लेखाएर लगी दन्तपुर पुगेर कलिंग नरेशलाई सुनको पाता सुम्पेर सबै हालखबर सुनाए ।

त्यसपछि कलिङ्ग नरेशले पनि कुरूधर्म पालन गरी आफ्नो आचरण सुधारे पछि कलिङ्ग राष्ट्रमा वर्षा भयो । खूब पैदावार पनि भयो ।

बोधिसत्त्व कुरूनरेशले पनि बुद्धत्व प्राप्त गर्ने आफ्नो संकल्पलाई अगाडि सारी आफ्नो जीवन पर्यन्त दान आदि पुण्य गरी आफ्नो जीवन सफल पारे । ■



धनको आकर्षण

नरेन्द्रनाथ भट्टराई

धनको आकर्षण भन्दा कडा र बलियो आकर्षण अरु कुनै कुराको पनि छैन । अहिलेको संसारमा त भन्नु यसको आकर्षण पराकाष्ठामा पुगिसकेको छ । जता हेर धनकै महिमा, धनकै पछि सबै अन्धाधुन्द दौडिरहेका छन् धनको लागि मानिसले के मात्र गर्न उद्यत भएको छैन ? धनको लागि बाबु काट्ने छोरा छन्, श्रीमती बेच्ने लोग्ने छन्, आफ्नो दिदी बहिनीको साथै आफ्नो देश तथा आफ्ना सन्ततिहरूलाई समेत सर्वनाश गर्ने मादक पदार्थहरूको व्यापारमा व्यस्त हुने मानिस पनि कम छैनन् । जे गरेर हुन्छ, धन जम्मा गर । हुँदा हुँदा ज्ञान, ध्यान, पाठपूजा, दान, भजन, समेत धनसँग बेचिन पुगिसके ।

गुरुकूलमा अध्ययन पूरा गरिसकेपछिको अन्तिम परीक्षा लिने सिलसिलामा धेरै पटकसम्म असफल भइरहेका एकजना विद्यार्थीलाई अन्तिम पटक गुरुले भन्नुभयो, “बाबु ! आज म तिम्रो अन्तिम परीक्षा लिन्छु, यसमा तिम्रो सफल भएनौ भने सदाको लागि असफल हुनेछौ ।” यति भनी गुरुले भित्रबाट एउटा हीरा-मोती जडिएको सानो बट्टा दिँदै भन्नुभयो- “यो बट्टा सुरक्षित ढङ्गले लगेर मेरो गुरुको हातमा दिएर गुरुको सन्देश लिएर आऊ ।”

चेलाले बट्टा लिएर हिँडे । करीब ३ कोश पर गुरुको कुटी थियो । एक कोश पर पुगेपछि चेलाले त्यो बट्टा राम्ररी हेरे । त्यस्तो बहुमूल्य बट्टा भित्र भन्नु कस्तो बहुमूल्य चीज राखिएको होला । हेरुँ हेरुँ मन लाग्यो । अर्को एक कोश पर पुगिञ्जेल उनमा अनेकनल विचार आउन थाले । यस बट्टा भित्र जरूर अति मूल्यवान् वस्तु होला । आज यतिका वर्षसम्म पनि मलाई गुरुले सफल घोषित गर्नुभएन । यस भित्रको बहुमूल्य चीज बेच्न पाए त भविष्यको लागि मलाई पर्याप्त धन पुगिहाल्नेछ । यति

विचार गरी बट्टाको बिक्री खोले । अपशोच ! बट्टाभित्रबाट एउटा भिङ्गो फुत्त निक्लिएर भाग्यो । बट्टाको बिक्री बन्द गरेर गुरुको कुटीमा लगेर दिए । त्यहाँ गुरुले भन्नुभयो-

“बाबू ! तिम्रो जीवनको परीक्षामा कहिल्यै पनि सफल हुन सक्दैनौ । जो मानिस धनलाई नै सर्वोपरि मान्दछ, त्यो मानिस जीवनमा कहिल्यै सफल हुन सक्दैन ।” ■

ध्यानकुटी विहार तथा मैत्री केन्द्रलाई सहयोग

- १) निर्वाणमूराति कथिन दाता पुचः
किण्डोलबाट - रु. १६,१००/-
- २) भवानी नकर्मिबाट - रु. ५,०००/-
- ३) नीता ताम्राकार, बनेपाबाट रु. २,१००/-
- ४) रुकमणि डंगोलबाट - रु. २,०००/-
- ५) ललिता मानन्धरबाट - रु. २,०००/-
- ६) डा. सुरेन्द्र बहादुर बदे, बनेपाबाट - रु. १,५००/-
- ७) बसन्त केशरी शाक्य, बनेपाबाट -
रु. १,२००/-
- ८) प्रेम केशरी शाक्य, बनेपाबाट - रु. १,२००/-
- ९) सुर्जमाया श्रेष्ठ, सांगाबाट - रु. १,१००/-
- १०) सुभद्रा चित्रकारबाट - रु. १,००५/-
- ११) सरस्वती श्रेष्ठ, बनेपाबाट - रु. १,०००/-
- १२) जनकलाल मानन्धर, बनेपाबाट - रु. १,०००/-
- १३) रत्नशोभा डंगोलबाट - रु. १,०००/-
- १४) शान्ता श्रेष्ठ, बनेपाबाट - रु. ५००/-
- १५) राकेशचन्द्र शाक्य, बनेपाबाट - रु. ५००/-

बुद्ध वचनहरू

- ★ विना विचारले कसैले न्याय गर्न खोज्छ भने त्यो न्यायाधीश होइन । जुन पण्डितले साँचो र झूठो दुवैको निर्णय गरी विचारपूर्वक पक्षपात नराखी न्याय गर्छ, उसलाई धर्म रक्षा गर्ने साँच्चिको न्यायाधीश भनिन्छ ।
- ★ धेरै बोल्ने गर्दैन पण्डित बनिन्छ, जो क्षमाशील, अवैरी तथा भयरहित छ, त्यसलाई पण्डित भनिन्छ ।

अग्रस्थान प्राप्त गर्न सफल बुद्धकालिन अग्रश्रावक र अग्रश्राविकाहरू

नेपाल भाषा अनुवाद- भिक्षुणी धम्मवती
नेपाली अनुवाद- भिक्षुणी वीर्यवती

बुद्ध शासनमा भिक्षु, भिक्षुणी, उपासक र उपासिका गरी चारवटा परिषदहरू छन्। यी चार परिषदहरूलाई बुद्ध शासन रूपी रथका चारवटा पांग्राहरू मानिएका छन्। कुनै पनि रथको एउटा मात्र पांग्रा विग्रिए पनि उक्त रथ चलन असम्भव नै हुन्छ। त्यसैले यी चार परिषदहरू मध्ये एउटा मात्र परिषद कमजोड हुने वित्तिकै बुद्ध शासन कमजोड हुन पुग्छ। त्यसैले भगवान् बुद्धले आफ्नो जीवन कालमा यी चारवटै परिषदलाई समान महत्व दिनु भएको देखिन्छ। बुद्धकालीन समयमा बुद्धले सिकाउनु भएको शिक्षालाई लगनशील र मेहनतपूर्वक पालन गर्दै आफ्नो जीवन धन्य पार्न सफल चार परिषदका ती व्यक्तिहरू ८० जना हुनुहुन्थ्यो। विभिन्न क्षेत्रमा विशेषता प्राप्त गर्न सफल विशेष गुण भएका उहाँहरूलाई अग्रश्रावकको रूपमा पुजिन्थ्यो।

सर्वप्रथम ती चार परिषदको छोटो परिचय थाहा पाऔं।

- १) भिक्षु - प्रव्रजित जीवन बिताइरहनु भएका त्यागी पुरुष व्यक्तिहरू
- २) भिक्षुणी - प्रव्रजित जीवन बिताइरहनु भएका त्यागी महिला व्यक्तिहरू
- ३) उपासक - गृहस्थी जीवन बिताइरहनु भएका पुरुष व्यक्तिहरू
- ४) उपासिका - गृहस्थी जीवन बिताइरहनु भएका महिला व्यक्तिहरू

बुद्धकालिन समयमा एतदगग उपाधि प्राप्त गर्न सफल भिक्षुहरू ४७ जना भिक्षुणीहरू १३ जना, उपासकहरू १० जना र उपासिकाहरू १० जना हुनुहुन्थ्यो।

उहाँहरू ८० जनालाई नै अग्रश्रावक भनिन्थ्यो। यसबाट स्पष्ट छ, त्यागी व्यक्तिहरूलाई मात्र होइन गुण सम्पन्न हुन सके गृहस्थी नै भएपनि श्रावक कहलाइन्थ्यो।

अब ती ८० जना अग्रश्रावकहरूको नाम र उहाँहरू कुन क्षेत्रमा विशेष गुण भएकोले एतदगगपद प्राप्त गर्न सफल हुनु भएको रहेछ, यस विषयतर्फ एकपटक नियालौं।

एतदगग पदवी (अग्रपद) प्राप्त ४७ जना भिक्षुहरू -

१) रतञ्जुनं अगगो अञ्जासी कोण्डञ्च्य थेरो

वर्षावास अवधि बढी व्यतित गर्न सफल वा रातको महत्व बुझेका व्यक्तिहरू मध्ये अग्र व्यक्ति अञ्जासि कोण्डञ्च्य स्थविर (उहाँ सबभन्दा बढी रातको समय विताइसक्नु भएको जेष्ठ भिक्षु हुनुहुन्छ।

२) महापञ्जानं अगगो सारीपुत्त थेरो

प्रज्ञावान् भिक्षुहरू मध्ये अग्र सारीपुत्र स्थविर

३) इद्धिमन्तानं अगगो मोग्गलान थेरो

ऋद्धिवान् भिक्षुहरू मध्ये अग्र मोग्गलायन स्थविर।

४) धुतवादानं अगगो महाकस्सप थेरो

धूतङ्ग धारी भिक्षुहरू मध्ये अग्र महाकाश्यप स्थविर।

५) दिब्बचक्खुकानं अगगो अनुरुद्ध थेरो

दिव्य चक्षु भएका भिक्षुहरू मध्ये अग्र अनुरुद्ध स्थविर

६) उच्चकुलिकानं अगगो भद्दिय थेरो

उत्तम जाति भिक्षुहरूमध्ये अग्र कालिगोधापुत्र भद्दिय स्थविर

७) मञ्जुस्सरानं अगगो लकुण्टक भद्दिय थेरो

स्वर मधुर गरी कुरा गर्ने खूबी भएका भिक्षुहरू मध्ये अग्र लकुण्टक भद्दिय स्थविर।

८) सिंहनादिकानं अगगो पिण्डोल भारद्वाज थेरो

सिंहराजा जस्तै गर्जिएर निर्भयी पूर्वक कुरा गर्ने क्षमता हुने भिक्षुहरू मध्ये अग्र पिण्डोल भारद्वाज स्थविर।

९) धम्मकथिकानं अगगो मन्ताणीपुत्तो पुण्ण थेरो

धर्मदेशना गर्ने खूबी भएका भिक्षुहरू मध्ये अग्र मन्ताणी ब्राह्मणीकी पुत्र पुण्ण स्थविर।

१०) संखित्तेन भासितस्स वित्थारेन अत्थं विभजन्तानं अगगो महाकच्चान थेरो

संक्षिप्त रूपले बताइएको धर्मका विषयलाई विस्तृत रूपले व्याख्या गर्ने खूबी भएका भिक्षुहरू मध्ये अग्र महाकच्चायन स्थविर।

११) मनोमयकायं अभि निम्मिनन्तान अगगो चूलपन्थ थेरो

चित्त बलले आफ्नो शरीरको रूपलाई धेरै संख्या बनाउन सक्ने भिक्षुरू मध्ये अग्र चूलपन्थ स्थविर ।

१२) चेतो विवट्ट कुसलानं अगगो चूलपन्थ थेरो

रूपावचर ध्यानलाई आफ्नो इच्छानुसार ध्यान गर्नसक्ने भिक्षुरू मध्ये अग्र चूलपन्थ स्थविर ।

१३) सञ्जा विवट्ट कुसलानं अगगो महापन्थ थेरो

अरूपावचर ध्यानलाई आफ्नो इच्छानुसार ध्यान गर्न सक्ने भिक्षुरू मध्ये अग्र महापन्थ स्थविर ।

१४) अरण विहारीनं अगगो सुभूति थेरो

क्लेशवाट अलग रहन सक्ने भिक्षुरू मध्ये अग्र सुभूति स्थविर ।

१५) दक्खि नेय्यानं अगगो सुभूति थेरो

उत्तम दानको पात्र हुनुभएका भिक्षुरू मध्ये अग्र सुभूति स्थविर ।

१६) आरञ्जकानं अगगो खदीर रेवत थेरो

जंगलमा दुःख भोगेर बस्न सक्ने भिक्षुरू मध्ये अग्र खदीरवनिय रेवत स्थविर ।

१७) भायिनं अगगो कड्खा रेवत थेरो

ध्यानमा रमाएर बस्न सक्ने भिक्षुरू मध्ये अग्र कड्खा रेवत स्थविर ।

१८) आरद्ध वीरियानं अगगो कोलिविसोसोण थेरो

वीर्यवान् भिक्षुरू मध्ये अग्र सोण स्थविर ।

१९) कल्याण वाक्करणानं अगगो सोणकुटि कण्ण थेरो

मन आनन्द हुने गरी कुरा गर्ने खूबी भएका भिक्षुरू मध्ये अग्र कोटि कण सोण स्थविर ।

२०) लाभिनं अगगो सीवलि थेरो

लाभ सत्कार प्राप्त भएका भिक्षुरू मध्ये अग्र सीवलि स्थविर ।

२१) सद्धाविमुत्तानं अगगो वक्कलि थेरो

श्रद्धावान् भिक्षुरू मध्ये अग्र वक्कलि स्थविर ।

२२) सिक्खा कामानं अगगो राहुल थेरो

शिक्षा सिक्ने श्रद्धा भएका भिक्षुरू मध्ये अग्र राहुल स्थविर ।

२३) सद्धा पब्बजितानं अगगो रट्टपाल थेरो

श्रद्धापूर्वक प्रव्रजित हुने भिक्षुरू मध्ये अग्र राष्ट्रपाल स्थविर ।

२४) पठमं सलाक गणहन्तानं अगगो कुण्डधान थेरो

गोला राखी दान दिंदा उक्त दान प्राप्त गर्ने भिक्षुरू

मध्ये अग्र कुण्डधान स्थविर ।

२५) पटिभानं वन्तानं अगगो वड्ढिस थेरो

विचित्र ज्ञान हुने भिक्षुरू मध्ये अग्र वड्ढिस स्थविर ।

२६) समन्तपासादिकानं अगगो उपसेन वड्ढन्तपुत्त थेरो

श्रद्धा राख्न योग्य भिक्षुरू मध्ये अग्र वंगतपुत्र उपसेन स्थविर ।

२७) सेनासन पञ्जापकानं अगगो दब्ब थेरो

विहारमा स्थान मिलाउने कार्यमा शिपालु भिक्षुरू मध्ये अग्र दब्ब स्थविर ।

२८) देवतानं पियमनापानं अगगो पिलिन्दवच्छ थेरो

देवताहरूको प्रिय भिक्षुरू मध्ये अग्र पिलिन्द वच्छ स्थविर ।

२९) खिप्पाभिञ्जानं अगगो बाहिय दारुचीरिय थेरो

छिटो मार्गफल (मुक्ति मार्ग) प्राप्त गर्न सफल भिक्षुरू मध्ये अग्र बाहिय दारु चीरिय स्थविर ।

३०) चित्त कथिकानं अगगो कुमार कस्सप थेरो

विचित्र तवरले धर्मदेशना गर्न शिपालु भिक्षुरू मध्ये अग्र कुमार काश्यप स्थविर ।

३१) पटिसम्भिदा पत्तानं अगगो महाकोलित थेरो

चारवटा पटिसम्भिदा प्राप्त भएका भिक्षुरू मध्ये अग्र महाकोलित स्थविर ।

३२) बहुस्सुतानं अगगो आनन्द थेरो

बहुश्रुत (विद्वता) भएका भिक्षुरू मध्ये अग्र आनन्द स्थविर ।

३३) सतिमन्तानं अगगो आनन्द थेरो

बुद्धि वचनलाई स्मरण गर्न सफल भिक्षुरू मध्ये अग्र आनन्द स्थविर ।

३४) गतिमन्तानं अगगो आनन्द थेरो

भगवान् बुद्धले बताउनु भएका ज्ञानलाई बुझ्न सफल भिक्षुरू मध्ये अग्र आनन्द स्थविर ।

३५) उपट्टाकानं अगगो आनन्द थेरो

भगवान् बुद्धलाई सेवा गर्नुहुने भिक्षुरू मध्ये अग्र आनन्द स्थविर ।

३६) धितिमन्तानं अगगो आनन्द थेरो

भगवान् बुद्ध समक्ष बारबार आई ज्ञानगुणका कुराहरू सिक्नको लागि मेहनत गर्नुहुने भिक्षुरू मध्ये अग्र आनन्द स्थविर (धैर्यवान्) ।

- ३७) महापरिसानं अगो उरुबेल कस्सप थेरो
धेरै चेलाहरू भएका भिक्षुहरू मध्ये अग्र उरुबेल काश्यप स्थविर ।
- ३८) कुलपसादकानं अगो कालुदायि थेरो
आफूलाई श्रद्धा उत्पन्न गराउन शिपालु भिक्षुहरू मध्ये अग्र कालुदायि स्थविर ।
- ३९) अप्पाबाधानं अगो वक्कुल थेरो
निरोगी भिक्षुहरू मध्ये अग्र वक्कुल स्थविर ।
- ४०) पुब्बेनिवासं अनुस्सरन्तानं अगो सोभित थेरो
पूर्व जन्मको विषयमा जान्न सक्ने भिक्षुहरू मध्ये अग्र सोभित स्थविर ।
- ४१) विनय धरानं अगो उपालि थेरो
विनयलाई राम्ररी जान्ने र विनय पालन गर्न सक्षम भिक्षुहरू मध्ये अग्र उपालि स्थविर ।
- ४२) भिक्खुनोवादकानं अगो नन्दक थेरो
भिक्षुणीहरूलाई उपदेश दिन शिपालु भिक्षुहरू मध्ये अग्र नन्दक स्थविर ।
- ४३) इन्द्रियेसु गुत्तद्वारानं अगो नन्द थेरो
इन्द्रिय संवर (संयम) गर्न शिपालु भिक्षुहरू मध्ये अग्र नन्द स्थविर ।
- ४४) भिक्खु ओवादकानं अगो महाकप्पिन थेरो
भिक्षुहरूलाई उपदेश दिन शिपालु भिक्षुहरू मध्ये अग्र महाकप्पिन स्थविर ।
- ४५) तेजो धातु कुसलानं अगो सागत थेरो
तेजो धातु ध्यान गर्न शिपालु भिक्षुहरू मध्ये अग्र सागत स्थविर ।
- ४६) पटि भानेय्यकानं अगो राघ थेरो
धर्मलाई यथासिद्ध देख्न समक्ष पटिभाण (प्रतिभा) भएका भिक्षुहरू मध्ये अग्र राघ स्थविर ।
- ४७) लूख चीवर धरानं अगो मोघराज थेरो
(भुत्रो) नराम्रो चीवर लगाउन सक्षम भिक्षुहरू मध्ये अग्र मोघराज स्थविर ।
- अग्रपद प्राप्त भिक्षुणीहरू –
- १) रत्तञ्जुनं अगो महापजापति गौतमी थेरी
वर्षावास धेरै वा रात्रीको मूल्य थाहा पाउन सक्षम भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र महाप्रजापति गौतमी थेरी ।
- २) महापञ्जानं अगो खेमा थेरी
प्रज्ञावान भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र खेमा थेरी ।

- ३) इद्धि मन्तानं अगो उप्पलवण्णा थेरी
ऋद्धिवान् भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र उप्पलवण्णा थेरी ।
- ४) विनय धरानं अगो पटाचारा थेरी
विनयधर (विनय पालन भएका) भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र पटाचारी थेरी ।
- ५) धम्मकथिकानं अगो धम्मदिन्ना थेरी
धर्मदेशना गन शिपालु भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र धम्मदिन्ना थेरी ।
- ६) भ्नायिनं अगो नन्दा थेरी
ध्यान बस्ने कार्यमा रमाउन सक्ने भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र नन्दा थेरी ।
- ७) आरद्ध वीरियानं अगो सोणा थेरी
वीर्यवान् भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र सोणा थेरी
- ८) दिब्ब चक्खुकानं अगो बकुला थेरी
दिव्य चक्षु अभिज्ञान प्राप्त गर्न सक्ने भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र बकुला थेरी ।
- ९) खिप्पाभिञ्जाणं अगो कुण्डलकेसा थेरी
मार्गफल छिटो प्राप्त गर्न सक्षम भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र भद्राकुण्डलकेसा थेरी ।
- १०) पुब्बेनिवासानं अगो भद्धाकापिलानी थेरी
पूर्वजन्मको कुराहरू (विषयमा) थाहा पाउन सक्ने भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र भद्धा कापिलायनि थेरी ।
- ११) महाभिञ्जाप्पत्तानं अगो भद्धाकच्चाना थेरी
उत्तम अभिज्ञा ज्ञान प्राप्त सक्षम भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र भद्धा कच्चाना थेरी ।
- १२) लूख चीवर धरानं अगो किसान गोतमि थेरी
(भूत्रो) नराम्रो चीवर लगाउन सक्षम भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र किसान गोतमि थेरी ।
- १३) सद्धाधि मुत्तानं अगो सिङ्गालक माता थेरी
श्रद्धावान् भिक्षुणीहरू मध्ये अग्र सिङ्गालक माता थेरी ।
- अग्रपदवी प्राप्त उपासकहरू –
- १) पथमं सरणं गच्छन्तानं अगो तपुस्स भल्लिक उपासको
- सर्वप्रथम (बुद्ध शासनमा) शरण आएका उपासकहरू मध्ये अग्र तपुस्स भल्लिक उपासक ।
- २) दायकानं अगो सुदत्तो अनाथपिण्डिको उपासको -
दान दिने कार्यमा रमाइलो मान्ने उपासकहरू मध्ये अग्र सुदत्त नाम गरेको अनाथपिण्डिक उपासक ।

३) धम्मकथिकानं अगो चित्तगहपति उपासको -

धर्मदेशना गर्न सक्षम उपासकहरू मध्ये अग्रमच्छिकासण्ड चित्त गहपति उपासक ।

४) चतूहि सङ्गह वत्थुहि सङ्गहन्तानं अगो हत्थक आलवको उपासको -

चार संग्रह उपकार वस्तु (चतुप्रत्यय) दान दिई परिषद्लाई चित्त बुझाउनु सक्षम उपासकहरू मध्ये अग्र हत्थक आलवक उपासक ।

५) पणीत दायकानं अगो महानाम उपासको -

उत्तम वस्तु दान दिन सक्षम उपासकहरू मध्ये अग्र महानाम उपासक ।

६) मनाप दायकानं अगो उग्गगहपति उपासको -

मनपर्ने चीज वस्तुहरू दान दिन सक्षम उपासकहरू मध्ये अग्र वैशालीको उग्ग महाजन उपासक ।

७) संघुपट्टाकानं अगो उग्गत गहपति उपासको -

भिक्षु संघलाई सेवा गर्न सक्षम उपासकहरू मध्ये अग्र हत्थी गाउँका उग्गत महाजन उपासक ।

८) अवेच्च पसन्नानं अगो सुरम्बट्ट उपासको -

बुद्ध शासनमा श्रद्धावान् उपासकहरू मध्ये अग्र सुरम्बट्ट उपासक ।

९) पुग्गलप्पसन्नानं अगो जीवक उपासको -

व्यक्तिलाई श्रद्धा राख्न जान्ने उपासकहरू मध्ये अग्र अभयपुत्र जीवक उपासक ।

१०) विस्सासकानं अगो नकुलपितु गहपति उपासको -

भगवान् बुद्धसंग मिलेर कुरा गर्न जान्ने उपासकहरू मध्ये अग्र नकुलपिता उपासक ।

अग्रपदवि प्राप्त उपासिकाहरू -

१) पठमं शरणं गच्छन्तीनं अगो सुजाता उपासिका -

सर्वप्रथम भगवान् बुद्धको शरणमा जाने

उपासिकाहरू मध्ये अग्र सेनीय गाउँका सुजाता उपासिका ।

२) दायिकानं अगो विसाखा उपासिका -

दान दिने कार्यमा रमाउन सक्ने उपासिकाहरू मध्ये अग्र मिगार सेंठका माता विशाखा उपासिका ।

३) बहुस्सुतानं अगो खुज्जुत्तरा उपासिका -

बहुश्रुत भएका (जान्ने सुन्ने) उपासिकाहरू मध्ये अग्र खुज्जुत्तरा उपासिका ।

४) मेत्ताविहारीनं अगो सामावती उपासिका -

मैत्री चित्त बलवान् भएका उपासिकाहरू मध्ये अग्र सामावती उपासिका ।

५) भ्णायिनं अगो उत्तरा नन्दमाता उपासिका -

ध्यान गर्ने कार्यमा रमाइलो मान्ने उपासिकाहरू मध्ये अग्र नन्दको माता उत्तरा उपासिका ।

६) पणीत दायिकानं अगो सुप्पवासा उपासिका -

उत्तम चीज वस्तु दान दिने कार्यमा अग्र उपासिका सुप्पवासा उपासिका ।

७) गिलानुपट्टाकीनं अगो सुप्पिया उपासिका -

रोगी सेवा गर्ने कार्यमा अग्र सुप्पिया उपासिका ।

८) अवेच्चप्पसन्नानं अगो कातियानि उपासिका -

बुद्ध शासनमा दृढ श्रद्धावान् मध्ये अग्र कातियानि उपासिका ।

९) विस्सासिकानं अगो नकुलमाता उपासिका -

भगवान् बुद्धसंग विश्वास भएका उपासिकाहरू मध्ये अग्र नकुलमाता उपासिका ।

१०) अनुस्सवप्पसन्नानं अगो कालि कुरर घरिका उपासिका -

कुरा सुनेको भरमा श्रद्धा राख्न सक्ने उपासिकाहरू मध्ये अग्र कुरर घरका कालि उपासिका ।

चार प्रकारका व्यक्तिहरू

- १) गल्टी भएको छ तर, गल्टी भएको छ भनी थाहा नपाउने,
 - २) गल्टी भएको छ र गल्टी भएको छ भनी थाहा पाउने,
 - ३) गल्टी भएको छैन तर, गल्टी भएको छैन भनी थाहा नपाउने
 - ४) गल्टी भएको छैन र गल्टी भएको छैन भनी थाहा पाउने
- यी चार प्रकारका व्यक्तिहरू मध्ये पहिलो र तेस्रोलाई हीन (तुच्छ) र दोस्रो र चौथोलाई श्रेष्ठ (राम्रो) व्यक्ति भनिन्छ ।
- पहिलो व्यक्तिले गल्टी गरेर पनि गल्टी गरेको महसूस नगर्ने भएकोले उसले पुनः गल्टी गर्नसक्छ ।

- दोस्रो व्यक्तिले गल्टी भएको महसूस गरेको हुनाले भविष्यमा ऊ गल्टी गर्नबाट जोगिने छ ।
- तेस्रो व्यक्तिलाई गल्टी नभएको थाहा नभएको हुनाले भविष्यमा उसले गल्टी गर्न सक्दछ ।
- चौथो व्यक्तिलाई गल्टी नभएको थाहा भएकोले भविष्यमा पनि सतर्क भएर गल्टी गर्नबाट जोगिने छ ।

(मन्निम निकाय)

माइग्रेन व जीवनशैली

डा. मीरा शाह

आहार विशेषज्ञ, कीर्तिपुर अस्पताल

थःगु व्यस्त जीवनपाखें थःगु नितिं नं ई फ्यानाः योगाभ्यास, सामाजिक ज्याय् छ्यलेमाः । नकारात्मक सोच इलय् हे त्वःता छ्वय्माः । मनय् सकारात्मक विचाःत वय्केमाः । यदि मनय् यक्व हे नकारात्मक खँ वयाच्चनीगु खःसा मानसिक ल्वगि तकं जुया वनेफु । ई दुबलय् हे सचते जुइमाः । थःगु छँजःपिनगु नितिं नं ई बीमाः अर्थात् उमिलिसे ई फ्यायबलय् नं मानसिक नापं पारिवारिक सुखशान्ति दइ ।

माइग्रेन थीथी कारणं जुइ । जीवनशैली सहज मज्जुगुलिं, व्यस्तताया हुनिं, नसात्वँसाय् ध्यान मब्यूगुलिं वा सामाजिक वा आर्थिक भारया कारणं नं जुइफु । हाकनं माःकथंया आराम, न्त्यः मगात धाःसा, मनय् यक्व खँ ल्हाइगु, नकारात्मक सोचया हुनिं नं माइग्रेन जुइफु ।

यदि पुलांगु माइग्रेन खःसा चिकित्सकया सल्लाहकथं थुकिया वासः याय् हे माः । थुकिया नापनापं घरेलु ज्याखं, नसात्वँसां न थुकियात म्हो याय्त् ग्वाहालि याय्फइ । गथे कि -

- अप्वः पुकातःगु, छुयातःगु नसाज्वलं नय्मज्यू । पोषक तत्वं भीगु फुक्क शरीरयात रक्षा यानाच्चनी । थुकिं यक्व हे ल्वय्या नापनापं माइग्रेनयात म्हो याइ ।
- छुयातःगु नसाज्वलं, ससेज, हट डग, आदि नय्गु त्वःतेमाः ।
- चकलेट अप्वः नय्मज्यू ।
- चीज दुगु नसाज्वलं मछ्यलेगु । थुकी दुगु टायरामाइन धइगु तत्व ताःइतक छ्यलाच्चंसा वा नयाच्चंसा थुकिं बांमलाःगु लिच्चः नं लाकेफु ।
- मद्यपान विशेष यानाः रेड वाइन मत्वनेगु वा म्हो जक त्वनेगु ।
- नसाज्वलनय् नय्गु सोडा, अजिनोमोटो मछ्यलेगु ।
- आइसक्रिम, बट्टया अचार, क्रिम यक्व, चिल्लो दुगु धौ मनय्गु ।
- अप्वः मात्राय् क्याफिन मछ्यलेगु । म्हो जक याःसा उलि लिच्चः लाकि मखु । तर यक्व मात्राय् छ् यलधाःसा थुकिं बांमलाःगु लिच्चः लाकेफु ।

- अथे हे क्यालोरी मदुगु चिनी अर्थात् आर्टिफिसियल चिनी अप्वः छ्यल धाःसां नं माइग्रेन जुयफु । गुलिखे मधुमेह अर्थात् चिनीया ल्यय् जूपिं ल्वगितसें थजाःगु चाकुगु नसाज्वलं छ्यलेगु यानाच्चंगु दु । थ्व खास हे बांलाःगु मखु ।
- ह्याउंगु ला अर्थात् खसि, म्येय्या ला अप्वः नय्गु यात धाःसा नं माइग्रेनया नापनापं समस्या ब्वलनी ।
- जङ्गफुड अर्थात् पाकेटया तयारी नसाज्वलं गथे कि कुरकुरे, चाउचाउ आदि नसाज्वलनं उच्च रक्तचापया नापनापं माइग्रेन व मेमेगु समस्या जुयावइ ।
- नय्गु नसाय् भिटाभिन बि, डि दुगु नसाज्वलंत नं दुथ्याकेमाः ।
- भोजन नय्गु ई फयाफक्व छ्गू हे इलय् जुइमाः । अर्थात् नियमित इलय् जुइमाः । नय्गु ईयात च्यूताः मतइगुलिं नं थजाः गु समस्या ब्वलनीगु खः ।
- पर्याप्त मात्राय् दनेमाः । न्त्यः मवल धकाः मद्यपान याय् मज्यू । वरु ख्वाउँ लखं ल्हाः तुति सिलाः आराम याय्माः ।

छुं छुं घरेलु विधिं वा ज्वलं छ्यलाबुलां माइग्रेन म्हो याय्गुली ग्वाहालि याइ ।

- लेभेण्डर तेल : २०१२ या छ्गू अनुसन्धानकथं माइग्रेन जूगु इलय् १५ गू मिनेटतक थुगु चिकपाखें मसाज यात धाःसा तसकं म्हो याःगु क्यंगु दु ।
- अक्युप्रेसर : थुकिं ल्हाःया पतिं, ल्हाःपाय् दुगु विनदु (प्वाइन्ट) य् क्वत्यल धाःसा नं माइग्रेन म्हो जुइ । अक्युप्रेसरं छ्यं स्याःगु, माइग्रेनया नितिं बांलाकूगु थीथी अनुसन्धानं नं क्यंगु दु ।
- नवः घाँय् (पुदिना) या छ्यलाबुला व चिकं नवःघाँय्या चिकनय् मेन्थोल दुगुलिं थुकिं माइग्रेनया समस्यायात म्हो यानाबी । थुगु चिकं छ्यनय् कपालय् बुइगु याःसा माइग्रेनं जुइगु वाक्वाकी स्याइगु इत्यादी म्हो जुइ ।
- पालु : नसाज्वलनय पालु तय्माः । वाक्वाक् वइगु इलय् पालुं बांलाःगु लिच्चः लाकी । थीथीकथंया अनुसन्धानपाखें नं थ्व खँया पुष्टि जुइधुंकूगु दु ।

- योगाभ्यास याय्गुः नियमितकथं योगा, शारीरिक अभ्यासं माइग्नेनया नापनापं यक्व हे ल्वय् लंकेत ग्वाहालि याःगु दु ।
- नसाज्वलनय् म्याग्नेसियमया छ्यलाबुला : म्याग्नेसियम दुगु नसाज्वलंया छ्यलाबुलाखापें यक्व हे बांलाःगु लिच्वः लाःगु थीथी श्रोतं पुष्टि याःगु दु । थी मज्युगु अर्थात् महिनावारीइ खनेदइगु समस्या आदि नं म्याग्नेसियमया छ्यलाबुलां थुकियात म्हो यानवी । बरां, हाम्बः, काजु, पिनट बटर, प्राजिल बरां, ओट्स, ख्यैय्, दुरु आदि म्याग्नेसियम दुगु नसाज्वलं खः ।
थुकिया नापनापं मौसमकथंया सि अर्थात् फलफूल व तरकारी नय्गु याय्माः । वेमौसमी खानापाखें फयांफक्व तापाक्क हे च्वनेमाः ।

थःगु व्यस्त जीवनपाखें थःगु नितिं नं ई फ्यानाः योगाभ्यास, सामाजिक ज्याय् छ्यलेमाः । नकारात्मक सोच इलय् हे त्वःता छ्वय्माः । मनय् सकारात्मक बिचाः त वय्केमाः । यदि मनय् यक्व हे नकारात्मक खं वयाच्चनीगु खःसा मानसिक ल्वगि तकं जुया वनेफु । ई दुबलय् हे सचते जुइमाः । थःगु छेंजःपिनिगु नितिं नं ई बीमाः अर्थात् उमिलिसे ई फ्याय्बलय् नं मानसिक नापं पारिवारिक सुखशान्ति दइ ।

अथे हे थः जःखः वा ज्या याय्यु नितिं सहज वातावरणया सिर्जना याय्माः न्त्याबलें तनाब मदुगु व लसतां जाःगु जीवन हनेमाः । थुकिं भीपिं स्वस्थ जुया च्वनेगु नितिं ग्वाहालि यानाच्चनी । ■

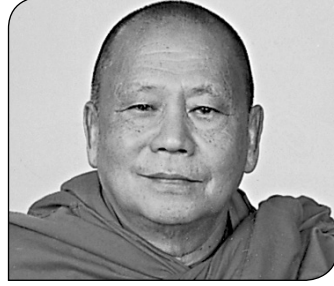
(साभार- 'लहना' २०७५ साल चैत्र २६ गते, मंगलवार)

✿ जसको पाप कर्मलाई पुण्य कर्मले ढाकछ, त्यसले यो लोकमा बादलबाट छुटेको चन्द्रमाले झैं तेज फैलाउँछ ।

✿ केश फुल्दैमा स्थविर (जेठो) भनिन्न, उसको आयु परिपक्व होस् व्यथैं जीवन गुमाउने बूढा भनिन्छ । - बुद्ध उपदेशहरू

श्रद्धाञ्जली

भिक्षु अश्वघोष प्रति



हिम शिखरको काखमा रहेको

यो, पुण्यभूमीको एक चैनशील बौद्ध भिक्षु

कर्तव्यनिष्ठ मिलनसार व्यक्तित्व भएका

यस ज्ञानभूमीका एक चम्किलो तारा

बौद्ध धर्ममा सात दशकसम्म सेवा गरेका

सामाजिक परिवर्तनका लागि

सशक्त बौद्ध विद्वान् कहलिएका

जीवनको हरेक मोडमा रतिभर नथाकी

जनसेवामा नै आफ्नो जीवन अर्पण गर्ने

प्रतिभाशाली बौद्ध भिक्षु अश्वघोष

तिम्रो लगनशीलता तिम्रो इमान्दारिता

मानवताको एक नमूना भन्न करै लाग्छ

तिमीले देखाएका मानव सेवाका रेखाहरू

कोरिने छन् भोलिका कर्णधारहरूले

तिम्रो सेवा र तिम्रो तपस्याहरू

यस मातृभूमीका लागि पथ प्रदर्शक भए

सदियौं देखिको अंधारो पथका लागि

जीवनभरमा संगालिएका ज्ञान र प्रज्ञा

प्रज्वलित भएका छन् एक दीपक जस्तै

यही दीपक समाज सेवाको लागि टेवा बन्न पुगोस्

तर यस अनित्य संसारको नियमले बाँधिएका सबैले

एकदिन रोग व्याधीको घेरामा घेरिनु पर्दोरहेछ

एकदिन यस नश्वर शरीरले मृत्यु वरण गर्नुपर्दो रहेछ ।

सायद यही रहेछ प्रकृतिको नियम पनि

तिम्रो अमर कीर्ति आकाशको ताराभैं चम्किरहने छ ।

यही कीर्तिले धर्म चिन्तकहरूलाई प्रेरणा दिइरहने छ

आज तिम्रो गुणानुस्मरण गर्दै हामी शोकाकुल छौं

तिम्रो पुण्य स्मृतिमा सुगति र निर्वाण कामना गर्दछौं ।

🙏 न्हुच्छेरत्न बुद्धाचार्य, भक्तपुर

मां बौया गुण अनन्त खः

📖 माया मानन्धर

मां बौया गुणया बयान शब्दं यानाः साध्य मजू ।
मां बौया गुण विशाल अथवा अनन्त खः । गुलिनं प्राणीपिसं
संसार खनाचवन व मां बौया कारणं हे खः । मां बौया
नुगल्य् थः सन्तान प्रति मैत्री, करुणा, मुदिता व उपेक्षा
भाव विलिविलि जाया च्वनी । व हे कारणं थः सन्तान
जन्म जुइवं हे नसा, त्वंसा, सुसाकुसाः यानाः तःधी याइ,
इलं ब्यूगु शिक्षा बियाः समाजया न्ह्यःने योग्यम्ह व्यक्ति
दयेकेगु कुतः याइ । “मां बौ हे ब्रह्म खः” धैगु गौतम
बुद्धयाधापू बौद्ध साहित्यय् उल्लेख जुयाच्वंगु दु । थः
मस्तयूसं न्ह्यागु हे अपराध याःसां उमिके व्वला सायेगु
भावना व्वलंकी मखु । थः सन्तानयात गथे यानाः भिंगु
लँय् छत्रये फइ धयागु विचाः मांबौपिसं न्ह्याबलें
यानाच्वनी । अफ् मांया नुगल्य् थः सन्तान न्ह्याक्व हे
वांमलाःसां, लाटा जूसां, अपाङ्ग जूसां उलि हे प्रिय
जुयाच्वनी । थः सन्तानया लागिं मां धयाम्ह तसकं भरोसा
व विश्वासीम्ह पासा जुयाच्वनी । व हे कारणं जुइ
मनूतयूसं न्ह्यागु दुःखय्, पीडा व भय वल धाःसां दकलय्
न्हापां मांयात पुकारे याइ ।

मामं थः सन्तानयात रक्षा यायेगु लागी गुलितक
त्याग यायेफु धयागु, बुद्धकालीन व जातकया घटनात
यक्व दु । उकी मध्ये महोसध जातकया छगू घटना
महत्वपूर्ण जू । बोधिसत्व महोसध पण्डितया रूपय् न्याय-
निसाफ यायेगुली नामी जुयाच्वंगु खः । छक्व छम्ह मिसां
थः मचा ज्वना वयाच्वंगु इलय् मनूया भेष धारण यानाः
मचा नयेत वःम्ह यक्षणी छम्ह नापलातं । निम्ह खँ ल्हाल्हां
नापनापं वनाच्वन । लँय् ववं मचाया मांयात लः त्वने
प्याःचायाः मचायात बँयसं तयाः पुखुलि वनाः लः त्वं वन ।
लः त्वनाः च्वय् थहां वयाः स्वःबलय् व यक्षनी थः मचायात
खुया बिसिउं वनाच्वंगु खंकल । मांम्ह काचाकाचां वया
लिउलिउ ब्वाँय् वनाः लिउ वन व जिम्ह मचा हजि धकाः
धाल । तर भेषधारी यक्षनीनं थ्व छम्ह मखु जिम्ह मचा
धकाः मचा वीत अस्वीकार यात । निम्हं बोधिसत्व महोसध
पण्डितयाथाय् थ्यंकः वन । अन थ्यंकाः निम्हेस्यां उम्ह
मचायात थः मचा धकाः दावी यानाः ल्वानाच्वन । महोसध
पण्डितं उम्ह मचाया मां सु खः धयागु सिउसां नं
जनमानसय् न्याय निसाफ क्यने माःगुलिं धया विज्यातकि

मचायात निम्हेस्यां निखे साला सुनां लाका कायेफत मचा
उम्हेसिया जुइ । थ्व खँ न्यनाः मचाप्रति नुगल्य् करुणा
व मैत्री दुम्ह धाथेंम्ह मामं मचायात कष्ट जुइ, ज्यान
वनेफु धकाः अथे सात्तुसालेगु ज्या यायेत लिचिल । बरु
मचा रक्षा जुइगु खः सा छं हे मचां जुल धकाः त्वता
बिल । अले बोधिसत्व महोसध पण्डितं धाथेंयाम्ह मां थ्व
हे खः धकाः प्रमाण याना बिल छायाक मांया नुगलं जक
थः मचायात रक्षा यायेत उलितक त्याग यायेफइ न कि
मेपिसं ।

अथेहे मेगु छगू मातृस्नेहया घटना उल्लेख
यायेबहःजू । गौतम बुद्धया इलय् सुप्पबासा धयाम्ह छम्ह
मिसाया सीबली धयाम्ह मचा गर्भय् दुगु अवस्थाय् तसकं
सास्ती फयेमाल । प्रस्तुती व्यथाया इलय् नं सिइला
म्वाइला धयाथे च्वंक हे तसकं सास्ति नयेमाल, जब मचा
जन्म जुल मातृस्नेह जायाः न्हापाया दुःख कष्ट फुकुक्
ल्वःमंकल । भिक्षुपिं सहित बुद्धयात भोजन दान यानाः
उत्सव हन । व हे इलय् भगवान बुद्धं सुप्पबासायात
न्यनाविज्यात कि हानं सन्तान बुइकेगु इच्छा दिन ला ?
सुप्पबासां न्ह्यसःया लिसलय् धाल, ‘थज्याःपिं मस्त अफ्
न्ह्यम्ह जन्म बीगु इच्छा दिन ।’ थुगु वाखं नं सीदुकि
मातृस्नेह गुलितक्क तफाः जू । थः मचाप्रति मांया नुगः
गुलित विशाल जू ।

थुलि भनं गुण जाःपिं मांबौपितं संसारया दकलय्
सर्वश्रेष्ठ धायेकाः च्वापिं मनूतयूसं सेवा व पूजा याये
सय्केमाः धकाः बुद्धं धयाविज्याःगु दु । मां बौयात सत्कार
व पूजा याये सःसा उमिगु जीवन धन्य जुइगु व मसल
धाःसा वयागु जन्म धिक्कार जुइफु, पतन जुइफु धकाः
बुद्धं बारम्बार कनाविज्याःगु दु । ‘मातापितु उपत्थानं एतं
मंगल मुत्तमं’ धकाः मांबौपितं उपस्थान वा सेवा सुश्रूषा
याःपितं मंगल जुइगु उपदेश मंगल सुत्रय् कनाविज्याःगु
दुसा ‘यो मातरं पितरं वा जिन्नकं गत योव्वनं बहुसन्तो
नं भरति तं पराभवतो मुखं’ धका थः सक्षम जुयाच्वंगु व
यौवन अवस्थाय् नं मांबौपितं यायेमाःगु सेवा सुसाः मयाःपिं
पतन जुइधकाः पराभव सुत्रय् कनाविज्याःगु दु । अथेहे
क्षमता दःसां नं थः मांबौपितं पालन पोषण मयाःपिं हे
वास्तविक रुपं चण्डाल खः धकाः वसल सुत्रय् कनाविज्याःगु

दु । थुकथं बौद्ध साहित्यय् थें मां बौया गुणयात च्वछानातःगु साहित्य शायद मेगु दइमखु ।

वर्तमान परिस्थिइ मां बौया गुण ल्वःमंका अपमान याइपिं अप्पः खने दयावयाच्चंगु दु । अथे यायेगु तःधंगु अपराध खः । जबरजस्ती मां बौयाके अंश कयाः मां बौयात हे पितितना वृद्धा आश्रमय् च्वनेत बाध्य याइपिं सन्तान अप्पयावःगु दु । थःत वृद्धाश्रमय् तयेयंकूसां मां बौपिसं थः परिवार व सन्तानयात आशीर्वाद बियाच्चंगु दृश्य सकस्यां स्वयाच्चंगु दु ।

सन्तानपिसं उमिगु ऋण पुले सयेकेमाः धकाः बुद्ध कनाविज्याःगु दु । बुद्ध स्वयमं नं मांया गुणया ऋण पुलेगु लागि स्वर्गीय जुइ धुंकूम्ह मायादेवीयात तावतिसं भुवनय् विज्यानाः अभिधम्म देशना यानाविज्याःगु बुद्ध जीवनीया आधारय् सिइके फुसा अग्रश्रावक सारीपुत्र महास्थविरं जीवनया अन्तिम इलय् थःगु छैय् विज्यानाः अन्धविश्वासीम्ह मांयात उद्धार यानाः सम्यक दृष्टिइ लाकाः तिति थः निर्वाण जुया विज्यागु घटना सारिपुत्रया जीवनीइ उल्लेख जुयाच्चंगु दु । मेमेगु धर्म ग्रन्थय् स्वःसां नं मांबौपिन्त उच्च स्थानय् तयातःगु दु । उकिं हे जुइमाः दच्छिया छक्कः जूसां मांया ख्वाः स्वयेगु न्हि हनाः मां यात सम्मान यायेगु प्रचलन दयाच्चंगु । बुद्ध जन्म जूगु नेपाः देया थ्व तसकं हे बांलागु परम्परा व संस्कार खः । थुकिं यानाः मां, बौ पिंत हनेगु दिं लुमंका बी, उमिं प्रति न्हियान्हिथं यायेमाःगु कर्तव्य अवबोध यानावी । मांबौ मदये धुंकूगु अवस्थाय् नं उमिगु नामं थाय्थासय् वना दान धर्म याइ, गुलिस्यां मांबौया नामं सामाजिक ज्याखँ याइ । मांबौ मदुपिसं बुराबुरीपिंत हनाः नं थ्व नखः न्यायेकेगु याः थ्व बांलाःगु पक्ष खः ।

थज्याःगु बांलाःगु सामाजिक पक्षयात समाजं सम्बर्द्धन यायेमाःगु दु । मांबौया ख्वाः स्वयेगु दिन छन्हुजक औपचारिकता पुरे यायेथें मयासे जीवन पर्यन्त उमित यायेमाःगु कर्तव्य पूर्वकल धाःसा दुनुगलनिसें उमिगु पाखें प्राप्त जुइगु आशीर्वाद पाखें जीवन मंगलमयी जुइ, पतन्तोमुख जुइमखु व नापं कुलंगार वा चण्डाल जुइगु पाखें वचे जुइफइ । ■

(साभार- 'नेपालभाषा टाइम्स'

२०७६ साल वैशाख १८ गते, बुधवार)

श्रद्धेय संघनायक अश्वघोष महास्थविरया लुमन्ति



छःपिं खः यल देशयाम्ह बुद्धरत्न शाक्य
छःपिं हे खः बुद्ध धर्मया न्ह्यलुवाः
छःपिं हे खः बौद्ध जागरणया लागि
छगू थासं मेगु थासय् चाःहिला विज्याःम्ह
बुद्ध शासनया लागि न्ह्याको दुःखजूसां
दुःख मताईम्ह
बहुजन हिताय, बहुजन सुखायया लागि
बुद्ध शिक्षा प्रचार प्रसार याना विज्याईम्ह
न्ह्याम्हसितनं ब्यवहारिक ज्वीगु स्व धकाः
ज्ञान बिया विज्याईम्ह भन्ते खः छःपिं
विद्वान मखु ज्ञानी ज्वीगुली तिवः बिया विज्याइम्ह
छःपिं हे खः जिपिं फुक्कसिया गुरु
श्रद्धेय भिक्षु अश्वघोष महास्थविर ।
नेपाःया खुम्हम्ह संघनायक छःपिं
नेपाःया राष्ट्रिय ध्वाय् नं सम्मानित जुयाविज्याःम्ह
छःपिन्त निर्दयी कालं सुनानं मखंक यंकल
अथेसां छःपिन्त याकन हे निर्वाणया हेतु चूलाय्मा
थ्वहे खःजिपिं फुक्कसियानं कामना ।

✍ सुभद्रा स्थापित

सर्भिक्स क्यान्सर

डा. तुलसीनारायण श्रेष्ठ

सर्भिक्स छगू मिसातय प्रजनन प्रणाली दुनेया अंग खः । थ्व अंग योनिया अन्तिम ब्व खःसा मचाछेंया न्हापांगु ब्व खः । मचाछेंया तसकं चीपुगु ब्व खः । थुकियात मचाछेंया गःपः नं धायेगु याः ।

सर्भिक्सय् चिप्वाःचागु प्वाः दइ, अर्थात् थ्व मचाछेंया लुखा खः । थ्व हे लुखा प्वालं मिसातय लय लयपतिकं थीमजिउ जुइगु हि कुहां वइगु खः । अले मचाछेंय् च्वंमह मचा नं थ्व हे लुखा जुयाः पिहां वइगु खः अथवा बुइगु खः । थ्व सर्भिक्स मचाबलय् निष्क्रिय जुयाच्चनीसा ल्यासे जुयावःलिसे सशक्त जुयावइ । अर्थात् लयलयपतिकं थीमजिउ जुइ, मचा दइ, मचा बुइ, यौनसम्पर्क जुयावनी ।

मिसात बुरि जुयावन्कि सर्भिक्स नं निष्क्रिय जुयावनी । थीमजिउ दिनावनी । मचा बुयके माली मखु । यौन क्रिया नं म्हो जुयावनी । अले बलुहुं गनावनी । सुख् चिनावनी । योनी नं गनावनी । मिसा हार्मोनया अभावया कारणं योनि रस नं सेचन जुइमखु । गुकिं यानाः यौनसम्पर्कया लागिं न चिकं छयलेमाली ।

सर्भिक्स क्यान्सरया मू कारण खः — ह्यम्यान पापिलोया भाइरस (HPU) । थ्व हे भाइरसं यानाः विषाणुया कारणं सर्भिक्स क्यान्सर जुइगु खः । अय् जुयाः थौकन्हय् मचांनिसें नकतिनि ल्यासे जुयावःपिं किशोरीतयत् थ्व विषाणु विरुद्धया खोप कायेकेत सल्ला बियाच्वंगु दु । इलय् हे थ्व सुइ कयातल धाःसा सर्भिक्स क्यान्सर जुइमखु । सर्भिक्स क्यान्सर खास यानाः यौन मामिलाय् तसकं सशक्तपिं मिसातयत् जुइ । बहुयौन पासापिं दुपिंत जुइ । मचांनिसें किशोरी ईनिसें यौनकासा म्हिताच्विंपिंत जुइ । यौन ल्वय् दुपिं मिसातयत् जुइ । एचआइभी, एडस ल्वचं कःपिं मिसातयत् नं जुइ । धुम्पान व लागू पदार्थ सेवन याइपिंत जुइ । मचा अप्चः दुपिंत जुइ । परिवार नियोजनया लागिं हरमोन युक्त वासःया ट्याब्लेट वा सुइ वा मेमेगु कथंया वासः ताःतक प्रयोग यानाच्विंपिंत जुइ ।

क्यान्सर ल्वय् धयागु शरीरय् गनं नं च्वंगु अंग सामान्य स्वयां अप्चः प्रयोग जुयाः उकिया सामना यायेगु लागि व अंगयाकोषत अनियमित व अनियन्त्रिता कथं असामान्य कथं बढे जुयावइगु ल्वय् खः । शरीरय् च्वंगु कोषत ईकथं सिनावनी, न्हूगु दयावइ । तर थथे अनियन्त्रित कथं असामान्य कथं विकास जुयावःगु कोषत सिना वनीमखु । अन छुं कथं दबाव लातकि भन्भन् जक बढे

जुयावइ । अनलि लिपा ग्वाराग्वारा चिनावइ, गथः गथः चिनावइ । बलुहुं म्हय् न्यनावनी । अज्याःगु हे गथः व ग्वारायात ट्युमर धाइगु खः । हिया प्रवाहं छथासं मेथाय् थ्यनी, अले म्हय् न्यंक न्यनी ।

खला सर्भिक्स क्यान्सर जूसा न्हापा न्हापाया अवस्थाय् छुं नं लक्षण व चिं खनेदइमखु । लिपा जूलिसे थीमजिउ जुइगुया दथुइ दथुइ नं हानं हानं हि कुहां वयाच्वनी । यौनसम्पर्कया इलय् वा लिपा नं हि बाः वयाच्वनी । थीमजिउ दीधुंकाः लिपा नं इलय् ब्यलय् हि कुहां वयाच्वनी । प्वाः स्याइ, कालय् स्याइ, यौनसम्पर्कया इलय् स्याइ । यौन सम्पर्कय् ज्या मछिना वई । योनिरस नवइ, हि ल्वाकज्याना वइ । थज्याःगु लक्षणत मेमेगु ल्वचय् वा संक्रमणया कारणं नं जुइफु । अय् जुयाः निदानया लागिं डाक्टर क्यनेमाः । अले जक ल्वय् पत्ता लगे जइ । क्यान्सरया अवस्थाः

क्यान्सर न्हापा ला छथाय् वा छगू अंगय् वा छव्वय् जक सुरु जुइगु खः । व हे अवस्थाय् ल्वय् लुइकेफत, वासः यायेफत धाःसा तसकं अःपुक जक मखु, ल्वगियात नं याउँक लायेकेफइ । खर्च नं यक्व जुइमखु । वासः नं ताःई तक यायेमाली मखु । तर जब ल्वय् निदान लिपा लाइ, क्यान्सर जूगु अंगं जवखं च्वय् क्वय् यक्व थासय् बलुहुं बलुहुं रक्तसंचार पाखें थाय् थासय् थ्यनेधुंकी । अले वासः याये थाकुइ । वासः यानाः नं लंके थाकुइ । न्हापा ला सर्भिक्सय् जक जुयाच्वंगु क्यान्सर अनं न्यना वनाः नापनापं वा दुने दुने थ्यंक दुहां वनी । नापंच्वंगु ग्रन्थीत थियाहइ । उकथं अवस्था तच्चः जुयावलकि क्यान्सरया अन्तिम अवस्थाय् थ्यनी । ल्वय् च्वप्चःचाय्, खिप्चःचाय्, पेलिभसय् जक मखु तातापाःगु अंगत गथेकि स्यें, क्वय्, स्वें आदिइ थ्यनी । लिच्च म्वाइमखु, लनीमखु । वासः याःसां ताःतक म्वाइमखु ।

क्यान्सरया वासः ला न्हापा ला च्वय् न्यथना थें जाःगु क्यान्सर जुइगु अवस्थापाखें तापाक च्वनेगु खः । इलय्, किशोरी इलय् सुइ कायेमाल । ब्याहा यानाः भचा वैश वनकि दय् छकः टेस्ट याना स्वयेमाला । अले सर्भिक्स क्यान्सर खनेदत धाःसा माःथें वासः यायेमाल । बारय् यायेमाल । अपरेशन यायेमाल । डाक्टरया सलहा कथं न्यथ्यायेमाल । ■

(साभार- 'नेपालभाषा टाइम्स' २०७६ साल वैशाख १३ गते, शुक्रवार)

छगः थीगु नौ भन्ते अश्वघोष मन्त

बिमला शाक्य

भन्ते म्हां मफु । ग्राण्डी सिटि हस्पितलय् धाःगु न्यना । दर्शन याःवना । वसपोल अस्पतालया खाताय् ग्वतुलाच्चन । बिरामीथें मच्चं । शान्त मूर्ति । वसपोलयात विचाःयाना च्वना विज्यापिं भन्तेपिसं वांलाना वयाःच्वंगु दु धया विज्यात । मन याउंसे च्वंकाः लिहां वया ।

वहे जिगु लिपांगु दर्शन जुल । वसपोलया सब यात्राय् वना । लें दुछि गुरया गुण लुमना वल । जिगु नुगः मच्चन । मदुम्ह गुरया अन्तिम वन्दना याय्गु मन वन । कर्णादिपया दुने वनाः वसपोलयात वन्दना याना । वसपोलया ख्वाः स्वयाः याउकं न्ह्योः वय्का विज्याःम्ह थें च्वं । ताउ स्वया । मचाय्क ख्ववि वाः वल । गुलि पनेत स्वया पने मफु ।

वसपोलया लुमन्ति जितः लित्तुलित्तु लित ।

धर्मकीर्ति विहारे स्थापना जुगु ‘धर्मकीर्ति अध्ययन गोष्ठिया’ स्थापना निसें वसपोल धर्मानुशाषक । जिनं छम्ह विद्यार्थी । अप्वः धयाथें वसपोलं व्वंकाः विज्याई । वसपोलं व्वंका विज्याइगु मेपिनिगु स्वयाः यक्व पाः सैद्धान्तिक मखु, व्यवहारीक शिक्षा थुइका विज्याई ।

विद्वान जुइगु सोयाः भिम्ह, विवेक दुम्ह मनू जुइगु बाँलाः – थ्व वसपोलया धापू । असल शिक्षा भाग तःगु तक हे पिकया विज्यात । लेख च्वय्गु, ज्याभवलय् नवाय्गु वानी याका विज्याःम्ह वसपोल गुरु खः ।

वसपोलं लिसा लिसा कयाः धया विज्याई “मनं खनाः ज्या याय् सय्कि । विहारे वयाः बुद्धया शिक्षा व्यवहारे छ्योसाः जक विहारे वयागुया ज्याखेले जुई । मखुसा धवःचां तरकारीया सवाः मथूथें विहारे वयागुया ज्याः ख्यले दैमखु ।

‘वसपोलया म्हाय् च्वंगु चिवर क्यनाः चिवर पुनेवं भिक्षु मखु । बुद्धया ईलेनं लाभ सत्कारया लोभं भिक्षु जुइपिं यक्व दु आनं दु । वसः भिक्षु मखु, नुगः भिक्षु जुइमाः ।’

वसपोलं नुगले लूःगु सकतां प्वंका विज्याइ । नुगलय् गथे लुल अथेहे म्हुतुं पिज्वई । सुइतं लय्ताय्केत नवाना नं विमज्याः । ज्या नं याना विमज्याः ।

वसपोलया धर्म सम्बन्धी विचाः मेपि नि स्वयाँ गाक्कं पाः । वसपोल धर्मग्रन्थय् च्वयातल धायवं मिखा तिसिनाः जुइमज्यु । २५०० वर्ष न्हयो च्वयातःगु त्रिपिटकयनं ब्राह्मणवाद दुध्यागु दु धया विज्याई ।

पञ्चशील ल्हाः विन्तियानाः भगवानयाः न्ह्योने प्रार्थना जक याय्गु मखु । पालन यायेगु खः । प्रार्थनाहे याय्माः धयागु मदु । वसपोलं धया विज्याई ।

वसपोलयागु मूगु खँ गुलिसितं यो ताइमखु । वसपोलयात कम्प्युनिष्ट भन्तेनं धाःगु न्यना । तर वसपोलया न्ह्यने नवाय् मफु ।

विदेशे वनाः अध्ययन याय् म्वाक थगुहे देशे धाथेपिं भिक्षुपिं दयकेत २०३८ सालय् भिक्षु तालिम केन्द्र स्थापना याना विज्यात । थ्वहे नेपाःया न्हापांगु भिक्षु तालिम केन्द्र खः ।

आः दुपिं दक्ष व ल्याय्म्हपिं भिक्षुपिं अप्वयानाः वसपोलयाहे शिष्यपिं खः ।

वसपोल स्वतन्त्र चिन्तन व स्वतन्त्रयात महत्व बिया विज्याइम्ह गुरु खः । वसपोलया शिष्य भिक्षुपिसं धाः



कथं (जि गुरुनाप मच्चनाः, पिहाँवयाः) स्वतन्त्ररूपं धर्मप्रचार याना छिपिनं योग्य क्षमतावान् जुयाः थासं थासे व्यवहारीक बौद्ध शिक्षा प्रचार याःहुं गुरु नाप प्यपुना च्वने म्वाः ।

विहारे वइपिं उपासकतयसं बुद्धया मूर्तिं छाइगु व वसपोलयात वीउगु दक्षिणानापं सकसिगु न्ह्योने क्यना विज्याई ।

जलपान, भोजनय् शिष्यपिन्त मद्यकं छु छतानं नया विज्याई मखु । मसीक तथा विउगु सिलकि तं चाई । नया विज्याई मखु । सकसितं ईना विज्याई ।

बुद्ध क्रान्तिकारी, ईःहिली । मनुया विचाः नं हिली छुनं वस्तु न्ह्याबले ल्यनि मखु । भीगु दृष्टिन्तं उकथं हिलेमाः । क्वपुंग विचाः मदय्का छव्यमाः । वसपोलं वारम्बार धया विज्याई ।

चिवर पुनेवं, त्यागी जुइमखु । वसपोल छुकेनं प्यपुना विमज्याः । धार्थे त्यागिम्ह ।

न्ह्यामेसितं ग्वाहालि याय्त न्ह्यः चिलाः थः कतः मखु, सकलें उथें खना विज्याइम्ह, भ्याः भचाःहे उसि मचाःम्ह, वसपोल ।

थःगुहे कमीकमजोरी उलाः क्यनाः, सकसितं न्हीकाः न्ह्यइपुक स्यना विज्याई ।

म्हं फत्तले गां गामे विज्यानाः सकसितं हित व कल्याण जुइगु बुद्धया व्यवहारीक शिक्षा प्रचार याना विज्याइम्ह वसपोल भन्ते ।

च्वसा च्वय्गुली उलिहे ल्हाः च्वः । तुति स्यानाः पिहाँ विज्याय् मफुसां भ्याः भचाःहे उसि मधासे १५० गुं मयाक सफू च्वयाः धर्म प्रचार याना विज्यातः ।

वसपोल समाजसेवी भिक्षु, हाःनाः मदुपिं चीमिपिं मचातय्त वनेपा बाल आश्रम 'मेत्ता सेण्टर' स्वनाः विज्यात ।

वसपोल भन्तेयात म्हसीकेत दुग्यंक वालाः स्वल अलेतिनि वसपोलया यचुगु नुगः खनी ।

अश्वघोष महास्थविर जि गुरु जक मखु अभिभावक नं खः ।

मनुया जन्म निकः जुई धाई । अज्ञानी मचा यात मामं जन्म बी । उमित ज्ञानया लँपू क्यना विज्याःम्ह पूज्य गुरु अश्वघोष भन्तेयात कोटी कोटी वन्दना । ■

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिने
उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं वूपसमो सुखो



जन्म :

वि.सं. १९८७ वैशाख २८

दिवंगत :

वि.सं. २०७५ भाद्र ८

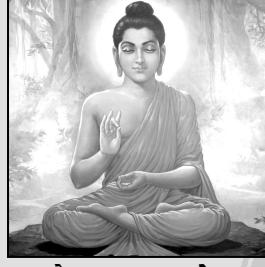
दि. ज्ञानशोभा तुलाधर, असन

धर्मकीर्ति पत्रिकाका विशेष सदस्य ज्ञानशोभा तुलाधर दिवंगत हुनुभयो ।

यस दुःखद घटनाबाट उहाँका परिवारले संसारको त्रिलक्षण स्वभाव (अनित्य, दुःख र अनात्म) लाई बुझी धैर्य धारण गर्न सकुन् । दिवंगत उपासिकाको सुगती एवं निर्वाण कामना गर्दै पुण्यानुमोदन गर्दछौं ।

धर्मकीर्ति पत्रिका परिवार

धर्मकीर्ति विहार, श्रीघः नघःटोल, काठमाडौं



२५६३ औं महामानव गौतम बुद्धको जन्म, बोधिज्ञान लाभ र
महापरिनिर्वाण त्रि-संयोग
पवित्र शुभदिन बैशाख पूर्णिमाको उपलक्ष्यमा सबैलाई
हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना ।

हिमालयन हाईट रिसोर्ट प्रा. लि.

(हात्तिवन रिसोर्ट)

पो.ब. १२७३, फर्पिङ, काठमाडौं, नेपाल

फोन: ९७७-१-४३७०७१४, ४३७१५३७; फ्याक्स: ९७७-१-४३७१५६१
e-mail: info@eslnepal.com | www.everestlodges.com



२५६३ औं बुद्ध पूर्णिमाको उपलक्ष्यमा
समस्त जगतको
सुख, शान्ति र समृद्धिको कामना गर्दछौं ।

समिठ रिभर लज प्रा. लि.

पो.ब. १२७३, कृरिनटार, नेपाल

फोन: ९७७-१-४३७०७१४, ४३७१५३७; फ्याक्स: ९७७-१-४३७१५६१

e-mail: info@eslnepal.com | www.everestlodges.com क्रमशः पेज ४२)

Mahaparinirvana

✍️ Prof. Suwarna Sakya

When we remember Lord Buddha, we remember his four major events. They are the birth, the achievement of wisdom (Sambodhi), the preaching of knowledge (Dharma Chakra Pravartan) and the enlightenment (Mahaparinirvana). People having faith over Lord Buddha visit four places of importance as pilgrimage, these are; his birth place Lumbini, the place where he attained wisdom - Bodhagaya, the place from where he began his preaching - Saranatha and the place where he gained Enlightenment - Kushinagara . Before his enlightenment, lord Buddha himself has referred his disciples to visit as pilgrimage. Those four places were pure through Lord Buddha's good deeds. In Buddhism, these four precious places have been regarded with four emblems. For instance the symbol of birth elephant, the emblem of wisdom - tree, the crest of preaching - Circle and the sign of enlightenment is **Stupa**. Today, the trend of worshiping Stupa and Chaitya has prevailed widely. The worship of Stupa is the infinite faith towards Buddha. The stupa is made by keeping Lord Buddha's relic. The trend of worshiping Stupa is begun by Maurya King Ashoka. After the enlightenment of Lord Buddha, Ashoka became the true spiritual promulgator.

Lord Buddha wandered for all being's welfare and peace for 45 years after he attained wisdom and entered to Nirvanahood at the age of 80 in the Malla's state Shalakuja of Kushinagara. It was during 543 BC when he got Nirvana peacefully at the final hour of the Full Moon Day of Vaishakha. The literal meaning of Nirvana is to become could or to die. The demise of Buddha is called the accomplishment of Nirvana. Getting Nirvana doesn't mean that he became adhered to god but it means he got liberated from desire.

Buddha had already announced the day

about his Nirvana three month earlier before he got it. When his day of Nirvana came earlier, he emphasized in his teaching of four noble truths and eightfold path. When he received the indigestive meal from Karmaraputra Chunda, he died of diarrhea. While he was in dead bed during his last hours too, Buddha keep on giving sermon to his favorite disciple Ananda. The last sermon of Buddha was 'Handadani Bhikkhawe Amantayami wo,

Vayadhamma Sankhara Appamadena sampadetha.'

It means— "O monks! Now I'm telling you all cultures are transitory, try to fulfill life's aim by being modest".

After his final discourse, Buddha remained at first, second, third and fourth meditation along with Akashananchayatana Aroopee meditation, Winyananchayatana Aroopee meditation, Akinchanyayatana Aroopee meditation, Naivasanyanasanyayatana Aroopee meditation and Buddha had attained Nirvana by remaining in those meditations from the end to beginning and beginning process. According to the principle of Lord Buddha, every Buddhist's final goal is to gain 'Nirvana'. Here, Nirvana is being interpreted in various way. In the text of **Ratnasutra**, comparing it with a lamp, it is said— it is the destroy of old, no foundation of new, those whose heart is separate from later birth and the germinating seed is blocked, their desire never becomes strong again as there'll be lighting and ceasing of the light.

In the conversation of Acharya Nagasena and King milinda, according to Nagasenas saying, Nirvana's meaning and zits can be understood as following: there in only pleasure in Nirvana but there is no portion of suffering in it. There is no form of it. Like the lotus remains concealed in water, similarly Nirvana also remains concealed from all afflictions. As water

is cool and it wipes out heat, likewise nirvana is also cool and it removes all suffering heat. The Nirvana removes the thirst of sexual desire, worldly craving and supreme desires of men. Nirvana seizes all the suffering as the medicine eradicate all the diseases. Nirvana remains constant as the ocean is unfordable and it won't get filled up even when all the rivers mixed into it. The food protects the life of all being, similarly, Nirvana protects us from being old and death. The sky is never created nor it becomes old, neither it dies nor it moves, it is open and beyond our imagination like the mountain's top is permanent, in the same way, Nirvana is also eternal. Nirvana is such an object which is far from present, past and future. Nirvana neither takes birth, nor it won't bear, nor can it take a birth.

We can get glimpse of Nirvana if we remain hurdle-less, peaceful, happy, tactful, satisfied, polite and pure and if we follow the moral precepts. Any person can gain the great pleasure of Nirvana by walking a good path, keeping mind in good state by being aloof from the fireside of lure, aversion and attachment. We've to consider the state of reaching the phase of stability and fearless by leaving behind the fear of being old, being sick and dying. A man can have face to face with the Nirvana by remaining anywhere if he stays prestigious in fostering of moral precepts. Like an man having eyes can see the sky by remaining anywhere whether it is a country of Muslims, China or Britain, kashi or Koshal, kashmir or Gandhar, on the mountain ridge or in the universe. In this way, Buddha's principles is that man can obtain nirvana during his lifetime. The third universal truth that was founded by Lord Buddha-Cessation of Suffering is the Nirvana. If a man continue his meditation of universal truths by getting victory over desires and aversion and gains the wisdom, then he'll never have any remaining of worldly desire. Let's assume that he'll destroy his worldly bondage, in this way, he'll become liberate from everything. Thus,

nirvana is the decaying condition of lust, aversion and suffering caused by them.

Lord Buddha has said that there are two types of Karma. One karma is formed through lust, aversion and attachment and another is caused opposite to it. The first type of Karma will increase sensual pleasures because of which we've to take rebirth. The karma that is done without these elements is done through the imperishable feeling and thinking world to be transitory from which there will be no possibility of rebirth. Regarding his own context Lord Buddha has said that he has desire of remaining totally inactive after the achievement of nirvana.

There are 2 types of benefit that we can get from the Nirvana. After the achievement of Nirvana, there won't be possibility of rebirth suffering caused by it because the reason that is needed for taking birth will be destroyed. The second advantage is that his life will spend fully in peace even after death. The peace that is gained after the Nirvana can't have any comparison with worldly pleasure. The state of nirvana will be totally peaceful, stable and desire-less. It can't be described with a simple experience. To the extend, we can consider that a man will get liberated from all the sufferings after he gains his Nirvana. The king Ajatashatru had once asked with Lord Buddha that what the benefit of being a monk is. In its reply, Buddha said that if we can abstain from a bit of sexual desire, its benefit can be immediately realized because we can at once realize purification, love, self-passion, mind's stability, courage and feelings of voidness.

Lord Buddha has considered the Buddhahood and the obtaining of Nirvana as the great events. That's why both the meal provided to him by Sujata and Chunda is considered great by him. Even to praise the person who gave his the meal that caused his death is far from his self, it is his supremacy and his Nirvana is Mahaparinirvana.



Ignorance, Avarice and Negligence

The Shrouded World - There are two Questions

- In what is the world shrouded ? (Kenassu nivutoloko ?)

- Why does it not shine ? (Kenassu nappakasatiloko ?)

Loka is of three, ie, three divisions of the Universes:

- Okasa - the world or the realm of space.
- Satta - the world of sentient beings or animals,
- Sankhara - the realm of in animates or formations.

The answer to the first question is the world is shrouded in ignorance (avijjaya nivuto loko). What is it that you are ignorant of or don't know ? It is truth which you are ignorant of and which you don't know. The truth is of four kinds:

- dukkha sacca - the truth of suffering.
- samudaya sacca - the truth of the origin of suffering.
- nirodha sacca - the truth of the (sensation of suffering)
- magga sacca - the truth of the way that leads of the cessation of suffering.

Avijja of two kinds. The simple ignorance of the truth is called appatipatti avijja. Wrong knowledge or misconception is micchapatipatti avijja.

The fourth truth of the Eight fold path (Magga) indicates the means by which this extinction is attained. Simple unknowing of the noble practices is appatipatti avijja and misconceiving it as leading to a great deprivation or the end of pleasures and so futile, is micchapatipatti avijja.

How to overcome ignorance?

Due to the lack of faith in the practice one does not make an effort - ardour or heat (atapa). Due to lack of effort one cannot cultivate mindfulness and concentration - in this case it is momentary concentration (khanika samadhi).

Like the blood which is circulating in our body, it exposed to extreme cold will freeze causing Hypothermia and attendant diseases, so too if the effort (heat or atapa) is not applied to the practice of mindfulness and concentration the kilesa germs will attack us causing samsaric disease. No knowing the truth one will remain confused and bewildered

(assamapekkhana or annanupekkha). Thus is the world shrouded in ignorance, Here the world means the being or name - rupa process.

As to the second question, the answer is because of avarice (veviccha) and negligence (pamada), it does not shine (veviccha, pamada nappakasati loko), e.g. the Widening gap between the rich and the poor has brought with it same various - avarice, envy and petty crime. Here avarice has two mental components, namely jealousy (issa) in respect of others success and properties, and stinginess (macchariya) in respect of one's own property. Both issa and macchariya are regarded as the friends of dosa because each of them arises with it. Macchariya is of five kinds:

- Avasa macchariya - Stinginess with respect to dwelling place;
- Kula macchariya - Stinginess with respect to family, dayaka (male donor) and dayika (female donor);
- Labha macchariya - Stinginess with respect to gain or inability to share gain;
- Vanna macchariya - Stinginess with respect to appearance and fame;
- Dhamma macchariya - Stinginess with respect to dhamma or mental state.

Macchariya dims the world. Instead of sharing one's property with others, one is miserly. Dana should be like a soldier figuring in a battle field. Just as the soldier sacrifices his life to shine in the battle so will one sacrifice one's property in dana. Macchariya leads to the lack of prosperity or wealth (bhoga Sampati) in all existence. It dims the world.

As to negligence (pamada) it is of two parts, namely, negligence in abstention and negligence in observance. Evil conduct (duccarita) in deeds, words and thoughts, are things to be abstained. Also, kilesas are to be abandoned by means of Vipassana, and magga knowledge. The three fold sikkhas, namely, sila, samadhi and panna are the practices to be undergone or observed by the yogis. Negligence of these abstentions and observances cause the world to dim and not shine. Hence the exhortation by the Blessed one in his last words: Strive on with diligence. ■

Source- On The Path to Freedom
By- Sayadaw U Pandita
Translated from Myanmar by Mya Thaug.

Vipassana: Art of Wholesome Living

- Indra Narayan Manandhar

Vipassana is one of the most ancient meditation techniques. Long last to humanity, it was rediscovered by Gautam the Buddha, more than 2500 years ago. The technique of Vipassana is a simple, practical way to achieve real peace of mind and to lead a happy, useful life.

Vipassana means “to see things as they really are” It is a logical process of mental purification through self observation. One starts by observing the natural breath to concentrate the mind. With this sharpened awareness one proceeds to observe the changing nature of body and mind and experiences the universal truth of impermanence, suffering and egolessness.

This truth - realization by direct experience is the process purification. The entire faith (Dhamma) is a universal remedy for universal problems and nothing to do with any organized religion or sectarianism. For this reason, it can be practiced freely by all without conflict with race. Caste or religion, in any place, at any time and will prove equally beneficial to one and all.

Vipassana meditation aims at the highest spiritual, goal of total liberation and full enlightenment. It's purpose is never simply to cure physical disease, but as a by product of mental purification many psychosomatic disease get eradicated. Actually, it is an art of living which eliminates the three causes of all unhappiness. Craving, aversion and ignorance with continued practise, meditation release tensions developed in everyday life and opens the knots tied by the old habit of

reaching in an unbalanced way to pleasant and unpleasant situations and develop positive craving energy for the betterment of the individual and society.

To learn Vipassana it is necessary to take a ten day residential course under the guidance of a qualified teacher. For the duration of the retreat, students remain within the course site, having no contact with the outside world. They refrain from reading and writing and suspend any religious practices or their disciplines. They follow a demanding daily schedule which includes about ten hours of sitting meditation. They also observe silence, not communicating with fellow students, however, they are free to discuss meditation questions with the teacher and material problems with the management of the meditation camp.

There are three steps to the training. First, students practice abstaining from actions which cause harm. They undertake five moral precepts, practising abstention from killing, stealing, sexual misconduct, lying and the use of intoxicants. The observation of these precepts allows the mind to calm down sufficiently to proceed with the task at hand. Second, for the first three and a half days students practice Anapana meditation and focusing attention on the breath. This practice helps to develop control over the unruly mind.

These first two steps of living a wholesome life and developing control of the mind are necessary and beneficial, but are incomplete unless the third step is taken, purifying the mind of underlying negativities. The third steps, undertaken for the last six


and a half days, is the practice of the Vipassana one penetrates. One's entire physical and mental structure with the clarity of in sight.

Students receive systematic meditation instructions several times a day and each day's progress is explained during a taped evening discourse by the teacher. Complete silence is observed for the first nine days. On the tenth day, students resume speaking, making the transition back to a more extrovert way of life. The course concludes in the morning of the eleventh day of the retreat closes with the practice of metta - bhavana (loving - kindness of good will towards all) in which the purity developed during the course is shared with all beings.


Developments in the fields of science and technology in transportation and communications, agriculture and medicine have revolutionized human life at the material level but actually, this progress is only superficial, Underneath, modern men and women are living in conditions of great mental and emotional stress, even in developed and affluent countries. The problems and conflicts if true present day world cast a dark shadow on the future of civilization. People everywhere are eager to find a method which can bring peace and harmony, restore confidence in the efficacy of wholesome human qualities, and create and environment of freedom and security from all types of exploitation - social, religious and economic.

Several experiments have been conducted at various prison in India since 1975. Renowned Indian guru for the Vipassana Goenkaji conducted a historic course for over one thousand prisoners

together with authorities of the jail in Tihar Ashram known earlier as the notorious Tihar Jail, Delhi Criminals will not be come goods citizens out of fear of punishment, neither can caste and sectarian discord-be eliminated by punitive measures. History is replete with the failure of such attempts. The studies in connection with the courses at prisons indicated definite positive changes of altitude and behaviour in the participants, and that Vipassana is a positive reform measure enabling criminals to become wholesome members of society. This will certainly be a great examples for the entire world how the inmates condition improves, so that when they came out they became an asset to the society and not a liability. ■




Heartiest Congratulation to the
Buddha Purnima
on the auspicious occasion of Buddha's Teaching
for Peace and Prosperity
to our Society !



LALIMA
Saving & Credit Co-operative Ltd.

Mahabouddha, Ason-30, Kathmandu, Nepal
 Tel.: 4221196, Fax: 977-1-4221196
 lalimaktm@yahoo.com

हाम्रा रेमिटेन्स सेवाहरू :-



Nalapana Jataka

Buddha told this story while journeying through Kosala. When he came to the village of Nalakapana (Cane - drink village), he staged near the Nalakapana lake. One day, after bathing in the pool, the monks asked the novices to fetch them some canes for needle-cases. After getting the canes, however, the monks discovered that, rather than having joints like common canes, they were completely hollow.

Surprised, they went to Buddha and said, "venerable sir, we wanted to make needle-cases out of these canes, but from top to bottom they are quite hollow - How can that be ?

"Monks", said Buddha, "this way my doing in days gone by." Then he told this story of the past.

Long, long ago, on this spot there was a lake, surrounded by a thick forest. In those days the Bodhisatta was born as the King of the Monkeys. As large as the fawn of a red deer, he was the wiseleader of eighty thousand monkeys that lived in that forest.

He carefully counselled "My friends, in this forest there are trees that are poisonous and lakes that are haunted by Ogres. Remember always to ask me first before eating any fruit you have not eaten before or drinking any water from a source you have not drunk from before."

"Certainly" the monkeys agreed.

Oneday while roaming the jungle, the monkey troop came to an area they had never visited before. Thirsty after their day's wanderings, they searched for water and found this beautiful lake. Remembering their master's warning, the monkeys refrained from drinking. They sat and waited for their leader. When he joined them, he asked, "well, my friends, why don't you drink ?"

"We waited for you to come."

"Well done!" said the monkey king, then he walked a full circuit around the lake. He noticed that all the footprints led down into the water, but none came back.

"My friends," he announced, "you were right not to drink from this lake. It is undoubtedly haunted by demon."

Suddenly, an ogre, in a hideous guise, rose up out of the lake and appeared before them. He had a blue belly, a white face, and bright-red hands and feet. "Why are you sitting here ?" He asked the monkeys, "Go down to the lake and drink."

The monkey King asked him, "Aren't you the ogres of this lake ?"

"Yes, I am," answered the surprised ogre. "How did you know I was here ?"

"I saw the footprints leading down to the water but none returning. Do you prey on all those who go down to the water ?"

"Yes, I do. From small birds to the largest animals, I catch everything which comes into my water. I will eat all of you too !"

"Oh, no ogres," said the monkey kings, "We are not going to let you eat us."

"You must be parched, Just drink the water," taunted the monster.

"All right, ogres, we will drink some water, but we are not going to fall into your power."

"How can you drink water without entering the lake?"

"Just wait and see, ogres !" the monkey king cried.

"We need not enter your lake at all. All eighty thousand of us can drink through these canes as easily as through a hollow lotus stalk. We will drink but you will not be able to harm us."

The monkey king requested that a cane be brought to him. Then, recollecting the Ten Paramittas he was perfecting as Bodhisatta, he recited them in a Solemn asseveration of truth, and blew into the cane.

Instantly, the joints disappeared, and the whole length of the cane became hollow. After hollowing several more in the same way, the monkey king toured the lake. "Let all canes growing here become perfectly hollow throughout!" He commanded, because of the great virtues of Bodhisattas, their commands are always fulfilled. Therefore, every single can that grew around that lake instantly became hollow and has always remained so.

There are four miraculous phenemena which will endure throughout this kappa (eon). What are the four ?

First, the figure of the hare can be seen in the moon (jataka 316); Second, fire will not touch the spot of the baby quail's nest (jatak 35); third, no rain will fall on the site of Ghatikara's house (Ghatikara sutta, Majjhima Nikaya 81); and fourth the canes that grow around this lake will remain perfectly hollow.

Atlast, the monkey king seated himself with a cane in his hands. The other eighty thousand monkeys likewise arranged themselves around the lake, each with a cane. They all dipped their canes into the water and drank. They satisfied their thirst, but the Qgre could not touch a single one of them. Frustrated and furious, he returned to his home in defeat.

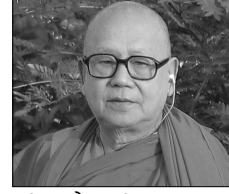
When all had finished the mmonkey king led his followers back into the forest.

When Buddha had ended his lesson, he showed the connection, and identified the birth by saying, "Devdatta was the water - Ogre of those days my disciples were the eighty thousand monkeys and I was the monkey king, so fertile in resourcefulness.

Source- Jatak Tales of th Buddha Part V

Retold- Ken & Visakha Kawasaki

श्रद्धाञ्जली देछाना चवना



मिहगः तक्क खनापिं थौं खने मदय् धुंकल
थौं खनापिं कन्हय् दै या मदै
जन्म जुक्को प्राणी छन्हु सिना वनेमानि
थ्व हे प्रकृतिया नियम खःनि
थ्व हे सीमागु नियम कथं
२०७५ साल चैत्र २९ गते विहिवार तक्क दनिम्ह
भी श्रद्धेय भन्ते अश्वघोष महास्थविर
चैत्र २२ गते शुक्रवार ९:३० बजे मन्त धाल
थ्व दुःखद सूचं न्यनाः मनय् तिक्क मिंसां
प्रकृतिया नियम लुमंकाः भीसं
धैर्यधारण याय् फय्के हे माल
दुनुगः लनिसें श्रद्धाञ्जलि देछाय् माल
भन्ते छःपिनिगु त्याग व तपस्या खनाः
वन्दना याय् योग्यम्ह छःपिं
बुद्ध शासन थौं थुलि धस्वाकेत
बल्लाःगु स्यल्लाःगु थां खः छःपिं
भन्ते छःपिन्त थौं श्रद्धाञ्जलि देछाना चवना
भिंंगु धर्म देशना याना विज्याइम्ह छःपिं
सद्धर्मयात जीवने गथे छय्लेमाः धकाः जिमित
सदां स्यना विज्याइम्ह, न्वाना विज्याइम्ह छःपिं
सुकर्म व कुकर्मया फल ध्वाथुइका विज्याइम्ह
थःगु हे कमजोरीया उदाहरण बियाःसां
चित्त शुद्ध याय्गु तरिका स्यना विज्याइम्ह
भन्ते छःपिन्त श्रद्धाञ्जलि देछाना चवना
भन्ते छःपिन्त कृतज्ञता ज्ञापन यानाचवना
छःपिनिगु हे प्रेरणां सद्धर्म म्हसीका
लिपा हे लाःसां ल्यू ल्यू वयाचवना
लुमंकाः छःपिनिगु गुणधर्म सकतां
भन्ते छःपिन्त सदा सदा वन्दना
छःपिनिगु निर्वाण कामना याना चवना
थ्व हे निगू शब्द चवयाः जुसां
छःपिन्त हानं छकः श्रद्धाञ्जली देछाना चवना ।
श्रद्धाञ्जली ! श्रद्धाञ्जली !! श्रद्धाञ्जली !!!

अमीर कुमारी शाक्य

The way to Practise Vipassana Meditation

- Sayadaw U Pandita

1) Which place is best for Meditation?

The Buddha suggested that either a forest place under a tree or any other very quiet place is best for meditation.

2) How should the meditator sit ?

He said the mediator should sit quietly and peacefully with legs crossed.

3) How should those with back trouble sit ?

If sitting with crossed legs proves to be too difficult, other sitting postures may be used. For those with back trouble a chair is quite acceptable. In any case, sit with your back erect, at a right angle to the ground but not too stiff.

4) Yogi, why should you sit straight ?

The reason for sitting straight is not difficult to see. An arched or crooked back will soon bring pain. Further more, the physical effort to remain upright without additional support energizes the meditation practice.

5) Why is it important to choose a position ?

It is true that to achieve peace of mind, we must make sure our body is at peace. So it is important to choose a position that will be comfortable for a long period of time.

6) After sitting down, what should you do ?

Close your eyes. Now place your attention at the belly, at the abdomen. Breathe normally not forcing your breathing, neither slowing it down nor hastening it, just a natural breath.

7) What will you become aware of as you breathe in and breathe out ?

You will become aware of certain sensations as you breathe in and the abdomen rise, as you breathe out and the abdomen falls.

8) How should you sharpen your aim ?

Sharpen your aim by making sure that the mind is attentive to the entirety of each process. Be aware from the very beginning of all sensations involved in the rising. Maintain a steady attention through the middle and the end of the rising. Then be aware of the sensations of the falling movement of the abdomen from the beginning, through the middle and to the very end of the falling.

Although we describe the rising and falling as having a beginning, a middle, and an end, this is only in order to show that your awareness should be continuous and through, we do not intend you to break these processes into three segments. You should try to be aware of each of these movements from beginning to end as one complete process, as a whole. Do not

peer at the sensations with an over focused mind, specifically looking to discover how the abdominal movement begins or ends.

9) Why is it important in this meditation to have both effort and precise aim ?

It is very important to have both effort and precise aim so that the mind meets the sensation directly and powerfully.

10) What is one way to aid precision and accuracy ?

One helpful aid to precision and accuracy is to make a soft mental note of the object of awareness, naming the sensation by saying the word gently and silently in the mind, like "rising, rising ... falling falling."

11) When the mind wanders off and you start to think of something, what should you do ?

At this time, watch the mind ! Be aware that you are thinking.

12) How can you clarify your awareness of thinking ?

Note the thought silently with the verbal label "thinking, thinking" and came back to the rising and falling.

13) It is possible to remain perfectly focused on the rising and falling of the abdomen all the time ?

Despite making an effort to do so, no one can remain perfectly focused on the rising and falling of the abdomen forever, other objects inevitably arise and become predominant.

Thus, the sphere of meditation encompasses all of our experiences: Sights, Sounds, Smells, tastes, Sensations in the body, and mental objects such as visions in the imagination or emotions. When any of these objects arise your should focus direct awareness on them, and use a gentle verbal label "Spoken" in the mind.

14) During the sitting meditation, what is the basic principle to follow ? If another object impinges on the awareness and draws it away from the rising and falling, what should you do ?

During a sitting meditation, if another object impinges strongly on the awareness so as to draw it away from the rising and falling of the abdomen, this object must be clearly noted. For example, if a loud sound arises during your meditation, consciously direct your attention to ward that sound as soon as it arises. Be aware of the sound as a direct experience and also identify it succinctly with the soft, interval verbal label "hearing, hearing". When the sound fades and is no longer predominant, come back to the rising and falling. This is the basic principle to follow in sitting meditation.

15) What is the best way to make the verbal label ?

There is no need for complex language. One simple word is best. For the eye, ear and tongue doors

we simply say, "Seeing, Seeing ... Hearing, Hearing ... Tasting, Tasting ..."

16) What are some ways to not sensations in the body ?

For sensations in the body, we may choose a slightly more descriptive term like warmth, pressure, hardness or motion.

17) How many we note mental objects ?

Mental objects appear to present a bewildering diversity, but actually they fall into just a few clear

categories such as thinking, imagining, remembering planning and visualizing.

18) What is the purpose of labeling?

In using the labeling technique, your goal is not to gain verbal skills. Labeling helps us to perceive clearly the actual qualities of our experience, without getting immersed in the contents. It develops mental power and focus. *to be continue ...*



धर्मकीर्ति विहारया ३८ क्वःगु हि दान ज्याभवः क्वचाल



थ्व हे वंगु २०७६ वैशाख २८ गते (ने. सं. ११३९ बछलाथ्व सप्तमी) शनिवाः कुन्हु धर्मकीर्ति विहारया ५४ दँ बुदिँ व २५६३ क्वःगु स्वाँया पुन्हिया लसताय् ३८ क्वःगु हिदान ज्याभवः धर्मकीर्ति विहार स्वास्थ्य कमिटिया ग्वसालय् क्वचाल । धर्मकीर्ति विहारया गुरुमापिं पाखें परित्राण पाठयाना न्ह्यागु उगु ज्याभवःलय् मुक्कं २९ म्हसिनं थःगु अमुल्यगु हि दान याना दीगु खः । हि दान ज्याभवःया संयोजक भाजु मचाकाजी महर्जनया संयोजकत्वय् जूगु उगु ज्याभवःलय् हि दान यानादीपिं भाजु/मय्जुपिन्त धर्मकीर्ति विहारया उपासक उपासिकापिसं दुरु, जूस, फलफूल नापं मरी आदि नकेत्वंके याःगु खः ।

लुमंके बहःजु दयँदसं बुद्ध जयन्ती न्ह्योनेया शनिवार थुगु हि दान ज्याभवः न्ह्याका वया च्वंगु खः ।

बोधि टेलिभिजन पाखें थुगु ज्याभवःया संकिपा कया दीगु खःसा भाजु अरुणसिद्धि तुलाधरजुं ज्याभवःया फेसबुक लाइभ नं याना दीगु खः ।

थुगु हि दान ज्याभवःपाखें थीथी अस्पतालय् वासःयाका च्वनादीपिं विरामीतय्त माःगु हिया व्यवस्थापन यायेत छुं भचासां ग्वाहाली जुइगु भलसा जुइगु धयादिसें स्वास्थ्य कमिटिया संयोजक भाजु रोशनकाजी तुलाधरजु थःगु अमुल्यगु हि वियादीपिं सकल हि दातापिं, ज्याभवः ताःलाक्क क्वचायेकेत माःगु ग्वाहाली याना विज्यापिं गुरुमापिं, धर्मकीर्ति विहारया उपासक/उपासिकापिं, केन्द्रीय रक्तसंचार सेवाया प्राविधिकपिं, गोष्ठि भोजन पुचःया पासापिं नापं मेमेपिं सकलसित धर्मकीर्ति विहार स्वास्थ्य कमिटि पाखें यक्वयक्व साधुवाद विया दिल ।



२५६३ औं बैशाख पूर्णिमाको
शुभ उपलक्ष्यमा समस्त प्राणीहरूको कल्याण होस् ।



मुकुन्द रिजाल

वडा अध्यक्ष

काठमाडौं महानगरपालिका

१६ नं. वडा कार्यालय, सोह्रखुट्टे



धर्मकीर्ति विहार

गतिविधि

(१९३ औं कक्षा)

विषय- तिक निपात पुद्गल वग (अंगुत्तर निकाय)

२०७५ चैत्र २३ गते

प्रवचक- मदनरत्न मानन्धर

प्रस्तुती- सुर्यकाजी शाक्य

३) संस्कार सुत्र – तीन प्रकारका पुद्गल यस लोकमा भएको कुरा यस सुत्रमा भगवान्‌ले भिक्षुहरूलाई बताउनु भएको छ । एक प्रकारको पुद्गल जसले मनद्वारा, वचनद्वारा र शरीरद्वारा दुषित कर्म गर्दछ । त्यस्ता व्यक्तिहरू मृत्यु पश्चात् नरकमा उत्पन्न हुन्छ, अथवा नरकको जस्तो अनुभव गर्दछ । सुख पटकै नभएको यी नरकहरू ८ प्रकार छन्—

१. संजिव नरक, २. काल सुत्त नरक, ३. संघात नरक, ४. रोरुव नरक, ५. महा रोरुव नरक, ६. तापन नरक, ७. महातापन नरक, ८. अविचि नरक ।

१) संजिव नरक – उत्पन्न भएका प्राणीहरू एकले अर्कोलाई घात प्रतिघात गर्दछ ।

२) काल सुत्त नरकमा उत्पन्न भएका प्राणीहरूलाई कालो धागोले चिन्ह लगाई करौतिले काट्छ ।

३) संघात नरकमा प्राणीहरू अति दुःखदायी जीवन बिताउनु पर्ने हुन्छ ।

४) रोरुव नरकमा जन्म लिने प्राणीहरू तातो कराहीमा खसालेर दुःख दिइन्छन् ।

५) महा रोरुवा नरकमा जन्म लिने प्राणीहरूलाई तातो कराहीमा खसालेर घोची कष्ट दिने गर्दछ ।

६) तापन नरकमा जन्म लिने प्राणीहरूलाई आगोले पोल्न लगाउँछन् ।

७) महातापन नरकमा प्राणीहरूलाई महा अग्नीमा खसालेर कष्ट दिइन्छ ।

८) अविचि नरकमा जन्म लिने प्राणीहरूले दुःखका अटुट श्रृंखला पार गर्नुपर्ने हुन्छ ।

विषय: सत्य कथा (विसुद्धी मग्ग)

२०७५ चैत्र ३० गते

प्रवचक- डा. त्रिरत्न मानन्धर

प्रस्तुति- सुर्यकाजी शाक्य

यस दिन डा. त्रिरत्नज्यूले विसुद्धी मग्गको १६ औं परिच्छेदको सत्य कथा विषयमा प्रवचन दिनु भयो ।

विलासी जीवन बिताउनु र शरीरलाई दुःख कष्ट दिनु यी दुई अन्तरलाई छोडेर मध्यम प्रतिपद अंगालेर धर्ममा लाग्नु पर्दछ । यो कुरा भगवान् बुद्धले धम्मचक्र पवत्तन सुत्रमा पञ्च वर्गिय भिक्षुहरूलाई भन्नु भएको हो ।

सत्य कथामा चतुआर्य सत्यको व्याख्या छन्—

१) दुःख आर्य सत्य, २) दुःख समुदय आर्यसत्य ३) दुःख निरोध आर्यसत्य ४) दुःख निरोध गामिनि प्रतिपदा आर्यसत्य

(क) दुःख आर्य सत्य – संसारमा दुःख छ यससम्बन्धी पूर्ण जानकार भएपछि दुःखबाट मुक्त हुन सजिलो हुन्छ । दुःखलाई १२ प्रकारबाट वर्णन गरिएको छ ।

१) जाति पि दुःखा – जन्मनु दुःख, आमाको गर्भमा बस्नु दुःख हो ।

२) जरा पि दुःखा – शरीरको अंगप्रत्यंग विकसित भई जिर्ण भएर जानु पनि दुःख हो ।

३) मरण – मृत्यु हुनु अथवा जीवित इन्द्रियको उच्छेद भएर जानु शरीर च्युत हुनु यो पनि दुःख हो ।

४) सोक – आफन्तहरू वियोग हुँदा वा गुमाउनु पर्दा जुन छटपटी हुन्छ, त्यो पनि दुःख हो ।

५) परिदेव – सोक बढेर गएपछि छाति पिटी-पिटी रूनु, विलाप गर्नु पनि दुःख हो ।

६) दुःख – जुन दुःखले गर्दा शीरमा उत्पन्न हुने शारीरिक दुःख पनि दुःख हो ।

७) दोर्मनस्स – यो मानसिक दुःख हो । यसले मनलाई पिडा दिन्छ ।

८) उपायास – शरीर र मानसिक दुःखले सहन नसक्ने भएपछि शरीरमा समस्या उत्पन्न हुन्छ शरीरका अवयवहरू विग्रिन्छ ।

९) अप्रीय संयोग – अप्रीयहरूको मिलनबाट चित्तमा दुःख हुन्छ ।

१०) प्रियको वियोग – आफूलाई मन पर्ने वस्तु वा मानिसबाट अलग हुनु पनि दुःख हो ।

११) इच्छा गरेको पुरा नहुनु पनि दुःख हो ।

१२) अन्तमा पञ्च स्कन्ध प्रति आसक्त हुनु, उपादान हुनु पनि दुःख हो ।

पञ्चस्कन्ध प्रति तटस्थ भएर हेर्नु नै दुःखबाट मुक्त हुने मार्ग हो ।

(ख) दुःख समुदय आर्यसत्य – दुःखको पहिचान भएमा दुःखबाट मुक्त हुन सजिलो हुन्छ । दुःखको कारण तृष्णा हो, यसले नै प्राणीहरूलाई संसार चक्रमा घुमाई राख्छ । तृष्णा तीन प्रकारका छन्—

१) काम तृष्णा – पञ्चकामको चाहना हुनु, नन्दी राग

२) भव तृष्णा – राम्रो राम्रो भवमा जन्म लिने चाहना

३) विभव तृष्णा – यो जन्म पछि अर्को जन्म छैन, त्यसैले यसै जन्ममा मोज मस्ती गरेर जानुपर्छ भन्ने विचार ।

(ग) दुःख निरोध आर्य सत्य – अविद्यालाई हटाएर तृष्णा क्षय गर्न सकेमा दुःखबाट मुक्त भएको निर्वाण अवस्था प्राप्त गर्न सकिन्छ । शरीर निर्वाणको अवस्था सउपादिषेश निर्वाण र शरीर पनि त्याग्न निर्वाण पनि प्राप्त हुनु अनुपादिषेश निर्वाण हो । निर्वाण अवस्था अनित्यको क्षेत्र भन्दा परको अवस्था हो । यो असंस्कृत छ ।

(घ) दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य – यस अन्तर्गत ८ वटा मार्ग छन्—

- | | |
|------------------|-----------|
| १) सम्यक दृष्टी | } प्रज्ञा |
| २) सम्यक संकल्प | |
| ३) सम्यक वचन | } शील |
| ४) सम्यक कर्म | |
| ५) सम्यक आजीविका | |
| ६) सम्यक व्यायाम | } समाधि |
| ७) सम्यक स्मृति | |
| ८) सम्यक समाधि | |

१) सम्यक दृष्टी – हाम्रो जीवन कर्ममा आश्रीत छन् । कर्म नै हाम्रो सम्पत्ति हो । कर्म नै हाम्रो बन्धुबान्धव हो । कर्मको शरणमा नै हामी जानु पर्दछ । हामीले गर्ने राम्रा वा नराम्रा जुन कर्म छन् मृत्युपछि लिएर जाने त्यही कर्म हो । यो नै सम्यक दृष्टी हो । कुसल कर्म सम्पादन गर्नु नै महत्वपूर्ण छ ।

२) सम्यक संकल्प – चित्तमा निरन्तर रूपमा चलिरहने संकल्प जुन भोग विलास, प्रतिकुल अवस्था प्रति प्रतिक्रिया र बदलेका भाव छन्, त्यसबाट उत्पन्न हुने संकल्प ।

१. नैष्कर्म्य संकल्प, २. अब्यापाद संकल्प, ३. अविहिंसा संकल्प । यो नै सम्यक संकल्प हो ।

३) सम्यक वचन, ४) सम्यक कर्म – यो शरीर र वचनले गर्ने काम प्रति सचेत भएर संयम गर्नु हो ।

५) सम्यक आजीविक – जीविका चलाउनलाई गर्ने काम (आजीविका पनि परिशुद्ध हुनु पर्दछ) । यसमा १. शस्त्रको व्यापार २. प्राणीको व्यापार, ३. विष र हतियार व्यापार, ४. मांस व्यापार, ५. लागुपदार्थ व्यापारबाट टाढा रहनु पर्दछ ।

६) सम्यक व्यायाम – उत्पन्न नभएका अकुसल उत्पन्न नगर्ने, उत्पन्न भएको अकुसल प्रहान गर्ने, उत्पन्न नभएका कुसल उत्पन्न गर्न प्रयत्न गर्ने, उत्पन्न भएको कुशललाई अभिवृद्धि गर्ने यो नै सम्यक व्यायाम हो ।

७) सम्यक स्मृति – होश पूर्वक जीवन बिताउनु कायमा कायानुपस्सना वेदनामा वेदनानुपस्सना चित्तमा चित्तानुपस्सना र धर्ममा धम्मनानुपस्सना । यो चारवटा स्मृति प्रस्थानमा उपेक्षा भावले, तटस्थ भावले हेर्नु यो सम्यक स्मृति हो ।

८) सम्यक समाधि – चित्तको एकाग्रता नै समाधि हो । चञ्चल मनलाई एकाग्र गरी प्रथम, द्वितीय, तृतीय, चतुर्थ ध्यानमा मन लगाउनु नै सम्यक समाधि हो ।



“प्रजापति गौतमी ८० वर्षको उमेरमा भिक्षुणी बन्नुभएकी थिइन । उहाँ चिर रात्रज्ञामा अग्रस्थान प्राप्त हुन् । उहाँ १२० वर्षको उमेरमा परिनिर्वाण भइन् । उहाँ परिनिर्वाण हुँदा बुद्ध स्वयं मलामीमा जानुभएको थियो । उहाँसँगै ५०० शाक्य कुमारीहरू पनि भिक्षुणी बन्नुभएको थियो ।”

भिक्षु पञ्जासार महास्थविरद्वारा संचालित कक्षा

अभिधर्म - २

२०७६ वैशाख ७ गते, शनिवार

प्रवचक- भिक्षु पञ्जासार महास्थविर

प्रस्तुति- उष्णीषतारा तुलाधर

स्थान- धर्मकीर्ति विहार

गत वैशाख ७ गते श्रद्धेय भिक्षु पञ्जासार महास्थविरले धर्मकीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको नियमित शनिवारिय कक्षामा 'अभिधर्म' को क्रमिक रूपमा चल्ने कक्षाको दोस्रो कक्षा लिनुभयो । यस कक्षामा 'अभिधर्म' को निदान अर्थात् उत्पत्ति कहाँबाट भन्ने विषयमा बताउनुभयो । कक्षामा बताइएका प्रमुख कुराहरू निम्न रूपमा प्रस्तुत गरिन्छ :

२. अभिधर्मको निदान :

भगवान् बुद्धले अभिधर्म सातौं वर्षावास कालमा देशना गर्नुभएको थियो । उहाँकी आमा महामायादेवी देहान्त भएर तुसिता देवलोकमा सन्तुसित देवपुत्रको नाममा जन्मेका थिए । आफ्नी आमा महामायादेवीप्रति कर्तव्य पुऱ्याउन अभिधर्म देशना गर्नुभएको थियो । बुद्धले किन तावतिस देवलोकमा देशना गर्नुभयो र मनुष्य लोकमा किन गर्नु भएन भन्ने प्रश्न उठ्न सक्छ । बौद्ध ग्रन्थहरूमा उल्लेख भएअनुसार मनुष्य लोकभन्दा माथि ६ वटा देवलोकहरू छन् । ती हुन् -

१. चातुर्माहाराजिका २. तावतिस

३. यामा ४. तुसित

५. निम्माणरति ६. परनिर्मित वसवर्ति

बुद्धले तावतिस देवलोकमा अभिधर्म देशना गर्नुभएको कारण निम्नप्रकार छन् -

१. तावतिस देवलोकको विशेषताको कारण, जुन यस प्रकार छन् -

“तावतिस देवलोक” देवलोकको राजधानी मानिन्छ, जहाँ अधिपति देवराज इन्द्र रहने गर्छ । त्यसैले तुसिता देवलोकमा रहनु भएका सन्तुसित देवपुत्र (महामायादेवी) लाई तावतिस देवलोकमा बोलाई अभिधर्म देशना गरिएको थियो ।

तावतिस देवलोकको आयु प्रमाण - देवताहरूको आयु १००० वर्ष (पृथ्वीलोकमा १०० वर्षको त्यहाँ १ दिन हुन्छ) इन्द्रलाई पुण्यको प्रभावले तावतिस देवलोकको

अधिपति बन्न अवसर प्राप्त भएको थियो । तावतिस देवलोक पृथ्वी लोकभन्दा ८४,००० योजन टाढा रहेको उल्लेख छ ।

२. भगवान् बुद्धले तावतिस देवलोकमा अभिधर्म देशना गर्नुभएको अर्को कारण उहाँकी आमा महामायादेवी मृत्यु पश्चात् तुसित देवलोकमा जन्मनुभएको थियो । बुद्धले संसारमा सबैभन्दा बढि मान-सम्मान तथा गौरव आमा-बुबालाई दिनुभएको प्रमाण विभिन्न सूत्रहरू मार्फत जान्न सकिन्छ । मंगलसूत्रमा आमा-बुबाको सेवा गर्नु मंगल हो भनिएको छ । वसल सूत्रमा जुन छोराछोरीले आफू सक्षम भएर पनि आमा-बुबाको पालन-पोषण गर्दैनन् ती वसल (संगत गर्न नहुने) समान हुन् भनिएको छ । पराभव सूत्रमा आमा-बुबाको सेवा-सत्कार गरेन भने त्यस व्यक्ति आफ्नो जीवनमा पराजित हुनुपर्नेछ अर्थात् उसको अन्ततः विनाश भएर जान्छ भनिएको छ । त्यस्तै आमा-बुबा आफ्नो छोराछोरीको लागि ब्रह्मा समान भनिएको छ । पूर्व आचार्य (पहिलो गुरु)को रूपमा पनि लिइएको छ । उहाँहरू आहुनेय्य (आव्हान गरी पूजागर्न योग्य), पाहुनेय्य (पालनपोषण गर्न योग्य), दक्खिनेय्य (दानदिन योग्य), अञ्जलीकरणीय (पंचाङ्ग वन्दना गर्न योग्य); यसप्रकार आमा-बुबा छोराछोरीको लागि मार्गफलमा पुगेका आर्यहरू समान हुन् । उहाँहरूले आफ्नो जीवनपर्यन्त आशिर्वाद दिइरहेका हुन्छन् । त्यसकारण आमा-बुबालाई छोराछोरीले ऋण तिर्नुपर्ने हुन्छ । ऋणबाट मुक्तहुने दुई तरिका छन् ।

१) लौकिक तरिका - आमा-बुबालाई पालनपोषण तथा सेवा सत्कार गर्ने ।

२) लोकुत्तर तरिका - लौकिक तरिकाले मात्र ऋण तिरेर पुग्दैन धर्मद्वारा पनि सहयोग गर्नुपर्छ । यो चार प्रकारद्वारा गर्न सकिन्छ -

१. सद्धा - धर्मप्रति श्रद्धा नभएका आमा-बुबालाई श्रद्धा जगाइदिने ।

२. सील - शीलपालन गर्न सिकाइदिने ।

३. त्याग - दान दिन सिकाइदिने ।

४. पञ्जा - धर्म अधर्म छुटाउन नजान्नेलाई ज्ञान दिएर बुझाइदिने ।

यदि यी गुणहरू छन् भने यसलाई वृद्धि गर्न अर्भ

प्रेरणा दिने ।

त्यसकारण भगवान् बुद्धले आमाको गुणको ऋणबाट मुक्त हुन तथा आमाप्रति गौरव राख्न तावतिस देवलोकमा उपदेश दिनुभएको थियो ।

३) बौद्ध इतिहासमा २८ जना तथागतहरूको बारेमा वर्णन गरिएको छ । सबै बुद्धहरूको लागि नियम एउटै छ । जस्तै: बुद्ध हुनको लागि ३० पारमिता पूर्ण गर्नुपर्छ, बुद्धत्व प्राप्तपछि प्रथम पटक धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुहुन्छ । त्यस्तै सबै तथागतहरूले अभिधर्म देशना तावतिस देवलोकमा गर्नुभएको थियो । शाक्यमुनि बुद्धले पनि यही बुद्ध नियममा बस्नुभई तावतिस देवलोकमा अभिधर्म देशना गर्नुभएको थियो ।

४) पृथ्वीमा १०० वर्षको तावतिस देवलोकमा

१ दिन हुन्छ भनिएको छ । भगवान् बुद्धले ९ मिनेट देवलोकमा अभिधर्म देशना गर्नुभएको थियो । त्यहाँको ९ मिनेट पृथ्वीमा ३ महिना हुन आउँछ । ३ महिना लगातार देशना गर्न सम्भव नभएकोले तावतिस देवलोकमा देशना गर्नुभएको थियो ।

तावतिस देवलोकमा धर्मदेशना गर्नुभई त्यहाँबाट तलतिर नजिक रहेको अनोतप्त जलाशयमा आउनुभई भोजन गर्नुहुन्थ्यो । यहीं बुद्धका अग्रश्रावक सारीपुत्र भिक्षुलाई संक्षिप्तमा अभिधर्म देशना गर्नुभएको थियो । त्यहाँबाट सारीपुत्र भिक्षु जेतवन जानुभई ५०० भिक्षुहरूलाई अभिधर्मको देशना गर्नुहुन्थ्यो ।

यसप्रकार भगवान् बुद्धको सातौं वर्षावास कालमा अभिधर्म प्रकाशमा आएको थियो ।



गुणानुस्मरण एवं श्रद्धाञ्जली सभा



कार्यक्रममा सहभागी हुनुभएका (दायाँबाट) भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर, भिक्षुणी धम्मवती, माननिय सुभाषचन्द्र नेम्वाङ्ग र कृष्णगोपाल श्रेष्ठ

२०७६ वैशाख ८ गते, आइतवार

स्थान- राष्ट्रिय सभा गृह, भृकुटी मण्डप, प्रदर्शनी मार्ग
नेपालका छैठौं संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले नेपालमा बुद्धधर्म विकास र विस्तार कार्यमा

पुन्याउनु भएको बहुआयामिक योगदान र उहाँले निभाउनु भएको भूमिकालाई स्मरण गर्दै उहाँको निर्वाण कामना सहित गुणानुस्मरण एवं श्रद्धाञ्जली सभाको आयोजना गरी भव्य कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको छ ।

अखिल नेपाल भिक्षु महासंघको आयोजना एवं काठमाडौं महानगरपालिकाको सह-आयोजनामा भिक्षु मैत्री महास्थविरको सभापतित्वमा सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा अन्य २१ वटा संस्थाहरू (विभिन्न विहारहरू र संस्थाहरू) ले सह-आयोजकको भूमिका निभाएका थिए ।

सातौं संघनायक भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर र माननिय सांसद सुवासचन्द्र नेम्वाङ्ग अति विशिष्ट अतिथि रहनु भएको उक्त सभामा विशिष्ट अतिथिहरू संघ उपनायक भिक्षु बोधिसेन महास्थविर र अन्तर्राष्ट्रिय भिक्षुणी संघका अध्यक्ष भिक्षुणी धम्मवती रहनु भएका थिए ।

यसरी नै नेपाल बौद्ध महासंघका अध्यक्ष, नेपाल परम्परागत बौद्ध संघका अध्यक्ष, धर्मोदय सभाका अध्यक्ष नेपालका लागि श्रीलंकाका महामहिम राजदूत, माननिय सांसदहरू अतिथिको रूमा रहनु भएको उक्त सभा अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका कार्यकारिणी सदस्य भिक्षु पियदस्सी महास्थविरले सञ्चालन गर्नुभएको थियो ।

अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका सातौं संघनायक भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविरले पञ्चशील प्रार्थना गराउनुभएको उक्त सभामा थेरवाद, महायान र ब्रजयान गरी तीनवटै यानहरूको समूहबाट पालैपालो गरी दिवंगत हुनुभएका छैठौं संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको पुण्यस्मृतिमा सुगति एवं निर्वाण कामना गरी पाठ गरिएको थियो ।

भिक्षु पियदस्सीले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएपछि दिवंगत भिक्षु अश्वघोषको तस्विरमा पुष्पार्पण सहित श्रद्धाञ्जली व्यक्त गरिएको उक्त कार्यक्रममा उहाँको सुगति सहित निर्वाण कामना गरी १ मिनेट मौन धारण गरिएको थियो ।

सो पश्चात् भिक्षु अश्वघोष महास्थविर देहावसान हुनुभएकोले उहाँको गुणानुस्मरण गरी सम्माननिय राष्ट्रपति श्रीमती विद्यादेवी भण्डारी, सम्माननिय प्रधानमन्त्री श्री के.पी. शर्मा ओली लगायत देश विदेशबाट प्राप्त भएका

- ❖ हीन काम नगर, लापरवाही नहोऊ, मिथ्याधारणामा नफँस, सांसारिक वासनाका कामना नबढाउ ।
 - ❖ उठ, बेहोशी नहोऊ, सद्धर्मको आचरण गर, धार्मिक इमान्दारी पुरुषहरू सधैं सुखपूर्वक जीवन बिताउँछन् ।
 - ❖ पहिले गलति गरेर पछि फेरि गलति गर्दैन, त्यस्ताले यो लोकमा बादलबाट छुटेको चन्द्रमाले झैं तेज फैलाउँछन् ।
- बुद्ध उपदेशहरू

समवेदना पत्रहरूलाई अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका महासचिव भिक्षु कौण्डज्य महास्थविरले पढेर सुनाउनु भएको थियो । श्रीलंकाका महामहिम राष्ट्रपतिले पठाउनु भएको समवेदनापत्र श्रीलंकन राजदूतले पढेर सुनाउनु भएको थियो । यसरी नै श्रीलंका निवासी गुरु भिक्षु कोटुगड धम्मावासबाट पठाउनु भएको समवेदनापत्र भिक्षु तपस्सी धम्म महास्थविरले पढेर सुनाउनु भएको थियो ।

त्यसपछि भिक्षु कौण्डज्यले दिवंगत भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको संक्षिप्त जीवनी र उहाँको योगदान परिचयको रूपमा प्रस्तुत गर्नुभएको थियो । दिवंगत भिक्षु अश्वघोषको गुणानुस्मरण गर्दै उहाँले धर्मप्रचार क्षेत्रमा पुऱ्याउनु भएको योगदानलाई कदर गर्दै आ-आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुहुने महानुभावहरू यसरी हुनुहुन्थ्यो—

भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर, भिक्षुणी धम्मवती, सुवर्ण शाक्य, विमलबहादुर शाक्य, मीरा ज्योति कंसाकार, माननिय सुभाषचन्द्र नेम्वाङ्ग आदि ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा भिक्षु कौण्डज्यले धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भएपछि सभाका सभापति एवं अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष भिक्षु मैत्रीले आफ्नो मन्तव्य व्यक्त गर्नुभई सभा विजर्सन गर्नुभएको थियो ।

**महामानव गौतम बुद्धया
जन्म, बोधिज्ञान लाभ व
महापरिनिर्वाण स्वंगू संयोग
चूलाःगु पवित्रगु
बैशाख पुन्हिया लसताय
सकलसित भिंतुना घछाना ।**

शुभ गणपति



शुभ गणपति

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

थाय्मरु, येँ

फोन नं. ४२३२९०२, ४२३२९४६

महायोगी श्रीधर राणा रिम्पोछे र प्रो. डा. हृदयरत्न बज्राचार्यालाई स्वागत गरियो



ओवाद मन्तव्य दिनुहुँदै भिक्षुणी धम्मवती

२०७६ वैशाख १४ गते, शनिवार
स्थान- धर्मकीर्ति विहार, धम्महल

विद्याधर आचार्य महायोगी श्रीधर राणा रिम्पोछे र लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयका उपकुलपति प्रो.डा. हृदयरत्न बज्राचार्यालाई यसदिन एक भव्य कार्यक्रममा धर्मकीर्ति विहारले स्वागत गरिएको छ । धर्मकीर्ति संरक्षण कोषको आयोजनामा कोषका सह-कोषाध्यक्ष अरुणशिद्धि तुलाधरले सञ्चालन गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा कोषका सदस्य अगम्यरत्न कंसाकारले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो । कोषका सदस्य एवं सह-प्राध्यापक मदनरत्न मानन्धरले रिम्पोछे गुरु र उपकुलपति बज्राचार्यको पचिय प्रस्तुत गर्नुभएको उक्त कार्यक्रम कोषका अध्यक्ष भिक्षुणी धम्मवतीको सभापतित्वमा सञ्चालन गरिएको थियो । कार्यक्रममा भिक्षुणी धम्मवतीबाट आचार्य महायोगी श्रीधर राणा र उपकुलपति प्रो.डा. हृदयरत्न बज्राचार्य लगायत अन्य पाहुनाहरूलाई धर्मोपहार प्रदान गर्नुभएको थियो ।

मन्तव्य व्यक्त गर्ने क्रममा विद्याधर आचार्य श्रीधर राणाले बुद्ध शिक्षा प्रचार कार्यमा आएका बाधा अड्चनहरूको ऐतिहासिक सत्यतथ्यहरूको विश्लेषण गर्नुहुँदै बुद्ध अनुयायी हामीले प्रज्ञा अनुकूलको व्यवहारलाई अभ्यास गर्दै लानुपर्ने विषयमा जोड दिनुभएको थियो ।

यसरी नै उपकुलपति प्रो.डा. हृदयरत्न बज्राचार्यले – विज्ञान र बुद्ध धर्मले प्राकृतिक शिक्षाहरू सिकाएता पनि विज्ञानले जति विकास गर्‍यो, त्यति नै विध्वंसतात्मक अनुसन्धानहरू पत्ता लगाए भने बुद्ध शिक्षाले समाजमा शान्ति र समन्वय ल्याउन धेरै योगदान पुऱ्याएको देखिन्छ, भन्नुभयो । साथै उहाँले बुद्ध शिक्षालाई जनमानसमा पुऱ्याउनको लागि बनाइरहेको योजनाहरू विषयमा पनि जानकारी दिनुभएको थियो ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा कोषका सदस्य मिना तुलाधरले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो भने भिक्षुणी धम्मवतीले ओवाद उपदेश दिनुभई कार्यक्रम समापन गरिएको थियो ।



Lumbini-1970ies AD

भिक्षुणी धम्मवती गुरुमां ८५ बुदिं उपलक्ष्य लुम्बिनी निकोगु अल्पकालीन प्रव्रज्या



अल्पकालिन प्रव्रज्याय सहभागी जूपिं ऋषिनी १९ म्ह व गुरुमां छम्ह

प्रस्तुती- केशावती गुरुमां

थ्वहे वंगु चैत्र २१ गते निसें २५ गते तक्क धम्मवती गुरुमांया ८५ बुदिं उपलक्ष्य गुरुमांया सुस्वास्थ्य व दीर्घायु कामना यासे लुम्बिनी निकोगु अल्पकालिन गुरुमां व ऋषिनी प्रव्रज्या ज्याभवः क्वचाल ।

धर्मकीर्ति विहारया गुरुमांपिनी आयोजना व केशावती गुरुमांया संयोजकत्वय् न्ह्यागु थुगु ज्याभवलय् गुरुमां छम्ह व ऋषिनी जूपिं १९ यांनाः जम्मा २० व्यक्तिपिं अल्पकालिन प्रव्रजित जूगु खः ।

भन्ते उ सुजनपिया बर्मा पाखे प्रव्रजित पिन्त दशशील बिया बिज्यात । अथेह धर्मदेशना यांना बिज्यात ।

ज्याभवः ज्योद्धी महापरित्राण, धर्मदेशना व भ्रमण नं जूगु जुल ।

धर्मदेशना -

सयादो उ सुजनपिय बर्मा, भन्ते - सान्ते, गुरुमां केशावती, गुरुमां विणा

महापरित्राण यांना बिज्यापिं -

- १) सरणागमण - धजग्ग सुत्त - दसनावती, प्रज्ञावती गुरुमां
- २) महाकस्सपत्थेर बोज्झङ्ग - श्यामावती, तुषितावती गुरुमां
- ३) धम्मचक्क पवत्तन सुत्त - सयादो उ सुजनपिय
- ४) महासमय सुत्त - श्यामावती + दसनावती गुरुमां

५) आलवक सुत्त - पराभव सुत्त - श्यामावती - दसनावती गुरुमां

६) सच्चविभंग सुत्त - पराभव सुत्त - दसनावती + वीरावती

७) आटानाटिय (क) विरावती + दसनावती

८) आटानाटिय सुत्त (ख) केशावती गुरुमां, विणा गुरुमां

भोजन, जलपान दाता -

गुणलक्ष्मी वाडे, नगदेश

पदमतारा तुलाधर समूह, काठमाडौं

हरीदेवी धजु समूह, नगदेश

मेगु अतिरिक्त ज्याइवःत :

न्हिन्हं मायादेवी मन्दिरे बुद्धपूजा व ध्यान ।

कपिलवस्तु, देवदह लुम्बिनीया देश विदेश विहार भ्रमण ।

खुम्हम्ह संघमहानायक अश्वघोष भन्तेया पुण्य स्मृतिस १०८ वटा मत मायादेवी मन्दिरे दुने प्रदीप पूजा ।

२५ गते जिपिं सकसियां गुरु धम्मवती गुरुमांया आयु आरोग्य दिर्घायु प्रार्थना यासे १०८ वटा मत च्याकाः प्रदीप पूजा जुल ।

गौतमी भिक्षुणी विहार व विश्वराम धजु व अष्टवहादुर धजु नगदेश पाखें सम्पूर्ण भान्छाया गुहाली श्रम दानयांना दिगुलिं यक्को साधुवाद ।

दो गुणवती गुरुमांको पुण्यस्मृतिमा श्रद्धाञ्जली सभा

२०७५ चैत्र २५ गते, तृतीया

स्थान- धर्मकीर्ति वसुन्धरा विहार

यसदिन धर्मकीर्ति वसुन्धरा विहारले दिवंगत पूजनिय दो गुणवती गुरुमांको पुण्यस्मृतिमा श्रद्धाञ्जली सभाको आयोजना गरिएको समाचार छ ।

प्राप्त समाचार अनुसार उक्त कार्यक्रममा दिवंगत पूज्य दो गुणवती गुरुमांको तस्वरमा अनोजा गुरुमां, कुसुम गुरुमां लगायत अन्य गुरुमांहरू, उपासक उपासिकाहरूले खाडा एवं फुलमाला अर्पण गरी दीप पञ्ज्वलन गर्नुभएका थिए ।

अनोजा गुरुमांले धर्मदेशना गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा कुसुम गुरुमांले दिवंगत हुनु भएको दो गुणवती गुरुमांको परिचय र उहाँले धर्मप्रचार क्षेत्रमा पुऱ्याउनु भएको योगदान विषयमा प्रकाश पार्नुभएको थियो ।

संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविर प्रति श्रद्धाञ्जली
२०७५ चैत्र ३० गते, शनिवार, अष्टमी
स्थान- नगदेश बौद्ध समूह, थिमी

संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविर ९३ वर्षको उमेरमा २०७५ चैत्र २२ गतेका दिन देहावसान भएकोले उहाँको सद्गति र निर्वाण कामना गरी श्रद्धाञ्जली अर्पण गरिएको समाचार छ । समूहका अध्यक्ष दीपकराज सांपालको अध्यक्षतामा र गौतमी गुरुमांको प्रमुख आतिथ्यमा सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा समूहका सदस्य उपासक गणेश हरी प्रजापतिले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

समूहका सचिव उपासक कृष्ण कुमार प्रजापतिले श्रद्धेय संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको जीवनी र गतिविधिवारे विस्तृत चर्चा गर्नुभएको थियो ।

प्रमुख अतिथि श्रद्धेय गौतमी गुरुमां र कार्यक्रमका सभापति उपासक दीपकराज सांपालले श्रद्धेय दिवंगत भन्ते प्रति भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएपछि पुण्यानुमोदन गरी कार्यक्रम समापन गरिएको थियो ।

बाबा साहेब डा. भीमराव अम्बेडकरको १२९ औं जन्म जयन्ती

२०७६ वैशाख १ गते

स्थान- नगदेश बौद्ध समूह, नगदेश बुद्ध विहार

नगदेश बौद्ध समूहको आयोजनामा बाबा साहेब डा. भीमराव अम्बेडकरको जन्म दिवस अर्थात् अप्रिल १४ को दिनलाई स्मरण गरी उहाँले बुद्ध शासनिक क्षेत्रमा पुऱ्याउनु भएको योगदानलाई स्मरण गरी एक कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको समाचार प्राप्त भएको छ ।

गौतमी गुरुमांको प्रमुख अतिथित्वमा सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा हरी प्रजापतिले स्वागत मन्तव्य व्यक्त

गर्नुभएको थियो भने समूहका सचिव कृष्ण कुमार प्रजापतिले बाबा साहेब डा. भीमराव अम्बेडकरको जीवनी र उहाँको बौद्ध गतिविधि र कीर्ति विषयमा चर्चा गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा बाबा साहेब डा. अम्बेडकरले बुद्ध शासनिक क्षेत्रमा पुऱ्याउनु भएको योगदानलाई स्मरण गरी उहाँको सद्गति कामना गर्दै १२९ जन्म जयन्ती मनाइएको थियो ।

धर्मकीर्ति पत्रिकाको सहयोग

धर्मकीर्ति विहारका संस्थापक अध्यक्ष अन्तर्राष्ट्रिय भिक्षुणी संघका अध्यक्ष, धर्मकीर्ति पत्रिकाका प्रकाशक श्रद्धेय भिक्षुणी धम्मवतीले धर्मकीर्ति पत्रिकाको उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्नुभई रु. २,००,०००/- (दुईलाख रुपियाँ) चन्दा सहयोग प्रदान गर्नुभएको छ । यस सहयोगको लागि साधुवाद व्यक्त गर्दै धर्मकीर्ति पत्रिका परिवारले उहाँको आयु आरोग्य एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गरिएको छ ।

बुद्ध मूर्ति अनावरण र परियत्ति किताब विमोचन



समाजसेवी श्री मोतीलाल शिल्पकारज्यूको निवास स्थान लोकेश्वर टोल, जावलाखेलमा, ४८" ढलोटको बुद्ध मूर्ति स्थापना र परियत्ति पुस्तक विमोचन भएको समाचार छ । प्राप्त समाचार अनुसार श्रद्धेय भन्ते र गुरुमांद्द्वारा सामूहिक परित्राण पाठ सम्पन्न गरिएको उक्त कार्यक्रममा नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा अन्तर्गत, प्रवेश तृतीय वर्षको दुई पुस्तक (भाग-२, भाग-४) श्रद्धेय भिक्षु

धम्मशोभन महास्थविरले विमोचन गर्नुभयो भने र बुद्ध मूर्तिको अनावरण श्रद्धेय भिक्षु बोधिज्ञान महास्थविरबाट सम्पन्न भयो । उक्त अवसरमा देवदहमा अन्तरराष्ट्रिय भिक्षुणी संघको लागि भवन निर्माणार्थ सहयोग स्वरूप रु. १,०१,०००/- को चेक गुरुमांलाई हस्तान्तरण गरियो ।

कर्मशीला गुरुमां दिवंगत हुनुभयो



पोखरा स्थित धर्मशीला बुद्ध विहारमा रहँदै आउनुभएकी कर्मशीला गुरुमां २०७६ साल वैशाख २६ गते

विहवारका दिन ७७ वर्षको उमेरमा दिवंगत हुनुभएको छ ।

वि.सं. १९९९ साल वैशाख महिनामा माता सेती ताम्राकार र बुबा छेत्र नारायण ताम्राकारको कोखबाट तेर्सापट्टी नदीपुरमा जन्मनु भएकी सन्तु ताम्राकार वि.सं. २०४३ साल फागुन ५ गते धर्मशीला बुद्ध विहारमा कर्मशीला गुरुमांको नामले प्रव्रजित गुरुमां हुनुभयो ।

३३ वर्षसम्म बुद्ध शिक्षा प्रचार कार्यमा योगदान पुऱ्याउँदै आउनु भएकी कर्मशीला गुरुमांको पार्थिक शरीरलाई २०७६ वैशाख २८ गते शनिवार पोखरामा अन्त्येष्ठी गरिएको थियो । उहाँको पुण्यस्मृतिमा भिक्षु भिक्षुणी संघबाट सामूहिक परित्राण पाठ गरी उहाँको सुगति एवं निर्वाण कामना गरी पुण्यानुमोदन गरिएको थियो ।

आवरण चित्र परिचय

सुभद्रको प्रव्रज्या

लेखक- कल्याण मित्र सत्यनारायण गोयन्का
अनुवाद- वीर्यवती

त्यस समय कृशीनगरमा सुभद्र नाम गरेको परिव्राजक रहने गर्थ्यो । त्यस समय रातको अन्तिम प्रहरमा श्रमण गौतमको परिनिर्वाण हुनेछ भन्ने कुरा उसले सुनेको थियो । तब सुभद्र परिव्राजकको मनमा यस्तो विचार आयो—

मैले बृद्ध महल्लक आचार्य-प्राचार्य परिव्राजकहरूको तर्फबाट यस्तो कथावत सुनेको छ— “यस लोकमा तथागत अरहन्त सम्यक सम्बुद्ध कहिले काहिं मात्र उत्पन्न हुनेगर्छ ।”

आज रातको अन्तिम प्रहरमा त तथागत श्रमण गौतमको परिनिर्वाण हुनेछ । यस समय म श्रमण गौतमप्रति श्रद्धावान् छु । श्रमण गौतमले मलाई यस्तो धर्म उपदेश दिनुहुनेछ, जुन उपदेश सुनेर मेरो कल्याण हुनेछ ।”

तब सुभद्र परिव्राजक जहाँ मल्लहरूको शालवन उपवत्तन थियो, जहाँ आयुष्मान आनन्द रहनुभएको थियो, त्यहाँ गयो । त्यहाँ पुगिसकेपछि आयुष्मान आनन्दलाई यसरी भन्यो— “हे आनन्द ! म श्रमण गौतमलाई दर्शन गर्न चाहन्छु ।”

यो कुरो सुनी आयुष्मान आनन्दले सुभद्र परिव्राजकलाई भन्यो— “आवुस ! सुभद्र ! तिमीले तथागतलाई यो समय तकलिफ नदिनु । अहिले तथागत थाक्नु भएको छ ।”

दोश्रो पटक र तेस्रो पटक पनि सुभद्र परिव्राजकले भगवान् समक्ष जानको लागि भिक्षु आनन्दसंग आग्रह गरिरहेको थियो ।

भगवान् बुद्धले आयुष्मान् आनन्द र सुभद्र परिव्राजक विच भइरहेको कुराकानी सुन्नुभयो । तब भगवान् बुद्धले आयुष्मान् आनन्दलाई भन्नुभयो— “आनन्द ! सुभद्रलाई नरोक्नु । सुभद्रलाई तथागत दर्शन गर्न दिनु । सुभद्रले जुन प्रश्न सोध्नेछ, त्यो परम ज्ञानको इच्छाले नै सोध्नेछ । तकलिफ दिने इच्छाले होइन । उसको प्रश्नको जवाफ मबाट पाएपछि, यसलाई उसले यथासिघ्र बुझ्न सक्नेछ ।”

तब आयुष्मान् आनन्दले सुभद्र परिव्राजकलाई भन्यो— “जाऊ आवुस सुभद्र ! भगवानले तिमीलाई उहाँ समक्ष आउने अनुमति दिनुभएको छ ।”

तब सुभद्र परिव्राजक जहाँ भगवान बुद्ध हुनुहुन्थ्यो, त्यहाँ गई भगवानलाई वन्दना गरी एक छेऊमा बसिसकेपछि उसले भगवान बुद्ध समक्ष यसरी प्रश्न गर्‍यो ।

— “हे गौतम ! अनेक श्रमण, ब्राह्मण, सँधी, गणी, गणाचार्य, प्रसिद्ध यशस्वी तीर्थकर आदि सबैले अनेक प्रकारले दावा गर्छन् । तिनीहरूले गरेका ती दावाहरू ठीक वा सत्य हुन् ?”

भगवान् बुद्ध— “होइन सुभद्र ! त्यागीदेऊ ती सबै दावाहरूलाई । सुभद्र ! मैले तिमीलाई धर्मोपदेश गर्नेछु । यसलाई तिमीले राम्ररी सुनेर ठीक तरिकाले आफ्नो मनमा धारण पनि गर्नु ।”

सुभद्र— “हवस् भन्ते !”

भगवान् बुद्धले सुभद्रलाई धर्मोपदेश गर्नुभयो ।

यो सुनी सुभद्र परिव्राजकले भगवान् बुद्धलाई भन्यो— “आश्चर्य भन्ते ! अद्भूत छ भन्ते ! म भगवानको शरणमा पर्छु । धर्म र भिक्षु संघको पनि शरणमा पर्छु । भन्ते ! मलाई भगवान् समक्ष प्रव्रज्या र उपसम्पदा प्राप्त होस् ।”

भगवान् बुद्ध— “सुभद्र ! जुनसुकै भूतपूर्व अन्यतैर्थिक (अर्को मार्गका अनुयायीहरू) होस् उनीहरू (बुद्ध शिक्षा) यस धर्ममा प्रव्रज्या र उपसम्पदा हुन चाहन्छ भने उसले चार महिनासम्म परिवास (परीक्षण काल) विताउनु पर्ने नियम छ । चार महिनापछि यदि उसमा उपसम्पदा हुने योग्यता रहेको देखिएमा मात्र उसलाई प्रव्रजित गर्ने र उपसम्पन्न गर्ने नियम रहेको छ ।”

सुभद्र— “भन्ते ! यदि भूतपूर्व अन्य तैर्थिकहरू यस धर्म विनयमा प्रव्रज्या उपसम्पदा प्राप्त गर्नका लागि चार महिना परिवास गर्नुपर्ने नियम छ भने मैले त चार वर्ष परिवास बस्न पनि तयार छु । चार वर्ष पछि सन्तुष्ट चित्त सहितको भिक्षुबाट मलाई प्रव्रजित गरिदिनु होस् ।”

भगवान् बुद्ध सुभद्रको धर्मप्रति यस्तो निष्ठा देखि प्रसन्न हुनुभयो र आयुष्मान् आनन्दलाई यसरी भन्नुभयो— “आनन्द ! सुभद्रलाई प्रव्रजित गरिदिनु ।”

“हवस् भन्ते !” भन्नुहुँदै भिक्षु आनन्दले सुभद्र परिव्राजकलाई यसरी भन्नुभयो— “आवुस ! तिमीलाई सुलाभ भएको छ । किनभने तिमीले भगवान् शास्ता समक्ष प्रव्रज्या प्राप्त गर्दैछौ ।”

सुभद्र परिव्राजकले भगवान बुद्ध समक्ष प्रव्रज्या प्राप्त गर्‍यो । उपसम्पदा प्राप्त गर्‍यो । उपसम्पन्न भई विहार गर्दै यथासिघ्र नै अनुत्तर ब्रह्मचर्य फल त्यही जन्ममा स्वयं जानी बुभी साक्षात्कार गर्‍यो । सुभद्र अरहन्तहरू मध्ये एक हुन पनि सफल भए । यसरी उ भगवान् बुद्धको अन्तिम शिष्य बन्न सफल भए । ■