

नमो तस्य भगवतो अरहतो सम्मा समुद्दस्य

# आनन्दगण्डु भूषित

बैशाख विशेषाङ्क



सिद्धार्थको जन्म

( आनन्दकुटी विहार गुटीको मासिक मुख्य-पत्र )

ज०५

बंग-१

बंक-२

नें० स० १०६३  
ह० स० १६७३

वार्षिक ५।—  
यो अंकको  
—१९५

# “आनन्द भूमि”या नियम

- १- “आनन्द भूमि” आनन्द कुटी विहार गुठीया मासिक मुख-पत्र खः । “आनन्द भूमि” पुन्ही पर्ति पिहाँ वई ।
- २- थुकिया दच्छिया चन्दा ५/- खुलाया ३/- छगू प्रतिया -/५० न्ह्यागु महिनानिसे ग्राहक जुईफु ।
- ३- राजनैतिक खैं बाहिक धर्म सम्बन्धी लेखत जक थुकी छापे जुई ।
- ४- सुं लेखकद्वारा प्रकट जूगु मतया उत्तरदायी सम्पादक मण्डल जुई मखु ।
- ५- प्रबन्ध सम्बन्धी पत्र व्यवहार व चन्दा व्यवस्थापकया नामे छ्वया हयमा । पत्र व्यवहार याय्गु बखते थःगु ग्राहक संख्या, पूरा नाँ व ठिकाना बाँलाक च्वया हयमा ।
- ६- पत्रिका मकाय्गु जुल धासा, अथवा थःगु ठिकाना हेर-फेर याय्माल धाःसा लच्छन्ह्यो हे व्यवस्थापकयात सूचना बियमा ।

“आनन्द भूमि” कार्यालय  
आनन्दकुटी, स्वयम्भू काठमाडौं, नेपाल

## विषय – सूची

१.	बुद्धवचनामृत	
२.	बुद्धदेव	
३.	आनन्दकुटी विद्यापीठ स्थापना	
४.	बौद्ध साहित्य र स्वास्थ्य सेवा	
५.	भगवान बुद्धया उपदेश	
६.	हिजोको सन्देश आजको मिलन	
७.	सम्यक बुद्धि	
८.	बुद्ध	
९.	वन्दना	
१०.	ध्यान या न्याह्य शत्रु	
११.	Awake Buddhists of Nepal	
१२.	सम्पादकीय	
१३.	समाचार	
	– रवीन्द्रनाथ टैगोर	१
	– भिक्षु अमृतानन्द	८
	– भिक्षु अश्वघोष	१२
	– भद्रन्त आनन्द कौसल्यायन	१७
	– वद्रीश्वर शर्मा	२०
	– प्रियदर्शी महास्थविर	२१
	– नातीबज्ज	२४
	– दुर्गलिला	२४
	– मोहनकाजी ताम्राकार	२६
	– Rev. khanti pala	२९
		३३
		३४

# ॐ पूर्णद्व भूषिं

“चरथ भिक्खवे चारिकं बहुजनहिताय बहुजन सुखाय लोकानुकम्पाय अत्थाय हिताय सुखाय देवमनुस्सानं । देसेथ भिक्खवे धर्मं आदिकल्याणं मज्जे कल्याणं सात्थं सव्यञ्जनं केवल परिपुण्णं परिसुद्धं ब्रह्मचरियं (धर्म) पकासेथ ।”

(महावग—विनयपिटक)

सम्पादक मंडल—

भिक्षु, अश्वघोष, श्री वदुकृष्ण, ‘भूषण’ श्री न्हुळेवहादुर बज्राचार्य

वर्ष १	आनन्द कुटी	जेष्ठ २०३० बुद्ध सम्वत् २५१७	स्वयम्भू	अंक २
--------	------------	---------------------------------	----------	-------

## बुद्धवचनामृत—

सर्वजना यो कुराको प्रतिपादन प्रमाण गर्दछन्, कि बाटो, धर्मता हाम्रोनै शुद्ध छ, अहंको बाटोमा शुद्धि छैन, जुन बाटोको आश्रय हामीले लिएका छौं, त्यही पन्थमा श्रेय छ, यस्तो भन्नेहरूले आफूलाई भिन्नाभिन्नै पन्थमा आफैले बाँद्धछन् ।

वाद विवादमा परेर मानिस या त अरुलाई आघात पुऱ्याउँदछ या खुद आफैलाई चोट पुऱ्याउने छ । विवादमा यो विष देखेर त्यसबाट अलग हुनु असल हो । कारण कि त्यसमा प्रशंसा लुट्ने लोभदेखि बाहेक केही लाभ छैन । (पसूरसुत)

## बुद्धदेव

- रवीन्द्रनाथ टेगोर

[ ता: १८ मई १९३५ ई० सन् मा महाबोधि सासाइटोद्वारा आयोजित बुद्ध-जन्मोत्सवमा श्री धर्मेन्द्रजिक चैत्य विहार, कलकत्तामा रवीन्द्रनाथ टेगोरले दिनु भएको बंगाली वक्तव्यको श्री सोमनाथ मैत्रको अंग्रेजी अनुवादवाट । यो वक्तव्य टेगोरको बुद्ध र बौद्ध-धर्म सम्बन्धी लेख-हस्तको संकलनमा पाइन्छ । ]

ले  
ख  
क



( रवीन्द्रनाथ टेगोर शतवर्षीय जयन्तीको उपलक्षमा भारत सरकार सूचना प्रसार विभाग, ग्याणटोकद्वारा प्रकाशित नेपालीमा अनुदित बौद्ध लेखहस्तको पुस्तिका 'बुद्धदेव' वाट यो वक्तव्य किंकीएको हो । )

आज यो बैशाखी पूर्णिमाको दिन म बुद्धको जन्मोत्सव मनाउन आएको छु अनि उनीप्रति शिर कुकाउन जसलाई मेरो हृदयान्तरमा यस जगत्को सर्वश्रेष्ठ पुरुष ठान्दछु । मेरो श्रद्धा यो उत्सव अनुरूप देखावटी होइन । मेरो अन्तरात्मामा बारम्बार चढाइरहेको श्रद्धाङ्गजलि नै आज यहाँ पनि चढाइरहेको छु ।

एकपल्ट बुद्धगया हेर्न गएको थिएँ । जसको पदस्पर्शले यो पृथ्वी पवित्र भएको थियो उनी ईवयं यो ठाउँमा सशरीर आवागमन भएको कुरा सम्झदा म रोमाञ्चित भएँ । दुःखित भएर सम्झे,

किन म उनको जीवन-कालमा जन्मिनँ जसमा उनको पवित्र आशीर्वादिलाई मेरो तनमनले प्रत्यक्ष प्रहण गर्दो हो ।

त्यसबैला मेरो मनमा एउटा कुरो आयो । यो प्रत्यक्ष वर्तमान आफ्नो परिधिमा अति सीमित छ अनि यो चारैतिरको समसामयिक घटनाक्रमले धमिलिएको छ । इतिहासले बताएको कुरो हो कि समरको सामीप्यले हाम्रो दृष्टि विकृत हुन जान्छ जसमा हामीले आफू बीचको सर्वथेष्ठको महानताङ्काई सिद्ध गर्न असमर्थ हुन्छौं । क्षुद्र मानिसको निन्दा र वैमनस्यले बुद्ध धेरैपलट ठूठा निन्दा प्रचार गरे । सयौं जानिसहरू जौ उनको समयमा सशरीर वर्तमान थिए, तिनीहरूले आफूलाई उनीदेखि आत्मक इष्टकोणले कति टाढा थिए सो कहिले अनुभव गरेन् । साधारण व्यक्तिको समूहमा उनको इष्टकोणले कति टाढा थिए सो कहिले अनुभव गरेन् । साधारण व्यक्तिको समूहमा उनको दर्शनवाड भवित्वित भएँ ।

मनुष्यमध्येको महान् विभूतिले जन्मनेवित्तिकै अनन्ततामा आफ्नो स्थान औगट्दै । उनी विकालदर्शी हुन्छन् । यो कुरो उपयुक्त मन्दिरमा हुँदा अनुभव गरें । त्यहाँ एउटा गरीब मछुवा जापानवाट आफ्नो पाप-कर्मको प्रायश्चित गर्न आएको थियो । बेलुकी पख मध्यरातमा परिवर्तित भयो, तर त्यस मछुवाले जम्ल्याहा हात गरी ध्यानस्थ भई बारम्बार भनिरह्यो : 'बुद्ध' शरण लिन्छामि ।" अर्थात् बुद्धको शरण लिन्छु ! मनुष्यलाई दुःखदेखि मुक्त गराउने साधनको खोजमा शाक्य राजकुमारले राती राज-दरबार छोडी बाहिर निकलेको अनेकौं शताब्दी बितिसक्यो तर आज, त्यस रात, जापानदेखि आएको तीर्थ-यात्रीले घोर सन्तापमा परी उनलाई प्रार्थना गरिरहेको थियो । त्यस साधारण गरीबको निमित संसारका सबै बोधगम्य वस्तुहरूमध्ये उनी नै निकटतम र सत्य थिए । उनको अमर उपस्थितिले मुक्ति खोजिरहेको गरीब पापीको जीवनलाई स्पर्श गरेको थियो । आफ्नो आत्माको ज्वलन्त आकांक्षाको प्रकाशमा उसले महामानवलाई देख्न सक्यो । यदि बुद्धदेव आफ्ना जन्मकालीन व्यक्तिहरूमध्ये एक शक्तिशाली राजा वा विजयी सेनापतिस्वरूप देखा परेको भए उनले आफ्नो युगलाई प्रभावित पारी सम्मानित हुने थिए, तर त्यो सम्मान त्यस समयको निमित पर्याप्त भए त्रापनि त्यो समयको गति-संगसंगै आज विस्मृतिमा डुब्ने थियो । हो, उनको राजसी प्रतापले प्रजाहरू अभीत हुने थिए, गरीबहरूले उनको धन-सम्पदालाई अथवा निर्बलले उनको शक्तिलाई प्रशंसा गर्ने थिए, तर मात्र उनी अनन्तकालसम्म महामानवस्वरूप स्वीकृत भई स्तुत्य हुनसक्छ जो आत्माको युगलाको निमित प्रयत्नशील रहन्छ । यसकारण महायोगी बुद्धदेवलाई आज हामी मानव-हृदयमा दिराजित पाउँदछौं अनि देख्दछौं उनको अतिदूर अतीतको प्रकटीकरणको महत्वले काल अतिक्रम गरी वर्तमानदेखि पनि अविच्छिन्न गतिले अघि बढिरहेको । आजसम्म मनुष्य विक्षिप्त हृदय र हीनताको जावना लिएर उनैको शरण लिन आँछन् । अनि भन्छन् : 'म बुद्धमा शरण लिन्छु ।' युगयुगान्तर-

देखि मानव-आत्माले उनको समझता गरेको आत्मीय सिद्धिमा नै हामी उनको सत् प्रकटीकरण पाउँदछौं ।

हामी जस्ता साधारण मानिसहरू सम्बन्ध-भाव लिएर नै आफुलाई व्यक्त गर्दछन् : वर्ग, जति वा सम्प्रदायद्वारा हामी आफ्नो आफ्नो परिचय दिन्छौं—लिन्दौं । यसलोकमा धेर थोरै त्यस्ता व्यक्ति जन्मे जो स्वयं प्रतिभाशाली हुन्छन्, अनि जो अरुको प्रतिविम्बमा प्रकाशित नभई आफ्नै सत्-प्रकाशमा उद्भासित हुन्छन् । मानवको अपूर्ण प्रकटीकरण कैयौं मनुष्यमा देखदछौं—कोही ज्ञानस्वरूप, कोही विद्वतास्वरूप, कोही वीरत्वस्वरूप वा नीतिज्ञतास्वरूप वा अरुलाई आफ्नो इच्छा-शक्तिद्वारा वशीभूत गर्ने अनि इतिहासलाई आफ्नो इच्छानुसार मोडेर लैजाने-स्वरूप । तर मानवको पूर्णस्वरूपको प्रकटीकरण उसमामात्र देखिन्छ जसले आफूमा सर्वकालीन, सर्व-देशीय सर्व-मनुष्यलाई प्रतिनिधित्व गर्दछ अनि जसको चेतनालाई युगीय वा वर्गीय वा जातीय भावनाले कलुषित पारेको हुँदैन ।

मनुष्य स्वयं सत्यतामा प्रकट हुन्छ—त्यो सत्यता जुन उपनिषद्दले मानेको छ : उसले मात्र सत्यताको बोध गर्दछ जसले सब प्राणीलाई उ आफै कै ठान्दछ । सत्यतालाई यसरी बोध गरेको मनुष्य नै पूर्ण-मानव हो, अनि उ आफ्नो मानवताको महानतामा चमचमायमान हुन्छ । उपनिषद्दले भन्दछ : जसले आफूलाई सबमा पाउँदछ अनि सबलाई आफूमा, उ कहिले पनि गूढ रहन सक्दैन । उ सदैव प्रकट रहन्छ । तर आज बहुसंख्यक मनुष्यमा प्रकटीकरण गूढ रहेको छ । तिनीहरूमा सत्यताको केही कल्पक पाउन सक्छौं तर त्यसको धेरजसो अंश त अगोचर नै रहन्छ । सृष्टिको आदिकालमा यो पृथ्वी वाष्प-मणित थियो; खालि अग्ला-अग्ला पर्वतका टाकुराहरूमात्र बाफको धेरा देखिन् माथि-माथि देखिन्थे । ठीक यसरी नै आज ज्यादा जसो मनुष्य आफ्नो स्वार्थ र अहंकारमा लपेटिएका छन् अनि आफ्नो चेतनालाई विलुप्त पारेका छन् । सत्यता, जसमा आत्मा फुका रहनसक्छ, त्यो अविक्राशित नै रहेको छ ।

मानवको सृष्टि अङ्ग पनि असम्पूर्ण छ । अपूर्णताको बाकलो बादलभित्र रहेको सत् मानव यदि स्वयं-प्रकाशमान महामानवमा आविर्भूत नभए हामीले तिनलाई कसरी पत्ता लगाउन सक्याँ ? मानवतालाई सहृदय ग्रहण गर्ने बुद्धदेवमा आफ्नो सच्चा रूप प्रज्वलित भएको पाउनु मनुष्य मात्रको निमित्त अहोभाग्य हो ।

तब त उनको दृष्टिलाई कुनै कुरोले पनि छेकन सकेनन्—चाहे त्यो समयको होस्, वा स्थानको वा हीन इच्छा-पूर्तिको परदा नै होस् ।

आत्म-संयमको चरम सीमामा पुर्दा बुद्धदेव स्वयं जाग्रत भई संसारमा प्रकट भए । त्यही प्रकटीकरणको महत्वमा भारतको सच्चा रूप झलिक्यो । त्यो आवगमनलाई मनुष्य-इतिहासमा अमरत्व प्रदान गर्न उनको ज्योति भारतको भौगोलिक सीमालाई नाथेर दूर-दूर फैलिएर गयो । भारत तीर्थ-भूमि बन्यो अनि अरु देशका जातिहरू यसप्रति आत्मीय-भावले आकर्षित भए । कारण

भारतले बुद्ध-वचनद्वारा सारा मनुष्यलाई आत्मीय ठाने। भारतले कसैलाई अस्वीकार गरेन् त् यसउसले कसैले यसलाई मान्यताबाट पनि बंचित गराएनन्। जाति-देशको तगारो सत्यताको बाढ़ले ब्रह्माइदियो अनि भारतको संदेश हरएक देशमा पुग्यो। चीन, बर्मा, जापान, तिब्बत अनि मंगोलीयाद्वाट सम्मतिहरू आए। यो अनिवार्य संदेशको सामू जल-थलको कठिनाई आफै हटेर गयो। मनुष्यले हुर-दूर देशमा यो प्रादुर्भावको घोषणा गरे; तिनीहरूले तमको नाश गर्ने सूर्य कै चमकिलो नहामानवको दर्शन भएको जाहेर गरे। जहीं-तहीं पत्थरमूर्ति निर्माण गरी यस्तो घोषणालाई साकार रूप दिए। अकथनीय परिश्रमद्वारा सूर्ति, चित्र र स्तूपहरू निर्माण गरी आफ्ना-आफ्ना श्रद्धा व्यक्त गरे। तिनीहरूले सम्झे कि यस्तो असाधारण मनुष्यको श्रद्धामा कुनै केही दुःसाध्य कुरोलाई सम्भव नहाउनु पर्द्दै। तिनीहरू विलक्षण प्रेरणाले प्रेरित भए; निषट अन्धकार गुफाका भित्ताहरूमा चित्रहरू अंकित गरे, अनि मन्दिर निर्माण गर्ने पर्वतका उँचा-उँचा टाकुरामा पत्थरका अखण्ड ढिकोहरू ओसारे। तिनीहरूको शिल्पकारिता सागरपार पुगे, अनि दूर देशहरूमा उत्कृष्ट कलाका नमूनाहरूका सृजना भए। तर ती कलाकारहरूले अपरिचित रहनु नै योग्य ठाने; तिनीहरूले खालि तिनीहरूलाई प्रेरित गर्ने मन्त्र : 'बुद्ध' शरणं गच्छामि' मात्र सन्ततिलाई छोडेर गए। जावाको बोरोबुदुर भन्ने ठाउँमा बुद्धको जन्म-कथा सयौं सूर्तिस्वरूप स्तूपका बरिपरि कुँदिएको देखें। अकथनीय कष्ट र मायालु होशियारी साथ कुँदिएका ती हरेक सूर्ति कलाकारिताको विशिष्ट नमूनास्वरूप छल्कन्थे। यो हो एउटा दृष्टान्त कलाको बृद्धिको र संयमी आचरण अर्थात् तपस्याको-तपस्या, जसमा कर्म-फलको इच्छा रहेदैन, यश-कीर्तिको आकौक्षा रहेदैन, अनि जसमा नित्य पूजनीय र स्मरणीयप्रति आफूमा भएको सर्वेषेष कुरोलाई समर्पित गर्ने सत् उद्देश्य रहन्छ। आफ्नो श्रद्धा र प्रेम-पात्रको निम्ति मनुष्यले जायन्त दुःख-कष्ट सहे, अनि सम्झे, सर्वोत्कृष्ट सृजना गरेर मात्र तिनीहरूले मानवताको उद्धार गर्ने नहामानव सर्वकालको लागि, सर्वेहितको लागि आएका हुन् भन्ने कुराको घोषणा गर्ने सबदछन्। तत महामानवले मनुष्यबाट चाहेको कुरानै त्यही हो—अर्थात् कठोर र निरन्तर कर्मद्वारा, मुक्ति र संज्ञाम जयी जनाउने कर्मद्वार नै मनुष्यले आत्म-अभिव्यक्ति गर्न्। यसैले त्यति अघि वितेको दिनमा पनि यो पूर्वी महादेशको कुना कुनामा, मरुभूमि देखिन् सुनसान-गुफासम्मन् र पहाडका टाकुरासम्मन्, उनको पूजन प्रबल रूपमा विद्यमान थियो। अरु अर्को अमूल्य समर्पण सम्राट अशोकद्वारा भयो। त्यस सम्राटले आफ्ना पाप-कर्मको बृतान्त पत्थरमा खोपाएर प्रेम र अहिंसाको महत्व घोषित गरे, जनि आफ्ना प्रभुप्रतिको महान् श्रद्धा पत्थरका खम्बाहरूमा अंकित गरिराखे। के संसारमा आजसम्म जल्लो राजाको जन्म भएको छ?

जब्दोकको महानताको प्रेरक बुद्धको आज अरु प्रबल स्तुति हुन योग्य छ। जाति, वर्ण र जात-भाजतको दुष्ट भेद-भाव राख्ने क्रूर मूढताले धर्मको नाम लिएर भू-वक्षलाई रक्त-रंजित पारेको छ; कर्त्तव्यरको हिसाभन्दा डरलागदो पारस्परिक घृणाले मानवतालाई कलंकित पारेको छ। आज, भाइ-भाइको द्वेष र डाहले विषाक्त पारेको अभागी भूमिमा प्रेम र दया नै मुक्तिको मार्ग हो भन्ने

महामानवको प्रवचन सुन्न हामी उक्तित छौं । त्यो सर्वश्रेष्ठ मानव फेरि प्रकट भई मनुष्यमा रहेको सर्वश्रेष्ठ कुरोलाई क्रिनाशबाट बचाउन् । एकले अर्कोलाई दिनसक्ने महत्तम दानको निम्ति उनले मनुष्यलाई ठगेनन् । दान, जसलाई उनले एउटा धर्म ठान्थे, त्यो टाढैबाट दान लिनेसित सम्पर्कमा नआई भिक्षा दिनु होइन । सच्चा दान हो आफैले आफैनाई दिनु । जुनै कुरो पनि दिदा श्रद्धासहित दिनु भनिएको छ । कपट-धर्मको अहंभाव वा धनको तुजुकले कलुषित भएको दान वास्तवमा दान नभई एउटा दुष्ट अपमान सावित हुन्छ । यसकारण उपनिषद्ले भन्दछ; भिया देयम्: अर्थात् भयसहित देऊ । आफ्नो सम्मान नै हरण गरिदिने धर्मबाट सदैव सतर्क रहनुपर्छ । यसघरी भारतमा मनुष्यप्रति चारैतिर अनादर फैलाउने धर्मको प्रचार भइरहेको छ । यो कुरो आध्यात्मिक दृष्टिकोणले मात्र डर लाग्दौ होइन तर यो राजनीतिक स्वाधीनताको बाटोमा पनि ठूलो बाधकस्वरूप सावित भएको प्रत्यक्ष अनुभवको कुरो हो । राजनीतिले यस समस्यालाई कुन वाह्य साधनले सुलझाउन सक्छ? बुद्धदेवले मानवलाई दुःखदेखि मुक्त गराउन राजकीय पदबी र ऐश्वर्य त्याग गरे । उनले मनुष्यलाई योग्यताको आधारमा विभेद गरेनन्; उनले कसैलाई जंगली वा अनार्य भनी खिसी-ट्यूरी गरेनन् । एउटा साधारण भन्दा साधारण र अनभिज्ञ मनुष्यको निम्ति उनले सर्वस्व दिए । उनको तपस्या मनुष्यमात्रको भेदभावरहित प्रेमद्वारा नै प्रेरित भएको थियो । के त्यो तपस्याको महत्व आज भारत-बाट विलिन भएर जाला ?

मनुष्य मनुष्यमा विभेद निकालेर आफू अलग रहँदा कत्रो जापको भागी भयौं? हाम्रो एउटा निधि थियो त्यो आज खोकिएको छ । बाहिरी आक्रमणले यसको ढोका तोडियो अनि । यसको पर्खालिहरू धूलो भए । तर आज अझै पर्खाल माथि पर्खाल थपेर हाम्रो मानव-प्रेमलाई हामी आफैले बन्धनमा पारेका छौं । मन्दिरमा प्रहरी राखेर मनुष्यको भक्ति गर्ने हक्समेत नीचता पूर्वक प्रतिरोध गरिरहेका छौं । दिएर वा खर्च गरेर घट्ने दौलत हामी बचाउन सक्दैनौं । साम्प्रदायिक भावनाको गतिलो सन्दूकमा बन्द गरेर राखेका छौं त्यो अमूल्य धन जुन हो प्रेम-जुन जति दियो उति बढ्छ । धर्मपरायणता र संसारी प्रपञ्चको विभेद धमिलाइको छ । भारतले मानवताको ज्वलन्त दृष्टान्त दिएर जुन आदर्श अपनाएको थियो त्यो आज कमजोर भएको छ । मनुष्यलाई अनादर गर्दा यसले आफैलाई मनुष्यको आदरबाट बंचित हुनुपन्यो । मनुष्यनै मनुष्यको दुश्मन भएको छ, कारण उ सत्यतादेखि दूर भइसकेको छ, अनि उसले मनुष्यत्व गुमाएको छ । यसकारण हामीले सारा संसारका मनुष्यमा परस्परको शंका, भय र दुश्मनी पाउँछौं, अनि त्यसकारण महामानवलाई ती शब्दमा स्तुति गर्ने समय आएको छ : प्रकट होऊ जसमा मानव स्वयं प्रक्टित होस् ।

बुद्धदेवले भनेका थिए : करुणाद्वारा क्रोधलाई वशीभूत गर । भरखरमात्र संसारले विकराल युद्धको अन्त भएको देख्यो । एक योद्धादल विजयी भए तर त्यो विजय शस्त्रास्त्रको शक्तिको विजय हो; पाशविक शक्ति मानवीय शक्तिको सर्वश्रेष्ठ मूल होइन र त्यो विजय अब विफलित भएको सावित हुँदैछ औ त्यसले फेरि नयाँ कलहको बीजारोपण गर्दैछ । कृपा र दयामानै मानव-शक्ति

जाग्नारित छ । मनुष्य आफूमा रहेको पाशविकता अरु नहटेकोले उसले आजसम्म यस सत्य-जुनको महामानवले क्रोधलाई अक्रोधले वशीभूत गर्नु पर्छ अनि उपासित गर्नु भयो—त्यसलाई सिद्ध गर्न सकेको छैन । जवसम्म मनुष्यले यस आदेशलाई पालन गर्न सक्दैन तबसम्म उसको जीवन असफल रहनु अनिवार्य छ । क्रोध र प्रतिशोधको भावले पाशविक शक्तिद्वारा पाएको विजयले शान्ति ल्याउन सक्दैन—शान्ति त दयाद्वारा प्रदान हुन्छ । मनुष्यले यस तथ्यलाई राजनीतिक एवं सामाजिक जीवनमा बान्धता नदिएसम्म दुष्ट मतिले कष्ट दिन छोड्ने छैन; देश-देशको आपसमा झगडाको अन्त हुँदैन, कैदोमाथि दानबीय क्रूरता र सैनिक-प्रहरीहरूको डड्हाले जीवन कण्टकमय हुँदै जानेछ—दुख र बेदनाको समाप्ति कहिले हुने छैन ।

यसकारण अब उनलाई स्मरण गर्ने समय आएको छ जसले हिंसाद्वारा सफलता प्राप्त हुन्छ अन्ने कोसो आशावाट सबलाई बंचित गराउन चाहे औ जसले दयाद्वारा क्रोधलाई वशीभूत गर्नु भन्ने जादेश गरें । आज मनुष्यको विश्वव्यापी अनादर भइरहेको समयमा हामीले 'बुद्धं शरणं गच्छामि' जनु योग्य छ । उनी नै हाम्रो शरण योग्य हुनेछ—जसले प्रकट गरे मानव-आदर्श, जसले प्रवचन दिए यथार्थ मुक्ति विषय-मुक्ति, जुन कर्मको परित्यागद्वारा होइन तर स्वार्थत्यागको सत्कर्मद्वारा प्राप्त हुन्छ अनि जुन क्रोध र द्वेषको अस्त्रोकारमा होइन तर प्राणीतिको अपरिमेय प्रेम र सदिच्छामा निहित रहन्छ । आज हामी हाम्रो स्वार्थता, क्रूरता र नअधाएको लोभले अन्धा छौं र हामी उनैमा जरूर लिन्छौं जो आफ्नो रूपमा सार्वलौकिक मानव-आदर्श प्रकट गर्ने यस संसारमा आए ।

२०८

## शुभकामना

भगवान् बुद्धको जन्म, बृद्धत्व प्राप्ति र महापरिनिर्वाण

भएको पूनीत दिन बैशाख पूर्णिमाको उपलक्ष्मा

यस चुठी लेखक, ग्राहक र सबै हितैसीहरूको

सुख, समृद्धि र चिरायुक्तो चुभकामना

गाद्य ।

बुद्ध संवत् २५१७

आनन्दकुटी विहारगुठी

स्वयम्भू

## आनन्द कुटी विद्यापीठ को स्थापना

- भिक्षु अमृतानन्द महास्थबीर

शायद यो सन १६३६ थियो होला जबकि म केही कारणले घर छोडि भागेर भगवान् बुद्ध परिनिर्वाण भएको पवित्र स्थान कुशीनगर पुगेको थिएँ ।

त्यस बखतमा मेरो मनमा एक मात्र इच्छा प्रव्रज्या ग्रहण गर्नु थियो । प्रव्रजित हुनाले के हुन्दै भन्ने मलाई थाहा थिएन । साँचै भनौ भने, किन हो कुन्नि, मेरो पिता र माता को देहान्त भैसकेपछि मेरो मनमा गृहस्थी न बस्ने विचारले बलवत् जगलिई सकेको थियो । तर घर छाडी जान मलाई त्यति सजिलो थिएन ।

जे होस, सन १६३६ को घटनां थियो । बैशाख पूर्णिमा नजिकै आइ पुगिसकेको थियो । मनमा, एक वर्ष अगाडि, फरम शान्ति प्राप्त भगवान् बुद्धको परिनिर्वाण मूर्ति अगाडि आफूले प्रण गरेको सम्झना, छल छल आइरहेको थियो ।

घरमा आफूमा प्रसस्त जवाफ देही थियो । उमेर पनि धेरै भएको थिएन होला । शायद १८ वर्ष पुगेको थिएँ होला । कुनै राम्रो लुगा लगाएर कहिं बाहिर पनि जान सक्दैन थिएँ । किन भने, कहिं भागेर ता जाने होइन भनी समाजका साथीहरूले तुरन्तै भन्दथे । तर आफ्नो अतीतको प्रणले मलाई निकै साहस र बल दियो । अनि म त्यसैको सहारा लिई बैशाख पूर्णिमाको शुभ दिनको लागी कुशीनगर पुग्न घरबाट सुत निस्केर हिँडि हाले ।

पाल्पाबाट कुशीनगर पुग्न करोब दुइ दिनको बाटो त अवश्य नै थियो । आफ्नो गाँउबाट पैदल जानु बाहेक अरू कुनै साधन त्यस बखत थिएन, बिहान पख थियो । घरका सबै जहानहरूले खान पिउन सिध्याइ सकेका थिए । मनमा अनेक विचारले मलाई छटपटाइ राखेको थियो ।

कुनै प्रकारले दुइ दिनको बाटो काटी कुशीनगर आईपुगें । तर भित्री मनमा त्राश थियो, शान्ति थिएन । अशान्तिको कारण कुनै अन्यस्थमन पनि थिएन । केवल, शायद कसैले पीछा गरी मलाई समाती घर फकर्इ लैजाला कि भन्ने डर मात्र थियो ।

त्यसो पीछा गर्न आफ्ना आदरणीय काका मोतिकाजी शाक्य स्वयम् आइनै पुग्नु भयो । तर वहाँ जस्ता सीधा साधा काकालाई छलाउन म त्यति असमर्थ थिइन । छलाउन म मैले काकालाई छलाएँ । तर उहाँले पनि मेरो बाटोमा अर्कैं किसिमको रोकाबट राख्नमा आफ्नो बुद्धि नखेलाउनु

अहको होइन । यसै कारणले गर्दा मैले आफ्नो लक्षित समयमा काषाय वस्त्र ग्रहण गरी आफ्नो इच्छा पुरा गर्न सकिन । तर प्रयत्न गर्न ता कहाँ छोडन सक्तयें ।

“सिद्धार्थ कुमारले कुनै गुरुका पछि लागेर श्रमण जीवन ग्रहण गरेका थिएनन् । आपसे आप नै काषायवस्त्र लगाएर श्रमण—जीवन ग्रहण गरेका थिए ।” भन्ने कुरो मनमा खूब खेलिरहेको थियो ।

एकातिर आफूले लक्षित तिथि नितिमा श्रमण जीवन प्राप्त गर्न नसके तापनि, अर्कातिर फेरि पनि घरबार बाहिर आउन सकेकोमा मनमा अपार आनन्द थियो । यो जातपात अकाट्य कटूरपन, समाजको जडता, आदिलाई नै सर्व प्रथम काठि दिनु पर्दछ भन्ने विचारले मुसलमानको हातको खाना मात्र खान मन पर्दथ्यो ।

बौद्ध पद्धतिमा कुनै गुरुले कसैलाई प्रब्रज्या दिनु अगाडि निजको घरका कुनै अभिभावकको स्वीकृति चाहिने रहेछ । यो कुरा त मलाई थाहा थिएन । अब येनेकेन प्रकारले त्यो प्राप्तिको लागि अक्कल लगाउन कर लाग्यो । अन्तमा म स्वयम् नै विजयी भएँ । स्वीकृति भावनाको एक सूचना पाउना साथ १०४ डिग्री ज्वरो पनि निकोभई आफ्नो खटियाबाट जस्तक उठी म त आफ्नो गुह चन्द्रमणि महास्थविरका छेउ पो पुगेको रहेछु ।

काषाय—वस्त्र शरीरमा राख्न पाउँदा त्यस बखतको मेरो मानसिक अनुभूतिलाई आँखा चिम्लेर विचार गर्दा आज सम्म पनि मेरो चित्तले अपार प्रीतिको अनुभव गर्न छाडेको छैन । त्यस बखतको अपूर्ब घटना । केही सूक्ष्म अनि गोप्यो संकल्पलाई आजसम्म पनि म समिर्झन्छु । ती संकल्प भनौं वा मनमा अन जान, अनायास स्वतः प्रस्फुटित भएको कल्पना भनौं स्कूल र विहार” भन्ने थियो । यी विचार, परिनिर्वाण मूर्तिको अगाडि वसिरहंदा मनमा आएको भनी आज पनि संझन सक्दछु । त्यो त्यस बखत थियो जब कि मन्दिरमा सुनसान थियो । म एकलै मन्दिर भित्र थिएँ । नित्य पाठ पूजा गरिसके पछि पुनः म एकलै मन्दिर भित्र गएको थिएँ । त्यस बखत मनमा के कस्तो थियो भन्न शायद गान्हो होला । किन कि आत्मीय अनुभूतिलाई कुनै बेला शब्दले व्यक्त गर्नु सजिलो छैन भनी मानसिक अनुभूति गर्नेहरू भन्दछन् ।

मलाई लाग्दछ म त्यसबेला, शान्त तथा अर्त्यन्त कारुणिक भगवान बुद्धको सौम्यरसले भरिएको ती अशोक कालीन बुद्ध मूर्तिको अगाडि वसिरहेको थिएँ । मनमा कस्तो खुल खुल लागेको थियो । आँखाबाट आँशु टप्पिरहेको थियो । म शायद त्यस बेला अन्यत्र लोकमा बसेको थिएँ होला जस्तो लाग्दछ । आँशु आएको कुनै कारण मैले आज सम्म पनि सोच्न सकेको छैन । यति त म अबश्य भन्न सक्दछु कि त्यो आँशु बिरहको आँशु थिएन । न त दुखको आँशु नै थियो ।

“स्कूल एक बनाई नेपाली जनताको सेवा गरी, विहार एक बनाउँ” भन्ने संकल्प त्यस बखतमा मनमा उम्हेर आएको कुरो मैले आजसम्म विसेको छैन ।

केही वर्ष पछि 'मेरो शिष्य भनौं वा साथी भनौं, श्री न्हुच्छेवहादुर बजाचार्य ल्हासावाट काठमाण्डू फर्केर आए । शायद त्यस समयमा म काठमाण्डू बाट आफ्नो गाउँ पाल्पा तानसेन जानको लागि गौचर पुगेको थिएँ । शायद त्यस बखतमा श्री न्हुच्छेले म सित "अब के गरौं" भनी सोधेको जस्तो लाग्दछ । शायद मैले उसलाई "मेरो त अधि देखिको एक मात्र इच्छा :—'नेपालमा एक स्कूल बनाई नेपालीहरूको सेवा गरौं । अतः यदि तिमीले यस काममा सहयोग दिन सके आनन्दकुटीमा बसी पढाउने काम शुरु गर । म त पढाउन जान्दिन । यही मेरो अभिलाषा हो ।'" भनी भनेकै लाग्दछ । म चाहिं पाल्पा गइहालै । उता न्हुच्छेवहादुरले पनि आनन्दकुटीमा बालकहरूलाई पढाउने काम शुरु गरेको रहेछ ।

माथि घटेकी जति मेरो ध्यान त्यति सारो गएको थिएन । केही वर्ष पछि एक दिन मेरो चिट्ठी पत्रहरूको फाइल परिष्कृत गरी रहँदा संयोग बश श्री न्हुच्छेवहादुरको एक पत्र पाएँ । यसवाट मेरो मनमा एक सम्झना आयो । एक यादगार आयो । अनिश्चित भैरहेको केही कारण पनि स्पष्ट हुन गयो । सो पत्र यसप्रकार छ :—

काठमाण्डू, नेपाल  
मिति ६-२-१९५२  
प्राप्त मिति १४-२-५२

छपिनिगु ३१।१।५२ यांगु पौ हस्तेगत जुल । तदर्थं जिगु हार्दिक धन्यवाद । छपिसं जिगु लागी तधंगु कष्ट उठेयाना विज्यात । छपिनिगु आज्ञानुसार जि धाःशाय् बनेगु तयार दु । तानसेन बनेगुलि त जिगु इच्छा दुगु छपिन्त कने धुंगु हे दु । तदनुसार छपिसं जिगु लागि तानसेने च्वना आखः ब्वकेगु बारे माःगु प्रवन्ध यानावी धाःगु यात जिगु सहस्र धन्यवाद ।

जि छपिनिगु आज्ञा पालन यायेगुली तयार । तर भन्ते, जि थन छपिनिगु आज्ञा मुताबिक जी गौचरणे खँ जूगु बमोजिम, थन आनन्द कुटीस छगू बुद्धिष्ट बोडिङ्ग स्कूल खोले याये धुन । हाल यात स्थानाभावं याना १२ मह मस्त जक तया । च्वने धाःपि ५० महित दत्तं मथा । तर छकोल तधंक ज्या यायेगु भचा अनुचित समझे जुया । पुसा ला पिये धुन भन्ते, आ थुकि यात बखत बखते लः विद्या साःतया तःमा यावेमाल । स्थान छगू नं मेगु स्वये आवश्यक जुयाच्वन । थव ज्यास छपि थन मदय्कं जी मखु । आः यात थव ज्या साप चिकिधंसाँ भविष्ये थवइत विशाल याना छगू तःधंगु विश्वविद्यालयागु रूप धारण याक्यगु उद्देश्य तया ज्या यायेमा । उकि आमकैन छःपि आपा विस्तार मयासे थन याकैन बिज्याना मेगु योग्यगु स्थान छगू स्वयेगु निगाह तया बिज्याये माल । थव छपिन्त धाये माःगु मख कि छपि बिना थन मेर्पि भन्तेपि गवाहालि काये लायकपि सुँ मदु ।

हालयात बोडिङ्ग की २०।—याना वोर्डसंत १२ महं दु। मेम्ह भान्दे छम्ह व ठहलुवा छम्ह तया। १ महिना चले याये बले थुलि हे खर्च मालि धैगु यकिन याये फै। विद्यार्थी महं २५।—दसा प्रसम्प्त गाइ धैगु अन्दाज। डर्मिटरी (देनेगुथाय) जक क्वेयागु निगू कोठा। क्लाश जक छपिं च्वांगु कोठा याना तया। बेझ्च व डेस्क दयकेवं भोजनालयस क्लाश याये तेना। आरति माधवी पिन्त नै ब्वका च्वनागु दु। आःयात थुलि लिपा मेगु। बिमलया बारे गथे जुल। छात्रा वासीते कार्यक्रम छांगु तया ह्यागु दु।

छपिनि सेवक  
न्हुद्धे बहादुर

यस प्रकार आनन्दकुटी विद्यार्थीको स्थापना २००८ साल माघ महिनामा भयो। यस कार्यका लागि म श्री न्हुद्धे बहादुर वज्ञाचार्य प्रति आभारी छु।

**स्वाँया पुन्हिया उपलक्षे सकल ग्राहक पिन्त  
जिमिगु हार्दिक शुभ कामना**

**राजा ब्रदर्स**

भोटाहिटी, फोन १३६६३

**स्वयगु न्हायकं व इयाले तय्गु न्हायकं**

**नाप्यं न्हायकंया ज्याया लागी**

**जिमित लुमंका दिसं ।**

## बौद्ध साहित्य र स्वास्थ्य सेवा

— भिक्षु अश्वघोष

बौद्ध साहित्यमा स्वास्थ्य सेवालाई के कस्तौ स्थान छ त्यो अध्ययन गर्नु पर्ने विषय हो । गौतम बुद्धले स्वास्थ्य सेवालाई के सम्बन्ध भएको छ यस बारे केही कुरा उल्लेख गर्न प्रासङ्गिक ठान्दछु ।

स्वास्थ्य यस्तौ चीज जस्को अभावमा जीवन कहिले सुखी हुन सक्तैन, चाहे मानिस लखपति किन नहोस् । अतः सबै प्राणीको लागि निरोगीता अत्यावश्यक छ । रोग निवारणार्थ बैद्य चाहिन्छ । अस्पताल चाहिन्छ; त्यस्तै औषधी पनि आवश्यक छ । जहाँ सम्म मलाई लागदछ डाक्टर र अस्पताल बढाउन भन्दा रोग किन र कसरी हुन्छ, रोग कहाँ बाट आउँछ भन्ने तिर ध्यान दिनु उचित र आवश्यक ठान्दछु । किन भने हाम्रो गत्ती र लापरवाहीले गर्दा हामी रोगका शिकार बन्दछौं । विशेष क्षयरोग (टी.वी) हैजा, विफर आदि रोगको फैलावट हामीहरूको लापरवाहीले गर्दा नै भईरहेको छ ।

हुन त पेटभर खाना नपाएर, ऋतु परिवर्तन, बस्ने ठाउँ नमिलेर, सज्जनहरूको सत्संग नपाएर तथा विचार नमिल्नेहरू संग बस्नु, नराम्रो आर्थिक दशाले गर्दा पनि रोगको शिकार हुन सक्छ । जे होस् मानव समाजको लागि आरोग्य जस्तो ठूलो लाभ अरू केही चीज छैन । त्यसैले तथागतले भन्नु भएको—“आरोग्य परमा लाभ” अर्थात रोगी नहुन नै ठूलो लाभ र सुख हो ।

पालि त्रिपिटकमा स्वास्थ्य सम्बन्धी कुरोको सम्बन्धमा धेरै उल्लेख भएको छ । गौतम बुद्धले जन स्वास्थ्य रक्षाको निम्ति धेरै नियम बनाउनु भएको छ । त्यसैको आधारमा यहाँ केही अंश प्रस्तुत गर्दछु । मुख्य रूपमा रोग दुइ थरीका छन् :—

(क) मानसिक र (ख) शारीरिक रोग । यी दुवै प्रकारका रोगको उपचार स्वरूप बौद्ध साहित्यमा धेरै उपायका मार्गहरू देखाएका छन् । मानसिक रोग पनि धेरै प्राकारका छन् । आज भोलि मानसिक रोगको लागि अलगै स्वास्थ्य केन्द्र बनी सक्यो, तर त्यस्तो खालको गुप्त मानसिक रोगको लागि डाक्टर र बैद्यहरूको प्रयत्न पूर्ण सफल हुन सकेको छैन जति हुनु पर्ने थियो ।

बौद्ध साहित्य अनुसार मानसिक रोगको मूल कारण—असन्तोष, आत्मगलानि, अनावश्यक शंका, आशाको अतृप्ति र निराशको छाँयामा बाँचीरहनु अर्थात मनमा संघै निराशाको भावना हुनु । हृदय सधै स्वच्छ छ भने कहिले पनि मानसिक र शारीरिक रोगको शिकार बन्नु पर्दैन । यो तथागतको मात्र कथन होइन विश्वका ठूला ठूला विद्वानहरूको विचार पनि त्यस्तै छ ।

मानसिक रोगको अह पनि मुख्य कारणहरू छन्—विषैली संगती, विषय वातावरण र गलत आरणा । मानसिक रोग बाट मुक्त हुनलाई केही उपायहरू सूत्र-पिटकमा देखाएका छन् । ती उपाय मध्ये “आनापानसति” (आवास-प्रवास) मा होश राख्नु भावना क्रम पनि हो । यस्को बारे घेरै के लेखूँ यहाँ म शारीरिक स्वास्थ्यको रक्खाविधि प्रस्तुत गर्न चाहन्छु ।

**पानी** बुद्ध देख्न डाप डाक्कामा लाग्नेहो उभारि उत्तरापानी बुद्ध लाग्ने लाग्नेहो । उपर्युक्त विषयमा बुद्धले ज्ञान दिए ।  
सधै स्वस्थ रहनलाई सफा र स्वच्छ पानिको सेवन गर्नु पश्मावश्यक छ । खाने पानी सफाइका साथ राख्नको निमित्त साधन र तरिका बारे पाली साहित्यमा उल्लेख भएका छ । गौतम बुद्धले भिक्षुहरूलाई नियम बताउनु भएको छ कि सबै भिक्षुहरूले “परिस्सावन” (पानी छान्ने कपडा) राख्नु पर्छ । “अनुजानामि भिक्खुवे परिस्सावनं,” यो नियम केवल भिक्षुहरूलाई मात्र काम लाग्दछ भन्ने ठान्नु हुन्न परन्तु गृहस्थी, साधारण जनताहरूको लागि पनि अत्यन्त उपयोगी हुन्छ । हुन त जहाँ जनहित सरकार छ त्यहाँ फिल्टरको व्यवस्था भई सक्यो तथा पानीको मुहानमा फिल्टरको निर्माण भइसक्यो तथा पानीको मुहानमा फिल्टरको निर्माण भइसकेको छ । कुनै कुनै देशमा फिल्टर किन्तु त के बुरो खाने पानि पाउन पनि दुर्लभ हुने ठाँउ प्रसस्त छन् । बुद्ध बचनानुसार गरेको खण्डमा एउटा कपडाको टुकडा किने पुराछ । पानी छान्नुलाई किन महँगो फिल्टर किन्तु ?

स्वास्थ्यको लागी पहिले खाने पानीको व्यवस्था गर्नु पर्छ । गाउँ गाउँमा खाने पानीको व्यवस्था छैन, धमिलो पानी फोहर खोला—नालाको भरमा बाँच्नु पर्छ । कुनै कुनै गाउँ त पोखरीको भरोसामा उभिरहे छन् जहाँ कि मानिसहरू त्यहीं नुवाइ रहेछन् कपडा धोई रहेका छन्, यस्तो दशामा मानिस को स्वास्थ्य कसरी सुधार हुन्छ ? शहरमा पाइपको व्यवस्था छ । त्यस्मा पनि खियाले गर्दा धमिलो पानी आउने सम्भावना छ । अतः नगरवासीहरूले पनि “परिस्सावन” (पानी छान्ने कपडा) राख्नु बेश्च छ ।

भिक्षुहरूको विहारमा जसरी पानी राख्ने व्यवस्था र तरिका छ त्यो आज पनि अनुकरणीय र सराहनीय छ । दुइ प्रकारका पानी छन् :—

(क) पानीय (ख) परि भोजनीय । पानीय = खाने पानी, परि भोजनीय = जुनकि हात पाउँ धुन र सफा गर्नको निमित्त हुन्छ ।

खानु पिउनु सम्बन्धमा सम्यकसमुद्ध ले विशेष ध्यान दिनु भएको थियो । बगीरहेको खोला नाला र नदीतिर पनि भिक्षुहरूको ध्यान आकर्षित गर्नु भएको थियो । जहाँ पानी बगीरहन्छ त्यहाँ छाडा पिशाप गर्न र थुक्न मनाही छ ।

## भाँडो प्रयोग गर्ने तरिका -

भाँडो की उपयोग संकेतन— उपयोगात् अबू भीर वा फलस्वरूप अशक्ति र अलसी भएकोले बेवास्तागरी जथा भावी भाँडो प्रयोगमा लाउँछौं, फलस्वरूप रोग फैलिन्दै र हामी पनि रोगको शिकार बन्दैँ। क्षयरोग (टी. वी.) आदि सहवारोग भाँडो र थाल यता उता हुन गएकाले हो। आफ्नो आफ्नो पात्र वा थाल अलग अलगै राख्ने भिक्षुहरूको लागि नियमै बनी सकेको छ। त्यसैले आफूलाई प्रयोगको निमित्त भिक्षुहरूलाई पात्र नभई नहुने भयो। भिक्षुहरूले पात्रमा खाइरहैको थिए र आज पनि बौद्ध देशमा यो प्रथा प्रचलित छैंदै छ। दिनैं खाइ सकेपछि धोएर घाममा सुकाउनु पर्ने नियम छ। पात्र घाममा सुकाएर ताते पछि विषैली पदार्थ निष्क्रिय हुन्दै।

तथागतले भिक्षुहरूलाई पात्र वारै जुन नियम बनाउनु भएको थियो त्यो गृहस्थीहरूलाई पनि उपयोगी छ र अनुकरणीय तथा लाभदायक पनि। विरामीहरूको भाँडो र थाल तथा बिछौनाहरू अलगै राख्नु जाती र कल्याणकर छ।

शुरु शुरुमा भिक्षुहरूसित पात्र चीवर बाहेक अरु केही हुँदैनथ्यो। कालान्तरमा बौद्ध उपासक हरूको संख्याको साथै श्रद्धा पनि बढ्यो अनि के त। विहार मन्दिरमा सरसामान सम्पत्तिको जमघट हुन थाल्यो। अतः सामान कसरी प्रयोगमा ल्याउनु भन्ने विनय नीति बढन् थाल्यो।

भिक्षुहरूको विहारमा गुरु प्रति शिष्य को कर्तव्य बारे जुन नियम बनाएको छ त्यो महावग्ग नामक पालि ग्रन्थमा “वत्थुक्लन्धक” नामले प्रसिद्ध छ। त्यो नियम अनुसार दिनका दिन खाट बिछौना आदि सफा गर्नु पर्छ। भोजनोपरान्त तुरन्तै तुरन्तै भाँडो थाल सफा गर्नु पर्छ। यो कुरा महावग्ग पाली विनयपिक्कमा उलिखित छ। सोही ग्रन्थमा यो पनि उल्लेख छ कि सुत्ने कोठा सधै यै सफाइका साथ राख्नु पर्छ। यहाँ सम्म नियम बनाएको छ कि आफू बस्ने ठाउँमा वा कोठामा धूलो र हिलो अथवा अन्य प्रकारका फोहर आडि देखेर सफा नगर्नु आपत्ति (दोष) हो। सबै भिक्षुहरूले विहारको बाहिर भित्र कुचो लगाउनु, सफा गर्नु आदि शारीरिक परिश्रम गर्नु अनिवार्य हुन आयो। भनेको पनि छ—

वत् अपरि पुरेन्तो सीलं नपरि पूरति  
असुद्धसीलो दुप्पञ्च्रो दुक्खवा नपरि मुच्चति।

अर्थात्— जुन भिक्षुले कुचो लगाउनु आदि परिश्रम गर्दैन उसको शील पुरा हुँदैन। त्यो अशुद्ध शील प्रज्ञा हीन भई दुःख वाट मुक्त हुन सक्दैन।

यो पनि नियम बनाएको छ, कोठामा कुचो लगाउँदा खाने कुरामा धूलो नजाने उपायगर्नु पर्छ। त्यति मात्र हो र ? डसन। र तन्ना आदि कपडा टक टक्याउँदा अकाको आँखामा धूलो नजाने गरी टक् टक्याउनु पर्छ। कुचो लगाउने ठाउँमा खाने पानी छ भने उसमा धूलो नजाने गरी विको

छोप्नु पर्छ । जहाँवाट हावा आइरहेछ उता हेरी कुचो लगाउनु हुँदैन । यी कुराहरू शहर वासिन्दाको निमित्त उपयोगी र मननशील छ । हाम्रो काठमाण्डू जस्तो शहरमा ज्याल बाट कोप्ररा, जूठो पानी र धूलो फाल्दछन् । स्वास्थ्य रक्षाको लागि सफाइ कति सम्म महत्व पूर्ण र आवश्यक छ भन्ने कुरो माथि उल्लिखित कुराहरूवाट स्पष्ट हुन्छ ।

### धेरै खानु बेफाइदा

धेरै खानु शरीर स्वास्थ्यको निमित्त हानिकारक सिद्ध हुन्छ भन्ने सर्व साधारण बैद्यहरूको भनाई र विचार हो । बौद्ध साहित्य अनुसार बढी मात्रामा खाना खान केही लाभ छैन, हानि मात्र हुन्छ । गौतम बुद्धले भन्नु भएको छः—“चत्तारो पंच आलोपे अभुत्वा उदकं पिवे” अर्थात्—चार पाँच गाँस खानु इच्छा भए पनि नखाई पानी खानु पर्छ । यसो गरे पेटलाई आराम हुन्छ । एक दम पेटभरी खानु शरीरलाई सुख हुँदैन । अटेसमटेस भएर राम्रो संग वस्न पनि सकिदैन सुतेपनि असजिलो हुन्छ । खाएको अपच हुन्छ अल्छी पनि हुन्छ ।

निरोगी जीवन हुनलाई शरीर सफागरी राख्नु अत्यावश्यक छ । यस्को महत्व बुद्धकालीन समाजले पनि महसुस गरेको थियो । यो कुरा पालि साहित्य अध्ययन गर्दा खेरि प्रष्ट हुन्छ । शरीरमा धूलो पन्यो भने, पसीना आयो भने, तथा कतै दूर प्रदेशबाट आउँदाखेरि नुहाउनलाई आज्ञा लिनु पनेनियम छ । यो कुरा विनय पिटकमा मध्यम प्रदेश भिक्षुहरूको कथाबाट स्पष्ट हुन्छ ।

नड काटनु आज सफाइको एक अंग बनी सक्यो । नड काटनु २५०० वर्ष पहिले पनि सफाइको अङ्ग मानिएको थियो । “नभिकववे दीघा नखा धारे तब्बा, यो धारेय्य आपत्ति दुक्कहस्स” अर्थात भिक्षुहरू नड लामोगरी पाल्नु हुँदैन, राखेको खण्डमा दुष्कृत आपत्ति दोष हुन्छ । यो शिक्षा भिक्षुहरूका लगि बनाएको नियम हो । यो नियम किन ? नड लामो गरी राख्नु अशोभनीय मात्र नभई नडको भित्र मैलो तासी रहन्छ, त्यसले गर्दा भात खाने बेलामा नडमा रहेका मैला पनि भात संग मिश्रित हुन्छ । यत्ति मात्र होइन कान सफा गर्नु पर्ने नियम पनि बुद्धले बनाउनु भएको थियो । बेला बखतमा कान सफा गरेन भने कानको रोग हुन्छ । कान चिल्लाउँ छ, अनि दुख थाल्छ । दाँत सफा गर्नु पर्ने पनि नियम छ । यी सबै नियम विनय पिटकमा विद्यमान छन् ।

संसारको धेरै भागमा जनतालाई स्वास्थ्यकर उचित खानाको के कुरो, पेटभरी खाना नपाएर भोक्को रोगले पीडित भईरहेका छन् । त्यसैले बुद्धले भन्नु भएको थियो—“जिधच्छा परमा रोगा” भोक सबै भन्दा ठूलो रोग हो । संसारको सबै भन्दा ठूलो समस्या के हो भन्ने प्रश्नको उत्तर उहाँले दिनु भयो—सबै सत्ता आहारटुकिका—सबै प्राणी आहारमा निर्भर छन् अर्थात् ठूलो प्रश्न खाद्य हो ।

बुद्धको बचनानुसार स्वास्थ्य रक्षाको लागि तीन चीज आवश्यक छन् ---

१) उचित आहार (पोष्यखाद्य)

२) उचित औषधी

३) स्नेही सेवक

यी कुरा अंगुत्तर निकायमा उल्लिखित छ । दरिद्रताको कारणले उचित आहार, उपचार, र औषधी किन्न नसकेर तथा बैद्यलाई पैसा दिन नसकेर धेरै मानिसहरू गौतम बुद्धको शरण जान परेको थियो । भिक्षु भिक्षुणी बनी सके पछि आहार र औषधी आदिको व्यवस्था निःशुल्क उपलब्ध हुन्थ्यो । राजा विम्बिसारको निजी दरवारी बैद्य जीवक नाउँ थियो । राजा विम्बिसारको हुकुम हो भिक्षुहरूलाई निःशुल्क उपचार गर्नु । अरु साधारण जनताको लागि जीवक भेटनु देवता भेटनु बराबर थियो । जीवक नामी बैद्य थियो । तर राजा विम्बिसारको आज्ञा बिना जीवक बैद्यले कसैलाई ओषधोपचार गर्नु सक्तैनथे । भिक्षुहरूलाई मात्र स्वतंत्र पूर्वक उपचार गरिरहेका थिए । त्यसैले धेरै गरीबहरूलाई स्वास्थ लाभार्थ भिक्षु बन्न सजिलो उपाय थियो, श्रद्धाले भिक्षु बनेको होईन । जब रोग शान्त हुन्छ अनि फेरी चीवर (पहेलो वस्त्र) छाडी गृहस्थ बन्ने । यसको बारे विस्तृत रूपमा जान्न चाहेमा विनय पिटकको पाना पल्टाउन कष्ट गर्नु होला ।

कुनै कुनै भिक्षुहरूलाई उचित आहार उपलब्ध भएता पनि सेवा टहल गर्नेहरू उपलब्ध थिएनन् । सेवा गर्नेहरू नभएकोले दुःखी र पीडित हुनु भएको पालि सहित्यमा उल्लेख छ । अहिले पनि त्यस्तै हालत छ ।

एक दिनको कुरो हो । गौतम बुद्ध भिक्षुहरूको हेर विचार गर्न विहारमा जानु भएको थियो । एक जना भिक्षु रोग ग्रस्त भई मल—मूत्रमा नै छटपटाईरहेको देख्नु भयो । अनि तथागत साँच्चैको करुणामय बनी त्यो विरामी भिक्षुको आफैले सेवागर्नु भयो । तातो पानीले शरीर सफा गरीकन नुवाई रोगीको सेवा गरेर अरुलाई पनि बाटो देखाउनु भयो ।

यसको बारे महावग्ग पालि ग्रन्थमा विस्तृत वर्णन पाइन्छ । त्यसै बेलामा उहाँले भिक्षुहरूलाई सम्बोधन गरेर भन्नु भयो—“यो गिलानं उपद्वाति सोमं उपद्वाति” अर्थात् जस्ते रोगीको सेवा गर्द्दै उसले मेरो (बुद्धको) सेवा गरेको हुन्छ ।

- ● -

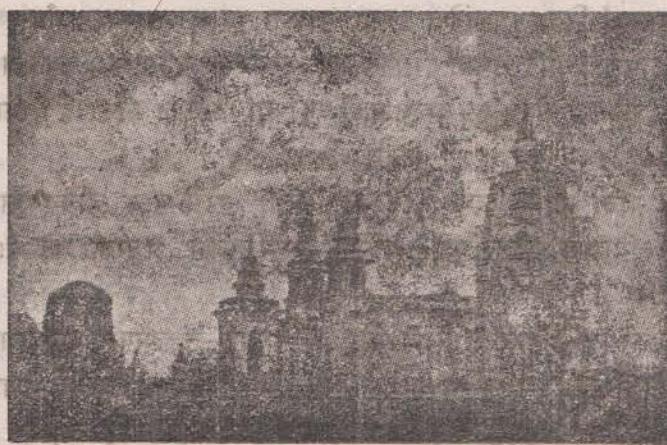
“निरोगी हुनु परम लाभ हो, सन्तोष परम धन हो,  
विश्वस सब भन्दा ठूलो बन्धु हो, निर्वाण परम सुख हो ।”

## भगवान बुद्धया उपदेश

— भद्रत आनन्द कौसल्यायन —

“हे भिक्षु गणपि, संसारे मि च्याना च्वन । रागया मि च्याना च्वन, द्वे पया मि च्याना च्वन लघा मोहया मि च्याना च्वन” धका भगवान बुद्ध थः शिष्यपित उपदेश विया विज्यागु थर्नि निदोः व चास दै मयाय् धुंकल । अथे जूसाँ छु संसारे च्याना च्वंगु मि थथे हे च्याना च्वनी ला ? मखु मखु भगवान बुद्धया अमृत-वाणी छन्हया दिने थ्व अवश्यनं शान्त जुया वनी ।

सासारिक मनूतयसं भगवान बुद्धयाके आपालं ज्याख्यले मदुगु खँ सीकेगु इच्छा यात । थथे—  
सासार सुनाँ दय्कल ? गबले दयकल ?” इत्यादि । वसपोलं थज्यागु न्ह्यस यात छ्खेचीका विज्यात ।  
वसपोलं धया विज्याइगु थथे—“हे भिक्षुपि, सुं छम्ह मनूयात विषदुगु तीरं कया च्वन । अन वया  
चासा, थथितिपिसं वैत तीर लिक्यावीम्ह बैद्यया थाय् ब्वना यंकीइ । किन्तु वं थथे धाई कि थ्व तीर  
त्रि अबले तक लिकायं के बी मखु, गबले तक तीरं कयका हःम्ह मनू छु जात याम्ह खः,  
विज्यागु रंगयाम्ह खः, गपाय् धिकम्ह खः धका सीके फै मखु । किन्तु भिक्षुपि ! व मनूयात थ्व खँया  
चासा लगे हे जुइमखु, व मनू अथे हे सिना वनी ।”



स्थारन्नाथ

भगवान बुद्ध कीत छ्गू जक वस्तु स्यना विज्यात-दुःखैं मुक्त जुइगु विधि । छपु जक लैं क्यना  
विज्यात-दुःखैं मुक्त जुइगु लैंपु ।

“जन्म जुइगु दुःखः, बुढा जुइगु दुःख, रोग जुइका च्वनेगु दुःख, सिना वनेगु दुःख । थःगु इच्छा  
दुरे मजुइगु दुःख । संक्षेपं धाल धासा थ्व संसार व्याकं दुःख ।”

थव छगु धात्येणु खं खः कि संसारे दक्को व्याकं अनित्य खः परिवर्तनशील खः, विनाशवान् खः । गुगु अनित्य मखु उगु परिवर्तनशील मखु, गुगु विनाशवान् मखु उगु दहे मदु । छाय् धा:सा व्याकं अनित्य, उकिया निम्ति व्याकं असन्तोष पूर्ण ।

गुगु दुःखयात् कीसं भोगयाना च्वना, व दुःख सुं परमात्मा वा ईश्वरं दयकूगु ला ? मखु । छु व दुःख सुं परमात्मा व ईश्वरया भक्ति याय् वं मदया वनीगु ला ? मखु ।

बुद्धं लोकजनपित प्रार्थना व नमस्कार या धका धै विमज्या खः, बसपोलं ध्यान याय् व चिन्तन याय् गुली तःसतं जोर विया विज्यात ।

छु, थव दुःख गुकियात् कीसं चानं-न्हिनं भोग याना च्वना, छु विना कारणं अर्थे हे दया वःगु ला ? मखु; बुद्धं प्रतित्य समुत्पादया व्याख्यान याना विज्यागु दु । थुगु दतसा थुगु दई, थुगु मदुसा थुगु दैमखु । गथे दुरु दयवं धौ दई, दुरु मदय् वं धौ दई मखु । अर्थे जूसा थव दुःख गथे उत्पन्न जुई ? कीगु अज्ञानं उत्पन्न जुई, कीगु तृष्णा उत्पन्न जुई, तथा कीगु लापरवाहं उत्पन्न जुई ।

छु, थव दुःख थःथःमं हे फुना वनी ला ? मखु । अय जूसा थव मदया वनी मखु ला ? वनी । बौद्ध-धर्म निराशवादी धर्म मखु । निराशवादी तय्सं दुःख दु उकि मुक्ति मदु धका धाई । तर बौद्ध-धर्म धाई, दुःख दु वर्थे उकि मुक्ति नं दु । अय जूसा गथे मदया वनी ? अज्ञान मदय् व थव मदया वनी, तृष्णा क्षय याय् वं हे तिनि थव मदया वनी ।

कीसं चिन्ता याई तथा कीर्पि दुःखी जुई कि छाय् जिमि इच्छा पुरे मजुल । इच्छा पुरे जुई फे हे मखु । उकि कीत थव अत्यन्त आवश्यक कि इच्छा यात थःगु वशे तय् सयके ।

यदि नयपित्याम्हस्याँ पित्यागु लंकेत इच्छा यातसा थव तृष्णा मखु, नाँगा महस्याँ यदि कापया इच्छा यातसा थव तृष्णा मखु । यदि सुनानं मेर्पित छु प्रभाव पडे जुइगु खः, उकी वास्ता मयास्य लव काय् गु जक लालचं अनाज यागु वोरा का बोरा मुंका, कापया ठान्‌का ठान द्वैचिना तःसा-थव तृष्णा खः । थव तृष्णा हे योगु दुःखया हेतु खः । कारण खः ।

थव तृष्णा गथे याना मदया वनी ? थुकीया लागी कीसं थःगु जीवनयात थज्यागु नकसां चलेयाय् मा: कि कीगु विचाले, कीगु बचने व कीगु कर्म तृष्णा प्रभाव घटे थःजु; न्हिया न्हिथं ल्यंदुगु तृष्णा न्ह थजुय् मा: ।

थव गथे जुई ? सम्यक्-दृष्टियात् प्राप्त याय् वं, सम्यक्-संकल्पयात् मने स्थान वी वं, सम्यक्-बचनं खं ल्हाय् वं, सम्यक्-कर्मान्त याय् वं, सम्यक्-आजीविका हैं ने वं, सम्यक्-व्यायाम (-उद्योग) याय् वं, सम्यक्-स्मृतियात् प्राप्त याय् वं, व सम्यक्-समाधि लाभ याय् वं, थव हे आर्य अष्टाँगिक मार्ग खः:- दुःख अन्त याइगु लँपु । थव हे मुक्तिया लँपु खः । मनुष्य जातिपिसं ज्ञान व सदाचारया गुगु उच्चातिउच्चगु आदर्शया कल्पना यात, व थव हे खः, थव हे खः ।

बुद्धया उपदेशानुसार मानव सेवाया जीवन आदर्शया जीवन खः, प्राणिमात्रपिनि सेवायाय् गु जीवन हे आदर्श जीवन खः । बसपोलया धर्म निकम्मा जुयाः सुमुक चं च्वनेगुया विरुद्ध, बिन्द्रोहया भण्डार खः ।

छु कीसं गुगु प्रकारया समाजे छीपि च्वं च्वना उगु प्रकारया समाजे च्वना: तृणा म्ह याय् कहला? कह, तर अति कठिनतां जक। कीगु सारा समाज, सामाजिक ऊँच-नीचा खानि खः। हानि आर्थिक ऊँच-नीचया छगू ढाँचा नं खः। ब्राह्मण धैगु छगू पद जक खः छु जाति मखु, छगू दर्जासम्भ खः; जन्म-सिद्ध अधिकार मखु। जन्मनिसें न सुं ब्राह्मण जुइ, न सुं शुद्र है। कर्म है मनूत ब्राह्मण जुइ, कर्म है शुद्र नं। तृष्णाया क्षय याय् लागि अज्यागु है समाज मा: कि गुकी जात-पातया भैइ भाव दै मखु।

हानि दरिद्रता नं पापया मूल खः है खः। भगवान बुद्ध' आज्ञा दयका विज्यात कि व्यक्तिगत सम्पत्ति उत्पन्न जूगु दरिद्रता है खुं ज्यायात जन्म बिल छीगु तृष्णा म्ह जुइकु तर कीपि उजागु समाजे च्वने मा: कि गुकी सुयाके है व्यक्तिगत सम्पत्ति थः मदु। कीगु तृष्णा म्ह जुइकु, संघया शरण बन धासा:।

थव भगवान बुद्धया शिक्षा खः गुकि छुं बुद्धि विरोधी खैं व छुं परमात्मा वा आत्मायात मानै यायगुली कर मया, गुकि संसारे च्वंगु छुं वस्तुयात नं नित्य माने याय्, सत्य माने याय् छगू अन्ध विश्वास खः धका कन, गुकि प्रार्थना व यज्ञ याय्गुली सार मदु धका क्यन, मनुष्य तसें थःगु मुक्तिया लागि थःमं थःके है जक भरोसा काय्‌मा:; गुकि गुकि शस्त्र-बलया वः मका, हानि गुगु अत्यन्त वेरं संसार भरे फैले जुल, गुकीयात थौंक नं संसारया छगू तदंगु हिस्सा माने याना तल।

भगवान बुद्ध' थःगु धर्मया उपदेश उगु समये बिया विज्यागु खः, गुगु समये मनुष्य तयसं धर्मयात विज्ञानयासिनं तथं भालपा च्वंगु खः। तर वसपोलया धर्मं थौं तक नं वहे नवीनता दनि, नवले कि मनुष्य तयसं विज्ञान यात धर्मयासिनं तथं भालपा च्वन।

थौं स्वाँया पुन्हीं खः, उगु दिन खः गुगु दिने सिद्धार्थ कुमारं लुम्बिनी बने जन्म ग्रहण यात। लुम्बिनी बन नेपाल राज्यया पश्चिम पाखे दु। थौं स्वाँयापुन्हीं खः, उगु दिन खः गुगु दिने भगवान बुद्धं बुद्धगयाय् बुद्धत्व प्राप्त याना विज्यात। बुद्धगया विहार प्रान्ते दु। थौं स्वाँया पुन्हीं खः, उगु दिन खः गुगु दिने भगवान बुद्धं कुशीनगरे, (जिल्ला देवरियाय्) महापरिनिर्वाण प्राप्त याना विज्यात, गुगु दिने विश्व-मत सदाँया लागी सिना बन।

थौं या दिने भगवान बुद्धया जन्म, बुद्धत्व प्राप्ति व महापरिनिर्वाणया दिन जूया निर्मित अत्यन्त दवित्र जुल, अतएव छासँ! थौंया दिने छी सकलें मुना श्रद्धा व भक्तिपूर्वक धाय्—

बुद्धं सरणं गच्छामि ।

धर्मं सरणं गच्छामि ।

संघं सरणं गच्छामि ।

## हिजोको सन्देश

## आजको मिलन

टाढा हुनुन्थ्यो टाढैबाट, टाढै भयो पदार्पण ।

दुई चार घण्टा मिलनबाट, जच्चिर स्मृति बनाउन ॥

सन्देशले तुल्बुली ल्यायो, हृदयङ्गम कल्पना ।

कल्पना सिद्ध भो आज, श्रीमान्मा गर्दु बन्दना ॥

दिव्य मूर्ति दर्शन द्वारा, अन्तर ज्ञान रमाउँछ ।

भिक्षु संघको उपदेश पाई, विश्वनै जगमगाउँछ ॥

कैयुँ हजारौ उपदेश, लीई मानव समाजमा ।

उदार चरितार्थि भै, भ्रमण गर्नुन्छ विश्वमा ॥

पश्चिम नेपाल तानसेनले, प्रतिनिधि भईकन ।

गुण ग्राहि भई आज, सन्देश फैलाउ विश्वमा ॥

महान देन श्रीमानहरूको, पाल्पा तान्सेनको संरूप ।

जच्चिर सुदृढ भो आज, बज्जलेप महाधन ॥

कीर्ति दान, तथा ज्ञान, यावत् चन्द्रार्क मेदिना ।

यावत् तिष्ठति संसारे, तावद गायन्ति सज्जना ॥

वद्रीश्वर शर्मा गौतम  
तानसेन

## सम्यक् बुद्धि

- प्रियदर्शी महास्थविर  
लंका

थौं तक संसारे गुलि धर्मं गुरुपि जुयावंगु दु, उलिसिनं आपालं धर्मंगुरुपिसं थःगु चरित्र एवं  
विचारयात् मिखा तिस्सिना अनुकरण यायेगु शिक्षा थः अनुयायीपित ब्यूगु दु। परन्तु थुकीया सर्वथा  
विपरीत भगवान् बुद्धं थः अनुयायीपित थःमं कनागु सम्यक् (भिगु, तप्यंगु, ल्वःगु) मार्गं पूर्ण  
विवेचना व अन्वेषण यायेगु सम्मति विया विज्यात् ।



छुं वस्तुसं अकारण हे विश्वास यायेगु बुद्ध-धर्मया उपदेश मखु। सम्यक् सम्बुद्धं थःगु विवेक-  
पूर्ण उपदेशे अन्धविश्वास (मिखा तिस्सिना पत्या यायेगु) यात तःसकं हे निन्दा याना विज्यागु दु।  
कालामतयःगु छगू प्रश्नया उत्तर विया विज्यासे भगवान् बुद्धं धया विज्यागु दु—गुगु सन्देहात्मक व  
अस्पष्ट खः उकी सन्देह यायेगु व प्रश्न यायेगु नं ठीक हे खः। गथे छम्ह कुशलम्ह चिकित्सकं  
आवश्यक जूसा शरीरया छुं अंगयात् चिचीधंगु भागे इना वासः याइ, अथे हे बुद्धं नं प्रत्येक कार्यं  
कारण व उकीया फलाफलयागु नं स्पष्ट विवेचना याःगु दु। थुगु कारणं वसपोलयात् विभज्जवादी-  
वैज्ञानिक धर्मया गुरु धाइ ।

वसपोलं सत्यया सम्मान याना विज्यात हानं गुगु सत्यया थले खारे यायेवले ठीक मजुल उगुयात अस्वीकार याना विज्यात । भगवान् बौद्धं थव गबलें धया विमज्या कि कीसं बिना विचारं छुं वस्तुयात मिखा तिस्सिना ग्रहण यायेमाः । वसपोलं प्रत्येक वस्तु वास्तविक (सत्य) रूपे (सम्यक् दृष्टितया) स्वयेगु सम्मति विया विज्यागु दु । वसपोलया उपदेश 'अन्धविश्वास' यागु नामे छुं संज्ञा मदु । धर्मं केवल पूजा अर्चना यायेया निंति मखु, अपितु सत्य व वास्तविकताया दर्शन याना निर्वाण प्राप्ति यायेगुया सर्वोत्तम मार्ग खः । बौद्ध धर्मं ज्ञान व बुद्धियात महत्व विया तःगु दु, नकि अन्धविश्वासयात । विद्वान् लेखक पोल ठालकेया कथनानुसार "बौद्ध-धर्मानुसार सरल व पवित्र विश्वास नं सम्यक् ज्ञान व बुद्धिया उपज खः । थव गणिते छगू हिसावया छगू है जक उत्तर जुइथें ध्रुव सत्य खः । गथे मत दुगु छें भूत इत्यादिया अस्तित्व असम्भव खः अथे हे अंग प्रत्यंग छगू दत्तले ज्ञानया प्रकाशं थीगु बौद्ध-धर्मं अन्धविश्वासयात स्थान मदु ।"

विचारं (मनन, चिन्तन) है सत्यया दर्शन सम्भव दु, अन्धविश्वासं असम्भव । सुं छको सत्यया अनुसन्धान यायेगुली वनी, वयात पिनेयागु ज्ञानं जक गबलें सन्तोष दइमखु । वं छुं छगू वस्तुया दुने वना वास्तविक सत्यया दर्शन यायेगु स्वइ । थुगु प्रकारया अनुसन्धानं सम्यक् ज्ञान दइ । सम्प्रति बौद्ध-धर्मं सत्यया अनुसन्धानयात उत्साहित याना तःगु दु ।

बाँलाक विवेचना याये धुंका तिनि है धर्मया उपदेशयात स्वीकार याये माः । उकि न्ह्याम्ह धर्मगुरुयात नं वयागु उपदेशया गहन अध्ययन व अनुसन्धान मयायेकं गबलें विश्वास याये मज्यू । मेगु शब्दे, मनू नं न्ह्याम्ह उपदेशकयात नं अकारणं हे अति-विश्वास याये मज्यू । माँ-बौ नं कर यायेबं सुनानं छुं धर्मविशेष यात स्वीकार याये मज्यू । शुकीया विपरीत प्रत्येक मनूयात थःगु इच्छानुसार धर्म-स्वीकार यायेगुली स्वाधीनता दये हे माः । अज्ञानी तथा बुद्धि मगा:पिसं ज्ञानिम्ह व्यक्तिया शरण काये माः । गहन अध्ययन व मनन चिन्तन याये धुंका यदि धर्मं वयात प्रभावित याःसा व उगु धर्मं धाःगु ले वना स्वयेमाः । गुगुं धर्मयागु उपदेश अनुचित जूसाँ तबि वया ल्यू ल्यू जुयेगु वा वनेगु थःगु अज्ञानताया विज्ञापन बीगु खः । व थःगु हे भूल खः । प्रत्येक व्यक्ति न्यायपरायण जुयेमाः । स्वयं सत्य-पथया पथिक जुया मेपिन्त नं यंकेमाः । थःमं थःत हे ह्येका यंकल कि लिपा मानसिक अशान्ति व दुःख जूवनी । सुयागुं व्यक्तिगत धार्मिक विचार स्वातन्त्रे बाधा बीगु अधिकार सुयातं नं मदु । विचार स्वातन्त्र्य प्रत्येक व्यक्तिया जन्मसिद्ध अधिकार खः । सुं व्यक्तियात वया धर्म एवं रहन सहनया ढंगे बल पूर्वक परिवर्तन यायेगु सर्वथा अनुचित खः । सुं व्यक्तियात वया अभिरुचिया विरुद्ध छुं धर्मं विश्वास याकेगु कर यायेगु अक्षम्य अपराध खः । थुजागु बल प्रयोग सुं व्यक्तियार्निति नं गुबलेसं न्याय संगत जुये फइ मखु । प्रत्येकयात थःगु उत्तिया लँ धवदुइका वया ल्यूने वना स्वयेगु स्वाधीनता दु । सुयाँ विवेक विचारं खंगु दिशापाखे मछ्वःसे अःखःगु दिशाय् वयात वनेत कर यायेगु प्रत्यक्ष आधात यायेगु खः । छम्ह बौद्ध थजागु व्यवहार स्वया सुंक च्वंच्वने फइ मखु ।

बुद्ध-धर्मे छवें अन्धविश्वासयात् स्थान मदु हानं मेखे देवी-देवताया पूजा अर्चना नापं नं  
बुक्तिया सिद्धान्त नाप मेल मदु ।

छम्ह सुं सर्वश्रेष्ठ व्यक्ति थःगु इच्छायात् अधिने तया, अज्ञानता वाँछोया प्रत्येक वस्तुसं  
सत्यया दर्शन याःसा तथा उम्ह व्यक्तियाके महान आत्मवल, धैर्य साहस आदि गुण दया च्वंसा उम्ह  
व्यक्तियात् श्रद्धा तइ । परन्तु श्व वसपोलया गुणया श्रद्धा खः । सत्यया दर्शन याइम्ह की धात्येयाम्ह  
सहायक जूसाँ नं बौद्ध तयसं वयागु पूजा अर्चना याइ मखु । सत्य मार्गया दिग् दर्शन याइम्ह व्यक्तियात्  
हुँ निवारणया उपाय क्यना व्यूगुया कारणं बौद्ध तयसं आदर व श्रद्धाया मिखाँ स्वइ । शुद्धि व  
प्रवित्रता पिने पाखे यागु ज्या खँ दइ मखु । हानं आत्म-शुद्धि उम्हसिनं हे याये फइ, गुम्हेसित  
स्वावलम्बी जुया: थःगु समस्या तःप्यकेगु अवसर दइ । आवश्यकतानुसार तथा वं इच्छा याइगु घडी  
मेपि नं वया सहायक जुइफु । आत्मज्ञान, आत्मानुभव व स्वयं सत्यया दर्शन यायेव वास्तविक प्रसन्नता  
व मुखया अनुभूति जुइ । 'शुद्धि व अशुद्धिया थःमं थःके हे जक भरकाये ज्यू, सुनानं सुयातं शुद्ध वा  
अशुद्ध याये मफु ।' जगतया इतिहासे भगवान बुद्धं हे न्हापाँ कीत स्यना विज्यात कि थःगु प्रयत्न व  
उत्साहद्वारा निर्वाण प्राप्त जुइ ।

व्यक्ति स्वयं थः निर्माता खः । भगवान बुद्धं आज्ञा जूगु दु कि "कीपि थःथः कर्मया हे  
उत्ताराधिकारी खः । थःगु कर्मया फल कीत प्राप्त जुइ । थःगु हे सत्कर्मद्वारा भिगु गति तथा योनि  
प्राप्त याना कीपि थ्व संसारिक दुःखं मुक्त जुइ फइ ।"

"आश्रयया निति सुं मेम्ह पाखे म्वयेमते । स्वयं थःगु शरणे हुँ !! 'सत्य' छगूयात जक थः  
लैं क्यना बीम्ह समझे जुया सत्यया शरणे च्वं !" भगवान बुद्धं आत्म वल, आत्म-विश्वास व  
सत्य दर्शनया निति थुगु प्रकारं शिक्षा विया विज्यात । चरित्रयात थःगु इच्छानुसार दयकेगु व भिगु  
लैं यंकेगु शक्ति प्रत्येकसिया थःथःगु ल्हाते दु । भगवान बुद्ध छम्ह पथ प्रदर्शक जक खः । ल्हा ज्वना  
खुल्क मुक्तियाना उद्धारयाना विज्याइम्ह मखु । थ्व मानव शरीरे थःगु चरित्रयात दयेकेगु व भिकेगु  
अतुलनीय शक्ति दु ।

प्रत्येक व्यक्तियात् सत्य मार्ग एवं सत्यया अनुसन्धान यायेगु सम्पत्ति विया भगवान बुद्धं  
सम्यक-ज्ञान प्राप्त यायेगु छगू मनोबैज्ञानिक मार्ग विया विज्यागु दु । कीत न्हाने वनेत लैं मदु-  
धायेगु न्याय संगत मखु । आवश्यक दु केवल प्रयत्न व मेहनत यायेगु, हठ प्रतिज्ञा तथा उपदेशयागु  
व्यव्ययन याना उकीयात कार्यरूपे हीका यंकेगु ।

भगवान बुद्धयागु उपदेशे सित्ति वंगु छुं खँ मदु । हानं मर्भिगु व भिगुयात बाँलाक सीकाली  
मर्भिगु छ्वें छ्वया भिगुली वनेत लिचिलेगु हे छ्याय् ? सम्यक-ज्ञानद्वारा मनूतयसं मर्भिगुयात त्वःता  
भिगुली वनी । छम्ह बौद्धं यदि सम्यक सम्बुद्धया उपदेश ठीक ठीक व्यूसा, वं सत्कर्म व कतःयात  
भियायेगु थःगु कर्तव्य धका थुइकेगु नं आवश्यक ।

बुद्ध

वन्दना

— नातिवज्र

— दुर्गलाल

बुद्ध,

जि, छन्त मा: वया

थव हे देसय्

जन्म जूगु न्यना

थन हे जि स्व: वया

मामाँ मामाँ

माले मफया

“गुरु जन” पिके न्यना स्वया

केने हल बुद्ध

अमिसं जित

द्येगः चीभा ब्वय्हया

खः मखु खः मखु

तुगलय् भ्रान्ति

मनया खँ जिवः वया

आन्ति मजुइमा जनया निर्ति

बुद्ध ह्यसिके फ्यमा

थौं थव हे जि

धाः वया

जि छन्त मा: वया ।

शान्ति मयोपि सु मदु भगवन्

अय् न विश्व अशान्ति

शान्ति शान्ति जक धैच्चेपिसं

जिमिगु मिखाय् भुन भ्रान्ति

शोषण, दमन व भ्रान्ति मदयक्यत

दयकल छं गुगु शस्त्र

किन्तु व जूवन इमि निर्मित कन

सोहय् सालाँ सत्र

थः थः रंगं पानाः भगवन्

ब्वय् हल इमिसं छन्ति

गन सो वन्य आः जिमिसं भगवन्

छंक्य छं हे खन्य मन्त



## भूल सुधार

महापरित्राण उवीबले परित्राण सप्त आदि जात्रा याच्ना

उंकिबले तहुगु इच्छाँ तयादीम्ह द्वात्ता श्रीमती

चम्पावती मखु श्री त्रिरत्नसान लँछाछि खः ।

भूल जूपुलि क्षमा याच्ना दु ।

हामी सबैले बिद्या हासिल गरी शिक्षित हुनु नै  
बुध्द जयन्ति मानेको ठान्द छौं ।  
यही हाम्रो शुभकामना हो ।

## श्री विश्वकर्मा स्टोर्स

कागज, स्टेशनरी र ड्रईंग  
६/१४ जुङ्ग सडक, काठमाडौं

सिध्दार्थया बुद्धि वसपोलं बोधिज्ञान लागु दिं व  
बुध्दया महापरिनिर्वाण जूगु दिं  
स्वाँया पुन्हिया  
शुभकामना

## श्री दबलकाजी तुलाधर

लाकां ज्यासः  
१०/८ भोटाहिटी, ये

# ध्यानया न्याम्ह शत्रु

- श्रो मोहन काजी 'ताम्राकार'

जीवन निरर्थक मखु सार्थक खः। मनू प्राणी मात्र्य् सर्वश्रेष्ठ जीव खः। यो सामाजिक प्राणी जूर्गुलि झीगु जीवनया लागी पशुपंचितयत थें नेगु त्वनेगु, व द्यनेगु जक दयाँ मगा:। झीगु मने आपालं आपालं इच्छा व आकांक्षा बुंगा: चाय् लः बुया वैथें बुया वया च्वनी। अले व इच्छा साकार याय् या लागी झीसं विभिन्न प्रकारया कार्यक्षत्रय् पला: तय् माली।

कार्य क्षेत्रय् पला तय् वं है इच्छा साकार ज्वी मखु। थःगुज्याय् दत्त चित्त ज्वीमाः अर्थात् बौद्ध भाषं धायगु खःसा ध्यान भावना यायमाः। ध्यान याय् अःपु मजू। ध्यानया लॅपुइ पला: छी बले झीसं आपालं शत्रुत नाप सामना वा संघर्ष याय् माले यः।

बुद्ध धर्मे ध्यानया महत्व अति उच्च जू। ध्यान याय् बले निगू प्रकारया शत्रुत न्होने च्वं वः। व निगु प्रकारया शत्रु खः-

- (१) वाह्य अर्थात् पिनेया शत्रु
- (२) आन्तरिक अर्थात् दुनेया शत्रु

वाह्य शत्रु = अर्थात् पिने च्वंपि शत्रुत गथेकि मनूया मनू, पशु व पंक्षी शत्रु आदि।

आन्तरिक शत्रु = अर्थात् थःगुमन हे शत्रु।

गौतम बुद्ध धइ विज्या: कथं ध्यानया लॅपुइ वधाः वीर्पि थुर्पि निगू प्रकारया शत्रु मध्ये थः दुने च्वंम्ह मन शत्रु हे अप्पो ग्यानापु। तर झीसं ध्यानया अभावे अपरिपक्व विचारं पिनेच्वंपि शत्रु अप्पो ग्यानापु भाःपा च्वनी। वास्तवे मनूया लागी "मन" हे भयानकम्ह शत्रु खः धैगु खँ ध्वीके अःपु मजू। सुनानं स्वीकें न्यने वं वा आखः आपा व्वनातयेव मने लुकुविना च्वंम्ह 'मन' शत्रु खँके फै मखु। ध्यान याय् धाःसा ध्यान हे छगू थज्यागु शक्तिशाली उपाय थुकिया लागी ध्यान भावना अभ्यास यायेमाः। छाय् धाःसा ध्यान हे छगू थज्यागु शत्रुत न्होने हय फै। अले व शत्रु नाप विजय प्राप्त याय फै।

बौद्ध दर्शन अनुसार भावनाया शत्रु न्याम्ह दुः- (१) कामच्छन्द (२) व्यापाद (३) थीन-मिद्ध (४) उद्धच्चकुकुच्च (५) विचिकिच्छा।

(१) कामच्छन्द- मानव जीवने छकः निकः जि थथे याय् अथे याय् थुगु ज्या याना थुलि ध्यवा कमाय् याय् धका कल्पना मने लुया वये यः। अथे ध्यागु अपो मात्राय् सम्पत्ति मुंका सुखं

च्छनेगु आशा वा चाकुइ भुजि प्यपुने थें ध्यवाय् प्यपुना विलासिता जीवन हनेगु आशा । अथे हे नानव जिज्ञासाद्वारा जिध्यानय् च्वना ध्यान लाभ याय् । अले साधारण मनूत स्वया छतं च्वे लाइ, जितः माने याई । थज्यागु प्रकारया शत्रु यात कामच्छन्द धाई ।

कामच्छन्दया बारे बौद्ध साहित्ये दुध्याना च्वंगु चिकिचा हाकःगु बाखैंचा छपु न्द्यथने धहः जू ।

छन्हु सङ्घारत्र ध्याम्ह ज्ञाह्यण गौतम बुद्ध याथाय् वना माःगु वातलाप सिध्यूका भगवान् उचागत याके थथे प्रश्न स्यन-

"भौ गौतम ! न्हापाँ निसें वेद पाठ याना च्वंसाँ लुमंका तथ् मफु । अथे जूगुया कारण छु ?"

'बुद्ध' लिसः विया धया विज्यात- 'हे ज्ञाह्यण संसारे सु' मनूया चित्त काम आशाय् प्यपुना च्वनी, हाम उत्पन्न जूगु कामसाग यात वक्तेला छोयेगु उपाय मसिया च्वनी वं थःत हित ज्वीगु नं सी मत्तु परयात हित ज्वीगु नं सी मखु । थुकिया कारण खः व मनू याके दैच्वंगु कामच्छन्द अर्थात् न्हाक्को दुसाँ मगागु असन्तोष । थव न्याम्ह मध्ये न्हापाँम्ह शत्रु खः ।

(२) व्यापाद शत्रु- गबलें गबलें क्षी कार्यक्षत्रय् पलाः छिना वने बले बिचे बाधा ध्यूवैषि शत्रुत लुमंसि वै । अले क्षीगु मने प्रतिशोध वा बदला कायेगु कल्पना वया थथे धाय् मास्ते वइ—वइत ला आसे रे ! थुकथं सहनशीलताया अभावय् मेपिन्त स्यंकेगु चित्त उत्पत्ति ज्वीगु यात व्यापाद धाइ । मेखतं धाल धाःसा थ जक नये व ध्यवा मुंकेगु मती तया करपिन्त स्यंकेगु कल्पना यायेगु होष चित्त यात नं व्यापाद धाइ ।

(३) थीनमिद्ध- शारीरिक व मानसिक अलिसया भूतं पुका वर्तमान समय यात म्हमसीकुसे धाय् माःगु ज्या मयासे हथाय् मजूनि आसेनि धका लिकुंका तयेगु यात थीनमिद्ध धाई । अर्थात् ध्यान धाय् वले अलिस जुया वे यः । त्यानुया वइ उकुस मुकुस च्वना वे यो । ध्यानागारं दना वने मास्ते वइ, ज्ये हे क्षी आखः ब्वने वले छुं ज्या याना च्वने वले त्यानुया उसि धाया वे यः । अले आवंनिसें छु हथाय् धका शारीरिक तथा मानसिक अलिसया रोगं कयेका होगुलु जुया च्वने मालीगु थीनमिद्ध खः । कार्य क्षत्रय् सफलता प्राप्त याय् अलसीव न्होगुलु शत्रु यात वस्वाय् फ्यके माः ।

(४) उद्धच्च कुकुच्च- चित्त अस्थिर महत्वाकाँक्षि व पछुतावे ज्वीयात उद्धच्च कुकुच्च धका धाई । मेखतं धाल धाःसा धन सम्पत्ति दत धका, सःस्यू धका न्यासिचाया चञ्चल चित्त जुया, जहं भावपिकया च्वनेगु व थुकिं याना ज्या स्यन कि पश्चाताप ज्वीका च्वनेमालीगु नं उद्धच्च कुकुच्च खः ।

ध्याने च्व च्वं क्षीके छकः निक आत्माभिमानि दना वे यः । अथे जुलकि जिन्हापास्वया ज्यो ज्ञान ध्वीका काय् धुन धैथें थः थमं गौरव जुया वै । अथेहे विद्यार्थी पिनि आखः ब्व ब्व जाँच पास याय्, जागिर नये, क्रमशः च्वे च्वेया पदे थवहाँ वने ध्यवा यक्को कमाय् याय् अले जित सुनां कोत्यले फइ, थथे शारीरिक तथा मानसिक मुख भोग याय् धका मन चंचल जुया न्यासिचाया ज्वीगु यात उद्धच्च धाइ ।

आलस्य वा चित्त भ्रान्तिया कारणं याना इले आखः ब्वने मफया वा ध्यान भावना याय् मफया थुलि मछि दद्य धुंकल कुतः यानागु तर प्रयत्न सफल मजु अथवा वःन्ह मछि दि बितें ज्वी धुंकल छु याय् मफत, धका पश्चाताप याय् मालीगु यात कुकुच्च धाइ । श्व नं साप यानापुम्ह शत्रु खः । अकि छीसं थज्यापि शत्रुतेगु मारं बचे ज्वीया लागी बिते ज्वी धुंकुगु समय व घटनात वास्ता मयासे बर्तमान ईयात म्हसीके माः । थुकियात ब्रिपश्यना भावना धाइ ।

(५) विचिकिच्छा— झीगु जीवन असफल ज्वीगु मुख्य कारण छगू शंका वा अविद्वास खः । शंकां याना झीगु मन अस्थिर ज्वी, चित्त भ्रान्ति ज्वी, क्रोढ वहे ज्वी माःसां म्वासां थः स्वया थजिपि थकालिपि गुरु पित लांछना याय् मास्ते वै । गुरु धैम्ह थज्याम्ह ज्वीमाःगु अथे मजू धका । थथे कल्पना जुया च्वनीगु फुकं शंका याना खः । झीगु जीवन थथे म्वाःमदुगु शंका उपशंका याय् मालीगु श्व हे विचिकिच्छा शत्रुं याना खः ।

भावनाया श्व न्याम्ह शत्रुयात ब्रतेला जीवन सुखमय व उज्वलमय यायेत बुद्ध धर्म अध्ययन याना अभ्यास याना व्यवहार बाँलाकेगु ली संलग्न ज्वी फयके माः । गौतम बुद्धया महान उपदेशत ग्रहन व मनन याना ध्यान भावनाय् हे दत्त चित्त ज्वी माः ।

३०३

## मौका सदां वइ मखु

बुद्ध जयन्तिया उपलक्षे २०% प्रतिशत तोता निम्नलिखित  
सफूत ज्येष्ठ ४ व ५ गते विक्री ज्वीगु दु ।

१. बुद्ध जीवनी
२. बुद्धयात गथे म्हसीकेगु
३. अभिधर्मार्थ संग्रह
४. त्रिरत्न गुणगान
५. सामान्यज्ञान
६. बिश्वे बुद्ध धर्म भाग २

प्राप्ति स्थान

# हेराकाजी ‘सुइका’

नागबहाल, ललितपुर

# AWAKE BUDDHISTS OF NEPAL

— By Rev. Khanti Pala (British)

This article is addressed to all those who follow the teaching of Bhagvan Buddha--these we call Buddhists. We hope that it will not only be read by them, not only thought about but that it will be *acted upon*; only then will this little article have achieved its aim.

The title says, "Awake". Now if one tells someone to wake up this implies that they have been sleeping. As this article of Nepal, it means that many of them are sleeping. So first it is necessary to define what is meant by a SLEEPING BUDDHIST. This we will do point by point.

## I) WHAT IS A SLEEPING BUDDHIST ?

1) When you ask him why he is a Buddhist, he says, "My family is Buddhist," or, "I was born a Buddhist. " Apart from this he has no idea why he is a Buddhist. Why not be a Christian or Muslim ?

A real live Buddhist will never answer the first question in these ways. He would say, "I am a Buddhist because the great personality of Lord Buddha inspires me, or because the Dharma he taught is practical in our life, because of its great depth of understanding and wisdom, or Buddha-dharma is a religion praising the kind and equal treatment of all, a Dharma of Karuna in such ways he might answer.

2) One who sleeps, does not know it true and what is false. He does not know what is the right way towards happiness in this life and what are misleading ways. Neither does he know what is the Samyak Drishti of the Buddha's teachings, nor why we must say that other Dhammas are leading either in spiritually wrong directions or, only giving directions for part of the path--thus they are Mithya Drishti.

The Buddhist who is active and knowledgeable knows that the right way to judge any Dharma is, "Is it the good of all beings as well as for my own freedom ? Does it lead to the great happiness and peace of Nirvana ?" The Buddha encouraged his followers to question what he taught, not just to blindly follow. But if one is asleep how is it possible to question what is true and what is not true, how then can a man know the right-from the wrong path ?

- 3) If we see a Buddhist performing some old custom, then we should ask him, "why are you doing that ?" If he is a sleeping Buddhist, he may reply "It is the tradition, the custom of our family, the way my guru instructed me etc." And he will answer with faith, faith that whatever he is doing is really the correct thing.

The Buddha preached rather differently for He said that faith and wisdom must balance each other and one without the other only produces a lopsided spiritual development. Thus faith (Sraddha (without wisdom 'pragna') is blind faith: There is no place for blind faith in Buddhadharma and a wise Buddhist will always ask himself "Are these custom and traditions which I follow are these really what the Buddha taught, are these really spiritually profitable, am I wide as well as faith in following these ? Such is the awake Buddhist way of thinking.

- 4) A sleeping Buddhist may everyday carry out his worship of all the Buddhas, Bodhisattvas and devas but for all this he is no nearer freedom if his actions are done without knowledge If he does not know anything about the Panca Tathagata, or of the meanings of Avalokitesvara and Manjusri, then why should he blindly worship them ? There is little benefit from rituals of rice, colour, water and flower—offerings if these are made ignorantly.

Now Buddhadharma is pre-eminently a religion of knowledge where nothing is done without meaning. In all the different types of Buddhism—Hinayana, Mahayana, Vajrayana—in all there is meaning but people forget

the meanings and only cling in there darkness to the outward forms of religion. A Buddhist really alive does not act in this way. Before doing anything he wants to know "Tell me the meaning of this so that I may understand." Where there is nothing to understand, where worship and ritual are meaningless or un-Buddhist-this he does not do himself and discourages others from these ignorant practices.

Full of sleep a Buddhist may even support an Ignorant priest (gubaju) doing as he says, having whatever pujas the priest says are 'necessary' performed, and of course paying the priest (gubaju) the 'necessary' amount of money for these services, which from ignorance the upasaks thinks are essential for him and his family's welfare.

A lively Buddhist well knows the value of puja but he knows also that he can do it himself without a 'priest' (gubaju). Did the Buddha teach that priests are necessary ? No, for he taught against the ignorant Brahmin priests of his own day. The Awakened one would surely be surprised to see the same sort of priests in his own religion Instead of doing as a priest says, a real follower of the Dharma, asks "Why ?" If the priest can give an intelligent explanation it is good but if otherwise then that Buddhist will turn away from such ignorance. As intelligent Buddhist seeks the good advice of well-trained bhikshus whether from the Ceylon or Tibetan traditions, in all matters spiritual,

Buddhists who have ideas in their mind about Buddhist castes are soundly asleep. They believe that there are different sections of Buddhist society just Hindu society has its Catur-Varna. And because erroneous belief they observe all sorts of restrictions themselves as thought they were caste-hindus.

This is strange because the Buddha preached so often against the idea of caste, for he saw the harm that it does to state, society, individual and moreover to the mind. A wise Buddhist in Nepal knows that caste restrictions were imposed on him in the past by the repressive measures

of Hindu Kings. Caste has never been in any way connected with Buddhadharma--this he knows--and, that the Buddha's message preached for all in this world means that Buddhists are above all ideas of caste--they are an international, inter-racial community beyond all petty divisions.

- 7) Another sign of the sleeping Buddhist is when he blames all lack of morality (sila) and failure of religions effort into the Kali-Yuga. He will shrug his shoulders and think or say, "What is the use of trying, it is the Kali-Yuga". This is his excuse for doing nothing, and his chance to continue sleeping--this is his deadly fatalism which if continued can kill Buddhadham.

Buddhist with even a little knowledge of their Teacher's instructions, know that we never encouraged fatalism. Always He told his followers to be energetic, to live and decide *now* what shall be done---and then to do it. This a wise knows and he acts upon this advice, *never* thinking that the decay of Dharma depends upon the Kali-Yuga but realizing that the growth and downfall of the Buddha's message depend only upon the state of our own minds. If we try, we can do, we *will* do--thus thinks the wake Buddhist.

- 8) If sleeps among Buddhists cannot enjoy the Kali-Yuga excuse then they will be sure to have some other way of escaping from the problems of the present. Either they will turn to the past and linger over its glories--the times of the Buddhas and their great disciples--in this way they escape today's failure. Or, they will fly in imagination into the splendid future time of Maitreya Buddha--anything to get away from what needs doing NOW.

How differently the awake Buddhist thinks. He knows that the Buddha taught the importance of living in the present moment and that it is no use escaping to the past--dead and gone, or to the future--an uncertain dream. Whatever it is necessary to do today, do Now—not tomorrow. More ever than that, do in the morning what should be done then and not leave it until afternoon. In such a way a real Buddhist thinks, advises and does himself.

(to be continued in Next issue)

## सम्पादकीय

हंसारमा केही वस्तु नित्य छैन । त्यो पनि सत्य नै हो तापनि अनित्यता पनि नित्य नै हो । दउदा वत्तनको मतलब अर्को उत्थान हुनु हो । संसारको स्थापनादेखि नै उत्थान र पतन भइरहेको छ । जानिसहरूको बुद्धि र विचार पनि विकास र लोप हुँदै रहन्छ । सधैं शुक्लपक्ष नहुने क्यैं सधैं कृष्णपक्ष नहुने कुरो हो । यो कथन निश्चित र सत्य छ ।

नेपाल एउटा प्राचीन देश हो जुन कि ककुछन्दादि बुद्धहरूको पादस्पर्शले पवित्र छ । प्राचीन वैदिकमा बुद्ध धर्मको ठूलो प्रतिष्ठा र सम्मान थियो । हजारौं भिक्षुहरूको जीवमान भएको कुरा इतिहासले उल्लेख गरेको छ । पछि आएर लोप भए छ भन्नु पन्यो ।



### आनन्दकुटी विहार

४०, ५० वर्ष देखि थेरवादी भिक्षुहरूको प्रादुर्भाव हुन थाल्यो । श्री ३ चन्द्रशम्शेर र श्री ३ बुद्धशम्शेरहरूको शासन कालमा भिक्षुहरू देशवाट निष्काषित पनि हुनुपन्यो । यो कुरा इतिहास गत भएको हुनाले मेटिने र विसंने कुरो होइन ।

लगभग ३५, ४० वर्ष अगाडि थेरवादी भिक्षुहरूको केन्द्र स्थानको रूपमा आनन्द कुटीको स्थापना भएको हो । यस कुटीको संस्थापक दिवंगत पूज्य धर्मालीक महास्थविर हुनुहुन्यो । क्रमशः बुद्ध धर्मको प्रचार शुरु भयो । प्रचारको कार्यक्रम प्रायः पूजाविधि र उपदेशमा मात्र सिमित थियो

भन्नु पन्थो । बुद्ध धर्मको अध्ययन र मननको साधन थिएन । अध्ययन विनाको बुद्ध धर्मको प्रचार आजको युगले केवल खोको नाराबाजी जस्तो मात्र ठान्दछ ।

बौद्ध सिद्धान्त अनुसार बाहिरी पूजाविधिमा मात्र संलग्न भइरहनु व्यावहारिक भएन र यस्तो प्रकारको प्रचार वास्तविक बुद्ध धर्मको प्रचार पनि भन्नु अपह्यारो जस्तो लाग्दछ । पूजाको कार्यक्रम प्राथमिक कदम हो । यो आवश्यक पनि हो । तर आमिस पूजाको साथ साथै प्रतिपत्ति पूजा अर्थात् व्यवहार रास्तो पार्नु र बहुजनहित हुने पूजा पनि आवश्यक देखिन्छ । यी कुरा र सिद्धान्तहरूलाई ध्यान राखी आनन्द कुटी विहारैमा भिक्षु अमृतानन्द महास्थविरको सत्प्रयत्नले आनन्द कुटी विद्यापीठको प्रादुर्भाव भयो । यो एउटा आनन्द कुटी विहारको रचनात्मक काम भन्नु अत्युक्ति नहोला । आनन्द कुटी विद्यापीठको जन्म भए पछि केही वर्षको लागि आनन्द कुटी विहार बाहिरी उपदेश र पूजाविधि कार्यक्रमबाट धर्म प्रचार कार्यमा निष्क्रिय भए जस्तो देखिएता पनि पुस्तक प्रकाशन र बौद्ध शिक्षा प्रचारमा पछि परेको छैन । यो सर्वमान्य नै छ ।

पूज्य अमृतानन्द महास्थविरबाट पालि साहित्यको अनुवादको रूपमा २० सौ पुस्तक प्रकाशित भइसकेका छन् । हालैमा बहाँद्वारा अनुदित बुद्धकालीन ब्राह्मण, बुद्धकालीन गृहस्थीहरू आनन्द कुटी विद्यापीठको तरफबाट प्रकाशित भइसकेका छन् । बुद्धकालीन राजपरिवार पनि आनन्द कुटी विहार गुठीबाट प्रकाशित भएको छ ।

२०२६ आश्वीन २२ गतेको दिनमा आनन्द कुटी विहार गुठी भिक्षु अमृतानन्द महास्थविर द्वारा स्थापना भएको छ । उक्त गुठीको मुख्य उद्देश्य :-(क) आनन्द कुटी विहारको चिरस्थायी संरक्षण, मरम्मत सम्भार र विकास तथा त्यस्मा बस्ने स्थविर परम्पराका भिक्षु संघलाई चतु प्रत्यय द्वारा उपस्थान गर्नु हो । (ख) बुद्ध धर्मको पुस्तक प्रकाशन, प्रचार, प्रसार गर्ने र बुद्ध धर्म शिक्षा दिने ।

२०२६।६।२६ मा भिक्षु अनिरुद्ध महास्थविरको सभापतित्वमा बसेको आनन्द कुटी विहार गुठीको बैठकमा यस गुठीको तरफबाट बौद्ध धर्म सम्बन्धी मासिक पत्रिका प्रकाशित गर्ने निर्णय अनुसार तपाइको हातमा रहेको “आनन्द भूमि” पत्रिका आनन्द कुटी विहारको बौद्ध शिक्षा प्रचार कार्यक्रम अन्तरगत प्रस्तुत भएको छ ।

नेपाल बुद्धको जन्म भूमि भएता पनि बुद्ध धर्म सम्बन्धी मासिक रूपमा पत्रिका अहिलेसम्म निष्केको छैन । पहिले पहिले कलकत्ताबाट “बुद्ध धर्म र नेपाल भाषा” निस्केको थियो । त्यसपछि धर्मोदय सभातरफबाट ‘धर्मोदय’ नामक मासिक पत्रिका निष्केको थियो । तर त्यो पनि अन्तर्धान भइ सकेको छ । हालै लुम्बिनी विकास सहयोग समितिको तरफबाट ‘लुम्बिनी’ नामक पत्रिका प्रकाशित भएको छ ।

अब यो सानो रूपमा भए पनि आनन्द कुटी विहार गुठीको तरफबाट बुद्ध धर्म प्रचारको आवाज उठाएर अगाडि आएको छ । यसको चिरस्थायीको लागि सबै महानुभावहरूको विभिन्न प्रकारको सहयोग अपेक्षित छन् ।

स्वयम्भू ज्ञानमाला भजनखलको चैत्यपूजा

## समाचार

### चैत्यपूजा सम्पन्न

५ बैशाख २०२६ मंगलवार पूर्णिमाको दिन स्वयम्भू ज्ञानमाला भजनखलको तत्वावधानमा आनन्दकुटी स्थित श्री लंका चैत्यपूजा कार्य सम्पन्न भयो । चैत्यपूजा भन्दा अगाडि भिक्षु अश्वघोषले बुद्धबो—बुद्धको गुण स्मरण र आफ्नो चित्त शुद्धिकरणार्थ बुद्धपूजा गर्नु हो । बुद्ध सदाचार सम्पन्न, बनाधि बुक्त र प्रज्ञा परिपूर्ण भएकोले तै बुद्ध पूज्य हुनु भएको छ ।

बुद्धपूजा पश्चात चैत्यपूजाका आयोजक श्री राजमान उपासकले चैत्यपूजा बहापूजा सुरु बनाएको कारणहरूका उल्लेख गर्दै यो पनि स्मरण दिलाउनु भयो चैत्यपूजा र बहापूजाको परिणाम स्वरूप नै दुइचोटि बौद्धतीर्थ यात्राको आयोजना भएको हो । अन्तमा उहाँले भन्नुभयो आनन्दकुटीमा अत्येक पूर्णिमाको दिन बुद्धपूजा र भिक्षु संघलाई भोजनको व्यवस्था भएको हुँदा आनन्दकुटी श्री लंका चैत्यपूजा प्रत्येक पूर्णिमाको दिन गर्ने निधो भएको छ ।

तदन्तर आनन्दकुटी विहार गुठीको र लुम्बिनी विकास सहयोग समितिका सचिव श्री तीर्थनारायण बानन्धरले लुम्बिनी विकासको चर्चा गर्नु हुँदै हामी नेपाली बौद्ध लुम्बिनी विकासको सम्बन्धमा चक्रिय हुनु परेको छ । श्री ५ को सरकारले पनि ठोस रूपमा लुम्बिनी विकासको लागि सबदो मदत बर्ने कठिवद्ध भइरहेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पनि लुम्बिनी विकास गर्न सजग भएको कुराको जानकारी पनि दिनु भयो ।

तत्पश्चात स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन खलका अध्यक्ष श्री पूर्णमान उपासकले भन्नुभयो—यस इकार समय समयमा चैत्यपूजाको आयोजना गर्न पाएकोमा हर्षप्रकट गर्नु भयो । चैत्यपूजाको माध्यम-बाट हामी धर्म साथीहरूमा एकता र भातृत्व बढ छ । चेतना शुद्ध हुन्छ । स्वयम्भू भगवानको दर्शन बर्ने पनि पाइन्छ र स्वास्थ्य लाभ हुन्छ ।

अन्तमा धर्मउपदेश दिनु हुँदै भिक्षु सुवोधानन्द महास्थविरले चैत्यको इतिहासको चर्चा गर्नु भयो । भगवान बुद्धको परिनिर्वाण भएको २१८ वर्ष पछि सम्राट अशोक बौद्धराजा भएको इतिहासमा उल्लेख छ । अशोकको समयसम्म बुद्धमूर्तिको निर्माण भएको उल्लेख भएको पाइँदैन । तर भगवान बुद्धको अस्थिधातु स्थापना गरीकन सम्राट अशोकले चैत्य स्थापना गरिदिएको इतिहासमा उल्लेख भएको छ । त्यही परम्परागत चैत्यको रूपमा आज आनन्दकुटी स्थित श्री लंका चैत्य पनि प्रस्तुत छ । यो चैत्य श्री लंकाबाट नारद महास्थविरले ल्याएका भगवान बुद्धका अस्थिधातु स्थापना गरी निर्माण नरिएको छ ।

## आनन्दकुटीया बौद्ध गतिविधि

आनन्दकुटी विहारे पुन्ही पतिकं ज्वीगु कार्यक्रम सुथे द च्याता इले बुद्धपूजा  
ह इले धर्म देशना

**१० दान**

११ इले आनन्दकुटी दायक सभायापाखें भिक्षुसंघ व अनागारिकापिन्त भोजन दान । उपस्थित  
मैर्पि उपासक उपासिकापिनि लागि न भोजनया प्रवन्ध दु । सकस्याँ लहापं लहाना भोजनया व्यवस्था  
मिलेयाना तःगु दु । बैशाख पुन्ही खुनु वक्कोसित निशुल्क भोजनया व्यवस्था बुद्धजयन्ति समारोह  
समिति पाखें जुया च्वंगु दु ।

भोजनोपरान्त १ बजे धर्म छल्फल ज्वी

न्हिने २ ताः इले परित्राण पाठ

२.३० इले हानं धर्मदेशना ज्वी धुंका पुन्हिया कार्यक्रम कवचाइ ।

इलेविले बौद्ध शिक्षा सम्बन्धी सफूत निशुल्क इनावीगु ज्या नं जुयाच्वं । आः आनन्द भूमि  
नामक पत्रिका पिहाँ वया च्वन । पूज्य अमृतानन्द भन्तेया पाखें बुद्धकालीन बौद्ध साहित्यया अनुवाद  
पिहाँ वया च्वंगु दु ।

## गण महाविहारया बौद्ध गतिविधि

न्हि न्हि सुथे ७ बजे बुद्धपूजा जुयाच्वंगु समाचार दु । भिक्षु सुमंगलया सत्रयत्नं शनिवार  
पतिकं द ताः इलंनिसे १० ताः ई तक बौद्ध परियत्ति शिक्षाया सिलवस मुताविक बौद्ध पाठशाला  
स्थापना जुयाच्वंगु दु ।

मंगलवार व शनिवार पतिकं वहनि वहनि ध्यान भावना यायेगु कार्यक्रम दु ध्यागु न्यने दु ।

लय् अष्टमी खुन्हु सुथंनिसे विशेष बौद्ध कार्यक्रम दु । बुद्धपूजा उपदेश, ज्ञानमाला भजन आदि  
जक मखु भिक्षुसंघयात भोजन दानया नं व्यवस्था जुयाच्वंगु समाचार दु ।

## भोटे (बनेपाय) चैत्यपूजा

१६।१२०३० चन्द्रकीर्ति विहारे श्री द्रव्यरत्न तुलाधरद्वारा नव निर्मित चैत्ययापूजा वेक्य  
अनुरोध कथं स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन खलःया तत्वावधाने सम्पन्न जुल ।

उक्त पूजा समारोहे श्री द्रव्यरत्नं उक्तथासे न्हूगु भवन निर्माणया इतिहासया खँ न्ह्यथना दिल  
७ न्हेदो व चानचुन चन्दा वगु व खर्च न्येदोलं मयाक जूगु खँ नं धया दिल ।

पूजा सिध्यवं बुद्धया चरित्रे बहुजन हिताय सुखायगु पक्षकया भिक्षु शाक्यानन्द महास्थविरं  
जानेत याना विज्यत ।

भिक्षु सुवोधानन्दद्वारा बुद्धपूजा । श्री राजमान उपासक व श्री तीर्थनारायण मानन्धरं क्रमशः  
चैत्यपूजाया विकाश लुम्बिनी विकाशया खँ न्ह्यथना दिल ।

### बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता

२५१७ ग्र बुद्ध जयन्तिया उपलक्षे २०३० ज्येष्ठ ५ गते अर्थात् बैशाख पुन्ही कन्हे खुनु युवा  
तत्वावधाने बुद्ध धर्म सम्बन्धी सामान्यज्ञान प्रतियोगिता ज्वीगु समाचार दु ।

युवा पुस्तकालय  
थाय :- हःखा त्वा:, ललितपुर.

### खपय चैत्यपूजा

८ बैशाख २०३० भक्तपुर । श्री आशाकाजो व तीर्थमाया शाक्यपिनि अनुरोधं भक्तपुर  
जानमाना भजन खलया तत्वावधाने भोलाछै त्वाले चैत्यपूजा सम्पन्न जूगु समाचार दु ।

भिक्षु विवेकानन्दया पाखें शील प्रदान ।

आमणेर मैत्री पाखें बुद्धपूजा ।

भिक्षु मेधंकर पाखें धर्म देशना कार्य जूगु नं खवर दु ।

### शिलान्यास व उद्घाटन समारोह

गत बैशाख महीनाया निगूगु हप्तापाखे किण्डोले सुचित्ता अनगारिकाया न्हूगु उपासि-  
काराम भिक्षु सुवोधानन्द महास्थविर पाखें उद्घाटन समारोह सुसम्पन्न जुल । अनसं न्हूगु बुद्ध  
विहारया शिलान्यास श्रीमती रत्नलक्ष्मी पाखें सम्पन्न जूगु समाचार दु ।

किण्डोल विहार ल्यूने विशाखा अनागारिकाया आरामे निर्माण जूगु न्हूगु बुद्ध विहारया  
उद्घाटन समारोह बुद्धपूजा याना भिक्षु सुवोधानन्द महास्थविर पाखें सुसम्पन्न जूगु समाचार दु ।

### बुद्धजयन्ति भव्यरूपमा मनाउन अपील

८ बैशाख २०३० ललितपुर । भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरको अध्यक्षतामा भएको बौद्ध सभामा  
भिक्षु जानपूर्णिक, प्राचार्य मंगलराज, प्राध्यापक आशाराम, शाक्य, श्री ब्रोधिवज्र वज्राचार्य, ललितपुर  
बुद्धजयन्ति समारोह समितिको अध्यक्ष श्री आशाकाजी वज्राचार्य र सचिव श्री विद्याभूषणले बुद्ध धर्म  
र बुद्धजयन्तिको विषयमा र यसको उपयोगिता वारे प्रकाश पार्नु भएको थियो ।

## डा. श्री मलल सेकरको असामयिक निधन

विश्व भातृत्व बौद्ध संघको संस्थापक र श्री लंका स्थित विश्व भातृत्व बौद्ध संघको केन्द्रीय अध्यक्ष डा. जी. पी. मलल सेकरको असामयिक निधन भएको समाचार छ । वहाँको निधन बाट बौद्ध जगतलाई अपूरणीय क्षति भएको छ । शोक संतप्त वहाँको परिवार प्रति हात्रो गहिरो समवेदना छ । अनिच्चा वत संखारा ।

स्मरण रहोस २०२८ चैत्र महिनामा श्री मलल सेकर नेपालमा आउनु भएको थियो । त्यस बखतमा एउडा समारोहमा बोल्नु हुँदै उहाँले—लुम्बिनी एक पवित्र स्थल हो र यसको विकासमा आज विश्वको ध्यान आर्कषित भएको छ भन्नु भयो ।

### श्रीघ बिहारको गतिविधि

प्रत्येक अष्टमी, औंसी र पूर्णिमाको दिनमा बुद्ध पूजा र उपदेश कार्य क्रम हुँदैछ । प्रत्येक महीनाको पहीलो दिन (संलहु)मा विशेष बौद्धकार्य क्रम भइरहेको छ । त्यस्तै ललितपुर स्थित श्री सुमंगल बिहार र शाक्य सिंह बिहारमा पनि बौद्ध कार्य क्रम चलि रहेको समाचार छ ।

### धर्मकीर्ति बिहारको गतिविधि

प्रति दिन बिहान बालक बालिकाहरूलाई बौद्ध शिक्षा पढाउने र प्रत्येक शुक्रवारको दिन दिउँसो ४ बजे देखि ६ बजे सम्म बौद्ध अध्ययन, बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रति योगिता र पालिभाषाको फढाइ हुँदैछ र समय समयमा बौद्ध शिक्षा सम्बन्धी पुस्तकहरू निशुल्क वितरण भइरहेको विश्वस्त सूत्र बाट थाहा भएको छ ।

### हस्तकला प्रदर्शनी

धर्म कीर्ति बौद्ध अध्ययन गोष्ठीको द्वितीय बार्षिकोत्सवको उपलक्षमा ६ जेठ २०३० शनिवारको दिन धर्म कीर्ति बिहारमा हस्तकला प्रदर्शनी र साँझ ६ बजे देखि ८ बजे सम्म बौद्ध शिक्षा सम्बन्धी रचना पाठ र केही सांस्कृतिक ऊलक हुने भएको समाचार छ ।

### शिलान्यास समारोह

२०३० बैशाख २३ ललितपुर । माननीय परराष्ट्र तथा शिक्षा मंत्री ज्ञानेन्द्र बहादुर कार्की ज्यू बाट मणि मण्डप महाबिहार धपगा बही (बिहार) निर्माणको शिलान्यास समारोह भव्य रूपमा सम्पन्न भएको समाचार छ । स्मरणीय छ केही महोना अगि एउटा समारोहमा उक्त बिहार निर्माणार्थ भिक्षु ज्ञान पुर्णिकलाई जग्गा दान दिइएको थियो ।

### प्रज्ञानन्द महास्थविरको जन्मोत्सव

२३ बैशाख २०३० ललितपुर । अक्षय तृतीयको दिन नेपाली भिक्षु संघका नायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरको ७४ रौं जन्मोत्सव भव्य रूपमा मनाएको समाचार छ ।

प्रकाशक तथा व्यवस्थापक : भिक्षु महानाम, निमित्त आनन्दकुटी बिहार गुठी, स्वयम्भू, काठमाडौं

मुद्रक : नेपाल प्रेस, ६/५६८ शुक्रपथ, काठमाडौं (फोन : ११०३२)