

(नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक पत्रिका)

# आनन्द भूमि

भि  
क्षु  
अ  
मृ  
ता  
न  
न्द  
वि  
शे  
षा  
ङ्क

प्रभावशाली व्यक्तित्व भिक्षु अमृतानन्द ।  
- भिक्षु अश्वघोष

बहुआयामिक व्यक्तित्व भिक्षु अमृतानन्द ।  
- सत्यनारायण गोयन्का

सफल शिक्षणका केही लक्षणहरु ।  
- डा. बजरान शाक्य

Seeking Peace ?  
- Dr. Ganesh Mali

वर्ष २९

अंक ४

श्रावण पूर्णिमा

मूल्य रु. १० ।-



# आनन्दभूमि



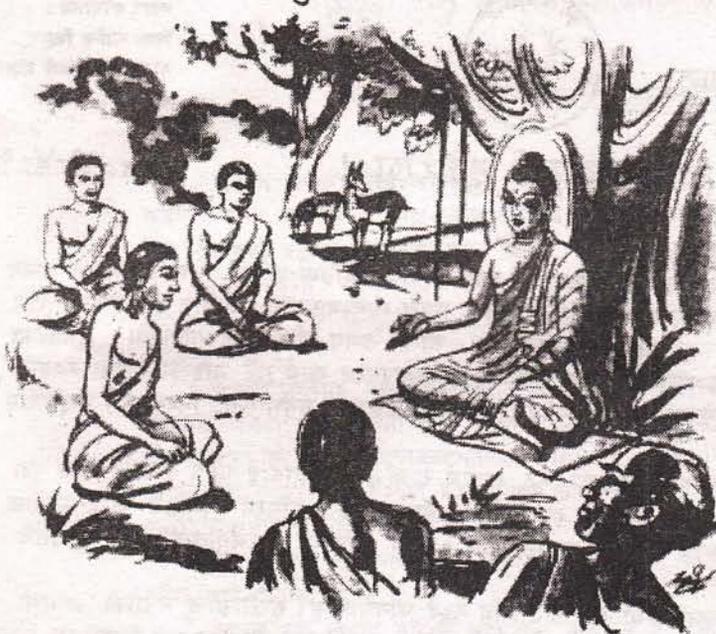
नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक

श्रावण पूर्णिमा २०५८ वर्ष- २९ अङ्क ४  
बु.सं. २५४५ ने.सं. ११२१

The Ananda Bhumhi

A Buddhist Monthly : August 2001

## बुद्ध-वचन



हिरीमता च दुज्जीवं - निच्चं सुचि गवेसिना  
अलीनेन'प्पगढभेन - सुद्धा' जीवेन पस्सता

लाज मान्ने, सर्वदा पवित्रताको खोजी  
गर्ने, उद्योगी र मितभाषी भई शुद्ध जीविका  
गर्ने ज्ञानीको जीवन यापन कठिन हुन्छ ।

प्रमुख सल्लाहकार  
भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविर  
अध्यक्ष आ.कु.वि. गुठी

सल्लाहकार  
भिक्षु धर्ममूर्ति  
सचिव, आ.कु.वि. गुठी  
तीर्थनारायण मानन्धर  
अध्यक्ष, आ.कु.वि. दायक सभा

निर्देशक  
भिक्षु सुदर्शन महास्थविर  
उपाध्यक्ष, अ.ने.भि. महासघ

सम्पादक  
भिक्षु कोण्डन्य  
(२२६७०२)

सहसम्पादन मण्डल  
भिक्षु निग्रोध  
राजुमहर्जन

कला समायोजन  
फल्समान शाक्य

कम्प्युटर सज्जा  
बालकोसेली कार्यालय

प्रकाशक  
आनन्दकुटी विहार गुठी

प्रमुख व्यवस्थापन  
सुखी होतु नेपाल

सम्पर्क कार्यालय  
सुखी होतु नेपाल  
बुद्धविहार  
भृकुटीमण्डप, काठमाडौं  
पो.व.नं. : १९३  
फोन : २२६७०२

Email : sukhi@ntc.net.np.

वार्षिक रु. १००/-

एकप्रति रु १०/-

वार्षिक ग्राहक बनी सहयोग गरौं ।



“सुखी सङ्गस्त सामग्री”

# अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ

(स्थापित : मन्थल २००७)



: सुखी होतु नेपाल,

प्रधान कार्यालय :  
विश्व शान्ति विहार  
चीन बवन, नयाँ बानेश्वर  
काठमाडौं, नेपाल

## साधुवादपूर्ण शुभेच्छा !

मिति १३-४-०५८

आनन्दकुटी विहार गुठिद्वारा प्रकाशित नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक पत्रिका आनन्दभूमिलाई समय सापेक्ष अनुरूप स्तरिय र दिगो बनाउन सुखी होतु नेपालको प्रमुख व्यवस्थापनमा प्रकाशित हुन लागेको शुभ कार्यको समाचार सुन्न पाउँदा हामीलाई हर्ष लागेको छ। लामो समय देखि बौद्ध गतिविधि, अतिरिक्त क्रियाकलाप तथा विभिन्न कार्यक्रमहरूमा स्वयम् सेवक र व्यवस्थापनका कार्य गर्दै आईरहेका युवा स्वयम् सेवकहरूको समूह सुखी होतु नेपालले थप जिम्मेवार पूर्ण कार्य संचालन गर्नलागेको निश्चय नै प्रशंसनीय एवं महत्वपूर्ण कार्य हो।

बुद्ध - शासनलाई टेवा पुर्याउने उद्देश्य, बुद्ध, बुद्धधर्म र बौद्ध संस्कृतिलाई माथि उकास्ने ध्येय पूरा गर्न निकट भविष्य मै सुखी होतु नेपालले आधारभूत आवश्यकताको भूमिका निभाउदै बौद्ध मासिक पत्रिकालाई पाठकहरूको अभिरूचि अनुरूप जनमानसमा व्यापक, स्तरीय र रचनात्मक सेवा पुऱ्याउने कुरामा हामी विश्वस्त रहेका छौं।

शासनिक अभिवृद्धि हुने कुराहरूमा सदा हात अघि बढ्दै जानसकोस्। सुखी होतु नेपालले कांघमा पर्न आएको भार सजिलैसित बोक्न सकोस्। आफ्नो उद्देश्य एवं लक्ष प्राप्तिको बाटोमा कुनै तगारो हरू बिना सफलता पाउँन सक्षम होस्। बौद्ध मासिक आनन्दभूमिलाई सहयोग गर्नु शासनिक कार्यमा टेवा पुऱ्याउनु हो भन्ने भावना सबै श्रद्धालुहरूमा जागोस्। र अन्तमा आनन्दभूमि फल्दै फुल्दै निरन्तर रुपमा अघि बढ्दै सधैं बहुजन हित र सुखको निमित्त शान्ति सुवास छुदै गन्तव्य पथमा पुग्न त्यसमा कुनै बाधा अड्कन नआओस्।

यही हाम्रो साधुवादपूर्ण शुभेच्छा।

भिक्षु बुद्धघोष  
भिक्षु बुद्धघोष महास्थविर  
अध्यक्ष

भिक्षु ज्ञानपूर्णक  
भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर  
सचिव



# आनन्द कुटी विहार गुठी ANANDA KUTI VIHAR TRUST

Swoyambhu, P.O. Box 3007, Kathmandu, NEPAL  
Telephone: 271420

श.सि.का. दर्ता नं. ०१/०३१  
Govt. Regd. No. 01/031

१४-४-०५८

Ref. No. \_\_\_\_\_

सचिव,  
सुखी होतु नेपाल, काठमाडौं।

## हार्दिक शुभकामना !

अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ, आनन्दकुटी विद्यापीठ एवं आनन्दकुटी विहार गुठीका संस्थापक श्रेय दिवंगत आचार्य डा. भिक्षु अमृतानन्द महास्थविरको बहुआयामिक व्यक्तित्वले गर्दा दिवंगत २९ वर्ष देखि नेपालको पहिलो बौद्ध मासिकका रूपमा "आनन्दभूमि" प्रकाशन गर्दै आइरहेको कुरा सर्वविदित नै छ। "आनन्दभूमि" आनन्दकुटी विहारको मुख पत्रको रूपमा प्रकाशित गरी जनसमक्ष बुद्धधर्म, बौद्ध संस्कृति, दर्शन एवं ऐतिहासिक - साहित्यिक तथ्यहरू संगाली अगाडी बढ्न पाउनु सवैका लागि सुखदायक हो।

आनन्दभूमिलाई अझ व्यवस्थित पारि निरन्तरता दिदै आनुपर्ने आवश्यकता समय सापेक्ष भएको कुरालाई अवगत गरि दिवंगत केहि वर्षदेखि बुद्ध धर्मसित सम्बन्धित ज्ञानवर्द्धक अतिरिक्त क्रियाकलाप, विहारहरूमा हुने विविध क्रियाकलापहरूमा स्वयंसेवक भई कार्य गर्दै आइरहेको "सुखी होतु नेपाल" लाई आनन्दभूमि प्रकाशनार्थ सम्पूर्ण व्यवस्थापन कार्य अभिभारा सहर्ष सुम्पिएको जानकारी गराउन पाउँदा हामीलाई धर्मप्रीति उत्पन्न भईरहेको छ। सुखी होतु नेपालले "आनन्दभूमि" पत्रिकालाई अझ व्यवस्थित एवं स्तरीय रूपमा प्रकाशन गर्दै पाठकबृन्दहरूको मन जित्दै जान सकोस् भन्ने हार्दिक उत्तरोत्तर अभिवृद्धिको कामना गर्दछु।

आनन्दकुटी विहार गुठीको अनुदानमा प्रकाशन हुने "आनन्दभूमि" का लागि हामी गुठी परिवार सदा झै विविध पक्षले सहयोग कार्यमा सुखी होतु नेपाललाई सघाउदै जाने छौं।

अन्तमा सुखी होतु नेपालको प्रमुख व्यवस्थापनमा एवं आनन्दकुटी विहार गुठीको सहयोगमा प्रकाशन हुने "आनन्दभूमि" लाई सवैले आफ्नो बौद्ध मासिक सम्झीकन सक्दो सहयोगको अपेक्षा राखेका छौं।

यही हाम्रो हार्दिक शुभकामना !

शुभेच्छुक

Dharammuni.

भिक्षु धर्ममूर्ति  
सचिव

शुभेच्छुक

कुमारकाश्यप

भिक्षु कुमारकाश्यप  
अध्यक्ष



# धर्मोदय सभा



(स्थापित बुद्धसंवत् २४८८, सन् १९४४ नोभेम्बर ३०)

(राष्ट्रिय बौद्ध संस्था तथा विश्व बौद्ध भ्रातृत्व संघको क्षेत्रीय केन्द्र)

द.नं. १८/०४२  
बुद्धविहार  
मुकुटोत्तमचण्डण, काठमाडौं  
पो.ब.नं.: ४०५३  
फोन: २२७१७६  
फ्याक्स: ९७७-१-२४७१४८

न.नं. ....

मिति:

## अध्यक्ष

श्री लोकरंजन बजाजचार्य  
फोन: २२३००५

## उपाध्यक्षहरू

श्री जोगेन्द्रप्रसाद गौचन

फोन: २२०१३६

श्री आशाराम शाक्य

फोन: ५३४९७३

डा.धिरममान तुलाधर

फोन: २२४९२०

श्री सस्मीवास यामनर्षी

फोन: ४९४२३८

श्री इन्द्रबहादुर गुल्ड

फोन: ३५६०१०

## महा-सचिव

श्री सुवर्ण शाक्य

फोन: २८१४९४

## सचिव

श्री बुद्धरत्न बजाजचार्य

फोन: २३१४८४

## सह-सचिव

श्री सुषित्तमान शाक्य

फोन: ४८२७०४

## कोषाध्यक्ष

श्री पथ ज्योति

फोन: २२५४९०

## सह-कोषाध्यक्ष

श्री सागरमान बजाजचार्य

फोन: २९७७२९

## सदस्यहरू

श्री श्री नानीशर्मा मानन्धर

फोन: ४१३९९३

श्री विरल तुलाधर

फोन: २६०४७६

श्री कानसाह लामा

फोन: २७००३०

श्री श्री धम्मवती

फोन: २५९४६६

श्री डबनकाजी तुलाधर

फोन: २४०३६७

श्री नेबाल लामा

फोन: ५२२९७८

## क्षेत्रीय सदस्यहरू

श्री धर्मकुमार हनुवाडी

फोन: ०२१-२२१४६

श्री अक्कमराज गुल्ड

फोन: ०५६-२०२२१

श्री गणेशबहादुर परिवार

फोन: ०९१-२३४४६

श्री विजयमान पति

फोन: ०८१-२०३८८

श्री नरबहादुर गुल्ड

फोन: ०९१-२२४९२

## मनोनीत सदस्य

श्री छिरीड तेन्डि लामा

फोन: ४७१०८४

श्री भक्तबहादुर लामा

फोन: ०१०-२०१८३

श्री सुखी होतु नेपाल  
काठमाडौं ।

शुभकामना !

नेपाल अधिराज्यको पहिला र पुरानो बौद्ध मासिक पत्रिका "आनन्दभूमि" बौद्धभात्रको एक मात्र २८ वर्ष सम्म निरन्तर प्रकाशित रहेको आनन्दकुटी विहारको मुखपत्र हो । आनन्दकुटी विहारको स्थापना र इतिहास महामानव शाक्यमुनि बुद्धको जन्मभूमि नेपालको चिनारी दिनुका साथै नेपालभूमिमा धरवादी बुद्धधर्मको लुप्तप्रायः अवस्थाको पुनर्जागरणको प्रतीक हो ।

बुद्धधर्मको अवबोधपूर्ण प्रचार प्रसारको लागि महत्वपूर्ण भूमिका निभाउदै आएको आनन्दभूमिको प्रकाशन अस्तित्वविहीन रूपले अवरुद्ध हुन लागेको कठिन अवस्थामा यसको संरक्षणको लागि संचालनको अभिभारा लिएकोमा "सुखी होतु नेपाल" परिवार बुद्धधर्म प्रतिको श्रद्धाभिव्यक्तिमा धन्य रहेको छ । गौरवमय आनन्दभूमिको समुचित प्रकाशनको लागि हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

२०५८ श्रावण १६ गते  
काठमाडौं

(सुवर्ण शाक्य)

(सुवर्ण शाक्य)  
महासचिव  
धर्मोदय सभा

# आनन्दकुटी विद्यापीठको स्थापना

- भिक्षु अमृतानन्द महास्थविर

शायद यो सन् १९३६ थियो होला जबकि म केही कारणले घर छोडि भागेर भगवान बुद्ध परिनिर्वाण भएको पवित्र स्थान कुशीनगर पुगेको थिएँ ।

त्यस बखतमा मेरो मनमा एक मात्र इच्छा प्रब्रज्या ग्रहण गर्नुथियो । प्रब्रजित हुनाले के हुन्छ भन्ने मलाई थाहा थिएन । साँच्चै भनौं भने, किन हो कुन्नि, मेरो पिता र माताको देहान्त भैसकेपछि मेरो मनमा गृहस्थी नबस्ने विचारले बलवत् जगलिई सकेको थियो । तर घर छाडी जान मलाई त्यति सजिलो थिएन ।

जे होस्, सन् १९३६ को घटना थियो वैशाख पूर्णिमा नजिकै आइपुगिसकेको थियो । मनमा, एक वर्ष अगाडि, परम शान्ति प्राप्त भगवान् बुद्धको परिनिर्वाण मूर्ति अगाडि आफूले प्रण गरेको सम्झना, झल झल आइरहेको थियो ।

घरमा आफूमा प्रशस्त जवाफदेही थियो । उमेर पनि धेरै भएको थिएन होला । शायद १८ वर्ष पुगेको थिएँ होला । कुनै राम्रो लुगा लगाएर कहीं बाहिर पनि जान सक्दैन थिएँ । किनभने, कहीं भागेर त जाने होइन भनी समाजका साथीहरूले तुरन्तै भन्दथे । तर आफ्नो अतीतको प्रणले मलाई निककै साहस र बल दियो । अनि म त्यसैको सहारा लिई वैशाख पूर्णिमाको शुभ दिनको लागि कुशीनगर पुग्न घरबाट सुत्त निस्केर हिँडिहाले ।

पाल्पाबाट कुशीनगर पुग्न करीब दुई दिनको बाटो त अवश्य नै थियो । आफ्नो गाउँबाट पैदल जानुबाहेक अरू कुनै साधन त्यसबखत थिएन, बिहानपख थियो । घरका सबै जहानहरूले खान पिउन सिध्याइसकेका थिए । मनमा अनेक विचारले मलाई

छटपटाइ राखेको थियो ।

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

त्यसो पीछा गर्न आफ्ना आदरणीय काका मोतिकाजी शाक्य स्वयम् आई नै पुगनुभयो । तर वहाँजस्ता सीधासाधा काकालाई छलाउन म त्यति असमर्थ थिइन । छलाउन त मैले काकालाई छलाएँ तर उहाँले पनि मेरो बाटोमा अर्कै किसिमको रोकावट राख्नमा आफ्नो बुद्धि नखेलाउनु भएको होइन । यसैकारणले गर्दा मैले आफ्नो लक्षित समयमा काषाय वस्त्र ग्रहण गरी आफ्नो इच्छा पूरा गर्न सकिन । तर प्रयत्न गर्न त कहाँ छोड्न सक्तथेँ ।

“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 खेरिरहेको थियो ।

एकातिर आफूले लक्षित तिथि मितिमा श्रमण जीवन प्राप्त गर्न नसके तापनि, अर्कातिर फेरि पनि घरबाट बाहिर आउन सकेकोमा मनमा अपार आनन्द थियो । यो जातपात अकाट्य कट्टरपन, समाजको जडता, आदिलाई नै सर्वप्रथम काटि दिनुपर्दछ 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 येनकेन 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 जुरुक्क उठी मं त आफ्नो गुरु चन्द्रमणि महास्थविरका छेउ पो पुगेको रहेछु ।

काषाय-वस्त्र शरीरमा राख्न पाउँदा त्यस बखतको मेरो मानसिक अनुभूतिलाई आँखा चिम्लेर विचार गर्दा आजसम्म पनि मेरो चित्तले अपार प्रीतिको अनुभव गर्न छाडेको छैन । त्यस बखतको अपूर्व घटना । केही सूक्ष्म अनि गोप्य संकल्पलाई आजसम्म पनि म सम्झन्छु । ती संकल्प भनौं वा मनमा अनजान, अनायास स्वतः प्रस्फुटित भएको कल्पना भनौं स्कूल र बिहार भन्ने थियो । यी विचार, परिनिर्वाण मूर्तिको अगाडि बसिरहँदा मनमा आएको भनी आज पनि सम्झन सक्दछु । त्यो त्यस बखत थियो जब कि मन्दिरमा सुनसान थियो । म एकलै मन्दिरभित्र थिएँ । नित्य पाठ पूजा गरिसकेपछि पुनः म एकलै मन्दिरभित्र गएको थिएँ । त्यस बखत मनमा के कस्तो थियो भन्न शायद गाह्रो होला । किन कि आत्मीय अनुभूतिलाई कुनै बेला शब्दले व्यक्त गर्नु सजिलो छैन भनी मानसिक अनुभूति गर्नेहरू भन्दछन् ।

मलाई लाग्दछ, म त्यसबेला, शान्त तथा अत्यन्त कारुणिक भगवान बुद्धको सौम्यरसले भरिएको ती अशोककालीन बुद्ध मूर्तिको अगाडि बसिरहेको थिएँ । मनमा कस्तो खुल खुल लागेको थियो । आँखाबाट आँशु टप्किरहेको थियो । म शायद त्यस बेला अन्यत्र लोकमा बसेको थिएँ होलाजस्तो लाग्दछ । आँशु आएको कुनै कारण मैले आजसम्म पनि सोचन सकेको छैन । यति त म अवश्य भन्न सक्दछु कि त्यो आँशु बिरहको आँशु थिएन । न त दुःखको आँशु नै थियो ।

“स्कूल एक बनाई नेपाली जनताको सेवा

गरौं, बिहार एक बनाउँ” भन्ने संकल्प त्यस बखत मनमा उम्रेर आएको कुरा मैले आजसम्म बिर्सको छैन ।

केही वर्षपछि मेरो शिष्य भनौं वा साथी भनौं, श्री न्हुछेबहादुर वज्राचार्य ल्हासाबाट काठमाण्डू फर्केर आए । शायद त्यस समयमा म काठमाण्डूबाट आफ्नो गाउँ पाल्पा तानसेन जानको लागि गौचर पुगेको थिएँ । शायद त्यसबखतमा श्री न्हुछेले मसित “अब के गरौं” भनी सोधेको जस्तो लाग्दछ । शायद मैले उसलाई “मेरो त अधिदेखिको एक मात्र इच्छा नेपालमा एक स्कूल बनाई नेपालीहरूको सेवा गरौं । अतः यदि तिमिले यस काममा सहयोग दिन सके आनन्दकुटीमा बसी पढाउने काम शुरु गर । म त पढाउन जान्दिन । यही मेरो अभिलाषा हो ।” भनी भनेभैं लाग्दछ । मचाहिँ पाल्पा गइहालें । उता न्हुछेबहादुरले पनि आनन्दकुटीमा बालकहरूलाई पढाउने काम शुरु गरेको रहेछ ।

माथि घटेको जति मेरो ध्यान त्यति सारो गएको थिएन । केही वर्षपछि एक दिन मेरो चिड्डीपत्रहरूको फाइल परिष्कृत गरी रहँदा संयोगवश श्री न्हुछेबहादुरको एक पत्र पाएँ । यसबाट मेरो मनमा एक सम्झना आयो । एक यादगार आयो । अनिश्चित भैरहेको केही कारण पनि स्पष्ट हुनगयो । सो पत्र यसप्रकार छ :-

११/४७९ त्यौड टोल  
काठमाण्डू, नेपाल  
मिति ६-२-१९५२  
प्राप्त मिति १४-२-५२

पूज्यवर भन्ते

छपनिगु ३१/१/५२ यागु पौ हस्तगत जुल ।  
तदर्थ जिगु हार्दिक धन्यवाद । छपिसं जिगु लागि  
तःधंगु कष्ट उठेयाना विज्यात । छपनिगु आज्ञानुसार  
जि धाःथाय् वनेगु तयार दु । तानसेन वनेगुलि नं

आनन्द भूमि

जिगु इच्छा दुगु छपिन्त कने धुंगु हे दु । तदनुसार छपिसं जिगु लागि तानसेने च्वना आखः ब्वंकेगु बारे माःगु प्रबन्ध यानाबी धाःगु यात जिगु सहस्र धन्यवाद ।

जि छपिनिगु आज्ञा पालन यायेगुली तयार । तर भन्ते, जिं थन छपिनिगु आज्ञामुताविक, भी गौचरणे खँ जूगु बमोजिम, थन आनन्दकुटीस छगू बुद्धिष्ट बोर्डिङ्ग स्कूल खोले यायेधुन । हालयात स्थानाभावं याना १२म्ह मस्त जक तथा । च्वने धाःपिं ५० म्हति दत्त मया । तर छकोलं तधक ज्या यायेगु भचा अनुचित समझे जुया । पुसा ला पिये धुन भन्ते, आ थुकियात बखत बखते लः बियाः साःतया तःमा यायेमाल । स्थान छगू नं मेगु स्वये आवश्यक जुयाच्वन । थ्व ज्यास छःपिं थन मदय्कं जी मखु । आःयात थ्व ज्या साप चिकिधंसां भविष्ये थ्वइत विशाल यानाः छगू तःधंगु विश्वविद्यालययागु रूप धारण याक्यगु उद्देश्य तथाः ज्या यायेमाः । उकिं आमकन छःपिं आपा बिस्तार मयासे थन याकनं बिज्याना मेगु योग्यगु स्थान छगू स्वये निगाह तथा बिज्याये माल । थ्व खँ छपिन्त

धाये माःगु मखु कि छःपिं बिना थन मेपिं भन्तेपिं ग्वाहालि काये लायकपिं सुं मदु ।

हालयात बोर्डिङ्ग फी २०/- याना बोर्डसत १२ म्ह दु । मेम्ह भान्छे छम्ह व टहलुवा छम्ह तथा । १ महिना चले यायेबले थुलि हे खर्च मालि धैगु यकिन याये फै । विद्यार्थीं म्हं २५/- दःसा प्रशस्त गाइ धैगु अन्दाज । डमिंटरी (देनेगुथाये) जक क्वेयागु निगू कोठा । क्लास जक छःपिं च्वंगु कोठा याना तथा । बेञ्च व ४डेस्क दयकेवं भोजनालयस क्लास याये तेना । आरति, माधवीपिन्त नं ब्वंका च्वनागु दु । आःयात थुलि लिपा मेगु । बिमलाया बारे गथे जुल । छात्रा वासीते कार्यक्रम छगू तथा हयागु दु ।

छपिनि सेवक  
न्हुछेबहादुर

[ यसप्रकार आनन्दकुटी विद्यापीठको स्थापना २००८ साल माघ महिनामा भयो । यस कार्यक्रम लागि म श्री न्हुछेबहादुर वज्राचार्यप्रति आभारी छु । ]

## आनन्दभूमिको जन्म यसरी भयो

२०२९-६-२९ मा भिक्षु अनिरुद्ध महास्थविरको सभापतित्वमा बसेको आनन्दकुटी विहार गुठीको बैठकमा यस गुठीको तर्फबाट बौद्ध धर्मसम्बन्धी मासिक पत्रिका प्रकाशित गर्ने निर्णय अनुसार तपाईंको हातमा रहेको आनन्दभूमि पत्रिका आनन्दकुटी विहारको बौद्ध शिक्षा प्रचार कार्यक्रम अन्तरगत प्रस्तुत भएको छ ।

नेपाल बुद्धको जन्मभूमि भएतापनि बुद्धधर्म सम्बन्धी मासिक रूपमा पत्रिका अहिलेसम्म निस्केको छैन । पहिले पहिले कलकत्ताबाट “बुद्ध धर्म र नेपालभाषा” निस्केको थियो । त्यसपछि धर्मोदय सभातर्फबाट ‘धर्मोदय’ नामक मासिक पत्रिका निस्केको थियो । तर त्यो पनि अन्तर्धान भइसकेको छ । हालै लुम्बिनी विकास सहयोग समितिको तर्फबाट लुम्बिनी’ नामक पत्रिका प्रकाशित भएको छ ।

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

[ वि.सं. २०२९ आ.भू. १/२ को सम्पादकीयबाट प्रथम सम्पादक मण्डल : भिक्षु अश्वघोष, श्री वटुकृष्ण ‘भूषण’, र श्री न्हुछेबहादुर वज्राचार्य ]

# प्रतिभाशाली व्यक्तित्व अमृतानन्द

- भिक्षु अश्वघोष  
प्रधान सम्पादक : धर्मकीर्ति

प्रतिभाशाली व्यक्तिको जन्म दुर्लभ हुन्छ भनी गौतम बुद्ध स्वयंले आज्ञा गर्नुभएको थियो । प्रतिभा भनेको सबै व्यक्तिमा देखिदैन । देखिए पनि बेग्लै प्रकारका एक एक विषयमा मात्र देखिन्छन् । भिक्षु अमृतानन्द महास्थविरमा चाहिं बहुआयामिक प्रतिभाशाली सम्पन्न व्यक्तित्व भएको हामी पाउछौं । उहाँको बहुआयामिक प्रतिभा भनेको वाकशक्ति, संगठनशक्ति, क्रियाशीलता, लेखन प्रतिभा र दृढ प्रतिज्ञा हुन् । साँच्चै भनू भने नेपालको लागि उहाँ अद्वितीय पुरुष हुन् । बुद्धको शिक्षा प्रचारमा उहाँ अग्रगण्य हुनुहुन्छ ।

बुद्धभूमि नेपालमा बुद्धको शिक्षा लोप अवस्थामा पुगेर नमोबुद्धाय भन्नु र बुद्ध पूजा गर्नु बाहेक अरू बुद्धको शिक्षाको प्रचार शून्य थियो । राजनीतिको दबावले पनि ब्राह्मणवादको प्रभावले पनि बुद्धभूमि नेपालमा बुद्धको शिक्षा ज्ञान शून्य नै थियो भन्नु अत्युक्ति हुँदैन होला ।

६० वर्ष पहिले राणाहरूको शासनकालमा उहाँ भिक्षुको रूपमा काठमाडौं उपत्यकामा आउनुभई बुद्धको उपदेश दिन शुरु गर्नुभयो । भिक्षुहरू बस्ने अलग्गै विहार थिएन । स्वयम्भू चैत्यको दक्षिणतिर किण्डोलमा गुम्बाजस्तै विहार थियो । त्यहीं बसेर वहाँले धर्म प्रचार शुरु गर्नुभयो । उहाँको व्यक्तित्व र वाकसिद्धि अपूर्व थियो । वहाँको प्रवचन र धर्म देशना सुनेर श्रोतावर्ग अति नै प्रभावित हुन पुग्यो । बुद्ध र



बुद्धधर्मको महत्व बढ्न थाल्यो । बौद्ध जागरणमा उज्यालोपना छाउन थाल्यो ।

बुद्धको जीवनी र उपदेशवारे पुस्तक लेखेर छाप्न थाल्यो । श्री ३ जुद्धशम्शेरको पालामा भिक्षुहरूलाई देशनिकाला गरेपछि श्री मणिहर्षज्योति आदि श्रद्धालुहरूको सहयोग लिई धर्मोदय सभाको गठन गर्नुभयो । 'धर्मोदय' पत्रिकाको उदय भयो ।

यो धर्म प्रचारको माध्यम बन्यो । उहाँले पचास वर्ष पहिले हनुमानढोकामा एक महिना जति धर्म देशना गर्नुभयो । ब्राह्मणहरू पनि उहाँको व्यक्तित्व र वाकसिद्धि देखेर सारै प्रभावित भएका थिए । धर्मोदय सभा मार्फत नेपालमा चुतुर्थ विश्व बौद्ध सम्मेलन र चौधौं विश्व बौद्ध सम्मेलन अति उच्चस्तरीय रूपमा सम्पन्न भएको उहाँको संगठन र क्रियाशीलताको प्रतिफल हो । हुनत यसमा नेपाली बौद्ध अबौद्धहरूको समेत अपूर्व

सहयोग रहेको थियो । श्री ५ को सरकारको आर्थिक सहयोग पनि उल्लेखनीय छ । तर उहाँको कार्यशैलीमा अर्कै खालको अधिनायक स्वभाव थियो । कार्यकर्ताहरूसँग सल्लाह लिने स्वभाव थिएन । आफ्नै बुद्धिको इशारामा काम गर्ने र योजना बनाउनु हुन्थ्यो । १४ औं विश्व बौद्ध सम्मेलनताका स्वयंसेवकहरूले उहाँको क्रियाकलापदेखि असन्तुष्ट भई काम गर्न छोडे । भिक्षु अमृतानन्दसँग भेटेर स्वयं सेवकहरूले सोधे- तपाईं ठूलो विद्वान भएर यस्तो मनोमानी

ज्ञानन्द भूमि

ढंगले काम गर्न सुहाउँदैन नि प्रतिउत्तरमा- 'विद्वानमा गालि ?' भनी सोध्नुहुँदा कार्यकर्ता सबैले खूब दिल लगाइकन अनुरूप सम्मेलन सफल भेटिन्छन् ।

उहाँमा केही सम्पन्न नभएसम्म छोड्ने विद्यापीठ स्थापनाका लागि संघर्ष गर्नुभई सफलताको पूज्य धर्मा लोक महास्वा स्थापना गर्नुभयो र भिक्षु संरक्षण गर्नुभयो । त्यस भरोसाको लागि आनन्द गर्नुभयो । यो उहाँको उहाँबाटै २००७ सा महासंघको पनि आनन्द

आनन्दकुटी बुद्धकालीन पुस्तकहरू पुस्तकहरू रचना गर्न पूर्ण नभइकन अरू उहाँले दृढप्रतिज्ञा गर्ने लेख्नुहुन्थ्यो । उहाँ उहाँको केही कर्मको आएर शिकायत गर्ने गएर केही बोल्ने उहाँको शिष्य भए शिकायत सुनाउन भन्नुहुन्थ्यो- अरूले तर त्यही ईटा लिए उहाँको उहाँले फेरि भन्नु खेरि अरूसँग स काम सफल हुँदैन

ज्ञानन्द भूमि

ढंगले काम गर्न सुहाउँदैन नि ? अनि भिक्षु अमृतानन्दले प्रतिउत्तरमा— 'विद्वानमा गल्लि हुँदैन ? भूल हुन सक्तैन ?' भनी सोध्नुहुँदा कार्यकर्ताहरूको मन पग्लियो र सबैले खूब दिल लगाइकन काम गर्न थाले र सो अनुरूप सम्मेलन सफल भएको कुरा अबै स्मरणमा भेटिन्छन् ।

उहाँमा केही काम गर्दा शुरु गरेको कार्य सम्पन्न नभएसम्म छोड्ने बानी थिएन । आनन्दकुटी विद्यापीठ स्थापनाका लागि पनि उहाँले ठूलो निरन्तर संघर्ष गर्नुभई सफलताको सिंढीमा पुऱ्याई छोड्नुभयो । पूज्य धर्माशोक महास्थविरले आनन्दकुटी विहारको स्थापना गर्नुभयो र भिक्षु अमृतानन्द महास्थविरले संरक्षण गर्नुभयो । त्यहाँका भिक्षुहरूको स्थायी भरोसाको लागि आनन्दकुटी विहार गुठीको स्थापना गर्नुभयो । यो उहाँको दूरदर्शी ज्ञानको प्रतीक हो । उहाँबाटै २००७ सालमा अखिल नेपाल भिक्षु महासंघको पनि आनन्दकुटीमै स्थापना भएको हो ।

आनन्दकुटी विहारको तर्फबाट उहाँले बुद्धकालीन पुस्तकहरू धेरै छपाउनुभयो । बुद्धकालीन पुस्तकहरू रचना गर्नुभयो । बुद्धकालीन पुस्तकहरू पूर्ण नभइकन अरू काम नगर्ने र कतै नजाने भनेर उहाँले दृढप्रतिज्ञा गर्नुभयो । दिनको १०, १२ घण्टा लेख्नुहुन्थ्यो । उहाँ पनि मानव नै हुनुहुन्छ, तैपनि उहाँको केही कमजोरी देखेर कोही कोही हामीकहाँ आएर शिकायत गर्न भने आउँथे तर उहाँ समक्ष गएर केही बोल्ने कसैको हिम्मत हुँदैनथ्यो । आफू उहाँको शिष्य भएकोले उहाँसमक्ष गइकन अरूको शिकायत सुनाउन जान्थे । मेरो कुरा सुनेर उहाँ भन्नुहुन्थ्यो— अरूले हिकाएको ईटा मकहाँ नआइपुगेको तर त्यही ईटा लिएर तिमी मलाई हिकाउन आएको ?

उहाँको यो कुरा सुनेर म त लाटो भएँ । उहाँले फेरि भन्नुभयो— ठूलो र सामूहिक काम गर्दा खेरि अरूसँग सल्लाह साहुति गर्नु राम्रो भए पनि काम सफल हुँदैन । आफूले पनि नगर्ने अरूलाई पनि

गर्न नदिने स्वभाव मानिसमा हुन्छन् । अरूले के भन्ना भनेर चिन्ता लिएर काम गर्नुहुँदैन । स्वार्थको र अरूलाई अहित हुने काम गर्नुहुन्न । नराम्रो काम गर्ने अवस्थामा अरूले के भन्ना भनेर चिन्तन गर्नुपर्छ, लाज र भय मान्नुपर्छ । राम्रो काम गर्नलाई अरूले के भन्ना भनेर किन चिन्ता लिने ?

मैले उहाँको अति अनुसार केही राम्रा काम गर्न शुरु गरेँ विना सल्लाह साहुति । तर काममा असफल भएँ । मेरो गुरुजीचाहिँ धेरै काममा सफल भएको पाएँ अरूहरू असन्तुष्ट भए पनि । यहाँ व्यक्तित्वको महत्व रहेछ ।

पूज्याचार्य भिक्षु अमृतानन्द शिक्षा अध्ययन गरेर पढेर जाँचमा उत्तीर्ण भएर विद्वान भएको व्यक्ति हुनुहुन्थ्यो । आफैले उत्साह गरेर अनुभव गरेर विद्वान हुनुभएको व्यक्तित्व हुनुहुन्छ । उहाँको काम राम्रो र धर्म प्रचारक भएको नाताले उहाँले डाक्टर उपाधि र धेरै अरू अन्तर्राष्ट्रिय स्तरीय उपाधिले विभूषित हुनुभएको थियो । उहाँको चरित्रबाट प्रेरणा के लिन सकिन्छ भने— पढेर टाइटल लिनुभन्दा काम गरेर अनुभवको आधारमा उपाधि प्राप्त गर्न सजिलो र राम्रो उपाय हो ।

अर्को उहाँको प्रेरणा के छ भने दृढ प्रतिज्ञा हुन र अथक परिश्रम गरेर शुरु गरेको काम पूर्ण नभइकन नछोड्नु । अर्को उहाँबाट सिक्नुपर्ने कुरा हो हतोत्साहि नहुनु ।

अन्तमा भन्नुपर्ने उहाँ मेरा गुरुहुनुहुन्छ । गुरुले चेलाप्रति गुनपर्ने कर्तव्य सबै पुरागरिकन मलाई आत्मनिर्भर बनाउनुभयो । तर म उहाँको शिष्य भएर पनि शिष्यको हैसियतले गुनपर्ने कर्तव्य गर्न सकिन । यो दुर्भाग्यको कुरा हो र म स्वयंलाई अकृतज्ञ ठान्दछु । तर उहाँको इच्छानुसार सकभर धर्म प्रचारको काम गर्दैछु । यही सन्तोषको कुरो हो । यही नै मेरो गुरुप्रति श्रद्धाञ्जली हो ।



# बहुआयामिक व्यक्तित्व : श्रद्धेय भिक्षु अमृतानन्द महास्थविर

- सत्यनारायण गोयन्का

जो प्रज्ञाले निपूण ज्ञानको खानी हुन्छ

स्वभावतः सदा कोमलताले सौम्य हुन्छ

लतरम्म फलेको वृक्षको हांगा

स्वभावतः सदा झुकेकै हुन्छ ।

यस कथनसँग श्रद्धेय भिक्षु अमृतानन्दज्यूको जनजीवनीसित पूर्णतया सामन्जस्यता राख्दछ ।

ज्ञान शीपका बहुआयामिक व्यक्तित्व भिक्षु अमृतानन्द आफैमा एउटा बुद्ध धर्मको जीवित पुस्तकालय एवम् धर्मको भण्डार हुनुहुन्थ्यो । पालि साहित्यका ज्ञाता उहाँ आफै एक पालि त्रिपिटकको स्रोत भण्डार व्यक्तित्व हुनुहुन्थ्यो । अतएव मेरो हरेक भेटमा बुद्ध शिक्षाको जुनसुकै विषयमा भएका छलफलहरु पनि निकै सौहार्दता एवं सन्तोषजनक हुने भएकोले मलाई ज्यादै नै धर्मप्रीति अनुभव हुन्थ्यो । उहाँको जीवनकालमा नै नेपाल लगायत भारत, बर्मा, लंका, थाइल्याण्ड, मंगोलिया आदि थुप्रै विश्वका संघसंस्थाद्वारा सम्मति व्यक्तित्व उहाँ हुनुहुन्थ्यो र उहाँले आफ्नो जीवनकालमा अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा नै बुद्ध धर्मको लागि ठूलो योगदान दिनुभएको थियो ।

साधारण परिवारमा जन्मनु भएका श्रद्धेय भिक्षु अमृतानन्द आफ्नो स्वाध्यायन र मेहनतले उच्च श्रेणीमा पुग्न सफल हुनुभयो । उहाँले आफ्नो मातृभाषा नेवारी लगायत नेपाली, हिन्दी, सिंहली, बर्मी, अंग्रेजी र रसियनजस्ता थुप्रै भाषाहरुमा समेत दखल राखी अध्ययन - अध्यापन गर्नुहुने भाषाविद हुनुहुन्थ्यो ।

नेपालभाषा, नेपालीमा मात्र ५० भन्दा बढी विभिन्न विषयमा उहाँले लेख्नुभएका ग्रन्थहरुले नै सदा उहाँको कृति अमर रहने र शताब्दीयौं सम्म बहुजनको हित हुने कुरामा कुनै सन्देह नरहेको यथार्थता हाम्रो सामु रहेको छ ।

बौद्धिक अनुसन्धानात्मक क्षेत्रमा उहाँले गर्नुभएको

निरन्तर कार्यले गर्दा नै आज बौद्ध साहित्यमा थप उल्लेखनीय धर्म भण्डार खडा भएको र जुन मेरो आफ्नो सन्दर्भमा भन्नुपर्दा म आश्चर्य हुन्छु कि कति लामो प्रयास गरी ती समयदेखि यी ग्रन्थहरु प्रकाशन गर्नुभयो होला । त्यसैले अनुसन्धानात्मक क्षेत्रमा उहाँ एक साहित्यिक प्रेरणादायी व्यक्तित्व हुनुहुन्छ ।

भिक्षु अमृतानन्द एक बौद्धिक व्यक्तित्व मात्र नभई आफैमा एउटा शिक्षण केन्द्र भने पनि हुन्छ । शायद त्योभन्दा पनि अझ माथिल्लो स्रोत उहाँ हुनुहुन्थ्यो । उहाँले आफ्नो जीवनकालमा भोग्नुभएका कठिन परिस्थिति र जटिल समस्याहरुलाई समाधान गर्दै जुन सफलता र उल्लेखनीय शासनिक कार्य गर्नुभयो, त्यो आज जो कोहीलाई पनि एउटा आदर्श र प्रेरणादायी प्रसंग हुनपुगेको छ ।

त्यसैले पनि उहाँ नेपाली समाजमा मात्र नभई विश्वका धेरै मुलुकहरुमा उहाँको कार्यको प्रशंसा एवं चर्चा भएतापनि उहाँले सादा जीवन उच्च विचारमा नै आफ्नो जीवनलाई ढाल्नुभएको थियो । ग्रन्थकार श्रद्धेय भिक्षु अमृतानन्द विपश्यना साधनमा पनि तल्लिन रहनुहुन्थ्यो । विपश्यनामा शिविर बस्नुहुँदा पनि साधारणतया विनय नियमलाई कडाइसाथ विनीत गरी, आफ्नो अस्वस्थताका बाबजुद पनि भावना अभ्यासलाई त्यत्तिकै सहज र स्वभाविक रुपमा साधना गर्नुहुन्थ्यो । उहाँमा कति पन अभिमान र घमण्डता थिएन ।

व्यक्तिगत अनुभवको आधारमा जतिबेला पनि मैले उहाँलाई भेटें, दर्शन गर्न पाएँ- सदैव म आदर सम्मान गर्दै आफूलाई अहोभाग्य सम्झिन्थें ।

उहाँजस्ता बहुआयामिक व्यक्तित्वहरुको आगमन सुखकर भएर पनि दुर्लभ छ, यस्ता पुरुषहरु शताब्दी मै एक चोटी उत्पन्न हुन्छ ।

अनु. भिक्षु निगोध

ज्ञानन्द भूमि

## सफल शिक्षणका केही लक्षणहरू

- डा. बजर्राज शाक्य

ल.पु. चाकुपाट

शिक्षण एउटा क्रिया हो, एउटा साधन हो ; जसबाट शिक्षणका उद्देश्यहरू हासिल हुन्छ । यो क्रिया सफल हुन केही गुणहरू युक्त हुनुपर्दछ । शिक्षण सफल तब हुन्छ जब शिक्षणबाट विद्यार्थीले केही कुरा सिक्दछ । शिक्षणबाट विद्यार्थी सिक्न निर्देशित हुन्छ । सफल शिक्षकहरू विद्यार्थीलाई सिक्नको लागि निर्देशन दिन सिपालु हुन्छन् । राम्रो निर्देशन दिनु एक सीप हो । राम्रो निर्देशनमा सीपयुक्त निर्देशन समावेश भएको हुन्छ, जसबाट विद्यार्थीले सिक्दछ ।

शिक्षण तब सफल हुन्छ, जब गुरुमा शिष्यप्रति करुणा जागदछ र गुरुको मनमा आफूलाई घाहा भएको ज्ञान शिष्यलाई हस्तान्तरण गर्न सहानुभूति पैदा हुन्छ । यो करुणा र मैत्री तत्व विना प्रदान गरिएको ज्ञान वा शीप ग्राह्य हुँदैन । रिसाएर दिएको शिक्षा लाभदायक हुँदैन । अथवा कुनै दूषित भावनाले युक्त भएर दिएको शिक्षा फलदायक हुँदैन । यसैले शिक्षक क्रोधी हुनुको सट्टा दयालु हुनु आवश्यक छ । सफल शिक्षणको लागि पूर्व योजना तयार हुनु अति जरुरी छ । योजना एउटा पाठको लागि गरिन्छ, एउटा युनिटको लागि गरिन्छ । एक वर्ष अर्थात् एक सेसनको लागि गरिन्छ । प्रत्येक योजनामा कमसेकम उद्देश्य स्पष्ट रूपमा व्यक्त हुनुपर्दछ ।

योजनामा हुनुपर्ने दोस्रो कुरा हो, कुन कुन कुराहरू सिकाउनु पर्दछ ? स्पष्ट हुनुपर्दछ । सिकाउनुपर्ने कुरा ज्ञान हो कि सीप हो कि वा भावना हो ? छुट्याउनु आवश्यक छ । के के सिकाउने भन्ने कुरा छानी सकेपछि त्यसलाई क्रमबद्ध रूपमा सिलसिला मिलाउनुपर्दछ । यो पढाइने विषय वस्तु लक्षित उद्देश्य प्राप्तिको लागि साधन हुने । यो साधन प्रयोग गरी उद्देश्य प्राप्त गरिनु पर्दछ । यसबाहेकको

उद्देश्य प्राप्त गर्न विद्यार्थी तथा शिक्षकबाट शिक्षण क्रियाकलापहरू गरिनुपर्दछ ।

विद्यार्थीहरू सिक्नको लागि विभिन्न क्रियाकलापमा लाग्दछन् भने शिक्षकहरू सिकाउनको लागि शिक्षण क्रियाकलापहरूमा संलग्न हुन्छन् । यो सिकाइ र शिक्षणहरू योजनामा उल्लेख हुनु आवश्यक छ । योजनामा हुनुपर्ने अर्को आवश्यकता हो, स्रोत र साधनहरूको उल्लेख हुनु । नक्सा, तसवीरहरू, वस्तुहरू, किताव पत्रिका आदि चाहिने सामग्री उल्लेख हुनु जरुरी छ । योजनामा मूल्याङ्कन कसरी गर्ने हो भन्ने कुरा पनि स्पष्ट हुनु जरुरी छ । गरिएको क्रियाकलापबाट उद्देश्य प्राप्त भएको छ, छैन, कति मात्रामा प्राप्त भएको छ ? आदि । योजना भनेको भविष्यमा गरिने कामको कल्पित रूपरेखा हो । यसैले सो कार्य पूर्णतः व्यवहारमा उतार्न सकिने नहुन पनि सक्दछ, यसैले त्यसमा केही परिवर्तन गर्न सकिने गुञ्जायश हुनुपर्दछ । योजनामा कुनै पाठको लागि युनिटको लागि वा कोर्सको लागि कति समय उपलब्ध हुने हो ? उल्लेख हुनुपर्दछ । समयको पावन्दिभित्र बसेर काम गर्नुपर्ने हुन्छ ।

शिक्षकले शिक्षणमा ख्याल राख्नुपर्ने अर्को कुरा हो, आजको प्रजातान्त्रिक जमाना । पहिले जस्तो शिक्षकले विद्यार्थीलाई कुनै काम गराउन जबरजस्ती गर्न (Dictate) सक्तैन । शिक्षकले विद्यार्थीको सहयोग प्राप्त गर्नुपर्ने हुन्छ । यसको लागि शिक्षकले विद्यार्थीको मन जित्नुपर्ने हुन्छ ; विद्यार्थीको विश्वास र आदर कमाउन पर्ने हुन्छ । त्यसैले शिक्षकले विद्यार्थीलाई कारण देखाएर सुभाब दिन सक्दछ । तर कर लगाउन सकिन्न । शिक्षकले कर र जबरजस्ती गर्नको सट्टा अरु के गर्न सकिन्छ भनी अनेक उपाय खोज्नुपर्ने

हुन्छ, बुद्धि लगाउनु पर्ने हुन्छ । विश्वास दिलाउन सक्नु, विश्वास कमाउन सक्नु असल शिक्षणको ठूलो गुण हो । शिक्षण तब मात्र सफल हुन्छ, जब विद्यार्थीहरू सिक्नको लागि उत्साहित हुन्छन्, तयार हुन्छन् । शिक्षकको मूल काम हो विद्यार्थीहरूलाई उत्साहित पार्नु, सिक्नको लागि तयार गर्नु, प्रेरणा दिनु । एकचोटि उत्साहित भएपछि सिक्नको लागि गर्नुपर्ने कार्यहरू विद्यार्थीहरू आफै गर्न थाल्दछन् । शिक्षकले निर्देशन दिने सुपरिवेक्षण गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने गरे पुग्ने हुन्छ । शिक्षकले वातावरण तयार पार्ने प्रेरणा दिने, हौसला दिने, ठीक बेलामा ठीक निर्देशन दिने गर्दा विद्यार्थीले शिक्षकको कम मेहनतमा धेरै सिक्नसक्ने हुन्छ ।

सफल शिक्षणको अर्को अवस्था हो, पाठलाई विद्यार्थीले पहिले आर्जन गरिसकेको शिक्षासित सम्बन्धित तुल्याउन सक्नु । शिक्षण एउटा निरन्तर प्रक्रिया हो । एकै दिनमा सबै शिक्षा दिन सकिदैन । त्यसैले विषयवस्तुलाई विभिन्न युनिटमा र पाठमा टुक्र्याउन पर्ने हुन्छ र यी टुक्र्याएका पाठहरूलाई जोड्न सक्नु पनि ठूलो गुण हो । यसरी पाठलाई जोड्न सक्नाले पहिले दिएको पाठ याद हुनुका साथै दिन लागेका पाठ बुझ्न सजिलो हुन्छ ; पाठको अर्थपूर्ण हुँदै जान्छ । यसरी पाठलाई जोड्न सक्नाले सम्पूर्ण कोर्स शिक्षा नै एक सिङ्गो ज्ञानको रूपमा ग्रहण गर्न सजिलो हुन्छ ; जुन अति फलदायक र लाभदायक हुनसक्दछ ।

अन्तमा शिक्षण सफल बनाउन शिक्षकले विद्यार्थीहरूको शारीरिक अवस्था मानसिक अवस्था भावनात्मक अवस्था बौद्धिक अवस्था थाहापाउन सकियो भने त्यस अनुकूल सिकाउँदा आफ्नो मेहनत खेर नजाने हुन्छ । सिकाइ सकेपछि पनि शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई कहाँतिर कुन प्वाइन्टमा गान्हो पऱ्यो भनी थाहापाएर गान्हो परेको प्वाइन्टमा अलिकति भए पनि मद्दत पुऱ्याउन सक्यो भने विद्यार्थीलाई सिक्नमा ठूलो सघाउ पुग्नजाने भई विद्यार्थीको मनमा

शिक्षकमाथि ठूलो श्रद्धा जाग्ने हुन्छ ।

शिक्षकहरूका निम्ति केही नियमहरू, जसलाई पालन गर्दा शिक्षण सफल हुनसक्नेछ । तल छोटकरीमा दिइएका छन् -

१. शिक्षण ज्ञातबाट सुरु गरी अज्ञाततर्फ लैजानुपर्छ । शिक्षकले पाठ सुरु गर्दा विद्यार्थीले थाहा पाएका कुरा अगाडि सार्नुपर्दछ र त्यहाँबाट उनीहरूलाई थाहा नभएको कुरातर्फ लैजानुपर्दछ । यसो गर्दा पाठमा जिज्ञासा बढ्ने र पाठ अर्थपूर्ण हुने हुन्छ ।
२. पाठ सरलबाट गम्भीरतर्फ लैजानुपर्दछ । सुरुमै गान्हो कुरा ल्याउँदा हतोत्साह हुने हुँदा सरल कुरा सिकाइ विस्तारै गान्हो कुरातर्फ अगाडि सार्नुपर्ने हुन्छ ।
३. पाठ मूर्तबाट अमूर्ततर्फ लैजानुपर्छ । आँखाले देखिने कानले सुन्ने सुघ्न सकिने छुन सकिने आदि इन्द्रियबाट प्रत्यक्ष अनुभव हुने कुरोबाट सुरु गरी चिन्तन गर्नुपर्ने तर्फ लैजानु पर्दछ । पछि विद्यार्थीलाई निष्कर्ष निकाल्न लगाई विचारतर्फ अमूर्ततर्फ जान प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ ।
४. विशेषबाट साधारणतर्फ जाने अर्को नियम हो । तथ्यहरू र उद्घरणहरू प्रस्तुत गर्दै विद्यार्थीहरू सामान्यकरण गर्न सक्षम हुने हुन्छन् । यो उच्च बौद्धिक क्रिया हो । यसलाई अंगेजीमा (Inductive Method) भनिन्छ ।
५. निश्चितबाट अनिश्चिततर्फ भन्ने अर्को नियम हो ; जसअनुसार विद्यार्थीलाई पहिले निश्चित भएको कुरा थाहा दिइसकेपछि अनिश्चित भइराखेको कुरो बुझ्नेतर्फ प्रयास हुन्छ । निश्चित कुराकै आधारमा कुनै विषयवस्तुको अनिश्चित पक्षतर्फ जाँदा लक्ष्य स्पष्ट हुने र अनिश्चितलाई स्पष्ट पाउँ विस्तार विस्तारै निश्चित गर्नुपर्दछ ।

### शिक्षणका विभिन्न तरिकाहरू

१. कंठ पार्नु Recitating  
पाठचपुस्तकमा रहेको कुनै पाठको अंशलाई

ज्ञानन्द भूमि

अक्षर, वाक्यांश, वाक्यलाई स्पष्ट उच्चारण गर्दै वारम्बार दोहऱ्याइ पढ्नु र सम्झनसक्नुलाई कंठ पार्नु भनिन्छ। यसरी पढ्दै जाँदा विद्यार्थीले पुस्तक नहेरी पाठको अंशलाई स्मृतिको आधारमा सललल भन्नुपर्ने हुन्छ। साधारणतया पाठको अंशलाई अर्थ नबुझिकन पनि कंठ पार्नुपर्ने हुन्छ। यसरी भन्नसक्ने भएपछि विद्यार्थीको निमित्त सो पाठको अर्थ पछि बुझ्न सजिलो हुने गर्दछ। यसले स्मरणशक्ति बलियो पार्ने, शब्दभण्डार बढ्ने, स्पष्ट उच्चारण गर्न सक्ने हुन्छ। लयद्वारा स्वरमा पाठलाई विना रोकतोक कंठ भन्न सक्नाले पछि भाषाको सीपहरू विकसित हुने हुन्छन्। यस्तो कंठस्थ पार्नुको साथै सो पाठको अर्थ पनि बुझाउन सकियो भने पाठ सम्झन सजिलो हुनुको साथै भाषाका सीपहरू हासिल गर्नसकिने हुन्छ। कंठ पार्न सिकाउँदा शिक्षकले सो पाठलाई आफैले मीठो Musical Voice मा नहेरी वाचन गरी सुनाउन सकेमा विद्यार्थीलाई गाना सुनेको जस्तै अनुभव हुनेछ र आफैले पनि नकल गर्ने हुन्छन्। केटाकेटीहरू शब्द र वाक्यको अर्थ नबुझीकन हिन्दी र अंग्रेजी गीतहरू रमाई रमाई गाइरहेका हुन्छन् र यसैको माध्यमबाट पछि हिन्दी र अंग्रेजी भाषाका कुराहरू बुझ्ने हुन्छन्।

### ३. प्रश्नोत्तर Questionier

बुद्ध-धर्मको पठन-पाठनमा प्रयोग भएको यो शिक्षण पद्धति बुद्धधर्ममा प्रयोग हुने कतिपय अवधारणाहरू स्पष्ट पार्न प्रयोग गर्न सकिन्छ। शिक्षक र विद्यार्थीको बीचमा वा विद्यार्थी र विद्यार्थीको बीचमा प्रश्नोत्तर चलाउन सकिन्छ। कुनै पाठलाई लिएर कसले, कसलाई के कहाँ, कहिले, कसरी किन आदि प्रश्न गरी कुनै पाठलाई स्पष्ट पार्न र सम्झन सकिन्छ। शिक्षक र विद्यार्थी दुवैले दुवैसँग पनि सोध्न सकिन्छ। एक समूहबाट अर्को समूह विद्यार्थीसँग पनि सोध्न सकिने हुन्छ। सोध्दा प्रश्न स्पष्ट हुनुपर्ने र जवाफ पनि उपयुक्त ढंगले दिनुपर्ने हुन्छ।

मानन्द भूमि

शिक्षकले विद्यार्थीलाई विभिन्न उद्देश्यले विद्यार्थीलाई कुन कुरा थाहा छ र कुन कुरा थाहा छैन भनी पत्ता लगाउन प्रश्न सोध्न सकिन्छ। विद्यार्थीको ध्यान आकर्षित गर्न र सतर्क बनाउन पनि प्रश्नको प्रयोग हुनसक्दछ। पाठलाई राम्रो सँग ध्यान दिएर गर्नुपर्ने काम एक एक गरी सुनिराखेको छ छैन भनी निश्चित हुन्छ। पाठलाई दोहऱ्याउनको लागि पनि प्रश्न सोध्न सकिन्छ। विद्यार्थीको मनमा पाठ भित्रसम्म घुसोस् भन्नाको खातिर एवं जिज्ञासा उत्पन्न गराउन पनि प्रश्न सोधिने गरिएको हुन्छ।

### ३. कथाको प्रयोग Narration

बुद्ध धर्मको शिक्षाको लागि जातक-कथाको प्रशस्त प्रयोग भएको देखिन्छ। भगवान् बुद्ध आफै एक सफल कथाकार हुनुहुन्छ। कथामा प्रश्नोत्तरको पनि प्रयोग गरिन्छ। कथाको अन्तमा कथाको सार भन्ने गरिन्छ वा कथा सुन्नेहरूको मनमा कथासारको रूपमा शिक्षा दिने परम्परा छ। कथा भन्नु एउटा ठूलो सीप हो। कथाकारमा कथाको सुरु गर्ने र बीचको घटनाहरू भन्ने र अन्तमा लैजाने सीपहरू विकसित भएको हुनुपर्दछ। शिक्षकले विस्तारै कथा सुरु गरी विद्यार्थीको कल्पना प्रयोग गर्दै आफ्नो हात, आँखा आदिको प्रयोग गरी घटनाहरू साँच्चिकै भएको जस्तो आभास पैदा गराउन सक्दछ। शिक्षकले तसवीर देखा पर्ने शब्दहरू, वाक्यहरू प्रयोग गर्नुपर्दछ। उपमाहरू पनि प्रशस्त प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ। शिक्षकमा केही मात्रामा Dramatize (प्रदर्शन) गर्ने सीप विकास हुनुपर्दछ। घटनाहरू साँच्चिकै अगाडि नै घटिराखेको छ कि भन्नेजस्तो भान पार्नुपर्दछ।

### ४. बयान गर्नु/वर्णन गर्नु Description

शब्दद्वारा कुनै कुरालाई अगाडि सार्न, परिभाषित गर्नु चित्रण गर्नुलाई वर्णन गर्नु भनिन्छ। कुनै वस्तु वा कुरालाई शब्दद्वारा प्रतिनिधित्व गराउनु वर्णन गर्नु हो। कुनै वस्तु वा कुराको गुणहरूको उल्लेख गर्नु वा त्यसको जस्तो देखापरेको छ त्यसको बयान गर्नु वर्णन गर्नु हो। बयान बाहिरबाट भित्र

पस्तुपर्दछ कथाशैलीमा जस्तै वर्णनमा पनि भाषाको सदुपयोग हुनुपर्दछ । ठीक ठीक शब्दको प्रयोग हुनु आवश्यक छ । बयान गर्दा विस्तृत रूपमा आकर्षक ढंगले क्रमिक रूपमा प्रस्तुत हुनुपर्दछ । वर्णन जीवित र यथार्थ हुनुपर्दछ ।

#### ५. वक्तव्य दिन Lecture

कुनै एउटा विषयको विवादात्मक विषयमा कुनै एउटा दृष्टिकोण प्रस्तुत गर्नुलाई वक्तव्य भन्न सकिन्छ । वक्तव्य दिनेले आफ्नो विषय स्पष्ट पार्नुपर्दछ । उठेको विवादलाई निष्पक्ष ढंगबाट अगाडि सार्नु पर्दछ । विषयमा अरूले दिएका विचारहरूलाई पनि निष्पक्ष रूपले पेश गर्नुपर्दछ । र आफ्नो विचारलाई तर्कपूर्ण ढंगले विवाद उठाउने वा छिनाउने हिसाबले प्रस्तुत गर्नुपर्दछ । वक्तव्य दिनको लागि शिक्षकले ठूलो तयारी गर्नुपर्दछ । विषय सम्बन्धी साहित्यलाई पुनरावलोकन गरी आफ्नो विचारलाई पहिले नै स्पष्टगरी राख्नुपर्ने हुन्छ । वक्तव्यमा धेरै जसो सुरुमा परिचय हुन्छ अर्थात् विवाद अगाडि राखिन्छ । त्यसपछि विभिन्न विचारहरू प्रस्तुत गरिन्छ र अन्तमा आफ्नो विचार भनी conclude गरिन्छ । आफ्नो बनाइको पुस्तिको लागि विभिन्न स्रोतहरू प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।

#### ६. व्याख्या Explanation

व्याख्या जहिले पनि किन भन्ने प्रश्नको उत्तरमा प्रयोग गरिन्छ । कुनै घटना घट्दछ, त्यो घटना किन के के कारणले कुन अवस्थाले गर्दा घटना भएको छ व्याख्या गरिन्छ । व्याख्याका कारण र प्रभाव Cause and Effect लाई जोड्ने प्रयास हुनुपर्दछ ।

कुनै एक घटना हुँदा त्यसको प्रभाव के के मा कसरी पर्न सक्दछ, त्यसको लेखाजोखा हुनु पनि व्याख्या नै हो । व्याख्याले सम्बन्धलाई जोड दिने हुन्छन् । दुई तीनवटा कुराको बीचमा कस्तो सम्बन्ध हुन्छ, एकले अर्कालाई कस्तो प्रभाव पार्दछ, किन त्यस्तो प्रभाव पार्दछ भन्ने कुरो व्याख्याले स्पष्ट पार्दछ ।

व्याख्याको लागि अरू शिक्षण तरिकाहरू पनि प्रयोग हुन सक्दछ ।

#### ७. प्रदर्शन Demonstration

कहिले नदेखेको चीजको परिचय गराउनुपर्दा शब्दले मात्र पर्याप्त हुन नसक्ने हुन्छ । अरूको लागि भन्नु वस्तुको प्रदर्शन गर्नुपर्ने हुन्छ । कहिलेकाहीं त्यस चीजको तसवीरले पनि काम दिन सक्ला, कहिले तसवीर पनि अपर्याप्त हुनसक्दछ । खास गरी कुनै सीप सिकाउनु पर्दा वस्तुतः तसवीर देखाउन सकिन्छ तर प्रक्रियाचाहिँ शिक्षक आफैले त्यस वस्तुलाई प्रयोग गरी देखाउनुपर्ने हुन्छ । कुनै सीप सिकाउँदा शिक्षकले विभिन्न चरण बनाई प्रत्येक चरणमा गरिने कार्य दोहर्न्याई तेहर्न्याई देखाउनुपर्ने हुन्छ । विद्यार्थीले देख्न सक्नुपर्ने गर्न सक्नुपर्ने । यसमा विद्यार्थीले अभ्यास गर्नपर्ने हुन्छ र मात्र शिक्षकले प्रदर्शन गरेको कुरोमा ध्यान दिएर हेर्नसक्नु पर्छ ।

प्रदर्शन गरी पढाएको कुरा दिगो रहन्छ । शिक्षकले प्रदर्शनको लागि कालोपाटिमा लेखेर फिल्म स्क्रीपहरू देखाएर कम्प्युटर प्रयोग गरी Overhead Projectors प्रयोग गरी सीप वा अरू कुराहरू प्रदर्शन गर्न सक्ने हुन्छ ।

#### ८. छलफल Discussion

कुनै विवादग्रस्त कुरालाई स्पष्ट पार्न वा टुंगो लगाउन छलफल गरिन्छ । कुनै समस्याको समाधान निकालन छलफल गरिन्छ । त्यसमा शिक्षकले विद्यार्थीहरूको अगाडि एउटा प्रश्न समस्याको रूपमा अगाडि सारेको हुन्छ । शिक्षकले छलफलका नियमहरू अगाडि बनाई दिएका हुन्छन् । विद्यार्थीहरूको तर्फबाट आफ्ना आफ्ना विचारहरू प्रकट गर्न प्रोत्साहित गरिन्छ । शिक्षकले आफैले त्यस समस्याको समाधानको लागि प्रस्तुत विचारहरूबाट सार निकाली समाधानको रूपमा आफ्नो निष्कर्ष प्रस्तुत गर्ने हुन्छ । छलफल धेरैजसो सामाजिक अध्ययन र नेपाली विषयमा प्रयोग गर्ने गरिन्छ । धर्ममा पनि प्रयोग गरी

धर्मका विभिन्न मतभेद हुने विषयहरूमा छलफल विधि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

#### ९. स्वाध्यायन Self Study

स्वाध्यायन विधि धर्मको अध्ययनमा धेरै प्रयोग हुन्छ, खासगरी माथिल्लो स्तरमा प्रयोग हुन्छ । शिक्षकले कुनै पुस्तक अथवा पत्रिका उल्लेख गरेर फलना परिच्छेदमा यति पेजदेखि यति पेजसम्म पढ्ने भनी सुझाव दिन्छ । यसको लागि शिक्षकले प्रश्न पनि दिन सक्दछ । अनि विद्यार्थीले ती प्रश्नहरू उत्तर दिने हिसाबले तोकिएको किताबका परिच्छेदहरू पढ्न थाल्दछन् । यसरी पढ्दा विद्यार्थीले रेफरेन्सका लागि अरू पुस्तकहरू जर्नलहरू पत्रिका पनि पढ्नुपर्ने हुन्छन् । डिक्सनरी प्रशस्त प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छन् । यसरी स्वाध्यायन गर्दा विद्यार्थीहरूले खालि खुरु खुरु नपढी पढेको पुस्तकको नोट राख्ने विधि पनि सिक्नुपर्दछ । यदि सकिन्छ भने कार्ड बनाई एकापट्टी किताबको विवरण हाली अर्को साइडमा आफूले पढेको कुराको सार नोट गर्नुपर्ने हुन्छ ।

#### १०. पुनर्विचार Reflection

विद्वानहरूले अध्ययन गरी पत्ता लगाएका कुराहरू जुन किताब पत्रपत्रिकामा प्रकाशित हुन्छन् ; ती कुराहरू पढी थाहापाउनु तल्लो तहको सिकाइ हो । ती विचारहरूलाई बुझ्नु समेत पनि तल्लो तहकै सिकाइ मानिन्छ । माथिल्लो स्तरको सिकाइमा पुग्नको निमित्त ती आर्जन गरिएका कुराहरूमाथि आफूले चिन्तन मनन गर्नुपर्दछ । आफ्नो तर्क प्रयोग हुनुपर्दछ । विभिन्न विचारहरूको बीचमा के सम्बन्ध रहन्छ सोच्नुपर्दछ । एकले अर्कोलाई के प्रभाव पार्नसक्छ कल्पना गर्न सक्नुपर्दछ । यसरी विभिन्न तथ्यहरू विचारहरू बीचको सम्बन्धलाई केलाई आफ्नो निष्कर्ष निकाल्न सक्नु सिकाइको परिपक्वता प्राप्त गर्नु हो । एकलै बसेर विभिन्न प्रश्नहरूको आफै उत्तर निकाल्नसक्ने हुनुपर्दछ । यसको लागि व्यक्तिगत रूपमा अलग बसेर सोच्ने अवसर दिनुपर्दछ ।

विद्यार्थीले मौलिक उत्तर दिएमा शिक्षकले त्यस्तो उत्तरलाई प्रोत्साहन दिनुपर्दछ ।

#### ११. ध्यान Meditation

चिन्तन मनन तर्कबाट आएको कुरालाई प्रत्यक्ष अनुभव गर्न बुद्धधर्ममा पहिले देखिनै ध्यानभावनाको प्रयोग भै आएको छ । अन्तरमुखी भई स्कन्ध, धातु, आयतनको स्वभाव प्रकृति थाहा पाई त्यसबाट अनाशक्त रहने शिक्षा बुद्ध-धर्ममा प्रचलित शिक्षा हो । परियत्तिको उच्च स्तरमा यस विधिलाई प्रयोग गर्नु पर्ने हुन्छ । महास्थविर भिक्षुहरूको निर्देशनमा राम्रा विद्यार्थीहरूलाई विपशयना केन्द्रहरूमा वा गुफाहरूमा ध्यानको लागि केही अवधिको निमित्त राख्नुपर्ने हुन्छ । ज्ञानको प्रयोग नभै ज्ञानको सिद्धि हुँदैन । जीवनमा ज्ञानको ठिक ठीक प्रयोग भई सफल सिद्ध भएको ज्ञान मात्र सच्चा ज्ञान हुनसक्ने भई मोक्ष मार्ग हुनसक्ने हुन्छ ।

#### अन्तमा

शिक्षण एउटा सीपयुक्त पेशा नै हो । पेशाको रूपमा स्वकार नगरी शिक्षण प्रभावशाली हुन सक्दैन । किनकि यसमा कला छ, जुन धेरै वर्षको अभ्यासबाट मात्रै सिक्किने हुन्छ । शिक्षणकला सिक्नको लागि प्रशस्त मेहनत र त्याग गर्नुपर्ने हुन्छ । सिकाउने तरिकामा अभ्यस्त हुनुपर्ने र शिक्षण व्यवसायका नियमहरू जान्नुपर्ने । फुर्सदको बेला गएर रमाइलो गर्ने किसिमले पढाउन जाने हो भने यो परियत्ति शिक्षा फलदायक हुँदैन । खेलजस्तै मात्र हुनेछ । राम्रो नतीजा प्राप्त हुनसक्दैन । तर यो पनि सत्य हो कि परियत्ति शिक्षा धार्मिक शिक्षा हो । धर्मको सेवाको भाव त्यागको भावना नभई यो परियत्ति शिक्षा सफल हुँदैन । जागिर खाने हिसाबले यदि कोही व्यक्ति यस शिक्षामा शिक्षकको रूपमा लाग्दछ भने त्यो मनोवृत्ति उपयुक्त हुँदैन । साथै बाबु आमा स्वास्नी छोरा छोरीलाई पाल्नुपर्ने व्यक्तिले खालि सेवा भावले यसमा इमान्दारीपूर्वक लाग्न पनि सक्दैन ।

# गुंला धर्म पर्व

- मुनीन्द्ररत्न बज्राचार्य

नेपाल अधिराज्य भगवान् बुद्धको जन्मस्थल भएकोले परापूर्वकालदेखि यहाँ बौद्धधर्मको केन्द्रविन्दु रहेको छ। यसैले बुद्धमार्गीहरू अनेक बौद्ध धार्मिक अनुष्ठानबाट प्रभावित छन्। यहाँ प्राचीनकालदेखि नै धार्मिक परम्परालाई जगेर्ना गर्न विभिन्न पर्वहरू अति श्रद्धाका साथ मनाउँदै आएका छन्। विभिन्न पर्वहरूमा सम्यक् पूजा गर्ने पंचदान आदि मनाउने गर्छन्। यी विभिन्न पर्वमध्ये नेवार समुदायले मनाउने गुंलाधर्मपर्व पनि एक महत्वपूर्ण पर्वको रूपमा मानिन्छ। यो गुंलाधर्मपर्व श्रावण महिनाको शुक्लपक्ष गुंलागादेखि प्रारम्भ भई भाद्रकृष्ण पक्ष गुंलाध्वमा समाप्त हुनेछ। गुंलाधर्मपर्व पूरा एक महिना विभिन्न क्रियाकलाप गरी मनाउने गर्छन्। यसैले बौद्ध धर्माबलम्बीहरूको लागि यो एक महिना निकै पवित्र महिनाको रूपमा मान्दछन्। गुंलापर्वमा गरेको धर्म कर्म पुण्यकार्यहरू अरू समयमा गरेकै धर्मकर्मभन्दा निकै पुण्यदायी हुने जनविश्वास छ।

गुंलाधर्मपर्व मनाउने परम्पराको थालनी कहिलेदेखि भयो भनेर निश्चितरूपमा भन्न नसकिएतापनि यससँग सम्बन्धित घटनाबाट हामीले अन्दाज लगाउन सकिन्छ। गुंला महिना अधिअनुसार नयाँ महिनाको रूपमा आउँछ बौद्धधर्माबलम्बीहरूको विश्वास अनुसार गुंलामास (महिना) वर्षको सबैभन्दा संकटकालीन महिनाको रूपमा मानिन्छ। कारण यो महिनामा वर्षा भइरहने जलमय, रोगव्याधिको भय, भूत प्रेतको भय हुने महिना हो। यस कारण यी विभिन्न भयबाट मुक्त हुन धर्मकर्ममा लाग्ने गरेको छ।

नेवारसमुदायमा गुंलापर्वमा बजाउने गुंलाबाजा (धा:) भन्ने छुट्टै बाजा छ। यो बाजाको

सम्बन्धमा के उल्लेख भएको छ भने भगवान् बुद्धको जन्मभूमि लुम्बिनीको महोत्सवमा गुंलाबाजा बनाउने परम्परा थियो। यो गुंलाबाजाको ताल सुन्नुमा सिद्धार्थ राजकुमार निकै रमाउँथे। पछि शाक्य गणराज्यको पतन भएपछि शाक्य र कोलीयहरू काठमाडौं उपत्यकामा बौद्धविहारहरू स्थापना गरी बसोबास गरेपछि यही काठमाडौं उपत्यकामा गुंलाबाजा बजाउने परम्परा शुरु भएको अनुमान गरिन्छ।

काठमाडौं, ललितपुर र भक्तपुर तीनै शहरमा गुंलापर्वमा गुंलाबाजा बजाई विभिन्न विहारमा विहान सबेरै घुम्ने परम्परा अहिले पनि छ। काठमाडौं उपत्यकाका शाक्य, तुलाधर र मानन्धरहरूले गुंलाबाजा बजाउने गुठीहरू नै स्थापना गरेका छन्। गुंलाको बेला गुंलाबाजा बजाई महिनाभरि नै विहान सबेरै स्वयम्भूमा पूजा आजा गर्न जान्छन्। ललितपुर र भक्तपुरमा पनि यहाँका भक्तजनहरू गुंलाबाजा बजाई बुद्धका स्तुति गानहरू गाई विहारहरूमा घुम्न जान्छन्।

काठमाडौं उपत्यकामा प्रायः जसो स्वयम्भू विहारमा भक्तजनहरू जाने गर्छन्। स्वयम्भूस्थित भजनपाटीमा विहान सबेरै ज्ञानमाला भजन खलःका भक्तजनहरूबाट बडो मीठो लयमा बौद्धगीतहरू गाइरहेका हुन्छन्। यस्तै अरू भक्तजनहरू बज्राचार्य गुरुलाई विघ्नबाधा भयबाट रक्षा गर्न, वायुसाधना गर्न दान पुण्यका कार्य गर्छन्। कोही कोहीले बौद्धग्रन्थहरू पंचरक्षा र प्रज्ञा पारमिताको पाठ गर्न लगाउँछन्। यस्तै कोही श्रद्धालु भक्तजनहरू गुंलाभरि नै दिनको एक छाक मात्र खाएर उपवास बस्ने चलन छ। यसरी उपवास बस्नेहरूले गुंला समाप्तको

ज्ञानन्द भूमि

भोलिपल्ट पारु स्वयम्भू (भोज) भनी सबै आफन्तहरूलाई बोलाई स्वयम्भूमा भोज खाउने चलन छ। यसरी गुंलामा बसेको उपवासले निकै फल प्राप्त हुन्छ भन्ने जनधारणा छ। तर अचेल यसरी महिनादिनसम्म एक छाक खाएर ब्रत बस्ने सक्ने भक्तजनहरू निकै कम मात्रामा छन्। धार्मिक चेतनाको अभावको कारणले गुंलामा स्वयम्भू र अन्य ठाउँमा जानेहरूको घुइँचो पहिले पहिलेजस्तो देखिँदैन। तैपनि विशेष पर्वका दिनहरू पंचदान, गोकर्ण औंसी र पूर्णिमाका दिनमा भने भक्तजनहरूको निकै भीड लाग्छ।

गुंलामा केही जातिको 'द्यः थायेगु जाती' भनी स्थापना गरिएको हुन्छ। यस गुठीका सदस्यहरू गुंलाभरि बिहान केही नखाएर माटाका ससाना चैत्यहरू बनाई थुपारिन्छ। गुंला समाप्तिका दिन ती सबै चैत्यहरूलाई पूजा आजा गरी बाजा गाजाका साथ नजिकको खोलामा बगाउन लैजान्छ।

गुंलामा विभिन्न बिहार र वहीहरूमा राती

विभिन्न देवदेवताहरूको स्तुति गान पाठ गर्ने चलन छ। यसलाई नामसंगीतको पाठ पनि भन्ने गर्दछ। घरघरमा पनि बौद्धहरू गुंलाभरि यसको पाठ गर्ने गर्छन्। यस्तै गुंलाभरि रेडियो नेपालले गुंलाबाजा बजाई गुंला आएको संकेत दिन्छ।

गुंलाभरि नै बिहार गुम्बामा भक्तजनहरूको ताँती लाग्छ। यस्तै बिहारमा बस्तै भिक्षुहरू र अनगारिहरूद्वारा बुद्धपूजा र धर्मदेशना हुन्छ / यस्तै धार्मिक पूजाहरू महापरित्राण, धर्मदेशना, सूत्रपाठ, र जातककथा भन्ने गर्छन्।

गुंलाधर्म बौद्धधर्मसँग धेरै सम्बन्ध रहेकोले खास गरी बौद्ध धर्मबलम्बीहरू यसलाई अति श्रद्धाका साथ मनाउँदै आएका छन्। नेपाल धर्मप्राण राष्ट्र भएकोले सबै धर्माबलम्बीहरू धार्मिक सहिष्णुताको आधारमा गुंला पर्वलाई महत्त्व दिँदै मनाउँदै आएका छन्। यसैले आज सम्म गुंलाधर्मपर्व चल्दै आएको छ यस्ता संस्कृतिहरूको सुरक्षा तथा जगेर्नाले देशको अस्तित्व रक्षा हुनेछ।

## नो कमेंट !

धूम्रपान गुर्नहोस् - पुरस्कार जित्नुहोस् !

प्रथम पुरस्कार	-	मृत्यु
दोस्रो पुरस्कार	-	क्यान्सर
तेस्रो पुरस्कार	-	क्षयरोग
चौथो पुरस्कार	-	अल्सर
पाँचौं पुरस्कार	-	दम
सात्वना पुरस्कार	-	खोकी

टिकट पाइने स्थान :- नजिकको पान पसल वा खुद्रा पसल

टिकट मूल्य :- न्यूनतम एक रुपैयाँ मात्र

मुख्य अतिथि :- यमराज

विस्तृत जानकारीको लागि सम्पर्क :  
नजिकको अस्पताल, नर्सिङ्गहोम वा आर्यघाट

# बुद्धधर्म व वातावरण

- विश्व शाक्य

शाक्यसिं परियत्ति केन्द्र

भीसं छुं नं व्व पिनेयागु खनी अथवा छुं नं प्राकृतिक अवस्था गथेकिं उगु थाय्या हावापानी, वनजंगल आदियात हे वातावरण धाय्गु याइ । थुकियात नेपालभाषां 'लकस' धाइगु खः । छुं नं थाय्या वातावरण बांलाका तय्गु धैगु भीगु मानव जगतया कर्तव्य खः । ध्व ज्या मेपिं सुं प्राणीपिनिगु वसय् मदु । उकिं वातावरण बांलाकेगु, उकियात स्वच्छ व सफा यायेगु ज्याय् भीपिं न्त्यागु नं इलय् तयार जुया च्वनेमाः ।

वातावरण व भीगु जीवन दथुइ क्वातुगु सम्बन्ध दुगु जुया नं भीपिं सचेत जुइ माःगु खः । स्वापू गुकथं दु धाय्बल्य् गन वातावरण स्वच्छ, सफा जुइमखु अन भीत यक्व भौतिक सुविधा दःसां भीत भौतिक आनन्द जूसां अन भीत मानसिक सन्तुष्टि अथवा मानसिक सुख गबलें दइ मखु, जब कि भीत मुख्य माःगु सुख मानसिक सुख खः ।

थौकन्हेया विश्व वातावरण गुकथं स्यना वनाच्चंगु दु, गुकथं अस्वस्थ जुया वनाच्चंगु दु उकिया दसि भीगु न्त्योने हे दु । पृथ्वीया तापक्रम न्हिया न्हिथं बढे जुयावनाचवंगु दु । फसय् 'कार्बन मोनोअक्साइड' आदि भीगु शरीरयात मनीगु ग्याँसत न्हिया न्हिथं अप्वया वनाच्चंगु दु । सर्गतं च्वय् 'ओजन तह' गुकिं सूर्यपाखें वइगु हानिकारक विकिरणत नं सालुया वनाच्चंगु दु । संसारय् वन-जंगल फडानी जुयाच्चंगु दु । भीगु देया नारा 'हरियो वन नेपालको धन' अर्थात 'वाउँसे च्वंगु जंगल हे भीगु दे नेपाःया धन' धाइगु थौकन्हे खःला मखुला थें जुइ धुंकूगु दु । न्त्याथाय् नं वन फडानी यानाः भीसं अनावृष्टि,

अतिवृष्टि थें जाःगु ग्यानपुसे च्वंगु प्राकृतिक विनाशकारीयात सःता च्वंगु दु ।

ध्व दक्वं छाय् जुयाच्चन ? थुकिया मुख्य दोषी सु धाय्बले भी मनुत हे खः । इमिसं पुलांगु इन्जिन दुगु, कुं यक्व तवःतिगु गाडि चलेयानाः वायुमण्डलय् कार्बन मोनोअक्साइड' आदि ग्यास वांछ्वया च्वंगु दु । उलि जक मखु छगू शान्त, आनन्दगु थाय्यात गुबलें मासेटरया सः गुबलें कारखानाया सः, गुबलें हवाइजहाजया सः बयेकाः उगु थाय्यात ध्वनी प्रदूषित क्षेत्र याना च्वंगु दु । इमिसं कलकारखानां वइगु विभिन्न हानिकारक केमिकल्स' ल्वाक ज्यागु लः खुसिइ ल्वाक छ्याना च्वंगु दु । इन्धनया रूपय् छचलेत वन-फडानी यानाचवंगु दु ।

थुपिं गुलि नं वातावरण स्यकेगु ज्या मानव जगतं अज्ञानतापूर्वक अथवा ज्ञान दया नं लोभ लालचं यानाच्चंगु दु उकिया लिच्चः सुयात लाइ धाय्बले पक्का वया लिपा वइपिं पिंढि तय्त लाइ । थौकन्हे हे भीसं अतिवृष्टि अले अनावृष्टि जुया यक्व जनधनया क्षति जूगु समाचारत न्यने दु । भीगु नेपालय् हे दय् दसं खुसी बाः वयाः चलः वा पहिरो वनाः यक्व धनजनया क्षति जुइगु भीसं स्यूगु हे खँ खः । थये वातावरण स्यना वनाच्चंगु जुयाः थौं कन्हे थुकिया विषय् चिन्ता कयाः वातावरण भिंका वनेमाः धैगु सुविचार वय्का सनिपिं नं दयावयाचवंगु दु । इमिसं विभिन्न सरकारी अथवा गैरसरकारी संघ-सस्था खोलेयाना वातावरण भिंका यंकेत जनचेतना व्वलंकेगु ज्यात शुरु याना हःगु दु । गुकि तच्चकं च्वछाय् बहगु खः । ICIMOD, ACCA, JAICA, महेन्द्र संरक्षण

कोष, WWF आदि संस्थात धुगु ज्याय् लग् जुयाच्चठगु दु । इमिसं वातावरणयात स्यंकल धाःसा उकिया लिच्चः गधे जुइ धैगु खंत शहर अले गांगामय् बांलाक प्रचार यानाः जनचेतना ब्वलंका च्वंगु दु ।

वातावरण धैगु छु ? वातावरण छु जुयाः स्यनाच्चन ? वातावरण स्यन धाःसा उकिया लिच्चः गधे जुइ, अले वातावरण बांलाकेत भीसं छु यायेमाः धैगु खं सिल । तर ध्व वातावरणयात बांलाकेगु, बुकियात स्वच्छ सफा यायेमाः धैगु खं थौं स्वयां निन्यास दं न्ह्यवः हे शुरु जुइ धुंकुगु खः । दिपंकरतथागतया पादमूलय् बुद्ध जुइगु प्रार्थना यानाः बिज्याम्ह लिपा भीगु दे नेपाःया लुम्बिनी अञ्चल, कपिलवस्तु जिल्लाया लुम्बिनी जन्मजुयाः बिज्याम्ह उम्ह महामानव गौतमबुद्ध खः । वसपोल न्हापा सिद्धार्थ गौतम धकाः शुद्धोधन जुजुया काय् जुया जन्म जुया बिज्यात । छम्ह राजकुमार जूसां वसपोल लुम्बिनी बगैचा अथवा छगू न्ह्याइपुसे च्वंगु प्राकृतिक कोठा गन कि छ्वाखेरं विभिन्न स्वां ह्वयाच्चंगु दु । पशुपंक्षी धपिनिगु हे तालं म्ये हालाच्चंगु दु उजागु थासय् जन्म जुया बिज्यात । वसपोल दरवारया सुख वैभव अले धः काय् कलाः राज्य सम्पूर्ण त्याग याना प्राकृतिक दरवार अर्थात जंगलय् च्वं बिज्यात । गनकि लासा धैगु हे वाउंसे, नाइसे च्वंगु घाय् खः, उगु दरवारया पःखाः धैगु हे छ्वाखेरं च्वंगु वन-जंगल खः । छत धैगु हे सम्पूर्ण सर्गत खः, संतः धैगु हे सूर्धः अले तिमिला खः । वसपोलं दुष्कर-चर्या यानाः बिज्यागु नं छगू वन (उरुवेल) हे खः । बोधिज्ञान प्राप्त याना बिज्यात व नं सिमा क्वय्, अथेहे न्हापां धर्मचक्रप्रवर्तन याना बिज्यात- ऋषिपतन मृगदावने, वसपोल महापरिनिर्वाण जुया बिज्यात- कुशीनगरया मल्लजुजुपिनिगु शालोद्याने । उकिं भीसं खना कि वसपोलया जीवनय् गुलिनं महत्त्वपूर्ण घटनात जूगु दु व अप्वः धैधें प्रकृतिया स्वच्छगु वातावरणय् जूगु खः । अभ् थुलि जक मखु वसपोलं वर्षावास नं

विभिन्न वने च्वना बिज्यागु दु । पारिलेय्यक वने वर्षावास च्वना बिज्याबले वसपोलं अनया हे फलफूल अले कन्दमूल सेवनयाना बिज्यात । अन वसपोलयात सेवा याःपिं नं माकः व किसि खः । प्रकृतिया वातावरण बांलाकेत मेमेपिं प्राणीपिनिगु नं यक्व ल्हाः दइ धैगुलि निगू मत जुइमखु ।

वसपोल भगवान् वातावरणप्रति यक्व सचेत जुयाः बिज्याम्ह खः । वसपोलयात न्हापा गुलि नं विहारत दान यात, व फुक्क नं हुलमुलगु शहरय् मखसे छगू शान्तगु अले प्राकृतिक मनोरम दृष्य दुथाय् हे लाः । थुकि उदाहरण वेलुवन विहार, जवेतवन विहार आदि खः ।

भगवान बुद्धया उदेशयात मनन याना वसपोल दय्का बिज्यागु विनययात बांलाक पालनयानाः प्रव्रजित जुयाः च्वपिन्त भीसं 'संघ' धाय्गु यानाच्चना । संघ अर्थात् भिक्षुपिसं पालन याय्माःगु नियम २२७ गू दु । थुकी छगू नियम ध्व नं दु कि सुं नं प्रव्रजित भिक्षुपिसं सिमाकचा त्वाथले मज्यू । अथे यात धाःसा वयात आपत्ति जुइ । उम्ह भिक्षु सजाय्या भागीदार जुइ । उकिं भीसं अनुमान याय्फु कि वसपोल उबलेहे वातावरणप्रति गुलि सचेत जुया बिज्याकःम्ह खः । अथे हे धृतङ्गधारीपिं अथवा विशेष नियम पालनयाइपिं गुबले बिहारे अथवा छें, फल्वाय् वास याय्मज्यू । इपिं सिमा क्वय् हे बास च्वनेमाः थुकिं नं वातावरणयात तिबः बिइगु ज्या जुयाच्चंगु दु । भगवान बुद्धं सतिपट्टान सूत्रय् नं 'अरञ्जगतो वा रुक्खमुल गतो वा, शून्यागार गतो वा..' धकाः ध्यान च्वनेगु उत्तमगु स्थान उल्लेख यानाः बिज्यागु दु व खः अरञ्ज (वन), रुक्खमुले (सिमाक्वय्) अल्ल शून्यागार । उकिं भी ध्यानभावना क्वात्तुक यायंत न वन जंगल, सिमा आदि अर्थात् स्वच्छगु वातावरणया विशेष भूमिका दइगु जुयाच्चन ।

चण्डाशोक अले लिपा धर्मशोक धकाः ना दंम्ह सम्राट अशोक नं वातावरणप्रति सचेतम्ह खः ।

अशोक जुजुं न्हापा अतिकं पाप याःसां लिपा बुद्धधर्मय् प्रतिस्थित जुयाः यक्व पुण्य कर्म यानावंह खः । सम्राट् अशोकं हे लैया जवंखवं सिमा पिङ्गु ज्या शुरु याना वंह खः । श्रीलंकाय् थः म्ह्याय् संघमित्रा व काय् महेन्द्रयात बोधिवृषया कचा अन पिङ्गु बिया छ्वःगु खः ।

वातावरणयात स्यंकेगु धैगु अप्रत्यक्षरूपं प्राणी हिंसा याय्गु थें हे खः । वन जंगल वातावरण स्वच्छ याय्गुलिङ्गु तःधंगु भूमिका दु । जब भीसं वन जंगल फडानी याइ, म्हासे याइ, उकिं अन च्वनीपिं जीव-जन्तु, की पंक्षीपिनिगु च्वनेगु थाय् स्यनी । इमिगु नय्गु नशा, फलफूल आदि मदया अन च्वनिपिं प्राणीपिं नय् मखना, शास्ति जुयाः सिङ्गुमालि । अले भीपिं पञ्चशीलया न्हापांगु शील 'प्राणिहिंसा' यानागुया १९गु विपाक भोगे यायेमाली ।

वातावरणयात भी सकल मानव जगतं न्ह्याबलें स्वच्छ व सफा याय्गु कुतः याय्माः । यक्व कुं त्वःतीगु गाडि चले मयानां, कलकारखानां वइगु विषाक्त रसायनिक पदार्थ मुक्त यानाः जक खुसि ल्वाकछ्वाय्गु, वनजंगल फडानी मयासे, अफ् अप्व अप्वः वृक्षारोपणयासे अथे हे थम्हं गुकथं फु उकथं वातावरण बांलाकेगु कुतः यायेमाः । पृथ्वी हे जक जीवित प्राणीपिनिगु छें खः । थुगु एकमात्र ग्रह लिपा ध्वस्त जुल धाःसा भीत च्वनेत गतंनं थाय् मदु । धइगु खँ बांलाक दुनुगलनिसें वाः चाय्काः भीसं वातावरणयात सदां सदां बांलाका तय्गु ज्याय् थौं हे न्ह्यचिले ।

न्हापा हे भगवान बुद्ध कना बिज्याथें सिमाकचा त्वथुले ज्या अर्थात् वन फडानी मयाःगु जूसा थौकन्हे जुयाच्वंगु प्राकृतिक विपत्तिया कारण म्हो जक जुइगु जुइ । तर भचा लिपा हे लाःसां तच्चकं लिबाःगु मखुनि आः नं भीसं कुतः याना यंकल धाःसा भीगु वातावरण अथवा 'लकस' न्हापा थें हे न्ह्याइपुसे च्वंकेत अवश्य नं सफल जुइ ।

अमृत जातक स्तम्भ

## हंसया वाखं

- भिक्षु अमृतानन्द

प्रथम कल्पे प्याचूपिस सिंहायात जुजु यात । न्यातय्सं आनन्द धयाम्ह न्यायात जुजुयात । भंगः तय्सं सुवर्ण हंसयात जुजु यात । सुवर्ण हंसया साप बालाम्ह म्ह्याय् छम्ह दु । छन्हु हंसराज म्ह्याम्हसित 'बर पव' धाल । म्ह्याय्म्हसिन थःत योम्ह स्वामी ल्यया काय् दय्मा' धकाः बर पवन । हंसराज देक्व पक्षी गणतय् त छथाय् मुकल । म्ह्याय्म्हसित सःता 'छ योम्ह पुरुष ल्यया का' धकाः आज्ञा बिल । म्ह्याय्म्हस्या पक्षीया बिचे थः स्वामी ज्वीम्ह पुरुष ल्यल्य मणिथे ज्यागु रंगया कक्कु दुम्ह बालाक बुत्ता भरे याना तःगु थें ज्यागु पपू व पाः दुम्ह अतिक बालाम्ह म्हय्खा छम्ह ल्यल । म्हय्खायात मेपिस धाल - 'हे पासा म्हय्खा ! हंसराजया म्ह्याय् न छंत स्वामी ल्यल ।'

थ्व खँ न्यानाः म्हय्खा धाल - 'भो पासा ! छु छिमिस थौं तक न जिगु सौन्दर्य व शक्ति मखनि ला ?'

थुलि धयाः थःगु पपू व न्हियँ चक्ककाः सकसिया न्ह्योने म्हय्खा प्याख हुल । प्याख हूगु बखते वया म्ह नागा जुल । म्हय्खाया थ्व चरित्र खनाः हंसराज थथे धाल -

'थ्वयाके न दुनेया लज्ज्या दु न पिनेया भय दु । थुजाःम्ह लज्ज्या व भय मदुम्हसित जि थःम्ह म्ह्याय्मचा बी मखु ।'

अकिं थथे धाःगु -

'रूद मनुञ्ज रुचिरा च पिट्टी,

वेलुरियवण्णूपनिभा च गीवा ।

ब्याममत्तानि च पेखुणानि,

नच्चे न ते धीतर नो ददामि ॥'

(यद्यपि छंगु स्वर साब मधुर, म्ह न छगु बाला, गःप न बेलौरया थें च्वं, पपू छंगु प्यकु हाकः तथापि छ निर्लज्जी जुया प्याख हुल । अकिं छन्त जिमि म्ह्याय् बी मखु ।)

थुलि धया हंसराज थः म्ह्याय्यात, थःम्ह भिचा हंस छम्हसित बिल । हंसकन्या प्राप्त मज्जुगुलिं महय्खा मछाला ब्या वन । हंसराजपि न थःथः च्वनेगु थासे ब्या वन ।

आनन्द भूमि

# पहिलोपटक भन्ने अंकित हुलाक टिकट जारी :

१५ आषाढ २०५८ काठमाडौं । यसपाली श्री ५ को सरकारले हुलाक सेवा विभागबाट व्यक्तित्व टिकटमालामा क्रमशः १) संघनायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर २) खप्तड बाबा ३) गुरुप्रसाद मैनाली ४) तुन्सीलाल अमात्य तथा ५) मदनलाल अग्रवालहरूको व्यक्तित्व कदर स्वरूप आषाढ १५ गतेको दिन हुलाक टिकट प्रकाशित भएका छन् । उक्त टिकटहरूको पहिलो टाँचा लगाउने समारोहमा अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका उपाध्यक्ष भिक्षु सुदर्शन महास्थविरले दिवंगत संघनायक प्रज्ञानन्द महास्थविरको व्यक्तित्व कदर स्वरूप प्रकाशित हुलाक टिकटले सही मूल्याङ्कन भएको कुरा प्रकाश पार्नुहुँदै आचार्य भिक्षु अमृतानन्द महास्थविरको स्मृतिमा पनि हुलाक टिकट प्रकाशित गरिनुपर्छ भन्नुहुँदै शिवपुरी बाबाको पनि हुलाक टिकट प्रकाशनमा न्याउनुपर्ने राय व्यक्त गर्नुभएका थिए ।

व्यक्तित्व टिकटमालामा प्रकाशित संघमहानायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर अंकित डाक टिकटको मूल्य

रु २, ३८.५ x २९.६ mm को साइज, होरिजेन्टल फोर्मायटमा दुई कलरमा मोहन राणाले डिजाइन गर्नुभएको उक्त हुलाक टिकट दशलाखप्रति अष्ट्रियाको गभर्नमेन्ट प्रिन्टिङ्ग अफिस भियनाबाट छापिएको कुरा श्री ५ को सरकार हुलाक कार्यालयबाट थाहा हुन आएको छ । संस्मरणात्मक आवरण सौजन्य : दीपक मानन्धर, निवर्तमान अध्यक्ष- नेपाल फिलाटेलिक सोसाइटी, कुपण्डोल ललितपुरले गर्नुभएको थियो ।

प्रकाशनको पहिलो दिन पहिलो टाँचा

प्रज्ञानन्द भूमि

लगाउने सँगसँगै वितरित बुकलेटमा प्रकाशित सक्षिप्त परिचय यसप्रकार दिएको छ -

**संघमहानायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर**

वि.सं. १९५७ वैशाख शुक्ल अक्षय तृतीयाका दिन काठमाडौंको इटुम्बहालमा जन्मनु भएका संघ महानायक भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरको न्वारानको नाम कुलमानसिं तुलाधर थियो । नेपालमा बुद्ध धर्मको परियत्ति शासन, प्रतिपत्ति शासन र प्रतिवेध शासनको पुनर्जागरण गराउनमा अंग्रेजी भूमिका निभाउनु भई स्थविरवादी परम्पराको ऐतिहासिक पुनर्स्थापना गर्ने भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर नै मानिनु हुन्छ । बुद्ध धर्म र दर्शनको विभिन्न विषयमा २० वटाभन्दा बढी पुस्तकहरू रचना गर्ने वहाँले विभिन्न विहारहरूको पनि निर्माण गराउनु भएको छ । धर्मगुरु भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविरको वि.सं. २०४९ फाल्गुण २८ मा देहावसान भयो ।



**सूचना :-**

पुनश्च : श्रद्धेय भन्ने संघमहानायक भन्ने अंकित उक्त हुलाकटिकटको संग्रह एवं चलनचल्तीमा प्रयोगका लागि श्री शाक्यसिंह विहार थैना, ललितपुरले हार्दिक आह्वान गरेको छ । यसरी नै पूर्णिमाका दिन श्रवाण २० गते शाक्यसिंह विहारमा परियत्ति शिक्षार्थीहरूका बीच विविध कार्यक्रम एवं पुरस्कार समारोह हुनेभएको छ ।

# Seeking Peace ?

- Prof. Dr. Ganesh Mall

The world is full of events rolling on and from an endless past to an endless future. Events come and go. People label them as pleasant or unpleasant or neutral according to their states of minds, which are full of desires. We will be deluded if we look for peace in the changing world of events with our minds full of desires of all sorts. Those who seek peace should learn to look upon events as just events and nothing more- be they the events of their lives or of the outside world. Each event that occurs in the universe - be it of the outside world or of the body and the mind (the brain and the nervous system) has an element of truth in it. Events occur in reality, and each event is, by itself, a true happening, a part of reality, and as such contains an element of truth in it. There is nothing unreal in any event that truly occurs in this universe.

Due to the limitation of our sense organs, we notice just a small fraction of the totality of truth. About the event that occur in the universe; nevertheless, they are there. The events associated with our lives, that bring us pleasure and pain are just part of the totality of events.

The events are closely interrelated being woven together by cause and effect relationship and thus they proceed, linked together from the beginning to the end of the universe. Thus there exists a totality of the truths of all events, which we may call the TRUTH that pervades the universe as the events themselves. This TRUTH contains everything that happens in this universe, including the events of our lives, yet seemingly is not attached to anything. This TRUTH is the true abode of supreme peace for all peace seekers.

In order to find peace, the aspirant (peace-seeker) should take an hour off from his/her busy world, keep the body in the normal alert state (not drowsy, tired, hungry, etc), sit down

in a comfortable position (remember the pose of the Buddha), close the eyes (half a full or desired) and meditate. He should meditate on the world of events, should breathe slowly and normally, and should not hurry his thoughts. To begin with, he should think calmly of all the events that happened in his life, and should not get emotional about any of them. The events should be viewed as something that happened in some other person's life, and get detached from the whole. He should play the role of in alert, passive and disinterested onlookers.

Next the aspirant should similarly think with detachment about the events happening in the lives his acquaintances, and also other events happening in the surrounding. Gradually and gradually, he should extend his vision to the rest of the world as far his mind can go, into the past, present and future. By and by, the aspirant who realize the impermanent, selflessness and emptiness of all events in the universe, and he will be able to watch all event without getting attached to any of them.

An hour of meditation is not enough. The aspirant should practise meditation, in an appropriate time often day (usually early morning is good time for meditation) for a number of days. To step off from emotional attachment to events and enter the abode of peace within involves a total change in oneself and obviously this requires time and effort.

As the practice continues, the aspirant will learn how to more about in one's world of work acting one's part without attachment, and remain, while working, in the abode of nest and peace will be something like merging into the ocean of TRUTH that pervades the universe.

As the efforts made by the aspirant will be highly rewarding, for he will be able to keep peace even in the midst of all true toils and troubles of the world.

ज्ञानन्द भूमि

## TO WIN PEACE

The question that inevitably suggests itself is, how far can the great message of the Buddha apply to the present-day world? Perhaps it may apply, perhaps it not; but if we follow the principles enunciated by the Buddha, we will ultimately win peace and tranquility for the world.

- NEHRU



## BUDDHISM COPES WITH SCIENCE

If there is any religion that would cope with modern scientific needs it would be Buddhism.

-Albert Einstein



## RESPECT OTHER RELIGIONS

One should not honour only one's own religion and condemn the religions of others, but one should honour others' religions for this or that reason. So doing, one helps one's own religion to grow and renders service to the religions of others too. In acting otherwise one digs the grave of one's own religion and also does harm to other religions. Whosoever honours his own religion and condemns other religions does so indeed through devotion to his own religion, thinking, "I will glorify my own religion". But on the contrary, in so doing he injures his own religion more gravely. So concord in good: Let all listen, and be willing to listen to the doctrines professed by others.

- Emperor Asoka

## अतिरिक्त क्रियाकलापको सूचना

११ औं अमृतानन्द गुणानुस्मरण दिवसको उपलक्ष्यमा आनन्दकुटी विहार गुठीको प्रायोजनामा सुखी होतु नेपालको विशेष सहयोग एवं अमृत बौद्ध युवा समाजको आयोजनामा नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा केन्द्रहरूका बीच अनिर्दिष्ट क्रियाकलाप हुने भएकोले आफ्ना विद्यार्थी प्रतिनिधिहरूलाई सहभागी गराई सहयोग गर्नुहुन अनुरोध गरिन्छ।

१. वक्तृत्व कला - विषय - "बुद्धधर्ममा युवाहरूको भूमिका" (२ जना प्रतिनिधि सम्म)

२. निबन्ध - विषय - "आचार्य भिक्षु अमृतानन्दको बौद्ध साहित्यमा योगदान"

३. बौद्ध चित्रकला - विषय - "बौद्ध संस्कृति", "बौद्ध सम्पदा", "भिक्षु अमृतानन्द"

सम्पर्कको अन्तिम दिन ३०/४/०५८ (कार्यक्रम भाद्र ३, ४ र ५ गते हुनेछ।)

सम्पर्क :

भिक्षु निग्रोध

सुखी होतु नेपाल

बुद्धविहार, भृकुटी मण्डप

फोन : २२६७०२, ४८२९८४

सम्पर्क :

भिक्षु धर्ममूर्ति

अमृत बौद्ध युवा समाज

आनन्दकुटी विहार

फोन २७४४२०

# बौद्ध गतिविधि

## आनन्दकुटी विहारमा बुद्धपूजा धर्मदेशना :

२९ आषाढ, २०५८, स्वयम्भू । आनन्दकुटी विहार, स्वयम्भूमा दशकौं अगाडिदेखि निरन्तर रूपमा प्रत्येक पूर्णिका दिन बुद्धपूजा, धर्मदेशना, दान प्रदान, भोजन दान कार्य हुँदै आइरहेको छ । यसपालि पूर्णिमाका दिन श्रद्धेय कुमार भन्तेबाट बुद्धपूजा भइसकेपछि श्रद्धेय भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले धर्मचक्र सूत्र सम्बन्धी व्याख्या गुर्नभयो । भोजनको लागि बालाजुका उपासक उपासिकाहरूबाट प्रबन्ध मिलाइएको थियो भने आनन्दकुटी दायक समितिले सम्पूर्ण व्यवस्था मिलाउँदै आएका छन् ।

## विश्वशान्ति विहारमा अभिधर्म कक्षा संचालन -

२२ आषाढ २०५८ काठमाडौं । विश्वशान्ति विहार, नयाँ बानेश्वरस्थित विहार प्रमुख भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविरले अभिधर्मको चित्तभेदसम्बन्धी व्याख्यान कक्षा प्रत्येक शुक्रवार शनिवार र आइतवारका दिन दिउँसो ३ बजेदेखि ४ बजेसम्म प्रवचन अध्यापन गर्दै आउनुभएको समाचार थाहा हुन आएको छ । साथै उक्त ज्ञानवर्धक अभिधर्म अध्ययनार्थ जोकोही जिज्ञासुहरूलाई आमन्त्रित गरिएको छ ।

## परोपकार स्कूलमा बाल शिविर सम्पन्न :

२३ आषाढ काठमाडौं । परोपकार उच्च मा.वि.मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूका बीच एक दिने ध्यान शिविर सम्पन्न भएको छ । बौद्ध महिला संघ, नेपालको आयोजनामा संचालित उक्त ध्यान शिविरमा धर्मश्रृङ बुढानीलकण्ठका लक्ष्मी मानन्धर लगायत प्रतिनिधिहरूले संचालन गर्नुभएको थियो भने बौद्ध महिला संघ, नेपाल र शंकर कुँवरद्वारा खानाको सौजन्य बहन गर्नुभएका थिए ।

## ग्यालेक्सीमा पनि बाल शिविर सम्पन्न :

२९, आषाढ २०५८ काठमाडौं । ग्यालेक्सी बोर्डिङ्ग स्कूलमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूका बीच एकदिने ध्यान शिविर सम्पन्न भएको छ ।

## युवा बौद्ध समूहद्वारा द्वय व्यक्तित्व सम्मानित

२९ आषाढ २०५८ काठमाडौं । युवा बौद्ध समूहले प्रत्येक वर्ष 'सन्ध्या टाइम्स' (नेपालभाषा : सन्ध्याकालीन दैनिक)मा बुद्ध, बुद्धधर्म र संस्कृति विषयमा सबैभन्दा बढी लेख रचना प्रकाशित गर्ने लेखकलाई 'पञ्चवीरसिं सिरपा.' नामक पुरस्कार प्रदान गर्दै आइरहेको क्रममा यसपालि २०५७ को 'पञ्चवीरसिं सिरपा.' व.आ. कनकद्वीप र अमृत तुलाधरलाई युवा बौद्ध समूहले भिक्षु सुदर्शन महास्थविरको प्रमुख आतिथ्यत्वमा आयोजित सम्मान समारोहमा पुरस्कार प्रदान गरिएको समाचार थाहा हुन आएको छ ।

## भिक्षु सुदर्शन महास्थविर बेलायत भ्रमणमा

३० आषाढ २०५८, काठमाडौं ।

अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका उपाध्यक्ष एवं लुम्बिनी विकास कोषका सल्लाहकार भिक्षु सुदर्शन महास्थविर सप्ताहव्यापी अध्ययन अध्यापन भ्रमणार्थ लण्डन प्रस्थान गर्नुभयो । उहाँले बेलायतस्थित ऐतिहासिक संग्रहालयहरूको अध्ययन -भ्रमण तथा अक्सफोर्ड युनिभर्सिटीमा बुद्धभूमि नेपालको लुम्बिनीमा अवस्थित अशोक स्तम्भ अभिलेखको विषयमा अध्यापन कार्य पनि गर्नुभएको समाचार प्राप्त भएको छ ।

## विश्वशान्ति बौद्ध शिक्षालयको शिक्षण गतिविधि

३० आषाढ, २०५८ काठमाडौं । अ.ने.भि. महासंघका अध्यक्ष भिक्षु बुद्धघोष महास्थविरको

उपाध्यायत्वमा र अ.ने.भि. महासंघका सचिव एवं विहार प्रमुख भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको आचार्यत्वमा ३ जना कुलपुत्रहरूलाई सुधम्म, ओसध र अरियोको नयाँ नाउँमा श्रामणेर दिक्षा दिइएको समाचार प्राप्त भएको छ । हाल विश्वशान्ति विहारमा संचालित विश्वशान्ति बौद्ध शिक्षालयमा ४० जना प्रवजित अवस्थामा अध्ययन गरिरहेका छन् । भिक्षु ज्ञानपूर्णिक प्रमुख व्यवस्थापक रहेको सो शिक्षालय समितिको अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, सुपरियक्षक एवं सह-सुपरिव्यक्षकमा क्रमशः सुवर्ण शाक्य, भिक्षु सुदर्शन महास्थविर, भिक्षु बोधिज्ञान र भिक्षु निग्रोध रहेका छन् । हाल कक्षा ६ देखि कक्षा १० सम्म सरकारी स्तरको शिक्षा संचालन भइरहेको सो शिक्षालयमा १९ जवान अध्यापन कार्यमा क्रमशः भिक्षु बोधिज्ञान, भिक्षु कोण्डन्य, सिद्धि विलास वज्राचार्य, सरस्वती वज्राचार्य, भिक्षु निग्रोध, निरुमती वज्राचार्य, मुनीन्द्र रत्न वज्राचार्य, सुश्री सुनीता शाक्य, सुश्री शान्ति महर्जन, भिक्षु भद्रिय, सुश्री सिता तण्डुकार, अमीर शाक्य, गौतम महर्जन, सुश्री शोभानानी शाक्य, हिरानानी शाक्य, किरणमुनि वज्राचार्य, सुश्री जरिना वज्राचार्य, दोलेन्द्र रत्न शाक्य र मीम शाक्य शिक्षक-शिक्षिकाको रूपमा सेवारत हुनुहुन्छ ।

स्मरणीय छ, सरकारी शिक्षा सहित बुद्ध, बुद्धधर्म र बौद्ध संस्कृति तथा पालिभाषाको अध्यापन-तालिम उक्त शिक्षालयमा यस वर्षदेखि अन्य विहारका श्रामणेर अनागारिकाहरूका लागि पनि भर्ना भई अध्ययन गर्न पाउने अवसरको व्यवस्था गरिएको छ ।

**ललितपुरमा सम्पन्न बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगितामा दीपावती पुस्तकालय प्रथम :**

३१ आषाढ ललितपुर । २५४५ औं बुद्ध-पूर्णमाको उपलक्ष्यमा २९ औं बुद्ध, बुद्धधर्म सम्बन्धी बौद्ध हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता लोकाकीर्ति महाविहार संरक्षण समितिको नकबहिलको आयोजनामा आषाढ १०-१६ गतेसम्म उत्सुकताका साथ सम्पन्न भएको

छ । श्रद्धेय अ.ने.भि. महासंघका अध्यक्ष भिक्षु बुद्धघोष महास्थविरले उद्घाटन गर्नुभएपछि शुभारम्भ भएको उक्त प्रतियोगितामा १७ टोलीहरू सहभागी रहेकामध्ये फाइनलमा चार समूह छनौट भएका थिए । ललितपुर उपमहानगरपालिकाका मेयर बुद्धिराज वज्राचार्यको प्रमुख आतिथ्यत्वमा भएको फाइनल प्रतियोगितामा क्रमशः दीपावती पुस्तकालय-प्रथम, शाक्यसिंह परियत्ति तथा प्रौढ शिक्षालय-द्वितीय, ज्योति विहार परियत्ति केन्द्र, चापागाउँ - तृतीय तथा अध्ययन मण्डल, नागबहालले- सान्त्वना पुरस्कार प्राप्त गरेका थिए । विजय टोलीलाई प्रमुख अतिथिले रनिङ्ग शील्ड, पदक, पुरस्कार, प्रशंसा पत्र प्रदान गरेका थिए । स्मरणीय रहोस् २५४६ औं वैशाख पूर्णिमाको उपलक्ष्यमा ३० औं बौद्ध हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता मूल समिति-हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता स्वयंले गर्ने भएको कुरा लोकाकीर्ति महाविहारका सचिव किरण शाक्यबाट थाहा हुन आएको छ ।

**प्रा. आशाराम शाक्य सम्मानित -**

नेपालमा बुद्धधर्म र दर्शनको प्रचार-प्रसार कार्यमा संलग्न हुँदै आउनुभएको प्रा. आशाराम शाक्यलाई लोकाकीर्ति महाविहारको आयोजनामा आयोजित २९ औं ललितपुर व्यापी बौद्ध हाजिरी जवाफ प्रतियोगिताको अन्तिम दिन प्रमुख अतिथि ललितपुरका मेयर बुद्धिराज वज्राचार्यले दोसल्ला ओढाई सम्मान पत्र हस्तान्तरण गरी विभूषित गरियो ।

**बुद्ध विहार संरक्षण समितिको पुनर्गठन :**

१ श्रवाण २०५८ काठमाडौं । बुद्ध विहार भृकुटी मण्डपका प्रमुख भिक्षु कोण्डन्यको अध्यक्षतामा बसेको बैठकमा बुद्ध विहार संरक्षण समितिको पुनर्गठन भएको छ । जसमा :-

प्रमुख -	भिक्षु कोण्डन्य
सचिव -	भिक्षु निग्रोध
कोषाध्यक्ष -	जुलुम कृष्ण शिल्पकार
सदस्य -	भिक्षु सुदर्शन महास्थविर

- भिक्षु धर्मशोभन महास्थविर  
 - मोतिलाल शिल्पकार  
 - भिमबहादुर श्रेष्ठ रहेका छन् भने  
 सोही बैठकमा निवर्तमान सचिव जनक नेवा शाक्यलाई  
 सेवा पुऱ्याउनु भएकोमा धन्यवाद प्रस्ताव पारित  
 गरियो ।

### धर्मोदय सभाले ज्ञापन पत्र बुझाए

२ श्रावण २०५८ काठमाडौं । हालै सम्पन्न  
 दशौं राष्ट्रिय जनगणनामा पनि गणकहरूद्वारा  
 अविश्वसनीयता तथा अनियमित कृयाकलाप व्यवहार  
 गरेको देखिएकोले सम्पन्न राष्ट्रिय जनगणनामा  
 बौद्धहरूको तथ्यांक सत्यतथ्यको रूपमा प्रतिपादन  
 होस् भनी धर्मोदय सभाको अगुवाइमा विभिन्न  
 जनजाति आदिवासी बौद्धहरूको संघसंस्थाहरू र नेवार  
 जातिका विभिन्न जातीय बौद्ध संघसंस्थाहरू सहितका  
 समुदायहरूले संयुक्त रूपमा श्री ५ को सरकार,  
 केन्द्रीय तथ्यांक विभागमा यथासमय पुर्पक्षका लागि  
 ज्ञापनपत्र बुझाइयो ।

### सुखी होतु नेपालको मैत्रीपूर्ण भेटघाट

६ श्रावण २०५८, ध्यानकुटी- बनेपा । 'सुखी  
 होतु नेपाल' समूहको प्रथम वार्षिक भेला बनेपास्थित  
 ध्यानकुटी विहारमा मेत्ता सेन्टर एवं ध्यानकुटी  
 विहारद्वारा संयुक्त रूपमा संचालित बाल आश्रम (   
 अनाथाश्रम)मा एकदिने भेटघाट कार्यक्रम सम्पन्न  
 भएको छ । समूहका सदस्यहरूको सहयोगमा  
 आश्रममा रहेका नानीहरूलाई आवश्यक लुगाफाटा,  
 कापि-कलम, दैनिक प्रयोगका सामग्री एवं पुस्तक  
 आदि प्रदान गरी एकदिने खानपानको व्यवस्था गरिएको  
 थियो । दिवा समयमा आश्रमका नानीहरूका बीच  
 मनोरन्जनात्मक एवं रचनात्मक कार्यक्रम संचालन  
 गरिएको थियो ।

भिक्षुहरू कोण्डन्ध, निग्रोध, धर्मसागर, अंशोक  
 कीर्ति र अस्सजि तथा श्रा. कोण्डन्यलगायत ४५  
 जवानको समुपस्थितिमा यौटा सानो सभा बसेको

थियो भने सो सभामा नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक  
 पत्रिकालाई आनन्दकुटी विहार गुठीको सहयोग र  
 सुखी होतु नेपालको प्रमुख व्यवस्थापनमा सुचारु  
 रूपले संचालन गरिदै लानेतर्फ आवश्यक सहयोगको  
 भाव श्रृजना गरी अगाडि बढ्नु सबैका लागि सुखदायी  
 हुने विचार आदान-प्रदान भएका थिए । अन्तमा सुखी  
 होतु नेपालका सचिव भिक्षु निग्रोधले उपस्थित सबैलाई  
 साधुवाद प्रकट गरी एकदिने कार्यमा सघाउ पुऱ्याउने  
 ध्यानकुटी विहार परिवार एवं मेत्ता सेन्टरलाई धन्यवाद  
 ज्ञापन गर्नुभएको थियो । सो दिन मेत्ता सेन्टरका  
 अध्यक्ष पियरत्न महर्जन, सचिव वीरेन्द्र श्रेष्ठ लगायत  
 अन्य पदाधिकारीहरूको पनि उपस्थिति रहेको थियो ।

### मासमद्वारा धार्मिक विचार गोष्ठी

१३ श्रावण २०५८, ललितपुर । मानव  
 अधिकार संरक्षण मञ्च, नेपालको १७ औं स्थापना  
 दिवसको उपलक्ष्यमा "शान्ति स्थापनामा धार्मिक  
 क्षेत्रको भूमिका" विषयक एक दिने विचार गोष्ठी  
 मासमका अध्यक्ष पद्मरत्न तुलाधरको सभापतित्वमा  
 सम्पन्न भएको छ । उक्त गोष्ठीमा धर्मोदय सभाका  
 अध्यक्ष एवं वर्ल्ड फेलोसिप अफ बुद्धिष्टका उपाध्यक्ष  
 श्री लोकदर्शन वज्राचार्य, विश्व हिन्दू महासंघका  
 अध्यक्ष पं. श्री नारायण प्रसाद पोखरेल, क्याथलिक  
 चर्च, घोविघाटका फादर श्री सिलज बोगटी तथा  
 नेपाली जांमे मस्जिदका सचिव श्री मोहम्मद  
 असरफहरूले धर्मको माध्यमबाट शान्ति स्थापनाथ  
 महत्वपूर्ण भूमिका रहने कुरा प्रकाश पारे ।

### वक्तृत्व कला पर्व सम्पन्न

१३ श्रावण २०५८, काठमाडौं । विभिन्न  
 संयोगहरूले पूर्ण आषाढ पूर्णिमाको उपलक्ष्यमा 'नवौं  
 वक्तृत्व कला पर्व' युवा बौद्ध समूहको आयोजनामा  
 जगत सुन्दर बबनेकुधिमा सम्पन्न भएको छ । विभिन्न  
 केन्द्रहरूबाट २१ जना वक्ताहरूले भाग लिएको सो  
 पर्व भिक्षु कोण्डन्यको प्रमुख आतिथ्यत्वमा सम्पन्न  
 भएको थियो । अन्तमा सहभागी सबैलाई पुरस्कार

आनन्द भूमि

प्रदान गरिएको तथा आगामी १० औं पर्व दीपंकर परियक्ति शिक्षालय, नागबहालले गरिने भएको छ ।

**चिनियाँ बौद्ध प्रतिनिधि मण्डल नेपालमा :**

१४ श्रावण २०५८ काठमाडौं । लुम्बिनीमा चीनतर्फबाट बनेको चाइनीज बुद्धिस्त टेम्पलको वार्षिक समारोहमा चीनतर्फबाट बनेको चिनियाँ बौद्ध प्रतिनिधिमण्डललाई धर्मोदय सभाको अगुवाईमा धर्मोदयसभा, युवक बौद्ध मण्डल र बौद्ध महिलासंघ नेपालले त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानघाटमा स्वागत गरी अतिथिहरू नेपालमा रहँदा काठमाडौं, भक्तपुर र ललितपुरका ऐतिहासिक सांस्कृतिक स्थलहरूको अवलोकन गराई स्वागत समारोहको आयोजना गरिएको थियो ।

**अ. धम्मवतीको जन्मोत्सव सम्पन्न :**

१६ श्रावण २०५८ काठमाडौं । अनागारिका संघका अध्यक्ष एवं धर्मकीर्ति विहारका प्रमुख अ. धम्मवतीको ६७ औं जन्मोत्सव सप्ताहव्यापी विविध धार्मिक क्रियाकलाप संचालन गरी मनाइएको छ । १६ देखि २२ गते पूर्णिमाका दिनसम्म अभिधर्म पिटक अन्तर्गतका धम्मसङ्गणी, विभङ्ग, कथावत्थु, पुगलपञ्चति, धातुकथा, यमक तथा पद्मानपालि भिक्षु संघद्वारा धर्मकीर्ति विहारमा पाठ गरिएको थाहा हुन आएको छ । साथै दिनहुँ बुद्धपूजा, ध्यान-भावना एवं सम्बन्धित विषयहरूमा श्रद्धेय भिक्षुहरूबाट धर्मव्याख्यान पनि भएका थिए । अ. धम्मवतीले जलपान, भोजन, तथा विविध वस्तुहरू जन्मदिनको उपलक्ष्यमा दान प्रदान गर्नुभएका थिए ।

**धर्मोदयको साधारण सभा हुने :**

२०५८ भाद्र ३० र ३१ गते धर्मोदय सभाको ५८ औं वार्षिक केन्द्रीय साधारण सभा, कीर्तिपुरस्थित नगरमण्डप श्री कीर्तिविहारमा सम्पन्न गरिने कुरा सभाका महासचिव प्रा. सुवर्ण शाक्यद्वारा थाहा हुन आएको छ ।

**ज्ञानन्द भूमि**

**गृही-विनय**

## सुरापान गर्नुमा छ वटा दोष

गृहपति ! सुरापान गर्नुमा छ वटा दोष छन् ।

- १) यसबाट अहिलेको धन-द्रव्य तथा घरखेत, गहना आदि विनाश भएर जान्छ ।
- २) आफ्नै परिवारका - आमाबाबु, दाजुभाइ, दिदी-बहिनी, नोकर चाकर घरछिमेकी तथा नाताकुटुम्ब इष्टमित्रहस्त्रसित कलह अर्थात् लडाई भगडा हुन थाल्दछ ।
- ३) आफ्नो शरीरमा रोग उत्पन्न हुन थाल्दछ, शरीरको विभिन्न अंगादि दुख्न शुरु गर्दछ, नानाप्रकारको दुःख पीडा भई चाँडै बूढो जस्तो देखिन थाल्दछ ।
- ४) बदनामी फैलिन थाल्दछ । सबैले धिक्कार्न शुरु गर्दछ । अपमान सहनु पर्ने हुन्छ । अरूले भर-पत्थार गर्न छोड्दछ । विधि व्यवहार गर्न गान्हो हुन्छ ।
- ५) वेशमी भएर लाज छोड्दछ । अर्थात् सुरापान गरी कर्तव्य अकर्तव्य गरी, भोलिपल्ट हिजो आफू कराएर चलेर हिँडेको कुरा सम्झी पश्चाताप गर्नुपर्ने ठाउँमा पश्चाताप नगरी, अरूले आफूलाई के भन्दा कुनन् भन्ने भय केही नलिई, इष्टमित्रहस्त्रको मुखै म कसरी हेरूँ भन्ने कुनै किसिमको चिन्ता नलिई निर्लज्ज भएर हिँड्दछ ।
- ६) सुरापानले प्रज्ञा बुद्धिहीन भएर जान्छ । सुरापान गर्नु मात्रले शरीरका नशाहरू दुर्बल भएर जान्छन् नशाहरू दुर्बल भएपछि चिन्तनशक्ति शिथिल भएर कमजोर हुन थाल्दछ । चिन्तनशक्ति कम भएपछि यथार्थ कुरा केही पनि बुझ्न सक्तैन । स्मृति ठीक रहँदैन । स्मृति ठीक रहेन भने आँखा भए पनि अन्धो हुन्छ ज्ञान भए पनि मूर्ख बनिन्छ । प्रज्ञा भए पनि असिद्धि हुनुपर्ने हुन्छ ।

गृहपतिपुत्र ! सुरापानमा यी छ वटा दोष विद्यमान छन् ।

## हनुमानढोकाय् जूगु महापरित्राणस आर्थिक ग्वहालि यागनादीपिनिगु धलः

१. मयजु रामदेवी महर्जन ५०००/-
२. सघनायक भिक्षु अनिलरुद्र महास्थविर १२०००/-
३. र. १०००/- ब्युपिं मयजुपिं सुभद्रा मानन्धर, विश्वतारा मानन्धर, तीर्थलक्ष्मी मानन्धर, दानदेवी शाक्य, गंगादेवी मानन्धर, भाजु सत्यनारायण मानन्धर। र. ५०००/- ब्युपिं भिक्षु सुबोधानन्द महास्थविर, गंगालक्ष्मी बहादुर साही, मयजुपिं लक्ष्मी वजाचार्य, कमलादेवी मानन्धर, नानीमैया साही, नानीमैया, प्राणमाया महर्जन, न्हुक्षेकुमारी मानन्धर, मथुरा मानन्धर, सत्यदेवी शाक्य, लक्ष्मी गंगाबहादुर साही, लक्ष्मी माया प्याक, लक्ष्मी, गणबहाः, दुर्गादेवी मानन्धर, वेनुदेवी बालाजु ४००/-
४. मुनीबिहारा ख्वप ४००/-
६. र. २५०/- निसं १००/- तक ब्युपिं मयजुपिं :-  
लक्ष्मी महर्जन, बेखामाया, मिठाई वजाचार्य, ज्वालादेवी, चन्द्रमाया टेवहा, चन्द्रदेवी जोशी, सानुमाया, रत्नदेवी, रत्नकुमारी मानन्धर, भगवती शाक्य हेरादेवी मानन्धर, विद्यालक्ष्मी, बेखामाया, मचानानी, नारायणदेवी, लक्ष्मी, नारायणदेवी मानन्धर, श्री कुमार, जमलदेवी मानन्धर, रामदेवी मानन्धर, तुयुनानी मानन्धर, प्राणदेवी मानन्धर, न्हुक्षेमाया, कल्याणी, गौरीदेवी मानन्धर, नन्दमाया, सानुनानी, रामदेवी, रत्नदेवी शाक्य, देवलानी, दानमाया, श्रीमाया, जयलक्ष्मी नकःमि, स्व. कृष्णदेवी, रत्नकुमारी, तारादेवी, न्हुक्षेमाया, चिनीमाया, लक्ष्मीदेवी मानन्धर, भाजु नानीभाइ, भाजु माणिकरत्न शाक्य, भाजु मुक्तिबहादुर मानन्धर ।

७) र. ६०/- निसं १०/- तक ब्युपिं मयजुपिं :-

कान्छी, विष्णु बुद्धमाया, रत्नदेवी, नीरु मैया मानन्धर, पूर्णशोभा, दुर्गादेवी, विष्णुदेवी, राममाया, हकलानी, जमलदेवी, लक्ष्मीकेशरी तिथमाया, इन्द्रमाया, रत्नमाया, हेरामाया, नानीछोरी, शारदा, नानीमैया शाक्य, कान्छी लता, भाजु मचाम महर्जन, भाजु नारा

थुकथं जम्मा र २६,६४५/- आर्थिक ग्वहालि प्राप्त जूगुलिं सकसितं साधुवाद ।

आनन्दकुटी दायक सभा  
स्वयम्भू

## दिवंगत श्री ५ वीरेन्द्र व राजपरिवारपिनि नाम भिक्षु सघपाखें हनुमानध्वाबाया नासःचुकय् जूगु महापरिनिर्वाण (२०५८/३/१६) या ल्याःचाः

खर्च	आम्दानी	स्वां, स्वांमा सूत्रका, कापः भण्डामाः	१३३०/-	दातापिनिपाखें वःगु चन्दा	२६,६४५/-
स्टेसनरि, छपाइ, मसलन्द आदि	४,०६४/-	(संलग्न धलः कथं)			
वाय्तर ३ कू च्वकागु कापः नापं	१५००/-	मयजु नानिहेरा स्थापित			
दानप्रदानयात रुमाल साबो बाम	५०९८/-	नछें गल्लीपाखें जाकी ५० किलो			
जुजुपिनिगु व मेगु तस्वीर	८१८/-	भाजु घनश्याम राजकर्णिकार			
भन्ते अनागारिकाया लागि यातायात	१३००/-	(कृष्ण पाउरोटीपाखें २०० जो कुकिज			
भन्ते अनागारिकाया लागि पेस्वी	८००/-	बिस्कट			
भितरल वाटर	७००/-	बुद्धजयन्ती समारोह समतिपाखें तयागु			
जलपानयात बजि ३० किलो	१२००/-	भों भण्डा १००० पाः			
भोजनयात जाकि ६५ किलो	२०८०/-	आनन्दकुटी दायक सभापाखें चापं तयागु			१६४४४/-
भोजनयात कैं व बूबः	९६६/-				
भोजनयात तरकारि	३७८७/-				
घ्यः, चिकं, मत्तचिकं	१,४३०/-				
मरमसला	१,१०४/-				
च्या, चिनी, डुरु	२,१४३/-				
कपू व गोगु धो	१,३८०/-				
मही, जलपान/भोजनयात	४,४४०/-				
ग्यांस तिलिन्डर ३ गः	१६५०/-				
लत्ते	५७५/-				
अष्ट परिस्कार	१,२००/-				
भुतसुवाः / ज्यामि ज्याला	२,६०५/-				
सरसामान ल्ययेत ट्रक ट्याक्सी भाडापि, ६५८/-	६२८/-				
भाडाकुडा सामान या बाः	६४३/-				
चानचुन खर्च					
					४३,०९९/-

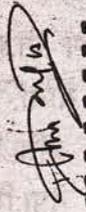
आनन्दकुटी दायक सभा  
स्वयम्भू, काठमाडौं

२०५६ श्रावण १ देखि २०५७ आषाढ मसान्तसम्मको

आय-व्यय विवरण

खर्च	रकम	आय	रकम
पूर्णमामा भोजन खर्च	११,००८/-	सहयोग प्राप्त	२०,०३८/-
कर, शुल्क तथा दस्तुर	१,१७६/४४	राजदरवारबाट	
भिक्षुहरुलाई औषधीपचार	१,२००/-	सहयोग प्राप्त	१५,०००/-
छपाई तथा मसलन्द	९००/-	व्याज	२३,८००/६१
श्री ५ को परित्राण खर्च	१४,०४०/-	अस्थिघातु दर्शनबाट	४२,७७६/-
बुद्ध जयन्ती खर्च	१००/-		
विविध खर्च	३,२४५/-		
विहार मर्मत सम्भार खर्च	६,५००/-		
लेखापरीक्षण	१,०००/-		
बचत कोष			
खर्चभन्दा बढी आय	६२,४४५/१७		
			१,०१,६१४/६१

हाम्रो यसै साथ सलग्न प्रतिवेदनको आधारमा

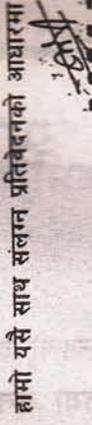
  
उपस्था

  
नेपालपरीक्षा

२०५७ आषाढ मसान्तसम्मको वासलात

व्ययित्व तथा बचत	रकम	सम्पत्ति तथा लगानी	रकम
बचत कोष		रा.बा. बैंक, भोटाहिटीको	१,३४,६००/-
गत वर्षसम्मको	२५,४५५/२१	मुद्दती खातामा लगानी	
यस वर्षको	६२,४४५/१७	हिमालय सेक्युरिटी एण्ड	
	८७,९००/३८	फाइन्सन्स	११,४५०/-
जगडा कोष तथा व्यवस्था	२,६७,८५३/६१	रा.बा. बैंक, भोटाहिटी	
		बचत खाता १६२८	१,१८,२०३/३८
		ने. बैंक लि. त्रिपुरेश्वर	
		बचत खाता नं. १०९५३	२४,५३०/७४
		ने. बैंक लि. भोटाहिटी बचत	
		खाता नं. ८८३०	९६९/८७
		नेपाल शेयर मार्केट लि.	
		(सानुमहर्जनको पूर्णमा	६५,०००/-
		खर्चको लागि मुद्दति)	

३,५५,७५३/९९  
उपस्था

हाम्रो यसै साथ सलग्न प्रतिवेदनको आधारमा  
  
नेपालपरीक्षा

# श्रद्धान्जली

अ. माधवी

प्र.अ. यशोधरा मा.वि., यल

श्रद्धान्जली देछायाचवना ।

अमृतया अनन्त गुण लुमंकाः ॥

बुद्धधर्मे अमृत होलाः ।

योगदान याना बिज्यात ॥

सहश्र परिश्रम यानाः ।

बुद्धकालीन सफूत उत्पादन यानाः ॥

न्हायकं स्वयेथें छर्लङ्ग यानाः ।

बुद्धधर्म म्हसिइका थकल ॥

अनन्त गुण छतिइ घानाः ।

श्रद्धान्जली देछायाचवना ॥

बिपनाय् स्वःसां उन्नति क्षेत्रे ।

स्वपनाय् खंसा महासभाय् ॥

दुःखी गरीब असहाय तय्त ।

गुहालि याना बिज्याइम्ह छपिं ॥

बारंबार लुमंति घानाः ।

श्रद्धान्जली देछायाचवना ॥

गुणै गुणं जाःगु जीवन ।

प्रशंसा यानां साध्य मजू ॥

अति विशेष विमाने चवनाः ॥

नेपाःमि तेत स्वया बिज्याना ला ?

जिमिगु प्रार्थना व हे खः ।

निर्वाण लायेमा छपिन्त ॥

२०५८/४/८/२

## प्रश्नको सही उत्तर दिनुहोस्

निःशुल्क वार्षिक ग्राहक  
हुनुहोस् ॥

१. हालसम्म राष्ट्रिय बौद्ध सम्मेलन कति पटक भैसकेको छ र ठाउँको नामसहित बताउनुहोस् ।
२. धर्मोदयसभा कसको अध्यक्षतामा र सचिवत्वमा स्थापना भएको थियो ?
३. बौद्धहरूको लागि सार्वजनिक बिदाको घोषणा सर्वप्रथम कुन सालमा गरिएको थियो ?
४. सम्राट् अशोकले स्थापना गरेको लुम्बिनी स्तम्भ कति अग्लो छ ?
५. सर्वप्रथम बौद्ध ऋण्डा बनाउने व्यक्ति को थिए ?
७. चार ब्रम्हविहार भन्नाले के-केलाई बुझिन्छ ?
८. आचार्य भिक्षु अमृतानन्दको जन्मदिन तथा दिवंगत हुनुभएको दिन कुन हो ?

सम्पर्क :

**सुखी होतु नेपाल**

बुद्ध विहार, भृकुटीमण्डप

पो.ब.नं. ९९३

फोन २२६७०२/४८२९८४

ईमेल : sukhi@ntc.net.np

ज्ञानन्द भूमि

## लुम्बिनी बचाऔं, विश्व सम्पदालाई जोगाऔं

मित्र राष्ट्र भारतकातर्फबाट रुपन्देही जिल्लाको मर्चबार क्षेत्रस्थित दानव र डण्डा नदीमा एकतर्फी रूपमा बनाइएको रसियाल खुर्दलौटन बाँधका कारण नेपालका दर्जनौ गाउँहरू डुवानमा परी जलमग्न अवस्थामा पर्ने मात्र होइन बाँध निर्माण स्थलबाट करिब १५ किलो मिटर पश्चिममा रहेको पवित्र बुद्ध भूमि लुम्बिनी समेत डुवानमा पर्न सक्ने सम्भावनाले शान्ति गामी सबैलाई दुःखित तुल्याएको छ ।

विशेषज्ञहरूका अनुसार उक्त बाँध निर्माण स्थल समुन्द्री सतहबाट ८९ मिटर उचाईमा छ भने विश्व सम्पदा लुम्बिनी समुन्द्री सतहबाट ९२ मिटर उचाईमा रहको छ । यस अनुरूप यदि बाँधको उचाई ३ मिटर राखेको खण्डमा पनि लुम्बिनीसँगको उचाईमा समान हुन्छ । तर मित्रराष्ट्र भारतले त्यस स्थानमा ६ मिटरको बाँध निर्माण गर्न लागेकोले पानीको उचाई बाँधकै हाराहारीमा पुगेको खण्डमा पूर्णतः लुम्बिनी क्षेत्रलाई समेत डुवान पार्ने कुरा भुगोलविद्हरूको निश्कर्ष रहेको छ । नेपाल-भारत सीमा स्तम्भ नम्बर ३२ देखि करिब २ सय मिटर नजिकै विगत ५ महिना अगाडिदेखि निर्माण कार्य थालिएको सो बाँधको कार्य हाल ३ मिटर पूरा भैसकेको छ । वस्तुतः अन्तर्राष्ट्रिय कानुन र हेलसिन्की अभिसन्धी १९६६ मा दुवै देशबीच सीमा क्षेत्रबाट ८ कि.मि. दुवैतर्फ कुनै पनि देशले आपसी सहमति एवं सम्झौता विना बाँध निर्माण गर्न नपाउने स्पष्ट प्रावधान हुँदाहुँदै पनि सो कार्य थालनी गरेको अशोभनीय एवं अन्तर्राष्ट्रिय कानुन विपरितको कार्य मित्र राष्ट्र भारतबाट हुनु दुःखदायी विषय भएको हुँदा सो कार्यलाई तुरुन्तै रोकिनु सबैकालागि सुखदायी हुनेछ ।

'बुद्ध-भूमि'-लुम्बिनी, विश्वसम्पदा लुम्बिनी अन्तर्राष्ट्रिय सम्पत्ति हो । यो नेपालको गौरव हो, राष्ट्रिय पहिचानको एक प्रतीक पवित्र स्थल पनि हो । अतएवं श्री ५ को सरकारले मित्रराष्ट्र भारत सरकारलाई लुम्बिनीको बचाउको लागि दबाव दिने कार्य वार्ताद्वारा थालनी गरिनु आजको आवश्यकता हो । नेपालको ३२

सार्वभौमिकता, स्वतन्त्रता र राष्ट्रिय अस्मिताप्रति सम्मान गर्न र पारस्परिक समानता, सद्भाव एवं असल मित्रताको हैसियतले व्यवहार गर्न भारत सरकार समक्ष नव नियुक्त प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवाको सरकारले सकारात्मक भूमिका निभाउने कार्यमा विशेष जोड दिनुपर्छ भन्ने 'आनन्दभूमि' विनम्र अनुरोध गर्दछ ।

### ११ औं अमृतानन्द गुणानुस्मरण दिवस र सुखीहोतु नेपाल

धर्मोदय सभा तथा अखिल नेपाल भिक्षु महासंघ संस्थापक सदस्य, आनन्दकुटी विद्यापीठ एवं आनन्दकुटी विहार गुठीका संस्थापक श्रद्धेय आचार्य डा. भिक्षु अमृतानन्द महास्थविर नेपालमा बुद्धधर्मको पुनर्जागरणकालका एक नायक व्यक्तित्व हुनुहुन्छ, जसले धेरवाद बुद्धधर्मलाई आजको स्थितिमा पुऱ्याउन ठूलो त्याग र तपस्या गर्नुभएको थियो । बहुआयामिक व्यक्तित्वका धनी, बुद्धकालीन ग्रन्थका श्रृजनाकार दिवंगत श्रद्धेय अमृतानन्द महानायक महास्थविरको ११ औं पुण्यतिथि दिवस आउने भाद्र ५ गते हो र यसै सन्दर्भ पारेर सुखी होतु नेपालले आनन्दकुटी विहारगुठीको हार्दिक निमन्त्रणामा 'आनन्दभूमि' बौद्ध मासिक प्रकाशन गरिदै लाने जमर्को गरिरहेको छ । सुखी होतु नेपाल एउटा स्वयम्सेवी संस्थाको रूपमा आजभन्दा २ वर्ष अगाडि स्थापना भएर यसले नेपाल बौद्ध परियति शिक्षाका विद्यार्थीहरूका बीच विविध अतिरिक्त क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेको क्रममा अब आनन्दभूमि बौद्ध मासिक पत्रिकाको व्यवस्थापन पक्ष जिम्मा लिई यहाँहरू समक्ष उभिने प्रयास गर्दैछ ।

हामी यहाँहरूका सन्तुष्टिको लागि प्रयासरत रहनेछौं भने यसको लागि यहाँहरू सबैबाट हामीलाडु आवश्यक सरसल्लाह, सुझाव एवं विविध सहयोग प्राप्त हुँदै जाने अपेक्षा लिएका छौं ।

सबै सुखी होउनु, सबैलाई कल्याण होस् ।

आनन्द भूमि