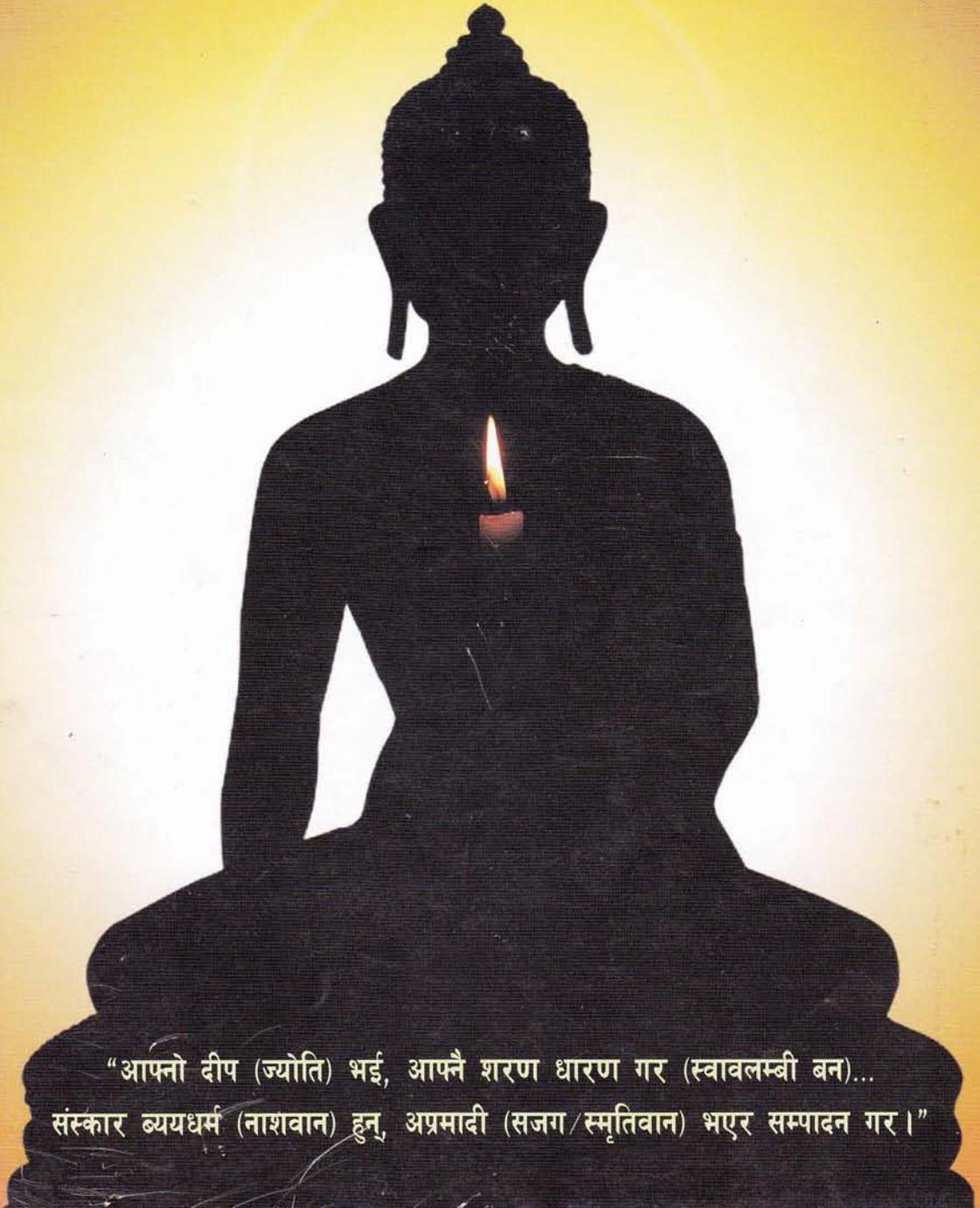


नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक पत्रिका

# आनन्द भूमि

The Ananda Bhoomi

वर्ष ३५ अंक १० मिला पुन्हि



“आफ्नो दीप (ज्योति) भई, आफ्नै शरण धारण गर (स्वावलम्बी बन)...  
संस्कार व्ययधर्म (नाशवान) हुन्, अप्रमादी (सजग/स्मृतिवान) भएर सम्पादन गर।”



# नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक

# आनन्दभूमि

२०६४ मिला पुन्ही - माघ पूर्णिमा - वर्ष ३५, अङ्क १०  
बु.सं. २५५१ ने.सं. ११२८

The Ananda Bhoomi (Year 35, Vol. 10)  
A Buddhist Monthly : Jan/Feb 2008

प्रमुख सल्लाहकार:

भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविर (अध्यक्ष, आ.कृ.वि.गुठी)

सल्लाहकार:

भिक्षु धर्ममूर्ति (सचिव, आ.कृ.वि.गुठी)

व्यवस्थापकहरू:

भिक्षु पञ्जारत्न, भिक्षु अस्सजि, भिक्षु सरणंकर  
आनन्द कुटी विहार, ४२७१४२०

व्यवस्थापन सहयोगी:

सुधीर, जोतिक,  
जुजुभाई तुलाधर (कालोपुल), संचरत्न शाक्य (फसिकेव)

आवरण सज्जा:

फल समान शाक्य, उकुबहाल (यतालिंवि)

भित्रि सज्जा:

रवि, धर्मदूत, रामकृष्ण, अणिमा, सुरेन्द्रकुमार

लेखा व्यवस्थापन:

सुरेश महर्जन, स्वयम्भू

सम्पादन सहयोगी:

जनक

सम्पादक/प्रकाशन संयोजक:

कोण्डन्य

बुद्ध विहार भूकृतीमण्डप, ४२२६७०२

e-mail: sukhi@ntc.net.np

वितरणार्थ सहयोगीहरू:

बुद्धजयन्ती समारोह समिति (श्रीघः), भिक्षु मैत्री महास्थविर (लुम्बिनी),  
भिक्षु बोधिज्ञान, भिक्षु पद्म, भिक्षु मिलिन्दो, हरिगोपाल महर्जन,  
श्रामणेर उदेन, अ. इन्द्रावती, सत्यना शाक्य, सुश्री वीणा कंसाकार,  
सुश्री शकुन्तला प्रधान, सुवर्णमुनि शाक्य (भैरहवा), नरेश बज्राचार्य,  
विद्यादेवी शाक्य (बुटवल), याम शाक्य (वेणी), सर्जु बज्राचार्य (पाल्पा),  
उत्तममान बुद्धाचार्य (पोखरा), कृष्णप्रसाद शाक्य (बागलुङ्ग),  
विजय गुरुङ्ग (लमजुङ्ग), शेखर शाक्य (नारायणगढ) ।

मुद्रण:

न्यू नेपाल प्रेस - ४२५९०३२, ४४३४८५०

प्रकाशक:

**आनन्दकुटी विहार गुठी**

आनन्द कुटी विहार, स्वयम्भू, फोन: ४२७१४२०

का.जि.द.नं. ३४/०३४/०३५/म.क्षे.ह.नि.द.नं. ७/०६१/६२

वार्षिक रु. १५०/-

एकप्रति रु. १५/-

वार्षिक ग्राहक बनी सहयोग गरौं ।

## बुद्धवचनमृत



सुसुखं वत जीवाम, वेरिनेसु अवेरिनो ।

वेरिनेसु मनुस्सेसु, विहराम अवेरिनो ॥

शत्रु र वैरीहरूको माभ्रमा शत्रु विहीन अवैरी  
भई बाँचिरहन पाएमा कतिको सुखद हुँदो हो, शत्रु र  
वैरी मनुष्यहरूको माभ्रमा हामी शत्रु विहीन अवैरी भई  
विहार गरौं ।

सुसुखं वत जीवाम, आतुरेसु अनातुरा ।

आतुरेसु मनुस्सेसु, विहराम अनातुरा ॥

भोग विलास र विषय वासनाका रोगले छट्टपटाई  
रहेकाहरूको माभ्रमा कामातुर नभई निरोगी भएर  
बाँचिरहन पाएमा कतिको सुखद हुँदो हो, कामातुर  
रोगी मनुष्यहरूको माभ्रमा हामी कामातुर नभई  
निरोगी भएर विहार गरौं । - धम्मपद

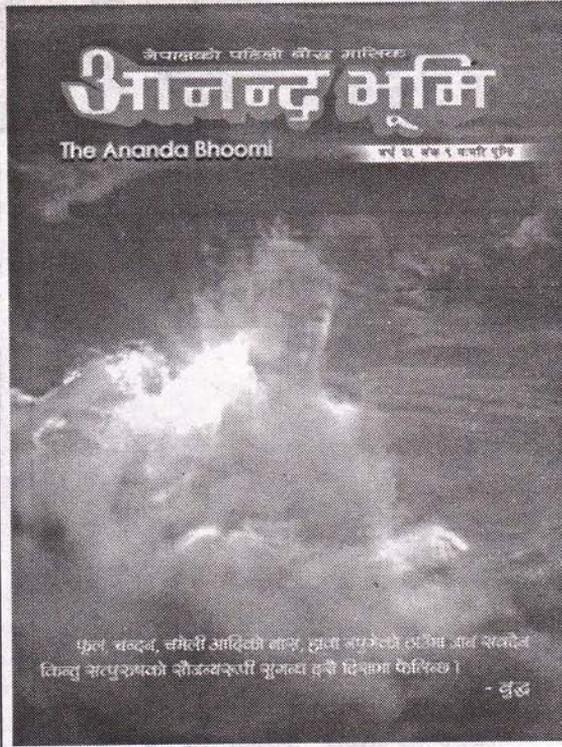
सम्पर्क कार्यालय

**आनन्द भूमि**

आनन्द कुटी विहार गुठी, पो.ब.नं. ३००७, काठमाडौं ।

फोन: ४२७१४२० E-mail: anandakutivihar@ntc.net.np

गताङ्कमा प्रकाशित



बुद्धलाई चिनाँ

■ पुष्परत्न शाक्य,  
तानसेन

गरेनन् बुद्धले कहिल्यै हिंसाको प्रयोग जीवनभर  
देखिएनन् पूजी अरू सिवाय मैत्री र करुणारूपी ज्ञानको भण्डार  
रोजे शील, समाधि, प्रज्ञा सम्यक् मार्ग सबैको  
पुन्याएनन् अस्तित्वमा खतरा पृथ्वीका कुनै जातजातिको ।

व्याप्त रहेछ अज्ञानता समाजमा अहंकार, राग, द्वेष, मोहको  
त्याग गरे सुख सुविधा राज्य समन गर्न उत्पन्न गर्न अशान्तिको  
हिंङ्छन् कर्तव्य सम्भी बुद्ध चाहे त्यो अंगुलीमाल होस् वा आलवक  
गर्छन् उनी ज्ञानको खेती, रोप्दछन् भावनामा सत्यको बीज ।

चारिका गर्छन् गाउँ-शहरमा धारणगरी अष्टपरिष्कार  
खोजी गर्छन् स्वतन्त्र मानिसहरू उपदेश दिन्छन् मानव मुक्ति कल्याणकारक  
शुद्धि कार्य गर्छन् उनी सधै, बाँड्दछन् निःशुल्क शिला विश्वव्यापी मनोहर  
ब्राह्मण्डको ज्योति हुन् उनी एशियामा सीमित नभएर ।

विषय-सूचि

१. सम्पादकीय	-	३
२. मनोविश्लेषण र बुद्धधर्म	- भिक्षु सुशील	५
३. निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारको ऐतिहासिक ...	- लोकबहादुर शाक्य	८
४. शुद्ध धर्म एवं तनाव मुक्तिको साधना विषयना	- अमृतमान ताम्राकार	१०
५. एक्काइसौं शताब्दीका बुद्ध	- आदित्य शर्मा	१३
६. नेपालमा बुद्धधर्मको संक्षिप्त इतिहास	- कोण्डन्य	१४
७. विज्ञान, अन्धविश्वास र धर्म	- डा. गणेश बहादुर माली	१९
८. ध्यान सम्बन्धमा (On Meditation)	- आचान छा, अनु. दोलेन्द्र शाक्य	२१
९. Your Question : My Answer - 3	- S.N. Goenka	२४
१०. A Journey of Life	- Pramila Manandhar	२६
११. ज्ञानमाला शीलया पुचः	- सुवर्ण शाक्य	२७
१२. बौद्ध गतिविधि	-	२९
१३. पुस्तक प्राप्ति परिचय	- धर्मदूत	३२

## अशान्तिको कारक : मानमत्ता रोग



मानव जीवन जीवन्त रूपमा त्यतिबेलासम्म निरन्तर यात्रामय तरहमा अगाडि बढिरहेकै हुन्छ, जतिबेलासम्म उसमा चेतना विद्यमान रहीरहने हुन्छ। अर्को अर्थमा भन्नुपर्दा मानव जीवनभित्र जतिबेलासम्म श्वास-प्रश्वास प्रकृयाले निरन्तरता पाइरहेको हुन्छ, रक्तसंचार प्रणाली स्वचालित तरहमा चर्चा गरिरहेको हुन्छ, त्यतिबेलासम्म हामी मानव बाँचिरहेका हुन्छौं, चेतनशील रूपमा विद्यमान हुन्छौं। जीवन जीवन्त भएर गन्तव्यतिर उन्मुखरत नै रहन्छ। बरु सफलता प्राप्त र असफलता प्राप्तमा भिन्नता हुनसक्छ, शान्ति प्राप्त र अशान्ति व्याप्तमा अन्तरता हुनसक्छ, धन कुबेर हुनु वा गल्ली सडकमा भौतारिने खाते हुनसक्छ, प्रतिष्ठित व्यक्तित्व वा सर्वत्र निन्दित-आतंककारी हुनसक्छ, शुद्ध-त्यागी वा अशुद्ध-भोगी हुनसक्छ, राजा वा रंक हुनसक्छ, शासक वा शासित हुन्छ, यानि की मानव वा दानव, मानव अधिकारवादी-व्यवहारतः वा मानव अधिकार हननवादी, समस्तमा भन्नुपर्दा शान्त वा अशान्त कुनै न कुनै रूपमा जो कोही अगाडि बढिरहेकै हुन्छ।

जुनसुकै रूप-स्वरूपमा भएपनि अगाडि बढ्नु जीवनको स्वभाव हो, - यदि हामीले यथार्थतालाई साक्षात्भावले विचार-चिन्तन गर्ने हो भने। स्वभावजन्य कुराहरू भलै परिवर्तित रूपमा किन नहोस्, एकपछि अर्को गर्दै अगाडि त बढिरहने नै हुन्छ। मृत्युको घडी नआउन्जेल यात्रामय रूपमा किन नहोस् जीवन जीवन्तभई अगाडि बढिरहन्छ, रोक्नु वा ठप्प हुनुमा जीवनको अन्त्य हुन्छ वा जीवन्ततालाई त्यागी मृत्यु-मरणलाई वरण गर्नुभै आत्मसात गरेको घडी हुन्छ। नमरुन्जेल मानिसलाई के हुनु छैन र? के प्राप्त गर्न मन लाग्दैन र? प्राप्तिकै नाममा मानवले के गर्न पो छोडेको छ? शान्ति र आध्यात्मिक चिन्तनको विकासका लागि मानवलेभै कडा परिश्रमण र जीवन उत्सर्ग गर्ने अरु कुन प्राणी छ र?! यसरी नै भौतिक विकास, अराजकता, आतंकवाद, मानव समुदायकै लागि इतिहासमा कर्लकितपूर्ण अमानवीय-निकृष्ट विधि व्यवहार गर्नमा पनि स्वयं मानव नै चरमचुलीमा रहेको देखिन्छ। बुद्धभाषामा भन्नुपर्दा आखिर यी सब मानवले तृष्णाजन्य कुरालाई व्यवस्थित एवं नियन्त्रित रूपमा अगाडि बढाउने वा सही उपभोग गर्न नसक्नाले नै भइरहेका हुन्।

बुद्धवचन धम्मपदअनुसार कुनैपनि वृत्ति प्रथमतः मानव मन-मस्तिष्कमा उत्पन्न हुन्छ, त्यसैले मन नै सबै प्रवृत्तिको निर्माता हो, जसअनुरूप मन नकारात्मकप्रति मोह-मुदित, राग-रंजित एवं द्वेष-दूषित तरहमा अगाडि बढिरहने हुन्छ। यतिबेला हामी दोषयुक्त मनले बोल्छौं वा कुनै क्रिया-कर्म गर्छौं भने दुःखले ठीक त्यसरी अनुसरण गर्छ कि जसरी भारयुक्त बैलगाडाको चक्का (पांग्रा) ले उसलाई पछ्याइरहेको हुन्छ। विडम्बना! त्यो भारयुक्त चक्काको वारेमा मानवलाई सोच-विचार गर्ने फुर्सद नै हुँदैन, कसैले औल्याइदिए पनि मेरो गोरुको मोल बाढै टक्का भन्नेसरी लिंडेढिपिमा अडिग रहने दुर्भावनायुक्त प्रवृत्ति हावी भइराख्दछ। वस्तुतः यो वृत्तिले अन्ततः मानवलाई दुःखित एवं अशान्त नै तुल्याइदिने हुन्छ।

जीवन निर्वाहका लागि आधारभूत आवश्यकता परिपूर्तिको खातिर मानवको प्रयास हुनु नितान्त आवश्यक छ, तर आध्यात्मिक सोचअनुरूप सामान्य आवश्यकता पूर्तिगर्ने जुन चाहना-लगाव हुन्छ, त्यो प्राप्तार्थ जुन तरहले मानव-मस्तिष्कमा तीब्र उत्तेजना सिर्जना

हुन्छ, त्यसलाई तृष्णा नै भनिन्छ। भलै हामी साधारण प्यासमा तृष्णा छैन भनौंला, तर तीब्र प्यासमा जुन व्याकुलता छाएको हुन्छ, त्यस प्रकारको व्याकुलता साधारण वा सामान्य प्यासमा हुँदैन। त्यसैले तृष्णा र आसक्तिलाई समानार्थी रूपमा परिभाषित गरिन्छ। आसक्ति र तृष्णा जति गहिरो र कडा हुन्छ, त्यति नै दुःख पनि गहिरो हुन्छ, यसै प्रकृया दुःखको मूल कारण बन्दछ। मानव जीवन-पात्रमा भरिएको मधुर अपितु मादक विष हो- तृष्णा। यसलाई नबुझिंदा हामीले स्वाभाविक प्रकृत्यालाई समेत भुल्ने हुन्छौं र त अष्टलोक धर्मलाई पनि सरासर विर्सिने गर्छौं।

सुख-दुःख, एश-अपएश, निन्दा-प्रशंसा, लाभ-अलाभ यी प्रकृया चक्रिय पद्धतिअनुरूप परिवर्तित तरहमा तरङ्गित भइराख्ने हुन्छ, जसरी प्रकृतिले प्राकृतिक तरङ्गमय रूपमा छुलाङ्ग मारिरहेको हुन्छ, त्यसरी नै कहिले घाम त कहिले पानी, कहिले दिन त कहिले रात, सफलतासँगै असफलाता, विकाससँगै विनाश, जीवनसँगै मृत्युभै एकाबद्ध रूपमा अगाडि बढिरहने हुन्छ। यसमा कसैले एकरूपताको निरन्तरताका लागि चाहे सत्ता र शक्तिको प्रयोग-दुरुपयोग गरेरै किन नहोस्, लाड्ने, दबाउने, मुख थुन्ने, वैचारिकतामा ताला लगाउने, मै हुँ, मलाई सबैको समर्थन छ भन्नाको खातिर मान, मर्यादा, सम्मान, अभिनन्दन, स्तुतीमय कृयाकलाप गर्ने-गराउने जस्ता धृष्टतापूर्ण चेष्टा गरेतापनि आफैभित्र परिवर्तनमुखी भाव सिर्जना हुनगई विराट परिवर्तन हुने हुन्छ, तर मानव दुर्गुणता गजबको हुँदोरहेछ कि फुस्रो मानमर्यादा जुन सत्ता र शक्तिको आडमा अगाडि बढि रहेको हुन्छ, त्यसलाई निरन्तरता दिन उ जे पनि गर्न तयार हुन्छ भने उसका आसेपासेहरू पनि त्यसै वृत्तलाई घुमाउने चक्करमा लाग्नाले सत्तासीन त्यो व्यक्तिलाई धरापमा पार्न सफल हुने गर्दछ। परिणामतः उसले विगतलाई विसरे भविष्यलाई वास्ता नगरी वर्तमान आफ्नो स्वार्थजन्य आसक्ततायुक्त सत्तामोहले मुदित भई त्यसलाई जोगाउन उसले नकारात्मक रागले रंजित एवं द्वेषले दूषितभई जुन प्रकृया अपनाउने हुन्छ अन्ततः त्यसको परिणाम भयावह हुन्छ भने यसको प्रभाव जताततै छर्चल्किने हुन्छ। यतिबेला सत्ता लोलूपातायुक्त मानमत्ता कति भयंकर र खतरानाक हुन्छ भन्ने सावित हुन्छ। यथार्थतः आज मानमत्ता-सत्तामत्ता खतरानाक रोग सावित भएको स्वयंसिद्ध तथ्य हो। यस रोग गल्ली-सडकदेखि दरवार-महल, धर्म, समाज, राजनीति, भाषा, संस्कृति, भेषभूषा अन्तर्गत यत्रतत्र सर्वत्र भाइरस व्याप्त हुनेभै संक्रमण भइरहेको कुरालाई कसरी नकार्ने ?

आसक्त वा तृष्णा चिलाउने खटिरा हुन्। जस्लाई चिलाउँदै जाँदा आनन्दप्राप्तिसँगै घाउ बढाउने कार्य हुन्छ। आसक्ति प्यास हो, जुन मेटाएर मेटिँदैन बरु भूखमा परिणत हुँदैजान्छ। तृष्णा घाउको पीप हो, जुन पीपको-व्याप्तिसँगै विष फैलिने हुन्छ। आसक्ति त्यस्तो हुन्छ जुन विशाल क्षितिजलाई छुन्छु-समाउंछु भनेर दौडिरहेको हुन्छ, परन्तु यसको अन्त नहुने हुँदा जतिसुकै वेग र गतिमा दौडिँदै गएतापनि क्षितिज र हामीबीचको अन्तरता जस्ताकोतस्तै रहीरहने हुन्छ। यावत तृष्णाजन्य वा आसक्तिजन्य कुरालाई आज प्रत्येक व्यक्ति चाहे धार्मिक, सामाजिक, राजनैतिक वा राजा-महाराजा त्यागी, भोगी, खाते नै किन नहोस् सबैले सजग र सतर्कता अपनाउनै पर्ने हुन्छ, यसैमा सबैले सुख र शान्तिमय तवरमा श्वास फेर्नसक्ने हुन्छ, यस्तो भन्दा अत्युक्ति होला र?! विचारणीय पक्ष हुन्।

नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक “आनन्द भूमि”लाई यसरी सहयोग गरौं :

- यहाँहरूबाट सक्दो कुनैपनि सहयोग गर्नुहोस् ।
- लेखक वर्गले बुद्ध, बुद्धधर्म, बौद्ध संस्कृति एवं दर्शन, साहित्य र इतिहास, धार्मिक तथा सामाजिक परिवर्तन विषयक जानकारीमूलक, खोजअनुसन्धानमूलक, सृजनात्मक लेख, रचना, कथा, निबन्ध, कविता आदि पठाऔं (प्रकाशित लेखरचनासम्बन्धी जिम्मेवारी स्वयं सम्बद्ध लेखकनै हुनेछ ।) ।
- आ-आफ्ना क्षेत्रहरूमा हुने भएगरेका गतिविधिलाई समयमै फोन, फ्याक्स, पत्राचार, ईमेलबाट जानकारी गराऔं ।
- निरन्तर सम्पर्कमा रही सल्लाह, सुझाव तथा रचनात्मक प्रतिक्रियाद्वारा सूचित गरौं ।
- वार्षिक ग्राहक भएर, अरूलाई ग्राहक बनाउने र ग्राहक हुन प्रेरित गरौं ।
- उद्योगपति तथा व्यापारी वर्गबाट आफ्नो व्यावसायिक विज्ञापन उपलब्ध गराऔं ।
- श्रद्धालुहरूबाट शुभकामना, श्रद्धाञ्जली तथा अन्य विशेष उपलक्ष्यका अवसर पारी विज्ञापन उपलब्ध गराऔं ।

सम्पर्क :

**आनन्द भूमि**

आनन्द कुटी विहार गुठी

पो.ब.नं. ३००७, काठमाडौं । फोन: ४२७१४२०, E-mail : anandakutivihar@ntc.net.np

लेख, रचना, समाचारका लागि यसमा पनि सम्पर्क गर्न सकिने :

**सुखी विहार भृकुटीमण्डप**

पो.ब.नं. ९९३, काठमाडौं । फोन: ४२२६७०२, E-mail : sukhi@ntc.net.np



जन्म: वि.सं. १९८० चैत्र २५

दिवंगत: वि.सं. २०६४ पुष ३

**मैत्री स्कूल**

पो.ब.नं. १५५८, छाउनी, काठमाडौं, नेपाल ।

फोन: ९७७-१-४२७०६७५, E-mail : maitri@infoclub.com.np

**हार्दिक समवेदना !**

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो ।

उपज्जित्वा निरुज्झन्ति तेसं वूप समोसुखो ।

भिभिन्न बौद्ध संघसंस्था एवं सामाजिक संघ-संगठनसित जीवनपर्यन्त

आबद्ध भई उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउनुहुने समाजसेवी

श्री तीर्थानारायण मानन्धरको देहावसान भएकोमा

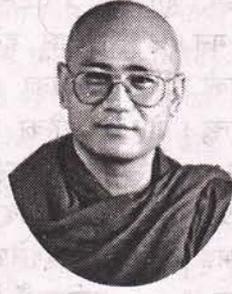
उहाँको सुगति-कामना गर्दछौं । साथै शोकसन्तप्त परिवारप्रति धैर्य धारण

गर्न सकोस् भनी हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।



# मनोविश्लेषण र बुद्धधर्म

■ भिक्षु सुशील



मानव समाजका लागि भौतिक बस्तुको आवश्यकता जति छ त्योभन्दा कम महत्व मनोविश्लेषणको हुने गर्दैन । चित्त अथवा मनको अध्ययन-विश्लेषण-परीक्षण गर्दै मानसिक कमजोरीबाट मुक्त हुने कसरी ? यस सम्बन्धी विशद् व्याख्या संग्रह हो- बुद्ध धर्म । तर आजकाल मनोविश्लेषणको प्रसंग उठ्दा चेकोस्लोभाकियाको फ्रिडवर्गमा जन्मिएका सिगमण्ड फ्रायडलाई जोडेर हेर्ने गर्दछ । हुन त मनोविश्लेषणको क्षेत्रमा अनेकौं महानुभावहरू नभएका होइनन् तापनि एउटा पूर्ण सिद्धान्तको विकास गर्ने कार्य फ्रायडबाट हुन गएको हुनाले यसको श्रेय उहाँलाई दिने गरेको हो ।

मानवीय रहस्यतर्फको भुकावले गर्दा युवा अवस्थामा कानूनको शिक्षा प्राप्त गर्ने प्रयत्न फ्रायडले गरेको थियो । तर डार्विनको विकासवादी सिद्धान्तबाट प्रभावित हुनपुग्दा कानूनको अध्ययन छाडेर त्यसतर्फ आकर्षित हुनपुगे । तात्कालीन सामाजिक विश्वास विपरीत डार्विनले मानव विकास क्रामिक रूपमा हुँदै आजको अवस्थामा पुगेको हो भनी आफ्नो अनुसन्धानले प्रमाणित गरी देखाएको थियो । उहाँले मानव समस्या दैवीय उत्पादन होइन, न त यसको निवारणमा दैवीय भूमिका नै हुने गर्छ, यसको निवारणका लागि प्रकृति अथवा भौतिक जगतका नियमहरू सम्बन्धमा जानकारी हुनु मात्र पनि पर्याप्त छैन भन्ने सम्बन्धमा समाजलाई जागरूक बनाएका थिए । डार्विनको सिद्धान्तबाट प्रभावित फ्रायडले यदि मानव विकास क्रामिक रूपमा भएको हो भने यसलाई क्रामिक रूपमा बुझेर समाधानको बाटो पहिल्याउन सकिने विश्वास जगाई स्नायु विज्ञानको अध्ययन गर्न थाले । मनोचिकित्सातर्फको रुचिले गर्दा मनसँग सम्बन्धित विभिन्न पक्षको गम्भीर अध्ययनमा लागे । प्रतिफल स्वरूप सन् १८८१ मा एम.डी.को उपाधि प्राप्त गरे । एम.डी.को उपाधि प्राप्त गरिसकेपछि भियानाको एक अस्पतालमा चिकित्सकको कार्य प्रारम्भ गरे । त्यस कार्यकालमा उहाँले केन्द्रीय स्नायु संस्थानको पनि अध्ययन गरे । त्यस समय

स्नायु रोगको उपचार गरी जीविका चलाउनु प्रायः असम्भव हुनाले आफ्नो जीविकाको लागि विद्युत चिकित्सा र सम्मोहन विधि प्रयोग गरी उपचार गर्ने कार्य गरेका थिए । केही समय पश्चात् विद्युत चिकित्सा वैज्ञानिक नभै कल्पनिक भएको अनुभव गरी सम्मोहन विधि अपनाइ हिस्टेरियाको उपचार कार्य प्रारम्भ गरे । यो विधिबाट एकपछि अर्को सफलता प्राप्त गर्दै मनसँग सम्बन्धित विभिन्न पक्षको गम्भीर अध्ययन-परीक्षण-विश्लेषण गर्दै मनोविश्लेषण सिद्धान्तलाई जन्म दिनपुगे ।

फ्रायडलाई छाडा यौनवादीको रूपमा लिने गरेको पनि देख्न सकिन्छ । यसो हुनु उहाँ यौनवादी भएर नभै, यौनको उद्गम अचेतन मन हो भन्ने उहाँको सिद्धान्तले गर्दा हो । अचेतन रूपमा मानिसको चेतनामा विद्यमान यौनलाई सैद्धान्तिक व्याख्या गर्ने कार्य उहाँबाट भएको छ । फ्रायडले भनेको अचेतन मनलाई बुझ्न सरल नभएभै बुद्धधर्मअन्तर्गतको 'संस्कार' लाई बुझ्न पनि सरल छैन । अचेतन मन र संस्कारले एउटै अर्थ दिनेछ भनी नमानेतापनि यी दुईका बीच केही साम्यता छ भन्न सकिन्छ । संस्कारलाई मनको उपजको रूपमा बुद्धधर्मले सकार्छ । अचेतन मनसँग संस्कार सम्बन्धित हुन्छ । यसलाई बुझ्न नसक्दा "काम" लाई यौन समागमको सीमित अर्थमा मात्र सकार्न पुग्ने हो । वस्तुतः "काम" को अर्थ त्यस्तो स्वभाव हो जसले चित्तको स्वाभाविक अवस्थामा डाँवाडोल ल्याई अस्थीर तुल्याइदिने काम गर्छ । यस प्रकारको कार्य यौन समागमको क्रियाबाट मात्र हुने नभै अन्य प्रकारका क्रियाहरूबाट पनि हुन सकिन्छ । तसर्थ अभिधम्म (चित्तसम्बन्धी व्याख्या गरिएका बुद्धधर्मसँग सम्बन्धित ग्रन्थ) अनुसार कामगोचर चित्त अथवा कामावचर चित्त ५४ प्रकारका छन् भनी उल्लेख गरिएका हुन् ।

सामान्यतः व्यवहारमा "काम" लाई "यौन" को पर्यायको रूपमा लिनपुग्दा भ्रम उत्पन्न हुनगर्छ "संस्कार" मा अल्भन पुग्नेछ । फ्रायडको अचेतन मन र

उपर्युक्त स्वभावकाबीच अंशतः साम्यता देखा पर्दछ । अचेतन मन के हो ? यसबाट मुक्त हुने कसरी ? फ्रायड भन्छ- “अचेतन मन भनेको वाचक मात्र होइन, जुन अस्थायी केही समयका लागि गुप्त रहने । अचेतन मन एक विशेष प्रदेश हो । यसको आफ्नो पृथक अभिव्यक्तिको रीति हुन्छ । विशेष मानसिक तन्त्र एवं प्रक्रिया पनि हुन्छ । यो हाम्रो जागृत जीवनमा हामीभित्र विद्यमान हुनेछ । यसो भएतापनि यो अचेतन अबस्थामा रहन्छ । यस प्रकारको विरोधाभाषबाट मुक्त हुने कसरी ? हामी अनुभव गर्न सक्छौं, यहाँ विवेकलाई प्रयोग गर्नु आवश्यक हुन्छ ।”

फ्रायडको अचेतन मनसम्बन्धी सिद्धान्तले बुद्धधर्मको हेतु-पच्चय नियमअन्तर्गतको “आसेवन पच्चय” अर्थात् पुनरावृत्तिले उत्पन्न गर्ने प्रभावलाई स्मरण गराउँदछ । २४ कार्य-कारण नियमभित्रको एउटा नियम हो आसेवन पच्चय । यसले मनभित्र विद्यमान तर प्रकटमा आइनपुगेको स्वभावलाई बुझ्न सघाउँदछ । मानिसको वर्तमान जीवन नै प्रारम्भको जीवन होइन, न त वर्तमान जीवनको भौतिक अवसान हुँदैमा जीवन-प्रवाहको अन्त हुनेछ । वर्तमान जीवनको भौतिक अवसानपछि जीवन-प्रवाहको पनि अन्त हुन्छ वा हुँदैन भन्ने प्रश्न सम्बन्धमा विज्ञानवाद भन्छ- विज्ञान शेष रहँदासम्म जीवनको गति कुनै न कुनै रूपमा अगाडि बढ्नेछ । यही गतिशीलताको कारण अतीतकालका कुनै समय (अथवा जीवन) मा गरिएका क्रियालाई वर्तमानको चेतन मनले ठम्याउन नसकेतापनि अचेतन मनसँग सम्बन्धित हुनपुग्दा “संस्कार” ले दुःख दिनपुग्ने हो । कल्पनामै नभएका घटना (सपना इत्यादि) को अनुभव गर्नपुग्दा आश्चर्यमा पुगिने हो ।

फ्रायडको मनोविश्लेषणले संसारलाई नौलो सिद्धान्तसँग परिचित हुने अवसर दिएको छ । मानव समाजका लागि यो उपयोगी पनि छ । उहाँले विवेकलाई महत्व दिनभएको छ । यो विवेक भनेको के हो ? यसको कार्य के ? यसलाई कसरी विकसित गर्नु ? यस सम्बन्धमा विस्तृत व्याख्या भने देखा पर्दैन । बुद्धधर्मको अनुशरण गरी भन्ने हो भने स्मृति मार्फत् उत्पन्न हुने क्षमता हो-विवेक । सोही कारण चारस्मृति (अर्थात्-काय स्मृति चित्त स्मृति, वेदना स्मृति र धम्म स्मृति) कसरी उत्पन्न गर्ने ? यसको उपयोगिता कति छ ? कुन उद्देश्य प्राप्तिका लागि यो उपयोगी छ ? यसको व्याख्या गरिएको छ । स्मृतिको

अर्थ बुद्धधर्मको परिभाषाअनुसार तटस्थतामा रही जागरूक भैरहेको तर प्रतिक्रियामा न अल्भिरहेको अवस्था हो । तटस्थतामा नरहने र प्रतिक्रियामा अल्भने स्वभाव शंकालु हुने गर्छ । शंकालाई जन्माउन हाम्रा दैनिक जीवनका व्यवहार र परम्परागत शिक्षाले योगदान दिइरहेका हुन्छन् । यसमा फ्रायड भन्छ- “म यो भन्न हिचकिचाउँदिन कि तपाईंलाई शिक्षा दिने जुन ढंग छ, तपाईंले विचार गर्ने जुन तरिका छ, यी सबैबाट तपाईंलाई मनोविश्लेषण विरोधी बनाइरहेको छ ।” हामी यो अनुभव गर्नसक्छौं कि हाम्रा दैनिक जीवनले आर्जन गर्ने शिक्षा र हामीलाई दिइएका शिक्षाबीच व्यावहारिक साम्यताको अभाव छ । सैद्धान्तिक रूपमा दिइने शिक्षाले एक खालको शिक्षा दिइएको हुन्छ भने व्यावहारिक रूपमा आर्जन गर्ने शिक्षा अर्कै हुन्छ । सिद्धान्त एक खालको र व्यवहार अर्कै खालको हुनपुग्दा सिद्धान्तमार्फत् प्राप्त शिक्षालाई कुनामा थन्क्याएर व्यवहारतर्फ मनको भुकाव हुनु सामान्यतः सबैले अनुभव गरिने कुरा हो । सोही कारण सामान्य ज्ञान र मनोविश्लेषणका बीचको भेद ठम्याउन नसक्दा धर्म र संस्कार-कर्मकाण्ड-रीति रिवाजमा भिन्नता देख्ने क्षमताको अभाव हुन जाने हो ।

सामान्यज्ञान र मनोविश्लेषणका बीच भिन्नता भएभै कर्मकाण्ड र धार्मिक अनुशासनका बीच पनि भिन्नता हुन्छ । संस्कार-कर्मकाण्ड रीतिरिवाजले दिने सन्देश र बुद्धधर्मले दिइरहेको सन्देश एकै खालको होइन । बुद्धधर्म भन्छ- आफ्नो भरोसा बन्न सक्षम होऊ ! संस्कार-रीतिरिवाजले यसको विपरीततातर्फ विश्वास गर्न उत्प्रेरित गर्छ । एक चक्की ट्याबलेट खाई नशामा भुम्मिएर त्यसको प्रभावमा निदाउने बानि परिसकेको व्यक्तिलाई आफ्नो मनको कमजोरी ठम्याइ त्यसबाट मुक्त हुन कठिन हुने भएभै संस्कार-कर्मकाण्ड-रीतिरिवाजको नशामा लट्टिएको व्यक्ति बुद्धधर्मको यथार्थ सन्देश ठम्याउनभन्दा बुद्धको प्रतिमा स्थापना गरी त्यसको पूजा गर्नमा रमाइरहेको हुन्छ ।

मानव जीवनमा भैरहेका अनमेल व्यवहारको कारण फ्रायड भन्छ- “समाज विमुखभै मानव बाँचन सकिँदैन । समाजका बीच रहँदा आक्रमण, ढोंग, छलकपट, कुण्ठा, विषाद्, निराशाले उत्पन्न गर्ने मानसिक संतापबाट मुक्त हुन सकिँदैन । यिनीहरूबाट मुक्त हुन नसकिँदासम्म

सुखको अनुभव गर्न पाइने छैन । तसर्थ, मलाई यो भन्न डर लाग्छ कि मानिसहरूले अल्प समय मात्र सुख अनुभव गर्नेछ, यस विपरित लामो समय दुःखी भएरै बिताउनेछ ।” मानव समाजभित्रका अनमेल व्यवहारको कारण फ्रायडले उक्त विचार प्रकट गरेको भएतापनि समाजभित्रै रहेर पनि सुखपूर्वक बाँच्ने कसरी ? यसको उपाय बुद्धधर्मले दिन्छ । तर शर्त यति मात्र हो कि आफ्नो मनको स्थिति-स्वभाव-क्षमता ठम्याउन व्यक्ति स्वयं जागरूक बन्दै बहिर्मुखी स्वभावलाई त्याग गरी अन्तर्मुखीभै बौद्धिक पूर्वाग्रहबाट अलगगिएर व्यवस्थित जीवन बिताउन सक्नुपर्ने हुन्छ ।

मन सम्बन्धमा फ्रायडले जति बताएको छ सोभन्दा धेरै पक्षलाई बुद्धधर्मले उजागर गरेको छ । तर पनि फ्रायडको मनोविश्लेषणलाई जति महत्त्व दिएर हेर्ने गर्छ बुद्धधर्मलाई स्थान दिइएको पाइँदैन । यसो हुनुमा

संभवतः बुद्धधर्मलाई शास्त्रीय परम्परामा सीमित पारिरहनु एउटा कारण हुन सकिन्छ । आधुनिक युगको परिवेश अनुकूल यसलाई प्रस्तुत गर्ने कार्य हुन नसकिँदा यस भित्रको मनोविश्लेषणको पक्ष ओभरलमा पर्दैजानु अर्को कारण हुनसक्दछ । वस्तुतः फ्रायडको मनोविश्लेषणको निचोड हो अचेतन मनबाट मुक्त हुनु संभव छैन । यसले कहाँ, कसरी, कुन समय आफ्नो उपस्थिति देखाइ प्रभावित पार्छ भन्न सकिँदैन । त्यसैले मानिस पूर्ण रूपमा सुखी हुन सकिने छैन । बुद्धधर्म भन्छ- संस्कार सबै परिवर्तनशील स्वभावका हुन् भन्ने चेतना जाग्रत व्यक्ति आर्य अष्टांगिक मार्ग अपनाइ क्रियाशील बन्नसक्दा आफ्ना सम्पूर्ण तृष्णा क्षय गरी ऊ पूर्ण रूपमा सुखी भई जीवन-मृत्यु-पुनर्जन्मको चक्रबाट मुक्त हुनेछ । ०

## हार्दिक समवेदना !

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय धम्मिनो । उपज्जित्वा निरूञ्जन्ति तेसं वूप समोसुखो ।



जन्मः

वि.सं. १९८० चैत्र २५

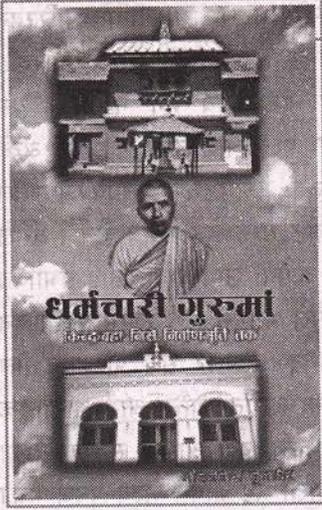
दिवंगतः

वि.सं. २०६४ पुष ३

स्वयम्भू व्यवस्थापन तथा संरक्षण महासमितिका पूर्व अध्यक्ष एवं भिभिन्न बौद्ध संघसंस्था एवं सामाजिक संघ-संगठनसित जीवनपर्यन्त आवद्ध भई उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउनुहुने समाजसेवी **श्री तीर्थानारायण मानन्धर**को देहावसान भएकोमा उहाँको सुगति-कामना गर्दछौं । साथै अनित्यस्मरण गर्दै शोकसन्तप्त परिवारप्रति धैर्य धारण तथा अनित्यता-बोध गर्न सकोस् भनी हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।

**स्वयम्भू व्यवस्थापन तथा संरक्षण महासमिति**

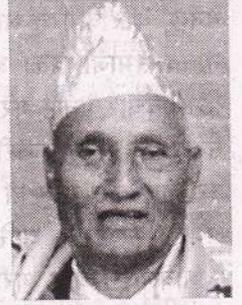




## प्रतिक्रिया

### निर्वाणमूर्ति

### उपासिकाराम विहारको ऐतिहासिक भूमिका र मूल्याङ्कन



■ लोकबहादुर शाक्य

वर्ष ३५ अङ्क ९ यःमरि पुन्हिको आनन्द भूमि पत्रिकामा श्रद्धेय भन्ते कोण्डन्यले लेख्नुभएको “ऐतिहासिक कृति : धर्मचारी गुरुमां” शीर्षकको लेख अध्ययन गर्ने । लोचनतारा तुलाधर कृत हालै विमोचन भएको “धर्मचारी गुरुमां किन्द्रः बहा निसें निर्वाणमूर्ति तक” नामाङ्कन गरिएको पुस्तक भन्तेले हेर्नुभई धर्मचारी गुरुमांले बुद्धधर्म प्रचारमा योगदान गर्नुभएको सकारात्मक पक्षलाई लिएर लेख्नुभएको ठीक छ । मैले पनि उक्त पुस्तक अध्ययन गर्दा गुरुमां संघर्षशील तथा प्रगतिशील महिला थिइन्, राणा कालमा पनि साहसपूर्वक धर्मदेशना गरेर उपासक उपासिकाहरूलाई प्रभाव पारी बुद्धधर्म प्रचारमा गतिशील योगदान दिनुभएको स्मरणीय छ ।

किम्डोलस्थित निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारमा वि.सं. २०५९ तिर त्यहाँका अनागारिकालाई लिएर केही अशान्त वातावरण भएको बेला उपासक उपासिकाहरू मिलेर सम्बन्धित सरकारी कार्यालयमा गई शान्त पारेको थियो । त्यस बखत तथा विहारको जग्गा विषयक खिचलो र मुद्दा भएको बेलापनि जिल्ला प्रशासन कार्यालय, जिल्ला अदालतमा गएको तथा पछि सहयोग समिति गठन भएपछि पनि समय समयमा किम्डोल जान पाएकोले निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहार विषयमा कतिपय यथार्थ कुरा जान्नेसुन्ने मौका पाएको छु । ऐतिहासिक व्यक्ति वा काम कुराको विवेचना गर्दा सकारात्मक पक्षको साथै नकारात्मक कार्यको पनि मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

उपरोक्त विहारको मासिक कार्यक्रममा पनि केही वर्ष गएको थिएँ । एक कार्यक्रममा लोचनतारा तुलाधर भेट हुँदा वहाँले धर्मचारी गुरुमांलाई लिएर पुस्तक लेख्न लागेकी छु थाहा भएको बताउनुपयो भनिन् । निर्वाण शैलीय बुद्धमूर्ति स्थापनाको निमित्त धर्मचारी गुरुमांले

मेहनतसाथ काम गर्नुभई बुद्धधर्म प्रचारमा महत्वपूर्ण योगदान गर्नुभयो तर विहारको मूल सडक मोहदाको एक रोपनि जग्गा बिक्रि गरी ज्यादै नराम्रो काम गरेकी भनेर बताएको थिएँ । विहार बनाउँदा छाना छाउन पैसा नपुगी बिक्रिगरेको भनी लोचनताराले बताइन् । निर्वाणमूर्ति विहार २००८ सालमानै सम्पन्न भई तत्कालीन युवराजधिराज महेन्द्र वीर विक्रमबाट उद्घाटन भइसकेको हो । २००८ सालमा जग्गा बिक्रि गरेको भनेर सम्झाएको थिएँ ।

प्रव्रज्या ग्रहण गरेपछि धर्मचारी गुरुमांले किन्द्रः बहाःमा बसेर बुद्धधर्म प्रचार गर्नुभएको थियो । उसबेला किन्द्रः बहाःमा भन्तेहरू पनि भएकोले अनागारिकाहरूको लागि अलग स्थल आवश्यक भइरहेको बखतमा एकजना दाताले किम्डोलमा निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारको निमित्त दुई रोपनी चौध आना र विहारको आयस्ताको लागि काठमाडौँ गोंगबुमा डेढ रोपनी जग्गा प्रदान गरेको अति महत्वपूर्ण छ । अनागारिका विरती, आरती, धर्मपाली, धम्मानन्दी, शीलाचारी समूह मिलेर साहुमहाजन उपासक उपासिकाहरूसँग चन्दा संकलन गरी धर्मचारी गुरुमांको तत्परतामा निर्वाणमूर्ति विहार निर्माण गरेर मूर्ति स्थापनाको वि.सं. २००८ मा उसबेलाको युवराजाधिराज महेन्द्र वीर विक्रम शाहदेवबाट उद्घाटन भएको शीलापत्र अद्यापि रहेको गौरवको कुरा हो । पछि अनागारिकाहरू बस्न र अतिथिगृहको निमित्त नाम चलेका साहुहरू समेत समावेश गरेर साहु पूर्णकाजीको अध्यक्षतामा उपासिकाराम निर्माण समिति तथा अनागारिका धर्मचारीको प्रधान संयोजकत्वमा चन्दा कमिटी गठन गरी उपासिकाराम (अतिथिगृह) २०२६ बैशाखमा नै निर्माण कार्य सकिसकेको कुरा प्रकाशित पुस्तकबाट जानकारी लिन सकिन्छ ।

धर्मचारी गुरुमांले बुद्धधर्म प्रचारमा योगदान दिनु भएकोले गुरुमांको गुण अविस्मरणीय छ, तर उहाँको भूल नभएको चाहिँ होइन । निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम

विहारको निमित्त दाताले अर्पण गरेको किम्डोलको दुई रोपनी चौध आना र गोंगबुको डेढ रोपनी जग्गा ४ जनाको नाममा भएको कुरा पुस्तकबाट पनि संकेत गरेको छ । म पनि निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारमा केही वर्ष लाग्दा सुने-बुझेको कुरा के छ भने वि.सं. २०२१ तिर नापि हुँदा धर्मचारी गुरूमांले आफ्नो मात्र नाम लेखाइदिएको रहेछ र सबै जग्गाको लालपूर्जा पनि गुरूमांके नाममा गरेको रहेछ । धर्मचारी गुरूमांले विहारको उत्तरपट्टि मोटर चल्ने मूल सडक मोहदाको एक रोपनी जग्गा आफ्नो नातापर्ने कल्याणी कंसाकारलाई वि.सं. २०२८ मा राजिनामा गरिदिएको रहेछ । प्रमाणको हकमा जग्गा मुद्दाको मिसिलबाट थाहा हुन्छ । निर्वाण-मूर्तिको विहार २००८ सालमा नै उद्घाटन भइसकेको र उपासिकाराम पनि २०२६ वैशाखमा नै बनाइसकिसकेको र कुनै निर्णय भएको नदेखिएको तथा विहार स्थलभित्रको एक रोपनी जग्गा बिक्रि गर्नु पर्ने कुनै आधार नदेखिएकोले सो जग्गा बिक्रि कार्य अकुशल कार्य भएको स्पष्ट छ ।

धर्मचारी गुरूमांको देहावसानपछि गुरूमांको परिवारले गुरूमांको हकवालाको हैसियतले बाँकीरहेको निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारको एक रोपनी चौध आना जति र गोंगबुको डेढ रोपनी जग्गाको लालपूर्जा लिएको रहेछ । त्यसपछि लालपूर्जा लिने हकवाला बनाउंदाले गोंगबुको जग्गा बिक्रिगर्दा वास्ता गरिएन । निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहार रहेकै करीब एक रोपनी चौध आना जग्गा बिक्रि गर्न बयना लिई नामसारी गर्न बाँकी रहेको समयमा विहारै बेचन लाग्यो भनेर हलचल भएपछि बौद्धहरू भेलाभई विहारको जग्गा बचावतको निमित्त काठमाण्डौ जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा निवेदन दिइएको थियो । यस कार्यमा पूर्णरत्न वज्राचार्य, थेरवाद बौद्ध दायक केन्द्रीय परिषद्का प्रतिनिधि र अरू बौद्ध प्रतिनिधिहरू समेत लागेका थिए । विहारको जग्गा बिक्रि गरी धर्मलोप गर्न नहुने भएकोले काठमाण्डौ इतुंबहालको गुरूमांकी हकवालाको घरमा बौद्धहरूको डेलिगेसन गएकोमा म पनि थिएँ । मुख्य हकवाला घरमा छैन भनेर भेट्नै सकेन । काठमाण्डौका प्रमुख जिल्ला अधिकारीकहाँ पनि बौद्ध डेलिगेसन गई विहार बचाइदिन निवेदन गरिएको थियो । एकपटक वहाँलाई निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारमा निरीक्षण गराउन लगिएको थियो । निरीक्षण गरिसकेपछि प्रमुख जिल्ला अधिकारीले यो त बुद्ध विहार हो बिक्रिगर्न नहुने भन्नुभयो । अनि नामसारी गर्न रोक लगाइयो । हकवाला भनिनेले लालपूर्जा नै लिइसकेको हुँदा सो बदर गर्न अदालतबाट मात्र हुन्छ भन्ने निर्देशन दिनुभएकोले पूर्णरत्न वज्राचार्यलाई वारेस गरी गोंगबुको डेढ रोपनी

जग्गा र निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारको जग्गाको लालपूर्जा बदर गर्ने नालेस दायर गरेकोमा किम्डोलको जग्गाको लालपूर्जा बदर गरी विहारकै भनेर जिताइदिएको र गोंगबुको बिक्रि भैसकेको जग्गा विषय हराइदिएको जानकारीमा छ ।

निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारको जग्गा गुरूमांले बिक्रि गरी अकुशल काम गरेको ज्यादै नराम्रो भन्न करै लाग्दछ । यस्तो धर्मलोप हुने कार्यमा बौद्धहरू अझ सचेत हुनुपर्ने देखिन्छ । यसरी अरू विहारमा पनि सम्पत्ति हिनामिना तथा दुरुपयोग नहोस् भन्नेतर्फ सबैको ध्यान केन्द्रित हुनसके धर्मलोप हुने कार्यबाट जोगिने हुन्छौँ । यस विषयमा क्रियाशील तथा सक्षम बौद्धहरूको एक साहसिलो समिति गठन गरेर अनुसन्धान गर्नु सान्दर्भिक छ । धर्माचारी गुरूमांले निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहारको उत्तरतिरको मूल सडकमा पर्ने एक रोपनी जग्गा वि.सं.२०२८ मा बिक्रि गरेको विहारकै कम्पाउण्डभित्र रहेको जग्गा भएकोले उक्त जग्गा लिनेकहाँ बौद्ध डेलिगेसन गई सम्भाइबुभाइ विहारको जग्गा फिर्ता लिने सकारत्मक प्रयास गर्न समेत आह्वान गर्दछु । अझ विहारको गोंगबुको डेढ रोपनी जग्गा बिक्रि गरी लिएको रकम फिर्ता लिनेतर्फ पनि साहसिलो पाइला चाल्नु आवश्यक छ ।

वि.सं. २००८ सालमा निर्वाणमूर्ति स्थापना गरी उस बखतका युवराजाधिराजबाट उद्घाटन गरी शिलापत्र रहेको सानो विहारस्थल ऐतिहासिक पुरातात्विक महत्त्वको समेत भइसकेको हुँदा उक्त निर्वाणमूर्ति रहेको स्थलको स्वरूप नबिगारी साविक कला संस्कृति संरक्षण गरिराख्ने व्यवस्थाको निमित्त प्रार्थना गर्दछु । सो स्थलमा मासिक बुद्धसभाको कार्यक्रम चालुरहेको गौरवको कुरा हो । म पनि केही वर्ष नियमित गएको थिएँ । सभामा उपस्थित उपासक उपासिकाहरूको बौद्धिक क्षमता अभिवृद्धिको लागि गुरूमांले गर्नुभएको धर्मदेशना ध्यानपूर्वक सुन्ने र अर्को महिनाको कार्यक्रममा एकजना पुरुष तथा एकजना महिलाबाट गत धर्मदेशनाको संक्षिप्त भन्न सक्नेलाई पुरस्कार दिने व्यवस्था मिलाएकोमा अनुमति दिइएन । नियमित मासिक कार्यक्रम राम्रो हो । अझ पाक्षिक गरेर सुचारू रूपले संचालन गर्न सुझाव छ । पहिलेको उपासिकाराममा रहनुभएका अनागारिकाहरूको पुनर्गठन गरेर हाल योग्य गुरूमांहरू रहनुभई नयाँ भव्य भवन निर्माण भइरहेको सद्धानीय छ । निर्वाणमूर्ति उपासिकाराम विहार सुसंचालनको निमित्त अझै गतिशील संघात्मक व्यवस्थामा सुधार हुनुपर्ने देखिन्छ ।

## शुद्ध धर्म एवं तनाव मुक्तिको साधना विपश्यना

■ अमृतमान ताम्राकार

आज भोलिको तनावयुक्त विश्वका चिकित्सकदेखि राजनेता, वैज्ञानिकदेखि व्यापारी आदि समस्त मानव चिन्ता, भय तथा तनावबाट मुक्तिको खोजिमा छन् । खोजिनितिको यस सोपानमा विभिन्न प्रकारका ध्यानभावना अति प्रभावकारी मार्ग प्रमाणित भएको छ । यसै सन्दर्भमा साधनामा एक विधि विपश्यना ध्यान के हो ? यसको विधि, यसबाट प्राप्त हुने फल र यही साधनालाई किन प्राथमिकता दिने भन्ने बहुसंख्यक जिज्ञासुहरूको लागि विपश्यना बारे एक संक्षिप्त जानकारी दिने प्रयास गरेको छु ।

**विपश्यनाको मूल मन्त्र के हो ?**

आजभन्दा करीब २५०० वर्षअगाडि भगवान् बुद्धले प्राप्त गरेको बोधिज्ञानको मूल सार हुन् :- संसार दुःखमय एवं कष्टकर छ, दुःखका कारणहरू छन् साथै यी दुःख कष्ट निवारणका उपायहरू पनि छन् । उल्लेखित बोधिज्ञान प्राप्तिको लागि बुद्धले अनेक थरिका मार्गहरू अनुशरण गरे तर सफलता हासिल भएन । अन्तमा विपश्यना ध्यानको विधि अनुशरण गरी बोधगयामा ध्यानरत हुँदा बैशाख पूर्णिमाको रात उपरोक्त बोधिज्ञान प्राप्त गरी संसारलाई दुःखकष्ट, यसका कारण तथा निवारण प्रत्येक मनुष्यको आफ्नैभित्र निहित छ भन्ने तथ्यको बोध गराइयो । अर्थात् दुःखकष्ट भन्ने वास्तविकता प्रत्येक मनुष्यको आफ्नै पञ्च इन्द्रिय शरीरभित्र रूमल्लिरहेको हुन्छ भने यसको निवारण गर्ने शक्ति वा उपाय पनि त्यही शरीररूपी भौतिक तत्वमा निहित रहेको छ । कुनै व्यक्तिको दुःखकष्ट अरूले नाश गर्न सक्दैन केवल त्यसबाट मुक्ति पाउने मार्गसम्म दर्शन गराउन सक्छ । अतः मेरो दुःख, वेदना निवारण गरिदेउ भनी देवीदेवताकोमा गई भाकल गर्नु, स्वामिमहाराजकहाँ जानु अनि सोअनुसार केही लाभ नभएपछि छटपटिनु त एउटा थप दुःखको खेती गर्नु र छोटो समयको पनि अपव्यय गर्नु मात्र हुन्छ । जब यी दुःखकष्ट निवारणको अचुक साधन तिम्रो आफ्नैभित्र छ भने भौतिकरूपले आफै



अग्रसर भई उक्त साधनको प्रयोग गर्ने प्रयास गर । विपश्यना गर्न कुनै बीज मन्त्र भजन, भाकल, मेवा मेष्टाङ्गको भोग आवश्यक छैन । बस शरीरमा उत्पन्न संवेदनाको आधारमा विषेशदृष्टिले आफैलाई हेर, मुक्तिको मार्ग आफैले देख्ने छौ । यही विपश्यना अर्थात् शुद्ध धर्मको मूल मन्त्र वा मार्ग हो ।

**विपश्यनाबाट कसरी दुःख निवारण हुन्छ ?**

एउटा मानिसले आफ्नो नित्य जीवनमा जस्तो कर्म वा विचार गर्छ तदनुरूप नै यसको शरीरमा राम्रो अथवा नराम्रो संस्कार स्थापित हुन्छ । कसैको हिंसा र हिंसा गर्ने विचार पश्चात् भय वा क्रोधयुक्त संस्कारकै मात्र उदय हुन्छ । निर्भय र शान्तमय संस्कारको उत्पत्ति कदापि संभव हुँदैन । यस तथ्यको अनुभव गर्न साधक नै हुनु पर्ने आवश्यक पर्दैन, सबैले आफ्नो नित्य जीवनमा प्रतिफल महसूस गरिरहेको हुन्छ । कुनै व्यक्तिले आफ्नो सुकर्म वा कुकर्मबाट उत्पादन गरेको फलको प्रभावलाई नै विपश्यनाको भाषामा संस्कार भनिन्छ । संस्कारबाट उत्पन्न फल राम्रो वा नराम्रो सुखमय वा कष्टकर जस्तोसुकै भएपनि व्यक्तिको आफ्नो शरीरभित्र चञ्चल मनमा वसिभूत भई रूमल्लिरहेको हुन्छ जसलाई संवेदना भनिन्छ । वास्तवमा मानिसको शरीरभित्र उत्पन्न संवेदना नै दुःखकष्टको संवाहक हुन् । अतः एकान्त र शान्त वातावरणमा बसी प्रथमतः श्वासप्रश्वासमा ध्यान केन्द्रित गरी एकाग्र भइसकेपछि आफ्नो शरीरमा उत्पन्न संवेदनारूपि लहरलाई विशेष दृष्टिले हेर्नु र महसूस गर्नु नै विपश्यना ध्यान हो ।

विपश्यनाको साधना प्रशिक्षित आचार्यको मार्ग दर्शनमा इच्छुक साधक आफैले अभ्यास एवं अनुभव गर्ने विद्या भएको हुँदा साधना विधि बारे लामो व्याख्या आवश्यक छैन साथै यस पंक्तिको उद्देश्य पनि नभएको हुँदा विपश्यना विधि बारे यति नै ।

यस ध्यानान्तर्गत आफ्नो शरीरमा प्रतिफल उत्पन्न संवेदनाको जाँच निरन्तर कायम राख्नेभन्दा

जिज्ञासा उठ्न सक्छ कि यो कति गाह्रो काम हो ? प्रश्न अति जायज भएतापनि अनुभव गरी हेर्दा यो चञ्चल मनलाई बसमा राखी केही मिनेट मात्र संवेदना हेरिरहनु आफैमा कति गान्हो र कष्टकर हुन्छ भन्ने ज्ञान हुन्छ । चञ्चल मनलाई नियन्त्रण गरी बस्न सक्नु नै साधकको प्रथम सफलता हुनेछ ।

अर्को जिज्ञासा शरीरलाई हेरेर मात्र बस्दा के हुन्छ त ? यस सम्बन्धमा शरीरमा उत्पन्न संवेदना हेर्दै जाँदा साधकलाई अनेक थरिको संवेदना त्यो पनि प्रतिपल परिवर्तित रूपमा प्रकट भैरहेको स्वतः अनुभव हुन्छ । संवेदना कहिले अति सुखमय त कहिले अति दुःखमय हुन्छ । सुरुका दिनहरूमा साधकलाई यी सुखमय संवेदनाले अति आनन्दको भ्रमात्मक स्वर्गमा विचरण/विचलन गराउँछ भने दुःखमय संवेदनाले प्राणै हरण गर्छ कि भन्ने अथाह पीडा बोध गराउँदछ । वास्तवमा यी दुबै संवेदना आफ्नो शरीरभित्रबाट प्रवाहित अकाट्य सत्य/तथ्य भएतापनि एउटा साधकले बोध गर्नुपर्ने अर्को सत्य यी दुबै प्रकारका संवेदनाहरू क्षणिक र नश्वर छन् । संसारमा हामीले देखिरहेका भौतिक हुन् वा महसूस गरिरहेका अनुभूति हुन् सबै नश्वर छन् क्षण भङ्गुर अर्थात् विपश्यनाको भाषामा अनित्य छन् । संसारमा उत्पन्न सबै भौतिक वा भावनात्मक वस्तु/विचार एक समय नाश भई छाड्छ जसलाई विपश्यना साधनाको मूल मन्त्ररूपि श्लोकमा यसरी व्यक्त गरिएको छ—

अनिच्चावत संखारा, उप्पादवय धम्मिनो ।

उपज्जित्वा निरुभन्ति, तेसं वूप समोसुखो ।

अर्थात् कुनै वस्तु अथवा भावनाको उत्पत्ति नै एक दिन अन्त्यको लागि हुन्छ र यस शाश्वत सत्यलाई बुझ्नसक्नु वा अंगिकार गर्नसक्नु नै सबैभन्दा ठूलो सुख हो ।

साधना अर्थात् संवेदना हेरिरहने क्रममा मनलाई बसमा राख्नुको पश्चात् अनित्य बोध गरी समतामा स्थापित हुनु विपश्यना ध्यानको अति महत्त्वपूर्ण पक्ष हो । साधनाको बेला महसूस हुने अनेक थरिका संवेदनाउपर कुनै प्रतिक्रिया नजनाई सुखद् भए मोहित र हर्षविभोर नहुनु, दुःखद् भए कष्ट पीडा व्यक्त नगरी प्राप्त संवेदनालाई तटस्थ भई ग्रहण गरिरहनु नै समतामा स्थापित हुनु हो । विपश्यनाको भाषामा यस कृत्यालाई भोक्ता भावले नभई साक्षीभाव अथवा द्रष्टाभावले हेर्नु भनिन्छ । शरीरमा प्रवाहित कुनै पनि प्रकारको संवेदनालाई

समभावले हेरी ध्यानलाई निरन्तरता दिनु नै सफल साधकको द्योतक हो ।

समतामा स्थापित साधकले आफ्नो शरीरमा महसूस संवेदनाउपर अनित्य बोध गर्नु विपश्यनाको अर्को अनिवार्य पक्ष हो । शरीरभित्रबाट उत्पन्न लहरहरू क्षणिक हुन् यसबाट उत्पन्न राग, द्वेष, मोह आदि सबै क्षण भङ्गुर हुन् भन्ने महसूस गरी प्राप्त संवेदनालाई विलाई पठाउनु नै साधना पुष्ट भइरहनुको प्रमाण सिद्ध हुन्छ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा शरीरभित्र चलिरहेको राग, द्वेष, तनाव, क्रोध इत्यादि विकाररूपि संवेदनालाई विना कुनै प्रतिक्रियाबाहिर पठाउनसक्ने अवस्था नै साधनाको सबैभन्दा सफल पक्षको रूपमा लिइन्छ । यस क्रमको निरन्तरतासँगै साधनाको लाभ साधक आफैले अनुभव गर्छ ।

संक्षेपमा व्याख्या गर्दा साधनाको प्रत्यक्ष लाभ (फल) निम्नानुसार अनुभव हुन्छ—

- \* शरीरमा एकत्रित विकाररूपि दुःख, कष्ट, भय, चिन्ता, तनाव, मोह आदि ध्यानको माध्यमबाट बाहिर पठाई यी विकारहरूबाट मुक्ति पाउनु ।
- \* विकारमुक्त शुद्ध विचारबाट आफ्नो सामाजिक व्यावसायिक र व्यावहारिक जीवनमा अग्रसर हुनु ।
- \* साधनाको समयमा नभई जीवनको प्रत्येक पलमा आफ्नो काम, कर्तव्य र कार्यविधि आदि पक्षमा एकाग्र र शुद्ध मनले चिन्तन मनन् गरी समग्र रूप नै आफ्नो दक्षता एवं प्रभावकारिता वृद्धि हुनु । अर्थात् जीवनलाई पूर्णता प्रदान गरी शुद्ध मानव धर्मको धारण गर्नु हो ।

यहाँनै लाभ भन्नाले के भन्ने प्रश्नको उत्तर दिन शब्दज्ञानको विस्तार नै आवश्यक हुन्छ । अतः यथास्थितिमा व्याख्या गर्नुपर्दा बस यति नै भन्न सकिन्छ कि पहिला विधिपूर्वक साधनाको अवलम्बन गरौं ! लाभ आफै सिद्ध हुन्छ ।

विपश्यनाको साधना नै किन ?

संसारमा प्रचलित अनेक थरिका धर्म, ध्यान, भावना, सत्सङ्ग, मठ आदि बारे बुद्धि विलाश वा वाणी विलाश गर्दा निचोडमा सबैको अन्तिम सत्य प्रायसः एउटै देखिन्छ । जुन सत्य पनि हो । फरह केवल मानिसहरू आफ्नो पृथक संप्रदाय र सोसम्बन्धी ईश्वरको नाममा एक आपसमा विभाजित छन् । तर विपश्यनामा धर्मको अर्थमा कुनै जाति, संप्रदाय, राष्ट्र विशेषको नामसम्म उल्लेख गर्न

पनि वर्जित छ । कुनै साधकको आफ्नै धर्म, संप्रदाय वा जाति विशेष यसको आफ्नो निजि संसारमै सीमित हुन्छ । विपश्यनाको क्षेत्रमा शरीर, मन र विचार र आचरणको सुद्धि नै धर्म वा पूणित कार्य अर्थात् पुण्य प्राप्त गर्नु हो । यहाँ बौद्ध, हिन्दू, इस्लाम, कृश्चियन आदि सबै गौण हुन्छ । समग्र जीवनको शुद्धि नै विपश्यनाको धर्म भएको हुँदा यस साधनामा सबै जाति संप्रदाय र राष्ट्रका मानव एकै ठाँउमा एकत्रित भई शुद्धमानव, धर्मको धारण गरिन्छ । विपश्यनाको अभ्यास गर्नु भनेको कुनै धर्मको भ्रममा नपरी शरीरका अन्य भागको व्यायाम जस्तै शुद्ध चिन्तनको आधारमा मस्तिष्कदेखि मन, सुषुप्त अवस्थादेखि जागृत अवस्था र आहारदेखि विहारसम्मको व्यायाम गर्नु मात्र हो । अतः मानसिक व्यायामको आवश्यकता अनिवार्य ठान्ने सबैलाई विपश्यना आवश्यक छ ।

विपश्यनाको साधनामा धर्मको व्यापार पूर्णतया वर्जित छ । यस विद्यामा आफ्नो मठको प्रचार हेतु ठूला साना कसैलाई विशेष छुट दिई दीक्षा दिइदैन । सबै साधकलाई एकै नियम हुन्छ सो नियममा न्यूनतम सम्भौताको पनि गुन्जाइस हुँदैन । यसको कारण पनि स्पष्ट छ यदि कोही साधकले नियमको उलंघन गर्छ भने दण्ड गुरूले दिने होइन आफै साधनाको फलबाट वञ्चित भई दण्डित हुन्छ ।

विपश्यना शिविर संचालनमा एक कठिन पक्ष भएतापनि विपश्यना ध्यान संचालन कार्यमा पुराना साधकहरू बाहेक अन्य व्यक्तिहरूको दान दातव्य, चन्दा आदि स्वीकार हुँदैन । फलस्वरूप विपश्यनामा व्यावसायिकरणको कुनै स्थानै छैन ।

अन्तमा बुद्धकालपश्चात संसारबाट पूर्ण प्रायः लोप भैसकेको यो विद्यालाई पुनर्स्थापना गर्ने महापुरुष र आचार्य बारे श्रद्धा/सम्मानका दुई शब्द व्यक्त गर्ने हेतु बुद्धपश्चात् म्यानमारका श्रद्धेय आचार्य श्री उ बा खिन् र वर्तमान प्रमुख आचार्य कल्याण मित्र श्री सत्यनारायण गोयन्काजीको नाम आदरपूर्वक सस्मरण गर्न आवश्यक ठान्दछु ।

तत्कालीन बर्माको भिक्षु महासंघले संरक्षित यस विद्यालाई सन् १९५० को दशक पश्चात् श्री उ बा खिनले पुनः व्यवहारमा उतारेर कल्याण कार्यको पुनरुत्थालनी भयो भने बर्मा निवासी भारतीय मूलका श्री सत्यनारायण गोयन्काज्यूले आफ्नो अति प्रतिभाशाली व्यक्तित्वको प्रदर्शन गरी दक्षिण पूर्वी एसियादेखि हाल विश्वका सबै भागमा यस विद्याको फल प्रदान गर्ने सत्प्रयासमा हुनुहुन्छ । नेपालमा यस पूणित कार्य विस्तार गर्नुमा काठमाण्डौका श्री सिद्धी परिवार र ज्योति परिवारका अग्रजहरूको ठूलो योगदान रहेको छ । हाल वहाँहरूको विशेष योगदान र सकृयतामा नेपाल विपश्यना केन्द्र-धर्मश्रृङ्ग बुद्धनिलकण्ठको मुहान पोखरीमा संचालित छ । इच्छुक साधकले नेपाल विपश्यना केन्द्रको ज्योति भवनस्थित कार्यालय (फोन: ४२२५४९०) वा धर्मश्रृङ्ग मुहान पोखरी बुद्धनिलकण्ठमा सम्पर्क गरी पुण्यलाभ गर्न सकिन्छ । भवतु सब्ब मंगलन् । ०

## अनिच्चावत संखारा !

बने जुइगु संस्कार फुक्कं परिवर्तनशील खः  
दुःखमय खः, अले थःम्हं धयाथें मवइगु खः ।



जन्मः  
वि.सं. १९८० चैत्र २५

दिवंगतः  
वि.सं. २०६४ पुष ३

दिवंगत उपासक **तीर्थनारायण मानन्धर**  
मदुगु पुण्यस्मृतिस वयेकःया सुगति कामनायासे  
शोककंकःपिं सकल परिवारपिंसं धैर्य धारण याये फयेमा  
धकाः दुनुगलंनिसें बिचाः हायेका ।

**अमृतलाल रंजित**

सपरिवार, जैसिदेवलः, येँ ।

- ▲ “युद्धमा हजारौ सैनिकहरूलाई जित्नेभन्दा आफैलाई जित्ने व्यक्ति नै साँच्चैको विजय हो ।”
- ▲ “अरूहरूले निन्दा गर्दैमा हीन हुने हो भने त कुनै पनि मत श्रेष्ठ हुने छैन । सबैले आ-आफ्नो मत ठीक र अन्य मत हीन भन्दछन् ।”

- धम्मपद

## एककाइसौं शताब्दीका बुद्ध

- आदित्य शर्मा

जर्मन दार्शनिक फ्रेडरिक नित्सेले बुद्ध र उनको दर्शनलाई भविष्यको धर्मदर्शन मानेका थिए । बुद्ध पूर्वीय भएपनि उनी आज पश्चिमी चेतनाका अंश भएका छन् । अनिश्वरवादी नित्सेले बुद्धधर्म भौतिकताले सम्पन्न हुने भविष्यको समाजका लागि आकर्षण हुनेछ भनेका थिए ।

विवेक सम्पन्न अध्यात्मका कारण बुद्ध दर्शनले पश्चिमी दार्शनिकको मन जितेको थियो । सोपेनहावर त यसबाट प्रभावित नै बने । धेरै कवि, लेखक, चित्रकार र दार्शनिक पूर्वीय रहस्यवादबाट प्रभावित हुने क्रममा उनीहरूको मन बौद्ध दर्शनबाट अप्रभावित बन्न सकेन । बिट पुस्ताका कविले बौद्ध दर्शनलाई आफ्नो सिर्जनाको आधार बनाए । जेन र तिब्बती बौद्ध ज्ञानबाट एलेन गिन्सवर्ग र गेरी स्नाइडरले धेरै काव्य रचना गरे । आफ्नो अनुभवलाई परिष्कार गर्न भारत र जापानको भ्रमण गरेर संस्मरण पनि लेखे । सन् ६० को दशकबाट बौद्ध चेतना वैकल्पिक जीवनशैलीको खोजमा लागेकालाई अनिवार्यजस्तै थियो । पूर्वीय जनमानसका लागि बौद्ध चेतना अनुष्ठान, संस्कृति र धर्म हो ।

पश्चिमाहरू बुद्धिवादी दृष्टिकोणबाट बौद्ध चेतनालाई लिन्छन् । एककाइसौं शताब्दीमा बौद्ध चेतनाको अनुसन्धान र प्रयोग मस्तिष्क विज्ञान, मनोचिकित्सा, ध्यान र व्यवस्थापन कुशलताका लागि भएको छ । यस्तै प्रयोग र लोकप्रियतालाई समेटेर भारतीय लेखक पंकज मिश्रले एउटा गतिलो पुस्तक लेखेका छन् । जहाँ उनले बौद्ध चेतनाको उत्पत्ति, प्रचार र विकास, पश्चिमी जगतसँग यसको सम्बन्ध, मस्तिष्क विज्ञानको रूपमा स्थान र प्राचीन भारतको इतिहासमा बुद्ध र उनको धर्मको प्रभुत्वबारे चर्चा गरेका छन् ।



‘एन इन्ड टु सफटिड, द बुद्ध इन द वर्ल्ड’ नाम दिइएको पुस्तक अलिकति बुद्धको जीवनी, अलिकति दर्शन, यात्रा संस्मरण, इतिहास र आत्मजीवनीले भरिएको छ । बुद्ध र उनको दर्शनमाथि हजारौं पुस्तक लेखिएका छन् । तर पंकज मिश्रले आधुनिक दृष्टिकोणबाट बुद्धलाई आविष्कार गरेका छन् ।

युवा लेखक पंकज मिश्र अहिले समकालीन भारतका उदीयमान लेखक हुन् । पश्चिमका प्रतिष्ठित पत्रपत्रिकामा स्थान बनाइसकेका मिश्रको यो पुस्तक पाठकबीच लोकप्रिय भयो र उनी एक सफल लेखक बने । करिब ४० वर्षका लेखक मिश्रको बौद्धिकताको क्षितिज धेरै फराकिलो छ । एककाइसौं शताब्दीको सन्दर्भमा मिश्रले बुद्धको सान्दर्भिकतालाई अझ स्पष्ट पारेका छन् । सन् ६० को दशकमा

जापानी जेन बौद्ध पश्चिममा लोकप्रिय थियो । अहिले दलाई लामाको नेतृत्वमा रहेको तिब्बती बौद्ध परम्परा लोकप्रिय छ । सयौं तिब्बती पुनःजीवित लामा र रिन्पोचे धर्मदर्शनको प्रचार युरोप र अमेरिकामा गरिरहेछन् ।

पंकज मिश्र हिन्दू भएपनि उनमा बुद्ध र उनको दर्शनका सम्बन्धमा प्रगाढ रूचि देखिन्छ । उनको लेखनकला सुन्दर छ । मिश्रले परम्पराको उत्तर-आधुनिक समिश्रण गरेका छन् । ०



‘सब्व पापस्स अकरणं कुसलस्स उपसम्पदा; सचित्त परियोदपनं एतं बुद्धान सासनं’

अर्थात्- ‘कुनै प्रकारका पापकर्म नगर्नु, कुशल (राम्रो) काम गर्नु र आफ्नो चित्तलाई परिशुद्ध राख्नु ।’

**Not to do Evil, To cultivate Merit, To purify one's Mind.**

भावार्थ- ‘पाप कर्म नगर्दैमा पुग्दैन र कुशल कर्महरू मात्र गरेर पनि पुग्दैन । मुख्य कुरो त आफ्नो चित्त शुद्ध हुनुपर्छ ।’

## नेपालमा बुद्धधर्मको संक्षिप्त इतिहास

■ कोण्डन्य

### १. नेपालमा बुद्धधर्मको ऐतिहासिकता

बुद्धत्वको ज्ञानप्राप्ति पश्चात् ४५ वर्षसम्म अनवरतरूपमा धर्मप्रचार प्रसार गर्ने क्रममा तथागत बुद्धस्वयं कपिलवस्तु र देवदह पुगेका, त्यहाँ विहार बनेका, कपिलवस्तु देवदहका थेरीहरू रहेको प्रमाणबाट बुद्धको विद्यमानावस्थामै नेपालमा बुद्धधर्मले प्रवेश गरिसकेको छ भन्न सकिन्छ ।<sup>१</sup> उनी पहिलो पल्ट आएर न्यग्रोधाराममा बसेको बेला नै नेपालमा बौद्ध धर्मको प्रथम प्रवेश भएको तथ्य, बुद्धकालीन कपिलवस्तु, लुम्बिनी, कोलीय क्षेत्र नेपाल अधिराज्यको भूभागअन्तर्गत परिरहेको भौगोलिक र ऐतिहासिक वस्तुस्थिति, सूत्र, गाथा, उदान, जातक कथा, धम्मपद, जातक अर्थकथा, प्रश्नको जवाफको रूपमा दिएका उपदेशहरूबाट बुद्ध पटक पटक कपिलवस्तु कोलीय क्षेत्रमा पनि आएको चर्चा त्रिपिटक र अर्थकथाहरूबाट सिद्ध हुन्छ भने यसरी नै प्राप्त बौद्ध ग्रन्थ, नेपालको इतिहास र वंशावलीको आधारमा नेपालमा बुद्धधर्मको प्रारम्भ बुद्धको जीवन कालमै भएको थियो ।<sup>२</sup> चीनिया यात्री फाहियान (इ. ३९९-४९३) ले कपिलवस्तु (म कि-वि-लो-वि) मा जति श्रमणहरू थिए, तिनीहरू पथप्रदर्शकको रूपमा काम गर्दथे भनी उल्लेख गर्नाले स्थविरवाद थियो भन्ने नै पुष्टि हुन्छ ।<sup>३</sup> त्यसो त लिच्छविकालमा थेरवादी र महायानी २००० भिक्षुहरू अध्ययन गर्दछन् भन्ने चीनिया यात्री ह्वेनसाङ्ग (इ. ६२९-६४४) को यात्रा वृत्तान्तले पुष्टि गर्दछ ।<sup>४</sup> यसरी नै उनले कपिलवस्तु (Kie-pi-lo-fa-su-tu) मा हजारभन्दा बढी भत्केविप्रेका विहारहरू र ३० जना स्थविरवादी भिक्षुहरू पनि देखेका थिए । किराती राजा जितेदास्तीका राज्यकालमा भगवान् बुद्ध काठमाडौं उपत्यकामा आएर १३५० शिष्यहरूसहित स्वयम्भू डाँडाको पश्चिमस्थित पुच्छाग्र चैत्य रहेको ठाउँमा बसेको चर्चाबाट किरातकालमै बुद्धधर्मको इतिहास अति गौरवपूर्ण रहेको प्राचीनतम धर्मको रूपमा मान्न इतिहासकारहरू समर्थ देखिएका छन् ।<sup>५</sup> नेपालमा बुद्धधर्मको प्रवेश, अझ नेपाल उपत्यकामा बुद्धधर्मको प्रवेश सर्वप्रथम कुन बेला भयो भन्ने प्रश्नले केही जिज्ञासा पनि जन्माएका छन्, जुन अस्वाभाविक मान्न सकिन्न । उपत्यकामा भिक्षुहरूको भ्रमण र यहाँ

स्थायी बसोबास गर्न आइपुगेका शाक्य, कोलीय, वृज्जिक, लिच्छवि, मल्ल आदिको प्रवेशले नेपाल उपत्यकामा थेरवादी बौद्ध वातावरण सिर्जना गर्न सघाएको थियो भन्नु अतिशयोक्ति नहोला । यिनीहरू सभ्य र सुसंस्कृत तथा कालिगढी, कृषि, व्यापारिक कार्यमा समेत निपूण भएका हुनाले तात्कालिक समाजमा आफ्नो प्रभाव जमाउन उनीहरूलाई खास कठिनाई आइपरेन । विस्तारै विस्तारै शाक्य, कोलीय, वृज्जिक, लिच्छवि, मल्ल आदिको यहाँ स्थानीय वासिन्दाहरूसँग हेलमेल र सहवासले एउटा नयाँ सम्प्रदाय थेरवादको जन्म भयो ।<sup>६</sup> इश्वी सातौं शताब्दीको सुरुमा जिनमित्रद्वारा रचित मूलसर्वास्तिवाद-विनयसूत्रअनुसार कोशलराजा विडुडभवाट कपिलवस्तुमा आक्रमणपश्चात् धेरै शाक्यहरू काठमाडौं उपत्यकामा बेपारीहरूसँगै भिक्षुहरू पनि आएका विवरण, भिक्षु आनन्दको हातखुट्टाका औंलाहरू तुसारोले खाएको चर्चा<sup>७</sup> लाई दृष्टिगत गरिँदा इ.पू. छैठौं-पाँचौं शताब्दीमै भारतबाट भिक्षुहरूको आवतजावत हुने गर्थ्यो भन्ने अनुमान गर्न सहजता देखिएतापनि स्वयंबुद्ध नेपाल मण्डल उपत्यकाको भ्रमणमा आए वा आएनन् किटानका साथ दावी गर्न कठिन छ । आनन्दको नेपाल भ्रमण बारे पनि चर्चा गर्दा यही समस्या आइपर्छ ।<sup>८</sup> तर त्यतिबेला नेपाल भारततर्फको श्रावस्तीका व्यापारीहरूको थलो भएको एवं व्यापारीहरूका साथमा भिक्षुहरू पनि उपत्यकामा आएको बारेमा उपलब्ध विवरण यस प्रकार रहेको छ :<sup>९</sup>

“प्रथमतः भगवान् बुद्ध श्रावस्तीमा बसिरहेको बेला केही बौद्ध भिक्षुहरू व्यापारका लागि नेपालतिर जान लागेका महाजनहरूको एउटा दलमा सम्मिलित भए । महाजनहरूले भने, भन्तेहरू हो ! नेपालमा जमीन भनेको चट्टानै चट्टान हो र उँथको पिठिउँ जतिकै चोसो परेको छ । अवश्य पनि तपाईंहरूले यात्रामा सुविस्ता पाउनुहुने छैन ।”

“द्वितीयतः (कोशलराज विडुडभद्वारा कपिलवस्तुका) शाक्यहरूको कल्लेआम भएको केही समयपछि धेरै शाक्यहरू खास गरेर भगवान्का प्रसिद्ध शिष्य भिक्षु आनन्दका घर र परिवारका शाक्यहरू नेपालमा गए । तर त्यहाँ उनीहरू जाडो हावापानीको प्रभावबाट सताइए । उनीहरूले महाजनहरूमाफत् उनीहरूलाई भेट्न

१ भुवनलाल प्रधान, नेपालमा बौद्धधर्म, (काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान, वि.सं. २०४५), पृ. २१ ।

२ ऐजन्, पृ. २९ ।

३ ऐजन्, पृ. १०४ ।

४ Samuel Beal, *Buddhist Records of the Western World (Translated from the Chinese of Hiuen Tsiang, A.D. 629, Book II, (Delhi: Motilal Banarasidass, 1994 A.D.), pp. 80/81, There are about 2000 priests, who study both the Great and Little Vehicle.*

५ भुवनलाल प्रधान, (पूर्ववत् पादटिप्पणी संख्या १), पृ. २१ । Dr. Bagachi S., (Ed.), *Mulasarvastivada Vinayavastu, Vol I, Introduction, (Darabhang., 1967 A.D. Pp. XII) शोधकर्ताहरूले मूलसर्वास्तिवादविनयवस्तुको रचनाकाल इ.को दशौं शताब्दी पछिको हुनसक्ने अनुमान गरेको छ भन्ने कुरा डा. नरेशमान बज्राचार्यको नेपालमा बौद्ध धर्म वा परम्परामा नेपालमण्डल विषयक कार्यपत्रमा उल्लेख । उद्धृत- वज्रराज शाक्य (सं), नेपाल मण्डलमा बौद्ध संस्कृति सम्मेलन-१९९९ छाग प्रतिवेदन, (ललितपुर : लोटस रिसेर्च सेन्टर, वि.सं. २०५६), पृ. ११४ ।*

६ डा. भद्ररत्न बज्राचार्य, “नेपालमा थेरवादी बौद्ध सम्प्रदाय, एक अध्ययन”, समकालीन मातृभूमि, (काठमाडौं : वर्ष १, अङ्क १), पृ. ३२-३३ ।

७ भुवनलाल प्रधान, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १), पृ. ३०-३१ । भनिन्छ यस घटनापश्चात् बुद्धले भिक्षुहरूलाई हिउँमा जुता लगाउन अनुमति दिए भनी उद्धृत वाक्यांश डा. भद्ररत्न बज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १), पृ. ३० ।

८ डा. भद्ररत्न बज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ६), पृ. ३१ ।

९ भुवनलाल प्रधान, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १), पृ. ३१-३२ ।

आऊ भनेर आनन्दकहाँ अनुरोध गरिपठाए । तदनुसार आनन्द महाजनहरूका साथ नेपालमा गए तथा तुसाराबाट निकै पीडित भए ।”

## २. नेपालमा अशोक आगमन सन्दर्भ

विभिन्न स्रोतहरूअनुसार सम्राट अशोकले नेपाल उपत्यकाको भ्रमण गरी स्वयम्भूको दर्शन गरी छोरी चारुमतीको विवाह देवपालसँग गराई ललितपुरमा चारस्तूप निर्माण गराई अशोकपत्तन शहर बसालेको जुन चर्चा छ,<sup>10</sup> त्यसलाई पुष्ट्याउने ऐतिहासिक श्रोतको अभाव छ भन्ने कुरामा बहुल इतिहासकारहरू एकमत छन् । भलै अशोकको धर्मयात्रा नेपाल उपत्यकामा नभएपनि हिमवन्त खण्डमा बुद्धशासन प्रचारार्थ आएकाहरूले उपत्यकामा चैत्य-स्तूपानि स्थापना गरी थेरवादीबुद्धधर्मको जरो बसाल्न सघाए भन्ने कुरा इतिहाससम्मत नै ठहरिन्छ । चारुमती स्तूप, काठे सिम्भू, सिम्भू र पाटनका अशोक स्तूपको रूपमा चिनाउने स्तूप वास्तुकलामा प्राचीनतम उदाहरणको रूपमा लिन सकिन्छ ।<sup>11</sup> निश्चित ऐतिहासिक सामग्रीको अभाव भएपनि नेपाल उपत्यकामा अशोकभन्दा पहिले नै बुद्धधर्म प्रवेश भएको मान्न सकिन्छ ।<sup>12</sup>

तृतीय संगीति वा धर्मसंगायनापछि सम्राट अशोकले बुद्धशासनलाई छिमेकी मुलुकहरूमा व्यापकता दिँदैंजाने क्रममा हिमवन्त (हिमालय) प्रदेशमा सम्पूर्ण हिमवन्त प्रदेशका गुरु मानिएका मज्झिम स्थविरसँगै काश्यप, मूलदेव (अलकदेव), सहदेव र दुन्दुभिसार धर्मप्रचारार्थ आएका थिए भन्ने कुरा महावंश र दीपवंशले बताउँछ । महावंश (आनन्दकौशल्याबाट हिन्दीमा अनुदित) र मज्झिमनिकाय (३, ४, ११, १३९) मा उल्लेखित यस तथ्यलाई साँचीको एउटा स्तूपमा कनिङ्गमले यसै शताब्दीको प्रारम्भमा भेट्टाएको अभिलेखमा टोलीप्रमुख मज्झिम स्थविरको साथै काश्यपको नाउँ उल्लिखित, सोनारीया स्तूपमा

सुरक्षित भेट्टाइएको अस्थिघातुले पुष्टि गरेको छ ।<sup>13</sup> नेपाल उपत्यकामा आई बसोबास गर्ने अन्य सर्वास्तवादी, मूलसर्वास्तवादी, हैमवतवादी पनि एउटै साम्प्रदायिक धारमा प्रवाहित हुँदा थेरवाद बुद्धधर्म प्रस्फुटित हुन अवसर मिल्यो । परिणामतः गुँविहारजस्ता विहारहरू एकपछि अर्को निर्माण भई नेपाललाई एउटा नयाँ युगतर्फ डोर्‍याउने थेरवाद सम्प्रदायको उल्लेखनीय भूमिका रह्यो । त्यसैले गुँविहारको स्थापनासँगै बौद्ध सभ्यताको पनि सुरुवात हुँदैगयो भनी भिक्षु सुदर्शन महास्थविरले अभिमत जाहेर गरिनु अस्वाभाविक होइन ।<sup>14</sup> इतिहासकारहरू थेरवाद बुद्धधर्मलाई नै बुद्धकालीन वा बुद्धद्वारा पहिल्याइएको प्राचीन धर्मको रूपमा मान्यता दिई आएका छन् ।<sup>15</sup>

## ३. लिच्छविकालमा बुद्धधर्म

नेपालमा बुद्धधर्मसम्बन्धी हामीसँग क्रमबद्ध इतिहास नभएपनि लिच्छवि राजा वृषदेवको फालादेखि बौद्ध इतिहास स्पष्टिन थालेको अनुमान गर्न सकिन्छ ।<sup>16</sup> द्वितीय जयदेवले पशुपति अभिलेखमा वृषदेवलाई बुद्धधर्मका पक्षपाती भनी वर्णन गरेको छ ।<sup>17</sup> वृषदेवकै पालाको मानिने चाबहिलको अभिलेखमा उत्कीर्ण भाषा, भाव र अभिव्यक्तिसँगै त्यसमा उल्लेख्य पालि त्रिपिटको किन्नरीजातकको उल्लेख हुनु महत्वपूर्ण देखिन्छ ।<sup>18</sup> यसपछि धर्मदेव, शङ्करदेव, मानदेव, शिवदेव, अंशुवर्मा, नरेन्द्रदेवकालीन अभिलेखबाट विहारहरूको नाउँ आर्यभिक्षु संघ<sup>19</sup>, आर्यभिक्षुणी संघ (चातुर्विंश) महायानप्रतिपन्नार्थ भिक्षुणीसंघ<sup>20</sup>, आदि शब्दहरूसँगै विविध कुराको जानकारीले लिच्छविकालमा बुद्धधर्मको अवस्थाबारे बुझ्न सकिन्छ । गुँविहार, श्रीमानविहार, श्रीशिवदेवविहार, कल्याणगुप्तविहार, श्रीराजविहार, खर्जुरिकाविहार, मध्यमविहार, कल्याण गुप्तविहार, चतुर्भालटसनविहार, अभयरूतिविहार, महाप्रतिहार वार्तसुजातप्रभुविहार,<sup>21</sup> पुष्पवाटिकाविहार,<sup>22</sup> अजिकविहार<sup>23</sup>

- 10 ऐजन्, पृ. ६४-६५ मा उद्धृतभएअनुसार D. Right, *History of Nepal*, (Cambridge: 1877 A.D.), p. 13 अनुसार किराती राजा स्युंगको राज्यकालमा बौद्ध सम्राट अशोक आफ्ना गुरु उपगुप्त, महारानी तिष्यरक्षिता र एक जना छोरी राजकुमारी चारुमतिको साथमा नेपाल आए, आफ्नो नाउँमा एउटा शहर अशोकपत्तन बसालेर यसको चारकुनामा चारवटा र माभुमा एउटा स्तूप बनाए, एउटा विहार पनि स्थापना गरे, कीर्तिपुरमा पनि एउटा स्तूप बनाए । सम्राट उपत्यकाको बौद्ध महत्वको प्रत्येक स्थानमा गए । उलने राजकुमारी चारुमतीको विवाह अशोकपत्तनका राजकुमार देवपालसँग गरिए । यही देवपालको नाउँबाट देवपत्तन (चौपाटन) को स्थापना भयो । सम्राट अशोकले देवपाललाई देवपत्तनका शासक बनाए, ३६०० रोपनी जग्गा दिए । चारुमतीले देवपत्तनमा एउटा विहार बनाइन्, जुन उनकै नाउँबाट चारुमती विहार (स्थानीय बोली- चाबहिल) भनियो । पाको उमेरका भएपछि देवपाल र चारुमती देवैले प्रव्रजित जीवन बिताए । चारुमतीको मृत्यु चारुमती विहारमै भयो । देवपालले पनि एउटा विहार बनाए तर यसको निर्माण नसक्यो उनको मृत्यु भयो ।
- 11 जगदीशचन्द्र रेग्मी, नेपालको धार्मिक इतिहास, (काठमाडौं : पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, वि.सं. २०५८), पृ. १६२ ।
- 12 ऐजन्, पृ. १६१ ।
- 13 भुवनलाल प्रधान, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १), पृ. ५९ तथा डा. भद्ररत्न वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ६), पृ. ३३ ।
- 14 भिक्षु सुदर्शन, नेपालय् बुद्धधर्म, (काठमाडौं : प्रेमबहादुर शाक्य र अन्य, वि.सं. २०३९), पृ. ३१ ।
- 15 डा. भद्ररत्न वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ६), पृ. ३१ ।
- 16 ऐजन्, पृष्ठ १६२ ।
- 17 जगदीशचन्द्र रेग्मी, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ११), पृ. १६२ ।
- 18 भिक्षु सुदर्शन, बुद्धको जन्मभूमि नेपालमा बुद्धधर्मप्रति असहिष्णुता, (काठमाडौं : सानुरत्न स्थापित, वि.सं. २०४८), पृष्ठ ५० । धनवज्र वज्राचार्य, लिच्छविकालका अभिलेख, (काठमाडौं : नेपाल र एशियाली अनुसन्धान केन्द्र, वि.सं. २०५३), पृ. ५, ६, ७ काअनुसार वृषदेवको मानिने सो अभिलेखको भाषा, भाव र अभिव्यक्ति पालि त्रिपिटको भाषा, भाव र अभिव्यक्तिसँग साँढै नजिक छ । कज्याउन गाढो इन्द्रिय, त्यसै संयम गर्न गाढो इन्द्रियबाट सारा संसारलाई दबाई राखेको कुरा अनि त्यसै इन्द्रियलाई संयमित गरेर (इन्द्रियजीत) अनुत्तर ज्ञान प्राप्त गरी संसारवासीलाई दुःखबाट मुक्त गरिएको कुरा स्पष्ट हुन्छ । उनै बुद्धको अतीतकथा किन्नर जातकको कुरा र अनेक थरीका चित्रबाट सजाइएको चैत्यको वर्णन यस अभिलेखमा गरिएको छ ।
- 19 धनवज्र वज्राचार्य, लिच्छविकालका अभिलेख, (काठमाडौं : नेपाल र एशियाली अनुसन्धान केन्द्र, वि.सं. २०५३), नरेन्द्रदेवको सं. १०३ पाटन यागबहालको अभिलेख, पृ. ४९६ ।
- 20 ऐजन्, ललितपुरको चपः टोलको अभिलेख, पृष्ठ ३८२ र मुसुबहालको अभिलेख, पृ. ५०७ ।
- 21 ऐजन्, यम्प बहीको अभिलेख, पृ. ४५७ ।
- 22 भुवनलाल प्रधान, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १), पृ. ९८ अनुसार च्यासटोलको अभिलेख, अभिलेख संग्रह, १३७ ।
- 23 ऐजन्, नरेन्द्रदेवको नकशालचोकको अभिलेख, पृ. १३७ ।

स्मरणीय छन् ।<sup>24</sup> सम्बत् ४३ लेखिएको अंशुवर्माको अभिलेखबाट बुद्धधर्मको प्रगतिको चित्रण प्रस्तुत गर्दछ भने नरेन्द्रदेवका शिलालेखमा आर्यसंघ र शिवदेव विहारको लागि राजाले विशेष अधिनियम बनाएको वर्णन भएको हुँदा राजा नरेन्द्रदेवले पनि बुद्धधर्मको राम्रो सहायता गरेको कुरा स्पष्ट हुन्छ ।<sup>25</sup> वृषदेव, मानदेव, शिवदेवले अरु राजाहरूले जस्तै विहार निर्माण, विहारमा बस्न आउने भिक्षुहरूलाई खाना-पिन आदि सहयोगसँगसँगै आफूहरू पनि प्रव्रजित-दीक्षा लिई भिक्षु चर्या ग्रहण गरी उदाहरणीय बनेर देखाएको बारे भाषा वंशावलीले प्रकाश पारेको छ ।<sup>26</sup>

यसरी नै लिच्छविकालीन समाजलाई धार्मिक क्षेत्रमा अभिप्रेरित गर्ने काममा थेरवादी सम्प्रदायको ठूलो हात रह्यो । विहार, चैत्य-स्तूप, शाक्यमुनिका प्रतिमाहरू तथा विहार र विहार वरिपरिका ईलाकाहरूमा धारा, पाटीपौवा आदि निर्माण गरी देखाए । उदाहरणका लागि त्यतिबेलाको समाजलाई अनुप्रमाणित गर्न सघाउने बौद्ध जातक कथा अङ्कित गराइराखेको घटनालाई लिन सकिन्छ । समाजमा सुनाएर वा कुँदाएर कथाका माध्यमबाट थेरवादीहरूले समाजको मन जित्ने प्रयास गर्थे भन्ने कुरा यसबाट पुष्टिन्छ ।<sup>27</sup> उपरोक्त उल्लेख्य संक्षिप्त घटनाक्रमबाट पनि थाहा हुन्छ नेपालमा थेरवाद बुद्धधर्मको परम्परा रहेको कुरामा कुनै शंका नै छैन । प्रसिद्ध इतिहासकार सेसिल वेण्डालको अन्वेषणबाट प्राप्त ८/९ औं शताब्दीको पाण्डुलिपि जसलाई नेपालमा प्राप्त पाण्डुलिपिमध्ये पुरानै मानिने गुप्ताक्षरले लेखिएको ताडपत्र विनयपिटकअन्तर्गत चुल्लवग्गका केही अंश हुन् । राष्ट्रिय अभिलेखालयमा सुरक्षित ४ वटा सो ताडपत्रले नेपालमा लिच्छविकालमा थेरवाद रहेको स्पष्ट हुन्छ । पश्चिमबाट सन् १९९१ मा प्रकाशित ओस्कर भि. हेनुवरको The Oldest Pali Manuscript (Four Folios of the Vinaya Pitak from the National Archive, Kathamandu) भन्ने पुस्तकबाट यसलाई पुष्टि गरेको छ ।<sup>28</sup> यसरी नै ताँडवानको एउटा विहारमा त्रिपिटकसम्बन्धी प्राचीन लिपिमा लेखिएको थ्यासफू र नेपालको यौटा बहिलको समेत नाम उल्लेख भएको

कुरा जुन प्रकाशमा आएको छ, त्यसले थेरवादको अस्तित्वमा नयाँ आयाम थपिएको छ ।<sup>29</sup>

लिच्छविकालमा प्रचलित लोकप्रिय महासांघिक सम्प्रदाय महायानको रूपमा परिणत हुँदै वज्रयान सम्प्रदायकै रूपमा अझ विकसित भएको देखिन्छ । गोकर्णको अंशुवर्माको अभिलेखमा वज्रयान शब्दको उल्लेखले स्पष्ट पार्दछ ।<sup>30</sup> वज्रयानको जन्म ३०० ई.तिर दक्षिण भारतमा भई यसले उत्तरी भेकमा बढी लोकप्रियता पायो । भारतमा वज्रयानको उदयसँगै नेपालमा पनि प्रवेशको संकेत भएपनि नेपालमा वज्रयान कहिलेदेखि प्रचलित हुन थाले निश्चित रूपमा भन्न सकिँदैन ।<sup>31</sup> पछि गएर नेपाल वज्रयानको एक प्रमुख स्थल नै बनेको थियो । वज्रयान र गोरखामा वज्रभैरवको उल्लेख प्राप्तबाट लिच्छवि युगमा वज्रयानको संकेत दिएको मानेतापनि वज्रयान दर्शनको फैलाव र क्रियाहरूको प्रभाव नेपाल उपत्यकामा मध्यकालीन युगदेखि मात्र भएको कुरा भिक्षु सुदर्शन मान्नुहुन्छ ।<sup>32</sup> गुविहारलाई बौद्ध अनुयायीहरू प्राचीनतम विहारका रूपमा मानिआएअनुरूप महासांघिकहरूको प्रभाव नेपाल मण्डलमा शुरूदेखि नै रहेको देखिन्छ । पछि गण्डव्यूह सूत्र, सद्धर्मपण्डरिक्, लंकावतार, अष्टसहस्रिकाप्रज्ञापारमिता आदि नवग्रन्थका रूपमा प्रसिद्ध महायानी ग्रन्थहरू प्रचार, अध्ययन-अध्यापन र धर्मप्रवचनको परम्परा कायम भएपछि बुद्धधर्मको महायान शाखाले नेपालमण्डलमा गहिरो जह्रो गाड्न सफल भएको देखिन्छ ।<sup>33</sup> सातौँआठौँ शताब्दीसम्ममा महायानअन्तर्गत वज्रयानको राम्रै विकास भएको देखिन्छ ।<sup>34</sup>

यसरी विचार गर्दा लिच्छविकालमा बुद्धधर्मले बुद्धधर्मको राम्ररी नै उन्नति भएको देखिन्छ । त्यसबेला सबै राजाहरू समन्वयवादी भएकोले शैव धर्मको जति उन्नति भयो त्यति नै वैष्णव र बुद्धधर्मको उन्नति भएको थियो । यही कारणले नेपालमा आजसम्म बुद्धधर्म जीवित रहन सकेको छ<sup>35</sup> भने धार्मिक दृष्टिकोणले नेपालको इतिहासमा लिच्छविकाललाई बुद्धधर्मको स्वर्णयुग भनिन्छ ।<sup>36</sup>

24. धनवज्र वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १९), अंशुवर्माको सं. ३२ को हाँडिगाउँको अभिलेख, पृ. ३२१ र नरेन्द्रदेवको सं. १०३ पाटन यागबहालको अभिलेख, पृ. ४९६, तथा भुवनलाल प्रधान, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १९) पृ. ९६, ९७ र ९८ पनि हेर्नुहोस् ।

25. जगदीशचन्द्र रेग्मी, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ११), पृ. १६५-१६६ ।

26. डा. भरदरल वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ६), पृ. ३१-३२ ।

27. ऐजन्, पृ. ३४ ।

28. भिक्षु सुदर्शन, "नेपालमा थेरवाद", २५४० औं बुद्धजयन्ती स्मारिका, (काठमाडौं, बुद्धजयन्ती समारोह समिति, वि.सं. २०५४) पृ. ९ अमिता धाक्वा, त्रिपिटक एक चिनारी, (ललितपुर : वीर पूर्ण पुस्तक संग्रहालय, वि.सं. २०५६), पृ. ३ ।

29. दुण्ड बहादुर वज्राचार्य, "नेपालमा त्रिपिटक र यसको अस्तित्व" बौद्ध विहार संघ ललितपुरको स्मारिका - ललितपुर : वि.सं. २०६२), पृ. २-३ । यसरी नै ताडवानमा पनि धेरै वर्षसम्म अध्ययन एवं अध्यापन गरी फर्केका भिक्षु धर्मगुप्तलाई श्रोतको आधारमा लेखकले एकप्रति फोटो कपि पनि प्रकाशनार्थ दिइएको उल्लेख भएपनि सो स्मारिकामा छापिएको देखिँदैन । यसै सन्दर्भमा लेखकसँग सम्पर्क गर्दा अर्को त्रिवोधि नामक वार्षिकलाई दिँदा पनि फोटो कपि चाहिँ छुटाएको नै पाइयो भन्नुहुँदै यसो कसरी भयो भन्ने कुरामा उहाँ स्वयं आश्चर्य हुनुहुन्छ । त्यसपछि मैले स्वयं भिक्षु धर्मगुप्तलाई भेटेर सोधपुछ गर्दा सो लिपि प्राचीन लिपि भएको जो ब्राह्मी लिपि समकक्षी भएको बताउनुभयो भनी २५५० औं बुद्धजयन्ती स्मारिका, "नेपालमा थेरवाद प्रवेशसम्बन्धी" वि.सं. २०६३ मा पृ.५१ मा उद्धृत गरेको ।

30. धनवज्र वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या १९), पृ. ३७० । अभिलेखमा यसरी उद्धृत भएको छ- (व) ज्ञयान ।

31. जगदीशचन्द्र रेग्मी, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ११), पृ. १७२ ।

32. भिक्षु सुदर्शन, बौद्ध संस्कृति, (काठमाडौं : नगरमण्डप श्री कीर्ति विहार, वि.सं.२०५५), ८९ ।

33. डा. भरदरल वज्राचार्य, "नेपालमा थेरवाद बुद्धधर्मको विकासमा देखा परेका अवरोधहरू : एक ऐतिहासिक सर्वेक्षण", स्मारिका (ललितपुर : २५४६ औं बुद्धजयन्ती मूल समारोह समिति, वि.सं. २०५९), पृ. ३३ ।

34. डा. रमेश दुर्गेल, "महायानी बौद्धधर्म र नेपाल" समकालीन मातृभूमि, (काठमाडौं, वेदराज जवाली, वि.सं. २०५९), पृष्ठ ३३ ।

35. जगदीशचन्द्र रेग्मी, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ११), पृ. १६६ ।

36. डा. भरदरल वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ६), पृ. ३१ ।

## ४. मल्लकालमा बुद्धधर्म

पूर्वमध्यकालसम्म पनि निर्वाणमार्गसम्बन्धी तात्कालिक नेपालका स्थविरवादीहरूले बोध गराउने कार्य गरेका देखिन्छन् । उदाहरणार्थ शाक्यभिक्षु मैत्रीचन्दले स्वयम्भू चैत्य जीर्णोद्धार गरेको कुरा उल्लेख्य स्वयम्भू धर्मघातु बागीश्वरको अगाडि पश्चिमतिर रहेको शिलाकुश र पानी छान्ने कपडा अंकित बौद्ध शिलालेखलाई प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । श्रावकयानको मूल चिन्ह अंकित यस शिलालेखबाट पूर्वमध्यकालिक बौद्ध समाजमा श्रावकयानको प्रभाव कम नभएको कुरालाई संकेत गरेको छ ।<sup>37</sup> मध्यकालिक नेपालले सामना गर्नुपरेको दैवी प्रकोप तथा वैदेशिक आक्रमण आदि धेरै बौद्धधर्मको विकासको निरन्तरतामा अर्को अवरोधको रूपमा देखा पर्‍यो भनेर उल्लेख गर्दा सायद दुईमत नहोला । त्यसो त धेरैवादी बौद्धधर्मलाई विस्तार गर्ने काम फलाम चपाउनुभन्दा कम सानो काम थिएन । धेरैवादीहरू यज्ञादि पद्धतिको खण्डन गर्ने हुनाले उनीहरूले समय समयमा विपक्षीहरूको आलोचना निकै सहनुप‍यो ।<sup>38</sup> समय अन्तरालसँगै मध्यकालीन राजा शिवदेवकै पालामा शंकराचार्यको अतिक्रमणले ब्रह्मचर्य भिक्षुहरूलाई जबर्जस्ती विवाह गर्न लगाए, असंख्य ग्रन्थ जलाए, त्यसपछि स्थिति मल्ल आफू राजा भई शक्तिमा आएपछि तात्कालिक नेपाली समाजलाई वर्णव्यवस्थामा बाँधेर जातअनुसार काम तोकेर त्यसमा परिवर्तन गर्न नपाइने बन्देज लगाउन सफल हुँदा बौद्ध एकतामा अँकुश लान गरी धेरैवादी बौद्धधर्मले अरू खुमिचिएर बस्नुपर्ने अवस्था आइप‍यो ।<sup>39</sup> परिणामतः स्थिति मल्लको उदय एवं सामाजिक सुधारको नीति र प्रशासन शैली बौद्धधर्म र बौद्ध संस्कृतिका लागि हितकर नहुँदाखेरि यसैबेलादेखि नेपालको बहाल-बहिलमा परम्परागत रूपमा चल्दै आएको विनयानुसारको भिक्षु बन्ने प्रक्रियामा ठूलो परिवर्तन आयो । वज्राचार्यहरू विहार मै गृहस्थको रूपमा रहन लागे । पछि गृहस्थीमा लागिसकेको भएतापनि नायकत्व (आजुभाव) भएका थपा आजुसहित दश थपा आजु (स्थविर) हरूबाट चूडाकर्म गर्नु नयाँ प्रथाको प्रारम्भ भयो । यसबाट बौद्धधर्मको परम्परा आजसम्म कायमहुँदै रह्यो, बहाल-बहिलको सञ्चालन र संरक्षण पनि हुँदैरह्यो भने बौद्ध दर्शनको आधारमा कर्मकाण्डको नयाँरूप बौद्ध जनजीवनमा प्रवाहित हुँदैरह्यो । बङ्गलादेशको चक्रमा जातिमा बाहेक भारतमा जस्तो बौद्धधर्मको बौद्ध परम्पराको अन्त हुनपाएन । तापनि गृहस्थागी अवस्थाको बौद्ध भिक्षुहरू बहालबहिलमा नरहँदा धर्म र दर्शन क्षेत्रमा भने पहिलेको तुलनामा उल्लेखनीय व्यक्तित्वको प्रादुर्भाव कमै मात्रामा हुनसक्यो ।<sup>40</sup> जयस्थिति मल्लले तत्कालीन अवस्थामा विद्यमान धार्मिक मूल्यमान्यतालाई समयपरि स्थितिअनुरूप सुधार गर्नका लागि अपनाएका नीतिअनुसार त्यतिबेला प्रभावकारी हिसाबले चालिएका कदम वर्तमान अवस्थामा पुनर्मूल्याङ्कन

गर्दा अन्तरता देखिनु अस्वाभाविक भन्ने हुँदैन, त्यसैले तत्कालीन उनका रचनात्मक कदम ठानिएका सामाजिक सुधारमध्ये कयौं पक्षलाई विरोधाभाषपूर्ण पनि मानिन्छन् भने उनका परिवर्तित नीतिनियमलाई तत्कालीन परिवेशको धरातलमा उभो मूल्याङ्कन गर्ने परिपाटीले वास्तविकतालाई अगाडि ल्याउने देखिन्छ ।

यसरी नै हामीले मध्यकालकै विषय चर्चा गर्दा स्मरणीय पक्ष भनेको मध्यकालमा सिंहदेव राजा बुद्धधर्मका अनुयायी थिए, उनले परमसौगात उपाधि ग्रहण गरेका थिए भने यिनको पाला (ने.सं. २४०-वि.सं. ११७७) मा लेखिएको अष्टसहस्रिका प्रज्ञापारमितामा यिनलाई उक्त विशेषण लगाइएको छ ।<sup>41</sup> वृषदेवबाहेक नेपालका अरू राजाले सिंहदेवले भैं व्यक्तित्वगत रूपमा बुद्धधर्मलाई स्वीकार गरेका थिएनन् । त्यसकालका हस्तलिखित ग्रन्थको पुष्पिका र शिलालेखहरूबाट अनेक बौद्ध विहारहरू रहेको ज्ञात हुन्छ । त्यतिबेला धेरै बौद्ध विहारहरू देखिएकाले पनि त्यस कालमा बुद्धधर्मको राम्रो स्थिति रहेको कुरा धेरै प्रमाणबाट स्पष्टिन्छ ।<sup>42</sup> यसरी नै मध्यकालीन पश्चिमी नेपालका प्रख्यात मल्ल राजाहरूले पनि बुद्धधर्मको विकासमा राम्रो सहयोग गरेका थिए । उक्त वंशका एक प्रख्यात राजा अशोकचल्ल बुद्धधर्मका अनन्य भक्त थिए । उनको बुद्धगया अभिलेखमा “प्रवरमहायानयायिनः” “परमोपासक” “जिनेन्द्रचरणविन्दमकरन्दमधुकर” भनिएको छ भने बुद्धगयामा अशोकचल्लको धार्मिक अभिलेख उपलब्ध हुनु र यसै वंशका रिपुमल्ल, पुण्यमल्ल, पृथ्वीमल्लको समेत बुद्धधर्ममा आस्था एवं संलग्नता देखिनु बुद्धधर्मको प्रचार सँगसँगै संरक्षण पनि भएको मान्न सकिन्छ ।<sup>43</sup>

मध्यकालमा नेपालका आचार्यहरू तिब्बतका बौद्ध विद्यार्थीको ज्ञानपिपासा मेटाउन समर्थ थिए । यसैले धर्मस्वामि (तेह्रौं शताब्दीमा) नेपाल आएका थिए र अनेक शास्त्र पढी आफ्नो देश फर्केका थिए । यसै बेलामा नेपाली बौद्ध दर्शन र शास्त्रका आचार्यहरूले तिब्बत गई बुद्धधर्मलाई त्यहाँ स्थिर पार्न सहायता गरेका थिए ।<sup>44</sup> यसरी समय अन्तरालसँगसँगै श्रावक चर्याअन्तर्गत भिक्षुचर्यालाई निरन्तरता दिन तावकालिक (केही दिनका लागि वा अस्थायी) चीवर वस्त्र ग्रहण गर्ने र पुनः गृहस्थीमै फर्कने परम्पराको थालनी हुनगयो, जुन बरे छुइगु (प्रव्रज्या संवर) प्रचलनमा परिणत हुँदै अद्यावधि चलिरहेकै देखिन्छ । इतिहासको पाना पल्टाउँदै जाँदा विभिन्न संघर्षमय अवस्थाका बावजूद पनि नेपालका वज्रयानी धर्मगुरुहरूले समयअन्तरालसँगै विभिन्नचर्या विधिमा सम्मिश्रणको अवस्थालाई नै स्वीकारेर किन नहोस् धर्मलाई निरन्तरता दिँदै आएको देखिन्छ । यसरी मध्यकालमा पैदा भएका मिश्रित धार्मिक मूल्यमान्यताले बुद्धधर्मलाई पनि प्रभावित पार्नु स्वाभाविक पक्ष हुँदाहुँदै पनि सम्बृद्ध रूपमा अगाडि बढेको बुद्धधर्मको संरक्षण एवं संवर्द्धन भएकै मान्नुपर्छ ।

37 डा. भद्ररत्न वज्राचार्य, “पूर्वमध्यकालिक नेपालमण्डल्य बुद्धधर्म : छगू अध्ययन”, स्मारिका (ललितपुर : २५४९ औं बुद्धजयन्ती मूल समारोह समिति, वि.सं. २०६२), पृ. १४, हेमराज शाक्यको स्वयम्भू महाचैत्य पुष्ट १३०-१३१मा उल्लेख्य मैत्रीचन्दको पर्याय आधारमा उल्लेखित ।

38 डा. भद्ररत्न वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ३७), पृ. १४ ।

39 डा. भद्ररत्न वज्राचार्य, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ३३) पृ. ३१-३५ ।

40 भिक्षु सुदर्शन, बुद्धको जन्मभूमि नेपालमा बुद्धधर्मप्रति असहिष्णुता, (काठमाडौं : सानुरत्न स्थापित, वि.सं. २०४८), पृ. ५९ ।

41 जगदीशचन्द्र रेग्मी, (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ११), पृ. १६७ ।

42 ऐजन् ।

43 ऐजन्, पृ. १६७-१६८ ।

44 ऐजन्, पृ. १६६ ।

## ५. आधुनिककालमा बुद्धधर्म

मध्यकालमा जयस्थिति मल्लले नेवार समाजलाई शैव र बौद्ध दुईवर्गमा विभाजन गरेपछि विस्तारै नेवार समाजमा शैव र बौद्धको फाटो पर्न थालेको देखिन्छ।<sup>45</sup> मल्लवंशपछि शाहकालको उदय हुन्छ। श्री ५ बडामहाराजाधिराज पृथ्वी नारायण शाहले नुवाकोटको स्वयम्भू जीर्णोद्धार गरे भने अर्को काठमाडौंमा बन्द भैसकेको बाह्र वर्षमा एकपटक हुने सम्यक महादान धार्मिक पर्वलाई निरन्तरता दिने कार्य भएको थियो।<sup>46</sup> राणाकालमा आएर बुद्धधर्ममाथि अन्यायअत्याचार यति बढेको थियो कि त्यसको वर्णन गर्न गाह्रो छ। संक्षिप्तमा यति नै भनौं कि राणा प्राइमिनिष्टर जङ्गबहादुरले बौद्ध विहार कब्जा गरेर त्यहाँका बौद्ध शास्त्रहरू सडकमा फालिदिए जुन किताबहरू डा. राइटले लगेर केम्ब्रिज विश्वविद्यालयमा दिएका थिए। त्यस्तै चन्द्र शमसेर महाराजको पालामा अरु कडाइ भयो। त्यसबेला नेपालमा एउटा कानून बन्यो जुन कानूनान्तर्गत कोही शिव मार्गी (त्यसबेला पनि नेपालमा हिन्दूधर्म भन्ने चलन थिएन) बौद्धधर्ममा दीक्षित भएमा त्यसलाई त्यो दीक्षा छाड्न लगाएर १ वर्ष कैद र जुन गुरुले दीक्षित बनाएको हो, त्यसलाई ३ वर्ष कैद गर्ने प्रावधान गरियो। पहिले चलन र प्रशासकीय हिसाबले मात्र बुद्धधर्म र हिन्दूधर्मको भेद गरिन्थ्यो। भने श्री ३ चन्द्र शमशेरको पालादेखि कौनी रूपले नै बुद्धधर्म हिन्दूधर्मदेखि बेग्लै छुट्टै मानियो। इतिहासमा पहिलो पटक बुद्धधर्मको विरोधमा नेपालमा कानून बन्यो।<sup>47</sup>

नेपालमा स्थविरवाद बुद्धधर्मको पुनः प्रवेश बीसौं इसवी शताब्दीको प्रारम्भमा भएको हो। त्यतिबेला भारतमा बुद्धधर्मको पुनरुद्धारकका रूपमा महाबोधि सोसाइटीको स्थापना गरी अनागारिक धर्मपालले धार्मिक अभियान संचालन गरिरहेको बेला नेपालबाट कलकत्तामा अध्ययनका लागि पुगेका नवयुवक जगतमान वैद्य धर्मपालको अभियानसंग प्रभावित भए। धर्मपालकै अनुकरण गरी पहिलो लुगा प्रयोग गरी धर्मादित्य धर्माचार्यमा परिणत भए। यसपछि उनी पटकपटक नेपाल फर्किँदा पञ्चशीलको अभियान थालनी गर्न बुद्धोपासक संघजस्ता संघसंस्था स्थापना गरी नेवारहरूबीच धर्म र भाषाको जागरण ल्याउने काम गरे। नेपालमा बुद्धपूर्णिमा/बुद्धजयन्ती सावर्जनिक रूपमा मनाउने पहल भए। पुनर्जागरणकै दौरानमा तिब्बतको केरुङ्गवाट स्वयम्भू दर्शनको लागि आएका क्यान्ट्रा लामाको प्रभावले वि.सं. १९८१ फागुन महिनामा (सन् १९२४) प्रेमबहादुर श्रेष्ठलगायत ५ जनाले महायानी परम्पराअनुसार प्रव्रजितदीक्षा प्राप्त गरे भने श्री ३ चन्द्र शमशेरको शासनकालमा वि.सं. १९८२ श्रावण महिनामा यी पाँचैजनालाई देश निर्वासन गरियो।

महाप्रजाले निर्वासनपछि भारतमा धर्मयात्रा र धर्मअध्ययनकै दौरानमा वि.सं. १९८५ (सन् १९२८) मा बर्मेली भिक्षु चन्द्रमणी महास्थविरसमक्ष कुशीनगरमा थेरवादी परम्पराअनुसार नेपालकै प्रथम

श्रामणेर प्रव्रज्यादीक्षा प्राप्त गरे। यसको तीन वर्षपछि सन् १९३१ को वैशाख पूर्णिमाकादिन बर्माको रंगूनमा उपसम्पदादीक्षा प्राप्तगरी नेपालमा थेरवादको पुनः प्रवेशपछि नेपालको थेरवादी इतिहासमै पहिलोभिक्षु भए।<sup>48</sup> उनकै प्रेरणामा वि.सं. १९८७ (सन् १९३०) मा श्रामणेर प्रज्ञानन्दले प्रव्रज्या धारण गरी नेपालकै इतिहासमा जयस्थिति मल्लको शासनपछि लोप भएको शुद्ध बुद्धधर्मको परम्परालाई पुनर्वा स्थापना गर्ने उद्देश्य बोकी पीतवस्त्रधारी स्थविरवादी श्रामणेरको रूपमा काठमाडौं उपत्यकामा भिक्षाटन यात्रा गरी थेरवादको जग बसाले।<sup>49</sup>

निष्काशित भिक्षु महाप्रजा नेपालभित्र प्रवेशगरी नेपाली श्रद्धालुहरूलाई आकर्षित गर्ने काम गरिएको बहानामा पूर्व ४ नं. भोजपुरको जेल चलान गरियो। साथमा श्रामणेर अमृतानन्दलाई पनि सँगै जेल थुनियो।<sup>50</sup> भिक्षु धर्मालोकको सकृय पर्दापणपछि वि.सं १९९४ मा स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन खलःको स्थापनाले नेवार बौद्धमार्गीहरूबीच नौलो जागरणको नाउँमा धर्म, भाषा, समाज, राजनीतिकरूपमै चेतनाको विकास भयो। स्वयम्भूस्थित किण्डोल विहार प्रचारप्रसारको केन्द्रविन्दुमा सीमित भइरहँदा आनन्दकुटी विहार नेपालकै ऐतिहासिक थेरवादी विहारको रूपमा भिक्षु धर्मालोकले स्थापना गरे। राणा प्रशासनमा धर्म र भाषाको माध्यमबाट संगठित हुँदैगए भन्ने मानसिकताको प्रभाव पऱ्यो र आडम्बर-मत चलाए भन्ने आरोपसहित श्री ३ जुद्ध शमशेरको समयमा २००१ श्रावण १५ गते चारजना भिक्षु र चारजना श्रामणेरहरूलाई देश निकाला गरियो। यस कदमले नेवार बौद्धहरूलाई भारतीय भूमिमा बसेर जागरणमूलक संस्था निर्माण गर्न टेवा मिल्यो जसअनुरूप ३० November 1944 का दिन धर्मोदय सभाको गठन भयो। संचार माध्यमको उपयोग गरीकन बुद्धधर्म र नेपालभाषासम्बन्धी पत्रपत्रिकाको नियमित प्रकाशनको आरम्भ गरियो परिणामतः सम्बद्ध पक्षलाई सुसूचित गर्दै जनचेतनाको लहर फैलाउन सहज भयो।

नारीहरूमा पनि जागरण देखियो, वि.सं. १९९८ मा रत्नपाली, धर्मपाली, संघपाली नेपालकै प्रथम अनागारिका प्रव्रजितदीक्षा प्राप्त गर्नेमा उभिए भने काठमाडौंमा अनागारिका धर्मचारी र पोखरामा अनागारिका कर्मशीला सशक्त भूमिकामा देखिए। राणाशासनको अन्त्यकालमा पुनर्जागरित थेरवादभित्र जोसजाँगरयुक्त अवस्थामा थुप्रै कृयाकलापसँगै सामाजिक, धार्मिक, भाषिक, कृयाकलाप एकपछि अर्कोहुँदै गए। थेरवादको पुनः प्रवेशले परम्परागत बुद्धधर्मको सोचमा समेत प्रभाव पऱ्यो, यसो हुनु स्वाभाविक पनि हो। त्यसो त सुरुवातमा थेरवादको मूल क्षेत्र परम्परागत बुद्धधर्ममै आबद्ध नेवार क्षेत्र नै हो, यसमा द्विविधा छैन। नयाँ जोसजाँगर, नौलो जस्तो धर्म-अभ्यास, चिन्तन-मननले जनमानसमा प्रभावकारी भूमिका निभाउने आभाष हुनु पनि अस्वाभाविक विषय होइन। यी यावत विषयलाई क्रमबद्ध तवरले विवेचनात्मक रूपमा प्रस्तुत गर्ने प्रयास गरिन्छ। ○

45 जगमान गुरुङ्ग, नेपालका बौद्धहरू: एक विवेचना, कार्यपत्र, (काठमाडौं: धर्मोदय सभा, दोश्रो राष्ट्रिय बौद्ध सम्मेलन- लुम्बिनी, वि.सं. २०४६), पृ. ४-५।

46 भिक्षु सुदर्शन, विश्वमा बुद्धधर्म (नेपालमा बुद्धधर्म), (काठमाडौं: धर्मरत्न शाक्य त्रिशुली, २०५३), पृ. ११।

47 तिलकमान गुभाजु, के बुद्धधर्म हिन्दू धर्मको शाखा हो र?, (काठमाडौं: आनन्दकुटी विहार गुठी, वि.सं. २०४६), पृ. २३।

48 रत्नसुन्दर शाक्य, बौद्ध जगतका स्मरणीय व्यक्तित्वहरू, दुतीय भाग, (काठमाडौं: मानदास लुमन्ति प्रकाशन, वि.सं. २०५०), पृ. १०७-११५।

49 आर.वि. वन्धु, संघमहासायक पद्यमहापण्डित भिक्षु प्रज्ञानन्द महास्थविर, (काठमाडौं: नगरमण्डप श्री कीर्तिपुर विहार, वि.सं. २०५६), पृ. १७-१८।

50 भिक्षु सुदर्शन, (सं.), (पूर्ववत्, पादटिप्पणी संख्या ४६), पृ. १४।

# विज्ञान, अन्धविश्वास र धर्म

■ डा. गणेश बहादुर माली

क) मानव जातिको उत्पत्ति-अज्ञानको युग

करीव ५ अर्ब वर्षअघि विश्वमा परिवर्तनको क्रममा पृथ्वीको तथा अन्य ग्रहहरूको उत्पत्ति भएको मानिन्छ, जवकि प्राणीहरूको विकासको क्रममा सरल प्राणी (एक कोषीय जीव) हरूको उत्पत्ति १ अर्ब वर्ष जति अगाडि तथा मानव आकारका प्राणीहरूको उत्पत्ति करीव ५० लाख वर्षअगाडि र आधुनिक मानवको उत्पत्ति करीव ५ लाख वर्षअगाडि भएको मानिन्छ ।

अन्य प्राणीहरूको भन्दा मानव जातिको मन मस्तिष्क विकसित हुन्छ । त्यसैले आफ्नो उत्पत्तिसंगै मानव जातिले आफू र आफ्ना चारैतिरका प्रकृति बारे तरह तरहका प्रश्नहरू गर्न थाले, किनकि कुनै विषयमा पनि उनीहरूलाई ज्ञान थिएन । शुरूको मानवजाति अज्ञानमा नै थिए । यसर्थमा त्यसबेलाको जमानालाई अज्ञानको जमाना वा युग भन्न सकिन्छ ।

ख) विज्ञान र अन्धविश्वास को उत्पत्ति

विज्ञान र अन्धविश्वास जुम्ल्याहा भाइहरू हुन् भन्दा धेरैलाई आश्चर्य लाग्ला । तर दुबैको जन्मदाता अज्ञान नै हो र दुबैको जन्म एकै साथ भएको थियो । अज्ञानको कारण मान्छेहरूले प्रश्नहरू गर्न थाले- आफ्नो समस्याहरूको खानपान, वास र सुरक्षा आदि को बारे । समस्याहरूको कारण, तथा कौतुहलवश आफ्नो वातावरण, आफ्नो शरीर र आफ्नैबारे पनि जान्नको लागि प्रश्नहरू गर्न थाले । यी प्रश्नहरूलाई दुईखालमा बाँडिन सकिन्छ :

१) यस्ता प्रश्नहरू वा समस्याहरू जसलाई आफैले खोजीनीति, अवलोकन, निरीक्षण, परीक्षण, प्रयोगहरू गरेर समाधान गर्न सकिन्छ- जस्तै पानी के हो, यस्को कस्तो स्वभाव वा गुणहरू हुन्छन्, चट्टान के हो, यसलाई टुक्रा गन्यो भने भित्र के हुन्छ, कुन प्राणीको कस्तो स्वभाव हुन्छ, नदीहरू बगेर कहाँ जान्छन्, माछाहरूलाई जमीनमा राखी छाडे के हुन्छ ? इत्यादि ।

यस्ता खालका प्रश्नहरू समाधान गर्ने क्रममा विज्ञान को जन्म भयो ।

खोजीनीति, निरीक्षण, परीक्षण, प्रयोग, आदि गरी हेर्नुलाई वैज्ञानिक प्रकृया (Process of Science) भनिन्छ भने यस्ता कार्य विधिहरू गरेर पाइएको ज्ञानलाई वैज्ञानिक



ज्ञान (Product of Science) भनिन्छ । वैज्ञानिक ज्ञानलाई आफ्नै दैनिक जीवनमा उपयोग गर्ने विधिहरूलाई प्रविधि (Technology) भनिन्छ । वैज्ञानिक प्रकृया, वैज्ञानिक ज्ञान र प्रविधि सबै विज्ञानकै अंगहरू हुन् ।

२) यस्ता प्रश्नहरू वा समस्याहरू जुनबारे समाधान गर्न अठोट, अन्दाजीकरण वा कल्पना गर्नु बाहेक तत्काल अरु केही चारा हुँदैन तथा यसरी उत्पन्न भएका अठोट वा अन्दाजीकरणलाई नै “यो यस्तै हो ” भनी सही मान्नुपर्ने हुन्छ र विश्वास गरिन्छ । यस्ता विश्वासहरूले समाजमा पनि मान्यता प्राप्त गर्छ, यस्ता खालका प्रश्नहरू समाधान गर्ने क्रममा अन्धविश्वासहरूको जन्म भयो । जस्तै: यी सूर्य, चन्द्र ताराहरू सबै के हुन् ? यिनीहरू किन पृथ्वी चारैतिर घुमीरहन्छन् ? ताराहरू यतिमाथि किन भए ? यो पृथ्वी कसरी बन्यो ? यी सबै कसले बनाए ? कसले सबै प्राणी वनस्पतिहरूलाई संचालन गरिरहेछ ? रोगहरू किन लाग्छन्, जन्म, जरा, व्याधि, मृत्यु किन भैरहन्छ ? कसरी प्राणीहरू बाँचिरहन्छन् ? किन मर्छन् ? मरेपछि के हुन्छ ? जन्मनुअघि कहाँ थिए ? पृथ्वीलाई कसले अडाइ राख्छ ? भूकम्प, बाढी, हुरीबतास, डढेलो, चट्टाङ्ग आदि के हुन् किन भइरहन्छन् ? ग्रहणहरू किन लाग्छन् ? इत्यादि अनेकौं प्रश्नहरूको समाधान गर्ने त्यसबेला एउटै तरिका हुन्थ्यो- मनले गुन्ने, अठोट गर्ने र ‘यो यस्तै हो’ भनी विश्वास गर्ने ।

ग) विज्ञान र अन्धविश्वासको स्वभाव

जहाँ जुनसुकै व्यक्तिले गरेर हेरे पनि समान कार्यको कारण पनि समानै हुने हुनाले, वैज्ञानिक विधिहरूले जुन ज्ञान प्राप्त हुन्थ्यो, त्यो सार्वदेशिक र सार्वकालिक हुनगयो । जस्तै पानीको गुण संसारमा जसले जहाँ जतिबेला जाँची हेरे पनि एकै प्रकारको निस्कन्छ । त्यसैले विज्ञान सबैको साभा हुनगयो ।

यसको विपरीत अन्धविश्वासहरूको प्रकार अठोट गर्ने, अन्दाज गर्नेहरूमा निर्भर हुनेहुनाले विभिन्न जातिमा विभिन्न समयमा विभिन्न अन्धविश्वासहरू बने । अन्धविश्वासहरू तत्कालिक र तत्स्थानीय हुनगए । जस्तै यो पृथ्वी कसरी अडेको छ ? भन्ने प्रश्नबारे ग्रीस देशका मान्छेहरू हर्क्युलेस भन्ने अति बलवान् व्यक्तिले बोकेकोछ,

भन्ने विश्वासगर्थे भने सिन्धु प्रदेशका बासिन्दाहरूले चार दिशामा चारबलवान हात्तिहरूले बोकेकाछन् भनी विश्वास गर्थे ।

वैज्ञानिक तथ्यहरू सबैलाई आऊ र आफैले गरेर हेर भन्ने किसिमका हुन्छन् भने अन्धविश्वासहरूको किसिम विश्वास गर्ने व्यक्तिमा निर्भर रहन्छ । विश्वास गर्नु नगर्नु व्यक्तिको स्वइच्छामा निर्भर रहन्छ ।

वैज्ञानिक ज्ञान प्राप्तगर्न खुला दिमाग तथा दिल, स्वतन्त्र वस्तुपरक चिन्तन, तर्कयुक्त पूर्वाग्रहरहित सोचाई आवश्यकहुन्छ भने अन्धविश्वासको लागि केवल श्रद्धा र विश्वासकै जरूरत पर्छ । पवित्र मानिएको पुस्तकमा लेखिएको छ भनेर पनि, ठूलाबडाले भनिआएको भनेर पनि, धेरै जनाले यसरीनै विश्वास गर्छन् भनेर पनि, अन्ध-विश्वासहरूमा विश्वास गर्ने चलन चलेरगयो र कालान्तर मा समाजमा अन्धविश्वासहरूले जरो गाड्दै गए ।

घ) धर्महरूको उत्पत्ति र धर्महरूमाथि अन्धविश्वासहरूको प्रभाव आजभन्दा १०,००० वर्ष जति अघिदेखि १००० वर्ष जति अघिसम्म पनि प्रकृतिसम्बन्धी विभिन्न प्रश्नहरूवारे तथा समस्याहरूवारे अन्धविश्वासहरूकै बाहुल्य थियो, त्यति बेला विज्ञान बामेसर्दै शैशवावस्थाबाट गुज्रदै थियो । त्यही अवधिमा, मानवहरूबीच भैरहेका हिंसा, हत्या, अनाचारी दुर्व्यवहार, युद्ध, दुःख, संघर्ष, अशान्ति आदिलाई हटाई मानवमात्रलाई सुख र शान्तिपूर्वक राख्ने उद्देश्यले, मानवमात्रमा भाईचारा, सहयोग र मैत्रीपूर्ण भावना जगाउनलाई विभिन्न धर्महरूका प्रवर्तन गरिए जस्तै वैदिकधर्म, बुद्धधर्म, इशाईधर्म, इस्लामधर्म, जैनधर्म, इत्यादि । त्यसैताका पूर्वजहरूको सम्मानका लागि,

प्राकृतिक प्रकोप तथा मानिसहरूमा रोग व्याधि ल्याउने तत्वहरू, जस्तै भूतप्रेत पिसाच इत्यादिलाई शान्त पार्न र भगाउन पनि धर्महरू टुनामुनाहरू प्रचार गरिए ।

जुन बेलामा जुनप्रकारका अन्धविश्वासबाट अभिप्रेरित अवधारणाहरू जुन स्थान र समाजमा प्रचलित थिए, ती अवधारणाहरूको छाप तत्कालीन धर्महरूमा पर्नजानुलाई स्वाभाविकै मान्न सकिन्छ । स्वयं धर्म-प्रवर्तकहरू पनि यस प्रकार प्रचलित अवधारणाहरूबाट अछूत रहन सक्दैनथे । तथापि केही धर्मप्रवर्तकहरूले प्रचलित धर्मअन्तर्गत भैरहेका पापाचार अनाचार दुराचार आदिलाई दृष्टिगोचर गरी त्यस्को विरोधमा आफ्ना छुट्टै दृष्टिकोणयुक्त धर्महरू पनि प्रवर्तन गरे । जस्तै कुनै धर्महरूले यस विश्वमा एउटा सर्वज्ञ, सर्वव्यापि सर्वशक्तिमान तत्व छ, जो यस विश्वका सृष्टिकर्ता, भर्ता धर्ता, हर्ता सबकुछ हुनु, तथा उनकै आशीर्वाद र कृपा पाएरमात्रै हामी यस धरतीमा सुख शान्तिपूर्वक रहन सक्छौं, अतः उनलाई हरतरहले सेवा गर्नु हाम्रो धर्म हो, भन्ने अवधारणाहरूलाई ग्रहण गरेर, उनकै नाममा अनेक प्रथाहरू चलाए, उनकै नाममा सीधा साधा भक्तिमा लाग्नेहरूको शोषण पनि गरियो । केही धर्महरू यस्ता निस्के जसले मानवजातिमा आइपरेका दुःख र अशान्तिलाई स्वयम् आफै असल मानव भनेर दुःख अशान्ति दूर गरी सुख शान्तिपूर्वक रहन सकिन्छ, भन्ने आशय राखी धर्महरू प्रवर्तन गरे । कसैकसैले, यस अनित्य, दुःख, अनात्मा जीवनमा दुईदिन सुखपूर्वक बाँच्नु नै जीवनको उद्देश्य हो भनेर पनि प्रचार गरे ।

यी सबै धर्महरूको बावजूद पनि तत्कालीन समाजहरूमा अन्धविश्वासी अवधारणाहरू प्रचलित नै रहे ।

कमश....

सब्व पापस्स अकरणं-कुसलस्स उपसम्पदा । सचित्त परियोदपनं-एतं बुद्धानुसासनं ॥

अर्थ: कुनै पाप नगर्नु, पुण्य सञ्चय गर्नु र आफ्नो चित्तलाई शुद्ध गर्नु, यही बुद्धहरूको शिक्षा हो ।



## विश्व मोटर ट्रेडर्स

ख-२, ४०८ पुतलीसडक, काठमाडौं, नेपाल ।

फोन: ४२२५६२५, ४२४४१७३, फ्याक्स: ४२२९८५५

ईमेल: vmtautoparts@wlink.com.np

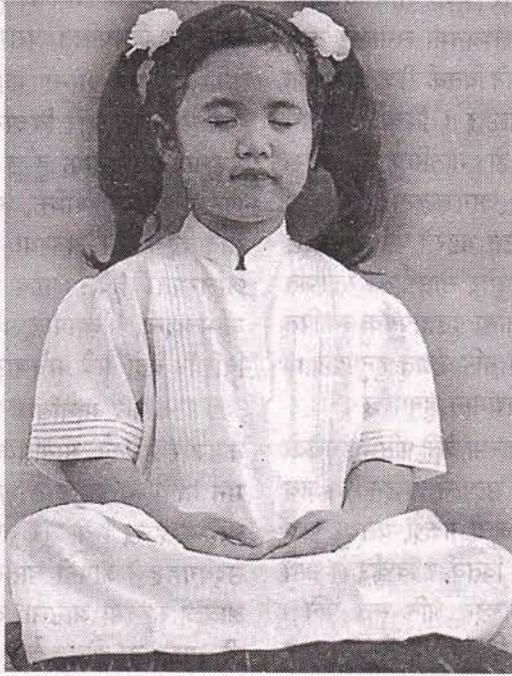
टोयोटा, मित्सुबिसि, निशान, इसुजु, सुजुकि आदि गाडिका पार्ट्सहरूका लागि

## ध्यान सम्बन्धमा (On Meditation)

मनलाई शान्त पार्न भनेको यसलाई समुचित सन्तुलनमा राख्नु हो। यदि हामीले मनलाई जबर्जस्ति प्रयोग गर्न थाल्यौं भने यो हाम्रो नियन्त्रणभन्दा निकै टाढा जान्छ। योसँग उचित व्यवहार गर्न उचित प्रयास गरेनौं भने यो आफ्नो ठाउँमा रहदैन र यसले आफ्नो सन्तुलन गुमाउँछ।

सामान्यतया मन एकैठाउँमा चूपचाप बस्दैन। यो चंचल भएर यताउति घुमफिर गर्दछ र यसरी आफ्नो ऊर्जाको क्षति गर्दछ। मनलाई सबल र ऊर्जामय बनाउनु र शरीरलाई सबल बनाउनु उही कुरा होइन। शरीरलाई बलियो बनाउन कसरत गर्नुपर्छ। तर मनलाई शक्तिसम्पन्न पार्न शान्त पार्नुपर्छ। अनेकन विषय र विचारमा मनलाई डुबुल्की मार्न दिनुहुँदैन। यसो भएमा हाम्रा मन अशान्त नै रहन्छ। अहिले मनलाई अभ्रै समाधिको बल प्राप्त भएको छैन। समाधिको अभ्यासमार्फत एकाग्रता र शान्ति पाएको छैन। यसलाई एक निश्चित सिमानाभित्र कैद गरिनुपर्दछ र प्रशिक्षण दिइनुपर्दछ।

यदि हामीले सासलाई साँढे लामो वा छोटो पार्न बल लगायौं भने हामी सन्तुलित हुँदैनौं। मन शान्त हुँदैन। यो पहिलोचोटी लुगा सिउने कल चलाउँदा पाउदानमा खुट्टा राखी चलाउन सिक्नेजस्तै हो। पहिले त कलको पाउदानमा खुट्टा राख्न सिकनुपर्दछ अनि सन्तुलन कायम गर्न सिकनुपर्दछ। अनि मात्र लुगा सिउने काम गतिलोसित हुनसक्छ। यस्तै सासप्रतिको ध्यानमा पनि यही नियम प्रयुक्त गर्न सकिन्छ। कति लामो वा छोटो, बिस्तारै वा छिटो सास लिने छोड्ने भन्ने कुरामा सरोकार होइन। हामीले त जस्तो सास आइरहेको छ, गइरहेको छ त्यसैलाई हेर्नुपर्दछ। जस्तो छ त्यस्तै होस्। सास प्राकृतिक होस्। त्यसैलाई हेरौं र जानौं।



■ आचान छा, थाइलैण्ड  
अनु. दोलेन्द्र रत्न शाक्य

जब सास सन्तुलित हुन्छ, त्यसलाई ध्यानको आलम्बनको रूपमा प्रयोग गर्नुपर्दछ। जब सास भित्रियाउँछौं, प्रारम्भिक सास नाकको टुप्पामा हुनुपर्दछ, मध्य सास छातीमा र अन्तको सास पेटमा। सासको बाटो यही नै हो। जब सास बाहिर फाल्दछौं, प्रारम्भिक सास पेटमा, मध्य सास छातीमा र अन्तको सास नाकको टुप्पामा हुनुपर्दछ। सासले मार्ग यसरी तय गरेको हुनुपर्दछ — नाकको टुप्पा, छाती र पेटको बाटो भएर भित्रिएको अनि पेट, छाती र नाकको टुप्पा भएर बाहिरिएको। हामीले यी तीन स्थानलाई ध्यानमा राख्नुपर्दछ ताकि मनलाई सबल बनाउन सकियोस् र मनको गतिविधिलाई नियन्त्रण गर्न सकियोस् जसबाट मनको जागरूकता र सजगता कायम हुन सकोस्।

ती तीन स्थानमा हेर्न अभ्यस्त भइसकेपछि त्यो प्रक्रियालाई छोड्न सकिन्छ र अब सास आए गएकोमा मात्र ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्दछ। नाकको टुप्पा वा माथिको ओंठमा मात्र ध्यान गर्नुपर्दछ। त्यहाँ सासको आवत-जावतको स्पर्श स्पष्ट अनुभव गर्न सकिन्छ। सासको पछिपछि भागनु हुँदैन। सासलाई उक्त एउटै स्थानमा राखी ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्दछ — सास भित्र पसेको, बाहिर आएको, भित्र पसेको, बाहिर आएको। कुनै अन्य कुरामा मन खेलाउनुहुँदैन। सिर्फ यस सरल र सामान्य कार्यमा मनलाई सतत सजग राखी एकाग्र र जागरूक पार्नुपर्दछ। अरू केही गर्नुपर्दैन। सासको आवागमनमा मात्र ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्दछ।

यसरी काम गर्दैजाँदा मन छिट्टै नै शान्त हुन्छ र सास पनि सूक्ष्म हुँदैजान्छ। मन र शरीर दुवै हलुका भएको अनुभव हुनेछ। यही नै ध्यान साधनाको काम अधि बढाउने उपयुक्त अवस्था हो।

ध्यानको अवस्थामा मन सूक्ष्म हुन्छ तर मन जुनसुकै अवस्थामा भए पनि यसप्रति सजग त हुनु नै पर्दछ । मानसिक गतिविधि त्यहाँ चलिरहेको हुन्छ तर पूर्ण शान्तावस्थामा हुन्छ । त्यहाँ वितर्क छ— मनलाई आलम्बनमा लगाउने काम भइरहेको छ । यदि एकाग्रता भइदिएन भने वितर्क ठीक अवस्थामा हुनेछैन । वितर्कलाई विचारले पछ्याउँछ । विचार भन्नाले आलम्बनको वरिपरि ध्यान केन्द्रित गर्नु हो । मानसिक उद्वेगहरू बीचबीचमा उब्जिन्छन् तर हामीमा जागरूकता हुनु परम आवश्यक हुन्छ । जे जस्तो घटना घटित भइरहे पनि त्यसलाई निरन्तर जानिरहनुपर्दछ । गहिराइमा पुगेर साधनाको स्तरप्रति पनि सजग हुँदै जानुपर्दछ । मन साधनामा दृढतापूर्वक स्थापित भइरहेको छ कि छैन भन्ने कुरा जान्न पनि उचित हुनुपर्दछ । । यसरी एकाग्रता र सजगता मनमा विद्यमान हुनुपर्दछ ।

मन शान्त हुनु भनेको अभ्यान्तरमा केही पनि भइराखेको छैन भन्ने होइन । मानसिक प्रभावहरू उत्पन्न हुन्छन् नै । जब हामी पहिलो स्तरमा शान्तिको बारेमा कुरा गर्दछौं, यसका पाँच तत्वहरू हुन्छन् भनेर पनि जानुपर्दछ । वितर्क र विचारको साथै प्रीति पनि आलम्बनको संगसंगै उब्जिन्छन् अनि सुख पनि । यी चारको समूह मनमा नै शान्तिको अवस्थसँगै विद्यमान रहन्छन् । ती एकै अवस्थामा संलग्न हुन्छन् ।

पाँचौं तत्व एकाग्रता हो । यी पाँचै तत्व मनमा हुँदाहुँदै कसरी मन एकाग्र हुन सक्ला भनी तपाईं छक्क पर्नुहाला । यो यसैले हो कि ती पाँच एकैठाउँमा एकत्रित भएका हुन्छन् । यसै शान्त मनको जगमा उब्जिएको अवस्थालाई नै समाधि भनिन्छ । यी पाँच विशेषता भए पनि शान्त मनकै अंग हुन् । त्यहाँ वितर्क भए पनि मनलाई दिक्क पाउँदैन । विचार, प्रीति र सुख त्यहाँ छन् तर तिनले पनि बाधा दिँदैनन् । यी पाँचैसित मन घुलमिल भएर रहेको हुन्छ । सुखको पहिलो स्तर वा अवस्था यही नै हो ।

भ्रान्तको बारेमा कुरा गर्ने वा भन्ने उद्देश्य त छैन । तर पनि त्यसबारेका दुई शब्द यिनै हुन्— भ्रान्त चार अवस्थाका हुन्छन् — प्रथम भ्रान्त, द्वितीय भ्रान्त, तृतीय भ्रान्त र चतुर्थ भ्रान्त । यसलाई हामी ... शान्त मन' भन्ने संज्ञा दिनसक्छौं । जब मन प्रगति पथमा बढेर शान्त हुन्छ, वितर्क र विचारलाई छोडेर प्रीति र सुखमा प्रवेश गर्दछ । वितर्क र विचारको काम कोरा भइदिने हुनाले र मन सूक्ष्मतर अवस्थामा पुगेकोले वितर्क र विचारलाई त्याग्दछ । त्यो स्थान प्रीतिले ओगट्छ । प्रीतिका तरङ्गहरू फैलिन्छन्, आँखाबाट आँसुसमेत भर्दछ । समाधि अभू गहिराइमा पुगेपछि प्रीतिलाई पनि त्याग्दछ अब सुख र एकाग्रता मात्र बाँकी रहन्छ । अन्तमा सुख पनि

बिलाएर जान्छ र मन सूक्ष्मतम अवस्थामा पुग्दछ । अब त्यहाँ समता र सजगता मात्र शेष रहन्छ । सबैलाई छोडेर मन अगाडि बढिसकेको हुन्छ । त्यस अवस्थामा मन निर्लिप्त रहन्छ र विषयसित असम्बन्धित रहन्छ ।

मन शान्त भएपछि यस्तो अवस्था प्राप्त हुन्छ । यसको बारेमा धेरै विचार गर्नु र तर्क वितर्क गर्नुपर्दैन । यो घटना आफ्सेआफ् हुन्छ । कसैले केही गर्नुपर्दैन । यसलाई शान्त मनको शक्ति, सामर्थ्य वा ऊर्जा जे पनि भन्न सकिन्छ । यस अवस्था प्राप्त भएपछि मन तन्द्रालु हुँदैन, आलस्यता हुँदैन पाँच प्रकारका नीवरणहरू जस्तै — कामच्छन्द, व्यापाद, थीनमिद्ध, उद्वच्च-कुक्च र विचिकिच्छा सबै मनबाट सुईकुच्चा ठोकन्छन् ।

यदि मानसिक ऊर्जा त्यति सबल छैन र सजगता कमजोर छ भने, मानसिक उद्वेगहरू उत्पन्न हुन सक्दछन् । मन माथि माथिबाट त शान्त भएभै लाग्दछ तर भित्र कुहिरो लागेभै हुन्छ । यो पूरै तन्द्रालु अवस्था त होइन । कुनै कुनै उद्वेगहरूले आफ्नो चर्तिकला देखाउन थाल्लान् । कुनै विशेष आवाज सुन्नमा आउला, कुनै न कुनै दृश्य देखिनमा आउला । ती स्पष्ट त हुँदैनन् तर सपनाचाहीं पटककै होइन । पाँच नीवरणहरू असन्तुलित र कमजोर अवस्थामा मात्र रहेकाले यस्तो भएको हो ।

शान्त अवस्थामा रहेको यस अवस्थामा पनि मनले छल गर्न सक्दछ । यदाकदा काल्पनिक छविहरू उत्पन्न हुन्छन्— रूपको, शब्दको, गन्धको, स्वादको, काय स्पर्शको र कल्पनाको । तर पनि साधकले ट्याक्कै के भएको हो भनी भन्न सकिरहेको हुँदैन । मनमा प्रश्न उठ्छ—... के म निदाएको रहेछु ?! ...अहं!, ...के म स्वप्न देखिरहेको छु ?! ...अहं! । यस्ता प्रभावहरू मध्यमखालको चित्त शान्तिको बेला उत्पन्न हुन्छन् तर मन यदि शान्त र स्वच्छ छ भने त्यस्ता प्रश्नहरू मनमा उठे पनि शंका सन्देहले धमिल्याउन सक्दैनन् । यस्ता प्रश्नहरूले मन विषयतिर मोडिएको संकेत दिन्छ । यसलाई चन्द्रमा बादलभित्र लुक्न पुगेको भै हो भन्न सकिन्छ । चन्द्रमा त त्यहाँ छ तर बादलले छोपेको कारणले स्पष्ट देखिएको छैन । बादलले नढाकिएको चन्द्रमाभै त्यो चहकिलो र स्वच्छ देखिएको छैन । जब मन शान्त हुन्छ र एकाग्रता एवं सजगता स्थापित हुन्छ, मन विभिन्न प्रकारका शंका सन्देहबाट मुक्त हुन्छ । त्यसबेला मन सम्पूर्ण बाधा व्यवधानबाट अलग हुन्छ । अनि मनमा जे जे उठ्छ, त्यसबारेको सत्यतालाई स्पष्ट जानकारी पाउन सकिन्छ । त्यसबेला मन समाधिष्ठ अवस्थामा गुञ्जेको हुन्छ ।

कसैलाई समाधिमा प्रविष्ट हुन कठिन प्रतीत भएको हुन्छ किनभने समाधि उनीहरूको रूचि अनुकूल छैन। समाधि त छ तर त्यो त्यति सबल र स्थिर छैन। तर प्रज्ञाको सहायता लिएर, वस्तु आदिको यथार्थ बोध गरेर मनले शान्ति पाउन सक्दछ। प्रज्ञालाई समुचित ढंगले प्रयोगमा ल्याउन सके मात्र यो क्रम सम्भव हुन्छ, समाधिको बलले मात्र पुग्दैन। वास्तवमा शान्ति पाउन ध्यानमै बस्नुपर्दछ भन्ने छैन। वस्तुस्थिति के हो भनेर आफैले अन्वेषण गरे प्रत्युत्तर वा समाधान त्यहीँ भेटिन्छ। प्रज्ञासहितको व्यक्तिमा यस्तै गुण विकसित भएको हुन्छ। उसले भाथिल्लो स्तरको समाधि प्राप्त नगरेको भए पनि प्रज्ञालाई विकसित गर्ने पर्याप्त अवसर पाएको हुन्छ। यो धानको खेती गर्नु र मकैको खेती गर्नु जतिकै भिन्न छ। बाँच्नको लागि मकैमा भन्दा धानमा निर्भर गरिरहनुपरेको हुन्छ। साधना पनि यस्तै हो। हाम्रो समस्याको निराकरण गर्न अत्यधिक मात्रामा प्रज्ञामै निर्भर हुनुपर्दछ। अन्य कुरामा होइन। सत्य कुरा के हो भन्ने बुझ्नेपछि भित्र शान्ति आफैँ उत्पन्न हुन्छ। सत्य कुरा प्रज्ञाबाट मात्र सम्भव हुन्छ।

कसैमा प्रज्ञा वा यथार्थ जानकारी बलियो हुन्छ तर समाधि हुँदैन। उनीहरू ध्यानमा बसिहाले पनि भित्र शान्तिको महसुस गर्दैनन्। उनीहरूमा विचारको प्राधान्यता रहन्छ। यो कुरा वा त्यो कुरालाई लिएर मनमा चिन्तना गरिरहन्छन्। पछि उनीहरू सुख र दुःखको बारेमा चिन्तना गरेर यथार्थ सत्यलाई जान्दछन्। उठ्दा, बस्दा, हिँड्दा वा पल्टंदा कुनै पनि बेला कुनै पनि स्थितिमा बोधिज्ञान प्राप्त हुन सक्दछ। सत्यको यथार्थ दर्शन गर्दै र दुःखका कारणलाई प्रहाण गर्दै उनीहरूले निर्वाणिक क्षणलाई साक्षात्कार गर्न सक्दछन्। सत्यलाई आफैले दर्शन गरिसकेकाले कुनै शंका सन्देहविना नै उनीहरू त्यस अवस्थामा प्राप्त हुन्छन्।

कसैमा प्रज्ञा थोरै हुन्छ तर समाधि बलियो हुन्छ। उनीहरू समाधिको गहिराइमा छिट्टै पुग्न सक्दछन् तर प्रज्ञाको अभावले गर्दा उनीहरूले आफ्ना विकारलाई पक्रन सक्दैनन् किनकि उनीहरूमा विकारबारे यथाभूत ज्ञान हुँदैन। उनीहरूलाई समस्याको समाधान पाउन कठिन हुन्छ। जुनसुकै पद्धति अपनाए पनि हामीले मिथ्याविचारलाई त्याग्न सक्नुपर्दछ। सम्यक दृष्टि र विचारलाई प्रश्रय दिनुपर्दछ। अन्योलतालाई हटाउनुपर्दछ र मनको सन्तुलन र शान्तिलाई वृद्धि गर्नुपर्दछ। जुनसुकै विधि अपनाए पनि विकारलाई समाप्त पार्नु नै हाम्रो मुख्य ध्येय हुनुपर्दछ। मनको सन्तुलन र ज्ञान सँगसँगै जानुपर्दछ। कुनै एकलाई पनि नजरअन्दाज गर्न हुँदैन। यी दुई चिनी र पानीभैँ

घुलमिल भएर रहनुपर्दछ। ध्यानको क्रममा उब्जिने अनेक तत्वहरूलाई निगरानी गर्ने सतिले अर्थात् मनको सजगताले हो। सति नै जीवनको पर्याय हो। जब हामीमा सति हुँदैन वा जब हामी प्रमादी हुन्छौँ, हामी मृतप्रायः नै हुनेछौँ। सतिको अनुपस्थितिमा हाम्रा कायिक र वाचिक कर्म अर्थपूर्ण हुँदैन। सति भनेको सजग मनको उपस्थिति हो। जागरूकता र प्रज्ञाको विकासमा सतिले हेतुको काम गर्दछ। जुनसुकै पुण्यकार्य सम्पन्न गरिए पनि सति त्यहाँ भएन भने ती कार्य अपुरो वा असफल नै हुन्छ। सति यस्तो दृष्टि हो जसले हामीलाई उठ्दा, बस्दा, हिँड्दा र पल्टंदाको सजगतालाई निगरानी गरिरहेको हुन्छ। समाधिमा काम नगर्दाको अवस्थामा पनि सति हामीसितै हुनुपर्दछ।

जे जस्तो कार्य गरे पनि हामीमा सावधानी चाहिन्छ। जब हामीबाट नचाहिँदा काम हुन थाल्दछ हामीमा लज्जानुभूति हुनुपर्दछ। लज्जा जति जति बढ्छ त्यति त्यति हामीमा आत्म नियन्त्रण पनि बढ्न थाल्दछ। जब आत्म नियन्त्रणको मात्रा बढ्छ, त्यति नै प्रमादको मात्रा पनि घट्न थाल्दछ। ध्यानमा नबस्दा पनि यी तत्वहरू हामीसित मनका मौजूद रहनुपर्दछ।

सतिको विकासले मात्र अनेक उपयोगी तत्वहरूको उपस्थिति सम्भव हुन्छ। त्यसैले सतिको निरन्तर विकास गर्नुपर्दछ। सतिले नै पहिलेको जीवनमा गरिएका र अहिले हामीबाट हुन गएका कार्यहरूको निगरानी गर्दछ। यसको वास्तविक उपयोगितालाई बुझ्नुपर्दछ। सदैव हामी आफूलाई नै चिन्ने प्रयासमा लाग्नुपर्दछ। यसरी आफूले आफैँलाई चिनेमा मिथ्या के हो र सम्यक के हो भन्ने सत्य तथ्य जान्न सकिन्छ। अनि साधनाको मार्ग निष्कण्टक बन्दछ र लज्जाका कारणहरू समाप्त हुन पुग्दछन्। अनि मात्र प्रज्ञाको आलोक प्राप्त हुन्छ।

शील, समाधि र प्रज्ञाको साथ पाएर हामी अभ्यासलाई परिणाममुखी बनाउन सक्दछौँ। आत्म-संयमी हुनु र शरीर र वचनको कार्य नियन्त्रित हुनु नै शील हो। त्यस नियन्त्रणअन्तर्गत रही मनलाई दृढतापूर्वक प्रतिष्ठापित गर्नु समाधि हो। हामी जे जस्ता कार्य गर्दछौँ त्यसबारेको पूर्ण र यथार्थ ज्ञान हुनु र सम्यक चिन्तना गर्नु प्रज्ञा हो। संक्षेपमा भन्नुपर्दा साधना वा अभ्यास भनेको वास्तवमा शील, समाधि र प्रज्ञाकै अभ्यास हो। अर्को शब्दमा भन्ने हो भने यही नै सम्यक मार्ग हो। योभन्दा अरू कुनै मार्ग छैन र हुँदैन पनि। दुःख-मुक्तिको मार्ग यही नै हो। ○

(हालसालै विमोचित विमुक्ति-रस ग्रन्थबाट साभार)

## Your Question : My Answer – 3

■ S.N. Goenka



**37. Q. Can a mentally retarded person gain control over himself by Vipassanā?**

A. It depends. If one cannot understand what is being taught, then there is no magic, no miracle in the technique. It is a mental exercise. Just as you do different physical exercises, so you do this mental exercise. One should be at least intelligent enough to understand what the exercise is, and then to practise it. There are some who have been helped, but we can't say that everyone will be helped.

**38. Q. The Gîtâ says swadharma (our own Dharma) should be followed, not paradharma (the Dharma of others).**

A. It depends how you interpret it. To me, *swadharma* is the Dharma of human beings. A human being has been given this wonderful faculty to observe oneself and come out of the misery, come out of the bondage. An animal cannot do this, a bird cannot do this, an insect cannot do this. If you are just living the life without using this faculty, then you are living the life of an animal, the life of a bird, the life of an insect. Then no difference between you and that being – you are not living the life of *swadharma*, you are living the life of *paradharma*. For *swadharma*, you must learn how to come out of your bondages, by observing the truth within yourself.

**39. Q. For the last ten to twelve years I haven't been able to sleep properly.**

A. Vipassanā will help, depending on how properly you work. If you come to Vipassanā with the sole aim of getting sound sleep, then it's better that you don't come. You should come to Vipassanā to come out of the impurities of your mind. There is a disturbance because there is so much negativity in the mind, so much worry. All those worries, negativities and impurities will start getting eradicated by Vipassanā, and you will start getting very sound sleep.

**40. Q. Is it necessary to introduce Vipassanā into education?**

A. Certainly. This is an art of life, an art of living. The next generation must learn this art at a young

age, so that they can live a very healthy life, a harmonious life, free from all the other things which are going on in the name of Dharma. If they understand pure Dharma, the law of nature, they will live according to the law of nature. When children are taught Vipassanā in the schools and colleges, there are very good

results.

**41. Q. If what is needed is to start practising Dharma, do we have to face adharma as an equal and opposite reaction?**

A. Yes. When you start practising Dharma, the adharma is there. The forces of adharma, the vibration of adharma you have to fight them. But you have the strength. Ultimately, Dharma wins. If you understand what Dharma is, and if you understand how to apply Dharma within yourself, all the adharmas will get defeated- there is no doubt about that.

**42. Q. You always condemn ritualism, but what is wrong with expressing our respect and gratitude?**

A. There is nothing wrong with that. Respect and gratitude are not rituals. Rituals are when you don't understand what you are doing, when you are doing something just because somebody asked you to. If deep inside you understand, "I am paying respect to my parents" or "I am paying respect to a particular god or goddess" – then, see: What are the qualities of that god? What are the qualities of that goddess? Am I giving real respect to that god and goddess by developing the same qualities within myself? Am I giving real respect to my parents by developing their good qualities? If the answer is yes, then you are doing these actions with understanding, and they are not rites or rituals. But if you perform something mechanically, then it becomes a rite or ritual.

**43. Q. What is life after death?**

A. Every moment one is taking birth, every moment one is dying. Understand this process of life and death. This will make you very happy and

you will easily understand what happens after death.

**44. Q. How to break adharma?**

A. Develop Dharma, and Dharma will get broken.

**45. Q. Kindly give, a few words on how students can use Vipassanâ?**

A. We have found good results from students who have started practising even the first part of Vipassanâ, concentration of mind. Their memory has become sharper, their ability to understand a subject has improved, the comprehending part of their mind has gotten better, and their nervousness has decreased. All these are very helpful to them in their studies. And along with those, character-building starts from the very beginning.

**46. Q. What is the difference in Dharma between Hindus and Muslims?**

A. Understand: I am not against Hindus or Muslims. I am friendly to everyone, but I am against calling them Dharma. Call them a group of people, call them a sect, but when you that sect "Dharma," you are just deluding yourself and others. Dharma is universal. Hindu-dharma is only for a particular society or a particular sect, so it is not Dharma. It is the same with Muslim, Buddhist or Christian. They should all survive; they should have goodwill for each other. If everybody is a Dharma person, then it makes no difference whether one calls oneself a Hindu or a Muslim - they will live in a very cordial way, because they are all Dharmic people. To be a Dharma person is more important than to be a staunch Hindu or a staunch Muslim.

**47. Q. Are you an atheist?**

A. (Laugh.) If by "atheist" you mean one who does not believe in God, then no, I am not. I believe in God. But for me God is not an imaginary person. For me, truth is God. The ultimate truth is ultimate God.

**48. Q. If a person is deaf, dumb or blind from childhood, how can he live?**

A. This is some bad fruits of past karma. Vipassanâ cannot help that. But those who practise Vipassanâ are taught another technique, to give vibration of love and compassion. These are helpful to such persons.

**49. Q. Is there a God who created the earth?**

A. I have not seen such a god. If you see God, you

are welcome to believe. But for me, truth is God, the law of nature is God, Dharma is God, and everything is evolving because of Dharma, because of the law. If you understand this, and live according to the law of Dharma, you live a good life. Whether you believe in God or you don't believe in God, it makes no difference.

**50. Q. What should be the aim of life?**

A. To live a good life, a healthy life-good for yourself and good for others.

**51. Q. What is the ultimate goal of life?**

A. To come out of all the miseries. Because you are human being, you have this faculty to come out of misery. Make use of this faculty.

**51. Q. Can a non-vegetarian succeed in Vipassanâ?**

A. When you come to a course only vegetarian food is given. But we don't say that if you take non-vegetarian food you will go to hell. It is not like that. Slowly you will come out of eating meat. You will understand for you self the difference between the two. Your progress will certainly be better if you are vegetarian.

**52. Q. How can we come out of inferiority or superiority complexes?**

A. This is what Vipassanâ does. Every complex is an impurity of the mind. As that impurity comes to the surface, you observe it. You observe it, and it passes away. When you keep suppressing it, it multiplies. When you express it, you harm others. So neither express nor suppress. Just observe. Vipassanâ will help you to observe.

**53. Q. Why should we work with respiration only?**

A. Respiration is the truth. Respiration is related to your mind and matter, and you are here to make an analytical study of mind and matter. So you start with respiration, and then go to a deeper level of mind and matter.

**54. Q. To live a righteous life, don't we need God's power?**

A. God's power is Dharma's power. Dharma is God. Truth is God. When you are with truth, when you are with Dharma, you are with God. Develop God's power within yourself, by purifying your mind.

To be continued... ..

# A Journey of Life

■ **Pramila Manandhar,**

*Chhetrapati*

Each and every person has his/her own reputation in life. Life is the combination of joy, sorrow, problem and complications, sufferings and many things that never ends until death. Life is more expensive for us because no one knows if we will be born again as human or not. Some people want to be in company, some want to be a star, some want to achieve the peak of success in life. There are two kind of people mainly one is happy to have this life and want to continue it smoothly but other is not satisfied with the simplicity. They want to achieve the success, be a hard worker and be a popular person in this world so, what do you want to be a simple one or a rocking one? Both the lifestyles have their/our value in society but not to forget both of them are very tough to live simplicity is the another name of being frank and being able to adjust others for long period of time with a polite reputation. Some of them, they miss it and feel the word life than other. But the ones who continue it make their life more interesting and succeed in every steps of their life. Patience, hard work and determination are enough for life to more on.

On the other hand, the person who wants to be popular and successful is not only continuing by the help of back supporters. They should also have the ability to face danger, competition should have confidence in each, and every stuff they do like talking, thinking, and working and should maintain their personality also. Their every thing should be perfect and attractive. If they can continue their life more confidently and in a challenging way they will be proud with their success in their journey. Sometime it makes them feel satisfied for a short moment which will be very regretful for those people later. The rest is not enough for achieving the real goal. Yes, sometimes people feel frustrated from unmanagement and unfair surrounding. But don't give up your spirit. You have to control it by yourself.



By your hard work you have to over come on it. Popularity does not mean the way you judge yourself, it is the meaning composed by praises you receive from other people. So, you should have that ability to adjust in the surrounding and people fairly and respectfully. You should respect and love others then they

will help you in every difficulty. But your standard and hard work should never decrease. You have to prove that this success is not only yours; this is the success of each and every people who are linked with them, so that you will get the true support. Your confidence will make you changing and smart. So, respect, confidence, hard work and personality should be strong to achieve the real goal. Then you will be popular. You should have the capacity to prove that you are right every time. They will be the real hero/heroine in life.

Yes, some people are raising the question that they are black, fatty, ugly and unnoticeable. So, you should know that this is your nature and you can't avoid it but you can change or improve it, not only physically but psychologically also. They can't build up their confidence and think themselves powerless. Look, nothing is impossible so at first you have to be physically perfect it will raise your confidence to come out in society and then be a part of talent show and read the general knowledge books. So, you need to concentrate more in your physical and psychological calibers, with exercise and Yoga. So, do it from now, each and every day and you will found the change in your life.

This journey of life is very difficult to continue by our desire but if you can make up your mind quickly and treat/act according to the situation it will make your life very smooth, if you can't then this theme will match to you- "You're just live but not alive, so, supporting family should to be always respected. And make your journey of life simply the best."

(PCL, Lalitpur Nursing Campus)

## ज्ञानमाला शीलया पुचः

■ सुवर्ण शाक्य, ॐ बहाः, यं



ने. सं. १०५७ (वि.सं. १९९४) स यँया स्वयम्भूस्थानय् 'ज्ञानमाला' भजनखलः, स्वयम्भू या स्थापना जुल । १९९५ स 'भजनमाला' धकाः सफू पिदंगु जुल । २००० सालय् 'भजनमाला' यात ज्ञानमाला धकाः नां छूगु जुयाच्वन । 'ज्ञानमाला-भजनखलः' स्थापना जूया हुनि धैगु उगु बखतय्या नेपाःया राज्यशासन शोषण व दमनया नायक जहानिया राणातसें यानाच्वंगु ईया अन्तर्मुखी विरोध खः । जनअधिकारप्राप्ति अले क्रूरशासनं मुक्त ज्वीत शासकतयत् मिखाय् धुलं छुवाकाः जागृतिया सः मुनाः भजनया नामं सः पिज्वयेकाः हालेगु याःगु 'ज्ञानमाला-भजन' खः । बुद्धधर्मय् परम्परा मदुगु भजन यायेगु प्रथायात थः नालाः छुखेला धर्मयात हे बन्धः तयेथे यानाः शासकतयप्रति हांक विद्याः दुनें मिगवाकाः धार्मिक भाषिक जागृति अले देसय् स्त्रीशिक्षा व उद्योगयात तकं हःपाः दैकथं भजन गावय् यायेगु यानावःगु थ्व 'ज्ञानमाला-भजन' खः । बुद्धोपदेश हे थुकीया लिधंसा जुयां नं तिफ्याये मफुगु पौराणिक खँत व अन्धविश्वासया आभास दुगु आस्थात थुकी खनदैच्वंगु नं मुक्तिया मूल उद्देश्ययात ध्यानय् तयाः घुमाउरो पारां पलाः छीमाः गुलिं खः धैकथं तायेके माःगु जुल ।

ज्ञानमालाया ७० औं दशक पुलेत्यंगु थौया इलय् उगु ईया राजनैतिक शोषणपाखे उन्मुक्ति प्राप्त जुलला धैथेयाःगु खँ जुयावःसां थुगु इलय् नं राजनैतिककथं पूर्णरूपं उद्देश्य पूर्वाङ्ग स्वयेमदुनि । धर्मनिरपेक्षता नाराय् व भौतय् लानाच्वंगु दनि । भाषनीतिइ ध्वंचिया ध्वंलायगु चालथे जुयाच्वंगु दनि । स्त्रीशिक्षाय् समुचितता मवःनि धाःसा उद्योगय् बापांदाःगु पंगलःत यक्वं दैच्वंगु दनि । नागरिकअधिकार धकाः जनअधिकार प्राप्त जुजुं वैच्वंगु इलय् कर्तव्यया खँ लुमंकेगुपाखे ध्यान तयेमाःगु खँ नं उचित ज्वी । लोकतान्त्रिक पद्धतिं लोकजन थःपिं हे राज्यशासनया पदाधिकारी जूसां शैक्षिक, औद्योगिक, भाषिक व धार्मिक समुत्थानया लागी धात्थेगु शपथग्रहण मयाःतले ज्ञानमालाथे याःगु शान्तिपूर्ण जनमुक्तिआन्दोलन पूर्वाङ्ग ज्वीमखु ।

ज्ञानमालाया उगु इलय्यागु आन्दोलन मात्र छगू समुदाययागु जक मजुसे मुकं नेपाःमि शोषित पीडित जनतातयगु लागी प्रतिनिधित्व ज्वीकथं जूगु खः धैगुली दसि मालाच्वने माःगु मदु छायाकि शिक्षा, उद्योग, भाषा, धर्म व जाति आदिया शोषणं मुक्त ज्वीगुली न्ह्यचिलेगु धैगु सार्वजनिक माग खः । उगु इलय् नेपाःया मेगु जाति थःगु मातृभाषाया गौरव तायेकाः छुं न्ह्यसः तयाः हाले मसःनिबलय् नेवाःत उकथं जनअधिकार या लागी हालाहःगुलिं थौं वयाः दक्व जनजातिया भाय्यात न्ह्यथने दैवःगु खँ पूर्वाग्रह मतसे मानय् यायेमाः धायेगु अत्युक्ति ज्वीमखु । थथे हे जनाधिकारया मेमेगु खँय् नं न्ह्याथासं सुं गुम्हं जाति, व्यक्ति बाय् वर्ग न्ह्यलुवाः जूयात अर्थपूर्णकथं कायेगु

जनएकताया भावनय् सहमति प्वंकेगु मानवमूल्यकथं न्ह्यचिलेगु खःसा गुगु नं ह्यलय् ईश्वरया नामय् शपथग्रहण यायेगुसट्टा 'शीलया नामय्' शपथग्रहण यायेगु ज्वीमाःगु आवश्यकता दु । 'शील' बाहेक्या गुगु नं खँय् ज्वीगु शपथग्रहणय् लुच्चा, फटाहा, ध्वंगी, कपटी, जाली, छद्मीतयत् त्राण दयेफु । शीलयात न्ह्यचीकाः वनेबलय् दुनें छता पिनें छता जुयाः मेपिसं छुं नं कथं ध्वंलायेगु व्यवहार ज्वी थाक्वी । शील धैगु सुचुके ज्यूगु बस्तु मखु ताकि व्यवहारय् सदां पिज्वैच्वनीगु बस्तु खः । ज्या छता खँ छता ज्वीगु धैगु वचनबद्धता मदुगु, इमानयात हल्का याइगु अले सामाजिक जीवनपद्धतिइ हे घाः लाःवनीगु खः । शीलया दुनिया धैगु धाथेया न्यायया अखडा ज्वीगु खः । शीलय् च्वनकि छम्ह यांथ्यां मस्युम्ह मचाहे नं हेकसाधः ज्वीमखु । शीलया नामय् शपथग्रहण याये धुनेव खँसःपिं व पावरवालातसें तक नं हेकेगु व कुथासय् शक्ति छ्यलेगु याये थाक्वीगु ज्वी ।

ज्ञानमाला शीलया दुनिया खः । शीलया घेरादने च्वनाः निस्क्लेश जीवन हनेत ज्ञानमाला हालेगु खः । शीलयात कःघाये मफयाः स्वच्छ जीवनया लँपु तनाच्वंपिं मेपित थुगु शीलया घेराय् हयेत ज्ञानमाला न्यंकेगु खः । उकिं ज्ञानमाला मानवतावादी बुद्धया शासनयात चिरस्थायी यायेगु छताजि ज्वलं खः । ज्ञानमालासफू थुज्वःगु फलप्राप्तिया लक्ष्य दुगु ज्ञानया माला जूगुलिं थुकीया प्रकाशन मेमेगु सफू स्वयाः अप्चः पटक जूगु सीदु । ज्ञानमाला नीस्वंगु ६० दँ दयाः भिन्हय्क्वःगु प्रकाशनया भजनम्येयात दुवालास्वयेबलय् थुकी दुनेया दक्वं म्येत शीलया लिधंसाय् हे ४० पुं मयाक दैच्वंगु दु ।

ज्ञानमाला सफुतिइ शीलया नायक भगवान् शाक्यमुनि बुद्धयागु वन्दनालिपा पञ्चशील पालन यायेगु शीर्षककथं भजन प्रस्तुत जुयाच्वंगु दु । शीलसंग्रह धैगु भजनया अन्त्यगु इवलय् धैतल-

'गन शील दैमखु, अन दीन दुःखीत दयाः  
इपिं नरकय् लाःवनी, इमि मन खिन्न ज्वी ।'

थथे हे मनुखं आवश्यककथं बिचाः यायेमाःगु खँ धकाः थुकथं धैतःगु दु-

'देस शुद्ध जुवथे भी मन शुद्ध मजु रे,  
मदु भनीके शील धर्म गनं शुद्ध जुइ रे ।'  
धाथे हे सुख छु खः धकाः नं थुकथं कनातःगु दु-  
'सच्चा सुख सीसा निर्वाणपदविइ लायेसा,  
शील समाधि प्रजाय् नित्य कोशिस या सा ।'

शील त्वःताः मेमेगु खँय् भुलय् ज्वी गात धैभनं माया मोह त्वःताः शीलधर्मय् च्वनेगु उचित धैगु खँय् धन बांलाक न्वानातःगु दु । पञ्चशील ला बुद्धया शिक्षाया सुरुआत हे

जुल । शीलयात कःघानाः उन्नतिशील ज्वीमाल, पुलांपहलं अलिस जुयाः चवने मजिल धकाः योगवीरसिंहं न्वाःगु खँ नं ज्ञानमाला जुयाबिल । अय्लाः ध्वं त्वनाः शास्त्र पालन याना धाईपित बुद्धधर्मया शास्त्रय् दुगु खँ धैगु हे पञ्चशीलया खँ खः धकाः अम्मल छुयेलेगुली भ्रान्ति त्वःतेमाःगु खँयात सत्यकथं वालातःगु जुल । बौद्ध शिशुप्रतिपत्तिकथं मनुतसें कबोल यायेमाःगु खँ धकाः थुकथं धैतःगु दु-

**'पञ्चाङ्गशील मननं व कराल याये ।'**

थये हे अतुल्य धैम्हसित बियातःगु उपदेशय् थये धैतल - 'निन्दां बचय् जूम्ह थन सुँहे मद्दु किन्तु शील आदि प्रजां पूर्ण जुयाच्वंम्हसित न्त्याक्व निन्दा याःसां उज्वःम्हसित चःपिसंतकं सेवां यानाच्वंगु दे ।' राणातसें एकतन्त्रं राज्य यानाच्वंबलय् जुजु त्रिभुवनं प्रजातन्त्रया पक्षय् ल्युगु धैगु खँ न्त्थयथनाः त्रिभुवन दिवंगत जूबलय् वैत शीलय् च्वनीम्ह खः धकाः महारत्न उपासकं च्वछयाबिल । थ्व छगू जनताया लागी भिं यायेत जुजुपिं नं शीलय् च्वनेमाः धैगुया दसु खः । हानं शीलजक धयां मज्यु । मनूया लागी धायेंगु अभयगु सुख कामना यायेगु खःसा मनूयात पञ्चशीलय् तये फयेकेमाः । अथे जूसाजक विश्वया दक्क मानवयात शान्ति व सद्भावनां स्वागत यानागुथें ज्वी । ईश्वर बाय् शक्तिशालीपिके थःगु असीमित इच्छा पूर्वकेगुया लागी प्रार्थना याःज्वी तर बुद्धया न्त्थयःने यायेगु प्रार्थना उज्वःगु प्रार्थना स्वयाः बिसकंगु जू । बुद्धया न्त्थयःने यायेगु प्रार्थना धैगु बुद्धयागु शिक्षा उपदेश प्राप्त ज्वीमा अले शील, समाधि व प्रज्ञाया अभ्यास याये दयेमा धायेगु खः । धायेंया ज्ञानमालाया ज्ञान धैगु ध्वहे खः । हाकनं बुद्धधर्मय् प्रार्थना धैगु लोभ मदयेकेत दान याये दयेमाः, द्वेष मदयेकेत शील पालन यायेफयेमा धकाः दानशीलभावनाया अभिवृद्धि यायेत स्वयेगु खः । गनं नं धर्म यायेगु धकाः वनेगु खःसा पञ्चशीलया शिक्षा कायेथाय् वने नु धायेगु खः । पञ्चशील कायेगु धैगु सदाचारी ज्वीगु खः । मस्तयत् सदाचारी यायेगु खःसा मांबौपिके हे पञ्चशीलया शिक्षा दयेमाः नत्र मस्तयगु जीवन भिकेत मांबौनं छुं यायेफैगु स्थिति मद्दु । थुज्वःगु खँय् ज्ञानं चायेके माःगु खः । ज्ञान थकायेत थःगु मांभाययात उच्च यायेमाः अले थःगु भाययात प्रेमयाईपिं हे थ्व संसारय् उन्नतिशील जूगु खँ नं ज्ञानमालां वाःचायेकाव्युगु दु । शील, समाधि व प्रज्ञासमृद्धि दयेकेगु कुतः ज्वीमाः । दानशीलभावनायात आकाभ्नाकाय् जक थनेगु मयासे न्हिथं हे ब्वलंकेत न्त्थयज्याये माःगु खँ थुकी थाय् थासय् न्त्थयथनातःगु दु । ज्ञानमालाय् सरिक ज्वीगुया गुणधर्म धैगु हे पञ्चशीलधर्म खः अले धार्मिक मनु जुयाः छुं बस्तु कायेगु खःसा पञ्चशील हे कायेगु धकाः भिक्षु सुबोधानन्दं जिक्क यानातःगु दु नापं दुश्शील कर्मया फल मभिकं भोगय् यायेमालीगु खँ दोहोरय् तेहोरय् यानाः धैतःगु दु ।

शीलया जगतय् च्वनेत आव्हानतर्कं यानातःगु खँ थौया मानवहिंसा हत्या जुयाच्वंगु खँयत तर्कं चुनौती बियाः अहिंसाज्ञान ग्रहण यायेगु खँ न्त्थयथनातःगु समसामयिक जुयाव्युगु दु । शील व मैत्रीभाव ज्वनाः समाधिइ च्वनेगु हे ज्ञानमाला-भजनया गुण खः । नेपाःया चलनकथं बहाःपूजा वनेगु धैगु भगवान् बुद्धया प्रतिमा दुथाय् तक वनाः दानशीलभावना पूर्वकेत खः धैगु खँ व्यवहारय् हयाः आचरण भिकेपाखे स्वःगु खँ नं ज्ञानमालाय्

दुध्यानाच्वंगु दु । दशपारमितां पूर्णम्ह भगवान् शास्तायागु गुणबखानय् वस्पोल शीलधर्म पूर्ण जूम्ह खः धैगु दु, तथागत उगुहे शीलबलं कल्याण जूम्ह खः धकाः शील धैगुहे सुखकरगु धैकथं शीलया महत्त्वपूर्णकथं वर्णन जुयाच्वंगु दु । लायकुलिं अभिनिष्क्रमण यानाः हानं लायकुलिइ तुं वयाः दशपारमितादि पञ्चशीलया खँ कनाः थःपिनि दक्क बन्धु बान्धवपित थः थःगु मूल्य मान्यता ध्वीकथं मिखा चायेकाव्युगु खँयात ध्वीकाः ज्ञानमालाय् च्वनेगु खँ प्रत्येक ज्ञानमालाया सदस्य जुयाच्वंपित धवाध्वीके माःगु खँ जुयाव्युगु दु । बौद्धतसें बुद्धया दर्शन यायेगु खःसा शीलप्रार्थनाय् जोर बीपाखे स्वयेगु धैगु खँयात हल्काकथं मकायेगु हे ज्ञानमालाया पुचलय् च्वनेगु खः । दानशील छगू मन्त्र हे जुयाव्युगु दु त्रिरत्नयात लुमंकेत । त्रिरत्नया शरण वनेगु धैगु हे पञ्चशील पालन यानाः हनेगु धर्म खः । धर्म यायेगु धैगु हे नं शीलय् च्वनेगु खः । अष्टमीव्रत धलंदनेगु बौद्धतय् तसकं च्वन्त्याःगु धर्म खः गुगु शीलय् क्वातुक फेतुकुगु खः । थुकीयात हे भक्ति धाइगु खः अले भक्तिं भजनया सृजना जूगु खः । बौद्धभण्डा छगू श्रद्धा-शील जागृत यायेगुया प्रतीक खः । श्रद्धा-शीलं विहीनपिं निर्मूल जुयावनीगु खँ स्वाभाविक खः धैगु नं ज्ञानमालाय् दुने स्वये न्यने दुगु जुल । महारत्न उपासकया शीलधर्म धैगु भजनय् कुलाचार धर्मय् व्यभिचार दुब्युगु खँयात थुकथं धैतःगु दु-

**'पञ्चशीलधर्म त्वःताः छुया धर्म मेगु,**

**द्यःयात धाधां कर्पित स्याइगु,**

**कर्पित स्यानाः कुलाचार धाइगु ।'**

बुद्धधर्मय् संघया महत्त्व उतिकं दु छायाधाःसा संघ धैगु छगू शीलया पुचः खः । शील दुतीत संघय् वनीगु खः । उकिं व संघयात जनसंघ धाइगु खः । शील कायेत संघया न्त्थयःने वनीगु नं ध्वहे कारणं खः । भगवान् भजन याइबलय् शील पालन या धाइगु नं थुकिं हे खः । काय, वाक् व चित्तयात शुद्ध यानाः अष्टांग शीलय् च्वनेगु धैगु मनयात भिकेगु खः । मन स्यनकि शीलया नाम निशान हे दैमखु, उकिं बुद्धं शीलयात जोर बियातःगु खः ।

ज्ञानमाला-भजनसफू छगुलिं स्वयेबलय् शीलया दुनियाय् चाःहिलेगुथें ज्वी । ज्ञानमाला हालाः भजनय् फेत्वीबलय् शीलया तीर्थय् मोल्हुयाच्वनागुथें ज्वी । थये मजुलधाःसा ज्ञानमाला दुश्शीलताया माध्यमर्थे जुयाबी । अले ज्ञानमाला हालीपिं बिखया घः ज्वनावःपिंथें ज्वी धैगुली सच्चा बौद्धतसें वालावालाः ध्वीकेमाःगु ज्वी । ज्ञानमाला छुताजिगु शीलया कारण जूगुलिं ध्व शीलविहीन जुयाः समाजय् विकृति हयाः मानवध्वंश याइगु पाखें बचय् यायेत ज्ञानमालाया विकास यायेमाःगु बौद्धजनया कर्तव्य खः । ज्ञानमाला मात्र तर्क मखु न ध्व कर्मकाण्डी विधान हे खः । पुजा यायेबलय् श्लोक भट्टय् यायेथें जक हालेगुथें याःगु कर मितय् यायेगु ज्ञानमालाभजन मखु । ज्ञानमाला धैगु स्वीगु गुणगानजक नं मखु न त किसिया ब्वयेगु वार्थेयाःगु स्वजक स्वयेगु रहरबहरया विषयहे खः । ज्ञानमाला छगू मुकं आचरणशील स्वभावगु मानवमन विमुक्तिया वासः खः नापं जगतहितया ध्वःगु सः खः । उकिं स्वयम्भूया भजनसतः बौद्धतय् लागी लुमंके बहःगु छुवा शीलया छें जुयाव्युगु खः । ०

## बौद्ध गतिविधि

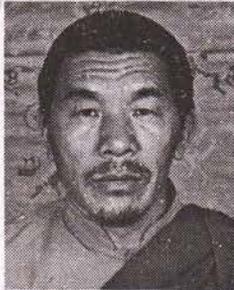
### एस.एल.सी. उत्तीर्ण प्रव्रजितहरूलाई सम्मान-पत्र

काठमाडौं । विगत केही वर्षदेखि एस.एल.सी. उत्तीर्ण प्रव्रजित श्रामणेर भन्ते तथा अनागारिका गुरुमांहहरूलाई सम्मान गर्दै आइरहेको महिला बौद्ध समूह, बुद्धवारिले यस वर्ष २०६४ मा विश्वशान्ति बौद्ध विद्यालयबाट उत्तीर्ण श्रामणेरहरू कुमारजीव, सुभद्रो, उदेन, अनागारिका सुधम्मालाई प्रेरणात्मक सम्मान-पत्र प्रदान गरियो ।

### धर्मशीला विद्वत्-वृत्ति २०६४ प्रदान

५ मंसिर पोखरा ।

धर्मशीला बुद्ध विहारका संस्थापिका दिवंगत अनागारिका धर्मशीलाको बुद्धशासनिक योगदानलाई कदर गरी स्थापित "धर्मशीला विद्वत् वृत्ति-२०६४" यस वर्ष आचार्य डवाङ्ग बोशोर लामा शेर्पालाई एक धार्मिक सभाबीच प्रदान गरिएको छ । शिक्षण क्षेत्रमा आबद्ध एवं परिचित लेखक सम्मानित आचार्य लामा वर्तमान गुम्बा व्यवस्था तथा विकास समितिका अध्यक्ष हुनुहुन्छ । वर्षेनि बुद्धधर्मको प्रचार प्रसार क्षेत्रमा योगदान दिनेलाई प्रदान गरिदैआएको सो विद्वत् वृत्तिको राशी रू. १५०००/- सहित सम्मानपत्र प्रदान गरिएको धर्मशीला विद्वत्-वृत्ति व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष भिक्षु श्रद्धानन्दबाट जानकारी प्राप्त भएको छ ।



### पोखरामा शुभेच्छा भ्रमण

२८ मंसिर, पोखरा । वर्तमान अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष आचार्य भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविरले राष्ट्रव्यापि थेरवादी बुद्ध विहार विहारमा शुभेच्छा भ्रमण गर्ने क्रममा पोखरास्थित धर्मशिला बुद्ध विहारमा जानुभई एकधार्मिक समारोहबीच सो विहारका प्रमुख भिक्षु श्रद्धानन्दलाई शुभेच्छा-पत्र हस्तान्तरण गर्नुभयो । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका सहसचिव भिक्षु भद्रियबाट धर्मदेशना गरिएको सो समारोहमा धर्मशीला बुद्ध विहार, दायक सभाका सदस्यहरूले शुभकामना मन्तव्य दिनुभयो भने शुभेच्छा भ्रमणका आयोजक जुजुभाइ तुलाधरले ५६ औं शुभेच्छा भ्रमणको उपादेयता बारे प्रकाश पार्नुभयो । सो समारोह उत्तममान बुद्धाचार्यले संचालन गर्नुभयो ।

### ज्ञानमाला समितिको कार्यक्रम सम्पन्न

२९ मंसिर, ललितपुर । यल ज्ञानमाला समितिले विभिन्न ठाउँमा गई मासिक बुद्धशिक्षा तथा ज्ञानमाला भजन प्रस्तुत गरेको छ । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष आचार्य भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविरले एक समारोहबीच बुद्धशिक्षासम्बन्धी धर्मदेशना तथा प्रवचन गर्ने भिक्षु, अनागारिका एवं विद्वत् उपासकहरूलाई प्रशंसा-पत्र प्रदान गर्नुभई वर्तमान नेपाल राष्ट्रलाई शान्तिपूर्ण तवरले अगाडि बढाउन पञ्चशीलको पालना गर्नुमा ध्यानकेन्द्रित

गर्न सके ठूलो उपलब्धि हुने विचार व्यक्त गर्नुभयो । समितिका अध्यक्ष ज्ञानबहादुर शाक्यले ५० वटा भजन समूह एवं १२ जना एकल भजन गायक/गायिकांलाई सम्मान-पत्र प्रदान गर्नुभयो । पञ्चशील प्रार्थना, दानप्रदान, भोजनदान, भजनगायन आदि एकदिने धार्मिक कार्यक्रममा समितिका उपाध्यक्ष शान्तमानन्द, सचिव इन्द्रमुनी शाक्यले पनि बोल्नुभएको थियो ।

### लुम्बिनी/बुटवलमा स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन

स्वयम्भू ज्ञानमाला भजन खल:ले यसवर्ष बुद्धजन्मस्थल लुम्बिनी-दर्शनसंगै दुईदिन बुद्धपूजासहित ज्ञानमाला भजन गायन कार्य सम्पन्न गरेको छ । लुम्बिनीमा भिक्षु गुणघोष महास्थविरले धर्मदेशना गर्नुभयो । त्यसपछि बुटवलस्थित पद्मचैत्य विहारमा पुगी धार्मिक कार्यक्रममा सहभागी हुँदै बौद्ध युवा ज्ञानमाला संघसित आपसी मैत्रीपूर्ण परिचयात्मक कार्यक्रम सम्पन्न भयो । बौ.यु.ज्ञा. संघका अध्यक्ष विमल बहादुर शाक्यले बुटवलमा बुद्धधर्म र ज्ञानमाला बारे चर्चा गर्नुभयो । सोही बेला स्व.ज्ञा.भ.खल:का अध्यक्ष रत्नबहादुर राजकर्णिकार तथा सदस्य रमेश मानन्धरले पनि मन्तव्य दिनुभयो । भ्रमणको क्रममा पोखरास्थित अनदु डाँडाको शान्ति स्तूपमा पनि ज्ञानमाला खल: पुगेको थियो ।

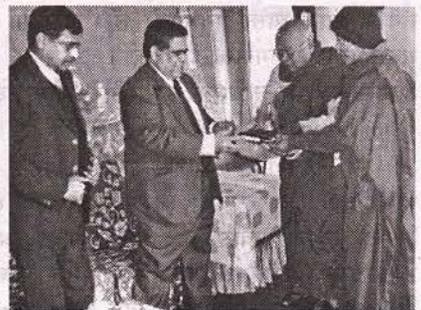
### परियत्ति अनुसन्धान समिति गठन

६ पुष, काठमाडौं । २०६४ श्रावण २९ गते बसेको "नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा परिषद्" को बैठकको अनुमोदन तथा निर्देशनअनुसार पालि त्रिपिटक साहित्यको अध्ययन, अनुसन्धान तथा अनुवाद गर्दैलान तथा परियत्ति सद्धम्म पालक एवं कोविद उपाधिधारीहरूलाई संगठित गर्ने उद्देश्यले भिक्षु निगोधको संयोजकत्वमा नौसदस्यीय "परियत्ति अनुसन्धान समिति" गठन गरिएको छ । सहसंयोजक त्रिरत्न मानन्धर रहेको सो समितिमा सदस्यहरू भिक्षु धर्मगुप्त, भिक्षु संघरक्षित, अनागारिका अग्गजाणी, महेन्द्ररत्न शाक्य, सविता धाखा, रीना तुलाधर र मदनरत्न मानन्धर हुनुहुन्छ ।

### आनन्दकुटीमा श्रीलंकाली स्वास्थ्य मंत्री

७ पुष, काठमाडौं ।

नेपाल भ्रमणमा आउनु भएका श्रीलंकाली स्वास्थ्य मंत्री निर्मल डि. सिल्मा आनन्द कुटी विहार जानुभई पञ्चशील प्रार्थना गरी बुद्धपूजामा



सरिक हुनुभयो । आनन्द कुटी विहार गुठीका पदाधिकारीलगायत उपासकउपासिकाहरू श्रीलंकाली मंत्रीको स्वागत गर्न भेला भएको थियो भने त्यतिबेला भिक्षु संघबाट मंगल पाठ गरियो । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष एवं आनन्द कुटी विहार गुठीका अध्यक्ष आचार्य भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविरले श्रीलंकाली मंत्रीलाई

धर्मोपहार प्रदान गर्नुभयो । त्यतिबेला नेपालका लागि श्रीलंकाली राजदूत सुमित नाकन्दलको पनि उपस्थिति थियो ।

### कमला गुरुमाको जन्मोत्सव सम्पन्न



७ पुष, काठमाडौं ।

पद्मकीर्ति विहार, कमलपोखरीका संस्थापिका प्रमुख अनागारिका कमलाको ६२ औं शुभजन्मोत्सव धार्मिक विधिपूर्वक सम्पन्न भएको छ । वि.सं.२०१९ सालमा आफ्नो मामा भिक्षु सुमङ्गल महास्थविरको प्रेरणा प्राप्त गरी बर्माकी प्रख्यात गुरुमां दो पञ्चाचारिको आचार्यत्वमा अनागारिका

दीक्षा प्राप्त गरेकी अ.कमला (पञ्चा) ले त्यतिबेला दो.मागुणवती, अ.रत्नमञ्जरी, धम्मवती, चिनी (उत्पलवण्णा), चमेली (धम्मदिन्ना) सँगै बर्माका ३ वर्ष अध्ययन गरेकी थिइन् । नेपाल फर्की प्रभात प्रौढ हाइस्कूलबाट एस.एल.सी. उत्तीर्ण गरी त्रिचन्द्र कलेजबाट २०२४ सालमा स्नातक उत्तीर्ण गरिसकेपछि प्रभात स्कूलमै अध्यापन गर्नुभयो । सोही स्कूलमै प्रधानाध्यापिका भई हाल अवकास प्राप्त अ.कमलाले प्रब्रजित जीवन बिताउनुभएको ४४ वर्ष भैसकेको छ । आफ्नो जन्मोत्सवको अवसरमा विशेष धार्मिक कार्यक्रमको आयोजना गरी दानप्रदान गरियो । स्तार भेन्यूको प्रांगणमा भिक्षु संघसहित ६२ जना गुरुमां गरी करिब छसय श्रद्धालुहरूको उपस्थितिमा धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनबाट भजन प्रस्तुतिपछि शीलप्रार्थना, बुद्धपूजा, भोजनदान आदि सम्पन्न भयो ।

२०६४ साल बखुमद अष्टमीका दिन श्री पद्मबहादुर राजकर्णिकार तथा श्रीमति पद्मकुमारी राजकर्णिकारको सदइच्छानुसार पद्मकीर्ति विहार स्थापना भएको हो । ४ आना जग्गामा निर्मित सो विहारलाई संस्थागत विहारमा परिणत गरिने छ भनी धर्मदेशना गर्दै भिक्षु कोण्डन्यले उद्घोषण गर्नुभयो । निरन्तर धार्मिक गतिविधि संचालित सो विहारलाई संस्थागत गरी अगाडि बढाउन राजेन्द्र राजकर्णिकारले जग्गा दान दिएअनुरूप सक्दो सहयोग गर्ने तथा विहारलाई निरन्तरता दिन सामूहिक सहयोगले ठूलो भूमिका निर्वाह गर्ने मनसाय व्यक्त गर्नुभएको छ । हाल सो विहारमा ६ जना अनागारिका गुरुमांहरू बस्नुहुन्छ ।

### आनन्दकुटीमा पूर्णिमा कार्यसँगै पुस्तक विमोचन

९ पुष, स्वयम्भू ।

ऐतिहासिक आनन्द कुटी विहारमा प्रत्येक महिनाको पूर्णिमाका दिन बुद्धपूजा, धर्मदेशना आदि धार्मिक गतिविधि निरन्तर रूपमा संचालन हुँदै आइरहेको छ । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष आचार्य भिक्षु कुमार काश्यप महास्थविरले हिरण्यलाल श्रेष्ठद्वारा लिखित पुस्तक Nepal-Srilanka Relation को विमोचन गर्नुभयो । विहारका सचिव भिक्षु धर्ममूर्तिबाट धर्मदेशना भएको सो दिन नियमित ध्यानभावना, भजन-गायन, परित्राण पाठसँगै विहार विहारमा कलात्मक गुलुपा: (पात्र) दान गर्दैआउनुभएका उपासक जीवरत्न स्थापितलाई सम्मान-पत्र प्रदान गरिएको थियो ।

### श्रामणेरहरू श्रीलंका प्रस्थान

१३ पुष, स्वयम्भू । गत केही वर्षअगाडिदेखि आनन्द कुटी विहारमा अध्ययनरत श्रामणेरहरू सुसिम, सुचित्त, विशुद्धि, प्रबुद्धि धर्म-अध्ययनार्थ मित्र राष्ट्र श्रीलंका प्रस्थान गर्नुभयो । परिवेणमा श्रामणेरहरूको अध्ययन एवं उचित व्यवस्थाका लागि विहारका सचिव भिक्षु धर्ममूर्ति पनि श्रीलंका जानुभयो । साथै केही महिनाअगाडि नेपाल फर्किनुभएका भिक्षु सरणंकर पुनः थप अध्ययनका लागि श्रीलंका जानुभएको छ । स्मरणीय रहोस् बुद्धधर्मसम्बन्धी सबैभन्दा धेरै उच्चशिक्षा अध्ययनरत डेढसयभन्दा बढि नेपाली भिक्षु तथा श्रामणेरहरू श्रीलंकामै छन् ।

### अनित्य-स्मरण सभा सम्पन्न



१५ पुष, काठमाडौं । विभिन्न बौद्ध संघसंस्था एवं सामाजिक संघ-संगठनसित जीवनपर्यन्त आवद्ध भई उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउनु हुने समाजसेवी उपासक श्री तीर्थ नारायण मानन्धरको २०६४ पुष ३ गते मंगलवारका दिन देहावसान भएको थियो । उनको योगदानलाई कदर गरी बुद्धजयन्ती समारोह

समिति, काठमाडौंको तत्वावधानमा विभिन्न धार्मिक, सामाजिक, शैक्षिक आदि संघसंस्थाहरूको सहभागितामा अनित्य-स्मरण सभा (श्रद्धाञ्जली) सम्पन्न भएको छ । सभामा नेपालका संघउपनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविर, अनागारिका संघका अध्यक्ष अनागारिका धम्मवती, पूर्वमंत्री प्रयाग राज सिंह सुवालले दिवंगत उपासकको बारेमा चर्चा गर्नुभयो । दिवंगत उपासकको फोटोअगाडि अनित्यस्मरण गरी पुष्पगुच्छद्वारा श्रद्धाञ्जली अर्पण गरिएको सो अनित्यस्मरण सभा धर्मोदय सभाका उपाध्यक्ष सुवर्ण शाक्यले संचालन गर्नुभयो ।

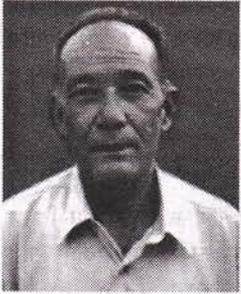
### लुम्बिनी विषयक वार्ता-गोष्ठी सम्पन्न

१९ पुष, काठमाडौं । नागरिक, उड्डयन तथा संस्कृति मंत्री पृथ्वी सुब्बाको समुपस्थितिमा "लुम्बिनी विगतदेखि वर्तमानसम्म (Lumbini Through The Ages)" विषयक वार्ता-गोष्ठी सम्पन्न भएको छ । लुम्बिनी विकास कोषका प्रमुख पुरातत्वविद् बसन्त बिडारीले लुम्बिनीको पुरातात्विक इतिहास एवं विगतदेखि वर्तमानसम्ममा भएगरेका विकासक्रम बारे Power Point माध्यमबाट रसियन कल्चरल भवनमा उपस्थित महानुभावहरूलाई जानकारी गराउनुभयो । उनको प्रस्तुतीमाथि पुरातत्व विभागका महानिर्देशक श्री कोषप्रसादले टिप्पणी गर्नुभयो । संस्कृति मंत्री पृथ्वी सुब्बाले लुम्बिनीको विकासमा विद्यमान समस्यालाई हलगर्न लुम्बिनीप्रति आस्थावानहरूको जनशक्ति निर्माण गर्न ध्यानपुऱ्याउनु पर्ने कुरा उठाउनुहुँदै लुम्बिनीका लागि प्राप्त हुने आर्थिक रकम उचित जनशक्तिको अभावका कारण समुचित रूपमा प्रयोग गर्न सकिने स्थिति नभएको बताउनुभयो । विभिन्न सोधिएका प्रश्नहरू बारे प्रमुख वार्ताकार बसन्त बिडारीले जवाफ दिनुभयो ।

धर्मोदय सभाको आयोजना सम्पन्न सो वार्ता-गोष्ठीमा सभाका अध्यक्ष साङ्गा रिन्पोछे, पूर्व अध्यक्ष एवं नेपालका संघउपनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविरको समुपस्थिति रहेको थियो भने सभामा धर्मोदय सभाका उपाध्यक्ष कान्छी व्यवस्था तथा राज्यमंत्री इन्द्र बहादुर गुरुङ्ग, विधायक लक्ष्मीदास मानन्धर, लु.वि.को. का उपाध्यक्ष डा. केशव मान शाक्यको उपस्थिति रहेको थियो । त्यसबेला धर्मोदय सभाका महासचिव सुचित्र मान शाक्यले स्वागत भाषण गर्नुभयो ।

### पूर्णकाजी उपासक तथा दूर्गादास उपासकको निधन

नेपालमा थेरवाद बुद्धधर्मको पुनर्जागरण कालेदखि धर्मप्रति समर्पित पूर्णकाजी तुलाधर उपासकको १५ पुष, २०६४ का दिन देहावसान भएको छ । ८९ वर्षीय दिवंगत पूर्णकाजी उपासक विभिन्न विहारको निर्माण, पुनः निर्माण एवं बौद्ध सामाजिक संस्थासित आबद्धभई उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउनुभएको थियो ।



यसरीनै उपासक दूर्गादास रंजितको २०६४ पुष ३ गते ७६ वर्षको उमेरमा देहावसान भएको छ । दिवंगत उपासकले बुद्धको विचारधारा, आर्यसंस्कृति, बुद्धकालीन प्रजातन्त्र र समाजवाद, बुद्धकालीन संस्कृति र परिस्थिति, बुद्ध र उहाँको धर्म, २१ औं शताब्दीमा बुद्धको शिक्षा किन ?, बुद्धको जीवनोपयोगी शिक्षाहरू एक विवेचना, धर्म जीवन जिउने कला, समाजको लागि बुद्धको शिक्षा, मिलिन्द प्रश्न (संक्षिप्त), त्रिपिटक प्रवेश, प्रेमपूर्व जीवन र सुखद मृत्यजस्ता पुस्तक प्रकाशनार्थ आर्थिक प्रायोजन गरी धर्मदान गर्नुभएको छ ।

### पूर्णकाजी उपासकको स्मृतिसभा सम्पन्न

१ पुष, काठमाडौं । नेपाली थेरवादी विहार एवं सामाजिक संघसंस्थासित आबद्ध भई उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउनुहुने दिवंगत पूर्णकाजी तुलाधर उपासकको पुण्यस्मृतिमा धर्मकीर्ति विहारमा अनित्य स्मरण सभाको आयोजना गरियो । नेपालका संघउपनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविर, नेपाल अनागारिका संघका अध्यक्ष एवं धर्मकीर्तिका प्रमुख अनागारिका धम्मवती तथा नेपाल थेरवाद दायक केन्द्रीय परिषद्का अध्यक्ष बखत बहादुर चित्रकारले सो सभामा दिवंगत उपासकको योगदान बारे चर्चा गर्नुभयो ।

यसरीनै पुष ३ गते धर्मचक्र आश्रममा पनि पूर्णकाजी उपासकको पुण्यस्मृतिमा अनित्य स्मरण सभाको आयोजना गरियो । दिवंगत उपासकको बारेमा बखत बहादुर चित्रकार, लोक बहादुर शाक्य, आशाभाइ तण्डुकार, डा. सानुभाइ डंगोल, डा. लक्ष्मण शाक्यले चर्चा गर्नुभयो ।



with best compliments from.....



G.P. Rolling Mills Pvt. Ltd.



Shree Ratna Rolling Mills

Manufacturer of Aluminium Circles, Sheets & Utensils

Man Bhawan, Jawalakhel / Lalitpur, Nepal.

Patan Industrial Estate, Plot No. 13 Lagankhel, Lalitpur, Nepal

GPO BOX 9658, KATHMANDU, NEPAL  
TEL.: 5533892 • FAX: (00977-1) 5533409  
e-mail: gp@enet.com.np

Purna Ratna Shakya  
Managing Director

जिमित लुमंका दिसँ !



लुं, बहःया तिसा,  
हिराया सामान न्याये माःसा  
राशी/ग्रह अनुसारया थीत न्याये माःसा  
स्वाप् तयादिसँ :

नव नवरत्न आर्ट

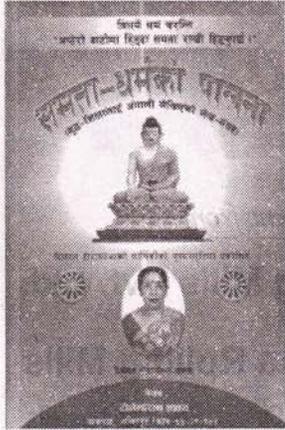
खिचापुखू, येँ ।

फोन ल्याः ४२४०१८१, ४२२३१८१

**पुस्तक प्राप्ति:**

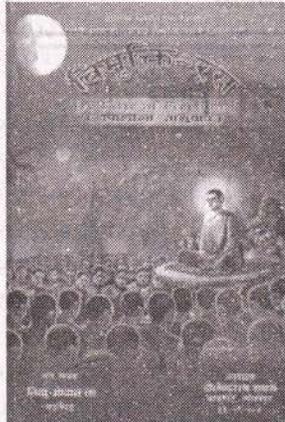
**- धर्मदूत**

**समता-धर्मको पालना तथा विमुक्ति रस विमोचन**



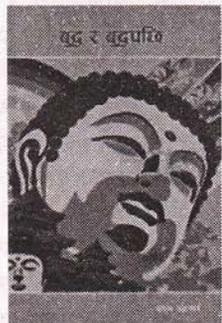
२९ पुष, ललितपुर ।  
अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका उपाध्यक्ष भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविरले दोलेन्द्र रत्न शाक्यकृत “समता-धर्मको पालना” तथा अनुदित “विमुक्ति-रस” दुईवटा पुस्तक एक समारोबीच विमोचन गर्नुहुँदै प्रमादको त्याग तथा निरन्तर अप्रमादमा प्रतिष्ठित हुनसके समताधर्मको पालना गर्न सकिने कुरा बताउनुभयो । समता धर्म पालना पुस्तकमा

संग्रहित १० वटै आलेखन वारे भिक्षु कोण्डन्यले विस्तृत रूपमा समीक्षा गर्नुभयो । दोलेन्द्र रत्न शाक्यले विमोचित पुस्तक वारे आफ्नो मनका भावना पोख्नुभयो । वरिष्ठ शिक्षाविद् प्रा.डा. वज्रराज शाक्यले सभापतित्वको आसनबाट प्रकाशित पुस्तक सबैका लागि पठनीय हुने बताउनुभयो । सभामा चित्ररत्न शाक्यले स्वागत भाषण गर्नुभएको थियो ।



विमोचित दुबै पुस्तक रंगीन कलेवरमा आकर्षक देखिन्छन् । महेन्द्र रत्न शाक्य, वीरेन्द्ररत्न शाक्य तथा संगीता शाक्य परिवारबाट धर्मदानको रूपमा प्रकाशित “समता-धर्मको पालना” १५६ पृष्ठको छ । यसरी नै थाइलैण्डका प्रसिद्ध भिक्षु आचानछकृत १०६ पृष्ठको “विमुक्ति-रस” पनि धर्मदानकै रूपमा हेराकुमारी शाक्य परिवारले प्रकाशन गरेको हो । दुबै पुस्तक

दोलेन्द्र रत्न शाक्यको दिवंगत धर्मपत्नी हीराशोभा शाक्यको वार्षिकी अवसरमा निर्वाण कामनाथ प्रकाशित गरिएका हुन् । बिक्रीमा



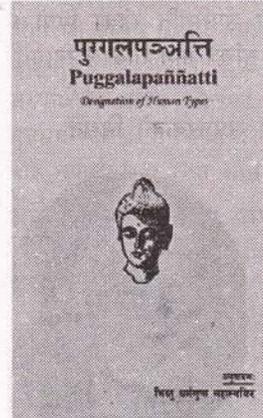
बुद्ध र बुद्धधर्मको विकासक्रमको इतिहास अध्ययन गर्नेहरूका लागि एउटा गतिलो महत्त्वपूर्ण पुस्तक “बुद्ध र बुद्धपछि” को दुतीय प्रकाशन भएको छ । मानव महामानव, बौद्ध-दर्पण जस्तो प्रसिद्ध पुस्तकका लेखक प्रकाश वज्राचार्यको सो पुस्तक उनकै पुण्यस्मृतिमा उनकै परिवारले धर्मदानार्थ आर्थिक व्ययभार गरेअनुरूप धर्मकीर्तिको १४९ औं प्रकाशन मालाको रूपमा प्रकाशित गरिएको हो । लेटर प्रेसबाट पहिलो प्रकाशन हुँदा १९६ पृष्ठको सो पुस्तक हाल १५९ पृष्ठमा रंगीन कलेवरमा प्रकाशित गरिएको छ ।

वि.सं. २०६२ मा असामयिक निधन हुनुभएका लेखक प्रकाश वज्राचार्यले निकै मेहनतकासाथ तयार गर्नुभएको सो पुस्तक बुद्धधर्मको ऐतिहासिक विकासक्रम वारे अध्ययनार्थीहरूका लागि निकै उपयोगी देखिन्छ । वस्तुतः लेखक महोदयले ठूलो मेहनतकासाथ तय गरिएको सो पुस्तकमा पादटिप्पणी वा सन्दर्भश्रोत क्रमिकरूपमा गाँसिदिने मिहेनत पनि गरिदिएको भए प्राज्ञिक रूपले यस पुस्तकको अझ महत्त्व बढ्ने थियो ।

नरहेका धर्मदानमा निःशुल्क प्राप्तहुने सो पुस्तक प्राप्त गर्न चाहनेले समयमै ५५२९२०४, ९७४१०५७७८५ नं. फोनमा सम्पर्क गर्न सकिने व्यहोरा जानकारी प्राप्त भएको छ ।

**पुगलपञ्जति (पुद्गलप्रज्ञप्ति) पिदन**

१४ पुष ललितपुर ।



चित्तवृत्तिअनुसार मनुत थी थीकथं दयाच्चनीगु खःसा थुकियात अभिधम्मपिटकया पुगलपञ्जति (पुद्गलप्रज्ञप्ति) ग्रन्थय् बाँलाक निर्देशन यानातःगु दु । नेपालय् पालिसाहित्यया त्रिपिटकमध्ये सूत्रपिटकया थ्यंमथ्यं फुकं ग्रन्थत नेपाल भाषाय् अनुदित जुया पिथनेज्या जुयेधुंकल । अभिधर्मया ब्वमध्ये नेपाल भाषाय् अनुदित जुया पिदंगु न्हापांगु ग्रन्थ पुगलपञ्जति सफू छगू धार्मिक

सभादथ्वी अखिल नेपाल भिक्षु महासंघया उपाध्यक्ष भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविरं विमोचन याना बिज्यात । ८३ पृष्ठया पिदंगु उगू सफू अभिधम्मपिटकया प्यंगूगु ग्रन्थ खः । थुकी थीथी ३९४ अथवा ३५७ म्ह प्रकार मनुतयगु व्यवहार, संस्कार व चरित्रकथं वर्णन यानातःगु दु । ग्रन्थय् गुलिं गुलिं व्यक्तिपिं दोहरे जुयाच्चंगु नं दु । भिगू निर्देशय् न्हव्वयातःगूमध्ये न्हापांगु निर्देशय् ५४म्ह, अले छसिकथं ५२ म्ह, ५१ म्ह, १२० म्ह, ७० म्ह, ६ म्ह, १४ म्ह, ८ म्ह, ९ म्ह व भिगूगु निर्देशय् १० म्ह व्यक्तिपिनि गुण व अवगुणया विषय निर्देश यानातःगु दु । मनुतय् चित्तवृत्ति-मनोवृत्ति म्हसिकेत माःगु व्यवस्थानया ज्ञानभण्डार धाये वा मनुतय् प्रवृत्ति विषयक मनोवैज्ञानिक सफू खः - पुगलपञ्जति । अनुवादक भिक्षु धर्मगुप्त महास्थविरं २६ पृष्ठया भूमिकामार्फत पारिभाषिक शब्दत विस्तृतरूपं न्हचव्वयातःगु दु ।

सफू उलेजेया भवलय् भिक्षु ज्ञानपूर्णक महास्थविर, भिक्षु धर्मगुप्त महास्थविर, त्रिपिटकया तःगुमछि ग्रन्थया अनुवादक दुण्ड बहादुर वज्राचार्यपिसं पिदंगु ग्रन्थया महत्त्व व ल्यं दनिगु ग्रन्थ अनुवाद ज्वीमाःगु खंय् वःव्यूसे न्ववाना बिज्याःगु खः । वीर-पूर्ण पुस्तक संग्रहालय, गाबहाल-ललितपुरया १३ गू ग्रन्थमाला प्रकाशनकथं पिदंगु पुगलपञ्जति ग्रन्थया मू १००।- (सच्छि) खः ।