

नेपालको पहिलो बौद्ध मासिक

आनन्दभूमि

२०७० कार्तिक पूर्णिमा/कति पुन्हि- वर्ष ४१
बु.सं. २५५७

अंक ६
ने.सं. ११३३

The Ananda Bhoomi (Year 41, Vol. 6)
A Buddhist Monthly : Oct./Nov 2013

प्रमुख सल्लाहकार:

भिक्षु मैत्री महास्थविर (प्रमुख, आ. कृ. वि.)

सल्लाहकार :

भिक्षु धर्ममूर्ति (कार्यवाहक प्रमुख, आ.कृ.वि.)

व्यवस्थापक तथा वितरक:

भिक्षु पियदस्सी, आनन्द कुटी विहार, ४२७१४२०

व्यवस्थापन सहयोगी : भिक्षु सरणंकर

वितरण सहयोगी : विवेक महर्जन

लेखा व्यवस्थापन : सुरेश महर्जन, स्वयम्भू

आवरण डिजाइन/भित्री सेटिङ्ग : विनोद महर्जन

कम्प्यूटर सज्जा : राजकुमार छुका, छवप

सम्पादन सहयोगी : भिक्षु अस्सजि

सम्पादक/प्रकाशन संयोजक:

कोण्डन्य

बुद्धविहार भृकुटीमण्डप, ४२२६७०२

वितरणार्थ सहयोगीहरु:

बुद्धजयन्ती समारोह समिति (श्रीघः), शर्मिला श्रेष्ठ (बौद्ध वृद्धाश्रम बनेपा), अ. इन्द्रावती-धर्मकीर्ति, सरिता अवाले (ललितपुर), वज्राचार्य (ललितपुर), सुश्री वीणा कंसाकार (बौद्ध महिला संघ नेपाल), सुश्री शकुन्तला प्रधान, श्रीमती केशरी वज्राचार्य, सुवर्णमुनि शाक्य (भैरहवा), विद्यादेवी शाक्य (बुटवल), याम शाक्य (बेनी), सर्जुलाल वज्राचार्य, देवेन्द्र शाक्य (पाल्पा), कृष्णप्रसाद शाक्य (बाग्लुङ्ग), विजय गुरुङ्ग (लमजुङ्ग) ।

मुद्रण:

आईडियल प्रिन्टिङ्ग प्रेस, ग्वाको, फोन: ५००७५६३

शाखा : पुल्चोक, फोन : २९२०२३५

प्रकाशक:

आनन्दकुटी विहार

आनन्द कुटी विहार, स्वयम्भू, फोन: ४२७१४२०

काजि.द.नं. ३४/०३४/०३५/म.क्षे.हु.नि.द.नं. ७/०६१/६२

बुद्धवचनमृत



सब्बे संखारा दुक्खाति- यदा पञ्जाय पस्सति ।

अथ निब्बन्दति दुक्खे-एस मगगो विसुद्धिया ॥

अर्थात् : सबै संस्कार दुःखका कारण हुन् भनी प्रज्ञायुक्त भएपछि संसारउपर वैराग्य उत्पन्न, यही नै विशुद्धि मार्ग हो ।

फुक्क संस्कार दुःखया कारण खः धका प्रज्ञायुक्त जुद्धुंका संसारउपर वैराग्य उत्पन्न जुइ, श्व हे विशुद्धि मार्ग खः ।

All conditioned phenomena are dukkha; when one sees this with Insight-wisdom, one becomes weary of dukkha (i.e., the khandhas). This is the Path to Purity.

- धम्मपद, २७८

आनन्द भूमि

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

फोन: ४२७१४२०

E-mail : anandakutivihar@gmail.com

gkondanya@gmail.com

info@anandabhoomi.com

Website: anandakutivihar.com.np

www.anandabhoomi.com

वार्षिक रू. १५०/-

एकप्रति रू. १५/-

वार्षिक ग्राहक बनी सहयोग गरौं ।

विश्व-विपश्यनाचार्य कल्याणमित्र गोयन्का अब रहेनन्



अनिच्चावत संस्वारा अर्थात् जतिपनि संस्कृत धर्महरू छन्, ती सबै नाशवान हुन्, परिवर्तन तथा गतिशीलतासँगै अनित्य, दुःख तथा अनात्म स्वभावसहित सम्पूर्ण जीव-जगत यस धर्तीबाट विलाउनु पर्छ भन्ने मान्यतालाई विश्व-जगतसामू जीवन्तरूपमा प्रचार-प्रसारमा समर्पित हुँदै अन्ततः गत आश्विन १२ गते ९० वर्षको उमेरमा विश्व-विपश्यनाचार्य कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्काको भौतिक देह अवसान भएको छ । म्यानमारमा जन्मिएका गोयन्कालाई जन्मलेभन्दा कर्मले विपश्यनाको साधारण साधकदेखि विश्व-विपश्यनाचार्यसम्मको सम्यक् मार्गमा पुऱ्याए । यसरी नै ध्यान-साधनालाई जीवनको अभिन्न अङ्गको रूपमा विपश्यना-ध्यानको माध्यमद्वारा विपश्यनाचार्य गोयन्काले जसरी जीवन जिउने कलाको रूपमा पृथक पहिचानसहितको मान्यता स्थापित गरेका छन्, यसउसले नै कल्याणमित्र विपश्यनाचार्य योयन्काको इहलौकिक जीवन-यात्रा सपात्तिपश्चात् पनि उनलाई स्मरण गर्ने तथा ती स्थापित मान्यताहरू अविच्छिन्न अविरल धाराप्रवाहका रूपमा कलकल धर्मगंगा बगिरहने सुनिश्चित छ ।

सन् १९२४ जनवरी ३० का दिन जन्मेका, व्यापारिक तथा उद्योगपति जनजीवनमा हुर्के-बढेका, सामाजिक-प्रतिष्ठा प्राप्त, धार्मिक जीवनप्रति भुकाव भएका, सरकारी प्रशासनिक पहुँचवाला, शिक्षित, धनाढ्य, लक्ष्य एवं सम्भ्रान्त व्यक्तित्वका धनी सत्यनारायण गोयन्कालाई वाल्यकालदेखि लागेको माइग्रेन (टाउको दुख्ने) लाई आधुनिक चिकित्साशास्त्रीय उपचारविधिले समेत कुनै सकारात्मक प्रभाव पार्न नसक्दा के खोज्छस् त कानो आँखा भनेजस्तै जतिबेला बर्मामा सिद्ध मानिने लेडी सयावोका कर्मठ शिष्य बर्मेली उ बा खिन् सयाजीलाई भेट्ने सुअवसर प्राप्त भयो, त्यतिबेला पारसमणि हात लागेजस्तै भयो, र सत्यनारायण गोयन्काको जीवनमा रचनात्मक युगान्तकारी कायापलट-स्थिति सृजना भयो । जीवनको रफ्तारले नयाँ आयामिक गति लिएपछि कतै नास्तिक पो भइने हो कि भन्ने डरपोकीभावसहितका गोयन्का, यसरी नै गीतामा उल्लेखित स्वधर्म निधन श्रेयः, परधर्ममा भयावह भन्ने संकुचित मानसिकताले थिचिएका गोयन्काले भलै माइग्रेनबाट मुक्त हुने अन्तरनिहित अभिप्राय र उद्देश्यसहित नै किन नहोस्, निर्लिप्त सन्त उ बा खिन्द्वारा विपश्यना-विद्या सम्यक् रूपमा प्राप्त गरिसकेपछि चित्तविकारलाई पखाल्ने, मानसिक कलुषितभावलाई ताछ्ने निरन्तर भावितामयी अभ्यासका कारण सदाका लागि माइग्रेनलाई विस्थापित गर्न सक्षम भए । अन्ततः गुरुदक्षिणालाई साकार पार्न भारतवर्ष हुँदै बुद्धजन्मभूमि राष्ट्र नेपालमा समेत नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ख वा अद्यावधि स्थापित ८ वटा विपश्यना-ध्यान केन्द्रमार्फत् सबैको मङ्गल हुने, कल्याण हुने साधनामयी जीवन जिउने कला विपश्यना विधि-अनुशासनलाई निरन्तरता दिन कल्याणमित्र गोयन्का सफल भए । स्मरणीय छ, आज विश्वमा १७५ वटा ध्यान केन्द्र स्थापना भइसकेका छन् ।

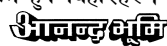
मुम्बइमा १० औं हजारले एकैपटक ध्यान गर्ने व्यवस्था भएको आश्चर्यचकित ग्लोबल पायुगोडाका परिकल्पनाकार, विपश्यना विशोधन विन्यास (Vipassana Research Institute) का प्रणेता विश्व-विपश्यनाचार्य कल्याणमित्र गोयन्काले विपश्यना-ध्यान-भावना-साधना तथा पालि त्रिपिटक साहित्य भण्डारका लागि जेजस्ता व्यवस्थापन गरेर गए, ती यावत आयामिक बुद्धशासनिक चर्यालगायत जनजन हितसुखका लागि भएगरेका कुसला कुसला धम्मासहित कुशलमूल कार्य सदापर्यन्त स्मरणीय भइरहने छ । परिवारसहित गृहस्थाश्रममा रहेर पनि बुद्धशिक्षालाई जनजनमा पुऱ्याउन, जोसुकैलाई समेटेी सहभागितामूलक तवरबाट प्रभावशाली एवं प्रभावकारी तवरले अगाडि बढ्न आचार्य गोयन्काद्वारा निर्दिष्ट रोडम्यापलाई अविरल धारा प्रवाहका रूपमा निरन्तरता दिँदै जान उनको विरासतपछि भने सम्बद्ध ध्यान केन्द्रहरूको काँधमा गहन जिम्मेवारी थपिनु स्वाभाविक हो । सार्वभौमिक, सार्वकालिक एवं सार्वजनीन महत्ता, विशेषता, उपादेयतासहितको जीवन जिउने कला-दुःख मुक्तिको साधना-जीवन सुखशान्तमय पद्धति विपश्यनालाई सम्प्रदायमित्र नबाँधी बुद्धिविलास तथा वाणीविलास निरपेक्ष रूपमा स्थापना गर्न आवश्यक पारिशुद्धिकगुणयुक्त गहकिलो गम्भीर व्यक्तित्वका धनी विश्व-विपश्यनाचार्य कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्काको आयामिक योगदानलाई धर्मसंवेगसहित स्मरण गरिँदा जोकसैलाई धर्मप्रीतिको अनुभूति हुन्छ नै । यावत शासनिक कार्यलाई स्मरण गरी निब्बानस्स पच्चयो होतु भनी अनित्यानुपशियक धर्मसंवेगसहित मैत्रीपूर्वक उहाँ विश्व-विपश्यनाचार्य कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्काको सुगतिसहित निर्वाण कामना !

R. B. B.

विषय-सूचि

क्र.सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ
१.	विपश्यना के हो ?	कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का	४
२.	विपश्यना आचार्य गोयन्काको निधन	कृष्ण ढुंगाना	८
३.	मेरो भाग्योदय भयो - १	कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का	१०
४.	मेरो भाग्योदय भयो - २	कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का	१४
५.	धर्मको सार	कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का	१८
६.	नेपालमा ध्यान शिविर सञ्चालन सुरुवात कसरी ?	कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का	२०
७.	नागरिकता प्राप्तिका लागि अधिष्ठान	कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का	२२
८.	निरोगीलाई लामो समयसम्म बाँच्ने उपाय	लोकबहादुर शाक्य	२५
९.	अविवेकी नखः - मोहनी नखः	हेरारत्न शाक्य	२७
१०.	आचार्य गोयन्काप्रति श्रद्धादीप !	राज शाक्य	२७
११.	Vipassana Continues To Benefit Mankind		28
१२.	बौद्ध गतिविधि		३०

यस वर्ष २०७० मा हुने कथिनोत्सवको तालिका (कार्तिक ३-मंसिर १ सम्म)

गते	बार	विहार (कार्तिक महिनाको)	गते	बार	विहार (कार्तिक-मंसिर महिनाको)
३	आइत	जितवन विहार, थानकोट	१५	शुक्र	नगरमण्डप श्रीकीर्ति विहार, कीर्तिपुर
		रत्नविपश्यना विहार, सानो भन्याङ्ग			कुटी विहार, कोटेश्वर
४	सोम	श्रीघः विहार, नघल	१६	शनि	पुण्योदय विहार, जल
		शिखलापुर विहार, धुलिखेल	१७	आइत	धमचक्र आश्रम, बागबजार
५	मंगल	प्राणधीपूजा विहार, बलम्बु	२१	बिहि	बौद्ध समकत विहार, ख्वप
		पाटी विहार, थिमि	२२	शुक्र	बोधिचर्या विहार, बनेपा
६	बुध	धम्मावास विहार, खुसिबुं	२३	शनि	आनन्दकुटी विहार, स्वयम्भू
७	बिही	सुमंगल विहार, लुँखुसी			● धापाखेल बुद्धविहार, ललितपुर
८	शुक्र	संघाराम विहार, ढल्को	२४	आइत	गण महाविहार, गणबहाल
		शाक्यसिंह विहार, थैना			सिद्धिपुर विहार, थसि
९	शनि	अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्र, शंखमूल	२६	मंगल	आनन्दभूवन विहार, स्वयम्भू
		बौद्धजन विहार, सुनाकोठी	२७	बुध	विश्वशान्ति विहार, नयाँ बानेश्वर
		बुद्धविहार भृकुटीमण्डप, काठमाडौं	२८	बिही	शुभमंगल विहार, थानकोट
१०	आइत	ध्यानकुटी विहार, बनेपा	२९	शुक्र	● दोम्बु विहार, बलम्बु
		पद्मसुगन्ध विहार, मजिपात			नगदेश बुद्धविहार, ठिमी
		● सुदर्शन विहार, बनेपा			जितापुर गन्धकुटी विहार, खोकना
११	सोम	पूर्वाराम विहार, धुलिखेल	१	शनि	यम्पि महाविहार, इबही
१२	मंगल	मणिमण्डप महाविहार, पट्को ल.पु.			मनमैजु ध्यानकुटी विहार, मनमैजु
१३	बुध	बुद्धभूमि महाविहार, टोखा	नोट : कुनै कुनै विहारमा सीमित प्रव्रजितहरूलाई मात्र निमन्त्रणा ● दिवा कथिनोत्सव कार्यक्रम हुने विहारहरू ।  वर्ष ४१ अंक ६		
	● धम्मकाय गोदावरी				
१४	बिही	चतुर्ब्रह्म बुद्धविहार, मातातीर्थ			



विपश्यना के हो ?

कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

विपश्यना-ध्यान भगवान् गौतम बुद्धले दर्शाउनुभएको एक चित्त विशोधन-विधि हो जुन सहज छ; मिथ्या आडम्बर र अन्ध-विश्वासबाट विहीन पूर्ण रूपमा वैज्ञानिक हो ।

विपश्यना अर्थात् विशेष रूपले हेर्नु । आफ्नो पदार्थ स्वरूपको स्वयं निरीक्षण गर्नु । शीलपालन गरी श्वासप्रश्वासमा चित्त एकाग्र गर्नु र त्यसपछि अन्तर्मुखी भई काया र चित्तको यथाभूत स्वभाव र क्रियाको निरीक्षण गर्नु । स्वानुभूतिको आधारमा त्यसको अनित्य, दुःखमय निस्सार स्वभाव बुझ्नु । यस किसिमले त्यसप्रति उत्पन्न हुने गहिरो आशक्तिहरूबाट अलग भई मुक्त जीवन जिउनु- यही विपश्यना हो ।

शील-सदाचारी अर्थात् हिंसा, चोरी, व्यभिचार, भ्रूट र मद्य सेवनबाट अलग राख्ने संयमशील मानव तयार गर्नु; चित्तको एकाग्रताबाट मानव-मनको सुसुप्त शक्तिहरू जागृत गरी आ-आफ्नो कार्य-क्षेत्रमा बढीभन्दा बढी निपुण बनाउनु; प्रज्ञाको अभ्यासबाट राग, द्वेष, काम, क्रोध, भय, आशङ्का आदि-आदि अकुशल बृत्तिका शमन, निर्मूल गरी चित्तलाई विशुद्ध गर्नु अनि त्यसमा मैत्री, करुणा, मुदिता तथा उपेक्षारूपी ब्रह्मीय सदगुणहरूले भरि जसबाट मानव-मानवमा पारस्परिक स्नेह, सहानुभूति, सहयोग, सहिष्णुता र स्वार्थविहीन सेवाभावको; सदगुणको विकास होस् । यही विपश्यनाको सर्वलोक-हितकारी लक्ष्य हो ।

विपश्यना ध्यानको प्रशिक्षण मानिसहरूलाई कुनै सम्प्रदायमा दीक्षित गर्नको लागि होइन । बरु धर्ममा दीक्षित गर्नको लागि हो । धर्म अर्थात् सार्वजनीन, सर्व-हितकारी, सार्वकालिक, सनातन धर्म, मानव धर्म । धर्मको अर्थ हो- शान्त-चित्तको शुद्ध, सरल, स्वच्छ व्यवहार । विपश्यना विविधलाई

दिवंगत विश्व-विपश्यनाचार्य सत्यनारायण गोयन्काप्रति सुगतिसहित निर्वाण कामना गरी उहाँकै जीवनसित सम्बद्ध विपश्यना-साधनासम्बन्धी नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृंवाट प्रकाशन हुने साधकहरूका लागि प्रेरणा-पत्र विपश्यना बुलेटिनमा प्रकाशित लेख-रचनाहरूलाई संकलन तथा सम्पादन गरी पुनः प्रचारार्थ प्रकाशित गरिएको हो । हाल नेपाल विपश्यना केन्द्रअन्तर्गत धर्मश्रु, धम्म-जननी, धम्म-पोखरा, धम्म-तराई, धम्म-विराट, धम्म-चितवन, धम्म-किति, धम्म-सुर्खेत गरी टवटा ध्यान केन्द्रहरू संचालनमा रही विपश्यना-साधनाको प्रचार कार्यहरू अगाडि बढिरहेको जानकारी गराइन्छ- सम्पादक, आनन्द-भूमि ।

कुनै पनि जाति, वर्ग सम्प्रदाय, देश, काल र बोली-भाषाको व्यक्तिले सजिलैसँग अपनाउन सक्तछ । सबैको लागि यो समान रूपमा कल्याणकारी हो ।

विपश्यना किन ?

मनमा मैत्री करुण रस, वचन अमृत घोल ।

जनजनको हितको लागि धर्म शब्द नै बोल ॥

शान्ति र चैन कसलाई चाहिँदैन जब कि सारा संसारमा अशान्ति र बेचैनले छाएको देखिन्छ । शान्तिपूर्वक जिउनुलाई जिउने कला सिक्नुपन्यो । सत्य-धर्म साँचिकै जिउने कला नै हो, जसबाट हामी स्वयं पनि सुखशान्तिपूर्वक जिउँ तथा अरुहरूलाई पनि सुख-शान्तिले जिउन दिउँ । शुद्ध-धर्मले यही सिकाउँछ, यसकारण सार्वजनीन, सार्वकालिक र सार्वभौमिक हुन् । सम्प्रदाय धर्म होइन, सम्प्रदायलाई धर्म मान्नु प्रवचना हो ।

यस अङ्क



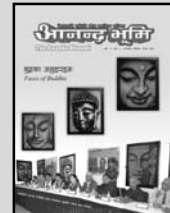
आनन्दभूमि

पढौं पढाऔं, समयमै वार्षिक ग्राहक बनौं

आनन्द कूटी विहार संस्था, पो.ब.नं. ३००७, काठमाडौं, फोन: ४२७९४२०

E-mail : anandakutivihar@gmail.com, anandakutivihar@ntc.net.np
gkondanya@gmail.com, kondanya@soon.com

गताङ्कमा



बुभन्नु होस् ! धर्जले कसरी शान्ति दिन्छ ?

पहिले यो थाहा पाउँ कि हामी अशान्त र बेचैन किन हुन्छौं । राम्रोसँग विचार गरेर हेरेमा स्पष्ट हुन्छ कि जब हाम्रो मन विकारले विकृत हुन्छ तब अशान्त हुन्छ । चाहे क्रोध होस्, लोभ होस्, भय होस्, ईर्ष्या होस् वा अरु कुनै । त्यसबेला विक्षुब्ध भई हामीले सन्तुलनलाई गुमाउँदछौं । हामीमा रिस, ईर्ष्या, भय आदि नआउने के औषधी छ ? आई नै हाले पनि यसबाट अशान्त नहुने के उपाय छ ?

आखिरमा यी विकार किन आउँछन्? धेरै जसो त कुनै अप्रिय घटनाको प्रतिक्रिया स्वरूप आउँदछन् । त्यसोभए यस दुनियाँमा बसेर पनि कुनै अप्रिय घटना घट्ने के सम्भव छ त ? कुनै प्रतिकूल परिस्थिति उत्पन्न हुँदैन? अहं, यो कसैको लागि पनि सम्भव छैन । जीवनमा प्रिय-अप्रिय दुबै प्रकारका परिस्थिति आई नै रहन्छन् । प्रयत्न यही गर्नु पर्दछ कि प्रतिकूल परिस्थिति उत्पन्न भएपनि हामी मनलाई शान्त र सन्तुलन राख्नसकौं । बाटोमा काँडा-कङ्कुर रहन्छन् नै । उपाय यही हुनसक्दछ कि हाम्रै जुा लगाएर हिडौं । तीब्र वर्षा-घाम आउँछ, बच्ने उपाय यही छ कि हामी छाता ओढेर हिडौं अर्थात् प्रतिकूल परिस्थितिमा पनि हामी आफ्नो सुरक्षा आफै गर्न सिकौं ।

सुरक्षा यसैमा छ कि कसैले गालि देओस्, अपमान गरोस् तैपनि नरिसाईकन निर्विकार भइरहौं । यहाँ एउटा कुरा विचारणीय छ कि कुनै व्यक्तिले अयोग्य व्यवहार गरे पनि अर्थात् उसको दोषको कारणले क्षोभ वा विकार ममा किन हुन्छ? यसको कारण ममा अर्थात् मेरो अचेतन मनमा संचित अहङ्कार, आशक्ति, राग, द्वेष, मोह आदिको गाँठो हुनु जसमा उक्त घटनाको आघात लाग्दा क्रोध, द्वेष आदि विकार चेतनामा उत्पन्न हुन्छन् । यसकारण जुन व्यक्तिको अन्तर्मन अति शुद्ध हुन्छ, उसलाई यस्तो घटनाबाट कुनै विकास अथवा अशान्ति हुन पाउँदैन ।

परन्तु प्रश्न यो आउँछ कि जबसम्म अन्तर्मन शुद्ध हुँदैन तबसम्म गर्ने के? मनमा पूर्व संचित संस्कारका फोहर मैला त छँदै छन् अनि यसैको कारणले कुनै अप्रिय घटनासँग सम्पर्क हुने वित्तिकै नयाँ विकार उल्लेख आउँछ, यस्तो अवस्थामा के गरौं ?

एउटा उपाय त यो हो कि मनमा कुनै विकार उत्पन्न हुँदा त्यसलाई अन्त कतै लगाई दिउँ । कुनै अरु विचारमा अथवा अरु नै काममा । अर्थात् वस्तुस्थितिबाट मोडेर जाऔं । तर यो सही उपाय होइन । जसलाई हामीले अर्कोतर्फ लगायौं त्यो त माथि-माथिको चेतन मन भयो । भित्रको अचेतन अथवा अर्ध-चेतन मन चाहिँ त्यस्तै प्रकारले

क्षुब्ध भई भित्र-भित्रै मसिनो धागोभै गाँठो पर्देजान्छ । भविष्यमा कुनैबेला यो गाँठो उल्लेख आउँदा चेतन मनमा आउँछ र यसले बढी अशान्ति र बेचैनी उत्पन्न गराइदिन्छ । अतः पलायन हुनु समस्याको सही समाधान होइन । रोगको सही औषधी होइन ।

यस समस्या समाधानको खोजी लगभग २५०० वर्ष पहिले यही देशमा भगवान गौतम बुद्धले गर्नुभयो र मानिसको कल्याणको लागि यसलाई सर्व सुलभ बनाई दिनुभयो । उहाँले आफ्नो अनुभूतिको आधारमा साक्षात्कार गर्नुभयो कि यस्तो अवस्थामा पलायन नभइकन वस्तुस्थितिको सामना गर्नुपर्दछ । कुनैपनि घटनाको कारणले जुन विकार उत्पन्न हुन्छ, त्यसलाई यथावत् हेर्नु पर्दछ । रिसआएमा रिसलाई जस्तो छ, त्यस्तै हेर्नु, हेर्दैरहनु । यसबाट रिस शान्त भएर जान्छ । यस्तै किसिमले जुन विकार उत्पन्न हुन्छ, त्यसलाई यथाभूत हेर्न लागेमा उसको शक्ति क्षणी भएर जानेछ । तर समस्या यो छ कि जुन बेला विकास उत्पन्न हुन्छ, त्यसबेला हामीमा होश हुँदैन । रिस आउँदा यो जाँदैनाँ कि रिस आयो । रिस गइसके पछि होश आउँछ । अनि चिन्तन हुन्छ कि ठूलो भूल भयो जुन रिसको भोकमा कसैलाई गाली दियो अथवा कुट-पिट गर्न पुग्यो । यस कुरामा पश्चाताप गर्दछौं । तर फेरि पनि त्यस्तो परिस्थिति आएमा फेरि त्यस्तै गर्दछौं ।

वस्तुतः क्रोध आउँदा हामीमा होश रहँदैन । पछि होश आउँदा पश्चाताप गरेर लाभ हुने होइन । चोर आउँदा सुतिरहनु, अनि उसले घरको सामान चोरी सकेपछि ऋटपट ताला लगाएर यसबाट के फाइदा हुन्छ? सर्प निस्केर भागिसकेपछि लड्छि उठाएर के काम लाग्यो? विकार आउने बेलामा कसले होश लगाई दिन्छ? के प्रत्येक व्यक्ति सचेत हुनका लागि आफ्नो साथमा कुनै सहायक राख्ने? यो सम्भव छैन । तर मानौं कि सम्भव पनि भयो कसैले आफ्नो लागि कोही सहायक नियुक्त गर्नु र यसै अवसरमा त्यस सहायकले सचेत पनि गराइदियो कि "तपाईं रिसाउनुभयो", "आफ्नो रिसलाई हेर्नुस्" यहाँ अर्को समस्या यो आइपर्दछ कि अमूर्त क्रोधलाई कसरी हेर्ने? जब क्रोधलाई हेर्ने कोशिश गर्दछ तब जसको कारणले क्रोध आएको हो, त्यही आलम्बन बार-बार मनमा आउँछ र 'आगोमा घिउ खन्याउने काम गर्दछ' । त्यसैमा उत्तेजित हुन्छ । त्यसैको चिन्तनले विकारबाट कसरी अलग्ग हुन सकिन्छ ? बरु त्यसलाई प्रेरणा मिल्छ । अनि फेरि अर्को समस्या यो हुन्छ कि आलम्बनबाट अलगिएर अमूर्त विकारलाई साक्षीभावले कसरी देख्न सकिन्छ ?

अतः हाम्रो अगाडि दुई समस्या छन् । पहिलो समस्या यो हो कि विकार उत्पन्न हुँदा, हामी कसरी सतर्क

रहने? दोस्रो समस्या यो हो कि सतर्क नै भए पनि अमूर्त विकारलाई साक्षीभावले कसरी निरीक्षण गर्ने? त्यस महापुरुषले प्रकृतिको सत्यतालाई राम्रोसँग खोजी गरी निष्कर्षमा पुग्यो कि कुनैपनि कारणले जब मनमा विकार उत्पन्न हुन्छ तब एकातिर श्वासको गतिमा अस्वाभाविकता आउँछ; अर्कोतिर शरीरको अङ्ग-प्रत्यङ्गमा सूक्ष्मस्तरमा कुनै न कुनै प्रकारका जीव-रसायनिक क्रिया चलन थाल्दछ । यदि यी दुबै स्थितिलाई हेर्ने अभ्यास गर्नसकेमा परोक्ष स्वतः क्षीण भई निर्मूल हुनथाल्दछ । श्वास हेर्ने अभ्यासलाई आना-पान सति भनिन्छ र शरीरमा हुने जीव रसायनिक प्रक्रियाको साक्षीभावले हेर्ने अभ्यासलाई विपश्यना भनिन्छ । दुबैको एक अकोसँग घनिष्ट सम्बन्ध छ । यी दुबैको राम्रो अभ्यास गर्ने बानी बसिसकेपछि कुनैपनि कारणले मनमा विकार उत्पन्न भएमा पहिलो काम यो हुन्छ कि श्वासमा परिवर्तन भएको गति र शरीरमा उत्पन्न हुने कुनैपनि प्रकारको जीव-रसायनिक प्रतिक्रियाले हामीलाई सतर्क गराउँदछ कि चित्तधारामा कुनै विकार उत्पन्न भइरहेछ । श्वास र यस सूक्ष्म संवेदनालाई हेर्नसकेमा स्वभावतः त्यसबेला उल्लेका विकारको उपशमन, उन्मूलन हुन्छ । जुन बेला हामी आफ्नो श्वासको आवत-जावतलाई साक्षीभावले हेर्दछौं अथवा शरीरको जीव-रसायनिक वा विद्युत-चुम्बकीय प्रतिक्रियालाई साक्षीभावले हेरिरहन्छौं, त्यसबेला विकार उत्पन्न हुने आलम्बनसँगको सम्पर्कबाट सजिलैसँग छुट्नजान्छ । यस्तो हुनु वस्तुस्थितिबाट पलायन होइन । किनकि अन्तर्मनसम्म त्यस विकारले जुन हलचल मचायो त्यस सत्यततामा अभिमुख भई हेरिरहन्छौं । अटूट-अभ्यासद्वारा आफूले आफूलाई हेर्ने यस कलामा जति पुष्ट हुन्छ, त्यति नै स्वभावको अङ्ग बन्न जान्छ र विस्तार-विस्तारै यस्तो स्थिति आउँछ कि विकार उत्पन्न नै हुँदैन

अथवा उत्पन्न भए पनि धेरै बेरसम्म रहँदैन; बेरसम्म रहे पनि ढुङ्गामा कोरेको जस्तो गहिरो संस्कार बन्दैन । बरु पानी वा बालुवामा कोरेको धर्सो संस्कार बन्दछ, जसबाट चाँडै छुटकारा पाउँछ । संस्कार जति गहिरो बन्छ, उति नै बढी दुःखदायी र गाँठो बाँधिने हुन्छ । जति शक्तिले र जति बेरसम्म विकारको प्रक्रिया चल्दछ, अन्तर्मनमा त्यसको त्यति नै गहिरो छाप पर्दछ । अतः कामलाग्दो कुरो यही हो कि विकार आउने वित्तिकै त्यसलाई साक्षीभावले हेरेर त्यसको शक्ति कमजोर गरी दिनु जसबाट त्यो धेरै बेरसम्म चलेर भित्रसम्म पस्न नसकोस् । आगो सल्कने वित्तिकै त्यसमा पानी छर्की दिउं । यस्तो नहोस् कि त्यसमा पेट्रोल छर्केर त्यस आगोलाई बढी दन्काओस् । उत्पन्न भइसकेको विकारमा सम्पर्क भई त्यसलाई तुरुन्त हेर्नु त्यस विकाररूपी आगोमा पानी छर्किनु जस्तै हुन् र जुन आलम्बनलाई लिएर विकार जगाउँछ, त्यसमा बारम्बार चिन्तन गर्नु त्यसमा पेट्रोल छर्किनुभै हुन् । आफ्नो अपमानको अप्रिय घटनालाई सम्झिरहनु द्वेषको धर्कोलाई तान्दै गहिरो बनाउनु हो । त्यसबाट छुटकारा पाउन पनि गाह्रो हुनजान्छ ।

प्रकृतिको कानूनलाई ऋतु भनिन्छ । हामी त्यसलाई धर्म भन्दछौं । यो प्रकृतिको नियम हो कि हाम्रो मनमा विकार आउँदा हामी अशान्त हुन्छौं र विकारबाट मुक्त हुन बित्तिकै अशान्तिबाट मुक्त हुन्छौं । सुख-शान्ति पाउन थाल्छौं । प्रकृतिको यस नियमलाई साक्षात्कार गरी विकारबाट मुक्त हुने तरिका कोही महापुरुषले धर्मको रूपमा दुःखी भएका मानिसहरूलाई दिन्छ । तर आफ्नो पागलपनमा ती तरिकालाई अनुशरण गर्नुका सट्टा अथात् धर्म धारण गर्नुको सट्टा हामी त्यसलाई वाद-विवादको विषय बनाई सिद्धान्तको लडाईंमा लाग्दछौं र कोरा-बुद्धि विलासबाट आपसमा विद्रोह भावना बढाई आफ्नो



विश्व-विपश्यनाचार्य गुरु कल्याणमित्र सत्यनारायण
गोयन्कालाई सुगतिसहित निर्वाण प्राप्त होस् भन्ने
कामना गर्दछौं ।



मिलन बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेड

ह्वनाछैं, पाको, न्यूरोड, काठमाडौं ।

फोन: ४२३१०३६, ४२२२०६५, फ्याक्स : ४२१६१६७

हानी गर्दछौं । विपश्यना दार्शनिक सिद्धान्तको सङ्घर्ष होइन । प्रत्येक व्यक्तिले ज्ञान-चक्षुबाट आफूले आफूलाई हेरुन्, स्व:निरीक्षण गरुन् । आफूभित्र विकारको आगो लागेमा आफैले हेरेर निभाओस् । यही सम्यक्-दर्शन हो । यी 'स्व'को निरीक्षण हो । ज्ञान-चक्षुको निरीक्षण हो । अनुभूतिको स्तरमा सत्यको निरीक्षण हो । जागरूक भई जस्तो छ त्यस्तै सत्यलाई निरीक्षण गर्ने अभ्यास विपश्यना हो । यसलाई बुद्धिविलासको विषय बनाएर केही लाभ हुँदैन । पढेर-सुनेर अथवा चर्चा-परिचर्चा गरी बौद्धिकस्तरमा विषयलाई बुझ्न सकिन्छ । त्यसबाट केही प्रेरणा पनि प्राप्त हुन सक्तछ । तर वास्तविक लाभ अभ्यास गर्नुमा नै छ । आफ्नो मनलाई विकारबाट विकृत हुन नदिनु, सधैं सतर्क भई 'स्व' को निरीक्षण गर्दैरहनु, यो काम अभ्यास नभइकन सम्भव हुँदैन । जन्म-जन्मान्तरदेखि मनमा जुन संस्कार, विकारका छाप परेका छन् र नयाँ-नयाँ विकार बनाउँदै रहने जुन स्वभाव बन्नगयो; त्यसबाट छुटकारा पाउनको लागि साधनाको अभ्यास अत्यन्त आवश्यक छ । त्यसलाई खालि सैद्धान्तिकस्तरमा सम्झेर पुग्दैन र न केवल दस दिनको एक शिविर लिँदैमा पुग्दछ । अटूट अभ्यासको अति जरूरी छ ।

मात्र दस दिनको अभ्यासले कोही व्यक्ति पारंगत हुन सक्तैन । दस दिनमा त भविष्यमा अभ्यास गर्नको लागि विधिलाई सिक्नु मात्र हुन्छ । अभ्यास चाहिँ जीवनभर गर्नु पर्दछ । जति अभ्यास बढाउँदै गयो, उति धर्म जीवनमा आउँछ । जीवन जिउने कला पुष्ट हुन्छ । आत्मसतर्कता बढेमा आचरण सुध्रिन्छ, चित्त निर्मल, निर्विकार हुन्छ । निर्मल-निर्विकार चित्त मैत्री, करुणा, मुदिता र समताको सद्गुणले स्वभावतः परिपूर्ण हुन्छ । साधक स्वयं कृतकृत्य हुन्छ नै; समाजको लागि पनि सुखशान्तिको कारण बन्दछ ।

ठूलो भाग्यले यो आत्म-निरीक्षण अर्थात् स्व-निरीक्षणको

अभ्यास, विपश्यनाको साधना-विधि ब्रह्मदेशमा पच्चीस सय वर्षदेखि आजसम्म शुद्ध रूपमा जीवित छ । मलाई सौभाग्यले यस विधि सिक्ने कल्याणकारी मौका प्राप्त भयो । शारीरिक रोगको साथ-साथै मानसिक विकार एवं आशक्तिपूर्ण तनावबाट टाढा रहने मार्ग भेट्टाएँ । साँचै भन्ने हो भने एउटा नयाँ जीवन नै पाएँ । धर्मको मर्म जीवनमा ल्याउनसक्ने एक मङ्गलको धार प्राप्त भयो । यो विधि पुरातन विधि हो, पवित्र सम्पदा हो । कुनै कारणवश: यहाँबाट लुप्त हुनगयो । मैले भागीरथले भैं यस हराइसकेको धर्म-गङ्गालाई ब्रह्मदेशबाट भारत देशमा फेरि ल्याउँदैछु र जसलाई पाएर ठूलो सौभाग्य मान्दछु ।

म सम्झन्छु कि विकारबाट विकृत भई कति दुःखी भएको थिएँ । अब यी विकारबाट छुटकारा पाई कतिपय दुःखबाट मुक्त भएँ, सुखको भागी बनेँ । यसकारण म चाहन्छु कि बढीभन्दा बढी मानिस जो आफ्ना विकारबाट विकृत छन् र त्यसबाट दुःखी छन्; तिनीहरूले यस कल्याणकारी विधिद्वारा विकारबाट मुक्त हुन सिकुन् र दुःखबाट मुक्त भई सुख-लाभी होऊन र आफ्नो दुःख आफूमा मात्र सीमित नराखी अरुहरूलाई पनि बाँडी दिन्थे । अरुहरूलाई पनि दुःखी बनाइदिन्थे । त्यसबेला मसँग अरुलाई दिनको लागि दुःख नै थियो । अब मलाई लाग्दछ कि यस कल्याणकारी विधिद्वारा जति-जति विकारबाट मुक्त भएँ र त्यसको फलस्वरूप जति सुखशान्ति प्राप्त गरेँ ती मानिसहरूलाई दिउँ । यसलाई दिँदा सुख सम्बर्द्धन हुन्छ । मन हलुङ्गो हुन्छ । यस दश दिनको शिविरमा मानिसहरू धेरै जसो मलिन मुख लिएर आउँछन् र शिविर समाप्तिमा उज्यालो अनुहारले घर फर्कन्छन् । त्यसैले मन साँचै नै सुख-सन्तोषले भरिएको ठहर्दछ । बढीभन्दा बढी मानिस यस मङ्गलकारी विधिको लाभ उठाएर सुख-लाभी होउन्; बढीभन्दा बढी मानिसलाई राम्रो होस्, कल्याण होस्, मङ्गल होस् । यही धर्म कामना छ । 



**विश्व-विपश्यनाचार्य गुरु कल्याणमित्र सत्यनारायण
गोयन्कालाई सुगतिसहित निर्वाण प्राप्त होस् भन्ने
कामना गर्दछौं ।**



बलम्बु च्याउ सहकारी संस्था लि.

बलम्बु, काठमाण्डौ

बलम्बु-६, काठमाण्डौ, फोन नं. ४३१४८४४,
इमेल: bmc_coperative@yahoo.com

विपश्यना आचार्य गोयन्काको निधन

कृष्ण ढुंगाना

जसले आफू बौद्ध हुँ भनेर कहिल्यै स्विकारेनन्, तर विश्वभर बुद्धको शिक्षा फैलाए । जसले सम्प्रदायको साँघुरो घेरा कहिल्यै निर्माण गरेनन्, बरु सबै राष्ट्रका मान्छेमा आश्चर्यजनक गहिराइबाट स्वतन्त्रताको चेतना जगाइदिए । जसको जीवनको सार भन्नु नै सबै वर्गका मानिसलाई समान ढङ्गले दुःखबाट सुखतिर र बन्धनबाट स्वतन्त्रतातिर बाटो देखाउनु रह्यो ।

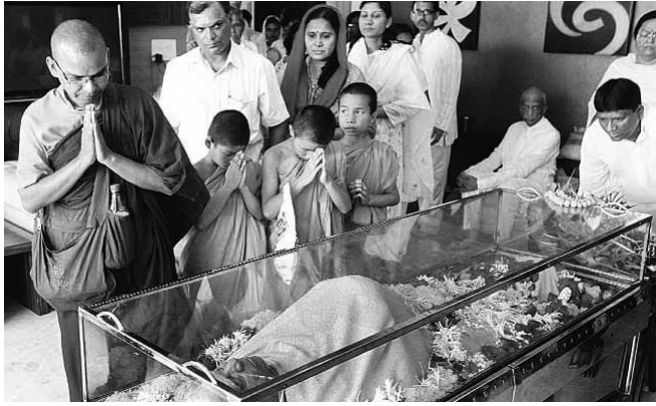
विश्वका करोडौं गृहस्थसम्म विपश्यना ध्यान पुऱ्याउने उनै सत्यनारायण गोयन्काको ९० वर्षको उमेरमा गत आश्विन १२ गते राति भारतको मुम्बईमा निधन भएको छ ।

सन् १९२४ जनवरी ३० मा बर्माको उद्योगी परिवारमा जन्मेका उनी कुनैबेला त्यहाँको 'उत्कृष्ट १० धनीमध्ये छैटौं स्थानमा थिए । विपश्यना आचार्य सयाजी ऊ बा खिनलाई नभेटेसम्म उनको अर्को परिचय हिन्दू नेताको रूपमा रह्यो ।

२५ वर्षको उमेरमा माइग्रेन रोगले गाँज्नु अघि नै उनी गीता र वेदमा पारंगत भइसकेका थिए ।

घातक माइग्रेन रोग अमेरिकाका विख्यात चिकित्सकले समेत निको पार्न नसकेपछि बर्मेला धनाढ्यका पाइला विपश्यनातर्फ लम्किए । मस्तिष्कको अभ्यास गराउने साधनाको असरले

उनी स्वस्थ भए । तत्कालीन बर्माका प्रभावशाली आचार्य ऊ बा खिनको सानिध्यमा १४ वर्ष साधना सिकेपछि सन् १९६९ मा उनी पुर्खाको मुलुक भारत फर्किए । व्यापारको जिम्मेवारी छोराहरूलाई सुम्पिए । अनि बुद्ध विद्या बाँड्नु श्रीमती इलाइचीदेवीका साथ १० वर्ष भारत यात्रामा निस्किए । दोस्रो चरणमा उनको यात्रा युरोप र अमेरिकामा भयो ।



इसाइ, मुस्लिम, हिन्दूसहित विश्वका सबै विख्यात साम्प्रदायिक नेता उपस्थित विश्व-मञ्चमा उनले ओजपूर्ण स्वरमा भनेका थिए, 'एउटा संगठित सम्प्रदायबाट अर्कोमा रूपान्तरण गर्नुभन्दा मानिसलाई दुःखबाट सुखतिर र हिंसाबाट करुणातिर रूपान्तरण गर्नुपर्छ ।'

बुद्ध जन्मको २ हजार ५ सय वर्षपछि सन् १९८१ मा बुद्ध विद्या बोकेर आचार्य गोयन्का बुद्धको जन्मभूमि नेपाल प्रवेश गर्दा यहाँको वास्तविकता फरक थियो । नेपालले बुद्धलाई जन्माएको थियो, तर उनको विद्याको के हो, कसरी

अभ्यास गरिन्छ, यसको असर के हुन्छ, कसैलाई पत्तो थिएन । एकादुई भिक्षुका विहारबाहेक अन्तबाट यो पहिल्यै लोभ भइसकेको थियो । बुद्ध विद्या गृहस्थहरूका लागि होइन, केवल भिक्षुहरूका लागि हो भन्ने भ्रम व्याप्त थियो । तर, गोयन्काले स्वयम्भूको आनन्दकुटी विहारमा पहिलोचोटि १०

दिने शिविर सञ्चालन गर्दा २ सय ५० जना गृहस्थ सामेल भए । उनलाई यो शिविर सञ्चालन गर्न नेपाल निम्तो गर्नेमा दुई उद्यमी मणिहर्ष ज्योति र यदुकुमार सिद्धी थिए ।

नेपालमा विपश्यना जागरणको त्यो पहिलो पाइला थियो । उक्त शिविरमा सहभागी साधकहरूकै पहलमा नेपालमा विपश्यना केन्द्र, धम्मश्रृङ्ग स्थापना गरियो । 'उहाँले नेपाललाई सधैं बुद्ध र धर्मको देश भनेर सम्भन्नुहुन्थ्यो' ६० दिने शिविर

पनि सञ्चालन गर्ने पुराना आचार्य आनन्दराज शाक्यले भने- 'पुज्य गुरुजीले शिवपुरीको धम्मश्रृङ्गमा बसेर केही पुस्तकसमेत लेख्नुभएको छ।'

उनका अनुसार २०५८ जेठ १९ गने राजा वीरेन्द्रको सपरिवार हत्या हुँदा आचार्य गोयन्का शिवपुरीस्थित धम्मश्रृङ्गमै थिए । 'त्यसअघि गुरुजीलाई भेट्न राजा वीरेन्द्र ध्यान केन्द्र आउनुभएको थियो; शाक्य सम्झन्छन् 'राजाबाट युवालाई ध्यानमा कसरी आकर्षित गर्ने भनेर सोधीखोजी गर्ने काम भएको थियो ।'

सन् २००० मा राष्ट्रसंघको 'सहश्राब्दी विश्वशान्ति सम्मेलनमा आचार्य गोयन्काले दिएको वक्तव्यले पनि विश्वसमुदायमा तरङ्ग ल्याएको थियो । इसाई, मुस्लिम, हिन्दूसहित विश्वका सबै विख्यात साम्प्रदायिक नेता उपस्थित विश्व-मञ्चमा उनले ओजपूर्ण स्वरमा भनेका थिए, 'एउटा संगठित सम्प्रदायबाट अर्कोमा रूपान्तरण गर्नुभन्दा मानिसलाई दुःखबाट सुखतिर र हिंसाबाट करुणातिर रूपान्तरण गर्नुपर्छ ।

विश्वका प्रत्येक मानिसको मनमा द्वेष र घृणा व्याप्त रहेसम्म शान्ति र सुख हुने छैन भन्ने उनको वक्तव्यले तालीको गडगडाहट पाएको थियो । 'हरेकको मनमा प्रेम र करुणा उत्पन्न गराएर मात्रै विश्वशान्ति हासिल गर्न सकिनेछ', उनले विश्व-मञ्चमा वक्तव्य मात्र दिएनन्, करौडौं मान्छेलाई १० दिने शिविरमार्फत् यसको अनुभवै गराइदिए । यो कार्यक्रमपछि धेरैले उनलाई नोबेल शान्ति पुरस्कार दिन अभियानै चलाएका थिए ।

आचार्य गोयन्काको जीवनकालमा विश्वभरि १ सय ७५ विपश्यना ध्यान केन्द्र खुलेका छन् । तीमध्ये नेपालमा ८ वटा छन् । विश्वका सबै केन्द्रमा गोयन्काकै आवाजबाट ध्यान सिकाइन्छ । ती कुनै स्वामित्व उनले आफूसँग राखेनन् । मुम्बईको इगतपुरीस्थित १० हजारजनाले एकैपटक ध्यान गर्ने ग्लोबल पगोडा होस् वा विश्वका अरु केन्द्र, सबै स्वतन्त्र र स्वायत्त छन् ।

ती केन्द्रको स्वामित्व उनको निधनपछि कसमा हस्तान्तरण हुन्छ भन्ने प्रश्न उठेको थियो । उनले आफ्ना छोराहरूलाई नै दिएर जालान् कि भन्नेसम्म चर्चा चलेको थियो । यसको जवाफमा गोयन्काले भनेका थिए, 'जसरी गौतम बुद्धले धर्मको उत्तराधिकार छोरा राहुललाई सुम्पेनन्, त्यसरी नै मेरो धर्मको उत्तराधिकारी धर्म नै हो । यही साधनामा समर्पित साधकहरूले नै यसलाई निरन्तरता दिनेछन् ।'

'गुरुजीले केन्द्रहरूबाट कुनै प्रकारको आर्थिक लाभ उठाउनु भएन,' शाक्यले भने, 'बरू हामीले यहाँ बोलाएका बेला उहाँ आफै दान दिएर जानुहुन्थ्यो ।'


गोयन्काले आफ्नो जीवनकालमा विश्वभर विपश्यनाका ८ सयभन्दा बढी आचार्य नियुक्त गरिसकेका छन् विपश्यनामा समर्पित साधकहरूले नै यो विद्यालाई भविष्यमा निरन्तरता दिने उनले बताउँदैआएका थिए ।

आश्विन १२ गते साँझको खाना खाएर आराम गरिरहेका उनलाई एक्कासि मुटुमा समस्या देखियो, राति १०:४० बजे उनले देह त्याग गरे । बर्माबाट भारत सरेको गोयन्का परिवारमा श्रीमती इलाइजी देवी र पाँच छोरा छन् ।

पछिल्लो समय आचार्य गोयन्काका कान्छा छोरा श्रीप्रकाशसँग मुम्बईको अँधेरीस्थित निजी निवासमा बस्दैआएका थिए । विपश्यनाको आधिकारिक टि्वटरका अनुसार उनको अन्तिम संस्कार आश्विन १४ गते मुम्बईको जोगेश्वरीस्थित शवदाह-गृहमा विहानी १०:३० बजे गरिनेछ । काठमाडौंको ज्योति भवनसहित नेपालका ८ वटै केन्द्रमा १३ र १४ गते विहान १० बजेदेखि विपश्यना पुराना साधकहरूले सामूहिक साधना गरी गुरु गोयन्काप्रति अन्तिम श्रद्धाञ्जली अर्पण गरेका छन् ।

के हो विपश्यना ?

विपश्यना साधना स्वनिरीक्षणद्वारा चित्तशुद्धी गर्ने पुरानो ध्यान-विधि हो । यसको अभ्यासले मान्छेमा दुःख हट्दै जान्छ । द्वेष, घृणा कम गरेर करुणा र प्रेमले भरिदिन्छ । विपश्यनाले साधकलाई कहीं कतै साम्प्रदायिक घेरामा बाँध्दैन । २ हजार ५ सय वर्षभन्दा पहिल्यै लोप भइसकेको यो ध्यान पद्धतिलाई गौतम बुद्धले खोज गरी विश्वभर फैलाएका थिए । योग्यताप्राप्त आचार्यको सानिध्यमा १० दिनको आवासीय शिविरमा सहभागी भई विपश्यना साधना सिक्न सकिन्छ । शिविर अवधिमा पढलेख, पूजापाठ र अन्य क्रियाकलाप गर्न हुँदैन । सहसाधकसँग कुराकानी गर्नु हुँदैन आचार्य वा सेवकसँग साधनासम्बन्धी वा भौतिक समस्याबारे कुराकानी भने गर्न सकिन्छ ।

विपश्यना सिकाइका तीन चरण छन्- शील, समाधि र प्रज्ञा । पाँच शील पालना गर्नाले मन शान्त पारेर अगाडिको काम गर्न सजिलो पार्छ । समाधिमा 'आनापान' ध्यान सिकाइन्छ । यसले सास आइरहेको र गइरहेको महसुस गर्न सिकाउँछ । तेस्रो चरणमा साधकले आफूभित्र प्रज्ञा जगाएर शरीर र चित्त, दुबै तहका विकारहरूलाई आश्चर्यजनक गहिराइबाट बाहिर निकाल्छ । शिवपुरीस्थित धर्मश्रृङ्गसहित देशका विभिन्न भागमा सञ्चालित विपश्यना ध्यान केन्द्रहरूमा नयाँ साधकलाई १० दिने र पुराना साधकलाई ९ दिने सतिपट्टानलगायत २०, ३० र ४५ दिने कोर्स सञ्चालन हुँदैआएको छ । 



मेरो भाग्योदय भयो - १

कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

मलाई मेरो वाल्यकालको जहाँसम्म सम्झना छ, त्यस समय म माइग्रेन (टाउको दुख्ने) रोगको रोगी थिएँ। त्यसबेला एक डेढ वर्षमा एक पटक यस रोगले आक्रमण गर्दथ्यो। युवा अवस्थामा वर्षमा दुई-तीनपटक त्यस्तो हुन थाल्यो। म पच्चीस वर्ष पुग्दा त समय घट्टै-घट्टै पन्ध्र दिनमा एक पटक टाउको दुख्नुथाल्यो। यति साह्रो टाउको दुख्थ्यो कि साधारण नदुख्ने औषधिले छुट्टै-छुट्टै नथियो। त्यसैले डाक्टरले अफीमको सूई दिने गर्थ्यो। यसले टाउको दुखाई त कम हुन्थ्यो तर त्यस अफीमको नशाले निन्द्रा लाग्थ्यो र भोलिपल्ट उठ्दा अफीमको दुष्प्रभाव सारा शरीरभरी फैलिएको हुन्थ्यो। वान्ता हुने र दिनभरि दिक्क लाग्ने हुन्थ्यो। एकातिर माइग्रेनको सहन नसक्ने दुखाई अर्कोतिर अफीमको असह्य दुष्प्रभावले हरेक दुई हप्तामा एक-दुई दिन नर्कको दुःख भोगेको भैं हुन्थ्यो। मेरो डाक्टर ओमप्रकाश, परिवारको एकजना सदस्य भैं थिए। उनी मलाई आफ्नै भाइ भैं मान्थे। आफ्नो चिकित्साको अति व्यस्तता भए तापनि सार्वजनिक कार्यमा मलाई सघाउने गर्दथे। उनी पनि मेरो स्वास्थ्यको बारेमा सधैं चिन्तित रहन्थे। हामी त्यस समयका बर्माका सम्पूर्ण प्रचलित डाक्टरहरूसँग सल्लाह लिएर थाक्सकेका थियौँ। अफीमवाहेक दुखाई कम गर्ने अर्को औषधि भेटाउन सकेका थिएँनौँ।

करीब तीस वर्षको उमेर पुग्दासम्म कहिले काँही आठ-दश दिनमा नै माइग्रेनले आक्रमण गर्न थाल्यो। अब आक्रमण हुँदा अफीमको मात्रा पनि बढाउनु परेको थियो। डा. ओमप्रकाशलाई ठूलो चिन्ता

थियो। कि यस्तो हुँदा हुँदै कतै पछि अफीमको व्यसन त लाग्ने होइन। यस्तो अवस्थामा त दिनहुँ अफीम खाएर बस्नुपर्ने हुन्छ। तब कस्तो हालत हुने हो ? यसको चिन्ता डाक्टरलाई पनि थियो मलाई पनि थियो। उनले अन्य डाक्टरहरूसँग सल्लाह गरेर अन्तमा मलाई एउटा सुझाव दिए कि ब्यापारको लागि समय समयमा विश्व भ्रमण गर्न जान्छौँ अब एकपटक आफ्नो स्वास्थ्य परीक्षणको लागि जानु। हुनसक्छ माइग्रेनको कुनै औषधि नहोला तर अफीमको सूईको बदलामा अन्य कुनै औषधि भेटाउनेछौँ। यस्तो विशिष्ट रोगीहरूका लागि त्यहाँ अवश्य पनि अफीमको सट्टा दुखाई नहुने कुनै विशिष्ट औषधिको प्रयोग गरिन्छ होला। यस्तो सुनेर म त चिन्तित थिएँ, मेरो परिवार तथा अन्य ईष्टमित्रहरू पनि चिन्तित हुनथाले। एकजना मेरा घनिष्ट मित्र ऊ छाँ टुन, उनी स्वतन्त्र बर्मा सरकारका पहिलो जनरल थिए, जो पछि सुप्रिम कोर्टका न्यायाधीश पनि बने। उनलाई थाहा थियो कि प्रसिद्ध विदेशी डाक्टरहरूको फिसको ठेगाना थिएन र उनीहरूलाई भेट्न पनि कयौँ दिन कुर्नुपर्ने हुन्छ। यसको हिसाब गर्दा त उपचार धेरै महँगो पर्थ्यो। अतः उनले पश्चिम देशस्थित बर्मी दूतावासका उनका घनिष्ट मित्रहरूको परिचय पत्र मलाई दिए जुन मेरो लागि धेरै काम लाग्यो। न्यूयोर्कको संयुक्त राष्ट्र सभामा भारत सरकारका प्रतिनिधि श्री जयपाल बर्माका रहँदा मेरा घनिष्ट मित्र थिए। उनको पुरानो नाम डैनियल थियो। उनको सहयोग पनि मलाई धेरै काम लाग्यो। स्विजरलैंड जर्मनी, इंग्लैण्ड र अमेरिकाका प्रसिद्ध डाक्टरहरू कहाँ उपचार गर्न सजिलो भयो। श्री जयपालले न्यूयोर्कका प्रसिद्ध डाक्टर हिटजिकसँग तुरुन्त



अनिच्चावत संस्कार

विश्व विपश्यनाचार्य गुरु कल्याणमित्र सत्यनारायण
गोयन्कालाई सुगतिसहित निर्वाण प्राप्त होस्



इन्द्रेणी वचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

गुरुजुधारा, काठमाडौँ, फोन नं. ४३१५३४४, फ्याक्स : ४३१०४५८

नै मेरो लागि देखाउने बन्दोबस्त गरिदिए । उनले भने अनुसार उनी माइग्रेनका प्रसिद्ध डाक्टर थिए । श्रीमती विजयलक्ष्मी पंडितलाई पनि यही रोग थियो, यिनै डाक्टरको उपचारद्वारा उनी निको भएकी थिइन् । तर उनी मात्र होइन सबै डाक्टर मेरो उपचारमा असफल नै रहे । जापानमा हाम्रो परिवारको एउटा ब्यापारिक शाखा थियो । त्यहाँका प्रसिद्ध डाक्टरहरूले भरसक प्रयत्न गरे तर धेरै समय र पैसा खर्च गरेर पनि कुनै सफलता प्राप्त भएन । माइग्रेनको उपचार त भएन-भएन अफीमको सट्टा पनि कुनै औषधि भेट्टाइएन ।

महीनौं दिन यता-उता देखाई अन्तमा निराश भएर घर फर्के । माइग्रेन भने प्रत्येक हप्ता आउन थाल्यो । घरमा मलगायत सबै जना चिन्तित थिए । मेरो साथी ऊ छुँ टुन विशेषरूपले चिन्तित थिए । उसले मलाई सम्झाउँदै भने कि यो रोग मनसँग सम्बन्धित छ । मनमा धेरै चिन्ता हुनाले नै माइग्रेन हुन्छ । यो चिन्ता हटेमा रोग पनि स्वतः हट्छ । मलाई पनि उनको कुरा ठीक लाग्यो । छ-सात वर्षअघिदेखि व्यवसाय मात्र होइन सामाजिक संस्थाको संचालनको जिम्मेवारी पनि धेरै बढेको थियो । यी सबै मानसिक तनावको कारण बन्यो । यसबाहेक कम उमेरमा नै धेरै सफल हुनुको अहंकार र अत्यन्त उग्र रिसाउने स्वभावको कारणले पनि तनाव बढेको थियो । यी तनाव हटाउने कुनै बाटो पहिल्याउन सकेको थिएन । धेरै समय आराम गर्ने प्रयास गरेँ । शवासनद्वारा शरीरलाई शिथिलीकरण गर्ने प्रयोग पनि गरेँ । भजन-कीर्तनको लागि पनि केही समय निकालें । तर केही लाभ भएन ।

तब एकदिन ऊ छुँ टुनले सल्लाह दिए कि बर्मी सरकारका महालेखापाल सयाजी ऊ बा खिन ध्यान साधना सिकाउनुहुन्छ । त्यसबाट मनको तनाव हट्ने छ । मानसिक शान्ति प्राप्त हुनेछ । यसबाट तिम्रा रोग अवश्य ठीक हुनेछ । तिमी एक पटक उहाँलाई भेटेर हेर । म तिम्रो परिचय गराई दिन्छु र भेट्ने समय पनि निश्चित गरिदिन्छु । म केही जवाफ नदिई खुरुक्क घर फर्के । उसले म चूप लागेको हुनाले स्वीकार गरेको ठानेर रोयल लेकको किनारमा रहेको सरकारी निवासमा सयाजीसँग भेट्ने समय निश्चित गरिदिए र मलाई सूचना दिए ।

मलाई के गरूँ, के गरूँ भयो । ऊ छुँ टुन बर्मी सरकारको संरक्षणमा तिपिटकको छैठौं संगायन आयोजना “बुद्धशासन समिति” का प्रमुख सचिव थिए । विश्व बौद्ध सम्मेलनको अध्यक्ष भएको कारणले पनि विश्वका प्रसिद्ध नेता थिए । उनले त्यहाँ जानको लागि सुझाव दिएको यो साधनाविधि अवश्य पनि बौद्ध नै होला । म बुद्धधर्मको साधना कसरी स्वीकार गरूँ ? हामी “ओम नमः शिवाय” को नाम जप्नेहरू कसरी “ओम नमः बुद्धाय” को जप गर्ने ? यस्तो जप गर्दा गर्दै कतै बौद्ध हुन पुगें भने के गर्ने ? नास्तिक भएर नरकमा जानुपर्ला । म त यस्तो स्वीकार गर्न सकिदैन । चाहे माइग्रेनको दुखाई सहँदा सहँदै मेरो प्राण जावस् म आफ्नो धर्म छोडेर अर्काको धर्म अँगाल्न सकिदैन ।

स्वधर्म निधन श्रेयः, परधर्मो भयावह ।

गीताको यो वाक्य मेरो मनमा गुञ्जन हुनथाल्यो । दोस्रो दिन साँझ उ बा खिनसँग भेट्ने समय थियो । सयाजीलाई नभेट्नु पनि शिष्टाचारको विरुद्ध थियो । ऊ छुँ टुन मेरा साथी हुनुका साथै प्रसिद्ध बौद्ध नेता पनि थिए । ऊ बा खिन एकजना सरकारी उच्च अधिकारी मात्र नभई एकजना बौद्ध नेता पनि थिए । समय निश्चित गरेर पनि नभेटनाले उनको सम्मानमा चोट पुग्नेछ र मलाई बुद्धको विरोधी ठान्नेछ । यस्ता हजार हिचकिचाहट हुँदाहुँदै पनि म समयमा ऊ बा खिनसँग भेट्न उहाँको घरमा पुगें । उहाँ घरमा एकलै हुनुहुँदो रहेछ । सायद उहाँको पत्नी बाहिर गएकी थिइन् । घरमा कोही नोकर-चाकर पनि थिएन र घरको फर्निचर आदि अत्यन्त सामान्य थियो जस्तो की प्राय सरकारी कर्मचारीहरूको यस्तै हुन्छन् । कहीं कतै सजाइएको थिएन । यस्तो सात्विक वातावरणमा उहाँसँग बस्न मलाई मज्जा लाग्यो । उहाँको मुहारमा अत्यन्त शान्ति थियो । सारा वातावरणमा पनि शान्ति छाएको थियो । म बस्ने बित्तिकै भन्नुभयो कि ऊ छुँ टुनले तिम्रो बारेमा भनेको थियो । तिमी माइग्रेनको उपचार गर्नको लागि मलाई भेट्न आएका छौ । तर म असमर्थ छुँ । म तिम्रो माइग्रेन रोगको लागि यो विद्या सिकाउन सकिदैन । यस्को लागि तिमी कुनै डाक्टर कहाँ जानु । यो त धेरै ठूलो अध्यात्मको विद्या हो । तिम्रो देशको पुरानो विपत्तना (विपस्सना-विपश्यना) विधि हो, जुन सर्वश्रेष्ठ आध्यात्मिक विद्या हो । कुनै शारीरिक रोगको उपचारको लागि प्रयोग गरेर यसको अवमूल्यन गर्नुहुँदैन । त्यसैले तिमीलाई यो विद्या सिकाउन म असमर्थ छुँ ।

म छक्क परेर हेरिरहेँ । उहाँलाई मेरो बारेमा सबै थाहा थियो कि म एक जना भारतीय समाजका एक प्रसिद्ध व्यक्ति हुँ, ब्यापारी हुँ, उद्योगपति हुँ, समाजसेवी हुँ । बर्मी समाजमा पनि मेरो त्यत्तिकै प्रतिष्ठा छ र अनेकौं राजनैतिज्ञहरूसँग पनि मेरो घनिष्टता छ । यस्तो कोही प्रसिद्ध धनी व्यक्तिलाई आफ्नो शिष्य बनाउन कोही पनि गुरु आफूलाई गर्व ठान्दछन् तर यी गुरु कस्तो निसंग भावले भन्दैछन् कि तिमीलाई आफ्नो शिष्य बनाउन सकिदैन । तिमीलाई विपस्सना विद्या सिकाउन सकिदैन । यस कुराले मलाई उनीप्रति भन् आकर्षित गर्‍यो । यी साँच्चैका निर्लिप्त सन्त हुन् । यिनलाई सांसारिक चाहना छैन जस्को पूर्तिका लागि मानिसहरूलाई साधना सिकाइयोस् । उहाँले फेरि स्नेहपूर्वक भन्नुभयो- तिमी चीनीको कारखाना के को लागि खोल्छौ चीनी उत्पादन गर्नको लागि खोल्छौ, न कि चाकु बनाउनको लागि । चाकु त त्यसै चीनीको उपफलको रूपमा निस्कन्छ । तिम्रो उद्देश्य त चीनी बनाउनु हो । यस्तै प्रकारले उच्चअध्यात्म विद्या अध्यात्म सिद्धि प्राप्त गर्नको लागि उपयोग गर्‍यो भने चित्त विकारबाट विमुक्त हुन्छ । जब चित्त विकारबाट विमुक्त हुन्छ तब तनाव त आफै हट्छ । माइग्रेन रोग आफै हट्छ । यो त उपफलको रूपमा त्यसै प्राप्त हुन्छ । एकजना ब्यापारी र उद्योगपतिका लागि

यो उदाहरण ज्यादै स्पष्ट बुझ्ने खालको थियो । त्यसैले नै उहाँले मलाई यो उदाहरण दिएर बुझाउनुभयो कि जब तिमी आफ्नो चित्तको विकारबाट मुक्त हुन चाहन्छौ, तब आउन सक्छौ तिम्रो लागि ढोका खुल्ला छ । यदि तिम्रो लक्ष्य माइग्रेन निको पार्ने हो भने कहिल्यै पनि नआउनु । सामान्य सांसारिक विद्याको तुलनामा आध्यात्मिक विद्यालाई कत्तिको महत्व दिनुभयो । यो देखेर म ज्यादै प्रभावित भएँ । उहाँप्रति मनमा अति श्रद्धा जाग्यो ।

साधनाविधिको बारेमा सयाजीसँग छलफल भयो । उहाँले अगाडि भन्नुभयो— तिमी यहाँका हिन्दूहरूका नेता हो । तिम्रो हिन्दू धर्ममा शीलसदाचारको कतै विरोध हुन्छ ?

मैले भनें— “शीलसदाचारको विरोध त कसैले गर्न सक्दैन, मलाई मात्र किन हुन्छ ? म त यसैको पक्षमा छुँ ।”

यसै विषयमा उहाँले भन्नुभयो दशदिनको शिविरमा तिमीलाई शीलपालन गर्ने सिकाउँछु । शीलपालन गर्नको लागि मन वशमा राख्नु अनिवार्य छ । मन एकाग्र गरेर त्यसलाई वशमा राख्ने सिकाउँछु । यसलाई समाधि भनिन्छ । तिमी भन तिम्रो हिन्दू धर्ममा समाधिको विरोध छ ? म किन विरोध गरूँ । हाम्रा ऋषि-मुनिहरूले गहिरो समाधि प्राप्त गरेका प्रसङ्गहरू धर्मग्रन्थमा थुप्रै पाइन्छन् ।

तब उहाँले भन्नुभयो— समाधिले शील अखण्ड हुन सक्दैन । समाधिद्वारा चित्तको माथिल्लो तह एकाग्र र निर्मल अवश्य हुन्छ तर भित्र पुरानो विकारको संग्रह रहिरहन्छ । त्यसलाई ननिकालिकन मनको गहिराईसम्म रहेको दूषित स्वभाव बदलिदैन । समाधि पुष्ट भए तापनि भित्र संग्रह भएका सुषुप्त विकारका ज्वालामुखी कुन बेला फुट्छ थप्छथुँदै र समाधिबाट एकाग्र र निर्मल भएको माथिल्लो तहको चित्त विचलित हुन्छ र शीलभङ्ग हुनपुग्छ ।

यति सुन्ने वित्तिकै तपस्वी विश्वामित्रले मेनकालाई देखेका शकुन्तलाले उपेक्षा गरेकाले रिसाएको दुर्वासा ऋषिका प्रसङ्ग मलाई सम्झना भयो ।

सयाजीले सम्झाउनु भयो— चित्तको तल्लो तहमा अनेक जन्मका संग्रहीत सुषुप्त विकार निकाल्नका लागि प्रज्ञा सिकाउँछु । आफैले आफ्नो प्रज्ञा जगाएमा नयाँ विकार बन्न पाउँदैन र पुरानो स्वतः उप्केर माथि आउँछ र नष्ट हुँदै जान्छ । यस्तो अभ्यास गर्दै रह्यो भने एक समयमा सम्पूर्ण विकार नष्ट हुनेछ र चित्त मुक्त हुनेछ । के तिम्रो हिन्दूधर्मले प्रज्ञाको विरोध गर्छ ? विकारबाट विमुक्ति हुनुको विरोध गर्छ ?

म किन विरोध गरूँ ? गीताले प्रज्ञा र स्थितप्रज्ञको बयान गर्छ म आफै पनि यसको धेरै व्याख्या गर्छु । विकारबाट विमुक्त हुनु त जीवनको अन्तिम लक्ष्य हो भने यसको विरोध किन गरूँ ?

मैले भनें— “सयाजी, म न शीलको विरोधी हुँ, न समाधिको विरोधी हुँ, न प्रज्ञाको विरोधी हुँ ।”

फेरि उहाँले भन्नुभयो— “बस, यहाँ विपश्यनामा यही सिकाइन्छ । शील, समाधि र प्रज्ञा-यही भगवान् बुद्धको शिक्षा हो जुन भारतबाट बर्मा आएको थियो । यसलाई सिक्नुछ भने आउनु ।”

घर गएर विचार गरें । शीलसदाचारको लागि समाधिको अभ्यास गर्नु अवश्य पनि राम्रो हो । योभन्दा पनि राम्रो त प्रज्ञा हो जसले मानसिक विकारबाट मुक्ति दिलाउँछ । के भगवान् बुद्धले यही सिकाएका हुन् ? सयाजी ऊ बा खिनका भनाईमा स्वअनुभवको सत्यता स्पष्ट देखिरहेको थिएँ । उहाँ मसँग किन झूटो बोल्नुहुन्छ र ? यदि यो विद्याले साँच्चै विकारबाट विमुक्ति गर्छ भने माइग्रेनबाट मुक्ति होस् अथवा नहोस् एक पटक त यसको अभ्यास गरेर हेर्नुपर्छ ।

काम, क्रोध र अहंकार यी तीनवटाबाट हुने विकारबाट म सधैं पिडीत थिएँ । यसबाट मुक्त हुन नसक्नुको कारणले सधैं निराश हुन्थेँ त्यसैले व्याकुल थिएँ । मनमा काम-वासना जाग्यो अथवा क्रोध जाग्यो भने होश हराउँथ्यो । अथवा अहंकारको कारण पागल हुन्थेँ तब त व्याकुल हुने नै भयो । केही समयपछि होश आउँदा अपराधको कारण मनमा जुन चोट लाग्थ्यो त्यो प्रबल हुँदा व्याकुल हुन्थेँ । म दिनहुँ भगवानसँग यही प्रार्थना गर्थेँ कि मलाई यी विकारहरूबाट मुक्त गरिदेऊ । सानो छँदा गुरुदेव पं. कल्याणदत्त दूबेजीले स्कुलमा दिनहुँ यस्तै प्रार्थना गर्ने सिकाउनु हुन्थ्यो—

हे प्रभो आनंददाता ज्ञान हमको दीजिये ।

शीघ्र सारे दुर्गुणों को दूर हमसे कीजिये ॥

उहाँले बुझाउनुहुन्थ्यो कि मनमा जब विकार जागछ तब मन दुर्गुणबाट भर्दछ र हाम्रा आचारण ठीक हुँदैन । आचरण सुधार्नका लागि ईश्वरको शरण ग्रहण गर्नु एक मात्र उपाय छ । त्यसैले प्रार्थना गराउनु हुन्थ्यो—

लीजिये हमको शरण में, हम सदाचारी बनें ।

ब्रह्मचारी धर्मरक्षक, वीर व्रतधारी बनें ॥

सानो छँदा स्कुलमा, त्यसपछि घरमा वर्षौसम्म दिनहुँ विहान ईश्वर-प्रार्थना गर्थेँ । दूबेजीको सुशिक्षाको कारण नै विद्यार्थी जीवनमा आफ्नो आराध्यदेवसँग राम्रो नम्बर ल्याउँदिने प्रार्थना कहिल्यै पनि गरिन त्यस्तै ठूलो भएपछि धनप्राप्तिका लागि पनि कहिल्यै प्रार्थना गरिन । सधैं सदाचरण बन्नको लागि नै प्रार्थना गर्दथेँ । तर प्रभुको कृपा मप्रति कहिल्यै परेन ।

यदि सयाजी यस विद्याद्वारा विकार विमुक्ति प्राप्त हुन्छ भन्ने ठोकुवा गर्नुहुन्छ भने म विपश्यनाको लागि मेरो जीवनको दश दिन अवश्य निकाल्छु । शील, समाधि र प्रज्ञा— यी तीनै वटा आखिरमा मेरै धर्म हुन् । यसलाई धारण गर्नु स्वधर्म नै त हुन् । यी तीनवटालाई छोडेर बुद्धधर्मका अन्य कुनै पनि शिक्षा ग्रहण गर्दिन— यस संकल्पले मनमा दृढता जन्मायो ।

फेरि एउटा प्रश्न मनमा आयो कि दशदिनको शिविरमा

मेरो खानाको प्रबन्ध कस्तो हुन्छ ? म त साकाहारी व्यक्ति, बर्मीहरू त मासु खानेहरू यिनीहरूको भोजन म कसरी खाऊँ ? म घरबाट खाना मगाउन पाउँछु कि पाउँदैन आदि प्रश्न समाधान गर्न र म जीवनको दशदिन बिताउने त्यस आश्रमलाई पनि एक पटक हेर्न चाहन्थे । त्यसैले आश्रम घुम्न अर्को दिन म विहान दशबजे ३१ - ए, इन्ध्याम्यांइस्थित इन्टरनेशनल मेडिटेशन सेन्टर पुगेँ ।

कारबाट ओर्लने बित्तिकै देखें, दशपाईला पर दुई-तीन फुटको उचाई गरेर काठको तहरा बनाएको थियो । त्यही बाँसको कच्ची सानो भोपडी थियो । त्यही सयाजी ऊ बा खिन आफ्ना दुई चारजना साधकसँग बस्नुभएको थियो । मैले हात जोडेर प्रणाम गरेँ । उहाँले मलाई बडो स्नेह पूर्वक बोलाउनु भयो- आऊ, गोयन्का !

(मलाई करीब ३० वर्ष पछि थाहा भयो कि त्यस समय नजिक बसेका साधकलाई मेरो बारेमा भन्नुभएको थियो कि यो व्यक्ति निकै पुण्यपारमी सम्पन्न पोगगो (पुद्गल) हुन्, विपश्यना प्राप्त गरेमा उनको जीवन नै बदलिनेछ ।)

म नमस्कार गरेर उहाँको नजिकै बसेँ र भने- सयाजी, मैले दशदिनको शिविरमा बस्ने निर्णय गरेँ । विश्वास गर्नुस् म माइग्रेन रोगको उपचारको उद्देश्य लिएर आएको होइन । त्यस दिन तपाईंसँग गरेको कुराकानी मलाई मनपऱ्यो । म चित्तलाई विकारबाट मुक्त गर्न र शील, समाधि, प्रज्ञाको अभ्यास गर्नका लागि यहाँ आउँदछु ।

मेरो कुरा सुनेर सयाजी प्रसन्न हुनुभयो । मैले केही भन्न नपाउँदै उहाँले भन्नुभयो- वर्षा महिनामा यहाँ शिविर हुँदैन । यसपछि प्रत्येक महीना दशदिनको एउटा शिविर हुन्छ । अर्को शिविर सेप्टेम्बर एक तारिखमा शुरु हुनेछ । त्यस दिन आफूलाई दिनहुँ आवश्यक पर्ने सामान लिएर आउनु । खाना यहाँबाट दिइनेछ । मलाई थाहा छ तिमि मारवाडीहरू हिन्दू र कट्टर शाकाहारी हुन्छन् । यहाँ शाकाहारी खाना नै दिइनेछ । यहाँ सबैलाई शाकाहारी भोजन नै दिइन्छ । तिमिले चिन्ता गर्नु जरुरी छैन । अहिले भोजनको समय भएको छ । हामी सबै यही भोजन गर्नेछौँ । तिमि पनि यहाँको भोजन चाखेर हेर्नु । शायद तिमिलाई मनपर्ने छ ।

त्यतिकैमा ठूलो स्वरले बोल्नुभयो- सयामा, पाहुनाको लागि पनि भोजन तयार गर्नु ।

त्यो कूटी आश्रमको भोजनालय थियो, एक फुट उचाईका ठूला दुईवटा टेबुल थिए । एउटा टेबुलमा उहाँले मलाई सँगै बसाउनुभयो । उहाँको छेउमा बस्ने बित्तिकै एक प्रकारको शीतल शान्तिको अनुभूति भयो । त्यही बस्दा बस्दै मैले बाहिर हेरेँ, सारा आश्रममा शान्ति छरिएको थियो । नजिकै एउटा सानो स्वर्ण वर्णको पगोडा थियो । सयाजीले भन्नुभयो- तिमि त्यही साधना गर्नेछौँ । भोजनपछि सारा येइता (आश्रम) हेर्नु । म भने त्यही बसेर आश्रमको शान्ति अनुभव गर्दै थिएँ किनभने शान्तिको स्रोत मेरो

छेउमा बसेको थियो ।

यत्तिकैमा शीतल शान्तिको एक भोंका आयो । मेरो उमेर बराबरको एउटी महिला आइन् । सयाजीको प्रमुख शिष्या सयामा थिइन् । सयाजीले मेरो परिचय गराइदिनुभयो र मलाई पनि खाना ल्याउन भन्नुभयो । सयाजीलाई भोजन दिएपछि मलाई पनि भोजन राखिदिइन् । भात र आलुको भोल भएको तरकारी थियो । मेरा बर्मी साथीहरूले घरमा खान बोलाउँदा सधैं साकाहारी खाना बनाउँथे, धेरै जसो भात र आलुको तरकारीको आश्रमको खाना अत्यन्त स्वादिष्ट लाग्यो । खाएर मन सन्तुष्ट भयो । भोजनपछि मैले आश्रम हेरेँ अनि, निवासका कोठाहरू हेरेँ, खोक्रो पगोडाको भित्र ध्यान गर्ने शून्यागार हेरेँ । ज्यादै राम्रो लाग्यो । चारैतिर शान्ति नै शान्ति थियो । साँच्चै पुरातन भारतका महान ऋषिमुनिहरूको तपोभूमि यस्तै हुन्थे होलान् ।

मैले सयाजीलाई नमस्कार गर्दै विदा लिई घर आएँ । शिविर शुरु हुन भन्दै तीन महिना जति बाँकी थियो । ज्यादै अचम्मको कुरा ती दिनमा मलाई माइग्रेन नै आएन, एकदम आश्चर्य लाग्यो । साधना न सिक्दा नै मेरो मन बारबार भित्र हेर्न पुग्थे, ज्यादै सुखद अनुभूति महसूस हुन्थ्यो ।

शिविर शुरु हुने दिनको प्रतिक्षामा दिन बित्दै गए । त्यहाँको सुखद र शान्तिमय वातावरणको आकर्षण ज्यादै बलियो थियो । शिविरमा बस्छु भन्ने मेरो निर्णय पनि त्यत्तिकै दृढ थियो । तर पनि किन हो कहिले काहीँ डराउँथे कतै मैले गलत निर्णय त लिइन । शील, समाधि र प्रज्ञाको साधना राम्रो हो । तै पनि कतै बौद्ध हुन त पुगिदैन । नास्तिक त कदापी हुँदैन । आफ्नो भविष्य त बिगार्दिन । मेरो परलोक नष्ट त गर्दिन । पुरानो संस्कारको लेपले मन हिचक्याएको थियो । फेरि अर्कोतर्फ सयाजीलाई सम्झिन्छु । आश्रम र त्यहाँ अनुभव भएको सुखद शान्तिको सम्झना हुन्छ तब मन फेरि बलियो हुन्छ । शीलपालन गर्दै चित्तलाई एकाग्र गर्न सिक्छु । प्रज्ञाद्वारा चित्त विकारबाट विमुक्त गर्न सिक्छु ।

यसबाट भविष्य कसरी बिग्रिन्छ ? यसबाट त वर्तमानको पनि सुधार हुन्छ, भविष्यको पनि सुधार हुन्छ । लोकको पनि सुधार हुन्छ, परलोक पनि । कहिले काहीँ लाग्थ्यो यी दुई-तीन महीना पर्खन नपरे राम्रो हुने थियो । छिट्टै शिविरमा बस्न पाएको भए यो दुविधाबाट मुक्त हुन्थे । यसरी जाऊँ कि नजाऊँ दुईटा शक्तिको भित्रीभिन्न संघर्ष त हुने थिएन ।

आखिर शिविरको समय नजिक आइपुग्यो । शिविर शुरु हुने दुई दिनअघि माइग्रेनको दुखाई आयो । कसैले तिमि बुद्धधर्ममा जान लागेकोले रोक्नको लागि धर्मको शक्तिले चेतानवी दिएको हो भने । तर म यी अनेक कुराबाट अलिकति पनि नहिचक्याई १ सेप्टेम्बर १९५५ को दिन मेरो भाग्य जाग्यो, उदय भयो र म शिविर आश्रममा पुगेँ ।

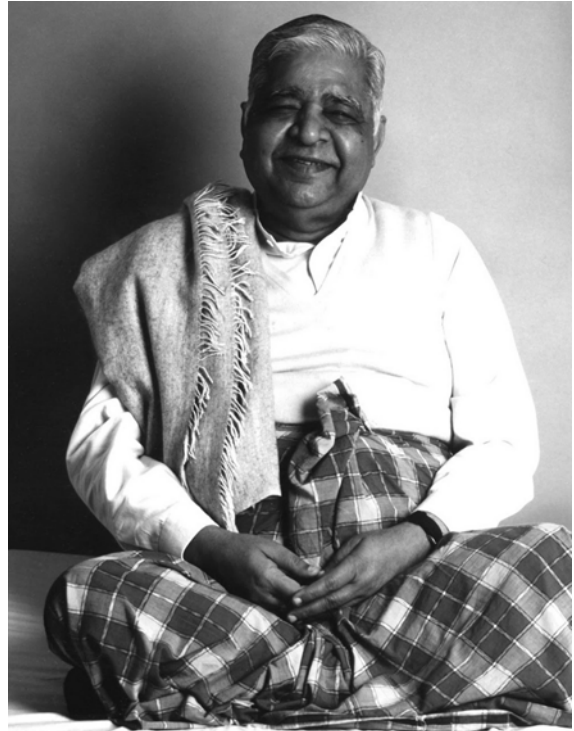


मेरो भाग्योदय भयो - २

✍ कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

१ सेप्टेम्बर १९५५ को दिन दश दिनको शिविरमा बस्नको लागि म आश्रम पुगें । त्यहाँबाट केही पर प्रोम रोडमा शान्ति-स्तूपको नजिकै विशाल कृत्रिम सप्तपर्णी गुफामा विभिन्न देशका २५०० विद्वान भिक्षुहरू द्वारा तिपिटक पाठ गर्दै छैठौँ संगायनको पूण्य कार्य सम्पादन गर्ने काम भइरहेको थियो । त्यस समयसम्म मलाई यसको ऐतिहासिक महत्त्वको बारेमा अलिकति पनि ज्ञान थिएन । तर मेरा साथी ऊ छाँ ठुनले यस बृहत धार्मिक आयोजनाको एउटा उपसमितिको सदस्य पदमा मलाई पनि नियुक्ति गरेका थिए । त्यो उपसमिति भोजन प्रबन्धको लागि गठन गरिएको थियो र मलाई साकाहारी भोजनको व्यवस्था गर्ने जिम्मा दिइएको थियो । त्यतिबेला यस आयोजनाको बारेमा मलाई यति मात्र थाहा थियो कि यी भिक्षुहरू आफ्ना ग्रन्थहरूको पाठ गर्दैछन् जुन सकिनको लागि केही वर्ष लाग्नेछ । मलाई साकाहारी भोजनको व्यवस्था गर्न मनपर्छ त्यसैले यसकामको जिम्मेवारी पाएर म खुसी र संतुष्ट थिएँ ।

यस महान कार्यको महत्त्वको बारेमा मलाई दशदिनको शिविरपछि मात्र थाहा भयो । योभन्दा पहिला पच्चीस सयवर्षभित्र पाँचपटक यस्तासंगीतिहरू आयोजना भइसकेका थिए । त्यस समयका विद्वान भिक्षुहरूद्वारा बुद्ध-वाणीको सोधपूर्ण प्रामाणिकता स्थापित गरेका थिए । छैठौँ पटक यी पच्चीससय जना भिक्षुहरूले पाँच छुट्टै देशमा सुरक्षित रहेका बुद्ध-वाणीको संगायन गरिरहेका थिए ।



यी देशहरूले सयौँ वर्षदेखि पालि भाषाका बुद्ध-वाणी सुरक्षित राखेका थिए । यी पाँचदेशमा भिन्न-भिन्न लिपि र भिन्न भिन्न



अनिच्चावत संखारा

विश्व विपश्यनाचार्य गुरु कल्याणमित्र
सत्यनारायण गोयन्कालाई सुगतिसहित
निर्वाण प्राप्त होस् भन्ने कामना



सुनौलो कीर्तिपुर बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

नगाउँ दोबाटो, नयाँ बजार, कीर्तिपुर

उच्चारण भएपनि मूल पालिमा भने थोरै मात्र भिन्नता थियो । पाँच देशका यी पच्चीससय विद्वान् भिक्षुहरू मूल बुद्ध-वाणीलाई विशुद्ध र प्रामाणिक रूपमा स्थापित गर्ने काममा लागेका थिए ।

यो समय पच्चीससय वर्षको पहिलो बुद्धशासन सक्किएर पच्चीससय वर्षको द्वितीय शासनको शुरूआत भएको समय थियो । सयाजी ऊ बा खिनले मलाई शिविर पछि बताउनुभएको थियो कि यस द्वितीय बुद्धशासनको प्रारम्भ प्रज्ञामयी विपश्यनाको प्रसारणबाट हुनेछ । यस्तो मान्यता पहिलादेखि नै चल्दै आएकोछ । अब विपश्यना यहाँ मात्र होइन आफ्नो उत्पत्ति भएको देश भारत र त्यसपछि विश्वभर फैलिनेछ । दुईटा बुद्धशासनको संधिकालको महत्त्वपूर्ण वर्षमा मलाई विपश्यनाको अनमोल रत्न प्राप्त भयो, यो एउटा आकस्मिक संयोग थियो । मेरो लागि यो परम सौभाग्यको अवसर थियो ।

त्यतिबेला कसलाई के थाहा कि म केही वर्षपछि विपश्यना जस्तो महान विद्या लिएर आफ्नो जन्मभूमि बर्माबाट आफ्नो पूर्वजहरूको भूमि भारत जानेछु र त्यहाँ यसको पुर्नस्थापना गरेर लोक कल्याणको लागि विश्वका अन्य देशहरूमा यसको प्रसारण गर्ने कल्याणकारी कार्य गर्ने सौभाग्य मलाई नै प्राप्त हुनेछ । कसलाई थाहा कि सप्तपर्णी गुफामा जुन छैठौँ संघायन चलिरहेको थियो त्यसको मूलवाणी, अट्ठकथा र टीका अनुटीकाका सारा साहित्य देवनागरी लिपिमा पुस्तकको रूपमा प्रकाशित गर्ने र त्यसको साथै अन्य उपलब्ध समस्त पालि साहित्यलाई सात लिपिमा सीडी-रोममा राखेर सारा विश्वमा वितरण गर्ने पूण्य कार्यको भागीदार पनि बन्नेछु ।

विपश्यना केन्द्रमा पुग्ने बित्तिकै जहाँ मलाई निवास प्राप्त भएको थियो, त्यहाँ आफ्नो सामान राखेर म गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिनलाई नमस्कार गर्न गएँ । त्यहाँ एउटा सानो पुस्तिका पाएँ, त्यसको पहिलो पृष्ठमा कालाम-सुत्तको यस्तो बोल उद्धृत गरिएको थियो— कालमहरू आऊ !

- तिमीहरू कुनै कुरालाई पहिलादेखि सुन्दैआएको हो भनेर स्वीकार नगर्नु ।
- कुनै कुरा हाम्रो परम्परागत मान्यताको हो, बाजे-बराजुको पालादेखि चल्दैआएको त हो नि भनेर स्वीकार नगर्नु ।
- सधैं सुन्दैआएको हो भनेर पनि स्वीकार नगर्नु ।
- हाम्रो धर्मग्रन्थमा उल्लेख गरिएको हो भनेर पनि स्वीकार नगर्नु ।
- यो कुरा तर्कसंगत छ न्यायसंगत छ भनेर पनि स्वीकार नगर्नु ।
- म यस मान्यतामा आसक्त भईसकें भनेर पनि स्वीकार नगर्नु ।
- उपदेश दिने व्यक्तिको व्यक्तित्व भव्य छ भन्दैमा पनि स्वीकार नगर्नु ।
- यो उपदेश दिने व्यक्ति मेरो गुरु हो, पूज्य हो भनेर पनि

स्वीकार नगर्नु ।

कालामहरू ! तिमीहरू जब आफ्नो अनुभवले थाहापाउँछौं कि यो धर्म उपदेश कुशलकारी छ, निर्दोष छ, अनुभव गर्न योग्य छ, जाने बुझ्नेका व्यक्तिहरू द्वारा प्रशंसा गरिएको छ र यसलाई पूर्णरूपले ग्रहण गरेको खण्डमा मात्र यो सर्वहितकारी हुनेछ, सुखकारी हुनेछ तब मात्र त्यसलाई ग्रहण गरेर आफ्नो जीवनमा उतार्नु ।

गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिनले भन्नुभयो, भगवान्को व्यक्तित्व भव्य र पूज्य भए तापनि उँहाले आफ्नो शिक्षा अन्धविश्वासले ग्रहण नगर्न भन्नुभएको थियो । त्यसैले जे जति म यहाँ सिकाउँछु त्यसलाई अन्धविश्वासले ग्रहण नगर्नु । जब तिमी आफ्नो अनुभवद्वारा थाहापाउँछौं कि यो विधि सम्पूर्ण रूपले कल्याणकारी छ, तब मात्र ग्रहण गर्नु र आफ्नो जीवनमा उतार्नु । बुद्धको शिक्षालाई स्वअनुभवले थाहापाउनको लागि नै तिमी यहाँ आएकाछौं ।

भगवान् बुद्धको र आफ्नो गुरुदेवको कुरा सुनेर-पढेर म अत्यन्त खुसी भएँ । धन्य छ बुद्धजस्तो धर्मगुरु, धन्य छ ऊ बा खिनजस्तो आचार्य जस्ले यस्तो भन्नुभयो कि पहिला आफूले अनुभव गरेर हेर, यदि यो कल्याणकारी जस्तो लागेन भने ग्रहण नगर्नु । अन्धविश्वासले ग्रहण नगर्नु ।

आजसम्म मैले भेटेका धर्मगुरुहरू यस्तो भन्नुहुन्थ्यो कि जुन म भन्छु त्यसलाई श्रद्धा एवं भक्तिले स्वीकार गर । त्यसप्रति अलिकति पनि शंका नगर्नु । स्वीकार गरेमा स्वर्गप्राप्त हुने लोभ देखाउँथे र अस्वीकार गरेमा नर्कमा जाने भय देखाउँथे । जबकि यहाँ गुरुजीले भनिरहनुभएको छ कि स्वयं आफ्नो अनुभवले थाहा नपाईकन मेरो कुरा पनि स्वीकार नगर्नु ।

सत्य धर्मको यो प्रस्तावना पढेर-सुनेर मैले आफूलाई धन्य भएको अनुभव गरें । यसलाई अनुभव गरेपछि राम्ररी जाँचेर हेर्ने निर्णय गरें ।

शिविरमा पहिलो दिनको तुफान—

शिविर शुरू भयो । गुरुदेवले आनापानको साधना दिनुभयो र म आएको-गएको श्वासप्रति होशियार भएर हेर्ने अभ्यास गर्न थालें । भोजनअगाडिको ध्यान राम्रो भयो । एघार बजे भोजन कक्षमा सबैजना भेला भयौं र गुरुदेवले एक-एक जनालाई साधनाको बारेमा सोध्नुभयो । शिविरमा जम्मा पाँच-छ जना साधकहरू थियौं । तीमध्ये सबैले आफूले प्रकाश देखेको अनुभव बताए । मेरो पालो आयो । मैले प्रकाश देखेको थिएन । नाकको मुनि चिलाएको र भ्रमभ्रम गरेको तीव्र अनुभव भएको थियो । त्यही बताएँ । भोजनपछि हामी सबै माथि आ-आफ्नो निवास कक्षमा गयौं ।

मेरो मन उदास हुन थाल्यो । म त्यतिबेला एकजना अहंकारी व्यक्ति थिएँ । कम उमेरमा नै जीवनको विभिन्न क्षेत्रहरूमा आशा गरेकोभन्दा अधिक सफलता प्राप्त भइरहेको कारण मन अत्यन्त अहंकेन्द्रित भएको थियो । त्यसैकारण अलिकति आफ्नो इच्छाविरुद्ध भएमा अथवा सफल नभएमा पनि म सहन सक्दिन थिएँ । मन चिसो हुन्थ्यो, मुहार निन्याउरो हुन्थ्यो, बेचैन हुन्थ्यो र मन कुठित हुन्थ्यो । त्यस समय कोही कुरा गर्न आयो भने विनाकारण नै कराउँथेँ । एकलै निराशामा डुबेर रहन मन पराउँथेँ । केही पनि राम्रो लाग्दैनथ्यो । आज पनि त्यस्तै हुनथाल्यो । ध्यान गर्न शून्यागारमा पनि जान मन लागेन । जानै पर्थो भनेर खुब प्रयत्न गरेर गएँ तर एक-दूई श्वासबाहेक हेर्न सकिन । एक क्षण पनि मन बस्दैन थियो । डिप्रेसन नै डिप्रेसनमा डुब्दै गएँ । शून्यागारबाट तुरुन्त निस्किएर आफ्नो कोठामा फर्केर आएँ । केही बेर पल्टेँ, कोल्टो फेर्दैरहेँ, तर बेचैनी बढ्दै गयो । मनमा हीन भावना बढ्दै गयो, पराजयको भाव बढ्दै गयो । सोचन थालेँ कि म कुन जँजालमा फसेँ । साधना त राम्रै हो । सबै साधकहरूलाई फाईदा भएकै थियो । तर म यो साधना गर्न योग्य छैन । अन्य साधक साधिकाहरू राम्रा मानिसहरू हुन् । कोही स्कूलका प्रिन्सिपल थिए, कोही कलेजका प्रोफेसर थिए, कोही रिटायर्ड सरकारी अफिसर थिए । यिनीहरूको जीवन सरल र सात्विक थियो । तर म त एकजना व्यापारी हुँ । व्यापारमा भूठो र छल-कपट भइरहन्छु । यिनीहरू सबैलाई दिव्यज्योतिको दर्शन भयो, म एक जना मात्र ज्योति दर्शन नहुनेमा परेँ । मेरो भाग्यमा दिव्यज्योतिको दर्शन कहाँ छ र ? यिनीहरू सबैजना योग्य छन् । अध्यात्म जस्तो उच्चसाधना मजस्तो सांसारिक व्यक्तिको लागि होइन ।

यस निराशाले भरेको चिन्तनले भन हतोत्साहि भयो । मन यति उदास हुनथाल्यो कि मैले शिविर त्याग्ने निर्णय गरेँ । मलाई थाहा थियो कि शिविरको नियम कडा छ र घर जाने अनुमति पनि सजिलै पाउँदिन । गुरुदेव भने भोजनपछि अफिस जानुभयो । उहाँ साँझ छ बजे मात्र फर्किनु हुनेछ । मैले घरबाट केही आवश्यक सामान मगाएको थिएँ, ती सामान लिएर करीब पाँच बजे मेरो गाडी आउनेछ । म त्यसैमा घर फर्किन्छु । यी सामान संगै लानु पाएँ भने ठीकै छ नभए भोली ड्राइभरले लिन आउनेछ । सामान सबै प्याक गरेर भाग्ने तयारी गरेँ ।

परन्तु मेरो भाग्य जाग्यो । पुरानो पुण्य उदय भयो । मेरो कोठाको छेउबाट एकजना आइमाई आइन् । उनी मैले चिनेकी प्रोफेसर डो म्या सै थिइन् । रंगूनको विश्वविद्यालयका भूगोल विभागका प्रोफेसर तथा चीफ थिइन् । कहलिएका विदुषी थिइन् । म शिविरमा भाग लिनआएको देखेर उनी निक्कै प्रसन्न भएकी थिइन् । तर यस समय मेरो विग्रेको रङ्ग देखेर अचम्म हुँदै

सोधिहालिन् कि म किन उदास देखिएको हो ? मैले सबै कुरा बताएँ । गुरुदेव आउनुभन्दा अगाडि नै म घर फर्किनेछु । यो साधना मेरो लागि होइन अथवा म यस साधनाको लायक हुन सकिन ।

उनले सोधिन् कि तिम्रो मनमा यस्तो व्यर्थको हीन भावना किन आयो ? मैले सीधै भनेँ कि अरू सबैलाई दिव्यज्योति प्राप्त भयो मलाई यस्तो केही भएन । त्यसैले मलाई त्यस्तो सफलता केही प्राप्त हुँदैन । म आफ्नो समय यहाँ किन त्यसै फालूँ ? मेरो यस्तो कुरा सुनेर उनी हाँसिन् । उनले भनिन् कि भोजनपछि गुरुदेव तिम्रो साधनाको खुब तारीफ गर्दै हुनुहुन्थ्यो । तिम्रीलाई नाकको मुनि संवेदनाको स्पष्ट अनुभूति हुनथालेकोछ । पहिलो दिन थोरै मान्छेलाई मात्र यस्तो हुने गर्छ । तिम्री निक्कै भाग्यशाली छौ । तर मैले मनमनै सोचेँ कि यो सम्वेदनामा के छ र ? मुख्य कुरा त दिव्यज्योति प्राप्त गर्नुमा छ । हाम्रो परम्परामा दिव्यज्योतिको दर्शन हुनु कति महत्त्वपूर्ण छ । उनले फेरि बुझाइन कि गुरुदेवले तिम्रीलाई सम्वेदनालाई महत्त्व दिनु भन्नुभएको छ । प्रकाश, ज्योति दर्शन भयो त भयो । यो पनि ध्यानको लागि एउटा निमित्त हो, आलम्बन हो । परन्तु अहिले हाम्रो प्रमुख काम नै नासिकाको वरपर हुने सम्वेदना हो । पछि यही सारा शरीरमा थाहापाउने छौ, यसै द्वारा साधना सफल हुनेछ । तिम्रो सफलतामा कुनै शंका छैन । उनले अनुरोध गर्दै भनिन् कि आजको एक रात भए पनि बस र जाने नै हो भने यसको निर्णय भोली विहान गर्नु । अब ध्यान गर्दा प्रकाशलाई महत्त्व नदिनु । तिम्रीलाई नाकको मुनि तीब्र सम्वेदना आइसक्यो । श्वासको साथ-साथै यसैमा लगातार ध्यान केन्द्रित राख्नु । यसैले नै राम्रो नतिजा दिनेछ र तिम्रो प्रगतिमा सहायक बन्नेछ । मैले पनि सोचेँ कि अहिले जान पाउँदैन त्यसैले यिनको कुरा मान्नु पर्ला, एक रात रहन्छु ।

साँझ छ बजे शून्यागारमा गएर बसेँ । श्वासको साथ-साथै नाकको मुनितिर भएको सम्वेदनालाई पूरा ध्यान दिएर हेर्ने कोशिश गरेँ र अर्को कुरा ज्योति देखुन् या नदेखुन् मलाई त्यसको केही चिन्ता छैन । डो म्या सैका भनाई अनुसार— म सम्वेदनालाई नै महत्त्व दिन्छु । तब मलाई सम्झना भयो कि गुरुदेवले पनि यही भन्नुभएको थियो कि श्वास र सम्वेदना नै हाम्रो लागि प्रमुख छ । म दत्तचित्त भएर ध्यानमा लागेँ । काम शुरू गरेको केही मिनेटभित्र नै नाकको मुनि ज्योति देखियो, मलाई आश्चर्य लाग्यो । चारैतिर ज्योति नै ज्योति । मैले आफ्नो मनलाई दृढ बनाएँ कि मलाई यस दिव्य ज्योतिप्रति केही लिन-दिनु छैन । मेरो काम यहाँ भएको सम्वेदनाप्रति महत्त्व दिनु हो । नाकको वरपर जुन सम्वेदना भएको छ, यही नै मेरो साधनाको आलम्बन हो । केही समयपछि दिव्यज्योति मात्र होइन कानमा पनि दिव्यशब्द सुन्न थालेँ कुनै धुन सुनिन

थाल्यो । एउटा कानमा चट्टानमा झरनाको पानी खसेको जस्तो आवाज आयो । अर्को कानमा घण्टी बजेको जस्तो आवाज सुनिन थाल्यो । यस्तो दिव्यध्वनीले पनि मलाई आकर्षित गर्न सकेन । यस्तो दिव्यज्योति र दिव्यध्वनीको बारेमा त मैले धेरै पढेको थिएँ र त्यसलाई अधिक महत्त्व दिन्थेँ । तर यस समय, त्यसलाई कुनै महत्त्व नदिने दृढताका साथ काम गर्दैरहेँ । यस साधनाको यात्रा सम्बेदनाको आधारमा नै पूरा गर्नुछ । मनलाई यसरी दृढ गर्दै संवेदनामा ध्यान राख्दै बसेँ । केही समयपछि दिव्यज्योति र दिव्यशब्दलगायत अन्य अतीन्द्रिय अनुभूतिहरू पनि हुनथाल्यो । त्यसलाई पनि वास्ता नगरी केवल संवेदनालाई थाहापाउँदैरहेँ । राती ९ बजे आफ्नो शून्यागारबाट निस्कंदा मन अत्यन्त प्रसन्न थियो । दिउँसो जुन निराशापन आएको थियो त्यो अब रहेन । अब त भाग्ने चाहना भएन । म डो म्या सैको अपार उपकार मान्छु । उनले रोकेर मेरो कल्याण गर्नुभयो । यदि त्यत्तिकै शिविर छोडेर भागेको भए यस्तो अनमोल रत्न जीवन भर पाउने थिएन । त्यस्तै साथी ऊँ छाँ टुनको प्रति अत्यन्त आभारी छु उनले मलाई यस कल्याणकारी बाटोमा हिँड्नको लागि सल्लाह दिए त्यसैले नै आज शिविरमा बस्न पाएँ । डो म्या सैले भाग्नबाट मलाई रोकेको कारण आज दत्तचित्त भएर साधना गर्न पाएँ त्यसैले उनीप्रति पनि आभारी छु ।


यस्तै प्रकारले आशा गरे झैं साधनामा प्रगति हुँदै रह्यो । दुई दिनपछि विपश्यना साधना सिकाइयो तब त अभूतपूर्व अनुभव भयो । सारा शरीर केवल परमाणुका पुञ्ज र ती परमाणुका पुञ्जमा भिन्न भिन्न प्रकारको हलन-चलन, भिन्न भिन्न प्रकारका संवेदना थाहा पाउँदै गएँ । कतै पहिला कहिल्यै नदेखेको ठाउँमा आएको जस्तो, भित्रको यस्तो संसारको बारेमा अहिलेसम्म विल्कुलै अज्ञान थिएँ । शरीरमा विभिन्न अनुभूतिहरू हुँदै रह्यो, यस्तो हुन्छ भनेर पहिला कहिल्यै सोचेको पनि थिएन ।

विपश्यना भोजनभन्दा पहिला दिएको थियो । गुरुदेवले चेकिङ्ग गर्नुभयो र भन्नुभयो तिमिले जुन अनुभव गरेकाछौ त्यो अत्यन्त मूल्यवान छ । अब तिम्रो काम यसलाई नछुटाईकन हेर्नुहो । उहाँले सेवा गर्नेलाई बोलाई एउटा कम्बल माग्नुभयो । टाउको र अनुहारमा त्यस कम्बलले ढाकेर धर्मसेवकले मलाई सून्यागारबाट बाहिर ल्याउँदै मेरो निवाससम्म डोच्यायो ता कि बाहिर हेरेर कुनै आलम्बनको सम्पर्कमा नआउन् र भित्रको त्यो वास्तविक स्थिति नछुटोस् । मलाई खाटमा पल्टेर साधना गर्दै रहन भन्नुभयो । त्यही खाना ल्याइदियो । भोजन गर्दै त्यही सम्बेदनाप्रति जागरूक रहीरहेँ । यसको निरन्तरता नछुटोस् । मैले त्यस्तै गरेँ । उठ्दा-बस्दा, हिँड्दा, सुत्दा, खाँदा हरेक अवस्थामा भित्रको प्रज्ञा जागृत भइरहोस् । यसरी साधनामा तल्लीन भएर लागिरहेँ, दिनबित्दै गयो । एकसेएक अनौठो खालको अनुभूतिहरू भईरहे ।

सारा मृण्मय शरीर जागृत हुनथाल्यो । सम्पूर्ण शरीरमा तरङ्ग नै तरङ्ग कहीं कतै ठोसपना थिएन । मेरुदण्डको सम्पूर्ण भाग पनि तरङ्ग नै तरङ्ग । केशका एक-एक प्वालबाट तरङ्ग फुट्न थाले । टाउकोको बीच भागबाट फोहरा फुट्यो । शिविर समाप्त हुँदासम्म त शरीरबाट केही किलो घटेको जस्तो भयो । म हावामा उड्न सक्छु जस्तो मानौँ पृथ्वीको गुरुत्वाकर्षण सकिएको जस्तो लाग्यो ।

साधना गर्दा-गर्दै एकपटक मनमा यस्तो विचार आयो कि मलाई कतै भ्रम त भइरहेको छैन, कतै कल्पना त भएको होइन । तर यो वास्तविकता थियो, कल्पना थिएन, भ्रम थिएन । यसलाई जाँचन गुरुदेवले एउटा दुईटा उपाय बताइदिनुभयो । त्यस अनुसार जाँचेर हेरेँ त्यो कुनै कल्पना थिएन । यो शरीरभित्र भइरहेको एउटा सत्य थियो । माथिल्लो तहमा अविद्याको बाक्लो खोल छ त्यो रहुञ्जेल हामीले सत्यको साक्षात्कार गर्न सक्दैन । भगवान् बुद्धको यो कल्याणकारी विद्यालाई सही ढङ्गले उपयोग गरेकोले त्यो बाक्लो खोल फाट्यो र भित्रको एउटा नयाँ संसार देखा पर्‍यो । जस्तो कि अण्डाको भित्र रहने चल्लालाई बाहिरको संसारको बारेमा के थाहा ? जब अण्डा फुट्छ तब बाहिर आउँछ र बाहिरको संसार देखेर छक्क पर्छ । भित्र रहुञ्जेल बाहिरको कल्पना पनि गर्न सक्दैन कि बाहिरको सत्य के हो ? यी दुई संसार विल्कुलै अलग छ कुनै सम्बन्ध छैन । ठीक त्यस्तै प्रकारले अविद्याको खोल फाटेपछि सधैं बाहिरमात्रै हेरिरहने व्यक्तिले आफूभित्रको सत्य देख्न थालेपछि त्यसलाई अनुभव गर्न थालेपछि मात्र थाहा पाउँछ कि बाहिरको स्थूल सत्यभन्दा यो भित्रको सत्य विल्कुल भिन्न छ ।

जब यो खोल फाट्यो तब मलाई यस्तो लाग्यो कि मेरो नयाँ जन्म भयो, अर्को जन्म भयो । जस्तो चराको असली जन्म तब हुन्छ जब अण्डा फुटालेर बाहिर आउँछ । ठीक त्यस्तै प्रकारले म मेरी आमाको गर्भबाट यस अविद्याको खोल लिएर जन्मेँ र यस कल्याणकारी विधिले अविद्याको खोल फुटालेर मेरो अर्को जन्म गरायो । म साँच्चीकै फेरि जन्मेँ, यो मेरो दोस्रो जन्मभयो । यो दोस्रो जन्म नै मेरो वास्तविक जन्म भयो म धन्य भएँ ।

मेरो घरको परम्परागत मान्यताको अनुसार यज्ञोपवीत नलगाएको कारण म आजसम्म शूद्र थिएँ । जबसम्म हाग्री परम्पराले यज्ञोपवीत धारण गर्ने अनुमति दिँदैन तबसम्म म यज्ञोपवीत धारण गर्दिन भन्ने मेरो दृढ संकल्प थियो । त्यसै कारण म आजसम्म शूद्र नै बनिरहेँ र यही मलाई मान्य थियो । अब वास्तवमा मेरो अर्को जन्म भएको छ, दोस्रो जन्म भएको छ । यज्ञोपवीत धारण गर्ने कर्मकाण्ड पूरा गर्दैमा कसैको दोस्रो जन्म कसरी हुन्छ ? यहाँ अविद्याको अण्डाको खोल फुटालेर नयाँ जन्म प्राप्त गरेर मेरो दोस्रो जन्म भयो । मेरो कल्याण भयो, मेरो साँच्चीकै परम कल्याण भयो । मेरो भाग्य उदय भयो !! 



कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

धर्मको सार

धर्मलाई ठीक तरिकाले बुझ्न सक्यो भने मात्र ठीक तरिकाले पालन गर्न सकिन्छ । अतः धर्मको सार राम्ररी बुझौं । धर्मको सारलाई बुझ्यौं भने ग्रहण गर्न सकौं । अन्यथा भित्रको सार तत्वलाई त्यसै राखी बाहिरको बोक्रामा नै अल्झिरहन्छौं । त्यसैलाई सार ठानेर धर्म मानिरहन्छौं ।

सार सधैं समान हुन्छ । बोक्रा भिन्न-भिन्न हुन सक्छन् र जहाँ यी बोक्रालाई धर्म मानिन्छ त्यहाँ धर्म पनि भिन्न-भिन्न हुन जान्छ । हिन्दूहरूको धर्ममा पनि सनातनी, आर्यसमाजी छन् । बौद्धहरूको धर्ममा महायानी, थेरवादी, जैनहरूको धर्ममा दिगम्बर, श्वेताम्बर, इसाईहरूको धर्ममा कैथोलिक, प्रोटेस्टेन्ट, मुसलमानहरूमा पनि शिया, सुन्नी आदि धर्म फरक-फरक मात्र होइनन् आपसमा विरोधी पनि छन् । निस्सार तत्वलाई मान्यता दिएको कारण यस्तो विभिन्नता भएका हुन् र परम्परामा विरोधी भएका हुन् ।

कोही लामो कपाल राख्ने, कोही दाही, कोही तालु । कसैको कान छेड्ने त्यसमा पनि कुण्डल, मुद्रा लगाउने भिन्नता । तिलक लगाउनेमा पनि चन्दन कि भष्मको ? यस्तो आकार कि त्यस्तो ? कसैले माला लगाए, रूद्राक्षको हो कि चन्दन अथवा तुलसी ? लकेटमा कुन आचार्य, गुरु वा कुन देवी देवताको फोटो छ ? कोही नाँगा छन् कोही वस्त्र लगाएका त्यसमा पनि सिलाएको कि नसिलाएको ? कस्तो रंग, कस्तो बनावट ? कसैले गालामा माला, पाखुरा, नाडी, खुट्टा, तथा औंलामा जन्तर, ताबीज, औंठा आदि लगाएका हुन्छन् । त्यसमा कुनै शब्द, मन्त्र, यन्त्र राखिएका हुन्छन् ।

यी अनेक रूप, भिन्न-भिन्न आडम्बर, भेशभूषा, आकार-प्रकार, बनावट-सजावट, भिन्न-भिन्न सम्प्रदायहरूको प्रतीक मात्र होइनन् भिन्न-भिन्न धर्म बनेर पारस्परिक विरोधको कारण बनिरहेका छन् । कोही धर्म नेताले माया गरेर दुःखी जनतालाई अमृत जस्तो धर्म रस दिए जुन भाँडोमा दिएको थियो त्यही भाँडो जीर्ण भयो त्यसमा प्वाल परेर सबै धर्मरस बगेर गए । खोक्रो भाँडो मात्र बाँकी रह्यो । त्यस भाँडाको रस हामीले कहिल्यै चाखेनौं त्यसैले त्यो भाँडो नै हाम्रो लागि धर्म हुनगयो र त्यसलाई अँगालेर राख्नु नै हाम्रो जीवनको सार्थकता बन्नगयो ।

जसरी भिन्न-भिन्न रूप-सजावट हाम्रो लागि धर्म

बन्यो त्यसरी नै थोत्रो, निर्जीव, निष्प्राण कर्मकाण्ड पनि हाम्रो लागि धर्म बन्नगयो । शुद्धधर्म छुट्यो र जातपात-छुवाछूत, नदी, पोखरी, तलाउ, समुद्रमा नुहाउनाले, तीर्थको यात्रा गर्नाले नै धर्म हुन्छ भन्ने विश्वास गर्न थाल्यौं । कुनै मन्दिर, मस्जिद, चैत्य आदिमा दिनहुँ धाउनु नै धर्म ठान्यौं । पूर्व अथवा पश्चिमतिर फर्केर हात जोडेर अथवा पसारेर पंचाङ्ग, अष्टाङ्ग, दण्डवत प्रणाम गरेर देवी-देवता, गुरु-आचार्यको तस्वीर मूर्तिको चरणमा वा धातु अवशेष अथवा धर्म ग्रन्थमा पूजा गर्नु, शंख बजाउनु, नैवेद्य चढाउनु, आरती दिनु, घण्टी बजाउनु, स्तोत्र पढ्नु, माला जपु नै धर्म मान्न थाल्यौं । त्यस्तै भाकलगरी पूजा-आजा गर्नु, जादु-मन्त्र गर्नु पनि धर्म मान्न थाल्यौं । कुनै अज्ञात-अदृश्य शक्तिलाई प्रसन्न पार्नको लागि कुखुरा, भाले, बोका, हाँस अथवा मनुष्यको बली दिनु पनि धर्म हुन गयो । कसैले एकै पटक टाउको काटेर त कसैले बिस्तारै तड्पाई-तड्पाई मार्नु पनि धर्म भयो । यसरी धर्मको विनाश हुँदै गयो, अवमूल्यन हुँदै गयो ।

सत्य धर्मको उपलब्धिको लागि हामीलाई जुन साधन प्राप्त भयो हाम्रो अज्ञानताको कारण त्यही हाम्रो बन्धन हुन गयो । कोही सन्त पुरुषले अन्धकारबाट बच्नको लागि करुण चित्तले हाम्रो हातमा बलेको मशाल दिए ता कि त्यसको प्रकाशको सहयोगले जीवन यात्रा सफलपूर्वक पार गर्न सकून् । तर कालान्तरमा त्यस मशालको आगो निभ्यो, अब हाम्रो हातमा डण्डामात्र रहन गयो । अज्ञानबस त्यही लड्डीलाई मशाल ठानेर बोकिरहेछौं ।

कहिले काही यस्तो पनि हुन्छ कि बाह्य आडम्बरलाई त हामी धर्म मान्दैनौं तर सूक्ष्म-सूक्ष्म खेस्राहरूलाई धर्म मान्न थाल्छौं जुन अधिक भ्रामक र मजबूत गाँठो बाँध्ने हुन्छन्, अन्ध मान्यता, अन्ध भावावेश बौद्धिक तर्कलाई धर्म मान्न थाल्यौं भने त्यसमा भन् नराम्ररी फस्छौं । हामी जुन परिवारमा जन्थौं, जुन वातावरणमा हुक्यौं त्यस वंश-परम्पराका मान्यताका बारेमा बराबर सुन्छौं, पढ्छौं । हुँदा-हुँदा अन्य मान्यता सही भएपनि पछि स्वीकार गर्न नै नसक्ने हुन्छ । त्यस परम्पराको मान्यतासँग हाम्रो भावनात्मक सम्बन्ध जोडिसकेको हुन्छ फलस्वरूप त्यसको विपरीत अन्य कुनै दृष्टिकोणलाई स्वीकार गर्न नै सक्दैनौं । अन्धविश्वास तथा भावावेशमा आएर कुनै सिद्धान्त

स्वीकार गरेर पनि के फाईदा हुन्छ ? वास्तवमा त्यो सिद्धान्त सही छ भने जीवनमा, व्यवहारमा आउनुपर्‍यो । जीवनमा आयो भने मात्रै सही धर्म हुन्छ अन्यथा खोक्रो बुद्धि विलास मात्रै हुन्छ ।

सैद्धान्तिक रूपमा आफूलाई अनात्मवादी, ईश्वरवादी, आत्मवादी, निरीश्वरवादी, द्वैतवादी, अद्वैतवादी जे माने पनि के भयो र ? वास्तवमा व्यावहारिक जीवनमा शुद्ध चित्तले जीवन यापन गरिरहेको छ कि छैन ? आफूलाई ईश्वरवादी मान्ने व्यक्ति पनि भोलि के होला भन्ने डरले व्याकुल भइरहन्छ । आफूलाई अनात्मवादी मान्ने व्यक्ति पनि आफ्नो अहमले कसरी घेरिएको हुन्छ ? यस्तो अवस्थामा कोरा सैद्धान्तिक पक्ष के काम ? मुख्य कुरा त व्यावहारिक पक्षको हो, आफ्नो आचरणको हो । शुद्ध चित्तमा आधारित आचरण नै धर्म हो । कुनै विशेष पहिरन, कुनै कर्मकाण्ड, विशेष दार्शनिक मान्यता मानेर पनि आफ्नो मन द्वेष-दौर्मनस्यताले भरेको छ भने धर्महीन नै छौं । यदि मन स्नेह-दौर्मनस्यताले भरेको छ भने धार्मिक छौं । यदि कुनै कार्य गरेर चित्त विशुद्धि गर्ने काममा सहायक हुन्छ भने त्यो काम गर्न योग्य छ अन्यथा निरर्थक, निस्सार छ ।

जबसम्म धर्मको सही अर्थ बुझ्दैनौं तबसम्म हामी कंगाल छौं, जीवन निस्सार छ । यदि धर्मको सार चित्त विशुद्धिमा छ, राग, द्वेष मोहको बन्धनबाट मुक्त हुनुमा छ, विषम स्थितिमा पनि चित्त समतामा स्थापित गर्नुमा छ, मैत्री, करुणा, मुदितामा छ भन्ने बुझ्न सक्यौं भने कुनै समय धर्मको सार प्राप्त गर्न सक्यौं । जबसम्म खोक्रो मान्यता आदिलाई नै धर्म मानिरहन्छौं, तबसम्म शुद्धधर्म प्राप्त गर्न सक्ने सम्भावना नै हुँदैन । हामी आफू भित्र आत्म निरीक्षण गरेर कहिले जाँच्दैनौं कि जसलाई धर्म भनेर मान्दैछौं त्यसको कारणले मनमा के सुधार भइरहेछ ? जीवन व्यवहारमा के सुधार भइरहेछ ? जन्म मरणबाट मुक्त हुने हजारौं कुरा गर्छौं तर यस जीवनमा मनको विकारबाट मुक्त हुने अलिकति पनि प्रयत्न गर्दैनौं । धर्मको अर्थ नबुझेर जति हानी हुन्छ त्यसभन्दा कयौं गुणा बढी हानी निस्सारलाई सार मान्नुमा हुन्छ ।

धर्मको शुद्ध रूपलाई बुझ्नु, जाँचेर हेर्नु रोग मुक्तिको पहिलो आवश्यक कदम हो । शुद्धधर्म स्पष्ट हुन्छ । त्यसमा गुह्य हुँदैन । प्रतीक-पांडित्य प्रदर्शन हुँदैन । जे जति छ सहज छ, यथार्थ छ । स्वयं साक्षात्कार, स्वयं अनुभव गर्नको लागि हुन्छ । धर्म राजमार्गभै स्पष्ट हुन्छ । त्यसमा अलमलिनै ठाउँ हुँदैन । जति-जति पालन गर्‍यो त्यति-त्यति फल दिने हुन्छ ।


वाणीबाट हुने कर्म, शरीरबाट हुने कर्म, आजीविका, मानसिक स्वस्थताको अभ्यास, जागरूकताको अभ्यास,

एकाग्रताको अभ्यास शुद्ध हुनुपर्छ । मानसिक चिन्तन र जीवन-जगतप्रति आफ्नो दृष्टिकोण शुद्ध हुनुपर्छ ।

साधारणतया भन्ने हो भने विना अहंकार कुनै वाचा नगरी दिएको दान शुद्धधर्म हो । सदाचारको पालन गर्नु, हिंसा, चोरी, व्यभिचार, भूठो बोल्नु र नशा सेवन गर्नु आदिबाट अलग रहनु शुद्धधर्म हो ।

मनलाई वशमा राख्नु, एकाग्र गरेर वर्तमान अवस्था प्रति सजग रहने अभ्यास गर्नु शुद्धधर्म हो ।

राग द्वेषबाट मुक्त रहेर व्यक्ति या वस्तुस्थितिप्रति जस्तो छ त्यस्तो यथाभूत प्रज्ञापूर्वक हेर्ने अभ्यास गर्नु धर्म हो । दान, शील, समाधि र प्रज्ञा यी चारै अभ्यास सार्वजनिक छन्, सम्प्रदायबाट मुक्त छन्, सबैका लागि हितकारी छन् । त्यसैले शुद्ध धर्म हुन् । तर यस्तो धर्मको अभ्यास नगरेर कोही धार्मिक बन्न चाहन्छ भने न आफ्नो कल्याण हुन्छ न अन्यको ।

आफ्नो र पराईको हित सुखको लागि शुद्धधर्मको जीवन जीउनु अनिवार्य छ । शुद्ध धर्मको जीवन जीउनको लागि शुद्धधर्म के हो थाहापाउनु अनिवार्य छ । शुद्धधर्मको सार विजन जीवन-द्वेष, द्रोह, भय, आशंका, पक्षपात, कट्टरता, अविश्वास आदिले भरेको हुन्छ । यस्तो जीवन निस्तेज, निष्प्राण, निरुत्साही, व्याकुल नै हुन्छ । शुद्धधर्म ग्रहण गर्‍यो भने करुणा, स्नेह, सद्भाव, त्याग, बलिदान, सहयोग, श्रद्धाले भरिपूर्ण हुन्छ । शुद्धधर्मको यही प्रत्यक्ष लाभ हो, प्रत्यक्ष लाभ नै शुद्धधर्मको सार नाप्ने कसौटी हो । 

बौद्ध-वृद्धाश्रमको सूचना

बनेपा वडा नं. ४ मा अवस्थित बौद्ध वृद्धाश्रममा हाल केही बेडहरु खाली छन् । ईच्छुक ज्येष्ठ नागरिकहरुलाई सशुल्क वृद्धाश्रममा स्वागत छ ।

हालको शुल्कको विवरण :

फाराम शुल्क : ५०/-

डिपोजिट : ३,०००/-

भर्ना शुल्क : ३,०००/-

मासिक शुल्क : ३,०००/-

९,०५०/-

सम्पर्क:

बौद्ध वृद्धाश्रम, बनेपा : ०१९६६२८४९

बुद्धविहार भृकुटीमण्डप, काठमाडौं, ४२२६७०२



नेपालमा ध्यान शिविर सञ्चालन सुरूवात कसरी ?

कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

नेपालका लागि प्रथम सहायक आचार्यको रूपमा नियुक्ति हुनुभएका श्री यदुकुमार सिद्धिज्यू (आचार्य) ९६ वर्षको उमेरमा वि.सं २०६७, कार्तिक २३ गते राति दिवंगत हुनुभयो । कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का गुरुजीबाट उहाँलाई वि.सं. २०४१ सालमा शिविर सञ्चालन गर्ने जिम्मेवारी दिनुभएको थियो । नेपाल विपश्यना केन्द्र धर्मश्रृङ्गमा स्थापना भएदेखि उहाँले शिविरहरू सञ्चालन गर्दै आउनुभएको थियो । २०४१ साल फागुन १५ गते पहिलो पटक धर्मश्रृङ्गमा उहाँले १० दिवसीय शिविर सञ्चालन गर्नुभएको थियो । केन्द्रको स्थापना कालमा प्रत्येक महिनाको एक पटक करिब २५ जना साधक साधिकाका लागि शिविर सञ्चालन गरिन्थ्यो भने धर्मश्रृङ्गमा हाल महिनाको दुई पटक निरन्तर रूपमा शिविरहरू सञ्चालन भइरहेका छन् ।

धर्मश्रृङ्ग स्थापना हुनु धेरै अघिदेखि नै यस साधना विधिको अभ्यास गर्दै आउनुभएका दिवंगत श्री यदुकुमार सिद्धिज्यूले कल्याणमित्र गुरुजीलाई पहिलो पटक नेपालमा शिविर सञ्चालन गर्नको लागि आमन्त्रण गर्नुभएको थियो । उहाँको पटक-पटकको सत्प्रयास पछि नै काठमाडौंमा शिविर सञ्चालन गर्न गुरुजी पाल्नुभएको थियो । उहाँको अथक मिहिन्त र नेपालीहरूलाई शुद्ध धर्म सहजपूर्वक सुलभ गराउने दृढ इच्छा भएको कारणले नै आज हामीले शुद्धधर्म ग्रहण गर्न पाएका छौं । शुद्धधर्म वितरण गर्ने उहाँको तीव्र धर्मचेतना र यस विपश्यना विधिप्रति असीम श्रद्धा भएको कारणले नै उहाँले आफ्नो अभ्यासको लागि निर्माण गरिएको भवन र जग्गा नेपाल विपश्यना केन्द्रलाई दान दिनुभयो । उहाँले रोपेको सानो विऊ नै आजको सुन्दर र दीर्घ शिविर सञ्चालन गर्न योग्य धर्मश्रृङ्गको रूपमा सप्रिएको छ । उहाँको जस्तो मंगलमय धर्म इच्छा सबैमा जागुन् । उहाँको धर्ममयी जीवनबाट सबैमा प्रेरणा जागुन् । उहाँप्रति कृतज्ञता र मङ्गल मैत्री नै जागुन् ।

(दिवंगत श्री यदुकुमार सिद्धिज्यूले नेपालमा शिविर सञ्चालन गर्न निमन्त्रणा गर्नुभएको विषयलाई लिएर विश्व विपश्यनाचार्य सत्यनारायण गोयन्काले लेख्नुभएको लेख यहाँ प्रस्तुत छ ।)

नेपालका श्री यदुकुमार सिद्धिजीले बौद्धगयामा सञ्चालित पहिलो शिविर (सन् १९७०) मा भागलिएका थिए । यस शिविरबाट उनी अत्यन्त प्रभावित र लाभान्वित भए । उनका साथी-भाइ मित्र तथा आफन्तहरू क्रमशः शिविरमा भाग लिन आए । वीरगञ्जमा

अथवा काठमाडौंमा एउटा शिविर सञ्चालन गर्ने उनको इच्छा थियो । वास्तवमा म पनि यही चाहन्थें, यसै मौकामा नेपालको धर्मयात्रा पनि गरूँ भन्ने इच्छा थियो । यस पावन प्रदेशको हिमालको ध्यान-सम्बर्धन गर्ने तरङ्गको आकर्षण त थियो नै साथमा यस महान विद्याको अनुसन्धान गर्ने महान पुरूषको जन्म पनि यसै धरतीमा भएको थियो । परन्तु म लाचार थिएँ । म बर्मी नागरिक थिएँ । बर्मी सरकारले कृपा गरेर मलाई दिएको पासपोर्ट केवल भारतमा रहनको लागि मात्र थियो अतः म कानूनी रूपमा नेपाल जान सक्दैनथें ।

नेपालीहरूको लागि सितम्बर १९७२ मा एउटा शिविर रक्सौलमा राखें । रक्सौल नेपाल र भारतको सीमा वारी थियो । अतः सीमा पारी वीरगञ्ज तथा काठमाडौंका धेरै साधकहरू यस शिविरमा सम्मिलित भए । साँझको प्रवचन सुन्नेको लागि वीरगञ्जका अनेक श्रद्धालुजनहरू आउँदथे । शिविर समापनको अवसरमा श्री सिद्धिजीले वीरगञ्जमा नै एउटा शिविर राख्नको लागि जोड दिनुभयो । रक्सौलको तुलनामा वीरगञ्ज बढी सुविधाजनक थियो । शिविरमा भाग लिन धेरै साधकहरू आतुर थिए । अतः सबैको भलाईको लागि वीरगञ्जमा एउटा शिविर राख्नु अत्यन्त जरूरी थियो । उनको भनाई अनुसार म भारतीय भेषभूषा धोटी-कुर्ता लगाएर सीमापार गरें भने पनि इमिग्रेशन अफिसले समाउँदैन, भारतीय नै मान्छ, नेपाल-प्रवेश गर्न कुनै कठिनाई हुनेछैन ।

परन्तु मलाई उनको सुझाव अमान्य थियो । पूज्य गुरुदेवको आदर्श मेरोसामू थियो । उहाँ भारतको ऋण चुक्ता गर्नको लागि यहाँ आएर स्वयं विपश्यनाको धर्मदान दिन चाहनुहुन्थ्यो । यसको निमित्त पासपोर्टको लागि निवेदन पनि दिइयो परन्तु बर्मी सरकारको आफ्नै नियम थियो । सदाको लागि बर्मा छोडेर जाने बर्मी नागरिक र अन्य देशमा काम गर्न जाने नागरिकलाई मात्र बर्मी सरकारले पासपोर्ट दिन्थ्यो । तत्कालीन बर्मी सरकारको क्याबिनेट सचिव ऊ विन पे, गृहमन्त्री कर्नल चोजो पनि गुरुदेवलाई यही परमर्श दिन आएका थिए । तत्कालीन सरकारका प्रायः सबै जसो मन्त्री गुरुदेवप्रति अत्यन्त श्रद्धा राख्दथे परन्तु सबैजना नियमले बाँधिएका थिए । गुरुदेवले जुन आधार लिएर पासपोर्ट मागेको थियो त्यस आधारमा पासपोर्ट दिन मिल्दैनथ्यो । त्यसैले नै ऊ

विन पेले यस्तो परामर्श दिएका थिए तर उनले दिएको दुबै बूँदा भूठमा आधारित थिए गुरुदेवलाई यो स्वीकार्य थिएन । शुद्ध धर्म सिकाउने धर्मयात्राको पहिलो कदम नै शील-विरुद्ध भयो भने धर्म सिकाउने कार्यमा कसरी सफल होला । यस सिद्धान्त अनुसार वीरगञ्जमा शिविर राख्ने प्रस्ताव मैले स्वीकार गर्न सकिन । म बर्मी नागरिक भइकन पनि फेरि आफैलाई भारतीय नागरिक कसरी भन्न सकूँला ?

यस शिविरमा नेपालका एकजना धनी नेपाली उद्योगपति बसेको थियो । सबै सरकारी ओहदामा उनको राम्रो सम्बन्ध थियो । उनको गाडीमा बसेर नेपाल प्रवेश गर्ने भने कसैले पनि तपाईं भारतीय नागरिक हो कि अन्य देशको भनेर सोध्ने छैन तपाईं भूठो बोल्नुबाट पनि बच्नु हुनेछ भन्ने उनको सुझाव थियो । तर म यस्तो प्रस्ताव कसरी स्वीकार गरूँ ? आखिर असत्य त असत्य नै हुन्छ । ठगी त ठगी नै हुन्छ । यसकारण नेपाल जान सकेन । भारतमा नै शिविर राख्दै रहें ।


समय बित्दै गयो । विभिन्न देशका हजारौं साधक भारतमा आएर शिविरमा बस्न आए । उनीहरू मध्ये धेरैले आ-आफ्नो देशमा शिविर राख्नको लागि आग्रह गर्न थाले । हुन पनि यसबाट भारतमा आएर शिविरमा बस्न आउन नसकेका अनेक व्यक्तिहरूले यसबाट फाईदा पाउन सक्थे ।

उनीहरूको आग्रह एकदम उचित थियो र पूज्य गुरुदेवको मान्यता पनि त्यही थियो कि यो विपश्यना विद्या बर्माबाट भारतमा जानेछ र भारतबाट विश्वमा फैलिनेछ । विदेशमा शिविर राखेमा नै फैलिन्छ अन्यथा कसरी फैलिन सक्छ । मैले दिल्लीस्थित बर्मी राजदूतावासमा विदेशमा जान पासपोर्टको लागि आवेदन दिएँ । बर्मी राजदूत तथा अन्य पदाधिकारीहरू मेरा परिचित नै थिए । उनीहरू मेरो धर्मदूतको कार्य देखेर प्रसन्न थिए र विश्वमा विपश्यना फैलाउने मेरो योजनामा सहायता पनि गर्न चाहन्थे । परन्तु उनीहरू पनि असमर्थ थिए । उनीहरू नयाँ प्रवेशआज्ञा दिन असमर्थ थिए । अतः उनीहरूले बर्मी सरकारको विदेशमन्त्रालयमा मेरो आवेदन पठाए । त्यहाँबाट अस्वीकार गरी पठाए । सरकार पनि आफ्नो नियमले बाँधिएको थियो । मैले सारा स्थितिसामू राखेर अपील गर्ने तर त्यो पनि राजदूतावासबाट फिर्ता गरियो किनकी सरकारको निश्चित नीतिको विरुद्ध कुनै पनि अपील रंगून पठाउनु नै अनुचित भयो । अतः म भारतमा मात्रै शिविर चलाउँदै रहें ।

यसरी समय बित्दै गयो । विदेशी साधकहरूको दबाव पनि बढ्दै गयो । मैले रंगूनमा आफ्नो मित्र ऊ ति हान सँग सम्पर्क गर्ने । म पश्चिमी देशमा गएर विपश्यनाको प्रचार गरौं भन्ने उनी पनि चाहन्थे । उनैको अथक प्रयासले नै बर्माबाट भारत आउने दुर्लभ पासपोर्ट पाएको थिएँ । त्यस समयमा उनी बर्मी

सरकारको विदेशमन्त्री थिए । अब अवकाश पाएर बसेका थिए । ऊ ति हानले तत्कालीन बर्मी प्रधानमन्त्री मौँ मौँ खालाई अपील गर्ने परामर्श दिए । सायद उनको दबावले यो काम होला । मौँ मौँ खा ऊ ति हान तथा मेरो पनि मित्र थिए । ऊ ति हानको नेतृत्वमा भारत, रूस तथा अन्य साम्यवादी देशसंगको व्यापारसम्बन्धी सम्झौता गर्नको लागि जाँदा सरकारी प्रतिनिधि मण्डलमा कर्नल मौँ मौँ खा पनि साथमा थिए अतः हाम्रो मित्रता कायम भएको थियो । हुनत उनीसंग पहिला नै परिचित थिएँ तर यस यात्राले हामी दुईको घनिष्टता अधिक मजबुत हुनगयो । यसपछि नेविन सरकार हुँदा उनी उद्योग मन्त्रालयको सचिव पदमा नियुक्त भए । उद्योग मन्त्रालयबाट मेरो पासपोर्ट स्वीकृत गराएर अगाडि बढाउने कार्यमा उनले धेरै मद्दत गरेका थिए । म भारत आएपछि उनी उद्योग मन्त्री बने, पछि प्रधानमन्त्री । उनीसंग यस्तो घनिष्टता भएको कारण मैले आशावादी भएर आवेदन गर्ने र साथमा एउटा व्यक्तिगत पत्र पनि लेखें । परन्तु उनको पनि केही लागेन । निर्धारित सरकारी नीति बदल्नमा उनी पनि असमर्थ नै थिए । मेरो धर्म-प्रशिक्षण कार्यको प्रगति देखेर उनी पनि प्रसन्न नै थिए र गौरवान्वित पनि थिए । धेरै वर्षपछि सन् १९९० मा म बर्मा जाँदा उनले अवकाश पाइसकेका थिए । त्यस समय मेरा धेरै पुराना मित्रहरू मलाई भेट्न आए तीमध्ये उनी सबभन्दा पहिलो व्यक्ति थिए । मेरो धर्मदूतको कार्य सफलताको प्रसंशा गर्दै धेरै बेरसम्म बधाइ दिइरहे । परन्तु प्रधानमन्त्री मेरो मित्र र मेरो कार्यदेखि गौरव गर्दा-गर्दै पनि त्यस समयमा सरकारी नीतिको कारण मेरो आवेदन पत्र स्वीकार गर्न सकेन ।

प्रवेश आज्ञा नपाईकन म भारतबाट बाहिर जान सकिदैन थिएँ । तै पनि नेपालका साधकहरूको दबाव बढ्दै गयो । उनीहरूको आग्रह थियो कि अन्य देशमा जानको लागि त पासपोर्ट चाहिन्छ । नेपालमा त विना पासपोर्ट पनि जान सकिन्छ । नेपालको एकजना सरकारी अधिकारीले नेपालको धर्मयात्रा निर्विघ्न हुनेछ केही हुँदैन भनी उनी आफूले जिम्मा लिए परन्तु म उनको यस सुझावमा पनि सहमत थिएन र बर्मी नागरीक हुनुको कारण जबसम्म बर्मी सरकारले मलाई अनुमति दिँदैन तबसम्म म भारत छोडेर अन्य कुनै देशको यात्रा गर्दिनँ भन्ने मेरो दृढ निश्चय थियो । राजनैतिक प्रतिबन्धको साथ साथ नैतिक रोकावट पनि थियो । अतः नेपालमा धर्म शिविर सञ्चालन गर्ने साधकहरूको आग्रहलाई अस्वीकार गर्दै रहें ।

आज अतीतका ती घटनाहरूलाई सम्झी हेर्दा बडो सन्तोष लाग्छ की मेरो निर्णय एकदम उचित थियो । यदि नीति नियमलाई उलंघन गरेर नेपाल गएको भए जीवनको यस उज्वल धर्म-चारिकामा एउटा दाग लाग्थ्यो जुन दागले काँडा भैं सँधै विभ्ररहन्थ्यो । 

नागरिकता प्राप्तिका लागि अधिष्ठान

✍ कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

विदेशमा नै जाने हो भने एउटै विकल्प थियो की बर्मी नागरिकता छोडेर म भारतीय नागरीक बनूँ । यसो गरे भने भारतीय पासपोर्ट लिएर कुनैपनि देशमा गएर धर्म सिकाउन सकिन्थ्यो । यस्तो निर्णय गर्न पनि मनमा एक किसिमको पीडा थियो । भारत मेरो पुर्खाको देश थियो । जून बुद्धको पावन भूमि हो । अतः यसप्रति पनि मनमा अपार श्रद्धा र गौरव थियो । बर्मा मेरो जन्मभूमि थियो । जन्मभूमिको आफ्नै गौरव छ । यसको गरिमा त स्वर्गभन्दा पनि अधिक छ । जन्मभूमि पनि यस्तो कि जहाँ मेरो दुई दुई जन्म भएको थियो । एक त आमाको काखबाट अर्को विपश्यना विद्याबाट । अतः यसप्रतिको जुन भावनात्मक सम्बन्ध थियो, यसको कारण आफ्नो नागरिकता त्याग्न कठिन भइरहेको थियो । एकातिर भावनात्मक दबाव थियो त अर्कोतिर कर्तव्य यी दुईको मन्थनमा मैले आफ्नो मित्र ऊ ति हानको परामर्श नै सबभन्दा उपयुक्त हुने देखें र सम्यक् संकल्पसहित अधिष्ठानपूर्वक यस्तो सत्य क्रिया गरें कि, “आजसम्म जुन धर्म सेवा गरेको छु त्यो नितान्त निःस्वार्थभावले लोक-कल्याणको लागि नै गरेको छु, जसबाट मेरो गुरुदेवको धर्मकामना पूर्णहोस् । मेरो गुरु भारतको ऋणबाट मुक्त होस् । म मेरो गुरुको ऋणबाट मुक्त

होऊँ । यस धर्मसेवाबाट मैले आफ्नो लागि कुनै किसिमको आर्थिक लाभ लिइनँ । यस सत्यवचनको प्रतापले यदि धर्मले म केवल भारतमा मात्र धर्मसेवा गरिरहूँ भन्ने चाहेको भए मलाई बर्मी नागरिक नै बनाई राखून् । यदि विश्वमा विपश्यनाको प्रसारण गर्ने भए धर्मदूतको धर्मसेवा गरेको दशवर्ष पूराभएपछि भारतीय नागरिकता प्राप्त होस् ।”

दशवर्ष पूराहुने समय आइपुगेपछि भारतीय नागरिकताको लागि भारत सरकारसमक्ष आवेदन-पत्र दिएँ । सायद धर्मले यही चाहेको भए यस्तै हुनेछ । देश-देशबीचको भौगोलिक सिमाना राजनैतिक अथवा व्यापारिक कारणले निश्चित गरेको हुन्छ । धर्मको लागि भौगोलिक सिमाले कुनै प्रतिबन्ध लगाएको हुँदैन । कुनै व्यापार-धन्दाको लागि अथवा धन कमाउनको लागि मैले नागरिकता बदलेको होइन । देश-विदेशमा धर्म-सेवा गरें भने त मेरो जन्मभूमि बर्मा र पुर्खाको पूण्यभूमि भारत दुवै गौरवान्वित हुनेछन् । यस पूण्यकार्यको श्रेय दुवै देशले पाउनेछन् । यस्तो लोककल्याण गर्ने एउटै मात्र उद्देश्य हो । नागरिकता बदलेर मेरो जन्मभूमिप्रति मेरो माया, सन्मान कृतज्ञताको भाव अलिकति पनि कमी हुनेछैन ।

आवेदन-पत्र दर्तापछि तुरुन्त नै भारत सरकारले नागरिकता



विश्व विपश्यनाचार्य गुरु कल्याणमित्र
सत्यनारायण गोयन्कालाई सुगतिसहित
निर्वाण प्राप्त होस् भन्ने कामना !

राजधानी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

बागबजार, काठमाडौँ ३१, फोन : ०१-४२९९२५२

सम्झनुहोस्

सुरक्षित बचत, उच्च प्रतिफल एवं सरल कर्जाको लागि

प्रदान गर्ना भन्ने सोचको थिएँ किनभने यसको लागि प्रशासनिक कुनै कठिनाई थिएन । परन्तु धर्मको क्षेत्रमा कुनै महत्वपूर्ण पाइला उठाउन थाल्यो भने अगाडि कुनै न कुनै अप्रत्याशित बाधा आइपुग्दछ । भारत सरकारको गुप्तचर विभागले मेरो फाइल रोकेको रहेछ ।

केही वर्ष पहिले यस विभागले मेरो गम्भीर जाँच गरेको थियो हाम्रो परिवारको भारतवासी सदस्य विशेष गरी मेरा दुई भाइ र भतीजा आनन्दमार्गका विशेष अनुयायी थिए । भारत सरकार आनन्द मार्गलाई संदेहपूर्वक हेर्दथ्यो । भारत सरकारले मेरा दुबै भाइलाई केही दिनसम्म कैद पनि गरेको थियो । अतः सरकारको दृष्टिमा यस्तो शंका जाग्न स्वाभाविक थियो कि म पनि यसै आनन्दमार्गको प्रचारक हुँ । विपश्यनाको नाममा शिविर लगाएको भए पनि भित्रबाट आनन्दमार्गका प्रचारक जस्तो शंका गरेको थियो ।

मेरो धर्मसेवा सर्वथा निर्दोष हुनुको साथै आनन्दमार्गसंग यसको केही सम्बन्ध नभए तापनि मेरो बारेमा जाँच बृष्ण गर्ने कार्य भने जारी नै थियो । सायद उच्चपदाधिकारीहरू मेरो गतिविधिको बारेमा अधिक समयसम्म पुछ्छुताछ गर्ने निर्णयमा थिए । किनभने म व्यापारिक काम-धन्धाबाट मुक्त भइसकेको थिएँ तर मेरो छोरा परिवारका आनन्दमार्गी सदस्यहरूका साथ व्यापारमा संलग्न थिए । अतः आनन्दमार्गीहरूको साथ मेरो छोरोको सम्बन्ध हुनुको कारण उनीहरू म माथि केही समयसम्म निगरानी राख्न चाहन्थे । सायद यसै कारणले मेरो नागरिकताको आवेदन-पत्र रोकिएको थियो । म के गर्न सक्येँ र ? म त धर्म अनुष्ठानको बलमा पूर्ण रूपले आश्वस्त थिएँ कि भारतमा धर्मचारिका गरेको दशवर्ष पुराहुने वित्तिकै मलाई नागरिकता पनि दिइनेछ, पासपोर्ट पनि दिइनेछ र तुरुन्त नै शिविर सञ्चालन गर्न विदेश जान सक्नेछु । यसै दृढ विश्वासले विदेशी साधकहरूको देश फ्रान्सको गेइयो नगरमा जुलाई १ देखि ११ सम्म शिविर राख्ने स्वीकृति दिएँ । यस शिविरपश्चात् फ्रान्सको प्लेज नगरमा १४ देखि २४ सम्म, क्यानाडामा २६ देखि अगष्ट ६ सम्म, इ-लैण्डमा ९ देखि २० र २१-१ सेप्टेम्बरसम्म शिविर राख्ने अनुमति दिएको थिएँ । पश्चिमी देशहरूमा यी पाँचवटा शिविर राख्नको लागि म वचनवद्ध भइसकेको थिएँ । साधकहरूले शिविरमा बस्नको लागि स्थान पनि आरक्षित गरिसकेका थिए ।

सबभन्दा ठूलो समस्या त फ्रान्सको गेइयो नगरमा सञ्चालन हुने पहिलो शिविरको थियो । त्यहाँ साधकहरूले शिविरको लागि एउटा महँगो होटल बुक गरेर भाडाको अग्रिम भूक्तानी गरिसकेका थिए । शिविरमा सम्मिलित हुने अधिकांश साधकहरू मध्ये धेरै जना उच्चपदाधिकारीहरू थिए । सबैले शिविरको लागि विदा लिइसकेका थिए । समयमा शिविर राख्न सकेन भने सबैले कठिनाई

भोग्नु पर्ने हुन्थ्यो । तर गर्न नै के सकिन्थ्यो र ? धर्मविरोधी शक्तिहरू विश्वमा धर्म-प्रसारण गर्ने कार्यमा बाधक बनेर उभिएका थिए । बर्मी सरकारले पासपोर्टमा इन्डोर्समेंट दिएको थिएन र भारत सरकारले नागरिकता दिएको थिएन । दिल्लीमा नै फाइल रोकिएको थियो । कहींबाट केही हुने आशा थिएन । केवल धर्मअधिष्ठानमा आधारित सत्यक्रिया मात्र एउटा साथ थियो । मनमा दृढविश्वास यही मात्र थियो कि धर्मको शक्तिले अवश्य साथ दिनेछन् ।

फ्रान्समा शिविर शुरू हुने दिन १ जुलाई नजिक आउँदै थियो । दिन बित्दै थियो । केवल एक हप्ता मात्र बाँकी थियो । चारैतिर अन्धकारको वातावरण छाएको थियो आशाको प्रकाश कहीं देखिएको थिएन । नागरिकता पाउने केही निश्चित थिएन । नागरिकता पाए पनि समयमा पासपोर्ट पाउन असंभव प्रायः थियो । पासपोर्ट लिनको लागि पनि विभिन्न औपचारिकता पूरा गर्नु आवश्यक पर्दछ यसको लागि लामो समय चाहिन्छ । अब त शिविर क्यान्सिल गर्नु नै पर्ने जस्तो भयो । साधकहरू निराश हुने भयो । आयोजकहरूले ठूलो आर्थिक नोक्सान उठाउनु पर्ने हुन्छ । सबभन्दा नराम्रो त पुराना साधकहरूको उत्साह खतम हुनेछ र नयाँ साधकहरूको विश्वास हट्नेछ । उनीहरूलाई ढाढस दिँदै भन्थे विश्वास गर समयमा शिविर अवस्थ हुन्छ । परन्तु अब के हुन्छ ? यसै दाँवादोलमा समय बित्दै थियो । मेरो अधिष्ठान थियो कि दश वर्ष भारतमा धर्मचारिका पूरा भएपछि विश्वमा धर्मचारिका गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ । २२ जून १९७९ मा दश वर्ष पूरा भयो । २३, २४, २५ तारीक एक एक गर्दै बित्यो । निराशा बढ्दै थियो । शायद धर्मलाई म भारतभन्दा बाहिर गएर धर्मप्रचार गर्ने कार्य स्वीकार्य थिएन होला । शायद अन्य कसैलाई यस कार्यको निमित्त माध्यम बनाउन चाहन्थ्यो । इच्छा धर्मको थियो । धर्मले जस्तो चाहन्छ त्यस्तै हुन्छ । यदि धर्मले यस्तो चाहन्छ भने आफ्नो धर्मसेवाको क्षेत्र केवल भारतसम्ममात्र सिमित राख्छु ।

यस्तो मनोस्थितिको माझ भोलि पल्ट २६ जूनको दिन अचानक सुखद् समाचार प्राप्त भयो । त्यस दिन एक अधिकारीले म र मेरो पत्नी इलायची देवीको भारतीय नागरिकताको कागजात सबै तैयार छ भनेर फोन गरे । भोली बिहान न्यायालयमा आएर अञ्चलाधिशको सामू दुवैले शपथ ग्रहण गरी आफ्नो नागरिकताको प्रमाण-पत्र लिनु भनेर जानकारी दिए । २७ तारीखको दिन बिहान हामी दुबैजना न्यायालय पुग्यौ । विदेशमा धर्मचारिका गर्नसक्ने मार्गको एउटा ठूलो बाधा हट्यो । परन्तु पासपोर्ट लिनको लागि समय निकै कम मात्र बाँकी थियो । यस्तो परिस्थितिमा फ्रान्समा शिविर लगाउने सम्भावना नै थिएन । पासपोर्टको लागि आवेदन-पत्र पनि दिएको थिएन । भारतीय नागरिकता नपाइकन पासपोर्टको लागि आवेदन पनि कसरी दिने ? अब आवेदन दिएर छिट्टै पासपोर्ट

प्राप्त भए पनि यसको लागि कम्तीमा पनि ३-४ हप्ता त लाग्छ होला । परन्तु फ्रान्सको शिविर क्यान्सिल गर्ने विचार भने अहिलेसम्म पनि थिएन । सबै कुरा धर्मलाई सुम्पिएको थिएँ हेरौँ धर्मले के चाहन्छ, के चाहँदैन ।

नागरिकताको प्रमाणपत्र लिएर न्यायालयबाट बाहिर आउने वित्तिकै टिकट बुकिंग गर्ने एजेण्ट भेटियो । उनको हातमा पासपोर्ट लिने आवेदन-पत्र पनि थियो । त्यहीँ हामी दुबैको आवेदन-पत्र भरेर उसलाई दियोँ । नागरिकता पाएकोले हामी दुबै खुसी थियौँ साथमा पासपोर्ट समयमा नै पाएन भने फ्रान्सको शिविर क्यान्सिल हुन आशंका पनि थियो । यस मनोस्थिति लिएर घर फर्केको त घर पुग्ने वित्तिकै एउटा फोन आयो कि माथिको आदेश आएको कारण पासपोर्ट भोली नै प्राप्त हुनेछ । साँच्चै २८ जूनको दिन पासपोर्ट हातमा आइपुग्यो । अब भने फ्रान्समा शिविर लगाउने आशंका बढ्न थाल्यो । फ्रान्सको भीसा लिने काम बाँकी रह्यो । पासपोर्ट हातमा आउञ्जेलसम्ममा फ्रान्सको राजदूतावास बन्द भइसकेको थियो । अब त २९ जून एक दिन मात्रै बाँकी थियो । भीसा लिनको लागि नै एक दिन लाग्थ्यो बाँकी यू.के तथा क्यानाडाको भीसा पनि लिनु थियो साथै भारतबाट बाहिर जान आयकर तथा अन्य सरकारी विभागको क्लियरेन्सको आवश्यकता पनि थियो । यी सबै काम एकै दिनमा पुरा हुनु सम्भव थिएन । जब धर्मले काम गर्न थाल्छ तब सबै कार्य सुलभ हुन पुग्छ । यस्तै भयो २९ जूनको अन्तिम समयमा फ्रान्सको भीसा प्राप्त भयो । देशबाट बाहिर जाने सम्पूर्ण मार्ग खुल्ला भयो । कमनवेल्थको नागरिक भएको कारण शायद यू.के. र क्यानाडाको लागि भीसाको आवश्यकता पर्दैन होला । आवश्यक नै भए पनि पेरिसको राजदूतावासबाट प्राप्त गर्न सकिनेछ । यसकारण यात्रा नरोक्ने भयो । यसरी २९ जूनको रातको उडानबाट गएर ३० जूनमा पेरिस पुग्यौँ । त्यहाँबाट गाडीमा बसेर गेइयौँ शहर पुग्यौँ र दोस्रो दिन १ जुलाईमा यथानिश्चित समय अनुसार शिविर कार्यक्रम शुरू भयो । यस पछि बाँकी पाँचै शिविर एक-एक गरेर निश्चित समयमा नै सफलतापूर्वक सञ्चालन गरेर प्रसन्नचित्तले घर फर्क्यौँ ।

यस आश्चर्य जनक घटनाले मेरो यो विश्वास अधिक पुष्ट भयो कि काम त धर्मले नै गर्छ । म त केवल माध्यम मात्र हुँ । काम गर्नको लागि धर्मले कसैलाई माध्यम बनाउनु नै पर्ने हुन्छ ।

नागरिकता र पासपोर्ट समयमा नै पाउनुको रहस्य त मेरो छोरा मुरारी र उनकी पत्नी बुहारी बत्सलाले मेरो समस्या बुझेर श्री राधेश्यामजी मुरारकासंगस अनुरोध गरेको रहेछ । राधेश्यामजी मुरारका बत्सलाको बुवा श्री हरिप्रसादजी धुवालेवालाको आफ्नै मामा थिए । श्री मुरारकाजी काँग्रेस पार्टीका केन्द्रीय संसदको वर्षौंसम्म सदस्य भएका थिए । त्यससमय देशमा सञ्चालित राज्यतन्त्रको अवस्थालाई हेर्दा केही गर्न सक्ने स्थितिमा थिएन । तै पनि मेरो कसको सम्पूर्ण विवरण सहित उनी दिल्लीमा गएछ र

प्रधानमन्त्री मुरारजीसंग भेटेछ । उनले गृहमन्त्रालयबाट मेरो फाइल मगाएर हेरे उनको भनाई थियो आनन्दमार्गको विषयलाई लिएर केन्द्रिय गुप्तचर विभाग अझ केही दिन जाँचबूझ गर्न चाहन्छ । त्यसैले केही गर्न सक्ने स्थिति छैन । उनको जवाफ सुनेर मुरकाजीले भने कि तपाईंको जासूसी विभागले के म भन्दा वढी थिनको बारेमा जासूसी हासिल गर्न सक्ला ? के हामीले केही जानकारी नै नगरी उनको घरमा आफ्नी छोरी दियोँ होला ? यस्तो तर्क सुनेर मुरार जी निरुत्तर भए । उनले तत्क्षण नै फाइलमा आफ्नो निर्णय दिए र पूर्व निश्चित कार्यक्रमलाई भ्याउने हिसाबले तमाम सरकारी कारवाही समेत सिध्याउने आदेश पनि दिइयो ।

आश्चर्य छ, धर्म कसरी काम गराउँछ । र कसलाई माध्यम बनाउँछ । बुहारी बत्सला र छोरा मुरारी भित्र धर्म जाग्यो र मुरारकाजीलाई भेट्न गए । मुरारकाजी भित्र धर्मबुद्धि उत्पन्न भयो र अधिष्ठान सफल भयो । विदेशमा विपश्यानाको शुद्ध धर्मको पावन धर्मगंगा प्रवाह चलन थाल्यो । अनेकौँको कल्याण हुन गयो । छोरा मुरारी र बुहारी बत्सलाले विपश्यानाको अभ्यास गरिरहेको थियो तर मुरारकाजी र मुरारजीले भने यस्को फाइदा लिन सकेनन् । अब दुबै जना मृत्यु भइसकेका छन् । अतः उनीहरू दुबैलाई मंगल ल मैत्री मात्रै दिन सकिन्छ । दुबैजना यस धर्मदानको पूण्यफलको भागीदार हुन् । दुबैको कल्याण होस् । स्वस्तिमुक्ति होस् ।

अनिच्छावत संस्कारा

विश्व विपश्यानाचार्य गुरु कल्याणमित्र
सत्यनारायण गोयन्कालाई सुगतिसहित
निर्वाण प्राप्त होस्



बिश्व मोटर ट्रेडर्स

ख-२, ४०८, पुतलिसडक, काठमाडौँ, नेपाल ।
फोन नं.: ०१-२२९२२३०, ९७२९४०२९०५/३२०५४४
E-mail: vmtautoparts@wlink.com.np

टोयोटा, मित्रसुबिसि, निशान, इसुजु, सुजुकि इत्यादि
गाडिका पार्ट्सहरूको लागि सम्पर्क गर्नुहोस् ।



लोकबहादुर शास्त्री

निरोगीलाई लामो समयसम्म बाँच्ने उपाय

विवेक बुद्धि हुने भएर मानवलाई सर्वश्रेष्ठ प्राणी भनेको हो । मानिस चाहे ठूलो सानो, धनी, गरीब, बुद्धिमान भएपनि शरीर स्वस्थ नभए जीवन सफल हुँदैन । वर्तमान वैज्ञानिक युगमा स्वास्थ्य उपचारसम्बन्धी प्रविधि साँच्चै नै सहाहनीय रूपमा प्रगति भैसकेपनि कैयौंले राप्ररी उपचार गराउने अवसर प्राप्त गर्नु मुस्किल भैरहेको बुझिन्छ । रोग लागेपछि मात्र उपचार गराउनुभन्दा रोग नै हुन नदिने उपाय अति उत्तम हो । योग विशेषज्ञहरूको भनाई अनुसार शीलनियम कसरतको निरन्तर अभ्यासबाट रोग रोक्न सकिन्छ भन्ने सिद्धान्त उल्लेखनीय छ । यस विषयमा चिन्ता नलिने, क्रियाशील भैरहने अनि सन्तुलित (सात्विक) भोजनद्वारा रोग नहुने पारं गतिशील उपाय भयो ।

सिद्धार्थ कुमार बुद्धभएपछि सर्वप्रथम सारनाथ मृगदावनमा पञ्चभद्रवर्गीयलाई धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको विषय चतुआर्यसत्य हो । संसारमा अनेक प्रकारको दुःख र समस्या छ । जन्म हुनु नै दुःख, अनि बुढो हुनु, रोग लाग्नु, मरण हुनु दुःख भयो, मनपरेकोसँग अलग हुनुपर्ने, मन नपर्नेसँग समागम, ईच्छागरेको पुरा नहुनु पनि दुःख हो । अतः हाम्रो जीवन (पञ्चउपादानस्कन्ध भनेको रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान) नै दुःख भयो । यस्तो दुःख आइपर्दा मनमा चिन्ता उत्पन्न हुनु स्वभाविक छ । चिन्ताको सीमा छैन । गरीबको धनसम्पत्ति नभएर चिन्ता हुने गर्दछ भने धनीको आफूसँग भएको सम्पत्ति अरुले लिन्छ भन्ने पीरभै संरक्षण गर्ने चिन्ता पनि भैरहन्छ । चिन्तालाई सम्हाल्न सकेन भने सानो रोग हुँदा पनि मर्छ कि भन्ने चिन्ता लिने पनि देखिन्छ । धेरैजसो रोग त चिन्ताद्वारा उत्पन्न हुन्छ भन्ने भनाई छ । आदरणीय साहित्यकार कवि सूर्यबहादुर पिवाको कविता "सुकुला नलकी वायु बढे जुइ, सुकु धन्दा नलकि आयु घटे जुइ" को अर्थ (सुकुटी खायो भने वायु बढ्छ । नचाहिँदो धन्दा लियो भने आयु घट्छ) चिन्तन मनन गर्न योग्य छ । नचाहिँदो अथवा सानोतिनो समस्या आइपर्दा पनि मनमा दहीच्युरा मुछ्ने मनोवृत्ति हुने कम छैन ।

मनलाई नियन्त्रण गर्न नसकेर माथिका विभिन्न दुःख समस्या उत्पन्न भई धेरै जसोलाई मर्का परिरहेको प्रत्यक्ष देखिन्छ । यहाँ विचार गर्नुपर्ने कुरो के भने भौतिक विकासले मात्र चिन्ता निवारण हुँदैन । जति जति धनसम्पत्ति बृद्धि हुँदैआयो उतिउति लोभलालच बढ्दैआउने पनि हुन्छ । यी सबै मनको खेल हो । दुःख अनुभव गर्ने, सुख अपनाइने, चिन्ता लिने पनि चित्त नै हो । त्यसैले चिन्ता नलिई मानसिक स्थितिलाई सन्तुलित अवस्थामा राखी छोड्न भौतिक विकासको साथै आध्यात्मिक विकास पनि नभई हुँदैन । आध्यात्मिक विकासको निम्ति धर्मचित्त उत्पन्न गर्नु अनिवार्य छ । विश्वमा देखापरेका सबै धर्मको लक्ष्य भनेको कुशल, मङ्गल, सेवाको काम गर्ने, मैत्री, करुणा समानभावना विकसित गर्ने, नैतिकवान चरित्रवान भएर विवेकबुद्धि प्रयोग गरी राग-द्वेष-मोह-अहंकार-ममकार निवारण गर्ने रहेको छ । अफ प्रज्ञाद्वारा चिन्तन मननु गर्ने अभ्यास निरन्तर गर्नु सक्नुपर्ने । अरुको कुरा, प्रवचन, धर्मदेशना श्रवण तथा अध्ययनबाट ज्ञान हासिल गर्न सकिन्छ भने आफ्नै अन्तस्करणद्वारा विचार गर्नुको साथै अनुभव गरेर यथार्थ कुरो स्पष्ट बुझ्नु प्रज्ञा भयो । संवृतिसत्य तथा परमार्थसत्य बुझेर अग्रसर हुनसकेको खण्डमा चिन्ता लिनु नपर्ने हुन्छ भन्ने सिद्धान्त अति नै गम्भीर छ । संवृतिसत्यअनुसार यावत रूप-पदार्थ र जीवन समेत व्यवहार चलाउनुको निम्ति मात्र हेतुफलको आधारमा देखापरेको हो, परमार्थ दृष्टिकोणबाट देखिरहेको सबै अनित्यनाशवान भएकोले यथार्थ रूपमा भएको होइन । अफ म मेरो भन्ने नै छैन । नभएकोलाई चिन्ता लिनुपर्ने होइन भनी बोध गर्नसके चिन्ता निवारण गर्नसक्ने हुन्छ ।


- सूर्यबहादुर पिवाको कविता "सुकुला नलकी वायु बढे जुइ, सुकु धन्दा नलकि आयु घटे जुइ" को अर्थ (सुकुटी खायो भने वायु बढ्छ । नचाहिँदो धन्दा लियो भने आयु घट्छ) चिन्तन मनन गर्न योग्य छ । नचाहिँदो अथवा सानोतिनो समस्या आइपर्दा पनि मनमा दहीच्युरा मुछ्ने मनोवृत्ति हुने कम छैन ।

परमार्थसत्य बुभेरे व्यवहारमा अग्रसर हुनको निम्ति ध्यानभावनको अभ्यास अनिवार्य छ । फेरी ध्यानमा मात्र आसक्त भएर पूर्ण हुँदैन, शील र प्रज्ञाको आधारमा चर्या गर्नसके मात्र पारमिता पुरा भई चिन्ता नहुने धेरै उदाहरण पाइन्छ । रोग लाग्ने वित्तिकै धेरै जसोको मनमा चिन्ता उत्पन्न हुँदोरहेछ । कतिपयत आफू मर्न लागेको भनेर डराइरहने हुन्छ । यथार्थ बुझ्नुपर्ने कुरो त चिन्ता लिएर रोग निको हुँदैन, उल्टो बृद्धि हुनसक्छ । बरु वैद्य, डाक्टर देखाएर उपचार गर्ने अपनएमा रोग निको हुनसक्छ । त्यसैले रोग लाग्यो भनेर नडराइकन चिन्तित नहुने दृष्टिकोणबाट मनोभावना परिवर्तन गर्न सक्नुपर्छ । बुढो भयो भनेर हतोत्साही हुने पनि देखिन्छ । यस्तो मनोभावनालाई परिवर्तन गरेर हतोत्साही नभै अग्रसर हुन सक्नुपर्छ । दुःख भयो भनेर विचलित नहुने र धनसम्पत्त छ भनेर घमण्ड गर्न नहुने कुरो पनि स्मरणीय छ । वर्तमान युगमा वैज्ञानिकहरूले यो कुरा सिद्ध गरिसकेको छ कि बुढो भएपनि हिम्मत नहारी क्रियाशील भएर यूवावर्गसँग भिजेर अग्रसर हुनसक्यो भने वृद्धस्वभाव नुहने हुन्छ । यस्तै तरिकाले एक दिन त मर्ने पर्छ भनेर मरणको चिन्ता नलिने अभ्यास गर्नु पर्‍यो । गलति वा भूलद्वारा पनि चिन्ता उत्पन्न हुनसक्छ । यस्तो अवस्थामा आफ्नो दोषलाई स्वीकार गरेर प्रायश्चित्त गरी अबदेखि यस्तो भूल गर्ने छैन भनेर क्षमायाचना गरी चिन्ता नलिने उपाय भयो ।

निरोगी जीवन निर्वाहको निम्ति क्रियाशीलताको अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ । कुनैपनि काम अलिख भएर सम्पन्न हुँदैन जाँगर चलाई बढ्नु सकेमात्र कार्यसिद्ध हुन्छ । त्यसै बसेर व्यवहार चल्दैन, फलामलाई चल्ती नगरी राखि छोड्दा खिया लाग्ने हुन्छ । जीवनपनि आलस्य भएर भद्दा भयो भने चल्नै नसक्ने हुनसक्छ, तर चलखेल गरिरहँदा अथवा काम गरिरहँदा फन् बलियो भएर आउन सक्छ । ईनार पँधेरोमा पानी लिएन भने सुकेर जान सक्छ, फिक्दै गर्दा आइरहने पनि क्रियाशीलताको आधार हो । ज्यावल मेशिन आदि पनि चालु नगरी रोखिछोड्दा चलाउन नहुने हुनसक्छ । किसानहरू खेतमा शारीरिक रूपले काम गर्ने हुँदा उनीहरूसँग आवश्यक क्रियाशीलता छ भन्नु पर्‍यो, खेलकुदबाट पनि जाँगर हुने हुन्छ । अफ विहान या साँझमा खुला ठाउँमा घुम्ने बानी गर्दा पनि निरोगी हुनको निमित्त सघाउ पुग्दछ । यस्तो विभिन्न प्रकारका व्यायाम, कसरत र खेलकुदको अभ्यासबाट खानेरुचि वृद्धि हुनुको साथै निद्रा पर्ने आधार पनि हुने हुन्छ । स्वस्थ निन्द्रा स्वास्थ्यको

निमित्त अत्यावश्यक छ । यहाँ यस कुरापनि उल्लेखनीय छ कि शरीरका विभिन्न अङ्गमा रक्त संचार भैरहँदा खानापिना या अरु कारणबाट नियमित रक्त संचारमा अलिकति पनि बाधा पर्न गएमा रोग लाग्न सक्ने हुन्छ । त्यसैले शरीर भित्रको रक्त संचारमा कुनै किसिमको असर बाधा पर्ने क्रियाकलाप नगर्नको निम्ति दुषित खाना पिना नगर्ने र हिँड्दुलको अत्यन्त महत्त्व हुन्छ भन्ने कुरो बुभेरे होसियार हुन जरुरी छ ।

उचित खानपिनविना जीवन निर्वाह हुँदैन भन्ने कुरा मनन योग्य छ । नखाईकन नहुने भएकोले सन्तुलित भोजन सेवन गर्नुपर्ने कुरा बुझ्नुपर्दछ । के खाने पिउने हुन्छ, के हुँदैन भन्ने सिद्धान्त नबुझिकन हुँदैन । अति माछामासु सेवनद्वारा (आमिष सेवनद्वारा) १) तृष्णा बृद्धि हुने, २) प्राणीउपर करण नहुने, ३) क्रोध वृद्धि हुने, ४) उत्तेजना हुने हुन्छ । बाघ चितुवा आदि हिंस्रक पशुहरू मांसाहारी भएकोले आक्रामक स्वभावका भए । गाईले घाँस खाने हुँदा शान्त स्वभाव भएको हो । त्यसैले दिर्घायु चाहनु हुन्छ भने माछामासु सेवन नगर्नु उत्तम भयो । खाए पनि कम मात्र सेवन गर्ने बानी बसाल्नु पर्छ । मद्यपान आदि एक पेग पियो भने अमृत हुन्छ, बढि पियो की विष हुन्छ भन्ने सिद्धान्त अनुकरणीय छ । यहाँ विचार गर्नु पर्ने के भने चाहिने जतिमात्र पिएर सन्तोष हुनु गाह्रो छ । स्वाद लिएपछि नियन्त्रण गर्न नसकेर असिमित मात्रामा मद्यपान गर्ने बानी भएमा जीवन बर्बाद हुने हुन्छ । धेरै पियो अमिलो सेवन गर्‍यो भने आफू मात्र खाने पिउने स्वार्थी मनोवृत्ति विकसित भई दया र मैत्रीको भावना उत्पन्न हुन बाधा हुने भएकोले यसको सेवनमा पनि नियन्त्रण गर्नु पर्दछ ।

तामाको भाँडोमा पानी राखेर विहान उठेपछि कुला गरेर पानी पिउने पनि उत्तम उपाय भनिन्छ । खाना खानु आधा घण्टाअगाडि या पछाडि मात्र पानी पिउनाले लाभदायक हुन्छ भन्ने कुरा पनि सुनिन्छ । साथै विहान चिया पिउनुअघि नै खाली पेटमा फलफूल खानु बढी तागतिलो हुन्छ भन्ने कुरा पनि अनुकरणीय छ । शाकाहारी (सात्विक) भोजनको महत्त्व बारे राम्ररी बुझ्नसके माँसभोगी प्रवृत्तिलाई सजिलै त्यागेर शाकाहारी बन्न सकिन्छ । यसबाट निरोगी तथा दीर्घजीवन हुन सघाउ पुग्दछ । यस प्रकार अनेक कुरो विचार गरेर "चिन्ता नलिने, क्रियाशील हुने र सन्तुलित भोजन" को निरन्तर चलखेल कार्यद्वारा निरोगी हुन सघाउ पुग्ने हुन्छ । यस चर्या गर्नको निम्ति मानिसहरूले विवेकबुद्धि विश्वस्ततापूर्वक संचालन गर्नुपर्दछ । अस्तु ॥ 

अविवेकी नखः - मोहनी नखः

- हेरारत्न शाक्य,

भूपू. अध्यक्ष, युवक बौद्ध मण्डल

काल हे खः मोहनी खा, हैं, दुगु म्येतय् नितिं
मेबलय् स्वया नं मनू व द्यःपि हिंस्रक पशुतय् नितिं
सी ला मा सकलें अयनं अकालं स्यानाबिइ
द्यःयात नकेत्वंके त्वहः तया मनुखं नयाबिइ

द्यः धैपि ला भिपिन्त धाइगु मखुला ?
व देवी संसारया मां नं धाइगु मखुला ?
मां नं काय् म्हाय् भोग काइपि सू द्यः दइला ?
द्यःया नामय् भ्रष्ट मनुखं दयेका तःगु मखु ला ?

देवासुर हताबले असूर दुविना वल धाल
आःसुं पशु तय्के असूर दुव्यू मवये धुकल
मवःगु खःसा पण्डितपुरोहित गुरुपिसं पने म्वाःला
सीक सीकं जूगु अन्याय थ्व धर्मशास्त्रय् दुगु खःला ?



निर्जीव शिला-प्रतिमाय् जीव बलि बिइ
गुलि मूर्ख भी धर्म धकाः पाप मुंकः जुइ
द्यःया भावना हे मथुइकु मनू पण्डितपिसं
यन्त्रयात तक नं बिल पशुबलि दसा फायेकि पिसं ।

आचार्य गोयन्काप्रति श्रद्धादीप !



✍ राज शाक्य, ल.पु.

बौद्ध जगत निलाम्बरमा
बिलायो एक उज्ज्वल तारा,
विपश्यना ध्यानाचार्य योयन्का
थिए कल्याणकारी विश्वका सारा ।

पाल्नुभो देश बमदिखि भारत
विपश्यना ज्ञानदीप लिएर,
विमुक्त गर्न जन मानवलाई
छाएको अन्धकार अज्ञान चिरेर ।

मानव लोक हितार्थको निम्ति
तन मन धन अर्पित गरेर,
बगाइदियो अमृत ज्ञान
ध्यान-भावना केन्द्र स्थापना गरेर ।

ससमवेदना हेरी राग द्वेष नजगाउने
दिनुभयो सारयुक्त धर्मदान,
निर्मूल हुने भवचक्रदेखि
देखाइदिनुभयो मार्ग महान ।

हे ! महामुनि आचार्य बुद्धपुत्र
गयौ सबलाई समता भावना सिकाई
अन्तर हृदयदेखि कृतज्ञता फूल चढाई
शत शत प्रणाम गर्दछु श्रद्धादीप जलाई ।

Vipassana Continues To Benefit Mankind

Could you please explain the role of the assistant teachers and students in ensuring that Vipassana continues to benefit mankind?

Goenkaji:- You mean the relationship between the assistant teacher and the students? Assistant teachers are made assistant teachers in order to learn how to teach Dhamma in a proper way. It is a training period for them. As one develops the perfect way of giving Dhamma, one takes further responsibility, becoming a senior assistant teacher. If in that role one keeps working properly, one keeps working properly, one gets still more responsibility, becoming a deputy teacher. Working perfectly in that, one becomes a teacher. So it is all training.

Somebody sitting on the Dhamma seat as an assistant teacher may start developing a feeling of ego, "See, I am now far superior to all these meditators who have come here, that is why I am sitting on the Dhamma seat." Or someone who moves from assistant teacher to senior assistant teacher may start feeling, "Now I am far superior to these assistant teachers." Our some one who becomes a deputy teacher feels, "Look, I am far superior." Or somebody who becomes a teacher may feel, "Oh, I am the uppermost! Everybody must obey whatever I say."

If this madness develops, the person is not fit to teach Dhamm. The whole training is given for

this purpose. As soon as one becomes an assistant teacher, one's job is to learn how to give Dhamma in a very humble way.



One must think, "I am a representative of Buddha, of Dhamm, of the entire chain of the Teachers of Dhamma. I am a reprehensive of my own Teacher. Anything I do which gives a bad name to the whole tradition or to Dhamma is a very anti-meritorious deed. I am here to develop my own paramis, to pay back my debt of gratitude to the Buddha himself, to the whole lineage of Teachers, and to my own Teacher, because I got this wonderful Dhamma from them. For this reason, I am serving." If a teacher has this feeling, every action of is will

be a wonderful action. One's service will be helpful.

The students also give respect to him, but the moment he starts imposing himself as an authority, this person is not fit, although he was made a teacher. The training, which is going on now, is all trial and error; people are being trained how to serve in Dhamma.

As Sayagi U Ba Khin used to say, "Someone whom I designate as fit to teach may fail, totally fail." It all depends what paramis this person has. If one has good paramis from the past, this person will automatically become successful in teaching, and will advance from assistant teacher to teacher, because he will have those qualities.

We are deeply saddened by the sudden demise of Vishea Vipassana Acharya Shree Satynarayana Goenka. He passed away peacefully at age of 90 at hi residence on Saturday, 29th September 2013 at 10:40pm.



CANON
Saving & Credit Cooperative Society Ltd.
 Swoyambhu-15, Sanobharyang, Kathmandu
 Tel.: 4288868, E-mail: canon_sc@email.com



He or she will think, "I am thankful to the people who come to learn Dhamma. So many people have come to learn Dhamma from me. Now I can get the paramis of dana, and dana parami of giving Dhamma is the highest dana parami. How could I develop that parami unless these people came? I cannot go into the jungle and declare, 'I will teach everybody here.' I am developing my dana parami because these people who come are giving me the opportunity. I am grateful to them.

"And the lineage—the Teachers, right from the Buddha—were teaching with all love and compassion! I am still learning, but this should be my ideal, this should be my aim. This is how I have to work."

Anybody who is given a higher duty should keep thinking, "From the very beginning, my job is to be a Dhamma servant. Whether a Dhamma server or an assistant teacher, I am giving Dhamma service. Now I am getting the opportunity to do more Dhamma service."

There is no authority in Dhamma. There is only very humble service. This is the only way to have rapport with the students. Every teacher—assistant or senior or deputy or full teacher—has to understand what will happen if you impose your will on the students.

Suppose we say, "From tomorrow onwards, this person is an assistant teacher and you have to accept his orders, to fulfill whatever he desires Now he is a senior, so all the assistants must listen to his words. Whatever he says is correct and you must bow down and accept it..... Now he is a deputy, so everybody else must listen to him." If that is the

approach, how long will this imposition last? Even in my lifetime, people will start disrespecting this person. After that, this person will have no place in the whole system of teaching Dhamma.

One has to develop one's service in such a way that every student starts generating love towards you. If this is not generated, there is merely imposed authority. This is not a dictatorship, it is service. So serve in such a way that you generate love and respect in the minds of the students. This is how your service will give good results. If you start imposing your authority, your power, you can never be a successful teacher.

For their part, the students should keep understanding, "Here is a person who has been appointed. I have great respect for my Teacher, for the line of the Teachers. I have great respect for Buddha. And here is a person—rightly or wrongly—whom my Teacher has decided is capable to give service. Now he or she represents Dhamma by sitting on Dhamma seat." The student will always try to generate respect for the assistant teacher. But this respect must be strengthened by the action of the teacher, by his or her behavior.

If the teacher does not have the quality of humbleness, of love and compassion, this person can never be a successful teacher. Even if he is asked to sit on the Dhamma seat, it won't work. This kind of relationship between the teacher and the students is essential.

(Source - Annual Meeting : Dhamma Giri, January 21, 1994, Questions & Answers, For The Benefit Of Many)



*Religion Sets us not apart it teaches
peace and purity of heart.*

– S.N.Goenka

We are deeply saddened by the sudden demise of Vishea Vipassana Acharya Shree Satynarayana Goenka. He passed away peacefully at age of 90 at his residence on Saturday, 29th September 2013 at 10:40pm.



Theravada Foundation Nepal

Buddha Vihara Bhrikutimandap, Ktm-31.

बौद्ध गतिविधि

पुस्तक र शैक्षिक सामग्री वितरण

५ आश्विन, तानसेन । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघद्वारा संचालित नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा स्थापनाको स्वर्ण महोत्सवको उपलक्ष्यमा वालिङ्ग बजारमा आयोजित धार्मिक कार्यक्रममा नेपाल मगर बौद्ध समाज, वालिङ्गलाई आनन्द विहार परियत्ति केन्द्र, तानसेनबाट बौद्ध परियत्ति पुस्तक तथा सामग्री वितरण गरिएको छ ।

प्रमुख अतिथि श्रीलंका बुद्धिष्ट एकेडेमी, लुम्बिनीका प्राचार्य भिक्षु अशोक स्थविर, आनन्द विहार परियत्ति केन्द्रका केन्द्राध्यक्ष देवेन्द्रमान शाक्य, आनन्द विहारका अध्यक्ष रत्नमान वज्राचार्य, नेपाल मगर बौद्ध समाज, वालिङ्गका अध्यक्ष हर्ष बहादुर थापाले बोल्नुभएको सो कार्यक्रममा आनन्द विहार परियत्ति केन्द्र, तानसेनका सदस्य बलबहादुर गाहा एवं सर्जुलाल वज्राचार्यले व्यवस्थापन गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा प्रज्ञाशान्ति बौद्ध विहार निर्माणार्थ उपासिका श्रीमति गोमा गाहा मगरबाट आर्थिक सहयोग प्रदान गर्नुभएको थियो । नेपाल मगर बौद्ध समाज, वालिङ्गका सचिव धन बहादुर गाहाबाट धन्यवाद ज्ञापनपछि पुण्यानुमोदन गरिएको सर्जुलाल वज्राचार्यले जानकारी गराउनुभयो ।

थेरवादसम्बन्धी अन्तर्क्रिया

६ आश्विन, नेपालमा थेरवादको भविष्यमा भिक्षु-अनागारिकाहरूको भूमिका र चुनौति विषयक एकदिने अन्तर्क्रियामा भिक्षु तथा अनागारिकाहरूले आपसमा धार्मिक एवं मैत्रीपूर्वक आपसी सद्भावसहित क्रियाकलापमा संलग्न हुँदै अगाडि बढ्नु आजको आवश्यकता भएको महसुस गरेका छन् । सम्पन्न सो अन्तर्क्रियामा भिक्षुहरू संघिरक्षित, महानाम, पञ्जारतन, उपतिस्स, बोधिज्ञान, राहुल, तपस्सी, पञ्जासार, सरणकर तथा अनागारिकाहरू डा. अनोजा, पञ्जावती, कुसुम, अग्गजाणी, धरणीलगायतले विभिन्न विचार राखेका थिए । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका महासचिव भिक्षु कोण्डन्यले सबैको भावना व्यक्तपश्चात् समीक्षात्मक मन्तव्य दिनुभई आपसीभाइचाराको सम्बन्धले शासनिक कार्य मजबूत हुँदै जानेबारे ध्यानाकृष्ट गर्नुभयो । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका अध्यक्ष संघउपनायक अग्गमहापण्डित डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरले सभापतित्वको आसनबाट सुखा संघस्स सामग्रीभावलाई प्रव्रजितहरूले धर्मअनुशासनपूर्वक निर्वाह गर्न सके बुद्धको जन्मभूमि राष्ट्र नेपालमा शुद्ध बुद्धधर्मलाई स्थापित

गर्दै लान सकिने र त्यसका लागि सम्बद्ध क्षेत्रबाट समर्पणभाव जरूरत पर्दछ भनी मन्तव्य दिनुभयो । आनन्दकुटी विहारको आयोजना तथा भिक्षु पियदस्सीको संयोजकत्वमा सम्पन्न सो अन्तर्क्रियामा विहारका कार्यवाहक प्रमुख भिक्षु धर्ममूर्ति महास्थविरले स्वागत तथा भिक्षु पियदस्सीबाट कार्यक्रम बारे प्रष्ट पार्नुभएको थियो ।

अनागारिका धम्मवती सम्मानित



१२ आश्विन, काठमाडौं । "मानव मात्रका लागि जरा, ब्याधि, मरण आदि दुःखबाट मुक्त हुने निर्वाण मार्ग प्रदर्शक महामानव गौतम बुद्धको शिक्षा तथा उहाँको सद् उपदेशलाई सरस एवं सरलभाषाका माध्यमले जनसमुदायलाई कृतकृत्य गर्नुभएका सम्मानित व्यक्तित्व धम्मवती गुरुमां" भनी उल्लेखित सम्मान-पत्र युनिसेफ, नेपालका प्रतिनिधि हाना सिंगरले एक समारोहबीच अनागारिका धम्मवतीलाई हस्तान्तरण गर्नुभयो । प्रमुख अतिथि हानाले अ. धम्मवतीले नेपाली बौद्ध समाजमा पुऱ्याउनुभएको नेतृत्वदायी भूमिकाबारे मन्तव्य दिनुभयो ।

नेवाः जागरण मञ्चको पाँचौं वार्षिक उत्सवको उपलक्ष्यमा आयोजना गरेको सो सम्मान कार्यक्रममा सम्मानित अनागारिका धम्मवतीको बारेमा संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविर, संघउपनायक भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविर, अनागारिका डा. अनोजा, फणिन्द्ररत्न वज्राचार्य, द्रव्यमान सिंह तुलाधर, राजनीतिक

नेताहरू हिसिला यमी, तिर्थराम डंगोल, कृष्णगोपाल श्रेष्ठ, डा. केशवमान शाक्य, राजेन्द्र श्रेष्ठ, मल्ल के. सुन्दर, लक्ष्मीदास मानन्धरलगायतले बोल्नुभयो । जनकवि दुर्गालाल श्रेष्ठद्वारा "कनकनचम्पाशील" शीर्षकीय कविता वाचन गर्नुभएको सो सभामा प्राज्ञ रीना तुलाधरले सम्मानित व्यक्तित्वको जीवनी प्रस्तुत गर्नुभयो । बर्मेली भिक्षु र वे थ्वद्वारा अ. धम्मवतीको बारेमा लिखित उपन्यास तस्हि छेत्लाई भिक्षु ज्ञानपूर्णिकबाट नेपालभाषामा अनुदित "योम्ह म्थ्याय्" उपन्यासको दोश्रो संस्करण तथा प्राज्ञ रीन तुलाधरद्वारा सम्पादित-संकलित "चिरसम्मानित गुरुमा धम्मवती" पुस्तक विमोचन गरिएको सो सम्मान कार्यक्रमको आयोजक नेवा: जागरण मञ्चका अध्यक्ष सुजीव वज्राचार्यको सभापतित्वमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो ।

अभिधर्मपाठसहित विषयगत धर्मदेशना

१५-२१ आश्विन, काठमाडौं । बुद्ध जन्मभूमि राष्ट्र नेपालमा सुख, शान्ति छाओस् भन्ने मैत्रीपूर्ण कामना गरी बुद्धविहार भृकुटीमण्डपको आयोजना तथा बौद्ध महिला संघ नेपालको व्यवस्थापनमा पूजनीय भिक्षुसंघबाट सप्ताहव्यापी अभिधर्म-पाठसहित विषयगत धर्मदेशना सम्पन्न भयो । अगमहापण्डित संघउपनायक डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरले "धम्मसंगणी", भिक्षु पञ्जारतन स्थविरले "विभङ्ग", फ्रा.खु. भिक्षु सुमेध महास्थविरले "धातुकथा", भिक्षु राहुल महास्थविरले "कथावत्थु", भिक्षु कोलित महास्थविरले "पुग्गलपञ्जत्ति", भिक्षु सरणकरले "यमक" तथा भिक्षु कोण्डन्यले "पट्टान" विषयक धर्मदेशना गर्नुभयो । सयादो उ. सुजनपियो, भिक्षु धर्ममूर्ति, भिक्षु भदिय, भिक्षु शोभित, भिक्षु बोधिज्ञान, भिक्षु उदयभद्र, भिक्षु संघरक्षित, भिक्षु पञ्जासार, भिक्षु पियदस्सीलगायत भन्तेहरूले अभिधर्म-पाठ गर्नुभयो ।

सो अभिधर्म-पाठमा अनागारिकाहरू धम्मदिन्ना (चर्मली), उप्पलवर्णा (चिनी), कमला, जवनवती, दानवती, त्यागवती, वीर्यवती, वरुणावती, उपनन्दा (सर्मिला), शुभवती, शोभा, सेभा, सुवर्णवती, अमता, मा सुखी, मा एश्वी, अमता, दर्शना लगायतको उपस्थित रहेको थियो । सप्ताहव्यापी कार्यक्रममा सुश्री रेणुका मानन्धर-मरु, ललितवीर सिंह तुलाधर-जरुछे असन, पद्मधर तुलाधर-जनबहाल, डा. केशरी लक्ष्मी तुलाधर-बखुण्डोल, हर्षरत्न ताम्राकार-ताम्राकार हाउस परिवारले जलपान सौजन्य गर्नुभएको थियो । अन्तिम दिनमा बौद्ध महिला संघ, नेपालका अध्यक्ष डा. केशरीलक्ष्मी मानन्धरले अभिधर्म जस्तो गम्भीर विषयसम्बन्धी धर्मदेशनासहितको पाठले सबैलाई धर्मलाभ भएको अनुभूति सुनाउनु हुँदै यस्तो धार्मिक रचनात्मक कार्यक्रम

निरन्तर रूपमा संचालन गर्नुपर्ने सुभाव दिनुभयो । आयोजक बुद्धविहार प्रमुख भिक्षु कोण्डन्यले लगातार सातदिनसम्म संचालित कार्यक्रममा श्रद्धालुहरूको उत्साहजनक धार्मिक उपस्थितिले विहारलाई धार्मिक प्रेरणा प्राप्त भएको उद्गारसहित सहयोगी सबैलाई साधुवाद व्यक्त गर्नुभयो । अभिधर्मसम्बन्धी विषयगत धर्मदेशना आश्विन २१ देखि २७ गतेसम्म नेपाल मण्डल टेलिभिजनमा प्रसारण गरिएको थियो ।

धर्मकीर्तिमा जुजुभाईको स्मरण

११ आश्विन, काठमाडौं ।

धर्मकीर्ति ज्ञानमाला भजनका संस्थापक उपाध्यक्ष उपासक जुजुभाई शाक्यको पुण्यस्मृतिमा धर्मकीर्ति विहारमा श्रद्धाञ्जली सभाको आयोजना गरियो । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका महासचिव भिक्षु कोण्डन्यको प्रमुख आतिथ्य एवं धर्मकीर्ति ज्ञानमालाका संस्थापक अध्यक्ष अनागारिका धम्मवतीको



सभापतित्वमा सम्पन्न अनित्यस्मरण सभामा ज्ञानमालाका सचिव प्रेमलक्ष्मी तुलाधरले दिवंगत जुजुभाई शाक्यको संक्षिप्त जीवनी प्रस्तुत गर्नुभयो । उहाँको योगदानबारे धर्मकीर्ति संरक्षण कोषका सचिव मीना तुलाधर, ज्ञानमालाका सदस्य रामेश्वरी महर्जन, उर्मिला डंगोललगायतले बोल्नुभयो । धर्मकीर्ति विहार सम्बद्ध संघ संस्थाका प्रतिनिधिहरूले दिवंगत जुजुभाई शाक्यको तस्वीरमा माल्यार्पण गरी श्रद्धाञ्जली अर्पण गरे । सो सभामा दिवंगत शाक्यका धर्मपत्नी हेरा उपासिका तथा सुपुत्र सुशील शाक्यको उपस्थिति रहेको थियो ।

भिक्षु महासंघको संघ-समागम

१३ आश्विन, काठमाडौं । अखिल नेपाल भिक्षु महासंघका संघसदस्यहरूबीच महासंघकै प्रधान कार्यालय विश्वशान्ति विहारमा संघ-समागम (संघगोष्ठी) सम्पन्न भयो । महासंघका महासचिव एवं संघसमागमका संयोजक भिक्षु कोण्डन्यले समागमको औचित्यता पुष्टी गर्दै ऐतिहासिक तथा वर्तमान नेपालको थेरवाद बुद्धधर्मसम्बन्धी चित्रण गर्नुभई चुनौति सामना गर्दै कसरी अगाडि बढ्ने हो त्यतातिर सम्बद्ध सबैको ध्यानाकर्षण गर्नुभयो । त्यसपछि जिम्मेवारी प्राप्त संघसदस्यहरू क्रमशः संयोजक भिक्षु राहुल महास्थविरद्वारा परित्राण, महापरित्राण तथा बुद्धपूजासम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदन, संयोजक भिक्षु कोलित महास्थविरद्वारा प्रव्रज्या-संघकार्य र त्यससम्बन्धी

उपसमितिको प्रतिवेदन, संयोजक भिक्षु संघरक्षित स्थविरद्वारा प्रचार प्रसारसम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदन, संयोजक भिक्षु धर्ममूर्ति महास्थविरद्वारा निरीक्षण अनुगमन तथा स्वास्थ्य कोष सम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदन प्रस्तुत गरियो । प्रस्तुत प्रतिवेदन बारे भिक्षुहरू फ्रा.खु. धम्मसोभन, धर्मगुप्त, राहुल, धर्ममूर्ति, भदिय, उपतिस्स, बोधिज्ञान, कोण्डन्य, सद्धातिस्स, कोलित, शोभित, पञ्जारतन, पञ्जासार, संघरक्षित, विमलो, सरणंकर, पियदस्सी, सुधीरो, गौतम, शान्तमैत्री, अस्सजि, जनक, बोधिज्ञान ख, सुनन्दलगायतले रचनात्मक सुभाषणसहित मन्तव्य राख्नुभयो ।

भेलामा उठान गरिएका सुभाषणलाई समेट्ने, परिमार्जन तथा परिवर्द्धनलगायत भाषिक त्रुटीलाई सच्याउने, धर्म-विनयलाई ख्याल गरी भविष्यमा छुट्टै निर्देशिका तयार गर्नुपर्ने भएकोले संघसमागमबाट पारित गर्न संयोजक भिक्षु कोण्डन्यले अनुरोध गरेलगत्तै प्रस्तुत सम्पूर्ण प्रतिवेदनलाई सर्वसम्मतले पारित गरी अ.ने.भि.महासंघको वार्षिक साधारण सभामा प्रस्तुत गर्ने निर्णय गरियो । समागमको अन्त्यमा महासंघका अध्यक्ष एवं संघउपनायक अगमहापण्डित डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरले 'सुखा संघस्स सामग्गी' भन्ने बुद्धवचनअनुरूप सम्पूर्ण संघसदस्यहरूले जिम्मेवारी बोधसहित धर्मविनयलाई ख्याल गरी एकावद्ध भएर बुद्धशासनिक क्षेत्रमा समर्पित भई अगाडि बढ्न ओवाद-उपदेश गर्नुभयो । उहाँकै सभापतित्वमा सम्पन्न समागम कार्य, बुद्धपूजा, आपत्ति देशना, उपाध्यक्ष भिक्षु धर्मगुप्त महास्थविरद्वारा स्वागत भाषणपछि शुभारम्भ भएको थियो ।

अ.ने.भि.महासंघको साधारण सभा

१४ आश्विन, काठमाडौं । बुद्ध जन्मेको राष्ट्र नेपालमा बुद्धशिक्षालाई प्रचार प्रसार गर्दै जान नेपाली भिक्षुहरूले निरन्तर मेहनत गर्दै संस्थागत एवं सांघिक कृयाकलापलाई मजबुत पार्दै लानुपर्छ भनी संघनायक भिक्षु अश्वघोष महास्थविरले अखिल नेपाल भिक्षु महासंघको वार्षिक साधारण सभामा ओवाद-उपदेश गर्नुभयो । आपत्ति देशना, बुद्धपूजापछि दिवंगत विश्व विपश्यनाचार्य कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का तथा विद्योदय पिरिवेण, श्रीलंकाका प्रसिद्ध भिक्षु अनुरुद्ध नायक थेरोको बुद्धशासनिक योगदान स्मरण गरी सुगतिसहित निर्वाण कामना गरियो । अ.ने.भि.महासंघका अध्यक्ष संघउपनायक अगमहापण्डित डा. भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरले दिवंगत कल्याणमित्र ध्यानाचार्य गोयन्काको आयामिक योगदान स्मरण गर्नुभई धर्मसंवेगदायी अनित्य स्मरणसहित मरणानुस्मृति भावना पाठ गर्नुभयो ।

महासंघका महासचिव भिक्षु कोण्डन्यबाट वार्षिक प्रतिवेदन, कोषाध्यक्ष भिक्षु शोभित महास्थविरबाट आर्थिक आयव्यय प्रतिवेदन, उपाध्यक्ष भिक्षु धर्ममूर्ति महास्थविरबाट लुम्बिनी विहार निर्माण सम्बन्धी प्रतिवेदन, नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाका केन्द्रीय परीक्षा नियन्त्रक भिक्षु बोधिज्ञानबाट परियत्ति शिक्षासम्बन्धी आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभयो । प्रस्तुत प्रतिवेदनउपर उपस्थित भिक्षुहरू धर्मपाल, सद्धातिस्स, कोलित, शोभित, बोधिज्ञान, संघरक्षित, सुधीरो, गौतम, मेधंकर, शान्तमैत्री, जनक, अस्सजि, शरणंकर, बोधिज्ञान ख, पियदस्सी, धम्मनन्द, पञ्जारतन, भदिय, विमलो, पञ्जासार, वरसम्बोधि, सुनन्द, उदयभद्र, यशकीर्तिलगायतले जिज्ञासासहित प्रश्न गर्नुभयो ।

महासचिव भिक्षु कोण्डन्यले संघसमागम (संघगोष्ठी) मा सर्वसम्मतले पारित परित्राण, महापरित्राण तथा बुद्धपूजासम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदन, प्रव्रज्या-संघकार्यसम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदन, प्रचार-प्रसारसम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदन, निरीक्षण अनुगमन तथा स्वास्थ्य कोषसम्बन्धी उपसमितिको प्रतिवेदनलाई साधारण-सभाबाट अनुमोदनार्थ प्रस्तुत गर्दा पारित गरियो भने ती पारित प्रतिवेदनहरूलाई अन्तिमरूप दिनअगाडि विहारप्रमुखहरूको भेलागराई धर्मविनयलाई बाधा नहुने गरी परिमार्जन, परिवर्द्धन तथा परिष्कृतसहित अनुमोदन गर्ने तथा निर्देशिकाको रूपमा लागू गर्ने निर्णय गरियो ।

आनन्दवनमा दान-प्रदान

२५ आश्विन-फूलपाती, ललितपुर । आनन्द भूमि बौद्ध मासिकका सम्पादक एवं बुद्धविहार भृकुटीमण्डपका प्रमुख भिक्षु कोण्डन्यको यस वर्ष जन्मोत्सव टीकाभैरव, लेलेस्थित आनन्दवन कुष्ठरोग अस्पतालमा मनाइएको छ । अस्पतालमा उपचाररत सम्पूर्ण विरामीहरूलाई दैनिक प्रयोगका लागि आवश्यक सामग्री एवं खाजा दान-प्रदान गरिएको थियो । अस्पतालमा भ्रमण गरी विरामीहरूलाई दान दिनजाँदा विरामीहरू अत्यन्त खुशी भएको देख्दा जन्मदिनको उपलक्ष्यमा सेवामूलक कार्य गरी मनाउँदाको बेग्लै अनुभूति हुने रहेछ भनी भिक्षु कोण्डन्यले बताउनुभयो । आनन्द भूमि परिवारले पनि उहाँको सुस्वास्थ्यसहित धार्मिक अभिवृद्धि होस् भनी कामना गरेको छ ।

