२५७०औँ बुद्धजयन्ती पूर्णाङ्क १

डिजिटल उपहार
Digital Upahar

बैशाख १९, २०८३
May 01, 2026

डिजिटल उपहार
Digital Upahar

Buddhism Digital Library, Inc, USA.
2570th Buddha Jayanti Edition

Volume: I, May 01, 2026

Editorial Board
Scholar Arun K Gurung
Khenpo Basant K Gurung
Scholar Karsang Lama
Scholar Kum B Gurung
Kalyanmitra DB Gurung

Editor
Khim Ghale

Volunteer by
Surendra Gurung, Kum B Gurung, Alina Gurung
Jyoti Gurung, Anjana Ghale & Shubha Gurung.

Designed by
All Media Solution
Bagbazar, Kathmandu, Nepal
Mobile: 977 9841258681

विषयसूची

बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरीको परिचय
• कुम बहादुर गुरूङ, अमेरिका/५
नेपालमा बौद्ध धर्मको वर्तमान अवस्था
• कर्साङ लामा, अमेरिका/११
गुरूङ समुदायमा बुद्ध धर्मको प्रभाव
• चन्द्र प्रसाद गुरूङ, बेलायत/१५
बौद्ध दर्शनद्वारा समृद्धि, सफलता र सम्पन्नता कसरी प्राप्त गर्ने ?/१८
"ॐ मणि पद्मे हुँ !"
• अरूण गुरूङ, अमेरिका/२२
गुरूङ (तमु) बौद्ध धर्म र अहिलेको अवस्था
• बुद्धाचार्य सुमलकुमार गुरूङ/२५
गुरूङ संस्कार र बौद्ध धर्मको मिलनः गुरूङ बुद्धिजम
• धुर्ब बहादुर गुरूङ, नेपाल/३२
तथागत बुद्धको १२ धर्मपालहरू/३७
बुद्धबचन त्रिपिटक के हो ?/४१
दैनिक पूजापाठ र प्रार्थना विधि
• खेन्पो बसन्त गुरूङ/४३
A HISTORIC PILGRIMAGE OF 2300 MILES IN 110 DAYS: "WALK FOR PEACE"
• DB Gurung/51
बोधिसत्वको अवतार, बोधिलाभ र महापरिनिर्वाण/५४
ह्निपएको संक्षिप्त अवधारणा
• क्याप्टेन नैनासिँ गुरूङ (दोर्जे लोपन)/६२
बुद्ध जन्मस्थल लुम्बिनीलाई चिनाउने प्रमाणहरू
• डा. नीर बहादुर गुरूङ/७९
पुरातन गुरूङ लामाद्वारा गरिने मृत्यु संस्कार (पय) विधि र रूपान्तरण
• पुष्प बहादुर गुरूङ/८४
बैशाख पूर्णिमा र गुरूङ बुद्धिजम
• एकेन्द्र गुरूङ, बेलायत/९८
बुद्ध धर्मको वर्तमान अवस्था र यसको महत्व
• भिम पच्यु गुरूङ/१०२
मानव जीवनमा जीवित तथा दिवंगत आत्मालाई महासुखावती पवित्र भुवन देवाचन प्राप्तिको आवश्यकता
• धर्म लामा गुरूङ (रिनछेन दोर्जे लिङ्पा)/१०८
परिवर्तनकी संवाहक मच्छेदेवी गुरूङ/१२९
गुरूङ समुदायमा बौद्ध धर्मको बहुआयामिक प्रभाव
• अधिवक्ता छत्र कुमारी गुरूङ/१३४
Sila as a Fundamental Source of Happiness in the Daily Life of Lay Practitioners
• Gyani Lama/139
पञ्चासे बौद्ध बिहारको संक्षिप्त परिचय
• पुष्पबहादुर गुरूङ/१४३
Bhikṣuni Prātimokṣa
• Sabina Tamang Gole (Dhechen)/146
Understanding The Four Noble Truths in Daily Life
• Sapani Lama Rayamajhi/152
ह्युल्स ह्यो गुम्बाः सामूहिक आस्था, इतिहास र समर्पणको जीवित प्रतीक/१५८
Reinterpreting Dukkha in the 21st Century: The Four Noble Truths as a Framework for Analyzing Contemporary Human Suffering
• Neema Tamang/162
Understanding Śūnyatā: The Buddhist concept of Emptiness
• Samranta Gurung/167
कर्म टासी छ्योलिङ खसु गुम्बाः क्षेत्रको भव्य गुम्बा/१७३
Role of Buddhism in Developing Leadership Skills
• Dharma Raj Shakya, MBPS Lecturer/178
आधुनिक गृहस्थ जीवनमा बौद्ध शिक्षाको सान्दर्भिकता
• बसन्ती लामा/१८८
बौद्ध पवित्र तीर्थस्थलहरू/१९३
The Voice I Finally Heard: Listening Within
• Dr. Rudra Aryal/199
बिपासना वा ध्यान साधना
• मान गुरूङ, बेलायत/२१०
बुद्धकालीन अग्रउपासिका
• मञ्जुश्री लामा/२१४

सम्पादकीय

२५७०औँ बुद्ध जयन्तीको पावन अवसरमा देश बिदेशमा रहनु भएका सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूमा सुस्वास्थ, सुख, शान्ति, उन्नति, प्रगति, समृद्धि एवं दीर्घायुको हार्दिक मंगलमय शुभकामना !

बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरी Buddhism Digital Library, Incorporation America ले पाली भाषामा रहेको बुद्धबचन त्रिपिटकलाई नेपाली भाषामा सरल अनुवाद गरी, डिजिटल प्रबिधिमार्फत बुद्धको अमृतबचनलाई सबैमा सहज उपलब्ध गराउने उद्देश्यले, त्रिपिटकको अनुबाद गर्ने कार्यमा निरन्तरता दिदै आएको छ। यो अनुवादको क्रममा देखिएका प्राबिधिक एवं सैद्धान्तिक समस्याहरू र तिनको निराकरणका लागि आवश्यक उपायहरूको खोजि गर्ने सिलसिलामा २५७०औँ बुद्धजयन्तीको पावन अवसरमा डिजिटल प्रबिधिमार्फत तथागत सिद्धार्थ गौतम बुद्धको उपदेशलाई सबैको घर आगनमा पस्काउने प्रयासमा रहेका छौँ।

'बत्तिमुनि आँध्येरो' भन्ने नेपाली उखान-टुक्काको मौलिक भावनालाई बुझ्ने प्रयास गर्दा, बत्तिको फेदमा प्रशस्त उज्यालो भएको पाइएन, यो सत्य रहेछ। तर, यो प्राकृतिक नियम नै हो कि, आभाव र प्रभाव हो ? यसलाई चिरफार गर्ने उपायको खोजि गरिनु पर्छ। नेपालमा जन्मिएको सिद्धार्थ गौतम बुद्धले भारतको गयामा बुद्धत्व प्राप्त गरी, उनको उपदेश बिश्वभरी फैलिएका छन्। तर, नेपालीहरूले बुद्धको उपदेशलाई भाषाको कारणले गर्दा, सरल ढंगले बुझ्ने र बुझाउने अवसर पाए जस्तो लाग्दैन। बुद्धदर्शनको सार उपलब्धिहरूको सही ढंगले सदुपयोग भए जस्तो पनि लाग्दैन। बुद्धको शिक्षालाई सही ढंगले बुझ्न सक्यो भने, नेपालको आर्थिक र सामाजिक अवस्थाले शिखर चुम्न सक्दछ।

बौद्ध परियाति शिक्षालाई सही ढंगले ब्यबस्थापन गर्न सकेमा, नेपालको आर्थिक एवं सामाजिक अवस्थाले समृद्धिको शिखर चुम्न सक्ने संभावनाहरू रहेको देखिन्छ। यसलाई राज्यको नीतिगत तहबाटै लागु हुन सक्यो भने, छोटो समयमै नेपाली समाज रूपान्तरण हुन सक्ने प्रबल संभावनाहरू रहेका छन्। यसका लागि भिक्षुहरू, भिक्षुणीहरू, लामा गुरूहरू, उपासक, उपासिकाहरू, कुलपुत्र, कुलपुत्रीहरू र बौद्ध बिद्धानहरूले ब्यापक छलफल र गृहकार्य गरी, एउटा निचोड निकाल्न आबश्यक रहेको देखिन्छ। यो २५७०औँ बुद्धजयन्ती डिजिटल उपहार पूर्णाङ्क (१) को प्रकाशनमा प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष रूपमा सहयोग गर्नुहुने बिद्धान लेखकहरू, बिज्ञापन दाताहरू, स्वयंम सेवक र सेविकाहरू सबैलाई प्रकाशन मण्डल हार्दिक मंगलमय शुभकामना ब्यक्त गर्न चाहन्छौँ।