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
ह्रिपएको 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
● **मन्जुश्री लामा/२१४**

सम्पादकीय

२५७०औं 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 २५७०औं बुद्धजयन्तीको पावन अवसरमा डिजिटल प्रबिधिमार्फत तथागत सिद्धार्थ गौतम बुद्धको उपदेशलाई सबैको घर आगनमा पस्काउने प्रयासमा रहेका छौं।

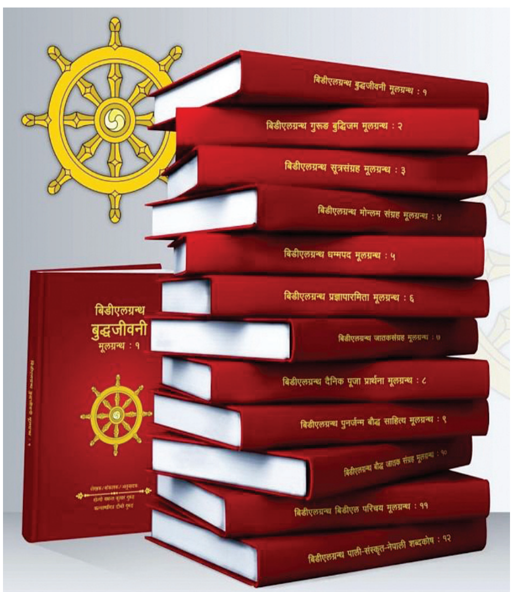
'बत्तिमुनि आँध्येरो' भन्ने नेपाली उखान-टुक्काको मौलिक भावनालाई बुझ्ने प्रयास गर्दा, बत्तिको फेदमा प्रशस्त उज्यालो भएको पाइएन, यो सत्य रहेछ। तर, यो प्राकृतिक नियम नै हो कि, आभाव र प्रभाव हो ? यसलाई चिरफार गर्ने उपायको खोजि गरिनु पर्छ। नेपालमा जन्मिएको सिद्धार्थ गौतम बुद्धले भारतको गयामा बुद्धत्व प्राप्त 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 २५७०औं 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 चाहन्छौं।

बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरीको परिचय

● कुम बहादुर गुरूङ, अमेरिका

तथागत सिद्धार्थ गौतम बुद्धले प्रतिपादन गर्नु भएको बुद्धदर्शनलाई सम्पूर्ण नेपालीहरूले सरल र सहज तरिकाले बुझ्न सकुन् भन्ने उद्देश्यले डिजिटल बुद्धिजम लाइब्रेरी (बिडीएल)ले मूल पाली भाषामा रहेको त्रिपिटकलाई प्राज्ञहरूद्धारा नेपाली भाषामा भावानुवाद गरी प्रकाशन गरिरहेको जानकारी गराउन पाउँदा, खुसी लागेको छ। प्रकाशित ग्रन्थहरूको मूल भावलाई युट्युबमार्फत् अडियो कक्षाको रूपमा प्रचारप्रसार गरिएको छ। यस कार्यको लागि मिडिया पार्टनरको रूपमा रेडियो गोर्खाली १०६ मेघाहर्ज, पोखरा र रेडियो मर्स्याङ्दी ९५ मेघाहर्ज लमजुङसँग सहकार्य गर्दै आएका छौं।



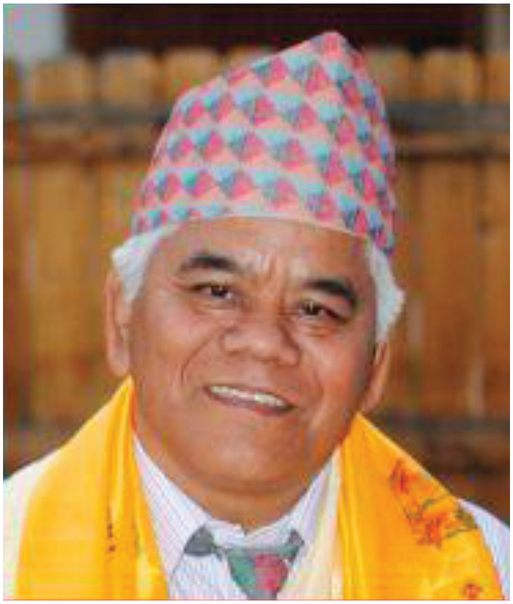
बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरी (बिडीएल) को बिडीएल स्कालर समूहले मूल पाली, संस्कृत, हिन्दी, संभोटा र अंग्रेजी भाषाबाट सरल नेपाली भाषामा सारानुवाद गरेको बिडीएल ग्रन्थहरू निम्न अनुसार रहेका छन्। यो सबै ग्रन्थहरू बिडीएलको आधिकारिक वेभसाइट www.buddhismlibrary.org मा पनि उपलब्ध रहेका छन्ः

१. बिडीएलग्रन्थ बुद्धजीवनी, ग्रन्थ– १
२. बिडीएलग्रन्थ धम्मपद, ग्रन्थ– २
३. बिडीएलग्रन्थ दैनिकपूजा प्रार्थना, ग्रन्थ– ३
४. बिडीएलग्रन्थ गुरूङ बुद्धिजम, ग्रन्थ– ४
५. बिडीएलग्रन्थ सूत्रसंग्रह, ग्रन्थ– ५
६. बिडीएलग्रन्थ प्रज्ञापारमिता, ग्रन्थ– ६
७. बिडीएलग्रन्थ जातकसंग्रह, ग्रन्थ– ७
८. बिडीएलग्रन्थ मोन्लम संग्रह ग्रन्थ– ८
९. बिडीएलग्रन्थ पुनर्जन्म बौद्ध साहित्य, – ९
१०. बिडीएलग्रन्थ बौद्धजातक संग्रह, ग्रन्थ– १०
११. बिडीएलग्रन्थ बिडीएल परिचय, ग्रन्थ– ११
१२. बिडीएलग्रन्थ पाली-नेपाली शब्दकोष– १२

बौद्ध दर्शनलाई बृत्तचित्र मार्फत छलफल गर्न उपयुक्त हुने महशुस भएकोले, एआई प्रणालीको आधारमा एक घन्टको बृत्तचित्र तयार गरिएको छ। यही २५७०औं बुद्ध जयन्तीबाट प्रसारण गर्ने तयारी भैरहेको पनि जानकारी गराउन पाउदा खुशी लागेको छ। बुद्ध दर्शनलाई अडियो

सिरिज BUDDHABACHAN BAS25 नामक युट्युब च्यानल मार्फत सार्वजनिक गरिएको छ। आजसम्म ८५ श्रृंखला प्रसारण भइसकेका छन्। यो श्रृंखला नियमित रहने छ। यो लाइब्रेरी अमेरिकाको मासाच्युसेटस् राज्यमा सन् २०२३ मा स्थापना भएको थियो। यसको संस्थापकहरूमा श्री अरूण कुमार गुरूङ, खेन्पो बसन्त कुमार गुरूङ, कल्याणमित्र डीबी गुरूङ, श्री कर्साङ लामा र श्री कुम बहादुर गुरूङ हुनुहुन्छ। वहाँहरूको संक्षिप्त परिचय यस प्रकार रहेका छन्।

अरूण कुमार गुरूङ, अमेरिका



अरूण कुमार गुरूङको जन्म स्याङजा, फेदीखेला-२, लामिस्वारामा बाबा बल बहादुर गुरूङ र आमा दिलसुबा गुरूङको कोखबाट २०१० भएको थियो। वहाँहरू लामिस्वराका प्ल्होनहरू हुन्। बागदन्त बोल्दा, लमचुँ क्होला होइले प्ह्रौंब ङि लेम तमू चिली न्होर च्यौंब क्होलार च्होयुन चिली न्हौं च्यौंब क्होला ओइले प्होब कोण क्होलिर च्योयुब ङि लेम कौंणर मुमार कैं प्ल्होब धुँलेन प्ह्रौंनहरू फैलिन थालेको हुँदा, हामीलाई प्ल्होन्म्य कहलाउन थोलेको रहेछ भन्ने भनाइ रहेको छ। उनीहरूको गोत्र भन्नु पर्दा, गर्ब (गर्क) गोत्र भन्दा रहेछन्।

बाल्यकालमा गाउँघरमा लेकबैंसी गर्दै हुर्किए। बाउ बाजेले जानी मानि आएको कर्मकाण्ड "कुलेबृत्ति लोकेकृति" भनेझैं म्हिक्रेचोगीको भूमिका पनि निभाइयो। बिद्यार्थी कालमा पनि पृथ्वीनारायण क्याम्पस, पोखरामा सकृया राजनीतिक भूमिकामा रहेर १४ वटा सदनको अध्यक्षहरूको पनि अध्यक्ष भएर काम गरेको अनुभव सुनाउँछन्। त्यस समय महाराजधिराज सरकारको पश्चिमा अञ्चलको भ्रमणको अवसर थियो। त्यही समय श्री ५ महाराजधिराज बिरेन्द्र बीर बिक्रम शाहदेव सरकारको शुभजन्मोत्सवको अवसरमा बिद्यार्थीहरूको तर्फबाट शुभकामना मन्तब्य राख्ने अवसर पनि पाए।

त्यही समयबाट राजनितिक उथल-पुथल हुदै, २०३६ सालको राष्ट्रिय जनमत संग्रह पछि २०४६ सालमा राजनीतिक आन्दोलन भयो। यसले देशमा नयाँ मोड लियो। स्नातकोत्तरको पढाइ हुदाहुदै अमेरिकाको कोलोराडो राज्यमा आए। त्यहाँ उनले तमू धीं कोलोराडोको दुई कार्यकाल अध्यक्ष भएर गुरूङको भाषा, भेषभूषा, मौलिक संस्कार र संस्कृतिको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्ने थालनी गरे, पुस्ता हस्तान्तरणमा योगदान दिए।

यसरी सामाजिक संघसंस्थाहरूमा सकृया भएर काम गरिरहँदा, अचानक स्पाइनल कार्डमा समस्या देखिएकोले हिँडडुल गर्न नसक्ने अवस्थामा पुगे। परिवारमा श्रीमती देवी गुरूङ, ४ भाइ छोराहरू,

बुहारीहरू र नाति नातिनीहरू छन्। मानव जीवनमा बौद्ध दर्शनको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको कुरालाई मनन गर्दै, बुद्धको शान्ति सन्देशलाई डिजिटल प्रबिधिमार्फत सबैको घरघरमा पुराउने उद्देश्यले Buddhism Digital Libray को स्थापना गरी सांस्कृतिक बिभागको प्रमुखको हैसियतले काम गर्दै आएका छन् ।

खेन्पो बसन्त कुमार गुरूङ, अमेरिका

खेन्पो बसन्त कुमार गुरूङ (ज्ञान दोर्जे)को जन्म २०१० सालमा गुल्मी जिल्लाको दभौखानी गाउँमा बाबा बिल बहादुर गुरूङ र माता बलमाया गुरूङको कोखबाट भएको थियो ।

२०१८ सालमा गाउँमा भारतीय सेनाका भूतपूर्व समूहले Indian Army Government Education High School खोल्यो। उनले त्यसै स्कुलमा कक्षा ७ सम्म अध्ययन गरे। त्यसपछि रूपन्देही भैरहवाको मेउडीहवामा बाबा आमासंगै बसेर बृटिश क्याम्प पक्लीहवा हाई स्कुलबाट एसएलसी गरे । त्यस पछि रूपन्देहीको शंकर नगरमा स्थापित श्री शारदा प्राथमिक बिद्यालयमा ७ वर्षसम्म प्रधान अध्यापक भएर सेवा गरे। त्यस पछि भारतको इलाहबाद कलेजबाट फाइन आर्टमा स्नातक गरे ।

उनले २०४१ सालमा संघ नायक भिक्षु ज्ञान सागर रिन्पोछेबाट बिधिवत प्रबज्य लिएर बौद्ध शिक्षाको थालनी गरे । त्यस पछि २०५५ सालमा कन्चनपुर जिल्लाको महेन्द्र नगरमा, बौद्ध धर्म सेवा केन्द्रको नाम दर्ता गरी, ब्योम कुशुमा स्वर्णद्धीप गुम्बा सञ्चालन गरे। उनी त्यस गुम्बाको प्रमुख लामा हुन्। उनी फाइन आर्टमा निपुन भएकोले उनको गुम्बा परिसरमा बुद्धपार्कको निर्माण गरेका छन् । उनको कलाकृति प्रतिको समर्पण त्यस पार्कमा देख्न सकिन्छ। उनी फुटबल खिलाडी पनि हुन् ।

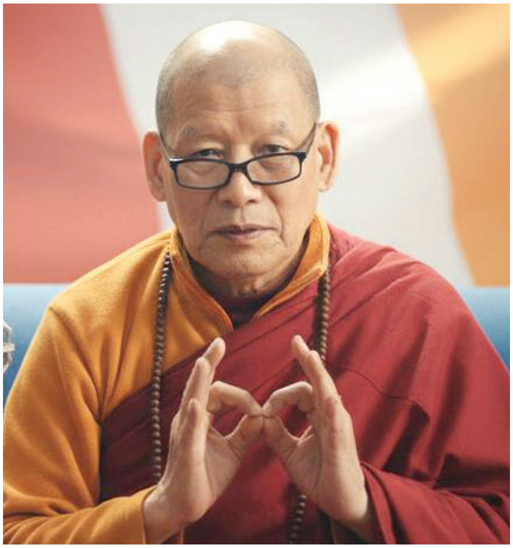
उनले बुद्धभूमि लुम्बिनी, शुद्धोधनको दरबार, कपिलबस्तु, तिलरकोट, क्रकुछन्द बुद्धको जन्मभूमि गोटीहावा, कनकमुनि बुद्धको जन्मभूमि निग्लिहावा, बुद्धको मावली देवदह, बुद्धको अष्टधातु राखिएको स्तुपा रामग्रम, फर्पिङ, नमोबुद्धको भ्रमण गर्नु भएको छ। साथै भारतको बौद्धगया, सारनाथ, कुशीनगर, बनारस र बैशाली र नालन्दको पनि दर्शन गरेका छन् ।

उनी अमेरिकाको कोलोराडो राज्यको स्टेट बोल्डर शहरमा छोरा राजु गुरूङसंगै बसोबास गर्दै आएका छन् । उनी बौद्ध मुर्तिकारका साथै लेखक र अनुवादक पनि हुन्। उनले बुद्धबचन र दैनिक पूजा प्रार्थना नामक पुस्तक पनि प्रकाशन गरेका छन् ।

मानव जीवनमा बौद्धदर्शनको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको कुरालाई मनन गर्दै, बुद्धको शान्ति सन्देशलाई डिजिटल प्रबिधिमार्फत सबैको घरघरमा पुराउने

उद्देश्यले Buddhism Digital Libray को स्थापना गरी संस्थाको प्रमुख धर्मगुरूको हैसियतले काम गर्दै आएका छन् ।

कल्याणमित्र डीबी गुरूङ, अमेरिका



कल्याणमित्र डीबी गुरूङको जन्म लमजुङ जिल्लाको ख्होलासौंथर गाउँ पालिका वडा नं १, नजरे साम्रो गाउँमा सात दशक अगाडि भएको थियो । उनको माता गुणीमाया र पिता लामा कर्मरप्तेन गुरूङ हुन् । उनले अमर हाई स्कुल, खुदीबाट एसएलसीसम्म अध्ययन गरी लाहुरमा १० बर्ष सेवा गरे । यस दौरान उनले एमपी बिश्वविद्यालयबाट स्नातकसम्म अध्ययन गरे ।

उनले घरेलु उद्योग, बागवानी, होटल, रेष्टुरेन्ट, ट्रेकिङ एजेन्सी, एजुकेशन कन्सल्टेन्सी, च्याउ उद्योग आदि सञ्चालन गरी एउटा उद्यामीको रूपमा उभिने प्रयास गरे । तर, समयको पदचापलाई पहिचान गर्न नसक्दा सफलताको शिखर चुम्न सकेनन् ।

जीवनको उत्तरार्द्धमा अमेरिका आए । अमेरिका पनि स्वर्ग चै होइन रहेछ ! तर यहाँको श्रम बजारमा श्रमिकहरूले हप्तामा ४० घन्टा काम गरेको ज्यालाले प्रवासी जीवनलाई सजिलैसँग चलाउन सक्ने अवस्था रहेकोले उनलाई खासै अप्ठ्यारो नभएको अनुभव सुनाउँछन् । खास कुरा उनको परिवार पनि साथमै छन् ।

त्यसैले दुःख सुख दालभात खाएर गुजारा चल्ने अवस्था भयो । परिवारमा श्रीमती चित्रमाया, छोरा सुरेन्द्र, बुहारी एलिना, नाति नेवओन्नि, छोरी ज्याति र ज्वाइ कुमराज छन् ।

उनले अमेरिका आए पछि १४ बर्ष काम गरे । यस दौरान कहाँकहाँ के कस्तो काम गरे भन्ने बिषयमा छलफल गर्नु पर्दा एक-एक दिनको समय चाहिने हुन्छ । जेहोस् ४० क्रेडिटको हकदार भए पछि अवकास लिएर पुनः कल्याणमित्र मार्गमा दीक्षा लिए । यो उनको तेश्रो दीक्षा थियो ।

बौद्ध दर्शनको नियमित अध्ययनका लागि एउटा बैधानिक संस्था आवश्यक महशुस भएकाले साथीहरूसँग मिलेर “Buddhism Digital Library” भन्ने गैरसरकारी संस्थाको स्थापना गरी, संस्थाको उद्देश्य अनुरूप कार्य सम्पादन गर्ने प्रयास गरिरहेका छन् ।

संस्थागत जिम्मेवारीको हैसियतले उनी अध्यक्ष पदमा छन् । तर गैरसरकारी संस्थाको हकमा बजेट ब्यबस्थापन गर्न चुनौतीपूर्ण हुने भएकाले सोचे जस्तो कार्य सम्पादन गर्न नसकेको स्वीकार्छन् । तैपनि आफुले कामको सुरूवात गरेकाले आधुरो रहेका कामहरू भविष्यका कर्णधारहरूले सम्पन्न गर्नेमा विश्वस्त छन् ।

कर्साङ लामा, अमेरिका

कर्साङ लामाको जन्म सन् १९६३ मा मनाङ जिल्लाको नाचे गाउँपालिका वडा नं ९, बगरछापमा पिता पासङ नमग्याल लामा र माता छिरिङ बुटि लामाको कोखबाट भएको हो। त्यस बखत मनाङमा राम्रो स्कुल थिएन। उनले बुढानिलकण्ठ स्कुलमा कक्षा ४ देखि १० सम्म अध्ययन गरे।

त्यसपछि त्रिभूवन विश्वबिद्यालको कृषि र पशु बिज्ञान अध्ययन संस्थान रामपुर क्याम्पसमा स्नातक पूरा गरे। उनले शिक्षक भएर विद्यालयमा र गोरखा मनास्लु क्षेत्र आयोजनामा सेवा गर्ने अवसर पाए।

गौतम बुद्धको जन्म नेपालमा भए पनि बुद्धत्व प्राप्त, धर्मचक्र प्रबर्द्धन र महापरिनिर्वाण पनि भारतमै भयो। त्यसैले बुद्ध धर्मलाई सर्वप्रथम पाली भाषामा लेख्ने परम्परा थालियो। पालीबाट बिस्तारै संस्कृत भाषामा संग्रह हुन थाल्यो। आठौँ सताब्दी पछि संभोटा भाषामा पनि अनुवाद हुन थाल्यो। वर्तमान अवस्थालाई हेर्दा, पाली र संस्कृतमा भन्दा, संभोटाका ग्रन्थहरू बजारमा धेरै सहज रूपमा उपलब्ध छन्। यस अर्थमा के कुरा बुझ्नु पर्छ भने संभोटामा बौद्धदर्शनको बिकास राम्रो भएको छ।

यसबाहेक चाइनीज, मंगोलियन, जापानीज, कोरियन, मलेशियन, हङकङ, ताइवान, भेतनाम, कम्बोडिया, लावस, थाइलैन्ड, सिंगापुर, मैनमार, श्रीलंका, भूटान आदि राष्ट्रहरूमा बौद्ध दर्शनलाई आ-आफ्नै राष्ट्रिय भाषामा प्रकाशन गरिएका छन्।

यसबाट के कुराको पुष्टि हुन्छ भने, बुद्ध दर्शन भनेको सामाजिक मुल्य र मान्यताको संबाहक हुन्। यसले सबै समुदायको मौलिक भावना र जीवन पद्धतिलाई सम्मान गर्दै, चार आर्यसत्य, पञ्चशील, अष्टमार्ग, महाशील र प्रतित्यसमुत्पादको मौलिक भावना र सिद्धान्तलाई धर्मको रूपमा देशना गरेको छ।

सर्वप्रथम त, धर्म भनेको सत्य हो। सत्य भनेको समय हो। तर, समय पनि बिहान, दिउँसो र बेलुकी एकनास हुँदैन किनभने समयलाई उर्जा प्रदान गर्ने मूल तत्व भनेको ऋतु हो। अर्थात समय पनि अवस्थामा निर्भर रहन्छन्। यसैलाई बुद्धले अनित्यवाद भनेका छन्।

बुद्धको शान्ति दर्शनलाई सबैलाई सहज होस् भन्ने हेतुले डिजिटल प्रविधिमार्फत प्रचारप्रसार गर्ने प्रयास भएको हो भन्छन् कर्साङ। बिडीएलमा उनी कोषाध्यक्षको संस्थागत जिम्मेवारीमा छन्।

कुम बहादुर गुरूङ, अमेरिका

कुम बहादुर गुरूङको जन्म लमजुङ पसगाउँमा पिता सुबेदार इन्द्रमान गुरूङ र माता चल्बीमाया गुरूङको कोखबाट २०३३ सालमा भएको हो। उनको एक दाजु र एक भाइ छन्। उनको प्रारम्भिक शिक्षा गाउँमै भयो। पछि पोखरा बसाइँ सराइ भए पछि भद्रकाली हाई स्कुलमा केही समय अध्ययन गरे पछि बाबासंगै भारतको बरणासी गए। उनी त्यहाँ पढाइका साथसाथै गीत, संगित, खेलकुद र सामाजिक कार्यक्रमहरूमा पनि सहभागी भए।

उनले १६ बर्षको उमेरमा भारतीय सेनामा भर्ति भएर १८ बर्ष सेवा गरी अवकास लिए। उनले मेनशोभा गुरूङलाई बिबाह गरे। छोरी श्रुती गुरूङ र छोराहरू प्रभात गुरूङ र पाठ गुरूङ हुन्।

अबकास पछि पसगाउँ समाजको युवा संयोजक, संगम क्लबको सल्लाहकार हुँदै इराक र अफगानिस्थान स्थित अमेरिकी सैनिक सुरक्षा क्याम्पमा पनि सेवा गर्ने अवसर जुर्यो। यसरी बिभिन्न स्थानमा काम गर्दा गर्दै, इडिभी परेर सपरिवार अमेरिका आउने अवसर जुरेकोले मेरिल्यान्ड राज्यको बाल्टीमोर शहरमा आएर बसोबास गरे। छोरी श्रुती गुरूङ आर्मीमा कार्यरत छिन् भने छोराहरू अध्ययन गर्दै छन्।

उनी गीत, संगित र नृत्यमा रूचि राख्दछन्। सामाजिक सेवामा सकृया भएकोले NRNA Baltimor Chapter को सदस्य, कास्की समाज बाल्टिमोरको आजीवन सदस्य, लमजुङ समाज बाल्टिमोरको उपाध्यक्ष, बानाको आजीवन सदस्य, हिमालयन बाल्टिमोर युनाइटेड फुटबल क्लबको बरिस्ठ सल्लाहकार र बाल्टिमोर तमू समाजको निवर्तमान अध्यक्षको हैसियतले समुदायको सेवामा सक्रिय रहेका छन्। मानव जीवनमा बौद्धदर्शनको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको कुरालाई मनन गर्दै, भगवान बुद्धको शान्ति सन्देशलाई डिजिटल प्रबिधिमार्फत् सबैको घरघरमा पुर्याउनु पर्छ भन्ने कुम बहादुर Buddhism Digital Libray को स्थापना गरी सचिवको हैसियतले काम गर्दै आएका छन्।

अन्त्यमा, बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरी (बिडीएल) इन्कका बोर्ड अफ डाइरेक्टरहरू, ट्रस्टी सदस्यहरू आजीवन सदस्यहरू, अनुवाद समूहका प्राज्ञहरू, बिद्धान स्कालरहरू, भिक्षुहरू, भिक्षुणीहरू लामा गुरूहरू, आचार्यहरू, कल्याणमित्रहरू, कुलपुत्र, कुलपुत्रीहरू, सहयोगी दाताहरू, मिडिया पार्टनरहरू, प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष रूपमा सहयोग गर्ने स्वयंसेवक र स्वयंसेविकाहरू सबैप्रति आभार व्यक्त गर्दै धन्वाद दिन चाहन्छौं।

भवतु सर्वमंगलम्। बुद्धम् शरणम् गच्छामि।

(अमेरिका निवासी श्री कुम बहादुर गुरूङ बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरीका सचिव हुन्।)

नेपालमा बौद्ध धर्मको वर्तमान अवस्था

● कर्साङ लामा, अमेरिका

गोर्खाको राजा पृथ्वीनारायण शाहले नेपालको एकीकरण गरे पछि, उर्वर भूमि काठमाडौँ उपत्यकालाई राजधानी बनाए। राज्यलाई नेपाल भनियो। खस भाषालाई नेपाली भाषा र बर्ण व्यस्थालाई धर्म बनाएर राज्य व्यवस्था चलाए। उनको शेष पछि बहादुर शाहको पालामा थापा र पाण्डेकोबीचमा राजनीतिक शघंर्ष भयो। यसैको जगमा जंगबहादुरको उदय भयो।

नेपालको इतिहासमा राणा काललाई सामान्ति युग भनिन्छ। अन्धकारमा अन्याय, अत्यचार, भ्रष्टचार, लुटपाट र जधन्य अपराध जे गरे पनि सिमित शासकहरूलाई बाहेक सर्वसाधरणलाई जनाकारी हुँदैन थियो। यसै कालमा बौद्ध धर्मका अनुयायीहरू माथि शोसन, दमन, हत्या, हिंसा, क्रुर अत्यचार गरी भिक्षुनीहरूलाई जबरजस्ति करनी र बिबाह गराएको घट्नाहरू पनि बौद्ध साहित्यमा साक्षी छन्।

यिनै घट्नाहरूको सिलसिलमा महाथेरा धम्मलोक, धर्मचार्य महस्तवीर आदिले थेरापद सम्प्रदायको पुनस्थापनाका लागि अभियान चाल्नु भयो। राणा शासकले उनीहरूलाई देश निकाला गरिदिए। यसरी प्रक्खर बिद्धान भिक्षुहरूलाई देश निकाला गर्ने दुःखद घट्ना हुन थाले पछि, बुद्ध धर्मको प्रचार प्रसारका लागि प्रवासी भिक्षुहरूले सन् १९४४मा भारतको बनारसमा धर्मोदय सभा नामक संस्थाको स्थापना गर्यो। यातायातको हिसाबले बनारस धेरै टाढा भएकाले केही समय पछि कालिङपोङमा सारियो। विक्रम सम्वत २००७ सालमा नेपालमा प्रजातन्त्रको स्थापना भयो। १०४ वर्षको जहानिय एक तन्त्रिय राणा शासनको पतन भए पछि, धर्मोदय सभा काठमाडौँमा सारियो।

देशमा प्रजातन्त्रको स्थापना भए पछि बुद्ध धर्मको अनुयायीहरूलाई अलिकति भए पनि सहज बातारण महशुस भयो। बौद्ध धर्मका अनुयायीहरूबीचमा सुमधुर सम्बन्ध र आपासी समभ्रूदारी बृद्धि गर्नका लागि सन् १९५०मा श्रीलंकाले प्रथम विश्व बौद्ध सम्मेलनको आयोजना गर्यो। त्यसपछि १९५२ मा जापानमा दोस्रो, १९५४मा बर्मामा तेस्रो सम्मेलन भयो। उक्त सम्मेलनमा भिक्षु अमृतानन्द महस्थवीर र मणिहर्ष ज्योतिले प्रतिनिधित्व गरेका थिए। सन् १९५६मा काठमाडौँमा चौथौं विश्व बौद्ध सम्मेलनको आयोजना गरेर धर्मोदय सभाले आफ्नो जग बसाले। यसरी धर्मोदय सभाले थेरापद सम्प्रदायको बिकासमा महत्वपूर्ण योगदान गरेको कुरा नेपाली बौद्धमार्गीहरूले बिर्सन हुदैन। अहिले धर्मोदय सभा नेपालको अधिकांश जिल्लाहरूमा स्थापित भैसकेका छन्। यस बाहेक काठमाडौँको स्वयम्भु स्तुपा, बौद्धको बिशाल चैत्य र पुण्यभूमि लुम्बिनी नेपाली बौद्ध मार्गीहरूका लागि अत्यन्तै गौरबका सम्पदाहरू

हुन्। पुण्यभूमि लुम्बिनी बौद्धमार्गीहरूको पवित्र तिर्थ स्थल हुन्। यो धर्तीमा कहिकतै पुण्यभूमि छन् भने, यही लुम्बिनी हो भनेर सम्झनु पर्छ। एक पटक भ्रमण गरी आफ्नै अनुभवबाट हेर्नु ? यो कुरा सही हो भनेर, तपाइँ आफैले वकालत गर्नु हुने छ। यहाँ विश्वभरबाट लाखौं आचार्यहरू, भिक्षुहरू, लामाहरू, लमिनीहरू र आस्थावान उपासक, उपासिकाहरूले भ्रमण गर्दछन्।

संसारमा उच्च हिमपठारको नामबाट प्रख्यात तिब्बतका १४औं धर्मगुरू दलाइ लामा र चीनका राजनेता माओत्से तुङबीचमा राजनीतिक मतभेद भए पछि दलाइ लामालाई देश त्याग्न बाध्य बनाइयो। सन् १९५९मा तिब्बत त्यागेर भारत निर्वासित भए। त्यहाँ उनलाई रानीतिक शरण दिइयो। उनका साथमा हजारौं शरणार्थीहरू पनि आएका थिए। उनलाई भारतका प्रधानमन्त्री पण्डित ज्वहरलाल नेहरूबाट हिमली जिल्ला धरमशालामा स्थायी बसोबास गर्ने अनुमति दियो। त्यही नयाँ तिब्बत बनाए। दलाइ लामासंग निर्वासन जान नसकेका वा नचाहेका बिद्धान लामाहरू त्यही बसे। तर, चीनका लाल सेनाले उनीहरूलाई दमन र शोसन गर्न थाले। यसका बिरूद्धमा खम्बा बिद्रोह पनि भयो।

यसरी बिभिन्न समय र स्थानहरूमा बिद्रोह भएकाले सामाजिक बातावरण असहज भए पछि बिद्धान लामाहरू पनि एक पछि आर्को गर्दै, नेपाल झर्न थाले। उनका साथ हजारौं तिब्बतियनहरू पनि झरे। तत्कालिन पञ्चायत सरकारले अनुमति पनि दिए। पोखरा नगरको पृथ्वीचोक स्थित बिभिन्न स्थानमा, शरणार्थीहरूको बसोबासका लागि बिशाल शिविरहरू बनाएर न्यूनतम मानविय सुबिधाहरू पनि दिए।

यसरी हिमपठारबाट झरेका तिब्बती लामा गुरूहरूको ज्ञान, प्रज्ञा, ध्यान, भावना, साधना र शीलको प्रभावका कारण गण्डकी क्षेत्र तमूवानमा रहेका स्थानीय (पौंब) लामाहरू पनि प्रभावित भए। तमूवानमा (पौंब) लामाहरूको राम्रो प्रभाव थियो। यसरी झरेका तिब्बती लामाहरू निङम सम्प्रदायका थिए। निङम सम्प्रदाय भनेको महागुरू पद्मसंभावद्धारा स्थापना भएको तिब्बतको प्रथम स्कुल वा मत हुन्। यो मतको विशेषता भनेको बौद्धदर्शन बाचन गरी स्थानीय संस्कृतिको आधारमा कर्मकाण्ड गर्ने परम्परा रहेको थियो। त्यसैले, (पौंब) लामाहरूले पनि यो मतको बास्तविक चुरी बुझे पछि आँधेरोदेखि उज्यालोतिर, अज्ञानदेखि ज्ञानतिर, जटिलदेखि सरलतिर, वाददेखि दर्शनतिर, हिंसादेखि शान्तिको मार्गदर्शन गरी चेतनाको ढोका खोल्ने प्रयास गर्यो। यो प्रयासमा कतिपय स्थानीय (पौंब) लामाहरू सफल भए। सफलताका कारण बिस्तारै प्रभावित हुन थाल्यो। अन्तत, यसले गुरूङ समुदायमा लोकप्रियता हाँसिल गर्यो।

तमूवानका प्रभावित क्षेत्रमा रहेका जनजातिहरू विशेष गरेर गुरूङ समुदायका ठुलो संख्याले निङम मतमा अस्था राख्दछन्। निङम मतमा प्रवर्जित भएका गृहस्ति लामा गुरूहरू सबैले भिक्षुत्व ब्रतमै रहनु पर्छ भन्ने बाध्यत्मक अवस्था छैन। परिवारका साथमा रहेर पनि कर्मकाण्डहरू गर्न सक्दछन्। त्यसैले, गुरूङ समुदायमा निङम मत लोकप्रिय रहेको पाइन्छ।

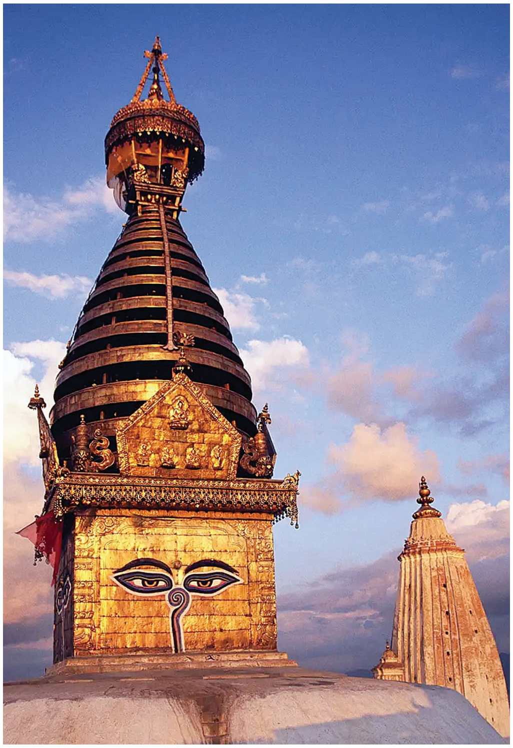
विक्रम संवत् २०८२ सालको वरिपरी हेर्दा, नेपालको प्रत्येक नगरहरू र गाउँहरूमा बौद्ध

गुम्बाहरूको निर्माण गरेर बुद्ध धर्मको प्रचार, प्रसार र संरक्षण गर्ने कार्य निरन्तर भैरहेका छन्। यो अत्यन्तै खुशिको कुरा हो। भगवान बुद्धको सत्यबचन र दर्शनको बारेमा प्रत्येक मानवले बुझ्न र जान्न अति आवश्यक छन्। यसबाट मानव जीवनमा प्रत्यक्ष रूपमा शान्ति र समृद्धि ल्याउन सक्दछ।

स्मरणरहोस, प्रत्येक आस्थावान बौद्धमार्गीहरूले पञ्चशील र अष्टमार्ग पालना गर्नै पर्छ भन्ने बाध्यत्मक अवस्था छैन। तर, चार आर्य सत्यको बारेमा जानकारी राख्नै पर्छ। खास गरी बुद्ध धर्मको मूल सिद्धान्त भनेको प्रतित्यसमुत्पादको हेतुवाद अर्थात कारण र परिणाम वा कार्य कारण सिद्धान्तको बारेमा बुझ्न अति आवश्यक हुन्छ। किनभने, प्रतित्यसमुत्पादको १२वटै श्रृंखलाहरू प्राकृतिको मौलिक स्वभावमा आधारित रहेका छन्। यहीबाट कार्य दिशाको मार्ग चित्र तय गर्न सकिन्छ।

भगवान बुद्धले प्रतिपादन गर्नु भएको धर्म हेतुवादमा आधारित प्रतित्यसमुत्पाद हो। जन्मको आधारमा मानिने ब्राह्मन, क्षेत्री, वैश्य र शुद्र भनिने बर्ण व्यवस्थाको बिपरित हो। साँचो अर्थमा भन्नु पर्दा, के तपाइँ बर्ण व्यवस्थामा विश्वास गर्नु हुन्छ ? वा बर्ग व्यवस्थामा ? बर्ण व्यवस्था भनेको ठोस प्रणाली हो। जस्मा कुनै परिवर्तन हुन सक्दैन। तर, बर्ग व्यवस्था भनेको तरलता हो। समय अनुकुल परिवर्तन भैरहन्छ। यो कुरा संसारको सबै बर्ग र समूहले स्वीकारेका छन्।

अब नेपाली बौद्धमार्गीहरूसँग एउटा खरो प्रश्न राख्ने अनुमति चाहन्छु। आदिम कालमा भारतीय संस्कृतिमा आधारित बर्ण व्यवस्थाको प्रभाव



नेपाली समाजमा अझै ताजै रहेको छ। किनभने, नेपाली शासकहरूले पनि यही बर्ण व्यवस्थाको आधारमा शासन गर्ने चेष्टा गरे। तर, अबको २१औं शताब्दीको नेपाली बौद्धमार्गीहरूले यसलाई कसरी लिन्छन् ? मनन गर्नु पर्ने कुरा के छ भने, नेपाली जनजातिहरू जस्तैः गुरूङ, मगर, तामाङ, थकाली, शेर्पा, नेवार, राई लिम्बु आदिले स्थापना गरेका बौद्ध गुम्बहरूमा शुद्रहरूको लागि प्रवेश दिइन्छ ? यदि दिइन्छ भने नेपाली बौद्धमार्गीहरूमा सत्यता रहेछ भन्ने कुराको बोध हुन्छ। यदि दिइदैन भने, बर्ण व्यवस्था र बौद्धमार्गीहरूबीचमा के अन्तर रह्यो त ? फरक त केही पनि देखिएन ? यदि धर्मले पनि कुनै मानव वा सम्प्रदायलाई बिभेद वा शोसन गर्छ भने, त्यो धर्मको औचित्य के ? गुम्बा निर्माणका लागि शुद्रहरूबाट श्रम पनि लिन

मिल्ने ? आर्थिक सहयता पनि लिन हुने। तर, पूजापाठका लागि प्रवेश गर्न नपाउने ?! लामा गुरूहरूले शुद्रहरूको पितृकार्य र कर्मकाण्ड गर्न हुने कि नहुने ? यदि हुदैन भने के कारणले हुदैन ? यो कस्तो सामाजिक बिभेद हो ? यो खरो प्रश्नको उत्तर प्रत्येक बौद्धमार्गीहरूले आफै भित्र खोज्नु आवश्यक छ।

यदि तपाइँ साँचो अर्थमा बौद्धमार्गी हो भने, तपाइँसंग यसको सही उत्तर छ। किनभने, तपाइँ र ममा के फरक छ त ? यदि फरकै छ भने, कर्मको आधारमा फरक हुन सक्दछ। ज्ञानको आधारमा फरक हुन सक्दछ ? धनी र गरीबमा फरक हुन सक्दछ।

मोटो र पातलोमा फरक हुन सक्दछ। कालो र गोरोमा फरक हुन सक्दछ। अग्लो र होचोमा फरक हुन सक्दछ। तर, मानिस मानिसको बीचमा श्रेष्ट र साधरण, ठुलो जात र सानो जात भन्ने कुरा कसले बनायो ? कसले भन्यो ? २१औं शताब्दीको सभ्य समाजले पनि यस्तो अन्धविश्वासको कुराहरू सुन्न र मान्न सकिन्छ र ? बौद्धमार्गीहरूले यस्तो कपोल कल्पित कुराहरूलाई कसरी मान्ने ? यदि कुनै बौद्धमार्गीहरूले यो कुरा स्वीकार्यो भने, उनी सही अर्थमा बौदमार्गी होइन भनेर बुझ्नु पर्छ।

अब नेपाली बौद्धमार्गीहरूले बुझ्नु पर्ने महत्वपूर्ण कुरो के छ भने, बुद्ध जन्मेको पुण्यभूमि लुम्बिनी विश्व भरीका बौद्धमार्गीहरूको आस्थाको केन्द्र बिन्दु अर्थात तिर्थस्थल हो। यसको भौतिक बिकासका लागि सम्वत २०४२ सालमा लुम्बिनी बिकास कोषको स्थापना गरिएको थियो। यसले गुरू योजनामा के कस्ता कार्यहरू गर्ने वा गराउने भन्ने नीतिगत निर्णयहरू गर्दछन्। स्वदेशी र बिदेशी दातृ संस्थाहरूबाट आउने मोटो रकम पनि यिनै कोषले व्यवस्थापन गर्दछन्। यहाँनिर स्पष्ट नभएको कुरा के छ भने, पञ्चायत कालमा दरबारियाहरू कोषको अध्यक्ष हुने परम्परा थियो। अहिले मन्त्री परिषदका सदस्यहरूबाट हुन्छन्। बुद्ध धर्मको बिकासका लागि स्थापना गरिएको लुम्बिनी बिकास कोषमा गैर बौद्धमार्गी अध्यक्ष कसरी हुन सक्दछ ? मन्त्री नै अध्यक्ष हुनु पर्ने कारण के छ ? बाध्यात्मक अवस्था के छ ? अथवा जुन मानिसलाई बुद्ध धर्मको बारेमा जानकारी नै छैन भने, त्यो मानिसले त्यो धर्मको संरक्षण कसरी गर्न सक्दछ ? यसबारेमा धर्मोदय सभा किन मौन बसेको छ ? नेपाली बौद्धमार्गीहरू किन मौन बसेको छ ?

कोषको अध्यक्ष हुन सक्ने योग्यता र क्षमता भएका बौद्धमार्गीहरूमा कोही पनि छैनन् कि के हो ? यसबारेमा बौद्धमार्गीहरूले गम्भीर भएर सोच्नु पर्ने समय भएको छ। यो हाम्रो धार्मिक आस्थाको सवाल हो ? अब पनि हामीहरू चुपचाप सहेर बस्यो भने हामी चुकेको हुनेछौं। अब बौद्धमार्गीहरू सचेत हुनु पर्छ। आधिकार र कर्त्तव्यको बारेमा जानकारी राख्नु पर्दछ। धार्मिक स्वतन्त्रता भनेको के हो ? यो हाम्रो अधिकार र कर्त्तव्य दुबै हो।

(मनाङमा जन्मनु भएका श्री कर्साङ लामा बीडीएलका कोषाध्यक्ष हुन्।)

गुरूङ समुदायमा बुद्ध धर्मको प्रभाव

● चन्द्र प्रसाद गुरूङ, बेलायत

गुरूङ जातिको आफ्नै मौलिक धर्म, संस्कार, रीतिरिवाज र परम्पराहरू छन्। यसलाई झट्ट हेर्दा, हिन्दु धर्म, संस्कार र संस्कृतिसँग मिल्दो जुल्दो देखिन्छ। तर, गुरूङहरूले मान्ने रीतिथिति र हिन्दुहरूले मान्ने रीतिमा धेरै फरक रहेको छ। गुरूङ जातिको इतिहासलाई सरसर्ती हेर्दा, पौरानिक कालदेखि नै जंगलमा बस्ने। जंगलको कन्दमूलहरू खाने र जंगली जनावरहरूको शिकार गरेर जीविकोपार्जन गरेको देखिन्छ। यसरी जंगलमै फिरन्ते जीवन बिताउने जाति भएकाले प्राकृतिक सम्पदाहरूमा बढि आस्था र बिश्वास राख्छन्। जस्तै– जंगलका ठुल्ठुला रूखहरू, पहाड, पर्वत, खोला-नालाहरूलाई ईश्वरको रूप मानेर पूजा गर्दछन्। गाउँघरमा कसैको दुःखद घटनाहरू भएमा अथवा कसैलाई कुनै किसिमको दुःख बिमार भएमा देवीदेवताको भाकल गर्छन्। पशु पक्षीहरू काटेर रगतको भोक दिने चलन थियो। यसो गर्नले देवी देवताहरू खुशी हुन्छन्। दुःख बिमारहरू निको हुन्छन् भन्ने जनविश्वास छ। यसको तात्पर्य के हो भने त्यतिबेला हाम्रो गुरूङ समुदायमा बुद्ध धर्मप्रति आस्था थिएन। सायद गुरूङहरूको आफ्नो मौलिक प्राकृतिक धर्म थियो। तर, हिन्दुवादको प्रभावले गर्दा, ओझेलमा परेको थियो।

नमो गुरूय। नमो बुद्धय।
नमो धर्मय। नमो संघाय।

गुरूङ गाउँहरूमा लामा, घ्याप्रैं, पच्यु र झाँक्री (खेगी) गुरूहरू थिए। यी सबै धर्म गुरूहरूद्वारा गरिने जन्मदेखि मृत्युसम्मका कर्मकाण्डहरू (प्यक्ष्या) हरूमा काटमार गरिन्थ्यो। त्यस बखत पहेलो कपडा (चीवर) लगाएका कपाल खौरिएका मुडुलु भएका लामा गुरूहरू घरघरमा भिक्षा (सौंगौं) देउ भन्दै आउथे। हामी उनीहरूलाई भोट खोलाबाट आएका भोटे लामाहरू भन्थ्यौं। त्यस समयको चलन अनुसार परिवारका दोश्रो सन्तान माइल छोराले लामा र छोरीले आनी (छ्याउस्यो) भएर आजीवन गुम्बामा बस्ने चलन थियो। तर, यो परम्परा अनिवार्य चाही थिएन। आज यी सबै कुराहरू बुझ्दै आउदा, प्राचिन कालदेखि नै बुद्ध धर्म प्रतिको आस्था र बिश्वास गुरूङ समुदाय भित्र नभएको भने पक्कै होइन रहेछ। हामीले भोट खोलाबाट आएका भोटे लामाहरू भन्ने गथ्यौं, उनीहरू बुद्धको अनुयायीहरू रहेछन्, भन्ने कुरा आज स्पष्ट भयो।

अर्को, सन् २०३४/३५ तिरको कुरा हो। हामी पल्टनमा भर्ती हुन आउँदा, आफ्नो सबै बिबरणहरू लेखाउनु पर्थ्यो। जसमा आफ्नो धर्म पनि लेखाउनु पर्थ्यो। त्यतिबेला हामी सबैले हिन्दु धर्म नै लेखाइयो। त्यस बेला हामी बौद्धमार्गी हौं भन्ने कुरा हामी धेरैलाई थाहा थिएन। सानो केटाकेटी छँदा, भगवान बुद्धको बारेमा स्कुलको पाठ्य

पुस्तकमा कताकता पढेको जस्तो याद आउँछ। तर आजभोलीको जस्तो जतातत‌ै प्रचार प्रसार भने थिएन। कुनै कुनै किताव र पत्रपत्रिकाहरूमा बुद्धको जन्मस्थल भारत हो भनेर लेखेको पनि पाइन्थ्यो। सायद यस्तै भ्रामक र कपोलकल्पित कारणहरूले गर्दा पनि गुरूङ समुदाय भित्र बुद्ध धर्मप्रतिको आस्था र बिश्वास कम भएको हुन सक्ने अनुमान गर्न सकिन्छ। तर, आज भगवान बुद्धको जन्म नेपालको लुम्बिनीमा भएको भन्ने कुरा बिश्वभरी फैलिरहेको छ।

परिर्वतनशील समयको गतिसंगै गुरूङ जातिमा पनि बौद्धिक, ब्यबहारिक र घरायसी चाल चलनहरूमा बिस्तारै परिबर्तन हुन थालेको छ। यसको कारण शिक्षा र सामाजिक सञ्जालको प्रभाव हो। पञ्चशीलका मुल्य र मान्यताहरूमा हत्या र हिंसा गर्नु हुदैन भन्ने कुरा राम्रोरी बुझेका छन्। आजभोलि गुरूङ समुदायमा पनि सहकारी भोजन खाना लागेको पाइन्छ।

कर्मकाण्डहरू (प्यक्ष्या) गर्दा पनि काटमार नगरी साधरण हिसावले गर्ने गरेको पाइन्छ। दशैंलगायत अन्य चाड पर्वहरूमा पनि सकभर खसी, बोका र राँगाहरू नकाटी अन्य बिकल्पहरू अपनाउन थालेका छन्।

गाउँ, टोल, बस्ती र सार्वजनिक स्थलहरूमा पनि बुद्धको मुर्ती, स्तुपा र गुम्बाहरू निर्माण भइरहेका छन्। घरघरमा बुद्धको पूजापाठ भैरहेका छन्। गाउँ र टोलमा आमा दिदीबहिनीहरू मिलेर राम्रो नराम्रो कामहरूमा बुद्धको भजन (मलम) पाठ गरी सुद्धि कार्य गरेको देखिन्छ। यस अर्थमा हेर्दा, गुरूङ समुदायमा बुद्ध धर्मप्रति आस्था र बिश्वास बढदै गएको देखिन्छ।

हुन त, म कुनै प्राज्ञ, बिज्ञ वा लेखक पनि होइन। तर, आफ्नै दुइ जना काकाहरू पनि लामा गुरूहरू थिए। साथै गाउँ घरमा आफैले देखेर, बुझेर र भोगेर पनि आएका तिता मिठा अनुभवहरूलाई बुद्ध जयन्तीको पावन अवसरमा प्रकाशन हुन लागेको “२५७० औं बुद्ध जयन्ती डिजिटल उपहार” पूर्णाङ्क (१) मार्फत आफ्नो भनाइहरू साझा गरेको हुँ।

गुरूङ समुदायले बुद्ध धर्म र दर्शनलाई राम्रोसँग बुझेर सही ढंगले अभ्यास गर्न सकोस्। भनाइको तात्पर्य के हो भने, गुरूङहरूले मान्दै आएको बौद्ध धर्मले हाम्रो परम्परादेखि चल्दै आएको सनातनी पितृ धर्मलाई पनि सम्मान गरोस्। मौलिक संस्कारको पहिचान पनि संरक्षण हुन सकोस्। किनभने अहिलेको समय भनेको पहिचानको समय हो। सबैलाई चेतना भया।

अहिले, गुरूङ समुदायमा पनि गुम्बा र स्तुपाहरू निर्माण गर्ने कार्यमा ब्यापक जनचेतना आएको

देखिन्छ। यसै क्रममा मेरो जन्मथलो लमजुङ, ख्होलासौंथर गाउँ पालिका वडा नै १, नजरेबेंसी साम्रो गाउँमा पनि एउटा सानो बौद्ध स्तुपा निर्माण गर्ने तयारी भैरहेको छ। यो स्थान समुन्द्री सतहदेखि लगभग १२६० मिटरको उचाइमा अवस्थित रहेको छ। भौगोलिक हिसाबले उत्तरी पानी ढलोमा अवस्थित रहेकोले अलि सेपिलो छ।

बसाइँ सराइको प्रभावले त्यहाँ जनसंख्या अत्यन्तै कम छ। गाउँमा अहिले लमहरूको २ घर, कामीको १ घर, लेमको १ घर, नेवारको १ घर र पराजुलीको १ घर गरी जम्मा ६ घर धुरी रहेका छन्। त्यहाँ श्री लोकबाल प्राथमिक विद्यालय सञ्चालन भइरहेको छ। तर, बसाइँ सराइको प्रभावले विद्यालय जिर्ण अवस्थामा पुगेको छ।

यो साम्रो गाउँ जानको लागि बेसीशहरको साजी बगैचाबाट उकालो चढेर पैदल मार्ग लाग्नु पर्छ त्यहाँबाट मकैडाँडा, मकैडाँडा स्कुल, सारिङ, कुर्पिन हुदै, साम्रो गाउँ पुग्न सकिन्छ। साम्रो गाउँबाट, करे छहरा, छरछरे, देवीथान हुँदै नजरे गाउँ पुग्छ। नजरे गाउँबाट कोक्यु बजार हुँदै, मालिङ गाउँ र घलेगाउँ जान सकिन्छ।

बेसीशहरबाट गाउँ आउने बाटोमा रहेको "करे छहरा" लाई ब्यबस्थित गर्न सकेमा भविष्यमा आन्तरिक पर्यटनको प्रबर्द्धन हुनसक्ने प्रबल संभावना रहेको देखिन्छ। यो गाउँमा आउनको लागि खुदी खोला, सेरा, भलम खोला, घट्ठखोला हुदै पनि आउन सकिन्छ। पुमा गाउँ र बाग्लुङ पानीबाट पनि झर्न सकिन्छ।

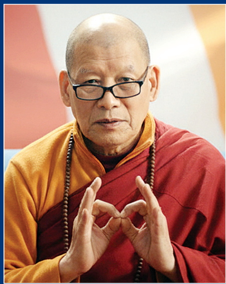
दारेढुंगा भन्ने स्थानमा शिवलय मन्दिर छ। यो ढुंगाको पश्चिम पछ्रिको तला कुनामा सेतो नागको थान छ। यो सेतो नाग श्वेतकेतु बोधिसत्वको अंगरक्षक हुन्। सत्य युगमा त्यही ढुंगा माथि बोधिसत्व ध्यानमा बस्नु हुन्थ्यो भन्ने कथा लमखबेल छ्वेमा उमे लीपीमा लेखिएको छ। यो नागराज मुचलिन्दा परिवारका हुन्। यो नागको साधना गर्न सकेमा मनोकामना पूर्ण हुन्छ भन्ने श्रृति रहेको छ। यो नागको पूजा बिधिमा सेतो धजा, चामलको दूना, दुई वटा नागाकार, दूध र धानको लयाँ उत्कृष्ट मानिन्छ।

उत्तर पछ्रि शिवको थान छ। त्यो थानको शिरानमा हात्तिको दाह्रा जस्तो दुई वटा ढुंगा छन्। त्यसैले यसको नाम पनि दाह्रेढुंगा रहन गएको भन्ने भनाइ छ। यहाँ उद्यौली र उभौलीमा पूजा गरिन्छ। यही दारेढुंगा माथि "दीर्घायु, प्रज्ञा र संमृद्धि" सहितको एउटा मिनि स्तुपा निर्माण कार्य तत्कालै आरम्भ हुँदैछ। यो स्तुपाको उद्‌घाटन कार्यक्रममा यहाँहरू सबैलाई निमन्त्रणा पठाइने छ। प्रतिक्षा गर्नु होला।

शिवलय र बौद्ध स्तुपाको हातामा चौतारा, कार पार्किङ, शौचालय, बिजुली, पानीको धारा, बुद्ध बाटिका, बिपासना केन्द्र र बनभोज स्थल निर्माण गर्ने कार्य योजना रहेको छ।

अन्तमा, २५७० औं बुद्ध जयन्तीको पावन अवसरमा देश बिदेशमा रहनु हुने सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूमा सुस्वस्थ, सुख, शान्ति, उन्नति, प्रगति, संमृद्धि एवं दीर्घायुको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ! भवतु सर्वमंगलम्।

(बेलायत निवासी श्री चन्द्र प्रसाद गुरूङ; अवकाश प्राप्त ब्रिटिश आर्मी, स्वतन्त्र लेखक, गीतकार पदयात्री एवं सामाजिक अभियन्ता हुन्।)



बौद्ध दर्शनद्धारा समृद्धि, सफलता र सम्पन्नता कसरी प्राप्त गर्ने ?

● डीबी गुरूङ, अमेरिका

आदरणीय बौद्धमार्गी दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरू, यहाँहरूलाई मेरो कुरा पत्यार लाग्छ वा लाग्दैन ? यो त म ठ्याक्कै भन्न सक्दैन। तर, आजको यो संक्षिप्त लेखमा "बौद्धदर्शनद्धारा समृद्धि, सफलता र सम्पन्नता कसरी प्राप्त गर्ने ? यसको अबधारणा र सूत्र के हो ? परिभाषा के हो ? भन्ने विषयमा संक्षिप्त ब्याख्या र बिश्लेषण गर्ने प्रयास गर्ने छु। बिद्वान पाठकहरूले यसको आसयलाई मसिनोसँग बुझेर सोही अनुसारको आचरण बनाउन सक्नु भयो भने सफलता सजिलैसँग प्राप्त गर्न सक्नु हुने छ। सफलता प्राप्त भए पछि जीवन यापन गर्न सुगम हुने छ। यसका लागि यहाँ लेखिएको सूत्रहरूको सही अर्थमा अध्ययन, अभ्यास, ध्यान र साधना गर्नुपर्ने हुन्छ। यसमा कुनै शंका र उपशंका नगर्नु। यदि तपाइँलाई मार्गदर्शन अनुसारको अध्ययन, अभ्यास, ध्यान, साधना र आचरण गर्न अक्षम भएमा एक जना कल्याणमित्रको परामर्श लिन उपयुक्त हुन्छ।

बुद्धबचनको सारतत्व भनेको चार आर्यसत्य, पञ्चशील, अष्टमार्ग, अष्टशील, प्रतित्यसमुत्पाद र दशपारमी हुन्। यसको सारतत्वलाई बुझे पछि मात्र बुद्धबचनलाई बुझ्न सजिलो हुन्छ। किनभने धर्म भनेको त ब्यक्ति वा बस्तुको गुण वा स्वभाव हुन्। जस्तै– उखुको गुण वा स्वभाव गुलियो हुनु हो। त्यसै गरी खुर्सानी पिरो र कागती अमिलो हुनु हो। यो उनीहरूको गुण र स्वभाव हो। यदि खुर्सानी पिरो भएन भने, कागति अमिलो भएन भने, उनीहरूले आफ्नो अस्तित्व गुमाउनु पर्छ। त्यसैले हामीले बुझ्नु पर्ने के हो भने, कुनै पनि ब्यक्ति वा बस्तुको गुण र स्वभाव नै उनको धर्म हो।

बुद्धबचनमा बस्तुवाद र हेतुवाद गरी दुइवटा मार्गहरू छन्। बस्तुवाद भनेको जीवन पद्धति हो। यसमा केमेइस्ट्री वा सन्तुलनको महत्वपूर्ण स्थान हुन्छ। अर्थात मात्रालाई प्राथमिकता दिइन्छ। जस्तै– तरकारी पकाउँनका लागि आवश्यक पर्ने नुन, तेल, मसला, अदुवा, लसुन, प्याज, धनियाको पात आदिको मात्रा र तापक्रम सही ढंगमा प्रयोग भएको छ भने, तरकारीको स्वाद उत्कृष्ट हुन्छ। उत्कृष्ट बस्तु अमृत समान हुन्छ। अमृत खाए पछि आनन्द हुन्छ। आनन्द भए पछि मनस्थिर हुन्छ। मनस्थिर भए पछि कार्य दक्षतामा अभूतपूर्व बृत्तिबिकास हुन्छ। बृत्तिबिकास भए पछि चारैतिर कीर्ति फैलिन्छ। जीवनमा अमूल परिवर्तन भएको अनुभूति हुन्छ। उन्नति, प्रगति र समृद्धि आफ्नै वरिपरी घुमिरहेको आभास हुन्छ। यही हो बस्तुवादको बिशिष्ठता अर्थात "समृद्धि, सफलता र सम्पन्नता" भनेको।

दोश्रोमा हेतुवाद हो। हेतुवाद कार्यकारण सिद्धान्तमा आधारित हुन्छ। कारण र परिणाम

अर्थात प्रतित्यसमुत्पाद हो। यो आश्रित सिद्धान्त हो। यहीबाट बुद्धदर्शन आरम्भ हुन्छ। जस्तै– एउटा दियोलाई लिउँ। एउटा कोठामा दीयो बलिरहेको छ। तर, दियो बाल्नका लागि एउटा दियो मात्र पर्यप्त हुँदैन। यसका लागि प्याला, तेल, बात्ति, बाल्नका लागि सलाइ, दियो बल्नसक्ने उपयुक्त बातावरण, पर्याप्त अक्सिजन, हावा नचल्ने र वर्ष नहुने आदि बातावरणमा दियो बाल्न सकिन्छ। अनि मात्र दियोबाट प्रकाश उत्पन्न हुन्छ। यो प्रकृयालाई हेर्दा, दियोलाई कारण र प्रकाशलाई कार्यको रूपमा लिन सकिन्छ। अर्थात एउटा बस्तुको जगमा अर्कोले अस्तित्व प्राप्त गर्छ। यस अर्थमा हेर्दा, कुनै पनि बस्तुहरू स्वतन्त्र छैनन्।

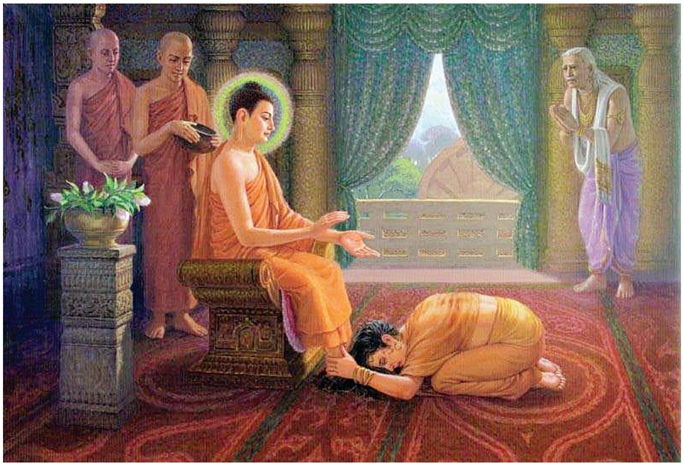
बुद्धबचन त्रिपिटकमा पाँचवटा निकायहरू छन्। जस्मा दीर्घ निकायमा ३४ सूत्रहरू। मझिझम निकायमा १५२ सूत्रहरू। संयुक्त निकायमा ७,७६२ सूत्रहरू र अंगुत्तर निकायमा ८,५५७ सूत्रहरू गरी, कुल मिलाएर १६, ५०५ सूत्रहरू रहेका छन्। यसैगरी खुद्दक निकायमा १७ वटा ग्रन्थहरू, अभिधम्म पिटकमा ७ वटा र बिनय पिटकका ५ वटा ग्रन्थहरू गरी जम्मा ३३ वटा ग्रन्थहरू रहेका छन्।

बौद्धमार्गीहरूको अन्तिम लक्ष्य भनेको निर्वाण हो। निर्वाण भनेको शून्यता हो। तर, तपाईको लक्ष्य के हो ? त्यो कुरा स्पष्ट हुनु पर्छ। स्पष्ट भए पछि कल्याणमित्रले तपाइँको लागि उपयुक्त हुने, सूत्रहरू चयन गर्ने छन्। उदाहरणको लागि बिद्यार्थीको लक्ष्य भनेको उत्कृष्ट श्रेणी प्राप्त गर्नु हो। शिक्षकको लक्ष्य भनेको उपयुक्त पाठ्यपुस्तक चयन गर्नु हो। कृषकको लक्ष्य भनेको उत्पादन बढाउनु हो। गोठालोको लक्ष्य भनेको गाइबस्तुको बगाल बढाउनु हो। ब्यापारीको लक्ष्य भनेको मुनाफा कमाउनु हो। उद्योगीहरूको लक्ष्य भनेको उत्कृष्ट बस्तुको उत्पादन गर्नु हो। सेन्डिकेडको लक्ष्य भनेको यातायात सुगम बनाउनु हो। मण्डिको लक्ष्य भनेको बजारलाई सुगम बनाउनु हो। गृहस्थीको लक्ष्य भनेको सुगम बजार रोज्नु हो। अभियन्ताको लक्ष्य भनेको नयाँ नौलो अभियान गर्नु हो। कलाकारको लक्ष्य भनेको उत्कृष्ट अभियान गर्नु हो। पत्रकारिताको लक्ष्य भनेको सही समाचार सम्प्रेसन गर्नु हो। राजनेताको लक्ष्य भनेको जनभावना अनुसारको बिकास कार्यक्रम तर्जुमा गर्नु हो। उपरोक्त बिधाको लागि अलग अलग समय, बजार, प्रणाली, योग्यता, क्षमता आदि चाहिन्छन्। तर, सही समयमा, सही बस्तुको, सही स्थानमा उपयोग भएन भने, चाहे जस्तोरी परिणाम आउन सक्दैन।

बौद्धदर्शनमा (Cause & effect) अर्थाथ कारण र परिणामको बारेमा राम्रो जानकारी हुनु पर्छ। बिना कारण कुनै पनि दुर्घटना हुदैन। यदि कुनै ठाउँमा कुनै पनि किसिमको दुर्घटना हुन्छ वा भयो भने, त्यसको पछाडि कुनै न कुनै कारण हुन्छ। त्यो कारण चाहे प्रत्यक्ष होस् वा अप्रत्यक्ष। तर त्यहाँ कारण हुन्छ। बिना कारण कुनै पनि घटना वा दुर्घटना हुदैन।

उदाहरणको लागि एउटा कृषकको सफलताको कडि के हुन सक्छ भने, सर्वप्रथम त उर्बरा खेत हुन आवश्यक हुन्छ। त्यसपछि राम्रो हावापानी, उन्नत बिउ र ऋतु अनुसारको खेति गरिनु पर्छ। यसलाई साधरण हिसाबले एक पटक बिउ छरि दियो। अब पाक्ने समयमा गएर अन्न उठाउने

सोँच भयो भने, चाहे अनुसारको खेति उत्पादन हुदैन । त्यसैले चाहे अनुसारको उत्पादन पाउनाको लागि, बढि नै मेहनत गर्नु पर्छ । हरेक दिन साँझ बिहना आश्यकता अनुसार पानीको ब्यबस्था, रोग लागेको अवस्थामा तत्काल औषधि उपचारको ब्यबस्था । फल लाग्ने समयमा पोटासियम मलको सही मात्रमा उपयोग हुन आवश्यक हुन्छ । यो सबै कामको लागि कृषक पनि प्राबिधिक रूपमा दक्ष हुन आवश्यक हुन्छ । कृषकको दृष्टि उत्पादन हुने



बस्तुको कोषा कोषामा वा प्रत्येक पातमा पुगेको हुनु पर्छ । २४ घन्टामा कम्तिमा पनि न सकिन्छ भने, उनले १५ घन्टाको समय समर्पण गर्न सक्नु पर्छ । किनभने, ८ घन्टामा नियमित काम हुन्छ । १२ घन्टामा अतिरिक्त र १५ घन्टामा बिशेष काम हुन सक्ने संभावना रहन्छ । यसो भयो भने मात्र, उत्पादनमा दुगुणा हुन्छ । हरेक क्षेत्रमा यही प्रकृया लागु हुन्छ । यो कुनै जादु होइन । तर, सही ढंगले परिश्रम गर्यो भने, सफलताको शिखरले तपाइँलाई सलाम गर्ने छन् ।

बास्तवमा "समृद्धि, सफलता र सम्पन्नता"को परिभाषालाई कसरी बुझ्न सकिन्छ भने, समृद्ध भनेको पदचापको बिउ हो । सफलता भनेको रूख हो । सम्पन्नता भनेको त्यसमा फल्ने मिठो फल हो । अर्थात सफलताको लागि बिउ रोप्नु पर्छ । ब्यापारीको भाषामा बिउ भनेको लगानी हो । अब लगानी कहाँ, कसरी, कहिले र कति गर्ने ? यो कुरा अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ । यही कुरा तपाइँले बुझ्नु पर्ने हुन्छ । यसमा हामी चुक्यो भने, प्रतिफल पाउने संभावना धेरै न्यून हुन्छ। साधरणतय लगानिको सूत्र भनेको (Capital X Time X Leverasing) हो । अर्थात मूलधनलाई समयको गतिले गुणा गर्ने। त्यसबाट प्राप्त हुने परिमाणलाई निर्धारित प्रणालीले स्वयं उत्पादन गर्छन् । यो प्रणाली सही ढंगले चल्यो भने हाम्रो कल्पना भन्दा, सयौँ गुणा अगाडि जान्छ । त्यसैले उद्योगपतिहरू छोटो अवधिमै करोडपति र अरबपति बन्छन् । यही हो सफलताको सूत्र भनेको । यसैलाई राम्रोसँग बुझ्ने प्रयास गर्नु होस् । राम्रोसँग बुझिसके पछि अभ्यास गर्नुहोस् । सफलताले तपाइँ जस्तै उद्योगीहरू खेजिरहेका हुन्छन् ।

तितो सत्य भन्नु पर्दा, बस्तु बजारको मुल्य र मान्यतालाई बुझ्नका लागि अष्टमार्गको सरल सिद्धान्तलाई अलि गहिरिएर बुझ्ने प्रयास गर्नु पर्छ । जस्तै– दृष्टि, संकल्प, बाणी, कर्म, जीविका, ब्यायम, स्मृति र समाधि सबै सधै सम्यक हुनुपर्छ । सम्यक भनेको सही अर्थमा वा पूर्णरूपमा भन्ने हुन्छ । अष्ट

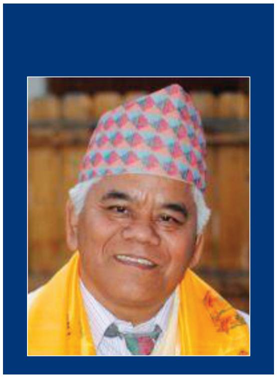
मार्गको सम्यक रूपमा अभ्यास हुन थाले पछि जागरूक अवस्थाको भाव उत्पन्न हुन्छ। यसले उठ्ने, बस्ने, खाने, पिउने, बोल्ने, पढ्ने, लेख्ने, हाँस्ने, खेल्ने, हिँड्ने, काम गर्ने सबै अवस्थामा सचेत गराउँछ। निन्द्रको अवस्थामा पनि एउटा शुष्म जागरणको धारा अटुट रूपमा जागृत गराउछ। यसरी जागृत भए पछि जीवनमा अमूल परिवर्तन हुन्छ। यसबाट सफलताको सिँढी चढन सजिलो हुन्छ।

सबै मान्छेमा चेतना छ। त्यसैमा बुद्ध बसेको छ। अर्थात बुद्ध भनेको चेतना हो। चेतना भनेको दृष्टिकोण हो। यसले समयको पदचापलाई चिन्न सक्छ। जसले पदचापलाई चिन्दछ, उनी स्वयं दृष्टा बन्छ। किनभने दृष्टि आफ्नो हुन्छ। बिचार अरूको हुन्छ। बिचारको परम्परा हुन्छ। दृष्टिको मौलिकता हुन्छ। बिचार अतीतको हुन्छ। दृष्टि बर्तमान हुन्छ। बिचार अरूको हुन्छ। दृष्टि आफ्नो हुन्छ। यो कुरा आफैले अनुभव गरेर हेर। त्यसैले, बुद्ध भन्नु हुन्थ्यो, जबतक तिमी स्वयंले जान्दैन र अनुभव हुदैन, तबतक मान्नु आवश्यक छैन। उधारो श्रद्धाबाट कुनै लाभ हुँदैन। उधारो श्रद्धाको फल पनि उधारै हुन्छ। नपत्याए आफै अजमाएर हेर्नु।

हामी बौद्धमार्गीहरूले कमसेकम बुद्धको प्राज्ञिक बिशेषताको बारेमा जान्नु पर्छ। उनको प्राज्ञिक स्तर आफ्नै अनुभवबाट प्राप्त मौलिक एवं उच्च कोटीको थियो। त्यसैले बुद्ध भन्नु हुन्थ्यो, बिचारमा परिपूर्ण भएका मानिसहरू दृष्टि बिहीन हुन्छन्। त्यसैले, कुनै एउटा दर्शनमा डुबिसकेको मानिसले अर्को दर्शन पचाउन सक्दैन। दर्शनको सवालमा यो नकारात्मक पक्ष हो। दर्शनमा डुबिसकेको मानिसले त्यही देख्छ, जो उनको दृष्टिमा हुन्छ। त्यसैले सही दृष्टि पाउनका लागि कुनै वाद वा सम्प्रदायमा जोडिएको हुनु हुदैन। बिल्कुल निश्चल हुनुपर्छ। जस्तै, ऐना सफा छ भने, हाम्रो प्रतिबिम्ब पनि स्पष्ट हुन्छ। त्यसैले जजसले बुद्धको संगत गर्नु भयो, उनीहरू सबैले उनको कुरालाई निर्वाद स्वीकार गरे। बुद्धको उपदेशहरू तर्कपूर्ण मात्र होइन। पूर्णरूपमा बिज्ञान सम्मत थियो। जसलाई परिक्षण गरेर हेर्न सकिन्छ।

उदाहरणको लागि बिज्ञानले भन्छ, १०० डिग्रीको तापक्रममा पानी तताउनु, पानी आफै बाफ भएर उड्छ। यो परिकल्पनालाई मान्नु वा नमान्नु कुनै केही फरक पर्दैन। यो प्रयोग गर्ने तरिका नै परिकल्पना हो। त्यसैगरी एउटा हरियो पातले सूर्यको किरण, वायु र जराबाट पानीको संकलन गर्छ। अनि उसलाई आबश्यकता अनुसार बायोलोजिकल प्रकृया सुरू गर्छ। यो प्रकृयाबाट ग्लुकोज तयार हुन्छ। यसले बृक्षलाई आवश्यकता हुने भोजन प्रदान गर्छ। त्यसैमा अक्सिजन पनि उत्पादन हुन्छ। यसले हामीलाई साँस लिन मद्दत गर्छ। अर्थात बुद्धदर्शन पूर्णरूपमा बिज्ञान सम्मत भएकाले हरेक कुरालाई प्रयोग गरेर हेर्न सकिन्छ। यो अपूर्व क्रान्तिकारी रूपान्तरण थियो। बुद्धले धर्मको सवालमा नविन मार्ग र नयाँ आकाश खोलिदियो। त्यसैले, प्रत्येक कालखण्डका आचार्यहरूले यही कुरालाई दोहोऱ्याउदै, तेहऱ्याउदै आउनु भयो। जसले यो सूत्रलाई बुझ्यो, उनीहरू अमीर भए। अमीरम् मंगलम्।

(कल्याणमित्र डीबी गुरूङ बुद्धिस्ट स्कालर हुन्।)
dhirgurung2020@gmail.com
www.buddhismlibrary.org



“ॐ मणि पद्मे हुँ !“

• अरूण गुरूङ, अमेरिका

धार्मिक कार्य सुरूवात गर्दा गरिने श्वोस्ति शान्ति पाठः-

त्रिरत्न शरणम् !

नमस्तस्मै भगवते अर्हते सम्यक्सम्बुद्धाय

शुभ मंगल उच्चारण (**टशी ग्येपा**)

पूजा मण्डप सजिसजाउ गरि कुनै पनि कार्य प्रारम्भ गर्न लाग्दा कार्य सफल, सिद्ध र स्थिर होस भन्ने भावनाले यो मंगल कामनाको पाठ गरिन्छ। अर्थ अष्ट मंगलमय शुभकामना ! हाम्रा गाउँ घर र देश विदेशमा स्वच्छ वातावरण भै रहोस। निर्माण र धार्मिक कार्यहरू गर्दा पनि यो पाठगरिन्छ। रोगब्याधि नलागोस, घरमा कुनै धन जनको नोक्सान न होस। गृहस्थी जीवन सुखी समृध्दि र दिर्घायु होस भनेर यो पाठ गरिन्छ ।

मंगल पाठः-

ॐ **संसार शुद्ध स्वयं सम्पन्न सिध्द होस ।**

मंगल दशौं दिशाका भुवनमा विराजमान कुलपित्र, गुरू अनि बुध्द, धर्म र आर्यसंघ सबैलाई प्रणाम छ, हाम्रो मंगल होस ! प्रदिप राजस्थिर विक्रमी अर्थ सिध्दि अभिप्रायक । मैत्री अलंकार श्री पूण्य विख्यात सत्य श्री, सबैलाई सोच्ने विस्तृत यशस्वी। सुमेरू जस्तै, सर्वश्रेष्ठ प्रवल ख्याति श्री, सर्व प्राणीलाई सोच्नु हुने ख्याति श्री, मनोकामना पूर्ण गरि दिने विक्रमी श्री, नाम मात्र सुन्नाले पनि मंगल श्री वृध्दि हुने अष्ट सुगतालाई प्रणाम छ ।

कुमार भूत श्री (**मञ्जुघोष**) **बाज्र धार ।**

लोकितेश्वरीन्द्र मैत्री नाथ श्री ।

क्षितिगर्भ, नीवरणष्किम्भिन ।

आकाश गर्भ, आर्य श्रेष्ठ समन्त भद्र ।

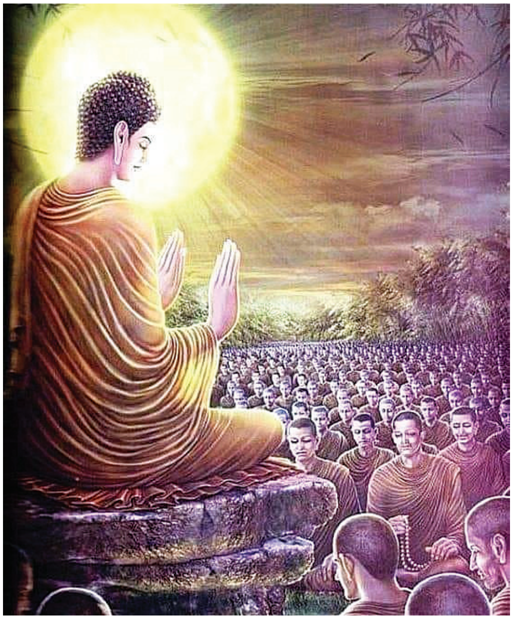
उत्पाल बज्र श्वेत पध्म नागवृक्ष अनि मणि, चन्द्र, तरवार, सूर्यको, हस्त लक्षण ग्रहण गर्नु हुने मंगल श्रीको श्रेष्ठअष्टौ बोधिसत्वलाई प्रणाम छ। छाताध्वोजा, मंगलमय स्वर्णमत्स्य, मनोकामना पूर्ति गर्ने भद्र कलश, आकर्षक

-कमलकण ध्वनि,शंख ध्वनि सम्पन्न श्री -वतस ।

अस्त रहित ध्वजा, वशमागत चक्र। मणिका श्रेष्ठ श्रेष्ट चिन्हको हस्त लक्षणवाला सर्व बुध्द पुजीत हर्ष देवी श्रृंगार आदि स्मृति श्री वृध्दिका मंगल अष्टदेवीलाई प्रणाम छ ।

महा व्रम्हा सुख दायक वितृष्णा पुत्र, हजार नेत्रधारी महाराज देश रक्षक विरूडक अनि नागीन्द्र बिरूपाक्ष। कुवेर पुत्र बस्तु चक्र, त्रिशुल, लघु भाला, बज्रवाला टुङ्ना तरवार चैत्य, ध्वजा धारी त्रिभुवनमा भद्र पूण्य मंगल वृध्दि गर्ने, अष्टौ लोक पालहरूलाई प्रणाम छ। हामीले आज यस स्थानमा प्रारम्भ गर्न गैरहेको कार्यहरू सर्व दोष बाधा बिघ्न शान्त भई इच्छार्थ इति श्री भई मनोकामना सिध्द होस।

ॐ **शान्ति । शान्ति।। शान्ति ।।।**



ॐ **बज्रसत्व मन्त्रः-**

पुजा कार्यहरू पुजा सामाग्री, पञ्चाअमृत, साथै कलश र वुम्बाको जललाई सात पटक बज्रसत्व मन्त्र वाचन गर्दै फुल अक्षेताले अभिषेक गरी शुध्द गराउने । मन्त्र

ॐ **बज्रसत्त्व समयमनुपालय बज्रसत्त्वेनोपतिष्ठ। डिढो मे भव सुतोष्यो मे भव सुपोष्यो मे भव अनुरोक्तो मे भव सर्वसिध्दि मे प्रयच्छ।**
सर्वकर्मसु च मे चित्तं श्रेयस्कुरू हुँ।
ह ह ह हहो **भगवन सर्व तथागत बज्र मा मे मुञ्च।**
बज्रीभव महासमयसत्व आस ।
रं यं खं ॐ **आ हुँ ।**
रं यं खं ॐ **आ हुँ ।**
रं यं खं ॐ **आ हुँ ।**

वाचन गर्दै, सबै सहभागीहरूलाई अमृतजलले अभिषेक गर्दै र स्वस्ति-शान्ति गर्ने ।

आर्घ्यम्, पाध्येम्, पुष्पं, धुपं, दिपं, नैवेद्धयम, स्याप्तां आ हुँ फट !!!

पूजा सामाग्रीहरू देव थानमा चढाउदा तपसील वमोजीमको मन्त्र वाचन गर्दै चढाउने।

-ॐ वज्र वस्त्रये स्वाहः ।

-ॐ वज्र कलश्य आ हुँ ।

-ॐ वज्र अलंकाराव आ हुँ स्वाहः।

यसै प्रकार माथीका सातवटा पदार्थलाई पनी ऐ ऐ तरिकाले वाचन गर्दै अभिनय साथ चढाउने।

साङ्ग -धुप गर्दा वाचन गर्ने मन्त्रः-

ॐ सर्व बी पुर पुर अवर्तया अवर्तया हो।

-ॐ बज्र सफरण खं स्वाहः।

वाचन गर्दै साङ्ग धुप जलाएर सुगन्धित पार्ने । हामी बुध्दिष्टहरूले सदैव विहान र साँझ घरमा साङ्ग गर्छौं। साङ्ग भन्नाले शुध्दि गर्नु अथवा चोखो पार्नु,चोख्याउनु हो। सुगन्धित अनि औषधि जस्तो पदार्थहरू मिसिएको साङ्ग द्धारा अनि धार्मिक पाठको पुण्यले आफ्नो घरको देवस्थान चुला, खाना-पिना, काय, वाक, चित्त, घर आगन छिमेकीदेखि लिएर सर्व संसारमा विशुध्दताका वातावरण फैलि रहोस। देवलोक, सुर, असुर किन्नर, किन्नरी, कुलपित्र, गन्धर्वहरूले यस साङ्गको सद्गगुण सम्भोग गरी रोग, झगडा, दुर्गुण पाप कर्महरूदेखि बचाई सधै भरि रक्षा गर्नु होस।

मण्डलार्पण पाठ (छोटकरीमा)

गन्धजलपूतां पुष्पयुक्तां भुवं

मेरूचतुर्द्पिर्केन्दुभूषितां

बुध्दक्षेत्रत्वेनेमामर्पयामि

यतस् सर्वसत्वास्शुध्दक्षेत्रे रमन्ताम् ।

इदं गुरूरत्नमण्डलकं निर्यातयामि ।

सगन्धित शुध्दजलले पवित्र पारिएको र पुष्पहरूले सजाइएको यो भूमि, सुमेरू, चार दिूप, सूर्य र चन्द्रहरूले विभूषित पारिएको छ यसलाई बुध्दक्षेत्र नै सम्फेर हामी चढाउँछौ। अर्थात विभिन्न मुल्यवान द्रव्य, सामाग्रीहरू भगवानहरूलाई अर्पण गर्नु नै मण्डल चढाउनु हो।

परिणामना (छोटकरीमा) पुजा कार्यक्रम समापन गर्दा यो पाठ वाचन गरेर पुजा समापन गरिन्छ।

अनेन पुण्येन तु सर्वदर्शिता

-मवाप्य निर्जित्य च दोषविदूिषस्।।

जरा

-रूजा मृत्युमहोर्मिसंकुलात, समुध्दरेयं भवसागराज्जगत्।

आज यो पुजा कार्यक्रम गरेको पुण्यले गर्दा सर्वज्ञता प्राप्ति गरेर, दोषरूपी शत्रुहरूलाई जितेर बुद्व्याई, रोग-मृत्यु जस्ता ठूला तरंगहरूले व्याकुल भएको भवसागरबाट जगतलाई उध्दार गरूँ ।

-शुभ मंगलम् !

“तँ आँट म पुर्याउँछु भन्छ अरे” आटौं सफलता आवश्यै मिल्ने छ। चैते दशैं त गै हाल्यो, अव “वुद्ध जयन्तिमा” वृहद जम्घट सम्मेलन गर्ने तैयारी हुँदैछ ।

-ॐ भवतु सव्व मङ्गल !

-ॐ बोधि मङ्गलम !

-जय बुद्ध !

(लामिस्वारा स्याङ्गजा जन्मनु भइ अमेरिकाको कोलोराडा बसोबास गर्नुहुने श्री अरूण गुरूङ्ग बीडीएलको सांस्कृतिक बिभागको प्रमुख हुन् ।)

गुरूङ (तमु) बौद्ध धर्म र अहिलेको अवस्था

● बुद्धाचार्य सुमलकुमार गुरूङ
चित्रे, पर्वत, हालः बेलायत

प्रारम्भ

नेपालको आदिम गौरवशाली जातिहरूमध्ये गुरूङहरू छुट्टै आफ्नो आस्था र पहिचान बकेको राष्ट्रिय शक्ति हो। सामुहिक रूपमा गुरूङहरूको संस्कार र धार्मिक पक्ष अति सबल छ। प्राचीन समयमा भाषा, भेषभूषा, संस्कृति र संस्कारहरू एउटै भएका गुरूङहरूको खेगीहरू क्रमशः पच्यु, क्येप्री र बोनलमहरूले आ-आफ्नो आस्था र पहिचानलाई शताब्दियौदेखि संरक्षण गर्दै आएका छन्। गुरूङहरूको प्राचीन धर्म बोनवाद (प्रकृति पुजक) हो जस्को सैद्धान्तिक धरातल जीववादमा आधारित हुन्छ। तिब्बतमा बौद्धधर्मको प्रदुर्भाव भएपनि बोन परम्परालाई बौद्धधर्मसँग परिमार्जित गरी विकसित गरेको लामा बौद्धधर्मलाई गुरूङहरूले केही शताब्दि अधिबाट अभ्यास गर्दै आएका छन्। वर्तमान अवस्थामा गुरूङहरू बोनधर्म र बौध्दधर्म गरी दुईधारका धार्मिक संस्कारका अभ्यासहरूमा विभाजित छन्। यस स्तम्भमा गुरूङहरूले अभ्यास गर्दै आएकको बौद्धधर्मको अवस्थाबारे छोटो चर्चा गर्ने प्रयास गरेको छु।

नेपाल र तिब्बतमा बौध्दधर्मको उदय

गुरूङ बौद्धधर्मको इतिहास बुझ्नको लागि तिब्बती बौद्धधर्मको इतिहास बुझ्न जरूरी छ। तिब्बतमा बौद्धधर्म प्रारम्भ भएको केही कालपछि यसधर्मको प्रभाव गुरूङहरू बसोबास गर्ने स्थानहरूमा पनि पर्न थाल्यो। तिब्बतमा बौध्दधर्म प्रवेश हुनुअघि प्राचीन समयमा काठमाडौ उपत्यकामा बौद्धधर्मको अभ्यास हुँदै आएकने थियो। किराँतकालमा बौद्धधर्मको अभ्यास थियो भन्ने तथ्यका प्रमाणहरू पाईन्छन्। किराँतहरूको शासनपछि लिच्छवीहरूको शासन कालमा बौद्धधर्मको व्यापक अभ्यास भएको प्रमाणहरू काठमाडौं भरिका बौध्दविहारहरू, स्तुपाहरू र बौध्द मन्दिरहरूले दिन्छन्। तर, नेपालको हिमाली क्षेत्रमा बसोबास गरिरहेका गुरूङहरू त्यसबेलासम्म बौद्धधर्मको सम्पर्कमा आएका थिएनन्।

प्राचीन तिब्बतको बोन सभ्यताको विकाश थलो शाङशुङ राज्यलाई मान्दछ। अहिलेको मुस्ताङ क्षेत्र सातौ शताब्दिसम्म शाङशुङ राज्यभित्र रहेको कुरा सेरिब राज्यको इतिहासकार डेभिड ज्याक्सनले उल्लेख गरेको प्रसङ्ग होमा थकालीले आफ्नो पुस्तकमा उदृत गरेकी छिन्।[१] तिब्बतको शाङशुङ क्षेत्रबाट गुरूङहरू आएको बलियो प्रमाण बोनमार्गी हुनुले जनाउँछ। गुरूङ खेगीहरूका

१. थकाली, हुमा, तमु गुरूङजातिको उत्पति र धर्म (संस्कृति, (वि.स. २०६७ः पृष्ठ १७)

पौराणिक बृतान्त अनुसार गुरूङहरूको उत्पति थलो सफुँति क्ह्यात्सा, हिमालको उत्तरी भागमा अवस्थिति छ भनेर उल्लेख गरेका छन्। प्येताँ ल्हुताँको वर्णनले बसाइँ सराई गर्दै उत्तरतिरका स्थानहरूबाट क्होला सोंथरमा आएको भनिन्छ। यसर्थ गुरूङहरू शाङशुङ राज्यहुदै नेपालको हिमाली क्षेत्रमा प्रवेश आएको कुरामा प्रष्ट हुन्छ।२ गुरूङहरूको संस्कृति, संस्कार र सभ्यताको विकाश क्होला सोंथरमा गुरूङ राज्यको स्थापना पश्चात प्रतिपादन गरेको मान्यता रहेको छ।

सातौ शताब्दिसम्म तिब्बतमा पूर्णरूपमा बौद्धधर्म स्थापित भएको थिएन। स्रङचोङ गम्पोका दुईजना रानीहरू क्रमशः भृकुटी (नेपालकी राजकुमारी) र चीनकी राजकुमारी, वि-चेन बौद्धमार्गी थिए। सम्राट, स्रङचोङ गम्पोका दुबै रानीहरू बौद्धमार्गी भएको हुनाले सम्राट बौद्धधर्मप्रति झुकाव भएको हुन सक्छ। सम्राटले विशाल तिब्बतलाई शासन गर्न भाषा साहित्यको आवश्यकता महशुस गरे। आफ्नो राज्यका केही युवाहरूलाई भारतमा अध्ययन गरेर लिपि निर्माण गर्न पठाए। तिनमध्ये थोन्मी सामभोटाले भारतवर्षमा एकदशक जति अध्ययन गरेर तिब्बती लिपि निर्माण गरे। लिपि निर्माण गरेर एउटा व्याकारण पुस्तिका पनि सिर्जना गरी तिब्बत फर्केका थिए। यस लिपिलाई सम्भोटा लिपि नामाकरण गरिएको छ र तिब्बती बौद्ध ग्रन्थहरू सबै यसै लिपिमा लिपिबद्ध छन्।

आठौ शताब्दिमा तिब्बतको सम्राट ठि-सोङ-देचनले बौद्धधर्मलाई राष्ट्रिय धर्मको रूपमा स्थापित गर्ने प्रयास गर्दा बोनमार्गीहरूले धेरै विरोध गरेका थिए। निङ्मा सम्प्रदायका संस्थापक, महान तान्त्रिक पद्मसम्भव भन्दा पहिल्यै एकजना आचार्य सान्ता रचिता तिब्बतमा सम्राटको अनुरोधमा पुगेका थिए। सम्राटले आफूलाई अनुरोध गरेको कार्य सम्पन्न गर्न कठिन भएपछि उनले पद्मसम्भवलाई बोलाउने परामर्श दिए र आठौ शताब्दिको लगभग सातौं दशकातिर नालान्दा विश्वविद्यालयका आचार्य पद्मसम्भवलाई तिब्बतमा बोलाइए। सम्राट ठि-सोङ-देचनको पालामा पद्मसम्भव (गुरू रिम्पोचे) ले तिब्बतको पहिलो गुम्बा सामेको निर्माण सन् ७७९ मा गरेका थिए र पहिलो पटक त्यस गुम्बाबाट ६/७ जना तिब्बती लामा गुरूहरू दिक्षित भएका थिए।३ यसरी तिब्बतमा विधिवत बौद्धधर्मको अध्ययन र अभ्यास शुरू भएको थियो।

गुरू पद्मसम्भवले बोनमार्गीहरूको ठूलो प्रभाव देखेपछि बौद्धधर्मलाई तिब्बतको परिवेश अनुसार बोन परम्पराका केही संस्कारहरू समावेश गरेर तिब्बतमा पहिलो पटक निङ्मा परम्पराको बौद्धधर्म प्रतिपादन गरे। बौद्धधर्म विस्तारै तिब्बतबाट नेपालको हिमाली क्षेत्रमा फैलिन पुग्यो। तिब्बतमा ९औं शताब्दिमा बौद्धधर्मके संरक्षक सम्राट राल-पा-चनलाई उनकै भाइ बोनमार्गी लाङ दर्माले हत्या गरेर सत्ता हातमा लिएपछि तिब्बतमा बौद्धधर्म सङ्कटमा परेको थियो। उनले गुम्बाहरू ध्वस्त गर्ने, भिक्षुहरूलाई हत्या गर्ने र धर्मगुरूहरूलाई बदनाम गर्ने खालका अत्यचारहरू गर्न थाले। अत्यचारहरू सहन नसकेपछि एकजना भिक्षु लाल्हुङ-पालगी-दककर्जेले सम्राट लाङ

२. तमु, दिल्लीजङ, "तमु जातिको लुकेको इतिहास" (वि.सं. २०५६: पृ.७)

३ स्नेलग्रोभ, डिभिड, "इन्डो तिबेतन बुद्धिजम - इन्डियन बुद्धिस्ट एन्ड दैर तिबेतन सक्सेसर्स (२०१६: पृ.३८९)

दर्मालाई हत्या गरेको थियो। त्यसपछि विशाल तिब्बत साम्राज्य विखण्डन भएर झण्डै एक शताब्दिसम्म तिब्बतमा धार्मिक विचलन आएको थियो। तिब्बती साम्राज्य टुक्रिएर स-साना राज्यहरूमा विभाजित भएको थियो। लाङ-दार्माका छोराहरू आपसमा सत्ताको होमा लड्न थाले। आम्दो, गान्सु, तरिम, लद्दाख उपत्यका र ङारी क्षेत्रमा राज्यहरूको स्थापना भयो। दशौ शताब्दिदेखि एघारौ शताब्दिको मध्यदेखि ङारी राज्य र तिब्बतका अन्य राज्यहरूबाट बौद्धधर्म फेरी फैलिन थालेको देखिन्छ। ङारी राज्यभित्र नेपालका केही हिमाली क्षेत्रहरू पनि पर्दथ्यो। यहि समयमा गुरूङजातिले बौद्धधर्मलाई अभ्यास गर्न थालेको बुझिन्छ।

गुरूङ जातिमा बौद्ध धर्मको प्रादुर्भाव

ङारी राज्यको सीमावर्ती क्षेत्रहरू मनाङ र मुस्ताङमा बौद्धधर्म प्रवेश भएपश्चात त्यसक्षेत्रमा बौद्धधर्मका गुम्बाहरू बनाएर धर्मको अभ्यास गर्न थालेका थिए। प्राचीनकालदेखिको नुन र सुनको श्रोत भोट भएको हुनाले नेपालको हिमाली क्षेत्रमा राज्य स्थापित गरेर बसोबास गर्ने गुरूङहरूको सम्पर्क भोटसंग अनवरत् थियो। बौद्धधर्म अध्ययनका लागि गुरूङ समुदायभित्रका केही मानिसहरू नारलगायत भोटका अन्य क्षेत्रहरूमा गएर बौद्धधर्मको शिक्षा हासिल गर्न थाले। त्यसपछि गुरूङहरूभित्र बौद्धमार्गी बोनलम (लामा) परम्पराको विकास भयो। तिब्बतमा विकाश भएको निङ्मा सम्प्रदाय जस्तै बोनलमले अभ्यास गर्ने धार्मिक संस्कार बौद्धधर्म र गुरूङ बोन संस्कारको मिश्रणबाट जन्मिएको संस्कार वा धार्मिक परम्परा हो। त्यसबेला विशेष गरी बोनलमहरूले तिब्बती लिपिमा लेखिएका दुई प्रकारका ग्रन्थहरू क्रमशः त्हे छ्योए (पूजा विधिको ग्रन्थ) र पय छ्योए (मृत्यु संस्कारको धार्मिक ग्रन्थ)हरू मार्फत कर्मकाण्डहरूको अभ्यास गर्दथे। पच्यु र क्येप्री खेगीहरूले पनि बौद्ध बोन परम्पराका केही संस्कारहरू परिमार्जित गरेर अभ्यास गर्न थाले। क्होलामा गुरूङहरूले राज्य स्थापना गरेको काल ५०० ईस्वीलाई मान्दछ र १२औं शताब्दितिर क्होला राज्यको अवसान भएको मानिन्छ।४

प्रारम्भिक कालको लामा गुरुहरू र धार्मिक अभ्यास

क्होला सोंथरमा विभिन्न पूजाहरू सम्बन्धि विधिहरू वा (अर्घौ/पय)को संस्कारहरू पच्यु, क्येप्रि र बोनलमहरू मिलेर समन्वयात्मक हिसाबले स्थापित गरेको थियो। मृत्यु संस्कारको कार्यहरू पच्यु र बोनलम वा पच्यु र क्येप्रीले मिलेर गर्दथे। प्रारम्भिककालको परिवेश अहिलेको जस्तो थिएन। मानिसहरूको संख्यात्मक बृद्धि हुन थालेपछि बनजंगल, खेती योग्य जग्गाहरूको खोजीमा गण्डकी क्षेत्रका अन्नपूर्ण हिमालको सेरोफेरो बसाइँ सराई गर्दै बस्ती गुल्जार गरेर बस्न थालेका थिए। केही गुरूङहरू नेपाल एकिकरणको बखत पूर्वतिर लागे। जनसंख्य बुद्धिले गर्दा बसाइँ सराई बाध्यता थियो। भौगोलिक हिसाबले बस्दै आएका थातथलोबाट दुरी बढ्दै गयो। क्होला सोंथरमा प्रतिपादन गरेका संस्कारहरू केही कालसम्म यथावत रहेता पनि बसाइँ सराईको क्रममा क्होला सोंथरको शुरूका संस्कारहरू विस्तारै अन्यजातीहरूको सम्पर्कमा

४. थकाली, हुमा उहि पृ.२०

आएपछि मौलिक संस्कारहरूमा बिकृति आउन थाले। पूर्वतिर गएका गुरूङहरूले भाषा भुल्न थाले र संस्कारहरूमा पनि दुईचार पुस्ताको अन्तरालपछि केही मौलिक संस्कार बाहेक अन्य स्थानीय समुदायले मान्दै आएका संस्कारहरू मान थाले।

प्रारम्भिक कालमा कुगिं र प्लिगिंका मृत्यु संस्कारहरूमा तीनै थरिका खेगि गुरूहरूले सहभागिता हुने गर्दथ्यो। विशेष गरी मृत्यु संस्कारका कार्यक्रमहरू एकराते वा तीनराते हुने गर्दथ्यो। बौध्दमार्गी बोनलमहरूले पनि पच्यु र क्येप्रीले जस्तै बलि दिने क्रमलाई जारी राखे। अर्घौंको अभ्यासमा बाख्रा र कुखुराहरू काटिन्थ्यो र भैंसी काटेर भोज खुवाउने चलन थियो। त्यतिबेला विशेष गरी हिउँदमा बाली थन्क्याएपछि एकै खलक (त्ह) का मृतकहरूको सामुहिक अर्घौं गरेर आर्थिक भार हल्का गर्ने प्रचलन थियो। अर्घौं गर्ने मूल घरमा आलाँ (निशान) खडा गरी विधिवत प्ल्ह (मृतकको प्रतिक ढिकुर) बनाएर कार्यक्रम गरिन्थ्यो। अर्घौंमा पुरोहितको अलावा ज्वाँई/छोरी, आश्यों (मामाली), कर्ता (मृतकको छोरा वा संस्कार अनुसारको जिम्मेवार परिवारका व्यक्ति) अनिवार्य आवश्यकता पर्दछ। यी प्रथाहरूमा अहिले मौलिकता पाईदैन।

आदिकालमा गुरूङहरू कपाल मुण्डन गर्ने, हिन्दुहरूले झै स्नान गरेर किरिया बस्ने, एकछाक नून, लसुन र प्याज बिनाको शुद्ध खाना आफै पकाएर खाने अभ्यास थियो वा थिएन यो कतै लिखित रूपमा पाईदैन। किरियामा सेतो वस्त्र धारण गरेर बस्ने परम्परा आर्यहरूबाट सिको गरेको होला भन्न सकिन्छ। कुन कालदेखि यो प्रथा मान्न थालेका होला भन्ने अभिलेख प्रष्ट छैन। त्यसबेलाको मृत्यु संस्कारका कार्यहरूको अर्को पाटो गाउँलेहरूले मनोरन्जनका लागि थिएटर नाच, दोहोरी गीतहरू गाउने, छेलो (ठेलो) फाल्ने र रमाइलो गर्ने खालका गतिविधिहरू पनि देख्न पाइन्थ्यो। यस्तो अभ्यासले बौद्धधर्मको अभ्यास विपरित भएको प्रतित हुन्छ।

बसाइँ सराईको कारणले धार्मिक संस्कारहरूमा प्रभाव

आफ्नो प्राचीन थलो, गाउँबाट शहरमा बसाइँ सराई गर्ने प्रक्रिया बढ्दै आयो। गाउँहरू खाली हुन थाले। शहरमा पसिसकेपछि आफ्नो सिमेभूमि, स्थानीय देवीदेवताहरूलाई पूजा गर्ने परम्पराहरू हट्दै गयो। गाउँघरमा गरिने विशेष पूजाहरूको अभ्यास अहिले घरमा नभई गुम्बाहरूमा गर्नुपर्ने बाध्यताहरू सिर्जना हुँदै आयो। तिब्बती गुरूहरू नेपालका विभिन्न क्षेत्रहरूमा गुम्बाहरू निर्माण गरेर धर्म अभ्यास गर्न क्रम बढ्दै आयो। धेरै बोनलमहरूका पछिल्ला सन्तानहरू ती तिब्बती गुरूहरू र तिब्बती गुम्बाहरूबाट उच्च शिक्षा लाभ गरेर गुरूङहरूले निर्माण गरेका बौद्ध गुम्बाहरूमा मठाधिस भएर नयाँ बौद्धधर्मका भिक्षुहरूलाई दिक्षित बनाउने काम केही दशकबाट भईरहेको छ। यसको प्रभावले बोनलामाको संस्कार लुप्त हुँदैछ भने अर्कोतर्फ तिब्बती धर्मगुरूहरू अनुसार नयाँ लामाहरूबाट तिब्बती परम्पराका बौद्धधर्म सम्बन्धि अभ्यासहरू भईरहेका छन्।

तिब्बती गुरूहरूलाई गुरूङहरूको प्राचीन संस्कारको अनुभव छैन। उनीहरूले तिब्बती परम्परा अनुसारको बौद्ध ग्रन्थलाई आधार मानेर मृत्यु संस्कारको अभ्यास गर्छन्। कतिपय

बुद्धिजीविहरूले तिब्बतीकरण भइरहेको आशय व्यक्त गर्छन्। केही दशकबाट नयाँ गुरूङ लामाहरू विभिन्न बौद्धधर्मका गुम्बाहरू/विद्यालयहरूबाट अध्ययन गरेर आएका छन्। ती गुरूहरूले आचार्य, खेन्पोसमेत उपाधीहरू प्राप्त गरिसकेका छन्। गुरूङ समुदायबाट अवतारी केही लामा वा (टुल्कु) हरूको जन्म भईसकेको छ र धार्मिक अभ्यासहरू गरिरहेका छन्। धार्मिक ग्रन्थहरू सबै तिब्बतीभाषा र लिपिमा रहेको हुनाले अहिलेका गुरूङ बौध्द अनुयायीहरूले तिब्बती लिपि र भाषा सिक्ने अभ्यासहरू क्रमिकरूपले बढ्दै गईरहेको छ। जबकी गुरूङ भाषा साहित्यको स्थिति अहिले निराशजनक छ। यही क्रम निरन्तर रहने हो भने गुरूङ भाषा इतिहासको पानामा सिमित हुने स्न्भवना बढेको छ।

बौद्धधर्म भनेर धर्मलाई अङ्गिकार गर्दै आएता पनि बौद्धधर्मबारे जुन ज्ञान केही शताब्दि अघिसम्म थिएन वर्तमान समयमा धेरैले बुझ्न थालेका छन्। बलिप्रथा र हत्या हिंसाको बाटो त्यागेर बौद्धधर्ममा लीन हुन थालेका छन्। समय अनुसार गुरूङहरू पनि शिक्षामा अघि बढ्न थालेका छन्। आफ्नो प्राचीन संस्कार, संस्कृति र परम्परालाई आफ्नो आस्था र पहिचानलाई जगेर्न गर्नुपर्छ भन्ने चेतना आम गुरूङहरूमा आउन थालेका छन्। त्यसकारण केही बौद्धिक व्यक्तित्वहरूले आफ्नो प्राचीन धरोहर लुप्त हुनुबाट बचाउन संस्थागत रूपमा काम गर्न थालेका छन्। त्यसै सलिसिलामा अमेरिका निवासी डा. कुमार गुरूङको नेतृत्वमा अन्तर्राष्ट्रिय गुरूङ बुद्धिजम परिषदको गठन गरिएको छ। यथार्थमा गुरूङहरूको प्राचीन संस्कारको जगेर्न गर्ने विषयमा विविध कारणहरूले गर्दा जटिल हुँदै गएको देखिन्छ। निम्न केही कारणहरूलाई अवलोकन गरेर हेर्दा गुरूङहरूको संस्कारहरू परिवर्तन हुनुको निम्न कारणहरू देखिन्छन्।

गुरूङ बौद्धधर्म र हिन्दु धर्मको अभ्यास

क्होला राज्यको अवसान पछि गुरूङहरू चौतर्फी फैलिएर बसाइँ सराई गर्दै आए। स-साना राज्यहरू खडा गरेर गुरूङ राजाहरूले विभिन्न स्थानहरूमा राज्य गर्न थालेका थिए। तर, केही शताब्दिभित्रै नेपालको पश्चिम हुँदै खस र शाहवंशका राजाहरू राज्य विस्तार गर्ने क्रममा गण्डक क्षेत्रका गुरूङ राजाहरूसंग मुठभेट भए र केही युद्धहरू लडे। गुरूङहरू योद्धा तथा लडाकु भएको कारणले, बाठा आर्यहरूले यिनीहरूसँग युद्ध लडेर बिजय गर्न असम्भव देखेपछि साम, भेद र कुटनीतिक जालमा लाटासिधा गुरूङ राज्यहरूलाई आफ्नो शासन अन्तर्गत ल्याए। गुरूङहरूको वफादारिता, साहस र निडरता देखेर गुरूङहरूलाई स्थानीय कोट गौंडाका हर्ताकर्ता बनाएर शासन नगरेसम्म शासन गरेर बस्न सम्भव नहुने देखेपछि गुरूङहरूलाई स्थानीय तहमा मुखिया, जिमुवाल, कोटको मालिक, मीर उमरा जस्ता पदहरू दिएर राज्य व्यवस्था चलाउने शासन पद्धति शुरू भयो।

गुरूङहरूलाई क्षेत्री सरह खुँडा हान्ने जातमा राखेपछि गुरूङहरूमाथि शाहवंशका राजाहरूलाई शासन गर्न सहज भएको इतिहासमा उल्लेख छ।[५] यही समयबाट आर्य शासकहरूको प्रभावले गर्दा गुरूङ संस्कारहरूमा परिवर्तन हुन थालेको बुझिन्छ। गुरूङहरूलाई गोत्र दिएर हिन्दुकरण गर्न थाले जबकी गुरूङहरूको आ-आफ्नो न्हेज

५. क्रहोगी लामा गुरूङ, प्रा.डा. जगमानः तमुहरूको ऐतिहासिक बृत्तान्त (वि.स. २०६७-पृ.३९)

(श्रोतको उद्‌गम स्थल) लाई मान्ने प्रचलन रहँदै आएको थियो। केही गुरूङहरूलाई खस बाहुनको जातसमेत वा अन्य उपाधिहरू दिएर हिन्दुकरण गरे। गुरूङहरूलाई गोत्र दिएर चार र सोह्रजस्ता भ्रमपूर्ण पुस्तक लेखेर गुरूङभित्र विभाजनको बिजारोपण गरेका थिए। अज्ञानतावश वा बाध्यतावश धार्मिक संस्कारहरूमा विचलन हुँदै हिन्दु देवीदेवताहरूको पूजा गर्न थाले १९औं शताब्दिमा जब देशको शासन राणाहरूको हातमा पुग्छ तबदेखि ब्रिटिश ईष्ट ईण्डिया कम्पनीमा गुरूङहरूलाई जबरजस्ति हिन्दु बनाएर भर्ती गरिन्थ्यो।

यद्यपि गुरूङहरूले आफ्नो संस्कार र संस्कृति, धर्म र आस्थालाई लिएर बसाइँ सर्दै गए। त्यो क्रम अहिलेपनि जारी छ। नयाँ ठाउँको सिमेभूमे, नयाँ ठाउँका वासिन्दहरूसँग समन्वय गरेर त्यस ठाउँमा बसोबास गर्दा पहिलेका आफ्नो संस्कारहरूमा केही परिमार्जित गर्दै ल्याए। बसाइँ सराई र अन्य समुहसँगको सम्पर्क, राज्यले थो परेको हिन्दु संस्कारहरूले गर्दा गुरूङहरूले मान्दै आएका धार्मिक परम्परामा खिचडीपन देखिन थाल्यो। प्राचीन कालमा कर्मकाण्ड र गृहस्थी जीवनका विभिन्न पूजाहरू भोटका लामा गुरूहरूबाट सिकेर आएका बोनलम गुरूहरूद्वारा अभ्यास गरिने चलन थियो। कतिपय ठाउँहरूमा अन्नबालीलाई असिनाबाट जोगाउन लामा गुरूहरूबाट तन्त्रमन्त्र फुँक्ने लामा (वलि) राख्ने चलन थियो। हिन्दुहरूले जस्तै क्रमिक रूपमा बाहुन पुरेतहरूबाट चिना बनाउने, दशैमा मालश्री गाएर मौलामा राँगा बलिदिने, चैतेदशैमा पन्चबली दिने जस्ता कार्यहरूमा संलग्न रहँदै आए। धेरैपछिसम्म घरको दैलोहरूमा राँगाको रगतले छ्याप्ने जस्ता अन्यौलपूर्ण संस्कारहरू पालन गर्ने पनि एउटा कालखण्ड रहेको थियो। अर्कोतर्फ तिब्बती परम्परा अनुसार वर्ग (ल्होर) अनुसार तिब्बती ज्योतिष शास्त्र अनुसार विवाह बन्धनका कार्यहरू गर्दथे। शायद बाध्यता वा अज्ञानतावश यसरी मान्दै आएका संस्कारहरू थिए। बसाइँ सराईले गर्दा पूर्वतिरका गुरूङहरूले स्थानीय संस्कारहरू अप्नाउन थाले साथै आफ्नो भाषाहरू समेत बोल्न छाडे र पछिका पुस्ताहरूले भाषा र संस्कारहरू विस्तारै भुल्दै गए। गुरूङहरूमा गीत संगीत, मनोरन्जन गर्ने माध्यमहरूमा पनि हिन्दुकरण हुँदै आएको देखिन्छ। घाँटु, सोरठी र कृष्णचरित्र जस्ता हिन्दु पात्रहरूको अभ्यासहरूले बौद्धधर्मलाई धेरै प्रभावित पारेको देखिन्छ।

गुरूङहरूमा बौद्ध दर्शनको चेतना विकाश तथा वर्तमान अभ्यास

गुरूङ सम्प्रदायका बोनलम गुरूहरू अहिले विस्तारै लोप हुँदैछ। बौद्ध धर्मको महत्व बुझेपछि ती लामाहरूले पनि पशुबलीहरू निषेध गर्दै आएका छन्। गुरूङहरूमा तिब्बती बौद्ध धर्मको विशेष प्रभाव रहेको छ। यतिबेला तिब्बती ग्रन्थहरूलाई नेपालीमा अनुवाद गरेर सर्वसाधारणले बुझ्ने हिसाबमा प्रकाशन भईरहेका छन्। अर्कोतर्फ नयाँ लामा गुरूहरूले गुरू परम्परालाई दिगो राख्न तिब्बतीकरण गर्दै आएको बोध भइरहेको अवस्था छ। यसमा गुरूङहरूको संस्कारलाई भन्दा तिब्बती परम्परा अनुसार तिब्बती बौद्धग्रन्थमा उल्लेख गरे अनुसार बौद्ध अनुयायीहरूलाई अनुकरण गर्ने शिक्षाहरू दिँदै आएका छन्। यसले गर्दा क्होलामा गुरूङ खेगीहरूसँग बोनलमहरूले गर्दै आएको

संस्कारहरू हराउँदै गएका छन् । पहिलेको तीन राते अर्घौंको चलन हराईसकेको छ । नेपालमा एकराते पय (अर्घौं) सम्म गर्ने चलन रहेको छ । शहरहरूमा अहिले समाज घर वा गुम्बाहरूमा अर्घौंको संस्कार गर्दै आएका छन् । तर, विदेशमा बसाइँ सराई गरि स्थाई बसोबास गर्ने गुरूङहरूले यस चलनलाई केही घन्टाभित्र गुम्बाहरूमा कर्मकाण्ड समापन गर्ने परम्पराको थालनी भएको छ। बिदेशमा समयको पाबन्दि र यहाँको नियमले कतिपय संस्कारहरू गर्नबाट बन्चित हुनुपर्ने हुन्छ। अहिले धैरै गुरूङहरू विशेषगरी अमेरिका, अष्ट्रेलिया, हङकङ र बेलायतमा स्थाई रूपमा बसोबास गर्न थालेका छन् । पहिलेका परम्परा अनुसार बिदेसमा संस्कारहरू गर्ने धेरै कुराले निषेध गर्छन् ।

गुरूङहरूले अभ्यास गर्दै आएको बौद्धधर्मको आस्था र अन्य बौध्दमार्गीहरूको अभ्यासहरूमा गुरूङ संस्कारले गर्दा फरक पाईन्छ। गुरूङहरूको मौलिक संस्कारलाई पालना गर्दै आएका गुरूङहरूले बौद्धधर्मलाई अभ्यास गर्दै आएका छन् । अतः गुरूङ सचेतकहरूले केही वर्षयतादेखि गुरूङ बौद्धधर्मको अवधारणा महशुस गरेर अन्तर्राष्ट्रिय गुरूङ परिषद स्थापना भएको छ । यस परिषदले विश्वभरीका बौद्धमार्गी गुरूङहरूलाई एकै छातामुनि ल्याएर गुरूङ पहिचान सहितको गुरूङ बुद्धिजमलाई विकास गर्ने उद्देश्य रहेको छ। सम्पूर्ण बौद्धमार्गी गुरूङहरूलाई एकसुत्रमा गाँसेर गुरूङ बुद्धिजमले बौद्धमार्गी गुरूङहरूलाई बौद्ध दर्शन सहितको गुरूङहरूको मौलिक संस्कारलाई जीवित बनाउँदै भावी सन्ततिलाई पुस्तान्तरण गर्न सफल भएमा गुरूङ बुद्धिजमको अभ्यास सफल रहनेछ भन्ने अडकल छ ।

अन्तमा

कुनैपनि सभ्यताको उदय चेतनाको विकासबाट हुन्छ । मानव चेतनाले अभुतपूर्व सीमा नाघिसकेको छ। बुद्धत्व प्राप्त गरेपछि बुध्द बन्दछ भन्ने सरल बुझाईलाई भगवान बुद्धले ढाई हजार वर्ष पहिले नै सम्बोधन गरेका थिए । भगवान बुद्धको परिनिर्वाण पश्चात धेरै परिवर्तनहरू यस विश्वले देखि सकेको छ। जति परिवर्तन भएतापनि भगवान बुद्धको मौलिक दर्शनमा भने केही फरक पाईदैन। तर, यस दर्शनलाई अभ्यास गर्ने प्रक्रियाहरू भगवान बुद्धको परिनिर्वाण पछिका केही शताब्दिभित्र धेरै फरक हुन थाले जसलाई हामी महायान, हिनयान, बज्रयान वा तन्त्रयानको रूपमा देख्छौ । यतिबेला बौद्ध धर्मलाई उत्तरी, पूर्वीय, दक्षिणी वा उत्तर अमेरिकी बुद्धिजम भनेर चिनिन थालेका छन् । भगवान बुद्धले विश्वलाई केवल एउटै दर्शनको माध्यम बनाएर संसारलाई बौद्धमार्गको उज्यालो बाटो देखाएका थिए। एक्काईसौं शताब्दिसम्म आईपुग्दा बौद्धधर्मको अन्तिम गन्तब्यसम्म पुग्ने धेरै बाटोहरू निर्माण हुँदै आएको देखिन्छ। नेपालको परिवेशमा नेवारी बुद्धिजम, तामाङ बुद्धिजम र अहिले गुरूङ बुद्धिजमको अवधारणा विकास भईसकेको अवस्था छ। भगवान बुद्धको वाणीमा जीवन अनित्य हुन्छ, यो परिवर्तनशील छ र समयको परिवर्तनसंगै परिस्थिति अनुसार रहनसहन, लवाईखुवाई र धार्मिक अभ्यासहरूमा फरक देखिन्छ भन्ने सत्य वचन सावित भएको छ ।

(सुमल कुमार गुरूङ लेखक, साहित्यकार, यात्री, बौद्ध स्कालर एवं लन्डन स्थित डाइमन्ड बुद्ध फाउन्डेशनको संस्थापक हुन् ।)

sumalgurung@gmail.com

गुरूङ संस्कार र बौद्ध धर्मको मिलनः गुरूङ बुद्धिजम

● धुर्ब बहादुर गुरूङ, नेपाल

२५७० औं बुद्ध जयन्तीको पावन अवसारमा नेपाली माटो लुम्बिनीमा जन्मनु भएको शाक्यमुनी गौतम बुद्धले प्रतिपादन गर्नु भएको बुद्ध सिद्धान्त सबैको मन मस्तिकमा अटल रहोस्। जीवन जिउने कलाको रूपमा बुद्ध शिक्षा सबै मानबले ग्रहण गरोस् भन्ने शुभकामना ब्यक्त गर्न चाहन्छु।

नेपालको लुम्बिनीमा जन्मनु भएका शान्तिका अग्रदुत साक्यमुनी बुद्ध भगवानले प्रतिपादन गर्नु भएको बौद्ध दर्शन मानव जातिलाई जीवन जिउने कलाको रूपमा लिन सकिन्छ जुन यतिबेला विश्वमा लोकप्रिय बनिरहेको छ। यही बौद्ध धर्मलाई नेपालको पेवाको रूपमा पनि लिन सकिन्छ किनभने तीन जना बुद्धहरू कनकमुनी बुद्ध, क्रकुछन्द बुद्ध र शाक्यमुनी बुद्ध नेपालको लुम्बिनी क्षेत्रमै जन्मनु भएका थिए। तर शाक्यमुनी तथागतले भन्दा अरू बुद्धहरूले धर्म सुनाउनु भएन स्वअभ्यास मात्र गर्नु भयो।

त्रिकालका बुद्ध भनेर चिनिने गुरू पद्मसम्भवले पनि नेपालको फर्पिङमा सिद्धि प्राप्त गर्नु भएको रहेछ। साथै खोटाङको हलेसीमा अजम्बरीको अधिष्ठान प्राप्त गर्नु भएछ। त्यसैले पनि बौद्ध धर्मलाई नेपालको पेवा धर्मको रूपमा लिन सकिन्छ। बुद्ध शाक्यमुनीको महापरिनिर्वाण पश्चात विकाशित भएको श्रवक यान, थेरवाद र महायान, बज्रयानहरू मध्ये गुरू पद्मसम्भवले बौद्ध दर्शनमा बोन संस्कार समायोजन गरी तन्त्र-मन्त्र सहितको महायानी बज्रयानी बौद्ध धर्मको बिकास गर्नुभयो। जुन तिब्बती बौद्ध धर्मको नामबाट प्रख्यात भयो।

यही तिब्बती बुद्धिजम पनि नेपालकी राजकुमारी भृकुटीले तिब्बतीको राजा स्रोङचोङ गोन्पासँग बिबाह गर्दा दाइजोको रूपमा लगिएको पन्च रत्नद्वारा निर्मित बुद्ध मुर्तीमार्फत बिकास भएको भन्ने बिश्वास गरिन्छ। जब चीनले तिब्बत अतिक्रमण गऱ्यो, त्यतिबेला नेपालको नासो नेपाललाई फर्काउन शरणार्थीको रूपमा यो महायानी, बज्रयानी बौद्ध धर्म पुनः नेपाल भित्रियो। नेपालबाट यही शरणार्थीहरूको माध्यमबाट विश्वभर फैलिन पुग्यो। तर, बत्ति मुनिको अंध्यारो भनेझै नेपालमा भने त्यति प्रभावकारी बन्न सकिरहेको पाइदैन। बरू जन्म सिद्ध बुद्धिष्टहरू पनि सनातन हिन्दु धर्म र क्रिश्यिन धर्मतर्फ आकर्षित भैरहेका छन्।

यसो हुनुको मूल कारण चाहीं बौद्ध दर्शन अति गहकिलो भएकोले बुझ्न र बुझाउन कठिन हुनु हो। सरल नेपाली भाषामा पुस्तकहरू उपलब्ध नहुनु हो। अनुवादित ग्रन्थहरू पनि सजिलै बुझ्न नसकिनु हो। पाली, संस्कृत र संभोटा भाषामा लेखिएको बौद्ध दर्शन धर्म गुरूहरूले सिकाउन/बुझाउन नसक्नु हो। हिन्दुका देवी

देवताका मन्दिर जस्ता छोर्तेनहरू सर्व सुलभ नहुनु र बौद्ध धर्म अभ्यास गर्न गुम्बा वा बिहारै पुग्नु पर्नले पनि हो। गुम्बा छिर्नलाई कम्तिमा पनि सय/दुई सय रूपैयाँ खर्च गर्न पर्ने हुन्छ। पूजा पाठमा धेरै लामाहरू प्रयोग गर्नुपर्ने र दान-दक्षिणामा बढी खर्च हुने गर्दछ। देश बिदेशबाट लुम्बिनी दर्शनमा आउँदा प्रसाद समेत दिने चलन नभएकोले नै बौद्ध धर्म लोकप्रिय बन्न नसकिरहेको मान्नु पर्छ भन्ने बिश्वास गर्न सकिन्छ।

तिब्बतमा बिकास भएको लामा बौद्ध धर्मको प्रभाव नेपालको हिमाली क्षेत्रमा बसोबास गर्ने गुरूङ, भोटे, लेप्चा, तामाङ, शेर्पा, ह्योल्मो, थकाली, छन्त्याल जस्ता आदिवासी जनजातिमा परेको छ। उनीहरूले तिब्बती बौद्ध धर्म आठौं शताब्दी देखिनै अभ्यास गर्न थालेको पाइन्छ।

यसैगरी गुरूङ समुदयका लम र लामा थरीका गुरूङहरूले पनि मनाङ र मुस्ताङ्गदेखि नै महायानी र बज्रयानी लामा बौद्ध धर्म अभ्यास गरिआएको पाइन्छ। जुन तन्त्र, मन्त्र, यन्त्र र सूत्र बाचनको माध्यममा जीवित छं। पूजापाठ र मृत्यु संस्कारका बेला पितृ बिसर्जन कर्मकाण्डको रूपमा प्रयोग हुदै आइरहेको छ। यसैलाई हामीले गुरूङ बुद्धिजम भनेका छौं। गुरूङ बुद्धिजम भनेको यही हो।

यसलाई हामीले गुरूङ बुद्धिजम किन भन्यौ भने हामी गुरूङ कुलमा जन्मेपछि गुरूङ भयौ र बुद्धिष्ट लामा प्रयोग गर्न थाले पछि बुद्धिष्ट बन्यौ। अर्थात पहिला गुरूङ र त्यसपछि मात्र बुद्धिष्ट हौं। त्यसो भएको हुनाले, यसलाई गुरूङ बुद्धिजम भनिएको हो।

हुनत बौद्ध धर्म कुनै जाति बिशेषको लागि बनाइएको होइन। तैपनि यो विश्वको साझा दर्शन, जसलाई धर्म भनियो। यस्को अभ्यास गर्दा बिभिन्न जाति समुदयले आ-आफ्नै पन ल्याउनको लागि जातीय संस्कारलाई पनि बौद्ध दर्शन सँगै अभ्यास गरिन थाल्यो।

त्यसैलै तिब्बतमा अभ्यास गरिने महायानी

र बज्रयानी बौद्ध धर्मलाई तिब्बती बुद्धिजम भनियो। चाइनिजले अभ्यास गर्ने बौद्ध धर्मलाई चाइनिज बुद्धिजम भनियो।

त्यसैगरी जापनिज, कोरियान, ताइवानिज बुद्धिजमका नामबाट पनि बौद्ध धर्मको परिचय बन्यो। अर्थात जसले जे नामबाट अभ्यास गरेता पनि यो वास्तविकतामा आधारित बौद्ध दर्शनलाई जीवन जिउने कलाको रूपमा लिन सकिन्छ।

हामीहरूले पन्चशील पालन गर्ने हो भने स्वास्थ र सभ्य नागरिक बन्न सकिन्छ। आर्य अष्टाङ्गिक मार्गमा हिड्न सके जीवन कहिलै दुःखमय बन्ने छैन। सबै मानवको मन निर्मल र शुद्ध छ, त्यसैमा बसेको बुद्ध छ। यसैमा छ मैत्री, करूणा, शान्ति र प्रज्ञा। तर, यसलाई पहिचान गर्न आँखा बन्द गरेर आफुले आफैलाई हेर्नु आवस्यक छ। यो अभ्यासलाई ध्यान भनिन्छ।

यसरी पूजापाठ, कर्मकाण्ड तथा संस्कार संस्कृतिहरू मन शान्ता पार्न र चित्त बुझाउनको लागि रचिएको विधि विधान हो। त्यसैले बौद्ध धर्मसँगै जातीय संस्कारको अभ्यास गर्दा, आफ्नो कुल परम्पराको संरक्षण हुनुको साथै बौद्ध दर्शनको पनि पालन हुने हुन्छ। जस्तै, आकाशमा उड्ने सबैको साझा नाम चरा हो। तर, ती चराहरू बिभिन्न नामले परिचित छन्। त्यस्तै संसार भरका मानवहरू बिभिन्न रंग बर्णबाट छुट्टिन्छन्- गोरा, काला, रातो, मंगोलियन आदि। ती भित्र सबैको फरक फरक जात थरहरू छन्। ती थर वा जातिहरूको आ-आफ्नो जातीय पहिचान बोकेको मौलिक संस्कार, संस्कृति, भाषा, भेषभूषा र चाडपर्वहरू छन्।

जसरी मुलुकलाई संबृद्ध बनाउन सवल, सक्षम र अनुशासित नागरिक चाहिन्छ। यदि अबको २० बर्षमा नेपाललाई संबृद्ध बनाउने हो भने, आजैबाट बिद्यालय, विश्वविद्यालय, सरकारी तथा गैरसरकारी कार्यलयहरूमा ठूला-ठूला अक्षेरमा पञ्चशील लेखेर टांसौं। राष्ट्रिय गानलगतै पञ्चशी बाचन वा गाना बजाउँ वा गाउँ।

यसबाट हत्या-हिंसा गर्ने, झुट बोल्ने, यौन दुरचार्य गर्ने, लागु पदार्थ सेवन गर्ने जस्ता क्रियाकलापहरूबाट बच्ने मार्ग दर्शन हुन सक्दछ भने राष्ट्रले सचेत नागरिक प्राप्त गर्ने संभावना रहन्छ।

बौद्ध धर्म बैज्ञानिक मात्र नभइ पापको प्रायश्चित गरेर मोक्ष पनि प्राप्त गर्न सकिने धर्म हो। जस्को उदाहरण, डाँकु अंगुलीमाला र राजा अजात सत्रुलाई लिन सकिन्छ। यो सत्य कुरालाई सार्वजनिक गर्न सक्यो भने सचेत नागरिकहरूले बौद्ध धर्मको बास्तबिकतालाई बुझेर यसलाई अभ्यास गर्न सक्नेछन्।

नेपाली भाषामा संगीतको रूपमा भजन प्रार्थनाहरू बिकस गरी रेडियो टेलिभिजन तथा सामाजिक सञ्जालमार्फत प्रसारण गर्ने हो भने पनि नेपालमा बौद्ध धर्मको महत्व बुझाउन सकिन्छ। त्यसैगरी

लुम्बिनीलाई मुस्लिमहरूको मक्का मदिना जस्तै बनाउन बौद्ध धर्मप्रति आस्था राख्ने श्रद्धालु भक्तजनहरू लुम्बिनी दर्शनमा आउँदा एउटा झरेको पिपलको पात र सानु प्रमाण-पत्र मात्र दिने हो भने पनि धार्मिक पर्यटकको संख्यमा उल्लेखनीय बृद्धी हुन सक्ने संभावना देखिन्छ।

अहिलेको विश्वव्यापिकरणको चापलाई हेर्ने हो भने धेरै नेपालीहरू बिदेशी नागरिक बनिसकेका छन्। तिनका सन्ततीहरूले नेपाली भाषा बुझ्न पनि कठिन हुन्छ।

त्यसैले त्यस्ता समुदायलाई नेपाल भ्रमणमा बोलाएर भाषा, साहित्य र बौद्ध संस्कृतिका मूल भावनासँग परिचित गराउन सकेमा धार्मिक पर्यटनको सँख्यामा बुद्धि हुनेछ।

यसका साथै गाउँघरमा बुद्ध बाटिका र छोर्तेन वा स्तुपाहरू निर्माण गरी बौद्ध शिक्षा सिकउन बुझाउन सकेमा नेपाल बौद्धमय बन्न सक्ने संभावना देखिन्छ। यस्ता कार्यक्रमहरू गर्नका लागि धर्मगुरूहरू र बिद्वान बौद्धमार्गीहरू सचेत हुन आवश्याक रहन्छ।

(सिंगापुरे रिटाईड इन्सपेक्टर गुरूङ कालिका गेष्ट हाउसको सञ्चालक, रारा नेपाल होलिडे प्रा.लि. को सञ्चालक, सिंगापुरे गोर्खा पेन्सेनर एसोसिएशनको पूर्व अध्यक्ष, नेपाल सेपकताक्रो संघको संस्थापक अध्यक्ष, इन्टरनेशनल सेपकताक्रो फेडरेशनको पूर्व अध्यक्ष, मैत्री बुद्ध तमू समाजको पूर्व अध्यक्ष, सिंगापुर कोअपरेटिभ लि.को संस्थापक अध्यक्ष, देवराली सामाजिक संस्थाको पूर्व अध्यक्ष, तमू बौद्ध सेवा समितिको निवर्तमान अध्यक्ष, त्रियान धर्म संघको उपाध्यक्ष, गुरूङ बुद्धिजम सोसाइटी, नेपालको अध्यक्ष, आइसीजीबीको बरिष्ठ उपाध्यक्ष, नेपाल स्क्वास रकेट संघको अध्यक्ष, लेखक, चिन्तक तथा गुरूङ बुद्धिजमको प्रमुख अभियन्ता हुन्।)

२५७०औँ बुद्धजयन्तीको शुभकामना !

२५७०औँ पवित्र बुद्ध जयन्तीको पावन अवसरमा हामी भगवान बुद्धको जीवन र शिक्षालाई श्रद्धापूर्वक सम्झन्छौँ। उहाँको ज्ञान, करूणा र शान्तिको सन्देशले दुई हजास पाँच सय वर्ष भन्दा बढी समयदेखि मानव सभ्यतालाई मार्गदर्शन गर्दै आएको छ। सिद्धार्थ गौतमको रूपमा जन्मनुभएका बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनी, नेपाल हो। राजकुमारको सुख सयलको जीवन त्यागेर उहाँले मानव जीवनमा रहेको दुःखको कारण खोज्नु भयो। गहिरो बोधद्धारा बोधि प्राप्त गर्नु भयो। शान्तिको मार्ग देखाउनु भयो। बुद्धको शिक्षाहरू धर्मको रूपमा परिचित छन्। जसमा Four Noble Truth & Noble Eightfold Path ले सही सोँच, सही आचरण र करूणामय जीवनतर्फ मार्गदर्शन गर्छ।

आजको संसारमा द्वन्द्व र अशान्ति बढिरहेको अवस्थामा बुद्धको सन्देश झन् सान्दर्भिक बनेको छ। मानवताले युद्ध होइन शान्ति, घृणा होइन करूणा र समझदारी खोजेको छ।

यसै सन्दर्भमा हालै संयुक्त राज्य अमेरिकामा एक प्रेरणादायी "शान्ति पदयात्रा" आयोजना भएको थियो। यस पदयात्रालाई Venerable Bhikkhu Pannakara जो Huong Tu Charity Foundation का संस्थापक र Dhammacetiya Project का प्रारम्भकर्ता पनि हुन्, ले संयोजन गर्नु भएको थियो।

यस यात्रामा १९ जना भिक्षुहरू सहभागी थिए। यो पदयात्रा Fort Worth Texas बाट सुरू भई Wshington D.C. मा १० फेब्रुअरी २०२६ मा सम्पन्न भयो। भिक्षुहरूको मुख्य साथीको रूपमा उद्धार गरिएको अलोका नामक कुकुर पनि थियो। यस यात्राले आन्तरिक शान्ति, ध्यान र करूणालाई प्रबर्द्धन गर्ने अध्यात्मिक समपर्णको रूपमा काम गर्यो। यो विशेष अवसरमा Buddhism Digital Library लाई धन्यवाद व्यक्त गर्न चाहन्छु। जसले २५७०औँ बुद्ध जयन्तीको पावन अवसरमा बौद्ध धर्म र बुद्धका शिक्षाहरूलाई डिजिटल प्रकाशनमार्फत विश्वभर फैलाउने महत्वपूर्ण कार्य गर्ने प्रयास गरेको छ।

२५७०औँ बुद्ध जयन्तीको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दै, शान्ति र करूणाको सन्देश विश्वभर फैलियोस् भन्ने कामना गर्दछु। सबै प्राणी सुखी रहुन्। संसारमा शान्ति स्थापना होस्।

मिलन गुरुङ
Founder and Former Chair Person
Tourism Promoter Boston, USA (PABFONE)
Realtor (Re/Max Andrew Realty Services)

तथागत बुद्धको १२ धर्मपालहरू

तथागत गौतम बुद्धको शासन कालमा उनका १२ जना बिशेष धर्मपालहरू थिए। धर्मपाल भनेको जुनसकै जटिल अवस्थामा पनि धर्मको सही ढंगले पालन गर्न सक्ने वा जान्ने भिक्षुहरूलाई भन्दछन्। उनीहरू सबै अहर्तत्व स्तरका थिए।

१२ धर्मपालहरू

१. **धर्मपाल कौण्ड्य**: भिक्षु कौण्ड्य बुद्ध शासनमा प्रथम अहर्त थिए। उनको जन्म कपिलबस्तु राज्यको रातन ग्रममा ब्राह्मण परिवारमा भएको थियो। उनको पिताको नाम संजिव र माताको नाम कमली थिए। उनले कपिलबस्तु राज्यमा अवस्थित आचार्य भारद्धाज ब्राह्मणको आश्रमबाट वेदपाठ र ज्योतिष बिघामा पारंगत भएकोले उनको गुरुको सिफारिसमा शाक्य राजपरिषदको सदस्यमा नियुक्ति पाएका थिए। गौतमको नामाकरणमा आठजना महापण्डित हरूको समूहमा उनले पनि सहभागी हुने अवसर पाएका थिए । जन्म कुण्डली अनुसार चक्रवर्ती राजा हुने वा प्रवर्जित भएर बुद्धत्व प्राप्त गर्ने भन्ने कुरा घोषणा भएको थियो। तर, उनले भने प्रवर्जित भएर बुद्धत्व नै प्राप्त गर्ने छन् भनेर, ठोकुवा गरेका थिए। त्यसैअनुसार नै गौतम २९ वर्षको उमेरमा प्रवर्जित भएर गृहत्याग गरी बुद्धत्वको खोजिमा गए। उनी पनि गौतमलाई पछ्याउँदै गए। उनको साथमा अश्वजित, बाष्प, महानाम र भद्रिक पनि थिए।

२. **धर्मपाल महाकाश्यप**: भिक्षु महाकाश्यप बुद्ध शासनमा दोश्रो अहर्त थिए। एक समय बनारसमा काश्यप नामको एक प्रसिद्ध परिवार थियो। उनको परिवारमा पूर्ण काश्यप, नदी काश्यप र गया काश्यप गरी तीन दाजुभाइ थिए। उनीहरू शिक्षित र धार्मिक प्रबृतिका थिए। पूर्ण काश्यपले सन्यास लिएर गया स्थित फाल्गु नदीको किनारमा आश्रम बनाए। उनले लामोलामो जटा पालेका हुनाले उनलाई जटाधारी वा जटिल पनि भन्दथे। उनी अग्नि पूजाद्धारा यज्ञ, होम, हवन आदि गर्ने भएकाले उनको मतलाई अग्निहोत्रि मत भन्दथे। यही कारणबाट उनको प्रख्याति चारैतिर फैलियो। त्यही प्रख्यातिका कारण पूर्णबाट उरुवेल काश्यपको नामबाट परिचित भए। उनको ५०० जटिल शिष्यहरू थिए। दाजुको प्रख्याति सुनेर नदी काश्यप र गया काश्यप पनि सन्यास लिएर फाल्गु नदीको तल्लो किनारमा दुबैले अलग अलग आश्रम बनाए। नदी काश्यपको तीनसय र गया काश्यपको दुइसय जटिल शिष्यहरू थिए।

३. **धर्मपाल सारिपुत्र**: सारिपुत्र बुद्ध शासनमा तेश्रो अहर्त थिइन् । उनी तीक्षण बुद्धि भएकाले धर्मदेशनालाई एकै पटकमा बुझ्न सक्दथे। त्यसैले उनलाई श्रोतापन्न कल्याणमित्र पनि भन्दथे। उनलाई बुद्ध शासनको धर्म सेनापति र महाप्रज्ञापारमिता पनि भन्छन्। ‘हे भिक्षुगण,’ कुनै समयमा पहाडमा ब्राह्मणको एउटा छोरा र एउटा छोरी थिए। छोराको नाम सुर्प र छोरीको नाम सुर्पिका थिइन्। माता र पिताको मृत्यु पछि बहिनी धनपति ब्राह्मणसंग बिबाह भए। दाइ चाहि साधनामा गए। लामो समय साधना गरेपछि अहर्तत्व प्राप्त गरे। त्यसपछि बहिनीको गाउँमा पुगे। दाजुको उपदेश सुनिन्। मेरो अर्को जुनिमा

चाकु जस्तो तीक्ष्ण बुद्धि भएको, सियो जस्तो गम्भिर र धागो जस्तो कहीँ नछेक्ने प्रज्ञावान होस् । त्यही ब्राह्मणी पुत्री सुर्पिका अहिलेको सारिपुत्र हुन् । उनले पूर्व जुनिमा गरेको सुकर्म र साधनाको फलले गर्दा, सारिपुत्र तीक्ष्ण बुद्धिको प्रज्ञावान भएको हो भनेर पूर्वजुनिको कथा सुनाइन्छ ।

४. **धर्मपाल मौदगल्यानः** मौदगल्यान बुद्ध शासनमा चौथो अहर्त थिइन् । उनको जन्म बनारसमा भएको थियो। उनको पिताको नाम पासन र माताको नाम केशरी थिए। उनको साधरण शिक्षा घरमै भयो। त्यसपछि सन्यास लिएर ज्ञानको खोजिमा निस्किइन्। यसरी ज्ञानको खोजि गर्दै आश्रम चहर्दै हिडने क्रममा सारिपुत्रसंग भेट भयो। सारिपुत्र अत्यन्तै तिक्ष्ण बुद्धिको थियो। उनैसंग मित्रता भयो। उनीहरूले आपासमा बाचा पनि गरे कि जसले पहिले ज्ञान प्राप्त गर्छ, उसले अर्कोलाई तुरन्तै भन्नु पर्ने थियो। मौद्धगल्याणले पनि सारिपुत्रको संगतले गर्दा, अहर्तत्व प्राप्त गरिन् । सारिपुत्र र मौदगल्यान संजय परिब्रजकको उत्कृष्ट शिष्य थिइन्। एक दिन सारिपुत्रले अश्वजितको संगतबाट बुद्धको सेवामा जाने अवसर जुर्यो । आश्रम त्यगेर बुद्धको सेवामा जान लाग्दा २५० जना परिब्रजकहरू पनि उनीहरूसंगै पछि लागे। उनीहरू बुद्ध शासनको तेश्रो र चौथो अहर्त एवं धर्मपाल थिए।

५. **धर्मपाल आनन्दः** आनन्द बुद्धको सहोदार भाइ हुन् । उनको जन्मको नाम नन्द गौतम थिए। प्रबर्जित भए पछि आनन्दबाट परिचित भए । बुद्ध शासनमा पाचौँ अहर्त एवं धर्मपाल थिए। उनी तथागत बुद्धको प्रमुख उपास्थक थिए। उनले ३५ वर्षसम्म प्रमुख उपास्थकको रुपमा मन, बचन र कर्मले बुद्धको सेवा गरे । आधूनिक भाषामा पीएसओ भन्दा सबैले बुझ्ने छन् । त्यसैले उनलाई छायाबुद्ध पनि भन्दछन् । किनभने, तथागत बुद्धको उपदेशलाई नजिकबाट धेरै श्रवण गर्ने अवसर पाएका भिक्षु आनन्द मात्र हुन् । त्यसैले उनलाई प्रज्ञापारमिता पनि भन्दछन् किनभने बुद्धदर्शनको मूल सार प्रज्ञापारमितामा अडिएको छ। अर्थात प्रज्ञा भनेको ज्ञान र पारमिता भनेको जननी हो। भिक्षु अहर्त आनन्द गौतम प्रज्ञावान, शिलवान, विनयवान, अनुशासित, गम्भिर र अत्यन्तै भाबुक थिए। सानो भन्दा सानो कुराहरूलाई पनि अत्यन्तै गम्भीर ढंगले लिने गर्थे । सरल ढंगले बुझ्थे । त्यसैले कुनै पनि भिक्षु वा अनुयायीहरूको मनोबिज्ञानलाई सहज तरिकाले बुझ्ने सामर्थ्य राख्थे।

६. **धर्मपाल राहुलः** भिक्षु राहुल बुद्ध शासनमा छैठौँ अहर्त एवं धर्मपाल थिए । उनी शाक्यमुनि बुद्धको सुपुत्र थिए । जब तथागत गौतम बुद्ध मातृभूमि प्रस्थान गरे । त्यही समय उनलाई बुद्धको सम्पूर्ण अधिकार सहित प्रवर्जित गराएका थिए । यसरी प्रबर्जित हुने समयमा उनको उमेर सात वर्षको थियो। उनले युवा अवस्था मै अहर्तत्व प्राप्त गरे। उनले ४२ वर्षको उमेरमा परिनिर्वाण प्राप्त गरे। उनको दाह संस्कार र पितकृार्य सबै राहुल माता यशोधरा, प्रजापति, अहर्त आनन्द, अहर्त कौण्ड्य, अहर्त सारिपुत्र, अहर्त महाकाश्यप, अहर्त मौद्धगल्याण र भिक्षु महासंघसहित श्रावस्तिमा तथागत बुद्ध आफैले गरेका थिए । त्यस समय बुद्धले सर्वसंस्कार परिशुद्ध धर्मते गगने समुद्गते स्वभाव बिशुद्धे महानाये गौतम परिवारे स्वाहा भनेर धर्मदेशना गर्नु भएको थियो। यो मन्त्र आर्य अपारमिता आर्युज्ञान महायान सूत्रमा

उल्लेख भएको छ। उनी बिर्यवानमा प्रसिद्ध थिए।

७. **धर्मपाल राहुलमाता यशोधरा**: यशोधरा देवी बुद्ध शासनमा सातौ अहर्त एवं धर्मपाल थिइन्। उनको जन्म कपिलबस्तु राज्यको देवदह ग्राममा कुलिन ब्राह्मण परिवारमा भएकी थिइन्। उनको पिता आचार्य डण्डपानी ब्राह्मण र माताको नाम सुशिला थिइन्। यशोधरा देवी शील, स्वभाव र शौन्दर्यमा असाधारण थिइन्। त्यसैको कारणमा चर्चाको शिखरमा पुगिन्। उनको १६ वर्षको उमेरमा राजकुमार सिद्धार्थ गौतमसँग बिबाह भयो। बिबाहको तेह्र वर्षपछि राहुलको जन्म भयो। राजनीतिक तनावका कारण गौतमले गृहत्याग गरे। छ वर्षको महातपस्या पछि बुद्धत्व प्राप्त गरे। शुद्धोधनको स्वास्थ्य कमजोर भएपछि, मातृभूमि आए। नाबालक राहुललाई पनि दीक्षा दिए। राजपिताको दाह संस्कार र शाक्य कूल परम्परा अनुसार पिण्डकार्य सकेपछि राहुललाई पनि संगै लगे। यसरी समयको क्रमसंगै राजदरबारमा आफ्नो भन्ने कोही नभए पछि उनी पनि प्रबर्जित भइ बुद्धको शरणमा गए। उनी शीलमा उत्कृष्ट थिइन।

८. **धर्मपाल अनाथपिण्डक**: अनाथपिण्डक बुद्ध शासनमा आठौँ अहर्त एवं धर्मपाल थिए। उनको जन्म श्रावस्तीमा भयो। न्वारनको नाम सुदत्त थियो। पिताको नाम सुमन र माताको नाम सतीदेवी थिइन्। उनको पिता श्रावस्तीको राजपरिषदको सदस्य थियो। पिताको निधन पछि उनी सदस्य भए। सुदत्तको उन्नति हुँदै खचाञ्जी भए। उनी दरिद्रहरूलाई दान दिन्थे। त्यसैले उनलाई अनाथपिण्डक भनिएको हो। बुद्धको धर्मोपदेश सुनेपछि उपासक भए। उनीसँग धेरै स्वर्ण मुद्रा थियो। दानमा उनी अग्रस्थानमा थियो। उनले श्रावस्तीको बगैचमा बिशाल बिहार निर्माण गरी असाड पूर्णिमाको दिन सप्तहव्यापि भोजन दानका लागि बुद्धसहित भिक्षु महासंघलाई भव्य स्वागत गर्यो। बुद्धले अनाथपिण्डकको पूर्वजुनिको कथामा आधारित भएर धर्मदेशना गर्नु भयो– धर्ममा बैराग्य श्रेष्ट। सत्यमा चार आर्य श्रेष्ट। मार्गमा अष्टाङगिक मार्ग श्रेष्ट। शीलमा पञ्चशील श्रेष्ट। भिक्षुमा अहर्त श्रेष्ट। स्रद्धामा उपासना श्रेष्ट। पुण्यमा दान श्रेष्ट। घातुमा स्वर्ण श्रेष्ट छन्। जसरी माटोभित्र रहेको स्वर्ण धातु हजार वर्षसम्म माटोमा लुकेर बसे पनि, त्यसको गुणमा परिवर्तन हुँदैन भनेर उपदेश दिए।

९. **धर्मपाल अम्रपाली**: भिक्षुणी अम्रपाली बुद्ध शासनमा नवौं अहर्त एवं धर्मपाल थिइन्। उनको बारेमा बिद्धानहरूको आ-आफ्नै तर्कहरू छन्। अम्रपालीको जन्म कहाँ र कसरी भयो ? यी रहस्याहरू अझै गर्वमै छन्। तर, बैशाली गणराज्यको मेहत नामक माली, पाली भाषामा आमको बगैंचालाई अम्रबाग भन्दछन्। त्यहींबाट आउँदै गर्दा, आमको रुख मुनि एउटी कन्या रोइरहेकी अवस्थामा देखे। उनको सन्तान नभएकोले, घरमा ल्याएर पालन पोषण गरे। अम्र बागमा पाएर मालीले पालित गरेको हुनाले उनको नाम अम्रपाली रहेको भन्ने भनाई बौद्ध साहित्यमा उल्लेख गरेको पाइन्छ। अम्रपाली रुपकी रानी थिइन्। किशोरी अवस्थामै नृत्य र संगीत कलामा चर्चित भइन्। उनको नृत्य र सौन्दर्य देखेर बैशाली गण राज्यको ठुलाबडा, धनपति, व्यापरी, ब्यबसयि, राजा, महाराज र मन्त्रीगण सबै मन्त्रमुग्ध भएकाले उनलाई बिबाह गर्न तछाड मछाड भए। यसबाट राज्यको सर्वभौम र अखण्डता खलल

हुन सक्ने भएकाले राजसभा बस्यो। राजसभामा सर्वसम्मतबाट बैशाली राज्यको राजनर्तकी र नगरबधु घोषणा गरिए।

१०. **धर्मपाल अहिंसक**ः अहिंसक बुद्ध शासनमा दशौँ अहर्त एवं धर्मपाल थिए। उनको जन्म कौशल राज्यमा भएको थियो। उनको पिता रमानन्द र माताको कापिला थिए। उनको पिता कौशल राज्यमा राजकीय कर्मचारी थिए। राजगुरुले तयार गरेको जन्म कुण्डलीमा सैकडौँ मानिसहरूको हत्या गर्नसक्ने, आतंककारी चरित्रको योग देखिएको भविष्य वाणी गरेको थियो। त्यसैले, उनको नाम अहिंसक राखियो। उनले आठ वर्षको उमेरमा पन्नरामको गुरुकुलमा प्रवेश गरे। उनका समकालीन साथीहरू सबै धनपतिका छोराहरू थिए। अहिंसक निम्न परिवारका भए पनि तिक्ष्ण बुद्धि भएकोले समूहको प्रत्येक गतिविधिमा अग्र पंक्तिमा हुन्थे। गुरुकुलको अनुशासनमा खरो उत्रिएकोले उनी प्रति गुरुमाताको पनि विशेष कृपा पात्र थियो। यसैले सहपाठीहरू इर्ष्याले जल्दथे। एक दिन जंगलमा दाउरा टिप्न जाँदा, घायल सिँहासँग मुकाबला गर्दा घायल भए। उनलाई प्रसेनजितको छोरी राजकुमारीको सिबिरमा उपचार भयो। उपचारपछि गुरुकुलमा फर्किंदा, समकक्षी धनपालसँग हातपातु हुदा, उनको मृत्यु भयो। त्यही घटनाले गर्दा उनले आश्रम त्यागेर श्राबस्तीको घना जंगलमा गएर प्रतिशोधको कारणमा मानिसको हत्या गरेर अंगुलिको माला लगाएकोले उनलाई अंगुलिमाला भनिएको थियो। पछि बुद्धको संगतमा आए पछि भिक्षु भए। अहर्तत्व प्राप्त गरेर धर्मपाल बने।

११. **धर्मपाल सुजाता**ः सुजाता बुद्ध शासनमा एघारौँ अहर्त एवं धर्मपाल थिइन्। उनको जन्म बुद्धगयामा भएकी थिइन्। उनको पिता रेवत ब्राह्मण र माता रेवती थिइन्। उनले पुत्र लाभको लागि बोधि बृक्षलाई भाकल गरेकी थिइन्। एक दिन सबेरै पूजा गर्न आउँदा, पिपलको रुख मुनि एकजना भिक्षु ध्यानमा बसिरहेको देखे। अहो, मेरो पूजा स्थलमा साक्षेत भगवान पो बसिरहनु भएको रहेछ भन्ठानेर श्रद्धाकोसाथ पूजा गरी स्वर्ण पात्रमा खीर दान गरिन्। उनी भिक्षु शाक्यमुनि गौतम थियो। उनले पनि खीर दान स्वीकार गरे। अपरान्ह भन्दा पहिले नेरन्जना नदीमा स्नान गरी खीर ग्रहण गरे। शाक्यमुनि गौतमले खीर ग्रहण गरेको कुरा पञ्च वर्गीय भिक्षुहरूले थाहा पाएपछि उनलाई त्यागेर गए। त्यही रातमा गौतमले बुद्धत्व प्राप्त गरे। सुजाताको मनोकामना पूर्ण भएपछि उनी बुद्धको संगतमा आएपछि श्रोतापन्न भइन्। उनको योग्यता र क्षमताको मूल्याङ्कण गरी बुद्धले उनलाई धर्मपाल घोषणा गरे।

१२. **धर्मपाल सुभूति**ः भिक्षु सुभूति बुद्ध शासनमा बाह्रौँ अहर्त एवं धर्मपाल थिए। उनको जन्म भुगोतग्राममा भएको थियो। उनको पिता जिवराज र माताको सुमी थिए। उनले प्रबज्य लिएर अर्तत्व प्राप्त गरे। उनी तार्किक थियो। त्यसैले बौद्ध साहित्य प्रज्ञापारमितामा सारिपुत्र, मौदगल्याण, आनन्द र महाकाश्यको हराहारीमा उनको पनि चर्चा गरिन्छ।

यसबाहेक धर्मपाल बज्रपानि, खडकापानि, बज्रसत्व, कुबेरपति, बज्रकेतु, मुचलिन्द, गणपति, महासत्व, रुद्रमती, चरुमती, रेवती, बिषमती, ह्याङ्गृब आदि सबै यक्ष, गन्दर्भ, किननार, नाग, गरुड र अष्टलोकपाल परिवारका थिए।

-बिडिएलबाट

बुद्धबचन त्रिपिटक के हो ?

बुद्धबचन त्रिपिटक के हो ? यस बारेमा सबै बौद्धमार्गीहरू जानकार हुनु पर्छ। कुनै पनि अबौद्धले बुद्धबचन त्रिपिटक भनेको के हो भनेर सोधेको खन्डमा, खै के हो ? के हो ? भनेर टाउको कन्याएर ङिच्च दाँत देखाउने काम बौद्धमार्गीहरूको लागि लज्जाको बिषय हुन्छ। त्यसैले सबै बौद्धमार्गीहरूको जानकारीको लागि यो संक्षिप्त जानकारी गराउने प्रयास गरिएको छ।

कुनै पनि अबौद्धले "बुद्धबचन त्रिपिटक" भनेको के हो भनेर सोधेको खन्डमा, कमसे कम पाँच मिनेटसम्म खरर भन्न सक्नु पर्छ। उनलाई जानकारी दिन सक्नु पर्छ। यो काम प्रत्येक बौद्धमार्गीहरूको दायित्व हो। तपाइँले यति काम गर्यो भने, बुद्ध धर्म प्रति एउटा गृहस्तिको निष्ठा पूर्ण भएको मानिने छ। तर, तपाइँले यति मात्र गरेर पुग्दैन। तपाइँको आफ्नो परिवार छरछिमेक, इष्टमित्र, नातागोता कुलकुम्बहरू सबैलाई यस बारेमा जानकारी गराउनु पर्छ। अनि मात्र तपाइँको बुद्ध धर्म प्रतिको निष्ठा र कर्तब्य पूर्ण भएको मानिने छ। हामीहरू बौद्धमार्गी भएकोमा गर्भ महशुस हुनु पर्छ !

अब हामीले बुझ्नु पर्ने कुरा के छ भने, बुद्धबचन भनेको सत्यबचन हो। सत्यबचन भनेको, कुनै पनि बस्तुको गुण, स्वभाव र गति वा समय हो। त्रिपिटक भनेको तीनवटा पिटक हो। जसमा सूत्र पिटक, अभिधम्म पिटक र बिनय पिटक रहेका छन्। सूत्र पिटकमा पाँचवटा निकायहरू छन्। निकाय भनेको खण्ड हो। सूत्र पिटकमा १६, ५०५ सूत्रहरू रहेका छन्। त्यसलाई कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने बारेमा अध्यताहरूमा निर्भर रहने कुरा हो।

१. **सूत्रपिटकः**

१. दीर्घनिकाय, ३४ सूत्रहरू।

२. मझिझम निकाय, १५२ सूत्रहरू।

३. संयुक्त निकाय, ७७६२ सूत्रहरू।

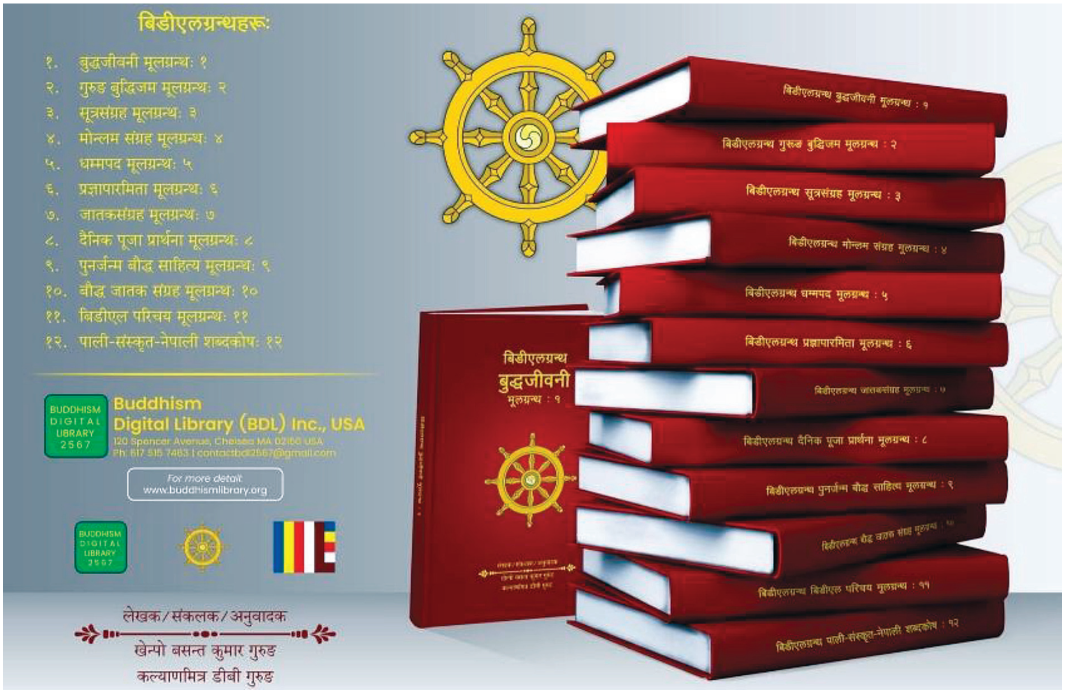
४. अंगुत्तर निकाय, ८५५७ सूत्रहरू।

५. खुद्दक निकाय, खुद्दकपाठपाली, धम्मपद, उदान, इतिबुत्तका, सुत्तनिपात, बिमानबत्थु, पेतबत्थु, थेरगाथा, थेरीगाथा, जातककथा, महानिद्देस, चुल्लनिद्देस, पटिसम्भिदामग्ग, बुद्धजीवनी र चरियपिटक गरी (१९) वटा ग्रन्थहरू रहेका छन्।

२. अभिधम्मपिटक– धम्मसंगाणिपाली, बिभंगपाली, धातुकथापाली, पुग्गलपञ्चत्तिपाली, कथाबत्थुपाली यमकपाली र पठानपाली गरी (७) वटा ग्रन्थहरू रहेका छन्।

३. बिनयपिटक–पारजिकापाली,पचित्तियपाली, महाबग्गपाली, चुल्लबग्गपाली, परिवारपाली (५) वटा ग्रन्थहरू रहेका छन्। कुल मिलाएर (१९+७+५=३१ ग्रन्थहरू) रहेका छन्।

बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरी (बिडीएल) इन्कले मूल पाली, संस्कृत, हिन्दी, संभोटा र अंग्रेजी भाषाबाट बिडीएल स्कालर समूहले सरल नेपाली भाषामा सारानुवाद गरेको बिडीएलग्रन्थहरू निम्न अनुसार रहेका छन्। यो सबै ग्रन्थहरू बिडीएलको आधिकारीक



वेभसाइमा पनि उपलब्ध रहेका छन्। फुर्सद मिलाएर हेर्न सक्नु हुने छ।

१. बिडीएलग्रन्थ बुद्धजीवनी, ग्रन्थ– १
२. बिडीएलग्रन्थ धम्मपद, ग्रन्थ– २
३. बिडीएलग्रन्थ दैनिक पूजा प्रार्थना, ग्रन्थ– ३
४. बिडीएलग्रन्थ गुरुङ बुद्धिजम, ग्रन्थ– ४
५. बिडीएलग्रन्थ सूत्रसंग्रह, ग्रन्थ– ५
६. बिडीएलग्रन्थ प्रज्ञापारमिता, ग्रन्थ– ६
७. बिडीएलग्रन्थ जातकसंग्रह, ग्रन्थ– ७
८. बिडीएलग्रन्थ मोन्लम संग्रह ग्रन्थ– ८
९. बिडीएलग्रन्थ पुनर्जन्म बौद्ध साहित्य, ग्रन्थ– ९
१०. बिडीएलग्रन्थ बौद्ध जातक संग्रह, ग्रन्थ– १०
११. बिडीएलग्रन्थ बिडीएल परिचय, ग्रन्थ– ११
१२. बिडीएलग्रन्थ पाली-नेपाली शब्दकोष– १२

उपरोक्त ग्रन्थहरू क्रमश प्रकाशन हुदैछ। कुनचाहिँ ग्रन्थ कुन ठाउँमा उललब्ध छ भन्ने कुरा वेभसाइटमा सर्च गरेर जानकारी लिन सक्नु हुने छ। त्रिपिटकको अर्डर गर्न चाहेमा निम्न वेभसाइमा सम्पर्क गर्न सक्नु हुने छ। –बुद्धबचनबाट।

1. www.buddhismlibrary.org
2. www.exotcindiaart.com
3. www.store.pariyatti.com
4. www.welib.org.
5. www.dhammapublishing.com

Thank you for your co-operation and understanding.

दैनिक पूजापाठ र प्रार्थना विधि

● खेन्पो बसन्त गुरूङ

१. पितृ शरण गमण

सर्वप्रथम आसन ग्रहण गर्ने। त्यसपछि मन, बचन र चित्त शुद्ध गरी म आजको यो नयाँ वर्षको महामंगल पूजा संस्कार सम्पन्न नभइन्जेसम्म आसनबाट उठ्ने छैन भनि संकल्प गर्ने। ॐ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा। ॐ पितृदेव कर्मरप्तेनल नमफुलम्। ॐ मातृदेव गुणीमायाल नमफुलम्। ॐ कुलदेव खोर्लोह्निम्पोछे नोच्यन फैलु महाकालल नमफुलम्। ॐ इष्टदेव नमयेनम कौंरूँबल नमफुलम्।

ॐ सूर्यदेवल नमफुलम्। ॐ बायुदेवल नमफुलम्। ॐ भूदेवील नमफुलम्। ॐ जलदेबल नमफुलम्। ॐ अग्निदेबल नमफुलम्। ॐ सिद्धिदेवल नमफुलम्। ॐ आयुदेवल नमफुलम्। ॐ रत्नसहह्यौंदेबल नमफुलम्। ॐ अमेरिका मासाच्येसेट राज्य, चेल्सी शहर १२० स्पेन्सर एभेन्यू (आफ्नो बास स्थान भन्ने) आसपासमा रम्नेबस्ने सिल्दो नाल्दो साक्षी थानेमाने देवीदेउता देउराली भयारी नागनागिनी ल्हल्हु यक्ष गन्दर्भ किन्नर अष्टलोकपाल सहित देवपित्र कुलकुटुम्ब इष्टमित्र साथीभाइ छरछिमेक सबैलाई बिहानी प्रार्थनाको नमफुलम्। ॐ अरघंपुष्पं धुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा भनि एकसरो आह्वान गर्ने।

ॐ नमलम कर्मअप च्यनलमल नमफुलम्। ॐ नमलम कर्मच्यन च्यनलमल नमफुलम्।

ॐ नमलम गम्पोप च्यनलमल नमफुलम्। ॐ नमलम ख्होइडु च्यनलमल नमफुलम्। ॐ नमलम उर्ग्यान च्यनलमल नमफुलम्। ॐ नमलम पैमउँ ग्याल लमल नमफुलम्। ॐ लमचिब कर्मरप्तेन लमल नमफुलम्। ॐ लमचिब उमर लमल नमफुलम्। ॐ लमचिब चिन लमल नमफुलम्। ॐ लमचिब फलन लमल नमफुलम्। ॐ कुलदेव खोर्लोह्निम्पोछे नोच्यन फैलु महाकालल नमफुलम्। ॐ इष्टदेव नमयेनम कौंरूँबल नमफुलम्। ॐ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

आज मिति सन् २०२६ साल जनवरी १ तारिक बिहिबार बिहान तमूल्होछार तडाल्होको पावन अवसरमा गरेको महामंगल पूजाको प्रभावले मेरो यजमान श्री सुरेन्द्र गुरूङ तथा श्रीमती एलिना गुरूङको सम्पूर्ण परिवारको मंगल होस्। सुखद होस्। दीर्घायु होस्। धनधान्य प्राप्त होस्। श्रीबृद्धि होस्। कुलबृद्धि होस्। ऐश्वर्य प्राप्त होस्। मनोकमना प्राप्त होस्। सम्पूर्ण कुलकुटुम्ब इष्टमित्र, साथीभाइ र छरछिमेक सबैको कल्याण होस्। सम्पूर्ण मानव र प्राणिहरूको पनि कल्याण होस्। सहकाल चीरस्थाइ रहोस्। महामारी शान्त होस्। ब्रम्हाण्डमा बातावरण सन्तुलन रहोस्।

ऊँ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्व परिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

इदं मे ञातिनं होतु सुखिन होन्तु ञातयो। ३पटक।
एतावता च अम्मेहि सम्भतं पुण्यसम्पदं।
सब्बेदेव अनुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिय॥
एतावता च अम्मेहि सम्भतं पुण्यसम्पदं।
सब्बेसत्ता अनुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिय॥
एतावता च अम्मेहि सम्भतं पुण्यसम्पदं।
सब्बेभूता अनुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिय॥

ऊँ साधु! साधु!! साधु!!! भवतु सर्वमंलम्! ऊँ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार

महापञ्च अमृत स्वाहा भनि पुण्यानुमोदन गर्नु पर्छ। पुण्यानुमोदन गर्नु भनेको निराकार माथि नियन्त्रण गरी सन्तुलनमा राख्नु हो। यसलाई बिधिवत रूपमा अभ्यास गर्न सक्यो भने, पुण्यस्थिर हुन्छ। पुण्यस्थिर भए पछि पारिवारिक समृद्धि हुन्छ।

यसरी बन्दना गरे पछि देवत्व सरहको हाम्रो पितृहरू प्रति श्रद्धाभाव प्रकट गरेको ठहर हुने छ। हाम्रो नैतिक जिम्मेवारी पनि पूर्ण हुने छ। यो ब्रम्हाण्डमा यदि कुनै भगवान छन् भने, ती हाम्रो मातृपितृ बाहेक अरू कुनै हुन सक्दैन। यो कुरा कुलकुटुम्बहरूले सुन्दा पनि राम्रो सुन्ने छन्। सुनाउदा पनि राम्रो हुने छन्। यसको प्रभाव पनि सकारात्मक हुने छन्। प्रत्येकयान र बोधिसत्वयानको अभ्यास गर्ने कुलपुत्र वा कुलपुत्रीहरू, जजसले पनि अपोदीपभवको सही अर्थमा परिभाषित गरी पहिचान गर्न सफल हुन्छन्। उनीहरूले यही मार्गदर्शन अनुसार प्रार्थना पूजापाठ, प्रणिधन र आह्वान गरी पुन्यानुमोद गर्ने छन्। किनभने अपोदीपभव भनेको आफ्नो दीपक आफै हुनु हो। अर्थात आफ्नो लागि आफै आत्म निर्भर हुन सक्नु हो। त्यसो हुन सक्यो भने मात्र बौद्धदर्शनको सारतत्वलाई सरल भाषामा बुझेर अरूलाई पनि बुझाउन सक्ने योग्यता र क्षमताको बिकास भएको अनुभूति हुन्छ। यसरी पित्रिहरूलाई एकसरो प्रार्थना गरिसके पछि मात्र त्रिरत्नको शरण गमण गर्नु पर्छ। यसको कारण बिस्तारमा थाहा हुने छ। नियमित पूजाको पहिलो चरण समाप्त भयो। दोश्रो चरण त्रिरत्नको शरण गमणबाट हुने छ।

२. त्रिरत्न शरण गमण:

ऊँ अरघंपुष्पंधूपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

नमो तस्स भगवतो अर्हतो सम्मासम्बुद्धस्स।
बुद्धम् शरणम् गच्छामि।
धर्मम् शरणम् गच्छामि।
संघम शरणम् गच्छामि॥
दितीयम्पी बुद्धम् शरणम् गच्छामि।
धर्मम् शरणम् गच्छामि।
संघम शरणम् गच्छामि॥
ततीयम्पी बुद्धम् शरणम् गच्छामि।

धर्मम् शरणम् गच्छामि ।
संघम शरणम् गच्छामि ॥ नमो तस्स भगवतो अहर्तो सम्मासम्बुद्धस्स ।
ॐ अरघंपुष्पंधूपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतम् सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा ।

३. त्रिकाल शरण गमण:

नमो तस्स भगवतो अहर्तो सम्मासम्बुद्धस्स ।
ए च बुद्ध अतीत च, ए च बुद्ध अनागत
पचुपन्न च ए बुद्ध, अहं बन्दामी सब्बद ॥
ए च धम्म अतीत च, ए च धम्म अनागत ।
पचुपन्न च ए धम्म, अहं बन्दामी सब्बद ॥
ए च संघ अतीत च, ए च संघ अनागत
पचुपन्न च ए संघ, अहं बन्दामी सब्बद ॥

इतिपिसो भगवा अरहं विद्याचरणा सम्पन्नो सुगदो लोकबिदो अनुत्तरो पुरी सद्धामा सारथी शास्त देवमनुसानो बुद्धभगवति। नमो तस्सभगवतो अहर्तो सम्मासम्बुद्धस्स ।

४. पञ्चशीलये नम

पाणाति पाता वेरमणि सिक्खपदं समादियामि ।
आदिन्नदान वेरमणि सिक्खापदं समादियामि ।
कामेसु मिच्छाचारा वेरमणि सिक्खापदं समादियामि ।
मुसावादा वेरमणि सिक्खापदं समादियामि ।
सुरामेरय मज्जपमादठाना वेरमणि सिक्खापदं समादियामि ।
आजदेखि म (फलना) हिंसा गर्दिन ।
आजदेखि म (फलना) चोरी गर्दिन ।
आजदेखि म (फलना) झुट बोल्दिन ।
आजदेखि म (फलना) ब्यभिचार गर्दिन ।
आजदेखि म (फलना) मादक सेवन गर्दिन ।
ॐ अरघंपुष्पंधूपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा ।

५. सर्वधर्मपालये नम:

ॐ महमाया दशपारमीये नमः। अहर्ते कौन्ड् ययें नमः। अहर्ते महाकाश्यपये नमः। अहर्ते सारिपुत्रये नमः। अहर्ते मौदगल्यानये नमः। अहर्ते आनन्दये नमः। अहर्ते बुद्धपुत्र राहुलये नमः। अहर्ते अनाथपिण्डकये नमः। अहर्ते राहुलमाता यशोधराये नमः। अहर्ते अम्रपालीये नमः। अहर्ते सुजाताये नमः। अहर्ते अहिंसकये नमः। अहर्ते सुभूतिये नमः। ॐ अरघंपुष्पंधूपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा ।

६. संघ बन्दनाये नम:

सुपटिन्नो भगवतो सावक संधो ।
उजुपटिन्नो भगवतो सावक संघो ।
ञञपटिन्नो भगवतो सावक संघो ।
समिचिपटिपन्नो भगवतो सावक संघो ।

यदिदं चत्तारी पुरिस युगानी अठ्ठपुरिस पुग्गल एस भगवतो सावक संघो। आहुनेयो पाहुनेयो दक्खिनेयो अञ्जलि करणीयो अनुत्तरं पुञ्ञक्खेत्तं लोकस्सा ति। नमो तस्स अठ्ठारिय पुग्गल महासंगस्स। नमो तस्स भगवतो अहर्तो सम्मासम्बुद्धस्स ।

७. प्रातकाल बुद्धपूजा गर्दा:

१. बुद्धलाई पानी चढाउदाः
अधिबासेतु नो भन्ते अरघं उपनामितं
अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, पिउँनाको लागि पानी चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस् ।
२. बुद्धलाई पुष्प चढाउदाः
अधिबासेतु नो भन्ते पुष्पं उपनामितं

अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, उत्कृष्टताको लागि पुष्प चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस्।
३. बुद्धलाई धूप चढाउदाः
अधिबासेतु नो भन्ते धूपं उपनामितं
अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, सुगन्धको लागि धूप चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस्।
४. बुद्धलाई दीप चढाउँदा
अधिबासेतु नो भन्ते दीपं उपनामितं
अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, उज्यालोको लागि दीप चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस्।
५. बुद्धलाई सुगन्ध चढाउदाः
अधिबासेतु नो भन्ते सुगन्धं उपनामितं
अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, सुगन्धको लागि सुगन्ध चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस्।
६. बुद्धलाई नैवेद चढाउदाः
अधिबासेतु नो भन्ते नैवेदं उपनामितं
अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, भोजनको लागि नैवेद चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस्।
७. बुद्धलाई चीबर चढाउदाः
अधिबासेतु नो भन्ते वस्त्रं उपनामितं
अनुकम्प उपदाय पटिगन्हतु मुत्तमं ॥
हे तथागत, लाजको लागि चीबर चढाएको छु।
अनुकम्प राखि स्वीकार गर्नुहोस्।

८. पुष्पपूजाये नमः

बण्ण गन्ध गुनोपेतं एतं कुसुम सन्तति
पुजयामि मुनिन्दस्स सिरिपाद सरोरूहे ॥

बर्ण र सुगन्धले युक्त भएको फूलले साक्यमुनिलाई पूजा गर्छु। स्वीकार गर्नुहोस्।

९. चैत्यलाई बन्दनाः

बन्दमि चेतियं सब्बं सब्ब ठानेसु पतिठ्ठितं

शारीरिकधातु महाबोधि बुद्धरूपं सकलंसदा ॥

यहाँ स्थापित बुद्ध स्तुपा र चैत्यहरूलाई बुद्धको पबित्र धातु संझेर बन्दना गर्छु।

१०. चार आर्य सत्यये नमः

ॐ दुःख सत्य समुदाय सत्य उपाए सत्य मार्ग सत्यये नमः। ॐ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

११. अष्टमार्गये नमः

ॐ सम्यक दृष्टि सम्यक संकल्प सम्यक वाणी सम्यक कर्म सम्यक जिविका सम्यक व्यायम सम्यक स्मृति सम्यक समाधिये नमः। ॐ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

१२. प्रतित्यसमुत्पादये नमः

ॐ जरामरण जातीजन्म भवइच्छा उपदान कामतृष्णा वेदनानुभव इन्द्रियस्पर्ष षडायतन नामरूप बिज्ञानचेतना सर्वसंस्कार अविद्याये नमः। ॐ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

१३. बुद्धगुणये नमः

ॐ बुद्धश्रेष्ट धर्मश्रेष्ट संघश्रेष्टये नमः। दृष्टाये सम्यकवादीये रूपान्तरणये करूणामये

जातकवर्णये साधनाये स्मृतिकाये प्रज्ञापारमिताये शास्ता देवमनुष्यनये भगवति धारणा तथागत निर्वाणकाये नमः। ॐ अरघंपुष्पंधुपंद्धीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा।

१४. आफुले भोजन गर्दा:

ॐ अन्न देवता धर्तिमाता भोजन चढाउछु। अग्नि देवता सूर्यदेवता जल चढाउछु।

देवपित्र इष्टमित्र सबैलाई चढाउछु। बुद्धम् भोजनम् अर्पाणम्।

१५. आर्य अबलोकितेश्वरये नम:

ॐ आर्य अबलोकितेश्वरये बोधिसत्वये महसत्वये महाकरूणिकये तद्याथ ॐ धरधर धिरधिर धुरूधुरू इट्टेइट्टे चलेचले कुसुमे कुसुमे इलिमिलि चित्तज्वाला स्वाहा।

१६. अभिषेक धारणी मन्त्र:

ॐ सर्वतथागत अभिषिञ्च अभिषिञ्च। ॐ काय शुद्धो अहं। ॐ वाक शुद्धो अहं। ॐ चित्त शुदो अहं। ॐ स्वभाव शुद्धो अहं। ॐ सर्वधर्म स्वभाव शुद्धो अहं। ॐ शून्यता बज्रज्ञान स्वभावात्म स्वाहा।

१८. ॐ अपरिमिता आयुर्ज्ञानको मन्त्र:

ॐ नमो भगवते अपरिमिता आयुर्ज्ञान सुविनिश्चित तेजोरजये तथागतये अर्हते सम्यक सम्बुद्ध तद्याथ ॐ पुण्येपुण्ये महापुण्ये अपरिमिता पुण्येज्ञान सम्भारो पचिते ॐ सर्वसंस्कार परिशुद्ध धर्मते गगने समुद्गते स्वभाव बिशुद्धे महानये परिवारे ..... स्वाहा।

१९. क्षमा याचनाये नम:

कायेन बाचा चितेन, पमादेन मायाकतं अच्चयं खममे भन्ते, भूपरिपञ्ञो तथागत॥

मेरो मन, बचन र शरीरले प्रमादबस् कुनै भूल गरेको छ भने, गम्भिर प्रज्ञा भएका तथागत गौतम बुद्धले क्षमा गर्नुहोस्।

२०. कुलदेव नम:

ॐ खोर्लोरिन्पोछे नोच्यन फैल्हु महाकाल हुँहुँ फट् स्वाहा ह१०८

२१. इष्टदेव नम:

ॐ नमो नमयेनम कौंरँब इष्टदेवये नमः ह१०८

२२. प्रज्ञापारमिता नम:

ॐ नमः प्रज्ञापारमिताये धीः ह१०

२३. श्रीदेवीको मन्त्र:

ॐ श्रीदेवी रेमती हुँ फट् स्वाहा ह३

२४. बज्रगुरूको मन्त्र:

ॐ बज्र रक्षरक्ष हुँ फट् स्वाहा ह३

२५. बसुन्धराको मन्त्र:

ॐ बँ बसुन्धरा रत्ननिधानक्षेत्रे स्वाहा ह३

२६. हयाङ्गीबको मन्त्र:

ॐ ह्री पद्मान्तकृत बज्रक्रोघ हयाङ्ग्रीब हुलुहुलु हुँ फट् स्वाहा।

२७. कृष्ण यमन्तकको मन्त्र:

ॐ ह्री ष्ट्री विकृतानन् हुँ हुँ फट् फट् शान्ति कुरू नमः स्वाहा।

२८. बज्रगुरू पद्मसंभावको मन्त्र:

ॐ बज्रगुरू पद्मसिद्धि हुँ फट्। ॐ बज्रसमयाज सिद्धिफल हुँ फट्। ॐमणिपद्मे हुँ।

२९. अभयको मन्त्र:

तद्याथ अण्डरे पण्डरे करेते कयुरे भूतंगमे भूतग्रहे भूतप्रक्षिते भूतय स्मरयनि प्रियावनि तेजवत्ति यशोवति गिरिणिनि शरीणिनि स्वाहा।

३०. बज्रअक्षोभ्यको मन्त्र:

ॐ नमो भगवते बज्रअक्षोभ्य ॐ कंकनी कंकनी रोचनी रोचनी त्रोटनी त्रोटनी त्रासनी त्रासनी प्रतिहान प्रतिहान सर्वकर्म परम्परानि मे सर्वसत्वनाञ्च स्वाहा।

३१. बज्रकिलको मन्त्र:

ॐ बज्रकिलि किलय सर्वबिध्नन् वन्ध हुँ फट्। ॐ सर्वबुद्ध डाकिनीये बज्रवर्णनीये बज्रबैरोचनीये हुँ हुँ फट् फट् स्वाहा।

३२. धनदेव कुबेरको मन्त्र:

ॐ अ जँ धनम् मे देही हुँ। ॐ धनदेव यक्षये वैश्रवणये धनधान्यधिपतये धनधान्य समृद्धि मे देहिदये स्वाहा।

३३. आर्य यशोधरा धारणी मन्त्र:

ॐ शाक्यकुलीन डण्डपानीपुत्री यशोधराये राहुलमाते सिद्धार्थ गौतमे मार्गसिद्धे अरूणोदये सहानसिले करूणादये मार्गफल शीलब्रते अर्हते अष्टधर्मपालये स्वाहा।

३४. आर्य ताराको धारणी मन्त्र:

ॐ तारे तुत्तारे ताराये समयस्थिते सर्वाभरण विभूषिते पद्मनिपद्म महापद्म आसनस्थिते त्रैलोक्यवरदे सर्वदेव पूजिते भगवती महासत्व तुतारे अवलोकितेश्वर विचित्रभरणे ॐ भृकुटी तारे हुँ फट् स्वाहा।

३५. शताक्षरी बज्रसत्वको धारणी मन्त्र:

ॐ बज्रसत्व समय मनुपालय बज्रसत्व त्वेनो पतिष्ठो मे भवः दृढो मे भवः सुतोष्यो मे भवः सुपोष्यो मे भवः अनुरक्तो मे भवः सर्वसिद्धि मे प्रयच्छः सर्वकर्मसु च मे चित्तं श्रेय कुरू हुँ ह ह ह ह हो हो भगवान सर्वतथागत पद्मसिद्धि बज्र म मे मुञ्च बज्रीभव महासमयसत्व अः हुँ फट स्वाहा।

३६. सर्व-अर्थ-सिद्धि धारणी मन्त्र:

तद्याथ धारणी उत्तारणी संप्रतिष्ठिते विजयवर्न सत्यप्रतिज्ञ ज्ञानवति उद्देपादनि विनामनि अभिषेचनि अभिव्यहार शुभवति अजिमतु एहिकुम्वलन वहहार क्लेशान धनपापं शोधय मार्गनं निरतिकं धर्मतं शुद्धलोकवि तिर्मिचस दुःख शमं सर्वबुद्ध अवलोकनं अधिष्ठिते प्रज्ञाज्ञानवि स्वाहा।

३७. बालबालिका ग्रहशान्ति धारणी मन्त्र:

स्यादयथेदन अंगेबंगेभंगे भवने इनन्दि बिनन्दि सुलुरी गिरीगिरी शवरी गरूनि शरूनि गिरी अवरी लोचने लसने अलभे अंगने अलभे तलभे बकर्षनी स्वाहा। स्यादयथेदन बोधिबोधी महाबोधी बोध अनुमते फलिनि बहुफले शिक्षा सारवते सागले दुरासदे दुरागमे शुर प्राप्ते शुरपते भगेभगाभगे भगिनी बालबालिका निवारणी स्वाहा।

३८. आर्य अवलोकितेश्वरको धारणी मन्त्र:

ॐ नमो रत्न त्रयाये। नमो आर्य ज्ञानसागर बैरोचन ब्यूहराजये तथागतये अर्हते सम्यक सम्बुद्धये नमो सर्वतथागतेभ्यः अर्हतेभ्यः सम्यक सम्बुदेभ्यः नमो आर्य अवलोकितेश्वरये बोधिसत्वये महासत्वये महाकरूनिकाये तद्याथ ॐ धरधर धिरीधिरी

धुरूधुरू इट्ठेविट्ठे चलेचले प्रचले कुशुमे कुशुमे इलिमिलि चिलि ज्वालंपनाए स्वाहा ।

३९. भेडीपालन धारणी महामन्त्र:

ॐ अपराजिता ज्वाला अमोघसिद्धि अअ रीरी लीली एए समय रत्नसिद्धि सिद्धिरत्न स्वभाव त्रं स्वाहा। ॐ बज्रजंभल मुग नेत्र त्रं स्वाहा। ॐ बज्र नमो रत्नत्रयाय स्वाहा। ॐ बज्रसमय स्वाहा। ॐ बज्र तद्याथ स्वाहा। ॐ हल हल जुलु जुलु स्वाहा।

४०. घोडीपालन महामन्त्र:

ॐ महाक्रोध रेमन्त हनहन हुँहुं फट् स्वाहा। आर्य ह्याङ्गृब सुरक्षा स्वाहा। ॐ पद्मान्तकृत ह्याङ्गृब बज्रक्रोध हुँ फट् स्वाहा। ॐ आर्य रेमन्त स्वाहा।

४१. बिबाद शान्त महामन्त्र:

ॐ नमो भगवते अर्हते सम्यक संबुद्ध तद्याथ ॐ मुनिमुनि महामुनि रक्ष सर्वपुष्टिं कुरू सर्वतथागत अधिष्ठाने अधिष्ठिते मं सर्वरक्ष रक्ष स्वाहा। ॐ खदुं रक्ष ॐ खछ्र्यु मारये त्रं रक्ष ॐ निवरसनी रक्ष हरहर रक्षरक्ष स्वाहा। तद्याथ ॐ बज्रपाणि मं रक्षरक्ष ॐ भ्योदोग खछ्र्यु मारये फट्। समय दुरक्ष हुँहुं फट् स्वाहा।

४२. भूमिपूजन महामन्त्र:

ॐ अथकर्ता शुद्धासनं उपविश्यं धूपंदीपंनैवेतमं संकल्पं स्वाहा। ततैवं दध्यक्षत बोधिसत्व च दद्यात ततं उत्खातभूमं सर्वपान विकिरेतं। ततं उत्तरवृद्ध्य उपशील सहिता बलिदान मन्त्रस्तु। ततं उत्तरे क्षेत्रपालमावाह्य ततो वस्तु पुरूषं इति मन्त्रेण सम्पुज्य प्रार्थयेते। ॐ एतन्ते बोधिसत्व महासत्व सर्वज्ञानं प्राहुर्बृस्पते बुद्धनं। तेनं यज्ञमव तेनं यज्ञापतिं तेनं मामव मनो जुर्तिजुषतामजस्य बृहस्पतिर्यज्ञमि तनोत्वरिष्ट यज्ञसमिमं दधातु विश्वेदेवस्य दयन्तमो भूमिशुद्धि दान प्रतिष्ठे पूजा स्वाहा।

४३. दीर्घायुको धारणी मन्त्र:

ॐ आयु पुण्येपुण्ये महापुण्ये आयु पुण्येज्ञान सम्भारो पचगरिणि स्वाहा। ॐ अमृते अमृते तोदभवरे अमृते संभवे अमृते विक्रान्ते गगने सर्वकर्म क्लेस क्षयं करिणी स्वाहा। ॐ रत्नेरत्ने महारत्ने रत्नेसंभवे रत्नेकरण रत्नेमाला विशुद्धाय सर्वपापं हुँ त्रत् फट्। जः हुँ बँ होः भगवान च छ र एह्येहि समयस्त्वं समय हुँ। प्रति ज ज हुँ ॐ अमोघ प्रतिहत फट् स्वाहा।

४४. यात्रा साइत महामन्त्र:

ॐ हस्ते हस्तं श्रीसम्पन्न भव। सर्बअंग श्रीसम्पन्न भव। बैश्यजनं धनलाभ खोजि गरिकन दशै दिशामा जानेहरू ठुलो लाभ गरी सुखि र आनन्दित होउन्। पूर्व, पश्चिम, उत्तर र दक्षिण दिशाका नक्षत्रहरूले तिम्रो पालन गरून्।

४५. पुण्यानुमोदनये नमः

इदं मे ञातिनं होतु सुखिन होन्तु ञातयो ह्य
एतावता च अम्मेहि सम्भतं पुण्यसम्पदं।
सब्बेदेव अनुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिय ॥
एतावता च अम्मेहि सम्भतं पुण्यसम्पदं।
सब्बेसत्ता अनुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिय ॥
एतावता च अम्मेहि सम्भतं पुण्यसम्पदं।
सब्बेभूता अनुमोदन्तु सब्ब सम्पत्ति सिद्धिय ॥
ॐ साधु! साधु! साधु! भवतु सर्वमंलम्! ॐ अरघमंपुष्पंधूपंदीपंसुगन्धं नैवेतं सर्वपरिकार महापञ्च अमृत स्वाहा। भवतु सर्वमंगलम्।

नेवाः अर्गनाइजेशन अफ न्यू इंग्लैण्ड, अमेरिका

Newah Organization of New England, USA

Registered Non Profit Corporation at Commonwealth of Massachusetts ID# 001194514

Website: www.newenglandnewah.org email: newenglandnewah@gmail.com

हार्दिक शुभकामना

सर्वप्रथम, बुद्ध जयन्तीको उपलक्ष्यमा बुद्धिजम डिजिटल लाइब्रेरीले डिजिटल प्राविधिकमार्फत २५७०औं बुद्ध जयन्ती डिजिटल उपहार प्रकाशन गर्न लागेकोमा धेरै धेरै शुभकामना दिन चाहन्छु। बुद्धले यो संसारलाई शान्तिको मार्ग देखाएको छ। त्यसैले हामी नेवार समुदायले पनि हरेक वर्ष शान्तिको दिप जलाएर बुद्ध जयन्ती मनाउँदै आइरहेका छौं।

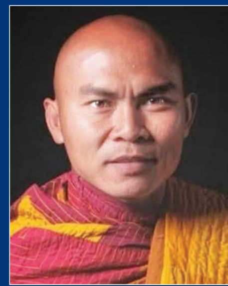
यस संसारका सबै प्राणीहरूलाई शान्ति रहोस् भनी यस वर्ष पनि हामी नेवार समुदायले बुद्ध जयन्ती मनाउँदछौं। धन्यवाद !

बिजेन्द्र कुमार प्रधान

अध्यक्ष

नेवाः अर्गनाइजेशन अफ न्यूईगलैन

Newah Organization of New England to Promote and Preservation of Newah Culture, Ritual, Heritage and language.



A HISTORIC PILGRIMAGE OF 2300 MILES IN 110 DAYS: "WALK FOR PEACE"

● DB Gurung

led by Venerable Bhikkhu Pannakara across the United States of America.

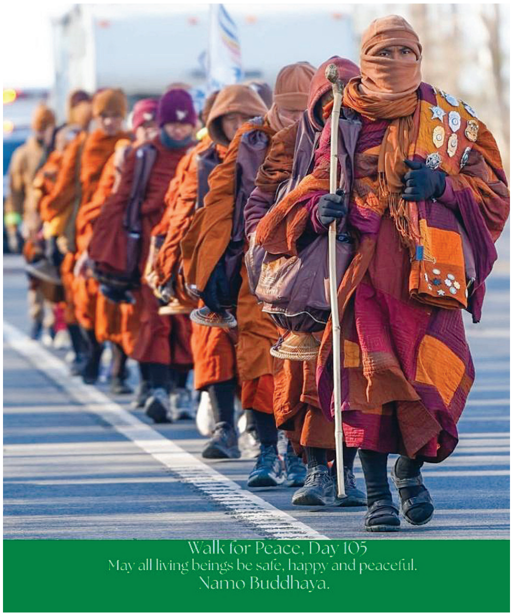
Venerable Bhikkhu Pannakara, also known as (Su Tue Nhan) was born in 1981 in Dak Lak, Vietnam, and immigrated to the United States of America in 1997. He earned a degree in Information Technology Engineering from the University of Texas at Arlington. He later served as a leader of the Buddhist Youth Association at Lien Hoa Temple in Irving, Texas, under the guidance of Venerable Khantidammo Phap Nhan.

Venerable Bhikkhu Pannakara was a devoted disciple in the lineage of His Holiness Vamsarakhita, the first Sangharaja of the Vietnamese Theravada Buddhist Sangha. He was ordained as a novice monk at Hung Dao Temple in Fort Worth, Texas, and received full ordination during the Vesak full moon in 2010.

In 2013, he was appointed deputy abbot and administrator of Hung Dao Temple. He later founded the Huang Tu Charity Foundation to serve communities worldwide. The Foundation's humanitarian work has reached many countries across Asia, Africa, and the Americas, focusing on clean drinking water, schools in remote villages, disaster relief for floods, earthquakes, and storms, and providing food, medicine, clothing, shelters, and recovery assistance.

In 2020, with the blessing of his teacher, Venerable Bhikkhu Pannakara initiated the Dhammacetiya Project, which includes the construction of a marble stupa complex and the multilingual translation of the Tripitaka beginning in 2022, supported by monastics, lay practitioners, and local authorities.

Venerable Bhikshu Pannakara also joined a Dhutanga Pilgrimage with approximately 100 ascetic monks, traveling across India and Nepal for about 3,400 kilometers over 112 days along the Buddha Circuit including Buddhagaya, Saranath, Kushinagr, and Jetwan. They carried only three robes and an alms bowl, slept under the open sky,



and lived solely on daily alms offered by lay supporters. This profound journey became part of his spiritual diary.

Currently, Venerable Bhukkhu Pannakara is leading a historic pilgrimage titled **"Walk for Peace"** across the United States of America. The journey began in Fort Worth, Texas, on October 26, 2025, and spans approximately 2,300 miles to Washington, D.C. The route passes through Texas, Louisiana, Mississippi, Alabama, Georgia, South Carolina, North Carolina, Virginia, Maryland, and concludes in Washington, D.C., with an expected completion in mid-February 2026. The pilgrimage includes 18 monks and a beloved peace dog named Aloka.

The mission of this historical milestone **"Walk for Peace"** Buddhist pilgrimage is to share a message of love, peace, compassion, mindfulness, awareness, and social harmony. Venerable Bhikkhu Pannakara is widely respected as a brilliant young scholar, the founder of the Huang Tu Charity Foundation, and a dynamic spiritual leader guiding this peace journey.

On November 19, 2025, near Dayton, Texas, a tragic accident occurred when a truck struck the group's scout vehicle, seriously injuring two monks. As a result, Venerable Bhikkhu Maha Dam Phommasam lost a leg. Despite this hardship, the pilgrimage did not end. In January 2026, the monks courageously resumed the walk, continuing through snow, ice, and freezing conditions across North Carolina and Virginia. During this time, peace dog Aloka also underwent leg surgery.

Supporters of the peace walk have stood silently along roadsides, offering flowers, fruits, and drinking water. As of February 9, the pilgrimage reached Richmond, Virginia, with hundreds of thousands of silent followers accompanying the journey toward Washington, D.C. This stands as a historic peace walk on American soil.

Venerable Bhikkhu Pannakara was honored on February 9, 2026, with a lieutenant's pin presented by the wife of a courageous officer who gave his precious life during the tragic events of September 11. May her husband's memory continue to shine as a light of peace, bringing celestial joy and everlasting bliss.

The **"Walk for Peace,"** led by Venerable Bhikkhu Pannakara, completed the 2,300-mile pilgrimage from Fort Worth, Texas, to Washington, D.C., arriving on February 12, 2026, after 110 days of walking. The group included 19 monks and their beloved rescue dog, Aloka.

We extend our heartfelt gratitude to all followers, well-wishers, writers, police officers, safety departments, communities,

and churches who provided safety, food, medicine, shelter, love, and compassion throughout this journey, especially during the harsh freezing weather.

Welcome to everyone to join the Peace Offering Program as follow:

1. Feburary 12, Thursday, 9:00AM
2. "Walk for Peace," continue in Maryland.
3. The walk starts from Navy-Marine Corps Memorial Stadium.
4. 10.00-10:45AM Peace gathering at the steps of the Maryland State Capital.
5. 12:30PM Departure to Fort Worth, Taxes.

May Buddha bless you all for peace & prosperity.

(Kalyanmitra DB Gurung a writer, translator and founder of BDL, Inc., USA., The sources of this article is official page of 110 days, "Walk for Peace.")

https://www.buddhismlibrary.org