

འཇམ་མཉམས་  
འཇམ་མཉམས་



# बोधिपथप्रदीप

बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार

रचनाकार: परम पूजनीय नवौं खेन्छेन ठाङ्ग रिम्पोछे

नेपाली अनुवाद: आचार्य डोडुप ग्याल्छेन योन्जन

༄༅། །རྫོག་རྫོག་དཔལ་ལྷན་ལ་ཉི་ཤེས་མཛད་པའི་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རྫོན་མ་པལ་རྒྱན་དུ་བཀྲལ་བ་  
རྫོང་མཁའ་ལྷུག་པའི་རྫོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

अतिश दीपंकर श्रीज्ञानद्वारा रचित बोधिपथप्रदीप सरल  
भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार ।



रचनाकार:

परम पूजनीय नवौं योङ्जीन खेन्छेन ठाङ्ग रिन्पोछे

नेपाली अनुवाद:

आचार्य डोडुप ग्याल्छेन योन्जन

ग्रन्थको नाम	: बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार ।
रचनाकार	: परम पूजनीय नवौँ योङ्जीन ठाङ्गु रिन्पोछे
मूल श्लोक	: महाचार्य अतिश दीपंकर श्रीज्ञान
नेपाली अनुवादक	: आचार्य डोडुप ग्याल्छेन योन्जन
सम्पादक	: लामा कोन्छोग रिन्छेन लामा कर्म मिङ्मार लोपोन तेन्जीन नोर्बु लामा
भाषा शुद्धीकरण	: महेशप्रसाद कोइराला
सहयोगी दाता	: श्रद्धेय दुल्कु दाम्क्षो रिन्पोछे
डिजाइन तथा लेआउट	: आचार्य डोडुप ग्याल्छेन योन्जन
संस्करण	: पहिलो, १००० प्रति
संस्करण मिति	: वि.सं.२०८२ साल, सन् २०२६

सर्वाधिकार © अनुवादक

ISBN: 9789937-1-9754-0



Dharma  
K a r a

THRANGU DHARMAKARA PUBLICATIONS

Namo Buddha Municipality-01, Kavre, Bagmati Province

P.O. Box 1287, Kathmandu, Nepal

Website: [www.rinpoche.com](http://www.rinpoche.com) [www.namobuddha.org](http://www.namobuddha.org)



# श्री नमोबुद्ध बौद्ध धर्म ध्यान तथा शिक्षण केन्द्र

ठाङ्गु टासी छायलिङ्ग गुम्बा बौद्ध काठमाडौं

२०५३

७७। खर्गेरु नुस गसुमा ग्री क्रुया व शउेग वसुसा व।।

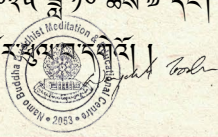
व।स।अगु।यि।सु।अ।सुगसा।हे।उव।।

खि।वदग।सो।गसा।वसासा।गसुमा।अगु।व।या।।

नुस।क्रुव।केद।खेद।वद।सुगसा।हे।सा।ग।वे।गसा।।

दे।यद।गदसा।उव।ग्री।सुदसा।अदे।र।सु।केसा।वदुव।सुव।वग।अ।गदसासा।व।वेसा।गसासा।पद।सुव।  
वक्रुद।ग्री।पेद।रुदे।सो।या।असुदे।केव।पो।हे।पो।हे।द।व।या।सद।खे।सद।द।य।सेसा।वदसा।ग्रीसा।सद।द।पद।से।  
सुद।गसुमा।ग्री।सुद।पो।सुसेसा।वु।गसुमा।ग्री।यासा।ग्री।देसा।व।गसाया।वद।वुद।कुव।यासा।ग्री।सुवेव।सा।अदे।गेद।  
ग्री।के।ग।देव।कुसासा।दे।गसा।सु।वद।द।गोसा।केद।नुद।दे।गसा।गे। दे।गसा।दद।ग्रीया।अपेद।गुव।ग्री।उव।  
वदग।य।सुवसा।हे।यदसा।अदेव।सा।वव।केव।दे।हे।अकेद।केव।पो।सकेव।वसा।दद।सुव।गसासा।वद।  
देव।व।या।सुद।ग्री।यासा।वसा।गो।वदेव।वगुया।वद।वुद।कुव।यासा।ग्री।सुवेव।सा।व।या।सुद।नुद।वगुया।व।सुवे।  
दसाव।असुग।पद।सुवे।वेसा।वु।व।ये।गसा।व।पद।सुद।नुद।सुद।व।गद। गे।केव।दद।द।गोव।ग्री।सु।सुवेव।ददसा।  
गुव।क्रुया।सकेव।सकेव।वसा।वसुव।दद।अगु।वद।देव।नुद।गुव।सुवेव।दद।सुव।वसासा।क्रु।केव।पो।से।सुवे।  
वसा।व।या।सुद।से।ग।वसुव।वसा।वद।सुव।गवद।वद।हेसा।सु।यि।दद।दद। गुव।उ।सुवेव।व।अदे।क्रुया।वद।  
वसुव।व।देव।पो।केव।वदसा।अदे।गसा।दद।से।ग।द।पेद।असुव।वेद। उव।वद।से।ग।व।के।कुद।गी।गसुद।  
दव।सा।यासा।व।गदसासा।वद।अकेव।वद।दसा।वद।केसा।अदे।गेद।ग्री।से।व।यासा।सु।सेद।नुद।उव।वद।सुवेव।  
अदुव।वउतसा।

केसा।हे।सु।अदे।खेद।अदेव।वद।वद।सुव।सुवेवसा।सुव।वसा। सुवे।ये।२०२५।सु।१०।केसा।य।दद।  
वेद।ये।२०२५।सु।२।केसा।१५।असुवेव।सुवेव।दद।नुस।व।केव।दद।गो।वद।गेव।से।व।सुव।व।दद।ये।।



## श्रद्धेय क्षोज्ये लामा वाङ्क्षुग रिन्पोछेज्यूको आशीर्वचन

नाथ, त्रिकालको जिनहरूको एकरूप,  
पिता, करुणावान् गुरु ठाङ्गुले,  
मानव, म आदि त्रिधातुको सबै प्राणीलाई,  
हरपल, निरन्तर करुणाले हेरिरहनुहोस् ॥

हिमाली भूमि भोटमा 'सप्त देव-धर्मयुक्त (चार देव र तीन धर्म) कदम्पा' भनेर प्रसिद्ध रहेको साधना परम्पराको महाप्रवर्तक अतिश दीपंकर श्रीज्ञानले रचना गर्नुभएको 'बोधिपथप्रदीप' नामक ग्रन्थले त्रिपिटकको सार, तीन पुरुषको मार्ग क्रमशः स्पष्ट रूपले दर्साएको छ। यस ग्रन्थको शब्द तथा अर्थ श्रद्धालु अनुयायी, सिकारुहरूले बुझ्न सजिलो होस् भन्ने हेतुले वज्रधार परम पूजनीय गुरु नवौं खेन्छेन ठाङ्गु रिन्पोछेज्यूले बोलीचालीको भाषामा व्याख्या गर्नुभएको 'बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार' नामक यो उत्तम शास्त्रलाई हालै हाम्रो गोन्पाको आचार्य डोडुप ग्याल्छेनज्यूले बौद्ध शिक्षा तथा प्राणीहरूको हितको लागि उत्तम सदाशयसहित नेपालीमा अनुवाद गरी प्रकाशन गर्नुभएकोमा हार्दिक अनुमोदन व्यक्त गर्दछु।

यो कुशल कार्यले बौद्ध शिक्षामा टेवा पुगोस् र एउटा राम्रो उदाहरण बनोस्। विशेष गरी त्रियानको सम्पूर्ण उपदेशहरू स्पष्ट दर्साउने यो सद्धर्म कार्य असीमित रूपले फैलियोस् भनी प्रार्थना गर्दछु।

क्षोज्ये लामा नामधारी वाङ्क्षुग तोब्देनद्वारा सन् २०२५ अक्टोबर ७ तारिख तदनुसार भोट वर्षः २१५२ आठौं महिनाको पूर्णिमाको दिन शुभ दिन तथा पुण्य तिथिमा लेखिएको। शुभम् ॥



॥ नमो शाक्यमुनये ॥



॥ अतिश दीपंकर श्रीज्ञान ॥

ज्योवोज्ये पाल्देन अतिश (सन् १८२-१०५४)



॥ परम पूजनीय नवौं योङ्जीन खेन्छेन ठाङ्गु रिन्पोछे ॥

कर्म लोडोए रिङ्लुग् मावी सेङ्गे (१९३३-२०२३)



## अतिश दीपंकर श्रीज्ञानद्वारा रचित बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार ।

त्रिकालका समस्त बुद्धहरूको स्वभावरूपी कुल तथा सागर मण्डलका विभु अतुलनीय कृपालु श्रीमान् सद्गुरुको निर्मल चरणमा आदरभावसहित शिर स्पर्श गर्दै साष्टाङ्ग दण्डवत्का साथ शरणमा जाँदै छु, अधिष्ठित गर्नुहोस् ।

अकनिष्ठ धर्मधातुको प्रासादमा,  
सबै त्रिकाल बुद्धहरूको स्वभावरूपी  
स्वचित्तलाई धर्मकायका रूपमा प्रत्यक्ष दर्शन गराउने,  
मूल गुरुको चरणमा साष्टाङ्ग दण्डवत् ॥

आकाशव्यापी प्राणीहरूलाई सर्वज्ञ अनुत्तर सम्यक् सम्बुद्धपदमा पुऱ्याउनु छ । त्यसको लागि गम्भीर सद्धर्म सुनेर विधि पूर्वक अभ्यास गर्ने सोचले उत्तम सदाशय, बोधिचित्त उत्पाद गरी सुन्नुहोस् ।

बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार नामक शास्त्र दर्साउँदा तीन भेदहरू छन् । क) सुरुवातमा; अभिवादन र सदाशय स्मरण गरिएको, ख) मध्यममा; बोधिपथप्रदीप मूल शास्त्र, र ग) पृष्ठमा; समापन ।

## क) पहिलो, अभिवादन र सदाशय स्मरण गरिएको—

आज तपाईंहरूलाई भेटेर धर्मको माध्यमबाट जोडिन पाउँदा अति भाग्यशाली र शुभ भएको छ, धन्यवाद। सर्वप्रथम टाशी देलेग ! भन्न चाहन्छु।

यसपालि मैले अतिशय दीपंकर श्रीज्ञानद्वारा रचित 'बोधिपथप्रदीप' नामक ग्रन्थको धर्मदेशना गर्दैछु। साधारणतया ज्याङ् छ्युब (बोधि) अर्थात् हाम्रो काय, वाक् र चित्तमा रहेको खराब छाप (वासना), नकारात्मक विचार, दोष, विकृति आदि सफा गर्नुलाई 'ज्याङ्' भनिन्छ। 'छ्युब' भन्नाले पहिले नभएका गुणहरूको विकास गर्नुलाई बुझिन्छ। यसलाई सद्धर्मको परिभाषिक शब्दमा बुद्ध वा बोधि भनिन्छ भने सरल भाषामा शुद्ध पार्नु वा सर्वसम्पन्न गुणयुक्त पार्नु भन्ने बुझिन्छ।

यस्तो बोधिमा एउटा मार्गको माध्यमबाट प्रवेश गर्नुपर्ने हुन्छ। सर्वप्रथम मार्ग नभेटेको अवस्थामा त्यसलाई खोज्नुपर्छ र भेटेपछि उक्त मार्गलाई राम्ररी बुझेर, विना गल्ती, एउटा उत्तम मार्गमा प्रस्थान गर्नुपर्छ। उदाहरणको लागि, जसरी अँध्यारोमा दियो अथवा बिजुली बालेर यता उता जान सक्ने वा त्यो स्थानलाई उज्यालो पार्न सकिन्छ, त्यसरी नै सद्धर्मको प्रदीप अर्थात् दियो बालेर बोधि भूमिमा प्रस्थान गर्नुपर्ने भएकोले 'बोधिपथप्रदीप' भनेको हो। त्यसैले यो शास्त्रको देशना गर्दा वृहत् लाभ हुन्छ भन्ने लाग्यो।

साधारणतया धर्मदेशना गर्दा शुद्ध सदाशय स्पष्ट स्पष्ट रूपले स्मरण गराउनुपर्ने वा प्रस्ट्याउनु पर्ने हुन्छ तर अहिले तपाईंहरू

सांसारिक काम वा नाटक प्रदर्शन हेर्न आउनुभएको नभई सद्धर्मको निम्ति विभिन्न कठिनाइहरू अपनाएर आउनुभएकोले तपाईंहरूमा शुद्ध मनसाय तथा सकारात्मक सोच छ भन्ने मानेर यहाँ चर्चा गर्दिन ।

तर प्रसङ्गवश भन्नै पर्दा, सदाशय दुई प्रकारका छन्: हेतुरूपी सदाशय र समयरूपी सदाशय । पहिलो, हेतुरूपी सदाशय भन्नाले सर्वप्रथम ‘मैले धर्म साधना गर्नुपर्छ’, ‘धर्मद्वारमा प्रस्थान गर्नुपर्छ’, ‘धर्म अभ्यास गर्नुपर्छ’ भन्ने सोचलाई बुझिन्छ । दोस्रो, समयरूपी सदाशय भन्नाले आफूले सद्धर्म श्रवण, चिन्तन र भावना गरिरहेको बेलामा पनि सकारात्मक तथा सम्यक् सदाशययुक्त हुनुपर्छ । त्यसैले तपाईंहरूले सम्यक् सदाशय, “म मोक्ष तथा सर्वज्ञ मार्गमा प्रस्थान गर्छु” भन्ने चिन्तन गरी उत्तम सदाशय बोधिचित्त उत्पन्न गर्नुहोस् भन्न चाहन्छु ।

तपाईंहरू अहिले यहाँ आउनुभएकोमा अति भाग्यशाली हुनुभएको छ किनभने तपाईंहरूले परम पावन १७औँ ग्याल्वाङ् कर्मपा उर्गेन ठिन्ले दोर्जेज्युको दर्शन पाउनुभयो । उहाँको दर्शनले सर्वसाधारण भक्तजनको चित्तमा मोक्षको बीजारोपण हुन्छ र सद्धर्म अभ्यासी हो भने सद्धर्मको अधिष्ठान तथा आशिष् प्राप्त आदि उद्देश्य परिपूर्ण हुन्छ ।

यसपालि उहाँको दर्शन मात्र नभई तपाईंहरूले उहाँबाट सद्धर्म श्रवण गर्ने सुवर्ण अवसर प्राप्त गर्नुभएको छ । हजुरहरू यहाँ आउनुभई धर्म अभ्यास गर्नको लागि एउटा सुवर्ण अवसर प्राप्त भएकोले अति भाग्यमानी हुनुहुन्छ । त्यसैले “भाग्यमानी भयौँ” भन्ने

सोचेर मन भित्रैदेखि प्रसन्नता (मुदिता) र उत्साह जगाउनुपर्छ । विशेष गरी “परम पावन ग्याल्वाङ् कर्मपाको दर्शन हुनुका साथै उहाँबाट सद्धर्म सुन्ने सुवर्ण अवसर प्राप्त भयो” भन्ने सोचेर मनमा प्रसन्नता र उत्साहको भावना जगाउनुपर्छ । भविष्यमा पनि धर्म अभ्यास गर्न सक्ने र बुद्ध शासन (बौद्ध शिक्षा) कहिल्यै नष्ट नहुन राम्ररी प्रणिधान गर्ने जस्ता शुद्ध मनसाय राख्नुहोस् भन्न चाहन्छु ।

ख) दोस्रो, बोधिपथप्रदीप मूल शास्त्र दर्साउँदा चार भेद छन् ।  
१. शीर्षकको अर्थ २. अनुवादक वन्दना ३. मूल विषय, ४. पृष्ठ ।  
पहिलो, शीर्षकको अर्थ—

*संस्कृतमा बोधिपथप्रदीपं,*

*भोट भाषामा ज्याङ् छ्युब लाम् ग्यी डोन्मा ।*

शास्त्रको नाम सुरुवातमै संस्कृतमा उल्लेख गर्नुको मूल कारण के हो भने, सद्धर्म आर्यभूमि भारतबाट सुरु भएर हो । सर्वप्रथम तथागत बुद्ध स्वयम्ले धर्मदेशना गर्नुभयो र पछि विद्वान अनुयायीहरूद्वारा शास्त्रहरू रचिए । त्यसपछि तिब्बतमा क्रमशः विस्तार भएको दर्साउनको लागि शास्त्रको नाम सुरुवातमै संस्कृतमा उल्लेख गरिन्छ ।

कहिलेकाहीं भोटको बौद्ध धर्मलाई ‘लामाको धर्म’ भन्ने गर्छन् तर त्यसो होइन । विशेष गरी ‘बोधिपथप्रदीप’ भारतीय पण्डित ज्योवोज्ये पल्देन अतिश यानि आचार्य दीपंकर श्रीज्ञानले रचना गर्नुभएको हो । त्यसैले भारतवर्षको महापण्डितद्वारा रचना गरिएको दर्साउनलाई पनि शास्त्रको नाम संस्कृतमा उल्लेख गरिएको हो ।

## दोस्रो, अनुवादक वन्दना—

*बोधिसत्त्व कुमारभूत मञ्जुश्रीलाई वन्दना ॥*

यो शास्त्र पहिले संस्कृतमा रहेको र पछि अनुवादकले भोट भाषामा अनुवाद गरेको हो। अनुवादकले अनुवाद गर्ने क्रममा कुनै बाधा अड्चन नपरोस् र भोट भाषामा अनुवाद गरी असङ्ख्य प्राणीहरूलाई लाभ पुगोस् भनी श्रद्धा तथा आदरभाव जगाएर प्रार्थना र प्रणिधान गर्नलाई मञ्जुश्रीलाई वन्दना गरिएको हो।

तेस्रो, मूल विषयमा तीन भेद; १. मङ्गलाचरणका साथ व्याख्या गर्ने प्रतिज्ञा २. मूल विषयको व्याख्या, ३. रचना गर्नुको कारण।

पहिलो, मङ्गलाचरणका साथ व्याख्या गर्ने प्रतिज्ञा—

*त्रिकालका समस्त जिन तथा उहाँका धर्म र  
संघहरूप्रति ठुलो आदरपूर्वक वन्दना गर्दै,  
भद्रशिष्य बोधिप्रभाको अनुरोधमा  
बोधिपथ प्रदीपको पूर्ण रूपमा स्पष्ट पार्दछु ॥१॥*

त्यसपछि महोपाध्याय दीपंकर श्रीज्ञान (ज्योवो ज्ये पल्देन अतिश) को मूल वचन दर्साइन्छ। यो एउटा श्लोकको पहिलो दुई पङ्क्तिहरूले मङ्गलाचरण र पछिल्लो दुई पङ्क्तिहरूले ग्रन्थ रचना गर्ने प्रतिज्ञा अर्थात् सङ्कल्प दर्साउँछ।

**पहिलो, मङ्गलाचरण—** ‘बुद्ध, धर्म र संघ अर्थात् त्रिरत्नप्रति अथाह श्रद्धाभाव सहित वन्दना गर्दै’ भनी आचार्य दीपंकर श्रीज्ञानको ‘बोधिपथप्रदीप’ रचनाले असङ्ख्य प्राणीहरूलाई लाभ र विशेष आशीर्वाद प्राप्त हुनलाई वन्दना र प्रार्थना गरेको हो।

**दोस्रो, ग्रन्थ रचना गर्ने प्रतिज्ञा—** कुशल चेला बोधिप्रभाले बारम्बार अनुरोध गरेकोले ‘बोधिपथप्रदीप’ नामक शास्त्र पूर्ण रूपले प्रकाश पार्छु भन्नुभएको हो। त्यसैगरी रचना गर्ने प्रतिज्ञालाई ऐतिहासिक घटनासँग जोडेर दर्साउनुभएको छ।

तिब्बतमा सुरुमा सद्धर्म विस्तार हुँदा ‘खेन्लोब् छ्योए सुम’ (महोपाध्याय शान्त रक्षित, आचार्य पद्मसम्भव, र धर्मराज ट्रिस्त्रोङ देउचेन) हुनुहुन्थ्यो। उहाँहरूले तिब्बतमा सद्धर्म विस्तार गर्नुभएकोले अति नै विशेष रूपले फैलिएको थियो। तर पछि ‘लाङ् दर्मा’ भन्ने राजाले आफ्नो शासनकालमा बौद्धधर्मलाई नष्ट पारेकोले अति नाजुक भयो। त्यसपछि श्रद्धालु अनुयायीहरूले विस्तारै बौद्ध शिक्षाको दीपकलाई पुनरुत्थान गरेर थोरै भए पनि विस्तार गरेका थिए। तर एउटा कुशल तथा विशुद्ध सद्धर्म भने विस्तार हुन सकेको थिएन। त्यसैले तिब्बतमा एउटा शुद्ध र अर्को मिश्रित धर्म दुवै विस्तार भएकोले अलि असहज भएको थियो।

त्यसबेला तिब्बतको राजपरिवारमा जन्मनु भएको ‘ल्हा लामा येस्ये होए (ज्ञानप्रभा) र उहाँका भान्जा तथा भद्रशिष्य ज्याङ्छ्युब होए (बोधिप्रभा)ले ज्योवोज्ये पल्देन अतिशलाई भारतबाट आमन्त्रण गर्नुभयो। उहाँहरूले तिब्बतमा सद्धर्मलाई पहिलेको जस्तै पुनः शुद्ध र राम्रो स्थापित गरिदिनुहुन अनुरोध गरेकाले

ज्योवोज्ये पल्देन अतिश तिब्बतमा चौध वर्षसम्म बस्नुभई वृहत् रूपले सद्धर्मचक्र विस्तार गर्नुभयो। त्यसैगरी विशेष अधिष्ठान स्वरूप 'बोधिपथप्रदीप' शास्त्रको रचना गर्नुभयो।

बोधिपथप्रदीप शास्त्रमा के बताइएको छ भने, सद्धर्म अभ्यास क्रममा प्रारम्भिक रूपमा **अधम पुरुष** (सिकारु)ले कसरी अभ्यास गर्नुपर्ने, त्यसपछि सद्धर्मप्रति श्रद्धा र आदरभाव राम्ररी उत्पन्न भएर अभ्यास गर्न सक्ने **मध्यम पुरुष**को मार्ग क्रममा कसरी अभ्यास गर्नुपर्ने, र अभ्यास विशिष्ट भएपछि विशेष उत्तम पुरुषको मार्ग क्रममा बोधिपथ कसरी साधना गर्नुपर्छ भन्ने बारे स्पष्ट रूपले दर्साइएको छ। **उत्तम पुरुष**को मार्ग दर्साउँदा; महायान मार्गमा दुई ओटा 'वृहत् सूत्र' र 'गम्भीर मन्त्र' रहेको मध्ये वृहत् सूत्रमार्गमा प्रवेश गर्दा सद्धर्म कसरी अभ्यास गर्नुपर्छ र गम्भीर मन्त्र मार्गमा प्रस्थान गर्दा कसरी अभ्यास गर्नुपर्छ भन्ने बारे चार भेदमा छुट्ट्याएर बोधिपथलाई स्पष्ट दर्साउनुभएको छ।

ती उपदेशहरू क्रमशः विस्तार हुँदै जाँदा, हाम्रो काग्यु परम्पराको सन्दर्भमा, इयाम्मे दाक्पो ल्हाज्ये (गम्पोपा)को आगमन भएको थियो। वास्तवमा, गम्पोपा एउटा साधारण पुरुष नभई तथागत बुद्धद्वारा व्याकृत (भविष्यवाणी) गरिएको पुरुष हो। तर पनि उहाँले विभिन्न कल्याण मित्र अर्थात् गुरुहरूको अनुसरण गर्नुभएको र सद्धर्म अभ्यास गर्नुभएको लिला देखाउनुभयो। अभ्यास गर्ने क्रममा उहाँले भट्टारक मिलारेपाको निर्माणकाय रूपी सँग भेट हुँदा मिलारेपाप्रति वृहत् श्रद्धा तथा भक्तिभाव जाग्यो। उहाँको मनमा, "जसरी भए पनि मिलारेपाको दर्शन गरी उहाँबाट

अति विशेष सद्धर्मको उपदेश प्राप्त गर्नुपन्थो” भन्ने चाहना जाग्यो । त्यसैले उहाँले कादम्पा सम्प्रदायका आफ्ना गुरु तथा कल्याण मित्रहरूलाई, “मिलारेपालाई एक पटक भेट्न जान्छु” भनी बिन्ती गर्नुभयो ।

सोही क्रममा कादम्पाका एकजना कल्याण मित्र डेपाले, “ज्येचुन मिलारेपाको दर्शन गर्नु धेरै राम्रो कुरा हो, विशेष उपदेश लिनुपर्छ, अभ्यास पनि गर्नुपर्छ, तर हाम्रो कादम्पाको पहिचान (परम्परा) नमेटाई राम्ररी सम्हालेर यतै फर्केर आउ है ।” भन्नुभयो ।

त्यसपछि स्वामी गम्पोपाले भट्टारक मिलारेपाको दर्शन गर्नुभयो । उहाँबाट महामुद्रा, नारोपाका छ धर्म (नारो योग) लगायत विशेष उपदेशहरू प्राप्त गरी अभ्यास गर्नुभयो । ती अभ्यासकै फलस्वरूप उहाँले विशेष सिद्धि प्राप्त गर्नुभयो । त्यसपछि उहाँ फर्किनु हुँदा, मिलारेपाको अनुयायी जस्तो सेतो कपडा (योगीको वस्त्र) धारण नगरी कादम्पाका गुरुहरू झैं कादम्पाको पहिचान सहित फर्किनुभई बौद्ध शिक्षाको विस्तार गर्नुभयो । त्यसैले ‘काछ्याग् छ्युवो च्यिङ्गे (कादम्पा र महामुद्रा नदीको सङ्गम) अर्थात् अतिशद्वारा विस्तार भएको परम्परा ‘कादम्पाको उपदेश’ र भट्टारक मर्पा तथा मिलारेपाद्वारा विस्तार भएको परम्परा ‘महामुद्राको उपदेश’हरू एकैसाथ अभ्यास गर्ने परम्पराको सुरुवात गर्नुभयो ।

यो परम्परा स्थापना गरी यसलाई विस्तार गर्नका लागि उहाँले विशेष उपदेशहरू शास्त्रको रूपमा रचना गर्नुभयो । ती के-के हुन्

भने, विस्तृतमा; 'सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालंकार' र सङ्क्षिप्तमा; 'दाग्पोका चार धर्म' हुन्।

दाग्पोका चार धर्महरू यस प्रकार छन्:

१. मति धर्ममा लाग्नु; अधम पुरुषको मार्ग,
२. धर्म मार्गमा लाग्नु; मध्यम पुरुषको मार्ग,
३. मार्गले भ्रम नष्ट गर्नु; उत्तम पुरुषको मार्ग र

४. भ्रम ज्ञानमा उदय हुनु; गुह्यवज्रयान मार्गमा प्रस्थान गर्ने विधि दर्साउनुभएको छ जुन उहाँले बोधिपथप्रदीप सँग मेल खाने तवरले अभ्यास गर्ने उपायहरू दर्साउनुभएको छ।

यसरी गम्पोपाले 'दाग्पोका चार धर्म' मार्फत अतिश दीपंकर श्रीज्ञानद्वारा रचित बोधिपथप्रदीपको अभिप्राय मेल हुने गरी गुह्यवज्रयानको मार्गमा प्रवेश गर्ने विधि बताउनुभएको छ।

सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालङ्कारमा 'दुर्लभ (क्षणसम्पात् युक्त) मानव जीवन प्राप्तिको कठिनता', 'कल्याण मित्रको अनुसरण' आदि परिच्छेदले अधम पुरुषको मार्गमा प्रवेश गर्ने विधि दर्साएको छ। त्यसपछि 'अनित्यता' र 'सांसारिक दोष दर्साउने' आदि विषयहरूको माध्यमबाट मध्यम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्ने विधि दर्साएको छ। त्यसैगरी 'प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद र प्रस्थान बोधिचित्तोत्पादको संवर ग्रहण' जस्ता शास्त्रको प्राय विषय उत्तम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्ने विधि दर्साउनुभएको छ।

सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालङ्कार भित्र गुह्य वज्रयानको मार्ग बारे भने खासै विस्तृतमा व्याख्या गर्नुभएको छैन। तर 'ध्यान' परिच्छेदमा 'मिला पिता-पुत्र' (मार्पा र मिला)को उपदेश अनुसार

ध्यान गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ। ‘प्रज्ञा’ परिच्छेदमा, “महामुद्राको उपदेश जसरी नै भावना गर्नुपर्छ” भन्ने उल्लेख गरी ‘भ्रम ज्ञानमा उदय हुने’ उपदेशहरू बताउनुभएको छ। त्यसैले गम्पोपाले बोधिपथप्रदीपको अभिप्रायअनुसार ‘कादम्पा र महामुद्रा’को संयुक्त उपदेश रहेका शास्त्रहरू रचना गर्नुभयो। त्यसपछि ज्यम्गोन कोङ्टुल रिन्पोछेले बोधिपथप्रदीपको टीका (व्याख्या) रचना गर्नुभएको थियो। त्यसैगरी यसपालि मैले पनि तपाईंहरूलाई बोधिपथप्रदीपको धर्मदेशना गर्दछु।

दोस्रो, मूल विषयको व्याख्यामा दुई; १. तीन पुरुषहरूको भेद सङ्क्षिप्तमा दर्साएको, र २. तिनीहरूको मार्गको आ-आफ्नो लक्षण उल्लेख।

पहिलो, तीन पुरुषहरूको भेद सङ्क्षिप्तमा दर्साएको—

अधम, मध्यम र उत्तम,  
तीन पुरुष रहेको बुझ्नुपर्छ,  
तिनीहरूको लक्षण प्रष्ट हुने,  
प्रत्येकको भेद लेख्दछु ॥२॥

साधारणतया अधम पुरुष, मध्यम पुरुष र उत्तम पुरुषको मार्ग गरी तीन भेदहरू छन्। उत्तम पुरुष मार्गमा पनि वृहत् सूत्र मार्ग र गम्भीर गुह्यमन्त्र मार्ग छन् भने तिनीहरूको स्पष्ट लक्षण (परिभाषा) र प्रत्येकका भेदहरू लेख्दछु अर्थात् माथि उल्लेख गरे झैं, १) सुरुवाती अनुयायीहरू जो वृहत् मार्ग बोधिचित्त उत्पाद

र गम्भीर गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्गमा प्रस्थान गर्न नसक्नेहरूको लागि सर्वप्रथम अधम पुरुषको मार्गमा प्रवेश गर्ने विधि, २) सांसारिक दुःख त्याग्न चाहना भएकाहरूका लागि मध्यम पुरुषको मार्गमा प्रवेश गर्ने विधि, ३) अचिन्त्य प्राणीहरूको लाभ गर्ने अर्थात् स्व-परार्थ दुबै परिपूर्ण गर्छु भन्ने अति विशाल सदाशययुक्तहरूका लागि उत्तम पुरुषको मार्गमा प्रवेश गर्ने विधि, र ४) विशेष गरी एकै जुनीमा युगनद्ध वज्रधरपद प्राप्त गर्छु भन्ने सोचेर कठोर तपस्या गर्ने तथा वीर्यवान् (पुण्य कार्यमा उत्साह सहित् प्रयत्न गर्ने)हरूको लागि गम्भीर गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्गमा प्रस्थान गर्ने विधि देखाउनुभएको छ । त्यसैले “चार मार्गको परिभाषा र भेदहरू लेख्छु”, भन्नुभएको हो ।

दोस्रो, तिनीहरूको मार्गको आ-आफ्नो लक्षण उल्लेख गर्दा तीन;  
१. अधम पुरुषको लक्षण, २. मध्यम पुरुषको लक्षण, र ३. उत्तम पुरुषको लक्षण ।

पहिलो, अधम पुरुषको लक्षण—

जसले जुनै पनि उपायद्वारा,  
सांसारिक सुख मात्रको,  
आफ्नै लागि अभिलाषा राख्छ,  
त्यो अधम पुरुष हो भन्ने बुझ्नुपर्छ ॥३॥

तीन प्रकारका पुरुषको मार्ग क्रमशः दसैंउँदा, पहिलो, अधम पुरुषको मार्ग— साधारणतया धर्म अभ्यास गर्ने मान्छेहरूमा फरक

फरक मनसाय तथा अनुभूति हुन्छन्। त्यसमध्ये कोही मान्छे भने, “बुद्धत्व प्राप्त गर्नुपर्ने कुरा गर्दा, खै ! थाहा भएन, पक्कै सकिँदैन होला !” भन्ने जस्ता आत्मबल कम भएका हुन्छन्। त्यसैगरी संसार (त्रिलोकधातु) त्याग्नुपर्ने कुरा गर्दा, त्याग्ने चाहना नभएको वा यस जगत्बाट पार हुने कुनै इच्छा नभएको पनि हुन्छन्।

यस्ता सुरुवातीहरूलाई सद्धर्मको अभ्यास गर्ने अवसर छ त ? भने, अभ्यास गर्ने अवसर अवश्य छ। वास्तवमा एउटा सिकारु अधम पुरुषको मानसिकता भएको व्यक्तिले जगत्बाट पार हुने चाहना राख्दैन। तर यसै संसारमा रहेर उसले त्रिधातु (सांसारिक) सुख मात्र भएपनि आफ्नो लागि प्राप्त गर्ने विभिन्न उपायहरू अपनाउँछ। उदाहरणको लागि, केही व्यक्तिहरू ‘यसै जुनीमा सुख र शान्ति प्राप्त भए हुन्थ्यो’ भन्ने सोच्छन्। अरू केहीले भने यो जन्म मात्र नभई हरेक जन्महरूमा पनि दुर्गातिमा फस्न नचाहने र नीच जन्म नलिई भद्रजन्म प्राप्त गरी सुखमय होस् भन्ने सोचका हुन्छन्। त्यस्तो व्यक्ति अधम पुरुष (साधारण साधक) हो भनी बुझ्नुपर्छ। तिनीहरूमा बुद्धत्व प्राप्त गर्ने सोच वा निर्वाण प्राप्त गर्ने सोच हुँदैन। तर पनि तिनीहरूमा धर्म अभ्यास गर्ने अवसर भएकोले अधम पुरुषको यो मार्ग अभ्यास गरेमा अवश्य लाभ हुन्छ, भन्नुभएको हो।

अधम पुरुषको मार्गबारे यहाँ विस्तृत रूपमा वर्णन गरिएको छैन। मात्र एउटा श्लोक मार्फत दर्साउनुभएको छ। यदि यस श्लोकको अर्थ विस्तृतमा बुझ्न चाहनुहुन्छ भने, ‘सद्धर्म चिन्तामणि मोक्षरत्नालङ्कार’मा विस्तारमा वर्णन गर्नुभएको छ। सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालङ्कार अहिले अङ्ग्रेजी र चिनियाँ

भाषामा अनुवाद भइसकेको छ । (नेपाली अनुवाद पनि छ ।) उक्त ग्रन्थमा विस्तृत रूपमा स्पष्ट बताउनुभएको छ ।

‘सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालङ्कारमा’ अधम पुरुषको मार्ग कसरी दर्साएको छ भने, द्वितीय परिच्छेदमा, ‘आश्रयरूपी अमूल्य (रत्न) मानव चोला’को बारेमा दर्साएको छ । सोही क्रममा, हामी मनुष्य जीवन प्राप्त गरेकोमा अति भाग्यशाली भएका छौं र यो शरीरलाई राम्रोसँग उपयोग गर्नुपर्छ, शरीरलाई हानि हुने कार्य गर्नुहुन्न, भन्नुभएको छ । तेस्रो परिच्छेदमा, ‘प्रत्ययरूपी कल्याण मित्र’को बारेमा चर्चा गरिएको छ । हामीहरू धर्ममा प्रवेश गर्दा कसरी अभ्यास गर्नुपर्छ भन्ने कुरा कल्याण मित्र अर्थात् गुरुको अनुसरणबाट प्राप्त हुने भएकोले त्यसभित्र कल्याण मित्रको लक्षण (परिभाषा) र अनुसरण गर्ने विधि बारे बताउनुभएको छ ।

त्यसैगरी छैटौं परिच्छेदमा, ‘कर्मफल’ बारे वर्णन गरिएको छ । यदि हामी यो जुनीमा पनि खुसी र सुख भरिपूर्ण चाहन्छौं भने कर्मफलको सिद्धान्तलाई पालना गर्नुपर्छ । नियमपूर्वक कर्मफलको अभ्यास गर्नाले ठुलो फाइदा हुन्छ । साथै, पुनर्जन्ममा दुर्गतिमा फस्न नचाहने हो भने कर्मफलको सिद्धान्तलाई पालना गरी अभ्यास गर्नाले वृहत् लाभ हुन्छ । उदाहरणको लागि, यही जीवनमा ‘दश अकुशल कर्म’ त्याग्न सके प्रत्यक्ष रूपमा पनि विभिन्न भयङ्कर रोगले ग्रसित नहुने, जेल जानु नपर्ने, जीवन शान्त तथा सुखमय हुने जस्ता वृहत् लाभ हुन्छ । त्यसैले कर्मफलको सिद्धान्तलाई राम्ररी पालन गर्नुपर्ने कुरा दर्साएका सबै अधम पुरुषका मार्ग हुन् ।

## दोस्रो, मध्यम पुरुषको लक्षण—

जसले लौकिक सुखबाट विमुख भएर,  
पापकर्मबाट विरक्त भई,  
आफ्नै लागि निर्वाण मात्रको अभिलाषा राख्छ,  
त्यो मध्यम पुरुष हो ॥४॥

माथि उल्लिखित अधम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्नाले लाभ हुन्छ त ? भने, अति ठुलो लाभ हुन्छ । तर त्यो मूल अभ्यास भने होइन । हामीले यदि अझै विशेष अभ्यास अर्थात् मध्यम पुरुष मार्ग र उत्तम पुरुष मार्गमा प्रवेश (अभ्यास) गर्न सक्यौं भने झनै राम्रो र भाग्यशाली हुन्छौं । त्यसैले दोस्रोमा मध्यम पुरुषको मार्ग दर्साएको छ ।

कहिलेकाहीं व्यक्तिको आफ्नो पुण्य तथा भाग्य अनुरूप मध्यम पुरुषको मार्गमा प्रस्थान गर्ने इच्छा जाग्छ । त्यसैगरी त्रिलोकधातु अर्थात् संसारमा जहाँसुकै जन्मिए पनि ती सबै तीन प्रकारका दुःख (दुःख दुःखता, विपरिणाम दुःख र संस्कार दुःखता)को स्वभाव हो भने वास्तविक सुखको कुनै अवसर हुँदैन । उदाहरणको लागि, दुर्गति अर्थात् पशु, प्रेत र नरकमा 'दुःख दुःखता' धेरै भोग्नुपर्छ । हामी मनुष्यले भने दुर्गतिमा झैं धेरै दुःख त भोग्नु पर्दैन तर मान्छेको सुख पनि खासै नित्य वा अटल नभएकोले स्वभावैले 'विपरिणाम दुःख' अर्थात् परिवर्तनशील दुःख र 'संस्कार दुःखता' हुन् ।

त्यसैले “जगत्चक्र लौकिक सुखबाट विमुख अर्थात् पछ्याउन छाडेर त्यसबाट पार भई मोक्ष (निर्वाण) प्राप्त गर्न पाए उत्तम हुन्थ्यो” भन्ने सोचेर अकुशल कर्म तथा क्लेशबाट टाढा अथवा विपरीत रहन्छन्। त्यसैगरी केही व्यक्तिको मनोबल सानो भएकोले “मैले सर्वप्राणीको अर्थपूर्ति गर्न सकिदिन, तर आफैं सांसारिक चक्रमा नफसी परम फल ‘निर्वाण’ प्राप्त गर्न सके राम्रो हुन्थ्यो” भन्ने सोच भएका व्यक्तिलाई ‘मध्यम पुरुष’ भनिन्छ। यस्तो मार्गमा प्रस्थान गर्नु उचित हो त ? भने, उचित नै हो। यसरी मध्यम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्न सकेमा ठुलो लाभ हुन्छ। त्यसले गर्दा सांसारिक भवचक्रबाट मुक्ति हुन सक्छ।

मध्यम पुरुषको मार्ग यहाँ एउटा श्लोकमा दर्साएको छ। यसको बारेमा विस्तृतमा बुझ्न चाहेमा गम्पोपाद्वारा रचित ‘सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालङ्कार’मा स्पष्ट रूपमा बताउनुभएको छ। विशेष गरी चौथो परिच्छेद ‘संस्कार अनित्यता निर्देश’ र पाँचौं परिच्छेद ‘भव दुःख निर्देश’ आदिमा वर्णन गरिएको छ। ती परिच्छेदहरू अध्ययन गर्न सकेमा हामी संसारबाट विरक्त भई मुक्ति तथा सर्वज्ञपद अर्थात् निर्वाण प्राप्त गर्ने इच्छा जगाउन सक्छौं जसले गर्दा सम्यक् मार्गमा प्रस्थान गर्न सकिन्छ। त्यसैले मध्यम पुरुषको मार्ग भावना गरी अभ्यास गर्नाले धेरै ठुलो लाभ हुन्छ।

यी दुई मार्गहरू; अधम पुरुष र मध्यम पुरुष मार्ग बारे श्रवण र चिन्तन गरी अभ्यासमा पनि उतार्नुपर्छ। अभ्यास गर्ने क्रममा हामी डुब्नु (साधना परम्परा) कर्म कम्हाङ्को अनुसरण

गर्ने सम्पूर्ण अनुयायीले कसरी अभ्यास गर्छौं भने, सुरुमा पूर्व-अभ्यास गर्दा 'चार चित्तनिर्वृत्ति' भावना गर्छौं । चार चित्त-निर्वृत्ति भावना गर्नुको कारण के हो भने, बोधिपथप्रदीप र सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नालङ्कार'मा बताएनुसार, सुरुवाती चरणमा सिकारुहरूले अधम पुरुषको मार्गमा अवस्थित रही 'मनलाई धर्ममा लगाउने' उपाय स्वरूप पूर्व-अभ्यास चार चित्तनिर्वृत्ति मध्ये; १. दुर्लभ मानव जीवन, र २. कर्मफल, यी दुई अभ्यास गर्छौं । त्यसैगरी मध्यम पुरुषको मार्गमा अवस्थित रही 'धर्म मार्गमा लाग्ने' उपाय स्वरूप पूर्व-अभ्यास चार चित्तनिर्वृत्ति मध्ये; ३. संस्कार अनित्यता, र ४. सांसारिक दोष, यी दुई भावना गर्छौं ।

मध्यम पुरुषको मार्ग अर्थात् आफू मात्र मुक्ति हुने अभिलाषा बोकेर सद्धर्मको अभ्यास गर्नु उचित हो त ? भने, सामान्यतया उचित नै हो, तर त्यति मात्रले मार्गको पूर्णता भने हुँदैन । त्यसैगरी सुरुमा हामीले अधम पुरुषको मार्ग अपनाउनु उचित हो त ? भने, उचित त हो, तर त्यति मात्रले पनि मार्गको पूर्णता हुँदैन । अधम तथा मध्यम मार्गहरू भन्दा अझै राम्रो गर्न सक्ने क्षमता छ भने अझै विकास गर्नुपर्छ ।

त्यसैले अधम पुरुष वा मध्यम पुरुषको मार्ग अँगालेर अभ्यास गर्दा अर्थात् ती मार्गहरूको सदाशयसहित अभ्यास गरिरहेको छ भने त्यसमा कुनै हानि या दोष छैन, त्यो गुणवान् नै हो । उक्त अभ्यासले हाम्रो यो जुनी वा पछिको जुनी दुवैमा लाभ हुन्छ । त्यसैले अभ्यास गर्ने क्रममा, पूर्व-अभ्यास चार चित्त-निर्वृत्तिको माध्यमद्वारा अधम पुरुष र मध्यम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्नुपर्छ ।

तेस्रो, उत्तम पुरुषको लक्षण दर्साउँदा दुई; १. सङ्क्षिप्तमा, र  
२. विस्तृतमा उल्लेख ।

पहिलो, सङ्क्षिप्तमा उल्लेख—

आफ्नो दुःखले गर्दा,  
जसले अरूको सारा दुःखहरू,  
पूर्ण रूपमा नष्ट पार्ने चाहना राख्छ,  
त्यो नै उत्तम पुरुष हो ॥५ ॥

त्यसपछि महायान धर्मको पारमिता मार्ग विस्तृतमा व्याख्या गरिएको छ । साधारणतया, महायान पारमिता मार्ग कस्तो हो भने, मूलतः सदाशय अर्थात् सोचको भिन्नता मात्र हो । हाम्रो सोच कुशल, निर्मल र दोषरहित हुनुपर्छ । यसलाई पाँचौँ श्लोकले दर्साएको छ । वास्तवमा हामीले त्याग्न पर्ने दोषपूर्ण कुराहरूलाई त्याग्नपर्छ । ती दोषहरूको मूल जड के हो भने, ‘आत्मग्राह’ हो । आत्मग्राह भन्नाले ‘म’ भन्ने सोचलाई बुझिन्छ ।

‘म’ वा ‘मै हुँ’ भनी सोच्ने मन आफैं नराम्रो होइन । स्वाभाविक रूपमा सबै मान्छेमा यस्तो सोच हुन्छ । यो सोचलाई ‘कुशल वा अकुशल दुबै नभएको कर्म’ भनिन्छ । किनभने, ‘म हुँ’ भन्ने सोच कुशल पनि होइन र अकुशल पनि होइन । उक्त सोच कुशलतामा परिणत गर्न सकिन्छ भने अकुशलतामा परिणत गर्न चाहे अकुशलतामा पनि परिणत गर्न सकिन्छ । विशेष गरी अकुशलतामा परिणत हुने सम्भावना धेरै हुन्छ । अकुशलतामा परिणत हुनु राम्रो होइन ।

‘म’ भन्ने भावना कसरी अकुशलता (नकारात्मकता)मा परिणत हुन्छ भने, ‘म अति महत्त्वपूर्ण हुँ’ भन्ने सोचेर स्वयम्प्रति लगाव भएर हुन्छ। सामान्यतया आत्मग्राह वा स्वयम्लाई माया गर्नु नराम्रो भने होइन। जस्तै: मलाई सुख चाहिन्छ, म राम्रो हुनुपर्छ, भन्ने भावनामा त्यस्तो ठुलो दोष छैन। तर उक्त सोच बिस्तारै फस्टाउँदा नकारात्मक (दोषपूर्ण) हुने हो। कसरी हुन्छ ? भने, स्वप्रितले गर्दा, “म मात्र राम्रो हुनुपर्छ, म अरू मान्छे भन्दा विशेष हुनुपर्छ, मसँग अरू भन्दा पनि धेरै धन सम्पत्ति हुनुपर्छ, अरू मान्छे सबै म भन्दा नीच, कमजोर हुनुपर्छ, म अरूभन्दा ठुलो, अरूभन्दा उच्च वा विशेष हुनुपर्छ” जस्ता विचारहरू उत्पन्न हुन्छन्। त्यसले गर्दा हाम्रो सोच नकारात्मकमा परिणत भएर जान्छ। त्यसैले ‘परात्मसमता’ (आफू र अरू दुबै समान) भाव र ‘परात्मपरिवर्तन’ (आफ्नो ठाउँमा अरूलाई राखेर) भावना गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ।

त्यसैगरी हामी सबै एउटै हौं। ‘जसरी म सुख चाहन्छु, त्यसरी नै सम्पूर्ण प्राणीहरू पनि सुख चाहन्छन्। जसरी म दुःख चाहँदिन, त्यसरी नै सम्पूर्ण प्राणीहरू पनि दुःख र विपत्ति चाहँदैनन्’ भन्ने सोचेर स्व-पर समताको भावना राख्नुपर्छ। उक्त भावनालाई बलियो बनाएमा स्वयम् भन्दा अरूप्रति नै माया बढ्ने हुन्छ। यसरी आफू भन्दा अरू प्राणीहरू महत्त्वपूर्ण हुन् भन्ने सोच्नुपर्छ। त्यसैले महायानको सदाशय भन्नाले “म आफूलाई कष्ट भएपनि केही फरक पर्दैन, बरु अरूको दुःख निर्मूल पार्छु” भनी सोच्नुलाई बुझिन्छ जुन अति विशेष सदाशय हो।

यहाँ मूल श्लोकमा, “पूर्णरूपमा नाश गर्न चाहन्छ ॥” भनी अरू सम्पूर्ण प्राणीहरूलाई पूर्णरूपले दुःखरहित र सर्व सम्पन्न खुसी

तथा सुखमय बनाउँछु भन्ने सोच्नु सर्वउत्कृष्ट सदाशय हो । यस्तो सदाशयलाई बोधिसत्त्वको सदाशय भनिन्छ र यस्तो सदाशययुक्त व्यक्तिलाई उत्तम पुरुष भनिन्छ ।

दोस्रो, विस्तृत व्याख्यामा दुई; १. पारमिता मार्ग विस्तृतमा व्याख्या, र २. मन्त्रमा प्रस्थान विधि केही मात्र दर्साएको । पहिलोमा दुई; १. मार्ग व्यवस्था, र २. फल व्यवस्थाको उल्लेख । पहिलोमा दुई; १. व्याख्या गर्ने प्रतिज्ञा, र २. सम्यक् उपायको उल्लेख ।

पहिलो, व्याख्या गर्ने प्रतिज्ञा—

त्यसपछि उत्तम पुरुषको सदाशयको स्वभाव तथा कारणहरू विस्तारमा वर्णन गरिएको छ । उत्तम पुरुषको सदाशय अर्थात् भद्रसोच हामी भित्र उत्पन्न गर्न सक्नुपर्छ र त्यसको अभिवृद्धि गर्नुपर्छ । त्यसैको माध्यमद्वारा राम्रो फल प्राप्त गर्न सक्नुपर्छ । ती कार्यहरू गर्न सजिलो भने पक्कै छैन । तर तिनीहरू अति आवश्यक छन् र जसरी भए पनि चाहिन्छन् । ती सदाशय भएमा सम्पूर्ण अर्थ सिद्ध हुन सक्छ र परम फल (निर्वाण) प्राप्त गर्न सकिन्छ । तर नभएमा भने सारा विघ्न वाधा तथा विपत्तिहरू आइपर्न सक्छन् । त्यसैले बोधिसत्त्वको सदाशय अति महत्त्वपूर्ण छ । यद्यपि यो सजिलो भने छैन तर पनि यसलाई महत्त्व दिएर अभ्यास गर्ने हो भने अवश्य फल प्राप्त हुन्छ । त्यसैले अतिशय दीपंकर श्रीज्ञानले यहाँ भन्नुभएको छ—

*सद्प्राणीहरू जसले सम्बोधि,  
प्राप्तिको चाहना राख्छन्,*

तिनीहरूलाई गुरुहरूले देखाएका,  
सम्यक् उपाय बताउँछु ॥६॥

अतिशय दीपंकर श्रीज्ञानले, “बोधिचित्तको बारेमा बताउँछु, मूल गुरु तथा परम्पराका गुरुहरूले जसरी बताउनुभएको छ, त्यसरी नै बताउँछु, आफैँले कृत्रिम रूपमा रचना गरेर वा अहङ्कारपूर्वक बताउने छैन” भन्नुभएको हो। उहाँको गुरु ज्योवो सेर्लिङ्पा (सुवर्णभूमिको धर्मकीर्ति) आदिको उपदेशहरू क्रमशः बताउँछु, भन्नुभएको हो। वहाँको मूल गुरु ज्योवो सेर्लिङ्पा, परम्पराका गुरुहरू हाम्रा शास्ता तथागत सम्यक् सम्बुद्ध र उहाँबाट क्रमशः विस्तार भएका विशेष उपदेशहरूमा आधारित व्याख्या गर्छु, भन्नुभएको हो।

दोस्रो, सम्यक् उपाय उल्लेख गर्दा दुई; १. प्रणिधि शिक्षा सहितको सम्यक् उपाय, र २. प्रस्थान शिक्षा सहितको सम्यक् उपाय। पहिलोमा तीन; १. तयारी, २. मूल ३. पृष्ठमा शिक्षाको अभ्यास गर्ने विधि। पहिलोमा पनि तीन; १. पुण्य सम्भार, २. विशिष्ट शरण-गमन, ३. त्रिचित्त मतिशोधन।

पहिलो, पुण्य सम्भार—

त्यसपछि उपदेशहरू पूर्ण रूपले वर्णन गर्नुपर्ने भएकोले क्रमशः बोधिचित्तको दुई प्रकारहरू; प्रणिधि बोधिचित्त र प्रस्थान बोधिचित्त बताउनुभएको छ। प्रणिधि बोधिचित्त भन्नाले सर्वप्रथम समस्त प्राणीलाई लाभ हुनको लागि, “सम्पूर्ण प्राणीलाई बुद्धपदमा

पुन्याउन सक्ने हुन सकोस्” भन्ने भावनासहित प्रणिधान गर्नुलाई बुझिन्छ। त्यसको लागि कुशल कर्म वा पुण्य सम्भार गर्नुलाई प्रस्थान बोधिचित्त भनिन्छ। ती दुई बोधिचित्त क्रमशः कसरी ग्रहण गर्ने, सुरुमा प्रणिधि बोधिचित्त कसरी उत्पाद गर्ने, त्यसपछि प्रस्थान बोधिचित्त संवर कसरी ग्रहण गर्ने जस्ता सबै विषयहरू दर्साउनुभएको छ।

प्रणिधि र प्रस्थान बोधिचित्त आफूमा ग्रहण गर्ने बेलामा प्रतिज्ञा (संकल्प) गर्नुपर्ने हुन्छ। प्रतिज्ञा गर्नुपर्ने कारण भन्नुपर्दा, साधारणतया आफ्नो मन भित्रैदेखि “कुशल सोच हुनुपर्छ” भन्ने सोच्नु राम्रो हो तर त्यसको अनुसरण या अभ्यास गर्न सकिरहेको हुँदैन। अभ्यासमा प्रस्थान गर्नको लागि, “म यस्तो गर्छु” भनेर प्रण गरी त्यसको लागि पुण्य सञ्चय जस्ता कार्यहरू गर्नुपर्छ। त्यसैले सर्वप्रथम प्रणिधि बोधिचित्त विधिपूर्वक ग्रहण गर्नलाई, “सबै भन्दा पहिले पुण्य सम्भार गर्नुपर्छ” भन्नुभएको छ। यो कुरा सातौँ श्लोक र आठौँ श्लोकको पहिलो दुई पङ्क्तिमा देखाइएको छ।

सामान्यतया हामीमा उत्तम बोधिचित्तोत्पाद नहुनुको कारण सम्भवतः हाम्रो मिहिनेत (वीर्य) र इच्छाशक्ति पर्याप्त नभएर हुनसक्छ। किनभने, बोधिचित्तोत्पाद गर्न अलि गाह्रै छ। त्यसको लागि दुई ओटा सहयोगी आधारहरूको आवश्यकता हुन्छ। ती हुन्; १. अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार र २. निरालम्बनरूपी ज्ञान सम्भार।

**अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार** भन्नाले बोधिचित्त उत्पाद गर्न आफूले केही सङ्घर्ष गरेर, धन सम्पत्ति आदि खर्चेर अर्पण गर्ने तथा पूजा गर्ने जस्ता कार्यलाई बुझिन्छ। **निरालम्बनरूपी ज्ञान**

सम्भार भन्नाले संवृत्ति (व्यावहारिक सत्यमा आधारित) बोधिचित्त र परमार्थ बोधिचित्त आफू भित्र उत्पन्न गर्न 'निर्कल्पना समाधि' ध्यान गरेर प्रणिधान अर्थात् प्रार्थना गर्नुलाई बुझिन्छ ।

त्यस मध्ये यहाँ सर्वप्रथम अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार गर्ने उपाय बताउनुभएको छ । पुण्य सम्भार गर्दा कहिलेकाहीं सिकारुहरूको मनमा शङ्का उत्पन्न हुन सक्छ । कस्तो शङ्का उत्पन्न हुन सक्छ भने, ध्यानको माध्यमद्वारा मतिशोधन गर्दा ठुलो लाभ हुन्छ नै तर पूजा, ढोग आदि कार्य गर्नाले लाभ हुन्छ र ? त्यसो गर्नु हाम्रो मन भन्दा अलग भएकोले मनमा कसरी लाभ हुन सक्छ ? भन्ने शङ्का-उपशङ्का उत्पन्न हुन सक्छ । तर अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भारको आधारभूत सहयताले गर्दा नै निरालम्बनरूपी ज्ञान सम्भारको पूर्णता प्राप्त हुन्छ । त्यसैले अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार गर्नुपर्छ, भनिएको हो । पुण्य सम्भार गर्न के उपाय अपनाउनुपर्छ ? भने, यहाँ भन्नुभएको छ—

सम्बुद्धको चित्र, मूर्ति आदि र,  
चैत्य, सद्धर्ममा प्रत्यक्ष रूपले  
फूल, धूप, आदि वस्तुहरू,  
जति उपलब्ध छन् अर्पण गर ॥७॥

समन्तभद्रचर्यामा उल्लिखित,  
सप्त विधान पूजाद्वारा पनि,

त्यसमा सुरुवातीहरूले शङ्का गर्न सक्छन् तर शङ्का गर्नुमा कुनै गल्ती छैन । कस्तो शङ्का हुन्छ भने, उदाहरणको लागि बुद्धको

मूर्ति अगाडि धूप बाल्ने, ढोग गर्ने, त्यसैगरी बुद्ध वचनको प्रतीक धार्मिक पुस्तक अगाडि राखेर त्यसको सामु धूप बाल्ने, पूजा गर्ने, त्यसैगरी बुद्धको चित्तको आश्रय स्तूपको अगाडि धूप बाल्ने, प्रार्थना तथा प्रणिधान गर्ने जस्ता कार्य गर्दा लाभ हुन्छ र ? बुद्धको मूर्ति वास्तवमा बुद्ध होइन । तथागत बुद्ध उहिले नै जानु भइसक्यो । त्यो मूर्ति कि त माटोले बनेको हो, कि भने ढुङ्गामा खोपेको हो, कि त फलाम, तामा, सुन आदिले बनाएको भएर तिनीहरू बुद्ध भन्दा भिन्नै हुन्, ती दुई फरक फरक भएकोले मूर्ति पूजा आदि कार्य गर्दा कतै गलत त भएन ? भन्ने जस्ता शङ्का जाग्न सक्छ । शङ्का हुनुमा केही दोष छैन तर ती शङ्काहरू निर्मूल पार्नुपर्छ ।

त्यो कसरी हो भने, हामीहरूले काय, वाक् र चित्तको प्रतीकहरूमा आलम्बन गरेर पुण्य सम्भार गर्दा बुद्धका काय, वाक् र चित्तका प्रतीकहरू ढुङ्गा, माटो आदिले बनेको हो भन्ने नबुझी “त्यो साँच्चिकै बुद्धको काय हो, त्यो बुद्धको वाक् हो, त्यो बुद्धको चित्त हो” भन्ने सोचेर पूजा तथा वन्दना गरेको होइन । अनि त्यस्तो सोचेर धूप बालेको पनि होइन । त्यसैगरी ती काय, वाक् र चित्तको प्रतीकहरूले धूप, दियो आदि ग्रहण गर्ने पनि होइन । तर पुण्य सम्भार सम्पन्न गर्नलाई ती मूर्तिहरू एउटा सामान्य माटो, ढुङ्गाको संज्ञा नराखी ती प्रतीकहरूमा विशेष ऊर्जा छ, आफ्नो चित्त सन्ततिमा तथागत बुद्धले बताउनुभएको सद्धर्म उत्पाद हुने र सद्धर्म स्मरण गराउने क्षमता छ भन्ने सोचेर काय, वाक् र चित्तको प्रतीकहरूमा पूजा, ढोग, वन्दना, प्रार्थना तथा प्रणिधान गर्छौं । यसो गर्नाले आफ्नो चित्त सकारात्मकतामा परिणत हुन्छ ।

यसरी परिणत गर्ने क्षमता ती प्रतीकहरूमा भएकोले हामीले काय, वाक् र चित्तको प्रतीकहरूमा वन्दना गर्ने, धूप बाल्ने, दियो बाल्ने आदि गर्छौं। तर उक्त मूर्ति साँच्चिकै बुद्ध हो र त्यसमा धूप बाल्नु पर्छ, धूप बाल्दा उक्त प्रतिमालाई लाभ हुन्छ, भन्ने सोचेर पूजा गरेको भने होइन। त्यही कारणले आफूले ती प्रतिमाहरूमा एउटा कुनै वस्तु अर्पण गरेर पुण्य सम्भार गरी प्रणिधान गरेमा त्यसबाट अवश्य फल प्राप्त हुन्छ। ती प्रतिमाहरूमा फल प्राप्त हुने शक्ति तथा ऊर्जा हुन्छ।

उदाहरणका लागि, सारनाथको पुरातात्त्विक सम्पदा भित्र ऐतिहासिक वस्तुहरू धेरै रहेका छन्। सांसारिक तवरले ती वस्तुहरू पुराना भएकोले अमूल्य भएको हो। तर ती वस्तुहरू पुराना मात्र नभई तिनीहरूमा विशेष खालको ऊर्जा पनि रहेको छ। त्यो के हो भने, उहिले तथागत बुद्ध यहाँ आउनुभएको थियो। वहाँले यहाँ 'चार आर्यसत्य' बताउनुभई प्रथम धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको थियो। चार आर्यसत्यको अभ्यास गर्नाले त्यस्तो वृहत् लाभ प्राप्त हुन्छ। त्यसैगरी आफू स्वयम्ले निर्वाण प्राप्त गर्न सकिन्छ। बुद्धको वचनमा त्यस्तो अद्भूत क्षमता रहेको छ। ती वचन तथागत बुद्धले यो स्थानमा बताउनुभएको थियो भन्ने चिन्तन गर्दा बुद्ध वचनप्रति दृढ विश्वास, आस्था र श्रद्धा जाने भएकोले ती वस्तुहरू सामान्य ऐतिहासिक वस्तु मात्र नभई त्यसमा विशेष ऊर्जा र महत्त्व रहेको छ।

त्यसैगरी पूजा कसरी गर्नुपर्छ ? भने, समन्तभद्रचर्या प्रणिधानमा बताएको पूजाको सप्तविधि; वन्दना, पूजा, पापदेशना

आदि सप्ताङ्गको माध्यमबाट पुण्य सम्भार गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ । सप्ताङ्गको माध्यमबाट पुण्य सम्भार गर्ने विधि कहाँ बताएको छ ? भने, वर्तमानमा तपाईंहरू भाग्यमानी हुनुहुन्छ किनभने पण्डितहरूको देन र अनुवादकहरूको योगदानले गर्दा त्यसको बारेमा पुस्तकहरू जताततै उपलब्ध छन् ।

त्यसैगरी दागपो रिन्पोछे गम्पोपाद्वारा रचित **मोक्षालङ्कार**को नवौँ परिच्छेद 'बोधिचित्तपरिग्रह निर्देश' भित्र बताउनुभएको छ । त्यस भित्र सप्ताङ्गको अभ्यास विधि स्पष्ट र विस्तारमा वर्णन गर्नुभएको छ । त्यसैगरी माथि भने झैं यो ग्रन्थ अङ्ग्रेजी र चाइनिज दुवै भाषामा उपलब्ध छन् । त्यसैगरी '**बोधिचर्यावतार**'को दोस्रो र तेस्रो परिच्छेदमा सप्ताङ्गको माध्यमबाट पुण्य सञ्चय गर्ने उपायहरू स्पष्ट र सरल तरिकाले बताउनुभएको छ । तिनीहरूको अध्ययन गर्नु अति महत्त्वपूर्ण र लाभदायी रहेको छ ।

### दोस्रो, विशिष्ट शरणगमन—

बोधिगर्भ परम फल प्राप्ति सम्म,  
अवैवर्तिक चित्तले ॥८॥

त्रिरत्नप्रति पूर्ण श्रद्धाको साथ,  
भुईँमा घुँडा टेकी,  
दुई हात जोडेर,  
सुरुमा शरणगमन तीन पटक गर्नुपर्छ ॥९॥

त्यसपछि, प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद गर्न पूर्वअभ्यास स्वरूप मुख्यतः के चाहिन्छ भने, “विशिष्ट शरण-गमन चाहिन्छ” भन्नुभएको छ । माथि भनिए झैं प्रणिधि बोधिचित्त र प्रस्थान बोधिचित्त दुवै आफू भित्र उत्पन्न हुनुपर्छ ।

बोधिचित्त उत्पाद गर्न सजिलो छ त ? भने, सजिलो छैन तर अति महत्त्वपूर्ण भएकोले जसरी भएपनि उत्पाद गर्नुपर्छ । बोधिचित्त उत्पाद भएपछि कुशल सोचयुक्त हुन्छ जसले गर्दा स्वयम्लाई लाभ हुन्छ भने अरूको लागि पनि लाभदायी हुन्छ । अरूलाई हुने लाभ पनि थोरैलाई नभई सम्पूर्ण लोकधातुलाई हुन्छ । त्यसैले बोधिचित्तले गर्दा नै त्यस्तो वृहत् र उत्तम फल प्राप्त भएको हो ।

बोधिचित्त प्राप्त गर्नको लागि के गर्नुपर्छ भने, बोधिगर्भको परम फल प्राप्त नहुन्जेल अवैवर्तिक (कहिल्यै नफर्कने वा पछि नहट्ने) चित्तद्वारा त्रिरत्नप्रति पूर्ण रूपले गहिरो श्रद्धा राखेर प्रार्थना गर्नुपर्छ । त्रिरत्नलाई प्रार्थना गर्नको लागि शरणमा जानुपर्ने हुन्छ । उहिले तथागत बुद्धले उपदेशमा बताएनुसार, भुईँमा घुँडा (घुँडाको पाङ्ग्रा) टेकेर दुई हात मुटुमा जोडी अँजुली बाँधेर सर्वप्रथम तीन पटक शरण-गमन गर्नुपर्छ । यस शरण-गमन महायानको विशेष (पृथक्) हो जुन “बोधिगर्भ प्राप्त नभए सम्म ॥” भने झैं “म स्वयम् बुद्धत्व प्राप्त नगरे सम्म म बुद्ध, धर्म र संघ अर्थात् त्रिरत्नको शरणमा जान्छु” भन्ने सोच्नुपर्छ । त्यसैले शरण-गमन अति नै महत्त्वपूर्ण रहेको छ ।

शरणमा गइसकेपछि बुद्ध, धर्म र संघ अर्थात् त्रिरत्नले कसरी संरक्षण गर्छ भने,

“मुनिहरूले पानीले पाप धुँदैन ॥”

भने झैं, बुद्धले प्राणीको पाप तथा अकुशल कर्महरू पानीले धोइदिनुहुन्छ त ? भने, धोइदिनुहुन्न ।

“जगत्को दुःख हातले हटाउँदैन ॥”

भने झैं, बुद्धले प्राणीको दुःखहरू आफ्नो हातले हटाइदिनुहुन्छ त ? भने, हटाइदिनुहुन्न ।

“उहाँको प्रतिबोध अरूमा सारिदिने छैन ॥”

भने झैं, बुद्धले आफ्नो ज्ञान अरू प्राणीलाई स्थानान्तरण गर्ने भन्ने छ त ? भने, छैन ।

“धर्मता शान्ति भएको दर्साएकोले मुक्त हुन्छ ॥”

भने झैं, दुःखलाई शान्त पार्ने उत्तम उपाय देखाइएको छ ।

उहाँले, “यस्तो गर्नुपर्छ, त्यस्तो त्याग्नुपर्छ, यो अभ्यास गर्नुपर्छ” भनेर सिकाउनुभई सही मार्ग देखाएर हामीलाई सांसारिक दुःखको सागरबाट बचाउनु हुन्छ । त्यसले गर्दा सांसारिक दुःखबाट मुक्ति पाइन्छ । यस्तो संरक्षक हामीलाई चाहिएकोले शरण-गमन तीन पटक गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

यहाँ शरण-गमन बारे सङ्क्षिप्तमा बताउनुभएको छ । शरणमा जानुपर्ने कारण, जाने विधि, शरणमा जाँदा कस्तो सोच हुनुपर्ने जस्ता सारा कुरा विस्तृतमा पढ्न चाहेमा दागपो रिन्पोछेको ‘मोक्षालङ्कार’को आठौँ परिच्छेद ‘शरण-गमन निर्देश’मा स्पष्ट रूपले वर्णन गरिएको छ । तिनीहरूको अध्ययन गरेमा अवश्य ठुलो लाभ हुन्छ ।

साधारणतया अहिले मैले “गम्पोपाको मोक्षालङ्कार ग्रन्थमा छ” भनिरहनुको कारण के हो भने, मेरा केही धर्ममित्रहरूले कुन पुस्तक पढ्नुपर्छ भनेर सोधेको बेला मैले दागपो रिन्पोछेको ‘मोक्षालङ्कार’ पढ्न सके राम्रो हुन्छ भनी सुझाव दिँदा, केहीले, “मोक्षालङ्कार पढ्न सके त राम्रो हो, तर त्यसभित्रको बुझाई (अर्थ) सुख्खा रहेछ” भनी प्रतिक्रिया दिए । आफ्नो चित्तमा ननियालेर शब्दको बाहिरी अर्थ मात्र लिने हो भने, निश्चय नै त्यो सुख्खा लाग्छ । तर गहिरो अध्ययन गरेर अभ्यास गर्दा सुख्खा वा बाँझो जस्तो छैन भने वास्तवमै त्यसबाट प्रत्यक्ष फल प्राप्त हुन्छ । त्यसभित्र अर्थको बुझाई स्पष्ट, दृढ, उत्तम र अति लाभदायक शिक्षाहरू रहेका छन् । त्यसैले यहाँहरू समक्ष ‘सद्धर्मचिन्तामणिमोक्षरत्नलङ्कार’को परिचय गर्दा यहाँहरूलाई लाभ हुन्छ होला भन्ने सोचेर भनेको हुँ ।

हामी साधना परम्पराका अनुयायीहरू अर्थात् डुब्बु कर्म कम्छाङ् साधकहरूले अभ्यास गर्ने क्रममा शरण-गमनको अभ्यास कसरी गर्छौँ भने, शरण-गमनप्रतिको अवधारणा, त्यसप्रतिको श्रद्धा, उत्साह अभिवृद्धि गर्न वा फैलाउन ‘शरण-गमन’ एक लाख

पटक पाठ गछौँ र एक लाख ढोग गछौँ । यसरी नै पूर्व-अभ्यासको अभ्यास गछौँ । यसो गर्नु अति नै लाभदायी र महत्त्वपूर्ण रहेको छ । किनभने यसले गर्दा नै बोधिचित्त अभिवृद्धि हुन्छ । बोधिचित्त फस्टिएपछि त्यसले गर्दा अन्ततः आफू र अरू प्राणीहरू सबैलाई हित हुने वृहत् फल प्राप्त हुने आदि फाइदाहरू छन् ।

त्यसैले एक लाख पटक ढोग, एक लाख पटक शरण-गमन पाठ गरेमा धेरै राम्रो हुन्छ । त्यति धेरै गर्न नसके पनि केही करुणावान् गुरुहरूले भन्नुभएनुसार ती पूर्व-अभ्यास दश-दश हजार पटक गरे पनि ठुलै लाभ हुन्छ ।

यहाँ बोधिपथप्रदीपमा पनि महायान सदाशय अभिवृद्धि गर्ने, त्यसपछि क्रमशः गुह्यमन्त्र वज्रयानको अभ्यास गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ । त्यसरी पुण्य सम्भार र विशिष्ट शरण-गमन दुवै कार्यले बोधिचित्त उत्पादको लागि बहिर्मुखी भएर प्रार्थना, प्रणिधान र पुण्य सम्भार गर्ने विधिहरू दर्साएको हो ।

### तेस्रो, त्रिचित्त मतिशोधन—

त्यसपछि समस्त प्राणीप्रति,  
मैत्रीपूर्ण भावनासहित ॥१०॥

तीन दुर्गतिमा जन्मिने आदि र,  
मरन आदि दुःखले पीडित,  
सारा जगत्लाई नियालेर,  
दुःखको दुःखले ग्रस्त,

दुःख र दुःखको मूल कारणबाट,  
जगत्लाई मुक्त गर्न चाहना राखी,

अब अन्तर्मुखी भएर आफ्नो मतिशोधन गरी पहिले उत्पन्न नभएको बोधिचित्तलाई उत्पन्न गर्ने, उत्पन्न भइसकेकाहरू नष्ट हुन नदिने र नष्ट नभएकाहरूलाई क्रमशः अभिवृद्धि गर्ने उपाय कसरी अपनाउनुपर्छ ? भने, त्रिचित्त मतिशोधन गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ । त्रिचित्त भन्नाले; मैत्रीमय चित्त, २. करुणामय चित्त र ३. तिनीहरूद्वारा उत्पन्न भएको महाबोधि प्राप्तिको चाहना राख्ने चित्तलाई बुझिन्छ । यस्तो चिन्तन गर्ने तीन सदाशय उत्पन्न गरी अन्तर्मुखी भएर विश्लेषणात्मक ध्यान (विपाश्यना) गरी भावना तथा चिन्तन गर्नुपर्छ । यसरी चिन्तन गर्दा क्रमशः बोधिचित्तको विकास भएर जान्छ, भन्नुभएको हो ।

**पहिलो**, सम्पूर्ण प्राणीहरू सुखमय होऊन् भनी चाहने मैत्रेयचित्त हो । सारा प्राणीहरू खुसी होऊन्, कुशल होऊन्, तिनीहरूको हित होस् भन्ने चिन्तन गर्ने चित्तलाई मैत्रेयचित्त भनिन्छ ।

**दोस्रो**, प्राणीहरू दुःखले ग्रस्त भएको देखेर, यी प्राणीहरू अथाह दुःखले ग्रसित छन् भन्ने सोची 'तिनीहरूलाई दुःखबाट मुक्त गर्ने चाहना राख्ने करुणामय चित्तलाई बुझिन्छ । ती मैत्री र करुणा पनि क्षणिक सुख प्राप्ति र क्षणिक दुःखबाट मुक्त हुनको लागि नभई परम फल, वृहत् लाभ पुगोस् भन्ने उद्देश्य रहेको हुन्छ । त्यसैगरी एउटा, दुईटा वा आफ्नो आँखाले देख्न सकिने जति मात्र नभई सम्पूर्ण प्राणीप्रति कुशल भावना राख्ने मैत्री र करुणामय सहितको विशिष्ट सदाशय हो ।

तेस्रो, त्यस्तो मैत्री र करुणामा आधारित भएर, “सम्पूर्ण प्राणीहरू दुःखबाट मुक्त गर्न सक्ने र मोक्ष तथा सर्वज्ञ मार्ग अर्थात् निर्वाणपथमा पुऱ्याउन सके हुन्थ्यो” भन्ने चाहना राखी शुद्ध सदाशयको स्पष्ट स्मरण गरी मतिशोधन गर्नु हो। ती त्रिचित्तलाई मतिशोधन गरी त्रिचित्तोत्पाद गर्न सक्ने हुनुपर्छ। अहिले हामीले त्रिचित्त मतिशोधन गर्ने उपायलाई कसरी अभ्यास गर्नुपर्छ भने, ‘लेन-देन’ आलम्बन गरी मतिशोधनको अभ्यास गर्नुपर्छ। त्यसको लागि ‘सातसूत्रीयमतिशोधन’को अध्ययन गर्न सके राम्रो हुन्छ।

त्यसैगरी त्रिचित्त मतिशोधन बारे दाग्पो रिन्पोछेद्वारा रचित ‘मोक्षालङ्कार’को सातौँ परिच्छेद ‘मैत्री-करुणा निर्देश’मा स्पष्ट रूपले वर्णन गरिएको छ। त्यस भित्र मैत्री भावना गर्ने विधि, मैत्रीको स्वरूप, त्यसको प्रकार र मैत्री भावनाको लाभ तथा फल बारे व्याख्या गरिएको छ। त्यसैगरी करुणाको स्वरूप, प्रकार, करुणाको भावना गर्ने विधि, करुणाको लाभ तथा फल आदि कुरा पनि विस्तृतमा बताउनुभएको छ।

यहाँ यस ग्रन्थमा मैत्री र करुणाद्वारा बोधिचित्तोत्पाद गर्ने उपाय बारे सङ्क्षिप्त मात्र बताउनुभएको छ। विस्तृतमा अध्ययन गर्ने इच्छा जागेमा गम्पोपाको मोक्षालङ्कारमा स्पष्ट बताउनुभएकोले उक्त शास्त्र अध्ययन गर्न सके धेरै राम्रो हुन्छ। अहिले यहाँ प्रत्यक्ष पढ्नु भए पनि राम्रै हो। तर अहिले हेर्न नसके पनि नोट लेखेर राख्नुहोस्, किनभने भविष्यमा, “मैत्री-करुणा बारे गम्पोपाको मोक्षालङ्कारको सातौँ परिच्छेदमा विस्तृतमा छ” भन्ने देखाउने एउटा नोट भएमा राम्रो हुन्छ जस्तो लागेर तपाईंहरूलाई भनेको हुँ।

## दोस्रो, मूल विषय—

अवैवर्तिक प्रतिज्ञाद्वारा,  
बोधिचित्त उत्पन्न गर्नुपर्छ ॥११॥

त्यसपछि प्रणिधि बोधिचित्त उत्पादको मूल विषय दर्साएको छ । साधारणतया, 'बोधिचित्त' भनेको किताबी बुझाई अनुसार सजिलै छ । त्यसैगरी परोक्ष (अनुमान) चिन्तन गर्दा पनि सजिलो छ । तर यसलाई वास्तवमै अभ्यास गर्न भने कठिन छ । कठिन हुनुको कारण के हो भने, हामीमा अनादि कालदेखिको नराम्रो आदत छ । त्यो के हो ? भने, आत्ममोह हो । “म नै महत्त्वपूर्ण हुँ” भन्ने बाहेक “अरू प्राणीहरू पनि महत्त्वपूर्ण छन्” भन्ने सोच खासै हुँदैन । कुनै प्राणीहरू महत्त्वपूर्ण छन् भन्ने सोच आउँन सक्छ । तर सबै प्राणीले दुःख चाहँदैनन् र सुख चाहन्छन् भन्ने बुझ्नु धेरै गाह्रो छ । समस्त प्राणीहरूलाई दुःखबाट मुक्त गर्ने र सुख दिलाउन चाहने चित्तोत्पाद गर्न साँच्चै चुनौतीपूर्ण छ ।

यस्तो चित्त भविष्यमा उत्पन्न गर्न सकिन्छ त ? भने, उत्पन्न गर्न सकिन्छ र उत्पन्न गर्नुपर्छ । यो साँच्चै नै अति महत्त्वपूर्ण भएकोले जसरी भएपनि उत्पन्न गर्नुपर्छ । बोधिचित्त युक्त छ भने अति राम्रो हो, नत्र भने विना बोधिचित्त साध्य छैन । त्यसैले बोधिचित्तको आदत बनाउनुपर्छ । आदत बनाउनलाई के गर्नुपर्छ भने, माथि बताएझैं अन्तर्मुखी तवरले त्रिचित्त मतिशोधन गर्ने र बहिर्मुखी तवरले पुण्य सञ्चय गर्ने, विशिष्ट शरण-गमनको प्रयत्न गर्नुपर्छ । यसरी क्रमशः आफू भित्र उत्पाद नभएका बोधिचित्त उत्पाद गर्ने,

उत्पाद भएकालाई नष्ट हुन नदिने र नष्ट नभएकालाई निरन्तर अभिवृद्धि गर्ने उपायमा मिहिनेत गर्नु अति जरुरी छ । त्यसैले माथि सबै भन्दा पहिले ‘पूर्व तयारी’ दर्साएको हो ।

‘पूर्व तयारी’ दर्साएपछि, मूल श्लोकमा “*अवैवर्तिक दृढ प्रतिज्ञाद्वारा बोधिचित्त उत्पन्न गर्नुपर्छ ॥*” भनी प्रणिधि बोधिचित्त उत्पादको मूल विधि दर्साएको छ । साधारणतया, बोधिचित्तोत्पाद गर्नुपर्छ तर बोधिचित्त उत्पन्न गर्नु मात्र भने प्रणिधि बोधिचित्त होइन । उसो भए के गर्नुपर्छ ? भने, अवैवर्तिक प्रतिज्ञा गरेर, “आजदेखि मैले सङ्कल्प गरिसकेँ, यसलाई निरन्तर अभ्यास गरी कहिल्यै नाश हुन दिन्न । जबसम्म बुद्धत्व प्राप्त हुँदैन अथवा यो संसारको अन्त्य हुँदैन, तबसम्म यो सङ्कल्प त्याग्दिन” भन्ने विशेष चित्तोत्पाद हुनुलाई प्रणिधि बोधिचित्त भनिन्छ ।

यस्तो चित्तलाई प्रणिधि बोधिचित्त भन्नुको कारण के हो भने, साधारणतया हामीमा दुई प्रकारको सोच हुन्छ; सकारात्मक सोच र नकारात्मक सोच । सकारात्मक सोच भन्नाले परहितको चाहना, दुःखबाट मुक्ति दिलाउने चाहनालाई बुझिन्छ । नकारात्मक सोच भन्नाले अरूलाई हानि पुऱ्याउने वा दुःख दिने चाहनालाई बुझिन्छ । ती दुई मध्ये नकारात्मक सोच त्याज्य हो भने त्यसलाई त्याग्नु पर्छ । सकारात्मक सोच ग्राह्य भएकोले त्यसलाई अपनाउनुपर्छ ।

सकारात्मक चिन्तनले मात्र लाभ हुन्छ त ? भने, लाभ हुन्छ । त्यो राम्रो कुरा हो तर त्यतिले पर्याप्त हुँदैन । एउटा-दुइटा, दश-बिस वा सय-हजार जनाप्रति मात्र सकारात्मक सोच राख्दा पर्याप्त हुन्छ त ? भने, त्यतिले पनि पर्याप्त हुँदैन । उसोभए के गर्नुपर्छ ? भने,

आकाशव्यापी सम्पूर्ण प्राणीहरूको हित चाहने चित्तोत्पाद गर्नुपर्छ । त्यसैले अति विशाल र शुद्ध चित्तोत्पाद गर्नुपर्छ ।

अल्पकालीन रूपमा, खाना, कपडा, औषधी, धनसम्पत्ति आदिको माध्यमबाट सहयोग गर्दा ठिकै हो र त्यो एउटा राम्रो कार्य पनि हो । तर त्यसले पूर्णता दिलाउँदैन । औषधी, खाना, लुगा आदि प्रदान गरे पनि एक समयमा ती सबै पतन भएर जान्छन् किनभने तिनीहरू सबै स्वभावैले अनित्य हुन् । त्यसैले हुन त अल्पकालीन सहयोग गर्नु राम्रो कुरा हो तर पर्याप्त हुँदैन ।

त्यसैगरी बिमारीलाई औषधी दिनु एउटा कुशल कार्य हो । तर त्यसले गर्दा रोगबाट सधैंको लागि मुक्त हुन्छ ? मुक्त हुँदैन । त्यसले गर्दा सय वर्ष, हजार वर्ष, दस हजार वर्ष वा लाखौं वर्षसम्म बाँचिरहन सकिन्छ त ? सकिँदैन । बोधिचित्त भनेको विशाल चित्तोत्पाद हो । त्यसैले प्रणिधि बोधिचित्तोत्पादले सद्धर्मको मार्गद्वारा प्राणीको हित गर्ने विशिष्ट सदाशय र बुद्धपदमा पुऱ्याउने विशेष चित्तोत्पाद गर्नु अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण रहेको छ । सोही कारण यहाँ, “अवैवर्तिक प्रतिज्ञाद्वारा, बोधिचित्त उत्पन्न गर्नुपर्छ ॥” भनिएको हो ।

साधारणतया बोधिचित्त दुई प्रकारका छन्; प्रणिधि बोधिचित्त र प्रस्थान बोधिचित्त । ती दुईको भिन्नता, **बोधिचर्यावतारमा**—

जाने चाहना भएको र जानुको,

अन्तरलाई जसरी बुझिन्छ,

त्यसैगरी विद्वानले ती दुईका,

भेदलाई क्रमशः बुझ्नुपर्छ ॥ (बोधिचर्यावतार १/१६)

भन्नुभएको छ । उदाहरणको लागि, एकजना मान्छेले “वाराणसीदेखि बोधगया जुनुपर्छ” भन्ने सोचेझैं “समस्त प्राणीको अर्थ सिद्ध गर्नुपर्छ” भन्ने सदाशयलाई प्रणिधि बोधिचित्त भनिन्छ । त्यसैगरी उक्त व्यक्ति, वाराणसीदेखि बोधगया यात्राको पूर्ण तयारी गरी बसमा चढेर वास्तवमा यात्रा सुरु गर्नुलाई प्रस्थान बोधिचित्त भनिन्छ । त्यसैले हामीले बुद्धत्व प्राप्तिको लागि र समस्त प्राणीहरूको हितको लागि, “म यो काम गर्छु” भन्ने सोचेर काम सुरु गरी वास्तवमै कार्यान्वयन गर्नुलाई प्रस्थान बोधिचित्त भनिन्छ । ती दुई मध्ये अहिले प्रणिधि बोधिचित्तोत्पादको व्याख्या क्रम भएकोले त्यसको उपाय स्वरूप अवैवर्तिक प्रतिज्ञा अर्थात् दृढ सङ्कल्प गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

तेस्रो, पृष्ठमा शिक्षाको अभ्यास गर्ने विधि दर्साउँदा पाँच;  
१. लाभ स्मरण शिक्षा, २. बोधिचित्त शोधन शिक्षा, ३. दुई सम्भार सञ्चय शिक्षा, ४. सत्त्व परित्याग नगर्ने शिक्षा, र ५. शुक्ल-कृष्ण अष्टधर्म हेय-उपादेय विधि शिक्षा ।

पहिलो, लाभ स्मरण शिक्षा—

यस प्रकार प्रणिधिचित्त,  
उत्पन्न गर्नुको गुण जुन हो,  
त्यो गण्डव्यूह सूत्रमा,  
मैत्रेयले वर्णन गर्नुभएको छ ॥१२॥

त्यस्तो चित्त उत्पन्न गरेर सङ्कल्प लिएपछि निरन्तर थोरै समय

उत्पन्न हुने वा केही मिनेटको लागि उत्पन्न भए पनि राम्रो हो । तर उक्त चित्तोत्पादलाई स्थिर र प्रबल बनाई क्रमशः विकास गर्न के गर्नुपर्छ भने, पृष्ठको कार्य अर्थात् प्रणिधि बोधिचित्तको शिक्षाहरूको अभ्यास गर्नुपर्छ । ती के-के हुन् भने, अनुशंसाको स्मरण शिक्षा, बोधिचित्त शोधन शिक्षा, पुण्य तथा ज्ञान सम्भार सञ्चय शिक्षा, सत्त्वलाई परित्याग नगर्ने शिक्षा, र चार कृष्ण र चार शुक्लधर्म अर्थात् अष्टधर्म हेय-उपादेय (त्याग्ने र ग्रहण गर्ने) विधि शिक्षा बारे बताउनुभएको छ ।

ती मध्ये पहिलो, लाभ (अनुशंसा) स्मरण शिक्षा भन्नाले “ओहो ! प्रणिधि बोधिचित्त उत्पन्न गर्न सके वृहत् लाभ हुन्छ । मैले यसलाई जसरी भएपनि उत्पन्न गर्नुपर्छ” भन्ने चिन्तन गर्नु ठुलो भाग्यको कुरा हो । त्यसैले बोधिचित्तको लाभको स्मरण गर्नुपर्छ । प्रणिधि बोधिचित्तको लाभ बारे गण्डव्यूहसूत्रमा बताइएको छ, भन्नुभएको हो । बोधिचित्तको लाभ बारे सङ्क्षिप्तमा दाग्पो रिन्पोछेले मोक्षालङ्कारमा पनि बताउनुभएको छ । विस्तृतमा गण्डव्यूहसूत्रमा बताएको भएता पनि तपाईंहरूले वर्तमान अवस्थामा उक्त सूत्रको अध्ययन गर्न भने केही सहज नहोला । भविष्यमा ‘जोङ्सर खेन्चे रिन्पोछे’को अग्रतामा अङ्ग्रेजीमा अनुवाद हुँदैछ । त्यसैले पछि अध्ययन गर्नुभए पनि हुन्छ जस्तो लाग्यो । त्यसैगरी चिनियाँ भाषामा अध्ययन गरेर अभ्यास गर्न चाहने व्यक्ति हुनुहुन्छ भने बुद्ध वचन (काग्युर) भित्र छ जस्तो लाग्यो । तिनीहरूको अध्ययन गर्दा राम्रो हुन्छ ।

साधारणतया बोधिचित्तको लाभ वृहत् कसरी हुन्छ ? भने,

उदाहरणको लागि, एक जना मान्छेलाई दुःखबाट छुट्कार दिलाउने सोच छ भने पनि लाभ हुन्छ। जस्तै, एक जना मान्छे भोकले पीडित छ भने, “विचरा ! यो मान्छे भोकले छट्पटाइरहेछ”, भन्ने सोचेर उसलाई खाना खुवाउन सक्थ्यो भने ठुलो लाभ हुन्छ। त्यसैगरी एउटा कुकुर भोक लागेर बसिरहेको छ भने, त्यसलाई खानेकुरा दिँदा पनि ठुलो लाभ हुन्छ। तिनीहरूलाई कसरी लाभ भएको हो भने, एक हिसाबले व्यवहारमा उतारेर सहयोग गरेकोले हुन सक्छ। तर मूल कारण भनेको आफ्नो मन भित्रदेखि नै त्यसलाई मद्दत गर्नुपर्छ, दुःखबाट मुक्ति दिलाउनुपर्छ भन्ने मनसायले गर्दा लाभ भएको हो। त्यसैले मूलतः सदाशय अर्थात् प्रणिधानले गर्दा लाभ हुन्छ।

त्यसैले “सय, हजार, दस हजार, लाख, दस लाख, करोडौँ प्राणी दुःखबाट मुक्त गर्न सक्ने भइयोस्। भविष्यमा सम्पूर्ण प्राणीलाई दुःखबाट मुक्त गर्न सक्ने हुने छु र मुक्त गर्न सक्ने छु” भन्ने सोच (सदाशय) छ भने त्यसबाट वृहत् लाभ हुन्छ भनेर भनिराख्नु पर्दैन। त्यही कारण ती लाभहरूको स्मरण गर्न सके उत्पन्न नभएका बोधिचित्त उत्पन्न हुन्छन् र उत्पन्न भएकाहरू अभिवृद्धि हुँदै जान्छन्। त्यसैले यहाँ पहिलो शिक्षा, ‘लाभको स्मरण’ दर्साउनुभएको हो।

**दोस्रो, बोधिचित्त शोधन शिक्षा—**

*ती सूत्रहरू पढेर अथवा गुरुबाट सुनेर,  
सम्बोधिचित्तको असीम गुणहरू,*

यस प्रकार बुझेर त्यसलाई स्थिर राख्नलाई,  
बारम्बार चित्तोत्पाद गर्नुपर्छ ॥१३॥

वीरदत्त परिपृच्छा सूत्रमा,  
यसको पुण्यबारे पूर्ण स्पष्ट दर्साएको छ,  
त्यसको केवल तीन श्लोक,  
यहाँ सङ्क्षिप्तमा लेख्दछु ॥१४॥

त्यसपछि, तेस्रो शिक्षा— बोधिचित्त शोधन गरी राम्ररी विकास गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ। त्यसको लागि हामी आफैँले महायान सूत्र पढेर बोधिचित्तको गुण बुझेर होस् या आफ्नो गुरुबाट राम्ररी सुनेर सम्बोधिचित्तको अनन्त गुणहरू पूर्ण रूपले बुझ्नुपर्छ। त्यसपछि आफू भित्रको बोधिचित्तरत्नलाई नष्टरहित निरन्तर विकास हुनको लागि अथवा हेतु-प्रत्यय स्वरूप बारम्बार बोधिचित्तोत्पाद गर्नुपर्छ। यसरी बारम्बार बोधिचित्तको स्मरण गर्ने, विकास गर्ने आदि कार्य गर्नाले बोधिचित्त निरन्तर फैलिँदै जान्छ, भन्नुभएको हो।

बोधिचित्तको वृहत् लाभ तथा पुण्य बारे कहाँ बताइएको छ भने, गृहस्थ 'वीरदत्तपरिपृच्छासूत्र'मा स्पष्ट र विस्तृतमा बताइएको छ। त्यसमा, तीन श्लोक मात्र सङ्क्षिप्तमा जे दर्साइएको छ, ती यहाँ लेख्दछु, भन्नुभएको हो। तीन श्लोक यस प्रकार छन्—

बोधिचित्तको जुन पुण्य छ,  
यदि त्यसको रूप भएको भए,  
समस्त आकश-धातु भरेर,  
त्यो भन्दा पनि अत्यधिक हुनेछ ॥१५॥

गङ्गाको बालुवा समान (असङ्ख्य),  
 बुद्धक्षेत्रहरूलाई जो व्यक्तिले,  
 रत्नहरूले भरेर,  
 लोकनाथ बुद्धलाई अर्पण गर्छ त्यो भन्दा ॥१६॥

जसले दुई हात जोडी,  
 बोधिप्रति चित्तबाटै वन्दना गर्छ,  
 यो पूजा अति विशिष्ट हुन्छ,  
 त्यसको अन्त (सीमा) हुँदैन ॥१७॥

यसरी यहाँ दुई ओटा उदाहरणहरू देखाउनुभएको छ । पहिलो उदाहरण, यदि बोधिचित्तको लाभ तथा पुण्यको ठोस आकार भएको भए, सारा आकाश-धातु ओगट्न सक्छ । अझै पनि त्यसमा अट्दैन । बोधिचित्तको लाभ आकाशभन्दा पनि अत्यधिक हुन्छ, भन्नुभएको छ ।

दोस्रो उदाहरण, गङ्गा नदीमा रहेको बालुवाको सङ्ख्या जतिको धनसम्पत्ति अर्थात् मूल्यवान् रत्नहरूले भरेर कुनै एक व्यक्तिले बुद्धक्षेत्रहरूमा लोकनाथ तथागत बुद्धलाई अर्पण गर्नुभन्दा पनि जसले श्रद्धापूर्वक दुई हात जोडी वन्दना वा बोधिचित्तोत्पाद गर्छ, त्यो नै अति विशिष्ट हुन्छ । त्यसैले बोधिचित्तको लाभ तथा पुण्य अति वृहत् र अनन्त रहेको छ । बोधिचित्तको लाभ यस्तो वृहत् भएको बुझी त्यसलाई स्मरण गर्दै निरन्तर अभिवृद्धि गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

त्यस्तो वृहत् लाभ हुने कारण के हो ? भने, उदाहरणको लागि, तथागत बुद्धले सद्धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएकोले धेरै प्राणीले फल प्राप्त गरे, कति धेरै प्राणीको नकारात्मक सोच सकारात्मक भए। त्यसैगरी बुद्ध स्वयम्ले मात्र नभई, उहाँले दिनुभएका उपदेशहरू एक व्यक्तिले अर्कोलाई सिकाए। त्यसैगरी अर्कोले अर्कोलाई सिकाएर पुस्तौँ-पुस्तासम्म विस्तार भयो। तथागत बुद्ध आगमन भएर २५०० वर्ष भन्दा बढी बितिसक्दा पनि उहाँको उपदेश (सद्धर्म) आज सम्म नाशरहित अवस्थित भएर लोकधातु संसारमा जताततै फैलिएका छन्। जताततै अभ्यास गरिरहेका छन् भने त्यसबाट अथाह लाभ पनि प्राप्त गरेका छन्। त्यस्तो कसरी भएको हो ? भने, त्यसको एउटा मुख्य कारण भनेको तथागत बुद्धको यो धर्तीमा आगमन भएर हो। तथागत बुद्ध यस लोकमा कसरी आगमन भएको हो भने, तथागत बुद्धले भन्नुभएको छ—

म पूर्वजन्ममा गरिब हुँदा,  
 तथागत शाक्यमुनिलाई,  
 दान पात्रभरि जौला अर्पण गरेर,  
 पहिलो पटक बोधिचित्तोत्पाद गरें ॥

पूर्वजन्ममा हाम्रा शास्ता एउटा गरिब भिखारीको रूपमा जन्मिनु भएको बेला, उहाँले बुद्ध शाक्यमुनिलाई एउटा कचौराभरी जौला (खोले) अर्पण गरी बोधिचित्तोत्पाद गरेर उत्तम प्रणिधान गर्नुभएको थियो। त्यस बेलादेखि बोधिचित्तोत्पाद क्रमशः अभिवृद्धि गरेकोले अन्ततः तथागत बुद्धपद प्राप्त भएको हो। उक्त कुशल कर्मले गर्दा तथागत बुद्धले सद्धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको थियो। सद्धर्मचक्र

प्रवर्तनले गर्दा समस्त लोकधातुमा सुखमय र खुसीयाली छाएर वृहत् हित भएको हो। त्यसैले ती सबैको मूल जड भनेको बोधिचित्तरत्न नै हो।

त्यसैगरी हामीले पनि बोधिचित्तोत्पाद गर्नसके भविष्यमा अचिन्तनीय र असङ्ख्य प्राणीलाई लाभ पुग्नेछ। त्यही कारण, बोधिचित्तको लाभ अत्यन्तै वृहत् भएर सोचेर बारम्बार स्मरण गर्नुपर्छ। बोधिचित्तलाई बेवास्ता नगरी उत्पन्न नभएकोलाई उत्पन्न गर्ने उपाय अपनाई परिश्रम गर्ने, उत्पत्ति भएसकेकोलाई विस्तार हुने उपाय अपनाई मिहिनेत गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो।

### तेस्रो, दुई सम्भार सञ्चय शिक्षा—

*प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद पछि,  
अनेक प्रयत्न गरी सर्वत्र फैलाएर,*

त्यसपछि, दुई सम्भार सञ्चयको अभ्यास गर्नुपर्ने बारे दर्साएको छ। प्रणिधि बोधिचित्त उत्पन्न भइसकेपछि के गर्नुपर्छ भने, चाहे पढेर होस् या अभ्यास गरेर होस्, पुण्य सम्भार गर्नुपर्छ र अनेक उपाय अपनाएर लगनशीलतापूर्वक बोधिचित्तलाई विस्तार गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो।

### चौथो, सत्त्व परित्याग नगर्न शिक्षा—

*यसलाई अरू जन्ममा पनि  
स्मरण गर्नलाई,*

त्यसपछि, के बताउनुभएको छ भने, सत्त्व अर्थात् प्राणीलाई परित्याग नगर्ने अभ्यास गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ। प्राणीलाई परित्याग गर्नु भन्नाले क्लेश, द्वेष, व्यापाद (हानि पुऱ्याउने सोच), कसैलाई सहयोग गर्ने अवस्था आइपर्दा पनि ईर्ष्या आदिले गर्दा “यो मान्छेलाई सहयोग गर्दै गर्दिन” भन्ने भावना जाग्यो भने त्यो प्राणीलाई परित्याग गरेको हो। मनैदेखि प्राणीलाई त्यागेकोले त्यो प्रणिधि बोधिचित्त विपरीत कार्य भएर जान्छ। यस्तो सोच अनुचित भएकोले कहिल्यै उत्पन्न नहुने उपाय अपनाउनुपर्छ, भन्नुभएको हो।

“म यो प्राणीलाई अलिकति पनि मद्दत गर्दिन” भन्ने सोचेर प्राणीलाई परित्याग गर्नु भनेको चरम रूपले बोधिचित्त विपरीत कार्य भएर जान्छ। प्राणीलाई परित्याग नगर्ने बारे मूल श्लोकमा प्रत्यक्ष दर्साएको छैन। तर कादम्पाका कल्याण मित्र, गुरुहरूले व्याख्या गर्दा, माथि श्लोकमा “यसलाई अरू जन्ममा पनि” भन्ने पङ्क्ति ‘पनि’ भन्ने शब्दले ‘यो जन्ममा मात्र नभई जन्म जन्मान्तरसम्म पनि प्राणीको परित्याग गर्नु हुँदैन’ भन्ने बुझिन्छ भनी विश्लेषण गर्नुभएको छ।

### पाँचौँ, शुक्ल-कृष्ण अष्टधर्म हेय-उपदेय विधि शिक्षा—

यथोपदिष्ट शिक्षालाई पनि  
परिपालन गर्नुपर्छ ॥१८॥

यथोपदिष्ट (जसरी निर्देशन गरिएको छ) शिक्षा; चार शुक्लधर्म ग्रहण गरी चार कृष्णधर्म त्याग्नुपर्छ अर्थात् कुशल-अकुशल

अष्टधर्महरू हेय-उपदेय (त्याग्ने र ग्रहण गर्ने) विधि अनुरूप कार्य गरी शील पालन गर्नुपर्छ भन्ने अर्थ हो। प्रणिधि बोधिचित्तको शिक्षा यसरी नै दर्साएको छ। शुक्ल-कृष्ण अष्टधर्मको बारेमा कहाँ दर्साएको छ भने, दागो रिन्योछेको मोक्षालङ्कारको दर्साँ परिच्छेद 'प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद शिक्षा निर्देश' पाठमा व्याख्या गरिएको छ। भविष्यमा गहिरो अध्ययन गर्न सक्थो भने लाभ हुन्छ जस्तो लाग्यो। अहिले यहाँ मूल श्लोकमा प्रत्यक्ष दर्साएको छैन। त्यसैले मैले आफू खुसी छेउ न टुप्पाको व्याख्या गरिरहँदा तपाईंहरूलाई बरु दिक्क लाग्ने वा मनोबल घट्ने सम्भावना हुनसक्छ जस्तो लाग्यो। त्यसैले धेरै व्याख्या गर्दिन।

दोस्रो, प्रस्थान शिक्षासहित व्याख्या गर्दा तीन; १. सन्धि गरी प्रस्थान संवर ग्रहण बारे दर्साएको, २. ग्रहण गर्ने प्रक्रिया, र ३. संवर ग्रहण गरी शिक्षाको अभ्यास दर्साएको।

पहिलो, सन्धि गरी प्रस्थान संवर ग्रहण बारे दर्साएको—

सामान्यतया बोधिचित्त दुई प्रकारका छन्; १. प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद र २. प्रस्थान बोधिचित्तोत्पाद। ती दुई मध्ये प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद बारे माथि चर्चा गरिसकेँ। आज भने प्रस्थान बोधिचित्त बारे चर्चा गर्छु। साधारणतया उहिलेको परम्पराअनुसार कहिलेकाहीं प्रणिधि बोधिचित्त र प्रस्थान बोधिचित्त दुवै सँगै ग्रहण गर्ने विधि (उपाय) उल्लेख गरिएको हुन्छ भने कहिलेकाहीं छुट्टाछुट्टै ग्रहण गर्ने अर्थात् सुरुमा प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद र त्यसपछि प्रस्थान बोधिचित्त संवर ग्रहण गर्ने विधि बताउनुभएको

हुन्छ। ती दुई विधिहरू मध्ये, यस बोधिपथप्रदीपमा सुरुमा प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद गर्ने, त्यसपछि प्रस्थान बोधिचित्तको संवर ग्रहण गर्ने अर्थात् छुट्टाछुट्टै ग्रहण गर्ने विधि देखाउनुभएको छ। छुट्टाछुट्टै ग्रहण गर्ने विधि अनुसार अहिले यहाँ प्रस्थान बोधिचित्त संवर ग्रहण गर्ने विधि दर्साउँदै छु।

सामान्यतया सदाशयलाई सुधाने विधि र कुशल सदाशय उत्पन्न गर्ने विधि रहेको छ। कुशल सदाशय उत्पन्न हुनलाई सर्वप्रथम सदाशयलाई सुधार या परिवर्तन गर्नुपर्ने हुन्छ। नकारात्मक र निष्पक्ष सदाशय त्यागेर सकारात्मक सदाशयमा परिणत गर्नुपर्छ। सकारात्मक सदाशय पनि सानो र ठुलो दुई मध्ये अति ठुलो अर्थात् विशालमा परिणत गर्नुपर्छ। अभ्यास गर्दा जहिले पनि सदाशय विशाल हुनु अति नै महत्त्वपूर्ण रहेको छ।

उदाहरणको लागि, सर्वप्रथम पूर्व-अभ्यासको सन्दर्भमा जोड्दा, सुरुमा ढोग गर्ने क्रममा शरण-गमन र बोधिचित्तोत्पादको अभ्यास गरिन्छ। ती दुई मध्ये बोधिचित्तोत्पादको क्रममा दृष्टि र भावना कस्तो हुनुपर्ने, कसरी अभ्यास गर्नुपर्ने र अभ्यास गरेपछि के फाइदा हुन्छ भन्ने विषयलाई स्पष्ट पार्नको निम्ति बोधिचित्त उत्पन्न गर्ने विधि दर्साउनुभएको हो। त्यसैगरी आफ्नो इष्टदेवको 'उत्पन्न-क्रम'को भावना गर्दा पनि शरण-गमन र चित्तोत्पाद विना गर्दैनन्। पहिले शरण-गमन गर्ने, त्यसपछि बोधिचित्त उत्पन्न गर्नुपर्छ। त्यसबेला बोधिचित्तोत्पादको उपाय राम्ररी स्मरण र बोध गर्नु अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ। त्यसैले बोधिचित्तोत्पाद गर्नु अति नै महत्त्वपूर्ण छ।

त्यसैगरी, शमथ र विपश्यना समाधि भावना गर्दा पनि शरण-गमन र चित्तोत्पादसहित गर्दा उक्त मार्ग विशिष्ट हुने भएकोले शरण-गमन र चित्तोत्पाद दुवै हुनुपर्छ । त्यस मध्ये विशेष गरी बोधिचित्तोत्पाद मार्फत अभ्यास गर्नुपर्छ । त्यसैले बोधिचित्तोत्पाद निरन्तर स्मरण गर्नुपर्ने, विकास गर्नुपर्ने र बुझिराख्नुपर्ने कुरो हो ।

प्रस्थान बोधिचित्तसंवर ग्रहण गर्ने विधि दर्साउँदा; यहाँ प्रस्थान बोधिचित्तको संवर ग्रहणलाई प्रणिधि बोधिचित्त उत्पाद पछि दर्साउनुपर्ने कारण उल्लेख गरेको छ । यही कुरा उन्नाइसौं श्लोकमा यसरी बताइएको छ—

प्रस्थानचित्तमा आत्मसंयम अतिरिक्त,  
सम्यक् प्रणिधानको अभिवृद्धि हुँदैन,  
सम्बोधि प्रणिधिको अभिवृद्धि चाहनेले,  
यसलाई प्रयत्नपूर्वक अवश्य ग्रहण गर्नुपर्छ ॥१९॥

प्रस्थान बोधिचित्तसंवर छैन भने प्रणिधि बोधिचित्त राम्ररी अभिवृद्धि हुन सक्दैन । त्यसैले प्रणिधि बोधिचित्त क्रमशः विस्तार गर्नलाई निश्चय रूपमा प्रस्थान बोधिचित्तसंवर ग्रहण गर्नुपर्छ । यसबारे आचार्य शान्तिदेवले भन्नुभएको छ—

प्रणिधि बोधिचित्तद्वारा,  
संसारमा ठुलो फल प्राप्त गरे तापनि,  
प्रस्थान बोधिचित्तको जस्तो,  
निरन्तर पुण्य प्राप्त हुँदैन ॥ (बोधिचर्यावतार १/१७)

आफू भित्र प्रणिधिचित्त उत्पन्न हुँदा वृहत् पुण्यलाभ हुन्छ ? भने, अत्यन्तै धेरै असीमित पुण्य प्राप्त हुन्छ । तर उक्त चित्तोत्पाद नहुँदा कुशल कर्मको अभिवृद्धि हुँदैन । प्रस्थान बोधिचित्तको सन्दर्भमा—

जसले चित्तोत्पादलाई

राम्ररी ग्रहण गर्छ ॥ (बोधिचर्यावतार १/१८)

तबदेखि निदाउँदा वा,

प्रमादी हुँदा पनि पुण्यको बल,

अटुट रूपले निरन्तर,

आकाशसमान धेरै प्राप्त भइरहन्छ ॥ (बोधिचर्यावतार १/१९)

भन्नुभए झैं प्रस्थान बोधिचित्तसंवर ग्रहण गरिसकेपछि निदाउने जस्ता प्रमादी हुँदा वा जुनसुकै अवस्थामा पनि कुशल कर्म तथा पुण्यबल धेरै भन्दा धेरै अभिवृद्धि भएर जान्छ किनभने आफ्नो चित्तमा प्रस्थान बोधिचित्त संवरको कुशल छाप रहेको हुन्छ । त्यसैले प्रस्थान बोधिचित्तको लाभ वृहत् र अचिन्तनीय छ । सोही कारण प्रणिधि बोधिचित्तको पुण्यबल शक्तिशालीमा परिणत गर्नलाई प्रस्थान बोधिचित्त संवर जसरी भएपनि ग्रहण गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

दोस्रो, प्रस्थान संवर ग्रहण गर्ने प्रक्रियामा तीन; १. आश्रयरूपी ग्रहणकर्ता, २. ग्रहणको स्थान, र ३. ग्रहण गर्ने विधि ।

## पहिलो, आश्रयरूपी ग्रहणकर्ता—

सात प्रतिमोक्ष,  
सदा कुनै संवरयुक्त भएकालाई,  
बोधिसत्त्व संवरको भागी हुन्छ,  
अन्यथा अरूमा हुँदैन ॥२० ॥

त्यसपछि, प्रस्थान बोधिचित्तसंवर ग्रहण बारे बताउनुभएको छ । संवर ग्रहण गर्ने विधिमा, सर्वप्रथम संवर ग्रहण गर्ने व्यक्ति कस्तो हुनुपर्छ भने, सात प्रकारका (गोत्रीय) प्रतिमोक्ष मध्ये जुनै पनि एउटा संवरयुक्त भएको हुनुपर्छ, भन्नुभएको हो । सात प्रतिमोक्ष यस प्रकारका छन्: १. उपासक, २. उपासिका, ३. श्रामणेर, ४. श्रामणेरी, ५. शिक्षमाणा, ६. भिक्षु, र ७. भिक्षुणी । सुरुवातीले भिक्षु-भिक्षुणी, श्रामनेर-श्रामणेरी संवर ग्रहण गर्न नसके पनि उपासक वा उपासिका संवर दुई मध्ये कुनै एउटा संवरयुक्त हुनुपर्छ ।

उपासकसंवरको सन्दर्भमा पनि, उपाय-कौशल र महाकारुणिक तथागत बुद्धले, उपासक-उपासिकाको पञ्चशील या पाँच आधारभूत त्याज्यहरू मध्ये आफूले त्याग्न सक्ने कुनै एउटा त्याग्न अर्थात् एउटा शील पालन गर्नुलाई 'एकचारी उपासक' भनिन्छ । त्यसमाथि मनोबल अलि बढेर दुई ओटा त्याग्न अर्थात् दुई शील पालन गर्नेलाई 'किञ्चिच्चारी उपासक' भनिन्छ । त्याज्य तीन वा चार ओटा त्याग्न अर्थात् तीन वा चार शील पालन गर्नेलाई 'बाहुलचारी उपासक' भनिन्छ । पाँच ओटै त्याज्य त्यागेर

पञ्चशील पूरै पालन गर्नेलाई 'पूर्ण उपासक' भनिन्छ । त्यसमा अझै 'ब्रह्मचारी उपासक' संवर ग्रहण गर्न सकेमा अति भाग्यशाली हुन्छ । यसरी ती उपासक संवरहरू मध्ये कुनै एक संवरयुक्त हुनुपर्छ, भन्नुभएको छ ।

त्यसैगरी प्रतिमोक्षसंवरहरू मध्ये जुन भएपनि एउटा हुनुपर्ने कारण के हो ? भने, प्रतिमोक्ष संवर भनेको दुराचार त्याग्नुलाई बुझिन्छ भने बोधिसत्त्वसंवर भनेको भद्रचर्या अँगाल्नुलाई बुझिन्छ । भद्रचर्या अँगाल्नको लागि सुरुमा दुराचार त्याग्नुपर्छ, दुराचार त्याग्नुलाई सुरुमा प्रतिमोक्षसंवर ग्रहण गर्नुपर्छ । त्यसैले प्रस्थान बोधिचित्त संवर ग्रहण गर्ने व्यक्ति प्रतिमोक्ष संवरयुक्त हुनुपर्छ । प्रतिमोक्षसंवर कस्तो हुनुपर्छ भने, यहाँ भन्नुभएको छ—

*सात प्रकारका प्रतिमोक्ष,  
जुन तथागतले बताउनुभएको छ,  
ब्रह्मचर्याको श्री उत्कृष्ट हो भनी,  
भिक्षु संवरलाई मानिन्छ ॥२१॥*

सात प्रकारका प्रतिमोक्षसंवर मध्ये तल्लो तहको भन्दा माथिल्लो तहको क्रमशः महत्त्वपूर्ण हुन्छ, भन्नुभएको छ । उदाहरणका लागि उपासक संवरयुक्त भन्दा श्रामणेर संवरयुक्त हुनु महत्त्वपूर्ण छ भने श्रामणेर भन्दा भिक्षुसंवरयुक्त हुनु महत्त्वपूर्ण छ, भनिएको छ । त्यसैले आ-आफ्नो पुण्य तथा योग्यता अनुसार जुन अनुकूल हुन्छ त्यही ग्रहण गरी पालन गर्नुपर्छ ।

उच्च तहको संवर ग्रहण नगरीकन तल्लो तहको संवरयुक्त भए पनि हुन्छ । जस्तै उच्च संवर या श्रामणे र भिक्षु संवर ग्रहण गरेको छैन तर उपासक संवरयुक्त छ भने पनि उक्त व्यक्ति बोधिचित्तसंवर ग्रहण र बोधिचित्तोत्पादको योग्य हुन्छ । उपासक संवरमा एकचारी, किञ्चिच्चारी, बहुलचारी र पूर्ण उपासक भनिएता पनि ती सबै उपासक भएकोले जुन संवरयुक्त भए पनि बोधिचित्तोत्पादको गर्न मिल्छ ।

### दोस्रो, ग्रहणको स्थान—

जो संवर विधिमा निपुण र,  
स्वयम् संवर पालन गर्छ,  
संवर प्रदान गर्न समर्थ तथा करुणायुक्तलाई,  
सद्गुरु भनिन्छ, भनी बुझ्नुपर्छ ॥२२॥

संवर प्रदान गर्ने गुरु कस्तो हुनुपर्छ भने, तीन गुणयुक्त अर्थात् विद्वान्, भदन्त र कुशल हुनुपर्छ । विद्वान् भन्नाले विशेष गरी कस्तो हुनुपर्छ भने, संवर-विधिमा निपुण हुनुपर्छ अर्थात् संवर कसरी प्रदान गर्ने, कुन पालन गर्ने, पालन गर्नाले के फाइदा हुन्छ र पालन नगर्दा के वेफाइदा हुन्छ भन्ने कुरामा जस्ताको त्यस्तै राम्रो ज्ञान भएको व्यक्ति हुनुपर्छ । दोस्रो, भदन्त गुण भनेको कस्तो हुनुपर्छ ? भने, संवर प्रदान गर्ने व्यक्ति मुखले भन्ने मात्र नभई आफू पनि यथोचित अभ्यास गर्ने हुनुपर्छ । अभ्यासी तथा संवर

पालन गरी नकारात्मक गुणहरू त्यागेको र सकारात्मक गुणहरू अँगालेको एउटा सम्यक् शीलवान् व्यक्ति हुनुपर्छ ।

विद्वान र भदन्त मात्र भएर पर्याप्त हुन्छ त ? पर्याप्त हुँदैन । तिनीहरूका साथै कुशल गुणयुक्त पनि हुनुपर्छ । कुशल गुण भन्नाले शिष्यलाई करुणाको साथ संवर प्रदान गर्ने क्षान्तिबल (सहनशीलता) यानि साहसी हुनुपर्छ । “यो शिष्यलाई संवर प्रदान गर्छु, उसलाई शिष्यको रूपमा स्वीकार गरी मोक्ष तथा सर्वज्ञ बुद्धपदमा पुऱ्याउँछु, त्यसको लागि म मिहिनेत गर्छु र मिहिनेत गर्न सक्छु” भन्ने साहसयुक्त अर्थात् विशिष्ट करुणा र साहस भएकोलाई कुशल गुणयुक्त भनिन्छ । यस प्रकारको विद्वान, भदन्त र कुशल गरी तीन गुणयुक्त गुरु नै कुशल गुरु हो भनी बुझ्नुपर्छ र यस्तो कुशल गुरुबाट संवर ग्रहण गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

तेस्रो, ग्रहण गर्ने विधिमा दुई: १. गुरुको उपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि, र २. गुरुको अनुपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि ।

पहिलो, गुरुको उपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि—

संवर ग्रहण गर्ने विधि दुई प्रकारका छन्; १. आफूले गुरु भेटेमा उक्त गुरुबाट संवर ग्रहण गर्ने विधि र २. गुरु नभेटेमा आफ्नो चित्तद्वारा भावना गरी संवर ग्रहण गर्ने विधि । यसरी संवर ग्रहण गर्ने विधिहरू मध्ये सुरुमा ‘गुरुको उपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि (परम्परा)’ दर्साउनुभएको छ । त्यो कस्तो हुनुपर्छ ? भने—

*बोधिसत्त्वभूमिको,*

*शील परिवर्तमा बताएको विधिद्वारा,*

कुशल लक्षणयुक्त,

सद्गुरुबाट संवर ग्रहण गर्नुपर्छ ॥२३॥

आफूले संवर ग्रहण गर्ने स्थान कुशल लक्षणयुक्त भद्रगुरु सँग भेट भएमा, आर्य असंगद्वारा रचित 'बोधिसत्त्वभूमि' ग्रन्थमा विशिष्ट रूपले बताउनुभएको विधिअनुरूप उक्त गुरुबाट संवर ग्रहण गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो।

दोस्रो, गुरुको अनुपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधिमा दुई; १. साझा र विशेष रूपमा आगम अनुरूप दर्साउने प्रतिज्ञा, र २. उक्त सूत्रमा उल्लिखित चित्तोत्पाद र संवर पालन गर्ने विधि दर्साएको।

पहिलो, साझा र विशेष रूपमा आगम अनुरूप दर्साउने प्रतिज्ञा—

त्यसमा प्रयत्न गर्दा पनि,

यदि यस्तो गुरु भेटाउन सकिएन भने,

त्यो बाहेक संवर ग्रहणको अरु,

सम्यक् विधि बताउँछु ॥२४॥

त्यसपछि, गुरुको अनुपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि दर्साइएको छ। “एउटा कुशल गुरु (कल्याण मित्र) भेट्नु पन्थो” भन्ने सोचेरगम्भीरता पूर्वक मिहिनेत गरेर जति खोज्दा पनि आफ्नो पुण्यबल अलि कम भएकोले माथि दर्साएको जस्तो गुणयुक्त गुरु नभेट्दा वा त्यस्तो गुरुको शरणमा जाने अवसर नपाउँदा, आफैँले

बोधिचित्तोत्पाद वा संवर ग्रहण गर्नको लागि कुनै बाधा छैन। गुरु नभएता पनि स्वयम्ले बोधिचित्तोत्पाद र संवर ग्रहण गर्ने उपाय रहेको छ। त्यसैले गुरु उपस्थित हुँदा ग्रहण गर्ने विधि बाहेक, गुरुको अनुपस्थितिमा संवर ग्रहण गर्ने अरू विधि पनि राम्ररी बताउँछु, भन्नुभएको हो। उक्त विधि कस्तो हो भने, यहाँ—

प्राचीनकालमा मञ्जुश्रीको जन्म,  
 अम्बर राजाको रूपमा हुँदा,  
 जसरी बोधिचित्तोत्पाद गर्नुभयो,  
 त्यसको बयान 'मञ्जुश्री बुद्धक्षेत्र अलङ्कार'  
 सूत्रमा बताएनुसार, यहाँ स्पष्ट लेख्दछु ॥२५ ॥

गुरुको अनुपस्थिति विधिद्वारा संवर ग्रहण गर्ने विधिको सुरुवात अतिशय दीपंकर श्रीज्ञान आफैँले गर्नुभएको हो त ? भने, होइन। 'मञ्जुश्री-बुद्धक्षेत्राङ्कार' सूत्रमा स्पष्ट बताउनुभएको छ। कसरी बताउनुभएको छ ? भने, त्यसभित्र मञ्जुश्रीले प्राचीनकालमा बोधिचर्या अभ्यास गर्ने क्रममा गुरु विना ग्रहण गर्ने विधिद्वारा संवर ग्रहण गर्नुभएको कुरा बताउनुभएको छ। अनन्त कल्प पहिले, एक समयमा मञ्जुश्रीको जन्म चक्रसम्राट् अम्बरराजाको रूपमा भएको थियो। त्यसबेला वहाँ स्वयम्ले बोधिचित्तोत्पाद गर्नुभएको संवर ग्रहण गरेको कुरा उल्लेख छ। मञ्जुश्री-बुद्धक्षेत्राङ्कार सूत्रको अभिप्रायानुरूप अर्थात् त्यहाँ बताउनुभए झैं अहिले यहाँ स्पष्ट प्रस्तुत गर्छु, भन्नुभएको हो।

तेस्रो, उक्त सूत्रमा उल्लिखित चित्तोत्पाद र संवर पालन विधि दर्साउँदा दुई; १. चित्तोत्पाद र २. संवर पालन गर्ने विधि ।

पहिलो, चित्तोत्पाद—

नाथहरूको सामु,  
सम्बोधि चित्तोत्पाद गरेर,  
सर्वप्राणीलाई आमन्त्रण गरी,  
तिनीहरूलाई संसारबाट मुक्त गदछु ॥२६ ॥

उक्त सूत्रमा बताउनुभएको चित्तोत्पाद गरी संवर ग्रहण गर्ने विधि यस्तो छ । आफ्नो सामुन्ने माथि आकाशमा बुद्ध तथा बोधिसत्त्वहरूलाई आलम्बन गरेर उहाँहरूको अगाडि अनुत्तर सम्बोधिचित्त उत्पाद गर्नुपर्छ । सम्बोधिचित्तोत्पाद गरेर सम्पूर्ण प्राणीलाई अतिथिको रूपमा आमन्त्रण गर्नुपर्छ । त्यसैगरी बोधिचर्यावतारमा भन्नुभएको छ—

आज मैले सम्पूर्ण रक्षकहरू सामु,  
जगत्लाई बुद्धपद वा अल्पकालीन सुख प्रदान गर्न,  
अतिथि आमन्त्रण गरिसकेको छु,  
देव तथा असुर आदि सबै प्रफुल्लित हुनुहोस् ॥ (बोधि. ३/३३)

सम्पूर्ण प्राणीहरू अतिथिको रूपमा आमन्त्रण गरेर, “भविष्यमा मैले बुद्धपदमा पुऱ्याउने छु” भन्ने प्रतिज्ञा र “ती सारा प्राणीहरू संसार (दुःख)बाट मुक्त गर्नेछु” भनी प्रतिज्ञा गर्नुपर्छ । त्यसैले गुरु नभए पनि, आफ्नो अगाडि (माथि) बुद्ध तथा बोधिसत्त्वहरूको आलम्बन

गरेर उहाँहरू सामु सम्बोधिचित्तोत्पाद गरी संवर ग्रहण गर्ने विधि बताउनुभएको छ ।

यसरी सूत्रमा भनिएको मात्र नभई त्यसको पछाडि कारण पनि रहेको छ । साधारणतया हाम्रो मनमा, “मेरो अगाडि आकाशमा बुद्ध तथा बोधिसत्त्वहरू साक्षात् रूपमा अवस्थित छैनन् तर नभएकोलाई भएको कल्पना गर्दा के नै लाभ हुन्छ ?” भन्ने विचार वा शङ्का उत्पन्न हुन सक्छ । त्यस्ता शङ्का निर्मूल पार्नलाई कारण बताउनु आवश्यक हुन्छ । कारण के हो ? भने, अहिले हाम्रो साधारण आँखाले बुद्ध तथा बोधिसत्त्वहरू साक्षात् देख्न सक्दैनौं । तर बुद्ध तथा बोधिसत्त्वहरूको ज्ञानचक्षुमा हामीहरू सबै अगाडि भएझैं स्पष्ट बोध हुन्छ । त्यसैले हामीले भावना गरे पनि, नगरे पनि उहाँहरू हाम्रो अगाडि अवस्थित भएको एउटै हो । हामीलाई दिनरात ‘छ प्रहर’ हेरेर बस्नुभएको छ । त्यसैले वहाँहरू सामु “मैले बोधिचित्त उत्पन्न गरें” भन्ने सोचेर बोधिचित्तोत्पाद गरी संवर ग्रहण गर्दा संवर प्राप्त हुन्छ । यो सँगै बोधिचित्तोत्पाद गरेपछि संवर प्राप्त नभएकाले प्राप्त गर्ने विधि दर्साइयो ।

**दोस्रो, संवर पालन विधिमा दुई; १. तीन शीलको समान्य उल्लेख, र २. प्रत्येकको व्याख्या ।**

**पहिलो, तीन शीलको समान्य उल्लेख—**

त्यसपछि, संवर पालन गर्ने विधि बताइएको छ । यहाँ तीन प्रकारका शीलहरू; १. दुष्कृत संवरशील, २. सत्त्वार्थ शील, र

३. कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील पालन गर्ने विधि दर्साइएको छ ।  
**दुष्कृत संवर** शील भन्नाले दोष तथा खराब आचरण आदि शुद्ध पार्नुलाई बुझिन्छ । **सत्त्वार्थ शील** भन्नाले “अरू प्राणीलाई म सक्दो लाभ पुऱ्याउँछु” भन्ने सोचेर परहित कार्यमा प्रयत्न गर्नुलाई बुझिन्छ । **कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील** भन्नाले कुशल धर्मको अभ्यास जति सक्दो गर्नुलाई बुझिन्छ ।

यसरी सुरुमा तीन शील बताए पछि संवर पालन अर्थात् संवरलाई पतन हुन नदिई संरक्षण गर्ने विधि दर्साइएको छ । गुरु उपस्थित हुँदा वा नहुँदा बोधिचित्तोत्पाद गरी संवर ग्रहण गरेपछि के गर्नुपर्छ भने, त्यसलाई संरक्षण गरी राम्ररी सम्हालेर राख्नुपर्छ र कहिल्यै नाश हुन दिनुहुन्न । साथै अझै अभिवृद्धि गर्नुपर्छ ।

हामीहरू सबैमा त्यसलाई अभिवृद्धि गर्ने र त्याज्यहरूलाई त्याग्ने शक्ति छ त ? भने, छ । साधारणतया सूत्र तथा शास्त्रहरू, विशेष गरी गम्पोपाद्वारा रचित ‘सद्धर्म चिन्तामणि मोक्षरत्नालङ्कार’को प्रथम परिच्छेदमा बताउनुभए झैं सम्पूर्ण प्राणीहरूको चित्त सन्ततिमा गोत्रधातु ‘तथागतगर्भ’ हुन्छ ।

गोत्रधातु ‘तथागतगर्भ’ भनेको के हो ? भने, तथागत बुद्धको सम्पूर्ण गुणहरू उत्पन्न हुने क्षमता हो । सम्पूर्ण प्राणीमा यस्तो क्षमता रहेको छ, तर त्यसको बोध नभएकोले अहिले अल्पकालीन रूपमा संसारमा भ्रमित भएर बसेका हुन् । अहिले हामीलाई संसारमा भ्रमित बनाउने वासना (नराम्रो छाप) के रहेको छ भने ‘क्षणिक मल’ रहेको छ । त्यसलाई त्याग्नु पर्ने अर्थात् नष्ट पार्नुपर्ने

हुन्छ । क्षणिक मल भन्नाले क्षणिक रूपमा आएको आवरण हो जसलाई हटाउने उपाय अपनाई हटाउन सकिन्छ ।

जुनसुकै प्राणीमा पनि बुद्धगोत्र अवस्थित हुन्छ । तर गोत्रमा केही भिन्नता भने हुन्छ । १. कोही प्राणी मैत्री र करुणाभाव बलियो भएका महायान गोत्रयुक्त हुन्छन् । २. कोही मैत्री र करुणाभाव प्रत्यक्ष प्रस्फुटन नभएका हीनयान गोत्रयुक्त हुन्छन् । ३. कोही भने अति गाढा क्लेश सशक्त मिथ्यादृष्टि भएका अगोत्र (उच्छिन्न गोत्र) पनि हुन्छन् । अगोत्रमा अवस्थित भएता पनि बुद्धत्व प्राप्त नहुने भन्ने होइन । कुशल प्रत्ययसँग मेल भएमा बिस्तारै सुगोत्रमा परिणत हुनसक्छ । तर बुद्धत्व प्राप्त गर्न भने धेरै लामो समय लाग्छ । त्यसैगरी हीनयान गोत्रका पनि महायान गोत्रमा परिणत हुनसक्छन्, भनिएको छ । त्यसैले हाम्रो चित्त सन्ततिमा अति शक्तिशाली क्लेश भए पनि नभए पनि क्रमशः चित्त शुद्ध पारी कुशलतामा परिणत गर्न सकिन्छ । त्यसैले संवर ग्रहण गरेर अभ्यास गर्नुपर्छ ।

बोधिचित्तोत्पाद गरी संवर ग्रहण गर्दा त्यसबाट वृहत् फल प्राप्त हुन्छ त ? अवश्य हुन्छ । यसले आफ्नो लागि पनि लाभ दिलाउँछ भने यो अरूको लागि पनि फलदायी हुन्छ ।

परहित गर्न सकिन्छ त ? भविष्यमा क्रमशः हित गर्न सकिन्छ । त्यही कारण सर्वप्रथम बोधिचित्तोत्पाद गर्ने, त्यसपछि संवर ग्रहण गर्ने, संवर ग्रहण गरिसकेपछि क्रमशः अभ्यास गर्नुपर्छ । अभ्यास कसरी गर्नुपर्छ ? भने, यहाँ तीन वर्गहरू बताइएका छन् ।

**पहिलो**, दुष्कृत संवर शील बारे वर्णन गरिएको छ । हामीमा रहेका दोषहरू जे छन् सबै नष्ट पार्नुपर्छ । काय, वाक्को आचरणमा रहेका दोष, चित्तमा रहेका दोष अर्थात् नकारात्मक विचार जस्ता सबै दोषहरू नष्ट पार्नुपर्छ । तिनीहरू हटाउने प्रयत्न गर्नुपर्छ । ती सबै त्यागेर आफू दोषरहित हुनुलाई दुष्कृत संवर शील भनिन्छ ।

**दोस्रो**, 'सत्त्वार्थ शील' भन्नाले माथि दर्साए झैं अनादि कालदेखिको आदतको (वासना) वशमा परी आफू तथा आफ्नो नजिकका अरुप्रति बलियो माया भाव हुन्छ । यो एउटा दोषपूर्ण प्रवृत्ति भएकोले अरु र अरुतिर मायाभाव अभिवृद्धि गर्ने बानी बसाल्नुपर्छ । किनभने अरु सम्पूर्ण प्राणीहरू पनि स्वाभाविक रूपमा दुःखबाट मुक्त र सुख प्राप्त गर्न चाहन्छन् । त्यसैले जसरी हामीले आफ्नो स्वार्थ सिद्ध गर्छौं, त्यसरी नै अरु प्राणीको अर्थ सिद्ध गर्नु र आफ्नो लागि कठोर मिहिनेत गरे झैं अरु प्राणीहरूको लागि पनि मिहिनेत गर्नुलाई 'सत्त्वार्थ शील' भनिन्छ ।

**तेस्रो**, कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील बारे वर्णन गरिएको छ । गुणहरू निष्क्रिय भएकोले अध्यासय, मैत्री, करुणा, बोधिचित्त आदि वृहत् रूपले नभएमा तिनीहरूलाई अभिवृद्धि गर्दै जानुपर्छ । तिनीहरू फैलिने उपाय अपनाएर कडा मिहिनेत गर्नुलाई 'कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील' भनिन्छ । ती तीन शीलहरूको अभ्यास गर्ने उपायहरू क्रमशः दर्साउनुभएको हो ।

दोस्रो, प्रत्येक शीलको व्याख्या गर्दा तीन; १. दुष्कृत संवर शील,  
२. सत्त्वार्थ शील, र ३. कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील प्रतिज्ञा ।

पहिलो, दुष्कृत संवर शील प्रतिज्ञा—

त्यस मध्ये सर्वप्रथम, दुष्कृत संवर शील दर्साएको छ । यसमा मनको सदाशय र काय-वाक्को आचरण गरी दुई ओटा रहेका छन् । पहिलो, चित्तको सदाशय दसउँदा, यहाँ श्लोकमा—

व्यापाद, क्रोध चित्त,  
कन्जुसी र ईर्ष्याभाव,  
आजदेखि सम्बोधि,  
प्राप्त नभएसम्म गर्दिन ॥२७ ॥

त्याज्य अर्थात् त्यागनुपर्ने कुराहरू यस्ता छन् । पहिलो, अरूलाई हानि पुऱ्याउने सोच अर्थात् अरूलाई दुःख दिन चाहने मन व्यापादलाई त्यागनुपर्छ । दोस्रो, कहिलेकाहीं कुनै नराम्रो कारणले गर्दा क्रोधित हुने वा रिस उठ्ने हुन्छ । त्यस्तो क्रोधचित्तलाई पनि त्यागनुपर्छ । त्यसैगरी क्लेशरूपी कन्जुसी र ईर्ष्या जस्ता सबै कार्य आजदेखि सम्बोधि तथा बुद्धत्व प्राप्त नभए सम्म गर्दै गर्दिन भनी प्रतिज्ञा गर्नुपर्छ । आफ्नो चित्तैदेखि स्मृति सम्प्रजन्य (सचेतना) र अप्रमाद (सतर्कता) अपनाएर “म क्रोधित हुन्न, कन्जुसी गर्दिन, त्यसैगरी कुशल गुण तथा ज्ञान युक्त अरू कुनै प्रति ईर्ष्याभाव राख्दिन” भन्ने जस्ता कुशल सोच राख्नुलाई ‘दुष्कृत संवर शील’

भनिन्छ । त्यसैगरी काय र वाक्को दुराचार नियन्त्रण सन्दर्भमा, यहाँ भनिएको छ—

ब्रह्मचर्यको आचरण अपनाएर,  
पापकर्म र राग त्याग्नुपर्छ,  
शील पालनमा प्रफुल्ल भई,  
बुद्धको अनुसरण गरी अभ्यास गर्नुपर्छ ॥२८॥

ब्रह्मचर्य पालन भन्नाले अवैध शारीरिक सम्बन्ध अर्थात् व्यभिचार जस्ता कायको अकुशल कर्म त्याग्नुलाई बुझिन्छ । त्यसैगरी काय-वाक्का अरू अकुशल कर्महरू अर्थात् शारीरिक रूपले वा वाचनको माध्यमबाट अरूलाई हानि पुग्ने अकुशल कर्म र त्यसको हेतु कामस्थान (सांसारिक वस्तु)प्रतिको ठुलो आसक्ति (लगाव) सबै त्याग्नुपर्छ । तिनीहरू त्यागेर शील पालन गर्न, मनैदेखि प्रसन्न (प्रमुदिता) हुँदै, “पूर्व कालमा बुद्धहरूले जसरी अभ्यास गर्नुभयो, त्यसको अनुसरण गरी आफूले जति सक्दो मिहिनेतका साथ अभ्यास गर्छु” भनी प्रतिज्ञा गरेर संवर शीलको अभ्यास गर्नुपर्ने कुरा दर्साएको हो ।

**दोस्रो, सत्त्वार्थ शील प्रतिज्ञा—**

स्वयम् शीघ्र,  
बोधिप्राप्तिको चाहना नराखी,  
एउटा प्राणीको लागि पनि,  
उत्तरन्तसम्म रहनुपर्छ ॥२९॥

साधारणतया, धेरै जसो शास्त्रहरूमा तीन प्रकारका शीलहरू मध्ये 'कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील'लाई दोस्रोमा राखिन्छ। तर अहिले यस बोधिपथप्रदीपमा भने दोस्रोमा सत्त्वार्थ शील र तेस्रोमा कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील बताउनुभएको छ। सत्त्वार्थ शीलको वर्णन गर्दा, साधारणतया बोधिचित्तोत्पाद गरेर प्राणीको हित गर्नुपर्ने हुन्छ। तर पहिले आफूले सर्वसम्पन्न सुख प्राप्त गर्नलाई आफू यथाशीघ्र बुद्धत्व प्राप्त गर्छु, त्यसपछि प्राणीहरूलाई क्रमशः बुद्धपदमा पुऱ्याउँछु भन्ने मनसाय नभई, "पहिले प्राणीहरूलाई बुद्धपदमा पुऱ्याउँछु, एउटा प्राणीको अर्थ सिद्ध गर्नलाई पनि म यो संसार नरित्तिएसम्म यहीं रहिरहन्छु" भन्ने सोचेर प्राणीको अर्थ सिद्ध गर्ने गर्छन्।

साधारणतया, चित्तोत्पाद तीन प्रकारका छन्; १. अनुपम गोठालो समान चित्तोत्पाद (गोपालसम चित्तोत्पाद), २. सुज्ञान नावी समान चित्तोत्पाद (नाविकसम चित्तोत्पाद) र ३. महत्त्वकाङ्क्षी राजा समान चित्तोत्पाद (नृपसम चित्तोत्पाद)।

**पहिलो, गोठालो समान चित्तोत्पाद** भन्नाले साधारणतया गोठालोले के गर्छ भने, सर्वप्रथम आफ्नो पाल्तु जनवारलाई बाघ, भालु आदि बाट सुरक्षित पारी, घाँसपात राम्रो भएको ठाउँमा पुऱ्याउँछ। त्यसपछि मात्र आफू राम्रो ठाउँ खोजेर बस्छ। त्यसैले सर्वप्रथम परहितलाई विशेष मानेर प्राथमिकता दिई दोस्रोमा मात्र स्वहितको ख्याल गर्छ। यो उदाहरण जस्तै, "सर्वप्रथम सारा प्राणीलाई बुद्धपदमा पुऱ्याउँछु, ती सबैले बुद्धत्व प्राप्त गरिसकेपछि मात्र आफूले बुद्धत्व प्राप्त गर्नेछु" भनी सोच्नु हो। त्यसैले अरू

कुशल सोचहरू भन्दा पनि यस्तो कुशल सोच अति विशेष हो, भनिएको छ ।

**दोस्रो, सुज्ञान नावी समान चित्तोत्पाद** भन्नाले जहाज तथा डुङ्गा चलाउने नावीले के सोच्छ भने, “म आफू र जहाज भित्र रहेका सबैजना एकैसाथ नदी पार गर्नुपर्छ” भन्ने सोच्छ । यो उदाहरण जस्तै, बोधिसत्त्वले समस्त प्राणीहरू र आफूलाई एकैसाथ बुद्धपद प्राप्त गर्ने सोच राख्छ । यस्तो चित्तोत्पाद ‘अनुपम चित्तोत्पाद’ भन्दा अलि निम्न हो भने अर्को ‘राजा समान चित्तोत्पाद’ भन्दा उत्कृष्ट हुन्छ ।

**तेस्रो, महत्त्वाकाङ्क्षी राजा समान चित्तोत्पाद** भन्नाले राजाले के सोच्छ भने, “पहिले म आफैं धनसम्पत्तिले सर्वसम्पन्न र जीवन सुखमय बनाउँछु, त्यसपछि मेरा वरिपरिका सर्वसाधारण जनतालाई सुखी र खुसी बनाउछु” भन्ने सोच्छ । त्यसैले आफूलाई नै पहिलो महत्त्व दिन्छ । त्यसरी नै पहिले आफूले बुद्धत्व प्राप्त गर्ने, त्यसपछि सबै प्राणीहरूलाई बुद्धपदमा क्रमशः पुऱ्याउँछु भन्ने सोच्छन् । यस्तो चित्तोत्पाद विशेष भएता पनि आफूप्रतिको चाहना अलि धेरै भएकोले तीन प्रकारका चित्तोत्पाद मध्ये तेस्रो स्थानमा राखिएको हो ।

यसरी तीन प्रकारका चित्तोत्पादहरू मध्ये अहिले यहाँ मूल श्लोकमा अनुपम गोठालो समान चित्तोत्पादलाई प्रत्यक्ष दर्साइएको छ ।

त्यसैगरी एउटा अन्तिम प्राणीलाई बुद्धत्व प्राप्त नहुँदा, त्यसको लागि आफूले पनि बुद्धत्व प्राप्त नगरीकन पर्खिनुपरे पनि

पखिनेछु” भन्ने चित्त उत्पन्न गरी प्राणी हितलाई अति महत्त्वपूर्ण मान्ने चित्तोत्पादलाई दर्साएको छ । यसमा पनि केही शङ्का उत्पन्न हुन सक्छ । के शङ्का हुन सक्छ भने, साधारणतया गुह्यमन्त्र वज्रयान परम्परामा ‘एकै जुनीमा युगनद्ध वज्रधरपद प्राप्त हुन्छ’ भन्नुभएको छ ।

तर यहाँ दर्साएको अनुपम चित्तोत्पादको विपरीत भएन त ? भने, भएको छैन, किनभने, “सत्त्वहितको लागि बुद्धत्व प्राप्त गर्नुपर्छ ॥” सर्वप्राणीको अर्थ सिद्ध गर्नुपर्छ र ती प्राणीहरूको अर्थ सिद्ध गर्न अहिले हामी जस्तो सामान्य व्यक्तिमा ‘सारा प्राणीको हित गर्ने’ मनसाय भए पनि त्यसलाई व्यवहारमा उतार्न धेरै कठिन हुन्छ र व्यवहारमा उतारेर कल्याण गर्न सकिरहेको हुँदैन । प्रत्यक्ष लाभ दिलाउनको लागि सर्वप्रथम हामीमा प्राणी हित गर्न सक्ने क्षमता हुनुपर्छ । त्यसैले पहिले आफू बुद्धपद वा बोधिसत्त्वपद प्राप्त गरेर त्यसपछि प्राणीको अर्थ सिद्ध गर्नु भन्ने सोच्छन् । त्यसकारण यस्तो चित्तोत्पाद गोठालो समान चित्तोत्पादको विपरीत हुँदैन जस्तो लाग्छ । यो सँगै सत्त्वार्थ शील बारे सङ्क्षिप्त व्याख्या सकियो ।

**तेस्रो, कुशल धर्मसङ्ग्राहक शीलको प्रतिज्ञा—**

असीमित र अचिन्त्य,  
क्षेत्रहरू परिशोधन गर्नुपर्छ,  
नाम प्रख्यात पारी,  
दशै दिशामा स्थित गर्नेछु ॥३० ॥

आफ्नो काय र वाक्को कर्म,  
सम्पूर्ण शुद्ध बनाउँछु,  
चित्तको कर्म पनि शुद्ध पारी,  
अकुशल कर्म गर्दिन ॥३१॥

त्यसपछि 'कुशल धर्मसङ्ग्राहक शील' दुई श्लोकले दर्साएको छ । आफूले अति कुशल सोच सहित, पुण्यको मूल सञ्चय गरेर, उक्त कुशल कर्मबल र सम्पूर्ण बोधिसत्त्वहरूको बलले गर्दा, अपवित्र क्षेत्रहरूलाई पवित्र अर्थात् शुद्ध पार्नुपर्छ । उदाहरणको लागि, हाम्रो स्थान जम्बुद्वीप एउटा अपवित्र क्षेत्र हो र त्यसलाई क्रमशः परिवर्तन गर्नु भन्ने शुद्धतामा परिणत हुन्छ । किनभने 'अभिधर्म'मा यसो भनिएको छ—

विभिन्न लोकहरू कर्मको कारणले उत्पन्न हुन्छन् । (अभि. ४/१)

बाह्य भाजन लोक पनि प्राणीको साझा कर्मले गर्दा उत्पन्न भएको हो । यदि प्राणीको साझा कर्म शुद्ध पार्न सक्थौं भने बाह्य भाजन लोक अर्थात् यो संसार पनि शुद्ध भएर जान्छ । त्यसैले, "असीमित र अचिन्त्य क्षेत्रहरू परिशोधन गर्नुपर्छ ॥" भनी सम्पूर्ण बुद्धक्षेत्रहरूलाई विशुद्धिमा परिणत गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

"मैले पनि धेरै प्राणीहरूलाई लाभ पुऱ्याउन सक्नुपर्छ र त्यति मात्र नभई मेरो नाम मात्र वाचन गर्नाले प्राणीहरूको हित हुने क्षमतावान् व्यक्ति हुनुपर्छ । त्यसद्वारा दशै दिशाका क्षेत्रहरूमा

पूर्ण रूपले फैलिएर प्राणीका सम्पूर्ण अपवित्र जगत्हरूलाई परिशोधन गरी विशुद्ध रूपले विपाक गर्नुपर्छ र त्यस्तो हुने गर्छु भनी सोच्नुपर्छ” भन्नुभएको हो। आफूले सञ्चय गरेको पुण्यबलले गर्दा त्यस्तो साहस, मैत्री र करुणाभाव भएको हो।

त्यसैगरी मेरो शरीरले गरेका कर्म होस् या वचनले गरेका कर्म, ती सबै शुद्ध बनाउनुपर्छ। शरीर र वचनका कर्म मात्र नभई चित्तको कर्म अर्थात् चित्तको समस्त आशय पनि शुद्ध पारेर अरूलाई हानि पुऱ्याउने अकुशल कर्म गर्दिन, भनी प्रतिज्ञा गर्नुपर्छ भनिएको हो। यसरी यहाँ कुशल धर्मसङ्ग्राहक शील अथवा कुशल कर्म गर्न प्रयत्न गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो।

यसरी बोधिसत्त्वको शील पालन गर्ने विधि सङ्क्षिप्तमा सहज रूपले बताउनुभएको छ। साधारणतया बोधिपथप्रदीप अतिशय दीपंकर श्रीज्ञान र वहाँका शिष्य बोधिप्रभाले महान् सदाशय अनुरूप सद्धर्म शुद्ध र राम्रो होस् भनी नयाँ रचना तथा सङ्ग्रह गर्नुभएकोले हामीलाई सद्धर्म विशुद्ध रूपले अभ्यास गर्न अति ठुलो सहयोग पुगेको छ।

सद्धर्म अभ्यास गर्न मुख्य रूपमा के-के हुनुपर्छ ? हाम्रो चित्त क्लेशरहित र शुद्ध हुनुपर्छ। त्यसैगरी कुशल कर्मको सन्दर्भमा मैत्री-करुणा, बोधिचित्त, श्रद्धा र भक्तिभाव आदि अभिवृद्धि गर्नसक्ने हुनुपर्छ। यसको विस्तार गर्ने उपाय माथि बताए झैं; १. दुष्कृत संवर शीलको माध्यमबाट दोष तथा नकारात्मक गुणहरू नष्ट पार्नुपर्छ। २. कुशल धर्मसङ्ग्राहक शीलको माध्यमबाट कुशल गुणहरूको अभिवृद्धि गर्नुपर्छ। ३. आफ्नो हितका लागि मात्र नभई

अरू प्राणीको हितको लागि सत्त्वार्थ शीलको माध्यमबाट परहितको लागि प्रयत्न गर्नुपर्छ । सङ्क्षिप्त र सरल भएकोले जति सक्दो अधि बढ्नुपर्छ र पाइला चाल्नुपर्छ । एउटा पाइला चाल्न सके पनि हुन्छ, दुई पाइला चाल्न सके पनि हुन्छ, त्यसैगरी कडा मिहिनेत गर्नसकेमा पनि अत्यन्तै फाइदाजनक हुन्छ ।

त्यसैले सधैं स्मृति, सम्प्रजन्य र सतर्कता (अप्रमादी) अपनाएर मनभित्रदेखि कहिल्यै नबिर्सिने गर्नुपर्छ । निरन्तर आफ्नो मनमा नकारात्मक पक्ष आउँछ कि आउँदैन भनी समीक्षा गर्नुपर्छ । कुशल पक्षको विकास भइरहेको छ कि छैन भनी परीक्षण गर्नुपर्छ । प्राणी हितको कुशल सोच आफूभित्र क्रमशः पैदा हुँदै छ कि छैन भन्ने कुरा राम्ररी समालोचना गरेर स्मृति, सम्प्रजन्य र सतर्कता अपनाउनु अति जरुरी रहेको छ । त्यसैले “संवर पालन गर्छु” भनी स्वीकारेर प्रतिज्ञा गर्ने विधि दर्साएको हो । यसको साथै संवर ग्रहण विधिको व्याख्या सकियो ।

## शील शिक्षा

तेस्रो, संवर ग्रहण गरेपछि शिक्षाको अभ्यास बारे दसौँदा तीन; १. शील शिक्षाको अभ्यास विधि, २. चित्त शिक्षाको अभ्यास विधि, र ३. प्रज्ञा शिक्षाको अभ्यास विधि। पहिलोमा दुई; १. मूल विषय र २. त्यसको महत्ता।

पहिलो, मूल विषय—

*आफ्नो काय, वाक् र चित्त शुद्धिको हेतु,  
प्रस्थान चित्तआत्म संवरमा स्थित रही,  
शीलको तीन शिक्षा अभ्यास गर्नाले,  
शीलको तीन शिक्षाप्रति आदरभाव बढ्छ ॥३२॥*

संवर ग्रहण गरेर मार्गको अभ्यासमा प्रयत्न गर्दा के गर्नुपर्छ भने, यहाँ तीन अधिशिक्षा मार्ग बताउनुभएको छ। त्यसैले, “ती तीन अधिशिक्षा मार्गमा आजदेखि बुद्धत्व प्राप्त नहुँदासम्म क्रमशः मिहिनेत गर्नु र सिद्ध प्राप्त गर्नेछु” भन्ने सोचेर ती प्राप्तिको लागि धेरै साधना र मिहिनेत गरेर अभ्यास गर्नुपर्छ, भन्नुभएको छ। ती मार्गहरू यस प्रकार छन्: १. अधिशील शिक्षा, २. अधिचित्त शिक्षा, र ३. अधिप्रज्ञा शिक्षा। क्रमशः त्रिशिक्षा व्याख्या गर्दा; सर्वप्रथम, अधिशील (उत्तम शील) शिक्षा दर्साइएको छ।

अधिशील शिक्षा भन्नाले आफ्नो काय, वाक् र चित्तलाई खराब आचरण, क्लेश आदि अकुशल कर्ममा नलाग्ने उपाय अपनाउनुलाई बुझिन्छ। अकुशल कर्म भनेको अरूलाई हानि हुने

कुरा अर्थात् त्याज्यलाई बुझिन्छ । अरूलाई प्रत्यक्ष रूपले हानि हुने कार्य वा अहिले प्रत्यक्ष हानि नभए पनि भविष्यमा हानि पुग्न सक्ने कारण (हेतु) बन्नुलाई बुझिन्छ । यस्ता नकरात्मक काम तथा सोच अकुशल कर्म भित्र पर्छ ।

कुशल कर्म भनेको परहितको कर्म अर्थात् ग्राह्यलाई बुझिन्छ । अरूलाई लाभ र राम्रो हुने काम, अहिले प्रत्यक्ष लाभ नभए पनि भविष्यमा लाभ हुने हेतु भएर जाने कर्मलाई जनाउँछ । यसरी अरूलाई हानि हुने काम त्यागेर लाभ हुने काम अपनाउनु नै महायान बोधिसत्त्वको शील भएकोले यसको अभ्यास गर्नुपर्छ अर्थात् आफ्नो जीवनमा उतार्नु आवश्यक रहेको कुरा दर्साइएको हो ।

यहाँ आफ्नो तर्फबाट के हुनुपर्छ भने काय, वाक् र चित्तलाई शुद्ध बनाउनुपर्छ । आफ्नो कायको कर्म अर्थात् शारीरिक रूपमा गरिने काम पनि अरूलाई हानि हुने कारण नबनी परहितको कारण बन्नुपर्छ । वचनको काम पनि अरूलाई हानि हुने कारण नबनी परहितको कारण बन्नुपर्छ । चित्तको सदाशय पनि त्यसरी नै विशुद्ध हेतु बनाउनुपर्छ । यसरी प्रस्थान बोधिचित्तको संवरमा अवस्थित अभ्यासीहरूले 'शील त्रिशिक्षा' अभ्यास उत्तम रूपले गर्नुपर्छ । माथि उल्लिखित; दुष्कृत संवर शील, कुशल धर्मसङ्ग्राहक शील र सत्त्वार्थ शील गरी यी तीन प्रकारका शीलको त्रिशिक्षालाई पूर्ण रूपले अभ्यास गरी शुद्ध पारेमा त्यसप्रति श्रद्धा तथा आदरभाव बढ्दै जान्छ र क्रमशः ती त्रिशिक्षामा आफूले मिहिनेतका साथ अभ्यास गर्न सक्ने र परिश्रम गर्न सक्ने हुन्छ । त्यसैले अधिशील शिक्षाको अभ्यासमा मिहिनेत गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

## दोस्रो, त्यसको महत्ता—

त्यसैले शुद्ध सम्बोधि,  
बोधिसत्त्वसंवरको संवरणमा,  
प्रयत्न गर्दा सम्बोधि,  
सम्भार परिपूर्ण हुन्छ ॥३३॥

त्यसपछि, अधिशील शिक्षामा प्रयत्न गर्ने महत्ता वा त्यसको फल बारे बताउनुभएको छ। सम्बोधि चित्तोत्पाद गरी संवर ग्रहण गरेर त्यसको शिक्षाको अभ्यासमा मिहिनेत गर्नसके परम फल प्राप्त हुन्छ। हामीले परम फल प्राप्त हुने अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार र निरालम्बनरूपी ज्ञान सम्भारको सञ्चय गर्नुपर्छ। सम्भार सञ्चय गर्नुपरेकोले यदि अधिशील शिक्षाद्वारा सम्यक् रूपले प्रयत्न गरेमा पुण्य र ज्ञान सम्भारको परिपूर्ण हुन्छ। त्यसैले अधिशील शिक्षालाई विशेष अभ्यास तथा मिहिनेत गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो।

## समाधि शिक्षा

दोस्रो, चित्त शिक्षाको अभ्यास विधिमा तीन; १. संयोजन, २. अभिज्ञा उत्पन्न हुनको लागि शमथको अभ्यास, र ३. शमथ अभ्यासको मूल विधि ।

पहिलो, संयोजन—

त्यसपछि, अधिसमाधि शिक्षा (चित्त शिक्षा) र अधिप्रज्ञा शिक्षा क्रमशः दर्साउनुभएको छ । ती दुई मध्ये, अधिसमाधि शिक्षा भनेको शमथ ध्यान हो भने अधिप्रज्ञा शिक्षा विपश्यना ध्यान हो । साधारणतया काय, वाक् र चित्त सद्धर्ममा परिणत गर्नु नै सद्धर्ममा प्रस्थान हुने उपाय हो । त्यसैगरी बाहिरी रूपले मात्र नभई विशेष गरी भित्री मन धर्ममा परिणत गर्नुपर्छ । भित्री मनलाई धर्ममा परिणत गर्न के गर्नुपर्छ ? भने, साधारणतया चित्तको स्वभाव अनुरूप भन्नुपर्दा, चित्त स्ययम् शुद्ध र तथागतगर्वयुक्त हुन्छ । तर अल्पकालीन रूपमा आकस्मिक मल (दोष)ले ढाकेको हुन्छ । त्यसैले ती दागहरू सफा गर्नुपर्छ । प्रायः हाम्रो चित्तमा राग, द्वेष, मोह (अज्ञानता), अहङ्कार, ईर्ष्या जस्ता क्लेशहरू उत्पन्न भइरहन्छन् । ती क्लेशहरू क्रमशः सफा गर्दै जानुपर्छ । क्लेशरूपी राग, द्वेष र अज्ञानता आदि उत्पन्न हुन नदिई आफ्नो मनलाई क्रमशः शुद्धतामा परिणत गर्नुपर्छ ।

यसरी परिणत गर्ने उपाय के हो भने, सर्वप्रथम सद्धर्ममा प्रस्थान गर्नुपर्छ । त्यो पनि क्रमशः अधम पुरुष, मध्यम पुरुष र

उत्तम पुरुषको मार्गमा प्रस्थान गर्नुपर्छ । ती तीन मार्गहरू मध्ये महायानको सन्दर्भमा, उत्तम पुरुष बोधिसत्त्वको मार्गमा प्रस्थान गर्नुपर्छ । बोधिसत्त्वको मार्गमा रहेर प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद र प्रस्थान बोधिचित्तोत्पाद संवर ग्रहण गर्ने जस्ता आदि-इत्यादि अभ्यासहरू गर्नुपर्छ । त्यो पनि सर्वप्रथम समस्त प्राणीको हित चिताउने शुद्ध सदाशययुक्त भएर चित्तोत्पाद गर्नुपर्छ । चित्तोत्पाद मात्र नभई संवर ग्रहण गर्नुपर्छ र संवर ग्रहण गरेपछि प्रतिज्ञा गर्नुपर्छ । यस्ता कार्यहरू गरेर कुशल पक्षमा बानी बसाली क्रमशः परिवर्तन गर्न सक्नुपर्छ ।

यसरी संवर ग्रहण गरी क्रमशः मिहिनेतका साथ अभ्यास गर्नुपर्छ । मिहिनेत पनि त्रिशिक्षाको अभ्यासमा गर्नुपर्छ । त्रिशिक्षामा क्रमशः मिहिनेतका साथ अभ्यास गरी आफू सांसारिक दुःखबाट मुक्त हुने र क्लेशको जालबाट मुक्त भएर मोक्ष तथा सर्वज्ञापद अर्थात् बुद्धत्व प्राप्त गरेर परम सुखयुक्त भई आफू र अरू प्राणीहरू सबैको अर्थ सिद्ध गर्न सक्नुपर्छ, भन्नुभएको छ ।

ती मध्ये अधिशील शिक्षा बारे माथि बताइसकेको छु । आज अधिचित्त शिक्षा अर्थात् अधिसमाधि शिक्षा बारे बताउँछु । सामान्यतया हामीले धर्म अभ्यास गर्नुपर्छ र धर्म अभ्यास गर्ने क्रममा ध्यान तथा भावना गर्नुपर्ने हुन्छ । यदि प्रारम्भिक अभ्यासी हो भने, तिनीहरूमा विभिन्न कल्पना उत्पन्न भएर अर्थात् नानाथरिका सोचले गर्दा ध्यान गर्न सकिरहेको हुँदैन । ध्यान गर्न सक्ने हुनको लागि के गर्नुपर्छ भने, चित्तलाई अलि शान्त रूपमा रहन दिई शमथ समाधि ध्यान गर्नुपर्छ । शमथ ध्यान राम्रो भयो

भने त्यसले गर्दा प्रज्ञा तथा ज्ञानको विकास हुँदै जान्छ । त्यसैले यहाँ सिकारुले सुरुमै शमथ समाधि ध्यान गर्नुपर्ने कारण सहित बताउनुभएको छ । त्यसैगरी शमथ ध्यान गर्नुपर्ने कारण भने तल बताउने छु ।

## शमथ ध्यान

दोस्रो, अभिज्ञा उत्पन्न हुनको लागि शमथको अभ्यास—

पुण्य र ज्ञान स्वरूपको,  
सम्भार परिपूर्ण हुने कारण,  
सम्पूर्ण बुद्धले,  
अभिज्ञा उत्पन्नलाई मानिएको छ ॥३४॥

पहिलो कुरा, हामीहरू सबैले बुद्धत्व प्राप्त गर्नुपर्छ। किन बुद्धत्व प्राप्त गर्नुपर्छ ? भने, विशेष गरी सबै प्राणीहरूको चाहनाअनुरूप भन्नुपर्दा, हामीहरू सबै जना सुख र खुसी चाहन्छौं भने दुःखबाट मुक्ति चाहन्छौं। त्यसकारण हामी सबैले सुख प्राप्तिका विभिन्न उपायहरू अपनाइरहेका छौं।

त्यसैगरी क्षणिक सुखले हुन्छ त ? भने, हुँदैन। सामान्यतया क्षणिक सुख पनि ठिकै हो तर त्यतिले पुग्दैन। त्यसैले दृढ र स्थायी सुख प्राप्त हुने र कहिल्यै दुःख भोग्नु नपर्ने उपाय अपनाउनु नै उत्तम हुन्छ। त्यसो नभई क्षणिक सुख अर्थात् केही महिना वा साल मात्र सुखी हुने तर फेरि दुःख भोग्नु पर्ने हो भने त्यस्तो सुखको खासै महत्त्व हुँदैन। हामीलाई सधैंको लागि दुःख हटेको र सुखमय भएको चाहिएको छ र त्यसैको लागि बुद्धत्व प्राप्त गर्नुपर्छ।

बुद्धत्व प्राप्त गर्नका लागि हामीले अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार र निरालम्बनरूपी ज्ञान सम्भार सञ्चय गर्नुपर्छ। यी दुई सम्भार परिपूर्ण गर्ने उपाय स्वरूप आफ्नो चित्त शक्ति अति बलियो हुनु

जरूरी हुन्छ । कस्तो शक्ति प्राप्त गर्नुपर्छ भने, शुद्ध प्रज्ञा प्राप्त गर्नुपर्छ । यहाँ प्रज्ञा भन्नाले अभिज्ञा (अन्तर्दृष्टि)लाई भनिएको हो । साधारणतया अभिज्ञा भन्नाले अप्रत्यक्षी कुराको बोध हुनुलाई बुझिन्छ । तर अभिज्ञामा पनि पाँच भन्दा धेरै वर्गहरू बताउनुभएको छ । त्यस मध्ये सारा वस्तुको स्वरूप विशुद्ध बोध गर्ने उत्तम प्रज्ञा तथा ज्ञानलाई पनि अभिज्ञा भनिन्छ । हामीमा अभिज्ञा उत्पन्न हुनुपर्छ । अभिज्ञा उत्पन्न गर्नलाई के गर्नुपर्छ ? भने, शमथ ध्यान विधिपूर्वक राम्ररी गर्नुपर्छ । यहाँ मूल श्लोकमा भनिएको छ—

जसरी पखेटा नबढेको चरा,  
आकाशमा उड्न सक्दैन,  
त्यसरी नै अभिज्ञा बल विहीनले,  
प्राणीको हित गर्न सक्दैन ॥३५ ॥

उदाहरणको लागि, एउटा पखेटा नभएको चरा होस् या दुवै पखेटा नभएको, पखेटा विनाको चरा कहिल्यै आकाशमा उड्न सक्दैन । दायाँ-बाँया दुवै पखेटा भएमा मात्र उड्न सक्छ । त्यसरी नै हामीले आफ्नो अर्थसिद्ध गर्नुपर्ने हुन्छ र अरूको पनि अर्थसिद्ध (हित) गर्नुपर्छ । स्व-पर दुवैको अर्थसिद्ध गर्नलाई विशिष्ट प्रज्ञा र अभिज्ञाबल चाहिन्छ, नत्र भने प्राणीको अर्थसिद्ध गर्न सक्दैनौँ ।

अभिज्ञायुक्तलाई एक दिन र रातमा,  
जति पुण्य सम्पन्न हुन्छ,  
अभिज्ञा विहीनले,  
सयौँ जुनीमा पनि हुँदैन ॥३६ ॥

अभिज्ञा र प्रज्ञायुक्त व्यक्तिले प्राणीको हित अति शीघ्र रूपले गर्न सक्छ, भन्नुभएको हो। अभिज्ञा भएको व्यक्तिले एकै दिन र रातमा जति पुण्य सम्भार गर्छ, अभिज्ञा नभएको व्यक्तिले सय जुनीमा पनि सञ्चय गर्न सक्दैन। त्यसैले अभिज्ञा र प्रज्ञा राम्ररी प्राप्त गर्नुपर्छ।

जसले शीघ्र सम्बोधि सम्भार,  
परिपूर्ण गर्ने आकाङ्क्षा राख्छ,  
त्यसले प्रयत्न गर्नाले अभिज्ञा प्राप्त हुन्छ,  
अल्छीले हुँदैन ॥३७॥

शीघ्र रूपले सम्बोधि प्राप्त गर्ने हेतुरूपी पुण्य र ज्ञान दुवै सम्भारलाई पूर्णता दिलाउन चाहना राखेले अभिज्ञा र प्रज्ञा पूर्ण प्राप्त गर्नुपर्छ। त्यस्तो अभिज्ञा र प्रज्ञा कसरी प्राप्त गर्नुपर्छ ? भने, वीर्यवान् भएर कठोर मिहिनेत गरेर प्राप्त गर्नुपर्छ। नत्र अल्छी गरी विना मिहिनेत प्राप्त हुँदैन। त्यसैले अभिज्ञा र ज्ञान प्राप्तिको लागि मिहिनेत गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो।

शमथको सिद्धि विना,  
अभिज्ञा उत्पन्न हुँदैन,  
त्यसैले शमथ सिद्धिको लागि,  
बारम्बार प्रयत्न गर्नुपर्छ ॥३८॥

मिहिनेत किन गर्नुपर्छ ? भने, सर्वप्रथम त शमथ सिद्ध गर्नलाई मिहिनेत गर्नुपर्छ। किनभने, शमथ दृढ भएमा मात्र अभिज्ञा र

प्रज्ञाको विकास राम्ररी हुन्छ । शमथ राम्रो नहुँदा मन कल्पनाको तरङ्ग भित्र फसिरहन्छ र त्यसो हुँदा अभिज्ञा, प्रज्ञा र ज्ञान आदि पूर्ण रूपमा विकसित हुन सक्दैनन् । सोही कारण, शमथ सिद्ध गर्नको लागि बारम्बार प्रयत्न गरेर मिहिनेत गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

तेस्रो, शमथ अभ्यासको मूल विधिमा तीन; १. शमथ अङ्गहरूको सङ्ग्रह अपनाउने, २. शमथ ध्यान विधि, ३. ध्यानको लाभ ।

पहिलो, शमथ अङ्गहरूको सङ्ग्रह अपनाउने—

शमथको अङ्गमा हास आएमा,  
प्रयत्नपूर्वक ध्यान गरे पनि,  
हजारौं वर्षमा पनि,  
समाधि सिद्ध हुँदैन ॥३९॥

अतः समाधिसम्भार परिच्छेदमा,  
बताए अनुसार अङ्गमा स्थित हुनुपर्छ ॥

शमथ ध्यान गर्दा त्यसको अनुकूल विषयहरू अर्थात् सहायक कारणहरू परिपूर्ण हुनुपर्छ । अनुकूल पक्षहरू नपुगेको अवस्थामा राम्ररी ध्यान गर्न सकिदैन । शमथको अङ्गमा हास आएको वा शमथको हेतु-प्रत्ययहरूको परिपूर्ण विना हजार वर्षसम्म कठोर मिहिनेत गरे पनि समाधि सिद्ध हुन सक्दैन । सोही कारण, 'समाधिसम्भारअध्याय' सूत्रमा बताएको शमथ-अङ्गहरू अपनाई ध्यान गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

त्यसको लागि के गर्नुपर्छ भने, आफ्नो शरीरको बसाइ र चित्तलाई स्थिर राख्ने उपाय राम्ररी अपनाउनुपर्छ । बस्ने तरिका मिलेन भने शमथ ध्यान राम्रो हुँदैन । उदाहरणको लागि, म आफ्नो अनुभव सुनाउनुपर्दा, अचेल अलि बिरामी छु । बिरामी हुँदा मैले सोचें कि, “आ ! शरीर र चित्त त छुट्टाछुट्टै हुन्, शारीरिक रूपमा कठिन भएकोले सुत्नु पर्ला तर चित्तलाई भने समाधिमा राखी अलि ध्यान गर्दा पक्कै हुन्छ होला” भन्ने तार्किक रूपमा सोचें । अनि ध्यान गर्न सकिन्छ कि भनी कोसिस गर्दा राम्रोसँग ध्यान गर्न सकिँदैन पो रहेछ । जीउलाई सिधा पारी ध्यान गर्दा ध्यान गर्न सकिन्छ तर सुतेर ध्यान गर्दा भने राम्रो हुँदैन रहेछ ।

त्यसैले शमथको अङ्ग पतन भएमा हजारौं वर्षसम्म पूर्ण रूपले जति कठोर मिहिनेत गरेपनि दृढ समाधि प्राप्त हुँदैन, भन्नुभएको हो । यो कुरा साँच्चिकै सत्य रहेछ भन्ने महसुस भयो । त्यसैगरी “मैले शमथ ध्यान राम्ररी गर्न सकिन तर इष्टदेवको काय उत्पन्नक्रमको ध्यान गर्दा कस्तो होला, सुतेरै भावना गर्दा हुन्छ होला नि” भन्ने सोचेर ध्यान गर्ने प्रयास गरें, तर त्यो पनि राम्रो भएन । त्यसैले शमथ, उत्पन्नक्रम आदि ध्यान गर्ने क्रममा जीउको बसाइ र मनलाई स्थिर राख्ने उपाय अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण रहेको छ, भन्नुभएको हो । ध्यान गर्दा बस्ने तरिका पनि ‘समाधिसम्भारपरिच्छेद’ तथा समाधि दर्साउने सूत्रहरूमा बताए अनुरूप जस्ताको त्यस्तै हुनुपर्छ, भन्नुभएको छ ।

त्यसैगरी हामीहरू धेरै भाग्यशाली भएका छौं । किनभने उहिले तथागत बुद्ध यस लोकमा अवतरण हुनुभएको बेलामा स्वामी

गम्पोपाको जन्म बोधिसत्त्व चन्द्रप्रभा कुमारको रूपमा भएको थियो। उहाँ त्यसबेला प्रवर्जित नभई गृहस्थ हुनुहुन्थ्यो। तर पनि उहाँ विशाल सोच भएको, कुशल अध्याशय र बोधिचित्तयुक्त महाबोधिसत्त्व हुनुहुन्थ्यो। त्यसबेला तथागत बुद्धले धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने क्रममा उहाँ बुद्धको शरणमा जानुभई ‘समाधिराजसूत्र’ बताइदिनु हुन अनुरोध गर्नुभएको थियो। सोही अनुरोधअनुरूप तथागत बुद्धले ‘समाधिराज सूत्र’ बताउनुभएको थियो।

समाधिराजसूत्रमा मुख्य कुरा के बताएको छ भने, सामान्यतया ध्यान गर्ने विशिष्ट उपाय र विशेष गरी ध्यान कसरी गर्ने भन्ने विधिहरू स्पष्ट रूपमा बताउनुभएको छ। तथागत बुद्धले यो सूत्र बताउनुभइसकेपछि उहाँले, “भविष्यमा कलियुग (दुष्काल) आउँदा, तपाईंहरू कसले समाधिराज सूत्र प्रवर्धन गर्न सक्नुहुन्छ ?” भनी शिष्यमण्डल माझ सोध्नु हुँदा, बोधिसत्त्व चन्द्रप्रभा कुमार आफ्नो आसनबाट जुरुक्क उठेर, “भविष्यमा समाधिराज सूत्रको शासन (शिक्षा) मैले फैलाउने प्रणिधान र प्रतिज्ञा गर्छु।” भनी सङ्कल्प लिनुभएको थियो।

त्यसैगरी तथागत बुद्धले करुणापुण्डरीकसूत्र आदिमा, “बोधिसत्त्व चन्द्रप्रभा कुमार भविष्यमा महालोहिता नदी किनारमा वैद्य भिक्षुको रूपमा जन्म लिनुभई समाधिराज सूत्रको शासन फैलाउने छ” भनी भविष्यवाणी गर्नुभएको थियो। सोही भविष्यवाणी अनुरूप स्वामी गम्पोपा चन्द्रप्रभा कुमार दाग्ल्हा गम्पो भन्ने ठाउँमा जानुभयो। उहाँले त्यहाँ महामुद्राको विशेष उपदेशहरू प्रदान गर्नुभयो। महामुद्राको उपदेश र समाधिराज सूत्रमा रहेको

मूल अर्थ एउटै हो । विना कुनै कमीकमजोरी अहिले सम्म पनि महामुद्राको निरन्तरता भइरहेको छ । साधारणतया अहिले लोकनाथ कयु तथा साधना-परम्परा कर्म-कंछाङ् सप्रदायका शासनधारी गुरुहरूले अभ्यास गरिरहनुभएको र उपदेशहरू पनि प्रदान गर्दै आउनुभएको छ । उहाँहरूले निरन्तर व्याख्या, बहस र रचना कार्य गरिरहनुभएकोले उपदेशको निरन्तरता भने टुटेको छैन । त्यसैले हामीले गम्भीरतापूर्वक अभ्यास गर्नुपर्छ ।

समाधिराज सूत्रको अभिप्राय स्पष्ट दर्साउने शास्त्र भन्नु नै अहिले हाम्रो महामुद्राका उपदेशहरू हुन् । महामुद्राका उपदेश ग्रन्थहरूमा ध्यान गर्दा बस्ने तरिका तथा चित्तलाई स्थिर राख्ने तरिकाहरू स्पष्ट बताउनुभएको छ । ती उपदेशहरू अभ्यास गरिरहनुभएको छ भने ती उपदेशहरू अहिलेसम्म पनि निरन्तर चलिआएको छ । त्यसैगरी त्यसको अभ्यासले फल पनि प्राप्त भइरहेको छ ।

तपाईंहरू भाग्यमानी हुनुहुन्छ किनभने महामुद्राका निर्देश पुस्तिकाहरू अङ्ग्रेजीमा अनुवाद भइसकेकाले अहिले अध्ययन गर्नलाई ठिक्क र सहज भएको छ । त्यसैगरी 'कर्म थेग्सुम छ्योखोर लिङ् (कर्म त्रियान धर्मचक्रद्वीप)ले यसपालि 'मारिग् मुन्सेल्' (अज्ञानताको अन्धकार हटाउने) नामक महामुद्राको निर्देश पुस्तक चिनियाँ भाषामा अनुवाद गरी अहिले प्रकाशन गर्दै छ भन्ने कुरा हिजो सुनेँ । धेरै राम्रो कुरा हो । भविष्यमा अध्ययन गर्न सकेमा ठुलो लाभ हुन्छ । ती ग्रन्थहरूमा चित्तको अभ्यास बारे मूलभूत कुराहरू प्रष्ट दर्साइएका छन् । त्यसैले तिनीहरूको अध्ययन गर्न अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ ।

त्यसैगरी ध्यान गर्दा बसाइको सन्दर्भमा, विशेष गरी ‘वैरोचन सप्तासन’ बताउनुभएको छ । वैरोचनको सप्तासनबारे निर्देश पुस्तिकाहरू पढ्नुभएमा स्पष्ट रूपले बुझ्नसक्नुहुनेछ । तिनीहरू मध्ये सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण के हो भने, “शरीरलाई सिधा राख्नु” भन्ने अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ । किनभने,

“शरीर सही रहेमा नाडी सही रहन्छ,  
नाडी सही रहेमा वायु सही रहन्छ,  
वायु सही रहेमा मन सही रहन्छ ॥”

भन्नुभएको छ । त्यसैले ढाडलाई सिधा राखेर बस्दा, शरीरका नाडीहरू सही तवरले चल्ने र नाडीहरू सही भएमा, वायु सही तवरले परिचालन हुन्छ, वायु सही परिचालन भएमा चित्त पनि सही रूपमा स्थिर रहन सक्छ । त्यसैले जीउलाई सिधा राख्नु अति नै महत्त्वपूर्ण रहेको छ । यो सँगै ध्यान गर्दा बस्ने तरिका बारे व्याख्या सकियो ।

### दोस्रो, शमथ ध्यान विधि—

जुनै आलम्बनमा पनि,  
चित्तलाई पुण्यमा लगाइ राख्नुपर्छ ॥४० ॥

त्यसपछि, चित्तलाई राख्ने वा विश्राम गर्ने उपाय बताउनुभएको छ । आलम्बनलाई कुनै एक वस्तुमा चञ्चलरहित रूपमा स्थिर राख्नुपर्छ । कोहीले ध्यान सिकाउने क्रममा चित्तलाई श्वास-

प्रश्वासमा स्थिर राख्ने सल्लाह दिन्छन्। त्यसैगरी केही निर्देश पुस्तिकामा बुद्धको मूर्ति, काठको सानो टुक्रा, गिट्टी आदि शुद्ध तथा अशुद्ध वस्तुहरूमा चित्तलाई केन्द्रित पार्ने जस्ता थुप्रै उपायहरू बताउनुभएको छ। तर मुख्य कुरा के हो भने, कल्पनाको वशमा नपरी चित्तलाई एकाग्र रूपमा राख्नुपर्छ। त्यसैगरी अतीतको पछि नलाग्ने, भविष्यको पूर्वानुमान नगर्ने, वर्तमानको चेतनालाई केही परिवर्तन नगरी जस्तो छ त्यस्तैमा स्थिर राख्नु नै अति महत्त्वपूर्ण छ, भन्नुभएको छ। त्यसैले वर्तमान चेतनालाई एकक्षण (निमिष) पनि कल्पनाद्वारा परिवर्तन नगरी त्यसको यथावत् स्वभावमै निरन्तर चित्तलाई स्थिर राख्ने उपाय दर्साएको हो।

यसमा, साधारणतया चित्तलाई स्थिर राख्ने नौ उपाय आदि कुराहरू बताउनुभएको छ। ती नौ उपायहरू मध्ये यहाँ पाँच उपायहरू बताउँदा ठुलो लाभ हुन्छ जस्तो लाग्यो। ती पाँच उपायहरू मध्ये पहिलो, 'स्थापन' हो। स्थापन भन्नाले चित्त विभिन्न कल्पना (तर्कना वा मनगढन्त कुरा)हरूको पछि नलागेर थोरै क्षण भएपनि जति सकिन्छ त्यति स्थिर राख्नुलाई बुझिन्छ। एक निमिष, तीन निमिष, चार निमिष आदि जति छोटो समय भए पनि हुन्छ अर्थात् मनलाई एउटा वस्तुमा एकाग्र राख्नुपर्छ। राख्ने क्रममा मन कल्पनाको पछि नलागी आलम्बन गरिरहेको वस्तुमै स्थिर राख्नुपर्छ।

त्यसैगरी कल्पनालाई पछ्याउँदा चित्तको स्फटिकता रोकेको हुन्छ त ? भने, रोकेको हुँदैन। तर चित्तलाई धेरै भौँतारिन नदिएर थोरै क्षण भए पनि स्थिर राख्नु पर्छ। यो नै चित्तलाई स्थिर राख्ने पाँच उपायहरू मध्ये पहिलो उपाय हो।

चित्तलाई स्थिर राख्ने क्रममा सुरुमा अलि सजिलो जस्तो देखिन्छ। तर चित्त अर्थात् मन स्थिर रहन नसकी कल्पनाहरूमा भौँतारिन्छ। चित्त नभौँतारिनको लागि स्थिर राख्ने दोस्रो उपाय ‘अवस्थापन’ बताउनुभएको छ। अवस्थापन भन्नाले “अहो ! अब मन भौँतारियो” भन्ने थाहा हुनु हो। भौँतारिएको थाहा पाएपछि “भौँतारिनु राम्रै रहेछ, मज्जा रहेछ” भन्ने सोचेर त्यसकै पछि लाग्ने होइन। त्यसैगरी, “मन भौँतारिनु अभद्र हो, अब नराम्रो भयो” भनी सोच्नु हुँदैन। मन भौँतारिएको चाल पाएपछि फेरि तुरुन्तै आलम्बन गरिरहेको वस्तुमा फर्काएर त्यसमै टिकाउनुलाई ‘अवस्थापन’ भनिन्छ।

तेस्रोमा ‘समस्थापन’ बारे बताउनुभएको छ। माथिको ‘स्थापन’ होस् या ‘अवस्थापन’ त्यसलाई अलि लामो समयसम्म राख्नुलाई समस्थापन भनिन्छ। सुरुमा थोरै क्षण मात्र भावना (ध्यान) गर्न सकिन्छ। तर बानी बसेपछि क्रमशः अलि धेरै समय सम्म भावना गर्न सकिने हुन्छ जसलाई ‘समस्थापन’ भनिन्छ।

समस्थापनका क्रममा के हुनुपर्छ ? भने, शमन (शान्त पार्ने) हुनुपर्छ। कहिलेकाहीं कुशल तथा राम्रा विचारहरू आउँछन् भने कहिलेकाहीं नराम्रा विचारहरू आउँछन्। राम्रा वा नराम्रा जुनसुकै विचार वा कल्पनाहरू आए पनि शान्त पार्नुपर्छ, भन्नुभएको छ।

‘शमन’ भन्नाले “अहो ! यसरी कल्पनमा बहकिनु हुन्न, मैले समाधि भावना गर्न पाउनु भाग्यको कुरा हो, मेरो चित्तलाई क्रमशः दमन र शमन आदि गरेर विशेष शमथ ध्यान सिद्ध गर्न सकिन्छ। उक्त विशिष्ट शमथले गर्दा विशेष विषयना समाधि सिद्ध हुन्छ

र त्यसले गर्दा आफ्नो र अरू प्राणीहरू सबैको अर्थ सिद्ध गर्न सकिन्छ” भन्ने सोचेर मनदेखि प्रसन्नता र उत्साह जगाउनुपर्छ । शमथ समाधि भावना गर्ने कार्यप्रति श्रद्धा, आदरभाव, प्रसन्नता र उत्साह जागृत भएमा, क्रमशः ध्यान गर्नलाई सहज भएर जान्छ । त्यस्तो हुनुलाई ‘शमन’ भनिन्छ ।

चित्तलाई स्थिर राख्ने पाँचौं उपायलाई ‘दमन’ भनिन्छ । कहिलेकाहीँ समाधिको कुशल गुणलाई नभई, कल्पनाको दोष पक्षलाई चिन्तन गरेर भावना गर्दा ठुलो फाइदा हुन्छ । “नानाथरीका कल्पना उत्पन्न भएमा क्लेश पनि धेरै उत्पन्न हुन्छ । क्लेश उत्पन्न भएपछि अकुशल कर्म सञ्चय गर्न पुगिन्छ । अकुशल कर्म सञ्चय गरेमा स्व-पर प्राणीहरू सबैलाई हानि हुन्छ ।” भन्ने सोच्ने अर्थात् दोषहरूको चिन्तन गरी ध्यान गर्दा कल्पनाहरू शान्त भएर जान्छन् । त्यसैले कल्पनाहरूलाई शान्त पार्ने उपाय स्वरूप शमन र दमन गरी दुई ओटा बताउनुभएको छ । यसरी चित्तलाई स्थिर राख्ने पाँच उपायहरू अपनाएर अभ्यास गर्दा क्रमशः शमथ समाधि अभिवृद्धि हुने जस्ता वृहत् लाभ हुन्छ, भन्ने लागेको छ ।

**तेस्रो, ध्यानको लाभ—**

*योगीलाई शमथ सिद्ध भएपछि,  
अभिज्ञा पनि सिद्ध हुन्छ ॥*

त्यसपछि, शमथ ध्यानको लाभ बताउनुभएको छ । त्यसरी समाधिमा एकाग्र रूपले तल्लीन हुने योगीले जब विशेष

शमथसमाधि सिद्ध गर्छ, तब ती अभिज्ञा, प्रज्ञा, ज्ञान पनि क्रमशः सिद्ध हुँदै जान्छन्। त्यसैले शमथ भावना गर्नको लागि मिहिनेत पूर्वक अभ्यास गर्नाले वृहत् लाभ हुन्छ, भन्नुभएको हो। यो सँगै अधिसमाधि शिक्षाको शमथ ध्यान गर्ने विधि दर्साइसकिन्छ।

## विपश्यना ध्यान

तेस्रो, प्रज्ञा शिक्षा अभ्यास विधिमा दुई; १. उपाय-प्रज्ञा युगनद्धको औचित्य दर्साउँदै विपश्यना अभ्यास दर्साएको, २. विपश्यना अभ्यास विधि। पहिलोमा पनि तीन: १. विपश्यना प्रज्ञाको अभ्यास गर्नुपर्ने कारण, २. उपाय-प्रज्ञा युगनद्धद्वारा अभ्यास गर्नुपर्ने कारण र ३. युगनद्धको वास्तविक मार्ग उल्लेख।

पहिलो, विपश्यना प्रज्ञाको अभ्यास गर्नुपर्ने कारण—

बोधिचित्त शिक्षामा; १. अधिशील शिक्षा, २. अधिसमाधि शिक्षा र ३. अधिप्रज्ञा शिक्षा गरी तीन ओटा अधिशिक्षा मार्गहरू बताउनुभएको छ। ती मध्ये सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुन हो भने, ज्ञान शिक्षा यानि अधिप्रज्ञा हो। अधिप्रज्ञामा पनि श्रवणद्वारा प्राप्त हुने श्रुतिमयी प्रज्ञा, चिन्तनद्वारा प्राप्त हुने चिन्तामयी प्रज्ञा, र भावनाद्वारा प्राप्त हुने भावनामयी प्रज्ञा विशेष प्रज्ञा रहेका छन्।

ती मध्ये विशेष भावनामयी प्रज्ञाको राम्ररी विकास हुनलाई शमथसमाधिको जरुरत भएकोले अधिचित्त शिक्षा अर्थात् समाधि शिक्षा दर्साउनुभएको हो। अधिसमाधि शिक्षा अभ्यास गर्दा, चित्तलाई शान्त र नियन्त्रित हुनको लागि अधिशील शिक्षा अर्थात् काय, वाक् र चित्तको आचरणलाई शान्त र नियन्त्रणमा राख्ने प्रयत्न गर्नुपर्छ। त्यसैले अधिशील शिक्षालाई अधिसमाधि शिक्षा भन्दा पहिले बताउनुभएको हो। त्यसैगरी त्रिशिक्षा मध्ये अधिशील शिक्षा र अधिसमाधि शिक्षा माथि दर्साइसकिएको छ। अहिले अधिप्रज्ञा शिक्षा बारे व्याख्या गर्छु।

अधिप्रज्ञा शिक्षालाई 'विपश्यनाप्रज्ञा' भनिन्छ । विपश्यनाप्रज्ञाको भावना गर्नुपर्ने कारण र जसरी भएपनि चित्त सन्ततिमा जगाउनुपर्ने कारण के हो ? भने—

प्रज्ञापारमिताको योग विना,  
आवरणको क्षय हुँदैन ॥४१॥

त्यसैले क्लेश-ज्ञेय आवरण,  
पूर्ण रूपले नाश गर्नलाई,  
प्रज्ञापारमिता योग उपायसँगै,  
सधैँ भावना गर्नुपर्छ ॥४२॥

प्रज्ञापारमिता विना अधिसमाधि शिक्षा वा शमथसमाधि जति ध्यान गरे पनि पर्याप्त हुँदैन । अधिसमाधि शिक्षा वा शमथसमाधिको अतिरिक्त अधिप्रज्ञाको पनि जरुरी हुन्छ । किनकि प्रज्ञापारमिताको योग विना शमथ ध्यान मात्रले निर्वाण तथा बुद्धत्व प्राप्तिमा अवरोध गर्ने आवरणहरूलाई नष्ट गर्न सक्दैन । त्यसैले क्लेश आवरण र ज्ञेय आवरण पूर्ण रूपले निर्मूल पार्नलाई अधिप्रज्ञाको ध्यान गरी मिहिनेत गर्नुपर्छ ।

क्लेश आवरण भन्नाले साधारणतया राग, द्वेष, अज्ञानता आदि स्थूल (मोटा-मोटी) क्लेशलाई बुझिन्छ । ज्ञेय आवरण भन्नाले वस्तुग्राह र सत्यग्राह आदिलाई बुझिन्छ । यी दुवै प्रकारका आवरणहरूलाई हटाउनु आवश्यक छ र यसको लागि आवरणको प्रतिकूल पक्ष, विशेष गरी प्रज्ञापारमिताको अभ्यास गर्नुपर्छ ।

प्रज्ञापारमिता विना केवल समाधि शिक्षाको अभ्यास जति गरेपनि ती आवरणहरू कहिल्यै हटाउन सकिँदैन र आफ्नो अभिलाषा तथा उद्देश्य पनि कहिल्यै पूर्ति हुँदैन ।

हामीमा एक प्रकारको आकस्मिक मल (दोष) रहेको छ । त्यसलाई हटाउन मिहिनेतपूर्वक जसरी भएपनि प्रज्ञापारमिता अर्थात् विपश्यनाप्रज्ञाको अभ्यास गर्नुपर्छ । त्यो पनि वीर्यवान् भएर कठोर मिहिनेत गर्नुपर्छ । त्यसैले, “योग उपायसँगै, सधैं भावना गर्नुपर्छ ॥” भने झैं सामान्य प्रज्ञा मात्र नभई, उपाय पारमिता साथमा अभ्यास गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

### दोस्रो, उपाय-प्रज्ञा युगनद्धद्वारा अभ्यास गर्नुपर्ने कारण—

उपाय बिनाको प्रज्ञा र,  
 प्रज्ञा बिनाको उपाय पनि,  
 बन्धन हो भनिएको छ,  
 त्यसैले दुवै त्याग्नु हुन्न ॥ ४३ ॥

साधारणतया क्लेशावरण र ज्ञेयावरणबाट छुट्कार पाउनलाई विशेष गरी प्रज्ञापारमिताको भावना गर्नुपर्छ । त्यो पनि उपायको साथ भावना गर्नुपर्ने कारण के हो भने, उपाय-प्रज्ञा सँगै हुनुपर्छ, नत्र हुँदैन । उपाय बिनाको प्रज्ञा वा प्रज्ञा बिनाको उपाय संसारमा बाँधिराख्ने कारण भएर जानेबाहेक मुक्त हुने कारण बन्दैन । त्यसैले उपाय-प्रज्ञा दुवै त्याज्य होइनन् भने ती दुवै अभ्यास गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

तेस्रो, युगनद्धको वास्तविक मार्ग उल्लेखमा दुई; १. सङ्क्षिप्त उल्लेख, र २. विस्तृत व्याख्या ।

पहिलो, सङ्क्षिप्त उल्लेख—

प्रज्ञा के हो ? उपाय के हो ? भन्ने,  
विचिकित्सा हटाउनको लागि,  
उपायहरू र प्रज्ञाको,  
भेद सम्यक् रूपले स्पष्ट पार्दछु ॥४४ ॥

माथि प्रज्ञा के हो र उपाय के हो भन्ने बारे स्पष्ट रूपमा व्याख्या गरिएको छैन । त्यसैले, प्रज्ञा भनेको के हो ? उपाय भनेको के हो ? भन्ने शङ्का (विचिकित्सा) हुन सक्छ र त्यसलाई हटाउनको लागि उपायहरू र प्रज्ञाको लक्षण (परिभाषा) सम्यक् तवरले सही भेद दर्साएर बताउँछु, भन्नुभई उपाय र प्रज्ञाको भेद र त्यसको भिन्नता प्रष्ट रूपले छुट्याएर तल बताउनुभएको छ ।

दोस्रो, विस्तृतमा व्याख्या गर्दा तीन; १. उपायको पहिचान, २. त्यसको अभ्यासको महत्त्व, र ३. प्रज्ञाको पहिचान ।

पहिलो, उपायको पहिचान—

प्रज्ञापारमिता बाहेक,  
दान पारमिता आदि,  
सारा कुशल धर्महरूलाई,  
जिनहरूले उपाय हो भनेका छन् ॥४५ ॥

साधारणतया, हामीले अभ्यास गर्ने क्रममा छ पारमिताहरू रहेका छन्। ती हुन्; १. दानपारमिता, २. शीलपारमिता, ३. क्षान्तिपारमिता, ४. वीर्यपारमिता, ५. ध्यानपारमिता, र ६. प्रज्ञापारमिता। ती मध्ये प्रज्ञापारमिता बाहेकका अरु पाँच पारमिताहरू जस्तै दानपारमिता आदिको माध्यमबाट कुशल कर्म सञ्चय गर्ने कार्यलाई तथागत बुद्धले उपाय र प्रज्ञा दुई मध्ये उपाय हो, भन्नुभएको छ। त्यसैगरी षट् पारमिताहरू मध्ये छैटौं चाहिँ प्रज्ञा हो भन्नुभई उपाय-प्रज्ञाबिचको भिन्नता दर्साउनुभएको हो।

### दोस्रो, त्यसको अभ्यासको महत्त्व—

*जसले उपायको अभ्यासद्वारा,  
प्रज्ञाको भावना गर्छ,  
त्यसलाई शीघ्र बोधि प्राप्त हुन्छ,  
नैरात्म मात्र भावना गरेर हुँदैन ॥४६॥*

ती छ पारमिताहरू मध्ये उपाय मात्रले पनि फल प्राप्त हुँदैन। प्रज्ञा मात्रले पनि फल प्राप्त हुँदैन। पहिले उपायको भावना वा अभ्यास गर्नुपर्छ। त्यसपछि जसले प्रज्ञाको उचित भावना गरी क्रमशः प्रज्ञालाई विकसित गर्छ, त्यसले अनुत्तर बोधि शीघ्र प्राप्त गर्छ। त्यसैले उपाय-प्रज्ञा युगनद्ध अर्थात् सँगै भावना गर्नाले परम फल शीघ्र प्राप्त हुन्छ। खासमा यस्तो हो, नत्र भने प्रज्ञा मात्र वा अनात्म मात्र भावना तथा अभ्यास गरेर परम फल प्राप्त हुँदैन। सोही कारण, प्रज्ञालाई सहायक रूपमा उपाय आवश्यक हुन्छ भने उपायलाई सहायक रूपमा प्रज्ञाको आवश्यक हुन्छ, भन्नुभएको हो।

## तेस्रो, प्रज्ञाको पहिचान—

स्कन्ध, धातु र आयतन,  
 अनुत्पन्न भएको बोध गर्नु,  
 स्वभावैले शून्यता भएको बुझ्नु,  
 प्रज्ञा हो, भनिएको छ ॥४७॥

उपाय-प्रज्ञा युगनद्ध रूपले भावना गर्ने क्रममा पाँच पारमितालाई उपाय भनेर चिनिन्छ । केलाई प्रज्ञापारमिता हो भनी पहिचान गरिएको छ भने, साधारणतया धर्मपर्याय अनुरूप पाँच स्कन्ध, अठार धातु, बाह्र आयतनहरू अर्थात् सङ्क्षेपमा भन्नुपर्दा, बाहिरी रूप र भित्री मन आदि जुनसुकै वस्तु (द्रव्य) स्वाभाविक रूपमै सिद्ध नभएको यानि अस्तित्व नभएको, तिनीहरूको स्वभाव नै शून्यता भएको र उत्पत्ति नहुने कुरा बोध हुनु, स्वभावैले शून्यता भएको जान्नुलाई प्रज्ञापारमिता भनिन्छ भनी स्पष्ट बताउनुभएको छ, भन्नुभएको हो ।

दोस्रो, विपश्यना अभ्यास विधिमा दुई; १. विस्तृत व्याख्या, र २. समापन । पहिलोमा तीन; १. विपश्यनाको अङ्गहरूको सङ्ग्रह अपनाउने, २. विपश्यना ध्यान विधि, र ३. विपश्यना ध्यानको फल । पहिलोमा दुई; १. तर्कद्वारा चिन्तामयीप्रज्ञा र २. आगमद्वारा श्रुतिमयीप्रज्ञा दर्साएको । पहिलोमा तीन; १. फलको विश्लेषण उत्पादनिरोध युक्ति (तर्क) २. हेतुको विश्लेषण वज्र-कण्टक युक्ति, ३. स्वभावको विश्लेषण एकानेक रहित युक्ति ।

## पहिलो, फलको विश्लेषण उत्पाद निरोध तर्क—

त्यसपछि प्रज्ञाको भावना गर्नुपर्छ । प्रज्ञाको भावना गर्ने उपायहरू दुई प्रकारका देखाउनुभएको छ । ती हुन्: १. तर्कमा आधारित चिन्तामयी प्रज्ञा र २. आगम (बुद्धवचन)मा आधारित श्रुतिमयी प्रज्ञा । तर्कद्वारा परीक्षण तथा विश्लेषण गरेर सम्पूर्ण वस्तुको वास्तविकता शून्य भएको चिन्तन गर्ने र आगमलाई स्मरण गरी सर्वधर्म वास्तवमै शून्य भएको चिन्तन गर्ने उपायहरू रहेका छन् । ती दुई मध्ये पहिलो, सम्पूर्ण वस्तुको अस्तित्वमा तर्कद्वारा परीक्षण गरेर तिनीहरूको स्वरूप (अस्तित्व) स्वभावैले शून्य हो भनी दर्साएको हो ।

साधारणतया वस्तु (द्रव्य) भन्नाले आ-आफ्नो हेतुमा आधारित उत्पन्न हुने फल (परिणाम)लाई बुझिन्छ । उदाहरणको लागि, हेतु बिउले गर्दा फल बिरुवा तथा फूल आदि फूल्नु हो । यसरी उत्पन्न हुने क्रममा फल पनि अवस्थित (सिद्ध) भएको र हेतु पनि अवस्थित भएको अभास हुन्छ । तर त्यसलाई तार्किक रूपले विश्लेषण गर्दा केही पनि भेटिँदैन । हेतुले कसरी फल उत्पाद गर्छ ? फलहरू हेतुबाट कसरी उत्पन्न हुन्छन् ? हेतु र फलको स्वरूप वा अस्तित्व कस्तो हो ? भन्ने हेतु-फल-स्वरूप तीन ओटाकै परीक्षण गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

त्यसमध्ये, पहिलो फल कसरी उत्पन्न हुन्छ भन्ने विश्लेषण (परीक्षण) गर्दा; फलको विश्लेषण गर्ने, सत् र असत्को उत्पाद निरोध युक्ति (तर्क) दर्साइएको छ । त्यसपछि हेतुबाट फल उत्पन्न हुने बारे विश्लेषण गर्ने; वज्र-कण्टक युक्ति दर्साएको छ । त्यसपछि

स्वभावमा विश्लेषण गर्ने; एकानेक रहित युक्ति दर्साउनुभएको छ। यसरी हेतु फल र स्वरूपमा विश्लेषण गर्ने अर्थात् ती तरिकाले तर्कद्वारा परीक्षण गरेर सर्वधर्म (वस्तु आदि) स्वभावले शून्यता रहेछ भन्ने सोचलाई दृढ अवबोध हुने उपाय बताउनुभएका मध्ये पहिलो ‘फलको परीक्षण गर्ने उत्पाद निरोध युक्ति’—

सत्को उत्पत्ति युक्तिरहित छ,  
 असत्को पनि आकाशको फूल झैं हो,  
 दुवैको उत्पत्तिमा दोष भएकोले,  
 दुवैबाट पनि उत्पत्ति हुँदैन ॥४८ ॥

उदाहरणको लागि, फूलको बीजबाट फूल फुल्ने प्रक्रिया प्रतीत्यसमुत्पादको धर्मता मात्र देखा परेको हो त ? भने, संवृत्ति प्रतीत्यसमुत्पाद मात्र प्रतीत भएको हो। तर वास्तवमा, बिउबाट फल (फूल) कसरी उत्पन्न भएको हो भन्ने कुरामा कुनै निश्चित जानकारी हुँदैन। पहिले हेतु अवस्थित हुँदा फूल थियो त ? यदि थियो भने उत्पन्न हुनुपर्दैन किनभने फूल पहिलेदेखि नै थियो। अर्कोतर्फ, यदि फूल सुरुबाट नै हुँदै नभएको हो त ? यदि हो भने नभएकोलाई केही पनि गर्न मिल्दैन। नभएको हुनाले हेतुद्वारा उत्पन्न हुनै सक्दैन। उदाहरणको लागि, आकाशको फूल जस्तै हो (जुन कहिल्यै पनि उत्पन्न हुँदैन)।

सत् र असत् दुवै भएको उत्पन्न हुन्छ भन्नुहुन्छ भने, दुवैमा दोष अथवा त्रुटि देखा पर्छ। त्यही कारणले हेतुबाट फल उत्पन्न भएको बेला फल सत् र असत् (विद्यमान र अविद्यमान) कुनैमा

पनि उत्पन्न हुने अवस्था हुँदैन। तर संवृत्ति प्रतीत्यसमुत्पाद नीति अनुरूप हेतुरूपी बिउले गर्दा फलरूपी फूल फुलेको जस्तो प्रतीत भएको हो। वास्तवमा बिउ भएको बेलमा फूल हुँदैन र फूल भएको बेलामा बिउ हुँदैन। किनभने तिनीहरूको समय फरक-फरक छ भने एकले अर्कोलाई सहयोग गर्ने कुनै अवसर हुँदैन। ती कारणहरूले गर्दा, स्वभावैले शून्य हो भनी सिद्ध गर्ने तर्कलाई 'फलको विश्लेषण सत् तथा असत्को उत्पाद निरोध युक्ति' भनिन्छ।

**दोस्रो, हेतुको विश्लेषण वज्र-कण्टक (वज्रकणिका) युक्ति—**

*वस्तु स्वयम्बाट उत्पन्न हुँदैन,  
अन्य वा दुवैबाट पनि हुँदैन,  
हेतु बिना पनि हुँदैन,  
अतः स्वभावैले निःस्वभाव हो ॥४९॥*

त्यसपछि, दोस्रो तर्क, हेतुको विश्लेषण हो। फलरूपी वस्तु र हेतुरूपी बिउ दुवैको स्वभाव एउटै हो त ? भने, एउटै होइन। बीजको आफ्नै स्वभाव छ भने फलरूपी फूलमा फूलकै स्वभाव हुन्छ। बिउ र फूल दुवैको स्वभाव अलग-अलग छन् भन्नुहुन्छ भने, यदि त्यसो हो भने एकले अर्कोलाई लाभ पुग्ने वा पुऱ्याउने तवरले लाभान्ति हुँदैन। जस्तै: गोरुको शिरमा सिङ विद्यमान हुनु र हात्तीको दाँत हुनु दुवै अलग-अलग भएकोले एकले अर्कोलाई लाभ पुऱ्याउन सक्दैन।

त्यसैगरी हेतु र फल दुवैको स्वभाव एउटै र अलग, दुवै भएकोले गर्दा पनि उत्पन्न भएको होइन। अनि ती फलहरू हेतु बिना नै उत्पन्न हुन्छन् त ? भने, हेतु बिना नै उत्पन्न भएको पनि होइन। हेतुरूपी एउटा बिउ जसरी भएपनि रोप्नुपर्छ। त्यसले गर्दा फलरूपी फूल फुल्ने हो नत्र हेतु बिना नै ढुङ्गा माथि एउटा फूल फुलाउनु पन्यो भने त्यो कहिल्यै सकिँदैन। त्यसैले बिउबाट नै फूलको बोट उम्रनु भन्नु प्रतीत्यसमुत्पाद संवृत्ति प्रतीत भएको मात्रै हो। वास्तविक अर्थमा हुँदैन। त्यसको स्वरूप स्वाभाविक रूपमै शून्यता हो, भन्नुभएको हो।

### तेस्रो, स्वभावको विश्लेषण एकानेक निरोध युक्ति—

फेरि सम्पूर्ण धर्महरूलाई,  
 एक वा अनेक रूपमा विश्लेषण गर्दा,  
 स्वाभाविकता उपलब्ध नभएकोले,  
 निःस्वभाव भएको निश्चित हुन्छ ॥५० ॥

स्वभावको विश्लेषण, एकानेक निरोध युक्ति भन्नाले हेतुबाट कस्तो फल उत्पन्न हुन्छ भन्ने वा उक्त फल कुन हेतुबाट उत्पन्न भएको हो भन्ने विषयमा परीक्षण नगरीकनै, वस्तुको आफ्नो अस्तित्वको विश्लेषण गरिन्छ। एकानेक निरोध भन्नाले यदि भवहरू सत्यसिद्ध अर्थात् वास्तवमै अवस्थित छ भने राम्ररी नियालेर परीक्षण गर्दा, कि त एकको स्वभावमा सिद्ध हुनुपन्यो, कि भने अनेकको स्वभावमा सिद्ध हुनुपन्यो। ती दुई मध्ये कुनै पनि स्वभावमा सिद्ध

नभएको, सत्यसिद्ध भव हुनै सक्दैन। अनेक भन्ने कुरा, सर्वप्रथम एउटा सिद्ध भएर मात्र हुने हो। सुरुमा वास्तवमै एउटा छ भने मात्र त्यसबाट दुई, तीन, चार आदि धेरै हुन सक्छ। त्यसो नभई सुरुमै 'एउटा' सिद्ध हुँदै नभएको खण्डमा, कुनै पनि वस्तु सिद्ध हुन सक्दैन। त्यसैगरी हामीलाई एउटाको स्वरूपमा पनि प्रतीत हुन्छ र अनेकको स्वरूपमा पनि हुन्छ। तर त्यसरी प्रतीत हुनु भनेको संवृत्तिको रूपमा मात्र प्रतीत भएको हो भने परमार्थमा एक वा अनेक कुनै पनि हुँदैन।

सहजताको लागि एउटा उदाहरण राख्नुपर्दा, जस्तै: हाम्रो हातलाई 'हात' हो भन्ने हामीलाई आभास हुन्छ। हात एउटा सिद्धो स्वरूपमा सिद्ध भएको प्रतीत हुन्छ। हातले काम गर्ने, अक्षर लेख्ने, समान ओसार-पसार जस्ता आदि-इत्यादि काम गर्छ। त्यसैले हात साँच्चिकै छ, सत्य छ, भव (वस्तु) नै हो भन्ने लाग्छ। तर त्यो हात कहाँ छ भनी विस्तारमा नियालेर हेर्दा, हात छँदै छैन, भेट्टाउने सकिँदैन।

नहुनुको कारण के हो भने, उदाहरणको लागि यो बुढीआँला हात हो त ? यो हात होइन, यो बुढीआँला हो। यो चोरआँला हात हो त ? यो हात होइन, यो त चोरआँला हो। त्यसैगरी माझी आँला, आँठी आँला आदि आ-आफ्ना फरक-फरक नाम छन्। तिनीहरू एक-एकमा हात सिद्ध छैनन् अर्थात् प्रत्येकमा हात भन्ने स्वतान्त्रिक अस्तित्व छैन। त्यसैगरी यो बाहिरी छाला हात हो त ? यो हात होइन, यो त छाला हो। भित्री हड्डी हात हो त ? त्यो हात होइन, त्यो त हड्डी हो। बिचमा रहेको मांसपेशी हात हो त ? त्यो हात

होइन, त्यो त मांसपेशी हो। त्यसैले मांसपेशी, हड्डी, छाला आदि विभिन्न कुराको संयुक्त रूपलाई हामीले एउटा सिङ्गो रूप मानेर 'हात' भनी अध्यारोपण (नभएकोलाई छ भन्नु) गरेको हो भने हात वास्तवमा स्वभावैले सत्यसिद्ध छैन। 'हात' भनेर जहाँ खोजे पनि भेटाउन सक्दैनौं।

त्यसैगरी हात वास्तवमा सिद्ध नभए पनि औँलाहरू चाहिँ सत्यसिद्ध छन्, भन्ने सोच्यो भने 'औँला' पनि पहिलो जोर्नी, दोस्रो जोर्नी, तेस्रो जोर्नी र नङ आदि धेरै कुराको संयोजनलाई नामकरण गरेको मात्र हो। ती सबै अलग-अलग वस्तु हुन् भने तिनीहरूमा भवको स्वरूपमा सत्यसिद्ध औँला छैन। त्यसैले तर्कद्वारा विश्लेषण गर्दा औँला पनि भेटाउन सकिँदैन।

त्यसैगरी विभिन्न अङ्गहरू अलग-अलग छुट्याएर खोज्दा पनि भवको स्वरूपमा सिद्ध भएको केही पनि फेला पर्दैन। उदाहरणको लागि, हामी मान्छेको रूपमा देखा पर्छौं। तर "मान्छे वास्तवमै सिद्ध भएको कहाँ छ?" भनी परीक्षण गर्दा, मान्छे एको स्वरूपमा वा अनेकको स्वरूपमा सत्यसिद्ध छैन। त्यसैले एकानेक निरोधको युक्तिद्वारा सर्वधर्मको स्वभाव वास्तवमै शून्यता भएको निर्धारण गरेर, शून्यता हो भनी सर्वप्रथम दृढ रूपले बोध हुन्छ। तिनीहरूलाई हेतु-फल-स्वभावलाई विश्लेषण गर्ने युक्ति भनिन्छ।

त्यसरी नै सर्वप्रथम फलमा परीक्षण गर्ने, अनि हेतुलाई परीक्षण गर्ने, त्यसपछि स्वभावमा परीक्षण गर्दा सम्पूर्ण भवरूपी वस्तुहरू अस्तित्वहीन, स्वभावैले सिद्ध नभएको र शून्य भएको कुरा राम्ररी आत्मसात हुन्छ। हामीले सुरुमा नै सबै वस्तु शून्य हो भन्ने दृढ

रूपमा बुझ्न सक्दैनौं । तर तार्किक रूपमा विश्लेषण गर्‍यो भने त्यसले गर्दा, “यी वस्तुहरू वास्तवमै सिद्ध छैन रहेछन्, तिनीहरूको स्वभाव नै शून्य रहेछ” भन्ने यकिन हुन्छ । शून्यता भएता पनि हामीलाई त्यसको रूप प्रतीत हुन्छ । उदाहरणको लागि, हामी सुतिरहेको बेला सपनामा पहाड, घर, पानी जस्ता विभिन्न वस्तुहरू देखिन्छन् । त्यसरी प्रकट भएका ती सारा वस्तुहरू साँच्चै छन् त ? भने, छैनन् तर नहुँदा नहुँदै पनि प्रतीत हुन्छन् । त्यो पनि प्रतीत भएको मात्र हो भने भवको रूपमा सत्यसिद्ध भएको र तिनीप्रति आसक्ति वा लगाव जगाउनुपर्ने स्थान वा द्वेष उत्पन्न हुनुपर्ने ठाउँ हुँदै होइन ।

माथिको उदाहरण जस्तै, यसै जीवनको प्रतीत पनि प्रकट हुन्छ त ? भने, हुन्छ । तर त्यो ऐनामा प्रकट भएको प्रतिविम्ब जस्तै हो । वास्तवमा केही पनि हुँदैन । त्यसैले यो जुनीको प्रतीतहरूप्रतिको राग, रिस र अज्ञानता अर्थहीन हो भने त्यसबाट केही लाभ हुँदैन । त्यही कुरा बुझ्नलाई सर्वधर्म सत्यसिद्ध छैन र ती सबै शून्य हुन् भनी तर्कद्वारा प्रमाणित गरिएको हो । यसले परोक्ष (अनुमान) तर्कद्वारा चिन्तामयी प्रज्ञाले शून्यताको अर्थमा दृढ रूपले यकिन गर्ने विधि बताउनुभएको हो ।

**दोस्रो, आगमद्वारा श्रुतिमयीप्रज्ञा दर्साएको—**

शून्यता-सप्ततिको युक्ति र,  
मूलमध्यमिक आदि ग्रन्थमा पनि,  
सर्वभवको स्वभाव,  
शून्यता सिद्ध बताएका छन् ॥५१॥

किनकि शास्त्र वृहत् हुन जान्छ,  
 त्यसैले यहाँ विस्तारमा वर्णन गर्दिन,  
 सिद्धको सिद्धान्त मात्र,  
 भावना गर्नलाई स्पष्ट बताउँछु ॥५२ ॥

त्यसपछि, आगममा आधारित श्रुतिमयी प्रज्ञाद्वारा शून्यतामा दृढ अवबोध उत्पन्न हुने उपाय दर्साउनुभएको छ । आचार्य नागार्जुनद्वारा रचित ग्रन्थमा जसरी प्रस्तुत गरिएको छ त्यसरी नै अवबोध जागुपर्छ, भन्नुभएको हो । साधारणतया, आचार्य नागार्जुनद्वारा रचित शून्यता-सप्तति, युक्तिषष्टिका, मूलमध्यमिक आदि ग्रन्थहरूमा भवहरूको स्वभाव नै शून्यता भएको पुष्टि गर्ने धेरै युक्ति अर्थात् तर्कहरू बताउनुभएको छ । ती ग्रन्थहरूको अध्ययन गरेमा परोक्ष युक्तिद्वारा शून्यताको अर्थ बोध गर्ने चेत उत्पन्न हुन्छ ।

तर अहिले यहाँ शून्यता-सप्ततिमा यस्तो भन्नुभएको छ, मूलमध्यमिकमा त्यस्तो भन्नुभएको छ, भनी ती ग्रन्थहरूमा बताउनुभएको सबै यहाँ चर्चा गर्दा, यो शास्त्र अति नै धेरै वा विस्तृतमा हुने भएकोले, अहिले यहाँ विस्तृतमा व्याख्या गर्नुभएको छैन । यस शास्त्रमा आगम र तर्कद्वारा पूर्व स्थापित सिद्धान्त मात्र दर्साएको छ । त्यो देखाउनुपर्ने कारण के हो भने, “शून्यता भन्ने यस्तो पो रहेछ” भन्ने सोच्ने चेतना उत्पन्न हुनलाई शून्यार्थ भावना गर्नलाई सङ्क्षेपमा मात्र प्रष्ट वर्णन गरिएको हो ।

साधारणतया ती शास्त्रहरूमा अति विस्तृतमा बताउनुभएको

छ । तिनीहरूको सारको रूपमा ‘महाप्रतीत्यसमुत्पाद युक्ति’ बताउनुभएको छ । त्यसैगरी ‘प्रज्ञानामूलमध्यमिक’मा—

“प्रतीत्यसमुत्पाद विनाको, कुनै पनि धर्म छैन ॥”

भनी जुनसुकै भव भएपनि उत्पन्न हुनलाई एक अर्कासँग भर पर्नुपर्छ भने एक-अर्काको भर नपरी विना कुनै आधार उत्पन्न हुनै सक्दैन ।

“त्यसैले शून्यता नभएको, कुनै पनि धर्म छैन ॥”

भनी शून्यता विनाको धर्म कहीं छैन भनी “प्रतीत्यसमुत्पाद युक्ति” दर्साउनुभएको छ ।

महाप्रतीत्यसमुत्पाद युक्तिलाई उदाहरण सहित बताउँदा अलि सजिलो होला । जस्तै: यहाँ एउटा लामो र अर्को एउटा छोटो गरी दुई ओटा सिन्के धूप छन् । हाम्रो मनमा यो धूप लामो हो र अर्को त्यो धूप छोटो भन्ने लाग्छ । साँच्चिकै यो लामो धूप छोटो हो त ? भने, छोटो होइन । लामो नै हो । अनि त्यो अर्को छोटो धूप लामो हो त ? भने, होइन । छोटो नै हो । म पनि त्यही मान्छु । प्रत्यक्ष रूपले पनि लामो धूपलाई लामो र छोटो धूपलाई छोटो नै देखिन्छ । त्यसैगरी यो लामो धूपलाई छोटो र त्यो छोटो धूपलाई लामो हो भन्न थाल्यो भने पागलको बोली जस्तो भएर जान्छ । त्यो कुरामा विश्वास गर्ने कोही हुँदैन । प्रत्यक्ष रूपले लामो धूप लामो र छोटो धूप छोटो नै अवस्थित देखिन्छ ।

तर यो लामो धूप सँगै अर्को झनै लामो धूप राख्दा, अब अघि लामो भनेको धूप अब पनि लामो भन्न मिल्थ्यो त ? मिलेन । अब

त्यो छोटो हो । त्यसैकारण वास्तवमा न त लामो नै सिद्ध छ, न त छोटो नै । तर एक-अर्कोसँग दाँजेर वा आधार मानेर मात्र लामो हो भन्छौँ र एक-अर्कोसँग दाँजेरै छोटो हो भन्छौँ । त्यसैले संवृत्ति प्रतीत्यसमुत्पाद तवरले मात्र अवस्थित भएको हो भने वास्तवमै नियालेर गहिरो विश्लेषण गर्दा त्यसरी अवस्थित हुँदैन । स्वभाव नै सिद्ध नभएको शून्यता र प्रतीत्यसमुत्पाद युगनद्ध अर्थात् एक-अर्कोलाई आधार मानेर मात्र हो, भन्नुभएको छ । लामो र छोटो मात्र नभई यता-उता, यहाँ-त्यहाँ, ठुलो-सानो, राम्रो-नराम्रो आदि सबै एक-अर्कोलाई आधार मानेर नामकरण (सम्बोधन) गरेको मात्र हो । तर वास्तवमा सिद्ध नभएको, शून्यता हो भनी पुष्टि गरिएको हो ।

वास्तवमा, शून्यताको अर्थ विपश्यनाको माध्यमबाट भावना गरिन्छ । तर त्यसको लागि श्रवण र चिन्तनको पनि साथ चाहिन्छ । त्यसैले सर्वप्रथम श्रुतिमयी प्रज्ञा र चिन्तामयी प्रज्ञाद्वारा चित्तमा अवबोध हुनुपर्छ । सुरु-सुरुमा हामीलाई 'शून्यता होइन' भन्ने लाग्छ । तर श्रवण र चिन्तन गरेर अर्थात् आचार्य नागार्जुन, श्रीमद् चन्द्रकीर्ति आदिको वचन तथा ग्रन्थहरूमा दर्साएका तर्क (युक्ति) लाई आधार मानेर विश्लेषण गर्नुपर्छ । तथागत बुद्धले सूत्रहरूमा दर्साए झैं परीक्षण गरी हेर्दा, सारा धर्म (सत्) वास्तवमै शून्यता भएको कुरामा पूर्ण यकिन हुन्छ । त्यसैले श्रवण तथा चिन्तन अर्थात् अध्ययन गर्न सके अति नै फाइदाजनक छ । अहिले यहाँ, फलको विश्लेषण उत्पादनिरोध युक्ति, हेतुको विश्लेषण वज्र-कण्टक युक्ति, र स्वभावको विश्लेषण एकानेक रहित युक्ति बारे

सङ्क्षेपमा बताएको छ । त्यसले गर्दा दृढ विश्वास जाम्न सक्छ र अझ अन्य ग्रन्थहरू पनि पढ्न र सुन्न सकेमा झनै उत्तम हुनेछ ।

### दोस्रो, विपश्यना ध्यान विधि—

त्यसैले सम्पूर्ण धर्महरूको,  
स्वभाव उपलब्ध नभएकोले,  
अनात्म भावना जुन छ,  
त्यो नै प्रज्ञाको भावना गर्नु हो ॥५३॥

माथि आगमद्वारा र परोक्ष तर्कद्वारा दर्साएकाहरू विपश्यनाको हेतु-प्रत्यय हुन् । त्यसपछि मूल विपश्यनाको भावना विधि दर्साइन्छ । माथि दर्साएका कारणहरूले ज्ञेय (वस्तु आदि)मा रहेका सारा धर्महरूको स्वभाव अनात्मत्व, असिद्ध र अनात्म हो भनी पुष्टि हुन्छ । नैरात्म भएकोले नैरात्मलाई तर्कद्वारा गहन विश्लेषण तथा परीक्षण गरेर भावना गर्नु नै सम्प्रज्ञा अधिप्रज्ञा शिक्षाको अभ्यास गर्नु वा प्रज्ञापारमिताको गम्भीरार्थको भावना गर्नु हो ।

प्रज्ञाद्वारा सम्पूर्ण धर्महरूको,  
स्वभाव नदेखिए जसरी नै,  
प्रज्ञा स्वयम् पनि बोध हुन्छ भने,  
निर्विकल्प भावना गर्नुपर्छ ॥५४॥

प्रज्ञाले विश्लेषण गर्दा सर्वधर्म स्वभावैले सिद्ध नभएको र शून्यता भएको कुरामा निश्चय तथा अवबोध हुन्छ । यसरी सर्वधर्म शून्यता

भएको विश्वास लागे पछि विषयी आफैं अर्थात् प्रज्ञा स्वयम्को स्वभाव पनि वास्तवमा नै शून्यता भएको बोध भएर जान्छ । यसरी विषय-विषयीहरू सबै स्वभावमा नै सिद्ध नभएको बुझेर निर्विकल्प (कल्पनारहित)को रूपमा प्रज्ञापारमिताको अर्थलाई भावना गर्नुपर्छ । त्यसरी भावना गर्दा विषयनाको विशेष अनुभूति आफूभित्र उत्पन्न हुन्छ, भन्नुभएको हो ।

माथिका ती सबै वृहत् सूत्रमार्गमा आधारित, परोक्ष मार्गको अभ्यास गर्ने हिसाबले दर्साएका हुन् । परोक्ष मार्गको अभ्यास भन्नाले तर्कको माध्यमद्वारा, “ओहो ! सारा धर्म शून्यता पो रहेछ” भन्ने अवबोध जान्ने र त्यही अवबोधले गर्दा वास्तविक शून्यतामा चिन्तन गर्ने, चिन्तन गरेर त्यसैमा अभ्यास गर्ने गर्दा, धर्मधातु वा धर्मताको वास्तविकताको बोध गर्ने विशिष्ट ज्ञान उत्पन्न हुन्छ र विशिष्ट ज्ञान उत्पन्न भएपछि ‘निर्कल्पना समाधि’ स्फटिक रूपले उत्पन्न हुन्छ ।

गुह्यमन्त्र वज्रयानको सन्दर्भमा, श्रवण र चिन्तनद्वारा परोक्ष मार्ग अपनाउने दर्शनको आधारमा वास्तविक अभ्यास गर्दा के गरिन्छ भने, साधारणतया बाहिरी धर्म तथा वस्तुहरूको स्वभाव नै असिद्ध र शून्यता भए तापनि ती बाहिरी प्रतीतले खासै असर गर्दैन । त्यसैले बाहिरी वस्तुहरूलाई त्याग्नै पर्छ भन्ने छैन । त्यसैले मूलतः भित्री मनको समीक्षा गर्नुपर्छ । भित्री मनलाई तर्कद्वारा विश्लेषण गर्दा पनि हुन्छ र तर्कद्वारा विश्लेषण नगरी सिधै प्रत्यक्ष रूपले नियालेर हेर्दा पनि हुन्छ ।

साधारणतया मन वास्तवमै सत्य स्थापित छ जस्तो लाग्छ । तर साँच्चिकै अनुभूति गरी प्रत्यक्ष हेर्दा, केही पनि हुँदैन । सुरुमा यहाँबाट उत्पन्न हुँदो रहेछ, त्यसपछि यहाँ स्थित हुने रहेछ र अन्तमा यहाँ रोकिने रहेछ, भन्ने जस्ता हेतु-प्रत्यय केही पनि भेट्टाउन सकिँदैन । किन नभेटिएको हो भने, मन अर्थात् चित्त स्वयम्को स्वभाव नै वास्तवमा सिद्ध हुँदैन । तर चित्तको स्फटिकता रोकिन्छ त ? भने, रोकिँदैन । चाहे बाहिरी भव अर्थात् वस्तुहरूको अस्तित्व होस् या भित्री चित्तको अस्तित्व होस्, धर्मताको वास्तविकता अर्थात् अस्तित्व समान भएकोले विशेष गरी चित्तको वास्तविकतामा नै भावना गरिन्छ ।

तेस्रो, विपश्यना ध्यानको फल दर्साउँदा दुई; १. वास्तविक फलको अर्थ, र २. त्यसलाई आगमद्वारा प्रमाणित गरिएको ।

पहिलो, वास्तविक फलको अर्थ—

कल्पनाद्वारा उत्पन्न भएको यो संसार,  
कल्पना कै स्वरूप रहेको छ,  
अतः सम्पूर्ण कल्पना त्याग्नु नै,  
उत्तम निर्वाण हो ॥५५॥

त्यसपछि विपश्यनासमाधि भावनाको फाइदा दर्साएको छ । विपश्यनासमाधि, शून्यता बोध गर्ने प्रज्ञा, चित्तको वास्तविकता बोध हुने अनुभूति, जे भनेर सम्बोधन गरे पनि मूलतः उक्त ध्यान गर्दा के लाभ हुन्छ ? भने, सांसारिक दुःखबाट मुक्ति पाइन्छ ।

किनभने यो भवचक्रको दुःख र बाधा अङ्चनहरू सबै कल्पना (मन भित्रका राम्रा-नराम्रा तर्क-वितर्कहरू)हरूले गर्दा उत्पन्न भएका हुन्। त्यसैले यो भवचक्र नै कल्पना यानि तर्कनाद्वारा समारोपण (वास्तवमा नभए तापनि छ भनिएको) गरिएको मात्र हो। यसरी शून्यता र चित्तको वास्तविकतामा भावना गर्नाले क्रमशः कुनै पनि बाँकी नरही सारा कल्पनाहरू नकरात्मक छाप (वसना) सहित निर्मूल भएको उत्तम निर्वाण प्राप्त हुन्छ।

### दोस्रो, त्यसलाई आगमद्वारा प्रमाणित गरिएको—

यस बारे तथागत बुद्धले—

कल्पना महाअविद्या हो,

जसले सांसारिक सागरमा डुबाउँछ,

निर्कल्पना समाधिमा स्थित भएमा,

निर्कल्पना आकाश झैं स्फटिक हुन्छ ॥५६॥ भन्नुभएको छ।

यसरी ध्यान गर्नाले निर्वाण प्राप्त हुन्छ भनेर कहाँ बताउनुभएको छ ? त्यसलाई विश्वास गर्नुपर्ने आधार के छ ? यस सम्बन्धमा तथागत बुद्धले, 'सम्बुटतन्त्र'मा यसरी बताउनुभएको छ—

कल्पना महाअविद्या हो,

जसले सांसारिक सागरमा डुबाउँछ,

निर्कल्पनासमाधिमा स्थित भएमा,

निर्कल्पना आकाश झैं स्फटिक हुन्छ ॥

भन्नुभएको छ । यसको अर्थ; 'वस्तुग्राह कल्पना' भवको मूलमा परिणत हुने अविद्या वा महाक्लेश हो । त्यसले गर्दा सांसारिक सागरमा डुबिन्छ । चित्तको वास्तविकताको भावना गरेर निर्कल्पना समाधिमा स्थित भएमा बादलविनाको आकाश झैं कल्पनारहित चित्तको धर्मता स्पष्ट देख्न सकिन्छ, भन्नुभएको हो ।

*अविकल्पप्रवेशधारणीमा पनि—*

*यो सद्धर्मलाई जिनपुत्रले,  
निर्कल्पना चिन्तन गरेमा,  
दुर्गम कल्पनाहरूबाट मुक्त भएर,  
क्रमशः निर्कल्पना प्राप्त हुन्छ ॥५७॥ भन्नुभएको छ ।*

यसरी तन्त्रमा भनिएको मात्र नभई सूत्रमा पनि बताइएको छ । सूत्रमा के भनिएको छ भने, 'आर्यअविकल्पप्रवेश' नामक धारणीमा पनि-

*यो सद्धर्मलाई जिनपुत्रले,  
निर्कल्पना चिन्तन गरेमा,  
दुर्गम कल्पनाहरूबाट मुक्त भएर,  
क्रमशः निर्कल्पना प्राप्त हुन्छ ॥*

भन्नुभएको छ । त्यसको अर्थ; महायानको यो गम्भीर सद्धर्म जिनपुत्र बोधिसत्त्वहरूले क्रमशः अभ्यास गरेर निर्कल्पना समाधिको चिन्तन वा भावना अर्थात् ध्यान गरेमा सङ्गृहीत कल्पनाहरू जुन

हट्टन कठिन छन्, ती सबै हटेर क्रमशः विशेष निर्कल्पना ज्ञान प्राप्त हुन्छ, भन्नुभएको हो ।

### दोस्रो, समापन—

आगम र युक्तिद्वारा,  
सम्पूर्ण धर्महरू अनुत्पाद तथा,  
निःस्वभाव भएको अवबोध भएर,  
निर्कल्पनाको भावना गर्नुपर्छ ॥५८ ॥

माथि दर्साए झैं, यस शास्त्रको सन्दर्भमा ‘शून्यता-सप्तति, ‘मूलमध्यमक’ आदि शास्त्रहरू र बुद्धवचन सूत्र ‘सम्बुटतन्त्र’ र आर्यअविकल्पप्रवेश’ धारणीको सदाशयअनुरूप आगम र तर्कहरूद्वारा सबै धर्महरू अनुत्पन्न, निःस्वभाव र शून्यता हो भन्ने निश्चित भई धर्मताको गम्भीरार्थमा निर्कल्पना रूपले एकाग्रका साथ भावना गर्नुपर्छ । यसरी ध्यान गर्दा अवश्य कुशल फल प्राप्त हुन्छ । त्यसैले सुरुमा शमथ ध्यान गर्ने, त्यसपछि विपश्यना समाधि ध्यान गर्ने अर्थात् सर्वधर्मको वास्तविकतालाई तर्कद्वारा विश्लेषण गरी परोक्ष मार्ग अपनाउने दर्शनको अनुसरण गरेर वस्तुको वास्तविकता र अस्तित्वलाई नियालेर समीक्षा गरेर अथवा प्रत्यक्ष मार्ग अपनाउने दर्शनद्वारा चित्तको वास्तविकतालाई परीक्षण गरी वास्तविकता नै शून्यता हो भन्ने विषयमा भावना गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

## दोस्रो, फलको व्यवस्थाको उल्लेख—

यसप्रकार भावना गर्नाले,  
 क्रमशः उष्ण आदि [मार्ग] प्राप्त गरी,  
 प्रमुदिता आदि [भूमि] प्राप्त भएपछि,  
 बुद्धपद प्राप्त हुनलाई समय लाग्दैन ॥५९॥

त्यसपछि, ती अभ्यासबाट प्राप्त हुने लाभ अर्थात् फल बारे बताउनुभएको छ । यसरी यस बोधिप्रदीप ग्रन्थमा बताएअनुसार सर्वप्रथम अधम पुरुष मार्गको अभ्यास गर्ने, त्यसपछि मध्यम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्ने र अन्तमा उत्तम पुरुषको मार्ग अभ्यास गर्नुपर्छ । उत्तम पुरुष महायान मार्गमा प्रस्थान गर्दा, सुरुमा विशिष्ट शरण-गमन गर्ने, यदि प्रव्रजित हो भने उपासक संवर, श्रामणेर संवर, भिक्षु संवर ग्रहण गरी अभ्यास गर्नुपर्छ र गृहस्थ हो भने, उपासकसंवरका एकचारी, किञ्चिच्चारी, बहुलचारी र पूर्ण उपासक मध्ये कुनै एउटा संवर ग्रहण गरी अभ्यास गर्नुपर्छ ।

त्यसपछि प्रणिधि बोधिचित्तोत्पाद गरी सर्वप्राणीको हितको लागि बुद्धत्व प्राप्त गर्ने प्रणिधान गर्नुपर्छ । सम्पूर्ण प्राणीलाई दुःखबाट मुक्त गर्न सक्ने वा दुःखबाट बचाउने प्रणिधान गर्नुपर्छ । त्यसैगरी प्रस्थान बोधिचित्त संवर ग्रहण गरी बोधिचर्याको अभ्यास गर्नुपर्छ । बोधिचर्याको अभ्यास गर्ने क्रममा अधिशील शिक्षा, अधिसमाधि शिक्षा र अधिप्रज्ञा शिक्षाको क्रमशः अभ्यास गर्नुपर्छ । यसरी तत्त्वको वास्तविकतालाई भावना गरेर अभ्यास गर्दा क्रमशः सुरुमा सम्भार मार्ग प्रस्थान गर्नुपर्छ, त्यसपछि प्रयोग मार्गको उष्ण,

मूर्ध, आदिमा प्रस्थान गर्नुपर्छ। त्यसपछि प्रथम भूमि प्रमुदिता आदि प्राप्त भएपछि परम फल बुद्धपद अथवा अनुत्तर बोधि प्राप्त गर्न समय नलागी शीघ्र प्राप्त हुन्छ, भन्नुभएको हो।

साधारणतया सूत्रमार्गअनुसार भने अनेक कल्प पुण्य सम्भार गरी क्रमशः परम फल प्राप्त हुन्छ, भन्नुभएको छ र गुह्य वज्रयान मार्गअनुसार भने विशिष्ट अभ्यासीले एकै जुनीमा नै युगनद्ध वज्रधरपद प्राप्त गर्न सक्छ। यदि एकै जुनीमा प्राप्त गर्न नसके पनि केही जन्म पछि नै प्राप्त हुन्छ भन्नुभएको छ। ती दुवै अर्थपूर्ण छन्।

कहिलेकाहीं हामीले अलि सोचेर हेर्दा, “अनेक कल्प पुण्य सम्भार गरेर प्राप्त हुने कुरालाई एकै जुनीमा त प्राप्त हुँदैन होला” भन्ने लाग्न सक्छ। त्यसैगरी “एकै जुनीमा प्राप्त हुने कुरालाई अनेकौँ कल्प पुण्य सम्भार गर्नु पर्ने कारण छैन” भन्ने पनि लाग्न सक्छ। तर ती मार्गहरूको आ-आफ्नो फरक विशेषता भएकोले विविधता देखिएको हो। वृहत् सूत्रमार्ग अनुसार, सर्वप्रथम बोधिचित्तोत्पाद गर्ने, मध्यममा कल्पौँ कल्पसम्म षट् पारमिता आदि मार्गको अभ्यास गरी अन्त्यमा क्रमशः परम फल प्राप्त हुन्छ।

गुह्य तन्त्र वज्रयानअनुसार, द्रुतमार्गको माध्यमबाट आफ्नो चित्तको वास्तविक मर्ममा केन्द्रित भएर शमथ र विपश्यना समाधि ध्यान गर्ने, त्यसैगरी उत्पन्नक्रम र निष्पन्नक्रमको अभ्यास गर्ने हुनाले एकै जुनीमा नै युगनद्ध वज्रधरपद प्राप्त हुन्छ। त्यसैले ती दुई मार्ग फरक-फरक भएकोले कुनै प्रतिवाद हुँदैन।

साधारणतया यस बोधिपथप्रदीप भित्र रहेका अधम पुरुषको मार्ग, मध्यम पुरुषको मार्ग र उत्तम पुरुषको मार्ग अर्थात् ती तीन मार्गहरू मध्ये उत्तम पुरुषको मार्गमा पनि वृहत् सूत्रमार्ग र गम्भीर मन्त्रयान मार्ग गरी दुई ओटा मार्गहरू देखाइएका छन्। त्यस मध्ये पहिलो अर्थात् वृहत् सूत्रमार्ग बारे चर्चा गरिसकियो।

दोस्रो, मन्त्रमा प्रस्थान गर्ने विधि केही मात्र दर्साउँदा तीन;  
 १. वज्रयान अनुसरण गरेकोले अभिषेक प्राप्त गर्नुपर्ने दर्साएको,  
 २. आश्रयको विविधताले दुई उच्च अभिषेकहरू ग्रहण गर्न हुने वा नहुने विधि, र ३. दुई उच्च अभिषेकहरू प्राप्त नभएमा तन्त्रको व्याख्यान-श्रवण आदि कार्य गर्न मिल्ने वा नमिल्ने सन्देह हटाउने। पहिलोमा दुई; १. प्रसङ्गवश बोधिचित्त सदाशयको महत्त्व बारे उपदेश, र २. मूल विषय।

पहिलो, प्रसङ्गवश बोधिचित्त सदाशयको महत्त्व बारे उपदेश—

यस बोधिपथप्रदीप भित्र मूल उपदेश के बताउनुभएको छ भने, प्रणिधि बोधिचित्त र प्रस्थान बोधिचित्तबारे बताउनुभएको छ। मूलतः प्रणिधि तथा प्रस्थान चित्त दुवैको संवर ग्रहण गरेर अधिशील शिक्षा, अधिसमाधि शिक्षा र अधिप्रज्ञा शिक्षाको अभ्यास गर्ने प्रयत्न गर्नुपर्ने विधिहरू दर्साउनुभएको छ।

साधारणतया हामीहरूले सधैं स्मृति सम्प्रजन्य र अप्रमादी भएर बोधिचित्त, मैत्री र करुणाभाव आफू भित्र अवस्थित हुनु अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ। किनभने बालजनरूपी पृथग्जन अर्थात् सामान्य व्यक्तिमा कहिलेकाहीं द्वेष, अहङ्कार, ईर्ष्या जस्ता

क्लेशहरू उत्पन्न हुन्छन् । यसरी उत्पत्ति हुनु भनेको अनादि कालदेखिको खराब बानी (वासना) हो । तर निरन्तर स्मृतियुक्त र सचेत रहन सक्यौं भने त्यसको प्रभावमा कहिलेकाहीं मात्र पर्न सक्छ नत्र सधैं क्लेशको वशमा पर्देन जुन अति नै लाभदायी छ ।

त्यसैले कहिलेकाहीं प्रतिकूल पक्षलाई अँगालेर क्लेश उत्पन्न हुन नदिने र कहिलेकाहीं उत्पन्न भए पनि त्यसलाई बढ्न नदिँदा अति नै लाभ हुन्छ । विशेष अधिष्ठान प्राप्त हुने भएकोले हरेक पल बोधिचित्तलाई नबिर्सिनु अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ । त्यसमध्ये विशेष गरी सद्धर्मको भावना, मन्त्र जप, धर्म देशना श्रवण तथा चिन्तन आदि कार्य गर्दा सर्वप्रथम बोधिचित्त सदाशयलाई स्मरण गरी प्रस्ट्याउन सकेमा निरन्तर यो बानीको विकास हुँदै जान्छ । त्यसैले बोधिचित्त स्मरण गरी प्रस्ट्याउनु अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ । त्यही कारण अहिले धर्म प्रवचन सुन्ने बेलामा पनि बोधिचित्त स्मरण गरी स्पष्टताका साथ सुन्नुहोस् ।

दोस्रो, मूल विषयमा तीन; १. आश्रयरूपी व्यक्ति, २. त्यसलाई परिपक्व तुल्याउने अभिषेक प्रदान गर्ने, र ३. अभिषेकको महत्ता दर्साएको ।

पहिलो, आश्रयरूपी व्यक्ति—

मन्त्रशक्तिले सिद्ध भएको,  
शान्त एवम् पुष्टि (उदारता) आदि कर्महरूले,  
भद्रसिद्ध कलश आदि,  
अष्ट महासिद्धिहरू आदिको बलद्वारा पनि ॥६० ॥

सजिलै बोधि सम्भार,  
परिपूर्ण गर्ने आकाङ्क्षा भएका र,  
क्रिया चर्या आदि तन्त्र बताउनुभएका,  
यदि गुह्यमन्त्र आचरणको अभिलाषा छ भने ॥६१॥

त्यसपछि बोधिपथप्रदीप ग्रन्थमा अधम पुरुष मार्ग, मध्यम पुरुष मार्ग र उत्तम पुरुष मार्ग अन्तर्गत वृहत् सूत्रमार्ग र गम्भीर मन्त्रमार्ग गरी विषयको सङ्क्षिप्तिकरण चार ओटा रहेका छन् । त्यसमध्ये सुरुका तीन ओटा माथि बताइसकेपछि, आज गुह्यमन्त्र वज्रयानमा प्रस्थान गर्ने विधि सङ्क्षिप्तमा दर्साएको छ । गुह्यमन्त्र वज्रयानको मार्गमा प्रस्थान गर्ने विधिमा केही वर्गहरू रहेका छन् । तीमध्ये सर्वप्रथम, गुह्यमन्त्र वज्रयानको मार्गमा प्रस्थान गर्न किन महत्त्वपूर्ण छ भन्ने कारण र उक्त मार्गमा प्रस्थान गर्ने व्यक्ति कस्तो हुनुपर्छ भन्ने बारे व्याख्या गरिएको छ ।

गुह्यमन्त्र वज्रयान अभ्यास गर्न सक्थ्यो भने, गम्भीर गुह्यमन्त्रको बलद्वारा क्षणिकार्थ र परमार्थहरू सबै चाँडै नै सिद्ध भएर जान्छन् । साधारणतया गुह्यमन्त्र वज्रयानको अभ्यासले रोग तथा भूत-प्रेतको बाधा आदि शान्त हुने, आयु तथा पुण्य आदि अभिवृद्धि हुने, सपरिवार तथा धन सम्पत्ति आदि जुटाउन वा आफ्नो वशमा पार्न सक्ने, बाधा-अवरोध तथा विपत् आदि निर्मूल हुन्छ अर्थात् शान्त, उदारता, वशिता र उग्रताको कार्य सिद्ध हुन्छ । सम्पूर्ण चाहनाहरू पूर्ति गर्ने भद्रकलश र अष्ट महासिद्धि आदि प्राप्त हुन्छन् । त्यसैले गर्दा सहज र शीघ्र रूपमा फल प्राप्त गर्न चाहनेहरू सबैले गुह्यमन्त्र वज्रयानको अभ्यास गर्नुपर्ने हुन्छ ।

गुह्यमन्त्रका चार तन्त्रहरू यस प्रकारका छन्; क्रिया तन्त्र, चर्या तन्त्र, योग तन्त्र, र अनुत्तर योग तन्त्र । यी चार महातन्त्रहरूको अभ्यास गर्ने चाहना हुनु नै भाग्यमानी हो । ती तन्त्रहरूको अभ्यास गर्नु अति राम्रो कुरा हो । त्यसैले गुह्यमन्त्रको तन्त्रहरूमा जसरी बताउनुभएको छ, त्यसरी नै गुह्यमन्त्रको आचरणहरू विधिपूर्वक अभ्यास गर्न चाहना राख्ने व्यक्ति, गम्भीर गुह्यमन्त्रको अभ्यास गर्न योग्य भएकोले गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्गमा प्रस्थान गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

**दोस्रो, त्यसलाई परिपक्व तुल्याउने अभिषेक प्रदान गर्ने—**

*त्यसको लागि आचार्य-अभिषेकको लागि,  
सेवा-सत्कार तथा रत्न आदि अर्पण गरी,  
आज्ञा पालन आदिद्वारा,  
सद्गुरुलाई प्रसन्न गर्नुपर्छ ॥६२ ॥*

*गुरु प्रसन्न भएमा,  
आचार्य-अभिषेक परिपूर्ण भएपछि,*

सुरुमा गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्गमा प्रस्थान गर्दा के गर्नुपर्छ ? भने, अभिषेक प्राप्त गर्नुपर्छ । त्यसैले सर्वप्रथम अभिषेक ग्रहण गर्नुपर्छ । अभिषेक लिनको लागि पहिले त गुरुको सेवा गर्नुपर्छ र जस्तो सुकै कठिनाइ पनि आत्मसात् गरी सद्गुरुलाई प्रसन्न पार्नुपर्छ । गुरु प्रसन्न हुनाले सम्पूर्ण अभिषेक 'वज्रचार्य-अभिषेक' सहित प्रदान गर्ने भएकोले शिष्य स्वयम् गुह्यमन्त्र वज्रयानको मार्गमा प्रस्थान

गर्ने भाग्यवान् भएर जान्छ । त्यसैले सुरुमै अभिषेक प्राप्त गर्नुपर्छ, भन्नुभएको हो ।

**तेस्रो, अभिषेकको महत्ता दर्साएको—**

*सर्वपापबाट शुद्धात्म भएर,  
सिद्धि साधनको भागी हुन्छ ॥६३ ॥*

यस्तो अभिषेक प्राप्त गरी गुह्यमन्त्रको अभ्यास गर्दा, सोही अभ्यासको कारण पाप तथा अकुशल कर्महरू सारा शुद्ध हुन्छ र शिष्य स्वयम् उत्तम तथा साझा सिद्धि प्राप्त हुने भाग्यमानी व्यक्ति भएर जान्छ, भन्नुभएको हो ।

त्यसैगरी अभ्यास विधिको सन्दर्भमा; सर्वप्रथम वज्रसत्त्वको अभिषेक ग्रहण गर्ने, त्यसपछि वज्रसत्त्वको अभ्यास गरी पाप तथा आवरणहरू सबै शुद्ध पार्ने उपाय अपनाइन्छ । आफूले पहिले सञ्चय गरेको अकुशल कर्महरूले गर्दा त्यसको फल अर्थात् पाप कर्मको परिणाम दुःखको रूपमा विपाक हुन्छ । त्यसरी विपाक नहुन उक्त अकुशल कर्मलाई 'चार-प्रतिपक्षबल'द्वारा पापदेशना अर्थात् प्रायश्चित गरेर पाप तथा आवरणहरू शुद्ध पार्ने उपाय अपनाउनुपर्छ ।

त्यसैगरी अवलम्बनरूपी पुण्य सम्भार र निरालम्बनरूपी ज्ञान सम्भार परिपूर्ण गर्न 'मण्डल अर्पण विधि' अपनाएर सारा जगत्को 'भाजन-सत्त्व' (ब्रह्माण्डः बाहिरी भाडोरूपी जगत् र भित्री साररूपी प्राणी) श्री सम्पत्तिसहित सबैलाई आफ्नो चित्तले आलम्बन गरी

सम्पूर्ण गुरु तथा जिन र जिनपुत्रलाई अर्पण गरिन्छ । त्यसरी अर्पण गर्नाले वृहत् पुण्य सम्भार परिपूर्ण हुन्छ । त्यसैले मण्डल अर्पणद्वारा पुण्य सम्भार परिपूर्ण गरिन्छ ।

त्यसैगरी गुरुयोग साधनाद्वारा उत्तम सिद्धि प्राप्त गर्नको लागि, आफ्नो मूल गुरु तथा परम्पराका सम्पूर्ण गुरुहरूलाई प्रार्थना गरिन्छ । त्यसरी प्रार्थना गर्नाले अधिष्ठान प्राप्त गर्न भाग्यमानी हुने भएकोले श्रद्धा र आदरभाव जगाई प्रार्थना गरी लगनशीलताका साथ गुरुयोग साधना गर्नुपर्छ । यसरी गुरुयोग अभ्यास मिहिनेतका साथ प्रयत्न गर्नाले शमथको अनुभूतिलाई निरन्तरता दिँदा, शमथ झनै स्थिर भएर जान्छ । विपश्यनाको अनुभूतिलाई निरन्तरता दिँदा पनि विपश्यना झनै स्फटिक तथा स्पष्ट हुने विशेष आशिष् प्राप्त हुन्छ । त्यसैले सुरुमा पूर्व-अभ्यासको क्रममा वज्रसत्त्वको साधना, मण्डल अर्पण र गुरुयोग साधनामा प्रयत्न गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसपछि मूल-अभ्यासको विशुद्ध मार्गमा प्रयत्न गर्नाले क्रमशः साज्ञा सिद्धि र उत्तम सिद्धि प्राप्त गर्ने सौभाग्य प्राप्त हुन्छ, भन्नुभएको हो ।

दोस्रो, आश्रयको विविधताले दुई उच्च अभिषेकहरू ग्रहण गर्न हुने वा नहुने विधि —

आदिबुद्धमहातन्त्रमा,  
 प्रयत्न पूर्वक निषेध गरेकोले,  
 गुह्यप्रज्ञा-अभिषेकलाई,  
 ब्रह्मचारीले ग्रहण गर्नु हुँदैन ॥६४॥

यसरी अभिषेक प्राप्त गरिसकेपछि अभ्यास गर्नुपर्ने दर्साएको छ । साधारणतया अभिषेक चार प्रकारका छन्: १. कलश अभिषेक, २. गुह्य अभिषेक, ३. प्रज्ञाज्ञान अभिषेक, र ४. शब्द अभिषेक । ती चार अभिषेकहरू सबै शब्दमा प्रत्यक्ष बताए झैं सम्भोग (राग) आदि कार्य प्रत्यक्ष उपभोग गरेर अभ्यास गर्नुपर्छ त ? गर्नुपर्दैन । किनभने ‘आदिबुद्धमहातन्त्र’ अर्थात् श्री कालचक्रको मूल महातन्त्रमा तथागत बुद्धले अत्यन्तै प्रयत्नका साथ निषेध गर्नुभएको छ । त्यसैले गुह्य अभिषेक र प्रज्ञा-ज्ञान अभिषेकलाई ब्रह्मचारीले प्रत्यक्ष सम्भोगमार्गको अभ्यास गरी अरूलाई पनि प्रदान गर्न मिल्दैन र आफूले पनि प्रत्यक्ष सम्भोगमार्गको अभ्यास गरी अभिषेक ग्रहण गर्नु हुँदैन, भन्नुभएको छ ।

*यदि यस अभिषेक,  
ब्रह्मचर्या तपमा लागेकाले ग्रहण गरेमा,  
निषेधित आचरणले गर्दा,  
तप तथा संवर क्षय हुन्छ ॥६५ ॥*

*उक्त व्रतीलाई  
पराजिक-विपत्तिहरू पैदा हुने भएकोले,  
त्यो निष्चित रूपमा दुर्गतिमा फस्छ भने,  
कहिल्यै सिद्धि प्राप्त गर्न सक्दैन ॥६६ ॥*

यदि ब्रह्मचारी संवर धारकले प्रत्यक्ष रूपमा ‘सम्भोग’को मार्ग अपनाई अरूलाई अभिषेक प्रदान गर्नु भने वा आफूले सो अभ्यास गर्नु भने, विपरीत कार्य हुन्छ । किनभने सुरुमै तथागत

बुद्धले ब्रह्मचर्याको तपस्यामा लीन भएका र प्रव्रजितहरूले गर्न मिल्दैन भनी निषेध गर्नुभएको छ । त्यसैगरी स्वयम्ले पनि ब्रह्मचर्या संवर ग्रहण गर्ने क्रममा उक्त अभ्यास नगर्ने प्रतिज्ञा गरेको हुन्छ । यसरी बुद्धले निषेध गरिएकोलाई फेरि पनि अभ्यास गर्नु भने त्यो पतन भएर जान्छ । त्यसैले ब्रह्मचर्याको तपस्यासंवर अथवा प्रव्रजितसंवर क्षय हुन्छ र यदि व्रती भिक्षु हो भने ‘पराजिक-आपत्ति’ (भिक्षुद्वारा नियमको उल्लङ्घन) हुन्छ र यदि श्रामणेर हो भने पराजित-आपत्ति सरहको ‘मूल-आपत्ति’ पैदा हुन्छ ।

यसरी साँच्चिकै ‘सम्भोगमार्ग’को अभ्यास गरी आपत्ति प्राप्त गरेको अर्थात् शील भङ्ग गर्ने व्यक्ति निश्चित रूपले दुर्गतिमा फस्छ यानि तल्लो स्थानमा जन्मिन्छ । उसलाई सिद्धि प्राप्त गर्ने सौभाग्य नै हुँदैन । त्यसैले ती दुई उच्च अभिषेकहरू प्रत्यक्ष सम्भोगमार्गको अभ्यासद्वारा नभई त्यसलाई सङ्केत गर्ने वस्तु, जस्तै; तस्विर आदिको प्रतिविम्बको माध्यमबाट अभिषेक प्राप्त भएको विश्वास गर्नुपर्छ । यहाँ प्रत्यक्ष बताउनुभएको नभए तापनि प्रशङ्गवश भन्नुपर्दा, अचेल अभिषेक प्रदान गर्ने क्रममा हाम्रो व्यावहारिक विधिअनुसार कपालः (खप्पर) भित्रको अमृत र चित्रमा कोरिएको स्त्रीको प्रतिविम्ब मात्रद्वारा दोस्रो र तेस्रो अर्थात् गुह्य अभिषेक र प्रज्ञाज्ञान अभिषेक क्रमशः प्रदान गर्दै, त्यसपछि चौथो, शब्द अभिषेकरत्नलाई शब्दको माध्यमबाट परिचित गर्ने उपदेशको अभ्यास गरिन्छ । यसरी अभ्यास गर्नाले धेरै राम्रो हुन्छ, भन्नुभएको हो ।

तेस्रो, दुई उच्च अभिषेकहरू प्राप्त नभएमा तन्त्रको श्रवण-व्याख्या आदि कार्य गर्न मिल्ने वा नमिल्ने सन्देह हटाउने—

सबै तन्त्रको श्रवण, व्याख्यान,  
होम, यज्ञ आदि गर्ने,  
आचार्य-अभिषेक प्राप्त हुन्छ र,  
तत्त्वबोध गर्नेलाई दोष हुँदैन ॥६७ ॥

त्यस्तो बेलामा यस्तो शङ्का उत्पन्न हुन सक्छ । जस्तै: प्रत्यक्ष अभ्यास (उपभोग) विना केवल साङ्केतिक वस्तु वा प्रतीकको माध्यमबाट दुई उच्च अभिषेकहरू प्राप्त भएको विश्वास गर्दा, गुह्यमन्त्र वज्रयानको अभ्यासमा केही बाधा-अवरोध आइपर्दैन ? भने, बाधा-अवरोध केही आइपर्दैन । प्रतीकको माध्यमबाट पनि अभिषेक प्राप्त हुन्छ । त्यसपछि अभिषेक प्राप्त भएपछि आफू ती सबै तन्त्रहरू सुन्न योग्य भइन्छ र अरूलाई व्याख्या गरी फैल्याउन पनि मिल्छ । त्यसैगरी गुह्यमन्त्र वज्रयानको अभ्यास गर्नलाई होम, यज्ञ आदि कार्य पनि गर्न मिल्छ । आचार्यले अभिषेक प्रदान जस्ता कार्य गर्न पनि मिल्छ । विशेष गरी आफूभित्र विशिष्ट समाधि जाम्नु अति महत्त्वपूर्ण रहेको छ । यदि आफूमा (आफ्नो चित्त सन्ततिमा) विशिष्ट समाधि उत्पन्न भएको छ भने आचार्यको कर्मकाण्ड, गुह्यमन्त्रको तन्त्रवर्ग श्रवण र व्याख्या गर्दा कुनै दोष हुँदैन अर्थात् कार्य विपरीत हुँदैन । त्यसैले गर्दा 'दश-तत्त्व'को बोध भएको व्यक्तिलाई कुनै दोष लाग्दैन, भन्नुभएको हो ।

त्यसकारण सर्वप्रथम शुद्ध सदाशय बोधिचित्तको सदाशययुक्त

भएर आफूले गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्गको अभ्यास गर्नुपर्छ । त्यसले गर्दा आफूमा विशेष समाधि जागृत गर्नु अति महत्त्वपूर्ण हुन्छ । त्यो बाहेक क्षणिक काम-वासना आदिलाई महत्त्वपूर्ण मान्नु खासै आवश्यक छैन, भन्नुभएको हो । यसैका साथ मूल विषयको चारै ओटा सङ्क्षिप्त विषयहरूको व्याख्या पूर्ण रूपले समाप्त भयो ।

### तेस्रो, रचना गर्नुको कारण—

*स्थविर दीपंकर श्रीज्ञानले,  
सूत्र आदि धर्महरूमा व्याख्यान देखेर,  
बोधिप्रभाको अनुरोधमा,  
बोधिपथको सङ्क्षिप्तमा व्याख्या गरियो ॥६८॥*

त्यसपछि, अतिश दीपंकर श्रीज्ञानले बोधिपथप्रदीप यो शास्त्र बताउनुपर्ने कारण दर्साएर समापन गर्नुभएको छ । यो शास्त्र कसले रचना गरेको हो ? भने, अतिश दीपंकर श्रीज्ञानले रचना गर्नुभएको हो । वहाँलाई भारतबाट तिब्बतमा आमन्त्रण गर्नुभएको थियो । आमन्त्रण गर्नुको कारण के हो भने, त्यसबेला आर्य भारतवर्षमा बौद्ध शिक्षा फैलिरहेको थियो । विशेष गरी श्री नालन्दा महाविहार (विश्वविद्यालय) र विक्रमशीला महाविहारमा बौद्ध शिक्षा अति राम्ररी प्रवर्धन भइरहेको थियो । तीमध्ये विक्रमशीला महाविहार पछि अझ राम्ररी विकास भयो र विशेष रूपमा अति प्रख्यात भयो ।

विक्रमशीला विशिष्ट तथा प्रख्यात हुँदा विद्वान-सिद्ध दुवै गुणयुक्त मुख्य स्थविर अतिश दीपंकर श्रीज्ञान हुनुहुन्थ्यो ।

तिब्बतको भिक्षुराज बोधिप्रभाले बारम्बार प्रार्थना तथा अनुरोध गरेकोले वहाँ तिब्बतमा आउनुभएको हो। गुरुराज ज्ञानप्रभा र बोधिप्रभाको अद्भूत संकल्पका साथ हिमाली भूमि तिब्बतमा बौद्ध शिक्षा शुद्ध, शान्त, पवित्र, सही रूपमा ल्याउन सकिन्छ कि भनी ठुलो प्रयत्नका साथ भारतवर्षबाट अतिश दीपंकर श्रीज्ञानलाई आमन्त्रित गर्नुभएको थियो। उहाँले तिब्बतमा अति वृहत् रूपले सद्धर्म चक्रको विस्तार गर्नुभई विशुद्ध बुद्ध शासन फैलाउनुभयो।

वास्तवमा उहिले तिब्बतमा सद्धर्म प्रवर्धन भएको बेलामा सही र विशुद्ध रूपमा फैलिएको थियो। तर पछि राजा लाङ्-दर्माले बौद्ध धर्म नष्ट पारेपछि, त्यसबेला सद्धर्म विपरीत कार्य तथा विकृतिहरू फैलिए। त्यसैले ती त्रुटिहरू हटाउन अर्थात् सद्धर्मलाई शुद्ध बनाउनका लागि अतिश दीपंकर श्रीज्ञानलाई, “हजूरले सही उपदेशहरू समेटेर एउटा सङ्क्षिप्त ग्रन्थ रचना गर्नुपर्‍यो” भनी अनुरोध गरेकोले ‘बोधिपथप्रदीप’ अर्थात् बोधि मार्गलाई स्पष्ट देखाउने बत्तीजस्तै यो शास्त्र सङ्क्षिप्तमा रचना गर्नुभएको हो। त्यसकारण बोधिपथको संक्षिप्त व्याख्या गरेको हुँ, भन्नुभएको हो।

चौथो, पृष्ठमा दुई; १. रचनाकार र २. अनुवादक।

पहिलो, रचनाकार—

*महान् महोपाध्याय दीपंकर श्रीज्ञानद्वारा रचित  
बोधिपथप्रदीप समाप्त भयो ॥ ॥*

भनिएको हो।

## दोस्रो, अनुवादक—

भारतका महोपाध्याय स्वयम् (दीपंकर श्रीज्ञान) र  
महासंशोधक अनुवादक भिक्षु गेवी लोडो (कल्याणमति)द्वारा  
अनुवाद गरी निश्चय गरियो ।  
यस धर्म ग्रन्थ श्याङ्-शुङ्को थोलिङ् महाविहारमा रचना  
गर्नुभएको हो ॥ मङ्गलम् ॥

ज्योवोज्ये पल्देन अतिश अर्थात् महोपाध्याय दीपंकर श्रीज्ञानले तिब्बतको 'थोलिङ् गोन्पा'मा सर्वप्रथम संस्कृतमा रचना गर्नुभएको थियो । त्यसलाई अनुवादकले भोट भाषामा अनुवाद गरी हिमाली भूमि तिब्बतमा बुद्धको शिक्षा व्यापक फैलाउनुभयो । उहाँले अत्यन्तै शुद्ध, मनमोहक र श्रद्धालु भक्तजनका लागि आँखाको गहना समानको बौद्ध धर्म फैलाउनुभएको थियो ।

तेस्रो, समापनमा दुई; १. यस शास्त्रको अभ्यास गर्नुपर्ने उपदेश, र २. रचना प्रक्रिया उल्लेख गरी समापन गरिएको ।

पहिलो, यस शास्त्रको अभ्यास गर्नुपर्ने उपदेश—

अतिश दीपंकर श्रीज्ञानले वास्तवमा हिमाली भूमि तिब्बतमा अति गम्भीर र वृहत् सद्धर्मचक्र प्रवर्धन गर्नुभएको थियो । विशेष गरी सिकारु अधम भूमिदेखि अन्त्य परम अनुत्तर बोधिपद प्रस्थान हुने मार्गक्रम एउटै नछुट्टाई परिपूर्ण रूपले लघु ग्रन्थ रचना गर्नुभएको हो । यस शास्त्र रचनाले गर्दा उहाँको धार्मिक कर्म तथा गतिविधि झनै राम्ररी विस्तार भयो । त्यसले गर्दा बौद्ध धर्म

र प्राणीको ठुलो हित भएको छ । यसपालि तपाईंहरूलाई यस्तो विशेष शास्त्रको छोटो व्याख्या गर्न पाएँ । यसको व्याख्या पनि तपाईंहरूलाई कुनै बाधा-अड्चन तथा कुनै बिघ्न-बाधाविना पूर्ण रूपले समाप्त भएको छ ।

अब आ-आफ्नो घरमा फर्के पछि पनि ती उपदेशहरू नबिर्सिकन अभ्यास गर्नुहोला । त्यो पनि आफ्नो चित्त सन्तति तथा परिस्थितिसँग जोडेर अभ्यास गर्नुपर्छ । यदि आफू सुरुवाती अभ्यासी जसले वृहत् रूपले अभ्यास गर्न सक्दैन भने 'अधम पुरुषको मार्ग'मा प्रवेश गर्नुपर्छ । त्यसबाट विकास भएर अलि राम्रो भयो भने 'मध्यम पुरुषको मार्ग'मा प्रवेश गर्नुपर्छ । त्यो भन्दा विशेष सिद्ध गर्न सकिन्छ भने 'उत्तम पुरुषको मार्ग' अर्थात् महायान मार्गमा प्रवेश गर्नुपर्छ । त्यस भन्दा पनि अति विशिष्ट गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्ग सिद्ध गर्न सकिन्छ भने गुह्यमन्त्र वज्रयान मार्गमा अवस्थित रही अभ्यास गर्नुपर्छ ।

यसरी अभ्यास गरेर आफूले ठुलो मिहिनेतका साथ आफ्नो यस अमूल्य (क्षण-सम्पादयुक्त) मनुष्य जीवनलाई अर्थपूर्ण बनाउन सक्यो भने परम सुख प्राप्तिको हेतु बन्न पुग्छ । त्यसैले आफ्नो चित्तलाई दाँजेर वा आफूसँग जोडेर यस ग्रन्थमा दर्साएका उपदेशहरू अभ्यास गर्नु अति जरुरी छ । ती कुराहरू मनमा राख्नुहोस् भन्न चाहन्छु । यसपालि तपाईंहरू अति भाग्यमानी भएकोले परम पावन ग्याल्वाङ् कर्मपाको दर्शन प्राप्त हुनुको साथै उहाँबाट धर्मदेशना पनि प्राप्त गर्नुभयो । हामीलाई धर्मको अभ्यासमा कुनै बाधा-अवरोध भएन जुन अति शुभ भएको छ । ती

सारा पुण्यको मूल सम्पूर्ण प्राणीहरूको हितको लागि प्रणिधान गर्दै रोग, अनिकाल, अस्त्र जस्ता नराम्रा युगहरूबाट सारा जगत् शान्त भएर विशिष्ट सुख प्राप्त होऊन् भन्ने सोचेर प्रणिधान तथा प्रार्थना गर्नुहोस् भन्न चाहन्छु ।

### दोस्रो, रचना प्रक्रिया उल्लेख गरी समापन गरिएको—

यो ग्रन्थ भोट पात्रोअनुसार जल-सर्प वर्षको पहिलो महिना तदनुसार सन् २०१३ फेब्रुवारीमा भारतको उत्तर प्रदेश, वाराणासी स्थित हाम्रो वज्र विद्या संस्थान् उच्च बौद्ध शिक्षण केन्द्रको विद्यार्थी भिक्षु संघ तथा देश-विदेशका श्रद्धालु अनुयायीहरूलाई अतिश दीपंकर श्रीज्ञानको उपदेश 'बोधिपथप्रदीप' नामक यो शास्त्र देशना गर्ने क्रममा गरिएको अडियो रेकर्डिङलाई पछि हाम्रै गोन्पाको खेन्यो शेराब फुन्छोगले लिपिबद्ध गर्नुभएछ । त्यसमा बोधिपथप्रदीपको मूल श्लोक र ज्यम्गोन लोडोए थायेज्यूले रचना गर्नुभएको टीकाको विषय रूपरेखालाई सँगै मिलाएर केही संशोधन गर्नुपर्ने विषयलाई संशोधन गरेको छु । यस ग्रन्थ बुद्ध शासन र सत्त्वहरूलाई लाभ हुने हेतु बनोस् भनी प्रणिधान गर्दै पवित्र तीर्थस्थल नमोबुद्ध ठाङ्गु टाशी याङ्चे गोन्पामा सन् २०२३ मार्च २३ तारिखको दिन ठाङ्गु टुल्कुले लेख्नुभएको हो ॥ सर्वमङ्गलम् ॥

('बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार' नामक यो शास्त्र सन् २०२३ अक्टोबर २४ तारिखका दिन पवित्र तीर्थस्थल नमोबुद्धमा छ्याम्मे रिङ्ख्यो (अराग्य पर्वतधर्म)द्वारा बताइएको मूल अभिप्रायानुरूप परम पूजनीय नवौं

ठाङ्गु रिन्पोछेज्यूको पार्थिव शरीर सामु प्रत्यक्ष उपस्थित भई खेन्पो, टुल्कु, लामा, भिक्षु-भिक्षुणी केही भेला भएर पहिले धर्मदेशना गर्ने क्रममा सुन्नुभएको शिक्षण परम्परायुक्त एक जनाले पढेर आगम परम्परालाई निरन्तर तथा विस्तार गरियो ।)

(परम पूजनीय नवौं ठाङ्गु रिन्पोछे कर्म लोडो रिङ्लुग् भ्रवे सेङ्गेद्वारा व्याख्यायित 'बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार' नामक यो शास्त्र रिन्पोछेको शिष्य मन्दमति म डोडुप ग्याल्छेन योन्जनद्वारा पवित्र तीर्थस्थल बौद्ध चैत्य नजिक अवस्थित ठाङ्गु रिन्पोछेद्वारा स्थापना गर्नुभएको श्री मंगलद्वीप माध्यमिक विद्यालयमा, भोट पात्रो २१५२ साल छैटौं महिनाको चौथो दिन अर्थात् प्रथम धर्मचक्र प्रवर्तन दिवसको पावन दिन तदनुसार सन् २०२५ जुलाई २८ तारिखमा भोट भाषाबाट नेपालीमा अनुवाद सु-सम्पन्न भयो ।)

## विषय रूपरेखा

बोधिपथप्रदीप सरल भाषामा व्याख्यायित प्रारम्भिक प्रवेशद्वार नामक शास्त्र  
दर्साउँदा तीन भेदहरू छन् ।

- क) सुरुवातमा; अभिवादन र सदाशयको स्मरण गरिएको, ..... 02  
ख) मध्यममा; बोधिपथप्रदीप मूल शास्त्र, र ..... 04  
ग) पृष्ठमा; समापन । ..... 119

ख) दोस्रो, बोधिपथप्रदीप मूल शास्त्र दर्साउँदा चार भेद छन् ।

१. शीर्षकको अर्थ, ..... 04  
२. अनुवादक वन्दना, ..... 05  
३. मूल विषय, ..... 05  
४. पृष्ठ । ..... 118

तेस्रो, मूल विषयमा तीन भेद छन् ।

१. मङ्गलाचरणका साथ व्याख्या गर्ने प्रतिज्ञा, ..... 05  
२. मूल विषयको व्याख्या, ..... 10  
३. रचना गर्नुको कारण । ..... 117

दोस्रो, मूल विषयको व्याख्यामा दुई;

१. तीन पुरुषहरूको भेद सङ्क्षिप्तमा दर्साएको, र ..... 10  
२. तिनीहरूको मार्गको आ-आफ्नो लक्षण उल्लेख । ..... 11

दोस्रो, तिनीहरूको मार्गको आ-आफ्नो लक्षण उल्लेख गर्दा तीन;

१. अधम पुरुषको लक्षण, ..... 11  
२. मध्यम पुरुषको लक्षण, र ..... 14  
३. उत्तम पुरुषको लक्षण । ..... 17

**तेस्रो, उत्तम पुरुषको लक्षण दर्साउँदा दुई;**

१. सङ्क्षिप्तमा, र ..... 17
२. विस्तृतमा उल्लेख । ..... 19

**दोस्रो, विस्तृत व्याख्यामा दुई;**

१. पारमिता मार्ग विस्तृतमा व्याख्या, र ..... 19
२. मन्त्रमा प्रस्थान विधि केही मात्र दर्साएको । ..... 108

**पहिलो, पारमिता मार्ग विस्तृतमा व्याख्यामा दुई;**

१. मार्ग व्यवस्था, र ..... 19
२. फल व्यवस्थाको उल्लेख । ..... 106

**पहिलो, मार्ग व्यवस्थामा दुई;**

१. व्याख्या गर्ने प्रतिज्ञा, र ..... 19
२. सम्यक् उपायको उल्लेख । ..... 20

**दोस्रो, सम्यक् उपाय उल्लेख गर्दा दुई;**

१. प्रणिधि शिक्षा सहितको सम्यक् उपाय, र ..... 20
२. प्रस्थान शिक्षा सहितको सम्यक् उपाय । ..... 40

**पहिलो, प्रणिधि शिक्षा सहितको सम्यक् उपायमा तीन;**

१. तयारी, ..... 20
२. मूल र ..... 32
३. पृष्टमा शिक्षाको अभ्यास गर्ने विधि । ..... 35

**पहिलो, तयारीमा तीन;**

१. पुण्य सम्भार, ..... 20
२. विशिष्ट शरण-गमन, ..... 25
३. त्रिचित्त मतिशोधन । ..... 29

**तेस्रो, पृष्टमा शिक्षाको अभ्यास गर्ने विधिमा पाँच;**

१. लाभ स्मरण शिक्षा, ..... 35
२. बोधिचित्त शोधन शिक्षा, ..... 37

३. दुई सम्भार सञ्चय शिक्षा, ..... 41  
 ४. सत्त्व परित्याग नगर्ने शिक्षा, र ..... 41  
 ५. शुक्ल-कृष्ण अष्टधर्म हेय-उपादेय विधि शिक्षा । ..... 42

### दोस्रो, प्रस्थान शिक्षासहित व्याख्या गर्दा तीन;

१. सन्धि गरी प्रस्थान संवर ग्रहण बारे दर्साएको, ..... 43  
 २. ग्रहण गर्ने प्रक्रिया र ..... 47  
 ३. संवर ग्रहण गरी शिक्षाको अभ्यास दर्साएको । ..... 60

### दोस्रो, प्रस्थान संवर ग्रहण गर्ने प्रक्रियामा तीन;

१. आश्रयरूपी ग्रहणकर्ता, ..... 47  
 २. ग्रहणको स्थान, र ..... 49  
 ३. ग्रहण गर्ने विधि । ..... 51

### तेस्रो, ग्रहण गर्ने विधिमा दुई:

१. गुरुको उपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि, र ..... 50  
 २. गुरुको अनुपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधि । ..... 51

### दोस्रो, गुरुको अनुपस्थितिमा ग्रहण गर्ने विधिमा दुई;

१. साझा र विशेष रूपले वचन अनुरूप दर्साउने प्रतिज्ञा, र ..... 51  
 २. उक्त सूत्रमा उल्लिखित चित्तोत्पाद र संवर पालन गर्ने विधि दर्साएको । 53

### दोस्रो, उक्त सूत्रमा उल्लिखित चित्तोत्पाद र संवर पालन गर्ने विधिमा दुई;

१. चित्तोत्पाद र ..... 53  
 २. संवर पालन गर्ने विधि । ..... 54

### दोस्रो, संवर पालन विधिमा दुई;

१. तीन शीलको समान्य उल्लेख, र ..... 54  
 २. प्रत्येकको व्याख्या । ..... 58

### दोस्रो, प्रत्येकको व्याख्या गर्दा तीन;

१. दुष्कृत संवर शील, ..... 58

२. सत्त्वार्थ शील, र ..... 59  
 ३. कुशल धर्म सङ्ग्राहक शील । ..... 62

### तेस्रो, संवर ग्रहण गरेपछि शिक्षाको अभ्यास बारे दर्साउँदा तीन;

१. शील शिक्षाको अभ्यास विधि, ..... 66  
 २. चित्त शिक्षाको अभ्यास विधि, र ..... 69  
 ३. प्रज्ञा शिक्षाको अभ्यास विधि । ..... 84

### पहिलो शील शिक्षाको अभ्यास विधिमा दुई;

१. मूल विषय र ..... 66  
 २. त्यसको महत्ता । ..... 68

### दोस्रो, चित्त शिक्षाको अभ्यास विधिमा तीन;

१. संयोजन, ..... 69  
 २. अभिज्ञा उत्पन्न हुनको लागि शमथको अभ्यास, र ..... 72  
 ३. शमथ अभ्यासको मूल विधि । ..... 75

### तेस्रो, शमथ अभ्यासको मूल विधिमा तीन;

१. शमथ अङ्गहरूको सङ्ग्रह अपनाउने, ..... 75  
 २. शमथ ध्यान विधि, ..... 79  
 ३. ध्यानको लाभ । ..... 82

### तेस्रो, प्रज्ञा शिक्षा अभ्यास विधिमा दुई;

१. उपाय-प्रज्ञा युगनद्धको औचित्य दर्साउँदै विपश्यना अभ्यास दर्साएको, 84  
 २. विपश्यना अभ्यास विधि । ..... 89

### पहिलो, उपाय-प्रज्ञा युगनद्धको औचित्य दर्साउँदै विपश्यना अभ्यास दर्साएकोमा तीन:

१. विपश्यना प्रज्ञाको अभ्यास गर्नुपर्ने कारण, ..... 84  
 २. उपाय-प्रज्ञा युगनद्धद्वारा अभ्यास गर्नुपर्ने कारण र ..... 86  
 ३. युगनद्धको वास्तविक मार्ग उल्लेख । ..... 87

**तेस्रो, युगनद्धको वास्तविक मार्ग उल्लेखमा दुई;**

१. सङ्क्षिप्त उल्लेख, र ..... 87
२. विस्तृत व्याख्या । ..... 87

**दोस्रो, विस्तृतमा व्याख्या गर्दा तीन;**

१. उपायको पहिचान, ..... 87
२. त्यसको अभ्यासको महत्त्व, र ..... 88
३. प्रज्ञाको पहिचान । ..... 89

**दोस्रो, विपश्यना अभ्यास विधिमा दुई;**

१. विस्तृत व्याख्या, र ..... 89
२. समापन । ..... 105

**पहिलो, विस्तृत व्याख्यामा तीन;**

१. विपश्यनाको अङ्गहरूको सङ्ग्रह अपनाउने, ..... 89
२. विपश्यना ध्यान विधि, र ..... 100
३. विपश्यना ध्यानको फल । ..... 102

**पहिलो, विपश्यनाको अङ्गहरूको सङ्ग्रह अपनाउनेमा दुई;**

१. तर्कद्वारा चिन्तामयीप्रज्ञा र ..... 89
२. आगमद्वारा श्रुतिमयीप्रज्ञा दर्साएको । ..... 96

**पहिलो, तर्कद्वारा चिन्तामयीप्रज्ञा दर्साउँदा तीन;**

१. फलको विश्लेषण उत्पादनरोध युक्ति, ..... 90
२. हेतुको विश्लेषण वज्र-कण्टक युक्ति, ..... 92
३. स्वभावको विश्लेषण एकानेक रहित युक्ति । ..... 93

**तेस्रो, विपश्यना ध्यानको फल दर्साउँदा दुई;**

१. वास्तविक फलको अर्थ, ..... 102
२. त्यसलाई आगमद्वारा प्रमाणित गरिएको । ..... 103

**दोस्रो, मन्त्रमा प्रस्थान गर्ने विधि केही मात्र दर्साउँदा तीन;**

१. वज्रयानको अनुसरण गरेकोले अभिषेक प्राप्त गर्नुपर्ने दर्साएको, .... 108
२. आश्रयको विविधताले उच्च अभिषेकहरू ग्रहन गर्न हुने-नहुने विधि, . 113
३. दुई उच्च अभिषेकहरू प्राप्त नभएमा तन्त्रको व्याख्यान-श्रवण आदि कार्य गर्न मिल्ने वा नमिल्ने सन्देह हटाउने। ..... 116

**पहिलो, वज्रयान अनुसरण गरेकोले अभिषेक प्राप्त गर्नुपर्ने दर्साएकोमा दुई;**

१. प्रसङ्गवश बोधिचित्त सदाशयको महत्त्व बारे उपदेश, र ..... 108
२. मूल विषय। ..... 109

**दोस्रो, मूल विषयमा तीन;**

१. आश्रयरूपी व्यक्ति, ..... 109
२. त्यसलाई परिपक्वा तुल्याउने अभिषेक प्रदान गर्ने, र ..... 111
३. अभिषेकको महत्ता दर्साएको। ..... 112

**चौथो, ग्रन्थको पृष्ठनमा दुई;**

१. रचनाकार र ..... 118
२. अनुवादक। ..... 119

**ग) तेस्रो, समापनमा दुई;**

१. यस शास्त्रको अभ्यास गर्नुपर्ने उपदेश, र ..... 119
२. रचना प्रक्रिया उल्लेख गरी समापन गरिएको। ..... 121