



चान्योङ हेरुकको चित्त निर्देश



फोटो साभार: Himalayan Art Resources

नजिक र टाढा रहेका प्यारा साथीहरू,

आशा छ सधैं झैं यस पत्रले तपाईंलाई खुसी र स्वास्थ्य पाउने छ। आजको यस गुरु रिन्पोछे दशमीमा तपाईंहरूसँग चान्योङ हेरुकको दोहा (बोध अनुभूतिको गीत)को उपदेशहरू प्रस्तुत गर्न चाहन्छु। यो गीत चान्योङ हेरुकले आफ्नो शिष्य वोनपो दोर्जे न्यिङपोलाई चित्तको वास्तविक स्वभाव पहिचान गराउनको निमित्त गाउनु भएको हो:

“एक दिन, जब चान्योङ हेरुकले वोनपो दोर्जे न्यिङपोलाई चित्तलाई कसरी खोज्ने भन्ने विषयमा निर्देशन दिने क्रममा यो गीत सुनाउनु भयो:

हे पुत्र, वोनपो दोर्जे न्यिङपो! तिमी जो चित्तको खोजीमा छौ।

जसले चित्तलाई खोज्दै छ नि—हो त्यही नै चित्त हो।
तसर्थ, यसलाई अन्त खोजेर तिमीले कहाँ पाउने छौ र?
तरवार जति नै धारिलो भए पनि आफूले आफैलाई काट्न सक्दैन।
आँखा तेजिला भए पनि, आफैलाई देख्दैन।

पानीमा डुब्दै गर्दा तिर्खा मेटाउन पानी खोज्ने व्यक्ति नबन;
आकाशमा रहेको गाँठो फुकाउने निरर्थक प्रयास नगर;
सन्तानको मृत्युमा रुई रहेको बाँझो आमा ...
हराउँदै नहराएको चित्तलाई अन्त खोज्नु भनेको यस्तै हो!

सम्यक् सम्बुद्ध अरू कतै होइन यही चित्तमा नै छ।
त्यसैले आफूमा आत्म विश्वास हुन जरुरी छ।
चित्तको वास्तविक स्वभावका बारे यो गीत सुन्नु:

चित्तको सार, अनुत्पन्न आलय;
कुनै सुरुवाती हेतु विना अहेतुक नै रहेको छ।
कुनै अन्तिम निरोध विना नै सार हीन भई रहेको छ।
संसार र निर्वाण प्रतिको पूर्वाग्रहबाट मुक्त रहेर यो रहेको छ।

यो पदार्थ, स्वभाव र रंगबाट मुक्त छ।
एकत्व मै मौजुद नभए पनि विविध रूपमा देखा परेर रहेको छ।
अकथनीय भएता पनि, शब्दद्वारा मैले व्यक्त गर्दै गर्दा, त्यो रहेको छ।
खोज्दा झन् लुक्ने भए पनि, त्यो रहेको छ।
जब (प्रयत्न) त्यागिन्छ र निश्चयमा आइन्छ, तब (यसले) आफ्नो मुख आफैँले देखाइ रहेको हुन्छ।

यस चित्तको स्वभाव चिनाउने उपदेशद्वारा वोनपो एक धर्म साधक बन्यो"

अब, म केही कुरा थप्न चाहन्छु। तपाईंहरू पनि कुनै न कुनै प्रकारको आध्यात्मिक यात्रामा हुनु हुन्छ होला।
तपाईं दैनिक ध्यान अभ्यास कर्ता हुनु होला अथवा नहुनु होला तर, मुख्य कुरा भनेको मन कति महत्त्वपूर्ण छ
भनेर थाहा पाउनु हो। तपाईं कतिको कुशल साधक हो भन्ने तपाईंको मनमा भर पर्दछ। त्यसैले, मनको विषय
पोख्त बन्नुहोस्।

तपाईंहरू जहाँसुकै हुनु भए पनि, मेरो धेरै माया!

सर्व मङ्गलम्



फागुन १०, २०७३