मेरो मूल गुरुको उपदेश

तस्बिरः क्याब क्षोग सोगचे रिन्पोछे।

नजिक तथा टाढा रहनु भएका प्रिय मित्रहरू,

आशा छ सधैं झैँ यो पत्रले तपाईँलाई राम्रो, स्वस्थ र खुसी नै पाउनेछ। यस गुरु रिन्पोछे दशमीमा म तपाईँलाई मेरो स्वर्गीय मूल गुरु, क्याब क्षोग सोगचे रिन्पोछेबाट प्राप्त केही सारगर्भित उपदेश तपाईँहरू सँग बाट्न चाहन्छु।

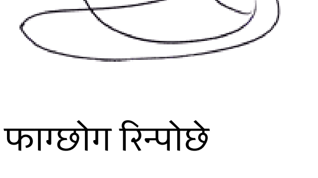
सबैभन्दा पहिले, हामीले जान्नुपर्छ कि अभ्यासकर्ताहरूलाई चाहिने दुई मुख्य गुणहरू विश्वास र लगनशीलता हुन्। यहाँ, आफ्नो अभ्यासका निर्देशनहरूको अर्थ बुझ्नु र त्यसको मूल्य बुझ्नुको साथै तिनीहरूका मुख्य बुँदाहरू थाहा हुनुलाई विश्वास भनिएको हो। यसैको आधारमा, निर्देशनहरू पालना गर्नु र तिनीहरूलाई आफ्नो अभ्यासमा लागू गर्नु नै लगनशीलता हो।

दोस्रो, अभ्यासकर्ताहरूको लागि मुख्य बाधाहरू अहम र ईर्ष्या हुन्। कृपया यी क्लेशहरूबाट सावधान रहनुहोस्।

तेस्रो, हामीले विश्वास र लगनशीलताका साथ गरेका अभ्यासहरूलाई सुदृढ हुन सही वातावरण चाहिन्छ। अनुकूल वातावरण तयार गर्नुलाई हामी परम्परागत भाषामा पुण्य संचय भन्छौं। यस अन्तर्गत त्रिरत्नहरूलाई चढाउनु र प्राणीहरूलाई दान दिने अभ्यास, अनुशासन(शील) र धैर्य(क्षान्ति); धर्मग्रन्थ पढ्ने, मन्त्र जप गर्ने, परिक्रमा गर्ने र दण्डवत् गर्ने–संक्षेपमा, सप्ताङ्ग अभ्यास पर्दछन्। त्यस्ता सबै अभ्यासहरूले अनुकूल वातावरण, वा भनौं पुण्य संचयलाई हुन्छ जुन बाटो राम्रो बनाउनु जस्तै हो। त्यस्तै नै तपाईंको धर्म अभ्यास, विशेषतः ध्यान अभ्यास भनेको राम्रो गाडी जस्तै हो। यदि तपाईँसँग राम्रो सडक छैन भने, तपाईँसँग सबैभन्दा महँगो र उच्च-कार्यक्षमता भएको गाडी नै भए पनि तपाईंको यात्रा अझै पनि आनन्ददायी हुनेछैन। आफ्नो यात्रालाई सकेसम्म सहज र छिटो बनाउनको लागि, राम्रो सडक चाहिन्छ, जुन पुण्य संचय मार्फत सम्भव हुन्छ।

यी मेरा मूल गुरु क्याब क्षोग सोगचे रिन्पोछेको उपदेशका मुख्य बुँदाहरू हुन् यसलाई तपाईँहरूले हृदयाङ्गं गरेर मनमा राख्नु होस् भन्ने म चाहन्छु।

सबै प्रति करुणा र आशीर्वाद सहित,
सर्व मंगलम्।



फाग्छोग रिन्पोछे

कृपया तलको सन्देश पढ्नुहोस्

नजिक तथा टाढाका प्रिय साथीहरू,

Samye Translations हाम्रो नयाँ वेबसाइटको सुरुवातको भएको घोषणा गर्न पाउँदा अत्यन्त खुसी छौं। तेस्रो महिनाको गुरु रिन्पोछे दिवसको शुभ अवसरमा Samye Translations को नयाँ वेबसाईट उद्घाटन भएको हो। उदारताको साथ तपाईँहरूले गर्नु भएको सहयोगको लागि हामी तपाईँहरू प्रत्येकलाई हृदयदेखि कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं। तपाईँको सहयोग बिना, यो सम्भव हुने थिएन। तल हाम्रो नयाँ वेबसाइटको संक्षिप्त सिंहावलोकन छः

गृहपृष्ठ

हाम्रो गृहपृष्ठमा, तपाईँले हाम्रा नवीनतम समाचारहरू, अद्यावधिकहरू, र अनुवादहरू पाउनुहुनेछ।

छोग्लिङ तेर्सार पुस्तकालय

हाम्रो निरन्तर बढ्दै गइरहेको छोग्लिङ तेर्सार पुस्तकालयले परम्परागत तिब्बती बौद्ध अभ्यासहरू र टिप्पणीहरूको विविध क्षेत्रहरू समावेश गर्ने पुस्तकहरू प्रदान गर्दछ। मुख्य रूपमा *छोग्युर लिङपाको गम्भीर निधि* (*तेर्सार छोग्लिङ*) उपलब्ध हुनेछ। यी ग्रन्थहरू छोग्लिङ तेर्सार परम्पराका अनुयायीहरूका लागि आवश्यक अध्ययन र अभ्यास सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने उद्देश्यले राखिएका छन् र यो निःशुल्क PDF ढाँचामा सहजै डाउनलोड गर्न सकिन्छ।

व्यक्तिगत अनुवाद

यहाँ, तपाईँले तिब्बती बौद्ध परम्पराका दुई सय भन्दा बढी व्यक्तिगत अनुवादहरू भेट्टाउनुहुनेछ जुन निधि प्रकाशक अथवा मुख्य लेखकका नामको वर्णक्रम अनुसार व्यवस्थित गरिएको छ। यसमा प्रार्थना, अभ्यास र टिप्पणीहरू समावेश छन् र यो निःशुल्क PDF ढाँचामा सहजै डाउनलोड गर्न सकिन्छ।

प्रकाशित पुस्तक

हाम्रो पुस्तक प्रकाशन खण्डमा, तपाईँले हाम्रा प्रकाशनहरू प्रिन्ट तथा इलेक्ट्रोनिक दुवै ढाँचामा पाउन सक्नुहुन्छ। विगत दुई वर्षमा साम्य अनुवादले सात वटा पुस्तक प्रकाशित गर्न सफल भएको छ ।

नेखोर

हाम्रो नयाँ Nekhor वेबसाइट र एप रिलीजको प्रतीक्षामा रहनु होला। हामी सँग सम्पर्कमा रहनुहोस्।

मुख्य वर्तमान परियोजनाहरू

हाम्रा वर्तमान मुख्य परियोजनाहरू अन्तरगत छोग्तेर छ्योच्यो, छोग्लिङ तेर्सार प्रार्थना पुस्तकको पूर्णता र लोचावा रिन्छेन नामग्यालको लामरिम येशे न्यिङ्पोको टीका अनुवाद गर्नु हो। हामीले २०२४ को अन्त्यसम्ममा यी परियोजनाहरू पूरा गर्ने लक्ष्य राखेका छौं। यसलाई पूरा गर्न सहयोगी बन्नु होस्।

भविष्यका परियोजनाहरू

अङ्ग्रेजी बाहेकका भाषाहरूमा अनुवादहरूलाई प्राथमिकता दिँदै, हामी चिनियाँ, स्पेनिस, पोर्चुगिज, भियतनामी, थाई, इन्डोनेसियाली, युक्रेनी, रुसी, नेपाली, फ्रेन्च र जर्मन जस्ता भाषाहरूमा थप अनुवादहरू उपलब्ध गराउन चाहन्छौँ।

२०२५ मा, Samye Translations ले तीन वटै गुरु रिन्पोछे पुस्तकहरूको संशोधित संस्करण प्रकाशित गर्न केन्द्रित रहने छ।

हामीलाई समर्थन गर्नुहोस्

Samye Translations' चलिरहेको परियोजनाहरू तपाईँको निरन्तर आर्थिक सहयोग प्रति ऋणी छ। हाम्रा प्रयासहरूलाई निरन्तरता दिन र तिनीहरूको निरन्तर सफलता सुनिश्चित गर्न, हामी तपाईँलाई दान मार्फत आफ्नो समर्थन गर्ने आमन्त्रित गर्दछौँ। तपाईँले Patreon गएर हामीसँग सामेल हुन सक्नु हुन्छ वा एक पटक मात्र पनि दान गर्न सक्नु हुन्छ।

न्यानो अभिवादन,

साम्य अनुवाद टोली