

2019

शेर्पा जर्नल

शेर्पा किदुग अमेरिकाद्वारा प्रकाशित
शेर्पा किदुग स्मारिका २०१९



Sherpa Journal

An annual publication of Sherpa Kyidug; United Sherpa Association.

On the auspicious occasion of Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146. The executive committee would like to express our warm wishes to all the members of the Sherpa Community



Urgen Sherpa (President)



Dolma Sherpa
(Vice President)



Tendi Sherpa
(General Secretary)



Temba Sherpa
(Secretary)



Ang Phurba Sherpa
(Khamba) (Treasurer)



Funyima Sherpa (Salaka)
(Join Treasurer)



Pemba Gelu Sherpa
(Khambache) (Spokesperson)



Ringi Sherpa (Cultural
Program Coordinator)



Phurba Sherpa
(Sports Coordinator)



Nima Phutti Sherpa (Penakpa)
Women Empowerment



Dawa Phutti
(Youth and Education)



Domi Sherpa
(Network of Professional Drivers)



Yangchen Dolma
(Member)



Phuli Sherpa (Lama)
(member)



Kanchhi Sherpa
(member)



THE CITY OF NEW YORK
OFFICE OF THE MAYOR
NEW YORK, NY 10007

February 5, 2019

Dear Friends:

It is a pleasure to extend greetings to the readers of the United Sherpa Association's annual *Sherpa Journal* on the occasion of Losar.

New York is the proud home to people who hail from every corner of the map, speak a multitude of languages, and represent a wide range of backgrounds and beliefs. This remarkable diversity is the source of our singularity and strength, and it will be on full display this week as Sherpa Americans in the five boroughs observe Losar, the Buddhist Lunar New Year festival. As you welcome the Year of the Pig with prayer ceremonies, social gatherings, and cultural performances, I am pleased to recognize the many ways Nepalese and Himalayan New Yorkers enrich life in our great city. This celebration is also a wonderful occasion to commend the United Sherpa Association for its commitment to unite and uplift this thriving community in Queens and beyond. Together, we are working to make New York the fairest big city in America and ensure that all our residents can share in its tremendous promise.

On behalf of the City of New York, please accept my best wishes for a joyous Losar celebration and great health, happiness and prosperity in the New Year.

Sincerely,

A handwritten signature in black ink that reads "Bill de Blasio".

Bill de Blasio
Mayor

COMMUNITY OFFICE
37-32 75TH STREET, 1ST FLOOR
JACKSON HEIGHTS, NY 11372
TEL: (718) 803-6373
FAX: (718) 803-9852

CITY HALL OFFICE
250 BROADWAY, ROOM 1826
NEW YORK, NY 10007
TEL: (212) 788-7066

Email: dromm@council.nyc.gov



THE COUNCIL OF
THE CITY OF NEW YORK
DANIEL DROMM
COUNCIL MEMBER, 25TH DISTRICT, QUEENS

CHAIRPERSON
FINANCE

COMMITTEES
EDUCATION
AGING
CIVIL SERVICE & LABOR
IMMIGRATION
CIVIL RIGHTS



February 5, 2019

Dear Friends:

I extend my warmest greetings to the Sherpa community of New York on the occasion of your annual Losar ceremony. Losar is an important holiday that celebrates the beginning of the Buddhist New Year and is widely celebrated by many in the Himalayan community.

I am grateful to the United Sherpa Association (USA) for the wide array of programming that is a part of this year's Losar festival; guests will be treated to traditional and ritual dances, a photo exhibition, an informative documentary screening and a flag raising ceremony. Notably, this year, the Association has organized a world peace prayer ceremony as part of the celebration. I am greatly moved by your desire to serve as instruments of peace.

The Sherpa community plays a major role in the cultural vibrancy of New York City, with a population of over 10,000 people throughout the five boroughs. It is humbling to take part in this time-honored tradition. I thank you all for your many contributions to Elmhurst and Jackson Heights, and would like to take this opportunity to wish you a very happy Losar.

Sincerely,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Daniel Dromm", with a long horizontal line extending to the right.

Daniel Dromm
New York City Council Member, 25th District



नेपाली महाबाणिज्यदूतावास, न्यूयॉर्क
Consulate General of Nepal, New York



January 24, 2019

I am pleased to know that the United Sherpa Association in New York is publishing a Sherpa Journal containing various articles and activities carried out by the Association on various occasions.

The United Sherpa Association in New York is conducting various social and cultural activities, such as sports training and tournament, teaching Nepali and Sherpa languages, dance classes, mediation classes, Buddhist philosophy classes and so on. All those activities carried out by the association have contributed to promote Nepali language and culture, and to transfer the language and culture to the succeeding generations. The Association has also been playing an important role to promote social harmony and maintain excellent relationship within the Nepali community and other communities in New York. The Association has been an integral part of Nepali Diaspora for promoting multiethnic, multilingual, multireligious and multicultural characteristic of Nepali society.

I wish every success of the Association and its activities.

Pushpa Raj Bhattarai
Consul General

सम्पादकीय

कुनै समय नेपालको उत्तर पूर्वी हिमाली क्षेत्रमा बसोबास गर्ने जातिका रूपमा चिनिएका शेर्पाहरू विश्वव्यापीकरण सँगै आज विश्वभरी फैलिएको छ। विविध कारण र अवसरका खोजीमा विदेशिनु हाम्रो बाध्यता हो, रहर होइन। शेर्पाहरू विश्वको जुनसुकै कुनामा बसेता पनि सामुहिक किदुगहरू स्थापना गरी आफ्नो धर्म संस्कृतिको संरक्षण र संवर्द्धनका साथ एकापसमा सहयोग गर्न त्यतिकै लागि परेको देखिन्छ।

विज्ञान र प्रविधिले ल्याएको परिवर्तनलाई आत्मसात गर्दै आफ्नो समुदायको आर्थिक सामाजिक रुपन्तारणमा पनि त्यतिकै कृयाशील देखिन्छ। सामाजिक मुल्य र मान्यताहरूलाई बचाई राख्न त्यतिकै तत्पर पनि देखिन्छन। शिक्षाको महत्वलाई बुझी पछिल्लो समयमा आफ्ना बालबालिकाहरूलाई विशेष प्राथमिकतामा राखी राम्रो शिक्षा दिने र अन्य विविध अतिरिक्त कृयाकलापहरूमा सामेल गराउने जस्ता प्रशंसानिय कार्यहरू भएका छन र जसले गर्दा हाम्रो बालबालिकाहरूको भविष्य उज्ज्वल देखिन्छ। परिवर्तित विश्व परिवेशमा बसाईसराईसँगै प्रतिस्पर्धात्मक ब्यस्त जीवन पद्धति र अन्य विविध कारणहरूले गर्दा अहिले हाम्रो समाजमा पुस्तान्तरण (Generation gap) को समस्या टडकारो रूपमा उत्पन्न भएको देखिन्छ। फरक पुस्ताहरू बीचका गहिरा खाडल पुर्नका लागि सबैले आ आफ्नो स्थानबाट उचित कदम उठाउनु पर्ने देखिन्छ। वाह्य संस्कृतिको प्रभाव र विश्व जलवायु परिवर्तनले पनि पछिल्लो समय शेर्पा समाजलाई पनि प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको देखिन्छ। अमेरिकाको सन्दर्भमा शेर्पा किदुग अमेरिकाले बालबालिकाहरू बिच विविध खेलकुद कार्यक्रमहरू, शेर्पा र नेपाली भाषा कक्षा, निशुल्क नृत्य कक्षा, धार्मिक तथा सांस्कृतिक चाडपर्वहरू लगायत विविध जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू आयोजना गरी केही हद सम्म निराकरण गर्ने प्रयास भएको छ।

नेपालको गौरव, सगरमाथाको शान र विश्व शान्तिका अग्रनायक भगवान बुद्धका अनुयायी शेर्पाहरूले स्थापना गरेका संघसंस्थाहरू आज विश्वको हरेक ठाउँहरूमा नेपालको धरोहरको रूपमा उभिएका

छन। नेपालकै सन्दर्भमा शेर्पा सेवा केन्द्र र नेपाल शेर्पा संघ र संयुक्त राज्य अमेरिकामा शेर्पा किदुग अत्यन्त सबल र सफल संस्थाहरूको रूपमा स्थापित भैइसकेका छन। सन १९९६मा अमेरिकाको न्युयोर्क राज्यमा दर्ता भएको शेर्पा किदुग अमेरिकाले आफ्नो स्थापनाकालदेखि नै शेर्पा जातिको धर्म संस्कृतिको संरक्षण, संवर्द्धन, लगायत शेर्पा जातिको सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक र शैक्षिक रुपन्तारणको लागि अग्रणी भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ। यसको अतिरिक्त यो संस्थाले अमेरिकामा नेपाली भाषा, कला, र संस्कृतिको संरक्षण र संवर्द्धनमा पनि त्यतिकै गहन भूमिका निभाउँदै आएको तथ्य छर्लङ्ग छ। नेपाली समुदायहरू लगायत अन्य समुदायहरू माझ सामाजिक तथा मानवीय सेवा प्रदान र विभिन्न रचनात्मक कार्यक्रमहरूमाफत एकता गराई भाईचाराको सम्बन्ध स्थापित गर्न पनि कोशे दुङ्गाको रूपमा काम गरिरहेको छ।

शेर्पा किदुग अमेरिकाले हरेक दुई वर्षमा हुने महाधिवेशनको संघार र लोसारको शुभ अवसरमा शेर्पा किदुग स्मारिका प्रकाशन गर्दै आएको छ। यस वर्षको स्मारिकामा पनि हामीले शेर्पा किदुग अमेरिकाका गतिविधिहरू लगायत विभिन्न महत्वपूर्ण खोजमुलक लेख रचनाहरू र शुभकामना सन्देशसहित यहाँहरू समक्ष दस्तावेजको रूपमा प्रस्तुत गर्ने जमकी गरेको छौं। प्रकाशनलाई सकेसम्म त्रुटि रहित बनाउने हाम्रो प्रयासका बावजुद हुन गएका र हुन सक्ने गल्तीहरूका लागि हामी क्षमा याचना गर्दछौं।

यस स्मारिका प्रकाशनका लागि शुभकामना, विज्ञापन र अमुल्य लेख रचनाहरू उपलब्ध गराई सहयोग गर्नु हुने सम्पूर्ण महानुभाव, संघ संस्था र व्यापारिक प्रतिष्ठानहरूप्रति हादिक आभार तथा धन्यवाद प्रकट गर्दछौं।

अन्तमा, समस्त हिमाली बौद्धमागीहरूको महान चाड सा मो फाग्लो २९४६औं लोसारको पावन अवसरमा यहाँहरूको सुस्वास्थ्य, दीर्घायु र उत्तरोत्तर प्रगतिको हादिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

On behalf of the Sherpa Journal team, we wish you a joyous Losar and great health, happiness and prosperity in the New Year.

Editorial Team
Sangay Sherpa
Lhakpa Gelu Sherpa
Sonam G. Sherpa

Coordinators
Urgen Sherpa, President
Tendi Sherpa, General Secretary
Sherpa Kyidug

Published by
United Sherpa Association
4101, 75th St.
Elmhurst, NY 11373

President's Note

In the summer of 1995, under the hot sun in Central Park, a group of young Sherpa immigrants, during just-another-potluck picnic, decided to form an organization, an idea that had been bouncing around their social circle for a while. These visionary Sherpas, who would later go on to find better jobs and build families founded the United Sherpa Association or Sherpa Kyidug to strengthen our community. Throughout the years, the efforts of thousands of individual community members have strengthened Sherpa Kyidug. Sherpa Kyidug works for the community and community members work with Sherpa Kyidug.

A shining example of this work is our Losar festivities. The annual Losar party has been held every year since our inception. Like our organization, it has evolved over time. We started with a party where people could gather in one place to celebrate this biggest holiday of ours. Losar celebrations are now also happening on closed streets of Jackson Heights.

To celebrate the 2146th Losar Sherpa Kyidug is holding a day-long puja for world peace, a flag raising ceremony and hosting members of Himalayan communities. This is only possible because our Sherpa youths help set up, Lamas beautify the shrine room and people use their precious time off work to wake up early to help us prepare. Even the production of this magazine required volunteers to edit articles, layout the pages and sort out ads. We all help improve Sherpa Kyidug because we recognize that this community is ours.

This devotion to improving our community, which is demonstrated in our Losar festivities, has distinguished Sherpa Kyidug within the Nepali-American diaspora. We are present at every mayoral town hall meeting. We distribute food to homeless people in our neighborhood. We organize the biggest sports events in Nepali-American communities, which has been called mini Olympics.

A symbol of our success is our community center and temple in Jackson Heights. We achieved this without any grants but with years of fundraising. It is the first Nepali owned community building in the United States. The community center serves not only Buddhist community members but also the greater Nepali community. Our community center is a source of pride for all Nepalis in general and Sherpas in particular. Through our work, we have forged an identity of our own in the New York metropolitan area.

In order to support and enhance this identity, Sherpa Kyidug pays respect both to our traditional and emerging ways of life. We partner with the city and state governments to acknowledge our American lives: hosting the most successful IDNYC popup location, holding neighborhood cleaning campaigns, and providing information through affordable housing support and City Resource fairs. Volunteers organize these programs because we want to integrate ourselves into the melting pot of New York City. Sherpa Kyidug has created a way for us to do that while maintaining our Nepali and Sherpa heritage.

Sherpa Kyidug works to preserve our culture, language and religion. We have Nepali language classes, Sherpa language classes, Sherpa dance classes, Nepali dance classes, Meditation and Buddhist philosophy classes. These classes are run with the help of volunteers. Parent volunteers support these classes to not only introduce our culture to our our children but also to preserve it. In addition to these classes, we also promote Sherpa festivals, arts and traditional dresses. These are promoted through official events and participation of our members who show up wearing Sherpa dresses, cheer for Sherpa dances and other traditional Sherpa activities.

Most of us came to America to build a better future for ourselves and our children. Sherpa Kyidug is a platform to make that a reality. Our previously mentioned classes connect students to our culture. Our volunteer-based soccer program, United Sherpa Football Club, offers our children the opportunity to live healthier lives while creating close bonds with one another. The success of our athletic programs is because of the dedication of players and parents. Our youth wing NSSP connects the younger generation to a brighter future, thanks to the efforts of students and professionals. Our investment in our children ensures the survival of our heritage.

Community members are responsible for every notable aspect of Sherpa Kyidug. That is why my team and I would like to thank each and every member of our community on this Losar. Thank you for your continued selfless contribution. I wish you a happy and healthy new year.
Losar Tashi Deleg

Urgen Sherpa
President,
Sherpa Kyidug; United Sherpa Association



सम्पूर्ण बौद्धमार्गीहरूको महान पर्व लोशार २१४६ को शुभ अवसरमा यहाँहरूको सुस्वास्थ्य, दिर्घायु र उतरोत्तर प्रगतिको साथै विश्व शान्ति र सम्पूर्ण प्राणी जगतको काल्यणको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

हामी शेर्पा जातिहरू विश्वको जुन सुकै ठाउँमा बसेता पनि हामीले आफ्नो धर्म र संस्कृतिलाई बचाई राख्नको लागि पहल भएको देखिन्छ। आज विश्वमा जहाँ

जहाँ शेर्पाहरूको बसोबास छन त्यहाँ आफ्नो पहिचनको रूपमा रहेको धर्म संस्कृतिलाई जोगाउनकै लागि शेर्पा किदुगहरू स्थापना भएको देखिएको छ ।

अमेरिको सन्दर्भमा पनि न्यूयोर्कमा शेर्पा किदुग अमेरिका आज भन्दा पाँचवस वर्ष अगाडि स्थापना भएको हो । स्थापनाकालदेखिनै यो संस्थाले शेर्पा जातिहरूको धर्म संस्कृतिको संरक्षण र संबर्द्धनमा महत्वपूर्ण भूमिका निभाएको छ। सन २००७ मा शेर्पा किदुग अमेरिकाले न्यूयोर्कमा शेर्पाहरूको सामुहिक भवन अथवा गुम्बा निर्माण गर्नको लागि संरक्षक समितिको गठन गरिएको थियो र उक्त संरक्षक समितिको संयोजकको गहन जिम्मेवारी मलाई सुम्पेको थियो ।

संरक्षक समितिको गठनसँगै हामी संरक्षक समितिमा रहेको सदस्यहरू र सम्पूर्ण शेर्पा समुदायले आफ्नो तन मन र धन लगाई हामीले

आफ्नै भवन खरिद गर्न सफल भई हाल गुम्बा समेत निर्माण गर्न सफल भएका छौ । हाम्रो पहिचन र गौरवलाई प्रतिबिम्बित गर्न सफल हाम्रो भवन अथवा गुम्बा आज विश्वको राजधनी न्यूयोर्कमा एउटा धरोहरको रूपमा उभिएको छ ।

करिब १२ वर्ष यो संस्थाको संरक्षक समितिको संयोजकको रूपमा आफ्नै समुदायको सेवा गर्न पाउदा आफुलाई निककै भाग्यमानी ठानेको छु र यस अबधिमा मैले धेरै साथीभाईहरूसँग काम गरी आफुलेले पनि धेरै कुराहरू सिक्ने अवसर पनि पाए । हामीहरूसँग आजै पनि धेरै योजनाहरू रहेका छन ।

शेर्पा किदुगका भवनलाई विस्तार गर्ने, आफ्नै लहप्सो गर्ने ठाउँ खरिद गर्ने, शेर्पा भिलेज निर्माण गर्ने लागयत अन्य धेरै योजनाहरू छन । मेरो १२ वर्षको यो संस्थामा काम गरेको अनुभवले हामी भएको एकता, सहयोगी भावना, इमान्दारिता, लगनशिलताले गर्दा यी योजनाहरू एक दिन जसरी भए पनि पुरा हुनेछ भन्ने कुरा मलाई पूर्ण विश्वास छ ।

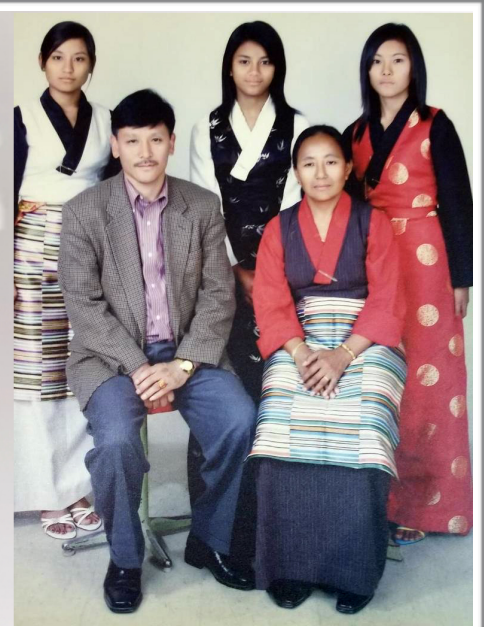
मेरो १२ वर्षको कार्यकाललाई पूर्ण रूपमा सफल बनाउन यहाँहरूले गर्नु भएको सहयोगप्रती म सधैं आभारी छु। म सँगै शेर्पा किदुगको कार्य समितिमा काम गर्नु भएका र कार्य गरी रहनु भएका सम्पूर्ण सदस्यहरू लगायत शेर्पा किदुगका सम्पूर्ण संरक्षक, अजिवन र साधारण सदस्यज्युहरूमा विशेष हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु। भविष्यमा पनि यो संस्थाको गरिमालाई उच्च राख्नको लागि आफ्नो तर्फबाट सधैं सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता जाहेर गर्दछु ।

थुची छे ।

काल्सड छोपेल
संयोजक, संरक्षक समिति
शेर्पा किदुग अमेरिका

On the auspicious occasion of Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146, we wish you and your family good health and prosperity.

- Kalsang Choephel and Family



Activities of the United Sherpa Association



Tendi Sherpa
General Secretary,
United Sherpa Association

United Sherpa Association Inc, was incorporated as a non-profit non-political corporation in accordance with New York state laws in June 1996. It is a tax-exempt charitable organization under the section 501(c)(3) of the Internal Revenue Code. The association attempts to contribute the greater mission of establishing united and prosperous Sherpa community by developing common platforms for preservation and promotion of the unique socio-cultural and linguistic heritage.

The organization encourages and facilitates for active participation of different age groups from various professional backgrounds, particularly the younger members in the community activities for creating environment to transfer the unique endemic knowledge and skills to the future generation. It also supports all the stakeholders to develop linkages, networks, and instruments for awareness, empowerment and diverse economic opportunities; and to enhance better mutual relationship with other communities.

Our Objectives:

- To create a common platform for preservation and promotion of cultural and linguistic heritage.
- To educate younger generation about culture and tradition through active participation in various community events by facilitating resources and incentives.
- To develop networks, linkages, and tools for diverse economic opportunities towards achieving greater community goals.
- To facilitate, empower, and support various disadvantaged community groups including women and children by generating and mobilizing resources; providing necessary tools, resources, and links to meet their need of common interests.

- To enhance better mutual cooperation and relationship with other communities and organizations.

Our Activities:

Cultural Events: The United Sherpa Association Inc, has been playing pivotal role in cultural preservation and promotion efforts since its conceptualization in New York in early 1996. The association provides a common platform and facilitates to organize and celebrate most of the cultural events. The association also organize a particular event more effectively and efficiently by foaming committee necessarily .



Educational Support: United Sherpa Association Inc. has been encouraging and supporting young students to achieve their goals since its establishment. We encourage parents and guardians to provide proper guidance and environment for the better future of their children.

The association has been providing necessary resources to the Network of Sherpa Students and Professionals (NSSP) in order to develop and implement education, youth, and volunteer related programs.

Scholarship Program: The United Sherpa Association has established a separate fund for scholarship in order to support the most diligent students who are in desperate need of resources to fulfill their educational goals. Four very talented students from Nepal have been able to continue their higher education with the help of the scholarship since 2016.

Volunteer program: The United Sherpa Association depends on its members and volunteers from various socio-economic and professional backgrounds to develop and implement educational programs. We highly value the time, effort, and enthusiasm of our volunteers.

We welcome any interested individuals for voluntary service.



United Sherpa Football Club: The United Sherpa Football Club (USFC) was established in 2012 with a mission “to unite the Himalayan communities, and build strength and friendship among them”. Its motto is “Unity, Strength, and Friendship for the community”.

Sports Development: The United Sherpa Association Inc. (Sherpa Kyidug) strongly believes in the roles and responsibilities of youth for the overall future of the community. We have been organizing training sessions and various sports events for youths in New York since 1998.



Our main objective of the Annual Sports event is to bring youth together and encourage them in various sports and boost their hidden talents. We recognize that sports and other youth related events are effective programs to motivate and encourage the younger generation to participate in community activities, creating an opportune environment to learn about our unique cultural heritage.



The sport events have been expanding into different groups and games. Currently, there are separate teams for United Sherpa Football Club (USFC), United Sherpa Women Soccer (USWS), United Golf Team, Volleyball, and Basketball teams. The United Sherpa Association Inc. coordinates all the sports teams and events. However, separate management teams have been formed to organize training sessions, tournaments, and other events independently. The organization has following team and groups for the sports development.

The club has more than 100 players ages ranging from 5 to 16, and is open to all Himalayan communities. USFC is affiliated with the United Sherpa Association but is independently managed by volunteers and professionals. Apart from training sessions and practices on Friday evenings, and Sunday mornings, USFC also participates in leagues and tournaments. The club's has been participating in the Metrokids IRSL league has been achieved remarkable results. Our U9, U13, and U15 were second, third, and fourth



respectively in their categories. The club has been also participated in Queens Soccer Foundation indoor league. Our team was the champion of the various indoor league. The club has made huge achievements within a short period of time because of the tremendous hard work of the coaches, volunteers, players, parents and the management team.



The club has been participating in Metrokids IRSL spring league in 5 different categories (U7, U9, U11, U13, and U15). USFC is also looking for other competitive leagues to participate and hope for continued support from the community to achieve more successes in the future.



The Association included Soccer in its Annual Sports event since 2007, in response to the increasing number of youth interested in the soccer game. Many clubs within the Sherpa community and teams from Bhutanese, Tibetan and other Himalayan communities also have been participating in the Soccer tournaments.



United Volleyball Team: The sports event was conceptualized as a potluck picnic in New York in 1998. Volleyball was the first game organized by the association. Since then the Association has been organizing volleyball tournaments among different community groups and clubs. The annual volleyball tournament is one of the major sport events among the Nepali communities in USA particularly in the east coast with attractive prizes and medals.



United Sherpa Golf Club: The United Sherpa Association has been participating and organizing golf tournament since 2007. The association has organized the Tibet Open, Himalayan Golf, Bhutanese Golf, ANA Golf and Gimin Golf tournaments so far.



United Basketball Team: The Association included Basketball in its Annual Sports event in 2013. Many teams from different communities in New York and surrounding states have been participating in the basketball tournament. The Association has also participated in different basketball tournaments



organized by other communities, associations, and clubs.

A dedicated team of professionals and volunteers under the coordination of the executive committee has been conducting the training sessions and organizing events and tournaments every year.



The sub-committee organizes indoor training sessions in the winter and during summer they have been playing in public parks.

United Sherpa Women Soccer Group: United Sherpa Women Soccer Group was formed in late 2016. Within the short period of time, in addition to their involvement in sports, the group has participated in many community activities. The group encourages and unites Sherpa women and youths, and has participated in friendly games organized by United Sherpa Association Inc. since 2016.



Neighborhood Clean: The United Sherpa Association has organized neighborhood street clean program every year collaborating with City Council Member Daniel Dromm office in neighborhood.

NYPD 5K Walk/Run: The United Sherpa Association Inc. has been participating and collaborating with the different programs organized by various organization including NYC Mayor's office, NYPD, UN, and other organizations. Considerable number of our members, volunteers and other community members actively

participated in the 5K Walk/Run organized by the Police Department of New York city in June, 2017.



Disaster Relief: The United Sherpa Association has been responding major natural disasters, and calamities particularly in the remote and poor communities particularly in developing countries. As a charity organization, humanitarian efforts have always been the top most priority.



The association had immediately responded the massive earthquake in Nepal in 2015 by raising more than \$138K for the relief fund. The association also collaborated with NYC Mayor fund and raised certain fund for Haiti Earthquake victims in February 2011 and relief fund for the victims of Everest disaster in 2012.

Blood Donation: United Sherpa Association has been organizing blood donation program every year collaborating with American Red Cross and New York bl

Free Community Health Check up: United Sherpa Association has been organizing free health screening program every years for its members and others. The organization has collaborating with NYU and Bellevue Medical center and Nepalese Nurse Association.



Nepali Language Class: United Sherpa Association has been offering Nepali language class for children every Saturday. More then three dozens of children are learning Nepali language. The organization is providing free Nepali Dance class after the language class.



Sherpa Language Class: The organization has offering Sherpa Language class every Friday. More then two dozens of children are learning Sherpa Languages.



Religious Functions: The United Sherpa Association has been facilitating and supporting to organize various religious functions.



Tshyothul Tuchen: It is one of the important days in Mahayana Buddhism. It is the day of Buddha's first turning of Dharma wheel and starting of his first teaching. It is celebrated on the 4th day of 6th month according to Tibetan Lunar Calendar –it usually falls in the month of August. This auspicious day is also known as Tukpa Tsheshyi.

Lhapap Tuchen: It is celebrated for the Buddha's descend from heaven on the earth. It is one of the four great holy days in Mahayana Buddhism. It occurs on the 22nd day of the ninth month according to Lunar Calendar –usually falls in the third week of November in Western Calendar. The event is observed by organizing a special service at the community center and monasteries.

Tshyokor Tuchen: It is one of the important days in Mahayana Buddhism. It is the day of Buddha's first turning of Dharma wheel and starting of his first teaching. It is celebrated on the 4th day of 6th month according to Tibetan Lunar Calendar –it usually falls in the month of August. This auspicious day is also known as Tukpa Tsheshyi.

Sakadawa: It is one of very auspicious days for the Buddhist communities. It is also known as Festivals of Vainshakha or Sakadawa (Sagadawa). This day is important for three most significant events in Buddha's life—the birth, enlightenment, and demise (Mahaparinirvana) — were achieved on the same day. Therefore, the Buddha Jayanti (Birthday) is observed on the same day.

From the 1st to 15th day of the 4th month is considered very important period in Buddhism. The most memorable day in Buddhism falls on 15th day (The full-moon day) of the 4th month in Tibetan Lunar Calendar—it usually occurs during the month of May.

The different Buddhist communities including Sherpa observe especial event on this remarkable day. The organization is actively participating the celebration of Vesak Day organized by different nations at the United Nation's headquarter every year.

Thoma: It is a special service observed on every 25th day of each month in Tibetan Calendar. This service is observed as the birthday of Khandoma (Dakini). Pray services are held at monasteries or community centers on this day.

Tshechyu: Tshechyu means the 10th day of every month in the Lunar Calendar. It is the birthday of Gururinpoche who was born on 10th day of 5th month. This day is very important because Gururinpoche had committed to give teachings to the followers on every 10th day of each month. Special service (Pooja) is observed on this day at the community center. Interested individuals and families can take turns to organize this service.

Empowerment & Awareness: United Sherpa Association always encourage emphasize for active participation of women in all of its events and programs. The sub-committee formed for Women Empowerment and Awareness has been organizing related to Women, Empowerment, and health and education awareness.

NYC Affordable Housing: United Sherpa Association is a official Housing Ambassador. The organization has been organized various workshop event for the NYC affordable housing project and assisting about the affordable housing application process, and providing information.

IDNYC: Mayor's Office of Immigrant Affairs (MOIA) is opened up an IDNYC pop-up enrollment site at the United Sherpa Association's headquarters in Woodside. Tibetan and Nepalese language were offered for the first time in the application form.

The United Sherpa Association has joined Councilman Daniel Dromm, MOIA, the Himalayan Elders Project, Adhikaar, the Tibetan Service Center and the Tibetan Community of New York and New Jersey for the announcement.



Town Hall meeting and Immigration Issues: United Sherpa Association has been participating various town hall meeting organized by New York city and organized various awareness program about immigration and right and responsibility collaborating with city official and community leaders.



Our Plan:

We have plan of upgrading the capacity of the current community center to provide better service to the rapidly growing population of the immigrant communities in the New York and surrounding area. The upgraded facility located at a very convenient place will benefit more than 100,000 immigrants living in the region annually. The community standing in a unique architecture will be an attractions in the area. The center will be available for any community events, cultural functions and services, seminar and workshops, and meditation for senior citizens.



We will be developing the community center as a himalayan community resource center. The resource center will consists of a himalayan community library, cultural section, and seminar place. All the himalayan communities will be benefited from the resource center in particular and will be a information center for other people.

The association has a plan in place to create online databank, documentation, and publication on history, culture, language, and socio-economic aspects of the Sherpa community. The plan includes documentation of all the available print, audio-visual materials.

The association has a long term plan of establishing a himalayan village in a suitable location in upstate New York. The concept of establishing the village will have a multi dimensional impact not only in preservation and promotion of indigenous communities' cultural heritage, but also to establish united and prosperous immigrant communities. Based on this future plan, we are in the process of owning land site in a suitable location. The site will be a public gathering place to celebrate festivals and functions, summer camping area for younger generation, and a place for meditation and recreation for senior citizens.

In addition to its regular programs, the association is looking for resources and opportunities to extend the educational support program.

Our Achievements

United Sherpa Association owns a community center (Sherpa Kyidug) located at 41-01 75th ST, Elmhurst NY-11373 by collecting donations and members' contribution. The registration shows 42,638 participants from more than 16 different communities have utilized the facility for various events organized only in 2014 and 2015. Currently we have about 200 trustee, 233 life time, and about 100 general members.



A Cultural Center (Rigshyung Lapta) established by the association in 2008 has been able to put together the rare cultural and religious festivals, the way they have been celebrating in remote Himalayan villages for centuries. The center has been conducting classes on culture, language, and music for various age groups on weekends. The facility is available for other community activities during weekdays.

Our Youth Sports have been very effective media to educate the younger generation on cultural knowledge and skills beside their physical, mental and social development. The association has been running training sessions and annual sport events since 1998. More than 500 youths from different communities in Tri-state region and teams from other states have been participating in various sports tournaments organized by the association every year.

The association has established Scholarship Fund with seed money for higher education to the most deserving candidates from the disadvantaged communities. Four students were able to continue their higher education with the scholarship since 2016.

We have been facilitating and supporting different communities to organize various cultural functions; seminars on relevant issues; delegations to different organizations including United Nations; blood donations; and senior citizen activities.

The association has been actively responding to the natural disasters and supported many initiatives for humanitarian causes such as NYC Mayor's Fund for Haiti Earthquake Relief-2010; Nepal Earthquake Relief Fund-2015; Everest Disaster Relief Fund-2012 etc. The association has collected more than \$138000.00 for the Nepal earthquake relief and distributed relief materials to the victims of the massive earthquake.

Lately the association have initiated for cooperation with the New York City Council, Mayor's office, and other organizations. The association was able to collaborate with the NYC council to set up and host a pop-up center at United Sherpa Association's cultural center located at 41-58, 73rd Street Woodside, NY 11377 for the distribution of IDNYC. The IDNYC was distributed from this center from 31st May till 8th of June 2017. Targeting the local indigenous communities, IDNYC forms were also made available both in Nepali and Tibetan languages.

Our Bodies:

Sherpa Cultural School(Sherwi Rigsyung Lopta)

Sherpa language and culture is deeply rooted in its religion and livelihood. The Sherpa Kyidug has been playing significant role in preservation and promotion of the vast cultural heritage by providing a common platform for the community. With the growing number of Sherpa community in United States of America, particularly in the east coast, Sherwi Rishyung Lapta (Sherpa Culture Center) was conceptualized in November 2009 in New York with an aim of dispelling the ignorance in the community.



The Sherpa community is fortunate to have Lopen Gyurme Chodak, the former professor at Namdroling Buddhist University in India, as the main Guru at the Lapta. Tulku Urgen Rinpoche and other scholars have been giving teachings on various aspects of Buddha's teachings during various occasions at the Lapta. Time and again, many other Rinpoches have given important teachings to the community.



A team of dedicated volunteers under the coordination of executive committee member Mrs. Rinji Sherpa has been organizing the classes and related events at the center. Various types of religious and cultural teachings and classes are held at the center. The association has rented a separate facility for the Lapta close to its' main community center located at 41-01 75th ST, Elmhurst, NY-11373. Classes are conducted on every weekend at the Lapta located at 41-58 73rd ST, Woodside NY-11377. More than 70 students have been attending class on every Sunday and about 50 students on Saturday. Many of the students are now qualified to perform high level tantrik practices. They are recognized their completion of courses empowered by initiation, reading transmission and explanation from qualified teachers of the lineage. Therefore, Sherwi Rigshyung Lapta has been playing significant role in producing qualified individuals who can give proper guidance to the community.



United Sherpa Association is participating Nepal Day Parade 2017 in New York city.

The Lopta has been producing necessary textbooks and audio-visual materials for the class on its own. The school has published 12 various booklets, and different CDs and DVDs so far.

United Sherpa Football Club

The USFC stands for United Sherpa Football Club. The club was established by Mr. Chhiring Namgyal Sherpa and Mr. Sangbo Sherpa in New York in 2012 with a mission “to unite the Himalayan communities, and build strength and friendship among them”. Its motto is “Unity, Strength, and Friendship for the community”.



The club has more than 100 players ages ranging from 5 to 16. USFC is a soccer club affiliated to United Sherpa Association but independently managed by volunteers and professionals. USFC is open to all the Himalayan communities and doesn't discriminate anyone. Apart from training sessions and practices on Friday evenings, and Sunday mornings, USFC also participates in leagues and tournaments. The club has participated in Metrokids IRSL league in fall 2016 and achieved remarkable result. Our U9, U13, and U15 were second, third, and fourth respectively in their categories. The club also participated in Queens Soccer Foundation indoor league 2017. Our U12 team was champion of indoor league 2017. The club has made huge achievements within a short period of time. The credit goes to the coaches, volunteers, players, parents and the management team.

The club is participating in Metrokids IRSL spring league 2017 in 5 different categories (U7, U9, U11, U13, and U15). USFC is also looking for other competitive leagues to participate and hope for continued support from the community to achieve more successes in the future.

Network of Professional Drivers

As its name suggests, Network of Professional Drivers is a closer network of Sherpa professional drivers formed in 2012 in New York and affiliated to United Sherpa Association Inc. The mission of this network is sharing ideas, skills, resources among the professional drivers for better preparing for the challenging and competitive world. Social welfare is one of the main objectives of the network. Any professional drivers in USA are encouraged to join the network.

The network organizes fund raising activities in order to support the planned activities of the association. The committee has been very effective in responding any unexpected casualties to any or any natural disaster in the community. The NPD has been organizing fund raising activities, awareness and information sharing workshops at least once a year since its establishment.

The association has formed a sub-committee for developing and implementing program related to the network. The sub-committee is responsible for developing tools and linkages for greater benefit of the core members in particular, and all the communities in general.

Network of Sherpa Students & Professionals

The Network of Sherpa Students and Professionals (NSSP) is a volunteer organization that strives to build a strong community among Sherpa students, graduates and professionals through regular social, professional, educational, and cultural activities.



HWPL and United Sherpa Association

HWPL is an international peace organization with consultative status with the Economic and Social Council of the United Nations. It was HWPL Chairman's vision, Mr. Man Hee Lee, who is also a Korean War veteran, to dedicate his life for the purpose of achieving peace, not just for the divided country of Korea, but achieving global harmony all across the world. The Declaration of World Peace initiated in 2013 where HWPL's peace activities has mobilized over 700,000 volunteers in almost 170 countries to work with all sectors of society for the promotion of inclusive and sustainable peace.

With peace and respect for life as its core values, HWPL transcends culture, ideology, religion and other boundaries to achieve harmony in the global society. HWPL is committed to bringing world peace and cessation of war through the establishment of an enforceable law compatible with the Declaration of Peace and Cessation of War (DPCW) and the World Alliance of Religions' Peace (WARP) Offices.

In the late 2017, HWPL began working with the United Sherpa Association, a non-profit non-political organization committed in preserving and promoting its rich culture heritage along with spreading it with others with open arms. Birth the culture of peace as one of their main interests, this was the first up of the United Sherpa Association working with HWPL through attending the warp office round table discussions. With much participation and with the goal of protecting those with

different cultural and religious identities in New York, our two organizations have able to work together since 2017.

With the support of President Urgen Sherpa and General Secretary Tendi Sherpa, the relationships between the two organizations have been able to flourish. It was on May 30, 2018, they co-hosted **Combating Intolerance and Forced Conversion of Religion at the United Nations**. Numerous cultural and religious organizations made agreements to work together for peace. HWPL Chairman Man Hee Lee signed peace agreements to end coercive conversion. President Urgen Sherpa also signed this agreement and has been dedicated since that day to work on creating peace together with HWPL all around the world. There is much anticipation of the work they will continue to do together to shine light and spread the culture of peace.





**United Sherpa Association
Activities (Sports):**

Sports are a wonderful way of making friendships. Each year United Sherpa Association hosts Soccer, Volleyball, Basketball, Golf and various other tournaments in three separate occasions to accommodate as many Nepalese and Himalayan

community athletes as possible. Around 36 golfers participated in our Annual Golf Tournament on June 16th, 2018. Twenty-seven Soccer teams and ten volleyball teams participated in our 22nd annual sports event on Sept 1st & 2nd, 2018. And eight teams locked horns in our Annual Basketball tournament on December 22nd and 23rd, 2018. Over six hundred adult and student athletes showed their skills, athleticism and sportsmanship and won our hearts in our sporting events this year. Which makes it, the biggest sporting event hosted by a Nepalese organization outside of Nepal. United Sherpa Association will continue to organize even bigger and better sporting events in the future.

United Sherpa Football Club

The USFC stands for United Sherpa Football Club. The club was established by Mr. Chhiring Namgyal Sherpa and Mr. Sangbo Sherpa in New York in 2012 with a mission “to unite the Himalayan communities, help motivate players to improve and maintain their health, and avoid risky behaviors”. Our motto is “Unity, Strength, and Friendship for the community”.

The club has more than 150 players ages ranging from 5 to 16. USFC is a soccer club affiliated to United Sherpa Association but independently managed by volunteers and coached by professionals. USFC is open to all the Himalayan communities and doesn't discriminate anyone. Apart from training sessions and practices on Friday, Saturday and Sunday, USFC also participates in leagues and tournaments. The club has participated in Metrokids IRSL league in fall 2016 and achieved remarkable result. Our U9, U13, and U15 were second, third, and fourth respectively in their categories. The club also participated in Queens Soccer Foundation indoor league 2017. Our U12 team was champion of indoor league 2017. The club has achieved remarkable success within a short period of time.

United Sherpa Football Club participated in Metrokids IRSL spring league 2017 in 5 different categories (U9, U11, U13, U15 and U17). Under 9 and under 13 were crowned champions and Under 15 finished 3rd. Last year our USFC U17, U15 and U13 teams were runners up, U11 team was 3rd and U9 and U8 teams finished fourth in the league. USFC is also looking for other competitive leagues to participate and hope for continued support from the community to achieve more successes in the future.

Management Team

- Mr. Chhiring Namgyal and Mr. Sangbo Sherpa
- Mr. Tsering Gyaltzen Sherpa
- Mr. Chhapale Sherpa
- Bimala Sherpa
- Chhapale Sherpa
- Pemba Gyaltzen Sherpa
- Karma Sherpa
- Dawa Sherpa

Volunteers:

- Phurnyima Sherpa
- Sangay Sherpa

United Sherpa Football Club with it's incredibly dedicated volunteers, coaches, parents and the committed players, is the most successful program run by Untied Sherpa Association Inc. It has played a vital role in bringing our community together.

As I reflect on the achievements of our club over the past three years, I'm struck by an enormous sense of pride. Our players have shown enthusiasm, vigor and steadfast determination that defines the club and set the bar incredibly high.

As ever, our players have surpassed every expectation. They are an inspiration to us all and have my eternal gratitude. As they progress ahead on the upward trajectories of their career paths, the qualities and determination they have displayed in abundance will continue to drive them ever forward. It's been an honor and a privilege to be part of United Sherpa Football Club and witness the positive growth of these amazing players.

On behalf of our management team, I would again like to thank all the players, volunteers and their families and wish you all an excellent 2019. Losar Tashi Delek!

-Sangay Sherpa



ADDITIONAL KYIDUG ACTIVITIES

1. DONATION

United Sherpa Association donated NRS: 123,970.00 (One Hundred Twenty Three Thousand Nine Hundred and Seventy) to Nepal Deprived Women and Children Upliftment Center, a humanitarian organization in Nepal. The Center takes care of orphans who lost their parents during the Maoist insurgency. The amount was collected in presence of Mr. Rajan Bishowkarma, chairman, of the center during his visit to the USA in 2017. United Sherpa Association honored Mr. Biswokarma in the presence of World-renowned Female Master Jetsun Khandro Rinpoche.

Furba Sherpa, the coordinator of Sporting Committee of United Sherpa Association, handed over the collected funds to the center in Kathmandu.

2. DONATIONS TO DOLMA SHERPA:

United Sherpa Association donated NRS: 507,000.00 (Five Hundred Seven Thousand) to Dolma Sherpa, a resident of Sindhupalchok who had returned from Kuwait after ten years of imprisonment wrongly accused of killing her co-worker. Phuli Sherpa, Executive Member of United Sherpa Association offered the amount to Dolma at a program organized by Sherpa Service Center, in Kathmandu.

Dolma had arrived in Dubai in 2005. She was working as a housemaid when she was detained by police in charge of murder. Kuwaiti court decided to give her death penalty. Dolma was able to return home alive due to campaign by several organizations to save her life.

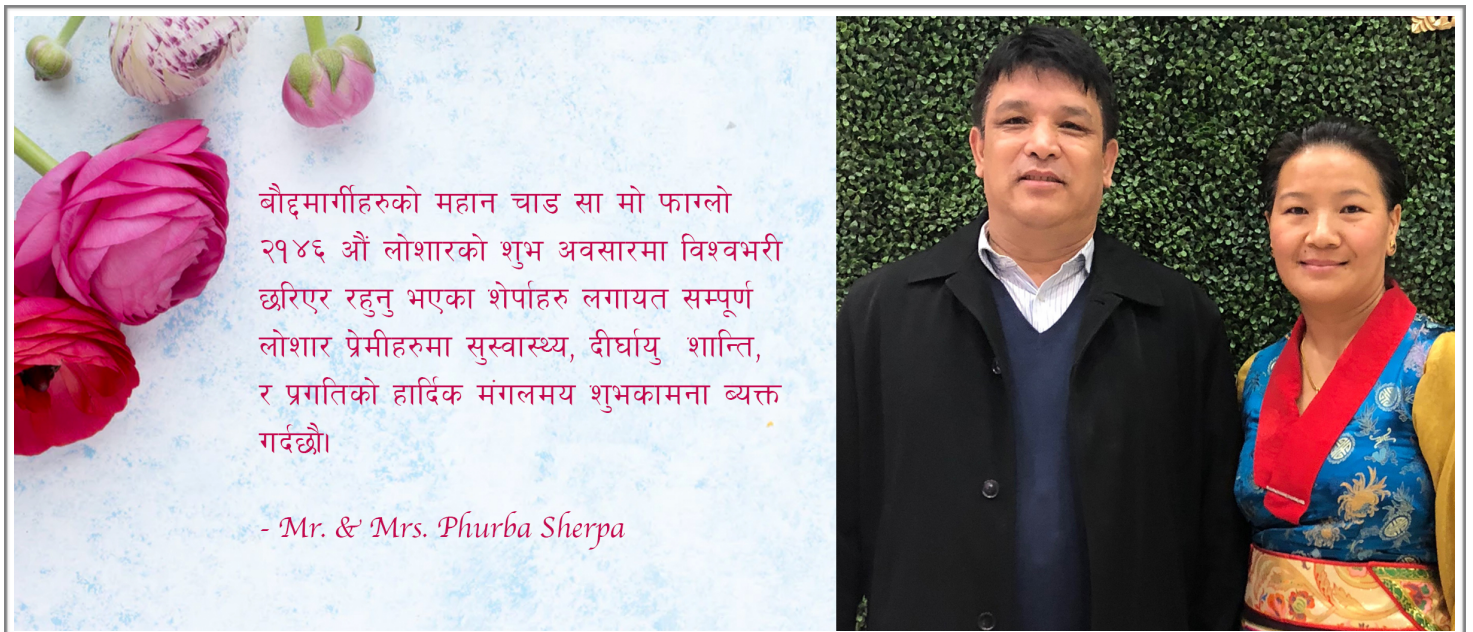
3. IDNYC:

United Sherpa Association hosted IDNYC pop up location. IDNYC is a free ID card distributed to New York City residents, regardless of Immigration status. You can use the card to enter all City buildings, such as schools, and access City services. You can also use it to apply for jobs, when submitted with proof of work authorization. Police officers will accept the IDNYC card as valid identification. This is important because if you do not have identification with an address, in instances where you would otherwise be issued summons, the police officer will bring you into the police station instead.

You will also be able to use your IDNYC card as a library card. You can even use your IDNYC card to open a bank account at certain financial institutions. There is also a package of benefits including free memberships to 40 cultural institutions and discounts on prescription drugs, movie tickets, sporting events, health and fitness clubs, New York City attractions, grocery store, and much more.

4. NEPALESE-AMERICAN HERO AWARD:

United Sherpa Association has been distributing "American Hero Award" since 2018. The award is given to an outstanding Nepali-American personality who has made a remarkable contribution to the community welfare. For 2017, this prestigious award was given to Shailesh Shrestha. This award is given to promote and inspire the people to engage in community welfare.



༎ ལོ་གསར་ངོས་འཛིན་དང་སྲུང་བཅི་ལྷ་ཚུལ།

ལོ་གསར་ནི། རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚོས་ཚུགས་དང་དམངས་ཁྲོད་གཉིས་ཀར་དར་ཁྱབ་ཆེ་བའི་དུས་རྒྱུན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན། དེ་ལ་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་ལྷ་བ་སྲ་ཕྱིའི་ངོས་འཛིན་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་མ་གཏོགས། སྲུང་བཅི་ལྷ་ཚུལ་གྱི་ཕྱེད་སློའ་ལག་ ལ་བྱང་པར་ཆེར་མི་སྣང་། འདིར་དེ་མ་ལ་ཡའི་མི་རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་ཤར་པ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་གསར་བཅི་ཚུལ་ཡང་། སོ་ནམ་ལོ་ གསར་དང་། རྒྱལ་པོ་ལོ་གསར་ཞེས་རིམ་པ་གཉིས་ཡོད།

༎ ལོ་གསར་ཐོག་མར་བྱུང་ཚུལ།

ལོ་གསར་བཅི་ཚུལ་ལ། ལྷ་བ་སྲ་ཕྱིའི་ངོས་འཛིན་དང་འཐད་ཚུགས་གང་ཡིན་སྐོར་ཚོད་སྲུང་མང་ཡང་། འདིར་སྲ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལག་ལ་ ཕྱི་མིག་གཅིག་བལྟས་ཏེ་ཚུང་ཟད་ཅིག་



ལྷས་ན། ད་ལྟའི་ལོ་གསར་ལག་གི་བྱང་པར་རྣམས་སློན་དུས་ཤོད་བཅོན་པོའི་སྐབས་ནས་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་དེར་སང་གསར་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་མིན། དེ་ཡང་སློན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱབ་དག་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། ཐོག་མར་ལོ་གསར་གྱི་དུས་རྒྱུན་དེ་ཉིད་བོད་རྒྱལ་དགུ་པ་སྟེ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་སྐབས་ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅོན་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་ས་སྟོ་ལའི་ལྷལ་དུ་ལམ་བུའི་མེ་རྟོག་བཞུགས་དང་སྐྱབས་དཔྱིད་ཀའི་དུས་རྒྱུན་ཞིག་དབུ་བཅུགས་པ་ནས་དར་བར་བཞུགས་པ་དང་། དེ་ནས་ཡུལ་ལྷང་སོ་སོའི་ས་ཆའི་གནས་བབས་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ལོ་གསར་གྱི་ངོས་འཛིན་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་བརྒྱུད་ཅམ་བྱུང་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། གཙོ་ཆེ་བ་བཞི་བྱུང་བ་ནི།

༎ རྒྱང་པོ་ཀོང་པོའི་ལོ་གསར།

བོད་རྒྱལ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ ལ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མཚན་ནི། སློན་ཀོང་པོའི་ཚུགས་སུ་དམག་གི་ཉེན་ལ་ལྷགས་ཤིང་། དེ་ཉིད་སློག་ བབས་སུ་ཀོང་པོའི་རྒྱལ་པོ་ཨ་ཀྱ་ཞེས་པས།



གལ་ཏེ་ལོ་གསར་དེ་ཉིད་དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་བསྐྱབས་བསྐྱེད་ན་དམག་ལ་འགོ་རྒྱ་ཕྱི་དྲགས་པ་དང་། ལོ་གསར་མ་བཟང་ན་དམག་མི་ཚོས་སློའ་ལ་མི་ཚོམ་པར་བརྟེན། རྒྱལ་པོས། རྒྱུད་ཚོས་ལོ་གསར་སྲ་ལུར་ བྱས་ཏེ་སློན་ལ་བཟང་ན་འབྲིག་ཅེས་བཀའ་གནང་བར་བརྟེན་བོད་རྒྱལ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ ལ་སྲུང་བཅི་ལྷས་རྗེས་དམག་ལ་ཆས་པ་དང་། རྒྱལ་ཁ་ལོན་པ་བྱུང་། དེ་ནས་བརྒྱུད་ཉེན་འབྲེལ་བཟང་པོར་བཅེས་ཏེ་བོད་རྒྱལ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ རང་ལོ་གསར་བཅི་སློའ་བྱུང་བ་ཡིན་ འདུག

༎ རྒྱལ་པོ་མངའ་རིའི་ལོ་གསར།

བོད་རྒྱལ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ ལ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མཚན་ནི། རྒྱལ་ཚེས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་ལོ་ལོ་ཐོག་མ་གྱི་བ་སྟེ། །རྒྱ་བའི་ཐོག་མ་ ལྷག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་ནག་ཚེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟག་རྒྱ་བ་སྟེ་བོད་རྒྱལ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ ལ་སྲུང་བཅི་ལྷ་གི་ ཡོད་པ་དང་། འདི་ཉིད་གཞིས་ཚེ་སོགས་སྟོད་མངའ་རིའི་ལྷལ་དུ་དར་ཁྱབ་ཆེ་བར་བརྟེན་མངའ་རིའི་ལོ་གསར་ཞེས་པའི་མིང་ཐོགས་པ་ ཡིན་འདུག མཁས་པ་ལ་ལས། སློན་ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅོན་སྐམ་པོའི་དུས་རྒྱུ་བཟང་ཀོང་ཚོའི་རྒྱ་ཚེས་རྟེང་མའི་ལུགས་ལ་བོད་རྒྱལ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ ལ་ལོ་འགོ་བཅེ་བར་གསུངས་པས། ལོ་གསར་ཡང་རྒྱ་བ་དེར་གཏོང་བ་གོར་མ་ཆག་འགའ་རེའི་འདི་ལ་སྟོད་ལ་ལོ་གསར་ཞེས་པའི་མིང་འདོགས་ཀྱང་གནང་གི་འདུག གང་ལྟར་དེར་སང་སྟོད་མངའ་རིས་སྟེ་མེད་ཚོར་ སོགས་དང་། ལམས་མི་ཉག་ འབྲུག་ འབྲས་སྟོངས། ལ་དྲགས། ལྷ་ལྷ། བལ་པོའི་རྒྱ་རུང་མི་རིགས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ལོ་གསར་དེ་ ལྷ་བ་འདིར་བཅི་བཞིན་ཡོད་འདུག



། །གསུམ་པ་སོ་ནམ་ལོ་གསར། །

བོད་ལྗེ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ ལ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མཚན་ནི། ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་གསར་
 ཉེ། ས་ཁུལ་ཁག་གསལ་བོད་ལྗེ་དང་ལོ་གསར་ བ་དང་ཞིང་ལས་འགོ་ཚུགས་རན་པར་བརྟེན་
 དུས་ཚོད་ཀྱི་གནས་བབས་དང་བསྐྱེད་ཉེ་བོད་ལྗེ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ ལ་སྲུང་བཅི་ལྷ་གི་ཡོད་
 འདུག མཁས་པ་འགའ་ཤས་ཀྱིས། རྫོན་དུས་རྒྱ་ནག་གི་ཞིང་ལས་འགོ་ཚུགས་པ་དང་དུས་
 མཉམ་པར་བརྟེན་ལྗེ་བ་འདྲིར་སྲུང་བཅིས་ ལྷོ་པ་རེད་ཅེས་དང་། དུས་རབས་རྒྱད་པའི་
 བར་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་གིས་གཏོང་བའི་ལོ་གསར་དེ་ཡང་སོ་ནམ་ལོ་གསར་འདྲི་ཉིད་ ཡིན་
 ཞེས་ངོས་འཛིན་གནང་གི་འདུག གང་ལྟར་དུ་ལྷའི་ཚར་བོད་ཨམ་མཛོད་དང་། གཅོད་ལུལ་
 གསལ་ཆེ་བ། བལ་ཡུལ་ནང་རྟ་དམག་ དང་། ཡོལ་མོ། སྤ་ཁུམས་པ། གར་ཁུམས་བྱ་བ་བཅས་
 ཀྱིས་སོ་ནམ་ལོ་གསར་རང་བཅི་བཞིན་རེད་འདུག

། །བཞི་པ་རྒྱལ་པོ་ལོ་གསར། །

བོད་ལྗེ་ ༡ ཚེས་ ༡ ལ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མཚན་ནི། མཁས་པ་ཁག་ཅིག་གིས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ན། ལྷོ་བོད་ལྗེ་ལོ་གསར་ལོ་གསར་ལོ་གསར་ ལྷོ་བོད་ལྗེ་ལོ་གསར་ ལོ་
 གསར་ཞེས་པའི་སྲོལ་དར་བ་དེ་དག་བོད་ཁྲི་སྲོང་བཅུ་གསུམ་དུ་གཏོགས་པ་ཆང་མས་ ལོ་
 གསར་གཏོང་སྲོལ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་བྱུང་ཡོད། ཅེས་དང་། དེ་བཞིན་ཅིས་པ་
 དག་གིས་ཀྱང་མཚུ་ལྗེ་བ་དེ་ཉིད་བོད་ལྗེ་ དང་ཡོར་བཅིས་ཉེ་ལོ་ལོ་ལོ་གསར་སྲོལ་གནང་བ་
 བཞིན་གཞུང་དམངས་གཉིས་ཀྱིས་ཆང་མར་བསྐྱེད་སྲོལ་གསར་ཡང་ལྗེ་བ་འདྲིར་སྲུང་
 བཅི་ལྷ་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཚོས་ ༡ ལ་གཏོག་ལག་ཁང་དང་སྤ་ཆེན་ལག་གི་མངའ་ལག་ཚོ་
 བོར་བྱེད་པར་བརྟེན་ཚོས་ ༡ ལ་སྤ་མའི་ལོ་ གསར་ཞེས་དང་། ཚོས་ ༡ ལ་རྒྱལ་སྲོན་དང་
 གཞུང་འབྲེལ་ལས་བྱེད་ལག་མངའ་འཕྲད་གཅོ་བོར་བྱེད་པར་བརྟེན་རྒྱལ་པོ་ལོ་གསར་
 ཞེས་དང་། ཚོས་ ༡ ལ་སྲུང་མའི་འཕྲིན་བཅོལ་དང་རྒྱུད་དར་འཕྲུར་བ་སོགས་བསང་
 གསོལ་གཅོ་བོར་བྱེད་པར་བརྟེན་ཚོས་སྲོང་ ལོ་གསར་ཞེས་པའི་ཐ་སྲུང་ཀྱང་བྱུང་འདུག

༥ ཡང་འགའ་ཤས་ཀྱིས། རྒྱལ་པོ་ལོ་གསར་འདྲི་ཉིད་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་དབུ་བརྟེས་པ་
 བས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་བཞེད་མཁན་ཡང་ འདུག ༥ ཡང་དགག་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན།
 ལ་ཅིག་གིས། རྫོན་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་སོག་པོ་དང་མི་ཉག་འབྲུགས་སྐབས་སོག་ པོས་མི་
 ཉག་རྒྱལ་པོ་བསང་ཅིང་རྒྱལ་ཁོལ་པའི་བྱ་དགར་སྤོ་སྤོད་བཏང་བའི་དུས་ཡིན་པས་རང་
 རེ་རྣམས་ལྱང་ན་ལུ་ཞེས་པ་ལས། དགའ་སྤོལ་འཕྲུག་འོས་པ་མིན་ཞེས་ལོ་གསར་བཅི་ཚུལ་
 འདྲིར་དགག་པ་གནང་མཁན་ཡང་འདུག གང་ལྟར་དེ་སང་བོད་དུས་ པ་གསལ་ཆེ་བ་

དང་། རྒྱལ་བཞུགས་གཞུང་དམངས་པལ་ཆེ་བས་རྒྱ་བ་འདྲིར་ལོ་ལོ་འཛིན་ཅིང་ལོ་
 གསར་གཏོང་བཞིན་པ་དང་། ལྷོ་བོད་ལོ་གསར་ཡང་དུས་མཚུངས་སུ་འཁེལ་གྱི་
 ཡོད་འདུག

། །ཤར་པའི་ལོ་གསར་བཅི་ཚུལ། །

རྒྱུར་བོད་ཀྱི་རྫོང་དྲིང་རི་ཕྱོགས་དང་ཁུམས་བྱ་གཉིས་ས་ཐག་ཉེ་བ་མ་ཟད། གནམ་གཤིས་
 འཕྲུར་རྟོག་དང་ཆ་གྲང་གི་འཕེལ་འཕྲིད། འཚོ་བ་སྐྱེལ་ཐབས་དང་། ཚས་གོས། གཞུས་
 ཞབས་སྤོ། སོ་ནམ་ཞིང་ལས་སོགས་པལ་ཆེར་མཐུན་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་འཛིན་རྟེན་ ལྷགས་
 ཀྱི་གཉེན་སྲིད་དང་། ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་རིམ་པ་སོགས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཡང་ལྷགས་
 ཆེར་བྱུང་བར་བརྟེན་ལོ་གསར་ གཏོང་སྲོལ་སོགས་ཀྱང་དེའི་ལྷགས་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་
 པ་གོར་མ་ཆག

ལྷད་པར་དུ་ཤར་པའི་མཁན་པོ་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་འཛིན་མཚོག་གིས་མངའ་བའི་ །ཤར་



པའི་ཚོས་འབྲུང་རྫོན་མེད་ཆངས་པའི་དབུ་གུ་ ། བར་། ཤར་པའི་མི་བརྒྱུད་བོད་ཁམས་
 ཟལ་མོ་སྐང་ནས་རིམ་པར་མཚེད་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་ན། ཤར་པའི་ཚོས་དང་། ལྷད་ཡིག
 རིག་གཞུང་དག་ཀྱང་བོད་ནས་བྱུང་བར་གསལ་པོར་ཤེས་ཐུག། དེར་བརྟེན་ད་ལྟའི་ལོ་
 གསར་ཀྱི་དུས་རྫོན་དག་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་བཤད་ན། ཤར་པ་
 རྣམས་ཀྱི་ལོ་གསར་ནི། གོང་གི་གོང་པའི་ལོ་གསར་དང་། མངའ་རིས་ལོ་གསར་གཉིས་པོ་
 ཅིས་ཀྱི་ཡོད་པ་མཐོང་ཐོས་མ་བྱུང་མོད། འོན་ཀྱང་ཕྱི་མ་སོ་ནམ་ལོ་གསར་དང་། རྒྱལ་པོ་ལོ་
 གསར་གཉིས་པོ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ ལྷར་པར་བརྟེན་གང་རུང་རེ་བཅི་བཞིན་འདུག དེ་
 ཡང་། ཤར་ཁུམས་བྱ་ཐང་སྟོད། ཐང་སྟོད། ཁུམས་གཞུང་། ཁུམས་སྟོད། འཕུར་ཚེ། སྤང་པོ་
 ཆེ། བེ་རི་ཆེ། སྤང་པོ་ཆེ་སོགས་ཤར་པའི་ཡུལ་སྤེ་རྫིང་པ་ལག་གིས་རྫོན་ནས་ད་བར་སོ་ནམ་
 ལོ་གསར་རང་ཅིས་བཞིན་པ་ དང་། ལྷ་མཚན་ནི། རྫོང་དྲིང་རི་ཕྱོགས་དང་ཉེ་བའམ།
 ཞིང་ལས་གཅོ་བོར་བྱེད་པ་མཐུན་པས་ཡིན་སྲིད།

༥ ཡང་ད་ལྟ་བལ་ཡུལ་བཅའ་བཞུགས་ཤར་པ་མི་དམངས་དང་། ཨ་རི་ནི་ལུ་ཡོག་སོགས་ཕྱི་
 རྒྱལ་ལག་གི་ཤར་པ་རྣམས་ནི་རྒྱལ་པོ་ ལོ་གསར་ཉེ་བོད་ལྗེ་ ༡ ཚེས་ ༡ ལ་ཅིས་གནང་གི་
 འདུག ལྷ་མཚན་ནི། བོད་པའི་རྒྱ་ཚོགས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་ཆེ་བའམ། ཡང་ན། རྟོར་ལྗེ་
 བོད་ལྗེ་ཅིས་པར་ཁུངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིན་སྲིད།

། །དགུ་ལྷག་འཕུང་བ། །

དགུ་ལྷག་ནི། སོ་ནམ་ལོ་གསར་དང་། རྒྱལ་པོ་ལོ་གསར་སོགས་གང་ལྟར་བཅིས་ཀྱང་རྟེན་
 འབྲེལ་གྱི་བྱེད་སྤོལ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་ཡང་བོད་ཚོས་ ༡༩ ཉིན་ཐོག་མར་ལང་པ་
 ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གཅོད་སྤོལ་བྱེད་ཅིང་གང་སྤོལ་སྤོལ་ལམ་ལ་སྤོལ་མཛོད་སྤོལ་བ་
 དང་། དེ་ནས་ཟས་སྤོལ་དགུ་ཚང་བའི་ལྷག་པ་བསྐོས་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབྲུངས་རྗེས་



འཕྲོར་ལྷན་གྱི་གཤོམ་ཚུལ་དང་། མེད་ན་སྟོང་པ་ཀྱི་ན་བསྐྲངས་མིན་པར་ཁ་འབྲུབ་སྟེ་གཤོམ་པ་ནི་སྟོམ་ཚུང་དག་གིས་བཤམ་ཚུལ་དུ་གྲག།

༼གོ་སོ་བྱེད་སྒྲིག་ཚུལ༽

གོ་སོ་བྱེད་མར་ནི། རྒྱན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་མར་ཤོམ་སའི་སྟོང་ལུང་ཐག་ཅན་འབོ་རིང་ངོས་སུ་བཟུགས་པའི་རི་མོ་བཞོས་པའམ་བྲིས་པའི་ནང་། གཡམས་ཕྱོགས་སུ་འབྲུ་རིགས་གྲོ་དང་། གཡོན་ཕྱོགས་སུ་ཚམ་པ་ཕྱུར་བྱུར་སྒྲུགས་པའི་སྟེང་། མཐུན་པ་སྒྲུན་བཞེ་འམ། འདྲོད་ཡོན་ལྷ་ལྷ། བཟུགས་རྟགས་བརྒྱན་སྟགས་གང་རུང་བྲིས་པའམ། མར་རྒྱན་སྟགས་ཀྱིས་བཞོས་པའི་ཆེ་སྟོང་ཅན་གཉིས་པོ་ཕྱོགས་རེ་རེ་བཅུགས། ལ་ལས་བྱེད་མར་སྟེང་དུ་ནས་གྱི་སྟེ་མཚོན་ལྷ་ཅན་འཕྲུགས་པ་དག་ཀྱང་རྒྱང་། གང་ལྟར་མཚོན་པའི་གཡམས་ངོས་སུ་བྱེད་མར། གཡོན་ངོས་སུ་གཡམས་ཚང་། དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་དང་ཁ་ཟས་ཤིང་ཉོག་རིགས། ཞོ་འམ་སྟགས་སྟོན་ཚུང་ནས་གྲ་སྒྲིག་བྱས་པའི་བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་ཐམས་ཅད་སྒྲིག་གཤོམ་གནང་བྱིན་པ་དགོས།

༼ལོ་སྤྱད༽

ལོ་སྤྱད་ནི། ཞིང་ལས་སོ་ནམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་ཐོག་གི་སྤྱད་མཚོན་པ་སྟེ། རྣམ་གྱི་ལྗང་པ་སྟོན་མོ་ཞིག་གཤོམ་པ་ནི་དབྱིད་དུས་ཀྱི་ལོ་སྤྱད། རྣམ་གྱི་སྟེ་མའི་སྟོང་པོ་ནི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ལོ་སྤྱད། རྣམ་འབྲུ་བསྐྱེལ་བའི་སྤྱད་པོ་ནི་སྟོན་དུས་ཀྱི་ལོ་སྤྱད། རྣམ་འབྲུ་འཐག་པའི་ཚམ་བྱེད་དགུན་དུས་ཀྱི་ལོ་སྤྱད་བཅས་མཚོན། དེས་ན་བྱེད་མར་ལྷ་བྱ་གཤོམ་ཚུལ་གཅིག་ལ་མཚོན་ན། དུས་བཞི་ཀའི་ལོ་ཐོག་གི་སྤྱད་ཡིན་པ་མཚོན་བྱེད།



༼ལུག་མགོ༽

ལུག་མགོ་ནི། འབྲོག་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོ་ཕྱགས་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་མཚོན་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཤིག་སྟེ། གཡམས་དཀར་ལུག་ཅས་གྲགས། དེ་ཡང་སྟོན་པོན་ལུགས་སུ་ལོ་གསར་རྒྱབས་སེམས་ཅན་ངོ་མ་འབྲུལ་བའམ། སེམས་ཅན་བསང་པའི་མགོ་དང་ཡན་ལག་སྟགས་འབྲུལ་སྟོལ་བྱུང་བ་དེ་ཉིད། བར་ཚོས་དར་བ་ནས་བསྐྱེད་དེའི་ཚབ་ཏུ་མར་སྟགས་ལས་བཞོས་པའི་ལུག་མགོ་སྟོང་པར་ཉི་ལྷའམ་འོར་ཐིག་གིས་བརྒྱན་པ་ཞིག་གཤོམ་ཚུལ་དར་བར་བཤད།

ཐུག་ལྷག་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་སྤྱད་ཚུང་ཞིག་བཅའ་བའམ། ཡང་ན་ཆངས་བྱ་རེ་བཞག་སྟེ་ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་དང་སེམས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྟགས་འགལ་གྱིན་མཐའ་དག་ཅིག་ཅར་སེལ་བའི་འདུན་པ་བཅས་ལམ་ཁ་སྐྱུམ་མདོར་བསྐྱེད་ཞིང་སྟོག་པ་རེ་ཡང་བྱ་དགོས། ཡང་འགའ་རེས་ཐུག་པའི་ནང་ངང་རྒྱད་རིང་པོ་མཚོན་པའི་བལ་དང་། བསམ་པ་གནག་པོ་མཚོན་པའི་སོལ་བ་སྟགས་རྣམས་སྐྱ་ཚོགས་སྐྱུགས་ཏེ་རེ་བཞིན་དྲངས་པ་ན། གང་ལ་འཁེལ་བ་དེའི་བསམ་པ་བཟང་ངན་དང་། ལོ་འདིའི་ཉེན་འབྲེལ་བཟང་ངན་འབྱེད་པ་སྟགས་ཚེད་མོ་དང་དགོད་པོ་ལང་གནང་སོལ་འདུག།

༼གནམ་གང་ཉིན་གྱི་གྲ་སྒྲིག༽

ཤོད་ཚོས་ ༡༠ རྟེ་གནམ་གང་ཉིན་གཞོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁང་པའི་ཕྱིར་སྟོ་ལོལ་དང་སྐར་ལུང་གི་ཤར་བྱ་རྣམས་གསར་པ་རྒྱག་པ། ནང་དུ་བཞུགས་གདན་འདིང་བ། ཁ་ཟས་རྒྱག་པ། ར་ཆང་དང་འབྲས་སེལ་སྟགས་ཟས་རིགས་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་པ། ཁང་པའི་ནང་གི་ཀ་བ་དང་། ཐབ་ཁ། ཚིག་ངོས་སྟགས་སུ་གྲོ་བྱེ་ཚམ་པས་བཟུགས་པའི་རི་མོ་རྟགས་བརྒྱན་དང་། རོར་ཐིག་རྒྱ་ནག་ལུགས་རི་སྟགས་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དཀར་རྒྱན་འབྲི་སོལ་གནང་གི་ཡོད།

༼སྤྲང་ཁ་སྒྲིག་ཚུལ༽

སྤྲང་ཁ་ནི། མཚོན་ཤོམ་སྟགས་རྟེན་གྱི་མདུན་དུ་ཚུ་གཉིས་ཉེར་སྟོང་ལྷའམ་ཡོན་ཆབ་ཐེང་།



མཚར་དུ་བཤམ། དེའི་གཡམས་གཡོན་དང་། མདུན་ཅོག་གང་བདེར་སྤྲང་མ་ཆེ་བ་གཉིས་ཀྱི་ནང་བོང་དུའི་ཨམ་ཅོག་ཞེས་དཔེའི་སྟོ་ནས་བཏགས་པའི་ཁ་ཟས་ཆེ་བ་རྣམས་སོ་སོའི་འཕྲོར་བ་དང་མཐུན་པའི་བརྒྱན། བཟུ་བཅུ་གཉིས་སྟགས་ཆ་སྒྲིག་སྟེ་བཞི་སྟོམ་དུ་བཞིག་དེལ་གྱི་རིལ་དང་ཕྱུར་སྟགས་སྐྱུགས་རྒྱ་ཡོད་ན་ཁ་གྱིན་བསྐྲངས་ཀྱིས་བཤམས་པ་སྟེ་།



ཐོབ་བྱུང་ངོ། ཞེས་སྐད་གསང་མཐོན་པོའི་སྐད་རྒྱག་པ་དང་། ཇེས་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུ་སྤང་
 ལེན་ཅིང་ལོག་པ་ལས་སྐད་རྒྱག་སྲོལ་མེད། དེ་ནས་ཚུ་སྤང་དང་པོ་དགོན་མཚོག་ལ་
 མཚོན་པ་ལུ་ཇེས་ཚུ་བཟངས་དང་ང་སྤྲིག་ནང་ལྷགས་པ་དང་། དེ་ནས་གསོལ་ང་བསྐོལ་
 ཇེས་ བ་མ་སོགས་རྒྱན་རིམ་བཞིན་གསོལ་ང་དང་འབྲས་སེལ། ཆང་འཁོལ་དང་ཁ་བཟས་
 རིགས་འབྲུལ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་ལུ་འུ་འུ་མ་ དང་དགོན་པ་ལག་ཡོད་ན་མཇུག་ལ་ལྷ་
 སྲོལ་ཡང་སྤང་། དེ་ནས་གཅིག་གིས་གོ་སྤྱོད་མ་བཟུགས་ཏེ། བཟུགས་བདེ་ལེགས་སྤྲོད་
 ལུ་ཚོགས། ཨེ་མ་བག་རྩོ་སྤྲོ་ལམས་བཟང་། གཏན་དུ་བདེ་བ་འཛོལ་པར་ཤོག ཅེས་ཕྱེ་
 མར་རྒྱན་རིམ་བཞིན་དང་། དེ་ཇེས་ནང་མི་ཐམས་ ཅད་བཟང་བཏུང་སྤྲོད་ཚོགས་ལ་རོལ་
 ཞིང་དགའ་སྤྲོད་བག་ལེབས་ངང་བཞུགས་པ་ལས་མགོན་འབོད་དང་འགྲོ་འོང་གནང་གི་
 མེད།

༼ ལོ་གསར་ཚོས་གཅིག་༽

བོད་ཚོས་ ༡ གི་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལངས་ཏེ་མི་གཅིག་གིས་ཚུ་མིག་སོགས་ཚུ་ལེན་ས་ནས་ཚུ་



སྤྲོད་ལེན་སྲོལ་ཡོད། དེ་ལ་ལུ་འུ་འུ་ཚུ་སྤང་ ཐོག་མར་སྤྲོད་ལེན་སྤྲོད་པ་བྱུང་ཡང་ཞེན་
 འབྲེལ་བཟང་པོར་བཞེས་ཤིང་། ཚུ་སྤང་དང་པོ་དང་ལ་ཐོབ་བྱུང་ངོ། གསེར་གྱི་ཉ་མོ་དེང་ལ་

༼ ལོ་གསར་སྐབས་ཀྱི་འཛམས་བྱ༽

ཕན་ཚུན་མཇུག་ཞིང་བཅེ་བའི་སྤྱོད་སྤྲོད་གི་སྤྱོད་སྤྲོད་གནང་བཟང་གིང་ཞིང་དགའ་སྤྲོད་ཀྱི་
 དུས་འདྲའབ་ལས། ཚོས་ ༡ ཉེན་མགོན་གྱི་ གནས་སྤོལ་བར་བཞེན་ལྷི་ཆང་ཕན་
 ཚུན་མགོན་འབོད་མི་བྱེད་པ་དང་། ཕན་ཚུན་ཚིག་ངན་བཟོད་པ། རྣམ་དུ་འབྲུག་མ་རྒྱག་
 པ་ སོགས་འཛམས་དགོས། ཚོས་ ༡ རྣམ་བཟང་དགའ་ཉེའི་སྤྲོད་མཚེད་རྣམས་དང་། ལུ་ལ་
 པ་ལྷི་མ་ཚོས་རྣམས་མགོན་དུ་འབོད་རེ་དང་། གཞུས་ཞབས་བྲོ། ལུ་ལུང་སོ་སོའི་ཚེད་མོ་
 སོགས་ལོངས་ཁོམས་དང་མཐུན་པའི་ཞག་བྱངས་མང་ཉུང་ཅི་རིགས་གནང་སྲོལ་ཡོད།
 ཚོས་ ༡ ཉེན་བསང་གསོལ་རྒྱས་བསྐྱེད་ཅི་རིགས་དང་། ལང་སྤྲོད་དར་སྤྲོད་ལྷ་ལྷ་དང་རྣམ་དུ་
 འབྱུང་བ་སོགས་རྒྱབ་རྒྱན་སྤྲོད་མའི་འཕྲིན་ བཅོལ་གནང་སྤྲོད་ལོ་གསར་པའི་ནང་བྱ་བ་
 ལམ་འགོ་དང་། བསམ་དོན་འབྲུབ་པའི་སྤྲོད་ལམ་འདེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་བཅས། ཕྱི་
 ལོ་ ༡༠༡༩ ལྷ་ ༡ ཚོས་ ༡༩ ཉེན་ཨ་རི་འུ་ལོག་རྒྱལ་སར་སྤོབ་དཔོན་མིང་འཛིན་འབྲུར་
 མེད་ཚོས་གྲགས་པས་མཁས་པ་རྣམས་ ཀྱི་ལེགས་ཆ་བཏུས་ཏེ་སྤྲོད་བསྐྱེད་སུ་བཀོད་པ་
 དགོ། །།

ལུ་ལུ་སོ་སོའི་ལོ་གསར་གཏོང་བའི་ཚུལ། །སྤྱི་ཐ་དད་ལྷན་པར་མང་མོད་ཀྱི། །ལེགས་
 པར་དཔུང་ན་ཞེན་འབྲེལ་བྱེད་སྤྲོད་ཀྱུ་ཀྱུ། །གཅིག་ཏུ་ངེས་ཕྱིར་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད། །



*On the auspicious occasion of Happy
 New Year Female-Earth-Pig Losar
 2146, we wish you good health and
 prosperity*
 - Mr & Mrs. Dawa Sherpa



पर्यावरणको महत्व वारे भगवान बुद्धको सिद्धान्त

आर्चाय कर्मा रिन्जीन शेर्पा थले, सिन्दूपलचोक

आज जुन पर्यावरण रक्षाको लागि विश्व भरि प्रचार भइरहेको छ । त्यसको संकेत लगभग २५ सय वर्ष पूर्व महाकारुणिक भगवान तथागत सम्यक सम्बुद्धको समय देखि नै प्राप्त भइसकेको थियो । आज यो संसारलाई उहाँले देखाउनु भएको पर्यावरण संरक्षण मार्गको अनुशरण गर्नुपर्ने आवश्यकता भइसकेको छ । भगवान बुद्ध एक राजकुमार हुनुहुन्थ्यो । उहाँको जन्म राजमहलको सबै सुख साधनो भरिपूर्ण प्रसुतिगृहमा हुनुपर्ने हो । परन्तु त्यस्तो नभइकन लुम्बिनी नामको चारैतिर वनजङ्गलले घेरिएको एक शालवृक्षको शितल छाँया मुनि उहाँको जन्म भयो राजकुमार शिद्धार्थको रूपमा । सानैदेखि उहाँको मन राजमहलको चार पर्खालमा रमाएन । उहाँका निम्ति राजमहल होइन बगैँचा प्रिय हुन्थ्यो । गृह त्याग पश्चात रोहिनी नदीको किनारमा बर्गद वृक्षको मुनि शिद्धार्थले आफ्नो केश वस्त्र एवम् आभूषणको त्याग गर्नु भएको थियो । भगवान बुद्धको ज्ञान प्राप्ति स्थान बोधगया आज संसारको जुन रूपमा देखिरहेका छन् । त्यो समय बोधगयाको रूप त्यस्तो थिएन । त्यहाँ चारैतिर सुन्दर हरियाली जङ्गल बिद्यमान थियो । महाभिनिष्क्रमण पश्चात् बोधिसत्व कुमारले आफ्नो छ वर्ष निरंजनको किनारमा जङ्गलले घेरिएको प्रकृतिको काखमा बिताउनु भएको थियो । छ वर्ष सम्म उहाँको प्राण सुरक्षित राख्ने एकमात्र साधन शुद्ध वातावरण नै थियो । शिद्धार्थ कुमारले वृक्षको शितल छाँया कलकल बगिरहेको नदीको किनारा चारैतिर सुन्दर स्वच्छ पर्यावरणमा नै अनुत्तर सम्बोधि ज्ञानको खोज गर्नुभयो । अतः उहाँले दुःख मुक्तिको मार्ग वैशाख पूर्णिमाको पावन रातमा बोधि वृक्षको मुनि प्राप्त गर्नु भयो । त्यो रातलाई बोधिदुम पनि भनिन्छ । बोधि प्राप्त पछि भगवान बुद्धले प्रथम सप्ताह बोधिवृक्षकै मुनि बिताउनु भयो । बोधिवृक्ष मुनि भगवान बुद्ध आफुले प्राप्त गरेको बुद्धत्व ज्ञानसँग साक्षात्कार हुनु भयो । उहाँले आफ्नो उपदेश सर्व प्रथम सारनाथको बोट बिरुवा ,फलफुल इत्यादिले ढकमक्क ढाकिएको सुन्दर, स्वच्छ र रमणीय स्थान मृगदावमा एक आँपको वृक्ष मुनि बस्नु भई पञ्चवर्गीय भिक्षुलाई चार आर्य सत्यको धर्मप्रवचन गर्नुभएको थियो । यसरी भगवान बुद्धले ८० वर्षको अवस्थासम्म धर्म प्रचारार्थ विहार गर्दै बिताउनु भयो । महापरिनिर्वाण सुत्र अनुसार परिनिर्वाण समयमा भगवान बुद्ध बैशालीको नजिकै वेलुव गाँउमा बिहार गर्दै हुनुहुन्थ्यो । उहाँ अत्याधिक अस्वस्थताको कारण कुशीनगरमा प्रस्थान गर्नु भयो । वैशाली , श्रावस्ती र राजगृह जस्तो ठुलो नगर छोडेर कुशीनगरको मल्लहरूको शालवनमा परिनिर्वाण प्राप्त गर्नु हुने कुराले

आनन्दको चित्त बुझेन । भगवानले सरल तरिकाले आनन्दको शदाको समधान गर्नुभयो । तर वास्तविकता थियो कि भगवान प्रकृतिकै कोखमा शुद्ध वातावरणको बीचमा चीरनिन्द्रा प्राप्त गर्न चाहनु हुन्थ्यो । कुशीनगरमा मल्लहरूको उववत्तन नामक शाल वन थियो । जुन हरिण्यवती नदीको अर्को किनारमा अवस्थित थियो । त्यही उपवत्तन शालवनमा भगवानले अन्तिम निवास गर्नुभयो र त्यही जोडी शाल वृक्षको मुनि महापरिनिर्वाण प्राप्त गर्नुभयो ।

यसरी भगवान बुद्धको जन्मदेखि लिएर परिनिर्वाण कालसम्म उहाँको गतिविधिहरू हेर्दा भगवान बुद्ध समान प्रकृति प्रेमी र पर्यावरण रक्षक सायद अहिलेसम्म जन्मिएको छैन । भगवान बुद्धको जन्म, बोधि प्राप्ति, प्रथम उपदेश दिने तथा महापरिनिर्वाणको घटनाले यो सिद्ध गर्छ कि उहाँ पर्यावरण रक्षकको एक महान समर्थक, उद्धारक हुनुहुन्थ्यो । भगवान बुद्ध कुनै पनि अवस्थामा जङ्गल उजाड्ने कुराको समर्थन गर्नु हुन्न थियो । ताकि समय-समयमा उहाँ राजा र सामान्य जन समुदायलाई नयाँ वृक्षरोपनका लागि प्रेरित गरिरहनु हुन्थ्यो । उहाँ जहिले पनि भिक्षुहरूलाई भन्नुहुन्थ्यो -“ भिक्षु ध्यान गर्नु अराण्य गएर एकान्तमा रुखको मुनि पलेटी मारेर शरिर सिधा गरेर बस्नु, आउँदा जाँदा श्वास माथि मन केन्द्रित गरेर विपश्यना पथमा बढ्दै आउनु” । यसरी भगवान बुद्धको जीवन लीलाले यो सिद्ध गर्छ कि पर्यावरणको रक्षा विना मानव कल्याणको कुरा सोचन पनि निरर्थक हुन्छ । मानव कल्याणको कल्पना तव गर्न सक्छ जब उसको जन्म, ज्ञान प्राप्ति र जीवनको यात्रा स्वच्छ वातावरण एवम् शुद्ध पर्यावरणको बीचमा सम्पन्न हुन्छ । यसरी भगवान बुद्ध ४५ वर्ष सम्म पैदल यात्रा गर्नुहुँदै बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय धर्मको सन्देश दिईरहनु भयो । भगवान बुद्धले बताउनु भएको पर्यावरण रक्षाको सन्देश बिश्वको लागि यस्तो अमूल्य धरोहर हो जसको सहाराले सम्पूर्ण विश्वको कल्याण निश्चित छ । स्वच्छ वातावरण एवम् शुद्ध पर्यावरणको बीचमा नै स्वच्छ तन, मन, ज्ञान र निर्वाणको प्राप्ति सुलभ छ । यहि नै भगवान बुद्धको उपदेश हो ।

On the auspicious occasion of Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146, I wish you good health and prosperity

- Mr. Galjen Sherpa



On the auspicious occasion of Male Pig Year 2146 (2019), We extend to you and your family, a best wishes for continued prosperity and good health

फाक- ल्हो २१४६ ग्याल्पो लोसारको उपलक्ष्यमा यहाँ र यहाँको परिवारको सु-स्वास्थ्य र उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दै हार्दिक शुभ-कामना व्यक्त गर्दछौं ।



Mr. Nima Sherpa
President



Mr. Lakpa Dendi Sherpa
Senior Vice-President



Mr. Mingmar Sherpa
Vice-President



Mr. Phurba Sherpa
General Secretary



Ms. Dolma Sherpa
Secretary



Mrs. Syambu Sherpa
Treasurer



Mr. Ang Pasang (AP) Lama
Joint-Treasurer



Mr. Sonam Gelbu Sherpa
Executive Member



Mrs. Laxmi Sherpa
Executive Member



Mr. Ang Phuri Sherpa
Executive Member



Mr. Gelbu Sherpa
Executive Member



Mr. Ang Chhiri Sherpa
Executive Member



Mr. Phurba Chhiri Sherpa
Executive Member



Mrs. Dolma Sherpa
Executive Member



Mr. Pemba Girme Sherpa
Executive Member



Sherpa Association in America
शेर्पा संघ अमेरिका





नमो बुद्धय , नमो धर्मय , नमो संघय ।

भिक्षु डा.युल्ल शेर्पा (सलाका)
नमो बुद्धय , नमो धर्मय , नमो संघय ।

छयोठूल दुछेनः यो बुद्ध शाक्य मुनिका चार महत्वपूर्ण दिवसहरु मध्ये एक हो । बुद्धले श्रावस्ती नगरमा धार्मिक शक्ति प्रदर्शन गरी ६ जना तैर्थक (अबोध) का साधुहरुलाई परास्त (हराएको) उपलक्ष्यमा मनाइने दिवस हो । फगुणशुक्लपक्ष परेवादेखि पुर्णिमा सम्म ठूलो पूजा सामाग्रीहरु भव्य रुपमा सजाई यो धर्मोत्सव मनाइन्छ । पहिले भोटको राजधानी ल्हासामा यही पूनीत अवसरमा हजारौं लामा भिक्षुहरु भेला गराई मोनलाम छेनमो (महापूजा सम्मेलन) आयोजन गर्ने परम्परा थियो । हाल यहाँ परेवाको दिनबाट शुरु गर्ने नसके पनि अन्तमा पूर्णिमाको एकदिन मात्र भए पनि गोम्पाहरुमा यो धर्मोत्सव मनाउने गरिन्छ ।

व्युडने तोडगुः महायान बौद्ध परम्परा अनुसार बुद्ध जयन्ती, बुद्धत्व प्राप्त र महापरिनिर्वाण जस्ता तीन महत्वपूर्ण दिवसको उपलक्ष्यमा मनाइने धार्मिक पर्व हो । वैशाख शुक्ल पक्षको परेवादेखि कृष्ण पक्षको परेवा तिथि सम्म अष्टशील लिएर १ दिन १२ बजे एकछाक भोजन (गुर्डाछाग) गर्ने र अर्को दिन अष्टशील लिएर केही नखाई बोल्दा पनि नबोली, अवाक भई शील पालना गर्ने परम्परालाई व्युडने (शान्त भई बस्ने ब्रत) भनिन्छ । यसरी १६ दिनसम्म लगातार शील लिएर ब्रत बस्ने परम्परालाई व्युडने करपो क्षयद भनिन्छ । कुनै ठाउँमा यो पूजा महिनौं सम्म गरिरहेको हुन्छ भने कुनै गोम्पामा क्षिचग, क्षञ्ची (२/४) दिनसम्म भए पनि अटुट गरिरहेको छ ।

व्युडनेः औशी पूर्णको पवित्र दिनहरुमा विहान अष्टशील लिएर दिउँसो १२ बजे एक छाक भोजन गरी १ दिन वा २४ घण्टा शील पालन गर्ने परम्परालाई व्युडने भनिन्छ । आफ्नो घरमा नै अष्टशील लिएर भए पनि यो ब्रत पालना गर्न सकिन्छ । व्युडनेका अवसरमा अलि अस्वस्था मानिसहरुले अष्टशील लिएर यस प्रकारले शील पालना गरे पनि मिल्छ ।

साकादावाः यो बुद्ध पूर्णिमा वा वैशाख पूर्णिमा भनेको हो र बुद्ध शाक्य मुनिको महत्वपूर्ण दिवसहरु मध्ये एक हो । महायान परम्परा अनुसार यो पर्व जेठ शुक्लपक्षचतुर्दशीबाट आरम्भ गरी पूर्णको दिन अष्टशील लिएर ब्रत बस्ने तथा तेस्रो दिन वा कृष्णपक्षीय परेवाको दिन बेलुका गणचक्र पुजा र दीर्घायुको अभिषेक गरिन्छ । कुनै गोम्पामा साकादावा र व्युडने दुईवटै मानिरहेको हुन्छ भने व्युडने गर्न नसकेका गोम्पाहरुमा सगदावा गरी बुद्ध जयन्ती मानेको विधि गरिन्छ ।

डुव छोद (डुमजी): यो शेर्पा नायक (राजा) साडवा दोर्जेको जन्म जयन्तीको रुपमा मनाइने ठूलो चाड हो । प्रायः जेष्ठ महिनाको शुक्लपक्षको दशमी देखि पूर्ण सम्म धेरै लामाहरु पढाएर पाठ पूजा र लामा नृत्य (क्ष्याम) इत्यादि साँस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजनागरी धूमधामका साथ यो चाड मनाइन्छ । पहिले पहिले सबै शेर्पा गाउँमा समान रुपमा यो चाड मानिरहेको भएतापनि पछि विभिन्न कारणवश

मान्न छाडेकाले हाल सीमित सोलुखुम्बु जिल्लाको शेर्पा गोम्पाहरुमा मात्र मानिरहेको छ ।

डूकपा छेज्यिः बुद्ध शाक्य मुनिले वाराणसी नगरको सारनाथमा सर्वप्रथम पञ्च वर्गीय भद्रशिष्य संघलाई धर्मदेशना दिनुभएको उपलक्ष्यमा यो धर्मोत्सव मनाइन्छ । प्रायः श्रावण महिनाको शुक्लपक्षको चतुर्दशीमा मनाइने यो धर्मोत्सव दिवसलाई छयोखोर कोर्वी दुछेन (धर्म चक्र प्रवर्तन दिवस) पनि भनिन्छ । मंगोलको छैटौं महिना (डूकपा)को चौथी (छेज्यी)मा पर्ने भएकाले डूकपा छेज्यी भनिएको हो । यो बुद्ध शाक्यमुनिको महत्वपूर्ण दिवसहरु मध्ये एक हो । यो दिनबाट बाल बच्चाहरुलाई विद्या ध्यानको लागि शुभारम्भ गर्ने गरिन्छ।

टेलदा छेच्यु : गुरु रिन्पोछेको जन्मोत्सवको रुपमा मनाइने एउटा महत्वपूर्ण धार्मिक दिवस हो । श्रावण शुक्लपक्षको दशमी तिथिमा यो पर्व पर्दछ । नग्ची (ज्योतिषशास्त्र) को आधारमा गणन गर्दा यो दिवसको अवसरमा पर्ने भएपनि तिब्बती परम्परा अनुसार श्रावण महिना बाँदर महिना पर्ने भएकोले टेलदा छेच्यु भनिएको हो ।

यार च्याड (यार क्षोद): यसको मतलब वर्षे चाड भन्ने हुन्छ । यो उँभौली लागेपछि चौरी गोठ पाल्ने शेर्पाहरुले सामूहिक रुपमा देवता पुज्ने धार्मिक पर्व हो । त्यस अवसरमा चौरी गोठालाहरु सबै लै सजाएर आएको गोप्रे र धूपीको ध्वजा बलोहरु एकै ठाउँमा उठाएर देवता पुज्ने गर्दा लामा पढाएर साड सेरक्येम (स्थानीय देवदेवी र सिमेभूमे) बुझाइने, हिमाली चौरी याकको रुवरुप बनाएर पुज्ने गरिन्छ । यो चाड कुनै शेर्पा गाउँमा सामूहिक रुपमा माने पछि फेरी आ-आफ्ना घरमा मान्ने गरेको र कुनै ठाउँमा १ दिन त कुनै ठाउँमा ३ दिन सम्म सामूहिक रुपमा मानेको पाइन्छ ।

छेच्युः यो हरेक महिनाको शुक्लपक्षको दशमी (छेच्यु) पर्वमा मान्ने गुरु रिन्पोछेको जन्म दिवस हो । गुरु रिन्पोछेले प्रत्येक महिनाको दशमी (छेपाच्यु) मा विभिन्न शिक्ष्य वर्गको आशय अनुसार विभिन्न धर्मलीला देखाउनु भएकाले त्यस पूनित तिथिको शुभ अवसरमा मनाइने पूजा भएकाले छेच्यु (दशमी पूजा) भनिएको हो । भोट बासीहरुका लागि अत्यन्त कृतज्ञ गुरु रिन्पोछेको आशीर्वाद प्राप्त गर्न शेर्पा समाजमा बाह्रै महिना अटुट रुपमा दशमी पूजा मनाइरहेको हुन्छ ।

जेर्डा : यो दिन डाकिनी येशे छोग्यल इत्यादि देवीको जन्म दिवस तिथि मान्ने पूजा हो । त्यसैले यस दिन गर्ने पूजालाई तिथिको नामबाट जेर्डा भनिन्छ । जेर्डा भनेको लामा भाषामा कृष्णपक्ष दशमी तिथिको नाम हो । यस दिन देवीको पूजा गरेमा शीघ्र देवीको आशिष प्राप्त हुन्छ भनिएको छ। त्यसैले शुक्लपक्षको दशमीमा गुरु रिन्पोक्षे को पूजा गरे जस्तै कृष्णपक्षको दशमीमा डाकिनीको जेर्डा पूजा गरिन्छ ।

मणि रिलडुव (मणिरिमटु): सन् १९१९ मा जारोडफु गोम्पाको औतारी ड्वाङ् त्यञ्जिन नोर्बु लामा खुम्बुमा तेडपोक्षे गोम्पाको जीवन्त्यास (राबन्य) पूजा गर्न पाल्नु हुँदा उहाँका आज्ञानुसार शुभ आरम्भ गरेको मणि रिलडुव (ॐमणिपद्मे हुँ ह्री) अवलोकितेश्वरको मूल मन्त्र जप्ने पूजा विधि हो । त्यसपछि सोलुतिरको गोम्पामा पनि मान्न थालेको छ । पहिले यस विधिको प्रारम्भ मंसीर महिनामा गरेको भए पनि अनुकूलित वातावरण नहुँदा आजकल कार्तिकशुक्लपक्षको दशमी तिथिबाट शुरु गरी पूर्णिमाको भोलि पल्ट सिद्धयाइन्छ । अन्तमा क्षाम (सामूहिक लामा नृत्य) लगायत

विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजनागरी धूमधामका साथ मनाइने यो पर्व हाल स्वदेशी विदेशी पर्यटकहरूको लागि पनि निकै लोकप्रिय भएको छ ।

लहबव दुछेन: यो बुद्ध शाक्य मुनिको महत्वपूर्ण दिवसहरू मध्ये एक हो । बुद्ध देवलोकमा आफ्नो आमा मायादेवीको लागि धर्म देशना गर्न पाल्नु भई पुनः मनुष्यलोकमा फर्किनु भएको निवस हो । यो लह- बव दुछेन (देव अवतरण निवस) सालिन्दा कार्तिक कृष्णपक्षको सप्तमी तिथिमा पर्दछ । देवलोकबाट बुद्ध मनुष्य लोकमा आगमन भएको उपलक्ष्यमा स्वागत समारोहको रूपमा मानिने यो दिवसमा पूजा पाठ, दीपावली र धर्म देशना बुद्ध स्तुति पाठ गर्ने कार्यक्रमको आयोजना गरी मनाइन्छ ।

मणि छयोकोर: यो पूजा गर्दा विभिन्न सामग्रीहरूबाट भव्य रूपमा सजाएको पूजामण्डलमा अवलोकितेश्वर (फरपाच्यन रे जिग) को मूर्ति स्थापना गरी लामा गुरुहरूद्वारा मणि पाठ गाराई भक्तजनहरूले सामूहिक रूपमा मणि पाठको अनुकरण गर्दै र उक्त मण्डलको प्रदक्षिणा गर्दै परिधि लगाएर नाच्ने परम्परालाई मणि छयोकोर भनिन्छ । यो परम्परा कुनै शोर्पा गाउँमा दशै पर्वको दिनमा, कुनै गाउँमा माघ महिनाको छेच्यु (दशमी पूजा) को अवसर पारेर तथा कुनै ठाउँमा मरण संस्कारमा पनि परम्परागत रूपमा मानिने गरेको पाइन्छ । यो परम्परा धर्मको नाम लिन नचाहने लोक गृहस्थीहरू धर्मको बाटोमा लगाउने उपाय कौशल्यको रूपमा गुरूले यस्तो विधि अपनाएको देखिन्छ ।

साडतोडगु: धूप पूजा गर्ने चलन, घर गोठ र गोम्पाहरूमा सफा सुगंध पारी धूपवती र सुगन्धयुक्त जडीबुटीका बस्तुहरू आगोमा हवन दिई साड पाठ उच्चारण गरिन्छ, भगवानको पूजा सत्कार र सांसारिक देवदेवीहरूलाई मानमनितो गर्ने गरिन्छ । यसरी धार्मिक प्रक्याबाट चोखो एवं अनुकूलित वातावरण बनाइने परम्परालाई साडतोडगु भनिन्छ । शोर्पा समाजमा विहान बेलुकीमात्र नभई जुनसुकै कार्यको शुभारम्भ गर्दा पनि अनविर्य साड पूजा गर्ने चलन छ ।

छेवाङ् शवोव: यसको अर्थ दीर्घायु अभिषेक (चिरायुको आशीष) लिनु भनेको हो । मानिसहरू विमार भइरहेका, तर्सेर सातो गएको भएमा र नाराग्नो सपना देखेमा, ठूलो लामा गुरुकहाँ गई दीर्घायुको पूजा गराइन्छ । यसका लागि विश्वमा पाइने दीर्घायुका साधनहरू जोर जम्मा पारी विभिन्न प्राकृतिक जडीबुटीका बस्तुहरू मिसाएर डल्लो बनाएको आयु गुटिका, औषधीमूलो सुगन्धित बस्तुहरू फूलको केशर, कपुर इत्यादि द्रव्यहरू मिसाएर बनाएको सुगन्धयुक्त जल(ठू) विभिन्न प्रकारका धार्मिक द्रव्यहरू देवमण्डलमा सजाएर तान्त्रिक विधि अनुसार पूजा गरी विमारीलाई जल र प्रसाद खुवाउँदै उपचार गर्ने विधिलाई “छेवाङ्” (दीर्घायु अभिषेक लिनु) भनिन्छ ।

छे थार: यसको अर्थ प्राणदान गर्नु हो । कसैलाई लामो समयसम्म रोगले नछाडेमा जीउ सन्चो नभएमा र सातो नभएमा आफ्नो पूर्व जन्मको कर्मफल भनठानी त्यो निवारण गर्ने उपाय स्वरूप अरुले मार्न लागेको चरा चुरुङ्गी र माछा इत्यदि पशु पंक्षीहरूको लाग्ने मोल तिरेर प्रार्थना गर्दै छाड्ने र उडाउने परम्परालाई “छे थार तोडगु” भनिन्छ । यस प्रक्याबाट छे थार गर्ने दाता दीर्घायु र ऐश्वर्य सम्पन्न हुन्छ भनिएको छ ।

याडगुग: यो लच्छिन बोलाउनु भनेको हो । घर गोठको लच्छिन गएको, खाद्यान्नमा सह नभएको र जहान परिवारमा अस्वाभाविक लक्षण देखेको अवस्थामा यस्तो अवगुण नहोस् भन्ने उद्देश्यले यो पूजा पाठ गरिन्छ । यसका लागि विभिन्न प्रकारका टुटफुट नभएको लक्षणयुक्त धन द्रव्यहरू जुटाई विधिपूर्वक सजाएर घर, गोठ र मान्छे लच्छिन आउन भनि यो पूजा गर्ने परम्परा छ ।

छयोदर: यसको शाब्दिक अर्थ धर्मको ध्वजा भन्ने हुन्छ । अत्यन्त महत्वपूर्ण मन्त्रहरू छापेको पाँच रंगको रंगविरंगका कपडाहरू लामो काठको बलोमा टाँगेर लामा गुरुद्वारा जीवन्त्यास (राबन्य) पूजा गराई घर आँगनमा, मूलबाटो, गलछिडो र डाँडा पाखामा उठाई फर्फराईन्छ । यो सम्य परम्परालाई छयोदोर् लोङ्गु भनिन्छ । यसबाट दाताको दशा ग्रह काट्ने, यो फफराएको आवाज र यसको हावा लागेका प्रणीहरू शुद्ध हुने तथा हावा जहाँसम्म दौडिन्छ त्यस दिशासम्म बुद्ध शासन फैलिन्छ भन्ने धार्मिक मान्यता छ । यसै उद्देश्यद्वारा ओतप्रोत भइ यो धार्मिक ध्वजा फरफराउने गरिन्छ ।

राबन्य: यो भनेको जीवन्त्यास (प्राण प्रतिष्ठान)पूजा गर्नु भनेको हो । हाम्रो समाजमा मूर्ति, गाडका, गोम्पा, चैत्य र मणि इत्यादि प्रतिष्ठान र धार्मिक स्मारकहरू स्थापना गरेपछि त्यसलाई त्यतिकैमा सीमित नराखी सजीव पार्ने विधि गरिन्छ । यसका लागि अवस्था हेरी पुजा आजा गरिन्छ । यस अवसरमा ठूलो लामा गुरुले आध्यात्मिक शक्तिद्वारा ज्ञानकाय बुद्ध आव्हान गरी प्रतिमा वा प्रतिष्ठानमा पसाईन्छ । त्यस पछि उक्त मूर्तिहरू माटो अथवा धातु जे को भएपति साक्षात् बुद्धमा परिणत भएको मानिन्छ । यस परम्पराको विधिलाई राबन्य (सजीव) गरेको भनिन्छ ।

मडच्य तोडगु: यो भनेको गोम्पाको लामा गुरुहरूलाई सामूहिक चिया वितरण गर्नु भनिएको हो । आफू वा अरु आफन्तहरूको नाममा केही आवश्यक पाठपूजा गर्नु परेमा अथवा केही उपकार गर्नु परेमा चियाको व्यवस्था गराई लामा गुरुहरूलाई सामूहिक रूपमा चिया वितरण गरेर पूजा गराउने परम्परालाई मडच्य तोड्गु भनिन्छ । यस अवसरमा कसैले दान दक्षिणा पनि प्रदान गर्ने गरिन्छ । यसरी प्रदान गरिने दान दक्षिणालाई कुन्ये ग्यग्कु भनिन्छ ।

जिन्या तोडगु: यसको सामान्य अर्थ दान दिनु भन्ने हुन्छ तर शोर्पा समाजका मान्यता अनुसार जिन्या तोडगु भन्दा जीवितक्या भन्ने बुझिन्छ । धार्मिक प्रवृत्ति र आर्थिक अनुकूलता मिलेको श्रद्धालु शोर्पा महानुभावहरूले यसरी जीवितक्या (जिन्या) गर्दा पछि मरणक्या (संस्करण) गर्न अनुकूल नपरे पनि यसैबाट हुने गरी जिन्या गर्ने चलन छ ।

कोरछाड तोडगु: यसको शाब्दिक अर्थ आलोपालो गरी जनपान गराउने भन्ने हुन्छ । कसैले आफन्तको नाममा जलपानको व्यवस्था गरी छर छिमेकीहरूलाई खुवाएर कोरछ्याड गर्ने चलन छ भने कसैले अरुले कार्य गरिरहेको बेलामा त्यसबीचमा त्यहाँ उपस्थित जनसमुदायलाई जलपान गराएर कोरछ्याड गर्ने र कसैले तीर्थयात्रामा जाँदा तीर्थयात्रीहरूलाई एक दुई दिनको अन्तरालमा एक अर्कोले आलोपालो गरी जलपान गराउने हुँदा कोरछ्याड तोडगु भनिएको हो ।

भवतु सर्व मंगलम

जय जगत , जय बुद्ध शासन जय शान्ति

लेखक बौद्ध दर्शनका विद्वान एवम भुतपूर्व गुम्बा विकाश समितिका अध्यक्ष हुनुहुन्छ।

दशमी तिथिको महत्व संक्षिप्तमा

खेनपो दोर्जी शेर्पा

च्याङमिटेङ ओगेन छोलिङ गोन्पा
दुधकोशी(४, मेरा, सोलुखुम्बु, नेपाल

आजभन्दा करिब २६०० औं वर्ष अघि शान्तिका महानायक सिद्धार्थ गौतम बद्ध नेपालको पवित्र जन्मभूमि लुम्बिनीमा जन्म हुनुभएको थियो । उहाँ बाल्यवस्थादेखि नै अति ज्ञानवान शीलवान हुनुहुन्थ्यो । दुःखमय संसारबाट प्राणीलाई मुक्ति दिलाउनको निमित्त २९ वर्षको उमेरमा राजकीय सुखभोगलाई त्याग गरी ६ वर्षसम्म कठोर तपस्या गर्नुभएको थियो । तर पनि उहाँले सम्यक ज्ञान प्राप्त गर्न नसकेकोले तत्पश्चात् मध्यम मार्ग अपनाउनु भई ३५ वर्षको उमेरमा सम्यक सम्बोधि ज्ञान लाभ गर्नुभई बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो । बुद्धत्व प्राप्तपछि, उहाँले ८० वर्षको उमेरसम्म विभिन्न स्थलहरूमा धर्मचक्र प्रवर्तन गरी अन्त्यमा कुशीनगरमा महापरिनिर्वाण हुनुभयो । त्यसको ८ वर्षपछि आलाक अपार बुद्धको आवतर आचार्य गुरु पद्मसम्भव दक्षिण भारतका ओडियान भन्ने स्थानका सागरमा कमलको फुलबाट जन्म लिनुभयो र उहाँको पालनपोषण ओडियानका राजा इन्द्रभूतिले गर्नुभएको थियो ।

त्यसपछि पुर्वप्रणिधानको प्रभाव तथा बुद्धहरूको अधिष्ठान आशीर्वादले गर्दा आठौं शताब्दीमा नेपालको उत्तरी भोट देशका पाँचौ पुस्ता धर्मराज ठिमाई देउच्यानको समयकालमा भारतबाट आचार्य गुरु पद्मसम्भवलाई भोटमा निमन्त्रण गरियो र राजाको निमन्त्रणलाई स्वीकार गरी उहाँ नेपालको मार्ग हुँदै भोट जानुभई बुद्ध शासनप्रति दमन गर्ने भुतप्रेत, राक्षस र यति

आदिलाई मन्त्रद्वारा पराजित गरी त्यस स्थानमा गुम्बा र भिक्षु संघको विस्तार सुरु उदाएभैं गरी व्यापक हुँदै गयो । त्यसपश्चात बौद्ध तन्त्रको प्रचार प्रसार भयो र उहाँको अतुलनीय कृपाले गर्दा अहिले २९ औं शताब्दीमा पनि सूत्रतन्त्रको साधना अभ्यास गर्ने अवसर प्राप्त हुनु हामी आफैलाई सौभाग्यशाली ठान्नुपर्छ । अहिले यो अवस्थामा आचार्य गुरु पद्मसम्भव । लोहो, नुप, सिन युल अर्थात राक्षसहरूको लोकमा त्यहाँका प्राणीहरूलाई धर्मदेशना गर्नको निमित्त प्रस्थान हुनुभएको छ । त्यसकारण उहाँले के भविष्यवाणी गर्नुभएको छ भने "तिमीहरू मप्रति श्रद्धा विश्वास राख्नु । म प्रत्येक महिनाको दशमी तिथिमा प्रत्यक्ष आगमन भई सम्पूर्ण प्राणीको हित गर्नेछु" भन्नुभएको छ । गुरुको यो सन्देशलाई मध्यनजर गर्दै बौद्ध धर्मावलम्बीहरूले दशमी तिथिको दिनलाई अति नै शुभ दिनको रूपमा लिने गर्दछन् ।

गुरु रिन्पोछेप्रति आस्था राखी सो दिन उहाँको मन्त्र ॐ आः हूं वज्र गुरु पद्म सिद्धि हूं जप गर्नाले अभ्युदय र निःश्रेयस दुवै अर्थ सिद्धी भई सम्पूर्ण दुःखहरूबाट मुक्ति पाई बुद्धत्व प्राप्त गर्न सकिन्छ । त्यसै ले अन्य दिनहरूमा गरिएको पुण्य र महत्वपूर्ण तिथिमा गरेको पुण्य कार्यको फल फरक हुन्छ भन्ने धर्म ग्रन्थमा उल्लेख गरिएको छ । यी तिथिहरूमा कुशल कार्य वा अकुशल कार्य जे गरे पनि लाखौं र करोडौं गुणा बढ्दछ ।

अन्त्यमा, यस पुण्यकार्यले देशमा शान्ति हुनुका साथै सम्पूर्ण प्राणीहरूले सुख शान्तिको अनुभूति तथा वातावरण मै त्रीपूर्ण भई विश्वमा दिगो शान्तिको स्थापना होओस् भनि प्रार्थना गर्दछु ।

लेखक च्याङमिटेङ ओगेन छोलिङ गोन्पाका प्रमुख लामा हुनुहुन्छ ।

།། ༡༧༦ རབ་གནས་སའོ་ཡག་ལོའི་གནས་ལོ་གསར་དུ་བའདྲ་
པའི་དགའ་སྟོན་ལ་འཚོམས་འདྲི་བ་གྲགས་བའདྲེ་ལེགས།

Wishing you a happy and prosperous 2146th Female-Earth-Pig Year. May this Losar brings you happiness, prosperity and sound health throughout the year.



Khenpo Dorjee Sherpa
Chief Abbot



།། །བྱང་སྡེ་ངོ་ལྷན་ཚོས་སློང་གསང་ཚེན་ལྷ་འགྲུང་རྗེ་ལ།

Chyangmiteng Ogyen Chholing Monastery

P.O. Box No. 9486 | Mapya Dudhkoshi-4, Kaku, Mera, Solukhumbu, Nepal
www.ogyenchholing.org







The view of dependent origination and the non-violent conduct in Buddhism

GESHE TASHI DORJE
DIRECTOR OF SHI-DE KUNKHYABKING, NEW YORK

Transcending birth and death
One who taught the principle of dependent origination
To You I pay homage, the Glorious Conqueror
Sakyamuni Buddha!

I pay homage to the Sakyamuni Buddha who taught the principle of dependent origination. Every sentient being on this earth who are born from their mother’s womb wishes happiness and do not want suffering. Both happiness and suffering are experienced through understanding the causes and conditions of their existence. There are two types of happiness and suffering, i.e, conventional and ultimate. It is important to know that both happiness and suffering are dependent upon external causes and conditions.

The causes and conditions for the livelihood cannot be achieved without depending upon other sentient beings. Similarly, the causes and conditions even for the ultimate happiness to achieve the state of Buddhahood cannot be achieved without depending upon other sentient beings. In this 21st century, whether you are theist or atheist, one can practice love and compassion being dependent upon other sentient beings. Just in the same way as it is not right to commit violence upon you, it is not right to commit violence upon others as well. For this reason, it is important to have respect for others regardless of who you are. This will in turn lead to peace and harmony within the society as well as in the family.

It is important to understand that even if there’s diversity in language, religion and culture, seeking happiness and knowing that all beings are equal is universal. In order to achieve happiness, understanding the theory of dependent origination is important. It is due to the lack of

understanding of the theory of dependent origination that we experience an increase in violence and jealousy due to competition in today’s world. Hence, it is important that being followers of Buddha’s teachings, it is important to learn the theory of dependent origination and the non-violent principles.

Buddha’s teachings on dependent origination are based upon the goal of achieving happiness for all sentient beings and to attain the ultimate goal of achieving enlightenment.



SHERPA CULTURE

PASANG DIKI SHERPA

The word culture, in short, came from the concept of a logical textual system. A simple way to understand this term is, envisioning the survival of the people, their skills and habitual characters.



In today's world, we face countless inner and outer obstacles making it difficult for our culture to survive. Hence, I shall try to explain a little about what the Sherpa culture is and its importance. I will further discuss what measures have been taken to promote the culture in the community.

Sherpa culture is similar in many ways to that of Tibetan culture since our ancestors migrated from Tibet. We use Tibetan scriptures and all our religious texts are in Tibetan. Our Sherpa culture is strongly dependent on the survival of our language, the continuum of our traditional clothes, songs, dance, food as it is pertinent part of the culture. The traditional ways of eating and drinking are a part of sustaining our culture which goes the same for the traditional wedding and rituals to worshipping gods, deities and spiritual gurus. Eventually, it comes down to our actions (Karma) and traditional habits.

I personally haven't been able to do much for it, other than trying my best to speak Sherpa language and share what I know of our cultures, teach and encourage my children to do the same because I think culture represents and identifies people. Language is very important for the existence of human beings which is why I wish to protect the culture and ensure its continuity.

We Sherpa people are Buddhists who practice Buddhism which originated from India. In general, Buddhism is derived from the heterodox philosophy which is divided into three categories. They are Theravada, Vajrayana, and Mahayana. Buddhism in the east is not separated as religion and philosophy. In contrast, in the West Buddhism is separated into two, rational equating philosophy and faith equating religion.

Most of the Sherpa people and other Himalayan tribe follow Mahayana Buddhism. In addition to this, there are many schools within Buddhism such as Nyingma, Gelug, Sakya, and Kagyu. Most Sherpa people have been practicing Nyingma Buddhism.

Majority of the Sherpa people live in the Solukhumbu region of Nepal and have migrated to other places within Nepal, India, Europe, America, and many other places. Even though the Sherpa community is relatively small in comparison to other communities in the United States or Nepal, we Sherpa people have taken steps to protect our culture. In today's generation and age, where the Sherpa language is limited as it is only used within the community when communicating with the elders, relatives, friends and family members. In the modern world, whether be it in schools, workplace or social gathering among millennials, the language is rarely used and is in the process of declining. However, our language is very important as it is the identity and the pride of the Sherpa people.

The United Sherpa Association and Sherwi Riksung Lopta have played a very important role in promoting the Sherpa culture, religion and other aspects of life in the United States for the Sherpa people. In addition to that, Sherpa Lama Tulku and Genla Gyurme Chodrak have assisted in contributing to the community by teaching Buddhism and preserving the culture within the community.



NSSP Yearly Career and Internship Panel

NSSP CONTRIBUTORS



On June 10, 2018 NSSP hosted our Career and Internship panel event. NSSP partnered with other Himalayan clubs based in New York City such as Baruch Himalayan Club, Himalayan Club at Hunter College and Laguardia Community College's Nepal Club. We had two separate panels this year - one with focus on internships and the other focusing on career.

The panelists for the internship panel were: Zamyang Walden interning in accounting and corporate tax, Dawa P. Sherpa, interning in public health research, Kusum Neupane interning in computer information systems, and Tshering Sherpa interning in biology. The interns gave a 3 minute introduction about themselves. Next, the moderator, Jennifer Sherpa, asked a few questions for all the panelists to answer. Some questions consisted of the length of the internship searching process, the effect it had on furthering their career and much more. These questions were timed for 3 minutes by a timer who held up signs at the 30 second mark in order to limit their speaking time. After the questionnaire, at 2:00 PM, we opened the floor to let participants question for 30 minutes. At 2:30, the internship panel was over, we took a 30 minute break and snacks were served.

We resumed with the career panel at 3:00 PM. 5 people from different professions came in and presented their

career experiences for the participants. The five panelists were Sange Lama (finance), Sunita Bhandari (Family Nurse Practitioner), Dawa Lama (Software Engineer), Kalden Lama (Military) and Neema Lama (Physician assistant). The two moderators for this panel were Tenzing Sherpa and Tenzin Chhoten Sherpa. The career panelists started with their introduction followed by a series of questions that the moderator asked. The floor was then opened to questions and answers for thirty minutes. The career section ended at 4:30. Later, people gathered and asked personal questions to the panelists and networked with other students and professionals. To add on, Baruch Himalayan Club also set up a LinkedIn booth where people were able to have their pictures taken for a professional profile picture. Our yearly career panel was started with the aim to connect professionals from different fields to students and each other. The panel was also started as a way to continue the idea of mentorship and to promote networking. Our yearly career and internship panel is one of our most successful event and we hope to see you at the next event which is usually in the summer.



बौद्धमार्गीहरूको महान चाड सा मो फाग्लो २१४६
औं लोशारको शुभ अवसारमा विश्वभरी छरिएर
रहुनु भएका शेर्पाहरू लगायत सम्पूर्ण लोशार
प्रेमीहरूमा सुस्वास्थ्य, दीर्घायु, शान्ति, र प्रगतिको
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

- Mr & Mrs Rinjee Sherpa Solukhumbu



भवचक्रको संक्षिप्त परिचय

आइबाबु शेर्पा
न्यूयोर्क, अमेरिका

सर्वप्रथम भवचक्रको इतिहास कसरी उत्पन्न भयो भन्दा भगवान् बुद्धको समयमा मगध राज्यको तत्कालिन राजा बिम्बिसारलाई प्रत्यन्त देशको राजा उदयनले ज्यादै मूल्यवान कवच वस्त्र उपहार स्वरूप पठाएका थिए । त्यस उपहारको बदलामा राजा बिम्बिसारले राजा उदयनलाई के दिने भन्ने विषयमा भगवान् बुद्धसँग परामर्श लिन बुद्ध सामु गए । भगवान् बुद्ध सामु पुगेर

साष्टाण्डवत गरिसकेपछि राजा बिम्बिसारले भगवान् बुद्धलाई आफूले प्राप्त गरेको पुरस्कारको वृतान्त सुनाए । यसरी धर्मात्मा राजा बिम्बिसारको वृतान्त सुनेपछि भगवान् बुद्धले राजा बिम्बिसारलाई संसार तथा निर्माण एवं चार आर्यसत्यको प्रतीक भवचक्रको पूर्ण चित्र बनाई पठाउनु भनी आज्ञा गर्नुभयो । सोही अनुरूपी भवचक्रको चित्र बनाई राजा बिम्बिसारले उदयनलाई पठाए । भवचक्रको चित्र यस्तो चित्र पाएपछि राजा उदयन तथा भाग्यशाली विनयजनहरूले भवचक्रको दर्शन पाएर भवसंसार र निर्वाणको दुःखको हेतुफल सहीरूपले बुझ्ने ज्ञान प्राप्त गरेका थिए भनी भगवान् बुद्धले सूत्रमा भिक्षु आनन्दलाई बताउनु भएको पाइन्छ ।

शारिपुत्र तथा मौद्गलपुत्र भविष्यमा सधैं साथ नहुने भएकाले त्यसको सट्टामा उपाय स्वरूप मूलढोकामा भवचक्र लेख्नुपर्दछ भनी



बताईको छ । भवचक्र लेख्नुको उद्देश्य संसारको दुःखलाई सम्भेर यस भवसंसारबाट तरेर मोक्ष लाभ गर्न सधैं प्रयत्नशील हुनुपर्दछ भन्ने नै हो ।

भवचक्रमा कुन-कुन प्राणी कसरी घुम्छन भन्ने विषय यसप्रकार छन् :

भगवचक्रमा ६ लोकहरू देखाइएको हुन्छ । जसमध्ये तीन लोक सुगति र तीन लोक दुर्गति पर्दछन् । तीन सुगति लोकहरूमा देव, असुर तथा मनुष्य लोक पर्दछ । तीन दुर्गति लोकहरूमा पशु, प्रेत तथा नरक लोक पर्दछ । यी ६ लोकबाट तरेर जानु नै निर्वाण प्राप्त गर्नु हो । देवतालाई च्यूतिपतन दुःख, असुरलाई युद्धको दुःख, मनुष्यलाई जरामरणको दुःख, पशुलाई मुखताको दुःख, प्रेतलाई भोग तिर्खाको दुःख तथा नरकलाई चिसो र तातोको दुःख आदि यसमा वर्णन गरिएको हुन्छ । बाहिरी भागमा १२ प्रतीत्यसमुत्पादलाई देखाएको हुन्छ भने भवचक्रको भित्रीभागमा रीस, राग र मोहको प्रतिक स्वरूप सर्प, चरा र सुँगुरको चित्र कोरिएको हुन्छ । ती तीन विषहरू पनि अविद्याको कारण उत्पन्न भएको हुन्छ । अविद्याको कारणले आसक्ति,

आसक्तिको कारणले अकुशलकर्म तथा अकुशलकर्मको कारणले मृत्युपछि यी ६ लोकहरूमध्ये कुनै एक लोकमा जन्मेर पुनः अनेक प्रकारका दुःखहरू भोग्नु पर्दछ । भगवचक्रलाई घरमा राख्नाले भगवान् बुद्धको ज्ञानलाई बारम्बार स्मरण गर्न मद्दत मिल्ने र अनित्य जीवन सम्बन्धी भावना गर्न सहज हुन्छ । भवचक्रलाई द्वारमा राख्दा बाह्य विघ्नबाधा भित्र आउनबाट रोकथाम हुने तथा भित्रको सह बाहिर नजाने हुन्छ । सह तथा मन्लकारी सिद्धिहरू बाहिर जानबाट बचाउँछ । यसका साथै अनेक लाभहरू प्राप्त गर्न सकिन्छ भनी बौद्ध वाचमयहरूमा उल्लेख गरिएको छ ।

We like to express our warm and hearty greetings to you and family on this Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146

- Mr. & Mrs. Ang Gelu Sherpa





BHURTEL LAW FIRM PLLC

Durga P. BhurTEL
Attorney at law

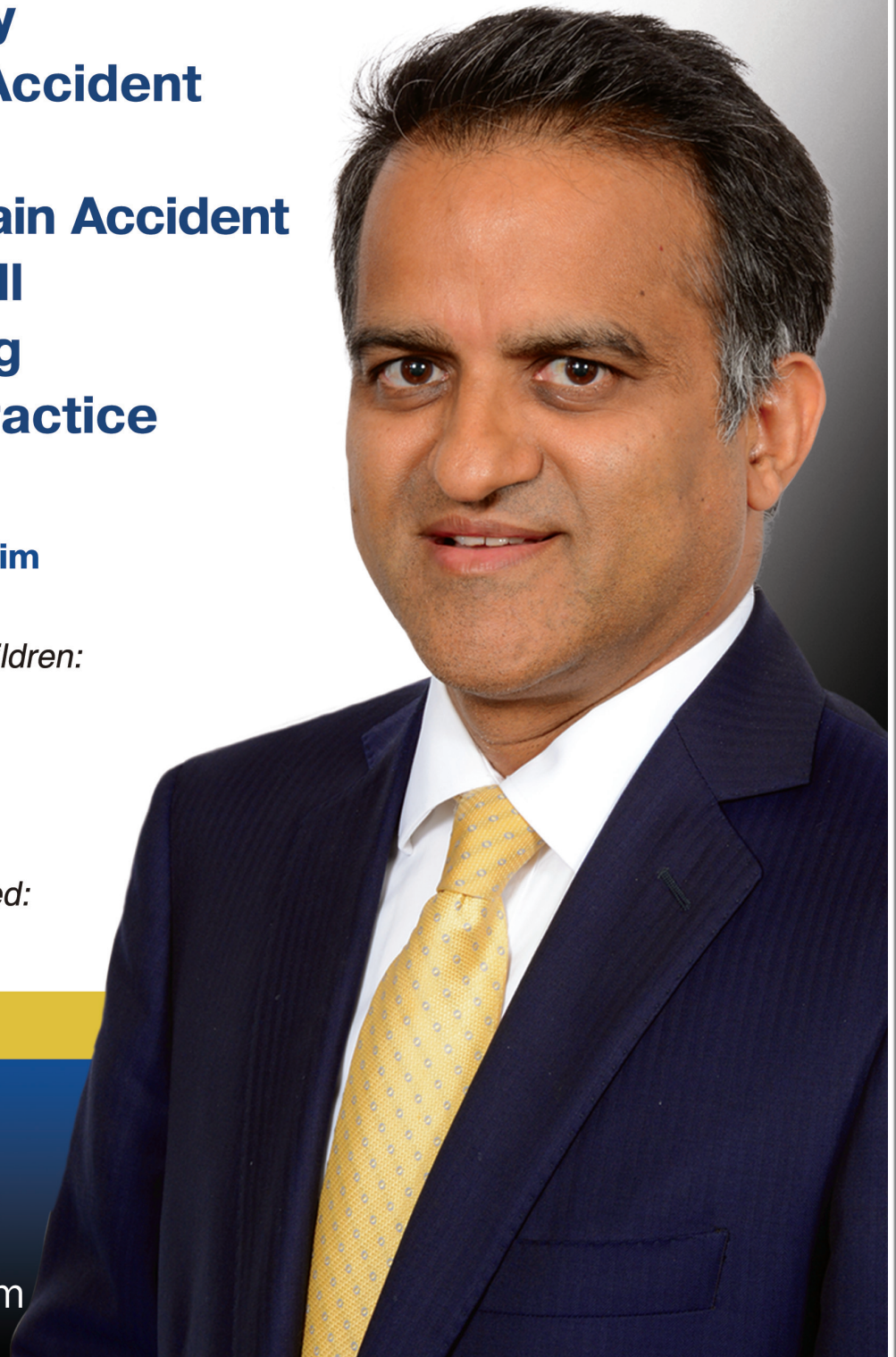
- 1. Personal Injury**
- 2. Construction Accident**
- 3. Injury at Work**
- 4. Car, Bus or Train Accident**
- 5. Trip, Slip & Fall**
- 6. Lead poisoning**
- 7. Medical Malpractice**

Some of our clients' claim settled as follows

- *Led poison injury of two children:*
\$2.86 millions
- *Side walk trip and fall:*
\$400 thousands
- *Injury at backyard:*
\$300 thousands
- *Construction workers injured:*
\$2.8 millions

Office

3749, 75th Street, Floor 2nd
Jackson Heights, NY 11372
Tel: 718-509-6181
www.attorneybhurTEL.com





शुक्र वज्र

हिमाली बौद्ध धर्मावलम्बिहरूले प्राचिन काल देखि मानिदै आएको त्रिडमा परम्परा



(आचार्या पद्मसम्भव, उपाध्याय शान्तरक्षिता र धर्मराजा ठिसोड देउचन)

महायान बौद्ध दर्शन अनुसार शाक्यमुनि बुद्धले सम्यक्सम्बुद्ध प्राप्त पश्चात् पहिलो बनारस, दोस्रो विहारको गृध्रकुट र तेस्रो बैशालीमा गरी मुख्य तिन पटक धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको थियो। बुद्धले विभिन्न काल खण्ड र स्थानहरूमा विनयजन (शिष्य) हरूको

आ-आफ्नो धातु, ईन्द्रिय, क्षमता, श्रद्धा र ईच्छा अनुकूलित समग्रमा ८४००० धर्मस्कन्ध शिक्षा देशना गर्नुभएको थियो जुन बुद्धको महापरिनिर्वाण पश्चात् सूत्र, विनय र अभिधम्म गरि त्रिपिटकमा संग्रहित गर्नुको साथै सिद्धान्तको आधारमा वैभाषिक, सौतान्त्रिक, विज्ञानवाद र माध्यमिक गरी चार भागमा विभाजन गरेका थिए।

सातौं शताब्दीको अन्तमा उपाध्याय (खेन्पो) शान्तरक्षित, महाआचार्य पद्मसम्भव र भोट देशका धर्मराजा ठिसोड देउचन यी तीन जनाको सद् प्रयासले भोटमा महायान बज्रयान बौद्ध धर्म आधिकारीक रूपमा स्थापना गरेका थिए। भोट देशमा समय, स्थान र शिष्यहरूको आधारमा फैलिएका महायान बज्रयान बौद्ध धर्म पनि डाग्युर त्रिडमा (प्राचिन) र ढ्खिग्युर सर्मा (अवाचिन) गरी दुई भागमा विभाजन भएको थियो। समामा काग्यू, साक्य र गेलुक तिन सम्प्रदाय छन्। बज्रयानलाई अर्को नाममा तन्त्रयान, गुह्ययान, सहजयान र उपाययान पनि भनिन्छ। पूर्व (डाग्यूर) प्राचिनकालको सबै आचार्यहरू बोधिसत्वको रूपमा जन्म लिनु भएको थियो। त्यस समयमा भारतका महापण्डितहरू र भोट देशका लोचावा (लोक चक्षु)हरूले संयुक्त रूपमा बुद्धवचन त्रिपिटक ग्रन्थ

संस्कृत र पाली भाषाबाट भोटभाषामा अनुवाद गरिएका थिए। त्यस समयका लोक चक्षुहरू धेरै भाषाहरूको ज्ञाता हुनुहुन्थ्यो त्यसकारण त्यस बेला अनुवाद गरिएका सबै धर्म ग्रन्थहरू वर्तमान युगसम्म पनि सहज रूपमा बुझ्न सक्ने र गम्भीर अर्थ भएका जस्ता आदि धेरै विशेषताहरू रहेका छन्।

विशेषगरी भोट देशका ३३ औं राजा सोडचोन गम्पो (सन् ६१८-६४९) ले भारतवर्षका आचार्य कुमार, आचार्य शंकर, नेपालको शिलामञ्जु आदि प्रकाण्ड विद्वान गुरुहरूलाई आमन्त्रणगरी अवलोकितेश्वर (चेनरेसिगा)को बहुमुल्य सूत्रतन्त्र भोटभाषामा अनुवाद गरेका थिए। त्यसैगरी भोटका ३८ औं राजा ठिसोड देउचन (सन् ७५५-७९४) ले विहारको नालान्दा महाविश्वविद्यालयमा अध्ययन गरेका पूर्वभारत साहोरका उपाध्याय (खेन्पो) शान्तरक्षित र उड्डियानका तिलष्पी गुरु महाआचार्य पद्मसम्भव (गुरु रिन्पाक्षे) आमन्त्रण गर्नुभई सन् ७६२ मा भोटको ल्हासाको छिम्बुमा साम्ये महाविहार निर्माण गरि सुरुमा ७ जनालाई भिक्षु शिल प्रदान गरि भोटमा बुद्ध शासनको जग बसालेका थिए। तीन तल्लाले बनेका त्यस साम्ये गुम्बा पुरै ब्रह्माण्डको केन्द्र भाग सुमेरु पर्वतको संकेत दिनेगरि बाहिरी अवरण चैं उड्डन्तपुरी महाविहारको नमुना अनुसार र भित्र तल्लाहरूमा पहिला भोट, दोस्रो चीन र तेस्रो भारत गरि छुट्टाछुट्टै बौद्ध कलाकृति शैलीमा मण्डलाको स्वरूपमा निर्माण गरि एको थियो र आश्चर्यात्मक यस गुम्बा निर्माणको क्रममा सुरुमा मानिसहरूले दिउँसो बनाएको संरचना राति स्थानिय भुत र राक्षसहरूले बाधाहरू उत्पन्न गरि भत्काएर त्यस माटो र लुङगा जुन ठाँउबाट ल्याएको थियो त्यहि ठाँउमा पुर्याउथ्यो तर पछि गुरु रिन्पोक्षेले तिनीहरूलाई शान्त पारेपछि भने दिउँसो मानिसहरूले बनाउने र राति राक्षसहरूले बनाई संरक्षकको भुमिका समेत खेलेको भन्ने कथन गुरु रिन्पोक्षेको जिवन इतिहास पेमा काथाडमा उल्लेख गरिएको पाईन्छ।

त्यही शिल ग्रहण गरेका ७ आचार्यहरू र भारतवर्षका महापण्डित विमलमित्र, आचार्य जिनमित्र, दानशिल, शान्तिगर्भ, धर्मकिर्ति, बुद्धगुह्य र कमलाशिल लगाएत प्रख्यात १०८ प्रकाण्ड महापण्डितहरू र भोटको १०८ विद्वान लोचवाहरूमा वैरोचना (उहाँलाई बुद्धको प्रमुख शिष्य आनन्दको निर्माणकायको रूपमा पनि लिईन्छ), त्यसैगरी व्याग ज्ञानकुमार, कावपाल्चेक, चोगरोलु ज्ञ्याल्लेन र श्याड हिशेदे लगाएतले साम्ये महाविहारमा जिन बुद्धको सर्वोकृष्ट त्रिपिटक (काङ्ग्यूर) वचन (१०८ ठेली) लाई शिरोपर धारणगरी अभ्यास सहित अनुवाद गरेका थिए। त्यसैगरी फेरि भोटका ४१ औं राजा ठि रल्पच्यन (सन् ८१५-८३६) ले भोटमा १००० विहार निर्माण गरी भारतवर्षका आचार्य जिनमित्र, सुरेन्द्रबोधि, शिलेन्द्रबोधि, दानशिल लगायत धेरै भन्दा धेरै महापण्डितहरू आमन्त्रण गर्नुभई भोटको खेन्पोहरू रत्नरक्षित, धर्मताशिल, लोचवा ज्ञानसेन, जयरक्षित आदि सहित सय देखि हजारौंको लोचावा महासंघ खडागरी अगाडि अनुवाद नभएका सूत्र तन्त्र, टिका र तत्कालिन पुरै भारतवर्षमा रहेका बुद्धको वचन र व्याख्याहरू कुनै पनि शेष नरहनेगरि भोटमा लगेर सबै भोटभाषामा अनुवाद गरिएको थियो।

भोट देशका आर्य त्रिकूलनाथका तीन निर्माणकाय धर्मराजाहरू (चेनरेसिक) अवलोकेश्वरको निर्माणकाय (टुल्पा) सोडचोन गम्पो, मञ्जुश्रीको निर्माणकाय ठिसोड देउचन र बज्रपाणीको निर्माणकाय ठि रत्यच्यनको धर्मशासनकाल वा पहिलो लोचावा थोन्मि सम्भोट देखि भारतवर्षका आचार्य स्मृतिज्ञानको भोटमा अनुवाद गर्ने समयकालसम्म अनुवाद गरिएको बुद्धवचनलाई प्राचिन धर्म भनिन्छ । त्यसलाई नै ड्याग्युर जिडमा भनेर चिनिन्छ । सरलभाषामा भन्नुपर्दा भोटमा क्रमैसंग उत्पन्न भएका चार परम्पराहरू मध्ये सबै भन्दा पहिला स्थापित भएका परम्परा नै जिडमा परम्परा हो ।



(थोन्मि सम्भोट)

प्राचिन जिडमा धर्म परम्परा मुख्य दुई प्रकारका छन् कामा (बुद्धवचन दिर्घागम) र तेर्मा (निधि प्राप्यधर्म) । कामा भन्नाले आदिबुद्ध धर्मकाय समन्तभद्र देखी पछिका बुद्ध र बोधिसत्वहरूलाई क्रमैअनुसार अभिप्राय, सांकेतिक र वाणीको माध्यमबाट परम्पराको धारा अक्षुण्ण रुपमा अधिष्ठानको मूल मर्म विनाश नभई वर्तमान समयकालसम्म रहनुभएका सूत्रतन्त्रका सिद्धिधर बरिष्ठ रिन्पोक्षे गुरुहरूसम्म रहेको गम्भिर धर्मलाई नै कामा भनिन्छ ।

तेर्मा भन्नाले पहिलाको बुद्ध तथा बोधिसत्वहरूले भविष्यका विनयजनहरूको लागी अधिष्ठान गरी केही समयकालको लागी अदृश्य रुपमा लुकाएर राखेको पछि कर्मकारी महापुरुष महानिधिपति (तेरतोन छेन्पो)हरूले निधि (खानी)बाट भिकिएकाहरू लाई तेर्मा भनिन्छ । तेर अथवा तेर्मा दुवै एकै हुन् जुन “लुकाइएका सम्पत्ति” भनेर पनि बुझिन्छ । तिनिहरू लुकाएको र सम्यक सम्बोधिप्राप्त महान् सिद्धहरूद्वारा रहस्यात्मक शक्तिद्वारा फेला पारिएका आध्यात्मिक वस्तुहरू, उपदेशहरू तथा प्रसारणहरू हुन् । तेर पत्ता लगाइने विभिन्न वर्गहरू सा तेर (भूनिधि), छ्यु तेर (जल निधि), नाम तेर (आकाश निधि), गोड तेर (चित्त निधि) र दाग नाड (शुद्ध आभाष) ईत्यादि रहेका छन् । तेरका रूपमा फेला पारिएका उपदेशहरूको सम्बन्धमा जिडमा परम्परा सबैभन्दा समृद्ध बौद्ध परम्परा हो । त्यो पनि विशेषगरी पहिला महागुरु पद्यसंभवले भविष्यका सद्पात्र भोट लगायत हिमालि भेगको साधारण र विशेष पुद्गलहरूमाथि करुणा दृष्टि राख्नुभई नाना प्रकारका गम्भिर धर्महरू अदृश्यरूपमा आगो, माटो, हावा र पानीले हानि पुर्याउन नसक्नेगरी अधिष्ठानगरी जङ्गल, भिर पहरा, आकाश, चट्टान, जल, भूमि आदी अनिशचत स्थानहरूमा गुप्त अवस्थामा राखी निधिपति (तेरदाग) र निधि धर्मपाल (तेरसुड) हरूलाई संरक्षकको रुपमा स्थापित गरी कर्मकारी महापुरुष (तेरतोन)हरूले भेट्नेगरी भविष्यवाणी र प्रणिधान गरेकोहरूमा पछि निर्माणकायको रुपमा आउनुभएका पाँच निधिपति राजाहरू (जाडराल जिमा होदसेर, गुरु छ्योकी वाडक्षुक, दोर्जे लिडपा, पेमा लिडपा र दोडाग लिडपा),

त्यसैगरी सर्वश्रेष्ठ ३ टुल्कूहरू (साङ्गे लामा, रत्नलिडपा र देखेन शिगपो लिडपा) र १२८ महानिधिपति (तेरतोन छेन्पो)हरूको आगमन भई पहिला लुकाएर राखेको यथास्थानबाट निकालेको गम्भिर धर्महरू लाई तेर्मा भनिन्छ ।



(साम्ये गुम्बा)

ड्याग्युर जिडमा धर्म समग्रमा नौ यानका शिक्षा र नौ परम्परायुक्त परम्परामा आधारित रहेका कारण अरू सर्मा सम्प्रदायहरू भन्दा उत्कृष्ट रहेका छन् । नौ यानहरू श्रावकयान, प्रत्येकबुद्धयान, बोधिसत्वयान, क्रियायान, उपयान, योगयान, महायोगयान, अनुयोगयान र अतियोगयान हुन् । नौ परम्पराहरू जिन अभिप्राय परम्परा, विद्याधर सांकेतिक परम्परा, पुद्गल श्रवण परम्परा, डाकिनी उत्तराधिकारी श्रि परम्परा, प्रणिधान अभिषेक परम्परा, (स्वर्ण पत्र वाणी परम्परा) वा जिन प्रसारण आगम शासनको परम्परा, अभ्यास अधिष्ठानको परम्परा, श्रवणधारा रातो आसनको परम्परा र कर्मव्यवहार परम्परा हुन् । त्यसैगरी पछि प्राचिन जिडमा धर्ममा समयकाल, गुरु र स्थान विशेष अनुसार ६ वटा आमा गुम्बाहरू (मागोन दुक)(पल्युल, काथोक, जोक्छेन, मिन्डोलिड, दोर्जडाक र सेचेन स्थापना भएका थिए जुन वर्तमानमा राष्ट्रिय र अन्तराष्ट्रिय स्तरमा यसका शाखा गुम्बाहरू स्थापित भएका छन् ।

यसरी उत्तर हिमवत पर्वतश्रृङ्खला भोटको प्रमुख तिन धर्मराजाहरू, भारत र नेपाल लगायतका महापण्डितहरू, विद्वान लोचावाहरू र बुद्ध शासनमा श्रद्धावान भोट लगायत सम्पूर्ण हिमाली भेगका श्रद्धालु व्यक्तित्वहरूको अमूल्य र अविश्रमणिय योगदानबाट बुद्धवचन अनुवाद प्राचिन ड्याग्युर जिडमा धर्म परम्परा पुरै भोट (तिब्बत), त्यसैगरी भारत र नेपालका उत्तरी हिमाली र पहाडी भेग लगाएत अन्यक्षेत्रहरूमा प्राचिनकाल देखि नै स्थापित भई निरन्तर रुपमा अभ्यास, अनुसरण, संरक्षण, सम्बर्द्धन र प्रबर्द्धन भईरहनुको साथै वर्तमान अवस्थामा यस जिडमा धर्म परम्परा पाश्चत्य मुलुकहरूसम्म तिव्र गतिमा फैलिएका हुन् ।

अनेन पुण्येन तु सर्वदर्शिता—
मवाप्य निर्जित्य च दोषविद्विष स् ।
जरारूजामृत्युमहोर्मिसंकुलात्
समुद्धरेयं भवसागराज्जगत् ॥

अर्थात् आर्जित यो पुण्यको फलले सर्वज्ञको पद प्राप्त गरि दोषी (क्लेश) शत्रुहरू हराएर, जन्म, जरा, रोग र मरण छाल उडेको (जन्मदै मनु पर्ने) संसारिक सागरबाट (सर्व) प्राणी मुक्त होउन् ।

भवतु सर्वसत्व कल्याणं ।



आड दावा शेर्पा (च्यावा)

लोशार के हो र कसरी मनाइन्छ

मंगोल चन्द्र पात्रो (दथो) अनुसार प्रकृतिमा रहेका १२ वटा पशुपंक्षीको नामबाट वर्षको नाम राख्ने चलन छ। यसरी १२ वटा पशुपंक्षीको चक्र क्रम फेरिने प्रक्रियालाई नै लोशार भनिन्छ। यो एक वर्ष अर्थात “ल्लो खोर च्युडि” १२ महिनाको चक्र पुरा भए पछि मात्रै एउटा जनवार फेरिन्छ। त्यसैले लोशार तथा नयाँ वर्ष फेर्ने क्रम एउटा पात्रोको नियम अनुरूप वर्षको एक पटक मात्रै हुन्छ। मुख्यतः तीन प्रकारको लोशार मनाइने गरेको पाइन्छ, तमू लोशार, सोनाम लोशार र ग्याल्पो लोशार। लोशार तिब्बती, शेर्पा, तामाङ, गुरुङ, ट्योल्लो र थकाली जातीले नयाँ वर्षको रूपमा मनाउने एक माहत्वपूर्ण पर्व हो। तीनै प्रकारका लोशार छुट्टाछुट्टै समयमा मनाएता पनि ल्लो(वर्ष) एउटै हुन्छ। यो कुनै जाति वा समुदाय विशेषको आधारमा फेरिँदैन। त्यसकारण सबै समुदायले ल्लो फेर्ने दिनलाई लिएर लोशारको ल्हाप्सु पुजा क्षेवा सुम (लोशारको तेस्रो दिन) सबै लोशारहरूलाई एकै समयमा मनाएमा सुनमा सुगन्ध हुन्छ। लोशार पार्टी भनेको १५ दिन भित्रमा जसरी रमाइलो गरेर मनाए पनि हुन्छ। पछिल्लो समयमा नेपालमा बसोबास गर्ने सबै जातीले यो चाड मनाउन थालेका छन्। लोशार पर्वका लागि नेपालमा सार्वजनिक विदा दिइन्छ। प्रत्येक वर्षसँग ६ वटा धातु मध्ये कुनै न कुनै धातुको नाम जोडेर आउछ। नेपाली वर्षको जस्तै १२ महिनाको नाम र सात बारको नाम पनि चन्द्र पात्रोमा अंकित छ। उक्त वर्षमा जन्मेको बालबच्चाहरूको वर्ष पनि ति नै पशुपंक्षीहरूको नाम र धातुबाट नै गणना हुन्छ। कुनै पनि कार्य गर्न बौद्ध धर्मावलम्बीहरूले आफु जन्मेको वर्ष, धातु, बार र महिना हेर्ने चलन रहेको छ। जस्तै वैवाहिक सम्बन्ध, नयाँ कार्य थालनी, आफ्नो उमेर थाहा पाउन आदि। त्यसैले आदिम काल देखि नेपालको हिमाली भू-भागमा बसोबास गर्ने सम्पूर्ण महायान बौद्ध धर्मावलम्बी नेपालीहरूको नयाँ वर्ष तथा राष्ट्रिय पर्वको रूपमा लोशार मनाउदै आइरहेको छ। लोशारको शाब्दिक अर्थ हो ल्लो (वर्ष) र शार (नयाँ) भन्ने बुझिन्छ। लोशार मनाउदा सर्वप्रथम पुरानो वर्षलाई विदाई र नयाँ वर्षलाई स्वागत गरिन्छ। यो पर्व चन्द्र पात्रो अनुसार माघ-फाल्गुन महिनामा पर्दछ। बौद्ध धर्मावलम्बीहरूले बित्तन लागेको पुरानो वर्षलाई विदाइ गर्नको लागि लोशार आउनु भन्दा २ दिन अगाडि लामाहरु आमन्त्रण गरी कृष्णपक्षीय चतुर्दशीका दिन भव्य पूजा गरिन्छ र पुरानो वर्षको विदाई गर्न गुथुक खाने चलन छ। विदाइ हुने वर्षको ग्रह दशाले नयाँ सालमा निरन्तरता नपाओस् भनेर ग्रह दशा शान्त र विसर्जन गर्न डिस्स्युगु पूजा गरिन्छ। “गुथुक” भनेको नौ किसिमको गेडागुडी मिसाएर पकाएको परिकार हो। लोशार सुरु हुनुभन्दा एक दिन अगाडि विशेष गरी घर हरु सजाई घरको भित्ताहरूमा अष्टमङ्गल अथवा स्वस्तिक चिन्हहरू कोर्छन्। घरको पुजा कोठामा रोटी (खाप्से) र विभिन्न फलफूलहरूले सजाइन्छ। नयाँ सालको पहिलो दिन विहान सबै चराचुरुङ्गी अथवा कोही पनि नउठेको समयमा पानी पधेरामा गैड पानी ल्याउने र पानी लिने धारामा पूजा गरी धारामा करक्याड (घ्यू), खादा धुपले पूजा पाठ गरी ल्याएको चोखो पानी भगवानलाई चढाउने, पुजापाठ गरि सकेपछि प्रसाद भगवानलाई चढाउने गरिन्छ। यो वर्ष मंगलमय वातावरणमा वित्तोस भनि प्रार्थना गरिन्छ। त्यस पछि सम्भव भए

नयाँ लुगा लगाउने घरका ठुलावडाबाट अशिर्वाद लिइ छिमार, सुचिया, खप्सा, डेसिल र छ्याङ्गुल खाँदै घर परिवारमा एक आपसमा लोशार टशी देलेग भनि शुभकामना आदान प्रदान गर्दै र माइलो गर्ने चलन छ। लामालाई आमन्त्रण गरि घरमा लोशारको पुजा गर्नुको साथै घरको बाहिर बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको ध्वजाहरु फरफराउछन्।

लोशारको दोस्रो दिन आफ्ना परिवारका मान्यजनहरूबाट आशीर्वाद लिने परम्परा रहि आएको छ। तेस्रो दिन सम्पूर्ण लोशार प्रेमीहरु गाँऊको एक सर्वजनिक ठाउँ जस्तै गुम्बा र विहारमा भेला भई महायान बौद्ध धर्मावलम्बीको विधी अनुसार धर्मपाल र कुलदेवताहरूलाई खुशी पार्न अमृत र धुप चढाउदै साइसेर्किम पुजा गरी सबैले एउटै स्वरमा “के के सो सो ल्ह ग्यल्लो” (देवताको जय हो) भनि जयको प्रतिक चाम्पा अथवा सेतो पिठो आकाशमा तीन पटक उडाउने र गुम्बा वरिपरि बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको नया ध्वजाहरु फरफराउने चलन छ। त्यस पछि, पूर्णिमाको दिन सम्म आफ्नो नाता गोता र छिमेकीहरूसँग सुख दुःख बाँड्दै एक अर्कामा लोसारको मंगलमय शुभकामना आदान प्रदान गरिन्छ। साथै यस अवधिमा, महायान बौद्ध धर्मावलम्बीहरु विभिन्न तिर्थस्थान घुम्न जाने र डाँडा पाखाहरुमा बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको ध्वजापाता फरफराउने कार्य गर्दछ। केहि व्यक्तिहरूले लामो आयुको लागि घर पालुवा जनवारहरूलाई लामा विधी अनुसार पुजा गरी जंगलमा लगी छोड्ने परम्परा रहेको छ। यस कारण, लोसार भनेको हिमाली भू-भागमा बसोबास गर्ने सम्पूर्ण बौद्ध धर्मावलम्बी नेपालीहरूले मनाउने राष्ट्रिय चाड हो। यो चाड १५ दिन सम्म मनाउने चलन रही आएको छ।

“वर्ष, महिना, दिन र खामको नाम”

मंगोल चन्द्र पात्रो (दथो) अनुसार ल्लो चक्र पनि १२ प्रकृतिमा रहेका पशुपंक्षीहरूको नाम यस प्रकारका रहेका छन्:

- (१) चिवा = मुसा (२) लाड = गोरु (३) ताक = बाघ (४) ह्यो = खारायो
(५) डुक = गरुड (६) डुल = सर्प (७) त = घोडा (८) लुक = भेडा (९) टे = बाँदार
(१०) च्या = चरा (११) खि = कुकुर (१२) फग = सुङ्गर।

मंगोल चन्द्र पात्रो (दथो) अनुसार (दावा च्युड्डी) १२ महिनाको नाम यस प्रकार रहेका छन्:

- (१) छु दावा = फाल्गुन (२) ओ दावा = चैत (३) न्हाग दावा = वैशाख
(४) सागा दावा = जेष्ठ (५) नोन दावा = असार (६) छ्युतोई दावा = साउन
(७) ढोशिन दावा = भदौ (८) ठुम दावा = असोज (९) युग दावा = कार्तिक
(१०) मिन दावा = मङ्सिर (११) गो दावा = पौष (१२) ग्याल दावा = माघ।

(२) मंगोल चन्द्र पात्रो (दथो) अनुसार सात बारहरूको नाम यस प्रकार रहेका छन्।

- (१) जा निमा = आईतवार (२) जा दावा = सोमवार (३) जा मिङ्मार = मङ्गलवार
(४) जा ल्हाक्सा = बुधवार (५) जा फुरुवा = विहीवार (६) जा पासाड = शुक्रवार
(७) जा पेम्बा = शनिवार।

(३) मंगोल चन्द्र पात्रो (दथो) अनुसार ६ धातुको नाम यस प्रकार रहेका छन्।

- (१) माटो = स (२) जल = छ्यु (३) अग्नी = मे (४) वायु = लुड (५) फलाम = च्याक
(६) रूख = स्विड।



“चोट”

ज्योतिकुमार श्रेष्ठ, न्यूयॉर्क

चोटबाट नै पलाउछन् सम्भावनाहरु
यदि जराले माटो छाडेको छैन भने
ठक्कर पछि नै खुल्छ चेतनाका ढक्कनहरु
यदि ईमान र ईख हारेको छैन भने ।

नियती भोग्नु धर्म हो हाम्रो
चोखो नियत कर्म हो राम्रो
सहनेहरु हाँदैनु कहिले
अहंकारी र असहिष्णु हाँछन बरु ।

माया त केवल भिक्षा हो
पाउन्जेल सम्मलाई न्यानो हो
चोट नै जीवनको हरेक पलमा
हिड्न सिकाउने शिक्षा हो ।

नरोकियोस् हिम्मतिला पाईलाहरु
नथाकोस् सकारात्मक सोचहरु
थाकोस् बरु ति चोट दिने
कूडा कर्कट खोटहरु ।

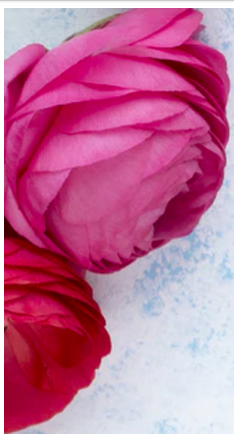
जिन्दगी त पाठशाला हो
बाँचुन्जेल सबथोक सिक्नुपर्छ
जिउंदो मान्छे बाँच्ने हो भने
चोटमा पनि मुस्कुराउनु पर्छ ।

मरेर जाला यो हाडछाला
आत्मा त कहिले मर्दैन
पलाउछ संभावना चोटमा सधै
जराले जबसम्म छाड्दैन ।



ཇེ་སུན་ཀུའུ་ལིང་།
JETSUN KUNPHEN LING

40-23 76st, 1st, Floor
Elmhurst, New York 11373
jetsunkunphenling@gmail.com
Phone: 347-495-9520



सा मो फाग्लो २१४६ औं
लोशारको पवन अवसारमा देश
विदेशमा रहनु भएका सम्पूर्ण
लोशार प्रेमीहरुमा हार्दिक मंगलमय
शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

Mr. Lakpa T Sherpa, 1st Sherpa Kyidug Vice President, New York
Mrs. Gelmu Sherpa, Adviser, Sherpa Kyidug, New York
Vice President, Jambuling Sherwee Tsokpa



Birth-to-Death Rituals of Sherpas as per Buddhist Tradition

ANG LAMI SHERPA

Introduction

Sherpas are Himalayan people living at high altitudes of north-eastern parts of Nepal. The people from Tingri crossed the *Nangpa La* (Nangpa Pass) and settled first in the upper Khumbu¹. In the present day, they are spread into several north-eastern districts of Nepal such as Okhaldhunga, Udayapur, Khotang, Bhojpur, Taplejung, Sangkhuwasabha, Illam, Ramechhap, Dolakha and Sindhupalchowk. Sherpas are Buddhists and follow the Nyingma school of Buddhism. *Padma Sambhava*, popularly known as Guru Rinpoche among Himalayan (Tibetan) Buddhists, introduced Buddhism in the early eighth century in Nepal, the Himalaya and Tibet.

Shyar means east and *wa* or *pa* means people in Sherpa language. Therefore, the meaning of *shyarwa* is people from the east². The people of Dingri gave name *Shyarwa* to the people coming from Amdo and Kham area, which is situated to the east of central Tibet and Dingri. Sherpas have unique culture and traditions brought from Amdo, Kham to their latest settlements³. After the summit of the world-famous highest mountain, Mt. Everest by Sir Edmund Hillary and Tenzing Norgay Sherpa in 1953, Sherpas started to be involved in trekking and mountaineering jobs⁴. Sherpas are also involved in business, service sector etc., at present. Their culture can be studied from several angles such as, religious culture, social culture, rituals etc. This article highlights birth-to-death rituals of Sherpas as per Buddhist tradition.

Mi-dangje (name giving)

Mindangje – The meaning of *mi* is name, and that of *dangje* is, somewhat, ritual. Sherpas also call *thu* for *midangje*, which means purification. Once a child is born in a Sherpa family, it is compulsory to perform purification with several rituals to the new born baby, the mother and the rest of the family. Name giving ritual is very important in the Sherpa community. According to the Sherpa tradition and culture, a newly born boy gets his name on the fifth to the seventh day of his birth while a newly born girl gets her name on the third to the fifth day of her birth⁵. All the rituals are performed by *lama* (monk) as per the Buddhist tradition practiced in the Sherpa community. Lama is invited for mindanje of a newly born baby, too. For the name giving ceremony, the bedroom of the baby and the mother, the house and the court yard are all cleaned early in the morning. Both the mother and the baby have to purify their bodies taking bath and wearing clean clothes.

The Sherpa people offer *suchhya* (salt butter tea) to lama because they do not start any work with their mouth empty. Lama performs *sang* – with natural leaf incense, which has amazing scent, *serkim* (black tea), *chhyomin* (butter lamp) to shrines and read out *pechha* (religious books) and mantras using *tiluk* (Buddhist bell), *bajra* (signs of Guru Rinpoche) and *damaru* (beating band). And then, lama gives *thu* (holy water) to wash both the mother and the baby's hands and face. Lama sprinkles *thu* on the head and body of both the mother and the baby and offers them some drops of *thu* to drink for purification of their body, mind and *chitta*. Lama puts butter on the forehead of the mother and the baby to safeguard them from evil spirits. He also offers *rhuwang*-protected thread purified with mantras to the baby and the mother. It is believed that this would make them safe and help them grow in a healthy way. Lama calls the baby with his/her given name three times and the mother responds, saying *lha* as many times on behalf of the baby. The meaning of *lha* is God and yes in the Sherpa language. All family members then receive *thu* spray and some drops of it from lama to drink for purification of their body, mind and *chitta*. Lama puts a green, long stem of a big *salla* tree, with four branches on the top of the stem. They tie crops, coins and *karken* (butter) in a white *khada* (scarf) together and hang on tree stem in front of the main door⁶. For the baby boy, they keep it in the right hand side of the door and for baby girl, in the

1 Sherry B. Ortner, High Religion, Delhi: Motilal Banarsi dass Publishers, 1992, P 26

2 Sherry B. Ortner, High Religion, New Delhi India: Narendra Prakash Jain, P 26

3 Michael Oppitz, Myths and Facts: Reconsidering Some Data Concerning The Clan History of The Sherpa- Kailash, Cologne, Germany, 1968, P 122

4 John Hunt, The Ascent of Everest, London: Hodder and Stoughton, 1993, P 212

5 Ibid

6 As per research (field) observation, Boudha, December 15, 2015

left hand side. Thus, people crossing the house will get to know the sex of the newborn without having to ask anybody.

Based on the Buddhist scripture, Lama gives baby boys their names such as⁷: *Konchhok*- God, *Sangay*- Buddha, *Dorjee* or *Vajra* - Symbol of Guru Rinpoche, *Jamyang*-Manjushri etc. Scripture-based names given for baby girls include⁸ *Lhamo* - Goddess, *Dolma*- female deity Tara etceteras, among others. Names are based on the name of the day in which he or she is born such as: *Nyima*- Sunday, *Dawa* -Monday, *Mingmar*- Tuesday, *Lhakpa*- Wednesday- *Phurbu*- Thursday, *Pasang*- Friday and *Pemba*- Saturday.

For example, a baby boy born on Sunday probably gets his name as Ngima Chhiring and a baby girl born on the same day might get her name as Ngima Doma. The number or order of birth of child among the siblings also determines his/her name such as⁹ Sumba for a third child, Jhikku for a fourth child and Ngatempa for a fifth child. These are limited parameters for naming of Sherpa babies. One can see that most of Sherpas have the same name. Even in a family having 6/7 members, two or three persons could have the same name such as Lhakpa for the father and for the son and Lhakpa Doma for the daughter.

Mindojang – gathering of relatives and neighbors

The family invites relatives and neighbors for *thu* and celebrates the arrival of a new member in the family. All the invitees receive *thu* to purify themselves, too¹⁰. The invitees do not come empty-handed to participate in the *mindojang* program. They bring presents to the mother such as high tonic food items like butter, eggs, cheese, fruits, juice etc. Some guests also bring clothes either to the mother or the baby as per their relationship to the family. They offer *khada* to the parents and their baby, congratulate the parents and give blessings to the baby.

Some people also give cash to the mother on the basis of how much they had received in their family program from the same parents in similar such programs previously. The family offers delicious foods, *chhyang* and *arak* to the guests¹¹.

First Hair cut of male child

The Sherpa people get their son's hair cut when the child starts to talk properly. They believe that if hair is cut before the child starts talking, he might not talk, forever. When the child starts to talk properly, his parents consult lama for a suitable day for their child to have his first hair cut. Lama determines an appropriate day and time consulting the *chi*- Sherpa calendar as per the birth year of the child. Lama performs mantras and offerings to their shrines and Spirits to make them happy. And then, lama cuts a bunch of hair of the child for the first time. The family tosses away the hair into a clean and 'pure' area like a hillside, forest or river for good fortune of the child¹².

Zendi- the Wedding

The marriage rite has special importance in the lives of the Sherpa people as in other communities. The social life of a Sherpa boy or girl starts only after the marriage rite. The boy becomes a man and a girl became a woman after the marriage rite that connects the two families from two villages. The marriage contains *sodne*, *chhyayik* and *zendi*.

Sodne

Sodne ('asking') is the first step to arranged marriage. Senior relatives of the boy go to the house of the girl to ask whether they accept the marriage proposal. They propose to the family of the girl, presenting with a bottle of homemade liquor, *arak* wrapped in *khada*, a white scarf, which is used by Sherpas in formal programs, instead of flowers. The family accepts the *arak* if it agrees to the marriage proposal. If not, they return the *arak* to the house of the boy. Generally, marriage takes place within families of the same social, economical and educational status, in the case of arranged marriage.¹³

Demjyang

After matching *chi*, *kham* and *mero* of the boy and the girl, both families go for the second phase of the rite-*demjyang*. *Demjyang* is confirmation of marriage. In *demjyang*, the family and close relatives of the boy go to the house of the girl carrying more *arak*, *chhyang*,

7 As per personal communication with Chhiring Sherpa, Dolakha, January 4, 2015

8 Ibid

9 Ibid

10 As per research (field) observation, Boudha, December 5, 2015

11 Ibid

12 Ibid

13 Ibid

khataas present to confirm the date and programs of marriage after consulting lama. The family of the girl asks for the required amount of *chhyayik* to the boy's family. *Chhyayik* is a crop used in making *arak* and *chhyang* to be offered to *zendi*.

Zendi

The term '*Zendi*' is derived from *Janti*, a Nepali language term meaning a marriage procession. Cleanliness rituals such as *sang serkimis* performed in the house of both the bride and the groom by lama. Both the bride and the groom have special wedding dresses with several types of green, red, blue precious stones and gold and silver ornaments. Lama puts *tika*- a red mark on the forehead of everyone attending *zendi*. The main lama holds *kholu-thangka*. He is called as lama of *kholu*, during the process. Other lamas play various musical instruments such as *geling*, *buksell*, *chammar* during the wedding ceremony. Everyone attending *zendi* has to go through the *surjyang* ritual. *Zendi* also helps the family to carry *keka*- a gift to the family of the bride¹⁴. In the Sherpa community, there is no system of presenting dresses and ornaments to bride or groom.¹⁵

Relatives of the groom offer *keka* as present to the family of the bride. It includes a variety drinks such as whisky, rum, wine, beer and *chhyang*, along with beautiful *khada*. Every close senior relatives of the bride receives *femar*, a handmade uncooked cake of fried barley flour, butter, coconut powder and sugar. Relatives of the groom sing special wedding songs to the relatives of the bride, who receive *femar*. There are separate songs for men and women.

They offer *furo chhyang* to *femar* receivers while singing the songs¹⁶. *Furo* is used within similar hierarchies of castes in the society.

The groom is seated on mandala carved with flour or rice carpet in a special pose as instructed by *lama*. *Kelmi*, friends and the helper of the bride bring the bride

and have her seated alongside the groom in a special position. *Kelmi* brings the bride under a colorful umbrella, while *kelmi* of the groom also shelter him under a separate umbrella. *Lama* performs several rituals of wedding as per the culture and religion. *Zendising* and dance *shebru*, the Sherpa dance together for a happy nuptial life of the newly wed and receive *khada* and *chhyang* with thanks.¹⁷

In the end, the family and friends send the bride with *kelmi* under umbrella passing through the table of *surjyang* ritual. People throw barley flour *champa* towards *zendi* for fun. *Zendi* tries to evade *champa* as it is dusty¹⁸. The brides' relatives single out a few members from *zendi* as *yangchhe* of the bride. It is believed that a daughter is a precious property of a family¹⁹. *Zendi* might take all the fortunes along with the bride to their homes and the village. Therefore, they want to retain some *yang* or good fortune in the bride's home and her village pulling out some members of *zendi*. After offering few drinks, they release *yangchhe* and he or she joins the awaiting *zendi*.

At the groom's house, the bride and the groom are received with *surjyang*, the welcome ritual. The family share *keka* of the bride to everyone in *zendi* in the evening²⁰. The next day, *Tashiselo* ritual takes place to give guidance to the new couple on technique of producing healthy children for continuation of generations²¹. Once the couple has a few children, they receive movable property such as ornaments, cattle, utensils as dowry from the girl's parents, relatives and neighbors.

Death ritual

After the death of a person, the Sherpa people invite lama to perform final rites as per their culture and religion. Lamas perform *phowa* rituals reciting mantras and cut some hairs from the frontal scalp of the deceased to open the path to let *sem* go from that part so the deceased rest in peace *Sukhawati Bhuwar*²².

14 Ibid

15 Ibid

16 Ibid

17 As per research (field) observation, Boudha, December 9, 2015

18 Ibid

19 Ibid

20 Ibid

21 As per personal communication with participant of Tashiselo ritual, Mingma Sherpa, Solu, January 4, 2016

22 Ngwang Tenzin Zangbu Tengboche Reincarnate lama, Frances Klatzel, Stories And Customs of The Sherpas, Kathmandu: Mandala Book Point, 1995, P 34

Later, lama recites the *bardo thodel* text to listen to the body. After cleaning the body, they wrap it in a new white cloth and put it in the place of ritual performance. A numbers of lamas recite *hyum* texts, offer *tshog* i.e. foods, drinks to the dead body. Lama looks up *chi*, the Sherpa calendar, for an ominous day, time and the direction for cremation as per *lhorto*- the year of birth of the person. Mostly, they keep the body for three to four days in *gonpa* or in the house performing several transit rituals²³. They thoroughly perform every ritual so that the deceased can rest in heaven.

Ghewa / chhyenga

After the cremation, members of the bereaved family keep *saato* (sem) at home and perform daily rituals with help of lama²⁴. *Dinji*, the weekly ritual is performed every week until *chhenga*, the final rite, takes place. They perform *chhenga* in between the third to the seventh week of the death. They invite relatives, neighbors and friends to take part in *chhyenga* ritual, placing a printed invitation card. Lamas perform *chhyanga* rituals reciting verses from religious texts and offering *torma* to shrines, Spirits and deities. The family serves foods and soft drinks to guests and gives away a bag of *tshog*. Visitors offer *khada* to the portrait of the deceased person and contribute *saro*, a kind of cash support, to the bereaved family²⁵. *Lamju* is the same like *chhyanga* ritual. People perform *lamju* mostly until the third year of death.²⁶

Conclusion

Sherpas have fewer rituals in comparison to other communities of Nepal. Therefore, the author finds that Sherpas save on both valuable time and money. Most Sherpas do not perform the first haircut ritual these days. The finding of this paper is that almost all Sherpas continue to perform the name giving ritual, the marriage ritual and the death ritual, at present. The trend of celebrating birthday has recently become popular in the community as an effect of westernization and so-called modernization. The community should perform their rituals in a traditional and economical way. Most of the Sherpas have realized that the current way of performing their rituals are being very expensive these days. Especially, performing marriage ceremony and several phases of death rituals are becoming very expensive. This study also found examples of some Sherpa people converting to other religions of foreign origin due to economically burdensome rituals in the society. The community should continue their own rituals and tradition in a simple way as it had existed in the past. Rituals are a major part of the culture of a community. Therefore,

Sherpas have to preserve their original rituals and continue it as a major part of their life.

Bibliography:

- Bista, Dor Bahadur, People of Nepal, Kathmandu: RatnaPustakBhandar, 1967.
 Fisher, James F., Sherpas, Reflections on Change in Himalayan Nepal, Delhi: Oxford University Press, 1997.
 Fisher, James F., Trans-Himalayan Traders, Delhi: MotilalBanarsidass Publishers, 1997.
 Haimendorf, Christoph Von Furer, Himalayan Traders, Time Books International, 1988.
 Hunt, John, The Ascent of Everest, London: Hodder and Stoughton, 1953.
 Kunwar, Ramesh Raj, Fire of Himal, An Anthropological Study of the Sherpas of Nepal Himalayan Region. New Delhi: Ninara Publication, 1989.
 Ortner, Sherry B., High Religion, A Cultural and Political History of Sherpa Buddhism, Princeton University Press, 1992.
 Ortner, Sherry B., Sherpa Through Their Rituals, Cambridge University Press, 1977.
 Ortner, Sherry B., Life and Death On Mt. Everest. New Delhi: Oxford University Press, 2000.
 Oppitz, Michael, Myths and Facts: Reconsidering Some Data Concerning The Clan History of The Sherpas, Kailash, 1968.
 Paul, Robert A., The Sherpas of Nepal, New Delhi: MotilalBanarsidass, 1989.
 Shakabpa, Tsepon W. D., Tibet A Political History, New York: Potala Publications, 1984.
 Sharma, Nagendra, Nepalese Lifestyle, Text in Nepali, Kathmandu, Nepal: SajhaPrakashan, 2007.
 Sherpa, Furi, Sherpa custom and Language, Text in Nepali, Nuri Chhepal, 1993.
 Sherpa, MingmaNorbu, Sherpa Culture, MingmaNorbu Sherpa, 1982.
 Sherpa, NgawangWosherKhenpo Lama, Nepali Buddhist Tradition in Himalayan Region, Text in Nepali, Kathmandu: Research Center for Nepal and Asiaian Studies, Tribhuwan University, 2004.
 Sherpa, KhenpoShangyaTyanjing Lama, The History and Generation of the Sherpa, 1970, Text in Nepali, Translated by KhenpoNgawangWosher Sherpa, 2012.
 Sherpa, Pasang, The Sherpas, United Kingdom: UK Sherpa Kidug, 2007.
 Sherpa, Thupten Lama, The Sherpas And Sharkhumbu, Sherpa Thuptem Lama, 1999.
 Young, Paulline V., Scientific Social Surveys and Research, New Delhi: PHI Learning Private Limited, 2012.
 Ngwang Tenzin ZangbuTengboche Reincarnate lama, Frances Klatzel, Stories And Customs of The Sherpas, Kathmandu: Mandala Book Point, 1995

23 As per research (field) observation, 2015, January 16, 2016

24 Ibid

25 Ibid

26 As per research (field) observation, December 9, 2015



डा. मिडमा नेवु शेर्पा

परिवर्तनको संघारमा शेर्पा समुदायलाई अवसर र चुनौतीहरू

शेर्पा समुदाय नेपालको एक अल्प संख्याक आदिवासी समुदाय हो। शेर्पाहरूको बसोबास पूर्वमा मेचीदेखि पश्चिममा वागमती अञ्चलको सिन्धुपाल्चोक जिल्लासम्ममा गरेको पाइन्छ। यस जातीको आफ्नै भाषा, भेष, लवाइ खवाइ, रहनसहन, रितिरिवाज, संस्कृति, धर्म र परम्परा पाइन्छ। जनसंख्याको हिसाबले करिब दुई लाख अनुमान गरेका शेर्पा जातीहरूले नेपाल भित्र र बाहिर आफ्नै विशिष्ट साँस्कृतिक र जातीय पहिचान कायम गरी बसेको पाइन्छ। विगतका दिनहरूमा उच्च हिमाली जिल्लाहरूमा बसोबास गर्ने, नेपाल, तिब्बत र भारतमा वार्टर प्रणालीमा (द्यवचतभच कथकतभ० व्यापार गर्ने व्यापारी भनी चिनिएका शेर्पा समुदाय तिब्बतमा सन् १९५९ को साँस्कृतिक क्रान्ति पछि नेपालमा क्रमिक रूपमा विकसित हुँदै गएको पर्वतीय पर्यटन र पदयात्रा पर्यटनको विकाससँगै केही दशकको अन्तरालमा नै नेपाल र नेपालीलाई विश्व सामू परिचित गर्न सफल समुदायको रूपमा लिन सकिन्छ। तथापि, बीसौं शताब्दीको अन्तमा विकसित भएको माओवादी जनयुद्ध र राजनीतिक द्वन्द्वको कारण एकातर्फ नेपालको पर्यटन बजारमा शिथिलता आउनु र अर्कोतर्फ द्वन्द्वबाट बच्न क्रमिक रूपमा युरोप, अमेरिका, जापान, अस्ट्रेलिया लगायत खाडी राष्ट्रहरूमा रोजगारको खोजीमा बाहिर गमन हुनु प्रमुख कारण रहेको छ।

यस प्रकारका घटना क्रम र त्यसबाट सिर्जिएका परिवर्तनले शेर्पा समुदायको जीवनशैली, जीविकोपार्जन र पहिचानमा सकारात्मक र नकारात्मक दुवै प्रभावहरू पर्न थालेको देखिन्छ। जनसंख्याको हिसाबले थोरै भए तापनि शेर्पा समुदायले विश्वको विभिन्न देशहरूमा आफ्ना जातीय अस्तित्व, पहिचान र मौलिकतालाई संस्थागत रूपमा स्थापित गर्न सफल भएको पाइन्छ। यसको ज्वलन्त उदाहरणको रूपमा “युनाइटेड शेर्पा किदुग” न्यूयोर्कलाई लिन सकिन्छ।

युनाइटेड शेर्पा किदुगले विगत तीन दशक यता अमेरिका प्रवेश भएका रअस्थायी र स्थायी बसोबास गर्ने सबै शेर्पा दिदीबहिनी र दाजुभाइहरू (लाई आपतविपद् र सुखदुःखमा साथ दिँदै सम्पूर्ण शेर्पा समुदाय र अन्य नेपाली समुदायलाई सहयोग गर्दै अगाडि बढेको देखिन्छ। हाल न्यूयोर्कमा करिब ५०० जना अटाउँन सक्ने गुम्बा स्थापना गरी सम्पूर्ण नेपालीको शानलाई उच्च राख्न सफल भएको पाइन्छ। यो गुम्बा भित्र शेर्पा लगायत नेपालका अन्य वर्ग विशेषले पनि विविध प्रकारका पाठ पूजा र चाडवाड मनाउने गरेको पाइन्छ।

युनाइटेड शेर्पा किदुग अमेरिकाको प्रचलित कानून अनुसार विधिवत रूपमा दर्ता भएको एक गैर सरकारी संस्था हो। यसको विधान अनुसार गठित कार्यसमितिको कार्यकाल तीन वर्षको हुने गर्दछ। यसको कार्यसमितिमा नेपालको भौगोलिक र लैङ्गिक प्रतिनिधित्वको आधारमा प्रतिनिधी चयन गर्ने गर्दछ। मूल कार्यसमिति अन्तर्गत खेलकुद,

साँस्कृति, महिला सशक्तिकरण, विद्यार्थी र पेशाकर्मी आदिका उपसमितिहरूले आ-आफ्नो क्षेत्रमा विशेष योगदान पुऱ्याएको देखिन्छ। शेर्पाहरूको महान चाड ल्होसार लगायत अन्य चाडपर्वहरूमा न्यूयोर्क स्टेटाका मेयर र अन्य सरकारका उच्च पदाधिकारीहरूले सहभागी जनाउँदै शेर्पा र सम्पूर्ण नेपाली समुदायलाई सम्बोधन गरेको पाइन्छ। यस प्रकारको गतिविधीहरूले एकातर्फ आप्रवासी शेर्पा र नेपाली समुदायलाई आत्मबल दिलाएको महशुस हुन्छ, भने अर्कोतर्फ अमेरिकाको साँस्कृतिक मूलधारमा सामेल गराएको अनुभूति मिलेको भान हुन्छ।

शेर्पा किदुगको साँस्कृति उपसमिति अन्तर्गत सञ्चालित श्यरवी रिक्सुड लोप्टाले महिला, पुरुष र अर्ध भैसे र वृद्धाहरूका लागि शेर्पा भाषा, धर्म र साँस्कृति सम्बन्धी विभिन्न कक्षाहरू नियमित रूपमा सञ्चालन गरी साँस्कृति र परम्परा संरक्षणमा महत्वपूर्ण योगदान दिएको पाइन्छ। परिणाम स्वरूप हाल करिब १५० भन्दा धेरै चेलाहरू मर्दा पर्दा विविध पाठपूजा गर्न सक्षम भइसकेका छन्। यसको श्रेय लोपेन ग्युर्मी छोडाक, टुल्कु रिम्पोचे र शेर्पा किदुगलाई जान्छन्।

यस अलवा नेपालबाट गएका र अमेरिकामा नै जन्मेका स-साना नानीहरूले विगत वर्षहरूमा सिकेका धार्मिक पाठपूजाका मन्त्रोच्चारण र अभ्यासहरू र त्यसको अर्थ व्याख्यान सम्बन्धी गतिविधिहरू निकै प्रशंसनीय देखिन्छन्। यस कार्यलाई महत्व दिई आफ्नो बाल बच्चाहरूलाई सो शिक्षाको अवसर प्रदान गर्ने अभिभावक र शिक्षा दिने गुरु र शेर्पा किदुगको पहललाई महानता ठान्नु पर्दछ। यस असल कार्यको प्रचारप्रसार वर्तमान समयमा विभिन्न सामाजिक सञ्जालहरू मार्फत् तत्काल विश्व व्यापीकरण भई अन्य देश र क्षेत्रहरूमा रहेका शेर्पा समुदाय लगायत अन्य समुदायहरूले पनि अनुशरण गर्न सक्ने भएकोले यसको प्रभाव सकारात्मक रहेको छ।

आय आर्जनमा वृद्धि गरी सुखी जीवन प्राप्तिका लागि विदेशिने क्रम दिनहुँ वृद्धि हुँदा यता नेपालमा शेर्पा समुदाय र अन्य नेपाली समुदायको पुर्ख्यौली थाकथलोहरू उजाड हुँदै गएको देखिन्छ। पहाडमा युगौं युगदेखि आफ्नो पुर्खाले आर्जेका जग्गा जमीनहरू बाँभो रहेका देखिन्छन्, घरहरू रिक्त भएका छन् र बस्तीहरू सुनसान देखिन्छन्। कुनै ताका खचखच विद्यार्थी भएका विद्यालयहरू विद्यार्थीको अभावमा बन्द हुने अवस्थामा पनि पुगेको देखिन्छन्। आफ्नो गाउँठाउँलाई माथि उकास्न योगदान पुऱ्याउन सक्ने दक्ष जनशक्तिको अभाव खटाएको देखिन्छ। परिणाम स्वरूप जल, जमीन र जङ्गलसंग रही आएको युगान्तकारी सम्बन्धमा आँच आउँने चुनौती सम्पूर्ण शेर्पा समुदाय, आदिवासी जनजाती र अन्य आप्रवासी नेपालीहरू सामू विद्यमान देखिन्छन्। तसर्थ, यस चुनौतीलाई सामना गर्ने नीति तथा कार्यक्रमहरू अगाडि बढाउनमा सम्पूर्ण शेर्पा समुदायहरू सफल रहनु आवश्यक देखिन्छ।

नोट: यो लेख रचना लेखकको आफ्नो बुझाइ र अनुभवमा आधारित छ। यस लेखको लेखक हिमालयन ट्रष्ट नेपालको प्रमुख कार्यकारी अधिकृत हुनुहुन्छ।



आफ्नै रहरले बोकेको भारी

शैलेश श्रेष्ठ
न्युजर्सी, अमेरिका

मानिस आफ्नै कारणले दुस्खी हुने गर्दछ। आफ्नै आत्मालाई शुद्ध गर्दा प्राप्त हुने अषिम र अलौकिक खुसी भेट्न नसकेर अथवा नजानेर मान्छे नामको सामाजिक प्राणी निर्जीव र निरपेक्ष बस्तुहरूमा सुख र शान्ति खोज्न जीवनपर्यन्त भौतारिन्छन। मृगले आफ्नै नाभीको कस्तुरीको वासना खोज्दै भौतारिए जस्तै हामी आफ्नै खराब जीवन पध्दती अनि बेढंगे व्यवस्थापनका कारण आफ्नो अमूल्य जीवन र परिवारलाई भयावह निस्सार मृगतृष्णाहरूमा रूपान्तरित गर्दछौं जसको सरल प्रवेश त छ तर सुरक्षित बहिर्गमन भने छैन।

यो “सामजले के भन्ने हो” भन्ने मनोदशामा हामी निककै पीडित र प्रताडित हुने गर्दछौं। यो उता नेपालबाटै बोकेर ल्याएको जिर्ण रोग अनि महामारी हो त्यो निरन्तर हरेक मनहरूमा यो प्रवासमा पनि फैलिरहेको छ। त्यसरी हामी आफैले आफैलाई चिमोट्छौं, चिथोछौं अनि दुस्खाउँछौं। आफु के हु र आफ्नो औकात के हो अनि कति छ भन्ने कुराको मतलब नगरी अरुलाई तौलनमा हामी आफ्नो अमूल्य समय खेर फाल्छौं। आफु भन्दा पाँच वर्षपछि अमेरिका आएको साथीले बैंकको ऋणमा घर किनेको र नयाँ गाडी कुदाएको कुराले हामीलाई भत्भती पोल्छ। अझ श्रीमतीले त्यो यथार्थ अनि दृश्यको सचित्र बयान गर्दा त थप ग्लानी मात्र हुँदैन हामी विस्तारै आफैलाई नालायक ठान्दै हिनताहरूमा बाँच्ने अभ्यास समेत गर्दछौं। त्यस्ता हिनताहरूले पहिल्याउने गोरेटाहरू भनेको अकर्मन्यता र बेईमानीहरू मात्र हुन। तर लोकलाजको बहानामा हामी ठिक र बेठिक छुट्याउन नै नसक्ने हुन्छौं।

आफु दशकौं बसेको न्युयोर्क सहरको नेपालीहरूको बाक्लो आवादी भएको कुईन्स काउन्टीको ज्याक्सन हाईट्स आसपासमा जाँदा, आफन्त र साथीसंगीहरू भेट्दा हिजो आज मेरो मनमा हतास र उकसमुकसको अनुभूति हुन्छ। एउटै प्रश्न मेरो मनमा ठीङ्ग अनि सपाट उभिन्छ “हैन कसरी जीवनयापन गरिरहेका छन यहाँ हाम्रा मान्छेहरू? “विगत दस वर्षदेखि तुलनात्मकरूपमा बढोत्तरी नभएको कमाईले कसरी म जस्तै श्रमजीवीहरूको गर्जो चल्छ? त्यहि अनुत्तरित प्रश्नले चिमोट्छ, चिथोछ अनि थप प्रश्नहरू उब्जन्छन “हैन कसरी चलाएका छन यिनीहरूले दैनन्दिनी अनि कसरी बाँचेका होलान यिनीहरू यो महँगो सहर र संस्कारमा? आफुले मुस्किलले १४ सय डलर तिरेर लामो समय बसेको अस्टोरियाको अपार्टमेन्ट आफुले छाड्नासाथ प्रति महिना २३ सयको बोलकबुलमा सजिलै बिकेछ। सबैसंग अन्तरिक कुरा सोध्न सहज हुन्न तथापि लाग्छ, ज्याक्सन हाईट्स आसपासमा दुई वेडरुम अपार्टमेन्टको सजिलै दुई हजार डलर प्रतिमहिना भाडा तिर्नु पर्छ तर हाम्रो आम्दानी दशकौंदेखि खर्च र महँगोको अनुपातमा खासै बढेको मैले अनुभूत गरेको छैन।

अन्य राज्यहरूको तुलनामा न्युयोर्क राज्यको प्रतिघन्टा तलबमान उच्च नै छ तथापी एक दशकदेखि खर्च र विशेष गरि रेन्टल प्रपर्टीको तुलनामा आम्दानी कति पनि बढेको छैन। तर त्यहिका साथीभाई र आफन्तहरूको जीवनशैली फेसबुकमा ईर्ष्यालाग्दो देखिन्छ। हरेक हप्ताहरू जसो रंगिला रमझम साँझमा रमाएका डाहालाग्दो दृश्यहरू फेसबुकमा देख्न पाईन्छ। निरन्तर नेपालबाट आईरहने पहुनापातको उपल्लो सम्मान सत्कार गर्दै घुमाई फिराईमा साथ दिएको अनि साँझ ढलेपछि गीत(संगीतको मनोरंजन लिदै आयातित मदिराहरू सहितको महंगा रेस्टुरेन्टमा लगेर उपल्लो आतिथ्य दिएका दृश्यहरू मनमोहक भन्दा पनि मेरो लागि हिजो आज प्रश्नवाचक पनि हुने गरेको छ।

यस्तो लाग्छ हाम्रा मान्छेहरूले संसारकै समुन्नत अनि रमाईला जीवन बाँचेका छन, सामाजिक संजालले त्यस्तै दैनिकीहरूको अनवरत बयानहरू गरिरहेका छन। करिब नब्बे वटा संघ(संगठनहरू अनि हरेक बहानामा विवाह(भोज, ब्रतबन्ध, जन्मदिन पार्टी, ढुकुटी पार्टी, जातै पिच्छेको सांस्कृतिक तथा धार्मिक भोज, अब हुँदा हुँदा यताको सपै उत्सवहरू, चाहाडपर्वहरू, बेबीसावर थ्याङ्कस गिभीङ्ग देखि हलोईन अझ के के के के अनि त्यस्तै बहानाहरूमा मस्त अनि व्यस्त देखिन्छन त्यहाँका हाम्रा मान्छेहरू।

उताका पार्टीसंग साईनो मात्र होइन नाईटोनै गाँसिएका राजनीतिवाजहरूको कथा ब्यथा फेरि अर्कै छ। तिनका विचार अथवा गुटका नेता, मंत्री अथवा पूर्वमंत्रीको आगमन नभएको कुनै महिने हुन्न तर पनि “यो मन त मेरो नेपाली हो” को गति, मति अनि चालमा उर्दी जारी गरेर खदा(माला लिएर उबर थन्क्याएर घरमा श्रीमतिलाई ढाँट्दै तिनलाई टिप्न लामालस्कर एयरपोर्ट पुग्न नि भ्याएकै छन। त्यतिले मात्रै कहाँ सकिन्छ र तिनको चाकरी, चाप्लुसी अनि तावेदारीको अनन्त नित्यकर्म! तयारी सुरु हुन्छ समुदायसंग वासी विषयमा भष्ट नेताहरूको तथाकथित सामुदायिक अन्तरक्रिया। बानी विग्रेका अनि पल्केका साँढे नेता तथा मंत्रीलाई साँझ ढल्लासाथ आलुको रस र जौको भोलको उचित बन्दोबस्त गर्न कार्यकर्ता तमत्यारनै हुन्छन “नेता देबो भवस्” को आतिथ्यमा।

अछिल्लो समयमा ढिलै भएपनि साथीसंगीहरूबाट त्यहाँ जिउन गाह्रो भएको कथाहरू सुन्ने गरेको छु। अनि कैयन साथीहरू पाखा लाग्ने समेत गरेका छन। सहर केन्द्रित बसाईमा लाभ हानी दुवै हुने गर्दछ तर हाम्रो सवालमा देखावटी जीवनशैली, आडम्बर अनि महँगो कर्मकाण्डी परम्पराहरू त्यसका जडहरू हुन। यी आफैले बेसाएका दुःखहरू हुन। देखासेखीमा गरिने हरेक कर्मले कालान्तरमा जोखिम निम्त्याउँछ। देखाउनु पर्ने कर्मकाण्डी पुरातनिक हाम्रो समाजमा हाम्रा मान्छेलाई आफ्नो औकात भन्दा माथीको चीज राख्ने र जोड्ने होडवाजी चलेको छ। ठुला सहरमा नियमित कमाईले नधान्ने ऋण लिएर त्यस्तो शौखिन जीवनयापन गरिरहेका र त्यसको दुरुह परिणाम भोगीरहेकाहरूको भनि नसक्नुको दुर्दशा मैले पनि नजिकबाट सुनेको छु।

अरु जहाज चढेको देखेर हामी धुरी चड्न पनि हतारिन्छौं। लामो काल शारीरिक परिश्रम सहितको एकोहोरो काम गर्दा गर्दा थकित भएकाहरूले नयाँ सपना र अभिलाषा बोकेर रेस्टुरेन्ट अथवा पसलको मालिक बन्नु कुनै अनर्थ अथवा आश्चर्य हुँदै होइन तर हाम्रा

मान्छेहरु आवश्यक पूर्वाधार, तयारी र अनुभव विनै कोहि कसैको उक्साहटमा त्यस्तो व्यवसायमा हजारौं डलर खन्याउँछौं अन्ततः परिणाम निककै नकारात्मक आउने गर्दछ, अनि उनीहरु “ब्याक टु मंगलमान” हुन्छन ।

त्यस्ता थुप्रै घटना परिघटनाहरुको पनि म सुनी जान्ने साक्षी बनेको छु । हामी त विगतका गलित, कमीकमजोरी र हतारोहरुबाट उचित पाठ सिक्न नजान्ने जाती पो रहेछौं । हामी हतारमा निर्णय गरेर फुर्सदमा निरन्तर पछुताउने गरेका छौं । यी फेहरिस्तहरुको अभिष्ट अनि नियत नकारात्मक सन्देशको सम्प्रेषण होइन र सदा सर्वथा हाम्रा मान्छेहरु असफल मात्र भएका छन भन्ने पनि होइन तर समय र व्यवसाय व्यवस्थापनमा हामी अझै निककै कमजोर छौं । चाहे जस्तै घर किनेर ठुलो “होम वार्मिङ्ग पार्टी” गरेको अनि ऋणको बोभ्रमा नयाँ अनि चाहिने भन्दा ठुलो र महँगो गाडी किनेर “कुखुरा अथवा खसी भोग दिएर गाडी पुजा” गरेका दृश्यहरु फेसबुकमा देखिन्छ तर ती सबै फिटीगुन्टा बैकलाई बुझाएर “लिभ-ईन” काम गर्न भूमिगत हुनुपरेको यथार्थ चाँही बाहिर आउँदैन अनि फेसबुकमा पनि पढ्न पाइँदैन ।

आडम्बररहित भएर भन्नु पर्दा अधिकांश हामी आर्थिक समृद्धी र सुनिश्चित भविष्यकै लागि परदेशीएका हौं तर उता मोटरसाईकलसम्म चढ्ने आर्थिक औकात नभएका हामीलाई ऋणमै भएपनि “हेलिकोप्टर” किन्न र चढ्न हतार भएको चाँही पक्कै हो अनि व्यवस्थापनमा पनि हामी निरन्तर चुकेकै हौं । यस्ता अप्ठेराहरु बाट सिकेर जीवन बुझ्दै अघि बढ्न हरेक हाम्रा मानिसलाई यथार्थपरक चेत र चेतना आएको हेर्ने मेरो अनुपम अभिलाषा छ र त्यसका लागि आफ्ना जीवनका हरेक भोगाईहरु सर्वाङ्ग भन्न अनि बोल्न म त सधै तयार नै छु । कवि मंजूलले भन्ने गरेभै “आखिर जीवन भन्नु के हो र बाँच्दा गरिने काम न हो ।”

लेखक सम्प्रेषण कार्यक्रमका प्रस्तोता तथा निर्माता हुनुहुन्छ । वहाँ शोर्पा किदुग अमेरिकाद्वारा प्रदान गरिने नेपालीज अमेरिकन हिरो २०१७ उपधिबाट सम्मानित प्रतिष्ठित संचारकर्मी हुनुहुन्छ ।



**Get MAXIMUM
Tax Refund !**



**BUDDHA
TAX & ACCOUNTING**
Pashupati Shrestha, CPA
Certified Public Accountant



Buddhatax

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store

72-30 Broadway (Fl 2)
Jackson Heights NY 11372
(Next to Wendy's and 2nd Fl to Digipus)



- ✓ INCOME TAX
- ✓ SELF EMPLOYED TAX
- ✓ BUSINESS TAX
- ✓ INCORPORATION
REGISTRATION
- ✓ PAYROLL TAX
- ✓ SALES TAX
- ✓ TAX RESOLUTION
& AUDIT



347 703-9019
917 892-8840

www.cpabuddhatax.com

helpfrombuddha@gmail.com

tax@cpabuddhatax.com

Every Tax File is reviewed by CPA
We file tax for all 50 States in U.S.A



न्यूयॉर्क वास्तवमा जिवन सन्तुष्टीमा रहेछ

नेदेन डोडला शेर्पा

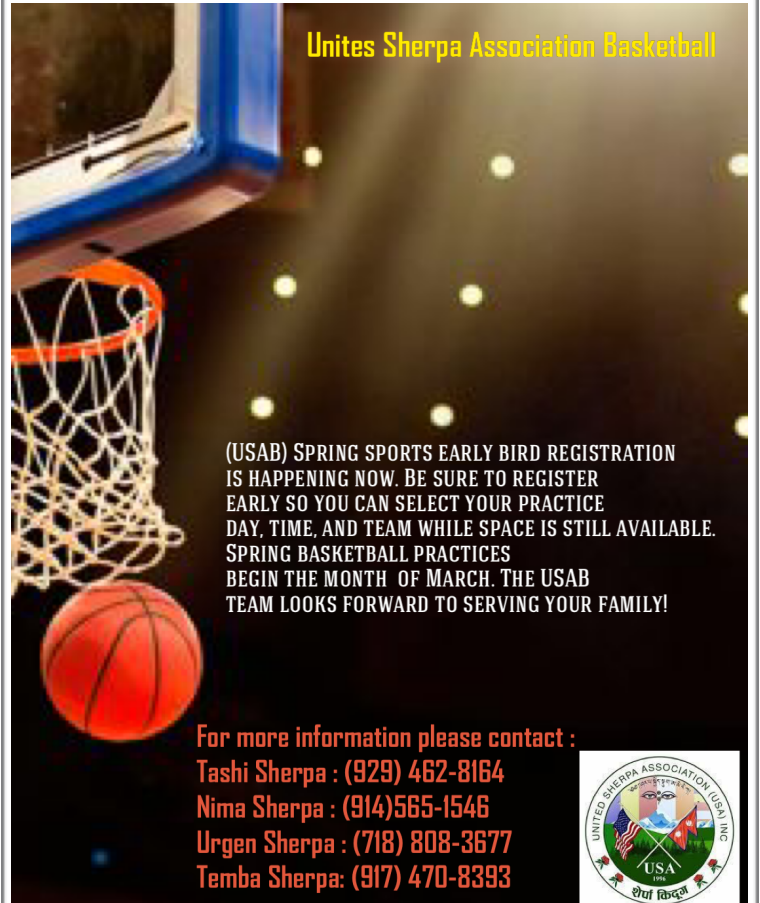
मानिस सामाजिक प्राणी भएकै नाताले स्वभावले नै समृद्धी अनि सुखको खोजीमा जिवनभर निरन्तर दौडी रहेका हुन्छन् केही प्राप्त गर्ने लोभमा व्यस्त जिवन व्यतित गरि रहेका हुन्छन् र आफ्नो जिवनका हरेक दैनिकीमा भोगेका अनुभव, घटना र प्राप्त भौतिक साधन सम्पतिहरूका आधारमा जिवनको सफलता र असफलताको लेखा जोखा गर्दछ जिहनको मुल्य र अर्थ खोज्ने गर्दछ। मानिस आफुले प्राप्त गर्ने भातिक साधन, सम्पति अनिवस्तुमा सुख, समृद्धी र सन्तुष्टी पाउने प्रयास गर्छन संसारका कृना कृनामा पुग्छन् तर पनि सन्तुष्ट हुँदैनन् थप प्राप्तीका लागि अझै निरन्तर दौडी रहन्छन् र खोजी रहन्छन्। वास्तवमा आवश्यक र अभावमा खोज्नु खाँचोले हुन् तर आवश्यक भन्दा बढी चाहना राख्नु असन्तुष्ट हुन्।

आजको भौतिकवाद र विज्ञानले ल्याईएका परिवर्तनहरूको कारण आज मानिसको मनमा थप महात्वाकांक्षा बढ्यो अनावश्यक साधन र सुविधाले मानिसलाई लोभ्याउदै गयो प्रतिश्रवदात्मक जिवनशैलीले गर्दा चाहनाको सिमा अनियन्त्रित बन्दै गयो अधिमकाल देखी जनावर माथि मानिसले अधिपात्य जमाउदै आई रहेकै थिए तर विडम्बना आज मानिसले मानिसलाई नै काट्न थालेका छन् यो वास्तवमा विज्ञानको परिवर्तनबाट उब्जिएको एउटा विकराल समस्या हुन् र भौतिक साधन, सुविधा र सम्पतिको लागि मानिस असन्तुष्टिको पर्खाल नाग्न पुग्छ र आफ्नो ईमान, ईज्जत अनि पहिचानलाई समेत दाउमा राखि भौतिक सुविधा र सुखको खोजीमा संसार चुम्न निस्कन्छ र अनियन्त्रित चाहना र आंकाक्षालाई पुरा गर्ने क्रममा आफु संसारको कुन दुनियाँमा पुगेछ पत्तो हुन्न अन्तत आफु आएको ठाउँ र वाटो भुल्छ अनि आफ्नो पहिचान समेत बिसिन्छन । यदी मानिसले जिवनको अर्थ र मुल्य मन भित्र खोज्ने प्रयास गरेको भए र सुख समृद्धी आफ्नो अन्तर निहित आत्मको नियन्त्रित सोचबाट खोज्ने प्रयास गरेको भए मानिसले मानिसलाई काट्ने प्रयास गर्दैन थियो होला, सायद जनावरहरूले पनि अकालमा मृत्यु खेप्नु पर्दैन थियो होला र संसारका सारा जनावरहरूले पनि आफु स्वतन्त्र र समृद्ध छु भनि महसुस गर्न पाउथ्यो होला तर अपसौचको कुरा यहाँ जनावरलाई त के मानिसलाई स्वतन्त्र छैन र मानिस मानिसबाटै नियन्त्रित छन् वास्तवमा मानिसबाट नै मानिस असुरक्षित छन्। मानिसले आफ्नो अनियन्त्रित चाहना र आंकाक्षालाई आफ्नो नियन्त्रणमा ल्याउन खोजेका भए अनि आफ्नो भातिकवादी सोचलाई आवश्यकता अनुसार प्रयोग गर्दै मनलाई सन्तुष्ट र समृद्ध बनाउने प्रयास गरेको भए यो विकराल समस्याको सामना गर्नु पर्दैन थियो होला।

मानिसले खाँचो र आवश्यकता भन्दा बढी चाहना राख्ने मानिस थप गरिवीको मानशिकतामा पि्लिन्दै गयो अन्ततः मानिस मानशिक रूपमा दरिद्र बन्दै गयो, मानिस कहिलै सन्तुष्ट रहन सकेनन् र असन्तुष्ट मानिसहरूका जमात बढ्दै गई रहेका छन् तर अब मानिसले हिलो नगरि आफ्नो मनको चाहना र आंकाक्षालाई आफ्नै मनको पर्खालको सिमा भित्र राख्न सक्नु पर्छ ईच्छा आंकाक्षाको सिमा मनले निर्धारण गरिनु पर्छ, यदी चाहनालाई नियन्त्रण गर्ने हो भने सुख

र समृद्धी टाडा खोज्न जान नपर्ने रहेछ, परदेश धाएर खोज्नु नपर्ने रहेछ । मानिस आफ्नो घर आँगनको सुख र सुविधालाई चाल नपाई भौतारिन्दै अन्तै सुख खोज्न पुग्छ तर सुख र समृद्धी खोजेर भेटिने वस्तु हैन यो अन्तर आत्मबाट मनलाई शान्त पारेर मन भित्रै खोज्ने हो भने यो यत्रतत्र जता सुकै भेटिन्छ पानीमा, ढुंगामा, माटोमा र हावामा जहाँ कही भेटिन सक्छ तर केवल मनलाई शान्त र स्वच्छ अनि समृद्ध बनाई खोज्न पर्छ। धनी(गरिव ठुलो(सानो खास यो केही पनि हैन रहेछ मात्र मनलाई स्वच्छ र समृद्धी बनाई सोचन पर्दो रहेछ यदी त्यसरी संसारलाई हेरेको भए सबै एकनासको देखिने रहेछ यो त केवल मनको कुरो मात्र रहेछ गरिवी त मनमा रहेछ ।


त्यसकारण मैले त आजको भौतिकवादको परिवर्तनले दिएका साधन, सुविधा र वस्तुबाट शान्त र समृद्धी पाईन्छ भन्ने विश्वास नै गर्न छोडि सके किनकी यसबाट सुख र समृद्धी मिल्नको सट्टा थप दुस्ख पाईने रहेछ, 'बत्ति मुनि अघेरो भने भै' मैले त धेरै पछि मात्र चाल पाएछु की म जन्मिदै सुखी र समृद्ध जन्मेछु, दरिद्रता पछी परदेशमा आएर पो भएछ।' यो त केवल मन रहेछ खाँचो भन्दा बढता खोज्नु एउटा भुल रहेछ अब म सुख र समृद्धी मनबाट खोज्छु किनकी शान्त भई मनलाई सुखी र समृद्ध बनाई सोच्दा मात्र सन्तुष्टी मिल्ने रहेछ सन्तोषको जिवन व्यतित गर्न पाउने रहेछ। म देख्छु वास्तवमा जिवन सन्तुष्टीमा रहेछ।



Unites Sherpa Association Basketball

(USAB) SPRING SPORTS EARLY BIRD REGISTRATION IS HAPPENING NOW. BE SURE TO REGISTER EARLY SO YOU CAN SELECT YOUR PRACTICE DAY, TIME, AND TEAM WHILE SPACE IS STILL AVAILABLE. SPRING BASKETBALL PRACTICES BEGIN THE MONTH OF MARCH. THE USAB TEAM LOOKS FORWARD TO SERVING YOUR FAMILY!

For more information please contact :
Tashi Sherpa : (929) 462-8164
Nima Sherpa : (914)565-1546
Urgen Sherpa : (718) 808-3677
Temba Sherpa: (917) 470-8393





जिवन

नदिया
न्यूयॉर्क

सुख कुन चरीको नाम हो थाहै भएन । आज मेरो अन्तरमनको कुराहरु सुनाउदैछु । म कक्षा आठ मा पढ्दैथिएँ । चौध वर्षकी हुदा' आमा बित्तु भो । आमा जस्तो वा नहुने रहेछन् । बुवाले जति माया गरेपनि आमालाई भै मनका कुराहरु खुलेर गर्न सक्तिन थिएँ । आमा नभएको जीवन निरस लाग्थ्यो । आमा बितेदेखि बुवा पनि रक्सीको सहारामा बा'च्च थाल्नुभो । एक त आमाको अभाव खट्किरहेको बेला बुवाको जँड्यापन देखेर दिक्क लाग्न थालेको थियो । बुवा त कम्सेकम नशामा आफ्नो पिर भुलाउनु हुन्थ्यो तर मलाई भने एकांकीपनले सताइरहन्थ्यो । मनको सुख दुख पोख्ने दाजू-भाइ, दिदी-बहिनी नभएकोले एकली छोरी भएकीमा नरमाइलो लाग्थ्यो । के गर्ने, कसो गर्ने भनेर भित्र भित्रै आत्तिन्थे जिन्दगीदेखी । जीवनमा धेरै उतार चढावहरु आए, गए । कति त एकान्तमा अ'शुसगै पिएँ, कति मूट्टी कसेर सहें, कयौँ पटक जीवनमा लड्दै फेरी फेरी उठें । जग बलियो भए पो घर बलियो हुन्थ्यो ? जस्तोसुकै परिस्थितीमा पनि जीवनसंग कहिल्यै हार खाइन वरु संघर्षशील जीवन वा'चिरहे ।

दश कक्षा पास गरेर प्रमाणपत्र तह दोस्रो वर्ष पढ्दै गर्दा अठार वर्षकी थिएँ, आफैले रोजेर आफूभन्दा १० वर्ष ठूलो संग अन्तजातिय विवाह गरेकी मैले । सबै कुरा ठिकै थियो । उमेर नमिलेपछि मन पनि नमिल्दो रहेछ । त्यही पनि समाजको डरले धेरै कुराहरुमा सम्झौता गर्दै बसें । विवाह गरेको दुइ वर्षपछि उस्ले अरब जान्छु भनेर छोडेर हिड्यो, कहिल्यै फर्केर आएन । हाम्रो कुनै बाल बच्चा पनि भएन । सुन्दैछु अहिले उ देशमै नाम चलेको ठूलो सामाजिक अभियन्ता बनेको छ रे ।

थुप्रै स्कूलहरुमा साना विध्यार्थीहरुलाई पढाउने काम पाइन्छ की भन्दै खोजी हिडे , केही सिप नलागेपछि एउटा नाम चलेको विध्यालयमा दिउँसो खाजा पकाएर बेच्ने काम गरी एकलो ज्यान गुजारा गर्नथाले । त्यही स्कूलको एउटा अर्धवैशे मास्टरले म माथि आ'खा गाड्न थाल्यो । एकदिन बाहिर कतै भेटौँ भनि मनै खोज्यो । मलाई पनि कसैको साथ चाहिरहेको थियो । भेट्न गएँ तेस्रो प्रस्तावमा । हामीले बानेश्वरको एउटा क्या'फेमा भेट्यौँ, कफि पिउँदै उस्ले त्यसदिन मलाई साह्रै मन पराएको कुरा गर्यो । मैले पनि आफ्नो विगतका गल्ली र कमि कम्जोरीहरु नढा'टी बताएँ । उ त मेरो सच्चाई संग भन् प्रभावित भयो रे । मेरो मनमा पनि कता कता आशाहरु पलायो । मनको शान्त तलाउमा कसैले कमलको फूल रोपे जस्तै लाग्यो । सोचें कोही त रहेछ मलाई पनि माया गर्ने यो धर्तीमा । मास्टर जस्तो मान्छे बुझेछन् जस्तो लाग्यो र मनमनै खुशी भएँ । आफ्नो परिस्थिति बुझेर पनि आफूलाई माया गर्ने मान्छे भेट्दा ठूलो भरोसाको पर्खालमा अडेस लागे भै लाग्यो । दश महिनाको हाम्रो प्रेम पश्चात कसैलाई नभनी हामीले दक्षिणकाली मन्दिरमा गई विहे

गर्यौँ । उस्ले मलाई मंगलसूत्र र सिन्दूर हाली आफ्नो बनायो र गौशालाको एउटा कोठा र सानो भान्छामा भित्तियायो जहा' उ एकलै डेरा लिएर बस्थ्यो । दिनहरु बित्दै गए, अब म खाजा बेच्ने काम गर्न छोडेर घरमै बसी टोपी र स्वेटरहरु बुन्न थालेकी थिएँ । उस्को कमाईले घर भाडा तिर्न र खान जसो तसो पुगिनै राखेको थियो । मेरो फाल्तु फर्माईस गर्ने बानी थिएन । आफूसंग भएको लत्ता कपडामै संतोष मान्थे । पुरानै भएपनि सुकिलो लगाउने बानी थियो मेरो । मेरो पैसा कति नै हुन्थ्यो र , अलि अलि भएपनि आफ्नो मेहनेत बचत गरेकी थिएँ ।

यसै बिच बुवालाई भेट्न गएँ, बुवाको हालतमा केही सुधार थिएन । भन् पो रक्सीको दूर्व्यसनमा तल्लिन हुनुभएछ । छर(छिमेकीहरुले छि छि दूर दूर गर्न थालिसकेका रहेछन् । मलाई देख्ने बित्तिकै छिमेकी काकाले बोलाएर दूर्व्यसनीले बुवाको स्वास्थ्य दिनदिनै खराव हुदै गएको हुनाले बुवालाई एकलै नछोड्ने सल्लाह दिनुभो । घर भित्र पस्दा एककिर्सिमको दूर्घन्ध ह्वास् ह्वास् आइरहेको थियो । बुवा भने अँध्यारो कोठामा एकलै बबराउँदै बसिरहनु भएको रहेछ । बुवाले देखेर पनि नचिने जस्तो गर्नुभो । घरमा खानेकुरा केही थिएन । सौदापात गरी खानाहरु पका'ए र बुवालाई खा'ए । उति खान मन गर्नु भएन, दुई गा'स खाएर त्यसै छोड्नु भो ।

बुवालाई धेरै सम्झाई बुझाई गरी फेरी फेरी आउँछु भनेर मन अमिलो पाउँ सा'भक्तिर आफ्नो बाटो लागें । केही पर्यो भने फोन गर्नु भनेर छिमेकी काकालाई मेरो मोबाइल नम्बर टिपाएँ । म त सधै हाँसिली, कयौँ चोटहरु खपेर पनि मुस्कुराउन जानेकी थिएँ । विवाह गरेको केही समयपछि अचानक श्रीमानमा परिवर्तनहरु देखिन थाल्यो । कहिले संचो छैन भनेर कोल्टे फर्केर सुत्ने, कहिले टोलाइरहने, कहिले घर ढिला आउने, कहिले नशामा लरबराउँदै आउने । मलाई वातावरण सहज लागेन । उ किन यति धेरै चिन्तित छ भनेर म आफै पनि अचमित थिएँ । किन यस्तो भनेर कयौँचोटी साधें अहँ उत्तर आएन । ढुंगा बोल्ला वरु तर उ बोलेन । एकदिन बेस्सरी भगडा गरेर गयो र दुइरात घर आएन । मैले मेरो मिल्ने साथी रोजीलाई भनें । भगडा गरेर गएकोलाई वास्ता नगर एक दुई दिन , आफै आउँछ भनिन् । मलाई पनि रिस उठ्यो खोजी निती गरिन । पर्सि पनि घर नआएको भए पुलिसमा रिपोर्ट दिन सोच्दै थिएँ तर टपलुक्क देखापर्यो गति न पति भएर एकाबिहानै । उस्ले लगाएको कपडा र अनुहारको रंग देख्दा उ कुनै फोहर फ्या'क्ने ढवांगबाट भर्खर निकलिएर आएको हुनुपर्छ । जिंजरिग परेको कपाल र ह्वास्स गन्हाउने शरीर बोकेर कोठामा छिर्दा मरेको मूसा जस्तै गन्हाएको थियो । एकाबिहानै कुकुरको मुत धोकेर मरेछ । धन्न कसरी आफू बस्ने ठा'उँसम्म आइपुगेछ ।

एकदिन नशाको सुरमा उस्ले सानैमा आफ्नो विवाह भैसकेको र दुइ छोराहरु भएको बतायो । म छागा'वाट खसे जस्तै भएँ अनि बल्ल बुभुँ उस्को चिन्ताको रहस्य । उस्का दुई भाइ छोराहरु कलेज पढ्न काठमाण्डौ आउदै रहेछन् र अब सबैकुरा पर्दाफास हुने डरले उ चिन्तित भएको रहेछ ।

चार दिनसम्म पानी मात्रै पिएर एउटै ठाउँमा बसेर यति धेरै सोचेछु की दिन र रात कसरी बिते थाह पाइन । चार दिन पछि रोजीले जोड जोडले ढोका ढक्याउदा मात्र तन्द्राबाट व्यू'भिएँ । पहिलो असफल

विवाह पछि फेरी सपनाहरु अ'खामा फूल्दै गर्दा बिथोलियो। एक मनले त आत्महत्या गरूँ जस्तो पनि लाग्यो, तर कायरता देखाउन मन लागेन। लाचार भएर माइती गएर बस्न मनले मानेन। दुइ पाखुरी बजाएरै बा'च्ने कसम खा'एँ जेठीसंगै मिलेर बसूँ जस्तो पनि नलागेको होइन मनमा तर कता कता म भित्रको आइमाईत्वले मानेन। सोचें गल्ली मेरो नै थियो, राम्रो संग थाह नपाई अरुको लोग्नेसंग विवाह गर्नुको प्रतिफल हो यो। त्यसैले उस्को पहाड घरमा चिठी लेखी सबैलाई काठमाण्डू बोलाएर म आफ्नो बाटो लागें। मैले उ संग केही मागिन बरु हिड्ने दिन उस्ले बिहेमा दिएको मंगलसूत्र पनि उनकै जेठीको तक्रिया मुनि छोडेर हिडें। पछिसम्म पनि मलाई कसैले खोज खबर गरेनन्। त्यसपछि जीवनमै घरबार को सपनाहरु देख्न छोडें। आफन्तहरुकोमा आवत् जावत् बन्द गरें।

जोरपाटीमा गलैचा कारखानामा काम गर्न थालें। शुरु शुरुमा औलाहरु कति दुख्दथ्यो तानमा धागोहरु लगाउदा। अरुले भने जस्तै पछि विस्तारै बानी पर्दै गयो। एक वर्ष भित्रमा मैले भनेजस्तै बुडाका गलैचाहरु तैयार पार्न थाले। साहुले मेरो काम मन पराएपछि पैसा पनि बढाइदियो। पैसा बढे संग संगै मेरा औलाका गा'ठाहरु पनि बढ्दै गए। गलैचा बुन्ने क्रममा एकजना सिन्धुपाल्चोकको फूलमाया भन्ने संग दोस्ती बढ्यो। हामी संगै नास्ता र खाना खान थाल्यौ। हामी दुवै एकलो ज्यान भएका दौतरीहरु मन पनि खूब मिल्यो। हाम्रो आन्द्रा भूँडी नै जोडीन थालेपछि साहूकै घरमा तल्लो तलामा हामी एउटै कोठामा डेरा गरी बस्न थाल्यौ।

एकचोटी फूलमायाले उस्को गाउँ सिन्धुपाल्चोक देखाउन लगिन्। काठमाण्डूको धुवा' र धूलो देखि वाक्क भएको बेला गाउँ पुग्दा रमाइलो लाग्यो हरियाली देखेर। कार्तिकको महिना हुनुपर्छ, गह्रै भरी लह लह भुलेका धानका पहेला बालाहरु देखा अतितका पिडाहरु सबै बिसिएकी थिएँ। फूलमायाले भनेजस्तै घरमा दुख नै रहेछ। ठूलाई जन्मले नै अपांग, उस्को माइला दाई नया' दिल्लीमा मज्जुठिला भन्ने ठाउँमा सानो होटेल चलाएर बसेका रहेछन्। घरमा बूढा बा, आमा र दाइ मात्रै थिए। छिमेकीहरु राम्रा र सहयोगीहरु रहेछन्, यसो आवत् जावत् गर्दारहेछन् जे होस्। एक हप्ताको बसाईपछि गाउँको हरियाली अ'खामा राखेर हामी काठमाण्डू फर्कियो।

एकदिन एउटा केटा मान्छे फूलमायालाई खोज्दै आयो। फूलमाया संचो नभएर डाक्टरकोमा गएकी थिइन्। पछि कुरा बुझ्दा उस्को भारतमा हुने दाइ पो बहिनी खोज्दै भेट्न आएका रहेछन्। भण्डै छ वर्ष पछिको भेटमा दाजू बहिनीको खुशी अ'खामा अडिन सकेन, अ'शुको दुइ मुहान फुट्यो त्यहा'। मेरो अ'खा पनि रसायो संग संगै। केही हप्तापछि फूलमायाले उनको माइला दाजू कर्णसंग विवाह गर्न प्रस्ताव गरिन्। मैले मानिन। फूलमायाले विवाह पश्चात पनि हामी संगै बस्ने भनेर फकाइन्। फूलमायाको धेरै कर पछि कर्णलाई पहिला आफ्नो अतित सबै बताएपछि मात्र विवाह गर्ने निधो गरें। यसै बिच कर्ण र मेरो धेरैचोटी भेटघाट भयो। हामी एक आपसमा रमाउन थाल्यौ। हाम्रो मित्रता प्रेममा परिणत भयो विस्तारै। करीब छ महिनाको भेटघाट पछि विवाह गरेर भारत जाने प्रस्ताव गर्यो कर्णले। फूलमाया पनि काम छोडेर हामी संगै भारत गएर हाम्रो काममा हात बढाउन राजी भइ। नेपालमा सूर्य विनायकमा विवाह गरी हामी तिनैजना दिल्लीको मज्जुठिला भन्ने ठाउँमा गयो। भट्टीपसल रहेछ सानो। रक्सी, बियर, म:म: , थुप्पा, चाउमिन लगायत गोरुको सुकुटी खान प्राय ज्यालामा मजदूरी गर्नेहरु दिनभरीको थकान विसाउन आउदा'रहेछन्। आत्मिय साथी फूलमाया र माया गर्ने श्रीमान् साथमा भएपछि दिन र रात बितेको

पतै भएन।

करीब पा'च वर्ष पछि अचानक कर्णलाई ज्वरोले थला पार्यो। कयौँ उपचार पछि पनि केही लागेन। हामीले डाक्टरी खर्चमा धेरै पैसा सिध्यायो। रोगले कर्णलाई भन् भन् शिथिल बनाउँदै लग्यो। पछि थाह भयो उस्लाई एड्स भएको रहेछ। डाक्टरले मेरो पनि रगत जचा'उन भन्यो। मलाई चाहि किन छोड्थ्यो र एड्सका संक्रामक किटाणुहरुले ? मैले कर्णको बाट ठूलो उपहार पाएकी रहेछु। उस्ले विवाह पूर्व कहिलेकाहि रेड लाइट एरियामा जाने कुरा पनि रुँदै स्विकार गर्यो। त्यसपछि कर्णले नेपाल फर्कने इच्छा राख्यो। उ नेपालमै मर्न चाहन्थ्यो। लगतै पसल बेचेर हामी तहस नहस जीवन बोकेर भोला गुन्टीसंगै नेपाल फर्कियो। हाम्रो जीवन देखेर फूलमाया ज्यादै दुखी भइन्। मलाई एड्स हुनुको पछाडी फूलमायाले आफूलाई दोषी ठहराइन्। एड्सको उपचार गर्दा गर्दै नेपाल फर्केको अढाई वर्षपछि कर्णको निधन भयो। हाल म पनि उपचारको क्रममा छु। औषधीको थुप्रो छ अगाडी। मरणशील जीवन हो, कहिले श्वास फुस्कन्छ थाह छैन। एड्स लागेपनि म भित्र बा'च्ने इच्छा भने मरेको छैन। म बा'चुन्जल यी अनाथ बच्चाहरुको सेवामा जीवन अर्पण गर्न चाहन्छु। म अझै धेरै बा'चुनु छ ताकि बा'चुन्जल म थुप्रै नानीहरुको लागि अझ केही गर्न सकूँ।

कर्णबाट मैले एड्स पाएपनि मैले उस्लाई अझै मनमा राखेकी छु। उ संग विवाह गरेर मलाई कुनै पश्चताप छैन। जे होस् उ बा' चुन्जल हामी एक अर्काको माया र विश्वासमा चुलुम्म डुबेका थियो त्यसैले त आजसम्म पनि मैले उस्को नामको सिंदूर र पोते लगाइर हेकी छु भनेर चोली भित्रबाट रातो पोतेको भुप्पा निकालेर देखाइन् र भनिन "यो मेरो विवाहको पोते"।

नेपाल फर्कने बित्तिकै वुवालाई भेट्न जा'दा वुवा बित्नुभएको डेढ वर्ष बितिसकेछ भन्ने थाह पाएँ छिमेकी काकाबाट। छिमेकीहरुले नै चन्दा उठाएर दाह संस्कार गरेछन्। तीन कोठाको सानो घरमा भोटे ताल्वा मारिएको थियो। यही घरमा आज फूलमाया र म १३ जना नानीहरुको आमा र ठूलीआमा भएर "हाम्रो घर" भन्ने संस्था खोलेर बसेका छौ।

मेरो कथा यति नै हो। यति भन्दै "हाम्रो घर" का संचालिका पारुलले लामो श्वास फेरिन् र पछ्यौरीले अ'शु पुछ्दै खाना बनाउन भान्छा तिर जाने अनुमति मागिन्। मेरा नयनहरु पनि रसिए पारुलका शब्दहरुले। आज शनिवारको दिन भएकोले फूलमाया भने पूर्वतिरको धारामा अरु नानीहरुलाई पालै पालो नुहाइदिदै थिइन्।





खातक (खादा)

सेर्कु शेर्पा
महासचिव
हिमालयन शेर्पा सांस्कृतिक केन्द्र

बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको हरेक धार्मिक तथा सांस्कृतिक कार्यमा खातकलाई महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। समयको परिवर्तनसँगै खातकको रङ्ग र आकारहरू परिवर्तन भए पनि यसको एउटै अर्थ आदरसत्कार गर्नु हो। धर्म गुरुको दर्शन र अतिथिको स्वागत मात्र नभई जन्मदेखि मरणसम्मका हरेक काममा खातकको प्रयोग अनिवार्य छ। खातकको प्रयोग शेर्पा समुदायको हरेक धार्मिक तथा सांस्कृतिक चालचलनको अभिन्न अङ्ग बनेको छ। आदिम कालदेखि नै शेर्पा समुदायमा आफ्नो धार्मिक संस्कार तथा सांस्कृतिक कार्यहरू गर्दा फूलमाला प्रयोग गर्ने चलन भए तापनि उच्च हिमाली क्षेत्रहरूमा सदबहार फूलहरू नपाइने भएकाले फूलको सट्टा सेतो कपडाको टुक्रा प्रयोग गर्ने प्रचलन सुरु भएको किंवदन्ती छ। जुन आज पनि खादा नभएको बेलामा र केही महत्त्वपूर्ण धार्मिक पूजापाठमा प्रयोग गरिन्छ। यसलाई दरकर्पो भनिन्छ। उदाहरणको लागि बच्चा जन्मेपछि चोखिने दिन अर्थात् न्वारनको बेला शुभकामना दिँदै आफन्तजनहरूले सुत्केरी आमालाई सेतो कपडाको टुक्रा कुममा राखी आशीर्वाद दिने चलन थियो।

जसलाई शेर्पा भाषामा आडि गोतार भनिन्छ। विवाह कार्यमा पनि दरकर्पो (सानो सेतो कपडाको टुक्रे केटा मान्छेको दायाँ कुममाथि र केटी मान्छेको बायाँ कुममाथि राखिदिने चलन छ। त्यस्तै धर्मागुरुको दर्शन गर्दा काँचको थालमा फलफूल तथा गेडागुडी भराई सेतो कपडाको एक टुक्रेले सजाएर धर्म गुरुको अगाडि राखेर दर्शन गर्ने चलन छ। खातकको सुरुवात कहिले र कहाँबाट सुरु भयो भन्ने कुनै एकिन तथ्याङ्क छैन। तर आठौँ शताब्दीमा गुरु रिन्पोछे (गुरु पद्म सम्भव अर्थात् दोस्रो गौतम बुद्ध) लाई तिब्बतको राजा ठिसोड देउचेनले राजदरवारमा स्वागत गर्दा सेतो कपडाद्वारा स्वागत गरेका थिए। यसैको पछिल्लो रूप खातक हो। त्यसपश्चात् खातकको नामसहित बजारीकरण भएको हो।

हिमालयन शेर्पा सांस्कृतिक केन्द्रको संस्थापक अध्यक्ष ल्हाक्पा नुर्वु शेर्पाका अनुसार परापूर्व कालमा उच्च हिमाली क्षेत्रको रूखमा पाउने एक किसिमको सेतो ज्यासलाई अतिथि स्वागत तथा आदर सत्कारमा प्रयोग गरिन्थ्यो। यसलाई मेडमा भनिन्छ। यो ज्यास हिमाली क्षेत्रको रूखहरूमा जुझा जस्तो गरी रहने गर्दछ। यो सबै ठाउँमा पाइँदैन। यसपछि शेर्पाहरूले चम्पा (सेतो उत्रा, गौँ) को पिठोलाई आदर सत्कारमा प्रयोग गर्छन्। यसलाई चम्दार भनिन्छ। हिजोआज पनि शेर्पाहरूले घरमा पाहुनालाई पेय पदार्थ खुवाउँदा गिलासको छेउमा सानो चम्पा टीका लगाइदिने परम्परा छ। यसलाई 'चम्प्यान' भनिन्छ। विस्तारै शेर्पाहरूले अतिथि आदरसत्कारमा सेतो कपडाको टुक्रा प्रयोग गर्न थाले। यसलाई च्याब्र अथवा दरकार भनिन्छ। यसरी खातकको विकास हुने क्रममा सर्वप्रथम सादा सेतो खातक बजारमा आयो।

यसलाई खातक क्युमा भनियो। यसै गरी अशुभ खातक, टशी ताके खातक (अष्टा मङ्गल अङ्कित खातक) जस्ता विभिन्न नाम भएका खातकहरू बजारमा आए। पछिल्लो समय प्रविधिको प्रयोग र प्रतिस्पर्धात्मक बजारका कारण विभिन्न रङ्ग, आकार र गुणस्तरका आधारमा खातक बजारमा आए। साथै खातकमा सम्भोटा लिपिमा टशिदेलेग लेखिएको बजारमा आयो। यसरी खातकमा सम्भोटा लिपिमा नै (टशिदेलेग, त्रिमो देले छेन्देले (दिन र रातमा शुभमङ्गल होस्,) त्रिमो क्युाड देलेस्योक (दिनमा शुभमङ्गल भै रहोस्,) त्रिन्छेन ताक्तु देलेपे (सदा शुभमङ्गल होस्,) कोन्छोको सुम्गी टशिस्वोक (त्रिरत्नको शुभमङ्गल होस्) भनी त्रिरत्नलाई प्रार्थना गर्ने शब्द अष्ट मङ्गलको साथमा खातकको दुवै छेउमा लेख्ने चलन आयो। यी सम्पूर्ण खातकहरू हाल पनि प्रयोग भइरहेका छन्।

हाल विभिन्न पाँच रङ्गको खातक जस्तै निलो, सेतो, हरियो, रातो र पहेँलो बजारमा पाइन्छ। यस खातकमा पनि अष्ट मङ्गलको साथमा सम्भोटा लिपिमा त्रिरत्नलाई प्रार्थना गर्ने मन्त्र छापिएको हुन्छ। यसरी पञ्चारङ्गी खातक निकाल्नुको पछाडि धेरै तत्त्वहरूको अर्थ रहेको छ। जस्तै पञ्चतत्त्व निलो आकाश, सेतो बादल, हरियो जल, रातो अग्नि र पहेँलो पृथ्वी वा जमिन आदिको सङ्केतको रूपमा निकालेको पाइन्छ, भने अर्कोतिर पञ्चबुद्धको स्वरूप अनुसार निलो अक्षयोभ्या बुद्ध, सेतो वैरोचना बुद्ध, हरियो अमोघसिद्धी बुद्ध, रातो अमिताभ बुद्ध र पहेँलो रत्न सम्भव बुद्धलाई सङ्केत गरी खातक निकाल्दै आएको छ। खातक जति रङ्गको आए पनि सेतो खातक नै इतिहास बोकेको खातक हो। खातकको प्रयोग गर्दा धर्म गुरुको दर्शनमा पहेँलो र अन्य धार्मिक तथा सांस्कृतिक कार्यक्रममा सेतो रङ्गको प्रयोग गर्दा उपयुक्त हुन्छ। तर अन्य कार्यक्रममा जुन खातक प्रयोग गरे पनि मृतकको लासमा चडाउने खातक भने सादा सेतो रङ्गको उपयुक्त हुने धार्मिक व्यक्तिहरूको सुझाव छ। खातकको प्रयोग वि.सं. २०६२/६३को दोस्रो जनआन्दोलन पश्चात् धेरै भएको देखिन्छ। यसरी खातकको प्रयोग गर्ने क्रममा हिजो हिमाली भूभागका बासिन्दाहरू भित्र मात्र सीमित रहेको खातक नेपालमा बसोबास गर्ने सम्पूर्ण जातिले सहज रूपमा प्रयोग गर्दै आएको पाइन्छ। शेर्पाहरूले धर्म गुरुको दर्शन गर्दा फलफूल माथि खातक वा खातक भित्र गच्छेअनुसार खामभित्र नगद राखी धर्म गुरुको अगाडि राख्ने, आफूभन्दा ठूलो उमेर समूहको मान्छेलाई खातक आदरसत्कार स्वरूप हातमा दिने र सानाहरूलाई माया गरी लगाइदिने परम्परा रहेको छ। आदिम कालदेखि प्रयोगमा ल्याइएको सेतो खातक नै शेर्पा जातिले प्रयोग गर्ने खातक हो। सेतो खातक नै प्रयोग गर्नुको मुख्य कारण भनेको शुभकार्य भन्ने हुन्छ। खातक शेर्पालगायत हिमाली भूभागमा बसोबास गर्ने जातिको धार्मिक संस्कार तथा सांस्कृतिक कार्यको अभिन्न अङ्ग हो। अहिले बजारमा उपलब्ध नेपाली ढाकाको खातकमा परम्परागत खातकको सेतो रङ्ग र अष्ट मङ्गलको चिह्न नरहेको हुनाले आदिम कालदेखि खातकमा रहेको गुणलाई निरन्तरता दिएको भए नेपाली उत्पादनलाई नै उपभोक्ताले बढी प्रयोग गर्न सक्छन्।



**"One moment can change a day, one day can change a life and one life can change the world."
*Lord Buddha***

TUKTI SHERPA ASSISTANT CHIEF DISTRICT OFFICER, SOLUKHUMBU

There are many important choices in my life which helped me be who I am. I have several experiences about the choices which went both wrong and right. I recollect the memory of 2014 when I was returning back from Butuwal to Kathmandu on my bike. The same road which I took early in the morning, somehow I lost track and that made the travel 25 km longer. The fresh air, beautiful landscape and many turning points diverted my mind as I was riding on my own pace. There was a jeep ahead of me which I followed thinking it was going to Kathmandu. I remembered the road but passing the village, I realized that I already lost my way. So, I stopped and consulted the local people. I came to realize that I had taken the wrong turn before 25 Km. I reached Kathmandu but it took more time and energy. What I learned that day was that one wrong turn may lead to wrong destination.

Today, I am serving my nation and the public as a civil servant. I would like to share my another experience of selecting this career in 2004. I was working at a metal company in Malaysia as a second supervisor. I had 150 employees under my supervision. It was my first experience working in Malaysia. The working condition was satisfactory compared to others and I earned more than 60 thousand Nepalese Rupees per month. I must say I was fortunate, even though I had to walk whole day supervising.

Before traveling to Malaysia I took the civil service exam in Nepal and I was interviewed for a job also. Not being so sure of the outcome I went to Malaysia for. After two months the results of the civil service exams were published in Nepal and I was selected for a government job, I had to make another major decision - either to continue my job in Malaysia or return back to Nepal. I was in a big dilemma.

I was paid quite handsomely in Malaysia but if I went back to Nepal I had to be satisfied with less salary. I thought not many Sherpa people are in the government service and get a chance to serve the nation. So I made my decision to return back. My family and relatives were happy with me returning to Nepal and working as a civil servant.

I am very happy that I did the right thing by returning back to Nepal from Malaysia. Today, I am able to provide my service to the people of Solukhumbu and my community as an Assistant Chief District Officer. Comparatively, very few Sherpa youths are engaged in the civil service. Talking about Solukhumbu in particular, due to the under development, the feasibility of schooling among Sherpa families are different from other castes. Other casts always motivate their children for higher education and government posts from the beginning. Even colleagues and relatives create such environment in family and in society so they are always willing to get better education and better posts in government offices in the country.

Most of us say that Sherpa culture is expensive; wearing fancy clothes and showing off, for which one must earn handsomely. But I disagree and believe it completely depends on the individual family. Many say this is one reason they don't focus on government jobs because of less salary. The selection of this job is solely for my own prestige and as a community member many appreciate what I do. Working as an Assistant Chief District Office in Solukhumbu, I feel very proud that I am able to help many helpless and voiceless people. And being a part of Sherpa community it is my pride to be a government officer in this district. The social prestige and the support they bestow are the hidden wealth. I do understand the value of civil service and we as Sherpa community need to understand the value of it. It's not an easy job but it's a matter of being a service provider to the general public without the discrimination. But again there are many pros and cons of being in the civil service. The risk factors can be the hidden motives and the political pressures which definitely are challenges one must overcome in this system that exist.

So, we need to change the mindset of our youths regarding the occupational choices. For our development as a community, the change is only possible with the participation of us as decision makers in the society. Social prestige is not the donation of cash but the service to the community and then we can develop our culture. I believe, some organizations like United Sherpa Association, including individual social worker could help and promote the young mind to think and approach the civil sector so in the future decision making our role for the nation building will be noted without being a second class citizen.



फक्लो २१४६ ग्याल्पो लोसारको उपलक्ष्यमा यहाँ र यहाँको परिवारको
सु-स्वास्थ्य र उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दै हार्दिक शुभ-कामना व्यक्त गर्दछौं ।



On the auspicious occasion of Earth Pig Year 2146 (2019), We extend to
you and your family, a best wishes for continued prosperity and good health



ANG DENDI SHERPA PALDORJE SALAKA
President



NGAWANG T. SHERPA MINGYAKPA KHAPA
Vice-President



ANG PASANG KAJI SHERPA CHAWA
General Secretary



KAJI SHERPA CHAWA
Secretary



ANG BHAI SHERPA CHAWA
Treasurer



ANG NIMA KAMI SHERPA CHAWA
Executive Member



SHERE LAKPA SHERPA CHAWA
Executive Member



PASANG SHERPA GOPARMA
Executive Member



SONAM SHERPA CHAWA
Executive Member



ENGR. TEMBA SHERPA MINGYAKPA KHAPA
Founder President/Advisor



DAWA SHERPA CHAWA
Advisor

GTKT

GORAKHANI-TAPTUNG-KERUNG-TINGLA SHERPA SOCIETY
New York, USA





आचार्य नुर्बु शेर्पा
अध्यक्ष
गोन्पा विहार व्यवस्थापन परिषद नेपाल

महायान बौद्ध धर्मको विकास क्रम

बाह्य सत्ता अस्वीकार गर्दै सबै धर्म चित्तबाटै उत्तपन्न भएको मान्दछन्। चित्त, मन, विज्ञान र विज्ञप्ति पर्यायावाची हुन्।
“चित्तमात्रम्, भो जिनपुत्राः, यदुत त्रैधातुकम्”
सूत्रलाई प्रमाणको रूपमा प्रस्तुत गर्दै तीनै धातु (कामधातु, रूपधातु र अरुपधातु) चित्त नै प्रतिबिम्बित भएर देखा परेको मान्दछन्।

दृश्यं न विद्यते बाह्यं चित्तं चित्रं हि दृश्यते।
देहभोगप्रतिष्ठानं चित्तमात्रं वदाम्यहम्

बाहिर कुनै पनि दृश्य विद्यमान हुँदैनन चित्त नै चित्रको रूपमा दृश्यमान भएको लंकावतार सूत्रमा उल्लेख गरेका छन्।

विज्ञप्तिमात्रमेवैतदसदधावभासनात्
यथा तैमिरिकस्यासत्केशचन्द्रादिदर्शनम्॥

जसरी तिमिर रोगबाट ग्रस्त मानिसले हुँदै नभएको केश, चन्द्र देख्छ, त्यसै गरी अनादिकाल देखि प्राणीको सन्तानमा विभिन्न प्रकारको वासनाहरू बस्दै आएको जतिखेर ती वासना परिपक्व हुन्छ, त्यतिखेर विभिन्न प्रकारका दृश्यहरू चित्तमा प्रतिभासित भएर देखा पर्दछ। भनी विंशतिकामा उल्लेख गरेको छ।

३. प्रतीत्यसमुत्पादः माध्यमिक दर्शनले सबै धर्म निःस्वभाव प्रतीत्यसमुत्पन्न भएको स्वीकारछन्। आचार्य नार्गजुनले मूलमाध्यमिक कारिकाको बुद्धलाई प्रणाम गर्दै यसरी उल्लेख गर्नु भएका छन्।

अनिरोधमनुत्पादमनुच्छेदमशाश्वतम् ।
अनेकार्थमनानार्थमनागममनिर्गमम्॥

यः प्रतीत्यसमुत्पादं प्रपञ्चोपशमं शिवम् । देशयामास संबुद्धस्तं वन्दे वदतां वरम् ॥

निरोध नहुने, उत्पन्न नहुने, उच्छेद नभएको, शाश्वत् नभएको, अनेक अर्थ नहुने, एक अर्थ नहुने, आउने नभएको, जाने नभएको गरी आठ विशेषणले युक्त प्रतीत्यसमुत्पादको देशना गर्नु भएका छन्।

भगवान् बुद्धले प्राप्त गर्नु भएको ज्ञान प्रतीत्यसमुत्पाद –परनिर्भर ता र कार्यकारण भावको सिद्धान्त हो। प्रतीत्यसमुत्पाद –
१. अविद्या, २. संस्कार, ३. विज्ञान, ४. नामरूप, ५. आयतन, ६. स्पर्श, ७. वेदना, ८. तृष्णा, ९. उपादन, १०. भव, ११. जाति, १२. जरा मरण गरी बाह्य अंगले युक्त छन्। “इदम् सति इदम् भवति” अर्थात् अविद्या भएकोले संस्कार भएको यसरी नै एक पछि अर्को गर्दै सांवृतिक दृष्टिबाट बाह्य अंगले युक्त प्रतीत्यसमुत्पाद हुन्छन् भने पारमार्थिक दृष्टिमा त न कुनै वस्तुको उत्पत्ति नै हुन्छ, न त निरोध नै। अतः बौद्ध दर्शनको दृष्टिमा यो प्रतीत्यसमुत्पाद नै जीव र जगत सम्बन्धी कार्यकारण भावको अटल सिद्धान्त हो। यसै नियम सूत्रमा नै सम्पूर्ण भवचक्र आवद्ध छन्। कार्यकारणवादको अटल सिद्धान्तलाई पृष्टि गर्दै तथागत बुद्धले बताउनु भएका छन् कि – न प्रक्षालयन्ति मुनयो जलेन पापम् । नैवापकर्षन्ति करेण जगद्दुःखम् ॥

नैव च संकमते हयन्त्येषु स्वाधिगमः । सद्धर्मतादेशनया विमोचयन्ति ॥

१. परिचय : आज भन्दा २५६३ औं वर्ष पूर्व नेपालको लुम्बिनी उद्यानमा शाक्य कुलका राजा शुद्धोधन तथा रानी महा मायादेवीको सुपुत्रको रूपमा जन्म लिनु भएका राजकुमार सिद्धार्थले २९ वर्षको उमेरमा यस संसारिक दुःखबाट पीडित प्राणीहरूको उद्धारको लागि आफ्नो सपरिवार सहित वैभावशाली राजदरवारलाई त्यागेर ज्ञानको खोजिमा निस्कनु भयो। तत्कालिन समयका ख्यातिप्राप्त विद्वानहरू कहाँ जानुभई यस दुःख रूपि संसारबाट कसरी उनमुक्ति पाउन सकिन्छ भनी विभिन्न प्रकारका शिक्षाहरू हासिल गर्नु भए तापनि उहाँहरूबाट यथार्थ ज्ञान प्राप्त नभए पछि ती सबै विद्वानहरूबाट विदाभई ६ वर्षसम्म दुस्कर साधना गर्दै अन्तमा नैरञ्जना नदीको किनारमा बोधिवृक्षको मुनि पूर्वाभिमुख आसनमा बस्नुभई सम्यक् सम्बोधि प्राप्त नभएसम्म आफु त्यस स्थानबाट नउठने दृढसंकल्प गरेपछि वैशाख पूर्णिमाको दिन मारहरूमाथि विजय प्राप्त गर्दै प्रतीत्यसमुत्पादको ज्ञान हासिल गरी बुद्धत्व प्राप्त गर्नु भयो।

२. धर्मचक्रपर्वतन : उपयुक्त महाकारुणिक भगवान् शाक्यमुनि बुद्धले जीवन पर्यन्त विभिन्न रुचि, अध्याशय र क्षमता भएका विनेयजनहरूको कल्याणको लागि उनीहरूको पात्रता अनुसार विभिन्न समय, स्थानमा धर्मचक्रहरू पर्वतन गर्नु भएका थिए। महायानी परम्परानुसार भगवान् शाक्य मुनि बुद्धले पहिलो पटक वाराणसीको सारनाथ स्थित ऋषिपतन मृगदाव वनमा पञ्च भद्र श्रावक वर्गीय भिक्षुहरूलाई स्वलक्षण तथा बाह्य सत्तामा आधारित चार आर्य सत्यको विषयमा धर्मचक्र पर्वतन गर्नु भएको थियो। श्रावकवर्गीयले यस देशनालाई नीतार्थ मान्दछन् भने महायानीले यस देशनालाई नेयार्थको रूपमा स्वीकारछन्। दोस्रो पटक राजगृह स्थित गृध्रकुट पर्वतमा महायानीलाई शून्यता, अनुत्पाद आदि विषयमा आधारित सबै धर्मको निःस्वभाव निर्दिष्ट गर्दै प्रज्ञापारमिताको देशना गर्नु भयो। विज्ञानवादी यस देशनालाई नेयार्थ मान्दछन् भने माध्यमिकले नीतार्थको रूपमा स्वीकारछन्। तेस्रो पटक वैशालीमा श्रावक तथा महायानीलाई आर्य सन्धिनिर्मोचन सूत्रको विषयमा धर्मचक्र पर्वतन गर्नु भएको थियो। विज्ञानवादीले यसलाई नीतार्थ देशना मान्दछन्। यसैको आधारमा विज्ञानवादको विकास भएको छ। उपर्युक्त भगवान् शाक्य मुनि बुद्धको दार्शनिक चिन्तनको आधारमा नै स्थविरवादको १८ निकाय, सर्वस्तिवादको – वैभाषिक र सौत्रान्तिक, महायानको – विज्ञानवाद र शून्यवादको विकास भएको छ। स्थविरवादको सम्पूर्ण दार्शनिक साहित्य पाली भाषा, वैभाषिक, सौत्रान्तिक र महायानको संस्कृत तथा भोट भाषामा छन्। यी सबै दार्शनिक परम्पराले १. क्षणिकवाद, २. अनात्मावाद, ३. अनिश्वरवाद, ४. कार्यकारणवाद र ५. निर्वाण तथा सम्यक् सम्बुद्धलाई स्वीकार गर्दछन्। वैभाषिक, सौत्रान्तिक वस्तुवादी दर्शन हुन्। विज्ञानवादले

अर्थात् बुद्धले पानी छर्केर कसैको पाप धुन सकिदैन, न त हात द्वारा नै कसैको पापलाई हटाउन सकिन्छ, न त एकले गरेका कर्म अर्कमा संक्रमित गर्न नै सकिन्छ, अतः सही धर्म देशनाद्वारा मात्र सबै पापबाट छुटकार पाउन सकिन्छ भनिएका छन् ।

४. महायानः आचार्यदीपंडुकरश्रीज्ञानविरचित बोधिपथप्रदीप उत्तम पुरुष यनिकि महायानीको विषयमा यसरी उल्लेख गर्नु भएका छन्

स्वसन्ततेर्यथा दुःखं दुःखं सर्वं हि सर्वथा ।
अन्यस्य हातुमिच्छेद् य उत्तमः पुरुषस्तु सः ॥५॥

जसरि अरुको दुःखालाई आफ्नै दुःख सरह सदैका लागि नाश गर्न चाहन्छन्, ती नै उत्तम पुरुष हुन् भनिएका छन् ।

५. महायानको व्युत्पत्तिः “यायते अनेनेति यानम्” अर्थात् जसमा जाने गर्दछ, त्यो यान हो । यस विग्रको अनुसार मार्ग, जसले गन्तव्य स्थानसम्म लैजाने गर्दछ, त्यसलाई यान भनिन्छ । अर्थात् यान शब्द मार्गको वाचक हो । “यायते अस्मिन्निति यानम्”—अर्थात् जस्मा जाने गर्दछ, त्यसलाई पनि यान भनिन्छ । यस दोस्रो विग्रहको अनुसार फललाई पनि यान भनिन्छ । फल नै गन्तव्य स्थान हुने गर्दछ । यस प्रकार यान शब्द फल वाचक पनि हुन्छ । “महच्च तद् यानं महायानम्”—अर्थात् जुन यान ठूलो छ, त्यो महायान हो । महायानको सात वटा महत्वको विषयमा आचार्य असंगले महायानसूत्रालङ्कार यस प्रकार दर्शाएको छ :-

आलम्बनमहत्वं च प्रतिपत्तेर्द्वयोस्तथा । ज्ञानस्य वीर्यारम्भस्य उपाये कौशलस्य च ॥
उदागममहत्वं च महत्त्वं बुद्धकर्मणः । एतन्महत्त्वयोगाद्धि महायानं निरुच्यते ॥

१. आलम्बनमहत्त्वः बोधिसत्त्वले श्रावकयान, प्रत्येकबुद्धयान र बोधिसत्त्वयानसँग सम्बद्ध सबै सूत्रहरूको श्रवण, चिन्तन र भावनाद्वारा विधिवत अभ्यास गरी विभिन्न रुचि भएको सत्त्वहरूको हितको लागि यथायोग्य उपदेश दिने गर्दछन् ।

२. प्रतिपत्तिमहत्त्वः प्रतिपत्तिको अर्थ साधना हो । स्वार्थ र परार्थ गरी दुई प्रकारका प्रतिपत्ति हुन्छन् । बोधिसत्त्वको प्रमुख उद्देश्य नै सबै प्राणीहरूलाई बुद्धत्व प्राप्त गराउनु हो, अतः सबै प्राणीहरूलाई बुद्धत्व प्राप्त गराउनुलाई परार्थ प्रतिपत्ति र त्यसको लागि पहिले स्वयं बुद्धत्व प्राप्त गर्नुलाई स्वार्थ प्रतिपत्ति भनिन्छ ।

३. ज्ञानमहत्त्वः बोधिसत्त्वयानमा पुद्गलनैरात्म्यज्ञान र धर्मनैरात्म्यज्ञानको ठूलो महत्त्व छ । पुद्गलनैरात्म्य क्लेशावरणको प्रतिपक्ष र धर्मनैरात्म्य ज्ञेयावरणको प्रतिपक्ष हुन । यी दुवै नैरात्म्यज्ञानद्वारा दुवै आवरणलाई प्रहाण गरी सर्वज्ञताको सिद्धि गरिन्छ ।

४. वीर्यारम्भ महत्त्वः बोधिसत्त्वको उद्देश्य अल्पकालमा सिद्ध गर्न नसकिने भएको हुँदा तीन असंख्य कल्पसम्म सोत्साहपूर्वक निरन्तर रूपमा कुशल कर्म गर्दै पुण्य संचय गरेपछि मात्र बुद्धत्व प्राप्त सकिन्छ । अतः बोधिसत्त्वले उत्साहपूर्वक जगत् कल्याणको लागि आफ्नो साधना विधिको निस्वार्थ रूपमा अभ्यास गरिरहन्छ ।

५. उपायकौशलमहत्त्वः बोधिसत्त्वले कुशलता पूर्वक सांवृत्तिक दृष्टिबाट कामराग आदि अधिकांश क्लेशहरूको प्रहाण नगरी त्यसलाई

परार्थ सिद्धिको लागि मार्गको रूपमा परिणत गरी दिन्छ । पारमार्थिक दृष्टिबाट त कुनै प्रहाण गर्नु पर्ने विषय नै हुदैन । किन भने सबै हेय र उपदेय असत हुन । अतः कामरागलाई प्रहाण नगर्दा पनि बोधिसत्त्वको चित्त क्लेशबाट संक्लिष्ट हुदैन ।

६. समुदागममहत्त्वः बोधिसत्त्वयानद्वारा साधना गर्नले दशवल, चारवैशारद्य, तथा अठार आवेणिक सिद्धिको प्राप्ति हुन्छ ।

७. बुद्धकर्ममहत्त्वः बोधिसत्त्वयानद्वारा जगत काल्याणार्थ विभिन्न प्रकारको चरित्र प्रदर्शन गरी भिन्न रूचि भएका सत्त्वहरूको हितसम्पादन गर्न तदानुरूप देशना गर्दछ ।

धार्मिक तथा सांस्कृतिक जगतमा महायानको उद्भव एक अभूतपूर्व एवं क्रान्तिकारी घटनाको रूपमा उदय भएको छ । महायान बौद्ध धर्मको उद्भव पूर्व बौद्ध, बौद्धेतर सबै धर्म दर्शनले मोक्ष अथवा निर्वाणलाई नै परम पुरुषार्थ एवं जीवनको लक्ष्य मान्दथ्यो । चार पुरुषार्थ धर्म, अर्थ, काम र मोक्ष मध्ये मोक्षलाई नै सर्वश्रेष्ठ मान्दथ्यो । आत्यन्तिक दुःखबाट मुक्त हुनु नै मोक्षको स्वरूप हो । यस प्रकारको मोक्ष नितान्त व्यक्तिगत हुन्छ ।

एक महायानी सम्पूर्ण प्राणीहरूलाई यस दुःख रूपी भव सागरबाट मुक्त गरी सुख दिलाउन चाहन्छ । यो महान उद्देश्यको अगाडि व्यक्तिगत मोक्ष रसहीन हुन्छ । लोकको दोषमा लिप्त नभई संसारलाई पनि नत्यागि जन्म जन्मान्तर पर्यन्त प्राणीहरूको हितार्थ संसारमा रहने बोधिसत्त्वले व्रत लिएको हुन्छ । आचार्य शान्तिदेवले बोधिचर्यावतारमा भन्नु भएको छ ।

आकाशस्य स्थितिर्यावद् यावच्च जगतः स्थितिः ।
तावन्मम स्थितिर्भूयाद् जगददुःखानि निघ्नतः ॥१०॥

जब सम्म यो आकास र संसार रहन्छ, तबसम्म यो जगतको दुःखहरू हटाउदै म पनि यही रहि रखाँ बौधिसत्त्वहरूको जन्म कर्म र क्लेशको वशमा नभई स्वच्छले अरुको कल्याणको लागि हुने गर्दछ । महायानी बोधि सत्त्व न त लोकको दोषबाट दुषित हुन्छ, न संसारलाई त्यागेर निर्वाणमा प्रविष्ट नै हुन्छ । वहाँ मध्यमा अर्थात् अप्रतिष्ठित निर्वाणमा स्थित रहन्छन् । शिक्षासमुच्चयमा पनि आचार्य शान्तिदेवले यसरी भन्नु भएका छन् ।

यदा मम परेषां च भयं दुःखं च न प्रियम् ।
तदात्मनः को विशेषो यत्तं रक्षामि नेतरम् ॥१॥

जब मलाई र अरुलाई दुःख प्रिय छैन भने तब ममा मात्र त्यस्तो के विशेषता छ, जसले गर्दा म स्वयंको रक्षा गर्ने अनि अरुको नगर्ने । अर्थात् अरुको पनि रक्षा गर्नु पर्ने दायित्व ममा छ ।

६. नेपालको उत्तरी हिमाली क्षेत्रमा बौद्ध धर्मको स्थापना तिब्बतका राजा स्रोङ्चेन गम्पोले नेपालका राजकुमारी भृकुटी संग विवाह गरी राजकुमारीलाई तिब्बत लैजाँदा सँगै बुद्धको मूर्ति पनि लानुभई तिब्बतमा बौद्ध धर्मको वीजारोपन गर्नु भएको देखिन्छ । वहाँले नै पहिलो पटक तिब्बतमा बौद्ध गोन्पा निर्माण गर्न लगाए । उहाँकै निमणत्रणामा भारतका आचार्य कुमार ब्रह्मण, कुमार शंकर र नेपालका आचार्य शीलमञ्जु तिब्बत जानु भई बुद्ध वचनको केही सूत्र र तन्त्र भोट भाषामा अनुवाद गरी औपाचारिक रूपमा तिब्बतमा महायानी बौद्ध धर्मको स्थापना गर्नु भयो । तिब्बतको ३७ औं राजा ठिसोड देउचेनको निमणत्रणामा उपाध्याय शान्त रक्षित, आचार्य पद्मसम्भव, आचार्य विमलमित्र, आचार्य शान्तिगर्भ,

आचार्य धर्मकीर्ति, आचार्य बुद्धगृह्य, आचार्य कमलशील, आचार्य विबुद्धसिद्धि आदि तिब्बत जानु भयो । यसप्रकार भारतबाट जानु भएका बौद्ध विद्वान र तिब्बतका लोचवा (अनुवादक) वैरोचना, त्राकज्ञानकुमार, कावपलचेक, चोगरोड लुयि ग्यालछेन र श्याडयेशेदे आदिले विनय,सूत्र र अभिधर्मपिटकलाई भोटभाषामा अनुवाद गर्नुको साथै व्याख्यान तथा साधना गराउने व्यवस्था पनि मिलाए । तिब्बतका ४९ औं राजा ठिराल्याचेनको निमन्त्रणामा भारतबाट आचार्य जिनमित्र, सुरेन्द्रबोधी, शीलेंद्रबोधी र दानशील आदि तिब्बत जानु भई प्राचिनकालमा लोचवा र पण्डितहरूद्वारा संस्कृत भाषाबाट भोट भाषामा अनुवाद गरिएका बुद्ध वचनको अर्थ बुझ्ना कठिन भएको शब्दहरूलाई राजा ठिराल्याचेनको अज्ञानुसार तिब्बतका उपाध्यय रत्नरक्षित, धर्मताशील, लोचवा ज्ञानसेन र जयरक्षित आदि बौद्ध विद्वानहरूले संसोधन गर्नुभएको थियो । तिब्बतका ४२ औं अधार्मिक राजा लाङदारमा बौद्ध धर्म विनास गर्ने राजाका रूपमा स्थापित भयो । यीनको शसनकालमा प्राय बौद्ध धर्म लुप्त भयो । पछि विस्तारै पुनः तिब्बतमा बौद्ध धर्मको उदय हुना थाल्यो । यस प्रकार सातौं शताब्दी देखि बाह्रौं शताब्दीसम्म भारत र तिब्बतका बौद्ध विद्वानहरूले संयुक्त रूपमा संस्कृत भाषामा भएका सम्पूर्ण बुद्धवचन तथा बौद्ध शास्त्रहरू भोट भाषामा अनुवाद गर्नु भयो । यसप्रकार उत्तरी हिमाली क्षेत्रमा महायान बौद्ध धर्म अर्न्तगत त्रिङ्मा, काग्यु, साक्य र गेलुग गरी चार प्रकारका परम्पराहरूको विकास भयो । समयको दृष्टिले त्रिङ्मापा (प्राचीन), प्रर्वतक आचार्यको दृष्टिबाट काग्युपा, स्थानको नामबाट साक्यपा र उपदेशको नामबाट गेलुगपाको नामकरण गरिएको छ । प्रारम्भमा यी

परम्पराहरू तिब्बत, नेपालको हिमाली क्षेत्र, भारतको हिमाली क्षेत्र, भूटान र मंगोलियमा विकास भए तापनि आज लगभग पुरै विश्वमा विकास हुदै गएको छ ।

७. उपसंहारः अतः शील, समाधी, प्रज्ञा, दान, शील, क्षान्ति, वीर्य ध्यान र प्रज्ञाको शिक्षाले युक्त बुद्ध वचनले समग्र प्राणीको आदि कल्याण, मध्य कल्याण र अन्त कल्याण भैरहेको छ । भगवान् बुद्धले कहिल्यै पनि आफ्नो सिद्धान्तलाई बलात् कसै माथि लादनु भएन बरु परिक्षण गरेर सही लागेमा मात्र ग्रहण गर्नु नत्र बुद्धले भन्नु भएको भनेर गौरव नगर्नु भन्नु भएको छ । यथाः

तापाच्छेदाच्च निकषात् सुवर्णमिव पण्डितैः ।
परीक्ष्य विक्षवो ग्राहयं मद्बचो न तु गौरवात् ॥

कुनै पनि पाप कर्म नगर्नु, कुशल कर्मको संचय गर्नु, आफ्नो मनलाई नियन्त्राण गर्नु यो नै बुद्धको शासन हो भनी बुद्धले भन्नु भएका छन् । मानव जीवनमा पञ्चशीलको पालना गर्दै मैत्री, करुणा, उपेक्ष र मुदिताको अभ्यास गरी आफु र अरुलाई लाभ हुने कार्यमा संलग्न हुन सके सबैको कल्याण हुनेमा कुनै शंका नै छैन ।

भवतु सर्व मंगलम



(Maryland)

11160 Veirs Mill Road, Wheaton, MD 20902
Tel : 301-949-0900

(San Jose)

Eastridge Mall
2200 Eastridge Loop, #1093, San Jose, CA 95122
Tel : 408-270-4367



(New York)

37-19 74th St, Jackson Heights, NY 11372
Tel : 718-424-2690
info@queensdiamond.com
www.queensdiamond.com



Happy Loshar
2019





आचार्य सार्की शेर्पा
सदस्य,
गोन्पा/विहार व्यवस्थापन परिषद् नेपाल

नेपालमा गोन्पा शिक्षाको अवस्था र चर्नाति

१. लेख सार,

नेपालको शिक्षा व्यवस्था मध्ये परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा शिक्षा पनि एक हो। नेपालमा यस शिक्षा प्रणाली र व्यवस्था शाक्यमुनि बुद्धको पालादेखि नै भएको देखिन्छ। गोन्पा शिक्षा भन्नाले शाक्यमुनि बुद्धद्वारा प्रतिपादन गर्नु भएको सिद्धान्तलाई आधार मानेर गोन्पा विद्यालयहरूमा अध्ययन, अध्यापन गराउने शिक्षालाई बुझिन्छ। बौद्ध दर्शनमा आधारित गोन्पा शिक्षाले आध्यात्मिक र नैतिक शिक्षामा विशेष जोड दिइन्छ। नेपालमा रहेका परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका शिक्षालाई राष्ट्रिय मापदण्ड अनुसार र औपचारिक शिक्षाको समकक्षी बनाउने मूलोद्देश्यका साथ शिक्षा मन्त्रालय अन्तर्गत गोन्पा/विहार व्यवस्थापन परिषद् नेपाल गठन गराई पाठ्यक्रम विकास केन्द्रबाट छुट्टै पाठ्यक्रम बुन्नुलाई इतिहासमा ठूलो उपलब्धिको रूपमा लिन सकिन्छ। त्यसै गरी राज्यले अनुमति तथा स्वीकृति प्राप्त गरी व्यवस्थित रूपमा सञ्चालनमा रहेका गोन्पा विद्यालयहरूलाई वार्षिक रूपमा एकमुष्ट अनुदान पनि प्रदान गर्दै आएको छ। तर पनि गोन्पा विद्यालय सञ्चालनमा शिक्षक व्यवस्थापन, पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक व्यवस्थापन, विद्यालय अनुमति तथा स्वीकृति, परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका शिक्षा प्रणाली अनुसार अध्ययन सम्पन्न गरेका खेन्पो, गेशे, लोपोनहरूको प्रमाणपत्रको समकक्षता, विद्यालय सञ्चालन तथा भौतिक व्यवस्थापन आदि विषयहरू पढ्छन्। प्रत्येक समस्याको भित्र नै समाधानका उपायहरू लुकेका हुने भएकोले सम्बन्धित केन्द्र, प्रदेश र स्थानिय तहका सम्बन्धित निकायले यस विषयका विज्ञ तथा सरोकारवालाहरूसँग समन्वय गरी दीर्घकालिन नीति निर्माण गर्नु नै समस्या समाधानका मुख्य उपाय हो।

२. विषय प्रवेश

आज भन्दा करिब २५६२ औं वर्ष पूर्व नेपालको लुम्बिनीमा जन्मनु भएका मैत्री र करुणाले युक्त शान्तिका महानायक शाक्यमुनि बुद्धले विभिन्न प्रकारको दुःखबाट पीडित सम्पूर्ण प्राणीहरूको हितार्थ प्रतिपादन गर्नु भएका सिद्धान्त नै गोन्पा शिक्षा हो। शाक्यमुनि बुद्धले प्रतिपादन गर्नु भएका शिक्षाले सहज रूपमा जीवन जीउने कला सिकाउनुको साथै मानवको कठोर हृदयलाई परिवर्तन गरी प्रज्ञाको विकासको साथै मानवलाई नैतिकवान बनाउँछ।

प्राचीनकालदेखि नै नेपालको उत्तरी हिमाली भेगमा बसोबास गर्ने हिमालीबासीहरूले प्रायः प्रत्येक गाउँमा गोन्पा स्थापना गरी बौद्ध धर्म, दर्शन, सहित्य, कला आदि विषयको अध्ययन, अध्यापन गुरु पराम्परा अनुसार गराउनेको साथै अभ्यास पनि हुँदै आएको देखिन्छ। गोन्पामा पठन-पाठनको अलावा धार्मिक कार्यहरू पनि हुने गर्दछन्। बौद्ध परम्परामा गुरुको धेरै महत्त्व छ। गुरुबाट नै शिष्यको लागि शिक्षा, दीक्षा लगायत गास, बास र कपासको व्यवस्था समेत गर्ने गरिन्छ। बौद्ध शिक्षा परम्परामा गुरुले मार्ग दर्शक, अविभावक,

संरक्षक र कल्याणमित्रको भूमिका निर्वाह गर्दछन्। बौद्ध धर्म एवं दर्शनमा आधारित शिक्षा प्रदान गर्दै आएकोले गोन्पा एवं बौद्ध धर्मको बीचमा पारस्परिक सम्बन्ध रही आएको छ। विशेषतः बौद्ध धर्म भनेको बाह्य विषयप्रतिको अतिवादी र भोगलाई परित्याग गरी आन्तरिक चित्तको शुद्धीकरण गर्ने सिद्धान्त भएकाले जसको भावना गर्नुको निमित्त गोन्पा अर्थात् एकान्त स्थलको अपरिहार्य आवश्यक पर्दछ। सारमा भन्नु पर्दा गोन्पा भनेको शैक्षिक, धार्मिक, सांस्कृतिक र सामाजिक कार्य गरिने नितान्त एकान्त स्थानमा निर्माण गरिएको मुख्य केन्द्रलाई बुझिन्छ। तसर्थ प्राचीनकालदेखि गोन्पामा सञ्चालन गर्दै आएका गोन्पा शिक्षा वर्तमान समयमा पनि कायमै रहेकोले गोन्पा शिक्षाको आफ्नै विशिष्ट मौलिक परम्परा रहेको छ।

२. नेपालमा परम्परागत बौद्ध शिक्षा :

नेपालमा शिक्षा विकासको इतिहासलाई नियाल्ने हो भने प्राचीनकालदेखि समाजको प्रचलित रीति-रिवाज, चालचलन, परम्परागत रूपमा चल्दै आएका धार्मिक तथा सामाजिक मूल्य मान्यताहरू एक पिढीबाट अर्को पिढीमा हस्तान्तरण हुँदै आएको पाइन्छ। नेपालमा प्राचीनकालमा बौद्ध र संस्कृत शिक्षा परम्पराबाट अनुप्राणित शिक्षा व्यवस्था कायम रहेको पाइन्छ। नेपालमा बौद्ध शिक्षाको अध्ययन अध्यापन परम्परा यसै कालदेखि शुरु भएको भन्न नसके पनि भोट देशमा बौद्ध धर्मको उदाय हुनु भन्दा पहिला नै नेपालमा बौद्ध शिक्षाको विकास भई सकेको अनुमान गर्न सकिन्छ। प्राचीनकालमा विभिन्न देशबाट बौद्ध शिक्षा अध्ययनको लागि बुद्ध अनुयायीहरू नेपालमा आउने गर्दथे। छैठौं शताब्दीको अन्त तथा सातौं शताब्दीको पहिलो चरणतिर राजा अशुवर्माका सुपुत्री भृकुटीले तत्कालिन भोट देशका राजा सोड्चेन गोन्पोसँग विवाह गरि एको थियो। राजा अशुवर्माले दाइजोको रूपमा आफ्नो सुपुत्रीलाई अक्षोभ्य बुद्ध, बोधिसत्व र आर्यताराका मूर्तिहरू दिएर पठाएको इतिहास र बौद्ध धर्म प्रचार-प्रसारको लागि जति पनि भारतका बौद्ध विद्वान् महापण्डितहरू भोट देशमा जानु भएका थिए उनीहरू सबै नेपालको मार्ग हुँदै जानु भएको इतिहासमा पाइन्छ। यस प्रकारको तथ्यले पनि भोट देशमा भन्दा नेपालमा पहिला बौद्ध धर्मको उदाय भएको मान्न सकिन्छ।

भोट देशका २८ औं राजा ल्हा थोथो री त्रिन्चेन ई. ४२७ को राज्यकालमा पहिलो पटक भोट देशमा बौद्ध धर्मको प्रवेश भए तापनि ३८ औं राजा ठिसोड देउचेनसम्म बौद्ध धर्मले व्यापकता पाउन सकेन। तत्पश्चात् राज ठिसोड देउचेनले भारतका बौद्ध विद्वान् आचार्य शान्त रक्षित, गुरु पद्मसम्भाव जस्ता विद्वानहरू भोट देशमा निमन्त्रणा गरी संस्कृत भाषाबाट भोट भाषामा बौद्ध सूत्र र तन्त्रका ग्रन्थहरू अनुवाद गरेका थिए। त्यसपछि क्रमशः भोट देशमा बौद्ध धर्मले व्यापकता पाएको देखिन्छ। जुन प्रकारले भोट देशमा बौद्ध धर्मले व्यापकता पायो त्यसको प्रभाव नेपालको हिमाली भेगमा पनि परेको थियो।

संस्कृत भाषाबाट भोट भाषामा अनुदित बौद्ध धर्म, दर्शनका ग्रन्थहरू गोन्पाहरूमा अध्ययन अध्यापन गर्न थालियो। त्यसै कारणले आजसम्म पनि सम्भोटा लिपिमा लेखिएका बौद्ध ग्रन्थलाई आधार मानेर मूलतः नेपालका हिमाली क्षेत्रका मानिसहरूले गोन्पा शिक्षा प्रणाली अवलम्बन गर्दै आएका छन्। बुद्धका उपदेश तथा बौद्ध

दर्शनमा आधारित गोन्पा शिक्षा प्रणाली परापूर्वकालदेखि नेपालको एक प्रमुख शिक्षा प्रणालीका रूपमा रहिआएको छ ।

३. नेपालमा परम्परागत गोन्पा शिक्षा सम्बन्धी राज्यको तर्फबाट हालसम्म भएका व्यवस्थाहरू :

क) शिक्षा ऐनमा परम्परागत शिक्षा सम्बन्धि व्यवस्था

अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा सम्बन्धी ऐन, २०७५ को दफा १६. परम्परागत शिक्षा प्रदान गर्न सकिने:

(१) परम्परादेखि चली आएका शिक्षा सम्बन्धी मूल्य, मान्यता, संस्कृति, रितिरिवाज र अभ्यासको संरक्षण र जगेर्ना गर्न र त्यसलाई समय सापेक्ष परिमार्जन गरी निरन्तरता दिन गुरुकुल, गुम्बा वा मदरसा जस्ता संस्था सञ्चालन गरी बालबालिकालाई शिक्षा प्रदान गर्न सकिनेछ ।

(२) उपदफा (१) बमोजिमको शिक्षा प्रदान गर्नको लागि सञ्चालन गरिने गुरुकुल, गुम्बा वा मदरसा सम्बन्धित स्थानीय तहमा दर्ता गर्नु पर्नेछ ।

(३) उपदफा (२) बमोजिम दर्ता भई सञ्चालन हुने गुरुकुल, गुम्बा वा मदरसाले बालबालिकालाई शिक्षा प्रदान गर्दा स्थानीय तहले कानून बमोजिम निर्धारण गरेको र तोकिए बमोजिमको अन्य सर्त तथा मापदण्ड पालना गर्नु पर्नेछ ।

(४) उपदफा (२) बमोजिम दर्ता गरी सञ्चालनमा रहेका गुरुकुल, गुम्बा र मदरसा जस्ता शैक्षिक संस्थाले प्रदान गर्ने शिक्षाका अतिरिक्त नेपाल सरकारले निर्धारण गरेको पाठ्यक्रम बमोजिमको शिक्षा प्रदान गर्नु पर्नेछ ।

(५) परम्परागत शिक्षा प्रदान गर्ने सम्बन्धी अन्य व्यवस्था तोकिए बमोजिम हुनेछ ।

ख) निर्देशिकाको व्यवस्था :

हु "धार्मिक प्रकृतिका सामुदायिक विद्यालयहरूलाई अध्यापन, व्यवस्थापन कार्यमा सहयोगका लागि एकमुष्ट अनुदान कार्यान्वयन (पहिलो संशोधन) निर्देशिका, २०६९" स्वीकृत भई लागू भएको छ ।

ग) नीतिगत तथा व्यवस्थापकीय पक्षमा सहयोग पुऱ्याउन परिषद् गठन :

हु मन्त्री स्तरीय निर्णयानुसार गोन्पा/विहार व्यवस्थापन परिषद् नेपाल गठन

घ) पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक विकास :

हु सरोकरपक्ष नेपाल बौद्ध महासंघको अगुवाईमा नेपाल सरकार पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले आधारभूत तह कक्षा १-८ मध्यमिक तह ९-१२ सम्मको पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक तयार गरी देश भरीका विभिन्न गोन्पाहरूमा अध्ययन अध्यापन भई रहेको छ ।

ड) अनुदान वितरण गर्ने आधारहरू निम्नानुसार छन्

धार्मिक प्रकृतिका सामुदायिक विद्यालयहरू नेपाल सरकारबाट अनुमति वा स्वीकृति प्राप्त गरी नियमानुसार सञ्चालन गरिएको भए निम्नानुसारको अनुदान प्राप्त हुनेछ ।

आधारभूत तह अन्तर्गत कक्षा १-५ को हकमा प्रतिविद्यालयलाई वार्षिक रूपमा एकमुष्ट रू. १८८,०००। आधारभूत तह अन्तर्गत कक्षा ६-८ को हकमा प्रति विद्यालयलाई वार्षिक रूपमा एकमुष्ट रू.१९९,०००। माध्यमिक तह अन्तर्गत कक्षा ९-१० को हकमा प्रति विद्यालयलाई वार्षिक रूपमा एकमुष्ट रू. ५,०६,०००।

धार्मिक प्रकृतिका सामुदायिक विद्यालय वा सार्वजनिक शैक्षिक गुठीको रूपमा सञ्चालित आधारभूत तह अन्तर्गत कक्षा १-५, कक्षा ६-८ र माध्यमिक तह अन्तर्गत कक्षा ९-१० को एउटै विद्यालयमा तीन वटै तह सञ्चालन भएको र निर्देशिका बमोजिम तोकिएको विद्यार्थी रहेको अवस्थामा सो विद्यालयले तीनै तहको अनुदान प्राप्त गर्न सक्नेछ ।

च) गोन्पा शिक्षा शिक्षक प्रशिक्षण :

हु गोन्पामा अध्यापनरत शिक्षकहरूको शिक्षण सीप र पेसागत दक्षताको अभिवृद्धि गर्नको लागि शैक्षिक जनाशक्ति विकास केन्द्रबाट १० दिने शिक्षकको पेसागत विकास तालिम (टि.पि.डी. मोडेल शैक्षिक तालिम केन्द्रहरूमा सञ्चालन गर्दै आएको छ ।

छ) त्रयभाषिक नीति :

हु गोन्पा शिक्षामा नेपाली, अंग्रेजी र भोट भाषा (संभोट लिपि) त्रयभाषिक नीति अन्तर्गत रही अध्यापन गराउने गरिएको छ ।

ज) स्मारिका प्रकाशन :

हु वार्षिक रूपमा गोन्पा/विहार सन्देश प्रकाशन गर्ने गरेको र यसबाट सम्बन्धित पक्षको भाषा, धर्म, लिपि, संस्कृति, परम्परा, संस्कार आदिको संरक्षण सम्बर्द्धन हुने तथा अभिलेखीकरण हुने ।

६. गोन्पा विद्यालय सञ्चालनमा देखिएका समस्या एवं चुनौति :

हु गोन्पा शिक्षाको सहजीकरण व्यवस्थापन र नियमनका लागि केन्द्र, प्रदेश र स्थानीय तहमा परम्परागत धार्मिक प्रकृतिको गोन्पा शिक्षा रेखदेख सम्बन्धी अधिकार सम्पन्न गोन्पा कुनै निकाय नहुनु ।

हु परम्परागत रूपमा धार्मिक प्रकृतिका गोन्पाको मध्यमिक तथा उच्चशिक्षा (शेडा) बाट प्रदान गरिएको गुरुहरूको प्रमाण पत्रलाई समकक्षाताको व्यवस्था नभएको ।

हु शिक्षा ऐन, शिक्षा नियमावली र स्थानीय तहको शिक्षा सम्बन्धी नीतिहरूमा परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा शिक्षा सम्बन्धी स्पष्ट नीति नभएको ।

ॐ परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा विद्यालय अनुमति, स्वीकृति तथा तह थप विषयमा सहजताको व्यवस्था नभएको ।

ॐ परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा विद्यालयहरू सम्बन्धित विषय अध्यापन गराउने शिक्षक शिक्षिकाको हकमा अध्यापन अनुमति पत्र अर्को व्यवस्था नहुँदासम्माको लागि आवश्यक नपर्ने व्यवस्था हुनुपर्ने ।

७. गोन्पा विद्यालय व्यवस्थित रूपमा सञ्चालन गराउनका लागि सुझावहरू :

ॐ शिक्षा ऐन, नियमावली तथा निर्देशिकाहरूमा परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका विद्यालय सञ्चालन गर्न छुट्टै सुदृढ व्यवस्था गर्नु पर्ने ।

ॐ केन्द्र - परम्परागत धार्मिक प्रकृतिको शिक्षा रेखदेख सम्बन्धी अधिकार सम्पन्न गोन्पा/विहार शिक्षा बोर्ड गठन गर्नुपर्ने ।

ॐ सातै प्रदेशमा - परम्परागत धार्मिक प्रकृतिको शिक्षा रेखदेख सम्बन्धी अधिकार सम्पन्न गोन्पा/विहार परिषद् गठन गर्नुपर्ने ।

ॐ स्थानीय तहमा - परम्परागत धार्मिक प्रकृतिको शिक्षा रेखदेख सम्बन्धी अधिकार सम्पन्न गोन्पा/विहार शिक्षा समिति गठन गर्नुपर्ने ।

ॐ परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा विद्यालयहरूबाट उच्चशिक्षा अध्ययन सम्पन्न गर्नु भएका गुरुहरूको प्रमाण-पत्रलाई समकक्षाताको व्यवस्था गर्नुपर्ने ।

ॐ स्थानीय तहको शिक्षा सम्बन्धी नीतिहरूमा परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा शिक्षा सम्बन्धी सरोकार पक्षहरूसँग छलफल गरी स्पष्ट नीति निर्धारण गरी लागु गराउनु पर्ने ।

ॐ सामुदायिक विद्यालयको दरबन्दी अनुसार परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा विद्यालयहरूलाई पनि अनुदान उपलब्ध गराउनु पर्ने, उक्त अनुदान दरबन्दीहरूको तलब वृद्धि हुँदा परम्परागत धार्मिक प्रकृतिको शिक्षा विद्यालयको पनि अनुदान वृद्धि गराउनु पर्ने ।

ॐ गोन्पा विद्यालय अनुमति, स्वीकृति तथा तह थपमा विद्यार्थी संख्याको विषयमा लचकक हुनु पर्ने ।

ॐ स्थानीय तहको शिक्षा समितिमा परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका गोन्पा विद्यालय विद्यालयको प्रतिनिधि समवेश हुन व्यवस्था गर्नुपर्ने ।

८. निष्कर्ष :

राज्य पक्ष र सरोकारवाला दुवैको सहाकार्यमा धार्मिक प्रकृतिका विद्यालयहरूलाई राष्ट्रिय शिक्षाको मूलधारमा लैजानका लागि गरिएको प्रयासलाई सकारात्मक लिन सकिन्छ । तथापि परम्परागत रूपमा सञ्चालन गरिदै आएका गोन्पा विद्यालयहरूको माग अनुसार सबै क्षेत्रलाई समेटी व्यवस्थित रूपमा अघि बढाउन सकेको अवस्था भने छैन । राज्यले यस प्रकारका विद्यालयलाई व्यवस्थित रूपमा सञ्चालन गराउनका लागि सम्बन्धित सरोकारवालाहरूसँग समन्वय गरी विज्ञहरूको सल्लाह-सुझावलाई ध्यानमा राखि यस विषयमा दीर्घकालिन नीति निर्माण सम्बन्धमा राज्यले विशेष चासो दिनु पर्दछ । जसले परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका विद्यालयहरू व्यवस्थित ढांगमा सञ्चालन गर्नमा सहयोग मिल्नेछ ।

परम्परागत शिक्षाले प्राचीन मूल्य, मान्यता र आस्था विश्वासको संरक्षण र संवर्द्धन गर्दै नयाँ मूल्य मान्यता र नैतिकताको स्थापनामा पनि विशेष भूमिका खेल्नेछ । त्यस्तै सामाजिक ऐतिहासिक विकास क्रममा रहिआएका जातिगत, भाषागत, अर्थगत, संस्कृतिगत र क्षेत्रगत आदि विभिन्न विभेदहरूको खाडललाई पुर्ने सम्पूर्ण राष्ट्रलाई ऐक्यवद्ध पार्ने कार्यमा परम्परागत शिक्षाले ठूलो भूमिका खेल्न सक्दछ । तसर्थ राज्यले परम्परागत धार्मिक प्रकृतिका शिक्षालाई विशेष ध्यान दिन सके देश र समाजलाई दोहोरो फाइदा हुनेछ ।

सन्दर्भ सामग्री :

१. शिक्षा विभाग (२०७०) : धार्मिक प्रकृतिका सामुदायिक विद्यालयहरूलाई अध्यापन, व्यवस्थापन कार्यमा सहयोगका लागि एकमुष्ट अनुदान कार्यान्वयन (पहिलो संशोधन) निर्देशिका, २०६९, भक्तपुर ।

२. गोन्पा सन्देश २०७३ : भक्तपुर : शिक्षा विभाग ।

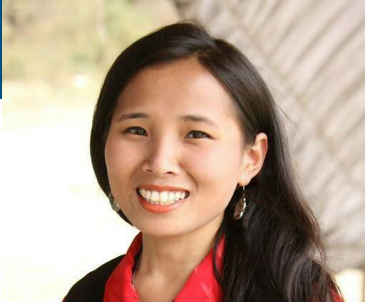
३. अधिकारी, प्रकाशसिंह (२०६२) : नेपालको परिवेश र सबैको लागि शिक्षा अभियान, काठमाडौं: सोपान मासिक ।

४. गोन्पा शिक्षा पाठ्यक्रम (२०६५) : भक्तपुर: पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।

Wishing you all a very
happy Losar

- Lobsang T Salaka & Family





पत्रकारितामा शेर्पा समुदाय

निम्लेकी शेर्पा
अध्यक्ष
शेर्पा सञ्चार समूह नेपाल

शेर्पा सञ्चार समूह नेपालले विगत देखि नै सञ्चार क्षेत्रमा शेर्पा समुदायको गुणस्तरीयता सहितको उपस्थितिका लागि वकालत गर्दै आएको सम्पूर्ण समुदायमा मात्र नभई आदिवासी समुदायमा पनि अवगत नै छ। आदिवासी जनजाति पत्रकार महासंघ फोनिजको सदस्य संस्था शेर्पा सञ्चार समूह नेपालको एक दशक लामो यात्राले सञ्चार क्षेत्रमा शेर्पा समुदायको प्रतिनिधित्वका लागि दक्ष जनशक्ति साथै पत्रकारिताप्रतिको बुझाई पनि सकारात्मक रूपमा परिवर्तन गर्न सफल भईरहेको छ। पर्यटन पेशामा आवद्ध शेर्पा युवाहरु अहिले पर्यटन साथै पत्रकारिता क्षेत्रमा लाग्न थालेका छन्। पछिल्लो समय पत्रकारिता क्षेत्रमा लाग्ने युवाहरुको जमात थोरै मात्रमा भए पनि अगाडि आइरहेको छ। पत्रकारिता क्षेत्रमा हाम्रो विकासक्रम र युवाहरुको योगदान बारे केहि चर्चा।

वर्तमानको प्रगति र उपलब्धिको कुरा गर्दै गर्दा विगतलाई नजर अन्दाज पक्कै गर्न मिल्दैन। विगतका हाम्रो इतिहासले हरेक पुस्ताका लागि फरक परिवेश सिकाउने प्रयास मात्र होइन जानकारी पनि दिने गर्दछ। पत्रकारिताको विषयमा कुरा गर्दै गर्दा विगतमा पनि शेर्पाहरु पत्रकारिता क्षेत्रमा नभएको भने होइन।

शेर्पा सञ्चार समूह नेपालको तथ्याङ्क अनुसार वि.स. २०३६ सालमा आङदोर्जे लामा शेर्पाले राजधानी पत्रिका दर्ता गराई आठ वर्षसम्म आफै सम्पादक भई सञ्चालन गरेको भन्ने छ तर त्यसको तथ्य हामी खोजिरहेका छौं। वि.स. २०५२ देखि २०६३ आङ छिरीङ शेर्पाले कान्तिपुर पत्रिकाबाट पत्रकारिताको सुरुवात गरेका देखिन्छ। वि.स. २०५३ असार १ गतेबाट शेर्पा भाषामा रेडियो नेपालबाट शेर्पा भाषाको समाचार प्रसारण सुरु भएका तथ्य हामी माझ छ।

२०५४ साउनबाट शेर्पा डोलुपकील्यारीम खेन्पो ड्वाङ वासेर, आङ छिरीङ शेर्पा, मिडमा शेर्पा, लाक्पा तेन्जी शेर्पा, आङ दावा शेर्पा, गेलु शेर्पा, मिडमालामा शेर्पा प्रधान कर्मा ग्याल्जेन शेर्पा, पेम्बा शेर्पाले कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेका छ। वि.स. २०६० मा छेटु शेर्पाले पूर्वको ब्लाष्ट दैनिकबाट पत्रकारिताको सुरुवातगर्दै २०६३ देखि २०६९ सालसम्म गोर्खा पत्र र २०६९ साल देखि हालसम्म अन्नपूर्ण पोष्टमा कार्यरत छन्। वि.स. २०६५ पूर्व सभासद आङदावा शेर्पाको पहलमा गोरखापत्रमा शेर्पा भाषाको समाचार प्रकाशन हुँदै आएको छ। वि.स. २०६७ मा लाक्पा शेर्पाले एभिन्जुबाट हिमाल विषेश कार्यक्रम संचालनमा ल्यायो। यसरी विगतलाई उदाहरण मान्दै पछिल्लो पुस्ता पत्रकारिता क्षेत्रमा अझ लगाव बढेको देखिन्छ।

मञ्चिय उद्घोषणमा प्रखरता मात्र होइन राष्ट्रिय स्तरको सञ्चार माध्यमहरुमा समेत स्थापित हुने प्रयासमा छन्। त्यसको केहि उदाहरण वि.स. २०७३ देखि २०७४ सम्म डोमा शेर्पाले

इन्डिजिनियस टेलिभिजनको हिमाल आवाज कार्यक्रम सञ्चालन गरे भने २०७४ बाट सोनाम याङ्जी शेर्पाले ईन्डिजिनियस टेलिभिजनबाट पहिलो पटक शेर्पा भाषा कार्यक्रम शेर्पा व्यैन्ठिन कार्यक्रम संचालन गर्दै आएको छ। २०७३ देखि शेर्पा सञ्चार समूह नेपालका अध्यक्ष निम्लेकी शेर्पा एविसी टेलिभिजनमा सवांददाता तथा कार्यक्रम प्रस्तोताको रूपमा कार्यरत छन्। त्यस्तै अन्य टेलिभिजन साथै रेडियो, अनलाइन लगायतका सञ्चार माध्यमहरुमा शेर्पाहरुको उपस्थिति देखिन थालेको छ।

मातृभाषा पत्रकारिता

सामान्यतय मातृभाषा पत्रकारिता भन्नाले भाषागत रूपमा सुचना प्रवाह गर्नु हो। नेपालको सन्दर्भमा पत्रकारिता नै राजनितीक जड र मानव अधिकारबाट प्रभावित भएको देखिन्छ। नेपाली राजनिती, सत्तापक्ष र विपक्ष नागरिक अधिकारको लडाई जनमानसमा पुऱ्याउन सुचना र सञ्चारको आवश्यकतापछि सञ्चारको सुरुवात भएको बुझ्न सकिन्छ। नेपालको सन्दर्भमा मातृभाषा पत्रकारिताको सुरुवात पनि लगभग त्यसरी नै भएको पाइन्छ। शेर्पा समुदायमा पत्रकारिताको परिचय जनयुद्धपछि जातिय आन्दोलन उत्कर्षमा पुग्यो र आन्दोलनको सुचना राष्ट्रिय सञ्चार माध्यमहरुले प्राथमिकता नदिएपछि, समुदायिक पत्रकारिताको सुरुवात भएको पाइन्छ। २०५१/५२ मा भाषिक आन्दोलन चरम उत्कर्षमा पुगेपछि शेर्पा समुदायमा सञ्चार माध्यमको प्रयोग र सुरुवात भएको देखिन्छ। क्रमश सरकारले भाषागत पत्रकारिता भन्दा पनि सरकारी सञ्चार माध्यममा समुदायगत रूपमा स्थान दिएको देखिन्छ। पछिल्लो समय रेडियो नेपालमा भाषागत समचार र कार्यक्रम, गोर्खापत्रमा नया नेपाल पृष्ठको सुरुवात त्यो समयको उत्कृष्ट उपलब्धि मान्न सकिन्छ।

शेर्पा भाषामा भाषागत पत्रकारिताको सुरुवात ठोस रूपमा वि.स. २०५३ असार १ गतेबाट शेर्पा भाषामा रेडियो नेपालबाट शेर्पा भाषाको समाचार प्रसारण हुन थालेपछि सुरु भएको हो। २०५४ साल साउनबाट शेर्पा डोलुपकी ल्यारिम कार्यक्रम प्रसारण गर्न थालेपछि, यसले यस क्षेत्रमा काम गर्दै आएकोहरुका लागि मात्र नभई समग्र समुदायगत रूपमा नै उत्साह थपियो। वि.स. २०६५ मा गोरखापत्रको नयाँ नेपाल पेजमा शेर्पा भाषाको समाचार प्रकाशनको सुरुवात भयो। शेर्पा समुदायको भाषागत पत्रकारितामा मात्र नभई पत्रकारिता क्षेत्रमा नै समुदायका व्यक्तिहरुलाई उत्प्रेणार्थ शेर्पा सञ्चार समूह नेपालको स्थापना अर्को महत्वपूर्ण खुड्किलो मान्न सकिन्छ। शेर्पा सञ्चारको स्थापना पश्चात शेर्पा भाषामा प्रकाशित नासाम पत्रिका प्रकाशन गर्न थालियो। शेर्पा सञ्चार बाट सुरुवातबाट विभिन्न सञ्चार माध्यमहरुमा शेर्पा भाषामा नै कार्यक्रम प्रसारण गर्दै आएको छ। एक दशकको अवधिमा दर्जन बढि कार्यक्रमहरु सञ्चालन भएका छन्। २०६३ सालदेखि २०७० सालसम्म सोलु एफ.एममा शेर्पा भाषाको कार्यक्रम श्यार खुम्बि नाशा प्रसारण भएको थियो। रेडियो एस.वि.सी.बाट शेर्पा सञ्चारको पहलमा रेडियो सि.आई.एनमा २०७३ सालमा १ वर्ष शेर्पा भाषाको कार्यक्रम सञ्चालन भएको थियो। २०७३ असार महिनादेखि तमोर एफ.एममा शेर्पा सञ्चार ताप्लेजुङको पहलमा मिडमा शेर्पा पाङकमा नेतृत्वमा शेर्पाडोलम कार्यक्रम शेर्पा तथा नेपाली भाषामा साप्ताहिक रूपमा प्रसारण भइरहेको छ। ताप्लेजुङबाट खाङ्गी पत्रिका दर्ता भएर

शेर्पा भाषामा नै करिब दुई महिना सञ्चालन भएको थियो । त्यस्तै हिमाल एफ.एम मा शेर्पा सञ्चारको पहल तथा नुरु छेपाल शेर्पाको नेतृत्वमा दाक्पु शेर्पा ताम कार्यक्रम प्रसारण १० करिब महिना प्रसारण भएको थियो ।

पछिल्लो समय रेडियो नेपाल र गोर्खापत्रसँगै अहिले प्रदेश नम्बर १ को ताप्लेजुङमा प्रदेश ३ को सोलुखुम्बु जिल्ला, रामेछाप र राजधानी काठमाडौंमा १/१ ओटा शेर्पा भाषाको कार्यक्रम प्रसारण भइरहेको छ । सञ्चारकर्मी सोनाम याङ्जी शेर्पाको नेतृत्व पहिलो पटक २०७४ भदौ १४ गतेबाट इन्डिजिनिय टेलिभिजनमा शेर्पा भाषाको कार्यक्रम प्रसारण भइरहेको छ । २०७४ माघ २८ बाट हिमाल एफ.एम र इभरेष्ट एफ.एमबाट हप्ताको दुईवटा विशुद्ध शेर्पा भाषाको कार्यक्रम शेर्पा आवज मिस शेर्पा २०१७ सोनाम डोल्माले निरन्तर रुपमा सञ्चालन गरिरहेको छ । २०१४ बाट शेर्पा रेडियो सुरुवात भइ प्रत्येक हप्ता शेर्पा तामकी ल्यारिम कार्यक्रम सञ्चालक नुरु छेपाल शेर्पाले निरन्तर रुपमा सञ्चालन गरिरहेको छ ।

पछिल्लो समय जुन खालको सञ्चार क्षेत्र प्रति मोह शेर्पा युवाहरुमा बढ्दै गएको छ त्यो पक्कै पनि भविष्यका लागि सकारात्मक रुपमा लिन सकिन्छ । तर दिगो गराउन भने नत पहिले सकेको थियो न त अहिले नै । नेपालको मिडियाहरुको नै भविष्य त्यति उत्कृष्ट र दिगोपनका आधारहरु एकदम न्युन छ । त्यसैले हामीले आ आफ्नो क्षेत्रबाट के गर्न सक्छौं त्यसलाई निरन्तरता दिन सके समुदायको भविष्यसँगै हाम्रो धर्म भाषा संस्कार संस्कृतिको संरक्षणमा टेवा पुग्नेछ ।

हामी विगत एक दशकदेखि पत्रकारिता क्षेत्रमा समुदायको विकास खोजिरहेका छौं । हरेक वर्ष नयाँ अनुहारले नयाँ स्थान लिइरहेको छ । यसलाई दिगो बनाउन समग्र समुदायले सञ्चार क्षेत्रमा लगानी मात्र होइन हेर्न नजर परिवर्तन गर्न आवश्यक छ । अनि मात्र परिवर्तन सम्भव छ ।



MEDITATION
FOR EVERYONE

FREE Sherpa language lessons
Sherpa Cultural education,
Meditation,
Buddhist Philosophy course,
Sherpa music & dance classes

འཇམ་མགོན་པོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ **SHYARWI RIGSHYUNG LOPTA**

CALL US : 718-808-3677
MAIL : admin@sherpakyidug.org



On the auspicious occasion of Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146, we wish you good health and prosperity

- Mr & Mrs. Dawa Sherpa

शेर्पा जातिमा न्वारन संस्कार ।

(डावाड नुगी शेर्पा)

नेपाल एक सुन्दर फुलवारी हो। जसरी फुलवारीमा थरीथरीका फुलहरु हुन्छन् । यी थरीथरीका फुलहरुले फुलवारीको शोभा बढाएको हुन्छ। यसबाट फुलवारी राम्रो देखिन्छ। हाम्रो देश नेपाल बहुजाति, बहुभाषी, बहु साँस्कृतिक र बहुधर्मी मानिस रूपी फुलहरुले सजिएको एक सुन्दर फुलवारी हो । यहाँ १२६ जातजाति र १२३ भाषाभाषीका मानिसहरुको बसोबास पाईन्छ । दश भन्दा बढी धार्मिक परम्पराहरुले सुशोभित छ ।

विविध जातजातिको जन्म थलो नेपालमा विभिन्न सामाजिक प्रचलनहरु सदियौं देखि चलिआएको छ। यस्ता परम्पराहरुले मुलुकमा शान्ति, सदभाव, सामाजिक मर्यादा अनि मानवीय मूल्य र मान्यता कायम राख्न सहायक सिद्ध भएको देखिन्छ । यी विविध मौलिक प्रचलनहरु मध्ये शेर्पा जातिको न्वारन संस्कार पनि एक हो ।

शेर्पा कुलमा जन्मेका बच्चाहरुको न्वारन लामा गुरुहरुद्वारा बौद्ध परम्परा अनुसार गरिने चलन छ । छोरा भए तीन र छोरी भए सात दिन भित्र कुनै एक शुभतिथिमा न्वारन गर्ने गरिन्छ । न्वारनको दिन साड् पूजाको लागि सके सम्म धेरै किसिमको धुपादि र सुगन्धित द्रव्यहरु जम्मा गरिन्छ । त्रिरत्न शरण गमन गर्दै साड् (धूप) अर्पण गरिन्छ । जगत कल्याण र शान्तिको लागि गुरु, देव, डाकिनी लगायत सम्पूर्ण बुद्ध तथा बोधिसत्वहरुलाई पुकारिन्छ । स्थानीय देवीदेवी र सिमे भुमेको पनि चित्त बुझाईन्छ । देव, असुर, मनुष्य, पशु, प्रेत र नरकका सबै सत्वहरुलाई लक्षित गरेर धूप दान गरिन्छ ।

यति गरी सके पछि सिङ्गो पर्यावरण शुद्ध भएको जगतका सबै खुशी भएको विश्वास गरिन्छ । त्यस पछि केशर र कपु मिश्रित सुगन्धित जलले भावना विधिद्वारा बुद्ध र बोधिसत्वहरुको स्नान गराईन्छ ।

मन्त्रोच्चारण सहित स्नानदेवको अधिष्ठान स्वरूप सो जलले नवजात शिशु र सुत्केरी आमालाई छर्केर र खुवाए पछि प्रसुतिका दुर्गन्ध हटेको र जुठो चोख्याएको भावना गरिन्छ । यस शुद्धीकरण विधि पछि बालक पूर्ण रूपमा क्लेश मुक्त भएको मानिन्छ ।

त्यसपछि परिवारका सबै सदस्य र ओछ्यान सुत्केरीको विछुर्यौना आदिमा पनि शुद्ध मन्त्र जलले छर्केर शुद्ध र पवित्र पार्ने गरिन्छ ।

त्यसपछि घरको ढोकामा छोरा जन्मेको भए दायँ र छोरी जन्मेको भए बायाँ पट्टी विजयध्वज दर्सीड उठाउने गरिन्छ। जुन दर्सीड काठ वा बाँसको बलोमा टुप्पोतिर बाँधेर गाउँ घरमा भएको अशुद्ध र जुठो आदिमा सबैबाट विजय वा शुद्ध भएको संकेतको रूपमा ध्वजा दर्सीड उठाएर फरफराउने सामाजिक प्रचलन छ । त्यसपछि आमा र शिशुलाई कुनै पनि सम्भावित व्यवधानबाट रक्षा गर्नका निमित्त लामाले सेतो रङ्गो खदक वा धागो गालामा शुद्ध मन्त्रले लगाईदिने गरिन्छ । नवजात शिशुको न्वारन गर्दा लामाले बच्चा जन्मेको नक्षत्र, गते बार र साल आदिको नाममा शुभलक्षण हेरी बौद्ध धर्मको सिद्धान्त अनुसार महत्त्वपूर्ण नाम शुभ साइत मिलाइ बच्चाको नाम राख्ने गरिन्छ।

त्यसपछि नवजात शिशु जन्मेको सुखद उपलक्ष्यमा आमन्त्रित पाहुना र शुभेच्छुक मित्रहरुलाई मिठास खानेकुरा र पेय पदार्थ खुवाउने गरिन्छ । आमन्त्रित पाहुनाहरुबाट बधाई आशीर्वाद स्वरूप सुत्केरी महिलाको हातमा कोसेली राखी दिने गरिन्छ । जसलाई शेर्पा भाषामा आङीगोदार भनिन्छ। त्यसपछि बच्चाको मुख हेर्ने र नाम सोध्ने गरिन्छ, बच्चाको नाम बोलाउने र आमाले हजुर भन्ने गरिन्छ। यसरी न्वारनको भोज मनाइन्छ ।

लामा गुरुहरुद्वारा अष्ट मंगल पाठ गर्ने ईष्ट देव पुकार्ने र घरको शुभलक्षण तथा सह बोलाउने र अपरिमितायु साधना गरी बच्चा र सुत्केरी आमाको सुःस्वास्थ्य र दीर्घायुका विश्व शान्तिको कामना गरिन्छ ।

सा मो फाग्लो २१४६ औं लोशारको पवन
अवसारमा देश विदेशमा रहनु भएका सम्पूर्ण
लोशार प्रेमीहरुमा हार्दिक मंगलमय शुभकामना
ब्यक्त गर्दछु।

- Ang Tshiring





बुद्ध कहाँ जन्मेको, कसरी बुझ्ने, नेपाललाई विश्व सामु कसरी चिनाउने?

आचार्य पेरीक

चाहे त्यो नेपाली होस वा गैर नेपाली होस एउटा बौद्ध धर्मावलम्बीले र बुद्धको शिक्षा राम्ररी बुझेको व्यक्तिले कुनै पनि हालतमा “बुद्ध कहाँ जन्मेको” यसलाई विवादको विषय बनाउँदैन। तर यहि प्रश्नलाई एक डेढ दशक अघिदेखि आम नेपालीको स्वाभिमानसँग गाँसेर भारत जस्तो छिमेकी देशको हेपाहा प्रवृत्ति प्रति आक्रोश व्यक्त गर्न मुद्दाको विषय बनाएको पाइन्छ। राजनैतिक दृष्टिकोणबाट मननयोग्य विषय भए पनि धार्मिक तथा मानवीय दृष्टिकोणबाट प्राय नेपाली सर्वसाधारण अनभिज्ञ नै देखिन्छन्। फेरि यस विषयको पक्ष विपक्षमा मुद्दा उठाउने प्रत्येक व्यक्ति वा निकायले बेला बेलामा अधिकांश नेपालीको जनजीवन र भावनालाई नै प्रभावित बनाईदिन्छ। तसर्थ कुनै राजनेताले आफ्नो स्वार्थको लागि वा कुनै सेलिब्रिटीले आफ्नो ख्याति बढाउनको निमित्त यस मुद्दालाई बारम्बार उठान गरिरहँदा धर्म र मानवताको दृष्टिकोणबाट हेर्न जान्यो भने यसरी आफ्नो भावनालाई बारम्बार चोट पुर्याइराख्न आवश्यक नै पर्दैन।

भौगोलिक यथार्थ

सर्वप्रथम त नेपालको इतिहासलाई नियाल्ने हो भने पनि २६४२ वर्ष अगाडि विश्वमा सबैभन्दा महान व्यक्तिस्वरूप सिद्धार्थ गौतमले जन्म लिनभयो र बुद्धत्व प्राप्त गर्नभयो। सोही प्रक्रियामा बुद्धले प्रदर्शन गर्नुभएको बाह्र लिलामध्ये चार मुख्य लिलाले -जन्मनु भएको लुम्बिनी, बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभएको बोधगया, धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको वाराणसी र परिनिर्वाण हुनु भएको कुशीनगर हुन। जसमध्ये पहिलो स्थल अहिलेको नेपाली भुभाग भित्र पर्दछ भने अन्य तीन स्थल भारतीय भुभागमा पर्दछ। यदि यी चार स्थलहरूलाई राजनैतिक सिमांकनको दृष्टिले नहेरी भगवान बुद्धको पवित्र तीर्थस्थलको रूपमा मात्र हेर्ने हो भने पनि कुनै समस्या नै सिर्जना हुँदैन। र यदि वैज्ञानिक प्रमाणकै आधारमा भन्ने हो भने पनि पहिलो केहि समय अघिसम्म नेपाल भनेको काठमाडौं र यसमा बसोबास गर्ने नेवार समुदायको पहिचानलाई बुझाउँछ। त्यसैले नेवारी भाषालाई नेपाल भाषा र नेवारी पात्रोलाई नेपाल संवत भनेर चिनिन्छ। यस हिसाबले बुद्ध र नेपालको सम्बन्ध निकै नै टाढा देखिन्छ।

दोस्रो त्यो समयमा भारत नेपाल नामक देश नभएपनि भारतीय सभ्यता अन्तर्गत एउटा महादेश स्वरूप भारतवर्ष थियो जसको भित्र अहिलेको मध्य पहाडी क्षेत्रसम्म स-साना हजारौं हजार स्वतन्त्र राज्यहरू थिए। त्यहि भित्रको एउटा सानो राज्य थियो लुम्बिनी र कपिलवस्तु। त्यसैले यदि अहिलेको नेपाली भुभागमा पर्दमा नेपालमा जन्मेको मान्ने हो भने अमेरिकाको हतियार खर्च र चीनको व्यापारिक अतिक्रमणलाई ध्यान राख्दा भोलि गएर बुद्ध अमेरिकामा वा चीनमा जन्मेको भन्नुपर्ने बाध्यता सिर्जना हुनसक्छ जुन अबै हॉस्यास्पद हुनेछ।

तेस्रो सैद्धान्तिक रूपमा यदि बुद्धले बोधगयाको बोधिवृक्षमा गएर बुद्धत्व प्राप्त नगर्नुभएको भए आज बुद्धलाई कसैले चिन्न नसक्ने मात्रै हैन राजकुमार सिद्धार्थ र राजा शुद्धोधनको नाम पनि इतिहासको पानामा भेटिन गाह्रै पर्थ्यो। फेरि बौद्ध धर्म र बुद्ध स्वयमको अनुसार पनि भगवान बुद्ध जन्मले महान नभई उहाँको शिक्षा र मार्गदर्शनले महान हुनुहुन्थ्यो। त्यसैले राजकुमार सिद्धार्थको भौतिक शरीर लुम्बिनीमा जन्मेको भएपनि उहाँभित्रको बुद्ध बोधगयामा वा तत्कालिन मगध राज्यमा भएको हो भन्दा केही हदसम्म सत्य नै हुन जान्छ। बुद्धलाई नेपाल वा भारतको सिमानाभित्र बाँध्न खोज्नु भन्दा लुम्बिनीमा जन्मेको हो भन्यो भने शतप्रतिशत सत्य पनि हुन जान्छ र कुनै समस्या र विवाद पनि सिर्जना हुँदैन।

मानवीय दृष्टिकोण

हामी कुनै नेपाली वा भारतीय हुनुभन्दा अगाडि सदैव याद राख्नुपर्ने कुरा हो हाम्रो मानवता। यदि सम्पूर्ण जगत मानव परिवारको रूपमा हेर्न सक्यौं भने देश र महादेश विचको कुनैपनि सिमाले ठुलो महत्व पाउन सक्दैन। अबै वास्तवमा भन्ने हो भने यही धर्म सम्प्रदाय र देश महादेशबीचको सिमांकनले गर्दा नै आज विश्वमा अशान्ति, युद्ध र एक आपसमा मनमुटाव ल्याएको छ। वर्तमान विश्वको आर्थिक संघर्ष र धनी गरिव बीचको जीविकोपार्जनमा विशाल अन्तर हुनुमा पनि यसैको मुख्य भूमिका छ भन्दा अत्युक्ति नहोला। अबै अहिलेको परिप्रेक्षमा हेर्ने हो भने ठुला देशका नेतृत्व गर्ने हरूले सम्पूर्ण मानवले खुन पसिना गरेर आर्जेको पैसा लगानी गरेर एकले अर्को देशमा विनाशकारी हतियारहरू अन्तरिक्षबाटै ताकेर राख्न थालेका छन। मेरो राष्ट्र, मेरो धर्म र मेरो जात भन्ने नकावले मान्छेलाई यति अन्धो बनाइदिएको छ कि यति कुरा बुझ्न गाह्रो भईरहेको छ, बुद्ध हामी समग्र विश्व परिवारको ज्योति स्वरूप मार्गदर्शक हुनुहुन्छ जसको करुणा र उपदेशले कुनै देश कुनै जात वा कुनै धर्म पनि छुट्टाउँदैन।

धार्मिक दृष्टिकोण

देश-प्रदेश बीचको संघर्ष र तनावले गर्दा जमिनहरू यताको उता भइरहन्छ र र सिंगो राज्य नै कहिलेकाहीं अर्को राज्यको अधिनमा पुग्न जान्छ। वर्तमान युगमा पनि हरेक १-२ वर्षमा कुनै न कुनै राज्य अर्को देशको कब्जामा गइरहेकै देखिन्छ। त्यसैले देश-देश बीचको कूटनिति र अन्तरद्वन्दको लागि हाम्रो छोटो मानव जीवन र यस जीवनमा सम्भव हुने आन्तरिक खुशीलाई वलिदान दिनु कदापि बुद्धिमता हैन। संसाररूपी भवसागरमा भौतारिरहेका हामी सम्पूर्ण प्राणीहरूको दुःख समस्यालाई अन्त्य गर्ने एकमात्र अवसर पाएको यस मानव चोलामा यदि आफ्नो उद्देश्यलाई विर्सेर भौतिकवाद र म-मेरो तँ-तेरोको पछ्याडि लागिरहने हो भने हामीले दुःखबाट कहिल्यै पिछ्छा छोडाउन सक्नेछैनौं। अनित्यको यो संसारमा हाम्रो आयुले कुन समय कुन ठाउँमा गएर विश्राम लिने हो केहि पत्तो छैन, परिवर्तन भइरहने देशको सिमाहरूलाई साक्षी राखेर खोक्रो राष्ट्रवादको बाजा बजाई राख्ने हो भने कालले एकदिन भ्याप्यै छोप्न आउँदा शायद हामीलाई स्मरण आउनेछ कि दुई दिनको जिन्दगीमा अरुलाई स्नेह र सेवा

गरेको भए खुशीको आभाष पनि हुनेथियो र जीवन पनि सार्थक हुनेथियो ।

बुद्ध, बुद्धको धर्म र बुद्धको संघ रहरहेको यस स्वर्ण समयमा र अभै बुद्ध जन्मेकै देशमा हामी जन्मेको बेलामा बुद्धको अमृतरूपी ज्ञान र उपदेशको अध्ययन अभ्यास गर्नपाउनु आफूपतिको कर्तव्य मात्र नभई एउटा सौभाग्य पनि हो । दुर्भाग्यवश हाम्रा प्रायजसो दाजुभाइ दिदीबहिनीहरूलाई बुद्धको हो, बुद्धको अर्थ के हो, बुद्धको ज्ञान के कस्तो हो थाहा पनि छैन र वास्ता पनि छैन, तर जब बुद्धको प्रसङ्ग आउँछ, बुद्ध नेपालमा जन्मेको भनेर घोक्रो फुटाएर चिच्याउन बाहेक केही आउँदैन। तर बौद्ध धर्मको सच्चा अनुयायी तथा अध्यनकर्ताहरू लाई अध्यन अभ्यास गर्नु बाहेक बुद्धको जन्मस्थलको विषयमा विवाद गर्न न त फुसद नै छ न त चासो नै । त्यसैले धार्मिक दृष्टिकोणबाट हेर्ने हो भने बुद्धको शिक्षालाई अध्ययन र अभ्यास गर्नु नै जरुरी हुन्छ ।

बुद्धले बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभएको एउटा अर्थमा बुझ्ने हो भने उहाँले दुवै प्रकारको अनात्मा बोध गर्न सफल हुनुभयो । मतलब म, मेरो भन्ने संज्ञालाई नै पुर्ण रुपमा नष्ट गर्नभयो । र यहि सफलताबाट प्रेरित भएर पनि बौद्धमार्गीहरूले म, मेरो भन्ने भावनालाई सबदो घटाउँदै लाने प्रयास गर्छ र गर्नपछ्छ । तसर्थ बुद्धकै नामलाई लिएर मेरो जात मेरो देशको भनेर घमण्ड गर्नु बुद्धको उपदेशलाई अनुशरण नगरेको दर्शाउँछ र बुद्धत्व प्राप्तलाई अर्को अर्थमा बुझ्दा पनि निर्वाण प्राप्त गर्नुभएको हो। जसको मतलब जन्म र मृत्युको चक्रव्यूहबाट नै मुक्त भईसक्नु भयो । जुन दिन उहाँ बुद्ध बन्नुभयो पुनर्जन्मको क्रमलाई नै सदाको लागि अन्त्य गर्नुभयो । त्यसैले परमार्थमा बुद्धको जन्म नै हुँदैन, जसले जन्म लिनै छोड्छ वा लिनु नपर्ने हुन्छ त्यहि नै बुद्ध हुन्छ ।

निष्कर्ष

चाहे त्यो पारम्परिक बुद्धिष्ट होस वा नहोस, जसले बुद्धको शिक्षालाई अध्ययन अनुशरण गर्छ त्यहि नै एउटा सच्चा बौद्धमार्गी हुन्छ । र बुद्धको सम्पूर्ण शिक्षालाई अध्ययन गर्न नभ्याएकोहरूले बुद्धको जन्मको विवादलाई सामान्य रुपमा कसरी बुझ्ने भन्ने कुरालाई स्पष्ट पार्न मात्र खोजेको हुँ । विशाल देश भारतको छेउमा हामी सानो देश नेपालको वासी भएकोले बेला बेलामा कुनियत वा अज्ञानताले कुनै न कुनै भारतीयले नेपालको धरोहरहरूको विषयमा बोल्दा हाम्रो अस्तित्व र पहिचानमाथि प्रश्न उठेको महशुस हुने गर्दछ । र यो प्रश्न किन उठ्दछ भन्दा विश्व समाज र अधिकांश भारतीय जनतालाई नै नेपाल एउटा स्वतन्त्र देश हो भन्ने ज्ञान नभएकोले हो । त्यसैले नेपाललाई विश्व सामु चिनाउनु नै सही समाधान हो भन्ने कुरामा कसैको दुईमत नहोला । यद्यपि नेपाललाई विश्व सामु कसरी चिनाउने भन्ने कुरामा अप्पस्टता हुन सक्छ ।

सर्वप्रथम नेपाललाई विश्व सामु चिनाउन नेतृत्व निकायको लम्पसारवादलाई न्युनिकरण गर्नु बाहेक अन्तर्राष्ट्रिय मन्चमा व्यक्तिगत वा सामूहिक क्रियाकलापद्वारा खेलकुद, कला आदि कुनै पनि क्षेत्रमा नेपालको प्रतिनिधित्व सफलतापूर्वक गरिरहनुपर्ने । विशेषगरी बुद्धकै माध्यमबाट चिनाउने हो भनेपनि सम्पूर्ण नेपालीहरूले बौद्धमार्गी हुन नसकेपनि बुद्धमार्गी बनेर बुद्धको शिक्षा र उपदेशलाई अध्ययन अनुशरण गरेर, पञ्चशीलको सदैव पालना गरेर एकदमै राम्रो स्वाभावको नेपाली भनेर विदेशीहरूलाई पनि महशुस गराउन कोशिस गर्नुपर्छ । त्यसपश्चात नेपालीहरूको सुशीलपन, शान्त र सन्तोषी स्वभाव देखेर सम्पूर्ण विदेशीहरूलाई पनि बुद्धमार्गी बन्न उत्सुकता जागोस र बुद्धको शिक्षालाई अध्ययन अनुशरण गर्न प्रेरणा मिलोस ।

भवतु: सर्व: मंगलम:

हाम्रो फोटो

hamrophoto.com

Long after
the flowers have faded
the cake has been eaten
and the dress is stored...
but still we have few memories

Ashok Pant
Freelance Photographer -(We capture your memories forever)
I-347-208-2798
Queens, New York, USA
<http://www.Hamrophoto.com>
<http://www.Nepalphotoneews.com>
nepalphotoneews@gmail.com / hamrophotoews@gmail.com
Wedding, Birthday Anniversary, Sweet 16 and all kind of private and public event and model photo shoot (outdoor & indoor)
Complete solution to photography



सम्भनाका तरेलीहरुमा ल्होसार

पासाङ नुरु शेर्पा
न्युयोर्क, अमेरिका

विहान सखारैको चिसो मौसम आकाश खुलेर चारैतिर सफा देखिन्थ्यो । मुटु रेट्ने सिरेटोले लर्बराएका सेताम्मे मनमोहक बोटबिरुवाहरुले मेरो बालसुलभ मनै लोभ्याउँथ्यो । माघ फागुन महिनाको आसपास भएकोले खेतबारीका वालीनालीहरु भित्र्याई सकेर नजिकै आइरहेको ल्होसारको पुर्व तयारीमा सबै व्यस्त देखिन्थे । छ्याड पकाउने, खप्सा पोल्ने, कोदो अथवा उवालाई भुटेर चम्पा पिठो बनाउने साथै हाट बजारतिर गएर सरसामान किन्नेमा सबैजना व्यस्त हुन्थे ।

वेलाबेलामा गाउँतिर भुल्किने साइला दाइ पनि लुगा सिउने कल बोकेर ल्होसारको छेको पारेर गाउँघर हुल्दै आउँथे । उनलाई देखेर गाउँघरका केटाकेटीहरु नयाँ लुगा लाउन पाईने भो भनेर दंग पर्थे । वर्षमा एक दुई जोर नयाँ लुगा सिलाई दिने हैसियत प्राय सबैकै हुन्थ्यो । सहर बजारमा आफन्त हुनेहरुले सहरवाटै लुगा पठाईदिन्थ्यो तर हामी मध्ये धेरै जसो केटाकेटीको बाध्यता भनौं या रोजाई भनेको गाउँमै साइला दाईले सिलाईदिएको कमिज र पाइन्ट नै हुने गर्दथ्यो ।

ल्होसारको पहिलो सुरुवाती दिनमा घर सरसफाई गर्ने कार्य गरिन्छ र सोही दिन बेलुकी नौ प्रकारको गोडागुडी हालेर गुथुक बनाएर खाने चलन हुन्छ । गुथुकमा ऐरी (मैदाबाट बनाईएको एक प्रकारको भित्री भाग खोलिएको डल्लो) भित्र विभिन्न किसिमको वस्तुहरु जस्तो कि चिनी, कोइला, मासु, ईत्यादी राख्ने गरिन्छ । त्यो खाँदाखेरि जसले जे जे भेट्छ खाने मानिसको चरित्र पनि त्यस्तै हुन्छ भन्ने मान्यता राख्ने आम प्रचलन छ । गुथुक खाँदाको समयमा ऐरीमा भेटिएको वस्तुलाई लिएर हल्का मजाक गरेर रमाइलो पनि गरिन्छ । दोस्रो दिन नम्गाड (औंसी) को दिन छेचीको लागि चाहिने सरसामान जोडजाम र तयारी गर्ने बाहेक खासै कार्यक्रम त हुदैन तर तेश्रो दिन (छेची) को लागि भने तयारी गर्ने गरिन्छ । तेश्रो दिन अर्थात छेचीको विहान सबैरै पाँच बजे अगाडीनै छिउ (लोसार छेचीको दिन धारामा थाप्ने पानी) लिनजानु पर्ने हुन्छ ।

हामी पनि सकेजति बुवाआमालाई पुजाको काममा सघाउने गरिरहेको हुन्थ्यौ । छेचुको पानी छिउ लिन नजिकैको धारामा जानु पर्थ्यो । यता आमा पनि आफ्नै धुनमा के के सामानहरु मिलाउदै थिईन । हामी पुजाको शेर्पा भेष ढुवा तेतुड लगाएर पुजाको थालीमा घिउ मेन्डल (अक्षता) साड (धूप) राखेर नजिकैको धारा तिर लाग्यौ । धारामा पुगेर बुवाले काङ्सुर(आगोमा घिउ पोलेर गर्ने पुजा) र धूप बालेर नाग देवताको पुजा गर्नु भयो । त्यसपछि साडछुड (तामाको पानी हाल्ने भाँडो) मा पानी थाप्नु भयो । हामी भन्दा अगाडि पनि केही मान्छेहरु त्यहाँ पुगेर पुजा गरिरहेका थिए । यसो हेर्छु र पल्लो घरको गागा (बाजे) भएकोले म बोल्न खोज्छु तर बुवाले मलाई चिमोट्नु भयो । उहाँको स्पष्ट संकेत म चुप लागोस भन्ने थियो त्यो मैले बुझी हालें अनि म चुप लागें । यसरी धारामा छिउ लिन जाँदा हामीले कसैसंग बोलेमा हामीले भगवानबाट पाएको

आशिषलाई उसैले नै लान्छ भन्ने आम जनविश्वास रहेछ त्यो कुरा मैले बल्ल त्यतिबेला मात्र थाहा पाए ।

यसरी बुवा र म साडछुमा छिउ लिएर घर फर्कियौ । घरमा आमा, भाइ-बाहिनीहरु मिलेर छाङ्गुल (छ्याडमा छुर्पी, नरिवल र अन्य सामग्रीहरु मिसाएर बनाएको परिकार) बनाएर हामीलाई कुरेर बसिरहनु भएको थियो । बुवाले घर पुगेर पुजाका विधिहरु छोमिन (घिउको बत्ती) बाल्ने, खप्सा, चक्लेट, मिठाई, नरिवलको टुक्राहरु र फलफुललाई थालीमा राखेर देवतालाई चढाएर पुजा गर्नु भयो । नाम्गाड बेलुकी नै तयार पारिएको छिमार (चम्पा दूध घिउ चिनी छुर्पी मिसाएर बनाएको) संग सर्किम छ्याड सबै परिवारलाई अलि अलि प्रसादको रुपमा खाने र खुवाउने काम पुरा गरेपछि, घरभित्रको विभिन्न भागमा चम्पाले विभिन्न आकार र अकृतिहरुमा सजाउनु भयो। छेचीको दिन आधिकारिक सरकारी छुट्टी त हुँदैनथ्यो तर छेचीको दिन प्राय ल्होसार मान्नेहरु छुट्टी लिएर घरपरिवारमै बसेर र माइलो गर्ने गरिन्छ । दाजुभाइ, दिदीबाहिनी र आमाबुवासाथै नजिकको आफन्तहरु सबै मिलेर रमाइलो गरेर ल्होसार मनाउछन । हामीले पनि त्यसै गर्थौं । यसरी छेचीको दिन परिवार र नजिकको आफन्तहरु मात्रै बसेर मनाउने ल्होसार छेचीलाई स्थानीय चलनचल्तीको भाषामा “नडगुर” भनिन्छ ।

ल्होसार छेची पछिका दिनहरुमा दैनिक कामहरु चालू नै हुन्छन जुन दिन आफुलाई अनुकुल पर्छ त्यही दिन ल्होसारको लागि गाउलेहरुलाई बोलाएर खुवाउने गर्छन । हामी केटाकेटीहरु नियमित स्कूल जानु पर्थ्यो । हाम्रो स्कूल अलि डाँडामा थियो । जव हामी स्कूलबाट घर फर्किन्थ्यौ कसैको घरमा यसो धुवा निस्किएको अनि मान्छेहरुको चहलपहल देखियो भने हामी बुझ्थ्यो कि त्यो घर मा ल्होसार मनाईरहेको छ । हामी खुशीले गदगद हुँदै घरतिर लाग्थौ। हाम्रै घरको पल्लो गागाको घरमा धुवाँ देखिएकोले म लगायत साथीहरु गागाकोमा ल्होसार रहेछ भन्ने अडकल काट्दै त्यही भेटौं है भन्दै आआफ्नै घरतिर लाग्यौ । आमाबुवा, भाइबाहिनीहरु सबै गागाकोमा गईसकेको रहेछ म पनि भोला फ्याकेर स्कूलको ड्रेस हतनपत फेरेर त्यतैतिर लागें ।

गाउँ क्षेत्रका सबैजना मिलेर खाने ल्होसार एक दिनमा एकै घरमा मात्रै हुन्छ । ल्होसारको दिन ल्होसार मनाउने घरमा पुग्ने वित्तिकै सर्वप्रथम चियासंग खाप्सा खुवाउने चलन हुन्छ । त्यसपछि लगत्तै पकपुर चम्पा राख्ने एक किसिमको तामाको भाँडामा चम्पा (कोदो भुटेर बनाएको अथवा उवा भुटेर बनाएको पिठो) चार पाँच जनाको बीचबीचमा टेबुलमा राखेर पक (चियामा चम्पाको पिठो मिचेर बनाएको परिकार) को लागि चिया र चम्पा तयार गरिदिएको हुन्छ र खाप्सा पनि संगै ख्वाउने चलन हुन्छ । फक चाँही आफुआफुले नै मुछेर खानु पर्छ, भने साना साना बच्चाहरुका लागि संगै भएका ठुलाहरुले पक बनाईदिन्छन । हामीले पनि साथीहरूसंग जसोतसो पक आफै आफैले बनाएर चियासंग खाँयौं । यसरी पक खाप्सा र चिया खाने काम सकिसकेपछि बल्ल सर्किम पुजाको लागि तयारी हुन्छ । सर्किमको लागि छ्याड बनाईएको हुन्छ । आफ्नै बारीमा फलेको अन्न मध्य मकै, गहुँ, उवा र कसैकसैले चामलको पनि छ्याड बनाउछन। छ्याडलाई गाम्बु (छ्याड पकाउनकै लागि काठबाट बनाएको एक किसिमको ठूलो

भाँडो) मा राखेर सर्किम पुजा गर्ने गरिन्छ । सर्किम पुजा सकेपछि बल्ल छयाडको सोर्के (बाँडेर खुवाउने) गरिन्छ ।

हामी केटाकेटीहरु कहिले एकछेउमा बसेर लामाले सेर्किम गरिरहेको हेरि रहन्थ्यौं त कहिले बाहिर गएर लुकामारी खेल्थ्यौं। समय समयमा सोर्के गर्ने काम ल्होसार कार्यक्रमको अन्तिम समयसम्मै जारी रहन्थ्यो । यसै बिच हातले घरमै तयार बनाएको थुम्पा (नुडल) खुवाउने गरिन्छ । हरेक प्रकारको खाना खाँदा होस वा केही पेय पदार्थ पिउँदा होस सुड (थाप्ने काम) गर्नु पर्ने प्रचलन छ । यसरी थुम्पा खाने खुवाउने कार्य सकिसकेपछि पनि छयाड खुवाउने काम चाँही जारी नै हुन्छ । नाचगानको कार्यक्रमको सुरुवात ठालुक (एक किसिमको बसेर गाईने गीत) वाट हुन्छ। त्यसपछि विस्तारै सेक् नाच सुरु हुन्छ । छयाडको सोर्के गर्ने, सेक् नाच्ने र कोही आफ्नै किसिमको दुख सुखको गफगाफ गर्नमा व्यस्त हुन्छन । ल्होसारको अन्तिम तिर फेरि दाल, भात, मासु खुवाउने गरिन्छ। खान खाईसकेपछि पनि सेक् नाच चाँही निरन्तर भईरहेकोनै हुन्छ । त्यसै बिचमा हल्का मनोरन्जक जोकहरु गरेर पनि एकअर्कामा रमाइलो गर्ने गरिन्छ । विशेष गरि नेपालको हिमाली खण्डमा बसोबास गर्ने शेर्पा जातीको साँस्कृतिक चाड ल्होसारको अन्तिममा विदाई गर्नको लागि लोसार आयोजक घरमुलीबाट आशिष दिदै चाम्पा खदा (पिठोको खदा) लगाएर लोसारमा आउनु भएको पाहुनाहरुलाई विदा गरिन्छ । जुन चम्पा खदाको विकशित रुप नै अहिले ल्होसार लगायत अन्य विभिन्न समारोह र उत्सवहरुमा प्रयोगमा ल्याइने गरिएका रङ्गीचङ्गी खदाहरु तिनकै व्यवसायिक संस्करणहरु हुन ।

You live a new life for every language you speak. .



Nepali Language Lessons

THE FOUNDATION FOR A BRIGHTER FUTURE

2019 Enrollment Is Now Open!

* Two levels

* Small class size – max. 12 students

* Native-speaking & experienced instructors

* Affordable tuition

* 6 months - per semester

* Free Nepali dance classes

Our teachers are all native-Nepali speakers

FOR MORE INFORMATION PLEASE CONTACT:

☎ NIMA SHERPA (914-565-1546)
TEMBA SHERPA ((917) 470-8393)
OSSAN THULUNG((347) 788-9101)
PRAVA ADHIKARI (646) 289-1112
PASHI SHERPA (646) 750-6761
SHRUTI AMATYA (347) 571-3650



বাঙ্গালীদের সর্ববৃহৎ ট্রাভেল এজেন্ট



Digital One Travel

JACKSON HEIGHTS NEW YORK

WE BEAT ANY INTERNET & OTHER AGENT PRICE

72-30 Roosevelt Ave. Jackson Heights

New York 11372, Email: digitalonetravel@gmail.com

Phone : 917-592-7828, 718-396-4890



QATAR
AIRWAYS القطرية



الإتحاد
ETIHAD
AIRWAYS



CATHAY PACIFIC



Biman
BANGLADESH AIRLINES

jetBlue
AIRWAYS

Delta AA



中国南方航空
CHINA SOUTHERN



Kanchan K.C.
Travel Consultant



बुद्ध र ब्राह्मण

डा. केशवमान शाक्य

बुद्ध र ब्राह्मण

बुद्धले ब्राह्मणवादको विरोध गरे, तर संघमा ब्राह्मणहरूलाई नै उच्च स्थान दिए। ती होनहार ब्राह्मणहरूको प्रवेश नभएको भए बुद्ध धर्म शायद आजको स्थानसम्म आइपुग्दैनथ्यो होला। धेरैलाई थाहा नहोला- कपिलवस्तुका पाँच ब्राह्मण नै बुद्ध धर्मका प्रथम भिक्षुहरू थिए।

कपिलवस्तु गणराज्यमा क्षेत्रीय कुलका शाक्यवंशी राजा शुद्धोदनको छोरो जन्मेको समाचार सुनेर हेर्न आउने प्रथम व्यक्ति हिमालयमा तपस्यारत शाक्य राजपुरोहित असित कालदेवल ब्राह्मण थिए। असित ऋषिको साथमा उनकै भान्जा नालक पनि थिए। ऋषिलाई ढोगाउन खोज्दा बत्तीस लक्षण युक्त, असाधारण गुणले सोभित बालकलाई उल्टै ऋषिले ढोगे। बालकलाई हेरेपछि असित ऋषि शुरुमा हाँसे अनि रोए। हाँसुको कारण थियो- पृथ्वीमा यस्तो बालक जन्मेको छ, जो गृहस्थ भए चक्रवर्ती राजा र गृहत्याग गरे बुद्ध बन्नेछ, संसारलाई दुःखबाट मुक्त गर्ने विश्वगुरु हुनेछ। ऋषि अनि रोए, किनकि बालक बुद्ध बनेर ज्ञान बाँड्ने बेलामा उनको देहान्त भइसक्नेछ, ज्ञान प्राप्तिको अवसर पाइने छैन। असित ऋषिले तत्क्षण चौरासी करोड धनका स्वामी भान्जा नालकलाई बालकले बुद्धत्व प्राप्त गरेपछि उपदेश लिन काषायबस्त्र पहिर्नमा गृहत्याग गर्न लगाई तपस्याका लागि हिमालय पठाए। पछि नालकसँग भेट हुँदा बुद्धबाट नालकोवाद भन्ने सूत्र देशना (उपदेश) भएको थियो।

बालकको नामकरण बेला कपिलवस्तुका राम, धज, लक्षण, मन्ती, भोज, सुयाम, सुदत्त र कौण्डिन्य नामका आठ ज्योतिष ब्राह्मणहरू भेला भएका थिए। तीमध्ये सात जनाले दुई औंला ठड्याएर बालक चक्रवर्ती राजा वा बुद्ध बन्ने सङ्केत गरे। तर, सबभन्दा कान्छा कौण्डिन्यले एउटा मात्र औंला ठड्याउँदै बालक सर्वार्थ सिद्ध गर्ने बुद्ध नै बन्ने ठोकुवाका साथ सिद्धार्थ गौतम नामकरण गरेका थिए। गौतम (उत्तम गाई) नाउँ हो, थर होइन, बुबाको नाउँ शुद्धोदन (पवित्र भात) भए जस्तै। राजकुमार सिद्धार्थले २९ वर्षमा गृहत्याग गर्दा ती आठ ज्योतिष ब्राह्मणमध्ये कौण्डिन्य मात्र जीवित थिए। राजकुमारले गृहत्याग गरेको सुन्नेबित्तिकै दिवङ्गत सात ब्राह्मणका छोराहरू वप्प, भद्दिय, महानाम र असजिले पनि कौण्डिन्यसँगै गृहत्याग गरी प्रव्रजित (भिक्षु) बनी साथमा लागे।

बुद्ध धर्मको प्रवर्धन गरेर नेपाललाई विश्वका शान्तिप्रेमीहरूको गन्तव्यस्थल बनाउन यो देशका बाहुन, क्षत्री, दलित, जनजाति, मधेशी सबैले मुदिता चित्तले श्रद्धापूर्वक योगदान दिनुपर्छ। सिद्धार्थले ३५ वर्षको उमेरमा बोधगयामा बुद्धत्व प्राप्त गर्दा ती पाँच ब्राह्मण सारनाथमा बसेका थिए। बुद्धले तिनैलाई पहिलो उपदेश दिएकाले उनीहरू नै बुद्धधर्मका प्रथम भिक्षुहरू हुन्। बुद्ध धर्मका

प्रथम दुई सूत्र धर्मचक्रप्रवर्तन र अनात्मलक्षण तीनै पाँच ब्राह्मणलाई देशना गर्दा स्थापित भएका हुन्। धर्मचक्रप्रवर्तन सूत्रको उपदेशको आधारमा नै बुद्ध धर्मलाई चार आर्य सत्य र आठ आर्य मार्ग निर्दिष्ट गरिएको मध्यम मार्ग भनिएको हो। अनात्मलक्षण सूत्रको आधारमा बुद्ध धर्मले ईश्वरवादी आत्मा र नित्यता मान्दैन भनेको हो। बुद्धले देह त्याग्नुअघि भने अनुसार बुद्ध धर्मावलम्बीले दर्शन गर्न योग्य चार तीर्थस्थलमा बुद्ध जन्मस्थल लुम्बिनी, बुद्धत्व प्राप्त गरेको बोधगया, महापरिनिर्वाण भएको कुशीनगर र पाँच ब्राह्मणलाई पहिलो धर्म देशना गरेको सारनाथ हुन्।

सिद्धार्थ गौतम बुद्ध बन्ने भविष्यवाणी गर्ने र गृहत्यागपछि साथ लागेर प्रेरणा दिनुवाटै बुद्धको प्रादुर्भाव र विस्तारमा ब्राह्मणहरूको देन स्पष्ट हुन्छ। बुद्ध जन्माउने महान् कार्यमा समाहित प्रथम भिक्षु पाँचै ब्राह्मण कपिलवस्तु अर्थात् आजको नेपालकै थिए। वर्तमान नेपालका ब्राह्मणहरूले यो तथ्यलाई मनन गर्दै गर्व र जिम्मेवारी ग्रहण गर्नुपर्छ।

संघ निर्माणमा ब्राह्मणः

वैशाख पूर्णिमाका दिन बोधगयामा बुद्धत्व प्राप्त गरेको दुई महिनापछि आषाढ पूर्णिमामा बनारस सारनाथ पुगेका बुद्धले पाँच ब्राह्मणहरूलाई भिक्षु बनाएर संघ निर्माण थालेका थिए। सारनाथको त्यही बसाइमा बुद्धले एक जना महाजनका छोरा यशकुमारसहित ५५ जनालाई पनि भिक्षु बनाए। ती भिक्षुलाई बुद्धले 'चरथ भिक्खवे चारि कं बहुजन हिताय बहुजनसुखाय लोकानुकम्पाय' भन्ने वाक्य उद्धोष गरी धर्म प्रचारमा पठाए। त्यसपछि सरासर गया गएका बुद्ध प्रख्यात तीन भाइ जटाधारी ब्राह्मणहरू उरुवेल काश्यप, नदी काश्यप र गया काश्यपसहित १००० शिष्यका साथ बसे। बुद्धले तिनलाई प्रज्ञासँगै हजारौं ऋद्धि (अलौकिक शक्ति) देखाउँदै धर्म देशना गरी प्रदीक्षित बौद्ध भिक्षु बनाए। यसरी शुरुमै १००० ब्राह्मण भिक्षु बनेकाले बुद्ध धर्मको प्रवाह सशक्त हुनपुग्यो।

राजगृह नगर (तत्कालीन मगधको राजधानी)मा एक दिन कपिलवस्तुका प्रथम पाँच भिक्षुमध्ये सबैभन्दा कान्छो अस्सजि भिक्षाटनमा गएको देख्दा प्रभावित भएका उपतिस्स ब्राह्मण र कोलित ब्राह्मण परिव्राजक (साधु) पनि बुद्धकहाँ गएर सारीपुत्र र मौदगल्याण नामका भिक्षु बने। धनी र प्रख्यात परिवारका होनहार सारीपुत्र र मौदगल्याण बुद्ध धर्ममा दीक्षित भएपछि बुद्धका अग्रश्रावक (अग्रपडितका भिक्षु) बने। मौदगल्याण ऋद्धि (अलौकिकता) र सारीपुत्र प्रज्ञा (ज्ञान)तर्फका अग्रश्रावक भिक्षुका रूपमा प्रतिष्ठित भए। बुद्ध विहारहरूमा बुद्धको प्रतिमाको दायँ बायाँ उभिएका दुई भिक्षु मूर्तिहरू उनीहरूकै हुन्।

सारीपुत्र र मौदगल्याणपछि बुद्ध जत्तिकै मर्यादा प्राप्त भिक्षु महाकाश्यप पनि धेरै धनी ब्राह्मण परिवारका थिए। धुताङ्गधारीहरूमा श्रेष्ठ महाकाश्यप बुद्ध जस्तै रूप र तेज भएकाले कतिपय मानिस भुक्किन्थे पनि। एकपटक बुद्धले महाकाश्यपसँग चीवर (बस्त्र) साटेका थिए। बुद्धको महापरिनिर्वाण हुँदा

महाकाश्यपले नै दागवती दिएका थिए । महाकाश्यप बुद्धका उत्तराधिकारी जस्तै थिए । बुद्धको परिनिर्वाण भएको दुई महिनापछि राजगिरको सप्तपर्णि गुफामा मगध नरेश अजातशत्रुको संरक्षकत्वमा भएको शीर्षस्थ ५०० अरहत (मोक्षप्राप्त) भिक्षु सहभागी प्रथम धर्मसंगायना (धर्मसभा) को अध्यक्षता महाकाश्यपले गरेका थिए । सोही संगायनामा सम्पादन भएका सूत्र, विनय र अभिधर्म थेरवाद बुद्ध धर्मको मौलिक धर्मग्रन्थ हो ।

बुद्धकालीन ५० शीर्षस्थ भिक्षुमध्ये २५ जना ब्राह्मण कुलका हुन् भन्नेमा विद्वान्हरू एकमत छन् । ती भिक्षुहरूको महत्वपूर्ण योगदानकै परिणामस्वरूप बुद्ध धर्म र संघको रूपमा विकसित भयो । अजित, अस्सलायन, उदायी, काशीभद्र, गणक, गापक, घोटमुख, तिस्समेत्तेय, देवहित, धनञ्जानी, नगरविन्देयक, नन्द, परासरिय, पिङ्गलकोच्च, वाभरी, मागण्डिय, लोहिच्च, वेरञ्जा, संगरव, सलवासी, सिक्खमोग्गलाण, सुधिका, सेला, हुन्हुका, हेमक, उपशिव, कप्पो, घोटक, जातुकण्णक, पुण्णक, पोशाल, भद्रवुध, मेतग्गु, मोघ, मोघर, ज, बच्छगोत्त, सुन्दरिक्, पच्चनिकसात्, पिप्पली, कुण्डधान, राध, पिण्डोल, शोभित, सागत, खदिररेवत, पिलिन्दवत्स, वंगिश, वक्कली, उपसेन आदि संघ निर्माणमा सर्वाधिक उल्लेख्य ब्राह्मण भिक्षुहरू हुन् ।

अन्य ब्राह्मणः

बुद्ध धर्ममा गृहस्थ र अन्य परिव्राजक ब्राह्मणहरूको योगदान पनि विशिष्ट छ । सिद्धार्थ गौतमले गृहत्याग गरेपछि आलारकालम र उद्दकरामपुत्र नामका दुई पण्डितको आश्रममा ज्ञान सिकेका थिए । बुद्धत्व प्राप्तपछि बुद्धले कृतज्ञता स्वरूप सबभन्दा पहिले आलार कालम र उद्दकरामपुत्रसँगै ज्ञान बाँड्न चाहेकोमा उनीहरूको देहान्त भइसकेकाले सारनाथ गएका थिए ।

बुद्धको दाहसंस्कारबाट उत्पन्न अस्थिधातुको लागि भएको भगडा मिलाउने पनि ब्राह्मण नै थिए, कुशीनगरका राज पुरोहित द्रोण ब्राह्मण । उनले बुद्धिमत्तापूर्वक ८ भागमा बाँडेको अस्थिधातु लगेर स्तूप बनाई अनुष्ठान गर्नेहरू थिए— मगध नरेश अजातशत्रु, वैशालीका लिच्छवि राजा, कपिलवस्तुका शाक्य राजा, अल्लकम्पका बुलय राजा, रामग्राम (अहिलेको नवलपरासीका कोलीय राजा, वेठदीपक नगरका ब्राह्मण, पावा नगरका मल्ल राजा र कुशीनगरका मल्ल राजाहरू । द्रोण ब्राह्मणले भने अस्थिधातु भाग लगाउन प्रयोग भएको कुम्भ (मानो) राखेर स्तूप बनाए । पिप्पलीवनका मौर्यहरू ढिलो आइपुगेकाले अस्थिको भाग नपाएपछि चितामा बाँकी रहेको गोल (अँगार) लगेर मोरनगर (हालको वीरगञ्ज आसपास) मा स्तूप बनाए ।

बुद्धत्व प्राप्तपछि बुद्धले ४५ वर्षसम्म गाउँ, नगर, निगम र देश-देशावर घुमेर दिएका उपदेशहरू संग्रह गर्ने प्रयत्न पाली भाषाको त्रिपिटक (सूत्रपिटक, विनय पिटक र अभिधम्म पिटक) मा भएको पाइन्छ । त्रिपिटकमा ८४,००० धर्म स्कन्ध छन् । जसमा सयौं ब्राह्मणहरूको नाउ र उनीहरूसँग भएका शास्त्रार्थबाट निस्केका निचोडहरू लिपिबद्ध छन् । सूत्रपिटकको २० पोठी (ग्रन्थ) मध्ये ५०० पृष्ठको एक पोठी 'दीघनिकाय' मात्र हेर्दा पनि बुद्धसँग शास्त्रार्थ गरेका थुप्रै ब्राह्मणहरू भेटिन्छन् । नालन्दा नजिक सुप्पिय ब्राह्मणसँगको शास्त्रार्थपश्चात् ब्रह्मजाल सूत्रमा ६२ दार्शनिक मत



जन्मेको थियो । इच्छानंगलमा पुष्करसाती र अम्बट्ट ब्राह्मणसँगको शास्त्रार्थ पछि बनेको अम्बट्ट सूत्रमा शाक्यहरूको उत्पत्तिको वर्णन छ । यसैगरी, अङ्गदेशको चम्पानगरमा षोणदण्ड ब्राह्मणसँगको शास्त्रार्थपछि बनेको षोणदण्ड सूत्रमा ब्राह्मण को हो भन्ने उल्लेख छ भने मगधदेशको खाणुमतका कूटदण्ट ब्राह्मणसँगको शास्त्रार्थबाट सिर्जित कूटदण्ट सूत्रमा राज्यमा अशान्ति मच्चिने कारण र निराकरणहरू छन् । कोशलदेशको मनसाकटमा चंकी, तारुक्ष, जानुश्रोणी, तोदेय्यलगायतका ब्राह्मणहरूसँगको शास्त्रार्थबाट बनेको तेविज्ज सूत्रमा ब्रह्मावारे, राजगृहको गृद्धकूट पर्वतमा मगधमहात्य वर्षाकार ब्राह्मणसँगको शास्त्रार्थपश्चात् बनेको महापरिनिर्वाण सूत्रमा वैशालीका लिच्छविवरुलाई मगधले युद्धमा हराउन नसकेको कारण सात अपरिहानीय धर्मवारे, कोशलदेशको श्रावस्ती पूर्वाराम विहारमा वाशिष्ठ र भारद्वाज ब्राह्मणहरूसँगको शास्त्रार्थबाट बनेको अगञ्ज सूत्रमा क्षत्री जातिको उत्पत्ति र श्रेष्ठताका साथै राजाको उत्पत्तिवारे बुद्धबाट भएका देशनाहरूमा ब्राह्मणहरूको चिन्तन बुझ्न सकिन्छ ।

अन्त्यमा:

नेपालको लुम्बिनीमा शाक्यमुनि बुद्ध जन्मे । कनकमुनि र क्रकुच्छन्द बुद्ध पनि कपिलवस्तुमै जन्मे । काठमाडौं उपत्यका नागपोखरी हुँदा विपस्सी बुद्धले तपस्या गरेको र स्वयम्भूमा फुलाएको कमलमा ज्योति उत्पन्न भएको किम्बदन्ती छ । हजार वर्षअघि हिमाली भेगमा पद्मसम्भवले बज्रयान धर्म फैलाएका थिए । २६०० वर्षको इतिहासको कालखण्डमा नेपालको पहिचानमा बुद्ध र बुद्ध धर्म अभिन्न अङ्ग भइसकेको छ । नेपालमा बुद्ध धर्मको प्रवर्धन हुँदा विश्वका बुद्ध धर्मावलम्बी र शान्तिप्रेमिहरूको गन्तव्यस्थल हुनेछ, यो देश । यसका लागि बाहुन, क्षत्री, दलित, जनजाति, मधेशी सबैले मुदिता चित्तले श्रद्धापूर्वक योगदान दिनुपर्नेछ ।

यसमा पनि बुद्ध धर्मको स्थापना र विकासमा अग्रणी भूमिका खेलेका ब्राह्मणहरू नेपालको राज्य सञ्चालनमा सङ्घ्या र स्थान दुवै रूपमा निर्णायक छन् । त्यसैले, उनीहरूको भूमिकाले विशेष महत्व राख्छ । आज धर्मनिरपेक्ष राष्ट्र नेपालमा हिन्दू र बौद्धको विभाजित मानसिकता त्यागेर पुर्खाले सुम्पेको दायित्व निर्वाह गर्नु सबैका लागि सर्वाधिक महत्वको विषय हुन आएको छ ।

लेखक धर्मोदय सभाका आजीवन सदस्य हुन् ।



चार आर्यसत्यबारे संक्षिप्त परिचय

टिका शेर्पा

जब राजकुमार सिद्धार्थ गौतमले मानवको जीवनमा आइपनें चार दुःखद अवस्थाहरूलाई कपिलवस्तुको दरवार बाहिर जुन दृष्यहरू देखेका थिए तिनै दृष्यहरूले गर्दा राजकुमार सिद्धार्थको मनमा यो संसारदेखि वैराग्य भाव उत्पन्न भयो। राजकुमार सिद्धार्थले त्यसवेला देखेका चार दृष्यहरू क्रमशः शरीर क्षीण भएर बुद्धवृद्धा हुनु, रोगले ग्रसित हुनु, इन्द्रियहरू क्षीण भएर बैसाखीको साहारा लिनु तथा अन्तमा गएर मृत्युवरण गरी मसानघाटतर्फ लैजानु। यी दृष्यहरूले गर्दा राजकुमार सिद्धार्थको मनमा यो संसारको वर्णन जति सुन्दर ढंगले गरिन्छ यसको स्वभाव ठीक त्यसको विपरित हुने रहेछ भनी बुझ्नु भयो। यसै घटनाले गर्दा गृह त्याग गर्नुहुँदै तपस्वर्याको मार्ग अबलम्बन गर्नुभएपछि ६ वर्षको कठोर तपस्या पश्चात् बुद्धत्व प्राप्त गरेका थिए। बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभएपछि सबैभन्दा पहिला आफ्ना पाँच भिक्षु साथीहरू भाष्य, महानाम, अश्वजीत, भद्रिक तथा आज्ञात कौडण्यलाई सारनाथको मृगदावनमा चारआर्यसत्यसम्बन्धी धर्मदेशना गर्नुभएको थियो। जुन धर्मदेशना पछिगएर बौद्ध धर्मको प्रमुख उपदेशको रूपमा सुप्रसिद्ध हनुपुग्यो जसको सार निम्नानुसार छः

चार आर्यसत्यको परिभाषा

चार सत्यलाई भगवान् बुद्धले आर्यसत्य भन्नुभएको छ किनकि वस्तु, व्यक्ति, गति, मति, गुण, धर्म तथा प्रकृतिलाई जस्ताको तस्तै दर्शन गर्दा सत्य भएकाले यसलाई आर्यसत्य भनिएको हो। चार आर्यसत्यलाई चार भागमा बाँडेर बुझ्न सकिन्छ। पहिलो दुई सत्य संसारमा प्रवेशक्रम अर्थात् हेतुफलमा आधारित हुन्छ भने पछिल्लो दुई सत्य भवसंसारबाट मुक्ति प्राप्त हुने हेतुफलमा आधारित छ। यी चार आर्यसत्य केके हुन् भन्दा दुःखसत्य, समुदयसत्य, निरोधसत्य तथा मार्गसत्य हुन्।

१. दुःखसत्य :

दुःखसत्य त्यो हेतुरूपी कर्म र क्लेशको समुदयसत्यबाट उत्पन्न फलरूपी तीन प्रकारका कुनै पनि दुःख वा स्वहेतु समुदय सत्यबाट उत्पन्न सांसारिक सङ्ग्रहलाई भनिन्छ। ती दुःखहरूलाई पनि तीन किसिमले बुझ्न सकिन्छ – दुःख-दुःखता, विपरिणाम तथा संस्कार दुःख। कसैको टाउको दुख्नु वा दाँत दुख्नु आदि हामीले महसुस गर्न सकिने दुःखलाई दुःख-दुःखता भनिन्छ। यसरी पैदा हुने दुःखमा विपरिणाम दुःख र संस्कार दुःख दुवै विद्यमान रहेको हुन्छ।

विपरिणाम दुःख भन्नाले सुरुसुरुमा शारिरिक तथा मानसिक सुख भएको अनुभव भए तापनि विस्तारै गएर त्यही सुख दुःखमा परिणत भएर जाने भएकाले यसलाई विपरिणाम दुःख भनिन्छ। जस्तै : विष मिसिएको खाना खाँदा सुरुमा स्वादिलो मानेर खाए तापनि पछि त्यसले शारीरिक कष्ट दिने हुन्छ। यो संसारमा जति पनि दृष्य तथा

अनुभवहरू सुरुमा राम्रा लागे तापनि पछि गएर विस्तारै दुःखमा परिणत हुन्छ। संस्कार दुःख भन्नाले कर्म र क्लेशको कारणले गर्दा वर्तमान दुःखको आधार नै भविष्यमा उत्पन्न हुने दुःखको कारण भएकाले यसलाई संस्कार दुःख भनिएको हो। संस्कार भन्नाले व्याप्त वा जताततै विद्यमान रहेको भन्ने बुझ्न सकिन्छ। दुःख-दुःखता तथा विपरिणाम दुःखलाई बालपृथग्जन वा सर्वसाधारणले बुझ्न सके तापनि संस्कार दुःखलाई भने सर्वसाधारणले बुझ्न सक्दैनन्। कारण के हो त भन्दा जसरी आँखाको परेलाको एउटा रौं हाम्रो हत्केलामा राख्दा त्यसले कुनै दुःखद वेदना उत्पन्न हुँदैन तर त्यही रौं आँखामा पर्दा त्यसबाट असह्य वेदना उत्पन्न हुन्छ। त्यसरी नै हामीले यस पञ्च उपादान स्कन्ध स्वयं संस्कार दुःख हो भन्नेबारे कहिल्यै चिन्तन गर्दैनौं तर पनि ऋषि-मुनि तथा भूमि पार गरेका बोधिसत्व वा सिद्धहरूले भने पञ्च उपादान स्कन्ध स्वयं भयंकर दुःखको कारण हो भनेर बुझ्छन्। तसर्थ संस्कार दुःखलाई सुक्ष्म तथा गम्भीर दुःख मानिन्छ।

२. समुदयसत्य : समुदयसत्य भन्नाले कर्म समुदय तथा क्लेश समुदय हुन्। सबै दुःखहरू उत्पन्न हुने मुहान भएकाले यसलाई समुदयसत्य भनिएको हो। दुःखको फल भोग्न त्यसको हेतु हुनु आवश्यक छ। दुःखको कारण खोज्दै जाँदा राग, द्वेष र मोहबाट उत्पन्न हुने रहेछ भनी बुझ्न सकिन्छ। त्यसकारण फलरूपी दुःखसत्य हेतुरूपी समुदयसत्यबाट उत्पन्न हुने हुन्छ। समुदय सत्य कर्मसमुदय र क्लेशसमुदय गरी दुई प्रकारका हुन्छन्। क्लेश भन्नाले मनको दोष भनी बुझ्नु पर्छ। जस्तै – राग, द्वेष तथा मोह आदि हुन्। यिनै तीन विषबाट प्रेरित भएर अनेक कर्महरू उत्पन्न हुन्छन् र अन्तमा त्यसले दुःख उत्पन्न गर्दछ।

३. निरोधसत्य : निरोधसत्य प्राप्त गर्नको लागि मार्गसत्यद्वारा चित्तको सूक्ष्म तथा स्थूल दोषलाई त्यागी सकेको अवस्थालाई निरोधसत्य भनिन्छ। चार धर्मानिमित्तमुद्रामा भगवान् बुद्ध स्वयंले बताउनुभएको छ कि सबै संस्कार अनित्य हुन्, सबै सास्रव धर्म दुःख हुन्, सबै धर्म शून्य, अनात्म तथा निर्वाण शान्त हो भनी बताउनु भएको छ। यसको अर्थ सबै प्रकारको दुःखलाई निरोध गरेको निर्वाण वास्तविक शान्ति भएको हुँदा भगवान् बुद्धले सुखको परिचय दिन निरोधसत्यको विषयमा बताउनु भयो।

४. मार्गसत्य : निरोधसत्य प्राप्त गर्ने उपायको सही मार्गलाई नै मार्गसत्य भनिन्छ। शून्यतालाई साक्षात्कार गर्ने ज्ञान हुनु, त्यसलाई बुझ्नको निमित्त मनको अवस्थालाई पनि बुझ्न जरूरी हुन्छ। हाम्रो चित्त प्रभास्वर विद्या मात्र हो। यो चित्त क्लेश अर्थात् राग, द्वेष तथा मोहले ढाकिएको हुन्छ। जब ती क्लेशहरू हट्दै जान्छन् तब चित्तले सत्यतालाई बोध गर्न थाल्दछ। यसलाई पालना गर्न सबैभन्दा पहिला आर्याष्टाङ्कमार्गको पालना गर्नुपर्छ। यसलाई आर्याष्टाङ्कमार्ग किन भनिएको हो भन्दा यसको अभ्यासद्वारा नै आर्यमार्ग अर्थात् उत्तम मार्ग प्राप्त गराउने भएकाले यसलाई आर्याष्टाङ्कमार्ग भनिएको हो।

आर्याष्टाङ्कमार्ग निम्नानुसार छन् : सम्यक्दृष्टि, सम्यक्सकल्प, सम्यक्वाक, सम्यक्कर्मान्त, सम्यक्आजीविका, सम्यक्व्यायाम, सम्यक्स्मृति तथा सम्यक्समाधि हुन्। यी आर्याष्टाङ्कमार्गहरूमध्ये सम्यक्दृष्टि, सम्यक्सकल्प, सम्यक्व्यायाम, सम्यक्स्मृति प्रज्ञाको

शिक्षामा आधारित हुने भएकाले प्रतिकूल अवस्थालाई छेदन गर्न मञ्जुश्रीका खड्गसमान हुन् । सम्यक्वाक्, सम्यक्कर्मान्त तथा सम्यक्आजीविका शील शिक्षामा सम्बन्धितका भएकाले यी तीनै वटा मार्ग सबै प्रकारका गुणहरूको आधारभूमिजस्तै हुन् । जसबाट अनेक प्रकारका गुणहरू उत्पन्न हुन्छन् । अन्तिमको सम्यक्समाधि अधिसमाधि शिक्षासँग सम्बन्धित भएकाले त्यसले चित्तलाई आलम्बनमा एकाग्रचित्त हुने भएकाले यो नाभी समान छ, भनी बौद्ध शास्त्रहरूमा वर्णन गरिएको हुन्छ । आर्याष्टाङ्कमार्गहरूलाई पालना गर्ने तीन प्रकारका पद्गलहरू हुन्छन् जस्तै श्रावकयानी पुद्गल, प्रत्येकबुद्ध पुद्गल तथा महायानी पुद्गल । सुरूमा जल स्वच्छ तथा निर्मल निश्चल हुने भए तापनि कुनै स्वादसँग मिसिदा त्यो जल त्यसैप्रकारको स्वादमा परिणत हुनेजस्तै यी तीन पुद्गलहरूको अभ्यासको व्यापकता पनि अल्प, मध्यम तथा महान् गरी तीन अवस्थामा परिवर्तन हुन्छ भनी बुझ्नुपर्दछ । यसरी चारआर्यसत्यको महिमालाई राम्ररी बुझ्न सके भगवान् बुद्धको अमृतमय वचनको अर्थलाई बुझ्न सकिन्छ । तसर्थ हामीले भगवान् बुद्धको कल्याणकारी तथा मोक्षप्रदायक अमृत वचनलाई बुझ्ने जमर्को गर्दछौं भने चार आर्यसत्यलाई श्रवण, चिन्तन र भावना गर्नुपर्छ ।

लेखक बुद्ध बाचान अनुवाद समिति नेपालका अध्यक्ष एबम प्रज्ञापारमिताको अनुवादक हुनुहुन्छ।

LOSAR TASHI DELEK TO
YOU AND YOUR FAMILY
- CHHONGBA SHERPA KHAMBACHE
& FAMILY



PURNA B SPKOTA
+1(347) 681-5204
+1(929) 346-1766

Olivia Jewelry (NY USA)
40-08 76th Elmhurst NY 11373
Room Number: 7

Olivia's Jewelry Manufacturer of Gold & Tibetan Design

Problems Faced in America by the Nepalese Immigrant Community

Rajan Thapaliya, New York

Moving to a new country and starting a life from scratch is never an easy process. Giving up the close proximity of everyone and everything you love, and starting afresh takes a huge toll on you, and you are often left on your own in an unfamiliar land, surrounded by foreign faces. For someone to shift from Nepal to America can be nothing short of a shock. The vast differences that exist between the two nations are staggering. Even with its rich cultural past, Nepal has been a nation that has struggled with poverty and strife. Democracy has only been a recent phenomenon in the country, and the Nepalese people are only starting to get a taste of amenities and freedoms that most Americans take for granted.

Currently, I live in Jackson Heights, Queens and have a career that offers me and my family a better standard of life. Here in America, I have seen a number of my fellow compatriots struggle with their shift to a foreign land. The immigrant programs that I have been a part of, have introduced me to a number of Nepalese individuals who work here, either as permanent citizens or through permanent work visas, and made me aware of the issues that they face.



Immigration to the US - Rise in Numbers

The Nepalese community is only a small fraction of the millions of immigrants from all over the globe who have moved to America in the past 50 years. Even though the number of people who have left Nepal and now study or



work here has grown over the decades, it is still low enough for the country to qualify for special diversity lottery privileges that entitle Nepalese citizens to get a better chance at acquiring a permanent work visa.

The first known recorded immigration from Nepal to America took place in the 1940s, but it was only in 1957 that Nepalese immigrants were identified by the US as their own special group. Before 1957, Nepalese immigrants fell under the broader category of other Asians, and records indicate that till the year 1996, the number of legal immigrants from the country has stayed below 100 per year. It is only in the last decade that this number has started increasing steadily, with the 1990s US census showing that 431 permanent citizenships were granted to the community for the year 1996.

Problems Faced in America by the Nepalese Immigrant Community

The problems that immigrants face are largely the same, no matter which country they come from, but there are some issues that are unique to each nation. While the drastic change in culture, religion, economics, general living standards, and even cuisine are things that most immigrants from developing nations have to cope with, when it comes to Nepal, a number of immigrants also struggle with education and a general distrust in the government due to the very recent introduction of democracy in their homeland.

⌘ Low literacy rate in Nepal reduces chances of gaining a white collar job. Degrees awarded by many colleges in Nepal are not recognized in America.

⌘ Political and social instability and inequality of Nepal stands in stark contrast to the way things work in the US.

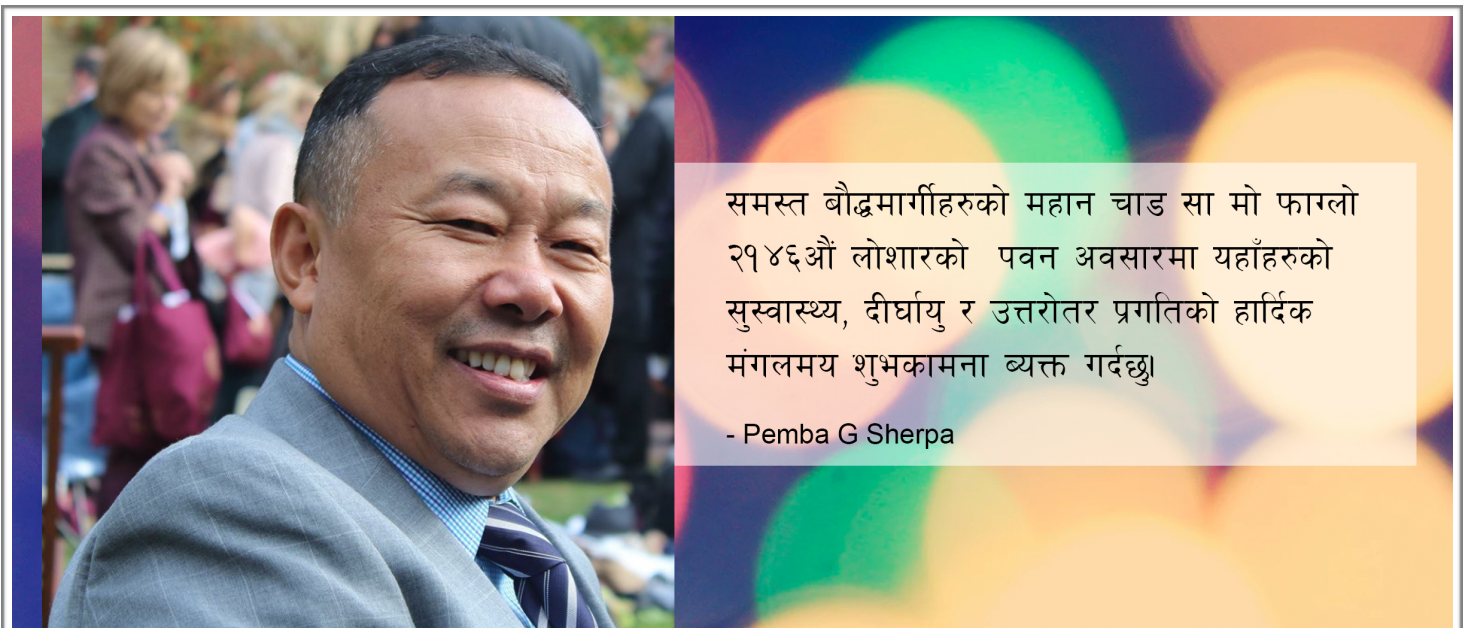
⌘ Unawareness about services those are easily available in America, such as health insurance, and apartment rental protocols.

From coping with the language barriers to dealing with the cultural differences, I have faced many



issues, and since the years that I have started living in the US, I have noticed many fellow Nepalese who have gone through similar experiences.

The working community in America made up by Nepalese immigrants includes white collared professionals such as lawyers, doctors, professors, engineers, as well as blue collared professionals such as gas station attendants, waiters and more. As more and more people immigrate to the US from Nepal, the community will have to come together and face these challenges together. Already efforts have been started to help recent immigrants find a place for themselves in the country, and due to the close knit nature of Nepalese people, these efforts are only going to intensify in the future.





लोपोन्मुख शेर्पा भाषा

जेबि.शेर्पा
रामेछाप, हाल एन्तवर्प, बेल्जियम

नेवारी भाषाको प्रशिद्ध तथा महाकवी स्व. सिद्धिदास अमात्य ले कतै भनेका थिए, भाषा म्वासा जाती म्वाई, भनाईको अर्थ भाषा रहेमा जाती रहन्छ । यस भनाइले विशाल अर्थ र महत्व बोकेको छ। भाषा मानिसको अस्तित्व र पहिचानसंग जोडिएको हुन्छ अत कुनैपनि जातजातीको जीवन्त पहिचानमा उसको भाषानै प्रमुख र महत्वपूर्ण रूपमा अघि आउँछ। यस सन्दर्भमा कुनैपनि जातिको भाषा जीवित हुनुको साथसाथै समृद्ध हुनुपनि त्यतिकै आवश्यक छ। भाषा पछिने क्रमशः संस्कृति, रितिरिवाजहरू आउँछन् । जातीय पहिचानको सवालमा संसारका हरेक समुदाय र जातिलाई आफ्नो भाषा र संस्कृतिको प्रगाड माया हुन्छन्, त्यसैलेत उनीहरू सगर्व भन्नेगर्छन् म फलाना जातीको र मेरो भाषा फलानो हो, र हामीपनि भन्छौ हामी शेर्पा हौं र हाम्रो प्यारो भाषा शेर्पा हो।

धेरै जातजाती र भाषाभाषीको विविधताले भरिएको नेपालमा शेर्पा जाती एक विशिष्ट जातिको पहिचान लिएर बसेकोछ। अझ नेपालमा भन्दा नेपाल बाहिरको दुनियाँमा शेर्पा जाती अतिनै चिरपरिचित छ। यो सवैलाई थाहा भएको र एक गर्वको विषय हो, त्यसैले त भनेको, सुनेको र पढेको आधारमा नै कति विदेशीहरू शेर्पा जाती र शेर्पा जातीको भाषा, कला र संस्कृतिको अनुभव गर्न वा अन्वेषण गर्न वर्षेनी नेपालका उच्च हिमाली भेगको काखतिर डुलिरहेका भेटिन्छन्। विश्व प्रसिद्ध शेर्पा जाती समयक्रमसंगै आजकाल आफ्नो थात थलो छाडेर नेपाल भरी मात्र छरिएको नभई विश्वको कुनाकुनामा समेत पुगेको पाइन्छ । जसले हामी शेर्पाहरूको गौरवपूर्ण चिनारी लाई अझै माथि पुर्याई रहेकोछ। यो हामी शेर्पाहरूको निमित्त मात्र नभई सम्पूर्ण नेपालीहरूको समेत गौरव र खुशीको विषय हो। तर हामीहरूले आफ्नो गौरव कायम राखी राख्न हामी आफैँले नै पहल गर्नुपर्ने हुन्छ, जसको लागि भाषा र संस्कृति जस्ता समाजका गहनाको विकास र जगेर्ना गर्नुपर्ने हुन्छ नत्र हामी शेर्पा भनेर कालान्तर सम्म चिनाई राख्न शेर्पा लेखिएको नामले मात्र संसार सामु उभिनु चुनौतीपूर्ण हुनेछ। भाषा बिनाको कुनै जातजाति भनेको कुनै पहिचान गुमेको व्यक्ति या हिरा फुटेको खोक्रो औँठी वरावर हो, जसको न त राम्रो मुल्य हुन्छ न त त्यो सुन्दर नै हुन्छ। हामीले मननु गर्नुपर्ने केहो भने कुनै जातिको भाषा मर्नु भनेको उक्त जातिको मौलिक विशिष्टताको पनि अन्त्य हुनु हो । भाषा संस्कृतिको वाहक हुनाले भाषा मरे सँगसँगै संस्कृतिको पनि विलय भएर जान्छ।

“ कारणहरू”

सिक्काको दुईपाटो भनेझैं हामीलाई आफ्नो भाषा र संस्कृतिको यति धेरै माया हुँदाहुँदै यसलाई जीवन्त राख्ने र समृद्ध बनाउने पक्षमा भने हामी अलिक सुस्तगतिमै हिँडेकाछौ कि जस्तो लाग्छ, अर्को किसिमले भन्दा हामीहरूले भाषा संस्कृतिको जगेर्ना प्रति वेवास्ता गरिरहेकाछौं भन्नुपर्दछ, यसले के अर्थ संग सम्बन्ध राख्छ भने भाषा, संस्कृतिको विकास र सम्वर्धनका पक्षमा हामी कहिकतै, केहि चुकीरहेकाछौं, अलि लापरवाह भैरहेका छौं। नेपाली भाषालाई राम्रो बनाउने उद्देश्यले होस् या आफुलाई अरु भन्दा अलिक पृथक र टाठोबाटो देखाउने प्रवृत्तिले होस् अथवा शेर्पा भाषानै नजानेकोले होस् या उनीहरूलाई शेर्पा भाषा भन्दा नेपाली नै बोल्न सजिलो हुनेहुनाले होस्, शेर्पाहरू भेटघाटमा र घरको बोलीचालीमा समेत नेपाली भाषानै बोल्ने गरेको सुनिन्छ । चाहे उसले असुद्ध नै किन बोलिनरहेको होस्। हाम्रो आफ्नो भाषा प्रतिको ब्यवहार यस्तै रहिरहने हो भने अर्को पुस्तासम्म पुग्दा शेर्पा भाषा रुग्ण र दयनीय अवस्थामा पुग्ने निश्चित छ। अबको दुइतिन पुस्ता पछिका शेर्पाहरूले शेर्पा भाषा र संस्कृति छ र थियो भन्नेकुरा संग्राहलय, इतिहासको पुस्तकमा मात्र सिमित रहेको पाउनुमा कुनै अचम्म हुनेछैन। हुनत विभिन्न कारणहरू र परिस्थितिहरू माथि हामी यो दोष थोपार्न सक्छौ कि यसले गर्दा र उसले गर्दा हाम्रो भाषा संस्कृतिको विकास हुन सकिरहेको छैन । एक कोणबाट हेर्दा त्यो सहि पनि हुन्छ तर त्यसो भन्दैमा हामी आफैँले केहि सोच्दै नसोच्ने, प्रयासनै नगर्ने, सुरुवातनै नगर्ने हो भने, हाम्रो आफ्नै समस्या झन्झन् गहिरिएर जान्छ, अनि जव इतिहासले झापट हान्छ तव मात्र हाम्रो चेत खुल्छ, त्यतिबेला ढिलो भैसकेको हुनेछ।

विभिन्न कारण र समस्याले आफ्नो गाउँघर थात थलो छाडेर देश परदेश अनि भिन्न सामाजिक र साँस्कृतिक र भाषिक परिवेशमा भास्सिनु परेका शेर्पाहरू चाहेरपनि सिमित मात्रामा आफ्नो शेर्पा भाषा बोल्न बाध्य हुन्छन्। उदाहरणको निमित्त मेरो आफ्नै अनुभव यहाँ राख्न सान्दर्भिक ठान्छु। मैले मेरो गाउँमा जब ३ कक्षा पास गरें त्यस पछि ४ कक्षामा पढ्न नजिकको निम्न माध्यमिक स्कुल खोज्नुपर्ने भयो, तर घरबाट नजिक भएका स्कुल पनि घरबाट दिनदिनै धाउन सक्ने दुरीमा थिएन। एकदुइ हप्ताको निमित्त सामल खाजा बोकेर उतैतिर डेरा लिएर बस्नु पर्ने। त्यसैले मैले ४ कक्षाको एक वर्ष दोलखाको जिरी गएर पढें जहाँ शेर्पा भाषा भन्दा पनि जिरेल भाषापो अलिअलि बुझ्ने भएँ, त्यसपछि म रामेछापको ठोसे हाईस्कुलमा ८ कक्षा सम्म पढें । त्यस अवधिमा पुरै स्कुलभरि तिनचार जना भन्दा बढी शेर्पा विद्यार्थी अरु थिएनन्, न त ठोसे भन्ने ठाउँ शेर्पा गाउँने थियो, त्यो त पुरै नेवार गाउँ (बजार) थियो। चार वर्षको अवधिमा त्यहाँ जति नेपाली सिकेँजानें, त्यतिनै नेवारी भाषा पनि जानें। अनि अलिअलि सुनुवार भाषा पनि जानें, शेर्पा भाषा बोल्नु र बोलेको सुन्नु त गाउँमै आईपुगुपथ्यौं । जसको निमित्त हरेक हप्ताको शुक्रवारनै कुर्नुपर्ने हुन्थ्यो। त्यसपछि

काठमाडौं आएर पढ्न थालें, त्यहाँ झन् पुरै स्कुलमा कोहि शेर्पानै थिएन। जहाँ जाउ, नेपाली बोल नत्र नेवारी, अब एकलै बहुला झैं शेर्पा भाषा बोल्दै हिड्नु पनि भएन। अझ त्यसमाथि स्कुलका साथीहरूले शेर्पा लवजमा नेपाली बोल्थे भनेर हाँसोमा उडाउदा मैले कसरि नेपाली सुधार्न सक्छु भनेर चिन्ताले नेपालीभाषा सुधार्नेमा समय जान्थ्यो। त्यस सिंगो अवधिमा मैले मेरो भाषा र संस्कृति संगको सामिप्यता धेरै गुमाएँ र अझै पनि गुमाइरहेको छु, यो परदेशमा र भोगिरहेछु एउटा पिढा। त्यसैले मेरो अवकाश प्राप्त जीवन चाहिँ कुनै कतै विशुद्ध शेर्पा गाउँमा गएर विताउने छु भनेर रहर पालेर राखेको छु। जहाँ तल्लो घर, माथ्लो घर, वल्लो गाउँ, पल्लो गाउँ, गोठाला खेताला जताततै जसले जे बोलेपनि खोल्छा वारि र पारि, भिर पहरा तिर शेर्पा भाषानै गुंजयमान होस्।

लामो युरोप वसाईको क्रममा यो भाषिक समस्याले हामीलाई झनै गाँजेको छ। आफु बसेको ठाउँको भाषा नजाने काम पाउनै गाह्रो, अलिकति बचे खुचेको समयमा स्थानीय भाषा सिक्ने कि नानीहरूलाई शेर्पा भाषापो सिकाउनेकी, नेपाली भएको नाताले नेपालीपो पहिले सिकाउने। कामगर्ने ठाउँको मालिकले भन्छ, घरमा केटाकेटीहरूसंग यहाँको बोल्ने गर्यो भने छिटो जान्छन् तर आफ्नो मनले र समाजले भन्छ आफ्नो भाषा पनि सिकाउनु पर्छ, अझ त्यस माथि स्कुलले होमवर्क पठाईदिन्छ। जानी नजानी केटाकेटीहरूलाई सघाउनु पर्ने हुन्छ। यस्तो भाषीक समस्या र अन्योलतामा अल्मलिएको हाम्रो युरोपको दैनिकी नएता न उताको पारामा गुञ्जिरहेको छ। थकित मनले कहिले काहिँ सोच्छुकि मैले जस्तै आफ्नो भाषा र संस्कृतिसंगको सामिप्यता गुमाएका पिढामा धेरै शेर्पा पुस्ताहरू युरोप र अमेरिका लगायत अन्यत्रपनि बढिरहेका होलान, हुर्किरहेका होलान। यदि यस्तै अवस्था रहिरहने हो भने भविष्यका हाम्रा पिढीहरूले कसरि आफ्नो मौलिकता जोगाउँलान? आफुलाई शेर्पा हुँ भनेर कसरी चिनाउलान? के जोगाई राख्न सक्लान विदेशका शेर्पा सन्ततिहरूले आफ्नो शेर्पा पन? सिंगो शेर्पा समाज अगाडी उभिएका अजंगका पहराजस्ता प्रश्नहरूको उत्तर सजिलो भएपनि निराकरण भने त्यत्ति सजिलो छैन।

हामी गर्न सक्छौं

कतै कुनै प्रयासनै नहुनुभन्दा ढिलै भएपनि केहि थालनीहुनु राम्रो सुरुवातहो। शेर्पा भाषाको विकाशको निमित्त हामीहरूले सोचेभन्दा धेरै गर्नसक्छौं। यस पवित्र उद्देश्यको लागि आफ्नो व्यक्तिगत समयलाई एकातिर पन्छाएर दिनरात खटेर हिँड्ने व्यक्तिहरू हाम्रो समाजमा धेरै छन्, त्यसैगरी भाषा संस्कृतिकै विकाश र सम्वर्धन को निमित्त खोलिएका संघसंस्थाहरू उतिकै छन्, संचार माध्यमहरू छन्। मेरो व्यक्तिगत विचारमा के लाग्छ भने हामी शेर्पाहरूको सामाजिक हितमा खुलेका सम्पूर्ण संघसंस्था तथा संचार माध्यमहरू भाषा संस्कृतिको सवालमा एकैडोरीमा बाँधिनु आवश्यक छ र सवै मिलेर शेर्पा भाषाका संचार माध्यमहरूलाई सहयोग गर्न र आवश्यक परेमा अर्को संस्था स्थापना गर्न समेत एकजुट हुनुपर्दछ। मैले यहाँ संचार माध्यमहरूलाई किन पहिलो प्राथमिकतामा राख्न जोडदिएकोहुँ भने संचार माध्यमहरूनै आजको आधुनिक संसारमा चेतनाको विस्तार गर्ने एउटा महत्वपूर्ण र छिटो छरितो अनि प्रभावकारी माध्यमहो जसले हरेक व्यक्ति,

परिवार र समाजलाई सजिलैसंग आफ्नो प्रभाव र पहुँचमा पार्नसक्छ। यसै प्रसंगमा केहि चाखलाग्दा तर सोचन बाध्य बनाउने उदाहरण उल्लेख गर्छु। केहि वर्ष पहिले कुनै एउटा पत्रिकामा लेखिएको पढेको थिएँ। त्यो के थियो भने पूर्वी नेपालका पहाडी र हिमाली भेगतिरका नेपालीहरू नेपाली भन्दा पनि हिन्दी भाषा वढी भुझ्छन् अनि बोल्छन्, अचम्म, कसरि त? नत त्यहाँ हिन्दी भाषाको शिक्षानै दिईन्थ्यो नत उनीहरू हिन्दी सिक्न आत्तुरै थिए नत त्यो भारतको कुनै प्रदेशनै थियो, भएको केरहेछ भने त्यस भेगमा गजबले हिन्दी टेलिभिजनका च्यानलका निशुल्क प्रशारणहरू हेर्नपाइने रहेछ, बिचरा नेपाल टेलिभिजनको र नेपाली भाषाको अन्य प्रशारणत त्यहाँसम्म कहिले पुग्ने? अनि नेपाली भाषाका त्यस्ता राष्ट्रिय महत्वका प्रशारणहरू नेपालका कुनाकन्दरासम्म पुग्नुपर्छ र पुर्याउनुपर्छ, सवै नेपालीलाई समेट्नुपर्छ भनेर कसले सोचे? त्यतातिर लगानी कसले गर्ने? त्यसै गरि भुटानको बिबिएस टेलिभिजन च्यानल नेपालका हिमाली समुदायमा लोकप्रिय हुँदै गइरहेको कुरा पनि शेर्पा वोल्डले लेखेको थियो। नेपालका हिमाली समुदायको धर्म संस्कृतिसंग मिल्ने त्यस टेलिभिजनको प्रशारणले हामीहरूलाई भावनात्मक र मानसिक रूपमा एकआपसमा जोडिरहेको हुन्छ साथसाथै आफ्नो धर्म संस्कृतिसंगको निकटतालाई अझ बलियो बनाइरहेको हुन्छ। यहाँनिर भन्न खोजिएको केहो भने हामीले पनि शेर्पा भाषाका विभिन्न रोचक टेलिभिजन तथा रेडियो कार्यक्रमहरू उत्पादन र नियमित प्रशारण गरेर सकेसम्म धेरैलाई समेट्न सक्थौं भने शेर्पा भाषा र संस्कृति प्रतिको लगाव दिन दुगुना रात चौगुनाको हिसाबले बढेर जानेमा शायदै कसैले अविश्वास गर्ला बरु अन्य गैर शेर्पाहरू समेतले शेर्पा भाषा जान्न र सिक्न बेरलाउने छैनन। यसै सन्दर्भमा विगतमा शेर्पा कलाकार समाज नेपालले देशब्यापी रूपमा शुरुगरेको साँस्कृतिक कार्यक्रम अतितै सहानीय कदमहो हाम्रो शेर्पा समाजको निमित्त, हालचाल यो समाज कति सकृय छ या छैन म अनभिज्ञनैछु। शेर्पा संचारका विभिन्न साँस्कृतिक गतिविधिहरू, केहि शेर्पा रेडियो कार्यक्रमहरू अहिलेका केहि आशालागो पक्ष हुन्। खोजिएको के भने यदि हामी आफ्नै शेर्पा भाषा र संस्कृतिको संचार वातावरणको परिधि भित्र छु भने अनुभव गर्न सक्थौं भने पक्कै पनि शेर्पा भाषा, संस्कृति सिक्ने र सिकाउने लगाव सवैमा स्वस्फूर्त रूपमा आउनेछ। त्यसको निमित्त आधुनिक संचार माध्यम लगायत अन्य कार्यक्रमहरू निरन्तर र व्यापक हुँदै जानु आवश्यक छ। जसरि कुरोगर्नु कामको थालनी गर्नु भन्दा हज्जारौं गुणा सजिलो छ, त्यस्तै गरि थालेको कामलाई निरन्तरता दिन काम थाल्नुभन्दा धेरै जटिल हुन्छ। यसको निमित्त हामीलाई राम्रै साधन र स्रोतको जरुरत अवश्य पर्नेछ। यस शुभकार्यको थालनी नेपालमा रहेका केहि जोशिला र जाँगरिला व्यक्ति तथा युवाहरूले थालिसकेका छन् र उनीहरूलाई सहयोगगर्ने हातहरू पनि छन् तर यो सहयोगको क्रम व्यापक र विस्वव्यापी रूपमा हुन अति जरुरि भैसकेको छ। यदि हामीहरू सवै मिली यहि वेला उनीहरूको होस्टेमा हैसै थप्न सकेनौं भने केहि वर्षमा नै ति जोशिला सत्कार्यको सपनाहरू र सपनालाई साकार रूप दिने छरिता मस्तिष्कहरू र बलिस्ट पाखुराहरू लोलाएर जानेछ, पटक पटक वर्षे पिच्छे त्यस्तै जोशिला हातहरू र उर्जावान युवाहरू जुट्न असम्भव हुन्छ अनि त्यो अपुरो प्रयास एउटा भग्नावशेषको रूपमा ईतिहासमा मात्र सिमित हुनसक्छ। तसर्थ हामी जहाँ रहेपनि हरेक शेर्पा संघसंस्था, व्यक्तिहरूले यी जोशिला तन्नेरी जोशिला

हातहरुसित हातेमालो गरौं, आर्थिक, भौतिक, नैतिक जेजस्ता सहयोगहरु गर्नसक्छौं, गरिहालाम्। हामि गर्न सक्छौं भन्ने सोच लिएर।

“IT'S NEVER TOO LATE”

भनिन्छ राम्रो कार्यको सुरुवात जहिलेपनि गर्न सकिन्छ, अबत ढिलोभयो भनेर हात बाँधेर बस्दा झनै ढिलो हुनजान्छ? यसै सन्दर्भमा शेर्पा किदुग अमेरिका (United Sherpa Association USA) को सक्रिय अगुवाईमा शेर्पा बालबालिकाहरु तथा अभिभावकहरुलाई शेर्पा भाषा र धर्मसंस्कृति सम्बन्धि बिभिन्न क्रियाकलापको थालनी गरिएको समाचारहरु बेलाबखत आईरहनछ। यस्तो अत्यन्तै सराहनीय र दुरदर्शी कदम अमेरिकाका मात्र नभएर विश्वका सम्पूर्ण शेर्पा समाजको निमित्त उदाहरणिय छ। शेर्पा किदुग अमेरिकाका वर्तमान अध्यक्ष श्री उर्गेन शेर्पाज्युको नेतृत्वमा यस्ता सराहनीय कार्यहरुले झनै द्रुतगति लिएकोछ। शेर्पाहरुको बाक्लो उपस्थिति रहेको अन्य देशहरुमा पनि यस्ताखाले क्रियाकलापहरु थालिनु अतिआवश्यक भैसकेकोछ। यसै सन्दर्भमा बेल्जियममा समेत शेर्पा भाषा र संस्कृतिको विकाश सम्बन्धि बिभिन्न क्रियाकलापहरु नियमित भैरहेकोछ भने केटाकेटीहरुको निमित्त भाषा पढाउने कार्यको सुरुवात भैसकेकोछ। त्यसैगरी यु.के. मा पनि धर्म र संस्कृति सम्बन्धि कृयाकलापहरु भैरहेका छन्।

“मेरो भन्नु”

शेर्पा भाषा हाम्रो मौलिक र आफ्नै चिनारी बोकेको भाषा हो, अरु कसैको भाषा जबर्जस्ति हामी माथिथोपरिएको र लादिएको हैन, नत शेर्पा भाषा हामीले अरुबाट सिकेकानै हौं। यो त हाम्रो आफ्नै मातृभाषा हो जुन हामीले आमाको गर्भमा हुँदा नै सुन्न अभ्यस्त थियौं र आमाको काखसम्म आईपुग्दा तोते पारामा बोल्न खोजिरहेका हुथ्यौं। त्यसैले आफ्नो भाषा बोल्न र सिक्न कसैसित धक मान्नुपर्ने, लजाउनु र असजिलो मान्नुपर्ने केहि कारण छैन। देशमा या विदेशमा होस् शेर्पा समाजमै रहेका शेर्पाहरुले गर्वकासाथ आफ्नै भाषा बोल्नुपर्दछ, जसरि नेवार, तामांग र तिब्बतीहरुले आफ्नै भाषा बोल्छन्। साथसाथै देश विदेशको भिन्न भाषिक र साँस्कृतिक समुदायबीच बस्न

बाध्य सानो समुदायको हामी शेर्पाजाति, आफ्नो भाषा साँस्कृति जिवन्त राख्न कट्टर रुपमै लाग्नुपर्ने देखिन्छ।

विदेशतिरका शेर्पा किदुगरुले आफ्नो समाजभित्र आफ्नो भाषा नजान्ने ठुला र केटाकेटीहरुलाई आफ्नो भाषा सिक्न र सिकाउनउत्प्रेरित गर्न अनि यो उनीहरुको लागि किन आवश्यकछ र के महत्व राख्दछ भन्ने बुझाउन अति महत्वपूर्ण भैसकेकोछ। वाल मस्तिष्क उर्वर मस्तिष्क हो, उनीहरुलाई हामीले सानैदेखि जतिधेरै सिकाउन सक्थौं उतिधेरै उनीहरुले जान्न सक्छन र उनीहरुले जति जानेकाछन् त्यो अर्को पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्नेछन्। अन्त्यमा, शेर्पा समाजका अगुवाहरुले या शेर्पा भाषा र संस्कृति वारे लामोलामो लेख र भाषण दिनुहुने महानुभावज्युहरुले समेत वास्तविक रुपमा आफैंबाट र आफ्नै घरबाट शेर्पा भाषा बोल्ने शुभकार्यको सुरुवात गर्नुभयो भने त्यो नै सबैको निमित्त प्रेरणाको सर्वोत्कृष्ट स्रोत हुनेछ। भविष्यमा हाम्रा सन्ततिहरुले हामीहरुबाट चाहने र खोज्ने एउटैमात्र अनमोल कुरा भनेको आफ्नो प्यारो भाषा नै हो।



समस्त बौद्धमार्गीहरुको महान चाड सा मो फाग्लो २१४६औं लोशारको पवन अवसारमा यहाँहरुको सुस्वास्थ्य, दीर्घायु र उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु।

- Mr. & Mrs. Jhiku Lama





लाक्मा जी शोर्पा

शोर्पा समुदाय: सामाजिक संस्था र उत्तरदायित्व

दुई वा दुई व्यक्तिहरूको 'मिल्टी' हुने वित्तिकै संगठन निर्माण गर्ने पछिल्लो संस्कार बनेको छ। यसरी गठन हुने संगठन कतिपय सामाजिक सेवाको भावले ओतप्रोत भएर स्थापना भएका हुन्छन् भने कतिपय राजनीतिक रंग गन्ध मिश्रितपनि। सामाजिक संस्थाहरू विशेषता संस्था दर्ता ऐन २०३४ बमोजिम गठन भई सञ्चालनमा रहने गरेका छन्। पछिल्लो समय मुलुक भित्र र प्रवासमा समेत संगठित संस्थाहरू स्थापनाको लहड नै चलेको छ। यो सबै 'स्वतन्त्रता' र 'लोकतन्त्र'को उपलब्धि र उपज हो। लोकतन्त्रमा सबैलाई वाक र वैयक्तिक स्वतन्त्रता हुन्छन्। विशेष गरी संगठित हुने, सभा, सम्मेलन गर्न पाउने, वाक स्वतन्त्रताको हक समेत प्राप्त गरेका छन्। लोकतन्त्र स्थापनासँगै सामाजिक संस्थाहरू स्थापना हुने क्रमपनि हवातै बढेको देखिन्छ। गैर नाफामुलक तर सामाजिक प्रतिष्ठा आर्जन गर्ने हेतुले स्थापना भएका यतिधेरै संस्थाहरूमाभू यतिबेला सामाजिक उत्तरदायित्व पूरा गर्न सकेको छ की छैन भन्ने प्रश्न खडा भएको देखिन्छ। मुलतः राजनैतिक अधिकार प्राप्त गर्ने थलोको रूपमा स्थापित नेपाल शोर्पा संघ, सांस्कृतिक र व्यवहारहरूलाई स्थापित गर्दै जोगाई राख्न स्थापना भएका हिमालयन शोर्पा सांस्कृतिक केन्द्र, सञ्चार जगतमा समुदायलाई एकिकृत गर्दै समावेशी सञ्चार नीतिका साथ अघि बढ्न स्थापना भएका शोर्पा सञ्चार समूह र सञ्चार कर्ममा क्रियाशिल शोर्पाहरूलाई एकताबद्ध गराउँदै क्षमता अभिवृद्धि, सचेतना र समुदायको श्रीवृद्धिका लागि गठित शोर्पा पत्रकार संघ लगायत संस्थाहरू शोर्पा समुदायमा रहेका छन्। त्यस्तै, विभिन्न नाम र लक्षित क्षेत्र बनाई स्थापना भएका तर उद्देश्य मेल खाने अन्य धेरै संस्थाहरू पनि हाम्रो समुदायमा छन्।

संगठित भएर समाज रुपान्तरण र समुदायका श्रीवृद्धिका लागि क्रियाशिल हुनु सकारात्मक पक्ष हो। पछिल्लो समयमा ग्रामिण भेगको कुनाकप्चामा सामाजिक संस्थाहरूको प्रभाव देखिन थालेका छन्। यसरी स्थापना भएका सामाजिक संस्थाहरूले आ-आफ्नै तौर तरिकाले समाज जागरणका अनेक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरेका छन्। कतिपयले उद्देश्य अनुरूप काम गरेका छन् भने कति त नाममा मात्रै सिमित छन्। समाज रुपान्तरणको पहिलो आधार शिक्षा हो। शिक्षित समाज नै सभ्य रूपमा अघि बढेका हुन्छन्, समयसापेक्ष अघि बढेका हुन्छन्। उनीहरू सञ्चार स्रोतको उपयोग गर्दछन्। सूचना प्राप्त गरेर सुविधा भोग गर्दछन्। तर, कतिपय अवस्थामा शोर्पा समुदायमा स्थापना भएका सामाजिक संस्थाहरू व्यक्तिवादी चिन्तनबाट अभिप्रेरित भएर अघि बढेका पनि छन्। संस्थालाई व्यक्तिगत स्वार्थसँग गाँजेर अघि बढाउनले यसको गरिमा धब्बा त लाग्छ नै संगठित निकायप्रति आम हेराईमा समेत परिवर्तन आउने गरेका छन्। सामाजिक हितका लागि स्थापना भएका संस्थाहरू व्यक्ति प्रधान हुँदा आशनग्रहण, मञ्च प्रयोगमा मात्रै सिमित भएको पनि हाम्रो समाजमा थुप्रै उदाहरणहरू छन्।

पछिल्लो समय हामीमाभू शोर्पा समुदायमा रहेका संघसंस्थाहरू ले सामाजिक उत्तरदायित्व पूरा गरेको छ की छैन त ? भन्ने प्रश्न जटिल रूपमा उठ्दै आएका छन्। यस प्रश्नमा अनुत्तरित हुँदै गएको यस्ता प्रश्नले आम समुदायको गरिमामा समेत आँच पुग्दै गएको आभास हुन थालेको छ। कारण, समुदायमा व्यक्ति पिच्छको संस्था, टोल पिच्छको आफ्नै संगठन निर्माण गठन हुनु हो। संगठानिक संरचना, सञ्चालन विधि, प्रक्रिया, कार्यक्रमहरू नहुँदा नहुँदैपनि रहनु मा खोलिने संस्थाहरूले सामाजिक उत्तरदायित्व र समुदायप्रति खेल्नु पर्ने भूमिका विसिँदै गएको हो की भन्ने अर्को प्रश्न खडा छ। यी समस्याको जड् भनेको सर्वमान्य नेतृत्वको विकास नहुनु पहिलो र नेतृत्व प्रति विश्वास नगर्नु दोस्रो र नेतृत्व स्वीकार्न नसक्नु कारण हो। धेरै अधिदेखि उठ्दै आएको विषयको मिलन विन्दु भनेको उद्देश्य मेलखाने संस्थाहरूबीच एकता र सर्वोच्च नेतृत्वमा सामाजिक संस्थाको एकिकरण नै हो। यो सवाल व्यापक रूपमा उठाउनुपर्ने र बहस हुनुपर्ने विषयको रूपमा अघि ल्याउनु टड्कारो आवश्यकता हो। सबैलाई समेटिएर अघि बढ्न सक्ने नेतृत्वको विकास गराउँदै उत्पन्न समस्याको समाधान, सवलीकरणतर्फ शोर्पा समुदाय उन्मुख हुनुपर्ने बेला आएको छ।

पछिल्लो समय सामाजिक संस्थामा लामो समय काम गरेर प्रतिष्ठा आर्जन गरेका समुदायका अग्रजहरूको सार्वजनिक रूपमा नामछेदन गर्ने कार्य भइरहेको छ। जुनसुकै ठाउँमा पनि राजनैतिक बहस र विषय उठान शोर्पा समुदाय केन्द्रित भएर भइरहेको पाइन्छ। समुदायमा बसेर लामो समय समाज जागरणमा लागेकाहरू नै विभिन्न काण्डमा फस्दै जाँदा सामाजिक सेवा खाली खोक्रो आदर्श मात्रै हो की ? भन्ने प्रश्नपनि उत्तिकै खडा भएर आउँछ। कतिपयले सामाजिक संस्थालाई राजनैतिक प्रतिस्पर्धा साँध्ने माध्यमको रूपमा पनि भरपूर प्रयोग गर्दै आएका छन्। अधिकार प्राप्तिको आन्दोलनमा लाग्नुपर्ने बेला सामान्य विषयमा विवाद गरेर हामी समयसँगै अघि बढ्न नसकेको अवस्थापनि विद्यमान छ।

समुदायका प्रतिष्ठित व्यक्तिहरूका सन्दर्भमा अनेकन सवालहरू खडा भइरहँदा जातीय एकता, क्षेत्रीयताको भावलाई हटाउँदै समुदायका व्यक्तिहरूको बचाउका लागि सामूहिक धारण बनाएर अघि बढ्नुपर्ने सन्दर्भलाई पनि सँगसँगै लैजानुपर्ने हुन्छ। सचेतनामुलक कार्यक्रमहरूको माध्यमबाट हामीले समाजमा समुदायप्रतिको आम बुझाई, हामीले चाल्नुपर्ने कदम, भावि रणनीतिका सन्दर्भमा समेत व्यापक बहस पैरवीहरू सञ्चालन गर्दै समुदायलाई बौद्धिक क्षमताले युक्त बनाउँदै अघि बढाउनुपर्ने हुन्छ, यसो गर्दा मात्रै सामाजिक उत्तर दायित्व पूरा गर्ने भएको पहिलो सूचांक पत्ता लागेको मान्न सकिन्छ। तर, अहिले हाम्रो संघसंस्थाहरू जुनसुकै मञ्चमा पनि एउटै व्यक्तिको उही पुरानै धारण, अभिव्यक्तिहरूलाई सुन्छौं, सुनाउँछौं। यसबाट न नयाँ कुराको सूचना प्रवाह नै हुन्छ, न त जागरणनै ल्याउँछ। यसले त खाली हाम्रो समय व्यतीत गराउने र औपचारिकता पूरा गर्ने बाहेक अर्को भएका छैनन्। समग्रमा शोर्पा समुदाय यतिबेला 'शून्य' उपलब्धिका पछाडि मञ्च खडा गर्दै अघि बढेको छल्लग छ। उही प्रकृतिको कार्यक्रम व्यानर र आयोजक संस्थाको नाम फरक भएर मात्रै कार्यक्रमको उचाई बढ्ने कदापी होइन। समुदायमा प्रभावकारी कार्यक्रम सञ्चालन र सचेतना अभिवृद्धिका लागि विषय, वक्ता र सन्दर्भ समेत फरक चयन गर्नुपर्ने हुन्छ, तर हामीले त्यसो

गर्न सकिरहेका छैनौं । ठूलो मञ्च निर्माण गरेरपनि हामी व्यक्तिको मनको तरकनाहरुलाई सुनाइरहेका हुन्छौं । पुरानै अभिव्यक्तिहरु दोहोऱ्याई तेहेऱ्याई श्रवण गरिरहेका हुन्छौं । विकल्पका रुपमा केही समयअघि स्थापना भएको शेर्पा युवा विद्यार्थीहरुको समूह 'शेर्पा फर चेन्ज' ले फरक तवरले कार्यक्रम आयोजना गर्दै आएको छ । यसलाई उदाहरणको रुपमा लिन सकिन्छ । त्यस्तै, शेर्पा विद्यार्थी संघले वार्षिक रुपमा गर्ने कार्यक्रमले पनि समुदायमा फरक खाले सन्देश प्रवाह भइरहेको छ । तर, अरु धेरै सामाजिक संघसंस्थाहरु सुसुप्त रुपमा रहेका छन् । देशविदेशमा स्थापना भएका सामाजिक संस्थाहरुको पनि व्यथा भन्दा फरक छैन । उतैबाट भाषा, संस्कार, संस्कृती र पहिचानका लागि सक्दो गरेका छन् । यसबाट ती संस्थाहरुले अलिकतिमात्रै भएपनि संगठनको मर्म, भावना अनुरूप उत्तरदायित्व महशुस गरेको भन्न सकिन्छ । अन्यथा अन्य संगठीत संस्थाहरुले समाज रुपान्तरण, सामाजिक आर्थिक विकास, सचेतना अभिवृद्धि लगायतको क्षेत्रमा कदमहरु समयसापेक्ष अघि बढाउन सकेको होइन की भन्ने प्रश्न विद्यमान छ । अब सामाजिक संस्था स्थापना भन्दापनि भएका यसको व्यवस्थापन गर्दै सामाजिक उत्तरदायित्व सहितको समाज रुपान्तरणको मार्गमा अग्रसर गराउने दिसातर्फ सचेत वर्ग लाग्नुपर्ने र सोही अनुरूप जगजगाउनुपर्ने हुन्छ । यसबाट मात्रै समुदायको श्रीवृद्धि हुने र हामीले लगाउँदै गाएका नाराहरु, उठाउँदै आएका सवालहरु र सामाजिक संस्था स्थापनाको सार्थकता पूरा हुने देखिन्छ । यसका लागि समयसापेक्ष रुपमा सही नेतृत्व र नीति बन्नुको विकल्प छैन ।

(लेखक संस्थापक अध्यक्ष, शेर्पा पत्रकार संघ-नेपाल)



*Wishing you all a very happy and healthy
Sherpa New Year. Losar Tashi Delek.*

- Ang Phurba Sherpa

Ang Tshiring Sherpa
Agent



New York Life Insurance Company

95-25 Queens Blvd.

4th Floor

Rego Park, NY 11374

M 917 609 5613

B 718 286 1100

asherpa@ft.newyorklife.com



नेपालका डाँडा काँडालाई शेर्पाले चिनाए, त्यही डाँडा काँडाले शेर्पालाई चिनाए

ससाइ लामा
न्यूयॉर्क, अमेरिका

डाँडा काँडालाई शेर्पाले चिनाए, त्यही डाँडा काँडाले शेर्पालाई चिनाए। विगतमा नेपाललाई विश्व सामु चिनाउनुमा, प्रथम र दोस्रो बिस्वयुद्धमा सहभागी बन्ने भर्तिवाला, लाहुरे, गोर्खाली फौजको पराक्रमले ठुलो योगदान गरेका थिए भने आधुनिक कालमा पर्वतारोहण क्षेत्रमा आफ्नो कला कौशलता देखाएर शेर्पा जातिले, विश्वलाई, नेपालको अरु थप परिचय दिएको छ। बिस्वमै, पुरानो पिढिले गोर्खा फौजको माध्यमबाट नेपाल चिनेका थिए भने, शेर्पा जातिको नाम लिने बितिकै, नयाँ पिढिले नेपाल ठम्याउँछन्। ४६ सालको जनान्दोलन पछि, नेपालीहरू विश्वभरी छरिन थाले। तर आफ्नो देश नेपाललाई विदेशहरूले नचिनेकोमा उनारुको दुखेसो छ। म आफैले पनि धेरै चोटि त्यो सामना गरेको छु। तर जब माउण्ट एभरेष्ट र शेर्पाको कुरा उक्काउँछु, ति विदेशीहरूले अडकल काटिहाल्छन्। अब बिस्तारै बिस्तारै शेर्पा र माउण्ट एभरेष्टले गोर्खा फौजको पुरानो नेपाली चिनारीलाई बिस्थापित गर्दैछ। एकथरिले भन्ने गरेका छन्। ढाका टोपिले नेपाली चिनारी दिन्छ तर जो विदेशी नेपाल पुगेकै छैन, तिनले टोपिबाट नेपाल कसरी चिन्छ ? संसारभर नै रङ्गिचङ्गी टोपी लगाउनेहरू बग्नेली हुन्छन्। नेपालको पर्यायवाची शब्दको रूपमा रहेको शेर्पा जातिहरू अखिर को हुन त ? तिनको उदगमस्थल सोलु र खुम्बु नै हुन कि, ऐतिहासिक कालखण्डमा ति कतैबाट बसाइँ सरेका हुन ? शेर्पा जातिबारे, म शेर्पाहरूलाई नै हुटहुटी दिन आज तम्सेको छु।

प्रथमतः “शेर्पा” शब्दलाई नै केलाउनु चाहन्छु। यो अपभ्रंशित शब्द हो। यो दुई तिब्बती शब्दहरू “श्यर” र “व” बाट बनेको छ। मैलिक शब्द “शेर्पा” नभएर “श्यर्व” हो। श्यर को माने पूर्व र व को माने ली हो। पुर्वेली भनेको हो। शेर्पा जातिको उत्पत्ती खामबाट भएको मानवशास्त्रीहरूको ठनाइ छ। तिब्बतको खाम प्रान्त, पर्वमा पछि त्यसो त खामका मानिसहरूलाई खम्बा पनि भनिन्छ। भन डिएनए चेक गर्दा, शेर्पाहरूको च्याब्जु बराजुहरू त, चीनको हान बंशतिर देखाउँछ। यो जाती नेपाली भुभागमा छिरेको चाँही १५ औँ शताब्दीतिर हो भनेर किटान गरिएको छ। श्यर्वहरूले बोल्ने भाषा पनि तिब्बती भाषाको एउटा Dialect हो। धर्मका मामलामा पनि तिब्बती डिगमा सम्प्रदायको धर्म शेर्पाहरूले अंगालेको छ। मुहार, शारिरिक बनौट र भेषभुषालाई हेर्दा शेर्पाहरूको उदगमस्थल तिब्बत नै हो भन्ने कुरामा दुइमत नहुनु पर्ने हो। तर यदाकदा एकाध ब्यक्तिले, शेर्पाहरू, सोलुखुम्बु क्षेत्रको हिमालको फेदीमा हिउँबाट फुटि निस्केको भैं कुरा निकाल्छन्, आफ्नो तिब्बती उदगम स्थललाई नकार्न खोज्छन्, हामी भोटे होइनौं, शेर्पा हौं भनेर कुतर्क गर्छन्। यो “भोटे” शब्दलाई नेपालका शासकिय वावुसाहेबहरूले तेरिमा भोटे भनेर यस जातिप्रति आफ्नो नश्लवादी सोच प्रकट गरेको छ। परिवर्तित परिवेशमा यस्ता सोचलाई मनबाट फ्याल्न आवश्यक छ। तिब्बती भाषामा तिब्बतलाई “भोद” भनिन्छ। यसको अपभ्रंशित नेपाली नाम भोट

हुन गयो र त्यही भोटबाट आएकालाई भोटे भनियो। तिब्बतिमा भोटलाई भोप भनिन्छ।

कामकुरो एकातिर, कुम्लो बोकी ठिमीतिर भने जस्तै, शेर्पाहरूको कुरा गर्दा गर्दै म त भोट शब्दको बाख्यातिर पो लागेछु। शेर्पाहरूले धक फुकाएर आफुलाई तिब्बतिमुलका नेपाली नागरिक भन्दा हुन्छ। मंगोलवंशी नेपालीहरूको उत्पत्ती मंगोलिया, चीन र तिब्बत हो भने आर्यवंशी नेपालीहरूको उदगमस्थल मिश्र, ईरान र बालोच हो। प्राचिन सभ्यताका डोबहरू हाम्रो नेपाली भुभागमा देखिएको छैन। अन्यत्रै भएका मानव सभ्यताबाट उछिटिएर आएका तत्वहरू नै हामी हौं। त्यसैले भूमिपुत्र भनेर कसैले दावी नगर्दा हुन्छ। जसरी मधेसी जनता भारतीय मुलका नेपाली नागरिक हुन भने शेर्पाहरू पनि तिब्बती मुलका नेपाली नागरिक हुन। कुमाउ गढवालबाट नेपालमा माइग्रेट भएका खस आर्यको ईतिहासभन्दा, शेर्पाहरूको नेपाली ईतिहास बढी पुरानो छ। यो त भयो शेर्पाहरूको पुर्ख्यौली विवरण। अब आधुनिक नेपालमा, शेर्पाहरूको गतिविधी र तिनले मारेका फडकोहरूबारे पनि छोटो चर्चा हुन जरुरी छ।

शेर्पाको नाम उक्किने बितिकै, माउण्ट एभरेष्टका प्रथम आरोही माध्य एक, तेञ्जिङ्ग नोर्गे शेर्पाको नाम आइहाल्छ। तेञ्जिङ्ग नोर्गेले चढ्न नसकेको भए अर्को कुनै न कुनै पार्संग नोर्गे नै प्रथम आरोही हुने निर्विवाद थियो। त्यसताका कुनै शेर्पाको मदत बिना कुनै विदेशिले पनि कुनै पनि हिमाली शिखर चुम्न नसक्ने घाम भैं छर्लङ्ग थियो। पर्वतारोहीहरूलाई चाहिने खाना लगायत सर्दामहरू बोकेर डोरी टाँग्दै, ठाउँ ठाउँमा पाल टाड्दै शेर्पाहरू अघी अघी लाग्छन्। गोरा सापहरू, तिनै डोरी समाउँदै, पालमा बास बस्दै हिमाल चढ्छन्, माथि चुचुरो पुगेपछि शेर्पा विसिन्छन् र तिनकै फुडै बढता हुन्छ। तेञ्जिङ्ग र हिलारी चढने बेलामा पनि, हिलारी र तेञ्जिङ्ग, को पहिला शिखरमा पुग्यो भनेर बिबाद भिकियो। हाम्रो सोभो हिसाबले हेर्दा, अघी हिँडने अघी पुग्छ, पछि हिँडने पछि पुग्छ। तेञ्जिङ्ग भरिया भएकोले, उनी पहिला पुगेपनि, उनलाई पछि बनाइयो होला। त्यसबेला उनले पहिला र पछाडिबारे सोचेका पनि थिएनन होला। उनको त्यो रोजीरोटी थियो। गतिलो बक्सिस चाँही आश गरेका थिए होलाना पछि तल आएर, मान सम्मान देखेर तिनी तीन दंग परे होलाना। विदेशिले पोर्टरका रूपमा शेर्पाहरूलाई त्यसबेला लिन्थ्यो र नेपाल सरकारले पनि बाहिर जतिसुकै देखावटी गरेपनि भित्री मनबाट भरिया नै ठान्थ्यो। एकदुइवटा भारा टराइ तक्मा दिएर तेञ्जिङ्गको जितलाई त्यतिकै सामसुम गर्न खोजे। ‘हाम्रो तेञ्जिङ्ग शेर्पाले, चढ्यो हिमाल चुचुरा’ गित दिवंगत कवी तथा गायक धर्मरज थापाले गाए। नेपाल सरकारको सौजन्यबाट उनले गाए कि, उनले स्वतस्फुर्त गाए, त्यसको वर्णन कहीं छैन। पछि नेपाल सरकार ले त्यति वास्ता नगरे पछि, उनी भारत हानिए। भारत सरकारले दाजिलिङ्गमा उनलाई ठुलो बन्दोबस्तीका साथ राखे। उनकै नाममा पर्वतारोही ट्रेनिङ सेन्टर र म्युजियम पनि खोलिएको छ। दाजिलिङ्गलहरूले उनको निवासस्थानलाई तेञ्जिङ्ग शेर्पाको कोठी भन्छन्।

शेर्पाहरूको लगनशिलता, मिहिनेत र जुभारूपन देखेर अचेल विश्वले उनारुलाई पोर्टरको रूपमा नलिइ पथप्रदर्शक र कुशल पर्वतारोहीको रूपमा सम्मान गर्छन यो शेर्पा शब्द अब एउटा हिमाली जातिको मात्र नाम नभै, पर्वतारोहणसित जोडिएको नाम नभै, भुमन्डलीय राजनीतिक क्षेत्रमा यो शेर्पा शब्दलाई प्रवेश गराइएको छ।

A sherpa, is the personal representative of a head of state or government who prepares an international summit, particularly the annual G7 and G20 summits. Between the G7 summits there are multiple sherpa conferences where possible agreements are laid out. This reduces the amount of time and resources required at the negotiations of the heads of state at the final summit. The sherpa is generally quite influential, although they do not have the authority to make a final decision about any given agreement.

शेर्पा भन्नाले सरकार प्रमुखलाई प्रतिनिधित्व गर्ने व्यक्तिलाई जनाउँछ, जसले अन्तरराष्ट्रिय शिखर सम्मेलनको पुर्व तयारी गर्छ। खासगरी G7 र G20 जस्ता शिखर सम्मेलन र वार्ता हुनु अघि थुप्रै चरणको शेर्पा सम्मेलनहरू हुन्छन, जसमा सम्भावित सम्झौताहरूलाई अगाडि सारिन्छन् यसले गर्दा श्रोत र समयको बचत भै सरकार प्रमुखहरूलाई शिखर वार्तामा ताकिक निश्कर्ष निकाल्न सहज तुल्याउँछ। कुनैपनि सम्झौतामा शेर्पाहरूलाई अन्तिम निर्णय गर्ने अधिकार नभए पनि शेर्पाहरूको छनोट, उच्च ओहोदाका प्रभावशाली सरकारी कर्मचारीबाटै गरिएको हुन्छ।

शेर्पा शब्दलाई राजनीतिक क्षेत्रमा समावेश गर्नुमा पर्वतारोहणमा शिखर चुम्नलाई शेर्पाहरूको जुन भूमिका छ, त्यसैको प्रतिबिम्ब स्वरुप यस शब्दलाई राजनीतिक ब्रित्तमा ल्याइएको हो। शेर्पाहरूको कठिन परिश्रमको सम्मान गर्दै विश्वले शेर्पालाई यसरी सम्मान दिएको छ, शेर्पा शब्दको शिर उँचा गरी दिएको छ, यसले नेपालको थप परिचय दिएको छ। २१ औं शताब्दीका शेर्पाहरू अब पर्वतारोहणमा मात्र सिमित नभै समाजका विभिन्न क्षेत्रमा कृयाशिल छन्। न्युयोर्कमा बसोबास गरिरहेका शेर्पाहरूको कृयाकलापवारै ब्रित्तान्त दिन सान्दाभिक ठान्छु।

शेर्पा जाती अमेरिकामा ह्वारह्वती छिरेको ९०को दशकको अन्त्यतिर हो। यो जाती संयुक्त राज्य अमेरिकाको विभिन्न संघिय राज्यहरूमा छरिएर रहेका छन्। तर न्युयोर्क राज्यको न्युयोर्क शहरमा बहुसंख्यक शेर्पाहरू बसोबास गर्छन। नेपालमा यो जातले पाएको जुभारु र मिहिनेती परिचयलाई अमेरिकामा पनि यिनले कायमै राखेका छन्। एकिक्रित माओवादी भने जस्तै न्युयोर्कको शेर्पा संघको नाम पनि युनाइटेड शेर्पा एशोसिएसन थियो। शायद रगडा रगडी परेर एकिक्रित भएको होला। पछिल्लो समयमा उनिहरूले आफ्नो संघलाई “शेर्पा किदुग” भन्न रुचाएको देख्छु। पहिचानको लहर जो चलेकोछ।

अमेरिकाको विभिन्न शहरमा छरिएर रहेका शेर्पाहरूको आर्थिक सहयोगबाट, अमेरिका आएको लगभग एक दशक भित्र, शेर्पाहरूले न्युयोर्कको ज्याक्सन हाइटमा अमेरिकि डलर १५ लाख हालेर आफ्नो समुदायको लागि सामुदायिक घरगोम्बा किनेका छन्, जसको अहिले बजार मुल्य करिब २५ करोड पुगिसकेको छ। त्यस बाहेक एउटा सांस्कृतिक सेण्टर पनि चलाई रहेका छन्। जब कि सबभन्दा पुरानो नेपाली संस्था, अखिल अमेरिकि नेपाली संघ

अर्थात ANA ले जमानादेखी भन्दै गरेको नेपाल घर किन्ने, पशुपतिको मन्दिर बनाउने कुराले मुर्त रूप लिन सकेको छैन। एन आर एन अमेरिकाको त भन के कुरा गर्नु, घर त टाढाको कुरा, एउटा अफिस पनि राम्ररी बन्दोबस्त गर्न सकेको छैन।

अमेरिकाको ब्यस्त जीवनका बावजुद पनि शेर्पा किदुगले न्युयोर्कमा आफ्नो समुदायको लागि मात्र नभएर नेपाली समुदायलाई लक्षित गरी विभिन्न कार्यक्रमहरू गर्छन, जस्तै खेलकुद प्रतियोगिता, खस भाषा र शेर्पा भाषाको पठन पाठन, बुद्ध जयन्ती, नेपाल डे परेड, ल्होसरको ल्हप्सो, विभिन्न बौद्ध धार्मिक कार्यक्रमहरू आदि। यसमा मननु योग्य कुरा के छ भने, सामुहिक नेपाली कार्यक्रमहरूमा शेर्पाहरूको प्रभावकारी उपस्थिति कसैको नजरमा छिपेको छैन। तन मन धन दिएर शेर्पाहरूले कार्यक्रमहरूलाई पूर्ण सफल पार्छन भन्दा अतियोक्ति हुँदैन।

आफ्नो रितिथिती, संस्कार र चलनहरूलाई पनि शेर्पाहरूले विदेशमा निरन्तरता दिई आएका छन्। ति लोप होलान भनेर सचेत छन्। पुरानो पिढिका शेर्पाहरू, एकेडेमिक क्षेत्रमा अलि पछाडि भए पनि, उनारुको जुभारु प्ररिर्वर्तितलाई मान्ने पछि न्युयोर्क जस्तो सडक सञ्जालले जेलिएको शहरमा ट्याक्सी क्याब चलाउने, लिमोजिन चलाउने नेपालीहरूमा, शेर्पाहरू नै पहिलो पक्तिमा पर्छन। आप्रवासी माभ, यस कामलाई Lucrative कमाउवाला पेशा मानिन्छ। यतिमात्र नभएर १८ वटा चक्का भएको भिमकाय ट्रक चलाउनेमा पनि शेर्पाहरू नै पहिला थिए। अन्य नेपालीले पछि आँटेका हुन। नयाँ पिढिका शिक्षित शेर्पाहरू अमेरिकाका विविध क्षेत्रमा कार्यरत छन्। क्षमता नभएर त होइन रहेछ नि, अवसर नपाएर ओभेलमा परेका रहेछन।

शेर्पा जातिले स्वदेश र विदेशमा उदाहरणिय र प्रेरणादायी कामहरू गरेर आफ्नो जातिको उत्थान नगरेर विश्वलाई नेपालीहरूको जुभारु र कर्मठ परिचय प्रस्तुत गरेको छ। नेपालीहरूको असल र इमान्दार छुवीलाई विदेशी सामु देखाएर राम्रो छाप छोडन सफल भएको छ। विदेशमा गरिने केही पेशाहरूमा, शेर्पा नामले नै राम्रो resume को काम गर्छ। त्यो एकै शब्द, शेर्पाले, इमान्दार, जुभारु र कर्तव्यपरायण भन्ने जनाइहाल्छ। शेर्पा शब्द अब पोर्टर, पथ प्रदर्शक र पर्वतारोहीमा मात्र सिमित नरहेर, विश्व समुदायले यस शब्दको शिर उँचा गराइ दिएर, यस शेर्पा शब्दलाई विशिष्ट श्रेणिमा दर्ज गरिएको छ। अब शेर्पा शब्द एउटा समुदाय विशेषको, एउटा जाती विशेषको नाम नभै यो शब्दको अन्तरराष्ट्रियकरण भएको छ। विभिन्न देशको शिखर वार्ताको तयारी समितिमा रहने उच्च ओहोदाका कर्मचारीहरूको ओहोदा नै “शेर्पा” हुनजान्छ, वार्ता अवधिमा। तिनले राज्य प्रमुखको प्रतिनिधित्व गर्छन। सरकार प्रमुखहरूको वार्ता हुनुअघि थुप्रै चरणमा विभिन्न देशका शेर्पाहरूको बैठक बस्छन र तिनै शेर्पाहरूले आफ्ना सरकार प्रमुखहरूलाई वार्ताको ब्रिफिङ दिन्छन। लगभग लगभग तिनै शेर्पाहरूले वार्ताको मस्यौदा निर्क्यौल गरेर टुडोमा पुर्याउँछन र सरकार प्रमुखको काम चाँही सम्झौतामा सहि गर्ने औपचारिकता मात्र हो भन्दा हुन्छ। शेर्पाहरूको कामकाजी स्वभावलाई सम्मान गर्दै विश्व समुदायले त्यस जातिलाई दिएको यो सम्मान हो। विश्वको राजनीतिक शब्दकोषमा आफ्नो जातीले गौरवमय स्थान पाउनु चानचुने कुरो होइन। यो शेर्पाहरू को स्तुती नभएर, यथार्थ चिनारी हो। अरुले पनि यसबाट प्रेरणा लिउन भन्ने मेरो मनसाय हो।



योगेश आदी

बिदेशीले खोस्न खोजेको शेर्पा

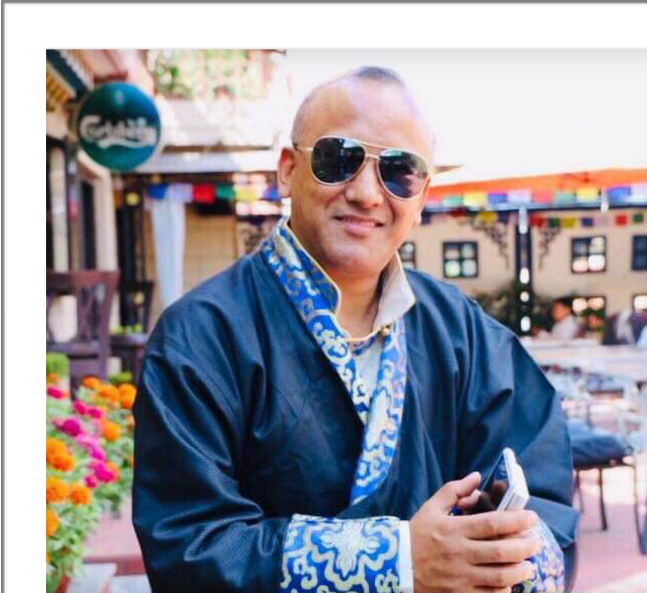
बोल्दै पाउरोटी चपाउन थालेपछि सबै कुरा भो । फुटेको गाला । चिम्लो आँखा । बिदेशीले मनपराउने अनुहार बन्न थाल्यो । ईमान्दार सेवा दिएर शेर्पाले बिदेशीको मन जित्यो । फोक्सो ठुलो हुने जात भन्न थालियो । जिरेल, गुरूङ् र लामाले पनि हिमालसम्म मान्छे, पुर्याए तर शेर्पाको छाप अमिट रह्यो । नेपालका टुर ट्रेकिङ एजेन्सीमा शेर्पा थर नदेखी हिमाल चढ्ने बिदेशीले बुक नै गर्दैनन् । यस अर्थमा तेन्जिङ् नोर्गेले शेर्पा जगतलाई नै गुन लगाएको छ ।

आज बिदेशमा शेर्पा थर नेपालीको पर्याय बनेको छ । बिदेशीले माया गर्ने थर भएको छ । एकजना ट्याक्सी ड्राईभरले शेर्पा थर देख्ने बित्तिकै बढी टिप भन्छ, भनेको कहिल्यै बिसन्न । अमेरिकाकै कुरा गर्दा सबैभन्दा धनी नेपाली संस्था शेर्पाकै रहेको छ । न्यूयोर्कमा एउटामात्र सामुदायिक भवन शेर्पाकै हो । व्यापार ब्यवसायमा शेर्पा नै अगाडी देखिन्छ । खुशी मान्नुपर्छ, आलु मात्र मुख्य बाली भएको एउटा नेपाली जातिय समुहले त्यो कठीन भौगोलिक परिवेश नाघेर संसारमा हिमाल चढ्ने सारथीको उपमा जितेको छ । तिब्बत, भारत, चीनमा पनि शेर्पा ह्योल्मो जातीका जनसंख्या भएपनि शेर्पा नेपालीको गर्व बनेको छ । आसन्न शेर्पाहरूको ल्होसार को अवसरमा शेर्पाजन र नेपालीमनलाई शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

बेलायत र अमेरिका चल्तीका चिज खोस्न माहिर छ । अचम्म ! “शेर्पा” शब्द अब अंग्रेजी शब्द बनेको छ । हामीसँग खोसेरै त लिएन तर हक जमायो । बेलायतको अक्सफोर्ड डिक्सनरीको टिमले आफ्नो चौथो एडिशनमा ‘शेर्पा’ शब्द समावेश गरेर उसकै किसिमले परिभाषा गर्यो । शेर्पाको अर्थ सहयोगी हो भन्ने आशय राख्यो । नेपालीले आगन्तुक शब्द भित्र्याए जस्तै उनीहरूले हाम्रो शब्द नमागी लग्यो । खेद छैन, खुशी पनि छैनौं । मौलिकतामा विचौलिया पसेपछि बजारि या बन्छ । हिमालको फोटो टाँसेर ‘नेपाल घुम्न आऊ’ भन्नु पने देशले बजारिया बन्थो भन्दैमा दुखमन गर्नुपनि छैन ।

अर्को अचम्मस नेपालमा ३ लाख (१ प्रतिशत) शेर्पा छन् । आधासरो बिदेशमा छन् । कारण बिदेशीको माया । २० वर्षको हुँदा न्यूजिल्याण्ड, जुन देशलाई संसारको पिँध भनेर चिनिन्छ, का सर एडमण्ड हिलारीले उसकै देशको अग्लो चुचुरो ‘ओलिभर हिमाल’ चढेपछि अब संसारको अग्लो चुचुरो चढ्ने निधो गर्यो । लामो समय एयरफोर्समा काम गर्दा हिमाल मनग्य हेर्यो । सगरमाथाको बारेमा अध्ययन गर्यो । ३४ वर्षको उमेरमा तेन्जिङ् नोर्गे शेर्पालाई साथी लिएर ‘हामी नफर्किए खोज्न नआउनु’ भन्दै उकालो लागे । शिखर चुमे । केही वर्षपछि बिदेशी फोरममा विवाद शुरू भो “कस्ले पहिला चुचुरोमा पाईला राखे ?” बडो चतुर हिलारीको एउटै उत्तरले आजसम्म संसारलाई चुप बनाईदियो “हामी दुबैले” । तेन्जिङ् नोर्गे सँग जोडिएको शेर्पा थरले संसारको ध्यान तान्यो । अन्य नेपालीहरू पौराणिक कृषीमा पसिना बगाउँदै गर्दा शेर्पाहरू हिमालमा बिदेशीलाई बाटो देखाउन थाल्यो । भारी बोकेर त के भो ? अंग्रेजी

On the auspicious occasion of Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146, we wish you good health and prosperity
- Mr & Mrs. P. G. Sherpa



सा मो फाग्लो २१४६ औं लोशारको पवन अवसारमा देश बिदेशमा रहनु भएका सम्पूर्ण लोशार प्रेमीहरूमा हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु।

- Kunga



शोर्पाहरूको पहिचान

ए. जे. ठाकुर शोर्पा

सियाटल, संयुक्त राज्य अमेरिका

शोर्पाहरूको पहिचानको कुरा गर्दा यसलाई पहिला हामी शोर्पाहरू कै दृष्टीकोणबाट विश्लेषण गर्नु पर्दछ। यसो गर्नको लागि पहिले पहिचानको अर्थ थाह पाउन आवश्यक छ। पहिचान भन्नाले कुनै व्यक्ति वा वस्तुको निश्चित अवस्था हुनुलाई बुझिन्छ। कुनै व्यक्ति, जाती वा वस्तुहरूलाई चिन्नको लागि उसमा कुनै अनुपम विशेषताहरू छन्, जुन अरु व्यक्ति, जाती वा वस्तुहरूमा हुदैन। अर्को शब्दमा कुनै व्यक्ति, जाती वा वस्तुहरूको निर्धारित गुण वा विशेषताहरूको आधारमा त्यस व्यक्ति, जाती वा वस्तुहरूलाई निश्चित रूपमा चिन्नयोग्य बनाउछ अथवा त्यस व्यक्ति, जाती वा वस्तुहरूलाई परिचित गराउछ भने त्यसलाई त्यस व्यक्ति, जाती वा वस्तुहरूको पहिचान भनिन्छ। त्यसैले कुनै व्यक्ति वा जातीहरूको निर्धारित गुण वा विशेषताहरूमा त्यस व्यक्ति वा जातीको आकृति, रंग, उसको व्यवहार, स्वभाव, भावनात्मक र मानसिक अवस्था र उसको भाषा, धर्म, संस्कृति, परम्परा र रितिरिवाजहरूको अनुपमता अनुसार हुन्छ।

हामी शोर्पाहरू एक्काइसौं शताब्दीसम्म आइपुग्दा पनि आफ्नै पहिचानको खोजी गरिरहेको छौं। यस पहिचानलाई सबभन्दा पहिले हामी शोर्पाहरू भित्रैबाट खोज्नु पर्ने देखिन्छ। हामी भित्रको पहिचान भन्नाले शोर्पाहरूको परिभाषा, रूवी, भाषा, धर्म, संस्कृति, परम्परा र रितिरिवाजहरू हुन् र त्यसैको आधारमा गहनरूपमा हेर्नु पर्ने हुन्छ। पहिले हामी शोर्पाहरूको परिभाषालाई तीन फरक परिभाषाबाट हेरौं।

प्रथमत, मानव सभ्यताको शुरुदेखि नै उचाङ्ग, आम्दो र खामभन्दा पूर्वी पहाडी भागमा बसोबास गर्ने पशुपालक वंशका मिन्यागहरूलाई पश्चिमतिरका मानिसहरूले श्यर्वा भन्ने गरिन्थ्यो। त्यसपछिको पछिल्लो कालहरूमा त्रिटोंन निमा ओसेरका सन्ततिहरूलाई पनि शेर्वा भनियो। त्यहि त्रिटोंन निमा ओसेरका सन्ततिहरूले पछि शेर्वा गोत्र निर्माण गरियो। यो शेर्वा गोत्र अहिलेको शोर्पाहरूको चार मूलगोत्र मध्ये एक मूलगोत्र हो। यही शेर्वा मूलगोत्रको शेर्वाबाट नै पछि अप्रभंश भएर शोर्पा भएको हुन सक्छ। दोस्रोमा, श्यर भन्नाले पुर्व र वा भन्नाले वासीबाट श्यर्वा र पछि त्यहि श्यर्वा अप्रभंश भएर शेर्वा हुँदै शोर्पा भएको भन्ने भनाई इतिहासकारहरूको छ। त्यस्तै गरी तेस्रोमा, शेर्पाको पर्यायवाची अर्थ नै हिमालयको उच्च पर्वतारोही भएकोले यही उच्च पर्वतारोहीहरूलाई शेर्पा भनिन्छ।

दोस्रो, हामीले एउटा अति महत्वपूर्ण पहिचानको रूपमा शोर्पाहरूको रुलाई हेर्न सकिन्छ। शोर्पाहरूको “रु” भनेको के हो त्यसलाई हेरौं। शोर्पाहरूको रु अथवा रुवा भन्नाले हाम्रो भाषामा हाड वा हड्डी भन्ने बुझिन्छ। “रु” भन्नाले विस्तृत रूपमा त्यसलाई बुझाउछ।

जसको सन्तानहरूको पुरुष लाईन् अटुद्रूपमा उनीहरूको सामूहिक पुरुष पुर्खाहरूबाट भएको छ। साधारणतय रु अन्तर रूवी इकाईमा निर्माण हुन्छ। अर्को शब्दमा शोर्पाहरूको रु सधै उसको बाबुबाट छोरा छोरीहरूमा सर्दछ। रु भन्नाले छोराको पनि छोराहरूको शुरु देखिको क्रमिक सन्तानहरू भन्ने जनाउछ। परम्परा अनुसार एउटै रु भित्र शारीरिक तथा वैवाहिक सम्बन्ध राख्न पूर्णरूपमा प्रतिबन्ध लगाईएको छ र यदि कथामकदाचित त्यसो हुन गए त्यसलाई जघन्य अपराधको रूपमा हेरिन्छ। त्यस जघन्य अपराधलाई शेर्पा भाषामा स्यामडेन् र नेपालीमा हाडनाता करणी भनिन्छ। नेपालको मुलुकी ऐनमा हाडनाता करणीसम्मको परिकल्पना गरेको छ तर बच्चै जन्माउने वा विवाह नै गर्ने त परिकल्पनासम्म पनि गरेको छैन किन भने त्यस समयमा यस्ता कुराहरू मानव ईतिहासमा असम्भवका कुराहरू थियो। यदि हाडनाता करणी भएमा नेपाली मुलुकी ऐनको महल १५, हाडनाता करणी गर्नेको दफा (८), उपदफा (१), (२) र (२) को (ख) मा उल्लेख गरे अनुसार हाडनाता करणी गर्नेलाई चार देखि दश वर्षसम्म कैद र चालिस हजार देखि एक लाख रुपैयासम्म जरिवाना गर्न सक्ने व्यवस्था गरेको छ। यो त करणी गर्नेलाई सजाय मात्र हो र बच्चै जन्माए अथवा विवाह नै गरे के गर्ने भन्ने ऐनमा उल्लेख छैन।

यसरी यही रुको आधारमा हामी शोर्पाहरूलाई छ मूलगोत्रहरूमा विभाजन गर्न सकिन्छ। पहिलोमा मिन्याग मुलगोत्र (Proto-Clan) जसमा ठाक्तोक, पिनासा, गर्जा, गोले, युल्खोङ्गमा, पाङ्गरमा र सिरे गरी सात गोत्रहरू (Clans) पर्दछन्। दोस्रोमा थिमी मुलगोत्र जसमा सालाका, खम्बचे, गोपमा, पल्दोर्चे र ल्हाकसिन्दो गरी पाँच गोत्रहरू पर्दछन्। तेस्रोमा शेर्वा मुलगोत्र जसमा लामा शेर्वा र लामा गोन्पा गरी दुई गोत्रहरू पर्दछन्। चौथोमा चियवा मुलगोत्र जसमा चियवा नक्पू र चियवा लुम्पा गरी दुई गोत्रहरू पर्दछन्। यी चार मुलगोत्रहरू आफुलाई शुद्ध शेर्पा ठान्दछन्। पचौमा नया र स्वतन्त्र गोत्रहरू जसमा नावा, ल्हुम्पा, छुसेर्वा, पेनाम्पा, जुङ्गदोम्बा, मेन्देवा, डोम्पा, मिल्हासा, डोटुवा, शङ्गु, मिनाम्पा, शिगाचेवा, मुर्मिन्चोवा, मप्चा, होजाङ्गा, रोङ्गशेर आदि, आदि। छैटौंमा मिथ्या गोत्रहरू जसमा तामाङ्ग, नेवार, गुरुङ र छेत्री शेर्पाहरू पर्दछन्।

यहाँ अर्को महत्वपूर्ण कुरा हामी शोर्पाहरूले के प्रस्ट हुनु पर्ने देखिन्छ भने धेरै शोर्पाहरूलाई खापा भनेको छुट्टै गोत्र हो र यो गोत्र मिन्याग मुलगोत्रमा पर्छ भनेर। तर त्यसो नभई खापा एउटा उसले अंगालेको ब्यवसाय मात्र हो। यो गोत्र कदापी होइन। जस्तो पाङ्गरमाका खापाहरू सालाकाहरू हुन् भने चिवाङ्ग खोपका खापाहरू लामा शेर्वाहरू र पाङ्गरमाको खापाहरू पिनासाहरू हुन्। त्यसैले खापा छुट्टै गोत्र होइन। त्यस्तै गरी मिल्हासा र डोटुवा स्वतन्त्र गोत्रलाई मिन्याग मूलगोत्र समूहमा राखेको देखिएको छ। यदि यस स्वतन्त्र गोत्रका शेर्पाहरूले हामी मिन्याग मुलगोत्रमा पर्छु भन्छ भने हामीले उनीहरूलाई कुन गोत्र भित्र पर्छ भनेर सोध्न वा बुझ्न जरुरी छ। यदि कसैले म गोले भित्र पर्छु तर मेरो रु डोटुवा हो भन्छ भने उ गोले नै हो र उसलाई गोले गोत्र भित्र राख्नु पर्छ र अर्को नया गोत्र निर्माण गर्न आवश्यक छैन। त्यस्तै गरी छुशेरवा र मेन्देवा नया गोत्रलाई पनि थिमी मुलगोत्र समूहमा राखेको पाईएको छ। यी गोत्रहरूलाई हामीले स्वतन्त्र वा नया गोत्र समूहमा नै राख्नु पर्ने हुन्छ। अर्को शब्दमा यदि कसैले म मिन्याग अथवा थिमी मुलगोत्रमा पर्छु भन्छ भने हामीले उनीहरूलाई कुन गोत्रमा पर्छ भनेर

राम्ररी अध्ययन तथा अनुसन्धान गरी सोही गोत्रहरुमा राख्नु पर्छ अथवा उसको पूर्खाको जरा पत्ता लगाई किटान गर्नु अति आवश्यक पर्दछ । नत्र यसले भविष्यमा हाम्रो शेर्पा समाजमा अझ धेरै बढी अप्ठ्यारो स्थितिहरु शिर्जना गर्न सक्ने देखिन्छ । यसरी दोस्रोमा, माथि उल्लेखित मुलगोत्र र गोत्रहरु भित्र यदि कोहि पर्छ भने उनीहरुलाई हामीले शेर्पा मान्नु पर्दछ र शेर्पाको पहिचान भित्र राख्नु पर्दछ ।

तेस्रो, यदि अरु कुनै जाती नै भए पनि त्यो जातीले शेर्पाहरुको भाषा प्रस्तरुपमा बोल्छ, निंगूमापा धर्मलाई अङ्गिकार गरेको छ र हामी शेर्पाहरुले जसरी नै जन्मदा, बच्चाको न्वारान गर्दा, घरको पुजापाठ, विवाह र मृत्युको बेला गर्नु पर्ने सम्पूर्ण विधिहरु पुरयाउछ र शेर्पाहरुको मूलपरवाहमा आएको छ भने त्यस्तो जातीहरुलाई हामीले शेर्पाको पहिचान भित्र नै राख्नु पर्ने हुन्छ । अर्को भाषामा शेर्पाहरुले बोल्ने भाषा, मान्ने धर्म, संस्कृति, परम्परा र रितिरिवाजहरुलाई अंगिकार गरेको छ भने हामीले उनीहरुलाई त्यसैको आधारमा मिथ्या गोत्रको रुपमा नै मान्यता दिनु आवश्यक पर्दछ । उदाहरणको लागि मिथ्या गोत्र समुहमा रहेको नाउचे र सल्लारेको गुरुड शेर्पाहरु, दुडुदे (चौरिखर्क) को नेवार, तामाङ्ग र छेत्री शेर्पाहरुलाई लिन सकिन्छ । यो मिथ्या शेर्पाका पुर्खाहरु करीब चार पाँच पुस्ता अगाडी कुनै व्यापारी अथवा गोठालाको रुपमा फरक र खुम्बु क्षेत्रमा आउदा त्यहाँका स्थानीय शेर्पिनीसंग शारीरिक वा वैवाहिक सम्बन्ध भएर सोहि गाउँहरुमा वा ससुराली गाउँहरुमा बसोवास गर्न थाले । यसरी ससुराली गाउँमा स्थायी बसोवास भएर त्यसबाट जन्मेका छोराछोरीहरुले त्यहाँकै शेर्पा भाषा, धर्म, संस्कृति, परम्परा र रितिरिवाजलाई ग्रहण गरेर पछि सम्बन्धित जातका रोड्वाहरुले त्यही जातको गोत्र राख्न शुरु गरे । त्यसैले हामीले त्यसलाई मिथ्या गोत्र भन्नु पर्दछ र त्यही मिथ्या गोत्रमा उनीहरुलाई राख्नु पर्दछ ।

यसको अलावा हाम्रो शेर्पा समाजको कुनै गहन अध्ययन तथा अनुसन्धान नै नगरी अन्दाजको भरमा उपयुक्त वा अनुपयुक्त प्रश्नहरु धेरै उठाएको पाईएको छु । त्यसरी उठाएको प्रश्नहरुमा म यहाँ केहि उल्लेख गर्न चाहन्छु । जस्तो खासे कसरी शेर्पा भयो ? खामिन्दुवा वा येन्वालालाई किन शेर्पा भनिएन अथवा किन दोस्रो दर्जामा राखियो ? हेलम्बुको योल्मो र ताप्लेजुङ्गको भोटे कसरी शेर्पा भएन ? उत्तरी सिमानामा बसोबास गर्ने सबै शेर्पा हुनु पर्ने आदि इत्यादी ।

यो माथिको प्रश्नहरुको पहिलो जवाफ मोटामोटी रुपमा मैले यो भन्दा माथि नै प्रस्ट परेता पनि छोटकरीमा भन्नु पर्दा कुनै पुरुष खासे वा छेत्रीको शारीरिक वा वैवाहिक सम्बन्ध कुनै शेर्पा स्त्रीसंग भएर त्यो छेत्री र शेर्पिनीबाट जन्मेको छोराछोरीहरुले शेर्पा भाषा प्रस्ट बोल्छ, शेर्पाको लुगा र गरगहना लगाउछ, जसको नाम शेर्पामा छ र जसले निङ्गमापा धर्मको अनुसरण गर्छ भने उनीहरुलाई हामीले शेर्पा नै मान्नु पर्छ र मिथ्या गोत्रमा राख्नु पर्छ । दोस्रो खामिन्दुवा भनेको हाम्रो शेर्पा समाजमा त्यसलाई भनिन्छ, जसको समाजबाट कुनै समयमा कुनै प्रकारको जघन्य अपराधको कारण उसलाई शेर्पा समाजबाट निकालिएको छ । यो खामिन्दुवालालाई शेर्पाहरुले यावा पनि भन्ने गरिन्छ । त्यस्तै गरी येन्वा पनि कुनै समयमा शेर्पा समाजमा जघन्य अपराध वा स्यामडेन गरे बापत त्यस्तालाई सात डाँडा र सात खोला कटाएर खेदिएको हुनाले उसलाई पनि सजाय स्वरुप शेर्पा समाजबाट टाढा राखिएको हो र उसलाई येन्वा भनिएको हो भन्ने भनाई हाम्रो इतिहास र पूर्खाहरुको छ । तर अहिले स्यामडेन वा हाडनाता करणी गरेमा त्यस्तालाई नेपालमा कडा कानुनी कार्यवाही गरिन्छ र

लामो समयसम्म जेल सजाय दिईन्छ । यसरी उनीहरुको जघन्य अपराध कै कारण उनीहरुको गोत्र समेत लोप भै खामिन्दुवा र येन्वा भएको हो । यिनै कारणहरुले खामिन्दुवा वा यावा र येन्वाहरु लाई शेर्पाको पहिचान नदिई शेर्पा समाजबाट टाढा राखिएको हो । त्यसको साथै हामी शेर्पाहरुको उनीहरुसंग कुनै पनि धर्म र कर्म संगै चलाउने चलन आजतक गाउँघरमा छैन ।

तेस्रोमा हेलम्बुको योल्मो र ताप्लेजुङ्ग भोटेहरु हामी शेर्पाहरुको माथिको चार मुलगोत्रहरुमा पर्दैन । त्यती मात्र नभै उनीहरुको भाषा, संस्कृति, परम्परा र रितिरिवाज पनि हामी शेर्पाहरुसंग केहि मेल खाँदैन । त्यसैले हेलम्बुको योल्मो र ताप्लेजुङ्ग भोटेहरु लाई शेर्पा नभनिएको हो । तसर्थ माथि उल्लेखित तीनवटा उत्तरहरुबाट के प्रष्ट हुन्छ भने हामीले सम्पूर्ण उत्तरी सिमानामा बसोबास गर्ने नेपालीहरुलाई शेर्पाको पहिचान भित्र राख्न मिल्दैन र शेर्पा मान्न पनि सकिदैन । मैले माथिका उत्तरहरु दिएर हामी उत्तरी सिमानामा बसोबास गर्ने सम्पूर्ण नेपालीहरुमा विभाजन ल्याउन खोजेको किमार्थ होइन । मैले मात्र हामी शेर्पाहरुको पहिचानको कुरा गर्दा सबै उत्तरी भेगमा बसोबास गर्ने सबै नेपालीहरुलाई एउटै ठाउमा मिसाउनु हुँदैन भन्ने मात्र हो ।

अझ अगाडी भन्नु पर्दा हामी सम्पूर्ण शेर्पाहरुले हरेक समयमा आफ्नो मन मस्तिष्कमा राख्नु पर्ने महत्वपूर्ण कुरा के भने आफ्नो मुलगोत्र कुन हो र त्यस मुलगोत्रमा कुन कुन गोत्र पर्दछ र आफु कुन गोत्रको हो भन्ने कुराहरु । त्यस्तै अर्को महत्वपूर्ण कुरा खुम्बुको ठाक्तोक र दोलखाको ठाक्तोक, ठाक्तोक नै हो । उनीहरु एउटै बाबुका छोराछोरीहरु हुन् । त्यस्तै गरी खाटाङ्ग (खरिखोला) को सालाका र काठमाडौँको सालाका, सालाका नै हो । त्यस्तै गरी कुरीमाको ठाक्तोक र मेराङ्ग गाड्दोकको पीनासा पनि एउटै पुर्खाका सन्तानहरु नै हुन् । बेल्जियमको पल्दुर्चे र न्युयोर्क, अमेरीकाको गोपर्मा एउटै पुर्खाका छोराछोरीहरु हुन् र उनीहरुको विचमा शारीरिक तथा वैवाहिक सम्बन्ध राख्नु महा अपराध हो । यी कुराहरु हाम्रो रुवीमा उल्लेख भएका देववाणीहरु हुन् र यसलाई हजारौ वर्ष देखि हाम्रा पुर्खाहरुले पालन गरी बचाई राखेको प्रथा हो र यसलाई त्यहि तहको शुद्धतामा बचाई राख्नु हामी सम्पूर्ण शेर्पाहरुको कर्तव्य हो । यसरी हामी शुद्ध शेर्पाहरुको रुवी प्रथालाई अर्को हजारौ वर्षसम्म बचाई शेर्पाहरुको शुद्धतालाई जीवितै राखौं ।

अन्तमा, हामी शुद्ध शेर्पाहरुको आफ्नै ऐतिहासिक अर्थ तथा परिभाषाहरु छन् । हाम्रो आफ्नै रू हरु छन् र त्यसै रु लाई आधार मानेर शेर्पा को हो भन्ने छुट्याउने हो । यसरी रुको आधारमा शेर्पाहरु छुट्याउनु भन्नुको मूल अर्थ नै हामी शेर्पाहरुको विचमा भएको अस्पष्टतालाई अर्थको अनर्थ र अनर्थको अर्थ नलगाई हाम्रो रु लाई अतिनै शुद्धसंग बचाएर त्यस रुवी प्रथालाई भविष्यसम्म बचाई राख्नु हो । त्यसैले गर्दा हामी शेर्पाहरुले आफ्नो पहिचान खोज्दा पहिला आफै भित्र आफ्नो परिभाषा, रुवी, भाषा, धर्म, संस्कृति, परम्परा र रितिरिवाज अनुसार हेर्नु पर्दछ । यो नै हाम्रो अनुपम विशेषताहरु हुन् र यसैको आधारमा हामी भित्रको पहिचान खोज्नु पर्दछ । त्यस संसंगै राजनैतिक पहिचान राज्यसंग खोजि हामी शेर्पाहरुको पहिचानलाई अझ फराकिलो बनाई पूर्णता दिनु पर्ने देखिन्छ । यसको लागि मुख्य गरी हामी शेर्पाहरुको एक मात्र अधिकारिक संस्था यम्बु शेर्वा चिछोगले मुख्य भूमिका निभाउनु पर्ने टड्कारो रुपमा देखिन्छ ।

लेखक यम्बु शेर्वा चिछोगको संस्थापक केन्द्रिय सदस्य हो ।



अजय छोचू

शेर्पा, शेर्पा किदुग तथा अमेरिकी नेपाली समुदाय

शेर्पा :

विश्व मानचित्रमा सुक्ष्म रूपमा देखिने नेपालले सर्वोच्च शिखर सगरमाथा, भगवान बुद्ध तथा एशियाली सभ्यताका प्यागोडा आर्किटेक्ट अरनिकोबाट पटक पटक आफ्नो पहिचान विश्वलाई दिंदै आएको छ । सगरमाथामा पुग्ने पहिलो व्यक्तिहरूमा एडमण्ड हिलरी तथा तेजिग नोर्गेले नेपाललाई फेरी चर्चामा ल्याएको थियो भने सगरमाथामा पहिलो पाइला राख्ने मात्र होइन उच्च टाकुराको पथ प्रदर्शकको रूपमा बलिष्ठ बाहुका तेजिग नोर्गेले छुट्टै स्थान बनाएको पाइन्छ । केहि दशक अघि नेपालमा गौरुरूप मा हेरिने हिमाली भेगमा गह्रौं भारी बोकी समथल जमीनमा जस्तै तल माथी गर्ने शेर्पा जाती विश्व माँझ चितवा जस्तै फुर्तिलो मानव नश्लको रूपमा चिनिन थालियो ।

को हुन त शेर्पा :

नेपालको पूर्वी हिमाली भेगमा बसोबास गर्दै आएका शेर्पा जाति तिब्बत, चीन, भुटान तथा बर्मा पनि पाइन्छ । शेर्पालाई शेखा पनि भनिन्छ । शेर् भन्नाले पुर्व वा भन्नाले बासिन्दा हो । तिब्बतको पुर्वी भाग बाट चिन बर्मा तथा भुटानमा बसाई सराई गर्ने शेर्पा जाति नेपालमा पन्ध्रौं शताब्दी तिर बसाई सराई गरेको पाइन्छ ।

शेर्पा किदुग:

१९५० को दशकमा नेपालीले विदेश भ्रमण गर्न पाउने सुविधा प्राप्त भएपछि कुटनितिक सम्बन्धको अतिरिक्त उच्च शिक्षा हासिल गर्न अनि व्यापारिक तथा सांस्कृतिक भेलामा नेपालीहरू अमेरिका प्रवेश गरे । सन् १९७० को दशक सम्म सयौंको गिन्तीमा सिमित नेपाली १९८०को उत्तरार्ध र ९०को दशकमा राजनैतिक उथलपुथल पछि विभिन्न उद्देश्यले बसाई सराई गर्न थाले । ७० को दशकमा पर्यटकहरूको मित्र, सहयात्री र जीवनसंगिको रूपमा शेर्पा जाती अमेरिका आएको देखिन्छ । ८० र ९० को दशकमा सयौं शेर्पा अमेरिकामा बसाई सरे । समष्टिरूपमा नेपालीहरू विभिन्न अमेरिकी राज्यहरूमा छरिए भने शेर्पा जातीले न्युयोर्कलाई आफ्नो थलो बनाए ।

ती दिनहरूमा औसत अमेरिकी नेपाली आफ्नो व्यक्तिगत चाँजोपाँजो मिलाउन व्यस्त रहे । तर शेर्पा जाती आफ्नो नश्ल, संस्कृति तथा परम्परा विशाल अमेरिकामा लुप्त होला भन्ने डरले १९९५ को जुलाईमा सेन्ट्रल पार्कमा भेला भइ संस्थागत रूपमा संगठित हुने निर्णय अनुरूप “१९९६ मा शेर्पा किदुग अमेरिका” (United Sherpa Association) स्थापना गरेको पाइन्छ । स्वच्छ तथा सरल व्यवहारका शेर्पा जाती जांगरिलो तथा स्फुर्तिलो मात्र होइन अगाध बौद्धिक क्षमता अनि दूरदर्शिता तत्कालीन स्थानीय अमेरिकी समुदाय तथा अमेरिकी नेपाली विच चर्चामा रह्यो । शेर्पा किदुगको स्थापना पश्चात शेर्पा समुदाय धार्मिक तथा सांस्कृतिक संरक्षण र प्रवर्धनमा सक्रिय हुनुको साथै अमेरिकी नियम कानुन तथा सामाजिक रहनसहनमा समुदायलाई प्रशिक्षित गर्दै गए । शेर्पा किदुग स्थापनाको दशक नबित्दै हजारौंको संख्यामा बढ्दै

गएको समुदायलाई समेट्न तथा सुदृढ बनाउन एउटा सामुदायिक भवनको आवश्यकता महशुस गरियो । तत्पश्चात सन् २०११ मा शेर्पा किदुगको पूर्ण स्वामित्वमा नेपाली समुदायको पहिलो भवन तथा गुम्बा स्थापना भयो । उक्त भवनमा पुजापाठ, धार्मिक सांस्कृतिक अध्यापन, सामाजिक तथा आर्थिक उपलब्धि मुलक कार्यहरू हुन थाले । यो भवन शेर्पा समुदायको संरक्षण तथा प्रवर्धनको जीवन्त उदाहरण थियो । आज शेर्पा किदुग भवन शेर्पाको मात्र होइन संपुर्ण नेपालीको प्रिय जमघट स्थल बनेको छ ।

एक पछि अर्को फडको मादै अघि बढिरहेको किदुगले शेर्पा भाषा, बौद्ध दर्शन, अमेरिकी शैक्षिक प्रणालीको अभ्यास, पुस्तकालय, खेलकूद प्रशिक्षण तथा विभिन्न राष्ट्रका समुदायका युवा विच खेलकूद प्रतियोगिताको साथै महिला सशक्तिकरणका लागि उपलब्धमुलक रचनात्मक कार्यक्रमहरू आयोजित गर्दै आएको छ । त्यस्तै गरी समुदायको आर्थिक संरक्षण तथा सुदृढीकरणको लागि विभिन्न कार्यक्रमहरू संचालन गर्नका साथै affordable housing program को आधिकारिक प्रदायक भइ निम्न आय भएका परिवारलाई किफायती आवास व्यवस्था मिलाउने, New York City तथा स्थानिय काउन्सिलसंग सहकार्य गरी IDNYC Resource fair, Voting Right Awareness , Free Health Camp, Blood donation आदि थुप्रै कार्यशालाहरूले शेर्पा किदुगलाई अन्य नेपाली समुदाय मात्र होइन कतिपय एशियाली समुदायभन्दा अग्र पंक्तिमा पुराएको छ । भाषा लुप्त भएपछि पहिचान हराउन सक्ने कुरामा किदुग एक सचेत अगुवा हो । शेर्पा किदुगले शेर्पा तथा अन्य विभिन्न जातीलाई नेपाली भाषा, संगीत तथा नृत्य कक्षा संचालन गर्दै आएको छ ।

अमेरिकी नेपाली समुदाय:

करीब साढे तीन लाख नेपाली अमेरिकाको विभिन्न राज्यमा छरिएर बसेका छन् । कुल आकाडाको करीब एक चौथाई न्युयोर्क राज्यको विभिन्न शहरमा छन् । नेपालका विभिन्न जातजाती तथा समष्टी रूपमा अमेरिकी नेपालीको संस्कृति परंपराको संरक्षण तथा प्रवर्धनको साथै सामाजिक तथा आर्थिक विकासको अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्य लिइ खोलिएका सय भन्दा बढी संस्थाहरू न्युयोर्क शहरमा कार्यरत छन् । अधिकार जस्ता केहि प्रतिष्ठित संस्थाहरू छोडी अधिकांश संस्थाहरूले न्यून उपलब्धि सम्म पनि प्राप्त गर्न सकेका छैनन् ।

अर्कोतिर विश्वव्यापी Giant organization NRNA को अमेरिकी शाखाले राजनैतिक लुछातानीले गर्दा सही गति लिन सकेको छैन । Minorityमा सम्म पनि स्थापित हुन नसकेको नेपाली समुदायलाई उँभो लगाउन शेर्पा किदुग तथा अन्य स्थापित संस्थाहरूले अग्रणी भूमिका खेल्नु पर्ने कुरा टडकारो रूपमा देखिन्छ । तसर्थ आफ्नै परिवेशमा रमाएका संस्थाहरूसंग हातेमालो गर्दै अमेरिकी नेपाली समुदायलाई अमेरिकी मुलधारमा स्थापित गर्न शेर्पा किदुग अझ उदार, फराकिलो र सक्रिय हुनुपर्ने चुनौती देखा परेको छ ।

लेखक त्रिभुवन विश्व विद्यालयका अर्थशास्त्रका पुर्व प्राध्यापक हुनुहुन्छ ।



स्यारखुम्बु श्यर्वी दासा

सोनाम याङ्जी शेर्पा
सरगोत्सा

श्यार्वा तिवा स्यारकी क्ष्योगला लो तर्मा गोमान्ये ज्युन देई यिन् सियी वान् वाई सिंसिन श्यार्वा तिवा स्यारकी क्ष्योगने खाम सिरु दाशान्ये वाउ यिन् सिने सियी वान् वाई । स्यारखुम्बुला श्यार्वा तिवा ताडवा डुने ज्युन देयी वाउ यिन् । दि लोग्यूला तिराड मिन्दा क्यानी स्यार खुम्बुकी युल युलकी मिडने साड हाक को थुप्की कि स्यार्वा तिवा गोमान्ये ज्युन स्यारखुम्बुला देई वाउ पयुलकी मिरिग स्यिग यिन् । ज्युकी डिमाला स्यारखुम्बुन्ये जोम चोपकी रिम्बाला दुकराड क्यानी लाका नाछोग लोप्युडकी थोकला पयुलकी ताप्लेजुड, संखुवासभा, भोजपुर, सोलुखुम्बु, ओखलुङगा, रामेछाप, दोलखा, सिन्धुपाल्चोक, नुवाकोट, धादीड, गोर्खा, मनाङ, मुस्ताङ, मुगु, हुम्ला, डोल्पा, बाजुरा तड दार्चुला जोडखकी ल्होला वोतु कडज्युडकी दासातिवाला वोलुडपा, ढोक्या, सिङसा, योल्मो, लार्के, सियार, डेस्याङपा, थकालि, ल्होवा, ताडवे, मुगाल, कर्मारोडपा, लामा, निम्बा, टुक्युलुङ, युल्लोथुन, धोल्पो, तिच्युरोडपा (केरुड), खम्पा, भोटेला ताडबोने ज्युन देई वाउ दासा यिन । ति क्यासिनाड दि दाशा नाछोगला श्यार्वा तिवा स्यार खुम्बु ने राड फेल्ने वाउ तप्की श्यार्वा तिवा हुतुङगी लुडवा सिने स्यारखुम्बु राड यिन् ।

पयुलकी स्यारने ज्युन नुप सगकी ति दासातिवाला नेपालकी गेल्वु महेन्द्रकी १४ अञ्चल तड ७५ जिल्ला जोने ति छोककी मिरिक मिमाडतिवाला फेका ग्यकु लाका क्याउ यिन । ति दासातिवाला देतु मिरिक नाडला श्यारकी छुल्ला वोतु स्यारखुम्बु जोडखाला श्यार्वातिवा देई वाउ यिन् । ज्युकला पयुलला मिमाङ्की वाडक्षा थोप्ताङकी कोर्ला पयुलला जनआन्दोलन ६२/६३ दुकराड क्यानी मिरिगकी डोकोल ताड स्युककी जोसा ल्येन्सी पयुल ग्याल्लाव नाडला लो वाङ्गी डार क्यानी पयुलला पयुलकी चठीम नोपालको संविधान २०७४ ला जोप कोडफेल गाल् । संविधानला संघीय नेपाल सिने सिक्क्यासिनाड ति चठीम मिरिग तिवाथोक्ला हुड माथुप । अन्तरिम संविधानला वतु मिरिग तिवा वाडक्षा तिवा च्येनी चठीम ल्येसुड । १४ प्रदेशन्ये च्येनी ७ प्रदेश जोसुड । संघीय सिरु तिराड मिसिन दि चठीमकी साड श्यार्वा तिवा थोक्ला माडु क्यानी गोमी दोकेराड गल् ।

श्यार्वा तिवा लुडवा तिवा च्येनी याडलुड श्यार्वा तिवा अल्पसंख्यक ला राड जोसुड । श्यार्वा तिवा युल तिवा च्येनी डदे च्यिग ताड डदे सुमला क्यानी फेका ग्यकु लाका याडलुड क्यासुड । तन्दा डदेकी मिड ज्योकुला डदेकी ल्येखुड छ्याप्सी स्योखा तिवा साड गोमाला स्यार्वा तिवा क्याउ लाका तिवा ज्येनी श्यार्वा तिवा पहिचान मोतोरु क्यान मिड ज्योक गोडला डार कि माथुप वाई । स्यार्वा तिवा युल च्येतु कोर्ला श्यार्वा गोठित तिवा श्यार्वा छोक्या नाछोग तिवा नासाम ल्येमु तोड माथुप वाई ।

श्यार्वा युलकी कोर्ला डोशी ज्योकु यिन् सिंसिन स्यारखुम्बुकी खुम्बु सिने जम्बुलिङकी कडग्री थास्योक च्यमोलोडमी दोडला वोतु सगर

माथा राष्ट्रिय निकुञ्जकी दासातिवाला खुम्बु सिवा । महालंगुर कडज्युड तड च्यमोलोडमाने ज्युन दक्षिणला भोटेकोशी तड इम्जा चडबुकी लार्चाने उत्तरला नाउचे तड खुम्जुड गाविस नाडला वातु ११४८ वर्गकिलोमिटरकी क्षेत्रफल वोतु दासातिवाला खुम्बु सिवा सिंसिन ति दासा नाडला वोत तेरी चडबु, चो, कडग्री तड युल दासा तिवा मिडस्यो श्यर्वा तामला ज्याग वेई । ति क्यासिनाड ज्युकी डिमाला दि युलकी मिड तिवा पोनी यम्बा मिड ज्योकुला डार क्यान वाई ।

खुम्बु: खुम्बु सिरुती स्यारखुम्बुकी च्यमोलोङ्गमा दोडला वतु लुडवा युल तिवा यिन् । तन्दा संघीयताकी जोसा ल्येन्सी दि लुडवा गोमाला गाविसा ला वासिनाड तन्दा गाउँपालिका जोनी वाई । ति नाडला गोमाला खुम्बु सिने डोशी वतु खुम्बु नाडला वोतु युलतिवा मिड तिवा खुन्दे, पड्बोचे, खुम्जुड, फूर्ते, जारोक, फेरीचे, ठामो, फोर्चे, त्याडबुचे, मिलीङ्गो, थामे, यिल्लाज्युड, दिउजे, लोबुचे, दिडबुचे, लौदो, नाउजे, स्योडबुचे, गोक्यो, गोरकस्याप । तुक्कर क्याने खुम्बु नाडला वोतु कडग्रीतिवा मिड तिवा अमाडब्लम, कोडदे, खाडतेगा, खुम्बुछे, चोयु, क्षुमलोडमा, नुम्बूर, कर्यालुड, नडपाला, लोबुचे स्यार, ल्होचे, थामसेर्कु, तावाचे, खुम्बिला यिन ।

फरक : फरक सिक्क्याउती गोमाला लार्चा दोभानने दक्षिण तड कतुकटेङ्गा (खरिखोला) ने उत्तर छोककी दासा तड तिडसाड दुडदे तत्कालिन साविको चोरीखर्क गाविस तन्दा खुम्बुपासाड ल्हमु गाउँपालिका च्यिग, डि तड सुमगी नाडला वोतु दासा तड युल तिवाला फरक सिवा । खुम्बुला दोकेरड क्यान दि फरक युलकी नाडला वोत युल चडवे चो तड कडग्रीकी मिडतिवा सड तेरी श्यर्वा तामला ज्याग वेई । फरक नाडला वोतु युलतिवा मिडतिवा करिला, छुटोक, वुवा, नाडबुक दुडदे, क्याडमा, कुसुमटेङ्गा, ड्युरडीड, क्षुतोक, फक्दीडमा, क्षुमोवा, फेम्करवा, गिफेदे, रिमीज्युड, ड्युरड्युड, लुकल्हा, छेर्मादीडमा, लोम्जो, ताते, ल्हवा, थुम्बुक, सेओडमा, यिन ।

स्योरुड : श्यार्वा तिवा माडबो देने वोतु स्यारखुम्बु जोडखी दासा तिवा टाकसिन्दु, बेनी, सल्लेरी, तामाखानी, भकान्जे, गोली, टाप्टीड, गोर खानी, केरुड, गार्मा चोवी युलतिवाला सोलु याडना स्योरुड सिवा । दि युलतिवा मिड सड माडबो श्यर्वा तामला रड ज्याकु थोडवेई । सोलु (स्योरुड)ला वोतु युलतिवा मिडतिवा इडीडमा, थुपतेन क्षोलीड, कतुडेङगा, थुमबुक, कुरिमा, थोज्युड, केरुड, नाजीडबुक, क्षुनाकपो, पल्देनफुवा, क्षुल्यामु, टाक्सीन्दु, क्षुल्यामु, सल्लारे, पांकर्मा, खडडुक्षोमा, पाड खोडमा, खोर्या, पाप्लो, गरिखासा, फिक्कोडमा, गार्मा, फुडमुजे, गोन्पो, बुलिनासा, गोरा, भकान्जे, गोल्ला, मठोक, ग्येपचुका, मेन्दोक्पाके, डिमारे, मेराड गडदोक, डोउर, मोपुड, चाके पमदोक, यहावा, चिवाड, रीडमो, जमबुक, लपची गडदोक, जेतोक, लाकोप, जोमसेवा, लुमले, ज्याल्सा, लुमुजे, ज्युड, लुरा, टापतीड, लेदीडमा, ठाकतोक्बुक, ल्हाडीड, ठाकशिन्धु, सलाफेरकेन, ठे गडदोक, सलुड, डेकु, सल्लारे, तोलका, सुम्ज्युमा, थल्ल्यडमा, सेटे, थातेड, सेर गा, थाम्सेटे, सेर्लो, सेकासीड, स्यर्तुनासा, कुरिम, स्यारे, सानुम, विस्कम, बाने,मौरे, हरिस्य, बागु, मामारे, टिन्टाने, सफर्म, चारुवा, बेपेम, धोते, थातेड, युल, ममिर्कु, बोक्स्या, च्यपेल, जुखे, च्यज्याड खर्क, स्युकर्या, च्यारेमा, सोलिबिन् चोवी यिन ।

दि दासा तिवाला श्यर्वा तिवा हुङ्गु सिना गोमाला तेरी नाठुड तड दासा थाल वोतु यिन । ति दासा तिवाला तेरी श्यर्वा तिवा रड दासा जोने देतु ताम्डे दि दासा, चडबु नाठुड तड चो तिवा मिड श्यर्वा तामला वोतुतिकी डयाम छेकी । पृथ्वीनारायण शाहकी नेपाला एकीकरण किरु सिना गोमाला लो तर्मा गोमाने ज्युन रड स्यारखुम्बी ति दासा तिवाला श्यर्वातिवा देई वाउ यिन । सत्रौ शताब्दी तड उन्नाईसौ शताब्दीकी पर्ला दि दासा तिवाला ज्येउ ल्हखाडतिवा पडबुचे, थामे, नाउजे, तेडपोचे, रिमीज्युड, गोम्बाज्युड, चिवाड गोम्बा तड दिउजेको आनी गोम्बा दि तामकी प्रमाण यिन ।

उन्नाइसौ शताब्दीला नेपाल तड तिब्बत पे की पर्ला च्युङ्गु मकला शेर्पातिवा नेपाली छुरनेसुर तिब्बत मुला मक ग्यपु ताम्डे शेर्पा लोग्गूला टिने वेई । राणा शासन वतु पर्ला दि दासाला चिसंखु तिल्ला नाडला सोलु मौजा जोने ज्यकु यिन । राजा महेन्द्रकी पालाला दि दासाला वोतु मिरिक तिवा राई, मगर, तड क्षेत्री बाहुन तिवा दासा वाकु, बासा, काँक, देउसा, बुड, छेस्कम, मुक्ली, नेले, जुबु, तीडला, नेचा बतासे, नेचा वेदधारी तड सल्यान युल यर्गे छोकपातिवा वोतु दासासड दुम्ने सोलुखुम्बु जोडखा जोउ लोग्गू वाई ।

पयुलकी स्यारखुम्बुतिरड मिन्दा क्याने श्यर्वा तिवा लामाबगर, लुङ्के, लुङसम्बा, सिमीगाँउ, सुम्पासोर र स्यामा तुक्ड क्याने र मिछाप जोडखाकी कमामा, गचेन, गम्छेता, तेछुम, बक्दीड, चोमबुर, छ्योवर, टेकम, देउराली, पतकरी, बाम्ती भन्डार, बुल्डाँडा र सानो

बल्दीड, सिन्धुपाल्चोक जोडखाकी गड्युल, तातोपानी, तार्के, मेलम्ची र सेर्माथाड, संखुवासभा जोडखाकी एडलोड, ख्युडनुम, गाडदोक, च्यासल, च्युम्सुर, टशी, डाँडागाँउ, थानखर्क, थेडज्योड, दोलखा जोडखाकी आलम्बु, खर्ताला, खोवा, गर्जड, गेल्वासिड, चाखा, चिलीडखा, छेमवती, जिन्थाड, छैताड, जिरी, टाशीनाम, टोपा, डुङ्गे, पुम्बा, फलाटे, फुलाउने, बाताली, विगु, बुलुम्पा, बुल्डाँडा, जोडखातिवा इलाम, सुन्सरी, ओखलहुङ्गा, उदयपुर, भोजपुर, कैलाली, बाँके काठमाण्डौ उपत्यका, माइसीड, रावा, रोल्वालिड, रोसी, लाप्ची, नावा, नुर्बुगाँउ, नुर्बुचौर, बाला, बुडगीम, भोटेवास, माकालु, माडीन, मायीम, मुडे, यकुवा, लिडदीप, लुङ्वादिन्स्या, वालुड तड नेपालकी ज्येन, भारतकी पश्चिम बंगाल, आसाम र सिक्कीम र ज्यतिवाला सड श्यर्वा तिवा देने वेई सिंसि छिग्यालकी दासा ज्येनतिवा जर्मनी, बेलायत, बेल्जियम, फ्रान्स, जापान र संयुक्त राज्य अमेरिकाला वोतु श्यर्वातिवा तेरी नेपालनेसुर गलुयिन ।

ति क्यासिनाड श्यर्वा तिवा तन्दा पयुलला संधीयता वान सिंसिनाड श्यर्वा तिवा डोशी थोप्ताड तिवा छोल गोन वाई । पयुल स्युडकी सुडक्योप कि गोउ दाशाला तन्दा चिछोगला नाडला छोकपा तिवा गो चुने राङ्गी रिगस्युड तिवा सुडक्योप कि गोन वाई । दि ति तन्दा श्यर्वा तिवा छ्याप्सीकी कोर्ला, पयुल स्युडकी ठीमकी कोर्ला नासम माताडने यिन् । दिकी कोर्ला शेर्वा मिमाड तिवा तेरीकी नासाम ताडने हुर्तक क्यानी गोमा कि थुप गोकी ।

*We and our parents would like
to wish you a very happy
Sherpa Losar!*

- Jamphel Sherpa & Jetsun C Sherpa





अमेरिकामा शेर्पा जाति र शेर्पा किदुगको महत्व

छिरीड टि. शेर्पा
दोलखा, मैनापोखरी (हाल न्यूयोर्क)

शेर्पा जाति भन्नाले मुख्यतः नेपालको उत्तरी क्षेत्र (हिमाली भेग) मा बसोबास गर्ने बौद्ध धर्म मान्ने जातिय समुदायलाई चिनिन्छ। शेर्पा जातिको नामाङ्कन शेर्पाबाट अपभ्रंश हुँदै शेर्पा भएको र शेर्पा शब्दको अर्थ शेर - पूर्व वा मान्छे हो भन्ने कुरा केहि विश्लेषकहरूले विश्लेषण गरेको पाइन्छ। खैर पछिल्लो ईतिहास पल्टायो भने १८औं शताब्दीमा बाईसेरचौविसे राज्यहरू जितेर पृथिवी नारायण शाहले गोरखा राज्य विस्तार गर्ने क्रममा एकिकरण गरेर हालको नेपाल राष्ट्र निर्माण भएको थियो। नेपाल एकिकरण हुनुभन्दा पहिला देखिनै बसोबास गराई, गुरुङ, मगर, तामाङ, शेर्पा ईत्यादि नेपालको आदिवासी जनजाति हुन भनिदै आएको पाइन्छ। जस मध्ये शेर्पा एक नेपालको आदिवासी जनजाति हो। जो संसारको मानिसहरूले सोभो, ईमान्दार र परिश्रमी जाति भनेर चिनिन्छ।

शेर्पा जातिहरू नेपालको उत्तरपूर्वी भेग सोलुखुम्बु, दोलखा र सिन्धुपाल्चोक हुँदै भोजपुर, ताप्लेजुङ, धनकुटा र उत्तरपश्चिममा रोल्पालिङ, हेलम्बुसम्म बसोबास गर्दै आएका देखिन्छ भने मुख्यतः सबैभन्दा बढी जनसंख्या सोलुखुम्बुमा रहेको देखिन्छ। बसोबास गर्ने भौगोलिक क्षेत्र अनुसार शेर्पा भाषाको शैली र उच्चारणमा थोरै भिन्न देखिए पनि मुलतः वोलिने भाषामा शेर्पा, लगाउने भेषभूषा मुख्यतः आङ्ग्रेजी, बखु, छुवा सबै एकै किसिमको पाइन्छ। यस्तै जन्ममरण, विवाह(पूजापाठ जस्ता धार्मिक परम्परा र संस्कृतिहरू ठाउँ अनुसार केहि तल-माथि भएपनि खासै ठूलो भिन्नता देखिन्दैन।

अमेरिकाको ईतिहासलाई हेर्ने हो भने २०औं शताब्दीमा सन १९८१ देखि १९९० भित्र अमेरिकामा आउने नेपालीहरूलाई अन्य एशियन “भनेर अध्यागमनमा दर्ता गरेको पाइन्छ भने सन १९७४ बाट नेपाली आप्रवासीलाई छुट्टै नेपाली अमेरिकन भनेर अध्यागमनमा दर्ता गरेको पाइन्छ। यसरी नेपालीहरू आउने क्रममा शेर्पा समुदायको अमेरिकामा आउने क्रम जारी भएको आँकलन गर्न सकिन्छ। नेपाल बाहेक शेर्पाहरू भूटान, चीन, भारतको सिक्किम, दाजीलिङ र वेश्ट वंगालमा हुँदै आज आएर अमेरिकाको विभिन्न राज्यहरू कोलोराडो, टेक्सास र न्यूयोर्कमा पनि बसोबास हुँदै आएको छन। न्यूयोर्कमा बसोबास गर्ने शेर्पाहरूको सख्या अन्य राज्यमा भन्दा निकै धेरै छन। न्यूयोर्कमा बसोबास गर्ने शेर्पाहरू नेपालको सोलुखुम्बु, ओखलढुङ्गा, दोलखा, सिन्धुपाल्चोक, रामेछाप, भोजपुर, ताप्लेजुङ, काठमाडौं जिल्ला लगायत भारतको सिक्किम, दाजीलिङ, आसाम शहरहरूबाट आई हाल विभिन्न पेशामा न्यूयोर्कको क्विन्स र बुक्लिन्स हुँदै अपस्टेट न्यूयोर्कमा सम्म बस्दै आएको पाइन्छ। यसरी

न्यूयोर्कमा शेर्पाहरूको जनसंख्या बढ्दै जाने क्रममा शुरुवातमा श्री सोनाम ग्याल्जेन शेर्पाको अध्यक्षतामा सानो समूह पार्कमा भेला गराई शेर्पा किदुग संचालन गर्दै यसलाई अमेरिकाको नीति नियम अनुसार सन १९९६ मा वैधानिक रूपमा उहाँकै अध्यक्षतामा श्री लाक्पा टि. शेर्पा, श्री ल्हासाङ्बु शेर्पा, श्री ल्हावाङ शेर्पा, श्री दानु शेर्पा लामा, श्री आङ दावा शेर्पा, श्री छिरीड तेन्डी शेर्पा, श्री पासाङ तेम्बा, तेम्बा, श्रीमती सुशिला शेर्पा(शाक्य), श्री वाङ्दी लामाहरूको सक्रियतामा युनाइटेड शेर्पा एशोशिएसन (यू एस ए) इन्क नामक सस्था दर्ता गरियो। हाम्रो नेपाली समाजमा हरेक मान्छेको न्वारानको नाम एकथरी भएपनि बाहिर बोलाउने र चिनाउने नाम अर्कोथरी भएभै यस सस्थालाई विश्व भरका नेपालीले शेर्पा किदुग, अमेरिका भनेर चिन्ने गरेको पाइन्छ।

शेर्पा किदुग शब्द एकप्रकारले संसारको सम्पूर्ण शेर्पाहरू विच प्रख्यात र प्रयोगको शब्द बन्दै गएको छ। त्यसैले आज जुन सुकै देशहरूमा पनि शेर्पाहरूको सस्थाको नामाकरण शेर्पा किदुगकै नामबाट राखिएको पाइन्छ। नेपालबाट विभिन्न कारण अमेरिकामा आईपुगेका शेर्पाहरू एक हुने क्रममा को सोलुको? को दोलखाको? को भोजपुरको र ताप्लेजुङको? सबै एउटै आँगनमा रमाउँदै आफ्नो भाषा, भेषभूषा र संस्कृति तथा परम्परालाई जगेर्ना गर्न एकवद्ध भएको देखिन्छ। अमेरिका जस्तो महंगो र व्यस्त जीवन शैलीको बाबजुत पनि आज गैरआवासीय नेपालीहरूको माफ्रमा आफ्नै स्वामित्वको भवन सहितको यूनाइटेड शेर्पा एशोशिएसन (यू एस ए) इन्क सबैभन्दा ठूलो र बलियो संस्था बन्न सफल भएको छ। जुन सस्थाको स्थापनाको मुख्य उद्देश्य भनेकै अमेरिकामा बसोबास गर्ने सम्पूर्ण शेर्पाहरूको रीतिरिवाज, भाषा र संस्कृतिको जगेर्ना गर्नु हो। भावी पुस्तामा यसको हस्तान्तरण गर्दै जाने हो। जसको फलस्वरूप शेर्पा जाति, भाषा र संस्कृति भविष्यमा गएर लोप हुने अवस्थामा नपुगोस् भन्ने नै हो।

आज सस्थाले विभिन्न शेर्पा लगायतका नेपाली समुदायमा नेपाली, अंग्रेजी र शेर्पा भाषाको कक्षाहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ भने शेर्पा जातिसंग सम्बन्धित दैनिक, मासिक, वार्षिक कार्यक्रमहरू जस्तै छेजु, ल्होसार, ल्हासो (ल्हाप्सो), ग्याप्सी, बुद्ध जयन्ती, जन्म मरणको पाठपूजा लगायत बेला बेलामा बौद्ध धर्मका प्रमुखहरूबाट बौद्ध धर्म सम्बन्धित विभिन्न प्रवचन पनि दिदै आएको छ। यसरी धार्मिक कृयाकलापहरूको प्रवर्धन र संरक्षणको लागि यूनाइटेड शेर्पा एशोशिएसन (यू एस ए) इन्कको मातहतमा छुट्टै रिक्सुङ लोप्टा पनि संचालन हुँदै आएको छ। यतिमात्र नभएर यूनाइटेड शेर्पा एशोशिएसन (यू एस ए) इन्कको भूतपूर्व अध्यक्ष दावा जाङ्बु शेर्पाको संयोजकत्वमा विश्वमा छरिएर बसोबास गर्दै आएका शेर्पाहरूको एकता, भाषा र संस्कृतिको एकरूपताको मुख्य उद्देश्य सहित विश्व शेर्पा संघ गठन तथा विश्व शेर्पा सम्मेलन पनि समापन भईसकेको छ।

विश्वमा रहेका शोर्पाहरूको नेपालबाट वैदेशिक रोजगारको सिलसिलामा अस्थायी रूपमा बसोबास गर्दै आएका देखिन्छ भने अमेरिकामा, क्यानडा, स्पेन, अष्ट्रेलिया जस्ता देशहरूमा स्थायी बसोबास गर्दैआएका छन् । अमेरिकामा अत्यधिक मात्रामा शोर्पाहरू विभिन्न डिभी भिसा, टुरिष्ट भिसा, ओर्किड भिसा, स्टुडेन्ड भिसा ईत्यादि मार्फत आई हाल कानूनी हैसियतमा ग्रीन कार्ड (स्थायी बासिन्दाको परिचयपत्र), र सिटीजनसीप (नागरिकता) लिएर स्थायी बसोबास गर्दै आएका छन् । त्यसैगरी दलालीलाई लाखौं पैसा तिरेर भारत, दुबई, फिजी, इन्डोनेसिया, मेक्सिको ईत्यादि हुँदै हिडेरे गैरकानूनी रूपमा अमेरिकामा छिर्नेहरू पनि सयौंको संख्यामा छन् । यसै विचमा हजारौं शोर्पाहरू वैवाहिक जीवन यापन गर्दै, आफ्नै घर, व्यापार व्यवसाय गर्दै हालमा उनीहरूको बच्चा यहाँको अमेरिकन जीवन शैलीमा हुर्किएर गएको देखिन्छ । यसर्थ सजिलै अनुमान गर्न सकिन्छ कि अबको केहि समयकाल पश्चात भावी पुस्ता शोर्पा जातिहरू अमेरिकाको स्थायी बासिन्दा हुने तथ्यलाई नकार्न सकिदैन । नेपाल सरकारले दोहोरो नागरिकताको व्यवस्था गरेको खण्डमा भने केहि हदसम्म एक, दुई पुस्ताले नेपाल र नेपाली भनेर देश सम्झिएलान तर कालान्तरमा अमेरिकन शोर्पा र नेपाली शोर्पा छुटा छुट्टै देशको नागरिक हुने पक्का छ । जुन अवस्था शोर्पा जातिको मात्र नभएर सम्पूर्ण अमेरिकामा स्थायी बसोबास गर्दै आएका नेपाली समुदायमा देखिएका चुनौतीहरू हुन। तर पनि हामी जहाँ रहे पनि आफ्नो भाषा, भेषभूषा र संस्कृतिलाई जगेर्ना गर्न सकेको खण्डमा आफ्नो पहिचान र ईतिहासलाई बचाउन सकिन्छ । यो कुराको पुष्टि नेपालबाट सयौं वर्ष अगाडि विभिन्न कारणले देश छाडी बर्मा, भुटान बस्ने बर्मेली र भुटानी नेपाली मूलका समुदायबाट प्रष्ट हुन्छ । जहाँ उनीहरू त्यही देशका नागरिक भई जीवन यापन गर्दै आएका छन् । तर भाषा, भेष र संस्कृति भने अहिले पनि जस्ताको त्यस्तै बचाई राख्न सफल छन् । त्यसैगरी आसाम, दार्जीलिङमा बस्दै आएका नेपाली मूलका शोर्पा र अन्य जातिहरू पनि यसको उदाहरणका रूपमा लिन सकिन्छ ।

नेपाल गए कपालसगै, बर्मा गए कर्मसगै भने भैँ हामी नेपालीहरू जहाँ पुगे पनि नेपाल देखि बसेको बानी, आचरण र व्यवहार भने ठाउँ अनुकूल परिवर्तन भएको देखिदैन। नेपाली समुदाय राष्ट्रिय मुद्दामा एकै हुने आट र शाहस गर्न सक्ने प्रमाण नेपालमा आएको महाभूकम्पमा संसारभर छरिएको नेपालीको सहयोग, भारतको रियालिटी सोमा प्रसान्त तामाङ, तेरिया मगर, विर राधा शोर्पाको सफलता र हालै विश्व सुन्दरी प्रतियोगितामा श्रुङखला खतिवडाले पाएको अत्याधिक मतले नै पुष्टि गर्छ । तर यो भन्दै गर्दा विदेशमा आएर पनि नेपालमा भैँ जातिय, क्षेत्रिय, भौगोलिक, राजनैतिक भागबन्डा गर्दै संघ संस्था, दल-उपदल गठन गर्ने एक आपसमा विभिन्न नाममा विभाजित हुने कृयाकलापहरूले हाम्रो नेपाली समुदायमा सकारात्मक फाईदाहरूसगै नकारात्मक असर पर्ने गरेको छ । जुन कुराको आभास अमेरिकाको नेपाली समुदायमा पनि पाइन्छ । अमेरिकाको न्युयोर्कमा हरेक जातिको सस्था स्थापना भएको छ जुन निश्चित भाषा, भेषभूषा र संस्कृतिको जगेर्ना गर्ने उद्देश्यको लागि हो । न्युयोर्कमा मुख्य त नेपाली महिला र सम्पूर्ण नेपालीको हक, हित र अधिकारको लागि गठित अधिकार नामक संस्थाले अन्याय, अत्याचार र शोषणमा परेका नेपालीहरूको पक्षमा लडने र भाषा सिकाउने, तालिम तथा शिक्षा दिने गरेको पाइन्छ । यस्तै सम्पूर्ण अमेरिकामा बस्ने नेपालीको हितमा खोलिएको सस्था ए.एन.ए. दुईचार वर्ष प्रभावकारी ढंगले अगाडि बढे पनि सस्थामा काम गर्ने संचालकहरूको आर्थिक हिनामिना र अनैतिक कृयाकलापहरूले गर्दा अमेरिकी अदालतले बन्द

गर्ने आदेश दिएको छ । यसैगरी सबैभन्दा बढी सदस्य रहेको, सबै भन्दा ठूलो र विश्वमा नै सन्जाल रहेको सस्था गैरआवासीय नेपाली संघ एन.आर.एन. भएतापनि खासै प्रभावकारी हुन सकेको छैन । यहाँ हरेक नेपालको भौगोलिक क्षेत्रका नाममा, जिल्लाको नाममा, जिल्ला भित्र पनि आ-आफ्नो जातिको नाममा, गाउँको नाममा, राजनैतिक दलको नाममा ईत्यादि गर्दै लगभग २०० नेपाली संघ संस्थाहरू दर्ता भएको आकडा छन भने बिना दर्ता चलाईरहेको संस्थाहरू पनि असंख्य छन् । यसरी च्याउ भैँ सयौंको संख्यामा खोलिएका संघ-संस्थाको कारण निश्चित महत्वपूर्ण उद्देश्यका साथ खोलिएका राम्रो संघ संस्था पनि ओभेलमा पर्ने अवस्था सिर्जना भएको देखिन्छ ।

न्युयोर्कको नेपाली समुदायहरूमा शोर्पा किदुग अमेरिका मात्र एक बलियो र आर्थिक हिसाबमा पनि मजबुत सस्था हुन सकेको छ । जसको मुल कारण भनेको सबैजना एउटै सस्था भित्र अटाउन सक्नु हो । यदि शोर्पाहरू पनि आ-आफ्नो जिल्ला, गाउँ, दल ईत्यादिको नाममा छुट्टै समूह बनाउने, छुट्टै सस्थाको स्थापना गर्ने हो भने भोलीको दिनमा यूनाइटेड शोर्पा एशोशिएसन पनि अन्य नेपाली सस्था भैँ कमजोर र प्रभावकारी हिन नहोला भन्न सकिन्न । तसर्थ यो सस्थालाई बलियो र एकीकृत गरिराख्न सबै क्षेत्र, भूभागको शोर्पाहरूलाई समेटिने गरि प्रभावकारी नीतिनियम र कार्यक्रम अगाडि बढाउनु पर्दछ । सबै जिल्ला, गाउँ र क्षेत्रको नेतृत्व समेटिने गरि सस्थाको संरचना तयार हुनुपर्छ । सस्थामा आवश्यक परेको खण्डमा विभिन्न क्षेत्र, पेशा र सस्थाको सदस्यहरूको भावना र चाहना समेटिने समूह वा समितिहरू र उपसमूह वा उपसमितिहरू, विभिन्न मञ्चहरू गठन गर्न सकिन्छ । उदाहरणको लागि हाल सस्थाको मातहतमा सन्चालित रिक्सुड लोप्टा, विद्यार्थीहरूको एनएसएससिपि, चालकहरूको नेटवर्क अफ प्रोफेसनल ड्राईभर, खेलकुदको यूनाइटेड शोर्पा फुटबल क्लब सक्य भई राखेको छ । यसै गरि चाहेको खण्डमा सस्थाको मातहतमा क्षेत्रिय, जिल्ला स्तरिय, गाउँ-टोल इकाईहरू, शैक्षिक, राजनैतिक फोरम पनि संचालन गर्न सकिन्छ । जसको लागि छुट्टै सस्थाको आवश्यकता छैन । बरू सबैजनाले सस्थाको हितको लागि आफ्नो ईच्छा अनुसार सस्थामा सदस्यता लिने, समयले भ्याएसम्म सस्थाको कृयाकलापहरूमा सहभागी हुने, सस्थाको भित्र बसेर आफुले सकेको सेवा गर्ने साथै सस्थामा कुनै प्रकारको सस्थाको हित विपरीतका कृयाकलापहरू भएको खण्डमा स्वच्छ विरोध तथा खण्डन पनि गर्नु पर्छ । सबैजनाले संयुक्त प्रयासमा सस्थालाई पारदर्शी र प्रभावकारी बनाउदै लगेको खण्डमा भोली सस्थाको आफ्नो नयाँ नक्सा अनुसारको गुम्बा र भावी शोर्पा भिलेज बनाउने सपना एकदिन अवश्य पूरा हुनेछ । विश्वमा मिलेर बसेको शोर्पा जातिको एकताको नमूना यूनाइटेड शोर्पा एशोशिएसन (शोर्पा किदुग, अमेरिका) हुनसक्छ ।

लेखक शोर्पा किदुगका पुर्व कार्य समितिका सदस्य हुन ।

The Power of a Mentor

ASKA SHERPA, PRESIDENT, NETWORK OF SHERPA STUDENTS AND PROFESSIONALS

I moved to the United States almost five years ago thinking that I had my life figured out and that I would fit right into the lifestyle of New York. But what I had not understood was that I was also simultaneously uprooting all that I had built in the past 18 years of my life in Nepal and India and moving to a different continent. Being the oldest in the family, I had no elder siblings that I could ask for help regarding college or personal issues. So I went to an upstate college with minimal research and did not process any information and left the temporary home in Elmhurst behind. I hated it and returned back to New York City after two weeks orientation.

This is a short summary of my life and the situations I went through as I transitioned from Nepal to the U.S for the first year. But as I look back on my decisions, one thing that I think about is the difference that a mentor would have made in my life.

Realizing the gap that exists in our community, NSSP has now started a mentorship program called Students for Success. The idea lies in the fact that many students and professionals like me realize that we need to give back to our community and mentor the next generation of Sherpas and students from the Himalayan regions.

We also realize that not all individuals have older siblings or the resources that they need to have a successful college or professional experience. I met many students and professionals in NSSP that have influenced me and mentored me. In our pilot mentorship program, we had nine professionals and graduate students who have worked closely one on one with high school students as they prepare for college. Most of our students, whether a board member or mentee, are all headed to colleges this year with help from our mentors and the supportive community that NSSP provides.

Next year, we plan to pair junior and senior high school students with college students and college students with professionals. We aim to build a supportive community and hope that you will consider joining the program: as a mentor, mentee or even on the planning committee. Believe me when I say this, a mentor can change your life but so can a mentee.

The applications open in March, please email us at nsspusa@gmail.com for more information



My Sherpa Kyidug experience

NIMA SHERPA

My connection to Sherpa Kyidug started only in 2017 even though I have been living in the US for 20 years. It all started when I became the president of Nepalese American Nurses Association (NANA).

My team came out with an idea to connect with the Nepalese organizations in NYC metro area. We sat down to write a letter for collaboration to provide free health fair to the Nepalese diaspora. Letters were sent to various Nepalese organizations. However, we received only one response; from Sherpa Kyidug. The letter was written under our Secretary's name and not under any Sherpa name.. just to be clear that the response had nothing to do with me being a Sherpa but it had to do with our common intentions & visions.

We received a letter from Sherpa Kyidug team to meet them all at their general meeting.

NANA team got excited and decided to meet the Sherpa Kyidug team. Since, most nurses have to work in the weekends only Sujata and I became available for the meeting. Sujata arrived on time but I was one hour late looking for a parking spot. I was constantly texting Sujata. It was an embarrassing moment for me being late for the meeting but I was not going to give up putting our "proposal" on the table. Sujata was already outside and, understandably, a bit disappointed. After apologizing to her we rushed up the Sherpa Kyidug's office.

The sudden landing in a room filled with every executive board member seated around a large table triggered feelings of nervousness and, of course, full of embarrassment for my tardiness. However, stuttering a little I started with introducing myself and Sujata, and laid our ideas on the table.

I did not know one single person in that meeting room. However, I had watched a video of the Sherpa Kyidug's president's speech on youtube which I thought was inspiring for the future sherpa generation. I took him to be a person with some vision for the sherpas. Therefore, I loosened up a bit and carried on with our conversation. I felt welcomed. There was a young lady among the board who was supportive of my ideas. I was offered a khata by the president and his team to carry on our health mission.

One health fair led to another and we had three health fair collaborations only with Sherpa Kyidug during my 2 year tenure with NANA. We were able to provide basic health screen for almost 300 people. That was a great turnout. We all should be thankful toward these professionals who volunteered their time in supporting our cause. Volunteers should be respected and appreciated more in today's world where people struggle to provide time for their own family and friends. Sherpa Kyidug displayed their appreciations toward all volunteers and we felt a sense of fulfillment in serving our community.

Sherpa Kyidug's response was the only response out of more than 20 community leaders in NYC. This demonstrates an organization's importance of leading role and genuine understanding of its members in not only health but also economic and social status.

I have attended many Sherpa Kyidug's annual parties and participated in professional networking events. However, my participation decreased within the last 10 years due to overwhelming personal and family responsibilities. Fortunately, I had the opportunity to work closely with Sherpa Kyidug through my professional organization. It was a great experience. I honestly felt sense of pride toward Sherpa ancestors and cultural heritage for embracing basic ethical and moral values to shape our culture. These values are still reflecting and remain intact throughout our community, even in the western hemisphere. Transparency, trust and compassion seem to be holding organizational integrity very well. I am confident that Sherpa Kyidug can be the wind behind the wings of every new generation to come as long as the Kyidug continue passing the cultural and religious values in addition to the great American values.

On the auspicious occasion of Happy New Year Female-Earth-Pig Losar 2146, we wish you good health and prosperity

- Mr & Mrs. Palden Sherpa



शेर्पा किदुगका कार्यक्रमहरु मा सहभागी बनौं



Choe Class

ल्लाक्पा तेन्जी शेर्पा

मानिस एक चेतनशील सामाजिक प्राणी सामाजिक हो । उसलाई जिउनको लागि गाँस र बास मात्र भएर पुग्दैन । मानिसलाई पूर्ण मानिस भएर जिउनको लागि संस्कार, संस्कृति र सभ्यता चाहिन्छ । सामाजिक नीति, नियम र नैतिक शिक्षा नभई हुँदैन । सभ्य जीवनशैलीको विकासक्रम सँगै विभिन्न भाषा, धर्म कला र संस्कृतिको प्रादुर्भाव भएको पाईन्छ । कालान्तरमा गएर यिनै कुराहरु व्यक्ति, जाति र समुदायको पहिचान बन्न पुगेको देखिन्छ ।

वर्तमान समाजमा मौलिक पहिचानको रक्षा गर्दै आफ्नो स्वतन्त्र अस्तित्व स्थापित गर्ने होड चलेको छ । यसरी आफ्नो मौलिकताको जगेर्ना गर्ने कार्यमा शेर्पा किदुग अमेरिकाको प्रयास ज्यादै स्वागत योग्य छ ।

हाम्रो भविष्य भनेको हाम्रा बालबालिकाहरु हुन । त्यसैले आजका बालबालिकाहरुलाई हाम्रो भाषा संस्कृतिको शिक्षा दिन किदुगले धेरै ठुलो त्याग गरेको छ । नौ वर्ष अघिबाट श्यार्बी रिग्शुङ् लोप्टा शुरु गरेर भाषा, संस्कृति र धर्मको शिक्षा दिन थालेको हो । लोप्टाले ठुलो प्रगति गरेको छ । यसले समाजमा आफ्नो मौलिक संस्कृतिको बारेमा चेतना जगाउने काम भएको छ ।

त्यसरी नै तीन वर्ष अघिबाट साना साना बालबालिकालाई पनि शेर्पा भाषा, संस्कृति र बौद्ध दर्शनको कक्षा शुरु गरेको छ । वर्तमानमा प्रौढहरुको लागि ग्येन्पी जिन्डा (प्रौढ कक्षा) र बालबालिकाहरुको लागि च्यिपी जिन्डा (बाल कक्षा) को रुपमा व्यवस्थित गरेर किदुगले न्युयोर्कमा एउटा नमुना पाठशालाको विकास गरेको छ । त्यति मात्र नभई नेपाली भाषा कक्षा पनि संचालन गरेर शेर्पा किदुगले सिङ्गो नेपाली समाजकै अगुवाको भूमिका निर्वाह गरिरहेको छ । शेर्पा किदुगले शुरु गरेका यस्ता उपलब्धिमूलक कार्यक्रमहरुलाई अझ सशक्त ढङ्गबाट अगाडि बढाउन सल्लाह, सुभावा र सहयोग गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो ।

यसै सन्दर्भमा केही सुभावाहरु प्रस्तुत गर्न चाहन्छु ।

- १) आफ्नो मौलिक भाषा, धर्म र संस्कृतिको जगेर्नाको लागि सचेत बनौं ।
- २) विदेशमा जन्मेका छोरा छोरीले आफ्नो मौलिक पहिचान नभुलोस ।
- ३) आफ्नो भाषा अनिवार्य सिकाउनु होस् । एकै परिवारका सदस्यहरु बीच कुराकानी गर्न दोभाषे प्रयोग गर्नु नपरोस ।
- ४) हाम्रो थर वा रु को जानकारी विवाह संस्कार प्रत्येकलाई ज्ञान होस् ।
- ५) शेर्पा किदुगका प्रत्येक कार्यक्रममा सहभागी बनौं ।

लेकक शेर्पा किदुग अमेरिकाद्वारा शेर्पा अफ दि इयर २०१७ बाट सम्मानित व्यक्तित्व हुनुहुन्छ ।

TSERING DIANA SHERPA 14 YEARS OLD, 8TH GRADE

As a student for two years in the choe class, I strongly believe that this class has influenced my perspective of the world at a disparate angle. Not only has this class furthered my understanding of my language and culture, but it also taught me a lot about myself as a person.

Prior to joining this class, I wasn't that superstitious and, I'll admit, I wasn't that interested in learning about my religion and culture. However, after about a year, I've realized that I've always had a passion for grasping the topic of Buddhism and how it became very common throughout the world.

We've learned about the Dharma, the Sangha, and many more about the Buddha. We've learned the alphabet and we're currently trying to comprehend how to read words when we combine them with different consonants. Another thing this class did was to help me with my social life. I've made lots of friends and was given lots of opportunities to represent our community. After two years, I've realized how beautiful and distinctive our culture is. The Choe class also conveyed how blessed I am to be part of the Sherpa community. Our community is probably the strongest and most effective in New York. To add on, it also showed me how I'm so fortunate to have the ability to learn about my background. I really am lucky to be a Sherpa!

Now, I know that usually on Friday nights we just want to watch Netflix or play video games. I know, I understand. But I highly suggest that you come to Choe class, which is every Friday from 7:10 to 8:00 pm at 41-01 75th Street in Queens, NY. This class, taught by Jurme Gyatso, educates you on various topics about our language and culture. You can make new friends, have fun and assimilate at the same time. After reading this, I hope your outlook on this class changes and that you will join me in attending this class. You won't regret it!

Young Sherpas should speak Sherpa Language



PASANG PHUTI SHERPA

Young generation of Sherpa people should speak their native language to save their culture and heritage because it defines who you are and it shows your identity.

Even though most of young Sherpa people migrate to different countries to get better education and to make their lives better they should not give up on saving their native language. Actual definition of Sherpa is people who can speak Sherpa language and follow Sherpa culture and religion. Just by writing surname Sherpa after one's first name does not represent you as a Sherpa. To be an actual Sherpa one should know how to speak his or her native language and should follow the culture and religion.

In context of Sherpa children in the United States most of them cannot speak their native language and therefore cannot communicate with their elder families who do not speak English. Which means that there is a language barrier and they cannot share their feelings with their parents and grandparents.

Even though parents in the United States feel difficult in teaching their children their native language, culture and religion many have not given up in doing so. They are putting their effort to protect their language, culture and religion by running a Sherpa language class for their children and helping them to participate in cultural and religious activities.

Only sending their children to classes, lecturing them about our culture and teaching them to perform some pujas cannot improve their children's language. If Sherpa parent really want to teach their children about the Sherpa culture and language then the parents themselves are first teachers for their children. Therefore children must be taught that their native language, culture and religion are something they have to protect and have to be proud of it.

We all know that home is a first school for their children. Therefore continue teaching of native language during childhood helps your children to learn how to value your culture and religion. They will know that keeping their

native language alive at home saves their culture and roots. Sherpa parents themselves are responsible to make their children Sherpa otherwise people from other culture cannot make them Sherpa. If Sherpa parents really want to see their children being a successful Sherpa guy and girl in Sherpa society and community they need to guide through their childhood.

On the other hands protecting own native language, culture and religion is important to represent our identity and give a positive self-concept. Speaking our native language can create a good connection with family members. If our native language is not maintained, important links to family members may be lost. Therefore parents of Sherpa young children should encourage using their first language to prepare their children to communicate in their native language. If the parents are unable to communicate well with their children they cannot convey to them the importance of our language.

We all know that clear communication helps parents to share their knowledge to their children and can become good parents they want to be. Only sending children in famous and expensive schools and colleges does not mean that they are perfect parents. Instead they forget their own language, culture and religion and they will follow western culture which make us miss the positives of our own culture. After they involved in western culture they will keep their own culture away and they will be far from their family, society and community. As well as one day there will be a chance of losing their identity.

I do not mean that young generation of Sherpa people should not learn other languages and follow other cultures and religions. It is always good to learn them. It is important that they should go hand in hand like a bird's wings.

Great Master Shangtonpa said, "*knowing others language, culture and religion is really good but forgetting own native language, culture and religion is shameful*". Therefore, to keep Sherpa language, culture and religion alive, young Sherpa people should learn about their native language, culture and religion and need to protect them forever.



Lhabab Duechen - *Happy mother's day*

JAMYANG DORJEE CHAKRISHAR

Buddha, a great teacher, set examples by engaging in twelve great deeds in his life. Through these deeds, he conveyed the message of what is known as the four noble truths: there is suffering, there is cause to the suffering, there is cessation to the suffering and there is path to the cessation of the suffering. He taught eight fold paths of cessation of suffering.

Lhabab Duechen, another great deed of the Buddha will be celebrated this year on 6th November, as usual with great religious fervor. Most of the Buddhists know that



the Buddha decided to ascend to the heaven after attaining enlightenment to repay the kindness of his mother by teaching and liberating her from the sufferings of the cyclic existence. His mother, Maya Devi is said to have ascended there when she passed away. His

returning to earth by descending from the heaven is called Lhabab Duechen or the great day of descending.

Buddha certainly did not engage in these acts so that his followers will celebrate the day and worship him only but to make them understand the essence of the day, to apply on one self and make it socially relevant. Many people in the west have the idea that Buddhism is a harsh, life-denying path. Contrary to it; Buddhist philosophy perhaps is not even a religion but science of mind, of infinite compassion with a capacity to build a better world.

Besides remembering the great deeds of the Buddha, Lhabab Duechen can practically be celebrated as a mother's day; repaying the kindness of the mother. In many countries there are days set aside especially to commemorate mother's day.

The Resolution for having a dedicated Mother's Day was signed by US President Woodrow Wilson on May 8, 1914. Since then people across the world have been celebrating Mothers Day with joy and devotion and express gratitude for the hardships they bear in bringing up a child.

Buddha emphasized greatly on the importance of loyalty to one's parents. *"My smile is the gift of my mother"* His Holiness the Dalai Lama said to 13,000 audiences packed into the Long Beach Arena for the annual California Governor and First Lady's Conference on Women in 2006. He further said *"More women must become leaders and schools must teach compassion."*

One of the drawbacks of Tibetan Buddhism is that for a long time it only remained monastery centric. Fortunately with the continuous effort of His Holiness the Dalai Lama and other spiritual masters, many great monasteries in India and Nepal are today active in 'engaged compassion' such as running hospitals, schools, orphanages and homes for senior citizens successfully.

Besides engaging in social activities, it is equally important to review some of the existing traditions such as expensive rituals said to be performed, especially during the death of a person, predominant in Buddhists villages in Himalayan regions in India and Nepal.

As a 21st century Buddhists, it is time to review whether these expensive traditions are socially relevant and if they conforms to the teachings of Buddha. Tibetan Buddhism believes that in our multiple past lives, we have had mothers who must have given us the same love and care like the mother of this life. Therefore, our

prayers begin by saying “Ma sem chen tham che”, meaning entire sentient beings as your mother.

Caring or remembering the kindness of your mother is the path to praying for the entire sentient beings. It begins from there; therefore, Lhabab Duechen is the festival of expression of gratitude towards your mother and promotion of compassion which is common to all religions and even relevant to non-believers.

Since we are not Buddha, we do not have the power to know where our mother of so many lives exists or to liberate her from Samsara but, as a lay man we certainly know our mother of this life. We can practically celebrate this day by remembering the kindness of our mother by expressing gestures such as spending quality time with her or pamper her a little on this special day of hers just as she pampers you all year round.

The writer is a Tibetan calligrapher and a former civil servant of the Government of Sikkim

(This article first appeared in Sikkim Express 10/14/2012)



གང་པའི་རིག་གཞུང་སློབ་གྲྭ། Sherpa Cultural School
བྱེད་པའི་འཛིན་གྲྭ། (Children's Classes)
Friday 6pm to 8 pm
By Lama Namdol Gyatso,
graduated from Mindrolling
Buddhist University.

གན་པའི་འཛིན་གྲྭ། (ADULT CLASS)
SATURDAY /SUNDAY 9 AM TO 12 PM
BY LOPEN GYURME CHODRAK,
FORMER LECTURER OF NAMDROLING
BUDDHIST UNIVERSITY
BUDDHIST PHILOSOPHY & MEDITATION-
EXPLANATION IN TIBETAN & NEPALI LANGUAGE

Please contact us for more information

MRS. RINGI SHERPA (646) 578-0975
LOPEN GYURME CHODRAK (347) 944-3478
TULKU URGEN RINPOCHE (718) 810-1423
MRS. TSERING SHERPA (917) 318-7303
TEMBA SHERPA (917) 470-8393
LAMA NAMDOL GYATSO (646) 724-5827
LHAKPA TENJI SHERPA (206) 861-4216

Certified Public Accountants

Firm of Stewart & Rijal, PLLC

Raj Biraj Rijal
CPA, CGMA, MBA, MSA

37-51 75th Steet, FL-1
Jackson Hts, NY 11372
(Near Chase Bank Between 37th Rd & 37th Ave)

Tel: (212) 868-5868
Cell: (917) 292-4747

Income Tax, Accounting, IRS & NYS Tax Representation, Business Consulting and contact for more

www.srcpafirm.com

Email: raj@srcpafirm.com

As American as Apple Pie. What's in a name?

SONAM G. SHERPA

When my daughter was in the first grade, I volunteered as a parent-chaperone to go along with her class for a trip to the Bronx Zoo. When the children arrived at the zoo, they were whisked away into a classroom, where an instructor told them all about the animals they were going to see that day. She spoke at great length about the animals, reptiles for that day, and then she began to ask questions. The children's names were all displayed on large index cards hung around their necks, and whoever raised their hand, the instructor would point to and say, "David, do you know the answer?"

There were many questions asked – and I knew for certain that my daughter knew answers to a few of them, as we had discussed some of them in preparation for the class trip. My daughter, even at that young age, was quite an outgoing person and talkative to an extent. To my amazement, she didn't raise her hand even once to questions that I was sure she knew the answers to.

When the information session ended and we got ready to go view the reptiles, I held her hand and asked her if she didn't know any of the answers. She said she did. "Then why didn't you raise your hand to answer?" I asked her. To which, she said, "Daddy, they can't say my name right."

When my son, who is five years younger than my daughter, was old enough to play with other kids in the park, we spent many hours there. He's the type who would lead other children, some even older than him, to his kind of games. Coming down the slides or on monkey bars, he's the one, usually, leading the pack. On one of these outings, while he seemed to be quite careless, I shouted his name and told him to be careful. Upon hearing his name, he came running to me. Then to my ear, he whispered, "Daddy, my name is MICHAEL. They (his friends in the park) can't say my name right."

As easy as it is for others to pronounce my name, many of my colleagues had asked me if they could call me "Sam". But, knowing Sam would be a short for Samuel for males and Samantha for females, in general, I declined their request. Just as it falls upon my shoulders to remember my colleagues' names, it is their responsibility to remember mine, if they feel it is worthwhile.

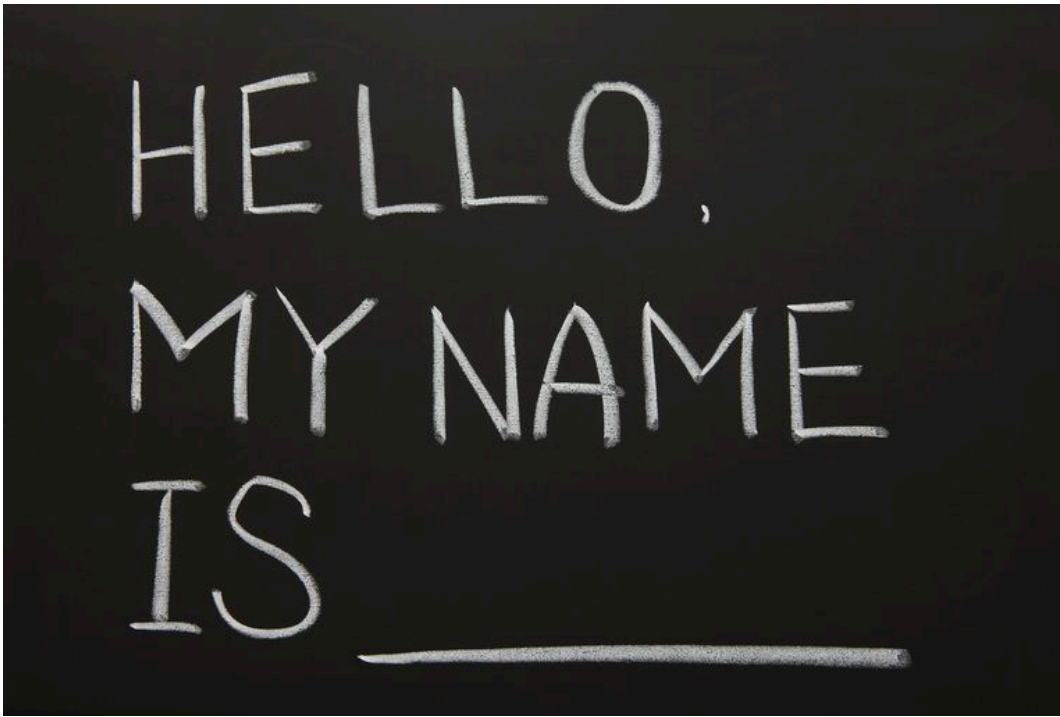
My colleagues have also suggested naming my children "American" names. So, I asked what names would be American. To which they suggested names that were derived from Christian and Jewish faiths. Personally, I

have a great deal of respect for all faiths of the world, but to call those names American was a bit too much. I made them aware that the names they suggested were of different religious persuasions than my own and they were most definitely not "American". As America is the land of immigrants, my children's names are "as American as apple pie," I politely reminded them.



On separate occasions, both my children have said to me, "I hate my name". They say people make fun of their names. As a concerned father, I tried to explain them that children are just children. They make fun of any name. I asked them if some of their friends with more common names are also made fun of. Surely, they gave me examples of how other children were made fun of also. After we agreed that children can, when they want, make something up to ridicule any name, not just theirs, I proposed to change their names legally to their desire, if they so wished. I told them that my wife and I gave them their names when they were born based on our cultural background. Now that they are old enough to understand what their special names represent, and they can pick alternate names for themselves, if they desired, and if it would make them happy, I for one was ready to fulfill their wish.

And to my wonderment and pride, they have both declined to change their names. They like their names, they said, as they are unique.



culture, and our tradition that defines each and every one of us. Just because we are in the midst of people who aren't familiar with these names, it does not mean that we should abandon our culture of naming our own in our own tradition.

Here's a quiz: Do you know these names and can you pronounce them correctly? George Stephanopoulos, host of "This Week" on Sundays on ABC TV and a former aide to the president Bill Clinton. Michael William Krzyzewski, often referred to as "Coach K", the Basketball Coach at Duke University. Zbigniew Brezinski, former National Security Advisor to the then U.S. President Jimmy Carter. Kweisi Mfume, the former President and Chief Executive Officer of the National Association for the

Advancement of Colored People (NAACP). Or how about General John M. Shalikashvili, former Chairman of the Joint Chiefs of Staff.

If the American people can say the above names, they sure will learn to say ours, if only we reach to the positions where everyone is compelled to know our names. Although very important in relation to one's background, names are not that important in comparison to the qualities that the name-bearer possesses. In William Shakespeare's "Romeo and Juliet," the Bard asked, "What's in a name? That which we call a rose by any other name would smell as sweet."

(This article first appeared in Migyul magazine in Summer of 2006)

The practice of naming names is different in various part of the world. Some name names that are related to their religion. Some are regional. Some names mean something. Some names are chosen at random. Most of us from the Himalayan region request a name for our children from a high Lama after the birth of our children. Back home, we would bring the newborns to a Lama and request him to name the child. Lamas are also invited to our own homes for the child's christening. In today's modern world, many of us simply make a telephone call to the Lama. After giving him the necessary details, such as gender, date and time of birth, the Lama speaks the name over the phone and the child is named as such. This telephone call could be made weeks or months after a child is born.

Since many of us are now in western countries, where a name is required for newborns at the hospital as soon as they are delivered, we require their names for them before they are even born. In such circumstances, to play safe, we ask the Lama for two names – a male and a female name. Of course, if one is certain of the gender of the child with the advent of sonogram and other modern technologies, you ask for just one name.

And many of us name our children on our own. When people ask me who named my children, I jokingly tell them, "Pala Rimpoche". My daughter is named after both my wife's and my own mother's – coincidentally, they shared the same name. My son is named after the Indian guru who brought Buddhism to Tibet. My mother said she had prayed to the guru for us to have a male child. So when her prayers came true, we said why not name our son after him?

So, the names my children have are very special to me. Likewise, any name you name your children has a special meaning. Be it a name you name on your own, from a high Lama, or His Holiness the Dalai Lama. These names signify our background, our religion, our



On behalf of New York Sherpa Kyidug Board
of Trustees, we wish you a very happy and
healthy New Year, the year of earth pig 2146.
Losar Tashi Delek!



Kalsang Choephel
(Co-ordinator)



Nima Lama



Dolma Sherpa



Pemba Gyalzen Sherpa



Palden Lama



Chhiring Sherpa



Ang Babu Sherpa



Sarkee Sherpa



Chhewang Sherpa

■ It's not just what you do, it's who you do it for.



We are in your community helping you plan for the future, so that you and your loved ones keep enjoying all the good in life.

Sonam T. Baruwa, LUTCF
Agent
New York Life
Insurance Company
CA Insurance Lic #0E17265
9525 Queens Blvd.
4th Floor
Rego Park, NY 11374
(917) 526-8270
stbaruwa@ft.newyorklife.com

©2016 New York Life Insurance Company,
51 Madison Avenue, New York, NY 10010

Keep Good Going™ is a trademark of New York Life Insurance Company, all rights reserved.

Life Insurance. Retirement. Long-Term Care.

KEEP

GOOD

GOING

**NEW
YORK
LIFE**