



बुद्धले के सिकाउनु भयो

लेखक: श्रद्धेय भिक्षु वल्पोल राहुल

अनुवादक: देवकाजी शाक्य



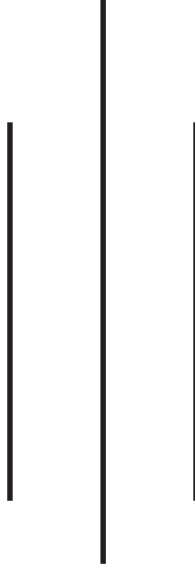
बुद्धले के सिकाउनु भयो

लेखक :
श्रद्धेय भिक्षु वल्पोल राहुल

अनुवादक :
देवकाजी शाक्य



बुद्धले के सिकाउनु भयो



लेखक :

श्रद्धेय भिक्षु वल्पोल राहुल

अनुवादक :

देवकाजी शाक्य

पुस्तक : बुद्धले के सिकाउनु भयो

लेखक : श्रद्धेय भिक्षु वल्पोल राहुल

प्रकाशक तथा अनुवादक : देवकाजी शाक्य

फोन: ५५२५९५२

ईमेल: devakshakya@yahoo.com

दाता

: श्रद्धेय भिक्षु विटियल सीवली महास्थविर

उप संघ नायक भिक्षु, उत्तर अमेरिका

प्रमुख, मिनेसोटा बौद्ध विहार, मिनियापोलिस, यु.एस.ए.

प्रथम संस्करण

: बुद्ध सम्बत २५५६

नेपाल सम्बत १९३२

वि.सं. २०६९ भाद्र

ई. सम्बत २०१२ अगष्ट

संस्करण प्रति

: १०००

डिजाइन

: सनोज शाक्य

कम्प्यूटर

: अनिलरत्न बज्राचार्य

ईजी कम्प्यूटर सर्भिस, टेकू, काठमाडौं ।

मुद्रण

: चारुमती प्रिन्टिङ प्रेस

चाबहिल, काठमाडौं ।

यो पुस्तक निःशुल्क वितरणको लागि हो, विक्रीको लागि होइन

This book is for free distribution and not for sale

Printed in Nepal.

Digital Copy for Free download from www.mnbv.org

ISBN No.

: 978-9937-2-4989-8

अमर्पण

दिवंगत भिक्षुहरू
नेपालका पूर्व संघनायक श्रद्धेय अनिरुद्ध महास्थविर,
श्रीलंकाका श्रद्धेय नारन्देनिय प्रज्ञाराम महास्थविर,
नेपालका पूर्व संघ उपनायक श्रद्धेय कुमार काश्यप
र श्रद्धेय सुदर्शन महास्थविरका
अनन्त गुणहरू स्मरण गर्दै
सविनय समर्पण



भैसज्य गुरु - सांसारिक रोग निवारणका महान चिकित्सक बुद्ध - जापानबाट

आशीर्वाद

बौद्ध उपासक श्री देवकाजी शाक्य संयुक्त राज्य अमेरिकाको मिनेसोटा राज्यको भ्रमणमा रहनु हुँदा मिनेसोटा बौद्ध विहार मिनियापोलिसद्वारा आयोजना गरिएका विविध बुद्धपूजा, ध्यान शिविर र धार्मिक छलफल, बौद्ध प्रवचन, महापरित्राण पाठ, कठिन दान आदि कार्यक्रमहरुमा सक्रिय सहभागी हुनु भयो । सोही बेला बौद्ध पुस्तकहरुका अनुवादको आवश्यकताबारे कुरा उठेको थियो ।

हाल बुद्ध ज्योति अन्तरराष्ट्रिय संघ नेपाल च्याप्टरका अध्यक्ष र बुद्धधर्म सम्बन्धी पुस्तकहरुका लेखक र अनुवादक समेत हुनुभएका श्री देवकाजी शाक्यज्यूलाई मैले विश्व प्रसिद्ध बौद्ध विद्वान् भिक्षु श्रद्धेय श्री वल्पोल राहुलले रचना गर्नुभएको र धेरै भाषामा समेत प्रकाशन भइसकेका **‘बुद्धले के सिकाउनु भयो’** भन्ने पुस्तक अनुवाद गर्नु राम्रो हुने कुरा सुभाषा दिएको थिएँ । साथै यो अनुवाद कार्यबाट पुस्तकसम्मका नेपाली पाठकहरुले फाइदा उठाउन सक्ने कुरा मैले उहाँलाई भनेको थिएँ । बुद्धले के सिकाउनु भयो भन्ने कुरा बुझ्न उपयोगी हुने यो पुस्तक नेपाली पाठकको सामु आज आएको कुराले म अत्यन्त हर्षित छु ।

देवकाजी शाक्यज्यूलाई साधुवाद छ । उहाँको उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि आशीर्वाद दिन चाहन्छु ।

विटियल सीवली

श्रद्धेय भिक्षु विटियल सीवली महास्थविर
उप संघ नायक भिक्षु, उत्तर अमेरिका
प्रमुख, मिनेसोटा बौद्ध विहार, मिनियापोलिस, यु.एस.ए.

प्राक्कथन

आज संसार भरि नै बुद्ध धर्मप्रति अभिरूचि बढिरहेको छ । धेरै संख्यामा समाजहरू र अध्ययन समूहहरू गठन भएका छन् र कैयौं संख्यामा बुद्धले दिनु भएका शिक्षा सम्बन्धी पुस्तकहरू बाहिर देखा परेका छन् । अफसोचको कुरा धेरैजसो किताबहरू साँच्चैका सक्षम लेखकहरूले लेखिएका छैनन् अथवा अरू धर्महरूबाट लिएका भ्रमपूर्ण सिद्धान्तहरू त्यहाँ छन् जसले गर्दा बुद्ध धर्म विषयमा गलत व्याख्या र गलत अवधारणाहरू प्रतिनिधित्व गर्ने भ्रमपूर्ण सिद्धान्तहरू प्रकाशमा आए । हालसालैका कुरा तुलनात्मक धर्म विषयका एकजना प्राध्यापकले बुद्ध धर्म विषयमा एउटा किताब लेखे जसलाई बुद्धका अनन्य सेवक आनन्दबारे समेत केही थाहा थिएन । उनले आनन्दलाई भिक्षु होइन, एकजना सामान्य व्यक्ति भनेर सोचेको थियो । यस्ता पुस्तकहरूले प्रचार प्रसार गरेका बुद्ध धर्मका ज्ञान गुणका कुराहरूले कस्तो प्रभाव छोड्न सक्ला, पाठकका कल्पनामा नै छोडौं ।

मैले यस सानो पुस्तकमा बुद्धले साँच्चै के कुरा सिकाउनु भयो भन्ने कुरा जान्न बुझ्न खोज्ने तर यस विषयमा कुनै ज्ञान हासिल नगरेका शिक्षित र जेहेन्दार सामान्य पाठकलाई सबभन्दा पहिले सम्बोधन गर्न कोशिस गरेको छु । उसको भलाइको लागि बुद्धका शुरुदेखिका विस्तृत अभिलेख भनी विश्वका बौद्ध विद्वानहरूले मानि आएका त्रिपिटक (टिपिटक) मा पाइने मौलिक पालीमा लेखिएका विषयवस्तुमा पाइने बुद्धले बोल्नुभएका आफ्नै साँच्चैका शब्दहरू विल्कुलै मिल्ने गरी सम्भव भएसम्म सरल, सहज, प्रत्यक्ष र छोटकरीमा प्रस्तुत गर्ने उद्देश्य राखेको छु । यहाँ भएका सामाग्रीहरू र उद्धृत गरिएका वाक्यांश र परिच्छेदहरू मौलिक ग्रन्थहरूबाट निकालिएका छन् । पछिल्ला मेरा कृतिहरूका केही ठाउँहरूमा मैले ती कुराहरूलाई उल्लेख गरेको छु ।

बुद्धले सिकाउनुभएका ज्ञानहरूबारे पहिला नै थाहा पाएका र अभि अध्ययनलाई अगाडि बढाउन चाहने पाठकहरूबारे पनि मैले मनन गरेको छु ।

त्यसकारण धैरैजसो मुख्य मुख्य शब्दहरूका पाली रूपान्तरणलाई मात्र होइन मौलिक पाठ्यवस्तुहरूका पाठटिप्पणीका साथै छानिएका ग्रन्थावली पनि दिएको छु ।

मेरा कार्यहरूका कठिनाइहरू धेरै प्रकारका छन् : बुद्धका उपदेशहरूका रूप र विषयवस्तुहरूलाई कुनै प्रकारले न छुट्ने गरी आजका अंग्रेजी पाठकहरूले बुझ्न र उच्च मूल्यांकन गर्ने किसिमले सबैले मन पराउने तर अपरिचित बाटो पछ्याउने र लग्ने कुराको प्रयास पूर्णमात्रामा गरेको छु । किताब लेख्दा मेरो मनमा प्राचीन विषयवस्तुहरू दौडिरहेका हुन्छन् । यसैले नियतपूर्वक नै बुद्ध बचनका अंशलाई दोह्याउने र समानार्थक शब्दहरूलाई प्रयोग गर्ने गरेको छु जसले गर्दा भगवान शास्ताले प्रयोग गर्नुभएका केही प्रज्ञप्तिहरू जुन मौखिक तवरले पुस्तौंसम्म प्रदान गरी आएका छन् पाठक समक्ष पुगोस् । मैले सकेसम्म मौलिक रूपसँग नजीक पुग्न र मेरो अनुवादलाई सरल र पढ्न योग्य बनाउन प्रयास गरेको छु ।

तर यस्तो विन्दु छ जसको सीमा बाहिर बुद्धले विकास गर्न अभिरूचि राख्नुभएका खास अर्थको सरलता नहराउने किसिमले विचार लिन कठिन छ । यस पुस्तकको लागि बुद्धले के सिकाउनुभयो भने शीर्षक छानिएको हुँदा मैले के महसुस गर्ने भने बुद्धले प्रयोग गर्नुभएका शब्दहरू प्रस्तुत नगर्नु गलत हुनेछ । उहाँले प्रयोग गर्नुभएका आलांकारिक शब्दहरूका अनुवादलाई बढी प्राथमिकता दिएको अवस्थामा अर्थलाई अनर्थ हुने तरिकाले प्रयोग हुनुबाट बच्नेछ र बोध सहज र सन्तोष प्रदान गर्ने हुन्छ ।

बुद्धका अत्यन्त आवश्यक र आधारभूत शिक्षा भनी सामान्यत मान्यता पाएका करिब करिब हरेक कुरालाई यो पुस्तकभित्र मैले छलफल गरेको छु । यी हुन् : चतुर्आर्य सत्यका सिद्धान्त, आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग, पञ्च स्कन्ध, कर्म, पुनर्जन्म, प्रतीत्यसमुत्पाद, अनात्मको सिद्धान्त (अनत्ता) सतिपट्टान । स्वभावतः पश्चिमी पाठकको लागि अपरिचित कुराहरूलाई छलफलमा व्याख्या गरिएका छन् । म उसलाई अनुरोध गर्दछु यदि ऊ शुरुको परिच्छेदलाई पहिला पढ्न चाहन्छ भने उसले त्यस्तै गरोस् । सामान्य बोध गरेर स्पष्ट र अझ बढी स्पष्ट भएपछि ऊ पाँचौं, सातौं र आठौंमा जाओस र त्यसपछि दुई, तीन, चार र छ मा फर्कोस् । बुद्ध धर्मले विचार प्रणालीमा

आधारभूत भनी मानि आएका थेरवाद र महायान विषयहरूमा छलफल नगरी बुद्धको शिक्षा बारे किताब लेख्नु सम्भव हुँदैन ।

हिनयान (सानो यान) भन्ने शब्द जान्ने बुझ्नेहरूका वृत्तमा अहिले प्रयोग गर्न छोडिसकेको छ भने थेरवादलाई जेष्ठहरूका सिद्धान्त (स्कूल) भनेर र महायानलाई महान यान भनेर अनुवाद गर्न सकिन्छ । आजको संसारमा बुद्ध धर्मका प्रमुख वर्गिकरणका रूपमा तिनीहरूलाई प्रयोग गरिन्छ । थेरवादलाई मौलिक परम्परागत बुद्ध धर्मको रूपमा मानिन्छ भने तिनीहरू सिलोन (हाल श्रीलंका), बर्मा, (म्यानमार), थाइल्याण्ड, कम्बोडिया, लाओस, पूर्वी पाकिस्तान हाल बंगलादेशको चितागोडमा फैलिएका छन् । तुलनात्मक रूपले पछि विकास भएका महायान अरू बौद्ध देशहरू चीन, जापान, तिब्बत, मङ्गोलिया आदि देशमा फैलिएका छन् । यी दुईटा सिद्धान्तहरूमा मुख्यतया आस्था, विश्वास, अभ्यास, मान्ने तौर तरिकाहरूमा निश्चित रूपमा भिन्नता छ तर बुद्धका अत्यन्त महत्त्वपूर्ण उपदेशहरू थेरवाद र महायानले एकमतले स्वीकारेका छन् जुन यस पुस्तकमा छलफल गरिन्छ ।

मलाई यस पुस्तक लेख्न अनुरोध गर्नको साथै, अभिरूचि लिदै सल्लाह सुझाव र पाण्डुलिपी समेत पढिदिनुभएकोमा प्राध्यापक इ.एफ.सि. लुडविकप्रति आभार व्यक्त गर्दछु । पाण्डुलिपि पढेर मूल्यवान सुझाव दिनुहुने सुश्री मरियन मोहनप्रति पनि कृतज्ञता प्रकट गर्दछु । अन्त्यमा दयापूर्वक आफ्नो भनाइ लेखिदिनु भएकोमा पेरिसका मेरा गुरू प्राध्यापक पौल डेमिएभिलेप्रति पनि भित्र हृदयदेखि आभारी छु ।

पेरिस

जुलाई १९५८

डब्लु. राहुल


अनुवादकको भनाइ

सर्वसाधारणले समेत बुद्ध धर्मका महत्त्वपूर्ण विविध पक्षबारे अत्यावश्यक आधारभूत ज्ञान र जानकारी हासिल गर्न सकोस भन्ने पुनीत उद्देश्यले लेखिएको प्रसिद्ध बौद्ध विद्वान श्रद्धेय भिक्षु वल्पोल राहुलको "बुद्धले के सिकाउनु भयो" भन्ने पुस्तक नेपाली भाषामा अनुवाद गर्न अवसर प्राप्त भएकोमा मैले ठूलो गौरवको अनुभव गरेको छु ।

संयुक्त राज्य अमेरिकाको मिनेसोटा बौद्ध विहारका प्रमुख एवं उत्तर अमेरिकाका उप संघनायक भिक्षु श्रद्धेय विटियल सीवली महास्थविरले विभिन्न भाषामा रूपान्तरित भइसकेका यो पुस्तकलाई नेपाली भाषामा पनि प्रकाशन गर्न सकिएमा अत्यन्त राम्रो हुने कुराको सुभावाव र सल्लाह दिनु भएकोमा उत्साहित भई सो कार्यलाई पूरा गरी नेपाली पाठक सामु ल्याउन पाएकोमा म निककै हर्षित छु ।

प्रकाशनको सम्पूर्ण आर्थिक भार आफै बहन गर्नु भएको, आवश्यक निर्देशन, सल्लाह र सुभावाव समेत प्रदान गर्नु भएकोमा श्रद्धेय भिक्षु विटियल सीवली महास्थविरप्रति म भित्र हृदयदेखि कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु । श्रद्धेय भन्तेकै सद्विच्छा मुताविक मैले यो पुस्तकलाई श्रीलंकाका श्रद्धेय दिवंगत भिक्षु नारन्देनिया प्रजाराम महास्थविर र नेपालमा बुद्ध शासनलाई दिगो बनाउन महत्त्वपूर्ण योगदान दिनु हुने दिवंगत भिक्षुहरू-नेपालका पूर्व संघनायक श्रद्धेय अनिरुद्ध महास्थविर, श्रद्धेय पूर्व उप संघनायक कुमार काश्यप महास्थविर, र श्रद्धेय सुदर्शन महास्थविरमा यो पुस्तक समर्पित गरेको छु । यो पुस्तक प्रकाशनार्थ संयोजनको भूमिका निर्वाह गर्नु हुने श्रद्धेय भिक्षु विश्वकीर्ति र मेरा सुपुत्र प्रशवास शाक्यलाई सहस्र धन्यवाद दिन चाहन्छु । साथै मिनेसोटा बौद्ध विहार एवम् विहारका धर्म शुभचिन्तकहरूमा पनि आभार व्यक्त गर्दछु । मित्र श्री तेजराज शाक्यज्यूको सहयोगलाई पनि म स्मरण गर्दै उहाँलाई धन्दवाद दिन चाहन्छु ।

यो पुस्तक बुद्धधर्ममा अभिरुचि लिनु हुने सबै पाठकहरूका लागि निककै उपयोगी हुने आशा तथा विश्वास पनि व्यक्त गर्न चाहन्छु ।


देवकाजी शाक्य

बुद्ध

बुद्ध जसको व्यक्तिगत नाम सिद्धथ (सिद्धार्थ-संस्कृतमा) र परिवारको नाम गोतम (संस्कृत-गौतम) थियो छैठौं शताब्दी पूर्व ई. सम्वत उत्तरी भारतमा बस्थ्यो । उनको पिता सुद्धोदन शाक्य अधिराज्य (आधुनिक नेपाल) को शासक थियो । उनकी आमा माया थिइन् । त्यस समयको चलन अनुसार उनको सोह्र वर्षको कलिलो सुन्दरी राजकुमारी यशोधरासँग बिहे भएको थियो । जवान युवक राजकुमार आफूले प्राप्त सम्पूर्ण भोग विलास ऐस आरामसँग दरबारमा बस्थे । तर अकस्मात जीवनका वास्तविकता र मनुष्यका दुखको सामना गरेका यस विश्वका दुखबाट बाहिर निस्कने समाधान भेट्दा उनले निश्चय गरे । २९ वर्षको उमेरमा छोरा राहुलको जन्म भएको केही समय लगत्तै उनले आफ्नो अधिराज्य छोडे र समाधानको खोजीमा त्यागी भए ।

६ वर्षसम्म त्यागी गौतम गंगा उपत्यकामा चहारिरहे, प्रसिद्ध धर्म गुरुहरूसँग भेटघाट गर्दै उनीहरूका प्रणाली, तौर तरिकाहरू र कठोर ऋषिमुनिको अभ्यासमा समर्पित हुँदै हिंड्दै गरे । तिनीहरूले उनलाई सन्तोष दिन सकेनन् । यसैले सबै परम्परागत धर्महरू र तिनीहरूका तरिकाहरूलाई उनले त्यागे र आफ्नै बाटो लागे । एक साँझ रूखमुनि बस्दा (त्यति बेलादेखि बोधि वृक्ष अथवा बोध गराउने रूख भनी प्रसिद्ध भयो) नेरन्जरा नदिको किनार बुद्ध गया (आधुनिक विहारको गया नजीक) मा ३५ वर्षको उमेरमा गौतमले बोधिज्ञान प्राप्त गरे । त्यसपछि, उनी बुद्ध, बोध भएको भनी कहलिन थाले ।

बोधिज्ञान प्राप्त पछि, गौतम बुद्धले ५ जना त्यागीहरूका समूह (पञ्च वर्गीय भिक्षु), आफ्ना पुराना साथीहरूलाई बनारस नजीक इसिपत्तनमा मृगदावन (आधुनिक सारनाथ) मा आफ्नो प्रथम उपदेश प्रदान गर्नुभयो । त्यस दिनदेखि ४५ वर्षसम्म उहाँले सबैवर्गका पुरुष र महिला-राजा किसान, बाहुन र निम्न जातका मानिसहरू र डाँकाहरूलाई कुनै सानो भन्दा सानो भेदभावसम्म पनि नगरी उपदेश दिनुभयो । जातीय भेदभाव र सामाजिक वर्ग विभाजनलाई उहाँले मान्यता दिनु भएन र सबै पुरुष र महिला जो जान्ने

बुभ्न र अनुसरण गर्न तयार भए सबैलाई खुल्ला रूपमा उहाँले आफ्ना उपदेश प्रचार प्रसार गर्नु भयो ।

८० वर्षको उमेरमा कुसिनारा (आधुनिक भारतको उत्तर प्रदेशमा) उहाँ निर्वाण हुनुभयो ।

आज बुद्ध धर्म सिलोन, (श्रीलंका), बर्मा (म्यानमार), थाइल्याण्ड, कम्बोडिया, लाओस, भियतनाम, तिब्बत, चीन, जापान, मङ्गोलिया, कोरिया, फर्मोसा (ताइवान), भारतका केही ठाउँहरूमा, पाकिस्तान, नेपाल र पुरानो सोभियत युनियनमा पनि पाइन्छ । बौद्ध जनसंख्या संसारमा ५० करोड भन्दा बढी छ ।

विषय सूचि

प्राक्कथन

बुद्ध

परिच्छेद १

चित्त विषयमा बौद्ध धारणा

मानवको स्थान सर्वोत्कृष्ट - आफ्नो शरण आफैँ - उत्तरदायित्व - शंका उपशंका - स्वतन्त्र चिन्तन - सहिष्णुता - बुद्ध धर्म धर्म हो वा दर्शन ? - सत्यको कुनै लेवुल (चिनाउने संकेत) हुँदैन - अन्धधुन्ध विश्वास अथवा श्रद्धा होइन, प्रत्यक्ष देख्नु र बुझ्नु - सत्य (धर्म) मा समेत आसक्त हुनु हुँदैन - पार गर्ने डुङ्गाको उपमा कथा - काल्पनिक अनुमान काम लाग्दैन - व्यावहारिक धारणा - घाइते मानिसको उपमा कथा १-१८

परिच्छेद २

चार आर्य सत्य

पहिलो आर्य सत्य : दुःख

बुद्ध धर्म आशावादी, निराशावादी र दुईटै होइन, यो यथार्थवादी धर्म हो - दुःखको अर्थ - अनुभवका तीन क्षेत्रहरू - दुःखका तीन क्षेत्रहरू - जीव के हो? - पाँच स्कन्धहरू - कुनै अध्यात्म पदार्थ विरुद्ध छैन - निरन्तर परिवर्तन - विचार र विचारक - के प्राणीको शुरूवात छ ? १९-३५

परिच्छेद ३

दोस्रो आर्य सत्य :

समुदय : दुःखको उदय

‘दुःखको उत्पत्ति’ - वर्णन - चार आहारहरू - दुःखको कारणको जरो र निरन्तरता - दुःखका उत्पत्ति र अन्त्यको स्वभाव - कर्म र पुनर्जन्म - मृत्यु के हो ? - पुनर्जन्म के हो ३६-४४

परिच्छेद ४

तेस्रो आर्य सत्यः

निरोध : दुःखको निरोध

निर्वाण के हो ? - भाषा र परमार्थ सत्य - निर्वाणका व्याख्याहरु - निर्वाण नकारात्मक हुँदैन - निर्वाण परमार्थ सत्य - परमार्थ सत्य के हो ? - सत्य नकारात्मक हुँदैन - निर्वाण र संसार - निर्वाण परिणाम होइन - निर्वाण पछि के छ ? - गलत छाप - मृत्युपछि अरहन्तको के हुन्छ ? - आत्मा छैन भने कसले निर्वाण प्राप्त गर्दछ ? - यही जीवनमा निर्वाण ४५-५४

परिच्छेद ५

चौथो आर्य सत्यः

मगगः मार्ग

मध्यम मार्ग अथवा आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग - करुणा र प्रज्ञा - नैतिक आचरण - ध्यान भावना (मानसिक अनुशासन) प्रज्ञा - दुई प्रकारका बोध) चार आर्य सत्य सँग सम्बन्धित चार कार्यहरू ५५-६२

परिच्छेद ६

अनात्माको सिद्धान्तः अनत्त

आत्मा अथवा स्वत्व के हो ? - ईश्वर र आत्मा - स्वरक्षा र स्वसम्बर्धनको लागि - शिक्षा - 'प्रचलित मूल्य मान्यता विरुद्ध - विश्लेषणात्मक र संश्लेषणात्मक - परिस्थितिमा आधारित अवधारणा - स्वतन्त्र चिन्तनका प्रश्नहरू - दुई प्रकारका सत्य -केही गलत वा भ्रमित अवधारणाहरु वा चिन्तन - बुद्धले स्पष्ट सिद्धात्माको विरोध गरे - बुद्धको मौनता 'आत्मा' अस्पष्ट अवधारणा हो - उचित अवधारणा - यदि आत्मा छैन भने कसले कर्मको परिणाम भोग्छ ? - अनत्तको सिद्धान्त नकारात्मक होइन..... ६३-८३

परिच्छेद ७

ध्यान भावना अथवा मानसिक संस्कार - भावना

गलत सोचहरू - भावना जीवनबाट भागनु होइन - दुई किसिमका ध्यान भावना - स्मृति वा सतिको स्थापना - श्वास प्रश्वासमा ध्यान भावना - क्रियाकलापहरूमा स्मृति - वर्तमान क्षणमा बाँच्नु - अनुभूतिमा ध्यान भावना - चित्तमा - नैतिक, आध्यात्मिक र बौद्धिक विषयहरूमा ध्यान भावना.... ८४-९९

परिच्छेद ८

बुद्धले के सिकाउनु भयो ? - आजको विश्व

गलत धारणाहरु - बुद्ध धर्म सबैको लागि - दैनिक जीवनमा -परिवारिक र सामाजिक जीवनको लागि - उच्च प्रशंसित गृहस्थ जीवन - बौद्ध कसरी बन्ने - सामाजिक र आर्थिक समस्याहरु - गरिवी : अपराधको कारण - भौतिक र आध्यात्मिक उन्नति - गृहस्थहरुका लागि चार किसिमका सुखहरु- राजनीति, लडाँइ र शान्ति - अहिंसा - शासकका दश कर्तव्यहरु - बुद्धको सन्देश - के यो व्यवहारिक छ ? अशोकको उदाहरण - बुद्ध धर्मको उद्देश्य १००-११८

छानिएका पाठ्य विषयहरु:

धम्मचक्रपवत्तन सुत्त - बुद्धको पहिलो उपदेश	१२१
आदित्तपरियाय सुत्त - अग्नि उपदेश.....	१२४
मेत्ता सुत्त - मैत्री	१२७
मङ्गल सुत्त - मङ्गलहरु	१२८
सब्बासव सुत्त - सबै चिन्ताहरु र दुःखहरुबाट मुक्त हुने	१३०
वत्थुपम सुत्त - कपडाको टुक्राको उपमा कथा	१३९
सतिपट्टान सुत्त - सतिका आधारहरु (स्मृतिको उपस्थिति वा अवस्था).....	१४४
सिगालोवाद - सुत्त	१६०
धम्मपद - सत्य वचन	१६९
महापरिनिब्बान सुत्तबाट- बुद्धका अन्तिम वचनहरु	१८२
शब्दभण्डार	१८५
केही टिप्पणीहरु	१९५

परिच्छेद एक

चित्त सम्बन्धि बौद्ध धारणा

धर्महरूका संस्थापकहरूमा बुद्ध (लोकप्रिय अर्थमा धर्मको संस्थापक भनेर उहाँलाई भन्न अनुमति हामीलाई प्राप्त भएमा) एकजना मात्र त्यस्तो गुरु हुनुहुन्छ जसले आफूलाई शुद्ध र सामान्य मनुष्य भन्दा फरक भनेर दावी गर्नु भएको छैन । अरू धर्मगुरुहरू ईश्वर अथवा अर्को स्वरूपमा उनका अवतार वा उनीद्वारा अभिप्रेरित रूपमा आफूलाई मान्थे । बुद्ध एकजना मानव मात्र हुनु हुन्थ्यो, उहाँले आफूलाई कुनै ईश्वरद्वारा वा बाहिर शक्तिबाट प्रेरणा पाएर बोध भएका भनेरसम्म पनि भन्नुभएन । उहाँले आफूलाई ज्ञान, उपलब्धीहरू र हासिल भएका अरू कुराहरू सबै मानवीय मिहिनेत र बुद्धिका कारण भएका हुन् भनेर भन्नु भएको छ । एकजना मानिस र मानिस मात्र बुद्ध बन्न सक्छ । हरेक मनुष्यसँग आफूभित्र बुद्ध बन्ने क्षमता रहेको हुन्छ, उनले यस्तो इच्छा राख्नुपर्छ वा यसको लागि परिश्रम गर्नुपर्छ । बुद्धलाई हामी सम्पूर्ण रूपले सर्वोत्कृष्ट मनुष्य भन्न सक्छौं । उहाँ आफ्नो मानवीय गुणहरूद्वारा यस्तो सुसम्पन्न हुनु हुन्थ्यो, उहाँलाई यस लोकप्रिय धर्ममा असाधारण तवरले अत्युत्तम उच्च मानवको रूपमा मान्न थालियो ।

बुद्ध धर्म अनुसार मानवको स्थान सर्वोत्कृष्ट छ । मानव उसको आफ्नै मालिक हो र उसको भाग्यलाई राम्रो नराम्रो भनेर न्याय प्रदान गर्ने कुनै उच्च प्राणी अथवा शक्ति त्यहाँ कुनै छैन । “आफ्नो आश्रय आफै हुन् र अरू उनको आश्रय को बन्न सक्छ ?” बुद्धले भन्नुभयो । उहाँले आफ्ना चेलाहरूलाई आफैमा शरण पर्न भन्नुभयो र कसैको शरणमा नपर्न र कसैबाट मद्दत न खोज्न भन्नुभयो । उहाँले हरेक व्यक्तिलाई आफ्नो विकास गर्न र आफ्नो मुक्तिको लागि कार्य गर्न प्रोत्साहन प्रदान गर्नुभयो, हौसला दिनुभयो किनभने आफ्नै व्यक्तिगत प्रयास र बुद्धिद्वारा ऊ बन्धन मुक्त हुन क्षमतावान छ । बुद्धले भन्नुहुन्छ, “आफ्नो काम तिम्रो आफैले गर्नुपर्छ, तथागतले बाटो वा उपाय मात्र सिकाउनु हुन्छ ।” यदि बुद्धलाई सबैका रक्षक भनिन्छ भने यस

अर्थमा हो कि उहाँले मुक्ति, निर्वाणको बाटो पत्ता लगाउनुभयो र देखाउनुभयो । तर बाटोलाई हामी आफैले पछ्याउनु पर्छ ।

व्यक्तिगत उत्तरदायित्वको सिद्धान्तको आधारमा बुद्धले आफ्ना चेलाहरूलाई मुक्तिको बाटो देखाउनु भयो । महापरिनिब्बान सूत्रमा बुद्ध भन्नु हुन्छ कि उहाँले कहिल्यै भिक्षु संघलाई नियन्त्रण गर्ने कुरा सोच्नुभएन न त संघ नै उहाँमा भर परोस भनेर चाहनुभयो । उहाँले आफ्नो उपदेशमा रहस्यमय गोप्य सिद्धान्त छ भनेर भन्नुभएन र कुनै कुरा आफ्नो मुट्टी भित्र राखेको भन्नु (आचरिय मुट्टी) अथवा अर्को शब्दमा भन्ने हो भने बुद्धले आफ्ना बाहुलाभित्र कुनै कुरा लुकाउनु भएन ।

धर्मको इतिहासमा कतैतिर पनि बुद्धले प्रदान गर्नुभएको जस्तो विचारको स्वतन्त्रताबारे सुनिएको छैन । यस्तो स्वतन्त्रता आवश्यक छ किनभने बुद्धको भनाइमा मानिसको मुक्ति ऊ आफैले बोध गरेको सत्यमाथि भर पर्दछ, न कि उनका आज्ञाकारी व्यवहारको इनामको रूपमा कुनै बाहिरी शक्ति वा ईश्वरको अनुकम्पामा भर पर्दछ ।

एकचोटि बुद्ध कोशल राज्यको केसपुत्त भनिने सानो शहरमा पुग्नुभयो । यस शहरमा वासिन्दाहरू कालाम भन्ने सामान्य नाममा चिनिन्थे । बुद्ध आफ्ना शहरमा आइपुग्नु भएको खबर सुन्ने वित्तिकै, कालामहरू उहाँलाई भेट्न गए र भने : “महोदय, कोही त्यागी र ब्राम्हणहरू केसपुत्तमा भ्रमण गर्दछन् । तुच्छ सम्भेर गाली पनि गर्छन् । अरू त्यागीहरू र ब्राम्हणहरू पनि त्यस्तै आफ्ना सिद्धान्तहरू माथि प्रकाश पाउँ ब्याख्या गर्छन् र अरूहरूका सिद्धान्तहरूलाई आलोचना गर्दै तुच्छ भनी हेला गर्छन् । तर कुन त्यागी र ब्राम्हणहरूले सत्य बोले, कसले भूइया बोले भन्ने कुराले हामीलाई अलमलमा पारिदिन्छ, र शंका उपशंका उब्जाइदिन्छ ।”

धर्महरूका इतिहासमा अलग्ग आफ्नै पहिचान र स्थान बनाउँदै बुद्धले उनीहरूलाई यस्तो अर्ती दिनुभयो । “हो, कालामहरू, यो उचित छ कि तिमीहरूमा शंका छ, तिमीहरू बिलखबन्दमा परेका छौ किनभने शंकास्पद कुराहरूमा शंकाहरू उठेका हुन्छन् । कालामहरू अब हेर, कुनै खालका बयान वा प्रतिवेदन (रिपोर्ट), परम्परा वा प्रचलनमा आएका भनाइ वा हल्लाहरूमा तिमीहरू न भड्कनु, नलाग्नु । धार्मिक विषयका आधिकारिक विषयवस्तु, तर्क

वितर्क, बाहिर देखिने स्वरूप वा अनुमान गरिएका विचार धाराहरू, सम्भाव्यताहरू र हाम्रा गुरुले दिएका विचार भनेर तिनीहरूका पछि अन्धधुन्ध नलाग, अनुसरण नगर । तर हे कालामहरू, यदि तिमीहरूलाई कुनै कुराहरू खराब अकुशल र दोषपूर्ण छन् भन्ने लागेमा तिनीहरूलाई छोडिदेऊ । तिमीलाई कुनै कुराहरू कुशल र असल छन् भनेर थाहा भएमा तिनीहरूलाई स्वीकार गर र पछ्याऊ ।”

बुद्धले अझ अगाडि बढ्दै भिक्षुहरूलाई भन्नुभयो, “शिष्यले तथागत (बुद्ध) लाई समेत जाँचु पर्दछ जसले गर्दा आफूले अनुसरण गरेका गुरुको कुराको साँचो मूल्यबारे पूर्ण मात्रामा विश्वस्त हुन सकोस् ।”

बुद्धको शिक्षा अनुसार स्पष्ट सत्य बोध गर्न र आध्यात्मिक उन्नति (वा कुनै पनि उन्नतिको लागि) हासिल गर्न शंका (विचिकिच्छा) पाँचवटा बाधा वा अवरोधहरू (नीवरण) मध्ये एक हो । तर शंका भनेको ‘पाप’ होइन किनभने बुद्ध धर्ममा पूर्ण विश्वास गर्न सकिने वस्तुहरू छैनन् । वास्तवमा अरू कुनै धर्महरूले बुझे जस्तो ‘पाप’ बुद्ध धर्ममा छैन । सबै किसिमका दोषको जरो अज्ञानता (अविज्जा) र भ्रूष्ट विचार दृष्टिकोण (मिच्छा दिट्ठि) मा छन् । शंका, विलखबन्दता, अल्मलाइ र पथबाट विचलित भएबाट कुनै किसिमको उन्नति हुन सक्दैन भने तथ्यलाई कसैले विरोध गर्न सक्तैन । स्पष्ट रूपमा नदेखेसम्म र नबुझेसम्म त्यहाँ शंका रहन्छ भन्ने कुरा पनि समान रूपले विरोध गर्न नसक्ने कुरा हो । तर उन्नतिको लागि अधि बढ्न शंका निवारण गर्न अकाट्य रूपमा अत्यन्त आवश्यक नै छ । शंका निर्मूल गर्न कुनै कुरालाई सफा र स्पष्ट देख्नै पर्छ ।

कसैले पनि शंका गर्नु हुँदैन र विश्वास गर्नुपर्छ भन्ने कुरामा कुनै तुक छैन । “म विश्वास गर्छु” भन्नु मात्रले तिमीले सबै कुरा बुझ्दछौ र थाहा पाउँछौ भन्ने अर्थ होइन । एकजना विद्यार्थीले गणितको समस्या समाधान कार्यमा लाग्छ भने यस्तो अवस्थामा पनि ऊ पुग्छ जुन नाघेर गएमा उसलाई कसरी अगाडि बढ्ने भन्ने थाहा हुँदैन र त्यहाँ ऊ शंका र अल्मल्याइमा पर्दछ । उसलाई शंका भएसम्म ऊ अगाडि बढ्न नै सक्दैन ।

ऊ अगाडि बढ्न चाहन्छ भने उसले शंका निवारण गर्ने पर्दछ । यस्ता शंकाहरू हटाउने तरिकाहरू त्यहाँ हुन्छन् । “म विश्वास गर्छु” अथवा

“म शंका गर्दिन” मात्र भन्नाले समस्या समाधान निश्चित रूपले हुँदैन । जबर्जस्ती विश्वास गर्नु र बुभुद्धै नबुझी कुराहरू स्वीकार गर्नु राजनीतिक कुरा मात्रै हुन्, आध्यात्मिक र बौद्धिक कुरा हुन नै सक्दैनन् ।

बुद्धले शंकालाई हटाउन सधैं उत्सुकता देखाउनु हुन्थ्यो । आफ्नो परिनिर्वाण हुनु केही क्षण अगाडिसम्म पनि आफूले दिएका उपदेशहरूमा केही शंका छन् कि भनेर सोध्नुभयो र यस्तो पनि भन्नुभयो कि शंकालाई हटाउन नसकेकोमा पछिबाट कुनै दुख मन गर्नु नपरोस् । तर चेलाहरू सबै चूपचाप रहे । त्यति बेला उहाँले भन्नुभएको कुरा मन छुने खालको थियो । “आफ्नो शास्तामाथिको आदर गौरवले तिमीले सोध्न नसकेको हो भने तिमीहरू मध्येका कुनै एकले आफ्नो साथीलाई यो कुराको सूचना देऊ ।” (यसको अर्थ आफ्नो साथीलाई भने पछि आफ्नो पक्षबाट उसले प्रश्न सोधोस् ।)

धर्मको इतिहासका विद्यार्थीहरूलाई चिन्तनको स्वतन्त्रता मात्र होइन बुद्धले देखाउनु भएको सहिष्णुता पनि अचम्मको कुरा हुनेछ । एकचोटि नालन्दामा निगन्ठ नाथपुत्त (जैन महावीर) को नाम कमाएका धनी उपासक शिष्यलाई महावीरले बुद्ध कहाँ पठाएर कर्म सम्बन्धी केही सिद्धान्तहरूका बुँदाहरूमा तर्क वितर्कद्वारा बुद्धलाई हराउन भनी पठाए किनभने त्यस विषयमा बुद्धको महावीरसँग मत विभाजन थियो, फरक थियो । आशा गरिएको भन्दा विल्कुलै उल्टो छलफलको अन्त्यमा उपाली बुद्धको विचार उचित र ठीक थियो र आफ्नो मालिक वा गुरु गलत थियो भनेर विश्वस्त भए । यसकारण उनले बुद्धसँग आफूलाई उपासक भनी स्वीकार गर्नुहोस् भनेर प्रार्थना गरे । तर बुद्धले हतार नगर्न र पुनर्विचार गर्न सल्लाह दिनुभयो, उहाँले भन्नुभयो, “तिमीजस्तो प्रसिद्ध व्यक्तिले कुनै पनि कुरालाई होसियारपूर्वक सोच्नु राम्रो हुन्छ ।” उपालीले आफ्नो इच्छालाई फेरि दोहऱ्याएपछि बुद्धले उनलाई आफ्ना पुरानो धर्म गुरुलाई पहिला जस्तै निरन्तर आदर गर्न र उसलाई समर्थन गर्न भन्नुभयो ।

ई. सम्बतको तेस्रो शताब्दी पूर्व भारतको महान बौद्ध सम्राट अशोकले सहिष्णुता र समझदारीको राम्रो उदाहरणलाई पछ्याएर आफ्ना विशाल साम्राज्यमा सबै धर्महरूलाई सम्मान र समर्थन प्रदर्शन गरे । उनले दुंगामा खोपेका शीलालेखहरूमध्ये एउटामा मौलिक रूपमा लेखेको कुरा आज

पनि कसैले पढ्न सक्छ, जसमा सम्राटले घोषणा गरे : “कसैले पनि आफ्ना धर्मलाई मात्र सम्मान गर्ने र अरूको धर्मलाई अपमान गर्नु हुँदैन । बरू कुनै पनि कारणमा अरूका धर्महरूलाई पनि सम्मान गर्नु पर्छ । यस्तो गरेर आफ्नो धर्मको अभिवृद्धि र अरू धर्महरूलाई पनि सेवा प्रदान गर्नु पर्दछ । यस्तो नगरेको अवस्थामा उसले आफ्नो धर्मको लागि आफैले चिहान खन्छ भने अरू धर्महरूलाई पनि नोक्सान पुऱ्याउँछ । म मेरो आफ्नो धर्मप्रति भक्तिभाव गर्दै आफ्नो धर्मलाई आदर सम्मान व्यक्त गर्दछु र अरू धर्महरूलाई हेला गर्दछु भन्छ भने ठीक उल्टो यस्तो गरेर उसले बडो गम्भीरतापूर्वक आफ्नै धर्मलाई नोक्सान पुऱ्याउँछ । यसकारण मेलमिलाप असल हुन्छ : सबैलाई ध्यानपूर्वक सुन्न देऊ र अरूले अपनाएका सिद्धान्तहरूलाई ध्यान दिएर सुन्ने इच्छा बढाऊ ।”

अचेल धार्मिक सिद्धान्त मात्र होइन अरू विषयहरूमा पनि सहानुभूतिपूर्वक समझदारी राख्ने भावनाहरू हामीले बढाउनु पर्छ ।

सहनशीलता र समझदारीका भावना नै बौद्ध संस्कृति र सभ्यताका शुरूदेखिको सबभन्दा सुखद र आनन्दित आदर्श हुँदै आएको छ । त्यसकारण २५०० वर्ष लामो प्रचार प्रसारमा र बुद्ध धर्ममा मानिसहरू आफू लाग्नु अथवा परिवर्तित हुनुमा कुनै किसिमका कानूनी कारवाही वा रगतको थोपा बगेको एउटै पनि कुनै उदाहरण छैन । आज बौद्ध धर्मावलम्बीहरूका संख्या ५० करोड पुगेको अवस्थामा एशिया महादेशका सबै ठाउँमा यो धर्म शान्तिपूर्ण ढंगले फैलिए । कुनै पनि किसिमको बहानामा पनि हत्या हिंसा हुनु बुद्धको शिक्षाको विल्कुलै विरुद्ध हुन्छ ।

प्रश्न सोध्ने गरिन्छ : बुद्ध धर्म, धर्म हो अथवा दर्शन ? तिमीले के भन्दछौ, यसको मतलब हुँदैन । तिमीले जुनसुकै नाम दिए पनि बुद्ध धर्म जे हो, त्यस्तै रहिरहन्छ । बुद्ध धर्म भनेर बुद्धको शिक्षालाई नाम दिने गरे पनि यो कुनै महत्त्वपूर्ण कुरा होइन । जसले जे नाम दिए पनि यसको कुनै आवश्यकता छैन ।

नाममा के छ र ? जुन वस्तुलाई हामी गुलाफ भन्छौं, कुनै अर्को नाममा पनि यसको बास्ना मिठै हुन्छ ।

यस्तै सत्यलाई नाम आवश्यक हुँदैन । न यो बौद्ध न त क्रिश्चियन, हिन्दु र मुसलमान नै हुन् । यो कसैको एकलौटी हुँदैन । विभेदपूर्ण नामहरू स्वतन्त्र समझदारीका लागि वा बोधको लागि अवरोध हुन्छन् र तिनीहरूले मानिसको चित्तमा हानी पुऱ्याउने पूर्वाग्रह पैदा गर्छन् ।

बौद्धिक र आध्यात्मिक कुरामा मात्र यो सत्य हुने होइन मानवीय सम्बन्धमा पनि यो साँचो हुन्छ । उदाहरणको लागि जब हामी कोही मानिस भेट्छौं, हामी उनलाई एकजना मानवको रूपमा हेर्दैनौं बरू हामी उसलाई अंग्रेज, फ्रान्सेली, जर्मन, अमेरिकन अथवा यहूदी भनेर आफ्नो मनमा पूर्वाग्रह जोडेर नाम दिन्छौं । हामीले जुनसुकै नाम उनलाई दिएको भए पनि यसका गुणहरूले ऊ पूर्ण मात्रामा अलग स्वतन्त्र भएको हुन सक्छ ।

मानिसहरू भेदभावपूर्ण नाम राख्न सौखिन हुन्छन् र तिनीहरूले मानवीय गुणहरू र सम्बेगहरूलाई साभ्भा रूपमा एक तह वा ठाउँमा राखिदिन्छन् । यसकारण तिनीहरूले फरक फरक परोपकारी संस्था जस्तो उदाहरणको लागि बौद्ध परोपकार संघ अथवा क्रिश्चियन परोपकारी संघले अर्को नामको परोपकार संघलाई हेला गर्दछ । तर परोपकार भनेको कुनै एक गुट वा सम्प्रदाय पक्षीय हुँदैन । यसलाई क्रिश्चियन, बौद्ध, हिन्दु वा मुसलमानको भन्न मिल्दैन । बच्चाको लागि आमाको माया बौद्ध वा क्रिश्चियन हुँदैन । यो आमाको प्रेम हुन्छ । मानवीय गुणहरू र सम्बेगहरू जस्तो प्रेम, परोपकार, करुणा, सहिष्णुता, धैर्य, मित्रता, इच्छा, घृणा, अकुशल इच्छा, अज्ञानता र आडम्बर इत्यादिको लागि गुटीय नाम आवश्यक हुँदैन । तिनीहरू खास धर्मको स्वामित्वमा हुँदैनन् ।

सत्यको खोजकर्ताको लागि यो विचार कहाँबाट आउँछ भन्ने कुराको महत्त्व हुँदैन । विचारको उत्पत्ति र विकास वा कुराहरू बौद्धिकका लागि हुन् । वास्तवमा सत्यलाई बुझ्नको निमित्त यो आवश्यक छैन कि यो शिक्षा बुद्धबाट वा अरू कोहीबाट आएका हुन् । आवश्यक कुरा वस्तुलाई देख्नु र बुझ्नु हो । मज्झिम निकायमा (सुत्त संख्या १४०) एउटा महत्त्वपूर्ण कथा छ जसले यो कुरा बुझाउँछ ।

बुद्धले एकफेरा कुम्हालेको छाप्रोमा रात बिताउनु भयो । त्यही छाप्रोमा केही बेर अगाडि मात्र एकजना जवान गृह त्यागी आइपुगेको थियो ।

तिनीहरूले एकले अर्कोलाई चिनेका थिएनन् । बुद्धले त्यस त्यागीलाई निरीक्षण गर्नु भयो र मनमा विचार गर्नुभयो : “यो नवजवानका तौरतरिकाहरू रमाइला छन् । उसको बारेमा सोध्दा राम्रो हुनेछ ।” यसकारण बुद्धले उसलाई सोध्नु भयो: “हे भिक्षु, कसको नाममा तिमीले आफ्नो घर छोड्यौ ? तिम्रो गुरु को हुन् ? कसको सिद्धान्त तिमीलाई मन पर्छ ?”

‘हे मित्र,’ जवान केटोले जवाफ दियो, “शाक्य कुलको गौतम भन्ने त्यागी जसले त्यागी बन्न शाक्य परिवार छोड्यो । जताततै बोधिज्ञान प्राप्त अरहन्त हो भनेर उसको उच्च नाम चलेको छ । उनै सर्वोत्कृष्ट व्यक्तिको नाममा म त्यागी बनेको हुँ । उनी मेरो गुरु हुन् र उनको सिद्धान्त मलाई मनपर्छ । सम्यक सम्बुद्ध बनेका सबैका आदर गौरव प्राप्त गरेका अरहन्त अचेल कहाँ बस्छन् ?”

मित्र, उत्तरतर्फका देशहरूमा सावत्थी भनिने शहर छ । त्यहीं अरहन्त सम्यक् सम्बुद्ध बसिरहनु भएको छ ।

“त्यस व्यक्तित्वलाई तिमीले कहिले देखेका छौ ? उसलाई देखेमा तिमीले चिन्न सक्छौ ?”

“मैले त्यस महान व्यक्तिलाई कहिले देखेको छैन र देखेमा म उसलाई चिन्दैन ।”

बुद्धले बुझ्नु भयो, उहाँको नाममा त्यस अपरिचित जवान व्यक्तिले घर छोडे र त्यागी बने । तर आफ्नो परिचय नदिइकन नै उहाँले भन्नुभयो : “हे भिक्षु ! म तिमीलाई सिद्धान्त सिकाउँछु । सुन र ध्यान देऊ म भन्छु । “हुन्छ, राम्रो मित्र”, त्यस नवजवानले स्वीकारोक्ति दियो ।

त्यसपछि बुद्धले सत्यको अत्यन्त महत्त्वपूर्ण व्याख्या गर्नु हुँदै उपदेश दिनुभयो (यसको सार अंश पछि दिइने छ ।) यस धर्मोपदेशको अन्त्य पछि मात्र यो जवान केटो पुक्कुसातिले थाहा पायो कि ऊसँग बोलिरहनु हुने व्यक्तित्व बुद्ध आफै हुनुहुन्थ्यो । ऊ उठे, बुद्धको अगाडि गए, आफ्नो गुरुको खुट्टामा दण्डवत गरे र उहाँलाई नजानिकन ‘मित्र’ भनी सम्बोधन गरेकोमा माफी मागे । त्यसपछि उसले प्रबजित गराई संघमा प्रवेश गराइ दिनुहोस् भनेर प्रार्थना गरे ।

बुद्धले ऊसलाई भिक्षापात्र र चिबर ऊसँग छ या छैन भनेर सोध्नुभयो - भिक्षुसँग तीन जोर चिबर र भिक्षा माग्न भिक्षापात्र हुनै पर्छ । पुक्कुसातिले छैन भनेर जवाफ दिएपछि बुद्धले भिक्षापात्र र चिबरहरू तयार नभएसम्म तथागतले कोही पनि व्यक्तिलाई प्रबज्या गरिदिनु हुन्न भन्नुभयो । पुक्कासाति भिक्षापात्र र चिबर खोज्न गए तर अभाग्यवश गाईले उनलाई हान्यो र ऊ त्यहीं मरे ।

पछि जब यो दुखको खबर बुद्धकहाँ पुग्यो, उहाँले घोषणा गर्नुभयो- पुक्कासाति बुद्धिमान थियो, उसले पहिले नै सत्य देखेको थियो र निर्वाण प्राप्त गर्ने अन्तिम अवस्थामा पुगिसकेको थियो र यो पनि उहाँले भन्नुभयो अरहन्त बन्ने लोकमा जन्मीसकेको र मृत्युपछि फेरि यो संसारमा ऊ कहिले फर्कने छैन ।

यस कथाबाट बिल्कुलै स्पष्ट भएको छ पुक्कुसातिले बुद्धको कुरा ध्यान दिएर सुनिरहेको बेला, उनका उपदेश बुझेको बेला उनलाई थाहा थिएन ऊसँग बोलिरहने को हुनुहुन्थ्यो र उसको शिक्षा के थियो । उसले सत्य देख्यो । औषधि असल छ भने रोग निको हुनेछ । यो औषधि कसले तयार पायो अथवा यो कहाँबाट आयो भन्ने कुरा थाहा पाउन जरूरी छैन ।

सवैजसो धर्महरू विश्वासको आधारमा बनेको हुन्छ - 'अन्धो' विश्वास जस्तो देखिन्छ । तर बुद्ध धर्मले देख्ने, थाहा पाउने र बुझ्ने कुरामा जोड दिन्छ श्रद्धा र विश्वासमा होइन । बौद्ध विषयवस्तुमा सद्धा (संस्कृत-श्रद्धा) भन्ने शब्द छ जुन शब्दलाई सामान्यतया विश्वास भनेर अनुवाद गरिन्छ । तर सद्धा विश्वास होइन यो विश्वासबाट उठेर आत्म विश्वास हो । लोकप्रिय बुद्ध धर्ममा र विषयवस्तुको सामान्य प्रयोगमा पनि 'सद्धा' भित्र विश्वासको तत्व हुन्छ भनेर स्वीकार्नु पर्छ, यस अर्थमा कि यसले बुद्ध, धर्म (बुद्धको उपदेश) र संघ (भिक्षु संघ) प्रति भक्तिभाव आदर सत्कार जनाउँछ ।

चौथो शताब्दीका महान बौद्ध दार्शनिक असङ्गको भनाइ मुताबिक श्रद्धामा तीनवटा कुरा हुन्छन् ।

१. वस्तु छ भन्ने पूर्ण र स्थिर विश्वास
२. असल गुणहरूमा निश्चल आनन्द
३. र देखिएको वस्तु प्राप्त गर्न अभिलाषा वा इच्छा

अरू धर्महरूले बुझे जस्तै श्रद्धा र विश्वासबारे बुद्ध धर्मसँग केही सरोकार हुँदैन ।

हेर्ने शब्दको हरेक अर्थमा विश्वासको प्रश्न उठ्छ, जब त्यहाँ देखिने कुरै छैन । तिमीले देखेको क्षणमा विश्वासको प्रश्न हराउँछ । जब म तिमीलाई मेरो हातको हत्केलोको मुट्टीभित्र रत्न लुकाइराखेको छु भन्छु विश्वासको प्रश्न उठ्छ, किनभने तिमीले यहाँ आफैले केही देख्दैनौ । तर यदि मैले मेरो मुट्टी खोलेर रत्न देखाउँछु भने तिमी आफैले यसलाई देख्छौ र त्यतिबेला अविश्वासको प्रश्न नै उठ्दैन । यसरी प्राचीन बौद्ध विषयवस्तुको वाक्यांश यसरी पढिन्छ : “हत्केलोमा रहेको रत्न देखेजस्तै बोध गरेको” ।

मुसिल नाम गरेको बुद्धको चलाले अर्को भिक्षुलाई भन्छ : “मित्र सविट्ट, भक्तिभाव विना, श्रद्धा वा विश्वास विना, मनपर्ने लगाव विना, चलाइएका हल्ला अथवा परम्परा विना, देखिएका कुराहरूमा तर्क विना, रायहरूको अनुमानमा खुसी विना, मलाई थाहा छ र देख्छु भव निर्मूल हुनु भनेकै निर्वाण हो ।”

बुद्धले भन्नुहुन्छ : “हे भिक्षुहरू, म भन्छु क्लेशहरू र अशुद्धताको अन्त्य भन्नु नै त्यस्तो मानिसको लागि हो जसले थाहा पाउँछ र देख्छ, त्यस्तो मानिसको लागि होइन जसले थाहा पाएको छैन, देखेको छैन ।”

सधैं थाहा पाउनु र देख्नु नै प्रश्न हो विश्वास गर्नु होइन । बुद्धको शिक्षाको गुण भनेको नै “एहि पस्सिको” हो जसले तिमीलाई “यहाँ आऊ र हेर” भनेर निम्तो दिएको हुन्छ तर आउनु र विश्वास गर्नु होइन ।

सत्यलाई बुझेका व्यक्तिहरूसँग सम्बन्धित बौद्ध विषयहरूमा जहिनतहीं यस्ता उद्गारहरू प्रयोग गरेका हुन्छन् । “दोष र दाग रहित चोखो सत्यको आँखा (धम्म-चक्खु) उठेको छ” । “उसले सत्यलाई देखेको छ, सत्यलाई प्राप्त गरेको छ, सत्यलाई चिनेको छ, सत्यभित्र छिरेर हेरेको छ, शंकालाई अविचलित निर्मूल गरेको छ ।” त्यसरी ठिक बुद्धि (प्रज्ञा)ले जस्तो छ त्यस्तै (यथाभूतम) उसले देख्छ । आफ्नै बोधिज्ञानको सम्बन्धमा बुद्धले भन्नुभयो : “आँखाको जन्म भएको थियो, ज्ञानको उदय भएको थियो, प्रज्ञा उदाएको थियो, विज्ञानको जन्म भएको थियो, प्रकाशको जन्म भएको थियो ।”

ज्ञान र प्रज्ञाद्वारा हेरेर (ज्ञान-दस्सन) तर श्रद्धा र विश्वासमा सत्य बोध गरेको होइन ।

ब्राह्मणको कट्टर परम्परावाद, परम्परालाई विश्वास गरेर, विना प्रश्न स्वीकारेर एउटै सत्यको प्रभुत्वलाई असहिष्णु भावले जोड दिने कुरालाई त्यसबेला बढी भन्दा बढी प्रशंसा हुन्थ्यो । एकचोटी विद्वान र प्रसिद्ध ब्राह्मणको समूह बुद्धलाई भेट्न गए र उहाँसँग लामो छलफल गरे । त्यस समूहमा कापथिक नामको १६ वर्षीय युवक ब्राह्मणलाई त्यस समूहले अपवादको रूपमा अत्यन्त जेहेन्दार भएको व्यक्ति मान्थे । उसले बुद्धको अगाडि प्रश्न राखे :

“श्रद्धेय गौतम, विषयवस्तुलाई अटुट मौखिक परम्पराको रूपमा प्राचीन पवित्र ग्रन्थहरू हस्तान्तरण गरिएका पाइन्छन् । ती ग्रन्थहरूको बारेमा ब्राह्मणहरू निश्चित उपसंहारमा पुगेका छन् : “यही मात्र सत्य छ अरू सबै कुराहरू भूटा छन् ।” अब भन्ते गौतमले यसबारे के भन्नुहुन्छ ?”

बुद्धले सोध्नुभयो : “के ब्राह्मणहरूका बीचमा कोही छन् जसले आफैले व्यक्तिगत रूपमा थाहा पाएको र देखेको छ कि यही मात्र सत्य हो र अरू सबै भूटा हुन् ?” त्यो युवक स्पष्टवादी थियो र भन्यो, “छैन” ।

“त्यस्तो भए के त्यहाँ कोही आचार्य अथवा सातौं पुस्तासम्म आचार्यको आचार्य अथवा यी ग्रन्थहरूका मौलिक ग्रन्थकार छन् जसलाई थाहा छ र देखेको पनि छ भनेर दावी गरेका छन् कि “यही मात्र सत्य हो र सबै कुरा भुट्टा हुन् ?

‘अहं छैन’ ।

“त्यसो भए यो अन्धा मानिसहरूको पंक्ति हो जसमा एकले अर्कोलाई समातिरहेका हुन्छन्, पहिलोले देखेको छैन, बीचकोले पनि देखेको छैन र अन्तिमले पनि देखेको छैन । त्यसकारण यस्तो देखिन्छ यस ब्राह्मणको अवस्था पनि अन्धा मानिसहरूका पंक्ति जस्तै हुन् ।” त्यसपछि बुद्धले ब्राह्मणहरूका समूहलाई अत्यन्त महत्त्वपूर्ण अर्ती दिनु भयो : “सत्यको रक्षा गर्ने विद्वान मानिसहरूका निमित्त यस्तो निचोडमा आउनु उचित हुँदैन : यही मात्र सत्य हो र अरू सबै कुरा भूटा हुन् ।”

सत्यलाई मजबुत कायम गर्न र रक्षा गर्ने राय विषयमा व्याख्या गर्न त्यो युवकले अनुरोध गर्दा बुद्धले भन्नुभयो : “एकजना मानिससँग विश्वास छ । यदि उसले भन्छ, ‘यो मेरो विश्वास हो’ यहाँसम्म उसले सत्य बोल्छ वा कायम गर्दछ । तर यहाँबाट ऊ अन्तिम यस्तै उपसंहारमा पुग्न सक्दैन : “यही मात्र सत्य हो र अरू हरेक कुरा भूटा हो” । अर्को शब्दमा, एकजना व्यक्तिले उसलाई मन परेको कुरामा विश्वास गर्न सक्छ, र उसले भन्न पनि सक्छ, “म यो विश्वास गर्दछु” । यहाँसम्म उसले सत्यलाई आदर गर्दछ । तर उसको आफ्नो विश्वास र श्रद्धाको कारणले उसले भन्नु हुँदैन कि उसले जुन विश्वास गर्दछ, त्यही मात्र सत्य हो अरू असत्य हुन् ।

बुद्धले भन्नुहुन्छ, “कुनै कुरा वा कुनै विचारमा आसक्त हुनु र अरू कुरा वा विचारलाई हेला गर्नु नीच तहका कुरा हुन् - यसलाई विद्वानहरूले जालो भन्दछ ।”

एकचोटि बुद्धले आफ्ना चेलाहरूलाई कारण र परिणामको सिद्धान्त बारे व्याख्या गर्नुभयो र तिनीहरूले भने कि तिनीहरूले यो देखे र स्पष्ट बुझे । त्यसपछि बुद्धले भन्नुभयो :

“हे भिक्षुहरू हो, यदि कुनै विचार चोखो र स्पष्ट भए पनि यदि तिमी यसमा भ्रुण्डिन्छौ भने, यसलाई राम्रो भनेर खुसी हुन्छौ, यसलाई आफ्नो साथमा राख्छौ र यसमा तिमी आसक्त छौ भने, तिमिले त्यो शिक्षालाई डुङ्गा समान छ, जुन पार गर्न प्रयोग गरिन्छ, पकडिराख्नको लागि होइन भने कुरा बुझ्दैनौ ।”

अरू ठाउँमा पनि बुद्धले यस उपमालाई व्याख्या गर्नु हुन्छ, जसमा उहाँको शिक्षालाई नदि पार गर्न प्रयोग गर्ने डुङ्गासँग तुलना गरिएको छ, जुन हातमा समाइराख्न र पिठ्युमा बोकेर लग्नको लागि होइन ।

“हे भिक्षुहरू हो, एकजना मानिस यात्रामा छ । ऊ विशाल फैलिएको पानीमा आइपुग्छ । यतापट्टिको किनारा खतरनाक छ तर अर्को किनार भने खतरामुक्त र सुरक्षित छ । सुरक्षित र खतरामुक्त अर्को किनारमा डुङ्गा जाँदैन, न त्यहाँ पार गर्नको लागि पुल नै छ । ऊ मन मनै आफैलाई भन्छ : यो समुद्र विशाल छ र यतातिरको किनार खतरापूर्ण छ, तर अर्को किनार सुरक्षित र खतरामुक्त छ । कुनै पनि डुङ्गा अर्को किनारमा जाँदैन, पार गर्न पुल पनि

छैन । त्यसकारण घाँस, काठ, रूखका हाँगाहरू र पातहरू जम्मा गरेर नाऊ बनाउन राम्रो हुनेछ र मैले आफ्ना हातहरू र पाइलाहरू चलाएर नाऊको मद्दतले अर्को किनारमा जानु उचित हुन्छ । त्यसपछि त्यो मानिसले, भिक्षुहरू ! घाँस, काठ, हाँगाहरू र पातहरू जम्मा गर्छन् र ढुङ्गाको मद्दतले हात खुट्टा चलाएर पार गरेर अर्को छेऊ सम्म पुग्छ ।”

पार गरेर अर्को किनारसम्म पुगिसकेर उसले सोच्छ : “यो ढुङ्गा धेरै काम लाग्ने वस्तु हो । यसको सहायताले यहाँसम्म सुरक्षित पार लगाएर आएको छु, आफ्नै हातखुट्टा चलाएर यहाँ पुगेको छु । मैले यो ढुङ्गालाई टाउकोमा अथवा पिठ्युँमा बोकेर जहाँ लगे पनि राम्रो हुन्छ ।”

“भिक्षुहरू ! के विचार गर्छौं, यदि यो मानिसले ढुङ्गाको बारे यस्तै काम गरेको खण्डमा उचित होला ?” “अहं, हुन्न भन्ते” । “त्यस्तो भए ढुङ्गाको सम्बन्धमा कुन तरिकाले काम गर्दा उचित होला ? पार गरेर अर्को किनारसम्म पुग्दा उसले यस्तो विचार गर्नुपर्छ : यो ढुङ्गा मेरो लागि काम लाग्ने वस्तु हो, हातखुट्टा चलाएर म अर्को किनारमा सुरक्षित पुगेको छु । यदि मैले नदीको किनारमा ढुङ्गालाई छोडेमा वा बाँधेर राखेमा अथवा पानीमा बग्न दिएर आफूलाई मन पर्ने ठाउँमा गएको खण्डमा राम्रो हुन्छ । यस्तो तरिकाले काम गरेमा ढुङ्गाको उचित प्रयोग गरेको हुनेछ ।”

“यस्तै किसिमले, भिक्षुहरू, हो ! मैले ढुङ्गालाई जस्तै धर्मका सिद्धान्तहरू बारे सिकाएको छु - धर्म पार गर्नको लागि हो, बोक्नको लागि होइन (समाति राख्न होइन) । तिमीहरू, भिक्षुहरू हो ! जसले धर्म उपदेशलाई ढुङ्गा जस्तै बुझ्छ, असल कुराहरूलाई (धम्म)लाई पनि छोड्नुपर्छ भने खराब र अकुशल कुराहरू (अधम्म) लाई कतिसम्म छोड्नुपर्छ, आफै विचार गर ।”

यस कथाबाट यति स्पष्ट हुन्छ कि बुद्धका शिक्षा मानिसलाई सुरक्षित ठाउँ, शान्ति, सुख र आनन्द, निर्वाणमा लैजान र पुऱ्याउनको लागि हो । बुद्धले सिकाउनु भएको सम्पूर्ण उपदेश र शिक्षाले उद्देश्यसम्म डोऱ्याएर लैजान्छ । बौद्धिक कौटुहलतालाई सन्तुष्ट पार्न मात्र उहाँले केही कुरा भन्नु भएन । उहाँ व्यवहारिक शिक्षक हुनुहुन्थ्यो र उहाँले यस्तै कुराहरू मात्र सिकाउनु भयो जसले मानिसलाई सुख र शान्ति दिन्छ ।

बुद्ध एकचोटि कोसम्बी (अलाहवाद नजीक)को सिम्सपा जङ्गलमा बसिरहनु भएको थियो । उहाँले केही रूखका पातहरू हातमा लिनु भयो र चेलाहरूलाई सोध्नुभयो - “भिक्षुहरू हो ! कुन बढी छ ? - मेरा हत्केलामा भएका पातहरू वा जङ्गलमा भएका पातहरू ?”

“भन्ते ! तथागतका हातमा भएका पातहरू अत्यन्त थोरै छन्, यो साँच्चै हो । सिमसपा जङ्गलमा भएका पातहरू साँच्चै अत्यन्त थुप्रै छन् ।”

“त्यस्तो भए पनि भिक्षुहरू मैले थाहा पाएका कुराहरूमा असाध्यै थोरै मात्र भनेको छु, मैले नभनेका कुराहरू धेरै छन् । ती कुराहरूबारे मैले तिमीहरूलाई किन नभनेको ? किनभने तिनीहरू काम लाग्दैनन्, तिनीहरूले निर्वाणसम्म बाटो देखाउन सक्दैनन् । यसकारण ती कुराहरू मैले नभनेको हुँ ।”

बुद्धले थाहा पाउनुभएको तर उपदेश दिनु नभएको कुरा के के हुन् भन्ने थाहा पाउन विद्वानहरूले कोसिस गरे पनि यो प्रयास खेर गएको छ । बुद्धले के कुरा जान्नुभयो र जानेको कुरा हामीलाई भन्नुभएन भन्ने अनुमान गर्नु व्यर्थ छ ।

बुद्ध अनावश्यक रहस्यमय कुराहरूमा छलफल गर्नु उत्सुक हुनुभएन र उहाँले कुनै रूचि देखाउनु भएन । ती एकदमै काल्पनिक समस्या खडा गर्ने पूर्ण अनुमानित कुराहरू मात्र हुन् । उहाँले ती कुराहरूलाई विचारहरूका जङ्गलीपना भन्नुभएको छ । यस्तो देखिन्छ उहाँहरूका चेलाहरू बीच पनि उहाँको यो धारणाको प्रशंसा भएन ।

तिनीहरू मध्ये एउटा उदाहरण मालुङ्क्यपुत्त नाम गरेका मानिसले बुद्धलाई रहस्यमय अमूर्त कुराहरूबारे दशवटा प्रश्नहरू सोधेर बुद्धसँग उत्तर मागे ।



बुद्धको अर्धकदको सालिक - थाइल्याण्डबाट



गल-विहारका प्रस्तर सालिकहरू - पोल्नरुवा, श्रीलंका

एकदिन मालुंक्यपुत्त आफ्नो दिउँसोको ध्यानबाट उठेर बुद्धलाई वन्दना गरी एक छेऊमा बसेर भने :

“भन्ते, म एकलै ध्यान बसिरहेको बेला मेरो मनमा विचार उठ्यो : यी समस्याहरू अहिलेसम्म व्याख्या नगरी भगवानले पन्छ्याएर जवाफ नदिई इन्कार गरिएका हुन् । यी हुन् १) के विश्व अनन्त छ ? २) के यो अनन्त छैन ? ३) के विश्व ब्रम्हाण्डलाई मापन गर्न सकिन्छ ? ४) के यो अपरिमय छ ? ५) के आत्मा र शरीर उस्तै हुन् ? ६) के आत्मा एउटा कुरा र शरीर अर्को हो ? ७) के तथागतको मृत्यु पछि पनि अस्तित्व हुन्छ ? ८) के तथागत मृत्यु पछि रहन्छ ? ९) दुईटै त्यही समयमा मृत्युपछि रहन्छ वा दुईटै रहन्छ १०) दुईटै (त्यही समय) रहँदैन र नरहने होइन । भगवानले मलाई यी समस्या बारे केही व्याख्या गर्नु भएन । यस्तो धारणाले मलाई खुसी पारेन । म यो कुराको प्रशंसा गर्दिन । म भगवानकहाँ गएर यसबारे सोध्छु । यदि भगवानले मलाई व्याख्या गर्नु भयो भने म उहाँको संघमा रही पवित्र जीवन पछ्याउँछु । यदि उहाँले मलाई व्याख्या गर्नु भएन भने म संघ छोड्छु । यदि भगवानलाई संसार अनन्त छ भन्ने थाहा छ भने उहाँले मलाई व्याख्या गरोस् । यदि भगवानलाई संसार अनन्त छैन भन्ने थाहा छ भने उहाँले मलाई भनोस् । यदि भगवानलाई विश्व ब्रम्हाण्ड अनन्त छ या छैन भन्ने थाहा छैन, थाहा नभएको मान्छेले सिधा “मलाई थाहा छैन, “देख्दैन भने देख्दैन नै भनोस् ।”

भगवानले मालुंक्यपुत्तलाई दिनुभएको उत्तरले आजका संसारका करोडौं जनसंख्यालाई फाइदा पुऱ्याउने छ जसले यस्ता अमूर्त रहस्यमय कुरामा मूल्यवान समयलाई खेर फालिरहेका छन् र तिनीहरूका मनको शान्तिलाई अनावश्यक गडबड पुऱ्याइरहेका छन् । “मालुंक्यपुत्त, मैले तिमीलाई आज मैले सिकाए अनुसार पवित्र जीवनयापन गर भनेर कहिले भनौं ? मैले ती प्रश्नहरूका उत्तर र कुराहरू व्याख्या गर्दछु भनौं ?”

“अहं, भन्ते”,

“तर पनि मालुंक्यपुत्त, तिमीले मलाई भन्यौ : भन्ते भगवानले भन्नु भए अनुसार पवित्र जीवनयापन गर्छु । भगवानले ती प्रश्नहरूका उत्तर दिनु हुनेछ ।”

“अहं, भन्ते”,

“मालुंक्यपुत्त अहिले पनि म तिमीलाई भन्दिन आऊ र मेरो अन्तरगत पवित्र जीवन यापन गर र म तिमीलाई ती प्रश्नहरू व्याख्या गरूँला । तिमीले पनि मलाई यो भन्दैनौ : भन्ते, म भगवानको उपदेश मुताबिक पवित्र जीवन यापन गरूँला र उहाँले मलाई यी प्रश्नहरूका व्याख्या गर्नुहोला । यस्ता परिस्थितिहरूमा तिमी मुख, कसले कसलाई इन्कार गर्ला ।”

“मालुंक्यपुत्त, कसैले भन्छ : भगवानको छत्रछाँयामा म पवित्र जीवनयापन गर्दिन जबसम्म उहाँले यी प्रश्नहरूका व्याख्या गर्नु हुन्न, तथागतले उत्तर दिनु नहुँदै ऊ मर्नेछ । मानौं मालुंक्यपुत्त, एकजना मानिस विषालु वाणद्वारा घाइते भएको छ र उसका साथीहरू र नातेदारहरूले बैद्य ल्याउँछन् । मानौं त्यो मान्छेले भन्छ : “म यो वाण भिक्त लगाउन्न जबसम्म मलाई कसले यो वाण हान्यो भन्ने कुरा थाहा पाउँदिन - क्षेत्री जातिले अथवा ब्राह्मण (पुरोहित जात) वा वैश्य (व्यापारी वर्ग वा कृषक) ले अथवा शुद्र (सानो जात) ले हानेको हो, उसको नाम के हो, थर के हो, अग्लो पुङ्को वा मध्यम कदको, उसको अनुहार कालो, गोरो, सुनौलो, कुन गाउँ, शहरबाट आएको हो ? म यो वाण भिक्त दिन्न जबसम्म मलाई हान्ने धनुष कुन किसिमको हो भन्ने कुरा थाहा पाउँदिन, धनुष काँडको धागो कस्तो किसिमको हो, वाण कुन किसिमको, कस्तो खालको पखेटा प्रयोग गरेको थियो, वाणको धार कस्तो सामाग्रीले बनेको हो । मालुंक्यपुत्त, त्यो मान्छे यी कुराहरू नजानिकन नै मर्दछ । यस्तो भने जस्तै मालुंक्यपुत्त यदि कसैले भन्छ : “भगवानको छत्रछाँयामा म पवित्र जीवन बिताउँदिन जबसम्म विश्व बह्माण्ड अनन्त छ वा छैन भन्ने प्रश्नहरूका उत्तर पाउँदिन ।” तथागतबाट यी प्रश्नहरूका उत्तर नपाइकन नै ऊ मर्नेछ ।”

त्यसपछि मालुंक्यपुत्तलाई बुद्धले व्याख्या गर्नुहुन्छ कि पवित्र जीवन यी विचारहरूमा भर पर्दैन । जन्म, जरा, व्याधि, मृत्यु, दुख, अफसोच, निराशा आदि समस्याहरूबारे जसले जस्तोसुकै व्याख्या गरे पनि यसको अन्त्य (निर्वाण) यो जीवनमा नै हुन्छ भनेर म घोषणा गर्दछु । जसको अन्त्य, (निर्वाण) मा नै यो जीवन हुन्छ भनेर म घोषणा गर्दछु ।”

“त्यसकारण, मालुंक्यपुत्त, मैले जुन व्याख्या गरेको हो, व्याख्या गरे जस्तै मनमा राख र जुन व्याख्या नगरेको हो व्याख्या नगरे जस्तै मनमा राख । विश्व ब्रह्माण्ड अनन्त छ वा छैन (ती दशवटा बुँदाहरू), मैले व्याख्या गरिन । किन मैले तिनीहरूका व्याख्या गरिन ? किनभने ती काम लाग्ने होइनन्, ती कुराहरू आधारभूत रूपमा आध्यात्मिक पवित्र जीवनसँग जोडिएको छैन र ती द्वेष, आसक्तिको अन्त्य, शान्ति, गहिरो हेराइ, पूर्ण बोध र निर्वाणसँग जोडिएका छैनन् ?

त्यसकारण मैले तिमीलाई तिनीहरू बारे नभनेको हुँ ।”

“त्यसो भए मालुंक्यपुत्त, मैले के व्याख्या गरेको छु ? मैले दुख, दुखको अभ्युदय, अन्त्य र दुखको अन्त्य गर्ने बाटोको विषयमा व्याख्या गरें । मालुंक्यपुत्त, मैले तिनीहरूका बारे किन व्याख्या गरें ? किनभने ती उपयोगी छन्, आध्यात्मिक पवित्र जीवनसँग आधारभूत रूपमा जोडिएका छन्, द्वेष र आसक्तिको अन्त्य, शान्ति, गहिरो हेराइ, पूर्ण बोध, निर्वाणसँग जोडिएका छन् । त्यसकारण मैले तिनीहरूलाई व्याख्या गरेको हुँ ।”

अब चतुर्आर्य सत्यलाई केलाएर हेरौं जुन बुद्धले मालुंक्यपुत्तलाई भन्नुभयो र व्याख्या पनि गर्नुभयो ।

परिच्छेद दुई

चतुर्आर्य सत्य

प्रथम आर्य सत्य : दुख

बुद्धका उपदेशका मुटु भनेको नै चार आर्य सत्यभित्र छ (चत्तारि अरियसच्चानि) जसलाई उहाँले पहिलो पल्ट आफ्ना पुराना साथीहरू, पञ्च वरिगय भिक्षुहरूलाई इसिपत्तन (आधुनिक सारनाथ) बनारस नजिककै स्थानमा व्याख्या गर्नु भयो । यस उपदेशमा मौलिक विषयवस्तुमा भए जस्तै यी चार सत्यहरूलाई छोटकरीमा दिइन्छ । प्राचीन ग्रन्थहरूमा असंख्य ठाउँहरूमा तिनीहरूलाई बारम्बार विभिन्न किसिमले पूर्ण विवरणका साथ व्याख्या गरिएका छन् । ती विभिन्न सन्दर्भहरू र व्याख्याहरूको मद्दतले चतुर्आर्य सत्यहरूलाई हामीले अध्ययन गर्नु भन्ने मौलिक विषयवस्तु अनुसार यी आवश्यक शिक्षाहरूका राम्रा र ठीक वर्णन पाउँछौं ।

चतुर्आर्य सत्यहरू यस्ता छन् :

- १) दुख
- २) समुदय, दुखको उत्थान र मूल स्रोत
- ३) निरोध - दुखको अन्त्य वा उन्मुलन
- ४) मग्ग - दुख उन्मुलन हुने मूल स्रोतसम्म पुऱ्याउने बाटो

प्रथम आर्य सत्य-दुख

प्रथम आर्य सत्य (दुख अरियसच्च)लाई सामान्यत भण्डै सबैजसो विद्वानहरूले दुख आर्य सत्य भनेर अनुवाद गरिएको छ र बुद्ध धर्म अनुसार जीवन भनेको केही होइन, दुख र कष्ट हो भनेर अर्थ लगाइएको छ । अनुवाद र यस्तो अर्थ लगाउनु दुईटै असन्तुष्ट र गलत धारणा दिने खालका हुन् । यस्तो सीमित, स्वच्छन्द र सहज अनुवाद र यसको सतहगत अर्थ लगाएको कारणले धेरै मानिसहरूलाई बुद्ध धर्म निराशावादी धर्म भनेर भ्रममा पारेको छ ।

सर्वप्रथम बुद्ध धर्म न निराशावादी न त आशावादी धर्म हो । यो केही हो भने यथार्थवादी हो किनभने यसले जीवन र संसारलाई यथार्थ दृष्टिकोणले हेरेको छ । यसले वस्तुहरूलाई जस्तो छ त्यस्तै हेरेको छ (यथाभूतम) । यसले तिमीलाई मुखहरूका स्वर्गमा बस्न भूठा तरिकाले लोलाउँदैन न त अनेक किसिमका काल्पनिक डर र पापहरू देखाएर तिमीलाई तर्साउँछ र पीडा दिन्छ । यसले तिमी के हो जस्तो छ त्यस्तै यथार्थ र वास्तविक रूपले बताउँछ, र तिम्रो वरपरको संसार के हो र तिमीलाई पूर्ण मुक्ति, शान्ति र सुखको बाटो देखाइदिन्छ ।

एकजना बैद्यले गम्भीर रूपमा विमारीलाई बढाई चढाई वर्णन गर्न सक्छ र पूरा सबै आशा त्याग गराईदिन सक्छ । अर्कोले अज्ञानतापूर्वक घोषणा गर्दछ कि त्यहाँ कुनै रोग नै छैन र उपचार आवश्यक छैन, यसरी रोगीलाई भूठा आश्वासन दिएर ठगिरहेको हुन्छ । पहिलोलाई तिमीले निराशावादी भन्न सक्छौ र दोस्रोलाई आशावादी । दुवैजना त्यतिकै खतरनाक छन् । तर तेस्रो बैद्यले रोगका लक्षणहरूलाई ठीक तरिकाले हेरेर यस्तो रोग हो भन्छ, रोगको कारण र प्रकृति बुझ्छ, स्पष्ट रूपले हेरेर निको पार्न सकिने कुरा भन्छ, शाहसपूर्वक उपचार गर्दछ, र रोगीलाई बचाउँछ ।

बुद्ध तेस्रो र आखिर किसिमका बैद्य हुनुहुन्छ । उहाँ बुद्धिमान र वैज्ञानिक चिकित्सक हुनुहुन्छ, संसारका विमारीहरूलाई निको पार्ने चिकित्सक (भिसकक अथवा भैषज्य-गुरू) हुनुहुन्छ । यो सत्य हो कि पाली शब्द दुक्ख (संस्कृत-दुख) सामान्य प्रयोगमा 'दुखाइ, पीर, चिन्ता, पीडाको रूपमा र

सुखको विपरितार्थक शब्द भनेर अर्थ लगाइन्छ । सुखको अर्थ - सुविस्ता, सहजता, सुविधा, आनन्द हो । तर प्रथम आर्य सत्य दुखको पदावलीले बुद्धको 'जीवन' र 'विश्व' सम्बन्धी विचार वा भावनालाई प्रतिनिधित्व गर्दछ र यसको गहन दार्शनिक अर्थ छ जसलाई विस्तृत अर्थमा प्रयोग गरिन्छ । प्रथम आर्य सत्यमा अन्तरनिहित दुख शब्दले विल्कुलै स्पष्ट रूपमा देखिने सामान्य अर्थ 'दुख' जनाउँछ, तर यसको साथै यस भित्र 'अपूर्णता', 'अनित्यता', 'रिक्तता', 'सारहिनता'को गहिरो अर्थमा पनि यसलाई लिइन्छ । त्यसकारण प्रथम आर्य सत्यको सम्पूर्ण धारणा अँगालेको पदावलीको रूपमा दुखको अर्थ जनाउने शब्द भेटाउन गाह्रो छ । यसकारण यो पदावलीलाई अनुवाद न गरेकै अवस्थामा छोड्नु राम्रो हुन्छ । प्रचलित र आफूलाई सुविधाजनक ढंगले दर्द र पीडा आदि अर्थमा अनुपयुक्त ढंगले र गलत अर्थ दिने ढंगले 'दुख' को अर्थ लगाउनु राम्रो हुँदैन ।

बुद्धले दुख छ भन्नु हुँदा जीवनको सुखलाई बेवास्ता र इन्कार गर्नुभएको होइन । यसको ठिक विपरित उहाँले विभिन्न रूपका सुखलाई स्वीकार्नु हुन्छ - भौतिक, आध्यात्मिक, उपासकहरूका लागि त्यस्तै भिक्षुहरूका लागि आदि बुद्धका उपदेशहरू भएको पालीको मौलिक संग्रहहरूमध्ये एक अङ्गुत्तर निकायमा सुखहरूका सूचि (सुखानी) दिएको छ जस्तो पारिवारिक जीवनको सुख, गृहत्यागीहरूका सुख, इन्द्रिय सुख र अनासक्तिका सुख, भौतिक सुख, मानसिक सुख आदि । तर यी सबै सुखहरू 'दुख' भित्र समावेश छन् । असाध्य चोखो आध्यात्मिक ध्यानको अवस्था जुन उच्च ध्यानको अभ्यासबाट पाएको हो र जुन 'दुख' शब्दको अर्थको छायाँबाट समेत स्वतन्त्र छन् र जसलाई अमिश्रित सुख भनेर वर्णन गरिन्छ, र त्यस्तो ध्यानको अवस्था जुन सुख र दुखबाट स्वतन्त्र छन् र चोखो समभाव र चेतना मात्र छन् भने यस्ता उच्च आध्यात्मिक अवस्थामा पनि 'दुख' समाहित हुन्छ । मज्झिम निकायको एउटा सूत्र (सुत्त) मौलिक (पाँच संग्रहहरू मध्ये एक) मा ती ध्यानहरूको आध्यात्मिक सुखको प्रशंसा गरेर बुद्धले तिनीहरू अनित्य दुख र परिवर्तन हुन सक्ने कुराहरू (अनिच्चा दुखा विपरिणामधम्म) हुन् भनेर बुद्ध भन्नु हुन्छ । 'दुख' शब्दलाई प्रष्ट बुझ्ने गरी प्रयोग भएको छ । शब्दको

साधारण अर्थमा दुख छ भनेर होइन बरू जुन अनित्य छ त्यही 'दुख' हो ।
(यद अनिच्चम तम दुःखम)

बुद्ध यथार्थवादी र वस्तुवादी हुनुहुन्छ । उहाँले जीवन र इन्द्रिय सुखको बारेमा बोल्दै भन्नुहुन्छ, जो कोहीले पनि तीनवटा कुराहरूलाई स्पष्ट बुझ्नु पर्छ : १) आकर्षण र आनन्द (अस्साद) २) दुष्ट परिणाम अथवा खतरा अथवा असन्तुष्टता (आदिनव) र ३) स्वतन्त्रता वा मुक्ति (निस्सरण) । जब तिमीले रमाइलो, आनन्ददायक र सुन्दर व्यक्ति देख्छौ तिमीले उसलाई वा तिनलाई मन पराउँछौ, तिमी आकर्षित हुन्छौ, तिमीले त्यो मान्छेलाई फेरि देखेर खुसी हुन्छौ त्यो मान्छेबाट तिमीले आनन्द र सन्तोष प्राप्त गर्दछौ । यही आनन्द हो (असाद), यो अनुभवको तथ्य कुरा हो । तर यो आनन्द स्थायी हुँदैन, त्यस्तै त्यो व्यक्ति र उसका सबै आकर्षणहरू पनि स्थायी हुँदैनन् । जब परिस्थिति फेरिन्छ, जब तिमी त्यो व्यक्तिलाई देख्न सक्तैनौ, जब तिमी त्यो सुख र आनन्दबाट अलग हुन्छौ, तिमी दिक्दार हुन्छौ, तिमी अविवेकी हुन सक्छौ, असन्तुलित हुन्छौ र तिमी मूर्खतापूर्वक पनि व्यवहार गर्न सक्छौ । यही पाप हो, तस्वीरको असन्तुष्ट र खतरनाक भाग (आदिनव) हो । यो पनि अनुभवको तथ्य हो । यदि तिम्रो व्यक्तिसँग आसक्ति छैन, यदि तिमी पूर्ण मात्रामा अनासक्त छौ, त्यही नै स्वतन्त्रता, मुक्ति (निस्सरण) हो । जीवनका सबै खुसीका सम्बन्धमा यी तीन कुराहरू सत्य हुन् ।

यसबाट यो भल्किन्छ, कि जीवनलाई पूर्ण र वस्तुगत रूपले बुझ्ने हो भने यो निराशावाद अथवा आशावादको प्रश्न होइन तर हामीले जीवनको आनन्दको साथै दुख दर्द र ती कुराहरूबाट मुक्तिबारे पनि ख्याल राख्नु पर्छ । यस्तो भएपछि मात्र साँच्चैको मुक्ति सम्भव हुन्छ । यस प्रश्नको सम्बन्धमा बुद्ध भन्नु हुन्छ :

“भिक्षुहरू हो, इन्द्रिय सुख नै सुख हो, तिनीहरूबाट हुने असन्तुष्टता नै असन्तुष्टता हो, तिनीहरूबाट मुक्त हुनु नै मुक्ति हो भन्ने किसिमले कुनै त्यागी वा ब्राह्मणले यथार्थ रूपले बुझ्दैन भने यो सम्भव हुँदैन कि इन्द्रिय सुखको निमित्त इच्छाबारे उसले निश्चित र पूर्ण रूपले बुझ्छ, अथवा अर्को मानिसलाई उसले यस बारे सिकाउन सक्छ अथवा त्यसले सिकाएको अनुसार अनुसरण गर्ने मान्छेले इन्द्रिय सुखको इच्छालाई बुझ्छ । भिक्षुहरू हो, यदि

कुनै त्यागीहरू र ब्राम्हणहरूले वस्तुगत रूपले बुझ्दछन् कि इन्द्रिय सुख नै सुख हो, तिनीहरूका असन्तुष्टता नै असन्तुष्टता हो, तिनीहरूबाट मुक्त हुनु नै मुक्ति हो भन्ने कुरा बुझ्ने भन्ने सो सम्भव हुन्छ तिनीहरूले इन्द्रिय सुखलाई निश्चित पूर्ण रूपले बुझ्नेछन् । यस्तो अवस्थामा तिनीहरूले यसबारे अरूलाई प्रशिक्षण दिन सक्छन् र त्यस व्यक्तिले पनि तिनीहरूको प्रशिक्षणलाई अनुसरण गरी इन्द्रिय सुखको इच्छा बारे पूरा मात्रामा बुझ्नेछन् ।

दुखको अवधारणालाई तीन दृष्टिकोणबाट हेर्न सकिन्छ :

१. दुख - साधारण दुखको अर्थमा (दुख - दुख)
२. परिवर्तनबाट पैदा भएको दुख (विपरिणाम - दुख)
३. संस्कारबाट भएको दुख (संस्कार - दुख)

जीवनका सबै प्रकारका दुखहरू जस्तो जन्म, जरा, व्याधि, मृत्यु, मन नपर्ने मानिसहरूको साथ र त्यस्तै परिस्थिति, मनपर्नेहरूबाट विछोड र त्यस्तै अवस्थाबाट छुट्टिनु, इच्छा गरेको प्राप्त नहुनु, दुःख, अपसोच र निराशाको अवस्था-यस्तै प्रकारका सबै शारीरिक र मानसिक दुःख जुन दुःख पीडा भनेर विश्वव्यापी रूपले स्वीकारिएका छन् सबै सामान्य दुःख भित्र पर्छ (दुख-दुख) पर्छ ।

सुखद अनुभव, जीवनका सुखद अवस्था स्थायी हुँदैन र सदाको लागि हुँदैन । ढिलो छिटो यो परिवर्तन हुन्छ । जब यो परिवर्तन हुन्छ , यसले पीडा, दर्द र असुख पैदा गर्छ । यो धारणा दुःख भित्र पर्दछ । यो परिवर्तनबाट पैदा भएको दुःख हो (विपरिणाम-दुःख)

तेस्रो किसिमको दुःख संग्रह हुँदै आएका आदत वा परिस्थिति सृजित अवस्थाहरूका योग (संस्कार दुख) हो । यो प्रथम आर्य सत्यको सबभन्दा महत्त्वपूर्ण दार्शनिक पक्ष हो र यहाँ व्यक्तिको व्यक्तित्व अथवा म भन्ने प्राणीको विश्लेषणात्मक व्याख्या आवश्यक हुन्छ ।

प्राणी, व्यक्ति वा 'म' जसलाई बौद्ध दर्शन अनुसार केवल सधै परिवर्तन भइरहने शारीरिक र मानसिक शक्ति वा ऊर्जाहरूका संयोग वा संयुक्त रूप मात्र हो जसलाई पाँच समूह वा पञ्चस्कन्ध भनेर विभाजित गर्न सकिन्छ । बुद्धले भन्नु हुन्छ, "छोट्करीमा भन्दा पञ्चस्कन्धमा आसक्त हुनु नै दुःख हो । अरू ठाँउहरूमा पनि उहाँले स्पष्ट वर्णन गर्नु हुन्छ पञ्चस्कन्ध नै

दुःख हो ।” भिक्षुहरू हो, दुःख के हो ? यो आसक्ति र पञ्चस्कन्ध दुई फरक कुरा होइन । पञ्चस्कन्ध आफै दुःख हो । जब हामीहरू प्राणी बनिने पञ्चस्कन्धको अवधारणा बुझ्छौं तब मात्र यो बुँदा बढी बुझिन्छ । अब यी पाँच के के हुन् ?

पञ्चस्कन्ध:

वस्तुको पहिलो समूह रूप खण्ड हो । यस अवधारणा वस्तुको पहिलो स्कन्धभित्र परम्परादेखि मानिआएका महान तत्वहरू (चत्तारि महाभूतानि) हुन् जुन नाम अनुसार ठोसपना, तरल पदार्थ, ताप र चलायन (हावा) चार महान तत्वहरू हुन् र यसका उपादाय-रूप पनि छन् । चार तत्वहरूका उपादाय रूपभित्र पाँच भौतिक ज्ञानेन्द्रियहरू छन्, उदाहरणको निमित्त आँखा, कान, नाक, जिब्रो र शरीर (त्वचा) र बाहिर संसारसँग सम्बन्धित वस्तुहरू-देखिने रूप, सुनिने आवाज, सुँघिने गन्ध, चाखिने स्वाद र छोएर थाहा पाउने वस्तुहरू र चित्तसँग सम्बन्धित क्षेत्र, वस्तुहरू, केही चिन्तन अथवा अवधारणाहरू (धर्मायतन) हुन् । यस्तै वस्तुको सम्पूर्ण क्षेत्र दुईटै आन्तरिक र बाहिर रूपखण्ड भित्र पर्दछ ।

दोस्रो वेदना स्कन्ध हो । यो समूहमा सबै संवेदनाहरू -सुखद अथवा दुखद अथवा न सुखद न दुखद, बाहिर संसारसँग सम्बन्धित भौतिक र मानसिक अङ्गहरूका सर्म्पर्कबाट हुने अनुभवहरू यसभित्र पर्दछन् । तिनीहरू ६ किसिमका छन् :

आँखाले देखिने वस्तुहरूसँगको सर्म्पर्क, कानको आवाज, नाकको गन्ध, जिब्रोको स्वाद, शरीरसँग (त्वचा) स्पर्श हुने वस्तुहरू र चित्त (बौद्ध दर्शनमा छैठौँ अङ्ग) विचार वा भावनासँग सम्बन्धित अनुभवनै संवेदना हुन् । हाम्रा शारीरिक वा मानसिक अनुभव यो समूहभित्र पर्दछन् ।

बुद्ध दर्शनमा ‘मन’ (मनस) को अर्थ के हो भन्ने विषयमा कुरा गर्नु यहाँ उपयोगी हुन सक्छ । वस्तुको विपरित भावना ‘मन’ होइन भन्ने कुरा स्पष्ट बुझ्नु पर्छ । सधैं बुझ्नु पर्छ धेरैजसो अरू धर्महरू र दर्शनका प्रणालीले स्वीकारे जस्तै बुद्ध धर्मले भावनालाई वस्तुको विपरित भनेर

मान्दैन । मन भनेको आँखा वा कान भने भैँ इन्द्रिय मात्र हो । अरू इन्द्रिय जस्तै यसलाई नियन्त्रण र विकास गर्न सकिन्छ, र बुद्धले ६ वटा इन्द्रियहरूलाई अनुशासित र नियन्त्रित गर्दाका फाइदाहरू विषयमा बोल्नु हुन्छ । आँखा र मनको बीच भिन्नता भनेको के हो भने पहिलोले रङ्गको संसार र देखिने स्वरूप जनाउँछ, भने अर्कोले विचारहरू, चिन्तन र मानसिक वस्तुहरूका संसार देखाउँछ । विभिन्न इन्द्रियहरूद्वारा संसारका विभिन्न क्षेत्रहरूबारे हामी अनुभव गर्दछौँ । हामीहरूले रङ्गहरू सुन्दैनौँ तर हामीहरू तिनीहरूलाई देख्न सक्छौँ । त्यस्तै हामी आवाजलाई देख्न सक्तैनौँ तर तिनीहरूलाई सुन्न सक्छौँ । यसरी ५ वटा भौतिक आँखा, कान, नाक, जिब्रो र शरीरद्वारा हामीहरूले देखिने वस्तुहरू आवाज, गन्ध, स्वाद र स्पर्शाबाट थाहा पाउने वस्तुहरू अनुभव गर्दछौँ । तर ती अनुभवहरूले संसारको एक अंशलाई मात्र प्रतिनिधित्व गर्छन संसारका सम्पूर्णतालाई होइनन । चिन्तनहरू र रायहरू के हुन् ? तिनीहरू पनि संसारको अङ्ग हुन् । तर तिनीहरूलाई आँखा, कान, नाक, जिब्रो र शरीरले चाल पाउन सक्तैनन् वा थाहा पाउँदैनन् । अर्को अङ्ग मनबाट तिनीहरूलाई चाल पाउन सकिन्छ । ५ वटा इन्द्रियहरूबाट अनुभव गरिने संसारबाट भने विचारहरू र भावनाहरू स्वतन्त्र हुँदैनन् । वास्तवमा तिनीहरू शारीरिक अनुभवहरूमा भर पर्दछन् र यिनीहरूबाट नै तिनीहरू क्रियाशील वा परिस्थितिजन्य अथवा आदतजन्य भएका हुन्छन् । त्यसकारण अन्धा भएर जन्मेका व्यक्तिसँग रङ्गको ज्ञान हुँदैन । खाली आवाज र अरू अङ्गहरूबाट अनुभव गरिएका कुराबाट वस्तुहरू यस्तो वा त्यस्तो भन्ने कुरा थाहा पाउँछन् । चिन्तन र अवधारणाहरू यसरी शारीरिक अनुभवहरूद्वारा आदत बसालेर भावना बुझ्छन् र चित्तले सोचेर वा ग्रहण गरेर लिन्छन् । यसकारण मन मानसलाई आँखा र कान जस्तै इन्द्रिय समूह वा अङ्गको रूपमा लिइन्छ ।

तेस्रो संज्ञाखण्ड हो । वेदना जस्तै संज्ञाखण्ड पनि ६ किसिमका हुन्छन् - भित्रका ६ वटा अङ्गहरू र तिनीहरूसँग सम्बन्धित ६ वटा बाहिरी वस्तुहरू । वेदनाहरू जस्तै तिनीहरू पनि बाह्य संसारका वस्तुहरूका ६ वटा इन्द्रियहरूसँग संयोग वा सम्पर्क भएर पैदा हुन्छन् । कुनै वस्तु शारीरिक वा मानसिक भन्ने कुरा संज्ञाखण्डले चिन्छ ।

चौथो संखारखण्ड हो । यस समूहभित्र असल र खराब दुईटै जानी जानी वा इच्छाएर गरेका अथवा चेतनायुक्त कार्यकलापहरू पर्दछन् । सामान्यतया कर्म भनेर जानिने (अथवा कम्म) यस समूहभित्र पर्दछ । बुद्धको 'कर्म' को आफ्नै वर्णन यहाँ सम्झनु पर्छ : "भिक्षुहरु हो । यो पूर्ण 'इच्छा' वा 'चेतना' हो जसलाई म कर्म भन्दछु । इच्छा भएपछि मानिसले शरीर, बोली र चित्तद्वारा काम गर्छ । चेतना भनेको मानसिक 'रचना' वा सृजना हो, मानसिक कृत्याकलाप हो । यसको काम असल, खराब वा न असल र न खराबको कार्यक्षेत्रमा निर्देश दिनु हो ।" वेदना र संज्ञाका अनुभव जस्तै ६ किसिमका चेतनाहरू ६ वटा आन्तरिक-इन्द्रियहरू र तिनीहरूसँग सम्बन्धित बाहिरी संसारका वस्तुहरूसँग जोडिएका छन् । वेदनाहरू र संज्ञाहरू चेतनायुक्त कार्यहरू होइनन् । तिनीहरूले कार्मिक प्रभावहरू पैदा गर्दैनन् । चेतना सहित गरिने कार्यहरू यी हुन् - जस्तो कि कुनै कुरामा चित्त लगाउनु (मनसिकार), चाहना (छन्द), अठोट(अधिमोक्ख), विश्वास (सद्धा), एकाग्रता (समाधि), प्रज्ञा (पञ्जा), ऊर्जा (वीरिय), कामना (राग) अथवा घृणा (पटिघ), अज्ञानता (अविज्जा), अभिमान (मान) आफू भने धारणा (सक्काय दिट्ठि) इत्यादिले - कार्मिक प्रभाव पैदा गर्न सक्छ । संस्कार स्कन्ध निर्माण गर्ने यस्ता ५२ वटा मानसिक कार्यकलापहरू छन् ।

पाँचौं स्कन्ध विज्ञान वा चेतना (विञ्जाण खण्ड) हो । चेतना भनेको प्रतिक्रिया हो जसको आधार भनेको ६ वटा इन्द्रियहरू (आँखा, कान, नाक, जिब्रो, शरीर र मन) मा कुनै एक हुन्छ र बाहिरी सम्बन्धित ६ प्रक्रियाहरू (देखिने रूप, आवाज, गन्ध, स्वाद, स्पर्श गर्ने वस्तुहरू र चित्तले अनुभव गर्ने विचार (धारणा) का वस्तु हुन् । यसकारण चेतना (विज्ञान) अरू इन्द्रियहरूसँग जोडिएका हुन्छन् । यसरी वेदना, संज्ञा र संस्कार जस्तै विज्ञान ६ किसिमका हुन्छन् - ६ किसिमका आन्तरिक इन्द्रियहरू र तिनीहरूसँग सम्बन्धित ६ वटा वाह्य वस्तुहरू देखिएका रूप, आवाज, गन्ध, स्वाद, स्पर्श गरिने वस्तुहरू र चित्तका वस्तुहरू जसलाई विचार वा धारणका वस्तु भनिन्छ । उदाहरणको निमित्त देखेर हुने चेतना (चक्षु विञ्जान) मा आँखा यसको आधार हुन्छ । मानसिक चेतना मनोविज्ञान (मनोविञ्जाण)को मनमानस यसको आधार हुन्छ र मानसिक चेतना विचार

(धम्म) यसको वस्तु हुन्छ । यसकारण चेतना वा विज्ञान (विञ्चान) अरू इन्द्रियहरूसँग जोडिएका हुन्छन् त्यसकारण वेदना, संज्ञा र संस्कार जस्तै चेतना विज्ञान (विञ्चान) पनि ६ किसिमको हुन्छ र यसका ६ वटा इन्द्रियहरू र तिनीहरूसँग सम्बन्धित ६ बाहिरी वस्तुहरू छन् ।

यस कुरालाई स्पष्ट बुझ्नु पर्छ कि चेतना (विज्ञान) खण्डले वस्तुलाई चिन्दैन । यो एक किसिमको चाल पाउने कुरा हो, वस्तु छ भन्ने चाल पाउने कुरा हो । जब आँखा रङ्गसँग सम्पर्कमा आउँछ, उदाहरणको लागि नीलो देखिने चेतना उठ्छ जुन सामान्यत रङको उपस्थिति चाल पाउनु हो तर यसले चिन्दैन कि यो नीलो हो । यस्तो अवस्थामा त्यहाँ चिन्ने कुरा हुँदैन । यो संज्ञा (तेस्रो स्कन्ध माथि उल्लेख जस्तै) हो जसले यो नीलो हो भनेर चिन्दछ, देखिने चेतना भन्ने शब्दले दार्शनिक अभिव्यक्तिलाई जनाउँछ । देख्ने सामान्य शब्दको अवधारणा जनाउँछ । देख्नुको अर्थ चिन्नु होइन । त्यस्तै चेतनाका अरू स्वरूपहरू हुन्छन् ।

बौद्ध दर्शन अनुसार कुनै वस्तु स्थायी वा अपरिवर्तनशील, आफू अथवा आत्मा वा 'म' भन्ने त्यहाँ हुँदैन भनेर यहाँ दोहऱ्याउनै पर्दछ । ती कुराहरू पदार्थ विरुद्ध हुने जस्तै विज्ञान पदार्थ विरुद्धको भावना भनेर लिन सकिन्छ । यस बुँदालाई खास गरेर जोड दिनुपर्छ किनभने एउटा गलत धारणा जस्तो चेतना एक किसिमको स्वत्व (म छु भन्ने भावना) वा आत्मा हुन् जुन जीवनमा स्थायी वस्तु भनेर लिइन्छ, प्राचीनदेखि वर्तमान सम्ममा निरन्तर लिइरहेका छन् ।

बुद्धका शिष्यहरूमा सति नाम गरेको एकजना शिष्यले यही कुरा हो गुरुले सिकाएको भनेर लिइरहे: "यही चेतना हो जुन अरूमा सर्दछ र घुमिरहन्छ । बुद्धले उनलाई चेतना के हो भनेर सोध्नु भयो । सतिको उत्तर पहिले देखि चलि आएका धारणा अनुसार थियो चेतना त्यही हो जुन प्रकट हुन्छ, जसले अनुभव गर्दछ र जसले यहाँ त्यहाँ असल खराब कामहरूका परिणामहरू भोग्दछ ।"

भगवानले प्रतिक्रिया दिनुभयो, "कुनचाहिं मुखले मैले सिद्धान्तहरूलाई यसरी व्याख्या गरेको भनेर सुने ? चेतनाहरू परिस्थितिबाट उठेको भनेर मैले धेरै प्रकारले व्याख्या गरि सकेको छुँ, होइन र ? अवस्था वा परिस्थिति विना

चेतना उठ्दैन ।” त्यसपछि बुद्धले चेतनालाई पूर्ण रूपमा व्याख्या गर्दै जानुभयो । फरक परिस्थितिहरूबाट गुज्रदै गएको अनुसार नै चेतनाको नामाकरण गरिन्छ र आँखाको कारण उठेको चेतनालाई चक्षु चेतना (विज्ञान) भनिन्छ । कान र आवाजको कारणले सुन्ने चेतना उठ्छ जसलाई श्रुत विज्ञान भनिन्छ । नाक र गन्धको कारणले उठेको चेतनालाई घ्रान विज्ञान भनिन्छ, त्यस्तै जिब्रो र स्वादमा उठेको परिस्थितिलाई रस विज्ञान भनिन्छ । शरीर र स्पर्शको वस्तुको मिलनको परिस्थितिलाई स्पर्श विज्ञान भनिन्छ । मन र मनसँग वस्तु मिलेको परिस्थितिलाई (धारणा र विचारलाई) मनोविज्ञान भनिन्छ ।

त्यसपछि बुद्धले एउटा उदाहरणद्वारा अझ व्याख्या गर्नु भयो । जल्ने वस्तुको कारणले गर्दा आगो भनेर नाम दिएको हो । काठको कारणले आगो बल्छ र यसलाई काठ वा दाउराको आगो भनिन्छ । परालको कारणले आगो बल्छ, यसैले परालको आगो भनिन्छ । यस कारण चेतना वा विज्ञानलाई यो उठ्ने अवस्था अनुसार नामाकरण गरिएको छ ।

यही बुँदालाई विचार गरेर महान अध्ययनकर्ता वा अन्वेषक बुद्धघोषले यसरी व्याख्या गरे : “..... काठको कारणले आगो बल्छ जब त्यहाँ आगोको लागि प्रदान गर्नुपर्ने वस्तु रहिरहन्छ, र आगो निभ्छ जब त्यहाँ वस्तु रहँदैन (थपिदैन) किनभने परिस्थिति परिवर्तित भइसकेको हुन्छ । ती आगो बल्ने वस्तु त्यहाँ हुँदैनन् । आगोको भिल्का वस्तुबाट जान नपाएसम्म भिल्का नै भइरहन्छ इत्यादि । त्यस्तै आँखाको कारणले उठेको चेतना वा विज्ञान र इन्द्रियको ढोकामा उठेको देखिने वस्तुहरू (आँखामा) त्यतिबेला मात्र उठ्छन् जब त्यहाँ आँखा, देखिने वस्तुहरू, प्रकाश र त्यसप्रति दिइएको चित्त त्यहाँ विद्यमान हुन्छन् । तर जब त्यो अवस्था त्यहाँ हुँदैन देखिने कुरा हराउँछ किनभने परिस्थिति बदलिसकेको हुन्छ । ध्वनी चेतना वा विज्ञान कानसम्म पुगेको अवस्थामा श्रुत विज्ञान त्यहाँ रहन्छ । यस्तै यस्तै”

बुद्धले अर्को अर्थ नलाग्ने गरी स्पष्ट घोषणा गर्नु भएको छ कि चेतना (विज्ञान) वस्तु, संवेदना, संज्ञा र संस्कारमा भर पर्दछ र विज्ञान तिनीहरूबाट अलग स्वतन्त्र हुन सक्तैन । उहाँ भन्नुहुन्छ :

“वस्तुलाई माध्यमको रूपमा मानी चेतना वा विज्ञान रहन सक्छ (रूपुपायम), रूप यसको वस्तु (रूपारम्भनम), वस्तु यसको आधार (रूपपतिथम) मानी यसमा रमिदै यो उम्रन्छ, बढ्छ र विकास हुन्छ । अथवा चेतना (विज्ञान) को लागि संवेदना माध्यम अथवा संज्ञा वा संस्कारलाई पनि माध्यमको रूपमा लिइन्छ । संस्कार, माध्यमको रूपमा, संस्कार वस्तुको रूपमा र संस्कार आधारको रूपमा रमेर उम्रने, बढ्ने र विकास हुने हुन्छ ।

वस्तु, संवेदना, संज्ञा र संस्कारलाई अलग राखी विज्ञान (चेतना) लाई आएको, गएको, हराएको, उठेको, वृद्धि भएको र विकास भएको देखाउन सक्छ भनेर कसैले भन्छ भने उसले हुँदै नहुने कुराहरू गर्दछ ।

धेरै छोटकरीमा भन्ने हो भने यिनै पञ्चस्कन्ध हुन् । हामी जसलाई ‘प्राणी’ अथवा ‘व्यक्ति’ वा ‘म’ भन्छौं, यो सुविधा र सरलताको लागि दिइएको नाम मात्र हो अथवा पाँच सम्मिलित समूहलाई चिनाउने नामको रूपमा दिइएको हो । तिनीहरू सबै अनित्य छन्, निरन्तर रूपमा परिवर्तन भइरहन्छन् । जुन अनित्य हो, त्यही दुख हो । (यद अनिच्चम तम दुखम) बुद्धका शब्दहरूका साँच्चैको अर्थ यिनै हुन् : छोटकरमा पञ्चस्कन्धमा आसक्ति नै दुख हुन् ।” लगातार दुईटा पलहरू समान हुँदैनन् । यहाँ ‘क’ ‘क’ सँग बराबर हुँदैन । तिनीहरू क्षण क्षणमा उठ्ने र हराउने परिवर्तनहरू हुन् ।

“हे ब्राह्मण ! यो पहाडको नदी जस्तै हो जुन टाढा टाढा छिटो छिटो सबै कुरालाई आफ्नो साथमा लिएर बगिरहेको हुन्छ, त्यस्तो कुनै क्षण छैन, पल छैन, सेकेण्ड छैन जुनबेला बग्नबाट यो रोक्छ तर यो बगेको बगेकै गर्दछ, निरन्तर रूपमा । यसकारण ब्राह्मण ! मनुष्यको जीवन पनि पहाडको नदी जस्तै छ ।” बुद्धले रथपाललाई भन्नुभयो, “संसार निरन्तर परिवर्तन भइरहन्छ र अनित्य छ ।”

कारण र परिणामको सूखलामा एउटा कुरा लोप हुन्छ भने यसले अर्कोलाई उठ्ने र देखापर्ने परिस्थिति बनाइदिन्छ । तिनीहरूमा अपरिवर्तनशील वस्तु भन्ने नै हुँदैन । तिनीहरूका पछाडि स्थायी आत्मा भनिने कुरा नै हुँदैन । अथवा व्यक्ति ‘आफै’ अथवा ‘म’ भन्ने कुनै कुरा

वास्तवमा त्यहाँ छैन । सबैले मन्जुर गरेको कुरा हो न वस्तु, न वेदना, न त संज्ञा, संस्कार, न चेतना वा विज्ञान वा न त साँच्चैको 'म' भनिने कुरा हुन्छ । तर जब यी ५ वटा भौतिक र मानसिक स्कन्ध जुन एक अर्कामा भर पर्दछन् र समूहगत रूपमा शारीरिक र मनोवैज्ञानिक समस्तगत काम गर्छन्, त्यहाँ 'म' को धारणा आउँछ । तर यो भूठा धारणा मात्र हो, यो केही होइन । चौथो प्रकारको संस्कार स्कन्धको ५२ समूहहरू मध्ये एक हो जुन हामीले माथि छलफल गरिसक्यौं, यही स्वत्व 'म' भन्ने (सक्काय दिट्ठी) धारणा मात्र हो ।

पाँच स्कन्धको समूहलाई लोकप्रिय भाषामा हामी 'जीव' भन्छौं, र यो आफै दुख हो (संखार दुख) । त्यहाँ अरू कोही जीव (सत्त्व) अथवा 'म' भन्ने यी पञ्चस्कन्धको पछाडि छैन, जसले दुख भोग्छ ।

बुद्धघोषले भने जस्तै :

“दुख मात्र रहन्छ तर कोही दुखी भेटिँदैन,
कामहरू छन् तर काम गर्नेहरू भेटिँदैन ।”

चालको पछाडि चलाउने चालक कोही छैन । यो चाल मात्र हो । जीवन चलिरहेको छ, भन्नु उचित छैन तर जीवन आफै चाल हो । जीवन र चाल दुई फरक कुराहरू होइनन् । अर्को शब्दमा भन्दा विचारको पछाडि विचारक त्यहाँ छैन । विचार आफै विचारक हो । तिमीले विचारलाई हटाएको खण्डमा त्यहाँ विचारक भेटिँदैन । यहाँनिर हामीले कार्टेसियनको भनाइ “कोगिटो एर्गो सुम” (“म विचार गर्छु, त्यसकारण म छु”) को विचार विपरित बौद्ध धारणा छ । अब प्रश्न उठ्छ के जीवनको शुरूआत छ ।



बुद्ध - भारतको मथुराबाट



बुद्ध - चीनबाट

बुद्धको शिक्षा अनुसार सत्त्व प्राणीहरूको जीवनधाराको शुरूवात विचार नै गर्न नसकिने छ । ईश्वरले सृष्टि गरेको हो भन्ने विश्वास गर्नेहरू यो उत्तरमा छक्क पर्नसक्छ । यदि तिमिले उसलाई ईश्वरको शुरूवात के हो भनेर सोधेको खण्डमा नहिचिकचाइकन उसले जवाफ दिन्छ, “ईश्वरको शुरू नै छैन” । ऊ आफ्नै जवाफमा पनि छक्क पर्दैन । बुद्धले भन्नु हुन्छ, “भिक्षु हो, निरन्तरताको चक्कर (संसार) को देखिने अन्त्य नै छैन र शुरूका सत्त्व प्राणीहरू चक्करमा घुमिरहेका, दौडिरहेका, अज्ञानता (अविज्जा) मा बन्दी भएका, इच्छाका तिर्खा (तन्हा) को सिक्कीमा बाँधिएका छन् । यी कुराहरूका चाल पाएकै हुँदैनन् । जीवनको निरन्तरताको प्रमुख कारण अज्ञानतालाई अभ्र वर्णन गर्दै बुद्ध भन्नु हुन्छ : “अज्ञानता (अविज्जा) को शुरूवात चाल पाउन न सके जस्तै एउटा निश्चित विन्दुमा पुगेपछि, अज्ञानता हुँदैन भन्ने कुरा पनि भन्न सकिन्न । त्यसरी यो भन्न सम्भव छैन कि एउटा खास सीमा पछि त्यहाँ जीवन हुँदैन ।

यही हो छोटकरीमा चर्तुआर्य सत्यमा ‘दुख’ को अर्थ । पहिलो चर्तुआर्य सत्यको अर्थ बुझ्न अत्यन्त महत्वपूर्ण छ । स्पष्ट सत्यको अर्थ बुझ्न अत्यन्त महत्वपूर्ण छ । स्पष्ट रूपमा बुद्धले भन्नुहुन्छ, “जसले दुख देख्छ, उसले दुख उठेको देख्छ, दुख अन्त्य भएको देख्छ र दुखलाई हटाउने बाटो पनि देख्छ ।”

यस कुराले बौद्ध व्यक्तित्वलाई कसैले गलत तरिकाले कल्पना गरे जस्तै दुखी बनाउँदैन । यसको ठिक उल्टो एकजना साँच्चैको बौद्ध व्यक्तित्व सबैभन्दा सुखी प्राणी हुन्छ । ऊसँग डर र चिन्ता हुँदैन । ऊ सधैं शान्त र आनन्दित हुन्छ, निराश हुँदैन अथवा आपद विपद जस्तोसुकै परिवर्तनद्वारा पनि ऊ दुखित हुँदैन किनभने उसले सबै कुरा जस्तो छन् त्यस्तै देख्छ । बुद्ध कहिले दुखी हुनु भएन र निन्याउरो हुनुभएन । उहाँका समकालीनहरूले प्रशंसा गरे जस्तै बुद्ध सधैं हाँसिरहने हुनुहुन्थ्यो (मिहितापुब्बमगम) । बुद्धका चित्रहरू र कलात्मक प्रतिमाहरूमा बुद्धलाई सधैं सुखी, सौम्य, सन्तुष्ट र करुणामयी रूपमा प्रतिनिधित्व गराएको हुन्छ । कुनै पनि किसिमको दुख, दर्द र दिक्दारीको चिनो समेत पनि देखिँदैन । बौद्ध कला कौशल, बौद्ध

मन्दिरहरूले कहिले पनि दुख र विरक्त भावनाको छाप पाउँदैन तर शान्त, सौम्य र आनन्दको वातावरण पैदा गर्छन् ।

जीवनमा दुख आइपरे पनि एकजना बौद्ध यस विषयमा दुखित र चिन्तित हुनु हुँदैन, रिसाएको र अधीर हुनु हुँदैन । बुद्ध धर्म अनुसार जीवनको प्रमुख अकुशल भावना वा दोषपूर्ण कुरा भनेकै घृणा वा मन नपर्नेलाई हेला गर्नु हो । प्राणीहरूका सम्बन्धमा, दुख र दुख त्याउने वस्तुहरूका सम्बन्धमा प्रतिघलाई दुराशय वा अकुशल इच्छाको रूपमा व्याख्या गरिन्छ । यसको काम भनेको नै दुखद अवस्था र खराब आचरण वा व्यवहारका एउटा आधार पैदा गर्नु हो । दुखमा अधैर्यवान हुनु गलत हो । दुखमा अधैर्यवान हुनाले अथवा रिसाउनाले दुख हट्दैन । यसको ठिक विपरित यसले दुख थपिदिन्छ र पहिले नै मन नपरेका र स्वीकार नगरिएका परिस्थितिलाई बढाइदिन्छ र भनन चोट पुऱ्याउने गरिदिन्छ । आवश्यक कुरा भनेको रिस र अधैर्य होइन वरु दुखको प्रश्न विषयमा बुझ्नु र सम्झनु हो, यो कसरी आउँछ, यसलाई कसरी हटाउने र त्यही अनुसार धैर्य, बुद्धि र सङ्कल्पले शक्तिशाली भएर काम गर्नु हो ।

थेरगाथा र थेरीगाथा भन्ने दुईटा बौद्ध पाठ्यवस्तुहरू हुन् जुन बुद्धका चेलाहरूका आनन्दित उद्घोषहरूले भरिएका छन् । ती उद्घोषहरू दुवै पुरूष र महिला वा थेर र थेरीका हुन् जसले बुद्धका उपदेशहरूद्वारा सुख र शान्ति पाएका थिए । कोसलका राजाले एक पटक बुद्धलाई भनेका थिए अरू धर्मका धेरै चेलाहरू जो फोहर, भद्दा, निन्याउरा, दुब्ला पातला र पहिला नै पूर्वाग्रह भएका जस्ता देखिन्थे, यसको ठिक विपरित बुद्धका चेलाहरू आनन्दित र सुखी देखिन्थे (हत्थ-पहत्थ), परम सुखी, प्रफुल्लित (उदग्गुदग्ग), आध्यात्मिक जीवनमा खुसी भइरहेका (अभिरतरूप), सबै अङ्गप्रत्यङ्गहरू शान्त भएका (पिनितिन्ध्रिय), चिन्ताबाट मुक्त (अप्पोस्सुक्क), सौम्य (पन्नलोम), शान्तपूर्ण (परदवुट्ट) सुखद चित्तले बाँचेका (मिगभुतेन चेतसा) वा हलुका चित्त भएका छन् । राजाले यो पनि थपे र विश्वास गरे कि यिनीहरूका यस्ता स्वभाव र व्यवहार भएका कारण के हो भने यी भिक्षुहरूले भगवानको शिक्षाको महान र महत्त्वपूर्ण कुरा निश्चित रूपमा बुझेका थिए ।

बुद्ध धर्मले सत्यको बोधमा अवरोध मानिएका दुख, पछुतो र चित्तको मलीनताको विरोध गरे । अर्कोतिर यो सम्भनको लागि धेरै घतलाग्दो कुरा छ कि निर्वाण प्राप्तिको लागि आवश्यक गुणहरू अथवा सात वोज्झङ्गमध्ये एउटा प्रिति सुख (पिति) पनि हो ।

परिच्छेद तीन

दोस्रो आर्य सत्यः

समुदयः दुःखको उदय

दोस्रो आर्य सत्य भनेको दुःखको उदय हो अथवा दुःखको मूल (दुःख समुदय-अरियसच्च) हो । मौलिक पाठ्य वस्तुहरूका सबभन्दा लोकप्रिय र प्रख्यात रूपमा धेरै ठाउँहरूमा यो दोस्रो सत्यको वर्णन गरिएको पाइन्छ जुन यस्तो छ :

यो “तिर्खा” (लोभ, तन्हा) हो जसले पुनः अस्तित्व वा पुनर्जन्म पैदा गर्दछ (पोनोभविका), र यो अति ठूलो लोभ (नन्दिरागसहगता) सँग बाँधिएको हुन्छ र यसले कहिले यहाँ र कहिले त्यहाँ ताजा खुसी प्राप्त गर्दछ (तत्रतत्राभिनन्दिनि) जुन यस्तो छ ;

१) काम तन्हा (इन्द्रिय सुखको लागि तृष्णा)

२) भव तन्हा (पुनः अस्तित्व वा पुनर्जन्मको लागि तृष्णा)

३) विभव तन्हा (फेरि फेरि अस्तित्वमा न आउने तृष्णा)

यही ‘तृष्णा’, इच्छा, लोभ वा आसक्ति जुन विभिन्न स्वरूपमा बाहिर आफै प्रकट भइरहेको हुन्छ, र यसैले सबै स्वरूपका दुःख उठाइदिन्छ र भवको निरन्तरता दिन्छ । तर यसलाई पहिलो कारणको रूपमा लिनु हुँदैन किनभने पहिलो कारणको सम्भाव्यता नै हुँदैन । बुद्ध धर्म अनुसार हरेक वस्तु सापेक्षक हुन्छ र एक आपसमा भर पर्ने हुन्छ । यही तन्हा पनि जुन दुःखको कारण र मूल भनेर मानिएको हुन्छ, यसको समुदय अरू कुनै कुरामा भर पर्दछ जुन वेदना हो र वेदना पनि सम्पर्क (फस्स) मा भर परी उठ्छ र यसरी नै अगाडि बढ्दै गई चक्र बन्छ, जसलाई पतिच्च-सम्मुपाद भनेर जानिन्छ, जसलाई हामी पछिबाट छलफल गर्नेछौं ।

यसकारण तन्हा वा तृष्णा दुःख उठ्ने प्रथम र एउटै मात्र कारण होइन । तर यो नै सबभन्दा ठूलो संवेदनशील, तुरन्तै छिट्टै बन्ने, प्रमुख र सबैमा व्याप्त हुन सक्ने कारण हो । त्यसकारण कुनै मौलिक पाली पाठ्य वस्तुहरूमा समुदय वा दुःखको मूलभित्र अरू अपवित्र र अशुद्ध कारणहरू (किलेसा, सासवा धम्म), साथै तृष्णा (तन्हा) लाई प्रथम स्थान नै दिइएको छ । हाम्रो छलफलको आवश्यक सीमित ठाँउभित्र यत्ति सम्झदा पुग्छ कि अज्ञानताबाट आफै उठ्ने भूठा चिन्तनको केन्द्र विन्दुमा नै यो तृष्णा रहन्छ ।

यहाँ 'तृष्णा' भित्र कुनै कुराको निमित्त इच्छा राख्ने र यसमा आसक्त हुने, इन्द्रिय सुख, धन र शक्ति मात्र होइन, अवधारणा, विचार र आदर्शहरू, रायहरू, सिद्धान्त, धारणाहरू, विश्वासहरू (धम्म-तन्हा) मा टाँसिने स्वभाव वा आसक्ति पनि पर्दछन् । बुद्धको विश्लेषण अनुसार संसारमा सबै दुःखहरू, संघर्ष, साना व्यक्तिगत र पारिवारिक भगडादेखि राष्ट्रहरू र देशहरू बीच ठूला ठूला लडाइँहरू पनि स्वार्थपूर्ण 'तृष्णा'को कारणबाट नै हुन्छन् वा उठ्छन् । यस दृष्टिकोणबाट सबै आर्थिक, राजनीतिक र सामाजिक समस्याहरू यही स्वार्थी तृष्णामा नै जरो गाडेर रहेको हुन्छ । महान राष्ट्रका सेवकहरू र अन्य कुटनीतिक तवरले सतहमा गएर लडाइँ र भगडाको कुरा छिनोफानो गर्ने प्रयास गर्दछन् तर कहिले पनि समस्याको साँच्चैकै भित्री गहिरो जरोसम्म पुग्दैनन् । बुद्धले रथपाललाई भने जस्तै: "संसारमा अभाव छ र मानिस तृष्णामा भुण्डिन्छ । ऊ तृष्णाको दासी (तन्हादासो)" बनेको हुन्छ ।

सबैले स्वीकार्छन् कि संसारका सबै दृष्कर्महरू र पापहरू स्वार्थपूर्ण इच्छाद्वारा नै पैदा भएका हुन्छन् । यो बुझ्न गाह्रो छैन । तर कसरी यो इच्छा, "तृष्णा" पुनः अस्तित्व र फेरि फेरि पनि (पोनोभविका) जन्म लिने समस्या बन्छ, बुझ्न सजिलो छैन । यहाँ हामीलाई पहिलो आर्य सत्यको दार्शनिक पक्षको कुरा गरे जस्तो दोस्रो आर्य सत्यको गहन दार्शनिक पक्षको छलफल गर्नु छ । कर्म र पुर्नजन्मको बारे हामीसँग केही धारणा हुनै पर्छ ।

प्राणीहरूको अस्तित्व र यसको निरन्तरताको लागि आवश्यक आधार वा कारण सम्बन्धमा चारवटा आहारहरूका पोषकहरू छन् ।

१) सामान्य खाद्यपदार्थ (कवलिकाराहार)

- २) चित्तसहित हाम्रा इन्द्रियहरूका बाहिर संसारसँग सर्म्पर्क र सम्बन्ध (फस्साहार)
- ३) चेतना (विञ्जानाहार)
- ४) मानसिक इच्छा (मनोसन्चेतनाहार)

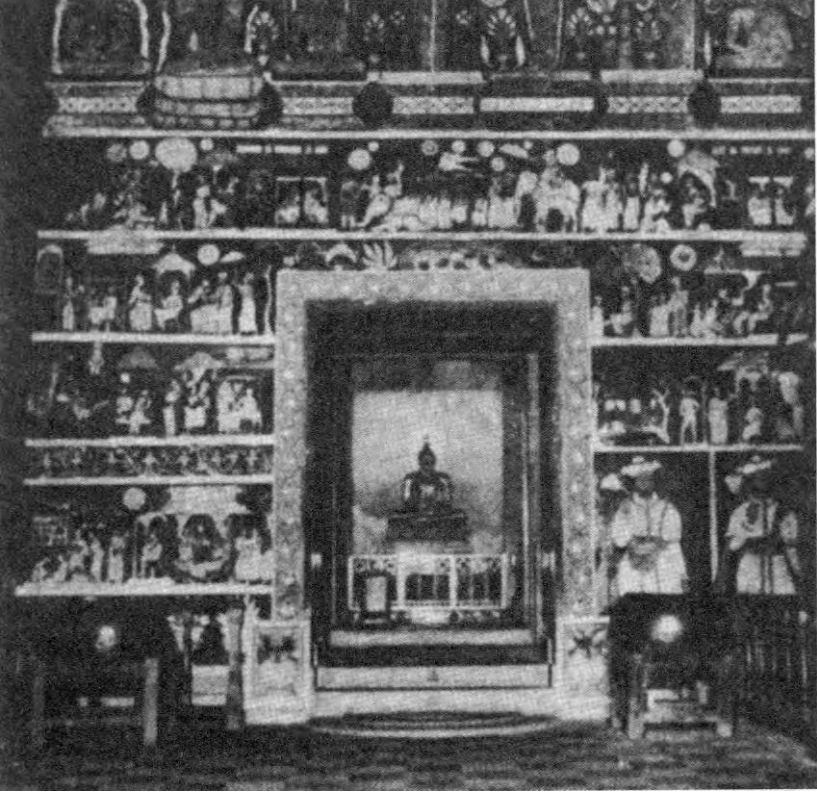
यी चार मध्येमा, आखिरी 'मानसिक इच्छा' भनेको बाँच्ने, अस्तित्वमा आउने इच्छा, पुनः अस्तित्वमा आउने, निरन्तर र फेरि फेरि जन्मने हुन् । यसले अस्तित्व र यसको निरन्तरता, असल र खराब कामहरू गरेर अगाडि बढ्न कोशिश गर्ने (कुसलाकुसलकम्म) कुरोको जरा सृजना गर्दछ । चेतना भन्नु पनि यही हो । बुद्ध आफैले वर्णन गर्नु भए जस्तै यो संस्कार कर्म नै हो । माथि उल्लेख गरे भैं संस्कारबारे बुद्धले भन्नुहुन्छ: "जब कसैले संस्कारको आहार बारे बुझ्दछ, उसले तीन किसिमका तन्हा बुझ्दछ ।" यसरी तृष्णा, इच्छा र संस्कारले एउटै कुरा बुझाउँछ: तिनीहरूले इच्छा जनाउँछन्, बन्ने इच्छा, अस्तित्वमा आउने, फेरि फेरि अस्तित्वमा आउने, फेरि फेरि बन्ने, बढ्ने र अझ बढी बढ्ने र धेरै धेरै जम्मा गर्दै जाने कुरा बताउँछन् । यही नै दुख उदय हुने कारण हो र यही नै संस्कारका स्कन्धभित्र भेटिन्छ, जुन प्राणीको सृजना गर्ने पञ्चस्कन्ध मध्येको एक हो ।

यहीनिर बुद्ध शिक्षाको सबभन्दा महत्त्वपूर्ण र आवश्यक बुँदाहरू छन् । त्यसकारण हामीहरूले स्पष्टसँग र होसियारपूर्वक कारणहरूलाई चिन्नुपर्छ । दुख उठ्नुको कारण दुख आफैभित्र नै छ भन्ने कुरा सम्झनु पर्छ, बाहिर होइन, र त्यस्तै समान रूपले दुखलाई अन्त्य गर्ने, दुख नाश गर्ने कुरा दुख भित्रै छ बाहिर होइन भन्ने कुरा राम्ररी सम्झनुपर्छ । मौलिक पाली साहित्यमा धेरै प्रचलित रूपमा पाइने अर्थ यही हो । "यं किञ्चि सम्मुदयधमं सब्बं तमं निरोधधम्मं", उठ्ने स्वभाव जुनसुकै भए पनि, यी सबै हराउने स्वभाव हुन् । एउटा प्राणी, वस्तु अथवा प्रणाली आफै उठ्ने हुन्छन् । एउटा प्राणी, वस्तु, प्रणाली, आफैभित्र उठ्ने स्वभाव हुन्छ, बन्ने (भव) स्वभाव पनि आफ्नै स्वभावभित्र छ । रोकिने र नाश हुने स्वभाव पनि आफैभित्र छन् । त्यसकारण दुख (पाँच स्कन्ध) आफैभित्र उठ्ने स्वभाव र

आफै नाशिने र हट्ने स्वभाव हुन्छ । तेस्रो निरोध सत्य बारे कुरा गर्दा छलफल गर्दा यो बुँदा पनि फेरि उठाइनेछ ।

अब पाली शब्द कम्म अथवा संस्कृत शब्द कर्मको (मूल क्र गर्नु) शाब्दिक अर्थ 'काम', 'गर्नु' हो । तर कर्मको बौद्ध सिद्धान्तमा विशेष अर्थ छ : यसको अर्थ "गर्ने भनेर इच्छाले गर्ने काम" हो सबै काम होइन । न त धेरैजसो मानिसले गलत तरिकाले हलुका तवरले प्रयोग गर्ने कर्मको परिणामको रूपमा अर्थ लगाइन्छ । बौद्ध शब्दावलीमा कहिले पनि प्रभावको रूपमा कर्मको अर्थ लगाइन्छ । यसको प्रभावलाई 'फल' अथवा गर्ने भनेर इच्छाले गरिने कामको नतिजा (कम्म-फल अथवा कम्म-विपाक) रूपमा जानिन्छ ।

चेतना वा जानी जानी वा इच्छाले गरेको कामसँगको सम्बन्धको अनुपातमा अथवा सापेक्षिक रूपले असल वा खराब हुन सक्छ, जस्तो इच्छा सापेक्षिक रूपले असल वा खराब हुन्छ । यसकारण कर्म सापेक्षिक तरिकाले असल वा खराब हुन सक्छ । कुशल कर्मले कुशल परिणाम दिन्छ, र अकुशलले अकुशल परिणाम दिन्छ । तृष्णा इच्छाद्वारा गरिने काम, कर्म असल वा खराब भएपनि योसँग आफ्नो परिणाम दिने शक्ति हुन्छ : निरन्तर प्रभाव पार्ने शक्ति हुन्छ - असल र खराब दिशातिर निरन्तर प्रभाव पार्ने शक्ति हुन्छ । असल वा खराब सम्बन्धको अनुपातमा यो निरन्तरताको चक्र (संसार) भित्र हुन्छ । अरहन्तले काम गर्दछ, तापनि कर्म सञ्चय गर्दैन किनभने ऊ 'आत्मा' को गलत धारणाबाट मुक्त हुन्छ, निरन्तरता र भवको तृष्णाबाट अलग हुन्छ, सबै किसिमका अरू क्लेशहरू र अशुद्धबाट ऊ मुक्त हुन्छ (किलेसा, ससवा धम्मा) । उनको निमित्त पुनर्जन्म छैन ।



राजमहाविहारका भित्री भाग - कालनिया, श्रीलंका



डइवदसु, महान बुद्ध - कामकुरा, जापान

कर्मको सिद्धान्त तथाकथित “नैतिक न्याय” अथवा “इनाम र सजाय”सँग अल्मलिनु हुन्छ । नैतिक न्याय अथवा इनाम र सजाय, जो न्याय सम्पादन गर्न बस्छ, जो कानून नियम प्रदान गर्ने र जसले ठिक बेठिक निर्णय गर्दछ, त्यही सर्व शक्तिवान ईश्वरको अवधारणाबाट निस्केको हो । ‘न्यायको अवधारणा अस्पष्ट र खतरनाक छ र यसकै नामबाट मानवतालाई असल भन्दा नोक्सान बढी गर्दछ । कर्मको सिद्धान्त भनेको कारण र परिणामको सिद्धान्त हो, क्रिया र प्रतिक्रिया हो । यो प्राकृतिक नियम हो जसको न्याय अथवा इनाम र सजायको अवधारणासँग केही सम्बन्ध छैन । हरेक चेतना, इच्छाले वा जानि जानिकन गरेको हरेक कामले अथवा परिणामहरू पैदा गर्छन् । यदि असल कामले असल परिणामहरू छोड्छ, र खराब कामले खराब परिणाम छोड्छ भने यो न्याय होइन, इनाम अथवा सजाय होइन । पुरस्कार र सजाय भनेको कोही व्यक्ति अथवा कुनै शक्तिले तिम्रो काममा न्यायको कुर्सीमा बसेर न्याय प्रदान तोकेको नभई यो आफ्नै स्वभावको गुण हो, यसको आफ्नै नियम वा कानून हो । यो बुझ्न कठीन छैन । गाह्रो कुरा के हो भने कर्मको सिद्धान्त अनुसार आफ्नो खुसीराजीले गरेका कामहरूका परिणाम मृत्युपछि पनि निरन्तर प्रकट हुन सक्छ । यहाँ बुद्ध धर्म अनुसार मृत्यु के हो हामीले व्याख्या गर्नुपर्छ ।

यसभन्दा अगाडि नै हामीले देखिसकेका छौं, सत्त्व प्राणी केही पनि होइन, शारीरिक र मानसिक शक्तिहरू वा ऊर्जाहरूको समस्तगत वा सम्मिलित रूप मात्र हो । मृत्यु हामी जेलाई भन्दछौं भौतिक शरीरबाट कामहरू नहुनु हो । शरीरका क्रियाहरू थामेपछि के सबै शक्तिहरूले पनि काम गर्न रोक्छन् ? बुद्ध धर्मले अहं छोड्दैन भन्दछ । चाहना, गरेको इच्छा, अस्तित्वको तृष्णा, निरन्तर अस्तित्वमा रहने इच्छा, बढी भन्दा बढी समयसम्म रहने इच्छा नै सम्पूर्ण जीवनलाई चलाउने महान शक्ति हुन् जसले सम्पूर्ण अस्तित्वहरू र त्यसले सारा लोकलाई समेत चलाउँछ । संसारमा यो सबभन्दा महान शक्तिशाली ऊर्जा हो । बुद्ध धर्म अनुसार शरीरको क्रिया बन्द हुने मृत्युसँगै यो शक्ति रोकिदैन । तर यो पुनर्जन्म भनिने पुनः अस्तित्व पैदा गर्दै अर्कै स्वरूपमा बाहिर प्रकट हुँदै जान्छ ।

अब अर्को प्रश्न उठ्छ : यदि स्थायी, अपरिवर्तनशील अस्तित्व अथवा स्वत्व अथवा आत्मा छैन भने मृत्युपछि फेरि जन्मिने अथवा पुन अस्तित्वमा आउने कुरा के हो त ? मृत्युपछिको जीवनमा जानु भन्दा अगाडि यो जीवन के हो र यो कसरी निरन्तर हुन्छ, भन्ने कुरा अब विचार गरौं । हामीले अक्सर गरी दोहऱ्याए अनुसार जसलाई हामी जीवन भन्दछौं, त्यो पञ्चस्कन्धको सामूहिक रूप मात्र हो, शारीरिक र मानसिक ऊर्जाहरूका सामूहिक रूप मात्र हो । यी निरन्तर रूपमा परिवर्तन भइरहेका हुन्छन् र मर्छन् । “हे भिक्षुहरू हो, हरेक क्षणमा तिमीहरूको जन्म हुन्छ, नाश हुन्छ र मर्छौं ।” त्यसकारण यस जीवन अवधिमा अहिले हरेक क्षण हामी जन्मन्छौं र मर्छौं । हामीहरू स्थायी स्वत्व वा आत्मा विना हामी निरन्तर चलिरहन्छौं भन्ने कुरा बुझ्छौं भने किन हामी बुझ्न सक्तौं कि स्वत्व अथवा आत्मा विना शरीरको क्रिया रोकेपछि त्यही शक्ति किन निरन्तर रहन्छ ?

यो भौतिक शरीर क्रिया गर्न नसक्ने भएपछि पनि ऊर्जाहरू यो भौतिक शरीरसँगै मर्दैनन् बरु अरू आकार र स्वरूप जसलाई हामी अरू जीवन भन्दछौं लिएर निरन्तर अधि बढ्छ । बच्चामा सारा शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक क्षमताहरू कलिला र कमजोर हुन्छन् तर तिनीहरूभित्र पूर्ण मनुष्य पैदा गर्ने क्षमता हुन्छन् । भौतिक र मानसिक ऊर्जाहरूद्वारा तथाकथित प्राणी बन्दछ जस भित्र नयाँ स्वरूप लिने शक्ति हुन्छ र विस्तारै वृद्धि हुन्छ र सम्पूर्ण शक्ति यसले जम्मा गर्दछ ।

स्थायी, अपरिवर्तनशील वस्तु नभएपछि कुनै पनि कुरा एक पलबाट अर्को पलमा सारिदैन अथवा सदैन । यसकारण विल्कुलै सफा देखिन्छ कि कुनै पनि स्थायी र अपरिवर्तनशील स्वरूप एक जीवनदेखि अर्को जीवनमा सदैन । यो नटुट्ने क्रम निरन्तर चल्छ तर हरेक क्षणमा परिवर्तन हुन्छ । यो सुखला साँच्चै भन्ने हो भने केही पनि होइन, चल्ने क्रम, चलायन मात्र हो । यो ज्वाला मात्र हो जुन रातभरि बल्छ : न त यो उही ज्वाला हो न अर्को कुनै नयाँ ज्वाला हो । एकजना बच्चा ६० वर्षको मानिस भएर बढ्छ, हुर्कन्छ । साँच्चै ६० वर्षको मानिस ६० वर्ष अघिको बच्चा जस्तो हुँदैन नै, तर ऊ अर्को मानिस पनि त होइन । त्यस्तै एकजना मानिस यहाँ मर्छ तर कहीं अन्तै जन्मन्छ, न ऊ उही मानिस हो न अरू कोही (न च सो न च

अञ्ज) यही सुखलाको निरन्तरता मात्र हो । मृत्यु र जन्मबीचको भिन्नता केवल-एक विचार क्षण मात्र हो । यो जीवनको आखिरी विचार क्षणले अर्को दोस्रो जन्मको पहिलो विचार क्षणको लागि अवस्था तयार पार्दछ, जुन वास्तवमा उही सुखलाको निरन्तरता हो । यस जीवनमा पनि एउटा विचार क्षणले दोस्रो विचार क्षणको लागि परिस्थिति तयार पार्दछ । यसकारण बौद्ध दृष्टिकोणले मृत्यु ठूलो रहस्य होइन र एकजना बौद्ध यो समस्या विषयमा कहिले चिन्तित हुँदैन ।

हुने र बन्ने तृष्णा भएसम्म निरन्तरताको यो चक्र (संसार) चलिरहन्छ । वास्तविकता, सत्य र निर्वाण देखेले 'तृष्णा' को वेग वा शक्तिलाई काटेपछि, मात्र संसारको चक्र रोक्छ ।

परिच्छेद चार

तेस्रो आर्य सत्यः

निरोध : दुःखको अन्त्य

तेस्रो आर्य सत्य भनेको दुःखबाट, दुःखको निरन्तरताबाट मुक्ति, स्वतन्त्रता र अलगगता प्राप्त गर्न सकिन्छ। यसैलाई दुःख निरोधको आर्य सत्य भनिन्छ (दुःख निरोध अरियसच्च) जुन निब्वान हो र यसलाई लोकप्रिय रूपमा संस्कृतमा निर्वाण भनिन्छ।

दुःखलाई पूर्ण उन्मुलन गर्न दुःखको मूल जरा तन्हालाई निर्मूल गर्नुपर्छ। त्यसैले “तन्हाको उन्मुलन” (तन्हकखय) भनेर पनि निर्वाणलाई जानिन्छ।

अब तिमीले सोध्न सक्छौ : निर्वाण के हो ? विल्कुलै स्वाभाविक र सामान्य प्रश्न हो यो जसको जवाफमा धेरै धेरै कुराहरू लेखिएका छन्। यसलाई स्पष्ट गर्नु भन्दा तिनीहरूले धेरै अल्मलाइदिएका छन्। तर्कयुक्त जवाफ यही हुन सक्छ, निर्वाणलाई कहिले पनि शब्दहरूमा पूर्ण र सन्तोषजनक रूपमा व्याख्या गर्न सकिन्न किनभने मानवीय भाषाले निर्वाण जस्तो परमार्थ सत्य साँच्चैको स्वभावलाई प्रकट गरेर व्याख्या गर्न सकिन्न। आफ्नै इन्द्रियहरूले र चित्तले अनुभव गरेका वस्तुहरू र विचारहरूलाई जनमानसले प्रयोग गर्ने किसिमले भाषाको सृजना भएको हो। परमार्थ सत्य असाधारण माथिल्लो तहको अनुभव हो। यस सामान्य जनमानसले बुझ्ने भाषाको तहको हुँदैन। त्यसकारण जस्तो माछासँग ठोस जमीनको प्रकृति बारे प्रकट गर्न शब्द भण्डार हुँदैन त्यस्तै निर्वाणको अनुभव बारे व्याख्या गर्न सर्वसाधारणसँग शब्दहरू हुँदैनन। एउटा कछुवाले आफ्नो साथी माछालाई ऊ जमीनको लामो हिंडाई पछि पानीमा फर्केको कुरा बतायो। माछाले भने, “पक्का होला तिमी धेरै पौडी खेलेर फर्क्यौं।” कछुवाले जमीनमा पौडी खेल्न सकिन्न, यो ठोस भएकोले हिंडन मात्र सकिन्छ भनेर व्याख्या गर्न धेरै कोशिस

गरे । माछाले ढीपि कसे यस्तो हुनै सक्तैन, तालमा जस्तो यो तरल हुन्छ, छाल उठ्छ र यहाँ उसले हाम फालेर पौडी खेलु पर्ने हुन्छ ।

शब्दहरू हामीलाई थाहा भएका विचारहरू र वस्तुहरूका प्रतिनिधित्व गर्ने चिनोहरू मात्र हुन् र तिनीहरूले सामान्य वस्तुहरूका वास्तविक स्वभावलाई पनि भन्न र प्रकट गर्न सक्तैनन् । सत्य तथ्यको विषयवस्तुलाई बुझाउन भाषा भ्रमपूर्ण र गलत धारणा दिने खालको हुन सक्छ । त्यसैले लङ्कावतार सूत्रले भन्छ, हात्ती हिलोमा गाडिए जस्तै अज्ञानीहरू पनि भाषाका शब्दहरूमा टाँस्सिन्छन् र जर्कडिन्छन् ।

यस्तो भए पनि भाषा विना हामी केही गर्न सक्तैनौं । निर्वाणलाई सकारात्मक धारणामा व्याख्या गर्ने र प्रकट गर्ने हो भने यी अवधारणाहरूका विचारहरूमा तुरून्तै टाँस्सिन सक्ने हुन्छौं जसको प्रभाव विल्कुलै उल्टो हुन्छन् । त्यसैले सामान्यतया निर्वाणलाई नकारात्मक तरिकाले प्रकट गरिन्छ, जुन शायद कम खतरनाक तरिका हुन जान्छ । यसैले यस्तो नकारात्मक अर्थमा यसलाई व्यक्त गरिन्छ जस्तो 'तन्हक्खय', तन्हा वा तृष्णाका छेदन, 'असमखत'-कुनै मिश्रण न भएको, परिस्थितिमा भर नपरेको स्वत आफै भइदिने । 'विराग' - राग वा इच्छाको अनुपस्थिति । 'निरोध', अन्त्य हुनु, निब्बान - फुकेर धपाउनु वा नाश हुनु ।

अब हामी मौलिक पाली ग्रन्थमा भेटिएको जस्तो निर्वाणको केही परिचय र वर्णन बारे विचार गरौं :

निर्वाण भनेको त्यागनु, छोड्नु, मुक्ति प्राप्त गर्नु र अलग हुनु भन्ने अर्थमा तन्हा वा तृष्णा पूर्ण मात्रामा न हुनु वा हराउनु वा अन्त्य हुनु हो ।

“सबै परिस्थितिमा वा आदतमा परेको स्वभावलाई शान्त पार्नु, सबै किसिमका क्लेश वा अशुद्ध स्वभावलाई त्यागनु, तृष्णाको पूर्ण क्षय, अनासक्ति र निरोध नै निर्वाण हो ।”

“भिक्षुहरू हो, असमखत, परिस्थिति वा आदतमा नपरेको स्वभाव भनेको के हो ? भिक्षुहरू हो, यो भनेको इच्छा वा राग क्षेय हो, घृणा वा दोष सम्पूर्ण क्षय हो, भ्रम वा मोह सम्पूर्ण क्षय हो । भिक्षुहरू, मात्र यो असमखत वा सम्पूर्णता हो ।”

“ओ राधा ! तन्हा वा तृष्णाको क्षय भनेको निब्बान हो । भिक्षुहरू, आदत वा परिस्थितिमा परेको वा नपरेको जुनसुकै वस्तुहरू त्यहाँ भएपनि तिनीहरूमा सबभन्दा उच्च विराग हो । यो भनेको अहंवाट छुटकारा, लोभको विनास, आसक्तिको उन्मुलन, निरन्तरताको छेदन, तन्हाको अन्त्य अनासक्ति र निरोध निब्बान हो ।

परिव्राजकले निब्बान के हो भनेर प्रत्यक्ष सोधेको प्रश्नको उत्तरमा बुद्धका प्रमुख शिष्य सारिपुत्तको उत्तर बुद्धले दिनुभएको असमखतको वयानसँग ठ्याक्क मिल्छ : ‘इच्छा, घृणा र भ्रमको पूर्ण मात्रामा उन्मुलन ।’

इच्छा र आसक्तिका पाँच स्कन्धलाई त्याग्ने र विनाश गर्ने : यही दुःखको निरोध हो । भव र भवको निरन्तरता रोक्नु (भवनिरोध) नै निब्बान हो ।

निर्वाणबारे अझ अगाडि बढेर बुद्ध भन्नु हुन्छ : “भिक्षुहरू, त्यहाँ नजन्मेका, नबढेका र परिस्थिति र आदतमा नपरेकाहरू छन् । त्यहाँ नजन्मेका, नबढेका, आदतमा नपरेका नहुँदो हो त जन्मेका, बढेका र परिस्थितिजन्य आदतमा परेकाहरू भाग्ने ठाउँ नै हुँदैन । नजन्मेका, नबढेका र परिस्थितिजन्य आदतमा नपरेकाहरू भएको हुनाले नै जन्मेका, बढेका र परिस्थितिजन्य आदतमा परेकाहरूलाई भाग्ने ठाउँ वा मुक्ति हुन्छ ।

यहाँ ठोसपना, तरलता, अग्नी र वायु जस्ता चार तत्वहरूलाई ठाउँ छैन । त्यहाँ लम्बाइ र चौडाइ, सूक्ष्म र स्थूल, कुशल र अकुशल, नाम र रूपहरूका धारणाहरू सबै नाश भएका हुन्छन्, न यो संसार न त अन्य कुनै, आउने जाने अथवा उभिने, न मृत्यु न त जन्म र न त इन्द्रिय वस्तुहरू नै त्यहाँ हुन्छन् ।

यसरी निर्वाणलाई नकारात्मक रूपमा अभिव्यक्त गरिएको हुँदा यस्ता धेरै मानिसहरू छन् जसले यो नकारात्मक छ र यसले स्व नाशको अभिव्यक्ति दिन्छ भनेर गलत धारणा लिएका हुन्छन् । निर्वाण स्वनाश विल्कुलै होइन किनभने त्यहाँ नाश गर्नु पर्ने स्वत्व भन्ने नै छैन । यदि यस्तो छ भने यो भ्रमको अन्त्य हो, स्वत्वको विषयमा भूठा धारणाको विनाश हो । निर्वाण नकारात्मक वा सकारात्मक हो भन्नु गलत हो । ‘नकारात्मक’ र ‘सकारात्मक’ धारणाहरू सापेक्षक छन् र तिनीहरू द्वैत लोक भित्र छन् । यी धारणाहरू

परमार्थ सत्य निर्वाणमा लागू हुँदैन जुन द्वैतता र सापेक्षिकताबाट बाहिर हुन्छ ।

नकारात्मक शब्दले नकारात्मक अवस्था मात्रै जनाउनु पर्ने कुनै आवश्यकता छैन । संस्कृत शब्द स्वास्थ्यको पाली रूपान्तरण 'आरोग्य', एक नकारात्मक शब्द हो जसका शाब्दिक अर्थ "बिमारको अनुपस्थिति" हो । तर 'आरोग्य' (स्वास्थ्य) शब्दले नकारात्मक अवस्थाको प्रतिनिधित्व जनाउँदैन । 'अमर' शब्द (अथवा संस्कृत रूपान्तरण अमरत अथवा पाली अमत) जुन 'निर्वाण' शब्दको समानार्थक शब्द हो जुन नकारात्मक छ तर यसले नकारात्मक अवस्था जनाउँदैन । नकारात्मक मूल्य मान्यता नकारनाले त्यो नकारात्मक हुँदैन । निर्वाणको प्रसिद्ध समानार्थक शब्द 'छुटकारा', मुक्ति हो (पाली-मुक्ति, संस्कृत मुक्ति) । कसैले पनि मुक्तिलाई नकारात्मक भन्दैन । तर 'छुटकारा' को पनि नकारात्मक पक्ष छ : छुटकारा सधैं वाधक कुराबाट स्वतन्त्रता, सधैं नकारात्मक हुने अकुशलताबाट स्वतन्त्रता हो । तर स्वतन्त्रता नकारात्मक हुँदैन । त्यसकारण निर्वाण, मुक्ति अथवा विमुक्ति, परमार्थ स्वतन्त्रता सबै पाप र अकुशलबाट छुटकारा वा स्वतन्त्र, तृष्णा, घृणा र अज्ञानताबाट स्वतन्त्र, सबै किसिमका द्वैधता, सापेक्षिकता, समय र ठाउँबाट स्वतन्त्रता हुन् ।

मज्झिम निकायको धातुविभङ्ग-सुत्तबाट परमार्थ सत्य निर्वाणको केही अवधारणा हामी भेट्न सक्छौं । यो अत्यन्त महत्त्वपूर्ण उपदेश बुद्धले पुक्कुसाति (पहिला उल्लेख गरेको) लाई दिनुभएको थियो जसलाई भगवानले जेहेन्दार उत्साहित व्यक्तिको रूपमा कुम्हालेको छाप्रोमा रातको सुनसानमा भेट्नु भएको थियो । यो सूत्रको सम्बन्धित अंशको मूलसार तल दिइए अनुसार छ :

मानिस ६ वटा तत्वहरू : पृथ्वी-ठोसपना, जल-तरलता, अग्नी-ताप, वायु-हावा, आकाश-फैलावट र चेतना मिलेर बनेको हो । उनले तिनीहरूलाई विश्लेषण गर्छ र भेट्नुहुन्छ कि त्यहाँ कुनै किसिमका 'मेरो' अथवा 'मलाई', अथवा 'म' भन्ने छैन । कसरी चेतना देखापर्छ र हराउँछ, कसरी सुख, दुख र नसुख नदुख वेदना देखा पर्छ र हराउँछ उसले बुझ्छ । यही ज्ञानले उनको मन अनासक्त हुन्छ । त्यसपछि उसले आफूभित्र चोखो उपेक्षा भाव भेट्नुहुन्छ

जसले उसलाई उच्च आध्यात्मिक अवस्था प्राप्तमा निर्देशन दिन्छ, र उसले थाहा पाउँछ, यसरी चोखो उपेक्षाभाव धेरै समयसम्म रहन्छ । तर त्यसपछि उसले विचार गर्छ :

“यदि मैले यस्तो चोखो निष्कलंकित उपेक्षा भावलाई अनन्त आकाशसम्म केन्द्रित गर्छु भने र मनलाई त्यसमा नै मिलाउँछु भने यो मानसिक सृजना (संखत्तम) हुन्छ । यदि मैले यो चोखो निष्कलंकित उपेक्षालाई अनन्त चेतनामा ध्यान केन्द्रित गर्छु भने त्यस्तै सून्यतामा ध्यान केन्द्रित गर्छु भने अथवा न संज्ञा न त संज्ञारहित भावनामा केन्द्रित गरेर चित्तलाई त्यसैमा मिलाउँछु भने त्यो मानसिक सृजना हो ।” त्यसपछि उसले न मानसिक रूपले सृजना गर्छ, न निरन्तरता न भव अथवा विभवको इच्छा गर्छ । उसले सृजना नगरेपछि निरन्तरता र भव विभवको इच्छा पनि नगरेपछि, ऊ संसारको कुनै कुरामा टाँसेर रहन्न । ऊ टाँसेर नरहेपछि ऊ चिन्तित हुँदैन, ऊ चिन्तित न भएपछि ऊ पूर्ण रूपमा आफूभित्र शान्त रहन्छ-पूर्ण रूपमा भित्र इच्छाहरू निभेपछि (पचत्तम एव परिनिब्वर्यति) उसले थाहा पाउँछ ‘जन्म सकिएको छ, चोखो जीवन बाँचेको छ, गर्नुपर्ने गरिसकेको छ, गर्नु पर्ने कुनै बाँकी छैन ।”

अब जब उसले सुख, दुख, नसुख नदुख अनुभव गर्दछ, उसलाई थाहा हुन्छ यो अस्थायी हो र यसले उसलाई बाँध्दैन र आसक्तिपूर्ण तरिकाले उसले अनुभव गर्दैन । कुनै पनि किसिमको संवेदनालाई उसले नटाँसिकन अनुभव गर्दछ (विसम्युत्तो) । उसलाई थाहा छ सबै किसिमका संवेदनाहरू शरीर नाश भएपछि शान्त हुन्छ, जस्तो बत्तीको सबै ज्वाला निभ्छ, जब तेल सक्छ, र बल्ने धागो जल्छ ।

“त्यसकारण, हे भिक्षु, यस्तो धारणा बुझेको व्यक्ति प्रज्ञायुक्त हुनेछ किनभने सबै किसिमका दुःखका उन्मूलनको ज्ञान नै परमार्थ उच्च प्रज्ञा हो ।”

“सत्यमा अडेको उसको यो मुक्ति हल्लाउन नसकिने हुन्छ । भिक्षु हो, वास्तविकता (यथार्थ) नभएको (मोसधम्म) भूठा हो, वास्तविकता (अमोसधम्म) निब्वान हो, सत्य हो (सच्च) । त्यसकारण हे भिक्षु, वास्तविकता बुझेको व्यक्ति परमार्थ सत्य बुझेको व्यक्ति हो किनभने परमार्थ आर्य सत्य (परमम अरियसच्चम) निर्वाण हो जुन यथार्थता वा वास्तविकता हो ।”

अर्को ठाउँमा बुद्धले स्पष्ट रूपमा निब्बानको ठाउँमा सत्य शब्द प्रयोग गर्नुभएको छ । “म तिमीलाई सत्य सिकाउँछु र सत्यसम्म पुग्ने बाटो सिकाउँछु । यहाँ सत्यको अर्थ विल्कुलै निर्वाण हो ।”

अब परमार्थ सत्य के हो ? बुद्ध धर्म अनुसार परमार्थ सत्य भनेको संसारमा कुनै पनि वस्तुको विल्कुलै अस्तित्व छैन किनभने सबै सापेक्षिक छ, परिस्थितिमा आधारित र अस्थायी छन् र परिवर्तन न हुने कुनै कुरा छैन, सधैं रहिरहने, भित्र र बाहिर स्वत्व वा आत्मा भन्ने सधैं अस्तित्वमा रहिरहने वस्तु नै छैन । यही परमार्थ सत्य हो । सत्य कहिले नकारात्मक हुँदैन । नकारात्मक सत्य भने पनि त्यस्तो हुँदैन । भ्रम र अज्ञानता विना जस्तो छ उस्तै देख्नु (यथाभूतम) भनेको तृष्णाको उन्मुलन (तन्हकखाय) र दुखको अन्त्य (निरोध) गर्नु नै सत्यको बोध गर्नु भनेको हो, यही नै निर्वाण हो । यो घतलागदो र उपयोगी हुन्छ कि यहाँ महायानी दृष्टिकोणमा निर्वाणलाई संसारबाट फरक छैन भनेर बुझ्नुपर्छ । विषयगत वा वस्तुगत रूपमा तिमीले हेर्ने तरिका अनुसार संसार अथवा निर्वाण त्यही हो । शायद माथि छोटकरी छलफलमा देखाए जस्तै मौलिक थेरवाद पाली ग्रन्थहरू अनुसार महायानी धारणा विकास गरिएको हो ।

आसक्ति क्षयको प्राकृतिक परिणाम नै निर्वाण हो भनी विचार गर्नु गल्ती हुनेछ । निर्वाण कुनै वस्तुको परिणाम होइन । यदि यो परिणाम भएमा यो ‘कारण’ द्वारा पैदा भएको “परिणाम” हुनेछ । यो ‘पैदा गरिएको’ र ‘परिस्थितिजन्य’ वा आदतमा मिल्ने बनाएको ‘सम्बन्ध’ हुनेछ । निर्वाण कारण र परिणाम दुईटै होइन । यो कारण र परिणामबाट बाहिर हुन्छ । सत्य परिणाम र कारण दुईटै होइन । ‘ध्यान’ अथवा समाधि जस्तो रहस्यमय र आध्यात्मिक मानसिक अवस्थाद्वारा यो पैदा भएको होइन । ‘सत्य छ’ । ‘निर्वाण छ’ । तिमीले गर्न सक्ने एउटै कुरा भनेको यसलाई देख्नु हो, यसलाई बोध गर्नु हो । निर्वाणको बोध हुनेसम्मको बाटो त्यहाँ छ । तर निर्वाण त्यो पथको परिणाम होइन । तिमी त्यो बाटोबाट गएर पहाडमा पुग्न सक्छौ । तर पहाड परिणाम होइन न त त्यो बाटो (पथ) को परिणाम हो । तिमीले प्रकाश देख्न सक्छौ तर प्रकाश तिम्रो आँखाज्योतिको परिणाम होइन ।

मानिसहरूले बराबर सोच्छन् : निर्वाणपछि त्यहाँ के छ ? यस्तो प्रश्न उठ्न सक्तैन किनभने निर्वाण परमार्थ सत्य हो । यदि यस्तै हो भने यसपछि त्यहाँ केही हुँदैन । निर्वाण पछि त्यहाँ केही छ भने, त्यहाँ परमार्थ सत्य होला, निर्वाण होइन । राधा नाम गरेको भिक्षुले बुद्धको अगाडि फरक ढंगले प्रश्न राखे । निर्वाणको उद्देश्य के हो अथवा के को निमित्त निर्वाण ? यो प्रश्नले उद्देश्यको कुरा गर्छ, भने निर्वाणपछि केही छ भनेर देखाउँछ ।

त्यसैले बुद्धले जवाफ दिनु भयो, “हे राधा, यो प्रश्नले यसको सीमालाई पक्रन सकेन । कोही व्यक्ति अन्त्यसम्म, परमार्थ सत्यको अन्तिम विन्दु निर्वाणमा पुग्ने विचार र उद्देश्य लिई पवित्र जीवन बाँच्छ ।

बुद्ध आफ्नो मृत्युपछि निर्वाण वा परिनिर्वाणमा पस्नुभयो जस्ता लोकप्रिय तर बेठिक तरिकाले प्रकट गरिएको कुराले निर्वाण बारे धेरै काल्पनिक अनुमानहरू जन्माएका छन् । बुद्ध निर्वाण अथवा परिनिर्वाणमा पस्नुभयो भन्ने वाक्यांश सुनेको क्षण, तिमिले निर्वाणलाई एउटा अवस्था अथवा लोक अथवा स्थानको रूपमा लिन सक्छौं जहाँ कुनै प्रकारको अस्तित्व छ र तिमिले तिमिलाई थाहा भएको ‘अस्तित्वको अर्थमा कल्पना गर्न कोशिस गर्नु’ । निर्वाणमा प्रवेश गर्नुभयो भन्ने लोकप्रिय उद्गारको समान अर्थ दिने शब्द मौलिक पाली ग्रन्थमा छैन । त्यहाँ ‘मृत्युपछि निर्वाणमा प्रवेश गर्नु भएको’ यस्तो कुरै छैन । त्यहाँ ‘परिनिब्बुतो’ शब्द छ जसले बुद्धको मृत्यु जनाउँछ अथवा निर्वाणको बोध गरेको ‘अरहन्त’ छ तर यसको मतलब ‘निर्वाणमा प्रवेश गरेको होइन’ परिनिब्बुतोले सामान्यत “पूर्ण रूपमा बितेको” “पूर्ण जलेको” अथवा “पूर्ण रूपमा अस्तित्वविहिन भएको” भनेर छ किनभने बुद्ध अथवा अरहन्तको आफ्नो मृत्युपछि पुनः अस्तित्व छैन ।

अब अर्को प्रश्न उठ्छ : बुद्ध र अरहन्तको आफ्नो मृत्यु, परिनिर्वाण पछि के हुन्छ ? यो प्रश्न उत्तर नहुने प्रश्न (अव्याक्त)को समूहमा पर्दछ । बुद्ध आफैले बोल्नु हुँदा पनि उहाँले हाम्रो शब्द भण्डारका कुनै शब्दले पनि उनको मृत्युपछि अरहन्तलाई के हुन्छ भनेर प्रकट गर्न नसक्ने संकेत गर्नुभयो । वाच्च नाम गरेको परिव्राजकको प्रश्नको जवाफमा ‘जन्मेको’ अथवा ‘नजन्मेका’ भन्ने कुरा अरहन्तमा लागू हुँदैन भनेर बुद्धले भन्नुभयो किनभने यस्ता कुराहरू - पदार्थ, संवेदना, संज्ञा, मानसिक क्रियाकलापहरू, चेतना -

जुन 'जन्मेको' र न'जन्मेको' भन्ने शब्दहरूसँग जोडिएका छन् सम्पूर्ण रूपमा नाश भएका हुन्छन् र ती जरैदेखि उखेलिएका हुन्छन् र आफ्नो मृत्युपछि फेरि कहिल्यै उठ्नेछैन ।

मृत्यु भएपछिको अरहन्तको तुलना अक्सर गरेर निभेको आगोसँग गरिएको छ जसमा फेरि दाउरा थपिदैन अथवा बत्तीको ज्वालासँग गरिएको छ जहाँ बत्तीको धागो जलिसकेको वा तेल सकिएको हुन्छ । यहाँ कुनै किसिमको नअल्मलिने गरी सफा र स्पष्ट बुझ्नुपर्छ कि आगोको ज्वाला अथवा निभेको आगोसँग तुलना गरिएको निर्वाण होइन बरु त्यो प्राणी हो जुन पञ्चस्कन्धले बनेको हुन्छ र जसले निर्वाण प्राप्त गरे । यो बुँदालाई जोड दिनु पर्छ किनभने धेरै मानिसहरू, ठूला ठूला विद्वानहरूले समेत निर्वाण बुझाउने उपमालाई गलत अर्थ लगाएको अथवा गलत तरिका बुझेका छन् । निर्वाणलाई कहिल्यै पनि निभेको आगो वा बत्तीसँग तुलना गरिदैन ।

अर्को लोकप्रिय प्रश्न छ : यदि त्यहाँ स्वत्व अथवा म भन्ने भावना वा आत्मा छैन भने कसले निर्वाण प्राप्त गर्ला ? निर्वाण के हो जान्नु अगाडि हामीले प्रश्न सोधौं त ? त्यहाँ व्यक्ति छैन भने कसले विचार गर्छ ? हामीले पहिला नै देखिसकेका छौं कि यो विचार नै हो जसले विचार गर्छ । विचारको पछाडि विचारक वा विचार गर्ने नै छैन । उस्तै यो प्रज्ञा बोध हो जसले बोध गर्छ । बोध गर्नुको पछाडि बोध गर्ने कोही छैन । दुःखको मूलको छलफलमा हामीले देख्यौं प्राणी वा, वस्तु, वा व्यवस्था जे भए पनि यो उठ्ने स्वभावको छ भने, यस भित्र नै स्वभाव छ, अन्त गर्ने कीटाणु छ, यसको विनाश छ । अब दुःख, संसार, निरन्तरताको चक्रको उठ्ने स्वभाव वा प्रकृति छ, अन्त हुने स्वभाव पनि हुनै पर्छ । तन्हाको कारण दुःख उठ्छ, प्रज्ञाको कारण यसको अन्त्य हुन्छ । तन्हा र प्रज्ञा दुईटै हामीले देखे जस्तो पञ्च स्कन्धभित्र छन् ।

यसरी उठ्ने वा नाश हुने दुईटैका कीटाणु (वीज) पञ्च स्कन्ध भित्र नै छ । बुद्धको प्रसिद्ध कथनको साँच्चैको अर्थ यस भित्र छ "यस दुई हाते शरीरभित्र म संसार देख्छु , संसार उठेको, संसार अन्त्य भएको र संसारको अन्त्य हुनेसम्म लागेको पथ (वाटो) म देख्छु । यसको अर्थ सबै चार आर्य सत्यहरू पाँच स्कन्ध भित्रै पाइन्छ, भनेको मतलब हामीहरू आफै भित्रै छन् ।

यहाँ संसार (लोक) भने शब्द दुःखको ठाँउमा प्रयोग गरेको छ । यसको अर्थ यो पनि हुन सक्छ दुःख उठाउने र अन्त गराउने बाहिरी शक्ति कुनै छैन ।

जब चार आर्य सत्य अनुसार प्रज्ञालाई वीजारोपण गरिन्छ । यसले जीवनको गोप्य कुरा देख्छ, जस्तो छ त्यस्तै वस्तुहरूका वास्तविकता देख्छ । गोप्य कुरा भेट्टाइसकेको बेला, सत्य देखिएको बेला संसारको निरन्तरतालाई जन्माउने भ्रम शान्त हुन्छ, र नयाँ कर्म संस्कार पैदा गर्न नसक्ने हुन्छ, किनभने त्यहाँ भ्रम छैन भने निरन्तरताको लागि तृष्णा पनि छैन । रोगीले दुःखका गोप्यता देखेर पत्ता लगाएसकेपछि मानसिक रोग निको भएको अवस्था जस्तो हो ।

भ्रण्डै सबै धर्महरूमा मृत्युपछि सबै सारतत्वका कुराहरू भेट्टाइन्छन् । तर निर्वाण यही जीवनमा बोध गरिन्छ : यसलाई प्राप्त गर्न मृत्यु पछि सम्मको समय पर्खनु पर्दैन ।

जसले सत्य, निर्वाण बुझिसकेको हुन्छ, ऊ सबै प्रकारका जटीलताहरू, रोगहरू, चिन्ता र अरूलाई यातना दिने दुःखहरूबाट मुक्त हुन्छ । उनको मानसिक स्वास्थ्य पूर्ण स्वस्थ हुन्छ । ऊ भूतकालको पछुतो गर्दैन र भविष्यबारे पनि बिचार गर्दैन । ऊ पूर्ण रूपमा वर्तमानमा बाँच्छ । त्यसकारण आफ्नो किसिमले कुनै पूर्वाग्रह नलिई शुद्ध रूपमा वस्तुहरूका प्रशंसा गर्छ र तिनीहरूबाट आनन्द लिन्छ । ऊ आनन्दित, चिन्ताबाट मुक्त, शान्त र प्रफुल्लित हुन्छ । स्वार्थी इच्छा, घृणा, अज्ञानता, अहंकार, घमण्ड र यस्ता सबै प्रकारका कलंकहरूबाट ऊ मुक्त हुन्छ, ऊ चोखो र सुशील, सर्वव्यापी प्रेम, करुणा, दया सहानुभूति, समभदारि र सहिष्णुतामा पूर्ण हुन्छ । उसका अरूप्रतिको सेवाहरू अत्यन्त चोखो हुन्छन किनभने उसको आफ्नोबारे कुनै सोच वा विचार नै हुँदैन । उसले केही पनि नाफा लिदैन, केही जम्मा गर्दैन, आध्यात्मिक कुराहरू पनि ऊसँग हुँदैन किनभने ऊ आत्माको भ्रम र भवको तृष्णाबाट मुक्त छ ।

निर्वाण सबै प्रकारका द्वैधता वा सापेक्षिकताबाट बाहिर छ । यसकारण यो असल र खराबका चिन्तनहरू, ठिक-बेठिक, अस्तित्व र अस्तित्वविहिनताबाट बाहिर छ । सुख जस्तो शब्द पनि जुन निर्वाणको वर्णन गर्न प्रयोग गरिन्छ, त्यसको बिल्कुलै फरक अर्थ यहाँ लगाइन्छ । सारीपुत्रले

एक पटक भने, “मित्रहरू, निर्वाण सुख हो ! निर्वाण सुख हो !” त्यसपछि उदाविले सोध्यो : “तर मित्र सारीपुत्र, त्यहाँ संवेदना छैन भने त्यहाँ सुख के हुन सक्छ ?” सारीपुत्रको उत्तर उच्च दार्शनिक किसिमको थियो जुन सामान्य बोध भन्दा बाहिरका कुरा हुन्, त्यहाँ संवेदना छैन भने त्यही सुख हो ।

निर्वाण तर्क विर्तक भन्दा बाहिरको कुरा (अतक्कावचर) हो । निर्वाण अथवा परमार्थ सुख अथवा यथार्थबारे उच्च तरिकाले अनुमानित छलफल गरेर बौद्धिक तरिकाले समय विताएर जतिसुकै व्यस्त भएपनि हामीले यसबारे त्यो तरिकाले बुझ्ने हुँदैनौ । सापेक्षताको सिद्धान्त विषयमा पूर्व प्राथमिक विद्यालयको बच्चाले कहिले भगडा गर्नु हुँदैन । यसको सट्टा उसले धैर्यपूर्वक र मिहिनेतसाथ आफ्ना अध्ययनलाई पछ्याउनु पर्छ । एकदिन उसले यो बुझ्न सक्छ । बुद्धिमानहरूले आफैँद्वारा निर्वाण बुझ्न सक्छन् (पच्चत्तं वेदितव्वो विञ्जूही) । हामीले मिहिनेतसाथ धैर्यपूर्वक लगनशील भएर आफैँलाई शुद्ध बनाई तालिम दिन सकेमा र आवश्यक आध्यात्मिक विकास प्राप्त गरी पथलाई अनुसरण गर्न सकेको अवस्थामा एकदिन आफूलाई अल्मलमा नपारी ठूलाठूला कुरा नगरी हामी आफैँ बोध गर्न सक्ने हुन्छौं ।

त्यसकारण हामी त्यो पथतिर लागौं जसले हामीलाई निर्वाण प्राप्त गर्न वा बोध गर्न डोऱ्याउँछ ।

परिच्छेद पाँच

चौथो आर्य सत्य

मगगः पथ

चौथो आर्य सत्य त्यो हो जसले दुःख निरोध (दुःखनिरोधगामिनिपतिपदा-अरिय सच्च) सम्म डोन्याउँछ अथवा पथ प्रदर्शन गर्दछ । यसलाई बीचको बाटो (मज्झीमा पतिपदा) भनिन्छ किनभने यसले दुई चरम सीमालाई हटाई दिन्छः एउटा चरम सीमा “नीच, सामान्य, फाइदा नहुने सामान्य इन्द्रिय सुखद्वारा सुख खोज्ने मनुष्यको तरिका हो, अर्को दुःखदायी, सुहाउँदो न देखिने, फाइदाजनक नभएको आफ्नो शरीरलाई यातना दिने कष्टमय किसिमको योगीको अभ्यास गरेर सुखको खोजीमा लाग्ने मनुष्यको तरिका हो ।” यी दुईटा चरम तरिकाको अभ्यासमा कोशिश गरिसकेर र तिनीहरू दुईटै काम नलाग्ने सावित भइसकेपछि, बुद्धले अनुभवद्वारा मध्यम मार्ग पत्ता लगाउनु भयो जसले शान्ति, भित्री ज्ञान, बोधिज्ञान र निर्वाणसम्म पथ प्रदर्शन गर्ने भावना, अवधारणा र ज्ञान प्रदान गर्दछ । यो बीचको मार्गलाई सामान्यत आर्यअष्टाङ्गिक मार्ग (अरिय-अठ्ठीगक-मगग) भनिन्छ किनभने यो आठ प्रकारले बनेको छ ।

- १.सम्यक् दृष्टि(सम्मा दिट्ठि)
- २.सम्यक् सङ्कल्प (सम्मा संकप्प)
- ३.सम्यक् वचन (सम्मा वाचा)
- ४.सम्यक् कर्म (सम्मा कम्मन्त)
- ५.सम्यक् आजीविका (सम्मा आजीव)
- ६.सम्यक् प्रयास (सम्मा वायाम)

७.सम्यक् स्मृति (सम्मा सति)

८.सम्यक् समाधि (सम्मा समाधि)

व्यावहारिक तरिकाले भन्ने हो भने आफ्ना सबै उपदेश वा शिक्षा बुद्धले ४५ वर्षसम्म आफैले लगनताकासाथ लागू गर्नु भयो, कुनै न कुनै प्रकारले यही पथलाई अँगालेर हिँड्नुभयो । फरक फरक मानिसहरूका आफ्नो फरक फरक बुझ्ने र उहाँलाई अनुसरण गर्न सक्ने क्षमता अनुरूप बुद्धले यी फरक फरक तरिकाहरू र शब्दहरूलाई फरक फरक किसिमले व्याख्या गर्नुभयो । बौद्ध ग्रन्थहरूमा छरिएका हजारौं उपदेशहरूका सार तत्वहरू यही आर्य अष्टाङ्गिक मार्गभित्र नै पाइन्छन् ।

यी आठ खण्डमा विभाजित मार्गहरूलाई माथि सूचिमा देखाए अनुसार एक पछि अर्को क्रममा अभ्यास गर्ने र अनुसरण गर्ने भनेर सोच्नु हुँदैन । ती सबै मार्गहरूलाई सम्भव भएसम्म एक साथ व्यक्तिको क्षमता अनुसार विकास गर्नु पर्छ । तिनीहरू एक अर्कामा जोडिएका छन् र एकले अर्को मार्गको विकासमा मद्दत पुऱ्याउँछ ।

यी आठ मार्गहरूले बौद्ध तालिम र अनुशासनको लागि आवश्यक तीन कुराहरू : क) शील ख) समाधि र ग) प्रज्ञालाई अभिवृद्धि गर्न र पूर्ण गर्न उद्देश्य राखेका हुन्छन् । यदि हामीहरूले तिनीहरूलाई तीनवटा शीर्षकहरू अन्तरगत समूह बाँडेर व्याख्या गरेका खण्डमा आर्य अष्टाङ्गिक मार्गलाई स्पष्ट रूपमा बुझ्न अझ बढी मद्दत दिने हुन्छ ।

बुद्धले सिकाउनु भएका उपदेशहरूमा आधारित सम्पूर्ण प्राणीप्रतिको मैत्री र करुणाको विशाल अवधारणामाथि नै शीलको निर्माण भएको हुन्छ । यो दुखलागदो कुरा बनेको छ कि बुद्ध धर्मबारे लेख्दा र कुरा गर्दा धेरै विद्वानहरू दर्शन र विशेष भौतिक कुरामा मात्र अलमलिएर बुद्धका उपदेशका महान आदर्श नै भुलेका हुन्छन् । बुद्धले दिनुभएको उपदेश लोकका प्राणीहरूका निमित्त अनुकम्पाको कारणले धेरैजनाको भलाइ र धेरैजनाको सुखको निमित्त हो

(बहुजनहिताय बहुजनसुखाय लोकानुकम्पाय)

बुद्ध धर्म अनुसार मनुष्य पूर्ण हुन दुईटा गुणहरू उसले समान रूपमा विकास गर्नु पर्छ : एकतर्फ करुणा र अर्कोतर्फ प्रज्ञा । यहाँ करुणाले प्रेम, परोपकार, दया, सहिष्णुता र संवेगात्मक असल गुणहरू अथवा मुटुसँग गाँसिएका गुणहरूको प्रतिनिधित्व गर्दछ जब कि प्रज्ञा बौद्धिक र चित्तका गुणहरूका पक्षधर हुन्छ । यदि बौद्धिक पक्षलाई बेवास्ता गरेर सम्वेगात्मक पक्षलाई मात्र विकास गर्दछ भने त्यो मानिस असल हृदय भएको मूर्ख हुन्छ, यदि सम्वेगात्मक पक्षलाई वास्ता नगरी बौद्धिक पक्षमा मात्र विकास गर्दछ भने त्यो व्यक्ति अरूप्रति कुनै किसिमका भावना विकास नगरी फलाम जस्तो हृदय भएको मान्छेमा परिवर्तन हुन सक्छ । त्यसकारण पूर्ण हुनको लागि उसले दुवै पक्षलाई समानतवरले विकास गर्नु पर्छ । बौद्ध जीवन पद्धतिको यही नै उद्देश्य हो : यसमा प्रज्ञा र करुणा नछुट्टिने गरी नै जोडिएका हुन्छन् जुन हामी पछिबाट हेर्नेछौं ।

अब प्रेम र करुणामा आधारित शीलभित्र आर्य आष्टाङ्गिक मार्ग भित्रका तीन मार्गहरू पर्छन् : क) सम्यक् वचन ख) सम्यक् कर्मान्त र ग) सम्यक् आजीविका ।

सम्यक् वचनको अर्थ १) भूठो नबोल्नु २) पछाडि कुरा काट्ने, गाली गर्ने र अरूप्रति घृणा, वैमनस्य र फुट पैदा गरी असामञ्जस्यताद्वारा व्यक्तिहरू र व्यक्तिहरूका समूह भाँड्ने कार्यबाट अलग्ग वा टाढा रहने ३) कठोर, खस्रो, नम्र नभएको, डाही र गाली बोली वचनबाट आफूलाई अलग्ग राख्ने, अल्छी, काम नलाग्ने, मूर्खतापूर्ण बकबक गर्ने र गफबाट आफूलाई टाढा राख्ने वा अलग्ग राख्ने । जब कोही यस्ता गलत र हानीकारक बोलीबाट आफूलाई अलग्ग राख्छ, त्यस व्यक्तिले स्वाभाविक रूपमा सत्य बोल्नु पर्ने हुन्छ, मैत्री र अरूलाई फाइदा हुने, रमाइला र सुशील, अर्थपूर्ण र काम लाग्ने आफूलाई बनाउनु पर्ने हुन्छ । कसैले पनि बेहोसी भएर बोल्नु हुँदैन : बोली ठिक समय र ठाउँमा ठिक तरिकाले बोल्नु पर्छ । यदि कसैले केही काम लाग्ने कुरा बोल्न सक्तैन भने ऊ आर्य मौनमा रहनुपर्छ ।

सम्यक् कर्म वा कामले नैतिक, इमान्दार र शान्तिपूर्ण बानी व्यहोरा र व्यवहार अभिवृद्धि गर्ने कुराको उद्देश्य राख्छ । यसले हामीलाई प्राणी हिंसा गर्ने, चोरी गर्ने, बेइमानीपूर्ण व्यवहार, गैरकानुनी व्यभिचार आदिबाट टाढा

रहन सचेत गराउँछ र अरूलाई पनि सम्यक् तरिकाले शान्त र इज्जतदार जीवनयापन गराउन मद्दत गर्दछ ।

सम्यक् आजीविकाले अरूलाई हानी नोक्सानी पुऱ्याउने पेशा, जस्तो ज्यान लिने हातहतियारको किनवेच गरी व्यापार गर्ने, लागू पेय पदार्थको व्यापार गर्ने, विषालु पदार्थ, जनावरहरू मार्ने, ठग्ने इत्यादि काममा आफूलाई संलग्न नगराउने र आमदानी गर्ने कुराबाट अलग्ग गराउने पेशा जनाउँछन् । यस्तो पेशा जस्तो विषयमा मनन गरी इज्जतपूर्ण जीविकाको दोषरहित र अरूलाई हानी नहुने पेशा अपनाई जीवन यापन गर्नु पर्छ । यहाँनिर सबैले यो बुझ्नुपर्छ कि बुद्ध धर्म कुनै किसिमको लडाईंको विरुद्ध छ भने यसले अस्त्रशस्त्रको व्यापार दुष्टपूर्ण वा पाप र आजीविकाको लागि अन्यायपूर्ण माध्यम हुन् भनेर मान्दछ ।

आर्य अष्टाङ्गिक मार्गका यी तीनवटा मार्गहरू : सम्यक् वचन, सम्यक् कर्म र सम्यक् आजीविका मिली शील स्वभाव र बानी व्यहोरा बन्दछ । यो कुरा बुझ्नु पर्दछ, बौद्ध शील र नैतिकताले व्यक्ति र समाज दुईटैको सुखी र सामञ्जस्यपूर्ण जीवनलाई अभिवृद्धि गर्न उद्देश्य राख्छ । उच्च आध्यात्मिक उपलब्धिको निमित्त छुट्टयाउनै नसकिने आधारशीलाको रूपमा यो नैतिक शीललाई लिइन्छ । यो नैतिक आधार विना कुनै पनि आध्यात्मिक विकास सम्भव हुँदैन ।

दोस्रो आउँछ, मानसिक अनुशासन जसमा आर्य अष्टाङ्गिक मार्गका अरू तीन मार्गहरू पर्दछन् : सम्यक् व्यायाम, सम्यक् स्मृति र सम्यक् एकाग्रता ।

सम्यक् व्यायामले ऊर्जापूर्ण इच्छालाई जनाउँछ १) खराब र अकुशल चित्तको अवस्थालाई उठ्नबाट रोक्नु २) मानिसमा पहिला नै उठिसकेका यस्ता खराब र अकुशल चित्तबाट छुटकारा दिलाउनु ३) अहिलेसम्म नउठेको असल र कुशल चित्तको अवस्थालाई पैदा गराउनु वा उठ्न लगाउनु ४) मानिसमा पहिला नै भएका कुशल अवस्थालाई विकास गर्नु र पूर्णतामा ल्याउनु ।

सम्यक् स्मृतिले मिहिनेतपूर्वक होसमा रहने, सचेतता मनमा ल्याउने र सजग हुने जस्तो : १) शरीरका कार्यकलापहरूमा (काय), २) वेदनाका अनुभवमा ३) राय, विचार र अवधारणा (धम्म)मा

श्वास प्रश्वासमा ध्यान एकिकृत गर्ने अभ्यास (आनापान सति) एउटा प्रसिद्ध अभ्यास हो जुन मानसिक विकासको निमित्त शरीरसँग जोडिएको हुन्छ । ध्यानका तरिकाहरू - शरीरका सम्बन्धमा ध्यान एकिकृत गर्ने कलामा विकास गर्ने धेरै तरिकाहरू छन् ।

वेदनाको अनुभवको सम्बन्धमा आफूभित्र विभिन्न किसिमका वेदनाहरूका अनुभव - रमाइलो, नरमाइलो, न रमाइलो न त नरमाइलो नै (सुख, दुख, न सुख न दुख) कसरी उठ्छन्, देखापर्छन् र हराउँछन् भन्ने कुरा स्पष्ट रूपमा चाल पाउनु पर्छ अथवा सजग हुनु पर्छ ।

चित्तका क्रियाकलापहरूका सम्बन्धमा व्यक्ति आफ्नो मनभित्र तृष्णा वा लोभ छ वा छैन, घृणा छ वा छैन, चित्त मोहयुक्त छ वा छैन, एकाग्र वा एकाग्र नभएका विषयमा सजग हुनुपर्छ । यसरी मनभित्र चञ्चलता कसरी उठ्छ र हराउँछ भन्ने कुरामा ऊ सचेत हुनुपर्छ ।

राय, विचार, धारणा र वस्तुका सम्बन्धमा व्यक्तिले तिनीहरूका स्वभाव जान्नु पर्दछ, तिनीहरू कसरी देखा पर्छन् र विलाउँछन्, तिनीहरू कसरी विकसित हुन्छन्, कसरी दबिएका हुन्छन्, नाश हुन्छन् र यस्तै यस्तै कुराहरूमा चाल पाइरहनु पर्दछ ।

यी मानसिक संस्कार वा स्मृतिका चार स्वरूपहरूलाई सतिपट्टान सूत्र (स्मृतिलाई स्थापना वा कायम राखिराख्ने सम्बन्ध) मा राम्रोसँग छलफल गरिएको छ ।

मानसिक अनुशासन आर्य अष्टाङ्गिक मार्गका तेस्रो र अन्तिम मार्ग सम्यक् ध्यान हो जसले ध्यानका चार अवस्थासम्म डोऱ्याउँछ । सामान्यतया यसलाई एकाग्रतामा रहने भन्ने कुरा जनाउँछ । ध्यानको पहिलो अवस्थामा तिव्र इच्छाहरू र केही अकुशल विचारहरू जस्तो शारीरिक तृष्णा वा इन्द्रिय सुख, अकुशल इच्छा, चरित्रहीनता, चिन्ता, चञ्चलता र शंका उपशंका आदिलाई त्याग गरेको हुन्छ, हर्ष र सुखको अनुभव साथै केही मानसिक कार्यकलापहरू कायम भइराखेको हुन्छ । दोस्रो अवस्थामा सारा बौद्धिक

कार्यकलापहरू हटेर मनको शान्त स्वभाव र एकाग्रता विकसित हुन्छ, भन्ने सुख र आनन्दको अनुभव बाँकी रहन्छ । तेस्रो अवस्थामा आनन्दको अनुभव जुन सक्रिय हुन्छ हराएर जान्छ, भने स्मृति सहित उपेक्षा वा समभाव सहित सुखको स्वभाव वा व्यवहार रहिरहन्छ । ध्यानको चौथो अवस्थामा, सारा वेदनाहरू, सुख र असुखको वेदना हर्ष र दुख हराउँछन्, खालि चोखो उपेक्षा वा समभाव र सजगता वा सचेतता मात्र रहिरहन्छ ।

यसरी मन तह लागेको, अनुशासित र विकसित हुन्छ, जुन सम्यक् व्यायाम, सम्यक् स्मृति र सम्यक् एकाग्रताबाट प्राप्त हुन्छ ।

बाँकी रहेका दुईवटा मार्ग सम्यक् सङ्कल्प र सम्यक् दृष्टि प्रज्ञा समूहभित्र पर्दछ ।

सम्यक् सङ्कल्पले निस्वार्थ त्याग, अनासक्ति, प्रेम, मैत्रीका विचारहरू र अहिंसाका विचार जुन समस्त प्राणिसम्म फैलिएका हुन्छन् आदिको संकेत गर्दछ । यो अत्यन्त घतलाग्दो र महत्त्वपूर्ण कुरा भएको छ कि निस्वार्थ अनासक्ति, प्रेम र अहिंसा प्रज्ञा समूहभित्र पर्दछ । यसरी यी कुशल गुणहरूबाट साँच्चैको प्रज्ञा प्राप्त हुन्छ, भन्ने कुरा स्पष्ट देखिएको छ । सबै व्यक्तिगत, सामाजिक वा राजनीतिक क्षेत्रमा देखापरेका स्वार्थपूर्ण इच्छाका विचारहरू, द्वेष, घृणा र हिंसा आदि सबै प्रज्ञा अभावका परिणाम हुन् ।

सम्यक् दृष्टि भनेको वस्तुहरू जस्ता छन् त्यस्तै बोध गर्नु, बुझ्नु हो र यी चार आर्य सत्यहरू हुन जसले वस्तुहरूलाई जस्ता छन् त्यस्तै व्याख्या गर्छन् । त्यसकारण सम्यक् दृष्टिकोण आखिरमा गएर चार आर्य सत्यहरू बोध गर्नुमा नै हुन्छ । यही बोध सबभन्दा उच्च प्रज्ञा हो जसले परमार्थ सत्य देख्छ । बुद्ध धर्म अनुसार दुई किसिमका बोधहरू छन् : एउटा हामी सामान्यतः ज्ञानलाई बुझ्नुको अर्थमा लिन्छौं, जम्मा भएका सम्झौका कुरा, कुनै दिइएका तथ्याङ्क अनुसार विषयलाई बौद्धिक रूपले पकडमा राख्ने एउटा बोध जसलाई हामी जानेको अनुसार थाहा पाइ राख्नु (अनुबोध) भन्छौं । यो धेरै गहिरो हुँदैन । साँच्चैको गहिरो बोधलाई 'पतिवेध' भनिन्छ । यसको अर्थ जसलाई नाम र कुनै चिनो नदिई वस्तुलाई यसको साँच्चैको स्वभाव वा प्रकृतिमा देख्नु हो । जब मन ध्यानद्वारा पूर्ण विकसित हुन्छ र सबै किसिमका

कलङ्क र दागहरूबाट निर्मल हुन्छ, तब मात्र यस्तो साँच्चैको गहिरो बोध हुन्छ ।

यसरी मार्गको छोटो वर्णनबाट यस्तो देखिन्छ कि यो मार्ग भनेको हरेक व्यक्तिले पथलाई पछ्याएर अभ्यास गरी विकास गरेको जीवन पद्धति हो । यो शरीर, शब्द, बोली र चित्तको आत्म अनुशासन हो, आत्म विकास र आत्मशुद्धि हो । आस्था, विश्वास, प्रार्थना, पूजा अथवा उत्सवसँग यसको कुनै सरोकार छैन । यो अर्थमा 'धार्मिक' भन्ने लोकप्रिय शब्दसँग यसको केही मतलब नै छैन । परमार्थ सत्य वा यथार्थताको बोधसम्म डोच्याउने मार्ग नै आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो । पूर्ण मुक्ति वा स्वतन्त्रता, सुख र शान्ति जुन आध्यात्मिक, नैतिक र बौद्धिक पूर्णताबाट प्राप्त हुन्छ, त्यही पथ नै आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो ।

बौद्ध देशहरूमा धार्मिक अवसरहरूमा सरल र सुन्दर चलनहरू र उत्सवहरू छन् । साँच्चैका मार्गहरूमा तिनीहरूका केही सरोकार छैन । तर तिनीहरूका केही धार्मिक सम्बेगको सन्तुष्टि र मार्गमा कम विकसित भएकाहरूका आवश्यकतालाई ध्यानमा राखी आर्य अष्टाङ्गिक मार्गमा विस्तारै तर निरन्तर रूपमा अगाडि बढाउन मद्दत गर्न ती चलनहरू र उत्सवहरूका मूल्य छन् ।

चार आर्य सत्यहरू सम्बन्धमा हामीले गर्नुपर्ने चारवटा कामहरू छन् :

प्रथम आर्य सत्य दुख हो, जीवनको स्वभाव र यसको दुख, चिन्ता र आनन्द, यसको (जीवनको) अपूर्णता, असन्तोष, अनित्यता र सारविहिनता हुन् । यस सम्बन्धमा हाम्रो काम स्पष्ट र पूर्ण मात्रामा यो यथार्थ हो भन्ने कुरा बुझ्नु हो । (परिन्नेयय)

दोस्रो आर्य सत्य दुखको मुहान इच्छा, ('तृष्णा') हो जुन शक्तिशाली आसक्ति, अशुद्धता, अकुशलताहरू साथ लागेर आउँछन् । तथ्यलाई बुझेर मात्र पुग्दैन, हाम्रो काम त्यागनु हो, उन्मुलन गर्नु हो, नाश गर्नु र हटाउनु गर्नु हो । (पहातब्ब)

तेस्रो आर्य सत्य दुखको निरोध, निर्वाण, परमार्थ सत्य र यथार्थ हो । यहाँ हाम्रो काम बोध गर्नु हो (सच्चिकातब्ब) ।

चौथो आर्यसत्य निर्वाणसम्म डोऱ्याउने पथ हो । पथको मात्र ज्ञान जति पूर्ण भएपनि केही मतलब हुँदैन । यस्तो अवस्थामा हाम्रो काम भनेको यसलाई पछ्याउनु र कायम गरी राख्नु हो (भावेतब्ब)

परिच्छेद ६

अनात्माको सिद्धान्त : अनन्त

सामान्य भाषामा आत्मा, स्वत्व, अहं अथवा संस्कृतमा 'आत्म' मानिसमा भएको त्यस्तो गुण, वस्तु वा पदार्थ हो जुन स्थायी छ, कहिल्यै अन्त नहुने, सदा रहिरहने, परिवर्तन भइरहने सांसारिक प्रक्रियाको अपरिवर्तनशील वस्तु हो। केही धर्महरू अनुसार हरेक व्यक्तिको यस्तो अलग आत्मा छ जुन ईश्वरले सृजना गरेको हो, जुन मृत्युपछि स्वर्गमा वा नरकमा अमर भएर रहन्छ र उसको भाग्य सृष्टिकर्ताको न्यायमा भर पर्छ। अरूहरूका अनुसार यो आत्माले धेरै जन्महरू तबसम्म लिन्छन् जबसम्म यो पूर्ण मात्रामा शुद्ध हुँदैन र जुन मौलिक तवरले परमात्माबाट निस्केको हो त्यहीँ मिल्न जान्छ। यो मानिसभित्र रहेको परमात्मा अथवा स्वत्व नै विचारहरूका विचारक हुन्, बेदनाको अनुभव गर्ने अनुभवकर्ता र गरेका असल वा खराब कामहरूका इनाम वा सजायका भोगी वा भागिदार हुन्छन्। यही अवधारणा नै स्वत्वका अवधारणा हुन्।

यस्तै आत्मा वा स्वत्वको अस्तित्वलाई नमान्ने चिन्तनकै कारणले नै मानिसहरूका चिन्तनको इतिहासमा बुद्ध धर्मले अलग आफ्नै स्थान बनाउन सकेको हो। बुद्धको उपदेश वा शिक्षा अनुसार आफ्नै अलग स्वत्वको धारणा भनेको काल्पनिक, भ्रूठा विश्वास हुन् जसको यथार्थता छैन र यसले 'मलाई' र 'मेरो', स्वार्थपूर्ण इच्छा, तृष्णा, आसक्ति, घृणा, खराब इच्छा, अभिमान, घमण्ड, अहं भावना र अन्य कलङ्कित दागहरू, अशुद्धता र समस्याहरू पैदा गर्छन्। यो नै व्यक्तिगत संघर्षहरूदेखि राष्ट्रहरूबीचको लडाइँसम्मका सबै दुखहरूका मूल स्रोत हुन्। छोटकरीमा भन्ने हो भने यही भ्रूठा विचार संसारको सबै पाप र खराबमा भेट्टाउन सकिन्छ।

दुईटा विचारहरू मनोवैज्ञानिक रूपले मानिसको भित्र हृदयमा जरो गाडेर रहेका हुन्छन्। ती हुन् : आत्मरक्षा र आत्मोन्नति। आत्मरक्षाको लागि

मानिसले ईश्वरको सृजना गरेको छ, जसमाथि आत्म रक्षा, निर्भयता र सुरक्षा भर पर्दछन् । एकजना बच्चा आफ्ना आमा वा बाबुमाथि भर परेभैं, ऊ ईश्वरमाथि भर पर्दछ । आत्मोन्नतिको निरन्तरताको लागि त्यो मानिसले अमर आत्माको अवधारणा लिएको छ, जुन अनन्तकालसम्म रहिरहन्छ । अज्ञानता, कमजोरीहरू, डर र इच्छामा आफूलाई चित्त बुझाउन वा सान्त्वना दिनको लागि उसलाई यी दुईटा कुराहरू चाहिन्छ । त्यसैले गहन रूपले र भावावेशमा ऊ यिनीहरूमा भुण्डिन्छ । बुद्धको शिक्षाले यो अज्ञानता, कमजोरी, डर र इच्छालाई समर्थन गर्दैन बरू जरैसम्म पुगेर तिनीहरूलाई हिराउनु, हटाउनु र नाश गर्न मानिसलाई बोध गराउने उद्देश्य राख्छ । बुद्ध धर्म अनुसार ईश्वर र आत्माको अवधारणाहरू भूठा र रिता छन् । सिद्धान्तहरूका रूपमा निककै विकसित भएका भएपनि तिनीहरू अति सुक्ष्म मानसिक सृजना हुन्, जुन अत्यन्तै रहस्यात्मक भौतिक र राजनैतिक अवधारणाहरूमा बुनिएका हुन्छन् । यी विचारहरू प्रिय र आत्मसात अवस्थामा पुग्छ । तिनीहरू यो मानिसको मनमा गाडिएर रहेको अवस्थामा हुन्छ । यसले गर्दा यसको विरुद्ध उसले हेर्न, सुन्न र बुझ्न पनि चाहँदैन ।

बुद्धले यो राम्रोसँग बुझ्नुभएको थियो । वास्तवमा उहाँले भन्नुभयो कि उहाँको शिक्षा प्रचलित विश्वास (पतिसोतगामि) को विरुद्ध थियो, मानिसको स्वार्थपूर्ण इच्छाको विरुद्ध थियो । बोधिज्ञान प्राप्त गर्नुभएको चार हप्तापछि रूखमुनि बस्नुभएको बुद्धले आफ्नै मनमा सोच्नुभयो : मैले गहीरो, हेर्न कठीन, बुझ्न पनि कठीन विद्वानहरूले मात्र बुझ्ने तीव्र इच्छाले थिचिएका र अन्धकारका भूमरीमा परेकाले यो सत्य देख्न सक्तैन जुन प्रचलित भन्दा विरुद्ध, उच्च, गहन, सुक्ष्म र बोध गर्न कठीन छ ।”

यी विचारहरूलाई मनमा राख्नुभएर बुद्ध केही बेरसम्म आफूले भरखरै पत्ता लगाउनु भएका कुराहरू, सत्य, तथ्यलाई संसारमा व्याख्या गरेर सुनाउँदा खेरजाने त होइन भन्ने कुरामा हिचिक्याउनु भयो । त्यसपछि उहाँले संसारलाई कमलको पोखरीसँग तुलना गर्नुभयो । कमलको पोखरीमा कुनै कुनै कमलका फूलहरू अभै पानी मुनि हुन्छन्, कुनै कुनै कमलका फूलहरू पानीको सतहसम्म उठेका छन्, कुनै कुनै कमलका फूलहरू भने पानीका सतहबाट माथि उठेका छन् र यसलाई पानीले छोएको पनि हुँदैन । यस्तै

संसारमा विकासका विभिन्न तहहरूमा मनुष्यहरू हुन्छन् । कसैले यो सत्य बुझ्ने छ । यसैले बुद्धले सिकाउन निर्णय गर्नुभयो ।

अनन्त अथवा अनात्मको सिद्धान्त, पञ्चस्कन्धको विश्लेषण र प्रतीत्य समुत्पाद (पतिच्च-समुत्पाद) का सिद्धान्तका प्राकृतिक परिणाम र यससँग मिल्ने कुराहरू छन् । चतुर्आर्य सत्यको पहिलो (दुख) को छलफलमा हामीले अधि नै देखिसकेका छौं कि प्राणी वा व्यक्ति पाँच वटा स्कन्धले मिलेर बनेको छ र यी स्कन्धहरूलाई विश्लेषण गर्दा वा जाँचेर हेर्दा तिनीहरूका पछाडि केही छैनन् जसलाई हामी 'म', 'आत्मा', 'स्वत्व' भनेर चिनिने अपरिवर्तनशील वस्तु भन्छौं । यो विश्लेषणात्मक तरिका हो । यही परिणाममा प्रतीत्य समुत्पादको सिद्धान्तद्वारा पनि पुनः सकिन्छ, जसलाई हामी संस्लेशनात्मक तरिका भन्छौं र यो सिद्धान्त अनुसार संसारमा कुनै पनि कुराको अस्तित्व छैन । हरेक वस्तु परिस्थितिमा आधारित, सापेक्षक र एकमाथि अर्को भर परिरहेको हुन्छ । यो नै सापेक्षताको बौद्ध सिद्धान्त हो ।

अनन्तको सवालमा जानुभन्दा अगाडि प्रतीत्य समुत्पादको बारे छोटकरी ज्ञान हुन उपयोगी हुन्छ । यस सिद्धान्तलाई चार पक्तिहरूमा छोटो सूत्रको रूपमा दिन सकिन्छ ।

जब यो छ, त्यो छ (इमस्मि सति इदम होति); यो उठिरहँदा त्यो उठ्छ (इमस्सुप्पादा इदम उप्पजति); जब यो छैन, त्यो छैन (इमस्मि असति इदम नहोति); यो निरोध भइरहँदा त्यो निरोध हुन्छ (इमस्स निरोधा इदम निरूभति) ।

यो परिस्थितिमा आधारित हुने, सापेक्षता र एक आपसमा भर पर्ने सिद्धान्तमा नै सम्पूर्ण अस्तित्व र जीवनको निरन्तरता र यसको निरोधलाई पूर्ण सूत्रमा व्याख्या गरिएको छ, जसलाई पतीच्च समुत्पाद (प्रतीत्य-समुत्पाद) भनिन्छ, जसभित्र १२ वटा कडीहरू छन् :

१. अज्ञानताद्वारा जानी जानी गरिने चेतना अथवा इच्छाद्वारा गरिने कार्यहरूद्वारा बनिने संस्कारको लागि परिस्थिति तयार हुन्छ (अविज्जापच्चया संखारा)
२. संस्कारद्वारा विज्ञान (परिस्थितिमा मिल्ने चेतना) को लागि परिस्थिति तयार हुन्छ (संखारपच्चया विज्जाण)

३. विज्ञानद्वारा मानसिक र शारीरिक प्रक्रिया (नाम रूप)को लागि परिस्थिति तयार हुन्छ (विञ्जाण पच्यया नामरूपम)
४. मानसिक र शारीरिक प्रक्रियाद्वारा ६ इन्द्रियहरू (पाँच शारीरिक ज्ञानेन्द्रियहरू र चित्त) बन्नको लागि परिस्थितिहरू तयार हुन्छन् । (नाम रूप पच्यया सलायतम)
५. ६ इन्द्रियहरू (ज्ञानेन्द्रियहरू र एक चित्त) द्वारा स्पर्शको लागि परिस्थिति तयार हुन्छ । (सलायतनमपच्यया फस्सो)
६. ज्ञानेन्द्रियहरू र मानसिक स्पर्शद्वारा वेदनाको लागि परिस्थिति तयार हुन्छ । (फस्सपच्यया वेदना)
७. वेदनाद्वारा इच्छा 'तृष्णा' को लागि परिस्थिति तयार हुन्छ (वेदनापच्यया तन्हा)
८. 'तृष्णा' द्वारा टाँस्सने परिस्थिति तयार हुन्छ (तन्हापच्यया उपादानम)
९. उपादानद्वारा 'भव' को प्रक्रियाको लागि परिस्थिति तयार हुन्छ । (उपादानपच्यय भवो)
१०. भवको प्रक्रियाद्वारा जन्मको परिस्थिति तयार हुन्छ (भवपच्यया जाति)
११. जन्मद्वारा नाश हुने, मृत्यु, विलौना गर्ने, दुख इत्यादिको लागि परिस्थिति तयार हुन्छ आदि (जातिपच्यया जरामरणम)

यसरी जीवन उठ्छ, अस्तित्वमा रहन्छ र निरन्तर हुन्छ । यदि हामीले यो सूत्रलाई उल्टो क्रममा लिन्छौं भने हामी यो प्रक्रियाको निरोधसम्म आउँछौं : अज्ञानताको पूर्ण नाशबाट कर्मको निर्माण गर्ने तत्वहरू अथवा आफैले जानी जानिकन गर्ने कामहरू (संस्कार) पनि निरोध हुन्छन् । जानी जानी गरिने कामहरू (संस्कार) अथवा कर्मको निरोध पछि, विज्ञानको पनि निरोध हुन्छ जन्मको निरोध पछि, नाश, मृत्यु र दुख आदि निरोध हुन्छ ।

यो सम्भन्नुपछि यी तत्वहरू (कडीहरू) परिस्थितिजन्य अथवा परिस्थिति अवस्था अनुसार उठेको (पतीच्चसमुप्पन) र ती परिस्थिति अवस्था अनुसार उठिरहेको हुन्छन् (पतीच्चसमुत्पाद) । त्यसकारण तिनीहरू सबै सापेक्षिक एक

अर्कामा भर पर्ने र एक अर्कामा जोडिएका हुन्छन्, कुनै पनि वस्तु अलग अस्तित्व भएको अथवा स्वतन्त्र हुँदैन । त्यसैले कुनै पनि पहिलो कारणलाई बुद्ध धर्मले स्वीकार गर्दैन जुन हामीले पहिले नै उल्लेख गरेका थियौं । प्रतीत्य-समुत्पादलाई चक्रको रूपमा लिनुपर्छ, सिक्रीको रूपमा होइन ।

पश्चिमी चिन्तन र दर्शनमा स्वतन्त्र इच्छा र चाहनाको प्रश्नले महत्त्वपूर्ण स्थान लिएको छ । तर प्रतीत्य समुत्पाद अनुसार बुद्ध धर्ममा यो प्रश्न उठ्न र आउन सक्तैन । यदि सम्पूर्ण अस्तित्व नै सापेक्षिक, परिस्थितिबाट उठेको र एक आपसमा भर पर्ने छ भने कोही कसरी एकलै स्वतन्त्र हुन सक्छ ? चौथो स्कन्ध (संखारक्खण्ड) भित्र इच्छा छ, अरू चिन्तन जस्तै यो परिस्थितिजन्य अथवा परिस्थितिबाट उठ्ने (पतीच्च-समुपन्न) हुन्छ । यो संसारमा स्वतन्त्रता वा मुक्ति भनिने आफै पनि पूर्ण रूपमा स्वतन्त्र वा मुक्त छैन । त्यो पनि परिस्थितिबाट उठ्ने र सापेक्षिक हुन्छ । हो, साँच्चै हो यस्तो परिस्थितिजन्य सापेक्षिक 'स्वतन्त्र इच्छा' छ तर आफै उठ्ने पूर्ण स्वतन्त्रता भन्ने त्यहाँ छैन । यदि स्वतन्त्र इच्छाले अवस्था वा परिस्थितिबाट अलग स्वतन्त्रता, कारण र परिणामबाट अलग स्वतन्त्रताको अर्थ लगाइन्छ भने त्यस्तो वस्तुको अलग अस्तित्व नै हुँदैन । कुनै इच्छा वा कुनै वस्तुको चाहना परिस्थितिबाट अलग उठ्ने, कारण वा परिणामबाट टाढा कसरी हुन सक्छ जब कि सम्पूर्ण अस्तित्व नै परिस्थितिजन्य वा सापेक्षिक हुन्छ ? फेरि यहाँ स्वतन्त्र इच्छाको धारणा 'ईश्वर' को अवधारणा, आत्मा, न्याय, इनाम र सजायसँग आधारभूत तरिकाले जोडिएको हुन्छ । तथाकथित स्वतन्त्र इच्छा स्वतन्त्र छैन तर स्वतन्त्र इच्छाको अवधारणा नै परिस्थितिबाट अलग वा स्वतन्त्र छैन ।

प्रतीत्य समुत्पादको सिद्धान्त र त्यस्तै पञ्चस्कन्धको सिद्धान्त अनुसार मानिसमा वा बाहिर सधैं रहिरहने अमर वस्तु जसलाई 'आत्मा', 'म', स्वत्व, अहं आदि भन्छौं, तिनीहरू भूठा विश्वास र मानसिक अनुमान मात्रै हुन् । यो नै 'अनत्त', अनात्मा वा स्वत्वको अनुपस्थितिका बौद्ध सिद्धान्त हो ।

अलमलिनुबाट रोक्न दुई किसिमका सत्यलाई यहाँ उल्लेख गर्न जरूरी हुन्छ : सामान्य सत्य (सम्मुति-सच्च, संस्कृत सम्वृत्ति-सत्य) र परमार्थ सत्य (परमथ-सच्च, संस्कृतमा परमार्थ-सत्य) ।

जब हामी दैनिक जीवनमा 'म', 'तिमी', 'प्राणी', 'व्यक्ति' इत्यादि शब्दहरू प्रकट गर्दछौं हामीले भूठो बोलेका हुँदैनौं किनभने प्राणी र स्वतन्त्रता भन्ने

कुरा त्यहाँ छैन तर संसारमा प्रचलनमा मिल्ने सत्य हामी बोल्छौं । तर परमार्थ सत्य यही हो, त्यहाँ म, प्राणी भन्ने वास्तविकता नै छैन । महायान सूत्रालङ्कारले भन्छ : व्यक्ति (पुद्गल) ले एउटा स्वरूपमा (प्रज्ञप्ति) मा मात्र अस्तित्व कायम गरेको हुन्छ, (भन्नुको अर्थ त्यहाँ प्राणी छ) तर यथार्थमा (अथवा सारतत्व द्रव्यमा) छैन ।

अविनाशी आत्माको इन्कार गर्नु हिनयान तथा महायान दुवै सैद्धान्तिक प्रणालीको साभा लक्षण हो र यस्तो बुँदाको पूर्ण सहमतिमा आउनु भनेको बुद्धका मौलिक उपदेशबाट टाढा जानु होइन ।

त्यसकारण हालसालै बुद्ध धर्मको भावनाको पूर्ण उल्टो बुद्धको शिक्षामा स्वत्वको अवधारणा ल्याउनु केही बौद्ध विद्वानहरूका निरर्थक प्रयास मात्र हो । ती विद्वानहरूले बुद्ध र उहाँका शिक्षालाई आदर, गौरव र सम्मान चढाउँछन् । उनीहरूले बुद्ध धर्मलाई उच्च नजरले हेर्छन् तर उनीहरूले कल्पना नै गर्न सक्तैनन् कि उनीहरूले धेरै आवश्यक कुरो भनी ठानेका आत्मा र स्वत्वको अस्तित्वको सिद्धान्तलाई बुद्ध जस्तो स्पष्टवादी र महान विचारकले कसरी विरोध गरी त्याग्नु भयो ।

सानो व्यक्तिगत 'स्वत्व' जनाउने नभई ठूलो व्यक्तिगत 'स्वत्व' जनाउने अनन्त अस्तित्वको आवश्यकताको लागि तिनीहरूले अचेतनशील तरिकाले बुद्धकै समर्थन खोजे । स्पष्ट भन्न सकिन्छ, तिनीहरूले आत्मा वा स्वत्वमा विश्वास गर्छन् अथवा तिनीहरूले भन्छन् बुद्धले आत्माको अस्तित्वको इन्कार गरेर पूर्णतया गल्ती गर्नुभएको छ । बुद्धले कहिले पनि स्वीकार गर्नु नभएको कुरालाई बुद्ध धर्ममा प्रवेश गराउने कुराले निश्चित रूपमा कसैलाई फाइदा हुने छैन । बुद्ध धर्मका मौलिक ग्रन्थका पाठ्यवस्तुलाई हेरेर बुद्ध धर्मको प्रचलित मौलिक ग्रन्थमा भनिएको कुरा हामीले हेर्न सक्छौं ।

ईश्वर र आत्मालाई विश्वास गर्ने धर्महरूले यी दुई कुराहरूलाई गोप्य राख्न सक्तैनन्, यसको विपरित तिनीहरूले लगातार रूपमा आत्मा र स्वत्वको अवधारणाहरूलाई स्पष्ट अगाडि राख्छन् । सबै धर्महरूमा आवश्यक ठानिने यी दुई अवधारणाहरू बुद्धले स्विकार्नु भएको भए उहाँले साँच्चै सार्वजनिक रूपमा घोषणा गर्नु हुन्थ्यो जस्तो उहाँले अरू विषयमा गर्नु भयो र केही कुरा लुकाएर राख्नुभएन यदि लुकाएको हुँदो हो त उहाँको मृत्युको २५०० वर्ष पछि यसको पत्ता लाग्नु पर्थ्यो ।

बुद्धको अनन्तको उपदेशले मानिसलाई अप्थेरोमा पारेको छ, कि उनीहरूले कल्पना गरेको “स्वत्व” नाश हुँदै छ। बुद्धलाई यो कुरा थाहा थिएन।

एकजना भिक्षुले बुद्धलाई सोधेको थियो, “भन्ते मानिसभिन्न कुनै स्थायी वस्तु नभेटाउँदा कसैले दुख पोखेको कुरा तपाईंलाई थाहा छ?”

“थाहा छ, भिक्षु, त्यस्तो छ,” बुद्धले उत्तर दिनुभयो। “एकजना मानिसको यस्तो विचार छ : ‘विश्व ब्रम्हाण्ड आत्मा हो, मृत्युपछि पनि म त्यस्तो हुन्छु स्थायी, सधैं रहिरहने, अमर, अपरिवर्तनशील र म अनन्तसम्म अस्तित्वमा रहनेछु।’ उनले तथागत तथा उहाँको शिष्यले भन्नुभएको कुरा सुन्छ, अनुमानित विचार धाराहरू धारणाहरूको पूर्ण विनाशलाई लक्ष्य राखेर गरिएका सिद्धान्त तृष्णाको क्षय, अनासक्तिको लक्ष्य, निरोध निर्वाणका लक्ष्य राखेर प्रचार गरिएका कुराहरू उनले सुन्छ। त्यसपछि त्यो मानिसले विचार गर्छ : “म नष्ट हुनेछु, मेरो विनाश हुनेछ, अब म रहने छैन। यसरी उसले विलाप गर्छ, आफैँ दुखित हुन्छ, रून्छ, कराउँछ र छात्ती पिटी पिटी रूँदै ऊ छटपटिन्छ।

यसरी भिक्षु हो, यस्तो घटना छ, आफूभिन्न त्यस्तो स्थायी कुनै कुरा नभएको थाहा भएपछि रोएको र कराएको घटना छ।”

अर्को ठाउँमा बुद्धले भन्नु हुन्छ : “भिक्षु हो, म न हुन सक्छु, मसँग केही नभएको हुन सक्छ, भन्ने कुराले केही ज्ञान हासिल नगरेको अज्ञानी प्राणीलाई यस कुराले तर्साउन सक्छ।”

बुद्ध धर्ममा स्वत्व अथवा आत्मा चाहनेहरूले तल दिइए जस्तो तर्क पेश गर्न सक्छ : यो साँचो हो, बुद्धले प्राणीलाई भौतिक वस्तु, वेदना, संज्ञा, संस्कार र चेतना भनेर विश्लेषण गर्नु हुन्छ र भन्नु हुन्छ, यी कुनै पनि स्वत्व वा आत्मा होइनन्। तर उहाँले यी पञ्चस्कन्ध बाहेक मानिसमा ‘आत्मा’ वा स्वत्व केही छैन भनेर कतै कहीं भन्नुभएको छैन। यस्तो धारणा तर्कसंगत नभएका दुईटा कारणहरू छन् :

एउटा के हो भने बुद्धको उपदेश अनुसार प्राणी यी पञ्चस्कन्ध मिलेर मात्र बनेको छ र अरू बढी कुरा केही छैन। कहीं कतै पनि प्राणीमा यी पञ्चस्कन्ध बाहेक केही अर्को बढी कुरा छ भनेर बुद्धले भन्नुभएन।

दोस्रो कारण यो छ कि बुद्धले स्पष्ट रूपमा दोहोरो अर्थ नलाग्ने गरी एक भन्दा बढी ठाउँमा आत्मा, स्वत्व वा अहं, म भन्ने कुरा मानिसभिन्न र बाहिर

अथवा कहीं यो लोकमा अस्तित्वमा छ भन्ने कुराको विरोध गर्नुभयो । केही उदाहरणहरू प्रस्तुत गरौं ।

धम्मपदमा बुद्ध उपदेशका अत्यन्त आवश्यक र महत्त्वपूर्ण मानिने तीनवटा श्लोकहरू छन् । ती हुन् परिच्छेद २० का ५, ६ र ७ (अथवा २७७, २७८, २७९ का गाथाहरू)

पहिलो दुईटा गाथाहरूले भन्छन् :

“सबै परिस्थितिजन्य अर्थात् परिस्थितिमा भर पर्ने कुराहरू अस्थायी छन्” (सब्बे संखारा अनिच्चा) र “सबै परिस्थितिबाट उब्जेका अर्थात् परिस्थितिका आधारमा उठेका कुराहरू दुःख हुन्” (सब्बे संखारा दुःखा) ।

तेस्रो गाथाले भन्छ :

‘सबै धर्महरू आत्मा वा स्वत्व विना छन्’ (सब्बे धम्मा अनत्ता)

पहिलो दुईटा गाथाहरूमा ‘संखारा’ शब्द ‘परिस्थितिजन्य’ अर्थात् ‘परिस्थितिमा आधारित वस्तुहरू’ का अर्थमा प्रयोग भएका छन् । तर यसको ठाउँमा तेस्रो श्लोकमा ‘धम्मा’ शब्द प्रयोग भएको छ । पहिलो दुईटा गाथामा जस्तै तेस्रो गाथाले संखारा परिस्थितिजन्य अथवा परिस्थितिमा आधारित वस्तुहरूका रूपमा किन प्रयोग गरेन र किन यसको सट्टामा धर्म शब्दको प्रयोग भयो ? यहीनिर सबै कुराको मूल कुरा छ ।

‘संखार’ शब्दले पञ्चस्कन्ध, सबै परिस्थितिजन्य, एक आपसमा भर पर्ने, सापेक्षिक वस्तु र अवस्थाहरू, दुईटै भौतिक तथा मानसिक कुराहरूलाई जनाउँछ । तेस्रो श्लोकले भन्यो : ‘सबै संखारा (परिस्थितिमा भर पर्ने कुराहरू) स्वत्व वा आत्मा विना छन्, त्यसपछि कसैले विचार गर्न सक्छ कि सबै परिस्थितिमा वस्तुहरू आत्मा वा स्वत्व विनाको हुन्छन् भने, ती वस्तुहरू बाहिर, पञ्च स्कन्ध बाहिर ‘आत्मा’ वा ‘स्वत्व’ (म भन्ने कुरा) हुन सक्छ । यही भ्रम वा गलत धारणाहरूलाई हटाउन धम्म शब्द तेस्रो श्लोकमा प्रयोग भएको हो ।

‘धम्म’ शब्द ‘संखार’ भन्दा विस्तृत छ । ‘धम्म’ भन्दा विस्तृत शब्द बौद्ध शब्दावलीमा छैन । यसभित्र परिस्थितिजन्य वस्तुहरू र अवस्थाहरू मात्र छैनन्, परिस्थितिमा भर नपर्ने ‘निर्वाण’ वा ‘परमार्थ’ सत्य पनि छन् । लोकमा

वा बाहिर, असल वा खराब, परिस्थितिजन्य वा परिस्थितिजन्य नभएका, सापेक्षिक, सापेक्षिक नभएको पूर्णता कायम भएको आदि सबै कुराहरू यस अर्थपूर्ण शब्दभिन्न पर्दछन् र कुनै पनि कुरा यसभिन्न नपर्ने छैनन् । यस भनाइ अनुसार पनि सबै धम्महरू स्वत्व वा आत्मा विना छन् । त्यहाँ 'म' भन्ने केही छैन, आत्मा छैन, पञ्च स्कन्धभिन्न मात्र होइन, तिनीहरू बाहिर पनि कतै केही छैनन् ।

यसको अर्थ थेरवाद शिक्षा अनुसार व्यक्ति (पुग्गल) अथवा धम्महरूमा 'म' भन्ने नै छैन । महायान बौद्ध दर्शनले पनि विल्कुलै उस्तै धारणा राख्छ, यस बुँदामा सानो भन्दा सानो विभेद पनि छैन र यसले धर्म नैरात्म्य साथै पुद्गल नैरात्म्यमा जोड दिन्छ ।

मज्झिम निकायको अलगदुपम- सुत्तमा आफ्ना शिष्यहरूलाई सम्बोधन गर्दै बुद्धले भन्नुभयो : "भिक्षुहरू हो, आत्मा सिद्धान्त (अत्तवाद) लाई स्वीकार गरेका खण्डमा दुःख, विलौना, दर्द, निराशापन, चिन्ता उठ्दैन भने ठीक छ तर भिक्षुहरू, यस्ता आत्मा सिद्धान्तलाई मान्दा दुख, विलौना निराशापन, चिन्ता उठ्दैन भन्ने कुरा देख्छौ ? निश्चित रूपमा देख्दैनौ । भिक्षुहरू, आत्मावादी सिद्धान्तलाई स्वीकारेपछि दुख, विलौना, दर्द, निराशाहरू र चिन्ताहरू उठ्दैनन भन्ने कुरा म पनि देख्छु ।"

यदि बुद्धले स्वीकार्नु भएको आत्मावादी सिद्धान्त त्यहाँ भएको भए, उहाँले पक्का पनि यहाँ व्याख्या गर्नुभएको हुन्थ्यो किनभने उहाँले भिक्षुहरूलाई दुख पैदा नगर्ने आत्मा सिद्धान्त मान्न भन्नुभयो । तर बुद्धको विचारमा यस्तो आत्मावादी सिद्धान्त छैन र यस्तो आत्मावादी सिद्धान्त जे भए पनि जस्तोसुकै सूक्ष्म र उत्कृष्ट भएपनि भूठा र काल्पनिक हो जसले सबै किसिमका दुख, दर्द, विलाप, निराशा र चिन्ताहरू पैदा गर्ने समस्याहरू पैदा गर्दछन् ।

उही सूत्रको छलफलको निरन्तरता दिँदै बुद्धले भन्नुभयो : 'भिक्षुहरू हो, जब न त आत्मा र न आत्मासँग सम्बन्धित साँच्चै र वास्तविक रूपमा केही कुरा भेट्टाउन सकिन्छ, यो अनुमानित धारणा : "विश्व ब्रम्हाण्ड वा लोक आत्मा हो, मृत्युपछि पनि म रहने छु, स्थायी, सधैं रहिरहने, कहिले अन्त नहुने अपरिवर्तनशील र म अनन्तसम्म अस्तित्वमा रहने छु ।" के यो पूर्णतया मुर्ख कुरा होइन ?"

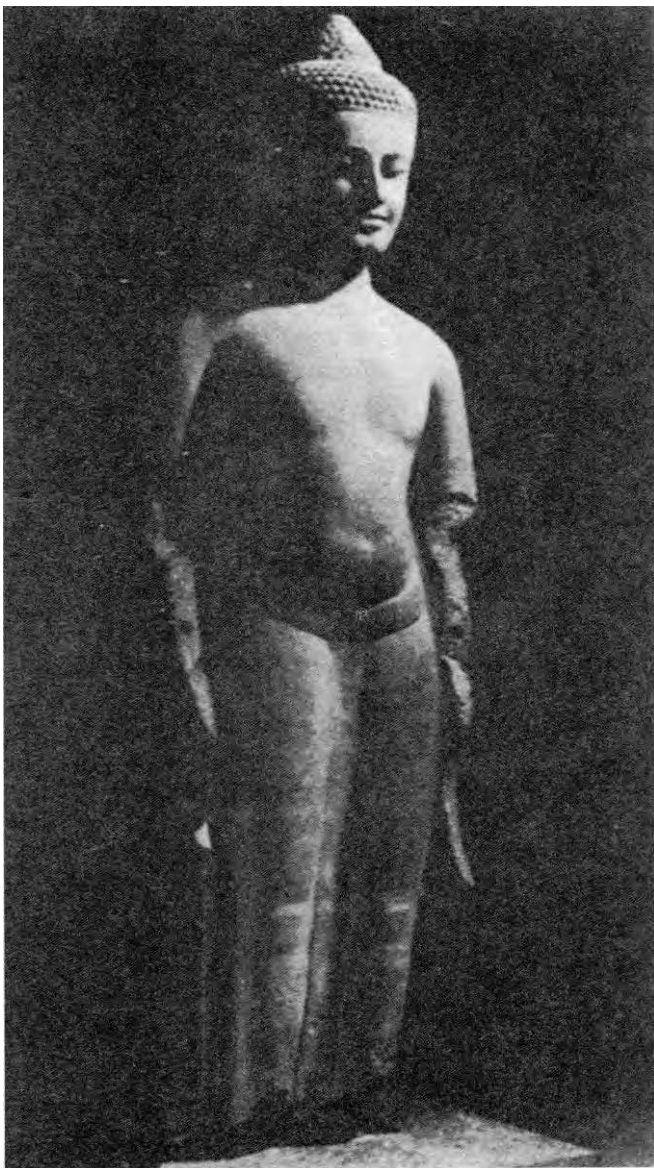
यहाँ बुद्धले स्पष्ट रूपमा भन्नु हुन्छ कि आत्मा अथवा 'म' भन्ने कुरा यथार्थमा केही कतै पाईदैन र यस्तो छ भनेर विश्वास गर्नु मुख्याई हो ।

बुद्धको उपदेशमा 'म' वा आत्मा खोज्नेहरूले केही उदाहरणहरू उद्धृत गर्छन जुन पहिला गलत तरिकाले अनुवाद गर्दछन् र त्यसपछि गलत अर्थ लगाउँछन् । ती मध्येमा प्रसिद्ध पंक्ति "अत्ता हि अत्तनो नाथो" धम्मपदबाट लिइएको छ (१२, ४ अथवा गाथा १६०) जसलाई यसरी अनुदित गरिएको छ "आत्मा आत्माको मालिक हो, आफ्नो मालिक आफै हो" र त्यसपछि यसरी अर्थ लगाएको छ कि ठूलो आत्मा, सानो आत्माको मालिक हो ।

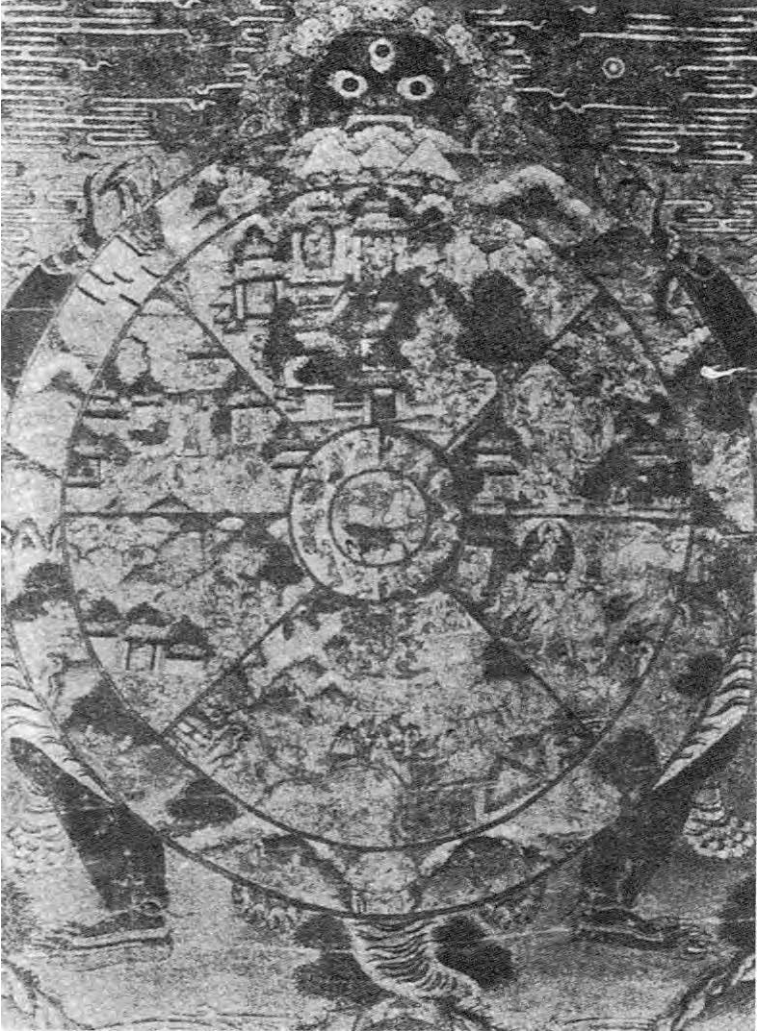
सवैभन्दा पहिला यो अनुवाद नै गलत छ । अत्ता यहाँ आत्माको अर्थमा "म आफू" होइन । पालीमा अत्ता शब्द सामान्यत निजवाचक सर्वनाममा प्रयोग हुन्छ, केही अपवाद बाहेक जहाँ यसलाई अनिश्चयवाचक विशेष र दार्शनिक तरिकाले आत्मा सिद्धान्तलाई संकेत गर्दछ । तर सामान्य प्रयोगमा धम्मपदको १२ वगमा जहाँ यो पंक्ति छ र अन्य धेरै ठाउँहरूमा पनि यसलाई निजवाचक सर्वनाममा प्रयोग गरिन्छ, जसको अर्थ "म आफैले", "तिमी आफैले", "ऊ आफैले", "कोही आफैले" आदि

अर्को 'नाथो' को अर्थ "मालिक" होइन, 'शरण' हो, 'आड भरोसा', 'मद्दत', 'रक्षा' हो । त्यसकारण अत्ता हि अत्तनो नाथो को साँच्चैको अर्थ 'आफै नै आफ्नो शरण हो' अथवा "आफू नै आफ्नो मद्दतमा आउँछ र भरोसा हुन्छ । यसको कुनै रहस्यमय भौतिक वस्तु 'आत्मा' वा 'म' सँग केही सम्बन्ध राख्दैन । यसको सामान्य अर्थ तिमी आफैमा भर पर्नु अरू कसैमा भर नपर्नु भन्ने हो ।

बुद्धको उपदेशभित्र 'आत्मा' को धारणा घुसाउन खोजेको प्रयासको अर्को उदाहरण प्रसिद्ध शब्दहरू "अत्तदीपा विहरथ, अत्तसरण अन्यानसरणा", जसलाई महापरिनिर्वाण सूत्रमा विना सन्दर्भ उल्लेख गरिएको छ । यो पदावलीको शाब्दिक अर्थ "आफै आफ्नो द्विप (आड भरोसा) बन, तिमी आफै आफ्ना शरणमा पर र अरू कोहीको शरणमा नपर ।" जसले बुद्ध धर्ममा आत्मा छ भन्ने कुरा देख्छ, उसले यसरी अर्थ लगाउँछ, अत्तदीपा र अत्तसरण, आत्मालाई बत्ती बनाऊ 'आत्मामा नै शरण पर ।'



बुद्ध - कम्बोडियाबाट



संसार चक्र - तिब्बतबाट

जबसम्म कुन पृष्ठभूमि र सन्दर्भमा यी वाक्यहरू बोलेका हुन् भनेर विचार गर्दैनौ तबसम्म बुद्धले आनन्दलाई दिनुभएको अर्तीको पूरा अर्थ र महत्त्व हामीले बुझ्न सक्तैनौ ।

त्यसबेला बेलुभ नाम गरेको गाउँमा बुद्ध बसिरहनु भएको थियो । यो बुद्ध परिनिर्वाण हुनु तीन महिना अगाडिको कुरा हो । यस समयमा उहाँ ८० वर्षको हुनुहुन्थ्यो र साह्रै अस्वस्थ हुनुहुन्थ्यो, भण्डै मरणासन्न अवस्थामा हुनु हुन्थ्यो (मारणनटिक) । तर उहाँले आफ्ना नजीक साथमा हिंडेका शिष्यलाई यो सूचना नदिई निर्वाण हुनु उचित देख्नुभएन । यसकारण उहाँले शाहस र सङ्कल्पका साथ, सबै दुख दर्दलाई सहेर आफ्ना विमारीलाई निको पार्नु भयो । तर पनि उहाँको स्वास्थ्य कमजोर नै थियो । स्वस्थ भएपछि आफ्नो आश्रम बाहिर रूखको छहारीमा उहाँ बस्नुभएको थियो । बुद्धको अनन्य सेवक आनन्द आफ्ना अत्यन्त पूज्य भन्तेकहाँ गए र उहाँको नजीक बसे र भने, “भन्ते, मैले शास्ताको स्वास्थ्यको हेरविचार गरेको छु । उहाँलाई विरामी हुँदा स्याहार सुसार गरेको छु । तर शास्ताको अस्वस्थता देख्दा क्षितिजमा म अँध्यारो देख्छु । मेरा ज्ञानेन्द्रियहरू स्पष्ट छैनन् । यस्तो भएपनि अलिकति सान्त्वना त्यहाँ थियो । मैले विचार गरें । भिक्षु संघमा केही उपदेशहरू वा सन्देश नछोडेसम्म उहाँले परित्याग गर्नु हुने छैन ।”

त्यसपछि मानवीय भावना र करुणाले भरिपूर्ण बुद्धले आफ्नो अनन्य सेवकसँग विस्तारै बोल्नुभयो : “आनन्द, भिक्षु संघले मबाट के आशा गरेको छ ? मैले धम्म(सत्य) बारे सिकाएको छु कुनै गोप्य वा गुह्य र बाह्य र खुल्लाको भेद गरेको छैन । सत्यको विषयमा तथागतले कुनै कुरा कुनै सामान्य शिक्षकले जस्तै मुट्टी भित्र राखेको छैन (आचरीय-मुट्टी) । पक्का पनि आनन्द, कसैले संघलाई नेतृत्व प्रदान गर्ने सोचेको छ र संघ ऊमाथि भर पर्दछ, भने, उनले आफ्ना (शिक्षा) सन्देशहरू छोड्न । तर तथागतसँग यस्तो कुनै विचार छैन । संघको सम्बन्धमा उहाँले किन कुनै सन्देश वा विशेष प्रशिक्षणका कुराहरू छोड्न ? म अहिले बुढो भएको छु, आनन्द, ८० वर्षको छु । म एउटा मक्किएको र खिडिएको मरम्मत गरेर चलाइरहेका गाडा जस्तै हुँ । मलाई यस्तो लाग्छ, तथागतको शरीरलाई पनि मरम्मत गराएर मात्र चलाउन सकिन्छ । त्यसकारण आनन्द, आफैलाई द्विप बनाई (आड भरोसा

दिई) आफ्नै शरणमा पर, धर्मलाई द्विप बनाऊ (आड भरोसामा पर) धर्मको शरणमा जाऊ, अरू कसैको शरणमा होइन ।”

आनन्दलाई बुद्धले के सन्देश दिन चाहनुभएको हो विल्कुलै स्पष्ट छ । आनन्द दुखी र निराश थियो । उसले सोचेको थियो महान गुरु दिवंगत भएपछि उनीहरू सब एकलै पर्नेछन्, असहाय र कसैको शरण नपाएको र नेतृत्व नपाएका रूपमा सोच्ने छन् । यसकारण बुद्धले कुनै कुरा वा कोही माथि पनि भर नपरी उहाँले सिकाउनु भएको धर्ममाथि भर पर्नु भन्नु भई उनलाई शान्तवना, शाहस र आत्मविश्वास प्रदान गर्नु भयो । यहाँ रहस्यमय आत्मा वा म भन्ने कुरा विल्कुलै सन्दर्भ बाहिरको कुरा हो भन्नुभयो ।

अभ विस्तृत रूपमा रूप, वेदना, चित्त र चित्तसंग सम्बन्धित धर्महरू (चार सतिपट्टानहरू)बारे स्मृतिको वीजारोपण, अभ्यास र अभिवृद्धिको विकास गरेर आफैलाई आफैले कसरी द्विप बनाउन सकिन्छ वा आफ्नो शरणमा आफै कसरी पर्नुपर्छ र धर्मलाई कसरी द्विप बनाउन सकिन्छ अथवा धर्मको शरणमा कसरी पर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुद्धले आनन्दलाई व्याख्या गर्नुभयो । यहाँ आत्मा वा म भन्नेबारे कुनै कुरा छैन ।

बुद्धको उपदेशमा आत्मा भेट्टाउन खोज्नेहरूले सधैं आत्मालाई सान्दर्भिक गरी कुराहरू गर्छन् । बनारसबाट उरूबेला जाँदा बाटोमा पर्ने वन जङ्गलहरूमा एकचोटि बुद्ध रूखमुनि बस्नु भएको थियो । त्यो दिन त्यही जङ्गलमा आफ्ना जवान पत्नीहरूस साथ ३० जना राजकुमारहरू वनभोजमा थिए । तिनीहरू मध्ये एकजना अविवाहित थिए । अविवाहित राजकुमारले आफ्ना साथमा बजारिया महिलालाई साथमा ल्याएको थियो । अरू सबै रमाइलो मोजमज्जा गरिरहेका बेला त्यो महिला मूल्यवान बस्तुहरूलाई लुगाभिन्न लुकाएर त्यहाँबाट गायब भए । जङ्गलमा तिनीलाई खोज्दै हिंड्दा राजकुमारहरूले रूखमुनि बसिरहनु भएका बुद्धलाई ती केटीलाई देख्नुभएका थिए कि भनेर सोधे । उहाँले कुरा के हो भनी सोध्नु भयो । बुद्धले सोध्नु भयो, “जवान केटाहरू, तिमीहरूले के सोच्छौ ? कुनचाहिं बढी राम्रो हुन्छ - ती आइमाईलाई खोज्ने अथवा आफैलाई आफैले खोज्नु ?”

यहाँ फेरि सामान्य र स्वाभाविक प्रश्न, त्यहाँ यस्तो छैन जहाँ आत्मा वा स्वत्वका भौतिक रहस्यमय विचारहरू र तिनीहरूका बारे न्यायसंगत कुराहरू हुन्छन् । तिनीहरूले आफैले आफूलाई खोज्नु राम्रो हुन्छ भनेर जवाफ

दिए । बुद्धले उनीहरूलाई बस्नु भनेर धर्म बारे व्याख्या गर्नुभयो । उनीहरूलाई दिनुभएको धर्मका उपदेशबारे प्राप्त वर्णनमा आत्मा भन्ने शब्द कहीं पनि उल्लेख गरेको पाइन्न ।

बच्छगोत्त भन्ने कुनै परिव्राजकले आत्मा छ या छैन भन्ने प्रश्नमा बुद्ध चूपचाप बस्नुभएको विषयमा धेरै कुराहरू लेखेका छन् । त्यस सम्बन्धमा कथा यस्तो छ :

बच्छगोत्त बुद्धकहाँ आउँछ र सोध्छ :

भन्ते गोतम, के आत्मा छ ?

बुद्ध चूप लागेर बस्नुभयो ।

भन्ते गोतम, के आत्मा छैन ?

फेरि बुद्ध चूप लागेर बस्नुभयो ।

बच्छगोत्त उठ्छ र छोडेर जान्छ ।

बच्छगोत्तले सोधेको प्रश्नको उत्तर तथागतले किन दिनुभएन भनेर आनन्दले सोधे ।

बुद्धले आफ्नो स्पष्ट जवाफ यसरी दिनुभयो ।

“आनन्द, परिव्राजक बच्छगोत्तले जब सोधे : “के आत्मा

छ ?”, यदि छ भनेर उत्तर दिएको भए, आनन्द, सस्सतवाद अथवा आत्मा अमर छ भनेर मान्ने ब्राम्हणहरू र ऋषिमुनिहरूका पक्षमा मैले बोलेको हुन्छु ।”

आनन्द, “के आत्मा छैन” भनेर परिव्राजकले सोध्दा यदि “आत्मा छैन” भनेर उत्तर दिएँ भने त्यहाँ उच्छेदवाद अथवा मृत्युपछि केही कुरा रहन्न भन्ने ब्राम्हण र ऋषिमुनिहरूका पक्षमा मैले बोलेको हुन्छु ।

फेरि, आनन्द, बच्छगोत्तले “त्यहाँ आत्मा छ ?” भनेर सोध्दा मैले “आत्मा छ” भनेर उत्तर दिएको भए धर्महरूका आफ्नैपन अथवा सधैं एउटै परिवर्तन नहुने स्वभाव हुन्न भन्ने मैले जानेका र उपदेश दिएका कुराहरू अनुसार मिल्छ त ?

पक्कै पनि मिल्दैन ।



बुद्ध - तिब्बतबाट



बुद्धको शीर - अफगानिस्तानबाट

र फेरि आनन्द, परिव्राजकले “के आत्मा छैन” भनेर सोध्दा यदि मैले “आत्मा छैन” भनेको भए त्यसले पहिले नै अलमलमा परेका बच्छगोत्तलाई भन ठूलो अलमलमा पार्ने थियो किनभने उसले मनमा यस्तो विचार लिन्थ्यो : “पहिले साँच्चै मसँग आत्मा थियो, तर अहिले मसँग छैन ।”

बुद्ध किन चूपचाप हुनुभयो अहिले विल्कुल स्पष्ट हुनुपर्छ । यदि जुन तरिकाले यी प्रश्नहरू र प्रश्नकर्ताहरूलाई बुद्धले लिनुभयो अथवा व्यवहार गर्नुभयो, त्यसको पृष्ठभूमिलाई विचार गरी हेरेको खण्डमा अझ बढी स्पष्ट हुन्छ । यस समस्याबारे छलफल गर्नेहरूले यी सबै कुराहरूलाई बेवास्ता गरेका छन् ।

आफ्नो अगाडि राखिएका जसले पनि जे पायो त्यही प्रश्नलाई कुनै विचारै नगरी जवाफ दिनको लागि बुद्ध कम्प्यूटर मेशिन त होइन । बुद्ध, करुणा र प्रज्ञाले भरिएका व्यावहारिक गुरु हुनुहुन्थ्यो । आफ्नो ज्ञान र बुद्धि देखाउन उहाँले प्रश्नको उत्तर दिनु भएन बरू उहाँले प्रश्नकर्तालाई बोध होस् भनेर मद्दत गर्न उत्तर दिनुहुन्थ्यो ।

उनीहरूका विकासको स्तर, उनीहरूका सोच, भुकाव, मानसिक क्षमता, चरित्र र खास प्रश्नलाई बुझ्ने क्षमता आदि सबै कुराहरूको विचार गरेर बुद्धले मानिसहरूसँग सधैं बोल्नुहुन्थ्यो ।

बुद्धका अनुसार प्रश्नहरूलाई व्यवहार गर्ने चारवटा तरिकाहरू छन् : १) कुनै प्रश्नहरूलाई सिधा प्रत्यक्ष रूपमा नै उत्तर दिनुपर्छ २) कुनै प्रश्नहरूलाई विश्लेषण गरेर उत्तर दिनुपर्छ ३) कुनै कुनै प्रश्नहरूलाई प्रतिप्रश्न गरेर उत्तर दिनुपर्छ ४) अन्त्यमा यस्ता प्रश्नहरू पनि छन् जसलाई पर सारी दिनु पर्छ अर्थात् उत्तर दिन जरूरी छैन ।

प्रश्नहरूलाई वास्तै नगरी उत्तर नदिने धेरै तरिकाहरू छन् । बच्छगोत्तले धेरैपल्ट धेरै ठाउँमा सोधेको के संसार अनन्त छ भन्ने प्रसिद्ध खास प्रश्न बुद्धले उनलाई सधैं बताउने गरे जस्तै तरिकाले उत्तर दिनु भएन र व्याख्या गर्नु भएन । यही तरिकाले उहाँले मालुङ्क्यपुत्त र अरूहरूलाई उत्तर दिनुभयो । तर उहाँले आत्मा छ या छैन भन्ने विषयको प्रश्नमा एउटै उही कुरा बताउन सक्नु भएन किनभने उहाँले यस विषयमा सधैं छलफल गर्नुभयो र व्याख्या गर्नु भयो । ‘आत्मा छ’ भन्ने कुरा उहाँले भन्न सक्नु भएन किनभने

यस्तो भन्नु सबै धर्मका 'स्वत्व' हुँदैन भन्ने ज्ञानको विरुद्ध हुन्छ । उहाँले आत्मा छैन भन्ने कुरा पनि बताउन चाहनु भएन किनभने यस्तो भनिंदा अनावश्यक तरिकाले, कुनै उद्देश्य विना विचारा बच्छगोत्तलाई अलमलमा पार्ने र गडबड गर्ने हुन्थ्यो । जो पहिला नै त्यस्तो प्रश्नमा अलमलिएको थियो जुन उसले पहिला नै यो कुरा स्वीकारेको थियो । ऊ अनन्त सम्बन्धि धारणा बुझ्ने स्थितिमा थिएन । त्यसकारण चूपचाप यस्तो प्रश्नलाई अलग्ग पार्नु नै यस्तो खास स्थितिमा सबभन्दा बुद्धिमानी कुरा हुन्थ्यो ।

हामीले भुल्नु पनि हुँदैन कि बुद्धले बच्छगोत्तलाई लामो समयसम्म चिनेको थियो । प्रश्नकर्ता बच्छगोत्त बुद्धकहाँ उत्तर माग्नु एक पटकमात्र आएको थिएन । प्रज्ञावान र करूणावान गुरुले अलमलमा परेको यो प्रश्नकर्तालाई धेरै चेतनाहरू प्रदान गर्नुभयो र उसमाथि ठूलो सरोकार पनि देखाउनु भयो । पाली ग्रन्थमा उही बच्छगोत्तका सन्दर्भमा धेरै कुरा उठाएका छन्, बुद्धलाई भेट्न ऊ धेरैपल्ट गएको र अरू शिष्यहरूले त्यही प्रश्न बराबर राखेकोबाट उनीहरू यी प्रश्नहरूबाट खिन्न भएका र ग्रस्त भएको कुरा स्पष्ट हुन्छ । कुनै स्पष्ट उत्तर अथवा छलफलबाट भन्दा पनि बुद्ध चूपचाप बस्नुहुने कुराले बच्छगोत्तलाई बढी प्रभाव पारेको देखिन्छ ।

कुनै कुनै मानिसले आत्मालाई चित्त अथवा चेतनाको रूपमा सामान्य तवरले अर्थ लगाउँछ । तर आत्मा वा स्वत्वलाई चित्तलाई भन्दा भौतिक शरीरको रूपमा लिनु राम्रो हुन्छ भनेर बुद्ध भन्नुहुन्छ । किनभने चित्त, चिन्तन र चेतना भन्दा शरीर ठोस देखिन्छ । चित्त, मन र विज्ञान शरीर (काय) भन्दा निरन्तर रूपमा छिटो छिटो परिवर्तन हुन्छ ।

यो 'म हुँ' भन्ने अस्पष्ट धारणाले आत्माको धारणालाई सृजना गर्छ जुन वास्तवमा योसँग मिल्ने वास्तविकता नै छैन र सत्य देख्नु भनेको निर्वाण बोध गर्नु हो जुन त्यति सहज छैन । संयुक्त निकायमा खेमक भन्ने भिक्षु र भिक्षुहरूका समूह बीच यस बुँदामा आँखा खुल्ने विवाद भएको कुरा उल्लेख छ ।

यी भिक्षुहरूले खेमकलाई के पञ्चस्कन्धमा आत्मा र आत्मासँग सम्बन्धित कुरा उहाँले देख्नुभएको छ भनेर सोध्छन् । खेमकले छैन भन्छन् । त्यसपछि भिक्षुहरू भन्छन्, यदि यस्तो हो भने ऊ सबै अशुद्धताहरूबाट मुक्त

भएका अरहन्त हुनुपर्छ भने । खेमकले स्वीकार गर्छ कि पञ्चस्कन्धमा स्वत्व वा आत्मा र यो सँग सम्बन्धित कुरा न भेट्टाए पनि यी अशुद्धताबाट मुक्त ऊ अरहन्त

होइन ।” “साथीहरू, पञ्चस्कन्धसँगको आसक्ति सम्बन्धमा “म छु” भन्ने धारणा मसँग छ । म ‘यो म हुँ’ भन्ने कुरा स्पष्ट देखिदैन ।” त्यसपछि खेमकले व्याख्या गर्छ “म हुँ भनेर उसले भन्ने कुरा न पदार्थ हो न त वेदना, संज्ञा, संसार, विज्ञान न त ती कुराहरू विनाको अन्य कुनै कुरा हुन् ।” तर “यो म हुँ” भन्ने कुरा स्पष्ट उसले नदेखेपनि उसमा “म हुँ” भन्ने भावना छ ।

उसले यो फूलको वासना जस्तो हो भन्छ : यो फूलको पातको गन्ध होइन, न त रङ्ग र परागको नै हो तर फूलको वासना हो ।

सम्बोधको पहिलो अवस्था लाभ गरेका व्यक्तिमा अभै ‘म हुँ’ भन्ने धारणा रहिरहेको हुन्छ भनेर खेमकले अभ्र अगाडि बढेर व्याख्या गर्दछ । तर पछि गएर अरू उच्च अवस्थाहरू लाभ गर्दै गएपछि यो ‘म हुँ’ भन्ने धारणा पूर्ण मात्रामा हराउँछ जस्तो भरखरै धोएको लुगा रासायनिक गन्ध यसलाई बाकसमा राखेपछि हराएर जान्छ ।

यो छलफल उनीहरूका लागि यत्ति उपयोगी र ज्योति प्रदान गर्ने खालका थिए कि अन्तमा खेमक सहित उनीहरू सबै “म हुँ” भन्ने भावना र सबै अशुद्धताबाट मुक्त भई अरहन्त भए भनेर ग्रन्थले भन्छ ।

बुद्धको शिक्षा अनुसार म आत्मा होइन । उच्छेदवाद अर्थात मृत्युपछि केही कुरा रहन्न भन्ने धारणा लिनु गलत हो । त्यस्तै मसँग आत्मा छ अर्थात अमरत्वको सिद्धान्त पनि गलत छ जुन भूठा धारणा ‘म हुँ’ भन्ने भावनाबाट उठेका हुन् । अनत सम्बन्धमा ठीक धारणा यस्तो विचारलाई पकडेर लिइराख्नु हुन्न । तर वस्तुहरू वस्तुगत रूपमा कुनै मानसिक पञ्चस्कन्धको समस्त रूप हुन जुन एक अर्कामा भर परी काम गरिरहेका हुन्छन् र पल पलमा परिवर्तन हुन्छन् र कारण र परिणामको नियमको सिद्धान्त अनुसार नित्य, सदा रहिरहने, परिवर्तन नहुने र सम्पूर्ण अस्तित्वको अनन्तता भन्ने कुरा नै हुँदैन भन्ने तथ्य हो ।

स्वाभाविक रूपमा यहाँ प्रश्न उठ्छ : आत्मा वा म भन्ने छैन भने कर्म (कार्य)को परिणाम कसले पाउँछ ? बुद्ध आफैले भन्दा कसैले पनि यसको

उत्तर दिन सक्तैन । एकजना भिक्षुले यस विषयमा प्रश्न उठाउँदा बुद्धले भन्नुभयो : “मैले तिमीहरूलाई उपदेश दिएको छु, हे भिक्षुहरू हो, जहितहीं हरेक ठाउँमा वस्तुहरूका परिस्थिति वा अवस्थामा भर पर्ने कुराहरू हेर ।”

(अनत्त) अनात्मा वा ‘म छैन’ भन्ने बुद्धको शिक्षालाई नकारात्मक र उच्छेदवादीको रूपमा लिनुहुन्न । निर्वाण जस्तै यो सत्य हो, यथार्थ हो र यथार्थता नकारात्मक हुन सक्तैन । कल्पना गर्न न सकिने, अस्तित्व नहुने कुरा नकारात्मक हुन्छ भनेर सोच्नु भूठा विश्वास हो । अनत्तको शिक्षाले भूठा विश्वासको अन्धकारलाई नाश गर्छ र प्रज्ञाको ज्योतिलाई पैदा गर्छ । यो नकारात्मक होइन : असङ्गले सुहाउँदो तरिकाले भन्दछ : “म हुँ भन्ने कुरा छैन भन्नु यथार्थ हो (नैरात्म्यास्तिता) ।”

परिच्छेद सात

ध्यान अथवा मानसिक संस्कार

भावना

बुद्धले भन्नुभयो: “भिक्षुहरू हो, दुई किसिमका रोगहरू छन् । तिनीहरू के के हुन् ? शारीरिक र मानसिक रोगहरू ।” एक वर्ष दुई वर्ष सय वर्ष वा बढी समयसम्म पनि त्यस्ता मानिसहरू हुन सक्छन् जो शारीरिक रोगहरूबाट मुक्त छन् । तर भिक्षुहरू हो, मानसिक कलङ्कबाट मुक्त कोही व्यक्तिहरू (कोही अरहन्तहरू बाहेक) पलभरका लागि भएपनि मानसिक मुक्तिको रसास्वादन गर्न पाएकाहरू यो संसारमा दुर्लभ छन् ।

बुद्धको शिक्षा अनुसार भावना वा ध्यान गर्ने कार्यलाई शान्ति, सन्तुलन र पूर्ण मानसिक स्वस्थताको अवस्था पैदा गर्ने उद्देश्यले लिएको छ । यो दुःख लाग्दो कुरा हो दुवै बौद्ध र अबौद्धहरूले बुद्धको शिक्षाको कुनै पनि अंशलाई ध्यान वा भावनालाई जत्तिको भ्रमपूर्ण तरिकाले अर्को सोचेको छैन । भावना जस्तो शब्दलाई उल्लेख गर्दा यसले व्यक्तिलाई दैनिक जनजीवनका कार्यकलापबाट भाग्ने, खास एउटा प्रणाली अपनाई गुफामा सालिक जस्तो रहने र गुम्बा वा विहारका अलग कोठा र समाजबाट धेरै टाढा अलग दूर्गम ठाँउमा बस्ने र कुनै रहस्यमय चिन्तन वा विचारमा पूर्ण रूपमा आफूलाई हराउने वा आफू मग्न भई चित्तलाई एकिकृत गर्ने अर्थ लगाउने गर्दछ । साँच्चैको बौद्ध भावनालाई यस्तो किसिमले भाग्ने अर्थमा लिनु बिल्कुलै मिल्दैन । यो विषयमा भगवान बुद्धको शिक्षालाई यस्तो गलत तरिकाले अर्थ लगाए वा तिनीहरूले बुझ्दै बुझेन कि पछिल्लो समयमा आएर भावना वा ध्यानको तरिकालाई सधै कर्म काण्ड गरिने वा नियमित रूपमा भण्डै प्राविधिक अर्थमा लिई यसलाई अभ्यास गर्ने अर्थमा लिएकोले यसको मूल्यमा हास वा विनास हुँदै गए ।

धेरै मानिसहरूले ध्यान भावना अथवा योगमा अरूसँग नभएका तेस्रो आँखा वा आध्यात्मिक र रहस्यमय शक्ति हासिल गर्ने वा सञ्चय गर्ने उद्देश्यले मात्र यसमा दिलचस्पी दिए । केही समय अघिको कुरा भारतमा एकजना भिक्षुणीले कानबाट हेर्ने वा देख्ने शक्ति विकास गर्न कोशिश गरिरहेका थिए जब कि तिनीमा पूर्ण दृष्टिको शक्ति सहितका आँखाहरू मजुवत मौजुद थिए । यस्तो धारणा केही होइन, केवल आध्यात्मिक भ्रम वा विकृत दृष्टिकोण हो । यो सधैं शक्तिको लागि इच्छा वा 'तृष्णा'को प्रश्न हो ।

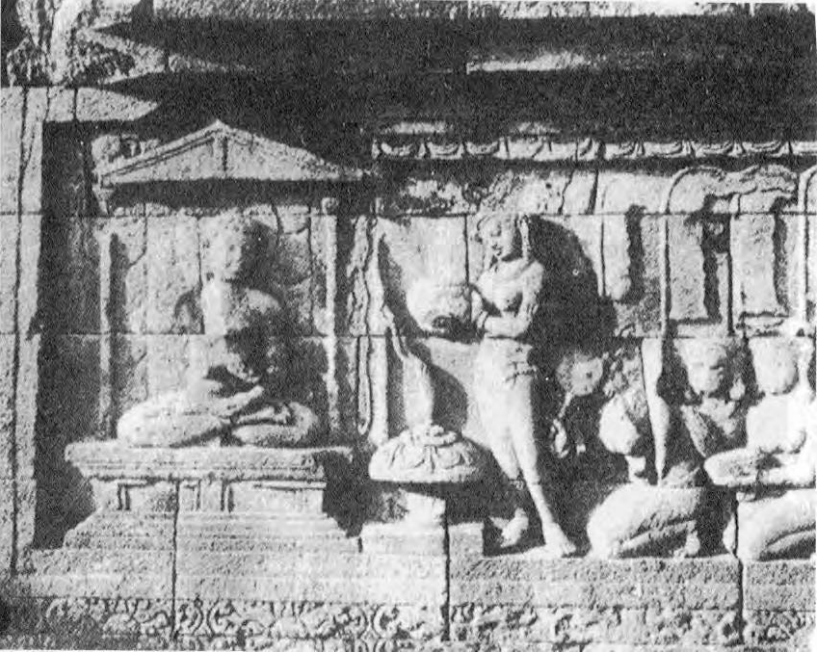
'ध्यान' मौलिक शब्द 'भावनाको' लागि प्रयोग गरिने कमजोर शब्द हो । भावनाको अर्थ सुसंस्कार वा विकास हो जुन मानसिक संस्कार अथवा मानसिक विकास पनि हो । बौद्ध भावनाको उचित तरिकाले अर्थ लगाउने हो भने यो पूर्ण रूपमा मानसिक संस्कारको अर्थ दिने शब्द हो । यसले मनका अशुद्धता र अशान्तिहरूलाई निर्मूल गरी चित्तलाई शान्त, सफा र स्पष्ट बनाउने उद्देश्य लिन्छ, जस्तो लोभ लालच, तृष्णा, घृणा, अकुशल इच्छा, अलक्ष्मीपना, चिन्ताहरू इन्द्रिय चञ्चलताहरू, शंका उपशंकाहरू इत्यादि घटाउने वा निर्मूल गर्ने काम गर्छ । त्यस्तै राम्रा राम्रा गुणहरू र स्वभावहरूका विजारोपण गरी तिनीहरूका अभ्यास गर्ने-जस्तो एकाग्रता, सजगता वा सचेतता, बुद्धि वा जेहेन्दारी, सदिच्छा, ऊर्जा, विश्लेषण गरी हेर्ने क्षमता, आत्मविश्वास, आनन्द, शान्ति आदि जसले उच्चतम प्रज्ञाको प्राप्तिसम्मको बाटो डोऱ्याउँछन्, जसले वस्तुको प्रकृति वा स्वभाव जस्तो छ त्यस्तै हेर्ने वा देख्न सक्ने क्षमता प्रदान गर्छ र अन्त्यमा गएर परमार्थ सत्य अर्थात् निर्वाण प्राप्त गर्न लगाउँछ, त्यही नै 'भावना' हो ।

दुई किसिमका भावनाहरू छन् । एउटा मानसिक एकाग्रता विकास गर्न ध्यान केन्द्रित गर्ने (समथ वा समाधि), चित्तएकगता, (संस्कृत चित्तइकाग्रता) जुन प्राप्त गर्न ग्रन्थमा विविध तरिकाहरू उल्लेखित छन् र यसले उच्चतम रहस्यमय शून्यता वा रिक्तताको अवस्था वा "न संज्ञाको नत संज्ञा नभएको" अवस्थासम्म डोऱ्याउँछ । यी सबै रहस्यका अवस्था, बुद्धको भनाइमा मनले सृजना गरेको, मनले पैदा गरेको र परिस्थितिजन्य (संखत) हुन । तिनीहरूका यथार्थता, सत्य र निर्वाणसँग केही सम्बन्ध वा सरोकार छैन । यस्तो किसिमको ध्यान बौद्ध होइन तर यसलाई बौद्ध ध्यानको क्षेत्रबाट

बाहिर राखिएको छैन । निर्वाण प्राप्त गर्नको लागि भने यो आवश्यक कुरा होइन । सम्बोधि लाभ हासिल गर्नु भन्दा अगाडि नै बुद्ध आफैले विभिन्न शिक्षकहरूबाट यी योगिक अभ्यासहरू गरी अध्ययन गर्नु भएको थियो र उच्चतम रहस्यमय अवस्था प्राप्त गर्नुभएको थियो । तर बुद्ध सन्तुष्ट हुनु भएन किनभने तिनीहरूले पूर्ण मुक्ति प्रदान गरेनन्, तिनीहरूले परमार्थ सत्यको गहिरो भित्री बोध गराउन सकेन । उहाँले यी रहस्यमय अवस्थाहरूलाई यस अस्तित्वमा वा संसारमा सुखद बाँच्ने तरिका मात्र हुन् भन्ने कुरा ग्रहण गर्नु भयो (दिदुधम्म सुखविहार) अथवा शान्तिपूर्वक बाँच्ने (शान्तिविहार) तरिका मात्र भन्नु भयो अरू केही होइन । त्यसकारण उहाँले विपस्सना (संस्कृत विपश्यना अथवा विदर्शना), वस्तुहरूका स्वभावको भित्री ज्ञान भनेर चिनिने ध्यान भावना पत्ता लगाउनु भयो जसले चित्तको पूर्ण मुक्तितर्फको बाटोमा डोच्याएर लैजान्छ अथवा परमार्थ सत्य, निर्वाण बोध गराउँछ । यसलाई नै मुख्यतया बौद्ध ध्यान, बौद्ध मानसिक सुसंस्कारको रूपमा लिइन्छ । स्मृति, सजगता, सचेतता, होसियारी वा सर्तकता र निरीक्षणमा आधारित यो नै विश्लेषणात्मक तरिका हो ।

यस्तो अत्यन्त विस्तृत गहन विषयलाई केही पन्नाहरूमा ल्याउन खोज्नु असम्भव नै हुन्छ । यस्तो भए पनि साँच्चैको बौद्ध ध्यान भावना, मानसिक सुसंस्कार अथवा मानसिक विकासलाई व्यावहारिक तरिकाले अत्यन्त छोट्करीमा सामान्य विचार विर्मशको लागि यहाँ राख्न प्रयास गरिन्छ ।

सबभन्दा महत्त्वपूर्ण रूपमा बुद्धले मानसिक विकास वा ध्यान भावनाबारे दिनुभएको धर्म उपदेश सतिपट्टान-सूत्र (स्मृति स्थापना गर्ने बारेमा सूत्र)मा पाइन्छ । (संख्या २२ दीघ-निकाय अथवा संख्या १० मज्झिम-निकाय) यो उपदेशलाई यस्तो उच्चतम तरिकाले आदर गौरव प्रदान गरिएको छ कि यसलाई बौद्ध विहारमा मात्र नियमित तरिकाले पाठ गर्ने होइन बौद्ध घरहरूमा पनि सबै परिवारका सदस्यहरू पूरा भक्ति र समर्पण भावले एक ठाउँमा भेला भएर पाठ गरेर ध्यानपूर्वक सुन्ने परम्परा बसेको छ । अक्सर गरेर मृत्यु नजिक पुगेका मानिसको ओछ्यान छेऊ बसेर उनका चिन्तनहरूलाई शुद्ध र चोखो बनाउन भिक्षुहरूले यो सूत्र पाठ गर्ने गर्छन् ।



बुद्धलाई क्षीरदान दिदै सुजाता



बुद्धको शीर - बोरोबुदुर, जाभावाट



बुद्ध - बोरोबुदुर, जाभाबाट



बुद्धको परिनिर्वाण अजन्ता, भारतबाट

यस धर्म उपदेशमा दिइएका ध्यान भावना तरिकाहरू मानिसको जीवनबाट अलग छैनन न त तिनीहरूले जीवनलाई वेवास्ता गरेका छन्, यसको ठिक विपरित तिनीहरू सबै हाम्रा जीवनसँग जोडिएका छन्, हाम्रा दैनिक क्रियाकलापहरू, हाम्रा दुःख दर्द, आनन्द, हाम्रा शब्दहरू र चिन्तनहरू, हाम्रा नैतिक र बौद्धिक सोच र मूल्य मान्यताहरूसँग जोडिएका छन् ।

यो धर्मोपदेशलाई चार खण्डमा विभाजित गरिएको छ । प्रथम खण्ड हाम्रो शरीर (काय)सँग सम्बन्धित छ, दोस्रो हाम्रा अनुभूतिहरू र भावनाहरू (वेदना), तेस्रो मनसँग (चित्त) र चौथो हाम्रा विविध नैतिक र बौद्धिक विषयहरू (धम्म) सँग सम्बन्धित छन् ।

यो कुरा मनमा स्पष्टसँग लिनु पर्दछ कि ध्यान भावनाको जस्तो किसिमको स्वरूप भएपनि प्रमुख आवश्यक कुरा भनेको स्मृति, सचेतता, सजगता (सति) र ध्यान केन्द्रित गर्ने अथवा निरीक्षण गर्ने (अनुपस्सना) हुन् ।

ध्यानको सबभन्दा प्रसिद्ध, लोकप्रिय र व्यावहारिक उदाहरणहरू शरीरसँग जोडिएका छन् जसलाई भित्र आएको र बाहिर गएको श्वास प्रश्वासलाई स्मृतिपूर्ण तरिकाले निरीक्षण गर्नु (आनापानसति) भनिन्छ । यही ध्यान भावनाको लागि मात्र पनि एउटा खास तोकिएको आसनको तरिका ग्रन्थमा उल्लेख गरेको पाइन्छ । ध्यान भावनाका अरू स्वरूपहरूका निमित्त सूत्रमा उल्लेख गरे अनुसार तिमिले मन परेको तरिकामा बस्ने, उभिने, हिड्ने अथवा पल्टने गर्न सक्छौ । तर स्मृतिको भावना वीजारोपण र विकास गर्न गरिने भित्र र बाहिर जाने श्वास प्रश्वासलाई नियालेर हेर्ने कुराको लागि बस्नु पर्छ, ग्रन्थमा उल्लेख गरेको अनुसार पलेटी कस्नु पर्छ, शरीर सिधा र स्मृतिलाई सर्तक बनाइ राख्नु पर्छ । तर पलेटी कस्नु सबै देशमा मानिसहरूलाई सरल, सहज र व्यावहारिक हुँदैन खास गरेर पश्चिमी मुलुकहरूका बासिन्दाहरूका लागि । पलेटी कस्नु जसलाई गान्हो हुन्छ, उनीहरू मेचमा बस्न सक्छन्, शरीरलाई सिधा र स्मृतिलाई भने सजग बनाउनै पर्छ । यो अभ्यासको लागि आवश्यक छ कि ध्यान गर्ने व्यक्ति सिधा र सोभो बस्नुपर्छ, जिऊलाई कडा र अरट्ट पार्नु हुँदैन र उनका हातहरूलाई काखमा राख्नु पर्छ । यसरी बसेपछि तिमि आँखा बन्द गर्न सक्छौ अथवा

नाकको टुप्पामा आँखा गाडेर हेर्नु पर्छ, जस्तो तिमीलाई सुविधा हुन्छ, त्यस्तै हेर्नुपर्छ ।

दिन रात तिमीले सास फेरिरहेको हुन्छौ तर कहिले पनि तिमी यसबारे सजग छैनौ । तिमीले कहिल्यै यसमा एक सेकण्डसम्म चित्तलाई ध्यान एकचित्त गरेको छैनौ । अब तिमीले यस्तो गर्न गडरहेका छौ । सधै भैँ भित्र र बाहिर सास फेर र यसमा कुनै किसिमको तकलिफ नपरोस । अब तिम्रो मनलाई श्वास बाहिर र श्वास भित्र भनेर पूर्ण होशमा ध्यान एकाग्र गर । तिम्रो चित्तलाई सास बाहिर भित्र गरेको हेर्न लगाऊ । तिमीले सास फेर्दा कहिलेकाहीं गहिरो सास फेर्छौ तर कहिलेकाहीं त्यस्तो गर्दैनौ । यसको केही मतलब हुँदैन, सामान्य र स्वाभाविक रूपले सास फेर । एउटै कुरा के हो भने गहिरो सास फेर्दा गहिरो सास लिएको भनेर सजग होऊ र यस्तै यस्तै अर्को शब्दमा भन्दा तिम्रो चित्त सास फेर्दा पूर्ण एकाग्रतामा होस, तिमीले सासका चालहरू र परिवर्तनलाई पूर्ण चाल पाउने गर । सबै कुराहरू भुल, तिम्रो वरपरका वातावरणमा आँखाहरू उठाएर कुनै कुराहरूलाई नहेर । पाँच र दश मिनटसम्म यस्तो गर्ने कोशिश गर ।

शुरूमा आफ्नो श्वास प्रश्वासमा चित्त एकाग्र गर्नु अत्यन्त गाह्रो हुन्छ । तिम्रो चित्त कसरी भाग्छ भन्ने कुरामा तिमी आफैँ छक्क पर्नेछौ । यो स्थिर रहँदैन । तिमीले विविध कुराहरू सोचन थाल्छौ । तिमीले बाहिरका आवाज सुन्छौ । तिम्रो मन अशान्त हुन्छ र तिमी भाँडिन्छौ । तिमी दुखित र निराश हुन सक्छौ । तर यदि तिमीले दिनहुँ बिहान बेलुका गरी दुई पटक ध्यान अभ्यास गर्दछौ एकचोटिमा ५ वा १० मिनट अभ्यास गर्दछौ भने विस्तारै तिमी आफ्ना श्वास प्रश्वासमा चित्तलाई एकाग्र पार्न सक्ने हुन्छौ । केही समयपछि तिमीले अनुभव गर्नेछौ । तिमीले श्वास प्रश्वासमा ध्यान एकिकृत गरेपछि नजिकै केही हल्ला वा आवाज पनि सुन्ने हुँदैनौ र तिम्रो निमित्त बाहिर संसारको अस्तित्व नै हुँदैन । यो क्षणभरको अनुभवले पनि यस्तो उच्च आनन्द दिन सक्छ तिमी पूर्ण आनन्द, सुख र शान्ति अनुभव गर्ने हुन्छौ र यसलाई निरन्तर अभ्यास गर्दै जान्छौ भने लामो भन्दा लामो समयसम्म बारम्बार तिमीले यो अनुभूति पाउँछौ । यो त्यो क्षण हुनेछ जुन बेला तिमी पूर्ण रूपमा श्वास प्रश्वासमा सचेत र सजग हुन्छौ । तिमी जित्ति

लामो समयसम्म आफ्नो विषयमा चेतनशील र सजग रहन्छौ, तबसम्म तिमीले कहिले पनि अरू विषयमा ध्यान एकिकृत गर्न सक्ने हुँदैनौं । भनाइको अर्थ तिम्रो ध्यान अर्कोतिर छरपस्टिएर जाँदैन ।

असाध्य सामान्य र सहज अभ्यासहरूमध्ये एक श्वास प्रश्वासमा सजग हुने अभ्यास गर्नु भनेको उच्च रहस्यमय उपलब्धि (ध्यान) सम्म पुऱ्याउने एकाग्रता विकासको माध्यम र उपाय हो । यसको साथै ध्यान एकाग्रताको शक्ति निर्वाण हासिल गर्न एवं वस्तुहरूका स्वभावको अन्तरज्ञान, गहन बोध, विश्लेषण गरी हेर्नको लागि आवश्यक छ ।

यी सबै तथ्यहरू हासिल गर्नको साथै श्वास प्रश्वासको अभ्यासले तिमीलाई तुरन्तै परिणामहरू प्रदान गर्दछ । भौतिक स्वास्थ्य, आराम, गहीरो निद्रा र तिम्रो दैनिक काममा निपुणता प्राप्त गर्न ध्यान अभ्यास राम्रो हुन्छ । यसले तिमीलाई शान्त र सौम्य बनाउँछ । तिमी हड्बडाएर केही गर्न नसकेको अथवा खुसी र दुखी भएर मन चञ्चल भएको अवस्थामा ध्यान अभ्यासले तिमीलाई तुरून्तै शान्त र आराम प्रदान गर्दछ । मानौं तिमी विश्रामको निद्रापछि ब्युँभोका छौ र तिम्रो मन आनन्दले भरेको छ ।

अर्को धेरै महत्त्वपूर्ण र व्यावहारिक उपयोगी किसिमको ध्यानको स्वरूप वा मानसिक विकास भनेको शारीरिक वा मौखिक तवरले आफ्नो जीवनको व्यक्तिगत, पेशागत अथवा सरकारी जुनसुकै कामको समय तालिकाको विषयमा सचेत र सजग हुनु हो । तिमी हिड्दा वा उभिँदा, सुत्दा, बस्दा, पल्टँदा, जीउ तन्काउँदा, हातखुट्टा तन्काउँदा, चारैतिर हेर्दा, लुगा लगाउँदा, फेर्दा, कुरा गर्दा वा चूपचाप बस्दा, खाना खाँदा वा पिउँदा, पिशाब गर्दा र अरू कार्यहरू गर्दा तिमी त्यस समयमा गर्ने कामहरूबारे होसियार हुनुपर्छ । भनाइको मतलब वर्तमान क्षण वा वर्तमान काममा तिमी बाँच्नु पर्दछ । यसको मलतब भूत र भविष्यबारे नसोच भनेको होइन । यसको ठीक उल्टो तिमीले कार्यलाई कहाँ भन्ने सन्दर्भमा भूत र भविष्यलाई वर्तमानसँग जोडेर हेर्नुपर्छ ।

मानिसहरू सामान्यतया आफ्ना कामहरू वा वर्तमान क्षणमा बाँच्दैनन् । तिनीहरू भूत वा भविष्यमा बाँच्छन् । अहिले उनीहरू केही गरिरहेका देखिए पनि आफ्ना विचारमा केही बाँच्छन्, आफ्ना काल्पनिक

समस्याहरू र चिन्ताहरू धेरैजसो भूतको स्मरण गरेर अथवा इच्छाहरू र भविष्यका अनुमानमा बाँच्छन् । तिनीहरू वर्तमान क्षणमा दुखी र असन्तुष्ट हुन्छन् । उनीहरू काम गरिरहेका देखिए पनि स्वाभाविक रूपले पूर्ण समर्पित भएका हुँदैनन् ।

कहिलेकाहीं तिमीले रेष्टुराँमा मानिसलाई पढिरहेको देख्यौ । यो एउटा सामान्य दृश्य हो । खानको लागि समय नभएको व्यस्त मानिस भनेर उसले तिमीलाई छाप दिन सक्छ । तिमी उसले के खान्छ, र के पढ्छ भन्ने कुरामा अचम्म पनि मान्न सक्छौ । कसैले भन्न सक्छ, ऊ दुईटै गर्न सक्छ । वास्तवमा उसले न दुईटै गरिरहेको हुन्छ, न त आनन्द नै लिइरहेको हुन्छ । ऊ चिन्तित र उनको मनमा अशान्ति हुन्छ । त्यस घडीमा ऊ जे गरिरहेको भए पनि उसले आनन्द लिइरहेको हुँदैन तर ऊ चाल नै नपाइकन मूर्खतापूर्ण तरिकाले जीवनबाट भाग्न कोशिस गरिरहेको हुन्छ । (यसको अर्थ यो होइन ऊ बिहान वा बेलुकाको खाना खाँदा साथीसँग कुरा गर्नु हुँदैन) ।

जति कोशिस गर्दा पनि तिमी जीवनबाट भाग्न सक्तैनौ । बाँचुञ्जेल गुफा वा शहरमा जहाँ बसे पनि तिमीले यसलाई सामना गर्नुपर्छ र यो जीवनमा बाँच्नु पर्छ । साँचैको जीवन भनेको वर्तमान पल हो । भूत मरिसकेको र वितिसकेको हुन्छ, र भविष्य सपना हो र जन्मेको नै छैन । सम्भेर र चिन्तन गरेर केही मतलब नै हुँदैन । जो वर्तमान समयमा बाँच्छ, साँचैको जीवनमा ऊ जिउँछ, र ऊ नै सबभन्दा सुखी हो ।

उहाँका शिष्यहरू जो एक छाक खाएर सामान्य र शान्त जीवन बिताउँछन्, उनीहरूका अनुहार किन चम्किला हुन्छन् भन्ने प्रश्नको जवाफमा बृद्धले भन्नु भयो, “उनीहरूले भूतलाई सम्भेर पछुतो गर्दैनन् न त भविष्यबारे विचार गरेर टोल्हाउँछन् । तिनीहरू वर्तमानमा बाँच्छन् । त्यसकारण तिनीहरूका अनुहार चम्कन्छन् । भविष्यबारे सोचेर र भूतकालको पश्चाताप गरेर मूर्खहरू घामबाट सुकेका नर्कट जस्तै सुकेका हुन्छन् ।”

सचेतता वा सजगताको अर्थ यो होइन कि तिमी “म यो गर्दैछु, त्यो गर्दैछु” भनेर सोच्ने र चेतनशील हुनुपर्दछ, भनेको होइन । होइन, यसको ठिक उल्टो हो । ‘म यो गरिरहेको छु’ भन्ने सोच आउने वित्तिकै त्यो क्षणमा तिमी आफू बारे बढी सोच्ने हुन्छौ र आफ्नो काममा रहँदैनौ वा बाँच्दैनौ तर “म छुँ

वा हूँ” भन्ने सोचमा पर्दछौ, फलस्वरूप तिम्रो काम पनि विग्रन्छ । “यो गर्दैछु” भन्ने चिन्तन तिम्रीमा आएमा तिम्रो काम विग्रन पनि सक्छ । तिम्रीले आफूलाई पूरा भुल्नु पर्छ, तिम्री के गर्दैछौ, त्यसमा हराउनु पर्छ । एकजना वक्ता स्वचिन्तित भएको क्षणमा ऊ यस्तो सोच्छ, “म श्रोताहरूलाई सम्बोधन गर्दैछु”, “यस्तो बेला उसको सम्बोधनमा गडबड आउँछ र उनको विचारको संखला टुट्छ । तर जब सम्बोधनमा र विषयमा ऊ आफूलाई हराउँछ, ऊ सबभन्दा राम्रो अवस्थामा हुन्छ, ऊ राम्रो बोल्छ र कुराहरूलाई स्पष्ट व्याख्या गर्दछ । सबै महान कार्यहरू कलात्मक, कवितात्मक, बौद्धिक वा आध्यात्मिक कार्य त्यसबेला पैदा हुन्छन् जब यसका सृजनकर्ताहरू आफ्ना कामहरूमा पूर्ण हराउँछन् । त्यस बेला उनीहरू पूरा मात्रामा आफूलाई भुल्छन् र स्वचिन्तन वा चिन्ताहरूबाट उनीहरू मुक्त हुन्छन् ।

बुद्धले सिकाउनु भएको अनुसार हाम्रा कार्यकलापहरू बारेको स्मृति वा सजगता भनेको नै वर्तमान क्षणमा बाँच्नु हो, वर्तमान कार्यमा बाँच्नु हो (मुख्यतया यही शिक्षाको आधारमा जेन (zen) तरिका निस्केको हो ।) यस्तो प्रकारको ध्यान भावनामा स्मृतिलाई विकास गर्नको लागि तिम्रीले खास प्रकारको कार्य गर्नु पर्ने हुँदैन, केवल तिम्रीले जे गर्दछौ त्यस कुरामा स्मृति र सचेतता अपनाउनु पर्दछ । तिम्रीले कुनै खास किसिमको ध्यान भावनामा एक सेकेण्डको अमूल्य समय पनि खर्च गर्नु पर्ने हुँदैन । तिम्रा जीवनका सबै प्रकारका कार्यकलापहरूका सम्बन्धमा दिन र रात स्मृति र सजगतामा तिम्रीले आफूलाई सधै अभ्यास गर्नुपर्छ, आफूलाई त्यसैमा लगाउनु पर्छ । माथि छलफल गरिएका ध्यान भावनको दुई स्वरूपहरू हाम्रो शरीर (काय) सँग जोडिएका छन् ।

हाम्रा सबै प्रकारका अनुभवहरू सुख, दुःख, न सुख न दुःखका संवेदनाहरूका सम्बन्धमा मानसिक विकास (ध्यान भावनाको) एउटा तरिका छ । एउटा उदाहरण लिऔं । तिम्री दुःखको अनुभव गर्दछौ । यो अवस्थामा तिम्रो मन निन्याउरो, बादल लागेको जस्तो हुन्छ, निराश हुन्छौ । कुनै अवस्थामा तिम्रीमा किन दुःखद धारणाहरू छन्, स्पष्ट देख्दैनौ र बुझ्दैनौ । सबभन्दा पहिला आउने असुखद अनुभूतिहरूमा तिम्रीले दुःखी नहुने सिक्नुपर्छ, चिन्ता आउँदा खिन्न नहुने सिक्नु पर्छ । किन असुख, चिन्ता वा दुःख छ

तिमीले स्पष्टसंग हेर्न कोशिश गर्नुपर्छ । यो कसरी उठ्छ, यसका कारणहरू, यो कसरी देखा पर्न छोड्छ र निर्मूल हुन्छ जाँचेर हेर । जाँचन कोशिश गर मानौं तिमी बाहिरबाट निरीक्षण गर्दछौ, कुनै प्रतिक्रिया जनाउँदैनौं जसरी एउटा वैज्ञानिकले कुनै वस्तुलाई निरीक्षण गर्दछ, कुनै प्रतिक्रिया जनाउँदैन । यहाँ पनि व्यक्तिगत रूपमा “मेरो अनुभव, मेरो अनुभूति” भन्दै वेदनालाई हेर्दैनौं तर वस्तुगत रूपमा यसलाई ‘एउटा अनुभव’ र अनुभूति भनेर हेर्दछौं । तिमीले फेरि पनि ‘म’ को भूटा वा भ्रमको अवधारणालाई विर्सनु पर्दछ । जब तिमी यसको स्वभाव, यो कसरी उठ्छ र हराउँछ भन्ने कुरा हेर्छौं, यस वेदनाप्रति तिम्रो मन आसक्त हुँदैन, तिमी अनासक्त र मुक्त हुन्छौ । सबै किसिमका अनुभवहरू र धारणाहरूमा यो सिद्धान्त लागू हुन्छ ।

अब हाम्रा चित्तहरू सम्बन्धमा “ध्यान भावना”का स्वरूपबारे छलफल गरौं । तिम्रो मन आसक्त भएको बेला, घृणा, अकुशल इच्छा, डाह अथवा पूर्ण स्नेह, माया, करुणा अथवा जुन बेला तिमीलाई मोह वा अज्ञानताले ढाकेको हुन्छ अथवा पूर्ण बोध हासिल गरेका हुन्छौ र यस्तै यस्तै बेलामा तिमी पूरा सचेत वा स्मृतिवान हुनुपर्छ । हामीले स्वीकार्ने पर्दछ, बारम्बार हामी आफ्नै चित्तलाई हेर्ने, डराउने वा लजाउने हुन्छौं । यसकारण हामी यसबाट अलग हुन प्राथमिकता दिन्छौं । आफ्नो अनुहारलाई ऐनामा हेर्ने जस्तै आफ्नो चित्तलाई हेर्न जो कोही पनि सूरौ र इमान्दार हुनुपर्छ ।

यहाँ आलोचना गर्नु वा ठिक बेठिक छुट्याएर न्याय प्रदान गर्नु अथवा असल खराब छुट्याउने धारणा वा भावना लिने होइन । सामान्य रूपले निरीक्षण गर्ने, गहिरेर हेर्ने र जाँचे मात्र हुन् । तिमी न्याय दिने न्यायधिश होइनौ, केवल वैज्ञानिक मात्र हौं । जब तिमी तिम्रो चित्तलाई निरीक्षण गर्दछौ र यसको वास्तविक स्वभाव स्पष्ट देख्छौ, तिमी संवेगहरू, धारणाहरू र अवस्थाहरू सम्बन्धमा अनासक्त हुन्छौ । त्यसरी तिमी अनासक्त र मुक्त हुन्छौ, यसरी तिमी वस्तुहरूलाई जस्ता छन त्यस्तै देख्छौ ।

एउटा उदाहरण लेऔं । भनौं तिमी साँच्चै रिसाएका छौ, रिस, अकुशल इच्छा र घृणाले थिचिएका छौ । यो कौतुहलताको कुरा हो, व्यङ्ग्यात्मक कुरा नै हो, रिसमा परेको मानिस साँच्चै बेहोसी हुन्छ । यस मनस्थितिवारे चाल पाउँदा वा चेतनामा आउँदा, आफ्नो रिस आफैले देखेको

बेला, यस्तो हुन्छ कि ऊ लाजमर्दो हुन्छ र ऊ आफै दबिएर बस्ने हुन्छ । यसको प्रकृति, यो कसरी उठ्छ र कसरी हराउँछ, भन्ने कुरा तिमीले जाँच्नु पर्छ । यहाँनिर पनि तिमीले सम्झने गर्नुपर्छ कि तिमीले सोच्नु हँदैन, “म रिसाएको छु अथवा मसँग रिस छ ।” तिमी केवल रिसाएको मनस्थितिबारे सचेत र स्मृतिवान हुनु पर्छ । तिमी रिसाएकोबारे मनलाई केवल वस्तुगत ढंगले निरीक्षण गर्ने र जाँच्ने गर्नुपर्छ । सबै किसिमका भावनाहरू, सम्बेगहरू र मनका स्थितिहरूलाई यही भावनाले हेर्नु पर्दछ ।

नैतिक, आध्यात्मिक र बौद्धिक विषयहरूमा ध्यान भावनाको एउटा स्वरूप छ । यस ध्यान भावनामा सबै हाम्रा अध्ययनहरू, पढाइ, छलफलहरू, वादविवाद र त्यसबारे प्रकट गरिने विचारहरू भित्रिएका छन् । यो किताब पढ्नु, यसमा छलफल गरिएका विषयहरूलाई गहिरेर विचार गर्ने गर्नु पनि ध्यानका स्वरूप हुन् । हामीले देखिसकेका छौं खेमक र भिक्षुहरूका एक समूहका बीचमा भएका छलफल र अन्तरक्रिया एक प्रकारको ध्यान थियो जसले निर्वाणको प्राप्तिसम्म पुऱ्याए ।

त्यसकारण यो ध्यान भावनाको स्वरूप अनुसार तिमीले अध्ययन गर्न सक्छौ, विचार गर्न सक्छौ र नीवरण सम्बन्धमा गहिरेर हेर्न सक्छौ, विचार गर्न सक्छौ ।

पाँच नीवरण वा अवरोधहरू यस्ता छन् :

१. काम वासना लोभ लालचपूर्ण इच्छाहरू (कामछन्द)
२. अकुशल इच्छा, घृणा(द्वेष) वा रिस (व्यापाद)
३. निद्रा र अल्छीपना (थिन-मिद्ध) - शारीरिक र मानसिक अल्छीपना
४. चञ्चलपना र खिन्नता (उद्धच्च-कुक्ककुच्च) - पहिला गरेको कामको पछुतो र गर्न नसकेको कामबाट हैरानी
५. शंका उपशंका (विचिकिच्छा)

यी पाँचवटा कुराहरूलाई स्पष्ट बोधको बाटोमा बाधाहरू वा नीवरण मानिन्छन् । सत्य तथ्य रूपमा भन्ने हो भने यिनीहरू उन्नतिका मार्गमा

अवरोध हुन् । जब कोही यी कुराहरूबाट थिचिएका हुन्छन्, तिनीहरूलाई यिनीहरूबाट कसरी छुटकारा पाउने भन्ने कुरा थाहा हुँदैन । त्यसपछि, उसले ठिक बेठिक अथवा असल खराब बुझ्न सक्तैन ।

सातवटा बोधिज्ञानमा प्रभाव पार्ने कारक तत्वहरू (बोभङ्ग)मा ध्यान भावना गर्न सकिन्छ । बोधिलाभमा राम्रो प्रभाव पार्ने सातवटा तत्वहरू यी हुन् (बोधिज्ञानका अङ्गहरू) :

१. स्मृति (सति): माथि छलफल गरिए भैं दुईटै शारीरिक र मानसिक सबै कार्यकलापहरूमा स्मृति राख्नु वा सजगता अपनाउनु ।
२. सिद्धान्तहरूका विविध समस्याहरूमा अनुसन्धान तथा खोजनीति (धम्म-विचय) यस भित्र हाम्रा सबै नैतिक, धार्मिक र दार्शनिक अध्ययनहरू, पढाइ, खोजनीति, छलफलहरू, अन्तरक्रिया, वार्ता, यस्ता सैद्धान्तिक विषयहरूका प्रवचन गोष्ठीहरूमा सहभागिता पर्दछन् ।
३. ऊर्जा (वीरिय) : अन्तिम घडीसम्म सङ्कल्प वा अधिष्ठान लिएर काम गर्ने शक्ति ।
४. हर्ष (पिपित्त): निराशावादी, धमिलो र दुखित मनको भावनाको विपरित अवस्था
५. पस्सदि : दुईटै शरीर र मनलाई विश्राम दिने । शरीरिक वा मानसिक रूपमा जो कोही पनि कठोर वा कट्टर न हुने : पूर्ण शान्त चित्त ।
६. एकाग्रता (समाधि) माथि वर्णन गरे भैं ।
७. समभाव (उपेक्खा) -जीवनमा भोग्नु पर्ने वा आइपर्ने सबै खालका अनुकूल वा प्रतिकूल परिस्थितिमा शान्त चित्त, कुनै पनि किसिमका अवरोध वा खिन्नता विना चित्तलाई सन्तुलित राख्ने । समताभाव, सुखद वा दुखद प्रतिक्रिया नजनाउने भाव ।

यी गुणलाई वीजारोपण र अभिवृद्धि गर्न सबैभन्दा आवश्यक कुरा भनेको सच्चा इच्छा, कुशल इच्छा अथवा त्यसप्रति लगाव हुन् । हरेक गुणको विकासमा मद्दत पुग्ने गरी धेरै भौतिक र आध्यात्मिक अवस्थाबारे पाठ्य विषयहरूमा वर्णन गरिएका छन् ।

प्राणी भनेको के हो अथवा म भन्ने वस्तु के हो भन्ने अनुसन्धानात्मक पञ्चस्कन्ध विषयको प्रश्नमा अथवा चतुर्आर्य सत्य विषयमा ध्यान भावना

गर्न सकिन्छ । यी विषयहरूमा अध्ययन र अनुसन्धान ध्यान भावनाको चौथो स्वरूप हो जसले परमार्थ सत्य बोधसम्मको मार्गमा डोऱ्याउँछ ।

यहाँ छलफल गरिएका विषयहरू बाहेक पनि ध्यान भावनाका लागि अरू धेरै विषयहरू छन्, परम्परागत सोचमा चालीस संख्यामा छन् । यिनीहरूमध्ये चार ब्रम्हविहार वा चार उच्च कोटीका सूक्ष्म अवस्थाहरू हुन्:

१. असीमित र सम्पूर्ण प्रेम र असल इच्छा-यस्तो इच्छा भेदभाव विना सम्पूर्ण प्राणीहरूका लागि प्रकट गर्ने र विस्तृत गर्ने ।

यो एकजना आमाले शिशुलाई गर्ने स्नेह र माया जस्तै हुन् (मेत्ता) ।

२. करुणा -कुनै दुःख, कष्ट, दर्दमा परेका प्राणीको लागि करुणा प्रकट गर्ने र फैलाउने ।

३. मुदिता-अरूका सफलता, सुख र भलो हुने कुरामा सुख अनुभव गर्ने र यस्तो भावना विकसित गर्ने ।

४. उपेक्षा-जीवनमा सबै प्रकारका परिस्थितिमा समभाव राख्ने । अनुकूल र प्रतिकूल अवस्थामा आफू एउटै सम्वेगमा रहने ।

परिच्छेद आठ

बुद्धले के सिकाउनु भयो र

आजको विश्व

यस्ता विश्वास गर्ने मानिसहरू छन् जसले बुद्ध धर्म अत्यन्त उच्च र सूक्ष्म व्यवस्था हुन्, जुन कार्य व्यस्ततामा रहेका सामान्य संसारका मानिसहरूले अभ्यास गर्न सक्तैनन् र साँच्चैको बौद्ध बन्न इच्छुकहरू यो संसारबाट अलग भएर बौद्ध गुम्बा, विहार वा एकान्त ठाउँमा जानु पर्ने हुन्छ ।

बुद्धका उपदेशहरूबारे बोध नभएकै कारणले यस्तो दुखलाग्दो गलत धारणा आएको हो । बुद्ध धर्मको विषयमा राम्रो बोध नभएका वा केही अंश र एकतर्फी ज्ञान भएका मानिसहरूले लेखेका पुस्तकहरू पढेका वा उनीहरूले भनेका कुरा सुनेकै भरमा वा यसको परिणामस्वरूप मानिसहरू हतारमा यस्ता गलत निष्कर्षमा पुगेका हुन् । बुद्धको शिक्षा बौद्ध गुम्बा वा विहारमा जीवन बिताइरहेकाहरूका लागि मात्र होइन, आफ्नै परिवारको साथमा गृहस्थ जीवनयापन गर्ने सामान्य महिला पुरुषहरूका लागि पनि हुन् । कुनै प्रकारको भेदभाव बिना सबै प्रकारका मानिसहरूका लागि आर्य अष्टाङ्गिक मार्गहरूका रूपमा बौद्ध जीवन पद्धति आएका हुन् ।

संसारका बहुसंख्यक मानिसहरू भिक्षु बन्न सक्तैनन् । जंगल वा गुफामा जीवनयापन गर्न सक्तैनन् । बुद्धधर्म जतिसुकै असल र पवित्र बन्न सके पनि यदि त्यो आजको विश्वको दैनिक जीवनमा लागू हुन सक्तैनन् भने मानव जातिको लागि यो उपयोगी बन्न सक्तैनन् । तर यदि तिमिले बुद्ध धर्मको भावनालाई शुद्ध रूपले बुझ्छौ भने (अक्षरमा मात्र होइन) सामान्य जन-जीवनमा पनि यसको राम्रो अभ्यास गरेर जीवनयापन गर्न सक्छौ, बुद्ध धर्मलाई अपनाउन सक्छौ ।

मानिसहरूका समाजबाट अलग्ग सुदूर टाढा ठाउँमा रहेर कसैले बुद्ध धर्मलाई स्वीकार गर्न बढी सजिलो र सुविधाजनक मान्न सक्लान् । अर्को थरीका मानिसलाई भने यस्तो खालको जीवन यापन दुईटै शारीरिक र मानसिक तरिकाले पूर्णरूपले दिक्क लाग्दो, न्याश्रो र निराशाजनक लाग्न सक्छ जसले गर्दा तिनीहरूका आध्यात्मिक विकासमा यसले मद्दत पुऱ्याउन सक्तैन ।

साँच्चैको नैष्कर्मण्यता (गृहस्थ जीवनको त्याग) को अर्थ भौतिक रूपमा संसारबाट भाग्ने होइन । बुद्धका प्रमुख शिष्य सारीपुत्रको भनाइमा कोही मानिस जंगलमा ऋषिमुनिको जीवनको अभ्यासमा कठोरसँग लागेको हुन सक्छ तर उसको चित्त अशुद्ध र खराब चिन्तनहरूले भरेको हुन सक्छ । अर्को व्यक्ति शहरमा वा गाउँमा ऋषिमुनिको जीवन अभ्यास गरिरहेको नहुन सक्छ तर उसको चित्त चोखो साथै अशुद्धताबाट मुक्त हुन सक्छ । सारीपुत्रले भने, “शहरमा बसेर पनि पवित्र जीवनयापन गर्छ भने त्यो व्यक्ति जंगलमा बसेका ऋषिमुनिभन्दा महान र उच्च हुन सक्छ ।”

बुद्धका उपदेश अनुसरण गर्न गृहस्थ जीवन त्याग गर्नु पर्छ भन्ने सामान्य विश्वास गलत चिन्तन हो । साँच्चै भन्ने हो भने बुद्ध धर्म अभ्यासको यो अचेतनशील चाल नपाई नजानी गरेको तरिकाको विरुद्ध हो । बौद्ध साहित्यमा सामान्य पारिवारिक जीवनयापन गरेर पनि पुरुष र महिलाहरूले बुद्धले सिकाउनु भएका उपदेशहरूलाई सफलतापूर्वक अभ्यास गरेर निर्वाण प्राप्त गरेका उदाहरणहरू धेरै नै उल्लेख गरेका पाइन्छन् । परिव्राजक बच्छशोत्त (अनन्तको परिच्छेदमा माथि उल्लेख गरिसकेको) ले बुद्धलाई के सामान्य गृहस्थ जीवन बिताइरहेको उपासक वा उपासिकाले सफलतापूर्वक बुद्ध शिक्षा हासिल गरेर उच्च आध्यात्मिक तह वा आस्था हासिल गरेका छन् भनेर सिधा प्रश्न सोधेको थियो । बुद्धले स्पष्ट रूपमा उत्तर दिनु भएको थियो, एक दुईजना, एक सय, दुई सय वा पाँच सय मात्र होइन धेरै धेरै उपासकहरूले पारिवारिक जीवनयापन गरेर पनि बुद्ध धर्मको शिक्षालाई सफलतापूर्वक ग्रहण गरेर उच्च आध्यात्मिक अवस्था हासिल गरेका छन् ।

हल्ला र विभिन्न विघ्न बाधाहरूबाट टाढा शान्त ठाउँमा अलग्ग एकलो जीवन कोही मानिसहरूलाई स्वीकार योग्य होला । आफ्ना साथीभाइ र

आफन्तहरूबीच बसेर तिनीहरूलाई सेवा र मद्दत गर्दै जीवनयापन गर्नु र बुद्धधर्म अभ्यास गर्नु निश्चित रूपमा बढी प्रशंसनीय र साहसिलो हुनेछ । शायद केही समयको लागि आफ्नो चित्त र चरित्रलाई बढी उन्नत र विकास गर्नको लागि नैतिक, आध्यात्मिक र बौद्धिक समुन्नतिको लागि पूर्व तयारी र पछि आएर अरूका मद्दत गर्न एकलो र एकान्त जीवन उपयोगी हुन सक्छ । एकान्त जीवनमा रहेर तर आफ्नो सुख र मुक्तिको लागि मात्र र अरू मनुष्य जातिको कुनै सरोकार वा वास्ता नराख्ने हो भने यो पक्का पनि प्रेम, करुणा र अरूलाई सेवा प्रदान गर्ने मुख्य आधार भएको बुद्ध धर्मको शिक्षा अनुसार भएन ।

कसैले सोध्न सक्छ: साधारण मानिसको रूपमा रहेर यदि कसैले बुद्ध धर्मको अनुसरण गर्न सक्छ भने बुद्धले स्थापना गर्नु भएको भिक्षु संघ किन त ? भिक्षु संघले यस्ता मानिसहरूलाई मौका प्रदान गर्दछ जसले आफ्ना जीवन आफ्नो आध्यात्मिक र बौद्धिक विकासको लागि मात्र होइन अरूहरूको सेवाको लागि पनि समर्पण गर्ने इच्छा राख्दछन् । बुद्धको धर्मोपदेश अनुसार परिवार सहित साधारण मानिसबाट अरूहरूका सेवामा आफ्ना सम्पूर्ण जीवन समर्पण गर्ने कुराको आशा राख्न सकिन्न जबकि पारिवारिक दायित्व नभएकाहरू अथवा सांसारिक बन्धनबाट स्वतन्त्र भएकाहरू भने आफ्नो सम्पूर्ण जीवन बहुजन हिताय र बहुजन सुखायको लागि बिताउन सक्ने अवस्थामा हुन्छन् । यसरी इतिहासको सन्दर्भमा कुरा गर्दा बौद्ध गुम्बाहरू आध्यात्मिक केन्द्रको रूपमा मात्र होइन शिक्षा र संस्कृतिका केन्द्र बिन्दु पनि बनेका थिए ।

सिगाल-सुत्त (संख्या २१ दीघ निकाय) मा एकजना उपासकले आफ्नो परिवार र सामाजिक सम्बन्धलाई महान आदर गौरवका साथ कसरी हेर्नु पर्दछ भन्ने कुरा देखाएको छ ।

एकजना सिगाल भन्ने युवकले स्वर्गाका ६ वटा दिशाहरू पूर्व, दक्षिण, पश्चिम, उत्तर, तल र माथि टुप्पोलाई पूजा गर्ने गर्दथ्यो । उसले आफ्ना मृत्यु सैद्यामा रहेका आफ्ना पिताको अन्तिम सल्लाह र आज्ञा पालन गरी यस्तो गर्ने गरेको थियो । बुद्धले त्यो नव युवकलाई यस्तो भन्नुभयो कि उहाँले सिकाउनु भएका ६ वटा दिशाका अनुशासन (अरियस्स विनय) फरक छन् ।

उहाँले सिकाउनु भएका ६ वटा दिशाहरू अनुसार पूर्वमा माता पिता, दक्षिणमा गुरु, पश्चिममा पत्नी र छोराछोरीहरू, र उत्तरमा साथी, नातेदारहरू र छिमेकीहरू, तल नोकरहरू, काम गर्ने र कर्मचारीहरू त्यसै गरी सबभन्दा माथि टुप्पोमा धार्मिक मानिसहरू हुन् ।

बुद्धले भन्नुभयो, “यी ६ वटा दिशाहरू सबैले पूजा गर्नु पर्छ” यहाँ पूजा गर्ने शब्द (नमस्सेय) को ठूलो महत्त्व छ किनभने पवित्र कुरालाई पूजा गरिन्छ, इज्जत गर्ने योग्यलाई इज्जत र आदर गरिन्छ । माथि उल्लेख गरिएका यी ६ परिवार र सामाजिक समूहहरूलाई बुद्धधर्ममा पवित्र, आदर गर्न र पूजा गर्न योग्य मानिन्छन् । तर कसरी तिनीहरूलाई पूजा गरिन्छन् ? बुद्धले भन्नुहुन्छ, उनीहरूप्रति गर्नु पर्ने कर्तव्य पूरा गरेर पूजा गरिन्छ ।

यी कर्तव्यहरूबारे सिगाललाई दिनु भएको उपदेशमा व्याख्या गरिएका छन् ।

प्रथमः आफ्नो छोराछोरीका लागि आमा बुबा पवित्र हुन्छन् । बुद्धले भन्नु हुन्छ : आमाबुबाहरूलाई ब्रह्मा भनिन्छ (ब्रह्माति माता पितरो) । भारतीय चिन्तनमा ब्रह्मा शब्दले सबभन्दा उच्च र सबभन्दा पवित्र धारणा जनाउँछ र यस शब्दलाई बुद्धले सबै माता पितालाई जनाउनु भएको छ । आधुनिक कालमा राम्रा बौद्ध परिवारमा छोराछोरीहरूले बिहान बेलुका सधैं शब्दको अर्थ अनुसार आफ्ना आमाबुबालाई पूजा गर्दछन् । कुशल अनुशासन अनुसार उनीहरूले आफ्ना आमा बाबुप्रति केही निश्चित उत्तरदायित्वहरू पूरा गर्नु पर्दछ । माता पिताको बुढेसकालमा छोराछोरीहरूले हेरविचार र स्याहार सुसार गर्नु पर्दछ । उनीहरूका पक्षमा वा हितका लागि जे जे गर्नु पर्ने हो त्यो सबै गर्नुपर्छ । परिवारको इज्जत, मान र सम्मानलाई कायम राख्नु पर्दछ र पारिवारिक परम्परालाई निरन्तरता दिनु पर्दछ । आमाबुबाले कमाएको धनको रक्षा गर्नुपर्छ र उनीहरूका देहावसानमा अन्तिम मृत्यु संस्कार पनि गर्नुपर्छ । आमाबुबाको पनि आफ्नो छोराछोरीप्रति आफ्नो पक्षबाट पूरा गर्नुपर्ने दायित्वहरू छन्ः अकुशल बाटोबाट आफ्ना छोराछोरीहरूलाई टाढा राख्नु पर्दछ, उनीहरूलाई राम्रा, असल र फाइदाजनक काममा लगाउनुपर्छ । उनीहरूलाई असल शिक्षा प्रदान गर्नुपर्छ र संस्कारका असल परिवारका

सदस्यहरूसंग विहेवारी गराइदिनु पर्छ, र उपयुक्त समयमा तिनीहरूमा सम्पत्ति हस्तान्तरण गर्नुपर्छ ।

दोश्रो: गुरु र शिष्यबीचको सम्बन्ध विषयमा शिष्य गुरुलाई आदर सत्कार गरी आज्ञाकारी बन्नुपर्दछ, र गुरुका आवश्यकताहरूबारे हेरविचार गर्नुपर्छ, साथै मन दिएर अध्ययन गर्नु पनि जरूरी छ । शिक्षकले पनि आफ्नोतर्फबाट गर्नुपर्ने काम शिष्यलाई उचित तरिकाले तालिम दिई व्यक्तित्वको निर्माण गरिदिनु पर्छ, र उसलाई राम्रोसंग सिकाउनुपर्छ, सहपाठीहरूसँग उसको परिचय गराइ दिनुपर्छ । शिक्षा पूरा भएपछि रोजगारी र त्यसको सुरक्षाको लागि प्रयास गरिदिनु पर्छ ।

तेस्रो: लोग्ने स्वास्नीको सम्बन्ध विषयमा : लोग्ने र स्वास्नी बीचको प्रेम भण्डै धार्मिक अथवा पवित्र जीवन भनिन्छ । यसलाई सदार-ब्रह्मचरिय, पवित्र पारिवारिक जीवन भनिन्छ । यहाँ पनि ब्रह्मा शब्दको महत्त्वलाई ध्यान दिनुपर्छ । यस सम्बन्धलाई उच्चतम आदर सत्कार दिइन्छ । लोग्ने स्वास्नीहरू एक आपसमा इमान्दार र बफादार, एकले अर्कोलाई आदर सम्मान गर्ने, प्रेम र समर्पण भावमा रहनु पर्छ, एक अर्काप्रति निश्चित केही कर्तव्यहरू छन् । लोग्नेले आफ्नो स्वास्नीप्रति इज्जत देखाउनु पर्दछ, र तिनीप्रति गरिने आदर सत्कारमा कमी गर्नु हुँदैन । उनले तिनीप्रति प्रेमभाव देखाउनु पर्छ, र इमान्दार हुनुपर्छ । उनलाई सुविधा र उचित स्थान प्रदान गर्नुपर्छ, र खुसी पार्न लुगा गहना आदि दिनुपर्छ । यस्तो वस्तु उपहारको रूपमा लोग्नेले स्वास्नीलाई दिनुपर्ने कुरा भगवान बुद्धले बिसर्नु नभएको तथ्यले के जनाउँछ, भने उहाँ सामान्य मानिसका सम्बेगहरूप्रति सहानुभूति राख्ने र समझदारी राख्ने विषयमा सजग हुनुहुन्छ । उहाँमा त्यस्तो महान गुण छ । स्वास्नी पनि आफ्नोतर्फबाट घरायसी मामलामा सुपरिवेक्षण गर्ने, हेरविचार गर्ने बन्नु पर्दछ । घरमा आएका पाहुनाहरू, भेट्न आउने साथीभाइ नाताकुटुम्बहरू, घरमा काम गर्ने कामदारहरूलाई खुसी पार्ने र सेवा गर्ने स्वभावका हुनुपर्दछ । आफ्नो पतिप्रति प्रेम देखाइ बफादार हुनुपर्छ । उनले कमाएर ल्याएका धन-सम्पत्तिको रक्षा गर्नुपर्छ र सबै कार्यहरूमा चलाक, ऊर्जावान हुनुपर्छ ।

चौथो: साथीभाइ, नाता-कुटुम्बहरू र छिमेकीहरूबीच सम्बन्ध: तिनीहरू एक आपसमा सम्मान गर्ने र परोपकारी भावनामा रहनुपर्छ ।

तिनीहरूले एक आपसमा मीठो र मिल्ने गरी बोली बोल्नुपर्छ । एक आपसको भलाइको लागि काम गर्नुपर्छ र समानताको भावनामा रहनुपर्छ । आपसमा भगडा नगरी आवश्यकता परेको बेला एकले अर्कालाई मद्दत गर्ने र कठिनताको घडीमा नछोड्ने भावना हुनु पर्छ ।

पाँचौँ : मालिक र नोकरबीचको सम्बन्ध : मालिक वा काममा लगाइदिने व्यक्तिले आफ्नो नोकर वा काम गर्ने व्यक्तिप्रति धेरै दायित्वहरू पूरा गर्नुपर्ने हुन्छ र क्षमता वा शक्ति अनुसार काम दिनु पर्छ । उचित ज्याला दिनुपर्छ, आवश्यक औषधिहरू प्रदान गर्ने र समय-समयमा चन्दा र आर्थिक सुविधाहरू प्रदान गर्नुपर्छ र नोकर वा काम गर्नेहरूले पनि आफ्नो तर्फबाट पूरा गर्नुपर्ने कर्तव्य हुन्छन् । ॐ मिहिनेती हुनुपर्छ र अल्छी हुनु हुँदैन, इमान्दार र आज्ञाकारी बनी आफ्नो मालिकलाई ठगु हुँदैन । ॐ आफ्नो काममा लगनशील हुनुपर्छ ।

छैठौँ : धार्मिक व्यक्तिहरू (गृहत्यागी र ब्राह्मणहरू) र सर्वसाधारणबीचको सम्बन्ध: सर्वसाधारण व्यक्तिहरूले धार्मिक व्यक्तिहरूका भौतिक आवश्यकताहरूलाई प्रेम र आदरपूर्वक हेरविचार गर्नुपर्छ । ती धार्मिक व्यक्तिहरूले पनि सहृदयपूर्वक उनीहरूलाई ज्ञान र शिक्षा प्रदान गर्नुपर्छ, अकुशल कार्यहरूबाट टाढा गराई कुशल बाटोमा हिँड्ने बाटो देखाउनुपर्छ ।

बुद्धले परिकल्पना गर्नु भए जस्तै बौद्ध जीवन पद्धति अनुसार कुशल अनुसशासनभित्र एकजना सामान्य गृहस्थको पारिवारिक र सामाजिक सम्बन्ध पर्ने कुरा देख्छौं ।

यस कारण संयुक्त निकाय (पाली ग्रन्थहरूमा सबैभन्दा पुरानो मध्ये एक)ले भिक्षुहरूले ग्रहण गरेका असल गुणहरूयुक्त पवित्र जीवन मात्र नभई पुण्यवान कार्यहरू गर्ने जो गुणवान र ठीक तरिकाले पारिवारिक जीवनयापन गर्दछन्, उनीहरूलाई देवताहरूका राजा इन्द्रले पनि पूजा गर्ने कुरा घोषणा गर्दछ भनेर उल्लेख गरेको छ ।



बुद्ध - श्रीलंकाको अनुराधापुरबाट



बुद्ध - बोरोबुदुर, जाभाबाट

यदि कोही बौद्ध बन्ने इच्छा राख्दछ भने खास तवरले त्यस्तो बन्न कुनै संस्कारको परम्परागत उत्सव छैन जुन उसले पूरा गर्नुपर्छ । (तर भिक्षु बन्न र भिक्षु संघको सदस्य बन्न उसले अनुशासनबद्ध तालिम र शिक्षाको लामो प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ ।) यदि कोही बुद्धका शिक्षालाई बोध गर्दछ र बुद्धले देखाउनु भएको मार्ग ठीक छ भन्ने कुरा विश्वस्त छ, यसको अनुसरण गर्दछ भने ऊ बौद्ध हो । तर अहिलेसम्म अटुट रूपमा बौद्ध देशहरूमा प्रचलन रहेको परम्परा अनुसार यदि उसले बुद्ध धर्म (बुद्धले सिकाएको शिक्षा) र संघको (भिक्षुहरूको संघ) जसलाई साधारण भाषामा त्रि-रत्न भनिन्छ, शरणमा जाने संकल्प लिएर पञ्चशील अर्थात न्यूनतम पालना गर्नुपर्ने नैतिक दायित्व जस्तो प्राणी हत्या नगर्ने, चोरी नगर्ने, व्यभिचार नगर्ने, भूठो नबोल्ने र लागू नशालु पेय पदार्थ सेवन नगर्ने आदि प्राचीन ग्रन्थमा उल्लेख गरिए अनुसार पाठ गर्ने र पालना गर्ने गरेमा उसलाई बौद्ध भनेर भनिन्छ । धार्मिक पर्वहरूमा बौद्धहरूका भेलामा एक जना बौद्ध भिक्षुको अगुवाइमा पछि पछि ती शीलहरूलाई सबैले पाठ गर्ने गर्छन् । बौद्धहरूले अरू कुनै बाह्य संस्कार, रीतिरिवाजको पालना गर्नुपर्ने र उत्सवमा जान्नु पर्ने कुराहरू छैनन् । बुद्धधर्म जीवन पद्धति हो र आवश्यक कुरा भनेको आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको पालना गर्नु हो । हो, सबै बौद्ध मुलुकहरूमा राम्रा उत्सवहरू र धार्मिक पर्वहरू छन् । बुद्धका प्रतिमा भएका मन्दिरहरू छन्, स्तुपहरू अथवा दागवहरू र गुम्बा, विहारमा बोधि वृक्षहरू छन् जहाँ बौद्धहरूले पूजा गर्छन्, फूलहरू चढाउँछन्, बत्ती र धूपहरू बाल्छन् । विभिन्न परम्परागत धर्महरूमा जस्तो यस्ता कार्यकलापहरूलाई प्रार्थनाको रूपमा लिनु हुँदैन । मार्ग दर्शन गराउने गुरु वा पथ प्रदर्शक भगवानको सम्झनामा आदर गौरव प्रकट गर्ने यो तरिका मात्र हो । यी परम्परागत अभ्यासहरू अनावश्यक भनिएको भएपनि मानिसहरूका धार्मिक सम्बेगहरूलाई सन्तुष्ट प्रदान गर्न र बौद्धिक तथा आध्यात्मिक रूपमा कम विकसित भएकाहरूलाई सुमार्गमा विस्तारै हिँडाउनको लागि यी अभ्यासहरूले सहयोग पुऱ्याउँछन् ।

बुद्धधर्मले उच्च आदर्शहरू, उच्च नैतिक र दार्शनिक चिन्तनमा मात्र अभिरूची राख्छ र मानिसहरूका सामाजिक र आर्थिक भलाइलाई बेवास्ता गर्दछ भन्ने कुरा सोच्नेहरू गलत छन् । भगवान बुद्ध मानिसहरूका सुखमा

चासो अभिरूची राख्ने हुनुहुन्छ । उहाँको लागि नैतिकता र आध्यात्मिकतामा आधारित चोखो जीवन नअपनाइकन सुख प्राप्त हुने असम्भव कुरा हो । तर उहाँलाई पूरा थाहा थियो प्रतिकुल भौतिक र सामाजिक परिस्थितिहरूमा यस्तो जीवनयापन कठिन हुन्छ ।

बुद्धधर्मले भौतिक भलाइ र सुखलाई उद्देश्यकै रूपमा मात्र लिँदैन । यो त उद्देश्य प्राप्त गर्ने साधन मात्र हो र साध्य आफै होइन । बुद्ध धर्म उच्चतम र कुशल उद्देश्य प्राप्त गर्ने माध्यम हो । यो सुख प्राप्तिको उच्च उद्देश्य प्राप्त गर्न नभई नहुने साधन हो । त्यसकारण बुद्धधर्मले एकान्त ठाउँमा बसेर ध्यान भावनामा व्यस्त हुनेहरू समेतलाई नजर राख्ने आध्यात्मिक सफलताको लागि न्यूनतम भौतिक आवश्यकतालाई मान्यता प्रदान गर्दछ ।

बुद्धले सामाजिक र आर्थिक पृष्ठभूमिबाट बाहिर असम्बन्धित विषयको रूपमा जीवनलाई लिनु भएन । सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक कुरालाई समेत ध्यान दिई बुद्धले सम्पूर्ण पक्षबाट जीवनलाई हेर्नु भयो । नैतिक, आध्यात्मिक र दार्शनिक समस्याहरूबारे बुद्धको शिक्षा लोकप्रिय छ । खास गरेर पश्चिमी मुलुकहरूमा बुद्धले दिनु भएको सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक विषयका शिक्षाबारे मानिसहरूलाई थाहा छैन । प्राचीन बौद्ध ग्रन्थहरूमा यी विषयहरूबारे र तिनीहरूसँग सम्बन्धित कुराहरूबारे धेरै मात्रामा छरिएर रहेका छन् । यहाँ केही उदाहरणहरू राखौं ।

दीघ-निकायको चक्कवतिसिंहनाद सुत्र (संख्या २६) मा स्पष्ट रूपमा भनिएको छ, गरिवी (दालिद्वय) नै अपराधहरू जस्तो चोरी, असत्यता, हिंसा, घृणा, निर्दयीता इत्यादि अनैतिकताको कारण हुन्छ । प्राचीन समयमा राजाहरू र अचेल सरकारहरूले सजायद्वारा अपराधलाई निर्मूल गर्न खोजिन्छन् ।

यही निकायको कूटदन्त सुत्तले यस्तो सजाय दिने भनेको काम नलाग्ने र प्रभावशाली नभएको तरिका भनी व्याख्या गर्दछ । यस्तो तरिका कहिले पनि सफल हुँदैन भनेर यसले भन्दछ । यसको सट्टा बुद्धले उपदेश दिनुहुन्छ, कि अपराध निर्मूल गर्न मानिसहरूका आर्थिक अवस्था सुधार्नु पर्दछ । किसानहरू र अन्न उमानेहरूका लागि अन्न र कृषिका अन्य सुविधाहरू प्रदान गर्नु पर्दछ । व्यापार वाणिज्यमा लागेकाहरूका लागि पुँजी दिनुपर्छ र

काम गर्नेहरूका लागि उचित ज्याला प्रदान गर्नुपर्छ । प्रशस्त आम्दानी कमाउने मौकाहरू मानिसहरूलाई प्रदान गरिएमा तिनीहरू सन्तुष्ट हुन्छन् । चिन्ता र भय हुँदैन, परिणाम स्वरूप मुलुक शान्त र अपराध मुक्त हुनेछ ।

यस्तो भएको कारणले बुद्धले आर्थिक अवस्था सुधार्नु अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हुन्छ भन्ने कुरा सर्वसाधारणहरूलाई बताउनु भयो । यसको अर्थ यो होइन कि बुद्धले तृष्णा र आसक्ति अथवा टाँस्सिने प्रवृत्ति बढ्ने गरी धन जम्मा गर्ने कुरा स्वीकार्नु भयो जुन बुद्धको आधारभूत शिक्षा वा उपदेशको विरुद्ध हुन्छ । न त उहाँले सबै किसिमका आजीविका वा धन कमाउने तरिका नै स्वीकार गर्नु भयो । कुनै कुनै पेशा जस्तो हतियार उत्पादन गर्ने र बेच्ने कुरालाई अकुशल आजीविकाको रूपमा बुद्धले विरोध गर्नुभयो ।

दिघजानु नाम गरेको एकजना मानिसले बुद्धकहाँ गएर भने : “श्रद्धेय भन्ते, हामीहरू साधारण मानिसहरू हौं । पत्नी र बच्चाहरू पालन गर्दै बसेका छौं, परिवार पालेर बसेका छौं । के भगवानले हामीलाई यो संसारमा सुख प्राप्त गर्ने सिद्धान्तको उपदेश दिनु हुन्छ ?”

बुद्धले यस संसारमा मानिसको सुखको लागि चारवटा कुराहरू आवश्यक भएको उनीलाई बताउनु भयो । पहिलो : अपनाएको पेशाबारे कोही पनि व्यक्तिले पूरा जानकारी राख्नुपर्दछ र आफ्नो पेशामा उ सीपयुक्त, सिपालु, लगनशील र ऊर्जावान हुनुपर्छ (उद्योग सम्पदा) । दोश्रो: उसले आफ्नो आम्दानीलाई बचाई राख्नु पर्छ जुन उसले यो आम्दानीलाई ठीक तरिकाले पसिना बगाएर कमाएको हुनुपर्छ (आरक्ख सम्पदा) । (यसले चोरहरू इत्यादिबाट सम्पत्तिको सुरक्षा गर्नु पर्ने कुरा जनाउँछ । यी सबै त्यतिबेलाको पृष्ठभूमिमा विचार गरिएका कुराहरू हुन् ।) तेस्रो: इमान्दार, ज्ञानी, जान्ने, बुझ्ने, गुणवान, ठूलो मन भएको उदार, जेहेन्दार, अकुशल वा पापको बाटोबाट टाढा सुमार्गमा लान मद्दत गर्ने उसको असल साथी हुनुपर्छ (कल्याण-मिन्न) । चौथो: न त अति धेरै न त अति कम खर्च गर्ने, आफ्नो आम्दानीको अनुपातमा खर्च गर्ने हुनु पर्छ । भनाइको अर्थ न त कञ्जुसी भएर धन जम्मा गर्ने न खर्चालु हुने स्वभावको त्यो मानिस हुनु पर्छ, अर्को शब्दमा ऊ आफ्नो आर्थिक स्रोत साधनभिन्न रही जीवनयापन गर्नुपर्छ (समजीविकता) ।

त्यसपछि बुद्धले सर्वसाधारण मानिसको सुखमा मद्दत पुऱ्याउने चारवटा गुणहरूको व्याख्या गर्नुभयो । १. 'सद्धा' : नैतिक, आध्यात्मिक र बौद्धिक मूल्य मान्यताहरूमा उसको श्रद्धा विश्वास हुनुपर्छ । २. 'शील' : प्राणीहरूका हत्या, हिंसा र नोक्सान पुऱ्याउने चोरी, ठगी, व्यभिचार, असत्य बोल्ने र लागू नशालु पेय पदार्थ पिउने आदिबाट अलग भएर शील पालन गर्नुपर्छ । ३. 'चाग' : आफ्नो धनसम्पत्तिप्रतिको तृष्णा र आसक्ति बिना उदारता र दानको अभ्यास गर्नुपर्छ । ४. पञ्चा 'प्रज्ञा' : सम्पूर्ण दुखको विनाश गरेर निर्वाण हासिल गर्न पथ प्रदर्शन गर्ने प्रज्ञा उसले विकास गर्नु पर्छ ।

बुद्धले पैसा बचत गर्ने र खर्च गर्ने विषयमा सम्पूर्ण कुरा बताउनु भयो । उदाहरणको लागि उहाँले युवा व्यक्ति सिगाललाई दैनिक खर्चको लागि आमदानीको एक चौथाइ, आधा आफ्नो वाणिज्य व्यवसायको लागि र एक चौथाइ भइपरी आउने संकटको लागि अलग राख्न उपदेश दिनु भयो ।

एकचोटि बुद्धले एकजना सामान्य पारिवारिक जीवन निर्वाह गरिरहेका महाजन अनाथपिण्डीक जो आफ्ना समर्पित उपासकहरूमध्ये एक थिए र जसले सावत्थीमा उहाँकोलागि प्रसिद्ध जेतवन बिहार बनाईदिए, उनलाई चार प्रकारका सुखबारे बताउनु भयो ।

पहिलो: न्याययुक्त र ठीक माध्यमले कमाएको धनको सुरक्षाद्वारा मिल्ने सुख (अत्थि सुख);

दोस्रो: उदारतापूर्वक आफ्नो लागि, परिवारको लागि, साथी भाइ, कुटुम्ब र छिमेकीहरूका लागि र पुण्यवान काम गरेर खर्च गर्ने (भोग सुख);

तेस्रो: ऋण मुक्त धन (अनन सुख);

चौथो: निष्कलंक जीवन, विचार, वचन वा कार्यमा समेत अकुशलताको दाग नलागेको चोखो जीवन (अनवज्ज सुख) । याद गर्नु पर्ने कुरा के हो भने चारवटामा तीनवटा सुख आर्थिक सुख हुन र बुद्धले त्यो महाजनलाई के सम्झाउनु भयो भने आर्थिक र भौतिक सुख त निष्कलंकित र कुशल जीवनबाट प्राप्त सुखको १६ औं भागको एक भाग जति पनि बराबर हुँदैन ।

माथि दिइएका केही उदाहरणहरूबाट हामीले देख्न सक्छौं कि बुद्धले मानवीय सुखको लागि आर्थिक भलो पूर्वाधार हो भनेर मान्यता दिनु भयो तर

उहाँले यो मान्नु भएन कि साँच्चैको वा समुन्नत सुख नैतिक र आध्यात्मिक जग वा आधार बिना भौतिक सुखबाट प्राप्त हुन्छ । भौतिक सुखलाई प्रोत्साहन दिएको भए पनि बुद्ध धर्मले सधैं सुखी, शान्त र सन्तुष्ट समाजको लागि नैतिक र आध्यात्मिक विकासमा अधिकतम जोड दिन्छ ।

बुद्धको धारणा लडाइँ, शान्ति र राजनीति विषयमा समान रूपले स्पष्ट छ । बुद्ध धर्मले अहिंसा र शान्तिलाई सर्वमान्य र सर्वकालिक सत्यको रूपमा वकालत गरी प्रचार प्रसार गर्दछ, र कुनै प्रकारको जीव हिंसा र विनाशलाई स्वीकार गर्दैन । बुद्ध धर्म अनुसार न्यायको लागि लडाइँ अर्थात् न्यायपूर्ण लडाइँ भन्ने कुरा त्यहाँ हुँदैन । यो न्यायपूर्ण लडाइँको अवधारणा घृणा, क्रुरता, हिंसा र मारकाटलाई आम माफी दिन र ती कार्यहरूलाई न्यायसंगत बनाउने गरिएको बहाना मात्र हो र यसलाई भूठा तरिकाले अर्थ लगाएर प्रचार प्रसार गरिएको हो । कुनचाँहि न्याय र कुनचाँहि अन्याय भनेर कसले निर्णय गर्दछ ? बलवान र जित्नेहरू न्यायी र कमजोर तथा हारेकाहरू अन्यायी हुन्छन् । हाम्रो लडाइँ सधैं न्यायको लागि हुन्छ, र तिम्रो लडाइँ सधैं अन्यायपूर्ण हुन्छ । बुद्ध धर्मले यस्तो स्थितिलाई मान्यता दिँदैन ।

बुद्धले अहिंसा र शान्ति मात्र सिकाउनु भएन उहाँले लडाइँको मैदानमा समेत व्यक्तिगत रूपले हस्तक्षेप गर्नु भयो र लडाइँ रोक्नुभयो । शाक्यहरू र कोलियहरू बीच रोहिणी नदीको पानीको विषयमा मनोमालिन्य बढी लडाइँको लागि तयार भएको बेला बुद्धले हस्तक्षेप गर्नु भयो । एकचोटि राजा अजातशत्रुले बज्जीहरूका राज्यमा हमला गर्न खोज्दा उहाँकै शब्दहरूले रोके ।

आज जस्तै बुद्धका दिनहरूमा अन्यायपूर्ण तरिकाले मुलुकहरूमा शासन गर्ने शासकहरू थिए । जनताहरू थिचिएका, शोषित र दुख कष्ट सजाय भोगिरहेका थिए । उनीहरूमाथि अधिक करको भार लादिएका थिए भने क्रुर तरिकाले उनीहरूलाई सजाय दिइन्थ्यो । यस्ता अमानवीय तरिकाहरूबाट बुद्धलाई अत्यन्त ठूलो चोट परेको थियो । धम्मपदले उल्लेख गर्दछ, कि उहाँले असल सरकारका समस्याप्रति ध्यान तान्नु भएको छ । त्यसबेलाका सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक पृष्ठभूमिमा उहाँको चिन्तनहरूलाई प्रशंसा गर्न सकिन्छ । सरकार प्रमुखहरू जस्तो राजा,

मन्त्रीहरू र प्रशासकिय अधिकृतहरू भ्रष्टाचारी एवं अन्यायी भएमा सम्पूर्ण मुलुक कसरी भ्रष्टाचारमा डुबिन्छ, र विनाशतिर अधि बढी दुखी हुन्छ, भनेर बुद्धले देखाउनु भएको छ । मुलुकमा सुख व्याप्त हुनको लागि न्यायपूर्ण सरकार हुनै पर्छ । जातक कथामा दिइए जस्तो राजाहरूका दशवटा कर्तव्यहरू दश राज धम्म विषयका उपदेशमा बुद्धले कसरी न्यायपूर्ण सरकार प्राप्त गर्न सकिन्छ भनेर व्याख्या गर्नु भएको छ ।

ठीक कुरा हो, उहिले राजा भनेर प्रयोग गरेको शब्दले अहिलेको सरकारलाई जनाउँछ । अचेल राष्ट्र प्रमुख, राज्य मन्त्रीहरू, राजनीतिक नेताहरू, व्यवस्थापिकाका सभासदहरू र प्रशासकिय अधिकृतहरूबाट निर्माण भएको सरकारको अवधारणामा राजाका दश कर्तव्यहरू भन्ने कुरा लागू हुन्छन् ।

राजाका दश कर्तव्यहरूमध्ये एक उदारता, परोपकारी, दानशीलता हो । शासकको धन सम्पत्तिमा तृष्णा र आसक्ति हुनु हुँदैन भने त्यसलाई जनताको लागि प्रदान गर्नुपर्छ अथवा प्रयोग गर्नुपर्छ ।

दोस्रो: शासकमा नैतिक चरित्र उच्च हुनु पर्छ (शील) । उसले कहिले पनि जीवको हिंसा हत्या गर्नु हुँदैन, ठग्ने, चोर्ने, अरूको शोषण गर्ने, व्यभिचार गर्ने, भूठो बोल्ने र लागू नशालु पदार्थ पिउने आदि गर्नु हुँदैन । भनाइको मतलब कम्तिमा उसले साधारण मानिसले पालन गर्ने पञ्चशील पालन गर्नुपर्छ ।

तेस्रो: सर्वसाधारण जनताको भलाइको लागि सबै कुरा त्याग्ने हुन सक्नुपर्छ (परिचाग) । सम्पूर्ण व्यक्तिगत सुख सुविधा, नाम, कीर्ति, आफ्नो ज्यान समेत र जनताको भलाइको लागि त्याग गर्न तयार हुनै पर्छ ।

चौथो: इमान्दारी र आफ्नो व्यक्तित्व (अज्जव) : ऊ आफ्नो कर्तव्य पालन गर्दा डर र अरूलाई नातावाद र कृपावादको आधारमा व्यवहार गर्ने कुराबाट अलग हुनु पर्छ । उ इमान्दारीपूर्ण तरिकाले आफ्नो भित्री इच्छाहरू प्रकट गर्न सक्ने हुनुपर्छ र उसले जनतालाई ठग्न हुँदैन ।

पाँचौँ : दयालु र सुशीलपन (मद्दव) : उसको स्वभाव र बानी दयावान हुनुपर्छ ।

छैठौं : बानी व्यहोरामा शुद्धता (तप) । उसले सामान्य जीवन यापन गर्नुपर्छ र ऊ भोग विलासितामा लिप्त हुनु हुँदैन । उसँग आत्म नियन्त्रणको गुण हुन जरूरी छ ।

सातौं : घृणा, द्वेष र वैमनस्यताबाट मुक्ति (अकोद्ध) । कसैको विरूद्ध उसले गनगन गर्ने अथवा विरोध गर्ने हुनु हुँदैन ।

आठौं : अहिंसा (अविहिंसा) जसको अर्थ कसैको शरीरमा नोक्सान नपुऱ्याउने मात्र होइन उसले लडाइँ हटाएर वा रोकेर शान्ति अभिवृद्धि गर्नपर्छ, हिंसा र प्राणीको विनाश गर्ने सबै कुरालाई रोक्नुपर्छ ।

नवौं : धैर्यवान, क्षमावान, सहिष्णुता र समझदारी (खन्ति): ऊ दुख, कष्ट, कठिनाइ, अपमान र रिसलाई रोक्न समर्थवान हुनुपर्छ ।

दशौं : कसैको विरूद्ध नजाने र बाधा अडचन नदिने, (अविरोध), यसको अर्थ ऊ जनताहरूका इच्छा विरूद्ध जानु हुँदैन, उसले जनताहरूका भलाइ हुने काममा बाधा अडचन पुऱ्याउनु हुँदैन । अर्को शब्दमा उसले जनतालाई सामञ्जस्यतामा ल्याई शासन गर्नु पर्छ ।

यस्ता गुणहरूयुक्त मानिसहरूले देशमा शासन गरेमा यो भन्न आवश्यक छैन कि त्यस्तो मुलुक सुखी हुनै पर्छ तर यो प्राप्त नै गर्न नसकिने काल्पनिक संसार होइन किनभने भारतका सम्राट अशोक जस्ता पहिले पहिले राजाहरू थिए जसले यी विचारधाराका आधारमा अधिराज्यहरू स्थापना गरेका थिए ।

आजको विश्व निरन्तर भय, शंका, उपशंका र तनावमा बाँच्छ । विज्ञानले अकल्पनीय विनाश गर्न क्षमता भएका हतियारहरू उत्पादन गरेको छ । भयानक मृत्युको परिणति भोगाउन सकिने नविनतम हतियारहरूका धाक लगाएर ठूला शक्तिहरू एक आपसमा हाँक र चुनौति दिँदैछन । निर्लज्जतापूर्ण ढंगले एकले भन्दा अर्कोले यस संसारलाई बढी ध्वस्त गर्न र विनाश गर्न सक्ने घमण्ड गर्दछन् ।

अहिले तिनीहरू पागलपनको बाटोको त्यस बिन्दुसम्म पुगेको छ कि तिनीहरूले त्यस दिशातर्फ एक पाइला मात्र अगाडि चालेमा परिणाम स्वरूप मानवताको पूर्ण विनाश र आपसी विध्वंस सिवाय केही पाउने छैन ।

आफैले सृजना गरेको परिस्थितिको भय र त्रासमा परेका मनुष्यहरू उम्कनको निमित्त केही किसिमका समाधान खोज्छन् । बुद्धले प्रदान गर्नु भएको सन्देश ग्रहण गर्नु बाहेक अरू कुनै समाधान छैन । अहिंसा र शान्ति, प्रेम र करुणा, सहिष्णुता र समझदारी, सत्य र प्रज्ञा, जीवनको आदर गौरव, स्वार्थ, घृणा र हिंसाबाट मुक्ति नै बुद्धका सन्देश हुन् र ती नै आजका समस्याहरूका समाधान हुन् ।

बुद्धले भन्नुहुन्छ: “घृणाले घृणालाई कहिले शान्त पार्न सक्तैन अर्थात निर्मूल पार्न सक्तैन तर यसलाई दयाले मात्र शान्त पार्न सकिन्छ । यो नै अनन्त सत्य हो ।”

दयाद्वारा रिसलाई जित्नु पर्दछ, असलद्वारा खराबलाई, परोपकारद्वारा स्वार्थलाई र सत्यद्वारा असत्यतालाई जित्नुपर्छ ।

आफ्नो छिमेकीहरूलाई दबाएर उनीहरूमाथि विजय प्राप्त गर्ने इच्छा र तृष्णा बोकेर राख्नेजेलसम्म मानिसको लागि त्यहाँ शान्ति र सुख हुन सक्तैन । बुद्धले भन्नु हुन्छ: “विजय प्राप्त गर्नेले घृणा जन्माउँछ र हार्नेहरू पीडामा रहन्छन् । जसले विजय र हार दुईटै छोडछन् ऊ नै शान्त र सुखी हुन्छ । एउटै विजय जसले शान्ति र सुख ल्याउँछ त्यही नै हो, आत्मविजय । कसैले लाखौं लडाइँ जित्न सक्छ तर जसले आफैलाई जित्छ, ऊ नै महानतम विजयी हो ।”

तिमीले भन्न सक्छौं यो साह्रै सुन्दर, कुशल र सूक्ष्म तर अव्यवहारिक कुरो हो । के एकले अर्कोलाई घृणा गर्नु व्यवहारिक हो ? एकले अर्कोलाई मार्नु र जंगलमा जंगली जनावर जस्तै निरन्तर भय र शंका र उपशंकाका बाँच्नु, के यो बढी व्यवहारिक र सजगपूर्ण छ ? के घृणाद्वारा घृणा शान्त भएको छ ? के पापलाई पापद्वारा नै जितेको छ ? उदाहरणको लागि कम्तिमा पनि व्यक्तिको सन्दर्भमा घृणालाई प्रेम र दयाले शान्त पारेका छन् । खराबलाई असलले जितेको छ । तिमीले भन्छौं एकजना व्यक्तिको सन्दर्भमा यो साँचो र व्यवहारिक हुन सक्छ तर राष्ट्रिय र अन्तराष्ट्रिय सन्दर्भमा यसले कहिले पनि काम गर्न सक्तैन । मानिसहरूलाई जादू र टुनामुनामा लगाइदिएको छ, मनोवैज्ञानिक रूपले अल्मलाइदिएको छ र राजनीतिक प्रचारवाजीले राष्ट्रिय र अन्तराष्ट्रिय अथवा राज्य शब्द प्रयोग गरेर

मानिसहरूलाई अन्धो बनाइदिएको छ, ठगेको छ । राष्ट्र के हो ? असंख्य व्यक्तिहरूको जमघट वा समूह मात्र होइन र ? एकल राज्य वा राष्ट्रले काम गर्दैन, यो व्यक्ति जसले काम गर्छ, एकजना व्यक्तिले जे सोच्छ वा गर्छ, राष्ट्रले वा राज्यले त्यस्तै सोच्छ र गर्छ । एक व्यक्तिमा लागू हुने कुरा एउटा राज्यमा वा राष्ट्रमा पनि लागू हुन्छ । व्यक्तिको सन्दर्भमा घृणालाई प्रेम र दयाले शान्त पार्न सक्छन भने पक्का पनि राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय सन्दर्भमा पनि यो प्राप्त गर्न सकिन्छ । एकजना व्यक्तिको सन्दर्भमा पनि घृणालाई दयाले जित्न ठूलो शाहस, बहादुरी, नैतिक शक्ति, श्रद्धा र विश्वास चाहिन्छ । अन्तर्राष्ट्रिय मामिलाको सन्दर्भमा यी कुराहरू भन बढी आवश्यक हुँदैन र ? व्यावहारिक छैन भन्नुको अर्थ सरल छैन भनेको हो भने तिमी ठीक छौ । ठोकेर भन्न सकिन्छ सजिलो छैन । त्यस्तो भए पनि यसलाई कोसिस गरेर हेर्नु पर्छ । तिमीले भन्न सक्छौ कोसिस गरेर हेर्नुमा जोखिम छ तर पक्का पनि परमाणु लडाइँ गर्नुमा बढी जोखिम हुन्छ ।

आजको सन्दर्भमा विचार गर्दा यो शान्तवनापूर्ण र प्रेरणादायी हुन्छ कि कम्तीमा इतिहासमा एकजना यस्तो प्रसिद्ध भएका महान शासक थियो जोसँग साहस, आत्मविश्वास, आन्तरिक र परराष्ट्र मामिलाको विशाल साम्राज्यको प्रशासनमा बुद्धको अहिंसा, शान्ति र प्रेमको शिक्षालाई कार्यान्वयन गर्ने परिकल्पना थियो । ऊ यिनै महान भारतको ई.पू. तेस्रो शताब्दीका बौद्ध सम्राट देवताहरूलाई पनि मन पर्ने भन्ने सम्राट अशोक हुन् ।

पहिला उनले आफ्नो पिता विन्दुसार र बाजे चन्द्रगुप्तको उदाहरण अनुसरण गरे र भारतीय प्रायद्विपको विजय पूर्ण गर्ने इच्छा गरे । उनले कलिङ्गलाई हमला गरे, जिते र आफ्ना साम्राज्यमा जोडे । सयौं, हजारौं, मानिसहरू मारिए, घाइते भए र तिनीहरूलाई दुख र पीडा दिइए र लडाइका बन्दी बनाइए । तर पछिबाट जब उनी बौद्ध बने तब ऊ पूर्ण रूपमा परिवर्तित भयो र बुद्धका शिक्षाद्वारा ऊ रूपान्तरित भए । उनका ढुंगामा कुँदिएका एउटा प्रसिद्ध सन्देश (प्रस्तर अभिलेख १३ भनेर अहिले भनिन्छ ।) जसको मौलिक स्वरूपमा अहिले पनि पढ्न सकिन्छ, कलिङ्गको विजय सम्बन्धमा सम्राटले खुल्ला रूपमा पश्चाताप वा प्रायश्चितता प्रकट गरेका छन् । त्यहाँको भयावहको स्थितिको विचार गर्दा उसको निमित्त कस्तो

“भयावह र पीडादायी” भनेर भनिएको थियो । उनले खुल्ला रूपमा घोषणा गरेका थिए कि ऊ कहिले पनि अब अर्को लडाइको विजयको लागि बाहिर निस्कने छैन र उनले सबै प्राणीहरूका लागि अहिंसा, स्वनियन्त्रण, नम्रता र सौम्यताको इच्छा व्यक्त गरे । वास्तवमा देवताहरूका प्रिय अशोकको लागि यही महान विजय हो । यसैलाई धम्म विजय बन्थो भनिन्छ । उनले लडाइँ मात्र त्यागेन, उनले यस्तो इच्छा पनि व्यक्त गरे “मेरा छोराहरू र नातिहरूले प्राप्त गर्न योग्य भनी कुनै नयाँ विजय बारे विचार नगरोस् । धर्म र दयाको विजय मात्र उनीहरूले सोचून । यो संसारको लागि र संसार बाहिरको अर्को संसारको लागि पनि असल छ ।”

मनुष्य जातिको इतिहासमा शक्तिको चुचुरोमा पुगेर विजयी माथि विजयी भएको एउटै यो उदाहरण हो । साम्राज्य विस्तार गर्ने र अभै अर्को राज्य जोडने शक्ति हुँदाहुँदै पनि लडाइँ र हिंसालाई त्यागदै शान्ति र अहिंसामा परिणत गरेको यो एउटै उदाहरण हो ।

आजको विश्वको लागि यहाँ सिक्नु पर्ने एउटा पाठ छ । साम्राज्यको एउटा सम्राटले खुल्ला तवरले लडाइँ र हत्या हिंसाप्रति पिठ्युँ फर्कायो र शान्ति एवं अहिंसाको सन्देशलाई अंगाले । कुनै यस्तो ऐतिहासिक प्रमाण छैन जसमा कुनै छिमेकी राज्यले अशोकको धार्मिक भावनालाई कुल्चदै दैनिकी तवरले फाइदा उठायो अथवा त्यहाँ न त कुनै क्रान्ति वा विद्रोह राज्यभित्र उनको जीवनकालमा नै भयो । यसको विपरित साम्राज्यभित्र शान्ति थियो र उनका साम्राज्य बाहिरका मुलुकहरूले पनि उनका असीम नेतृत्व स्वीकारेको देखिन्छ ।

शक्ति सन्तुलनद्वारा शान्ति कायम गर्ने कुरा अथवा परमाणु युद्धको धम्कीद्वारा शान्ति पाउन खोज्नु मुख्याइँ मात्र हो । हातहतियारको बलले डर मात्र पैदा गर्दछ शान्ति होइन । भय र डरद्वारा साँच्चैको र लामो समयसम्म शान्ति कायम गर्नु असम्भव हुन्छ । डरद्वारा घृणा, अकुशल भावना र वैमनस्यतालाई केही समयसम्मको लागि मात्र दबाएर राख्न सकिन्छ तर कुनै समयमा पनि यो पड्कन सक्छ र यो भयंकर हुन सक्छ । मेत्ता र सामञ्जस्यताको वातावरणमा मात्र डर एवं शंका, उपशंका र खतराबाट

मुक्त हुन सकिन्छ । यस्तो अवस्थामा मात्र साँचो शान्तिको वातावरण व्याप्त हुन सक्ने हुन्छ ।

विनाश ल्याउने शक्ति संघर्षलाई त्याग गरेको समाज सृजना गर्नु बुद्ध धर्मको लक्ष हो । त्यस्तो समाजमा विजय र हारबाट मुक्त शान्ति छाएको हुन्छ; यहाँ अज्ञानी र सोभाहरूलाई सजाय दिने कामलाई बलियो ढंगले विरोध गरिएको हुन्छ; यहाँ सैनिक र आर्थिक लडाइँबाट लाखौँलाई जित्नुभन्दा आफैँमाथि विजय प्राप्त गर्नेले आदर गौरव प्राप्त गर्छ; यस्तो समाजमा घृणामाथि दयाले विजय प्राप्त गर्दछ; जहाँ खराबमाथि असलको जित हुन्छ; त्यस्तो समाज बुद्ध धर्मले सृजना गर्न चाहन्छ । यस्तो समाजमा वैरभाव, डाह, दुर्भावना र लोभले मानिसहरू मनलाई अपवित्र बनाउन नसकिने हुन्छन् । करुणाले नै प्रमुख भूमिका खेल्ने र जहाँ सबै प्राणीहरूमाथि उचित व्यवहार हुन्छन्, त्यस्तो समाजको सृजना गर्नु बुद्ध धर्मको लक्ष्य हो । शान्ति र सामञ्जस्यता सहित भौतिक सन्तुष्टताको संसारलाई परमार्थ सत्य र निर्वाणलाई प्राप्त गर्ने सर्वोत्कृष्ट उच्चतम लक्ष्यतिर अगाडि बढ्ने समाज सृजना गर्नु बुद्ध धर्मको उद्देश्य हो ।

छानिएका पाठयवस्तुहरूः

यहाँ अनुवाद गर्न छानिएका मौलिक पाली ग्रन्थहरूका विषयलाई व्याख्या गर्दा आधुनिक पाठकहरूलाई बुझ्न र यसका शैली विषयमा थाहा पाउन मद्दत हुनेछ ।

बुद्धको परिनिर्वाणपछि उहाँका निकट शिष्यहरूले संघायानको आयोजना गरेका थिए जसमा बुद्धका सबै शिक्षा, उपदेशहरू र विनयका नियमहरू जस्तो सम्झका हुन् त्यस्तै पाठ गरिए र उहाँले सिकाउनु भए जस्तै छन् भनेर स्वीकृति प्रदान गरेर त्रिपिटक बनाए । यी संकलनहरूलाई थेराहरू वा जेष्ठ भिक्षु र उनीहरू पछि आएका शिष्यहरूमाथि भविष्यका पुस्ताहरूका भलाइका लागि मौखिक वाचन गर्न जिम्मा दिइएका थिए ।

अटुट रूपमा बुद्धले जस्तो किसिमले सिकाउनु भएको हो त्यस्तै रूपमा उहाँका धर्मदेशना शिक्षाको मौखिक संचारलाई निरन्तरता प्रदान गर्न नियमित, व्यवस्थित, क्रमबद्ध र एकरूपतामा वाचन आवश्यक हुन्छ । यहाँ उल्लेख गर्न अत्यन्त आवश्यक छ कि खास गरेर पाठ गरिने कुरा एक जना व्यक्तिको काम नभएर समूहको हो । यस्तो किसिमको सामूहिक वाचनको मुख्य उद्देश्य भनेको यी ग्रन्थहरू जस्ता छन् त्यस्तै कुनै किसिमको हेरफेर, परिवर्तन र यताउता परी नमिल्ने नहोस् भनेर हो । समूहको कुनै एक सदस्यले एक शब्द मात्र भुले पनि अर्कोले सम्झाई दिने अथवा कसैले फरक पर्ने गरी बोलेमा थपघट गरेमा वा शब्द वाक्यांश छुट्न गएमा अर्कोले शुद्ध गरिदिन्थे । यसरी आशा गरिएको थियो, बुद्धको शिक्षामा कुनै पनि परिवर्तन नहोस्, यताउति नफेरियोस्, थपघट नहोस् र नछुटोस् । बुद्ध जसले ती कुराहरू प्रतिपादन गर्नुभयो र उहाँको परिनिर्वाणको धेरै वर्षपछि पनि यी पाठ्य वस्तुहरू अटुट निरन्तर रूपमा मौखिक सञ्चार हुँदै आउँदा यी तथ्यहरू एकजना व्यक्तिले मात्र गरेकोमा भन्दा सामूहिक रूपमा पाठ गर्दा बढी विश्वसनीय र जस्तो छ, उस्तै रूपमा मौलिकतामा कुनै परिवर्तनको आँच नआउने ठोकुवा गर्न सक्ने विश्वास गरिन्छ । बुद्धको परिनिर्वाणको ४०० वर्षपछि इस्वी पहिलो शताब्दीमा सिलोनमा भएको संघायनमा पहिलो

पटक बुद्धका शिक्षा र उपदेशहरूलाई लिखित रूपमा बाहिर निकालिए । त्यसबेलासम्म त्रिपिटकका सम्पूर्ण विषयवस्तुलाई अटुट मौखिक परम्पराद्वारा एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण वा सञ्चार हुँदै आएको थियो ।

मौलिक ग्रन्थ पाली भाषामा थियो जुन नरम, मिठासपूर्ण र सलल बग्ने खालको थियो । फेरि फेरि दोह्याउने शैली, विषयवस्तुलाई विभिन्न वर्ग वा समूहमा प्रयोग गर्ने जुन तरिका मौखिक परम्पराको निरन्तरताको लागि आवश्यक हुन्छ आदिले स्मरण गर्न मात्र मद्दत गर्दैन तर यस्तो तरिकाले कवितात्मक सौन्दर्य र आनन्द पनि प्रदान गर्छन् । उनीहरूले कवितात्मक लयको प्रयोग गर्दा कविताको रसास्वादन पनि प्राप्त हुन्छ । मौलिक पालीमा यी ग्रन्थको सामूहिक पाठ वन जङ्गलको रमणीय शान्त वातावरणमा वा विहार गुम्बामा सम्पन्न गर्दा पनि रमाइलो, लयात्मक, संगीतात्मक र सौम्य प्रभाव छोड्छन् । मीठासले पूर्ण, भव्यता र दोह्याउने शैलीले अर्थ नबुझ्नेहरूमाथि पनि राम्रो प्रभाव छोड्छन् र थाहा नभएको भाषा भए पनि गम्भीर सामूहिक वाचनले श्रोतालाई राम्रो प्रभाव छोड्छ । परम्परागत मिठासपूर्ण लयात्मक वाचन यस्तो शान्तमय मन छुने खालको हुन्थ्यो कि कुनै विषयगत वाचनले वन जङ्गलमा बसोबास गरेका देवी देवताहरू पनि कहिलेकाहीं मुग्ध हुन्थे र यसबाट आकर्षित हुन्थे ।

मौलिक विनय वा ग्रन्थबाट तल दिइएका श्लोकहरूलाई, तिनीहरूको शैलीहरू विषयमा ज्ञान दिनको लागि छानिएर राखेका हुन् । अरू ठाउँहरूमा तिनीहरूलाई थोप्लोबाट संकेतको रूपमा दिइएका छन् । मौलिक पालीलाई सम्भव भएसम्म जस्तो छ, उस्तै अंग्रेजीमा र कुनै किसिमले पनि बुद्धले भन्नुभएको शब्दको अर्थ र लयात्मक मिठास र आधुनिक अंग्रेजी प्रयोगलाई नबिग्रने गरी अनुवाद गर्न कोशिश गरेको छु ।

धम्मचक्कपवत्तन-सुत्त (बुद्धको पहिलो उपदेश)

यस्तो मैले सुनेको छु । एकचोटि भगवान बुद्ध इसिपतन (ऋषिमुनिहरूका आश्रम) वाराणसी (बनारस) को नजीक मृगदावनमा बसिरहनु भएको थियो । त्यहाँ उहाँले पाँचजना भिक्षुहरूका समूहलाई सम्बोधन गर्नु भयो :

भिक्षुहरू, यी दुई अतिहरूमा गृहत्याग गरेकाहरूले अभ्यास गर्नु हुँदैनन् । यी दुई के के हुन् ? इन्द्रिय सुखमा लिप्त हुनु भनेको नीच, सामान्य र साधारण मानिसहरूका तरिका हुन् जुन ग्रहण गर्न योग्य नभएको र फाइदा नहुने अभ्यास हुन्, अर्को आफूलाई यातना दिनुमा लागी पर्नु जुन पीडादायी, ग्रहण गर्न अयोग्य र फाइदाजनक नहुने हुन्छ ।

यी दुईटै अतिहरूलाई पन्छाएर तथागतले मध्यम मार्गलाई बोध गर्नु भयो : यसले अवधारणा वा परिकल्पना, नवीन सोच प्रदान गर्छ, ज्ञान दिन्छ, र शान्ति, अन्तरज्ञान र सम्बोधि लाभबाट निव्वानको लक्ष्मसम्म डोच्याएर लैजान्छ । त्यो मध्यम मार्ग के हो त ? सामान्यत यो आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो जुन सम्यक् दृष्टि, सम्यक् सङ्कल्प, सम्यक् वाचा, सम्यक् कर्मान्त, सम्यक् आजीविका, सम्यक् वायाम, सम्यक् सति र सम्यक समाधि हुन् । तथागतले बोध गर्नुभएको मध्यममार्ग यही हो जसले नवीन परिकल्पना र सोच, ज्ञान दिन्छ र जसले शान्ति, अन्तरज्ञान, सम्बोधिलाभदेखि निव्वानसम्मको मार्गमा डोच्याउँछ ।

दुख आर्य सत्य यही हो: जन्मनु दुख, बुढो हुँदै जानु दुख, रोग लाग्नु वा विरामी हुनु दुख, मृत्युवरण गर्नु दुख । दुख र विलाप, पीडा, चिन्ता र निराशा दुखहरू हुन् । मन नपर्ने र मनले चाहेको नभेट्नु दुख हो । चाहेको वा मन परेको मानिसबाट अलग हुनु दुख हो । छोटकरीमा भन्ने हो भने पञ्चस्कन्धसँग टाँस्सिनु वा आसक्ति नै दुख हो ।

दुखको स्रोतको आर्य सत्य यो हो : यो तृष्णा हो जसले पुनः पुनः अस्तित्वमा आउनु र फेरि फेरि हुनु (भव) को प्रक्रियालाई पैदा गर्दछ जुन अति लोभ वा तण्हामा कस्सिएर बाँधिएका हुन्छन् । कहिले यहाँ, कहिले त्यहाँ

पुगेर लिने ताजा आनन्द जसलाई इन्द्रिय सुखको लागि तृष्णा भनिन्छ अस्तित्व र भवको लागि तृष्णा र स्वविनाश अर्थात कहिल्यै अस्तित्वमा न आउने तृष्णा विभव भनिन्छ ।

दुख निरोधको आर्य सत्य यो हो : तृष्णा पूर्ण मात्रामा त्याग गर्ने, छोड्ने, यसबाट मुक्त हुने र यसबाट अनासक्त हुनु दुखको पूर्ण निरोध हो ।

दुख निरोधसम्म पुऱ्याउने आर्य सत्य यो हो : सामान्यत यो आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो जसलाई सम्यक् दृष्टि, सम्यक् सङ्कल्प, सम्यक् वाचा, सम्यक् कर्मान्त, सम्यक् आजीविका, सम्यक् वायाम, सम्यक् सति र सम्यक् समाधि भनिन्छ ।

“यो दुख आर्य सत्य हो : यस्तो अन्तरदृष्टि र ज्ञान, बुद्धि, विज्ञान, प्रकाश जुन मेरो मनमा जागृत भयो, पहिले कहिल्यै सुनिएको थिएन । “यो दुख, यो आर्य सत्यको पूर्ण बोध हुनुपर्छ ।” यही थियो जुन मैले अन्तरदृष्टिबाट प्राप्त गरेँ, यही ज्ञान, प्रज्ञा, विज्ञान र प्रकाश जुन मेरो मनमा उठेर आए र यो यसभन्दा पहिले कहिले सुनिएको थिएन । “आर्य सत्यको रूपमा यो दुखबारे सम्पूर्ण बोध भयो” : यस्तो अन्तरदृष्टि थियो, ज्ञान, प्रज्ञा, विज्ञान र प्रकाश थियो जुन मेरो मनमा जागृत भयो र यिनीहरूबारे पहिले कहिल्यै सुनिएको थिएन ।

“दुखको मूलबारे यो आर्य सत्य हो” : यस्तो अन्तरदृष्टि थियो” दुखको मूलबारे यो आर्य सत्य हो, यसलाई त्यागनु पर्छ ।” : यस्तो अन्तरदृष्टि थियो” दुख निरोध हुने बिन्दुसम्म पुऱ्याउने मार्ग, एउटा आर्य सत्य मैले अनुसरण गरिसकेँ । यस्तो अन्तरदृष्टि थियो, ज्ञान, प्रज्ञा, विज्ञान र ज्योति थियो जुन मेरो मनमा जागृत भयो, तिनीहरूका विषयमा पहिले कहिल्यै पनि सुनिएका थिएनन् ।

“यो दुख निरोधको आर्य सत्य हो” : “यस्तो अन्तरदृष्टि थियो दुख निरोधको आर्य सत्यको बोध हुनुपर्छ ।” यस्तो अन्तरदृष्टि थियो, दुख निरोधको आर्य सत्यको बोध भयो ।” यस्तो अन्तरदृष्टि थियो यी कुराहरू बारे पहिला कहिल्यै पनि सुनिएको थिएन ।

“दुख निरोधसम्म पुऱ्याउने यो आर्य सत्य हो” । यस्तो अन्तरदृष्टि थियो, ” दुखको निरोधसम्म पुऱ्याउने मार्गमा डोऱ्याउने यो आर्य सत्यको अनुसरण हुनुपर्छ (वीजारोपण गरी अभ्यास गर्ने) ।” यस्तो अन्तरदृष्टि

थियो” दुख निरोध हुने विन्दुसम्म पुऱ्याउने मार्ग, एउटा आर्य सत्य मैले अनुसरण गरिसकेँ ।” यस्तो अन्तरदृष्टि थियो, ज्ञान, प्रज्ञा, विज्ञान र ज्योति थियो जुन मेरो मनमा जागृत भयो, तिनीहरूका विषयमा पहिला कहिले पनि सुनिएका थिएनन् ।

“चार आर्य सत्यहरूको सम्बन्धमा, तीनवटा क्षेत्रहरू र बाह्रवटा तरिकाहरूसँग सम्बन्धित अन्तरदृष्टिको साँच्चैको ज्ञानपूर्ण मात्रामा स्पष्ट नहुन्जेल मैले कहिल्यै पनि सम्बोधि लाभ हासिल गरेको कुरा उद्घोष गरिन् । देवताहरू, मारहरू, ब्रह्माहरू, ऋषिमुनिहरू, ब्राह्मणहरू, राजकुमारहरू र सर्वसाधारण मानिसहरू भएका यस संसारका अत्युत्तम सर्वोत्कृष्ट उपलब्धि नै बोधिज्ञान हो ।”

“तर जब यी चार आर्य सत्यसँग सम्बन्धित तीन क्षेत्र, १२ वटा तरिकाहरू बारेको साँच्चैको ज्ञानको मेरो अन्तरदृष्टि पूर्ण रूपमा सफा र स्पष्ट भए, त्यसपछि मैले देवताहरू, मारहरू, ब्राह्मणहरू, ऋषिमुनिहरू, राजकुमार र सर्वसाधारण मानिसहरू भएको यस संसारको सर्वोत्तम ज्ञान र सम्बोधि लाभ गरेको कुरा उद्घोष गरेँ । मेरो हृदयदेखि देसना गरेको कुरा अपरम्पार हुन् । यो अन्तिम जन्म हो । अब मेरो पुनर्जन्म वा पुनःभव छैन ।”

यही नै हो सम्यक् सम्बुद्धले भन्नुभएको कुरा । पञ्चवर्गीय भिक्षुहरू खुसी भए, तिनीहरू भगवानका वचनमा प्रसन्न भए ।

(संयुक्त-निकाय ५६, ११)

अग्नि उपदेश

(आदित्तपरियाय-सुत्त)

यस्तो मैले सुनेको छु । सम्यक् सम्बुद्ध एकपटक गयाको गयासिसमा एक हजार भिक्षुहरूसँग बसिरहुनु भएको थियो । त्यहाँ उहाँले भिक्षुहरूलाई सम्बोधन गर्नुभयो :

“भिक्षुहरू, सबै कुराहरू जलिरहेका छन् । दन दन जलिरहेका ती सबै के के हुन् ? भिक्षुहरू, चक्षुहरू जलिरहेका छन्, रूपहरू जलिरहेका छन्, चक्षु विज्ञानहरू जलिरहेका छन् । चक्षु संस्पर्शका प्रत्ययको कारण जलिरहेका छन्, वेदनाहरू, सुख वेदना, दुख वेदना, न सुख न सुख वेदनाहरू दन दन जलिरहेका छन् जुन देखिएका वस्तुका बलेका हुन्, तिनीहरू पनि जलिरहेका छन् । ती के कुराले जलिरहेका हुन् ? लोभ र तृष्णाले गर्दा जलिरहेका हुन्, घृणाको आगो, मोहका आगोले जलिरहेका हुन् । यो जन्म, बुढो हुँदै जाने बुद्धयौली, मृत्यु, दुख, अलाप विलाप, पीडा, दर्द र निराशाहरूसँग जलिरहेका छन् ।

कान जलिरहेको छ, ध्वनी जलिरहेको छ, श्रुत विज्ञान जलिरहेको छ । श्रुत संस्पर्शका प्रत्ययको कारण छाप जलिरहेको छ र श्रुतबाट निस्केका वेदना, सुख वेदना, दुख वेदना, न सुख, न दुखको वेदना जलिरहेको छ । श्रुतले छोडेका छाप पनि जलिरहेको छ । के ले जलिरहेको छ ? लोभ लालच, तृष्णाद्वारा जलिरहेको छ ।

घ्राण दन दन जलिरहेको, गन्धको कारण जलिरहेको छ । घ्राण विज्ञान जलिरहेको छ, घ्राण संस्पर्शको प्रत्ययको कारण वेदना, सुख वेदना, दुख वेदना, न सुख वेदना, न दुख वेदना, घ्राण संस्पर्शले वेदना उठिरहेको छ । त्यो पनि जलिरहेको छ । के कारणले जलिरहेको छ । लोभ लालच र तृष्णाको कारण जलिरहेको छ ।

जिह्वा जलिरहेछ, स्वाद जलिरहेछ, जिह्वा विज्ञान जलिरहेको छ, जिह्वा स्पर्श जलिरहेको छ, यसले ल्याएको वेदना, दुखको वेदना, सुखको

वेदना, न सुख र न दुखको वेदना जलिरहेको छ । स्वादले छोडेको छाप जलिरहेको । के कारणले बलिरहेको ? तृष्णाले गर्दा बलिरहेको छ ।

काय दनदन बलिरहेको छ, कायका स्पर्श जलिरहेका छन् । छुँदा प्राप्त हुने चेतना बलिरहेको छ । काय संस्पर्शको प्रत्यय बलिरहेको छ र त्यसले ल्याएका वेदना सुख र दुख न सुख, न दुख वेदना जलिरहेका छन् । के कारणले बलिरहेका छन् ? तृष्णाको आगोले बलिरहेको छ ।

चित्त जलिरहेको छ, विचार वा चिन्तन जलिरहेको छ, मनोसंस्पर्श जलिरहेको छ, मनोविज्ञान जलिरहेको छ । चित्तमा उठेका वेदना अर्थात् मनोसंस्पर्शको प्रत्ययको कारण दुख, सुख, न दुख न सुखका वेदनाहरू जलिरहेका छन् । के ले जलिरहेको छ ? तृष्णाको आगोले जलिरहेको छ, घृणाको आगोले जलिरहेको छ, मोहको आगोले जलिरहेको छ । म भन्छु जन्म, जरा, व्याधि र मृत्यु, दुख, अलाप विलाप, दर्द, पीडा र निराशाले जलिरहेका छन् ।

भिक्षुहरू, एकजना विद्वान र असल चेला जसले यस्तो देख्छ, उसमा आँखा र आँखाबाट देखिने रूपहरूमा वितृष्णा जाग्छ, चक्षु विज्ञान बारे वितृष्णा जाग्छ, आँखा र आँखाको चेतनाले छोड्ने छापमा वितृष्णा जाग्छ र आँखाको चेतनाले ल्याउने कुरामा वितृष्णा जाग्छ । कान, कानसँग सम्बन्धित श्रुत, श्रुत चेतनामा वितृष्णा नाकबाट सुँघेर प्राप्त हुने चेतना र वेदना मा वितृष्णा, त्यस्तै जिब्रो र जिब्रोले दिने स्वाद बारे वितृष्णा त्यस्तै ऊ शरीरसँग सम्बन्धित तृष्णा, काय संस्पर्शबाट प्राप्त हुने तृष्णा यस्तै चित्तको सम्बन्धमा, उठ्ने चेतना सम्बन्धमा, मानसिक छाप, मानसिक वेदना जुन सुख, दुख र न सुख न दुख वेदना जुन उठ्छन्, त्यसमा अनासक्त हुने, चित्तमा पर्ने मानसिक छापमा समेत वितृष्णा जगाउने व्यक्ति नै विद्वान र असल चेला हुनेछ ।

इच्छा न गर्नाले ऊ अनासक्त हुन्छ, अनासक्त भावले उसलाई मुक्ति दिन्छ । मुक्त भएपछि उसलाई ज्ञान हुन्छ ऊ, मुक्त भएको छ । उसले थाहा पाउँछ : जन्म सकिएको छ, पवित्र जीवन बाँच्न सकेको छ, गर्नुपर्ने गरिसकेको छ । त्यसकारण गर्न बाँकी केही छैन ।”

सम्यक् सम्बुद्धले यस्तो भन्नुभयो । भिक्षुहरू खुसी भए, र तिनीहरू उहाँका वचनहरूमा प्रसन्न भए ।

यी उपदेशहरू सुनिरहँदा ती हजार जना भिक्षुहरूका चित्तहरू कुनै आसक्ति विना अशुद्धताबाट मुक्त भए । (संयुक्त-निकाय ३५,२८)

मैत्री

(मेत्त - सुत्त)

जो असल छ र जसले शान्त अवस्था प्राप्त गर्न इच्छा गर्छ, उसले यस्तो काम गर्नु पर्छ :

ऊ सोभो, विल्कुलै सिधा, सबैसँग मेलमिलाप राख्न सक्ने, सुशील र विनम्र हुन समर्थ हुनुपर्छ ।

सन्तुष्ट र केही दायित्वहरूसार्थ सहजै बाँच्न सक्ने, सामान्य जीविकोपार्जन, इन्द्रियहरूलाई नियन्त्रण गर्न सक्ने, आफ्नै बुद्धिले निर्णय गर्न सक्ने, अधीर नहुने र परिवारहरूसँग लोभिँदो तरिकाले आसक्त नहुने हुन्छ ।

सानो भन्दा सानो गल्ती पनि आफूबाट नहुने जसले गर्दा बुद्धिमानहरूले उसको मूल्यांकन गरोस् । त्यसो भए उसले आफ्ना विचारहरूलाई यसरी वीजारोपण गर्नु पर्छ :

सबै प्राणीहरू सुखी र सुरक्षित होऊन्, उनीहरूका चित्तहरू सन्तुष्ट होऊन् ।

जस्तोसुकै प्राणी होस्-कम्जोर अथवा बलिया, अग्लो वा पुङ्को, सानो, मभौला, बलिया, ठूला, देखिने वा नदेखिने, टाढा वा नजीक बस्ने, जन्मेका वा नजन्मेका सबै प्राणीहरू अपवाद विना सुखी होस्, सुख चित्त लिएर बाँचोस् ।

जुनसुकै ठाउँमा रहेको भएपनि कसैले कसैलाई नठगोस्, हेला न गरोस् । रिसाउँदा वा दुर्भावना आउँदा कसैले कसैलाई हानी नोक्सान गर्ने इच्छा नगरोस् । एकजना आमाले आफ्नो ज्यानलाई जोखिममा पारेर भए पनि आफ्नो बच्चाहरूलाई रक्षा गरे जस्तै जो कोहीले पनि अरूहरूप्रति असीम सहृदयता आफूमा जगाउनु पर्छ र त्यसलाई अभिवृद्धि गर्नु पर्छ ।

सारा संसारमा - माथि, तल र वारी पारी - जहाँ पनि जताततै कुनै किसिमको अवरोध, घृणा र द्वेष भावना विना असीमित प्रेमको भावना व्याप्त हुनु पर्छ, पार्नु पर्छ भन्ने कुराको सबैले चिन्तन गर्नुपर्छ । उभिँदा, हिँड्दा,

बस्दा अथवा पल्टंदा जबसम्म ऊ बिउंभेको हुन्छ, त्यो व्यक्तिले स्मृतिलाई कायम राख्नु पर्दछ । यो नै यस जीवनको उत्कृष्ट अवस्था हो भनेर विद्वानहरू भन्छन् ।

खराब र गलत चिन्तनमा नपरी, गुणवान अथवा पुण्यवान अन्तरदृष्टि शक्तिद्वारा उनले इन्द्रिय सुख र इच्छाको आसक्तिलाई परित्याग गर्छ । यस्तो किसिमको मानिस फेरि जन्मनको लागि गर्भमा कहिल्यै फर्कनु पर्ने हुँदैन । (सुत्तनिपात क ८)

मङ्गलहरू

मङ्गल सुत्त

यस्तो मैले सुनेको छु :

एकदिन सम्यक् सम्बुद्ध सावत्थी नजीक जेतवनको अनाथपिण्डिकको जेतवन विहारमा बसिरहनुभएको थियो । शुद्ध राति एकजना देवता सम्पूर्ण जेतवनमा आफ्ना अत्यन्त चर्हकिला ज्योति छरी भगवानको सामू उपस्थित भए र आदर गौरवपूर्वक दण्डवत गरी उहाँको नजीक छेऊमा उभिए । यसरी उभेर उनले भगवानको समक्ष श्लोक बोली बित्ति गरे ।

धेरै देवताहरू र मनुष्यहरूले सुखको इच्छा राख्दै मङ्गलका कुराहरूबारे चिन्तन मनन गरेका छन्, “भगवान ! मलाई कृपा गरेर उच्चतम मङ्गलहरूबारे उपदेश दिनुहोस ।”

मूर्खहरूसँग संगत नगर, बुद्धिमानहरूसँग संगत गर र इज्जत गर्न योग्यहरूलाई इज्जत गर यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

बस्न योग्य सुहाउँदो स्थानमा बसोबास गर, बितेका समयमा पुण्यवान काम गरेको र वर्तमानमा पनि आफैलाई ठीक बाटोमा लगाऊ, ठीक काम गर । यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

कुनै सीपमा पोख्त होऊ, उत्कृष्ट रूपमा अनुशासित बन र मीठो बोली बचन गर । यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

माता पितालाई आड भरोसा देऊ, पालनपोषण गर, श्रीमती र बाल बच्चाहरूलाई हेरविचार गरी खुसी तुल्याऊ र शान्तमय पेशा अपनाऊ, यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

उदारता, उचित बानी व्यहोरा, छिमेकीहरूलाई मद्दत गर्ने स्वभाव, दागरहित वा निष्कलङ्कित काम गर - यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

पापकर्मबाट अलग हुने वा रोक्ने, लागू नशालु पेय पदार्थको सेवन गर्नेबाट अलग होऊ, असल गुणहरू प्राप्त गर्न मिहिनेत गर, यही उच्चतम मङ्गल हो ।

आदर गौरव, विनम्रता, सन्तोष, कृतज्ञता र धर्म श्रवण यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

धैर्य, आज्ञाकारिता, श्रवणहरू (पवित्र मानिसहरू) भेट्नु र उचित समयमा धार्मिक छलफलहरूमा सहभागी हुनु यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

आत्मसंयम वा नियन्त्रण, पवित्र जीवन, आर्य सत्यहरू देख्नु र बुझ्नु र निष्ठा प्राप्त गर्नु यो नै उच्चतम मङ्गल हो ।

यदि मानिसको चित्त दुखरहित, दागरहित, सुरक्षित र सांसारिक पदार्थहरूले छुन नसक्ने अथवा हल्लाउन नसक्ने भए, यो नै मङ्गल हो ।

यसरी बुझेर जहीँतहीँ अपराजित दृढ रूपमा काम गर्ने भए सुख प्राप्त हुनेछ, र उनीहरूका निमित्त यी नै उच्चतम मङ्गलहरू हुन् ।

(सुत्तनिपात 'ख' ४)

सबै चिन्ताहरू र दुखहरूबाट मुक्त हुने

(सब्बासव-सुत्त)

यसरी मैले सुनेको छु । सम्यक् सम्बुद्ध सावत्थी नजीकै अनाथपिण्डकको विहारमा बसिरहनु भएको थियो । त्यहाँ उहाँले भिक्षुहरूलाई सम्बोधन गर्नु भयो र उनीहरूले उत्तर दिए : ‘भगवान’ । सम्यक् सम्बुद्धले तल दिइएका कुराहरू बोल्नुभयो :

“भिक्षुहरू, सबै चिन्ताहरू र दुखहरूलाई रोक्ने तरिकाहरूबारे म व्याख्या गर्दछु, सुन । ध्यान दिएर सुन र राम्रोसँग चिन्तन गर । म तिमीहरूलाई भन्छु ।” ‘हवस भन्ते’, सम्यक् सम्बुद्धलाई प्रतिक्रिया दिदै तिनीहरूले भने । त्यसपछि, उहाँले यस्तो भन्नुभयो :

“भिक्षुहरू, चिन्ताहरू र दुखहरूका विनाश (छुट्कारा पाउने) जुन सम्भव छन्, उनीहरूलाई म भन्छु जसले देख्छन् र थाहा पाउँछन्, उनीहरूलाई होइनन् जसले देख्दैन र थाहा पाउँदैनन् । चिन्ता र दुखबाट छुट्कारा पाउनको निमित्त व्यक्तिले के थाहा पाउनु पर्छ, र के देख्न सक्नु पर्छ, के यस्तो सम्भव छ ? बुद्धिमतापूर्ण चिन्तन र बुद्धिमतापूर्ण नभएका चिन्तनबारे मनन गरौं । त्यो व्यक्ति जसले बुद्धिमानीपूर्वक विचार गर्दैन, उसको अगाडि नभएका वा नउठेका चिन्ता र दुखहरू आउँछन् र उठ्छन् र भएका चिन्ता र दुखहरू बढ्छन् । तर उनको निमित्त जसले बुद्धिमानीपूर्वक चिन्तन मनन गर्छ, नभएका चिन्ता र दुख उठ्दैन र साथै जुन पहिला उठेको हो हराएर जान्छ ।

भिक्षुहरू, १) अन्तरदृष्टिद्वारा उन्मूलन गर्नुपर्ने चिन्ता र दुखहरू छन् । २) आएकोलाई सम्हालेर र रोकेर हटाउनु पर्ने चिन्ता र दुखहरू छन् । ३) उपयोग गरेर हटाउनु पर्ने चिन्ता र दुखहरू छन् । ४) सहेर अथवा सहिष्णुताद्वारा छुट्कारा पाउनु पर्ने चिन्ता र दुखहरू छन् । ५) टाढा र अलग्ग रहेर छुट्कारा पाउनु पर्ने चिन्ता र दुखहरू छन् । ६) फालेर हटाउनु पर्ने

चिन्ता र दुखहरू छन् ७) संस्कार स्थापना गरेर हटाउनु पर्ने चिन्ता र दुखहरू छन् ।

भिक्षुहरू, कुनचाहिं चिन्ता र दुखहरूलाई अन्तरदृष्टिबाट निर्मूल पार्नु पर्छ ? भिक्षुहरू ! शिक्षा प्राप्त नगरेको सामान्य व्यक्ति जसले उत्कृष्ट महान व्यक्तित्वबाट उपदेशहरू सुन्न पाएका हुँदैन, जसले धार्मिक व्यक्तित्वहरूलाई देखेको छैन, असल मानिसहरूले प्रदान गरेका शिक्षा प्राप्त गरेको छैन, त्यस्तो शिक्षाबारे बुझेका र जानेका छैनन्, कुन कुन विषयमा चिन्तन मनन गर्नु पर्छ र कुन कुन विषयमा चिन्तन मनन गर्नु हुँदैन भन्ने कुरा जानेका हुँदैनन् । के विचार गर्नु हुन्छ, के विचार गर्नु हुँदैन भन्ने नजान्ने व्यक्तिले विचार गर्नु नहुने विषयमा विचार गर्छ, विचार गर्नु पर्ने विषयमा विचार गर्दैन ।

अब, भिक्षुहरू, ती के के कुरा हुन् जसको विषयमा चिन्तन गर्नु हुन्छ तर उसले त्यसबारे विचार गर्छ ? यदि कुनै विषयमा विचार गरेर त्यो मानिसभिन्न इन्द्रिय सुखद्वारा अशुद्ध कुराहरू उठ्छन् जुन पहिला उठेका छैनन् र साथै ऊसँग पहिल्यै भएका अशुद्ध विचारहरू बढ्छन् । अस्तित्व र भवको तृष्णा अज्ञानताका अकुशलताहरू पहिला नउठेका भए उठ्छन्, अज्ञानताका अकुशलताहरू पहिला नै भएका भए फेरि बढ्छन् । यिनै कुराहरू हुन् जुन बारे विचार गर्नु हुँदैन तर उसले विचार गर्छ ।

भिक्षुहरू, ती कुराहरू के के हुन् जसको बारे विचार गर्नु पर्छ तर उसले विचार गर्दैन ? यदि केही कुराहरूबारे विचार गर्दा त्यो व्यक्तिमा इन्द्रिय सुखका कलङ्कित कुराहरू उठेका छैनन् भन्ने ती उठ्दैनन् र पहिला नै उठिराखेका छन् भने पनि हराएर जान्छन् । अस्तित्वको निमित्त इच्छा अथवा तृष्णा वा भवको तृष्णाको अशुद्ध कुरा, अज्ञानताको अशुद्ध कुरा मनमा उठेको छैन भने उठ्दैन, पहिला नै त्यस्तो उठेको छ भने हराएर जान्छ । त्यस्ता कुराहरू बारे चिन्तन गर्नु पर्छ तर उसले गर्दैन ।

विचार गर्नु नपर्ने कुराहरूमा विचार गरेर र विचार गर्नु पर्नेमा त्यस्तो नगरेर पहिला नउठेका अकुशलताहरू उठ्नेछन् र पहिला भएका पनि बढ्ने छन् । त्यसपछि उसले अनावश्यक ढंगले वा बुद्धिमानीपूर्वक केही नगरी यस्तो तरिकाले सोच्छ ।

१. के म उहिले भूतकालमा अस्तित्वमा थिएँ ?
 २. के म उहिले भूतकालमा अस्तित्वमा थिइन ?
 ३. उहिले भूतकालमा म के थिएँ ?
 ४. उहिले भूतकालमा म कस्तो थिएँ ?
 ५. अहिले म यो छु भने उहिले भूतकालमा म के थिएँ ?
 ६. भविष्यमा म रहूँला ?
 ७. भविष्यमा म न रहूँला ?
 ८. भविष्यमा म के हुँला ?
 ९. भविष्यमा म कस्तो हुँला ?
 १०. अहिले म यो छु भने भविष्यमा म के हुँला ?
- अथवा यस वर्तमान घडीमा आफै बारे ऊ शकालु छ
११. के म अस्तित्वमा छु ?
 १२. के म अस्तित्वमा छुइन ?
 १३. म के हुँ ?
 १४. म कस्तो छु ?
 १५. यो मानिस कहाँबाट आयो ?
 १६. ऊ कहाँ जान्छ होला ?

यसरी बुद्धिमानीपूर्वक नसोच्दा उनीभित्र ६ वटा गलत धारणाहरू उठ्छन् :

१. मसँग आत्मा छ - यो विचार वा धारणा साँच्चैको हो जस्तो अथवा सत्यको रूपमा उनीमा उठ्छ ।
२. मसँग आत्मा छैन : यो धारणा साँच्चैको सत्य जस्तो उठ्छ ।
३. आत्माको धारणाद्वारा म आत्मा भएको अनुभूति गर्दछु । यो धारणामा उनीमा साँच्चै र सत्य जस्तै उठ्छ ।

४. आफैबारे विचार गरेर म अनात्माको धारणा लिन्छु । यो धारणा उनमा साँच्चै र सत्य जस्तो उठ्छ ।
५. अनात्मा बारे सोचेर म आत्माको धारणा लिन्छु । यो विचार उनीमा उठ्छ र साँचो र सत्य देख्छ ।
६. अथवा उनीभिन्न तल दिइए जस्तो गलत धारणाहरू उठ्छन् : यो मेरो 'म' बोल्छ, अनुभव गर्छ, असल या खराब कामहरूका फल भोग्छ, अहिले यहाँ, अहिले त्यहाँ, यो 'म' स्थायी छ, स्थीर छ, सधैंको लागि छ, अपरिवर्तनशील, सधैं नै त्यस्तै त्यस्तै रहन्छ ।

“भिक्षुहरू, धारणाहरू वा विचारहरूमा डुबेका, धारणाहरूका जङ्गल, विचारहरूका जङ्गलीपन, विचारहरूमा बाफिएका, अड्केका, विचार बीच संघर्ष, धारणाहरूका सिक्रीमा बाँधिएका, भिक्षुहरू, विचारहरू वा धारणाहरूका सिक्रीमा कस्सिएका र शिक्षा हासिल नगरेको सामान्य व्यक्तिले जन्म, जरा र मृत्यु, दुख, आलाप विलाप, दर्द, पीडा र निराशाहरूबाट आफूलाई छुटकारा दिन सक्दैन । म भन्छु उसले आफूलाई दुखबाट मुक्त गर्न सक्तैन ।

भिक्षुहरू ! शिक्षित र असल शिष्य जसले उत्कृष्ट व्यक्तित्वलाई देख्छ, उसले सिकाएका उपदेशहरूबारे राम्रोसँग जानेको छ र तिनीहरूमा राम्रोसँग तालिम प्राप्त वा शिक्षित छ भने के के विचार गर्नु हुन्छ र पर्छ र के के विचार गर्नु हुँदैन र पर्दैन भन्ने उसले जानेको छ । के को विषयमा जान्नु पर्दछ र के को विषयमा जान्नु पर्दैन भन्ने कुरा थाहा पाउने र उसले थाहा पाउनु नपर्ने विषयमा उसले थाहा पाउन विचार गर्दैन र थाहा पाउनु पर्ने विषयमा उसले थाहा पाउन विचार गर्छ :

अब, भिक्षुहरू ! विचार गर्नु नपर्ने र उसले विचार नगर्ने कुराहरू के के हुन् ? यदि त्यो व्यक्तिले कुनै कुराहरूबारे विचार गर्दा अहिलेसम्म न उठेका इन्द्रिय सुखद्वारा उठ्ने अशुद्धताहरू उठ्छन् र उठिसकेका अशुद्धताहरू बढ्छन्, अस्तित्व र भवको लागि तृष्णा त्यस्तै अज्ञानताका कलङ्कहरू नउठेको भए उठ्छन्, उठिसकेका भए बढ्छन् भने चिन्तन गर्नु नहुने त्यस्ता विषयहरूमा उसले चिन्तन गर्दैन ।

भिक्षुहरू ! ती कुराहरू के के हुन् जसको बारे चिन्तन गर्नुपर्छ र तिनीहरूबारे ऊ चिन्तन गर्छ ? कुनै कुराहरूमा चिन्तन गरेर इन्द्रिय सुखका

अशुद्धता उनीभित्र पहिले नै थिएन र अहिले पनि उठ्दैन र इन्द्रिय सुखका अशुद्धता पहिला थियो भने हराएर जान्छ । अस्तित्व वा भवको तृष्णा पहिला उठेको थिएन भने उठ्दैन र उठिसकेको भए हराएर जान्छ, अज्ञानताको अशुद्धताहरू पहिला उठेका थिएनन् भने उठ्दैनन र उठेका भए पनि हराएर जान्छन् । उसले यस्ता चिन्तन गर्नुपर्छ र उसले चिन्तन गर्छ पनि ।

चिन्तन गर्न नहुने विषयहरूमा चिन्तन नगरिकन चिन्तन गर्नु पर्ने विषयहरूमा चिन्तन गरेर चित्तका मयलहरू (अशुद्धता) पहिले उठेका छैनन् भने उठ्दैनन् र उठिसकेका भएमा हराएर जान्छन् । त्यसपछि उसले बुद्धिमानीपूर्वक विचार गर्छ : यो दुख हो । ऊ बुद्धिमान भएर सोच्छ, यो दुखको उदय र कारण हो । फेरि उसले बुद्धिमानीपूर्वक सोच्छ, यो दुखको निरोध हो, फेरि सोच्छ, यो दुखको निरोध वा उन्मुलनको बाटो हो । यस्तो बुद्धिमानी ढंगले विचार गर्दा तीनवटा सिक्रीहरू - आत्मा छ भन्ने धारणा, शंका उपशंका, रीति, परम्परा वा कर्मकाण्ड मानेर, अभ्यास गरेर आसक्त हुने कुरा उनीबाट विस्तारै हराएर जान्छन् । भिक्षुहरू, यिनीहरूलाई नै दुख भनिन्छ (अशुद्धता र बन्धनका सिक्रीहरू) यिनीहरूलाई अन्तरदृष्टिबाट हटाउनु पर्छ ।”

२. “भिक्षुहरू ! आफूलाई सम्हालेर वा रोकेर (नियन्त्रण गरेर) कुन कुन दुखबाट छुट्करा प्राप्त गर्न सकिन्छ ?

भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु आफ्नो आँखाको इन्द्रियलाई सम्हालेर वा वशमा राखेर प्रज्ञापूर्वक बाँच्न सक्छ । आँखारूपी इन्द्रियलाई नसम्हालिकन ऊ बाँच्छ भने त्यहाँ धेरै दुखहरू, निराशाहरू र चिन्ताहरू हुन्छन् तर यी दुख, चिन्ता र निराशाहरू उनका लागि हुँदैनन् जब ऊ आँखाहरूलाई सम्हालेर, काबुमा राखेर बाँच्छन् ।

प्रज्ञापूर्वक ऊ कानलाई सम्हालेर, नियन्त्रण गरेर ऊ बाँच्छ भने त्यस्तै नाकलाई तह लगाएर तालिम दिएर वशमा पार्छ भने उनको जिब्रो, उनको शरीर र चित्तलाई पनि वशमा राखेर नियन्त्रणमा पार्छ भने आदि । अब आफ्नो चित्तलाई नसम्हालिकन र तालिमद्वारा नियन्त्रित

नगरिकन बाँच्छ, भने त्यहाँ धेरै दुख, चिन्ता र निराशाहरू हुन्छन् । यी दुख, चिन्ता र निराशाहरू उसका हुँदैनन् यदि ऊ सही तरिकाले चित्तलाई सम्हालेर नियन्त्रण गर्दछ भने । भिक्षुहरू ! यसैलाई सम्हालेर वा वशमा राखेर चिन्ता र दुखबाट छुटकारा लिने भन्छन् ।

३. भिक्षुहरू, प्रयोग गरेर कुन कुन चिन्ता र दुखहरूबाट छुटकारा प्राप्त गर्ने ? भिक्षुहरू, भिक्षुले प्रज्ञाद्वारा सजगतापूर्वक आफ्ना चिबरहरू प्रयोग गर्दछन् । चिसोलाई हटाउन, गर्मीलाई हटाउन, उड्ने कीराहरू, लामखुट्टेहरू, बतास, घाम र घिसिने प्राणीहरूबाट आफूलाई बचाउन र आफूलाई सभ्यतापूर्वक ढाक्न प्रयोग गर्छ । प्रज्ञापूर्वक र सजगतापूर्वक उनले खानेकुरा खान्छ, वा प्रयोग गर्छ - रमाउन र आनन्द प्राप्तिको लागि होइन । न त धेरै खाएर लट्ट पर्नको लागि हो, न त सुन्दरता र शरीरलाई हस्तपुष्ट पार्न हो । वरू शरीरलाई बचाइराख्न, थकाइ, कमजोरीबाट टाढा हुन र पवित्र जीवनयापन गर्न र यसरी विचार गरेर : यसरी म त्यो अनुभूति (दुख र भोक) लाई जुन पहिला नै त्यहाँ छ, निर्मूल गर्न, नयाँ अनुभूतिलाई उत्पादन नगरी र मेरो जीवनलाई निष्कलंकित ढंगले कुनै नोक्सान नपुऱ्याई सुविधा प्रदान गर्न र यसलाई निरन्तरता दिन खाना ग्रहण गर्छु वा प्रयोग गर्दछु । यसरी नै प्रज्ञापूर्वक विचार गर्दै उसले वासस्थानको प्रयोग गर्दछ, - तातो र चिसोबाट बच्न, कीरा, लामखुट्टेका टोकाइबाट सुरक्षित हुन, घाम, हुरी बतास र घिसिने प्राणीबाट आफूलाई सुरक्षित पार्न, ऋतु परिवर्तनका जोखिमबाट आफूलाई बचाउन र एकान्तपनको आनन्द लिन घर वासस्थानको प्रयोग गर्दछ । यसरी नै प्रज्ञाद्वारा विचार गरी उनले औषधी सेवन गर्दछ, - दुख, दर्द र विमार (रोग) बाट बच्न र सुस्वास्थ्य अथवा आरोग्य कायम गर्न औषधिको प्रयोग गर्दछ । भिक्षुहरू ! यी वस्तुहरू यसरी प्रयोग नगरेको कारणले उसलाई यी दुखहरू, पीडाहरू र निराशाहरू भोग्नु हुन्छ । तर यदि उनले यस्तो तरिकाले ती वस्तुहरू प्रयोग गरेका छ भने ती दुखहरू, पीडाहरू र निराशाहरू उनका लागि होइनन् । भिक्षुहरू, प्रयोगद्वारा ती दुखकष्ट र चिन्ताहरू निर्मूल गर्न सकिन्छ, भनेको यही हो ।

४. भिक्षुहरू सहिष्णुताबाट छुटकारा मिल्ने चिन्ता र दुखहरू के के हुन् ?

भिक्षुहरू, एकजना भिक्षुले प्रज्ञापूर्वक विचार गरेर चिसो, तातो, भोक, तिर्खा, कीरा, लामखुट्टे, बतास, घाम, घिस्रिएर हिंड्ने जीवहरू, गाली गलोज र चोट पर्ने भाषा, बोली बचन सहन्छ भने ऊ पीडा, कडा, तिर्खा, अति तिर्खा, नरमाइला, कष्ट दिने, आफूलाई चित्त न बुझ्ने कुराद्वारा हुने शारीरिक वेदनाहरूलाई समेत सहिष्णुतापूर्वक लिन सक्ने हुन्छ । भिक्षुहरू ! यदि ती दुखहरू, निराशाहरू र पीडाहरू व्यक्तिले सहिष्णुताका साथ लिदैन भने ती दुखहरू, निराशा र पीडाहरू तिनीहरूकै लागि नै हुन् तर ती दुखहरू यस्तो तरिकाले सहिष्णुताकासाथ लिनेहरूका लागि होइन । भिक्षुहरू, सहिष्णुताकासाथ छुटकारा पाउने चिन्ताहरू र दुखहरू यिनै हुन् ।

५. भिक्षुहरू, टाढा अलग रहेर छुटकारा मिल्ने चिन्ता र दुख के के हुन् ?

एकजना भिक्षु प्रज्ञापूर्वक विचार गरेर जङ्गली हात्ती, जङ्गली घोडा, जङ्गली साँढे, जङ्गली कुकुर, सर्प, रूखको मुढा, काँडाको भारी, खाल्टो, बरफको ढिक्का, फोहर फाल्ने नालाबाट अलग र टाढा रहन्छ । प्रज्ञापूर्वक विचार गरेर ऊ यस्ता खतरायुक्त ठाउँहरू र वस्तुहरूबाट टाढा बस्छ, यस्ता किसिमका ठाउँहरूमा बराबर ओहोर दोहोर गरी पुग्ने गर्दैन र यस्तो खराब कुराहरू हटाउने आदि कार्यहरूद्वारा आफूले बाटो विराएको भन्ने कुरा नलिई बुद्धिमानीपूर्वक आफ्ना बन्धु भाइ बहिनीहरूसँग पवित्र जीवनयापन गर्दछ । यस्ता कुराहरूबाट अलग नभई उसले दुख, निराशा र पीडा पाउँछन् र यदि यी कुराहरूबाट ऊ यस्तो तरिकाले टाढा र अलग रहन्छन् भने यी दुखहरू, चिन्ताहरू र निराशाहरू उनका निमित्त होइनन् । यिनीहरूलाईनै टाढा वा अलग रहेर छुटकारा पाउने सक्ने चिन्ता र दुखहरू भनिन्छन् ।

६. फालेर छुटकारा पाउन सक्ने चिन्ता र दुखहरू के के हुन् ? आफूभित्र उठेका इन्द्रिय सुखका विचारहरूलाई, भिक्षुहरू, एकजना भिक्षु प्रज्ञापूर्वक

चिन्तन गरेर सहँदैँन, अस्वीकार गर्छ, फाल्छ, नाश गर्छ र निर्मूल गर्छ । उसले दुर्भावना, दुर्विचार सहँदैँन हत्या हिंसाका कुरा सहँदैँन, अस्वीकार गर्छ, फाल्छ, नाश गर्छ र निर्मूल गर्दछ । भिक्षुहरू ! दुख, निराशा र चिन्ता हटाउँदैँन भन्ने उसको निमित्त हुन्छ र यिनीहरू यी तरिकाले हटाउँछ भने दुख, निराशा र चिन्ता उनको निमित्त हुँदैँन । भिक्षुहरू ! फालेर छुटकारा पाउने दुख, निराशा र चिन्ता भनेको यिनै हुन् ।

७. संस्कार वा 'भावना' बाट छुटकारा प्राप्त गर्न सक्ने चिन्ता र दुख के के हुन् ?

भिक्षुहरू, एकजना भिक्षुले बुद्धिमानीपूर्वक अर्थात् प्रज्ञाद्वारा अनासक्ति, वितृष्णा, निरोध, नैष्कर्म्यको परिपक्वतासँग जोडिएका बोधिज्ञान प्राप्त हुने कडी वा तत्व स्मृतिलाई आफूमा वीजारोपण गरी अभ्यास गर्छ ; त्यस्तै बुद्धिमानीपूर्वक वा प्रज्ञापूर्वक विचार गरी बोधिज्ञानको कडी वा तत्व धम्मको बोध बोधिज्ञानको कडी वा तत्व वीर्य आनन्द पस्सद्धि, चित्त, शान्ति, समाधि र समभाव वा उपेक्षा जस्ता अनासक्ति, वितृष्णा, निरोध, नैष्कर्म्यको परिपक्वसाथ जोडिएका बोधिज्ञान प्राप्त हुने कडी वा तत्वलाई उसले आफूमा वीजारोपण गरी अभ्यास गर्दछ भने भिक्षुहरू, यी गुणहरूका विकास नगर्दा उनीले दुख, निराशा र चिन्ता भोग्छ । यस्तो तरिका ती बोधिज्ञानका तत्व वा कडी वीजारोपण गरी अभ्यास गरेमा ती दुख, निराशा र चिन्ता उनका निमित्त होइन् । भिक्षुहरू, यसरी यी दुख र चिन्ताहरूबाट छुटकारा संस्कार वा भावनाद्वारा प्राप्त हुन्छ ।

भिक्षुहरू, अन्तरदृष्टि, सम्हालेर वा आत्म नियन्त्रण गरेर, प्रयोग गरेर, सहिष्णुताद्वारा अलग्ग वा टाढा रहेर, फालेर र भावनाद्वारा हटाउन सक्ने चिन्ता र दुखहरूलाई अन्तरदृष्टिद्वारा आफूलाई सम्हालेर, राग तृष्णा र बन्धनलाई काटेर, भूट्टा अहं हटाएर, प्रयोग गरेर, सहिष्णु भएर, अलग्ग रहेर, फालेर र भावना गरेर त्यो भिक्षुले दुख, चिन्ता र निराशाबाट छुटकारा पाउँछ ।

यसरी सम्यक् सम्बुद्धले बोल्नुभयो र उपदेश दिनुभयो । चित्तमा सुख
अनुभव गरी ती भिक्षुहरू भगवानका वचनमा खुसीले गद्गद् भए ।

(मज्झिम-निकाय संख्या २)

कपडाको टुक्राको उपमा कथा

(वत्थुपम - सुत्त)

(छोटकरीमा)

यस्तो मैले सुनेको छु । एकचोटि भगवान सावत्थी नजीकै अनाथपिण्डकको जेतवन बिहारमा बसिरहनुभएको थियो । त्यहाँ भगवानले यस्तो भन्दै सम्बोधन गर्नभयो : 'भिक्षुहरू' र उनीहरूले वहाँलाई जवाफ दिए : 'भगवान' । त्यसपछि भगवानले तलका कुराहरू आज्ञा गर्नुभयो :

यदि दाग लागेको फोहर कपडा नीलो, पहेंलो, रातो अथवा गुलाफी - आदि पूरा रङ्गहरू भरिएका कुनै भाँडामा डुबाई दिए पनि यो खराब र फोहर नै हुनेछ । किन ? किनभने कपडा सफा छैन । यस्तै भिक्षुहरू, चित्त फोहर र अशुद्ध भएमा खराब भविष्य जीवन मात्र आशा गर्न सकिन्छ, अर्थात् भविष्य खराब हुन्छ नै ।

'यदि पूर्ण रूपमा सफा कपडाको टुक्रा कुनै पनि रङ्ग-नीलो, पहेंलो, रातो अथवा गुलाफी रङ्गले भरिएको भाँडोमा डुबाई दिएमा - यो सुन्दर र सफा रङ्गको हुनेछ । किन ? किनभने कपडा सफा छ । त्यस्तै भिक्षुहरू, चित्त सफा र शुद्ध छ भने असल भविष्य आशा गर्न सकिन्छ, अर्थात् भविष्य असल हुन्छ ।

अब, चित्तका अशुद्धता वा मैला कसिङ्गरहरू भनेका के के हुन् ? लोभ लालच - अति इच्छा (तृष्णा) राख्नु - यो मनको अशुद्धता हो । वैरभाव रिस दुष्चरित्र नभएको कुरा पनि भएको वा हो जस्तो स्वभाव देखाउने वा वहाना गर्ने अरूप्रति दुराभाव राख्ने डाह लोभ छलकपट ठगी जिद्दिपना घमण्ड अहं भावना आफू फुलेर बस्ने गमक्क पर्ने अल्छीपना आदि चित्तका अशुद्धताहरू हुन् ।

भिक्षुहरू, जसले धन सम्पत्तिको तृष्णालाई चिन्छ, अति चाहना वा इच्छालाई चित्तका अशुद्धता भनेर चिन्छ, उसले यसलाई छोड्छ, त्यस्तै जसले वैरभाव

..... रिस दुर्भावना आफूमा नभएको गुण पनि भएको जस्तो देखाउँछ अरूप्रति दुराभाव डाह लोभ छलकपट ठगी कट्टरपना जिद्दिपना, घमण्ड, अहं भावना आफूलाई बढाइ चढाइ गर्ने स्वभाव अल्छीपनालाई चित्तका अशुद्धता भनी चिन्दछ, उसले छोड्छ ।

भिक्षुहरू, जब भिक्षुले लोभ, अति चाहना मनका अशुद्धता भनेर चिन्छ र छोड्छ, जब वैरभाव रिस दुष्चरित्र, नभएको पनि छ भनेर बहाना गर्छ, दुर्भावना डाह लोभ लालच छलकपट ठगी जिद्दिपना घमण्ड अहंभावना घमण्डले फुल्ने र अल्छीपनालाई मनका अशुद्धता वा मयल भनेर छोड्छ, उसले सम्बोधि लाभ प्राप्त गरेकाहरूमा भएको सन्तोषको आनन्द भेट्टाउँछ : सम्यक् सम्बुद्ध योग्य, पूर्ण रूपले बोधिज्ञान हासिल गर्नुभएको, ज्ञान र गुणहरूयुक्त, सुखी, संसारहरू बारे जान्ने, बुझ्ने र थाहा पाएका, अतुलनीय रूपले मानिसलाई तालिम दिन सक्ने, देवताहरू र मनुष्यहरूका गुरु र सधैं सचेत र सजग हुनु भएका सम्यक् सम्बुद्ध भनेर उसले चिन्दछ ।

उसले यी कुराहरू जानेर : “सम्यक् सम्बुद्धले सर्वोत्कृष्ट रूपमा व्याख्या गर्नुभएको धर्म (धम्म) यही जन्ममा बोध गर्न सकिन्छ, यो धर्मले त्यहीँको त्यही तुरुन्तै परिणाम दिन्छ, यसले मानिसहरूलाई आएर हेर्न, जान्न र खोजनीति गर्न निमन्त्रणा दिन्छ, यो धर्मले निर्वाण (निब्बान) तर्फको लक्षसम्म अगुवाइ गर्दछ, यसलाई बुद्धिमान आफैले आफ्नो निमित्त बोध गर्नुपर्छ ।” भन्ने कुरा जान्दछ, उसले धर्ममा सन्तोषको आनन्द भेट्टाउँछ । “भगवानका शिष्यहरूका समुदाय भिक्षु संघ असल बानी व्यहोरा स्वभाव भएका सिधा र सोभा, विद्वान र कर्तव्यपरायण हुन्छन् । भगवान बुद्धका शिष्यहरूका समुदाय वा भिक्षु संघ जसलाई व्यक्तिहरूका चार जोडी अर्थात आठ किसिमका व्यक्तिहरू भन्ने गरिन्छ, उनीहरू दान प्राप्त गर्न लायकका हुन्छन्, पाहुनालाई जस्तो निम्तो दिन लायकका हुन्छन्, उपहार प्राप्त गर्न योग्य, आदर सत्कार र गौरव प्राप्त गर्न योग्य हुन्छन् र यो संघ वा समुदाय पुण्यहरूका अतुलनीय हराभरा खेत हुन्” भन्ने कुरा जानेर भिक्षुले भिक्षु संघ अथवा भगवान बुद्धका शिष्यहरूका समुदायमा सन्तोषको आनन्द लिन्छ ।

अन्त्यमा आएर अशुद्धता वा कलङ्कहरू त्यागी सकेर, फालिसकेर, हटाईसकेर वा छोडेर उसले आफूमा बुद्धको जस्तो सन्तोषका आनन्द लिन्छ । भिक्षु संघमा बुद्धले सिकाउनु भएको धर्मको आनन्द र सन्तोष - सत्यको धारणा वा बोधले आफूलाई छोएको, सत्यसँग जोडिएको सुख र आनन्द प्राप्त गर्छ । जब ऊ खुसी हुन्छ, आनन्द माथि उठ्छ, जब मन आनन्दित हुन्छ, शरीरले हलुका अनुभव गर्छ, हलुका अनुभव भएपछि ऊ सन्तुष्ट हुन्छ : सन्तुष्ट मन भएको मानिसले ध्यान एकाग्रता वा समाधि प्राप्त गर्छ ।

एकजना भिक्षु जब ऊ आध्यात्मिक जीवनमा अवरोधविना बुद्धिमतापूर्वक वा प्रज्ञावान भएर मानसिक अनुशासन र पुण्यवान अवस्थामा पुगेको हुन्छ, उसले सबै प्रकारका परिकार सहित भोजन ग्रहण गर्दछ । दाग लागेका मैला कपडा सफा पानीमा धोएपछि सुग्घर, सफा र चहकिला भए जस्तै, सुन पोलेपछि शुद्ध र चहकिलो भएजस्तै पुण्य वा गुणहरूका अवस्था, मानसिक अनुशासन हासिल गरेका वा प्रज्ञावान भएका हुन्छन्, उसले सबै प्रकारका परिकार वा भोजन खुसी भएर ग्रहण गर्दछ, र यस्तो भोजनले उसको आध्यात्मिक जीवनमा कुनै अवरोध पुऱ्याउँदैन ।

मैत्री, करुणा, मुदिता र उपेक्षाभावमा ऊ यस लोकको एक चौथो भागमा व्याप्त हुन्छ, त्यस्तै दोस्रो, तेस्रो र चौथाइ, माथि, तल, वारी-पारी जताततै, विस्तृत संसारका सम्पूर्ण लम्बाइ, चौडाइमा कुनै अकुशल दुर्भावना, घृणाविना विशाल असीमित सम्पूर्ण विश्वलाई अंगालेका चित्तका विचारहरू वा चित्त लिएर ऊ व्याप्त हुन्छ ।

त्यसमाथि उसले थाहा पाउँछ : “त्यहाँ यो छ । त्यहाँ तल्लो र माथिल्लो स्तर वा अवस्था छ । मुक्ति भनेको संज्ञाबाट चाल पाइने लोकबाट पर छ ।” जब उसले यो थाहा पाउँछ र देख्छ, उसको चित्त इन्द्रिय सुखका अपवित्र कुराहरू र इच्छाहरू, अस्तित्वको निरन्तरता र अज्ञानताको अशुद्धताबाट मुक्त हुन्छ । जब मुक्त हुन्छ, ऊ मुक्त भएको ज्ञान ऊसँग हुन्छ । त्यसपछि उसलाई थाहा हुन्छ : “जन्म सकिएको छ, पवित्र जीवन बाँचेको छ, गर्नुपर्ने गरिसकेको छ, यसै कारण गर्नुपर्ने बाँकी केही छैन ।” भिक्षुहरू यस्तो भिक्षुलाई आन्तरिक रूपले नुहाएको वा शुद्धिकरण गरिएको भन्न सकिन्छ ।

यही समयमा संगै नजीक बसिरहेको ब्राह्मण सुन्दरिक -भारद्वाजले सम्यक् सम्बुद्धलाई यसरी सोधे : “के भगवान गौतम बाहुका नदिमा गएर नुहाउनु हुन्छ ?”

हे ब्राह्मण, बाहुका नदिमा गएर नुहाउँदाको के अर्थ हुन्छ ? यसले के असल गर्छ वा फाइदा दिन्छ ?

भगवान गौतम, बाहुका नदिलाई धेरै मानिसहरूले चोखो र पवित्र भनेर सोच्छन् । धेरै मानिसहरूले बाहुका नदिमा पाप धोएर पखाल्छन् र फाल्छन् ।

यस्तो कुरा सुन्नु भएपछि भगवान बुद्धले ब्राह्मण सुन्दरिक भारद्वाजलाई यी पक्तिहरूमा यसरी सम्बोधन गर्नुभयो ।

बाहुका र अधिक्ककामा,
गया, सुन्दरिका, स्रस्सती
पयाग, बाहुमति - त्यहाँ
काला काम गर्ने मूर्खहरू
डुबुल्की दिनहुँ मारे पनि,
चोखो कहिल्यै हुनेछैन ।
सुन्दरिका, पयाग अथवा बाहुमती, के गर्न सक्छन् ?
धुन, सफा पार्न सक्तैनन्
दोषीका, दोष, घृणा र पापलाई ।
उनको निमित्त जसको चित्त शुद्ध छ,
कुनै पनि दिन पवित्र छ,
कुनै पनि दिन पावन ।
सुगधर र शुद्ध काम गर्ने
पालन गर्नुपर्ने सधैं ऊ पालन गर्छ ।
त्यसैले हे ब्राह्मण, आऊ र यहाँ नुहाऊ ।
सबै प्राणीहरूमा मैत्री राख,
तिमी भूठो बोल्दैनौ भने

न त मारकाट चोरी नै गछौं
लोभी कञ्जुसी पनि छैनौं भने
विश्वासमा बाँच्छौं भने
गयामा जानु के काम ?
तिम्रो घरको कुवा नै गया हो ।

यस्तो सुनेपछि ब्राह्मण सुन्दरिक भारद्वाजले भगवान बुद्धलाई भने :
“अत्युत्तम, भगवान गौतम, अत्युत्तम । घोप्टो परेकोलाई सिधा र सोभो
पारेको जस्तै भयो, अथवा लुकेर रहेको बाहिर देखा परेको जस्तै भयो अथवा
बाटो बिराएको मान्छेलाई बाटो देखाएको जस्तो भयो, अथवा अँध्यारोमा बत्ती
ल्याएपछि आँखाले त्यहाँ चिजविज देखेको जस्तो भयो । यस्तै धेरै तरिकाहरूले
भगवान बुद्ध गौतमले धर्मका कुराहरू व्याख्या गर्नुभयो । म भगवान बुद्धको
शरणमा जान्छु, धर्मको शरणमा जान्छु र भिक्षुहरूका समुदाय संघको शरणमा
जान्छु । के म भिक्षु संघमा प्रवेश गर्न सक्छु ? के भगवान बुद्धको कृपामा
मैले भिक्षुत्व प्रब्रज्या ग्रहण सक्छु ? ।”

ब्राह्मण सुन्दरिक - भारद्वाजलाई भिक्षु संघमा प्रवेश गराइयो र
उसले प्रब्रज्या प्राप्त गरे । उच्च प्रब्रज्या ग्रहण गरेको धेरै समय नबित्दै भिक्षु
भारद्वाज एकलै र एकान्त ठाउँमा बास गर्दै कडा मिहिनेत र परिश्रम गरी दृढ
भई त्यस्तो अतुलनीय अवस्था प्राप्त गरे र त्यसैमा अडिग भएर बसे, पवित्र
जीवनको अन्तिम उद्देश्य प्राप्त गर्न लागि रहे जसको खोजीमा परिवारहरूका
छोराछोरीहरू गृहस्थबाट नैष्कर्म्य जीवनमा अधि बढे । अनि उच्च ज्ञानद्वारा
उसले थाहा पाए :

“जीवन सकिसक्यो, पवित्र जीवन पनि बाँचिसकेको छ, जे गर्नुपर्ने हो
गरिसकेको छ, त्यही कारणले गर्नुपर्ने कुरा केही बाँकी रहेन” र यही तरिकाले
भिक्षु भारद्वाज पनि अरहन्त भए ।

(मज्झिम-निकाय, सुत्त संख्या ७)

सतिका आधारहरू

(स्मृतिको उपस्थिति वा अवस्था)

(सतिपट्टान-सुत्त)

छोट्करीमा

यस्तो मैले सुनेको छु । कुरु मानिसहरूका निगम कम्मास्सदम्ममा एकचोटि भगवान बुद्ध कुरुहरूवीच विहार गरिरहनुभएको (बसिरहनु) भएको थियो । त्यहाँ भगवानले भिक्षुहरूलाई सम्बोधन गर्नु भयो र यस्तो भन्नुभयो :

सबै प्राणीहरूका विशुद्धताको लागि, दुख र शोक सन्तापमाथि विजय हासिल गर्न, पीडा, दुख र दौर्मनस्यताको नाश गर्न र निर्वाण प्राप्त गर्न केवल एउटै उचित मार्ग, स्मृति वा सजगता वा सचेतताका चार आधारहरू (जग)-चार सति पट्टान (स्मृति-प्रस्थान) छन् । ती चार आधारहरू के के हुन् ?

यहाँ एकजना भिक्षु ऊर्जावान, सिपालु, कुराहरूलाई स्पष्ट बोध गर्ने र स्मृतिवान छ अथवा सम्प्रज्ञानको साथमा उद्योगशील भई ऊ शरीरका कार्यकलापहरूलाई गहिरेर निरीक्षण गर्दछ, अर्थात कायामा कायानुपशयी भएर विहार गर्छ, लोभलालच, तृष्णा र दौर्मनस्यतालाई परित्याग गरिसकेर शरीरको संसारप्रति अथवा कायामा वितृष्णा राख्छ, संवेदनालाई निरीक्षण गरेर वेदनानुपशयी भएर सम्प्रज्ञानको साथ उद्योगशील भई विहार गरी लोभलालचमाथि विजय हासिल गरेर वेदनाका संसारप्रति वितृष्णा जगाएर चित्तका कार्यकलापहरूलाई गहिरेर हेरेर चित्तानुपशयी भई विहार गरेर लोभलालच माथि विजय हासिल गरी चित्तको संसारमा वितृष्णा जगाउँछ । चित्तमा उत्पन्न हुने धर्महरू र धर्मानुपशयी भएर वस्तुहरू निरीक्षण गरेर अर्थात चित्तले धारणा गरेको स्वभाव धर्मलाई बोध गरेर लोभलालचमाथि विजय प्राप्त गरी मानसिक वा चित्तका वस्तुहरूमा अर्थात चित्तले धारण गरेका स्वभाव धर्ममा वितृष्णा जगाउँछ ।

१.(शरीर)

शरीरका कार्यकलापहरू निरीक्षण गरेर अथवा कायानुपशयी भई विहार गर्ने एक जना भिक्षु कसरी जीवन निर्वाह गर्दछ ?

श्वास प्रश्वास

यहाँ, भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु (साधक) जङ्गलमा रूखको फेदमा अथवा कहीं एकान्त ठाँउमा बस्छ, पलेँटी कसेर शरीरलाई सिधा र स्मृतिलाई चनाखो राखेर अथवा सजगता जगाएर बस्छ ।

ऊ स्मृतिवान भएर श्वास भित्र लिन्छ र स्मृतिवान भएर नै श्वास बाहिर फाल्छ । लामो श्वास लिँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म लामो श्वास लिँदैछु”, लामो श्वास बाहिर पठाउँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म लामो श्वास बाहिर पठाउँदैछु” । छोटो श्वास लिँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म छोटो श्वास लिँदैछु :” छोटो श्वास बाहिर पठाउँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म छोटो श्वास बाहिर पठाउँदैछु :” । “सम्पूर्ण श्वास शरीरमा अनुभव गरी शान्त पाउँ म श्वास लिँदैछु म श्वास बाहिर पठाउँदैछु वा फेदैंछु” भन्दा साधक सम्पूर्ण कायाप्रति संवेदनशील भई शान्त पाउँ अनुभव बटुल्दै आनापानमा आफूलाई दक्ष वा पोख्त बनाउँदै जान्छ ।

यसरी शरीरका कार्यकलापहरूलाई आन्तरिक रूपले अथवा बाह्य अथवा आन्तरिक बाह्य दुईटैले ऊ निरीक्षण गर्छ अथवा कायामा कायानुपशयी भई विहार गर्छ । ऊ शरीरमा समुदयव्यय धर्म जसको अर्थ उठ्ने र पैदा हुने अथवा हराएर जाने वा नाश हुने अथवा जन्मने, मृत्यु हुने कुरामा सजग भई भन्नुको अर्थ स्मृति वा सतिमा प्रतिष्ठापित भई शरीरका कार्यकलापहरू हेर्छ अथवा अनुपशयना गर्छ । शरीर अस्तित्वमा छ भन्ने ज्ञान वा जानकारी मात्र राख्ने, त्यसमा आसक्त न हुने र संसारमा कुनै कुरामा भुण्डिएर नरहनेसम्मको अनासक्त भएर स्मृति वा सजगता मात्र उसले आफूमा कायम गरिराख्छ । यसरी भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु (साधक) शरीरका कार्यकलापहरू निरीक्षण गरेर अनुपशयना गर्दै जीवन निर्वाह गर्दछ । भनाइको अर्थ कायामा कायानुपशयी भएर भिक्षु विहार गर्दछ ।

२. कायाको स्थिति (ईर्यापथस्मृति)

“अभ्रै भिक्षुहरू ! हिंडिरहँदा एकजना भिक्षुलाई थाहा हुन्छ, “म हिंडिरहेको छु” । ऊ उभिरहँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म उभिरहेको छु” । बसिरहेको बेला उसलाई थाहा हुन्छ, ‘म बसिरहेको छु ।’ पल्टिरहेको बेला थाहा हुन्छ, “म पल्टिरहेको छु” । त्यसरी कायाको स्थितिको बोध गर्दै ऊ आफ्नो शरीरलाई आन्तरिक र बाह्य रूपले निरीक्षण गरिरहन्छ ; स्मृति वा सतिमा आफूलाई प्रतिष्ठापित गर्दछ, अथवा कायामा कायानुपश्यी भएर विहार गर्दछ ।

३. सम्प्रज्ञान (गरिरहेका काममा सजगता स्थापना गर्दै)

अभ्र अगाडि भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षुले आफू अगाडि बढिरहेको, पछाडि हिंडिरहेको, सिधा वा टाढा हेरिरहेको, निहुरिरहेको, शरीर तन्काइरहेको, लुगा लगाइरहेको, भिक्षा पात्र समाइरहेको, खाइरहेको, पिइरहेको, चपाइरहेको अथवा स्वाद लिइरहेको, दिशा पिशाब गरिरहेको, हिंडिरहेको, उभिरहेको, बसिरहेको सबै कुरा चाल पाइ राख्छ, स्मृति राख्छ र सम्प्रज्ञानी पनि हुन्छ । यी सबै कार्यकलापहरूमा उसले पूर्ण ध्यान दिई सम्प्रज्ञानी भई कायानुपश्यना गर्दछ ।

४. शारीरिक प्रतिकूल मनसिकार (चिन्तन मनन)

अभ्र अगाडि भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षुले छालाले ढाकेको धेरै अशुद्ध फोहर मैलाले भरिएका यही शरीर (काया) विषयमा विचार गर्दछ - खुट्टाको कुर्कुच्चा पैतालादेखि माथिको भाग, शीरको टुप्पामा रहेको केशदेखि पाइतालाको तलसम्मको विषयमा यसरी सोच्छ: “यो शीरको केश, शरीरको मसिना रौं, नड, दाँत, मासु, नसाहरू, छाला, पीप, हाड, मृगौलाहरू, मुटु, कलेजो, मेरूदण्ड, फोक्सो, फियो, भिल्ली, आन्द्राहरू, पेट, दिसा, पिसाब, पित्त, खकार, पीप, रगत, पसिना, बोसो, आँशु, चिल्लो पदार्थ, थुक, नाकको

पापरा, शरीरमा निस्कने विभिन्न रसहरू आदि बारे विचार गर्छ, अथवा अशुचि वस्तुपूर्ण कायको प्रत्यवेक्षण गर्दछ ।

मानौं, दुवैतिर मुख भएका खाद्य पदार्थ भएको बोरा जस्तै - यो विभिन्न किसिमका अन्नले भरेको छ, जस्तो पहाडको धान, धान, हरियो चना, सानो केराउ, तिल, भूस भएको चामल निरीक्षण गर्न खोज्दा तेजिलो आँखा भएको मानिसले बोरा खोलेर यसरी विचार गर्छ : यो धान हो, पहाडिया धान हो, यो हरियो चना हो, यो सानो केराउ, तिलको गेडा हो, भुस भएको चामल, यस्तै यस्तै भिक्षुले विचार गर्छ, यो शरीर छालाले ढाकेको छ, अशुद्ध फोहर मैलाले भरेको छ, खुट्टाको कुर्कुच्चादेखि माथिसम्म र माथिदेखि तलसम्म हेरेर यसरी विचार गर्छ - यो शरीरको रौं, टाउकोको रौं, नड, दाँत, दिसा पिसाब लसिका आदि ।

यसरी ऊ शरीर निरीक्षण गरी अथवा कायामा कायानुपश्यी भई विहार गर्दछ

५. भौतिक तत्वहरू (धातुमनसिकार)

यस्तै भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षुले यही शरीरमाथि विचार गर्दछ, धातुहरूका चिन्तन मनन गर्दछ । यो काया भौतिक तत्वहरू वा धातुहरूले मिलेर बनेको छ :

“यो शरीरमा पृथ्वी धातु छ, जल, अग्नि र वायुको धातु वा तत्व छ ।” जस्तो, हे भिक्षु ! कसाई अथवा कसाईको काम सिकने सिकारूले पशु वध गरेर, विभिन्न हिस्सामा विभाजन गर्छ र सडकको चौबाटोमा विभिन्न अङ्गलाई छुट्टाछुट्टै थुप्रो अगाडि राखेर बस्छ, त्यस्तै किसिमले भिक्षुले त्यही शरीरका धातुहरूको निरीक्षण गर्छ र त्यस विषयमा विचार गर्छ, यो भौतिक काय धातुहरूले बनेको छ, “यो शरीरमा पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु धातु छन् ।” यसरी भिक्षुले शरीरको स्थिति एवं रचना र धातुहरूका स्वभाव अनुसार प्रत्यवेक्षण गरी कायामा कायानुपेश्यी भई विहार गर्दछ ।

६. नौ प्रकारका मसानघाटका वस्तुहरू (नवसीवधिक)

१. यस्तै भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षुले एक दिन, दुई, तीन, अथवा चार दिनका मृत शरीर मसानमा देख्छ जुन फुलेको, नीलो भएको कृहिदै गएको देख्छ । उसले आफ्नै शरीरको पनि त्यही हालत हुने कुरा देख्छ, बुझ्छ र यसरी सोच्छ : यस्तै मेरो शरीर पनि उही प्रकृतिको, यस्तै हुन्छ, यस्तो हुनबाट कसैले रोक्न सक्तैन र कोही उम्कन सक्तैन । यसरी मृत शरीरलाई निरीक्षण गर्दै ऊ कायामा कायानुपश्यी भएर विहार गर्छ ।
२. भिक्षुहरू ! भिक्षुले मसानघाटमा फालिराखेको एउटा मृत शरीरलाई कागहरू, गिद्धहरू, बाजहरू, कुकुरहरू, स्यालहरू र विभिन्न खालका कीराहरूले लुछाचुँडि गरिराखेको, खाइरहेका देख्छन् । यी देखिराखेका घटनाहरूबारे ध्यान गर्दै उसले आफ्नै शरीरमा अनुभूति गर्दै हेर्छ र विचार गर्छ : मेरो शरीर पनि यही स्वभावको छ, यो शरीर यस्तै बन्छ र यस्तो हुनुबाट यसलाई रोक्न सकिन्न । यसरी ऊ यो मृत शरीरलाई निरीक्षण गरेर विचार गर्छ र कायामा कायानुपश्यी भएर विहार गर्छ ।
३. यस्तै भिक्षुहरू ! त्यो भिक्षुले मसानघाटमा फालिरहेका मृत शरीर केही रगतले मुछिएको, मासु मात्र टाँसिरहेका र नसाले जेलिएको अस्थिपञ्जर मात्र देख्छ ।
४. भिक्षुहरू ! मासु नभएको रगतले मुछिएका नसाले जेलिएको कंकाल मात्र बाँकी रहेको मृत शरीर मसानघाटमा फालिराखेको भिक्षुले देख्छ ।
५. अब यसभन्दा बढी भिक्षुले नसाले जेलिएको मांसपेसी र रगतसम्म नभएका अस्थिपञ्जर मात्र बाँकी रहेका मृत शरीर मसानमा फालिराखेको देख्छ ।
६. अब यो भन्दा बढी मृत शरीरका नजोडिएर, टुक्रिएर चारैतिर छरिएर रहेका हाडहरू हातको हाड, खुट्टाको, पैतालाको, तिघाका, मेरूदण्ड र खोपडीका हाडहरू मसानमा देख्छ ।

७. त्यसपछिका अवस्थामा शंखजस्तै सेतो वर्णका टल्किएका साना साना टुक्राहरू मात्र बाँकी भएका हड्डीहरू मसानघाटमा त्यो भिक्षुले देख्छ ।
८. त्यसपछि एक वर्षपछिका अवस्थामा हड्डीहरू मात्र थुप्रिएका मसानघाटमा देख्छ ।
९. अन्तिम अवस्थामा त्यस भिक्षुले मसानघाटमा सडे गलेका कुहिएका हड्डीहरू माटोमा मक्किई चूर्णभैं भरिसकेको धूलो मात्र देख्छ । त्यसपछि ध्यानमग्न त्यो भिक्षुले यस्तो अवस्था आफूमा पनि लागू हुने कुरा महसुस गर्दछ, “यो मेरो शरीर पनि यस्तै अवस्थामा पुग्नेछ । यो मेरो शरीर पनि यस्तै प्रकृतिको हुन्छ । यस्तै नै हुन्छ, यस्तो स्वभाव हुनबाट भाग्न सकिन्न । यसरी ऊ शरीरलाई निरीक्षण गरी कायानुपश्यी भई विहार गर्दछ ।”

संवेदना-वेदनानुपश्यना

भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु कसरी संवेदना निरीक्षण गरेर अर्थात वेदनानुपश्यी भएर जीवन निर्वाह गर्दछ अथवा विहार गर्दछ ?

एकजना भिक्षु सुखद संवेदना अनुभव गरिरहेको बेला उसलाई थाहा हुन्छ, “म सुखद संवेदना अनुभव गर्दैछु” । दुखद संवेदना अनुभूति गरिरहेको बेला उसलाई थाहा हुन्छ, “म दुखद संवेदना अनुभूति गर्दैछु ।” न सुखद न दुखद संवेदना अनुभव गरिरहेको बेला उसलाई थाहा हुन्छ, “म न सुखद न दुखद संवेदना अनुभव गर्दैछु ।” संसारको रमाइलो सुखद संवेदना अनुभव गरिरहँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म संसारको रमाइलो सुखद संवेदना अनुभव गर्दैछु ।” सुखद आध्यात्मिक संवेदना अर्थात आन्तरिक अध्यात्म सामिष (पञ्चकाम गुणसँग सम्बन्धित) (अशुद्ध) वा निरामिष (शुद्ध) संवेदनाको अनुभव गरिरहँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म सुखद आध्यात्मिक संवेदनाको अनुभव गर्दैछु ।” सांसारिक दुखद संवेदना भोगिरहँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “म सांसारिक दुखद संवेदना भोगिरहेको छु ।” दुखद आध्यात्मिक संवेदना भोगिरहेको बेला, “म दुखद आध्यात्मिक अर्थात आन्तरिक अध्यात्म सामिष वा निरामिष संवेदना भोगिरहेको छु” भन्ने कुरा उसलाई थाहा हुन्छ । न दुखद न सुखद सांसारिक संवेदना अनुभव गरिरहेको बेला उसलाई थाहा हुन्छ, “म न दुखद न सुखद सांसारिक संवेदना अनुभव गरिरहेको छु” । न सुखद न दुखद आध्यात्मिक संवेदना अनुभव गरिरहेको बेला उसलाई थाहा हुन्छ, “म न सुखद न सुखद आध्यात्मिक संवेदना अनुभव गर्दैछु ।” अर्थात् सामिष निरामिष, न सामिष न निरामिष आन्तरिक अध्यात्मबारे उसलाई थाहा हुन्छ ।

यसरी ऊ आन्तरिक वा बाहिरी रूपले अथवा दुईटै आन्तरिक र बाह्य रूपले संवेदनाहरूलाई निरीक्षण अर्थात वेदानुपश्यी भएर विहार गरिरहेको हुन्छ । संवेदनाहरू उठ्नुमा मुख्य कारक तत्वहरू, संवेदना हराउनुमा मुख्य तत्वहरू अथवा संवेदनाका उदय र क्षयमा ऊ निरीक्षण गर्दछ । भनाइको अर्थ समुदयधर्मानुपश्यी अथवा व्ययधर्मानुपश्यी भएर वा

समुदयव्यय धर्मानुपशयी भएर ऊ संवेदनाहरूमा विहार गर्छ । अथवा संवेदनाको अस्तित्व छ भनेर चाल मात्र पाएर, जानकारी मात्र राखेर र संवेदनाबारे ज्ञान, सम्प्रज्ञान र सजगता स्थापित गरेर अथवा यसको स्मृति (सति) मा प्रतिष्ठापित भई त्यसमा आसक्त न भएर ऊ निरीक्षण गरेर बस्छ । भिक्षुहरू, यसरी त्यो भिक्षु संवेदना निरीक्षण गरी जीवन निर्वाह गर्दछ अथवा वेदानुपशयी भएर ऊ विहार गर्छ ।

चित्त (चित्तानुपश्यना)

भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु चित्तलाई निरीक्षण गरी कसरी जीवन निर्वाह गर्दछ, अथवा चित्तमा चित्तानुपश्यी भएर कसरी विहार गर्दछ ?

यहाँ भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षुले राग वा तृष्णा सहितको चित्तलाई रागयुक्त चित्त भन्ने थाहा पाउँछ, चिन्दछ, त्यस्तै राग नभएको चित्तलाई वीतराग चित्त भनेर थाहा पाउँछ । घृणा सहित वा द्वेषयुक्त र घृणा वा द्वेष नभएको चित्त वीतद्वेषलाई उस्तै थाहा पाउँछ । अज्ञानता वा भ्रान्तिको चित्त वा मोहयुक्त र भ्रान्ति नभएको वा वीतमोह चित्तलाई भनेर उसले थाहा पाउँछ । संकुचित मनस्थितिलाई संकुचित चित्त, विकसित चित्तलाई विकसित चित्त त्यस्तै, अविकसितलाई अविकसितकै रूपमा उसले थाहा पाउँछ । पहिला भन्दा मानसिक रूपमा उच्च स्थितिलाई, पहिला भन्दा उच्च स्थितिमा रहेको मानसिक स्थिति, त्यस्तै पहिला भन्दा उच्च नभएको स्थितिलाई उसले त्यस्तै चाल पाउँछ । समाहित भएको चित्तलाई समाहित र नभएको असमाहित, विमुक्तलाई विमुक्त र मुक्त नभएको स्थितिलाई मुक्त नभएको मानसिक स्थिति अविमुक्त भनेर त्यो भिक्षुले थाहा पाउँछ । यही तरिकाले त्यो भिक्षुले आन्तरिक रूपले वा बाह्य रूपले अथवा दुईटै आन्तरिक र बाह्य रूपले चित्तलाई निरीक्षण गरेर जीवन निर्वाह गर्दछ, अर्थात ऊ चित्तमा चित्तानुपश्यी भएर विहार गर्दछ ।

चित्तमा उठ्ने वा दबने तत्वहरू वा दुईटै उठ्ने र दबने तत्वहरूलाई निरीक्षण गरेर ऊ जीवन बाँच्छ । चित्त कसरी उठ्छ, अथवा चित्तको स्थितिबारे ज्ञान र जागरूकतामात्र स्थापित गरेर त्यो भिक्षु बाँच्छ, र ऊ अनासक्त भई चित्तमा उठ्ने कुरामा टाँसिएर रहँदैन, संसारको कुनै कुरामा भुण्डिएर रहँदैन । यसरी त्यो भिक्षु चित्तलाई निरीक्षण चित्तानुपश्यी भएर बाँच्छ, अथवा विहार गर्छ ।

चित्तले धारण गरेका स्वभाव धर्म अथवा अवस्थाहरू

(धर्मानुपश्यना)

भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु कसरी चित्तले धारण गरेका स्वभाव धर्म अथवा चित्तका अवस्थाहरू निरीक्षण गरेर धर्महरूमा धर्मानुपश्यी भई कसरी विहार गर्छ ?

पाँच नीवरण वा अवरोधहरू : एकजना भिक्षु चित्तले धारण गरेको स्वभाव धर्म अथवा चित्तका अवस्थाहरूका रूपमा पाँच अवरोधहरू निरीक्षण गरेर कसरी बस्छ अर्थात् पाँच नीवरण धर्महरूमा धर्मानुपश्यी भई कसरी विहार गर्दछ ?

१. यहाँ भिक्षुहरू, इन्द्रिय चाहनाहरू वा इच्छाहरू अथवा कामच्छन्दको उपस्थितिमा त्यो भिक्षुलाई थाहा हुन्छ, “मभित्र इन्द्रिय चाहना अर्थात् कामच्छन्द छ” र इन्द्रिय इच्छा नहुँदा, “म भित्र इन्द्रिय इच्छा वा कामच्छन्द छैन ।” भन्ने कुरा उसलाई थाहा हुन्छ । उसलाई उत्पन्न नभएको वा नउठेका कामच्छन्द कसरी उत्पन्न हुन्छ वा उठ्छ, थाहा हुन्छ । उत्पत्ति भइसकेका वा उठिसकेका, कामच्छन्द कसरी हराएर जान्छ, नाश हुन्छ भन्ने कुरा पनि थाहा छ, र त्याग गरिसकेका न उठेका, नाश भइसकेको कामच्छन्द पुनः उत्पत्ति हुँदैन भन्ने कुरा पनि थाहा छ ।
२. द्वेष अथवा व्यापादको उपस्थितिमा उसलाई थाहा छ, “मसँग रिस, व्यापाद वा द्रोह छ ।
३. अल्छीपना थिनमिद्धको (शरीर र मनको आलस्यता) उपस्थितिमा म भित्र थिनमिद्ध छ भन्ने कुरा उसलाई थाहा हुन्छ ।
४. उदेक र खिन्नता हुँदा (औद्धत्य कौकृत्य) मसँग बेचैनी र खिन्नता छ भन्ने कुरा थाहा हुन्छ ।

५. त्यस्तै मनमा विचिकित्सा (शंका र उपशंका) हुँदा, “म भित्र शंका र उपशंका छ र त्यस्तो नहुँदा, म भित्र शंका र उपशंका (विचिकित्सा) छैन”, आदि उसलाई थाहा हुन्छ । उसलाई शंका उपशंका (विचिकित्सा) कसरी उठ्छन् वा उत्पन्न हुन्छन् र कसरी यिनीहरू हराउँछन्, नाश हुन्छन् भन्ने कुराहरू थाहा हुन्छ । उसलाई विनष्ट भइसकेका नउठ्ने शंका भविष्यमा कसरी उत्पन्न हुन सक्तैन भन्ने कुरा पनि थाहा छ । यसरी मानसिक स्वभाव धर्म अथवा चित्तका अवस्थाहरू आन्तरिक वा बाह्य रूपमा अथवा दुईटै आन्तरिक र बाहिर रूपमा निरीक्षण गरेर धर्मानुपशयी भएर ऊ बाँच्छ र विहार गर्छ । ऊ चित्तको अवस्थाको वा स्वभाव धर्म समुदयधर्मानुपशयी र व्ययधर्मानुपशयी भई उत्थानको मूल र यसको अन्त्य वा दुईटै मूल र विनासलाई निरीक्षण वा विहार गरेर ऊ जीवन निर्वाह गर्दछ । यी मानसिक स्वभाव धर्म र अवस्थाहरू अस्तित्वमा छन् भने ज्ञान, सजगता, स्मृति स्थापित गरेर अथवा स्मृति (सतिमा) प्रतिष्ठापित गरी तिनीहरूमा आसक्त नभई कुनै स्वभाव धर्ममा नटाँसिकन ऊ बाँच्छ । यसरी भिक्षुहरू, एकजना भिक्षु मानसिक स्वभाव धर्म वा अवस्थाहरूका रूपमा रहेका पाँच अवरोधहरू अथवा नीवरणहरूमा धर्मानुपशवी भई विहार गर्दछ ।

पञ्च स्कन्ध समूह

अझ अगाडि गएर भन्ने हो भने, भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु मानसिक स्वभाव धर्म वा चित्तका अवस्थाहरू पाँच उपादान-स्कन्ध धर्महरूमा धर्मानुपशयी भई विहार गरेर जीवन निर्वाह गर्दछ ।

भिक्षुहरू, कसरी एकजना भिक्षु पञ्च उपादान-स्कन्ध धर्महरूमा विहार गरेर वा निरीक्षण गरेर वा चिन्तन मनन गरेर वा ध्यान एकत्रित गरेर धर्मानुपशयी भई जीवन निर्वाह गर्दछ ?

भिक्षुहरू ! यहाँ एकजना भिक्षुले विचार गर्छ वा अनुभव गर्दछ : यस्तो भौतिक रूप छ : यो यस्तो तरिकाले उठ्छ वा उत्पन्न हुन्छ र यस्तो

तरिकाले विलय वा निरोध हुन्छ । यो संवेदना हो । यो यसरी देखापर्छ र यसको समुदय हुन्छ, र यसरी हराएर जान्छ, निरोध हुन्छ । यो संज्ञा हो । यो यसरी देखापर्छ वा यसको समुदय हुन्छ, र यसरी अदृष्य वा निरोध हुन्छ । यो संस्कार हो । यसरी यो उठ्छ र विलय हुन्छ । यो चेतना वा विज्ञान हो, यो यस्तो तरिकाले देखापर्छ, र यसरी हराउँछ पनि अर्थात् समुदय र निरोध हुन्छ ।

यसरी चित्तका वस्तुहरू स्वभाव धर्म वा अवस्थाहरू आन्तरिक वा बाह्य रूपले देखापर्छन् र हराउँछन् । यसरी भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु चित्तका वस्तुहरूका रूपमा रहेका पञ्चस्कन्धहरूमा आसक्ति वा पाँच उपादान स्कन्ध धर्ममा स्मृति (सति) वा प्रतिष्ठापित भई धर्मानुपशयी भएर ध्यान गरेर विहार गर्दछ, र जीवन निर्वाह गर्दछ ।

षदायतन - ६ वटा आयतन

यस्तै भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु, मानसिक वा चित्तका वस्तुका रूपमा रहेका ६ आन्तरिक र ६ बाह्य आयतन धर्ममा ध्यान एकत्रित गरेर बस्छ, अर्थात् आयतन धर्महरूमा धर्मानुपशयी भएर विहार गर्दछ । एकजना भिक्षुले चित्तवस्तुको रूपमा रहेका ६ वटा भित्री र ६ वटा बाहिरी इन्द्रियका आधारहरू बारे ध्यान एकीकृत गर्दछ, अथवा आयतन धर्महरूमा कसरी धर्मानुपशयी भई विहार गर्दछ ?

त्यो भिक्षुलाई आँखा र देखिने वस्तुको रूपबारे थाहा छ, र राम्ररी जान्दछ । आँखा र देखिने वस्तुको रूपमा आधारित बन्धन वा संयोजन कसरी उत्पन्न हुन्छ भन्ने कुरा थाहा छ । न उठेको वा अनुत्पन्न संयोजन कसरी उठ्छ वा उत्पन्न हुन्छ, र उठेको वा उत्पन्न भएको संयोजन नाश हुन्छ वा कसरी हराउँछ थाहा छ, र भविष्यमा त्याग गरिसकेका विनष्ट भइसकेको संयोजन अब उत्पन्न हुँदैन भन्ने कुरा पनि जान्दछ । त्यस्तै कान र आवाज नाक र गन्ध जिब्रो र स्वाद कायको सम्पर्क स्पर्शमा आउने देखिने वस्तुहरू, चित्त र चित्तभिन्न उठ्ने विचारहरू र यी सबैका बन्धन वा संयोजनका उत्पत्ति र तिनीहरूका विनाशबारे थाहा छ, र ती एक

आपसमा जोडिएर वा दुईटै इन्द्रियहरू र वस्तुहरूमा भर पर्दछन् भन्ने कुरा पनि थाहा छ । नउठेका बन्धन वा उत्पन्न नभएका संयोजन कसरी उठ्छ वा उत्पन्न हुन्छ र कसरी ती उठेको उत्पन्न भइसकेका संयोजन हराएर जान्छ र त्याग गरिसकेका वा ती नष्ट भएका संयोजनहरू भविष्यमा पछि कसरी देखापर्दैन भन्ने कुरा त्यो भिक्षुलाई थाहा छ ।

यसरी भिक्षुहरू, त्यो भिक्षु चित्तका वस्तुहरू आन्तरिक वा बाह्य रूपमा उठेका कुरा वा धर्ममा ध्यान एकाग्र गरेर बस्छ, धर्मानुपशयी भई विहार गर्दछ । यसरी एकजना भिक्षु चित्त वस्तुहरूका रूपमा रहेका ६ वटा आन्तरिक र ६ वटा बाह्य आयतन धर्महरूमा बारे ध्यान एकत्रित गरेर बाँच्छ अर्थात् धर्मानुपशयी भई विहार गर्दछ ।

बोधिज्ञानका सात वटा अङ्गहरू वा बोध्यङ्गहरू :

भिक्षुहरू ! कुनै भिक्षु सात बोध्यङ्ग धर्महरूमा धर्मानुपशयी भएर विहार गर्छ । मानसिक वा चित्त वस्तुका रूपमा रहेका अवस्थामा रहेको बोध्यङ्ग धर्महरूलाई निरीक्षण गरेर धर्मानुपशयी भएर एकजना भिक्षु कसरी विहार गर्छ वा बाँच्छ ?

१) भिक्षुहरू ! सात बोध्यङ्गको एउटा अङ्ग स्मृति सम्बोध्यङ्गको उपस्थिति भएको अवस्थामा भिक्षुलाई थाहा हुन्छ वा राम्ररी जान्दछ “स्मृति बोध्यङ्ग म भित्र छ” । अथवा स्मृतिको बोध्यङ्ग नरहेको अवस्थामा उसलाई थाहा हुन्छ अथवा राम्ररी जान्दछ स्मृति सम्बोध्यङ्ग ऊभित्र छैन । उसलाई यथाभूत थाहा हुन्छ अनुत्पन्न, स्मृति सम्बोध्यङ्ग कसरी उठ्छ वा उत्पन्न हुन्छ । उठेका वा उत्पन्न भएका स्मृति सम्बोध्यङ्गको पूर्ण विकास कसरी आउँछ भन्ने कुरा उसलाई थाहा छ ।

२) चित्तका वस्तुहरूका रूपमा रहेका अनुसन्धान वा धर्मविचय-सम्बोध्यङ्ग (प्रकट भएका धर्महरूका विचयन, विभाजन गरेर तिनलाई हेर्नु)को चित्तमा उपस्थिति रहँदा भिक्षुलाई थाहा हुन्छ : “चित्तका वस्तुहरूका

रूपमा रहेका विश्लेषण धर्म विचय (प्रकट सत्यलाई टुक्रा टुक्रा गरेर भित्रको वास्तविक सत्यलाई हेर्नु) सम्बोध्यङ्ग म भित्र छ” । चित्तका वस्तुहरूका रूपमा रहेका विश्लेषण धर्म विचय सम्बोध्यङ्ग ममा छैन । उसलाई कसरी नउठेका वा उत्पन्न नभएको चित्त वस्तुहरूका धर्म विचय सम्बोध्यङ्ग उत्पन्न हुन्छ र उत्पन्न भइसकेका धर्म विचय सम्बोध्यङ्ग चित्तवस्तुका विकासलाई कसरी पूर्णता दिन सकिन्छ भन्ने कुरा पनि थाहा हुन्छ ।

- ३) वीर्य सम्बोध्यङ्गको उपस्थिति हुँदा उसलाई थाहा हुन्छ । “मभित्र वीर्य सम्बोध्यङ्गको उपस्थिति छ ।” वीर्यको सम्बोध्यङ्ग नहुँदा ममा वीर्यको सम्बोध्यङ्ग छैन” भन्ने उसलाई थाहा हुन्छ । नउठेका उत्पन्न वीर्यको सम्बोध्यङ्ग कसरी उत्पन्न हुन्छ र उत्पन्न वीर्यका सम्बोध्यङ्ग विकास पूर्णतामा कसरी आउँछ भन्ने कुरा पनि यथाभूत रूपमा उसलाई थाहा छ ।
- ४) प्रितिको सम्बोध्यङ्गको उपस्थितिमा (विकारहरू हटेर जाँदा आउने आनन्दको लहरको अवस्था) उसलाई थाहा हुन्छ : “ममा प्रितिको सम्बोध्यङ्ग छ” : प्रितिको सम्बोध्यङ्गमा अनुपस्थितिमा : “ममा प्रिति सम्बोध्यङ्ग छैन” भनेर उसलाई थाहा हुन्छ : “मभित्र प्रिति बोध्यङ्गको उपस्थिति छैन” र उसलाई यो पनि थाहा हुन्छ उत्पन्न नभएका प्रितिका बोध्यङ्ग कसरी उत्पन्न हुन्छ र उत्पन्न भइसकेका प्रिति कसरी पूर्ण हुन्छ ।
- ५) प्रश्रब्धि सम्बोध्यङ्ग (आनन्दका लहरहरू पनि हराएर गएपछि आउने अवस्था) शरीर र मनको गहीरो शान्ति हुँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “ममा प्रश्रब्धि छ” र नहुँदा “मसँग छैन” भन्ने कुरा पनि उसलाई थाहा हुन्छ र उत्पन्न नभएका प्रश्रब्धि कसरी उत्पन्न हुन्छ र उत्पन्न भइसकेका प्रश्रब्धि कसरी पूर्ण हुन्छ भन्ने कुरा पनि थाहा हुन्छ ।
- ६) समाधि : चित्तको अवस्था (समाधि)को बोध्यङ्ग उनीमा हुँदा उसलाई थाहा हुन्छ, “ममा समाधि छ” र नहुँदा पनि उसलाई थाहा हुन्छ, “ममा समाधि छैन” र उत्पन्न नभएका समाधि कसरी उत्पन्न हुन्छ र उत्पन्न भइसकेका समाधि कसरी पूर्ण हुन्छ, त्यो पनि थाहा हुन्छ ।

७) समता, सम भाव अथवा उपेक्षा सम्बोध्यङ्ग विद्यमान छ भने “ममा उपेक्षा भाव छ” नहुँदा उपेक्षा भावको सम्बोध्यङ्ग ममा छैन । उत्पन्न न भएको उपेक्षा सम्बोध्यङ्ग कसरी उत्पन्न हुन्छ, र उत्पन्न भइसकेका बोध्यङ्गले कसरी पूर्णता प्राप्त हुन्छ भन्ने कुरा पनि उसलाई थाहा हुन्छ । यसरी मानसिक अवस्थालाई भित्री रूपले र बाहिरी रूपले निरीक्षण वा पर्यवेक्षण गरेर ऊ बाँच्छ ।

यसरी एकजना भिक्षु सात सम्बोध्यङ्गलाई मानसिक वस्तुको रूपमा निरीक्षण गरेर जीवन निर्वाह गर्दछ, धर्मानुपशयी भएर विहार गर्दछ ।

चार आर्यसत्यहरू

भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु चार आर्य सत्य धर्महरूलाई मानसिक वस्तुहरूका रूपमा चिन्तन मनन गरेर बस्छ अथवा धर्मानुपशयी भएर विहार गर्दछ ।

भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु चार आर्य सत्य धर्महरूलाई मानसिक वस्तुहरूका रूपमा लिएर कसरी चिन्तन मनन वा ध्यान गर्दछ अथवा धर्मानुपशयी भएर कसरी विहार गर्दछ ?

यहाँ भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षुलाई थाहा छ, “यो दुख हो” । यथाभूत राम्ररी जान्दछ “यो दुख हो” : उसलाई थाहा छ, राम्ररी यथाभूत जान्दछ “यो दुखको स्रोत हो”, उसलाई थाहा छ यथाभूत जान्दछ यो दुखको अन्त्य हो” । यथाभूत राम्ररी जान्दछ “दुखको अन्त्यसम्म पुऱ्याउने यो मार्ग हो” ।

यसरी ऊ मानसिक वस्तुहरूलाई आन्तरिक आदि मानसिक वस्तु बारे ध्यान गरेर बस्छ । यसरी, भिक्षुहरू ! एकजना भिक्षु चार

आर्य सत्य धर्महरूलाई मानसिक वस्तुको रूपमा यथाभूत, प्रज्ञापूर्वक, अनुभवको स्तरमा साक्षीभावले आर्यसत्यको रूपमा ध्यान गरेर बस्छ, अथवा धर्मानुपशयी भएर विहार गर्दछ ।

भिक्षुहरू ! जसले यी स्मृति वा सतिका आधारहरू अर्थात चार स्मृति-प्रस्थानहरूमा सति पढान-सुत्तलाई यस्तै प्रकारले सात वर्षसम्म भावना अभ्यास गर्छ, उसले आशा गरे अनुसार दुईटा फल मध्ये एउटा फल प्राप्त गर्न सक्छ । सबभन्दा उच्च फल (अरहतत्व) यही जन्ममा नै प्राप्त गर्दछ, र केही उपादान बाकी रहेमा अनागामी फल प्राप्त गर्दछ ।

भिक्षुहरू ७ वर्षको कुरा नगरौं । सति पढान सुत्त (स्मृति-प्रस्थान) सुत्तलाई यस्तै रूपमा ६ वर्ष ५ वर्ष ४ वर्ष ३ वर्ष २ वर्ष १ वर्षसम्म अभ्यास गर्दै अगाडि बढेमा यिनीहरूमध्ये दुई फल प्राप्त गर्ने उसले आशा गर्न सक्छ । सबभन्दा उच्च अर्हत फल यही जन्ममा प्राप्त गर्न सक्छ, अथवा निर्वाण साक्षात्कार हुन्छ । उपादान बाँकी रहेमा, उसले अनागामी फल समेत प्राप्त गर्न सक्छ ।

भिक्षुहरू ! एक वर्षको कुरा नगरौं । कोही व्यक्तिले चार स्मृति प्रतिष्ठानहरूमा यस्तै ढंगले सात महिनासम्म ६ महिना ५ महिना ४ महिना ३ महिना २ महिना १ महिना २ हप्तासम्म निरन्तर अभ्यास गरेमा उनले दुईटा फलमध्ये एउटा प्राप्त गर्न सक्छ, निर्वाण । क्लेश अथवा उपादान अब्ध केही बाँकी छ, भने अनागामी फल प्राप्त गर्न सक्नेछ ।

भिक्षुहरू आधा महिनाको कुरा पनि नगरौं । यदि कसैले चार स्मृति-प्रस्थान भावनाको यही तरिकाले अभ्यास गर्ने गरेमा एक हप्तामा ती दुई मध्ये एउटा फल प्राप्त गर्ने उसले आशा गर्न सक्छ, : सबभन्दा उच्च फल अरहतत्व वा निर्वाण यही जन्ममा ऊ प्राप्त गर्न सक्छ, उपादान बाँकी छ, भने अनागामी फल हासिल गर्न सक्छ ।

यस्तै कारणले यस्तो भनिएको थियो : “भिक्षुहरू, प्राणीहरूको (सत्वहरूका) शुद्धताको लागि, दुख र शोक सन्ताप, विलौना माथि विजय प्राप्त गर्ने हो भने दुख दर्द कष्टलाई विनास गर्ने हो भने, ठीक मार्गमा पुग्न र

निब्बाण (निर्वाण) हासिल गर्न चार स्मृति-प्रस्थान अभ्यास गर्नु एउटै मात्र तरिका हो ।”

यस्तो भगवानले भन्नुभयो । सन्तुष्ट भएका भिक्षुरूले उहाँका अमृत वचनमा खुसी प्रकट गरे ।

(मज्झिम निकाय, सुत्त संख्या १०)

सिगाललाई उपदेश
(गृहस्थ र सामाजिक सम्बन्ध)
(सिगालोवाद-सूत्र)
(छोटकरीमा)

यस्तो मैले सुनेको छु । एकचोटी सम्यक् सम्बुद्ध राजगृह नजिकैको बाँसघारीको लोखर्केहरूका चरन गर्ने अथवा खानेकुरा खाने वा खोज्ने ठाउँ खुल्ला चौरमा टहलिरहनु भएको वा विहार गरिरहनु भएको थियो ।

यही समयमा एकजना गृहपुत्र बिहान सवेरै उठेर राजगृहको बाहिर गए । भिजेको केश, भिजेको लुगामा, दुईटा हात जोडेर माथि उठाएर आकाश र पृथ्वीका चारै दिशा पूर्व, दक्षिण, पश्चिम, उत्तर, तल धरतीतिर र माथि आकाशमा हेर्दै पूजा गरिरहेको थियो ।

त्यही बिहान सवेरै सम्यक् सम्बुद्ध चिवर लगाउनु भई, भिक्षापात्र हातमा समाउँदै भिक्षाटन गर्नु हुँदै राजगृहमा पस्नुभयो । उहाँले सिगाललाई पूजा गरिरहेको देख्नु भयो र यस्तो वचन बोल्नु भयो :

“हे गृहस्थ युवक, तिमी किन सवेरै उठी राजगृह (राजगृह) छाडेर आफ्नो कपाल (केश) भिजाएर धरती र आकाश चारैतिर पूजा गर्दैछौं ?”

भगवान्, मेरो पिताले मरणासन्न अवस्थामा मलाई भन्नु भएको थियो “छोरा ! तिमीले पृथ्वी र आकाशका चारै दिशामा पूजा गर ।” भगवान्, यसैकारण मेरा बुबाको वचनलाई शिरोपर गरी, आदर गौरव गरेर, सत्कार

गर्दे र सो बचन पालन गर्न सवेरै उठेर र राजगृह छोडेर यो तरिकाले पूजा गर्दछु ।

“तर आर्यहरू असल, कुशल काम गर्नेहरूका अनुशासनमा, हे गृहस्थ, ६ वटा दिशालाई यसरी पूजा गर्ने होइन् ।”

भगवान्, त्यसो भए कसरी आर्यहरूको अनुशासनमा ६ वटा दिशालाई पूजा गर्नु पर्छ ? “यदि भगवान्ले मलाई आर्यपुत्र, कुशल पुत्रको विनय वा नियम अनुसार ६ वटा दिशालाई कसरी पूजा गर्नु पर्छ भन्ने कुरा सिकाउनु भएमा अत्युत्तम हुनेछ ।”

हे ! युवक, त्यसो भए ध्यानपूर्वक सुन, होसियार भएर विचार गरेर सुन ।

“हवस, भगवान्,” युवक सिगालले उत्तर दिनु भयो । सम्यक् सम्बुद्धले भन्नु भयो : आर्य शिष्यले वानी व्यहोराका चारवटा पापहरूलाई त्याग गरिसकेको हुन्छ, चारवटा अभिप्रायले उसले पाप कर्महरू गर्दैन; धन नोक्सान हुने वा नाश गर्ने ६ वटा ढोकातिर लाग्दैन, यी १४ वटा अकुशल (पाप) कामहरूलाई हटाएर अथवा तिनीहरूबाट अलग रहेर दुईटै संसारलाई जित्ने बाटोमा लाग्न ऊ ६ वटा दिशाको रक्षक बन्छ । यस्तो गर्ने व्यक्ति दुईटै यो र अर्को संसारमा सफल हुन्छ । मृत्युपछि, उसको शरीर निर्मूल भएपछि, ऊ स्वर्गमा सुखीपूर्वक पूनर्जन्म लिने अहोभाग्य प्राप्त गर्दछ ।

ऊ अलग भएको वा उसले त्याग गरेको चारवटा पापका आचरणहरू के के हुन् ? जीवको हत्या गर्ने वा नोक्सान पुऱ्याउने, चोरी गर्ने, व्यभिचार गर्ने र भूठो बोल्ने । यी नै हुन् पापका चार आचरणहरू जसलाई उनले हटाइसकेको हुन्छ ।

कुन कुन चार अभिप्रायले अकुशल र पाप कार्यहरू उसले गर्दैन ? पाप कर्महरू पक्षपात, वैमनस्य, मुख्याई र भयको कारणले गरिने हुन्छन्, तर आर्यशिष्यहरू (पुत्रहरू) यी अभिप्रायद्वारा अभिप्रेरित हुँदैनन् र यी कुराहरूद्वारा उनीहरूले पाप कर्महरू गर्दैनन् ।

धनलाई हानी गर्ने वा धन नाश हुने ६ वटा दुःखहरू के के हुन् ? १. लट्ठ पार्ने लागू औषधि वा नशालु पेय पदार्थ पिउने, २. कुसमय वा रातको समयमा बाटोमा हिँड्ने, ३. मोजमज्जा खोज्दै हिँड्ने, ४. जुवा तासमा लाग्ने, ५. खराब मानिसहरूका संगत गर्ने र ६. अलछ्छी बन्ने ।

हे, गृहस्थ युवक ! लट्ठ पार्ने पेय पदार्थका खतरापूर्ण वेफाइदाहरू छन् : १. साँच्चैको धन नोक्सान, २. भगडा बढ्ने, ३. रोगहरू लाग्ने सम्भावना, ४. बदनामी हुने, ५. लाज सरम नहुने गरी आफू बाहिर देखा पर्ने, ६. आफ्नो शुद्धिबुद्धि हराउने खतराहरू बढ्छन् ।

हे, गृहस्थ युवक, कुसमयमा सडकमा हिँड्दा ६ वटा आपत्ति आउन सक्छन् : १. ऊ आफै सुरक्षित नहुने, २. उसका श्रीमती र केटाकेटीको रक्षा नहुने हुन्छन्, ३. उसको धनको रक्षा हुँदैन, ४. पत्ता लगाउन नसकिएका अपराधमा ऊ उत्तरदायी भएको, शंका उपशंका फैलिन सक्छ, ५. उनका नाममा भूठा र भए नभएका हल्ला फैलिन सक्छ, ६. उसले धेरै दुःखहरू भोग्नु पर्ने अवस्थाहरू आइलाग्न सक्छन् ।

मोजमज्जा रमाइलो खोज्ने वा त्यस्ता ठाउँहरूमा जानाले ६ वटा आपत्तिहरू आइलाग्न सक्छन् : रमाइलो हस्यौली कविता पाठ कहाँ छ ? नाचगानहरू कहाँ भइरहेका छन् भन्ने खोजीमा त्यो मान्छे लाग्न सक्छ । यस्तो गाउने बजाउने संगीत कहाँ भइरहेका छन् ? गीतहरू कहाँ गएर सुन्न पाइन्छ ? बाजाहरू कहाँ बजिरहेका छन् ? टम टम कहाँ ठोकिरहेका छन् ?

हे गृहस्थ युवक ! जुवा तास खेल्नाले ६ वटा खतराहरू आइपर्न सक्छन् : १. यदि उसले जिच्छ भने सबैले उसलाई घृणा गर्छन्, डाहा गर्छन्, २. ऊ हारेमा र धन गुमाएकोमा दुःख विलौना गर्नु पर्ने हुन्छ, ३. धनको विनाश हुन्छ, ४. मानिसहरूका जमघटमा अथवा न्यायालयको घरमा उसको शब्दले तौल गुमाउँछ अथवा उसलाई कसैले पत्यार गर्दैन । ५. उनका साथी भाइले उनलाई हेला गर्नेछ, ६. ऊसँग विवाह गर्न आउनेहरू पनि कोही

हुँदैनन् किनभने मानिसहरूले भन्छन्, जुवाडे भएको मान्छे असल पति कहिल्यै बन्न सक्दैन ।

खराब साथीको संगत गर्नाले ६ वटा आपत्ति आउन सक्छन् : जुवाडे खराब चरित्रको अरूलाई धोखा दिने, ठगी गर्ने, ढाँट्ने र हिंसा गर्ने अथवा मारकाट गर्ने साथी हुने वा संगत हुने हुन्छ ।

अल्छी भएर बस्दा ६ वटा दुःखहरू आइलाग्छन् : उसले भन्छ, आज अति चिसो छ र उसले काम गर्दैन । आज अत्यन्त गरम छ, उसले काम गर्दैन । उसले भन्छ, अहिले निककै अगाडि भयो, समय धेरै छ । अहिले निककै ढीलो भइसक्यो, काम गर्दैन । उसले भन्दछ, मलाई भोक लागेको छ, ऊ काम गर्दैन मेरो पेट टन्न छ, काम गर्दैन । यस्तै धेरै बहानामा काम नगरी बस्छ भने उसले धन कमाउन सक्तैन र ऊसँग धन भएको भए पनि कम हुँदै हराएर जान्छ, अर्थात् गुमाउँदै जान्छ ।

चार किसिमका व्यक्तिहरू मित्रहरूको रूपमा शत्रु हुन्छन् ।

ओठे व्यक्ति जसले मुखले मात्र साथीको रूपमा व्यवहार गर्छ, बढाइ चढाइ गरेर अरूलाई फुलाएर बोल्ने, रवाफ गर्ने, चाप्लुसे गर्ने आदि ।

पहिलो साथी वा मित्र भनिने व्यक्तिलाई चारवटा कारणले शत्रु मानिन्छन् : उसको ओठे भक्ति मात्र हुन्छ, उसले अरूलाई दिँदैन र अरूबाट धेरै आशा गर्दछ, भय र डरको कारणले उसले केही काम गर्छ, उसले आफ्नो स्वार्थ र इच्छालाई मात्र हेरेर काम गर्छ ।

चारवटा कारणले ओठे भक्ति गर्ने साथीलाई शत्रुको रूपमा लिन सकिन्छ । वितेको समयमा उसले साथी बनाउने कुरा व्यवसायको रूपमा लिन गरेको थियो र भविष्यमा पनि त्यही कारणले उसले साथी बनाउँछ । उसले एउटै सेवा गर्छ, उसले गर्ने भनेका कुरा खाली खाली रिक्ता बोली मात्र बोल्छ । सेवा प्रदान गर्नु पर्ने समयमा, ऊ पछ्याडि हट्ने, ऊमाथि भर पर्नु नहुने वा विश्वासमा पर्नु नहुने कुरा पुष्टि हुनेछ ।

चारवटा कुराहरूमा अरूलाई बाहिरबाट गुणगान गर्ने वा प्रशंसा गर्नेहरूलाई साथी भएर पनि शत्रुको रूपमा लिन सकिन्छ; उसले तिम्रा असल वा खराब वा अकुशल कार्यहरूलाई स्वीकार गर्छ, तिम्रो अनुहार अगाडि उसले प्रशंसा गर्छ र तिम्रो अनुपस्थितिमा उसले तिम्रोबारे नराम्रो कुरा गर्छ ।

चार आधारमा नराम्रा कुरामा साथ दिने साथी शत्रुको रूपमा मान्नु पर्छ : तिमीले लागू नशालु पेय पदार्थ पिउँदा उसले साथ दिन्छ, कुसमयमा बाटोमा हिँड्दा साथ दिन्छ, मोजमज्जा खोज्न जाँदा साथ दिन्छ, र जुवामा पनि साथ दिन्छ ।

साँच्चैका असल मित्रका रूपमा यी चारजना साथीहरूलाई लिनु पर्छ : मद्दत गर्ने, सुख र दुःखमा सदा निरन्तर साथ दिने, असल सल्लाह दिने र सहानुभूति राख्ने र प्रकट गर्ने ।

मद्दत गर्ने साथी चार आधारमा मित्र हुन्छन्: तिमी बेहोसमा पर्दा तिमीलाई केही भएमा उसले तिम्रो रक्षा गर्छ । हेरचाह गर्ने कोही नहुँदा उसले तिम्रो सम्पत्तिलाई रक्षा गर्छ, हेरचाह गर्छ । डर लागेको बेलामा उसले तिमीलाई शरणमा लिन्छ । कुनै काम गर्नुपर्दा आवश्यकता परेको बेला आवश्यक भन्दा दुई गुणा सहयोग उसले तिमीलाई प्रदान गर्दछ ।

सुख र दुःखमा निरन्तर साथ दिने साथीलाई चार आधारमा साँच्चैको अर्थमा मित्र मान्नु पर्छ : उसले तिमीलाई आफ्ना गोप्य कुराहरू बताउँछ, गोप्य कुराहरू बाहिर ल्याएर तिमीलाई विश्वासघात गर्दैन, दुःखमा उसले तिमीलाई छोड्दैन: तिम्रो लागि उसले आफ्नो ज्यानसम्म दिन तयार हुन्छ ।

असल सल्लाह दिने साथी चार आधारमा असल हृदय भएको मित्रको रूपमा लिन सकिन्छ: उसले खराब काम गर्ने कुराबाट तिमीलाई रोक्छ, ठीक कुरा गर्न अर्ती दिन्छ, ऊबाट तिमीले पहिला नजानेको कुरा सिक्छौ । स्वर्गसम्म पुग्ने बाटो उसले देखाउँछ ।

सहानुभूति जनाउने साथी चार आधारमा असल मित्र हुन्छ । तिम्रा दिनहरू नराम्रा हुँदा ऊ खुसी हुँदैन, तिम्रो उन्नति र सफलतामा ऊ खुसी

हुन्छ । तिम्रोबारे न राम्रो कुरा गर्नेसँग ऊ बोल्दैन र संगत छोड्छ । तिम्रोबारे असल भन्ने र प्रशंसा गर्नेलाई उसले तारीफ गर्दछ ।

हे नवयुवक गृहस्थ ! आर्य शिष्यले आफ्ना ६ वटा दिशालाई कसरी रक्षा गर्छ ? तल दिइएका व्यक्तिहरूलाई ६ वटा दिशाको रूपमा आदर गौरव गरेर मान्नु पर्दछ : माता पितालाई पूर्व, गृहहरूलाई दक्षिण, स्वास्थ्य र छोरा छोरीलाई पश्चिम, साथीहरूलाई उत्तर, नोकरहरू र आफूले काममा लगाएकालाई नादिर, गृहत्यागी र ब्राम्हणहरूलाई माथि (आकाशको रूपमा) मान्नु पर्दछ ।

छोराछोरी अथवा सन्तानले आफ्ना आमा बुबालाई पाँच तरिकाले पूर्व दिशाको रूपमा मानी सेवा प्रदान गर्नु पर्छ । (आफैले आफूलाई भन्ने): “मलाई आमाबुबाले पालनपोषण गरेको थियो, म अब मेरो आमाबुबालाई आड भरोसा दिई सेवा सुसार गर्दछु, मेरा आमाबुबाले निर्वाह गरेका कर्तव्यहरू म निर्वाह गर्दछु । मेरो परिवार र कुल र परम्पराको रक्षा गर्छु र यसलाई निरन्तरता दिन्छु । मेरो वंश र वंशबाट प्राप्त गरेको कुराको म हेरविचार गर्दछु । दिवंगत भइसकेका उहाँहरूका पक्षबाट म भिक्षा प्रदान गर्दछु र धर्मकर्म गर्दछु ।

पूर्व दिशाको रूपमा आदर सत्कार गरिएका आमाबुबाले आफ्ना सन्तानप्रति प्रेम र सद्भावना यसरी पाँच किसिमले व्यक्त गर्दछन् : तिनीहरूले आफ्ना छोराछोरीलाई अकुशल वा पापकर्मबाट अलग गराउँछन् र रोक्छन् ; तिनीहरूले छोराछोरीलाई असल दिशानिर्देश प्रदान गर्छन् ; तिनीहरूले उनीहरूलाई कुनै व्यवसायमा तालिम प्रदान गर्छन् ; उनीहरूलाई सुहाउँदा वैवाहिक सम्बन्ध प्रदान गर्छन् र उचित समयमा आफ्ना जायजेथा सम्पत्ति हस्तान्तरण गरी दिन्छन् । यसरी पूर्व दिशालाई सुरक्षित, सुनिश्चित र भयमुक्त प्रदान गरिन्छ ।

एकजना शिष्यले आफ्ना गुरुहरूलाई दक्षिण दिशाको रूपमा पाँच तरिकाले सेवा प्रदान गर्नुपर्छ ; आफ्नो बसेको ठाउँबाट उठेर नमस्कार

गर्नुपर्छ ; उनीहरूलाई स्याहार सुसार र सेवा प्रदान गर्नुपर्छ, सिक्ने कुरामा उत्सुकता वा कौतुहलता देखाएर, व्यक्तिगत स्याहार गरेर र उनीहरूलाई सिकाएका कुराहरूलाई सादर स्वीकारेर ।

दक्षिण दिशाको रूपमा रहेका गुरुले सेवा गर्ने शिष्यप्रति पाँच किसिमले प्रेम प्रकट गर्नु पर्छ : तिनीहरूले शिष्यलाई राम्रोसंग बुझोस र यसको टिकाउ होस् भनेर गुरुले उचित व्यवस्था र तरिका अपनाउँछ ; हरेक कलाका मुख्य विषय वस्तुहरू पूर्णमात्रामा गुरुले चलालाई सिकाइदिन्छ । आफ्ना साथीहरूसँग उसको परिचय गराइदिन्छ । जहंतहीं उसको सुरक्षाको व्यवस्था शिक्षकले गर्दछ । यसरी दक्षिण दिशालाई उनको निमित्त सुरक्षित र भयरहित बनाइदिन्छ ।

पश्चिम दिशाको रूपमा रहेको लोगनेले पाँच किसिमले स्वास्नीलाई सेवा प्रदान गर्दछ : आदर गरेर, विनम्रता पोखेर, उनीप्रति इमान्दार र वफादार भएर ; तिनीलाई अधिकार प्रदान गरेर; गहना र सृंगारका सामाग्रीहरू दिएर ।

पश्चिमी दिशाको रूपमा सम्मान पाएको पत्नीले आफ्नो पतिलाई पाँच किसिमले प्रेम प्रकट गर्दछे : आफ्नो कर्तव्य पालन गरेर, सेवा गर्नेहरूलाई राम्रो हेरविचार गरेर, वफादार वा इमान्दार भएर, उनले कमाएर ल्याएको धन सम्पत्तिलाई सीप र उद्योगद्वारा हेरविचार गरेर ।

यसरी उसको निमित्त पश्चिमी दिशा सुरक्षित, भयरहित र खतरामुक्त हुन्छ ।

पाँच तरिकाहरूले परिवारको सदस्यले आफ्ना साथ दिनेहरू र मित्रहरूलाई उत्तर दिशाको रूपमा सेवा प्रदान गर्दछ: उदारता, विनम्रता, उनका भलो हुने काम गरेर र आफैले आफूलाई जस्तो व्यवहार गर्दछ । त्यस्तै समान रूपले साथीहरूलाई व्यवहार गरेर र आफ्नो बचन साँचो रूपमा पालन गरेर सेवा प्रदान गर्दछ ।

यसरी दक्षिण दिशाको रूपमा सेवा प्रदान गरिएका उनका साथी र साथमा लाग्ने व्यक्तिहरूले ऊप्रति पाँच किसिमले प्रेम प्रकट गर्छन् । तिनीहरूले आवश्यकता परेका बखत उसको रक्षा गरिदिन्छन् । असमर्थ भएको बेला तिनीहरूले उनका धन सम्पत्ति हेरविचार गरिदिन्छन् । खतराको बखत तिनीहरू शरण पर्ने आश्रय भइदिन्छन् । दुःख परेको बखत तिनीहरूले उसलाई छोड्दैनन् र उसका नाता पर्नेहरूलाई उनीहरूले आदरभाव जनाउँछन् ।

यसरी उत्तर दिशा सुरक्षित, भयरहित र खतरामुक्त हुन्छ ।

एकजना मालिकले आफ्नो नोकरलाई अथवा एकजना अधिकृतले आफ्ना अधिन र मातहतमा रहेका कार्यकर्ता वा कर्मचारीहरूलाई नादिर दिशाको रूपमा पाँच किसिमले सेवा प्रदान गर्दछः

उनीहरूका क्षमता र शक्ति अनुसार मिल्ने गरी काम दिन्छ; उचित खानेकुराहरू र ज्याला पदान गर्छ, विरामी परेको समयमा औषधि दिई उपचार गर्ने अथवा गर्न लगाई दिने ; समय समयमा मीठा परिकार र खानेकुरा प्रदान गर्ने र सुहाउँदो समयमा विदा र उपहार दिन्छ ।

यस्ता तरिकाहरूले मालिक वा आफूभन्दा माथिल्लो तहका अधिकृतद्वारा सेवा पाएका नोकरहरू र कर्मचारीहरूले आफ्ना मालिक वा अधिकृतलाई पाँच किसिमले प्रेम प्रकट गर्दछन् ; तिनीहरू उनी भन्दा पहिला विहान उठ्छन्, उनीहरूभन्दा पछि सुत्न जान्छन् ; उनीहरूलाई दिएका कुराहरू ग्रहण गर्छन्, आफ्नो काम राम्ररी गर्छन् वा दायित्व निभाउँछन्, उनको बारे राम्रो कुरा गर्छ र उनलाई राम्रो सम्मान व्यक्त गर्छन् ।

यसरी नादिर दिशा सुरक्षित, भयरहित र खतरा मुक्त हुन्छ ।

एकजना सर्वसाधारण मानिसले गृहत्यागी, ऋषिमुनि र ब्राह्मणलाई उच्च टुप्पो दिशाको रूपमा पाँच किसिमले सेवा गर्दछ : प्रेमपूर्ण व्यवहार र काम गरेर, मिठो बोली बचन गरेर, प्रेमपूर्ण विचार प्रकट गरेर, उनीहरूका निमित्त घर खुल्ला गरेर र आवश्यक भौतिक कुरा प्रदान गरेर वा पूरा गरेर ।

उच्च दिशाको रूपमा सेवा प्राप्त गरेका गृहत्यागीहरू र ब्राह्मणहरूले सर्वसाधारण वा गृहस्थ परिवारका सदस्यहरूमा छ, तरिकाहरूले प्रेम प्रकट गर्छन्, उनीहरूले उनलाई अकुशल कार्य वा पापबाट टाढा राख्छन्, असल कार्य गर्न उपदेश दिन्छन् । तिनीहरूले ती गृहस्थहरूलाई आशिर्वाद वा उच्च विचारहरू दिन्छन्, नसिकेका र नजानेका कुरा सिकाइ दिन्छन् । उनीहरूले सिकेका कुराहरू गलत बुझेका छन् भने ती गृहत्यागीहरू वा ब्राह्मणहरूले सुधारिदिन्छन् र गृहस्थहरूलाई स्वर्गका मार्ग देखाईदिन्छन् ।

यसरी उच्च दिशा उसको निमित्त सुरक्षित, भयरहित र खतरामुक्त हुन्छ ।

यसरी जब सम्यक् सम्बुद्धले बोल्नु भयो, त्यो नवयुवक सिगालले यस्तो भन्यो, “भगवान्, यो अत्युत्तम भयो, अत्युत्तम, घोप्टो भाँडोलाई सिधा बनाएको जस्तो भयो । लुकेको कुरा बाहिर प्रकट भयो, अथवा बाटो विराएको मानिसलाई बाटो देखाएको जस्तो भयो अथवा अँध्यारो कोठामा बत्ती बलेको जस्तो भयो जसले गर्दा त्यहाँ भएका सरसामानहरू आँखाले देख्न सकेको जस्तो भयो । यस्तै सम्यक् सम्बुद्धले धेरै तरिकाहरूद्वारा धर्मलाई व्याख्या गरी स्पष्ट पार्नु भयो । म बुद्धको शरणमा जान्छु, धर्मको शरणमा जान्छु र संघको शरणमा जान्छु । भगवान्ले मलाई आफ्नो उपासक शिष्यको रूपमा स्वीकार्नु होस्, जीवन पर्यन्त आजदेखि शरणमा परेको शिष्यको रूपमा भगवान्ले मलाई स्वीकार गर्नुहोस् ।”

(दीघ-निकाय संख्या ३१)

सत्य बचनहरू
(धम्मपदबाट छानिएका गाथाहरू)

१. सबै मानसिक स्थितिहरूमा मन (चित्त) नै सबैभन्दा अगाडि हुन्छ, अर्थात् मन नै अगुवा हुन्छ, मन नै प्रमुख र ती स्थितिहरू मनद्वारा सृजित हुन्छन् । यदि कसैले अशुद्ध वा अकुशल मनले बोल्छ, अथवा काम गर्छ भने दुःख पछि पछि लाग्छ, जसरी गोरु गाडालाई तान्ने गोरुहरूका खुरलाई गाडाका पाङ्गाहरूले पछ्याउँछन् ।

२. सबै मनका अवस्थाहरूमा मन वा चित्त नै पहिला दौडने हुन्छ, मन ती अवस्थाहरूका प्रमुख र ती अवस्थाहरू मनले नै सृजना गरेको हुन्छ । यदि शुद्ध वा पवित्र मनले कसैले काम गर्छ वा विचार गर्छ भने जसरी छायाँले मानिसलाई कहिले छोड्दैन, त्यसरी नै सुख उसको पछिपछि लाग्छ ।

३. “उसले मलाई गाली गऱ्यो, उसले मलाई कुट्यो, उसले मलाई हरायो, उसले मलाई लुट्यो” जसले यसरी ती कुरालाई घृणाको रूपमा मनमा पाल्छन्, उसको मन कहिल्यै पनि शान्त हुँदैन ।

५. यस संसारमा घृणा कहिल्यै पनि घृणाद्वारा शान्त हुँदैन; यो प्रेमबाट शान्त हुन्छ । यो नै अनन्त नियम हो ।

२४. जो वीर्यवान् छ, स्मृतिवान्, आचरणमा शुद्ध, विवेकशील र स्वनियन्त्रित, सम्यक् आजीविका यापन गर्ने, सजग र सतर्क हुन्छ, उसको कीर्ति र इज्जत निरन्तर रूपमा बृद्धि हुन्छ ।

२५. यदि कोही परिश्रमी, मिहिनेती, अनुशासित र स्वाभिमान छ, आफ्नो मालिक आफै र आफ्नो द्विप आफै बन्छ भने कुनै बाढी, हुरी, वतासले उसलाई छुन र हल्लाउन सक्तैन ।

२६. मूर्खहरू र कम बुद्धि भएकाहरू कुनै पनि काम कुराहरूमा सजग हुँदैनन् अथवा उनीहरू वेपर्वाह वा वेवास्ता गर्छन्, तर बुद्धिमानहरूले आफ्ना मिहिनेत र परिश्रमलाई ठूला असीम ढुकुटीको रूपमा रक्षा गर्दछन् ।

२७. वेवास्ता गर्ने वा वेहोसी नहोऊ; इन्द्रिय सुखको लागि अरूसँग हेमखेम न बढाऊ । जसले मिहिनेतपूर्वक ध्यान भावना गर्दछ, उसले सुख प्राप्त गर्दछ ।

३३. कम्जोर, चञ्चल, वशमा राख्न वा नियन्त्रण गर्न गाह्रो चित्तलाई धनुषधारी मानिसले धनुष वाणलाई सोभो गरे जस्तै बुद्धिमान मानिसले सोभो पार्दछ ।

३५. चित्तलाई नियन्त्रण गर्न गाह्रो हुन्छ, अस्थिर हुन्छ, चित्त कहाँ पुग्छ भन्न गाह्रो हुन्छ । चित्तलाई नियन्त्रण गर्नु असल हुन्छ, नियन्त्रित मनले सुख ल्याउँछ ।

३८. जसको मन अस्थिर छ, जसले असल शिक्षा उपदेशबारे जानेको हुँदैन, जसको आत्मविश्वास डगमगाउँछ, त्यस्तो व्यक्तिको बुद्धि पूरा मात्रामा विकसित र परिपक्व हुँदैन ।

४२. एकजना शत्रुले अर्को शत्रुलाई जति हानी नोक्सान पुऱ्याउँछ अथवा एकजना घृणा गर्ने व्यक्तिले अर्को घृणा गर्ने व्यक्तिलाई जति हानी नोक्सान पुऱ्याउँछ, त्यो भन्दा बढी मात्रामा गलत दिशामा परेको चित्तले हानी नोक्सान पुऱ्याउँछ ।

४३. ठीक दिशामा लागेको मनले जति असल वा भलाइ गर्दछ, त्यस्तो भलाइ र असल न आमा न बुबाले वा न कुनै नातादारले गर्न सक्छ ।

४७. इन्द्रिय सुखका फूलहरू मात्र जम्मा गर्ने मानिस जसको मन गाँठो परेको हुन्छ, उसलाई मृत्युले यसरी लान्छ, जसरी बाढीले मस्त निद्रामा परेका गाउँलाई बगाउँछ ।

५०. अरूहरूका दोषहरू मात्र खोतल्ने, अरूहरूले गरेका र गर्न बाँकी कामहरूबारे खोतल्ने वा चासो राख्ने बानी गर्नु हुन्न । यसको सट्टा आफूले के गरें र के गर्न बाँकी भन्ने कुराहरू सोच्नु पर्छ ।

५१. एउटा फूल रङ्गी विरङ्गी भएर सुन्दर छ, तर त्यहाँ सुगन्ध छैन, त्यस्तै बचन बोल्ने, तर अभ्यास गर्दैन भने त्यो व्यक्ति त्यो फूल जस्तै काम नलाग्ने हुन्छ ।

६१. आफू भन्दा राम्रो वा समान स्तरको साथ भेट्दैन भने, उसले एकलो बाटो पछ्याउनु नै राम्रो हुन्छ, मूर्खसँग राम्रो साथ हुन सक्तैन ।

६२. मेरा छोराहरू छन्, मसँग धन छ; यस्तो विचार गरेर मूर्ख दुखित हुन्छ,, साँच्चै भन्ने हो भने ऊ आफै उसको होइन भने छोराहरू अथवा धन उसको कसरी हुन सक्छन् ?

६४. सारा जिन्दगीभर मूर्खले विद्वानसँग सङ्गत गरेपनि उसले सत्य विषयमा बोध गर्न सक्तैन जसरी एउटा चम्चाले सूप वा रसको स्वाद जानेको हुँदैन ।

६७. काम गरिसकेर ऊ पछुताउँछ र कामको परिणाम उसले रोएर र आँखा भरिको आँशु लिएर अनुभव गर्छ भने त्यो काम राम्रोसँग गरिएको होइन ।

६९. मूर्खले अकुशल वा नराम्रो काम महजस्तै गुलियो र मीठो सोच्छ, जबसम्म यो पाकेको हुँदैन अथवा यसले परिणाम निकालेको हुँदैन तर जब यो पाक्छ, मूर्ख दुखमा पर्छ ।

८१. एउटा ठोस चट्टानलाई वतासले हल्लाउन सक्तैन, त्यस्तै बुद्धिमानलाई प्रशंसा, आलोचना वा गालीले छुन सक्तैन ।

८२. एउटा ताल गहिरो, अत्यन्तै सफा र शान्त हुन्छ, त्यस्तै एकजना बुद्धिमान मानिस उपदेश सुनेपछि शान्त हुन्छ ।

८५. अत्यन्त कम मानिसहरू पार गरेर अर्को छेऊ वा किनारामा पुग्छ तर धेरैजसो मानिसहरू केवल आफू उठेको किनारामा मात्र तल माथि दगुर्छन् ।

९०. जसले यात्रा पूरा गरेको छ र दुखको अनुभव नै गर्दैन भने ऊ पूर्ण स्वतन्त्र र मुक्त छ । उसले सबै बन्धनहरूबाट छुटकारा पाएको हुन्छ र उनीमा कुनै आसक्ति हुँदैन ।

९४. रथमा सवार भएको मान्छेको नियन्त्रणमा घोडा भएको जस्तो सबै इन्द्रियहरूमाथि प्रभुत्व जमाएको, अहंकारबाट अलग्ग र आसक्तिबाट मुक्त मानिस निरन्तर देवताहरूका समेत ईर्ष्यामा पर्दछन् ।

९६. विचारमा शान्त, बोलीमा शान्त र जसले राम्ररी बुझेर, थाहा पाएर काम गर्छ ऊ पूर्ण रूपमा मुक्त, पूर्ण रूपले शान्त र सुन्तुलित (सम भावमा) हुन्छ ।

९७. जसले तुरुन्तै अरूको अति विश्वास गर्दैन, सृजना न गरिएको विषय थाहा पाउँछ र जसले सबै सम्पर्क र सम्बन्ध टुटाइसकेका, असल वा खराब अवस्थालाई अन्त्य गरिसकेका, सबै काम इच्छा फ्याँकिसकेका हुन्छन्, त्यो व्यक्ति नै मान्छेहरूबीच सर्वोत्तम हुन्छ ।

१०३. एकजना मानिसले हजारौं लडाइँ, हजारौं पटक र हजारौं मानिसहरूमाथि विजय प्राप्त गरिसकेको भए पनि सबैभन्दा ठूलो विजेता उही हो जसले आफूमाथि नै विजय हासिल गर्छ ।

१०४-१०५ अरूलाई जित्नु भन्दा आफैलाई जित्नु साँच्चैको राम्रो जित हो । जसले आफैमाथि विजय हासिल गरेको छ, जो आफ्नो मालिक आफैं हो र आचरणमा आफूलाई सम्हाल्ने र स्वनियन्त्रणमा राख्छ, भने उसलाई न देवताले, न गन्धर्व, मार र न त ब्रह्माले उसको जितलाई हारमा परिणत गर्न सक्छ ।

कोही साँच्चै अन्तरज्ञान, अन्तरदृष्टि र आत्म नियन्त्रण प्राप्त न गरी सय वर्ष बाँच्न सकेपनि राम्रो र असल त प्रज्ञाबारे ध्यान भावना गरी एकदिनको जीवन बाँच्ने व्यक्ति नै हुन्छ ।

११६. असल काम गर्न हतार गर; खराब काम गर्नबाट आफूलाई रोक । जो असल काम गर्नमा ढिला गर्दछ, उसको चित्त खराब काम गर्न वा पाप गर्नमा रमाउँछ ।

११९. पाप परिपक्व नभएसम्म पाप गर्नेको लागि राम्रो नै हुन्छ । जब उसको पापकर्मले फल दिन थाल्छ, उसले यसका नराम्रा परिणामहरू देख्छ ।

१२०. असल कार्यहरू परिपक्व नभएसम्म असल गर्नेहरूका लागि दुःख र पीडा नै हुन्छन्, तर जब असल कामले फल दिन थाल्छ, उसले सुखका परिणामहरू देख्छ ।

१२१. यस्तो भन्दै पाप र अकुशल कर्मलाई हलुकासँग नलेऊ: “मलाई यसको फल मिल्दैन ।” थोपा थोपा भर्रेर मात्र पानीको भाँडो भर्छन् । यसरी नै मूर्खले थोपा थोपा गरी पापको घडा भर्छ ।

१२२. यस्तो भनेर कुशल कर्मलाई हलुकासँग नलेऊ: “मलाई यसको फल मिल्दैन ।” जस्तो थोपा थोपा गरी पानीको घडा भरिन्छ, त्यस्तै बुद्धिमानहरूले अलि अलि गरी पुण्यको घडा भर्दछन् ।

१२५. निर्दोषी, चोखो र सोभो व्यक्तिलाई जसले दुःख दिन्छ, त्यो पाप त्यस्तो गर्ने मूर्खतिर नै फर्कन्छ, जसरी हावामा फालेका धूलो आफैतिर फर्कन्छ ।

१२९. हातहतियार देखा सबैजना काँप्छन् । सबैलाई मृत्युको डर हुन्छ । आफूजस्तै सबैलाई ठानेर, कसैले कसैको हत्या गर्नु हुँदैन, आफै हत्याको कारण पनि बन्नु हुँदैन ।

१३१. आफ्नो सुख खोजेर जसले सुख खोज्ने अरूलाई दुःख दिन्छ, उसले सुख प्राप्त गर्न सक्तैन ।

१५२. ज्ञान न भएको अज्ञानी गोरु जस्तै बढ्छ, उसको मांसपेशी बढ्छ तर उसको बुद्धि बढ्दैन ।

१५५. युवावस्थामा पवित्र जीवन नबाँचेको, धन नकमाएको मानिस माछा ढुकेर विना तलाऊको किनारमा रहेको बुढो बकुला जस्तै मन दुखाउँदै शीर भुकाएर दुःखी भई बस्छ ।

१५९. अरूलाई यस्तो गर उस्तो गर भनेर सम्झाउने मानिसले आफैले अभ्यास गर्दछ भने आफू स्वनियन्त्रित भई अरूलाई पनि नियन्त्रण गर्न सक्ने हुन्छ । तर आफैलाई नियन्त्रण गर्नु साँच्चै गाह्रो हुन्छ ।

१६०. आफ्नो रक्षक आफै हो (शरण); त्यहाँ अर्को रक्षक को हुन सक्छ ? उसले आफैले आफूलाई पूरा समन गर्दै (नियन्त्रण गरी) प्राप्त गर्न कठिन शरण वा सुरक्षा प्राप्त गर्दछ ।

१६५. आफैबाट अकुशल कार्य वा पाप भएको हुन्छ र आफैद्वारा आफू दुषित हुन्छ । मानिस आफ्नो पाप नहटाई बसेको हुन्छ र वास्तवमा आफैद्वारा मात्र ऊ शुद्ध हुन्छ । शुद्धता वा अशुद्धता भन्ने कुरा आफैमा भर पर्दछ । कसैले कसैलाई शुद्धिकरण गर्न सक्तैन ।

१६७. साना नीच कुराहरूका पछि नलाग । बेहोसी भएर वा प्रमादी भएर न बाँच । गलत वा भूठा धारणाहरूलाई न अँगाल । यसरी संसार चक्रको अस्तित्व र निरन्तरतालाई न लम्ब्याऊ वा न बढाऊ ।

१७१. सिंगारिएका राजाको रथसँग दुरूस्तै मिल्ने यो संसारलाई हेर जसमा मूर्खहरू भुम्मिन्छन् र टाँसिन्छन्, तर बुद्धिमानहरू यसमा आसक्त हुँदैनन् ।

१७८. पृथ्वीमाथि आधिपत्य जमाउनु भन्दा, स्वर्गमा जानु भन्दा र सम्पूर्ण विश्व ब्रह्माण्डमा शासन गर्न पाउनु भन्दा धर्मको उत्कृष्ट अवस्थामा (श्रोतापन्न, सकृदागामि, अनागामि, अरहन्त आदि) पुग्नु उत्तम ।

१८३. कुनै पाप कर्म न गर्नु, असल गुणहरू निर्माण गर्नु, आफ्नो चित्तलाई शुद्ध गर्नु, यो नै बुद्धको उपदेश हो ।

१८४. सर्वोत्तम गृहत्यागी मुनिहरूका अभ्यास भनेको सहनशीलताको शक्ति र धैर्य हो । “सर्वोत्कृष्ट नै निर्वाण हो”, बुद्धहरूले भन्नु हुन्छ । अरूलाई हानी नोक्सान पुऱ्याउने वास्तवमा गृहत्यागी हुन सक्तैन न त अरूलाई चोट पुऱ्याउने मानिस ऋषि नै हुन सक्छ ।

१८५. अरूको कुभलो हुने कुरा नबोल्नु, हानी नोक्सान न गर्नु, प्रमुख आधारभूत शीलहरू पालन गर्नु र आफूलाई सम्हाल्नु, खानेकुरामा अति न गर्नु, ठीक मात्रा मिलाएर खानु, एकान्तमा बाँच्नु, उच्च चेतनाहरूमा आफूलाई एकचित्त गर्नु, यही नै बुद्धको उपदेश (शिक्षा) हो ।

१९७. घृणित वा द्वेष भावना भएकाहरूबीच घृणा वा द्वेषविना बाँच्ने मानिस साँच्चैको सुखी मानिस हुन्छ । द्वेषयुक्त मानिसहरूबीच द्वेषबाट अलग रहेर मुक्त र स्वतन्त्र जीवन हामी बाँच्नुपर्छ ।

२०१. विजयीहरूको विजयले वैमनस्यता जन्माउँछन्; हारेकाहरू दुःखी भएर बस्छन् । शान्तिप्रिय व्यक्तिहरू विजय र हार दुईटै त्याग्नै अलग सुखीपूर्वक आरामसँग बाँच्छन् ।

२०४. स्वास्थ्य उत्तम लाभ हो, सन्तोष उत्तम धन हो, विश्वासिलो मित्र उत्तम नातेदार हो ; निब्बाण उच्चतम सुख हो ।

२०५. एकान्त र शान्तिको स्वाद चाखिसकेपछि, व्यक्ति दुःख, र क्लेश, दागरहित हुन्छ, र उसले सत्य सुखको आनन्द लिइरहेका हुन्छ ।

२१५. लोभ वा तृष्णाबाट दुःख उठ्छ; तृष्णाबाट नै भय उत्पन्न हुन्छ । लोभ र तृष्णाबाट मुक्त मानिसको निमित्त दुःख छैन, भय निक्कै कम र हुँदै हुँदैन पनि ।

२२२. हुईकिरहेको रथलाई सारथीले रोके जस्तै जसले उठेको रिसलाई दवाउँछ, उसलाई म साँच्चैको सारथी भन्दछु; अरू मानिसले त लगाम मात्र पक्रन्छ ।

२२३. रिसलाई प्रेमले जित, अकुशलता वा पापलाई कुशलता वा धर्मले, कञ्जुसीपनालाई उदारताले र भूठालाई सत्यले जित ।

२३१. शारीरिक तनावलाई रोक वा आउन नदेऊ; शरीरलाई नियन्त्रित वा काबुमा राख । शरीरद्वारा हुने चरित्रहीनता वा खराब आचरणलाई छोड । शरीरमा ठीक आचरण अपनाऊ ।

२३२. बोलिबाट उठ्ने तनावलाई रोक वा त्यसबाट आफूलाई रक्षा गर । बोलि बचनमा नियन्त्रित होऊ । खराब बोलि बचनलाई त्यागेर ठीक वा उचित बोलिबचनको मार्ग अपनाऊ ।

२३३. मानसिक तनावलाई रोक र त्यसबाट आफूलाई रक्षा गर । बिचारहरूलाई नियन्त्रित गर । खराब बिचारहरूलाई त्यागेर ठीक चिन्तनहरूका मार्ग अपनाऊ ।

२३४. बुद्धिमान मानिसहरू काममा, बोलीमा र बिचारमा नियन्त्रित र सम्पूर्ण रूपमा तिनीहरूले आफूलाई काबुमा राखेका हुन्छन् ।

२२९. अलि अलि गर्दै पल पलमा बुद्धिमान मानिसले आफ्ना अशुद्धताहरूलाई हटाउँछ, जस्तो एकजना कालिगढले चाँदीका दागलाई हटाउँछ ।

२४०. फलाममा देखा परेको खियाले फलामलाई खाइदिन्छ, भने भैं आफ्नै कामहरूद्वारा विनय वा अनुशासन नाघ्नेहरूले आफ्नो दुःख आफै निम्त्याउँछन् ।

२४८. हे असल मानिस, थाहा पाइ राख, खराब कामहरू नियन्त्रण गर्न नसकिने हुन्छन् । लोभ लालच र अकुशल स्वभावले लामो समयसम्म तिमीलाई घिसारेर नलगोस् ।

२५१. लोभ लालच वा तृष्णा जस्तो आगो अरू केही छैन । घृणाको जस्तो कडा पकड अरू केहीको हुँदैन । मोहको जस्तो जालो अरू कुनै जालो हुँदैन । आसक्ति जस्तो नदी अरू कुनै हुँदैन ।

२५२. अरूहरूका दोषहरू सजिलै देखिन्छन्; तर आफ्नो भने देख्न अत्यन्त गाह्रो हुन्छ । अरूहरूका दोषहरूलाई चालनीमा राखेर केलाउँछौं, तर धूर्त चराले जस्तो आफ्नो दोषलाई लुकाएर राख्छौ ।

२६७. जो आफ्ना गुण र दोषलाई नाघेर पर पुग्छ, जसले पवित्र जीवन अँगाल्छ र जसले यो संसारलाई बुझेर वा बोध गरेर बाँच्छ, उसैलाई भिक्षु भनिन्छ ।

२६८/२६९.

मूर्ख र अज्ञानी छ भने मौन रहेर मात्र कोही पनि मुनि बन्दैन । तर विद्वान मानिस मानौं कि तराजु लिएर बसेको जस्तो असल कुरोलाई लिएर र खराब कुरा फालेर बाँच्छ, भने ऊ नै साँच्चैको मुनि हो । यसै कारण ऊ मुनि हो ।

यो संसारका दुईटै पक्षहरू वा पाटोहरू बुझेर वा बोध गरेर बाँच्छ, भने उसैलाई मुनि भनिन्छ ।

२७३. मार्गहरूमा आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग उत्तम, सत्यहरूमा चतुर्आर्य सत्य, अवस्थामा अनासक्त अवस्था र दृष्टिहरूमा उच्च कोटिका दृष्टि भएको मानिस नै उत्तम ।

२७४. यो एउटै मार्ग हो । दृष्टि शुद्धिकरणको लागि अर्को कुनै मार्ग छैन । यही मार्ग पछ्याऊः मार र पापलाई हटाउने यही मार्ग हो ।

२७५. यही तरिकालाई अपनाएर तिमीले दुःखलाई निर्मूल गर्न सक्छौ । मैले घोषणा गरेको यही नै मार्ग हो, जब मैले दुःखको वाणहरूलाई हटाउने कुरा सिकें ।

२७६. तिमी आफैले परिश्रम गर्नु पर्छ । बोधिज्ञान प्राप्त गरेकाहरू मात्र गुरु हुन् । जो यो मार्गमा प्रवेश गर्छन् र जो ध्यानी हुन्छन्, उनीहरू मात्र मार बन्धनबाट मुक्त हुन्छन् ।

२७७. परिस्थितिहरूबाट उत्पन्न भएका वस्तुहरू सबै अनित्य हुन् । जसले यस कुरालाई प्रज्ञाद्वारा हेर्छ, उसले दुःख पैदा गर्ने संसारिक कुराहरूतिर वितृष्णा जगाउँछ । यो नै शुद्धताको मार्ग हो ।

२७८. परिस्थितिहरूका संयोगबाट उत्पन्न हुने सबै कुराहरू दुःख हुन्, जसले यो तथ्यलाई प्रज्ञाद्वारा देख्छ, दुःख पैदा गर्ने सांसारिक कुराहरूतिर उसको मन अनासक्त हुन्छ ।

२७९. सबै अवस्था (धम्म) आत्मा विना नै हुन्छ, जसले यस तथ्यलाई प्रज्ञाद्वारा हेर्छ, दुःख पैदा गर्ने सांसारिक कुराहरूबाट ऊ अनासक्त हुन्छ ।

२८०. जसले मिहिनेत गर्नु पर्ने अवस्थामा मिहिनेत गर्दैन र जो युवा अवस्थामा बलियो भए तापनि, अल्छी भएर बस्छ, ऊ आफ्नो विचार र उद्देश्यमा अडिग छैन, केही न गरी बस्छ भने त्यो अल्छी मानिसले प्रज्ञाको मार्ग कहिले पनि भेट्दैन ।

२८१. बोली बचनमा होसियार, चित्तलाई सम्हाल्न सक्ने, शरीरलाई अकुशल कर्म गर्न नदिने जस्ता तिनै कुरालाई तीन किसिमका कामहरूद्वारा आफूलाई चोखो बनाउन लगाएर मुनिले थाहा पाएका मार्गहरू त्यो व्यक्तिले प्राप्त गरून् ।

३३४. जथाभावी जीवन बाँच्ने वा त्यस्ता कुलतमा लागेको मानिसको आसक्ति मालुभाको लहरा बढ्ने विरूवा जस्तै हुन्छ । जङ्गलमा फल खोज्न यता र उता उफ्रने बाँदर जस्तै उसको स्वभाव हुन्छ ।

३३५. आसक्ति वा टाँस्सिने तृष्णाले छोपिएका जो सुकै मानिसका दुःखहरू वर्षा भएपछि बढ्ने विरना घाँस जस्तै बढ्छन् ।

३३६. तृष्णा जस्तो हटाउन कठीन कुरालाई जसले जित्छ, उसका दुःखहरू त्यसै हराएर जान्छन्, जसरी कमलका फूलमा शीतका थोपा हराउँछ ।

३३८. जरालाई चोट परेको छैन र बलियो छ भने रूख काटेपनि फेरि फेरि पलाएर आउँछ, त्यस्तै राग वा तृष्णा उठ्ने कुराको जरा उन्मूलन भएको छैन भने दुःखहरू फेरि फेरि उत्पन्न हुन्छन् ।

३४३ जसरी खरायो खानेकुराको खोजीमा कुद्छ, तृष्णा र लोभमा परेका मानिसहरू बाटोमा भड्किरहन्छ । त्यसकारण अनासक्ति प्राप्त गर्न लाग्ने व्यक्तिले रागलाई त्याग्नु पर्दछ ।

३४८ भूत, भविष्य र वर्तमानबाट समेत आफूलाई मुक्त पार । अस्तित्वबाट टाढा पार गरेर किनारसम्म पुग्न सकेको मुक्त चित्त जन्म र मृत्युको चक्रमा फेरि फस्नु पर्ने हुँदैन ।

३६० आँखालाई सम्हालेर नियन्त्रण गर्नु, कान, नाक र जिब्रोलाई समेत समन गर्नु असल हुन्छ ।

३६१ शरीरलाई समन गर्नु, बोलीलाई समन गर्नु, चित्तलाई सम्हाल्नु असल हुन्छ । जहिँतहीँ आफूलाई सम्हाल्नु र समन गर्नु असल हुन्छ । हरेक किसिमले आफूलाई सम्हालेका वा नियन्त्रण गरेका भिक्षु दुःखबाट मुक्त हुन्छ ।

३६२ जो हातले गर्ने क्रियामा नियन्त्रित हुन्छ, हिँडेर जाने पाइलामा नियन्त्रित हुन्छ र जोसँग चित्तलाई उत्कृष्ट रूपले नियन्त्रण गर्ने शक्ति हुन्छ, भित्रबाट नै उसले चित्त सुखको अनुभव गर्दछ, र ऊ चित्त विचलित नहुने अवस्थामा हुन्छ, एक्लो र एकान्तमा सन्तुष्ट भएर बस्छ, उसैलाई नै भिक्षु भनिन्छ ।

३६७ नाम र रूपमा जसको आसक्ति हुँदैन र आफूले नपाएको कुरामा अपसोच गर्दैन भने उसैलाई साँच्चैको भिक्षु भनिन्छ ।

३६८. मैत्रीमा सँधै रहरहने, सम्यक् सम्बुद्धको उपदेशमा आनन्दित भइरहने व्यक्ति जसले चित्तको स्थिरता र शान्तिमय अवस्था प्राप्त गर्छ र परिस्थितिजन्य उत्पन्न हुने अशान्त भावलाई शान्त पार्दछ भने उसैलाई भिक्षु भनिन्छ ।

३८५. ऊ जसको निमित्त सांसारिक दुःखको यस किनारमा वा अर्को किनारमा अथवा दुइटैमा अस्तित्व रहँदैन, ऊ जो दुखित हुँदैन र बन्धनमा बाँधिएको हुन्न उसैलाई म ब्राह्मण भन्दछु ।

३८७ सूर्य दिनमा चम्कन्छ; रातमा चन्द्रमा, लडाकु आफ्ना हतियारमा चम्कन्छ । ध्यानभावनामा ब्राह्मण चम्कन्छ । तर सारा रात दिन सम्यक् सम्बुद्धको ज्योति चम्कन्छ ।

४२० उनको भाग्यलाई न देवता, न यक्ष न त मनुष्यलाई नै थाहा हुन्छ, जसले प्रदुषण वा दुषित कुरालाई नाश गरेको हुन्छ, ऊ योग्य हुन्छ, उसैलाई म ब्राह्मण भन्दछु ।

४२३ जोसँग पूर्व जन्महरूको ज्ञान हुन्छ, जसले स्वर्ग र नरक देख्छ, जसले फेरि फेरि जन्म हुने प्रक्रियालाई नष्ट गरि सकेका र परम ज्ञान प्राप्त गरेका हुन्छन्, उही मुनिले सबै प्रकारका उपलब्धिहरू हासिल गरिसकेका हुन्छन्, उसैलाई म ब्राह्मण भन्दछु ।

बुद्धका अन्तिम बचनहरू

सम्यक् सम्बुद्धले भिक्षु आनन्दलाई सम्बोधन गर्नु भयो: “आनन्द ! तिमीहरूमध्ये कसैलाई मनमा यस्तो विचार आउन सक्छ: निर्वाण भइसकेका शास्ताका बचनहरू यहाँ छन्; हाम्रा परम गुरु हामीसँग साथमा हुनुहुन्न, तर आनन्द, यस्तो दृष्टिकोणले हेर्नु हुँदैन । जुन मैले उपदेश दिएको थिएँ, जस्तो नियमहरू मैले धर्म र अनुशासन (विनय) को लागि वसालेको थिएँ, आनन्द, म गएपछि तिनीहरू नै गुरु हुनेछन् ।”

आनन्द ! भिक्षुहरू अहिले एक अर्कामा “मित्र” (आवुसो) भनेर सम्बोधन गर्छन्, म नभएपछि तिनीहरूले यस्तो नगरून् । जेष्ठ भिक्षुले, आनन्द, आफूभन्दा कान्छो भिक्षुलाई उनको नाम अथवा पारिवारिक नाम अथवा “मित्र” शब्दले सम्बोधन गर्न सक्छन्; कान्छो भिक्षुले आफूभन्दा जेष्ठ भिक्षुलाई “भन्ते” अथवा “पूज्य” (आयुष्मा) भनेर सम्बोधन गर्न सक्छ ।

भिक्षु संघले इच्छा गरेमा, आनन्द, म गएपछि अथवा मेरो निर्वाणपछि साना र कम महत्त्वपूर्ण नियम वा विनयलाई भिन्न, हटाउन वा संशोधन गर्न सकिनेछ ।

म वितेपछि, आनन्द, सबभन्दा ठूलो सजाय भिक्षु छन्नलाई तोक्नु पर्छ ।”

तर भगवान्, सबभन्दा ठूलो सजाय के हो ?

“छन्नलाई जे मनलाग्छ भन्न देऊ, आनन्द, भिक्षुहरूले ऊसँग न बोलून् न त कुनै उपदेश वा सल्लाह र कुनै शिक्षा नै देऊन् ।”

त्यसपछि सम्यक् सम्बुद्धले भिक्षुहरूलाई सम्बोधन गर्नु भयो : “यस्तो हुन सक्छ, भिक्षुहरू, कुनै शंका र मनलाई अल्मल्याउने कुरा बुद्ध, धर्म, संघ, मार्ग अथवा अभ्यासबारे हुन सक्छ । भिक्षुहरू हो ! सोध, म नभएपछि यस्ता विचारहरूले तिमीहरूलाई न सताओस् : “हाम्रो शास्ता हाम्रा आमने सामने हुनुहुन्थ्यो, उहाँ अगाडि हुनु हुँदा हामीले शास्तासँग सोध्न सकेनौं ।”

यस्तो सम्बोधन भइसकेपछि भिक्षुहरू चूपचाप बसे । दोस्रो पटक र तेस्रो पटक पनि बुद्धले भिक्षुहरूलाई माथिको प्रश्न सोध्नु भयो ।

भिक्षुहरू तेस्रो पटक पनि चूपचाप बसे ।

त्यसपछि बुद्धले उनीहरूलाई सम्बोधन गर्नु भयो र भन्नु भयो : “यो हुन सक्छ, भिक्षुहरू ! आफ्ना शास्ताप्रति आदर गौरवका कारणले तिमीहरूले कुनै प्रश्न राखेनौं । त्यस्तो हो भने, एक मित्रले अर्को मित्रसँग भनून्” यस्तो सम्बोधन हुँदा पनि भिक्षुहरू चूपचाप नै रहे ।

त्यसपछि भिक्षु आनन्दले भगवान् बुद्धलाई भन्नु भयो : “भगवान्, यो अत्यन्त गजबको छ, भगवान्, यो अत्यन्त उत्कृष्ट छ । मलाई यस्तो विश्वास छ, भिक्षु संघप्रति विश्वास छ, भिक्षुहरू मध्ये एकजनासँग पनि बुद्ध, धर्म, संघ अथवा मार्ग अथवा अभ्यास बारे कुनै शंका वा अल्मल हुने र नबुझिने कुरा छैन ।”

“आनन्द, तिमीले श्रद्धा र विश्वासले बोल्यौ । यो विषयमा आनन्द, तथागतलाई थाहा छ, निश्चिन्त रूपमा थाहा छ, भिक्षु संघमा एकजना भिक्षुलाई पनि कुनै शंका विना अल्मलमा न पर्ने गरी बुद्ध, धर्म, संघ, मार्ग र अभ्यास बारे थाहा छ । साँच्चै, आनन्द, ५ सय भिक्षुहरू मध्ये सबभन्दा तल्लो आध्यात्मिक अवस्था प्राप्त गरेका स्रोतापन्न पनि त्यो भन्दा नीच अवस्थामा भर्त्तन नपर्ने कुरा पक्का वा निश्चित छ र बोधिज्ञान लाभ गर्न सक्ने अवस्थामा छन् ।”

त्यसपछि सम्यक् सम्बुद्धले यस्तो भन्दै सम्बोधन गर्नु भयो: “त्यस्तो भए भिक्षुहरू, म तिमीहरूलाई अहिले सम्बोधन गर्दछु: परिस्थितिजन्य अथवा परिस्थितिहरूका संयोगमा उत्पन्न हुने हरेक कुरा क्षणिक भरको निमित्त मात्र हुन्, अनित्य हुन् । मिहिनेत र परिश्रमपूर्वक आफ्नो लक्ष उपलब्ध हासिल गर ।

यी नै तथागतका अन्तिम वाणीहरू हुन् ।

(महापरिनिब्बान-सुत्त दीघ निकाय, सुत्त संख्या १६)

शब्द भण्डार

आचरिय	-	शिक्षक
आचरिय मुट्टी	-	शिक्षकको बन्द मुट्टी, यसको अर्थ गोप्य शिक्षा, गोप्य तान्त्रिक शिक्षा
अधम्म	-	पाप, अकुशल कर्म, न्याय संगत न भएको, अनैतिक
अधिमोक्ख	-	सङ्कल्प
आदिनवः	-	अकुशल कार्य वा पापको परिणाम, खतरा, असन्तुष्टता
आहार	-	खानेकुरो
अज्जवः	-	इमान्दारी, अक्षुण्णता
अक्कोद्ध	-	घृणाबाट मुक्त
अकुशल	-	खराब, पाप, दुष्कर्म, पुण्य नभएको
आलय विज्ञान (विज्ञान)	-	गर्भमा रहेको चेतना
अमत (संस्कृत-अम्रत)	-	अमर, निर्वाणको अनेकार्थ शब्द
अनागामी	-	न फर्कने अवस्था, निर्वाण बोधमा अथवा उपलब्धिमा तेस्रो अवस्था वा सिद्धि
आनापानसतिः	-	सास बाहिर र भित्र तान्दा सजगता अपनाउने एक प्रकारको ध्यान भावना
अनत्त	-	अनात्मा, आफू अथवा “म”, “मेरो” भन्ने कुरा न भएका
अनिच्च	-	अनित्य
अरहन्त	-	कुनै पनि किसिमको बन्धन, प्रदूषण र अशुद्धताबाट मुक्त । निर्वाण

बोधको चौथो वा अन्तिम अवस्थामा रहेको र पुनर्जन्मबाट मुक्त व्यक्ति

- अरिय-अट्टङ्गिक मग्ग - आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग
अरिय-सच्च - आर्य सत्य
अस्साद - आकर्षण, आनन्द
अतक्कावचर - तर्कभन्दा बाहिर
आत्मन(पाली अत्त), आत्मा, अहंत्व, “म” भन्ने भावना
अत्तदीप - आफूलाई आफ्नो द्विपको रूपमा ग्रहण गर्ने भावना (सुरक्षा)
अत्तसरण - आफ्नो शरण आफैं हो ।
अविहिंसा (अहिंसा)- हिंसा न गर्ने भावना
अविज्जा - अज्ञानता, भ्रम, मोह
अविरोध - विरोध नगर्ने, बाधा अड्चन नदिने
आबुसो - साथी (बराबर समानहरूलाई सम्बोधन गर्ने शब्द)
अव्याकत (समस्याहरूका सम्बन्धमा)- व्याख्या नगरिएको, घोषणा न गरिएको, (नैतिक रूपले) न असल न खराबका अवस्था
आयष्मा - पूजनीय
आयतन “क्षेत्र” - ६ आन्तरिक क्षेत्रहरू - आँखा, कान, नाक, जिब्रो, शरीर र चित्त, ६ बाहिरी क्षेत्रहरू : देखिने रूप वा स्वरूप, ध्वनी, गन्ध स्वाद, छोइने वस्तुहरू, चित्तमा उत्पन्न हुने वस्तुहरू वा विचारहरू, धारणा र भावना
भइसज्य-गुरु - औषधि, उपचार गर्ने वैद्य
भन्ते - पूज्य, भन्ते

भव	-	हुनु, अस्तित्व, निरन्तरता
भावना	-	ध्यान, मानसिक संस्कृति वा संस्कार
भिक्षु	-	बौद्ध भिक्षु, गृहत्यागी भिक्षु
भिसक्क	-	चिकित्सक, वैद्य
बोधि, बो-वृक्ष	-	बुद्धि वा प्रज्ञाको रूख, (फिकस रोलिजिओस वैज्ञानिक नामको रूख), जसको मुनितिर बसेर भगवान् बुद्धले सम्बोधि लाभ गर्नु भएको ।
बोष्कङ्ग	-	बोधिज्ञानका तत्वहरू अथवा बोधिज्ञान प्राप्तमा प्रभाव पर्ने कारक तत्वहरू, बोधिको अङ्ग
ब्रह्मा	-	विश्व ब्रह्माण्ड सृजना गर्ने देवता, महा प्राणी
ब्राह्मण	-	सवभन्दा उच्च जाति
ब्रह्मविहार	-	सवभन्दा उच्च स्थानमा रहनु (मैत्री, करुणा, मुदिता, उपेक्षा)
बुद्ध	-	सम्बोधि लाभ हासिल गरेका व्यक्ति
चेतना	-	चेत जागनु
छन्द	-	इच्छा
चित्त	-	मन
चित्तेकग्गता	-	चित्तको एकाग्रता
डागव	-	सिंहाली भाषाको शब्दबाट बनेको, पालीको धातु-गब्ब अथवा संस्कृतको धातु गर्भ जसको अर्थ गुम्बज आकारको बनोट जसमा बुद्धका अस्थिधातुलाई मन्दिर बनाएर राखेको हुन्छ, स्तुपा

दान	-	शुद्ध चित्तले कुनै कुरालाई प्रदान गरिएको
दश-राज-धम्म	-	राजाका दश कर्तव्यहरू
देव	-	देवता, स्वर्गका प्राणी, ईश्वर
धम्म (संस्कृतमा धर्म)	-	सत्य, शिक्षा, सिद्धान्त, ठीक वा उचित कार्य, भक्तिभाव, नैतिकता, न्याय, प्रकृति, स्वभाव, परिस्थितिजन्य वा परिस्थितिबाट उठेका अवस्था आदि
धम्मचक्र	-	सत्यको चक्र वा पाङ्ग
धम्म चक्षु	-	सत्यको आँखा
धम्म विचय	-	सत्यको खोजी
धम्म-विजय	-	धर्म भावना वा भक्ति भावको विजय
ध्यान	-	उच्च एकाग्रताबाट हासिल गरेको चित्तको अवस्था
दोष	-	रिस, घृणा र अर्काको कुभलो चिन्ताउने भावना
द्रव्य	-	पदार्थ
दुःख	-	दुखको अनुभव, संघर्ष, असन्तुष्टता, रिक्तता, सार नभएको अवस्था
एहिपस्सिक	-	आऊ र हेर, बुद्धको शिक्षा व्याख्या गर्न प्रयोग गर्ने वाक्यांश
हिनयान	-	सानो यान, महायानीहरूले बुद्धधर्मका पहिलाका पुरानो सिद्धान्तलाई जनाउने शब्द । महायान र थेरवादलाई हेर ।
इन्द्रिय	-	ज्ञान प्राप्त गर्ने क्षेत्र जनाउने अङ्ग
जाति	-	जन्म

जरा-मरण	-	बुढ्यौली र मृत्यु
कवलिकाराहार	-	भौतिक आहार (खानेकुरा)
कल्याण-मित्त	-	असल साथी जसले ठीक मार्ग देखाउँछ वा प्रदर्शन गराउँछ ।
काम	-	इन्द्रिय सुखहरू, इन्द्रिय सुखको इच्छा
कम्म(सँस्कृतमा कर्म)	-	पूरा होसमा वा जानीजानी गरिने काम । इच्छा गरी गरिने काम । चेतना सहित गरिने काम
कम्म-फल, कम्म विपाक	-	कार्यको फल अथवा परिणाम
करुणा	-	दया
खण्ध	-	समुच्चमा, समूहमा
खन्ति	-	धैर्य, सहने शक्ति, सहनशीलता
किलेस	-	दुषित कुराहरू, अशुद्धताहरू, तिब्र इच्छाहरू
क्षेत्रीय	-	जातीय प्रथामा दोस्रो दर्जाको जात, त्यो जातको सदस्य
कुशल	-	असल, राम्रो गुण, अरूको भलो गर्ने गुण
मद्व	-	शुशिलपना, नरमपना
मग्ग	-	मार्ग, पथ, बाटो
महाभुत	-	ठूला तत्वहरू (चार वटा संख्या - ठोसपना, तरलता, तातोपना र गति)
महायान	-	ठूलो यान, पछि विकास भएका बुद्ध धर्मको रूप जुन मुख्यतया चीन, जापान, कोरिया र तिब्बतमा प्रचलनमा छन् ।
मज्झिमा-पतिपदा	-	बीचको बाटो, मार्ग
मान	-	घमण्ड
मनस	-	मानसिक अङ्ग, मन

मनसिकार	-	ध्यान दिने, चिन्तन मनन
मनोसंचेतनाहार	-	मानसिक चेतना पोषणको रूपमा आहार
मेत्ता	-	मैत्री, मित्रता
मिच्छा-दिट्ठी	-	गलत धारणा, गलत विचार
मोह	-	अज्ञानता, भ्रम र गलत धारणा
मुदिता	-	सहानुभूतिपूर्ण आनन्द, अरूका सफलता, भलो र सुखमा आनन्द व्यक्त गर्नु ।
नैरात्म्य	-	आत्मा न भएको, "म" भन्ने वस्तु छैन भन्ने तथ्य
नाम-रूप	-	नाम-रूप, मानसिक र भौतिक शक्ति वा ऊर्जा
ज्ञान-दस्सन	-	अन्तरदृष्टि, प्रज्ञाको दृष्टि
निरोध	-	निर्मूल हुनु, न हुनु
निर्वाणः, पाली	-	निब्बान, बौद्ध सारांस, परमार्थ तथ्य वा सत्य (शाब्दिक अर्थ) पूर्ण रूपमा नष्ट हुने गरेर फुक्ने वा हटाउने ।
निस्सरण	-	मुक्ति, स्वतन्त्र, बाहिर जानु (शाब्दिक अर्थ)
नीवरण	-	बाधा, अवरोध
पञ्चस्कन्ध	-	पाँच वटा समुच्च (वस्तु) रूप, संवेदना, संज्ञा, संस्कार, विज्ञान (चेतना))
पञ्जा	-	प्रज्ञा, बुद्धि
परमथ्य	-	(संस्कृत-परमार्थ) परम सत्य, परामार्थ तथ्यता
परिच्चाग	-	छोड्नु, त्याग गर्नु
परिनिर्वाण (पाली परिनिब्बान)	-	पूर्ण हटाइएका, पूर्ण जलेको । बुद्ध अथवा अरहन्तको मृत्यु

पस्सद्वि	-	पूर्ण आराम, गहीरो शान्त अवस्था
पतिच्च सम्मुपाद	-	प्रतीत्य समुत्पाद, परिस्थितिजन्य उत्पन्न हुने, उत्पतिको लागि एउटा परिस्थिति अर्को परिस्थितिमा अथवा आपसमा भर पर्ने ।
पतिध	-	रिस र घृणा
पतिसोतगामि	-	हाल प्रचलनको विरुद्ध जाने
पतिवेध	-	गहन बोध, भित्रसम्म छिरेर हेर्ने र बुझ्ने
फस्स	-	स्पर्श
फस्साहार	-	आहारको लागि स्पर्श (आन्तरिक इन्द्रियहरू बाहिरी वस्तुसँग आहारको रूपमा स्पर्श हुनु वा संयोग हुनु ।)
पिति	-	आनन्द
पुग्गल	-	संस्कृत पुद्गल-व्यक्ति,
राग	-	लोभ, काम, इच्छा
रतनत्य	-	त्रि-रत्न, बुद्ध, धर्म (बुद्धको शिक्षा वा उपदेश) र संघ (भिक्षु संघ)
रूप	-	वस्तु, स्वरूप
सच्च	-	सत्य (संस्कृत)
सद्धा	-	श्रद्धा (आस्था), विश्वास
सकदागामी	-	फेरि एक पटक जन्म लिनु पर्ने, निर्वाण प्राप्तिमा दोस्रो अवस्था (खुड्किलो, दोस्रो उच्च आध्यात्मिक तह)
सक्काय-दिट्ठि	-	आत्मा, "म" छ भन्ने विश्वास
सलायतन	-	६ आयतन
समाधि	-	उच्च ध्यान भावनाबाट प्राप्त गरेको

		एकाग्रता, मानसिक अनुशासन
समजीविकता	-	आफ्नो स्रोत साधनभिन्न सीमामा रहेर जीविका चलाउने
समथ	-	शान्तिपूर्ण अवस्था, एकाग्रता
संखार, संखत	-	परिस्थितिजन्य अथवा परिस्थितिले सृजना गरेका वस्तुहरू र अवस्थाहरू
सम्मा-आजीव	-	उचित तरिकाले जीविका चलाउने, सम्यक् आजीविका
सम्मा-दिट्ठी	-	सम्यक् दृष्टि
सम्मा-कम्मन्त	-	सम्यक् कर्म (काम)
सम्मा-समाधि	-	सम्यक् एकाग्रता
सम्मा-संकप्प	-	सम्यक् चिन्तन
सम्मा-सति	-	सम्यक् स्मृति
सम्मा-वाचा	-	सम्यक् बोली बचन
सम्मा-वायाम	-	सम्यक् व्यायाम, प्रयास
सम्मुति	-	प्रचलित, परम्परागत, मानिएको
सम्मुति-सच्च	-	पहिलादेखि मानी आएको सत्य, प्रचलित सत्य
संसार	-	अस्तित्वको निरन्तरता, अस्तित्व चक्र
समुदय	-	उठेको, उदय भएको, दुख उत्पन्न भएको, दोस्रो आर्य सत्य
संघ	-	बौद्ध भिक्षुहरूको समुदाय
सञ्जा	-	चाल पाउनु, चिन्ने, संज्ञा, कुनै वस्तु यो हो भनेर थाहा पाउने ।
सस्सत-वाद	-	अनन्ततावाद, सदा रहिरहने अस्तित्वको सिद्धान्त

सति	-	सजगता, स्मृति, सचेतता, जागृत अवस्था
सतिपट्ठान	-	स्मृतिलाई कायम गरिराख्ने, (स्मृति-प्रस्थान)
सत्था	-	शिक्षक, गुरु
शील	-	गुण, नैतिकता
सोतापन्न	-	प्रथम उच्च आध्यात्मिक अवस्था, निर्वाण प्राप्तिमा प्रथम खुड्किलो
स्तुप	-	डागवलाई हेर
सुद्र	-	सबभन्दा तल्लो जात (जातीय प्रथा अनुसार)
सुख	-	आनन्द, आराम र सुविस्ताको अनुभव
सुत्त	-	उपदेश, धर्म छलफल
तण्हा (संस्कृत त्रस्ना)	-	तृष्णा, इच्छा, आसक्ति
तप	-	तपस्या
तथागत	-	सत्यलाई बोध गरिसकेको व्यक्तित्व । बुद्धलाई जनाउने शब्द । बुद्धले आफूलाई वा अन्य बुद्धहरूलाई सम्बोधन गर्दा जनाउने शब्द । “तथ” (सत्य) सन्धि “आगत” (आइपुगेको, आएको)
थेर-वाद	-	“जेष्ठहरूका सिद्धान्त, स्कूल वा व्यवस्थित प्रणाली, “मुख्यतया सिलोन (श्रीलंका), वर्मा (म्यानमार), थाइलैण्ड, लाओस र चित्तगोडमा प्रचलित वा अपनाएको मौलिक र पुरानो परम्परागत भनेर मानिने बुद्ध धर्मको रूप ।
थीन-मिद्ध	-	अल्छीपन
तिपिटक (संस्कृतमा त्रिपीटक), सामान्यत	-	“तीन टोकरीहरू” भनेर मानिने तीनवटा ग्रन्थहरू । विनय - (अनुशासन वा आचारसंहिता), सुत्त (सूत्रहरू,

छलफल-धर्म) र अभिधम्म (उच्च सिद्धान्त, दर्शन र मनोविज्ञान) भनेर बुद्धको शिक्षा वा उपदेशलाई सूत्रहरूमा विभाजित

तिशरण - तीन शरणः बुद्ध, धर्म (शिक्षा) र संघ (भिक्षुसंघ)

उच्छेद-वाद - उन्मूलन हुने, यस जन्मपछि कुनै पनि कुराको अस्तित्व न रहने भन्ने सिद्धान्त

उद्वच्च-कुक्कुच्च चञ्चलता, मनको अस्थिरता, खिन्नता

उपादान - टाँसि रहनु, पकडमा रहिरहने वा आसक्ति

उपादायरूप - निसृत पदार्थ

उपासक - गृहस्थ बौद्ध

उपेक्षा - उपेक्षा,, सम भाव

वैश्य - कृषि र वाणिज्य क्षेत्रमा लाग्ने जाति प्रथा अनुसारको जात

वेदना - अनुभूति, अनुभव, संवेदना

विभव - उन्मूलन, विभव-तण्हा, भवको उन्मूलन, उन्मूलनको इच्छा

विचिकिच्छा - शंका

विञ्ज्ञान - चेतना

विञ्ज्ञानाहारा - चेतनाको लागि आहार वा पोषण

विपाक - परिणाम

विपरिणाम - परिवर्तन, फेरबदल

विपस्सना - अन्तरदृष्टि, विश्लेषणात्मक अन्तरदृष्टि

विराग - काम इच्छाबाट मुक्ति, अनासक्ति

विरिय - शक्ति, ऊर्जा

व्यापाद - रिस, घृणा, अकुशल इच्छा, कुभलो चिन्ताउने

यथा-भूत - यथार्थता, वस्तुहरू जस्ता छन् त्यस्तै जान्ने

केही टिप्पणीहरू

विमम्सक सूत्र - मज्झिम निकायको संख्या ४७

बुद्धले भिक्षुहरूलाई भन्नु भयो, “एकजना शिष्यले तथागतका (बुद्धका) कुराहरूलाई समेत जाँचेर हेर्नुपर्छ, जसले गर्दा ऊ आफूले अनुसरण गरिरहेको शिक्षक वा गुरुको साँच्चैको मूल्यबारे पूर्ण मात्रामा विश्वस्त होस् ।”

पाँच नीवरण (बाधा अड्चन):

१. काम तृष्णा २. कुभलो गर्ने इच्छा, अकुशल इच्छा,
३. शारीरिक र मानसिक अल्छीपना, ४. खुल्दुली, चञ्चलता र
खिन्नता, ५. शंका उपशंका

महावीर - जैन धर्मको संस्थापक, बुद्धका समकालीन शायद उनी बुद्ध भन्दा केही वर्ष जेष्ठ ।

उपाली-सूत्र, मज्झिम निकायको संख्या ५६

यस सूत्रमा बुद्धले उपालीलाई आफूले आदर गरी आएको र समर्थन गर्दै आएको पुराना धर्मगुरुहरूलाई निरन्तर त्यस्तै गर्नु भन्नु भयो ।

कुम्हालेको निवास वा छाप्रो - भारतमा कुम्हालेको काम गर्ने ठाउँ र निवास फराकिलो र सुनसान हुन्थे । पाली साहित्यमा ऋषि मुनिहरू, गृहत्यागीहरू र त्यस्तै बुद्ध आफैं पनि आफ्ना भ्रमणको सिलसिलामा कुम्हालेका छाप्रोमा रातमा वास बस्ने उल्लेख गरिएका छन् ।

भिक्षु - यो घतलाग्दो कुरो हो, बुद्धले कुम्हालेको छाप्रोमा भेटेको गृहत्यागीलाई “भिक्षु” भनेर सम्बोधन गर्नु भयो जुन शब्द उहाँले बौद्ध भिक्षुहरूका लागि प्रयोग गर्नु हुन्थ्यो । कुम्हालेको छाप्रोमा भेट भएको त्यो गृहत्यागी भिक्षु थिएन, भिक्षु संघको सदस्य थिएन किनभने हामीले थाहा पायौं उनले बुद्धलाई

भिक्षु संघमा प्रवेश पाउनको लागि प्रार्थना गरे । शायद बुद्धको समयमा ऋषि मुनि वा गृहत्यागी समेतलाई संकेत गरी सबैलाई लागू हुने गरी “भिक्षु” शब्द प्रयोग हुन्थ्यो अथवा बुद्ध त्यो शब्द प्रयोग गर्ने विषयमा लचिलो हुनुहुन्थ्यो, कडा हुनुहुन्थ्यो । भिक्षुको अर्थ “साधु सन्त” जसले भिक्षा माग्छ, र शायद शाब्दिक र मौलिक अर्थमा यो शब्द प्रयोग भएको थियो । तर आज खास गरेर थेरवादी मुलुकहरू - सिलोन (श्रीलंका), बर्मा (म्यानमार), थाइल्याण्ड, कम्बोडिया र चित्तगोडमा यो शब्द “भिक्षु” बौद्ध भिक्षुहरूका लागि मात्र प्रयोग हुन्छ ।

आवुसो - यसको अर्थ मित्र हो । समान तहका भिक्षुहरू बीच सम्बोधन गर्ने यो आदरणीय शब्द हो । बुद्धलाई सम्बोधन गर्दा उहाँका शिष्यहरूले यो शब्द प्रयोग गरेनन् । यसको सट्टामा तिनीहरूले “भन्ते” शब्द प्रयोग गरे जसको निकटतम अर्थ पूज्य, महोदय अथवा भगवान् हुन् । बुद्धको समयमा भिक्षु संघका सदस्यहरूले एक आपसमा आवुसो (मित्र, साथी) भनेर सम्बोधन गर्थे । तर आफ्नो महापरिनिर्वाण अगाडि कान्छो भिक्षुहरूले जेष्ठ भिक्षुहरूलाई “भन्ते”, “पूज्य” अथवा “आयष्मा” भनेर सम्बोधन गर्न बुद्धले भन्नु भयो । तर जेष्ठहरूले कनिष्ठ भिक्षुहरूलाई नामले अथवा आवुसो भनेर सम्बोधन गर्नु पर्छ भनेर बुद्धले भन्नु भयो । आजसम्म पनि भिक्षु संघमा यस्तो प्रचलन छ अथवा यस्तो अभ्यास छ ।

पुक्कुसातिको मृत्यु :

बुद्ध धर्म अनुसार उच्च आध्यात्मिक तेश्रो तहसम्म फल लाभ गर्ने पुक्कुसाति गाईद्वारा मारियो भन्ने कुराले के देखाउँछ भने भारतका सडकहरूमा गाईहरू निष्फिक्रि स्वतन्त्र रूपमा हिंड्छन् । यस सम्बन्धमा यो पनि भन्न सकिन्छ कि यो परम्परा धेरै पुरानो हो । सामान्यत गाईहरू सोभा हुन्छन्, तर जङ्गली खतरनाक हुन्छन् ।

चाँकि सुत्र-मज्झिम निकायको संख्या ९५ मा बुद्धिमा तिक्ष्ण मानिएका १६ वर्षका ब्राह्मण नव युवक कापथिकले बुद्धलाई प्राचीन ग्रन्थमा “यही मात्र सत्य अरू सबै असत्य” भन्दा बुद्धले उत्तर दिनु भएका कुराहरू यो सूत्रमा उल्लेख गरिएका छन् ।

महातन्हासंख्य - सुत्र - मज्झिम निकायको संख्या ३८

बुद्धले कारण र कार्य वा परिणाम सिद्धान्तको उल्लेख र व्याख्या यसमा छ ।

धर्मलाई कुन तरिकाले ग्रहण गर्नु पर्छ भन्ने विषयमा - मज्झिम निकाय

यहाँ टिप्पणी गरिए अनुसार धर्मको अर्थ उच्च आध्यात्मिक उपलब्धि हो जुन शुद्ध धारणा र विचार हुन् । जस्तोसुकै उच्च र शुद्ध भएपनि धर्ममा समेत आसक्ति त्याग्नु पर्छ भने अकुशल खराब वा पाप कुरालाई के गर्नु पर्ला ?

चुल - मालुङ्क्य-सुत्र मज्झिम निकाय संकाय ६३ -मा मालुङ्क्यपुत्तले अमूर्त भौतिक-रहस्यात्मक प्रश्न सम्बन्धमा बुद्धले सोध्नु भएका प्रश्नहरू छन् ।

तृष्णाका तीन स्वरूप : (१) इन्द्रिय सुखको लागि तृष्णा, (२) अस्तित्वमा आउनु वा हुनको लागि तृष्णा (भव), (३) फेरि अस्तित्वमा न आउनको लागि तृष्णा (विभव)

निर्वाण - नकारात्मक शब्दमा मात्रै नभई कहिलेकाँही सकारात्मक शब्दहरूमा पनि निर्वाणको अर्थ जस्तो शिव-असल, राम्रो-सुलक्षण, खेम-निर्भयता, सुद्धि-शुद्धता, द्विप-टापु, सरण, तान-रक्षा, पार-अर्को किनार, अर्को छेऊ, शान्ति । निर्वाणको अर्थ दिने ३२ वटा अनेका शब्दहरू छन् । यस्ता शब्दहरू असमंखत-संयुक्त निकायमा उल्लेख गरिएका जुन धेरैजसो आलंकारिक छन् ।

संखतम - सबै रहस्यमय अवस्थाहरू जतिसुकै शुद्ध र उच्च भएपनि तिनीहरू मानसिक सृजना हुन्, मानिसले बनाएका, परिस्थितिजन्य अथवा परिस्थितिमा आधारित संयोग हुन् वा संखत हुन् । तिनीहरू यथार्थता होइन, सत्य होइन् ।

विभव - यसको अर्थ उनले नयाँ कर्म पैदा गर्दैन किनभने अब ऊ तृष्णा, इच्छा र मानसिक चेतनाबाट मुक्त छ । फेरि फेरि जन्मको अन्त्य भएको छ, शुद्ध र चोखो जीवन बाँचेको छ, गर्नु पर्ने जति गरिसकेको छ, अब केही गर्न बाँकी छैन भन्नुको अर्थ अब ऊ अर्हन्त भएको छ ।

अनाथ - यसको अर्थ मालिक नभएको होइन । यसको अर्थ असहाय, गरीब, असुरक्षित र कुनै आड भरोसा नभएको हो । लोकनाथ शब्दको अर्थ क्रिश्चियन धर्ममा दिएको जस्तो संसारको रक्षक भन्ने अर्थमा होइन किनभने बुद्ध संसारलाई बचाउने रक्षकको रूपमा होइन संसारको शरणको रूपमा जाने हो ।

द्वीप - बत्तीको अर्थमा होइन, टापुको अर्थमा । संसारलाई महासागरसँग तुलना गरिएको छ । संसाररूपी सागरमा चाहिएको कुरा टापु हो, ठोस जमिन हो, बत्ती होइन् ।

तथागतको कुनै सिद्धान्त छैन । बुद्धले बच्छगोत्तलाई भन्नुभयो कि तथागतको कुनै सिद्धान्त छैन किनभने उहाँले वस्तुहरूका स्वभाव देख्नु भयो, प्रकृति देख्नु भयो । उहाँले कुनै सिद्धान्तवादी भएर सिद्धान्तमा मुछ्न चाहनु भएन ।

सम्पत्ति - बौद्ध भिक्षुहरूले भिक्षु संघका सदस्यहरूसँग व्यक्तिगत सम्पत्तिको आशा गर्दैनन्, तर संघको “साधिक” सम्पत्ति हुन सक्छ ।

पञ्चशीलको सिद्धान्त - भारतको परराष्ट्र नीति पञ्चशीलको सिद्धान्त अनुसार छन् जुन बौद्ध सिद्धान्तहरू भारतका महान बौद्ध सम्राट अशोकले ई सम्वतको तीन शताब्दी पूर्व आफ्नो शासनमा वा सरकारमा लागू गर्नु भएको थियो । पञ्चशील (पाँच शीलहरू र गुणहरू) आफै बुद्ध धर्मको शब्द र धारणा हुन् ।

चतुर्आर्य सत्यमा रहेका तीन ज्ञान क्षेत्र

१. यो सत्य हो भन्ने ज्ञान (सच्च-ज्ञाण)
२. सत्यसँग सम्बन्धित गर्नु पर्ने काम (किच्च-ज्ञाण)
३. विषय ज्ञान (कत-ज्ञाण) जब यी तीन क्षेत्रहरूमा चार आर्य सत्य लागू वा कार्यान्वयन हुन्छन्, १२ वटा तरिका वा मार्गहरू प्राप्त हुन्छन् ।

आसव - यो शब्दको अर्थ सामान्य मनोवैज्ञानिक र नैतिक अर्थ जस्तो अशुद्धता, क्लेश, दोष, प्रदुषण शब्द भन्दा विस्तृत अर्थमा प्रयोग हुन्छ । यहाँ यो शब्दलाई आलंकारिक अर्थमा प्रयोग भएको छ जसले मनोवैज्ञानिक चिन्ता, शारीरिक दुःख र कठिनाइको अर्थलाई अँगालेको छ ।

चार जोडी व्यक्तिहरू - ती चार जोडी व्यक्तिहरूले चार जोडी शिष्यहरूलाई जनाउँछन्, जसले चार उच्च आध्यात्मिक अवस्था वा पथ र चार तहका फलहरू प्राप्त गरेका हुन्छन् ।

१. सोतापत्ति
२. सकदागामि
३. अनागामि
४. अरहत्त

ब्रह्म दण्ड - बुद्ध बन्नु भन्दा अगाडि राजकुमार सिद्धार्थको मिल्ने साथी थियो छन्न, जो उनको सारथी पनि थियो । पछिबाट छन्नले भिक्षु संघमा प्रवेश पाए तर ऊ अहंभावले ग्रस्त अहंकारी भए किनभने बुद्धसँग उसको गहीरो सम्बन्ध थियो । ऊ जिद्दीवाल र आफ्नो इच्छा अनुसार चल्ने भयो । उनी संघमा बसेर संघको नियम अनुसार र “भिक्षु संघको भावनामा” चलन सकेन र नमिल्ने तरिकाले व्यवहार गर्न थाले । बुद्धको महापरिनिर्वाणपछि आनन्द छन्नकहाँ पुगे र उसलाई पूर्ण सामाजिक बहिष्कार गरिने घोषणा सुनायो । उसको अभिमानको तह लाग्यो, ऊ विनम्र भयो, उनका आँखाहरू खुले । पछिबाट उसले आफूलाई, र आफ्ना तौर तरिकाहरू सुधारे । ऊ अरहन्त भए र उनको सजायँ आफै हरायो ।

अनुवादक/लेखक: श्री देवकाजी शाक्यद्वारा अनुदित
र लिखित पुस्तकहरू:



श्रद्धेय भिक्षु सिद्ध युनद्वारा लिखित पुस्तकहरूका अनुवाद:

- १) बुद्धज्योतिको युग (Epoch of Buddha's Light)
- २) मानवीय बुद्धधर्म-जीवनको निमित्त चित्राङ्कित रूपरेखा
(Humanistic Buddhism - A Blueprint for Life)

अनन्त ज्योति: श्रद्धेय भिक्षु सिद्ध युनका धर्म चिन्तन:

(The Everlasting Light: Dharma Thoughts of Master Hsing Yun)

- ३) जीवन, मिहिनेत र सद्भावनाको सम्बन्धमा
(Thoughts on Life, Diligence and Harmony)
- ४) प्रोत्साहन, विकास र सतर्कता सम्बन्धमा
(Thoughts on Encouragement, Development & Vigilance)
- ५) शिक्षा परिष्कार एवं उत्तरदायित्व सम्बन्धमा
(Thoughts on Education, Cultivation & Responsibility)
- ६) प्रकृति एवं कारण र परिणाम सम्बन्धमा
(Thoughts on Nature and the Law of Causality)
- ७) वातावरणीय तथा आध्यात्मिक संरक्षण एवं बुद्धज्योति अन्तर्राष्ट्रिय संघ -
एक चिनारी
- ८) सबै सत्त्व प्राणीहरूका निमित्त बौद्ध अभ्यासको लागि पथ प्रदर्शन
(For All Living Beings, A Guide to Buddhist Practice)

आफ्नै रचनाका पुस्तकहरू :

- ९) Buddha's Light (English)
- १०) Home away from Home, *Being with my Loved ones* (English)
- ११) बुद्ध ज्योति (नेपाली भाषामा)
- १२) भावना - भिक्षु टी शीलानन्द, नेपाली भाषामा अनुवाद (प्रेसमा)
- १३) बुद्धया ज: (नेपाल भाषामा, प्रकाशनको पर्खाइमा)