

बुद्धदास भिक्षुको

## जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा

**सद्धर्मप्रमी उपासक उपासिकाहरू :**

आजको प्रवचनको शिर्षक 'जिज्ञासुका लागि धर्मका सिद्धान्तहरू' हुनेछ। आज म बुद्ध-धर्मका सिद्धान्तहरूलाई प्रश्नोत्तरको रूपमा प्रस्तुत गर्दछु। पहिले प्रश्न सोध्दछु अनि उत्तर दिन्छु। पहिले प्रश्नलाई सुन्दा उत्तर बुझ्न र स्मरण गर्न सरल हुनेछ। तपाईं विद्यार्थीहरू र प्रबुद्धवर्गलाई बुद्ध-धर्मबारे बुझ्न बुझाउन यो नै उपयुक्त माध्यम हुनेछ, भन्ने मलाई लागेको छ। बुद्धको पालामा पनि प्रबुद्धवर्गले धर्मबारे मूलभूत कुरा मात्र जान्न चाहन्थे र बुद्धसँग यस्तै प्रकारका प्रश्नहरू सोध्ने गर्दथे। उनीहरू विस्तृत व्याख्या चाहँदैनथे। यसले समयको सदुपयोग हुनुको 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

१

साथै समयको बचत हुन्छ।

आज म पनि यस्तै विधि अपनाउँदैछु। छलफलको लागि एउटा प्रश्न राख्छु अनि धर्मका मूलभूत सिद्धान्तको आधारमा त्यसको उत्तर दिन्छु। यसरी तपाईंले धेरै शिर्षकअन्तर्गत अत्यावश्यक कुराहरू पाउनुहुनेछ, जसले धर्मको जगको रूपमा तपाईंलाई जानकारी दिनेछन्। यिनै जगको आधारमा भविष्यमा तपाईंले राम्रो नतिजा पाउनुहुनेछ। यसले तपाईंलाई बुद्ध-धर्म विषयक अध्ययन गर्नमा र प्रवचनहरू बुझ्नमा सहायता पुऱ्याउनेछ।

एउटा अर्को कुरा, यस प्रकारको तरिकाले शिक्षा दिनुको अभिप्राय हो – तपाईं जिज्ञासुहरूलाई विदेशमा जाँदा विदेशीहरूले बुद्ध-शिक्षा विषयमा प्रश्न सोध्दा जवाफ दिन सरल पार्ने प्रशिक्षणको रूपमा वा तयारीको रूपमा पनि हो। यसले तपाईंलाई सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर चित्तबुझ्दो रूपमा दिन समर्थ

२

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

पार्नेछ । यसबाट बुद्ध-धर्मबारे भ्रान्ति हट्न जानेछ ।

अतः विषयको सारभूत बुँदाहरूलाई मनमा धारण गर्नुहोस् । त्यतिमात्र याद गर्नुभएमा पनि तपाईंलाई निकै फाइदा दिनेछ । अब पालैपालोसित ती शिर्षकहरूमा कुरा बताउँदैजान्नेछु ।

**१) मानौं, तपाईंलाई यो प्रश्न सोधियो – “बुद्धले कुन विषयलाई शिक्षाको आधार बनाउनुभयो ?”**

यसलाई उत्तर दिने सबैभन्दा राम्रो तरिका बुद्धकै उपदेशलाई अधि सार्नु हो – ‘हे भिक्षुहरू, यस कुरालाई जान कि खासगरी मैले दुःख र दुःखबाट मुक्ति पाउनेबारेका शिक्षा दिन्छु ।’

तपाईंको विचारसँग मिल्दो होस् वा नहोस्, उत्तर दिंदा यस कुरालाई ध्यान दिनुहोस् । उत्तर दिने अरू पनि धेरै तरिका हुनसक्दछन्, तर बुद्धको यस भनाइलाई अधि सार्नु उपयुक्त हुनेछ ।

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

३

बुद्धले सिर्फ दुःख अनि दुःख-मुक्तिबारे सिकाउनुभयो । दुःख-मुक्तिको बारेमा सिधै नभन्दा प्रश्न असान्दर्भिकभै लाग्छ । त्यस्ता प्रश्नलाई ‘मृत्युपछि पुनर्जन्म हुन्छ ?’ भन्नेजस्ता प्रश्नको रूपमा नलिनुहोस् । यिनको विषयमा पछि चर्चा हुने नै छ ।

यदि कुनै पश्चिमी मुलुकका कसैले यो प्रश्न सोधेको भए हामी यसरी भन्न सक्छौं– ‘बुद्धले दुःख र दुःख-मुक्तिको बारेमा बाहेक अन्य कुरा सिकाउनुभएको छैन ।’

**सद्धर्मप्रमी उपासक उपासिकाहरू :**

आजको प्रवचनको शिर्षक ‘जिज्ञासुका लागि धर्मका सिद्धान्तहरू’ हुनेछ । आज म बुद्ध-धर्मका सिद्धान्तहरूलाई प्रश्नोत्तरको रूपमा प्रस्तुत गर्दछु । पहिले प्रश्न सोध्दछु अनि उत्तर दिन्छु । पहिले प्रश्नलाई सुन्दा उत्तर बुझ्न र स्मरण गर्न सरल हुनेछ । तपाईं

४

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

विद्यार्थीहरू र प्रबुद्धवर्गलाई बुद्ध-धर्मबारे बुझ्न बुझाउन यो नै उपयुक्त माध्यम हुनेछ भन्ने मलाई लागेको छ । बुद्धको पालामा पनि प्रबुद्धवर्गले धर्मबारे मूलभूत कुरा मात्र जान्न चाहन्थे र बुद्धसँग यस्तै प्रकारका प्रश्नहरू सोध्ने गर्दथे । उनीहरू विस्तृत व्याख्या चाहँदैनथे । यसले समयको सदुपयोग हुनुको साथै समयको बचत हुन्छ ।

आज म पनि यस्तै विधि अपनाउँदैछु । छलफलको लागि एउटा प्रश्न राख्छु अनि धर्मका मूलभूत सिद्धान्तको आधारमा त्यसको उत्तर दिन्छु । यसरी तपाईंले धेरै शिर्षकअन्तर्गत अत्यावश्यक कुराहरू पाउनुहुनेछ, जसले धर्मको जगको रूपमा तपाईंलाई जानकारी दिनेछन् । यिनै जगको आधारमा भविष्यमा तपाईंले राम्रो नतिजा पाउनुहुनेछ । यसले तपाईंलाई बुद्ध-धर्म विषयक अध्ययन गर्नमा र प्रवचनहरू बुझ्नमा सहायता पुऱ्याउनेछ ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

एउटा अर्को कुरा, यस प्रकारको तरिकाले शिक्षा दिनुको अभिप्राय हो – तपाईं जिज्ञासुहरूलाई विदेशमा जाँदा विदेशीहरूले बुद्ध-शिक्षा विषयमा प्रश्न सोध्दा जवाफ दिन सरल पार्ने प्रशिक्षणको रूपमा वा तयारीको रूपमा पनि हो । यसले तपाईंलाई सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर चित्तबुझ्दो रूपमा दिन समर्थ पार्नेछ । यसबाट बुद्ध-धर्मबारे भ्रान्ति हट्न जानेछ ।

अतः विषयको सारभूत बुँदाहरूलाई मनमा धारण गर्नुहोस् । त्यतिमात्र याद गर्नुभएमा पनि तपाईंलाई निकै फाइदा दिनेछ । अब पालैपालोसित ती शिर्षकहरूमा कुरा बताउँदैजान्छु ।

**१) मानौं, तपाईंलाई यो प्रश्न सोधियो – “बुद्धले कुन विषयलाई शिक्षाको आधार बनाउनुभयो ?”**

यसलाई उत्तर दिने सबैभन्दा राम्रो तरिका बुद्धकै उपदेशलाई अधि सार्नु हो – ‘हे भिक्षुहरू, यस

कुरालाई जान कि खासगरी मैले दुःख र दुःखबाट मुक्ति पाउनेबारेका शिक्षा दिन्छु ।”

तपाईंको विचारसँग मिल्दो होस् वा नहोस्, उत्तर दिंदा यस कुरालाई ध्यान दिनुहोस् । उत्तर दिने अरू पनि धेरै तरिका हुनसक्छन्, तर बुद्धको यस भनाइलाई अघि सार्नु उपयुक्त हुनेछ ।

बुद्धले सिर्फ दुःख अनि दुःख-मुक्तिबारे सिकाउनुभयो । दुःख-मुक्तिको बारेमा सिधै नभन्दा प्रश्न असान्दर्भिकभै लाग्छ । त्यस्ता प्रश्नलाई ‘मृत्युपछि पुनर्जन्म हुन्छ?’ भन्नेजस्ता प्रश्नको रूपमा नलिनुहोस् । यिनको विषयमा पछि चर्चा हुने नै छ ।

यदि कुनै पश्चिमी मुलुकका कसैले यो प्रश्न सोधेको भए हामी यसरी भन्न सक्छौं— ‘बुद्धले दुःख र दुःख-मुक्तिको बारेमा बाहेक अन्य कुरा सिकाउनुभएको छैन ।’

२) यसै प्रश्नलाई निरन्तरता दिने क्रममा सोधिन सक्दछ – “बुद्धले खास कुरा के सिकाउनुभयो ?”

यस प्रश्नलाई सामान्य सम्झन हुँदैन । यसलाई विभिन्न दृष्टिकोणले उत्तर दिन सकिन्छ । सोधिनै हालेमा तपाईं यति मात्र भन्नुहोस् : ‘उहाँले हामीलाई मध्यम मार्ग अपनाउन सिकाउनुभयो । ‘न त यो, न त त्यो अतिमा लाग्न’ वा ‘न त निकै कडा, न त निकै खुकुलो हुन’ सिकाउनुभयो । एकातिर हामीले योगाकेन्द्रमा अभ्यास गराइनेभै शरीरलाई दुःख दिने अभ्यासलाई हटाउनु छ । यसले सिर्फ दुःख कष्ट र समस्याहरूको मात्र सिर्जना गर्दछ । अर्कोतिर इन्द्रिय सुखलाई पूरा छुट्टा मिल्ने अभ्यासबाट पनि आफूलाई बचाउनु छ । यस प्रकारको सुखले भन्छ – ‘खाऊ, पिऊ र मोज गर किनकि भोलि त मर्नु छ’ । यो भनाइ इन्द्रिय सुखका लम्पटहरूलाई मात्र सुहाउने हुन्छ ।

यसको विपरित मध्यम मार्ग हो जसअनुसार आफूलाई दुःख सास्तिमा पार्नु पनि छैन र इन्द्रिय सुखमा लम्पट हुनु पनि छैन । मध्यम मार्गमा लागदा अध्ययन र अभ्यासलाई अनुकूल वातावरण मिले र दुःखबाट छुटकारा पनि मिले अवस्थाको सिर्जना हुन्छ । 'मध्यम मार्ग' विभिन्न अवस्थाहरूमा प्रयुक्त हुन्छ । यसले तपाईंलाई बाटो विराउन दिदैन । यता उति भङ्किन दिदैन । यो मार्ग स्वर्ण औजारको प्रयोग हो, निर्वाणको मार्ग हो । कारणलाई जान्ने, प्रभावलाई जान्ने, आफैलाई जान्ने, कति परिमाणमा चाहिन्छ भनेर जान्ने, असल संगतलाई पहिचान गर्ने, मूर्खको संगतको त्याग गर्ने र मानिसहरूलाई चिन्ने – यी सात सम्यक गुणहरू यसै मध्यम मार्गमार्फत प्राप्त गर्न सकिन्छ । प्रश्नको उत्तर दिने यो एउटा तरिका भयो ।

हामीले यस प्रश्नलाई यसरी पनि उत्तर दिन  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ९

सक्दछौं कि – उहाँले स्वावलम्बी बन्न सिकाउनुभयो । तपाईंलाई स्वावलम्बन भनेको के हो राम्ररी थाहा छ होला । संक्षेपमा, यसको अर्थ हुन्छ – भाग्यमा भर पर्नु हुँदैन, कुनै अदृष्ट देवदेवीमा भर पर्नु हुँदैन । संयोगमा पनि भर पर्नु हुँदैन । हामी आफूमै भर पर्नुपर्छ । आफ्नो सहायता आफैले जुटाउनुपर्दछ । बुद्धको वचन 'अत्ता हि अत्तनो नाथो'लाई अधि सार्न सक्दछौं । ईश्वरवादी धर्मानुसार पनि "God helps those who help themselves." भनिएको छ । अन्य धर्महरूमा पनि स्वावलम्बनबारे धेरथोर मात्रामा बताइएको छ नै । तर बुद्ध-शिक्षामा स्वावलम्बनको विशेष स्थान छ । जब कोही दुःख कष्ट वा धरापमा परेर दुःखीत हुन्छ र भ्रान्तिमा पर्दछ, उसले स्वावलम्बनको आश्रय लिनु नै पर्दछ । बुद्ध भन्नुहुन्छ – "बुद्धहरूले बाटो मात्र देखाउन सक्दछ, । प्रयत्न र अभ्यास त व्यक्ति स्वयंले नै गर्नुपर्दछ ।" सोभै भन्ने  
१० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

हो भने बुद्ध-धर्मले स्वावलम्बनकै शिक्षा दिइराखेको हुन्छ। यसकुरालाई बुझ्नुपर्दछ।

अर्को किसिमले यस प्रश्नको उत्तर दिने हो भने यसरी पनि भन्न सकिन्छ – बुद्धले भन्नुभएको छ – “सबैकुरा हेतु र प्रत्ययले निर्मित छ। हेतु प्रत्ययकै कारणले घटनाहरू प्रकृतिको नियमानुसार घटित हुन्छन्।” यस प्रकारको उत्तरलाई सारिपुत्र प्रवजित हुनुअघि एउटा भिक्षुलाई सोध्दा उत्तर दिनुभएको कुरासँग मिलाएर हेर्न सकिन्छ। त्यस भिक्षुले भनेका थिए – “बुद्धले सबै कुराहरू हेतु (कारण) द्वारा प्रभावित भएर उत्पन्न हुन्छन्। त्यस वस्तुको कारणलाई जान्नुपर्दछ र त्यस कारणको निवारणलाई पनि जान्नुपर्दछ, भन्नुहुन्छ।” धर्मको यो सिद्धान्त स्वभावैले वैज्ञानिक छ र बुद्ध-धर्मको सिद्धान्त पनि विज्ञानको सिद्धान्तसँग मेल खान्छ। बुद्धले कुनै खास व्यक्ति विशेष र वस्तुको सन्दर्भलाई मात्र गाँसेर नियम ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

बनाउनुभएको होइन। बुद्ध-धर्म हेतुवादको धर्म हो।

यस प्रश्नलाई अझै अर्को किसिमले उत्तर दिनुपर्दा यसो भनेर पनि उत्तर दिन सकिन्छ। अभ्यासगतरूपमा बुद्धले सिकाउनुभएको छ – “पापकर्म छोड, पुण्यकर्म गर अनि चित्तलाई निर्मल पार।” यी तीनलाई ‘ओवाद पाटिमोक्ख’ भनिएको छ। यो सबै उपदेशहरूको सार हो। पापकर्म छोड र पुण्यकर्म गर भन्ने कुराको व्याख्या सायद गरिनुपर्दैन। चित्तलाई निर्मल गर्नुको अर्थ थाहा लाग्नुपर्दछ। चित्तको निर्मल गर्नुपर्ने कुराको अर्थ यस्तो हो – यदि कसैले आसक्तिलाई च्यापेमा चाहे त्यो आसक्ति असल कुराको होस् वा खराब कुराको, मनमा ल्केशको सम्बर्द्धन हुनजान्छ। जस्तै कि असल कुरा प्राप्त नहुने भय, आफूसित भएको असल कुरा गुम्ने भय, यसप्रतिको चिन्ता, यो मेरो हो भनी टाँसिरहने स्वभाव इत्यादि सबै दुःख सम्बर्द्धन हुने कारक तत्व हुन्। हामीले खराब कुरालाई

त्याग्न सफल भइहाले पनि वा असल कुरा गर्न भ्याइहाले पनि हामीमा यी असल र खराबबाट आफ्नो मनलाई कसरी मुक्त पार्न सकिन्छ भन्ने कुराको हामीमा जानकारी हुनु नै पर्दछ । कुनै कुरालाई पनि 'म' वा 'मेरो' भनी बलियोसित समातिराख्न हुँदैन । यसले दुःख मात्रै दिन्छ । दुःखको भारी मात्रै बोकाउँछ । अर्को अर्थमा आसक्तिले अर्थात् कुनै कुरालाई शिरमा चढाई भौँतारिनाले दुःखको मात्र सम्बर्द्धन हुन्छ । अति अमूल्य रत्नको भारीलाई पनि काँधमा वा पिठ्यँमा बोकिहिडनाले ढुँगाको भारी जत्तिकै वजन उठाउनु परेको अनुभव गराइहाल्दछ । अतः ढुँगाको होस् वा हीरामोतीको भारी भारी नै हो । त्यसलाई बोकी नहिँड्नु नै बेस हुन्छ । तिनलाई एकातिर पन्छ्याउनु नै श्रेयस्कर छ । टाउकोमा त्यस भार नभएकै राम्रो ! यहाँ टाउकोमाको अर्थ मनमा हो । त्यसै मनलाई भारमुक्त गर्नु वा निर्मल गर्नु भनेको माथि भनिएको तीन उपदेशमध्ये तेस्रो 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

हो । पहिलो कुरा पापकर्म नगर्नु, दोस्रो कुरा पुण्यकर्म गर्नु र तेस्रो कुरा मनलाई निर्मल गर्नु हो । यही कुरा बुद्धले सिकाउनुभयो ।

अब अर्को एउटा बुद्धले बताउनुभएको स्मरणीय कुरो हो “सबै संस्कृत वस्तुहरू र जीवहरू निरन्तररूपमा बन्दै बिग्रदै गइरहेका छन् । अर्थात् सबै सबै नै अनित्य छन् । अतः हामी सबैले अप्रमादी भई सजगता अपनाउनुपर्दछ ।” सबै कुरा अनित्य भएको हुनाले र प्रतिक्षण उही अवस्थामा रहिनरहने भएकाले ती वस्तुप्रति आसक्ति जगाउनु ठीक हुँदैन । तिनीहरूसँगको खेलबाद ठीक छैन । तिनीहरूले सर्पलेभैं डस्नेछन् । गालामा थप्पड हान्नेछन् । तिनीहरूले हामीलाई बेरी फुत्कनै नसक्ने गरी कस्दैलैजानेछन् । तिनीहरूले हामीलाई रूवाउनेछन् र सायद हामीलाई आत्महत्या गर्न समेत लगाउनेछन् । खबरदार ! यस कुरालाई पनि हृदयंगम गर्नुपर्दछ ।

अब एउटै प्रश्नको विभिन्न प्रकारले दिइएका उत्तरहरूलाई एकै स्थानमा राखेर हेरौं । यदि बुद्धले के सिकाए भनेर सोधे यसरी उत्तर दिइनुपर्दछ – उहाँले मध्यम मार्गमा हिंड्न भन्नुभयो । उहाँले स्वावलम्बन अपनाउन भन्नुभयो । उहाँले हेतु र हेतुफललाई बुझ्न भन्नुभयो जसबाट उपयुक्त फल प्राप्त गर्न उपयुक्त कारणको जगेर्ना गर्नुपर्छ भनेर सिकाउनुभयो । उहाँले व्यावहारिक अभ्यासगत कुरा पनि सिकाउनुभयो कि हामीले पापकर्मलाई हटाउनुपर्दछ, पुण्यकर्म संचय गर्नुपर्दछ र चित्तलाई निर्मल गर्नुपर्दछ । अनि उहाँले हामीलाई बुझाउनुभयो कि सबै संस्कृत वस्तुहरू अनित्य हुन्, ती प्रतिक्षण बदलिरहन्छन् । हामी सदैव जागरूक र अप्रमादी हुनुपर्दछ । यिनै गुणहरूले हामी सुसज्जित रहनुपर्दछ ।

अतः एक प्रश्नको उत्तर पनि यसरी विभिन्न तरिका अपनाएर दिन सकिन्छ । त्यसैले बुद्धले के 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

सिकाए भनी प्रश्न गरेमा यी तरिकाहरूमध्ये कुनै एउटालाई प्रयोगमा ल्याउनुहोला ।

३) अब मानौं, तपाईंले एउटा विदेशी भेट्नुभयो । उसले तपाईंलाई सोध्छ – “संक्षेपमा भन्नुहोस्, बुद्ध-धर्मको आधारभूत सन्देश के हो ?”

यस प्रश्नलाई छोटो वाक्यमा उत्तर दिन सकिन्छ । बुद्धकै एउटा उक्तिलाई अघि सारेर भन्न सकिन्छ ‘कुनैलाई पनि आसक्त भएर समाइराख्न हुँदैन ।’

आसक्त हुनुहुँदैन भन्ने यो उपदेश उहाँ भगवान बुद्धकै मुखारविन्दबाट निस्सृत वाक्य हो । हामीले त्रिपिटक पल्टाएर यसको उत्तर खोजिरहन र समय बर्बाद गर्न पर्दैन । यही छोटो वाक्य नै त्यस प्रश्नको पर्याप्त उत्तर हुनेछ । सबै उपदेशहरूमा, सबै बुद्ध-शिक्षाको सारांशको रूपमा, चौरासी हजार



धर्मस्कन्धहरूमा यही एक वाक्यले प्रतिनिधित्व गरिरहेको छ । त्यो वाक्य हो – “कुनैप्रति पनि आसक्त हुनुहुँदैन ।” यस वाक्यले हामीलाई बताउँछ कि वस्तु वा व्यक्तिमा आसक्त हुनु नै दुःख हो । जब हामीमा यस कुराको ज्ञान हुन्छ, हामीले बुद्ध वचन वा चौरासी हजार धर्मस्कन्ध सबैलाई नै जानेका हुन्छौं । अनि यसलाई अभ्यासमा ल्याइनु नै धर्ममा पूर्णरूपमा अभ्यस्त हुनु हो ।

शीलमा अभ्यस्त हुन नसक्नुको प्रमुख कारण नै वस्तुप्रति आसक्त हुनु नै हो । यदि व्यक्तिले आसक्ति त्याग्न सकेको भए ऊ राग र द्वेषबाट विरत हुनसक्थ्यो । ऊ शीलको पालनमा चुक्दैनथ्यो । व्यक्तिले चित्त एकाग्र गर्न नसक्नु र मन विचलित हुनुको कारण नै उसले वस्तुप्रतिको आसक्तिलाई च्यापिरहेकोले नै हो । विपश्यना ज्ञान नहुनुको कारण पनि यही हो । जब अनासक्तिको परीक्षामा ऊ सफल हुन्छ, लगत्तै उसले ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

आर्यमार्गको पूर्णरूपले अवलम्बन गर्दछ र आर्यफलमा प्रतिष्ठित भई अन्ततोगत्वा निर्वाणको पनि हकदार हुन्छ ।

बुद्ध कुनै कुरामा पनि आसक्त हुनुहुन्नथ्यो । धर्मले अनासक्तिको अभ्यास गर्न सिकाउँछ, अनि अनासक्तिको फलमा प्रतिष्ठित गर्दछ । संघ ती व्यक्तिहरूको समूह हो । त्यो समूहमा कोही अनासक्तिको अभ्यास गरिरहेका छन्, कोही यस दिशामा अगाडि बढिरहेका छन् र कोही गन्तव्यलाई प्राप्त गरिसकेका पनि छन् । यस्ता व्यक्तिहरूको समुच्चयको नाम हो – संघ ।

जब बुद्धलाई सम्पूर्ण शिक्षालाई एउटै वाक्यमा सीमित गर्न सकिन्छ, कि भनी सोध्दा, उहाँले सकिन्छ भन्नुहुन्छ – “जुनसुकै वस्तुमा होस् आसक्त हुनुहुँदैन ।”

४) अब मानौं तपाईंलाई सोधियो :- “अनासक्तिलाई कसरी अभ्यासमा ल्याउन सकिन्छ ?”

यदि तपाईंले एक विदेशी भेट्नुभयो र बुद्ध-धर्मको सारलाई के गरेर अभ्यासमा उतार्न सकिन्छ, भनेर सोध्न पुग्यो भने तपाईंले पुनः एकपल्ट बुद्धकै वचनलाई उद्धरण गरेर जवाफ दिनसक्नुहुन्छ। हामीले आफ्नै विचारलाई प्रस्तुत गरेर उत्तर दिनुहुँदैन। बुद्धले कसरी अभ्यास गर्ने भन्ने सम्बन्धमा स्पष्ट र पूर्णरूपले यसरी भन्नुभएको छ – जब कुनै दृष्ट रूप देखिनमा आउँछ, सिर्फ हेर मात्रै। जब कुनै शब्द सुन्नमा आउँछ, सिर्फ सुन मात्रै। जब नाकमा गन्धको चाल पाइन्छ, सिर्फ सुँघ मात्रै। जब जिब्रोले स्वाद चाख्दछ, सिर्फ चाख मात्रै। जब त्वचामार्फत कुनै स्पर्श वस्तुको स्पर्श हुन्छ, सिर्फ अनुभव गर मात्रै र जब मनमा कुनै विचार उठ्छ, सिर्फ त्यो मानसिक धर्मलाई जान मात्रै।

ठीक छ, जसले यस्ता कुरा पहिले कहिल्यै 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १९

नसुनेका हुनसक्छ। तिनीहरूका लागि पुनः एकपल्ट त्यही माथिकै कुरामा जान सकिन्छ। जब देखिएमा हेर मात्रै, सुनेमा सुन मात्रै, गन्धलाई सुँघ मात्रै, स्वादलाई चाख मात्रै, त्वचामार्फत स्पर्श पाएमा अनुभव गर मात्रै र मनमा कुनै विचार उठेमा सजग होऊ मात्रै। यसमा हामी देख्दछौं कि यसमा कुनै आत्मभावको उपस्थिति नै छैन। हामीले यसैगरी अभ्यासरत हुनुपर्दछ भनी बुद्धले सिकाउनुहुन्छ। यसो गर्दा आत्मभाव विलीन हुन पुग्दछ र यसरी अनात्मभावको विकास हुन्छ र दुःखहरू निरोध हुन पुग्दछन्।

“कुनै वस्तुको चक्षुसँग सम्पर्क हुनआयो भने, हेर मात्रै।” यस कुराको अलि व्याख्या हुनुपर्दछ। जब वस्तुले आँखासँग ठक्कर खान्छ, त्यसलाई निरीक्षण गर र जान मात्र र जुन देखिएको छ त्यसप्रति के र कस्तो प्रतिक्रिया हुन गइरहेको छ। तर त्यसप्रति मनपर्ने र मन नपर्नेको भावलाई काम गर्न दिनुहुँदैन।

२० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

यदि मनपर्ने भनेर छुट दिएमा तृष्णा जाग्दछ र यदि मन नपर्ने भावलाई काम गर्न दिएमा त्यसलाई हटाउने द्वेष जाग्दछ । यसरी त्यहाँ लोभ र घृणाले टाउको उठाउँछ । यसैलाई 'आत्मभाव' भनिन्छ । आत्मभावको बाटोमा लाग्दा दुःख र भ्रान्ति मात्र पाइन्छ । कुनै वस्तु देखिएमा सजगता र प्रज्ञालाई स्थान दिइनुपर्दछ । तपाईंको ल्केशलाई त्यस वस्तुप्रति आसक्ति जगाउन अनुमति दिनुहुँदैन । त्यस्तोबेला के गर्दा ठीक हुन्छ भनेर जान्न तपाईंको प्रज्ञालाई जगाउनुपर्दछ । यदि कुनै प्रकारको क्रियाको आवश्यकता छैन भने त्यस वस्तुलाई गौण मानी जानिनुपर्दछ । लिइराख्न हुँदैन । यदि त्यसबाट केही काम लिनु छ भने सजगता र विवेकको साथ लिनुहोस्, आफ्नो मनपरी नगर्नुहोस् । यसरी तपाईंले इच्छा गरेअनुसारको प्रतिफल पाउनुहुनेछ । यसबाट कुनै दुःख वा झमेला उत्पन्न हुन पाउँदैन । यही नै संक्षिप्तमा अभ्यास गर्ने सिद्धान्त 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' २१

हो र यसलाई नै सर्वोत्तम उपायको रूपमा लिइनुपर्दछ ।

बुद्धले भन्नुभयो – जब देखिन्छ, हेर मात्रै, जब सुनिन्छ, सुन मात्रै, जब सुँघिन्छ, सुँघ मात्रै, जब चाखिन्छ, चाख मात्रै, जब छालाद्वारा स्पर्श गरिन्छ, अनुभव गर मात्रै र जब विचारको उदय हुन्छ, त्यसलाई जान मात्रै । ती जुन जुन क्षेत्रमा उत्पन्न भएका छन् तिनलाई त्यहीं रोक्नुपर्दछ । अनि प्रज्ञाले आफ्नो काम स्वतः गर्ने छ । सम्यक बाटोको अवलम्बन गर्नुपर्दछ । प्रिय र अप्रियको भावनालाई फुटाउनदिन हुँदैन र यसैगरी प्रियाप्रियको भावनानुसार काम गर्न हुँदैन । यसरी काम गर्नु आत्मभावलाई बढावा दिनु हो । यसले मनलाई आन्दोलित पार्दछ, पराधीन बनाउँछ । यसले विवेकहीन भएर काम गर्दछ । त्यसैले सजगतासहितको जानकारी हुनुपर्दछ, भनी बुद्धले भन्नुहुन्छ ।

यस्तो सुपरिणाम दिने अभ्यासको साथमा किन

शील, समाधि र प्रज्ञा, पुण्यकर्म, वा दानपारमिताको उल्लेख गर्नुभएन ? यी पनि सहायक हुन् तर ती धर्मको केन्द्रविन्दु होइनन् , नभइनहुने कुरा होइनन् । हामी पुण्य गर्दछौं, दान दिन्छौं, शील पालन गर्दछौं, समाधिको अभ्यास गर्दछौं र प्रज्ञाको विकास गर्दछौं । यसले हामीलाई सुदृढ व्यक्तित्वमा परिणत गर्न र धर्मको जगमा दृढ भई उभिन मद्दत गर्दछ । देखिए देखियो, सुनिए सुनियो, भनेर जानिरहँदा हामी सुदृढ हुन्छौं, हामीमा दृढता, अकम्पायमानता र समता जागृत हुन्छ । यी गुणहरूसहित हुँदा विभिन्न इन्द्रियद्वारहरूको माध्यममार्फत विभिन्न आलम्बनहरूले संसर्ग गर्दा हामीमा आत्मभाव जागृत हुन पाउँदैन । पुण्यकर्म र दानकर्म त आत्मभावलाई हटाउने साधन मात्र हुन् । शीलको पालनाले हामीमा आत्मभावमाथि प्रभूत्व जमाउन आवश्यक प्रक्रिया पूरा गर्दछ । त्यस्तै समाधिले पनि । प्रज्ञा ज्ञानले आत्मभावलाई विनष्ट नै गर्दछ ।

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’ २३

यहाँ अहिले हामी अन्यान्य विषयमा चर्चा गर्न लागि रहेको होइनौं । हामीले त अपरिहार्य दैनिक सरोकारको विषयमा कुरा गरिरहेका छौं । हाम्रा आँखाले यो वा त्यो वस्तुलाई देख्दछ, हाम्रा कानले यस्तो वा त्यस्तो आवाज सुन्दछ, हाम्रा नाकले गन्ध सुँघ्दछ, यस्तै अन्य ६ द्वारहरूले केही न केही गरिरहेकै हुन्छ । हामी सजग र सचेत भइरहनुपर्दछ । ती ६ द्वारहरूको प्रवेशद्वारमा पालेले भैं पहरा दिइरहनुपर्दछ । यो एउटै अभ्यासले सबै अभ्यासहरूलाई समेट्दछ । यही नै यस अभ्यासको महत्ता हो । यदि तपाईंले कुनै विदेशीले यस्तै प्रश्न गरेमा यसरी नै उत्तर दिनुहोला ।

५) मानौं भिन्न प्रकारको धर्म अपनाउने कुनै अर्को विदेशीले तपाईंलाई सोध्न पुगेछ – “धर्मलाई कहाँ गएर सिक्ने र कहाँ गएर अध्ययन गर्ने ?”

बुद्धकै वचनलाई उल्लेख गरी यस प्रश्नको

उत्तर दिन सकिन्छ – “संज्ञा र संस्कारसहितको यसै साढे तीन हात बित्ताको शरीरमा सिक्न सकिन्छ ।” । सिक्ने थलो त यही साढे तीनहात बित्ताको शरीर हो जुन संज्ञा र संस्कारसहितको छ, जसबाट जिउँदो मान्छेको रूपमा मानिस ठडिन्छ । विज्ञानको उपस्थिति संज्ञा र संस्कारको उपस्थितिसितै गाँसिएको छ । संज्ञा र संस्कारले हाम्रो ज्ञान र विचारको प्रतिनिधित्व गर्दछ ।

संज्ञा र संस्कारसहितको यस साढे तीनहात बित्ताको शरीरमा बुद्धले संसारलाई देख्नुभयो, संसारको समुदयलाई देख्नुभयो, संसारको निरोधलाई देख्नुभयो र संसार निरोध गर्ने मार्गलाई देख्नुभयो । जब उहाँ संसारको समुदयको बारेमा, संसारको निरोधको बारेमा र संसार निरोध गर्ने मार्गको बारेमा बोल्नुहुन्छ, उहाँले सम्पूर्ण धर्मलाई यसै शरीर र मनभित्र पाउन सकिने कुरा बताउनुहुन्छ । यहीँनिर अर्थात् मन र शरीरमै सिक । यसैमार्फत सिक । स्कूलमा गएर होइन, गुफामा ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

पसेर होइन, अरण्यबास गरेर होइन, पर्वत हिमालयमा पुगेर होइन वा कुनै गुम्बामा बसेर होइन । ती स्थलहरू त बाहिरका भए । शरीरभित्रै स्कूल बनाऊ, विश्वविद्यालय बनाऊ । अनि त्यहीँ जाँच देऊ, अध्ययन गर, खोज तलास गर, अन्वेषण गर, त्यहीँ वरिपरि स्काउटिङ गर, सत्यलाई भेटाऊ – संसारको उत्पत्ति कसरी हुँदोरहेछ, यो कसरी दुःखको स्रोत बन्दोरहेछ, त्यहाँ कसरी संसारको निरोध भेटिँदोरहेछ अर्थात् दुःखको निरोध हुँदोरहेछ, र कसरी के के गर्दा संसारको वा दुःखको पूर्णरूपेण निरोध हुन पुग्दोरहेछ अनि आफूले नै चार आर्य-सत्यको अवबोध कसरी गर्न सकिँदोरहेछ भन्ने कुरा स्वयं पत्ता लगाऊ । तथागतले कहिलेकाहीँ ‘संसार’ र कहिलेकाहीँ ‘दुःख’ लाई पर्यायवाचीको रूपमा प्रयोग गर्नुहुन्छ । संसारको स्वभाव अथवा दुःखको स्वभाव, यसको उत्पत्तिको स्वभाव, यसको उदय र स्रोत, यसको निरोधको स्वभाव र त्यो निरोधावस्था

प्राप्त गर्ने अभ्यासको स्वभाव – यिनको खोज कार्य यसै शरीरभित्रै सम्भव हुन्छ, अन्यत्र होइन । यदि कसैले बाहिर कहीं भेट्टिएको दावा गर्दछ भने कि त धर्मग्रन्थमा, कि त सुने सुनाएकोमा, कि त शब्दजालमा भेट्टाएको होला । त्यो आफैमा धर्म होइन, सत्य होइन ।

तर जब यसलाई यसै साठे तीनहातको शरीरभित्र जहाँ मनको पनि उपस्थिति हुन्छ, खोजिन्छ र भेट्टाइन्छ अनि मात्र त्यो धर्म हो र सत्य पनि हो । त्यसैले कहाँ सिक्ने भनेर सोधेमा भन्नुपर्दछ – हामीले यसलाई यही साठे तीनहातको शरीरभित्र जहाँ संज्ञा र संस्कार हुन्छ (मनको पनि बास हुन्छ) त्यहीं सिक्नुपर्दछ । त्यसभन्दा बाहिर कदापि होइन ।

६) अब हामीलाई धर्मको बारेमा अझ राम्ररी बुझ्नको लागि : “धर्मलाई के सँग तुलना गर्न सकिन्छ ?” भनेर प्रश्न सोध्न सक्दछ ।

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

२७

बुद्धले भन्नुभएको छ – “धर्मलाई एउटा ढुंगासँग तुलना गरे हुन्छ ।” उहाँले ‘ढुंगा’ शब्दलाई प्रयोग गर्नुभयो किनकि त्यसबेला नदी पार गर्न प्रायःजसो ढुंगाकै प्रयोग हुन्थ्यो र धर्मको शिक्षालाई ढुंगासँग तुलना गर्दा बुझिने भएकोले पनि यसो गर्नुभएको हो । यसको महत्वपूर्ण अर्थ छ – धर्ममा पनि त्यति आसक्त हुनुहुँदैन जसको कारणले आफूले आफैलाई बिर्सन पुगियोस् र आफूलाई आफैले गुरु अथवा विद्वान वा पण्डित ठानियोस् । यदि कसैले धर्मलाई ढुंगाजस्तै हो भन्ने कुरा सम्झन सकेन भने यस्तो खतरा उत्पन्न हुनसक्छ । धर्म भनेको ढुंगाजस्तै नै हो जसको मद्दतले हामीलाई संसाररूपी नदीको अर्को किनारासम्म सुरक्षितका साथ पुऱ्याइदिन्छ । नदी पार गरी सुरक्षित जमिनमा अवतरण गरिसकेपछि ढुंगालाई नै बोकी हिंड्ने मूर्खता भने हामीले गर्नुहुँदैन ।

यस कुराले हामीलाई धर्मलाई बुझ्न मद्दत

२८

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

गर्दछ । धर्म भनेको हामीलाई गन्तव्यसम्म पुऱ्याउने साधन मात्र हो, आफै साध्य होइन र आफूले आफैलाई भुल्ने गरी यसप्रति आसक्ति जगाउनु ठीक छैन । यदि हामीलाई ढुँगाको सही उपयोग थाहा नभएमा हामीले यसलाई देखाउने वस्तुको रूपमा मात्र लिइरहेका हुन्छौं वा भ्रगडा गर्ने विषयको रूपमा मात्र लिइरहेका हुन्छौं । कहिलेकाहीं यसलाई ढौडको लागि उपयोग गरिरहेका हुन्छौं जुन अनुपयुक्त र वाहियात हो । यसलाई त नदी पार गर्नमा प्रयोग गरिनुपर्दछ । धर्मको शिक्षा पनि दुःख सागर पार गर्नमा प्रयुक्त गरिनुपर्दछ । यसलाई अन्य उद्देश्यको लागि, जिब्रो मात्र चलाउनको लागि, बहस गर्ने विषयको लागि वा कर्मकाण्ड रचनको लागि प्रयोग गरिनुहुँदैन । यसमा यस्तरी आसक्त हुनु पनि हुँदैन कि उता पारी पुगेपछि पनि आसक्तिवश त्यस ढुँगालाई छोड्न नचाहेको होस् । जहाँ गए पनि साथै बोकेर हिँड्ने सम्मको मूर्खता नगरियोस् ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

२९

धर्मले ढुँगाको काम मात्र गर्दछ । धर्म साँच्चै दुःखबाट पार गराउने ढुँगा नै हो ।

७) धर्मलाई ढुँगा सदृश भनियो जुन भिक्षुहरूको साथै उपासकहरूको लागि पनि त्यतिकै शिक्षाप्रद छ । अब यो प्रश्न हामीलाई प्रश्न सोधिन सक्दछ कि “उपासक उपासिकाहरूले के कुराको अध्ययन गर्नुपर्दछ ?”

यस प्रश्नको उत्तर दिन आफ्नो तर्फबाट भने कोशिस गर्न हुँदैन । यदि कसैले यस प्रश्नको उत्तर आफ्नो सुन्दर र उपयुक्त विचारलाई प्रयोग गरी दिन चाहन्छ भने उसलाई रोक्ने कुरा पनि छैन । तर हामीले बुद्ध-शिक्षाको आधारमा उत्तर दिए सुरक्षित हुन्छ । हामीले भन्नुपर्ने हुन्छ – “उपासक उपासिकाहरूले पनि सबै सुत्तन्तहरूको अध्ययन गर्नुपर्दछ । ती सुत्तन्तहरू तथागतका उपदेशहरू हुन्

३०

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

जसमा सुञ्जता (शून्यता) का दृष्टान्तहरू छन् ।

यी सुत्तन्तहरूमा बुद्ध-शिक्षाका बारेमा राम्ररी बताइएका हुन्छन् । ती 'स्वाक्खात' हुन्छन् । तिनमा धर्मको मर्म र सार तत्व समाहित भएका हुन्छन् । यसैले यसलाई 'सुत्तन्त' भनिन्छ । 'सुत्त'को अर्थ उपदेश हो र 'अन्त'को अर्थ अन्त्य हो । अतः 'सुत्तन्त'को संयुक्त अर्थ हुनजान्छ त्यो उपदेश जुन आफैमा पूर्ण, व्यवस्थित र सारगर्भित छ । यो 'वेदान्त' भन्ने शब्दभै हो । 'वेद'को अर्थ ज्ञान हो र त्यो ज्ञान जुन शुद्ध, सारयुक्त र व्यवस्थित छ त्यही नै 'वेदान्त' हो । अब यस 'सुत्तन्त'लाई लिनुहोस् । सबै सुत्तन्तहरू तथागतका वाणीहरू हुन् । ती बुद्धले सिकाउनुभएका शिक्षाहरू हुन् र तिनमा सुञ्जताका दृष्टान्तहरू निहित छन् । यसै परिप्रेक्ष्यमा उपासकहरू सोध्ने गर्दछन् कि धर्मका फाइदाहरूको उपभोग गर्न कसरी र के को अभ्यास गर्नुपर्दछ । बुद्ध भन्नुहुन्छ – "सुत्तन्तहरू तथागतका 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ३१

वाणी हुन्, ती सारगर्भित छन्, तिनको महत्ता असीम छ, ती संसार सागरबाट उतीर्ण हुने साधन हुन् र तिनमा सुञ्जताका ज्ञान समावेश छन् । 'सुञ्जता' शब्द सुन्दा तपाईंलाई अचम्म लाग्ला तर नहडबडाउनुहोस् किनभने यो नै बुद्ध-शिक्षाको अति महत्वपूर्ण शब्द भइदिएको छ । कृपया ध्यान दिएर सुन्नुहोस् । 'सुञ्जता' शब्दलाई अनुवाद गर्दा 'शून्यता' भनेर अनुवाद गर्न सकिन्छ । तर 'शून्य' भन्ने शब्दको अर्थ र प्रयोग विभिन्न प्रकारले हुन सक्दछ । बुद्धको 'सुञ्जता' भौतिकरूपको खालीपना होइन अर्थात् भित्र केही पनि वस्तु नभएको भन्ने अर्थमा होइन । यहाँ 'सुञ्जता'को अर्थ धर्म स्वभाव हो किनकि सबै वस्तुहरू अझै पनि विद्यमान छन् । यो विश्वलाई नै ढाक्नेगरी अनेक चीजवस्तुहरू हुन सक्दछन् । तर बुद्धले सिकाउनुहुन्छ कि ती सबै रिक्ता छन् अथवा तिनमा शून्यताको गुण मौजुद छ । किनभने तीमध्ये कुनैमा ३२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'



पनि आत्मा छैनन् वा 'म' 'मेरो' भन्ने सकिने केही पनि छैन । यस 'सुञ्जता' शब्दको प्रयोगको ध्येय पनि कुनैमा पनि आसक्ति नगर्नु हो । उपासक उपासिकाहरूले बुद्धका यी वचनहरूको अध्ययन, चिन्तन र मनन गर्नुपर्दछ र 'सुञ्जता' लाई बुझी अनुशीलन गर्नुपर्दछ । यस विषयलाई दुर्बोध्य हो भनेर बुझ्न कोसिस गर्दैनन् र यो सामान्यजनको लागि उपयुक्त छैन भनेर लिइदैन । यसको सामान्य अर्थ केहीले मात्र यसलाई बुद्धले भन्नुभएजस्तै अभ्यासमा ल्याउने भए । अतः कृपया यो कुरा बुझ्नुहोस् कि सामान्यजनले पनि यसको अध्ययन गर्नुपर्दछ, अभ्यास गर्नुपर्दछ र 'सुञ्जता'लाई साक्षात्कार गर्नुपर्दछ । यो कुरा भिक्षुहरूको लागि मात्र होइन । गृहस्थहरूका लागि पनि हुन् ।

उसोभए म आसा गर्दछु कि तपाईंहरू (सामान्य लोकजन) पनि 'सुञ्जता' देखि कतिपि 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ३३

डराउनुहुन्न । आफूमा ज्ञानको वृद्धि गर्न र यस कुरालाई बुझ्न निर्भिक भई पाइला चाल्नुहोस् । 'सुञ्जता' लाई बुझ्न सुक्ष्मरूपले राम्ररी व्याख्या गरिएको हुनुपर्दछ यसका लागि लामो समयको दरकार पनि पर्नसक्दछ । त्यस विषयमा अहिले त हामीले तत् विषयमा सतहीरूपमा मात्र चर्चा गर्छौं । यदि हाम्रो मनले आत्मा नामको सारभूत वस्तु केही पनि छैन र 'म' 'मेरो' भन्ने केही पनि छैन भन्ने कुराको ज्ञान पाएमा हाम्रो मन रित्तो नै हुनेछ । 'संसार शून्य छ' भनिएको पनि यसैले हो ।

८) अब मानौं तपाईंलाई बुद्ध-धर्ममा प्रयुक्त हुने एक महत्वपूर्ण शब्दको बारेमा प्रश्न सोधेछ । त्यो प्रश्न हो – “अमतधम्म” भनेको के हो?”

‘अमत’ भनेको अमरता हो र ‘अमतधम्म’ भनेको त्यो अवस्था वा वस्तु हो जुन कहिल्यै मर्दैन ।

३४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

त्यो के हो त ? बुद्धले एकवाजी भन्नुभएको थियो –  
 “राग, द्वेष र मोहको निरोध नै अमत्तधम्म हो” ।  
 ‘अमत्तधम्म’ को नेपालीमा अर्थ हुन्छ, ‘अमृत धर्म’ ।  
 अमत्तधम्म भनेको अमरत्वको अवस्था हो । राग, द्वेष  
 र मोहको उपस्थितिलाई नै ‘मरणधम्मा’ भनिन्छ अर्थात्  
 यसमा दुःखको अनुभूति हुन्छ, ‘म’ र ‘मेरो’ भन्ने  
 विचार मौजुद हुन्छ र जन्म, जरा र मरणको अवस्था  
 रहिरहेको हुन्छ । जब राग, द्वेष र मोहको निरोध  
 हुन्छ,, त्यहाँ आत्माको मिथ्या धारणा उत्पन्न हुँदैन  
 अनि मर्नुपर्ने आत्मभाव नै त्यहाँ रहेको हुँदैन । त्यसैले  
 यदि कोही अमरताको (अमत्तधम्मको) खोजीमा छ  
 भने उसले त्यो अवस्थाको खोज गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यो  
 अवस्था भनेको राग, द्वेष र मोहबाट मुक्तावस्था हो ।  
 यही कुरा बुद्धले सिकाउनुभयो । यो ‘अमत्तधम्म’को  
 बारेमा बराबर हामीले सुन्ने गर्दछौं , यही नै बुद्ध-  
 धर्मको अन्तिम र सर्वोच्च शिक्षा हो । अन्य गुरू  
 ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

भनाउँदाहरूले सिकाउने ‘मर्नु नपर्ने’ अवस्था भिन्दै  
 प्रकारको अमत हो । तर बुद्ध-धर्ममा मैले भर्खरै व्याख्या  
 गरेभैं राग, द्वेष र मोहको निरोध नै अमत (अमरत्व)  
 को अवस्था हो ।

६) ‘अमत्तधम्म’लाई विभिन्न नामले जानिन्छ । मानौं  
 कसैले प्रश्न उठाएछ – “त्यो शिक्षा कुन हो जुन  
 सर्वोच्च छ, गम्भीरातिगम्भीर छ र मरणधर्मबाट  
 अलग छ ?”

बुद्धले यसलाई ‘सुञ्जतापटिसंयुत्त’ भन्नुभएको  
 छ । यसको अर्थ यो त्यो धर्म हो जसले ‘सुञ्जता’ सँग  
 सम्बन्ध राख्दछ वा ‘सुञ्जता’लाई नै बुझाउँछ ।  
 ‘सुञ्जता’ सँग सम्बन्ध राख्ने धर्म नै सर्वोच्च,  
 गम्भीरातिगम्भीर र मरणधर्मबाट अलग हुन्छ । त्यो  
 ‘अमत्तधम्म’ बाहेक अन्य हुनसक्दैन ।

अब, नवीनतम र अति आधुनिक धर्मबारे

जिज्ञासा वा प्रश्न तेर्सिन आउँछ – यो धर्म कस्तो हुन्छ ?

बुद्धले भन्नुभयो – “त्यो प्रवचन जुनसुकै स्तरको होस् चाहे त्यो कुनै कवि, दार्शनिक, पण्डितले दिएको होस्, जतिसुकै सुन्दर साहित्यिक शब्द वा सुमधुर वाणीमिश्रित होस् यदि ‘सुञ्जता’सित असम्बन्धित छ भने त्यो धर्मसितै असम्बन्धित हुन्छ ” । कृपया यो ‘सुञ्जता’सित असम्बन्धित भन्ने महत्वपूर्ण वाक्यांशलाई याद राख्नुहोस् । अतः ‘सुञ्जता’सित सम्बन्ध नराख्ने प्रवचन कनिष्ठले दिएको बकवास हो जुन नयाँ धर्मको रूपमा आएको हो, कुनै वरिष्ठ सन्तबाट आएको होइन । यदि यो कुनै भिक्षुबाट आएको हो तर त्यो ‘सुञ्जता’लाई समेटेको छैन भने त्यो पनि सद्धर्मदेखि बाहिरको हो ।

यदि हामीले बुद्धले दिनुभएको सर्वोच्च शिक्षालाई नै खोजेका हौं भने ‘सुञ्जता’को प्रसंगसहितको ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

देशनामा बाहेक अन्यत्र पाउन सम्भवप्रायः छैन ।

१०) अब मानौं तपाईंलाई एउटा विदेशीले सोध्न भ्यायो – “ग्रन्थमा (त्रिपिटकमा) रिकर्ड गरिएकोमध्ये धर्मको कुनचाहीँ पक्षलाई बुद्धले प्रायः जोड दिनुहुन्छ” ?

यसमा पनि बुद्धकै वचनलाई अधिसादै उत्तर दिनुहोस् – “पञ्चस्कन्ध अनित्य हो र यो आत्माविहीन छ, अथवा यो अनात्म छ” । यिनै पञ्चस्कन्ध नै पाँच तत्वहरू हुन् जसमा जीव विभाजित हुन्छ । शरीर तत्वलाई ‘रूप’ भनिन्छ, प्रिय वा अप्रिय अनुभव हुने तत्वलाई ‘वेदना’ भनिन्छ, स्मरण गर्ने वा मूल्यांकन गर्ने तत्वलाई ‘संज्ञा’ भनिन्छ, सक्रिय चेतन चित्तद्वारा गरिने प्रतिक्रिया तत्वलाई ‘संस्कार’ भनिन्छ र आँखा, कान, नाक, जिह्वा, त्वचा र मनद्वारा जानिने तत्वलाई ‘विज्ञान’ भनिन्छ । यसरी रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान – यी पाँच तत्वहरूको समुच्चयको नाम हो

– पञ्चस्कन्ध । यी पाँचै स्कन्धहरू परिवर्तनशील छन् र आत्माविहीन स्वभावका छन् । आफ्ना शिक्षामा यिनै पक्षलाई भगवान बुद्धले बढी महत्व दिनुभई जोड दिनुभएको छ । यी स्कन्धहरू अनित्य छन्, प्रतिक्षण परिवर्तन हुँदै गर्दछन् र ती अनात्मा स्वभावका छन् । पाँचै स्कन्धहरू निरन्तर विना रूकावट विनास हुँदै गर्ने स्वभावका हुनाले तिनलाई 'म' वा 'मेरो' भनी कसैले भन्न मिल्दैन वा आफ्नो बनाइरहन सक्दैन ।

यसलाई म पुनः संक्षेपीकरण गर्दछु । यस छोटो वचनलाई मनमा धारण गर्नुहोस् – बुद्धले आफ्नो प्रायजसो उपदेशहरूमा जोड दिँदै बताउनुभएको छ कि सबै संस्कृत वस्तुहरू नासवान छन् र कसैले पनि तिनलाई यो म हुँ र यो मेरो हो भनी ग्रहण गरिरहन सक्दैनन् ।

११) अब अर्को सोधिने प्रश्नचाहीं यो हो – “हामीले

कसलाई विश्वास गर्नुपर्छ भनी बुद्धले बताउनुभएको छ ?”

यो प्रश्न तपाईंलाई सोधेमा बुद्धले 'कालाम सूत्र'मा देशना गर्नुभएअनुसार जवाफ दिनुहोस् । हामी जुनकुरामा आफैले यथार्थ जानकारी राख्दछौं वा जे देख्छौं वा अनुभव गर्दछौं त्यसमा विश्वास गर्नुपर्दछ । अब 'यथार्थ जानकारी राख्नु' भन्नेबारेमा बुझ्नु आवश्यक हुन्छ । 'यथार्थ जानकारी राख्नु' को अर्थ तर्क, कल्पना र अड्कलबाजीको आधारमा नभई वस्तु वा वस्तुस्थितिलाई आफ्नो अनुभूतिद्वारा यथार्थ जानकारी हुनु । कुनै भौतिक वस्तुलाई ग्रहण गर्दा 'यो लिएर वा यो गरेर यो नतिजा निस्कन्छ' भनेर स्पष्टसित हेर्नु वा जानकारी हुनु हो । यसैलाई 'स्पष्ट जानकारी लिनु' पनि भनिन्छ । कुनै काल्पनिक वा तार्किक आधारमा अवलम्बित हुनु छैन । बुद्ध-शिक्षामा आफैले यथार्थ के हो भनी नजानिकन वा यो यस्तै हो भन्ने

अनुभव नगरिकन कसैमा पनि र कुनै कुरामा पनि विश्वास गर्नु हुँदैन भनिएको छ ।

यस प्रश्नको सन्दर्भमा के कस्तो अर्थ लाग्ने रहेछ, हामी पनि हेरौं न त । हामीलाई किन त्रिपिटकमा समेत विश्वास गर्न हुँदैन, कुनै गुरुलाई पनि विश्वास गर्न हुँदैन, जे जति भनिएको छ वा चर्चा चलिरहेको छ, तिनमा पनि विश्वास गर्न हुँदैन, यो यस्तै हो भनिएकोमा पनि विश्वास गर्न हुँदैन, तर्कसम्मत कुरामा पनि विश्वास गर्न हुँदैन भनिएको छ ? यी कुराहरूले सम्यकदृष्टि प्राप्त गर्नमा केही हदसम्म मद्दत पुऱ्याउलान् तर यस्ता अन्धधारणा मूर्खतापूर्ण हुन्छ । मानौं तपाईंले त्रिपिटक पल्टाउनुभयो र केही पंक्ति पढ्नुभयो अनि विचारै नगरिकन निरीक्षण परीक्षण नै नगरिकन चिन्तन-मनन नै नगरिकन, समालोचना नै नगरिकन त्यहाँ भनिएको कुरामा विश्वास गर्नुभयो । यसकुरामा बुद्धले निषेध गर्नुभएकोछ । एक जना 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ४१

गुरुलाई विश्वास गर्नु भनेको उनले भनेका कुरामा आफ्ना आँखा र कानलाई उपयोग नै नगरी, कस्तो र किन भनी विचारै नगरी र भनिएको कुरा सही हो वा होइन बुझ्दै नबुझी आँखा चिम्ली विश्वास गर्नु हो । त्यस्तै हल्ला वा चर्चा भएको सबैले मानेको कुरामा एक्कासी विश्वास गर्न पुग्नु पनि हो । तर्कसम्मत छ भनी तर्ककै आधारमा र यसो यसो हुनाले यो कुरा सही हुनैपर्छ भनेर हामी एक्कासी निष्कर्षमा पुग्दछौं । तर यो पनि वास्तवमा सही होइन । हामीले यस्तो तर्कबाट उत्पन्न कुरामा पनि विश्वास गरिहाल्न हुँदैन ।

तर हामीले यहाँनिर के बुझ्नुपर्दछ भने त्रिपिटकलाई पढ्ने हुँदैन भनिएको होइन, न त गुरुको कुरा सुन्ने हुँदैन भनिएको हो, न त हल्ला वा चर्चा चलेको कुरा सुन्दै नसुन्नु भनिएको हो र न त तर्क नै नगर्नु भनिएको हो । बरू के मात्र हो भने हामीले पढ्नुपर्दछ, सुन्नुपर्दछ तर पढेर, सुनेर थाहा पाइएका ४२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

कुरामा हाम्फालेर स्वीकार गर्नुहुँदैन । पहिले आफूले त्यसमा विचार गर्नुपर्दछ, विवेकपूर्वक सोच्नुपर्दछ, जाँच्नुपर्दछ अनि वास्तवमा यो यस्तै हो भन्ने कुराको आफूले यकीन गर्नुपर्दछ । त्यसलाई पनि निरीक्षण परीक्षण गर्नुपर्दछ र अनुभव पनि गर्नुपर्दछ ।

उदाहरणको लागि, बुद्धले सिकाउनुभयो कि लोभ, दोष र मोह दुःख सम्बर्द्धनका कारण हुन् । यदि हामी आफैलाई लोभ के हो, दोष के हो र मोह के हो भन्ने कुरा थाहा छैन भने बुद्धले भनेकै कुरामा पनि विश्वास गरेरै के हुन्छ ? त्यसमा विश्वास गर्न आवश्यक नै हुँदैन । आँखा चिम्ली नबुझिकनै विश्वास गर्नु त मूर्खतापूर्ण हुनेछ । तर जब हामी आफैलाई लोभ भनेको यो हो, क्रोध भनेको यो हो र मोह भनेको यो हो भन्ने कुराको जानकारी हुन्छ, मनमा ती विकारहरू उब्जंदा, तिनले दुःख उत्पन्न गर्दछन्, आगोले पोलेको जस्तो संवेदना जागेको चाल पाउँदछौँ अनि मात्र 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ४३

लोभ, दोष र मोहले दुःख सम्बर्द्धन गर्दो रहेछ भनी हामी स्वयंले हाम्रै अनुभूतिको आधारमा विश्वास गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

बुद्धले त्रिपिटकमा यसरी कुरा बताउनुभएको छ – पढेर वा सुनेर थाहा पाइएको कुरामा हो होइन जाँच पडताल गर्नुपर्दछ । यदि अभ्रै स्पष्ट भइसकेमा तर्कको सहारा लिनुपर्दछ र केही क्षणको लागि त्यसलाई छोडिदिनुपर्दछ । अतः प्रथमतः हामीले विश्वास गर्दछौँ र सही कुरा पत्ता नलागुञ्जेल त्यसमा चिन्तन गर्नुपर्दछ र परीक्षण पनि गर्नुपर्दछ । अनि हामी शनै शनै अधिक मात्रामा स्पष्ट हुन पुग्दछौँ र अन्ततः पूर्ण विश्वास गर्दछौँ । यो बुद्धको शिक्षाको उत्तम र लोकप्रिय नमुना हो । यदि कुनै विदेशीले तपाईंलाई यो प्रश्न सोधेमा राम्ररी उत्तर दिनुहोला । यदि अनुचित ढंगले उत्तर दिनुभएमा तपाईंले बुद्धको शिक्षालाई बझ्ग्याइदिएको ठहर्ने छ । त्रिपिटकमा विश्वास नगर्नु, गुरूमा विश्वास ४४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

नगर्नु, तर्कमा विश्वास नगर्नु हल्ला र चर्चा चलेकोमा विश्वास नगर्नु भनिएको छ । यिनमा गुट्यार्थ लुकेको छ । यसलाई हामीले खोजी गरी बुझ्नुपर्दछ । विवेक नपुऱ्याई सिधै विश्वास गर्नु मूर्खता हुनेछ । यस कुरालाई बुद्धले कडाइका साथ र निश्चितताका साथ मनाही गर्नुभएको छ । उहाँले निरीक्षण र परीक्षण नगरिकन अथवा आफैले अनुभव गरी नहेरेसम्म कुनै कुरालाई पनि नस्वीकार्नु भन्नुभएको छ । निरीक्षण परीक्षणपछि त स्वीकार्दा हुन्छ ।

सोच्दैनसोची हाम्फाल्नु मूर्खता हो, सोची सम्झी अनुभूतिद्वारा थाहा पाएपछि विश्वास गर्नु राम्रो हो । अज्ञानताको आधारमा विश्वास गर्नु, अरूले भने भनेको कुरामा भर पर्नु, ग्रन्थमा भर पर्नु, तर्क वितर्कमा विश्वास गर्नु, धेरै मान्छेले मानेको भन्दैमा विश्वास गर्नु मूर्खता हो । विश्वासको सम्बन्धमा यो एक प्रयोगात्मक बौद्ध नीति हो । यो बुद्ध-शिक्षा पनि हो ।

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

४५

हामी बुद्ध-शिक्षाका अनुयायीहरूले यसलाई आफ्नो नीति बनाउनुपर्दछ ।

१२) अब हामीले अर्को बुँदामा दृष्टि पुऱ्याउनु छ जसले बौद्ध र अन्य लोकजनहरूको स्तरमा के कति भिन्नता छ भन्ने कुरामा प्रकाश दिन्छ । सामान्य लोकजनको अर्थ ती ब्यक्ति हुन् जो ठीकसित बौद्ध हुन सकिरहेका छैनन् र जसमा बुद्ध-शिक्षाबारे सत्य तथ्य ज्ञान छैन । ती नाम मात्रका बौद्ध हुन्, दर्ता भएका तालिका अनुसार र मातापिता बौद्ध भएको नाताले मात्र ती बौद्ध हुन् । सच्चा बौद्ध हुनाको लागि, आर्यजन कहलाउनको लागि, अन्य सामान्य लोकजनभन्दा उपल्लो दर्जामा प्रतिष्ठित हुनको लागि ब्यक्तिले आफूमा सम्यकदृष्टि हासिल गर्नुपर्दछ ।

बुद्धले भन्नुभयो – “आर्यजनको धारणा र

४६

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

सामान्य लोकजनको धारणामा आकास जमिनको अन्तर हुन्छ ।” आर्यजनको धारणा अनुसार, आर्य अनुशासनमा, गीत गाउनु र रूनु समान क्रिया हो, नाच्नु भनेको पागलपनको दौरा हो र हाँस्नु भनेको अल्लारेको स्वभाव हो । सामान्य लोकजन सामान्यतया गीत गाउँछन्, अट्टहास गरेर हाँस्छन् र मनोरञ्जनमा भुल्दछन् । जब ती थाक्छन्, तथ्य कुरालाई नकार्दछन् । तर आर्यजनको अनुशासनमा गाउनु भनेको रोदन समान हो भन्थानिन्छ । जब कसैले चिच्याएर वा च्याँठिएर कराउँछ वा गीत गाउँछ, रूँदाखेरिको भावात्मक अवस्थाबाट निस्प्रित भाव नै त्यसमा निहित भएको हुन्छ । नाच्नु पनि पागलसरिको हरकतको प्रदर्शन हो । नाच्न भनेर उठ्दा हामी महसुस गर्न पुग्दछौँ कि हामी अर्ध पागल नै हौँ नत्रभने हामी नाच्ने काम सम्पन्न गर्न सक्दैनौँ । तर नाच्ने कामलाई आम व्यक्तिले खुसीको रूपमा स्वीकारेका हुन्छन् र त्यसलाई पागलको ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

हरकतको रूपमा लिइँदैन । कोही अट्टहास गर्दछन् र यसलाई आनन्ददायक मान्दछन् र बेला न कुबेला हाँस्नै नपर्ने कुरामा पनि प्रचुर मात्रामा हाँसिरहन्छन् । तर आर्यजनको अनुशासन अनुसार हाँस्नु भनेको अबुभ्र केटाकेटीहरूको प्रकृतिमा पर्दछ । त्यसैले कम मात्रामा हाँस्नु श्रेयष्कर हुन्छ र नहाँसिकन बस्नु बढी नै लाभदायक हुन्छ ।

यी त भए सामान्यजन र आर्यजनको अनुशासनमा देखिएका भिन्नताहरूको दृष्टान्त । सामान्यजनको परम्परामा गाउनु, नाच्नु र हाँस्नु इत्यादि परिणामका द्योतक मानिँदैन, सामान्य क्रिया नै मान्दछन् तर आर्यजनको अनुशासनमा तिनलाई गम्भीर मान्दन् र तिनबाट व्यक्तिको व्यक्तित्वको मूल्यांकन पनि गरिन्छ ।

यसले यो कुरा बताउँछ कि हामीले आफ्नो स्तर उकास्न प्रयत्नशील हुनुपर्दछ । ती सामान्यजन



सरह भएर बस्न हुँदैन । बुद्धको बंशमा आफूलाई समावेस गर्नुपर्दछ । मतलब हामीमा सही जानकारी हुनुपर्दछ, प्रज्ञा जगाउनुपर्दछ र सम्यकधारणाको प्राप्ति हुनुपर्दछ ताकि दुःखको क्षय होस् । कुनै कुरालाई पनि अनावश्यक किसिमले कठिन र परिणामहीन बनाउनुहुँदैन । यसकुराबाट तपाईं लाभान्वित हुनुपर्दछ । तपाईं सामान्य लोकजनबाट उठेर सच्चा बौद्धको स्तर हासिल गर्न समर्थ हुनुहुनेछ र आर्य कहलाइनुहुनेछ । बुद्धले पनि आसा गर्नुहुन्छ कि धेरै व्यक्तिहरू सामान्य लोकजनको स्तरबाट माथि उठ्नेछन् र आर्यजनमा स्थापित हुनेछन् र आफूलाई सामान्य संसारी लोकजनको स्तरमा सीमित पार्ने छैनन् ।

१३) अब म मार्गको विषयमा कुरा गर्न गइरहेको छु । मानौं तपाईंलाई सोधेछ – “कुनचाहीं अभ्यास साधारण मार्गको हो र कुनचाहीं सम्यक मार्गको हो र छिटो अनि

छरितो पनि छ ?”

हामीले यस प्रश्नको उत्तर यसरी दिन सक्दछौं – “आर्य अष्टांगिक मार्ग वा आठ अङ्गसहितको आर्य-मार्ग नै सम्यक मार्ग हो जसको बारेमा तपाईंहरूले सुन्नुभएको छ जस्तै कि – सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक आजीविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति र सम्यक समाधि । यो मार्ग नै सुनियोजित र व्यवस्थित मार्ग हो । संक्षेपमा यसलाई शील, समाधि र प्रज्ञा भनी तीनवटामा अभ्यासगत हिसाबले विभक्त गरिएको छ । तर यसलाई हामीले सामान्य मार्गको रूपमा लिन भन्दछौं । यो ती मानिसहरूको लागि हो जो छोटो बाटो लिन चाहँदैनन् । यो मिथ्या मार्ग भने होइन, सम्यक मार्ग नै हो । तर यसलाई सामान्य स्तरको भनेर दिइएको छैन र यसमा समय पनि बढी लाग्दछ ।

बुद्धले छोटो बाटो पनि देखाउनुभएको छ ।

उहाँ भन्नुहुन्छ कि जब हामीले ६ आयतनहरूमा फलित विषयलाई ग्रहण गर्दैनौं र ती सम्बन्धित विषयहरूसँग सम्बद्ध राख्दैनौं त्यसवेला आर्य मार्गाङ्गहरू साथसाथै उब्जिन्छन् । यो नै परम महत्वको कुरा हो र यो नै धर्मको आधारभूत सिद्धान्त पनि हो ।

पहिले त हामीले यी ६ आयतनहरूलाई बुझ्नुपर्दछ । ती हुन् – आँखा, कान, नाक, जिह्वा, काय र मन । यी प्रत्येकका पाँच अंगहरू हुन्छन् । आँखाको सम्बन्धमा पहिलो अङ्ग हो – आँखा, दोस्रो अंग हो – देखिने वस्तु जसले आँखासित सम्पर्क गर्दछ, तेस्रो अङ्ग हो – विज्ञान जसद्वारा देखिन आएको वस्तुको जानकारी हुन्छ, चौथो अङ्ग हो – आँखा र वस्तुबीचको स्पर्श, र पाँचौं अङ्गचाही हो – स्पर्शको फलस्वरूप सुखद् वा दुखद् अनुभूति । आँखाको माध्यमबाट यी पाँच अङ्गहरू विकसित हुन्छन् । कानको माध्यमबाट पनि पाँच, नाकको माध्यमबाट पनि पाँच । 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ५१

यस्तै अरूबाट पनि । यीमध्ये प्रत्येकले हामीलाई प्रमादी वा अस्मृतिवान बनाउने भूमिका खेल्दछ र यसरी म, मेरो र मेरो आत्मा भनी ग्रहण गर्न लगाउँदछ । यसरी हामी देखेर जानकारीमा आएकोप्रति आसक्त हुन्छौं जुन आँखामार्फत भित्रिएको हुन्छ । हामी यसप्रति सजग हुन सके यो त आत्मभाव हो भनी बुझ्न सक्दछौं । नभए, चक्षु-स्पर्श र सुखद् वा दुखद् संवेदनामार्फत हामी आत्मभावलाई लिएर चक्षुविज्ञानप्रति आसक्ति जगाउँछौं । कहिलेकाहीं यस्तो हुन्छ कि कर्णप्रिय शब्द कानमा पर्दछ अनि हामी त्यस शब्दप्रति मैले सुनेको हुँ भनी त्यस शब्दको सजगताप्रति नै आसक्ति जगाउँछौं । कहिले जिब्रोमा स्वादिष्ट रस पर्दछ । यसलाई पनि मैले स्वाद पाएको भनी स्वादप्रति आसक्त हुन्छौं । प्रत्येक आयतनका पाँच पाँच बटा अंग हुन्छन् र यसरी ६ आयतनहरूबाट ३० अङ्गहरू बन्दछन् । दिनभरिमा सैयौं हजारौं चोटी सजिलैसित हामी आत्मा ५२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

हो भनी यी अङ्गहरूप्रति आसक्ति जगाउँदै गर्दछौं ।  
 आसक्ति जगाउने वित्तिकै दुःखको कारण बनिहाल्दछ ।  
 यही नै धोखा हो, भ्रान्ति हो । हामी यसरी दुःखको  
 भुमरीमा फन्फनिन्छौं । यसलाई मार्गको अनुशरण  
 भनिंदैन । बुद्धले हामीलाई यी ६ आयतनहरू र  
 तिनीहरूसित सम्बन्धित आलम्बनहरूमा आसक्त  
 हुनुहुँदैन भन्ने शिक्षा दिनुभएको छ । गहिरिएर हेरेमा  
 थाहा लाग्दछ कि ती कुनैमा पनि आत्मा नामको कुनै  
 कुरा भेटिंदैन । अनि त्यति नै खेर आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग  
 हामीमा प्रविष्ट गर्दछ । भनाइको अर्थ सम्यक दृष्टि,  
 सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक  
 आजीविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति र सम्यक  
 समाधिले हामीमा बास गर्दछ । ६ आयतनहरूमा  
 अनासक्तिको अभ्यास गर्नुको तात्पर्य नै ती आठ  
 अङ्गसहितको मार्गको आफूमा प्रादुर्भाव गराउनु हो ।  
 यसरी अष्टाङ्गिक मार्गलाई संक्षेपमा प्रस्तुत गरिन्छ ।  
 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

एउटा प्रवचनमा बुद्धले संक्षेपीकरणको  
 सबैभन्दा छोटो बाटो सुझाउनुभएको छ – त्यो हो  
 शून्यताको बाटो । यहाँ शून्यताको अर्थ आँखा, कान,  
 नाक, जिब्रो, काय र मन र सम्बन्धित आलम्बनहरूलाई  
 आत्मभावसहित भई ग्रहण नगर्नु हो । यसैले नै एक  
 निमेषमा आर्य अष्टाङ्गिक मार्गलाई उत्पन्न हुने अवसर  
 दिन्छ । यदि हामीलाई यो संक्षिप्त बाटो स्वीकार्य  
 नभएमा सामान्य आठ अङ्गसहितको बाटोको नै  
 अनुशरण गर्दा हुन्छ । आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको अनुशिलन  
 गर्नु भनेको शील, समाधि र प्रज्ञाको धारण पालन र  
 अभ्यास हो । प्रारम्भदेखि अभ्यास गर्दा र विस्तारै  
 पाइला साँदैजाँदा बढी समयको दरकार पर्दछ ।

अतः बुद्ध-धर्ममा लामो र छोटो मार्गहरू  
 हुन्छन् । तपाईं कुनचाहीँको अवलम्बन गर्नुहुन्छ ?

१४) अब म 'बुद्ध-धर्ममा कर्मको स्थानबारे केही बताउने

छु ।

पश्चिमी देशका धेरैले बुद्ध-धर्मबारे पुस्तकहरू लेखेका छन् र तिनीहरूलाई लेखनमा साह्रै मज्जा लाग्ने अध्यायचाहीं कर्म र पुनर्जन्मको बारेमा हो । तर त्यस सम्बन्धमा तिनीहरूको व्याख्या जहिले पनि गलत हुन्छ, भ्रमपूर्ण हुन्छ । तिनीहरूले कर्मबारे लेख्दा असल कर्म असलै हुन्छ र खराब कर्म खराबै हुन्छ, ..... 'राम्रो काम गर, राम्रै फल पाउँछौं', खराब काम गर, खराबै फल पाउँछौं' भन्छन् । यसभन्दा बढी केही भन्दैनन् । यो कुरा अन्य धर्महरूमाजस्तै नै भनिएको हुन्छ । बुद्ध-धर्मानुसार कर्मको अर्थ यस्तो होइन, भिन्दै छ ।

पुनर्जन्मको सम्बन्धमा पनि कुरो यस्तै छ । उनीहरूको मान्यता यस्तो भेटिन्छ कि मानो उनीहरू आफैले त्यस व्यक्तिलाई पुनर्जन्म लिएको देखेर आएको छ । यसले बुद्धको मूल शिक्षाको अपव्याख्या गर्दछ । बुद्धको शिक्षानुसार त व्यक्ति तथा आत्माको अस्तित्व 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ५५

नै हुँदैन । अहिले 'म' यहीं बसिरहेको छु तर बसिरहने व्यक्ति त्यहाँ हुँदैन । व्यक्ति नै छैन भने मर्ने व्यक्ति नै हुँदैन, पुनर्जन्म लिने व्यक्ति नै हुँदैन । बुद्धले त 'व्यक्ति'को अस्तित्व नै हुँदैन भन्ने शिक्षा दिनुभएको छ । त्यसैले पुनर्जन्म भनेको अन्तर सत्यताको विषय हो र 'बुद्ध-धर्म' विषयक पुस्तकहरूमा ती लेखकहरूले कर्म र पुनर्जन्मबारे गलत धारणाहरू पोखेका छन् ।

कर्मको विषयलाई गौर गरेर हेरिनुपर्दछ । बौद्ध दृष्टिकोणमा कर्मलाई कर्मको निरोधसंग जोडेर बताइनुपर्दछ, कर्म र कर्मफलको कुरा मात्र भनेर पुग्दैन । कर्म र कर्मफलबारे त अन्य धर्महरूमा पनि त फलाकेका छन् नि । बुद्धको शिक्षा हुनलाई त कर्मको निरोधलाई नै मध्यनजरमा राखी बताइनु वा लेखिनुपर्दछ ।

'सब्वकम्मक्खयं-पत्तो' त्यस व्यक्तिलाई भन्दछ, जसले सम्पूर्ण कर्महरूको क्षय गरिसकेको छ । बुद्धले ५६ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

भन्नुभयो कि राग, द्वेष र मोहको क्षय भएपछि मात्र सम्पूर्ण कर्मको निरोध हुन्छ । यो कुरा बुझ्न त्यति कठिन पनि त छैन कि ल्केशहरूको क्षय नै कर्मको क्षय हो । ल्केशहरूको कारण राग, द्वेष र मोह नै त हुन् नि ! राग, द्वेष र मोहको क्षय भएको छैन भने कर्म पनि क्षय भएको हुँदैन । जब राग, द्वेष र मोहको निरोध हुन्छ, पुराना कर्मको क्षय हुन्छ र नयाँ कर्म बन्दैनन्, भविष्यका कर्म पनि बन्दै छैनन् – यसरी भूत, वर्तमान र भविष्यका कर्महरूको निरोध हुनजान्छ । कर्म सम्बन्धमा बताउँदा यसरी बताइनुपर्दछ । यसरी बताइएको कुरा नै बुद्ध-धर्म सम्मत हुन्छ ।

तेस्रो प्रकारको कर्म पनि हुन्छ । प्रायःजसोले पहिलो र दोस्रो प्रकारको कर्मलाई मात्र कर्मको रूपमा जानिरहेका हुन्छन् र तेस्रो प्रकारको कर्म के हो जानेका हुँदैनन् । बुद्धले पहिलो प्रकारको कर्मलाई कालो वा अकुशल कर्म हो भनेर भन्नुभएको छ र दोस्रो प्रकारको 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

कर्मलाई सेतो वा कुशल कर्म हो भनेर भन्नुभएको छ । त्यस प्रकारको कर्म पनि हुन्छ जुन कालो पनि होइन सेतो पनि होइन । त्यस प्रकारको कर्मले ती कालो र सेतो दुवै प्रकारका कर्महरूलाई समाप्त पार्दछ । यो तेस्रो प्रकारको कर्म नै त्यो साधन हो जसको सहायताले सेतो र कालो दुवै प्रकारको कर्मको इतिश्री गर्न सकिन्छ । कर्महरूको नामाकरण गर्दा बुद्धले यी शब्दहरूको चयन गर्नुहुन्छ – 'कालो कर्म', 'सेतो कर्म' र 'कालो पनि होइन, सेतो पनि होइन' जुन तेस्रो प्रकारको कर्म हो । यो नै बुद्ध-धर्म अनुसार बताइएको कर्म हो । भनिसकिएको छ कि राग, द्वेष र मोहको समाप्ति नै कर्मको समाप्ति हो । त्यसैले यो तेस्रो प्रकारको कर्म नै राग, द्वेष र मोहको निवारणकर्ता हो । अर्को अर्थमा यो नै आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग हो । जब हामी आचरण र अभ्यासमा लागेर आर्य अष्टाङ्गिक मार्गमा दत्तचित्त भई लागि रहेका हुन्छौं, हामी तेस्रो 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

प्रकारको कर्म उब्जाइरहेका हुन्छौं । यो न त कालो नै हुन्छ न त सेतो नै । बरू यसले कालो र सेतो कर्मलाई नै नष्ट गर्दछ, अर्थात् यसले कुशल र अकुशलभन्दा परको लोकुत्तर अवस्थामा प्राप्त गराउँछ ।

ती पश्चिमी लेखकहरूले 'कर्म र पुनर्जन्म' सम्बन्धमा लेख्दा यो तेश्रो प्रकारको कर्मको बारेमा कहिल्यै उल्लेख गरेनन् । त्यसैले उनीहरू यसबारे अनभिज्ञ र गलत छन् र उनीहरूले भनेका कुराहरू बुद्ध-धर्म सम्मत छैनन् । बुद्ध-धर्म सम्मत हुनलाई यो तेश्रो कर्मको पनि व्याख्या हुनुपर्दछ, जसले भाग्य/दुर्भाग्य अर्थात् पुराना कालो र सेतो दुवै प्रकारका कर्महरूलाई निमित्त्यान्त पार्ने क्षमता राख्दछ ।

अब म यस तेश्रो कर्मबारे केही बढी भन्न चाहन्छु । यस सम्बन्धमा बुद्धले भन्नुभएको छ : "यसबारे म स्वयं आफूले नै आफ्नै अनुभूतिद्वारा जानकारी पाएको छु ।" यो तेश्रो प्रकारको कर्म जून 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ५९

भिन्दै प्रकारको कर्मको रूपमा स्पष्टसित बताइएको छ, यसबारे तथागतले कुनै अन्य स्रोतबाट लिनुभएको वा सिक्नुभएको होइन । आफ्नै अनुभूतिमा उत्रेको कुरा हो र यसलाई सबैलाई मुक्त कण्ठले सिकाउनुभयो । त्यसै हामीले यसकुरालाई दृढताका साथ मनमा राख्नुपर्दछ, कि यो तेश्रो प्रकारका कर्म बुद्ध-धर्मको सच्चा शिक्षा हो र बुद्ध-धर्म सम्बन्धी पुस्तकहरूमा 'कर्म र पुनर्जन्मबारे लेख्दा यसकुरालाई पनि ध्यानमा राखिनुपर्दछ । राम्रोसित अध्ययन गर्नुपर्दछ, र कर्म सम्बन्धमा बुद्ध-धर्म सम्मत जिज्ञासा जगाउनुपर्दछ । राम्रो र नराम्रो कर्मको बारेमा त अरू धर्ममा पनि व्याख्या गर्ने गरिन्छ । बुद्ध-धर्ममा पनि यी दुईको स्थान छ । तर बुद्ध भन्नुहुन्छ, कि असल कर्मको सम्पादन मात्रले मानसिक दुःखहरूको पूर्ण निराकरण सम्भव हुँदैन । यो यसैले कि अति अंह र जोसयुक्त भएर पनि राम्रो कर्म गरिने हुन्छ, र राम्रो कर्मप्रति आसक्ति पनि राम्रो कर्म गरिने हुन्छ, र राम्रो कर्मप्रति आसक्ति पनि ६० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

जाग्न सक्तछ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, राम्रो कर्मको कारणले पनि जन्मजन्मान्तरसम्म जन्म-मरणको चक्रमा पिल्सिरहनुपर्ने गराउँछ साथै यसले सुखद् लोकको लोभ पनि देखाउँछ । यसले दुःखको निवारण गर्दैन, निर्वाणसम्म पुऱ्याउँदैन ।

त्यसैले बुद्धले सर्वथा भिन्दै प्रकारको कर्मबारे देशाना गर्नुभएको छ जसद्वारा अन्य प्रकारका कर्महरूको सफाचट हुन्छ र राग, द्वेष र मोहलाई निर्जरा बनाउँछ । यही तैस्रो प्रकारको कर्मको सहायताले निर्वाणको पनि साक्षात्कार गर्न सकिन्छ ।

१५) अब म यस्तो विषयमा तपाईंको ध्यानाकर्षण गर्न चाहन्छु जसमा खास अभिरुचि लिइनुपर्दछ जस्तो लाग्दछ । म एउटा प्रश्न राख्दछु : “के कसैले दुःख-मुक्तिको लागि बुद्धबाटै धर्मको श्रवण गर्नुपर्दछ ?”

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

६१

त्यस्ता व्यक्तिहरू पनि छन् जो उत्साहित भएर दावा गर्दछन् कि हामीले बुद्धबाटै शिक्षा लिनुपर्दछ अनि मात्र धर्मको अवबोध गर्न सकिन्छ । तर बुद्ध स्वयं भन्नुहुन्छ कि मद्वारा प्रत्यक्षरूपमा धर्मको श्रवण गर्न नपाए पनि धर्मपथमा हिंड्न समर्थ हुन सक्दछन् । त्यस्ता पनि भेटिन्छन् जसले बुद्धबाट यो कुरा सुन्न पाएनौं, भन्छन् तर पनि लगातारको मिहिनत, अध्ययन, निरीक्षण र अभ्यासबाट सम्यक मार्गमा अग्रसर हुन सक्दछन् ।

अतः हामीले श्रद्धापूर्वक बुद्धलाई वन्दना गर्नुपर्दछ र उहाँप्रतिको असीम श्रद्धामा डुबुल्की मार्नुपर्दछ र धर्मलाई उहाँकै पेवा सम्भन्नुहुँदैन र उहाँलाई नभइनुहुने व्यक्तित्वको रूपमा लिनु पनि हुँदैन । उहाँ हाम्रोसामु नभए पनि उहाँले बताउनुभएको धर्म नै उहाँको वरद उपस्थिति हो ।

६२

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

१६) यहाँ एउटा प्रश्न उठ्न सक्दछ – “यदि हामीमा यो बुद्धद्वारा प्रतिपादित शिक्षा हो कि होइन भनी शंका उब्जेमा त्यसलाई कसरी समाधान गर्न सकिन्छ ?”

बुद्धले यस्तो स्थितिमा जाँच गर्न एउटा नियम बनाइदिनुभएको छ । उहाँ भन्नुहुन्छ – “सूत्रानुसार वा सूत्रपिटकमा देशना भएअनुसारको हो कि होइन जाँच, मापन गर अनि विनयसँग पनि दाँजी हेर ।” यो नियम वा सिद्धान्त कसैबाट आँखा चिम्ली विश्वास गरी ग्रहण गर्नुपर्ने होइन र कसैलाई अधिकारी मानी लिनुपर्ने पनि होइन । यदि दुःख-मुक्तिबारे कसैले यो कुरा मैले बुद्धबाटै सुनेको थिएँ वा कुनै धर्माधिकारी वा गुरुबाट सुनेको थिएँ भनेर फलाक्छ र यसकुरामा आफूलाई शंका उब्जिए त्यसलाई दुई किसिमले परीक्षण गर्न सकिन्छ –

१) सूत्रसँग मिलान हुन्छ हुँदैन, जाँच । सूत्र भनेका अनेक धर्मदेशनाका निचोड हुन् । यी सूत्रहरू मार्गदर्शनको रूपमा रहेका हुन्छन् । यदि कुनै कुरा यससँग मिल्दैन भने त्यसलाई त्यागिदिनुपर्दछ ।

२) अब विनय अनुसार पनि मापन गर्नुपर्दछ । विनय भनेको उपमा उपमेयसहितको एउटा निर्धारित दस्तावेज हो । यदि यससँग कुनै कुरा नमिलेको पाइएमा त्यसलाई पनि त्यागिदिनुपर्दछ । कुनै भिक्षुले म आफैले बुद्धको मुखारविन्दबाट यो कुरा सुनेको हुँ भने पनि त्यसमा विश्वास नगर्नुहोस् । त्यस्तै अन्य भिक्षुसंघसित आवद्ध व्यक्तिहरू, अन्य वयस्क बुर्जुकहरू, अन्य कुनै विद्वान वा साधकहरूले पनि हामीले यस्तो यस्तो कुरा आफैले सुनेका हौं भन्दैमा एक्कासी विश्वास नगर्नुहोस् । बुद्धले हामीलाई यसो गर्नु भन्नुभएकै छ – जेजस्तो



भए पनि शंका उब्जेमा, निरीक्षण परीक्षण गर्नुपर्दछ, हो होइन आफैले अनुभव गरी हेर्नुपर्दछ । अनि सूत्रसँग दाँज । हेर के यो सूत्रानुकूल छ ? विनयसँग पनि दाँज । के यो विनय अनुकूल छ त ? छ भने अपनाउनुपर्दछ ।

यही नै विश्वस्त हुने माध्यम हो कि बुद्ध-धर्म दुई, तीन, चार, दस वा लाखौं वर्षसम्म रहिरहे पनि यो सिद्धान्त कार्यान्वयन हुन्छ भने धर्म-विनय कहिल्यै पनि अन्योलपूर्ण र टोडमरोडपूर्ण हुन सक्दैन । त्यसैले यो अति नै उपयोगी सिद्धान्त हो । यसलाई महान मापदण्डको रूपमा लिइएको छ ।

१७) अब हामी मानिसकै बारेमा चर्चा गर्दछौं । हामी आफूमै गहिरिएर हेरौं । “आगामी दिनहरूमा मानिस कस्ता हुनेछन् भनी बुद्ध भन्नुहुन्छ ?”

एउटा देशना आउँछ जसमा बुद्धले आलोचनाको शब्द प्रयोग गरेर भन्नुभएको छ ‘आजका हामी’ भनेर । यसको अर्थ बुद्धकालीन त्यस नयाँ पिढी र त्यसपछिका मानिसहरू जसले ‘अनाधिकारका सुख साधनहरूको उपभोग गर्दछन्, जो लोभको दलदलमा नराम्ररी फसेका छन् र मिथ्यादृष्टिमा भुकाव’ राख्दछन् । तिनीहरू आफ्नो अधीनमा नरहेका र अनैतिक सुखानन्दमा पिछलग्ग हुनेछन् अर्थात् तिनीहरू अति नै आत्ममुखी वा स्वमुखी हुनेछन् । उनीहरूमा सजगताको पूर्ण अभाव हुनेछ र त्यसैले लोभले अधिक मात्रामा जरो गाड्ने छ । उनीहरू मिथ्यादृष्टिको शिकार हुनेछन् किनभने उनीहरू चेतसिक ल्केशको अधीनमा जकडिएका हुन्छन् । बुद्धले यसो भन्नुभएको अढाई हजार वर्षभन्दा बेसी भइसक्यो तापनि आज पनि हामी ‘पछिका मानिसहरू’ भनी भन्दछौं । उहिले ‘पछिका मानिसहरू’ भनिएको अहिलेका भए, अहिले ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

पनि 'पछिका मानिसहरू' भनिन्छ, ती पछिका हुनेछन् । के आज पनि मानिसहरू अनैतिक तवरले स्वार्थान्ध भई आनन्द भोगिरहेका र अन्ध धारणा लिइरहेका छैनन् ? निश्चय नै आजका मानिसहरू बुद्धका पालाका मानिसहरूभन्दा पृथक प्रकारका भइसकेका छन् तर यदि उनीहरू बुद्धले बताउनुभएको शिक्षा-पद्धतिमा ढालिन चाहन्छन् भने अवश्य पनि ती राम्रो जीवनको हकदार हुन सक्दछन् । अनि उनीहरूले रूपरंगमा, आवाजमा, सुवासनामा र रसमा भुलिहाले पनि निरन्तरको होस र एकाग्रताको अभ्यासद्वारा अतिसय लोभबाट ग्रसित हुने छैनन् । यसको अर्थ, उनीहरू रूप, रंग, शब्द, गन्ध, रस र स्पर्शलाई आवश्यकताभन्दा बढी मात्रामा उपभोग गर्ने छैनन् । 'आवश्यकताभन्दा बढी' भन्ने वाक्यांशले आजको तनावग्रस्त संसारमा तनावग्रस्त नहुनमा, समस्याग्रस्त नहुनमा औषधिको काम गर्न सक्नेछ, भन्न सकिन्छ ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

६७

मैले इसाई धर्मको पुस्तकमा, जो व्यक्तिले आवश्यकताभन्दा बढी जम्मा गर्न खोज्दछ वा संचय गर्दछ, त्यसलाई 'पापी' भनिन्छ, भनेर पढेको छु । सायद हामी आफूलाई पापी नै हौं भनी सोचेका छैनौं किनभने हामीले आफूलाई त्यति बढी लोभी भन्ठानेका छैनौं । सायद हामी यो सोच्दछौं कि हामी त्यति 'अधिक लोभी' बन्नुपर्ने कारण केही छैन । यो कुरा हामी आफैमा इमान्दार भएका व्यक्तिहरूको सम्बन्धमा मात्र भन्न सक्दछौं ।

एउटा सुन्दर तिब्बती धर्मग्रन्थमा एउटा सुन्दर लघु कथा भेटिन्छ । त्यसमा भनिएको छ – एकबाजी सबै चराचुरूङ्गीहरू एकै ठाउँमा भेला भए र विचार विमर्श गरे । उनीहरूले धर्माभ्यासको भाषा प्रयोग गरी आफ्ना विचार पोखे जसले उनीहरूको जीवनमा सुख शान्ति ल्याइदिन्छ । अन्तमा उनीहरूले निर्णय गरे – हामीले आफूलाई चाहिएभन्दा बढी चारा

६८

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

खोज्दैनौ । यो कुरालाई सबैले पालन गर्ने अठोट गर्दछौं ।’  
अनि उनीहरूले अन्य चराहरूलाई पनि चाहिएभन्दा  
बढी चारा नखोज्ने कुरा सुनाए । यहीं त्यो कहानी  
टुङ्गिन्छ ।

हामी सबैले यो कुरा बुझ्नुपर्दछ कि  
चाहिएभन्दा बढी वस्तुको संचय गर्नु भनेको दुःख  
कमाउनु हो र आफूलाई समस्यामा पार्नु हो साथै  
अन्यलाई पनि दुःखको कारण बनाउनु हो । यसमाथि  
विचार गर्नुहोस् । गलत धारणामा भुकाव राख्नुको  
अर्थ कुनै कुराको सत्यतालाई नकार्नु हो किनभने  
लकेशहरू ठूलो संख्यामा हुन्छन् र तिनले हामीलाई  
बगाएर लैजान्छन् । जो यस्ता गलत धारणाले ग्रस्त  
हुन्छन् ती धर्ममा असमाहित भएका हुन्छन् । स्वभावैले  
त्यस्ता व्यक्ति प्रत्यक्षरूपले धर्मको विरोधी हुने गर्दछन् ।  
त्यसैले तपाईं दुःखबाट सर्वथा स्वतन्त्र हुन चाहनुहुन्छ  
भने धर्ममा प्रवृत्त हुनुपर्दछ । गलत धारणाको शिकार  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ६९

बन्नु हुँदैन ।

१८) अब बुद्धको बारेमा केही चर्चा गरौं । यस्तो  
प्रश्न पनि साधने गर्दछ – “बुद्धले कसलाई वन्दना  
गर्नुहुन्छ” ?

यसबारे बुद्धले आफ्नै मत प्रकट गर्नुभएको  
छ । त्यो के हो भने उहाँले धर्मलाई वन्दना गर्नुहुन्छ र  
अनुकरणीय गुणसहितका भएकाले संघलाई पनि वन्दना  
गर्नुहुन्छ । संघले राम्ररी आचरण सम्पन्न गर्दछ, र  
राम्ररी अभ्यासमा पनि रत हुन्छ, त्यसैले संघमा  
अनुकरणीय गुण हुन्छ । यसैले पनि बुद्धले धर्मप्रति र  
संघप्रति आदर गौरव राख्नुहुन्छ । हामीले यसमा गौर  
गर्नुपर्दछ कि बुद्धले समेत धर्मलाई वन्दना गर्नुहुन्छ,  
भने हामीले किन धर्म धारण गर्न नपर्ला ? साथै भिक्षु  
संघले पनि बुझ्नुपर्दछ कि संघका सदस्यहरूले राम्ररी  
धर्माचरण गरी सम्यक आचरण गरेमा बुद्धले समेत  
७० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

वन्दना गर्नुहुने रहेछ ।

यसलाई हामीले आफ्नो देश थाइलैण्ड (नेपाल) मा पनि वा कुनै पनि देशमा आज पनि लागु गर्न सक्दछौं । भनाइको तात्पर्य हो हामीले धर्मको गौरव राख्नुपर्दछ । उच्च ओहोडामा बसेका व्यक्तिले समेत धर्म विनयलाई शिरोधार्य गर्दछन् र सम्यक मार्गमा लागेकाको सन्मान गर्दछन् भने हामीले मात्र किन धर्म र संघको सन्मान गर्न नपर्ला ?

**१६) एउटा प्रश्न तेर्सिन्छ : “हामीले बुद्धलाई कहाँ गएर दर्शन गर्नसक्दछौं ?”**

बुद्धले भन्नुभएको छ : “जसले धर्मलाई अवबोध गर्दछ, उसले तथागतलाई देख्दछ, धर्मको अवबोध नगरेकाले बुद्धलाई देख्न सक्दैन, तथागतको वस्त्र (चिवर) धारण गरे तापनि जसले धर्मलाई देख्दैन र चिवर धारणप्रति आसक्ति जगाउँछ, उसले पनि

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

तथागतलाई देख्न सकेको हुँदैन ।”

यसको अर्थ यो हुन आउँछ कि बुद्धलाई बाहिरी भौतिक रूपमा भेट्टाउन सकिँदैन बरू भौतिक बुद्धको हृदयमा विद्यमान त्यस कल्याणकारी गुणमा भेट्टाउन सकिन्छ, जसलाई ‘धर्म’ भनिन्छ । बुद्धको दर्शन गर्न वा बुद्धलाई भेट्टाउन त्यस महान कल्याणकारी तत्त्वलाई देख्न सक्नुपर्दछ ।

जब हामी बुद्ध-मूर्ति अगाडि पञ्चाङ्ग दण्डवत गर्दछौं, हामी स्वयं त्यस मूर्तिमा प्रवेश गर्दछौं र बुद्धको शारीरिक रूपको परको त्यो तत्त्वलाई देख्दछौं जसको प्रतिनिधित्व त्यस मूर्तिले गरेको हुन्छ । अनि हामीले त्यस भौतिक शरीरदेखि पर हृदयमा प्रवेश गरिहेनुपर्दछ । जबसम्म हामी त्यहाँ विद्यमान त्यस धर्मका गुणहरूलाई दृष्टिगत गर्दैनौं जुन परिशुद्ध, जाज्वल्यमान, शान्त र आसक्तिबाट पूर्णतया विमुक्त हुन्छ, हामीले वास्तविक अर्थमा बुद्धको दर्शन गरेका हुँदैनौं ।

२०) “यसै क्षणमा यहीं बुद्ध हुनुहुन्छ कि हुनुहुन्न ?”

यदि हामीलाई यो प्रश्न सोधिएमा, बुद्धकै वचनको आधारमा उत्तर दिन सक्दछौं । उहाँ भन्नुहुन्छ : “भो, आनन्द, तथागतद्वारा सिकाइएका धर्म र विनय नै तथागतको परिनिर्वाणपछि तिमीहरूको शास्ता हुनेछ ।”

अहिले पनि हामी धर्म र विनय को अध्ययन गर्दैछौं, धर्म र विनयको अभ्यासमा लाग्दैछौं र धर्म र विनयबाट प्रत्यक्ष लाभ लिँदैछौं । त्यसैले तथागत अहिले पनि हाम्रोसामु हुनुहुन्छ । यो उद्गार अहिलेसम्म पनि प्रत्यक्ष छ किनभने परिनिर्वाणको बेला बुद्ध स्वयंले यो कुरा भन्नुभएको हो । बुद्ध अहिले पनि विद्यमान हुनुहुन्छ, भन्ने कुरा मनमा धारण गर्नुपर्दछ ।

२१) “के बुद्धले आफ्ना सम्पूर्ण कर्मसंस्कारको क्षय गरिसक्नुभयो ?”

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

७३

यदि यो प्रश्न तेर्सिन आयो भने हामी पूर्णरूपमा विश्वस्त हुनुपर्दछ कि यस प्रश्नको उत्तर दिँदा हामीले बुद्धको अवमूल्यन गरिरहेका त छैनौं ? वास्तवमा हामी बुद्धलाई अनादर त गर्न चाहँदैनौं तर हाम्रो शब्दको चयनले बुद्धको मूल्य घटाइदिएको हुन्छ । यस कुराप्रति हामीले सावधानी अपनाउनुपर्दछ ।

बुद्धले अवश्य पनि सम्पूर्ण कर्मको क्षय गरिसक्नुभएको छ किनभने उहाँले सम्पूर्ण ल्केशावरणलाई च्यातिफाल्नुभयो । यसको अर्थ कर्मको इतिश्री नै हो । उहाँले सबै प्रकारका कर्महरूबाट छुटकारा पाउनुभयो जसद्वारा उहाँलाई आदर सन्मान र गौरव प्राप्त भयो । उहाँ गौतम बुद्ध ‘सब्बकम्मक्खयं-पत्तो’ हुनुभयो जसको अर्थ आफ्ना सबै कर्मसंस्कारहरूको निरोध गर्न समर्थ हुनुभयो । यो सुखद् घटना सम्पूर्ण भारतभरि फिजियो र अन्य धर्ममा दीक्षित भएकाहरूमा पनि पुग्यो । दृष्टान्तको लागि,

७४

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

बावरी भन्ने ब्राम्हणले आफ्ना १६ जना शिष्यहरूलाई बुद्धकहाँ पठाए र तिनीहरूले बुद्धलाई अनेक प्रश्न गरी ज्ञान बटुले । अरूहरू पनि बुद्धको परीक्षा लिन आए । गौतम भन्ने सन्यासीले 'सब्वकम्मक्खय-पत्तो' भएर आफ्ना कर्महरूको क्षय गरे भन्ने हल्लाले त्यतिबेलामा मानिसहरू प्रफुल्लित भए । उनीहरू 'सब्वकम्मक्खय-पत्तो' भन्ने शब्द सुनेर गदगद भए । यसै कारणले प्रभावित भएर बुद्धप्रति श्रद्धा प्रकट गरे ।

अतः हामी पनि बुद्धलाई उदाहरण बनाएर कर्म क्षय गर्नतिर अग्रसर हुनुपर्दछ ।

**२२) “बुद्धले कस्तो खालको आन्तरिक जीवन निर्वाह गर्नुभयो ?”**

एकवाजी बुद्धले आफ्नावारे भन्नुभएको थियो – “तथागत 'सुञ्जता-विहार' अर्थात् शून्यताको मन्दिरमा बस्नुहुन्छ ।” यहाँ 'मन्दिर' भनेर भनिएको 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ७५

भौतिक होइन आध्यात्मिक मन्दिर हो । 'विहार' भन्ने शब्दको अर्थले आध्यात्मिकरूपमा रहने बस्ने स्थान बुझाउँछ । यो एक प्रकारको चित्तावस्था हो । यो 'शून्यताको मन्दिर' सदा रहिरहने त्यो मानसिक अवस्था हो जुन आत्मा वा आत्मासँग सम्बन्धित कुनै पनि विचारले शून्य हुन्छ । बुद्ध त्यसै शून्यताको मन्दिरमा बस्नुहुन्छ र सधैं सर्वोच्च सुखको अनुभूति लिनुहुन्छ । यो कुरा उहाँ तथागतले आफ्नो सम्बन्धमा भन्नुभएको हो ।

शून्यताको मन्दिरमा बस्नु भनेको आत्मभावले शून्य भई सतत पूर्ण सजगतामा स्थित हुनु हो । यही अवस्था नै 'सुञ्जता'को अवस्था हो ।

**२३) “सम्पूर्ण कुरालाई शून्य किन भनिएको हो र किन यो संसार र अन्य संसारहरू सबै शून्य छन् भनिन्छ ?”**

७६ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

अन्य धर्मका मानिसहरूले तपाईंलाई यो प्रश्न सोध्ने छन् – “तपाईं किन यो संसारलाई शून्य भन्नुहुन्छ, जबकि यो संसार यत्तिका सुन्दर वस्तुहरूले भरिपूर्ण छ ? के यहाँ पदार्थहरू केही छैनन् ? के मानिसहरूमा मन छैन ? के यो संसार चीजबीजले भरिभराउ छैन ?”

कुरा के हो भने यहाँ शून्यको अर्थ आत्माले शून्य र आत्मासँग सम्बन्धित कुराहरूले शून्य भनिएको हो । वस्तुतः कुनै पनि पदार्थमा पनि ‘म’ र ‘मेरो’ भनी ग्रहण गर्ने वा समाउने केही छैन भनिएको हो, न मनमा, न वस्तुमा र न मन र पदार्थबाट उत्पन्न कुनै कुरामा केही नै छ । बुद्धले भन्नुभयो कि सबै कुरा शून्य छन्, यसको अर्थ ती सबै आत्मभावले शून्य छन् र अनात्म-भाव धारण गरेका छन् भन्ने भाव हो । यस कुराप्रति हामी सतत जागरूक हुनुपर्दछ ।

२४) “अब, मनको सजगतासहितको अवस्थालाई किन शून्यताको अवस्था वा विमुक्त-मन भनिएको हो (थाइ भाषामा ‘शित वाङ’ भनिन्छ ।) ?”

ग्रन्थमा एउटा गाथा आउँछ जसमा भनिएको छ – “वास्तवमा शून्य नै हो, राग, द्वेष र मोहले शून्य । जब मन रागविहीन, द्वेषविहीन र मोहविहीन अवस्थामा हुन्छ, त्यो मन नै शून्यको अवस्था हुन्छ वा बन्धनमुक्त अवस्थामा हुन्छ ।”

जुनसुकै विधि अपनाएर होस्, मनमा लोभ, दोस र मोहको लेस मात्र पनि बाँकी रहेको हुँदैन त्यस्तो मनलाई नै रिक्तो वा विमुक्त-मन भनिन्छ । तर यहाँ सक्रिय वा क्रियाशील मनलाई लिइएको छ । मानिस सुतेको अवस्थामा पनि मन त रिक्तै हुन्छ । त्यो अवस्था पनि शून्य मन सदृश नै हुन्छ तर त्यो अवस्था हामीले वीर्य जगाई प्रयत्नपूर्वक ल्याएका होइनौं,

त्यसमा हाम्रो चेतना सामेल हुँदैन । फेरि त्यो धर्मको अभ्यास पनि त होइन । त्यो अवस्था धर्मको क्षेत्रभिन्न पढेन । तर यदि हामीले प्रयत्न र पुरुषार्थ गर्नु जसद्वारा हाम्रो मन केही क्षणको लागि भए पनि लोभ, दोष र मोहको अवस्थाबाट मुक्तभयो त्यो मनलाई शून्यतामा प्राप्त भएको मन भनिन्छ । यस प्रकारको मनलाई पूर्णरूपले विकसित नभएसम्म अलि अलि गर्दै शून्यताको ज्ञान थप्दै लैजानुपर्दछ । अर्हतहरू यस्तै पूर्ण अवस्थाको विमुक्त-मनका अधिकारी हुन्छन् । आर्यजनहरू धेरै अंशमा शून्यतासहितको मन भएका हुन्छन् । सामान्य लोकजनहरूले पनि आकलभुकल यस अवस्थाको अनुभूति लिन सक्दछन् ।

यदि लोभ, दोष र मोहबाट केही क्षणको निमित्त भए पनि छुटकारा मिल्दछ भने त्यस क्षणभरि आत्मभावबाट मुक्त हुन सकिन्छ । यसैलाई 'मुक्त मन' वा 'शून्यतासहितको मन' भनिन्छ । थाइ भाषामा 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ७९

यसलाई 'शित वाड' भनिन्छ ।

२५) "जब पूर्णरूपले मन खाली वा शून्य हुन्छ, अनि के हुन्छ ?"

जब मन पूर्णरूपले शून्य वा रिक्तो हुन्छ, त्यसैलाई 'निर्वाण' भनिन्छ । 'निर्वाण' भनेको त्यो अवस्था हो जसमा आत्मभावको निःशेषरूपले निर्मूलीकरण हुन्छ । संक्षेपमा 'निर्वाण भनेको पूर्णरूपले विकारबाट मुक्त मन' भन्न सकिन्छ । यसले सामान्य ज्ञानको परिधिलाई उलंघन गरी यथार्थ ज्ञानलाई प्रतिस्थापित गर्दछ । पूर्णरूपको शून्यताको प्राप्तिले अन्य विभिन्न प्रकारका सामान्य ज्ञानको विविधतालाई उच्छिन्छ ।

'निर्वाण' नै पूर्ण शून्यता हो र पूर्ण शून्यताको अनुभूति नै 'निर्वाण' हो । स्मरण रहोस्, यसै शून्यताको पारमितालाई नै निर्वाणको रूपमा प्रस्तुत गरिन्छ ।

८० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'



## २६) “निर्वाण आँखिरमा हो के ?”

यदि तपाईंबाट यस प्रश्नको उत्तरको अपेक्षा कसैले गर्दछ भने निर्वाण भनेको ‘अमरतधातु’ अर्थात् अमर तत्व हो भनेर भन्नुहोस् । यो विनासमा प्राप्त नहुने तत्व हो भनेर भन्नुहोस्, अन्य सबै विनास भइजाने तत्वहरू हुन् । यसको विनास सम्भव हुँदैन किनभने यो राग, द्वेष र मोह बन्धनबाट सर्वथा मुक्त हुन्छ । जब मोहावस्थाबाट मुक्त हुन्छ, आत्मभावबाट पनि मुक्त हुन्छ । अनि त आत्मासँगको आसक्ति सम्भव नै हुँदैन र विनास हुनुपर्ने हेतु नै रहँदैन । विनास हुने तत्वबाट शून्य भएको अवस्थालाई नै अमरतत्व भनिन्छ । यही अमरतत्व नै मरणशीलताबाट अलग तत्व हो ।

## २७) “हामी निर्वाण प्राप्त न्यक्तिले अनुभूत गर्ने पूर्ण सन्तुष्टिको कुरा गर्दछौं । त्यस पूर्ण सन्तुष्टिको

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

८१

## अवस्थालाई के को संज्ञा दिन सकिन्छ ?”

बुद्ध-शिक्षामा दीक्षित हुन चाहने हामीले मन पर्ने वा मन नपर्ने कुराको र यसबाट सन्तुष्टि मिल्छ वा त्यसबाट सन्तुष्टि मिल्दैन भनेर गुनासो पोख्न मिल्दैन । यदि कसैलाई निर्वाणमा सन्तुष्टि मिल्दछ भने, त्यसमा हामीले के भनेर र किन टिप्पणी गर्ने ?

निर्वाण-धर्ममा सन्तोष लिन भनेको धम्म-राग (धर्ममा तृष्णा जगाउनु) अथवा धम्म-नन्दी (धर्ममा सुखानन्द पाउनु) हो भनिएको छ । यो कुरा सुनेर ‘धम्म’सँग ‘राग’ जोडिएकोमा कसैलाई अचम्म लाग्न सक्छ । तर यहाँ हामीले यो कुरा बुझ्नुपर्दछ कि ‘धम्म-राग’ मा प्रयोग भएको ‘राग’, रूप, शब्द, गन्ध, रस, स्पर्श र विचारसित जोडिएको रागजस्तो होइन । अहिले यस सम्बन्धमा पाउने सुख र सन्तुष्टिले अन्य कुरामा नभई शून्यता वा अमरता वा निर्वाणबाट प्राप्त हुने सुख र सन्तुष्टिलाई नै बुझाउँछ ।

८२

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

अहिले त हामी निर्वाणलाई मन पराउँदैनौं र उल्टो त्यसबाट भय लिन्छौं । त्यसैले निर्वाणको समीप जान पनि चाहँदैनौं । निर्वाणको उच्चारण सुन्नेवित्तिकै मुन्टो हल्लाउँछौं । हामीमा धर्मको वा निर्वाणको रस लिने पटककै इच्छा छैन । हाम्रो इच्छा वा कामना त रूप, शब्द, गन्ध, रस, स्पर्श र विचारसँग मात्र केन्द्रित छ । वास्तवमा भन्नैपर्दा हामीले निर्वाणको रस लिनैपर्छ, कमसेकम इन्द्रिय सुखसँग निर्वाण सुखलाई तुलना गर्न भए पनि । अनि दुःखबाट मुक्त हुने हाम्रो अभ्यास निर्वाणमुखी हुन्छ । यसै अर्थमा भगवान बुद्धले 'धम्म-राग' र 'धम्म-नन्दी' शब्दहरू प्रयोग गर्नुभएको हो । यसको अर्थ धर्ममा पनि आसक्ति जगाउन हुँदैन भन्ने हो ।

२८) यहाँ एउटा प्रश्न अवश्य पनि उठाइहाल्ने छन्  
– निर्वाण मृत्युपछि मात्र प्राप्त हुन्छ कि यही

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

८३

**जीवनमा ?**

धम्महलमा प्रवचन गर्ने धर्मगुरुहरूले त निर्वाण भनेको मृत्युपछि मात्र प्राप्त हुने कुरा हो भनेर बताउनुभएको पाइन्छ । तर त्रिपिटकमा यस्तो कुरा कतै भेटिँदैन । 'सन्दिष्टिक-निब्बान' भन्ने शब्द त्रिपिटकमा आउँछ । यो त्यो निर्वाण हो जुन व्यक्ति आफैले साक्षात्कार गरिलिन सक्दछ । अर्को शब्द आउँछ, 'दिट्ठधम्म-निब्बान' जसको अर्थ हुन्छ यसै जीवनमा निर्वाणको साक्षात्कार हुनु । चार रूप-ध्यान र चार अरूप-ध्यानबाट प्राप्त हुने चेतन-चित्तको सुखावस्था 'सन्दिष्टिक-निब्बान' वा 'दिट्ठधम्म-निब्बान' हो भनेर बताइएको छ । अहिलेको सन्दर्भमा हामी यसलाई निर्वाणको अग्रिम रस भनेर बुझ्नुपर्दछ । तिनमा निर्वाणको स्वाद त हुन्छ तर वास्तविक निर्वाणचाहीं यो होइन । किनभने यी अवस्थाहरू पूर्ण र सर्वोच्च होइनन् । ती त सन्दिष्टिक-निब्बान वा दिट्ठधम्म-निब्बान

८४

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

मात्र हुन् ।

यसभन्दा सुन्दर शब्दहरू पनि भेटिन्छन् । एक अवसरमा बुद्धले राग, द्वेष र मोहको निरोधावस्थालाई 'सन्दिद्धिकं, अकालिकं, एहिपस्सिकं, ओप्पनेय्यकं, पच्चतं-वेदितब्बं-विञ्जुहिती'ति पनि भन्नुभएको छ । यिनीहरूको अर्थ हो – दृष्टरूपले तुरून्तै फल दिने, सबैको लागि उपलब्ध, निर्वाणसम्म पुऱ्याउने र बुद्धिमान र ज्ञानीजनले व्यक्तिगततवरले साक्षात्कार गरिलिनसकिने अवस्था । यी शब्दहरू एक जीवित व्यक्तिलाई जसले निर्वाणको साक्षात्कार गरिसकेको छ, अनुभव गरिसकेको छ, र रसास्वादन गरिसकेको छ, प्रयुक्त हुनसक्दछ । यसमा आफ्ना स्वजनलाई 'आऊ र हेर' भनी आमन्त्रण गर्न सकिने गुण हुन्छ । यसले के कुरा प्रष्ट्याउँछ भने व्यक्ति त मरेको छैन तर उसले निर्वाण-धर्मको स्वादलाई चाखिसकेको हुन्छ ।

अरू पनि शब्दहरू छन् । ती हुन् – 'अनुपादा-  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

८५

परिनिब्बान' (ल्लेशसहित पञ्चस्कन्धको पनि क्षय भइसकेको अवस्था) र 'परिनिब्बायति' अर्थात् 'सोपादिसेस-निब्बान' (पञ्चस्कन्ध बाँकी रहेको तर ल्लेशको क्षय भइसकेको अवस्था) । यसले भौतिकरूपले मृत्यु नभए पनि निर्वाणको साक्षात्कार गरिसकिएको अवस्थालाई बुझाउँछ ।

सामान्य भाषामा 'निर्वाण'को अर्थ हुन्छ – 'शान्त, शीतल, राप र ताप नभएको, दुःखको पूर्ण अनुपस्थिति' भएको अवस्था । त्यसैले थाइ पूर्वजहरूले भन्ने गर्दथे – 'निर्वाण' भनेको मृत्युअधिको मृत्यु हो । यसको अर्थ यसरी बुझ्न सकिन्छ, 'शरीरको मृत्यु हुनुअधिको आत्मभावको मृत्यु' । सायद तपाईंले यस्तो भनाइ सुन्नुभएकै छैन होला । यो त सबै मानिसहरूले भन्दैआएका कुरा नै हुन् । उनीहरू भन्छन् –  
सुन्दरता – मृत शरीरमा पाइन्छ ।

८६

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

- कल्याण – अनासक्तिमा पाइन्छ ।  
 भिक्षुत्व – विनयशीलतामा पाइन्छ ।  
 निर्वाण – मृत्युअघिको मृत्युमा पाइन्छ ।

हामी हाम्रा पूर्वजहरूभन्दा कि त बढी होसियार वा कि त बढी मूर्ख छौं । यस कुरामा ध्यान दिनुहोस् – ‘निर्वाण शरीरको मृत्युअघिको आत्मभावको मृत्यु हो ।’ शरीरै मृत्यु हुनैपर्दछ भन्ने छैन । तर आत्मभावप्रति आसक्तिको मृत्यु अनिवार्य छ । यही नै निर्वाण हो । यस्तो व्यक्तिले सर्वोच्च सुखको रसास्वादन गर्दछ र पनि जीवितावस्थामा रहिरहन्छ ।

**२६) यस विषयमा अझ स्पष्ट हुन, हामीले यस प्रश्नमाथि विचार पुऱ्याउनुपर्दछ – “के निम्नस्तरका प्राणीहरूले निर्वाणको साक्षात्कार गर्न सक्दछन् ?”**

बुद्धले एकपल्ट धर्म देशना गर्नुहुँदा आत्मभावको निवारणको प्रशिक्षण पाएका पशुहरूको ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

८७

सम्बन्धमा यी शब्दहरूको प्रयोग गर्नुभएको छ – ‘परिनिब्बायति’ र ‘परिनिब्बुतो’ । कुकुर, हात्ती, घोंडा वा अन्य जीव प्रशिक्षण पाएका जो अब जंगली भएका छैनन्, तिनको निमित्त ‘परिनिब्बुतो’ शब्द प्रयोग गर्न सकिन्छ, त्यही नै शब्द पूर्णरूपले ल्केश क्षय गरिसकेका ‘अरहन्तहरूका लागि पनि’ प्रयोग गरिन्छ । यी दुई शब्द पूर्णरूपले राग, द्वेष र मोहको अग्नि निभिसकेका र पूर्णरूपले शान्त भइसकेकाका लागि प्रयुक्त हुन्छ । बुद्धको समयमा बोलिने पालि भाषामा ‘परिनिब्बान’ भनिन्थ्यो । यसलाई पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । मानिसको लागि प्रयोग हुँदा ल्केश-विमुक्तावस्था वा अर्हतत्व प्राप्त गरिसकेकालाई यो शब्द प्रयोग गरिन्छ । निम्नवर्गका पशुहरूको लागि आत्मभावले शून्य भएको अवस्थाको अर्थमा प्रयोग हुन्छ । अग्निको सम्बन्धमा पूर्णरूपले निभिसकेर ठण्डा भइसकेको अवस्थालाई इंगित गर्दछ । पाकेको भात बाउलमा पस्किँदा जब

८८

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

ठण्डा हुन्छ, त्यस अवस्थालाई 'परिनिब्बान' भनिएको छ। यसरी यो जनसाधारणले दैनिकरूपमा प्रयोग गर्दैरहने वस्तुहरूकोलागि प्रयोग हुने सामान्य शब्द हो। यसले कुनै अहानीकारक तत्व तथा तात्पिएर ठण्डा हुने कुरालाई बुझाउँछ।

त्यसैले हामीले 'निर्वाण'को अतिसय फाइदा लिन सक्नुपर्छ र ती पशुहरूभन्दा निकृष्ट हुनुहुँदैन जसमा यी शब्दहरूको पनि चयन हुन्छन्। मृत्युपर्यन्त यसकुराबाट कदापि पन्छिन हुँदैन। बुद्धको अमूल्य उपहारलाई लत्याउनु भनेको हाम्रो मूर्खताको पराकाष्ठा हुनेछ। 'निब्बान', 'परिनिब्बान' र 'परिनिब्बुतो' लाई राम्ररी अध्ययन गरी बुझ्नुपर्दछ। अनि हामीमा त्यो सामर्थ्य र ऊर्जाको विकास हुनेछ, जसबाट निर्वाणको मार्ग सोभिने छ, र त्यस अवस्थालाई प्राप्त गरिछाड्न सक्नेहुन्छौं। हामी त्यस्ता व्यक्तिसरह हुनुहुँदैन जो 'निर्वाण'बारेका कुरा सुन्नेवित्तिकै निन्द्रा र तन्द्रामा 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ८९

भुल्दछन्।

म तपाईंहरू सबैलाई 'निर्वाण'बारे चाख लिन भन्दछु। यौवनकालको पनि पर्वाह नगरी जीवनमा खराब प्रभावहरूबाट आफूलाई अलग्याउनु पनि एक प्रकारले निर्वाणकै स्वरूप हो। त्यो निर्वाण 'परिनिब्बुतो' जस्तै हुन्छ जुन पशुहरू आत्मभावबाट टाढिँदा र शित्तलताको प्राप्तपछि पाउँदछन्। त्यसैले हामी पूर्णतया ठण्डा हुन सक्नुपर्दछ ताकि अन्यले हामीलाई राप र ताप दिन नसकून्। त्यसैले असावधानीको कारणले ताप बढाउने कामलाई त्याग्नुपर्दछ र 'सन्दिष्टिक-निब्बान' अथवा 'दिट्ठधम्म-निब्बान' रूपी पारितोषिक पाउने प्रयासमा लाग्नुपर्दछ। अनि क्रमशः वास्तविक निर्वाणको स्तरसम्म पुग्न प्रयत्नशील हुनसक्दछौं।

३०) अब सोधिन सक्दछ : "मानिसका लागि सर्वोच्च

कल्याणकारी अवस्था कुन हो ?”

तथागतले एकवाजी भन्नुभएको थियो – “सबै बुद्धहरूले ‘निर्वाण’लाई नै सर्वोच्च कल्याणकारी अवस्था हो भनेका छन् ।।” ‘सर्वोच्च कल्याणकारी अवस्था’ को अर्थ दुःख-मुक्तिको अवस्था वा सर्वोच्च सुखको अवस्था हो । आध्यात्मिकताको भाषामा यसलाई लाय्टीन शब्द '**Summum Bonum**' प्रयोग गरिएको छ । यसको अर्थ सर्वोच्च कल्याणको अवस्था हो अर्थात् मानिसले आफ्नो अस्तित्वभरि जीवनमा प्राप्त गर्नसक्ने सबैभन्दा अब्बल र सर्वोच्च वस्तु हो । बुद्ध-धर्मानुयायीहरूले अनुमोदन गर्दछन् कि यदि बुद्ध-शिक्षामा कुनै त्यस्तो '**Summum Bonum**' को अवस्था छ भने त्यो 'निर्वाण' नै हो । त्यसैले यदि कुनै विदेशीले बुद्ध-धर्ममा '**Summum Bonum**' के हो भनेर प्रश्न गरेमा तपाईंले उत्तर दिनुपर्दछ – सबै बुद्धहरूले भनेका छन् 'निर्वाण' नै त्यो सर्वोच्च अवस्था 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ९१

हो जुन नित्य र ध्रुव छ ।

३१) अर्को प्रश्न : “के वर्तमान समयमा पनि संसारमा अरहन्तहरू छन् ?”

यो प्रश्नलाई पनि बुद्धकै भनाइलाई अधि सारी उत्तर दिन सकिन्छ – “यदि सबै भिक्षुहरूले ठीकसित आचरण गरी बस्दछन् भने यो संसार अरहन्तहरूले रिक्त हुने छैन ।” यो कुरा उहाँले महापरिनिर्वाण हुने दिनमा भन्नुभएको थियो ।

आजकल पनि अरहन्तहरू छन् र ? भनी शंका वा प्रश्न व्यक्त गरेमा एकैचोटी 'छन्' वा 'छैनन्' भनी उत्तर दिन हुँदैन । यसो गर्नु ठूलो भूल हुनेछ । तपाईंले अधि भनिएजस्तै बुद्धको वचनलाई उद्धरण गर्दै “यदि भिक्षुहरू सम्यक आचरणमा रहन्छन् भने संसार अरहन्तहरूले खाली हुने छैन” भन्ने कुरा उल्लेख गरी उत्तर दिनुपर्दछ ।

३२) यसले अर्को प्रश्न जन्माउँछ : “सम्यक जीवन भनेर केलाई भनिन्छ ?”

‘सम्यक जीवन’को आफ्नै छुट्टै अर्थ र महत्व छ । सम्यक जीवनको अर्थ त्यस अवस्थाको सृजना गरिनु हो ताकि ल्केशहरू विकसित हुन र पुष्ट हुन नपाओस् । यसो गर्नु भनेको नै मनलाई हरदम रिक्तो र स्वतन्त्र पारिराख्नु हो । मनलाई रिक्तो पार्नुको अर्थ सांसारिक वस्तुहरूमा म वा मेरो वा आत्मभाव नजगाई वा तिनमा आसक्ति नजगाई बस्नु हो । कुरा गर्दा, बिचार्दा, काम गर्दा वा खाँदा, पिउँदा जे गर्दा पनि आत्मभावलाई काखी नच्यापी अनासक्त भइबस्नु हो । निरन्तर होस राखी जे भइरहेको छ त्यसमा प्रज्ञापूर्वक जानकारी लिइराख्नु नै सम्यक जीवन निर्वाह गर्नु हो । अर्को किसिमले भन्ने हो भने, सम्यक जीवन त्यो जीवन हो जसमा ल्केशहरूको उत्पत्ति सम्भव हुँदैन र

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

तिनको पोषण पनि हुँदैन ।

हामीले यसरी पनि भन्न सक्दछौं कि सम्यक जीवन भनेको आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको अनुशरण गर्दै जीवन निर्वाह गर्नु हो । पहिलो आर्य मार्ग त्यो ज्ञान हो जसमा वस्तुलाई स्पष्टरूपमा र प्रज्ञापूर्वक हेर्ने गरिन्छ र बोल्दा, काम गर्दा वा बिचार्दा कुनै प्रकारको आसक्ति जगाइदैन ।

भनिएभैं सम्यकपूर्वक जीवन बाँच्न सकिएमा हामीमा भएका ल्केशहरूले राम्रो पोषण पाउँदैनन्, ती क्षीण भएर जान्छन् र अन्तमा पूर्णतः बिलाएर जान्छन् । अब फेरि उठेर आउने सम्भाव्यता नै रहदैन । यसरी तिनलाई उठ्ने अवसर नै नदिने बानी बसेपछि ती पछिपछि उठ्नै नसक्ने हुन्छन् । अन्तर्मनको गहिराइमा दबेर रहेका अनुशय भनाउंदा ल्केशहरू हाम्रा आदत वा प्रवृत्ति मात्र हुन् अन्य केही होइन । यस कुरालाई बुझ्न नसक्ने व्यक्तिले तिनलाई नै नित्य स्वभाव हुन्

९४

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

भनी शाश्वत-दृष्टि अपनाइरहेका हुन्छन् । बुद्ध-शिक्षा अनुसारको प्रज्ञा र सम्यक-दृष्टिले युक्त हुनेले ल्केशलाई यसरी नित्य, ध्रुव र आत्मभावसहितका भनेर लिदैन् । तिनीहरूको अस्तित्वको पनि कारण छन् र ती पनि कार्य-कारणकै प्रभावमा परेर उत्पत्ति भएका हुन् । तर ती यति निरन्तर उब्जिने हुन्छन् कि हामी तिनलाई स्वाभाविक हुन् र हाम्रा बानी वा चरित्रको एक अभिन्न अंशको रूपमा स्वीकार गरिरहेका हुन्छौं ।

अतः यो कुरालाई मनमा धारण गर्नुहोस् कि अनुशय ल्केश भनेको व्यक्तिको प्रवृत्ति वा स्वभावको नतिजाकै द्योतक हो । यस अर्थमा 'अनुशय' शब्दको प्रयोग हुन्छ ।

**३३) अर्को प्रश्न सोधिन सक्दछ : “अरहन्त हुन सजिलो छ कि कठिन छ ?”**

प्रायजसो सबैले भन्ने गर्दछन् कि अरहन्त  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ९५

हुनु अति कठिन छ । कसैले पनि यसलाई सरल छ भन्ने हिम्मत गर्दैनन् । यहाँनिर पनि यस्ता प्रश्नहरूको उत्तर एक्कासी र अनुत्तरदायी ढंगले दिनुहुन्न भन्ने सिद्धान्तलाई अपनाउनुपर्दछ । जसले यस्ता प्रश्नहरूको अनुत्तरदायी भएर 'छ' वा 'छैन' वा 'सजिलो छ' वा 'कठिन छ' भनेर सोच्दै नसोची अथवा बुभुद्दे नबुभी उत्तर दिन्छ, उसलाई त म बुद्धको अनुयायी नै होइन भन्दछु ।

बुद्धको सिद्धान्त त कार्य-कारणसित सम्बन्धित छ । यदि हामीले कार्य-कारणको सिद्धान्तलाई राम्ररी बुझेका छौं र तदनुरूप आचरण गर्दछौं भने अरहन्त हुन सजिलो छ । यदि हामी मिथ्या धारणाले युक्त छौं र हामीले कार्य-कारणको सिद्धान्तलाई बुझेका छैनौं र तदनुरूप काम गर्दैनौं भने अरहन्त हुनु अत्यन्तै मुस्किल छ । अब त हामी ल्केश बटुल्नमा नै प्रवृत्त भएका छौं त्यसैले अरहन्त हुनु कठिनतम प्रतीत हुन्छ । यहाँनिर  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ९६



यो बुद्ध-वचनलाई मनन गर्न आवश्यक हुन्छ – “सम्यकपूर्वक बाँच, संसार अरहन्तहरूले रित्तिने छैन ।” सम्यकपूर्वक बाँच गाढो कहाँ हुन्छ र ! सम्यक जीवन बाँचु हाम्रो वशको बाहिर छैन । ल्केशको निर्माण गर्नमा रोक लगाऊ र भएका ल्केशहरूलाई पोषण नदेऊ, बस । यदि हामी एउटा बाघलाई मार्न चाहन्छौं भने हामी त्यसलाई खानै नदिई खोरमा थुनिराख्छौं र उसको प्रारब्ध अनुसार नै मर्दछ । हामी आफैँ खोरभित्र पस्नु पनि पर्दैन र त्यस बाघसँग सामना गर्नु पनि पर्दैन, बाघको चिथोराइ र टोकाइ खप्नु पनि पर्दैन । यसैले अरहन्त हुनु हाम्रो वश बाहिरको काम होइन भनिएको हो । यो एउटा पद्धति हो जुन हाम्रै क्षमताअन्तर्गत पर्दछ ।

त्यसैले “सम्यकपूर्वक बाँच, संसार अरहन्तहरूले खाली हुने छैन ।” भन्ने बुद्ध-वचनलाई शिरोधार्य गरी ठीकसित बाँच जानेमा अरहन्त हुन ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

कठिन छैन ।

३४) यहाँ अर्को एउटा प्रश्न पनि छ : “के अरहन्तको पहिचान गर्न सकिन्छ ?”

मानिसहरू यस्ता प्रश्न सोध्नमा अभिरूचि लिन्छन् । कोही भन्दछन् कि हामीले वर्तमान समयमा यस संसारमा अरहन्तको पहिचान गर्न समर्थ हुँदैनौं । यदि अरहन्त हिंडेर आइरहेमा पनि हामीले उहाँलाई चिन्न सक्दैनौं होला भनी शंका व्यक्त गर्दछन् । स्वयं एक अरहन्तले पनि अर्को अरहन्तलाई चिन्न सक्दैन । भनिन्छ कि सारिपुत्रले पनि लकुन्तकभट्टियालाई अरहन्त हो भनेर चिन्न सकेको थिएन । उहाँ सारिपुत्रले उहाँलाई धर्म देशना गर्दैरहनुभयो । उहाँको उद्देश्य थियो उनले अरहन्त पद छिट्टै प्राप्त गर्न सकियोस् । यस कुराले बताउँछ कि अरहन्त भइसक्नुभएका सारिपुत्रजस्तोले पनि एउटा अर्को अरहन्तलाई चिन्न सक्नुभएन । हामीले

यो अरहन्त हो भनी चिन्तन नसके तापनि ब्रम्हलोकमा रहने ब्रम्हाले आफू अरहन्त नभए पनि को अरहन्त हो को होइन भनेर चिन्तन सक्दछ र निर्वाण प्राप्तपछि कसको मृत्यु हुन्छ वा निर्वाण प्राप्तअघि नै कसको मृत्यु हुन्छ भनेर भविष्यवाणी गर्न सक्दछ ।

यसैले अरहन्तलाई चिन्तन सकिन्छ कि सकिदैन भनी प्रश्न सोध्दा हामीले भन्नुपर्दछ कि सकिन्छ होला वा बाह्य वातावरणमा निर्भर गरेर होइन भनेर उत्तर दिन सकिन्छ किनभने यसरी त अरहन्तहरूले पनि अन्य अरहन्तहरूलाई चिन्तन समर्थ हुँदैनन् । त्यसैले प्रवचन स्थलमा प्रवचकहरूले भन्ने गरेजस्तै हामीले पनि अनुत्तरदायीपूर्वक एकैचोटी 'सकिन्छ' वा 'सकिदैन' भनेर उत्तर दिन हतार गर्नुहुँदैन ।

३५) अब अर्को प्रश्न आउँछ : “अरहन्तलाई कहाँ

गएर भेट्न सकिन्छ ?”

हामीले अरहन्तलाई ल्केशको क्षयमा भेट्न सक्दछौं । अरहन्तलाई भेट्न हतार हतार जंगलमा वा गुम्बामा वा विहारमा वा पहाड कन्दरामा वा गुफामा वा ध्यान केन्द्रहरूमा चहारिहिंडुनुपर्दैन । ल्केशको निवारणमा मात्र अरहन्तको बास हुन्छ । ल्केशको निवारणबारे तपाईंले परीक्षण, अन्वेषण र अनुभवहरू गरेर हेर्न सक्नुहुन्छ । यदि यसो गर्न सम्भव नभएमा खोज तलास गर्नु पनि पर्दैन, जाँच पडताल गर्न पनि पर्दैन । तपाईं आफैले अनुभूत गर्न सक्नुहुन्छ । यति भए पुगिहाल्दछ ।

त्यसैले भन्न सकिन्छ कि जहाँ ल्केश रत्तिभर पनि हुँदैन, त्यहाँ अरहन्तको बास हुन्छ ।

३६) “कुनै गृहस्थले अरहन्त पद प्राप्त गर्ने सक्दैन,

सकदछ त ?”

‘एक्कासी सक्छ वा सक्दैन भनी हचुवामा उत्तर नदेऊ । यसलाई ‘एक अरहन्तले गार्हस्थ र श्रमणत्व दुवैलाई अतिक्रमण गरिसकेको हुन्छ’ भनी उत्तरमा भन्नुपर्दछ । ‘गृहस्थ अरहन्त भएपछि ७ दिनभित्रै प्रव्रजित हुनुपर्दछ, नत्र मर्दछ’ भन्ने कुरा भनिन्छ, तर यो त अर्थकथा वा टीकामा वा अन्य त्रिपिटक बन्नुभन्दा पछि मात्र उल्लेख भएको र बढी नै जान्ने हुनुपर्ने गुरुहरूले भन्ने कुरा भयो । अरहन्तावस्थामा पुगेकाहरू गार्हस्थ र श्रमणत्वबाट पूर्ण मुक्त हुन्छन् । उसलाई गार्हस्थमा वा श्रमणत्वमा बाँधेर राख्न सकिदैन । ऊ ती दुवै अवस्थाबाट माथि उठिसकेको हुन्छ ।

त्यसैले अरहन्त ‘घरमा बस्दछन् वा घरमा बस्दैनन्’ भन्ने भनाइ नदिनुहोस् । अरहन्तलाई घरैमा बस्न बाध्य तुल्याए पनि उनीहरूलाई घरमा बसाउनु ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

सकदैनन् । उसले त गार्हस्थ र श्रमणत्वको अवस्थालाई त्यागिसकेको हुन्छ ।

३०) अब अर्को प्रश्न : “के एकजना नरघाटक अरहन्त हुन सकदछ ? सकदछ भने कसरी ?”

यस प्रश्नको उत्तर सजिलै दिन सकिन्छ – अरहन्त हुनुअघि व्यक्तिभित्र रहेको ‘मानिस’लाई नै हत्या गर्नुपर्दछ । यदि भित्र रहेको ‘मानिस’लाई हत्या गरिएन भने अरहन्त हुने मार्ग भेटिदैन । त्यो ‘मानिस’ भनिएको अरू केही नभई ल्केश हो, आत्मभाव हो, ‘म’, ‘ऊ’, ‘पशु’, ‘पंछी’, ‘व्यक्ति’ इत्यादि हुन् । यसो भन्नुको तात्पर्य ती ल्केशसितको आसक्तिलाई मेटाउनु हो । ‘यो मानिस हो’, ‘यो पशु हो’, यो नित्य रहने आत्मा हो’ भन्ने मिथ्या धारणाको अन्त्य हुनु हो । यसो गर्न हामीले ‘मान्छे’ भनेर भन्दै आएका त्यो वस्तु वा ‘मानिस’कै हत्या हुनुपर्दछ । यसो गर्न सक्नेवित्तिकै

अरहन्त बनिहाल्दछ । बुद्धले कहिलेकाहीं योभन्दा कडा शब्दहरूको प्रयोग गर्नुहुन्थ्यो । धेरै अवसरहरूमा अरहन्त हुनुपूर्व 'मातापिता'कै हत्या हुनुपर्दछ भन्नुभयो । यहाँ 'मातापिता'को अर्थ अविद्या, तृष्णा, उपादान वा अन्य संस्कारहरू जसले मातापिताको रूपमा, अधि सरी 'म' वा 'मानिस' भन्ने धारणालाई जन्म दिन्छ । त्यसैले उनीहरूको नै हत्या गरिनुपर्दछ । अरहन्त हुनेले सर्वप्रथम त्यस 'मानिस'लाई जन्म दिने ती मातापितालाई नै हटाउनुपर्दछ ।

अनि हामीसित अंगुलिमालको कथा पनि छ । अंगुलिमाल अरहन्त भयो किनभने उसले आफूभित्रको मान्छेको हत्या गर्‍यो । जब उसले बुद्धबाट 'रोक' भन्ने शब्द सुन्यो, उसले यसलाई ठीक प्रकारले बुझ्यो । कसै कसैले यस कुरालाई बेठीकसित बुझ्छन् । जब बुद्धले 'म त रोकिसकें भन्नुभयो', 'मैले हिंसा कर्म रोकिसकें तिमिले पो रोकेका छैनौ' भनेको भनेर गलत 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १०३

प्रकारले बुझ्दछन् । अंगुलिमालले हिंसा कर्म गर्दैछ भनेर भन्दछन् । यो ठीकसित बुझेका र व्याख्या गरेका भएनन् । जब बुद्धले 'मैले त रोकिसकें' भन्नुभयो, 'मैले त मानिस बन्नबाट आफूलाई पूर्णतया रोकिसकें' भन्ने आसय उहाँको थियो । अंगुलिमालले यसलाई ठीकसित बुझे र पूर्णरूपले मानिस बन्नबाट आफूलाई रोके । त्यसको फलस्वरूप उसले पनि आफूभित्रको मान्छेलाई मार्न सफल भयो अर्थात् आत्मभावलाई निमित्त्यान्त पार्न सफल भयो । यसरी अंगुलिमाल बुद्धभैँ अरहन्त बन्यो ।

प्रायजसोले यही 'रोक' भन्ने शब्दलाई गलत ढंगले बुझे, गलत ढंगले व्याख्या गरे, गलत ढंगले चर्चा गरे र गलत ढंगले सिकाए । त्यसैले यो विषय आफैमा विवादास्पद बन्यो । भट्ट सुन्दा मानिसलाई मारेर अरहन्त बन्ने भन्ने कुरा हास्यास्पदजस्तो लाग्दछ ।

त्यसैले अरहन्त बन्नुअघि आफूलाई 'मानिस' १०४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

बन्नबाट रोक्नुपर्दछ र 'म', 'तिमी', 'उनीहरू' भन्ने बज्रसमान टाँसिरहको मान्यतालाई तोड्नुपर्दछ । अर्को अर्थमा भन्नुपर्दा, 'अरहन्त बन्नु छ भने 'मानिस'लाई नै पहिले हत्या गर' भनेको भन्ने आसयलाई यथार्थतः बुझ्नुपर्दछ ।

३८) हामीले माथिका प्रश्नोत्तरबाट बुझ्यौं कि ससाना कुराले पनि ठूलूला कुराहरूलाई राम्ररी बुझ्न कतिको मद्दत पुऱ्याउँदो रहेछ । अब म तपाईंहरूलाई एउटा प्रश्न राख्दछु – “यो संसार के ले भरिपूर्ण छ ?”

कोही कुनै पृथक दृष्टिकोणले प्रेरित भएर भट्ट जवाफ दिने गर्दछन् – “यो संसार दुःखले भरिपूर्ण छ ।” उनीहरू भन्दछन् – “उदय हुने, रहिरहने र विलय भएर जाने कुनै कुरा पनि छैनन्, सिर्फ दुःखको स्रोत मात्र छ । यो कुरा सत्य पनि हो, तर यसलाई बुझ्न कठिन छ ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

१०५

यस प्रश्नलाई बुद्धले भन्नुभएभैं उत्तर दिइनुपर्दछ – “यो संसार असार तत्वले भरिपूर्ण छ । त्यहाँ कुनै पनि 'म', 'मेरो' वा आत्मा वा आत्मभाव भन्ने छैन ।”

त्यसैले यति भनेर मात्रै सन्तुष्ट नहुनु होला – “यो संसारमा दुःख मात्र छ, त्यहाँ केही पनि छैन जुन दुःखको कारणले शून्य छ ।” यो भनाई निश्चय पनि उचित हुनसक्छ तर यसलाई बुझ्न गाह्रो छ र यसको गलत व्याख्या हुन सक्दछ किनभने ती तिनै वस्तुहरू हुन् जसमा आसक्ति नजगाइए कति पनि दुःखका स्रोत बन्दैनन् । यसलाई राम्ररी बुझौं – न त यो संसार, न त यो संसारसित सम्बन्धित कुराहरू नै दुःखका स्रोत हुन् । वास्तवमा वस्तुहरू दुःखका स्रोत नभइकन त्यसप्रतिको हाम्रो आसक्ति नै दुःखको स्रोत हो । तृष्णा वा आसक्ति हुनासाथ दुःख बनिहाल्दछ, यदि आसक्ति नभएमा दुःख नै हुँदैन । त्यसैले जीवन

१०६

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

सुखमय छ वा दुःखमय छ कसैले भन्न सकिदैन ।  
जीवनलाई दुःखमय छ भन्नु सरासर नादानी हो ।  
जीवनप्रति आसक्ति जगाउनु दुःख हो भने आसक्ति  
नजगाउनु दुःख होइन ।

अतः यो जीवन अर्थपूर्ण छ, यो विनासित्तैको  
होइन । कोही जीवन लक्ष्यहीन हो भन्दछन् किनकि  
तिनीहरूलाई थाहा छैन यसलाई कसरी अर्थपूर्ण  
बनाइनुपर्दछ । यदि यो जीवनलाई संसार के हो पत्ता  
लगाउने, संसारको कारण के हो पत्ता लगाउने, संसारको  
निरोधलाई पत्ता लगाउने, र संसारको पूर्ण निरोध हुने  
उपायलाई पत्ता लगाउने औजारको रूपमा प्रयोग गर्न  
जानिएमा हामीलाई थाहा लाग्थ्यो यो जीवन कति  
अर्थपूर्ण रहेछ । यसरी जीवन त गहन अध्ययन गर्ने,  
अभ्यास गर्ने र अभ्यासको फल प्राप्त गर्ने अत्यावश्यक  
औजार सिद्ध हुन्छ । यही नै मानिसले थाहा पाउन  
योग्य, थाहा पाउन सक्ने र थाहा पाउनुपर्ने कुरा हो ।  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १०७

त्यो सर्वोच्च अवस्था 'निर्वाण' लाई साक्षात्कार गर्न  
सक्ने क्षमताको प्राप्ति पनि यही साधनबाट मात्र सम्भव  
हुने कुरा हो । त्यसैले याद रहोस्, यस जीवन  
निरुद्देश्यपूर्ण छैन । जसलाई जीवनको सही ज्ञान छैन  
ती अज्ञानीहरूका लागि मात्र जीवनको केही अर्थ  
रहदैन ।

संसार के ले भरिभराउ छ त ? यसलाई  
एउटा दृष्टिकोणले हेरेमा 'यो संसार दुःखले भरिएको  
छ र यो मात्र दुःखको पेटारो हो ।' अर्को अलि  
माथिल्लो दृष्टिकोणले हेरेमा तपाईं भन्नुहुन्छ कि यो  
त अरू केही होइन मात्र उत्पन्न, स्थिति र भङ्ग,  
उत्पन्न, स्थिति र भङ्ग मात्र हो । यदि हामी यसमा  
आसक्त भई टाँसियौं भने मात्र दुःखको प्रादुर्भाव हुने  
हो । आसक्ति नभएमा त्यहाँ सिर्फ उत्पत्ति, स्थिति र  
भङ्गको मात्रै अस्तित्व रहन्छ । त्यसैले मुक्त भइसकेका  
वा अरहन्त भइसकेकाले यिनलाई दुःखको स्रोत भनेर  
१०८ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

पनि मान्दैनन्, सुखको द्योतक हो भनेर पनि मान्दैनन् । अरहन्तहरूको पञ्चस्कन्धले दुःखको खेती अब गर्दैनन् । त्यहाँ त सिर्फ पञ्चस्कन्धको रूपमा अविरल बहाव हुन्छ, अनित्यताको प्रभाव हुन्छ र उदय-व्ययको निरन्तरता हुन्छ ।

संसार के ले भरिएको छ ? संसार यस्तै निरन्तर उत्पत्ति, स्थिति र भङ्ग भइराख्ने कुराहरूले भरिएको हुन्छ । तिनीहरूमा तृष्णा र आसक्ति जगाएमा दुःखको उत्पत्ति हुन्छ, नजगाएमा दुःखको नामोनिसान रहँदैन ।

**३६) मानिसहरू सोध्ने गर्दछन् : 'कस्तो खालको पुण्यको थोरै प्रभाव र कस्तो खालको पुण्यको धेरै प्रभाव हुन्छ ?'**

बुद्धले हामीलाई बताउनुभएको छ – “तृष्णामा डुबी गरिएको पुण्य, मैत्रीबाट प्राप्त पुण्यको तुलनामा  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १०९

१६ह्रौँ भागको एक भाग पनि हुँदैन ।”

तृष्णावश गरिएका पुण्यकर्महरू देखौंवाका लागि, स्वर्ग प्राप्तिको लालसाले प्रेरित, राम्रो पुनर्जन्म पाउनको लागि वा धन सम्पत्तियुक्त हुनको लागि र काम सुख पाउने उद्देश्यले प्रेरित भई गरिएका हुन्छन् । यस्ता पुण्यकर्म लिप्सामा आधारित हुन्छन् । यस्ता पुण्यकार्य त सिर्फ कामना वा आसक्तिले उब्जाएका मात्र भए । यसरी आसक्तिले सिंचित पुण्य गराई आफैमा पुण्य त हो तर यसले मैत्रीको अभ्यासबाट प्राप्त पुण्यले भन्दा १६मा १६ह्रौँ स्थान पनि ओगट्दैन । मैत्रीकामना स्वार्थमा अवलम्बित हुँदैन, यसको अभ्यास अरूको कल्याणार्थ हुन्छ । यसमा त्यो प्रेम हुन्छ जुन टाढाटाढाका मानिसहरूमा सबैतिर फैलिएको हुन्छ । मैत्रीकामनाबाट आर्जित पुण्य महान पुण्यमा दरिन्छ र स्वार्थ र कामनासहित गरिएका पुण्यकर्महरू तिनको दाँजोमा गौण हुन्छ, र फल दिनमा अप्रभावशाली हुन्छन् ।  
११० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

(पालि भाषामा परिमाणात्मक भिन्नता जनाउन यस्तो प्रकारको आम भनाइ अधि सारिन्थ्यो : '१६ ह्रौं भाग १६ पटक लिइन्छ ।' जस्तै मानिलिऔं, हामीले एउटा इकाइलाई लिऔं । यसलाई १६ भागमा विभक्त गरौं र त्यसको एक इकाइ लिऔं । त्यो एक इकाइलाई पनि १६ भाग गरौं र त्यसको पनि एक भाग लिऔं । त्यो भागलाई पनि १६ इकाइमा विभक्त गरौं र त्यसलाई पनि विभाजन गरौं । यसरी विभाजन गर्दै १६ ह्रौं भागको १६ पटक नै विभाजन गरी १६ ह्रौंको १६ ह्रौं भाग पाउन सकिन्छ ।)

यही आधारमा बुभौं – हामीले तृष्णासहित भई गरेका पुण्यले मैत्री चित्तसहित भई गरेको पुण्यको १६ ह्रौं को १६ ह्रौं भाग पनि पुण्य पाउन सक्दैनौं ।

**४०) “सर्वोच्च र महान पुण्य केमा र कहाँ पाउन सकिन्छ ?”**

बुद्धले एकवाजी भन्नुभएको थियो – “बुद्धप्रमुख भन्तेगणलाई भोजन दान दिनुभन्दा महान पुण्य 'अनिच्चासञ्जा' अर्थात् अनित्यताप्रतिको सजगता र त्यसको यथार्थ जानकारी राख्नमा हुन्छ र यस पुण्यको प्रभाव बढी हुन्छ ।”

यसको अर्थ यो हुन आउँछ कि बुद्धसमेत भिक्षुसंघलाई निमन्त्रणा गरी भोजन दान दिन सकेमा पनि हामीले त्यति पुण्य आर्जन गर्न सकेका हुँदैनौं जति एक निमेषभरको लागि भए पनि अनित्यताप्रतिको सजगता र संप्रजन्यता विकसित गर्नबाट आर्जन गर्दछौं । यो कुरा सबैले याद गर्नुपर्ने प्रमुख विषय हो ।

त्यसैले विहारहरूमा मानिसहरूले भन्दै र गर्दैआएका ठूलूला पुण्यकार्यहरूप्रति सचेत हुनुपर्दछ किनभने ती पुण्यकार्यहरूले कामनासंग प्रत्यक्ष सरोकार राख्दछन् । त्यो महान पुण्य भनेको त बुद्धले बताउनुभएजस्तै नै हुनुपर्दछ जुन उच्चस्तरको हुन्छ ।



क्षणभरको लागि भए पनि 'अनिच्चासञ्जा' को भावना गर्नु नै अन्य पुण्यकर्महरूको दाँजोमा महान हो ।

४१) “अब त्यो 'सुखद् अवस्था' को बारेमा चर्चा गरौं: त्यो 'सुखद् अवस्था' कहाँ प्राप्त गर्न सकिन्छ ? कहाँ गएर हामी सच्चा सुखानुभूति पाउन सक्दछौं ?”

मानौं यो प्रश्न सोधियो । ग्रन्थहरूमा हामी यस्तो कुरा पनि पढ्न पाउँछौं कि देवलोक छ । देवताहरू पनि आफ्ना पुण्य सकिएपछि, आयु सकिएपछि, देवलोकबाट च्युत हुन्छन् र मर्दछन् । तैपनि तिनीहरूले त्यो 'सुखद् अवस्था'को कामना गरिरहन्छन् र कहाँ गएर त्यो अवस्थाको प्राप्ति हुन्छ, भनेर सुखद् अवस्था प्राप्त गर्ने इच्छा पालिरहेका हुन्छन् । अन्त्यमा तिनीहरूले सोच्दछन् कि त्यो अवस्था त मानव लोकमा पाइन्छ । ती देवताहरूले यो भनेर आशिष वा खुसी प्रकट गर्दछन् – “तिम्ना कामनाहरू पूर्ण होस् !  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ११३

मानवलोकमा गएर सुखको त्यो अवस्था प्राप्त गर्न सकोस् । !”

'मानवलोकमा सुखको अवस्था' भन्ने भनाइको अर्थ हो – मनुष्यलोकमा, अनित्यता, दुःख र अनात्मालाई अन्य लोकहरूमा भन्दा राम्ररी अनुभूत गर्न सकिन्छ । मनुष्यलोकमा बुद्धपुरुषहरू पनि हुन्छन्, अर्हतहरू पनि हुन्छन् र बुद्ध, धर्म र संघ पनि हुन्छन् । देवलोकमा काम सुखको मात्र प्राधान्यता रहन्छ, माथि भनिएका मनुष्यलोकमा पाउने कुराहरू केही पनि हुँदैनन् त्यसैले देवताहरू पनि त्यो सुखको अवस्था प्राप्त गर्न मनुष्यलोकमा नै आउन चाहन्छन् । यो कुरा हास्यास्पद लाग्दछ कि यहाँका मनुष्यहरू सुख प्राप्तिको लागि देवलोक जान चाहन्छन् । देवलोकहरूमा गएर स्वर्गीय सुख भोग गर्न चाहन्छन् । त्यहाँ जानको लागि भनेर महान पुण्यकार्यहरू सम्पादन गर्दछन्, आफ्ना घर र चीजवस्तुहरू बेचेर भए पनि दान ११४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

दिन्छन् र विहार गुम्बाहरूमा आफूले सकेको वस्तु वा धन प्रयोग गरेर त्यो सुखको लागि लगानी गर्दछन् । अब सोच्नुहोस्, त्यो 'सुखको अवस्था' कहाँ गएर पाउन सकिने रहेछ ?

४२) अर्को कुरा 'ऋद्धि-शक्ति' को सम्बन्धमा पनि प्रश्न सोधिन्छ : "हामीले यस्ता ऋद्धि-सिद्धिको सम्बन्धमा अभिरुचि लिनु कतिको उचित छ ?"

पहिलो कुरा त हामीले ऋद्धि के हो भन्ने बारेमा जान्नुपर्दछ । 'ऋद्धि' को अर्थ 'मनो-शक्ति' हो । यो शब्द सामान्य शब्द हो । यसलाई घरायसी वस्तुमा सफलताको कामनासहित प्रयोगमा ल्याइन्छ । कुनै पनि वस्तुलाई सिद्धि र समृद्धिको संकेत दिन 'ऋद्धि' शब्दको प्रयोग हुने गर्दछ । यसको अर्थलाई पछि ठूलूला कार्य सफलतापूर्वक सम्पादन हुनेमा प्रयोग हुँदैगयो । यो एक मानसिक कर्म नै हो । यो मानसिक क्षेत्रसँग 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ११५

सम्बन्धित भएकोले अधिक मात्रामा उत्पादक र लाभकारी गुणहरू यिनमा निहित हुन्छन् । यी भौतिकताका कुराहरूभन्दा पनि धेरै गुणा उत्तम र व्यापक हुन्छन् । आजकालको भाषामा अर्थ्याउँदा यसलाई श्रमको बचत गर्ने र गराउने साधनको रूपमा बुझ्न सकिन्छ । आजकल हामीसँग सडक आदि बनाउन 'ट्राक्टर' छ । यसलाई पनि 'ऋद्धि'को संज्ञा दिन सकिन्छ । तर यो भौतिक उपकरण मात्र हो । 'ऋद्धि'ले त मनसँग सम्बन्ध राख्दछ, भौतिकतासँग होइन ।

मन त 'ऋद्धि'को कार्यान्वयन गर्ने तत्व मात्र हो । मनलाई यतिसम्म प्रशिक्षण दिइन्छ कि मानिसले अरूले कस्तो मनस्थिति बनाएको छ र के कस्तो भावनाहरू मनमा ल्याउँदै छ, त्यसको पनि 'ऋद्धि प्राप्त'ले स्वानुभव गरी जान्न सक्दछ । आफूले चाहेको दृष्य पनि अरूलाई आफैले देखेजस्तै गरी देखाउन ११६ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

सकदछ, शब्द पनि प्रष्टसित सुनाउन सकदछ, जस्तो गन्ध चाल पाउन दिन चाहेको हो त्यस्तै गन्ध चाल पाउन दिन सकदछ । आफ्नै जिब्रोले स्वाद लिइरहेभैँको स्वादको अनुभव गराउन सकदछ, र आफूले नै कायद्वारा अनुभव गरिरहेभैँको नरम, गरमादि स्पर्शको अनुभूत गराउन सकदछ । यो प्रक्रियालाई त्यस अवस्थासम्मको लागि विस्तारित गर्न सकिन्छ, जबसम्म ऋद्धिकर्ताले अरू मानिसको मनमा भय, प्रेम वा अन्य मानसिक अवस्थाको अनुभव गराउन सकदैन । त्यसैले 'ऋद्धि' चमत्कारपूर्ण एवं उपयोगी पनि छ ।

तर यस प्रकारका मानसिक क्रियाकलापले भौतिक पदार्थको प्रकटीकरण गर्न भने सकदैन । दृष्टान्तको लागि भिक्षुको लागि आवास गृहको निर्माण गर्न सकदैन, कुनै मठ मन्दिर खडा गर्न सकदैन, खानेकुरा, लुगाफाटो वा अन्य भौतिक साधनहरूको उत्पन्न गर्न सकदैन जसद्वारा जीवन समस्यारहित हुन सकोस् ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' ११७

यस्ता कुराहरूको 'ऋद्धि'बाट आसा गर्न सकिदैन । वस्तुहरू प्रकट त हुन्छन् र हामीले तिनलाई आँखा, कान, नाक, जिब्रो, त्वचा र मन मार्फत रहेको भन्ने भानको त अनुभव गर्न सकदछौँ तर 'ऋद्धि'को प्रदर्शनको अवधिसम्म मात्र । त्यसपछि त ती विलीन भएर जान्छन् । त्यसैले ऋद्धिबाट कुनै घर, मन्दिर, विहारजस्ता ठोस भौतिक वस्तुहरूको निर्माण हुन सकदैन । तिनीहरूलाई उपासकहरूबाटै निर्मित भई समर्पण गरिनुपर्ने हुन्छ । उदाहरणको लागि, जेतवन विहार र बेलुवन विहार निर्माण गरी भिक्षुसंघलाई चढाइए । कतिपल्ट त भगवान बुद्ध अनिकालको कारणले नखाइकन बस्नुपऱ्यो, कतिपल्ट त एकमुठी चामलमा गुजारा गर्नुपऱ्यो अनि कतिपल्ट त भुसको रोटीमा चित्त बुझाउनुपऱ्यो ।

यसले बुझाउँछ कि शारीरिक र मानसिक क्षेत्र भनेको भिन्दाभिन्दै रहेछन् । दुवैलाई ऋद्धिलाई

११८ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

प्रदर्शन गर्न सम्भव हुन्छ। बुद्धले मानसिक ऋद्धिलाई अस्वीकार गर्नु त भएको छैन तर उहाँले तिनको प्रदर्शनमा रोक लगाउनुहुन्छ किनभने ती भ्रान्ति उत्पादक मात्र हुन्। त्यसैले उहाँले भिक्षुहरूलाई ऋद्धि प्रदर्शन गर्नमा निषेध गर्नुभयो र उहाँ आफै पनि यसबाट विरत हुनुभयो। त्रिपिटकमा हामीले बुद्धद्वारा ऋद्धिको प्रदर्शन गर्नुभएको कुरा पाउँदैनौं। त्यहाँ बुद्धले ऋद्धि प्रदर्शन गर्नुभएका एक दुई घटनाहरूको उल्लेख त छ तर ती अर्थकथाहरूमा वा त्यस्तै अन्यत्र मात्र। परिणामतः यी कुराहरूमा सत्यता छ भन्ने कुरामा शंका गर्ने ठाउँ छ। त्यसैले हामीले ती सत्य हुन् वा भ्रूठ हुन्, विचार गर्नुपर्दछ।

बुद्ध भन्नुहुन्छ – “प्रदर्शन गरिने विभिन्न प्रकारका ऋद्धिहरू, जस्तै हावामा उड्नु, अदृश्य हुनु, दिव्य-श्रोत, दिव्य-चक्षु पाउनु भनेका ‘आस्रव’ र ‘उपधि’का उपज मात्र हुन्।” ‘आस्रव’ भनेको ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

आस्रवसहितको भनिएको हो। आसक्ति जगाई प्रदर्शन गरिएका ऋद्धिहरूलाई नै ‘आस्रव’ भनिन्छ। ‘उपधि’ले प्रेरित भई प्रदर्शित ऋद्धि ‘उपधिका’ ऋद्धि हो। ‘उपधि’ भनेको नै ‘आसक्ति’ हो। ती ऋद्धिहरू आसक्तिसहितको मनद्वारा प्रदर्शन भएका हुन्छन्। यस्ता प्रकारका ऋद्धिहरू ‘आस्रव’ र ‘उपधिका’ हुन्।

अब ‘अनास्रव’ र ‘अनुपधिका’ भनिने माथिका ऋद्धिहरूको विपरित अर्थका ध्यान दिऔं। यिनीहरू दुवैले आफ्नो मनलाई नियन्त्रणमा लिने क्षमतालाई बुझाउँछन्। उदाहरणको रूपमा हामी ‘अप्रियता’लाई लिन सक्दछौं। यसमा कसैले अप्रियमा प्रिय देख्नु, प्रियमा अप्रिय देख्नु, सबैलाई अप्रियको रूपमा देख्नु, सबैलाई प्रियको रूपमा देख्नु र दुवैलाई प्रियपनि होइन अप्रिय पनि होइन भनी देख्नुमा आफूलाई अभ्यस्त राख्दछ। यो एउटा दृष्टान्त हो जसबाट मनलाई पूर्णरूपले नियन्त्रणमा राख्न सकेको उदाहरण प्रस्तुत

गर्दछ । अनि त्यस्तो मनले इन्द्रियलाई तानिने वस्तुहरूको आकार, रंग, स्वाद, गन्ध, शब्द र स्पर्श पदार्थहरूको सामना हुँदा निरन्तर सजगता र समता जगाउन सक्दछ । यहाँ हामीले के कुरा बुझ्नुपर्दछ भने सजगता, निरन्तरको जागरूकता र समभाव आफूमा विकसित गर्नु नै 'ऋद्धि' हो । यसैलाई 'अनास्रवा' को ऋद्धि भनिन्छ । 'अनास्रवा'को अर्थ 'आस्रव'ले मुक्त भनिएको हो र 'अनुपपधिका'को अर्थ 'उपधि'ले मुक्त भनिएको हो । ती विकारले शून्य, आसक्तिले शून्य र आसक्ति र आस्रव बन्नुबाट अलग रहेका हुन्छन् । यिनै गुणहरूको धारण हुनु नै 'ऋद्धि' हो भनेर हामीले बुझ्नुपर्दछ ।

यसलाई अन्य प्रकारले पनि तुलना गर्न सकिन्छ : चमत्कार देखाउने खालको ('सास्रवा' र 'उपधिको ऋद्धि') ऋद्धि प्रदर्शन गर्न अझ कठिन हुन्छ । तिनलाई हासिल गर्न अधिक अभ्यास र परिश्रमको 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १२१

आवश्यकता पर्दछ । यसलाई प्राप्त गर्न व्यवस्थित तरिकाको प्रशिक्षणको आवश्यकता पर्दछ । यसलाई थोरैले मात्र सफलतापूर्वक प्राप्त गर्न र प्रदर्शन गर्न सक्दछन् । तर यसको पनि छल्ले वा भ्रम पार्ने कुरामा आधारित हुने, छलछाम गर्ने र कहिले त मन्त्र भट्याउनेजस्ता भुक्क्याउने खालका प्रयोगहरू पनि समावेश गरिनुपर्ने हुन्छन् । त्यसैले यी सत्य र यथार्थतामा आधारित हुँदैनन् । यिनले भ्रान्ति मात्र सृजना गर्दछन् । यी हाम्रा कामका कुरा होइनन् ।

कोही सफल मानिसहरू पनि छन् जसले प्रशंसनीय ऋद्धि प्रदर्शन गर्न सक्दछन् । तर यसका लागि कडा र परिश्रमपूर्वक पूरा गरिनुपर्ने प्रशिक्षणको दरकार पर्दछ । यसको विपरित 'अनास्रवा' र 'अनुपपधिका' ऋद्धिहरू अधिकांश मानिसहरूको क्षमताभित्र पर्दछन् । यो विचारणीय छ । हाम्रो आदत नै यस्तो छ कि हामी हाम्रो वशमा नभएको ऋद्धिलाई १२२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

प्राप्त गर्न लालयित हुन्छौं तर हामीले अभ्यास गरेर पाउन सकिने ऋद्धि जुन हामीलाई लाभदायक हुन्छ त्यसलाई प्राप्त गर्नमा तत्पर हुँदैन । त्यस्ता ऋद्धिहरूले नै हामीलाई ज्यादै आकर्षण गर्दछन् । तर यसमा हामीले ठंडा मगजले पुनर्विचार गर्नुपर्दछ ।

४३) अब हामी यस प्रश्नमा छलफल गर्न सक्दछौं – “सुख वा दुःख कहाँबाट प्रादुर्भाव हुन्छ ? वा भनाँ, ‘दुःखको उत्पत्ति कहाँबाट हुन्छ ?”

साधारणतया यो भनिन्छ कि सुख र दुःखको उत्पत्ति पूर्वकर्मबाट हुन्छ । यो कमसेकम ठीक उत्तर हो । दुःख हेतु र प्रत्ययको कारणले उत्पन्न हुन्छ र यस्ता हेतु र प्रत्ययहरू धेरै प्रकारका हुन्छन् । मोह हेतु हो, राग हेतु हो, आसक्ति हेतु हो र कर्म पनि एक हेतु नै हो । अब कर्मबाट दुःख आउँछ भन्दाखेरी हामीले वर्तमान कर्म अर्थात् यसै जीवनमा सम्पन्न ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

भएका नयाँ मोह, राग र आसक्तिका संस्कारहरू पनि हुन् भनेर बुझ्नुपर्दछ । यिनैलाई दुःखका कारणहरूको मूल उत्तरदायी तत्वका रूपमा लिनुपर्दछ । हामीले पूर्व कर्मलाई नयाँ कर्मका अगाडि उभिन नसक्ने तत्वको रूपमा हेर्नुपर्दछ किनकि हामीमा नयाँ कर्म उत्पन्न गर्ने शक्ति हुन्छ जसद्वारा पुराना कर्मलाई निकालेर फाल्न सकिन्छ । पुरानो कर्ममा कुशल र अकुशल मात्र हुन्छ, त्यसमा अन्य प्रकारका पुराना कर्म भनेर हुँदैन । तेस्रो कर्मको रूपमा आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग देखापर्दछ, त्यही नै नयाँ कर्म हो । जब हामी यस तेस्रो प्रकारको कर्मलाई उत्पन्न गर्न उद्यत हुन्छौं, यसले दोस्रो र पहिलो प्रकारका कर्मलाई दबाव दिन थालिन्छ । जब हामी ल्केशको पूर्णतया क्षय गर्दछौं, त्यो नयाँ कर्म आर्य-मार्गले पुराना कर्महरूलाई आन्दोलित पार्दछ, ती चाहे कुशल हुन् वा अकुशल । भन्नुको तात्पर्य, पुराना कर्म जसलाई हामी दोस्रो र

तेस्रो प्रकारका कर्म भन्दै आइरहेका छन्, तेस्रो कर्मका रूपमा रहेको नयाँ कर्मको अगाडि टिक्न सक्दैनन् ।

अतः हामीले यस आर्य मार्ग-सत्यमा अभिरूचि लिनुपर्दछ । यदि हामीले सामान्य पुरानो पद्धतिमा अभ्यास गरे के होला र संक्षिप्त पद्धति अपनाए के होला भनेर मैले अधिल्ला प्रश्नहरूमा (नं १३ र नं १४ मा) भनिसकेको छु । संक्षिप्त पद्धतिमा प्रत्यक्षरूपमा आत्म-अन्वेषण हुन्छ र यसबाट आत्मभाव र आत्मासँग तादात्म्यता राखिने दृष्टिको क्षय हुन्छ । त्यो नयाँ कर्म भनिएको तेस्रो प्रकारको कर्म हो । यही नै सबैभन्दा शक्तिशाली कर्म हो । एकबाजी उत्पन्न भएमा यो धारिलो तरवार सावित हुनसक्छ अर्थात् प्रभावकारी सिद्ध हुनसक्छ । यसको माध्यमद्वारा पहिलेदेखि अत्यधिक संख्यामा लाममा लागिरहेका पुराना कर्महरूलाई सखाप गर्ने क्षमता यसले राख्दछ । दुःख त नयाँ कर्मबाट सृजना हुन्छ, अर्थात् नयाँ मोह, राग, द्वेष र आसक्तियुक्त 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १२५

कर्मबाट । यो नयाँ कर्महरू हामीले दैनिकरूपमा देखे, सुने र भोगेका आकार, रंग, गन्ध, शब्द, स्वाद र स्पर्श पदार्थबाट उत्पन्न हुन्छ । यसलाई पनि हामीले नै उत्पन्न गर्ने नयाँ कर्मद्वारा नै मेट्न सक्दछौं । सबै सबै नै पूर्व कर्मबाट हुन्छ भन्ने कुराको भ्रान्तिमा पर्नुहुँदैन । पूर्व कर्मका कारणहरूको हेतु मालाभैं उनिएका हुन्छन्, तिनलाई कसरी चिन्ने र कसरी हटाउने ! त्यसैले यस नयाँ कर्मलाई बेवास्ता गर्न मिल्दैन । यसैबाट पुराना कर्मलाई निर्जरा गर्ने क्षमताको विकास हुन्छ ।

**४४) यस विषयले हामीलाई यस प्रश्नतिर डोऱ्याउँछ : “दुःखको अन्त्य कसरी गर्ने त ?”**

दुःखको अन्त्य हामीले विहारमा गएर, जंगलमा गएर, घरैमा बसेर अथवा पहाड गुफामा गएर गर्न सक्दैनौं । दुःखको अन्त्य त दुःखको कारणमै गर्न १२६ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

सकदछौं । उसोभए हामीले के गर्नुप्यो भने हामीमा दुःखका कारणहरू कुन मूलजरा भएर कसरी दिनानुदिन उब्जिने रहेछ, तिनको निरीक्षण परीक्षण गर्नुप्यो । अनि हामीले त्यस मूल जरालाई काट्नुप्यो । हिजोका दुःख गइसके । अब फर्केर आउँदैनन् । जे हुनु थियो हिजै भइसक्यो । अहिले आज जुन दुःखको सामना गर्नुपरिरहेको छ, त्यही पो समस्या भयो त ! भोलि उत्पन्न हुनसक्ने दुःख अहिलेको लागि समस्या बनेको छैन । अहिले उत्पन्न र विद्यमान दुःखलाई नै हामीले निमित्त्यान्त पार्नुपर्दछ । त्यसो हो भने कहाँनिर यसको निर्मूलीकरण गर्न थाल्नुप्यो ? यसको जरामा नै पुगेर यसको निर्मूल गर्नुपर्दछ । हामीले, बुद्धले भन्नुभएजस्तै, जबसम्म आसक्तिबाटै दुःखको प्रादुर्भाव हुन्छ, भन्ने कुरा जानेका हुँदैनौं तबसम्म जीवनको अध्ययन सम्यकरूपमा गर्दैजानुपर्दछ ।

जन्म, जरा र मरणलाई दुःख हो भनेर गलत  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १२७

तरिकाले, गलत मार्ग निर्देशन दिने हिसाबले प्रवचनको क्रममा भन्ने गरिन्छ । तर म भन्छु, जन्म दुःख होइन, जरा दुःख होइन र मरण पनि दुःख होइन, त्यस हिसाबमा कि 'मेरो' जन्म, 'मेरो' जरा, 'मेरो मरण' भन्ने कुरामा आसक्ति भएन भने । अहिले त हामी मेरो जन्म, मेरो जरा र मेरो मरण भनेर जन्म, जरा, व्याधि र मरणमा आसक्ति जगाउँदैछौं । तिनीहरूप्रति आसक्त भएनौं भने ती दुःख नै होइनन्, ती त शारीरिक परिवर्तनहरू मात्र हुन् । शरीर यसरी परिवर्तन हुन्छ, त्यसलाई हामी 'जन्म' भनिदिन्छौं, शरीर यसरी परिवर्तन हुन्छ, त्यसलाई हामी 'जरा' भनिदिन्छौं र शरीर यसरी परिवर्तन हुन्छ, त्यसलाई हामी 'मरण' भनिदिन्छौं । यी त शारीरिक परिवर्तन मात्र हो भन्ने कुरा बुझ्नमा गल्ती गर्दछौं । हामी साँच्चिकै जन्म भएको भनिदिन्छौं । अझ त 'मेरो' जन्म, 'मेरो' जरा र 'मेरो' मरण पनि भनिदिन्छौं । पहिले त 'म' भन्ने धारणा नै गलत हो र १२८ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'



भन 'मेरो' जन्म, 'मेरो' जरा र 'मेरो' मरण भनेर गलत धारणाको ताँती नै लगाइदिन्छौं । यी त शरीरमा आउने अनिवार्य परिवर्तनहरू मात्र हुन् भन्ने कुरा बिर्सिदिन्छौं । यी त शारीरिक परिवर्तन मात्र रहेछन् भनेर बुझ्नेवित्तिकै जन्म, जरा र मरणरूपी दुःखहरू गायब हुन पुग्दछन् अनि 'म' भन्ने भावको पनि विलय हुन जान्छ । 'म' भन्ने भावशून्य भएपछि ती दुःखका कारणहरू पनि हुँदैनन् ।

बुद्ध भन्नुहुन्छ – “जन्मनु दुःख हो, बूढाबूढी हुनु दुःख हो र मर्नु दुःख हो ” र अधिकांश मानिसहरूले वा भनौं सबैले यस कुरालाई गलत तरिकाले बुझेका हुन्छन् । उनीहरूले जन्मको कारणलाई, जराको कारणलाई र मरणको कारणलाई इंगित गरेका हुन्छन् । कसैले यसलाई बुझाइदिन सक्दैनन् । उनीहरूले बुद्धका एउटा कुरालाई बिर्सिदिएका हुन्छन् कि बुद्धले भन्नुभएको थियो : “संखितेन पञ्चुपादानक्खन्धा दुक्खा । पाँच जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा”

१२९

स्कन्धहरू, जब आसक्तिमा जकडिन्छन्, ती दुःखमा परिवर्तित हुन्छन् ।” पाँच स्कन्ध भनेको हाम्रै शरीर र मन नै हो जसको संश्लिष्ट हुँदा 'मानिस' बन्दछ । जब ती पाँचमध्ये कुनैमा पनि 'म' र 'मेरो' भनेर आसक्त होइन्छ, दुःखको सृजना हुन्छ । यी पाँच स्कन्धहरू भवका भारी हुन् त्यसैले यी दुःखका स्रोत हुन् । यी पाँच स्कन्धहरूमा आगो र चकमक निहित हुन्छन् । अतः आसक्तिले संयुक्त हुनासाथ यी दुःखमा परिवर्तित हुन्छन् ।

अब मानौं यी पाँच स्कन्धहरू 'जरा' को कारणको रूपमा छन् । यदि मनले यो 'जरा' प्रति आसक्ति जगाएको छैन भने त्यो जराको अवस्थाले दुःख दिन सक्दैन । अनि हामी रूपमा केही पनि छैन, वेदना र संज्ञामा केही पनि छैन, विज्ञान र संस्कारमा केही पनि छैन भन्ने कुरा हामीलाई स्पष्ट हुन आउँछ । हामी देख्दछौं कि सबै सबै नै बहावमा छन्, उत्पन्न हुन्छन् ।

१३०

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

भई नष्ट भइरहेका छन् । सबै नै शून्य हुन् । आसक्तिविना दुःखको अस्तित्व नै हुँदैन । आसक्तिले विहीन भएको शुद्ध विशुद्ध पञ्चस्कन्ध दुःखबाट निर्लिप्त हुन्छ । यस्तो पञ्चस्कन्ध अरहन्तहरूले पाएका हुन्छन् । (हुन त अरहन्तहरूले पञ्चस्कन्ध नै धारण गरेका हुँदैनन्, तैपनि अरहन्तमा हुनुपर्ने गुणको धारकको रूपमा उहाँहरूको पञ्चस्कन्धलाई लिइएको हुन्छ । अरहन्तमा हुने मनले पञ्चस्कन्धलाई 'म', 'मेरो' भनेर ग्रहण गर्दैन र हामी अरहन्तहरूको पञ्चस्कन्धलाई शुद्ध विशुद्ध पञ्चस्कन्धको रूपमा देख्छौं ।)

त्यसैले अब हामीले कसरी र कहाँ दुःखको अन्त्य गर्नुपर्ला ? हामीले दुःखको जरामा नै प्रहार गर्नुपर्ने हुन्छ । दुःखको जरा भन्नुको अर्थ हुन्छ – आसक्ति वा टाँसिने स्वभाव । धनको आसक्तिको कारणले आउने वा आएको दुःखलाई हटाउन धनप्रतिको आसक्तिलाई नै तिलाञ्जली दिनुपर्ने हुन्छ । त्यस्तै मान-  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १३१

प्रतिष्ठा, यश-कीर्ति, शक्ति वा अधिकारप्रति आसक्त भई प्राप्त दुःखलाई त्यसप्रति आसक्त नभई हटाउन सकिन्छ । वास्तवमा धन, मान, प्रतिष्ठा, शक्ति, यश इत्यादि कुनै पनि आफैमा दुःख होइनन् । दुःखको उत्पत्ति कहाँ हुन्छ पत्ता लगाउनुहोस्, त्यहीँनिर त्यसको अन्त्य गर्नुहोस् । पहिलेका धर्म-गुरू पनि भन्ने गर्दथे – “जुन बाटोबाट जसरी माथि गएको हुन्छ, त्यही बाटोबाट त्यसरी नै भर्नुपर्दछ ।”

४५) अब म 'वास्तविक जानकारी' विषयको एउटा प्रश्न – “कुनै कुराबारे वास्तविक जानकारी पाउन हामीले कतिको जानकारी राख्नुपर्दछ ?”

अहिले भन्न लागेको बुद्धका कुरामा विशेष ध्यानपूर्वक सुनिदिनु हुन आग्रह गर्दछु । बुद्धले भन्नुभएको छ – कुनै वस्तुबारे जानकारी प्राप्त गर्न हामीले त्यसबारे यी पाँच कुरालाई बुझ्नुपर्दछ –

१३२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

- १) त्यस वस्तुको विशेषता के के हुन् ?
- २) त्यो वस्तुको उत्पत्ति केबाट भएको हो ?
- ३) यसको आकर्षण वा लोभ-उत्पादक गुण (असाद) के हो ?
- ४) यसको दोष वा यसबाट आउने खतरा (आदिनव) के हो ?
- ५) यस खतराबाट मुक्त हुने उपाय (निस्सरण) के हो ताकि यसको दोषबाट मुक्त हुन सकियोस् ?

यसलाई यसरी राख्न सकिन्छ –

- पहिलो – त्यो वस्तुको गुण वा विशेषता के के हुन् ?  
दोस्रो – त्यो वस्तुको उद्गम स्थल कुन हो ?  
तेस्रो – त्यो वस्तुको आकर्षण के हो ?  
चौथो – त्यो वस्तुको दोष वा खतरा के हो ?  
पाँचौं – त्यो वस्तुको पञ्जाबाट उम्कने उपाय के हो ?

यी पाँचै कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ । यदि  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १३३

तपाईंले यी पाँच कुराहरूको कसीमा कुनै वस्तुको अध्ययन गर्नुभयो भने तपाईंले त्यसबाट राम्रो फाइदा लिन सक्नुहुन्छ । अहिलेसम्म त तपाईंले स्नातक वा स्नातकोत्तर स्तरबाट मात्र अध्ययन गरिरहनुभएको छ । तपाईंले यी पाँच बुँदाको माध्यमबाट वस्तुको अध्ययन गरिरहनुभएको छैन त्यसैले तपाईंमाथि वस्तुले वा संसारले राज गरिरहेको छ । यदि यी पाँच तरिकाले वस्तुको अध्ययन गर्ने र यिनलाई व्यवहारमा उतार्ने हो भने तपाईं संसारको दास भएर बस्नुपर्ने छैन । हामीले किन यसको अध्ययन गर्नुपर्छ ? के उद्देश्यले प्रेरित भएर अध्ययन गर्नुपर्छ ? संसारमा शान्ति कायम गर्न भनेर हामीले अध्ययन गरिरहेका छौं भने हामी होसियार रहनुपर्दछ । यदि बुद्धका यिनै वचनको आधारमा हामीले अध्ययन र अभ्यास गर्न थालेनौं भने हाम्रो अध्ययनले कुनै खास उपलब्धिमूलक परिणाम हासिल गर्न सक्नेछैनौं ।

१३४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

त्रिपिटकमा यी तीन शब्दहरू यत्रतत्र छरिएका छन् । ती तीन शब्दहरू हुन् – ‘असाद’, ‘आदिनव’ र ‘निस्सरण’ । यी शब्दहरू सायदै तपाईंको आँखामा वा कानमा परेका होलान् । जब बुद्धले कुनै कुराबारे यथार्थ ज्ञान दिन चाहनुहुन्थ्यो, उहाँले यिनैलाई अधि सार्नुहुन्थ्यो । कहिलेकाहीं त उहाँले संक्षेपमा तलका तीनवटालाई मात्र प्रयोग गर्न भन्नुहुन्थ्यो । ती तीनवटा हुन् – आकर्षण के हो ? दोष के हो ? र त्यस दोषबाट बच्ने कसरी ?

भनाइको तात्पर्य हो – त्यहाँ त्यस लोभ्याउने कुरामा घाँटीमा अड्किने काँटा अवश्य छ । ‘असाद’ (आकर्षण) त्यो रसदार खानेकुरा हो जसले माछालाई खान लोभ्याउँछ । ‘आदिनव’ (दोष) त्यस रसिलो खानेकुराभित्र लुकेर रहेको काँटा हो । अनि निस्सरण (उम्किनु) त्यो युक्ति हो जसबाट त्यो दोषबाट मुक्त होइन्छ । माछामा त्यो युक्ति हुनु जरूरी छ, जसबाट

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’ १३५

खानेकुरा पनि खाइन्छ र काँटा पनि घाँटीमा अड्किदैन । अनि त्यो लोभ्याउने खानेकुरा अब खानेकुरा मात्र भएर रहँदैन बरू त्यो खानेकुरा पथ्य खाद्य पदार्थमा बदलिन्छ । त्यसलाई माछाले रमाइकन काँटा नअड्किने गरी खान सक्दछ ।

अतः हामीले पनि यस संसारलाई यिनै पाँच पक्षको आधारमा नियाल्नुपर्दछ । संसारको एउटा पक्ष असाद (लोभ्याउने पदार्थ) हो । यसमा हामी चुर्लुम्म डुब्दछौं र कुनै कुरालाई पनि हेक्का राख्दैनौं वा भनी बहिरो र अन्धो भइदिन्छौं । तर त्यहाँभित्र काँटा पनि छ, है, याद गर । ती मानिसहरू जो यस काँटामा अल्भिन्छन्, ती कहिल्यै पनि स्वतन्त्र हुन सक्दैनन् र तिनीहरू संसारसितै पासोमा परिरहन्छन् मतलव दुःखमा अल्भिरहन्छन् । तर आर्यजनहरूले (अभ्यासमा अधि बढिसकेकाहरू) असाद, आदिनव र निस्सरणलाई हेरी, जाँची प्रयोगमा ल्याइसकेका हुन्छन् । अतः उनीहरू

१३६ ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

यस संसारमा काँटाले घाँटीमा नघोचिने गरी रसदार खानेकुराको रसास्वादन गरी बसेका हुन्छन् । उनीहरूले यी पाँच तत्वहरूको आधारमा वस्तुको पूर्ण जानकारी लिइसकेका हुन्छन् । हामीले पनि यी पाँचै तत्वलाई नभए पनि अन्तिम तीन तत्वलाई भए पनि प्रयोगमा ल्याई वस्तुबारेको यथार्थ जानकारी लिनसक्नुपर्दछ ।

अध्ययनको क्रममा वा अन्य क्रियाकलापहरूमा जे जस्तो आइपर्दछ, तिनलाई यिनै पाँच तत्वका आधारमा जाँचिनुपर्दछ । अनि हामी थाहा पाउँदछौं कि वस्तुलाई कसरी पहिचान गर्ने र आफ्नो हानी नोक्सानी हुन नदिइकन तिनबाट कसरी फाइदा लिने भन्नेबारेमा ज्ञान पाउन सक्दछौं । यसैलाई 'वास्तविक जानकारी' लिनु भनिन्छ । यसै जानकारीको आधारमा धर्मको अभ्यासमा लाग्न पनि सजिलो पर्दछ, र विकारको उपशमन गर्न पनि सरल हुन्छ । यिनै पाँच पक्षको दृष्टिले संसारलाई दृष्टिगत गरेमा हामी देखेछौं कि 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १३७

यो संसार बाहिरबाट हेर्दा असाद वा आकर्षणले युक्त छ, र भित्रबाट हेर्दा आदिनव वा दोष वा खतराले युक्त छ । हामीले यस संसारलाई छल, भ्रान्ति, मायोपमा र मृगतृष्णाको रूपमा हेर्नुपर्दछ । यसबाट हामी अप्रभावित भई, यसमा नजकडिई र असंलग्न रही अलग बस्न सक्नुपर्दछ । विपश्ची मनले यिनै पाँच कुरालाई दृष्टिगत र भाविता गरी रूप रंग, स्वाद, गन्ध, शब्द, स्पर्श पदार्थ र मनका तरङ्गहरूलाई निर्लिप्त भावले हेर्दछ । यस्तो मनलाई यिनीहरूले दवाउन सक्दैन र मनमा लोभ, आसक्ति र आत्मभावको विकास हुन सक्दैन । मन जहिले पनि यस्ता भावनाबाट मुक्त रहन्छ । यसबाट हामी धर्मभ्यासमा लाग्न सक्दछौं र निर्वाणमुखी बन्न सक्दछौं ।

४६) अब प्रश्न आउन सक्दछ : "निर्वाणको स्रोतमा पर्न के के गर्नुपर्ला ?"

हामीले माथि चर्चा गर्दैआएका 'निर्वाण'बारे एकपल्ट पुनः विचार गरौं । किनभने 'निर्वाण' नै मानिसले प्राप्त गर्न सक्ने सर्वोच्च कल्याणकारी कुरा हो । अनि कुनै एक जीवनमा निर्वाणिक अवस्थाको बारेमा थाहा पाउन नसकिएमा वा निर्वाणको रसास्वादन गर्न नसकिएको अवस्थामा त्यस जीवनलाई निरर्थक र फाल्तु जीवनको रूपमा लिइन्छ ।

अब 'निर्वाणको स्रोत' भन्ने वाक्यांशले निर्वाणतिरको बाटो सोभ्याउनेतर्फ इंगित गर्दछ वा भनौं दुःख निवारणको दिशामा अग्रसर हुने कुरा बुझाउँछ । यसबाट पुनः दुःखको संसारमा फर्केर नआउने वा अपाय दुःखमा फेरि पर्नु नपर्ने अवस्थाको संकेत गर्दछ । यस मार्गलाई हामी 'स्रोत'को संज्ञा दिन्छौं ।

त्यस 'स्रोत'मा पर्न सफल तर त्यसभन्दा अगाडि नबढिसकेको अवस्थालाई 'स्रोतापन्न' भनिन्छ ।  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १३९

'स्रोतापन्न' हुनेले सच्चा निर्वाणको साक्षात्कार गरिसकेको हुँदैन । उनले 'दिदुधम्म-निब्बान' वा 'तदङ्ग-निब्बान'को साक्षात्कार गर्दछ । यसरी निर्वाणको स्रोतमा परिसकेको व्यक्ति संसारको 'असाद' र 'आदिनव' जस्ता माछाको चारारूपी काँटामा फस्दैनन् । संसारले उसलाई अब छल गर्न वा धोखा दिन सक्दैन । यसको मतलव उसले अब संसारसँग कुनै पनि प्रकारको सम्बन्ध जोड्दैन भन्ने होइन र कुनै पनि इन्द्रिय सुखमा भुल्दैन भन्ने पनि होइन । यसको मतलव के मात्र हो भने ऊ अब ती विषयहरूमा आसक्त हुँदैन । यो कुरा सुनिश्चित छ कि ऊ आसक्तिमा लिप्त हुँदैन तर यदाकदा स्मृति नभएको अवस्थामा आसक्त पनि हुन सक्दछ ।

'स्रोतापन्न' हुनको लागि, उसले भव-बन्धनमा बाँधिराख्ने दस संयोजनहरूमध्ये तीनवटा संयोजनलाई चुँडालिसकेको हुन्छ । ती तीनवटा संयोजन भनेको 'नित्य आत्मा छ भन्ने अवधारणा' (सक्कायदिट्ठि), 'शंका-  
१४० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

सन्देह' (विचिकिच्छा) र 'अन्धविश्वासयुक्त धारणा' (सीलवट्टपरामासा) हुन् । आत्मा सम्बन्धको विश्वास पनि एक प्रकारको भ्रान्ति नै हो । शंका-सन्देह गर्नु पनि अर्को प्रकारको भ्रान्ति हो र अन्धविश्वासयुक्त क्रियाकलापमा फस्नु पनि तेस्रो प्रकारको भ्रान्ति हो । उसले अहिलेसम्म इन्द्रिय-सुख (काम-राग) लाई तिलाञ्जली दिन सकेको हुँदैन । 'सकृदागामी' जो 'स्रोतापन्न' भन्दा एक कदम अगाडि बढिसकेको हुन्छ उसले पनि काम-रागलाई त्यागिसकेको हुँदैन । यसको अर्थ हुन आउँछ – उसले काम-रागलाई च्वाट्टै छोड्न नसके तापनि ऊ त्यस खाडलमा पछारिन पुग्दैन । ऊ काम-सुखमा भुले पनि वा इन्द्रियजन्य सुखमा अल्झे पनि ऊ सदा स्मृतिमा रहन्छ, प्रमादमा रहँदैन । ऊ आर्यजनको पंक्तिमा उभिनगएको हुन्छ । तर यो कुरा बिर्सन हुँदैन कि उसले तीन बन्धनलाई त चुँडालिसकेकै हुन्छ । यही मापदण्डबाट यो कुरा 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १४१

निश्चित हुन्छ कि ऊ निर्वाणको स्रोतमा परिसकेको हुन्छ र निर्वाणतिरको यात्रा सुनिश्चित भइसकेको छ । अब उसलाई त्यस यात्राबाट कुनै पनि तत्वले विमुख गराउन सक्दैन ।

अतः कुरा मिथ्याधारणालाई त्यागनुमा छ । विषय-सुखको त्यागभन्दा मिथ्याधारणाको त्याग पहिले हुनुपर्दछ । विषय-सुख वास्तवमा त्यति खतरनाक र भयावह समस्या वा शत्रु होइन । भयावह समस्या भनेको त मोहान्धकार हो । ग्रन्थमा सबैभन्दा घृणित र समस्यामूलक कुरा आत्मभाव र त्यसमा आसक्त मन हो भनिएको छ । बुद्धले विषय-सुखको ग्रहणलाई त्यति आपत्तिजनक मान्नुभएको छैन जति मोहान्धकारमा रूमल्लिएको मनलाई । स्रोतापन्नले विषय-सुखको त्याग गरिसकेको हुन्छ भनी हामी त्यसै त्यसै भनिहिँडेका हुन्छौं । यसरी मापदण्डलाई नै तोडमरोड गर्दछौं भने कुरा बाँझिन्छ र वास्तविकतासँग १४२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

मेल खाने गरी बुझाउन कठिन पर्दछ । त्यसैले पहिलो तहको मार्ग-फल के हो भन्ने कुरा हामीले बुझ्न आवश्यक हुन्छ । अनि यो बुझ्न पनि अति आवश्यक छ, कि विषय-रागलाई होइन कि अविद्यालाई नै पहिले हटाउनुपर्दछ ।

आत्मभाव अर्थात् 'सक्कायदिष्टि' आत्म-केन्द्रित हुनुलाई भनिन्छ । शून्यतालाई कोरारूपमा भए पनि बुझ्न नसक्दा नै दैनिक जीवनमा मानिस आत्म-केन्द्रित हुनपुग्दछ । मन अन्योलमा परेको हुन्छ, स्वतन्त्र हुँदैन र परिणामतः आत्मामा विश्वास लिन पुग्दछ । त्यसैले स्रोतापन्न हुने व्यक्तिले प्रथमतः आत्मभावलाई नै आफ्नै कल्याणार्थ त्यागनुपर्दछ । सामान्य अवस्थामा यो उदय हुन्छ र विलाउँछ, उदय हुन्छ र विलाउँछ । यसरी यो प्रतिदिन फेरि फेरि कैयनचोटी उत्पाद व्यय भइरहेको हुन्छ । तर यस्तो समय पनि आउँछ जब यसको उपस्थिति रहँदैन । आत्मभाव आफूमा हुँदा 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १४३

कस्तो अनुभव हुन्छ र आत्मभाव नहुँदा कस्तो अनुभव हुन्छ हामी स्वयंले अध्ययन गर्नुपर्दछ । आत्म-केन्द्रित भएमा नै हामीमा 'सक्कायदिष्टि' विद्यमान रहन्छ ।

'विचिकिच्छा' भनेको शंका र अन्योलता हो । कुनमा विश्वास गर्ने, कुनमा नगर्ने बुद्धमा विश्वास गर्ने कि नगर्ने, लोकोत्तर स्तरमा पुगेर दुःखको पूर्ण क्षय गर्ने अभ्यासमा लाग्ने कि नलाग्ने भन्ने कुरामा अन्योलता रहेको हुन्छ । यसरी अन्योलता पालेकाले धर्ममा अभिरूचि पर्याप्त मात्रामा जगाउन सक्दैनन् । त्यस्ताले दिनमा मुस्किलले पाँच मिनेट पनि धर्ममा मन दिन सकिरहेका हुँदैनन् । अभिरूचि देखाइहालेमा पनि तमासा र खिल्लीमा, खाना र पिनामा, देखौवा अध्ययन र अध्यापनमा, त्यस्तैखाले कामधाममा दिनभरिको घण्टौंघण्टा समय व्यर्थैमा बिताइदिन्छन् । त्यसरी बिताइएको समयलाई धर्ममा अभिरूचि जगाउनमा बिताएको भए तिनले धर्म के हो राम्ररी १४४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'



थाहा पाउँथे । सबैभन्दा ठूलो अन्योलता त बुद्धले बताउनुभएको मार्गमा लागेर दुःखको अन्त्य गर्ने काम उचित हो कि होइन भन्ने हो । त्यस दुःख-मुक्तिरूपी आर्य-मार्गमा पदार्पण गर्नु ठीक हो वा बेठीक हो भनी छुट्याउन नसक्नु नै सबैभन्दा ठूलो समस्या वा खतरा हो । धेरै मानिसहरू त यसमा केही पनि आकर्षण छैन, रमाइलो हेर्ने वा गर्ने केही छैन, कुनै मजा नै छैन भनी यसबाट पन्छिन खोज्छन् । यो उनीहरूको संसारप्रतिको मोह र मनोरञ्जनमा अभ्यस्त हुनाको नतिजा हो । त्यसै अन्योलतालाई राखिछोड्न हुँदैन, हटाइदिइहाल्नुपर्दछ । हामी दुःखले ग्रसित छौं अतः दुःख-मुक्तिको मार्गमा लाग्न दृढ निश्चय गर्नु नै पर्दछ ।

स्रोतापन्न हुनेले हटाउने तेश्रो संयोजन हो –  
**सीलवट्टपरामासा** । परम्परादेखि चल्दै आएको भनी दृढरूपमा लगाव रहेको अन्धविश्वासमा रूमल्लिनु **‘सीलवट्टपरामासा’** हो । तपाईं आफैलाई हेर्नुहोस्, **‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’** १४५

पहिलेदेखि मान्दै आएको भनी च्यापेर बस्नुभएको के के अन्धविश्वासयुक्त कुराहरूले तपाईंमा ठाउँ ओगटिरहेको छ ? छेपारा र अन्य ससाना अहानीकानरक जनावर र कीरादेखि डराउनुपर्दछ भनी तपाईंलाई भनिराखेको हुन्छ, र त्यही संस्कार वा बानी तपाईंमा अझै हावी छ । यसो नगर, यसो गरे यसो हुन्छ भनी तर्साइराखेको हुन्छ । हामी त्यो गर्नु पर्ने कुरा भए पनि गर्ने साहस गर्दैनौं । यही अन्धमान्यता हो । यो पुरातनवादी धारणा हो र बचकना हो । तपाईंलाई रूख, पहाड, मन्दिर र देवता-घर पवित्र हुन् र पूजायोग्य छन् भनी सिकाइराखेका होलान्, तपाईं त्यस्तै गरिरहनुभएको छ । यी पनि अन्धमान्यता हुन्, अन्धविश्वास हुन् । संक्षेपमा भन्नुपर्दा, **‘सीलवट्टपरामासा’** भनेको वस्तु वा कार्य सम्बन्धमा आआफूले लिइराखेका मान्यता हो । कुनै कामकुरालाई वास्तवमा एक किसिमले प्रयोग हुनुपर्थ्यो, त्यसलाई **‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’** १४६

अर्कै किसिमले प्रयोग हुनु पनि अन्धमान्यता नै हो । उदाहरणको लागि, दानपुण्य भनेको स्वार्थको त्यागको लागि हो तर यसलाई स्वार्थताकै पोषणको लागि प्रयोग भइरहेको पाइन्छ । यही पनि अन्धमान्यता भयो । यता दानपुण्य पनि अन्धश्रद्धामा परेका छन् भने उता भिक्षु वा गृहस्थ दुवैमा शीलमा वा नैतिकतामा अति नै आसक्ति छन्, त्यो पनि अन्धश्रद्धाभिन्न समेटिएको हुन्छ । कुनै पनि विषयमा पहिलेदेखि मान्दै आएका अन्धविश्वासयुक्त र मिथ्याधारणाहरू सबै यसै 'सीलवट्टपरामासा'भिन्न पर्दछन् ।

कृपया मेरो यो उदाहरणलाई एकफेरा सुनिदिनुहोस् – त्यो हो, चार अपाय अवस्थाहरू । यिनलाई मन्दिर वा गुम्बाका भित्ता भित्तामा चित्रण गरिएका छन् । ती चार अपाय अवस्था वा लोकहरू हुन् – निरयलोक (नरकलोक), तिर्यक लोक (पशुलोक), पेत लोक (प्रेतलोक) र असुरलोक (काँतर लोक) ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

१४७

मरेपछि यी चारमध्ये एकमा खस्नजान्छ भनी हामीलाई भनिएको हुन्छ । हामीलाई दिनानुदिन यी अवस्थाहरूमा पर्नुपर्दछ भनी कहिल्यै पनि सिकाइएको हुँदैन । यी अपायलोकहरू वास्तविक हुन् र विचारणीय पनि छन् । खबरदार ! यी लोकहरूमा नपर ! यदि तपाईं यी लोकहरूमा वर्तमान अवस्थामा पर्नुभएन भने मृत्युपछि यी लोकहरूमा तपाईं कहिले पनि पर्नुहुन्न । यस्ता कुराहरू हामीलाई कसैले पनि कहिल्यै सिकाएनन् । त्यसैले मानिसहरू 'चार अपायलोक'बारे अनभिज्ञ छन् । यिनलाई विश्वास गर्नु मात्र भनिदिएका छन् अर्थात् तर्साइ मात्र दिएका छन् । यिनको महत्वबारे केही भनिएको छैन । बुद्ध 'भौतिकवाद' हुनुहुन्न । नरकको जुन भयावह कहानी छ त्यसको पात्र बन्ने मापदण्डको रूपमा मात्र यो शरीरलाई बुद्धले लिनुहुन्न कि त्यहाँ ताँवाको कराहीमा मानिसलाई उमाल्छ रे, भुटिदिन्छ रे ! उहाँले मनलाई नै सही मापदण्डको रूपमा

१४८

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

लिनुहुन्छ ।

४७) अब बुझौं – “यी चार अपायलोकहरूको अर्थ र महत्व के रहेछ ?”

पहिलो अपाय भूमि ‘नरक’ हो । यहाँ ‘लोक’ वा ‘अवस्था’ वा ‘भूमि’ भन्नुको तात्पर्य एउटै रहेको छ । ‘नरक’को अर्थ हुन्छ – ‘चिन्ता’ वा ‘जलन’ । जब मानिस चिन्तित हुन्छ, हृदयमा जलनको महसुस गर्दछ र छटपटिन्छ, त्यति नै बेला उसले नरकाग्निमा प्रवेश पाएको हुन्छ अर्थात् नरकको प्राणी भई पुनर्जन्म पाएको हुन्छ । यो स्वाभाविकरूपको पुनर्जन्म हो, मानसिक पुनर्जन्म हो । मानवलोकमा रहिरहेको भए तापनि, चिन्ता जाग्नेवित्तिकै नरकमा खसिहालेको अनुभव हुन्छ । लाभ-सत्कार, यश-प्रशंसाको क्षति हुँदा मानिसले जुन चिन्ताको अनुभव गर्दछ वा यस्तै अप्रियावस्थामा खिन्न भई चिन्तित हुन्छ । यही चिन्ता

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’ १४८

र जलनबाट उसले नरकको अनुभूति गरेको हुन्छ ।

अब पालो आउँछ – ‘तिर्यक लोक’ अथवा ‘पशुलोक’ को । तिर्यक लोकमा पुनर्जन्म पाउनुको अर्थ मूर्खताको स्थिति हो । जब कोही पटमूर्खको अवस्थामा हुन्छ अथवा आफ्नो कल्याणको लागि अत्यावश्यक कुरा जस्तै धर्म र निर्वाणबारे अनभिज्ञता पोख्दछ वा त्यसबारे सुन्न पनि चाहँदैन वा धर्मको सम्पर्कमा आउँदैन वा धर्माचरण गर्दैन वा त्यसको प्रतिकूल व्यवहार गर्दछ,, उसले वास्तवमा मानिसै भए पनि पशुत्वमा प्रवेश पाएको हुन्छ । यसलाई तिर्यकलोकमा पुनर्जन्म पाएको भनिन्छ ।

तेस्रो अपाय लोक भनेको ‘प्रेत’ को अवस्थामा हुनु हो । प्रेत भन्नुको अर्थ सदा भोको रहनु वा अतृप्त रहनु हो असीमित चाहना बोकेकाका लागि जति वस्तुको आपूर्ति भए पनि अपुग नै हुन्छ । यो भोक मानसिक भोक हो, खानेकुराको वा शारीरिक भोक

१५० ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

होइन । उदाहरणको लागि, उसलाई एक हजार भाट (थाइ रूपियाँ) चाहिएको छ । हजार भाट हात पर्नेवित्तिकै दस हजार भाटको चाहना गर्दछ । दस हजार भाट पाइ नै हाले पनि एक लाख भाटको इच्छा गर्दछ । लाख भाटको प्राप्तपछि एक करोड भाटको चाहना जाग्दछ । एक करोडबाट दस करोड.....बीस करोड.....एक अरब कति हो कति ! असीमित चाहनाको शिकार बन्दछ । यो लखेट्दैगर्ने तर नभेट्नुको खेलजस्तै हुनजान्छ । उसको भोक अतृप्त नै रहन्छ । उसको पेट पहाडभैँ फुलेको हुन्छ र मुखचाहीं सियोको प्वालभैँ सानो हुन्छ । उसको भोकको अगाडि उसले पाउने कुरा सदैव अपुरो नै हुन्छ । त्यसैले ऊ सदैव प्रेतको अवस्थामा रहिरहन्छ । ऊ त्यस मानिसको विपरित हुन्छ जो जति प्राप्त भएको छ त्यसमा सन्तुष्ट रहन्छ । सन्तुष्ट व्यक्तिले धन थुपार्नमा आफूलाई जुवामा थापेभैँ थाप्दैन । थुपार्ने काम उसले रोक्दछ । के 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १५१

गर्नुपर्दछ र कसरी गर्नुपर्दछ भन्नेकुरा उसको विवेकले ठीकसित जानिसकेको हुन्छ । यसरी ऊ जहाँ गए पनि सन्तोषपूर्वक बस्दछ । यसलाई नै 'प्रेत नभइकन बाँच्ने' कला भनिन्छ अर्थात् भोकले नसताइएको जीवन भनिन्छ । तृष्णाले सहित भई बाँच्नु भनेकै प्रेत योनीमा जन्म पाउनुसरह हो । विवेकपूर्ण ढंगले तृष्णारहित भएर बाँच्नको अर्थ नै प्रेत नभइकन बाँच्नु भनिएको हो । त्यस्तो मानिसले जे जस्तो जति गर्नुपर्ने हो त्यही र त्यति मात्र गरेको हुन्छ ।

त्यसैले त्यो कामना, जुन कामनाको बलले दुःखको अन्त्य गरिन्छ, त्यसलाई तृष्णा भनिदैन । इच्छा गर्नु तृष्णा हो वा लोभ हो भनेर मानिसहरूलाई नचाहिंदो किसिमले कुरा सिकाउँदै हिंड्न हुँदैन । तृष्णा वा लोभ हुनलाई अज्ञानताबाट उक्साइएको इच्छा हुनुपर्दछ । अज्ञानता, अहंकार र आवेशबाट प्रेरित छ भने निर्वाणको कामना पनि तृष्णा हुनसक्दछ । १५२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

विपश्यना ध्यानबारे केही नजानिकनै लहै लहैमा लाग्नु पनि तृष्णा हो, अज्ञानता हो र दुःखको कारण हो । यो पनि आसक्ति नै हो । तर कोही दुःखको राम्ररी अवबोध गरी, कसरी दुःखको अन्त्य गर्ने भन्नेबारे यथार्थ जानकारी राख्दै निर्वाणको कामना गरी विपश्यना ध्यानको ठीक विधि इमान्दारीपूर्वक सिक्न चाहन्छ भने त्यो कामना तृष्णाजन्य होइन, त्यो दुःखको कारण पनि होइन । त्यसैले कामना गर्नु भन्नासाथ तृष्णा नै हुँदैन । यो त कुन अवस्थामा कुन उद्देश्यले गरिएको हो त्यसमा निर्भर गर्दछ । यदि यसको जरा अज्ञानता र विकारयुक्त छ भने यसको लक्षण प्रेतकोभै हुन्छ र जति लखेटे पनि फेला पार्न नसकेजस्तैको अवस्थामा परिन्छ । यसै अवस्थामा प्राप्त हुनुलाई नै 'प्रेत' योनीमा जन्म पाउनु भनेर हामीले बुझ्नुपर्दछ ।

अब अन्तिम अपाय लोक हो 'असुर'को । असुरको अर्थ बताउनुपर्दा 'सुर' को अर्थ हुन्छ, 'बहादुर' 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १५३

र 'अ' भन्ने उपसर्गले 'नभएको' भन्ने जनाउँछ । त्यसैले यसको संयुक्त अर्थ हुन्छ 'बहादुर नभएको' वा 'काँतर' । जो कोही विना कारण त्यसै त्यसै डराउँछ, त्यो मानिस उत्तिखेरै असुर लोकमा पुनर्जन्म लिन पुग्दछ । अहानीकारक कीराहरू जस्तै छेपारो, कनसुत्लो, गड्यौला, साड्लो इत्यादि देखेर डर र भय जाग्नु पनि दुःखकै प्रतिच्छायाँ हो । अनावश्यक रूपमा डर मान्नु, डर उत्पन्न हुने कुराको सम्बन्धमा धेरै सोच विचारमा डुब्नु पनि असुरलोकमा जन्म पाउनु बराबर हो । हामी सबै मृत्युदेखि डर वा भय मान्दछौँ तर त्यो भयलाई हाम्रो आफ्नो अतिसयोक्तिले अतिसय गुणा भयावह पार्दछौँ । भयले मानिसलाई सदैव आक्रान्त बनाइरहेको हुन्छ । ऊ सदैव नरकमा परिआला कि भनी भयभीत भइरहन्छ । यस्तो अवस्थामा आफूलाई प्राप्त गराउनु पनि असुर बन्नु हो । यसरी मानिस आफ्नै कारणले प्रतिदिन, प्रति महिना, प्रतिवर्ष यी १५४ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

चार अपाय लोकमा खसिरहेको हुन्छ । यदि हामी ठीकसित काम कुरा गर्दछौं भने हामी यी चार अपायमा खस्नुपर्ने हुन्दैन । हामी निश्चिन्त हुन सक्दछौं कि मृत्युपश्चाद् हामी मन्दिर, गुम्बादिका भित्ताहरूमा चित्रण गरिएजस्तैका चार अपाय भूमिमा पर्नुपर्ने छैन ।

त्यसरी चित्रण गरिएका चार अपायको व्याख्या बुद्धको शिक्षाको मर्मसँग मेल खाँदैन । यी चार अपायबारेका मिथ्याधारणालाई अन्धविश्वासको रूपमा लिनुपर्दछ । सबैभन्दा ठूलो दुःखको कुरा त बुद्ध-धर्मानुयायीहरूले बुद्ध-शिक्षालाई गलत ढंगले अर्थ्याइदिन्छन् र मूर्खतापूर्वक अभ्यासमा प्रयोग गरिदिन्छन् । अन्धविश्वासलाई अरू ठाउँमा खोज्न जान पर्दैन । ग्रन्थैमा पनि यस्ता प्रसंगहरू पाइन्छन् कि मानिसहरूले गाई कुरुर आदिको आनीबानीको नक्कल गर्ने धार्मिक रीतिरिवाजहरू बुद्धको पालामा पनि प्रचलित थिए । त्यस्ता प्रकारका चलन अहिले त 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १५५

छैन तर अनावश्यक र मूर्खतापूर्ण गतिविधिहरू प्रशस्तै पाइन्छन् । यिनलाई जति सकिन्छ त्यति चाँडै हटाइनुपर्दछ र शिघ्र निर्वाणको स्रोतमा पर्नुपर्दछ । माथि पनि भनिसकिएको छ कि सत्कायदृष्टि, विचिकित्सा र अन्धविश्वासलाई त्याग्नु नै निर्वाणको स्रोतमा पर्नु हो । धर्म-चक्षु प्राप्त गर्नु हो जुन चक्षुद्वारा धर्मलाई यथाभूत हेर्न सकिन्छ र अविद्या र भ्रान्तिबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ ।

यस कुरालाई हामीले बुझ्नुपर्दछ कि हामी संसारीहरूमा आत्मभाव, शंका सन्देह र अन्धविश्वासको रूपमा केही न केही मात्रामा अविद्या र भ्रान्ति रहेकै हुन्छ । हामीले यसभन्दा माथिको खुड्किला उक्लनुपर्दछ । सर्वप्रथम त यी तीन प्रकारका मिथ्याधारणालाई हटाउनुपर्दछ अर्थात् हामीले निर्वाणको स्रोतमा डुबुल्की मार्नुपर्दछ । त्यस स्थिति प्राप्त भइसकेपछि त निर्वाणको साक्षात्कारार्थ तलतिर १५६ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

पुन्याइन्छ, जसरी पहाडको छेउबाट एउटा ठूलो ढुंगा लुक्किएर तल पुगेर विश्रान्ति पाउँछ। यदि तपाईं निर्वाणमा पुग्न चाहनुहुन्छ भने यसलाई राम्ररी बुझ्नुपर्दछ कि सर्वप्रथम ती तीन प्रकारका भ्रान्तिलाई हटाइनुपर्दछ। अनि मात्र इन्द्रिय सुख र रिस रागलाई हटाइनुपर्दछ, किनभने रिस राग आदि पछि मात्र स्रोतापति फलभन्दा माथिको अवस्थामा प्राप्त हुँदा हटाइन सकिने हुन्छ। यिनै तीन बन्धनलाई चुँडालेपछि नै त निर्वाणको स्रोतमा पर्नेहुन्छ। यी तीन प्रकारका अज्ञानावस्थालाई आफूबाट अलग्याउनु मानिस मात्रको लागि फाइदाजनक र उपयुक्त हुन्छ। यी तीन घृणित तत्व हुन्। यिनलाई हटाउनेवित्तिकै मानिस आर्यमा गनिन्छ। यिनलाई प्राप्त नगरूञ्जेल मानिस अनार्य, पृथकजन र निम्नस्तरको हुन्छ। तर यसरी उच्चस्तरको संसारी भएपछि ऊ निर्वाणको स्रोतमा परेर स्रोतापन्न भई सिधा निर्वाणसम्म प्रवाहित हुन्छ। यसमा कसैले 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

वा कुनै तत्वले छेकवार हाल्न सक्दैन।

आसक्तिबाट, आत्म-केन्द्रित हुनुबाट र मोहमा मूढित हुनुबाट अलग हुनु भनेको स्मृतिपूर्वकको निरीक्षण हो। यसबाट कुनैमा पनि आसक्त हुनु वा टाँसिनु हुँदैन भन्ने ज्ञान जाग्दछ। यसको सुपरिणामको रूपमा अभ्यासरत व्यक्ति अन्योलता, मिथ्यासक्ति र आत्मभावमा केन्द्रित हुनुबाट अलगिन्छ। त्यसैले अहिले नै हामी प्रत्येकले यस कार्यमा लाग्नुपर्छ र अहिले नै आसक्तिको भावलाई हटाउनुपर्छ। परीक्षाको घडीमा हामी चुक्यौं भने खेद मान्नुपर्ने हुन्छ। अतः सबदो प्रयासमा लाग्नुपर्दछ। यदि पास भएमा तपाईंलाई आसक्तिले बगाउने छैन। यो त सामान्य कुरा पो रहेछ भनेर बुझ्नुहुनेछ। अनि तपाईंले अनासक्तिको मार्ग पत्ता लगाउनुहुन्छ र अबलम्बन पनि गर्न थाल्नुहुन्छ।

जब तपाईं जाँचमा बस्नुहुन्छ, तपाईंले

आफूलाई नै बिसर्नुपर्दछ । यस कुराको राम्रो ध्यान राख्नुहोस् । परीक्षामा सोधिएका प्रश्नहरू उत्तर दिँदा आफूलाई हराइदिनुपर्दछ । 'म' भन्नेलाई जसले जाँच दिइरहेको छ र जो पास हुन्छ वा फेल हुन्छ त्यसलाई चटककै बिसर्नुपर्दछ । पहिले जाँच दिन जाँदा कसरी जाँचमा पास हुने भनेर योजना बनाउनुभएको होला । तर लेख्न थाल्नेवित्तिकै यी सबैलाई बिसर्नुपर्दछ र एकाग्र मनले लेख्नुपर्दछ । जसबाट प्रश्नहरूको माध्यमद्वारा उत्तरको अन्वेषण गर्नुपर्दछ । 'म' र 'मेरो' भन्ने भावबाट मुक्त मन जो पास हुने र फेल हुने भन्ने भावबाट मुक्त हुन्छ त्यस्तो मन तुरून्तै स्वच्छ र फुर्तिलो हुन्छ । यस्तो मनले उपयुक्त कुराहरू छिट्टै सम्भन्छ र छिट्टै स्वच्छ विचार पनि प्राप्त गर्दछ । त्यसैले जाँचमा बस्दा उचित प्रकारको सजगता र एकाग्रताको विकास भएमा राम्रो नतिजा ल्याउँछ । बौद्ध पद्धतिमा यसलाई 'चित वाड' अर्थात् 'आत्म-जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १५९

विकेन्द्रित मन' भनिन्छ । यसरी तपाईं राम्रो नतिजा पाउन सक्नुहुन्छ ।

जसले यस पद्धतिलाई जानेको हुँदैन, उसले फेल होइएला कि भनी हरदम डर मानिरहनुपर्दछ । उनीहरू यस्तरी नर्भस हुन्छन् कि पढेका कुराहरू सम्भन्नै सक्दैनन् र ठीकसित उत्तर दिन असमर्थ रहन्छन् । परिणामतः ती असफल नै हुन्छन् । अर्को थरी 'म जेहेन्दार छु', 'म निश्चय पनि पास हुन्छु' भन्ने विचारले बगाइएका हुन्छन् । यस्ता प्रकारका विद्यार्थीहरू पनि आफ्नो क्षमताप्रतिको आसक्तिको कारणले फेल भएका हुन्छन् । तिनीहरूमा 'चित वाड'को कमी हुन्छ । 'चित वाड' सहितकामा 'म' र 'मेरो' भन्ने भावना हुँदैन त्यसैले उनीहरू संयमित र आवश्यकभन्दा बढी विश्वस्त हुँदैनन् । त्यहाँ सिर्फ एकाग्रता मात्र हुन्छ जुन एउटा प्राकृतिक शक्ति नै हो । आफूलाई एकाग्रतामा हराउँदा ती उतीर्ण हुने १६० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'



पक्षमा हुन्छन् । अनासक्ति र अनात्मभावको प्रभावलाई जनाउने यो नै पहिलो र आधारभूत दृष्टान्त हो ।

जब एउटा मूर्ख र अज्ञानी मान्छेले विहार र गुम्बाका प्रवचन-गृहमा प्रवचनको क्रममा 'शून्यता' बारे कुरा सुन्छ, उसले हतपत्त शून्यताको अर्थ 'केही नभएको रिक्तो' भनेर अनुवाद गरिहाल्दछ । यो सतहमुखी बनाइ हो र यसलाई त्यस्तै व्यक्तिहरूले मात्र बुझ्दछ । बुद्धले बताउनुभएको 'सुञ्जता'को अर्थ सदा उस्तै भएर रहने कुनै तत्व हुँदैन र त्यसलाई 'म' र 'मेरो' भनेर समाइराख्ने वा आसक्त हुनुपर्ने कुनै पनि तत्व हुँदैन भन्ने हो । यो संसारलाई रिक्तो भनिएको छ किनकि यहाँ कुनै पनि कुरालाई आफ्नो भनी टाँसिरहने सार तत्व केही छैन । आसक्ति विनाको मनले यस रिक्तो संसारसँग समन्वय गरेर रहनुपर्दछ । हामीलाई केही चाहिए आसक्तिविनाको मनले स्वीकार गर्नुपर्दछ ताकि हामीले चाहेको कुरा दुःखको स्रोत नबनोस् ।

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

१६१

'शून्य' अर्थात् 'रिक्तो' भन्ने एउटै शब्दलाई नबुझिदिँदा निर्वाणको स्रोतमा पर्नमा ठूलो बाधा उपस्थित भइदिएको हुन्छ । अतः बुद्धले प्रयोग गर्नुहुने यो 'शून्य' र अन्य शब्दहरूको बारेमा पूर्णतया र ठीक ठीक प्रकारले जानौं । उहाँले प्रयोग गर्नुभएको 'शून्य' शब्दको अर्थ आत्मा भनेर समाउने कुनै वस्तु वा तत्व छैन भन्ने हो । उहाँले मोघ राजाको प्रश्नको उत्तरमा भन्नुभएको थियो – "संसारलाई सँधैं रिक्तो छ भनेर बुझ्नु ।" संसारलाई रिक्तै छ भनेर बुझेपछि त्यसप्रतिको आसक्तिबाट आफैँ मुक्ति मिल्ने छ । त्यसपछि त राग-द्वेष र मोहको उदय नै हुनेछैन । यस्तो अवस्थामा पुग्न अर्हतत्व को अवस्था प्राप्तपछि मात्र सम्भव हुन्छ । यदि यस्तो अवस्था प्राप्त गर्न सकिरहेको छैन भने बारम्बार प्रयत्नशील रहनुपर्दछ । यसो गर्दा संसारी भएरै रहनुपरेमा पनि कम मात्र दुःखको भागिदार हुनुपर्ने हुन्छ । 'चित वाङ'को अवस्था प्राप्त भएपछि

१६२

'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

मात्र दुःखवाट पूर्णतः मुक्ति पाइन्छ । जब मानिस संसार-सागरमा डुबुल्की मादै गर्दछ, दुःखले पुनः पुनः सताउँछ । यदि हामीले राम्ररी स्मृति राख्न सक्यौं र मर्मलाई आत्मसात गर्न सक्यौं भने हामी निश्चय पनि निर्वाणको स्रोतमा पर्न समर्थ हुनेछौं ।

४८) अब बाँकी रहेको समयलाई बिचाउँ म अन्तिम प्रश्न राख्दछु – “बुद्धले हामीलाई दिनुभएको अन्तिम उपदेश के के हुन् ?”

सबैलाई थाहा भएकै कुरो हो कि मरणावस्थामा मानिसले एउटा इच्छापत्र बनाउँछ जसमा आफ्ना अन्तिम भनाइहरू आदेशको रूपमा छोड्छ । बुद्धले पनि मरणावस्थामा अन्तिम उपदेशमा भन्नुभयो – “सबै संस्कृत वस्तु नासवान् छन् । अप्रमादी होऊ अर्थात् सदा होसमा वा सदा स्मृतिमा रहू ।” सबै संस्कृत वस्तुहरू केही होइनन्, ती निरन्तर बगिरहन्छन्

‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’ १६३

अर्थात् ती ‘म’ ‘मेरो’ भन्ने भावले रिता छन् । सबैथोक अनन्तकालसम्म बन्दै बिग्रदै रहन्छन् । यसरी निरन्तर विना रूकावट बदलिरहनेमा ‘म’ र ‘मेरो’ भन्ने भाव रहनै पाउँदैन । त्यसैले ‘स्मृतिवान् होऊ र तत्तयार भई बस’ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा यसो भनुको अर्थ ‘मूर्ख वा अज्ञानी नहोऊ’ र ‘वस्तुप्रति आसक्त नहोऊ’ । ‘कुनैलाई पनि ग्रहण गर्न योग्य र त्यसमा टाँसिरहन योग्य नठान’ । ‘बेहोसी भई आसक्ति नबढाऊ’ । अप्रमादी हुनुको अर्थ यिनै हुन् । यसरी अप्रमादलाई हामीले सदैव धारण गरिरहनुपर्दछ ।

अब यहाँनिर एउटा कुरा भन्नैपर्ने हुन्छ कि हाम्रा नवयुवक नवयुवतीहरूमा एउटा समस्या छ । हेर्नुहोस् न, तिनीहरू कति प्रमादी छन् । तिनीहरू हुने नहुने सबै वस्तुहरूलाई स्वीकार्दछन् । तिनीहरूलाई ती वस्तुहरू नभई हुँदैन र ती तिनमा लग्नु हुन्छन् र आसक्तिको चरमसीमामा पुग्दछन् । जब कसैले

१६४ ‘जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा’

वस्तुहरू चाहे ती ग्रहणयोग्य हुन् वा घृणायोग्य, ती वस्तुहरू आफ्ना साथै अरूको लागि दुःखको स्रोत भनेका कुराहरूलाई सुन्दैसुन्दैनन् वा सुने पनि नसुनेभैं गर्दछन् । त्यस्ताले मानव हुनाको लाभ गुमाउँछन् र तिनीहरूले बुद्धले दिनुभएको अन्तिम वचनलाई नकारिरहेका हुन्छन् ।

हामी सबैले चाहे युवक हौं वा प्रौढ वा वृद्ध, हामीले बुद्ध-वचनलाई पालना गर्नुपर्दछ । हामी प्रमादी हुनुहुँदैन र स्मृतिविहीन हुनुहुँदैन । कुनै पनि वस्तुमाथि आसक्ति जगाउनुहुँदैन । संसारलाई 'म' 'मेरो' भन्ने केही नभएको रित्तो ठान्नुपर्दछ । यस्तो मनमा न त राग, न त द्वेष र न त मोहले नै बास पाएको हुन्छ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, सबै प्रकारका समस्याहरूको निराकरण भएको हुन्छ ।

बुद्धले अर्को एउटा अन्तिम उपदेशको रूपमा भन्नुभएको छ – “अगाडि बढ र धर्मको ठीकसित  
'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १६५

प्रचार प्रसार गर अनि आदि, मध्य र अन्तसम्म कल्याण म पनि यसलाई प्रारम्भिक चरणमा बच्चाहरूलाई, मध्यम चरणमा प्रौढहरूको लागि र माथिको स्तरमा तिनीहरूलाई जो त्यो सर्वोच्च अवस्थातिर उन्मुख छन् तिनीहरूलाई यस्तै कुरा सिकाउँछु । बुद्धले अनासक्तिको पाठ मात्र सिकाउनुभएको छ, अरू केही होइन । यसलाई विभिन्न तहका र उमेरका दिनको लागि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । नभइकन दुःखलाई निमित्त्यान्न गर्नु हो । सबैभन्दा महत्वपूर्ण उपदेश नै हो । अतः तपाईंहरूले एउटै शब्दलाई मनमा धारण गर्नुहोस् जसले सम्पूर्ण धर्मलाई समेट्दछ – त्यो शब्द हो 'वाड' अर्थात् शून्य वा मुक्ति । यसलाई पालिमा 'सुञ्जता' भनिन्छ । यही नै बुद्ध-धर्मको सार तत्व हो । आत्मभावबाट मुक्त नभइसकेको कारणले नै मानिसहरू शील भङ्ग गर्न पुग्दछन् । त्यसै कारणले पनि मानिसहरूमा एकाग्रताको कमी हुन्छ ।  
१६६ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

आत्मभावले शून्य हुनु नै बुद्धत्वको प्राप्ति हो । अनि फल 'चित्त वाङ्' अथवा 'निर्वाण'को प्राप्ति हो । संघ भनेको त्यही अवस्था प्राप्तार्थ अभ्यासमा लाग्नेहरूको समूह हो । 'बुद्ध', 'धर्म' र 'संघ'लाई 'वाङ्' अथवा 'मुक्ति' र 'शून्यता'मा सीमांकण गर्न सकिन्छ । आसक्तिबाट विरत भएर शीललाई पनि पूर्णता दिन सकिन्छ, मानसिक विकारबाट पनि विरत हुन सकिन्छ । निर्वाणको मार्ग फल भनेकै शून्यतालाई जान्नु हो । दान, शील, बुद्ध धर्म र संघको शरणागमन, ध्यान, प्रज्ञा, मार्ग र फल, निर्वाण यी सबै 'वाङ्' अर्थात् शून्यताको प्राप्तार्थ हो र यसैमा प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

त्यसैले बुद्ध भन्नुहुन्छ कि शून्यतालाई प्राप्त पछिका शिष्यहरूद्वारा बनाइएका र बताइएका हुन् । हुन्छन्, सारभूत हुन्छन्, संसार-चक्रबाट अलग हुनसक्ने ज्ञानले सहित हुन्छन् र शून्यतालाई आधार बनाई बताइएका हुन्छन् । यो कुरा तथागतले नै भन्नुभएको 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १६७

शैलीमा, सुन्दर र आकर्षक ढंगले दिइएका उपदेशात्मक तादात्म्यता राख्दैनन् । यिनै दुई प्रकारका प्रवचन र शून्यतारहितका ज्ञान पछिकाहरूले विकसित गरिएका हुन सक्दछन् ।

अतः बुद्धले शून्यतालाई प्राथमिकता दिनुभयो र शून्यतासहितका प्रवचनहरूमा नै बुद्ध-धर्मका सारतत्व निहित हुन्छ । त्यसैले उहाँ भन्नुहुन्छ - "जब रूचि लिंदैनन्, अनि धर्मको मर्म गुम्न पुग्दछ ।"

यो कुरा प्राचीन समयका दसारह राजाहरूको स्वामित्वमा रहेको दमाहाजस्तै हो जसलाई पुस्तौंपुस्तासम्म हस्तान्तरण गर्दै लगिरहेका हुन्छन् । जब त्यो दमाहा पुरानो हुन्छ र खिइन्छ, त्यसलाई टालटुल गर्दै एक पुस्तादेखि अर्को पुस्तासम्म हस्तान्तरण गर्दै लगिन्छ । अन्त्यमा सिर्फ नयाँ टालटुलले मात्र भरिएको हुन्छ, अनि त्यस मौलिक दमाहाको नामोनिसान नै रहँदैन । लगाउँदैनन् र शून्यताबारे चासो राख्दैनन्, १६८ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

हामी भन्दछौं कि बुद्ध-धर्मको मौलिकता नै लोपोन्मुख हुन्छ अनि त्यहाँ केही पनि मौलिक तत्व बाँकी रहँदैन सबै कुरा नयाँ परिवेशमा विकसित हुनथाल्छ, सबै हुन्छ र त्यस दमाहाको स्थितिभै वास्तविक धर्मको स्थिति हुन आउँछ। यसलाई विचार गर्नुहोस्। बुद्धले त आदि मध्य र अन्त्यसम्म पनि कल्याण हुने धर्मलाई आसक्त नभइकन प्रतिपादन गर भनेर भन्नुभएको छ। तर अहिले आएर बुद्ध-धर्मको हालत के कस्तो भइरहेछ, आफै हेर्नुहोस्। के त्यो प्राचीन मौलिक दमाहाजस्तैको अवस्थामा छ अथवा ठाउँ ठाउँमा टालटुल गरिएजस्तै धर्मको पनि नयाँ परिवेशमा टालटुल भइरहेको छ? यो कुरालाई हामी आफैले जाँचन सक्दछौं कि मानिसहरू शून्यतामा कतिको अभिरूचि राख्दछन् र कतिको अभ्यास गर्दछन्।

बुद्धले आफ्नो अन्तिम उपदेशको रूपमा सडे गलेकालाई शून्यताको अध्ययन र चिन्तन मननबाट 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १६९

नयाँ र ताजा राख्न भन्नुभएको छ। यसो गर्न हामीले अन्वेषण र विमर्श गर्न जरूरी छ। यसरी हामीले धर्मको मौलिक रूपलाई फिर्ता पाउन सक्दछौं।

अध्यायमा विभक्त गरेका छौं। यसरी विभाजन गरिएबाट ग्रन्थका उद्धरणसमेत धर्मलाई छिट्टै बुझ्न र स्मरण गर्न सक्दछौं। मलाई लाग्दछ, तपाईंहरूले हामीले छलफल गरेका कुराहरूलाई राम्ररी मनमा राख्नुभयो होला र यसबाट आधारभूत सत्यलाई उजागर गरे होलान् जसले तपाईंको मार्ग निर्देशन गर्न सक्दछन् सामना गर्ने ऊर्जा पाउनुभयो होला। बुद्धले भन्नुभएको छ कि यदि कुनै कुरामा शंका उठेमा त्यस शंकास्पद कुरालाई सामान्य सिद्धान्तसँग तुलना गर्न सकिन्छ। होइन भनी त्यागिदिन सकिन्छ। त्यस्ता भनाइहरू जो कसैले भनिएको होस्, स्वयं बुद्धले नै भन्नुभएको किन नहोस् त्यागिदिन सकिन्छ। कसैले बुद्धको मुखारविन्दबाट सुनेको भनेमा पनि विश्वास गर्नुपर्छ १७० 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

भन्ने छैन । यदि ती सूत्र र विनयसित मेल खाँदैन भने बुद्धको वचन होइन भनी नकार्न सकिन्छ । बुद्धको वा 'म' 'मेरो'को प्रलाप होइन ।

म बसेको जिल्लाका मानिसहरूले विहारमा आएको पहिलो दिनदेखि पालि भाषाका गाथाहरू सिक्नुपर्दछ – 'धातुमातको (यी कुराहरू धातु मात्र हुन्), निस्सट्टो (सत्व होइनन्), निज्जीवो (प्राणधारी होइनन्) र सुञ्जतो (आत्मभावबाट शून्य हुन्) उनीहरूले अहिलेसम्म बुद्धको प्रतिमालाई कसरी श्रद्धा कार्यहरू सम्पादन गर्नुपर्दछ र प्रवज्याअघिका प्रक्रियाहरूका बारेमा पनि जानेका हुँदैनन् । विहार प्रवेश गरेको पहिलो दिनमा नै प्रवज्याको लागि प्रार्थना गर्दछन् । यो चलन अन्य ठाउँमा पनि छ कि छैन मलाई थाहा छैन र यी पालि शब्दहरूको अर्थ थाहा छ कि छैन त्यो पनि थाहा छैन । तर पहिलो दिनमै बुद्ध-उद्देश्यचाहीं राम्रो लाग्यो । "यथा पच्चयं (यी कुराहरू 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा' १७१

हेतुसहित छन्, अथवा यी कुराहरू आत्मभावरहित छन्), धातुमत्तमेवेतं (यी कुराहरू धातु मात्र हुन्, अथवा ती आत्मभावले शून्य छन्), निस्सत्तो, निज्जीवो, सुञ्जो (ती शून्य छन् अथवा ती आत्मभावरहित छन्)" यी कुराहरू तिनीहरूलाई पहिलो दिनमै सिकाउँछन् । तर पछिका पुस्ताहरूले यस प्रथालाई गुमाएमा छन् । कसलाई दोष दिने ? यस्तै रहेमा पछि त मौलिक बुद्ध-धर्मको मर्म नै लोप हुन पुग्दछन् र शून्यताका विषयमा मानिसहरूमा धेरै थोरै मात्र ज्ञान रहने छ ।

ममा आसाको किरण जाग्दछ कि तपाईं समभक्तदारमा यसबारे केही सोच र प्रेरणा जागेको हुनुपर्दछ र यसको सम्बर्द्धन र निरन्तरतामा तपाईंहरूको सहयोग मिलिरहने छ ।

अन्त्यमा पुनः एकपल्ट भन्न चाहन्छु कि संसारमा सुख र शान्तिका लागि 'आत्मा' भन्ने कुरालाई चटककै बिर्सिदिनुहोस् !

१७२ 'जिज्ञासुका लागि : बुद्ध-शिक्षा'

(भनाइको तात्पर्य हो – ‘आत्मा अर्थात् ‘म’  
‘मेरो’ भन्ने भाव रहेसम्म आफूमा, परिवारमा, समाजमा,  
देशमा र विश्वमा सुख र शान्ति कायम रहन सक्दै र  
मुक्ति मोक्ष पनि पाउन सकिँदैन ।) – **अनुवादक**

अस्तु !

भवतु सब्ब मंगलं ।

## आफूलाई चिन

'आफूलाई चिन' – अहिल्यै । यी शब्दहरूको अर्थ हो –  
कि तिमीभित्र नै त्यो रत्न भेट्टाउने छौ,  
जसविना सबै थोक व्यर्थ सावित हुनेछ,  
फुलिरहेको कमल फूलभित्रै ।

कमल फूलभित्रै – अत्युत्तम रत्न छ,  
त्यसलाई मानिसले खोजिनिकाल्नु छ,  
त्यो हो – बोधिज्ञान यहीं,  
यी सबै कुरा आफूलाई चिनेर प्रकट हुनेछन् ।  
– बुद्धदास भिक्षु