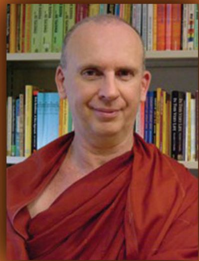

Venerable Shravasti Dhammika was born in Australia and became a monk in India in 1976. He has lived in Sri Lanka and Singapore for many years and in the author of numerous books on Buddhism and related subjects. In this book Ven. Dhammika gives clear, thoughtful and lively answers to more than 140 commonly asked questions about Buddhism. Translated into 20 languages. Good Question Good answer is now widely considered a minor classic of modern popular Buddhist literature.

प्रश्न ? उत्तर

Good Question Good Answer

Dhamma.Digital

प्रश्न ? उत्तर

Good Question Good Answer

Ven. S. Dhammika

https://dhamma.digital

प्रश्न ? उत्तर

Good Question Good Answer

Ven. S. Dhammika

Dhamma.Digital

https://dhamma.digital

Published by : Mangal Buddha Vihar
Greenford, London

Dhamma Daan
1000 Copies

Edition : 6th Edition
B.S. 2079
B.E. 2566
2022 A.D.

Writer : S. Dhammika

Translater : Bhikkhu Sumankirti
Mr. Swasti Ratna Shakya

Management by : http://www.dhamma.digital

Printed at : Ideal Printing Press
Gwarko, Lalitpur, Tel.: 5430522

Dhamma.Digital

https://dhamma.digital

भूमिका

कुनै पनि धर्म आफूले ग्रहण गर्नुभन्दा पहिले राम्ररी बुझेर विचार गर्नु आवश्यक छ । आफ्नो मनमा नाना प्रकारका शंका उपशंका उत्पन्न हुनु स्वाभाविक हो । त्यस्तो शंका उपशंकाको निवारण तब हुन्छ जब उसले कुनै महापुरुषसँग छलफल गरेर वा सो धर्म सम्बन्धी राम्रा पुस्तकहरू राम्ररी अध्ययन गरेर पढ्दछ । अरू धर्ममा जस्तो बुद्धले मेरै धर्म आँखा चिम्लेर ग्रहण गर भनी कहिल्यै भन्नुभएन । बुद्धले आफ्नो धर्मबारे कालाम सूत्रमा यसरी उपदेश दिनुभएको छ– "यो मैले भनेको भन्दैमा विश्वास नगर, बरु यसलाई राम्ररी केलाएर हेर, जाँचेर हेर र मनन चिन्तन गरेर हेर । आफूलाई ठीक लागेमा मात्र यसलाई स्वीकार गर ।" अतः बुद्धधर्मलाई बुझ्न बुद्धधर्मका पुस्तकहरूको अध्ययन, छलफल र विद्वान् गुरुवर्गको प्रवचन आदि नसुनीकन सम्भव हुँदैन । बुद्धधर्म सम्बन्धी छलफलद्वारा आफ्नो शंका निवारण गराउने साधनको रूपमा एउटा पुस्तकको खाँचो भएको महशुस भईरहेको बेलामा श्रद्धेय भिक्षु मैत्रीज्यूले एउटा पुस्तक अनुवाद गर्नुपरेको छ तपाईंले गरिदिनुहुन्छ कि भनी फोन गर्नुभएको थियो । मैले एकैचोटी वचन दिइनं, पहिले पुस्तक हेर्न अनुरोध गरी भेट्ने समय लिएँ । उहाँलाई भेट्दा अष्ट्रेलियाका श्रद्धेय भिक्षु श्रावस्ति धम्मिकज्यूले अंग्रेजीमा लेख्नु भएको "Good Question Good Answer" नामको पुस्तक मेरो हातमा राखी "लेखकले यसलाई नेपालीमा अनुवाद गराई प्रकाशित गराउन चाहेका छन्" भन्नुभयो । मैले पुस्तक पल्टाई दुइचार लाइन पढें । पुस्तक प्रश्न उत्तरको रूपमा बुद्धधर्म सम्बन्धी छलफल भएकोले सबैलाई उपयोगी हुने खालको पाएँ र तुरुन्तै "म कोसीश गर्नेछु

https://dhamma.digital

भनी वचन दिएँ । फलस्वरूप उक्त पुस्तकको नेपाली रूपान्तर गरें, तर सबै विचारधारा लेखककै हो । मैले यथार्थमा नेपालीमा प्रस्तुत गर्न खोजेको मात्र हुँ । एक दुई ठाउँमा हाम्रो देशको सस्ंकार र सस्ंकृतिसँग मेल नखाने बुँदाहरूको सम्बन्धमा लेखक स्वयंलाई भेटेर कुरा गरेको बेला अनुमति लिई आफ्नो देश र संस्कृति अनुसार प्रस्तुत गरेको छु ।

बुद्धधर्म सम्बन्धी शंका उपशंका निवारण गराउने खालका, सबै धर्मका अनुयायीहरूलाई समेत उपयोगी हुने यस्तो पुस्तक रूपान्तर गर्ने पुनीत कार्यमा सरीक हुने मौका दिलाउनु भएकोमा श्रद्धेय भिक्षु मैत्रीप्रति आभार व्यक्त गर्दछु र विद्वान् लेखक श्रद्धेय भिक्षु श्रावस्ति धम्मिकज्यूमा हृदयदेखि कृतज्ञता प्रकट गर्दछु ।

साधु ! साधु ! साधु !

स्वस्ति रत्न शाक्य
घ २-४०१, नरदेवी काठमाडौं ।

Dhamma.Digital

https://dhamma.digital

साथीको नाताले

संसारमा जति पनि धर्महरू प्रादुर्भाव भए, ती मध्ये धेरैजसोले शान्ति नै चाहेका थिए । सत्य र मुक्तिकै खोजीमा थिए । तर पछि शान्ति प्राप्त गर्ने निहुँले अरूलाई थिचोमिचो गर्ने, हिंसा पीडादि दिने, अरूको धर्म सानो र आफ्नो धर्म ठूलो भन्ने प्रवृत्ति हुन थाल्यो । त्यसकारण संसारमा लडाईँ बिर्सनु हुँदैन । साथै सबै मानिसहरूलाई आ-आफ्नो धर्म मान्ने अधिकार स्वतन्त्र रूपमा दिनुपर्दछ । तर अरूलाई जबर्जस्ती आफ्नो आफ्नोतर्फ तान्ने गर्नु हुँदैन । धर्म निरपेक्ष हुनुपर्दछ । धर्म निरपेक्ष हुँदैमा नेपालमा गाई मार्नुपर्ने हुँदैन । आफ्नो संस्कृति अनुसार गाई मार्न दिनुहुन्न । मनाही नै गर्नुपर्छ । हुनत हिंसा गाईको मात्र होइन, कसैको पनि गर्नु हुँदैन । सरकारले कसैको पक्ष नलिई सबै जनता आफ्ना छोराछोरी समान मान्नुपर्दछ ।

खास बुद्धधर्म के हो भन्ने कुरा बुझाउन एउटा प्रश्नोत्तर पुस्तकको नेपालमा निक्कै खाँचो थियो । सन् १९८९ मा म एकचोटी १८ जनाको टोली लिई बौद्ध तीर्थयात्रा गर्न थाइल्याण्ड, मलेशिया र सिंगापुर गएको थिएँ । त्यहीबेला मेरो मित्र अष्ट्रेलियन जातका एस्. धम्मिक सिंगापुरको प्रसिद्ध बौद्ध पुस्तकालयमा बस्नुभएको रहेछ । वहाँलाई मैले आफ्नो इच्छा पोखें । वहाँले आफैले लेख्नुभएको एउटा पुस्तक मलाई देखाउनु भयो Good Question Good Answer जुन पुस्तक मलाई सारै चित्त बुझ्यो । वहाँले भन्नुभयो यदि तपाईले यो पुस्तक नेपालीमा प्रकाशित गर्न सक्नुहुन्छ भने सम्पूर्ण खर्च म ब्यहोरी दिनेछु । त्यो पुस्तक लिई म काठमाडौं फर्कें । मेरो गुरूवर श्रद्धेय भिक्षु अमृतानन्द महानायक महास्थविरलाई अनुवाद गर्नुपर्ने कुरा भन्दा वहाँले पब्लिक यूथ क्याम्पसका उप प्राध्यापक स्वस्तिरत्न शाक्यको नाउँ लिनुभयो । स्वस्तिरत्नज्यूले एकचोटी हेर्छु भनी पुस्तक लैजानु भयो । पछि

https://dhamma.digital

पुस्तकका लेखक काठमाडौँ आउनु हुँदा अनुवादक दुवै जनालाई सल्लाह गर्न लगाई संशोधन समेत भयो र अनुवाद पूरा भएपछि मैले उहाँलाई फोन गर्दा छाप्ने अनुमति मात्र होइन (शाही नेपाल वायु सेवा निगमका अर्थ प्रबन्धक) खुस बहादुर श्रेष्ठ सिंगापुरको शा.ने.वा.नि कार्यालयमा हिसाब हेर्ने काममा जानुहुँदा लेखकले रकम पनि पठाइदिनुभयो । साथी भिक्षु धम्मिकलाई फेरि बुद्धगयामा भेटेको थिएँ । त्यही बेला उहाँले "मसँग बौद्ध जिज्ञासोत्तर एक प्रति पनि छैन, छ भने पठाउन" भन्नुभयो । तर अप्राप्य भै सकेको कुरा सुनेपछि पुनः प्रकाशन गर्ने अनुमति दिनु भयो । त्यही अनुरूप २५५३ औं बुद्धजयन्तीको उपलक्ष्यमा ५००० प्रति छपाई भएको थियो । पुनः पुस्तक अभाव भएकोले र केही थप गर्नु परेको हुनाले १००० प्रति छपाई भै रहेको छ । त्यसको लागि चन्दा दिनुहुने श्रीमती सरला राना, 'कोषाध्यक्ष' मंगल बुद्ध विहार, ग्रीनफ़ोर्ड लंडन लाई धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

पुस्तक सच्याई दिनुहुने दरबार हाइस्कूलका पूर्व प्रधानाध्यापक सुवर्ण शाक्य, भाषा परिमार्जनको साथै प्रुफ हेरिदिनुहुने त्रिभुवन विश्वविद्यालयका सह प्राध्यापक वटुकृष्ण भूषणज्यूलाई पनि धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

Dhamma.Digital

अब पाठक हुने अवसर प्राप्त तपाईंहरूले यस पुस्तकको शुद्ध अशुद्ध भन्दा पनि भित्र लेखिएका कुराहरूलाई राम्रोसंग पढी बुद्धधर्म के हो ? भन्ने कुरालाई राम्ररी बुझ्न सक्नुहोस् यही मेरो कामना हो। भवतु सब्ब मंगलं ।

बुद्ध जयन्ती २५६३ **भिक्षु मैत्री**
May 2019 अध्यक्ष
अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध समाज, लुम्बिनी

https://dhamma.digital

मेरो दुई शब्द

गत साल २०१० मा म दुई हप्ताको लागी सिङ्गापुरमा भिक्षु धम्मिकज्यूको विहारमा बसेको थिएँ र उहाँले अंग्रेजीमा लेख्नुभएको "Good Question Good Answer" पुस्तक नेपालीमा अनुवाद गर्न अनुरोध गर्नुभयो । उहाँको प्रियवचनलाई स्वीकारी मलेसिया हुँदै थाईल्यान्ड फर्के र तुरून्तै यो किताव अनुवाद गर्न सुरू गरें । साथै बैङ्ककमा एक जना नेपाली साथीले टाईप गरी सहयोग गर्नुभयो । किताब छाप्न नपाउँदै केही महिनापछि म अष्ट्रेलिया गएँ । त्यसपछि अमेरिकामा वर्षावासको लागि आएँ र यहाँको समर स्कूलमा अध्यापन गर्दै व्यस्त भएँ । केही महिनापछि भिक्षु धम्मिकज्यू (सिङ्गापुर) बाट ई-मेल पाएँ र किताब छाप्न अनुरोध गर्नुभयो । हुन त आधा भन्दा बढी यो पुस्तक स्वस्तिरत्न शाक्यज्यूबाट पहिलेनै नेपाली भाषामा अनुवाद भैसकेको थियो र बाँकी अंशहरू जस्तै- ध्यान, भिक्षु र भिक्षुणीहरू, बुद्धधर्मका ग्रन्थहरू, इतिहास र विकास, साथै अरू बाँकी अंशहरू मैले अनुवाद गरी पूरा गरिदिएँ ।

पुरानो पि. डि. एफ्. फाइल, भिक्षु मैत्री, लुम्बिनीबाट पठाई सहयोग गर्नुभएकोमा कृतज्ञ छु । डा. भिक्षु पञ्ञामूर्तिज्यूबाट प्रशंसा र नेपालदेखि नरेश महर्जनज्यू (किपू) बाट उत्सुकतापूर्वक सहयोग पाएर नै यो पुस्तक पूरा गर्न सफल भएँ । अन्त्यमा सिङ्गापुरका साथीहरूबाट पनि उत्साहपूर्ण चिठीपत्र पाउँदा धेरै खुसी लाग्यो र यो पुस्तक छपाई गरी सहयोग गरेकोमा धेरै साधुवाद ।

भिक्षु सुमनकीर्ति
बोस्टन, अमेरिका

https://dhamma.digital

प्रकाशकीय

यो प्रश्न ? उत्तर नामक प्रस्तुत पुस्तक बाहिरबाट हेर्दा जति सानो र सामान्य देखिन्छ भित्री पानाहरू पल्टाएर हेर्दा यसले पाठकहरूलाई बुद्ध धर्मको बारेमा ज्ञान दिन्छ र मनको जिज्ञासाहरूलाई मेटाई आँखा खोलि दिनमा ठूलो भूमिका खेलेको छ।

भगवान बुद्धले दुःखबाट मुक्त हुन र सुख शान्ति प्राप्त गर्नको लागि आठ वटा मार्गहरू देखाउनु भएको थियो । यी मार्गहरूलाई शील (सही आचरण) समाधि (ठीक अभ्यास) र प्रज्ञा (सही ज्ञान) गरी तीन भागमा विभाजन गरिएको छ । यी तीन मार्गहरू मध्ये यस पुस्तकले प्रज्ञा उत्पन्न गराउने काम गरेको छ।

यस पुस्तकका लेखक तथा अनुवादक श्रद्धेय भिक्षु भन्तेज्यूहरू साथै प्रकाशन गर्नमा सहयोग गरीदिनु हुने गुरुमां क्षान्तिवतीज्यूमा वन्दना साथै सुझाव दिनु हुने सरला रानाज्यू, देव बहादुर रानाज्यू र मंगल बुद्ध बिहार लण्डनका इन्द्रशक भन्तेज्यू साथै पुस्तक प्रकाशन गर्न व्यवस्थापकीय भूमिका निभाउनु हुने Dhamma Digital परिवार र मंगल बुद्ध विहारका कार्य समितिलाई पनि साधुवाद टक्र्याउन चाहन्छु।

श्री बुद्धि गाहा

सदस्य - मंगल बुद्ध बिहार, ग्रीनफोर्ड, लण्डन

जन्म स्थान : पाल्पा, नेपालमा बसाईं : बुटवल

हाल : लण्डन

https://dhamma.digital

विषय सूचि

विषय	पृष्ठ
१. बुद्धधर्म के हो ?	१
२. बुद्धधर्मका मौलिक सिद्धान्तहरू	१३
३. बुद्धधर्म र ईश्वरवाद	१९
४. पञ्चशील	२४
५. पुनर्जन्म	३०
६. ज्ञान र करूणा	४२
७. शाकाहारी	४६
८. भाग्य र दुर्दशा	४८
९. बौद्ध हुनु	५१
१०. ध्यान	५४
११. भिक्षु र भिक्षुणीहरू	६१
१२. बुद्धधर्मका ग्रन्थहरू	६५
१३. इतिहास र विकास	७१

Dhamma.Digital

https://dhamma.digital

Dhamma.Digital

https://dhamma.digital

१. बुद्धधर्म के हो ?

प्रश्न – बुद्धधर्म के हो ?

उत्तर– "बोधि" शब्दबाट बुद्ध शब्द निष्पन्न भएको हो जसको अर्थ हुन्छ 'बोध हुनु' अर्थात् "ब्यूँझनु" । त्यसैले बुद्धधर्मको अर्थ ब्यूँझाउने धर्म हुन आउँछ । यसरी बुद्धधर्म एउटा 'बोध गराउन' अर्थात् 'ब्यूँझाउने' दर्शनशास्त्र हो । यो दर्शनशास्त्रको उत्पत्ति बुद्ध कहलिएका महामानव सिद्धार्थ गौतमको अनुभवबाट भएको हो । बुद्धधर्म प्रवर्तन भएको अहिले २५९८ वर्षमा प्रवेश भएको छ । र विश्वभरमा लगभग ३० करोड यसका अनुयायीहरू भइसकेका छन् । सय वर्षअघिसम्म पनि यो प्रमुख एशियाली दर्शनमात्र भएर सीमित रहेको थियो । तर हाल, यसले युरोप तथा अमेरिकाको पनि समर्थन प्राप्त गरी सकेको छ । र प्रचूर मात्रामा यसका अनुयायीहरू बढ्दै गइरहेका छन् ।

प्रश्न – त्यसो भए के बुद्धधर्म खालि एउटा दर्शन (Philosophy) मात्र हो त ?

उत्तर– दर्शनशब्दको अंग्रेजी रूपान्तर फिलोसोफि हो । यो (Philosophy) दुईवटा शब्दहरूबाट बनेको छ । एउटा 'फिलो' (Philo) (Love) र अर्को 'सोफिया' (Sophia) जसको अर्थ हुन्छ 'ज्ञान' (Wisdom) तसर्थ फिलोसोफि भनेको 'ज्ञानप्रतिको प्रेम' हो । यी दुवै अर्थले बुद्धधर्मको यथार्थ वर्णन गरेको छ । बुद्धधर्मले हामीहरूलाई आफ्नो (Philosophy) (दर्शन) बौद्धिक क्षमता पूर्णरूपमा विकसित गर्दै लैजानेतर्फ कोशिश गर्नुपर्दछ भन्ने शिक्षा दिन्छ । जसबाट हामीहरू यसलाई प्रष्ट रूपमा बुझ्न सक्दछौं । यसले हामीहरूलाई माया-दयाको अभिवृद्धि गर्दै लैजानु पर्ने

https://dhamma.digital

कुराको पनि शिक्षा दिन्छ जसले गर्दा हामी सबैको सामू एउटा सच्चा मित्र बन्न सक्दछौं । त्यसैले बुद्धधर्म एउटा दर्शन हो । किन्तु यो एउटा दर्शन मात्र नभएर यो त सर्वोत्तम दर्शन नै हो ।

प्रश्न– बुद्ध को थिए ?

उत्तर– ईसा पूर्व ५६३ मा नेपालको लुम्बिनी अञ्चलको कपिलवस्तुका राजपरिवारमा एउटा बालकको जन्म भएको थियो । ऐश आराम र सुखमा हुर्केर ठूलो भएपछि उनले सांसारिक ऐश आराम तथा संरक्षणले अनन्त सुख प्राप्त नहुने कुरा थाहा पाए । आफूले चारैतिर देखेका दुःख कष्टबाट उनी अत्यन्त विचलित भएका थिए । उनी मानवमात्रको सुखको उपाय पत्ता लगाउनमा तल्लीन भएका थिए । जब उनन्तीस वर्षका भए तब उनले आफ्नी अर्धाङ्गिनी र पुत्रलाई त्यागेर त्यसबेलाका ठूला ठूला धार्मिक गुरूहरूबाट शिक्षा ग्रहण गर्न उनीहरूको आश्रममा बसी अभ्यास गर्न थाले । उनीहरूले उनलाई धेरै शिक्षा दिएतापनि वास्तविक रूपमा मानव दुःखका कारणहरू के हुन् र त्यसमाथि कसरी विजय प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउन सकेका थिएनन् । यस्तै क्रमले लगातार ६ वर्षसम्मको अध्ययन तथा ध्यान चिन्तनद्वारा उनले अनुभव प्राप्त गरे जसबाट अज्ञानता हराउँदै गयो र उनलाई अचानक सबै कुराको बोध भयो । त्यसै दिनदेखि उनी 'बुद्ध' अथवा 'ब्यूँझेको' भनी कहलाइए । यसपछि उनी अरू ४५ वर्षसम्म बाँचे । त्यो समयमा उनले आफूले पत्ता लगाएका ज्ञान अरूलाई पनि शिक्षाको रूपमा दिँदै उत्तर भारतभरि यात्रा गरे । उनको करूणा र धैर्यले निक्कै नै प्रसिद्धि प्राप्तगऱ्यो । उनले लाखौंको संख्यामा आफ्ना अनुयायीहरू बनाए । अन्तमा उनले आफ्नो अस्सी वर्षको बुढेसकालमा अस्वस्थ हुँदाहुँदै पनि सुख र शान्तिका साथ देहत्याग गरे ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : के आफ्नी पत्नी र छोरालाई त्याग्नु बुद्धको लागि अनुत्तरदायी कार्य थिएन र ?

उत्तर : बुद्धको लागि आफ्नो परिवार त्याग्नु कदापि सजिलो भएको थिएन होला । अवश्य पनि गृहत्याग गर्नुभन्दा अघि धेरै समयसम्म उनी चिन्तित र गृहत्यागमा हिच्किचिएका थिए होलान् । तर उनको निमित्त आफूलाई आफ्नो परिवारमा समर्पित रहने हो कि सारा विश्वको लागि नै आफू समर्पित हुने हो भन्ने ठूलो चुनौती रहेको थियो । अन्तमा आफ्नो महाकरूणाले सम्पूर्ण विश्वको लागि नै आफूलाई समर्पित गराए । अझै पनि उनको त्यागले सम्पूर्ण विश्वलाई हित भइरहेकै छ । सायद आजसम्ममा कसैले गरेका त्यागहरू मध्ये यो नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण त्याग थियो होला ।

प्रश्न : बुद्धको मृत्यु भइसकेको छ, उनले हामीहरूलाई कसरी मद्दत गर्न सक्लान् ?

उत्तर : फाराडे भन्ने व्यक्ति जसले विद्युत्‌को आविष्कार गरे त्यो व्यक्तिको मृत्यु भइसकेको छ । तर उनले आविष्कार गरेको बस्तुले हामीहरूलाई आजसम्म पनि सहयोग पुऱ्याइरहेको छ । लुइस् पाश्चर- जसले धेरै रोगहरूको औषधिको आविष्कार गरे, उनको पनि मृत्यु भइसक्यो । तर उनका औषधिको आविष्कारहरूले आजसम्म पनि धेरै मानिसहरूको जीवन रक्षा भइरहेको छ । लियोनार्दो द भिन्ची जसले कलाका अद्वितीय कृतिहरूको रचना गरे । उनको पनि मृत्यु भइसक्यो । तर उनले रचना गरेका कलाकृतिहरूले अझै पनि त्यस क्षेत्रमा प्रेरणा र आनन्द दिने गरेको छ । महान् तथा वीर पुरूषहरूको शताब्दिऔं पहिले नै मृत्यु भइसकेको भए पनि उनीहरूले प्राप्त गरेका उपलब्धिहरू पढ्दा उनीहरूले गरे जस्तै कार्य गर्नमा प्रेरित भइन्छ । हो बुद्धको

https://dhamma.digital

पनि देहावसान भइसक्यो, तर २५५३ वर्ष पछि आजसम्म पनि उनका उपदेशहरूले सहयोग गरिरहेकै छन् । उनको उदाहरणले मानिसहरूलाई अझै प्रेरणा दिइरहेकै छ र उनका उपदेशहरूले जीवनलाई नै परिवर्तन गरिरहेको छ । आफ्नो मृत्युपछि पनि शताब्दियौंसम्म यस्तो हुन सक्ने शक्ति बुद्धमा मात्र छ ।

प्रश्न : के बुद्ध ईश्वर थिए ?

उत्तर : अहँ ! कदापि थिएनन् । उनले आफू ईश्वर हुँ अथवा ईश्वरपुत्र अथवा ईश्वरको दूत हुँ भन्ने कुरासम्मको पनि कहिल्यै दावी गरेनन् । उनी केवल एउटा मानवमात्र थिए, जसले आफै ज्ञान प्राप्त गरी सर्वज्ञ भएका थिए । उनको अनुशरण गरेको खण्डमा हामीहरू पनि सबै कुराको ज्ञाता भई बुद्ध बन्न सक्नेछौं भनी बुद्धले उपदेश दिनुभएको थियो ।

प्रश्न : यदि बुद्ध ईश्वर होइनन् भने उनलाई मानिसहरूले किन पूजा गर्दछन् ?

उत्तर : पूजा विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । कसै-कसैले जब पूजा गर्दछन् तब प्रशंसा र सत्कार गर्दछन्, भेटी चढाउँदछन् र आफू माथि दया राख्न आग्रह गर्दछन् । त्यसबेला उनीहरू भगवान्‌ले आफ्नो प्रशंसा सुन्दछन्, आफूले चढाएको बस्तु ग्रहण गर्दछन् र उनीहरूको प्रार्थनाको जवाफ दिन्छन्- भन्ने कुरामा पूर्ण विश्वास राख्दछन् । बौद्धहरू यस्तो प्रकारको पूजामा फँस्न चाहँदैनन् ।

अर्को प्रकारको पूजामा-हामीले मन पराएका व्यक्तिलाई वा मन पराएको वस्तुलाई सम्मान प्रकट गर्ने गर्दछौं । जब गुरु कक्षाभित्र आउनुहुन्छ हामी सबै उठ्दछौं । जब हामीले ठूला बडालाई भेट्दछौं हामी उनीहरूलाई प्रणाम गर्दछौं । जब राष्ट्रिय

https://dhamma.digital

गान हुन्छ हामी ठूलो सम्मानका साथ उठ्दछौं । यी सबै सत्कार तथा पूजाका भाव हुन् र यसले ती मानिस वा वस्तुप्रतिको चाहना दर्शाउँदछन् । यस प्रकारको पूजाको अभ्यास बौद्धहरू गर्दछन् । दुइवटा हात हल्कासाथ आफ्नो काखमा राखी अति करुणाका साथ मुस्काइरहेको बुद्धको मूर्तिले हामीहरूलाई आफूभित्र शान्ति र प्रेमको विकास गर्नमा प्रयत्न गर्ने प्रेरणा दिलाउँछ । धूपको सुवासले हामीहरूलाई चारैतिर फैलिने पुण्यको प्रभावको सम्झना गराउँदछ । बत्तीले ज्ञानको ज्योति र पुष्पहरूले तुरुन्तै ओइलाउने र मृत्यु हुने अस्थिरताको सम्झना गराउँदछन् । जब हामी निहुरेर ढोग्दछौं तब हामीहरूले उहाँको उपदेशबाट प्राप्त शिक्षाको लागि कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं । यही हो बौद्धहरूले गर्ने पूजाको प्रकृति वा स्वभाव ।

प्रश्न : तर बौद्धहरूले मूर्तिहरूको पूजा गर्छन् भनी मानिसहरूले भन्ने गरेको मैले सुनेको छु । के यो सत्य हो ?

उत्तर : यस्ता कुराहरूमा भ्रमको आभास हुन्छ, नबुझ्नेले मात्र यस्तो कुरा गर्ने गर्दछन् । शब्दकोषको परिभाषा अनुसार मूर्ति भन्दा "एउटा प्रतिमा वा मूर्ति जसलाई ईश्वरको रूपमा पूजा गरिन्छ" भन्ने हुन्छ । हामीहरूले थाहा पाइनै सक्यौं कि बौद्धहरूले बुद्धलाई ईश्वर भनी मान्दैनन् । त्यसैले उनीहरूले एउटा काठको टुक्रा वा धातुको टुक्रालाई ईश्वर हो भनी मान्नु सम्भव होला र ? सबै धर्मले विभिन्न विचारहरूलाई बुझाउन प्रतीक चिन्हहरू प्रयोग गर्दछन् । ताओ धर्म दुई परस्पर लिङ्गीहरूका बीचमा समानता बुझाउन यिङ्ग याङ्गको प्रयोग गर्दछन् । सीख धर्ममा तरवारलाई आध्यात्मिक संघर्षको प्रतीक भनी प्रयोग गरिन्छ । इशाई धर्ममा माछा यशुमसीहको उपस्थितिको प्रतीक र क्रसलाई उहाँको त्याग

https://dhamma.digital

वा बलिदानको प्रतीक स्वरूप प्रयोग गरिन्छ । अनि बुद्धधर्ममा बुद्धको प्रतिमालाई मानवीय आदर्शता (सबैकुरा जान्ने) को प्रतीकको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । बुद्धको मूर्तिले हामीहरूलाई बुद्धका उपदेशहरूमा मानवीय पक्ष वास्तवमा बुद्धधर्म ईश्वरमा केन्द्रित नरही मानिसहरूमा केन्द्रित छ । ज्ञान र बुद्धिको निमित्त बाहिरबाट होइन भित्री हृदयबाट हेर्नुपर्छ भन्ने सम्झना गराउँदछ । त्यसैले बौद्धहरू मूर्तिको पूजा गर्दछन् भन्ने कुरा ठीक छैन ।

प्रश्न : मानिसहरूले बौद्ध मन्दिरहरूमा किन अनौठा प्रकारका कार्यहरू गर्ने गर्दछन् ?

उत्तर : कुरा नबुझेपछि धेरै कुराहरू हामीलाई अनौठो लाग्नु स्वाभाविक हो । त्यस्तो अनौठो लाग्ने कुराहरूलाई त्याग्नु भन्दा पनि तिनीहरूको अर्थ के हो भन्ने पत्ता लगाउने कोशिश गर्नुपर्दछ । जे भएपनि यो सत्य हो कि कुनै कुनै यस्ता व्यवहार र चलनहरू छन्, जुन बुद्धका उपदेशहरूमा आधारित भन्दा पनि अन्धविश्वास र अनभिज्ञताबाट उत्पन्न भएका छन् र त्यस्तो अनभिज्ञता बुद्धधर्ममा मात्र पाइने होइन सबै धर्महरूमा समय समयमा उत्पन्न हुन्छन् । बुद्धले यस विषयमा पूर्ण व्याख्या गरी प्रष्टसँग शिक्षा दिनुभएको छ । यसमा कसैले पनि पूर्ण रूपमा बुझ्न सक्तैन भने बुद्धलाई दोष दिन मिल्दैन । बौद्ध ग्रन्थमा एउटा भनाई छ- यदि रोग लागेको एउटा मानिसले आफ्नो नजीकमा बैद्य छँदाछँदै पनि औषधि उपचार गराउँदैन भने यसमा त्यो बैद्यको के दोष ? त्यसरी नै अन्धकाररूपी क्लेश व्याधिले ग्रस्त भई आकुल व्याकुल भइरहेका मानिसहरूले बुद्धको मद्दत लिन खोज्दैनन् भने त्यो दोष बुद्धको होइन ।

https://dhamma.digital

न त बुद्धधर्म वा अरू कुनै धर्मलाई त्यस्ता मानिस, जसले धर्मको सही अभ्यास नै गर्दैन भने उसले त्यसलाई जाँच्न पनि सक्तैन । यदि तपाईंले बुद्धधर्मको वास्तविक शिक्षा जान्ने इच्छा राख्नुहुन्छ भने बुद्धवचन पढ्नुहोस् वा बुद्धधर्मलाई सही अर्थमा बुझ्नेहरूसँग कुराकानी गर्नुहोस् ।

प्रश्न : यदि बुद्धधर्म त्यत्तिको असल छ भने केही बौद्ध मुलुकहरू किन गरीब छन् ?

उत्तर : यदि गरीबको अर्थ आर्थिक दृष्टिकोणले लिने हो भने सत्य हो कि केही बौद्ध मुलुकहरू गरीब छन् । तर यदि गरीब भन्नाले जीवनको गरीबी गुण सम्झनु हुन्छ भने सायद केही बौद्ध मुलुकहरू असाध्य धनी छन् । उदाहरणको लागि अमेरिका आर्थिक दृष्टिकोणले धनी तथा शक्तिसम्पन्न मुलुक हो । तर त्यहाँको अपराध दर संसारको सबै मुलुकहरूमा भन्दा बढी छ- लाखौंको संख्यामा बुढाबुढीहरूलाई आफ्ना छोराछोरीहरूले वास्ता गर्दैनन् । अनि एक्लोपनमा नै बृद्ध आश्रमहरूमा मर्दछन् र त्यहाँ घरायसी कलह र बाल अपराध जस्ता ठूला समस्याहरू छन् । प्रत्येक तीन विवाहमध्ये एउटा पारपाचुकेमा टुङ्गिन्छ र वेश्यावृत्ति प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । पैसाको सम्बन्धमा त धनी छन् । तर जीवनको गुण दृष्टिमा भने गरीब छन् । अब बर्मालाई लिउँ - जुन आर्थिक दृष्टिकोणमा पछाडि छ । आमाबाबुहरूलाई आफ्ना छोराछोरीहरूले आदर सत्कार गर्दछन्, अपराधको दर तुलनात्मक दृष्टिले कम छ । पारपाचुके तथा आत्महत्या जस्ता शब्दहरू प्रायः सुन्न पनि पाइँदैन । यी घरायसी बिद्रोह तथा बालअपराध र अश्लील तस्वीर तथा वेश्यावृत्तिको स्वीकृत्तिको अस्तित्व नै छैन । आर्थिक दृष्टिकोणले पछाडि अवश्य छ तर जीवनको

https://dhamma.digital

गुण भने सायद अमेरिकाको भन्दा धेरै उच्चस्तरको छ । यदि आर्थिक रूपमा मात्र बौद्ध देशहरूलाइ जाँच्ने हो भने आज भोलि संसारमा सबैभन्दा धनी तथा आर्थिक दृष्टिकोणले क्रियाशील देशहरू मध्ये जापान पनि एक हो जहाँको जनसंख्याको ९३% ले आफूलाई बौद्ध ठानेका छन् ।

प्रश्न : बौद्धहरूले परोपकारी कार्यहरू गरे भन्ने प्रायः कुरा सुनिदैन । यो किन हो ?

उत्तर : शायद यसो हुनु बौद्धहरूले आफूले गरेको असल कार्यको प्रशंसा गराउन नचाहेकोले होला । केही वर्षअघि जापानका बौद्ध नेता निक्खो निर्वानोले अन्तर धर्म समन्वयको प्रवर्द्धन गरे वापत् टेम्पलटन पुरस्कार प्राप्त गरेका थिए । त्यसरी नै थाइलैण्डका एक बौद्ध भिक्षुलाई हालसालै लागू पदार्थ दुर्व्यसनीहरूको हितमा प्रशंसनीय काम गरेवापत अति सम्मानित म्याग्सेसे पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । सन् १९८७ मा थाइलैण्डका अर्का बौद्ध भिक्षु श्रद्धेय कान्तयापिवातलाई ग्रामीण क्षेत्रमा घरविहीन केटाकेटीहरूलाई सहयोग गर्ने कार्यमा धेरै वर्ष बिताए वापत् नर्वेको बाल शान्ति पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । अनि फेरि पश्चिमी बौद्ध निकायहरूले भारतमा रहेका गरीबहरूका लागि गरिएको बृहत् सामाजिक कार्यहरूको बारेमा के छ त ? भनौं भने तिनीहरूले धेरै विद्यालयहरू, शिशु स्याहार केन्द्रहरू, औषधालयहरू र आत्मनिर्भरताका लागि साना स्तरका उद्योगहरू खोलिदिएका थिए । बौद्धहरू आफ्नो धार्मिक अभ्यासलाई अरू धर्महरूमा जस्तै उद्गार प्रकट गर्नलाई मात्र अरूलाई मद्दत गरेको हेर्न चाहन्छन् । तर उनीहरू यस्तो कार्य शान्तपूर्वक तथा आत्मप्रशंसा बिना गर्नुपर्छ भन्ने विश्वास गर्दछन् । त्यसैकारण

https://dhamma.digital

तपाईंहरूले उनीहरूको परोपकारी कार्यहरूको बारेमा धेरै कुरा सुन्नु हुन्न ।

प्रश्न : किन बुद्धधर्म धेरै प्रकारका छन् त ?

उत्तर : चिनी धेरै प्रकारका हुन्छन्, खैरो चिनी, सेतो चिनी, दानादार चिनी, ढुङ्गे चिनी, झोल र जमाएको चिनी आदि । तर यी सबै चिनी नै हुन् र सबै गुलिया नै हुन्छन् । यसलाई विभिन्न प्रकारको रूपमा बनाइन्छन् । ता कि यसलाई विभिन्न किसिममा प्रयोग गरिन्छ । बौद्धधर्ममा थेरवाद बुद्धधर्म, जेन बुद्धधर्म, शुद्ध भूमिको बुद्धधर्म (तिब्बती), योगाचार बुद्धधर्म र वज्रयान बुद्धधर्म छन् । तर ती सबै नै बुद्धधर्म हुन् र सबैमा एकै किसिमको आनन्द पाइन्छ– त्यो हो स्वतन्त्रताको स्वाद । बुद्धधर्म धेरै प्रकारले प्रादुर्भाव भएको छ ता कि यसले विभिन्न किसिमका सँस्कृतिहरूसँग मेल खान सकोस् र आफ्नो अस्तित्व कायम राखोस् । प्रत्येक पिंढीसित मेल खाँदै जाने किसिमले यस धर्मलाई शताब्दीयौंदेखि पुनर्ब्याख्या गर्दै आइरहेका छन् । बाहिरबाट हेर्दा यी विभिन्न प्रकारका बुद्धधर्म फरक फरक जस्तो लाग्दछ । तर ती प्रत्येकको केन्द्रबिन्दु चतुरार्यसत्य र आर्यअष्टाङ्गिक मार्ग नै हुन् । बुद्धधर्ममा समावेश गरिएका सबै मुख्य मुख्य धर्महरू विभिन्न यान र निकायहरूमा विभाजित भएका छन् । तर ती विभिन्न यान र निकायहरूका बीच झगडा कहिल्यै भएको छैन, आपसमा वैमनष्यतासम्म पनि कहिल्यै प्रकट गरेनन् र आजसम्म पनि एक अर्काको मन्दिरमा जाने गर्दछन् । यस्तै आपसमा मिलेर पूजाआजा गर्दछन् । यस्तो किसिमको धैर्य तथा समझदारीपन निश्चय पनि दुर्लभ नै होला ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : तपाईं बुद्धधर्मलाई निश्चय पनि उच्च विचारमा राख्नु हुन्छ । तपाईले आफ्नो धर्म मात्र ठीक र अरू सबै धर्महरू गलत भनी ठान्नुहुन्छ होला जस्तो मलाई लाग्दछ ।

उत्तर : कुनै पनि बौद्ध जसले बुद्धको उपदेश राम्ररी बुझेको हुन्छ, अरूको धर्मलाई गलत भनी विचारै गर्दैन । त्यसरी नै अरूको धर्म जाँच्न उदार हृदयले सत्प्रयास गर्ने प्रत्येकले पनि यस्तो विचार गर्न सक्तैन । विभिन्न धर्महरूको अध्ययन गर्दा सबैभन्दा पहिलो कुरा तपाईंले तिनीहरूको आपसी कुराहरू समान छन् भन्ने थाहापाउनु हुन्छ । मानिसहरूको हालको अवस्था सन्तोषजनक छैन भन्ने कुरा सबै धर्महरूले स्वीकारेका छन् । मानिसको अवस्था सुधार गर्नका लागि मनोवृत्ति र आचरण बदल्नुपर्छ भनी सबै धर्मले विश्वास गर्दछन् । सबैले माया, दया, धैर्य, उदारता, सामाजिक उत्तरदायित्व बोध हुने शिक्षा दिन्छन् र सबैले केही यथार्थ रूपमा अस्तित्व रहेको मान्दछन् । तिनीहरूले यस्ता बस्तुहरूलाई वर्णन गर्न विभिन्न भाषा, विभिन्न नाम र विभिन्न चिन्हहरू प्रयोग गर्दछन्, यस्तो त्यसबेला गरिन्छ जब तिनीहरू संकुचित विचारले, धार्मिक असन्तुष्टि, घमण्ड र आफ्नै कुरा ठीक हो भन्ने एकोहोरो दृष्टिमा अडिग रहन्छन् । एउटा प्याला हेरिरहेको एकजना अंग्रेज, एकजना फ्रान्सेली, एकजना चिनियाँ र एकजना इण्डोनेशियालीलाई सम्झनुहोस् । अंग्रेजले भन्दछ, "यो एउटा कप हो ।" एकजना फ्रान्सेलीले जवाफ दिन्छ, "होइन यसो होइन यो एउटा तासे हो ।" चिनियाले आफ्नो विचार प्रकट गर्दछ, "तिमीहरू दुवै गलत । यो एउटा पेई हो ।" अनि इण्डोनेशियाली उनीहरूदेखि हाँस्दै भन्न थाल्दछ "तिमीहरू त कस्ता मूर्ख रहेछौ । यो त एउटा कावान हो ।" अंग्रेजले एउटा शब्दकोष लिन्छ र अरूलाई देखाउँदै भन्न थाल्दछ" यो

https://dhamma.digital

एउटा कप हो भनी प्रमाणित गर्न म सक्दछु । मेरो शब्दकोषमा यस्तै छ । "त्यसो भए तिम्रो शब्दकोष नै गलत छ" किनभने मेरो शब्दकोषमा प्रष्टसँग लेखेको छ कि यो एउटा 'तासे' भनी फ्रान्सेली भन्दछ । चिनियाले तिनीहरूलाई तुरुन्तै टोक्न थाल्छ" मेरो शब्दकोष तिमीहरूको भन्दा हजारौं वर्ष पुरानो हो, त्यसैले मेरो शब्दकोष पक्कै ठीक हुनुपर्छ । त्यसमाथि पनि अरू भाषाभन्दा पनि धेरैले चिनिया भाषा बोल्ने हुँदा यो एउटा 'पेई' नै हुनुपर्दछ ।" तिनीहरू आपसमा वादविवाद गरी आफ्नो आफ्नो तर्क गरिरहेको बेला एउटा बौद्ध आउँछ र कपबाट पिउँछ । त्यसपछि उनीहरूलाई भन्दछ "तपाईंहरू एउटा कप, एउटा तासे, एउटा पेई अथवा एउटा कावान जेसुकै भन्नुहोस् यसको उद्देश्य त प्रयोग गर्नु हो । आफ्नो तर्क बन्द गरी पिउनुहोस्, वादविवाद बन्द गरी आफ्नो तिर्खा मेटाउनुहोस् र शान्त पार्नुहोस् ।" अरूको धर्महरूप्रति बौद्धको भावना यस्तो छ ।

प्रश्न : के बुद्धधर्म वैज्ञानिक छ ?

उत्तर : यस प्रश्नको उत्तर दिनुभन्दा पहिले हामीले विज्ञानको परिभाषा जान्नु उत्तम हुनेछ । शब्दकोष अनुसार विज्ञान भनेको "एउटा पद्धतिमा बाँधेर राख्न सकिने ज्ञान, जुन साधारण प्राकृतिक नियमहरू बनाउने, वास्तविकतालाई हेर्ने र परीक्षणमा निर्भर गर्दछ ।

यो ज्ञानको त्यस्तो हाँगा हो जसको विषयमा यथार्थ रूपमा अध्ययन गर्न सकिन्छ ।" यहाँ बुद्धधर्मका केही पक्षहरू छन् जुन यस परिभाषामा गाभ्न सकिँदैन । तर बुद्धधर्मको मुख्य शिक्षा चतुआर्य सत्य भने अवश्य पनि मिल्दछ । दु:ख, पहिलो आर्यसत्य एउटा अनुभव हो जसलाई परिभाषित गर्न सकिन्छ,

https://dhamma.digital

अनुभव गर्न सकिन्छ र परिणाम निकाल्न सकिन्छ । दोस्रो आर्यसत्य अनुसार दुःखको प्राकृतिक कारण छ, तृष्णा- जसलाई पनि परिभाषित गर्न सकिन्छ, अनुभव गर्न सकिन्छ र परिणाम निकाल्न सकिन्छ । दुःखलाई भौतिक तत्वको विचारधारा अनुसार बुझाउने प्रयास गरेको देखिँदैन । तेस्रो आर्यसत्य अनुसार दुःखको अन्त्य हुन्छ- कुनै दैवी शक्तिको शरण परेर होइन, विश्वासको भर परेर पनि होइन अथवा प्रार्थनामात्र गरेर पनि होइन । खाली सरल तरिकाले यसका कारणहरूलाई हटाएर । यही हो यथार्थ सत्य । दुःख हटाउने बाटो बनेको चौथो आर्यसत्यले एकचोटि फेरि भौतिक **तत्व**हरूको सट्टा विशिष्ट तरीकाको व्यवहारमा भर पर्दछ । फेरि व्यवहारलाई पनि जाँचेर हेर्न सकिन्छ । बुद्धधर्मले विज्ञानले जस्तै सर्वशक्तिमान् विचारधारासित सम्बन्धित प्राकृतिक नियमहरूका शब्दहरूमा ब्रम्हाण्डको उत्पत्ति तथा कार्यविवरणको व्याख्या गर्दछ ।

यी सबैले निश्चय पनि वैज्ञानिक भावनाको प्रदर्शन गर्दछन् । त्यसमा पनि बुद्धले उपदेशमा निरन्तर भन्नुहुने, सबैकुरा आँखा चिम्लेर विश्वास नगरी प्रश्न गरेर जाँचेर हेर, बुझेर हेर र आफ्नै अनुभवमा भर पर्नुपर्छ भन्ने उपदेश पूरा वैज्ञानिकताको घेराभित्र पर्दछ । उहाँ भन्नुहुन्छ- "देखीआएकोमा वा परम्परामा मात्र नलाग, हल्लामा नलाग । पवित्र धार्मिक पुस्तकहरूमा मात्र नलाग, सुनेको भरमा मात्र वा तर्कमा मात्र नलाग, अरूको भनाइमा वा अरूको योग्यतामा र ऊ मेरो गुरु हो भन्ने विचारमा मात्र नलाग । जब तिमी आफैले यो बस्तु राम्रो छ, यसलाई दोष दिने ठाउँ छैन, यसलाई बुद्धिमान्हरूले प्रशंसा गर्छन् र यसलाई अभ्यास गरी हेर्‍यौं भने सुखतिर डोर्‍याउँछ भन्ने लाग्छ भने मात्र त्यो कुराको अनुसरण गर ।"

https://dhamma.digital

त्यसकारण हामी यो भन्न सक्दछौं कि बुद्धधर्म पूरा वैज्ञानिकमात्र नभई यसमा अवश्य पनि बलियो वैज्ञानिक धुन छ र यो अवश्य पनि अरू कुनै पनि धर्मभन्दा बढी वैज्ञानिक छ । बीसौं शताब्दीका सबैभन्दा ठूला वैज्ञानिक अलवर्ट आइन्सटाइनले बुद्धधर्म सम्बन्धमा भन्नुभएको कुरा अति महत्वपूर्ण छ । "भविष्यको धर्म ब्रम्हाण्डको धर्म हुनेछ । यसले व्यक्तिगत ईश्वरको पछि लगाउनेछ, यसले विना प्रश्न विश्वास गरिने प्रथा, ईश्वरको प्रकृति र धार्मिक अनुष्ठान सम्बन्धी शास्त्रहरू त्याग्नेछ । प्राकृतिक र आध्यात्मिक दुवै पक्षलाई समेटी यी सबै बस्तुहरूको अनुभव, प्राकृतिक तथा आध्यात्मिक र एउटा अर्थपूर्ण एकताबाट उत्पन्न धार्मिक चेतनामा आधारित हुनुपर्दछ । बुद्धधर्मले यस वर्णनको जवाफ दिन्छ - यदि आधुनिक विज्ञान-जगत्को आवश्यकतासँग मेल खाने कुनै धर्म छ भने त्यो बुद्धधर्मनै हुनेछ ।"

२. बुद्धधर्मका मौलिक सिद्धान्तहरू

प्रश्न : बुद्धका मुख्य उपदेश के के हुन् ?

उत्तर : बुद्धका सबै जसो उपदेशहरू चतुआर्यसत्यमा केन्द्रित छन् । जसरी एउटा चक्रको मध्यमा त्यसका सबै सुइहरू र घेरा केन्द्रित हुन्छन् त्यसरी नै आर्यसत्यहरू चारवटा छन् । त्यसैले 'चतुर' भनिएको हो । तिनीहरूलाई जसले राम्ररी बुझ्दछ त्यसलाई ज्ञानी बनाइदिन्छ । त्यसैले आर्य भनिएको हो । र यिनीहरू सत्य छन् तथा वास्तविकतासित मिल्दछन् । त्यसैले तिनीहरूलाई "सत्य" भनिएको हो ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : पहिलो आर्य सत्य कुन हो ?

उत्तर : जीवन नै दुःख हो भन्ने पहिलो आर्य सत्य हो । बाँच्नको निमित्त दुःख गर्नुपर्छ । कुनै किसिमको दुःखको अनुभव विना बाँच्नु असम्भव छ । हामीहरूले रोग ब्याधि, घाउ, चोट, थकावट, बुढ्यौली तथा अन्त्यमा मृत्यु जस्ता शारीरिक दुःख भोग्नुपर्दछ र हामीहरूले एक्लोपन, आत्म असन्तोष, डर, त्रास, मानसिक चिन्ता, हतोत्साह, रीस आदि जस्ता मानसिक दुःखहरू पनि सहनुपर्दछ ।

प्रश्न : के यो केही मात्रामा निराशावादी छैन ?

उत्तर : निराशावादलाई शब्दकोषले परिभाषित गरेको छ कि "जुनसुकै कुरा हुन्छ भने त्यो खराब नै हुनेछ भनेर सोच्ने बानी" अथवा "असलभन्दा पनि खराब बढी शक्तिशाली छ भन्ने विश्वास ।" बुद्धधर्मले यो कुराको शिक्षा दिँदैन । न त यसले सुखको अस्तित्व छ भनी अस्वीकार नै गर्छ । यसले सरल तरिकाले भन्दछ कि जिउनु भनेको नै शारीरिक तथा मानसिक दुःखको अनुभव गर्नु हो । जुन कुरा एकदमै सत्य तथा एकदमै अवश्यम्भावी छ कि यसलाई अस्वीकार गर्न नै सकिँदैन । धेरैजसो धर्महरूको सारभूत विचारधारा पौराणिक कथा हो । एउटा परम्परागत कथा अथवा विश्वास जसलाई केलाएर हेर्न कठिन छ वा असम्भव छ । झूठो प्रमाणित गर्न नसकिने सत्य, सबैले जानेको कुरा, सबैले अनुभव गरेको र त्यसलाई जित्न सबैले कोसिश गरिरहेको अनुभवबाट बुद्धधर्मको प्रारम्भ हुन्छ । त्यसैले बुद्धधर्म मात्र वास्तवमा विश्वधर्म हो । किनभने यसले प्रत्येक मानवसित सम्बन्धित दुःख र त्यसलाई कसरी त्याग्ने भन्ने कुरामा भित्रसम्म प्रवेश गरेको छ ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : दोस्रो आर्यसत्य कुन हो ?

उत्तर : 'सबै दुःख तृष्णाको कारणले नै पैदा हुन्छ' भन्ने कुरा दोस्रो आर्यसत्य हो । यदि हामीहरूले मानसिक दुःखलाई हेर्‍यौं भने तृष्णाको कारणले यो कसरी हुन्छ भन्ने कुरा हेर्न सजिलो हुन्छ ।

जब हामीहरू कुनै कुराको चाहना गर्छौं, त्यसबेला त्यसलाई पाउन सकेनौँ भने असन्तुष्ट भएको थाहा पाउँछौं । जब आफूले आशा गरेसम्म बाँचोस् भन्ने हामी आशा राख्दछौँ पछि त्यस्तो भएन भने असहाय र निराश भएको अनुभव गर्छौं । जब हामीहरूलाई अरूले मन पराउन् भन्ने चाहन्छौं तर उनीहरूले त्यसो गर्दैनन् भने आफूमाथि आघात परेको अनुभव गर्छौं । कहिलेकाहीँ हामीले केही कुराको चाहना गर्छौं र प्राप्त गर्न सक्यौं भने पनि त्यसले सुखको बाटोमा डोर्‍याउन सक्दैन, किनकि धेरै समय नबित्दै त्यो वस्तु हाम्रो निमित्त निरस भएको आभाष हुन्छ, त्यसप्रति मोह हटेर जान्छ र अरू नै वस्तुको चाहनातिर मन दौडिसकेको हुन्छ । यसलाई सजिलो किसिमले भन्ने हो भने हामीले इच्छा गरेका वस्तु पाउँदा पनि त्यसले सुख दिन्छ भन्ने कुनै भरोसा हुँदैन भन्नु नै दोस्रो आर्यसत्यको भनाइ हो । लगातार आफूले चाहेका वस्तुहरू प्राप्त गर्नमा संघर्ष गरिरहनु भन्दा पनि आफ्ना इच्छालाई समयानुकूल ढाल्ने कोशिश गर । चाहनाले हामीहरूलाई संतुष्टी र सुखबाट टाढा लैजान्छ ।

प्रश्न : चाहना र तृष्णाले शारीरिक दुःखतिर कसरी लैजान्छ ?

उत्तर : यस्तो गर्ने त्यस्तो गर्ने भन्ने जीवनभरको चाहना र तृष्णाले खास गरी तृष्णा बढ्दै गएपछि एउटा यस्तो शक्तिको सृजना गर्छ जसको कारण मानिसले पुनर्जन्म लिनुपर्ने हुन्छ ।

https://dhamma.digital

जब हामी फेरि जन्मन्छौं, हाम्रो शरीर हुन्छ अनि हामीले अघि नै भनिहाल्यौं कि शरीरमा सजिलै घाउचोट, रोगब्याधि लाग्दछ, कामले यो शिथिल हुनसक्छ, यो वृद्ध हुँदै जान्छ र अन्तमा मृत्यु हुन्छ । यसकारण तृष्णाले शारीरिक दुःखको बाटोमा डोऱ्याउँछ किनभने यसले हामीलाई पुनर्जन्म लिनुपर्ने गराउँछ ।

प्रश्न : ती सबै नै ठीक छन् । तर यदि हामीले एकैसाथ चाहनाको लगाम बन्द गऱ्यौं भने कहिल्यै पनि केहीपनि प्राप्त गर्न सक्दैनौं ।

उत्तर : सत्य हो । तर बुद्धले के उपदेश दिनुभएको छ भने जब हाम्रो इच्छा, तृष्णा, आफूसँग जे छ त्यसबाट लगातार हुने हाम्रो असन्तुष्टि अनि हामीहरूको अझ धेरै धेरै प्राप्त गर्ने इच्छाले हामीलाई दुःख हुन्छ भने यस्तो कार्य गर्ने कामबाट हामी रोकिनुपर्छ । उहाँले हामीहरूलाई भन्नुहुन्छ कि हामीलाई के आवश्यक छ र हामी के चाहन्छौं छुट्याउनु र हामीहरूको आवश्यकताको लागि कोशिश गर्नू अनि आफ्नो चाहनालाई सोही अनुरूप विचार गर्नू । उहाँ भन्नुहुन्छ की हामीहरूको आवश्यकता पूरा हुन सक्तछ, तर हाम्रा चाहनाहरू भने पिंध नभएको खाडल जस्तो असीमित छन् । कुनै कुनै नभइ नहुने आवश्यकता छन्, मौलिक छन् र प्राप्त गर्न सकिन्छ अनि यसको प्राप्तिका लागि काम गर्नुपर्छ । यसभन्दा बाहेकका इच्छाहरू विस्तारै विस्तारै घटाएर लानुपर्दछ । आखिरमा जीवनको उद्देश्य के हो र ? इच्छित वस्तु प्राप्त गर्नु अथवा सन्तुष्ट हुनु र सुखी हुनु हो ।

प्रश्न : तपाईले पुनर्जन्मको कुरा गर्नुभयो तर त्यस्तो हुन्छ भन्ने कुनै प्रमाण छ र ?

उत्तर : यस्ता कुरा हुन्छन् भन्ने प्रशस्त प्रमाणहरू छन् तर यस सम्बन्धमा विस्तृत रूपमा पछि हेर्नेछौं ।

https://dhamma.digital

प्रश्न– तेस्रो आर्यसत्य कुन हो ?

उत्तर– दुःखलाई जित्न सकिन्छ र सुख प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने तेस्रो आर्यसत्य हो । चार आर्यसत्यहरू मध्ये यही नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण हो किनकि यसैमा बुद्धले पुनर्विश्वास दिलाउनु भएको छ कि वास्तविक सुख र सन्तुष्टि यसैमा सम्भव छ । जब हामी काम नलाग्ने तृष्णालाई त्याग्दछौं र प्रत्येक दिनको हरपल अस्थिर चाहनाहरू विना नै सुखी साथ बाँच्न सिक्छौं र धैर्यका साथ जीवन त्रास विना घृणा र रीस विना समस्याहरू झेल्दै जीवनले दिने अनुभवहरू लिँदै बाँच्न सिक्छौं तब हामी खुशी र स्वतन्त्र हुनेछौं । अनि त्यसबेला मात्र हामी पूर्ण जीवननिर्वाह गर्न सक्छौं । किनभने हामीलाई हाम्रो स्वार्थी चाहनाले सन्तुष्ट गर्ने चिन्ताबाट ग्रस्त गर्न छोडिसकेको हुन्छ तब हामीले अरूलाई सहयोग गर्ने र उनीहरूको आवश्यकता पूरा गर्ने धेरै समय पाउँदछौं । यसै अवस्थालाई निर्वाण भनिन्छ । हामीहरू मानसिक दुःखबाट पनि मुक्ति पाउँदछौं । यसैलाई अन्तिम निर्वाण भनिन्छ ।

प्रश्न : निर्वाण के हो र कहाँ छ ?

उत्तर : यो एउटा समय र आकाशभन्दा पनि पछाडिको आयतन हो । यसैकारण यस विषयमा कुराकानी गर्नु वा सोच्नु पनि गाह्रो छ । समय, आकाश र आयतनको विषय मात्र भन्ने शब्दहरू छन् वा विचार गर्न सुहाउँछन् । तर किनभने निर्वाण भनेको कालभन्दा पनि पर भएकोले त्यसमा गति छैन । यसकारण क्रमशः बूढो हुने वा मर्ने भन्ने नै हुँदैन । त्यसकारण निर्वाण भनेको अनन्त हो किनकि यो आकाशभन्दा पनि विशाल भएकोले यसमा कुनै हेतु छैन, कुनै सीमा छैन, आत्मपनको सिद्धान्त छैन र अनात्म छ ।

यसकारण निर्वाण अनन्त र शून्य छ । बुद्धले हामीहरूलाई

https://dhamma.digital

विश्वास दिलाउनु भएको छ कि निर्वाण भनेको एउटा अनन्त सुखको अनुभव हो । उहाँ भन्नुहुन्छ- निब्बाणं परमं सुखं । "निर्वाण भनेको महासुख हो ।" – **धम्मपद २०४**

प्रश्न- तर के यस्तो अवस्थाको अस्तित्व छ भन्ने त्यस्तो केही प्रमाण छ ?

उत्तर- छैन । त्यस्तो केही छैन । तर यसको अस्तित्व छ भन्ने कुरा निष्कर्षमा ल्याउन सकिन्छ । यदि त्यहाँ एउटा आयतन छ जहाँ समय र आकाशलाई चाल्न सकिन्छ तब त्यहाँ त्यस्तो आयतनयुक्त संसारमा भने हामीहरू यो निष्कर्ष निकाल्न सक्दछौं कि यहाँ एउटा आयतन छ जहाँ समय र आकाशलाई चलाउन सकिन्न त्यो हो निर्वाण । हामीहरूले प्रमाणित गर्न नसकेपनि निर्वाणको अस्तित्व छ । हामीहरूमा यसको अस्तित्व छ भन्ने बुद्धवचन पनि छ ।

बुद्धले उपदेश दिनुभएको छ- "त्यहाँ एउटा जन्म नभएको, नबनाइएको, सम्मिश्रण नगरिएको कुरा छ । यदि त्यस्तो छैन भने यो जन्म नभएको, नबनाइएको, नमिसिएको अवस्थामा जन्मिने, हुने, बनाइने, सम्मिश्रणबाट टाढा हुने बनाउन सकिन्न र छुटकारा पाउन सकिन्न । तर त्यहाँ यस्तो जन्म नभएको, नबनाइएको, नमिश्रित अवस्था भएकोले नै जन्म भएर आउने, बनाइने र समिश्रण गरिनेबाट टाढा हुने कुरा थाहा दिएको हो ।"

यसलाई तब हामी थाहा पाउँछौं जब प्राप्त गर्छौं । त्यस समयसम्म आफै निरन्तर अभ्यास गरिरहन सक्छौं ।

https://dhamma.digital

३. बुद्धधर्म र ईश्वरवाद

प्रश्न– के बौद्धहरू ईश्वरमा विश्वास गर्दछन् ?

उत्तर– होइन, हामी गर्दैनौं । यसमा धेरै कारणहरू छन् । बुद्धले आधुनिक समाजशास्त्री तथा मनोवैज्ञानिकले जस्तै धार्मिक भावनाहरू विशेष गरी ईश्वरवाद डर–त्रासबाट सृष्टि हुन्छ भन्ने विश्वास गर्नुहुन्थ्यो । बुद्ध भन्नुहुन्छ– "भयले ग्रस्त भएपछि मानिसहरू पवित्र हिमालयमा, पवित्र उद्यानहरूमा, पवित्र वृक्षहरू र देवस्थलहरूमा जान्छन् ।"

आदिवासीहरूले खतरनाक तथा अमैत्रीपूर्ण संसारमा सारा जंगली जन्तुहरूको भययुक्त आफूलाई पुग्ने प्रशस्त आहारा खोज्न घाउचोट अथवा रोगब्याधि, निरन्तर बज्रपात, चट्याङ्ग र ज्वालामुखीको विष्फोट जस्ता प्राकृतिक प्रकोपहरूको सामना गरे । आफूलाई असुरक्षित पाएर ईश्वरको भावना सृजना गर्न थाले ताकि राम्रा दिनहरूमा आराम पाउन सकियोस्, खतराको समयमा साहस आओस् र आफ्नो काम बिग्रेको बेलामा सान्त्वना मिलोस् । आजसम्म पनि तपाईंले थाहा पाउनु भएको होला कि संकट परेको बेला मानिसहरू धर्ममा बढी केन्द्रित देखिन्छन् र जीवन निर्वाह गर्नेबेला ईश्वरमा विश्वास राख्नाले ईश्वरले बल प्रदान गर्दछन् भन्ने बयान सुनिन्छ । उनीहरूले एउटा विशेष ईश्वरमाथि विश्वास गरेको सुनिन्छ । किनभने आवश्यक परेको बेला आराधना गर्दा उनीहरूको प्रार्थना अनुसार फल मिलेको थियो । यी कुराहरूले बुद्धको उपदेशलाई समर्थन गरेको देखिन्छ कि भय र असन्तुष्टिको बेलामा ईश्वरप्रतिको भावना प्रकट हुन्छ । आफ्नो भयलाई बुझ्नुपर्दछ, आफ्नो इच्छा कम गर्नुपर्छ र आफूले

https://dhamma.digital

बदल्न नसकिने कुराहरूलाई चूपचाप तथा साहसिक ढंगबाट स्वीकार गर्नुपर्छ भन्ने उपदेश बुद्धले हामीलाई दिनुभएको छ । उहाँले भयलाई अविवेकपूर्ण विश्वासभन्दा विवेकपूर्ण समभ्कदारीमा बदल्नुभएको छ । बुद्धले ईश्वरको विश्वास नगर्नु भएको दोस्रो कारण यो हो कि यस विचारको समर्थनलाई टेवा दिने कुनै पनि प्रमाणहरू प्राप्त भएका देखिँदैनन् । धर्म धेरै प्रकारका छन् । सबैले आफ्नो पवित्र धार्मिक पुस्तकमा मात्र ईश्वरका वाक्यहरू सुसंचित छन्, उनीहरूले मात्र ईश्वरको स्वभाव बुझ्न सकेका छन्, उनीहरूको धर्ममा ईश्वर भएको र अरूको धर्ममा ईश्वर नभएको दाबी गर्दछन् । कसै-कसैले ईश्वर पुरुष भएको कसैले उनलाई स्त्रीस्वरूप र कसैले उभयलिङ्गी भएको दावी गर्दछन् । तिनीहरू सबै आ-आफ्ना ईश्वरको अस्तित्व भएको प्रमाणित गर्ने प्रशस्त प्रमाणहरू भएकोमा सबै विश्वस्त छन् । तर अरू धर्महरूमा अर्कै ईश्वरको अस्तित्व छ भन्ने प्रमाणित गर्ने प्रमाणहरूमा भने अविश्वास गरी उनीहरू प्रति हाँस्ने गर्दछन् । त्यति धेरै विभिन्न धर्महरूले आफ्नो ईश्वरको अस्तित्व प्रमाणित गर्ने त्यति धेरै शताब्दीहरू बिताउँदा पनि अझसम्म कुनै सत्य, ठोस, सारपूर्ण अथवा झूठो प्रमाणित गर्न नसकिने प्रमाणहरू पाउन नसक्नु यो के आश्चर्यको कुरा होइन र ? त्यस्ता प्रमाणहरू अगाडि नआएसम्म बौद्धहरूले यस विषयमा आफ्ना निर्णयलाई स्थगित राख्दछन् । बुद्धले ईश्वरमा विश्वास नगरेको तेस्रो कारण- विश्वास आवश्यक छैन भन्ने हो । ब्रम्हाण्डको सृष्टिको वर्णन गर्नको लागि एउटा ईश्वरमा विश्वास राख्नु आवश्यक छ भनी कसै कसैले दावी गर्छन् तर यसो होइन । विज्ञानले ईश्वरवादको विचार अगाडि नराखिकन नै ब्रम्हाण्डको सृष्टि कसरी भएको थियो भन्ने कुरो सबैलाई चित्त बुझ्दो किसिमले वर्णन गऱ्यो । कसै कसैले सुखी

https://dhamma.digital

तथा अर्थपूर्ण जीवनको निमित्त ईश्वरमा विश्वास हुनु आवश्यक छ भन्ने दावी गर्छन् । यसो होइन भनेर फेरि पनि हामी भन्न सक्छौं ।

बौद्धहरूको त के कुरा यहाँ लाखौंको संख्यामा आस्तिक तथा स्वतन्त्र विचारकहरू पनि छन् जो ईश्वरको विश्वास बिना नै उपयोगी, सुखी तथा अर्थपूर्ण जीवन निर्वाह गरिरहेका छन् । कसै कसैले मानिस कमजोर भएकोले आफ्नो मद्दत आफैले गर्ने शक्ति नभएकोले ईश्वरको शक्ति आवश्यक छ भन्ने दावी गरेका छन् । फेरि पनि यस प्रमाणले उल्टोतिर केन्द्रित गर्दछ र देखाउँदछ । ईश्वरमा विश्वास नगरिकन नै आफ्ना आन्तरिक स्रोतहरू र तिनीहरूको आफ्नो प्रयासबाट नै ठूल्ठूला असमर्थता, भय, ठूल्ठूला कठिनाइहरू पार गरेका मानिसहरूबाट धेरै जसो सुनिन्छ ।

कसै कसैले मानिसको मुक्तिको लागि ईश्वरको आवश्यकता भएको ठान्दछन् । यदि मुक्तिको धार्मिक सिद्धान्त स्वीकार गरेमा मात्र यो तर्क सफल हुन्छ तर बौद्धहरू यस्तो सिद्धान्त स्वीकार गर्दैनन् । आफ्नै अनुभवको आधारमा बुद्धले देख्नुभयो कि प्रत्येक मानिससँग मन शुद्ध गर्ने, असीम दया र करुणाको विकास तथा यथार्थ बोध गर्ने क्षमता छ । उसले आफ्नो ध्यान स्वर्गबाट हृदयमा तान्यो र आत्मबोधबाट आफ्ना समस्याहरू समाधान गर्ने साहस हामीहरूलाई दियो ।

प्रश्न– यदि ईश्वर नै नभएको भए ब्रम्हाण्ड कसरी भयो ?

उत्तर : सबै धर्महरूका आफ्नै परम्परा र कथाहरू छन् जसले यस प्रश्नको जवाफ दिनेछन् । प्राचीनकालमा मानिसहरूले थाहा नपाएको कारणले त्यस्ता पौराणिक कथाहरू नै प्रशस्त

https://dhamma.digital

थिए । तर बीसौं शताब्दीमा भौतिक शास्त्र, नक्षत्र विज्ञान र पृथ्वी विज्ञानको युगमा त्यस्ता पौराणिक कथाहरूलाई वैज्ञानिक तथ्यहरूले उछिने । विज्ञानले ब्रम्हाण्डको सृष्टिबारे ईश्वर भावनामा नलागेर नै वर्णन गरेको छ ।

प्रश्न : ब्रम्हाण्डको उत्पत्तिबारे बुद्धले के भन्नुभएको छ ?

उत्तर : बुद्धले ब्रम्हाण्डको उत्पत्तिबारे गर्नुभएको व्याख्या वैज्ञानिक दृष्टिकोणमा धेरै नजिक भएको र अत्यन्त चाखलाग्दो छ । अगञ्ञ सुत्तमा बुद्धले विश्वको नाश भएको र लाखौं वर्षको समयमा पुनः वर्तमान अवस्थामा प्रादुर्भाव भएको कुरा वर्णन गर्नुभएको छ । पानीको सतहमा पहिलो जीवको उत्पत्ति र फेरि असंख्य लाख वर्षमा सरल ढंगबाट असाधारण जीवहरूको प्रादुर्भाव हुन्छ । यी सबै विधिहरू शुरु र अन्त्य विनाका हुन् र प्राकृतिक कारणहरूबाट अस्थिर छन् ।

प्रश्न : तपाईं भन्नुहुन्छ कि ईश्वरको अस्तित्वको कुनै प्रमाणहरू नै छैनन् । तर अनौठा घटनाहरूबारे के विचार छ त ?

उत्तर : यहाँ अनौठा घटनाहरू घट्नु नै ईश्वरको अस्तित्वको प्रमाण हो भनी विश्वास गर्नेहरू धेरै नै छन् । रोग चट्टै निको भयो भनी एकदमै दाबी गरेको कुरा त हामी सुन्दछौं । तर एकजना डाक्टर वा सर्जनको एउटा स्वतन्त्र प्रमाण भने कहिल्यै पनि पाउँदैनौं । हामीले फलानो भयंकर खतराबाट अनौठो ढंगले बच्यो रे भन्ने अरूहरूबाट सुन्दछौं तर वास्तवमा के भएको थियो भन्ने देख्नेको बयान कहिल्यै पाउँदैनौं । हामीहरूले प्रार्थना गर्दा रोगीको शरीरमा शक्ति प्रदान भयो वा एउटा निकम्मा भएको अंगमा बल आएर पूर्ण निको भयो भन्ने हल्ला सुन्दछौं । तर हामीहरूले

https://dhamma.digital

कहिल्यै पनि एक्सरे हेर्दैनौं वा डाक्टर वा नर्सको टिप्पणी सुन्दैनौं । त्यसै त्यसै एकदमै दावी गर्ने, अरूहरूबाट सुन्ने र हल्लाहरू ठोस प्रमाण विना लिन सकिन्न, अनौठा घटनाहरूको ठोस प्रमाण दुर्लभ प्रायः हुन्छ । तैपनि, कहिलेकाहीँ वर्णन नगरिएको कुरा हुन सक्दछ । आशा नगरिएको घटना घट्न सक्दछ, तर त्यस्ता कुराहरू वर्णन गर्ने हामीहरूको असमर्थताले ईश्वरको अस्तित्व छ भन्ने प्रमाणित गर्दैन । यसले हामीहरूमा ज्ञान अझै अपुरो छ भन्ने मात्र प्रमाणित गर्दछ । आधुनिक औषधिविज्ञानको विकास हुनुभन्दा पहिले जब मानिसहरूलाई सजायँ दिन ईश्वरले रोगलाई पठाइदिएको हो भन्ने विश्वास गर्दथे । आजभोलि रोग कसरी लाग्दछ भन्ने कुरा हामीलाई थाहा छ र रोग लागेको बेलामा औषधिको सेवन गर्दछौं । जब हामीहरूलाई यस संसारको पूरा ज्ञान हुन्छ त्यसबेला वर्णन नगरिएका घटनाहरू के कारणले हुन्छन् भन्ने कुरा बुझ्न समर्थ हुनेछौं, जसरी आजभोलि हामीहरूले रोग कसरी लाग्दो रहेछ भन्ने जान्दछौ ।

प्रश्न : तर त्यत्तिका मानिसहरूले ईश्वरको एक न एक रूपमा विश्वास गर्दछन् । यो त सत्य नै हुनुपर्छ ।

उत्तर : त्यसो होइन । त्यस्तो पनि समय थियो । जब प्रत्येकले पृथ्वी चेप्टो छ भन्ने विश्वास गर्दथे । तर तिनीहरू सबै गलत थिए । कतिजना मानिसहरूले त्यस कुरालाई विश्वास गर्दछन् भन्ने कुरा वा विचारले सत्यता वा असत्यतालाई नाप्न सकिँदैन ।

कुनै कुरा वा विचार सत्य हो वा झूठो हो भन्ने कुरा हामीहरूले भन्न सक्ने एउटा उपाय वा बाटो हो– वास्तविक घटनालाई तथा प्रमाणहरूलाई केलाएर हेर्नु ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : यदि बौद्धहरूले ईश्वरमाथि विश्वास गर्दैनन् भने केमा विश्वास गर्छन् त ?

उत्तर : हामी ईश्वरमा विश्वास गर्दैनौं किनभने हामी मानिसमा विश्वास गर्दछौं । प्रत्येक मानव अमूल्य र महत्वपूर्ण छ भन्ने विश्वास गर्दछौं किनकि सबैमा सर्वज्ञता बुद्धत्वको विकास गर्ने क्षमता छ । हामी विश्वास गर्दछौं कि मानिसले अज्ञानता र अविवेकीपनलाई हटाउन सक्छ र सबै कुराहरूलाई यथार्थ रूपमा हेर्न सक्छ । हामी विश्वास गर्दछौं कि घृणा, रीस, द्वेष ईर्ष्यालाई माया, धैर्य, उदारता र दयालुपनले बदल्न सकिन्छ । बुद्धको प्रातिहार्यको प्रेरणाले र बौद्ध अनुयायीहरूको निर्देशन तथा सहयोगमा मानिसले कोशिस गरेमा यी सबै कुराहरूलाई आफ्नो हातमा पार्न सकिन्छ भन्ने विश्वास गर्दछौं । आफैले बाहेक हामीलाई कसैले बचाउँदैन । न बचाउन सक्छ न बचाउँछ नै । हामी आफैले बाटोमा हिंड्नु पर्दछ । बुद्धले बाटो सफासँग देखाउनुभएको छ ।

– धम्मपद १६५

Dhamma Digital

४. पञ्चशील

प्रश्न : अरू धर्महरूमा कुन ठीक छ कुन गलत छ भन्ने कुरा ईश्वर वा ईश्वरहरूको वाणीबाट लिइन्छ । बौद्धहरू ईश्वरमा विश्वास गर्दैनन् त्यसकारण कुन ठीक कुन बेठीक भन्ने कुरा कसरी थाहा पाउन हुन्छ ?

उत्तर : लोभ, घृणा तथा भ्रमबाट उब्जेको कुनै पनि विचार, भाषण अथवा कार्यहरू निर्वाणमार्गबाट टाढा लाने हुँदा यी खराब छन् र कुनै पनि विचारहरू, भाषण अथवा कार्यहरू दान, प्रेम

https://dhamma.digital

र ज्ञानबाट उब्ज्यो भने निर्वाणमार्ग स्वच्छ पार्नमा मद्दत गर्ने हुँदा यी असल छन् । ईश्वरमा केन्द्रित धर्महरूमा कुन ठीक छ र कुन गलत छ भन्ने कुरा थाहापाउन तपाईंहरूलाई जे भनिएको छ सो गर्ने कोशिश गर्नुपर्दछ, तर बुद्धधर्म जस्तै मानव केन्द्रित धर्महरूमा भने के ठीक छ के ठीक छैन भन्ने थाहा पाउन आफै सचेत र आफैले बुझ्न सक्ने सोचाइको विकास गर्नुपर्छ । ज्ञान र विवेकमा आधारित व्यवहार हुकुमको प्रतिउत्तरमा गरिएको व्यवहारभन्दा बलियो हुन्छ । त्यसैले के ठीक के बेठीक भन्ने थाहा पाउन बौद्धहरूले तीनवटा कुराहरूमा विचार पुऱ्याउने गर्छन्– मनसाय, आफैमा पर्ने त्यस कार्यको प्रभाव र अरूहरूमा पर्ने कार्यको प्रभाव । यदि मनसाय असल छ भने (दान, प्रेम र ज्ञानमा आधारित) यदि यसले आफैलाई मद्दत गर्छ भने (मलाई धेरै दानी हुन सहयोग गर्छ, धेरै मायालु र ज्ञानी) र अरूलाई सहयोग गर्छ भने (उनीहरूलाई धेरै दानी हुन मद्दत गर्छ, धेरै मायालु बनाउँछ र धेरै ज्ञानी हुन्छ) तब मैले गरेका सबै कार्यहरू पूर्ण, असल तथा नैतिक हुन्छन् । हुनत यसमा धेरै नै अन्तरहरू छन् । कहिलेकाहीँ म सबैभन्दा असल मनसायबाट काम गर्छु, तर यो आफैलाई वा अरूलाई लाभकारी हुन नसक्ला ? कहिलेकाहीँ मेरो मनसाय असल हुनबाट धेरै टाढा होला, तर मेरा कार्यहरूले अरूहरूलाई कमसेकम सहयोग गर्लान् । कहिलेकाहीँ म राम्रै मनसायले कार्य गरूँला र मेरो कार्यले मलाई सहयोग पनि देला तर यसले सायद अरूहरूलाई केही दुःख होला । यस्तो अवस्थामा मेरा कार्यहरू मिश्रित हुन्छन् - एउटा असल र त्यतिको असल नभएको मिश्रण जब मनसायहरू खराब हुन्छन् र त्यो कार्यले न त मलाई मद्दत पुऱ्याउँछ न त अरूलाई मद्दत दिन्छ भने त्यस्तो कार्य खराब हो । अनि जब मनसाय राम्रो हुन्छ र मेरो कार्यले

https://dhamma.digital

आफू र अरू दुवैलाई लाभकारी हुन्छ भने त्यो कार्य पूर्णरूपमा असल छ ।

प्रश्न : त्यसो भए के बुद्धधर्ममा (नैतिकताको नियम) विनय छ त ?
उत्तर : छ, अवश्य पनि छ । पञ्चशील नै बौद्ध विनयको आधार हो । पहिलो शील हो- प्राणी हत्याबाट टाढा हुनु वा जीवित प्राणीलाई चोट नपुऱ्याउनु । दोस्रो हो- चोरीबाट टाढा हुनु, तेस्रो हो- व्यभिचारबाट टाढा हुनु, चौथो हो- झूठो बोल्नुबाट टाढा रहनु र पाँचौं हो- मद्यपान तथा अरू लागू पदार्थको सेवनबाट टाढा रहनु ।

प्रश्न : तर कहिलेकाहीँ मार्नु पनि असल हुन्छ । उदाहरणको लागि रोग फैलाउने किटाणुहरूलाई मार्नु वा त्यसलाई, जसले तपाईंलाई नै मार्नेछ । होइन र ?
उत्तर : तपाईंलाई यो कुरा राम्रो लाग्न सक्छ तर त्यो वस्तु वा प्राणीलाई कस्तो लाग्ला ? तिनीहरू पनि तपाईं जस्तै जीवन चाहन्छन् । जब तपाईं रोग फैलाउने कीरा मार्ने निर्णय लिनुहुन्छ, तब तपाईंको मनसाय सायद आफैसित सम्बन्धित (असल) र तुरून्त देखाएको प्रतिक्रिया (खराब) को एउटा मिश्रण होला । त्यस कार्यले तपाईं आफैलाई लाभकारी होला (असल) तर त्यस कीटाणुलाई भने अवश्य पनि लाभकारी हुने छैन । त्यसकारण कहिलेकाहीँ मार्नुपर्ने आवश्यक होला । तर यसो गर्नु पूर्णतयाः कहिल्यै पनि राम्रो हुने छैन ।

प्रश्न : तपाईं बौद्धहरू कमिला र उडुसहरूसम्मलाई पनि धेरै नै ख्याल राख्नु हुन्छ ।
उत्तर : बौद्धहरू कुनै पनि भेदभाव विना सबैलाई समेटेर करुणाको

https://dhamma.digital

विकास गर्ने कार्यमा दत्तचित्त हुन्छन् । तिनीहरूले यस संसारलाई नै एउटा पूर्ण एकतामा आबद्ध देख्दछन् जहाँ प्रत्येक वस्तु तथा जीवहरूको आफ्नै स्थान र कार्यहरू छन् । तिनीहरूको प्रकृतिको सुमधुर सन्तुलनलाई बिगार्नु वा नाश गर्नु भन्दा पहिले आफू एकदमै होशियार हुनुपर्दछ भन्ने कुरामा विश्वास राख्दछन् । हाम्रो त्यस्तो संस्कृतिलाई हेरौं त जुन प्रकृतिलाई सकेसम्म बढी शोषण गर्नेतिर जोड दिइएको देखिन्छ । केही पनि बाँकी नराखिकन अन्तिम थोपा सम्म निचोरेर लिने । यसमाथि विजय र दमन गर्ने आदि जस्ता कोप प्रकृतिले देखाउन थाल्यो । हावा पनि विषाक्त हुन थाल्यो, खोला नाला दूषित भई सुकेर गए । त्यत्तिका धेरै सुन्दर जनावरहरू दुर्लभ हुँदैछन् । हरियाली पहाडका भीरहरू उजाड भएर खिइँदै गए । हावापानी नै पनि बदलिरहेछ । यदि मानिसहरू मास्ने, नाश गर्ने र मार्ने काममा अलिकति कम मात्रामा मात्र उत्सुक भएका भए पनि यस्तो भयंकर अवस्थाको सृजना नै हुने थिएन होला । हामीहरू सबैले जीवनलाई अलि बढी मात्रामा आदर सत्कारको विकासगर्ने बाटोतिर लगाउनु पर्दछ ।

प्रश्न : झूठो बोल्ने बारे के छ त ? के झूठो नबोलिकन बाँच्न सम्भव छ ?

उत्तर : यदि झूठो नबोलिकन समाजमा वा व्यवहारमा बस्न साँच्चै नै असम्भव छ भने त्यस्तो दु:खदायी तथा भ्रष्ट अवस्थाको वातावरणलाई नै परिवर्तन गर्नुपर्दछ । बौद्धहरू त्यस्ता हुन् जसले बढी सत्य र विश्वासिलो हुने कोशिश गर्दै समस्याहरू समाधान गर्ने र बढी से बढी यथार्थ हुने प्रतिज्ञा लिन्छन् ।

प्रश्न : ठीक छ, मादक पदार्थको बारेमा के छ त ? कम मात्रामा सेवन गऱ्यो भने त हानी गर्दैन होला ?

उत्तर : मानिसहरू स्वादको लागि मादक पदार्थ सेवन गर्दैनन् ।

https://dhamma.digital

जब तिनीहरू एक्लै पिउँछन् त त्यो आफ्नो तनाव र चिन्ताहरूबाट छुटकारा पाउनको लागि पिउँछन् । तर जब सामूहिक रूपमा पिउँछन् भने त्यसले सेवन गर्ने बानी बसाल्छ । अलिकति मात्रामा भएपनि मादक पदार्थ सेवन गर्नाले आफ्नो चेतनामा धक्का लाग्छ र आफू सचेत रहनमा बाधा पुऱ्याउँदछ । धेरै मात्रामा सेवन गऱ्यो भने त त्यसको प्रभाव भयंकर नाशवान् नै हुनेछ ।

प्रश्न : तर एकदमै कम मात्रामा पिउनु एक सामान्य कुरो हो । यसरी थोरै पिउँदा शील भङ्ग हुँदैन होला, हुन्छ र ?

उत्तर : हो, यो त सानो कुरोमात्र हो । यदि सानो कुरो पनि त तपाईं अभ्यास गर्न सक्नुहुन्न भने तपाईंको लगनशीलता र प्रतिज्ञा अवश्य पनि खुकुलो हुनेछ, होइन र ?

प्रश्न : पञ्चशील नकारात्मक छ । त्यसले के के गर्नु हुँदैन भन्ने कुरा बताउँछ । तर के के गर्नु हुन्छ भन्ने कुरो बताउँदैनन् । के यो साँचो हो ?

उत्तर : पञ्चशील बौद्ध विनयका आधारहरू हुन् । त्यतिमात्र नै सबै होइनन् । हामीहरूले आफ्ना खराब आचरणहरू पत्ता लगाउँदै जान्छौं र त्यस्तो गर्नबाट रोकिने (बच्ने) कोशिश गर्छौं । यसैको लागि नै पञ्चशील आवश्यक भएको हो । खराब काम गर्न छोडेपछि असल कार्यगर्न शुरू गर्छौं । उदाहरणको लागि एक प्रसंग लिऔं । बुद्ध भन्नुहुन्छ कि- हामीहरूले झूठो बोल्नुबाट टाढा रहन शुरू गर्नुपर्दछ । त्यसपछि हामीहरूले सत्य बोल्नुपर्दछ । विस्तारै नम्र भएर बोल्नुपर्दछ र ठीक समयमा बोल्नुपर्दछ । उहाँ भन्नुहुन्छ– "झूठो बोल्न छोड्यो भने ऊ साँचो, भरपर्दो, विश्वासिलो, पत्याउँदो कुरा बोल्ने हुन्छ । उसले

https://dhamma.digital

विश्वलाई छकाउँदैन । कपटपूर्ण बोलि बोल्न छोड्यो भने उसले यता सुनेको कुरा उता दोहोऱ्याउने छैन नत मानिसहरूका बीचमा भेदभाव ल्याउने खालको उता सुनेको कुरा नै यता ल्याउने छ । उसले मेल नभएकाहरूलाई मिलाइ दिनेछ र दुबै साथीहरूलाई झन् नजिकमा ल्याइदिनेछ । समानता नै उसको खुशी हो । समानता नै उसको आनन्द हो । समानता नै उसको माया हो । यही नै उसको बोलीको मुख्य ध्येय हो । कर्कश बोलि त्याग्नाले उसको बोलि दोषरहित हुन्छ, सुन्नको लागि मधुर हुन्छ, स्वीकार योग्य हुन्छ, भित्र हृदयसम्म पुग्दछ, नम्र हुन्छ र सबैले मन पराउँदछन् । बकवास गर्न छोड्नाले ठीक समयमा जो ठीक छ, संक्षेपमा धर्म र विनयको बारेमा बोल्ने गर्छ । उसले संचित गर्न सक्ने, समयोचित, कारणयुक्त, राम्ररी व्याख्या गर्न सक्ने र ठीक ठीक शब्दहरू बोल्छ ।" - म.नि. १७९

प्रश्न : कसै कसैले भन्ने गर्छन् कि ईश्वर वा ईश्वरहरूको शक्तिको भर गरेरमात्र मानिस असल हुन्छ ।

उत्तर : यो सरासर असत्य हो । लाखौं लाख स्वतन्त्र विचारक र बौद्धहरू छन् जसका आचरण नम्र र असल छन् । आजभोलिको लागि मात्र होइन तर सधैं नै जसरी सर्वशक्तिमान् विश्वास गर्नेहरूका माझमा छन् । यदि तपाईं स्वच्छ हृदयले कोशिश गर्नुहुन्छ भने तपाईं आफ्नो आचरण शुद्ध गर्न सक्नुहुन्छ र यदि तपाईं पूर्णरूपमा शुद्ध हुन सक्नुभएन भने तपाईं निश्चय पनि अझ असल हुन सक्ने कोशिश गर्नुहुनेछ ।

https://dhamma.digital

५. पुनर्जन्म

प्रश्न : मानिस कहाँबाट आएको हो र कहाँ जाँदैछ ?

उत्तर : यस प्रश्नको तीन वटा सम्भाव्य उत्तरहरू छन् । व्यक्तिको सृजना हुनुभन्दा पहिले उसको अस्तित्व हुँदैन । ईश्वरको इच्छाबाट उसको जन्म हुन्छ भन्ने कुरा ईश्वर वा ईश्वरमा विश्वास राख्नेहरूले प्रायः जसो दाबी गर्दछन् । ऊ आफ्नो जीवन निर्वाह गर्दछ अनि आफूले विश्वास गरे अनुसार वा जीवनमा आफूले गरेको अनुसार कि त स्वर्गमा जान्छ कि त नरकमा । त्यहाँ अरूहरू पनि छन्- मानववादीहरू तथा वैज्ञानिकहरू जसले प्राकृतिक कारणहरूले गर्दा व्यक्तिहरूको जन्म हुन्छ भन्ने कुरा दावी गर्छन्, जिउँछन् अनि मरणसँगै अस्तित्व मेट्दछन् । बुद्धधर्मले यी दुवै व्याख्याहरूलाई स्वीकार गर्दैन । पहिलोले धेरै नै व्यावहारिक समस्याहरू खडा गर्दछ । यदि हामीहरू प्रत्येकलाई एउटा असल ईश्वरले साँच्चै नै सृजना गरेको हो भने यो बयान गर्न कठिन छ कि त्यति धेरैको संख्यामा किन मानिसहरू भयंकर विकृतिका साथ जन्म लिन्छन् वा त्यति धेरै संख्यामा बच्चा जन्मनु भन्दा अघि नै मर्छन् वा तैपनि जन्मन्छन् । अर्को ईश्वरवादी बयानमा समस्या यो छ कि पृथ्वीमा खालि ६० अथवा ७० वर्ष आफूले गरेको अनुचित कामको लागि नरकमा अनन्त दुःख सहनु पर्ने कुरा न्यायोचित भएन । ६० वा ७० वर्षको अविश्वास अथवा अनैतिक निर्वाहले अत्यन्त दुःख वेदना पाउन सक्दैन । त्यसरी नै ६० वा ७० वर्षको असल निर्वाहले स्वर्गमा धेरै कममात्रामा मात्र अनन्त सुख पाइन्छ ।

https://dhamma.digital

दोश्रो व्याख्या पहिलोभन्दा असल छ र यसलाई पुष्टी गर्ने धेरै प्रमाणहरू छन् तर अझै पनि धेरै महत्वपूर्ण प्रश्नहरूको जवाफ पाउन बाँकी नै छ । दुईवटा तन्तुहरू, वीर्य र अण्डाको साधारण संयोगबाट चेतना जस्तो आश्चर्यजनक जटिल प्राकृतिक घटनाको विकास कसरी हुन सक्छ ? अनि अब मनोविज्ञान विज्ञानको एउटा मान्यता प्राप्त शाखा भैसकेको छ । मानसिक विचारको आदान प्रदान जस्तो प्राकृतिक घटना मनको भौतिक ढाँचामा मिलाउन असाध्य कठिन हुन्छ । मानिस कहाँबाट आयो र ऊ कहाँ जाँदैछ भन्ने कुराको सबैभन्दा सन्तोषपूर्ण व्याख्या बुद्धधर्मले प्रदान गरेको छ । जब हाम्रो मृत्यु हुन्छ यस जीवनमा घटबढ प्राथमिकता, योग्यताका लक्षणहरूले विकसित तथा शर्तयुक्त मन पुनः प्रजननशील अण्डामा आफै स्थापित हुन्छ । यसरी व्यक्ति बढ्छ र पुनर्जन्म हुन्छ, दुवै लिएर आएका मानसिक लक्षणहरू र नयाँ वातावरणले शर्तयुक्त व्यक्तित्वको विकास हुन्छ । व्यक्तित्वको परिवर्तन हुनेछ र शिक्षा, पैतृक प्रभाव र समाज जस्ता कारणहरूले गर्दा चेतनशील प्रयासबाट परिलक्षित हुन्छ । मृत्यु एकपटक फेरि नयाँ प्रजननशील अण्डामा आफसेआफ पुनःस्थापित हुन्छ । मृत्यु र पुनर्जन्मको यस प्रक्रिया, तृष्णा र अज्ञानता जस्ता कारणहरू सत्य नभएसम्म निरन्तर रहिरहने छन् ।

जब ती तृष्णा र अज्ञानता खतम हुन्छन् । जन्म हुनको सट्टा मन त्यस अवस्थामा प्रवेश हुन्छ जसलाई निर्वाण भन्दछन् र बुद्धधर्मको अन्तिम लक्ष्य र जीवनको मूल उद्देश्य पनि यही हो ।

प्रश्न : मन एउटा शरीरबाट अर्को शरीरमा कसरी जान्छ ?

उत्तर : यसलाई रेडियो तरङ्ग जस्तै हो भनी विचार गर्न सकिन्छ । रेडियो तरङ्ग जुन कि शब्दहरू र संगीतबाट बनेको हुँदैन बरु

https://dhamma.digital

विभिन्न फ्रिक्वेन्सीमा रहेको शक्तिको प्रसारण हुन्छ र संगीत रूपमा प्रसारण भएको ठाउँबाट आकर्षित हुन्छ र रिसिभरले समात्छ । मनमा पनि ठीक यस्तै हुन्छ । मृत्युमा पनि मानसिक शक्ति आकाशमार्गबाट यात्रा गर्दै प्रजननशील अण्डामा आकर्षित हुन्छ र त्यसबाट समातिन्छ । जीवकोष बढ्दै गएर यो मस्तिष्कमा आफै केन्द्रित हुन्छ, पछि गएर आफै नयाँ व्यक्तित्वमा प्रसारित हुन्छ ।

प्रश्न : के प्रत्येक मानिसको पुनर्जन्म सँधै मानिस भएर नै हुन्छ ?

उत्तर : होइन । यहाँ पुनर्जन्म हुन सक्ने धेरै क्षेत्रहरू छन् । कसै कसैको स्वर्गमा पुनर्जन्म हुन्छ । कसै कसैको नरकमा पुनर्जन्म हुन्छ । कसैको भोकाएका भूतको रूपमा पुनर्जन्म हुन्छ आदि । स्वर्ग भन्दाखेरि कुनै एक ठाउँ होइन तर अस्तित्वको एउटा अवस्था हो जहाँ एक अलौकिक शरीर हुन्छ र जहाँ मनले मुख्यतया खुशियालीको अनुभव गर्छ । कुनै कुनै धर्मले भूलले यसलाई परन्तुसम्म टिक्ने अवस्था हो भन्ने विश्वासमा स्वर्गिक अस्तित्वमा पुनर्जन्म हुन ठूलो कोशिश गर्छ तर यस्तो होइन । शर्तयुक्त अवस्थाहरू जस्तै स्वर्ग पनि अस्थिर छ र जब एकको आयु सकिन्छ, तब मानिसको रूपमा फेरि पुनर्जन्म हुन सक्दछ । नर्क पनि त्यसरी नै एउटा ठाउँ होइन तर एउटा अस्तित्वको अवस्थाको जहाँ एकको अलौकिक शरीर हुन्छ र त्यहाँ मनले मुख्यतया दुःख तथा चिन्ताको अनुभव गर्छ । भोकाएका भूतप्रेत हुनुपनि फेरि एउटा अस्तित्वको अवस्था हो जहाँ शरीर अलौकिक हुन्छ र मन निरन्तर चाहना र असन्तुष्टीबाट पीडित हुन्छ ।

त्यसैले स्वर्गिक प्राणीले मुख्यतया आनन्दको अनुभव गर्छ । नरकका प्राणीले र भूतप्रेतले मुख्यतया दुःखकष्टको अनुभव गर्छ तथा मानव प्राणीले साधारणतया दुवै मिश्रणको अनुभव गर्छ ।

https://dhamma.digital

त्यसैले मानवीय क्षेत्र र अरू क्षेत्रहरूमा मुख्य फरक हो- शरीरको किसिम र अनुभवको गुण ।

प्रश्न : हाम्रो पुनर्जन्म कहाँ हुन्छ भन्ने कुरालाई निर्धारण गर्ने आधार के हो ?

उत्तर : हाम्रो कहाँ पुनर्जन्म हुन्छ र हाम्रो जीवन कस्तो हुन्छ भन्ने कुरामा प्रभाव पार्ने सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा कर्म हो- तर यही एउटा मात्र चाहिँ होइन । कर्म शब्दले "कार्य" भन्ने जनाउँदछ र हाम्रो मनसायको मानसिक कार्यलाई संकेत गर्दछ । अर्को शब्दमा भन्ने हो भने अहिले हामी के छौं भन्ने कुरा बितेका बेलामा हामीले कसरी बिचार गर्‍यौं र कार्य गर्‍यौं भन्ने कुराले धेरैजसो निर्धारित गर्दछ । त्यसरी नै अहिले हामी कसरी विचार गर्छौं र के कार्य गर्छौं भन्ने कुराले भविष्यमा हामी कस्तो हुनेछौं भन्ने कुरामा प्रभाव पार्छ ।

नम्र र दयावान् व्यक्ति स्वर्गमा पुनर्जन्म हुने हुन्छ अथवा सुखी अनुभवहरूले भरपूर भएको एउटा मानव जस्तै हुन्छ । महत्वाकांक्षी, चिन्तित अथवा एकदमै निर्दयी किसिमको व्यक्ति नरक क्षेत्रमा पुनर्जन्म हुने अथवा दुःखै दुःखको अनुभवले पूर्ण एउटा मानव जस्तै हुन्छ । कहिल्यै पनि सन्तुष्ट हुन नसक्ने बृहत् तृष्णा, मोह र बढी महत्वाकांक्षी व्यक्तिको पुनर्जन्म भोकाएको भूतप्रेतको रूपमा हुन्छ अथवा त्यो माया र इच्छाबाट असन्तुष्ट मानिस जस्तै हुन्छ । यस जीवनमा जस्तोसुकै मानसिक बानीहरू बलियै किसिमले विकास भएको भएपनि अर्को जीवनमा पनि रहिनै रहने छ । जे भएपनि धेरै जसो मानिसहरू मनुष्यकै रूपमा पुनर्जन्म लिन्छन् ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : त्यसकारण हामीहरू आफ्नो कर्मद्वारा निर्धारित होइनौं । हामी यसलाई बदल्न सक्छौं ।

उत्तर : सायद हामी सक्छौं । त्यसैले आर्यअष्टांगिक मार्गको एउटा खुड्किलो सम्यक् प्रयत्न हो । कति शक्ति लगाउछौं र कत्तिको बानी परिसक्यो भन्ने कुरा हामीहरूको सोझोपनमा भर पर्दछ तर कोही कोही मानिसहरू परिवर्तन गर्ने कोशिश विना नै यस्ता दुःखदायी परिवर्तनहरूको शिकार बन्दै बितेका बानीहरूको प्रभावमा साधारण जीवन निर्वाह गर्छन् भन्ने कुरा सत्य हो । त्यस्ता मानिसहरूले आफ्नो प्रतिकूल बानीहरू नसुधारेसम्म दुःख पाइनै रहनेछन् । प्रतिकूल बानीहरू धेरै समयसम्म रहिरहेमा तिनीहरूलाई सुधार गर्न धेरै गाह्रो हुनेछ । बौद्धहरूले यसलाई बुझेका हुन्छन् र प्रतिकूल असर पार्ने मानसिक बानीहरूलाई तोड्न र सुखमय तथा असल नतीजा प्राप्त हुने खालको मानसिक बानीको विकास गर्न प्रत्येक मौकाको फाइदा लिन्छन् । कुनै तरीकाले बोल्ने र बोल्नबाट रोकिने तथा कार्य गर्ने र कार्य गर्नेबाट रोकिने । जस्तै- ध्यान गर्ने पनि आफ्नो बानी सुधार्ने तरीकाहरू मध्येको एक हो । बौद्धहरूको सम्पूर्ण जीवन नै मनलाई शुद्ध गर्ने र स्वतन्त्र राख्ने प्रशिक्षण हो ।

जस्तो कि यदि पहिलेको जीवनमा तपाईंको चरित्र दयालु र धैर्यवान् थियो भने यस जीवनमा पनि त्यस्तै खालको हुन्छ । यही यस जीवनमा पनि ती सुदृढ हुँदै विकास भयो भने भविष्यको जीवनमा पनि बढी मात्रामा पुनः समावेश हुन्छ । यो धेरै बानी बसिसकेको कुरालाई तोड्न कठिन हुन्छ भन्ने एउटा साधारण तथा देख्न सकिने कुरामा आधारित छ ।

अब, यदि तपाईं धीर र दयावान् हुनुहुन्छ भने साधारणतया

https://dhamma.digital

तपाईं अरूको बहकावमा लाग्नु हुन्न भन्ने थाहा हुन्छ । तपाईंका गुनासाहरू केही हुँदैनन् । मानिसहरूले तपाईंलाई मन पराउँदछन् त्यसैले तपाईंको अनुभव सुखतिर बढी ढल्केको हुन्छ । हामी अब अर्को उदाहरण लिऔं तपाईंको आफ्नो पुनर्जन्मको मानसिक आचरणले गर्दा तपाईं धैर्यवान् र दयालुपनको जुनी लिएर आउनु भयो तर अहिलेको जीवनमा तपाईंको त्यस्तो बानी बेहोरालाई बलियो गर्ने र विकास गर्ने कार्यमा हेलचेक्र्याईं गर्नुहुन्छ भने तिनीहरू विस्तारै विस्तारै कमजोर हुनेछन् र खत्तम हुनेछन् । अनि सायद भविष्यको जीवनमा पूर्णतया रहने छैनन् । यस्तो अवस्थामा धैर्य र दयालुपनको कमीले गर्दा यस जीवनमा वा अर्को जीवनमा छिटै सन्कने, रिसाहा, दुष्टपन बढ्ने र त्यसको विकास हुने सम्भावना हुन्छ जसले गर्दा त्यस्ता भावनाहरू आउनुको साथै तीता र नरमाइला अनुभवहरू मात्र ल्याउँदछन् ।

हामीहरू एउटा अन्तिम उदाहरण लिन्छौं । मानिलिऔं कि तपाईंको आफ्नो अन्तिम जीवनको मानसिक आचरणले गर्दा क्षणिक सन्कने र रिसाउने बानी बेहोरा लिएर अहिलेको जुनीमा आउनु भो तर त्यस्तो बानीले खालि नरमाइलो मात्र तुल्याउँदछ भन्ने महसुस गर्नुहुन्छ । तपाईं त्यसलाई सकारात्मक भावनाहरूले बदल्नुहुन्छ ।

यदि तपाईं त्यसलाई पूर्ण तरिकाले मेटाउन सक्नुहुन्छ भने (जुन तपाईंले कोशिश गर्नुभए सम्भव पनि छ ।) तपाईं नरमाइलोपनबाट मुक्त हुनुहुनेछ अनि त्यसकारण तपाईं त्यसलाई परिवर्तन गर्न कोशिश गर्नुहुन्छ । त्यसलाई सकारात्मक भावनाद्वारा बदल्नुहुन्छ । यदि तपाईं त्यसलाई पूर्णतया मेटाउन सफल हुनुभयो भने यदि तपाईं कोशिश गर्नुहुन्छ भने यो सम्भव पनि छ । तपाईं

https://dhamma.digital

क्षणिक सन्कने र रिसको कारणले हुने नरमाइलोपनबाट मुक्त हुनुहुनेछ । यदि तपाईं त्यस्तो बानी व्यहोरालाई खालि फितलो मात्र पार्नुहुन्छ भने त्यस्तो कुरा अर्को जन्ममा पुनः प्रादुर्भाव हुन्छ जहाँ अलिकति मात्र कोशिश गरेमा पनि तिनीहरूलाई पूर्णतया मेटाउन सक्नुहुनेछ र तिनीहरूको नरमाइलो प्रभावबाट मुक्त हुन सक्नुहुनेछ ।

प्रश्न : तपाईंले पुनर्जन्मको विषयमा धेरै भन्नुभयो तर मरेपछि फेरि जन्म हुन्छ भन्ने के के प्रमाण छ त ?

उत्तर : यसमा बौद्धहरूको पुनर्जन्ममाथिको विश्वासलाई टेवा दिने वैज्ञानिक प्रमाण मात्र होइन कि यही एउटा मात्र मरणोपरान्तको सिद्धान्त हो जसको समर्थनमा केही प्रमाणहरू पाइन्छन् । स्वर्गको अस्तित्व छ भनी प्रमाणित गर्ने कुनै एउटा पनि प्रमाण छैन र सायद मृत्युमा सम्पूर्ण नाश हुन्छ भन्ने प्रमाणमा कमी होला तर बितेका ३० वर्षहरूमा मनोवैज्ञानिकहरूले- केही मानिसहरूले पहिलेको जन्मको बारेमा यथार्थ सम्झना हुँदोरहेछ भन्ने प्रतिवेदनबारे अध्ययन गरिरहेका छन् । उदाहरणको लागि बेलायतमा एउटी ५ वर्षकी केटीले उसका अर्कै आमाबाबुको सम्झना गर्नसक्छु भनी र उसले बोलेका यथार्थतामा अरू नै व्यक्तिको जीवनमा घटेका घटनाहरूको आभास हुन्छ । त्यहाँ मनोवैज्ञानिकहरू बोलाइए । अनि तिनीहरूले उसलाई सयौं प्रश्नहरू गरे जसको उत्तर उसले दिई । उसले आफू एउटा विशिष्ट गाउँमा बस्ने गरेको कुरोको बोली जुन स्पेन जस्तो बुझिन्थ्यो । उसले गाउँको नाउँ दिई । आफू बसेको सडकको नाम, उसका छिमेकीहरूको नाम बताई र त्यहाँ उसको जीवनको दिन चर्याको बारेमा पूर्ण विवरण दिई । अनि गहभरी आँशु पारी आफूलाई कसरी एउटा मोटरकारले

https://dhamma.digital

ठक्कर दिएको थियो र दुई दिनपछि त्यही घाउहरूका पीडाले मरेकी थिई । जब यी विवरणहरूलाई केलाएर बुझ्भी हेर्दा ती सबै सही पाएछन् ।

स्पेनमा एउटा गाउँ थियो जसको नाम सो ५ वर्षकी बालिकाले भनेकी थिई । उसले दिएका नामको सडकमा उसले वर्णन गरे जस्तै एउटा घर थियो । अझ बढी यो पत्ता लाग्यो कि त्यस घरमाबस्ने गरेकी एउटी २३ वर्षीया महिला पाँच वर्ष पहिले एउटा मोटरकार दुर्घटनाबाट मारिएकी थिई । अब बेलायतमा बस्ने गरेकी ५ वर्षीया बालिका जो स्पेनमा कहिल्यै नगएकोले यी सबै विवरण कसरी थाहा पाई ? अनि सायद यस्तो प्रकारको घटना यही एउटा मात्र पनि होइन । भर्जिनिया विश्वविद्यालयको मनोविज्ञान विभागका प्राध्यापक आयनस्टेमेन्सनले आफ्ना पुस्तकहरूमा दर्जनौं यस्ता प्रकारका अवस्थाका घटनाहरूको वर्णन गर्नुभएको छ । उहाँ एक ख्यातिप्राप्त वैज्ञानिक हुनुहुन्छ जसको ७५ वर्ष लामो अवधि पहिलेको जीवनको सम्झना गर्ने मानिसहरूको अध्ययन नै पुनर्जन्मको विषयमा बौद्ध शिक्षाको एउटा अत्यन्त बलियो प्रमाण हो ।

Dhamma.Digital

प्रश्न : केही व्यक्तिहरूले अवश्य भन्लान् कि आफ्नो पूर्वजीवनको संस्मरण गर्न सक्ने काम प्रेतहरूको हो ।

उत्तर : यो त प्रेतहरूको काम हो भने जस्तै तपाईंलाई विश्वास नलाग्ने भए जस्तै सबैकुरालाई खालि पन्छाउन सकिँदैन । जब कुनै पनि विचारलाई टेवा दिने बलियो र ठोस प्रमाण मिल्छ भने त्यसको सामना गर्न तपाईंले विवेक र तर्कपूर्ण तर्कहरू प्रयोग गर्नुपर्छ-प्रेतहरूको बारेमा जस्तै अविवेकपूर्ण र अन्धविश्वासको कुराले होइन ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : प्रेतको बारेमा कुरा गर्दा तपाईंले अन्धविश्वास भन्नुभयो । के पुनर्जन्मको बारेमा कुरा गर्दा पनि अलिकति अन्धविश्वास नै भएन र ?

उत्तर : अन्धविश्वासलाई शब्दकोषले परिभाषित गरेको छ कि– "एउटा विश्वास जुन कारण वा सत्यतामा आधारित हुँदैन तर जादूमा जस्तै विचारहरूको समष्टिमा आधारित हुन्छ" यदि एउटा वैज्ञानिकले प्रेतको अस्तित्वबारे गहकिलो अध्ययन गरी लेखिएको देखाउन सक्नुहुन्छ भने म प्रेतहरूमा विश्वास गर्नु अन्धविश्वास होइन भन्ने ठान्नेछु तर मैले प्रेतहरूको सम्बन्धमा अनुसन्धान गरेको कहिल्यै पनि सुनेको छैन । वैज्ञानिकहरू त्यस्तो कुरामा अध्ययन गरेर झन्झटमा फस्न चाहँदैनन् । त्यसैले म भन्छु प्रेतको अस्तित्वबारे केही पनि प्रमाण छैन, तर अहिले भरखरै हामीले पुनर्जन्म हुन सक्छ भन्ने कुरालाई टेवा दिने खालको प्रमाण छ भन्ने थाहा पायौं । त्यसलै पुनर्जन्मको विश्वास साधारणतया केही सत्यतामा आधारित छ भने यो अन्धविश्वास हुन सक्तैन ।

प्रश्न : ठीक छ । त्यसोभए पुनर्जन्ममा विश्वास गर्ने केही वैज्ञानिक थिए त ?

Dhamma.Digital

उत्तर : अवश्य थिए । थोमस हक्सले, जो १९ औं शताब्दीमा बृटिश स्कूल सिस्टममा विज्ञान शिक्षा प्रवेश गराउनमा जवाफदेही थिए र पुनर्जन्म भनेको सप्रमाणिक हुनसक्ने विचार हो भनी विश्वास गरिने डार्विनको सिद्धान्तलाई बचाउने पहिलो वैज्ञानिक पनि थिए । उनको नामी पुस्तक "Evolution and Ethics and other essays" मा भन्दछन्- आत्मा स्थानान्तरणको सिद्धान्तमा यसको उत्पत्तिबारे ब्राम्हण वा बौद्ध जुनसुकै किसिमका अन्दाजहरू पाइए पनि शून्यबाट मानिसमा जान सक्ने प्रामाणिक दृष्टान्त निर्माण गर्ने

https://dhamma.digital

उपायहरू सबै तयार छन् । तर पनि यस्ता किसिमका तर्कहरू अरूभन्दा कम प्रामाणिक नै हुन्छन् र अरू भन्दा तीब्र विचारहरूले अनौठोपनको आभाषको आधारमा अस्वीकार गर्नेछ । प्रादुर्भावको सिद्धान्त जस्तै, आत्मा-स्थानान्तरण यथार्थताको संसारमा अंकुरित छ, जसको समर्थनमा यथेष्ट मात्रामा सादृश्यता रहेको छ भन्ने कुरालाई ठोकेर भन्न सकिन्छ । स्वीडेनका नामी खगोलशास्त्री, भौतिकशास्त्री तथा वैज्ञानिक आइन्सटाइनका साथी प्राध्यापक गुस्ताफ स्ट्रोम्बर्गले पनि पुनर्जन्मको विचार प्रभावकारी नै पाए । मानवआत्माहरू पुनः यस संसारमा अवतार लिन्छन् लिँदैनन् भन्ने कुरामा मतभिन्नता छ । सन् १९३६ मा भारतमा सरकारी अधिकारीहरूको एउटा चाखलाग्दो केस पूर्णतया अनुसन्धान गरी प्रतिवेदन दिएका थिए । दिल्लीकी शान्तीदेवी नाम गरेकी एउटी केटीले दिल्लीभन्दा पाँचशय माइल टाढा मथुरामा दोस्रो जन्मभन्दा एकवर्ष अगाडि समाप्त भएको आफ्नो पूर्वजन्मको बारेमा पूर्ण यथार्थ विवरण दिइन । उनले आफ्ना लोग्नेको र बालकको नाम बताइन् र आफ्नो घर र जीवनको इतिहास बताइन् । अनुसन्धान अधिकारीहरूले उनलाई आफ्ना पूर्व नातेदारहरू कहाँ लगे । जसले उनको कथनहरूलाई जाँचेर हेरे । भारतीय जनतामा पुनर्जीवनबारे गहिरो छाप छ । यस केसमा अनौठो कुरा के छ भने ती केटीले असंख्य यथार्थ कुराहरूको सम्भना गरिन् । यो र यस्तै किसिमका घटनाहरूलाई अक्षय स्मरणशक्तिको सिद्धान्तको थप प्रमाणको रूपमा लिन सकिन्छ । सम्माननीय बेलायती वैज्ञानिक, प्राध्यापक जुलियन हक्सले जो यूनेस्कोका महानिर्देशक हुनुहुन्थ्यो – पुनर्जन्म वैज्ञानिक विचारधारासँग पूर्णतया सामन्जस्यता राख्दछ भन्ने विश्वास गर्नुहुन्थ्यो ।

https://dhamma.digital

"सदाकाल जीवित रहने आत्माको खण्डनमा केही पनि पाइँदैन । मरणको बेलामा कुनै किसिमले एक्लोपन भएर छोडेर जाने मात्र हो जसरी कुनै एउटा निर्दिष्ट तरीकाले प्रयोग गरिएको यन्त्रद्वारा पठाएको एउटा प्रष्ट वेतारको सन्देश जस्तै । तर यो सम्भन अति आवश्यक छ कि यो बेतारको सन्देश त्यतिबेलामात्र सन्देश हुन्छ जब यसलाई अर्को एउटा मेशिन- रिसिभरसँग सम्पर्क राख्दछ ।

त्यसरी नै आत्मा स्थानान्तरणमा पनि सम्भव छ । यसले कुनै तरीकाले अरू शरीरमा फेरि प्रवेश नगरेसम्म केही पनि सोच्दैन वा चाल पाउँदैन । हामीहरूको व्यक्तित्व पनि शरीरमा यसरी आधारित हुन्छ कि बाँच्ने विचार गर्नु पनि साँच्चै असम्भव हुन्छ, जुन एकै प्रकारको शरीरहरूको अभावमा साँच्चै भनुँ भने व्यक्तिगत हुन्छ ।

केही कुरा छोडेर गएको बारे म विचार गर्न सक्छु जुन एउटा बेतारको सन्देशले प्रसार गर्ने यन्त्रले जस्तै लोग्ने मानिस वा स्वास्नी मानिससित सम्बन्ध राख्दछ तर मृतकको बारेमा, एउटाले देख्न सकेसम्म केही पनि होइन खालि ब्रम्हाण्डमा घुमि हिँड्ने विभिन्न प्रकारका अवरोधहरू जस्तै (विकृति) मात्र हुन् । जब यसले कुनै प्रकारको ग्रहण गर्ने यन्त्रले जस्तै मानसिक सम्पर्क राख्छ, तब आफ्नो चेतनामा पुनः फर्किन्छ । "अमेरिकाका उद्योगपति हेनरी फोर्ड जस्ता एकदमै स्वाभाविक तथा यथार्थवादी व्यक्तिले पुनर्जन्मबारे स्वीकार योग्य विचार पत्ता लगाए । पुनर्जन्मको विचारले फोर्ड अत्यन्त आकर्षित थिए । किनभने ईश्वरवादी विचार र भौतिकवादी विचारको विपरित पुनर्जन्मले आफ्नो विकास गर्ने दोस्रो मौका प्रदान गर्दछ ।

हेनरी फोर्ड भन्दछन् -"जब म छब्बीस वर्षको थिएँ तब मैले

https://dhamma.digital

पुनः अवतारको सिद्धान्तलाई ग्रहण गरें । धर्मले यसबारे केही दिएन र कामले पनि मलाई पूर्ण सन्तोष गरेन । यदि एउटा जीवनबाट अर्को जीवनमा संग्रह गरेका अनुभवहरूलाई प्रयोगमा ल्याउन सकेनौं भने काम गर्नु पनि व्यर्थ छ । मैले पुनः अवतार पत्ता लगाएँ । मैले ब्रम्हाण्ड- योजना फेला पारे जस्तै भयो । मेरो विचारले काम गर्न सक्छ भन्ने महशूस गरैं । समय कम थियो । म घडीका सुईहरूको दास बाहेक अरू केही भइनं । सक्षमता नै अनुभव हो । कसै कसैले यसलाई वरदान वा योग्यता भन्ने गर्छन् तर यो धेरै जुनीहरूको लामो अनुभवको फल हो । कुनै अरूभन्दा पाको आत्मा हुन्छ र उसले धेरै थाहा पाउँछ । पुनः अवतारको आविष्कारले मेरो मनलाई हलुका गऱ्यो । यदि यस वार्तालापको रेकर्ड सुरक्षित राख्नुहुन्छ भने यसलाई लेख्नुहोला ता कि मानिसहरूको मन हलुका पार्न सकिन्छ । जीवनको लामो विचारहरूले दिने शान्तिबारे अरूहरूलाई पनि भन्न मन लाग्दछ ।" यसकारण पुनर्जन्म सम्बन्धी बौद्ध शिक्षालाई टेवा दिने केही वैज्ञानिक प्रमाणहरू अवश्य छन् । यी तर्कयुक्त छन् तथा ईश्वरवाद र भौतिकवादका सिद्धान्तहरूले दिन नसकेका प्रश्नहरूको जवाफ दिन यो धेरै अगाडि बढेको छ । तर यो एकदमै आरामदायी पनि छ । दोस्रो मौका दिनसक्ने, यस जुनीका आफूले गरेका गल्तीहरू सुधार गर्ने मौका दिने र यस जुनीमा जानेका ज्ञान र योग्यताहरूको विकास गर्ने थप समय नदिने जीवनका सिद्धान्तभन्दा खराब अरू के हुनसक्छ होला ? तर बुद्धको भनाइअनुसार यस जुनीमा तपाईंले निर्वाण प्राप्त गर्नुभएन भने तपाईंले अर्को समयमा कोशिश गर्ने मौका पाउनुहुनेछ । यदि तपाईंले यस जुनीमा गल्ती गर्नुभयो भने अर्को जुनीमा तपाईं आफैले सुधार गर्न सक्षम हुनुहुनेछ । साँच्चै नै आफ्ना

https://dhamma.digital

गल्तीहरूबाट सिक्न सक्षम हुनेछ । यस जुनीमा गर्न नसकेका वा प्राप्त गर्न नसकेका कुराहरू अर्को जुनीमा राम्ररी सम्भव हुनेछ । कस्तो अनौठो शिक्षा हो ।

६. ज्ञान र करुणा

प्रश्न : बौद्धहरूले धेरैचोटि ज्ञान र करुणाको विषयमा कुराकानी गरिरहेको अक्सर सुन्दछु । यी दुई शब्दको के अर्थ हो ?

उत्तर : केही धर्महरूले विश्वास गर्दछन् कि करुणा अथवा माया (दुवै समान जस्तै छन्) सबैभन्दा महत्वपूर्ण आध्यात्मिक गुण हुन् तर तिनीहरू कुनै ज्ञानको विकास गर्न भने असफल हुन्छन् जसको फलस्वरूप तपाईं एउटा अत्यन्त दयालु व्यक्ति तर थोरै वा नासमझदारी असलहृदयी मूर्ख भई समाप्त हुनुहुनेछ । अरू विचारका पद्धतिहरू जस्तै, विज्ञानद्वारा असल तरीकाले ज्ञान विकास गर्न सकिन्छ जब कि सबै भावनाहरूले करुणासहितलाई मार्गदेखि अलि टाढा राखेमा भन्ने विश्वास गर्दछन् । यसको नतीजा यो हुन्छ कि विज्ञानले नतीजाहरूको ठाउँ पहिले नै ओगटेको भान हुन्छ र विज्ञानले मानिसको सेवा गर्नुपर्छ, उसलाई नियन्त्रण तथा थिचोमिचो गर्ने होइन भन्ने समेत बिर्सेको छ । नत्रभने वैज्ञानिकहरूले परमाणु बम, कीटाणुनासक तथा त्यस्तै प्रकारका विकास गर्न आफ्ना बुद्धि खियाउन कसरी सक्थे ? धर्मले सदा सर्वदा भावनाका दुश्मन माया र विश्वासलाई जस्तै हेतु (कारण) र ज्ञानलाई हेरेको हुन्छ । विज्ञानले सधैं भावनाहरू जस्तै माया र विश्वासलाई कारण र उद्देश्यको दुश्मन जस्तै हेरेको हुन्छ । अनि त्यसैले सायद जति जति विज्ञान प्रगतिपथमा लम्कन्छ उतिउति धर्म घट्दै जान्छ । अर्कोतिर, साँच्चै नै

https://dhamma.digital

सन्तुलन तथा पूर्ण व्यक्तिगत गर्ने हो ज्ञान र करुणा । यी दुवैलाई तपाईंले विकास गर्दै लानुपर्दछ भन्ने शिक्षा बुद्धधर्मले दिन्छ । यो अन्धविश्वासमा आधारित नभई अनुभवमा आधारित भएको हुँदा बुद्धधर्मले विज्ञानदेखि तर्सिनु पर्ने कारण केही पनि छैन ।

प्रश्न : त्यसो भए, बुद्धधर्म अनुसार ज्ञान भनेको के हो त ?

उत्तर : कुनै पनि घटनाहरू पूर्ण छैनन्, स्थीर छैनन् र आफैमा सीमित छैनन् भनी यथार्थ सत्यलाई देख्नु नै सबैभन्दा उच्च ज्ञान हो । यस्तो समझदारी पूर्ण स्वतन्त्र हुन्छ र महारक्षा र अनन्त सुखतिर डोऱ्याउँदछ जसलाई निर्वाण भनिन्छ । त्यसोभए पनि बुद्धले यस्तो अवस्थाको ज्ञान बारेमा धेरै कुरा गर्नुहुन्न । हामीलाई जे भनिएको छ यदि त्यसलाई मात्र विश्वास गर्ने हो भने त्यो ज्ञान होइन । सही ज्ञान भनेको हामीहरूले प्रत्यक्ष देख्नु र बुझ्नु हो । यस अवस्थामा ज्ञान भन्नाले हृदय बन्द गरी कारण थाहा नपाई अरू अरू बिचार सुनिरहनु भन्दा पनि मनलाई खोलेर लिने वस्तु हो । बालुवामा आफ्नो टाउको गाडेर बस्नुभन्दा तथ्यहरूलाई राम्रोसित केलाएर हेर्नु, हाम्रो विश्वाससँग दाँजेर हेर्नु, पूर्वाग्रही हुनु वा पक्षलिनुभन्दा पनि क्रियाशील हुनु, हामीलाई दिएको बढी भावनात्मक कुराहरूलाई पहिले स्वीकार गर्नुभन्दा पनि हामीहरूको विचार र विश्वास योग्य बनाउन समय लिने अनि जहिले पनि हामीहरूको विश्वास बदल्ने र अरूलाई चित्त नबुझ्ने तथ्यहरू जहिले पनि हामी समक्ष राख्न आए त्यसलाई स्वीकार गर्ने । यस्तो गर्ने एकजना व्यक्ति अवश्य पनि विद्वान् हुन्छ र सत्य ज्ञान प्राप्त गर्ने कार्यमा दृढ हुन्छ । जे भनेको छ त्यसलाई मात्र विश्वास गर्ने बाटो सरल छ । बुद्धमार्गको लागि साहस, धैर्य, लचकता र बुद्धिमत्ता हुनु आवश्यक छ ।

https://dhamma.digital

प्रश्न : मेरो विचारमा केही व्यक्तिहरूले मात्र यसो गर्न सक्लान् । त्यसैले केही व्यक्तिले मात्र यस्तो अभ्यास गर्न सक्छन् भने बुद्धधर्मको सार नै के भयो र ?

उत्तर : यो सत्य हो, सबैजना बुद्धधर्मको लागि तयार छैनन् । तर पनि हामीले धर्ममा जे सिकाउँछौं त्यो गलत छ तर सजिलैसित बुझ्न सकिनाको कारणले प्रत्येकले अभ्यास गर्न सक्छन् भन्ने कुरानै अनौठो छ । बुद्धधर्म सत्यतामा लक्षित हुन्छ र त्यसैले सबैले यसलाई राम्ररी बुझ्नसक्ने क्षमता नभएता पनि उनीहरू अर्को जुनीमा यसको लागि सायद तयार हुन्छन् । जे भएता पनि त्यस्ता धेरै मानिसहरू छन् जो ठीक शब्दहरू मात्रले वा प्रोत्साहनले आफ्नो ज्ञान बढाउन योग्य हुन्छन् । अनि यसैकारणको लागि नै बौद्धहरू विस्तारै शान्तिपूर्वक आफ्ना बुद्धधर्मका ज्ञानहरू अरूलाई पनि बाँड्ने प्रयास गर्दछन् । बुद्धले हामीहरूलाई करुणा राखी शिक्षा दिनुभएको छ र हामीहरूले पनि अरूमाथि करुणा राखी सिकाउँदछौं ।

प्रश्न : अब करूणामा आइपुग्यौं । बुद्धधर्म अनुसार करुणा भनेको के हो ?

Dhamma.Digital

उत्तर : ज्ञानले हामीहरूको स्वभावको बौद्धिक अथवा भन्न योग्य कुराहरू समावेश गरे जस्तै करुणाले हामीहरूको स्वभावको भावनात्मक अथवा महशूस गर्ने पक्ष समावेश गर्दछ । ज्ञान जस्तै करुणा पनि विशेष गरी मानवीय गुण हो । करुणा (Compassion) अंग्रेजीमा दुई शब्दहरू मिलेर बनेको छ । Co जसको अर्थसँगै भन्ने हुन्छ र (Passion) जसको अर्थ गहिरो कुराको महसूस भन्ने हुन्छ । अनि (Compassion) करुणा भनेको यही नै हो । जब हामीहरू अरू कसैलाई दु:ख परेको देख्छौं र हामीहरूले त्यो

https://dhamma.digital

दु:ख आफैलाई परेको जस्तो महशूस गर्छौ र त्यसलाई हटाउन वा दु:ख कम गर्न जुन प्रयास गर्छौं भने त्यही नै करुणा हो । त्यसैले मानिसहरूमा सबैभन्दा असल, सबै बुद्धकै जस्तै गुणहरू- जस्तै बाँडेर लिने, आराम दिन तयार हुने, सान्त्वना दिने, चिन्ता लिने र रेखदेख गर्ने आदि सबै करुणाका द्योतकविदि पक्ष हुन् । करुणावान् व्यक्तिमा अरूलाई रेखदेख गर्ने र माया गर्ने भावनाको उत्पत्ति, आफैलाई रेखदेख गर्ने र माया गर्नेमा हुन्छ भन्ने कुरा पनि तपाईंले थाहापाउनु हुनेछ । हामीले हामीहरूलाई बुझ्न सक्यौं भने हामीहरूले अरूलाई पनि साँच्चै नै बुझ्न सक्नेछौं । सबैभन्दा असल कुरा के हो भन्ने थाहा पाए पछि हामीहरूले अरूहरूको लागि सबैभन्दा असल कुरो के हो भन्ने कुरा थाहा पाउन सक्नेछौं । हामीले आफैलाई चिन्न सकेपछि हामीहरूले अरूलाई पनि चिन्न सक्नेछौं । त्यसैले बुद्धधर्ममा बढी प्राकृतिक ढंगले एउटाको आध्यात्मिक विकासले अरूको कल्याणको लागि चिन्ता प्रस्फुरित भएर आउँछ ।

बुद्धको जीवनीले यसलाई अझ विस्तृत गरेको छ । उनले आफ्नै कल्याणको लागि ६ वर्ष संघर्ष गरी बिताए । त्यसपछि उनी सबै मानवमात्रको निमित्त कल्याणकारी मानिन योग्य भए ।

प्रश्न : त्यसो भए तपाईं भन्दै हुनुहुन्छ कि हामीले आफैलाई मद्दत गर्न सकेमात्र हामीहरूले अरूलाई असल तरीकाले मद्दत गर्न सक्नेछौं । के यो अलिकति स्वार्थी कुरा भएन र ?

उत्तर : साधारणतया हामी पहिले अरूको भलाइलाई हेर्दछौं, आफ्नो भन्दा पहिला अरूको चिन्ता लिन्छौं जुन स्वार्थी भावनाको ठीक उल्टो छ जसमा अरूप्रतिभन्दा पहिले आफ्नै मात्र वास्ता गर्दछ । बुद्धधर्मले यो पहिलो वा दोस्रोलाई मात्र हुँदैन कि बरु

https://dhamma.digital

दुवैको सम्मिश्रणलाई लिँदैछ । वास्तवमा आफ्नो चिन्ता गर्नेले बिस्तारै अरूको चिन्ता गर्नेतिर बढ्दछ जसरी एकले अरूलाई साँच्चै आफू समान ठान्दछ । यही नै वास्तविक करुणा हो । करुणा नै बुद्धको शिक्षामा रहेको सबैभन्दा सुन्दर रत्न हो ।

७. शाकाहारी

प्रश्न : बौद्धहरू शाकाहारी हुनुपर्दछ, होइन र ?

उत्तर : आवश्यक छैन । बुद्ध शाकाहारी हुनुहुन्न थियो । उहाँले आफ्ना शिष्यहरूलाई शाकाहारी हुने शिक्षा दिनुभएन र अहिले पनि छैन । धेरै असल बौद्धहरू छन् जो कहिल्यै पनि शाकाहारी भएनन् ।

प्रश्न : तर यदि तपाईं मासु खानुहुन्छ भने अदृश्य रूपले प्राणीघातप्रति उत्तरदायी हुनुहुन्छ । यसले पहिलो शील भङ्ग भएन र ?

उत्तर : यो सत्य हो कि जब तपाईं मासुको सेवन गर्नुहुन्छ भने तपाईं परोक्ष र आंशिक रूपमा प्राणी हिंसामा उत्तरदायी हुनुहुन्छ । तर त्यसरी नै सत्य हो कि जुनबेला तपाईं सागसब्जीको सेवन गर्नुहुन्छ । सागसब्जीहरू तपाईंको खानाको थालमा कीराले खाएका प्वालहरू रहित होऊन् भन्नाखातिर किसानले पनि आफ्नो अन्नबालीमा कीटाणुनासक औषधि र विष छर्कनुपर्दछ । अनि फेरि पनि तपाईंको कमरपेटीको लागि अथवा ह्याण्डव्यागको लागि छाला पाउन जीवजन्तुहरूलाई मारिन्छ, तपाईंले प्रयोग गर्ने साबुनको लागि पनि केही न केही मारिन्छन् । कुनै न कुनै प्रकारले अरूहरूको मृत्युको लागि परोक्षरूपले उत्तरदायी नभई बाँच्न प्रायः असम्भव छ । यो एउटा पहिलो आर्यसत्यको अर्को

https://dhamma.digital

एउटा उदाहरण हो । साधारण अस्तित्व नै दुःख र असन्तुष्टी हो । जब तपाईं पहिलो शील ग्रहण गर्नुहुन्छ तब तपाईं प्रत्यक्षरूपमा प्राणीघात गर्नबाट उत्तरदायी हुन पन्छिनु हुन्छ ।

प्रश्न : महायानी बौद्धहरू मासुको सेवन गर्दैनन् ।
उत्तर : त्यो कुरा सत्य होइन । चीनमा महायानी बौद्ध धर्मले शाकाहारी हुनमा ठूलो जोड दिइएको छ तर जापान र तिब्बतका महायानी परम्पराका दुवै भिक्षु तथा उपासक उपासिकाहरूले साधारणतया मासु सेवन गर्दछन् ।

प्रश्न : तर म अझै पनि भन्दछु कि बौद्धहरू शाकाहारी नै हुनुपर्दछ ।
उत्तर : यदि एउटा मानिस जो अत्यन्त कट्टर शाकाहारी छ तर ऊ असाध्य स्वार्थी, असभ्य, नीच छ र अर्को एउटा मानिस जो शाकाहारी होइन तर ऊ अरूको विचार गर्छ, इमान्दार छ, उदार छ र दयालु छ भने यी दुईजना मध्ये कुन चाँहि असल बौद्ध हुन् ?

प्रश्न : त्यो मानिस, जो इमान्दार र दयालु छ ।
उत्तर : किन ?

प्रश्न : किनभने त्यस्तो मानिस निश्चयपनि असल हृदयको हुन्छ ।
उत्तर : अवश्य । एकजना मासुको सेवन गर्ने मानिसको हृदय शुद्ध हुन सक्दछ । ठीक त्यसरी नै एकजना मासुको सेवन नगर्नेको हृदय अशुद्ध हुन सक्दछ । बौद्ध शिक्षामा तपाईंले सेवन गर्ने खानामा समावेश गरिएका कुराहरूभन्दा तपाईंको हृदयको गुण बढी महत्वपूर्ण कुरा हो । धेरै जसो बौद्धहरू कहिल्यै मासुको सेवन पनि नगर्नुमा ठूलो ख्याल राख्दछन् तर उनीहरू स्वार्थी हुने, इमान्दार नहुने, दुष्ट अथवा ईर्ष्यालु हुने कुरामा भने वास्ता

https://dhamma.digital

नै गर्दैनन् । उनीहरूले आफ्नो आहार बदल्दछन् जुन सजिलो पनि छ तर हृदय परिवर्तन, जुन गर्न गाह्रो छ, गर्नमा पनि वास्ता गर्दैनन् । त्यसैले तपाईं शाकाहारी हुनुहोस् या मांसाहारी बुद्धधर्ममा आफ्नो मन शुद्ध गर्नु नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा हो भन्ने सम्झी राख्नुपर्छ ।

८. भाग्य र दुर्दशा

प्रश्न : जादू र भविष्य बनाउने कुरामा बुद्धले कसरी शिक्षा दिनुभएको थियो ?

उत्तर : भविष्यको कुरा भन्न लगाउने, रक्षाको निमित्त जादूका बुटीहरू लगाउने, निर्माणको निमित्त भाग्यशाली स्थानहरू निर्धारित गर्ने, भविष्यवाणी गराउने र भाग्यशाली दिनहरू निर्धारित गराउने आदि कुराहरू काम नलाग्ने अन्धविश्वास सिवाय केही होइनन् भनी बुद्धले ठहऱ्याउनुभएको छ । त्यसैले उहाँले स्पष्ट रूपमा आफ्ना शिष्यहरूलाई त्यस्ता कुराहरूको अभ्यासमा नलाग्न रोक्नुभएको छ । उहाँले यी सबैलाई 'कु-कर्म' भनी भन्नुभएको छ ।

"त्यसो भएतापनि कुनै कुनै धार्मिक व्यक्तिहरू आफ्ना विश्वासीहरूले पुऱ्याइराखेको खानामा जीवन निर्वाह गर्दछन् । उनीहरूले आफ्ना जीवन यापन त्यस्तै "कुकर्म" जस्तै हात हेर्ने, चिन्हहरू हेरेर भविष्य भन्ने, सपनाहरूको व्याख्या गरेर, सुभाग्य ल्याएर, भाग्यदेवीलाई आह्वान गरेर, निर्माणको लागि भाग्यशाली स्थानहरू छान्ने जस्ता गलत तरीका अपनाउँछन् । गौतम बुद्ध यस्ता 'कुकर्म' र त्यस्ता जीवन यापनको गलत तरीकाबाट टाढा बस्दछन् ।"

– धम्मपद १९-१२

https://dhamma.digital

प्रश्न : त्यसो भए मानिसहरू कहिलेकाहीँ किन त्यस्तो कुराको अभ्यास गर्दछन् र त्यसमा विश्वास गर्दछन् ?

उत्तर : लोभ, भय र अज्ञानताको कारणले गर्दछन् । जति बेला मानिसहरूले बुद्धको शिक्षा बुझ्न थाल्दछन्, तिनीहरूले आफै एउटा सानो टुक्रा कागजले भन्दा, सानो टुक्रा धातुले भन्दा, एउटा केही शब्दहरूको यन्त्रले उच्चारण भन्दा एउटा शुद्ध मनले उनीहरूलाई सुरक्षित गर्दछन् भन्ने महशूस गर्दछन् र त्यस्ता कुराहरूको भर पर्दैनन् । बुद्धको शिक्षामा इमान्दार, दयालुपन, समझदारी, धैर्य, क्षान्ति, उदारता, सच्चाभक्ति तथा अरू असल गुणहरू छन् जसले वास्तवमा तपाईंलाई सुरक्षा गर्दछ र साँच्चैको उन्नतिमा पुऱ्याउँदछ ।

प्रश्न : तर कुनै कुनै भाग्यशाली बुटीहरूले प्रभावकारी काम दिन्छ होइन र ?

उत्तर : म एउटा व्यक्तिलाई चिन्दछु जो भाग्यशाली बुटीहरू बेचेर आफ्नो जीवन बिताइरहेको छ । उसको बुटीले मंगल गर्दछ, उन्नति ल्याउँछ भन्ने ऊ दाबी गर्दछ र तीनवटा अंकहरू छान्न योग्य हुन्छ भन्ने बचन ऊ दिन्छ । यदि उसले भनेका सबै सत्य हुन्छन् भने ऊ आफै किन करोडपति हुन नसकेको त ? यदि उसको भाग्यशाली बुटीहरूले साँच्चै प्रभावकारी काम गर्छ भने किन उसले हप्तैपिच्छे आफूलाई चिट्ठा पार्न नसकेको त ? ऊसँग एउटै मात्र भाग्य खुलेको छ त्यो के हो भने धेरै मानिसहरू अज्ञानतावश उसका भाग्यशाली बुटीहरू किनिरहेका छन् ।

प्रश्न : त्यसो भए भाग्य भन्ने केही वस्तु छ त ?

उत्तर : भाग्यलाई शब्दकोषले परिभाषित गरेको छ कि,

https://dhamma.digital

“मानिसहरूलाई आफ्नो घटनाक्रममा मौकाबाट, दुर्भाग्य वा सुभाग्यबाट जो राम्रो वा नराम्रो हुन्छ त्यसलाई विश्वास गर्नु” बुद्धले यस्तो विश्वासलाई पूर्णतया अस्वीकार गर्नुभएको छ । प्रत्येक कुरा हुनमा एउटा विशेष कारण वा कारणहरू हुन्छन् अनि ती कारण र त्यसको नतीजाको बीच अवश्य पनि केही सम्बन्ध हुनु नै पर्दछ । उदाहरणको लागि रोग लाग्नमा कुनै विशेष कारणहरू छन् । रोग लाग्दा अवश्य पनि कीटाणुहरूको संसर्गमा आएको हुनुपर्छ र उसको शरीर कीटाणुले ठाउँ लिनसक्ने गरी कमजोर हुनुपर्दछ । कारण (कीटाणुहरू र एउटा निर्बल शरीर) र नतीजा (बिरामी पर्नु) दुवैका बीचमा एउटा निश्चित सम्बन्ध छ । किनभने हामीलाई थाहा छ कि कीटाणुहरूले हाम्रो शरीरका विभिन्न गाँठाहरूमा हमला गर्दछन् र बिरामी पार्दछन् । तर शब्दहरू लेखिएको एक टुक्रा कागज लगाउनुमा, धनी हुनुमा वा परीक्षामा उत्तीर्ण हुनुमा केही सम्बन्ध रहेको पाइँदैन । जे पनि हुन्छ सबै कारण वा कारणहरूले हुन्छन् । भाग्य, मौका पनि दुर्दशाले हुने होइन भनी बुद्धधर्मले शिक्षा दिन्छ । भाग्यमा चासो राख्ने मानिसहरू सधैँ केही पाउने कोशिश गरिरहन्छन्- साधारणतया धेरै पैसा र सम्पत्ति । बुद्धले हामीलाई शिक्षा दिनुहुन्छ कि हामीहरूको हृदय र मनलाई विकास गर्नु सबैभन्दा महत्वपूर्ण छ । उहाँ भन्नुहुन्छ - गहिरो अध्ययन र कुशल सीप हुनु, राम्रोसित प्रशिक्षित हुनु र मीठो बोलीबचन प्रयोग गर्नु, यी नै उत्तम मंगल हुन् ।

आमाबाबुलाई सहयोग गर्नु, पत्नी र छोराछोरीको लालन पालन गर्नु, साधारण किसिमले जीवन निर्वाह गर्नु, यी नै उत्तम मंगल हुन् । उदार, यथार्थ र आफन्तहरूका लागि सहयोगी

https://dhamma.digital

हुनु । आफूले गर्ने काम दोषरहित हुनु, यी नै उत्तम मंगल हुन् । दुष्ट्याँईबाट टाढा हुनु, मादक पदार्थ सेवन नगर्नु, असल काममा निरन्तर लागी रहनु यी नै उत्तम मंगल हुन् । श्रद्धालु, नम्रता, सन्तुष्टी, कृतज्ञता र राम्रा धर्मका कुरा सुन्नु यी नै उत्तम मंगल हुन् ।

- संयुक्त निकाय २६१-२६५

९. बौद्ध हुनु

प्रश्न : तपाईंले अहिलेसम्म जे भन्नुभयो सो साह्रै चाख लाग्यो । म कसरी बौद्ध हुनसक्छु ?

उत्तर : एक समयमा उपालि भन्ने एकजना मानिस थियो । ऊ अरू नै धर्मको अनुयायी थियो । ऊ बुद्धकहाँ छलफल गर्न र वहाँलाई धर्म परिवर्तन गराउने हेतुले त्यहाँ गयो । तर बुद्धसँग कुराकानी गरेपछि ऊ यत्तिको प्रभावित भयो कि उसले बुद्धको अनुयायी बन्ने निर्णय गऱ्यो । तर बुद्धले भन्नुभयो- "पहिले राम्ररी जाँचेर हेर । तपाईं जस्तो प्रसिद्ध व्यक्तिले राम्ररी जाँचेर हेर्नु राम्रो हुनेछ ।" अब भगवान्ले मलाई "पहिले राम्ररी जाँच गर" भनी भन्नुहुँदा म अझ धेरै खुसी र सन्तुष्ट भएँ किनभने यदि अरू धर्मका सदस्यहरूले मलाई शिष्यको रूपमा ग्रहण गरे भने तिनीहरूले हातमा झण्डा लिएर शहरको चारैतिर उपालि "हामीहरूको धर्ममा आए" भन्दै घुम्ने गर्लान् तर भगवान्ले मलाई भन्नुभयो "पहिले राम्ररी जाँचेर हेर । तपाईं जस्तो प्रसिद्ध व्यक्तिले राम्ररी जाँचेर हेर्नु राम्रो हुनेछ ।"

- मज्झिमनिकाय २-३७९

बुद्धधर्ममा समझदारी एकदमै महत्वपूर्ण हुन्छ र समझदारीमा

https://dhamma.digital

समय लाग्दछ । त्यसैले हडबड गरी बुद्धधर्ममा लाग्नु पर्दैन । समय लेऊ, प्रश्नहरू गर र राम्ररी विचार गरेर हेर अनि आफै नै निर्णय गर । बुद्धले बढी संख्यामा शिष्यहरू बनाउने इच्छा गर्नुभएको थिएन । मानिसहरूले राम्ररी जाँचेर हेरेर अनि यथार्थतालाई विचार गरेर आफ्ना शिक्षाहरू राम्ररी पालन गरून् भन्ने कुरामा उहाँ केन्द्रित हुनुहुन्थ्यो ।

प्रश्न : यदि जाँचेर हेर्दा बुद्धको शिक्षा स्वीकार योग्य पाएँ र बौद्ध हुन चाहें भने मैले तब के गर्नुपर्ला ?

उत्तर : राम्रो विहार अथवा बौद्ध समुदायमा समावेश हुनु नै सबैभन्दा राम्रो होला । उनीहरूलाई सहयोग गर्नुहोस र उनीहरूबाट पनि सहयोग लिनुहोस् र बुद्धको शिक्षालाई अझ बढी थाहा पाउन निरन्तर लाग्नुहोस् । जब तपाईं तयार हुनुहोला तब त्रिरत्नको शरण गई औपचारिक रूपमा बौद्ध हुनुहुनेछ ।

प्रश्न : त्रिशरण भनेको के हो ?

उत्तर : शरण भनेको त्यस्तो ठाउँ हो जहाँ मानिसहरू आफूलाई दुःख पर्दा अथवा सुरक्षाको आवश्यक पर्दा जाने गर्छन् । शरण धेरै किसिमका हुन्छन् । जब मानिसहरू दुःखी हुन्छन् तिनीहरू आफ्ना साथीहरूको शरणमा जान्छन्, जब उनीहरू चिन्तित र भयभीत हुन्छन् तब तिनीहरू झूठो आशा र विश्वासको शरणमा लाग्छन् । जब तिनीहरूमा मृत्यु आइलाग्छ तब तिनीहरू अलौकिक स्वर्गको विश्वासमा शरण लेलान् । तर बुद्धले भन्नुभए जस्तै यिनीहरूमध्ये कुनै पनि साँचो शरण होइनन् किनभने तिनीहरूले यथार्थतामा आधारित सुख र सुरक्षा दिन सक्दैनन् ।

साँचो अर्थमा यो शरण सुरक्षित छैन । यो उत्तम शरण

https://dhamma.digital

पनि होइन । सबै प्रकारको दुःखबाट छुट्कारा पाउने शरण पनि छैन । तर जसले दुःख, दुःखको कारण, दुःखको निरोध र दुःखलाई निरोध गर्ने आर्यअष्टांगिक मार्गलाई प्रज्ञा दृष्टिले हेरी बुद्ध, धर्म र संघको शरण लिनु नै वास्तवमा सुरक्षित शरण, उत्तम शरण हो । यही शरण लिएमा जो कोही पनि सबै प्रकारका दुःखहरूबाट मुक्त हुनसक्तछ ।

- धम्मपद १८९-१९२

बुद्धको शरणमा जानु, बुद्धले प्राप्त गरे जस्तै सर्वज्ञ बोधिज्ञान प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने निश्चित रूपले स्वीकार गर्नु हो । धर्मको शरण लिनुको अर्थ हो- चतुआर्यसत्यतालाई यथार्थ रूपमा बुझ्नु तथा आफ्नो जीवन आर्यअष्टांगिकमार्गमा आधारित बनाउनु । संघको शरणमा जानुको अर्थ हो- आर्य अष्टांगिक मार्गमा हिंड्नेहरूबाट सहयोग, प्रेरणा र मार्ग निर्देशन पाउनु । यस्तो गर्नाले बौद्ध होइन्छ र निर्वाणको बाटोतिर एक पाइला अघि बढाउन सकिन्छ ।

प्रश्न : तपाईंले पहिलो त्रिशरण लिनु भएदेखि तपाईंको जीवनमा के के परिवर्तनहरू भए ?

उत्तर : २५०० वर्ष यतादेखि असंख्य करोडौं करोड अरूहरूले जस्तै बुद्धको शिक्षाले यस कठोर संसारमा केही लाभकारी भएको मैले पाएँ । अर्थहीन जीवनलाई उनीहरूले अर्थ दिए । उनीहरूले मलाई मानवीय र कारुणिक नीति दिए जसले मेरो जीवन डोऱ्याउने छ र मैले कसरी अर्को जुनीमा विशुद्धता र सर्वज्ञता प्राप्त गर्न सक्नेछु भन्ने देखाईदिएको छ ।

प्राचीन भारतका एकजना कविले लेख्नुभएको छ कि- उहाँको शरण जानु, उहाँको गुण गाउनु, उहाँको सम्मान गर्नु र धर्मको

https://dhamma.digital

नियम पालन गर्नु भनेको राम्रोसित बुझेर कार्य गर्नु हो । म यी शब्दहरूसित पूर्ण सहमत छु । "त्यस्तै म पनि सहमत छु ।"

१०. ध्यान

१) ध्यान के हो ?

उत्तर : ध्यान भनेको चेतनापूर्ण प्रयासले चित्तको परिवर्तनलाई देख्नु हो । पालि भाषामा ध्यानलाई भावना भनिन्छ । जसको अर्थ वृद्धि गर्नु अर्थात विकास गर्नु हो ।

२) ध्यान महत्वपूर्ण छ कि छैन ?

उत्तर :-महत्वपूर्ण छ, किनभने हामीले जति प्रयास गरी असल व्यक्ति हुन चाहे पनि तृष्णालाई निर्मूल गर्न सकिएन भने हामी परिर्वतन हुन कठिन छ । उदाहरणको लागी एक जना श्रीमानले आफ्नो श्रीमतीलाई अबदेखि कहिल्यै पनि आक्रोशित हुन्न भनी वाचा गरे तर १ घण्टा पछि श्रीमान आफ्नो श्रीमतीप्रति ठूलो स्वरले चिच्यायो किनभने होस नभएर अज्ञानतावस रिस उठ्यो । त्यसैले ध्यानको सहायताले स्मृति शक्ति बढाउँछ र मानसिक स्वभावलाइ परिवर्तनमा ल्याउन ध्यान अभ्यास आवश्यक पर्दछ ।

३) मैले सुनेको छु कि ध्यान खतरा पनि हुनसक्छ, के यो साँचो हो ?

उत्तर : बाँच्न हामीलाई नुन चाहिन्छ, तर यदि तिमीले १ किलो नुन एकैचोटी खायौ भने संभवत मर्न पनि सक्छौ । अहिलेको नयाँ जमानामा मोटर गाडिको अवश्यकता छ तर यदि तिमीले ट्राफिक नियम पालना गरेनौ भने वा यदि रक्सि पिएर गाडि चलाएमा त्यो मोटर एउटा खतरनाक चिज बन्न पुग्छ । ध्यान पनि यस्तै हो सुख र मानसिक स्वस्थ रहन यो आवश्यक छ ।

https://dhamma.digital

तर यदि गलत बाटो अपनाइ ध्यान गर्ने अभ्यास गरेमा यो खतरा पनि हुनसक्छ र त्यसले धेरै समस्या पैदा पनि गराउन सक्छ । केही मान्छेहरू उदासिन र मानसिक तनावले ग्रस्त हुन्छन् । तिनीहरू सोच्छन कि त्यो ध्यानद्वारा निको हुन्छ भनी ध्यान गर्न थाल्छ तर अवस्था झन बिग्रिएर जान्छ । यदि यस्तो समस्या आएमा तुरून्त योग्य र जानेको व्यक्तिको सहायता लिनु पर्दछ र त्यसपछि ध्यान गर्नु उचित हुन्छ । कोही मानिसहरू क्रमशः एक दुई पटक गरी ध्यान गर्नु पर्नेमा अति गहिरिएर प्रयास गर्दछन, लामो समयसम्म गर्दछन् र अन्तिममा थकित हुन्छन् । धेरै जसो ध्यानको समस्या भनेको कंगरू (Kangaroo) ध्यान हो । कोही मानिसहरू एक गुरु कहाँ जान्छन् केही समय उहाँको तरीका अनुसार ध्यान गर्छन, एक हप्ता पछि एक जना नामी ध्यान गुरु त्यस सहरमा आइ पुग्छन् र उहाँको विचार अनुसार ध्यान गर्न शुरु गर्दछन् । यसरी शुरूदेखि लामो समयसम्म निरास भएर अलमल्लमा पर्दछन् र कंगारू जस्तै उफ्रीरहेको हुन्छ । एक जना ध्यान गुरूबाट अर्को वा एक तरीकाबाट अर्को गर्नु नै गलत हो तर यदि तिमीमा कुनै मानसिक समस्या छैन भने र ध्यानमा लागी राम्ररी प्रयास गरेमा यो नै सबभन्दा उचित र तिमी आफैको लागी उपयोगी हुनेछ ।

४) ध्यान कति प्रकारका छन् ?

उत्तर : बुद्धले धेरै किसिमको ध्यान बताउनुभएको छ हरेकमा भिन्ना भिन्नै दुःख निवारण वा चित्त विकासको लागी बताउनुभएको हो । तर त्यस मध्येमा २ किसिमका ध्यान भने अति प्रचलित छन् । ती आनापानसति र मेत्ता भावना हुन् ।

https://dhamma.digital

५) यदि मैले आनापानसति ध्यान गर्न चाहेँ भने कसरी गर्ने ?

उत्तर : तिमीले पहिला ४ प्रकारका साधारण विधि अपनाउन सक्छौ । ती हुन् क) ठाउँ ख) बस्ने तरीका ग) ध्यान घ) समस्याहरू । क) सबैभन्दा पहिला उचित ठाउँ आवश्यक छ, कुनै कोठा वा आवाज नआउने ठाउँ, जहाँ तिमीलाई कुनै अवरोध हुँदैन । ख) राम्रो र सजिलोपनले बस्ने आसनमा चकटी राखेर बस्ने, ढाड सिधा गरी बस्ने, दायाँ हात बायाँ हातमाथि राखी काखमा सजिलोसँग राख्ने र आँखा बन्द गर्ने र त्यसपछि ध्यान शुरु गर्ने । शान्तसँग आँखा बन्द गरी सकेपछि स्वास भित्र र बाहिर गएकोलाइ ध्यान दिने र स्वास भित्र र बाहिर गएकोलाई पेट फुलेको र सुकेको हेरेर गर्न सकिन्छ । त्यसरी गरी सकेपछि विभिन्न समस्याहरू उत्पति भएर आउँछन् । शरीरभरी चिलाउन थाल्दछ, घुँडा दुख्न थाल्दछ । त्यसो भए पनि शरीर नहल्लाइकन स्वास भित्र र बाहिर गएकोलाइ ध्यान दिने । संभवत तिमीमा अनेक विचारहरू दिमागमा घुस्न सक्दछ र ध्यान अन्तैतिर लान सक्दछ, त्यसो भएमा तिमीले बिस्तारै आफ्नो ध्यान स्वास प्रस्वासतिर ल्याउनु पर्दछ, यदि यसरी गर्दै गयो भने तिम्रा चिन्तन, बिचारहरू विस्तारै कमजोर भएर जान्छ, र तिम्रो समाधि बलियो भएर आउँछ । अन्त्यमा तिम्रो भित्रैदेखिको मानसिकता र शरीर अति शान्त र सुखदायक हुन्छ ।

६) मैले कति लामो समयसम्म ध्यान गर्नुपर्दछ ?

उत्तर : हरेक दिन १५ मिनेट ध्यान बस्ने गर्दा राम्रो हुन्छ । यसरी ५ मिनेट देखि ४५ मिनेटसम्म ध्यान गर्न पनि सकिन्छ । यसरी लगातार हरेक दिन ध्यान गर्दै जाँदा आफ्नो समाधि राम्रो भएको आफैले अनुभव गर्न सकिन्छ ।

https://dhamma.digital

७) मेत्ता भावना ध्यान कसरी गर्न सकिन्छ ?

उत्तर : आनापानसति ध्यानमा सुपरिचित भइ सकेपछि र लगातार प्रयास गरी सकेपछि मेत्ता भावना गर्न सकिन्छ । सबभन्दा पहिला आफूले आफूलाइ वशमा राख्ने वा ध्यान दिएर मनमनै आफैले आफूलाई यसरी भन्न सकिन्छ - मलाई सुखी होस्, मलाई शान्ति होस्, दुःखबाट मुक्त होस्, मेरो मन दोषबाट मुक्त होस्, मेरो मन मैत्रीले (प्रेमले) भरियोस्, मलाई सुख होस् भन्दै एक एक जना गरेर आफूलाई मनपर्ने व्याक्तिलाई सम्झने र त्यसपछि समान व्यक्तिलाई अनि न त मन परेको न त मन नपरेको व्यक्तिलाइ सम्झने र अन्त्यमा मन नपरेको व्यक्तिलाई सम्झेर सबैको सुखी र निरोगी जीवन बितोस भनेर कामना गर्ने ।

८) यस्तो किसिमको ध्यान गर्नाले के फाइदा हुन्छ ?

उत्तर : यदि तिमीले मेत्ता भावना अटुट रूपमा गर्दै लग्यौ वा ठीक तरीकाले गऱ्यौ भने तिमी आफैमा सकारात्मक परिवर्तन आउने गर्दछ । स्वीकार्न सक्ने क्षमता र आफूले आफैलाइ माफी गर्नसक्ने क्षमता हुन्छ र आफ्ना प्रेमीहरूलाई पनि माया बढ्दै जान्छ । विभिन्न किसिमका मान्छेहरूसँग पनि तुरून्तै साथी बनाउन सकिन्छ र तिम्रो शत्रु वा कसैसँग क्रोध आदि भएमा त्यो निर्मूल भएर जान्छ । कहिलेकाहिँ यदि चिने जानेको व्यक्ति जो धेरै बिरामी, दुःखी, दरीद्र छन् भने मेत्ता भावना भएर तिनीहरूको अवस्थालाई हल भएको पनि देख्न सकिन्छ ।

९) यस्तो कसरी संभव छ ?

उत्तर : चित्त । जब शुद्ध चित्तले प्रयास गर्दै गयो भने मानसिक शक्ति बढ्छ । यदि हामीले हाम्रो मानसिक शक्तिलाइ अपनायौं भने

https://dhamma.digital

त्यसले अरूप्रति असर गर्न सक्छ, यस्तो अनुभव आफैमा हुन्छ , संभवतः तिमी एउटै कोठामा धेरै मानिसहरू बीच बसिरहेको छ र एक जना मान्छेले तिमीलाइ हेरिरहेको छ, तिमी यता उता फर्केर हेर्दा देख्दछौ कि तिमीलाई कोही मानिसले हेरिरहेको छ । त्यो कसरी भएको हो भने, तिमीले त्यो मान्छेको मानसिक शक्तिलाइ तान्न सकेको कारणले हो, यसैलाइ नै मेत्ता भावना भन्न सकिन्छ । हामीले सकारात्मक मानसिक शक्ति उत्पादन गरेर एक आपसमा बाँड्न सकिन्छ ।

१०) के अरू किसिमका ध्यानहरु पनि छन् ?

उत्तर : धेरै नै छन्, अन्त्यमा संभवत धेरै महत्वपूर्ण ध्यान विपस्सना हो, यसको अर्थ हो, भित्रको लागी देख्नु अथवा गहिरिएर देख्नु र यसलाइ विपस्सना ध्यान भनिन्छ ।

११) त्यसोभए विपस्सना ध्यान के हेा ?

उत्तर : विपस्सना गर्दा, जे सुकैभए पनि, विचार र विचार उत्पति प्रति केही प्रतिकृया नदिइ होशमा रहनु नै विपस्सना हो ।

१२) यसको उद्देश्य के हो ?

उत्तर : हामीले प्रायः जसो मन परेको र मन नपरेको अनुभूतिद्वारा अनुभव गर्दछौं अथवा अनावश्यक बिचार, दिँउसै सपना देख्ने वा कल्पना गर्ने, यिनीहरूको प्रतिकृयाद्वारा हामीले देख्ने अनुभवलाई अस्पष्ट र अनर्थ गरीदिन्छ । यसरी होस राखी बिना प्रतिकृयाद्वारा हामीले देख्छौं कि किन हामी विचार गर्छौ, किन हामी बोल्दछौं किन हामी त्यसो गर्दछौं, निश्चय नै आफूले बुझेको ज्ञानले जीवनमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउँछ । अर्को फाइदा भनेको आफ्नो अनुभव र आफूबीचमा अन्तर पैदा गर्दछ, तब हाम्रो

https://dhamma.digital

प्रतिक्रिया होस या बेहोस, प्रलोभन वा अपमान भए पनि हामीले अलिकति भए पनि त्यसबाट पछि हट्न सक्छौं । यसरी उचित वा अनुचितलाई देखेर ठिक बाटो अपनाइ अघि बढ्न सक्छौं । यसरी हाम्रो जीवनमा धेरै सहनशीलताले ठाउँ लिन्छ, द्वेष भावले होइन कि, तर साधारणतया हामीले अझ बढी सफासँग देख्छौं ।

१३) त्यसो भए के विपस्सना ध्यानले बढी राम्रो र सुखी जीवन बिताउन सहयोग दिन्छ त ?

उत्तर : त्यो मात्र धेरै महत्वपूर्ण शुरुवात हो, तर विपस्सना ध्यानको उद्देश्य त्यो भन्दा उच्च छ । जब हाम्रो ध्यान पक्का र गहिरो हुँदै जान्छ, तब हामीले अनुभव गर्न सक्छौं कि यो सुख हो तर व्यक्तिगत होइन, यो म बिना नै हुन्छ, र म छैन भनी अनुभव गर्न सकिन्छ, शुरूमा ध्यान गर्दा त्यो सुरूवातको दृष्य हो तर त्यो पछि गएर अझ बढी स्पष्ट भएर आउँछ ।

१४) यो सुन्दा त धेरै डरलाग्दो पो छ नि ?

उत्तरः हो डरलाग्दो छ, होइन त ? र साच्चैं भन्ने हो भने, कोही मानिसहरूले यस्तो अनुभव गर्छ, तिनीहरू अलिकति डराउँछन्, तर बुझ्दै आउँछन्, त्यो सबै हराउँदै जान्छन् । किनकि तिनीहरू सधैं भरिएर आउने वस्तुहरू भनि देखिन्छ । यसरी नै घमण्डिपन विस्तारै हराउँदै जान्छ, अनि म र मेरो भन्ने सबै बिलाएर जान्छ, साँच्चै यो नै बुद्धमार्गीहरूको तात्पर्य हो । साँच्चै नै तिनीहरूको दृष्टिकोण परिवर्तन हुन थाल्दछन्, यसो विचार गर्दा हरेक व्यक्ति, समाज र विश्वमा हुने झगडाको जरो नै घमण्डी, जातीय भेदभाव, वा देशभक्त हुनु गल्ती हो । धम्की र रोदन स्वरले चिच्चाएर यो मेरो हो, यो हाम्रो हो भन्नु गल्ती हो । बुद्धधर्म अनुसार साँच्चैको सुख र शान्ति भनेको जब

https://dhamma.digital

हामीले आफ्नो असली व्यक्तित्व पत्ता लगाउँछौं त्यो हो, अरहन्त (ज्ञान प्राप्तहुनु) ।

१५) त्यो धेरै राम्रो विचार हो तर साथै डर पनि लाग्छ । यदि आफू भन्नेनै छैन भने अरहन्त भएको मान्छेले कसरी विना व्यक्ति काम गर्न सक्छ ?

उत्तर : राम्रो विचार । अरहन्त भएको मान्छेले हामीलाई सोध्न सक्छ कि म भन्ने नै छैन भने तिमी कसरी काम गर्छौ, कसरी तिम्रो र अरूको दु:ख, पीडा, इर्ष्या, घमण्डी सहन सक्छौ । तिमीलाई कहिले पनि दिक्क लाग्दैन कि म अरूभन्दा राम्रो व्यक्ति, अरू भन्दा अगाडि छु भनी भौतारीं रहँदा, जुन कि एक दिन तिमीले सबै गुमाउनु पर्छ, त्यसो भए अर्हन्त व्यक्ति शान्त र ठिक ठाउँमा ठिक जीवन बिताइरहेको छ यो सबै तिमी हामी नै हौं, जो अरहन्त भएका छैनौ, मात्र समस्याहरू उब्जाउँछन् ।

१६) मैले तपाईंले भन्नुभएको बुझें तर अरहन्त हुनको लागी कति लामो समयसम्म ध्यान बस्नुपर्छ ।

उत्तर : यो भन्नु असंभव छ, तर यो संभवत ठिकै छ । अनि तिमीले किन अहिलेदेखि नै ध्यान बस्न शुरु नगरेको त ? अनि हेरौं ध्यानले तिमीलाई कहाँसम्म पुऱ्याउँछ । यदि मेहनत गरेर, बुद्धिमानपूर्वक ध्यान गऱ्यौ भने, जीवनमा अत्याधिक प्रगति आउँछ र त्यस समयमा ध्यान र धर्मको विषयमा रहेर खोज गर, पछि त्यो नै तिम्रो जीवनमा महत्वपूर्ण विषय भएर आउँछ । ध्यान शुरु गर्नुभन्दा पहिला कुनै विचार नगरी वा कुनै उच्चस्तरमा पुग्ने आशा नगरी एक चोटी पाईला अगाडी सारौं ।

https://dhamma.digital

१७) के ध्यान सिक्न मलाई गुरुको आवश्यकता पर्दछ ?

उत्तर : पर्दैन, तर व्यक्तिगत रूपमा ध्यानको विषयमा जानेको व्यक्तिबाट सहयोग लिंदा अति सहयोग मिल्नेछ। अभाग्यबस कोही भिक्षु वा उपासक, उपासिकाहरू ध्यान गुरु भएर सिकाउँदछ, जबकि उनीहरूलाई थाहा छैन, उनीहरू के गर्दैछन् भनेर । ध्यान विषयमा राम्ररी जानेको बुझेको ध्यान गुरुबाट सिक्नुपर्दछ जसले गर्दा बुद्धको शिक्षालाई स्पष्ट र अझ नजिक बनाइदिन्छ ।

१८) आजकाल चिकित्सक र मनोवैज्ञानिकहरूले पनि धेरै नै ध्यान गर्न थालेका छन्, के यो साँचो हो ?

उत्तर : साँचो हो, अहिले मानसिक रोगबाट पीडित भएकालाई धेरै नै ध्यानको आवश्यकता भएको छ र विभिन्न व्यवसायले मानसिक तनावलाई हटाउन र अप्रमादी (बेहोसी) बाट बच्न ध्यानको सहायता लिने गरेका छन्। बुद्धले बताउनुभएको ध्यानले आजको मानिसको चित्तलाइ जति प्रभाव परेको छ त्यति नै परापूर्व कालमा पनि थियो ।

११. भिक्षु र भिक्षुणीहरु

Dhamma.Digital

१) बुद्धधर्ममा धार्मिक अध्ययन संस्थाको महत्व छ , भिक्षु र भिक्षुणीहरूको उद्देश्य के हो र उनीहरूलाइ के के गर्नुपर्दछ ?

उत्तर : बुद्धले बनाउनु भएको भिक्षु र भिक्षुणीहरूको उद्देश्य उचित र शान्त वातावरण भएको ठाउँ बनाउनु हो, जसले गर्दा ध्यान भावना गर्न सजिलो हुन्छ, उपासक र उपासिकाहरूले भिक्षु भिक्षुणीहरूलाई चाहिने आवश्यक वस्तु पुऱ्याईदिन्छ । जस्तै आहार, लगाउने चीवर, बस्ने ठाउँ र औषधि, जसले गर्दा उनीहरूलाई ध्यान भावना गर्न र अध्ययन गर्न टेवा मिल्दछ ।

https://dhamma.digital

धर्मविनयको पालना र सरल जीवन बिताउन ध्यान र शान्तिको निकै उपयोगी हुन्छ । त्यसको बदला भिक्षु भिक्षुणीहरूले आफूले जानेको धर्म उनीहरूलाई सिकाइदिन्छन् र आफू पनि असल बुद्धमार्गी बनेर उचित उदाहरणको रूपमा रहन्छन् । साँच्चै भन्नु पर्दा केही स्तरमा फरक देखिन्छन्, र यो नै बुद्धको आकांक्षा पनि हो, अहिले आएर भिक्षु भिक्षुणीहरू स्कुलमा पढाउँछन् । कोही सामाजिक सेवामा लागेका छन् भने कोही कलाकार, कोही चिकित्सक र कोही राजनीतितिर पनि लागेका छन् । कोही भन्छन् यदि बुद्धधर्म प्रचार हुन्छ भने त्यसो हुनु पनि ठिकै छ तर कोही भन्छन् त्यसो हुनुमा भिक्षु र भिक्षुणीहरू सजिलैसँग सांसारिक समस्यातिर ढल्कन पनि सक्छन् । जबकि उनीहरू पहिलो पटक विहार जाँदा, के उद्देश्य लिएर गएका थिए, त्यो तिनीहरूले बिर्सिदिन्छन् ।

२) कस्तो प्रकारका व्यक्ति भिक्षु वा भिक्षुणी बन्छन् ?

उत्तर : धेरै किसिमका मानिसहरूलाई विभिन्न किसिमका ईच्छाहरू हुन्छ, जस्तै पारिवारीक जीवन, काम, चाहना, राजनीति, धर्म आदि ती मध्येमा धेरै जसो पारिवारीक जीवन र काममा बढी ध्यान राख्छन्, अरू चाहिं त्यसमा कमै ध्यान दिन्छन् जसले बुद्धको शिक्षालाइ अध्ययन र ध्यान भावना गर्छ भने । उसको जीवनमा त्यो नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण हुन्छ । जब सबै चिजवस्तुलाई त्यागेर अलग अलग हुन्छ, त्यस्ता मान्छेलाइ सायद भिक्षु वा भिक्षुणी बन्ने इच्छा हुन्छ ।

३) अरहन्त हुनलाइ के भिक्षु वा भिक्षुणी नै बन्नुपर्छ ?

उत्तर : अवश्य पर्दैन, केही बुद्धका अग्रश्रावकहरू गृहस्थी थिए, कोहीले भिक्षुहरूलाई ध्यान समेत सिकाउन सक्थे । बुद्धधर्मलाइ

https://dhamma.digital

बुझ्नु अति आवश्यक छ र भिक्षु वस्त्र लगाए पनि जिन पाइन्ट लगाए पनि त्यसमा केही पनि फरक छैन । अथवा कोही घरमा वा विहारमा बसे पनि, कोही विहारमा बस्छन् त्यसको फाइदा वा बेफाइदा उचित वातावरणमा बसेर ध्यान भावना गर्नु नै हो । कोही घरमै बस्छन् दुःख र सुख भएपनि त्यो नै उनीहरूका लागी उचित ठाउँ हुन्छ, त्यसैले सबै मान्छेमा भिन्नता छ ।

४) किन भिक्षु र भिक्षुणीहरु पहेंलो वस्त्र लगाउँछन् ?

उत्तर : प्राचीनकालमा जब भारतीयहरू जंगलमा बस्थे, तिनीहरूलाइ थाहा हुन्थ्यो कि, कुन रूखको पात पहिला झर्छ भनेर । किनभने त्यो पात कि त पंहेलो वा सुन्तला रंगको वा खैरो देखिन्छ, त्यसको परिणाम त्यो बेलाको भारतमा पंहेलो रंगको अर्थ नै गृहत्याग गर्नुको अर्थ दिन्छ । त्यसैले भिक्षु र भिक्षुणीहरूको चीवरको रंग पहेंलो हुनु नै कुनै चिज वस्तुप्रति आशक्ति नहुनु हो, परिवर्तन हुन नदिन र त्याग गर्नु यसको अर्थ हो ।

५) भिक्षु र भिक्षुणीहरुले कपाल खौरनुको उद्देश्य के हो ?

उत्तर : धेरै जसो हामी आफ्नो दृष्टी शरीरलाई ध्यान दिन्छौं र बिशेष गरी कपाललाई । महिलाहरूका लागी कपाल राम्रो बनाउनु धेरै महत्वपूर्ण छ भने पुरूषलाइ भने तालु होला भन्ने डर । हामीले हाम्रो कपाललाइ राम्रो बनाउन त्यसलाइ समय दिनुपर्दछ, कपाल खौरनुमा भिक्षु र भिक्षुणीहरू आफैले समयमा खौरन्छन् । कपाल खौरनुको अर्को अर्थ आध्यात्मिक र शारीरिक परिवर्तनलाइ ध्यान दिएर होशियार हुनु पनि हो ।

६) भिक्षु बन्नु धेरै राम्रो हो, यदि सबै भिक्षु बने भने के गर्ने ?

उत्तर : कुनै समयमा कुनै एक जनाले यस्तैखालको प्रश्न गरे,

https://dhamma.digital

दन्त चिकित्सक हुनु धेरै राम्रो हो तर यदि सबै मनिस दन्त चिकित्सक भए भने के गर्ने । स्कुलमा पढाउने मास्टर हुँदैन, भात पकाउने मान्छे हुँदैन, ट्याक्सी चलाउने ड्राइभर हुँदैन, स्कुलमा पढाउने मास्टर हुनु धेरै राम्रो हो, तर सबै मान्छे माष्टर भयो भने के गर्ने, त्यहाँ कुनै पनि दन्त चिकित्सक हुँदैन आदि । बुद्धले कहिले पनि भन्नुभएको छैन कि सबै मान्छे भिक्षु वा भिक्षुणी बन्नुपर्छ भनेर र यो कहिले पनि हुनेछैन । जे जसो भएपनि सधैँभरी मान्छेहरू सरल जीवन बिताउन चाहन्छन् र गृहत्याग गर्दछन् । धेरै जसो बुद्धको शिक्षाबाट प्रभावित भएर सबै त्याग गर्दछन र त्यसैगरी दन्त चिकित्सक र स्कुल माष्टरसँग पनि आफ्नो विषयमा निपूर्णता र ज्ञानी छन् जसले समाजमा बाँच्न एक आपसमा सहयोग गर्दछन् ।

७) त्यो त ठिक छ, जसले पढाउँछ, किताब लेख्छ वा समाजसेवा गर्छ तर अरू भिक्षु र भिक्षुणीहरू जो केही पनि गर्दैनन्, तर ध्यान गर्छन् भने त्यो समाजको लागी के काम लाग्यो त ?

उत्तर : तिमीले ध्यान गर्ने भिक्षुलाइ अनुसन्धान गर्ने वैज्ञानिकसँग तुलना गर्न सकिन्छ । समाजले खोजी गर्ने वैज्ञानिकलाइ सहयोग गर्छ जो प्रयोगशालामा मात्रै बसी राख्छ र आशा गर्छन कि उसले नयाँ नयाँ अन्वेषण गरी पत्ता लगाएर साधारण जनतालाइ दिन्छन् । त्यसैगरी बुद्धधर्मको समाजमा पनि ध्यानी भिक्षुले सहयोग गर्दछन् , किनभने उसले ध्यान ज्ञान प्राप्त गरेर साधारण जनताको उपकारको आशा गर्दछ । तर पनि यो हुनुभन्दा अगाडि वा भएन भने पनि ध्यानी भिक्षुले अरूको उपकार गरेको हुन्छ । कोही आधुनिक वैज्ञानिकहरू, स्वेच्छाचारीले धनी र प्रख्यात हुन चाहन्छन् । त्यस प्रकारको प्रख्यातले बिनाशतिर लान्छ र आशक्त

https://dhamma.digital

भएर त्यसको पछि लाग्छ वा ईर्ष्या गर्दछ । उदाहरणको लागी ध्यानी भिक्षुलाइ धनी हुनुको कुनै अर्थ छैन तर सन्तुष्ट हुनु नै हो, त्यसैले हामीले बुझ्नु पर्छ कि साधारण र सरल जीवन बिताउनु नै फाइदाजनक छ ।

८) मैले सुनेको छु कि अहिले भिक्षुणीहरू छैनन् ? के यो साँचो हो ?
उत्तर : भिक्षुणीहरूको संघ बुद्धको पालामा बुद्धले बनाउनुभएको हो र बुद्धधर्म प्रचार गर्नमा ५/६ सय बर्षसम्म भिक्षुणीहरूको धेरै महत्वपूर्ण भुमिका थियो । तर केही कारणवस भिक्षुणीहरूले आदर सम्मान पाउन सकेनन् वा भिक्षुहरूलाई जस्तै सहयोग नमिलेको कारणले भारत, श्रीलंका, तिब्बत र दक्षिण उत्तर एसियामा भिक्षुणी शासन हराएर गयो । त्यसो भए पनि ताइवान, कोरिया र जापानमा भने भिक्षुणी शासन अझै बाँकी रहेको देखिन्छ । आजकाल श्रीलंकामा भिक्षुणी शासनलाइ पुनर्उत्थान गर्ने शुरु भएपनि केही निकायद्वारा कुनै चासो नराखेको देखिन्छ । जे भए पनि बुद्धको शुद्ध ज्ञानलाइ स्वीकार्ने हो भने दुवै पुरूष र महिलाहरू धर्म विनयमा रहेर जीवन बिताइ त्यसबाट फल प्राप्त गर्नु नै ठिक हुनेछ ।

Dhamma.Digital

१२. बुद्ध धर्मका ग्रन्थहरु

१) प्रायः जसो सबै धर्महरूमा धार्मिक ग्रन्थहरू लेखेको पाइन्छ । बुद्ध धर्मको धार्मिक ग्रन्थ चाहीँ के हो ?
उत्तर : बुद्धधर्मको धार्मिक ग्रन्थलाई त्रिपिटक भनिन्छ, यो भारतीय प्राचीन भाषामा लेखिएको थियो जसलाई पालि भाषा भनिन्छ, जुन बुद्धले बोल्ने भाषा नजिक पर्छ । त्रिपिटक किताब धेरै छन्, अंग्रेजी अनुवादमा मात्रै यसको करिब ४० वटा जति छन् ।

https://dhamma.digital

२) त्रिपिटकको अर्थ के हो ?

उत्तर : यो २ शब्दले बनेको छ । ती को अर्थ तीन र पिटकको अर्थ टोकरी हो । पहिलो भागलाई सुत्तपिटक भनिन्छ । जसमा बुद्धले र उहाँका अरहन्त शिष्यले बताउनुभएको सूत्र छन् । सुत्तपिटकको बिषयवस्तु भिन्नाभिन्नै छन्, जुन बुद्धले विभिन्न व्यक्तिहरूलाइ भिन्नाभिन्नै ठाँउमा बताउनुभएको थियो । त्यही धेरै जसो बुद्धको देशनाको रूपमा छ भने कुनै छलफलको रूपमा छ । अरू जस्तै धम्मपदले बुद्धशिक्षालाई कविताको रूपमा प्रस्तुत गरेका छन् । जातक पनि त्यसको एक उदाहरण हो, जसमा रमाइला जनावरको कथा समावेश गरेका छन् । दोस्रो भाग विनय पिटक हो । यसमा भिक्षु र भिक्षुणीहरूका लागि नियम र कार्यप्रणालीहरू समावेश भएका छन् । अन्त्य अर्थात तेस्रो भागलाइ अभिधम्म पिटक भनिन्छ । यो गहकिलो र बुझ्न गाऱ्हो विषयलाई विश्लेषण गरिएको र छुट्याएर संगठन गरी एउटामा समावेस गरी मिलाइ बनाइएको ग्रन्थ हो । अभिधम्म पिटक दुई भन्दा पछि लेखिएको भएता पनि यसमा अन्तर्गत कुनै पनि ती दुई त्रिपिटक प्रति प्रतिवाद वा विरोध छैन । पिटकको शब्द प्राचीन भारतमा कामदारहरूले सामान ओसार पसार गर्दा टोकरीबाट एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लान प्रयोग भएको थियो । उनीहरूले मिलेर टोकरी अर्को मान्छेलाइ पास गर्ने गर्दथ्यो, यसरी दोहोऱ्याएर फेरि जान्थ्यो र फेरि लिएर आउने गर्दथ्यो । बुद्धको पालामा पनि लेख्ने चलन थियो, तर मान्छेको दिमागमा सम्झेर राख्नु भन्दा त्यो अनिश्चित थियो । किताब बर्षा ऋतुमा गल्न सक्दथ्यो वा किताब कमिलाले खान सक्थ्यो, तर मान्छेको दिमाग भने, नमरेसम्म रहीरहने हुन्छ जसको परिणाम स्वरूप

https://dhamma.digital

भिक्षु र भिक्षुणीहरूले बुद्धको शिक्षालाइ दिमागमा सम्झेर राखी एकले अर्कालाइ सिकाइदिन्थे । जस्तो कि टोकरीमा रहेको माटो र इँट्टा एकले अर्कालाइ दिनु जस्तै हो, यसैकारणले बुद्धधर्मको ग्रन्थलाई टोकरी भनिएको हो । यसरी तिपिटक १०० औं बर्षसम्म टिक्यो र सन् १०० B.C. मा श्रीलंकामा लेख्न शुरूभयो ।

३) यदि त्रिपिटक दिमागमा संझेर र धेरै वर्षसम्म बचाएको भए त्यो अविश्वसनीय हुन्थ्यो । धेरैजसो बुद्धको शिक्षा परिवर्तन भइ हराइ सक्थ्यो होइन र ?

उत्तर : ग्रन्थको बचावट भिक्षु र भिक्षुणीहरूको संगठनात्मक प्रयास हो । उनीहरू सधैँभरी सबै एकै ठाउँमा बसेर सधैं त्रिपिटक पाठ गर्ने गर्दथे । यसले गर्दा त्यसमा कुनै परिवर्तन वा थप्नु भनेको असंभव छ । यसरी विचार गर्नुहोला, जस्तो कि १०० जना मानिसलाई एउटा गीत आउँछ, तर सँगै गाउँदा एक दुई जनाले गाएर अर्को नयाँ शब्द थप्न खोज्दा कस्तो हुन्छ, त्यो गीत ? निश्चित संख्याले गाएको गीतमा एक जनाले गल्ती गाए पनि त्यसलाइ सच्चाइ दिन्छ । अर्को महत्वपूर्ण कुरा के छ भने, त्यो बेला कुनै टि.भि. थिएन, समाचार विज्ञापन थिएन, जसले गर्दा चित्तलाइ खल्बलाइ अर्कैतिर आर्कषित गर्न सक्दैनथ्यो । जुन त्यो बेला भिक्षु भिक्षुणीहरू सामूहिक ध्यान पालना गर्दथे । जसको मतलब उनीहरूको संझन सक्ने शक्ति धेरै राम्रो थियो, अहिले पनि किताब प्रयोजनमा आइसक्दा पनि कोही भिक्षुहरू सबै त्रिपिटक संझन सक्नेहरू छन् । भिक्षु मेनगोङ सयादोले सबै तिपिटक उहाँको दिमागमा राखेका छन् । उहाँले गिनिजबुकमा संसारको सबैभन्दा बढी सम्झन सक्ने व्यक्तिको रूपमा रेकर्ड राखेका थिए, उहाँ बर्मेली नागरीक थिए ।

https://dhamma.digital

४) तपाइले पालि भन्नुभयो, त्यो के हो ?

उत्तर : पालि एउटा भाषाको नाम हो, जुन भाषामा बुद्धधर्मको ग्रन्थहरू लेखियो । कसैले भन्न सकेका छैनन् कि बुद्धले के भाषा बोल्दथे, तर परम्परा अनुसार पालि भाषा भनेर विश्वास गरिन्छ, यदि उहाँले यो भाषा बोल्न हुन्नथियो भने संभवत अरू कुनै यो भाषासंग नजिकको भाषा बोल्नुहुन्थ्यो, तथ्य कुरा त यो हो कि उहाँ धेरै ठाउँमा घुम्नु भयो र धेरै ठाउँमा देशना पनि गर्नुभयो त्यसो हुँदा बुद्धले धेरै भाषा बोल्ने गर्नुहुन्थ्यो, जुन त्यसबेलाको उत्तर भारतमा पर्दथ्यो ।

५) ती ग्रन्थहरु बुद्धमार्गीहरूलाई कत्तिको महत्वपूर्ण छन् ?

उत्तर : त्रिपिटक कुनै देवता होइन, कुनै ईश्वरले दिएको चमत्कार पनि होइन, त्यसैले बुद्धमार्गीहरूले यसलाइ विश्वास गर्नुपर्छ भन्ने पनि छैन । बरू यो एक महान व्यक्तिले सिकाएको ज्ञान हो जसले निश्चित रूपमा व्याख्या दिइ सल्लाह र साहस दिएका छन् । सही बाटो देखाएका छन् र हामीले विचारपूवर्क अध्ययन र गौरव गर्नुपर्छ । हाम्रो उद्देश्य भनेको तिपिटकको शिक्षालाइ बुझ्नु हो, विश्वास गर्नु होइन । त्यसैले बुद्धले भन्नुभएको छ, हामी आफैले आफ्नो अनुभवद्वारा जाँचबुझ गर्नुपर्छ, तिमीले भन्न सक्छौ कि बुद्धमार्गीहरूको ग्रन्थहरू प्रतिको व्यवहार, भनेको एक वैज्ञानिकले खोजी गरी पत्ता लगाएको वस्तु, आफ्नो विज्ञापन अखवारमा छपाउनु जस्तै हो । एक वैज्ञानिकले आफूले जाँचबुझ गरी अनुभव गरेको सबै सारांश प्रकाशित गरीदियो भने त्यसैगरी अरू वैज्ञानिकहरूले पनि त्यस अखवारलाइ गौरवताका साथ पढ्ने गर्दछन्, तर तिनीहरूले तुरून्त विश्वास गर्दैनन्, जबसम्म तिनीहरूले मिल्दो परिणाम पाउँदैनन् ।

https://dhamma.digital

६) पहिले तपाईंले धम्मपद भन्नुभयो, त्यो के हो ?

उत्तर : धम्मपद त्रिपिटकको सबैभन्दा सानो एक पहिलो भाग हो, सत्यको बाटो वा सत्य कथन पनि भन्ने गरिन्छ । यसमा जम्मा ४२३ श्लोकहरू छन् । जसमा गम्भीर सार उपमाहरू र केही सौन्दर्यका विषयहरू छन्, जुन बुद्धले बताउनुभएको थियो । फल स्वरूप धम्मपद सबैभन्दा प्रचलितमा आएको बुद्ध साहित्य हो । यो धेरै भाषाहरूमा अनुवाद भैसकेको छ । संसारको सर्वश्रेष्ठ धार्मिक साहित्यको रूपमा चिनारी भइसकेको छ ।

७) कसैले मलाई भन्यो कि यो ग्रन्थ तल भुँइमा वा काखीमा राख्नु हुँदैन, उच्च स्तरमा माथि राख्नु पर्छ रे, के यो साँचो हो ?

उत्तर : अहिलेसम्म पनि बुद्धधर्म मान्ने केही देशहरूमा र मध्य युरोपमा जस्तै, किताबहरूको धेरै अभाव र मूल्यवान वस्तु समान छन् । त्यसैले ग्रन्थहरू धेरै गौरवसाथ सजाउने गरिन्छ र पछि आएर तिमीले भने जस्तै यो चलनचल्ती भएर आएको हो । जुन सुकै भए पनि जब चलन र परम्पराले चलि आए पनि ठिकै छ, आजभोलीका मान्छेहरू त्यसमा भएको ज्ञान गुणको कुरालाइ बुझेर अभ्यास गरी गौरव गर्नुमा नै सहमत छन् ।

८) बुद्धधर्मका ग्रन्थहरू पढ्न मलाइ धेरै नै गाऱ्हो छ, किनकी तिनीहरू धेरै लामो र दोहोऱ्याइ तेहऱ्याइ लेखिएका छन् । त्यसैले पढ्दा अल्छी पनि लाग्छ ।

उत्तर : जब हामी धार्मिक ग्रन्थहरू पल्टाउँछौ, तब हामी चाहन्छौं, तारिफ, खुशी र प्रशंसा, जसले गर्दा हामीलाइ प्रेरणा दिन्छ । फलस्वरूप कोहीले बुद्धधर्मको ग्रन्थ पढेर अलि निराश हुन्छन्, जबकि केही बुद्धबचनहरू रमाइला र सुन्दर छन् । धेरै जसो

https://dhamma.digital

दर्शन र व्याख्या अनि होशियारपूर्वक कारण सहितको बादविवाद र पूर्णरूपमा व्यावहारीक सुझाव अथवा ध्यान र सत्यबचनहरू समावेश छन् । ती सबै मानसिक उत्तेजनाभन्दा ज्ञानको कुरा बढी छ, जब हामी बुद्धधर्मका ग्रन्थहरूलाइ अरू धर्मसंग तुलना नगरी हेऱ्यौं भने, तिमी आफैले देख्न सक्छौ, त्यसको आफ्नै प्रकारको सौन्दर्यता छ । जसमा स्वच्छ सौन्दर्य गहिरो सौन्दर्यता र ज्ञान बुद्धिको सौन्दर्यता आदि छन् ।

९) मैले पढें यो ग्रन्थ सबैभन्दा पहिला तालपत्रमा लेखिएको थियो, किन त्यसो गरिएको थियो ?

उत्तर : हो , किनभने त्यो समयमा भारत र श्रीलंकामा कागज पत्ता लागेको पनि थिएन । साधारणतया केही चिठीहरू हिसाब किताब र अरूकार्यहरू जनावरको छालामा फलामको पातामा अथवा ताल पत्रमा लेखिन्थ्यो । बुद्धमार्गीहरू जनावरको छालामा लेख्न मन पराउँदैनथे । र फलामको पातामा पनि लेख्दैनथे । किनभने धेरै महंगो र बोक्न गाऱ्हो हुन्थ्यो र अन्त्यमा ताल पत्रमा लेखियो । ताल पत्र तयार भैसके पछि एक आपसमा धागोले बाँड्छन् र २ काठको बीचमा राख्छन्, जसले गर्दा सजिलो र बलियो हुने गर्दथ्यो । जुनकी अहिलेको किताब जस्तै बन्छ, जब बुद्धधर्म चीनमा पुग्यो ग्रन्थहरू रेशमी लुगामा वा कागजमा लेखियो, ५०० बर्ष पछि धेरै ग्रन्थहरू चाहिनेमात्रामा उपलब्धि गराउन छापाको पत्ता लाग्यो । संसारको सबैभन्दा पुरानो छापा बाट निकालिएको किताब चीन भाषामा भएको पाइन्छ, जुन बुद्ध बचन थियो, त्यो किताब सन् ८२८ मा प्रकाशित भएको थियो ।

https://dhamma.digital

१३. इतिहास र विकास

१) हालमा बुद्धधर्म धेरै मानिसले विभिन्न देशहरूमा मान्न थाले, यो कसरी भयो ?

उत्तर : बुद्धको परिनिर्वाण भएको १५० बर्ष भित्र मै उत्तर भारतमा निकै प्रचार भएको थियो, त्यसपछि सन् २६२ B.C. मा मौर्य राजा अशोकले बुद्धधर्म अपनाइ उनका सबै राज्यहरूमा प्रचार गरेका थिए, त्यसपछि धेरै मान्छेहरू यस धर्ममा आकर्षित भएका थिए । विशेष गरी हिन्दुधर्मको जातभातको विपक्षमा आएका थिए । सम्राट अशोकले संगायना गरेर आफ्नो छिमेकी देशहरूमा धर्मदूत भिक्षुहरूलाई धर्मप्रचारका लागी पठाएका थिए, जुन त्यसबेला युरोपसम्म पनि पुगेका थिए । यसको सबैभन्दा सफल भएको देश श्रीलंका हो । उहिलेदेखि अहिलेसम्म पनि टापुमा बुद्धधर्म बाँकि नै रह्यो । अरू धर्मदूतहरू दक्षिण र पश्चिम भारत, अहिलेको कास्मिर र दक्षिण भागको बर्मा र थाइलेण्डको उपद्विपसम्म पुगे । एक शताब्दीपछि वा त्यसपछि अफगानिस्तान र भारतको उत्तरमा रहेको पहाडि भू-भागसम्म बुद्धधर्म प्रचार भयो । भिक्षुहरू व्यापारीहरूसंगै मध्य एसियामा धर्मप्रचारको लागी पुगे र अन्त्यमा चीन र त्यहाँबाट कोरिया हुँदै जापान पुगेका थिए ।

यो रोचकको विषय हो किनकि बुद्धधर्म मात्र बैदेशिक बिचारधारासंग मात्र मेल खान्छ जुन चीनमा पुगेको थियो । खासगरी श्रीलंकाका भिक्षुहरूको प्रयासद्वारा १२ औं शताब्दीमा बर्मा, थाइलेण्ड, लाओस र कम्बोडिया जस्तो देशहरूको मुख्य धर्म नै बुद्धधर्म हुन योग्य भयो ।

https://dhamma.digital

२) कसरी र कहिलेदेखि तिब्बतीहरू बुद्धमार्गी भए ?

उत्तर : आठौं शताब्दीमा तिब्वतका राजाले भारतबाट भिक्षुहरू र ग्रन्थहरू ल्याउन राजदूत पठाएका थिए । बुद्धधर्म त ल्याइयो तर तिब्वतका पुरानो बोन धर्मका पुरोहितहरूले बिरोध गरेको कारण बुद्धधर्मले ठाउँ पाउन सकेन र अन्त्यमा ११ औं शताब्दीमा भारतबाट धेरै भिक्षुहरू र धर्मगुरूहरू तिब्वत आइपुगे र बुद्धधर्मको उत्थान भयो । त्यसबेलादेखि तिब्वत पनि बुद्धधर्म मान्ने देश भयो ।

३) के त्यसो भए बुद्धधर्म धेरै प्रचार भयो ?

उत्तर : त्यतिमात्र होइन, त्यहाँ केही अत्याचारका घटनाहरू पनि छन् । जुन बुद्धधर्म प्रचारको प्रतिरोध भए, तर पनि प्रयास भए र सिपाहीहरूको बिजेता झैं भयो र बुद्धधर्म सँधैं सरल जीवन जिउने पद्धति हो र कसैलाइ विश्वास गर्नमा बाध्य तुल्याउनु बुद्धमार्गीहरूको कुनै चासो छैन ।

४) धेरै देशहरूमा पुगेर बुद्धधर्मले के प्रभाव पाऱ्यो ?

उत्तर : जब धर्मदूत भई गएका भिक्षुहरू विभिन्न देशहरूमा पुगे, तिनीहरूले बुद्धधर्मको ज्ञान मात्र लगेनन्, उचित संस्कृति पनि साथमा लगेका थिए । भिक्षुहरूले आफूमा भएको जडिबुटीको ज्ञान पनि प्रचार गरेका थिए । तर न त श्रीलंका, तिब्बत, न त अरू कुनै मध्य एसियाली देशहरूमा भिक्षुहरूले प्रचार गरेको भनि लेखियो ? यो नै पछि पछि विभिन्न विचार, ज्ञान परिवर्तन गरी लेखियो । बुद्धधर्म आउनुभन्दा पहिले तिब्बत र मंगोलीयनहरू जंगली जस्तै थिए । जब बुद्धधर्म आए उनीहरू सरल र सभ्य जीवन बिताउने भएका थिए । भारतमा बलिदिने प्रथा कम भएको कारण बुद्धधर्म हो र केही समयसम्म जातीय भेदभाव कम

https://dhamma.digital

भयो र हालमा बुद्धधर्म युरोप र अमेरिकामा प्रचार भयो । अनि पश्चिमेलीहरूमा पनि नयाँ नयाँ शुरूवात हुँदैछ र यसको प्रभावले मानिसहरूको विचारमा परिवर्तन ल्याउँदैछ ।

५) बुद्धधर्म भारतमा कसरी पतन भयो ?

उत्तर : यसबारेमा कसैले पनि चित्त बुझ्ने गरी व्याख्या दिएका छैनन् । कोही इतिहासकारहरू भन्छन्, बुद्धधर्ममा धेरै विकृति आएकोले जनताहरू यसको विपक्षमा हुन थाले । अरू भन्छन्, बुद्धधर्मले हिन्दुधर्मको बिचारलाइ मिश्रित गरेकोले छुट्याउन नसकिने भयो । अर्को बिचारमा भिक्षुहरू ठूलो ठूलो विहारमा सरूवा भएर गए, जहाँ राजाको सहयोग मिल्दथ्यो र पछि यो साधारण मान्छेलाइ हस्तान्तण गरियो । यसरी जुनसुकै कारणहरू भए पनि ८/९ औं शताब्दीमा बुद्धधर्म धेरै नै पतन भइसकेको थियो । जब मुस्लीमहरूले आतंक र हमला गर्‍यो, १३औं शताब्दीमा, सम्पूर्ण रूपले बुद्धधर्मको पतन भयो ।

६) भारतमा अझैपनि केही बुद्धधर्म मान्नेहरू छन् होइन र ?

उत्तर : हो, छन् र साँच्चै भन्ने हो भने २० औं शताब्दीमा आएर बल्ल बुद्धधर्मको शुरूवात भयो । सन् १९५६ मा एक अछुत जातले बुद्धधर्म मान्न थाले किनभने ऊ र उनका जनताहरूले हिन्दुधर्मको जात र भात प्रथाको कारणले धेरै दुःख भोगेका थिए । त्यसबेलादेखि ८० लाख मानिसहरू बुद्धधर्मको शरणमा आएका थिए र यसको संख्या अझै बढ्दैछ ।

७) बुद्धधर्म पश्चिमेली देशमा कहिले आयो ?

उत्तर : संभवत सबैभन्दा पहिला सन् ३ B.C. मा राजा अलेक्जेण्डरको लडाइँपछि ग्रीसबाट बसाँइ सरेर आएकाहरू

https://dhamma.digital

बुद्धमार्गी बने । एउटा निकै पुरानो किताब मिलिन्द प्रश्न जुन भिक्षु नागसेन र इन्दो ग्रीस राजा मिलिन्दको छलफल हो, तर हालमा १९ औं शताब्दीमा धेरै बुद्धिजीवीहरूले बुद्धधर्मका ग्रन्थहरू भाषा अनुवादको साथै विभिन्न लेख लेखेर प्रशंसा र गौरवसाथ प्रचार गर्न थाले । सन् १९००मा केही पश्चिमेलीहरू आफूलाइ बुद्धमार्गी भन्न थाले भने कोही १,२ जना भिक्षु समेत बने र सन् १९६० देखि पश्चिमेली बुद्धमार्गी बन्न थाले र अहिले कमै भए पनि धेरै पश्चिमेली देशहरूमा उल्लेखनीय संख्यामा बुद्धमार्गीहरू छन् ।

८) विभिन्न प्रकारको बुद्धधर्मबारे केही बताउनुहोस् ?

उत्तर : बुद्धधर्म उच्च भेगको मंगोलियादेखि माल्दिभ्ससम्म, वाखा देखि बालीसम्म भने जस्तै भिन्दाभिन्दै संस्कृतिका व्यक्तिहरूलाई नै सोध्नु बेस होला । यसरी धेरै शताब्दीसम्म स्थापित भएर मानिसको समाजमा रह्यो र विकाश हुँदै आयो । यसको परिणाम जब वास्तविक धर्मको उत्थान भयो, त्यसरी नै बाहिरी वस्तुको परिवर्तन हुनु स्वाभाविक थियो । आज भोलि तीन प्रकारका बुद्धधर्महरू छन् - थेरवाद, महायान र वज्रयान ।

Dhamma.Digital

९) थेरवाद के हो ?

उत्तर : थेरवादको अर्थ हो अटूट रूपमा बुद्धको पालादेखि चलीआएको, जेष्ठ धर्म हो । र यसको सबैभन्दा पुरानो ग्रन्थ त्रिपिटक पालि हो । जसमा सम्पूर्ण बुद्धवचनहरू समावेस भएका छन् । थेरवाद धेरै रूढिवादी छन् । कुनै पनि धर्म विनय परिवर्तन गर्न नचाहने र धर्म र विनयलाई नै मुख्य मान्छन्, जुन सानो तिनो देखि लिएर कडा विनयसम्म समावेश भएका छन् । आजभोलि थेरवाद मान्ने देशहरू जस्तै श्रीलंका, बर्मा, थाइल्याण्ड, लाओस, कम्बोडिया र अरू एसियाका दक्षिणपूर्वका देशहरू हुन् ।

https://dhamma.digital

१०) महायान के हो ?

उत्तर : पहिलो शताब्दी 1 B.C. तिर बुद्धधर्म अफ बढी गहिरो रूपमा पत्ता लगाएको अनुमान गरिन्छ । समाजको परिवर्तन अनुसार नयाँ ढंगले बुद्धधर्मको प्रचार गर्नु आवश्यक थियो, यसरी बिभिन्न विद्यालयहरूमा बिकाशको संगसंगै यो धर्म पनि अघि बढ्यो र भन्न थाले महायान धर्म, जसको अर्थ हो महान बाटो । किनभने उनीहरूले भन्न थाले यो सबैको लागी उचित छ, भिक्षु र भिक्षुणीहरूको लागी मात्र होईन । यसरी यो भारतको मुख्य धर्म हुन गयो र अहिले चीन,? ताइवान, कोरिया, भियतनाम र जापानमा मान्ने गरेका छन् । थेरवादीहरूले भन्न थाले कि महायान धर्मले बुद्धको शिक्षालाई बङ्गायो, त्यसोभए पनि महायान भन्ने गर्दछन् केही आवश्यक भएमा परिवर्तन गर्न मिल्ने यो बुद्धले स्वीकारेको तथ्य हो, उनीहरूको अर्थमा भन्दा बज्रांठको रूखलाइ बिगार्ने बज्रांठको फल भने झैं बुद्धधर्मलाई बिगार्ने उनीहरूको भावार्थ होइन ।

११) मैले हीनयान भनेको शब्द धेरै पटक सुनेको छु त्यसको अर्थ के हो ?

Dhamma.Digital

उत्तर : जब महायानको विकाश भयो तिनीहरू पहिलेको बुद्धधर्मबाट छुट्टिन चाहन्थे, त्यसैले उनीहरू आफैले आफैलाइ महायान भन्न थाले जसको अर्थ महान बाटो र पहिलेको बुद्धधर्मलाइ हीनयान भनि नामाकरण गरियो । जसको अर्थ हो तुच्छ बाटो । त्यसैले हीनयान भनेको महायानहरूले दिएको एक नाम हो ।

१२) बज्रयान भनेको के हो ?

उत्तर : जब भारतमा हिन्दुधर्मको पुनरउत्थान हुदैंगयो सन् ६ देखि ७ औं शताब्दीतिर बज्रयानको विकाश सुरू भयो । बज्रयान

https://dhamma.digital

हिन्दुधर्मले विचारधारामा प्रभावित भएको थियो । विशेषगरी देवी देवतालाइ पूजा गर्ने र रितिरिवाज यसको स्पष्ट जवाफ हो । ११ औं शताब्दीतिर बज्रयानको स्थापना उचित रूपले तिब्वतमा भयो जहाँ धेरै विकसित परिवर्तन ल्यायो । बज्रयानको अर्थ हो हिराको बाटो र यसलाइ टुक्रा गर्न नसकिने भन्ने नै उनीहरूको तर्क हो । परम्परागत बुद्धग्रन्थहरूलाई भन्दा धेरै जसो अर्को बज्रयानी तन्त्रमा बढी भर पर्दछ । त्यसैले यिनलाई तन्त्रयान पनि भनिन्छ । बज्रयानले आजकल मंगोलिया, तिब्बत, नेपाल, भुटान र भारतमा बसेका तिब्बतीहरूले मान्दछन् ।

१३) यो सुन्दा धेरै नै गोलमाल देखिन्छ, यदि मैले बुद्धधर्म भनी कसलाई मान्दा उचित हुन्छ ?

उत्तरः सायद हामीले एउटा खोलासंग तुलना गर्न सक्छौं यदि तिमी खोलाको छेउछेउबाट खोलाको मुहानसम्म पुग्यौ भने संभवत खोलाको मुहान फरक फरक देखिन्छ, तर यदि तिमीले खोलाको मुहानबाट छेउछेउ हुँदै आएमा पहाडहरू, उपत्यकाहरू, झरनाहरू र अरू स-साना खोलाहरू पनि त्यसमा मिलेर बगेको देखेर अन्त्यमा खोलाको मुहानमा आइपुग्छ अनि तिमीले बुझ्ने छौ कि किन तिनीहरू मुहानदेखि फरक छन् । यदि तिमी बुद्धधर्म अध्ययन गर्न चाहन्छौ भने पहिलेदेखि शुरू गर, जस्तै आर्य सत्य, आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग, बुद्ध जीवनी आदि । त्यसपछि अध्ययन गर, कसरी र किन बुद्धधर्म र विचारहरू विकाश भए, अनि त्यसमा ध्यान दिएर जाऊ तिमीले धेरै कारण देख्नेछौ । त्यसपछि तिमीलाई खोला, खोलाको मुहानको अधिनमा छ भनी भन्नु असंभव हुन्छ अथवा खोलाको मुहानले बिगारीदियो भन्दा पनि असंभव हुन्छ ।

https://dhamma.digital

१) यदि ज्ञान प्राप्त गरीसके पछि बुद्ध भनिन्छ भने, त्यसभन्दा पहिले उनको नाम के थियो ?

उत्तर : बुद्धको पारिवारिक नाम गौतम थियो । जसको मतलब उत्तम गाई भनिन्छ । त्यो बेला लक्ष्मी भनी सम्मान गरिन्थ्यो उनलाई दिएको नाम सिद्धार्थ जसको मतलब पूरा अर्थ भएको जनाउँछ । अथवा एक प्रकारको नाम जसले आफ्नो छोरालाई राज्य सुम्पिदिने इच्छा गर्दछ ।

२) तपाइ निश्चय नै बुद्धधर्मलाई उच्च ठान्नुहुन्छ । के तपाई बुद्ध धर्म मात्रै सत्य धर्म र बाँकि अरू धर्मलाइ गल्ति मान्नुहुन्छ ?

उत्तर : होइन, बुद्धमार्गी जसले बुद्धको शिक्षालाइ राम्ररी बुझेको हुन्छ, उसले अरू धर्मलाइ गलत ठान्दैन । जो कोहीले पनि जाँच गरेर हृदय खोलेर अरू धर्मप्रति यस्तो सोच्दैन, अरू धर्मको अध्ययन गर्दा एउटै कुरामा ध्यान दिउँ कि ती कत्तिको सामान्य छ, सबै धर्महरूले स्वीकार गर्छ कि मानव जातिको अवस्था असन्तोषजनक छ । सबैलाई विश्वास छ कि यदि मानव जातिको अवस्था बिकाश भएको खण्डमा बानी व्यवहार परिवर्तन गर्नु पनि अति आवश्यक छ । सबै धर्मले नैतिक शिक्षा सिकाउँछ, जसमा माया, ममता, सहनशीलता, त्याग र समाजप्रति जिम्मेवारी र सबै धर्मले तथ्यतालाई स्वीकार गर्दछ । तिनीहरूले मात्र भिन्नभिन्नै भाषा, नाम र चिन्हको विस्तृत व्याख्या गर्दछ । जब आशक्त मानिसले सानो चित्तले ती वस्तुलाई विशेष रूपमा देख्छ, तब असहनशीलता घमण्डी र आफू मात्रै ठीक भन्न थाल्दछ । कल्पना गरौं एक अंग्रेजी, एक फ्रेन्च, एक चिनिया, एक इण्डोनेशियन सबैले कचौरालाई हेर्छन् र अंग्रेजले भन्छ यो कप हो । फ्रेन्चले भन्छ होइन यो टेस्से हो त्यस पछि चिनियाले भन्छ तपाईंहरू

https://dhamma.digital

दुवै गलत यो पे हो, अन्त्यमा इण्डोनेशियन मान्छे हाँसेछ र भनेछ कति मूर्ख तिमीहरू यो त कवान हो । त्यसपछि अंग्रेजले डिक्स्नरी (शब्दकोष) लेराएर देखाएछ, मेरो प्रमाण छ कि त्यो कप हो । त्यसो भए तिम्रो शब्दकोष गलत छ फ्रेन्चले भनेछ, किनभने मेरो शब्दकोषमा सफा सँग लेखिएको छ यो टेस्से हो । चिनियाले खिस्सी उडाएर भन्छ मेरो शब्दकोषमा पे भनि लेखिएको छ र मेरो शब्दकोष तिमीहरूको भन्दा हजारौं वर्ष पुरानो हो । त्यसैले यो मेरो नै ठिक हो धेरै मनिसहरू अरू भाषा भन्दा चिनीया भाषा बोल्दछन् त्यसैले यो पे नै हुनुपर्दछ । जब तिनीहरू झगडा र विवाद गर्न थाले अर्को एक जना मान्छे आएर कचौरामा पानी राखेर पिएछ र भनेछ, तिमीहरू यसलाई कप, पे, टेस्से अथवा कवान भन्छौ तर यसको उद्देश्य पानी राखेर पिउनु हो । झगडा बन्द गर र पानी पिउ, विवाद बन्द गर र प्यासलाई मेटाऊ, हो अरू धर्महरू प्रति यिनै हुन् बुद्धमार्गीहरूको असल व्यवहार ।

३) कोही मानिसहरू भन्छन् सबै धर्महरू समान छन् । के तपाईं यसमा सहमत हुनुहुन्छ ?

उत्तर : सबै धर्महरू धेरै जटिल छन्, एउटै शब्दमा त्यसो भन्दा असमान देखिन्छन्, बुद्धमार्गीहरूका अनुसार दुवै गलत र सत्य छन् । बुद्धधर्ममा इश्वर छैन भने इसाई धर्ममा छन् । जसको मन शुद्ध हुन्छ बुद्धधर्ममा जो कोहीले पनि ज्ञान लाभ गर्न सक्छन्, जब इसाई धर्ममा मुक्ति संभव छ जसले ईश्वरप्रति विश्वास राख्छ, मेरो विचारमा यी अर्थ पूर्णरूपमा भिन्नाभिन्नै छन् । जेहोस् इसाई धर्ममा अति राम्रो प्रसंग यस प्रकारका छन्, यदि मैले मान्छे र देवताको भाषा बोल्छु तर प्रेम छैन भने मेरो बोली घण्टी बजेको वा घण्टीको तरंग जस्तै हुन्छ । यदि मैले

https://dhamma.digital

भविश्यलाइ जाने र बुझें र थाहा पाएँ भने यदि मेरो विश्वासले पहाड नै हल्लाउँछ भने तर ममा प्रेम छैन भने म कोही पनि होइन । यदि मैले मेरो अधिकार गरिबलाई दिएँ भने र मेरो शरीर आत्मसमर्पण गरी आगोमा होमिए पनि तर ममा प्रेम छैन भने मैले केही पाइनँ, प्रेम सहनशीलता हो, प्रेम दयालुपन हो यसमा कुनै शंका छैन, यसमा कुनै घमण्डिपन छैन र यसमा कुनै असहमत छैन । प्रेम प्रेम असमान छैन यो आफूमा खोजी गर्ने चीज हो, त्यो व्यक्ति रिसाहा छैन, यसमा कुनै गल्ती भरिएको छैन, प्रेम पापमा रमाउँदैन, तर खुशीमा रमाउने गर्दछ । यसले सधैँ रक्षामा विश्वास गर्छ र सधैँ दृढतापूर्वक लागी रहन्छ । यो बिल्कुल ठिक छ, जुन कुरा बुद्धधर्मले पनि सिकाउँदछ । प्रतिहार्यशक्ति, भविश्यवाणीमा निपुणता, विश्वास वा स्वेच्छाचारी हुनुभन्दा हाम्रो हृदयको अति उत्तम सदगुण नै महत्व हुन्छ । त्यसैले ईश्वरवादी धारणा र काल्पनिक बुद्धधर्म र इसाईधर्म निश्चय नै फरक रहेकोछ । तर जब सद्गुण नैतिक र व्यवहारको कुरा आउँछ, ती सबै उस्ताउस्तै देखिन्छन् । त्यसबेला भने अरू धर्महरूलाइ र बौद्ध धर्मलाई भने समान भन्न सकिन्छ ।

Dhamma.Digital

४) मैले कहिलेकाहिँ सुन्छु कि बुद्धको शिक्षालाई मज्झिममार्ग पनि भनिन्छ, त्यसको मतलब के हुनसक्छ ?

उत्तर : बुद्धले दिनुभएको आर्य अष्टांगिक मार्ग त्यसको अर्को नाम हो, मज्झिम प्रतिपदा । त्यसको अर्थ हो मज्झिम मार्ग, यो धेरै महत्वपूर्ण छ किनभने त्यसले हामीलाई सिकाउँछ कि त्यसबाटोमा मात्र लागेर पुग्दैन, तर हामीले विशेष ध्यानराखी प्रयास गर्नुपर्छ । मानिसहरू धर्मप्रति अति कठिनताले प्रयास गर्छ र अन्त्यमा यिनीहरू कट्टर भएर आउँछन् । बुद्धधर्ममा प्रयास गर्दा

https://dhamma.digital

चाहिने जति गर्नुपर्छ । जसले गर्दा उग्रवादि र असंयमी हुनुबाट बचाउँछ । प्राचीन रोमनहरूले पनि भन्ने गर्दथे सबै वस्तुमा सन्तुष्ट हुनु, यसमा बुद्धमार्गीहरू सहमत छन् ।

५) मैले पढें कि बुद्धधर्म मात्र एक प्रकारको हिन्दूधर्म हो के यो साँचो हो ?

उत्तर : होइन । यो गलत हो, बुद्धधर्म र हिन्दूधर्ममा धेरै नैतिक बिचार धारणाहरू बाँडिएका छन् । दुवैमा उस्तै शब्दहरू प्रयोग भएका छन्, जस्तै कर्म, समाधि, र निर्वाण । ती शब्दहरू भारतमा उत्पति भएका हुन्, यसले गर्दा केही मानिसमा विचार आउन सक्छ कि त्यो एउटै हो या धेरै समान छ । तर हामीले समानतालाई दाँजेर हेर्‍यौं भने ती धर्महरूको बीचमा निकै भिन्नता देख्दछौं । उदाहरणको लागी हिन्दूधर्ममा ईश्वरमा विश्वास राख्छ भने, बुद्धधर्मले ईश्वरमा विश्वास राख्दैन । हिन्दूधर्मको केन्द्रीय सामाजिक दर्शन शिक्षा भनेको नै जातीय भेदभाव हो, जुन बुद्धधर्मले अस्वीकार गर्ने गर्दछ । हिन्दूधर्ममा शुद्धिकरणको अति आवश्यकता छ तर बुद्धधर्ममा त्यसको लागी कुनै ठाउँ छैन । बुद्धधर्म ग्रन्थहरूमा बुद्धले ब्राह्मण वा हिन्दू पुजारी र गलत बिचारप्रति विपक्षमा समालोचना गरेको पाईन्छ, यदि हिन्दूधर्म र बुद्धधर्म समान भएको भए यो वास्तवमा नहुनु पर्ने हो ।

६) के बुद्धले कर्मको बिषयमा भनेका कुरा हिन्दूको बिचारको नक्कल होइन र ?

उत्तर : हिन्दूधर्मले कर्मको र अवतारको बिषयमा सिकाउँछ । त्यसो भए पनि ती दुई विषय सम्बन्धी बुद्धधर्मसँग मेल खाँदैन । उदाहरणको लागी हिन्दूधर्मले भन्छ, हामीहरू कर्ममा मात्रै सीमित छौं, तर बुद्धधर्मले भन्छ कर्म परिवर्तनशील छ । हिन्दूधर्मअनुसार

https://dhamma.digital

मान्छे मरे पछि आत्मा अर्को जन्ममा सर्छ, तर बुद्धधर्ममा अनात्मलाई विश्वास गरिन्छ । बुद्धधर्ममा जब निरन्तर भावले मानसिकता परिवर्तन भईरहन्छ त्यो नै नयाँ जन्म हो । यी हुन् बुद्ध र हिन्दूधर्मका केही भिन्नताहरू, त्यसोभए पनि यदि हिन्दू र बुद्धधर्म समान भएको भए बुद्धले बिचार नै नगरीकन त्यसको नक्कल गर्नु कुनै आवश्यक पर्दैन थियो होला । एक पटक कुनै दुइ व्यक्तिले स्वतन्त्र रूपले खोजी गर्दा दुवैले एकै किसिमको पत्तो लगाए, त्यसको ठीक उचित उदाहरणको लागी, एउटा क्रान्तिकारी खोजीलाई लिउँ, सन् १८५८ मा The Origin of species किताब छाप्नुभन्दा पहिले चाल्स डार्विनले अर्को व्यक्तिको अल्फेड रूसेल्फड वालेस पत्ता लगाए जुन विकास क्रमको एउटा क्रान्तिकारी परिवर्तन जस्तै थियो । डार्बिन र वालेस दुवैले कसैको नक्कल गरेका थिएनन्, तर दुवैको अध्ययनको निश्कर्ष एउटै थियो । त्यसैले यदि हिन्दू र बुद्धधर्ममा कर्म र नयाँ जन्मको धारणा समान भए एक आपसमा नक्कल गर्नुपर्दैन थियो, विपश्सना ध्यानद्वारा सत्यतालाई देख्दछ । हिन्दू ऋषिहरूको कर्म र नयाँ जन्मको विषयमा अस्पष्ट धारणा थियो जुन कुरा पछि बुद्धले स्पष्ट र अझ बढी ठीक तरीकाले बुझाउनु भएको थियो ।

७) के चुरोट खानाले पञ्चशीलको पाँचौं शील बिग्रिन्छ ?

उत्तर : चुरोट खानाले अवश्य पनि स्वास्थको लागी हानीकारक छ तर त्यसको मानसिक असर भने धेरै कम छ । चुरोट खान सकिन्छ, तर होसियार भएर आफूले आफूलाई वसमा राख्न सक्नुपर्छ । त्यसैले चुरोट खानु अनुचित भएपनि पञ्चशीलको पाँचौं शीललाई बिगार्दैन ।

https://dhamma.digital

८) नयाँ जन्मपछि पहिलेको आत्म वा म अर्को नयाँ शरीरमा सर्छ, के यो सत्य हो ?

उत्तर : बुद्धधर्म अनुसार यो असत्य हो, वास्तवमा बुद्धको शिक्षा अनुसार आत्ममा विश्वास राख्नु नै भ्रममा पर्नु हो । जुन घमण्डिको कारणले आत्म वा म भन्ने हुन्छ र झन बढ्दै जान्छ, जब हामीले आत्म छैन भनेर देख्छौं, तब स्वार्थीभाव, अहमभाव र म, मेरो भन्ने कुरा बिलाएर जान्छ । एक व्यक्ति ठोस पदार्थ होइन तर बगीरहेको खोला समान हो ।

९) त्यो सुन्दा असमान लाग्छ, यदि म छैन भने त्यहाँ कुनै व्यक्तित्व रहँदैन र यदि व्यक्ति नै छैन भने कसरी नयाँ जन्म हुन सक्छ ?

उत्तर : त्यो ९५ बर्ष पुरानो फुटबल टिम जस्तै हो त्यस अबधिमा सयौं जना खेलाडीहरू कोही ५ बर्ष र १० बर्षसम्म खेले कति निस्के र नयाँ खेलाडीहरू आए । त्यसो भएपनि कुनै नयाँ खेलाडी बाँकी रहेन वा जिंउदो रहेनन् तर पनि त्यो फुटबल टिम भने अझ पनि बाँकि नै छ । परिवर्तन भएता पनि त्यसको व्यक्तित्व अझै बाँकि रहेको छ । खेलाडीहरूले कडा मेहनत गरेका थिए, तर कसले गर्दा तिनको व्यक्तित्व बाँकि रह्यो । तिनको नाम पहिले प्रगतीको स्मरण, खेलाडीहरूको अनुभव र दर्शकहरूको समर्थन आदि बाँकि रह्यो र व्यक्तिहरू पनि उस्तै समान छन् । हाम्रा शरीर र मन सधैँ परिवर्तन भइरहन्छ, यो तथ्य भएता पनि भन्न सकिन्छ कि, मान्छेको नयाँ जन्म जो मरे पछि हुने गर्दछ । म भन्ने परिवर्तन भएर एक व्यक्तिबाट अर्कोमा सर्ने होइन कि व्यक्तिको निरन्तर बदलीरहने स्मरण, स्वभाव, मानसिकता र मनोविज्ञान, ईच्छाको कारणले परिवर्तन हुन्छ ।

https://dhamma.digital

१०) यदि हामी पहिले पनि जन्मेका थियौं भने किन हामीलाई पूर्व जन्मको याद भएन त ?

उत्तर : कोही मानिसहरू पूर्वजन्मको याद गर्न सक्छन् । धेरै जसो बच्चा बेलामा, तर धेरै जसो मानिसले याद गर्न सक्दैनन् किनकी त्यसमा धेरै कारणहरू हुन सक्छन् । सायद ९ महिनासम्म गर्भमा बसेर जन्म हुँदा सबै स्मरण शक्ति मेटिसकेको हुन्छ अथवा प्रायः जसो स्मरण शक्ति मेटिसक्नेछ । सायद नयाँ नयाँ चेतनाले धक्का दिएर जन्म हुनु ९ महिना गर्भमा बस्दा धेरै जसो चेतना मेटीसकेको हुन्छ । पहिलेका स्मरणशक्तिहरू हराईसकेको हुन्छ ।

११) के हामी सधैँ मान्छे नै भएर जन्म हुन्छौं ?

उत्तर : होइन, हामी जन्म हुने ठाउँ धेरै छन्, कोही मानिसहरू स्वर्ग भने कोही नर्क, र कोही प्रेत आदि भएर जन्म हुन्छ । स्वर्ग भन्नाले कुनै ठाउँ होइन जहाँ मानसिक र भौतिक रूपमा सुखको अनुभव हुन्छ, ती सबै परिवर्तनशीलहरू नै अनित्य स्वर्ग हो । जहाँ जीवन र मृत्यु हुन्छ, र नयाँ जन्म मान्छे भएर जन्म हुन्छ । नर्क पनि उस्तै हो जुन ठाउँ नै होइन तर जहाँ मानसिक र भौतिक रूपमा दुःख र पीडा भोग्नुपर्ने हुन्छ । प्रेत भएर जन्म लिनुपर्ने ठाउँ जहाँ भौतिक शरीर हुन्छ र मानसिक रूपमा दुःख र असन्तुष्टी भोगी रहनुपर्ने हुन्छ । त्यसैले स्वर्गवासीलाई मात्र सुखको अनुभव हुन्छ भने नर्कवासीलाई दुःख पिडा झेल्नुपर्ने हुन्छ र मनुष्य जीवनमा दुवै मिसिएर आएको हुन्छ । त्यसैले मनुष्यलोक र अरू लोकको भिन्नता भनेको भौतिक र सद्‌गुणको अनुभव गर्नु हो ।

https://dhamma.digital

१२) तपाईले नर्क बासको कुरा भन्नुभयो, त्यसोभए के बुद्धमार्गीहरूले नर्कको विश्वास गर्छन त ?

उत्तर : यदि तपाईंको मतलब नर्क कुनै ठाउँ भए जहाँ रिसालु ईश्वरले सबै भक्तजनहरूलाई फ्याँकिदिन्छन्, जसले उसलाई मान्दैन र सदाको लागी सजाय दिन्छन् भने त्यो नर्क होइन । बुद्धधर्म अनुसार यस्ता विचारधारालाइ आक्रोशित र बदलाको परिणाम मान्न सकिन्छ । बुद्धधर्म अनुसार निरय, अपाय, नर्क हो । त्यसको अर्थ नास र नोक्सान हो । रिस वा स्वार्थ मान्छेको मानसिकतामा उत्पन्न हुने गर्दछ त्यसैले यस्तो अनुभव सजिलैसित नकारात्मक भएर आउँछ । बुद्ध भन्नुहुन्छ : मूर्खहरू भन्छन नर्क समुद्र मुनि छ, तर म भन्छु नर्क दुःखको अर्को एउटा नाम हो । एउटा उदाहरण– डराएको मान्छेले भय, षडयन्त्र, विश्वासघात चारैतिर देख्ने गर्दछ तर त्यो कहिं पनि छैन । शंका गर्नु, डराउनु, र दुःखित हुनु त्यो उसको मनको मनसाय मात्र हो । कसैले उसलाई तुलना वा नकारात्मक दोषारोपण गरेको छैन त्यो त उसले आफैले उब्जाएको एउटा भ्रम मात्र हो । त्योभन्दा पनि त्यस्ता मानिसहरू सधैँभरि नकारात्मक मानसिकता आफैले नै उत्पति गराउँदछन् । त्यसैले बुद्धधर्म अनुसार नर्क सदा रहने ठाउँ अमता (अमर) होइन हामी त्यसलाई सधैँ परिवर्तन गर्न सक्छौं ।

१२) यस जन्ममा चिनिएको व्यक्तिलाई अर्को जन्ममा पनि भेट्न संभव छ ?

उत्तर : संभव छ । एक समयमा बुढाबुढी, श्रीमानश्रीमती जो विवाह गरीबसेको धेरै भइसक्यो, तिनीहरू एक आपसमा धेरै माया गर्दथे, कसैले एक दिन बुढालाई सोधेछ, के तिमीहरू यस जन्ममा जस्तो भइबसेका छौ, के तिमीहरू अर्को जन्ममा

https://dhamma.digital

पनि यस्तै भई बस्न चाहन्छौ । बुद्धले भन्नुभयो यदि तिनीहरूको बैवाहिक बलियो र उस्तै विश्वास, सद्‌गुण, त्याग भावना र आपसमा राम्रो समभ्कदारी छ भने त्यो हुन सक्दछ । कुनै दुई भेट हुन्छन् र तुरून्तै बैवाहिक सम्बन्ध गाँसेर गहिरो सम्बन्ध बनाउँछन् । त्यस्तालाइ बुद्धधर्म अनुसार उनीहरूको पूर्वजन्मसँग सम्बन्धित भएको अनुमान गर्न सकिन्छ । यो पनि एक नयाँ जन्मको एक सकारात्मक पक्ष हो । त्यसैले दुई व्यक्तिको बन्धन मृत्यु पछि पनि रहन्छ ।

१३) अघि तपाईले भन्नुभएको करुणा र प्रेमको अर्थ मिल्दाजुल्दा हुन् कि अथवा फरक छन् ?

उत्तर : सायद ती दुइ एक अर्कासँग सम्बन्धित छन् भन्दा राम्रो हुन्छ । अंग्रजीमा प्रेम भन्ने शब्दलाई विभिन्न तरिकाले व्याख्या गर्ने गरिन्छ, जस्तै लोग्ने र स्वास्नीको प्रेम, आमाबुवा र छोराछोरी बीचको प्रेम, साथीहरूप्रतिको प्रेम, छिमेकीहरूप्रतिको प्रेम आदि । ती अनुभवले प्रष्ट के देखाउँछ भने तिनीहरू एक आपसमा फरक छन्, तर सबैकुरा एकै शब्दमा प्रेमको नाम दिन सकिन्छ । ती कुरा के के हुन् भने जब हामी कसैलाई प्रेम गर्छौं भने ऊप्रति नजिक हुने ईच्छा जागेर आउने गर्दछ । कुनै बेला कसैले हामीलाई हैरान गरे पनि, दु:ख दिए पनि र उसले नराम्रो भावना राखे पनि हामी ऊप्रति सकारात्मक हुनु पनि हामीले ऊप्रति गरेको एउटा प्रेम नै हो, किनकी हामीले उनको सामाजिकसेवालाई ध्यान दिएका हुन्छौं । प्रेम भनेको एक अर्का बीचको गहिरो सम्बन्ध, दयालु र अरूप्रति चिन्तन गर्नु पनि हो । कहिलेकाहीँ हामीलाई पनि यस्तै प्रकारको अनुभव अरूप्रति जागेर आउने गर्दछ । बुद्धका अनुसार हामीले पनि यसरी नै

https://dhamma.digital

सबै प्राणीहरूप्रति प्रेम र सद्भाव राख्नुपर्दछ । बुद्ध भन्नुहुन्छ, जसरी आमाले आफ्नो प्राणको वास्ता नगरी एक्लो छोराको रक्षा गर्छिन, त्यसरी नै एकले अर्कालाई, समस्त प्राणीहरूप्रति असीम प्रेम राख्नुपर्छ । बुद्धधर्ममा असीम प्रेमलाई मेत्ता भनिन्छ । जब हामी कसैको दुःख पीडाको सामना गर्छौं, तब प्रेमको सम्बन्ध स्पष्ट भएर जागेर करुणा बनी आउने गर्दछ । त्यसैले करुणा भनेको अरूको दुःखलाई देखेर मनमा प्रेम जाग्नु हो ।

१४) मेरो विचारमा तपाईं दयालु र भलाद्मी भए सबै मानिसहरू तपाईको पछि लाग्छन् होइन र ?

उत्तरः ठीक हो र यो संभव पनि छ । तर तिमी स्वार्थी र घृणित भए पनि यो हुन्छ किनभने त्यहाँ सधैँभरी तिमीभन्दा घृणित व्यक्तिहरू हुन सक्छन्, त्यसको कुनै ग्यारेन्टी भने छैन । जे भए पनि जब कोही मानिसले तिमीबाट राम्रो फल पायो भने तिमीलाई सम्झन्छन् र सत्कार गर्ने गर्दछ । तिम्रो सधैँभरी धेरै साथीहरू पनि हुन्छन् र असहयोगी भन्दा सहयोगी मित्रहरू बढी हुन्छन् । अनि तिमी किन आफूले आफूलाइ मन पराउँछौ जबकि धेरै मान्छेहरूलाई तिमी मन पराउँदैनौ ।

समाप्त

https://dhamma.digital

प्रकाशक परिवार

दि. केवल सिं गाहा
बाबा

दि. कुन्ती सरा गाहा
आमा

बुद्धि गाहा
प्रकाशक दाता

मनिसरा गाहा
श्रीमती

मनिष गाहा
छोरा

बिन्दु गाहा थापा
छोरी

Dhamma Digital

DhammaDigital is bunch of young Buddhist Monks and Nuns, Who's eager to contribute to propagate Buddha's teaching in Buddha's Land, Nepal. As a matter of fact, History of Buddhism in Nepal get back to the time of Buddha itself, but due course of time it has been lost some how and now-a-days in short period, Buddhism has spread all over the country rapidly. Nepalese Buddhist Literature made huge contribution in it.One of the reasons is its availability of Buddha's teaching in Grassroots' access i.e. Nepali, Nepal Bhasa, Tamang, Magar, Tharu, Gurung.

Although, Nepalese Buddhist literatures has been huge mile stone to where we are today. Due to poor record, New Generations are forgetting their roots. Many Manuscripts, Books, Canons, Art, Architectures has been lost or forgotten. It makes us motivate to do something about it. So, first of all we come up with idea to protect the significant Nepalese Buddhist Literatures, specially the Theravaada, work by Digitalization. We intend to Digitalize Nepalese Authors' literally works and Nepalese Languages books. We plan to provide free access to all through Internet all over the World for Buddhist Knowledges, General Knowledge, Research on Buddhism and translated Canons. Doing Printing, Reprinting, Distributing the rare Nepalese Buddhist literature we'd like to protect and propagate Nepalese Buddhist Literatures.

https://dhamma.digital