

बुद्धधर्म के हो !

उ वा खिन्



१९५९

१९५९

अनुवादक:

बोधि बज्र बज्राचार्य

बुद्धधर्म के हो ?

उ बा खिन्

बुद्धको सिद्धान्तलाई व्यवहारमा
नल्याएसम्म कोही पनि बौद्ध हुन सक्दैन

Dhamma.Digital

अनुवादकः

ओधि अज्ज वज्जाचार्य

प्रकाशकः

नन्द सिद्धि तथा कयो मैजु

टंकेश्वर, ताहाचल,

काठमाडौं, नेपाल ।

पहिलो पटक : १००० प्रति

बुद्ध सम्बत् : २५२४

नेपाल सम्बत् : ११०१

विक्रम सम्बत् : २०३७

इस्वी सम्बत् : १९८१

Dhamma.Digital

मुद्रकः

शाखा प्रिन्टिङ्ग प्रेस,

२१३, नूसाल (धर्मपथ)

काठमाडौं-५ (नेपाल)

जसरी एउटा मैनुवल्तीको प्रकाशमा कोठाको अन्धकार हटाउने
शक्ति छ, त्यस्तै एउटा मानिसमा विकास भएको प्रकाशले
अरु धेरैको अन्धकार हटाउन मद्दत गर्न सक्छ ।

उ बा खिन्

अरुको असन्तुलित मन सन्तुलित पार्न सन्तुलित मनको
आवश्यक पदंछ ।

उ बा खिन्

Presented by
Nanda Siddhi
Kat.

समर्पण

सत्यको साक्षात्कार गर्ने प्रयासमा
लागेका समस्त योगीहरूमा समर्पित ।

भूमिका

सयाजी उ बा खिन्को यो पुस्तक पुनः प्रकाशित गर्न पाउँदा हामीलाई खुशी लागेको छ । सयाजी उ बा खिन् बर्माको सबभन्दा सफल विपश्यना भावनाका गुरुहरूमध्ये एक हुनुहुन्छ । वहाँ व्यावहारिक गुरु हुनुहुन्थ्यो र धेरै वर्षसम्म धेरै बर्मा तथा विदेशीहरूलाई वहाँले विपश्यना सिकाउनु भयो ।

वहाँ अन्तरराष्ट्रिय भावना केन्द्र, रंगूनको संस्थापक अध्यक्ष हुनु हुन्थ्यो । खास गरेर शिक्षित तथा वैज्ञानिक विचारधाराका पश्चिम व्यक्तिहरू सयाजी उ बा खिन्को विधिबाट आकर्षित भएका छन् ।

सयाजी उ बा खिन् जनवरी १९७१ मा परलोक हुनु भयो । तर वहाँको विधि अझ जीवित छ र वहाँको प्रशिक्षित तथा अधिकार प्राप्त शिष्यहरूको संरक्षणमा प्रचार भैरहेको छ । रंगूनमा अन्तरराष्ट्रिय भावना केन्द्रमा प्रशिक्षण अझसम्म जारी नै छ । भारतमा वहाँको एक प्रमुख शिष्य सयाजी उ गोयन्काले जुलाई १९६९ देखि भारतभर दशदिने भावना शिविरहरू संचालन गर्दै आउनु भएको छ । यस अवधिमा उ गोयन्काको निर्वेशनमा भारत तथा अन्य साठी देशका ३००० भन्दा बढी मानिसहरूले विपश्यना भावना गरे । अमेरिकामा सयाजी उ बा

(क)

खिन्का अर्को शिष्य क्यालिफोर्नियाका Dr. R.Hover ले पनि १० दिने विषयना भावना शिविरहरू सञ्चालन गर्दै आउनु भएको छ । इङ्गल्याण्डमा तेश्रो शिष्य Mr. John Coleman ले हालसालं आफ्नो पहिलो शिविर चलाउनु भएको छ । यस विश्वव्यापी चाखलाई दृष्टिगत गरी हामीले यी प्रवचनहरू पुनः प्रकाशित गरिरहेका छौं जुन मुरुमा सयाजी उ बा खिन्ले पश्चिमीहरूको लागि दिनु भएको थियो । यो पुस्तिका बर्माभा धेरै पटक पुनःप्रकाशित गरिएको भएता पनि यो पहिलो भारतीय संस्करण हो ।

यो पुस्तक पढेर सबैलाई लाभ होस् ।

सबै प्राणीहरू सुखी होउन् र शान्तिमा रहन् ।

उ नन्दवंस लाहन्नेरी

बर्मी बौद्ध बिहार

एस. १७/२३० ए. मालडहिया

वा राणसी-२

डा. रेवलधम्म

एम. ए., पि. एच. डि.

धम्माचरिय

Dhamma.Digital

मन्तव्य

विश्वमा सत्यं सर्वधिक शक्तिप्रद एवं कल्याणदायकं हो ।
अतः मङ्गलकार्यको निमित्त सत्यानुसन्धानं भन्दा श्रेष्ठं अहं कर्तव्यं
छेत्तुं ।

विश्वको इतिहासमा सिद्धार्थ गौतमको अतिरिक्त अन्य कुनै
राजपुत्रले मानव मात्रको दुःख निवृत्तिको निमित्त चक्रवर्ती राज-वंश
र प्राणप्रिय स्त्री एवं पुत्रलाई त्यागगरी दुष्कर-चर्या ग्रहण गरेको कुरो
हामीलाई थाहा छैन ।

सिद्धार्थ गौतमले सत्यज्ञान प्राप्त गर्न कठोर साधना गर्नुभयो ।
साधना गर्दागर्दै वहाँको काय-बल क्षीण भयो । पछि त्यस दुष्कर-
चर्याबाट सत्यज्ञान प्राप्त गर्न नसकिने अनुभव भएपछि स्थूल आहार
ग्रहण गर्नुभयो । शरीर मध्यमावस्थामा पुगेपछि बोधिवृक्ष मुनि
बध्नासन गर्नुभई वहाँले यसरी प्रीषण प्रतीज्ञा गर्नुभयो—“मेरो
शरीरको रगत मासु सुकेर नसा (स्नायु) मात्र बाँकी भई कङ्काल न
भए पनि बुद्धत्व प्राप्त गर्न नसकेसम्म मैले यस आसनलाई छोड्ने छैन ।”
वहाँको यस प्रतिज्ञा भङ्ग गर्न अनेक प्रकारका मारहरू आए तर वहाँलाई
पराजित गर्न सकेनन् । यसरी मारलाई पराजित गर्नु भई वंशाख
पूर्णमाको विहान वहाँले बोधिज्ञान प्राप्त गर्नु भयो; जुन ज्ञान मानव

(ग)

कल्याण एवं सांसारिक दुःखबाट मुक्त हुन अत्यावश्यक मूल मन्त्र समान हो ।

‘बुद्ध’ शब्दको अर्थ हो, बोधियुक्त, प्रज्ञा-ज्ञान युक्त । यहाँ ‘प्रज्ञा’ असाधारण ज्ञानको अर्थमा लिइएको छ । भगवान बुद्धले कोरा प्रज्ञालाई महत्त्व दिनु भएन । वहाँले शील, समाधि र प्रज्ञालाई जोड दिनु भयो ।

बुद्धधर्म ज्ञानप्रधान भएकोले यसमा अन्धविश्वास र अन्ध-श्रद्धालाई स्थान छैन । धर्ममा अन्धविश्वासको कारणले मानव समाजमा कत्तिको हानी नोक्सानी भयो, भईरहेछ र हुनेछ त्यति शायद अरु कुनैले गरेनन् होला, गर्दैन होला ।

दुःख, दुःखसमुदय, दुःखनिरोध र दुःख निरोधगामिनी प्रतिपदा यी चार आर्यसत्य सम्पन्न भएकोलेनै बुद्धधर्म भनिएको हो । यसो भनी राखेकोले कोही कोही शिक्षित व्यक्तिले दुःख-विषयलाई उद्देश्य गरी बुद्धधर्मलाई ‘दुःख वाद’ पनि भनिरहेका छन् । चिकित्साशास्त्रमा रोग, रोगनिदान, रोगमुक्ति र रोगमुक्तिको उपाय वर्णन गरिएको हुन्छ । परन्तु विज्ञानहरूले चिकित्सा शास्त्रलाई ‘रोग वाद’ नभनिकन ‘रोग मुक्तिवाद’ नै भनेका छन् ।

बुद्धधर्मले जड-चेतन विश्वको उत्पत्तिकारक निराकार इश्वरको भरोसा लिंदैन बरु वैज्ञानिक सिद्धान्तद्वारा यस विषयलाई बुझाई दिन्छ । यस सिद्धान्तलाई प्रीतत्यसमुत्पाद अथात् कार्य कारणको सिद्धान्त भनिन्छ । यही कारणले गर्दा बुद्ध-धर्म विश्वमा अद्वितीय हुन गयो ।

बुद्धधर्मको श्रेष्ठतालाई बुझेरनै बुद्धकालीन देश प्रसिद्ध महापण्डित ब्राम्हण परिब्राजक उपतिस्स कोलितहरूले आफना परिब्राजकत्व त्याग गरी भिक्षु भए । महाकप्पिन भद्विय आदि राजाहरूले आफना राजपात त्यागी भिक्षुत्व ग्रहण गरे । शोण, राष्ट्रपाल आदि श्रेष्ठि-

(घ)

पुत्रहरूले विपुल भोग ऐश्वर्यलाई तिलाञ्जली दिई आनाशक्त भई भिक्षु-संघमा सम्मिलित भए । मगधराज बिम्बिसारकी अग्रमहिषी सेमा र श्रेष्ठ कन्या उपपलवण्णा आदि उच्चवर्गका महिलाहरू भिक्षुणी संघमा दीक्षित भए । गृहस्थ प्रबल प्रतापी मगधराज बिम्बिसार, कोसलराज प्रसेनजित आदि क्षत्रीय-प्रधान र बाबरी, चंकी आदि ब्राम्हण-प्रधान तथा अनाथपिण्डक एवं विशाखा आदि वैश्य-प्रधान व्यक्तिहरूले बुद्ध-धर्मको शरण ग्रहण गरे । बुद्धधर्मले नै चण्डाशोकलाई देवानांप्रिय धर्माशोकको रूपमा सम्पूर्ण विश्वमा अद्वितीय सच्चाट बनाइ दिए ।

विश्वप्रसिद्ध वैज्ञानिक आइनस्टाइनले पनि भन्नु भएको छः “यदि कुनै पनि धर्म वर्तमान वैज्ञानिक मस्तिष्कले स्वीकारन योग्य छ भने त्यो बुद्धधर्मनै हो ।”

वर्तमान समयमा श्री लङ्का, भारत भूमिका विविध प्रदेश र अमेरिका, युरोप, अस्ट्रेलिया आदि महादेशका भिन्नभिन्न भागमा “विपश्यना साधना शिविर” सञ्चालन गरिरहनु भएका श्री सत्यनारायण गोयन्काजीका पूज्य गुरुजी ब्रम्हदेश निवासी स्वर्गीय ऊ बा छिन्का प्रवचन संकलन स्वरूप “बुद्धधर्म के ह्यो ?” नामक पुस्तकको अनुवाद बोधिबज्र बज्राचार्यजीले गर्नु भएको छ ।

बोधिबज्र बज्राचार्यजी “नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षा” को एक शिक्षक हुनुहुन्छ । वहाँले श्री सत्यनारायण गोयन्काजीको “विपश्यना साधना शिविर” र बर्माका शासनधज सिरिपवर धम्माचरिय अनागारिका दोपञ्जाचारीको “विपश्यना भावना” मा पनि भाग लिई-सक्नु भएको छ । वहाँ एक गृहस्थ भएर पनि वहाँको धर्मप्रति श्रद्धा एवं ध्यानभावनामा विशेष रुची देखिन्छ । यही कारणले गर्दा वहाँलाई यस्तो गम्भीर पुस्तक अनुवाद गर्ने प्रेरणा प्राप्त भयो । मलाई आशा छ

यस पुस्तकबाट पाठकवर्गलाई बुद्ध र बुद्धधर्मको विशेषता गहिरिएर बुझ्न मद्दत मिल्नेछ ।

अन्तमा यस अमूल्य पुस्तक अनुवाद गर्नु भएकोमा श्री बोधिबच्च बज्राचार्यलाई मङ्गल कामना गर्दछु । साथै यस पुस्तक प्रकाशित गरिदिनु भएकोमा श्री नन्दसिद्धि बुद्धाचार्यलाई पनि मेरो हार्दिक धन्यवाद । अस्तु

श्रीसुमंगल विहार
ललितपुर

१५ फागुण २०३७

भिक्षु बुद्धघोष



(५)

दुइ-शब्द

यो सानो पुस्तक भिक्षु डा. रेवतधम्म द्वारा सम्पादित “What Buddhism Is” भन्ने अंग्रेजी पुस्तकको अनुवाद हो । यसमा बर्माका विषयना भावना (ध्यान) का शिक्षक स्वर्गीय उ बा खिन्ले बर्माका तत्कालिन धार्मिक अध्ययन समूहद्वारा आयोजित प्रवचन कार्यक्रममा दिएका तीनवटा प्रवचनहरू संग्रहित छन् ।

आफ्नो प्रवचनहरूमा गुरुजी उ बा खिन्ले बुद्धधर्म के हो भन्ने बारे एक नयाँ तथा व्यावहारिक दृष्टिकोण प्रस्तुत गर्नु भएको छ । बुद्धधर्म प्रतिको वहाँको दृष्टिकोण र वहाँको गम्भिर ज्ञानबाट म धेरै लाभान्वित भएको छु । म जस्तै अन्य नेपाली साथीहरूले पनि यसबाट फाइदा लिन सकोस् भन्ने मनसायले यो पुस्तक नेपाली भाषामा अनुवाद गर्ने प्रयास गरेको छु । अनुवाद गर्दा सकेसम्म शब्दार्थ र भावार्थ दुवैको उतिकै ख्याल राखेको छु । तर कोरा शब्दार्थले मात्र भाव स्पष्ट रूपमा व्यक्त नहुने कुनै कुनै ठाउँमा भावार्थलाई बढी महत्त्व दिएको छु ।

यस पुस्तकको प्रकाशनमा पूज्य भिक्षु बुद्धघोष महास्थविरले मलाई ठूलो सहयोग गर्नुभएको छ । पुस्तकको पाण्डुलिपि कौनै पटक पढी तथा प्रुफ समेत हेरी धेरै सुधारहरू गर्ने सुझाव दिनुको साथै आफ्नो मन्तव्य पनि लेखी यस पुस्तकको महत्त्व बढाइदिनु भएको छ । वहाँको

(छ)

मैत्रीपूर्ण सहयोगको अभावमा यो पुस्तक यस रूपमा प्रकाशित हुँदैनथ्यो होला । तसर्थ म वहाँ प्रति कृतज्ञ छु ।

यस पुस्तकको महत्त्व मूल्यांकन गरी पुस्तक प्रकाशनको अभि-
भारा लिई यथासमयमा प्रकाशित गरी दिनुभएकोमा धर्मप्रति अगाढ
श्रद्धा राख्ने श्री नन्दसिद्धि बुद्धाचार्यप्रति पनि कृतज्ञ छु ।

पुस्तक छापने कार्य यथासमयमा सम्पन्न गरी सहयोग गर्नु
भएकोमा शारदा प्रिन्टिङ्ग प्रेस परिवारलाई धन्यवाद दिन्छु ।

अन्त्यमा, यस पुस्तकमा कुनै भूल तथा त्रुटीहरू भए ती सबै मेरै
हुन् । विज्ञ पाठकजनले भूल तथा त्रुटीहरू देखाइदिनु भएमा सधन्यवाद
अर्को संस्करणमा सच्याउने प्रयास गर्नेछु ।

भवतु सब्ब मंगलम् ।

प्रयाग पोखरी, ललितपुर
२०३७।१२।३



अनुवादक

प्रकाशकीय

बुधदधर्ममा शीलको महत्त्ववारे धेरैलाई ज्ञान नभएकोले “पञ्च शीलया महत्त्व” नामक एउटा पुस्तक प्रकाशित गर्ने । त्यसपछि दुःख, दुःख समुदय, दुःख निरोध, दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्यसत्यको ज्ञानको लागि २०३७ आश्वीन २० गते अर्थसहित “धर्मचक्र प्रवर्तन सूत्र” नामक एउटा पुस्तक पनि प्रकाशित गर्ने ।

प्रस्तुत पुस्तक उक्त दुवै पुस्तकहरू भन्दा धेरै गम्भिर र महत्त्वपूर्ण छ । यस पुस्तकमा चक्रवाल, संसार नियम, लोक धातु, धातु, अयतन, पञ्चस्कन्ध पट्टान, प्रतीत्य समुत्पाद आदि विषयहरूको संक्षिप्त र सरल रूपमा वर्णन गरिएको छ । बर्माका प्रसिद्ध विद्वान उ. बा खिन्-द्वारा बर्माको मेठडिष्ट चर्चमा क्रमशः मिति २३।९।१९५१, ३०।९।१९५१ र १४।१०।१९५१ मा दिइएका तीनवटा प्रवचनहरू संकलन भएको अंग्रेजी पुस्तकको श्री बोधिबज्र बज्राचार्यज्यूले नेपाली भाषामा अनुवाद गरिराख्नु भएको रहेछ । यो सानो पुस्तक प्रकाशित गर्न पूज्य बुद्धधोष महास्थेदिरबाट आज्ञा भएकोले प्रकाशित गरेको छु । पुस्तक अनुवाद गर्ने तथा पुस्तक प्रकाशित गर्न प्रेरणा दिने वहाँहरू दुवै प्रते हादिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु ।

यो पुस्तक पढेर सबैलाई शान्ति मिलोस् भन्ने कामना गरेको छु ।

२ चैत्र, २०३७

प्रकाशक

नन्द सिद्धि तथा क्यो मौसु

(३)

बुद्धधर्म के हो ?

निम्न प्रवचनहरू अन्तर्राष्ट्रिय भावना केन्द्रको संस्थापक विषयना संघको अध्यक्ष थुसिथु ऊ. बा खिन्ले दिएका हुन् । त्यस बखत वहाँ वर्माको एकाउण्टेण्ट जनरल हुनुहुन्थ्यो र यो प्रवचनहरू संयुक्त राज्य अमेरिकाको विशेष प्राविधिक तथा वित्त-शाखाका सूचना अधिकृत Mr. Gerald F. Winfield र आर्थिक तथा वित्त शाखा अधिकृत Mr. Roger C. Thorpe को प्रमुखत्व भएको धार्मिक अध्ययन समूहको अनुरोधमा सिग्नल प्यागोडा रोड, रंगूनको मेथडिष्ट चर्चको प्रांगणमा दिइएका थिए ।

(सम्पादक)

२३ सेप्टेम्बर १९५१ - प्रवचन संख्या १

आज तपाईंहरूको साथमा रही “बुद्धधर्म के हो” भन्ने विषयमा बोल्ने यो अवसर पाएकोमा म धेरै गौरवान्वित भएको ठान्दछु । शुरूमा नै म तपाईंहरू सित धेरै खुलस्त हुन चाहन्छु । मंले कुनै विश्वविद्यालयमा अध्ययन गरेको छैन र एउटा साधारण व्यक्तिसंग जति बाहेक म संग विज्ञानको ज्ञान छैन । न त म त्रिपिटक (साधारण अर्थमा बुद्धधर्मको तीन टोकरी) लेखिएको पालि भाषाको कुनै ज्ञान सहित बुद्धधर्मको सिद्धान्तको नै विद्वान हुँ । तैपनि बर्मामा प्रसिद्ध र विद्वान बौद्ध भिक्षुहरूको बुद्धधर्म सम्बन्धी ग्रन्थहरू केही

[१]

मात्रामा पढेको छु । बुद्धधर्म प्रतिको मेरो दृष्टिकोण सैद्धान्तिक भन्दा बढी व्यावहारिक भएकोले बुद्धधर्म बारे अन्यत्र सहजै प्राप्त नहुने केही कुरा तपाईंहरूलाई दिन समर्थ हुनेछु भन्ने मलाई आशा छ । म स्वीकार गर्दछु कि हाल म व्यावहारिक बुद्धधर्मको एउटा विद्यार्थी हुँ र बुद्ध धर्मको माध्यमबाट शक्तिहरूको स्वभावको सत्यता सिक्न प्रयास गरिरहेको एकजना प्रयोगी पनि हुँ । यो काम एउटा गृहस्थी भएर र एउटा जिम्मेवारीपूर्ण सरकारी अधिकृतको अनेकौं कर्तव्यहरूपालन गरी बचेको समय भित्र गर्नु पर्ने भएकोले प्रगति ढीलो छ र मैले भन्न लागेका कुराहरू विल्कूल ठीक नै छ भन्ने कुरा म अलिकति पनि दावी गर्दिन । म ठीक वा गलत हुन सक्छु । तर जब म केही कुरा भन्दछु, शुद्ध हृदयले अत्युत्तम नियत र विश्वास साथ भन्दछु भन्ने कुरा निश्चित गराउन चाहन्छु ।

भगवान बुद्धले “कालाम सूत्र” मा भन्नुभयो: “तिमीहरूले सुनेको कुरामा विश्वास नगर, धेरै पुस्तादेखि चलिआएको कारणले परम्परामा विश्वास नगर, धेरैले बोलेको र हल्ला गरेको कारणले कुनै कुरा विश्वास नगर, कुनै पुरानो ऋषिमुनीको लिखित वक्तव्य पेश गरेको कारणले मात्र विश्वास नगर, अडकलमा विश्वास नगर, बानी लागेको कुरालाई सत्य भनेर विश्वास नगर; गुरु र बुढापाकाहरूको भनाईमा मात्र विश्वास नगर । अवलोकन र विश्लेषण पछि जब कुनै कुरा तर्क संगत र एउटा र सबैको लागि असल र फायदाजनक हुन्छ, तब यसलाई स्वीकार गर र यस्तै जीवन यापन गर ।”

त्यसकारण, मेरो बिनित छ, जब म दार्शनिक कुरामा आउँछु व्यावहारिक दृष्टिकोणबाट वा उचित तर्कको आधारमा मैले भनेको कुरामा तपाईंहरू विश्वस्त नभएसम्म मलाई विश्वास नगर्नुस् ।

“अकुशलबाट अलग रहनु

कुशल कार्य गर्नु

मनलाई शुद्ध पार्नु

यो नै सबै बुद्धहरूको शिक्षा हुन् ।”

“धम्मपद” का यी वाक्यहरूले बुद्धधर्मको संक्षिप्त सार दिन्छ। यो कुरा साधारण देखिन्छ तर व्यवहारमा ल्याउन धेरै कठीन छ। जबसम्म कसैले बुद्धको सिद्धान्तहरू व्यवहारमा ल्याउने तबसम्म त्यो सच्चा बौद्ध हुन सक्ने।

बुद्धले भन्नु भएको थियो:

“तिमीहरू, जसलाई मैले पत्ता लगाएको सत्य थाहा दिइएको छ, तिनीहरूलाई निश्चित साथ आफ्नै बनाएर अभ्यास गर। तिनीहरूमा ध्यान गर, तिनीहरूलाई यत्रतत्र फेलाउ ताकि शुद्ध धर्म धेरै समयसम्म टिकोस् र देव र मनुष्यको हित र सुखको लागि स्थिर रहोस्।”

बुद्धका शिक्षाहरू, जुन बुद्धधर्मको आधारभूत जग हुन, भन्नु अघि म सबभन्दा पहिले तपाईंहरूलाई गौतमबुद्धको जीवनी सित्त परिचित गराउन चाहन्छु। यस्को लागि म तपाईंहरूमध्ये अधिकांशलाई थाहा नहुने केही बौद्ध विषयवस्तुहरूको पृष्ठभूमि भन्नु आफ्नो कर्तव्य ठान्दछु। तसर्थ म बुद्धधर्मका विषयवस्तुहरू जस्तोकि ब्रम्हाण्ड, ससार नियम, लोक धातु आदिको छोटो र विश्लेषणात्मक वयःख्या गर्न चाहन्छु। यिनीहरूले तपाईंहरूलाई विचार गर्नलाई केही खुराक दिनेछ भन्ने कुरामा शंका छैन। तसर्थ प्रश्नोत्तर गर्ने समयसम्म धैर्यपूर्वक सुनिदिनु हुन र केही क्षणको लागि यी कुराहरूलाई त्यसै राखी दिनु हुन अनुरोध गर्दछु।

ब्रम्हाण्ड

ब्रम्हाण्ड सम्बन्धी बौद्ध विचारहरू सारांशमा निम्न अनुसार छः

नाम र रूप (मन र वस्तु) वास गर्ने ओकास लोक (अन्तरिक्ष को ब्रम्हाण्ड) छ। यस भौतिक संसारमा नाम र रूपले (मन र वस्तु) कारण र असरको नियमको प्रभावमा परेर आधिपत्य जभाउँछ। अर्को

चाहीं उत्पन्न गरिएको वा गर्ने संस्कार लोक (मानसिक शक्तिहरूको ब्रम्हाण्ड) हो। यो काय, वाक् र चित्तको कारणले मनका सृजनात्मक शक्तिहरूबाट उत्पन्न हुने मानसिक जगत हो। तेश्रो र अन्तिम चाहिं दृश्य वा अदृश्य सत्त लोकको ब्रम्हाण्ड हो जुन मानसिक शक्तिहरूको उपज हुन्। यी तिनवटालाई हामी “एउटामा तिनवटा ब्रम्हाण्ड” भन्छौं किनभने यिनीहरू एक अर्को सित अभिन्न छन्। तिनीहरू आपसमा अन्य मन्य सम्बन्ध राख्छन्।

तपाईंहरूलाई सब भन्दा घत लाग्ने कुरा चक्रवालहरू वा विश्वनियम होला जसमा प्रत्येकमा एकतीस लोकधातु छन्। प्रत्येक विश्वनियम सौर्य जगत र अन्य लोकधातु सहितको मानव जगत सित मिल्दछ। यस्ता विश्वनियमहरू असंख्य लाखौं लाख छन्। हाम्रो सबभन्दा नजिक पर्ने यस्ता दश हजार विश्वनियमहरू एउटा बुद्धको जातिखेत्त भित्र पर्दछन्। वास्तवमा जब बुद्धले कर्पिलवस्तु नजिक महावनमा यो प्रसिद्ध “महासमय सूत्र” अर्थात् ठूलो अवसरको उपदेश दिनु भयो हाम्रो विश्वनियमको ब्रह्मा र देवताहरू मात्र होइन दश हजार विश्वनियमका पनि बुद्धको उपदेश सुन्न आएका थिए। भगवान बुद्धले यस्ता आणाखेत्त (प्रभाव क्षेत्र) भित्र पर्ने संसार नियमका सयौं करोड प्राणीहरूलाई करुणा र अनन्त प्रेमपूर्ण विचारका तरङ्गहरू पठाउन सक्छ। बाकी संसार नियमहरू बुद्धको प्रभावकारी विचार तरङ्गहरू पुग्न नसक्ने ‘विसय खेत्त’मा पर्दछन्। बुद्धधर्मका यी विषयवस्तुहरूबाट तपाइहरूले पूरा ब्रम्हाण्डको आकार बारे राम्रो संग कल्पना गर्ने सक्नु हुन्छ। ओकास लोकमा (अन्तरिक्षको ब्रम्हाण्ड) हाम्रो विश्वको भौतिक नगण्यता भयानक छ। सारा मानव संसार अन्तरिक्षमा एउटा थोप्ला मात्र हुनु पर्दछ।

अब म हाम्रो संसार नियमका ३१ वटा लोक धातुको

आरेमा केही कुरा भन्छु जुन अन्य संसार नियमहरूमा जस्तै छन् ।
मोटामोटी रूपले तिनीहरू हुन् :

- (क) अरूप लोक — — ब्रह्माहरूको अभीतिक लोक
- (ख) रूप लोक — ... ब्रह्माहरूको सूक्ष्म भौतिक लोक
- (ग) काम लोक — ... देव, मनुष्य तथा ४ अगाड लोक

अरूप लोकमा रूप नभएका अभीतिक स्थितिका चार
वटा ब्रह्मलोकहरू आउँछन् । रूपलोकमा सूक्ष्म भौतिक अवस्थाका
सोहवटा ब्रह्मलोक आउँछन् । कामलोक निम्नानुसार छ :

(क) छः देवलोकहरू

- (१) चतु महाराजिक (२) तार्दतिस (३) यामा (४) तुस्ति
- (५) मिमानरति (६) परनिम्मितवसवति

(ख) मनुष्य लोक

(ग) चार अपाय लोकहरू

- १. निरय (नर्क)
- २. तिरच्छान (पशुलोक)
- ३. प्रेत (प्रेत लोक)
- ४. अमुर (द्वैत्य लोक)

यो लोक धातुहरू काय, वाक र चित्तको कर्म (चेतना) को
आधारमा मनले उत्पन्न गरेका मानसिक शक्तिहरूको स्वभाव अनुसार
शुद्ध वा अशुद्ध शीतल वा तातो प्रकाशमय वा अंधारो, हल्का वा
गन्धो, सुखदायी वा दुःखदायी हुन्छन् । उदाहरणको लागि विश्वका
सबै प्राणीहरू उपर असीमित प्रेम र करुणा फैलाउने एकजना
धार्मिक व्यक्तिको कुरा लिउँ । उसले यस्तो शुद्ध, शीतल, प्रकाश-
मय, हल्का र सुखद मानसिक शक्तिहरू उत्पन्न गरिरहेको हुनु
पर्छ जुन शक्तिहरू सामान्यतः ब्रह्मलोकमा मात्र हुन्छन् । यसको विपरीत

अब एउटा यस्तो व्यक्तिको कुरा लिउं जो असन्तुष्ट र क्रोधी छ । “मुख नै मनको संकेत हो” भने जस्तै त्यस व्यक्तिको मनको अशुद्धता, तातोपन, अंधारोपन र दुःख नांगो आंखाले पनि देखिने गरी त्यस व्यक्तिमा झत्कन्छ । यो द्वेष (रीस) रूमी अकुशल मानसिक शक्तिको उत्पत्तिको कारणले नै भएको हो जुन अपाय लोक तर्फ जान्छ । लोभ वा मोहबाट उत्पन्न हुने अकुशल मानसिक शक्तिहरूको कुरा पनि यस्तै हो । भक्ति, सदाचार र दान जस्ता कुशल कार्यहरूले, जसको मूलमा भविष्यमा सुख प्राप्त गर्ने लालसा छ, यस्ता मानसिक शक्तिहरू उत्पन्न गराउँछन् जुन सामान्यतः देव र मनुष्यको काम लेकमा अवस्थित हुन्छन् ।

महिला तथा सज्जनहरू, अहिले मैले भन्न लागेको गौतम बुद्धको जीवनीको लागि महत्त्व भएका बुद्धधर्मका केही विषयवस्तुहरू यी नै हुन् ।

तयारी

भद्रकल्पमा उत्पन्न हुने पाँच बुद्धहरू मध्ये गौतम बुद्ध चारी हो । त्यस भन्दा अघिका बुद्धहरू ककुसन्ध, कौणागमन र कस्सप थिए । पहिलेका कल्पमा पनि असंख्य बुद्धहरू उत्पन्न भएका थिए जसले सबै परिपक्व प्राणीहरूलाई दुःख र मृत्युबाट मुक्ति दिने उही धर्मको उपदेश दिएका थिए । बुद्धहरू सबै करुणावान, तेजस्वी र सम्बोधी-प्राप्त हुन्छन् ।

सुमेघ नाम गरेको एउटा ऋषिले दीपंकर बुद्धबाट यस्तो प्रेरणा पायो कि उसले कालान्तरमा बुद्ध हुने सबै आवश्यक तयारीहरू गर्ने प्रतिज्ञा गरे । दीपंकर बुद्धले उसलाई आशीर्वाद दियो र भविष्यवाणी गर्यो कि चार असंख्य र एक लाख कल्प समय पछि उ बुद्ध हुनेछ ।

त्यस पछि देखि बोधिसत्वले (बुध्द हुने) जन्म जन्मान्तरमा निम्न दश पारमिताको अभ्यासद्वारा अत्युच्च स्तरको मानसिक शक्ति सञ्चित गरे ।

- | | | |
|------------------|------------------|------------------|
| १. दानपारमी | २. सीलपारमी | ३. नेक्खम्मपारमी |
| ४. पक्कजापारमी | ५. वीरियपारमी | ६. खन्तिपारमी |
| ७. सक्कपारमी | ८. अधिठ्ठानपारमी | ९. मेत्तापारमी |
| १०. उपेक्खापारमी | | |

तसर्थ बुध्द हुनु अति कठिन कार्य हो । यसको बारेमा विचार सम्म गर्न पनि इच्छा शक्तिको अत्युच्च बलको आवश्यकता पर्दछ । बोधिसत्वको तयारी समय राजा वेस्सन्तरको जीवनबाट अन्त हुन्छ जसले दान दिने कार्यमा सबै प्राणीहरूलाई उछिने । दीपंकर बुध्दको अगाडी गरेको दूढ प्रतिज्ञा पूरा गर्न उसले आफ्नो राज्य, आफ्नी पत्नी, आफ्ना सबै सांसारिक वस्तुहरू दान दियो । अर्को जन्म तेजस्वी स्वैतकेतु देव भएर तुसिता भूवनमा भएको थियो र त्यहाँबाट च्युत भएर वर्तमान नेपालको नजीकको एउटा ठाउँ, कर्पिलवस्तुको राजा शुध्दोदनकी रानी मायादेवीको कोखमा जन्म लियो । मुत्केरी हुने समय नजिक आएपछि रानीले सोको लागि आफ्नो माइतीघर जाने इच्छा व्यक्त गरिन् । त्यस अनुसार राजा शुध्दोदनले आवश्यक भारदार तथा प्रहरीहरू सहित उनलाई त्यहाँ पठाए । बाटोमा लुम्बिनीको साल बनमा बास बसिन् । तिनी पालकीबाट ओर्लिन् र शीतल हावा र साल फूलहरूको मधुर वासनाको आनन्द लिइन् । नजिकको साल रुखको एउटा हांगामा फूल टिप्न आफ्नो दाहिने हात उठाउँदा अकस्मात र अनअपेक्षित किसिमले तिनले एउटा छोरोलाई जन्म दिइन् जो भविष्यमा सम्यक्सम्बुध्द हुने थियो । यसको साथ साथै धेरै किसिमबाट विश्वमा प्राकृतिक नियममा उबल

पुथल भएको थियो र ३२ वटा ताजुव लाग्दो घटना देखिएको थियो । सबै भौतिक संसार जगदेखि हल्लिएको थियो । सौर्य मण्डलमा असाधारण प्रकाश थियो । भौतिक जगतका सबै प्राणीहरूले एक अर्कोलाई देख्न सक्थे । बहिरो र लाटोको रोग निको भएको थियो । जताततै देवी संगीत सुनिएको थियो र त्यस्तै अरु पनि भएको थियो । त्यस बेला राजा शुद्धोदनका ऋषिगुरु कालदेवल तार्वतिस भुवनका देवताहरूसित छलकल गरिरहेको थियो । ऊ आठ समापत्तिमा निपुणता प्राप्त गरेको ऋषि थियो जुन समापत्तिले उसलाई अलौकिक शक्तिहरू दियो । काम र रूपलोकमा हर्षोल्लास गराई राजाको छोराको जन्म भएको थाहा पाई ऊ दरबारमा हतपत फर्केर आयो र बच्चालाई आशीर्वादको लागि उसको अगाडी त्याउन भने । यस अवसरको लागि राजाले बच्चालाई गुरुको अगाडी राख्न लागेको बेला एउटा अनौथो कुरा भयो । त्यो बच्चा हावामा उड्यो र आफना साना खुट्टाहरू देवलको टाउकोमा राखेर आराम गर्यो । देवलले तुरन्त बुझ्यो कि त्यो बच्चा भविष्यमा बुद्ध हुने बाहेक अरु कोही होइन । यो ज्ञानले ऊ हाँस्यो तर तुरन्तै रोयो किनकि ऊ बुद्धको उपदेश सुन्न जीवित रहँदैन र मृत्यु पछि पनि ऊ अरूपलोकमा (ब्रह्मा-हरूको अदृश्य भूमि) हुनेछ जहाँबाट रूपलोकमा कुनै किसिमको सम्बन्ध हुँदैन । उसले बुद्ध र वहाँको उपदेशहरू दुःखद रूपमा चुक्नु पर्यो ;

पाँचौ दिनमा प्रसिद्ध ज्योतिष-हस्तरेखाविद्हरूको अगाडी राखेर बच्चालाई सिद्धार्थ भन्ने नामकरण गरियो । तिनीहरूले स्वीकार गरे की त्यस बच्चासंग बुद्ध हुने जन्मै लक्षणहरू छन् । आमा महारानी चाहीं सुत्केरी भएको एक हप्तापछि निधन भइन् र बच्चालाई उसकी काकी प्रजापती गौतमीले स्याहार गरिन् ।

सिध्दार्थले जीवनको सुरुका वर्षहरू आराम, विलास र सुख-भोगमा बिताए। उसलाई बुद्धि र बल दुबैमा विलक्षण गुण युक्त भएको भनेर तारिफ गरियो। राजाले उसको जीवन शान्त र सुगम-सित चलाउने व्यवस्था गर्नमा कुनै कसर बाकी राखेन। राजकुमारलाई इन्द्रिय सुखमा दुवाई राख्न सबै आवश्यकताहरू परिपूर्ण गरी तीन ऋतुमा मिल्ने तीनवटा छुट्टाछुट्टै दरबारहरू बनाइए। किनभने पत्रिक मायाले गर्दा राजाले छोरालाई सम्यकसम्बुद्ध भन्दा राजाका रूपमा सांसारिक जीवनमा रहनदिने इच्छा गर्थे। आफ्नो छोरालाई यस्तो वातावरणमा राख्ने जहाँ उच्च दार्शनिक विचार गर्ने मौकानं नमिलोस् भन्ने कुरामा राजा शुध्दोदन आवश्यक भन्दा बढी सतर्क थियो। यसतर्फ राजकुमारको ध्यान नजावोस् भन्ने निश्चित गर्न उसले राजकुमारलाई सेवा गर्ने वा उसको संगतमा आउनेलाई जरा, व्याधि, मरण जस्ता कुराहरू वारे एक शब्द पनि कहिल्यै नबोल्ने आदेश दियो। तिनीहरूले संसारमा अप्रिय कुराहरू हुंदै नभएको जस्तो अभिनय गर्नु पर्थ्यो। बुढघाई, कमजोरी र विरामीको सानो चिन्ह सम्म देखिएका नोकर तथा सेवकहरू हाइन्थ्यो। अर्को तर्फ उसलाई इन्द्रिय सुखमा चुलुम्म दुवाई राख्न नृत्य, संगीत र मनोरञ्जनपूर्ण समारोह हुन्थ्यो।

सहान्निष्क्रमण

दिन, महिना र वर्ष बिट्दै गएपछि इन्द्रिय सुखको एकनासे वातावरणबाट राजकुमार सिध्दार्थको मन विस्तार हुँदै थाल्यो। बुध्दत्व प्राप्तिको महान लक्षको निमित्त उसले पहिलेका असंख्य जन्ममा सञ्चय गरिराखेको पुण्यको मानसिक शक्तिहरू स्वतः जाग्रत भए। समय समयमा जब उसको मन इन्द्रिय सुखबाट अलग हुन्थ्यो उसको

अन्तस्करण उच्चस्थितिमा पुग्थ्यो र बाल्यकालमा उसको शिशुदेह हावामा उठाएर कालदेवलको टाउकोमा पुऱ्याए जस्तै समाधिको बलले उसको मन शुध्द र शान्तिको स्थितिमा पुग्यो । मनमा अन्तरद्वन्द सुरु भयो । इन्द्रिय सुख र लालसाबाट फुत्कनु उसको पहिलो विचार थियो । उसले दरवारको पर्खालहरूको बाहिर जहाँ ऊ एकचोटी पनि पुगेको थिएन के रहेछ भन्ने कुरा जान्न इच्छा गर्यो । उसले मानिसले बनाएको रूपमा होइन कि प्रकृतिको यथार्थ रूप हेर्ने इच्छा गर्यो : तदनुसार उसले दरवारको पर्खालहरू बाहिरको शाही उद्यान हेर्ने निश्चय गर्यो । उद्यानको बाटोमा अशुभ दृश्यहरू सडकबाट हटाउन लगाउने राजाको सचेतताको बावजूद पहिलो पटकनै उसले एउटा आयुले कुप्रेको बुढो मानिस देख्यो । अर्को पटक उसले मरणान्त ब्याधिले छट्पटिएको एउटा बिरामी मानिस देख्यो । त्यसपछि उसले एउटा मानिसको मृत शरीर भेट्यो । अन्तिम पटक एउटा भिक्षुसित भेट भयो । यी सबले उसको मनलाई गम्भीर विचार तर्फ लगायो । उसको मानसिक प्रवृत्ति बदलियो । मन अशुद्धिहरूबाट मुक्त भयो र संस्कार लोक (मानसिक शक्तिहरूको लोक) मा संचित उसको आफ्नो पुण्यको शक्तिहरूसित मिल्यो । तवसम्ममा उसको मन नीवरणहरूबाट मुक्त भै शान्त, शुद्ध र बलियो भनसकेको थियो । यो जन्मै त्यही राती भयो जब उसकी रानीले एउटा छोरा, उसलाई बाँध्ने एउटा नयाँ जंजीर, जन्माइन् । तर मनको सन्तुलन खलबल्याउने कुनै पनि कुराबाट उ मुक्त थियो । अधिष्ठान पारमिताहरूले बलियो निर्णयको निमित्त आफ्नो कार्य गरे र उसले जन्म, जरा तथा मरणबाट उम्कने बाटो खोज्ने निश्चय गर्यो । यो दृढ निश्चय मध्यरातमा गरेको थियो । उसले सारथि छन्दकलाई आफ्नो घोडा कन्थकलाई तयार राख्ने आदेश दियो । स्वास्नी र नवजात शिशुलाई विदाइको अवलोकन पछि राजकुमार सिद्धार्थले संसारको र परिवारको सब वन्धनहरू तोड्यो र महाभिनिष्क्रमण

गर्भो । आपनो लक्ष्मण पूरु नहुञ्जेलसम्म कहिल्यै नफर्कने गरी उसले नगर पार गरी अनोमा ग्दी तर्यो ।

सत्यवचो खोजी

यस महाभनिष्कमण पछि राजकुमार सिद्धार्थ फिरन्ते श्रमणको भेषमा हातमा भिक्षापात्र लिएर सम्भाव्य गुरुहरूको खोजीमा यत्रतत्र घुम्थे । दुईजना प्रख्यात ब्राह्मण गुरुहरू आलार र उदकको आध्यात्मिक निर्देशनमा रह्यो । आलारले आत्माको विश्वासमा जोड दियो र सिकायो कि भौतिक बन्धनबाट मुक्त भएपछि आत्माले पूर्ण मुक्ति हासिल गर्दछ । यसले राजकुमारलाई सन्तुष्ट पार्न सकेन । त्यस पछि उ उदक कहाँ गयो जसले कर्मको फल र आत्माको पुनर्जन्ममा अति जोड दियो । दुबै आत्माको विषयबाट बाहिर निस्कन सकेन र श्रमण राजकुमारलाई लाग्यो कि सिधनु पर्ने अरु विषय बाँकी नै छ । आफैले मुक्तिको बाटो खोज्न तिनीहरू दुबैलाई छोडे । त्यस वेलासम्ममा उसले आठ समापत्तिहरू सिकीसकेको थियो र भविष्य र भूतकालका घेरै कल्पसम्मका घटनाहरू थाहा पाउने क्षमता सहित सब अलौकिक शक्तिहरूको अभ्यासमा निपुण भइसकेको थियो । यी सब भौतिक क्षेत्रमा थिए र श्रमण राजकुमारलाई, जसको आकांक्षा जन्म, दुःख र मृत्युको भौतिक क्षेत्रबाट उष्कनु थियो, यिनीहरू ठूलो मतलबको थिएनन् ।

पछि पाँचजना श्रमणहरूले पनि उसको साथ दिए जसमध्ये एकजना कौण्डिन्य नामको ज्योतिषहस्तरेखाशास्त्री थियो जसले उसको जन्मको पाँचौ दिनमा निश्चित रूपले भविष्यवर्णी गरेको थियो कि उ निश्चयन बुद्ध हुनेछ । ती श्रमणहरूले ६ वर्षसम्म उसको राम्रो सेवा गरे । यस अवधिमा आफैलाई विभिन्न प्रकारको कठोर तप र अनु-

शासनमा राखेर झण्डै हाड र छाला मात्र बाँकी रहनुजेलसम्म उ निराहार व्रत र ध्यानमा संलग्न रह्यो । वारतवमा एकदिन थकाईले मुर्छा पर्‍यो । जव उ यस स्थितिबाट उम्क्यो उसले आफ्नो तरीका बदल्यो, मध्यम मार्ग अनुसरण गर्यो र सम्बोधिको मार्ग ज्ञान स्पष्ट भएको कुरा पत्ता लगायो ।

बुद्धत्व प्राप्ति

२५६२ वर्ष अघि बंशाखको (बंशाखको पूर्णिमा) साँझ फिरन्ते श्रमण राजकुमार सिद्धार्थ कुनै पनि हालतमा प्राण गेतापनि सत्य र सम्बोधि, बुद्धत्व, प्राप्त नहुन्जेल नउठ्ने अत्युच्च अधिष्ठान गरी हालको बोधगया नजिक निरञ्जना नदीको किनारामा उरूवेला जङ्गलमा एउटा बोधिबृक्षमुनी बज्रासनमा बस्यो ।

त्यो महान् घटना नजिक आउँदै थियो । श्रमण राजकुमारले मनको एकाग्रता हाशिल गर्न मनको सबै शक्ति एकत्रित गर्यो जुन सत्य पत्ता लगाउनको लागि अति आवश्यक थियो । त्यसै बखत राजकुमारले पत्ता लगायो कि मनलाई सन्तुलित पार्नु पहिले जस्तो सजिलो थिएन । उसको चारैतिर अपायलोकको मानसिक शक्तिहरू उच्चलोकको मानसिक शक्तिहरूसँग मिलेको मात्र थिएन उसको मनको सन्तुलनलाई बारम्बार उल्टाइ दिने काफि बलियो बाह्य हस्तक्षेपहरू पनि थिए । उसले सामान्य रूपले हासिल गरेको प्रकाशको किरणका विरोधी शक्तिहरूको अभेद्य पिण्डको बाधा असाधारण थियो । सायद बुद्धत्व प्राप्त गर्ने यो अन्तिम प्रयास भएकोलेनै होला; र अकुशल शक्तिहरूको महान् नियन्त्रक मार नजिकै थियो । तर राजकुमारले पुण्यहरूो मानसिक शक्तिहरू, जुन ठीक समयमा अवश्यम्भावीरूपले उसकहाँ फर्केर आउनु पर्दछ, को बलले विस्तारै तर निश्चित रूपले मिहेनत गर्दै गयो ।

उसले एउटा प्रतिज्ञा गर्यो र उसको दशपारमिता पूर्ण भएको देखेका समस्त ब्रह्मा र देवहरूलाई यस उच्च लक्ष प्राप्त गर्ने संघर्षमा सहयोग गर्न बोलाए। यति गरी सकेपछि ब्रह्मा र देवहरूको अतिशुद्ध मानसिक शक्तिहरूसितको संयोगको राम्रो प्रभाव पर्यो। शक्तिहरूको बाक्लो पिण्ड जुन एक समय अमेद्य देखिन्थ्यो टुक्रा टुक्रा भयो र मनको नियन्त्रणमा स्थिर प्रगतिको साथै तिनीहरू सधैंको लागि मेटिए। रब बाधाहरू पार भइसकेपछि राजकुमार आफ्नो एकाग्रताको शक्ति बढाउन समर्थ भयो र मनलाई पूर्ण शुद्धता, निश्चलता र उपेक्षाम राख्यो। विस्तारै उसमा विशुद्ध प्रज्ञाको चेतना जाग्रत भयो। उसले सामना गर्नु पर्ने प्रमुख समस्याहरूको समाधाननै प्रेरणाको रूपमा उसको चेतनामा देखापर्यो। आफ्नै शरीरमा प्रकृतिको सच्चाईमाथि अन्त-मुखी भएर ध्यान गर्दा उसलाई छलङ्ग देखापर्यो कि मानव शरीरमा यसो देखिने जस्तो कुनै सारतत्व छैन र यो गृहम ऋतुमा बग्गीको चक्काबाट निस्कने धुलोको कणको सरदर १/४६६५६ वाँ भाग भएको असंख्य लाख कलापहरूको समुच्चय बाहेक केही होइन। अन्न निरिक्षण गर्दा उसले थाहापायो कि यो कलाप पनि निरन्तर परिवर्तन वा प्रवाहमा रहने पदार्थ हो। त्यस्तै मन पनि निरन्तर रूपमा तथा अनन्तसम्म व्यक्तिसमा आइरहने (उत्पन्न भएको) र गइरहने (उत्पन्न गर्ने) मानसिक शक्तिहरूको प्रतिनिधि हो।

जब उसले आफैमा स्वत्वको भावनाबाट पार गर्यो बुद्धले तब घोषणा गर्यो कि उसको प्रज्ञाचक्षु उत्पन्न भयो; र उसले समाधिको एकाग्रताबाट कलापहरू देख्यो जसमा उसले अनित्यको नियम लगाई सारहीनतामा ल्यायो र बुद्धधर्ममा हामी जेलाई 'पञ्चप्रति' भन्छौ त्यसबाट अलग भएर 'परमत्थ' वा शक्तिहरूको स्वभाव वा अरु शब्दमा "आखिरी सच्चाई" को स्थितिमा आइपुग्यो।

त्यसं अनुसार उसले आफैमा मन र पदार्थको निरन्तर परिवर्तन (अनित्य) को साक्षात्कार गर्थे र त्यसको परिणामस्वरूप दुःख सत्यको पनि । त्यसै बेला उसको अहंभाव टुक्रा टुक्रा भएर सून्य भयो र आत्म-प्रतिको आशङ्कित बाँकि नभएको वा “अत्ता” को निशान नभएको दुःख-बाट बाहिरको स्थिति (दुःख निरोध) मा पुग्यो । “मन र पदार्थ” उसको लागि छोएको कार्यकलाप मात्र भयो जुन हरहमेसा कारण र असरको नियम-र प्रतित्यसमुत्पादको क्षेत्र भित्र परिवर्तन भइरहन्छ । सत्य साक्षात्कार भयो । तब भावी बुद्धको निहित गुणहरू टिकसित भयो र बंशाखको भोर सम्ममा उसमा पूर्ण सम्बोधि आयो । “साच्चने राजकुमार सिद्धार्थले सम्यक्सम्बोधि प्राप्त गर्थे र बुद्ध, जाग्रत, सम्बुद्ध, सर्वज्ञ भयो । उ जुन किसिमले जाग्रत थियो त्यससित दाँज्दा अरु सबै सुतिरहेका र स्वप्न देखिरहेका थिए । उ जुन किसिमले सम्बुद्ध थियो त्यससित दाँज्दा अरु सबै मानिसहरू ठक्कर खाइरहेका र अन्धकारमा छामछुम गरिरहेका थिए । उसले जुन ज्ञानले जानेको थियो त्यससित दाँज्दा अरु मानिसहरूले जानेका जन्मै कुरा एक किसिमको अज्ञान थियो ।”

महिल्ला तथा सज्जनहरू, मैले आज तपाईंहरूको यत्ति धेरै समय लिइसकेको छु । धर्यपूर्वक सुनिदिनु भएकोमा म तपाईंहरू सबैलाई धन्यवाद दिन्छु । मलाई यो प्रवचन दिने अनुज्ञा दिनु भएकोमा चर्चको पादरीलाई पनि धन्यवाद दिनै पर्छ ।

बुद्धधर्म के हो ?

३० सेप्टेम्बर १९५१ - प्रवचन संख्या २

गत आइतवार मैले भगवान बुद्धको जीवनीको बुद्धत्व प्रर्पितको ऋणसम्मको छोटकरी-असाध्य छोटकरी-विद्वरण पेश गरें। आज म वहाँको शिक्षाहरू के हुन् भन्ने कुरा भन्न लागेको छु। बौद्ध शिक्षाहरू सूत्रहरू (उपदेशहरू), विनय (संघ वा भिक्षुहरूको लागि अनुशासनका नियमहरू) र अभिधम्म (दार्शनिक शिक्षाहरू) समावेश भएको त्रिपिटकहरूमा संरक्षित छन्। त्रिपिटक पालिमा घेरें ठेलिमा छन् जुन सरसरति मात्र पढ्न पनि एउटा जेहेन्दार पालि विद्वानलाई केही महिना लाग्छ। तसर्थ म आज मुख्य मुख्य कुराहरूमा मात्र याने बुद्धधर्मको मूल सत्यहरूमा मात्र सीमित हुन चाहन्छु। भगवान बुद्धले धर्म प्रचार गर्ने कार्यमा लाग्नु भन्दा पहिले बोधिवृक्ष मुती सात दिन र अन्य छ नजिकका स्थानहरू प्रत्येकमा ७।७ दिन गरी कुन बेला अत्युच्च निर्वाणको शान्ति अनुभव गर्दै र परमार्थ सत्य (आखिरी सत्यहरू) को सबभन्दा सूक्ष्म समस्याहरूमा गहिरिएर खोजी गर्दै ४९ दिनसम्म लगातार मौन ध्यानमा रहनु भयो। पट्टानको नियम (सम्बन्धहरूको नियम) जसमा विचारक्षणहरू बिचको अनगिन्ति किसिमका आपसी सम्बन्धहरूमा पनि विचार गरिन्छ, को पूर्ण ज्ञान पछि वहाँको शरीर-बाट ६ रङ्गका चहकिला किरणहरू निस्के जुन अन्ततोगत्वा वहाँको

[१५]

शिरको चारैतिर ६ रङ्गै किरणको प्रभा-मण्डल जस्तै बस्न गयो । वहाँले यो सात सात दिनको सात ठाउँको ध्यान आहार विनानै बिताउनु भयो । ४९ दिनसम्म आहार विना बाँच्नु हाँचो क्षमताबाट बिल्कुल बाहिरको कुरा हो । वास्तविक कुरा यो हो कि वहाँ उक्त पूरं समय भर मानसिक भूमिमा हुनुहुन्थ्यो जुन भौतिक भूमि, जहाँ मानिस सामान्यतः रहन्छ, भन्दा भिन्न छ । सूक्ष्म भौतिक ब्रह्मलोकका प्राणिहरूको सूक्ष्म भौतिक जीवन प्रवाहको निर्वाह भौतिक आहारले गर्ने होइन, ध्यान प्रोत्तिले गर्छ जुन आफै एउटा आहार तत्व हो । बुद्धलाई पनि त्यस्तै भएको थियो; यत्रो लामो समयसम्म वहाँ भौतिक भूमिमा नभई मानसिक भूमिमा रहनु भएको थियो । यस तर्फको हाँचो अनुसन्धानको प्रयोगहरूबाट हामीलाई दृढरूपमा विश्वस्त पारेको छ कि बुद्धजस्तो उच्च बौद्धिक तथा मानसिक विकास भएको मानिसको लागि यो सम्भवको कुरा हो । बुद्धत्व प्राप्तिको पचासौं दिनको बिहान वहाँ ध्यानको लामो कार्यबाट उठ्नु भयो । वहाँ थकित भएर होइन कि मानसिक भूमिमा नरहेकोले वहाँलाई आहारको इच्छा लाग्यो । त्यस-बेला विदेशका दुइजना व्यापारीहरू उखेला जंगल भएर मालसाभान लाडिएका धेरै गाडाहरूमा सफर गरिरहेका थिए । एउटा पहिलो जन्ममा उनीहरूको नातेदार भएको त्यो जंगलको एउटा देवताले तिनीहरूलाई ध्यानबाट भरस्वर उठेको सम्यक्बुद्धलाई श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्ने मौका लिन सल्लाह दियो । तदनुसार तिनीहरू त्यो ठाउँमा गए जहाँ बुद्ध ६ रङ्गको किरणको प्रभामण्डलले प्रकाशमान भएर बस्नु भएको थियो । तिनीहरूले आफ्नो भावनाको बेगलाई रोक्न सकेन । तिनीहरूले बुद्धको अगाडी भाव र भक्तिले डण्डवत् गरे र पछि महसहितको सुरक्षित सत्तु बुद्धको प्रथम भोजनको लागि दान गरे । तिनीहरू वहाँको उपासकको रूपमा स्वीकार गरिए । पूजाको लागि कुनै चीज दिनुहोस् भनी बिन्ति गरेपछि बुद्धले आफ्नो शिरको आठवटा रौं तिनीहरूलाई

दिनु भयो । तपाईंहरू यो ठाहा पाउंदा आश्चर्यकित हुनुहोला कि यो डुइ व्यापारीहरू उक्कलाप, जुन आजको रंगून हो र जहाँ अहिले तपाईंहरू हुनुहुन्छ, का तपुस्स र भत्तुक थिए । प्रसिद्ध स्वेडगो जुन तपाईंहरूले देख्नुभयो होला त्यही चंत्य हो जहाँ बुद्धको आठवटा केशधातु-हरू २५४० वर्ष अघि उक्कलापको राजाको निजी निर्देशनमा स्थापना गरीएको थियो । पछिका बौद्ध राजाहरूले यो चंत्य हालसम्म संरक्षण र जिर्णोद्धार गर्दै आएका छन् । अभाग्यवस बुद्धको पहिलो उपासक (शिष्य) हुने सौभाग्य पाएका यो उक्कलापका दुई व्यापारीहरू श्रद्धाले उपासक भएका थिए खास व्यवहारमा बुद्धधर्मको स्वाद पाएका थिएनन् । जुन स्वाद पाएपछि मात्र तिनीहरू दुःख र मृत्युबाट मुक्त हुन्थ्यो । श्रद्धा प्राथमिक आवश्यकता हो भन्ने कुरामा शंका छैन तर धर्मलाई व्यवहारमा ल्याउनु नै वास्तवमा मुख्य कुरा हो । तसर्थ बुद्धले भन्नुभएको थियो “हरेक व्यक्तिले आफैले काम गर्नु पर्दछ, बुद्धहरूले बाटो मात्र देखाउँछन् ।”

बुद्धको शिक्षाहरू

डिक्सनरीको अर्थ अनुसार बुद्धधर्म धर्म होइन किनभने अरू धर्महरूमा जस्तै यसमा केन्द्रबिन्दु इश्वरमा छैन । खास भन्ने हो भने बुद्धधर्म भौतिक र मानसिक नैतिकताको नियमसित समन्वित दर्शन-व्यवस्था हो । यसमा लक्ष “दुःख र मृत्युको अन्त्य” हो । धर्मचक्र प्रवर्तन सूत्र (धर्मचक्र चलाउने उपदेश) नामक बुद्धको प्रथम उपदेशमा वहाँले सिकाउनु भएको चार आर्यसत्यहरू यो दर्शन व्यवस्थाको मूल आधार हो । वास्तवमा चार आर्यसत्यहरू मध्ये प्रथम तीनले बुद्धको दर्शन प्रतिपादन गर्छ जवकि चौथो (आर्य अष्टाङ्गिग मार्ग जुन नैतिकता र दर्शनको नियम हो) ले लक्ष्य प्राप्तिको मार्गको काम गर्दछ । यो प्रथम उपदेश सत्यको खोजीमा लाग्दाखेरीको वहाँको

पहिलेका साथीहरू, कौण्डिन्य प्रमुख पांचजना ऋषिहरूलाई दिइएको थियो । कौण्डिन्य धर्मलाई व्यवहारमा ल्याई अहंत हुने (शुद्ध व्यक्ति जसले सबै बंधनहरू पार गरी सक्यो) बुद्धको प्रथम शिष्य थियो ।

अब हामी चार आर्यसत्यहरूमा आउँछौं । तिनीहरू हुन्:

दुःख सत्य

दुःख समुदय सत्य

दुःख निरोध सत्य

दुःखको अन्त्यगर्ने मार्गको सत्य

बौद्ध दर्शनका मूलभूत द्विचारहरू बुझ्न दुःख सत्यको साक्षात्कार को आवश्यकतामा जोड दिइन्छ । यो कुरा सम्झाउन भगवान बुद्धले समस्यालाई दुई विभिन्न दृष्टिकोणबाट सुल्झाउनु भएको छ ।

पहिलो, तर्कको प्रकृत्याले । वहाले आफ्नो शिष्यहरूलाई महसूस गराउनु भयो कि जीवन एउटा संघर्ष हो, जीवन दुःख हो । जन्मनु दुःख हो, बुढा हुनु दुःख हो, विरामी हुनु दुःख हो, मृत्यु हुनु दुःख हो । तैपनि इन्द्रिय सुखको प्रभाव मानव मात्रमा यस्तो प्रबल छ कि तिनीहरू सामान्यतः आफैलाई विसर्न तयार हुन्छन्, यतिसम्मकि तिनीहरूले पछि के मूल्य चुकाउनु पर्छ भन्ने कुरा पनि विसर्छन् । एकक्षण बिचार गर्नुस् गर्भावस्थामा जीवन कस्तो हुन्छ; कसरी जन्मेको क्षणदेखि बच्चाले बाँच्नको लागि संघर्ष गर्नु पर्दछ; मानिस भएर मृत्यु नभए सम्म उसले के के संघर्ष गरिरहनु पर्दछ । तपाईंहरूले राम्ररी कल्पना गर्नसक्नु हुन्छ कि जीवन के हो । जीवन साँच्चैँ दुःख हो । जति बढी आफुप्रति आशक्त हुन्छ दुःख उतिनै ठूलो हुन्छ । वास्तवमा मानिसले भोग्नु पर्ने दुःख तथा कष्टहरूलाई अन्धकारमा कहिले कहीं देखिने प्रकाशको झिल्ला जस्तो मात्र भएको क्षणिक इन्द्रिय सुखले दमन

गरीएका हुन्छन् । सत्यबाट टाढा राख्ने मोह (भ्रम) नभएको भए उसले निश्चयन “जीवन, दुःख र मृत्यु” को चक्रबाट मुक्ति पाउने काम गरी सक्थ्यो ।

दोश्रो, बुद्धले आफ्नो शिष्यहरूलाई महसूस गराउनु भयो कि मानव शरीर उत्पन्न हुनासाथ नष्ट भएर जाने कलापहरू (आणविक इकाइहरू) ले बनेको छ । प्रत्येक कलाप निम्न प्राकृतिक तत्वहरूले बनेको पिण्ड हो ।

- १) पृथ्वी तत्त्व
- २) जल तत्त्व
- ३) अग्नि तत्त्व
- ४) वायु तत्त्व
- ५) वर्ण
- ६) गन्ध
- ७) रस
- ८) ओज



पहिलो चार तत्त्वलाई महाभूत याने कलापमा प्रमुख हुने मूल भौतिक तत्त्वहरू भनिन्छ । अरू चारवटा सहायक मात्र हुन् जुन अधिल्लोमा निर्भर रही अधिल्लो बाटै उत्पन्न हुन्छन् । कलाप भौतिक जगतमा देखिने सूक्ष्मतम कण हो । आठ प्राकृतिक तत्त्वहरू (जसमा व्यावहारिक लक्षण मात्र हुन्छ) मिलेपछि मात्र एउटा कलापको अस्तित्व खडा हुन्छ । अर्को शब्दमा यी आठवटा व्यवहारका प्राकृतिक तत्त्वहरूको सहअस्तित्वबाट एउटा पिण्ड बन्छ जसलाई बुद्धधर्ममा कलाप भनिन्छ । बुद्धको भनाइ अनुसार यी कलापहरू निरन्तर परिवर्तन वा प्रवाहको स्थितिमा छन् । तिनीहरू मेनवत्ती वा विजुलीको चोमको प्रकाश जस्तै शक्तिको प्रवाह वाहेक केही होइनन् । बाहिरबाट देखिए जस्तो शरीर

एउटा सत्ता होइन, यो जीवन सक्ति साथसाथै भएको पदार्थको एउटा निरन्तरता मात्र हो ।

साधारण व्यक्तिको लागि फलामको टुक्रा अचल छ । वैज्ञानिकलाई थाहा छ कि यो निरन्तर परिवर्तन वा प्रवाहको स्थितिमा रहेको इलेक्ट्रोनले बनेको छ । एउटा फलामको टुक्रा त यस्तो छ भने जीवित प्राणी, भनौं मानिस, को शरीर कस्तो होला ! मानव शरीर भित्र भैरहेको परीवर्तन बढी भयंकर हुनु पर्दछ । के मानिसले आफु भित्रको गतिमान झनझनाहत चाल पाउँछ ? के त्यो बैज्ञानिकले, जसलाई थाहा छ कि सबै परीवर्तन वा प्रवाहको स्थितिमा छन्, चाल पाउँछ कि उसको आफ्नै शरीर शक्ति र झनझनाहत बाहेक केही होइन ? त्यो मानिसको मानसिक प्रवृत्तिमा के प्रभाव पर्छ होला जसले अन्तर्मुखी भएर देख्छ कि उसको आफ्नै शरीर शक्ति र झनझनाहत मात्र हो । आफ्नो प्यास मेटाउन गाउँको कुवाबाट एक ग्लास पानी सहजै पिउन सकिन्छ । उसको आँखा माइक्रोस्कोप जस्तो शक्तिशाली भएको भए उसले त्यही पानी पिउन निश्चयनै हिचकिचाउँथ्यो जसमा उसले ठूलो पारीएका किटाणुहरू देखिरहेको हुनु पर्छ ।* त्यस्तै जब आफैभित्र निरन्तर परीवर्तनको (अनित्य वा अस्थायी) साक्षात्कार गर्छ तब भित्री आणविक इकाइहरूको घर्षण, झनझनाहत र प्रकाशको तीखो अनुभवको परिणाम स्वरूप त्यसले अवश्यम्भावी रूपमा दुःख सत्यको ज्ञान पाउनु पर्छ । भित्र बाहिर दुबैतिर सबै दृष्टिकोणबाट र आखिरी सत्यको रूपमा जीवन साँचै नै एउटा दुःख हो ।

भगवान बुद्धले सिकाउनु भए जस्तै जीवन दुःख हो भनी जब म भन्छु त्यसोभए जीवन दुःखदायी हो, जीवन जिउन लायक छैन र

* सामान्य दृष्टिमा किटाणु देखिएता पनि योगीको दृष्टिमा महाभूतको हलन चलन हो भन्ने विद्वानहरूको राय छ । (अनुवादक)

बौद्ध विचारमा दुःख भयानक छ र यथोचित ढंगले सुखी जीवनको मोका दिन्दैन भन्ने विचार गरेर कृपया नभाग्नु होला । सुख के हो ? भौतिक जगतमा विज्ञानले हासिल गरेको उपलब्धिले गर्दा के संसारका मानिसहरू सुखी छन् ? तिनीहरूले कहिलेकाहीं इन्द्रिय सुख पाउलान् तर पहिले के भइसकेको छ र पछि के हुने होला भन्ने चिन्ताले गर्दा तिनीहरू अन्तरमनमा सुखी छैनन् । किन ? किनभने मानिसले पदार्थ माथी प्रभुत्व पाएता पनि उसमा अन्नसम्म आफ्नो मन माथिको प्रभुत्व को अभाव न छ । मनको आन्तरिक शान्तिबाट निस्केको प्रीति, जुन बौद्ध ध्यानको प्रकृयाबाट हासिल गर्न सकिन्छ, को तुलनामा इन्द्रिय सुखबाट हासिल हुने सुख केही पनि होइन । आफ्नो शरीरको खतिरा-हरू होशियारी साथ कन्याउनामा सुख पाउने एउटा घोरीको जस्तै इन्द्रिय सुखको अगाडी र पछाडी दुःख र कष्टहरू लाग्छन् जवकि प्रीति दुबै तर्फबाट यस्तो दुःख र कष्टबाट मुक्त छ । इन्द्रिय जगतबाट हेरिरहने तपाईंहरूलाई प्रीति कस्तो हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्न मुश्किल होला । तर मलाई थाहाछ तुलनात्मक मूल्यांकनको लागि तपाईंहरूले पनि यसको अनुभव गर्न सक्नु हुन्छ र यसको स्वाद पाउन सक्नु हुन्छ । तसर्थ बुद्धधर्मले दुःखको दिवास्वप्नमा दुःखी महसूस गराउने कुरा सिकाउंछ भन्ने विचार गर्नु पर्दैन । तर मलाई विश्वास गर्नु होस् कि यसले तपाईंहरूलाई जीवनको सामान्य अवस्थाहरूबाट भाग्न लगाउंछ जसरी कमलको फूल आफ्नो भयानक वातावरणबाट मुक्त भएर स्वच्छ पानीको पोखरीमा रहन्छ । यसले तपाईंहरूलाई त्यो “भित्ती शान्ति” दिनेछ जुन शान्तिले तपाईंहरूलाई सन्तोष दिनेछ कि तपाईंहरू “जीवनको दैनिक दुःखहरू”बाट मात्र होइन विस्तार र निश्चयन “जीवन, दुःख र मृत्यु”को घेराबाट पनि छुटकारा पाइरहनु भएको छ ।

त्यसो भए दुःखको कारण के हो ? बुद्धले भन्नु भयो यसको

कारण तण्हा वा तृष्णा हो । इच्छाको बिउ एकपटक रोपेपछि यो यात शक्तिको लागि यात भौतिक लाभको लागि लोभ भएर हुर्कन्छ र तृष्णा वा लालसा भएर वृद्धि हुन्छ । त्यो मानिस जसमा यो बिउ रोपिएको छ यो तृष्णाहरूको दास हुन्छ र उ अन्तिम समयसम्म तृष्णाहरू पूर्ति गर्न यान्त्रिक रूपले शरीर र मनको कडा परिश्रम तर्फ लागेको हुन्छ । आखिरी परिणाम स्वरूप आफुमा निहित लोभ (इच्छा) र द्वेष (क्रोध) ले प्रेरित भएर आपनं काय, बचन र विचारले उत्पन्न गरेको अकुशल मानसिक शक्तिहरूको संचय निश्चयन गर्नु पर्दछ ।

दाशानिक दृष्टिबाट फेरी, कर्महरूको मानसिक शक्तिहरूलेन (संस्कार) यो उत्पन्न हुने व्यक्तिमा यथा समयमा प्रतिक्रिया गर्दछ र यीनं संस्कार मन र पदार्थको प्रवाह, भित्री दुःखको सुद, को लागि जिम्मेवार हुन्छन् ।

दुःख निरोध सर्फ लैजाने मार्ग

त्यसो भए दुःख निरोधतिर लैजाने मार्ग के हो त ? त्यो मार्ग बुद्धले आफनो पहिलो उपदेशमा सिकाएको आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग नै हो । यो अष्टाङ्गिकमार्ग शील, समाधि र प्रज्ञा गरी तीन चरणमा विभाजित छ ।

शील

(१) सम्यकवचन (२) सम्यककर्मन्ति (३) सम्यकआजीविका

समाधि

(४) सम्यकव्यायाम (५) सम्यकस्मृति (६) सम्यकसमाधि

प्रज्ञा

(७) सम्यकसंकल्प (८) सम्यकदृष्टि

१) शील - शीलका तिन पक्षहरू हुन्:

- क) सम्मावाचा : सम्यकवचन
- ख) सम्माकम्मन्तो : सम्यककर्मन्त
- ग) सम्माआजीवो : सम्यकआजीविका

सम्यकवचनको मतलब हो : यस्तो वचन जुन सत्य, फायदाजनक हुनु पर्दछ र दुष्टतापूर्ण हुनुहुंदैन । सम्यक कर्मन्तको मतलब हो : नैतिकताको मूल तत्व जुन हिंसा, चोरी, व्यभिचार र सुरापानको विरुद्ध छ । सम्यकआजीविकाको मतलब हो : दास व्यापार, हतियारको उत्पादन, नसालु पदार्थको विक्री जस्ता सबै प्राणीहरूको दुःख वृद्धि गर्ने व्यवसाय बाहेक अन्य आजीविकाको मार्ग ।

यिनीहरू सामान्यतया बुद्धले आफ्नो पहिलो उपदेशमा शुरुमा भन्नुभएको नैतिकताको नियम हुन् । पछि वहाँले यसलाई बढाउनु भयो र भिक्षुहरू र उपासकहरूलाई छुट्टाछुट्टै नियमहरू बनाउनु भयो । भिक्षुहरूलाई के नियम दिइयो भन्ने कुरा गरेर म यहाँहरूलाई दुःख दिन चाहन्न । म तपाईंहरूलाई बौद्ध उपासकहरूको निमित्त बनाएको शील वा नैतिकताको नियम मात्र भन्दछु । यसलाई पञ्चशील भनिन्छ जुन निम्नानुसार छन् :

- १) पाणात्तिपात : कुनै पनि प्राणीलाई हत्यागर्नुबाट अलग्ग रहनु । जीवन सबै प्राणीहरूको लागि सबभन्दा मूल्यवान छ र यो नियम दिँदा बुद्धको करुणा सबै प्राणीहरूमा विस्तार भएको छ ।
- २) अदिघ्नादान : नदिएको बस्तु लिनुबाट अलग्ग रहनु । यसले प्राप्त गर्ने अनुचित इच्छाहरू माथी रोक लगाउने काम गर्दछ ।
- ३) कामेसुमिच्छाचार : व्यभिचारबाट अलग्ग रहनु । मानिसमा यौन इच्छा सुषुप्त छ । प्रायः सबैको लागि यो रोकन नसकिने छ ।

तसर्थ गैरकानूनी यौन सम्बन्धलाई बुद्धले मनाही गर्नु भएको छ ।

- ४) मुसाबिदि : झूठ बोल्नुबाट अलग रहनु । सत्यको मूल तत्त्वलाई वचनको माध्यमबाट पूर्ण गर्न यो शील समावेश गरीएको छ ।
- ५) सुरामेरय : सुरापानबाट अलग रहनु । सुरापानले मानिसलाई सत्यको साक्षात्कारको लागि अति आवश्यक मनको दृढता र तर्कको शक्ति नाश गराउँछ ।

तसर्थ पञ्चशील बचन र कार्य नियन्त्रण गर्न र समाधि (मनको) सन्तुलन) को आधारको काम गर्न राखिएको हो ।

२) समाधि:

सज्जन तथा महिलाहरू, हामी अब बुद्धधर्मको मानसिक पक्षतिर आउँदैंछौं जुन मलाई विश्वास छ तपाईंहरूलाई धेरै चाख लाग्ला । आर्यअष्टाङ्गिक मार्गको दोश्रो चरण, समाधि, मा निम्न कुराहरू समावेश छन् :-

- क) सम्मावायामो : सम्यकव्यायाम
ख) सम्मासति : सम्यकस्मृति
ग) सम्मासमाधि : सम्यकसमाधि

सम्यकव्यायाम सम्यकस्मृतिको लागि पूर्वावश्यकता हो । जबसम्म आफ्नो डगमगाउँदो र अस्थिर मनको विचारहरूको क्षेत्र सांगुरो पार्ने दृढ अभ्यास गरिदैन कसैले पनि त्यो सम्यकस्मृति हासिल गर्ने आशा गर्न सक्दैन जुन सम्यकस्मृतिने सम्यकसमाधि द्वारा एकाग्रता र उपेक्षाको स्थितिमा ल्याउन मद्दत गर्दछ । यस स्थितिमानै मन नीवरणहरूबाट मुक्त हुन्छ र भिन्न र बाहिरबाट प्रकाशमय भएर

शुद्ध र शान्त हुन्छ । यस्तो स्थितिमा मन शक्तिशाली र तेजिलो हुन्छ । बाहिरतिर यो एउटा प्रकाशको रूपमा हुन्छ, जुन मानसिक प्रतिविम्ब मात्र हो, त्यस्तो प्रकाश जसको मात्रा तारादेखि सूर्यको प्रकाशसम्म बढ्न सक्छ । साधारण अर्थमा, पूर्ण अंधकारमा मनको आँखा अगाडी प्रतिविम्बित हुने यो प्रकाश मनको शुद्धता, शान्ति र सौम्यताको प्रतिरूप हो ।

हिन्दुहरू यसको लागि प्रयास गर्छन् । प्रकाशबाट शून्यतर्फ जानु र फर्कनु साँच्चै नै ब्राह्मणीय हो । Mathewsमा न्यू टेष्टामेण्ट “प्रकाशमय शरीर”को कुरा गर्दछ । यही अनौथो प्रकाशको लागि रोमन क्याठलिक पादरीहरू नियमित रूपमा ध्यान गरिरहेको कुरा पनि हामी सुन्दछौं । पवित्र कुरानले पनि “दैवी प्रकाशको साक्षात्कार”लाई प्रमुखता दिन्छ ।

प्रकाशको मानसिक प्रतिविम्बले भित्री मनको शुद्धता देखाउँछ र चाहे बौद्ध होस्, हिन्दु होस्, क्रिश्चियन वा मुस्लिम होस् मनको शुद्धता धार्मिक जीवनको सार हो । निश्चयनै मनको शुद्धता सब धर्महरूको सबभन्दा साझा मापडण्ड हो । प्रेम, जुन भानवताको एकताको एउटै मात्र साधन हो, सबैपरी हुनुपर्दछ र जबसम्म मन अतिशुद्ध हुँदैन तबसम्म यस्तो हुन सक्दैन । अरूको असन्तुलित मन सन्तुलित पार्न सन्तुलित मनको आवश्यकता पर्दछ । “जसरी बाणकारकले बाण सीधा पाछै त्यस्तै एउटा बुद्धिमान मानिसले रक्षा गर्न गाह्रो, नियन्त्रण गर्न गाह्रो आफ्नो कम्पित र अस्थिर मनलाई सीधा पाछै” यसरी बुद्धले भन्नु भयो ।

भौतिक शरीरको व्यायाम जतिकै मनको व्यायाम पनि आवश्यक छ । त्यसोभए किन मनको व्यायाम नगर्ने र यस्लाई शुद्ध र बलियो मबनाउने ताकि तपाईंहरूले “ध्यानको आन्तरिक शान्ति” अनुभव गर्न सकोस् । आन्तरिक शान्तिले मनलाई द्रवित पारेपछि तपाईंहरू साँच्चै सत्यको ज्ञानतर्फ अगाडी बढ्नु हुनेछ ।

विश्वास गर्नुस् या नगर्नुस् हाम्रो यो अनुभव छ कि यदि आसय शुद्ध छ र परीक्षाको अवधिसम्म पथप्रदर्शकमा समर्पित हुन तयार छन् भने एउटा ठीक गुरुको निर्देशनमा जाती र धर्म जे भएपनि एउटा र सबैले प्रकाशसहितको यो मनको शुद्धता र भित्री शान्ती हासिल गर्न सक्छन् ।

निरन्तर अभ्यास पछी जब मन माथी पूर्ण विजय प्राप्त हुन्छ उ ध्यानको स्थितिहरूमा प्रवेश गर्न सक्छ र विस्तार समापत्तिहरू हासिल गर्न अग्रसर हुन्छ जुन समापत्तिले उसलाई राजा मुद्धोदनको ऋषिगुरु कालदेवलको जस्तो अलौकिक शक्तिहरू दिन्छ । यो निश्चयन तपमा र मानवबस्तिबाट टाढा रहेर प्रयास गर्नु पर्दछ । तर लालसाका चिह्न बाँकी नै भएकाहरूलाई यो ज्ञान खतरनाक हुन्छ । जे भएपनि सांसारिक क्षेत्रमा अलौकिक शक्तिहरू दिने यस्तो अभ्यासलाई बुद्धले प्रोत्साहन दिनु भएको थिएन । बुद्धको समाधि विकास गर्ने मूल लक्ष सत्यको साक्षात्कारको लागि अत्यावश्यक मनको शक्ति र शुद्धता हासिल गर्नु थियो ।

बुद्धधर्ममा चालिस किसिमका एकाग्रताका विषयहरू छन् जसमध्ये सबभन्दा महत्त्वपूर्ण आनापान हो, मतलब सबै बुद्धहरूले अनुशरण गरेको स्वास आउने र स्वास जानेमा एकाग्र गर्नु ।

३) प्रज्ञा:

महिला तथा सज्जनहरू, म अब आर्यअष्टाङ्गिकमार्गको तेश्रोचरणमा बुद्धधर्मको दार्शनिक पक्ष प्रज्ञा वा ज्ञानको बारे भन्दछु ।

प्रज्ञाका दुइ पक्षहरू हुन्:

(क) सम्यक्संकल्प (ख) सम्यक्दृष्टि

सत्यलाई सम्यक दृष्टिले बुझ्नु बुद्धधर्मको लक्ष हो र सम्यक संकल्प सत्यको साक्षात्कारगर्न भित्र र बाहिर मन र पदार्थको विश्लेष-

णत्मक अध्ययन हो । तपाईंहरूले नाम र रूप (मन र पदार्थ) बारे घेरै पटक सुन्नु भएको छ । म यसको अन्न व्याख्या गर्दछु ।

कुनै आरम्भण तर्फ झुक्ने यसको प्रवृत्ति भएकोले यसलाई नाम भनेको हो । निरन्तर परिवर्तनको कारण क्षणभङ्गुर भएकोले रूप भनीएको हो । तसर्थ अंग्रेजीमा नाम र रूपको निकटतम अर्थ मन र पदार्थ (Mind and matter) हो । म निकटतम भन्दछु किनभने यसको ठीक अर्थ छैन । साच्चै भन्ने हो भने तलका कुराहरूलाई नाम भनिन्छ ।

क) विज्ञान ख) वेदना ग) संज्ञा घ) संस्कार
यिनीहरूको साथै भौतिक जगतको रूपसहित पञ्चस्कन्ध बन्दछ । यी पञ्चस्कन्धलाईनै बुद्धले सारांशमा संसारको सबै मानसिक र भौतिक गतिविधि भन्नुभएको छ जुन वास्तवमा मन र पदार्थको सहअस्तित्वको निरन्तरता हो तर जुन साधारण व्यक्तिको लागि उसको व्यक्तित्व वा अहं हो ।

सम्यक संकल्पमा, त्यस बेलासम्ममा समाधिको शक्तिसाली एकाग्रता हासिल गरिसकेको त्यो शिष्यले आफैमा आफ्नो ध्यान केन्द्रित गर्दछ र अन्तर्मुखी ध्यानले पहिले रूप (पदार्थ) र अनि नाम (मन र मानसिक तत्वहरू) को स्वभावको विश्लेषणात्मक अध्ययन गर्दछ । उसले कलापहरूको अनुभव गर्दछ र वारम्बार कलापहरूको यथार्थ स्वरूप पनि देख्दछ । उसले अनुभव गर्न थाल्छ कि नाम र रूप दुबै निरन्तर परिवर्तनमा छन्— अस्थायी र क्षणभंगुर छन् । उसको समाधिको शक्ति जसरी बढ्दै जान्छ उसमा शक्तिहरूको स्वभाव बढी स्पष्ट हुन्छ । उ यो धारणाबाट कति पनि उम्कन सक्दैन कि पञ्चस्कन्ध कारण र असरको नियमभित्र दुःख हुन् । उ अब विश्वस्त हुन्छ कि वास्तवमा भित्र र बाहिर सबै दुःख हुन् र अहं भन्ने त्यस्तो कुनै चीज छैन । उसले दुःखबाट मुक्तभएको अवस्थाको इच्छा गर्छ । अन्ततो गत्वा

दुःखको घेराबाट मुक्त भएर उ लौकिकबाट अलौकिक अवस्थामा जान्छ र आर्यहरूको चार चरणको पहिलो चरण श्रोतापन्न स्थितिमा पुग्दछ । तब उ (क) सत्काय दृष्टि (ख) विचिकित्सा र (ग) शीलव्रतपरामर्श बाट मुक्त हुन्छ । दोश्रो चरण सकृदागामी हो जहाँ पुगेपछी काम-छन्द र व्यापाद मलीन हुन्छ । अनागामीको तेश्रो चरणमा पुगेपछी उससंग कुनै लालसा वा क्रोध हुनैन । अन्तिम लक्ष अहंत्व प्राप्ति हो ।

मनुष्य भएर पनि हरेक आर्यले श्रोतापत्तिफल आदिमा आफूले चाहेजति पटक पुगेर निर्वाण कस्तो हुन्छ भन्ने अनुभव गर्न सक्छ जुन अनुभवले उसलाई “भित्री निर्वाण शान्ति” दिन्छ । यो “भित्री शान्ति”, जुन निर्वाण समान छ, को कुनै समानान्तर छैन किनकि यो अलौकिक छ । यसको तुलनामा मैले पहिले समाधिको कुरा गर्दा उल्लेख गरेको ध्यानको “भित्री शान्ति” नगण्य छ किनकि “भित्री निर्वाणको शान्ति” ले ३१ भूमिको सीमाहरूबाट पार लँजान्छ भने “ध्यानको भित्री शान्ति”ले उसलाई अझ यी भूमिहरू भित्र याने ब्रह्माको सूक्ष्म भौतिक जगत भित्र राख्छ ।

सज्जन तथा महिलाहरू, एक शब्द बढी । मैले बुद्धधर्मको केही मूलभूत पक्षहरूका कुराहरू मात्र भनेको छु । मलाई प्राप्त भएको समय भित्र मैले सकेसम्मको कुरा तपाईंहरूलाई भने जस्तो लाग्छ ।

प्रकाश सहित मनको शुद्धताको स्थितिमा पुग्नु;
इच्छानुसार ध्यानको अवस्थामा जानु;
आफैले भित्री निर्वाणको शान्ति अनुभव गर्नु;
यी सबै तपाईंहरूको पहुँच भित्र छन् ।

त्यसो भए तपाईंहरूको धर्मको क्षेत्रभित्र पर्ने कमसेकम पहिलो दुइवटाको लागि किन प्रयास नगर्ने ? तपाईंहरूलाई आवश्यक सहयोग दिन म तयार छु ।

धैर्यपूर्वक सुनिदिनु भएकोमा म फेरि एक पटक तपाईंहरू प्रति कृतज्ञता प्रकट गर्दछु । कृपापूर्ण अनुज्ञाको लागि चर्चको पादरीलाई पनि धेरै धन्यवाद ।

बुद्धधर्म के हो ?

१४ अक्टोबर, १९५१ / प्रवचन संख्या ३

छोटकरीमा भएपनि प्रतीत्यसमुत्पादको नियम र पट्टानको नियमको उल्लेख बिना मेरो “बुद्धधर्म के हो” भन्ने विषयको प्रवचन पूरा हुंदैन ।

यो स्मरण गराउँछु कि मेरो प्रथम प्रवचनको सारांश गर्दा मैले फिरन्ते भ्रमण राजकुमार सिद्धार्थले कसरी सत्य साक्षात्कार गरे र बुद्ध भए भन्ने कुरा बताएँ । “साच्चैँ राजकुमार सिद्धार्थले सम्यक् सम्बोधि प्राप्त गर्‍यो र बुद्ध जाग्रत, सम्बुद्ध, सर्वज्ञ भयो । उ जुन किसिमले जाग्रत थियो त्यससित दांज्दा अरू सबै सुतिरहेका र स्वप्न देखिरहेका थिए । उ जुन किसिमले सम्बुद्ध थियो त्यससित दांज्दा अरू सबै मानिसहरू ठक्कर खाइरहेका र अन्धकारमा छामछुम गरिरहेका थिए, उसले जुन ज्ञानले जानेको थियो त्यससित दांज्दा अरू मानिसहरूले जानेको कुरा एक किसिमको अज्ञान थियो ।”

निसंदेह सबै धर्महरूले सत्यको बाटो देखाउने दावी गर्छन् । बुद्धधर्ममा सत्यको (चतुआर्यसत्य) साक्षात्कार नगरेसम्म मानिस अविद्यामा हुन्छ । यही अविद्या ती मानसिक शक्तिहरू (संस्कार) उत्पन्न गर्नमा जिम्मेवार छन् जुन शक्तिहरूले सबै सांसारिक प्राणीहरूमा

[२९]

जीवनको प्रवाह (विज्ञान) संचालन गर्छन् । नयाँ जीवनमा जीवनको गति स्थापित हुनासाथ मन र पदार्थ (नाम रूप) स्वतः तथा परस्परमा सम्बन्धित रूपमा देखा पर्छन् । पछि यिनीहरू षडायतन सहितको यान वा शरीरमा विकसित हुन्छ । यी षडायतनले स्पर्श उत्पन्न गराउँछ र यी षडायतनको आरम्भणसित स्पर्शले वेदना उत्पन्न हुन्छ जुन वेदनाले इच्छा (तृष्णा) जगाउँछ जुन इच्छाको पछिपछि आशक्ति वा इच्छामा टाँसिने (उपादान) लागेको हुन्छ । यही आशक्ति वा इच्छामा टाँसिने जन्म, जरा, व्याधि, मरण, चिन्ता, पीडा, र कष्टहरू जस्ता दुःखले साथ दिएको भव वा जन्मको कारण हो । यसरी बुद्धले दुःखको कारण अविद्या भनी देखेउनु भएको छ ।

त्यस कारण बुद्धले भन्नुभयो:-

अविद्या मानसिक शक्तिहरूको कारण हो;

मानसिक शक्ति जीवन प्रवाहको कारण;

जीवन प्रवाह मन र पदार्थको कारण;

मन र पदार्थ षडायतनको कारण;

षडायतन स्पर्शको कारण;

स्पर्श वेदनाको कारण;

वेदना तृष्णाको कारण;

तृष्णा उपादानको कारण;

उपादान भवको कारण;

भव जन्मको कारण;

जन्म जरा, व्याधि, मरण, चिन्ता, पीडा, कष्ट आदि (जुनसुकै दुःख हुन्) को कारण ।

यो कारणको क्रमलाई प्रतीत्यसमुत्पादको नियम भनिन्छ र यनीहरूको मूल कारण अविद्या याने सत्यको अज्ञानता हो । यो सत्य

हो कि यसो हेर्दा इच्छा दुःखको कारण हो । यो साधारण कुरा हो । जब तपाईं केही चीज चाहनु हुन्छ इच्छा जाग्रत हुन्छ । तपाईंले यसको प्राप्तिको लागि काम गर्नु पर्छ वा यसको लागि दुःख गर्नु पर्दछ । तर यो काफी छैन । बुद्धले भन्नु भयो 'पञ्चस्कन्ध', जुन मन र पदार्थ बाहेक केही होइन, पनि दुःख हुन् । बुद्धधर्ममा मन र पदार्थलाई बाहिरबाट देखिने जस्तो मात्र नभई यथार्थ रूपमा (बाहिर र भित्रबाट) साक्षात्कार गरेपछि मात्र दुःख सत्यको ज्ञान पूरा हुन्छ ।

तसर्थ दुःख सत्य यस्तो चीज हो जसलाई अनुभव गरेपछि मात्र बुझ्न सकिन्छ । उदाहरणको लागि, हामी सबैले विज्ञानबाट यो थाहा पाउँछौं कि सबै वस्तुहरू असंख्य इलेक्ट्रनको फनफनी घुम्ने चालको कारण उत्पन्न झनझनाहत बाहेक केही होइन । तर हामीहरू मध्ये कतिजनाले आफैलाई विश्वास गर्न लगाउन सक्छौं कि हाम्रा आफ्नै शरीरहरू त्यही नियम अन्तर्गत पर्दछन् । त्यसो भए किन तपाईंहरू आफ्नै बारे यथार्थ कुराको अनुभव गर्न प्रयास नगर्ने ? यसको लागि भौतिक स्थितिबाट बाहिर हुनु पर्दछ । वस्तुहरूको यथार्थ स्वरूप देख्न पर्याप्त शक्तिशाली मानसिक शक्ति विकास गर्नु पर्दछ । विकसित मानसिक शक्तिले अत्याधुनिक वैज्ञानिक सामानहरूको मद्दतले हेर्न सकिने भन्दा बढी गहिरिएर हेर्न सकिन्छ । यदि यस्तै हो भने किन सबै छिटोछिटो परिवर्तन भैरहे तर तैपनि कहिल्यै अन्त नहुने अणु, परमाणु र अन्य पदार्थहरू आफैमा ठीक के भइरहेको छ नहेर्ने ? यो निश्चयनै कुनै हालतमा सजिलो छैन ।

मेरो एकजना शिष्यको डायरीको सारांशले, जुन मैले अहिले तपाईंहरूलाई पढेर सुनाउन लागेको छु, "भित्री दुःख" के हो भन्ने कुराको झलक दिन्छ । यो यस्तो छ:

"२१-८-५१, मैले ध्यान गर्न सुरु गर्ने वित्तिकै मलाई लाग्यो मानौं कसैले मेरो टाउकोमा एउटा प्वाल पारिरहेको छ र मैले मेरो

टाउकोभरी कमिलाहरू दौडिरहेको वेदना अनुभव गर । मैले यसलाई कन्याउन चाहें तर मेरो गुरुले यस्तो गर्न मनाही गर्नु भयो । एक घण्टा भित्र मैले गाढा नीलो रंगले रङ्गीएको नीलो प्रकाशको झल्किने रेडियम मेरो सारा शरीरमा विस्तार प्रवेश गरेको देखें । जब म मेरो कोठामा लगातार तीन घण्टासम्म पल्टें म प्रायः अचेतन भएँ र मैले मेरो शरीरमा एउटा भयंकर धक्काको अनुभव गरें । म तर्सन लागेको थिएँ तर मेरो गुरुले मलाई अधि बढ्ने साहस दिनु भयो । मैले मेरो सम्पूर्ण शरीर तातेको अनुभव गरें र शरीरको हरेक भागमा इलेक्ट्रोनिक सियोले घोचेको पनि अनुभव गरे ।

२२-८-५१, आज पनि म तीन घण्टासम्म ध्यान गर्दै पल्टें । मैले एउटा वेदना अनुभव गरें कि मेरो सम्पूर्ण शरीर आगोको लष्कामा थियो र मैले तेजिलो नीलो र गाढा नीलो प्रकाशको किरण लक्षहीन भएर माथिबाट तलसम्म घुमिरहेको पनि देखें । तब मेरो गुरुले मलाई भन्नुभयो कि मेरो शरीरमा परिवर्तन भइरहेको “अनित्य” स्वभाव हो र यस पछिको कष्ट र पीडा ‘दुःख’ हो र दुःखबाट पार भएको स्थितिमा पुगनु पर्दछ ।

२३-८-५१, मेरो गुरुले मलाई प्रकाशको झल्कोलाई वास्ता नगरी छातीमा ध्यान केन्द्रित गर्न भन्नु भयो र हामी शरीरको दर्शनको चरणमा पुगिरहेको कुरा पनि भन्नु भयो । मैले सोही अनुसर गरें र निश्कर्षमा पुगें कि हाम्रो शरीर “दुःख”ले पूर्ण छ ।

वास्तवमा यो “भित्री दुःख” समाधिको शक्तिशाली एकाग्रताको सहयोगले विषयनाको अन्तर्मुखी ध्यानको प्रकृयाद्वारा अनुभव गरिने आणविक इकाइहरूको झनझनाहत, प्रज्वलन र घर्षणको गहिरो अनुभवको परिणाम हो । यो सत्य थाहा नपाउनु निश्चयन अविद्या हो । यो सत्यको आखिरी यथार्थता बुझ्नुको मतलब जरा, व्याधि, चिन्ता, पीडा, कष्ट आदिको स्वभाव भएको “जीवन”मा अन्त्य हुने कारणहरूको

क्रममा भएका सर्व जोडहरू सहितको दुःखको मूल कारण “अविद्या” को नाश गर्नु हो ।

प्रतीत्यसमुत्पाद र दुःखको मूल कारण वारे यतिनं भन्दछु ।

बुद्ध हामी अभिधम्मपिटकको पट्टानको नियममा बुद्धले प्रतिपादन गर्नु भएको पट्टाननियम (सम्बन्धहरूको कार्यकारणको नियम) तर्फ ध्यान देऔं । यो त्यही नियम हो जसको विश्लेषणात्मक अध्ययन गर्दा गर्दै बुद्धत्व प्राप्त हुना साथ ४९ दिन सम्मको अटूट ध्यानको बेला बुद्धको शरीरबाट ६ रङ्गको रश्मिहरू निस्के । हामीसंग यस जटिल विषयमा अन्दाजी ५०० पेजको पालिग्रन्थको पाँच ठेलीहरू छन् । मैले यहाँ यस नियमको जानकारी मात्र दिन्छु ।

बुद्धधर्ममा २४ प्रकारका प्रयत्नहरू छन् जसमा कारण र असरको मूलभूत सिद्धान्तहरू आधारित छन् । तिनीहरू हुन्:

- | | |
|---------------|----------------|
| १. हेतु | २. आरम्भण |
| ३. अधिपित | ४. अनन्तर |
| ५. समनन्तर | ६. सहजात |
| ७. अञ्जमञ्ज | ८. नित्सय |
| ९. उपनित्सय | १०. पुरेजात |
| ११. पच्छाजात | १२. आसेवन |
| १३. कम्म | १४. विपाक |
| १५. आहार | १६. इन्द्रिय |
| १७. ज्ञान | १८. मग |
| १९. सम्पयुक्त | २०. विष्पयुक्त |
| २१. अत्थि | २२. नत्थि |
| २३. विगत | २४. अविगत |

अब मैले बुझेसम्म हेतु र कर्मको आपसी सम्बन्ध र तिनीहरूको कारणले उत्पन्न हुने असर बारे व्याख्या गर्दछु ।

हेतु प्रत्येक कर्मको (कायिक, वाचिक र मानसिक काम) एउटा चेतन्य क्षणको मनको स्थिति हो । तसर्थ हरेक कर्मले मनको एउटा स्थिति उत्पन्न गराउँछ जुन नैतिक, अनैतिक वा अव्याकत हुन्छ । यसैलाई हामी बुद्धधर्ममा कुसलधम्म, अकुसलधम्म र अव्याकतधम्म भन्छौ । यी धम्महरू शक्तिहरू मात्र हुन् याने मानसिक शक्तिहरू जुन शक्तिहरूले, मेरो पहिलो प्रवचनमा भने जस्तै, संयुक्त रूपमा मानसिक शक्तिहरूको ब्रम्हाण्ड (संस्कार लोक) बाट उत्पन्न गराउँछन् ।

नैतिक (कुशल) शक्तिहरू सकारात्मक शक्तिहरू हुन् जुन दान, सार्वजनिक हित कार्य, भक्ति, मनको शुद्धि आदिले प्रेरित कर्महरू (कार्यहरू, शब्दहरू र विचारहरू) बाट उत्पन्न हुन्छन् । अनैतिक (अकुशल) शक्तिहरू नकारात्मक शक्तिहरू हुन् जुन तृष्णा, लोभ, वासना, क्रोध, द्वेष, असन्तुष्टि, मोह आदिले प्रेरित कर्महरू (कामहरू, शब्दहरू र विचारहरू) बाट उत्पन्न हुन्छन् ।

अव्याकत शक्तिहरू नकुसल नकुसल शक्तिहरू हुन् । एउटा अर्हतमा यस्तो शक्ति हुन्छ । अविद्याका सबै चिन्हहरूबाट मुक्त भइसकेको एउटा अर्हतमा आरम्भण र षडायतनको स्पशले कुनै वेदना उत्पन्न हुँदैन जस्तोकि निरन्तर परिवर्तन भइरहने बगेको पानीमा कुनै छाप रहन सक्दैन । उसको लागि समस्त शरीरको बनोट सदा परिवर्तन भैरहने पिण्डमात्र हो र त्यसमा कुनै पनि वेदना त्यही पिण्डको साथै स्वतः विलीन भएर जान्छ ।

अब हामी हेतुबाट उत्पन्न कुशल र अकुशल शक्तिहरूलाई लोक-धातुसित मिलाऔं । यसको लागि लोकधातुलाई मोटामोटी रूपमा निम्न अनुसार वर्गीकरण गर्दछु :

१) रूप र अरूप ब्रम्हलोकः : यिनीहरू इन्द्रिय जगतको क्षेत्रबाट बाहिर छन् । अत्युच्च मैत्री, अत्युच्च करुणा, अरुको सफलता वा महानतामा अत्युच्च मुदिता र मनको अत्युच्च उपेक्षा चार गुणहरू हुन् जुन गुणले अतिशुद्ध, चम्किला र अत्यन्त रमाइलो, शीतल र हल्का मानसिक शक्तिहरू उत्पन्न गराउँछन् जुन शक्तिहरूले आफ्नो स्थान सबभन्दा उच्च लोक धातुमा पाउँछन् । यही कारणले यी लोकधातुमा पदार्थ अति सूक्ष्म हुन्छ र त्यहाँ ज्योति बाहेक केही हुन्दैन; र ब्रम्हाका शरीरहरू पदार्थसित नभइ ज्योतिसित मिल्दो हुन्छ ।

२) काम्मलोकः : जसमा (क) देवलोक (ख) मनुष्यलोक र (ग) अपायलोक समावेश छन् ।

देवलोकः : सबै असल वा कुशल काम, वचन वा विचार जसमा भविष्यको सुखको इच्छाको चिन्ह छ, ले कुशल मानसिक शक्तिहरू उत्पन्न गराउँछन् जुन अत्यन्त शुद्ध, प्रकाशमय सुखद र हल्का हुन्छन् । तिनीहरूले आफ्नो स्थान देवताहरूको उच्चलोकमा पाउँछन् जहाँ पदार्थ सूक्ष्म, प्रकाशमय, सुखद र हल्का हुन्छ । तसर्थ यी देवताहरूले आफ्नो लोकधातु अनुसारको सूक्ष्मता, प्रकाशमयता र रंगको सूक्ष्म शरीर हुन्छ । साधारणतया तिनीहरू आफ्नो कुशल मानसिक शक्तिहरू नसिद्धि-सम्म स्वर्गीय सुखमा रहन्छन् । त्यसपछि तिनीहरू तल्लो लोकधातुमा फर्कन्छन् ।

म अब तेश्रो याने अपायलोकको कुरा गर्दछु । मनुष्यलोकको कुरा अन्त्यमा गर्दछु ।

अपायलोकः : सबै दुष्टतापूर्ण, खराब, अकुशल कामहरू, शब्दहरू र विचारहरूले यस्ता मानसिक शक्तिहरू उत्पन्न गराउँछन् जुन

स्वभावले अशुद्ध, अन्धकारमय, तातो, गह्रौ र कडा हुन्छन् । सबभन्दा अशुद्ध, अन्धकारमय, तातो गह्रौ र कडा मानसिक शक्तिहरूले चारलोकमा सबभन्दा तल्लो लोक-नर्क-मा स्थान पाउँछन् । तसर्थ यी सब लोक-धानुहरूमा पदार्थहरू कडा, रूखो, दुःखमय र तातो हुन्छन् । मनुष्यलोक यी शक्तिहरूको समुह भन्दा माथि छ जुन अपाय लोक तर्फ उन्मुख भएका प्राणीहरूको उपभोगको लागि हो । पशुलोकका प्राणीबाहेक यी प्राणीहरू साधारण मनुष्यले देख्न सक्दैन तर दिव्य चक्षुप्राप्त र समाधिको उच्च शक्ति विकास गरिसकेकाहरूले देख्न सक्छन् । यहाँ भौतिक तथा मानसिक दुवै दुःख प्रबल हुन्छ । यहाँ देवलोकमा भन्दा ठीक उल्टो हुन्छ ।

मनुष्यलोक : म अब मनुष्यलोकमा आउछु । यो स्वर्ग र नरकको विचको स्थान हो । हामीले आफ्नै पूर्वकर्मले निर्धारण गरेको मात्रामा सुख र दुःख मिश्रित रूपमा अनुभव गर्छौं । यहाँबाट हामीले आफ्नो मानसिक स्थिति विकास गरेर उच्चलोकहरूमा आफ्नै समानका मानसिक शक्तिहरू तान्न सक्छौं । यहीबाट हामी दुराचारिताको निम्न तहमा जान सक्छौं र अपायलोकको शक्तिहरूसित मिल्न सक्छौं । अन्य लोकमा जस्तै यहाँ स्थिरता छैन । आज ज्ञानी हुने व्यक्ति पछि दुर्जन हुन सक्छ । आज धनी हुने व्यक्ति चाँडै गरीब हुन सक्छ यहाँ जीवनका उथलपुथलहरू असाध्य स्पष्ट देखिने हुन्छन् । कुनै मान्छे, कुनै परिवार, कुनै समुदाय र कुनै राष्ट्र स्थिर छैन । सब कर्मको नियम अन्तर्गत पर्दछन् ।

कर्म सदा परिवर्तन भइरहने मनबाट उत्पन्न हुने हुनाले कर्मको असरहरू अवश्यम्भावी रूपमा परिवर्तनशील हुनु पर्दछ । हाँसो पाइतला मुनिको पृथ्वीमा मिलेको खराब मानसिक शक्तिहरूको अवस्थाले नै गुरुत्वाकर्षणको नियम उत्पन्न गराउँछ । किनभने जबसम्म मानिसमा अशुद्धताहरू निहित रहन्छन्, जुन स्वतः विद्यमान छन् नै

उ यो गुरुत्वाकर्षणको तनाइमा पर्दछ र यदि उसको मृत्युको अन्तिम क्षणमा उ अपाय लोकको मानसिक शक्तिसित मिल्ने मानसिक धारणा लिएर मर्छ भने अर्को जन्म स्वतः त्यही लोकमा हुन्छ भनी, त्यहाँको उसको मानसिक अवस्थाको ऋण हिसाब चुक्ता गर्न । अर्को तर्फ यदि मृत्युको क्षणमा उसको मानसिक धारणा मनुष्यलोकको शक्तिहरूसित सम्बद्ध छ भने अर्को जन्म फेरी मनुष्यलोकमा हुनसक्छ । तर मृत्युको अन्तिम क्षणमा उसको मानसिक धारणा कुशल कर्महरूको सम्झनाहरूसित सम्बद्ध छ भने अर्को जन्म उसको आफ्नै मानसिक शक्तिहरूको लिनु पर्ने हिसाब चुक्ता गर्न साधारणतः देवलोकमा हुन्छ । यदि मृत्युक्षणमा मन सांसारिक भावनायुक्त छैन र शुद्ध र शान्त छ भने उ ब्रम्हलोकमा जान्छ । यसरी बुद्धधर्म कर्मले गणीतीय शुद्धतामा काम गर्छ ।

महिला तथा सज्जनहरू, यी नै बुद्धधर्मका मूल शिक्षाहरू हुन् । यी शिक्षाहरूले व्यक्तिलाई कसरी असर पार्छ भन्ने कुरा उसले कसरी विचार गर्छ भन्ने कुरामा निर्भर रहन्छ । त्यही कुरा परिवार, समुदाय वा जनसाधारणलाई पनि लागू हुन्छ । हामी कहाँ श्रद्धा भएका बौद्धहरू छन् र व्यवहारिक बौद्धहरू छन् । अझ अर्को थरिका बौद्धहरू छन् जसलाई जन्मले मात्र बौद्ध भन्ने नामकरण गरिएको छ । खास व्यवहारिक बौद्धहरूले मात्र मानसिक प्रवृत्ति र धारणामा परिवर्तन हासिल गर्न सक्छ । तिनीहरूले पञ्चशील मात्र पालन गरोस् । तिनीहरू बुद्धको शिक्षाको अनुयायीहरू हुन् । यदि बर्माका सबै बौद्धहरूले यो अनुशरण गरे भने यहाँ बर्माका भडरहेको परस्परघाटक झगडा हुदैन होला । तर अर्को एउटा बाधक तत्व छ त्यो हो शारीरिक आवश्यकताहरू । जीवनको न्यूनतम आवश्यकताहरू पूरा हुनै पर्दछ । अरु वस्तु भन्दा जीवन बढी मुल्यवान हुन्छ । तसर्थ आफ्नै र आफुमा निर्भर रहने अरुहरूको सुरक्षाको लागि धार्मिक वा सरकारी अनुशासनका नियमहरू भङ्ग गर्ने प्रवृत्ति हुन्छ ।

सबभन्दा आवश्यक कुरा मानवता माथि प्रभुत्व जनाइराखेका अकुशल मानसिक शक्तिहरू सित सामना गर्ने शुद्ध र कुशल मानसिक शक्तिहरूको उत्पादन गर्नु हो । यो कुनै हालतमा पनि सजिलो छैन । एउटा गुरुको सहयोग बिना कोही पनि शुद्ध मानसिक प्रवृत्तिको तहसम्म उठ्न सक्दैन । यदि हामी यी शक्तिहरूसित सामना गर्ने प्रभावशाली शक्ति चाहन्छौं भने यसको लागि हामीले धार्मिक रूपले अथवा धर्म अनुसार काम गर्नु पर्दछ । आधुनिक विज्ञानले हामीलाई यसले दिन सक्ने सबभन्दा अनौठो र साथसाथै मानिसको बुद्धिको सबभन्दा भयानक उत्पादन 'एटम बम' दिएको छ । के मानिसले आफ्नो बुद्धि ठीक दिशामा उपयोग गरिरहेको छ ? बुद्धधर्मको भावना अनुसार उसले असल मानसिक शक्तिहरू बनाइरहेको छ कि उराब मानसिक शक्तिहरू ? हाम्रो बुद्धि कुन विषयमा र कसरी उपयोग गर्ने भन्ने निर्णय हाम्रो इच्छाले नै गर्दछ । बुद्धिलाई बाह्य रूपको एटोमिक शक्तिको विजयको लागि मात्र उपयोग गर्नुको सट्टा किन यसलाई आन्तरिक एटोमिक शक्तिमाथि विजय गर्नको लागि पनि उपयोग नगर्ने ? यसले हामीलाई आन्तरिक शान्ति दिन्छ र अरु सबसित बाँडचुड गर्न सक्ने बनाउँछ । अनि हामीले यस्तो शक्तिशाली र शुद्ध मानसिक शक्तिहरू प्रस्फुरित गर्छौं जुन शक्तिले हाम्रो चारैतिर विद्यमान अकुशल शक्तिहरूसित सफलतापूर्वक सामना गर्छ । जसरी एउटा मैनबत्तीको प्रकाशमा एउटा कोठामा भएको अन्धकार नाश गर्ने शक्ति हुन्छ त्यस्तै एउटा मानिसमा विकास भएको प्रकाशले अरु धेरैमा भएको अन्धकार नाश गर्न मद्दत गर्न सक्छ ।

अकुशलको उपायबाट कुशल गर्न सकिन्छ भन्ने अनुमान गर्नु एउटा भ्रम हो, एउटा दिवास्वप्न हो । कोरियाको उदाहरण लिउं । दुवै पक्षमा जीवनको क्षति हाल दश लाख भन्दा बढी भइसकेता पनि के हामी शान्तिको निकट छौं वा झन टाढा छौं यी पाठहरू हामीले

सिके का छौं । धर्मबाट मानवताको मानसिक प्रवृत्तिमा परिवर्तन गर्नु मात्र एउटा समाधान छ । यसवेला पदार्थ माथिको प्रभुत्वको मात्र होइन मनमाथिको प्रभुत्वको पनि आवश्यकता छ ।

बुद्धधर्ममा हामी लोकधातु र धर्मधातु छुट्याउछौं । धातुको मतलब स्वभाव तत्व वा शक्तिहरू हो । तसर्थ लोकधातुको मतलब भौतिक जगतको क्षेत्रभित्रको पदार्थ (यसको स्वभाव तत्व समेत) हो । धर्मधातुमा भौतिक जगतको नभई मानसिक जगतको चित्त चेतसिक र प्रकृति स्वभावका केही पक्षहरू निहित छन् । आधुनिक विज्ञानले लोकधातुसित सरोकार राखेछ । यो मानसिक जगतको धर्मधातुको लागि एउटा आधार मात्र हो । एक पाइला अगाडी बढ्यौं भने आधुनिक विज्ञानको ज्ञानले होइन कि व्यवहारिक बुद्धधर्मको ज्ञानले हामी मानसिक जगतमा पुग्छौं । कमसेकम “The Mature Mind” (W. W. Norton & Co. Inc., New York) को लेखक श्री H. A. Overstreet परिपक्व मनको लागि के सचित छ भन्ने बारे आशावादी हुनुहुन्छ ।

वहाँले भन्नु भयो:-

“हाम्रो शताब्दीको खास ज्ञान मनोबैज्ञानिक हो । भौतिकशास्त्र र रसायनशास्त्रमा भएको सबभन्दा नाटकीय प्रगति पनि मुख्यतया अनुसंधानका थाहा पाइएका तरिकाहरूको प्रयोग हो । तर हाम्रा समयमा आएको मानव प्रकृति र मानव अनुभव प्रतिको धारणा नयाँ हो ।”

“यो धारणा पहिले आइसकेको हुन सक्दैन । यो आउनु भन्दा पहिले लामो तयारी हुनु पर्थ्यो । शरीर विज्ञान एउटा विकसित विज्ञान हुनु पर्थ्यो किनकि मनोबैज्ञानिक ब्यक्ति शारीरिक पनि हो ।

उसको मन अन्य वस्तुहरूको अतिरिक्त मगजको मसिनो नसा, कलेजो, ग्रन्थी काय, घ्राण र चक्षुको उपज हो । विशिष्ट जर्मन वैज्ञानिक विलियम बण्टको कार्यशालाहरूमा जस्तै अन्दाजी सतरी बर्ष भन्दा पहिले शरीर विज्ञानको प्रशस्त विकास नभएसम्म मनोशारीरिक अनुसन्धान सम्भव भएको थिएन । तर शरीर विज्ञान भन्दा पहिले प्राणीशास्त्र उन्नत हुनु पर्थ्यो । मगज, नसा, ग्रन्थी र अरू बाँकी सबै प्रकृयाहरूमा निर्भर रहने हुनाले एउटा सशक्त शरीर विज्ञान प्रादुर्भाव हुनु भन्दा पहिले जीवित जीवानुको विज्ञान परिपक्व हुनु पर्दथ्यो । तर प्राणी-विज्ञान भन्दा पहिले रसायन शास्त्र हुनु पर्थ्यो; र रसायन शास्त्र भन्दा पहिले भौतिक शास्त्र; भौतिक शास्त्र भन्दा पहिले गणित शास्त्र हुनु पर्थ्यो । यसरी लामो तयारी सदियों अघिसम्म जान्छ ।”

“संक्षेपमा, विज्ञानको एउटा समयघडी हुन्छ । हरेक विज्ञानले आफ्नो घडी नहानेसम्म कुनै पछि । आज कमसेकम, विज्ञानको समय घडीले मनोविज्ञानको घण्टी हान्छ र एउटा नयाँ ज्ञानको सुरुवात हुन्छ ।”

“साच्चैँ भन्ने हो भने, सबभन्दा पछिल्लो विज्ञानहरूले जगाएको चाख नै पुराना छन्; तर अनुसन्धानको शुद्धता भने नयाँ छ । संक्षेपमा, एउटा अकाट्य तर्कले नियन्त्रण गरिराखेको छ । हरेक विज्ञानले आफ्नो पुर्वजले तथ्य र उपकरण उपलब्ध नगराएसम्म, जसबाट यसको शुद्धता बनाउन सकिन्छ, आफ्नो अनौथो शुद्धताको लागि कुनै पर्दछ ।”

“विज्ञानको समयघडीले एउटा नयाँ घण्टी हानेको छ; एउटा नयाँ बुद्धि हात्रो सेवामा हुन थाल्छ ।”

म यो भन्नुं कि मानव प्रकृतिको यथार्थताहरूको एउटा नयाँ ज्ञानको लागि सबैले अध्ययन गर्नु पर्ने बुद्धधर्मनै हो । बुद्धधर्ममा हामी

मानवतालाई असर पार्ने सबै मानसिक दुःखहरूको निदान पाउँछौं । संसार भरको वर्तमान स्थितिको लागि मन (भूत र वर्तमान) को खराब शक्तिहरूनै जिम्मेवार छन् । दुइ वर्ष जति अधि बर्माको सबभन्दा गाह्रो दिनहरूमा जनताकी मनमा बुद्धधर्म प्रतिको बलियो चेतना जगाएर हामी त्यो संकट पार गर्न समर्थ भएका छौं ।

आजकल जताततै असन्तोष छ । असन्तोषले दुर्भावना उत्पन्न गराउँछ; दुर्भावनाले घृणा उत्पन्न गराउँछ; घृणाले शत्रुता उत्पन्न गराउँछ; शत्रुताले लडाईँ उत्पन्न गराउँछ; लडाइले शत्रुहरू उत्पन्न गराउँछ; शत्रुहरूले लडाईँ उत्पन्न गराउँछ । लडाइले शत्रु उत्पन्न गराउँछ र यस्तै यस्तै । यो अब एउटा कुचक्रमा परिरहेको छ । किन ? किनभने मनमाथि उचित नियन्त्रणको निश्चयन अभाव छ ।

मानिस के हो ? मानिस आखिरमा मानवीकृत मानसिक शक्तिहरू हो । पदार्थ के हो ? पदार्थ भौतिकीकरण गरिएको मानसिक शक्तिहरू सिबाय केही होइन जुन शक्तिहरू नैतिक र अनैतिक शक्तिहरूको प्रतिक्रियाको प्रतिफल हो । बुद्धले भन्नु भयो—“चित्तेन नियेते लोको ।” “संसार मनले बनेको छ ।” तसर्थ मनले हरेक वस्तु माथि प्रभुत्व जमाउँछ । तसर्थ हामी मन र यसको अनौथो चरित्र अध्ययन गरौं र अहिले संसारले सामना गर्न परिरहेको समस्या समाधान गरौं ।

बुद्धधर्ममा व्यावहारिक अनुसन्धानकी लागि ठूलो क्षेत्र छ । बर्माका बौद्धहरू तिनीहरूको अनुभवको फायदा लिन उत्सुक जोसुकैलाई पनि सधैं स्वागत गर्छन् ।

महिला तथा सज्जनहरू, मैले बुद्धधर्म बारे आफुले जानेसम्मको कुरा तपाईँहरूलाई भन्ने प्रयास गरेको छु । कुनै पनि बन्दांमा

छलफल गर्ने इच्छा हुने कुनै पनि इच्छुक ब्यक्तिलाई अरु विश्लेषण गर्ने म तत्पर छु । मेरो प्रवचनहरुमा चाख लिनु भएकोमा र कृपापूर्वक यहाँ उपस्थित भँदिएकोमा म तपाईंहरुप्रति आभारी छु । म फेरी आफ्नो प्रांगनभित्र प्रवचनको लागि कृपापूर्वक अनुमति दिनु भएकोमा चर्चको पादरीलाई धन्यवाद दिन्छु ।

सबैलाई शान्ति होस् !





मुद्रक:- शारदा प्रिन्टिङ्ग प्रेस, न्हूसाल (धर्मपथ) काठमाडौं, नेपाल ।