

# सहज प्रश्न सुगम उत्तर

(श्रावस्ती धम्मिका)

अनुवाद :  
अजय कुमार  
सम्पादन :  
राजेश चन्द्रा

### चौथे संशोधित संस्करण की भूमिका

यही कोई 18 वर्षों पहले बौद्ध विद्यार्थियों का एक समूह मेरे पास आया और शिकायत की कि लोगो द्वारा बुद्ध धम्म के उपर पूछे गये प्रश्नों के उत्तर देने में प्रायः उन्हें परेशानिया होती है । मैंने उनसे उदाहारणार्थ कुछ प्रश्नों को अपने सामने रखने के लिये कहा और जब उन्होंने ऐसा किया मैं आश्चर्यचकित हुआ कि इस तरह के विलक्षण, उच्च शिक्षित युवाओं का अपने बुद्ध धम्म के बारे में क्या इतना अल्प ज्ञान होना चाहिये और दूसरों को समझाने में इतना सकुचाना चाहिए । मैंने कुछ प्रश्नों की सूची बनायी, कुछ और जोड़े जो प्रायः पूछे जाते हैं और इस तरह सहज प्रश्न सुगम उत्तर आपके सामने है । आश्चर्य और संतुष्टि कि मूलतः सिंगापुरवासियों के लिए लिखी यह पुस्तक विश्व की सर्वाधिक पठित पुस्तकों में गिनी जाने लगी । वैश्विक पाठकों तक इसका प्रभाव हुआ । 1.5 लाख से ज्यादा प्रतिया इसकी अग्रंजी में प्रकाशित हुई और इसका प्रकाशन यू0एस0ए0, मलेशिया भारत, थाईलैन्ड और ताईवान में अनेक बार हुआ । इसका अनुबाद चौदह भाषाओं में हुआ, हाल ही में इन्डोनेषिया और स्पेनिष भाषा में हुआ । चौथे नवीनतम और विस्तृत संस्करण में मैंने कुछ और प्रश्न जोड़े और आशा करता हूँ कि मैंने उनके सुगम उत्तर भी दिये । मैंने एक नया अध्याय बुद्ध के कुछ कथन भी जोड़े हैं । मैं इस संस्करण को तैयार करने में मदद करने के लिये ली तेंगेंग योंगेंग का आभारी हूँ । हो सकता है यह लघु पुस्तक बुद्ध के धम्म में रुचि जगाने में निरन्तर मददगार होगी ।

एस धम्मिका  
सिंगापूर 2006

## विषय सूची

- अध्याय-1 बुद्ध धम्म क्या है  
अध्याय-2..... मूल बौद्ध विचार  
अध्याय-3..... बुद्ध धम्म और ईश्वरीय विचार  
अध्याय-4..... पंचशील  
अध्याय-5..... पुनर्जन्म  
अध्याय-6..... ध्यान  
अध्याय-7..... प्रज्ञा और करुणा  
अध्याय-8..... शाकाहारवाद  
अध्याय-9..... भाग्य और भविष्य  
अध्याय-10..... भिक्खु और भिक्खुणी  
अध्याय-11..... बौद्ध धर्मग्रन्थ  
अध्याय-12..... इतिहास और विकास  
अध्याय-13..... बौद्ध होना  
अध्याय 14 बुद्ध के कुछ कथन

## अध्याय-1 बुद्ध धम्म क्या है

**प्रश्न-बुद्ध धम्म क्या है?**

**उत्तर-** बुद्ध धम्म बुद्धि शब्द से बना है जिसका अर्थ है जागृति और अतः बुद्ध धम्म को जागृति का दर्शन भी कहा जा सकता है। इस दर्शन की उत्पत्ति सिद्धार्थ गौतम की ज्ञान प्राप्ति के बाद हुई जो कालान्तर में भगवान बुद्ध के नाम से जाने गये। जो पैंतीस वर्ष की अवस्था में जागृति को प्राप्त हुए। बुद्ध धम्म अब 2500 वर्ष पुराना दर्शन है, और पूरे विश्व में लगभग 380 लाख लोग इसका अनुसरण करते हैं। 100 वर्ष पहले तक बुद्ध धम्म मुख्यतः एशिया का दर्शन था, परन्तु अब यह यूरोप अमेरिका और आस्ट्रेलिया में भी बढ़त पर है।

**प्रश्न- तो बुद्ध धम्म केवल दर्शन (फिलोसफी) ही है?**

**उत्तर-** फिलासिफी अंगेजी के दो शब्दों का युग्म है। फिलो लव जिसका अर्थ है प्यार और सोफिया का अर्थ है विवेक। तो प्रेम के विवेक का या प्रेम और विवेक का दर्शन शास्त्र, दोनों ही शब्दों को अभिप्राय बुद्ध धम्म का वर्णन है। बुद्ध धम्म शिक्षा देता है, कि हमें अपने मानसिक बुद्धि का पूर्णता से विकास करना चाहिए, जिससे कि हम स्पष्टता से समझ सकें। यह अपने अन्तरतम में प्रेम और उदारता के विकास की भी शिक्षा देता है, जिससे कि सभी प्राणियों से मित्रवत व्यवहार कर सकें। अतः बुद्ध धम्म दर्शन है, पर केवल दर्शन ही नहीं, यह परम दर्शन है।

**प्रश्न- बुद्ध कौन थे?**

**उत्तर-** 563 ई0 पू<sup>०</sup> उत्तर भारत के एक राजसी परिवार में एक बालक ने जन्म लिया। वह धन और विलासिता में बड़ा हुआ, लेकिन उसने पाया कि सांसारिक सुख और सुरक्षा संभवतः सुख की गारन्टी नहीं देता। अपने चारों ओर दुःख को देखकर वे अत्यन्त दुःखी हुए और मनुष्य के सुख के स्थाई मार्ग के विश्लेषण में प्रवीण हुए। वह 29 वर्ष की अवस्था में अपने पत्नी और बच्चे को छोड़ उस समय के महान गुरुओं के सानिध्य में उनसे जागृति प्राप्त करने का मार्ग ढूढ़ने के लिए यात्रा आरम्भ किये। वे उन्हें बहुत सारी शिक्षाएं दिये लेकिन उनमें से कोई भी मनुष्य के दुःख के कारण और निवारण के बारे में उनकी जिज्ञाशाओं को शांत नहीं कर पाये। अन्ततः छः वर्षों के अध्ययन, संघर्ष और ध्यान से उन्हें अपने अन्दर ज्ञानता के क्षीण होने का आभास हुआ, और ज्ञान की प्राप्ति हुई, उस दिन के बाद वह बुद्ध कहलाये, एक जागृत अवस्था को प्राप्त। उसके बाद 45 वर्षों तक सारे उत्तर भारत में भ्रमण कर लोगों को अपने ज्ञान से आलोकित किया, जो उन्होंने खोजा था। उनकी करुणा और शांति विशाल थी, और हजारों-हजार शिष्य थे। 80 वर्ष की वृद्धावस्था व रुग्णावस्था में भी वो प्रतिष्ठित और शांत बने रहे और अंततः निर्वाण को प्राप्त हुए।

**प्रश्न-क्या बुद्ध का अपने पत्नी और बच्चे को छोड़कर जाना या त्याग करना गैर जिम्मेदारी नहीं ?**

**उत्तर**—बुद्ध का अपने परिवार को छोड़कर जाना आसान नहीं रहा होगा। वो अवश्य ही त्याग के पूर्व दीर्घकाल तक चिंतित और संदेह में रहे होंगे। लेकिन उनके पास परिवार या विश्व को चुनने का अवसर था और अंत में करुणावान होने के कारण ही अपने आपको विश्व के प्रति समर्पित किया। समूचा विश्व अब भी उनके इस त्याग से लाभांवित हो रहा है। यह अनुत्तरदायित्व नहीं था। शायद यह अब तक का सर्वाधिक महत्वपूर्ण त्याग था।

**प्रश्न** — बुद्ध इस संसार में नहीं हैं, वह हमारी कैसे मदद कर सकते हैं ?

**उत्तर** — फैंराडे जिसने बिजली का आविष्कार किया, अब नहीं है तब भी उनकी खोज आज मददगार है। लुई पाश्चर जिसने बहुत सारे रोगों के उपचार बताये अब हमारे बीच नहीं हैं लेकिन उनकी चिकित्सीय खोज अब भी जीवन देती है। लियोनार्डो डी विन्सी जिसने अति उत्तम रचनाएँ कला क्षेत्र में निर्मित किये अब नहीं रहे लेकिन उनके द्वारा निर्मित रचनाएँ अब भी हृदय में आनन्द और उमंग प्रदान करती हैं। महान नायक और नायिकाओं को मरे शताब्दिया बीती लेकिन जब भी हम उनके कार्य और उपलब्धियों को देखते हैं तो वो हमें अपने जैसा बनने को प्रेरित करती है। हाँ बुद्ध अब नहीं हैं लेकिन 2500 वर्ष बाद भी वे लोगों के लिये प्रेरणा श्रोत हैं और उनकी बातें लोगो के जीवन में बदलाव लाती हैं। शताब्दियाँ बीत जाने बाद भी सिर्फ बुद्धों के पास ही ऐसी शक्तियाँ बरकरार रहती हैं।

**प्रश्न** — क्या बुद्ध भगवान थे ?

**उत्तर** — ना, वह नहीं थे उन्होंने कभी दावा नहीं किया कि वो भगवान हैं भगवान के पुत्र या भगवान के दूत भी हैं। वह एक मनुष्य थे जिन्होंने स्वयं को पूर्णता प्रदान किया और बताया कि अगर हम उनके बताये मार्ग का अनुसरण करें तो हम भी पूर्णता को प्राप्त कर सकते हैं।

**प्रश्न** — अगर बुद्ध ईश्वर नहीं तो लोग उनकी पूजा क्यों करते हैं ?

**उत्तर** — पूजा के अनेको रूप होते होते हैं। जब लोग ईश्वर की पूजा करते हैं। वे उनकी स्तुति करते हैं और कृपा चाहते हैं वे विश्वास करते हैं कि ईश्वर उनकी स्तुति को सुनेगा, अर्पण स्वीकार करेगा और उनकी प्रार्थना का उत्तर देगा। बौद्ध इस तरह की पूजा का अभ्यास नहीं करते हैं। दूसरे तरह की पूजा में हम जब किसी के प्रति आदर भाव रखते हैं उसके प्रति श्रद्धा रखते हैं। जब कोई शिक्षक कक्षा में प्रवेश करते हैं हम खड़े हो जाते हैं, प्रतिष्ठित व्यक्ति से मिलने पर हम हाथ मिलाते हैं और जब राष्ट्रगान गाया जाता है हम सलामी देते हैं ये सभी पूजा प्रशंसा और आदर के संकेत भाव हैं इस तरह की पूजा का ही अभ्यास बौद्ध करते हैं। हाथों को कोमलता से गोद में रखी हुई बुद्ध की प्रतिमा और करुणामय मुस्कुराहट हमें अपने अंदर शांति और प्रेम की पुष्टता के लिये प्रयत्न करने का स्मरण कराती है। अगरबत्ती की सुगन्ध हमें सदाचार के व्यापक प्रभाव का स्मरण कराती है। दीपक ज्ञान के प्रकाश का स्मरण कराती है। और पुष्प शीघ्र ही मुरझाकर निस्तेज हो हमें अस्थायित्व का स्मरण कराते हैं। जब हम झुकते हैं तो बुद्ध की शिक्षाओं से जो हमें मिला उसके प्रति कृतज्ञता का भाव प्रकट करते हैं। बौद्ध पूजा अर्चना का यही सार है।

**प्रश्न** — लेकिन मैंने लोगो के द्वारा सुना है कि बौद्ध मूर्ति पूजा करते हैं।

**उत्तर** – इस तरह का कथन उन लोगो की नासमझी दर्शाती है जो ऐसा बताते हैं। शब्द कोष मूर्ति पूजा एक तस्वीर या प्रतिमा को ईश्वर मानकर पूजा के रूप में प्रयोग को परिभाषित करती है। जैसा कि हमने देखा है बौद्ध बुद्ध को भगवान नहीं मानते तो लकड़ी के टुकड़े और धातु को भगवान के रूप में कैसे मान सकते हैं। सभी सम्प्रदाय चिन्हों का उपयोग अपना भिन्न मत दर्शाने के लिए करते हैं। ताओइज्म में इंगयांग मानचित्र विपरीतों के प्रति एकरूपता दर्शाने के लिये प्रयोग में लायी जाती है। सिख धर्म में तलवार अध्यात्मिक संघर्ष को दर्शाने के लिये प्रयोग की जाती है। क्रिष्चियननिटी में मछली को क्राइस्ट के विद्यमान होने और क्रॉस को उनके त्याग को दर्शाने के लिये प्रयोग में लाया जाता है। बुद्ध धम्म में बुद्ध की प्रतिमा हमें उनकी शिक्षाओं के अंश मात्र का स्मरण करा बुद्ध धम्म के मानवीय प्रधान होने ना कि ईश्वर प्रधान होना सत्यापित करती है। पूर्णता और ज्ञान प्राप्त किये बिना हमें अवश्य स्वयं में देखना चाहिए। अतः ये कहना कि बौद्ध मूर्तिपूजक है उतना ही हास्यप्रद है जितना कि ये कहना कि क्रिष्चियन मछली और ज्यामिती आकार की पूजा करते हैं।

**प्रश्न – लोग बुद्ध मंदिरों में सभी प्रकार के विचित्र कार्य क्यों करते हैं ?**

**उत्तर** – बहुत सारे कार्य हमें विचित्र प्रतीत होते हैं जब हम उन्हें नहीं समझते हैं विचित्र कह कर खारिज करने की अपेक्षा हमें उनके अर्थ ढूढ़ने का प्रयास करना चाहिए। यद्यपि यह सही है कुछ कार्य जो बौद्ध करते हैं उनकी उत्पत्ति का मूल मूढ़ता और नासमझी है ना कि बुद्ध की शिक्षाएं। और इस तरह की नासमझी केवल बुद्ध धम्म में ही नहीं समय –समय पर सभी धर्मों में समाहित हुआ। बुद्ध ने स्पष्टता और विस्तार से बताया और कुछ लोग इसे पूरी तरह से नहीं समझा पाये। अतः इसलिये उनकी निन्दा नहीं की जा सकती। बुद्ध धम्म में एक कथन है अगर कोई व्यक्ति रोग से ग्रस्त है और चिकित्सक पास होने के बाद भी उपचार नहीं करवाता, यह चिकित्सक की गलती नहीं। इसी तरह से अगर कोई व्यक्ति सताया हुआ है। और संकुचित मार्ग के रोग से पीड़ित है लेकिन बुद्ध के मदद की जरूरत महसूस नहीं करता यह बुद्ध की गलती नहीं। बुद्ध धम्म ही नहीं किसी भी धर्म का अनुमान उन लोगों के द्वारा नहीं लगाना चाहिए जो इसका अभ्यास उचित रीति से नहीं करते हैं। अतः अगर आप बुद्ध धम्म के वास्तविक शिक्षा से परिचित होना चाहते हैं तो बुद्ध के वाक्यों को पढ़ें या उनसे बात करें जो इसको उचित तरीके से समझते हैं।

**प्रश्न – क्या कोई बौद्ध क्रिष्चियन के समतुल्य है ?**

**उत्तर** – परम्परा के अनुसार राजकुमार सिद्धार्थ का जन्म, बुद्ध बनना और निर्वाण बैसाख पूर्णिमा को हुआ यह भारतीय वर्ष का दूसरा महीना जो कि पश्चिमी कैलेन्डर के अप्रैल – मई माह के सदृष है। इस दिन सभी जगहों के बौद्ध बुद्ध विहार का भ्रमण कर उत्सव मनाते हैं विभिन्न प्रकार के धार्मिक रीति में भाग लेते हैं या उस दिन ध्यान करते हैं।

**प्रश्न – अगर बुद्ध धम्म इतना उत्तम धर्म है तो कुछ बौद्ध देश निर्धन क्यों हैं ?**

**उत्तर** – अगर आप निर्धनता का अभिप्राय आर्थिक अभाव से समझते हैं तो यह सत्य है कुछ बौद्ध देश निर्धन हैं लेकिन अगर निर्धनता से अभिप्राय निम्न स्तर का जीवन व्यतीत करने से है तो शायद कुछ बौद्ध देश सर्वथा वैभवशाली हैं। उदाहरण स्वरूप

अमेरीका आर्थिक रूप से मजबूत और शक्तिशाली है। लेकिन अपराध की दर विश्व के अधिकतम देशों में एक है। लाखों बूद्ध लोग अपने बच्चों द्वारा उपेक्षित हैं और वृद्धाश्रम में अकेलेपन में मरने को विवश हैं। घरेलू हिंसा, बाल हिंसा और नशाखोरी गंभीर समस्या है और तीन में से एक विवाह तलाक में बदल जाता है। रुपये पैसे के सापेक्ष में धनी लेकिन शायद जीवन जीने का निम्न स्तर। अगर आप पारंपरिक बौद्ध देशों के उपर दृष्टिपात करे तो सर्वथा भिन्न दशा पायेगे। माता पिता अपने बच्चों द्वारा आदर और सम्मान पाते हैं अपराध दर अपेक्षतया कम है। तलाक और हत्या विरल। पारंपरिक मूल्यों जैसे विनम्रता उदारता अपरिचितों के प्रति सेवा भाव, सहनशीलता और दूसरों के प्रति आदर अभी भी प्रबल है। आर्थिक रूप से पिछड़े हैं लेकिन शायद जीवन जीने के स्तर अमेरिका से भी उच्च है। यद्यपि अगर हम बौद्ध देशों के आर्थिक दशा का मूल्यांकन करे तो विश्व के विकसित और आर्थिक रूप से गतिशील देशों में से एक जापान को पायेंगे जहाँ जनसंख्या का एक अच्छा हिस्सा अपने आपको बौद्ध कहता है।

**प्रश्न – प्रायः ऐसा क्यों नहीं सुना जाता कि बौद्धों द्वारा दान परोपकार किया जा रहा है।**

**उत्तर –** शायद ऐसा इस लिये कि बौद्ध अपने हित कार्यों के प्रचार की जरूरत नहीं समझते। अनेकों वर्ष पहले जापान के एक बौद्ध नेता ने अन्तर धार्मिक सौहार्द को प्रोत्साहित करने के लिये टेम्पेल्टन पुरस्कार प्राप्त किया। इसी तरह हाल ही में एक थाई बौद्ध मुनि को नशाखोरों के बीच उनके लिये उत्कृष्ट रूप से कार्य करने के लिये मैग्सेसे पुरस्कार से सम्मानित किया गया। एक और थाई मुनि बेन कान्त्या पीवत को अनेकों वर्ष तक ग्रामीण इलाकों में बेघर बच्चों के लिये कार्य करने के लिये नार्वे के बाल शांति पुरस्कार से सम्मानित किया गया और बड़े पैमाने पर भारत में निर्धनों के बीच सामाजिक कार्य के बारे में बेस्टर्न बुद्धिष्ठ आर्डर के बारे में क्या बोला जा सकता है। इन्होंने विद्यालयों का निर्माण, शिशु सुरक्षा केन्द्र दवाखाना आत्मनिर्भरता के लिये लघु उद्योग का निर्माण कराया। अन्य धर्मों की तरह ही बौद्ध परोपकार को धार्मिक विश्वास का अंग मानते हैं, लेकिन वो विश्वास करते हैं कि इसे निःस्वार्थ भाव से शांति पूर्वक करना चाहिये।

**प्रश्न – बुद्ध धम्म के अलग अलग समूह क्यों हैं।**

**उत्तर –** शककर के विभिन्न प्रकार हैं लेकिन गुड, चीनी, मिश्री, ईख का रस सभी चीनी है और स्वाद से मीठे हैं यह भिन्न तरीके से बनाया जाता है जिससे विभिन्न प्रकार से उपयोग में लाया जा सके। बुद्ध धम्म एक ही है यहाँ थेरावाद बुद्ध धम्म, जैन बुद्ध धम्म, पवित्रभू बौद्ध, योगषा बुद्ध धम्म और वज्रयान बुद्ध धम्म हैं। लेकिन ये सभी बुद्ध की शिक्षाएं हैं और इनमें समान गुण विद्यमान हैं जैसा कि मुक्ति का गुण है। बुद्ध धम्म जब से अस्तित्व में आया इसका विकास विभिन्न स्थितियों में अनेक प्रकार से हुआ, जिससे कि ये विभिन्न सभ्यताओं में प्रासांगिक रहा। शताब्दियों इसकी व्याख्या होती रही जिससे कि ये प्रत्येक नयी पीढ़ियों के लिये प्रासंगिक रह

सका । बाहरी रूप में बुद्ध धम्म के प्रकार में असमानता प्रतीत हो सकती है लेकिन इन सभी के केन्द्र में चार आर्यसत्य और आष्टागिक मार्ग हैं । बुद्ध धम्म के साथ ही प्रमुख धर्म सम्प्रदाय शाखाओं में विभक्त हुए। अन्य दूसरे धर्मों और बुद्ध धम्म में शायद यही अन्तर है कि बहुत सारी शाखायें आपस में सदा से बहुत मित्रवत एवं सहनशील रहे हैं।

**प्रश्न – आप निश्चित रूप से बुद्ध धम्म को सबसे उपर मानते हैं । मैं मानता हूँ कि आप विश्वास करते हैं कि यही सच्चा धर्म है और सभी दूसरे असत्य ?**

**उत्तर –** कोई भी बौद्ध जो बुद्ध की शिक्षाओं का अनुसरण करता है दूसरे धर्मों को असत्य नहीं मानता कोई भी जिसने निष्कपटता से दूसरे धर्मों के परीक्षण में सार्थक प्रयास किया है वो ऐसा नहीं सोच सकता । जब आप दूसरे धर्मों का अध्ययन करते हैं तो सबसे पहले इनकी समान विशेषताओं पर आप का ध्यान आकृष्ट होता है । मानव जीवन की वर्तमान अवस्था असंतोष जन्य है ये सभी धर्म स्वीकार करते हैं । सभी विश्वास करते हैं कि मानव की स्थिति के बेहतरी के लिए आचार और व्यवहार में परिवर्तन लाना होगा। सभी नीतिगत शिक्षा देते हैं जिसमें प्रेम, दयालुता, सहनशीलता, उदारता और सामाजिक दायित्व शामिल हैं और सभी किसी परम तत्व की बात स्वीकार करते हैं। इन चीजों के वर्णन के लिए ये भिन्न भाषा, भिन्न नाम और भिन्न चिन्ह का उपयोग करते हैं। संकीर्ण मानसिकता से ग्रसित होकर चीजों को विशेष तरीके से देखते हैं तब ही असहनशीलता, घमण्ड और दम्भ का उदय होता है। कल्पना करें कि एक अंग्रेज, एक फ्रांसीसी, एक चीनी और इण्डोनेशियाई सभी एक प्याले को देख रहे हैं। अंग्रेज कहता है कि यह एक प्याला है, फ्रांसीसी व्यक्ति उत्तर देता है नहीं यह नहीं है, यह तासे है। तब चीनी टिप्पणी करता है कि आप दोनों गलत हैं। यह पेयी है। अन्त में इण्डोनेशियाई व्यक्ति दूसरों पर हँसता है और कहता है आप सभी मूर्ख हैं, यह कांवां है। तब अंग्रेज एक शब्दकोष लाता है और दूसरों को दिखाकर कहता है कि मैं साबित कर सकता हूँ कि यह एक प्याला है। मेरा शब्दकोष ऐसा कहता है। तब तुम्हारा शब्दकोष गलत है, फ्रांसीसी व्यक्ति कहता है। क्योंकि मेरा शब्दकोष साफ साफ कहता है यह तासे है। चीनी व्यक्ति उपहास में, मेरा शब्दकोष कहता है यह पेयी है और मेरा शब्दकोष तुम्हारे शब्दकोष से हजारों साल पुराना है। तो यह अवश्य ही सही है और किसी भी दूसरे भाषा से चीनी भाषा अधिक लोग बोलते हैं। तो यह अवश्य ही पेयी है। जब वे झगड़ा और तर्क कर रहे थे, एक दूसरा व्यक्ति आता है प्याले में रखा पेय पीता है तब दूसरों से कहता है, तुम इसे प्याला कहो, एक तासे, एक पेयी, या एक कावां, प्याले का उद्देश्य है पानी रखना जिससे की इसे पिया जाय। तर्क बन्द करो और पीयो, झगड़ा बन्द करो और प्यास बुझाओ। यही दूसरे धर्मों के लिए बौद्धों की धारणा है।

**प्रश्न— कुछ व्यक्ति कहते हैं, सभी धर्म सचमुच समान हैं। क्या आप उनसे सहमत होंगे।**

**उत्तर—**धर्म एक अत्यन्त गूढ और विविध विषय है जिसका इस तरह सीमित कथनों से व्याख्या नहीं की जा सकती। एक बौद्ध कह सकता है कि इस कथन में असत्यता



और सत्यता दोनों शामिल है। बुद्ध धम्म शिक्षा देता है कि कोई ईश्वर नहीं, जबकि कृष्चियनिटी, उदाहरणार्थ शिक्षा देता है कि यह है। मैं सोचता हूँ कि यह पूर्ण रूप से प्रमुख असमानता है। यद्यपि बाइबिल के एक सबसे खूबसूरत अंश कहता है। यदि मैं मनुष्य और देवदूत की भाषा बोलता हूँ लेकिन उसमें प्रेम नहीं है मैं केवल एक शोर करने वाला घण्टा या झनझन बजने वाला एक मंजीरा हूँ। अगर मुझमें भविष्य वाणी की अनुपम शक्ति है और सभी रहस्यों एवं ज्ञान को समझ सकता हूँ लेकिन मेरे अन्दर प्रेम नहीं है मैं तुच्छ हूँ। अपने पास उपलब्ध सभी कुछ यदि मैं निर्धन को दे दूँ और अपने शरीर को भी अग्नि को समर्पित कर दूँ लेकिन मेरे अन्दर प्रेम नहीं, मैं कुछ प्राप्त नहीं कर सकता। प्रेम सहनशील होता है, प्रेम उदार होता है, यह ईर्ष्या नहीं करता है, यह अहंकार नहीं करता है, यह अभिमान नहीं करता, प्रेम अविनीत नहीं, यह अपना ही हित नहीं देखता, यह आसानी से क्रोधित नहीं होता, यह गलत कार्यों को उलाहना नहीं देता। प्यार नीचता में प्रसन्न नहीं होता लेकिन ईमानदारी में आनन्दित होता है। यह सदा रक्षा करता है, विश्वास करता है, सदा दृढ़ रहता है। ऐसी ही शिक्षा बुद्ध धम्म देती है कि हमारे हृदय की उत्तमता हमारे सम्भावित असाधारण शक्तियों से ज्यादा महत्वपूर्ण है। हमारे भविष्यवाणी की योग्यता, हमारी विश्वास या कोई असाधारण संकेत जो हम दे सकते हैं। अतः जब भी कभी अध्यात्मवादी विचार और सिद्धान्त की बाद उठती है तो बुद्ध धम्म और कृष्चियनिटी में निश्चित ही भिन्नता है। लेकिन जब हृदय की उत्तमता, नीति और आचारण की बात आती है ये सभी समान हैं।

**प्रश्न—क्या बुद्ध धम्म वैज्ञानिक है?**

**उत्तर—** इस प्रश्न का उत्तर देने के पहले अच्छा होगा हम विज्ञान को परिभाषित करें शब्दकोष के अनुसार विज्ञान वह ज्ञान है जिसको पद्यति में प्रयोग लाया जाय, जो देखने और जांचने पर निर्भर करता है और जो सामान्य प्राकृतिक नियमों पर खरा उतरता हो, ज्ञान की इस तरह की शाखा जिसमें पूर्णतः किसी भी चीज का अध्ययन किया जा सकता है। यही बुद्ध धम्म के रूप हैं जो परिभाषाओं में नहीं बंधे, लेकिन बुद्ध धम्म की केन्द्रीय शिक्षा है, चार आर्य सत्य, सबसे यथार्थ ही होगा। दुःख है पहला आर्य सत्य, यह एक अनुभव है जिसे परिभाषित, अनुभव और मापा जा सकता है। दूसरा आर्य सत्य कहता है कि दुःख कामनाओं और तृष्णाओं से उत्पन्न होता है जिसको ऐसे ही परिभाषित, अनुभव और मापा जा सकता है। अध्यात्मिक विचार और कल्पना के भाव से, दुःख है का वर्णन का प्रयास नहीं किया गया। तीसरे आर्य सत्य के अनुसार, दुःख से ऊपर उठा जा सकता है, परम तथ्य के ऊपर भरोसा, विश्वास या प्रार्थना से नहीं बल्कि साधारणतः इसके कारणों को खत्म करके, यह प्रमाणिक है। चतुर्थ आर्य सत्य, दुःख से मुक्ति का मार्ग, एक बार फिर अध्यात्मिकता से कुछ लेना देना नहीं है लेकिन आपके व्यवहार के विशिष्ट तरीके पर निर्भर करता है। ओर एक बार फिर व्यवहार निरीक्षण के लिए उन्मुक्त है। बुद्ध धम्म परम तत्व के विचार को नकारता है जैसे विज्ञान प्राकृतिक नियमों के द्वारा ब्रह्मण्ड के मूल और कार्य का वर्णन करता है। सभी यथार्थ में वैज्ञानिक प्रवृत्ति को स्पष्ट करते हैं। एक बार फिर

बुद्ध निरन्तर सलाह देते हैं हमें अन्धविश्वास नहीं करना चाहिए लेकिन प्रश्न, निरीक्षण, अन्वेषण करें और अपने अनुभवों पर भरोसा करें, फिर यह एक निश्चित वैज्ञानिक चक्र है। अपने प्रसिद्ध कलाम सुत में बुद्ध ने कहा। दैवीय प्रकाशन या परम्परा पर नहीं जायें, अफवाहों या पवित्र धर्मग्रन्थों पर नहीं जायें, सुनी सुनाई बातों या थोथे तर्क पर न जायें, किसी मत के प्रति पक्षपाती या किसी व्यक्ति के कृतिम योग्यता और विचार पर नहीं जायें कि वे हमारे शिक्षक हैं। लेकिन जब आप स्वयं जानें कि यह चीज सही है, सराहने योग्य है, बुद्धिमानों द्वारा प्रशंसा योग्य है और जब अभ्यास और अनुसरण किया जाय यह आनन्द की ओर ले जायेगा। तब चीजों का अनुसरण करें। तब हम कह सकते हैं कि यद्यपि बुद्ध धम्म पूर्णतः वैज्ञानिक नहीं, निश्चित ही यह मजबूत वैज्ञानिक पक्ष रखता है और निश्चित ही और दूसरे धर्मों से ज्यादा वैज्ञानिकीय है यह महत्वपूर्ण है बीसवीं सदी के महान वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्स्टीन ने बुद्ध धम्म के बारे में कहा, भविष्य का धर्म अन्तरिक्षीय धर्म होगा इसे वैयक्तिक ईश्वर से परे और हठधर्मिता और ईश्वरवादी धर्म धारणाओं से मुक्त होना चाहिए। इसे प्राकृतिक और अध्यात्मिक दोनों तत्वों को समावेशित कर सभी चीजों के अनुभव की धार्मिक भावना की अभिलाषा पर आधारित होना चाहिए और एक अर्थपूर्ण एकत्व। बुद्ध धम्म इस व्याख्या की उत्तर देता है। यदि ऐसा कोई धर्म है जो आधुनिक वैज्ञानिक आवश्यकताओं के साथ सुसंगत हो सकता है तो यह बुद्ध धम्म ही होगा।

**प्रश्न— मैंने कभी—कभी सुना कि बुद्ध की शिक्षा मध्यम मार्ग कहलायी इस शब्द का अर्थ क्या है।**

**उत्तर—**बुद्ध ने अपने आर्य अष्टांगिक मार्ग का एक दसूरा नाम मज्झिम पतीपाद दिया जिसका अर्थ है मध्यम मार्ग। यह बहुत ही महत्वपूर्ण मार्ग है क्योंकि यह हमें मार्ग के पालन करने का सुझाव ही नहीं देता बल्कि एक विशिष्ट तरीके से पालन का सुझाव देता है। लोग धार्मिक नियमों और अभ्यास के प्रति बहुत दृढ़ हो सकते हैं और अन्ततः धर्मान्ध हो जाते हैं। बुद्ध धम्म में नियमों का पालन होना ही चाहिए और अती का त्याग कर सन्तुल्यता और उचित रीति से अभ्यास करना चाहिए प्राचीन रोमन कहा करते हैं "संयम सभी चीजों में" और बौद्ध इससे पूर्णतः सहमत होंगे।

**प्रश्न—मैंने पढ़ा है कि बुद्ध धम्म, हिन्दु धर्म का एक प्रकार है क्या यह सत्य है।**

**उत्तर—** ऐसा नहीं है। बुद्ध धम्म और हिन्दु धर्म के नीतिगत विचारों में समानता है, यह सामान्य परिभाषित शब्दों

जैसे काम, समाधि और निर्वाण का इस्तेमाल करते हैं और इन दोनों का ही जन्म भारत में हुआ। इसी कारण वश कुछ लोगों ने सोचा कि दोनों समान है या बहुत समानता है। लेकिन जब हम बाहरी समानता के आगे देखते हैं तो पाते हैं कि ये दोनों धर्म स्पष्ट रूप से असमान हैं। उदाहरणार्थः— हिन्दू परम ईश्वर में विश्वास करते हैं जबकि बौद्ध नहीं करते। हिन्दुओं के समाजिक दर्शन की केन्द्रीय शिक्षा जातिगत विचार में है, जिसको बुद्ध धम्म दृढ़ता से अस्वीकार करता है। शास्त्र पद्धति सम्बन्धी शुद्धीकरण हिन्दु धर्म का एक महत्वपूर्ण अभ्यास है लेकिन बुद्ध धम्म में

इसका कोई स्थान नहीं। बौद्ध धर्म शास्त्रों में बुद्ध को प्रायः ब्राह्मणो, हिन्दू पुरोहितों ने जो शिक्षा दी उसकी आलोचना करते हुए चित्रित किया गया है और बदले में वे लोग उनकी कुछ शिक्षाओं के बहुत दोषदर्शी रहें हैं। ऐसा नहीं होता यदि बुद्ध धम्म और हिन्दू धर्म समान होता।

**प्रश्न— लेकिन बुद्ध ने काम के विचार को हिन्दू धर्म से नकल किया, क्या उन्होंने ऐसा नहीं किया?**

**उत्तर—** हिन्दू धर्म काम के सिद्धान्त की शिक्षा देता है यद्यपि इन दोनों शिक्षाओं के विषय में इसका वर्णन बुद्ध धम्म के वर्णन से बहुत भिन्न है। उदाहरणार्थः— हिन्दू धर्म कहता है। हम लोग अपने काम के द्वारा निर्धारित किये जाते हैं, वहीं बुद्ध धम्म कहता है हमारा काम हमारी अवस्था का द्योतक है। हिन्दू धर्म के अनुसार सनातन आत्मा या आत्मा एक जीव से दूसरे जीव में प्रवेश करता है। बुद्ध धम्म जबकि इस तरह की आत्मा को अस्वीकार कर किन्तु कहता है कि यह मानसिक ऊर्जा का निरन्तर बदलती हुई धारा का पुर्नजन्म है। काम और पुर्नजन्म के विषय में इन दो धर्मों के बारे में अनेक विभिन्नताओं में ये कुछ एक ही हैं। यद्यपि बौद्ध और हिन्दू शिक्षाएँ समान भी होती तब भी ये जरूरी नहीं कि बुद्ध ने बिना सोचे—समझे दूसरों के विचारों की नकल की। यह कभी—कभी होता है कि दो व्यक्ति एक दूसरे से स्वतन्त्र रहकर भी समान खोज को जन्म देते हैं। "क्रमिक विकास की खोज" इसका एक अच्छा उदाहरण था। 1858 ई० में अपने प्रसिद्ध पुस्तक " क्रमिक विकास का सिद्धान्त " के प्रकाशन के कुछ पहले चार्ल्स डार्विन ने पाया कि एक दूसरा व्यक्ति अल्फ्रेड रासेल वैलेस ने भी विकास के सिद्धान्त के वैसे ही विचार का अनुमान किया था जैसा उन्होंने किया। डार्विन और वैलेस ने एक दूसरे के विचारों का नकल नहीं किया। बदले में समान प्रकरणों के अध्ययन से वे इसके बारे में समान निष्कर्ष पर पहुँचे। अतः यदि काम और पुर्नजन्म के बारे में हिन्दू और बौद्धों के विचारों में समानता हो, जो कि नहीं है, ये जरूरी नहीं होगा कि यह नकल का प्रमाण होगा। सत्य यह है कि ज्ञान के द्वारा उन्होंने ध्यान में इसका विकास किया। हिन्दू महात्मा काम और पुर्नजन्म के बारे में अस्पष्ट विचार प्रस्तुत किये जिसका बाद में बुद्ध ने अधिक पूर्णता और यथार्थता से व्याख्या किया।

## अध्याय-2 मूल बौद्ध विचार

**प्रश्न— बुद्ध की प्रमुख शिक्षाएं क्या हैं?**

**उत्तर—**बुद्ध की समस्त शिक्षाएं चार आर्य सत्यों पर वैसे ही केन्द्रित है जैसे पहिए का हाल और ताली धुरे पर केन्द्रित रहता है। ये चार कहलाये क्योंकि इनमें चार ही है। ये आर्य (श्रेष्ठ) कहलाये क्योंकि जो इन्हें समझते हैं उन्हें कुलिन पद प्राप्त होता है। और ये सत्य कहे गये क्योंकि ये यथार्थ के सदृश है। ये सत्य हैं।

**प्रश्न—पहला आर्य सत्य क्या है?**

**उत्तर—**पहला आर्य सत्य यह है कि जीवन दुःख से भरा है जीवन में दुःख हैं। बिना किसी भी प्रकार के दर्द या पीड़ा के जीवन असंभव है। हमें भौतिक दुःखों जैसे बीमारी, दुर्घटना, थकान, वृद्धावस्था और अंततः मृत्यु से गुजरना होता है। हमें मानसिक दुखों जैसे—अकेलापन, अवसाद, भय, निराशा, क्रोध और उदासी से भी गुजरना होता है।

**प्रश्न—क्या यह थोड़ा सा निराशावादी नहीं?**

**उत्तर—**शब्दकोष निराशावाद को सोचने की ऐसी आदत के रूप में परिभाषित करते हैं कि जो भी होगा बुरा होगा या ऐसा विश्वास जिसमें दुष्टता भलाई से ज्यादा शक्तिशाली होती है। बुद्ध धम्म इनमें से किसी भी विचार की शिक्षा नहीं देती न ही यह खुशी के अस्तित्व को नकारती है। यह सरलता से कहती है कि जीवन है तो भौतिक और मानसिक दुःख का अनुभव भी होगा, जो उतना ही सत्य और स्पष्ट कथन है जिसे हम अस्वीकार नहीं कर सकते। बुद्ध धम्म निराशावादी नहीं, यह हमारे अस्तित्व में शामिल यथार्थ का सामना करने की शिक्षा देती हैं। बुद्ध धम्म अनुभव से शुरू होती हैं। इस अखण्डनीय सत्य से सभी अवगत है, जिसका सभी ने अनुभव किया है। और सभी उससे बचने की कोशिश कर रहे हैं। अतः बुद्ध धम्म प्रत्येक मानव जीवन, सम्बन्धित दुःख और इससे कैसे बचें को सीधे स्पर्श करती है।

**प्रश्न—दूसरा आर्य सत्य क्या है?**

**उत्तर—**दूसरा आर्य सत्य यह है कि लालसा सभी दुखों का कारण है। जब हम मानसिक दुख पर ध्यान देते हैं तो आसानी से समझ आ जाती हैं कि यह लालसा के कारण है। जब हम किसी चीज को पाना चाहते हैं लेकिन नहीं प्राप्त कर पाते हम निराशा या अवसाद का अनुभव करते हैं। जब हम किसी से अपनी आकांक्षाओं की तृप्ति पर खरा उतरने की आशा रखते हैं और ऐसा नहीं होता तो हम नीचा और गुस्सा महसूस करते हैं। जब हम दूसरों से अपने को पसंद किये जाने की अपेक्षा करते हैं और ऐसा नहीं होता हमें दुःख पहुँचता है। हम किसी भी चीज को पाना चाहते हैं और प्राप्त कर लेते हैं तब भी यह प्रायः हमारी खुशी की चीर स्थाई नहीं रखती क्योंकि समय बीतने के साथ जल्द ही हम उससे उदासीन हो जाते हैं उसमें रुचि खोने लगते हैं एवं कुछ और लालसा से ग्रसित हो जाते हैं। ध्यान रखें, दूसरा

आर्य सत्य कहता है कि जो आप पाने की इच्छा रखते हैं वो खुशी की निश्चितता नहीं देता। किसी चीज को पाने में संघर्षरत रहने की अपेक्षा अपनी इच्छा में परिवर्तन करें। इच्छा हमें खुशी और तृप्ति से वंचित करती है।

**प्रश्न—लेकिन इच्छा और लालसा किस तरह से भौतिक दुःखों की ओर ले जाती है?**

**उत्तर—**आजीवन किसी वस्तु की इच्छा और लालसा तथा विशेषतः वो लालसा जो निरंतर बनी रहती है एक शक्तिशाली ऊर्जा उत्पन्न करती है जिनके कारण व्यक्ति को दुबारा जन्म लेना पड़ता है। जब हम दुबारा जन्म लेते हैं तो हमारे पास शरीर होता है और जैसा कि पहले कहा, शरीर पीड़ा और रोग से ग्रसित होने से आशंकित रहता है। यह कार्य से थकाने वाला हो सकता है यह वृद्ध हो अंततः मृत होता है। अतः लालसा भौतिक दुःखों की ओर ले जाता है क्योंकि यह हमारे दुबारा जन्म लेने का कारण है।

**प्रश्न—यह सब बहुत अच्छे हैं। लेकिन यदि हम इच्छाओं का सर्वथा त्याग कर दें, हमें कभी कुछ हासिल या प्राप्त नहीं होगा।**

**उत्तर—** सत्य है। लेकिन बुद्ध ये कहते हैं कि जब हमारी इच्छा, हमारी लालसा, हमारा नित्य असंतोष, जो हमारे पास मौजूद है और हमारी नित्य अधिक से अधिक की चाहत दुःख का कारण है तो हमें ऐसा करने से बचना चाहिए। उन्होंने हमें अपनी जरूरत और अपनी इच्छा में अन्तर जानने की बात कही तथा जरूरतों के लिए प्रयत्न करते रहने की और इच्छाओं को रूपान्तरित करने की बात कही। उन्होंने हमें शिक्षा ही कि हमारी जरूरतें पूरी हो सकती हैं लेकिन हमारी इच्छायें अनन्त है। जैसे एक बिना पेदी का गड्ढा। जरूरतें आवश्यक, मूल एवं उन्हें प्राप्त किया जा सकता है और हमें इसे प्राप्त करने के लिए परिश्रम करना चाहिए।

इससे बढ़कर इच्छाओं को निरन्तर कम करते रहना चाहिए। सब कुछ होते हुए भी जीवन का उद्देश्य क्या है। प्रसन्न रहना या संतोषप्रद और खुश रहना।

**प्रश्न—आपने पुर्नजन्म की बात की, लेकिन इस तरह के घटना का कोई प्रमाण है कि इस तरह की चीजें होती हैं?**

**उत्तर—** इस तरह के अनेकों प्रमाण हैं लेकिन बाद में इस बात पर बिस्तार से प्रकाश डालेंगे।

**प्रश्न— तीसरा आर्य सत्य क्या है?**

**उत्तर—** तीसरा आर्य सत्य यह है कि दुख का निवारण किया जा सकता है और आनन्द प्राप्त की जा सकती है। शायद यह चार आर्य सत्यों में सबसे प्रमुख है क्योंकि बुद्ध ने बार-बार हमें विश्वास दिलाया कि आनन्द और संतोष संभव हैं। जब हम अंतहीन लालसा का त्याग करते हैं, जीवन का पल पल जीते हैं, बिना लालसा के जिन्दगी जो हमें प्रदान करती है उसी में आनन्द मनाते हैं, बिना भय नफरत और गुस्सा के धैर्यपूर्वक समस्याओं का सामना करते हैं तब हम खुश और मुक्त होते हैं। तब और केवल तब ही हम संपूर्णता से जीने के योग्य बनते हैं। क्योंकि अब हम

अपनी स्वार्थ पूर्ण चाह को संतुष्ट करने के लिए नहीं जीते, हम पाते हैं कि दूसरों की जरूरतों को पूरा करने में मदद करने के लिए हमारे पास पर्याप्त समय है।

यही अवस्था निर्वाण कहलाती है।

**प्रश्न—निर्वाण क्या और कहाँ है?**

**उत्तर—** यह समय स्थान और परिमाण से परे एक अवस्था है और अतः इसके बारे में बात या विचार करना भी मुश्किल है, शब्द और विचार केवल समय सीमा के परिमाण का वर्णन करने के लिए ही सटीक होते हैं। लेकिन निर्वाण जो समय के सीमा के पार है कोई गति नहीं, कोई संघर्ष नहीं और अतः बुढ़ापा या मृत्यु भी नहीं। अतः निर्वाण सनातन है। क्योंकि यह सीमा के परे हैं यहाँ कोई कारण नहीं, सीमा नहीं, स्वयं का बोध नहीं तथा स्वयं नहीं और अतः निर्वाण अनन्त है। बुद्ध ने हमें आस्वस्त किया कि निर्वाण असीम आनन्द जैसा अनुभव है। उन्होंने कहा कि निर्वाण सर्वोत्तम आनन्द है।

**प्रश्न—लेकिन क्या कोई प्रमाण है कि इस तरह का परिमाण अस्तित्वगत है?**

**उत्तर—** नहीं ऐसा नहीं। लेकिन इसके अस्तित्व के सत्यता को जाना जा सकता है अगर ऐसा परिमाण है जिसमें समय ओर स्थान प्रभावी हो और ऐसा परिमाण है जहाँ हम विश्व का अनुभव करते हैं तब हम निष्कर्ष निकाल सकते हैं कि ऐसा भी परिमाण है जिसमें समय और सीमा अप्रभावी हैं यही निर्वाण है। यद्यपि निर्वाण के अस्तित्व को प्रमाणित नहीं कर सकते फिर भी हमारे पास बुद्ध के बचन है कि यह होता है।

उन्होंने हमें कहाँ "जो अजन्मा है" जो नहीं हुआ, नहीं बना और मिश्रित नहीं हुआ। यदि कोई जन्म नहीं हुआ, नहीं बनाया गया और मिश्रित नहीं किया गया है उससे भागा नहीं जा सकता है जो यहां पर जन्मा, हुआ, बना और मिश्रित है। लेकिन जब अजन्मा है, नहीं हुआ, नहीं बना, नहीं मिश्रित किया गया उससे भागा जा सकता है जो जन्मा, हुआ, बना और मिश्रित है। हम इसे तब जानेंगे जब प्राप्त कर लेंगे। उस समय तक हम अभ्यास करते रहेंगे।

**प्रश्न— चतुर्थ आर्य सत्य क्या है?**

**उत्तर—** चतुर्थ आर्य सत्य दुःख से निवर्ण के उपाय का मार्ग है। यह आर्य आष्टांगिक मार्ग कहलाता है जिसमें सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक आजीविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति और सम्यक समाधि शामिल है। बौद्ध जीवन में इन आठ चीजों का अभ्यास शामिल है जब तब कि पूर्णता की प्राप्ति न हो। आप देखेंगे कि आर्य आष्टांगिक मार्ग की कड़ी जीवन के सारे भागों पर दृष्टि डालती है और इसलिए वो सारी बातें शामिल है जो व्यक्ति के अध्यात्मिक विकास और अच्छे जीवन के लिए जरूरी है जैसे बुद्धिमता, नीतिगत, सामाजिक, आर्थिक तथा मनोविज्ञान।

### अध्याय-3

#### बुद्ध धम्म और ईश्वरीय विचार

प्रश्न—क्या आप बौद्ध ईश्वर में विश्वास करते हैं?

उत्तर— नहीं, हम नहीं करते। ऐसा करने के आनेको कारण है। आधुनिक सामाजवादियों और मनोचिकित्सकों की भाँति बुद्ध ने बहुत सारे धार्मिक विचारों को परखा और विशेषतः ईश्वर होने के विचार को, जिसके मूल में भय और चिंता है। बुद्ध ने कहा भय से जकड़े हुए व्यक्ति पवित्र पर्वतों, पवित्र गुफाओं, पवित्रवृक्षों और तीर्थ स्थानों पर जाते हैं। प्राचीन मानव जातियों ने अपने आप को विश्व के खतरनाक और विपरीत स्थिति में पाया। जंगली जानवरों का भय, अत्यधिक भोजन प्राप्त न होने की आशा, दुर्घटना या रोग, मेघ गर्जना जैसी प्राकृतिक घटना, विद्युत घात और ज्वालामुखी फटने का भय , उन्हें हर वक्त था। कोई सुरक्षा न होने के कारण उन्होंने शुभ समय में संतोष/सुख के लिए, खतरों की घड़ी में साहस के लिए और बुरे वक्त में सांत्वना के लिए ईश्वर के विचार को जन्म दिया। आजकल आप पायेगे लोग प्रायः संकट के समय ज्यादा धार्मिक हो जाते हैं। आप उन्हें कहते सुनेंगे कि ईश्वर में उनकी विश्वास उन्हें जीवन की जरूरतों को पूरा करने की शक्ति देता है। प्रायः वे वर्णन करते हैं कि विशेष ईश्वर में उनकी आस्था है क्योंकि जरूरत के समय उन्होंने प्रार्थना की और उनकी प्रार्थना सुन ली गई। ये सभी बातें बुद्ध की शिक्षाओं के पक्ष में प्रतीत होती है कि डर और निराशा की भावना ने ही ईश्वर के विचार को जन्म दिया। बुद्ध ने अपने डर को समझने का प्रयास करने, इच्छाओं को कम करने और जिसे हम बदल नहीं सकते उसे शान्ति और साहसपूर्वक स्वीकार करने की शिक्षा दी। उन्होंने तार्किक समझ से डर को भगाया न कि अतार्किक विश्वास से।

दूसरा कारण जिससे कि बुद्ध ने ईश्वर में विश्वास नहीं किये क्योंकि इस विचार के समर्थन में बहुत ज्यादा साक्ष्य मिलता प्रतीत नहीं होता। यहाँ बहुत सारे धर्म हैं, सभी दावा करते हैं कि उनके पास ही केवल ईश्वर का संदेश उनके पवित्र धर्म ग्रंथ में संरक्षित है, केवल वे ही ईश्वर की प्रकृति को समझते हैं, उनका ईश्वर अस्तित्वगत है और दूसरे धर्म के लोगों का ईश्वर नहीं। कुछ दावा करते हैं कि ईश्वर पुरुष है, कुछ कहते हैं कि वह स्त्री है और दूसरे कहते हैं कि वह विना लिंग का है। वे सभी बहुत संतुष्ट रहते हैं कि जिस ईश्वर की वे पूजा करते हैं उसके अस्तित्व को प्रमाणित करने के प्रयाप्त साक्ष्य हैं लेकिन वो दूसरे धर्मों के दूसरे ईश्वर के अस्तित्व के प्रमाण के साक्ष्य से तिरस्कृत हो जाते हैं। यह बड़ा ही आश्चर्यजनक है कि ईश्वर के अस्तित्व को प्रमाणित करने के लिए अनेकों शताब्दियों तक बहुत सारे धर्मों ने बहुत सारे निरर्थक बातों का सहारा लिया, इसके बावजूद अब तक स्पष्ट, सकारात्मक, ठोस या अखण्डनीय साक्ष्य इसके बारे में नहीं मिलता। बुद्ध धम्म निर्णय नहीं करते जब तक इसके साक्ष्य नहीं मिल जाते।

तीसरा कारण जिससे बुद्ध ने ईश्वर में विश्वास नहीं किया क्योंकि वे सोचे कि विश्वास जरूरी नहीं। कुछ लोग दावा करते हैं कि ब्रह्माण्ड के मूल का वर्णन करने के लिए ईश्वर में विश्वास जरूरी है लेकिन विज्ञान ने विना ईश्वरीय विचार का सहारा लिए दृढ़ता से ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति का वर्णन किया। कुछ लोग दावा करते हैं कि खुशी, अर्थपूर्ण जीवन के लिए ईश्वर में विश्वास जरूरी है लेकिन फिर भी हम देख सकते हैं कि ऐसा नहीं है। लाखों नास्तिक और मुक्त चिंतक, अनेकों बौद्ध निर्दिष्ट नहीं करते हैं, जो बिना ईश्वर में विश्वास के उपयोगी खुशी और अर्थपूर्ण जीवन जी रहे हैं कुछ लोग दावा करते हैं कि ईश्वरीय शक्ति में विश्वास जरूरी है क्योंकि मानव कमजोर है स्वयं का मदद करने की उसमें ताकत नहीं। एक बार फिर साक्ष्य विपरीत दिशा की ओर सूचित करता है। हम प्रायः उन लोगों के बारे में सुनते हैं जो बिना ईश्वर में विश्वास के अपने प्रयास से, अपने चित्तशक्ति के द्वारा विपरीत और खराब परिस्थितियों में अपनी असमर्थता और बाधाओं से ऊपर उठे हैं। कुछ लोग दावा करते हैं कि मोक्ष की प्राप्ति के लिए ईश्वर जरूरी है। लेकिन इस तरह का तर्क केवल तब ही सही है जब आप मोक्ष के आध्यात्मिक विचार का स्वीकार करते हैं और बौद्ध ऐसे विचारों को स्वीकार नहीं करते हैं। अपने अनुभव के आधार पर बुद्ध ने देखा कि प्रत्येक मनुष्य में मनको पवित्र, अनन्त प्रेम और करुणा का विकास और पुर्ण ज्ञान को प्राप्त करने की क्षमता है। उन्होंने स्वर्ग से हृदय की ओर ध्यान बटाया और स्वयं बोध के द्वारा अपने समस्याओं का हल ढूढ़ने के लिए उत्साहित किया।

**प्रश्न—अगर कोई ईश्वर नहीं तो ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति कैसे हुई?**

**उत्तर—** इस प्रकार के प्रश्नों का उत्तर देने के प्रयास में सभी धर्मों में कल्पना और कहानी का समावेश है। प्राचीन काल में इस तरह की कल्पना उचित थी लेकिन इक्कीसवीं शताब्दी में भौतिकी, खगोल विज्ञान और भूगर्भ शास्त्र के काल में इस तरह की कल्पनाओं का स्थान वैज्ञानिक तथ्यों ने ले लिया है। विज्ञान ने बिना ईश्वरीय विचार का सहारा लिए ब्रह्माण्ड के उत्पत्ति के मूल का वर्णन किया है।

**प्रश्न—बुद्ध ने ब्रह्माण्ड के उत्पत्ति के मूल के विषय में क्या कहा?**

**उत्तर—** यह बड़ा ही रोचक है कि ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति के विषय में बुद्ध की व्याख्या वैज्ञानिक मत के बिल्कुल करीब है। अगन सुत में बुद्ध ने बताया है कि ब्रह्माण्ड का विनाश और इसके बाद वर्तमान समय में पुनः विस्तार लाखों वर्षों से होता रहा है। प्रथम जीव ने धरती पर पानी में आकार लिया और इसके बाद अनगिनत लाखों वर्षों में जीवन का विकास साधारण रूप से अतिगूढ़ जीव रूप में हुआ। उन्होंने कहा कि ये सभी प्रक्रियाएं बिना शुरुआत और अंत के और प्राकृतिक कारणों से गतिशील है।

**प्रश्न—आपने कहाँ कि भगवान के अस्तित्व का प्रमाण नहीं लेकिन चमत्कारों के बारे में क्या कहेंगे?**

**उत्तर—** यहाँ बहुत सारे लोग, जो विश्वास करते हैं कि चमत्कार ईश्वर के अस्तित्व का प्रमाण है। हम सभी

निरर्थक दावों के बारे में सुनते हैं कि किसी को व्याधि से मुक्ति मिली लेकिन हमें कभी भी चिकित्सा



कार्यालयों या चिकित्सकों से इसका स्वतंत्र साक्ष्य मिलता प्रतीत नहीं होता। दूसरों से सुनी हुई विवरण मिलती है कि कोई चमत्कारिक रूप से विपत्ति से बच गया लेकिन हमें आँखों देवी वर्णन करने वाला कोई नहीं मिलता कि वहाँ सचमुच क्या घटना घटी। हम अफवाह सुनते हैं कि एक रोगी व्यक्ति प्रार्थना से उठकर खड़ा हो गया या ऊर्जा विहीन अंग शक्तियुक्त हो गया, लेकिन हम कभी एकसरे नहीं देख पाते या इन अफवाहों के बारे में डॉक्टर या नर्सों से कोई प्रमाण भी नहीं मिलता। निरर्थक दावा, दूसरों से सुनी हुई गप्प, पुख्ता प्रमाण का स्थान नहीं ले सकती या चमत्कार का पुख्ता प्रमाण विरल ही है। यद्यपि विलक्षण व अस्पष्ट चीजें कभी-कभी होती हैं लेकिन इन चीजों का वर्णन करने की हमारी अयोग्यता ईश्वर के अस्तित्व का प्रमाण नहीं होती। यह केवल यही साबित करती है कि हमारा ज्ञान अभी अधूरा है। आधुनिक दवाओं के विकास के पहले जब लोग बीमारी का कारण नहीं जानते थे, वे विश्वास करते थे कि ईश्वर या ईश्वरों ने बीमारी को दण्ड के रूप में भेजा है। अब हम इसके कारणों के बारे में जानते हैं और बिमार होने पर दवा लेते हैं। उस समय जब विश्व के बारे में हमारा ज्ञान और गहरा होगा हम अवर्णित घटनाओं के कारणों के बारे में उसी तरह जान सकेंगे जैसे अभी बिमारियों के कारणों के बारे में जानते हैं।

**प्रश्न— बहुत सारे लोग ईश्वर के किसी खास आकार के बारे में विश्वास करते हैं। यह अवश्य ही सत्य है।**

**उत्तर—**नहीं ऐसा नहीं, एक समय था जब सभी विश्वास करते थे कि पृथ्वी समतल है। पर वे सभी गलत थे। बहुत सारे लोगों का एक विचार पर मतैक्य उसके सत्यता या झूठ का पैमाना नहीं। कोई विचार सत्य है या नहीं इसको बताने का एक ही रास्ता है कि हम यथार्थ की ओर देखें और प्रमाण का परीक्षण करें।

**प्रश्न—अगर आप बौद्ध ईश्वर में विश्वास नहीं करते तो किस पर विश्वास करते हैं।**

**उत्तर—**हम ईश्वर में विश्वास नहीं करते क्योंकि हम मानवता में विश्वास करते हैं। हम विश्वास करते हैं कि प्रत्येक मनुष्य अनमोल और महत्वपूर्ण है। सभी व्यक्ति में बुद्ध बनने की — एक पूर्ण विकसित मनुष्य के रूप में विकसित होने की क्षमता है। हम विश्वास करते हैं कि मनुष्य अज्ञानता और विवेक हीनता से ऊपर उठ सकता है और चीजों को उसके मूल रूप में देख सकता है। हम विश्वास करते हैं कि नफरत, गुस्सा व ईर्ष्या को प्यार, क्षमा, उदारता और दया में बदला जा सकता है। हम विश्वास करते हैं कि ये सब प्रत्येक मनुष्य के समझने के योग्य है अगर वे समझने का प्रयास करें, अपने बौद्ध मित्रों के प्रयास और मार्ग दर्शन द्वारा तथा बुद्ध के उदाहरण द्वारा प्रेरित करें। बुद्ध इस इस प्रकार कहते हैं। कोई हमें बचा नहीं सकता केवल हम स्वयं, कोई कर सकता ओर कोई नहीं करेगा।

हमें स्वयं ही उस मार्ग पर चलना है।

केवल बुद्ध ही सच्चे मार्ग दर्शक है।

## अध्याय-4

### पंचशील

**प्रश्न—** दूसरे धर्म गलत और सही के विचार के उपदेश को अपने ईश्वर या ईश्वरों से उत्पन्न मानते हैं। आप बौद्ध लोग ईश्वर में विश्वास नहीं करते तो आप गलत और सही का फैसला कैसे करते हैं?

**उत्तर—** कोई विचार, भाषण या कार्य जिसका आधार लालसा, नफरत और माया है। हमें निर्वाण से दूर ले जाने वाली है, अतः बुरी है। और कोई भी विचार भाषण या कार्य का आधार दान प्रेम और ज्ञान है। हमारे निर्वाण के मार्ग को प्रसस्त करने में मददगार है और अतः अच्छी है। ईश्वर केन्द्रित धर्म में गलत और सही के बारे में जानने के लिए वह सब करने की जरूरत है जो आप को आदेश दिया गया है। मनुष्य केन्द्रित धर्म जैसे बुद्ध धम्म में गलत और सही के बारे में जानने के लिए आपको गहरी चेतना और गहरे बोध का विकास करना होगा। और गहरे बोध से उत्पन्न नीति हमेशा उपदेश के वाक्यों से ज्यादा मजबूत होती है। तो गलत और सही के बारे में जानने के लिए बौद्ध तीन बातों को ध्यान में रखते हैं— किसी कार्य के पीछे भावना, स्वयं पर होने वाले कार्य का प्रभाव और उस कार्य का दूसरों पर प्रभाव। यदि भावना शुद्ध है, (उदारता प्रेम और ज्ञान पर आधारित है) यदि यह स्वयं को मदद करती है, (ज्यादा देने में, ज्यादा प्रेम बाटने में और बुद्धिमान बनाने में मददगार है) और दूसरों को मदद करती है, (उन्हें ज्यादा दान देने में, ज्यादा प्रेम बांटने में और ज्यादा बुद्धिमान बनाने में मदद करती है) तब मेरा कार्य और उद्यम हितकर और नैतिक है। इसके बावजूद इस बारे में बहुत भेद है। कभी-कभी मैं बहुत नेक भावना से कार्य करता हूँ पर यह दूसरों का या स्वयं के लिए फायदेमंद नहीं। कभी-कभी हमारी भावना नेक होती है तब भी मेरा कार्य दूसरों की मदद नहीं करता। कभी-कभी कार्य नेक भावना से करता हूँ और मेरा कार्य मेरे लिए मददगार है लेकिन शायद दूसरों के लिए पीड़ादायक है। इस तरह से मेरा कार्य अच्छे और कम अच्छे का मिश्रण है। जब भावना बुरी है और कार्य मुझे या दूसरों के लिए भी मददगार नहीं तो इस तरह की कार्य बुरी है। और जब मेरी भावना नेक है और मेरा कार्य मुझे और दूसरों को भी फायदा पहुँचाती है, तब ये कार्य पूर्णतः उचित है।

**प्रश्न—तो बुद्ध धम्म में नैतिकता का धर्म संहिता है?**

**उत्तर—** हाँ ऐसा होता है। पंचशील बौद्ध नैतिकता का आधार है। पहला शील है, जीव हिंसा से विरत रहना, दूसरा शील है चोरी से विरत रहना, तीसरा शील है व्याभिचार से विरत रहना, चौथा शील है असत्य भाषण से दूर रहना और पांचवा शील है मद्यपान या नशीले पदार्थों से दूर रहना।

**प्रश्न—** लेकिन निश्चित ही कभी-कभी हिंस्र अच्छा होता है। रोग फैलाने वाले कीड़ों का मारना या उनको जो आपको मारने वाले हैं।

**उत्तर—** यह आप के लिए अच्छा हो सकता है लेकिन उन कीड़ों या व्यक्तियों के लिये क्या जिनको मारा जा रहा है। वे आप की तरह ही जीना चाहते हैं। जब आप रोग फैलाने वाले कीड़ों को मारने का फैसला करते हैं, आपकी भावना स्वयं से सम्बन्धित (नेक) और भाव में एकाएक परिवर्तन (बुरी) के रूप में मिश्रित होती है।

आप का कार्य आपके लिए लाभप्रद (अच्छी) है। लेकिन स्पष्टतः उस जीव जन्तु के लिए लाभप्रद नहीं होगी। तो कुछ वक्त के लिए हिंसा जरूरी हो सकता है लेकिन हमेशा के लिए अच्छा नहीं होगा।

**प्रश्न—आप बौद्ध लोग चींटी या मकोड़ों के लिए कुछ ज्यादा ही चिंतित रहते हैं।**

**उत्तर—**बौद्ध करुणा का विकास करने की कोशिश करते हैं। जो सबके लिए भेद भाव रहित और स्वीकार हो। हम विश्व को संपूर्णता के साथ देखते हैं, जहाँ सभी जीव और जन्तु का स्थान और कार्य है। ऐसा विश्वास करते हैं कि हमें बहुत सावधान रहना चाहिए जिससे हम प्रकृति का विनाश या संतुलन न बिगाड़ दे। प्रकृति विनाशकारी हो रही है क्योंकि प्रकृति का दोहन जोरों पर है बिना कुछ लौटाये अन्तिम बूंद तक निचोड़ा जा रहा है, हम जीत रहे हैं और दमन कर रहे हैं। वायु दूषित हो रही है, नदी मृत प्राय और दूषित हो रही है बहुत सारे जानवर और पौधे विलुप्त होने के कगार पर हैं और पहाड़ों की ढाल उजाड़ और अनूपजाऊ हो रही है। जलवायु परिवर्तन भी हो रहा। अगर व्यक्ति थोड़े कम हिंसक और विनाश के गुस्से से भरे होते तो इस तरह की गंभीर स्थिति उत्पन्न नहीं होती। हमें जीवों के प्रति थोड़ा और आदर करने के विकास का प्रयत्न करना चाहिए और यही पहला शील है।

**प्रश्न—बुद्ध धम्म गर्भपात के बारे में क्या कहता है?**

**उत्तर—** बुद्ध के अनुसार गर्भ ठहरने के बाद जल्द ही जीवन शुरू हो जाता है। और इसलिए गर्भपात जीवन लेने के बराबर होगा।

**प्रश्न—लेकिन यदि किसी महिला का बलात्कार होता है, या यदि वह जानती है कि उसका बच्चा विकृत होगा। क्या गर्भपात करना बेहतर नहीं होगा?**

**उत्तर—** बलात्कार के द्वारा गर्भधारण की अवस्था में भी बच्चे को जीने का हक है और दूसरों बच्चों की तरह प्यार पाने का हक है। उसकी केवल इसलिए हत्या नहीं की जानी चाहिए क्योंकि उसके जीव सम्बन्धी पिता ने अपराध किया। विकृति बच्चे या मानसिक रूप से अविकसित बच्चे को जन्म देना माता-पिता के लिए भयंकर दुख की बात है लेकिन इस तरह के भ्रूण का गर्भपात करना सही है तो हम क्यों नहीं उन बच्चों या व्यस्कों को मार देते हैं जो विकलांग हैं, जो विकृत हैं। हो सकता है ऐसी स्थिति उत्पन्न हो जहाँ गर्भपात सबसे बड़ी मानवीय विकल्प हो उदाहरणार्थ माता के जीवन को बचाने के लिए। लेकिन ईमानदारी से कहते हैं सबसे ज्यादा गर्भपात असुविधाजनक गर्भधारण के कारण घबराकर या माता-पिता द्वारा बाद में बच्चे की चाहत के कारण कराये जाते हैं। बौद्धों के लिए किसी जीवन को नष्ट करने के लिए ये सब बहुत घृणित कारण है।

**प्रश्न— अगर किसी ने आत्महत्या की क्या यह पहले शील का अनादर होगा?**

**उत्तर—** अगर कोई व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की हत्या करता है तो वह ऐसा डर, क्रोध घबराहट, लालच या कुछ दूसरे घृणात्मक मनोभाव के कारण करता है। अगर कोई व्यक्ति आत्म हत्या करता है तो वह करीब-करीब वैसे ही कारणों से या दूसरे ऋणात्मक मनोभाव जैसे निराशा या अवसाद के कारण करता है। तो जहाँ हत्या दूसरों के सम्बन्ध में ऋणात्मक मनोभावों का परिणाम है आत्म हत्या स्वयं से सम्बन्धित ऋणात्मक मनोभावों का परिणाम है और इसलिए शीलों का उल्लंघन होगा। यद्यपि कोई भी जो आत्म हत्या का विचार करता है या आत्म हत्या का प्रयास किया इस बात को बताने की जरूरत नहीं कि वह गलत कर रहे है। उन्हें हमारी सहायता और ज्ञान शक्ति की जरूरत है। उन्हें हमें यह समझाने में मदद करनी होगी कि स्वयं को मारना अपनी समस्या से भागना है न कि हल करना।

**प्रश्न— हमें दूसरे शील के बारे में बताइये?**

**उत्तर—** अब जब हम इस शील पर विचार करे तो हम उस चीज का लेने का प्रयत्न नहीं करते है जो हमारा नहीं होता। दूसरा शील अपनी लालच को रोकना और दूसरों की संपत्ति का आदर करना है।

**प्रश्न—तीसरो शील कहता है कि हमें व्याभिचार का त्याग करना चाहिए। व्याभिचार क्या है?**

**उत्तर—**यदि हम छल, भावनात्मक डर, किसी को बलपूर्वक सहवास करने को कहते हैं तब यह व्याभिचार कहा जा सकता है। पर पुरुष गमन भी एक प्रकार व्याभिचार है क्यों कि जब शादी करते हैं तो हम पति और पत्नी से वादा करते हैं कि विश्वास पात्र बने रहेंगे। जब हम पर पुरुष गमन करते हैं तो उस वादा का उल्लंघन करते है। और उनका विश्वास तोड़ते हैं सहवास दो लोगो के बीच प्यार और अत रंगता का सूचक है और जब यह है तो हमारी मानसिक और भावनात्मक कुशलता में सहायक है।

**प्रश्न—क्या शादी से पहले सहवास एक प्रकार का व्याभिचार है?**

**उत्तर—**नहीं, यदि प्यार दो लोगों के बीच आपसी सहमति से होता है। यद्यपि इस बात को भूलना चाहिए सहवास का जीव वैज्ञानिक उपयोग संतान उत्पत्ति है और यदि अविवाहित महिला गर्भवती हो जाती है यह बड़े समस्या का कारण हो सकता है। बहुत सारे परिपक्व और विचारशील लोग सोचते हैं कि शादी के पहले सहवास न करना ही बेहतर है।

**प्रश्न— बुद्ध धम्म जन्म निरोध के बारे में क्या कहता है?**

**उत्तर—**कुछ धर्म शिक्षा देते है कि सहवास उत्पत्ति के अलावा किसी दूसरे कारणवश हो तो वह अनैतिक है और इसलिए सभी तरह के जन्म निरोध को वे गलत मानते है। बुद्ध धम्म सहवास को अनेको उद्देश्य के लिए स्वीकार करता है। जैसे—उत्पत्ति, संतुष्टि, दो लोगों के बीच आपसी प्रेम व स्नेह दर्शाने के लिए आदि। अगर ऐसा है तो गर्भपात के अलावा सभी प्रकार के जन्म निरोध को स्वीकार करता है। यथार्थ में इस विश्व में जहाँ जनसंख्या विस्फोट एक भारी समस्या है बुद्ध धम्म इसके बारे में यही कहेगा, कि जन्म निरोध एक सच्चा आर्शिवाद है।

**प्रश्न— चौथे शील के बारे क्या विचार हैं? क्या बिना झूठ बोले जीना संभव है?**

**उत्तर—**इस तरह की उग्र और भ्रष्ट मानसिकता बदलनी चाहिए कि बिना झूठ बोले समाज में रहना और व्यवसाय करना सचमुच असंभव है। बौद्ध वह है जो समस्याओं को लेकर सत्यपूर्ण और ईमानदार रहने का प्रयास करे और उसे सुलझाने के लिए व्यवहारिक दृष्टिकोण अपनाने का निश्चय करता है।

**प्रश्न— आप किसी बगीचे में बैठे हैं और एक भयाक्रान्त व्यक्ति आपके सामने से दौड़ता हुआ जाता है और तब कुछ मिनटों के बाद दूसरा व्यक्ति चाकू लेकर आपके सामने से दौड़ते हुए जाता है और पूँछता है क्या आपने पहले व्यक्ति को इधर से कहीं जाते देखा है उससे सत्य बोलेंगे या आप झूठ बोलेंगे?**

**उत्तर—** अगर मेरे पास संदेह करने का उचित कारण है कि दसूरा व्यक्ति पहले को गंभीर नुकसान पहुँचाने जा रहा है। एक बुद्धिमान विचारशील बौद्ध की तरह झूठ बोलने में मैं नहीं हिचकिचाऊँगा। हमने पहले कहाँ कि गलत या सही कार्य का इरादा कुछ कारक निर्धारित करते हैं। जैसे जीवन बचाने का इरादा बहुधा ज्यादा धनात्मक होता है, झूठ बोलने के ऋणात्मकता से, विशेषकर इस तरह की परिस्थितियों में। यदि झूठ बोलने, पीने, या चोरी करने से जीवन बच सकता है मुझे यह करना चाहिए। मैं इन शीलों को तोड़कर संशोधन कर सकता हूँ लेकिन जीवन जाने के बाद दुबारा कभी वापस नहीं ला सकता। जो भी हो जो पहले कहाँ सुविधाजनक अवस्था में कृपया उन्हें शीलों के उल्लंघन के लिए अनुमति न समझे। इन शीलों का अभ्यास अति सावधानी से करना चाहिए और केवल प्रतिकूल अवस्था में ही उल्लंघन करना चाहिए।

**प्रश्न—पाँचवा शील कहता है, कि हमें मद्यपान और नशीले पदार्थों का सेवन नहीं करना चाहिए। क्यों नहीं?**

**उत्तर—**लोग स्वाद के लिए नहीं पीते। जब वह अकेले पीते हैं तो वे तनाव से मुक्ति की जरूरत महसूस करते हैं और जब सामाजिक रूप से पीते हैं तो यह संभवतः अनुरूपता के लिए पीते हैं। थोड़ी सी मदिरा भी चेतना और सतर्कता को बिगाड़ती है। अधिक मात्रा में लेने पर इसका प्रभाव विनाशकारी हो सकता है। बौद्ध कहते हैं, कि अगर आप पाँचवे शील का उल्लंघन करते हैं, आप सभी दूसरे शीलों का उल्लंघन कर सकते हैं।

**प्रश्न— लेकिन केवल थोड़ी मात्रा में पीना शीलो का सचमुच उल्लंघन होगा , क्या यह ऐसा होगा , क्या यह केवल छोटी बात है?**

**उत्तर—** हाँ यह छोटी बात है और यदि आप छोटी बात का भी अभ्यास नहीं कर सकते। आपका समर्पण और संकल्प बहुत मजबूत नहीं, ऐसा है।

**प्रश्न—क्या धूम्रपान पांचवे शील के प्रतिकूल होगा?**

**उत्तर—**धूम्रपान का निश्चित ही शरीर पर बुरा प्रभाव होगा लेकिन मनपर इसका प्रभाव थोड़ा है। कोई व्यक्ति धूम्रपान करता है इसके बावजूद सचेत सावधान और स्वयं के बस में भी रहता है। तो शीलों का उल्लंघन न होने के बाद भी धूम्रपान की सलाह नहीं दी जा सकती।

**प्रश्न—** पंचशील ऋणात्मक है, ये आपको बताते है कि क्या नहीं करना है। ये आपको नहीं बताते क्या करना है?

**उत्तर—**पंचशील बौद्ध नैतिकता का आधार है। ये सब पूरे नहीं है। हम अपने बुरे व्यवहार का निरीक्षण शुरू करते हैं और इसको सही कराने का प्रयत्न करते हैं। ये पाँचो शील ऐसे ही हैं। जब हम गलती करना बंद कर देते हैं, तब हम अच्छाई करने का प्रयास शुरू करते हैं। चौथे शील का उदाहरण लें, बुद्ध ने कहा कि हमें असत्य भाषा के प्रयोग से बचना चाहिए। इसके बाद हमें सत्य विनम्रता और उदारता से बोलना चाहिए। नीतिगत और उचित वक्त पर बोलना चाहिए। असत्य भाषण का त्याग कर वह सत्यवक्ता विश्वसनीय भरोसेमंद अवलंबन योग्य हो जाता है वह दुनिया से छलावा नहीं करता। ईर्ष्या भाषण का त्याग कर जो यहाँ सुना है उसको वहाँ नहीं दुहराता है न ही यहाँ नहीं दुहराता है जो वहाँ सुना है जिसके परिणाम स्वरूप लोगों के बीच मतभेद पैदा हो। उनके बीच वह संधि कराता है जो विभाजित हैं और उन लोगों को और करीब लाता है जो पहले से मित्रवत हैं। अनुरूपता उसकी खुशी है एकता उसकी प्रसन्ता है, एकता उसका प्यार है, यही उसके भाषण का उद्देश्य है। कठोर भाषण का त्याग कर उसका भाषण आरोप मुक्त है, कानों के लिए सुहावना है। अनुकूल, हृदय को स्पंदित करने वाला, सभ्य और सबके द्वारा पसंद किया जाने वाला है। व्यर्थ वकवास का त्याग कर वह सही वक्त पर, जो सही हो, विषय केन्द्रित, धम्म के बारे में और शिष्टाचार के बारे में बोलता है। वह नाप तौल कर बहुमूल्य शब्द, उचित समय पर, अच्छे से परिभाषित और विषय पर बोलता है।

## अध्याय-5

### पुनर्जन्म

**प्रश्न—हम मनुष्य कहाँ से आते हैं और कहाँ जा रहे हैं?**

**उत्तर—**इस प्रश्न के तीन सम्भावित उत्तर हैं जो लोग ईश्वर/ईश्वरों में विश्वास करते हैं साधारणतः दावा करते हैं कि जब व्यक्ति की रचना की गयी तो उनका अस्तित्व नहीं था। तब उनमें ईश्वर की इच्छा से प्राणों का संचार हुआ। वे अपना जीवन बिताये और तब अपने जीवन में विश्वास और कर्म के अनुसार वे सनातन स्वर्ग या नरक में जाते हैं। दूसरे हैं, मनुष्य प्रकृति का अध्ययन करने वाले और वैज्ञानिक, जो दावा करते हैं कि व्यक्ति में प्राणों का संचार गर्भाधन के समय प्राकृतिक कारणों से होता है, वे जीते हैं और तब मृत्यु के समय अस्तित्व समाप्त हो जाती है। बुद्ध धम्म इनमें से किसी वर्णन को स्वीकार नहीं करती। पहला बहुत सारे नीतिगत समस्याओं को जन्म देती है। यदि परोपकारी ईश्वर सचमुच हममें प्रत्येक की रचना करता है। तो इसका वर्णन करना बहुत ही मुश्किल होगा क्यों बहुत सारे लोग भयानक विकृति रूप में जन्म लेते हैं या जो नहीं जन्में वे बहुत सारे बच्चे गर्भपात का शिकार क्यों हो जाते हैं। ईश्वरवादी वर्णन के साथ एक और समस्या यह है कि यह बहुत ही अनुचित प्रतीत होता है कि एक व्यक्ति को नरक में भारी पीड़ा से गुजरना होता है जो उसने साठ व सत्तर साल तक पृथ्वी पर किये 60 या 70 वर्ष का अविश्वास और अनैतिक जीवन सनातन यातना का अधिकारी प्रतीत नहीं होता। इसी तरह 60 या 70 वर्ष का सदाचारी जीवन के बदले सनातन स्वर्ग में आदर बहंत ही छोटा प्रतीत होता है। दूसरा वर्णन पहले से ज्यादा अच्छा है और इसके पक्ष में ज्यादा वैज्ञानिक प्रमाण हो सकता है लेकिन अब भी बहुत सारे प्रश्न अनुत्तरित हैं। कोई भी घटना इतनी गूढ़ कैसे हो सकती है। जैसे कि मप्तिस्क चेतना वीर्य और अण्डाणु के साधरण योग से विकसित होती है वह भी सिर्फ नव माह में। और अब परमनोविज्ञान की प्रमाणिक शाखा है। मानसिक संक्रमण जैसी घटना मप्तिस्क की भौतिकवादी माडल मे शामिल करना दुरुह कार्य है। मनुष्य कहाँ से आते हैं और कहाँ जा रहें हैं इसका सबसे सन्तोषजनक उत्तर बुद्ध धम्म देती है जब हम मृत्यु को प्राप्त होते हैं, मप्तिस्क द्वारा विकसित सभी प्रवृत्तियां, गुण विकासशील अण्डाणु में पुनः स्थापित हो जाती है। इस तरह व्यक्ति आगे बढ़ते हुये अपने पिछले जीवन और नये परिवेश से सीखते हुये अपने मानसिक आदतों में परिवर्तन करता रहता है। व्यक्तित्व का पुनःनिर्माण सचेतन प्रयास से और कुछ कारक जैसे शिक्षा, माता पिता का प्रभाव और समाज द्वारा होगा। मृत्यु के बाद, यह एक बार फिर नये अंकुरित अण्डाणु के रूप में स्वयं को पुनः स्थापित करेगा। मृत्यु और जीवन की प्रक्रिया निरन्तर जारी रहेगी जब तक की कुछ कारण जैसे की लालसा और अज्ञानता खत्म नही हो जाती। जब ऐसा हो दुबारा जन्म लेने के स्थान पर मप्तिस्क निर्वाण की अवस्था को प्राप्त कर लेता है और यही बुद्ध धम्म में परम पद है और जीवन का उद्देश्य भी।

**प्रश्न—किस तरह मन एक शरीर से दूसरे शरीर में जाता है?**

**उत्तर—**इसके बारे में जानने के लिए रेडियो तरंगों का अनुमान करें। रेडियो तरंग जबकि शब्दों या संगीत से नहीं बने बल्कि भिन्न बारम्बारता पर ऊर्जा हैं,

स्थानान्तरित होती है, अन्तरिक्ष से गुंजरती हैं, आकर्षित और रिसीवर यन्त्र द्वारा प्राप्त किया जाता है जहाँ से ये मनसमान ही शब्दों और संगीत रूप में प्रसारित हुई। मृत्यु के समय मानसिक ऊर्जा अन्तरिक्ष से गुंजरती है, गर्भाधान डिम्ब द्वारा आकर्षित और प्राप्त की जाती हैं जब भ्रूण विकसित होता है यह स्वयं को मन में केन्द्रित करता है जहाँ से यह बाद में स्वयं को अपने नये व्यक्तित्व के रूप में प्रसारित करता है।

**प्रश्न—क्या कोई हमेशा मानव जाति के रूप में जन्म लेता है।**

**उत्तर—**नहीं, अनेकों प्रदेश/प्रजातियाँ हैं जिसमें कोई पुर्नजन्म ले सकता है। कुछ लोग स्वर्ग में पुर्नजन्म लेते हैं, कुछ नरक में पुर्नजन्म लेते हैं। कुछ लोग भूखी प्रवृत्ति के रूप में जन्म लेते हैं इत्यादि। स्वर्ग कोई स्थान नहीं जो अस्तित्व में हो जहाँ कोई शरीर रूप में रहता हो और जहाँ मनकेवल आनन्द का अनुभव करता हो सभी अवस्था की तरह स्वर्ग भी अस्थायी हैं और जीवन अवधि जब समाप्त होती है दुबारा व्यक्ति का पुर्नजन्म मनुष्य के रूप में हो सकता है इसी तरह नरक कोई स्थान नहीं जो अस्तित्वगत हो जहाँ कोई सशरीर रहता हो और जहाँ व्यक्ति का मनमुख्यतः क्रोध और पीड़ा का अनुभव करता हो। भूखी प्रवृत्त मनुष्य की तरह पुर्नजन्म लेना भी अस्तित्व की एक अवस्था है जहाँ शरीर सूक्ष्म रूप में है और जहाँ मननिरन्तर लालसा और असन्तोष से पीड़ित रहता है। अतः स्वर्गिक अवस्था में व्यक्ति मुख्यतः आनन्द का अनुभव करता है, नरकीय अवस्था में और भूखी प्रवृत्ति में लोग मुख्यतः दुख का अनुभव करते हैं और मनुष्य जाति मुख्यतः दोनों के मिश्रण का अनुभव करती है। मानव जाति और अन्य जातियों के बीच का मुख्य अन्तर शरीर के प्रकार में और अनुभवजनित गुण का है।

**प्रश्न— व्यक्ति का पुर्नजन्म कहाँ होगा इसके निर्णायक तत्व क्या हैं।**

**उत्तर—**काम सबसे प्रमुख कारक है लेकिन केवल यही नहीं प्रभावित करता है कि हमारा पुर्नजन्म कहाँ होगा और जीवन किस प्रकार का होगा। काम शब्द का अर्थ होता है क्रिया और यह हमारे इच्छा रूप मानसिक क्रिया को इंगित करता है। दूसरे शब्दों में, हम क्या हैं इसका निश्चय भूतकाल में हमारे सोच और क्रिया का फल है। इसी तरह हमारी वर्तमान सोच व क्रिया हमारे भविष्य को प्रभावित करेगी कि वह कैसा होगा। सज्जन, प्रेमी प्रकार का व्यक्ति स्वर्ग प्रदेश में पुर्नजन्म की ओर प्रवृत्त होता है उस मानव जाति के रूप में जिसमें सूहाने अनुभवों की प्रबलता हो। क्रोधी चिन्तित व अत्यक्षिक कठोर व्यक्ति नरक प्रदेश में पुर्नजन्म की ओर प्रवृत्त रहता है या उस मानव जाति के रूप में जहाँ आनन्द न देने वाले अनुभवों की प्रबलता हो। व्यक्ति जो लालसा प्रचण्ड उत्कण्ठा और तीव्र अभिलाषा से भरा हो, जो कभी संतुष्ट नहीं होता, भूखा प्रवृत्त के रूप में पुर्नजन्म पाता है या उस मानव जाति के रूप में जो लालसा और चाह से निराश रहता है। इस वर्तमान जीवन में जो भी मानसिक आदते तीव्रता से उत्पन्न की जाती है साधारणतः अगले जन्म में जारी रहती है। यद्यपि अधिकांश लोग मनुष्य जाति के रूप में पुर्नजन्म पाते हैं।

**प्रश्न— तो हम अपने काम के द्वारा निर्धारित नहीं होते, हम इसे बदल सकते हैं।**

**उत्तर—**अवश्य ही हम ऐसा कर सकते हैं। इसलिए ही आर्य आष्टांगिक मार्ग की ओर एक कदम भी सराहनीय प्रयास है। यह हमारे निष्कपटता पर निर्भर करता है कि कितनी ऊर्जा हम लगाते हैं और कितनी मजबूत



आदते हैं लेकिन यह सत्य है कि कुछ लोग भूतकाल की आदतों से प्रभावित हुए बिना इसमें परिवर्तन के प्रयास के और आनन्द न देने वाले परिणाम के भुक्तभोगी के रूप में यूँ ही जीवन जीते हैं। इस तरह के लोगों का दुख जारी रहेगा। जब तक वे अपने ऋणात्मक आदतों में परिवर्तन न कर लें। जितनी ज्यादा ऋणात्मक आदतें रहती हैं उतनी ही ज्यादा मुश्किलें इसके परिवर्तन में होती हैं। बौद्ध इसको समझते हैं और प्रत्येक अवसरों का लाभ उठाते हैं और उन मानसिक आदतों को तोड़ने में प्रत्येक अवसरों का लाभ उठाते हैं जिसका आनन्द न देने वाला परिणाम हो और आनन्ददायक परिणाम वाले आदतों को विकसित करते हैं। ध्यान मनके आदतों के प्रकार में सुधार की एक प्रक्रिया है जैसे कि बोलना या बोलने पर विराम लगाना।

अभिनय करना या अभिनय पर विराम लगाना निश्चित तरीकों से। सम्पूर्ण बौद्ध जीवन मनको मुक्त और पवित्र करने का प्रशिक्षण है। उदाहरणार्थ, अगर आपके पिछले जीवन में सहनशीलता और दयालुता आपके चरित्र का निर्णायक हिस्सा था तो इस तरह की प्रवृत्ति आपके वर्तमान जीवन में भी दृष्टिगोचर होगा। अगर वर्तमान जीवन में इस प्रवृत्ति का उत्साहवर्धन और विकास किया जाय तो वे भविष्य में और भी और अधिक मजबूती से दृष्टिगोचर होगा। यह साधारण और निरीक्षित विचारों पर आधारित सत्य है कि लम्बे समय से स्थापित आदतों को तोड़ना कठिन होता है। अभी जब आप सहनशील और दयालु हैं आप आसानी से दूसरों द्वारा अशान्त होने की ओर प्रवृत्त नहीं होते। आप बैर नहीं रखते, लोग आपको पसन्द करते हैं और अतः खुशी के अनुभव की ओर प्रवृत्त रहते हैं।

दूसरा उदाहरण लीजिए, मानकर चलते हैं कि आप अपने अतीत जीवन के मानसिक आदतों के कारण वर्तमान जीवन में सहनशीलता और दयालुता की ओर प्रवृत्त हुए। लेकिन इस वर्तमान जीवन में इस प्रवृत्ति को मजबूत और विकसित करने से नकारते हैं। ये क्रमशः कमजोर तथा मृतप्राय होता जायेगा और शायद भविष्यकाल के जीवन से पूर्णतः अनुपस्थित होगा। इस स्थिति में सहनशीलता और दयालुता घटेगी, वर्तमान जीवन या अगले जन्म में इसकी सम्भावना होगी कि आपके क्रोधी स्वभाव गुस्सा और निर्दयता बढ़े और विकसित हो और परिणामतः इस तरह की स्थिति में आनन्द न देने वाले अनुभव को उत्पन्न करे। हम लोग एक अन्तिम उदाहरण लेंगे। मान लेते हैं कि आपके बीते जीवन की मानसिक आदतों के कारण आप वर्तमान जीवन के क्रोधी स्वभाव और गुस्सा लेकर प्रवृत्त हुए। आपने महसूस किया कि इस तरह की आदतें आनन्द न देने का कारण हैं। अगर इस तरह की प्रवृत्तियों को आप कमजोर करते हैं वह अगले जीवन में थोड़े और प्रयास के साथ दृष्टिगोचर होगी। वे पूर्णतः दूर होंगी और आप इसके आनन्द न देने वाले प्रभाव से मुक्त होंगे।

**प्रश्न—आपने पुर्नजन्म के बारे में बहुत विस्तार से चर्चा की। लेकिन क्या कोई प्रमाण है कि मरने के बाद दुबारा जन्म होता है।**

**उत्तर—**पुर्नजन्म के बौद्ध विश्वास के समर्थन में केवल वैज्ञानिक साक्ष्य ही नहीं इसका जीवन के बाद का सिद्धान्त भी है। जो इसके साक्ष्य का समर्थन करता है। स्वर्ग के

अस्तित्व के प्रमाण के लिए एक टुकड़ा साक्ष्य भी नहीं और बिल्कुल ही नहीं , मृत्यु के उपरान्त नाश का साक्ष्य अवश्य ही अल्प होगा। लेकिन 30 सालों में परामनोवैज्ञानिकों ने विवरण का अध्ययन किया कि बहुत सारे लोगों को अपना पिछला जीवन स्पष्टता से याद है। उदहारणार्थ इंग्लैण्ड में एक 5 वर्षीय बच्ची ने कहा कि वह अपने दूसरे माता-पिता का स्मरण कर सकती है और उसने दूसरे लोगों के जीवन में घटी घटनाओं का स्पष्टता से वर्णन किया। परामनोवैज्ञानिक बुलाये गये और उन्होंने एक से ज्यादा सवाल किये , जिसका उस बच्ची ने उत्तर दिया। उसने एक विशिष्ट गाँव में रहने की बात की जो स्पेन प्रतीत होता है। उसने गाँव का नाम बताया उस गली का नाम जिसमें वह रही है, पड़ोसियों को नाम और विस्तार से अपने प्रतिदिन के जीवनचर्या के बारे में बात की। उसने रोते हुए बताया कि किस तरह से वह कार से जा टकरायी और घायल हो दो दिनों के बाद मरी। जब इन विवरणों की जांच की गयी, यह सत्य पाया गया। जो उस लड़की ने बताया उसी नाम का एक गाँव स्पेन में था। जिस गली का वर्णन उसने किया उसमें उसके बताये गये प्रकार का मकान था। इससे भी बढ़कर पाया गया कि उस घर में रहने वाली एक वृद्ध औरत की मौत पांच वर्ष पहले कार दुर्घटना में हुई। अतः इंग्लैण्ड में रहने वाली पांच वर्षीय बच्ची को यह सभी बातें विस्तार से मालूम होना कैसे सम्भव है जब वह स्पेन में कभी नहीं रही। और भी यही केवल उस तरह की पहली घटना नहीं। वर्जीनिया विश्वविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग के प्रोफेसर इवान इस्टीवेंशन ने अपनी पुस्तकों में इस तरह की घटनाओं का वर्णन किया है। ये बौद्ध पुर्नजन्म के शिक्षा का बहुत गहरा प्रमाण है क्योंकि वे एक मान्यता प्राप्त वैज्ञानिक हैं जो 25 सालों से इन लोगों का अध्ययन कर रहे हैं जो अपने पिछले जीवन का स्मरण कर सकते हैं।

**प्रश्न—कुछ लोग कहते हैं कि प्रेत छाया से युक्त लोग ही पिछले जीवन के बारे में अनुमान लगाने में दक्ष होते हैं।**

**उत्तर—**प्रेतों का काम कहकर आप सीधे सभी चीजों को नहीं नकार सकते जो आपके विश्वास से मेल न खाता हो। जब किसी भी विचार के समर्थन में कठोर सत्य प्रस्तुत किया जाता है तो हमें अवश्य ही विवेक और तर्क से वाद-विवाद करना चाहिए और अगर प्रतिवाद करना चाहें—प्रेत का जिक्र कर बुद्धिहीनता और मिथ्या विश्वास में नहीं पड़ना चाहिए।

**प्रश्न—आप कह सकते हैं कि पुर्नजन्म के बारे जिक्र भी थोड़ा मिथ्या विश्वास ही है?**

**उत्तर—**शब्दकोष भ्रम को इस तरह परिभाषित करती है "एक विश्वास जो कि कारण या सत्य पर आधारित

नहीं लेकिन विचारों के समूह पर है, जादू के रूप में। अगर आप मुझे प्रेत के विद्यमानता का सावधानीपूर्वक अध्ययन दिखा सकते हैं जो वैज्ञानिक द्वारा लिखित हो मैं इसे स्वीकार करूँगा कि प्रेत के ऊपर विश्वास भ्रम जाल नहीं है। लेकिन मैंने कभी भी प्रेतों के ऊपर अन्वेषण के बारे में नहीं सुना, वैज्ञानिक साधारणतः इस तरह के अध्ययन के बारे में चिन्तित नहीं होते। अतः मैं कह सकता हूँ कि प्रेतों की विद्यमानता का प्रमाण नहीं। लेकिन हमने अभी देखा है इसका प्रमाण है जो संकेत देती है

कि पुर्नजन्म होती है। अगर पुर्नजन्म के ऊपर विश्वास कम से कम कुछ सत्यों पर आधारित है, इसे भ्रमजाल नहीं समझा जा सकता।

**प्रश्न—क्या कोई वैज्ञानिक है जो पुर्नजन्म पर विश्वास करता है?**

**उत्तर—**हाँ, थामस हक्सले जो 19वीं शताब्दी में ब्रिटेन विद्यालय पद्धति में विज्ञान को लागू कराने के लिए जिम्मेदार माने जाते हैं और वे पहले वैज्ञानिक थे जिन्होंने डार्विन के सिद्धान्तों पर प्रतिवाद किया वे विश्वास करते हैं कि दुबारा अवतार लेना अति लोकप्रिय विचार था। अपने प्रसिद्ध पुस्तक क्रम विकास वाद एवं नीतिशास्त्र और अन्य लेख में वे कहते हैं! पुनर्जन्म के सिद्धान्त के मूल में जो भी हो ब्राह्मण सम्बन्धित और बुद्धिष्ट कल्पना में पाया, तैयार हस्तगत ब्रह्मांड से आदमी तक एक न्यायसंगत सत्याभास के तरीकों के सृजन का मतलब—फिर भी इसके न्यायसंगतता को तर्क दूसरों से कम कर सत्याभाषी नहीं है , और कोई दूसरा नहीं बल्कि बहुत उतावले विचारक इसे अन्तरनिहित अतार्किकता के कारण अस्वीकार करेंगे। उदविकास के सिद्धांत के तरह ही पुर्नजन्म का भी मूल संसार में है और यह बड़ा तर्क जैसे कि अनुरूपता का विज्ञान के तरह समर्थन का दावा कर सकता है। १ प्रसिद्ध स्वीडिस खगोल वैज्ञानिक, भौतिक वैज्ञानिक और आइन्सटीन के मित्र प्रोफेसर गुस्ताव स्ट्रोमवर्ग ने भी पुर्नजन्म के विचारों को आकर्षक पाया। राय में मतभेद हो सकता है कि पृथ्वी पर मनुष्य आत्मा का अवतार होता है या नहीं। 1936 ई० में एक बहुत ही मजेदार घटना का विस्तार से निरीक्षण और विवरण भारत सरकार के अधिकारियों द्वारा प्रस्तुत किया गया। एक लड़की (शान्ति देवी, दिल्ली से) अपने पिछले जीवन का यथार्थता से वर्णन कर सकती थी (मथुरा की, दिल्ली से पांच मील दूर) जिसका दूसरे जन्म के एक वर्ष पहले अन्त हो गया। उसने अपने बच्चों और पति का नाम बताया तथा जीवन नितान्त और घर का वर्णन किया। निरीक्षक आयोग उसे उसके पहले सगे सम्बन्धियों के पास लाये, जिन्होंने उसके सारे कथनों को प्रमाणित किया। भारत के लोगों में पुनः अवतार को सामान्य समझा जाता है आश्चर्यजनक घटना उस लड़की द्वारा स्मरण किये गये बहुत सारे सत्यों से था। ऐसी और समान तरह की घटनाओं से यादाश्त के अविनाशी होने के सिद्धान्त को अतिरिक्त प्रमाण के रूप में समझा जा सकता है। प्रोफेसर जुंलीयन हक्सले, विशिष्ट ब्रिटिश वैज्ञानिक जो कि यूनेस्को के डारेक्टर जनरल थे ने पुर्नजन्म को वैज्ञानिक विचार धारा से मेल खाता हुआ पाया। कुछ भी किसी प्रकार मृत्यु से स्थायी रूप से मुक्त से पृथक सजीव आत्मा के विरुद्ध नहीं, जैसे एक प्रेषी यंत्र द्वारा निर्धारित तरीकों से निश्चित बेतार संदेश दिया जाता है। लेकिन यह भी याद रखना है कि बेतार संदेश तभी तक बना रहता है जब तक यह पुनः एक नये भौतिक संरचना अर्थात् ग्राही के संपर्क में आता है ———कभी सोचता या महसूस नहीं करता जब तक यह पुनः सशरीर नहीं होता। हमारा व्यक्तित्व शरीर पर इतना आधारित है कि सचमुच जीवन के विषय में सोचना भी असंभव है जो कि शरीर के बिना किसी सही मायनों में वैयक्तिक ही होगा ———मैं कुछ ऐसे के विषय में सोच सकता हूँ जिसका आदमी और औरत से वैसा ही संबंध है जैसा कि एक

बेतार संदेश का प्रेषी यंत्र से है; लेकिन उस तरह 'मृत' जैसे हम देख सकते हैं, कुछ और नहीं बल्कि भटकते विभिन्न प्रारूपों का उपद्रव होगा जब तक कि —वे —चेतना के वास्तविकता में नहीं आते हैं कुछ ऐसे से संबद्ध वे जो दिमाग के लिए ग्राही यंत्र के तरह कार्य कर सकें। व्यवहारिक और जमीन से जुड़े लोग जैसे अमेरिकी उद्योगपति हेनरी फोर्ड ने भी इस विचार या पुर्नजन्म को स्वीकार किया। फोर्ड इस विचार के प्रति आकर्षित हुए थे क्योंकि यह स्वयं के विकास के लिए दुबारा अवसर देती है। हेनरी फोर्ड ने कहा, मैंने पुनः अवतार के सिद्धान्त को ग्रहण किया तब मैं 26 वर्ष का था इस बिन्दु पर धर्म ने कुछ भी प्रदान नहीं किया। काम ने भी मुझे पूर्णतः सन्तुष्ट नहीं किया। काम निरर्थक है अगर आप अपने इस जन्म के प्राप्त अनुभव को अगले जन्म में उपयोग नहीं करते। जब मैंने खोजा, जो पुनः अवतार था बल्कि मैंने एक वैश्विक योजना पा ली। मैंने महसूस किया कि अपने विचारों पर कार्य करने के लिए एक अवसर था। समय की सीमा नहीं थी, मैं समय के हाथों का गुलाम नहीं हूँ। अपूर्व बुद्धि अनुभव है। कुछ लोग सोचते प्रतीत होते हैं कि यह उपहार या बुद्धिमत्ता है लेकिन यह अनेकों जीवों के लम्बे अनुभवों का फल है। कुछ दूसरों से प्राचीन आत्मा हैं और इसलिए वे ज्यादा समझदार हैं। पुनः अवतार की खोज ने मेरे मन को सरल बनाया। अगर आप इस वार्तालाप के अभिलेख को सुरक्षित करते हैं, इसे लिख लीजिए जिससे कि यह मनुष्य मनको सरल करे। मैं दूसरों को सन्देश देना चाहूँगा शान्ति जो पुराने विचारों का जीवन हमें देती है। अतः पुनर्जन्म की बौद्ध की शिक्षा का कुछ वैज्ञानिक आधार है। यह तर्क के अनुरूप दृढ़ है और मनुष्य के भाग्य के बारे में कुछ महत्वपूर्ण प्रश्नों का उत्तर देते हुए दूर तक जाती है। लेकिन यह सन्तोषदायक भी है। बुद्ध के अनुसार अगर आप इस जीवन में निर्वाण प्राप्त करने में असफल रहते हैं आपके पास अगल बार प्रयास करने का अवसर होगा। अगर आपने इस जीवन में गलतियों की आप अगले जीवन में स्वयं को सुधार के योग्य पायेंगे। आप यथार्थ में अपने गलतियों से सीखने के योग्य पायेंगे। जिस चीज को इस जीवन प्राप्त करने में आयोग्य थे हो सकता है अगले जन्म में सम्भव हो। इतनी सुखद शिक्षा है।

**प्रश्न— यह सभी सर्वथा बुद्धिमानी से संतुष्टि प्रदान करती है लेकिन मैं अवश्य स्वीकार करता हूँ कि मैं अब तक थोड़ा संशय में हूँ।**

**उत्तर—** यह ठीक है बुद्ध धम्म अपने सारे विचारों पर परम विश्वास की मांग नहीं करता जब यह आपकी समझ से परे हो। आपको किसी चीज पर बलपूर्वक विश्वास दिलाने से क्या फायदा जब आपका हृदय इसकी गवाही नहीं देता। आप अब भी उसी चीज का अभ्यास करें जो आपके लिए मददगार हो, उस विचार को स्वीकार करें जो आप समझते हों और उससे बिना पुर्नजन्म में विश्वास के लाभ पाते हों। कौन जानता है वह समय भी आये जब आप पुर्नजन्म के सत्य को जानें।

## अध्याय-6

### ध्यान

**प्रश्न – ध्यान क्या है?**

**उत्तर –** ध्यान मनके परिवर्तन का सचेतन प्रयास है कि यह किस प्रकार कार्य करता है। ध्यान के लिए पाली शब्द भावना है जिसका आशय आगे बढ़ने से या विकसित होने से है।

**प्रश्न – क्या ध्यान आवश्यक है?**

**उत्तर –** हाँ यह है, इससे फर्क नहीं पड़ता कि हम कितने भले होना चाहते हैं, यदि हम अपनी इच्छाओं/अभिलाषाओं में परिवर्तन नहीं करते जो हमें वो कार्य करने को प्रेरित करते हैं, जो चाहती है, परिवर्तन मुश्किल होगा। उदाहरणार्थ – एक व्यक्ति महसूस करता है कि वह अपनी पत्नी के साथ व्याकुल है और वह स्वयं से वादा करता है कि मैं अभी से ही आगे व्याकुल नहीं होने जा रहा। लेकिन एक घंटे के बाद ही वह अपनी पत्नी पर चीखने चिल्लाने लगता है, केवल इसलिये क्योंकि वह अपने प्रति सचेत नहीं, व्याकुलता उसके बिना संज्ञान के पैदा हुई, ध्यान हमारे चेतना के विकास में सहायक होती है, और गहरे जड़ जमाये मानसिक आदतों में परिवर्तन के लिये उर्जा की जरूरत होती है।

**प्रश्न – मैंने सुना है, ध्यान खतरनाक हो सकता है। क्या यह सत्य है?**

**उत्तर –** जीने के लिये हमें नमक की जरूरत होती है। लेकिन अगर आप को एक किलो नमक खाना पड़े तो शायद यह आपको मार देगा। आधुनिक दुनिया में रहने के लिये आपको कार की जरूरत है। लेकिन यदि आप यातायात नियमों का पालन नहीं करते, आप मदिरा पान कर कार चलाते हैं, कार एक खतरनाक मशीन की तरह होगा। ध्यान ऐसा ही है। यह हमारे मानसिक स्वास्थ्य और कुशलता के लिये आवश्यक है, लेकिन अगर आप गलत रीति से इसका अभ्यास करते हैं, यह समस्या पैदा कर सकती है। कुछ लोगों को अवसाद, अनचाहा डर या पागलपन जैसी समस्या होती है और वो सोचते हैं, कि ध्यान इस समस्याओं से तुरंत राहत देता है। वे ध्यान करना शुरू करते हैं और कभी-कभी समस्या और बढ़ जाती है। अगर आपको इस तरह की समस्या है तो आपको सबसे पहले विशेषज्ञ से सलाह लेनी चाहिए और जब आप कुछ अच्छे हो जायें तो ध्यान का अभ्यास शुरू करना चाहिए। कुछ लोग स्वयं की सीमा से आगे बढ़ जाते हैं, वे ध्यान शुरू करते हैं और इसके बदले कि वे धीरे-धीरे आगे बढ़ें, क्रम दर क्रम, वे बहुत ज्यादा ऊर्जा से ध्यान करते हैं, बहुत देर तक करते हैं और जल्द ही ऊर्जाहीन हो जाते हैं। लेकिन शायद सबसे ज्यादा समस्या ध्यान के क्षेत्र में कंगारू ध्यान के कारण आती है। कुछ लोग एक शिक्षक के पास जाते और कुछ समय उसके द्वारा बताये गये प्रक्रिया से ध्यान करते हैं। फिर वे किसी पुस्तक में कुछ और पढ़ते हैं और उस प्रक्रिया को आजमाने का फैसला करते हैं। एक सप्ताह के बाद एक प्रसिद्ध ध्यान गुरु उनके शहर में आते हैं और तब वे कुछ और विचारों का भी समावेश अपने प्रक्रिया में शामिल करने का फैसला करते हैं और कुछ समय बाद वो आशाहीन हो भ्रम में पड़ जाते हैं। कंगारू

की तरह उछलना और एक शिक्षक से दूसरे शिक्षक के पास जाना या एक ध्यान प्रक्रिया से दूसरे ध्यान प्रक्रिया को आजमाना एक त्रुटि है। लेकिन अगर आप किसी तीक्ष्ण मानसिक समस्या से ग्रसित नहीं हैं। | और अगर आप ध्यान और साधना सदबुद्धि से करते हैं यह सबसे अच्छी चीजों में से एक करने योग्य है जो आप अपने लिये कर सकते हैं ।

**प्रश्न – कितने तरह के ध्यान के प्रकार होते हैं ।**

**उत्तर –** बुद्ध ने अनेको भिन्न प्रकार के ध्यान प्रक्रिया बताई, प्रत्येक की अभिकल्पना किसी खास समस्या के निराकरण के लिये थी, या किसी खास मानसिक अवस्था के विकास के लिये थी, लेकिन ध्यान के दो सबसे ज्यादा सार्वजनिक और लाभदायक प्रकार सचेतनता पूर्वक श्वाँस, आनापान सती और प्रेम सहानुभूति ध्यान, मैत्री भावना ध्यान है ।

**प्रश्न – अगर मैं सचेतन श्वाँस ध्यान का अभ्यास करना चाहूँ यह मैं किस प्रकार करूँगा ?**

**उत्तर –** आप इन सरल क्रमों का पालन करेंगे, स्थान, आसन, अभ्यास और समस्या। पहले उचित स्थान का चुनाव कीजिये । शायद वो कमरा जिसमें ज्यादा कोलाहल न हो और जहाँ आप को कोई बाधा न पहुँचे। दूसरा सुविधाजनक आसन में बैठिए, बैठने का एक अच्छा तरीका यह है कि आपके पाँव मुड़े हो आप के कुल्हे के नीचे तकिया हो, रीढ़ की हड्डी सीधी हो, आपकी हथेलियाँ गोद में हो और आप की आँखें बन्द हो। दूसरे तरीके से, आप कुर्सी पर बैठ सकते हैं जब तक कि आप अपनी पीठ सीधी रखें। आगे वास्तविक अभ्यास स्वयं करना है जैसे कि आप आँखें बन्द करके शांत स्वरूप बैठते हैं, आप अपना ध्यान श्वास की आते जाते गति पर केंद्रित कीजिये। यह अपने श्वाँस की गिनती करके या उदर के ऊपर और नीचे होने को दृष्टिगत होकर की जा सकती है । कुछ निश्चित समस्याएँ और परेशानियाँ खड़ी हो सकती हैं । हो सकता है कि आप अपने शरीर में क्रोध से भर जाने वाले खुजली या घुटनों में पीड़ा का अनुभव करें। अगर ऐसा होता है तो बिना हलचल किये अपने शरीर को विश्राम देने की कोशिश करें और श्वाँस पर ध्यान केंद्रित करें । आप बहुत सारे अनाधिकार प्रवेश कर रहे विचारों और श्वाँस से ध्यान हटने का अनुभव करेंगे। इस तरह की बाधाओं को पार करने के लिये धैर्यपूर्वक सुक्ष्मता से अपना ध्यान वापस श्वाँस पर लाने की कोशिश करें। अगर आप ऐसा करते रहेंगे, अंततः विचार कमजोर हो जायेंगे, आपका ध्यान प्रवल हो जायेगा और आप गहरी मानसिक स्थिरता और आंतरिक शांति के क्षणों का अनुभव करेंगे ।

**प्रश्न – कितनी देर हमें ध्यान करना चाहिये ।**

**उत्तर –** एक सप्ताह तक प्रत्येक दिन पन्द्रह मिनट का ध्यान सुगम है और तब पाँच मिनट का विस्तार प्रत्येक सप्ताह अपने ध्यान में करते जायें, जब तक कि ध्यान की समय सीमा पैंतालिस मिनट न पहुँच जाय। कुछ सप्ताहों के नियमानुसार दैनिक ध्यान से आप महसूस करना शुरू करेंगे कि आपकी एकाग्रता बढ़ती जा रही है।

**प्रश्न – प्रेम सहानुभूति ध्यान क्या है इसका अभ्यास किस प्रकार किया जाता है?**

**उत्तर –** एक बार आप श्वाँस के सचेतनता से परिचित हो जाते हैं और नित्य दिन

अभ्यास करते हैं तो आप प्रेम सहानुभूति का ध्यान का अभ्यास शुरू कर सकते हैं। श्वास के सचेतनता के बाद सप्ताह में इसे दो या तीन बार करना चाहिये। सबसे पहले आप स्वयं को अपने ऊपर केन्द्रित करें और इस शब्द का उच्चारण करें कि मैं आन्नदित और सुखी रहूँ। मैं शांतचित और विश्राम में रहूँ। खतरों से मेरी रक्षा हो। मेरा मन ईर्ष्या से मुक्त रहे। मेरा हृदय प्रेम से परिपूर्ण हो, तब बारी-बारी से आप प्रेमपूर्ण व्यक्ति, उदासीन व्यक्ति (जिसको आपने देखा हो कोई रिश्ता न हो) कोई ऐसा व्यक्ति जिसे पसंद या नापसंद नहीं करते हों और अंततः जिसे नापसंद करते हो उसके बारे में सोचे, सबके लिये शुभ होने की कामना करें।

**प्रश्न – इस प्रकार के ध्यान के क्या लाभ हैं?**

**उत्तर –** अगर आप नित्य प्रेम सहानुभूति ध्यान का अभ्यास करते हैं तथा सही ढंग से करते हैं आप स्वयं में बृहद धनात्मक परिवर्तन पायेंगे। आप अपने अंदर स्वीकार्य भाव और क्षमाशीलता को बढ़ता हुआ महसूस करेंगे। अपने प्रियजनो के प्रति अपने प्रेम बोध को बढ़ता हुआ पायेंगे। जिनके प्रति आप उपेक्षा और अचिन्त्य का भाव रखते थे उनके प्रति आप मैत्रीपूर्ण महसूस करेंगे।

**प्रश्न – यह किस प्रकार संभव है ?**

**उत्तर –** मनजब यथायोग्य विकसित हो, एक बहुत शक्तिशाली यंत्र है। अगर आप अपनी मानसिक ऊर्जा को केन्द्रित करना सीखेंगे और दूसरो के उपर प्रक्षेपित करेंगे, इसका प्रभाव उन पर हो सकेगा। आपने भी ऐसा अनुभव किया होगा। शायद आप किसी भीड़-भाड़ वाले कमरे में हो और आप ऐसा महसूस कर रहे हैं कि कोई आप पर दृष्टि जमाये हो, आप मुड़कर देखते हैं और सचमुच ऐसा ही पाते हैं कि कोई आप पर टकटकी लगाये है। ऐसा इस लिये हुआ क्योंकि आप ने उस व्यक्ति के मानसिक ऊर्जा को ग्रहण कर लिया। प्रेम सहानुभूति ध्यान ऐसा ही है। हम धनात्मक मानसिक ऊर्जा दूसरो पर प्रक्षेपित करते हैं और यह उनको क्रमशः परिवर्तित करता है।

**प्रश्न – क्या कोई दूसरे प्रकार का ध्यान भी है।**

**उत्तर –** हाँ अन्तिम और शायद सबसे महत्वपूर्ण ध्यान का प्रकार है विपसन्ना। इस शब्द का अर्थ है देखना या सूक्ष्मता पूर्वक देखना और सम्भवतः इसका अनुवाद है निरीक्षण ध्यान।

**प्रश्न – वर्णन करें निरीक्षण ध्यान क्या है।**

**उत्तर –** निरीक्षण ध्यान के वक्त जो हो रहा है उसके बारे में बिना सोचे या बिना प्रतिकार किये व्यक्ति साक्षी भाव रखता है।

**प्रश्न – इसका उद्देश्य क्या है।**

**उत्तर –** सम्भवतः हम अपने अनुभव से पसन्द या नापसन्द करके प्रतिकार करते हैं, या विचार तरंग स्मरण हो जाते हैं। ये सभी प्रतिकार हमारे अनुभवों को बिगाड़ते या अस्पष्ट करते हैं। जिससे कि हम इसे पूरी तरह समझ पाने में असफल पाते हैं। अप्रतिकार साक्षी भाव विकसित होने से हम समझ पाते हैं कि इस तरह ही सोचना बोलना या कोई कार्य हम क्यों करते हैं और बिल्कुल ही अत्यधिक आत्म ज्ञान का हमारे जीवन पर बहुत धनात्मक परिणाम हो सकता है। निरीक्षण ध्यान के अभ्यास

के और भी लाभ होते हैं कि कुछ समय के बाद यह हमारे अनुभव और स्वयं में एक अन्तर उत्पन्न करता है। वस्तुतः बिना इच्छा और अचेतन अवस्था में प्रत्येक लोभ या उत्तेजना में प्रतिकार करना, हम थोड़ा रुक कर सोचने की क्षमता से युक्त हो जाते हैं, इस तरह की फैसला ले सके कि हमें प्रतिकार करना चाहिए या नहीं, यदि हाँ तो कैसे। इस प्रकार से हम अपने जीवन पर और अधिक नियन्त्रण रखना प्रारम्भ करते हैं। इस लिये नहीं कि हममें लौह इच्छा शक्ति का विकास हो जाता है बल्कि साधारणता और स्पष्टता से देख पाते हैं।

**प्रश्न – तो क्या मैं यह कहते हुए सही दिशा में हूँ कि निरीक्षण ध्यान हमें अच्छा और आनन्दित व्यक्तित्व का निर्माण करने में मदद करती है।**

**उत्तर –** हाँ, यह शुरुआत है एक बहुत प्रमुख शुरुआत है, लेकिन ध्यान का उद्देश्य इससे भी उँचा है। जब हमारा अभ्यास गहरा होता है और हमारी सचेतनता गहरी होती है हम महसूस करना शुरू करते हैं कि हमारा अनुभव वस्तुतः व्यक्तिगत है यह सचमुच बिना मैं के स्वतः हो रहा है और ऐसा भी कि मैं इसका अनुभव नहीं कर रहा हूँ। शुरुआत में ध्यान करने वालों को क्षणिक झलक मिलती है लेकिन समय बीतते ही यह प्रगाढ़ होने लगेगा।

**प्रश्न – यह किंचित भयभीत करने वाला है।**

**उत्तर –** हाँ यह करता है, है कि नहीं। और वास्तव में कुछ लोग जब इसका अनुभव करते हैं तो हो सकता है वे थोड़ा भयभीत हों लेकिन जल्द ही भय गहरे बोध में बदल जाता है— बोध वो नहीं जिसे वे हमेशा से अनुभव में पाते आये हैं। क्रमशः अहंकार कमजोर होना शुरू हो जाता है और समय आता है जब पूरी तरह खत्म हो जाता है। इस बिन्दु पर आकर बुद्धिष्ठ जीवन में और यथार्थ रूप में पूरे विचार में परिवर्तन शुरू हो जाता है। जरा सोचे कितने ही व्यक्तिगत, सामाजिक और वैश्विक विवाद का मूल कारण अहंकार है जैसे जातीए राष्ट्र गौरव, गलत ठहराये जाने का विचार, नीचा दिखाने या धमकी और कर्कष शब्द यह मेरा है या यह हम लोगो का है। बुद्ध धम्म के अनुसार वास्तविक शांति और आनन्द तभी मिल सकती है जब हम स्वयं की खोज कर लें। यही बुद्धत्व या ज्ञान प्राप्ति है।

**प्रश्न – यह बहुत ही आकर्षक विचार है लेकिन साथ ही भयप्रद भी। बुद्धत्व प्राप्त व्यक्ति बिना स्वयं के बोध के या बिना अधिकार के बोध के किस प्रकार कार्य करता है।**

**उत्तर –** हाँ बुद्धत्व प्राप्त व्यक्ति हमसे पूछ सकता है आप स्वयं के बोध के किस प्रकार कार्य कर सकते हैं? आप किस प्रकार से अपने और दूसरे लोगो के सभी प्रकार के अप्रिय भय, ईर्ष्या, पीड़ा और अहंकार से दृढ़ हैं। अधिक से अधिक वस्तुओं के उत्कट संचय की चाह में, सामने वाले व्यक्ति से सदा आगे बढ़ने की चाह में, नाकारात्मक विचारों से की मेरे पास जो भी है वह नष्ट हो जायेगा, क्या आप कभी बीमार नहीं हुए। ऐसा प्रतीत होता है कि बुद्धत्व प्राप्त व्यक्ति पूर्णता में जीवन जीता है। हम अबोध लोग ही हैं, आप और मैं जिनके पास सारी समस्या है और सभी समस्याओं के जन्म दाता है।

**प्रश्न – आपकी बातों से सहमत हूँ पर ज्ञान प्राप्ति के लिये कितनी देर तक ध्यान करना है?**



**उत्तर** – यह कहना असंभव है और शायद यह महत्वपूर्ण भी नहीं। क्यों नहीं ध्यान शुरू करें और देखें हमें यह कहाँ ले जाता है? अगर आप बुद्धिमत्ता और ईमानदारी से इसका अभ्यास करें तो पायेंगे कि निश्चित रूप से आप की जीवन की गुणवत्ता में सुधार हो रहा है। समय मिलते ही आप ध्यान और धर्म की खोज में और अधिक गहराई से डूबें, बाद में हो सकता है यह आप के जीवन का सबसे महत्वपूर्ण चीज हो । अपनी ध्यान यात्रा शुरू करने से पहले मार्ग के उच्चतर सीढ़ियों के बारे में कल्पना और चिन्ता से ग्रस्त न हो। एक बार में एक ही कदम बढ़ायें ।

**प्रश्न** – ध्यान सीखने के लिये क्या शिक्षक की आवश्यकता है ।

**उत्तर** – शिक्षक की जरूरत न भी हो परन्तु जो ध्यान से परिचित हों उनका व्यक्तिगत मार्गदर्शन निश्चित ही मददगार होगा। दुर्भाग्यवश कुछ संत और अनपढ़ लोग आपने आप को ध्यान गुरु बताते हैं और खुद ही नहीं जानते वो क्या कर रहे हैं। एक ऐसे शिक्षक ढूँढने का प्रयास करें जिसका सम्मान हो सुन्दर व्यक्तित्व हो और जो बुद्ध की शिक्षाओं के करीब हो ।

**प्रश्न** – मैंने सुना है कि आज मनोवैज्ञानिक और मनोचिकित्सक प्रमुखता से ध्यान का उपयोग कर रहे हैं क्या सत्य है ।

**उत्तर** – हाँ यह है, ध्यान को अब मनके उपचार के प्रयास के लिए स्वीकार किया गया है बहुत सारे प्रशिक्षित मानसिक सेवकों द्वारा शांति के लिए, डर भगाने के लिए और स्वयं सुचिता लाने के लिए उपयोग किया जा रहा है। मनुष्य मनके लिए बुद्ध का परिज्ञान आज भी उतना ही मददगार है जितना कि प्राचीन काल के लिए था ।

## अध्याय.-7

### प्रज्ञा और करुणा

**प्रश्न –** मैंने प्रायः बौद्धों को ज्ञान और करुणा के बारे में बात करते सुना है । इन दो विशिष्ट शब्दों का अर्थ क्या है?

**उत्तर –** कुछ धर्म विश्वास करते हैं कि करुणा या प्यार (दोनों में बहुत समानता है)। सबसे प्रमुख धार्मिक गुण है लेकिन वे ज्ञान के ऊपर किसी प्रकार के चिन्तन में असफल हैं परिणामतः आप का अंत एक सहृदय मूर्ख, एक बहुत दयालु व्यक्ति लेकिन थोड़ा या नासमझ के रूप में हो सकता है। दूसरे तरह की पद्धति जैसा कि विज्ञान विश्वास करता है कि ज्ञान का पूर्ण विकास तभी सम्भव है जब भावना, करुणा से भी हम बहुत दूर चले जायें। ये उसका ही प्रतिफल है कि विज्ञान परिणाम के पूर्वाग्रह से ग्रसित है। हम भूल चुके हैं कि विज्ञान मनुष्यों की दास है ना कि उनको नियन्त्रित या शासित करने के लिए। कैसे दूसरे प्रकार से वैज्ञानिक अपने प्रविणता का इस्तेमाल नाभीकीय बमों का विकास, जैविक युद्धों या कुछ ऐसे ही कर सकते थे। बुद्ध धम्म समतुल्य और सम्पूर्ण व्यक्तित्व के विकास की शिक्षा देती है। हमें ज्ञान और करुणा दोनों का विकास अवश्य करना चाहिए।

**प्रश्न – तो क्या, बुद्ध धम्म के अनुसार ज्ञान क्या है?**

**उत्तर –** उच्चतम ज्ञान इस सत्य को देखने में है कि सभी घटना अधूरी अस्थाई या स्वयं नहीं हैं। यह बोध या समझ हमें पूर्णरूपेण मुक्त करती है और वृहद सुरक्षा तथा आनन्द की ओर अग्रसर करती है जिसे हम निर्वाण कहते हैं। जबकि बुद्ध इस स्तर के ज्ञान के बारे में बहुत नहीं बोले। यह ज्ञान नहीं, अगर हमें इस पर केवल विश्वास भर है जो बोला गया है। सच्चा ज्ञान स्वयं की परख और समझ में है। इस स्तर पर तब ज्ञान है पक्षपातहीन होने में न कि संकुचित मांसिकता वाला, दूसरों के मत को सुनने में न कि धर्मान्धता में, सत्यों के सावधानीपूर्वक निरीक्षण में जो हमारे विश्वास से मतभेद रखती हो न कि अपने सिर को गाड़ देना, प्रयोजनयुक्त होना न कि अविचारपूर्वक निर्णय देने वाला, मत या विश्वास बनाने में समय लें न कि जो हमारे सामने सबसे ज्यादा भावनात्मक हो उसे स्वीकार करना। अपने विश्वास को सदा परिवर्तित करने के लिये तैयार रहना जब वह सत्य से विरोधाभास रखने वाली मालूम होती हो, यही ज्ञान है जो व्यक्ति ऐसा करता है वो निश्चित ही ज्ञानी है और वह अंततः सत्य की समझ के करीब है उस मार्ग पर विश्वास कर लेना आसान है जो आप को बताया गया है। बौद्ध मार्ग साहस धैर्य लचीलापन और बुद्धिमानी की माँग करती है। प्रश्न – मैं समझता हूँ कि बहुत कम लोग ऐसा कर सकते हैं तो बुद्ध धम्म में ऐसी क्या बात है कि जब कम ही लोग इसका अभ्यास करते हैं?

**उत्तर –** यह सत्य है कि अभी बुद्ध धम्म के सत्य से सभी परिचित नहीं लेकिन अगर कोई वर्तमान में बुद्ध की शिक्षाओं को समझने योग्य नहीं हो सकता है वह अगले जन्म में इतना विवेकशील हो। जबकि अनेको है जो केवल शुद्ध विचारों या उत्साह वर्धन से अपने विवेक में वृद्धि कर लेते हैं। और यही कारण है कि बौद्ध सौम्यता और शांतिभाव से बुद्ध धम्म की गहनता को दूसरों से बाटने का प्रयास करते हैं। बुद्ध ने हमें करुणा की शिक्षा दी और हमें भी दूसरों को करुणा की शिक्षा देनी चाहिए।

**प्रश्न – बुद्ध धम्म के अनुसार करुणा क्या है ।**

**उत्तर –** जैसे कि ज्ञान हमारे प्रकृति के बुद्धिमता या समझ वाले भावों के अंतर्गत आता है करुणा भावना अनुभव के अंतर्गत आता है। ज्ञान की तरह ही करुणा मनुष्य का एक विलक्षण गुण है। करुणा अग्रेजी के दो शब्दों से मिल कर बना है जो जिसका अर्थ है साथ और पेशन अर्थ एक स्वस्थ अनुभव और यही करुणा है।

जब हम किसी पीड़ित को देखते हैं तो उसकी पीड़ा महसूस करते हैं जैसे कि वह अपना ही हो और उसे खत्म या कम करने का प्रयास करते हैं तब यह करुणा है। सभी मानव जीवन की अच्छाईयां व सभी बुद्धों के गुण जैसे कि भागीदारी, सुख पहुँचाने के लिए तत्पर रहना, सहानुभूति, अभिरुचि रखना और ध्यान रखना ये सभी चीजें करुणा की द्योतक हैं । यह विचारणीय है कि करुणावान व्यक्ति में दूसरों के लिए प्रेम और ध्यान का मूल स्वयं के ध्यान और प्रेम में है, हम दूसरों को अच्छी तरह तभी समझ पाते हैं जब स्वयं को सचमुच समझ पायें। हम दूसरों के लिए क्या उचित है तभी जान पायेंगे जब ये जान लें कि स्वयं के लिये क्या उचित है हम दूसरों के लिये महसूस कर सकेंगे जब स्वयं के लिए महसूस कर सकें। बुद्ध धम्म में अध्यात्मिक विकास प्राकृतिक रूप से होने पर दूसरों के लिए भलाई के तत्परता के रूप में परिलक्षित होता है। बुद्ध का जीवन इस सिद्धान्त की व्याख्या अच्छी तरह से करता है । उन्होंने अपने कल्याण के लिये छः साल तक संघर्ष किया तब वे पूरे मानव जाति के कल्याण के योग्य बने ।

**प्रश्न – तो क्या आप कह रहे हैं कि हम दूसरों की अच्छी तरह मदद के योग्य तभी बनते हैं जब हम अपनी मददगार बनें। क्या यह थोड़ा स्वार्थीपना नहीं ।**

**उत्तर –** हम संभवतः परोपकार को इस रूप में लेते हैं, अपने बाद दूसरों के लिए चिन्ता। स्वार्थीपना के विपरीत होना , अपनी चिन्ता दूसरों के पहले। बुद्ध धम्म इसको पहले या बाद वाले की तरह नहीं देखते बल्कि दोनों को संयुक्त रूप से देखते हैं। उचित स्वचिन्ता धीरे – धीरे दूसरों के लिए चिन्ता में विकसित होता है जैसे कि कोई अन्य सभी में स्वयं का ही अनुभव करता है। यह परिपक्व करुणा है। करुणा, बुद्ध के शिक्षाओं में हीरे जड़ित मुकुट में सबसे ज्यादा सुन्दर है।

## अध्याय-08

### शाकाहारवाद

**प्रश्न – बौद्धों को शाकाहारी होना चाहिए, या होना नहीं चाहिए?**

**उत्तर –** नहीं जरूरी नहीं। बुद्ध स्वयं ही शाकाहारी नहीं थे। उन्होंने ने अपने शिष्यों को शाकाहार की शिक्षा नहीं दी और आज भी बहुत सारे नेक बौद्ध शाकाहारी नहीं हैं। बौद्ध धर्मशास्त्र कहता है, असभ्य, निर्दयी, चुंगलखोर होना, अपने मित्रों का बुरा सोचना, हृदयहीन, अहंकारी, और लालची होना। ये सब व्यक्ति को अपवित्र करता है न कि माँस खाना। व्याभिचारी होना, कर्ज चुकाने से इन्कार करना, व्यापार में छल करना, लोगों को आपस में बाँटना, ये सब व्यक्ति को अपवित्र करता है न कि माँस खाना।

**प्रश्न – अगर आप माँस खाते हैं, आप जानवरों के कत्ल के जिम्मेदार हैं। क्या यह प्रथम शील का उल्लंघन नहीं?**

**उत्तर –** यह सत्य है कि अगर माँस का सेवन करते हैं तो आप प्रत्यक्ष या आंशिक रूप से किसी प्राणी हिंसा के जिम्मेदार हैं लेकिन साथ ही यही बात लागू होती है जब आप सब्जियाँ खाते हैं। किसान अपनी फसलों पर कीटाणु मारने की दवा और जहर का छिड़काव करते हैं जिससे कि जिस सब्जी का आप भोजन में उपयोग करते हैं वो शुद्ध हो। और एक बार फिर आप को बेल्ट (कमर बंद) और बैग उपलब्ध कराने के लिये जानवरों की हत्या की जाती है। साबुन बनाने के लिए तेल के उपयोग के लिए और हजारों दूसरे उत्पादों के साथ भी यह लागू है। इसके बिना जीना असंभव है इसी प्रकार से हम अप्रत्यक्ष रूप से अन्य प्राणियों के मौत के जिम्मेदार हैं। सामान्य जीवन कष्ट और असंतोष भरा है यह एक दूसरा उदाहरण है पहले आर्य सत्य का। अगर आप पहले शील का विचार करेंगे आप प्रत्यक्ष रूप से जीवित प्राणियों के उपर हिंसा के परित्याग का प्रयास करेंगे।

**प्रश्न – महायान बौद्ध माँस का सेवन नहीं करते?**

**उत्तर –** यह सत्य नहीं है। चीन में महायान बौद्धों ने शाकाहार के उपर विशेष बल दिया। लेकिन जापान, मंगोलिया और तिब्बत के महायान बौद्ध परम्परा के सन्यासी और सामान्य जन दोनों ही माँस का सेवन करते हैं।

**प्रश्न – पर मैं अब भी इस बात के पक्ष में हूँ कि बौद्धों को शाकाहारी होना चाहिए।**

**उत्तर –** अगर कोई व्यक्ति जो कि बहुत अनुशासित (दृढ़) शाकाहारी है लेकिन स्वार्थी बेइमान तथा रुढ़ी है और दूसरा व्यक्ति जो कि शाकाहारी नहीं है लेकिन औरों के बारे में सोचता है, ईमानदार, उदार और दयालु है। इन दो व्यक्तियों में से कौन बेहतर बौद्ध होगा।

**प्रश्न – वह व्यक्ति जो ईमानदार और दयालु है।**

**उत्तर –** क्यों?

**प्रश्न – क्योंकि स्वाभाविक रूप से इस तरह का व्यक्ति अच्छे हृदय वाला है।**

**उत्तर –** निश्चित ही, जो कोई भी माँस खाता है उसके पास शुद्ध हृदय हो सकता है वैसे ही जैसे कि कोई माँस नहीं खाता है तथापि अशुद्ध हृदय वाला हो। बुद्ध की शिक्षाओं में आपका हार्दिक गुण महत्वपूर्ण चीज है न कि आप के भोज्य पदार्थ। बहुत

सारे लोग इसका ख्याल रखते हैं कि वो माँस कभी न खायें लेकिन वे इसकी चिंता नहीं करते कि वे स्वार्थी, बेइमान, क्रूर अथवा ईर्ष्यालु हैं। वे अपने भोजन में परिवर्तन कर लेते हैं जो सरल है जबकि हृदय परिवर्तन को नकारते हैं जो कि मुश्किल कार्य है। तो आप शाकाहारी हैं या नहीं याद रखें बुद्ध धम्म में मनकी निर्मलता सबसे महत्वपूर्ण चीज है ।

**प्रश्न – लेकिन बौद्धों की दृष्टि में क्या कोई व्यक्ति जो सरल हृदय और शाकाहारी हो उस व्यक्ति से अच्छा होगा जो सहृदय हो लेकिन माँस खाने वाला हो?**

**उत्तर –** यदि एक सहृदय शाकाहारी व्यक्ति की माँस त्यागने का मंशा जानवरों के निमित्त है और आधुनिक औद्योगिक कृषि में शामिल होने की चाह से नहीं तो उन्होंने निश्चित ही अपने अन्दर करुणा का विकास किया है। और मांसाहारी व्यक्ति की अपेक्षा दूसरों के लिए उनकी चिन्ता ज्यादा होगी। कुछ लोगों ने पाया कि जैसे ही वे धम्म की भावना में दृढ़ होते हैं उनमें शाकाहार की ओर अग्रसर होने की प्रेरणा स्वतः मिलती है ।

**प्रश्न – किसी ने मुझसे कहा कि बुद्ध की मृत्यु सूअर के दूषित माँस खाने से हुई क्या यह सत्य है ?**

**उत्तर –** नहीं यह सत्य नहीं, धर्मशास्त्र बताते हैं कि बुद्ध के अन्तिम भोजन में एक व्यंजन शामिल था जो कि सुकर माधवा कहलाया। इस शब्द का आशय बहुत दिनों तक समझ से परे था लेकिन सुकर शब्द का अर्थ सुअर है इस लिये इसका सम्बन्ध सूअर के माँस से जोड़ा गया । यद्यपि इसका अर्थ आसानी से सब्जी के एक प्रकार से है, एक आटे के बने खाद्य पदार्थ या कुछ और। जो कुछ भी हो, इस तरह के भोजन का विचार कर कुछ लोगों ने निष्कर्ष निकाला कि यही बुद्ध के मौत का कारण बना। बुद्ध उस समय 80 वर्ष के थे जब उनकी मृत्यु हुई और वो कुछ समय से बीमार थे। सत्य यही है कि वो वृद्धावस्था में मरे ।

## अध्याय-09

### भाग्य औरैर भविष्य

**प्रश्न-बुद्ध ने जादू और भविष्यवाणी के बारे में क्या शिक्षा दिया?**

**उत्तर-** उन्होंने इस तरह के अभ्यास जैसे भविष्यवाणी, बचाव के लिए जादुई कवच पहनना, मकान के लिए सौभाग्यसूचक स्थान का चुनाव और फलदायी दिवस के चुनाव को मिथ्या विश्वास समझा और उन्होंने इस तरह के अभ्यास से शिष्यों को स्पष्टता से रोका। उन्होंने इस तरह के चीजों को नीच कला कहा।

वे कहते हैं जहाँ कुछ धार्मिक व्यक्ति विश्वासपात्रों के द्वारा प्रबन्ध भोजन पर जीवनयापन कर, जहाँ कुछ धार्मिक व्यक्ति, इस तरह के नीच कलाओं से अपना जीवन निर्वाह करते हैं, इस तरह के गलत जीविकोपार्जन जैसे हस्तरेखा शास्त्र, संकेतों का अनुमान लगाना, सपनों की व्याख्या करना..... , अच्छे या बुरे दिन आने का दावा, मकान के लिए शुभ जगह चुनना आदि भिक्षु गौतमा ने ऐसे नीच कलाओं, गलत जीवन-यापन के कलाओं से बचने को कहा।

**प्रश्न - तब क्यों लोग कभी-कभी इन चीजों का अभ्यास करते हैं और इनमें विश्वास करते हैं?**

**उत्तर -** लालच, डर और अज्ञानता के कारण। ज्यों ही लोग बुद्ध की शिक्षाओं से अवगत होंगे वे महसूस करेंगे की कागज के टुकड़े, धातु के टुकड़े और कुछ शब्दों के उच्चारण से पवित्र हृदय उन्हें ज्यादा अच्छी तरह से सुरक्षा प्रदान कर सकता है। वे इन सब चीजों पर ज्यादा दिन तक विश्वास नहीं करेंगे। बुद्ध की शिक्षाओं में वह इमानदारी दयालुता, समझदारी, धीरता, क्षमा, उदरता, निष्ठा है और अन्य अच्छे गुण हैं जो आपको सुरक्षा प्रदान करती हैं और आपको सच्चा समृद्धि देती हैं।

**प्रश्न - लेकिन कुछ जादुई यंत्र भी काम करता है क्या यह नहीं करता?**

**उत्तर -** मैं एक व्यक्ति को जानता हूँ जो जादुई यंत्र बेचकर अच्छा जीवन जीता है। वह दावा करता है कि उसका यंत्र सौभाग्य, समृद्धि प्रदान कर सकता है और वह आश्वासन देता है कि आप जीतने वाले लाटरी संख्याओं को बताने के योग्य हो जायेंगे। लेकिन वह जो कह रहा है सत्य हो तो स्वयं क्यों नहीं लखपती हो जाता। अगर इसका जादू यंत्र सचमुच काम करता है तो वह सप्ताह दर सप्ताह क्यों नहीं लाटरी जीतता जाता है। सिर्फ वही सौभाग्यशाली है कि कुछ मूर्ख लोग भी हैं जो उसका जादुई यंत्र खरीदते हैं।

**प्रश्न - तब क्या कोई सौभाग्य जैसा चीज भी है?**

**उत्तर -** शब्दकोष भाग्य को परिभाषित करता है कि "ये विश्वास करना की किसी व्यक्ति के साथ घटना के अंतराल में जो कुछ भी भला या बुरा होता है सौभाग्य के कारण होता है बुद्ध ने इस बात को पूर्णतः नकारा है। जो कुछ भी होता है उसका एक विशेष कारण या अनेकों कारण हैं और कारण तथा प्रभाव के उपर अवश्य ही कुछ सम्बन्ध होना चाहिए। उदाहरणार्थ बीमार हाने का कोई विशेष कारण है। कोई कीटाणुओं के सम्पर्क में अवश्य आया होगा और उसका शरीर अवश्य कमजोर होगा जिससे कारण कि व्यक्ति उसके प्रभाव में आ गया। यह कारण (कीटाणु और कमजोर शरीर) और प्रभाव (बीमारी) के बीच एक निश्चित रिश्ता है क्योंकि हम जानते

है कि कीटाणु जीवों पर आक्रमण करते हैं और बीमार करते हैं। लेकिन कागज के टुकड़े पर कुछ लिखा हुआ धारण करना और धनी होना या परीक्षा में उत्तीर्णता के बीच कोई रिश्ता नहीं पाया गया। बुद्ध धम्म शिक्षा देता है कि जो कुछ भी होता है वो किसी कारण से होता है और भाग्य या भविष्य के कारण नहीं। जो लोग भाग्य में रुची रखते हैं वे सदा कुछ पाने का प्रयास करते हैं, संभवतः अधिक पैसा और समृद्धि। बुद्ध ने शिक्षा दी की अपने दिमाग और हृदय को विकसित करना ज्यादा जरूरी है। विद्वान और दक्ष होना, अच्छी तरह से प्रशिक्षित और अच्छे शब्दों का प्रयोग करना, यही सबसे अच्छा भाग्य है। अपने माता-पिता की सहायता करना, अपने बच्चों और पत्नी या पति का पालन-पोषण करना और साधारण जीवन जीना, यही सबसे अच्छा भाग्य है। उदार, निष्पक्ष, अपने सम्बन्धियों की मदद करना, अपने कार्यों से निष्कलंक होना, यही सबसे अच्छा भाग्य है। पाप से और अति मद्यपान से बचना तथा सदाचार में दृढ़ रहना, यही सबसे अच्छा भाग्य है। आदर, नम्र, संतुष्ट, कृतज्ञ, और अच्छा धम्म सुनना, यही सबसे अच्छा भाग्य है।

## अध्याय-10

### भिक्षु और भिक्षुणी

**प्रश्न—मठ सम्बन्धी संस्था बुद्ध धम्म का एक महत्वपूर्ण भाग है। भिक्षु और भिक्षुणीयों का उद्देश्य क्या है और उन्हें क्या करना होता है?**

**उत्तर—**भिक्षु और भिक्षुणीयों का पद स्थापित कर बुद्ध का उद्देश्य एक वातावरण तैयार करना था जिसमें अध्यात्मिक उन्नति आसान हो। उन्होंने अवधारणा दी की आम समुदाय भिक्षु और भिक्षुणीयों को मूलभूत सुविधाएं प्रदान करेंगी। जैसे भोजन, कपड़े आश्रय और दवायें जिससे कि वो अपना समय अध्ययन और धम्म अभ्यास के लिए समर्पित करें। मठ का नियमबद्ध और साधारण जीवनचर्या आन्तरिक शान्ति और ध्यान के लिए उपयुक्त होगा। बदले में भिक्षु और भिक्षुणीयों से आशा की जाती है कि जो वे जानते हैं उसे समाज के लोगों को बतायें और उदाहरण प्रस्तुत करें कि बौद्धों को कैसे रहना चाहिए। वास्तव में जिस प्रकार से बुद्ध की कल्पना थी, मूल मिशन उससे कभी-कभी बहुत आगे बढ़ता प्रतीत होता है और आज भिक्षु और भिक्षुणीयां कभी-कभी शिक्षक के समान, कलाकार, चिकित्सक और राजनेता की भांति काम करते हैं। कुछ लोग तर्क करते हैं कि इस तरह का अभिनय उचित है अगर ये बुद्ध धम्म विकास में मदद करें। कुछ लोग प्रश्न उठाते हैं कि इस प्रकार के कार्यों से भिक्षु और भिक्षुणीयां आसानी से सांसारिक बाधाओं में बँध जाते हैं और वो भूल जाते हैं कि पहले मठ में रहने का उनका उद्देश्य क्या था।

**प्रश्न—क्या आपको ज्ञान प्राप्ति के लिए भिक्षु और भिक्षुणी बनना होता है?**

**उत्तर—**बिल्कुल नहीं। बुद्ध के कुछ निपुण शिष्य सामान्य पुरुष और महिलायें थी। कुछ तो इतनी ज्यादा आध्यात्मिक विकसित थे कि वे भिक्षुओं को भी उपदेश देते थे। बुद्ध धम्म में किसी के समझदारी का स्तर ही सबसे महत्वपूर्ण है और इसका इससे कुछ भी लेना देना नहीं है कि व्यक्ति पीला लबादा या नीला जीन्स पहनता है अथवा मठ में या घर में रहता है। कुछ लोग मठ को इस तरह से पायें जो सब रूप से उपयोगी हो और अनुपयोगी हो जहाँ अच्छा वातावरण मिले जिसमें अध्यात्मिक उन्नति हो। कुछ लोग घर को सबसे अच्छा समझें जो सभी दुःखों और खुशियों से युक्त है। प्रत्येक व्यक्ति असमान है।

**प्रश्न—बौद्ध भिक्षु और भिक्षुणीयां पीला लबादा क्यों धारण करते हैं?**

**उत्तर—**जब प्राचीन भारतीय जंगलों में जाते थे तो सदा बताते थे कि कौन सी पत्ती वृक्ष से गिरने वाली है क्योंकि वे पत्तियां पीली, नारंगी, या भूरी दिखती थीं। तदानुसार भारत में पीला आत्म त्याग का रंग बना। भिक्षु और भिक्षुणीयोंका लबादा पीला बना जिससे उन्हें जुड़े न रहने का, त्यागने, टुकराये जाने का प्रमुखता से मरण बना रहे।

**प्रश्न—भिक्षु और भिक्षुणीयों द्वारा अपने सिर का बाल मुड़ा कर रहने का क्या उद्देश्य है?**

**उत्तर—**साधारणतः हम अपने रंग रूप पर विशेष ध्यान देते हैं विशेषकर अपने बालों पर। महिलाये केशसज्जा को बहुत महत्व देती हैं और पुरुष गंजे होने के ख्याल से चिंतित रहते हैं। बालों को अच्छा रखने का हमारा प्रयत्न पर्याप्त समय लेता है। बालों



की हजामत कर भिक्खु और भिक्खुणीयां अपना समय उन चीजों को देती हैं जो सचमुच विचारणीय हैं। इसके अलावा हजामत वाला सिर इस बात को इंगित करता है कि आंतरिक परिवर्तन पर ज्यादा ध्यान देना न कि बाहरी रंग-रूप पर।

**प्रश्न— भिक्खु बनना अच्छी बात है लेकिन क्या होगा अगर सभी भिक्खु बन जायें?**

**उत्तर—** किसी व्यवसाय के बारे में ऐसा सवाल कोई भी कर सकता है। दन्त चिकित्सक बनना बहुत अच्छा है लेकिन क्या होगा जब सभी दन्त चिकित्सक हो जायें? कोई शिक्षक नहीं, कोई रसोईया नहीं, कोई टैक्सी चालक नहीं, शिक्षक बनना अच्छा है पर क्या होगा जब सभी शिक्षक बन जायें। कोई भी दन्त चिकित्सक नहीं होगा। इत्यादि ..... बुद्ध ने कभी ऐसी सलाह नहीं दी कि सभी को भिक्खु और भिक्खुणीहोने चाहिए और ऐसा कभी भी नहीं होने जा रहा है। यद्यपि सदा ऐसे लोग होंगे जो जीवन की समग्रता और त्याग के प्रति आकर्षित हो और बुद्ध के शिक्षा में सबसे ज्यादा हार्दिक प्रसन्नता का अनुभव करें। और दन्त चिकित्सक और शिक्षक की तरह ही उनके पास विशिष्ट गुण और ज्ञान हो, जो उस समुदाय के लिए लाभप्रद हो जहाँ वो रहते हैं।

**प्रश्न—ऐसा उनके लिए हो सकता है जो शिक्षक है, पुस्तक लेखक हैं या समाज सेवी है। लेकिन उन भिक्खुओं और भिक्खुणीयों के लिए क्या जो कुछ नहीं करते केवल ध्यान करते हैं, वो समुदाय के लिए किस प्रकार उपयोगी है?**

**उत्तर—**आप ध्यानी भिक्खुओं की तुलना अनुसंधान वैज्ञानिकों से कर सकते हैं। समाज अनुसंधान कर्ता वैज्ञानिकों की सहायता करता है जो अपने प्रयोगशाला में प्रयोग करता है, क्योंकि आशा की जाती है कि संभवतः वह कुछ खोज लेगा या आविष्कार करेगा जो सबके लिए शुभ होगा। इसी तरह बौद्ध समुदाय ध्यानी भिक्खुओं की सहायता करते हैं (और उनकी जरूरतें बहुत थोड़ी हैं) क्योंकि आशा की जाती है कि वे ज्ञान और बोध प्राप्त कर लेंगे जो सबके लिए शुभ होगा। ऐसा होता हो या नहीं होता हो ध्यानी भिक्खु तब भी दूसरों को लाभ पहुँचा सकते हैं, आधुनिक समाज में धनी और प्रसिद्ध लोगों का जीवन साथ ही बेहद मंहगी जीवन शैली इनका प्रत्यक्ष उपभोग और इनकी इच्छा पूर्ति में संलिप्तता जो अनुसरण के लिए और ईर्ष्या के लिए भी आदर्श माना जाता है। उदाहरणार्थ—ध्यानी भिक्खु हमें याद दिलाते हैं कि समर्थ होने के लिए आर्थिक रूप से धनी होना जरूरी नहीं। यह बताता है कि विनम्र और सादा जीवन भी उपयोगी है।

**प्रश्न—मैंने सुना है कि अब भिक्खुणीयों का अस्तित्व नहीं, क्या यह सत्य है?**

**उत्तर—**बुद्ध ने अपने जीवन काल में भिक्खुणीयों का पद स्थापित किया और पाँच-छः सौ वर्षों तक इन्होंने बुद्ध धम्म के विकास और विस्तार में महत्वपूर्ण भूमिका निभायी। लेकिन स्पष्ट नहीं क्या कारण था भिक्खुणियाँ, भिक्खुओं की तरह समान आदर भाव या सहायता कभी प्राप्त नहीं कर पायीं और भारत तथा दक्षिण पूर्व एशिया में यह क्रम समाप्त हो गया। यद्यपि ताइवान, कोरिया, और जापान में भिक्खुणीयों का क्रम उत्थान पर है। आज श्रीलंका में भिक्खुणीयों के पद दुबारा शामिल करने के प्रयास चल रहे हैं। यद्यपि कुछ रूढ़िवादी पारंपरिक इससे बहुत ज्यादा उत्साहित नहीं। जबकि बुद्ध के मूल मंसा को ध्यान में रखते हुए पुरुष और महिलाओं को मठों में जीवन बिताने के लिए समान अवसर मिलने चाहिए, और इससे फायदा होगा।

## अध्याय-11

### बौद्ध धर्मग्रन्थ

**प्रश्न—** करीब-करीब सभी धर्मों में किसी प्रकार के पवित्र ग्रन्थ या बाइबिल होती हैं। बौद्ध पवित्र धर्मग्रन्थ क्या है?

**उत्तर—**बुद्ध धम्म में पवित्र धर्म ग्रन्थ त्रिपिटक कहलाता है। यह प्राचीन भारतीय भाषा में लिखा गया जो पाली कहलाया जो उस भाषा से समानता रखता है जिसमें बुद्ध स्वयं बोले। त्रिपिटक बहुत बृहद् ग्रन्थ है। अंग्रेजी भाषा में इसका अनुवाद करीब-करीब 40 (चालीस) भागों में है।

**प्रश्न—** त्रिपिटक नाम का अर्थ क्या है?

**उत्तर—** यह दो शब्दों से बना है। त्रि अर्थ तीन और पिटक का अर्थ टोकरी। पहले भाग का नाम इस सत्य की ओर इंगित करता है कि बौद्ध धर्म ग्रन्थ मुख्यतः तीन हिस्सों में है। पहला भाग सूत पिटक कहलता है जिसमें बुद्ध के उपदेशों के साथ उनके कुछ निर्वाण प्राप्त शिष्यों के उपदेश शामिल हैं। सूत पिटक के वर्णित उपदेश विविध प्रकार के हैं। जो इसके विश्वसत्ता के ऊपर वार्तालाप की अनुमति देता है, जो शिक्षा बुद्ध ने विभिन्न प्रकार के लोगों को दी। बुद्ध के बहुत सारे उपदेश व्याख्यान रूप में हैं जबकि कुछ संवाद रूप में हैं। दूसरे भाग जैसे कि धम्मपद बुद्ध की शिक्षाओं को पद के माध्यम से प्रस्तुत करते हैं। एक दूसरा उदाहरण जातक कथाओं का है जो रूचिकर कहानियां हैं जिसमें प्रायः मुख्य पात्र जानवर हैं।

त्रिपिटक का दूसरा भाग विनय पिटक है। इसमें भिक्षु और भिक्षुणीयों के नियम और व्यवस्था का वर्णन है, मठ प्रशासन और व्यवस्था के बारे में सलाह और मठ के क्रम का प्राथमिक इतिहास है। अन्तिम भाग अभीधम्म पिटक कहलाता है। यह व्यक्तित्व के निर्माण में सहायक तत्वों के वर्गीकरण का गूढ़ और जटिल प्रयास है। यद्यपि अभीधम्म पिटक का स्थान त्रिपिटक के दो भागों के बाद आता है, इसमें ऐसा कुछ भी नहीं जो उनसे मेल खाती हो। अब पिटक शब्द पर ध्यान दें। प्राचीन भारत निर्माण कामगार मकान बनाने के पदार्थों को टोकरी से एक दूसरे के सहयोग से एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाते थे। वे टोकरी को अपने सिर पर रखते, कुछ दूर चलकर अगले कामगार के पास जाते, उसको टोकरी सौंपते और अगला व्यक्ति इस प्रक्रिया को दोहराता। लेखन बुद्धकाल में एक सुपरिचित माध्यम था, लेकिन मनुष्य के स्मरण शक्ति से इसे कम प्रमाणित समझा जाता था। मानसून की नमी से पुस्तक सड़ सकती थी या दीमक चाट सकते थे, लेकिन व्यक्ति की याददास्त तब तक कायम रहेगी जब तक वह जीवित रहेगा। परिणामतः भिक्षु और भिक्षुणी बुद्ध की शिक्षाओं को स्मरण रखने के लिए समर्पित थे और वे एक दूसरे को इसे वैसे ही सौंपते थे जैसे निर्माण कामगार गारा और ईटा टोकरी में रखकर एक दूसरे को देते थे। इसलिए ही बौद्ध धर्मग्रन्थ का तीनों भाग पिटक (टोकरी) कहलाया। अनेकों वर्षों तक इसी ढंग से सुरक्षित रखने के बाद त्रिपिटक को अन्ततः 100 ईसा पूर्व लिखित रूप दिया गया।

**प्रश्न—** अगर धर्मग्रन्थों को स्मरण कर बहुत दिनों तक सुरक्षित रखा गया तो वह अवश्य ही बहुत ही अविश्वसनीय होगा। बुद्ध के बहुत सारी शिक्षाएं भुला दी गयीं

**होगी या परिवर्तित हो गयी होगी।**

**उत्तर—**धर्मग्रन्थों का सरंक्षण भिक्षू और भिक्षुओं के संघ का सम्मिलित प्रयास था। वे निश्चित अन्तराल पर मिलते थे और कुछ भागों का या पूरे त्रिपिटक का सम्मिलित पाठ करते थे। इस कारण से स्वाभाविक रूप से इसमें कुछ भी जोड़ा जाना या परिवर्तन करना असंभव था। इस तरह सोचें। यदि 100 व्यक्तियों का एक समूह किसी गीत को हृदय से जानता हो और जबकि सभी इसको गाते हों तब क्या होगा जब कोई एक अन्तरा गलत गाता हो या नया अन्तरा घुसाने का प्रयास करता हो। अधिकांशतः लोग जो गीत को अच्छी तरह जानते हैं उस विषय व्यक्ति को कुछ भी परिवर्तन करने से रोकेंगे। यह भी प्रमुखतः से याद रखने योग्य है कि उस समय कोई टेलीवीजन नहीं था, समाचार पत्र या मनका ध्यान बंटाने और अव्यवस्थित करने का प्रयास भी नहीं था, साथ साथ यह भी सत्य है भिक्खु और भिक्खुणीयां ध्यान करते थे जिससे कि उनकी स्मरण शक्ति यथासम्भव सही रहे। आज पुस्तकों के बहुत से प्रयोग के बाद भी भिक्खु हैं जो पूरे त्रिपिटक का हृदय से उच्चारण कर सकते हैं। वर्मा के भिक्खु "मेनगोंग सायादाव" ऐसा करने में समर्थ हैं और उनका नाम विश्व के सबसे अच्छे स्मरण शक्ति वाले व्यक्ति के रूप ग्रिनीज पुस्तक के अभिलेख में दर्ज है।

**प्रश्न—बौद्ध धर्मग्रन्थ कितने महत्वपूर्ण है।**

**उत्तर—**बौद्ध इस बात पर बल नहीं देते कि त्रिपिटक दैवीय शास्त्र है या ईश्वर के द्वारा प्रकट हुई है जिसके प्रत्येक शब्दों पर विश्वास करना ही चाहिए। वस्तुतः यह महामानव द्वारा दी गयी शिक्षाओं का अभिलेख है। जो टीका टिप्पणी, सलाह, उपदेश और उत्साहवर्धन को आमंत्रित करती हैं जिसका अध्ययन विचार पूर्वक और आदर पूर्वक करना चाहिए। हमारा उद्देश्य केवल विश्वास करने की नहीं त्रिपिटक की शिक्षाओं को समझने की होनी चाहिए और अतः बुद्ध की बातों को हमें अपने अनुभवों से परखना चाहिए। आप कह सकते हैं कि बौद्ध ढंग धर्मग्रन्थों को परखने का वैसा ही होना चाहिए जैसे वैज्ञानिकों का शोधों के प्रति होता है। वैज्ञानिक प्रयोग करते हैं और तब अपने खोज और परिणाम को शोध पत्र में प्रकाशित करते हैं। दूसरे वैज्ञानिक शोध पत्र को पढ़ते हैं और सम्मान देते हैं लेकिन वे उसे सत्य और प्रमाणित नहीं मानते जब तक कि वे स्वयं प्रयोग नहीं करते और समान उत्तर हासिल नहीं कर लेते।

**प्रश्न— आपने धम्मपद की चर्चा की। क्या है यह?**

**उत्तर—**धम्मपद त्रिपिटक के प्रथम भाग का सबसे छोटी कृति है। इस नाम का अनुवाद सत्य का मार्ग या सत्य का स्वरूप हो सकता है। इसमें 423 श्लोक हैं, कुछ सारपूर्ण कुछ गूढ़, कुछ में चित्तकर्षक उपमायें हैं जो सभी बुद्ध द्वारा बोली गयी हैं। अतः धम्मपद बौद्ध साहित्य का सबसे सुविख्यात भाग है। इसका अनुवाद सबसे प्रमुख भाषाओं में हुआ और विश्व धर्म साहित्य में इसको उत्तम रचना माना जाता है।

**प्रश्न—किसी ने मुझसे कहा कि धर्मग्रन्थों की पुस्तिका जमीन पर या अपने बाँह में कभी नहीं रखना चाहिए बल्कि इसे उच्च स्थान पर रखना चाहिए। क्या यह सत्य है?**

**उत्तर—**हाल तक मध्य यूरूप के बौद्ध देशों में पुस्तकों को बहुमूल्य और अतुल्य

समझा जाता था। इसलिए धर्मग्रन्थों को सदा आदर दिया जाता रहा है और आप जिस बात की चर्चा कर रहे हैं वह उसी का उदाहरण है। यद्यपि परंपरागत अभ्यास अभी भी जारी रहना चाहिए लेकिन अधिकांशतः लोग इस बात से सहमत होंगे कि बौद्ध धर्म ग्रन्थों का सबसे अच्छा आदर उसके शिक्षाओं के अभ्यास में होगा।

**प्रश्न—मैंने बौद्ध धर्म ग्रन्थों के अध्ययन में परेशानी महसूस की। यह दिर्घ, पुनरावृत्ति युक्त और बोझिल मालुम होती है।**

**उत्तर—** जब हम धार्मिक ग्रन्थों को खोलते हैं तो हम उसके शब्दों से उन्नति, आनन्द या प्रशंसा की अपेक्षा रखते हैं जो हमें आगे बढ़ाये और प्रेरित करे। परिणामतः कुछ लोग बौद्ध धर्म ग्रन्थों को पढ़ने के बाद थोड़ा विचलित हो जाते हैं। जबकि बुद्ध के कुछ उपदेशों में विशेष रूप से आकर्षण और सौन्दर्य है, सबसे अधिक अनुकरणीय दर्शनशास्त्र का सिद्धान्त, विस्तार से आचरण और ध्यान के विषय में सलाह, सावधानी से यथोचित तर्क वितर्क और संक्षिप्त रूप से सत्य का वर्णन। ये भावनाओं की अपेक्षा बुद्धि को ज्यादा आकर्षित करती है जब हम बौद्ध धर्म ग्रन्थों को दूसरे धर्म ग्रन्थों से तुलना बन्द करे देंगे तब हम देखेंगे कि इसमें अपनी अलग प्रकार की सुन्दरता, स्पष्टता की सुन्दरता, गहराई और ज्ञान है।

**प्रश्न—मैंने पढ़ा है कि बौद्ध धर्म ग्रन्थ मूल रूप से ताड़ के वृक्षों के पत्तियों पर लिखा गया था। ऐसा क्यों किया गया ?**

**उत्तर—** जब धर्म ग्रन्थ लिखे गये उस समय कागज का आविष्कार भारत या श्रीलंका में नहीं हुआ था। साधारण दस्तावेज जैसे कि पत्र, संविदा, लेखा या दलीलें या तो जानवरों की खाल पर, धातु की चादरो पर या ताड़ की पत्तियों पर लिखे गये थे। बौद्धों ने जानवरों की खाल पर लिखना पसन्द नहीं किया और धर्म ग्रन्थों को धातुओं के चादरों पर लिखना काफी मंहगा और दुरुह कार्य था अतः ताड़ की पत्तियों का उपयोग किया गया। पत्तियों को विशेष रूप से तैयार करने के बाद उनको एक साथ रखकर तारों से बांधा गया और सुविधानुसार संरक्षण के लिए आधुनिक किताबों की तरह लकड़ी की जिल्द में रखा गया। जब बुद्ध धम्म चीन में प्रसारित हुआ तब धर्म ग्रन्थों को रेशम या कागज पर लिखा गया। लगभग 500 वर्षों के बाद धर्म ग्रन्थों की प्रतिलिपियों का अधिक संख्या में उत्पादन करने के लिए छपाई के आविष्कार ने जन्म लिया। विश्व के सबसे पुराने पुस्तक का प्रकाशन 823 ई० में हुआ जो कि बुद्ध के उपदेशों का चीनी अनुवाद है।

## अध्याय-12

### इतिहास और विकास

**प्रश्न-बुद्ध धम्म अनेकों देश में बहुत सारे लोगों का धर्म है। यह कैसे हुआ?**

**उत्तर-**बुद्ध के निर्वाण के एक सौ पचास वर्षों के अन्दर ही उनकी शिक्षाएं सारे उत्तर पूर्वी भारत में फैल चुकी थी। तब लगभग दो सौ वर्ष ईसा पूर्व भारत के सम्राट अशोक मौर्य ने बुद्ध धम्म अपनाया और धम्म का प्रचार अपने सारे प्रदेश में किया। बुद्ध धम्म के उच्च नीतिगत सिद्धान्तों और विशेष रूप से हिन्दू धर्म के जातिगत पद्धति के विरोध से बहुत सारे लोग आकर्षित हुए। अशोक ने भी महान विचार सभा का आयोजन किया और तब पड़ोसी देशों में मिशनरी भिक्षुओं को रवाना किया, जो यूरोप में भी गये। श्रीलंका जाने वाला मिशन सबसे ज्यादा सफल हुआ। ये द्वीप बौद्ध, बना और अब तक हैं। दूसरे मिशन में बुद्ध धम्म दक्षिणोत्तर भारत और पश्चिमोत्तर भारत, काश्मीर और जो अब दक्षिणोत्तर वर्मा तथा प्रायद्वीपीय थाईलैण्ड में गया। एक शताब्दी या इसके बाद अफगानिस्तान और उत्तरी भारत का पहाड़ी क्षेत्र बौद्ध बना। इस क्षेत्र के भिक्षुओं और व्यापारियों ने क्रमशः मध्य एशिया और चीन में इस धर्म को लेकर गये, जहाँ से यह बाद में कोरिया और जापान में फैला। यह जानकर बहुत ही रोचक लगता है कि बुद्ध धम्म ही एक ऐसा विदेशी विचार पद्धति है जो चीन में अब तक अपनी जड़े जमा पाया। बारहवीं शताब्दी के लगभग श्रीलंका के भिक्षुओंके असाधारण प्रयास से बुद्ध धम्म वर्मा, थाईलैण्ड आओस और कम्बोडिया का प्रभावशाली धर्म बना।

**प्रश्न- कैसे और कब तिब्बत बौद्ध बना?**

**उत्तर-** अपने देश में भिक्षुओं और बौद्ध धर्म ग्रन्थों को लाने के लगभग आठवीं शताब्दी के आसपास तिब्बत के राजा ने एक राजदूत भारत में भेजा। बुद्ध धम्म ने जोर पकड़ा लेकिन भारतीय मूल के पंडितों के विरोध के कारण प्रमुख धर्म के रूप में नहीं प्रसारित हो पाया। अन्ततः ग्यारहवीं शताब्दी में बहुसंख्य भारतीय भिक्षुओं और शिक्षकों ने तिब्बत की ओर रुख किया और ये धर्म पूर्णतः स्थापित हुआ। तब से तिब्बत विश्व में सबसे जागृति देशों में एक बौद्ध प्रदेश बना।

**प्रश्न- तो बुद्ध धम्म का प्रसार बहुत ज्यादा हुआ?**

**उत्तर-**सिर्फ यही नहीं, ऐसे बहुत कम क्षण हैं जिसमें बुद्ध धम्म का प्रसार पीड़ा पहुँचाकर या उपद्रव या सेनाओं के द्वारा बल प्रयोग से हुआ। बुद्ध धम्म सदा से जीवन का विनीत मार्ग रहा है और विश्वास पैदा करने के लिए बल या दबाव का प्रयोग बौद्धों के लिए घृणित रहा है।

**प्रश्न-जिन देशों में बुद्ध धम्म का प्रचार हुआ वहाँ इसका क्या प्रभाव रहा?**

**उत्तर-**जब मिशनरी भिक्षु अनेक देशों में गये वे साधारणतः बुद्ध की ही शिक्षाओं को ही नहीं ले गये बल्कि भारतीय सभ्यता की सबसे अच्छी छवि भी ले गये। भिक्षु कभी-कभी चिकित्सा में प्रवीण होते थे और उन्होंने उन क्षेत्रों का परिचय नये चिकित्सीय विचारों से करवाया जहाँ पहले इसका अस्तित्व नहीं था। भिक्षुओं द्वारा लेखन को परिचित कराने के पहले तिब्बत या मध्य एशिया के बहुत सारे क्षेत्र इससे अनजान थे। बुद्ध धम्म के प्रसार के पहले तिब्बत तथा मंगोलियन जंगली शासक थे

और बुद्ध धम्म ने इन्हें विनीत और सभ्य बनाया। भारत में भी बुद्ध धम्म के कारण ही पशु वध अप्रचलित हुआ और थोड़े देर के लिए ही सही जातिगत पद्धति कम कठोर बना। आज भी बुद्ध धम्म का प्रसार यूरोप और अमेरिका में हो रहा है। आधुनिक पाश्चात्य मनोविज्ञान मनुष्य के मनके निरीक्षण के विषय में इससे प्रभावित होना शुरू हो रहा है।

**प्रश्न— बुद्ध धम्म भारत में मृत प्राय क्यों है?**

**उत्तर—** इस दुर्भाग्यपूर्ण विकास का सन्तोषप्रद उत्तर अब तक किसी ने भी नहीं दिया। कुछ इतिहासकार कहते हैं कि बुद्ध धम्म इतना भ्रष्ट हुआ कि लोग इससे विमुख हुए। दूसरे लोग कहते हैं कि अत्यधिक हिन्दू विचारों को समाहित करने के कारण यह क्रमशः हिन्दुइज्म से पृथक न रह पाया। दूसरा सिद्धान्त यह है कि भिक्खु राजाओं के सहयोग से बड़े- बड़े मठों में एकत्रित हो रहने लगे और इसी ने इनको आम आदमी से जुदा कर दिया। कारण कोई भी हो आठवीं और नवीं शताब्दी में भारतीय बुद्ध धम्म गंभीर अंत की ओर अग्रसर था। तेरहवीं शताब्दी उपद्रव और इस्लामिक आक्रमण के कारण में यह पूर्णतः नष्ट हो गया।

**प्रश्न— लेकिन अभी भी कुछ बौद्ध भारत में है, क्या नहीं है?**

**उत्तर—**हाँ है और वस्तुतः बीसवीं सदी के मध्य काल से एक बार फिर से भारत में यह फलने-फूलने लगी। 1956 ई० में भारत के अछूत जाति के नेता ने बुद्ध धम्म को अपनाया क्योंकि वो और उनके लोग हिन्दू जातिगत व्यवस्था से त्रस्त थे। तब से ही अस्सी लाख लोग बुद्ध धम्म बने और ये संख्याएं लगातार बढ़ रही हैं।

**प्रश्न—बुद्ध धम्म सबसे पहले पश्चिम में कब आया?**

**उत्तर—**पहला पश्चिमी जो बौद्ध बना वो समभवतः ग्रीक था जो तीसरी शताब्दी ई० पूर्व एलेक्जेंडर के आक्रमण के समय भारत आया था। मिलिन्दपन्ह प्राचीन काल के सबसे प्रमुख बौद्ध पुस्तकों में से एक है जिसमें भारतीय भिक्खु नागसेन और भारतीय ग्रीक राजा मिलिन्द के बीच वार्तालाप है। हाल ही में उन्नीसवीं शताब्दी के अंत में बुद्ध धम्म को प्रशंसा और आदर मिलने लगा, जब विद्वानों ने बौद्ध धार्मिक पुस्तकों का अनुवाद तथा बुद्ध धम्म के बारे में लिखना शुरू किया। उन्नीस सौ ई० के आसपास कुछ पश्चिमी लोगों ने स्वयं को बौद्ध कहना शुरू किया और एक या दो भिक्खु भी बने। उन्नीस सौ साठ ई० से पाश्चात्य बौद्धों की संख्या में वृद्धि हुई और आज वो पश्चिमी देशों में छोटे ही सही लेकिन महत्वपूर्ण अल्पसंख्यक है।

**प्रश्न—क्या आप विभिन्न प्रकार के बुद्ध धम्म के बारे में कुछ कह सकते हैं?**

**उत्तर—** अपने शिखर पर बुद्ध धम्म का प्रसार मंगोलिया से मालद्वीप, बल्ख से वाली तक हुआ और तब इसने विभिन्न संस्कारों के अनेक लोगों को आकर्षित किया। और भी यह अनेकों शताब्दियों तक चीर स्थाई बना रहा तथा नये विचार ग्रहण किये और लोगों के सामाजिक और मानसिक विकास में मददगार रहा। तदनुसार धम्म का मूल स्वरूप समान ही रहा भले ही इसके बाहरी आवरण में व्यापक बदलाव आया। आज प्रमुखता से तीन प्रकार के बुद्ध धम्म हैं जैसे—थेरावाद, महायान और बज्रयान।

**प्रश्न— थेरावाद क्या है?**

**उत्तर-** थेरावाद नाम का आशय अग्रजों (बड़ा) के शिक्षा से हैं और यह मूलतः पाली त्रिपिटक पर आधारित है, बुद्ध की शिक्षाओं का सबसे पुराना और सबसे पूर्ण अभिलेख थेरावाद ज्यादा परिवर्तन विरोधी है और बुद्ध धम्म का मठ केन्द्रित स्वरूप है।

जो धम्म के मूल पर जोर देती हैं और अधिक साधारण तथा कठोर मूल्यों की ओर ध्यान देती हैं। आज थेरावाद का अभ्यास प्रमुख रूप से श्रीलंका वर्मा, थाईलैण्ड लाओस ओर कम्बोडिया में होता हैं।

**प्रश्न-महायान, बुद्ध धम्म क्या है?**

**उत्तर-**ईसा पूर्व पहली शताब्दी में बुद्ध के शिक्षाओं की गुणवत्ता का गम्भीरता से अन्वेषण किया गया। समाज को विकास भी हो रहा था और इससे नवीन तथा प्रसांगिक शिक्षाओं के व्याख्या की जरूरत महसूस हुई। इस नये विकास और व्याख्या में बहुत सारे विद्यालय फले फूले जो एक साथ महायान कहलाये अर्थ एक महान मार्ग क्यों कि वे सभी के लिए प्रासंगिक होने का दावा करते हैं ना कि केवल भिक्षु और भिक्षुओं के लिए जिन्होंने संसार को त्यागा। महायान, भारत में बुद्ध धम्म का प्रभावशाली रूप बना और आज इसका अभ्यास चीन, कोरिया, ताइवान, वियतनाम और जापान में होता है। कुछ थेरावादी कहते हैं कि महायान बुद्ध की शिक्षाओं का बिगड़ा हुआ रूप है। यद्यपि महायानी जोर देते हैं कि बुद्ध ने परिवर्तन को सबसे मूल सत्य के रूप में स्वीकार किया और बुद्ध धम्म की व्याख्या कोई अपवाद या धम्म की कुरुपता नहीं। जैसे जैतून का तेल जैतून के बीज का बिगड़ा रूप नहीं।

**प्रश्न- हमें प्रायः हीनयान शब्द को देखा है। इस शब्द का अर्थ क्या है?**

**उत्तर-**जब महायान विकसित हो रहा था यह स्वयं को बुद्ध धम्म के पहले विद्यालयों से पृथक रखना चाहता था, तो इसने स्वयं को महायान कहाँ, एक महान मार्ग और पहले के विद्यालयों को इसने हीनयान की संज्ञा दी अर्थ एक छोटा मार्ग। अतः हीनयान एक किंचित सम्प्रदायिक पद है जो महायानियों ने थेरावादियों को दिये।

**प्रश्न-बज्रयान क्या है?**

**उत्तर -**इस प्रकार के बुद्ध धम्म का उद्भव भारत में छठी और सातवीं शताब्दी ईसवी में हुआ जब हिन्दुज्म का भारत में उद्धार हो रहा था। इसके जवाब में कुछ बौद्ध हिन्दुज्म के विचारों से प्रभावित हुए विशेषकर देवताओं की पूजा और विस्तारपूर्वक क्रिया विधि से। ग्यारहवीं शताब्दी में बज्रयान तिब्बत में अच्छी तरह स्थापित हुआ और आगे भी विकसित होता रहा, वज्रयान शब्द का अर्थ है हिरक मार्ग और अनुमानतः

वज्रयानि अटूट तर्क के साथ इसका समर्थन और बचाव करते हैं। बज्रयान पारम्परिक बौद्ध धर्म ग्रन्थों से ज्यादा तंत्र नामक एक साहित्य के ऊपर भरोसा करती है और इसलिए कभी-कभी ये तंत्रयान भी कहलाता है। बज्रयान अभी मंगोलिया, तिब्बत, लद्दाख, नेपाल, भूटान और भारत में रहने वाले तिब्बतियों में प्रचलित है।

**प्रश्न-यह सभी बहुत भ्रमित करने वाला है। अगर मैं बुद्ध धम्म का अभ्यास करना चाहूँ तो मैं कैसे जान सकता हूँ कि कौन से प्रकार का चुनाव करूँ?**

**उत्तर-** शायद हमें इसकी नदी से तुलना करनी होगी। अगर आप नदी के उद्गम के पास जायेंगे और फिर इसके मुहाने पर तब ये सम्भवतः बहुत असमान जान पड़ेगें।

लेकिन अगर आप उद्गम से नदी का अनुसरण करें, अपना मार्ग प्रशस्त करते हुए पर्वत और घाटी द्वारा, जलप्रपात बन, अनेक धाराओं में विभक्त हो आप अन्ततः इसके मुहाने पर आ जायेंगे और समझेंगे कि यह उद्गम से इतना असमान क्यों प्रतीत होता है। अगर बुद्ध धम्म का अध्ययन मूल शिक्षा से शुरू करना चाहें जैसे चार आर्य सत्य, आर्य अष्टांगिक मार्ग, ऐतिहासिक बुद्ध का जीवन और इत्यादि। तब अध्ययन करें कि इन शिक्षाओं और विचारों की उत्पत्ति कैसे हुई तथा अपने आप को सबसे ज्यादा आकर्षित करने वाली बुद्ध धम्म के दृष्टिकोण के ऊपर केंद्रित करें तब आपके लिए कहना असम्भव होगा कि नदी का उद्गम मुहाने से हीन है या मुहाना उद्गम का बिगड़ा हुआ रूप है।



## अध्याय-13

### बौद्ध होना

**प्रश्न—आपने मुझे जो भी कहा वह बहुत रुचिकर था मैं बौद्ध कैसे हो सकता हूँ?**

**उत्तर—**एक व्यक्ति था उपाली जो बुद्ध की शिक्षाओं से प्रेरित हुआ और उनका शिष्य बनने का फैसला किया।

लेकिन बुद्ध ने उससे कहा—

“पहले उचित जांच पड़ताल करो उपाली। उचित जांच पड़ताल तुम्हारे जैसे मशहूर व्यक्ति के लिए अच्छा होगा” बुद्ध धम्म में समझ बहुत जरूरी है और समझदारी समय की मांग करता है। यह प्रक्रिया का अन्तिम उत्पाद है इसलिए आवेग में आकर बुद्ध धम्म की ओर न दौड़े। कुछ समय लें, प्रश्न पूँछें, सावधानी पूर्वक विचार करें और तब फैसला लें। बुद्ध बहुत ज्यादा संख्या में शिष्य बनाने के पक्ष में नहीं थे। इसमें उनकी विशेष अभिरुचि थी कि लोगों को सावधानीपूर्वक जांच पड़ताल कर और सत्यता का विचार कर उनकी शिक्षाओं का अनुगमन करना चाहिए।

**प्रश्न—अगर मैंने ऐसा ही किया है और मैं बुद्ध की शिक्षाओं को स्वीकार करता हूँ तब मुझे क्या करना होगा, अगर मैं बौद्ध बनना चाहता हूँ।**

**उत्तर—** अच्छा होगा यदि आप किसी अच्छे मन्दिर (विहार) या बौद्ध संघ से जुड़ जायें, सहायता करें और उनसे सहायता प्राप्त करें और बुद्ध की शिक्षाओं को जानने में तत्पर रहें। तब जब आप तैयार हों, आप त्रीशरण का गायन कर विधिवत बौद्ध बन जायेंगे।

**प्रश्न—त्रीशरण क्या है?**

**उत्तर—**शरण वह जगह है जहाँ व्यक्ति तब जाते हैं जब अति पीड़ा में हों या जब उन्हें सुरक्षा की जरूरत होती है। बहुत प्रकार के शरण हैं। जब लोग उदास होते हैं तो वे अपने दोस्तों की शरण में जाते हैं बुद्ध ने कहा कि—

“बुद्ध, धम्म और संघ की शरण में जाओ और चार आर्य सत्यों की वास्तविकता को समझो, दुःख, दुःख का कारण, दुःख से बचाव के उपाय और आर्य अष्टांगिक मार्ग दुःख से बचाव का उपाय है, यथार्थ में यही उचित शरण है। यह सबसे उत्तम शरण है। यह ऐसा शरण है जहां व्यक्ति सारे दुःखों से मुक्त हो जाता है”। बुद्ध की शरण इस सत्य को विश्वासपूर्वक स्वीकारता है कि जब कोई भी पूर्णतः ज्ञान को प्राप्त होगा जैसे बुद्ध हुए थे। धम्म का शरण जाने का अर्थ है चार आर्य सत्यों की समझ और आर्य अष्टांगिक मार्ग का जीवन में पालन। संघ की शरण जाने का अर्थ है उन लोगों की सहायता प्रेरणा और मार्ग दर्शन पाना जो आर्य अष्टांगिक मार्गों पर अग्रसर हैं। अगर ऐसा करते हैं तो बौद्ध बन जाते हैं और तब निर्वाण की दिशा में पहला कदम बढ़ाते हैं।

**प्रश्न—आपके जीवन में क्या परिवर्तन हुए जब से आपने त्रीशरण अपनाया है।**

**उत्तर—**गत 2500 वर्षों में अनगिनत लाखों लोगों की तरह मैंने पाया कि दुःख से भरे संसार में बुद्ध की शिक्षाएं एक दृष्टि देती हैं। इसने व्यर्थ जीवन में जीने का अभिप्राय दिया इसने जीवन में आगे बढ़ने के लिए उदार नीति दी और इसने मेरा मार्ग प्रशस्त

किया है कि किस प्रकार मैं अगले जनम में पवित्रता और पूर्णता प्राप्त कर सकूँ। प्राचीन भारत के कवि ने एक बार बुद्ध के बारे में लिखा—

“उनके पास शरण के लिए जाना, उनके प्रशंसा के गीत गाना, उनका सम्मान करना और उनके धम्म का पालन समझदारी भरा कार्य है। मैं उनके शब्दों से पूर्णतः राजी हूँ”।

**प्रश्न—मेरा एक मित्र हमेशा मुझे परिवर्तित करना चाहता है। मैं उसके धर्म में सचमुच रुचि नहीं लेता और मैंने उसे यह बात कही लेकिन वह मुझे अकेला नहीं छोड़ता। मैं क्या कर सकता हूँ।**

**उत्तर—**सबसे पहली बात जो आपको समझनी होगी कि वह व्यक्ति सचमुच आपका मित्र नहीं। एक सच्चा मित्र वैसे ही आपको स्वीकार करता है जैसे आप हैं और आपकी इच्छाओं का आदर करता है। मैं शंका से ग्रस्त हूँ कि वह व्यक्ति सिर्फ आपका मित्र होने का ढोंग इसलिए कर रहा है जिससे वह आपको परिवर्तित कर सके। वे निश्चित ही आपके मित्र नहीं जो अपनी इच्छायें आप पर लादने की कोशिश करें।

**प्रश्न—लेकिन वह कहता है कि वह अपना धर्म मुझसे बांटना/साझा करना चाहता है।**

**उत्तर—**अपना धर्म दूसरों से साझा करना अच्छी बात है लेकिन मैं आपको सूचित करता हूँ कि साझा करने और थोपने में अन्तर है। अगर मेरे पास सेव है, मैं आपको आधा देने का प्रस्ताव करता हूँ और आप मेरा प्रस्ताव स्वीकार करते हैं तब यह आपसे साझेदारी हुई। लेकिन जब आप मुझसे कहते हैं धन्यवाद लेकिन मैंने पहले खाया है। और मैं आपको आधा सेव देने के लिए निरन्तर प्रयासरत हूँ जब तक आप दबाव में ऐसा न कर दें, यह शायद साझेदारी नहीं कही जायेगी। आपके मित्र जैसे लोग अपना बुरा बर्ताव आप पर थोपकर इसे साझेदारी,प्यार या साक्षी कहे। यद्यपि जो भी नाम दें ऐसा व्यवहार धृष्ट, खराब आचरण और स्वार्थ ही है।

**प्रश्न—उसे मैं कैसे रोक सकता हूँ?**

**उत्तर—** यह साधारण है। सबसे पहले स्पष्ट करें कि आप क्या चाहते हैं। दूसरा उसे स्पष्ट और संक्षिप्त रूप में बतायें। तीसरा जब वह आपसे प्रश्न पूछता है जैसे कि इस विषय में आपका क्या विश्वास है या आप मेरे साथ सभा में क्यों नहीं आना चाहते, स्पष्ट नीतिगत और दृढ़ता से अपने पहले कथन को दोहरायें। आमन्त्रण के लिए धन्यवाद किन्तु मैं नहीं आऊँगा”। “क्यों नहीं। यह सचमुच मेरा कार्य है किन्तु मैं नहीं आऊँगा, वहाँ बहुत सारे रुचिकर लोग होंगे। मैं आश्वस्त हूँ वहाँ होंगे मैं तब भी नहीं आऊँगा मैं आपको आमंत्रित करता हूँ क्योंकि मैं आपकी चिन्ता करता हूँ। मैं खुश हूँ आप मेरी चिन्ता करते हैं लेकिन तब भी मैं नहीं आऊँगा”। अगर आप स्पष्टता से धैर्यपूर्वक और आग्रहपूर्वक अपनी बात दोहराते हैं और वाद—विवाद में शामिल न होने के लिए बाध्य करते हैं वह अन्ततः शामिल हो जाएगा। यह शर्म की बात है कि आपको ऐसा करना पड़ा लेकिन इसे प्रमुखता से समझना है कि आप अपना विश्वास या इच्छा दूसरों पर नहीं लाद सकते।

**प्रश्न—क्या बौद्धों को दूसरों से धम्म साझा करने का प्रयास करना चाहिए?**

**उत्तर**—हाँ करना चाहिए। अगर लोग आपसे बुद्ध धम्म के बारे में पूँछतें है तो उन्हें बताइये। बिना पूँछे भी बुद्ध की शिक्षाओं से लोगो को अवगत करा सकते हैं। लेकिन यदि वे अपने शब्दों से या अपने हावभाव से आपको बताते हैं कि वह रुचि नहीं ले रहे हैं, उन्हें स्वीकार करें और उनकी इच्छाओं का आदर करें। यह भी प्रमुखता से याद रखने योग्य है कि आप अपने कार्यो से लोगो को धम्म से अवगत कराये न कि उपदेश देकर। विचारवान दयालु, सहनशील, सरल और ईमानदार रहकर लोगो को धम्म से अवगत कराये। धम्म को अपनी बाणी और कार्य से जगमगाने दें। अगर हममें से सभी, आप और मैं धम्म को पूरी तरह से जानते हैं तो इसका पूरा अभ्यास करें और दूसरो से उदारतापूर्वक साझा करें। इससे हम स्वयं को और दूसरो को अत्यधिक अध्यात्मिक लाभ पहुँचा सकते हैं।

## अध्याय 14

### बुद्ध के कुछ कथन

1. प्रज्ञा शील से परीशुद्ध होती है और शील प्रज्ञा से। जहाँ एक होता है वहीं सदा दूसरा होता है।  
शीलवान व्यक्ति प्रज्ञावान होता है और प्रज्ञावान व्यक्ति शीलवान। दोनों का युग्म विश्व की सबसे महान चीज कहलाती है। (धम्मपद 1-84)। मन
2. सभी धर्म (चैतसिक अवस्थाएँ) पहले मन में उत्पन्न होते हैं, मन ही मुख्य है, वे मनोमय हैं। जब आदमी मलिन मन से बोलता वा कार्य करता है, तब दुःख उसके पीछे पीछे वैसे ही हो लेता है, जैसे (गाड़ी के) पहिये बैल के पैरों के पीछे पीछे। (धम्मपद 2)
3. किसी को कहीं भी किसी कारण के लिए निन्दा या तिरस्कार नहीं करना चाहिए। दूसरों के लिए क्रोध या दुश्मनी में दुःख की कामना मत करो। (सूतनिपात 149)।
4. जिस प्रकार समुद्र का एक ही स्वाद है, नमक का स्वाद, इसी तरह धम्म का एक ही स्वाद है, मुक्ति का स्वाद।
5. दूसरों के दोष देखना आसान है, अपने दोष देखना कठिन। (आदमी) दूसरों के दोषों को तो भुसे की भांति उड़ाता है, किन्तु अपने दोषों को ऐसे ढकता है जैसे बेइमान जुवारी पासे को। दूसरों के ही दोष देखते फिरने वाले के, सदा चिढ़ते रहने वाले के अस्रव बढ़ते हैं। ऐसा आदमी आस्त्रवों के क्षय से दूर है। (धम्मपद 253-3)।
6. जिस प्रकार कोई फूलों के ढेर में से बहुत सारी मालायें गूँथे, उसी प्रकार संसार में पैदा हुए प्राणी को चाहिए कि वह बहुत से शुभ कर्म करें। (धम्मपद 53)
7. जब आप दूसरों के बातचीत करते हैं तो हो सकता है उचित वक्त/अनुचित वक्त पर बोलते हैं, सत्य के अनुसार या नहीं, नम्रता या कटुता से विषयानुकूल या नहीं, मन में पूरी तरह से घृणा लिये या नफरत लिये हुए। हमारा मन विकृत नहीं होगा। न ही नीच वाणी का प्रयोग करेंगे बल्कि दयालुता और करुणा से, हम नफरत से मुक्त होकर और प्रेम से परिपूर्ण होकर जीवन बितायेंगे। हम पहले एक व्यक्ति के प्रति प्रेम का विस्तार करेंगे। और उनसे शुरू करते हुए प्रेम को सारे विश्व के लिए फैलायेंगे जो कि अमूल्य सर्वव्याप्त अपरिमित और पूर्णरूपेण घृणा व द्वेष से मुक्त होगा। इसी तरह से अपने आपको प्रशिक्षित करना चाहिए।
8. बुद्धिमान व्यक्ति को तीन चीजों से पहचाना जा सकता है। वो तीन क्या है। वो त्रुटि को जस का तस देखता है। देखते ही उसको ठीक करने का प्रयास करता है, जब दूसरे उसकी त्रुटि को बताते हैं वह उन्हें माफ करता है।
9. सब पापों का न करना, शुभ कर्मों का करना, चित्त को परिशुद्ध रखना, यही है बुद्धों की शिक्षा।
10. इसे जल से सीखें पर्वत की दरार या बेग से धारा का बहना लेकिन बड़ी नदी शान्ती से बहती है। खाली चीज हल्ला मचाती है, भरी हुई चीज सदा शान्त रहती है। मूर्ख आधे भरे बर्तन की तरह होते हैं। बुद्धिमान व्यक्ति गहरे शान्त तालाब की तरह रहते हैं।

11. अगर लुटेरे आकर तुम्हारे शरीर के अंग आरे से काटने लग जाय, अगर तुम्हारे मन में उनके प्रति क्रोध आ जाय तुम सच्चे अनुयायी नहीं कहे जा सकते।
12. (यदि) वह ईर्ष्यालु, मत्सरी और शठ हो, तो वक्ता होने से वा सुन्दर रूप होने से आदमी साधु-रूप नहीं होता। जिस आदमी के ये दोष जड़-मूल से नष्ट हो गये हैं, जो दोष-रहित है, जो मेधावी है, वही साधु-रूप कहलाता है।
13. यह असंभव है जो व्यक्ति स्वयं अपने अधीन, अनुशासित या संतुष्ट नहीं, दूसरों को अधीन, शिष्ट या संतुष्ट कर सकें। लेकिन यह अवश्य संभव है कि व्यक्ति जो स्वयं के अधीन, शिष्ट और संतुष्ट है दूसरों के ऐसा बनने में मददगार होगा।
14. निरोग रहना परम लाभ है, सन्तुष्ट रहना परम धन, विश्वास सबसे बड़ा बन्धु है, निर्वाण सबसे बड़ा सुख।
15. अगर दूसरे मेरी धम्म या संघ की आलोचना करते हैं आपको क्रोधित या रोष में नहीं आना चाहिए क्योंकि ये आपके विवेक को ढक लेगा और तब फैसला नहीं कर पायेंगे। जो उसने कहा वह सही या गलत है। अगर दूसरे ऐसा करते हैं उन्हें यह कहते हुए समझायें कि उनकी आलोचना किस प्रकार से गलत है। यह सही नहीं। यह उचित नहीं। यह हमारा मार्ग नहीं। ये वो नहीं जो हम करते हैं। इसी तरह यदि दूसरे लोग मेरी धम्म या संघ की प्रशंसा करते हैं तो आपको दंभी या फूलना नहीं चाहिए क्योंकि वो आपके विवेक को ढक लेगा और नहीं जान पायेंगे कि जो उसने कहा वह सही या गलत है। अगर दूसरे ऐसा करते हैं तो उन्हें यह कहते हुए समझायें किस तरह उनकी प्रशंसा उचित है। जैसे यह सही है। यह उचित है। यह हमारा मार्ग है। यह हमसे पाया जाता है।
16. अगर शब्दों के लिए 5 अंक हैं ये द्वेष से बोला हुआ नहीं, सुभाषित युक्त वाणी से बोलना, बुद्धिमान द्वारा प्रशंसनीय और सराहने योग्य हो। पाँच क्या। यह सही वक्त बोलना, ये सत्य है, यह उदारता से बोलना और विषय पर बोलना और ये प्रेम से बोलना।
17. पण्डित जन धर्म को सुनकर अथाह, स्वच्छ, स्थिर तालाब की तरह प्रसन्न चित्त होता है।
18. धन जैसी चीजों का नाश हो जाना छोटी बात है लेकिन बुद्धि का नाश हो जाना भयंकर चीज है।  
धन जैसी चीजों की प्राप्ति छोटी बात है लेकिन ज्ञान की प्राप्ति बहुत सुहावनी है।
19. धर्म-ग्रन्थों का कितना ही पाठ करें, लेकिन यदि प्रमाद के कारण मनुष्य उन धर्म-ग्रन्थों के अनुसार आचरण नहीं करता, तो दूसरों की गौवें गिनने वाले ग्वालों की तरह वह श्रमणत्व का भागी नहीं होता।
20. जिस प्रकार माँ अपना जीवन दाव पर लगाकर भी अपने एक मात्र पुत्र की रक्षा करती है। उसी तरह विश्व के सभी जीवों से व्यक्ति को अनन्त प्रेम करना चाहिए।
21. जो भी किसी दूसरे को गढ़ना चाहता है उसे पहले इस तरह मन में विचार करना चाहिए, मैं हूँ या मैं नहीं हूँ जो शरीर और वाणी से पूर्णतः पवित्रता का पालन करता है। ये गुण मुझमें वर्तमान है या नहीं। अगर यह नहीं है, इसमें कोई संदेह नहीं, वे कहते हैं आओ, क्यों नहीं आप पहले शरीर और वाणी से पूर्ण पवित्रता का

अभ्यास करते हैं। आगे भी जो दूसरों को डाटना चाहते हैं उसे पहले इस तरह मन में विचार करना चाहिए क्या मैंने स्वयं को द्वेष से मुक्त कर लिया और दूसरों के लिए प्रेम का विकास किया है। ये गुण मुझमें वर्तमान है अथवा नहीं। अगर ये नहीं कोई संदेह नहीं वे कहेंगे आओ क्यों नहीं आप प्रेम के विकास का अभ्यास करते।

**22.** जिसने भी सुबह, दोपहर या रात में सदाचार का अभ्यास किया उनका सुबह, दोपहर और रात शुभ होगा।

**23.** अगर कोई आपको गाली देता है अथवा प्रहार करता है, आप पर पत्थर फेकता है, आप पर छड़ी या तलवार से हमला करता है। आपको अवश्य ही संसारिक इच्छाओं और विचार एक तरफ रखें और सोचें मेरा हृदय विचलित नहीं होगा। मैं कोई भी बुरा शब्द नहीं बोलूँगा। मैं क्रोध नहीं करूँगा। बल्कि सभी के प्रति दयालुता और करुणा का भाव रखूँगा। आपको ऐसा ही सोचना चाहिए।

**24.** (पानी) ले जाने वाले पानी ले जाते हैं, बाण बनानेवाले बाण नवाते हैं, बढ़ई लकड़ी नवाते हैं और पण्डितजन अपना दमन करते हैं।

**25.** यहाँ चार प्रकार के लोग विश्व में पाये जाते हैं। चार क्या? वे जो अपने कल्याण या दूसरों के कल्याण की चिन्ता नहीं करते। जो दूसरों के कल्याण की चिन्ता करते हैं पर अपना नहीं। वे जो अपने कल्याण की चिन्ता करते हैं पर दूसरों की नहीं। और वे जो अपने कल्याण और दूसरों के कल्याण दोनों की चिन्ता करते हैं। यही चार प्रकार के लोग हैं। वे जो अपने कल्याण की और दूसरों के कल्याण की चिन्ता करते हैं वे मुख्य सबसे ऊँचे वरीय और सबसे अच्छे हैं।

**26.** अगर आप बुद्ध धम्म और संघ की शरण जाते हैं आप डर और घृणा से मुक्त होते हैं।

**27.** क्रोध को अक्रोध से, बुराई को भलाई से, कंजूसपन को दान से और झूठ को सत्य से जीतें।

**28.** जो वे ये सोचते हैं कि शुभ वाणी और कार्य उनके सबसे अच्छे दोस्त हैं। यदि वे ऐसा भी सोचते हैं कि हम अपनी चिन्ता नहीं करते वे तब भी अपने अच्छे दोस्त हैं। और क्यों, क्योंकि वो अपने लिए वो करते हैं जो एक अच्छा दोस्त करेगा।

**29.** 'मेरे पास न आयेगा' सोच पुण्य की अवहेलना न करे। बूँद बूँद पानी गिरने से घड़ा भर जाता है। धैर्यवान् थोड़ा थोड़ा करके पुण्य का संचय कर लेता है।

**30.** एक बार कुछ भिक्षु हैजा से ग्रसित हुए और वे अपने ही त्यागे मल पर पसरे थे भगवान और आनन्द उनके अस्थाई निवास स्थान पर पहुँचे तथा जहाँ बीमार भिक्षु थे वहाँ गये और भगवान ने पूछा, भिक्षु आपके साथ क्या अनुचित हुआ, मुझे हैजा है भगवान, क्या आपकी सहायता के लिए कोई नहीं, नहीं भगवान, तब क्यों नहीं दूसरे भिक्षु आपकी सहायता करते? क्योंकि मैं उनके किसी काम का नहीं, तब भगवान ने आनन्द से कहा जाओ और पानी लेकर आओ तब हम लोग इस भिक्षु को साफ करेगें। तब आनन्द पानी लेकर आये और भगवान ने पानी उस पर डाला जबकि आनन्द भिक्षु को सभी जगह धो रहे थे। तत्पश्चात् भिक्षु को सिर और पैर से

सहारा देकर, टांगकर उसे विस्तर पर लिटाये। बाद में भगवान ने भिक्खुओं को एक साथ बुलाया और उनसे पूछा। आप सबने इस बीमार भिक्खु की देखभाल क्यों नहीं की। क्योंकि यह हमारे किसी काम का नहीं। भिक्खुओं यहाँ तुम्हारी माता नहीं पिता नहीं जो तुम्हारी सेवा सुश्रुता करते। तुम एक दूसरे की सेवा नहीं करोगे तो फिर कौन करेगा। जो रोगी की सेवा करता वह मेरी सेवा करता है।

**31.** धर्म का दान सब दानों से बढ़कर है, धर्म—रस सब रसों से बढ़कर है धर्म—रति सब रतियों से बढ़कर है, तृष्णा का क्षय सब दुःख—क्षयों से बढ़कर है।

**32.** समय—समय से अपनी गलतियों के बारे में विचार करना अच्छा है। समय—समय पर दूसरों की गलतियों के बारे में विचार करना अच्छा है। समय—समय पर अपने सद्गुणों के विचार करना अच्छा है, समय—समय पर दूसरों के सद्गुणों के बारे में विचार करना अच्छा है।

**33.** शुभ कर्म करने वाला मनुष्य दोनों जगह प्रसन्न रहता है— यहाँ भी और परलोक में भी। अपने शुभ कर्म को देखकर वह मुदित होता है, प्रमुदित होता है।

**34.** बुराई का त्याग करो। यह किया जा सकता है। अगर यह असंभव होता मैं ऐसा करने के लिए नहीं कहता और इसलिए मैं कहता हूँ बुराई का त्याग करो। अगर आपको बुराई का त्याग करने से आपको हानि व दुःख होता, मैं आपको ऐसा करने के लिए नहीं कहता। लेकिन यह आपके कल्याण तथा खुशी के लिए होगा। और इसलिए मैं कहता हूँ कि बुराई का त्याग करो। अच्छाई का पालन करो। यह किया जा सकता है। यदि यह असंभव होता मैं आपको ऐसा करने के लिए नहीं कहता।

लेकिन यह संभव है और इसलिए मैं कहता हूँ कि अच्छाई का पालन करो अगर अच्छाई के पालन से आपको हानि या दुःख पहुँचता है, मैं आपको ऐसा करने के लिए नहीं कहता। लेकिन यह आपके कल्याण और खुशी को बढ़ायेगा। इसलिए मैं कहता हूँ, अच्छाई का पालन करो।

**35.** सभी दण्ड से डरते हैं, सभी को जीवन प्रिय है। इसलिए सभी को अपने जैसा समझ न किसी को मारे, न मरवाये।

**36.** सत्पुरुष हिमालय पर्वत की तरह दूर से प्रकाशित होते हैं, असत्पुरुष रात में फेंके बाण की तरह दिखाई नहीं देते।

**37.** भगवान कहते हैं इसके बारे में आप क्या सोचते हैं आइना का उद्देश्य क्या है। इसका उद्देश्य परावर्तन है। राहुल ने उत्तर दिया। तब भगवान ने कहा, तब केवल सावधानीपूर्वक विचार करके ही शरीर वाणी और मन से कार्य को अन्जाम देना चाहिए।

**38.** जिस तरह गंगा नदी पूरब की ओर मुड़ती झुकती और प्रवाहित रहती है उसी तरह जो आर्य आष्टांगिक मार्ग के पालन का अभ्यास करता है और विकास करता है वो निर्वाण की मुड़ता, झुकता और गतिशील रहता है।

**39.** 'मुझे गाली दी', 'मुझे मारा', 'मुझे हराया', 'मुझे लूट लिया', जो ऐसी बातें सोचते रहते हैं उनका वैर कभी शान्त नहीं होता है। लेकिन 'मुझे गाली दी', 'मुझे मारा', 'मुझे हराया', 'मुझे लूट लिया', जो ऐसी बातें नहीं सोचते उन्हीं का वैर शान्त हो जाता है।

**समाप्त**

