

मरो दुई शब्द

गत साल २०१० मा म दुई हप्ताको लागि सिङ्गापुरमा भिक्षु धम्मिक ज्यूको विहारमा बसेको थिएँ र उहाँले अंग्रेजीमा लेख्नुभएको “Good Question Good Answer” पुस्तक नेपालीमा अनुवाद गर्न अनुरोध गर्नु भयो । उहाँको प्रिय बचनलाई स्विकारी, म मलेसिया हुँदै थाईल्यान्ड फर्के र तुरुन्तै यो किताब परिवर्तन गर्न सुरु गरें । साथै वैङ्कमा एक जना नेपाली साथीले टाइप गरी सहयोग गर्नु भयो ।

किताब छापन नपाउँदै केही महिना पछि म अष्ट्रेलिया गएँ । त्यसपछि अमेरिकामा वर्षावासको लागि आएँ र यहाँको समर स्कूलमा अध्यापन गर्दै व्यस्त भएँ । केहि महिना पछि भिक्षु धम्मिक ज्यू (सिङ्गापुर) वाट ई-मेल पाएँ र किताब छापन अनुरोध गर्नु भयो । हुन त आदि भन्दा वढी यो पुस्तक स्वस्ति रत्न शाक्य ज्यूबाट पहिलेनै नेपाली भाषामा परिवर्तन भैसकेको थियो र बाँकी अंशहरु जस्तै - ध्यान, भिक्षु र भिक्षुनीहरु, बुद्ध धर्मका ग्रन्थहरु, इतिहास र विकास, साथै अरु बाँकी अंशहरु मैले अनुवाद गरि पुरा गरिदिएँ ।

पुरानो पि. डि. एफ. फाइल, भिक्षु मैत्री लुम्बिनीवाट पठाई सहयोग गर्नु भएकोमा कृतज्ञ छु । डा. भिक्षु पञ्चामूर्ति ज्यूबाट प्रसंसा र नेपाल देखि नरेश महर्जन ज्यू (किपू) बाट उत्सुकता पुर्वक सहयोग पाएर नै यो पुस्तक पुरा गर्न सफल भएँ ।

अन्त्यमा सिङ्गापुरका साथीहरुबाट पनि उत्साह पूर्ण चिठी पत्र पाउँदा धेरै खुसी लाग्यो र यो पुस्तक छपाई दिई सहयोग गरेकोमा धेरै साधुवाद ।

.....
भिक्षु सुमनकिर्ति
बोस्टन, अमेरिका
२७ जुन, २०११

भूमिका

कुनै पनि धर्म आफूले ग्रहण गर्नुभन्दा पहिले आफूले राम्ररी बुझेर विचार गर्नु आवश्यक छ । आँनो मनमा नाना प्रकारका शंका उपशंका उत्पन्न हुनु स्वाभाविक हो । त्यस्तो शंका उपशंकाको निवारण तब हुन्छ जब उसले कुनै महापुरूषसँग छलफल गरेर वा सो धर्म सम्बन्धी राम्रो पुस्तकहरू राम्ररी अध्ययन गरेर पढ्दछ । अरू धर्ममा जस्तो बुद्धले मेरै धर्म आ“खा चिम्लेर ग्रहण गर भनी कहिल्यै भन्नु भएन । बुद्धले आँनो धर्मबारे कालाम यसरी उपदेश दिनुभएको छ- “यो मैले भनेको भन्दैमा विश्वास नगर, बरू यसलाई राम्ररी केलाएर हेर, जा“चेर हेर र मनन चिन्तन गरेर हेर । आफूलाई ठीक लागेमा मात्र यसलाई स्वीकार गर ।” अतः बुद्धधर्मलाई बुझ्न बुद्धधर्मका पुस्तकहरूको अध्ययन, छलफल र विद्वान् गुरू वर्गको प्रवचनआदि नसुनिकन सम्भव हुँदैन ।

बुद्धधर्म सम्बन्धी छलफलद्वारा आँनो शंका निवारण गराउने साधनको रूपमा एउटा पुस्तकको खा“चो भएको महशुस भईरहेको बेलामा श्रद्धेय भिक्षु मैत्रीज्यूले एउटा पुस्तक अनुवाद गर्नुपरेको छ तपाइलें गरिदिनु हुन्छ कि भनी फोन गर्नु भएको थियो । मैले एकैचोटी वचन दिइन, पहिले पुस्तक हेर्न अनुरोध गरी भेट्ने समय लिएँ । उहाल“ाई भेट्दा अष्ट्रेलियाका श्रद्धेय भिक्षु श्रावस्ति धम्मिकज्यूले अंग्रेजीमा लेख्नु भएको “Good Question Good Answer” नामको पुस्तक मेरो हातमा राखी “लेखकले यसलाई नेपालीमा अनुवाद गराई प्रकाशित गराउन चाहेका छन्” भन्नुभयो । मैले पुस्तक पल्टाई दुइचार लाइन पढें । पुस्तक प्रश्न उत्तरको रूपमा बुद्ध धर्म सम्बन्धी छलफल भएकोले सबैलाई उपयोगी हुने खालको पाएँ” र तुरुन्तै “म कोशीश गर्नेछु भनी वचन दिएँ” । फलस्वरूप उक्त पुस्तकको नेपाली रूपान्तर सबै विचारधारा लेखककै हो । मैले यथार्थमा नेपालीमा प्रस्तुत गर्न खोजेको मात्र हूँ । एक बुई ठाउँमा हाम्रो देशको संस्कार र संस्कृतिसग“ मेल नखाने बूदाहरूको सम्बन्धमा लेखक स्वयंलाई भेटेर कुरा गरेको बेला अनुमति लिई आँनो देश र संस्कृति अनुसार प्रस्तुत गरेको छु ।

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

वैशाख १ गते, २०४७ साल
घ २-४०१, नरदेवी
काठमाडौं ।

स्वस्ति रत्न शाक्य

ध्यान

१) ध्यान के हो ?

उत्तर : ध्यान भनेको चेतना पूर्ण प्रयासले चित्तको परिवर्तनलाई देख्नु हो । पाली भाषामा ध्यानलाई भावना भनिन्छ । जसको अर्थ बृद्धि गर्नु अर्थात् विकास गर्नु हो ।

२) ध्यान महत्त्वपूर्ण छ कि छैन ?

उत्तर :- महत्त्वपूर्ण छ, किनभने हामिले जती प्रयास गरी असल व्यक्ति हुन चाहे पनि तृष्णालाई निर्मुल गर्न सकिएन भने हामि परिवर्तन हुन कठिन छ । उदाहरणको लागि एक जना श्रीमानले आफ्नो श्रीमतीलाई अबदेखी कहिल्यै पनि आक्रोशित हुन्न भनि बाचा गरे तर १ घण्टा पछि श्रीमान आफ्नो श्रीमती प्रति ठुलो स्वरले विच्ययो किनभने होस नभएर अज्ञानता बस रिस उठ्यो त्यसैले ध्यानको साहायताले स्मृति शक्ति बढाउछ र मानसिक स्वभावलाई परिवर्तनमा ल्याउन ध्यान अभ्यास आवश्यकता पर्दछ ।

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

उत्तर : बौद्ध धर्मलाई नुन चाहिन्छ, तर यदि तिमिले १ किलो नुन एकैचोटी खायौ भने संभवत मर्न पनि सक्छौ, अहिलेको नयाँ जमानामा मोटर गाडिको आवश्यकता छ तर यदि तिमिले ट्रफिक नियम पालना गरेनौ भने वा यदि रक्सि पिएर गाडि चलाएमा त्यो मोटर एजटा खतरनाक चिज बन्न पुग्छ । ध्यान पनि यस्तै हो सुख र मानसिक स्वास्थ्य रहन यो आवश्यक छ । तर यदि गल्ती बाटो अपनाइ ध्यान गर्ने अभ्यास गरेमा यो खतरा पनि हुन सक्छ र त्यसले धेरै समस्या पैदा पनि गराउन सक्छ । काही मान्छे हरू उदाशिन र मानसिक तनावले ग्रस्त हुन्छन् । तिनहरू सोच्छन की त्यो ध्यान द्वारा निको हुन्छ भनि ध्यान गर्न थाल्छ तर अवस्था फन चिप्रीएर जान्छ, यदि यस्तो समस्या आएमा तुरुन्त योग्य र जानेको व्यक्तिको साहायता लिनु पर्दछ र त्यसपछि ध्यान गर्नु उचित हुन्छ । कोहि मानिसहरू क्रमशः एक दुइ पटक गरी ध्यान गर्नु पर्नेमा अति गहिरीएर प्रयास गर्दछन, लामो समय सम्म गर्दछन् र अन्तिममा थकित हुन्छन् । धेरै जसो ध्यानको समस्या भनेको कंगरू (Kangaroo) ध्यान हो । कोही मानिसहरू एक गुरु कहाँ जान्छन् केही समय उहाँको तरीका अनुसार ध्यान गर्छन एक हप्ता पछि एक जना नामी ध्यान गुरु त्यस सहरमा आइ पुग्छन् र उहाँको विचार अनुसार ध्यान गर्न शुरू गर्दछन् । यसरी शुरू देखी लामो समय सम्म निरास भएर अलमल्लमा पर्दछन् र कंगारू जस्तै उफ्रीरहेको हुन्छ । एक जना ध्यान गुरुबाट अर्को वा एक तरीकाबाट अर्को गर्नु नै गलत हो तर यदि तिमिमा कुनै मानसिक समस्या छैन भने र ध्यानमा लागी राम्ररी प्रयास गरेमा यो नै सबभन्दा उचित र तिमि आफैको लागी उपयोगी हुनेछ ।

४) ध्यान कति प्रकारका छन् ?

उत्तर : बृद्धले धेरै किसिमको ध्यान बताउनु भएको छ हरेकमा भिन्ना भिन्नै दुःख निवारण वा चित्त विकासको लागी बताउनु भएको हो । तर त्यस मध्येमा २ किसिमका ध्यान भने अति प्रचलित छन् । ती आनापाना सति र मेत्ता भावना हुन् ।

५) यदि मैले आनापाना सति ध्यान गर्न चाहे भने कसरी गर्ने ?

उत्तर : तिमिले पहिला ४ प्रकारका साधरण विधि अपनाउन सक्छौ । ति हुन क) ठाँउ ख) बस्ने तरीका ग) ध्यान घ) समस्याहरू । क) सबै भन्दा पहिला उचित ठाँउ आवश्यक छ, कुनै कोठा वा आवाज नआउने ठाँउ, जहाँ तिमिलाई कुनै अवरोध हुदैन । ख) राम्रो र सजिलो पनले बस्ने आसनमा चकटी राखेर बस्ने, ढाँड सिधा गरी बस्ने, दाँया हात बाँया हातमाथि राखी काखमा सजिलो सँग राख्ने र आँखा बन्द गर्ने र त्यसपछि ध्यान शुरू गर्ने । शान्त सँग आँखा बन्द गरी सके पछि स्वास भित्र र बाहिर गएकोलाइ ध्यान दिने र स्वास भित्र र बाहिर गएकोलाइ पेट फुलेको र सुकेको हेरेर गन्न सकिन्छ । त्यसरी गरी सके पछि विभिन्न समस्याहरू उत्पति भएर आँउछ । शरीर भरी चिलाउन थाल्दछ, घुँडा दुख्न थाल्दछ त्यसो भए पनि शरीर नहल्लाइकन स्वास भित्र र बाहिर गएकोलाइ ध्यान दिने । संभवत तिमिमा अनेक विचारहरू दिमागमा घुस्न सक्दछ र ध्यान अन्तै तिर लान सक्दछ, त्यसो भएमा तिमिले बिस्तार आफ्नो स्वस प्रस्वास तिर ल्याउनु पर्दछ, यदी यसरी गर्दै गयो भने तिम्रा चिन्तन विचारहरू विस्तारै कमजोर भएर जान्छ, र तिम्रो समाधी बलियो भएर आउँछ र अन्त्यमा तिम्रो भित्रै देखिको मानसिकता र शरीर अति शान्त र सुख दायक हुन्छ ।

६) मैले कति लामो समय सम्म ध्यान गर्नु पर्दछ ?

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

७) मेत्ता भावना ध्यान कसरी गर्न सकिन्छ ?

उत्तर : आनापाना सति ध्यानको सुपरिचीत भइ सके पछि र लगातार प्रयास गरी सके पछि मेत्ता भावना गर्न सकिन्छ । सब भन्दा पहिला आफुले आफुलाई वसमा राख्ने वा ध्यान दिएर मन मनै आफैले आफुलाई यसरी भन्न सकिन्छ - मलाई सुखी होस् मलाई शान्त होस् मलाई दुःख बाट मुक्त होस् मेरो मन दोष बाट मुक्त होस् मेरो मन मेत्ताले -प्रेमले) भरियोस्, मलाई सुख होस भन्दै एक एक जना गरेर अफुलाई मन पर्ने व्यक्तिलाई सम्भने र त्यसपछि समान व्यक्तिलाइ अनि न त मन परेको न त मन नपरेको व्यक्तिलाइ सम्भने र अन्त्यमा मन नपरेको व्यक्तिलाई सम्भने सबैको सुख र निरोगी जिवन वितोस भनेर कामना गर्ने ।

८) यस्तो किसिमको ध्यान गर्नाले के फाइदा हुन्छ ?

उत्तर : यदि तिमिले मेत्ता भावना अटुट रूपमा गर्दै लग्यो वा ठीक तरीकाले गर्नु भने तिमि आफैमा सकारात्मक परिवर्तन आउने गर्दछ, स्विकारन सक्ने क्षमता र आफुले आफैलाई माफि गर्न सक्ने क्षमता हुन्छ र आफ्नो प्रेमीहरू लाइ पनि माया बढ्दै जान्छ । विभिन्न किसिमका मान्छेहरू सँग पनि तुरुन्तै साथि बनाउन सकिन्छ र तिम्रो शत्रु वा कसैसँग क्रोध आदि भएमा त्यो निर्मुल भएर जान्छ, कहिले काहिले यदि चिने जानेको व्यक्ति जो धेरै विरामि दुःखी दरीद्र छन् भने मेत्ता भावना भएर तिनहरूको अवस्थालाइ हल भएको पनि देख्न सकिन्छ ।

९) यस्तो कसरी संभव छ ?

उत्तर : चित्त । जब शुद्ध चित्तले प्रयास गर्दै गयो भने मानसिक शक्ति बढ्छ, यदि हामिले हाम्रो मानसिक शक्तिलाइ अपनायौ भने त्यसले अरुप्रति असर गर्न सक्छ, यस्तो अनुभव आफैमा हुन्छ ,

१. बुद्धधर्म के हो ?

प्रश्न - बुद्ध धर्म के हो ?

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

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

उत्तर- दर्शनशब्दको अंग्रेजी रूपान्तर फिलोसोफि हो । यो (Philosophy) दुईवटा शब्दहरूबाट बनेको छ । एउटा 'फिलो' (Philo) (Love) र अर्को 'सोफिया' (Sophia) जसको अर्थ हुन्छ 'ज्ञान' (Wisdom) तसर्थ फिलोसोफि भनेको 'ज्ञानप्रतिको प्रेम' हो । यी दुवै अर्थले बुद्धधर्मको यथार्थ वर्णन गरेको छ । बुद्धधर्मले हामीहरूलाई आफ्नो (Philosophy) (दर्शन) बौद्धिक क्षमता पूर्णरूपमा विकसित गर्दै लैजाने तर्फ कोशिश गर्नुपर्दछ भन्ने शिक्षा दिन्छ । जसबाट हामीहरू यसलाई प्रष्ट रूपमा बुझ्न सक्दछौं । यसले हामीहरूलाई माया-दयाको अभिवृद्धि गर्दै लैजानु पर्ने कुराको पनि शिक्षा दिन्छ जसले गर्दा हामी सबैको समक्ष एउटा सच्चा मित्र बन्न सक्दछौं । त्यसैले बुद्धधर्म एउटा दर्शन हो । किन्तु यो एउटा दर्शन मात्र नभएर यो त सर्वोत्तम दर्शन नै हो ।

प्रश्न- बुद्ध को थिए ?

उत्तर- इसा पूर्व ५६३ मा उत्तरभारतसँगै जोडिएको हाल नेपालको लुम्बिनी अञ्चलको कपिलबस्तुका राजपरिवारमा एउटा बालकको जन्म भएको थियो । ऐश आराम र सुखमा हुर्केर ठूला भएपछि उनले सांसारिक ऐश आराम तथा संरक्षणले अनन्त सुख प्राप्त नहुने कुरा थाहा पाए । आफूले चारैतिर देखेका दुःख कष्टबाट उनी अत्यन्त विचलित भएका थिए । उनी मानवमात्रको सुखको उपाय पत्ता लगाउनमा तल्लीन भएका थिए । जब उनन्तीस वर्षका भए

तब उनले आफ्नी अर्धाङ्गिनी र पुत्रलाई त्यागेर त्यसबेलाका ठूला ठूला धार्मिक गुरुहरूबाट शिक्षा ग्रहण गर्न उनीहरूको पाउ पर्न थाले । उहाँहरूले उनलाई धेरै शिक्षा दिएतापनि वास्तविकरूपमा मानव दुःखका कारणहरू के हुन् र त्यसमाथि कसरी विजय प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउन सकेका थिएनन् । यस्तै क्रमले लगातार ६ वर्ष सम्मको अध्ययन तथा ध्यान चिन्तनद्वारा उनले अनुभव प्राप्त गरे जसबाट अज्ञानता हराउँदै गयो र उनलाई अचानक सबै कुराको बोध भयो । त्यसै दिनदेखि उनी 'बुद्ध' अथवा 'ब्युँभोका' भनी कहलाइए । यसपछि उनी अरू ४५ वर्षसम्म बाँचे । सो समयमा उनले आफूले पत्ता लगाएका ज्ञान अरूलाई पनि शिक्षाको रूपमा दिँदै उत्तर भारतभरी यात्रा गरे । उनको करूणा र धैर्यले निककै नै प्रसिद्धि प्राप्त गर्‍यो । उनले हजारौंको संख्यामा आफ्ना अनुयायीहरू बनाए । अन्तमा उनले आफ्नो अस्सी वर्षको बुढेसकालमा अस्वस्थ हुँदा हुँदै पनि सुख र शान्तिका साथ निर्वाण प्राप्त गरे ।

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

उत्तर : बुद्धको लागि आफ्नो परिवार त्याग्नु कदापि सजिलो भएको थिएन होला । अवश्य पनि गृहत्याग गर्नुभन्दा अघि धेरै समयसम्म उनी चिन्तित र गृहत्यागमा हिचकिचिएका थिए होलान् । तर उनको

निमित्त आफूलाई आफ्नो परिवारमा समर्पित रहने हो कि सारा विश्वको लागि नै आफू समर्पित हुने हो भन्ने ठूलो चुनौती रहेको थियो। अन्तमा आफ्नो महाकरुणाले सम्पूर्ण विश्वको लागि नै आफूलाई समर्पित गराए। अझै पनि उनको त्यागले सम्पूर्ण विश्वलाई हित भइरहेकै छ। साथै आजसम्ममा कसैले गरेका यस्ता त्यागहरू मध्ये यो नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण त्याग थियो होला।

प्रश्न : बुद्धले निर्वाण प्राप्त गरिसके। अहिले हामीहरूलाई उनले कसरी मद्दत गर्न सक्लान् ?

उत्तर : फाराडे भन्ने व्यक्ति जसले विद्युत्को आविस्कार गरे त्यो व्यक्तिको मृत्यु भइसकेको छ। तर उनले आविस्कार गरेको बस्तुले हामीहरूलाई आजसम्म पनि सहयोग पुऱ्याइ रहेको छ। लुइस् पाश्चर- जसले धेरै रोगहरूको औषधिको आविस्कार गरे उनको पनि मृत्यु भइसक्यो। तर उनका औषधिको आविस्कारहरूले आजसम्म पनि धेरै मानिसहरूको जीवनको रक्षा भइरहेको छ। लियोनार्दो द भिन्ची जसले कलाका अद्वितीय कृतिहरूको रचना गरे। उनको पनि मृत्यु भइसक्यो। तर उनले रचना गरेका कलाकृतिहरूले अझै पनि त्यस क्षेत्रमा त्यसले प्रेरणा र आनन्द दिने गरेको छ। महान् तथा वीर पुरूषहरूको शताब्दीऔं पहिले नै मृत्यु भइसकेको भए पनि उनीहरूले प्राप्त गरेका कार्यहरू पढ्दा उनीहरूले गरे जस्तै

कार्य गर्नमा प्रेरित भएको पाइन्छ। हो बुद्धले पनि निर्वाण प्राप्त गरिसके। तर २५५३ वर्ष अगाडि निर्वाण प्राप्त गरिसकेको भए पनि आजसम्म उनका उपदेशहरूले सहयोग गरिरहेकै छन्। उनको उदाहरणले मानिसहरूलाई अझै प्रेरणा दिइरहेकै छ र उनका उपदेशहरूले जीवनलाई नै परिवर्तन गर्नसक्छ। आफ्नो निर्वाणपछि पनि शताब्दीयौंसम्म यसरी रहिरहन सक्ने शक्ति बुद्धमा छ।

प्रश्न : के बुद्ध ईश्वर थिए ?

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

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

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

राख्दछन् । बौद्धहरू यस्तो प्रकारको पूजामा फँस्न चाहँदैनन् ।

अर्को प्रकारको पूजामा-हामीले मन पराएका व्यक्तिलाई वा मन पराएको वस्तुलाई सम्मान प्रकट गर्ने गर्दछौं । जब गुरु कक्षाभिन्न आउनुहुन्छ हामी सबै उठ्दछौं । जब हामीले ठूला बडालाई भेट्दछौं हामी उनीहरूलाई प्रणाम गर्दछौं । जब राष्ट्रिय गान हुन्छ हामी ठूलो सम्मानका साथ उठ्दछौं । यी सबै सत्कार तथा पूजाका भाव हुन् र यसले ती मानिस वा वस्तु प्रतिको चाहना दर्शाउँदछन् । यस प्रकारको पूजाको अभ्यास बौद्धहरू गर्दछन् । बुद्धवटा हात हलकासाथ आफ्नो काखमा राखी अति करूणाका साथ मुस्काइ रहेको बुद्धको मूर्तिले हामीहरूलाई आफूभिन्न शान्ति र प्रेमको विकास गर्नमा प्रयत्न गर्ने प्रेरणा दिलाउँदछ । धूपको सुवासले हामीहरूलाई चारैतिर फैलिने पुण्यको प्रभावको सम्झना गराउँदछ । बत्तिले ज्ञानको ज्योति र पुष्पहरूले तुरून्तै ओइलाउने र मृत्यु हुने अस्थिरताको सम्झना गराउँदछन् । जब हामी निहुरेर ढोग्दछौं तब हामीहरूले उहाँको उपदेशबाट प्राप्त शिक्षाको लागि कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं । यही हो बौद्धहरूले गर्ने पूजाको प्रकृति वा स्वभाव ।

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

उत्तर : यस्ता कुराहरूमा भ्रमको आभास हुन्छ, नबुझेले मात्र यस्तो कुरा गर्ने गर्दछन् । शब्दकोषको परिभाषा अनुसार मूर्तिभन्दा

“एउटा प्रतिमा वा मूर्ति जसलाई ईश्वरको रूपमा पूजा गरिन्छ”

भन्ने हुन्छ । हामीहरूले थाहा पाइने सक्थौं कि बौद्धहरूले बुद्धलाई ईश्वर भनी मान्दैनन् । त्यसैले उनीहरूले एउटा काठको टुक्रा वा धातुको टुकालाई ईश्वर हो भनी मान्नु सम्भव होला र ? सबै धर्मले विभिन्न विचारहरूलाई बुझाउन प्रतीक चिन्हहरू प्रयोग गर्दछन् । ताओ धर्म दुई परस्पर लिङ्गीहरूका बीचमा समानता बुझाउन यिङ्ग याङ्गको प्रयोग गर्दछन् । सीख धर्ममा तरवारलाई आध्यात्मिक संघर्षको प्रतीक भनी प्रयोग गरिन्छ । इशाई धर्ममा माछा यिसुमसीहको उपस्थितिको प्रतीक र क्रसलाई उहाँको त्याग वा बलिदानको प्रतीक स्वरूप प्रयोग गरिन्छ । अनि बुद्धधर्ममा बुद्धको प्रतिमालाई मानवीय आदर्शता (सबैकुरा जान्ने) को प्रतीकको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । बुद्धको मूर्तिले हामीहरूलाई बुद्धका उपदेशहरूमा मानवीय पक्ष वास्तवमा बुद्धधर्म ईश्वरमा केन्द्रित नरही मानिसहरूमा केन्द्रित छ र ज्ञान र बुद्धिको निमित्त बाहिरबाट होइन भित्री हृदयबाट हेर्नुपर्छ भन्ने सम्झना गराउँदछ । त्यसैले बौद्धहरू मूर्तिको पूजा गर्दछन् भन्ने कुरा ठीक छैन ।

प्रश्न : मानिसहरूले बौद्ध मन्दिरहरूमा किन कागजी पैसा बाल्ने र अनौठा प्रकारका कार्यहरू गर्ने गर्दछन् ?

उत्तर : कुरा नबुझेपछि धेरै कुराहरू हामीलाई अनौठो लाग्न स्वभाविक हो । त्यस्तो अनौठो लाग्ने कुराहरूलाई त्याग्नु भन्दा पनि तिनीहरूको

८

बुद्ध धर्म के हो ?

अर्थ के हो भन्ने पत्ता लगाउने कोशिश गर्नुपर्दछ । जे भएपनि यो सत्य हो कि कुनै कुनै यस्ता व्यवहार र चलनहरू छन् जुन बुद्धका उपदेशहरूमा आधारित हुनुभन्दा पनि अन्धविश्वास र अनभिज्ञताबाट उत्पन्न भएका छन् र त्यस्तो अनभिज्ञता बुद्धधर्ममा मात्र पाइने होइन तर यस्तो सबै धर्मरूमा समय समयमा उत्पन्न हुन्छन् । बुद्धले यस विषयमा पूर्ण व्याख्या गरी प्रष्टसँग शिक्षा दिनुभएको छ । यसमा कसैले पनि पूर्ण रूपमा बुझ्न सक्तैन भने बुद्धलाई दोष दिन सकिन्न । एउटा उखान छ- यदि एउटा रोग लागेको एउटा मानिसले आफ्नो नजीकमा बैद्य छँदा छँदै पनि औषधि उपचार गराउँदैन भने यसमा त्यो बैद्यको के दोष ?

त्यसरी नै अन्धकाररूपी क्लेश व्याधिले ग्रस्त भई आकुल व्याकुल भइरहेका मानिसहरूले बुद्धको महत्त लिन खोज्दैनन् भने त्यो दोष बुद्धको होइन ।

(J N 28-9)

न त बुद्ध धर्म वा अरू कुनै धर्मलाई त्यस्ता मानिस जसले धर्मको असल अभ्यास नै गर्दैन भने उसले त्यसलाई जाँच्न पनि सक्तैन । यदि तपाईंले बुद्धधर्मको वास्तविक शिक्षा इच्छा जान्ने राख्नु हुन्छ भने बुद्ध वचन पढ्नुहोस् वा बुद्धधर्मलाई सही अर्थमा बुझ्नेहरूसँग कुराकानि गर्नुहोस् ।

प्रश्नोत्तर

९

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

उत्तर : यदि गरीबको अर्थ आर्थिक दृष्टिकोणले लिने हो भने सत्य हो कि केही बौद्ध मुलुकहरू गरीब छन् । तर यदि गरीब भन्नाले जीवनको गरीबी गुण सम्भन्नु हुन्छ भने सायद केही बौद्ध मुलुकहरू असाध्य धनी छन् । उदाहरणको लागि अमेरिका आर्थिक दृष्टिकोणले धनी तथा शक्ति सम्पन्न मुलुक हो । तर त्यहाँको अपराध दर संसारको सबै मुलुकहरूमा भन्दा बढी छ- लाखौंको संख्यामा बुढा बुढीहरूलाई आफ्ना छोरा छोरीहरूले वास्ता गर्दैनन् । अनि एकलोपनमा नै बृद्ध आश्रमहरूमा मर्दछन् र त्यहाँ घरायसी कलह र बाल अपराध जस्ता ठूला समस्याहरू छन् । प्रत्येक तीन विवाहमध्ये एउटा पारपाचुकेमा टुङ्गिन्छ र वेश्यावृत्ति प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । पैसाको सम्बन्धमात धनी छन् । तर जीवनको गुण सम्बन्धमा भने गरीब या घटिया छन् । अब बर्मालाई लिउँ - जुन आर्थिक दृष्टिकोणमा पछाडि छ । आमा बाबुहरूलाई आफ्ना छोराछोरीहरूले आदर सत्कार गर्दछन्, अपराधको दर तुलनात्मक दृष्टिले कम छ । पारपाचुके तथा आत्महत्या जस्ता शब्दहरू प्रायः सुन्न पनि पाइँदैन । यी घरायसी बिद्रोह तथा बालअपराध र अश्लील तस्वीर तथा वेश्यावृत्तिको स्वीकृतिको अस्तित्व नै छैन । आर्थिक दृष्टिकोणले पछाडि अवश्य छ तर जीवनको गुण भने सायद अमेरिकाको भन्दा धेरै उच्चस्तरको छ । यदि आर्थिक रूपमा मात्र बौद्ध देशहरूलाई

जाँच्ने हो भने आज भोलि संसारमा सबैभन्दा धनी तथा आर्थिक दृष्टिकोणले क्रियाशील देशहरू मध्ये जापान पनि एक हो जहाँको जनसंख्याको ९३% ले आफूलाई बौद्ध ठानेका छन् ।

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

उत्तर : शायद यसो हुनु बौद्धहरूले आफूले गरेको असल कार्यको प्रशंसा गराउन नचाहेकोले होला । केही वर्षअघि जापानका बौद्ध नेता निकखो निर्वानोले अन्तर धर्म समन्वयको प्रवर्द्धन गरे वापत् टेम्पलटन पुरस्कार प्राप्त गरेका थिए । त्यसरी नै थाइलैण्डका एक बौद्ध भिक्षुलाई हालसालै लागू पदार्थ सेवन गर्नेहरूको सम्बन्धमा गरिएको प्रशंसनीय कार्य गरे वापत् अति सम्मानित म्यागसेसे पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । सन् १९८७ मा अर्का थाइलैण्डका बौद्ध भिक्षु श्रद्धेय कान्तयापिवातलाई ग्रामीण क्षेत्रमा घरविहीन केटाकेटीहरूलाई सहयोग गर्ने कार्यमा धेरै वर्ष बिताए वापत् नर्वेको बाल शान्ति पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । अनि फेरि पश्चिमी बौद्ध निकायहरूले भारतमा रहेका गरीबहरूको लागि गरिएको बृहत् सामाजिक कार्यहरूको बारेमा के छ त ? भनौं भने तिनीहरूले धेरै विद्यालयहरू, शिशु स्याहार केन्द्रहरू, औषधालयहरू र आत्मनिर्भरताका लागि साना स्तरका उद्योगहरू खोलिएका थिए । बौद्धहरू आफ्नो धार्मिक अभ्यासलाई अरु धर्महरूमा जस्तै उद्गार

प्रकट गर्नलाई मात्र अरूलाई मद्दत गरेको हेर्न चाहन्छन् । तर उनीहरू यस्तो कार्य शान्तपूर्वक तथा आत्म प्रशंसा बिना गर्नुपर्छ भन्ने विश्वास गर्दछन् । त्यसैकारण तपाईंहरूले उनीहरूको परोपकारी कार्यहरूको बारेमा धेरै कुरा सुन्नु हुन्छ ।

प्रश्न : किन बुद्धधर्म धेरै प्रकारका छन् त ?

उत्तर : चिनी धेरै प्रकारका हुन्छन्, खैरो चिनी, सेतो चिनी, दानादार चिनी, ढुङ्गे चिनी, भोल र जमाएको चिनी आदि तर यी सबै चिनी नै हुन् र सबै गुलिया नै हुन्छन् । यसलाई विभिन्न प्रकारको रूपमा बनाइन्छ । ता कि यसलाई विभिन्न किसिममा प्रयोग गरिन्छ । बौद्धधर्ममा धेरवाद बुद्धधर्म, जेन बुद्धधर्म, शुद्ध भूमिको बुद्धधर्म (तिब्बती), योगाचार बुद्धधर्म र वज्रयान बुद्धधर्म छन् । तर ती सबै नै बुद्धधर्म हुन् र सबैमा एकै किसिमको आनन्द पाइन्छ- त्यो हो स्वतन्त्रताको स्वाद । बुद्धधर्म धेरै प्रकारले प्रादुर्भाव भएको छ ता कि यसले विभिन्न किसिमका संस्कृतिहरूसँग मेल खान सकोस् र आफ्नो अस्तित्व कायम राखोस् । प्रत्येक पिढीसित मेल खाँदै जाने किसिमले यस धर्मलाई शताब्दीयौंदेखि पुनर्ब्याख्या गर्दै आइरहेका छन् । बाहिरबाट हेर्दा यी विभिन्न प्रकारका बुद्धधर्म फरक फरक जस्तो लाग्दछ । तर ती प्रत्येकको केन्द्रबिन्दु चतुरार्यसत्य र आर्यअष्टाङ्गिक मार्ग नै हुन् । बुद्धधर्ममा समावेश गरिएका सबै मुख्य मुख्य धर्महरू विभिन्न यान र निकायहरूमा विभाजित भएका

छन् । तर ती विभिन्न यान र निकायहरूका बीच भगडा कहिल्यै भएको छैन, आपसमा वैमनष्यतासम्म पनि कहिल्यै प्रकट गरेनन् र आजसम्म पनि एक अर्काको मन्दिरमा जाने गर्दछन् । यस्तै आपसमा मिलेर पूजा आज्ञा गर्दछन् । यस्तो किसिमको धैर्यता तथा समझदारीपन निश्चय पनि दुर्लभ नै होला ।

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

उत्तर : कुनै पनि बौद्ध जसले बुद्धको उपदेश राम्ररी बुझेको हुन्छ, अरूको धर्मलाई गलत भनी विचारै गर्दैन । त्यसरी नै अरूको धर्म जाँच उदार हृदयले सत्प्रयास गर्ने प्रत्येकले पनि यस्तो विचार गर्न सक्तैन । विभिन्न धर्महरूको अध्ययन गर्दा सबैभन्दा पहिलो कुरा तपाईंले तिनीहरूको आपसी कुराहरू समान छन् भन्ने थाहापाउनु हुन्छ । मानिसहरूको हालको अवस्था सन्तोषजनक छैन भन्ने कुरा सबै धर्महरूले स्वीकारेका छन् । मानिसको अवस्था सुधार गर्नका लागि मनोवृत्ति र आचरण बदल्नुपर्छ भनी सबै धर्मले विश्वास गर्दछन् । सबैले माया, दया, धैर्य, उदारता, सामाजिक उत्तरदायित्व बोध हुने शिक्षा दिन्छन् र सबैले केही यथार्थ रूपमा अस्तित्व रहेको मान्दछन् ।

तिनीहरूले यस्ता बस्तुहरूलाई वर्णन गर्न विभिन्न भाषा, विभिन्न

नाम र विभिन्न चिन्हहरू प्रयोग गर्दछन्, यस्तो त्यसबेला गरिन्छ जब तिनीहरू संकुचित विचारले धार्मिक असन्तुष्टि घमण्ड र आफ्नै कुरा ठीक हो भन्ने एउटै दृष्टिमा अडिग रहन्छन् ।

एउटा प्याला हेरिरेको एकजना अंग्रेज, एकजना फ्रान्सिसेली, एकजना चिनियाँ र एकजना इण्डोनेशियालीलाई सम्मनुहोस् । अंग्रेजले भन्दछ, “यो एउटा कप हो ।” एकजना फ्रान्सिसेलीले जवाफ दिन्छ, “होइन ! यसो होइन यो एउटा तासे हो ।” चिनियाँले आफ्नो विचार प्रकट गर्दछ, “तिमीहरू दुबै गलत । यो एउटा पेई हो ।” अनि इण्डोनेशियाली उनीहरूदेखि हाँसै भन्न थाल्दछ, “तिमीहरू त कस्ता मूर्ख रहेछौ । यो त एउटा कावान हो ।” अंग्रेजले एउटा शब्दकोष लिन्छ र अरूलाई देखाउँदै भन्न थाल्दछ “यो एउटा कप हो भनी प्रमाणित गर्न म सक्दछु । मेरो शब्दकोषमा यस्तै छ । “त्यसो भए तिम्रो शब्दकोष नै गलत छ” किनभने मेरो शब्दकोषमा प्रष्टसँग लेखेको छ कि यो एउटा ‘तासे’ भनी फ्रान्सिसेली भन्दछ । चिनियाँले तिनीहरूलाई तुरून्तै टोक्न थाल्छ “मेरो शब्दकोष तिमीहरूको भन्दा हजारौं वर्ष पुरानो हो, त्यसैले मेरो शब्दकोष पक्कै ठीक हुनुपर्छ । त्यसमाथि पनि अरू भाषाभन्दा पनि धेरैले चिनिया भाषा बोल्ने हुँदा यो एउटा ‘पेई’ नै हुनुपर्दछ ।” तिनीहरू आपसमा वादविवाद गरी आफ्नो आफ्नो तर्क गरिरहेको बेला एउटा बौद्ध आउँछ र कपबाट पिउँछ । त्यसपछि उनीहरूलाई भन्दछ “तपाईंहरू एउटा कप, एउटा तासे, एउटा पेई अथवा एउटा कावान जेसुकै भन्नुहोस् यसको उद्देश्य

त प्रयोग गर्नु हो । आफ्नो तर्क बन्द गरी पिउनुहोस्, वादविवाद बन्द गरी आफ्नो तिर्खा मेटाउनुहोस् र शान्त पार्नुहोस् ।” अरूको धर्महरूप्रति बौद्धको भावना यस्तो छ ।

प्रश्न : के बुद्धधर्म वैज्ञानिक छ ?

उत्तर : यस प्रश्नको उत्तर दिनुभन्दा पहिले हामीले विज्ञानको परिभाषा जान्नु उत्तम हुनेछ । शब्दकोष अनुसार विज्ञान भनेको “एउटा पद्धतिमा बाँधेर राख्न सकिने ज्ञान, जुन साधारण प्राकृतिक नियमहरू बनाउने, वास्तविकतालाई हेर्ने र परीक्षणमा निर्भर गर्दछ । यो ज्ञानको त्यस्तो हाँगा हो जसको विषयमा यथार्थ रूपमा अध्ययन गर्न सकिन्छ ।”

यहाँ बुद्धधर्मका केही पक्षहरू छन् जुन यस परिभाषामा गाभ्न सकिदैन । तर बुद्धधर्मको मुख्य शिक्षा चतुरार्य सत्य भने अवश्य पनि मिल्दछ । दुःख, पहिलो आर्य सत्य एउटा अनुभव हो जसलाई परिभाषित गर्न सकिन्छ, अनुभव गर्न सकिन्छ र परिमाण निकाल्न सकिन्छ । दोस्रो आर्यसत्य अनुसार दुःखको प्राकृतिक कारण छ तृष्णा- जसलाई पनि परिभाषित गर्न सकिन्छ, अनुभव गर्न सकिन्छ र परिमाण निकाल्न सकिन्छ । दुःखलाई भौतिक तत्त्वको विचारधारा अनुसार बुझाउने प्रयास गरेको देखिँदैन । तेस्रो आर्य सत्य अनुसार दुःखको अन्त्य हुन्छ- कुनै दैवी शक्तिको शरण परेर होइन, विश्वासको भर परेर पनि होइन अथवा प्रार्थनामात्र गरेर पनि होइन । खालि

सरल तरिकाले यसका कारणहरूलाई हटाएर । यही हो यथार्थ सत्य । दुःख हटाउने बाटो बनेको चौथो आर्य सत्यले एकचोटि फेरि भौतिक तत्त्वहरूको सट्टा विशिष्ट तरीकाको व्यवहारमा भर पर्दछ । फेरि व्यवहारलाई पनि जाँचेर हेर्न सकिन्छ । बुद्धधर्मले विज्ञानले जस्तै सर्वशक्तिमान् विचारधारासित सम्बन्धित प्राकृतिक नियमहरूका शब्दहरूमा ब्रम्हाण्डको उत्पत्ति तथा कार्यविवरणको व्याख्या गर्दछ । यी सबैले निश्चय पनि वैज्ञानिक भावनाको प्रदर्शन गर्दछन् । त्यसमा पनि बुद्धको निरन्तर उपदेशमा भन्नुहुने, हामीले सबैकुरा आँखा चिम्लेर विश्वास नगरी प्रश्न गरेर जाँचेर हेर, बुझेर हेर र आफ्नै अनुभवमा भर पर्नुपर्छ भन्ने उपदेश पूरा वैज्ञानिकताको घेराभित्र पर्दछ । उहाँ भन्नु हुन्छ-

“ देखिआएकोमा वा परम्परामा मात्र नलाग, हल्लामा नलाग । पवित्र धार्मिक पुस्तकहरूमा मात्र नलाग, सुनेको भरमा मात्र वा तर्कमा मात्र नलाग, अरूको भनाइमा वा अरूको योग्यतामा र उ मेरो गुरु हो भन्ने विचारमा मात्र नलाग । तर जब तिम्री आफैले यो बस्तु राम्रो छ, यसलाई दोष दिने ठाउँ छैन, यसलाई बुद्धिमान्हरूले प्रशंसा गर्छन् र यसलाई अभ्यास गरी हेर्नु भन्ने सुखतिर डोच्याउँछ भन्ने लाग्छ भने मात्र त्यो कुराको अनुसरण गर ।”

त्यसकारण हामी यो भन्न सक्दछौं कि बुद्धधर्म पूरा वैज्ञानिकमात्र नभई यसमा अवश्य पनि बलियो बैज्ञानिक धुन छ र यो अवश्य पनि अरू कुनै पनि धर्मभन्दा बढी बैज्ञानिक छ । बीसौं शताब्दीका सबैभन्दा ठूला वैज्ञानिक अलवर्ट आइन्सटाइनले बुद्धधर्म सम्बन्धमा भन्नु भएको कुरा अति महत्वपूर्ण छ ।

“भविष्यको धर्म ब्रम्हाण्डको धर्म हुनेछ । यसले व्यक्तिगत ईश्वरको पछि लगाउनेछ, यसले विना प्रश्न विश्वास गरिने प्रथा, ईश्वरको प्रकृति र धार्मिक अनुष्ठान सम्बन्धी शास्त्रहरू त्याग्ने छ । प्राकृतिक र आध्यात्मिक दुबै पक्षलाई समेटेी यी सबै बस्तुहरूको अनुभव, प्राकृतिक तथा आध्यात्मिक र एउटा अर्थपूर्ण एकताबाट उत्पन्न धार्मिक चेतनामा आधारित हुनुपर्दछ ।

बुद्धधर्मले यस वर्णनको जवाफ दिन्छ - यदि आधुनिक विज्ञान जगत्को आवश्यकतासँग मेल खाने कुनै धर्म छ भने त्यो बुद्धधर्मनै हुनेछ ।”



२. बुद्धधर्मका मौलिक सिद्धान्तहरू

प्रश्न : बुद्धका मुख्य उपदेश के के हुन् ?

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

प्रश्न : पहिलो आर्य सत्य कुन हो ?

उत्तर : जीवन नै दुःख हो भन्ने पहिलो आर्य सत्य हो । बाँच्नको निमित्त दुःख गर्नुपर्छ । कुनै किसिमको दुःखको अनुभव विना बाँच्नु असम्भव छ । हामीहरूले रोग व्याधि, घाउ, चोट, थकावट, बुढ्याइँ तथा अन्त्यमा मृत्यु जस्ता शारीरिक दुःख भोग्नुपर्दछ र हामीहरूले एकलोपन, आत्म असन्तोष, डर, त्रास, मानसिक चिन्ता, हतोत्साह,

रीस आदि जस्ता मानसिक दुःखहरू पनि सहनुपर्दछ ।

प्रश्न : के यो केही मात्रामा निराशावादी छैन ?

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

प्रश्न : दोस्रो आर्य सत्य कुन हो ?

उत्तर : ‘सबै दुःख तृष्णाको कारणले नै पैदा हुन्छ’ भन्ने कुरा दोस्रो आर्य सत्य हो । यदि हामीहरूले मानसिक दुःखलाई हेर्छौं भने

तृष्णाको कारणले यो कसरी हुन्छ भन्ने कुरा हेर्न सजिलो हुन्छ । जब हामीहरू कुनै कुराको चाहना गर्छौं त्यसबेला त्यसलाई पाउन सकेनौं भने असन्तुष्ट भएको थाहा पाउँछौं । जब कसलाई आफूले आशा गरेसम्म बाँचोस् भन्ने हामी आशा राख्छौं पछि त्यस्तो भएन भने असहाय र निराश भएको अनुभव गर्छौं । जब हामीहरूलाई अरूले मन पराउनु भन्ने चाहन्छौं तर उनीहरूले त्यसो गर्दैनन् भने आफूमाथि आघात परेको अनुभव गर्छौं । कहिले काँही हामीले केही कुराको चाहना गर्छौं र प्राप्त गर्न सक्छौं भने पनि त्यसले सुखको बाटोमा डोच्याउन सक्दैन किन कि धेरै समय नबित्दै त्यो बस्तु हाम्रो निमित्त निरस भएको आभाष हुन्छ त्यसप्रति मोह हटेर जान्छ र अरू नै बस्तुको चाहनातिर मन दौडिसकेको हुन्छ । यसलाई सजिलो किसिमले भन्ने हो भने हामीले इच्छा गरेका वस्तु पाउँदा पनि त्यसले सुख दिन्छ भन्ने कुनै भरोसा हुँदैन भन्नु नै दोस्रो आर्यसत्यको भनाइ हो । लगातार आफूले चाहेका वस्तुहरू प्राप्त गर्नमा संघर्ष गरिरहनु भन्दा पनि आफ्ना इच्छालाई समयानुकूल ढाल्ने कोशिश गर । चाहनाले हामीहरूलाई संतुष्टी र सुखबाट टाढा लैजान्छ ।

प्रश्न : चाहना र तृष्णाले शारीरिक दुःखतिर कसरी लैजान्छ ?

उत्तर : यस्तो गर्ने त्यस्तो गर्ने भन्ने जीवन भरको चाहना र तृष्णाले खास गरी तृष्णा बढ्दै गए पछि एउटा यस्तो शक्तिको सृजना गर्छ जसको कारण मानिसले पुनर्जन्म लिनु पर्ने हुन्छ । जब हामी फेरि

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

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

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

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

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

प्रश्न- तेस्रो आर्य सत्य कुन हो ?

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

प्रश्न : निर्वाण के हो र कहाँ छ ?

उत्तर : यो एउटा समय र आकाशभन्दा पनि पछाडिको आयतन हो । यसैकारण यस विषयमा कुराकानि गर्नु वा सोच्नु पनि गाह्रो छ । समय, आकाश र आयतनको विषय मात्र भन्ने शब्दहरू छान्नु वा विचार गर्न सुहाउँछन् । तर किनभने निर्वाण भनेको कालभन्दा परि पर भएकोले त्यसमा गति छैन । यसकारण समयमा बूढो हुने वा मर्ने भन्ने नै हुँदैन । त्यसकारण निर्वाण भनेको अनन्त हो किनकि यो आकाशभन्दा पनि विशाल भएकोले यसमा कुनै हेतु छैन, कुनै सीमा छैन, आत्मपनको सिद्धान्त छैन र अनात्म छ । यसकारण निर्वाण अनन्त र शून्य छ । बुद्धले हामीहरूलाई विश्वास दिलाउनु भएको छ कि निर्वाण भनेको एउटा अनन्त सुखको अनुभव हो । उहाँ भन्नुहुन्छ-

निब्बाणं परमं सुखं ।

“निर्वाण भनेको महासुख हो ।”

धम्मपद २०४

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

उत्तर- छैन । त्यस्तो केही छैन । तर यसको अस्तित्व छ भन्ने कुरा निष्कर्षमा ल्याउन सकिन्छ । यदि त्यहाँ एउटा आयतन छ जहाँ समय र आकाशलाई चाल्न सकिन्छ तब त्यहाँ त्यस्तो आयतनयुक्त संसारमा भने हामीहरू यो निष्कर्ष निकाल्न सक्दछौं कि यहाँ एउटा

आयतन छ जहाँ समय र आकाशलाई चलाउन सकिन्न त्यो हो निर्वाण । हामीहरूले प्रमाणित गर्न नसकेपनि निर्वाणको अस्तित्व छ । हामीहरूमा यसको अस्तित्व छ भन्ने बुद्ध वचन पनि छ । बुद्धले उपदेश दिनु भएको छ-

“त्यहाँ एउटा जन्म नभएको, नबनाइएको, समीश्रण नगरिएको कुरा छ । यदि त्यस्तो छैन भने यो जन्म नभएको, नबनाइएको, नमिसिएको अवस्थामा जन्मिने, हुने, बनाइने, समीश्रणबाट टाढा हुने बनाउन सकिन्न र छुटकारा पाउन सकिन्न । तर त्यहाँ यस्तो जन्म नभएको, नबनाइएको, नमिश्रित अवस्था भएकोले नै जन्म भएर आउने, बनाइने र समीश्रण गरिनेबाट टाढा हुने कुरा थाहा दिएको हो ।”

UD 80

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



३. बुद्धधर्म र ईश्वरवाद

प्रश्न- के बौद्धहरू ईश्वरमा विश्वास गर्दछन् ?

उत्तर- होइन, हामी गर्दैनौं । यसमा धेरै कारणहरू छन् । बुद्धले आधुनिक समाजशास्त्री तथा मनोवैज्ञानिकले जस्तै धार्मिक भावनाहरू विशेष गरी ईश्वरवाद डर-त्रासबाट सृष्टि हुन्छ भन्ने विश्वास गर्नुहुन्थ्यो । बुद्ध भन्नुहुन्छ-

“भयले ग्रस्त भएपछि मानिसहरू पवित्र हिमालयमा, पवित्र उद्यानहरूमा, पवित्र वृक्षहरू र देवस्थलहरूमा जान्छन् ।”

DP 188

आदिवासीहरूले खतरनाक तथा अमैत्रीपूर्ण संसारमा सारा जंगली जन्तुहरूको भययुक्त आफूलाई पुग्ने प्रशस्त आहारा खोज्न घाउचोट अथवा रोगव्याधि, निरन्तर बज्रपात, चट्याङ्ग र ज्वालामुखीको विष्फोट जस्ता प्राकृतिक प्रकोपहरूको सामना गरे । आफूलाई असुरक्षित पाएर ईश्वरको भावना सृजना गर्न थाले ताकि राम्रा दिनहरूमा आराम पाउन सकियोस्, खतराको समयमा साहस

आओस् र आफ्नो काम बिग्रेको बेलामा सान्त्वना मिलोस् । आजसम्म पनि तपाईंले थाहा पाउनु भएको होला कि संकट परेको बेला मानिसहरू बढी धर्ममा केन्द्रित देखिन्छन् र जीवन निर्वाह गर्ने बेला ईश्वरमा विश्वास राख्नाले ईश्वरले बल प्रदान गर्दछन् भन्ने बयान सुनिन्छ । उनीहरूले एउटा विशेष ईश्वरमाथि विश्वास गरेको सुनिन्छ । किनभने आवश्यक परेको बेला आराधना गर्दा उनीहरूको प्रार्थना अनुसार फल मिलेको थियो । यी कुराहरूले बुद्धको उपदेशलाई समर्थन गरेको देखिन्छ कि भय र असन्तुष्टिको बेलामा ईश्वरप्रतिको भावना प्रकट हुन्छ । आफ्नो भयलाई बुझ्नु पर्दछ, आफ्नो इच्छा कम गर्नुपर्छ र आफूले बदल्न नसकिने कुराहरूलाई चूपचाप तथा साहसीक ढंगबाट स्वीकार गर्नुपर्छ भन्ने उपदेश बुद्धले हामीलाई दिनुभएको छ । उहाँले भयलाई अविवेकपूर्ण विश्वासभन्दा विवेकपूर्ण समझदारीमा बदल्नुभएको छ ।

बुद्धले ईश्वरको विश्वास नगर्नु भएको दोस्रो कारण यो हो कि यस विचारको समर्थनलाई टेवा दिने कुनै पनि प्रमाणहरू प्राप्त भएका देखिँदैनन् । धर्म धेरै प्रकारका छन् । सबैले आफ्नो पवित्र धार्मिक पुस्तकमा मात्र ईश्वरका वाक्यहरू सुसंचित छन्, उनीहरूले मात्र ईश्वरको स्वभाव बुझ्न सकेका छन्, उनीहरूको धर्ममा ईश्वर भएको र अरूको धर्ममा ईश्वर नभएको दावी गर्दछन् । कसै-कसैले ईश्वर पुरुष भएको कसैले उनलाई स्त्रीस्वरूप र कसैले उभयलिङ्गी भएको दावी गर्दछन् । तिनीहरू सबै आ-आफ्ना ईश्वरको अस्तित्व

भएको प्रमाणित गर्ने प्रशस्त प्रमाणहरू भएकोमा सबै सन्तुष्ट छन् । तर अरू धर्महरूमा अर्कै ईश्वरको अस्तित्व छ भन्ने प्रमाणित गर्ने प्रमाणहरूमा भने अविश्वास गरी उनीहरू प्रति हाँस्ने गर्दछन् । त्यति धेरै विभिन्न धर्महरूले आफ्नो ईश्वरको अस्तित्व प्रमाणित गर्ने त्यति धेरै शताब्दीहरू बिताउँदा पनि अभिसम्म कुनै सत्य, ठोस, सारपूर्ण अथवा भूठो प्रमाणित गर्न नसकिने प्रमाणहरू पाउन नसक्नु यो के आश्चर्यको कुरा होइन र ? त्यस्ता प्रमाणहरू अगाडि नआएसम्म बौद्धहरूले यस विषयमा आफ्ना निर्णयलाई स्थगित गर्दछन् ।

बुद्धले ईश्वरमा विश्वास नगरेको तेस्रो कारण- विश्वास आवश्यक छैन भन्ने हो । ब्रम्हाण्डको सृष्टिको वर्णन गर्नको लागि एउटा ईश्वरमा विश्वास राख्नु आवश्यक छ भनी कसै कसैले दावी गर्छन् तर यसो होइन । विज्ञानले ईश्वरवादको विचार अगाडि नराखिकन नै ब्रम्हाण्डको सृष्टि कसरी भएको थियो भन्ने कुरो सबैलाई चित्त बुझ्दो किसिमले वर्णन गर्‍यो । कसै कसैले सुखी तथा अर्थपूर्ण जीवनको निमित्त ईश्वरमा विश्वास हुनु आवश्यक छ भन्ने दावी गर्छन् । यसो होइन भनेर फेरि पनि हामी भन्न सक्छौं । बौद्धहरूको त के कुरा यहाँ लाखौंको संख्यामा आस्तिक तथा स्वतन्त्र विचारकहरू पनि छन् जो ईश्वरको विश्वास बिना नै उपयोगी, सुखी तथा अर्थपूर्ण जीवन निर्वाह गरिरहेका छन् । कसै कसैले मानिस कमजोर भएकोले आफ्नो मद्दत आफैले गर्ने शक्ति नभएकोले

ईश्वरको शक्ति आवश्यक छ भन्ने दावी गरेका छन् । फेरि पनि यस प्रमाणले उल्टोतिर केन्द्रित गर्दछ र देखाउँदछ । ईश्वरमा विश्वास नगरिकन नै आफ्ना आन्तरिक स्रोतहरू र तिनीहरूको आफ्नो प्रयासबाट नै ठूलूला असमर्थता, भय, ठूलूला अपसकुन तथा कठिनाइहरू पार गरेका मानिसहरूबाट धेरै जसो सुनिन्छ । कसै कसैले मानिसको मुक्तिको लागि ईश्वरको आवश्यकता भएको ठान्दछन् । यदि मुक्तिको धार्मिक सिद्धान्त स्वीकार गरेमा मात्र यो तर्क कामयावी हुन्छ तर बौद्धहरू यस्तो सिद्धान्त स्वीकार गर्दैनन् । आफ्नै अनुभवको आधारमा बुद्धले देख्नुभयो कि प्रत्येक मानिससँग मन शुद्ध गर्ने, असीम दया र करुणाको विकास तथा यथार्थ बोध गर्ने क्षमता छ । उसले आफ्नो ध्यान स्वर्गबाट हृदयमा तान्यो र आत्मबोधबाट आफ्ना समस्याहरू समाधान गर्ने साहस हामीहरूलाई दियो ।

प्रश्न- यदि ईश्वर नै नभएको भए ब्रम्हाण्ड कसरी भयो ?

उत्तर : सबै धर्महरूका आफ्नै परम्परा र कथाहरू छन् जसले यस प्रश्नको जवाफ दिनेछन् । प्राचीनकालमा मानिसहरूले थाहा नपाएको कारणले त्यस्ता पौराणिक कथाहरू नै प्रशस्त थिए । तर बीसौं शताब्दीमा भौतिक शास्त्र, नक्षत्र विज्ञान र पृथ्वी विज्ञानको युगमा त्यस्ता पौराणिक कथाहरूलाई वैज्ञानिक तथ्यहरूले उछिन्ने । विज्ञानले ब्रम्हाण्डको सृष्टिबारे ईश्वर भावनामा नलागेर नै वर्णन गरेको छ ।

प्रश्न : ब्रम्हाण्डको उत्पत्तिबारे बुद्धले के भन्नुभएको छ ?

उत्तर : बुद्धले ब्रम्हाण्डको उत्पत्तिबारे गर्नु भएको व्याख्या वैज्ञानिक दृष्टिकोणमा बहुते नजिक भएको र अत्यन्त चाख लाग्दो छ । अगञ्ज सुत्तमा बुद्धले विश्वको नाश भएको र लाखौं वर्षको समयमा पुनः वर्तमान अवस्थामा प्रादुर्भाव भएको कुरा वर्णन गर्नुभएको छ । पानीको सतहमा पहिलो जीवात्माको परिवर्तन र फेरि असंख्य लाख वर्षमा सरल ढंगबाट असाधारण जीवात्माको प्रादुर्भाव हुन्छ । यी सबै विधिहरू शुरू र अन्त्य विनाका हुन् र प्राकृतिक कारणहरूबाट अस्थिर छन् ।

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

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

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

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

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

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

प्रश्न : यदि बौद्धहरूले ईश्वरमाथि विश्वास गर्दैनन् भने के मा विश्वास गर्छन् त ?

उत्तर : हामी ईश्वरमा विश्वास गर्दैनौं किनभने हामी मानिसमा विश्वास गर्दछौं । प्रत्येक मानव अमूल्य र महत्त्वपूर्ण छ, भन्ने विश्वास गर्दछौं किन कि सबैमा सर्वज्ञता बुद्धत्वको विकास गर्ने क्षमता छ । हामी विश्वास गर्दछौं कि मानिसले अज्ञानता र अविवेकीपनलाई हटाउन सक्छ र सबै कुराहरूलाई यथार्थ रूपमा हेर्न सक्छ । हामी विश्वास गर्दछौं कि घृणा, रीस, द्वेष ईर्ष्यालाई माया, धैर्य, उदारता र दयालुपनले बदल्न सकिन्छ । बुद्धको प्रातिहार्यको प्रेरणाले र बौद्ध अनुयायीहरूको निर्देशन तथा सहयोगमा मानिसले कोशीस गरेमा यी सबै कुराहरूलाई आफ्नो हातमा पार्न सकिन्छ, भन्ने विश्वास गर्दछौं ।

आफैले बाहेक हामीलाई कसैले बचाउँदैन । न बचाउन सक्छ न बचाउँछ नै । हामी आफैले बाटोमा हिंड्नु पर्दछ । बुद्धले बाटो सफासँग देखाउनु भएको छ ।

धम्मपद १६५



४. पञ्चशील

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

उत्तर : लोभ, घृणा तथा भ्रमबाट उब्जेको कुनै पनि विचार, भाषण अथवा कार्यहरू निर्वाणमार्गबाट टाढा लाने हुँदा यी खराब छन् र कुनै पनि विचारहरू, भाषण अथवा कार्यहरू दान, प्रेम र ज्ञानबाट उब्ज्यो भने निर्वाणमार्ग स्वच्छ, पार्नमा मद्दत गर्ने हुँदा यी असल छन् ।

ईश्वरमा केन्द्रित धर्महरूमा कुन ठीक छ र कुन गलत छ भन्ने कुरा थाहापाउन तपाईंहरूलाई जे भनिएको छ सो गर्ने कोशीस गर्नुपर्दछ, तर बुद्धधर्म जस्तै मानव केन्द्रित धर्महरूमा भने के ठीक छ, के ठीक छैन भन्ने थाहा पाउन आफै सचेत र आफैले बुझ्न सक्ने सोचाइको विकास गर्नुपर्छ । ज्ञान र विवेकमा आधारित व्यवहार हुकुमको प्रतिउत्तरमा गरिएको व्यवहारभन्दा बलियो हुन्छ । त्यसैले

के ठीक के बेठीक भन्ने थाहा पाउन बौद्धहरूले तीनवटा कुराहरूमा विचार पुऱ्याउने छन्- मनसाय, आफैमा पर्ने त्यस कार्यको प्रभाव र अरूहरूमा पर्ने कार्यको प्रभाव । यदि मनसाय असल छ भने (दान, प्रेम र ज्ञानमा आधारित) यदि यसले आफैलाई मद्दत गर्छ भने (मलाई धेरै दानी हुने सहयोग गर्छ, धेरै मायालु र ज्ञानी) र अरूलाई सहयोग गर्छ भने (उनीहरूलाई धेरै दानी हुन मद्दत गर्छ, धेरै मायालु बनाउँछ र धेरै ज्ञानी हुन्छ) तब मैले गरेका सबै कार्यहरू पूर्ण, असल तथा नैतिक हुन्छन् । हुन त यसमा धेरै नै अन्तरहरू छन् । कहिले काँही म सबै भन्दा असल मनसायबाट काम गर्छु तर यो आफैलाई वा अरूलाई लाभकारी हुन नसक्ला ? कहिले काँही मेरो मनसाय असल हुनुबाट धेरै टाढा होला तर मेरा कार्यहरूले अरूहरूलाई कमसेकम सहयोग गर्लान् । कहिले काँही म राम्रै मनसायले कार्य गरूँला र मेरो कार्यले मलाई सहयोग पनि देला तर यसले सायद अरूहरूलाई केही दुःख होला । यस्तो अवस्थामा मेरा कार्यहरू मिश्रित हुन्छन् - एउटा असल र त्यतिको असल नभएको मिश्रण जब मनसायहरू खराब हुन्छन् र त्यो कार्यले न त मलाई मद्दत पुऱ्याउँछ न त अरूलाई मद्दत दिन्छ भने त्यस्तो कार्य खराब हो । अनि जब मनसाय राम्रो हुन्छ र मेरो कार्यले आफू र अरू दुबैलाई लाभकारी हुन्छ भने त्यो कार्य पूर्णरूपमा असल छ ।

प्रश्न : त्यसो भए के बुद्धधर्ममा (नैतिकताको नियम) विनय छ त ?

उत्तर : छ, अवश्य पनि छ । पञ्चशील नै बौद्ध विनयको आधार हो । पहिलो शील हो- प्राणी हत्याबाट टाढा हुनु वा जीवित प्राणीलाई चोट नपुऱ्याउनु । दोस्रो हो- चोरीबाट टाढा हुनु, तेस्रो हो- व्यभिचारबाट टाढा हुनु, चौथो हो- भूठो बोल्नुबाट टाढा रहनु र पाँचौं हो- मद्यपान तथा अरू लागू पदार्थको सेवनबाट टाढा रहनु ।

प्रश्न : तर कहिले काँही मानुं पनि असल हुन्छ । उदाहरणको लागि रोग फैलाउने किटाणुहरूलाई मानुं वा त्यसलाई जसले तपाईंलाई नै मार्नेछ । होइन र ?

उत्तर : तपाईंलाई यो कुरा राम्रो लाग्न सक्छ तर त्यो बस्तु वा प्राणीलाई कस्तो लाग्ला ? तिनीहरू पनि तपाईं जस्तै जीवन चाहन्छन् । जब तपाईं रोग फैलाउने कीरा मार्ने निर्णय लिनुहुन्छ । तब तपाईंको मनसाय सायद आफैसित सम्बन्धित (असल) र तुरुन्त देखाएको प्रतिक्रिया (खराब) को एउटा मिश्रण होला । त्यस कार्यले तपाईं आफैलाई लाभकारी होला (असल) तर त्यस कीटाणुलाई भने अवश्य पनि लाभकारी हुने छैन । त्यसकारण कहिले काँही मानुं पर्ने आवश्यक होला । तर यसो गर्नु पूर्णतया कहिल्यै पनि राम्रो हुने छैन ।

प्रश्न : तपाईं बौद्धहरू कमिला र उडुसहरूसम्म पनि धेरै नै ख्याल राख्नु हुन्छ ।

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

प्रश्न : भूठो बोल्ने वारे के छ त ? के भूठो नबोलिकन बाँच्न सम्भव छ त ?

उत्तर : यदि भूठो नबोलिकन समाजमा वा व्यवहारमा बस्न साँच्चै

नै असम्भव छ भने त्यस्तो दुःखदायी तथा भ्रष्ट अवस्थाको वातावरणलाई नै परिवर्तन गर्नु पर्दछ । बौद्धहरू त्यस्ता हुन् जसले बढी सत्य र विश्वासिलो हुने कोशीश गर्दै समस्याहरू समाधान गर्ने र बढी से बढी यथार्थ हुने प्रतिज्ञा लिन्छन् ।

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

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

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

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

प्रश्न : पञ्चशील नकारात्मक छ । त्यसले के के गर्नु हुँदैन भन्ने

कुरा बताउँछ । तर के के गर्नु हुन्छ भन्ने कुरो बताउँदैनन् । के यो साँचो हो ?

उत्तर : पञ्चशील बौद्ध विनयका आधारहरू हुन् । त्यतिमात्र नै सबै होइनन् । हामीहरूले आफ्ना खराब आचरणहरू पत्ता लगाउँदै जान्छौं र त्यस्तो गर्नबाट रोकिने (बच्ने) कोशीश गर्छौं । यसैको लागि नै पञ्चशील आवश्यक भएको हो । खराब काम गर्न छोडेपछि असल कार्यगर्न शुरू गर्छौं । उदाहरणको लागि एक प्रसंग लौं । बुद्ध भन्नुहुन्छ कि- हामीहरूले भूठो बोल्नुबाट टाढा रहन शुरू गर्नुपर्दछ । त्यसपछि हामीहरूले सत्य बोल्नुपर्दछ । विस्तारै नम्र भएर बोल्नुपर्दछ र ठीक समयमा बोल्नुपर्दछ । उहाँ भन्नु हुन्छ-

“भूठो बोल्न छोड्यो भने ऊ साँचो, भरपर्दो, विश्वासिलो, पत्याउँदो कुरा बोल्ने हुन्छ । उसले विश्वलाई छकाउँदैन । कपटपूर्ण बोली बोल्न छोड्यो भने उसले यता सुनेको कुरा उता दोहोर्‍याउने छैन नत मानिसहरूका बीचमा भेदभाव ल्याउने खालको उता सुनेको कुरा नै यता ल्याउने छ । उसले मेल नभएकाहरूलाई मिलाइ दिनेछ र दुबै साथीहरूलाई भन् नजिकमा ल्याइदिनेछ । समानता नै उसको खुशी हो । समानता नै उसको आनन्द हो । समानता नै उसको माया हो । यही नै उसको बोलीको मुख्य ध्येय हो । कर्कश बोलि त्याग्नाले उसको बोली दोषरहित हुन्छ, सुन्नको लागि मधुर हुन्छ, स्वीकार योग्य हुन्छ, भित्र हृदयसम्म पुग्दछ, नम्र

हुन्छ र सबैले मन पराउँदछन् । बकवास गर्न छोड्नाले ठीक समयमा जो ठीक छ, संक्षेपमा धर्म र विनयको बारेमा बोल्ने गर्छ । उसले संचित गर्न सक्ने, समयोचित, कारणयुक्त, राम्ररी व्याख्या गर्न सक्ने र ठीक ठीक शब्दहरू बोल्छ ।”

म.नि. १७९

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

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



५. पुनर्जन्म

प्रश्न : मानिस कहाँबाट आएको हो र कहाँ जाँदैछ ?

उत्तर : यस प्रश्नको तीन वटा सम्भाव्य उत्तरहरू छन् । व्यक्तिको सृजना हुनुभन्दा पहिले उसको अस्तित्व हुँदैन । ईश्वरको इच्छाबाट उसको जन्म हुन्छ भन्ने कुरा ईश्वर वा ईश्वरमा विश्वास राख्नेहरूले प्रायः जसो दाबी गर्दछन् । ऊ आफ्नो जीवन निर्वाह गर्दछ, अनि आफूले विश्वास गरे अनुसार वा जीवनमा आफूले गरेको अनुसार कि त स्वर्गमा जान्छ, कि त नरकमा । त्यहाँ अरूहरू पनि छन्-मानववादीहरू तथा वैज्ञानिकहरू जसले प्राकृतिक कारणहरूले गर्दा व्यक्तिहरूको जन्म हुन्छ भन्ने कुरा दावी गर्छन्, जीउँछन् अनि मरणसँगै अस्तित्व मेट्दछन् । बुद्धधर्मले यी दुबै व्याख्याहरूलाई स्वीकार गर्दैन ।

पहिलोले धेरै नै व्यावहारिक समस्याहरू खडा गर्दछ । यदि हामीहरू प्रत्येकलाई एउटा असल ईश्वरले साँच्चै नै सृजना गरेको हो भने यो बयान गर्न कठिन छ कि त्यति धेरैको संख्यामा किन मानिसहरू भयंकर विकृतिका साथ जन्म लिन्छन् वा त्यति

धेरै संख्यामा बच्चा जन्मनु भन्दा अघि नै मर्छन् वा तैपनि जन्मन्छन् । अर्को ईश्वरवादी बयानमा समस्या यो छ कि पृथ्वीमा खालि ६० अथवा ७० वर्ष आफूले गरेको अनुचित कामको लागि नरकमा अनन्त दुःख सहनु पर्ने कुरा न्यायोचित भएन । ६० वा ७० वर्षको अविश्वास अथवा अनैतिक निर्वाहले अत्यन्त दुःख वेदना पाउन सक्दैन । त्यसरी नै ६० वा ७० वर्षको असल निर्वाहले स्वर्गमा धेरै कममात्रामा मात्र अनन्त सुख पाइन्छ ।

दोश्रो व्याख्या पहिलोभन्दा असल छ, र यसलाई पृष्टी गर्ने धेरै प्रमाणहरू छन् तर अझै पनि धेरै महत्वपूर्ण प्रश्नहरूको जवाफ पाउन बाँकी नै छ । दुइवटा तन्त्रहरू, वीर्य र अण्डाको साधारण संयोगबाट चेतना जस्तो आश्चर्यजनक जटिल प्राकृतिक घटनाको विकास कसरी हुन सक्छ ? अनि अब मनोविज्ञान विज्ञानको एउटा मान्यता प्राप्त शाखा भैसकेको छ । मानसिक विचारको आदान प्रदान जस्तो प्राकृतिक घटना मनको भौतिक ढाँचामा मिलाउन असाध्य कठिन हुन्छ ।

मानिस कहाँबाट आयो र ऊ कहाँ जाँदैछ भन्ने कुराको सबैभन्दा सन्तोषपूर्ण व्याख्या बुद्धधर्मले प्रदान गरेको छ । जब हाम्रो मृत्यु हुन्छ यस जीवनमा घटबढ प्राथमिकता, योग्यताका लक्षणहरूले विकसित तथा शर्त युक्त मन पुनः प्रजननशील अण्डामा आफैँ स्थापित हुन्छ । यसरी व्यक्ति बढ्छ, र पुनर्जन्म हुन्छ, दुबै लिएर आएका मानसिक लक्षणहरू र नयाँ वातावरणले शर्तयुक्त व्यक्तित्वको

विकास हुन्छ । व्यक्तित्वको परिवर्तन हुनेछ, र शिक्षा, पैतृक प्रभाव र समाज जस्ता कारणहरूले गर्दा चेतनशील प्रयासबाट परिलक्षित हुन्छ । मृत्यु एकपटक फेरि नयाँ प्रजननशील अण्डामा आफ्साँफ पुनः स्थापित हुन्छ । मृत्यु र पुनर्जन्मको यस प्रक्रिया, तृष्णा र अज्ञानता जस्ता कारणहरू सत्य नभएसम्म निरन्तर रहिरहने छन् । जब ती तृष्णा र अज्ञानता खतम हुन्छन् । जन्महुनको सट्टा मन त्यस अवस्थामा प्रवेश हुन्छ जसलाई निर्वाण भन्दछन् र बुद्धधर्मको अन्तिम लक्ष्य र जीवनको मूल उद्देश्य पनि यही हो ।

प्रश्न : मन एउटा शरीरबाट अर्को शरीरमा कसरी जान्छ ?

उत्तर : यसलाई रेडियो तरङ्ग जस्तै हो भनी विचार गर्न सकिन्छ । रेडियो तरङ्ग जुन कि शब्दहरू र संगीतबाट बनेको हुँदैन बरु विभिन्न फ्रिक्वेन्सीमा रहेको शक्तिको प्रसारण हुन्छ र संगीत रूपमा प्रसारण भएको ठाउँबाट आकर्षित हुन्छ र रिसिभरले समात्छ । मनमा पनि ठीक यस्तै हुन्छ । मृत्युमा पनि मानसिक शक्ति आकाशमार्गबाट यात्रा गर्दै प्रजननशील अण्डामा आकर्षित हुन्छ र त्यसबाट समात्तिन्छ । जीवकोष बढ्दै गएर यो मस्तिष्कमा आफै केन्द्रित हुन्छ, भए पछि गएर आफै नयाँ व्यक्तित्वमा प्रसारित हुन्छ ।

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

उत्तर : होइन । यहाँ पुनर्जन्म हुन सक्ने धेरै क्षेत्रहरू छन् । कसै

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

त्यसैले स्वर्गिक प्राणीले मुख्यतया आनन्दको अनुभव गर्छ । नरकका प्राणीले र भूत प्रेतले मुख्यतया दुःखकष्टको अनुभव गर्छ तथा मानव प्राणीले साधारणतया दुबै मिश्रणको अनुभव गर्छ । त्यसैले मानवीय क्षेत्र र अरू क्षेत्रहरूमा मुख्य फरक हो- शरीरको किसिम र अनुभवको गुण ।

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

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

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

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

उत्तर : सायद हामी सक्छौं । त्यसैले आर्यअष्टांगिक मार्गको एउटा खुडकिलो सम्यक् प्रयत्न हो । कति शक्ति लगाउँछौं र कतिको बानी परिसक्यो भन्ने कुरा हामीहरूको सोझोपनमा भर पर्दछ तर कोही कोही मानिसहरू परिवर्तन गर्ने कोशीश विना नै यस्ता दुःखदायी परिवर्तनहरूको शिकार बन्दै बितेका बानीहरूको प्रभावमा साधारण जीवन निर्वाह गर्छन् भन्ने कुरा सत्य हो । त्यस्ता मानिसहरूले आफ्नो प्रतिकूल बानीहरू नसुधारेसम्म दुःख पाइने रहनेछन् । प्रतिकूल बानीहरू धेरै समयसम्म रहिरहेमा तिनीहरूलाई सुधार गर्न धेरै गाह्रो हुनेछ । बौद्धहरूले यसलाई बुझेका हुन्छन् र प्रतिकूल असर पार्ने मानसिक बानीहरूलाई तोड्न र सुखमय तथा असल नतीजा प्राप्त हुने खालको मानसिक बानीको विकास गर्न प्रत्येक मौकाको फाइदा लिन्छन् । कुनै तरीकाले बोल्ने र बोल्नबाट रोकिने तथा कार्य गर्ने र कार्य गर्नेबाट रोकिने । जस्तै- ध्यान गर्ने पनि आफ्नो बानी सुधार्ने तरीकाहरू मध्येको एक हो । बौद्धहरूको सम्पूर्ण जीवन नै मनलाई शुद्ध गर्ने र स्वतन्त्र राख्ने प्रशिक्षण हो । जस्तो कि यदि पहिलेको जीवनमा तपाईंको चरित्र दयालु र धैर्यवान् थियो भने यस जीवनमा पनि त्यस्तै खालको हुन्छ । यही यस जीवनमा पनि ती सुदृढ हुँदै विकास भयो भने भविष्यको जीवनमा पनि बढी मात्रामा पुनः समावेश हुन्छ । यो धेरै बानी बसिसकेको कुरालाई तोड्न कठिन हुन्छ भन्ने एउटा साधारण तथा देख्न सकिने कुरामा आधारित छ ।

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

हामीहरू एउटा अन्तिम उदाहरण लिन्छौं। मानिलिऔं कि तपाईंको आफ्नो अन्तिम जीवनको मानसिक आचरणले गर्दा क्षणिक सन्कने र रिसाउने बानी बेहोरा लिएर अहिलेको जुनीमा आउनु भो तर त्यस्तो बानीले खालि नरमाइलो मात्र तुल्याउँदछ भन्ने महसुस गर्नुहुन्छ। तपाईं त्यसलाई सकारात्मक भावनाहरूले बदल्नुहुन्छ। यदि तपाईं त्यसलाई पूर्ण तरिकाले मेटाउन सक्नु हुन्छ भने (जुन तपाईंले कोशीश गर्नुभए सम्भव पनि छ।) तपाईं नरमाइलोपनबाट

मुक्त हुनुहुनेछ अनि त्यसकारण तपाईं त्यसलाई परिवर्तन गर्न कोशीश गर्नुहुन्छ। त्यसलाई सकारात्मक भावनाद्वारा बदल्नुहुन्छ। यदि तपाईं त्यसलाई पूर्णतया मेटाउन सफल हुनुभयो भने यदि तपाईं कोशीश गर्नुहुन्छ भने यो सम्भव पनि छ। तपाईं क्षणिक सन्कने र रिसको कारणले हुने नरमाइलोपनबाट मुक्त हुनुहुने छ। यदि तपाईं त्यस्तो बानी व्यहोरालाई खालि फितलो मात्र पार्नुहुन्छ भने त्यस्तो कुरा अर्का जन्ममा पुनः प्रादुर्भाव हुन्छ जहाँ अलिकति मात्र कोशीश गरेमा पनि तिनीहरूलाई पूर्णतया मेटाउन सक्नुहुनेछ र तिनीहरूको नरमाइलो प्रभावबाट मुक्त हुन सक्नुहुनेछ।

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

उत्तर : यसमा बौद्धहरूको पुनर्जन्ममाथिको विश्वासलाई टेवा दिने वैज्ञानिक प्रमाणमात्र होइन कि यही एउटामात्र मरणोपरान्तको सिद्धान्त हो जसको समर्थनमा केही प्रमाणहरू पाइन्छन्। स्वर्गको अस्तित्व छ भनी प्रमाणित गर्ने कुनै एउटा पनि प्रमाण छैन र सायद मृत्युमा सम्पूर्ण नाश हुन्छ भन्ने प्रमाणमा कमी होला तर बितेका ३० वर्षहरूमा मनोवैज्ञानिकहरूले- केही मानिसहरूले पहिलेको जन्मको बारेमा यथार्थ सम्झना हुँदोरहेछ भन्ने प्रतिवेदनबारे अध्ययन गरिरहेका छन्। उदाहरणको लागि बेलायतमा एउटी ५ वर्षकी केटीले उसका अर्को आमा बाबुको सम्झना गर्न सक्छु भनी र उसले बोलेका यथार्थतामा अरू नै व्यक्तिको जीवनमा घटेका

घटनाहरूको आभास हुन्छ । त्यहाँ मनोवैज्ञानिकहरू बोलाइए । अनि तिनीहरूले उसलाई सयौं प्रश्नहरू गरे जसको उत्तर उसले दिई । उसले आफू एउटा विशिष्ट गाउँमा बस्ने गरेको कुरोको बोली जुन स्पेन जस्तो बुझिन्थ्यो । उसले गाउँको नाउँ दिई । आफू बसेको सडकको नाम, उसका छिमेकीहरूको नाम बताई र त्यहाँ उसको जीवनको दिन चर्याको बारेमा पूर्ण विवरण दिई । अनि गहभरी आँशु पारी आफूलाई कसरी एउटा मोटरकारले ठक्कर दिएको थियो र दुई दिनपछि त्यही घाउहरूका पीडाले मरेकी थिई । जब यी विवरणहरूलाई केलाएर बुझी हेर्दा ती सबै ठीक रहेछन् । स्पेनमा एउटा गाउँ थियो जसको नाम सो ५ वर्षकी बालिकाले भनेकी थिई । उसले दिएका नामको सडकमा उसले वर्णन गरे जस्तै एउटा घर थियो । अझ बढी यो पत्ता लाग्यो कि त्यस घरमा बस्ने गरेकी एउटी २३ वर्षीया महिला पाँच वर्ष पहिले एउटा मोटरकार दुर्घटनाबाट मारिएकी थिई । अब बेलायतमा बस्ने गरेकी ५ वर्षीया बालिका जो स्पेनमा कहिल्यै नगएकोलाई यी सबै विवरण कसरी थाहा पाई ? अनि सायद यस्तो प्रकारको घटना यही एउटा मात्र पनि होइन । भर्जिनिया विश्वविद्यालयको मनोविज्ञान विभागका प्राध्यापक आयनस्टेमेन्सनले आफ्ना पुस्तकहरूमा दर्जनाँ यस्ता प्रकारका अवस्थाका घटनाहरूको वर्णन गर्नुभएको छ । उहाँ एक ख्यातिप्राप्त वैज्ञानिक हुनुहुन्छ जसको ७५ वर्ष लामो अवधि पहिलेको जीवनको सम्झना गर्ने मानिसहरूको अध्ययन नै पुनर्जन्मको विषयमा बौद्ध शिक्षाको एउटा अत्यन्त बलियो प्रमाण हो ।

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

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

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

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

थाहा पायौ । त्यसलै पुनर्जन्मको विश्वास साधारणतया केही सत्यतामा आधारित छ भने यो अन्धविश्वास हुन सक्तैन ।

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

उत्तर : अवश्य थिए । थोमस हक्सले, जो १९ औं शताब्दीमा बृटिश स्कूल सिस्टममा विज्ञान शिक्षा प्रवेश गराउनेमा जवाफदेही थिए र पुनर्जन्म भनेको सप्रमाणिक हुन सक्ने विचार हो भनी विश्वास गरिने डार्विनको सिद्धान्तलाई बचाउने पहिलो वैज्ञानिक पनि थिए । उनको नामी पुस्तक "Evolution and Ethics and other essays" मा भन्दछन्- आत्मा स्थानान्तरणको सिद्धान्तमा यसको उत्पत्तिबारे ब्राम्हण वा बौद्ध जुनसुकै किसिमका अन्दाजहरू पाइएपनि शून्यबाट मानिसमा जान सक्ने प्रामाणिक दृष्टान्त निर्माण गर्ने उपायहरू सबै तयार छन् । तर पनि यस्ता किसिमका तर्कहरू अरूभन्दा कम प्रामाणिक नै हुन्छन् र अरू भन्दा तीब्र विचारहरूले अनौठोपनको आभाषको आधारमा अस्वीकार गर्नेछ । प्रादुर्भावको सिद्धान्त जस्तै, आत्मा-स्थानान्तरण यथार्थताको संसारमा अंकुरित छ, जसको समर्थनमा यथेष्ट मात्रामा सादृश्यता रहेको छ, भन्ने कुरालाई ठोकेर भन्न सकिन्छ ।

स्वीडेनका नामी खगोलशास्त्री, भौतिकशास्त्री तथा वैज्ञानिक आयन्सटीनका साथी प्राध्यापक गुस्ताफ स्ट्रोम्बर्गले पनि पुनर्जन्मको

विचार प्रभावकारी नै पाए ।

मानवआत्माहरू पुनः यस संसारमा अवतार लिन्छन् लिँदैनन् भन्ने कुरामा मत भिन्नता छ । सन् १९३६ मा भारतमा सरकारी अधिकारीहरूको एउटा चाख लाग्दो केस पूर्णतया अनुसन्धान गरी प्रतिवेदन दिएका थिए । दिल्लीकी शान्तीदेवी नाम गरेकी एउटी केटीले दिल्लीभन्दा पाँचशय माइल टाढा मथुरामा दोस्रो जन्मभन्दा एकवर्ष अगाडि समाप्त भएको आफ्नो पूर्वजन्मको बारेमा पूर्ण यथार्थ विवरण दिन सकिन् । उनले आफ्ना लोभनेको र बालकको नाम बताइन् र आफ्नो घर र जीवनको इतिहास बताइन् । अनुसन्धान अधिकारीहरूले उनलाई आफ्ना पूर्व नातेदारहरू कहाँ लगे । जसले उनको कथनहरूलाई जाँचेर हेरे । भारतीय जनतामा पुनर्जीवनबारे गहिरो छाप छ । यस केसमा अनौठो कुरा के छ भने ती केटीले असंख्य यथार्थ कुराहरूको सम्झना गरिन् । यो र यस्तै किसिमका घटनाहरूलाई अक्षय स्मरणशक्तिको सिद्धान्तको थप प्रमाणको रूपमा लिन सकिन्छ ।

सम्माननीय बेलायती बैज्ञानिक, प्राध्यापक जुलियन हक्सले जो यूनेस्कोका महानिर्देशक हुनुहुन्थ्यो । पुनर्जन्म वैज्ञानिक विचारधारासँग पूर्णतया सामन्जस्यता राख्दछ भन्ने विश्वास गर्नुहुन्थ्यो ।

"सदाकाल जीवित रहने आत्माको खण्डनमा केही पनि

पाउँदैन । मरणको बेलामा कुनै किसिमले एक्लोपन भएर छोडेर जाने मात्र हो जसरी कुनै एउटा निर्दिष्ट तरीकाले प्रयोग गरिएको यन्त्रद्वारा पठाएको एउटा प्रष्ट बेतारको सन्देश जस्तै तर यो सम्भन अति आवश्यक छ कि यो बेतारको सन्देश त्यति बेलामात्र सन्देश हुन्छ जब यसलाई अर्को एउटा मेशिन-रिसिभरसँग सम्पर्क राख्दछ । त्यसरी नै आत्मा स्थानान्तरणमा पनि सम्भव छ । यसले कुनै तरीकाले अरू शरीरमा फेरि प्रवेश नगरेसम्म केही पनि सोच्दैन वा चाल पाउँदैन । हामीहरूको व्यक्तित्व पनि शरीरमा यसरी आधारित हुन्छ की बाँच्ने विचार गर्नु पनि साँच्चै असम्भव हुन्छ जुन एकै प्रकारको शरीरहरूको अभावमा साँच्चै भन्नु भने व्यक्तिगत हुन्छ । केही कुरा छोडेर गएको बारे म विचार गर्न सक्छु जुन एउटा बेतारको सन्देशले प्रसार गर्ने यन्त्रले जस्तै लोग्ने मानिस वा स्वास्नी मानिससित सम्बन्ध राख्दछ तर मृतकको बारेमा, एउटाले देख्न सकेसम्म, की पनि होइन खालि ब्रम्हाण्डमा घुमि हिँड्ने विभिन्न प्रकारका अवरोधहरू जस्तै (विकृति) मात्र हुन् । जब यसले कुनै प्रकारको ग्रहण गर्ने यन्त्रले जस्तै मानसिक सम्पर्क राख्छ तब आफ्नो चेतनामा पुनः फर्किन्छ ।”

अमेरिकाका उद्योगपति हेनरी फोर्ड जस्ता एकदमै स्वाभाविक तथा यथार्थवादी व्यक्तिले स्वीकार योग्य विचार पुनर्जन्मबारे पत्ता लगाए । पुनर्जन्मको विचारले फोर्ड अत्यन्त आकर्षित थिए । किनभने ईश्वरवादी विचार र भौतिकवादी विचारको

विपरित पुनर्जन्मले आफ्नो विकास गर्ने दोस्रो मौका प्रदान गर्दछ । हेनरी फोर्ड भन्दछन् -

“जब म छब्बीस वर्षको थिएँ तब मैले पुनः अवतारको सिद्धान्तलाई ग्रहण गरेँ । धर्मले यसबारे केही दिएन र कामले पनि मलाई पूर्ण सन्तोष गरेन । यदि एउटा जीवनबाट अर्को जीवनमा संग्रह गरेका अनुभवहरूलाई प्रयोगमा ल्याउन सकेनौं भने काम गर्नु पनि व्यर्थ छ । मैले पुनः अवतार पत्ता लगाएँ । मैले ब्रम्हाण्ड-योजना फेला पारे जस्तै भयो । मेरो विचारले काम गर्न सक्छ, भन्ने महशूस गरेँ । समय कम थियो । म घडीका सूईहरूको दास बाहेक अरू केही भइन । सक्षमता नै अनुभव हो । कसै कसैले यसलाई वरदान वा योग्यता भन्ने गर्छन् तर यो धेरै जुनीहरूको लामो अनुभवको फल हो । कुनै अरूभन्दा पाको आत्मा हुन्छ र उसले धेरै थाहा पाउँछ । पुनः अवतारको आविष्कारले मेरो मनलाई हलुका गऱ्यो । यदि यस वार्तालापको रेकर्ड सुरक्षित राख्नु हुन्छ भने यसलाई लेख्नुहोला ता कि मानिसहरूको मन हलुका पार्न सकिन्छ । जीवनको लामो विचारहरूले दिने शान्तिबारे अरूहरूलाई पनि भन्न मन लाग्दछ ।”

यसकारण पुनर्जन्म सम्बन्धी बौद्ध शिक्षालाई टेवा दिने केही वैज्ञानिक प्रमाणहरू अवश्य छन् । यी तर्कयुक्त छन् तथा ईश्वरवाद र भौतिकवादका सिद्धान्तहरूले दिन नसकेका प्रश्नहरूको जवाफ दिन यो धेरै अगाडि बढेको छ । तर यो एकदमै आरामदायी

पनि छ । दोस्रो मौका दिन सक्ने, यस जुनीका आफूले गरेका गल्तीहरू सुधार गर्ने मौका दिने र यस जुनीमा जानेका ज्ञान र योग्यताहरूको विकास गर्ने थप समय नदिने जीवनका सिद्धान्तभन्दा खराब अरू के हुन सक्छ होला ? तर बुद्धको भनाइ अनुसार यस जुनीमा तपाईंले निर्वाण प्राप्त गर्नु भएन भने तपाईंले अर्को समयमा कोशीश गर्ने मौका पाउनुहुनेछ । यदि तपाईंले यस जुनीमा गल्ती गर्नुभयो भने अर्को जुनीमा तपाईं आफैले सुधार गर्न सक्षम हुनुहुनेछ । साँच्चै नै आफ्ना गल्तीहरूबाट सिक्न सक्षम हुनेछ । यस जुनीमा गर्न नसकेका वा प्राप्त गर्न नसकेका कुराहरू अर्को जुनीमा राम्ररी सम्भव हुनेछ । कस्तो अनौठो शिक्षा हो ।



६. ज्ञान र करुणा

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

उत्तर : केही धर्महरूले विश्वास गर्दछन् कि करुणा अथवा माया (दुबै समान जस्तै छन्) सबैभन्दा महत्वपूर्ण आध्यात्मिक गुण हो तर तिनीहरू कुनै ज्ञानको विकास गर्न भने असफल हुन्छन् जसको फलस्वरूप तपाईं एउटा अत्यन्त दयालु व्यक्ति तर थोरै वा नासमभदारी असल हृदयी मूर्ख भई समाप्त हुनुहुनेछ । अरू विचारका पद्धतिहरू जस्तै, विज्ञानद्वारा असल तरीकाले ज्ञान विकास गर्न सकिन्छ जब कि सबै भावनाहरूले करुणा सहितलाई मार्गदेखि अलि टाढा राखेमा भन्ने विश्वास गर्दछन् । यसको नतीजा यो हुन्छ कि विज्ञानले नतीजाहरूको ठाउँ पहिले नै ओगटेको भान हुन्छ र विज्ञानले मानिसको सेवा गर्नुपर्छ उसलाई नियन्त्रण तथा थिचोभिचो गर्ने होइन भन्ने समेत बिर्सको छ । नत्रभने वैज्ञानिकहरूले परमाणु बम, कीटाणु नासक तथा त्यस्तै प्रकारका विकास गर्न आफ्ना बुद्धि

खियाउन कसरी सक्थे ? धर्मले सदा सर्वदा भावनाका दुश्मन माया र विश्वासलाई जस्तै हेतु (कारण) र ज्ञानलाई हेरेको हुन्छ । विज्ञानले सधैं भावनाहरू जस्तै माया र विश्वासलाई कारण र उद्देश्यको दुश्मन जस्तै हेरेको हुन्छ । अनि त्यसैले सायद जति जति विज्ञान प्रगतिपथमा लम्कन्छ, उतिउति धर्म घट्दै जान्छ । अर्कोतिर, साँच्चै नै सन्तुलन तथा पूर्ण व्यक्तिगत गर्ने हो ज्ञान र करुणा । यी दुबैलाई तपाईंले विकास गर्दै लानुपर्दछ, भन्ने शिक्षा बुद्धधर्मले दिन्छ । यो अन्धविश्वासमा आधारित नभई अनुभवमा आधारित भएको हुँदा बुद्धधर्मले विज्ञानदेखि तर्सिनु पर्ने कारण केही पनि छैन ।

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

उत्तर : कुनै पनि घटनाहरू पूर्ण छैनन्, स्थिर छैनन् र आफैमा सीमित छैनन् भनी यथार्थ सत्यलाई देख्नु नै सबैभन्दा उच्च ज्ञान हो । यस्तो समझदारी पूर्ण स्वतन्त्र हुन्छ, र महारक्षा र अनन्त सुखतिर डोच्याउँदछ, जसलाई निर्वाण भनिन्छ । त्यसोभए पनि बुद्धले यस्तो अवस्थाको ज्ञान बारेमा धेरै कुरा गर्नुहुन्न । हामीलाई जे भनिएको छ, यदि त्यसलाई मात्र विश्वास गर्ने हो भने त्यो ज्ञान होइन । सही ज्ञान भनेको हामीहरूले प्रत्यक्ष देख्नु र बुझ्नु हो । यस अवस्थामा ज्ञान भन्नाले हृदय बन्द गरी कारण थाहा नपाई अरू अरू बिचार सुनिरहनु भन्दा पनि मनलाई खोलेर लिने बस्तु हो ।

बालुवामा आफ्नो टाउको गाडेर बस्नुभन्दा तथ्यहरूलाई राम्रोसित केलाएर हेर्नु, हाम्रो विश्वाससँग दाँजेर हेर्नु, पूर्वाग्रही हुनु वा पक्षलिनुभन्दा पनि क्रियाशील हुनु, हामीलाई दिएको बढी भावनात्मक कुराहरूलाई पहिले स्वीकार गर्नुभन्दा पनि हामीहरूको विचार र विश्वास योग्य बनाउन समय लिने अनि जहिले पनि हामीहरूको विश्वास बदल्ने र अरूलाई चित्त नबुझे तथ्यहरू जहिले पनि हामी समक्ष राख्न आए त्यसलाई स्वीकार गर्ने । यस्तो गर्ने एकजना व्यक्ति अवश्य पनि विद्वान् हुन्छ र सत्य ज्ञान प्राप्त गर्ने कार्यमा दृढ हुन्छ । जे भनेको छ, त्यसलाई मात्र विश्वास गर्ने बाटो सरल छ । बुद्धमार्गको लागि साहस, धैर्य, लचकता र बुद्धिमता हुनु आवश्यक छ ।

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

उत्तर : यो सत्य हो, सबैजना बुद्धधर्मको लागि तयार छैनन् । तर पनि हामीले धर्ममा जे सिकाउँछौं त्यो गलत छ, तर सजिलैसित बुझ्न सकिनाको कारणले प्रत्येकले अभ्यास गर्न सक्छन् भन्ने कुरानै अनौठो छ । बुद्धधर्म सत्यतामा लक्षित हुन्छ र त्यसैले सबैले यसलाई राम्ररी बुझ्न सक्ने क्षमता नभएता पनि उनीहरू अर्को जुनीमा

यसको लागि सायद तयार हुन्छन् । जेभएता पनि त्यस्ता धेरै मानिसहरू छन् जो ठीक शब्दहरू मात्रले वा प्रोत्साहनले आफ्नो ज्ञान बढाउन योग्य हुन्छन् । अनि यसैकारणको लागि नै बौद्धहरू विस्तारै शान्तिपूर्वक आफ्ना बुद्धधर्मका ज्ञानहरू अरूलाई पनि बाँड्ने प्रयास गर्दछन् । बुद्धले हामीहरूलाई करुणा राखी शिक्षा दिनुभएको छ, र हामीहरूले पनि अरूमाथि करुणा राखी सिकाउँदछौं ।

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

उत्तर : ज्ञानले हामीहरूको स्वभावको बौद्धिक अथवा भन्न योग्य कुराहरू समावेश गरे जस्तै करुणाले हामीहरूको स्वभावको भावनात्मक अथवा महशूस गर्ने पक्ष समावेश गर्दछ । ज्ञान जस्तै करुणा पनि विशेष गरी मानवीय गुण हो । करुणा (Compassion) अंग्रेजीमा दुई शब्दहरू मिलेर बनेको छ । Co जसको अर्थसँगै भन्ने हुन्छ र (Passion) जसको अर्थ गहिरो कुराको महसूस भन्ने हुन्छ । अनि (Compassion) करुणा भनेको यही नै हो । जब हामीहरू अरू कसैलाई दुःख परेको देख्छौं र हामीहरूले त्यो दुःख आफैलाई परेको जस्तो महशूस गर्छौं र त्यसलाई हटाउन वा दुःख कम गर्न जुन प्रयास गर्छौं भने त्यही नै करुणा हो । त्यसैले मानिसहरूमा सबैभन्दा असल सबै बुद्धकै जस्तै गुणहरू-

जस्तै बाँडेर लिने, आराम दिन तयार हुने, सान्त्वना दिने, चिन्ता लिने र रेखदेख गर्ने आदि सबै करुणाका द्योतकविधि पक्ष हुन् । करुणावान् व्यक्तिमा अरूलाई रेखदेख गर्ने र माया गर्ने भावनाको उत्पत्ति आफैलाई रेखदेख गर्ने र माया गर्नेमा हुन्छ, भन्ने कुरा पनि तपाईंले थाहापाउनु हुनेछ । हामीले हामीहरूलाई बुझ्न सक्यौं भने हामीहरूले अरूलाई पनि साँच्चै नै बुझ्न सक्नेछौं । सबैभन्दा असल कुरा के हो भन्ने थाहा पाए पछि हामीहरूले अरूहरूको लागि सबैभन्दा असल कुरा के हो भन्ने कुरा थाहा पाउन सक्नेछौं । हामीले आफैलाई चिन्न सकेपछि हामीहरूले अरूलाई पनि चिन्न सक्नेछौं । त्यसैले बुद्धधर्ममा बढी प्राकृतिक ढंगले एउटाको आध्यात्मिक विकासले अरूको कल्याणको लागि चिन्ता प्रस्फुरित भएर आउँछ । बुद्धको जीवनीले यसलाई अझ विस्तृत गरेको छ । उनले आफ्नै कल्याणको लागि ६ वर्ष संघर्ष गरी बिताए । त्यसपछि उनी सबै मानवमात्रको निमित्त कल्याणकारी मानिन योग्य भए ।

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

उत्तर : साधारणतया हामी पहिले अरूको भलाइलाई हेर्दछौं, आफ्नो भन्दा पहिला अरूको चिन्ता लिन्छौं जुन स्वार्थी भावनाको ठीक

उल्टो छ जसमा अरूप्रति भन्दा पहिले आफ्नै मात्र वास्ता गर्दछ । बुद्धधर्मले यो पहिलो वा दोस्रोलाई मात्र हुँदैन कि बरू दुबैको सम्मिश्रणलाई लिँदैछ । वास्तवमा आफ्नो चिन्ता गर्नेले बिस्तारै अरूको चिन्ता गर्नेतिर बढ्दछ जसरी एकले अरूलाई साँच्चै आफू समान ठान्दछ । यही नै वास्तविक करुणा हो । करुणा नै बुद्धको शिक्षामा रहेको सबैभन्दा सुन्दर रत्न हो ।



७. शाकाहारी

प्रश्न : बौद्धहरू शाकाहारी हुनुपर्दछ, होइन र ?

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

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

उत्तर : यो सत्य हो कि जब तपाईं मासुको सेवन गर्नुहुन्छ भने तपाईं परोक्ष र आशिक रूपमा प्राणी हिंसामा उत्तरदायी हुनुहुन्छ तर त्यसरी नै सत्य हो कि जुनबेला तपाईं सागसब्जीको सेवन गर्नुहुन्छ । सागसब्जीहरू तपाईंको खानाको थालमा कीराले खाएका प्वालहरू रहित होऊन् भन्नाखातिर किसानले पनि आफ्नो अन्नबालीमा कीटाणुनासक औषधि र विष छर्कनुपर्दछ । अनि फेरि पनि तपाईंको कमरपेटीको लागि अथवा ह्याण्डब्यागको लागि छाला पाउन जीवजन्तुहरूलाई मारिन्छ, तपाईंले प्रयोग गर्ने साबुनको

लागि पनि केही न केही मारिन्छन् । कुनै न कुनै प्रकारले अरूहरूको मृत्युको लागि परोक्षरूपले उत्तरदायी नभई बाँच्न प्रायः असम्भव छ । यो एउटा पहिलो आर्यसत्यको अर्को एउटा उदाहरण हो । साधारण अस्तित्व नै दुःख र असन्तुष्टी हो । जब तपाईं पहिलो शील ग्रहण गर्नुहुन्छ तब तपाईं प्रत्यक्षरूपमा प्राणीघात गर्नबाट उत्तरदायी हुन पन्छिनु हुन्छ ।

प्रश्न : महायानी बौद्धहरू मासुको सेवन गर्दैनन् ।

उत्तर : त्यो कुरा सत्य होइन । चीनमा महायानी बौद्ध धर्मले शाकाहारी हुनमा ठूलो जोड दिइएको छ तर जापान र तिब्बतका महायानी परम्पराका दुबै भिक्षु तथा उपासक उपासिकाहरूले साधारणतया मासुका सेवन गर्दछन् ।

प्रश्न : तर म अभै पनि भन्दछु कि बौद्धहरू शाकाहारी नै हुनुपर्दछ ।

उत्तर : यदि एउटा मानिस जो अत्यन्त कट्टर शाकाहारी छ तर ऊ असाध्य स्वार्थी, असभ्य, नीच छ र अर्को एउटा मानिस जो शाकाहारी होइन तर ऊ अरूको विचार गर्छ, इमान्दार छ, उदार छ र दयालु छ भने यी दुईजना मध्ये कुन चाँहि असल बौद्ध हुन् ?

प्रश्न : त्यो मानिस, जो इमान्दार र दयालु छ ।

उत्तर : किन ?

प्रश्न : किन भने त्यस्तो मानिस निश्चयपनि असल हृदयको हुन्छ ।

उत्तर : अवश्य । एकजना मासुको सेवन गर्ने मानिसको हृदय शुद्ध हुन सक्दछ । ठीक त्यसरी नै एकजना मासुको सेवन नगर्नेको हृदय अशुद्ध हुन सक्दछ । बौद्ध शिक्षामा तपाईंले सेवन गर्ने खानामा समावेश गरिएका कुराहरूभन्दा तपाईंको हृदयको गुण बढी महत्वपूर्ण कुरा हो । धेरै जसो बौद्धहरू कहिल्यै मासुको सेवन पनि नगर्नुमा ठूलो ख्याल राख्दछन् तर उनीहरू स्वार्थी हुने, इमान्दार नहुने, दुष्ट अथवा ईर्ष्यालु हुने कुरामा भने वास्ता नै गर्दैनन् । उनीहरूले आफ्नो आहार बदल्दछन् जुन सजिलो पनि छ तर हृदय परिवर्तन, जुन गर्न गाह्रो छ, गर्नमा पनि वास्ता गर्दैनन् । त्यसैले तपाईं शाकाहारी हुनुहोस् या मांसाहारी बुद्धधर्ममा आफ्नो मन शुद्ध गर्नु नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा हो भन्ने सम्झी राख्नुपर्छ ।



ट. भाग्य र दुर्दशा

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

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

“त्यसो भएतापनि कुनै कुनै धार्मिक व्यक्तिहरू आफ्ना विश्वासीहरूले पुन्याइराखेको खानामा जीवन निर्वाह गर्दछन्। उनीहरूले आफ्ना जीवन यापन त्यस्तै “कु कर्म” जस्तै हात हेर्ने, चिन्हहरू हेरेर भविष्य भन्ने, सपनाहरूको व्याख्या गरेर, सुभाग्य ल्याएर, भाग्यदेवीलाई आह्वान गरेर, निर्माणको लागि भाग्यशाली स्थानहरू छान्ने जस्ता गलत तरिका अपनाउँछन्। गौतम बुद्ध

यस्ता “कु कर्म” र त्यस्ता जीवन यापनको गलत तरिकाबाट टाढा बस्दछन्।”

धम्मपद १९-१२

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

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

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

उत्तर : म एउटा व्यक्तिलाई चिन्दछु जो भाग्यशाली बुटीहरू बेचेर आफ्नो जीवन बिताइरहेको छ। उसको बुटीले मंगल गर्दछ, उन्नति ल्याउँछ भन्ने उ दाबी गर्दछ र तीनवटा अंकहरू छान्ने योग्य हुन्छ भन्ने बचन ऊ दिन्छ। यदि उसले भनेका सबै सत्य हुन्छन् भने ऊ

आफै किन करोडपति हुन नसकेको त ? यदि उसको भाग्यशाली बुटीहरूले साँच्चै प्रभावकारी काम गर्छ भने किन उसले हप्तैपिच्छे आफूलाई चिन्ना पार्न नसकेको त ? ऊ सँग एउटै मात्र भाग्य खुलेको छ त्यो के हो भने धेरै मानिसहरू अज्ञानतावश उसका भाग्यशाली बुटीहरू किनिरहेका छन् ।

प्रश्न : त्यसो भए भाग्य भन्ने केही वस्तु छ त ?

उत्तर : भाग्यलाई शब्दकोषले परिभाषित गरेको छ कि, “मानिसहरूलाई आफ्नो घटनाक्रममा मौकाबाट, दुर्भाग्य वा सुभाग्यबाट जो राम्रो वा नराम्रो हुन्छ त्यसलाई विश्वास गर्नु” बुद्धले यस्तो विश्वासलाई पूर्णतया अस्वीकार गर्नुभएको छ । प्रत्येक कुरा हुनमा एउटा विशेष कारण वा कारणहरू हुन्छन् अनि ती कारण र त्यसको नतीजाको बीच अवश्य पनि केही सम्बन्ध हुनु नै पर्दछ । उदाहरणको लागि रोग लाग्नमा कुनै विशेष कारणहरू छन् । रोग लाग्दा अवश्य पनि कीटाणुहरूको संसर्गमा आएको हुनुपर्छ र उसको शरीर कीटाणुले ठाउँ लिन सक्ने गरी कमजोर हुनुपर्दछ । कारण (कीटाणुहरू र एउटा निर्बल शरीर) र नतीजा (बिरामी पर्नु) दुबैका बीचमा एउटा निश्चित सम्बन्ध छ । किनभने हामीलाई थाहा छ कि कीटाणुहरूले हाम्रो शरीरका विभिन्न गाँठाहरूमा हमला गर्दछन् र बिरामी पार्दछन् । तर शब्दहरू लेखिएको एक टुक्रा कामज लाग्नुमा, धनी हुनुमा वा परीक्षामा उत्तीर्ण हुनुमा केही सम्बन्ध रहेको पाइँदैन । जे पनि हुन्छ सबै कारण वा कारणहरूले

हुन्छन्, भाग्य, मौका पनि दुर्दशाले हुने होइन भनी बुद्धधर्मले शिक्षा दिन्छ । भाग्यमा चासो राख्ने मानिसहरू सधैं केही पाउने कोशिश गरिरहन्छन्- साधारणतया धेरै पैसा र सम्पत्ति । बुद्धले हामीलाई शिक्षा दिनुहुन्छ कि हामीहरूको हृदय र मनलाई विकास गर्नु सबैभन्दा महत्वपूर्ण छ । उहाँ भन्नु हुन्छ -

गहिरो अध्ययन र कुशल सीप हुनु,
राम्रोसित प्रशिक्षित हुनु र मीठो बोली बचन प्रयोग गर्नु,
यी नै उत्तम मंगल हुन् ।

आमा बाबुलाई सहयोग गर्नु,
पत्नी र छोराछोरीको लालन पालन गर्नु,
साधारण किसिमले जीवन निर्वाह गर्नु,
यी नै उत्तम मंगल हुन् ।

उदार, यथार्थ र आफन्तहरूको लागि सहयोगी हुनु ।
आफूले गर्ने काम दोषरहित हुनु, यी नै उत्तम मंगल हुन् ।
दुष्ट्याइँबाट टाढा हुनु, मादक पदार्थ सेवन नगर्नु
असल काममा निरन्तर लागि रहनु
यी नै उत्तम मंगल हुन् ।

श्रद्धालु, नम्रता, सन्तुष्टी, कृतज्ञता र राम्रा धर्मका कुरा सुन्नु
यी नै उत्तम मंगल हुन् ।

संयुक्त निकाय २६१-२६५

५. बौद्ध हुनु

प्रश्न : तपाईंले अहिलेसम्म जे भन्नुभयो सो सान्धै चाख लाग्यो । म कसरी बौद्ध हुन सक्छु ?

उत्तर : एक समयमा उपालि भन्ने एकजना मानिस थियो । ऊ अरू नै धर्मको अनुयायी थियो । ऊ बुद्ध कहाँ छलफल गर्न र वहाँलाई धर्म परिवर्तन गराउने हेतुले त्यहाँ गयो । तर बुद्धसँग कुराकानी गरेपछि ऊ यत्तिको प्रभावित भयो कि उसले बुद्धको अनुयायी बन्ने निर्णय गर्‍यो । तर बुद्धले भन्नु भयो-

“पहिले राम्ररी जाँचेर हेर । तपाईं जस्तो प्रसिद्ध व्यक्तिले राम्ररी जाँचेर हेर्नु राम्रो हुनेछ ।”

अब भगवान्‌ले मलाई “पहिले राम्ररी जाँच गर” भनी भन्नु हुँदा म अझ धेरै खुसी र सन्तुष्ट भएँ किनभने यदि अरू धर्मका सदस्यहरूले मलाई शिष्यको रूपमा ग्रहण गरे भने तिनीहरूले हातमा झण्डा लिएर शहरको चारैतिर उपालि “हामीहरूको धर्ममा आए” भन्दै घुम्ने गर्लान् तर भगवान्‌ले मलाई भन्नुभयो “पहिले

राम्ररी जाँचेर हेर । तपाईं जस्तो प्रसिद्ध व्यक्तिले राम्ररी जाँचेर हेर्नु राम्रो हुनेछ ।”

मज्झिमनिकाय २-३७९

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

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

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

प्रश्न : त्रिशरण भनेको के हो ?

उत्तर : शरण भनेको त्यस्तो ठाउँ हो जहाँ मानिसहरू आफूलाई

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

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

धम्मपद १८९-१९२

बुद्धको शरणमा जानु, बुद्धले प्राप्त गरे जस्तै सर्वज्ञ बोधिज्ञान प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने निश्चित रूपले स्वीकार गर्नु हो । धर्मको शरण लिनुको अर्थ हो- चतुरार्यसत्यतालाई यथार्थ रूपमा बुझ्नु तथा आफ्नो जीवन आर्यअष्टांगिकमार्गमा आधारित बनाउनु । संघको

शरणमा जानुको अर्थ हो- आर्य अष्टांगिक मार्गमा हिंड्नेहरूबाट सहयोग, प्रेरणा र मार्ग निर्देशन पाउनु । यस्तो गर्नाले बौद्ध होइन्छ र निर्वाणको बाटोतिर एक पाइला अघि बढाउन सकिन्छ ।

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

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

प्राचीन भारतका एकजना कविले लेख्नु भएको छ कि-

उहाँको शरण जानु, उहाँको गुण गाउनु, उहाँको सम्मान गर्नु र धर्मको नियम पालन गर्नु भनेको राम्रोसित बुझेर कार्य गर्नु हो ।

म यी शब्दहरूसित पूर्ण सहमत छु ।

“त्यस्तै म पनि सहमत छु ।”



संभवतः तिमि एउटै कोठामा धेरै मानिसहरु बिच बसिरहेको छ र एक जना मान्छेले तिमिलाइ हेरीरहेको छ , तिमि यता उता फर्केर हेर्दा देख्छौ कि तिमिलाई कोहि मानिसले हेरी रहेकोछ । त्ये कसरी भएको हो भने, तिमिले त्यो मान्छेको मानसिक शक्तिलाई तान्न सकेको कारणले हो , यसैलाई लाइ नै मेत्ता भावना भन्न सकिन्छ । हामिले सकरात्मक मानसिक शक्ति उच्चनी गरेर एक आपसमा बाद्न सकिन्छ ।

१०) के अरु किसिमका ध्यानहरु पनि छन् ?

उत्तर : धेरै नै छन् , अन्त्यमा संभवत धेरै महत्वपूर्ण ध्यान विपरसना हो, यसको अर्थ हो ,भिन्नको लागी देख्नु अथवा गहिरीएर देख्नु र यसलाई विपरसना ध्यान भनिन्छ ।

११) त्यसोभए विपरसना ध्यान के हो ?

उत्तर : विपरसना गर्दा, जे सुकैभए पनि, विचार र विचार उत्पति प्रति केहि प्रतिक्रिया नदिइ होसमा रहनु नै विपरसना हो ।

१२) यसको उद्देश्य के हो ?

उत्तर : हामिले प्रायः जसो मन परेको र मन नपरेको अनुभूति द्वारा अनुभव गर्दछौ अथवा अनावश्यक विचार , दिँउसै सपना देख्ने वा कल्पना गर्ने , यिनिहरुको प्रतिक्रिया द्वारा हामिले देख्ने अनुभवलाई अस्पष्ट र अनर्थ गरीदिन्छ । यसरी होस राखी बिना प्रतिक्रिया द्वारा हामिले देख्छौ कि किन हामि विचार गर्छौ, किन हामि बोद्वेछौ किन हामि त्यसो गर्दछौ, निष्चय नै आफुले बुझेको ज्ञानले जीवनमा सकरात्मर परिवर्तन ल्याउँछ । अर्को फाइदा भनेको आफ्नो अनुभव र आफुबिचमा अन्तर पैदा गर्दछ , तब हाम्रो प्रतिक्रिया होस या बेहोस प्रलोभन वा अपमान भए पनि हामिले अलिकति भए पनि त्यस वाट पछि हट्न सक्छौ यसरी उचित वा अनुचितलाई देखेर ठिक बाटो अपनाइ अगी बद्न सक्छौ यसरी हाम्रो जीवनमा धेरै सहनशिलताले ठाँउ लिन्छ ,द्वेष भावले होइन कि , तर साधरणतया हामीले अझ बढि सफा संग देख्छौ ।

१३) त्यसो भए के विपरसना ध्यानले बढि राम्रो र सुखि जीवन विताउन सहयोग दिन्छ त ?

उत्तर : त्यो मात्र धेरै महत्वपूर्ण शुरुवात हो, तर विपरसना ध्यानको उद्देश्य त्यो भन्दा उच्च छ । जब हाम्रो ध्यान पक्का र गहिरो हुदै जान्छ , तब हामिले अनुभव गर्न सक्छौ कि यो सुख हो तर व्यक्तिगत होइन, यो म बिना नै हुन्छ , र म छैन भनी अनुभव गर्न सकिन्छ, शुरुमा ध्यान गर्दा त्यो शुरुवातको दृष्य हो तर त्यो पछि गएर अझ बढि स्पष्ट भएर आउँछ ।

१४) यो सुन्दा त धेरै डर लाग्दो पो छ नी ?

उत्तर: हो डर लाग्दो छ होइन त , र साच्चै भन्ने हो भने , कोही मानिसहरुले यस्तो अनुभव गर्छ, तिनिहरु अलिकति डराउँछन् तर बुभुदै आउँछन् त्यो सबै हराउदै जान्छन् । किनकि तिनीहरु सधै भरिएर आउने बस्तुहरु भनि देखिन्छ । यसरी नै घमण्डपन विस्तारै हराउदै जान्छ, अनि म र मेरो भन्ने सबै विलाएर जान्छ, साँच्चै यो नै बुद्धमार्गियहरुको तात्पर्य हो । साँच्चै नै तिनिहरुको दृष्टीकोण परिवर्तन हुन थाल्दछन् , यसो विचार गर्दा हरेका व्यक्ति समाज र विष्वमा हुने भगडाको जरो नै घमण्ड, जातिय भेदभाव, वा देश भक्त हुनु गल्ती हो । धम्की र रोदन स्वरले चिच्चाएर यो मेरो हो, यो हाम्रो हो भन्नु गल्ती हो । बुद्ध धर्म अनुसार साँच्चैको सुख र शान्ति भनेको जब हामिले आफ्नो असली व्याक्तित्व पत्ता लगाउछन् त्यो हो, अर्हन्त (ज्ञान प्राप्त हुनु) ।

१५) त्यो धेरै राम्रो विचार हो तर साथै डर पनि लाग्छ । यदि आफु भन्नेनै छैन भने अर्हन्त भएको मान्छेले कसरी बिना व्याक्ति काम गर्न सक्छ ?

उत्तर : राम्रो विचार ,अर्हन्त भएको मान्छेले हामिलाई सोध्न सक्छ कि म भन्ने नै छैन भने तिमि कसरी काम गर्छौ , कसरी तिम्रो र अरुको दुख्ख, पिडा, इर्ष्या, घमण्ड सहन सक्छौ । तिमिलाई कहिले पनि दिक्क लाग्दैन कि म अरु भन्दा राम्रो व्याक्ति , अरु भन्दा अगाडी छु भनी भीतारी रहँदा जुन कि एक दिन तिमिले सबै गुमाउन पर्छ, त्यसो भए अर्हन्त व्यक्ति शान्त र ठिक ठाँउमा ठिक जीवन विताइरहेको छ यो सबै तिमि हामी नै हौं जो अर्हन्त भएका छैनौ मात्र समस्याहरु उज्जाउछन् ।

१६) मैले तपाइले भन्नु भएको बुझे तर अर्हन्त हुनको लागी कति लामो समय सम्म ध्यान बस्नुपर्छ ।

उत्तर : यो भन्नु असंभव छ तर यो संभवत ठिकै छ । अनि तिमिले किन अहिले देखी नै ध्यान बस्न शुरु नगरेको त ? अनि हेरौ ध्यानले तिमिलाई कहाँ सम्म पुऱ्याउछ । यदि मेहनत गरेर ,बुद्धिमान पुर्वक ध्यान गऱ्यौ भने, जिवनमा अत्याधिक प्रगती आउँछ र त्यस समयमा ध्यान र धर्मको विषयमा रहेर खोज गर पछि त्यो नै तिम्रो जिवनमा महत्वपूर्ण विषय भएर आउँछ । ध्यान शुरुगनु भन्दा पहिला कुनै विचार नगरी वा कुनै उच्च स्तरमा पुग्ने आशा नगरी एक चोटी पाईला अगाडी सारौ ।

१७) के ध्यान सिक्न मलाई गुरुको आवश्यकता पर्दछ ?

उत्तर : पढेन , तर व्याक्तिगत रूपमा ध्यानको विषयमा जानेको व्याक्तिबाट सहयोग लिंदा अति सहयोग मिल्नेछ । अभाग्यवस कोही भिक्षु वा उपसक, उपासिकाहरु ध्यान गुरु भएर सिकाउँदछ जबकि उनीहरुलाई थाहा छैन, उनीहरु के गर्दैछन् भनेर । ध्यान विषयमा राम्ररी जानेको बुझेको ध्यान गुरुवाट सिक्नु पर्दछ जसले गर्दा बुद्धको शिक्षालाई स्पष्ट र अझ नजिक बनाइदिन्छ ।

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

उत्तर : साँचो हो , अहिले मानसिक रोगबाट पिडित भएकालाई धेरै नै ध्यानको आवश्यकता भएको छ र विभिन्न व्यावसायले मानसिक तनावलाई हटाउन र अप्रमादी (बेहोसी) बाट बच्न ध्यानको साहायता लिने गरेका छन् । बुद्धले बताउनु भएको ध्यान आजको मानिसको चित्तलाई जति प्रभाव परेको छ त्यती नै परापूर्वक कालमा पनि थियो ।

भिक्षु र भिक्षुणीहरू

१) बुद्ध धर्ममा धार्मिक अध्ययन संस्थाको महत्व छ, भिक्षु र भिक्षुणीहरूको उद्देश्य के हो र उनिहरूलाई के के गर्नु पर्दछ ?

उत्तर : बुद्धले बनाउनु भएको भिक्षु र भिक्षुणीहरूको उद्देश्य उचित र शान्त वातावरण भएको ठाँउ बनउनु हो, जसले गर्दा ध्यान भावना गर्न सजिलो हुन्छ, उपाशक र उपाशिकाहरूले भिक्षु भिक्षुणीहरूलाई चाहिने आवश्यक वस्तु पुऱ्याई दिन्छ, जस्तै आहार, लगाउने चीवर, बस्ने ठाँउ र औषधी, जसले गर्दा उनीहरूले ध्यान भावना र अध्ययन गर्न टेवा मिल्दछ। धर्मविनयको पालना र सरल जीवन विताउन ध्यान र शान्तिको निकै उपयोगी हुन्छ। त्यसको बदला भिक्षु भिक्षुणी हरूले आफुले जानेको धर्म उनीहरूलाई सिकाइदिन्छन् र आफु पनि असल बुद्ध मार्ग बनेर उचित उदाहरणको रूपमा रहन्छन्। साँच्चै भन्नु पर्दा केही स्तरमा फरक देखिन्छन्, र यो नै बुद्धको आकांक्षा पनि हो, अहिले आएर भिक्षु भिक्षुणीहरू स्कूलमा पढाउँछन्। कोही समाजीक सेवा लागेका छन् भने कोही कलाकार, कोही चिकित्सक र कोही राजनैतिक तिर पनि लागेका छन्। कोही भन्छन् यदि बुद्ध धर्म प्रचार हुन्छ भने त्यसो हुनु पनि ठिकै छ तर कोही भन्छन् त्यसो हुनुमा भिक्षु र भिक्षुणीहरू सजिलै संग संसारीक समस्या तिर ढल्कन पनि सक्छन्। जबकी उनीहरू पहिलो पटक विहार जाँदा, के उद्देश्य लिएर गएका थिए, त्यो तिनीहरूले विसिदिन्छन्।

२) कस्तो प्रकारको व्यक्ति भिक्षु वा भिक्षुणी बन्छन् ?

उत्तर : धेरै किसिमका मानिसहरूलाई विभिन्न किसिमका इच्छाहरू हुन्छ जस्तै पारिवारीक जिवन काम चाहना, राजनैतिक, धर्म आदि, ति मध्येमा धेरै जसो पारिवारीक जिवन र काममा बढी ध्यान राख्छन् अरु चाहिँ त्यसमा कुनै ध्यान दिन्छन् जसले बुद्धको शिक्षालाई अध्ययन र ध्यान भावना गर्छ भने। उसको जिवनमा त्यो नै सबैभन्दा महत्वपूर्ण हुन्छ। जब सबै चिज वस्तु लाई त्यागेर अलग अलग हुन्छ त्यस्ता मान्छेलाई सायद भिक्षु वा भिक्षुणी बन्ने इच्छा हुन्छ।

३) अर्हन्त हुनलाई के भिक्षु वा भिक्षुणी नै बन्नु पर्छ ? उत्तर : अवस्थ्य पर्दैन, केहि बुद्धका अग्रश्रावकहरू गृहस्थी थिए, कोहीले भिक्षुहरूलाई ध्यान समेत सिकाउन सक्थे। बुद्ध धर्मलाई बुझ्नु अति आवश्यक छ र भिक्षु बस्न लगाएपनि जिन पाइन्टलगाए पनि त्यसमा केही पनि फरक छैन। अथवा कोही घरमा वा विहारमा बसे पनि, कोही विहारमा बस्छन् त्यसको फाइदा वा बेफाइदा उचित वातावरणमा बसेर ध्यान भावना गर्नुनै हो। कोही घरमै बस्छन् दुःख र सुख भएपनि त्यो नै उनिहरूको लागी उचित ठाँउ हुन्छ, त्यसैले सबै मान्छेमा भिन्नता छ।

४) किन भिक्षु र भिक्षुणीहरू पहिलो बस्त्र लगाउँछन् ?

उत्तर : प्राचिनकालमा जब भारतीयहरू जंगलमा बस्छन् र तिनिहरूलाई थाहा छ कि, कुन रुखको पात पहिला भर्छ भनेर किन भने त्यो पात कि त पहिलो वा सुन्तला रंगको वा खैरो देखिन्छ, त्यसको परिणाम त्यो बेलाको भारतमा पहिलो रंगको अर्थ नै गृह त्याग गर्नुको अर्थ दिन्छ। त्यसैले भिक्षु र भिक्षुणीहरूको चीवरको पहिलो हुनु नै कुनै चिज वस्तु प्रति आशक्ति नहुनु हो परिवर्तन हुन नदिन र त्याग गर्नु यसको अर्थ हो।

५) भिक्षु र भिक्षुणीहरूले कपाल खौरनुको उद्देश्य के हो ?

उत्तर : धेरै जसो हामी आफ्नो दृष्टी शरीरलाई ध्यान दिन्छौ र विषेश गरी कपाल लाई, महिलाहरूको लागी कपाल राम्रो बनाउनु धेरै महत्वपूर्ण छ भने पुरुषलाई भने तालु होला भन्ने डर, हामिले हाम्रो कपाल लाई राम्रो बनाउन त्यसलाई समय दिनु पर्दछ, कपाल खौरनुमा भिक्षु र भिक्षुणीहरू आफैले समयमा खैरन्छन्। कपाल खौरनुको अर्थ अर्को अर्थ हो आध्यात्मिक र शारीरिक परिवर्तनलाई ध्यान दिएर होसीयार हुनु पनि हो।

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

उत्तर : कुनै समयमा कुनै एक जनाले यस्तैखालको प्रश्न गरे, दन्त चिकित्सक हुनु धेरै राम्रो हो तर यदि सबै मनिस् दन्त चिकित्सक भए भनि के गर्ने। स्कूलमा पढाउने मास्टर हुँदा, भात पकाउने मान्छे हुँदा, टम्प्यासी चलाउने ड्राइभर हुँदा, स्कूलमा पढाउने मास्टर हुनु धेरै राम्रो हो तर सबै मान्छे मास्टर भयो भने के गर्ने, त्यहाँ कुनै पनि दन्त चिकित्सक हुँदा आदि, बुद्धले कहिले पनि भन्नुभएको छैन कि सबै मान्छे भिक्षु वा भिक्षुणी बन्नु पर्छ भनेर र यो कहिले पनि हुनेछैन। जे जसो भएपनि सधै भरी मान्छे हरू सरल जिवन विताउन चाहन्छ र गृह त्याग गर्दछन् धेरै जसो बुद्धको शिक्षा बाट प्रभावित भएर सबै त्याग गर्दछन् र त्यसैगरी दन्त चिकित्सक र स्कूल मास्टर संग पनि आफ्नो विषयमा निपुर्णता र ज्ञानी छन् जसले समाजमा बाँचन एक आपसमा सहयोग गर्दछन्।

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

उत्तर : तिमिले ध्यान गर्ने भिक्षुलाई खोज्ने बैज्ञानिक संग तुलना गर्न सकिन्छ। समाजले खोजी गर्ने बैज्ञानीकलाई सहयोग गर्छ जो प्रयोगशालामा मात्रै बसी राख्छ र आशा गर्छन की उसले नयाँ नयाँ अन्वेषण गरी पत्ता लगाएर साधरण जनतालाई दिन्छन् त्यसैगरी बुद्ध धर्मको समाजमा पनि ध्यानी भिक्षुलाई सहयोग गर्दछन्, किनभने उसले ध्यान ज्ञान प्राप्त गरेर साधरण जनताको उपकारको आशा गर्दछ। तर पनि यो हुनु भन्दा अगाडि वा भएन भने पनि ध्यानी भिक्षुले अरुको उपकार गरेको हुन्छ। कोही आधुनीक बैज्ञानिकहरू, स्वइच्छाचारीले धनी र प्रख्यात हुन चाहन्छ। त्यस प्रकारको प्रख्यातले विनास तिर लान्छ र आशक्त भएर त्यसको पछि लाग्छ वा ईश्या गर्दछ। उदाहरणको लागी ध्यानी भिक्षुलाई धनीहुनुको कुनै अर्थ छैन तर सन्तुष्ट हुनुनै हो त्यसैले हामिले बुझ्नु पर्छ की साधरण र सरल जिवन विताउनु नै फाइदा जनक छ।

८) मैले सुनेको छु की अहिले भिक्षुणीहरू छैनन् ? के यो साँचो हो ?

उत्तर : भिक्षुणी हरू संघ बुद्धको पालामा बुद्धले बनाउनु भएको हो र बुद्ध धर्म प्रचार गर्नमा ५/६ सय बर्ष सम्म भिक्षुणीहरूको धेरै महत्वपूर्ण भूमिका थियो। तर केही कारण बस भिक्षुणीहरूले आदर सम्मान पाउन सकेनन् वा भिक्षुहरूलाई जस्तै सहयोग नमिलेको कारणले भारत, श्रीलंका, तिब्बत र दक्षिण उत्तर एसियामा भिक्षुणी शासन हराएर गयो। त्यसो भए पनि ताइवान कोरीया र जापानमा भने भिक्षुणी शासन अर्भो बाँकी रहेको देखिन्छ। आजकल श्रीलंकामा भिक्षुणी शासनलाई पुनर्उत्थान गर्ने शुरु भएपनि केहि निकाय द्वारा कुनै चासो नराखेको देखिन्छ। जे भए पनि बुद्धको श्रद्धा ज्ञानलाई स्विकार्ने हो भने दुवै पुरुष र महिलाहरू धर्म विनयमा रहेर जीवन विताइ त्यसबाट फल प्राप्त गर्नु नै ठिक हुनेछ।

बुद्ध धर्मका ग्रन्थहरू

१) प्रायः जसो सबै धर्महरूमा धार्मिक ग्रन्थहरू लेखेको पाइन्छ। बुद्ध धर्मको धार्मिक ग्रन्थ चाँही के हो ?
उत्तर : बुद्ध धर्मको धार्मिक ग्रन्थलाई "तिपितक" भनिन्छ, यो भारतीय प्राचिन भाषामा लेखिएको थियो जसलाई पाली भाषा भनिन्छ। जुन बुद्धले बोल्ने भाषा नजिक पर्छ, तिपितक किताब धेरै छन्, अंग्रेजी अनुवादमा मात्रै यसको करिब ४० वटा जती छन्।

२) तिपितकको अर्थ के हो ?

उत्तर : यो २ शब्दले बनेको छ। ति को अर्थ तिन, र पितक को अर्थ टोकरा हो। पहिलो भागलाई सुत्तपितक भनिन्छ। जसमा बुद्धले र उहाँका अर्हन्त शिष्यले बताउनु भएको शुद्ध हो। सुत्तपितकको विषय बस्तु भिन्ना भिन्नै छन्, जुन बुद्धले विभिन्न व्यक्तिहरूलाई भिन्न भिन्ने ठाँउमा बताउनु भएको थियो। त्यही धेरै जसो बुद्धको देशनाको रूपमा छ भने कुनै छलफलको रूपमा छ। अरु जस्तै धम्म पदले बुद्ध शिक्षालाई कबिताको रूपमा प्रस्तुत गरेका छन्। जातक पनि त्यसको एक उदाहरण हो जसमा रमाइला जनावरको कथा समावेश गरेका छन्, दोस्रो भाग विनय पितक हो। यसमा भिक्षु र भिक्षुणीहरूको लागी नियम र कार्यप्रणालीहरू समावेश भएका छन्। अन्त्य अर्थात तेस्रो भागलाई अभि धम्म पितक भनिन्छ, यो गहकिलो र बुझ्न गाह्रो विषयलाई विप्लेण गरीएको र छुट्याएर संगठन गरी एउटामा समावेश गरी मिलाइ बनाइएको ग्रन्थ हो। अभि धम्म पितक दुई भन्दा पछि लेखिएको भएता पनि यसमा अन्तरगत कुनै पनि ति दुइ पितक प्रती प्रतिवाद वा विरोध छैन। पितकको शब्द प्राचिन भारतमा कामदारहरूले सामान ओसार पसार गर्दा टोकराबाट एक ठाँउबाट अर्को ठाँउमा लान प्रयोग भएको थियो। टोकरा उनीहरूले मिलेर अर्को मान्छेलाई पास गर्ने गर्दथ्यो, यसरी दोहोर्प्याएर फेरी जान्थ्यो र फेरी लिएर आउने गर्दथ्यो। बुद्धको पालामा पनि लेखे चलन थियो तर मान्छेको दिमागमा सम्झेर राख्नु भन्दा त्यो अनिश्चित थियो किताब वर्ष ऋतुमा गल्न सक्दथ्यो वा किताब कमिलाले खान सक्थ्यो तर मान्छेको दिमाग भने, नमरे सम्म रही रहने हुन्छ जसको परिणाम स्वरुप भिक्षु र भिक्षुणीहरूले बुद्धको शिक्षालाई दिमागमा सम्झेर राखी एकले अर्कोलाई सिकाइ दिन्थे। जस्तो कि टोकरामा रहेको माटो र इडा एकले अर्कोलाई दिनु जस्तै हो, यसै कारणले बुद्ध धर्मको ग्रन्थलाई टोकरा भनिएको हो। यसरी तिपितक १०० औं वर्ष सम्म टिक्यो र सन् १०० छात्रा मा श्रीलंका मा लेख्न शुरु भयो।

३) यदि तिपितक दिमागमा संझेर र धेरै वर्ष सम्म बचाएको भए त्यो अविश्वासनीय हुन्थ्यो धेरै जसो बुद्धको शिक्षा परिवर्तन भइ हराइ सक्थ्यो होइन र ?

उत्तर : ग्रन्थको बचावट भिक्षु र भिक्षुणीहरूको संगठनात्मक प्रयास हो। उनीहरू सधै भरी सबै एकै ठाँउमा बसेर सधै तिपितक पाठ गर्ने गर्दथ्ये। यसले गर्दा त्यसमा कुनै परिवर्तन वा थप्नु भनेको असंभव छ। यसरी विचार गर्नुहोला, जस्तो कि १०० जना मानिसलाई एउटा गित आउँछ तर संगै गाउँदा एक दुइ जनाले गाएर अर्को नयाँ शब्द थप्न खोज्दा कस्तो हुन्छ, त्यो गीत ? निश्चित संख्याले गाएको गितमा एक जनाले गल्ती गाए पनि त्यसलाई सच्चाइ दिन्छ। अर्को महत्त्वपूर्ण कुरा के छ भने, त्यो बेला कुनै टि.भि. थिएन, समाचार विज्ञापन थिएन, जसले गर्दा चित्तलाई खल्बलाई अर्को तिर आकर्षित गर्न सक्दैनथ्यो। जुन त्यो बेला भिक्षु भिक्षुणीहरू सामूहिक ध्यान पालना गर्दथे। जसको मतलब उनीहरूको संझन सक्ने शक्ति धेरै राम्रो थियो, अहिले पनि किताब प्रयोजनमा आइसकदा पनि

कोही भिक्षुहरू सबै तिपितक संझन सक्नेहरू छन्। भिक्षु मेनगोड सायदोले सबै तिपितक उहाँको दिमागमा राखेका छन्। उहाँले गिनिजबुकमा संसारको सबै भन्दा बढि सम्झन सक्ने व्यक्तिको रूपमा रेकर्ड राखेका थिए उहाँ बर्मेली नागरीक थिए।

४) तपाइले पाली भन्नु भयो त्यो के हो ?

उत्तर : पाली एउटा भाषाको नाम हो, जुन भाषामा बुद्ध धर्मको ग्रन्थहरू लेखियो। कसैले भन्न सकेका छैनन् कि बुद्धले के भाषा बोल्दथे, तर परम्परा अनुसार पाली भाषा भनेर विश्वास गरीन्छ, यदि उहाँले यो भाषा बोल्न हुन्न थियो भने संभवत अरु कुनै यो भाषा संग नजिकको भाषा बोल्नु हुन्थ्यो, तथ्य कुरा त यो हो कि उहाँ ठाँउमा घुम्नु भयो र धेरै ठाँउमा देशना पनि गर्नु भयो त्यसो हुँदा बुद्धले धेरै भाषा बोल्ने गर्नु हुन्थ्यो, जुन त्यसबेलाको उत्तर भारतमा पर्दथ्यो।

५) ति ग्रन्थहरू बुद्ध मार्गियहरूलाई कस्तिका महत्त्वपूर्ण छ ?

उत्तर : तिपितक कुनै देवता होइन, कुनै इश्वरले दिएको चमत्कार पनि होइन, त्यसैले बुद्ध मार्गियहरूले यसलाई विश्वास गर्ने पर्छ भन्ने पनि छैन। बरु यो एक महान व्यक्तिने शिकाएको ज्ञान हो जसले निश्चित रूपमा व्याख्या दिइ सक्लाह र साहस दिएका छन्। सहि बाटो देखाएका छन् र हामिले विचारपूर्ण अध्ययन र शौरव गर्नु पर्छ, हाम्रो उद्देश्य भनेको तिपितकको शिक्षालाई बुझ्नु हो, विश्वास गर्नु होइन। त्यसैले बुद्धले भन्नु भएको छ, हामी आफैले आफ्नो अनुभव द्वारा जाँच, बुझ्नु पर्छ, तिमिले भन्न सक्छौ कि बुद्ध मार्गियहरूको ग्रन्थहरू प्रतिको व्यवहार, भनेको एक बैज्ञानीकले खोजी गरी पत्ता लगाएको बस्तु, आफ्नो विज्ञान अखवारमा छपाउनु जस्तै हो, एक बैज्ञानिकले आफुले जाँच बुझ गरी अनुभव गरेको सबै सारंश प्रकाशित गरीदियो भने त्यसैगरी अरुबैज्ञानिकहरूले पनि त्यस अखवारलाई गौरवता का साथ पढ्ने गर्दछन् तर तिमिहरूले तुरुन्त विश्वास गर्दैनन्, जब सम्म तिमिहरूले मिल्दा परिणाम पाउदैनन्।

६) पहिले तपाइले धम्म पद भन्नु भयो, त्यो के हो ?

उत्तर : धम्म पद एक तिपितकको सबैभन्दा सानो पहिलो भाग हो, सत्यको वाटो वा सत्य कथन पनि भन्ने गरीन्छ। यसमा जम्मा ४२३ स्लोकहरू छन्। जसमा गम्भिर सार उपमाहर र केही सौन्दर्यको विषयहरू छन् जुन बुद्धले बताउनु भएको थियो। फल स्वरुप धम्म पद सबै भन्दा प्रचलितमा आएको बुद्ध साहित्य हो। यो धेरै भाषाहरू बाट अनुवाद भैसकेको छ। संसारको सर्वश्रेष्ठ धार्मिक साहित्यको रूपमा चिनारी भइ सकेको छ।

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

उत्तर : अहिले सम्म पनि केहि बुद्ध धर्म मान्ने देशहरूमा र मध्य युरोपमा जस्तै, किताबहरूको धेरै अभाव र मूल्यवान बस्तु समान छन्। त्यसैले ग्रन्थहरू धेरै गौरव साथ सजाउने गरीन्छ र पछि आएर तिमिले भने जस्तै यो चलन चल्ती भएर आएको हो। जुन सुकै भए पनि जब चलन र परम्पराले चलि आए पनि ठिकै छ, आज भोलीको मान्छेहरू त्यसमा भएको ज्ञान गुणको कुरालाई बुझेर अभ्यास गरी गौरव गर्नुमा नै सहमती छन्।

८) बुद्ध धर्मका ग्रन्थहरू पढ्न मलाइ धेरै नै गाच्रो छ, किनकी तिनीहरू धेरै लामो र दोहोऱ्याइ तेहन्याइ लेखीएका छन् त्यसैले पढ्दा अल्छी पनि लाग्छ ।

उत्तर : जब हामि धार्मिक ग्रन्थहरू पढ्दाउँछौ तब हामि चाहन्छौ, तारीफ, खुशि र प्रसंशा, जसले गर्दा हामिलाइ प्रेरणा दिन्छ । फल स्वरुप कोहीले बुद्ध धर्मको ग्रन्थ पढेर अलि निराशा हुन्छन् जब कि केहि बुद्ध बचनहरू रमाइला र सौन्दर्य छन् । धेरै जसो दर्शन र व्याख्या अनि होसीयार पुर्वक कारण सहितको बाद विवाद र पुर्णरुपमा व्यावहारीक सुभाब अथवा ध्यान र सत्य बचनहरू समावेश छन् । ति सबै मानसिक उत्तेजन भन्दा ज्ञानको कुरा बढी छ, जब हामि बुद्ध धर्मका ग्रन्थहरूलाई अरु धर्म संग तुलना नगरी हेर्छौ भने, तिमी आफैले देख्न सक्छौ, त्यसको आफ्नै प्रकारको सौन्दर्यता जसमा स्वच्छ सौन्दर्य गहिरो सौन्दर्यता र ज्ञान बुद्धीको सौन्दर्यता आदि छन् ।

९) मैले पढे यो ग्रन्थ सबैभन्दा पहिला ताल पत्रमा लेखीएको थियो, किन त्यसो गरीएको थियो ?

उत्तर : हो, किनभने त्यो समयमा भारत र श्रीलंका मा काजग पत्ता लागेको पनि थिएन, साधरण तथा केही चिठीहरू हिसाब किताब र अरुकार्यहरू जनावरको छालामा फलामको पातामा अथवा ताल पत्रमा लेखिन्थ्यो । बुद्धमार्गियहरू जनावरको छालामा लेख्न मन पराउँदैनथे । र फलामाके पातामा पनि लेख्दैनथे । किनभने धेरै महगो र बोक्न गाह्रो हुन्थ्यो, र अन्त्यमा ताल पत्रमा लेखियो । ताल पत्र तयार भैसके पछि एक आपसमा धागो ले बाड्दछन् र २ काठको विचमा राख्छन्, जसले गर्दा सजिलो र बलियो हुने गर्दथ्यो । जुनकी अहिलेको किताब जस्तै बन्छ, जब बुद्ध धर्म चिनमा पुग्यो ग्रन्थहरू रेशमी लुगामा वा कागजमा लेखियो, ५०० बर्ष पछि धेरै ग्रन्थहरू चाहिनेमात्रमा उपलब्धी गराउन छाएकाको पत्ता लाग्यो । संसारको सबैभन्दा पुरानो छापा बाट निकालीएको किताब चिन भाषामा भएको पाइन्छ, जुन बुद्ध बचन थियो, त्ये किताब सन् ८२८ मा प्रकाशित भएको थियो ।

इतिहास र विकास

१) हालमा बुद्ध धर्म धेरै मनिसले विभिन्न देशहरूमा मान्न थाले यो कसरी भयो ?

उत्तर : बुद्धको परिनिर्वाण भएको १५० बर्ष भित्र मै उत्तर भारतमा निकै प्रचार भएको थियो, त्यसपछि सन् २६२ चाचा मा सौर्य राजा अशोकले बुद्ध धर्म अपनाइ उनका सबै राज्यहरूमा प्रचार गरेका थिय, त्यसपछि धेरै मान्छेहरू यस धर्ममा आकशित भएका थिए । विशेष गरी हिन्दु धर्मको जात भातको विपक्षमा आएका थिए, सम्राट अशोकले संगायना गरेर आफ्नो छिमेकी देशहरूमा धर्म दुत भिक्षुहरूलाई धर्म प्रचारका लागी पठाएका थिए, जुन त्यसबेला युरोप सम्म पनि पुगेका थिए । यसको सबैभन्दा सफल भएको देश श्रीलंका हो । उहिले देखी अहिले सम्म पनि टापुमा बुद्ध धर्म बाँकि नै रत्यो । अरु धर्मदुत हरु दक्षिण र पश्चिम भारत अहिलेको कास्मिर र दक्षिण भागको बर्मा र थाइलेण्डको उपद्विप सम्म पुगे, एक शताब्दी पछि वा त्यसपछि अफगानिस्तान र भारतको उत्तरमा रहेको पहाडिय भु-भाग सम्म बुद्ध धर्म प्रचार भयो । भिक्षुहरू व्यापारीहरू संगै मध्य एसियामा धर्म प्रचारको लागी पुगे र अन्त्यमा चिन र त्यहाँ वाट कोरीया हुदै जापान पुगेका थिए ।

यो रोचकको विषय हो किनकी बुद्ध धर्म मात्र वैदेशिक विचारधारा संग मात्र मेल खान्छ जुन चिनमा पुगेको थियो, खासगरी श्रीलंकाका भिक्षुहरूको प्रयास द्वारा १२ औं शताब्दीमा बर्मा, थाइलेण्ड, लाओस र कम्बोडिया जस्तो देशहरूको मुख्य धर्म नै बुद्ध धर्म हुन योग्य भयो ।

२) कसरी र कहीले देखी तिब्बतीहरू बुद्ध मार्गि भए ?

उत्तर : आठौं शताब्दीमा तिब्बतका राजाले भारतबाट भिक्षुहरू र ग्रन्थहरू ल्याउन राजदुत पठाएका थिए, बुद्ध धर्म त ल्याइयो तर तिब्बतका पुरानो बोन धर्मका पुरोहित हरुले विरोध गरेको कारण बुद्ध धर्मले ठाँउ पाउन सकेन र अन्त्यमा ११ औं शताब्दीमा भारतबाट धेरै भिक्षुहरू र धर्म गुरुहरू तिब्बत आइपुगे र बुद्ध धर्मको उत्थान भयो । त्यसबेला देखी तिब्बत पनि बुद्ध धर्म मान्ने देश भयो ।

३) के त्यस भए बुद्ध धर्म धेरै प्रचार भयो ?

उत्तर : त्यतीमात्र होइन त्यहाँ केही अत्याचार घटनाहरू पनि छन् । जुन बुद्ध धर्म प्रचारको प्रतीरोध भए तर पनि प्रयास भए र सिपाहीहरूको विजेता भै भयो र बुद्ध धर्म सधैँ सरल जिवन जिउने पट्टित हो र कसैलाई विश्वास गर्नमा बाध्यता तुल्याउनु बुद्धमार्गियहरूको कुनै चासो छैन ।

४) धेरै देशहरूमा पुगेर बुद्ध धर्मले के प्रभाव पार्यो ?

उत्तर : जब धर्मदुत भइ गएका भिक्षुहरू विभिन्न देशहरूमा पुगे तिनीहरूले बुद्ध धर्मको ज्ञान मात्र लगेनन् उनिहरूले उचित संस्कृती पनि साथमा लगेका थिए । भिक्षुहरूले आफ्ना भएको जडि बुटीको ज्ञान पनि प्रचार गरेका थिए । तर न त श्रीलंका, तिब्बत, न त अरु कुनै मध्य एसियाली देशहरूमा भिक्षुहरूले प्रचार गरेको भनि लेखियो ? यो नै पछि पछि विभिन्न विचार, ज्ञान परिवर्तन गरी लेखियो । बुद्ध धर्म आउनुभन्दा पहिले तिब्बत र मंगोलीयनहरू जंगली जस्तै थिए, जब बुद्ध धर्म आए उनिहरू सरल र सभ्य जिवन विताउने भएका थिए । भारतमा बलिदिने प्रथा कम भएको कारण बुद्ध धर्म हो र केही समय सम्म जातिभेदभाव कम भयो र हालमा बुद्ध धर्म युरोप र अमेरीकामा प्रचार भयो अनि पश्चिमेलीहरूमा पनि नयाँ नयाँ शुरूवात हुदैछ र यसको प्रभावले मानिसहरूको विचारमा परिवर्तन ल्याउँदैछ ।

५) बुद्ध धर्म भारतमा कसरी पतन भयो ?

उत्तर : यसबारेमा कसैले पनि चिन्त बढ्ने गरी व्याख्या दिएका छैनन्, कोही इतिहासकारहरू भन्छन्, बुद्ध धर्ममा धेरै विकृती आएकोले जनताहरू यसको विपक्षमा हुन थाले, अरु भन्छन्, बुद्ध धर्मले हिन्दु धर्मको बिचारलाई मिश्रीत गरेकोले छुट्याउन नसकिने भयो अर्को बिचारमा भिक्षुहरू ठुलो ठुलो विहारमा सरुवा भएर गए, जहाँ राजाको सहयोग मिल्दथ्यो र पछि यो साधरण मान्छेलाई हस्तान्तरण गरीयो, यसरी जुनसुकै कारणहरू भए पनि ८/९ औं शताब्दीमा बुद्ध धर्म धेरै नै पतन भइ सकेको थियो, जब मुस्लीमहरूले आतंक र हमला गर्नु १३औं शताब्दीमा सम्पूर्ण रूपले बुद्ध धर्मको पतन भयो।

६) भारतमा अभैपनि केही बुद्ध धर्ममान्नेहरू छन् होइन र ?

उत्तर : हो, छन् र साँच्चै भन्ने हो भने २० औं शताब्दीमा आएर बल्ल बुद्ध धर्मको शुरुवात भयो, सन् १९५६ मा एक अक्षत जातले बुद्ध धर्म मान्न थाले किनभने उ र उनका जनताहरूले हिन्दु धर्मको जात र भात प्रथाको कारणले धेरै दुःख भोगेका थिए। त्यसबेला देखी ८० लाख मानिसहरू बुद्ध धर्मको शरणमा आएका थिए र यसको संख्या अभै बढ्दै छ।

७) बुद्ध धर्म पश्चिमी देशमा कहिले आयो ?

उत्तर : संभवत सबैभन्दा पहिला सन् ३ द्वात्रिंश मा राजा अलेक्जेण्डरको लाडाइ पछि ग्रीकबाट वसाई सरेर आएकाहरू बुद्ध मार्ग बने, एउटा निकै पुरानो किताब मिलिन्द प्रश्न जुन भिक्षु नागसेन र इन्दी ग्रीक राजा मिलिन्दको छलफल हो तर हालमा १९ औं शताब्दीमा धेरै बुद्धीजीवीहरूले बुद्ध धर्मका ग्रन्थहरू भाषा अनुवादको साथै विभिन्न लेख लेखेर प्रसंशा र गौरव साथ प्रचार गर्न थाले। सन् १९००मा केही पश्चिमीहरू आफुलाई बुद्धमार्गिय भन्न थाले भने कोही १,२ जना भिक्षु समेत बने र सन् १९६० देखी पश्चिमी बुद्धमार्गी बन्न थाले र अहिले कमै भए पनि धेरै पश्चिमी देशहरूमा उल्लेखनीय संख्यामा बुद्ध मार्गियहरू छन्।

८) विभिन्न प्रकारको बुद्ध धर्मबारे केही बताउनुहोस् ?

उत्तर : बुद्ध धर्म उच्चको मंगोलीया देखी माग्दिभस सम्म, बाखा देखी वाली सम्म भने जस्तै भिन्दा भिन्दै संस्कृतीका व्यक्तिहरूलाई नै सोध्नु बेस होला। यसरी धेरै शताब्दी सम्म स्थापित भएर मानिसको समाजमा रह्यो र विकाश हुदै आयो। यसको परिणाम जब वास्तविक धर्मको उत्थान भयो, त्यसरी नै बाहिरी बस्तुको परिवर्तन हुनु स्वभाविक थियो आज भोली तिन प्रकारका बुद्ध धर्महरू छन् - थेरवाद, माहायान, र वज्रयान हुन।

९) थेरवाद के हो ?

उत्तर : थेरवादको अर्थ हो अटुट रुपमा बुद्धको पाला देखी चलीआएको, जेष्ठ धर्म हो। र यसको सबै भन्दा पुरानो ग्रन्थ पाली हो जसमा सम्पूर्ण बुद्ध वचनहरू समावेश भएका छन्। थेरवाद धेरै रुढिवादि छन्। कुनै पनि धर्म विनय परिवर्तन गर्न नचाहने र धर्म र विनयलाई नै मुख्य मान्छन्, जुन सानो तिनो देखी लिएर कडा विनय सम्म समावेश भएका छन्। आज भोली थेरवाद मान्ने देशहरू जस्तै श्रीलंका, बर्मा, थाइल्याण्ड, लाओस, कम्बोडिया र अरु एसियाको दक्षिणपूर्वका देश हरु हुन्।

१०) माहायान के हो ?

उत्तर : पहिलो शताब्दी ज द्वात्रिंशतिर बुद्ध धर्म अझ बढि गहिरो रुपमा पत्ता लगाएको अनुमान गरिन्छ, समाजको परिवर्तन अनुसार नयाँ ढंगले बुद्ध धर्मको प्रचार गर्नु आवश्यक थियो यसरी विभिन्न विद्यालयहरूमा विकाशको संगसंगै यो धर्म पनि अघि बढ्यो र भन्न थाले माहायान धर्म, जसको अर्थ हो महान वातो। किन भने उनिहरूले भन्न थाले यो सबैको लागि उचित छ, भिक्षु र भिक्षुणीहरूको लागि मात्र होईन यसरी यो भारतको मुख्य धर्म हुन गयो र अहिले चिन ताइवान, कोरीया, भियतनाम र जापानमा मान्ने गरेका छन्, थेरवादीहरूले भन्न थाले की माहायान धर्मले बुद्धको शिक्षालाई बड्गायो, त्यसोभए पनि माहायान भन्ने गर्दछन् केही आवश्यक भएमा परिवर्तन गर्न मिल्ने यो बुद्धले स्थिकारेको तथ्य हो, उनिहरूको अर्थमा भन्दा वज्राठको रुखलाई विग्राने वज्राठको फल भने भई बुद्ध धर्मलाई विग्राने उनिहरूको भावार्थ होइन।

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

उत्तर : जब माहायानको विकाश भयो तिनिहरू पहिलेको बुद्ध धर्मबाट छुट्टिन चाहन्थे, त्यसैले उनिहरू आफैले आफैलाई माहायान भन्न थाले जसको अर्थ माहान वातो र पहिलेको बुद्ध धर्मलाई हिनयान भनि नामाकरण गरीयो। जसको अर्थ हो तुच्छ वातो। त्यसैले हिनयान भनेको माहायान हरुले दिएका एक निकाय हो।

१२) वज्रयान भनेको के हो ?

उत्तर : जब भारतमा हिन्दु धर्मको पुनरुत्थान हुदैगयो सन् ६ देखी ७ औं शताब्दी तिर वज्रयानको विकाश सुरु भयो। वज्रयान हिन्दुधर्मले विचारधारामा प्रभावित भएको थियो। विशेषगरी देवी देवतालाई पुजा गर्ने र रिती रिवाज यसको स्पष्ट जबाफ हो। ११ औं शताब्दी तिर वज्रयानको स्थापना उचित रूपले तिब्बतमा भयो जहाँ धेरै विकशित परिवर्तन ल्यायो। वज्रयानको अर्थहो हिराको वातो र यसलाई टुक्रा गर्न नसकिने भन्ने नै उनीहरूको तर्क हो। परम्परागत बुद्ध ग्रन्थहरूलाई भन्दा धेरै जसो अर्को वज्रयानो तन्त्रमा बढि भर पर्दछ। त्यसैले यिनलाई तन्त्रयान पनि भनिन्छ। वज्रयानले आजकल मंगोलीया, तिब्बत, नेपाल, भुटान र भारतमा बसेका तिब्बतीहरूले मान्दछन्।

१३) यो सुन्दा धेरै नै गोलामाल देखिन्छ, यदि मैले बुद्ध धर्म भन्दा कसलाई मान्दा उचित हुन्छ ?

उत्तर: सायद हामिले एउटा खोला संग तुलना गर्न सकौं यदि तिमी खोलाको छेउ छेउबाट खोलाको मुहान सम्म पुग्यौ भने संभवत खोलाको मुहान फरक फरक देखिन्छ, तर यदि तिमीले खोलाको मुहानबाट छेउ छेउ हुदै आएमा पहाडहरू, उपत्यकाहरू, फरनाहरू र अरु स-साना खोलाहरू पनि त्यसमा मिलेर बगेको देखेर अन्त्यमा खोलाको मुहानमा आइपुग्छ अनि तिमिले बुझ्ने छौ कि किन तिनोहरू मुहानदेखी फरक छन्, यदि तिमी बुद्ध धर्म अध्ययन गर्न चाहन्छौ भने पहिले देखी शुरु गर जस्तै आर्य सत्य, आर्य अष्टाङ्गीक मार्ग बुद्ध जिवनी आदी त्यसपछी अध्ययन गर, कसरी र किन बुद्ध धर्म र विचारहरू विकाश भए अनि त्यसमा ध्यान दिएर जाऊ तिमिले धेरै कारण देख्नेछौ। त्यसपछि तिमिलाई खोला, खोलाको मुहानको अधिनमा छ भनि भन्नु असंभव हुन्छ अथवा खोलाको मुहानले विगारीदियो भन्दा पनि असंभव हुन्छ।

पेज नं. ८

१) यदि ज्ञान प्राप्त गरीसके पछि बुद्ध भनिन्छ भने , त्यस भन्दा पहिले उनको नाम के थियो ?
उत्तर : बुद्धको पारिवारिक नाम गौतम थियो । जसको मतलब उत्तम गाई भनिन्छ त्यो बेला लक्ष्मि भनी सम्मान गरीन्थ्यो उनलाई दिएको नाम सिद्धार्थ जसको मतलब पुरा अर्थ भएको जनाउँछ । अथवा एक प्रकारको नाम जसले आफ्नो छोरा लाई राज्य सुम्पिदिने इच्छा गर्दछ ।

पेज नं.१२

२) तपाइ निश्चय नै बुद्ध धर्मलाई उच्च ठान्नु हुन्छ । के तपाइ बुद्ध धर्म मात्रै सत्य धर्म र बाँकि अरु धर्मलाई गलत मान्नु हुन्छ ?

उत्तर : होइन, गलत, बुद्धमार्गिय जसले बुद्धको शिक्षालाई राम्ररी बुझ्नुको हुन्छ । उसले अरु धर्मलाई गलत ठान्दैन । जो कोहीले पनि जाँच गरेर हृदय खोलेर अरु धर्म प्रति यस्तो सोच्दैन, अरु धर्मको अध्ययन गर्दा एउटै कुरामा ध्यान दिउं कि ति कसिको सामान्य छ, सबै धर्महरूले स्विकार गर्छ कि मानव जातिको अवस्था असन्तोष जनक छ । सबैलाई विश्वास छ कि यदि मानव जातिको अवस्था बिकाश भएको खण्डमा बानि व्यावहार परिवर्तन गर्नु पनि अति आवश्यक छ । सबै धर्मले नैतिक शिक्षा सिकाउँछ, जसमा माया, ममता, सहनशिलता त्याग र समाज प्रति जिम्मेवारी र सबै धर्मले तथ्यतालाई स्विकार गर्दछ । तिनिहरूले मात्र भिन्न भिन्न भाषा, नाम र चिन्हको विस्तृत व्याख्या गर्दछ । जब आशक्ति मानिसले सानो चित्तले ति बस्तुलाई विशेष रूपमा देख्छ, तब असहनशिलता घमण्डी र आफु मात्रै ठिक भन्ने थाल्दछ । कल्पना गरौं एक अंग्रजी, एक फ्रेन्च, एक चिना, एक इण्डोनेशियन सबैले कचौरालाई हेर्छन् र अंग्रेजले भन्छ, यो कप हो । फ्रेन्चले भन्छ होइन यो टेस्से हो त्यस पछि चिनाले भन्छ तपाइहरू दुवै गलत यो पे हो, अन्त्यमा इण्डोनेशियन मान्छे हाँसेछ र भनेछ कति मुख तिमिहरू यो त कवान हो । त्यस पछि अंग्रेजले डिस्नरी - शब्दकोष) लेराएर देखाएछ, मेरो प्रमाण छ कि त्यो कप हो । त्यसो भए तिम्रो शब्दकोष गलत छ फ्रेन्चले भनेछ, किनभने मेरो शब्दकोषमा सफा सँग लेखिएको छ यो टेस्से हो । चिनाले खिस्सी उढाएर भन्छ मेरो शब्दकोषमा पे भनि लेखिएको छ र मेरो शब्दकोष तिमिहरूको भन्दा हजारौं वर्ष पुरानो हो । त्यसैले यो मेरो नै ठिक हो धेरै मनिसहरू अरु भाषा भन्दा चिनीया भाषा बोल्दछन् त्यसैले यो पे नै हुनु पर्दछ । जब तिनिहरू भ्रगडा र विवाद गर्न थाले अर्को एक जना मान्छे आएर कचौरा मा पानि राखेर पिएछ र भनेछ, तिमिहरू यसलाई कप, पे, टेस्से अथवा कवान भन्छौं तर यसको उद्देश्य पानी राखेर पिउनु हो । भ्रगडा बन्द गर र पानी पिउ, विवाद बन्द गर र प्यासलाई मेटाऊ, हो अरु धर्महरू प्रति यिनै हुन बुद्धमार्गीयहरूको असल व्यावहार ।

पेज नं. १३

३) कोही मानिसहरू भन्छन् सबै धर्महरू समान छन् । के तपाइ यसमा सहमती हुनु हुन्छ ?

उत्तर : सबै धर्महरू धेरै जटिल छन्, एउटै शब्दमा त्यसो भन्दा असमान देखिन्छन्, बुद्ध मार्गिहरूको अनुसार दुवै गलत र सत्य छन् । बुद्ध धर्ममा इश्वर छैन भने इसाई धर्ममा छन् । जसको मन शुद्ध हुन्छ बुद्ध धर्ममा जो कोहिले पनि ज्ञान लाभ गर्न सक्छन्, जब इसाई धर्ममा मुक्ति संभव छ जसले इश्वर प्रति विश्वास राख्छ, मेरो विचारमा यि अर्थ पूर्णरूपमा भिन्ना भिन्नै छन् । जेहोस् इसाई धर्ममा अति राम्रो प्रसंग यस प्रकारका छन्, यदि मैले मान्छे र देवताको भाषा बोल्छु तर प्रेम छैन भने मेरो बोली घण्टी बजेको वा घण्टीको तरंग जस्तै हुन्छ । यदि मैले भविष्यलाई जाने र बुझ्ने र थाहा पाए भने यदि मेरो विश्वासले पहाड नै हल्लाउँछ भने तर म मा प्रेम छैन भने म कोही पनि होइन । यदि मैले मेरो अधिकार गरिबलाई दिए भने र मेरो शरिर आत्मा समर्पण गरी आगोमा होमीए पनि तर म मा प्रेम छैन

भने मैले केही पाइन, प्रेम सहनशिलता हो, प्रेम दयालुपन हो यसमा कुनै शंका छैन, यसमा कुनै घमण्डपन छैन र यसमा कुनै अहमता छैन । प्रेम प्रेम असमान छैन यो आफुमा खोजी गर्ने चिज हो त्यो व्याक्ति रिसाहा छैन यसमा कुनै गल्ती भरीएको छैन, प्रेम पापमा रमाउंदैन तर खुशामा रमाउने गर्दछ । यसले सधैं रक्षा विश्वास गर्छ र सधैं दृढता पुर्वक लागी रहन्छ । यो विन्कल ठिक छ जुन कुरा बुद्ध धर्मले पनि सिकाउँदछ । प्रतिहार्य शक्ति भविष्यवाणिमा निपुणता, विश्वास वा स्वेच्छाचारी हुनु भन्दा हाम्रो हृदयको अति उत्तम सद गुण नै महत्व हुन्छ । त्यसैले जब इश्वर बादि धारणा र कात्पनीक बुद्ध धर्म र इसाई धर्म निश्चय नै फरक रहेकोछ । तर जब सद्गुण नैतिक र व्यावहारको कुरा आउँछ, ति सबै उस्ता उस्तै देखिन्छन् । त्यसबेला भने अरु धर्महरूलाई र बौद्ध धर्मलाई भने समान भन्न सकिन्छ ।

पेज नं. १५

४) मैले कहिले काँहि सुन्छु कि बुद्धको शिक्षालाई मज्झिम मार्ग पनि भनिन्छ, त्यसको मतलब के हुन सक्छ ?

उत्तर : बुद्धले दिनुभएको आर्य अष्टांगिक मार्ग त्यसको अर्को नाम हो, मज्झिम प्रतिपदा त्यसको अर्थ हो मज्झिम मार्ग यो धेरै महत्वपूर्ण छ किनभने त्यसले हामिलाई सिकाउँछ कि त्यसबाटोमा मात्र लागेर पुग्दैन, तर हामिले विशेष ध्यानराखी प्रयास गर्नुपर्छ । मानिसहरू धर्म प्रति अति कठिनताले प्रयास गर्छ र अन्त्यमा यिनीहरू कट्टर भएर आउँछन् । बुद्ध धर्ममा प्रयास गर्दा चाहिने जती गर्नु पर्छ । जसले गर्दा उग्र बादि र असंयमी हुनुबाट बँचाउँछ । प्राचिन रोमनहरूले पनि भन्ने गर्दथे सबै बस्तुमा सन्तुष्ट हुनु, यसमा बुद्धमार्गीहरू सहमती छन् ।

पेज १५

५) मैले पढेँ कि बुद्ध धर्ममात्र एक प्रकारको हिन्दु धर्म हो के यो साँचो हो ?

उत्तर : होइन यो गलत हो, बुद्ध धर्म र हिन्दु धर्ममा धेरै नैतिक विचार धारणहरू बाँडेका छन् दुवैमा उस्तै शब्दहरू प्रयोग भएका छन् जस्तै कर्म, समाधि, र निवाण ति शब्दहरू भारतमा उत्पत्ति भएका हुन्, यसले गर्दा केही मानिसमा विचार आउन सक्छन् कि त्यो एउटै हो या धेरै समान छ । तर जब हामिले समानतालाई दाँजेर हेर्छौं भने हामिले ति धर्महरूको विचमा निकै भिन्नता देख्छौं । उदाहरणको लागी हिन्दु धर्ममा इश्वरमा विश्वास राख्छ भने, बुद्ध धर्मले इश्वरमा विश्वास राख्दैन । हिन्दु धर्मको केन्द्रीय समाजीक दर्शन शिक्षा भनेको नै जातीय भेदभाव हो, जुन बुद्ध धर्मले अश्विकार गर्ने गर्दछ । हिन्दु धर्ममा शुद्धिकरणको अति आवश्यक छ तर बुद्ध धर्ममा त्यसको लागी कुनै ठाँउ छैन । बुद्ध धर्म ग्रन्थहरूमा बुद्धले ब्राह्मण वा हिन्दु पुजारी र गलत विचार प्रति विपक्षमा समालोचना गरेको पाईन्छ, यदि हिन्दु धर्म र बुद्ध धर्म समान भएका यो बास्तवमा हुनु नहुनु पर्ने हो ।

पेज १६

६) के बुद्धले कर्मको विषयमा हिन्दुको विचारलाई नक्कल होइन र ?

उत्तर : हिन्दु धर्मले कर्मको र अवतारको विषयमा सिकाउँछ । त्यसो भए पनि ति दुई विषय सम्बन्धी बुद्ध धर्म सँग मेल खाँदैन, उदाहरणको लागी हिन्दु धर्मले भन्छ, हामिहरू कर्ममा मात्रै सिमित छौं तर बुद्ध धर्मले भन्छ कर्म परिवर्तनशिल छ । हिन्दुधर्म अनुसार मान्छे मरे पछि आत्मा अर्को जन्ममा सर्छ, तर बुद्ध धर्ममा अनात्मालाई विश्वास गरिन्छ । बुद्ध धर्ममा जब निरन्तर भावले मानसिकता परिवर्तन भई रहन्छ त्यो नै नयाँ जन्म हो यि हुन बुद्ध र हिन्दुधर्मका केहि भिन्नताहरू, त्यसोभए पनि यदि हिन्दु र

बुद्ध धर्म समान भएको भए बुद्धले विचार नै नगरीकन त्यसको नक्कल गर्नु कुनै आवश्यक पर्दैन थियो होला । एक पटक कुनै दुइ व्याक्तिले स्वतन्त्र रूपले खोजी गर्दा दुबैले एकै किसिमको पत्तो लगाए, त्यसको ठिक उचित उदाहरणको लागी , एउटा क्रान्तिकारी खोजीलाई लिउं, सन् १८५८ मा त्जभ इचफ्नल या कउभअभक किताब छापु भन्दा पहिले चार्ल्स डार्विनले अर्को व्याक्तिको अल्फ्रेड रुसेल्फड वालेस पत्ता लगाए जुन विकास क्रमको एउटा क्रान्तिकारी परिवर्तन जस्तै थियो । डार्विन र वालेस दुबैले कसैको नक्कल गरेका थिएनन् तर दुबैको अध्ययनको निश्कर्ष एउटै थियो । त्यसैले यदि हिन्दु र बुद्ध धर्ममा कर्म र नयाँ जन्मको धारणा समान भए एक आपसमा नक्कल गर्नु पर्दैन थियो, विपत्सना ध्यान द्वारा सत्यतालाई देख्दछ । हिन्दु ऋषिहरुको कर्म र नयाँ जन्मको विषयमा अस्पष्ट धारणा थियो जुन कुरा पछि बुद्धले स्पष्ट र अभ्र वढि ठिक तरीकाले बुझाउनु भएको थियो ।

पेज नं. ३१

७) के चुरोट खानाले पञ्चशिलको पाँचौ शिल विग्रन्छ ?

उत्तर : चुरोट खानाले अवश्य पनि स्वस्थको लागी हानीकारक छ तर त्यसको मानसिक असर भने धेरै कम छ चुरोट खान सकिन्छ तर हौसियार भएर आफुले आफुलाई बसमा राख्न सक्नुपर्छ । त्यसैले चुरोट खानु अनुचित भएपनि पञ्चशिलको पाँचौशिललाई विग्रदैन ।

पेज नं. ३४

८) नयाँ जन्म पछि पहिलेको आत्म वा म अर्को नयाँ शरीरमा सछ्छ के यो सत्य हो ?

उत्तर : बुद्ध धर्म अनुसार यो असत्य हो, बास्तवमा बुद्धको शिक्षा अनुसार आत्मामा विश्वास राख्नु नै भ्रममा पर्नु हो । जुन घमण्डको कारणले आत्म वा म भन्ने हुन्छ र भन वढ्दै जान्छ, जब हामिले आत्मा छैन भनेर देख्छौं , तब स्वाधीभाव , अहमभाव र म, मेरो भन्ने कुरा बिलाएर जान्छ । एक व्याक्ति ठोस पदार्थ होइन तर बगीरहेको खोला समान हो ।

पेज ३५

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

उत्तर : त्यो ९५ वर्ष पुराने फुटबल टिम जस्तै हो त्यस अबाधिमा सयौं जना खेलाडीहरु कोहि ५ वर्ष र १० वर्ष सम्म खेले कति निस्के र नयाँ खेलाडिहरु आए त्यसो भएपनि कुनै नयाँ खेलाडी बाँकी रहन वा जिउवो रहेनन् तर पनि त्यो फुटबल टिम भने अभ्र पनि बाँकि नै छ । परिवर्तनको बावजुत पनि त्यसको व्याक्तिव अभ्रै बाँकि रहेको छ । खेलाडिहरुले कडा मेहनत गरेका थिए तर कसले गर्दा तिनको व्याक्तिव बाँकि रह्यो । तिनको नाम पहिले प्रगतीको स्मरण , खेलाडिहरुको अनुभव र दर्शकहरुको समर्थन आदि बाँकि रह्यो र व्याक्तिहरु पनि उस्तै समान छन् । हाम्र शरिर र मन सधैं परिवर्तन भइ रहन्छ यो तथ्य भएता पनि भन्न सकिन्छ कि , मान्छेको नयाँ जन्म जो मरे पछि हुने गर्दछ । म भने परिवर्तन भएर एक व्याक्तिबाट अर्कोमा सनें होइन कि व्याक्तिको निरन्तर बदलीरहने स्मरण,स्वभाव, मानसिकता र मनोविज्ञान, ईच्छाको कारणले परिवर्तन हुन्छ ।

१०) यदि हामी पहिले पनि जन्मेका थियौं भने किन हामिलाई पुर्व जन्मको याद भएन त ?

उत्तर : कोही मानिसहरु पुर्व जन्मको याद गर्न सक्छन् । धेरै जसो बच्चा बेलामा तर धेरै जसो मानिसले याद गर्न सक्दैन, किनकी त्यसमा धेरै कारणहरु हुन सक्छन्, सायद ९ महिना सम्म गर्भमा

बसेर जन्म हुँदा सबै स्मरण शक्ति मेटिसकेको हुन्छ अथवा प्रायः जसो स्मरण शक्ति मेटिसकेको छ । सायद नयाँ नयाँ चेतनाले धक्का दिएर जन्म हुनु ९ महिना गर्भमा बस्दा धेरै जसो चेतना मेटिसकेको हुन्छ । पहिलेका स्मरण शक्तिहरु हराईसकेको हुन्छ ।

पेज नं. ३५ र ३६

११) के हाथो सधैं मान्छे नै भएर जन्म हुन्छ ?

उत्तर : होइन , हामि जन्म हुने ठाँउ धेरै छ , कोही मानिसहरु स्वर्ग भने कोही नर्क, र कोही प्रेत आदि भएर जन्म हुन्छ । स्वर्ग भन्नाले कुनै ठाँउ होइन जहाँ मानसिक र भौतिक रूपमा सुखको अनुभव हुन्छ , ती सबै परिवर्तनशिलहरु नै अनित्य स्वर्ग हो । जहाँ जिवन र मृत्यु हुन्छ, र नयाँ जन्म मान्छे भएर जन्म हुन्छ नर्क पनि उस्तै हो जुन ठाँउ नै होइन तर जहाँ मानसिक र भौतिक रूपमा दुःख र पिडा भोग्नु पर्ने हुन्छ । प्रेत भएर जन्म लिनु पर्ने ठाँउ जहाँ भौतिक शरीर हुन्छ र मानसिक रूपमा दुःख र असन्तुष्टी भोगी रहनु पर्ने हुन्छ त्यसैले स्वर्गवासीलाई मात्र सुखको अनुभव हुन्छ भने नर्क बासिलाई दुःख पिडा भोग्नु पर्ने हुन्छ र मनुष्य जिवनमा दुबै मिसिएर आएको हुन्छ । त्यसैले मनुष्य लोक र अरु लोकको भिन्नता भनेको भौतिक र सद्गुणको अनुभव गर्नु हो ।

पेज नं. ३६

१२) तपाईंले नर्क बासीको कुरा भन्नु भयो, त्यसोभए के बुद्धमार्गियहरुले नर्कको विश्वास गछ्न त ?

उत्तर : यदि तपाइको मतलब नर्क कुनै ठाँउ भए जहाँ रीसालु इश्वरले सबै भक्त जनहरुलाई फ्याकिदिन्छन् जसले उसलाई मान्दैन र सदाको लागी सजाय दिन्छन् भने त्यो नर्क होइन । बुद्ध धर्म अनुसार यस्ता विचारधारा लाई आक्रेशित र बदलाको परिणाम मान्न सकिन्छ । बुद्ध धर्म अनुसार निरय, अपाय, नर्क हो । त्यसको अर्थ नास र नोबसान हो । रिस वा स्वर्थ मान्छेको मानसिकतामा उत्पन्न हुने गर्दछ त्यसैले यस्तो अनुभव सजिलै सित नकरात्मक भएर आउँछ । बुद्ध भन्नुहुन्छ : मुखहरु भन्छन नर्क समुद्र मुनी छ , तर म भन्छु नर्क दुःखको अर्को एउटा नाम हो । एउटा उदाहरण डराएको मान्छेले भय षडयन्त्र, विश्वासघात चारैतिर देख्ने गर्दछ तर त्यो कहिँ पनि छैन शंका गर्नु, डराउनु, र दुःखित हुनु त्यो उसको मनको मनशाय मात्र हो । कसैले उसलाई तुलना वा नकरात्मक दोषारोपण गरेको छैन त्यो त यसले आफैले उज्जाएको एउटा भ्रम मात्र हो । त्यो भन्दा पनि त्यस्ता मनिसहरु सधैंभरी नकरात्मक मानसिकता आफैले नै उत्पति गराउँदछन् । त्यसैले बुद्ध धर्म अनुसार नर्क सदा रहने ठाँउ अमता(अमर) होइन हामि त्यसलाई सधैं परिवर्तन गर्न सक्छौं ।

पेज ३८

१२) के त्यो संभव छ, यस जन्ममा चिनिएको व्यक्तिलाई अर्को जन्ममा पनि भेट्न सकिन्छ ?

उत्तर : संभव छ , एक समयमा बुढा बुढी , श्रीमान श्रीमती जो विवाह गरी बसेको धेरै भइसक्यो, तिनीहरु एक आपसमा धेरै माया गर्दथे, कसैले एक दिन बुढालाई सोधेछ, के तिमिहरु यस जन्ममा जस्तो भइ बसेका छौं के तिमिहरु अर्को जन्ममा पनि यस्तै भइ बस्न चाहन्छौं । बुढले भन्नुभयो यदि तिनीहरुको वैवाहिक बलियो र उस्तै विश्वास सद्गुण त्याग भावना र आपसमा राम्रो समझदारी छ भने त्यो हुन सक्दछ । कुनै दुई भेट हुन्छन् र तुरुन्तै वैवाहिक सम्बन्ध गाँसेर गहिरो सम्बन्ध बनाउछन् त्यस्ता लाइ बुद्ध धर्म अनुसार उनीहरुको पुर्व जन्म सँग सम्बन्धीत भएको अनुमान गर्न सकिन्छ यो पनि एक नयाँ जन्मको एक सकरात्मक पक्ष हो । त्यसैले दुई व्याक्तिको बन्धन मृत्यु पछि पनि रहन्छ ।

पेज ५१

१३) अगि तपाईले भन्नु भएको करुणा र प्रेम को अर्थ मिल्दाजुल्दा हुन कि अथवा फरक छन् ?

उत्तर : सायद ति दुइ एक अर्काका संग सम्बन्धीत छन् भन्दा राम्रो हुन्छ । अंग्रेजीमा प्रेम भन्ने शब्द लाइ विभिन्न तरिकाले व्याख्या गर्ने गरिन्छ , जस्तै लोग्ने र स्वास्नीको प्रेम, आमा बुवा र छोरा छोरी बिचको प्रेम, साथिहरु प्रतिको प्रेम , छिमेकीहरु प्रतिको प्रेम आदि, ति अनुभवले प्रष्ट के देखाउँछ भने तिनहरु एक आपसमा फरक छन् तर सबैकुरा एकै शब्दमा प्रेमको नाम दिन सकिन्छ । ति कुरा के के हुन भने जब हामि कसैलाई प्रेम गर्छौं भने उ प्रति नजीक हुने ईच्छा जागेर आउने गर्दछ । कुनै बेला कसैले हामिलाई हेरान गरे पनि दुःख दिए पनि र उसले नराम्रो भावना राखे पनि हामि उ प्रति सकारात्मक हुनु पनि हामिले उ प्रति गरेको एउटा प्रेम नै हो किनकी हामिले उनको समाजीक सेवालार्ई ध्यान दिएका हुन्छौं । प्रेम भनेको एक अर्का बिचको गहिरो सम्बन्ध, दयालु र अरु प्रति चिन्तन गर्नु पनि हो । कहिले काँही हामिलाई पनि यस्तै प्रकारको अनुभव अरु प्रति जागेर आउने गर्दछ । बुद्धको अनुसार हामिले पनि यसरी नै सबै प्राणीहरु प्रति प्रेम र सद्भाव राख्नु पर्दछ । बुद्ध भन्नुहुन्छ, “ जसरी आमाले आफ्नो प्राणको वास्ता नगरी एक्लो छोराको रक्षा गर्छिन त्यसरी नै एकले अर्कालाई समस्त प्राणि हरु प्रति असिम प्रेम राख्नुपर्छ” बुद्ध धर्ममा असिम प्रेमलाई मेत्ता भनिन्छ जव हामि कसैको दुःख पिडाको सामना गर्छौं तब प्रेमको सम्बन्ध स्पष्ट भएर जागेर करुण बन्ती आउने गर्दछ । त्यसैले करुणा भनेको अरुको दुःखलाई देखेर मनमा प्रेम जाग्न हो ।

पेज ५२

१४) मेरो विचारमा तपाइ दयालु र भलादमी भए सबै मनिसहरु तपाइको पछि लाग्छन् होइन र ?

उत्तर: ठिक हो र यो संभव पनि छ तर तिमि स्वर्धी र घृणित भए पनि यो हुन्छ किनभने त्यहाँ सधै भरी तिमि भन्दा घृणित व्यक्तिहरु हुन सक्छन् त्यसको कुनै ग्यारेन्टी भने छैन । जे भए पनि जबकोही मानिसबाट तिम्रो राम्रो फल पायो भने तिमिलाई सम्भन्धन् र सत्कार गर्ने गर्दछ । तिम्रो सधै भरी धेरै साथिहरु पनि हुन्छन् र असहयोगी भन्दा सहयोगी मित्रहरु बढी हुन्छन् । अनि तिमि किन आफुले आफुलाई मन पराउछौं जबकि धेरै मान्छेहरुलाई तिमि मन पराउँदैनौ ।

समाप्त