

मानवीय जीवन पद्धति र बुद्धदर्शन

डा. जगतप्रसाद पराजुली*

सारसंक्षेप

पृथ्वीमा मानवरूपी शरीर लिएर जन्मिनु आफैमा एउटा महत्त्वपूर्ण घटना हो । यसलाई युगान्तकारी परिघटनाको रूपमा पनि स्वीकार्न सकिन्छ । यस संसारमा अबतरित भएर जीवनलाई सार्थक बनाउने किसिमका सबैखाले नैतिक, चारित्रिक, आध्यात्मिक लगायतका समसामयिक पक्षहरूलाई सवल र उपलब्धिमूलक बनाउन गरिएका वैध कृयाकलापहरू, खेलिएका भूमिका, पुऱ्याएको योगदान आदिले मानवीय जीवन पद्धतिलाई प्रभावकारी तुल्याइरहेको हुन्छ । हरेक दिन, प्रत्येक प्रहर मानिसको जीवनसँग सुख, दुःख, लाभ, हानी, निन्दा, प्रशंसा, यश र अपयश गरी ८ वटा लोकधर्म सानिध्य र अन्योन्यासित भएर निरन्तर दोहोरिरहन्छन् । बुद्धद्वारा प्रदत्त उत्तम मंगल देशनाद्वारा तिनीहरूको परिपालन गर्न ३८ वटा मंगल धर्मको मार्ग वा उपाय अवलम्बन गर्न सुझाइएको छ । जन्मदेखि मृत्युसम्म नै सुखान्तक र दुःखान्तक परिवेशले छायाँ बनेर लगातार पच्छ्याइरहेको हुन्छ । यस्तो स्थितिलाई संयमित, अनुशासित, मर्यादित तथा अविचलित भएर सुल्झाउन सद्कार्य गरिनु आवश्यक हुन्छ । यसका लागि पनि भगवान् बुद्धले दशपारमिताको उपाय र समरूपी मध्यस्थ बिन्दुको माध्यमबाट पार पाउन सकिने उपदेश दिनुभएको छ । शोक, दुःख र विपत्तिको शिकार हुन नदिनु यो आफैमा सर्वोत्कृष्ट मार्ग हो ।

मानिसको जीवन सधैं सरसपूर्ण, सहजपूर्ण, सरलतम, फराकिलो र निस्फिक्री ढंगले मात्र अगाडि बढ्दैन, सरल रेखाबाट मात्र परिचालित हुँदैन । अनेकौँ विघ्नवाधा, हन्डर, भुक्तमान र विश्मयका जंघारहरू पनि तर्नुपर्छ, सहन गर्नुपर्छ । यसका लागि सन्तुलित, सुरक्षित, शितल र निर्भयताका साथ उभिनु अनिवार्य हुन्छ । यसर्थ जीवनलाई समभाव, समदृष्टि र समव्यवहारबाट सुसज्जित गराउनु अपरिहार्य छ । शान्ति, अमनचयन, सुख, समृद्धि आदि बाह्य सतहमा हुँदैन । त्यसैगरी विश्मयादी परिदृश्य पनि बाहिरको क्षितिजमा निहित रहँदैन । ती सबै क्षणहरू आफूभित्र नै अन्तरनिहित हुन्छन् । गुलाफको फूलको जीवनवृत्त जस्तै मानवरूपी शरीरभित्र नै तिनीहरूको अस्तित्व रहन्छ । फेरबदल, चलखेल र विकासक्रम पनि दुबै पाटाबाट अविच्छिन्न रूपमा परिचालित भइरहन्छ । मानव जीवनलाई सुसंगठित, सुव्यवस्थित, सुनियोजित र सुनिश्चित तुल्याउन, बुद्धदर्शन नै अद्वितीय अनुपम, अतुलनीय र औपदेशिक शिक्षाद्वारा सम्भव हुन्छ । बुद्धधर्मसँग सम्बन्धित अलौकिक, लौकिक, परलौकिक, आध्यात्मिक विधाहरूलाई हृदयङ्गम गर्नु, अनुशरण गर्नु र अनुकरण गर्नु श्रेयस्कर ठहर्छ ।

शब्दकुञ्जी : युगान्तकारी परिघटना, लोकधर्म, उत्तम-मंगल, दशपारमिता र अतुलनीय उपदेश ।

* डा. पराजुली, सहप्राध्यापक, विभागीय प्रमुख, इतिहास तथा बौद्ध अध्ययन विभाग, पाटन संयुक्त क्याम्पस, पाटनढोका ।
फोन नं. ९८४२०३३३७३, Email: jagatparajuli792015@gmail.com/ parajuli310@gmail.com

अध्ययन विधि

बुद्ध धर्मसँग सम्बन्धित बहुआयामिक महत्त्वका ग्रन्थहरू अनिगन्ति छन् । ती ग्रन्थहरूलाई आध्यात्मिक, धार्मिक, दार्शनिक पक्षबाट सिंहावलोकन गरिएका छन् । कतिपय ग्रन्थहरूले साहित्यिक विधाका अनेकौं फाँटहरूबाट लगातार रसस्वादन गराउन सक्षम भएका छन् । व्यवहारिक जीवनसँग अनिवार्य र अपरिहार्य हुने गरी अनेकौं आयामहरूमा तिनीहरूले मार्गनिर्देशन गरिरहेका छन् (लि., २००८ : ९, ३५, १०८, १३०) । बुद्धधर्ममा अन्तरनिहित अनुपम शैक्षणिक पक्षहरूले मानवीय जीवनलाई बहुप्रतिभाशाली कल्याणकारी र वृहत्तर प्रभावशाली तुल्याउन पथप्रदर्शन गरिरहेका छन् । दार्शनिक, विद्वान, विदुषीहरूले बहुपक्षीय र बहुकोणीय दृष्टिबाट कृतिहरू संरचना गरिनैरहेका छन् । लेखक-लेखिकाहरूले बुद्धदर्शनलाई मानवोपयोगी हुनसक्ने किसिमले समसामयिक र समयसापेक्षित बनाउँदै व्यवहारिक जीवनलाई सुसंस्कारयुक्त, सुसंस्कृतियोग्य र सुसभ्य तुल्याउन निरन्तर प्रयत्नशील भइरहेका छन् (सान्तिना, १९९७ : १०९, ३०१, ३३५) । विश्वव्यापीरूपमा देखिएका अशोभनीय संकट र अमानवीय कृत्याकलाप-हरूलाई निस्तेज गर्न, निराकरण गर्न, न्युनीकरण गराउन र समूल रूपमा निवारण गर्न आफूसँग भएका ऊर्जा, सीप र प्रतिभाहरू प्रदर्शन गरिरहेका छन् । विश्वबन्धुत्व र भाइचारामा प्रतिबद्ध हुँदै “बसुधैव कुटुम्बकम्”को आदर्शलाई वृहत्तर रूपमा विस्तार गर्न भरमग्दुर प्रयास गरिरहेका छन् । “सर्वजन हिताय सर्वजन सुखाय”को अवधारणालाई विश्वव्यापीकरण गर्न अथक मेहनत पनि गरिरहेका छन् ।

प्रस्तुत रचनाको विषय, शीर्षक, परिधि, स्वरूप, प्रकृति, क्षेत्र र महत्त्व निकै व्यापक छ । विस्तृत र वृहत्तर स्वरूपको विषयलाई सम्पूर्ण रूपमा छिचोल्न मुश्किल पर्छ । प्रशस्त कृतिहरू प्रकाशित भएको कारण सर्व पुस्तक एवम् कृतिहरूको साङ्गोपाङ्गो अध्ययन, अनुशीलन र विश्लेषण गर्न पनि कठिन हुन्छ (अमृतानन्द, २०५५ : ९, २१, ७५, ११७) । अतः सुलभ भएका पुस्तकहरूलाई सहायक स्रोत तथा सामग्रीको रूपमा ग्रहण गरी तिनीहरूबाट प्राप्त सूचनाहरूलाई समुचित उपयोग गर्दै विभिन्न विद्वान्-विदुषीहरूको प्रवचन, साक्षात्कार, मन्तव्य तथा भनाइहरूलाई प्राथमिक स्रोतको रूपमा परिशोधन पश्चात् ग्रहण गरिएको छ । केही सरोकारवाला सूचनादाताहरूबाट अन्तर्वार्ताको माध्यमबाट मौलिक सूचनाहरू प्राप्त गरी सत्यान्वेषण पश्चात् ग्राह्य तथ्यहरूलाई अंगीकार गरिएको छ । ती सबै मौलिक, प्राथमिक र पुस्तकालयीय स्रोतहरूबाट प्राप्त तथ्यहरूका आधारमा प्रस्तुत रचनाको शीर्षकलाई न्याय गर्ने हेतुले यो रचना तयार पारिएको छ । समयसीमा र शीर्षकको मागबमोजिमको परिधिभित्र रहेर रचना तयार गर्दा सबै पक्षहरू समेट्न सकिएको छैन ।

अध्ययनको महत्त्व

आजको संसार भौतिक विकास र सांसारिक सुख, भोग-विलासबाट बढी प्रभावित छ । विश्व भूमण्डलीकरणमा यी सन्दर्भहरू पर्याय बनेर आएका छन् । यसले गर्दा आफूमात्रै शक्तिशाली बन्ने, समृद्ध बन्ने, भौतिक रूपमा निपूर्ण हुने होड चलेको छ । यो ‘विजिगिषु’ प्रवृत्तिले विश्वलाई संकटग्रस्त तुल्याउँदै लगेको छ । देश-देशाटनमा अनेकौं अपराधिक गतिविधिहरू तेजरफ्तारमा अभिवृद्धि भइरहेका छन् । अमानुषिक, अशोभनीय र अन्याय-अत्याचारका घटनाहरू सिक्कीगत (Chain of events) रूपमा घटित भइरहेका छन् ।

यसले गर्दा विश्वमा हत्य, हिंसा, आतंक, बलात्कार, अपहरण, व्यभिचार लगायतका युद्ध फसादजन्य अमानवीय विषयले समाजलाई आक्रान्त तुल्याइरहेको छ । दिनानुदिन समसामयिक पक्षहरूको विकास प्रकृया अवरुद्ध हुँदैछ । विभेद र विषमताको भूवरीले मानवीय मूल्य र मान्यतामा ह्यास ल्याउने र खलल उत्पन्न गर्ने गरिरहेको परिप्रेक्ष्यमा बुद्धदर्शनसँग सन्निहित कार्यकुशल कर्महरूले मात्र मानवीय जीवन पद्धतिलाई आरक्षित गरी त्यसलाई अक्षुण्ण राख्न सक्छ (शाक्य र शोर्पा, २०७४ : २७, ३५, ७८, २०१, २९१) । बुद्धद्वारा प्रदत्त चार पवित्र आर्य सत्य, अष्टाङ्गिक मार्ग, नैतिक आचरणका लोकधर्म, उत्तम-मंगल धर्म दशपारमिता लगायतका मानवीय व्यवहारिक प्रयोजनका अनेकानेक शील समर्पित प्रज्ञाजस्ता विशिष्ट सन्दर्भद्वारा प्रत्येक मानिसको अन्तरमनभित्र स्वपहिचान एवं स्वरक्षा गर्दै स्वावलम्बी बनाउन सकिने कुरालाई नकार्न सकिँदैन ।

सोच, बुद्धि-विवेक र मनलाई सुरक्षित तवरले राख्ने र चलायमान गराउने हाम्रो शरीर क्षणभंगुर छ । यो अनित्य पनि छ । नश्वर हुनाले अजर-अमर छैन । शास्वत-सत्य विषयमात्र अजर-अमर हुन्छन् अर्थात् मानवीय कृयाकलापबाट उत्पन्न परिणाम चाहीं अमर रहन्छन् । त्यसैले “म मेरो शरीरको मालिक हुँ”, “दुःख-सुख दुबैको उपज पनि म आफैं हुँ” भनेर राम्रा सकारात्मक परिणाममुखी कदम चाल्न प्रत्येक मानिसलाई बुद्ध दर्शनमा अभिप्रेरणा तथा उत्प्रेरणा प्रदान गरिएको छ । जीवनलाई प्रभावोत्पादक, उपयोगी, उपलब्धिमुलक र गुणवता सावित गर्न उक्त दर्शनले अग्रदूतको भूमिका निर्वाह गर्दछ (मानन्धर, २०७६ : १४-१५) । अतः मानवीय जीवन पद्धतिलाई सार्थकतापूर्ण तवरले परिचय गर्न बुद्धदर्शनको महत्त्वपूर्ण योगदान हुनुका साथै यो जीवन पद्धतिको अनिवार्य पहलु हो । त्यसैगरी मानव जीवनको अपरिहार्य सूत्र पनि हो । यही वास्तविक, वस्तुनिष्ठ सत्य र महत्त्वलाई उजागर गर्ने उद्देश्यबाट लक्षित भएर प्रस्तुत विषयको रचना तयार गरिएको हो ।

विषय प्रवेश

विश्वमानचित्रमा मौलिक बनावट, संरचना, पद्धति, प्रणालीहरू कायम रहेका आफ्नै राष्ट्रिय सीमा र शासकीय गुणहरू भएका थुप्रै देशहरू अस्तित्वमा छन् । कुनै देश राजतन्त्रात्मक प्रणालीमा छन् भने कतिपय देशहरू गणतन्त्रात्मक शासन प्रणालीमा आधारित छन् । सबैका फरक र मौलिक विशिष्टताहरू छन् । त्यहाँ निवास गर्ने र आजीविका चलाउने नागरिकहरूका पनि स्वपहिचानयुक्त समाज, धर्म, संस्कृति र सभ्यताहरू मौलिक किसिमले हुर्किरहेका छन् (धाख्वा र श्रेष्ठ, २०५६ : १०) । कतिपय देशहरूले लोककल्याणकारी सरकार चयन गरेर जनप्रीय कदमहरू चाल्दै मुलुक र जनताको सर्वोपरी हितलाई उच्च प्राथमिकता प्रदान गरेर शासन संयन्त्र संचालन गरेका छन् । त्यहाँ विभेद, विषमता र अनेकतापूर्ण कटुता न्यून मात्रामा छ । कतिपय देशले प्रजातान्त्रिक मूल्य र मान्यतालाई सत्तासीनहरूको समृद्धिको भयान्त्र मात्र बनाएका छन् । त्यहाँ अनेकता, वैमनस्यता र अवन्नतिले घर गरेको छ । विसंगतिको उरुड-थुप्रोबाट अमृतको वर्षा हुने कुरै भएन । त्यस्ता देशहरूमा सरकारको असावधानी,

अकर्मण्यता र अराजकताबाट समाजमा उत्पीडन व्याप्त भएको छ (गौतम, अन्तर्वार्ता) । सामाजिक अपराध, दुर्व्यवहार, दूराचार, व्यभिचारजस्ता अमानवीय कृयाकलापहरू दिनदिनै बढोत्तरीमा छन् (शाक्य, २०६४ : १५, ३०, ४५, १५७) । त्यहाँ सरकारी निकायको पहुँच पुगेकै छैन । पहुँच पुगे पनि दिनदुःखीको हितमा हुँदैन । जहाँ मानवीय मूल्य हराइरहेको छ । नागरिकहरूको शान्तिपूर्ण बाँच्न पाउने अधिकार कुण्ठित भएको छ । प्रजातन्त्रको मिरमिरे उज्यालोले आफ्नो घरको आँगन स्पर्श गर्न पाएकै छैन (धाखा, प्रवचन) । मानवीय जीवन अनेक किसिमका उत्पीडन र प्रताडनाले घेरिएको छ । विकासका पूर्वाधारहरूको रूपरेखा शुन्यप्रायः छन् । यस्तो अवस्थामा शान्तिपूर्ण आजीविकाको अवसर नहुँदा दैनिक जीवन नै कष्टकर रूपमा व्यतित भइरहेको छ (गुरुमाँ, २०७४ : १३) । यी सबै अवगुणहरूले शान्ति र अमनचयन खल्बल्याईरहेको छ । यी र यस्ता गतिविधिहरू विश्वका प्रायः सबै देशमा व्याप्त छन् । त्यहाँका जाति विशेष, वर्ग विशेष, समुदाय विशेष र धर्म विशेषलाई पनि यस्ता विसंगतिहरूले संतस्त तुल्याइरहेको छ । यस्तो अशोभनीय अवस्थाबाट त्राण पाउन “बुद्धदर्शन”का कल्याणकारी बहुआयामिक आयामहरू ग्रहण गर्न लायक बन्न र सर्वग्राह्य हुन वाञ्छनीय छन् ।

बुद्धदर्शनले धर्मको मात्र सूत्रपात गरेको होइन । यसले केवल अध्यात्मतर्फको चिन्तनलाई मात्र प्रतिविवित गर्दैन । बुद्धदर्शनले मानव भएर जन्मेपछि मृत्युपर्यन्त गर्ने व्यवहारिक जीवन पद्धतिलाई पनि समेटेर नैतिक आचरण र सदाचारका कुराहरूमा कसरी अगाडि बढ्ने भनेर निर्देशित गरिदिएको छ (अमृतानन्द, २०५९ : २१) । सामाजिक प्राणी भएर व्यवहार कुशल कसरी हुने ? अकुशल र क्लेशयुक्त आशक्तिपूर्ण क्षण एवं कार्यबाट कसरी बच्ने ? सबै प्रसंगहरूलाई मानवोचित ढंगले अंगिकार गर्न सुझाइएको देखिन्छ । त्यतिमात्र नभएर लोकोत्तरमा अमर र अजर हुने पवित्र, सकारात्मक र गुणकारी मार्गहरू समेतको रेखांकन गरिएको पाइन्छ (शाक्य, २०६५ : २७) । विश्वको मौजूदा परिदृश्यको मापन गर्दा पनि बुद्धदर्शनलाई मानव जातिले ढिलो-छिटो अंगिकार नगरी नहुने परिवेश सिर्जना हुँदै गएको छ ।

मानवीय जीवन

स्थूल शरीरको जन्म हुनु आफैँमा आश्चर्यजनक सन्दर्भ होइन । शुन्य मानषपटलभित्र क्रमिक रूपमा नैतिक र चारित्रिक गुणहरू प्रवेश गराई पंचशीलका सकारात्मक पक्षहरूबाट ओतप्रोत गराउनु नै स्थूल शरीररूपी रक्षा कवचभित्र मानवीय जीवनलाई विवेकशील तुल्याउने प्रमुख दायित्व हो । शील, समाधि र प्रज्ञाका माध्यमबाट मानव शरीरभित्र अनेकौँ विशिष्ट गुणहरूले भरिपूर्ण बनाइसकेपछि शरीरले आन्तरिक र बाह्य अवयवहरूको गुणदोष पर्गेल्न सक्षम हुन्छ । शरीर नश्वर, अनित्य र क्षणभंगुर हुने हुनाले यसलाई अस्थिर नै मानिन्छ (शर्मा, अन्तर्वार्ता) । यद्यपि त्यही शरीरभित्र प्रवेश भएका बुद्धदर्शनका बहुआयामिक, बहुउपयोगी र बहुगुणी विशिष्टतम कल्याणकारी पक्षहरूले उक्त शरीरलाई आकृति, प्रकृति र स्वरूपमा परिचित गराउँछन् (मानन्धर, २०७६ : १४-१८) । मानिसको मन, हृदय अर्थात् समग्रमा अन्तरमन विशुद्ध, स्थीर र स्थायी हुन पुग्दछ । “मानषपटललाई प्रज्ञा”का श्रुतमय प्रज्ञा, चिन्तनमय प्रज्ञा र भावनामय प्रज्ञाको प्रवेश गराइसकेपछि बुद्धि-विवेकले ठीक ढंगबाट शरीरलाई चलायमान गराउन सक्छ । त्यसैगरी पंचशीलका गुणहरूद्वारा सदाचारमुक्त नैतिक आचरण विकसित

हुन पुग्दछन् (बज्राचार्य, २००० : ७७) । पवित्र आर्य सत्य, अष्टाङ्गिक मार्ग, लोकधर्म, उत्तम-मंगल धर्म लगायतका चारित्रिक विशेषताहरूको अवलम्बन पश्चात् मानवजीवन विवेकशील प्राणीको रूपमा प्रख्यात हुन पुग्छ । यद्यपि ख्याति, प्रसिद्धि र लोकप्रियता प्राप्त गर्न बुद्धदर्शनका प्रभावशाली आचरणद्वारा अनुप्राणित हुनु आवश्यक पर्दछ ।

बुद्ध दर्शनमा मानिसलाई सर्वोपरी स्थान प्रदान गरिएको छ । “आफ्नो मालिक, नाथ आफैं हो” । “आफ्नो समस्यामा अरुको शरण नपर, आफ्नै शरणमा जाऊ” । “आफ्नो बत्ती आफैं बन” भनेर मानिसलाई स्वत्वको रक्षा गर्दै यसले आफैँलाई स्वावलम्बी बनाउन मद्दत पुऱ्याउँछ (संघ, २०६५ : २५) । अर्थात् “मानिस स्वयम बुद्ध (ज्ञानी) बन र मानिस स्वयमले बोधिसत्व प्राप्त गर्न सक” । जसले गर्दा सबै प्राणीहरूबीच सहअस्तित्वबोधको भावना अक्षुण्ण राख्दा राख्दै मानिसलाई प्रत्येक प्रहर आफ्ना वरिपरि र वाह्य जगतका समस्याहरूलाई आफैँभित्रबाट निदान-निवारण खोज्न प्रोत्साहित गरिएको छ । मानिसको सर्वोच्चता, गरिमा र प्रभावकारितालाई बुद्ध दर्शनले सर्वकालिक बनाएको दृष्टिगोचर हुन्छ ।

व्यवहारिक जीवन

नेपाल बुद्धभूमि हो, पुण्यभूमि हो र तपोभूमि पनि हो (शाक्य, २०६४ : १३६) । यस्तो पावनभूमिमा जन्म पाउनु र कर्मभूमिको रूपमा आफ्ना बैध गतिविधि संचालन गर्न पाउनु पनि गौरवको विषय हो । बुद्धले समेत नेपाल जस्तो देशमा बस्ने सौभाग्य पाउनुलाई उत्तम मंगल क्षण भनेर प्रवचनमा देशना गरेको पाइन्छ । मानविय गुणहरू प्रवर्द्धन गर्दै व्यवहारिक कृयाकलापहरू अगाडि बढाउनका लागि अनेकौँ मांगलिक उपायहरूको समेत ज्ञान प्रवाहित गरिएको छ । व्यक्ति परिवारको हितकारी हुँदै समाज, राष्ट्र र विश्वकै कल्याणमा आफूलाई समाहित गर्न सक्षम हुन्छ । समाजका सबै वर्ग, वर्ण, जात, धर्म, लिङ्गप्रति समताभाव राख्न सक्ने स्वतन्त्र, न्यायप्रिय, मैत्री र करुणामयी व्यक्ति समाजको निमित्त सबैभन्दा व्यवहारिक र कार्यकुशल मानिन्छ (शाक्य र शेर्पा, २०७४ : ६७, ९७, २१९) । आफूभन्दा बढी परमार्थलाई कल्याणको उच्चबिन्दु ठान्ने, समताभाव राख्ने, सदभावनायुक्त प्रवृत्ति प्रदर्शन गर्ने, सहयोगात्मक प्रवृत्ति भएको व्यक्ति अधिक व्यवहारिक हुने न्यायसंगत तर्कहरू बुद्धदर्शनमा सविस्तार वर्णन गरिएका छन् । मानवजीवन सधैं ठूलो, लामो, सजिलो, पिच सडकमा हिँड्न सक्ने अवस्थामा हुँदैन (मानन्धर, २०७६ : १४-१८) सरल रेखामा पनि अग्रसर हुन सकिँदैन । कठिनाई, विघ्नवाधा, अड्चन व्यवधानका बीचबाट आफूलाई सफलतापूर्वक हिँडाउनु पर्छ । सुख र दुःखका दुवै वातावरणमा अविचलित भएर मर्यादापूर्ण किसिमले यावत् व्यवहारिक उल्झनबाट माथि उठ्नु पर्दछ (भण्डारी, प्रवचन) । मानिसलाई अप्ठ्यारो र संकटकै बेला चिन्न पाइन्छ । दुःखमा दुःखै थपिदिने व्यक्ति हितकारी हुनै सक्दैन । दुःख र सुखमा समभाव वा समताभाव राख्ने व्यक्ति नै व्यवहार कुशल र असल हितोपकारी ठहर्छ ।

मानव जीवनको व्यवहारिक पक्ष निकै जटिल, सम्बेदनशील र चुनौतिपूर्ण मानिन्छ । व्यवहार उच्चिन्च भयो भने कमाएको प्रतिष्ठा क्षणभरमै समूल नष्ट हुन्छ । तर्कसंगत र न्यायसंगत काम गर्न सकिएन भने पनि आलोचनाको तारो बन्नु पर्छ । विवेक नपुऱ्याई कुनै कार्यसिद्धि गरियो भने त्यसले सबैको हित गर्दैन (शाक्य, २०६४ : ८३-९०) । कोही रुष्ट र असन्तुष्ट भैदिन्छ । यस्तो स्थितिमा समाजमा आर्जन गरेको लोकप्रियता एकैछिनमा स्वलित

हुन पुग्छ । वडा सावधानी र सचेतनाका साथ व्यवहारिक जीवनका पाइलाहरू चाल्नु पर्छ (लि., २०१० : ५६, ६७, ७१) । बुद्धदर्शनमा मानवीय व्यवहारिक जीवन पद्धतिलाई सुखमय तुल्याएर सुमधुर सम्बन्धका साथ आफूलाई स्थापित गरी कदरयोग्य बनाउन थुप्रै किसिमका शिक्षाहरू प्रदान गरिएको पाइन्छ ।

नैतिक आचरण

मानवीय जीवन अनमोल हुँदाहुँदै पनि यो नितान्त क्षणिक छ । जन्मपछि निर्वाण प्राप्त गर्ने कुरा सँगसँगै छायाँजस्तै अन्योन्यासित भएर पच्छ्याइरहन्छ । काँडाहरूको बीचमा फूलेको फूलजस्तो सुगन्धित, सुन्दर र नयनप्रिय बनाउन सकिएन भने यसको सार्थकता र जन्मनुको औचित्य पुष्टि हुँदैन । बुद्धले मानवीय जीवनलाई सफलताको सिढी कसरी चढ्न सकिन्छ भन्ने सन्दर्भमा थुप्रै सदाचारयुक्त धर्मदेशना गर्नुभएको छ । शील, समाधि र प्रज्ञाका अनेक चरणसँगै नैतिक चारित्रिक गुणहरूलाई निखार्ने पंचशीलको अवधारणा सिद्धान्ततः प्रतिपादन गर्नुभएको हो (अमृतानन्द, १९९९ : ५७) । हिंसा नगर्ने अर्थात् अहिंसाव्रती हुने र त्यसका लागि नियमहरूको अक्षरशः पालना गर्ने अठोट गर्नसक्नु पर्‍यो । अरुको सम्पत्ति चोरी नगर्ने अर्थात् अरुको धनसम्पत्ति हत्याउने, ठगी गर्ने र आफ्नो कब्जामा पार्ने कार्य कदापि गर्नु भएन । यस किसिमको आशक्तिले मेहनत र परिश्रम नगरी जीवन निर्वाह गर्ने प्रवृत्तिको विकास हुन्छ (लामा, प्रवचन) । जुन सदाचारभित्र पर्दैन । त्यसैगरी व्यभिचारी नबन्नका लागि पञ्चशीलको तेस्रो शिक्षापदमा देशना गरिएको छ । व्यभिचार, मिथ्याचार, दूराचार जस्ता निकृष्टतम कार्य गर्नु हुँदैन र यसलाई जीवनभर परिपालना गर्नुपर्दछ भनेर मानिसलाई सदाचारमा कटिबद्ध भएर यसका नियमहरूको परिपालनामा उत्प्रेरणा जगाइएको पाइन्छ । त्यसैगरी भूठो कुरा नगर्नु, मिथ्या वाणी स्फुरण नगर्नु भनेर सदाचारको चौथो शिक्षापदले मानिसलाई सत्यवचनतर्फ आकर्षित गरेको छ । मानिसको बोलीबचन, शब्दसंगति र प्रयुक्त वाक्य विन्याशले शिष्टाचार भल्किन्छ (आचार्य, १९५४ : ९१) । शालिनतापूर्वक अभिव्यक्त वाणी कर्णप्रिय मात्र नभएर सानिध्यतापूर्ण सुमधुर हुन्छ (स्वामीजी, अन्तर्वार्ता) । त्यसबाट शिष्टता प्रस्फुटित हुन्छ, विनम्रता प्रदर्शित हुन्छ र सत्यवचनबाट न्यायप्रियता समेत प्रकट हुन्छ । यो पनि शील प्रयुक्त सदाचार हो र नैतिक आचरणलाई यसले अरु निपूर्णता प्रदान गर्दछ । सुरापान नगर्न प्रोत्साहन दिने सदाचारको पाँचौँ शिक्षापद हो (अम्बेडकर, १९५७ : ११३) । मादक पदार्थ, रक्सी, जाँड, भाङ्ग, धतुरो, ड्रग्सजस्ता कूलतमा फसाउने र अनमोल मानवीय जीवनलाई शारीरिक र मानसिक रूपमै समाप्त पार्ने काम कसैले पनि गर्नु हुँदैन भनेर बुद्धले आफ्नो औपदेशिक शिक्षामा सविस्तार प्रवचन दिनुभएको छ (अम्बेडकर, १९५७ : ९७) । सुरापानको कूलत ज्यादै खतरनाक हुन्छ । यसले समाजभित्र अनेकौँ किसिमका विकृतिहरू भित्र्याउँछ । आर्थिक, सामाजिक एवं नैतिक मूल्य र मान्यताहरूलाई विनास गर्छ (क्याक्ल, २०१८ : १०३) । परिवार, इष्टमित्र, कुलकुटुम्बभित्र भगडा, वैरत्व र शत्रुता बढाउँछ र समाजलाई नै यसले आक्रान्त तुल्याउँछ ।

यसरी सदाचारका नियम र पद्धतिहरूलाई परिपालना गर्ने व्यक्ति शीलवान, इमान्दार, निर्भिक, निर्दोष, आत्मविश्वासी, आत्मसम्मानित र अनुशासित हुने हुनाले समाजमा उसलाई पुज्यनीय व्यक्तित्वको रूपमा ग्रहण

गरिएको हुन्छ (प्रधान, १९८८ : ३७) । यसले मानिसलाई मर्यादित, कदरयोग्य र सम्मानपूर्ण दृष्टिले हेर्न मद्दत पुर्याउँछ । नैतिक आचरणले मानवीय जीवन पद्धतिलाई सम्मानित स्थान प्रदान गर्दछ ।

उपसंहार

बुद्ध धर्म मानवोपयोगी र व्यवहारगत चिन्तनमा आधारित दर्शन हो । यसको अध्ययन, अनुशीलन प्रकृत्याले मानवीय अन्तरमनभिन्न मध्यस्थ बिन्दुबाट जीवनका आरोह-अवरोह निवारणार्थ प्रयत्न गर्न आत्मिक निर्णय शक्ति र ऊर्जा उपलब्ध गराइन्छ । क्रोध, अशान्ति, नैराश्यता, लोभ, लालच, ईर्ष्या, डाहा, घमण्ड, अहंकार, मोह, माया जस्ता सांसारिक समवेगहरूलाई कुनै अनुराग-वैराग नराखी तटस्थतायुक्त तौरतरिकाबाट निष्कर्ष निकाल्न धैर्यता प्रदान गर्दछ । आफ्नै दुःखमा चरम निराशाको पीडा महशुस नगरी त्यसलाई सहज रूपमा सहर्ष स्वीकार गर्न स्वतन्त्र हुने र अरुको सुखमा पनि आफू सुखी भएको अनुभूत गर्न सक्ने मध्येस्थतावादी प्रवृत्तिबाट उभ्याउन सक्नु उक्त दर्शनको विशिष्ट पक्ष हो । बुद्ध दर्शनको प्रभावले समाजभिन्नका समसामयिक पक्षहरूलाई समेत सक्रिय तुल्याउँछ । राजनैतिक पक्षभिन्न देखापर्ने “किम कर्तव्य विमूढ”को अकार्य कुशल प्रवृत्तिलाई उजागर गर्ने र त्यसलाई जनकल्याणतर्फ अग्रसर हुने अभिप्रेरणा जागरित गराउँछ । सामाजिक क्षेत्रमा भएका विसंगतिपूर्ण विषमताहरूलाई निराकरण गर्न र नैतिक आचरणबाट समाजलाई गतिशील तुल्याउन प्रोत्साहित गर्दछ । आर्थिक अवस्थामा देखिएका अन्तरविरोध र असमान परिस्थितिलाई इमान्दार प्रयत्नद्वारा उन्नतिको यात्रा तय गर्न उत्प्रेरणा जगाउँछ । धर्म-संस्कृतिको क्षेत्रमा देखिएका अवैज्ञानिक लक्षणहरूलाई समयानुकूल सुधार र परिवर्तन गर्न गराउन यसले उत्साहित तुल्याउँछ । समग्रमा व्यक्तिलाई परिवारसँग, परिवारलाई समाजसँग, समाजलाई राष्ट्रसँग र राष्ट्रलाई ब्रम्हाण्डसम्म आवद्ध बनाएर जीवन निर्वाह गर्दा कहिल्यै बद्नाम र आलोचनाको तारो नबनी शान्तमय वातावरणमा जीवन व्यतित गर्न बुद्ध दर्शनले नै मार्ग प्रशस्त गर्दछ । बुद्ध धर्म तथा दर्शनमा सबैखाले दूरावस्थाबाट बचाउन सकिने साधना, तपश्या, विपश्यना, मन्त्रोच्चारण विधि र प्रकृत्याहरु सुनिश्चित गरिएका छन् । अतिवृष्टि, अनावृष्टिबाट बच्न, नदी-पोखरीको पानीबाट जीवन बचाउन, कृत्रिम र प्राकृतिक प्रकोपबाट बचाउन, पानी पार्न, नदीलाई अर्कै दिशा फर्काउन, सपनाको दोष हटाउन, क्लेशीपनलाई अक्लेशी तुल्याउन, क्रोधलाई करुणामा बदल्न सम्मकै अनेक कार्यविधिहरु प्रयुक्त गर्न सकिन्छ । त्यसैले बुद्धका शिक्षा, उपदेश, देशाना, मानवोचित छन् । अत्यन्त उपयोगी पनि छन् । मानवीय जीवन पद्धतिमा बुद्धदर्शनको आवश्यकता, औचित्यता निःसन्देह अनिवार्य जस्तै भएको छ । जीवनको सार्थकता समेत यसैमा अन्तरनिहित हुन पुगेको छ ।

सन्दर्भसूची**प्राथमिक स्रोत**

गौतम, बद्रिनारायणसँग २०७७.८.२ गते लिएको अन्तर्वार्ता । डा. गौतम नेपाल तथा एशियाली अनुसन्धान केन्द्रका अनुसन्धानकर्ता, इतिहासकार, लेखक एवं नेपालको प्रजातान्त्रिक आन्दोलनका विशेषज्ञ अध्येता हुनुहुन्छ ।

धाखा, सविताद्वारा प्रस्तुत प्रवचनबाट प्राप्त सूचनाका आधारमा । युटुव नेटवर्क ।

भण्डारी, कमलसँग युटुबमा अपलोड भएका विशेष प्रवचनहरू । भण्डारीज्यू नेपाल बौद्ध महासंघका तत्कालिन महासचिव हुनुहुन्छ ।

लामा, दलाईको धर्मदेशना-चित्तशोधन पार्ने विधि सम्बन्धी प्रवचन, अनुवादक, शील, बागिन्द्रसेन रिम्पोछे/युटुवमा प्रस्तुत प्रवचन ।

शर्मा, विमलकुमारसँग २०७७.७.३० गते लिएको टेलिफोन सम्पर्कद्वारा प्राप्त सूचनाबाट । प्रा. शर्मा अवकाशप्राप्त प्राध्यापक, अनुसन्धानकर्ता, सामाजिक अभियन्ता, एवं लेखक हुनुहुन्छ । उहाँले लुम्बिनी विकास कोषको पूर्व सदस्यसचिव भएर जिम्मेवारी निर्वाह गरिसक्नु भएको छ ।

स्वामीजी, हरिदास, युटुबमा प्रस्तुत बुद्ध सम्बन्धी सारगर्भित विचार प्रस्तुतीकरणबाट प्राप्त सूचनाका आधारमा । स्वामीजी आर्ट अफ लाइफका प्रभावशाली अभियन्ता हुन् ।

पुस्तकालयीय स्रोत

अमृतानन्द, भिक्षु (१९९९), *संक्षिप्त बुद्ध जीवनी*, लुम्बिनी : अन्तर्राष्ट्रिय बौद्ध समाज ।

..., (२०६०), *गृही विनय परियति*, काठमाडौं : ने.बौ.प.संघ ।

अम्बेडकर (क), भीमरावजी (१९५७), *भगवान् बुद्ध और उनका धम्म*, मुम्बई : सिद्धार्थ महाविद्यालय प्रकाशन ।

..... (१९५७), *दि बुद्ध एण्ड हिज धम्म*, बम्बई : सिद्धार्थ कलेज पब्लिसर्स ।

आचार्य, चतुरसेन शास्त्री (१९४०), *बुद्ध और बौद्ध धर्म*, देल्ली : हिन्दी साहित्य मण्डल ।

आचार्य, नरेन्द्रदेव (१९५४), *बौद्ध धर्म दर्शन*, दिल्ली : मोतिलाल बनारसीदास पब्लिसर्स प्रा.लि. ।

क्याकल, बुक्को ड्याण्डो (२०१८), *भगवान बुद्धका उपदेश*, टोकियो जापान : कोसाइको कं.लि. ।

गुरुमाँ, अनोजा (२०७४), *मंगल उपदेश*, कीर्तिपुर : लेखक स्वयम् ।

धाखा, सविता र श्रेष्ठ शान्तालक्ष्मी (२०५६), *नारीपुरुष समविकास निर्देशिका*, ललितपुर : ग्रामिण विकास परियोजना ।

प्रधान, भुवनलाल (१९८८), *नेपाल बौद्ध दर्शन*, काठमाडौं : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

बज्राचार्य, दुण्डबहादुर (२०००), *दीर्घनिकाय*, प्रथम भाग, ललितपुर : वीर पूर्ण पुस्तक संग्रहालय ।

भिक्षु संघरक्षित (२०६५), *बुद्धकालीन दशअग्रणी नारीहरू*, ललितपुर : सत्यसन्देश प्रचारक प्रकाशन ।

- मानन्धर, त्रिरत्न (सं.), (२०७६), *बुद्ध शिक्षाका आयामहरू*, काठमाडौं : केशरमान ताम्राकार र अरुहरू ।
लि. टि. वाई. (२००८), *लाइफ अफ ब्लेसिङ्ग्स*, टोकियो जापान : केप मिडिया इन्टरनेशनल ।
..... (२०१०) *द पाथ टु ह्याभेन एण्ड वियोण्ड टु निव्वाना*, टोकियो जापान : केप मिडिया इन्टरनेशनल ।
..... (२०१०), *एनिवन क्यान गो ह्याभेन जस्ट वि गुड*, टोकियो जापान : केप मिडिया इन्टरनेशनल ।
शाक्य, दोलेन्द्ररत्न (२०६४) *समता धर्मको पालना*, ललितपुर : महेन्द्ररत्न शाक्य, विरेन्द्ररत्न शाक्य र संगीता शाक्य ।
..... (अनु.), (२०६५), *बुद्धकालीन बाह्र सन्नारीहरू*, ललितपुर : मोक्षदेवी राजकर्णीकार ।
शाक्य, मिलन र शेर्पा टीका, (अनु.), (२०७४), *प्रियलामा जोपा-समस्याहरूलाई सुखमा बदल्ने क्रान्तिकारी समाधानहरू*, काठमाडौं : नेपाल बौद्ध महायान केन्द्र, गोन्पा ।
सान्तिना, पिटरडेला (१९९७), *द ट्रि अफ इन्लाइटमैन्ट*, ताइवान : सिबिको धर्म स्टडी फाउन्डेसन ।