

## बौद्ध धर्म एवं संस्कृति

डॉ० उत्तरा यादव ,

एसोसिएट प्रोफेसर, समाजशास्त्र विभाग,  
महिला पी०जी० कॉलेज, अमीनाबाद, लखनऊ

“धर्मो रक्षति रक्षितः”

अर्थात्

“जो धर्म की रक्षा करता है उसकी रक्षा धर्म करता है।”

लगभग 5000 वर्ष पूर्व भगवान् कृष्ण का अवतरण धरती पर हुआ जिन्होंने पवित्र ग्रन्थ गीता में आत्मा को शाश्वत सनातन धर्म कहा। “न्यायार्थ अपने बन्धु को भी दण्ड देना धर्म है।” आज से लगभग 2500 वर्ष पूर्व महात्मा बुद्ध का अवतरण हुआ जिन्होंने सम्यक् ज्ञान पर प्रकाश डाला और कहा कि, “वर्ण व्यवस्था ईश्वरीय नहीं है। समता ईश्वरीय आज्ञा है।” बुद्ध ने बौद्ध धर्म की स्थापना की तथा उनके नियमों को पवित्र ‘तिपटक’ में संकलित किया गया। आज से लगभग 2000 वर्ष पूर्व ईसा मसीह का जन्म हुआ जिन्होंने ईसाई धर्म की स्थापना की। उन्होंने कहा कि करुणा, क्षमा ईश्वरीय आज्ञायें हैं, घृणा नहीं। ‘बाईबिल’ ईसाइयों का पवित्र ग्रन्थ है। लगभग 1400 वर्ष पूर्व हजरत मुहम्मद साहब का जन्म हुआ। उन्होंने इस्लाम धर्म की स्थापना की और पवित्र ग्रन्थ ‘कुरान’ में सन्देश दिया कि सभी इंसान अल्लाह की संतान हैं और आपस में भाई-भाई हैं।

आज से लगभग 500 वर्ष पूर्व गुरु नानक का जन्म हुआ। उन्होंने ‘गुरु ग्रन्थ साहिब’ के माध्यम से सन्देश दिया कि व्यक्ति, परिवार और समाज सच्चे त्याग से सुखी हो सकता है। अन्त में आज से 200 वर्ष पूर्व महान् आत्मा वहाउल्लाह ने पवित्र ग्रन्थ ‘अकदास’ में वचन दिया कि हृदयों

की एकता ही मानव जाति को सुखी बना सकता है।

गौतम बुद्ध का नाम सिद्धार्थ था। वे संसार में महान कार्य करेंगे ऐसी भविष्यवाणी विद्वानों ने उनके जन्म काल में ही कर दी थी। इन्होंने यथाविधि गुरुकुल में रहकर शिक्षा प्राप्त की। अपनी प्रखर प्रतिभा के कारण षीघ्र ही वे सभी शास्त्रों के ज्ञाता हो गए। राजकुमार की संसार से विरक्ति एवं ध्यान में मग्न रहने की प्रवृत्ति के कारण पिता ने उनका विवाह करा दिया, जिससे एक पुत्र रत्न की प्राप्ति भी हुई, परन्तु पत्नी एवं पुत्र का मोह भी उन्हें सांसारिक बंधनों में बांधकर न रख सका, और उन्होंने एक दिन अपने नवजात शिशु और पत्नी तथा समस्त राजकीय वैभव त्याग कर ब्रह्मचारी के वेष में गृह त्याग कर दिया।

### बौद्ध धर्म एवं संस्कृति का आधार

बौद्ध संस्कृति का मुख्य आधार बौद्ध धर्म है और बौद्ध धर्म के प्रवर्तक गौतम बुद्ध हैं। भारत में हिन्दू धर्म की जटिलता के विरोध स्वरूप उपजा ये धर्म भारत में सर्वमान्य नहीं हो सका, परन्तु वहीं ये धर्म जापान, मलेशिया, थाइलैंड, श्रीलंका एवं चीन में व्यापक रूप से मान्य हुआ और इन देशों की संस्कृति भी बौद्ध धर्म आधारित हो गयी।

सर्वप्रथम गौतम ने तत्कालीन समय में प्रचलित तपस्या को अपने ज्ञान का साधन बनाया। उन्होंने (बोध गया के निकट) अपने पांच साथियों के साथ घोर तपस्या की। कई वर्षों तक

कठोर तपस्या करने के कारण उनका शरीर काफी दुर्बल हो गया था। इस शारीरिक दुर्बलता के कारण उन्होंने तपस्या त्याग दी। इस कारण इनके साथियों ने भी इनसे किनारा कर लिया। गौतम इस सबसे बेपरवाह होकर बोधिवृक्ष के नीचे विचारमग्न होकर समाधि में लीन हो गये। अंत में उन्हें बैशाख पूर्णिमा के दिन उन्हें बुद्धत्व (ज्ञान) प्राप्त हुआ। संसार में दुःख का कारण उनके निवारण के उपाय का ज्ञान उन्हें प्राप्त हो गया। गौतम ने यह समझ लिया कि पवित्र जीवन, प्रेम और दया का भाव ही सर्वोत्तम मार्ग है। ये नई बात गौतम ने मालूम की और अपने आप को बुद्ध के नाम से प्रकट किया।

बुद्धत्व प्राप्त करने के पश्चात गौतम बुद्ध अपने पांच साथियों की तलाश करते हुए काशी पहुंचे। काशी के निकट सारनाथ में वे अपने साथियों से मिले और अपना नया सिद्धांत बताया। बुद्ध के अनुसार जिन्होंने संसार का त्याग कर दिया गया है, उन्हें दो बातें कभी नहीं करना चाहिए। प्रथम, जिन बातों से मनोविकार उत्पन्न होते हैं और दूसरी तपस्या जो केवल दुःख देने वाली है और जिनसे कोई लाभ नहीं। इन दोनों को छोड़कर बीच का मार्ग ग्रहण करना चाहिए जिससे मन की शांति और पूर्ण आनंद प्राप्त होता है।

सारनाथ में बुद्ध पांच महीने रहे। इस दौरान उन्होंने 70 शिष्य बनाये और उन्हें मनुष्य को मुक्ति मार्ग बताने के लिए भिन्न-भिन्न दिशाओं में भेज दिया। 80 वर्ष की अवस्था में बुद्ध ने अपना शरीर त्याग दिया। उनकी मृत्यु के पूर्व ही बौद्ध धर्म ने संसार में बड़ी प्रबलता और दृढ़ता स्थापित कर ली थी। बुद्ध ने अंत में एक बार शिष्यों को फिर उपदेश दिया, धर्म का तत्व समझाया और अपने धर्म पर दृढ़ रहने की आज्ञा दी। बुद्ध ने उपदेश दिया कि— “यदि मनुष्य मन में निश्चय कर ले कि उसे बुद्ध में, संघ में और धर्म में विश्वास है, तो उसकी मुक्ति हो गई। बुद्ध

शरणं गच्छामि, संघं शरणं गच्छामि, धम्मं शरणं गच्छामि” यह इस धर्म का मूल मंत्र है।

## बौद्ध संस्कृति की विशेषताएं

बौद्ध संस्कृति की विशेषता बुद्ध के उपदेश में ही निहित है। बुद्ध ने जिन दार्शनिक सिद्धांतों की स्थापना की वे ही इस संस्कृति की विशेषताएं हैं जो निम्नलिखित हैं –

संसार में बुद्ध का जन्म इसलिए हुआ कि वे संसार को वास्तविक दुःख का कारण बतायें और उनके निवारण के उपाय भी। इस धर्म का सारांश आत्मोन्नति और आत्म निरोध है। बुद्ध ने कहा है कि दुःख का अनुभव सभी करते हैं किन्तु दुःख को जानने वाले थोड़े ही हैं। दुःख के अनुभव से दुःख की निवृत्ति नहीं होती वरन दुःख के कारण के ज्ञान से निवृत्ति होती है। जन्म से मृत्युपर्यंत संसार दुःख रूप है। संसार में सुख स्थापना करने की चाहे जितनी भी चेष्टा की जाए, आनंद एवं विलास की सामग्री चाहे जितनी भी एकत्र की जाए, किन्तु दुःख से निवृत्ति नहीं हो सकती। संसार के सभी पदार्थ क्षणभंगुर हैं और दुःख इसी का फल है। बुद्ध का सिद्धांत है कि तृष्णा का सर्वतोभाव से परित्याग करने से दुःख का निरोध होता है और उस तृष्णा का नाश का ही निर्वाण है। बुद्ध ने दुःख निवारण के आठ मार्ग बताए हैं जो आष्टांगिक मार्ग के नाम प्रसिद्ध हैं। वे आठ मार्ग निम्नलिखित हैं –

1. **सम्मा दिट्ठी (सम्यक दृष्टि)** – दुःख समुदाय का और दुःख निरोध का ज्ञान ही सम्यक दृष्टि है। जब तक हम इस संसार को दुःख रूप नहीं मानेंगे तब तक हमारे कर्तव्य का लक्ष्य उससे भागने की ओर न होगा। सच्चे ज्ञान के बाद ही सच्चा संकल्प आता है।
2. **सम्मा संकल्प (सम्यक संकल्प)** – दुःख समुदाय के ज्ञान से निश्चय हो जाता है

कि तृष्णा त्याग के बिना दुःख से छुटकारा नहीं हो सकता। जब हमारा सबके साथ अद्वेष, अहिंसा और मैत्री का भाव होगा, तभी हमारी तृष्णा का नाश हो सकेगा। अतः हमें ऐसा भाव बना लेना चाहिए, जिससे किसी के प्रति हिंसा और द्वेष का व्यवहार न हो। यही विचार सम्यक् संकल्प है।

3. **सम्मा वाचा(सम्यक वाचा)** – सब प्रकार के झूठ, दूसरों की निंदा, अपमान, चुगली, झूठी गवाही आदि से विमुख रहना चाहिए। निरर्थक वार्तालाप भी दूषित समझा जाता है। सम्यक वार्तालाप मनुष्यों में परस्पर प्रेम उत्पन्न करने में सहायक होता है। ऐसी कोई बात नहीं कहनी चाहिए जिससे दूसरों का दिल दुःखी हो। यहां तक की अपराधी को दंड देते समय भी आदर का व्यवहार होना चाहिए और उसमें व्यक्तिगत वैर-भार और रोष की गंध नहीं आनी चाहिए।

4. **सम्मा कम्मन्त (सम्यक कर्मान्त)** – सम्यक कर्मान्त का तात्पर्य कर्म और पुनर्जन्म से है। बौद्ध धर्म में हिन्दु धर्म की भांति ही आवागमन माना गया है। लोग के अपने कर्म के अनुरूप अच्छा या बुरा जन्म प्राप्त करने हैं। बौद्ध धर्म आत्मा के अनुसार प्राणी का पुनर्जन्म नहीं होता, किन्तु उसका संस्कार और अंतिम विचार एक नया रूप धारण कर लेता है। जातक कथाओं के अनुसार स्वयं बुद्ध ने अनेक बार जन्म लिया था। अर्थात्पांच आज्ञाएं सभी बौद्ध गृहस्थों एवं भिक्षुओं के लिए है। वे इस प्रकार हैं:-

- कोई किसी को न मारे।
- चोरी न करे, अर्थात् जो वस्तु न दी गई हो उसे न लें।

- झूठ न बोलें।
- नशीली चीजों का सेवन न करें।
- व्यभिचार न करें।

भिक्षुओं के पांच अन्य नियम हैं, जो इस प्रकार हैं-

- रात्रि में देर में भोजन न करना।
- माला न पहनना और सुगन्धित द्रव्य का प्रयोग न करना।
- भूमि पर सोना।
- नृत्य, गीत में आसक्त न होना।
- सोना-चांदी को व्यवहार में न लाना।

उपर्युक्त दसों आज्ञाएं भिक्षुओं के लिए अनिवार्य हैं। जबकि पंचशील गृहस्थों के लिए अनिवार्य हैं।

5. **सम्मा जीव (सम्यक जीविका)** – बौद्ध धर्म के सिद्धान्तों के प्रतिकूल कोई जीविका नहीं करनी चाहिए। अर्थात् ऐसी आजीविका का आश्रय नहीं लेना चाहिए जिसमें हिंसा, चोरी और व्यभिचार करना पड़े तथा झूठ बोलना पड़े। अर्थात् बौद्ध धर्म का यह उपदेश है कि मनुष्यों की आजीविका शुद्ध होना चाहिए।

6. **सम्मा व्यायाम (सम्यक व्यायाम)** – सम्यक व्यायाम का तात्पर्य कसरत या नाना प्रकार के योग, आसन आदि से शरीर को कष्ट देना नहीं परंतु इस तात्पर्य है शुभोद्योग। सच्चे उद्योग में चार बातें आती हैं:-

- अवगुणों के नाश का उद्योग करना।

- नये अवगुणों से बचने का उद्योग करना।
- गुणों को प्राप्त करने का उद्योग करना।
- गुणों की वृद्धि आचार-विचार के द्वारा करना।

7. **सम्मा स्मृति (सम्यक् स्मृति)** – स्मृति से स्मरण और निरंतर विचार करने का अर्थ लिया जाता है। मन सदैव शुद्ध होना चाहिए क्योंकि जब मन शुद्ध होगा तभी कर्म निर्दोष होगा। कर्म से आशय कायिक, वाचिक तथा मानसिक तीनों प्रकार के कर्मों से है। इस प्रकार मन को सम्यक् रूप से शुद्ध रखते हुए कर्म में लीन रहना चाहिए। शील के अनुशीलन से हमारी मानसिक क्रियाएं नियमित हो जाती हैं। शील समाधि की सीढ़ी है। सत्कर्म के लिए जो चित्त की एकाग्रता सम्पादित की जाती है वह वह समाधि है। समाधि की इच्छा रखने वाले को भोजन व्यसन में आसक्ति का वर्जन कर उसके प्रति वैराग्य रखने का प्रयत्न करना पड़ता है। दुःख का नाश करने के उद्देश्य से शरीर धारण रखने के निमित्त ही भोजन ग्रहण करना चाहिए। इस प्रकार भोजन से विराग उत्पन्न कर लेने पर निर्वाण पथ के यात्री को शरीर की नश्वरता पर विचार करना चाहिए। निर्वाण की इच्छा रखने वाले मनुष्य को अपना भाव ऐसा बना लेना चाहिए कि वह समस्त संसार का मित्र है।

### बौद्ध धर्म एवं संस्कृति का प्रभाव

बौद्ध धर्म की स्थापना सिद्धार्थ गौतम बुद्ध ने छठी शताब्दी ई०पू० के उत्तरार्ध में की थी। इस समय तक धर्म के क्षेत्र में ब्राह्मणों का एकाधिकार हो

चुका था। कर्मकांड की प्रधानता थी और उसमें बड़ी जटिलताएं आ गयी थीं। संपूर्ण धार्मिक साहित्य संस्कृत भाषा में होने के कारण जन साधारण की पहुंच से बाहर था। गौतम बुद्ध ने जिस धर्म का प्रवर्तन किया उसमें जटिलता नहीं थी। उन्होंने जन भाषा में अपनी बात कही और लोगों को मध्यम मार्ग अपनाने का उपदेश दिया। बौद्ध धर्म का मानना है कि न तो अधिक आसक्ति हो और न ही शरीर को तपस्या के द्वारा अधिक कष्ट दिया जाए।

### बुद्ध के उदान (उपदेश)

भावातिरेक में कभी-कभी जो महापुरुषों के मुँह से वाक्य निकलता है उसे उदान कहते हैं। भिक्षु जगदीश कश्यप ने बुद्ध के उदान का अनुवाद हिन्दी में लिपिबद्ध किया है। कुछ प्रमुख उदान निम्नलिखित हैं –

- मनुष्य अपने वंश अथवा जन्म से ब्राह्मण नहीं होता परंतु जिसमें सत्य और पुण्य है वहीं ब्राह्मण है और वही सत्य है। जिसने पाप को मन से बाहर कर लिया है, राग-द्वेष से रहित और संयमशील है, जो निर्वाण पद का ज्ञाता है, सफल ब्रह्मचर्य वाला है वही अपने का ब्राह्मण कह सकता है।
- जो प्रपंच को पार कर चुका, काम के कांटों को तोड़ चुका, मोह का क्षय कर चुका और सुख दुःख से लिप्त नहीं होता वही सच्चा भिक्षु है।
- जितनी हानि शत्रु द्वारा शत्रु की होती है, झूठ के मार्ग पर लगा चित्त उससे अधिक हानी करता है।
- जिसका चित्त शिला की तरह अचल रहता है, राग उत्पन्न करने वाले विषयों में अनुरक्त नहीं होता है, क्रोध करने वाले विषयों से क्रोध नहीं करता है, जो ध्यान

- लगाना जान चुका है—उसे दुःख नहीं हो सकता।
- स्थिर शरीर और स्थिर चित्त से जाग्रत अथवा सुसुप्तावस्था में जो भिक्षु अपनी स्मृति को बनाए रखता है, वह ऊंची से ऊंची अवस्था को प्राप्त कर सकता है।
  - जिसने इसे अपना लिया है वह अरूपसंज्ञी योगी सांसारिक आसक्ति को छोड़ चारों योगों (कामयोग, भवयोग, दृष्टियोग और अविद्यायोग) के परे हो जाता है। उसका फिर संसार में जन्म नहीं होगा।
  - कामों में आसक्त, बंधनों के दोष को नहीं देखने वाला बल्कि उन बंधनों में और भी संलग्न रहने वाला इस अपार भवसागर को पार नहीं कर सकता।
  - मोह के बंधन में पड़ा हुआ संसार ऊपर से देखने में बड़ा अच्छा मालूम होता है। सांसारिक मूर्ख जन उपाधि के बंधन में बंधे हुए हैं। अंधकार से सभी ओर घिरे पड़े हैं। समझते हैं यह सदा ही रहने वाला है ज्ञानी पुरुष के लिए रागादि कुछ नहीं है।
  - दान देने से पुण्य बढ़ता है। संयम करने से बैर बढ़ने नहीं पाता। पुण्यवान पाप को

छोड़ देता है। राग द्वेष और मोह के क्षय होने से परिनिर्वाण पाता है।

- शोक करना, रोना—पीटना तथा और भी संसार में होने वाले अनेक प्रकार के दुःख प्रेम करने से ही होते हैं। जो प्रेम नहीं करता उसे कोई दुःख नहीं होता। जिनके मन में कभी प्रेम की भावना नहीं उठी है वे ही सुखी और शोक रहित होते हैं। इसलिए संसार में प्रेम (मोह माया) न बढ़ाते हुए विरक्त रहने का यत्न करना चाहिए।

### सन्दर्भ सूची

- ❖ भगवान् बुद्ध धम्म—सार व धम्म—चर्या, आनन्द कृष्ण।
- ❖ डॉ० भीमराव अम्बेडकर, “भगवान् बुद्ध और उनका धम्म”।
- ❖ आचार्य सत्यनारायण गोयनका, “क्या बुद्ध दुःखवादी थे?”
- ❖ आचार्य सत्यनारायण गोयनका, “आत्मकथन”
- ❖ श्रीमद् भगवतमहापुराणम्, गीता प्रेस।
- ❖ जहं जहं चरन परे संतन के, तिक न्यात द्वन्द्व।