

महान जापानी गुरु

रुहो ओकावा

उनकी पुस्तकों की दुनिया भर में १०० मिलियन प्रतियां बिक चुकी हैं।



The Rebirth of Buddha

NOW IN
HINDI

बुद्ध का पुनर्जन्म

आपके जीवन के
कायाकल्प के लिए बुद्ध का ज्ञान

JAICO

बुद्ध का पुनर्जन्म

आपके जीवन के कायाकल्प के लिए बुद्ध का ज्ञान

The **Rebirth** of **Buddha**
Now in Hindi

रयुहो ओकावा



जयको पब्लिशिंग हाउस

अहमदाबाद बेंगलोर भोपाल चेन्नई
दिल्ली हैद्राबाद कोलकत्ता लखनऊ मुम्बई

प्रकाशक
जयको पब्लिशिंग हाउस
ए-2 जश चेंबर्स, 7-ए सर फिरोजशहा महेता रोड
फोर्ट, मुंबई - 400 001
jaicopub@jaicobooks.com
www.jaicobooks.com

रयुहो ओकावा
हिन्दी अनुवाद © हैप्पी साइंस
आई आर एच प्रेस कम्पनी लिमिटेड द्वारा
सर्वप्रथम 'Buddha-Saitan' के रूप में प्रकाशित
सभी प्रकाशनार्थ सुरक्षित

आई आर एच प्रेस कम्पनी लिमिटेड के साथ मिलकर प्रकाशित
1-6-7 टोगोशी, शिनागावा-कू
टोक्यो, 142-0041, जापान

THE REBIRTH OF BUDDHA
बुद्ध का पुनर्जन्म
ISBN 978-81-8495-219-3

पहली जयको आवृत्ति: 2011

इस पुस्तक का कोई भी अंश प्रकाशक से लिखित अनुमति लिए
बिना किसी भी रूप में या किसी साधन जैसे इलेक्ट्रॉनिक फोटोकॉपी
समेत यांत्रिक, रिकार्डिंग या किसी सूचना को स्टोर कर और पुनः
प्राप्ति द्वारा पुनः प्रस्तुत या पुनः प्रयोग नहीं किया जायेगा।

सूची

भूमिका

मूल संस्करण

प्रथम अध्याय

मैं वापस आ गया हूँ

जागो

बुद्ध के तीन महत्वपूर्ण सिद्धांत

सनातन मूल्य

आत्मा का उद्गम

विश्व का त्याग

मेरा ज्ञानोदय

मस्तिष्क का साम्राज्य

उच्च प्राप्ति के उद्देश्य

नैतिक मन की खोज

कमल के फूल की भाँति

मानव जाति की मुक्ति

आओ मेरा अनुसरण करो

द्वितीय अध्याय

बुद्धिमत्ता के शब्द

मन का पोषण

आत्म चेतावनी के शब्द

मध्यम मार्ग

जो आत्मा को तेजवान बनाता है

विनय और कृतज्ञता

प्रेम का आचरण

आत्मोद्धार का मार्ग

उन्नति का मार्ग

तीसरा अध्याय

मूर्ख मत बनो

मूर्खता क्या है?

लालची मत बनो

समर्पण

प्रबुद्ध

स्वयं को जानो

महामूर्ख

दया का मूल्य

आत्मरक्षा की मूर्खता

अपने शरीर से दुःखी मत हो

क्रोध न करो

ईर्ष्या मत करो

शिकायत न करो

शांति से कार्य करो

अध्याय चार

राजनीति और अर्थशास्त्र

राजनीति और अर्थशास्त्र में

एक आध्यात्मिक मेरूदंड

संसार को बदलने की शक्ति

राजनैतिक सत्य

आर्थिक सत्य

संतुष्ट रहना सीखो

उपयुक्त रीति से उन्नति

मध्यम मार्ग से उन्नति

देश के लिए मध्यम मार्ग

अध्याय पाँच

सहनशीलता और सफलता

चुपचाप चलो

अकेलेपन का समय

सफलता का मार्ग

- 1 शान्त मस्तिष्क
- 2 ईर्ष्या में मत फंसो
- 3 ज्ञानोदय की सुगंधि

"रीड" की ध्वनि

साधारण जीवन में तेजस्विता

सहनशीलता और सद्गुण

अध्याय छह

पुनार्वतार क्या है?

पुनार्वतार का दर्शन

गरिमा को जानना

सर्वश्रेष्ठ सत्य

सौभाग्यशाली

सुख की सड़क

प्रतिदिन की खोज, प्रतिदिन की उत्तेजना

यह जीवन और आगामी जीवन

आशा का प्रभु-वाक्य

अध्याय सात

आस्था और बुद्धभूमि का निर्माण

बुद्ध या ईश्वर कौन हैं ?

संसार की महान आत्मा के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन

श्रेष्ठ आत्माओं के प्रति श्रद्धा

आस्था की नींव

बुद्ध के प्रति स्वयं को समर्पित करना

शत-प्रतिशत आस्था

शिष्यों के मध्य एकता भंग करने का पाप

विनयपूर्वक मार्ग की खोज

चाहे तुम्हें मरना पड़े

बिना आस्था के

घर में रामराज्य का प्रारंभ

हृदय से संसार की ओर

दो शब्द

मूल संस्करण

हैप्पी साईस

जॉइन हैप्पी साईस!

भूमिका

(मूल संस्करण)

‘बुद्ध का पुनर्जन्म’ जैसा कि इस पुस्तक के विषयों में आप देखेंगे, बौद्ध धर्म के मूल सिद्धांतों के विषय में, बुद्ध का अपने शिष्यों के प्रति संदेश है। यह पुस्तक उन सब के लिए एक मार्गदर्शक है जो बुद्ध के सत्य के प्रति जागरूक हैं। यह पुस्तक अनेक बार चेतावनी की तेज आवाज के रूप में भी कार्य करेगी।

अनेक लोगों ने समय—समय पर बौद्ध धर्म का अध्ययन किया है लेकिन मैं दावे के साथ कह सकता हूँ कि इन पृष्ठों में जैसा बौद्ध धर्म के लिए लिखा गया है ऐसा पहले नहीं कहा गया। इसमें सीधे स्पष्ट रूप में उपदेश दिया गया है। इन्हें समझना और विषय की गहराई तक जा पाना आसान है।

यह पुस्तक सभी धार्मिक प्रचारकों के लिए महत्वपूर्ण है और सदैव महत्वपूर्ण रहेगी। मेरा दृढ़ विश्वास है कि आप हर पृष्ठ पूर्ण रूप से पढ़ेंगे।

रयुहो ओकावा
हैप्पी साईस

अध्याय 1

मैं वापस आ गया हूँ

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
क्या तुम्हें मेरी आवाज याद है?
तुमने बहुत पहले मुझे सुना था।
हजारों वर्ष पूर्व,
सहस्राब्दियों पूर्व,
नहीं लाखों वर्ष पूर्व,
तुम और मैं इस धरती पर इकट्ठे पैदा हुए,
बार—बार जन्म लिया।
इस सत्य संसार (आध्यात्मिक जगत) में,
तुम सदैव सीखते रहे
बुद्ध के सत्य मार्ग को।

जागो

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैं अब वापस आ गया हूँ।
मेरे पुनर्जन्म की खुशी मनाओ।
मेरे पुनर्जन्म पर जागो।
तुम्हें इस सत्य पर जागना होगा।
यह मेरे पुनर्जन्म का समय है।

भारत की भूमि पर अनेक शताब्दियों पूर्व,
मेरे शिष्यों तुमने मुझे बोलते सुना था
मैं तुमसे कहता हूँ,
मेरे हजारों लाखों
सनातन शिष्यों,
तुममें से हर किसी से,
जिसने भारत में मेरे उपदेश सुने,
अपनी आँखें और दिलों को खोलो,
क्यों तुम गहरी नींद में सोए हो?
अगर तुम नहीं जागे
मैं जो करने आया हूँ
वह मैं प्राप्त नहीं कर सकता हूँ।
जब मुझे ज्ञानोदय प्राप्त हुआ,
मेरे सब शिष्यों को भी साथ जागना है।
जब मैं बोलता हूँ,
मेरे सब शिष्यों को इकट्ठा होना है।

मेरे सनातन शिष्यों!

भूली हुई मेरे शब्दों की ध्वनि को फिर सुनो।
मेरी बहुत समय तक नहीं सुनी आवाज को सुनो।
मेरे बहुत समय तक नहीं बोले शब्दों को फिर सुनो।

मैंने तुमसे बार—बार कहा है,
मानव जाति कितनी महान है,
मानव आत्मा कितनी महान है,
मानव जाति का उद्देश्य कितना महान है।

मेरे सनातन शिष्यों,
तुम्हारा शरीर, मुख और मस्तिष्क,
चाहे एक हीरे के आकार सी बुद्धिमत्ता से न भरा हो
आज के इस समय में
मैंने तुम्हें अपना मस्तिष्क साफ करना सिखाया है।
अपने हृदय में झाँकना सिखाया है।
मैंने तुम्हें सिखाया है,
जब तुम अपना मस्तिष्क साफ करते हो,
स्वयं को निहारते हो,
तुम देखोगे कि तुम एक बुद्धिमान हीरा हो।
मैंने तुम्हें सदैव सिखाया है,
तुम अपने में से ही तलाशों,
एक चमकते तराशे हीरे को

बुद्ध के तीन महत्वपूर्ण सिद्धांत

मेरे सनातन शिष्यों,
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरी आवाज सुनो।

मैंने तुम्हें बहुत पहले सिखाया था,
तुम्हें तीन सिद्धांतों के प्रति आस्थावान होना है।
ये तीन रत्न हैं,
बुद्ध, धर्म और संघ।
बुद्ध का अवतार बुद्ध है।
वह तेजस्वी और जागरूक है।
धर्म बुद्ध का आचार है।
बुद्ध का ज्ञान जो वह देता है।

भूत, वर्तमान और भविष्य में।

बुद्ध का उपदेश एक यान है
वह एक यान है, सीखने का एक ढंग है,
उपदेशों का एक पुंज है।
पिछले लाखों वर्षों में,
करोड़ों वर्षों में,

विगत समय में,
मानव जाति ने अनेक समाजों का सृजन किया।
अनेक युगों और अनेक संस्कृतियों का सृजन किया।
बुद्ध के उपदेश विभिन्न युगों, क्षेत्रों और संस्कृतियों में
विभिन्न रूप धारण करते रहे।
लेकिन बुद्ध के उपदेश
सदैव एक बड़ा यान है
बुद्ध के सदाचार
सदैव वैसे ही रहे हैं।

तुममें से अनेक जो इस आवाज को अब सुन रहे हैं,
मेरी उपदेशों को तुमने सुना।
अनेक रूपों में सुना।
अनेक पुनर्जन्मों के दौरान,
इन उपदेशों ने एक बात सिखायी।
एक महान आत्मा है यह सिखाया।
शासन करती है वह इस संसार पर।
जब यह महान आत्मा
अपना एक अंश इस पृथ्वी पर भेजती है,
यह बुद्ध का अवतार होता है।
वह शक्ति और उद्देश्य,
जो बुद्ध के अवतार के साथ जुड़े हैं
वह हमें महान आत्मा के उपदेश सिखाता है।
अतः महान आत्माओं के उपदेश
बुद्ध द्वारा ही सिखाए जाते हैं।
धर्म ग्रन्थों में,
उसके शिष्यों द्वारा इकट्ठे किए जाते हैं।
वे सनातन उपदेश हैं जो इन धर्म ग्रन्थों में होते हैं
मानव जाति को इन नियमों में बद्ध होना है।
मानव जाति को इन नियमों पर निर्भर करना है।
यह आवश्यक नहीं है कि बुद्ध का अवतार
इस पृथ्वी पर है या नहीं।

चाहे उसने इस पृथ्वी को छोड़ दिया है,
पर ये सनातन नियम सबके लिए मार्गदर्शक प्रकाश है।
ये सनातन नियम सदैव प्रकाश पुंज रहेंगे।
जो अंधेरे में प्रकाश फैलायेंगे।
असंख्य लोगों को मार्ग दिखायेंगे।
मेरे लोगों,
धन्य हैं वे जो बुद्ध के साथ रहते हैं।
तुम ऐसे समय में उत्पन्न हुए हो
जब बुद्ध का अवतार मौजूद नहीं है।
तुम्हें इन नियमों पर विश्वास करना है।
इनके लिए नियमों से जुड़ कर रहना है।
फिर संघ है,
जो नियमों को पोषित और रक्षित करता है उन्हें फैलाता है।
संघ मेरे एकत्रित शिष्यों के लिए एक स्रोत है
संघ की शक्ति,
मेरे शिष्यों की शक्ति,
निश्चित करेगी कि
बुद्ध के उपदेश
कितनी दूर-दूर तक फैलेंगे।

सनातन मूल्य

मेरे सनातन शिष्यों,
तुम्हें इस युग के मूल्यों के साथ नहीं जुड़ना है।
वस्तुतः यह संसार
अनेक आकर्षणों से भरपूर है।
संसार में अनेक रूचिकर कार्य हैं,
लेकिन तुम्हें अपने मस्तिष्क को इन सबमें डूबने से रोकना है।
तुम्हारा दिमाग लोगों की गप्पों में खोकर रास्ता न भूल जाए।
तुम्हारा दिमाग लोगों की बातों में न फँस जाए।
अपने पुनर्जन्म की इस नित्यता में
तुमने सदैव मेरे शब्दों को सुना और अनुसरित किया है।
अपने मस्तिष्क की अनन्त गहराईयों में,
सही रूप में,
अपने हृदय के सच्चे भागों में,
तुम जानते हो कि सनातन मूल्य क्या है?
बुद्ध द्वारा दिखाए गए
नियमों के साथ स्वयं को जोड़ते हुए,
उनके नियमों के अनुसार जीते हुए,

दूर-दूर तक बुद्ध के आदेशों का
प्रचार करते हुए,
प्रत्येक व्यक्ति के हृदय की गहराईयों तक
बुद्ध के आदेशों को पहुँचाते हुए
गरम रक्त की भाँति,
हर किसी के दिल में इन आदेशों को पहुँचाते हुए।
क्या ये वही नहीं हैं जिसमें तुम्हें सदैव विश्वास है,
जिसका तुम्हारे लिए अत्यंत महत्व है?

मेरे लोगों,
सांसारिक आकर्षणों में अपने को मत डुबोओ
मेरे लोगों,
जिन मूल्यों को संसार महत्ता देता है
उनके साथ समझौता नहीं करो।
मेरे शिष्यों,
अपने जीवन का असली अर्थ जानो।
मैंने तुम्हें बार—बार सिखाया है
कि मानव जाति का एक नित्य जीवन है।
अपने सनातन जीवन की एक महत्वपूर्ण बात
यह जानना है कि एक महान शक्ति है
जो मनुष्यों को सनातन जीवन देती है।
जब तुम इस शक्ति को पहचानते हो
इस शक्ति के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन करो।
इस शक्ति के लिए अपना जीवन जियो
जिससे तुम्हारे पुनर्जीवन का चक्र
धर्म चक्र में बदल जाए।
इसके चक्रों से तुम्हारा जीवन गुजरे।
बुद्ध, धर्म और संघ
अपने में अनमोल हैं।
चाहे वे अलग से भी हैं
परन्तु वे तीनों आबद्ध हैं।
बुद्ध के लिए पुनर्जन्म का कोई अर्थ नहीं है
अगर उसके पास अपने उपदेशों को सिखाने का
स्त्रोत नहीं है।
संघ के प्रसार के अभाव में
ये सब नियम व्यर्थ हैं।
बुद्ध के अभाव में
संघ का कोई आधार नहीं है।

अतः बुद्ध, धर्म और संघ
एक-दूसरे पर निर्भर हैं।
मिलकर वे एक शक्ति हैं।
जब तुम प्रकृति के नियमों का चिन्तन करते हो
तुम देखोगे कि मानव जाति के अभाव में
इन नियमों का कोई अर्थ नहीं है।

आत्मा का उद्गम

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
अपनी आत्मा के उद्गम को जानो
अपनी स्मृति पर जोर डालकर आत्मा के
उद्गम को जानो।
तुम्हारे विचार
तुम्हारी आत्मा के उद्गम से जुड़े हैं।
तुम्हें यह सिखाया गया है।
बहुत समय पहले
इस विश्व को,
समृद्धि और उन्नति की स्थिति में लाने के लिए,
इस महत्वपूर्ण विश्व की
पूज्य महान आत्मा ने
मानव रूप में जन्म लेने की सोची।
इस पृथ्वी पर यह मानवीकृत महान आत्मा

जिसके पास असीम शक्ति थी जन्मी।
इसने स्वतः शक्ति अर्जित की
असंख्य आत्माओं का निर्माण करने की।
जिसे हम बुद्ध कहते हैं
हाँ, यह वह आत्मा है।
जो तुम्हारी आत्मा का पिता है,
तुम्हारा सृजक व पोषणकर्ता है
जिसने एक अभिभावक की भाँति सिखाया
अतः बुद्ध व उसके शिष्यों के मध्य
अभिभावक और संतान का संबंध है।
बुद्धादेश अभिभावक और बच्चे
को उसी तरह जोड़ते हैं
जैसे नाड़ माता को
बच्चे से जोड़ती है।
कई बार ये नियम पोषण के स्रोत होंगे।

कई बार ये नियम रक्त के स्रोत होंगे।
कई बार ये नियम ऑक्सीजन के स्रोत होंगे।
कई बार ये नियम जीवन के स्रोत होंगे।

मेरे शिष्यों जानो,
गुरु और शिष्य
एक पिता और बच्चे या
एक माता और बच्चे की भाँति है।
जानो कि तुम अपने माता-पिता से
नियमों से जुड़े हो।
जब तक तुम इन आदेशों से जुड़े हो
तुम्हें न भूख लगेगी न प्यास
अगर कभी ऐसा होगा
तो तुम्हारे प्रयास में कमी है।
तुमने इन नियमों को पढ़ा और पालन नहीं किया है।
तुमने बुद्धादेश को अपने जीवन
का अभिन्न अंग नहीं बनाया है।

विश्व का त्याग

मेरे शिष्यों,
मुझसे जो सीखो
उसका विश्लेषण करना सीखो।
हर शब्द को ध्यानपूर्वक सुनो।
अतीत में तुम्हें असंख्य बार सिखाया है
तुम्हारी तरह मैं भी यहाँ जन्मा था
रक्त और मज्जा से बने शरीर में।
मैं भी तुम्हारी तरह
शिशु से एक बच्चे और फिर व्यस्क रूप में बड़ा हुआ।
मैंने इस संसार की पीड़ा व कष्ट को पास से देखा है।
इसे इस रूप में नहीं सह पाया है।
मानव जाति को बचाने का मार्ग अपनाया है।
अनेक स्थानों की मैंने यात्राएँ की हैं,
अपने ज्ञान के खजाने को विस्तृत किया है।
अनेक स्थानों पर साधनाएँ की है,
अपने मस्तिष्क को परिष्कृत किया है।
अनेक अवसरों पर मेरे गुरु पशु थे।
मैंने हिरणों, साँपों, खरगोशों और हाथियों से जीवन जाना।
मैंने नदियों की मछलियों से जीवन जाना।

जहाँ-तहाँ उगते पेड़ों से जीवन का पथ जाना।
मैदानों और पहाड़ों में खेलने वाले
फूलों से जीवन का पथ जाना।
घास से भी जीवन जीना जाना।
मधुमक्खियों और तितलियों
से भी जीवन जीना जाना।
मैंने इस विश्व की हर वस्तु को
अपना गुरु माना।
बुद्ध के आदेशों को गहराई से जानने के लिए,
मैं सीखता रहा, मैं सीखता रहा,
मस्तिष्क को बार—बार परिष्कृत करता रहा।
अपने को अनुशासित करता रहा।
छह वर्षों के प्रशिक्षण के बाद
मुझमें ज्ञानोदय हुआ।

मेरा ज्ञानोदय

वह ज्ञान क्या था जो मुझे प्राप्त हुआ?
क्या है मानव जाति की प्रकृति?
क्या है मानव जाति का उद्देश्य?
क्या है इस विश्व का उद्देश्य?
क्यों है बुद्ध का अस्तित्व?
क्या है बुद्ध और मानव जाति का संबंध?
क्या है मानव जाति का विशिष्ट कार्य?
क्या है मानव जीवन की खुशी और उद्देश्य?
क्या है खुशी के मूल में?
क्यों है इतना महत्वपूर्ण इस खुशी
के लिए पूरा जीवन लगाना?
ये मूल प्रश्न थे
जो मेरे मन में उपजे थे।
चिन्तन के विषय थे।
मुझे इनका उत्तर मिला
यही बुद्ध के रूप में
मेरा ज्ञानोदय था।

तुममें से अनेकों ने,
बौद्ध धर्म ग्रन्थों में, मेरे ज्ञानोदय के विषय में पढ़ा होगा
लेकिन वे केवल लिखित तथ्य हैं।
जिनका आकार तो है पर सुगन्ध नहीं है।

जिनका रूप तो है पर सार नहीं है।
क्या तुम मेरे ज्ञानोदय के बारे में
कुछ ग्रहण कर सकते हो?
क्या तुम याद कर सकते हो
अपने पिछले जन्म में
मेरे ज्ञानोदय के बारे में क्या जाना था?
क्या तुम ठीक से याद कर सकते हो
जो मैंने तुम्हें ज्ञानोदय के बारे में सिखाया था?

मस्तिष्क का साम्राज्य

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
अतीत में मैंने तुम्हें सिखाया था
तुम्हारी आत्माएँ एक अन्तः साम्राज्य बना रही हैं।
तुम्हारा शरीर कितना धूल-धूसरित क्यों न हो,
तुम्हारे कपड़े कितने भी गन्दे क्यों न हो,
या तुम्हारा शरीर कितना भी दुर्बल क्यों न हो गया हो,
तुम्हारी आत्मा इस साम्राज्य की राजा है।
मैंने तुम्हें सिखाया है,
अपनी आत्मा को सच्चा शासक बनने के लिए,
तुम्हारे पास इसकी गतिविधियों पर
नियंत्रण रखने की शक्ति होनी चाहिए।
तुम और केवल तुम
अपने मस्तिष्क के शासक बनने के योग्य हो।
तुम्हीं हो जिसके पास इसका अधिकार है।

याद रखो विगत में मैंने तुम्हें सिखाया था
कि तुम अपने मस्तिष्क के शासक बनो।
तुम अपने मस्तिष्क के साम्राज्य पर शासन करो।
जब तुम अधिक शक्ति प्राप्त करोगे नियंत्रण की
तुम्हारे दिमाग को और स्वतंत्रता मिलेगी।
मैंने तुम्हें सिखाया है
तुम पक्षियों की भाँति आकाश की ऊँचाईयों को भी
छू सकते हो।
पृथ्वी के सारे खेतों को निगल सकते हो।
सबसे पहले तुम्हें याद रखना है
कि तुम्हें नियमों में विश्वास है।
याद रखो केवल तुम्हीं हो
जिसे अपने मस्तिष्क पर शासन करना है।

याद रखो
तुम्हारा मस्तिष्क तुम्हें दिया गया है।
तुम ही केवल
पूर्ण रूप से अपने मस्तिष्क को शासित कर सकते हो।
याद रखो सारे दिलों पर शासन किया जा सकता है
व्यक्तिगत प्रयास और परिश्रम से।
मैंने पहले भी तुम्हें सिखाया है
और अब फिर तुम्हें यह सिखाया है
जब तुम्हारा हृदय शिक्षित होगा
महान मानसिक शक्ति बढ़ेगी।
हृदय को शिक्षित करके
जो मानसिक शक्ति तुम्हें मिलती है
वह तुम्हारी आत्मा के शिक्षण के लिए
इस संसार में महान उपलब्धि है।
तुम मानसिक शक्ति के साथ स्वयं को जोड़ने के लिए
इस पृथ्वी पर प्रशिक्षण ले रहे हो।

मैंने तुम्हें सिखाया है
जैसे अधिक शक्ति के लिए
मांसपेशियों को मजबूत किया जा सकता है,
इसी तरह भरपूर मानसिक शक्ति पाने के लिए
तुम्हारे मस्तिष्क को प्रशिक्षित और परिष्कृत
किया जा सकता है।
एक बार मानसिक शक्ति मिलने पर
नहीं रह सकती वह छिपी,
नहीं हो सकती वह फीकी,
नहीं खो सकती वह मूल्य।
उपलब्ध शक्ति है स्थायी खजाना,
नहीं छोड़ेगी तुम्हारा संग।
वास्तव में यही है जो मैंने तुम्हें सिखाया है।
मैंने तुम्हें सिखाया है
जितना कड़ा प्रशिक्षण होगा
उतनी मजबूत मानसिक शक्ति होगी।
मैंने तुम्हें यह भी सिखाया है
प्रशिक्षण के अनेक तरीके हैं
जो मानसिक शक्ति का विकास करेंगे।
वास्तव में मैंने तुम्हें दिये हैं अनेक
लक्ष्य प्रशिक्षण में।

महान है उसमें
भौतिक आकर्षणों से हृदय को बचाने का।

उच्च प्राप्ति के उद्देश्य

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
क्या तुम याद कर सकते हो मैं तुम्हें उपदेश देता था
संसारि आकर्षणों से नाता तोड़ने का?
क्या तुम याद कर सकते हो जो सिखाया
मैंने तुम्हें इन आकर्षणों के बारे में?
इस पृथ्वी पर
तुम्हारी इच्छाशक्ति दुर्बल होगी
और तुम अपने शरीर के गुलाम बन जाते हो।
तुम शरीर की इच्छाओं से प्रभावित हो जाते हो,
या शरीर में जो इच्छाएँ उत्पन्न और उठती हैं।
मैंने तुम्हें इन प्रवृत्तियों के विषय में बताया था।
मनुष्य की इच्छाएँ अपने व औरों के लिए बुरी नहीं है,
क्योंकि मानव चेतन प्राणियों की एक प्रजाति है।
इसका अस्तित्व बचाव के नियम से शासित होता है।
मानव जाति का उद्देश्य जीवों और पौधों से अलग है।
केवल सुरक्षा इसका उद्देश्य नहीं हो।
तुम सब नियमों के अध्येता व धर्मपालक हो।
तुम बुद्ध के शिष्य हो,
तुम सामान्य सुरक्षा से ऊपर उठो।
तुम अस्तित्व बचाने के लिए पृथ्वी पर नहीं जियो
संसार में तुम्हारा अस्तित्व निश्चित है
जब तुम एक उद्देश्य से जीते हो।
जो अस्तित्व से ऊपर है।
अतः अस्तित्व बचाव के साधनों से भ्रमित न हो।
मत भूलो,
तुम पृथ्वी पर उच्च उद्देश्य प्राप्ति के लिए रह रहे हो।
मत भूलो,
तुम पृथ्वी पर उच्च उद्देश्य प्राप्ति की रक्षा के लिए रह रहे हो।
हाँ, होती हैं हर किसी में सांसारिक इच्छाएँ
विलग नहीं हो सकती इच्छाएँ,
जीने के साथ जुड़ी हैं इच्छाएँ,
नाता तोड़ दो सांसारिक इच्छाओं से।
हो सकता है यह जिन्दगी को नकारने के तुल्य हो।
इस कारण मैंने तुम्हें सिखाया है

वासनात्मक और बुरे विचारों को त्याग दो,
व्याभिचार को त्याग दो,
शासित करने की कुटिल इच्छा को त्याग दो,
धन के लिए अनैतिक इच्छाओं को त्याग दो,
एकत्र करने की अनैतिक इच्छाओं को त्याग दो,
अनियंत्रित पेटूपन को त्याग दो।
मैंने तुमसे कहा है,
वासनापूर्ण शब्दों का प्रयोग मत करो,
बुरे विचारों के आधार पर कार्य मत करो,
ये बातें मैंने तुम्हें निरंतर और बार—बार सिखाई हैं।

नैतिक मन की खोज

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
क्या तुम जानते हो
मेरी शिक्षाएँ धीरे—धीरे कैसे खुलती हैं?
मेरे इस वर्तमान अवतार में
मैंने तुम्हें नैतिक मन की खोज के लिए बुलाया है।
क्या तुम्हें याद है अतीत में मैंने तुम्हें सिखाया था
स्वयं को मुक्त करो व्याभिचार से,
मुक्त करो वासनात्मक विचारों से,
मुक्त करो बुरे भावों से,
सही मार्ग को खोजने जैसी है यह शिक्षा,
अलग दृष्टिकोण से देखने पर है सदाचार की प्रवृत्ति।
मेरे शिष्यों,
सही मार्ग पर तुम्हें आगे बढ़ना है,
सही मार्ग तुम्हें चुनना है,
ऐसा करने के लिए
विकसित करना होगा शक्ति को।
नियंत्रित करना होगा भावों और विचारों को
जो मन में उठा करते हैं मनुष्य के।
सीखते हो जीवन से जो कुछ भी तुम।
सीखना है उस पर नियंत्रण रखना।
उठते हैं जो विचार मस्तिष्क में, उनको
और नियंत्रित करना होगा उद्देश्य को।
यही है आधार तुम्हारे कार्यों का।
पाया तुमने कभी कार्यों का उद्देश्य बुराई,
या पाया नुकसान पहुँचाना,

जरूरत है तुम्हें तब आत्म निरीक्षण की।
दिया है तुम्हें क्षमा का ज्ञान मैंने।
अतः हो सकते हैं कई बार गलत विचार तुम्हारे
मनुष्य हो तुम,
कभी गलत काम कर सकते हो।
मनुष्य हो तुम,
पूर्ण रूप से दोषमुक्त नहीं हो सकते हो।
तुम इस पृथ्वी पर घूमते हो,
तुम आकर्षणों से भरपूर संसार का सामना करते हो,
इस संसार में रहते हो,
तुम इसकी शिकायत नहीं कर सकते हो।
अतः दुखी मत हो।
तुम्हें अपनी पूरी जिन्दगी आकर्षणों को सहना है।
हो सकता है तुम्हें कठिनाइयों का सामना करना पड़े।
याद रखो तुम्हें दिया गया है
बुराई दूर करने व मस्तिष्क साफ करने का मार्ग।
यह आत्म विचार का एक अभ्यास है।
यह अष्टमार्ग नहीं है,
जो मैं तुम्हें सदैव सिखाता हूँ।
याद रखो
इस पर विचार करने के लिए पर्याप्त समय लो।

कमल के फूल की भाँति

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैंने कमल के फूल को सदैव महत्व दिया है,
इस सुंदर फूल का अनेक उदाहरणों में प्रयोग किया है।
मैं तुमसे अब कुछ और भी बाटूंगा।
देखो इस दलदल की ओर को
जिस दलदल ने हमें घेरा है उसे देखो।
दलदल जहाँ कमल खेलता है
सौन्दर्य के स्थान नहीं है।
यह गन्दे दलदल में उगते हैं।
यह दलदल अत्यंत दूषित है।
जिस पानी में यह उगता है वह गंदला है।
इस कीचड़ में एक प्रकार की दुर्गंध है।
यह वह स्थान है जहाँ कमल का बीज रोपा जाता है,
अंकुर निकलता है,
जड़ बनता है,

फूल खिलता है,
गंदले पानी में इसके तने निकलते हैं।
इसके फूल अपनी अद्वितीय सुंदरता के साथ
लाल, सफेद, बैंगनी रंगों में खिलते हैं।
ऐसा संसार में कम ही देख पाते हैं।
इस संसार में कमल के फूल का खिलना
एक स्वर्गिक सौन्दर्य है।
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
जानो कि तुम्हारा उद्देश्य यही है,
जानो कि तुम्हारी पहचान यही है।
इस संसार में और इसमें जो कुछ भी है।
वह गंदगी से भरा हो सकता है।
यह अनेक प्रलोभनों से पूर्ण हो सकता है।
जहाँ तक तुम्हारी दृष्टि जाती है
यह अनेक खतरों से भरा हो सकता है।
ठोकर खाकर ऊँचाई से गिरा सकता है।
तुम्हें अपने चारों ओर को नहीं भुलाना है।
परिश्रम करके उससे भागना नहीं है।
दलदल में तुम्हें
एक सुंदर कमल की भाँति खिलना है।
यही कारण है
इस वर्तमान जिन्दगी में
तुम मेरे शिष्य की भाँति उत्पन्न हुए हो।
मैंने तुम्हें पहले भी सिखाया है,
मैं तुम्हें अब फिर सिखाता हूँ।
इस संसार में कितना भी दुःख क्यों न हो,
इस संसार में कितने भी कष्ट क्यों न हो,
तुम्हें कोई बहाना नहीं बनाना है।

मानव जाति की मुक्ति

अगर तुम्हें मेरी आवाज में विश्वास है
जो शब्द अब मैं कहने जा रहा हूँ
उसमें विश्वास करो।
बुद्ध और उसके शिष्यों का सदैव काले बादलों से भरे युगों में,
इस पृथ्वी पर जन्म हुआ।
काले बादलों से भरे युगों में,
जब लोगों के दिमाग शून्य हो गए थे,
वे परिवर्तन के समय थे।

ऐसे समय में अर्थ था
बुद्ध के शिष्यों के जन्म लेने का।
ऐसे समय में संभव हो पाई
मानव जाति की मुक्ति।
तुम्हें अपने समय, परिस्थितियों
या जिन लोगों के साथ तुम्हारा जन्म हुआ उस पर
विलाप नहीं करना चाहिए।
वे कैसे भी हो।
वे समय जिसके तुम वंशज हो,
वे समय जिसमें तुम जन्मे हो,
सदैव दुःख के समय है,
मानव जाति के दुःख के युग है।
फिर भी
तुम याद रखो कि तुम्हारा उद्देश्य है
नए युग के आगमन को बताना।
इन अंधेरी में
बुद्ध के प्रति स्वयं के संकल्प को
पूरा करने का यही मार्ग है।

आओ मेरा अनुसरण करो

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरा हृदय खुशी से भरा है
कि तुम्हें दोबारा जन्म मिला है।
तुम्हें दोबारा इस जीवन में देख कर
मेरा हृदय खुशी से भरा है।
मैंने तुमसे वादा किया था
धार्मिक उथल-पुथल के दिनों में मैं लौटूंगा,
एक ऐसे युग में
जहाँ कुछ लोग शिक्षाओं पर अमल करते हैं।
वे जानते हैं
कि ज्ञान को कैसे पाना है।
मैंने तुमसे वादा किया था
मैं पुनः जन्म लूंगा।
धार्मिक उथल-पुथल के दिनों में
तुम्हारे साथ एक बुद्ध भूमि बनाने के लिए कार्य करूंगा।
अपनी आत्मा व शरीर को उसमें लगाऊंगा।
मैंने वायदा किया था
धार्मिक उथल-पुथल के दिनों में

मैं पृथ्वी पर आऊंगा
व एक नया ज्ञान दूंगा।
क्या तुम्हें याद है
मैंने ऐसा वायदा किया था?
मैं कभी अपने वायदे को नहीं भूला हूँ।
धर्म के अंत के दिन अब हैं।
यह समय तुम्हें भी बुला रहा है,
समय मुझे भी बुला रहा है।

मेरे वास्तविक शिष्यों,
मेरी आवाज में विश्वास करो।
मेरी आवाज से जागो।
मेरे नेतृत्व का अनुसरण करो।
आओ और मेरा अनुसरण करो।
चमकते सफेद हाथ का अनुसरण करो।
मैं ही तुम्हारा शाश्वत गुरु हूँ।
यह शिष्यों का कर्त्तव्य है
उन्हें अपने शाश्वत गुरु का अनुसरण करना है।
अपने उद्देश्य को आँखों से ओझल नहीं होने देना है।

अध्याय 2

बुद्धिमत्ता के शब्द

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे शब्दों को ध्यान से सुनो
मैंने तुम्हें सदैव सिखाया है
तुम्हारे मन का सदैव एक निर्देशक होना चाहिए
जबकि तुम्हारा मन सदैव दाँये-बाँये डोलता रहता है।
तुम्हारे मन का निर्देशक सदैव बुद्ध की ओर निर्देश करे
जैसे कम्पस उत्तरी-ध्रुव की ओर संकेत करता है।

मन का पोषण

मन का मार्गदर्शक
केवल बुद्धिमत्ता के शब्द हैं।
तुम बुद्धिमत्ता के अनेक शब्दों से जुड़ते हो।
तुम उन्हें अपने जीवन का पोषक तत्व बनाते हो।
मेरे लोगों,
बुद्धिमत्ता के शब्द हर स्थान पर नहीं पाए जाते।
अपनी जिन्दगी के द्वारा,
बुद्धिमत्ता के इन शब्दों को
सही रूप में पा सकते हो हर जगह,
सही समय पर, जब आवश्यकता है तुम्हें।
आज मेरे असंख्य ज्ञान के शब्द
अनेकों द्वारा पढ़ें और रिकार्ड किए जाते हैं।
फिर भी मुझे तुमसे कहना है
ये शब्द नहीं बोले जाते हैं
किसी चुने हुए समय, स्थान या श्रोताओं के बीच।
पाठक नहीं हैं परिचित इनसे
नहीं जानते किसने ये शब्द बोले हैं
कहाँ, कब और कैसे बोले गए हैं?
शब्द बहुत कपटी होते हैं।
अगर शब्दों का सही स्थान, सही समय
और सही लोगों के मध्य प्रयोग न हो
उनकी सही शक्ति प्राप्त करना अत्यंत कठिन है।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे शब्दों और मेरे धर्मोपदेशों से
जो अर्थ तुम ग्रहण करते हो,
निर्भर करेगा तुम्हारी मानसिक स्थिति पर
किस विशेष समय में उन्हें सुनते या पढ़ते हो।
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,

मत करो व्याख्या मेरे शब्दों की अपने अनुसार
वरन, ढूंढो मेरे शब्दों का सही अर्थ
मेरे शब्द तुम्हारी समस्या का हल करने के लिए ही
तुम्हें नहीं मिले हैं,
नहीं, मैंने अनेकों के भले के लिए
इन शब्दों को कहा है।
इन शब्दों में से जिससे तुम्हारा दिमाग पुष्ट हो उन्हें चुनो
जो तुम्हारे हृदय को संकृत करें उन्हें चुनो।
उन शब्दों को चुनो।
जो आए हैं तुम्हारे पास अपने आप
उन शब्दों को चुनो।
तुम्हें विश्वास है जो शाश्वत है
उन शब्दों को चुनो।
यही महाज्ञान के शब्द हैं।

आत्म चेतावनी के शब्द

मेरे लोगों,
जब जिन्दगी अच्छी चल रही होती है
लोग घमंड से उन्मत्त हो जाते हैं।
ऐसे समय में हमें घमंडी नहीं होना है
हमें आत्म चेतावनी के शब्दों की आवश्यकता है।
अपने हृदय में आत्म चेतावनी के शब्दों को खोजो।
लगातार अपने से इन शब्दों को कहते रहो।
अपने दिमागों में इन्हें सदैव सजीव रखो।
आत्म चेतावनी के शब्द क्या हैं?
यह कहना ठीक है।
जब जिन्दगी अच्छी चल रही है,
अनेक लोग भूलने के आदी हो जाते हैं।
वे अपने गुणों पर अतिविश्वस्त हो जाते हैं।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
अपने गुणों पर अतिविश्वस्त न होना,
चाहे तुम्हारे कामों का परिणाम कितना भी अच्छा हो।
अपने गुणों का आकलन करो, अपनी योग्यताओं के प्रति
अतिविश्वस्त मत हो
स्वयं इसका श्रेय मत लो

तुम शाश्वत जिन्दगी से जुड़े हो।

तुम महान आत्माओं की जीवनी शक्ति से जुड़े हो।
तुम बुद्ध की जिन्दगी से एकात्म हो।
तुम उसकी जिन्दगी का एक हिस्सा हो।
इसलिए जब तुम बुद्ध में विश्वास करते हो,
उसके नियमों का पालन करते हो,
तुम प्राप्त करोगे
असंख्य उपलब्धियाँ और वीरता प्राप्त करोगे।
तुम अनेकों महत्वपूर्ण चमत्कारों को देखोगे।

फिर भी, ये मत सोचो
ये तुम्हारी अपनी शक्ति के प्रभाव से प्राप्त हुए हैं।
ये मत सोचो कि वीरता के कार्य तुम्हारी उपलब्धियाँ हैं
तुमने इन्हें अपने गुणों से पाया है।
इन चमत्कारों को संभव बनाया गया है
क्योंकि तुम एक बड़े विश्व के जीवन से जुड़े हो।
इसीलिए तुम इन उपलब्धियों को पा सके हो।
क्योंकि तुम महान ज्ञान के साथ एकात्म हो।

मेरे लोगों,
जानो
इस पूरे विश्व में एक भी वस्तु ऐसी नहीं है
जिसे तुम केवल अपनी शक्ति से प्राप्त कर सकते हो।
जानो कि तुम महान बुद्ध की हथेली पर हो,
यह इसलिए कि बुद्ध ने अपने खुले हाथ में तुम्हें पकड़ा है।
तुम इस पर चल सकते हो।
जब बुद्ध अपना हाथ बन्द करते हैं,
संसार अंधकारग्रस्त हो जाएगा।
जब बुद्ध अपना हाथ खोलेंगे,
विश्व केवल अनन्त प्रकाश के भीतर होगा।
तुम्हें यह नहीं भूलना है,
तुम बुद्ध के हाथ में रह रहे हो।
कोई भी वस्तु ऐसी नहीं है
जो अपने आप केवल तुम्हारी शक्ति से
तुम्हें प्राप्त हो जाए।
केवल तुम्हारी अपनी शक्ति से
जो उपलब्धियाँ तुम्हें दिखती हैं,
वस्तुतः बुद्ध की शक्ति से प्राप्त हुई हैं।

तुम सदैव ऐसा नम्र स्वभाव रखो
तुम सदैव अपने दिमाग में रखो
इस विश्व का गुप्त रहस्य यही है।

मध्यम मार्ग

तुम्हें सफलता प्राप्त करने पर मेरे इन
शब्दों को कभी भूलना नहीं है।
लोग सफलता की सीढ़ियाँ चढ़ जाते हैं।
लेकिन तुम्हें याद रखना है,
यह सीढ़ियाँ इसी के समानान्तर नीचे ले जा रही है।
बिल्कुल नहीं भूलो,
सफलता और असफलता
एक ही सिक्के के दो विपरीत पहलू हैं।
जैसे-जैसे उतराई गहरी होती है
यह सत्य और प्रत्यक्ष हो उठता है।
उन्हें कभी ही असफलता मिलती है
जो लोग सफल नहीं होते हैं
लेकिन जिन्हें अनेक सफलताएँ मिलती है
उन्हें अनेक असफलताएँ भी मिलती है।
इस प्रकार जिन्दगी में सदैव दायँ-बायँ होता है,
ऊपर-नीचे होता है,
यह सब एक साथ होता है।
यह एक रस्सी में एक साथ गूँथे तागों की भाँति है।
अतः तुम्हें सदैव याद रखना है।
सुख और दुःख
इस रस्सी के अलग-अलग तागे हैं।

मुझे विश्वास है तुमने इस रस्सी को पहले भी हिलाया होगा।
जब तुम रस्सी को हिलाते हो,
तुम अनेक चोटियाँ और घाटियाँ इसमें बनाते हो
वही रस्सी एक क्षण चोटी पर
अगले क्षण घाटी में होती है।
यही हमारी जिन्दगी में होता है।
अपनी जिन्दगी में अनेक बार
इन चोटियों और घाटियों पर चढ़ोगे-उतरोगे।
फिर भी, मैं तुमसे कहना चाहता हूँ।
तुम अपनी जिन्दगी में कही भी हो,
अपने हृदय के प्रति सच्चा होने का नियम बना लो।

मध्यम मार्ग को अपनी जिन्दगी का धर्म बना लो।
मध्यम मार्ग का सिद्धांत
किसी भी प्रकार से
तुम्हें सफलता से दूर रखने का सिद्धांत नहीं है।
न ही तुम्हें सफलता और असफलता
से बचाने का सिद्धांत है।
मध्यम मार्ग का दर्शन
जीवन की राजसी सड़क है।
समझो यही है जहाँ राजसी सड़क है।
सफलता के समय, उन्नति में, ज्वार में
तुम स्वयं को अनुशासित रखो।
नम्र रहो।
अपनी नम्रता में
याद रखो दूसरों के प्रति आभारी हो,
बुद्ध के प्रति आभारी हो।
तुम्हारी सफलता लगातार बढ़ती रहेगी
अगर तुम नम्र और दूसरों के प्रति आभारी होगे।
अच्छे और सफलता के समय में
कितनी भी बड़ी सफलता क्यों न हो,
उसका कोई अर्थ नहीं है,
यह मध्यम मार्ग से अलग है।
जो सफलता मध्यम मार्ग में मिलती है
वह सदैव कृतज्ञता और नम्रता के साथ होती है।
जो सफलता कृतज्ञता और नम्रता से प्राप्त होती है,
मध्यम मार्ग से दूर नहीं होती है।
जो मध्यम मार्ग से प्राप्त सफलता होती है
वह एक ऐसा मार्ग बनाती है
जिसमें सब वस्तुएँ एक सूत्र में फूलती-फलती है।
तुम्हारी सफलता दूसरों की विफलताओं का कारण न बने।
तुम्हारी सफलता दूसरों को चोट न पहुँचाए।
तुम्हारी सफलता दूसरों को नाखुश न करे।
तुम्हारी सफलता का मार्ग दूसरों को सुख पहुँचाए।
जो मार्ग सबको सुख पहुँचाता है
वह राजपथ है।
चौड़ी सड़क है,
सीधी सड़क है,
ऐसी सड़क है
जो दूर तक निरन्तर चलती है,

यह मध्यम मार्ग की सड़क है।
जानो कि मध्यम मार्ग एक सुनहरी सड़क है
जो एक सुनहरे प्रकाश से चमकती है।
मेरे लोगों,
तुम मध्यम मार्ग के सत्य को पहचानो।

जो आत्मा को तेजवान बनाता है

मेरे शिष्यों,
तुम कष्ट में रोओ नहीं।
इस दुःख के समय में ही
तुम मध्यम मार्ग में प्रवेश करने के काबिल हो।
जब तक तुम स्वयं को दुःख के मध्य पाते हो
तुममें से कितने ही अपनी जिन्दगी पर विलाप करते हो।
तुम अपनी गलतियों का बार—बार निरीक्षण करते हो।
तुम अपने मस्तिष्क की गहराईयों में
अपनी दयनीय स्थिति के बारे में अच्छी तरह जानते हो।
इस कष्ट के समय में,
समझो कि तुम स्वयं को
सुनहरी मार्ग पर चलने के लिए
तैयार कर रहे हो।
अपनी दुर्बोधता से ऊपर उठो।
तुम बुद्ध के औजार हो,
तुम चेतन हो,
बुद्ध के महान जीवन का हिस्सा हो।
इस संसार में पराजय कुछ नहीं है।
इस संसार में कोई आघात जैसी चीज नहीं है।
तुम स्वयं को कभी कष्टों की गहराई में नहीं पाओगे।
हर वस्तु जो पराजय, आघात या दुःख लगती है
तुम्हारी आत्मा को शुद्ध करने के लिए दी गई है।
यह तुम्हें सिल-पत्थर की भाँति
आत्मा को चमकाने के लिए दिया गया है।
तुम्हें इसी प्रकार सोचना है।
जानो, यह बुद्ध के सच का मौलिक सिद्धांत है
मैं यह नहीं कहूँगा कि
इस संसार में दुःख और कष्ट नहीं है।
मैं यह नहीं कहूँगा कि
परलोक में दुःख और कष्ट नहीं है।
हालांकि, दुःख और कष्ट की सत्ता

अपने में अच्छी नहीं है।
कष्ट और दुःख मात्र अपने लिए नहीं होते हैं।
तुम्हारी आत्मा के लिए वह सिल्ली की भाँति हैं
इसे और चमकाने के लिए हैं।
यह सेंडपेपर आत्मा के लिए है।
मेरे शिष्यों,
तुम्हें कष्टों और दुःखों को इसी भाँति समझना है।
जब तुम दुविधा के मध्य होते हो,
जानो, भाग्य तुम्हें
क्या सिखाना चाहता है।
जो पाठ तुम्हें सिखाया जा रहा है
इसे ग्रहण करने का प्रयत्न करो।
अपनी आत्मा के लिए
इसे पोषक तत्व बना लो।
इसे अपना आदेश बना लो।
तुम्हारी असफलताएँ
तुम्हारे लिए सीख है।
तुम मध्यम मार्ग पर लौटो।

जब तुम इस पथ पर चलते हो
तुम वैसे ही खतरों और समस्याओं से भिड़ते हो
जैसा तुमने विगत में किया था।
ऐसे समय में
ज्ञान, अनुभव और बुद्धि का प्रयोग करो
जिसे तुमने अपने विगत में
अनुभव से प्राप्त किया है।
तब तुम ऐसी
गलतियाँ नहीं दुहराओगे।
जो पाठ अनुभवों से
तुमने सीखा है
तुम्हारे ज्ञान का हिस्सा बनेंगे।
यह ज्ञान तुम्हारी रक्षा करेगा,
क्योंकि इसने तुम्हारे सिर को
प्रकाश का ताज पहनाया है।

अतः असफलता से डरो नहीं।
असफलता एक इंजेक्शन है
जो बुद्ध ने तुम्हें दिया है,

तुम्हें सफलता प्राप्त करने के लिए दिया है।
तुम्हें भविष्य में पराजय से
बचाने के लिए दिया है।
भविष्य में असफलता से बचने के लिए
असफलता बुद्ध द्वारा दिया गया टीका है।
यह तुम्हारी आत्मा को
तैयार करने के लिए दिया गया है।
तुम्हारे जीवन को प्रकाशित करने के लिए दिया गया है।
इस प्रकार जब तुम मध्यम मार्ग
में प्रवेश करते हो
तुम्हें आन्तरिक दिव्य प्रकाश मिलता है।

विनय और कृतज्ञता

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैंने तुम्हें सदैव सिखाया है
केवल अपने लिए खुशी मत ढूँढो।
केवल अपने लिए खुशी ढूँढ़ना पर्याप्त नहीं है।
मैं तुम्हें बार—बार सिखाता हूँ।
जब तुम मध्यम मार्ग में प्रवेश करते हो,
अपने लिए प्रसन्नता खोजते हो,
जानो कि केवल तुम्हें ही
यह खुशी नहीं दी गई है।
तुमने जो खुशी मध्यम मार्ग में पाई है
उसे वापस भी देना है।
खुशी को अपने चारों ओर बाँटना है,
खुशी को ऊर्जा का स्रोत बनाना है।
यह तुम्हारे आस—पास वालों के लिए
मुक्ति लाती है।

क्या तुमने कभी गहराई से सोचा है
मध्यम मार्ग का अस्तित्व क्यों है?
चलो हम ऐसा कहते हैं।
आप मध्यम मार्ग से विपथ हुए
एक काँटों भरे रास्ते में प्रवेश पाया।
तुम्हारे आस—पास के लोग उन्मत्त होंगे।
तुम्हें बचाने के लिए प्रयत्नशील होंगे।
तुम्हें बचाने के लिए वे पूर्ण रूप से इस विचार में डूबेंगे।
तुम दूसरों को चिन्तित और तकलीफपूर्ण

बना रहे हो,
यह दर्शाता है कि
तुम एक पूर्ण नकारात्मक आध्यात्मिक जीवन जी रहे हो।
अतः तुम कष्टों का कंटकीर्ण मार्ग छोड़ दो।
एकदम मध्यम मार्ग पर वापस आ जाओ।

मैंने तुम्हें नम्र और कृतज्ञ होना सिखाया है।
जब जिन्दगी तुमसे खुश है
क्या आप इसका अर्थ जानते हैं?
क्या आप नम्र का अर्थ जानते हैं?
नम्र होना स्वयं को याद दिलाना है,
सदैव तुम्हें मिलती है
दूसरों की सहायता,
बुद्ध की शक्ति,
नम्र होना अपने को सदैव यही सिखाना है
और तुम्हें अहंकार से बचाता है।

क्या तुम जानते हो
कृतज्ञता क्या है?
कृतज्ञता नम्रता से उत्पन्न होती है।
जब तुम नम्र हो
कृतज्ञता उत्पन्न होती है।
नम्रता दूसरों के प्रति
अच्छा कार्य करने के लिए तुम्हें प्रेरित करती है।
तुम्हें यह अवश्य सीखना है।
सफल व्यक्तियों को सफल बने रहना है।
अपनी सफलता से
वे दूसरे लोगों को प्रेम दे रहे हैं।
जो अपने खेतों में बड़ी फसलें उत्पन्न करते हैं
उनसे सब ईर्ष्या करते हैं।
उन पर मिथ्यारोपण करते हैं।
हाँ, एक रास्ता है।
जिसका सब लुप्त उठायेंगे।
यदि तुम अपनी फसल में से
फल, चावल और गेहूँ उन्हें देते हो।
सब तुम्हारी फसल के लिए प्रसन्न होंगे।
इस सब में तुम प्रेम का पात्र बनोगे।
ऐसा करने में तुम्हारा अस्तित्व स्वयं में अच्छा होगा।

यह सफलता का सार है।
अगर अपनी सफलता के फल
तुम केवल अपने लिए देखोगे
यह बहुत बड़ी गलती होगी।
लेकिन अगर तुम चाहते हो
तुम्हारी सफलता से अनेकों लाभान्वित हो,
इससे संसार लाभान्वित होगा
अनेकों की आत्मा झूमेगी।

प्रेम का आचरण

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
सफल लोग एक नहर की भाँति हैं,
जो एक खेत में से बहती है।
नहर खेतों में से होकर बहती है,
ढेर सारा स्वच्छ पानी लेकर बहती है,
नहर सारे खेतों को पानी प्रदान करती है।
तुम जानो यह एक सफल व्यक्ति का मार्ग है।
केवल पानी इकट्ठा करने में कोई गुणवत्ता नहीं है।
इससे न अच्छाई और न सफलता उत्पन्न होती है।
लेकिन जब तुम यह पानी नहर में छोड़ते हो,
जब इसे अनेक खेतों में छोड़ते हैं,
तब यह गुणवान और अच्छा बन जाता है।
यही सफलता है।

मेरे शिष्यों,
नहर की एक तस्वीर के बारे में कल्पना करो
जब तुम मध्यम मार्ग में विचरण करते हो।
अगर नहर केवल किनारों पर दौड़े,
खेतों के सारे हिस्सों में पानी नहीं पहुँच सकता है।
लेकिन, अगर नहर सब खेतों के बीच में पानी छोड़े
तब यह दूसरों को बहुत प्यार दे सकती है।
नहर सदैव बीच में से जाती है।
खेतों को जोतने के लिए
और बदले में
खेत सदैव चारों तरफ फूले-फलेंगे।
पानी खेतों के लिए खून है,
नहर नसों की तरह खून चारों तरफ पहुँचाती है
हृदय नसों को जो खून देता है।

तुम्हारा हृदय है जो प्रेम से लाबालब भरा है।
इसे भूलता नहीं है
तुम्हें इसे अपना आदर्श बनाना है।
एक बड़े पम्प की तरह बनना है
जो पृथ्वी से लगातार पानी निकालेगा।
इस नहर में पानी डालता रहेगा।
जब खेत सूखे हैं,
पानी के प्यासे हैं,
पृथ्वी से निकलने वाला जल
बुद्ध का प्रकाश है,
यह बुद्ध की करुणा है।
तुम्हें बुद्ध का प्रेम कैसे प्राप्त करना है
यह तुम अब जानते हो
अपने पूर्ण शरीर के द्वारा
जब तुम दूसरों को प्रेम बाँटने में कुछ भी बचा कर नहीं
रखते,
जब तुम दूसरों के मस्तिष्क को भरपूर करने के लिए प्रयत्न
करते हो
तब जैसे पृथ्वी में जल है,
ऐसे ही शक्ति, प्रेम, साहस और बुद्ध का प्रकाश है,
जो तुममें भरना शुरू हो जायेगा।
तुम विश्वास करो कि ऐसा होगा।
मैं तुमसे फिर कहता हूँ।
यही है जिसे तुम्हें बनने का प्रयत्न करना है।
यही है जहाँ तुम्हारी आदर्श जिन्दगी टिकी है।

आत्मोद्धार का मार्ग

मैं अब तुम से एक अन्य विषय के बारे में बात करूँगा।
इस नहर की समानता के विषय में,
मैं विस्तार से व्याख्या करूँगा।
इस नहर के किनारे-किनारे एक दीवार है।
जिसकी चौड़ाई भिन्न हो सकती है
तीस से पचास सेंटीमीटर या एक मीटर।
कुछ भी हो नहर के लिए
एक निश्चित लम्बाई-चौड़ाई चाहिए।
एक दीवार, एक नीची दीवार,
एक निश्चित आकार की दीवार चाहिए।
पानी को ठीक से बहने के लिए।

पहली बार देखने में
यह नीची दीवार बनाने में विरोधाभास है
दूसरों को प्यार करने में
कुछ लोग आलोचना करेंगे
इसकी दीवारों को छोटा करेंगे
लेकिन, इस पर ध्यान से सोचो
अगर नहर सीधी नहीं जाएगी
तो क्या होगा?
अगर पानी पम्प घर से एकदम निकलेगा
तो क्या होगा?
एक छोटी बाढ़ की तरह
खेत का एक हिस्सा पानी में डूब जायेगा।
अगर ऐसा होता है
क्या धान के पौधे उगेंगे?
वे नाजुक अंकुर पानी में डूब जायेंगे,
सड़ जायेंगे।

अतः नीति कथा का यह उदाहरण बताता है
दूसरों को निष्पक्ष होकर प्रेम देने में
तुम्हें अपनी जिन्दगी का मूल काम करना है।
नहर खोदने में तुम्हें संदेह हो सकता है।
तुम्हारी दूसरों द्वारा आलोचना हो सकती है
जब तुम काम चालू रखते हो।
ऐसे लोग हैं,
जो तुम्हारी आलोचना करेंगे।
भ अगर तुम्हारे पास नहर बनाने के लिए काफी जमीन है
पचास सेंटीमीटर या एक मीटर चौड़ी,
तब तुम इस जगह पर चावल और गेहूँ बोओ।
तुम्हारी अच्छी फसल होगी।
तुम चुपचाप अपनी नहर खोदने का काम चालू रखो।
लोग तुम्हें खोदते देख नकल बनायेंगे।
जमीन समतल करो।
पानी दौड़ाने के लिए तैयार हो।
ऐसे लोग होंगे,
जो कहेंगे
भ तुम मूर्ख हो।
हो सकता है नहर बना कर भी
इस भूमि से एक चावल या गेहूँ का दाना न मिले।

तुम अपना समय बरबाद कर रहे हो।
आत्मसंतुष्ट होने का विफल प्रयत्न कर रहे हो।
लेकिन तुम्हें अपने आदर्शों में संदेह करना या भूलना नहीं है।
एक दिन वे पूर्ण होंगे,
चाहे वे कितने भी बड़े हो,
जो एकदम तुम्हारे सम्मुख हो
उससे एकदम लाभ प्राप्त करने के लिए उत्सुक न हो।
उससे एकदम बद्ध मत हो।
अगर तुम्हारे आदर्श महान हैं,
आलोचना से डरना नहीं है
दूसरों के बुरे वचनों से डरना नहीं है,
घबराना नहीं है।
आगे बढ़ो,
अपनी नहर बनाओ,
सीधी और सच्ची बनाओ।
चाहे कोई भी कहे
यह भूमि गेहूँ का एक दाना नहीं उपजायेगी,
इसे बनाते रहो।
अगर तुम्हारी जिन्दगी का लक्ष्य
महान प्रेम का स्रोत बनना है,
तुम्हें कभी भी इस नहर को बनाना
त्यागना नहीं है।
जब तुम इसके बारे में सोचोगे
मध्यम मार्ग जिस पर तुम चलोगे
उस पर चलना कोई आसान मार्ग नहीं है।
जब तुम्हारी नहर पूर्ण हो जाएगी
समाप्त हो जाएगी,
सफल हो जाएगी
अन्य लोग इसे देख कर समझेंगे।
लेकिन उस समय तक,
तुम आलोचना व संदेह के घेरे में हो सकते हो।
अनेक लोग जो तुम्हारे आदर्शों से सहमत नहीं होते हैं
तुमसे प्रश्न पूछेंगे
तुम यह नहर क्यों बना रहे हो?
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
क्या तुम समझ रहे हो
जो पाठ मैं तुम्हें सिखाने का प्रयत्न कर रहा हूँ
इस नहर की नीति कथा से?

इसमें छिपे अर्थ को क्या तुम समझते हो?

मेरे सच्चे शिष्यों,
पूर्ण मनुष्य बनने के लिए बहुत कुछ है
जो सीखना पड़ता है।
तुम्हें अपने में वह पैदा करना है।
तुम्हें सीखने के मार्ग पर चलना है।
शिक्षा प्राप्त करना कोई आसान काम नहीं है।
शिक्षा प्राप्त करने के लिए
तुम्हें निरंतर अनथक प्रयास करना पड़ेगा।
हो सकता है इस प्रक्रिया में
अनेकों तुम्हारी आलोचना करें।
वे अवश्य कहेंगे
यह पढ़ना बिल्कुल बेकार है,
इसे पढ़ने से तुम्हारा कुछ अच्छा होने वाला नहीं है
जबकि स्व-उद्धार सबसे अच्छा मार्ग है।
इस पथ की यात्रा तुम्हारी आत्मा को
सहारा प्रदान करेगी।
इस पथ की यात्रा पर तुम्हारी आत्मा
उन्नत और व्यस्क होगी।
जानो कि तुम एक महंगे जमीन के टुकड़े
पर नहर खोद रहे हो।
इस नहर को बनाने से तुम
अपने चारों तरफ की जमीन को भी पानी दे सकते हो।
उन्हें सुन्दर खेतों में परिवर्तित कर सकते हो।
अपनी आत्मा का उद्धार करना
इस नहर को बनाना है।

जिन्दगी में सफल होने के लिए
अनेक लोगों के मार्गदर्शन के लिए,
आवश्यक है तुम्हारे लिए
ज्ञान और अनुभव को प्राप्त करना।
शुद्ध करके इसे संस्कृति के स्तर पर लाना,
मैं नहीं सोचता हूँ कि कुछ तथ्यों को सीखना
सुसंस्कृत बनने की भांति है।
यह सही है कि ज्ञान प्राप्त करना
अपना उद्धार करने में सहायक है।
लेकिन ज्ञान में

प्रेम का मिलना ही है
संस्कृति का बनना है
ज्ञान संस्कृति बनाता है।
प्रेम की उत्प्रेरणा से बनता है।
जो ज्ञान तुम प्राप्त करते हो,
उसका एक महत्वपूर्ण उद्देश्य है।
अगर तुम्हारे ज्ञान प्राप्त करने का उद्देश्य
अपने पर प्रकाश डालना है
और यह दिखाना है
तुम कितने महान हो
तब ज्ञान कभी संस्कृति नहीं बनेगा।
अगर यह ज्ञान प्राप्त करना इसलिए है
दूसरों को लाभान्वित करने के लिए है
तब यह ज्ञान तुम्हारा हिस्सा बनेगा।
यह तुम्हारे चरित्र को उन्नत करेगा।
तुम्हारे चरित्र का सच्चा स्वरूप सामने लायेगा।
यह ज्ञान का मार्ग है।
यह तुम्हारे ज्ञान में
प्रेम के स्रोत को भी मिलाना चाहता है।
एक बुद्धिमत्ता भी चाहता है।
अगर तुम उसे अपना बना लोगे
तुम सच में ज्ञान के मार्ग पर चलोगे।

मेरे शिष्यों,
तुम्हें इस सीख में सन्देह नहीं करना है।
ठीक से सुनो।
आज से
महंगी जमीन का जो टुकड़ा,
तुम्हारे पास दूर तक फैला है
उसमें एक टुकड़ा आरक्षित कर दो
अपने उद्धार के लिए।
इस तरह मैं तुम्हारी आगे की जिन्दगी का
कुछ समय स्वयं को सुधारने के लिए आरक्षित करता हूँ।
आत्मोद्धार के लिए
एक निश्चित समय रख दो।
हर दिन, हर महीने, हर साल पढ़ने के लिए।
यह समय कभी व्यर्थ नहीं होगा।
तुम्हें इस समय को नहर बनाने में लगाना है।

यह अनेकों के उद्धार के लिए
किए जाने वाला प्रारम्भिक कार्य है।

जब तुम अपना उद्धार कर रहे हो
तो सबसे अच्छी चीज क्या है?
वह ज्ञान जो सब ज्ञानों से बड़ा है
यही सत्य ज्ञान है।
यही बुद्ध का सर्वदा रहने वाला सत्य है।
बुद्ध का ज्ञान अपने ज्ञान के मध्य रखो।
स्व-उद्धार के समय
इसे अपने अध्ययन का केन्द्र बनाओ।
फिर बुद्ध के सत्य के परिप्रेक्ष्य में
इस संसार की अनेक ज्ञान शाखाओं का
पुनः अध्ययन करो।
जो कुछ तुमने अब तक पढ़ा है
उसका पुनर्निरीक्षण करो।
अतीत के सभी अनुभवों का
पुनर्विलोकन करो।
अगर तुम्हें ऐसे अनुभव होते हैं
जो हीरों की तरह चमकदार हैं,
अगर तुम ज्ञान की एक झलक भी
अपने पुराने अध्ययन में पाते हो,
जो ऐसा लगता है
या जिसमें बुद्ध के सत्य की अनुभूति को पाते हो,
उसे जोरों के साथ ग्रहण करो,
उसका अध्ययन करो।
सच्ची शिक्षा ग्रहण करने के लिए
बुद्ध के सत्य को अपने ज्ञान के केन्द्र में रखो।
अपने ज्ञान का क्षेत्र बढ़ाओ।
मानव जाति की अनेक सम्पदाओं का अध्ययन करो।
आविष्कार, खोजों और नवपरिवर्तनों
के इतिहास में लोगों ने असंख्य खोजे की हैं।
वे असंख्य नवपरिवर्तनों को लेकर आए हैं।
तुम्हें सारे ज्ञान को
बुद्ध के सत्य की छलनी से छानना है।
जो सार है उसे ग्रहण करना है।
अपने जीवन के पोषण के लिए।
यह स्वयं को सुसंस्कृत बनाने के लिए

महत्वपूर्ण है।

उन्नति का मार्ग

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
क्या जो मैं तुम्हें उपदेश देता हूँ तुम समझते हो?
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
सुधार के पथ पर चलते हुए
तुम्हें अपनी कठिनाईयों के लिए विलाप नहीं करना है।
यह निरन्तर प्रलय का पथ है।
तुम्हें विश्वास करना है
यह सुनहरा मार्ग है।
पोषक भोजन करो।
अपने शरीर को शक्तिवान बनाओ,
आध्यात्मिक पोषण करो।
हर दिन अपनी आत्मा को ओर महान बनाओ।
यहीं तुम्हारे जीवन का सत्य छिपा है।
यही तुम्हारे जीवन का सच्चा महत्व है।

मेरे लोगों,
आज से
अनथक साधनों से अनेक प्रयास करो।
अपने हृदय में उपदेशों को खोद लो।
ऐसा निरन्तर करने से,
तुम प्रयास के पथ पर चलोगे।
एक अष्टाध्यायी मार्ग भी है
यह सही प्रयास की शाखा है।
सही प्रयास समयस्कों द्वारा
ठीक नहीं समझा जाता है
लेकिन मैं तुमसे कहता हूँ
यही सही प्रयास का मार्ग है।
जो तुम्हारे चरित्र को
अनियमित रूप से शुद्ध करता है।
तुम्हें बुद्ध की ओर जाने वाले
इस मार्ग को भी त्यागना नहीं है।
चाहे इस मार्ग पर तुम थक जाओ
तुम्हें पीछे नहीं मुड़ना है।
चाहे तुम बासी नीरसता में फंस जाओ
या अपने पाँव आगे बढ़ाने में असमर्थ पाओ।

पीछे नहीं देखना है
जहाँ हो थोड़ा विश्राम करो।
विश्राम करो जब तक तुम्हारी शक्ति लौटे।
यह एक महान उद्देश्य है
जिसे तुम्हें सौंपा गया है।
बुद्ध के उपदेश शक्ति बीज हैं,
अगर वे मानव जाति को सुधारते नहीं हैं।
बुद्ध के उपदेशों के लिए,
उनकी सही शक्ति प्राप्त करने के लिए,
जो यह उपदेश ग्रहण करते हैं।

उन्हें साहस प्राप्त करना है।
बुद्धि से भरना है।
सुधार के मार्ग पर चलना है।
आशा से भरना है।
इस सुधार के मार्ग पर चलना है।
यह ज्ञानोदय का मार्ग है।
ज्ञान का यह मार्ग है
जिस पर अंततः तुम्हें चलना है।

अध्याय 3

मूर्ख मत बनो

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे शब्दों को ध्यान से सुनो।
सुनो और अपने हृदय में रखो।
आज मैं तुम्हें मूर्खों के विषय में बताऊंगा
नहीं आज मैं तुम्हें मूर्ख नहीं बनो यह बताऊंगा।

मूर्खता क्या है?

इस संसार में मूर्खों की अधिकता के बहाव को देखो
क्या तुम मूर्ख और ज्ञानी में अंतर कर सकते हो?
तुम दोनों में अंतर करने का प्रयास कर सकते हो।
ये विश्लेषित करना कि वे बुद्धिमान हैं या नहीं।
फिर भी मैं यह कहना चाहूँगा कि
इस संसार में अनेक मूर्ख हैं।
जो ये विश्वास करते हैं कि वे मूर्ख नहीं हैं।
एक व्यक्ति की मूर्खता उनकी
बौद्धिक क्षमताओं पर पूर्ण रूप से निर्भर नहीं हैं।
जो उनकी आत्माओं की जरूरत है
इसकी जानकारी पर निर्भर करती है।
अपने चारों ओर देखो।
तुम पाओगे जो मूर्ख है।
हो सकता है तुम्हीं हो
जो एक मूर्ख की जिन्दगी जी रहे हो।
मूर्ख होकर जीना
अपने दिमाग में जहर घोलना है।
अपने दिमाग को जहर देना है।
यह वह जिन्दगी है,
जिसमें तुम अपने दिमाग को जहर देते रहते हो
लेकिन इस बात से अनभिज्ञ रहते हो।
अगर तुम जहरीला भोजन ग्रहण करोगे
तुम्हारा शरीर दुर्बल होगा।
धीरे—धीरे एक घातक अंत तक पहुँचोगे
किन्तु जब तुम अपनी आत्मा को जहर देते हो,
क्यों नहीं समझते हो
तुम अपनी आत्मा को वास्तव में मार रहे हो।
तुमने इसे क्यों नहीं समझा है?

मेरे शिष्यों, मेरे शब्दों को ध्यान से सुनो
शायद तुम इसे नहीं समझते हो

दिन—प्रतिदिन तुम स्वयं को जहर देते हो।
दिन—प्रतिदिन तुम संख्या पीते हो
चाहें हर बार एक छोटी सी खुराक हो।
अगर तुम रोज जहर लोगे,
धीरे—धीरे यह इकट्ठा हो जायेगा।
तुम्हारे अन्दर गहरी मात्रा में
यह धीरे—धीरे तुम्हारी आत्मा को मार देगा।
तुम्हारी आत्मा के मरने का क्या अर्थ है?
इसका अर्थ है
तुम्हारी आत्मा की बुद्ध—प्रकृति ने
अपने मौलिक स्वरूप को बदल लिया है।
इसका अर्थ है
तुमने जीने के साथ समझौता किया है।
यह उद्देश्य उस अर्थ से भिन्न है
जिसके लिए तुम्हारा निर्माण हुआ है।

लालची मत बनो

मेरे लोगों मुझे ध्यान से सुनो,
मैं तुमसे कहता हूँ
तुम्हें सबसे पहले अपना लालच छोड़ना है।
तुममें से कई के पास एक लालची दिमाग है।
जानते हो
एक लालची दिमाग होने का क्या अर्थ है?
एक लालची दिमाग
हर समय लेने की सोचता है।
यह अधिक से अधिक लेने की इच्छा करता है।
एक लालची दिमाग
स्थान लेने की इच्छा भी करता है।
उन्नति की इच्छा करता है।
यश की इच्छा करता है।
तुम्हें समझना चाहिए कि
एक भूखे प्रेत की भाँति जो केवल खाता ही खाता है।
कभी तृप्त नहीं होता।
जब तुम लगातार लालच करते हो
तुम्हारी आत्मा इसमें गिरती है,
एक स्थिरता की अथाह गहराई में।
क्या तुम जानते हो
लालच तुम्हारे दिमाग के लिए जहर क्यों है?

क्या तुम जानते हो
यह बुराई क्यों है?

समर्पण

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैंने तुम्हें बार—बार सिखाया है
जिन्दगी मिलना और पुनर्जन्म
लोगों के लिए आसान नहीं है।
जन्म लेना अत्यंत विरल संयोग है।
बुद्ध के उपदेश से सामना होना भी संयोग है।
बुद्ध के समय में जीना भी,
उस समय में जन्म लेना भी,
विरल अवसर है
जब बुद्ध उपस्थित हैं,
इस पृथ्वी पर अपने नियमों का उपदेश दे रहे हैं।
तुम्हें ऐसे युग में जन्म लेने का सुनहरा अवसर मिला है।
तुम्हारे जीवन का उद्देश्य अपने में स्पष्ट होना चाहिए।
तुम समझोगे
तुम्हारे जीवन का उद्देश्य दूसरों को देना है।
भेंट देने वाले दिमाग के लिए 'देना'
एक आधुनिक शब्द है।
एक भेंट देने वाले दिमाग से क्या अभिप्राय है?
इसका अर्थ है जो दूसरों का ध्यान रखता है।
इसका अर्थ है जो दूसरों के लिए भले की कामना करता है।
इसका अर्थ है दूसरों की सेवा करना।
अगर तुम्हारे पास ऐसा दिमाग नहीं है
बुद्ध के उपदेश अर्थहीन होंगे।
बुद्ध के उपदेश हैं
इसलिए तुम्हें स्वयं को दूसरों को अर्पित करना है।
जो कुछ तुम दूसरों को दे सकते हो
अपना सारा प्यार दूसरों को देना है।

मेरे शिष्यों,
तुमने इस मौलिक सत्य को बिल्कुल सही समझा है।
तुम्हें जानना चाहिए
तुम इस पृथ्वी पर लालच में रहने के लिए,
अपनी इच्छाओं को पूरा करने के लिए,
पैदा नहीं हुए हो।

अपने दिलों को ध्यानपूर्वक देखो
जिनमें लालच की मजबूत चाह है
वे मूर्ख हैं।
अपने सामाजिक स्तर से जुड़े नहीं रहो।
अपनी उन्नति से चिपके नहीं रहो।
अपने यश से चिपके नहीं रहो।
अपनी इच्छा पे दृढ़ नहीं रहो।
दूसरे तुम्हारे लिए अच्छा सोचे
ऐसी सारी इच्छाएँ लालची दिमाग से आती है।
ऊँचा सोचने की इच्छा,
दूसरों से आदर पाने की इच्छा,
प्रशंसा पाने की इच्छा,
प्रसिद्ध होने की इच्छा,
शक्ति पाने की इच्छा,
सारी ऐसी इच्छाएँ,
एक लालची दिमाग की उपज है।

प्रबुद्ध

ध्यान से सुनो
प्रबुद्ध सदैव शान्त होते हैं
प्रबुद्ध धीमें चलते हैं।
प्रबुद्ध जब चलते हैं, मुस्कराते हैं।
प्रबुद्ध शेखी नहीं बखारते।
प्रबुद्ध घमंड से फूलते नहीं।
प्रबुद्ध दिखावा नहीं करते।
प्रबुद्ध दूसरों के गुण—दोष नहीं देखते।
प्रबुद्ध दूसरों को कष्ट नहीं पहुँचाते।
प्रबुद्ध शिष्ट होते हैं।
अच्छे शब्द बोलते हैं।
वे सौम्य संतुलित होते हैं।
लालच का जहर बुराई है।
क्योंकि यह तुम्हारी भद्रता में खलल डालता है।
सभ्य होना अपने में एक अच्छाई है।
एक भद्र भाव होना, शिष्ट शब्दों का प्रयोग करना,
शिष्ट व्यक्तित्व होना, अपने में अच्छाई है।
इस भद्रता में तुम बुद्ध को पाओगे।

मेरे शिष्यों,

अब से अपने दिमागों का
लालच की उपस्थिति के लिए
भलीभाँति परीक्षण करो।
अगर तुम पाते हो,
तुम लालसा से पीड़ित हो
लालसा को एकदम दिमाग से निकाल फेंको,
इससे पीछा छुड़ाओ।
इसे पुनः अपने दिमाग में न आने दो।
लालसा के दरवाजे बंद कर दो।
कभी अपने हृदय में इसे घुसने की आज्ञा न दो।

स्वयं को जानो

इस संसार में अनेक मूर्ख अभी भी हैं।
एक प्रकार के मूर्ख वे हैं
जो स्वयं को नहीं जानते हैं।
यह मनुष्य अपने को सही रूप में नहीं जानता है,
लेकिन सब कुछ जानने का अभिनय करता है।
लेकिन, मैं फिर कहता हूँ
अगर तुम हजारों किताबें भी पढ़ों,
तुम सारे संसार की यात्रा भी कर लो,
अगर तुम्हें अपने होने के सही रूप
की पहचान नहीं है,
तुम वास्तव में बुद्धिमान नहीं कहला सकते हो।
चाहे तुम कितना भी ज्ञान बटोर लो,
कितने ही तथ्य तुम प्रस्तुत कर दो,
कितने ही स्थानों की तुम यात्रा कर लो,
या तुमने पूरे संसार की यात्रा कर ली है,
अगर तुम अपने दिमाग के बारे
में नहीं जानते हो,
अगर तुम अपने होने की
सही पहचान नहीं जानते हो
तुम वास्तव में
बुद्धिमान नहीं कहला सकते हो।
चाहे तुम्हारा ज्ञान और अनुभव
पर्याप्त नहीं हो,
जो दिमाग को अच्छी तरह जानते हैं
जो दिमाग का नियंत्रण अच्छी तरह करते हैं,
और जिसने ज्ञानोदय को प्राप्त कर लिया है

स्वयं को भलीभांति जान लिया है
बुद्धिमान व्यक्ति कहलायेंगे।
मेरे शिष्यों,
घोड़े के आगे गाड़ी मत रखो।
पहले स्वयं को शासित करना सीखो।
अगर तुम नहीं जानते हो,
अपने मस्तिष्क को नियंत्रित नहीं करते हो,
चाहे तुम्हारे पास कितना धन व समय
खर्च करने के लिए क्यों न हो,
और चाहे कितनी भी सहायता तुम्हें
दूसरों से प्राप्त होती रहे,
चाहे कितनी भी उपलब्धियाँ तुम्हें प्राप्त हो,
तुम कभी भी बुद्धिमान नहीं कहलाओगे।
तुम्हें स्वयं को अच्छी तरह जानना है
यह जानना है कि तुम बुद्ध की संतान हो।
स्वयं को जानने का एक हिस्सा है।
चाहे तुम्हें कितना भी सांसारिक आदर क्यों न प्राप्त हो,
जो अपने शरीर और आत्मा को नहीं जानते हैं,
जो बुद्ध के द्वारा उन्हें दिए गए हैं,
जो उनमें ही निवास करता है,
कभी भी बुद्धिमान नहीं कहलायेंगे।
मैं फिर तुमसे कहता हूँ,
स्वयं को अच्छी तरह जानो।
यह तुम्हारा प्रथम लक्ष्य है।
अगर तुम स्वयं को नहीं जानते हो,
तुम कितना भी संसार को क्यों न जानते हो
तुम बुद्धिमान नहीं कहला सकते।
चाहे कितना भी ज्ञान तुम क्यों न बटोर लो,
अपनी सत्य प्रवृत्ति जाने बिना
तुम केवल एक मूर्ख के सिवा कुछ नहीं हो।

महामूर्ख

मेरे शिष्यों,
मैं तुम्हें अलग प्रकार के मूर्ख के विषय में बताऊंगा।
ऐसे मूर्ख दूसरों का ध्यान
अपनी ओर आकर्षित करने में
खुशी प्राप्त करते हैं।
उन्हें आतंक और सन्देह में डालने का कारण बनते हैं।

इस तरह के मूर्ख दूसरों के मस्तिष्क में
जहर बोते हैं।
उन्हें उद्विग्न करते हैं।
उन्हें प्रलोभन की मनोवृत्तियों की ओर
फुसलाते हैं।
झूठ बुनते हैं।
अफवाहें फैलाते हैं।
जो परिश्रम का प्रयास करते हैं
उन्हें ठगते हैं।
बुद्ध के सत्य मार्ग पर
इस प्रकार के लोग भी मूर्ख हैं।
समय—समय पर ऐसे मूर्ख उत्पन्न होते हैं
जो मेरे उपदेश पढ़ते हैं,
उनमें से अनेक लोग ऐसे हैं
जो अपने साथ दूसरों को भी नीचे लाते हैं।
ये ज्ञानोदय में धीमी उन्नति से परेशान होते हैं।
या संघ में
उन्हें महत्वपूर्ण स्थान नहीं मिला इसलिए
ऐसे लोग संबंध बनाने का प्रयत्न कर
उन आस्थावानों के दिमाग हिलाते हैं।
जो बुद्ध के सत्य मार्ग पर
उनके साथ चलते हैं।
वे ऐसे लोगों की संख्या बढ़ाने का प्रयत्न करते हैं
जो बड़बड़ाते हैं, शिकायत करते हैं।

मेरे लोगों,
तुम्हें समझना चाहिए
ऐसे दिमाग
ऐसे विचार और क्रियाएँ
नर्कवासियों के
मस्तिष्कों से मेल खाते हैं।
नरक में अनेक खोई आत्माएँ हैं।
ये खोई आत्माएँ स्वयं को
बचाने का प्रयत्न नहीं करती हैं,
वरन अपने साथी अभियुक्तों को
बढ़ाने का प्रयत्न करती हैं।
और अनेक लोगों को अपने समूह में खींचती हैं
दूसरों को इसी प्रकार तकलीफ पाने के लिए

प्रेरित करके,
अपनी पीड़ा की तीक्ष्णता को कम करने का प्रयत्न करते हैं।
दूसरों को ऐसे भ्रमों के लिए जागृत करते हैं।
दूसरों को वासना के गड्डों में खींचते हैं
यदि वे ऐसे ही कार्यों में जुटे रहेंगे
उनके दिमाग को कभी शांति नहीं मिलेगी।
तुम्हें ऐसा कभी नहीं बनना है।
अपनी पीड़ा को कम करने के लिए
दूसरों का प्रयोग अपने पक्ष के लिए मत करो।
दूसरों को प्रलोभन मत दो।
दूसरों से शिकायत मत करो।
बड़बड़ाओ नहीं।
तुम्हें अपनी पीड़ा अकेले ही बांटनी है।
तुम्हें अपनी समस्या अकेले सुलझानी है।
अपने गलत विचारों और क्रियाओं के लिए
कोई सफाई या औचित्य मत दो
दूसरों के साथ गुट बनाकर।
तुम जो नियमों को मानते और सीखते हो,
तुम्हें उपदेशों को तोड़ना—मरोड़ना नहीं है।
उपदेशों का गलत ढंग से प्रसार नहीं करना है
या दूसरों को अपना अनुसरण करने के लिए फुसलाना है।
अपने विचारों और क्रियाओं को सही बताने के लिए
जानो, कि यह क्रियाएँ नरक के रास्ते की ओर जाती हैं।
इसीलिए मैं तुमसे कहता हूँ,
सब मूर्खों में से सबसे बड़े मूर्ख वे लोग हैं
जो गलत मार्ग दिखलाते हैं उनको
जो बुद्ध के सत्य मार्ग पर अपना विश्वास रखते हैं।
ऐसे लोग नहीं समझते कि वे मूर्ख हैं
वे स्वयं को मूर्ख नहीं समझते।
इसके विपरीत वे स्वयं को सही समझते हैं।
वे स्वयं को बुद्धिमान समझते हैं।
वे बुद्ध के उपदेशों को तोड़ते—मरोड़ते हैं।
सत्य के बारे में अपने सीमित ज्ञान के आधार पर
इस प्रकार से सिखाते हैं,
जो उनके लिए लाभप्रद है।
लेकिन जो बुद्धिमान है
उन्हें समझना चाहिए
इस प्रकार से सोचना कितना बड़ा पाप है।

मेरे बुद्धिमान लोगों,
समझो कि इस सोच की तह में
लालच बैठा है।
जो इस प्रकार से सोचते हैं।
ऐसा ही प्रभुत्व चाहते हैं।
ऐसी ही श्रद्धा चाहते हैं।
जैसे बुद्ध के उपदेशक को मिलती है।
लेकिन, मेरे लोगों,
तुम्हें जानना चाहिए
हर व्यक्ति की विभिन्न सामर्थ्य होती है।
जानो कि एक नेता बनने के लिए
एक निश्चित स्तर तक उठना पड़ता है।
जिस व्यक्ति ने पुर्नवतार लेने की
सनातन प्रक्रिया में
स्वयं को निरंतर विकसित किया है।
एक महान आत्मा बनने के लिए
महान कार्य किये हैं।
वही है जो सबसे आगे खड़ा है,
उन सबका नेतृत्व करता है
जो उसके पीछे चलते हैं।
लेकिन जो अभी भी
शारीरिक, मानसिक रूप से अविकसित है,
या जिसने पूर्ण प्रशिक्षण नहीं प्राप्त किया है,
उन्हें इस नेता के मार्गदर्शन का
अनुसरण करना है।
तुम जानो कि यह क्रम ऐसा ही है।
सभी युगों में ऐसा ही रहेगा।
इसे ठीक से समझने के लिए
तुम नम्रता को समझो।
महाज्ञान प्राप्त करने के लिए
तुम स्वयं नम्र बनो।
महाज्ञान प्राप्त करने के लिए
तुम्हें स्वयं पर अच्छा नियंत्रण हो,
मस्तिष्क की ऐसी सोच होना
अत्यावश्यक है।

दया का मूल्य

मुझे तुमसे मूर्ख न होने के लिए

और भी कहना है।
मूर्ख लोगों के हृदय में दया नहीं होती।
वे अपनी जिन्दगी जीते हैं।
दयालु होने से अनभिज्ञ होते हैं।
दयालु होना दूसरों की सहायता करना है।
दूसरों को खुश होने की अनुभूति देना है कि वे जीवित है
कुछ लोग अपनी जिन्दगी दूसरी तरह जीते हैं
क्योंकि उनके हृदयों में दूसरों के लिए दयाहीनता होती है
ये दूसरों पर अपनी महानता को स्थापित करते हैं।
ये दूसरों पर नियंत्रण के लिए भय का प्रयोग करते हैं,
जैसे वे इसको करने के लिए बने हैं।
ऐसे लोग नहीं जानते
वे अपनी जिन्दगी में भारी भूल कर रहे हैं।
वे नहीं जानते
अपने हृदय में दया होना
महासाक्षी है
कि वे बुद्ध के बच्चे हैं।
मैं कई बार इस दया को
दुःख शब्द से अभिव्यक्त करता हूँ।
इस संसार में अनेक लोग ऐसे हैं
तुम्हारे जैसे
जो बहुत दुःख पा रहे हैं।
अनेक ऐसे हैं
जो कष्ट पा रहे हैं,
अपने शरीर के द्वारा बंधे हुए।
उनके जीवन कष्ट में डूबे हैं।
इस संसार में रहते हुए भी
जहाँ ज्ञानोदय के लिए अनेक प्रतिबंध हैं,
और ज्ञानोदय प्राप्त करने की कुछ ही संभावना है।
जीव और पौधे भी कष्ट पाते हैं।
तुम्हारे अनेक साथी कष्ट पाते हैं,
और पीड़ा और दुःख से भरी जिन्दगी जीते हैं,
इस त्रिकोणात्मक संसार में।
इस दृष्टिगोचर संसार में।
क्या तुम आँसू नहीं बहाते हो
अपने साथियों को देख कर?
अगर तुम उनके लिए आँसू नहीं बहाते हो,
तुम्हारे हृदय में दया नहीं है।

दूसरों में पीड़ा और दुःख देखकर
उसके लिए आँसू बहाना
'महादुःख' कहलाता है।
यह "महादुःख"
बुद्ध की कृपा के आँसू हैं।
सच्ची दया सच्चे सुख की ओर
अग्रसर होती है।
जब तुम इस दुःखपूर्ण संसार को देखते हो
क्यों नहीं सोचते हो
उनको चुभे काँटों को निकालने की?
जब तुम लोगों को देखते हो
हृदय में जहरीले बर्छी चुभोते
उन्हें दूर करने का प्रयत्न क्यों नहीं करते हो?
मेरे लोगों,
जब तुम दूसरों के लिए दया महसूस नहीं करते हो,
तुम स्वकेन्द्रित हो जाते हो।
तुम केवल अपने लिए सोचते हो।
तुम केवल अपनी खुशी के लिए सोचते हो।
तुम संसार को देखो,
इन लोगों, पशुओं, संसार के पौधों को देखो।
दुःख जो इतनी मात्रा में है
उसे महसूस करो।
यह दुःख तुम्हें सिखाएगा
कि इस क्षण तुम्हें क्या करना है।

आत्मरक्षा की मूर्खता

जो दूसरों के दुःख को नहीं जानते हैं
वे केवल अपने लिए सोचते हैं।
वे केवल अपने दुःख के लिए सोचते हैं।
कुछ भी हो
वे अपने दुःख के लिए कितना सोचते हैं।
वे कभी इस संसार को अच्छा नहीं बनायेंगे।
इस संसार को अच्छा बनाने के लिए,
तुम्हें काँटे और जहरीले बर्छी को
दूसरों के हृदय से दूर करना है।
यही तुम्हारे दिमाग में चाहिए
तुम्हारे पास ऐसे दिमाग की कमी नहीं
जो दूसरों को चोट या कष्ट पहुँचाए।

आत्मरक्षा के लिए ऐसे दिमाग का होना,
केवल अपनी खुशी के लिए सोचना,
मूर्ख लोगों की एक चारित्रिक विशेषता है।
ऐसे लोग स्वयं को लाभान्वित करने के लिए
अनथक प्रयत्न करते हैं।
लेकिन उनके प्रयत्न की दिशाएँ
उन्हें बुद्ध के मस्तिष्क से दूर ले जायेंगी
क्या वे नहीं समझते
केवल अपने लाभ के लिए सोचने में
वे स्वयं को वास्तव में
नुकसान पहुँचा रहे हैं।
क्या वे नहीं समझते
उन्हें जीवन इसलिए नहीं दिया गया
वे स्वार्थी हो।
इस पृथ्वी पर तुम्हें इसलिए जीवन दिया गया है,
तुम इस जीवन को,
केवल अपनी सेवा में लगाओ
इसकी तुम्हें आज्ञा नहीं है।
तुम्हें जानना है
तुम्हें अपूर्व कृपा का आशीर्वाद मिला है
तुम्हें इस संसार में जीवन मिला है।
कृतज्ञतापूर्वक
तुम्हें अनेक प्यासे हृदयों की प्यास बुझानी है
इसलिए केवल अपने लिए नहीं सोचो।
जो मस्तिष्क केवल अपने लाभ की सोचता है
उसे दूसरों को कष्ट नहीं पहुँचाना है।
मैंने बहुत पहले भी तुम्हें सिखाया है
जो मस्तिष्क केवल स्वलाभान्वित होना चाहता है
अपने ही बारे में न सोचे।
दूसरों को कष्ट न दे।

स्व को लाभान्वित करना स्वीकार्य है
तभी जब दूसरों को भी लाभ पहुँचता है।
इसलिए अपने पर अच्छा नियंत्रण हो,
अपने मस्तिष्क को शान्त करो,
अपनी आत्मा को चमकाओ।
तब इस आश्चर्यजनक संसार में प्रवेश करो।
तुम नहीं कह सकते हो

तुमने अपने को परिष्कृत किया है
जब तक तुम्हारी परिष्कृति ने
दूसरों को सुधारने में सहायता नहीं की
इस संसार को अच्छा स्थान नहीं बनाया,
और इस संसार को जिसे बुद्ध ने बनाया है
एक ओर आश्चर्यजनक स्थान नहीं बनाया है,
अपने को लाभान्वित करने के
अर्थ की गलत ढंग से व्याख्या मत करो।

अपने शरीर से दुःखी मत हो

आगे फिर मैं तुमसे कहता हूँ,
तुममें से अनेक नहीं समझते हैं कि
अभी भी अनेक प्रकार के मूर्ख हैं।
तुममें से अनेक अपने बाह्य शरीर के लिए
अत्यंत चिन्तित हो।
अनेक अपने शरीर को लेकर अधिक चिन्ताग्रस्त हो।
तुम अपने शरीर से परेशान हो
यह सोचकर तुम बहुत लम्बे या छोटे हो,
बहुत मोटे या पतले हो,
आकर्षक या अनाकर्षक हो।
तुम इन चीजों से अपना कष्ट बढ़ाते हो
प्रतिदिन इस बारे में बात करते हो।
हालांकि मैं सोचता हूँ इन वस्तुओं के बारे में
मूर्ख व्यक्ति सोचते हैं।
शरीर आत्मा के लिए एक सवारी है
क्या यह बहुत नहीं है कि तुम्हारा शरीर
एक सवारी की भाँति उद्देश्य पूर्ति करता है।
अपने इस जीवन में आत्म प्रशिक्षण के लिए।
इससे अधिक की कामना मत करो
क्या यह पर्याप्त नहीं है
तुम्हारे शरीर ठीक प्रकार से इस पृथ्वी पर
आत्म प्रशिक्षण का उद्देश्य पूर्ण करते हैं?
इससे अधिक के लिए मत कहो।
अपने मस्तिष्क को अधिक परेशान मत करो।
यह महत्वपूर्ण है कि तुमने हृदय में संकल्प लिया है,
तुम शरीर के लिए अधिक चिन्तित नहीं होगे।
और अनेक वस्तुएँ हैं
जिसके लिए तुम्हें चिन्तित होना है।

अपने दिमाग के लिए चिन्तित हो।
अपने मस्तिष्क की क्षुद्रता के लिए चिन्तित हो।
तुम्हारे दिमाग में जो गलत भरा है
उसके लिए चिन्तित हो।
तुम्हारा दिमाग सुन्दर है या नहीं
उसके लिए चिन्तित हो।
अगर तुम्हारा दिमाग शुद्ध या सुंदर नहीं है
यह अपने आप दिखना शुरू हो जायेगा।

जिसका दिमाग सुन्दर नहीं है
उसकी आँखें सुन्दर नहीं होगी।
जिस व्यक्ति का दिमाग गलत या स्थिर होगा
उसकी आँखें धुंधली होगी।
वे आँखें दुष्ट प्रकाश से पूर्ण होगी।
वे आँखें अहितकारी प्रभाव देती है।
एक गर्वित मनुष्य की नाक
वास्तव में अधिक ऊँची दिखेगी
यह सदैव सीधी रेखा की ओर संकेत करती है।
जिस व्यक्ति का दिमाग बुराई से पूर्ण है
वह धूर्त दिखाई देगा।
जो सदैव दूसरों के लिए खराब कहते हैं,
आलोचना करते हैं,
उनके होंठ झुके और सिकुड़े होंगे।
एक असुन्दर मुख के रूप में
मस्तिष्क के विचार गोचर होंगे।
जो दिमाग शान्त नहीं होगा
वह उस व्यक्ति के व्यवहार से स्पष्ट होगा।
जो लगातार दूसरों को दोषी करार करते हैं,
संतप्त करते हैं,
उनके स्वयं को प्रस्तुत करने के ढंग
में यह झलकेगा।

जबकि एक शांतिप्रिय व्यक्ति
के साथ रहते हुए
तुम समय को भूल जाओगे
जब तुम वहाँ होगे
तुम भूल जाओगे कि तुम कहाँ हो?
जब तुम भीड़ में होगे

वह तुम्हें भीड़ का अस्तित्व भुला देगा।
ऐसा व्यक्ति सदैव भद्र और गंभीर होता है।
ऐसा व्यक्ति जो भद्र और शांत होगा
अपने आस—पास वालों को भी परेशान नहीं करेगा।
मेरे शिष्यों,
अपने शरीर से पूर्व
अपने दिमाग को संतुलित करो।
उसे सुंदर बनाओ,
दिन—प्रतिदिन भद्र बनाओ।
क्रोधित मत हो।
दूसरों की झूठी निंदा मत करो,
शिकायत न करो।
इन शिक्षाओं को दिमाग में अंकित कर लो।

क्रोध न करो

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैंने तुम्हें मस्तिष्क की विभिन्न स्थितियों के
विषय में सिखाया है।
इसमें से एक जहर क्रोध है।
तुम्हें क्रोधित नहीं होना चाहिए।
कुछ भी हो
तुम कभी भी अवमानना क्यों न अनुभव करो
तुम्हें क्रोधित नहीं होना चाहिए।
यह धर्म प्रचारकों के लिए बहुत महत्वपूर्ण है।
जब तुम अपने सिद्धान्तों का पालन करते हो
दूसरे तुम्हारी आलोचना करेंगे,
तुम दूसरों द्वारा निंदित होगे,
तुम दूसरों द्वारा अपमानित होगे,
लेकिन तुम बुद्ध के शिष्य हो
तुम्हें यह अपमान सहना होगा।
तुम्हें क्रोध से क्रोध का बदला नहीं देना।
तुम्हें नम्र शब्दों में प्रतिक्रिया व्यक्त करनी चाहिए।
तुम्हें शांत रह कर कड़ी आलोचना का
उत्तर देना चाहिए।
मुस्कुराना नहीं भूलो।
सहनशील दिमाग हो
ऐसा मत भूलो।
सुव्यवस्थित दिमाग हो

ऐसा मत भूलो।
यह सुव्यवस्थित दिमाग
और सहनशीलता का सिद्धान्त
तुम्हारे में गुणों को एकत्र करेगा।
जानो कि जिसके पास सहनशील दिमाग नहीं
वह कोई गुण प्राप्त नहीं कर सकता।
जानो जो क्रोध से क्रोध के द्वारा झगड़ता है
वह गुणवान नहीं बन सकता।
अतः कभी क्रोध नहीं करना।

ईर्ष्या मत करो

दूसरों से डाह या ईर्ष्या मत करो
यह उपदेश अपने हृदय में अच्छी प्रकार से रखो।
कभी भी दूसरों के प्रति ईर्ष्यालु मत बनो
धर्म प्रचारकों के सीखने के लिए
यह एक महत्वपूर्ण उद्देश्य है।
जब तुम अपने नियमों का अभ्यास करते हो
तुम ईर्ष्या महसूस कर सकते हो।
जब तुम दूसरों के लिए कही गई
अच्छी बातें सुनते हो,
या सुनते हो
कि वे एक उच्च स्थिति में पहुँच गए हैं
यह तुम्हारे हृदय में
ईर्ष्या की भावना जगा सकती है।
लेकिन तुम्हें इन भावनाओं को महत्व नहीं देना है
तुम्हें जानना चाहिए
इन डाह और ईर्ष्या की भावनाओं को स्थान देना
जीने का एक मूर्खतापूर्ण ढंग है।
तुम्हारा मस्तिष्क ऐसा नहीं होना चाहिए।
अगर तुम उच्च योग्यता के लोगों से मिलते हो
उनको प्यार करो,
उनका आदर करो,
उनको सम्मान दो,
जो तुमसे महान हैं,
उन्हें सम्मान देने में,
तुम भी उनके जैसा बनना
प्रारम्भ कर सकते हो।
ऐसी उच्च योग्यता के लोगों को

सम्मान देकर
प्रगति के मार्ग पर यह तुम प्रथम कदम लेते हो।

किसी भी प्रचार के लिए
ईर्ष्या से बढ़ कर कोई जहर नहीं है।
दशकों में प्राप्त सदाचरण
एकदम अदृश्य हो जायेगा
इस ईर्ष्या के जहर के कारण।
डाह के कारण
तुमने जो भी गुण ग्रहण करे होंगे
सब साफ हो जायेंगे।
ईर्ष्या गलत है
क्योंकि यह किसी को
खुश नहीं रखती है।
जिससे ईर्ष्या करते हैं, वह खुश नहीं रहता है
जो ईर्ष्या करते हैं
वे खुश नहीं रहते हैं।
ईर्ष्या दिमाग की शांति और
सामंजस्य को भंग करती है।
अब तुम जानो कि ईर्ष्या एक बुराई है।
तुम्हें कभी भी ईर्ष्यालु नहीं होना है।
उच्च योग्यता वाले लोगों को
प्यार दो, प्रशंसा करो।
जिनके पास योग्यता है,
अनुभव है,
बुद्धि है,
उन्हें प्यार करो।

यह बात याद रखना
बहुत महत्वपूर्ण है।
एक ऐसे मस्तिष्क के अभाव में
जो योग्य, अनुभवी और
बुद्धिमानों को प्यार करता है
तीन रत्नों को आदर देना
तुम्हारे लिए असंभव है।
स्वामी और उसके उपदेशों को
प्यार करना असंभव है।
संघ जिसने उसे बनाया है

प्यार करना असंभव है।
तीन रत्नों को सम्मान देने की अक्षमता
तुम्हारे जीवन के आत्म प्रशिक्षण में
बाधा डालेगी।

शिकायत न करो

मैंने तुम्हें सिखाया है
क्रोधित नहीं होना है।
ईर्ष्यालु नहीं होना है।
अगली बुराई जो तुम्हें छोड़नी सीखनी है
शिकायत करने वाले दिमाग की है।
जब लोग अपनी इच्छाएँ पूरी नहीं कर पाते हैं
वे शिकायत करते हैं।
शिकायतें आलोचना और दुःख को तीव्र करती है
और हर किसी के मस्तिष्क में घर करती और फैलती है।
इन शिकायतों से झगड़ना और इन्हें दूर करना
सर्वधर्म प्रचारकों के लिए अभ्यास का
यह सबसे महत्वपूर्ण गुण है।
किसी की योग्यता और शक्ति में कमी
ही शिकायतों को जन्म देती है।
यह आत्मविश्वास की कमी में जड़े खोजती है।
जब कुछ लोग थके होते हैं
तब वे शिकायत करते हैं।
यह मनुष्यों की सामान्य प्रवृत्ति है।
अगर तुम जब थके हो
तुम शिकायत करना चाहते हो।
तुम्हें चुप रहने का महान प्रयत्न करना चाहिए।
जब तुम्हें शिकायत करने की अनुभूति हो
चुप रहो और लम्बी सांस लो।
जितनी जल्दी हो सके
इस विचार से स्वयं को अलग करो
शिकायत एक जहर है।
कूड़े की तरह जो चारों ओर इकट्ठा होता है
यह सारे क्षेत्र को दूषित करता है,
नुकसान पहुँचाता है।
जो शिकायत करते हैं
वे अत्यंत शीघ्र स्वयं को कूड़े में पायेंगे
कूड़े के ढेर से घिरे हुए।

कौन तुम्हारी शिकायतों के बाद सफाई करेगा?
कौन कूड़ा ले जाएगा
जो तुमने फैलाया है?
शिकायत मत करो
अगर कोई तुम्हारे लिए कूड़ा साफ करने वाला नहीं है
तुम्हें स्वयं ही कूड़ा फेंकना होगा।
तुमने जो फैलाया है उसे साफ करना होगा।
तुम्हारे पास कूड़े के ढेर में जीने के अलावा
कोई उपाय शेष न होगा।
यह शिकायत करने में सबसे भयंकर है।
जब तुम शिकायत करना चाहते हो
तुम्हें सबसे पहले अपने दिमाग को
प्रोत्साहित करना होगा।
तुम्हें अपने दिमाग को प्रोत्साहन देना होगा।
क्या तुम तब एक बड़े व्यक्ति नहीं होगे?
क्या तुम बुद्ध के प्रकाश का सृजन नहीं होगे?
क्या बुद्ध का जीवन तुम्हारे भीतर नहीं रहा होगा?
तुम अपने को चमकने के लिए प्रोत्साहित करो,
एक महान और चमकदार प्रकाश के द्वारा
तब यह शिकायतों की अनुभूति
तुम्हें छोड़ देगी।

शांति से कार्य करो

कुछ लोग शिकायत करते हैं
क्योंकि उन्होंने जो चाहा उसे पाया नहीं है,
उसे उपलब्ध नहीं किया है।
तुममें से कुछ के मन में कुछ वस्तुओं
को प्राप्त न कर पाने के कारण
बुरा भाव होगा।
चाहे तुमने कितना भी कठिन काम किया होगा
लेकिन शिकायत करने से क्या लाभ?
क्या शिकायत करने से कुछ मिलेगा?
शिकायत करना जल की एक लहर की भांति है।
जब तुम सुरक्षित जगह की ओर
अपनी नाव खेते हो।
नाव खेने से जो लहरें उत्पन्न होती हैं।
किनारों से टकरा कर
तुम्हें समुद्र में दूर धक्का देगी।

जब तुम कुछ उपलब्ध करने में असफल होते हो
शिकायतें तुम्हें तुम्हारे लक्ष्य से
दूर धक्का देंगी।
ये तुम्हें तुम्हारे भविष्य में
और दूर करेगी।
अतः इसके विपरीत
शिकायतों की आदत छोड़ दो
और चुपचाप स्वयं में शक्ति एकत्र करो।
भविष्य की ओर देखो
प्रयत्न करो,
मेहनत से और चुपचाप।
किसी को बिना प्रयत्न के
सफलता नहीं मिली है।
सरलता से सफलता पाने के लिए,
जिसमें प्रयत्न न करना पड़े
तुम्हारी आध्यात्मिक उन्नति को
लाभ नहीं पहुँचायेगी।
ऐसी सफलता पाने की कोशिश
हवा में महल बनाना है।
मेरे शिष्यों,
कष्ट को मत भूलो।
यह कभी मत सोचो,
कि बिना कड़े प्रयत्नों के
तुम्हें सफलता मिल सकती है।
बिना मेहनत के कोई सफलता नहीं है।
अगर तुमने बिना काम किये
सफलता प्राप्त की है
तुम्हें ऐसी सफलता पर शर्म आनी चाहिए।
तुम्हें ऐसे सम्मान पर शर्म आनी चाहिए।
तुम्हें ऐसे यश पर शर्म आनी चाहिए।
कभी मत सोचो परिणाम क्या है,
यह तुम्हारी कड़ी मेहनत है
जो तुम्हारे लिए
सुनहरा यश है।

मैंने तुम्हें सिखाया है।
जिन लोगों के पास
गुस्सा, ईर्ष्या और शिकायतें हैं।

वे मूर्ख हैं।
यह सभी युगों में सत्य है
अपने हृदय में झांको
लगातार निरीक्षण करो।
क्या तुम्हारे दिमाग में
गुस्सा, ईर्ष्या और शिकायत है?
अगर इसमें से कुछ भी
तुम्हारे दिमाग में भरा है
याद रखो

अध्याय 4

राजनीति और अर्थशास्त्र

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे शब्दों को ध्यान से सुनो।
अतीत में,
तुम्हें मस्तिष्क के बारे में
मैंने अनेक बातें सिखायीं थीं।
मैंने मस्तिष्क की शिक्षा के लिए
अनेक बातें तुमसे बांटी।
मैंने तुम्हें सिखाया
मस्तिष्क की शिक्षाएँ सदैव सत्य होती हैं,
समय, क्षेत्र और नैतिकता से ऊपर होती हैं।

राजनीति और अर्थशास्त्र में

तथापि, सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
तुम्हें कुछ पाठ सीखने हैं
इस युग और समय में जिसमें तुम
अब रहते हो
जो तुमने नहीं सीखे हैं,
अपनी पुरानी जिन्दगी में धर्मपालन के द्वारा;
आज की राजनीति और अर्थशास्त्र को
व्याख्यायित करना और समझना तुम नहीं जानते हो।
अतीत में,
मैंने तुम्हें राजनीति का पाठ नहीं पढ़ाया।
अतीत में,
मैंने तुम्हें अर्थशास्त्र का पाठ नहीं पढ़ाया।
मैंने तुम्हें अतीत में राजनीति और अर्थशास्त्र के संसार से
नाता न रखना सिखाया,
केवल मस्तिष्क में शांति ढूँढ़ने को कहा।
मैं तुमसे फिर कहता हूँ
कि इस जीवन में, इस युग में
अपने मस्तिष्क में शांति ढूँढ़ना
अपने मस्तिष्क को लय में रखना
और ज्ञानोदय के मार्ग पर चलना
सदैव सब सद्गुणों में से सबसे महान रहेगा।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
आज की राजनीति और अर्थशास्त्र में
उछाल दिए जाने पर
तुम कितने चिन्तित और परेशान होगे।

मैं अपने आँसू रोक नहीं सकता हूँ
जब मैं तुम्हें इसमें संघर्ष करते देखता हूँ।
तथापि, मेरे प्यारे शिष्यों,
तुम्हें संदेह में नहीं पड़ना है।
जो कुछ भी घटित होता है
और जो भी इस संसार में आता है,
वह बुद्ध के सत्य मस्तिष्क का प्रकाशन है
जो विभिन्न रूपों में है।
इसलिए, बेकार में ही राजनीति से नहीं भागो।
बेकार में ही अर्थशास्त्र से मत भागो।
इस जीवन में तुम्हारा आध्यात्मिक प्रशिक्षण
लोगों को सिखाना है कि वे अपनी जिन्दगी
कैसे जी सकते हैं,
आज के इस राजनैतिक और आर्थिक संसार में,
एक शुद्ध, स्पष्ट और शांत दिमाग से।
यह दिखाना है कि लोग कैसे

बुद्ध के मस्तिष्क से एकलभ होकर रह सकते हैं।
हाँ, समय परिवर्तित हो गए हैं।
लेकिन, सनातन मूल्य कभी नहीं होंगे।
इस संसार के सभी लोगों में
सनातन मूल्य फैलाने के लिए,
तुम्हें सभी सांसारिक वस्तुओं को त्यागना नहीं है।
संसार में जो भी अच्छा, शिथिल पड़ा है
उसे खोलने का प्रयत्न करो।
इस संसार में जो भी बुराई उभरती है
उसे समाप्त करने का प्रयत्न करो।
इसमें तुम सच्चे धर्मपालक
का मार्ग प्राप्त करो।

एक आध्यात्मिक मेरूदंड

मेरे शिष्यों, ध्यान से सुनो
हमने ऐसे युग में प्रवेश किया है जिसमें जापान,
वह देश जिसमें मैं अपने नियम सिखाता हूँ,
उसे विश्व का नेतृत्व करना होगा।
लेकिन, वे देश जिसे विश्व का नेतृत्व करना है
उसके पास अभी तक एक आध्यात्मिक मेरूदंड नहीं है
जिस पर यह विश्वास कर सके

और अपने देश पर शासन कर सके।
यह हमारे देश की दुःखद स्थिति है।
एक घर तभी उन्नत होगा
केवल जब उस घर का मालिक
उस घर का स्वामी
एक सही मस्तिष्क से
परिश्रमपूर्वक कार्य करेगा,
और घर के सभी सदस्यों को जोड़ेगा।
इसी प्रकार
एक देश के राजनैतिक नेता के पास
एक शुद्ध और सही दिमाग होना चाहिए।
स्वयं को इच्छाओं और आकर्षणों से मुक्त करो
सोचो और केवल सोचो
अपने लोगों की खुशी को।
जब ऐसा नेता देश का शासन करता है
वह देश स्वभावतः स्वयं को शासित करेगा
और स्वभावतः शांति प्राप्त करेगा।
लेकिन, आज जापान के पास कोई नियम नहीं है
जिस पर यह विश्वास करे,
जिस पर आस्था और अनुसरण करे।
मैं विश्वास से कहता हूँ
यह शोचनीय स्थिति है।
क्या तुम सोचते हो
कि देश सनातन रूप से अक्षत है
क्योंकि देश परिवर्तित होते रहे हैं
काल, देश और लोगों द्वारा।
तथापि, चाहे देश का नाम या सीमाएँ
परिवर्तित हो जाएं
सनातन नियम सदैव इसके पीछे रहते हैं।
सनातन नियम सदैव उपस्थित रहते हैं।
सनातन नियम बुद्ध से प्रवाहित होते रहते हैं।
उसकी इच्छा को इस संसार में प्रकाशित करते रहते हैं।

संसार को बदलने की शक्ति

मैं तुमसे कहता हूँ
आज से तुम्हें केवल धार्मिक सिद्धांतों का
अभ्यास नहीं करना है।
तुम्हें स्वयं को प्रशिक्षित करने के उद्देश्य से नहीं जीना है।

धार्मिक सिद्धांतों में तुम्हारी दृढ़ आस्था
असंख्य लोगों की आत्माओं को जागृत करे।
जिन धार्मिक सिद्धांतों का तुम अभ्यास करते हो,
अनेक लोगों के समूह के साथ
जो अपने सिद्धांतों का अभ्यास करते हैं।
उनमें संसार बदलने की शक्ति हो
वह तत्व जो लालची समाज को बदलेगा
लालच से मुक्त हो
मैं विश्वास से कहता हूँ
जो सांसारिक आकर्षणों से मुक्त है
उनकी क्रियाएँ उस समाज को बदलेगी
जो लालच से व्याकुल व पीड़ित हैं।

सच्ची आसक्ति तुम्हारी आकांक्षा है
बुद्ध की ओर जाने वाले मार्ग पर चलने की।
ऐसी सच्ची महान आसक्ति
सभी लोगों में होनी चाहिए।
लेकिन झूठी आसक्ति वाला दिमाग वह है
जो पूर्णतः इस संसार से जुड़ा है
इस संसार की चमक-दमक देखता है
और केवल तुम्हारे जीवन को इस संसार में
आसान बनाता है।
तुम्हें ऐसी झूठी आसक्तियों को छोड़ना है
और बुद्ध की ओर जाने के लिए
महान सच्ची आसक्तियों को गले लगाना है।

शायद बुद्ध की ओर जाने वाले मार्ग पर चलने
की तुम्हारी आकांक्षा को बताने के लिए
आसक्ति अच्छा शब्द नहीं है।
स्नेह एक अच्छा शब्द है
नहीं और भी अच्छे शब्द हैं
'दृढ़ खिंचाव'
तुम इसे एक शक्ति कह सकते हो।
जो बुद्ध और तुम्हारे बीच
एक अटूट बंधन बनाती है
तुम इसे एक शक्ति कह सकते हो
जो निरंतर बुद्ध के समीप लाती है।

इसलिए इस बिन्दु से
संसार के मार्ग बदल दो।
संसार का रूप बदल दो।
संसार का ढांचा बदल दो।
इसे इस शक्ति द्वारा बदल दो।
इसे जो तुम शक्ति ग्रहण करते हो द्वारा बदल दो।
जब तुम महान बुद्ध से एक हो जाते हो
इसे अपने शांत दिमाग द्वारा बदल दो,
जो सांसारिक आसक्तियों से मुक्त है।

ऐसे लोग इस संसार में हैं
जो क्रांति से संसार को बदलने का उद्यम करते हैं।
ऐसे लोग हैं जो इस संसार को
हिंसा से बदलने का उद्यम करते हैं।
ऐसे लोग हैं जो इस संसार को
रक्त बहाकर बदलने का प्रयत्न करते हैं।
लेकिन मैं संसार बदलने के लिए
ऐसा प्रयत्न नहीं करूंगा
तुम्हारा दिमाग शांत और समंजित होना चाहिए।
अगर कोई देश किसी अन्य देश में से बनाया जाता है
ऐसे देश में किसी दिन
हिंसा की उथल-पुथल होगी।
क्रांति जो रक्त से जुड़ी है
किसी दिन फूट डालेगी,
या भविष्य में किसी दिन खून-खराबा होगा।
तुम्हें ऐसे साधन नहीं अपनाने।
अगर तुम्हें संसार में बदलाव लाना है
सदा शांत दिमाग रखो।
सदा दिमाग की स्थिरता को महत्व दो
एकरूपता को अपनी नींव बनाओ
जब तुम संसार बदलने जाओ।
संसार बदलना ही चाहिए।
एकरूपता से बदलना चाहिए।
तुम्हें अति से दूर रहना चाहिए।
स्वयं को एकरूपता के केन्द्र में रखो।
सब में समृद्धि लाने का प्रयत्न करो।

राजनैतिक सत्य

जापान की राजनीति का
सबसे दुःखद पक्ष है
निरंतर शक्ति के लिए लड़ाई
विभिन्न दलों के बीच में।
हर राजनैतिक दल
अपने हितों के समर्थन तथा स्वार्थों के लिए लड़ता है।
कुछ इसे "प्रजातंत्र" कहते हैं।
लेकिन मैं इसमें विश्वास नहीं करता
कि राजनीति का यह मार्ग बुद्ध की इच्छानुसार है।
बिल्कुल बुद्ध की इच्छानुसार है।
सब राजनैतिक दल इकट्ठे
और ईमानदारी से सोचें
कि वे संसार में प्रकाश और खुशी कैसे ला सकते हैं।
लोगों के दिमागों को प्रकाश व खुशी कैसे दे सकते हैं।
ऐसे विषयों के लिए
प्रस्ताव प्रस्तुत करने के लिए दृढ़ हो।
इच्छा से जुड़ा प्रजातंत्र
सच्ची राजनीति नहीं है जानो।
लालच पर आधारित स्वार्थों की पूर्ति के लिए
बहस के साथ स्वतंत्रता को मत मिलाओ
स्वतंत्रता को अपने लालच पूर्ण
करने के उपाय के रूप में मत लो।
स्वतंत्रता इच्छाएँ पूर्ण करने के लिए नहीं है।
स्वतंत्रता लालच से शासित न हो।
स्वतंत्रता सांसारिक इच्छाओं से शासित न हो।
तुम अपने राजनैतिक लाभ के लिए
किसी उम्मीदवार को नहीं चुनो,
अपने जीवन में लाभ प्राप्ति के लिए नहीं चुनो,
या फिर अपनी इच्छाओं की पूर्ति के लिए नहीं चुनो,
तुम राजनीतिज्ञों को केवल इन
इच्छाओं की पूर्ति के लिए देश को शासित नहीं करने दो।
राजनीति प्रशंसनीय हो जाती है
जब राजनीतिज्ञ सेवा करने के लिए ऐसे समाज को बनाते हैं
जो अनेकों को संतुष्ट करे।
न ही ऐसे समाज को बनाएं
जो सबको संतुष्ट करे।
इसे समझने के लिए
अपने मस्तिष्क से कलह को दूर करो

अगर कलह तुम्हारे दिमाग में होगी
सच्ची एकरूपता का जन्म नहीं होगा।
अनेक राजनैतिक दल
एक-दूसरे से इसीलिए लड़ते हैं।
क्या तुम अंदाजा लगा सकते हो
बुद्ध की दृष्टि में यह कितनी शोचनीय दशा है
कि एक ही दल के अनेक भाग
जो एक-दूसरे से जुड़े हैं
पार्टी का भावी नेता बनने के लिए लड़ते हैं।
इसी का एक हिस्सा
उन्नति के सिद्धांत के मार्ग पर होता है
क्या कारण है यह संशय का भाव मंडराता है?
यह इसलिए है क्योंकि लोग ऐसा नेता नहीं चाहते
जो लड़ाई-झगड़े का पक्ष ले।
एक दृष्टि से
साधारण लोगों के बीच की बहस
नासमझी और बचकाना होती है।
किन्तु
एक देश शांति में कैसे रह सकता है
जब वे अपने नेताओं को
सदा आपस में लड़ते देखते हैं।
साधारण लोग शांत दिमाग से कैसे जी सकते हैं
जब उनके नेता झगड़ते हैं।
लोगों को शांति कैसे मिले?
लोगों के दिमागों को एकलयता कैसे मिले?
कुछ नहीं केवल यहाँ विरोध है।
कुछ और नहीं है।
जो नेता बनना चाहते हैं
वे आदेश और एकरूपता को मान दें।
दूसरे लोग उन्हें
गुणवानों की तरह सम्मानित करें।
किसी भी प्रकार की कड़ी बहस
राज्य परिषद् में नहीं होनी चाहिए।
जहाँ देश की राजनीति पर बहस होती है, ऐसे स्थान पर
राजनीतिज्ञों को ऐसी शर्मनाक
क्रियाओं से स्वयं को बचाना है।
और भी, चाहे उन्हें चुनाव जीतने की कितनी भी
इच्छा क्यों न हो

या अपनी शक्ति का दायरा बढ़ाने की कितनी भी
इच्छा क्यों न हो
राजनीतिज्ञों को स्वयं को कड़ाई से
दूसरों की आलोचना या बहिष्कार करने वाले
शब्दों व क्रियाओं से बचाना है
तुम्हें ऐसी क्रियाओं को
भाषण की स्वतंत्रता नहीं कहना है।

राजनीति की ऐसी बुरी दशा
लोगों के बुरे दिमागी हालत के कारण है
राजनीति उनके द्वारा चलती है
जिन्हें लोगों ने चुना है।
अगर राजनीतिज्ञ जिन्हें लोगों ने चुना है
बिना आध्यात्मिक मूल्यों के देश को शासित करते हैं,
तो यह सत्य है
जिन लोगों ने उन्हें चुना है
वे आध्यात्मिक मूल्यों से रहित हैं।
यह ऐसा नहीं होना चाहिए।
तुम्हें ईमानदारी की राजनीति करनी चाहिए।
जो राजनीति हृदय से होती है
ऐसे नेताओं को चुनती है
जो लोगों की सेवा
हृदय और आत्मा से करेंगे
ऐसे राजनेता चुनो
जो संसार को अच्छा स्थान बनाने में
अपना दिल और आत्मा लगा देंगे।
ऐसी ही प्रवृत्ति का हमें सृजन करना है।
आज की राजनीति शोचनीय स्थिति में है।
अगर तुम अपने उम्मीदवार
को चुनना नहीं जानते हो
तो सबसे पहले
सर्वश्रेष्ठ गुणवान को उम्मीदवार चुनो।
अंकों की शक्ति
चुनाव का परिणाम निश्चित न करे।
धन की शक्ति
चुनाव का परिणाम निश्चित न करे।
एक व्यक्ति का चुनाव
केवल उसकी राजनीतिक योग्यताओं पर न निर्भर करे।

यह आवश्यक है जो बुद्ध के नजदीक हैं
वह तुम्हारे उम्मीदवार बनें।
राजनीतिज्ञ अपनी आपसी लड़ाई
राजनीति में न लाएं।
इसके विपरीत वे सदैव
अपने देश के लोगों की
उन्नति और सुख के लिए सोचें।

आर्थिक सत्य

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
तुम में से अनेक आज के
आर्थिक नियमों से
परेशान और चिन्तित होंगे
तुम नहीं जानते कि इन नियमों के बारे
में क्या सोचें।
तुम नहीं जानते क्या है संबंध
इन आर्थिक नियमों और बुद्ध के सत्य का।
बहुत है जो
अर्थ के कारण पीड़ित हैं।
आर्थिक विपन्नता से पीड़ित हैं।
बहुत है जो
आर्थिकता के कारण आसक्तियों का निर्माण करते हैं
और अपने आध्यात्मिक मूल्यों को खोते हैं।
अगर तुम ऐसे युग में जी रहे हो,
तुम्हें अर्थ के भीतर ही रहना है
उसी समय इसे छोड़ना भी है।
इस प्रकार से रहने का एक रास्ता होना चाहिए।
चाहे तुम कितना भी दिमाग को परिष्कृत कर लो
जब तक इस संसार में अर्थ के नियमों की सत्ता है।
तुम इनसे भाग नहीं सकते हो।
अतः आवश्यक है कि इन आर्थिक नियमों के ढाँचे में
तुम सही मार्ग चुनो।
ऐसी जिन्दगी है
अष्टमार्ग के सिद्धांत की
सही क्रिया के साथ चलती है।
जो मैंने तुम्हें बहुत पहले सिखाया था
अतीत में
अनेकों ने संसार को त्यागा

लेकिन बिना यह जाने जिए
सही क्रिया की सच्ची प्रकृति क्या है।
तुम बुद्ध के प्रति कृतज्ञ हो,
कि तुम इस युग में पैदा हुए हो,
तुम्हें अवसर दिया गया है
सही क्रिया की सच्ची प्रकृति जानने और सीखने का।
तुम सही क्रिया का सच्चा अभ्यास करते हो
अगर तुम्हारी समृद्धि
तुम्हारे आस—पास की जिन्दगियों को धनी बनाती है,
जो बदले में पूरे देश को समृद्ध बनाती है;
और अनेकों की जिन्दगियों में खुशी लाती है।
अगर आर्थिक नियमों का ठीक से पालन होता है,
तो अनेकों की जिन्दगियों को खुशी मिलेगी
किन्तु, आर्थिक संपन्नता अपने आप नहीं रह सकती
उसे आगे बढ़ने की शक्ति का काम करना है
जो फिर तुम्हारे मस्तिष्क को परिष्कृत व समृद्ध करेगी।
आर्थिकता मस्तिष्क की सेवा करे
यही आर्थिकता की सच्ची प्रकृति है।
तुम्हारे दिमाग को आर्थिकता की सेवा करनी शुरू करनी
चाहिए,
या तुम्हारे दिमाग को आर्थिकता का गुलाम बनना चाहिए,
यह मानव के रूप में
तुम्हारे जीने का ढंग नहीं होना चाहिए।

मेरे शिष्यों, आज से
अपने दिलों में इन पाठों को रखो
अर्थ सत्ता है
और तुम्हारे दिमागों को उसका शासक बनना है।
इसलिए, आर्थिकता को
तुम्हारे दिमागों को गुलाम नहीं बनाना है।
जो शुद्ध दिमाग से उन्नति करते हैं वे सौभाग्यशाली हैं।
ऐसे लोगों को अपनी आर्थिक शक्ति
अपने दिमागों को शुद्ध करने में लगानी चाहिए।
अपने दिमागों को प्रशिक्षित करने के लिए
अनेक अवसरों को प्राप्त करना चाहिए,
और अनेक लोगों को प्रभावित करना चाहिए।
मैं उनसे कहता हूँ
जिनके पास अधिक आर्थिक शक्ति नहीं है

इसे अपनी महापीड़ा का बिन्दु मत बनाओ
तुम आर्थिकता के हाथों स्वयं को
पीड़ित मत होने दो।
तुम अपनी निर्धनता को
पीड़ा का स्रोत मत बनने दो।
तुम अपनी आर्थिक विफलता को
अपनी पीड़ा का कारण मत बनने दो।
इन कष्टों के समय में भी
तुम्हारे पास सदैव कुछ सनातन होगा,
तुम्हारे पास सदैव एक श्रेष्ठ कार्य होगा,
अपने अमर दिमाग व आत्मा को परिष्कृत करने का।
यह तुम्हारा अंतिम और प्रथम कार्य है।
यह तुम्हारा प्रथम और अंतिम कार्य है।
जो कार्य तुम्हें दिया गया है
तुम्हारे दिमाग को लगातार परिष्कृत करने के लिए
दिया गया है।
चाहे कैसी भी परिस्थितियाँ क्यों न हो
तुम अपने दिमागों को निरन्तर परिष्कृत करो
इन आर्थिक सिद्धान्तों के द्वारा।
तुम समझोगें कि यह संभव है
अपने दिमाग को परिष्कृत करना और आत्मा को शिक्षित
करना
आर्थिक नियमों में सहयोग देते हुए भी।
इस पर विचार करो
अगर तुम्हारे कार्य से दूसरों को लाभ होता है
तुम्हारे कार्य का मूल्य
जिसे धन से मापा जाता है
तुम्हारे पास धन के रूप में
वापस आना चाहिए
इसके प्रकाश में, अगर तुम निर्धन हो
सोचो क्या तुम दूसरों की समृद्धि के लिए
काम कर रहे हो।
लोगों को मनन करना चाहिए
अर्थशास्त्र के सिद्धान्तों का भी।
क्या तुम सोचते हो कि जब तुम
दूसरों के लिए मन से काम करते हो
जिससे वे लाभान्वित हो
तुम निर्धन रहोगे?

अगर तुम सच्चे मन से दूसरों के लाभ के लिए काम करते हो
पर समृद्ध नहीं होते,
सदैव धनाभाव में होते हो,
तो तुम बुद्धिहीन हो।
तुम, बुद्धि का प्रयोग करो।
बुद्धि का प्रयोग करो आर्थिक संपन्नता बढ़ेगी।
बुद्धि का प्रयोग करो
आर्थिक संपन्नता प्रकाशित होगी।
बुद्धि का प्रयोग करो तुम विफल नहीं होगे।
तुम आश्चर्य करते होगे
तुम समृद्ध क्यों नहीं होते
जबकि तुम इतनी मेहनत से अपने मूल्यों के लिए
काम करते हो,
और वास्तव में समाज के भले के लिए काम करते हो।
ऐसा हो सकता है,
तुम शायद बुद्धिमत्ता का पूर्ण प्रयोग नहीं कर रहे हो।
क्या तात्पर्य है अपनी बुद्धिमत्ता के प्रयोग का?
इसका तात्पर्य है समय का सही प्रयोग
इसका तात्पर्य है दूसरों से सही प्राप्त करना।
सदैव तुम्हें इन दो बातों को याद रखना है।
बुद्धिमान सदैव समय पर नियंत्रण रखते हैं।
बुद्धिमान समय को अपनी इच्छा से निर्देश देंगे।
समय उनके संगी व अस्त्र-शस्त्र होंगे।
समय उनके जीवन-रक्त और सार होंगे।
यही है जो बुद्धिमान करने के योग्य हैं
ऐसे अनेक लोगों के उदाहरण हैं
जो अपनी बुद्धि और समय का सही प्रयोग करते हुए
दूसरों की निपुणता का भी प्रयोग करते हैं
और सफलता के मार्ग का नेतृत्व करते हैं
दूसरों की बुद्धिमत्ता का लाभ उठाना महत्वपूर्ण है।
आर्थिकता बढ़ेगी
जब सब लोगों का पूर्ण उपयोग होगा।
आर्थिक संपन्नता बढ़ेगी
जब तुम्हारा पूर्ण उपयोग होगा।
जब दूसरों की योग्यताओं को परखते हो
आर्थिकता एक महाशक्ति उत्पन्न करेगी
और अनेक लोगों को देगी
अपनी आत्माओं को प्रशिक्षित करने के महान अवसर।

जो शिष्य मंदिर में अकेला बैठता है
उसके लिए धन का कोई लेन-देन नहीं है
न ही दूसरों से संबंध है
वह दिन भर
'जेन' साधना का सारा दिन अभ्यास करता है।
'जेन' एक प्रकार की बौद्ध धर्म की साधना
लेकिन, यह निश्चित है
जब तुम अपने कार्य-स्थल में प्रवेश करते हो
स्वयं को कार्य लिप्त करते हो
तुम इस प्रश्न का सामना करोगे
लोगों का सही प्रयोग
अर्थशास्त्र के सिद्धांतों का पालन करते हुए
कैसे किया जाए।
इसको प्राप्त करते हुए
अनेक बातें सीखी जा सकती है
तुम बुद्धिमत्ता का सही प्रयोग करो
जो इन अनुभवों से तुमने प्राप्त की है।

संतुष्ट रहना सीखो

मुझे विश्वास है कि तुमने यह कहावत सुनी है
सही स्थान पर सही व्यक्ति का होना।
इस कहावत का अर्थ लोगों की नौकरियों में नियुक्ति से है
जो उनकी योग्यता, गुण और सामर्थ्य पर निर्भर करती है।
लोगों को यह समझना और ग्रहण करना कठिन है
सही व्यक्ति की सही स्थान पर नियुक्ति क्या है?
कई बार यह कठिन है
क्योंकि लोग अपना सही मूल्यांकन नहीं कर पाते
गहन इच्छाओं और लालसा के कारण।
तुम समझो कि लोगों को खुशी मिलती है
जब उनका उनकी योग्यता के अनुरूप
उपयोग होता है।
तुम्हें नहीं भूलना चाहिए
एक आरी की अपनी खुशी होती है;
एक रन्धे की अपनी खुशी होती है;
एक छैनी की अपनी खुशी होती है।
आरी का प्रयोग लकड़ी काटने में होता है।
यह कार्य ठीक से करने में आरी को खुशी मिलती है।
रन्धे को लकड़ी समतल करने में खुशी मिलती है।

छैनी को लकड़ी में खोखल काटने में खुशी मिलती है।
आरी, छैनी, रन्धा सब अलग-अलग हैं।
और सब अनमोल हैं।
हर औजार मूल्यवान और अत्यावश्यक है।
लेकिन अगर संसार के सभी लोग
कहते हैं, आरी सबसे अद्भुत थी
तो सब लोग आरी बनने के लिए झगड़ेंगे।
अगर सब का मन हो कि रन्धा सबसे अद्भुत है
तो सब रन्धा बनने की प्रतीक्षा करेंगे।
तथापि, यह इसलिए है क्योंकि यह संसार
भरा है अनेक लोगों से
और क्योंकि हर व्यक्ति के पास
एक अलग नौकरी और उत्तरदायित्व है
अतः संसार एक रहने का अच्छा स्थान बन जाता है
तुममें से अनेक का लक्ष्य
एक ध्यानाकर्षक आरी बनना हो सकता है
तथापि, एक आरी का काम करने के लिए
तुममें बहुत शक्ति चाहिए
तुम मजबूत, दृढ़ और तेज हो
और जो काम तुम्हें दिया जाए तुरंत करो।
जिन लोगों में ऐसी चारीत्रिक विशेषताएँ हैं
उन्हें आरी का कार्य लेना चाहिए।
तथापि, ऐसे भी लोग हैं
जो अत्यंत व्यवस्थित हैं,
जिन्हें दूसरों की सेवा में आनन्द मिलता है,
और दूसरों की छोटी से छोटी जरूरत पर
पूरा ध्यान देते हैं
ऐसे लोगों को आरी का काम नहीं करना चाहिए।
ऐसे लोगों को रन्धे का काम करना चाहिए,
वे लकड़ी की सतह को चमकीला
और समतल करने का कड़ा प्रयत्न करते हैं,
अपने सच्चे गुणों में अच्छे गुण
को निकालने का यही तरीका है।
ऐसे भी लोग होंगे जिन्होंने किसी एक विशेष व्यापार में
अपना पूरा जीवन लगा दिया हो
वे करना चाहते हो विशेष और खास लेकिन महत्वपूर्ण नौकरी
ऐसे लोगों के लिए छैनी का कार्य उचित है।
वे लोग गहन विस्तार को काटने-छांटने में

उपयोगी सिद्ध होंगे।
यही है जो एक छैनी करती है।
ऐसे भी लोग हैं जो विशेष कामों का स्वांग भरते हैं।
ऐसे भी लोग हैं जो इस प्रकार के कामों को करने में
आत्मप्रशंसक बन जाते हैं।
हाँ ये काम महत्वपूर्ण हैं।
तुम आरी और रंधे से एक गुल्ली नहीं बना सकते।
तुम एक गुल्ली को केवल छैनी से बना सकते हो।
तुम में से कुछ किसी कम्पनी के अध्यक्ष बन सकते हो
और तुम्हें बहुत कठिनाई और उपद्रव का सामना भी करना
पड़ सकता है।
लेकिन यह सोचना एक गलती है
अपनी जिन्दगी में खुशी पाने के लिए
तुम्हें स्वयं अध्यक्ष बनना पड़ा है।
उच्चाधिकारी और कर्मचारियों
की वरीयता इस संसार तक सीमित है।
बुद्ध की आँखों में
यह वरीयता उचित नहीं है
अगर हर व्यक्ति को जो उसके लिए उचित है
काम करने को दिया जाता है
तभी केवल तभी
सब अच्छा हो सकेगा।
हर व्यक्ति की इच्छाओं को संतुष्ट करना
किसी भी तरह से एक अच्छा कार्य नहीं है
अगर हर व्यक्ति जो अध्यक्ष बनना चाहता है
उसे अध्यक्ष बना दिया जाता है
एक के बाद एक
उस कम्पनी के कर्मचारी
नौकरी खो देंगे
और बहुत तकलीफ पाने के लिए विवश होंगे।
याद रखो एक व्यक्ति
जिसमें अध्यक्ष बनने की क्षमता है
वह व्यक्ति है जिसे अध्यक्ष होना चाहिए।
इसलिए एक ऐसी जिन्दगी के लिए संतुष्ट मत हो
जो तुम्हारी क्षमता में नहीं है।
हाँ जो कम्पनी के अधिशासक हैं

वे अपने कर्मचारियों की उच्च पद के लिए, तरक्की पसंद हो

बदले में कर्मचारी भी अच्छे व्यवहार की इच्छा करें।
इसलिए मैं चाहता हूँ कि तुम
आरी, रंधे और छैनी की समानता याद रखो
जानो कि हर औजार को खुशी मिलती है
जब उसका सही स्थान पर प्रयोग होता है।
उन औजारों के लिए कोई खुशी नहीं है
अगर गलत स्थान पर उनका प्रयोग होता है
संतुष्ट रहना सीखना नकारात्मक सोच नहीं है।
संतुष्ट रहना सीखना स्वयं को अच्छी तरह जानना है।
संतुष्ट रहना सीखना अपनी सामर्थ्य को जानना है।
संतुष्ट रहना सीखना अपनी योग्यताओं को जानना है।
संतुष्ट रहना सीखना जिन्दगी में अपना स्थान जानना है।
यह जानना है कि तुम्हारे लिए क्या नियत है।
यह जानना है कि तुम्हें अपना उद्देश्य कहाँ पूरा करना है।
यही है जिसका अर्थ संतुष्ट रहना है।

उपयुक्त रीति से उन्नति

अब मैं तुम्हें संतुष्ट रहने का
दर्शन एक भिन्न दृष्टिकोण से सिखाऊंगा।
मैं महसूस करता हूँ कि
इस दर्शन का अधिक अभ्यास नहीं होता है।
राजनीति और अर्थशास्त्र के संसार में
ऐसा लगता है सब लोग
अधिक धन या लाभ के लिए उन्मत्त हैं
तुम्हें संतुष्ट रहने के दर्शन
की महत्ता जाननी चाहिए।
यह उपदेश
अनुरूपता के सिद्धांत को प्रस्तुत करता है
इस पुरुष प्रधान संसार में
जो केवल उन्नति ढूँढ़ता है।
संतुष्ट रहने के अभ्यास द्वारा
तुम इन्द्रधनुष के दोनों किनारों से
ऊपर और नीचे की
चरम सीमाओं से दूर रह सकते हो।
तुम संतुष्ट जीवन की खोज कर सकते हो,
जब तुम चरम सीमाओं को छोड़ते हो
दांये-बांये, ऊपर और नीचे की
और मध्यम मार्ग में प्रवेश करते हो।

इसलिए जो राजनीति से जुड़े हैं
वे संतुष्ट रहने के दर्शन को
अच्छी प्रकार से सीखें।
तुम्हारे अधिकार की कामना की पूर्ति में से
कुछ नहीं निकलता है।
संतुष्ट रहना सीखों।
ऐसा मार्ग सोचों जो तुम्हारा सबसे अच्छा
प्रस्तुत करेगा
यही आर्थिक संसार के लिए सत्य है।
एक कम्पनी का विकास अच्छी बात है
लेकिन प्रगति व समृद्धि की कोई सीमा नहीं
जो एक कम्पनी अनुभव करती है।
अधिक धन की इच्छा
या अधिक उत्पादन
आवश्यक रूप से ठीक नहीं है।
तुम याद रखो
समृद्धि और विकास ठीक है
जब यह लोगों में खुशी लाए।
संतुष्ट रहना सीखने का अर्थ यह नहीं है
तुम्हें उन्नति पर रोक लगानी है
इसका अर्थ है कि एक उचित ढंग से
उन्नति की जाए।
सब कुछ अन्त में विफल हो जायेगा
जब लोग ये नहीं सोचते हैं
कि उनकी उन्नति
उनके लिए उचित है या नहीं।
पेड़ों को भी
एक उचित ढंग से विकसित होना चाहिए
और घास तथा फूलों को भी।
अगर एक सूर्यमुखी दस मीटर बढ़ जाता है
सूर्यमुखी कष्ट पायेगा।
यह दबेगा, पीड़ित होगा और कष्ट पायेगा
जब यह मिट्टी से ढेर सारी नमी सोखने की कोशिश करेगा।
अपनी जिन्दगी ठीक रखने के लिए
सूर्यमुखी के लिए दो मीटर उचित ऊँचाई है।
और भी
इसको सोचने का एक और ढंग भी है,
तुम खुश होते हो जब एक परसिमन' के पेड़ पर

ढेर फल लदते हैं।
'लाल रंग का टमाटर की तरह का फल जिसमें मीठा गूदा
होता है।
तुम्हें सोचना चाहिए
अगर पेड़ पर ढेर सारे फल लगे
तब क्या घटित होगा।
पेड़ की शाखाएँ झुक जाएगी
फलों के भार से,
और फलों का स्वाद बिगड़ेगा।
अगर फलों का स्वाद खराब होता है
तो पेड़ द्वारा किया गया सारा काम
व्यर्थ हो जायेगा।
ढेर सारे फल लदना
दूसरों को खुशी नहीं देगा।
अगर फल मीठा नहीं है,
कोई खुश नहीं होगा।
इसलिए अच्छा है कि
एक पेड़ एक निश्चित संख्या में ही
स्वादिष्ट फलों को धारण करे।
यह भी ठीक नहीं है कि
कभी फसल ज्यादा हो
कभी फसल कम हो।
यह भी ठीक नहीं है
कि फल की गुणवत्ता सदैव बदले,
या संख्या कम या ज्यादा होती रहे।
यह मत भूलो यह सही है कि पेड़
अपने पर लगी आशाओं का प्रत्युत्तर देता है
जिसमें उचित संख्या में परसिमन लगे हैं
उचित संख्या में परसिमन का लगना
और इतना ही मीठा स्वाद जितना होना चाहिए
इसलिए आवश्यक है कि
सारी सफलता ठीक से प्राप्त हो।
इसलिए हर वस्तुओं में
तुम्हें न अधिक करना है न कम।
मध्यम मार्ग किसी भी रूप में
अनिश्चित सफलता पाने के लिए नहीं है।
यह वह मार्ग है जो असीमित सफलता दिलाता है।
अब अपने कार्य को देखों

देखों क्या तुम ऐसा खोज रहे हो
जो तुम्हारी क्षमताओं के अनुरूप नहीं है।
इस रूप में आत्मपरीक्षण करना
मध्यम मार्ग के कपाट खोल देगा।
संतुष्ट रहना सीखना
मध्यम मार्ग में प्रवेश के साधनों में से एक है।
यह नहीं भूलो।
लोग झूठा दिखावा करते हैं
दूसरों के समक्ष अच्छा दिखते हैं।
वे नकली सफलता ढूंढते हैं
और अवांछित लाभ ढूंढते हैं।
तुम्हें सदैव याद रखना है
तुम्हारी आत्मा कभी भी
सतही लाभों से समृद्ध नहीं होगी
और न ही झूठी चमक-दमक से।

मध्यम मार्ग से उन्नति

जब तुम स्वयं को सफलता के मध्य पाते हो
अपने परिणामों पर घमंड नहीं करो।
विफलता के समय में
अपने मस्तिष्क को सदैव प्रोत्साहित करो।
यह दोनों अतियों को त्यागने का मार्ग है
और मध्यम मार्ग में प्रवेश करने का मार्ग है।
जब मूर्ख लोग कुछ सफलता पा लेते हैं
वे अपने अहं को बढ़ा लेते हैं,
श्रेष्ठता की हवा में उड़ते हैं,
और क्रूर और अमानवीय बातें दूसरों को कहते हैं।
जब वे लोग नकारात्मक परिस्थितियों
का सामना करते हैं।
और विफलता के गड्ढों में गिरते हैं
उनको सहायता का हाथ बढ़ाने के लिए
कोई नहीं होगा।
और भी
यदि वे लोग जो निराशा की गहराईयों में डूबे हैं
आत्मश्लाघी और शिकायत करने वाले बन जाते हैं
उन्हें उनके संगी सब छोड़ देते हैं
उनकी शिकायतों के कारण,
वे दूसरों के मस्तिष्क को उदासी से पूर्ण करते हैं।

ये बुद्धिमानों का तरीका है
वे ऐसे लोगों के साथ उठते-बैठते नहीं हैं
जो दूसरों के दिमाग में अंधेरा भरते हैं।
बुद्धिमान लोग उनके साथ समय नहीं बिताते
जो लोग निराशा की गहराईयों में डूब कर
कष्ट देते हैं व शिकायत करते हैं।
यदि तुम कभी स्वयं को
निराशा के गर्त में पाओ
तुम्हें स्वयं को प्रोत्साहित करना है
आशा का प्रकाश ढूँढ़ने के लिए
महान शक्ति के साथ आगे बढ़ना है।
जब तुम ऐसा शक्तिशाली प्रथम कदम उठाते हो
जब तुम शक्ति के साथ निरन्तर
दूसरा और फिर तीसरा कदम उठाते हो,
तुम अपने आस—पास वालों
के बीच पहचान बनाओगे,
तुम सुनहरी सड़क पर लौटने के योग्य होगे।
जो मध्यम मार्ग की अद्भुत सड़क है।
इसी प्रकार से सफलता मिलती है।
मेरे शिष्यों,
मध्यम मार्ग की शिक्षाएँ
अपने जीवन के सिद्धांतों के रूप में याद रखो
और मध्यम मार्ग में से उन्नति प्राप्त करो
चाहे तुम राजनीति में हो या अर्थशास्त्र में
जीना सीखो,
इसमें से मध्यम मार्ग पर उन्नति करो,
मध्यम मार्ग एक सड़क है
जो लोगों को कष्ट नहीं पहुँचाती
सबको प्यार करती है
और सबके लिए खुशियाँ लाती है।

देश के लिए मध्यम मार्ग

तुमने सोचा होगा
कि मध्यम मार्ग के सिद्धान्त
हर व्यक्ति के दिमाग में
एकल रूप में ही प्रयोग होते हैं
तुम इस सिद्धान्त को केवल
अपने दिमाग में प्रयोग कर रहे हो

और इस सिद्धांत को हीनयान तक सीमित कर रहे हो।
जबकि मध्यम मार्ग का सिद्धांत
हीनयान का अतिक्रमण करना है
और महायान के राज्य में प्रयुक्त होता है।
जैसे यह हर किसी के लिए महत्वपूर्ण है
कि वह मध्यम मार्ग में रहे
वैसे ही समाज और देशों के लिए
मध्यम मार्ग में रहना
महत्वपूर्ण है
अन्तर्राष्ट्रीय संबंधों के संसार में
देशों के मध्य झगड़े बढ़ रहे हैं
और गहन समस्याएँ बन रही हैं।
ऐसे समयों में
तुम्हारे सोचने का
एक स्तर होना चाहिए।
तुम्हें सब मुद्दे मध्यम मार्ग के प्रकाश में देखने हैं।
यही अमेरिका और जापान
के संबंधों के दो छोरों को बांधने की कुंजी है,
या अन्य देशों की भी
उन्हें मध्यम मार्ग खोजना है।
तुम सोचने पर मजबूर हो
केवल अपने देश का स्वार्थ ढूँढ़ने में
और अन्य देशों के स्वार्थ की अवहेलना में
तुम्हारा देश फले-फूलेगा
लेकिन यह ऐसे नहीं होता
अगर केवल तुम्हारे देश को फलना-फूलना है
दूसरे देशों को गिराकर
तो अन्तर्राष्ट्रीय व्यापार असंभव होगा।
तुम्हें समझना चाहिए
संसार एक अद्भुत स्थान बनता है
और अद्भुत अन्तर्राष्ट्रीय अर्थस्तर बनता है
यह तभी संभव होता है
जब तुम्हारा देश और अन्य देश
धनी बनते हैं।
इसलिए केवल अपने देश के लाभ के लिए मत सोचो।
एक देश के रूप में जापान का दिमाग संकीर्ण हो गया है।
अपनी संकीर्णताओं में
हमने इस प्रवृत्ति को बढ़ावा दिया है

कि हम अपने स्वार्थों के लिए सोचें।
यह ऐसा नहीं होना चाहिए
हमारे देश का दिमाग ऐसा हो।
जो बहुत प्यार दे सके
हमारा देश अन्य राष्ट्रों को आदर दे
अतीत में जिन्होंने हमें प्रशिक्षित किया
अतीत में जिन्होंने हमारा निर्देशन किया
हमारा देश एक अध्यापक की भाँति
उन अन्य देशों को प्यार दे।
जो विकास में हमारे पीछे हमारा अनुसरण कर रहे हैं।
जो एक दिन हमारे देश जैसा बनने का स्वप्न ले रहे हैं
हमें एक अध्यापक की तरह काम करना है
उन्हें शिक्षित करना है।
हमें एक अध्यापक की तरह काम करना है
उन्हें मार्ग दिखाना है।
हमारे देश को विकसित देशों ने जो दिया
हमारे देश को उस उपकार को नहीं भूलाना चाहिए।
इन विकसित देशों ने ही
जापान को अपने दर्शन, संस्कृति
और आर्थिक सिद्धान्त सिखाये
जिससे जापान ने उन्नति की है।
और वह आज जहाँ है उन्हीं के कारण है।
इसलिए, आज हमारा देश मार्ग दिखाने की स्थिति में है
हमें सोचना चाहिए कि हम
अपने उपकारों को कैसे लौटायें।
अगर हम अपने उन अतीत के अध्यापकों से
ऊपर उठ गये हैं
उनके प्रति सम्मान व्यक्त करना नहीं भूलो
तुम जो भी हो सके उनके लिए करो
चाहे हमारी योग्यताएँ,
उनसे अधिक हो गई हों
घमंड मत करो।
घमंडी और उद्दंड मत बनो।
और भी जैसे अतीत में
विकसित देशों ने जापान की सहायता की
क्या जापान भी अपना अनुसरण करने वाले देशों का
मार्गदर्शन करने तथा सहायता करने में सक्षम है।
अगर कुछ विकसित देश डरते हैं

जापान की उनसे शत्रुता है
जापान उनसे आगे निकल गया है
और उन देशों ने
सहायता, सहयोग और मार्गदर्शन को
विकासशील देशों से रोकना चुना है
उनके कृत्य राष्ट्रीय स्तर पर
आत्मसुरक्षा के कहलायेंगे।
मत भूलो कि
सारी उन्नति और समृद्धि की नींव
मध्यम मार्ग में मिलती है।
मत भूलो कि मध्यम मार्ग
सब वस्तुओं को उन्नति का मार्ग दिखायेगा।
तुम्हारा एक सार्वभौमिक दृष्टिकोण हो
राजनैतिक और आर्थिक मुद्दों पर
और इन मुद्दों को
मध्यम मार्ग के दर्शन से सुलझाने का प्रयत्न करो।
मैं तुमसे दृढ़तापूर्वक कहता हूँ
तुम केवल अपने देश के
लाभों और स्वार्थों के बारे में नहीं सोचो।
सदैव याद रखो
तुम तभी फलो-फूलोगे
जब तुम दूसरों को ऐसा करने में सहायता करोगे।

अध्याय 5

सहनशीलता और सफलता

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
आज मैं तुमसे
सहनशीलता और सफलता के बारे में
बात करूंगा
यह शिक्षाएँ महत्वपूर्ण हैं।

चुपचाप चलो

मैंने सदैव तुमसे कहा है
आसक्तियों को छोड़ो।
सबसे बड़ी आसक्ति
जो तुम्हें सफलता प्राप्त करने से रोकती है
समय से तुम्हारी आसक्ति है
समय से आसक्ति शीघ्रता कहलाती है।
यह अपने लक्ष्यों पर पहुँचने की अत्यावश्यकता है
तुम निरन्तर अधीरता की आसक्ति
के हाथों कष्ट पाते हो।
तुम निरन्तर माया के जाल में फँसते रहते हो
जो आसक्ति जल्दी कहलाती है
तुम निरन्तर उसके कैदी बन गए हो।

मेरे शिष्यों,
जानो कि शीघ्रता जीवन का शत्रु है।
जो चुपचाप चलते हैं वे दूर तक चलेंगे।
जो चुपचाप दौड़ते हैं वह दूर तक यात्रा करेंगे।
लेकिन जो घंटिया बजाते हैं,
और अपने ढोल बजाते हैं
अपनी यात्रा पर अधिक उन्नति नहीं कर सकेंगे।
इस उल्लास की ध्वनियों से भीड़ इकट्ठी होती है
वे यात्री से बात करेंगे
यात्री इन लोगों से बात करेगा
वह शीघ्र ही अपनी यात्रा के मूल उद्देश्य
को भूल जायेगा।

इसलिए, मेरे शिष्यों,
अगर तुम अपनी यात्रा पर शीघ्र जाना चाहते हो
तुम चुपचाप चलो।
अगर तुम्हारी मंजिल बहुत दूर है
तुम शीघ्र जाओ

तुम चुपचाप चलो
जो तुममें प्रतिबिम्बित हो।
अपनी यात्रा में शीघ्रता मत करो
अपने रास्ते पर तेज मत हो।
क्या तुम शीघ्रता की प्रकृति से परिचित हो।
शीघ्रता परिणाम को तुरंत पाने की उत्कट इच्छा है।
शीघ्रता सबसे पहले फल पाने की इच्छा है
बिना वास्तविक प्रयास किए
यह अपने प्रयासों के लक्ष्य पर पहुँचने की इच्छा है।
इसलिए, मेरे शिष्यों,
अपने हृदय में इन शब्दों को भलीभाँति रखो।
अपनी जिन्दगी में कभी भी तुम्हारा मस्तिष्क डोलने लगे
स्वयं से प्रश्न पूछो
क्या तुम्हारी तकलीफें और चिन्ताएँ
शीघ्रता के कारण नहीं हैं।
पूछो क्या वास्तव में यह शीघ्रता है।
जिसने सन्देह उत्पन्न किया है;
और क्या शीघ्रता सन्देह की जड़ में है।
ऐसे समय में एक गहरी सांस लो और स्वयं से पूछो
मुझे इतनी जल्दी क्यों है?
मैं इतनी शीघ्रता में क्यों हूँ?
मैं इतनी घबराहट में क्यों हूँ?
जब इन प्रश्नों से भिड़ते हो
तुम जानोगे कि तुम्हारा संदेह आधारहीन है।
तुम्हें परेशान होने का कोई कारण नहीं है।
शीघ्रता की जड़ सदैव एक ही है।
शीघ्रता के लिए कोई वास्तविक कारण नहीं है।
जैसे-जैसे समय बीतता है
तुम स्वयं को अशान्त अनुभव करते हो
क्योंकि तुम सोचते हो कि कुछ
भयंकर तुम्हारे साथ घटित होने वाला है।
तुम चिन्तित होते हो कि तुम्हें किसी प्रकार का कष्ट होगा।
अधिकतर शीघ्रता भय के कारण होती है।
शीघ्रता का स्रोत भय में है
कि कुछ कष्टप्रद तुम्हारे साथ होने वाला है।

मेरे लोगों, इस विषय में ध्यान से सोचो
जिन्दगी में तुम्हारा उद्देश्य क्या है?

जिन्दगी में तुम्हारा प्रयोजन क्या है?
जब तुम इन प्रश्नों पर चिन्तन करते हो
तब तुम समझोगे कि इस पृथ्वी पर तुम इसलिए नहीं जन्मे हो
कि जितनी जल्दी हो अपनी जिन्दगी जी लो।
जिन्दगी की सारी सुगन्ध उड़ जायेगी,
अगर तुम्हारी आत्मा इससे गुजरती है।
अपनी आध्यात्मिक उन्नति की चोटी पर पहुँचना
इतना महत्वपूर्ण नहीं है।
मत डरो कि तुम्हारी जिन्दगी घटनारहित है।
मत डरो कि तुम्हारी जिन्दगी साधारण है।
अस्थायी प्रवृत्तियों से प्रभावित मत हो।
संसार की साधारण सोच से
समझौता मत करो।
जनता के मतों से मार्गच्युत मत हो।
इससे भी अधिक जो तुम्हें प्यार करने की हामी भरते हैं
उन लोगों द्वारा मार्गच्युत मत हो।

जो मार्ग पर आगे बढ़ते हैं वे ऐसा चुपचाप करते हैं।
जो मार्ग पर चलते हैं वे चुपचाप जाते हैं।
दूसरों को तुम्हारे कदमों की आवाज न सुनाई दे
तुम्हें दूसरों को कहने की आवश्यकता नहीं है
तुम लम्बी यात्रा के लिए जा रहे हो।
नहीं, तुम्हें दूसरों को नहीं कहना चाहिए।
अगर तुम दूसरों से कहते हो
हो सकता है दूसरे तुम्हें रोक दें,
और उनमें से सब विद्वेष के कारण ऐसा नहीं करेंगे।
कुछ तुम्हारे मार्ग में खड़े होंगे
अपने हृदय की अच्छाईयों के कारण।
कुछ तुम्हें न जाने की सलाह देंगे
यात्रा से जुड़ी कठिनाईयों के कारण।

अकेलेपन का समय

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
तुम धार्मिक अनुशासन के पथ पर
अभी चल रहे हो
क्योंकि तुम सत्य के पथ पर अभी हो
तुम्हारे पास एक शक्तिशाली दिमाग हो।
स्वयं को इस लम्बी यात्रा पर अकेले चलने के लिए

तैयार करो।
अपने में अकेलापन सहने की क्षमता बनाओ।
जीवन में सफलता की कुंजी
अकेलेपन को सहन करने की क्षमता में है
जो अकेलेपन को सहन करने में असफल होते हैं
उन्हें सच्ची सफलता कभी नहीं मिली है
सच्ची सफलता प्राप्त करने से पहले
हर कोई एकान्त के क्षण झेलता है।
इस एकान्त के समय के बाद
उल्लास का समय आ सकता है।
हालांकि, सत्य सदैव एक ही है, एक समान है
एकाकीपन सफलता से पूर्व होता है।
महत्वपूर्ण बात यह है
तुम इस एकान्त के समय में कैसे जियो।

कई बार ये एकान्त के क्षण
अल्प समय के लिए होते हैं
लेकिन कई बार लम्बे समय के लिए हो सकते हैं।
तुममें से कुछ हो सकता है
दस या बीस साल
तक एकांकी हो।
लेकिन तुम्हें डरना नहीं है।
तुम्हें अकेलेपन से डरना नहीं है।
मत भूलो कि एकान्त के समय में
बुद्ध सदैव तुम्हारे साथ है।
जब तुम अकेले बैठे हो
मत भूलो
वह महान आत्मा
तुम्हारे साथ बैठा है।
तुम अकेले नहीं हो
तुम्हें अकेले रहना है इसलिए तुम अकेले हो
इस क्षण में
तुम अपनी आत्मा का वास्तव में प्रशिक्षण कर रहे हो।
तुम्हारी आत्मा प्रकाश प्रकट करने वाली है।
तुम्हारी आत्मा की गहराई से आने वाला प्रकाश
फूटने की प्रतीक्षा कर रहा है।
ओ, मेरे युवाओं,
अकेलेपन से मत डरो

इस एकाकीपन में
तुम्हारी आत्मा को उन्नत होने का अवसर मिला है।
तुम इस एकाकीपन के समय को कैसे झेलते हो
यह तुम्हारी परीक्षा का समय है।
तुम सच्चरित्र हो यह देखने का समय है।
मेरे युवाओं
केवल मौज-मस्ती मत खोजो।
केवल दूसरों के मध्य उल्लास में जीना नहीं खोजो।
दूसरे लोगों से
केवल ध्यानाकर्षण व प्रशंसा की इच्छा मत करो।
इस एकाकीपन में
कुछ ऐसा है जो अनंत तक तुममें सुधार लाता रहेगा।
उसे ग्रहण करो
जो तुम्हें सदैव फलता-फूलता रहेगा।
जैसे ही इस क्षण को पकड़ते हो
तुम्हारा महान रूपांतरण होगा
नहीं तुम रूपांतरित होने से नहीं रूक सकते
तुम 180 डिग्री का परिवर्तन देखोगे।
तुम महान समय और क्षणों को
अनुभव करोगे।
महान जीवों से भेंट करोगे।
जब एकाकीपन पर काबू पा लोगे
साहसी लोगों का जन्म होगा।

सफलता का मार्ग

जितना ही मैं तुमसे कहने की इच्छा करता हूँ
तुम सफलता की ओर स्वयं को आकर्षित पाते हो।
प्रतिदिन
तुम्हें सफलता की कामना होती है।
प्रतिदिन
तुम सफलता को परिभाषित करने की कामना करते हो।
हालांकि, सफलता की सही परिभाषा
जैसा तुम सोचते हो उससे बहुत अलग हो सकती है।
सफलता तुम्हारे बहुत निकट हो सकती है।
जिसकी तुमने कभी कल्पना भी नहीं की है।
सफलता क्या है इसकी अंतिम परिभाषा नहीं है।
लेकिन मैं तुम्हें बताऊंगा
सच्ची सफलता की तीन शर्तें हैं।

जिन्हें नजरअंदाज नहीं कर सकते।

1 शान्त मस्तिष्क

अगर तुम्हारा दिमाग सफलता के कारण असंतुलित है

तुम इसे सच्ची सफलता नहीं कह सकते।

अतः सफलता की पहली शर्त है

तुम्हारा दिमाग सदैव शांत रहे।

तुम्हारा दिमाग सदैव शांत व स्थिर रहे।

तुम्हारा दिमाग सदैव शांत हो

आसक्तियों से मुक्त हो।

जिसे तुम सफलता कहते हो

अगर वह तुम्हें निरंतर आसक्त बनाती है

तब यह सच्ची सफलता नहीं है।

मैं विश्वास से कहता हूँ कि सफलता के द्वारा

तुम्हारा दिमाग अधिक स्थिर और शांत बने

तुम्हारा दिमाग दूसरों को देने की इच्छा से पूर्ण हो

तुम दूसरों के भला सोचने के योग्य हो।

तभी तुम्हारी सफलता सच्ची सफलता होगी

2 ईर्ष्या में मत फंसो

अगर सफलता प्राप्त करने की प्रक्रिया में

तुम झगड़ा और संघर्ष करते हो,

या दूसरों का डाह और नाराजगी भुगतते हो

तब तुम्हें सच्ची सफलता नहीं मिली है।

अतः, मैं सफलता की दूसरी शर्त तुमसे बांटता हूँ।

दूसरों की ईर्ष्या में मत फंसो।

एक भी ऐसा व्यक्ति नहीं है

जिसने दूसरों की ईर्ष्या झेलते हुए

सच्ची सफलता प्राप्त की हो।

ऐसा प्रतीत हो सकता है

उनमें से कुछ को सफलता मिली हो।

जो दूसरों की ईर्ष्या झेलते हैं

अंततः बर्बादी के गर्त में डूब जाते हैं।

अगर तुमने दूसरों की ईर्ष्या झेली है

इसका अर्थ है

तुमने दूसरों को किनारे करके सफलता प्राप्त की है।

इसका अर्थ है तुमने कुछ नहीं किया है

दूसरों के कंधे का सहारा लिया है

सफलता प्राप्त करने के लिए।
अपनी सफलता प्राप्त करने के लिए
तुमने दूसरों को अपना भारी बोझ ढोने के लिए दिया है।
अगर तुम्हारी सफलता का उद्देश्य
दूसरों का बोझ उठाना है,
दूसरों के जीवन को आसान बनाना है,
दूसरों की जिन्दगी में खुशियाँ लाना है,
तब तुम्हारी सफलता कभी भी
दूसरों में डाह या नाराजगी नहीं पैदा करेगी।
हाँ, अगर एक भी ऐसा व्यक्ति है
जो तुम्हारी सफलता से डाह करता है,
तब तुम्हें स्वयं को
कम गुणवान जानना है,
तुम पर्याप्त गुणवान नहीं हो।
गुणों में कमी का क्या अर्थ है?
इसका अर्थ है
तुम्हारी सफलता ने
किसी को सोचने पर विवश किया है
उसे नुकसान हुआ है।
यह भी हो सकता है
इसने किसी को सोचने पर विवश किया है
कि तुम्हारी सफलता अवांछित या अस्वीकृत है।
ऐसी सफलता के लिए तुम्हें प्रयत्न नहीं करना।
जानो कि सच्ची सफलता का
सभी के द्वारा अनुमोदन
व समर्थन किया जाता है।
सच्ची सफलता किसी उद्देश्य से नहीं प्राप्त की जाती है
वरन यह प्रकृतः परिणाम है।
मैं विश्वास करता हूँ
सच्ची सफलता ही वह सफलता है
जिसका अनेकों द्वारा कृतज्ञता से स्वागत किया जाता है।
जानो कि कोई सफलता सच्ची नहीं है
जिसका स्वागत लोगों के धन्यवाद द्वारा नहीं है।

3 ज्ञानोदय की सुगंधि

मैं तुमसे
अब सफलता की तीसरी शर्त कहता हूँ।
मैंने तुम्हें सिखाया है

कि मस्तिष्क की शांति रखना
महत्वपूर्ण है।
साथ दूसरों में ईर्ष्या को न जगाना
महत्वपूर्ण है।
तथापि, यह सफलता प्राप्ति का एक
अन्य महत्वपूर्ण ढंग भी है।
तुम्हारी सफलता तुम्हारी आत्मा के तेज में वृद्धि करे
क्या तुम जानते हो?
क्या है अर्थ आत्मिक तेज में वृद्धि का?
इसका अर्थ है
तुम ज्ञानोदय की सुगंधि को अपने चारों तरफ तैरते समझो।
तुम ज्ञानोदय की सुगंध दो।
ज्ञानोदय की सुगंध क्या है?
तुम्हारी आत्मा से आनेवाला प्रकाश क्या है?
तुम समझते हो यह क्या है?
मैं तुमसे कहता हूँ
ज्ञानोदय की सुगंधि नहीं है ऐसी
जिसे अनुसरण से प्राप्त किया जा सके।
ऐसी नहीं है यह जिसे लेने से प्राप्त किया जा सके।
नहीं यह ऐसी वस्तु नहीं है।
ज्ञानोदय की सुगन्ध
बिना लिए इसे प्राप्त करना है
और बिना इच्छा के इसे प्राप्त करना है।
यह एक तितली की भांति है।

तुम जाल लेकर उसका पीछा करते हो।
लेकिन वह ऊँचा उड़ती है
तुम्हें और छलती है।
लेकिन, जब तुम स्थिर हो जाते हो
चुपचाप प्रतीक्षा करते हो,
वह नीचे उतरती है
तुम्हारे कंधे पर विश्राम करती है।
इसी भांति, ज्ञानोदय स्वतः आता है,
तुम्हारी इच्छा के विपरीत,
इसकी भीनी सुगंध तुम्हारा दिमाग समृद्ध करती है
और तुम्हारे आस—पास जो है उनका दिमाग समृद्ध करती है
अब मैं तुम्हें इस उपदेश का अर्थ
अलग दृष्टिकोण से स्पष्ट करता हूँ।

‘रीड’ की ध्वनि



एक समय में एक असाधारण व्यक्ति था। जो लगभग ढाई मीटर लम्बा था। शहर में हर व्यक्ति उससे डरता था और उसका चेहरा देखते ही काँपने लगता था। जैसे ही वह शहर में आता सब लोग घरों में दौड़ जाते, अपने दरवाजे बंद कर लेते और खिड़कियों, दरारों से झाँकने लगते। वह दैत्य अपने सिर पर एक पगड़ी बांधता और बाँह में एक सोने का कड़ा डालता था। उसकी त्वचा तांबई रंग की थी। वह सलेटी रंग का गंदा पैट पहनता था। उसने टखने के पास एक लोहे की बेड़ी पहनी हुई थी इसलिए सब उसे भागा हुआ कैदी समझते थे।

दैत्य बहुत मजबूत था और ऐसा माना जाता था कि वह एक या दो घोड़ों को चक्कर दिला सकता है। अगर वह अपनी पाश्विक शक्ति का अभ्यास करता तो यह दैत्य आसानी से किसी लकड़ी के घर को गिरा सकता था। यहाँ तक कि जब वह निकलता था तो जानवर भी चिल्लाकर अपनी गर्दन मरोड़े जाने के भय से भाग जाते थे।

बड़े-बूढ़े एक दिन गाँव के परिषद में एकत्र हुए उन्होंने पूछा, भक्या दैत्य के लिए कुछ किया जाना संभव नहीं है? क्या उसके हिंसक व्यावहार को काबू में करने का कोई तरीका नहीं है? तीन दिनों तक सभा चली लेकिन कोई अच्छा हल नहीं निकल पाया तब एक वृद्ध ने कहा-भइसे हल करने का कोई रास्ता नहीं है। हमें इसे पकड़ कर गाँव से बाहर फेंक देना चाहिए। अगर हम ऐसा कर सके तो सब कुछ पुनः सामान्य हो जायेगा।

अन्य वृद्धों ने प्रत्युत्तर दिया भहाँ अगर हम इस दैत्य को पकड़ सके और गाँव छोड़ने के लिए विवश करे, तब हम सुरक्षित होंगे लेकिन अगर वह वापस आ गया तब हम क्या करें? हम नहीं जानते कि वह कब वापस आ जायेगा और यह बात हमें और चिन्तित करेगी।

तब एक अन्य वृद्ध ने कहा-भइससे पहले कि यह समस्या बने, आपका दैत्य को पकड़ने का क्या प्रस्ताव है? क्या उसका सामना करने का साहस किसी में है। हाँ दैत्य का वापस आना रोकने का उपाय उसे मार डालना है। चाहे इसका अर्थ हत्या करना है। शायद सबसे अच्छा उसे मारना होगा और यही करना चाहिए उसे किस तरह मारा जाए इस बारे में चर्चा हुई। उन्होंने यह भी कहा कि अगर वे उसकी हत्या करने में असफल हुए तो वह गाँव में दंगा करेगा और दर्जनों गाँव वालों को मार देगा। उन्होंने एक तीरंदाज के विषय में सोचा। वे सोच में थे कि उसके दैत्याकार शरीर में क्या एक तीर बिद्ध सकेगा। अगर ऐसा हुआ भी तो क्या वह एक तीर से विमुख होगा। उन्होंने उसके लिए एक पिंजड़े का भी विचार किया। लेकिन फिर इसे त्याग दिया कि अगर उसे उनकी योजना के विषय में पता चल गया तब क्या परिणाम होंगे। बड़े-बूढ़ों ने अनेक योजनाएँ बनाई लेकिन कोई भी बुद्धिमत्तापूर्ण नहीं लगी। जैसे ही वे सब कुछ छोड़ कर उठने वाले थे कि एक युवा स्त्री ने जो इन्हें सुन रही थी उठ कर कहा।

उसने उनसे कहा-अगर मुझे बोलने की अनुमति हो तो मेरे पास एक विचार है। वे इस बात को नहीं समझ सके कि एक युवा स्त्री दैत्य से कैसे छुटकारा दिला सकती है। लेकिन युवती बोलती रही, कृपया यह मुझ पर छोड़ दो। मैं इस दैत्य को एक दिन में पालतू बना लूंगी। सभी प्रमुख इकट्ठे हुए और स्त्री की योजना पर विचार किया।

अगर वह हमें दैत्य से सच में मुक्ति दिला सकती है तो यह अद्भुत है, हमें क्या करना चाहिए? वे बहस करते रहे और किसी निष्कर्ष पर नहीं पहुँचे। अंततः इस स्त्री की योजना को अपनाने का फैसला किया और उसे इसे करने की अनुमति दी।

उस युवती का पाँच साल का छोटा बेटा था। उसमें अन्य से कुछ विशेष नहीं था। लेकिन उसके पास एक चीज ऐसी थी जो वह किसी से भी अच्छी कर सकता था। वह एक रीड को बजा सकता था। बुद्धिमान युवती आशान्वित थी कि वह अपने बेटे की इस योग्यता का उपयोग कर दैत्य को पालतू बना सकती है।

अगले दिन दैत्य शहर के बीचों बीच धप-धप करता रेत के बादल उड़ाता आया। सभी गाँव वालों ने अपनी खिड़कियों के कपाट लगा लिये और घरों में छिप गए। वे डर से काँप रहे थे, सोच रहे थे कि आज यह दैत्य क्या नष्ट करेगा और किसे चोट पहुँचायेगा। जब सब छिपे हुए थे, वह युवती और उसका बेटा गाँव के बीचों बीच मैदान में उसकी चुपचाप प्रतीक्षा कर रहे थे। जिन्होंने उन्हें प्रतीक्षा करते देखा वे विस्मित थे कि क्या वे ठीक रहेंगे। वे चिन्तित थे कि युवती और उसका बेटा एक सेकेंड भी दैत्य के सामने टिक नहीं सकेंगे और दैत्य उन्हें खा लेगा।

तब दैत्य आया। वह एक बड़े राक्षस की तरह लग रहा था। जैसा कि गाँव वाले सोच रहे थे उसने अपना क्रोध औरत और उसके बच्चे पर किया। गाँव वालों ने बड़ी मुश्किल से इस बात को निगला और आने वाले तूफान की कल्पना की लेकिन इसी क्षण वह औरत जिसके चेहरे पर शांति छाई थी अपने दांयी ओर खड़े बेटे की ओर मुड़ी। उसने घास का एक ब्लाड अपनी जेब से निकाला होंठों पर रखा और बजाने लगा। और क्या जानते हो? सीटी की

मधुर ध्वनि ने दैत्य पर आश्चर्यजनक प्रभाव किया। दैत्य ने पूछा-यह कैसी ध्वनि है? यह ध्वनि मैंने कहीं सुनी है। इसके साथ जुड़ी यादें वापस आ रही हैं। मैंने इस ध्वनि को पहले कहाँ सुना है? युवा माता ने पहचान लिया था कि यह दैत्य कहीं भारत के आस-पास से है। उसने अनुमान लगाया था यह किसी भद्र का नौकर है और उस भद्र मानव ने इस जंगली आदमी के व्यवहार को शान्त करने के लिए संगीत का प्रयोग किया होगा। वास्तव में वह सही थी। वह दैत्य भागने से पहले एक युवा रईस की सेवा में था। वह रईस छोटे व्यक्तित्व वाला था, वह इस दैत्य को शान्त करने के लिए प्रवीणता से बाँसुरी बजाता था। इसीलिए जब दैत्य ने इस रीड की ध्वनि सुनी तो उसने इतने समय जिस संगीत को नहीं सुना था उसकी याद उसे आई। जैसे ही दैत्य शान्त हुआ उसने अतीत में जो किया था उसे सब याद आ गया। उसके चेहरे पर बड़े-बड़े आँसू गिरने लगे। गाँव वाले अवाक रह गये जब उन्होंने दैत्य को पाँच साल के बच्चे की रीड को सुनकर रोते देखा। उन्होंने कहा यह दैत्य अगर एक बच्चे की सीटी की आवाज पर रोता है यह बुरा व्यक्ति नहीं हो सकता।

तब गाँव वालों ने अपने कपाट खोलने प्रारम्भ किए और एक-एक करके अपने घरों से बाहर आने लगे। गाँव का मैदान लोगों से पूरा भर गया। एक गाँव वाले ने कहा-हमने सोचा कि दैत्य में कुछ भी अच्छा नहीं है पर उसका दिल संगीत से भरा है, हम सबको एक साथ बाँसुरी बजानी चाहिए। सब गाँव वाले अपनी बाँसुरियाँ ले आए और सबने एक साथ सुर निकाले। दैत्य के आँसू रूक गए। वह खुश हुआ और अन्य गाँव वालों के साथ नाचा। इस तरह एक सीटी की ध्वनि के द्वारा गाँव वाले दैत्य के हृदय की दयालुता से परिचित हुए। गाँव में शांति वापस लौट आई और सब खुशी से इकट्ठे रहने लगे। दैत्य लुटेरों से गाँव की रक्षा करता और गाँव वाले संगीत से उसका दिमाग ठंडा रखते और इस प्रकार सब खुशी-खुशी शांति से जीवनयापन करने लगे।

साधारण जीवन में तेजस्विता

क्या तुमने इस रूपक का अर्थ समझा

जो मैंने तुम्हें अभी बताया है।

दैत्य और गाँव वाले

अलग-अलग व्यक्ति नहीं हैं।

वे सब तुम्हारे दिमाग के वासी हैं

तुम्हारे दिमाग में

एक असाध्य हिंसक व्यक्ति रहता है

दूसरी तरफ

तुम हो

जो कायर हो

और जो इस हिंसक से डरते हो।

यह सबके दिमाग की स्थिति है;

अगर तुम दिमाग को नियंत्रित करने की इच्छा रखते हो

तुम सदैव अपनी इच्छाओं से बह जाते हो।

जो दिमाग प्रलोभित है

वह विपरीत लिंग के व्यक्ति को देखता

और काम प्रेरित होता है;

धन देखता है

लालची बनता है;

दूसरों का सामान देखता है

लोभ करता है;
दूसरों की खुशी के विषय में सुनता है
शांत नहीं रह पाता है।
तुम्हारे मस्तिष्क में इच्छाएँ हैं
जो अनियंत्रित क्रोधित आँधी है
ये मस्तिष्क की अनियंत्रित इच्छाएँ
कहानी के दैत्य का प्रतिनिधित्व करती है
तथापि इस दैत्य में
दासत्व की यादें बची है।
उसमें अभी भी कहीं पर, किसी के द्वारा नियंत्रित करने
पालतू बनाने की,
अतीत की कुछ मधुर यादें बची है।
अगर तुम इन अनुभूतियों को याद कर सकते हो
अगर तुम अपनी रीढ़ से अतीत के
मधुर संगीत को बजा सकते हो,
तब दैत्य शान्त हो जायेगा।
इसके द्वारा कमजोर,
छोटे गाँव वाले के पास भी
दैत्य को नियंत्रित करने की शक्ति होगी।

सबसे पहले तुम भयमुक्त हो
तुम नहीं सोचों
कि तुम अपने दिमाग को नियंत्रित नहीं कर सकते
तुम नहीं सोचों
कि तुम ऐसे हो
जो बुराई से नियंत्रित व पीड़ित
हो सकते हो।
जानो तुम्हारे पास है
मस्तिष्क को नियंत्रित करने की शक्ति
जानो कि मस्तिष्क को नियंत्रण करने का मार्ग
शक्ति, धमकी या नुकसान द्वारा नहीं है।

क्या तुम समझते हो
मैं तुम्हें क्या सिखा रहा हूँ?
मैं तुम्हें सिखा रहा हूँ
कि तुम अपने दिमाग को नियंत्रित करना
वैराग्य से नहीं सीख सकते हो।
वैराग्य के अनेक प्रकार हैं।

जैसे झरने के नीचे खड़े होना,
उपवास रखना,
लेकिन इन उपायों के द्वारा
अपने दिमाग को नियंत्रित व काबू करना
तीर चलाने या पिंजड़ा बनाने की भांति है
दैत्य को विनम्र बनाने के लिए।
यह उपाय मनुष्य को क्रोधित करेंगे
और तुम्हारा दिमाग ओर अधिक
अनियंत्रित हो जाएगा।

इसे करने का यह ढंग नहीं है
अनेक शांतिप्रद उपाय दिमाग को नियंत्रित करने के हैं।
यह रास्ता है जो अनेक छोटी खोजों से भरा है।
यह वह रास्ता है जो अधिक आनन्दपूर्ण है।
मैं तुम्हें जो सिखाना चाहता हूँ
कि ज्ञानोदय
असाधारणता के संसार में नहीं मिल सकता।
ज्ञानोदय
तुम्हारे अपूर्व अनुभवों से नहीं मिल सकता।
वरन ज्ञानोदय प्राप्त करने के साधन
तुम्हारी दिन—प्रतिदिन की जिन्दगी में मिल सकते हैं।
यही है जहाँ ज्ञानोदय का मार्ग है
मैं तुमसे कहता हूँ कि
प्रतिदिन की साधारण जिन्दगी
में जो ज्ञानोदय पाते हो
वह एक छोटा आविष्कार है।

यह 'छोटा आविष्कार' क्या है?
यह संगीत है जो तुम्हारे हृदयों में भरा है
जब तुम 'सत्य संसार' में रह रहे थे
याद करना संगीत की ध्वनि कैसी थी।
ज्ञानोदय पाने के लिए

तुम अपनी स्मृति पर जोर डालो
वह राग जिसने तुम्हें
सत्य संसार में आनन्दित किया था
यही है जो महत्वपूर्ण है
यह सत्य संसार के

राग क्या हैं?
वे तुम्हारे हृदय की दया की भावनाएँ हैं।
वे आशीर्वाद हैं जो तुम एक-दूसरे को देते हो।
वे दिमाग है जो संतुष्ट होना जानते हैं।
दृढ़ इच्छाओं से मुक्त है।
वे दिमाग हैं जो एकरूपता चाहते हैं।
वे सहयोग हैं
और एक-दूसरे को प्रोत्साहित करते हैं।
वे तुम्हारे शुद्ध दिमाग के राग हैं
जो केवल तुम्हारी खुशी या इच्छापूर्ति
के लिए नहीं है।
वे तुम्हारे भीतर की भावनाएँ हैं
जो अपरिमित रूप से पारदर्शी, दयालु और तप्त हैं।

ऐसा संसार स्वर्ग है
जबकि तुमने इसे छोड़ दिया है
और अब इस पृथ्वी पर रह रहे हो
प्रतिदिन तुम संसार के इस स्वर्ग को याद करो
प्रतिदिन तुम्हारे दिमाग को
तुम्हारी स्वर्ग की जिन्दगी को सोचना है
यह एक छोटी रीढ़ बजाने की भांति होगा
सदैव इस शांत संसार का बिम्ब
मस्तिष्क में रखो।
तब, दैत्य काबू में रहेगा
तुम्हारा शत्रु नहीं होगा
तुम्हारा साथी होगा
अनमोल शक्ति बनेगा
तुम्हारे आदेशों का पालन करेगा

सहनशीलता और सद्गुण

मैंने तुमसे जो अभी बांटा
वह बहुत सरल और साधारण था।
मैंने तुम्हें सिखाया
ज्ञानोदय की सुगंध को
साधारणता में पाना है।
अब, मैं तुमसे निम्न प्रश्न पूछता हूँ
क्या तुम सफलता की तीसरी शर्त
के साथ संबंध समझते हो

जो ज्ञानोदय की सुगंध है
या तुम्हारी आत्मा का तेज है,
और सहनशीलता?
दूसरे शब्दों में
मैं कहता हूँ सहनशीलता और सद्गुण
'साधारण' शब्द से जुड़े हैं।
एक असाधारण जिन्दगी के असाधारण दिनों में
सहनशीलता एक बड़ा भाग नहीं अदा कर सकती है
लेकिन, बहुत सहनशीलता चाहिए
तुम्हें लगातार जीने में
हर साधारण दिन को जीने में।
साधारण जीवन जीने में
बहुत सहनशीलता चाहिए।
यह बहुत प्रयासशील कठिन कार्य है
साधारण जिन्दगी जीना
स्वार्गिक दृश्यों को
अपनी स्मृतियों से याद करते हुए
उन्हें अपने जीवन को आदर्श बनाते हुए।

तथापि, यह अनथक प्रयास कुंजी है
मनुष्य के आत्मिक विकास की।
एकदम ज्ञानोदय पाना
असंभव है
धार्मिक आचरण का अभ्यास करते हुए।
एकदम महान सफलता पाना कठिन है।
अगर तुम एक पुस्तक को पूरा नहीं पढ़ सकते हो
केवल एक पंक्ति को पढ़ना
और प्रतिदिन एक कदम आगे बढ़ना
सुनहरे भविष्य को खोलने की कुंजी है।
तुम सफल होने के लिए सहनशील हो।
जो सफलता सहनशीलता से मिलेगी
दूसरों में डाह उत्पन्न नहीं करेगी।
तुमने सफलता प्राप्त करने के जो भी प्रयास किए
अनेकों द्वारा सम्मानित होंगे।
जो सफलता सहनशीलता से मिलेगी
हमेशा सद्गुणों से चमकेगी।
सद्गुण एक प्रत्यौषध है
जो डाह और ईर्ष्या को पूर्णतः मिटा सकते हैं

दूसरों के दिमागों से।
यह सब सफल व्यक्तियों के लिए आवश्यक है,
सहनशीलता से सद्गुणों को पाना।
मुझे विश्वास है तुम्हें प्रयासों का
फल मिलेगा
तुम्हें ओर भी मिलेगा
सद्गुणों के साथ-साथ।

अध्याय 6

पुनार्वतार क्या है?

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
आज मैं तुम्हें एक कहानी सुनाऊंगा
जो मैंने तुम्हें बहुत पहले सुनायी थी।

पुनार्वतार का दर्शन

तुमने पुनार्वतार के विषय में
अनेक अवसरों पर जाना
अपने पिछले जन्मों में भी।
फिर भी एक लम्बा समय बीत गया
जब से पुनार्वतार का दर्शन
इस पृथ्वी से गायब हो गया है
नहीं यह गायब नहीं हुआ है
परन्तु इसको विगत की एक नीतिकथा
या हास्यनाटिका से अधिक महत्व नहीं मिलता है।
सबसे अधिक दुःख की बात यह है
मैं निश्चित नहीं हूँ
बौद्ध धर्म के सन्यासी और सन्यासिनें
जिन्होंने मेरे उपदेशों को विरासत में लिया है,
पुनार्वतार को खरे सत्य के रूप में लेते हैं या नहीं।
जबकि मैं महसूस करता हूँ
कि निरन्तर बढ़ती संख्या में लोग
पुनार्वतार में विश्वास नहीं करते हैं
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
तुम्हें यह उपदेश ध्यान से अध्ययन करना है।
तुममें से हर किसी का
जिसे इस समय में जीवन मिला है और इसी में बढ़ा हुआ है
संसार को परखने का ढंग अलग है।
यह परिप्रेक्ष्य,
यह सोचने का ढंग,
तुम्हारी शिक्षा से
विकसित हुआ है,
और विभिन्न अनुभवों से
विकसित हुआ है।

तथापि मैं तुमसे कहता हूँ
यह संसार अत्यंत कड़े प्रशिक्षण का मैदान है
तुम्हारे ज्ञानोदय के लिए।
तुम जो सदैव पृथ्वी पर मेरे साथ उतरते हो

कठिन वातावरणों में
उत्पन्न होना चुनते हो।
मेरी दृष्टि में जापान
हमारे इस समय के पुनार्वतार का देश
बहुत बुरी दशा में है
पच्चीस सौ वर्ष पूर्व भारत की भूमि की अपेक्षा।
भारत भूमि में
बुद्ध या ईश्वर को सम्मान देने की प्रथा थी।
मृत्यु के पश्चात जीवन है
इस विश्वास की प्रथा थी।
आज जापान में
ऐसी अनेक प्रथाएँ हैं
पुरानी प्रथाएँ छिलका मात्र रह गई है।
अनेक जो मृत्यु के पश्चात जीवन हैं
और पुनार्वतार को झूठ मानते हैं
स्वयं के लिए सत्य को खोजना नहीं सीखते हैं।
बल्कि, वे इन बातों को
पूर्णतः ज्ञान और अनुभव के आधार पर
जो अपने पूरे जीवन में पाया है,
देखने की कोशिश करते हैं।
लेकिन, उस ज्ञान और अनुभव से
कितना सत्य पाया जा सकता है।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे शब्दों को ध्यान से सुनो।
इस वर्तमान जीवन में तुम्हें डरना नहीं है।
डरो नहीं।
काँपों नहीं।
मत सोचो कि जीवन कैसे सरल हो।
तुम्हें स्वयं को
इन विचारों से ग्रस्त नहीं करना है।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
क्या तुम बुद्ध के शिष्य होने में गर्वित हो?
क्या तुम सत्य के लिए जीने में गर्वित हो?
क्या तुम बुद्ध के सत्य के लिए जीने में गर्वित हो?
अगर तुमने अभी तक गर्व की भावना नहीं खोई है
कि तुम्हें सत्य के लिए जीना है,

जो मैं कहता हूँ उसे ध्यान से सुनो।

इस संसार के लोग
मृत्यु के पश्चात जीवन है, झूठ मानते हैं।
वे इस संसार को पूर्णतः नकारते हैं।
जो अगले जन्म की बात करते हैं
उन्हें वे अस्वस्थ या पागल कहते हैं।
इसलिए बड़ा कठिन हो गया है उनके लिए
जिनके पास एक स्वस्थ दिमाग है।
और वे सत्य संसार को जानने के लिए
इस पृथ्वी पर जीते हैं।
अनेक बार उन्हें झिड़का जाता है
बदनाम किया जाता है,
उपहास उड़ाया जाता है,
निन्दा की जाती है।

अनेकों को मेरे शब्दों में विश्वास करने पर
ऐसे विरोधों को झेलना पड़ेगा
तथापि, मैं तुमसे कहता हूँ
अगर तुम्हें मेरे लिए कष्ट होता है
ये घाव किसी दिन तुम्हें महायश देंगे।
अगर मेरे लिए तुम्हें नीचा देखना पड़ता है
ये शर्म की अनुभूति तुम्हारे लिए स्वर्ग में पुरस्कार देगी।
अगर तुम्हें मेरे लिए मरना पड़े
जानो कि तुम्हारी महान आस्था से
स्वर्ग के वाशियों के गालों पर
खुशी के आँसू बहेंगे।
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
अपने सुयश के विषय में अधिक चिन्ता मत करो
अपनी आस्था पर लज्जित मत हो।

संसार में लोगों से सम्मान पाने की मत सोचो।
स्वयं को खुशीपूर्वक ऐसी स्थिति में रखो
जहाँ तुम्हें दूसरों से सम्मान नहीं मिलेगा।
खुशी-खुशी स्वयं को ऐसी स्थिति में रखो
जहाँ लोग तुम्हारे प्रति ठंडा व्यवहार रखेंगे।
यह बुद्ध के सत्य के लिए है।
यह बुद्ध के एकोपदेश के लिए है।

तुम मेरे उपदेश
दसों, सौवों
नहीं हजारों पुनर्जन्म के चक्रों में सीख रहे हो
हर बार जब तुम मेरे उपदेश ग्रहण करते हो
तुम असंख्य कठिनाईयों व विरोध को सहते हो
तुम साहसी हो
तुम्हें फिर किस बात का डर?
फिर किस बात से भय?
वस्तुतः, कुछ नहीं है
तुम्हें किसी से डर नहीं है।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
तुम मुझे बहुत प्रिय हो।
तुम मुझे अत्यधिक प्रिय हो।
मैं तुम्हें कष्ट उठाते नहीं देख सकता।
मैं तुम्हें चुपचाप खड़ा हो रोते नहीं देख सकता।
अगर, मेरे उपदेशों को मानने में
तुम्हें पीड़ा, चिन्ता या कष्ट होते हैं,
याद रखो मैं भी तुम्हारे साथ
चिन्ता कर रहा हूँ,
कष्ट उठा रहा हूँ।
मैं तुम्हारे आँसू पोछूँगा।
मैं तुम्हारे कष्टों में तुम्हारे साथ खड़ा होऊँगा।
जब तुम्हें कष्ट होगा मैं तुम्हारे साथ होऊँगा।
मैं तुम्हारा भारी बोझ ढोने में सहायता करूँगा।

गरिमा को जानना

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
अगर संसार के सारे प्रभुत्वशाली, उच्चाधिकारी
ज्ञानी लोग
मेरे उपदेशों को नकारेंगे।
मेरे उपदेशों में झूठ नहीं है।
मनुष्यों को शाश्वत आत्मा मिली है।
वे पुनर्जन्म की प्रक्रिया से गुजर रहे हैं।
एक भी ऐसा व्यक्ति नहीं है
जो इस सत्य को नकारे।
इस सत्य को नकारना
बुद्ध के मस्तिष्क को नकारना है।

बुद्ध के अस्तित्व को नकारना
संसार को नकारना है।
मानव जाति को नकारना है
जिसका बुद्ध ने सृजन किया है।

दूसरे शब्दों में,
मनुष्यों को इस सत्य को नकारना
अपने अस्तित्व को नकारना है।
तथापि इस पर ध्यान से सोंचो।
क्या तुम इसे शर्मनाक नहीं सोचते हो?
तुम विश्वास करने से क्यों डरते हो
कि बुद्ध ने मानव जाति का सृजन किया
उन्हें शाश्वत आत्मा दी।
तुम इसे अनोखा क्यों समझते हो?
तुम इसे मूर्ख कथा क्यों समझते हो?
इस पर विश्वास करने में अनमोलता क्या है
कि मनुष्य जाति अमीबा से उपजी है?
इस पर विश्वास करने में अनमोल क्या है?
मनुष्य पदार्थ का ढेर हैं?
तुम्हें ऐसी मूर्खतापूर्ण बातें नहीं कहनी हैं।
अगर ये सब सत्य है,
तब मनुष्य की गरिमा का कोई आधार नहीं है।
मनुष्यों की गरिमा है
क्योंकि भगवान ने उन्हें दिव्य प्रकृति दी है।
इस पृथ्वी पर सब अस्तित्व जीवन के रूप हैं।
जो बुद्ध से अलग हुए हैं।
बुद्ध ने जिस प्राण तत्व को बनाया
वह हर मनुष्य में रहता है।
यह मानव गरिमा का आधार है।
जो इस गरिमा को नहीं समझते
वे अच्छाई से पूर्णतः अपरिचित हैं,
वे सौन्दर्य से पूर्णतः अपरिचित हैं,
और सत्य से पूर्णतः अपरिचित हैं।
वे लोग जो अपरिचित हैं
अच्छाई, सुन्दरता और सत्य से
मनुष्य कहलाने के अधिकारी नहीं हैं।
वे मनुष्यों के बाह्य आवरण मात्र हैं।
वे मनुष्य का रूप धारण करते हैं

लेकिन सारहीन हैं।
मनुष्यों के लिए सबसे महत्वपूर्ण है
इस पृथ्वी पर अपना जीवन जीने में
इस कुलीनता को समझना है।
इसे अनुभव करना और जानना
इस पृथ्वी पर अपने अनुभवों के द्वारा
इनकी अनमोलता को पहचानना है।
यह महसूस करो
कि कितना अनमोल है
तुम्हें और सभी प्राणियों
को बुद्ध द्वारा जीवनदान मिला है।
इस संसार की अनमोलता को महसूस करो
जिसे बुद्ध ने सृजित किया है।

सर्वश्रेष्ठ सत्य

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैं अत्यंत दुःखी हूँ।
तुम्हें बहुत डर है कि
तुम एक धर्म में आस्था रखने वाले कहलाते हो।
तुम्हें डर है लोग तुम्हें कट्टरपंथी कहेंगे।
तथापि, मैं बेधड़क होकर कहता हूँ,
तथ्य तथ्य है।
सत्य सत्य है।
कोई भी व्यक्ति ऐसा नहीं
जो इसे बदल सके।
चाहे तुम्हें झिड़का जाए,
आलोचना की जाए,
अवहेलना की जाए,
या अपयश मिलें
याद रखो जो ऐसा करते हैं
वे सत्य से अनभिज्ञ होते हैं।
जो सत्य को नहीं जानते
वे तुम्हें जो सत्य से परिचित हैं की आलोचना नहीं कर सकते
कोई भी अपने ज्ञान की सीमा
के बाहर कुछ नहीं बता सकता है।
कोई उससे अधिक समझदारी नहीं दिखा सकता
जो उन्होंने अपने लिए देखी है।

अगर लोग जन्म लेते हैं,
उसी युग, क्षेत्र और स्थिति में,
हर आत्मा की स्थिति अलग होती है
अधिकतर व्यक्तिगत स्तर पर,
सनातन विकास की प्रक्रिया पर
कुछ लोग तेजी से आगे बढ़ते हैं
जबकि अन्य धीमी गति से बढ़ते हैं।
जब तुम पृथ्वी पर हो,
छांटना कठिन है
जो आध्यात्मिक रूप से विकसित हैं।
इस कारण से इस संसार में लोग
जो आध्यात्मिक रूप से अविकसित हैं
उनका मूल्यांकन करते हैं।
इस संसार में लोग मूल्यांकन करते हैं
उनका जो भौतिक सफलता को चाहते हैं,
उनका जो इस संसार में सरल जीवनयापन की
इच्छा करते हैं,
और उनका जो सांसारिक खुशी को खोजते हैं।
हो सकता है लोगों की इस प्रवृत्ति ने
उनका जीवन कठिन कर दिया हो
जो विश्वास करते हैं, परलोक में
जो खुशी चाहते हैं स्वर्ग में।

तब भी, तुम्हें साहसी होना है
जो सत्य जानते हैं उन्हें शक्तिवान होना है।
जो सत्य जानते हैं उनका कमजोर दिमाग न हो।
गप्पों की आलोचना के शिकार मत बनो।
आलोचना के शिकार मत बनो।
उनका जो ऊपरी तौर पर जानते हो शिकार मत बनो।
सत्य सत्य है।
तथ्य तथ्य है।
इस संसार में जो सामान्य बोध है
इसे ऐसे ही नहीं छोड़ो।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
कुछ ऐसा है जो मुझे तुमसे कहना है।
तुम्हें अपने कर्तव्य रूप में कम से कम इतना करना है
लोगों को सिखाना है कि मनुष्यों का सनातन जीवन है।

और यह कि वे प्राणी है जिनका पुनर्जन्म होता है
इस संसार में व परलोक में।
यही दर्शन वास्तव में है।
सबसे बड़ा सत्य जिसे लोगों को खोजना है
अपनी जन्म-मरण की प्रक्रिया में,
और पूर्ण मानव होने की प्रक्रिया में।
संसार में कोई अन्य सत्य ऐसा नहीं है
जो इस सत्य के समीप महत्ता पा सके।
इस सत्य के साथ तुलना में
सभी अन्य सांसारिक सत्य
बच्चों के खेल हैं।
जब लोग जानते हैं उनका जीवन सनातन है
और वे पुनर्जन्म वाले जीव हैं
उनके मूल्यों में महान परिवर्तन आयेगा।
वे अनुभव करेंगे,
एक सौ अस्सी डिग्री के कोण पर परिवर्तन।
दूसरे शब्दों में
इस सत्य को जानने के बाद
लोग अपने जीवन को
एक लम्बी समयावधि के
परिप्रेक्ष्य में देखेंगे।

सौभाग्यशाली

सौभाग्यशाली वे हैं
जो परलोक और पुनर्जन्म में विश्वास करते हैं
बिना किसी दबाव के,
बिना किसी प्रतिरोध के,
बिना विशेष शिक्षा के,
उनकी आत्माएँ सत्य का अध्ययन
जो अपने पिछले जीवन में किया था
याद रखती हैं।
उनकी आत्माओं के उथले हिस्सों पर भी
बुद्ध का सत्य अंकित है।
वे कितने सौभाग्यशाली हैं
जो बुद्ध के सत्य के साथ परिचित हैं
अपने अनेकों पुनर्जन्मों में
इन लोगों ने इन उपदेशों को
अपने अनेक पिछले जन्मों में इसे सीखा है

इस कारण से उनके लिए आसान है
इस वर्तमान जीवन में सत्य को समझना।
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
बहुत समय नहीं हुआ है
तुम्हें धर्म के मार्ग पर प्रवेश किए हुए।
कृतज्ञ हो कि तुमने पाया है
और तुम्हें एक अवसर मिला है
बुद्ध के सत्य को सीखने का
धर्म के प्रारम्भिक दिनों में।
कृतज्ञ हो,
तुमने बुद्ध के सत्य से
आध्यात्मिक बंधन प्राप्त किया है।
और ज्ञानोदय के पथ पर प्रवेश किया है
यह सबसे बड़ी खुशी है
जो किसी व्यक्ति को मिल सकती है।
तुम सदैव अपने से कहो
कि तुम सौभाग्यशाली हो।
चाहें कितना सांसारिक धन तुम्हें दिया गया हो,
चाहें कितना यश इस संसार में तुम्हें मिलेगा वादा किया हो,
चाहें कोई भी पद, उपाधि,
या शक्ति तुम्हें दी गई हो,
यह उस खुशी से मेल नहीं खाती।
तुम्हें इस खुशी का व्यापार नहीं करना है
किसी अन्य खुशी या संसार के धन से।
जो खुशी तुम्हें
बुद्ध के सत्य को जानने के एक अवसर से मिलती है
ज्ञानोदय के मार्ग पर चलने से मिलती है
वह बदली नहीं जा सकती है।
तुम हर भय से मुक्त होते हो
अगर तुम बुद्ध के सत्य के मार्ग
पर प्रवेश करना चाहते हो,
अगर तुम ज्ञानोदय के पथ पर चलना चाहते हो,
और वह निर्मल होती है
जो खुशी तुम यहाँ पाते हो।
अपनी आर्थिक चिन्ता छोड़ दो।
दूसरों द्वारा प्रेम न किए जाने का भय छोड़ दो।
दूसरों द्वारा सम्मानित न होने का भय छोड़ दो।
दूसरों द्वारा आदर न मिलने पर डरो मत

तुममें ये डर न हो।
जब तुम यह समझोगे कि यह खुशी कितनी अनमोल है
जैसे ही तुम ज्ञानोदय के पथ पर चलोगें,
तुम समझोगे कि संसार की सारी वस्तुएं
मूल्यहीन हैं।
सब चीजें धीरे—धीरे फीकी पड़ जायेगीं
और धीरे—धीरे गायब हो जायेगीं।

सुख की सड़क

इसलिए, सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
जब तुम इस संसार में अपना जीवन जीते हो,
क्या तुम अपने दिमागों को डोलता पाते हो,
क्या तुम निर्णय लेने की स्थिति में कष्ट पाते हो,
सबसे पहले वह मार्ग चुनो
जो तुम्हें काबिल बनाता है
उच्च ज्ञानोदय प्राप्त करने में।
इस दिशा के अतिरिक्त किसी अन्य में
न चलने का चयन करो।
अपना समय अन्य बातें सोचने में बर्बाद न करो।
तुम अपनी जीविका, पद और यश
के विषय में नहीं सोचों
अगर तुम इनको एक तरफ रखोगे
एक दिन तुम्हारे पास ये लौटेंगे।
तथापि, अगर तुम ज्ञानोदय का पथ
त्यागने का निर्णय लेते हो
तुम्हारे लिए लौटना अत्यंत कठिन होगा।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे निम्न शब्द याद रखो।
क्या तुम जानते हो बुद्ध के पुनार्वतार के युग में
जन्म विरल होता है?
इस खुशी की तुलना कठिन है
कि तुम इस पृथ्वी पर उत्पन्न हुए हो
जब बुद्ध उत्पन्न हुए हैं।
वे सौभाग्यशाली हैं जो इस युग में उत्पन्न हुए हैं,
उसी स्थान पर,
उसी पीढ़ी में जिसमें बुद्ध उत्पन्न हुए हैं।
सौभाग्यशाली है जो जीवित है बुद्ध को देखने के लिए।

सौभाग्यशाली है जो जीवित है उसकी आवाज सुनने के लिए,
और बुद्ध की छवि देखने के लिए।
ये खुशी
लाखों या करोड़ों सालों की खुशियों से बढ़कर है।
बुद्ध के अवतार के युग में
उत्पन्न होना विरल है,
बुद्ध को देखना विरल है,
सीधे उनके उपदेश सुनना विरल है,
और उन शिक्षाओं द्वारा ज्ञानोदय के मार्ग पर बढ़ना विरल है।
जानो कि यह एक अनोखी खुशी, विरल है।
केवल बुद्ध के अवतार के समय जन्म लेना ही विरल है।
अपनी आँखों से बुद्ध को देखना विरल है।
ओह, बुद्ध को देखना कितना महान है।
और ज्ञानोदय का अवसर मिलना कितना महान है।
इस खुशी को प्राप्त करने के लिए
तुम तैयार हो सब कुछ पीछे छोड़ने के लिए।
अगर तुम्हें सब कुछ छोड़ना भी पड़े
तुम ज्ञानोदय के इस मार्ग में प्रविष्ट हो।
यही है जो तुम सदैव याद रखो
इस संसार में अनेक आकर्षणों से तुम जुड़े रहते हो
व्यर्थ हो जायेंगे जैसे ही तुम संसार छोड़ते हो,
तुम उन्हें अपने साथ नहीं ले जा सकते हो।
चाहे तुम कोई भी हो
तुम केवल सौ साल तक रह सकते हो।
तुम समझ गए हो
तुम अपने साथ क्या ले जा सकते हो
जब तुम्हारा संसार से जाने का समय हो।
तुम केवल दिमाग वापस ले जा सकते हो
जब तुम संसार छोड़ते हो।
अतः कुछ इसके अतिरिक्त नहीं कर सकते हो
केवल सुख से दिमाग को भर सकते हो।
दिमाग को सुख से भरने का सबसे बड़ा तरीका है
ज्ञानोदय की प्रसन्नता को अनुभव करना।
अगर तुम इस सुख को अनुभव करते हो
और तुम्हारा दिमाग वास्तव में खुश है
तब तुम जीवन को सफल कह सकते हो।
इसलिए इस सुख के लिए सब दांव पर लगा दो।

प्रतिदिन की खोज, प्रतिदिन की उत्तेजना

तथापि, मैं तुमसे कहता हूँ
इस समय अनेक हैं, निष्ठा से
जो इस उद्देश्यपूर्ति के लिए जुटे हैं।
किसी के लिए यह कठिन नहीं है
कुछ समय के लिए अपने जीवन को
बुद्ध, उसकी शिक्षाओं
और अपने ज्ञानोदय के लिए
धर्मनिष्ठा में लगाना।
तथापि, अधिकांश
इस उत्तेजना को अन्ततः भूल जाते हैं
और अपनी पुरानी साधारण जिन्दगी में डूब जाते हैं।
तुम इस पथ पर चलने की उत्तेजना नहीं भूलो।
तुम इस पथ पर चलने की अनमोलता नहीं भूलो।
यह ज्ञानोदय का मार्ग है।
अगर तुम ऐसा करते हो,
तुम गिर जाओगे
और स्वयं को साधारणता के समतल पर पाओगे
यह कुछ नहीं करता है
केवल नदी किनारे बैठकर
कंकड़ गिनना है।
अच्छी प्रकार सुनो,
धार्मिक अनुशासन का पथ भरा होना चाहिए
प्रतिदिन की खोजों और उत्तेजनाओं से।
अगर तुम इसे अनुभूत नहीं कर सकते हो
तब तुम घमंडी हो गये हो।
घमंड ज्ञानोदय जाने के रास्ते से
नहीं गुजर सकता है।
इस महामार्ग से
घमंड को अलग करना होगा।
उन लोगों को लुढ़कना होगा
और जिस रास्ते से आए उस पर
वापस जाना होगा।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
हर कोई एक अस्थायी प्रस्ताव रख सकता है
तथापि,
अपने संकल्प पर स्थिर रहना अत्यंत कठिन है।

जो अपने संकल्प पर स्थिर रह सकते हैं
वे एक ऊँची मानसिक स्थिति पर पहुँचेंगे।
जब तुम ऐसे दुर्जेय संकल्प की स्थिति में होगे
स्वर्ग और पृथ्वी आनन्दित होंगे।
इस प्रकार से सोचो
और यह तुम्हें जीवन पर विजय की ओर ले जायेगा।

यह जीवन और आगामी जीवन

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
आगे फिर मेरे शब्दों को सुनो।
तुम्हारी खुशी केवल इस जीवन के लिए ही सीमित नहीं है।
तुमने इस संसार में जो खुशी पायी है
इस संसार को छोड़ने के बाद,
जहाँ तुम लौटोगे वहाँ यह स्पष्ट दिखेगी।
इस जीवन में तुम जिस मानसिक स्थिति में पहुँचे हो
वह तुम्हारा आध्यात्मिक राज्य निर्धारित करेगी
तुम्हें परलोक में जहाँ रहना होगा।
तुमने सत्य का पहले भी अध्ययन किया है।
आध्यात्मिक लोक में अनेक अलग-अलग स्तर हैं।
सबसे नीचे, नरक लोक है।
नरक से ऊपर, एक लोक लोगों से भरा है
जो अभी पूर्णतः आध्यात्मिक रूप से नहीं जागे हैं।
उस लोग से ऊपर एक अच्छे लोगों का लोक है।
उस लोक से ऊपर का लोक
महान आत्माओं का है।
इस आध्यात्मिक लोक में
दर्जनों स्तर और राज्य हैं,
इतने अधिक जो वहाँ रहते हैं
वे भी सारा विस्तार नहीं जानते हैं।
तथापि, यही सत्य है।
वह स्थान जिसे तुम स्वर्ग कहते हो
अनेक स्तरों में बंटा है,
तुम जिस राज्य में जाओगे
वह तुम्हारी मानसिक स्थिति पूर्ण रूप से निर्धारित करेगी।

इस लोक में,
अनेक उपलब्धियाँ जो मिलती है
तुम्हारे व्यक्तित्व या योग्यताओं पर निर्भर करती है,

और तुम्हारे प्रयत्नों पर निर्भर करती है।
तथापि, जो लोक अगले जीवन में तुम्हारी प्रतीक्षारत है
पूर्णतः तुम्हारी मानसिक बुद्धि की स्थिति के स्तर पर निर्भर
करता है।

अगर तुम्हारी मानसिक स्थिति उच्च है,
तुम उच्च लोक में जाओगे।
अगर तुम्हारा दिमाग परिष्कृत नहीं है,
तब तुम निम्न लोक में जाओगे।

तुम समझो
कि कोई और मार्ग नहीं है।
तथापि, तुम समझो
जो लोग नरक में जाते हैं
उनमें केवल वे नहीं हैं
जो सांसारिक सफलता प्राप्त करने में असफल हैं।
अनेकों नरक में गए हैं
सांसारिक सफलता पाने के बाद भी।
यह लोग दूसरों की खुशी को
खुशी के रूप में मनाने में असफल रहे
और केवल अपनी खुशी ढूँढ़ते रहे।
ये लोग नरक में कष्ट पा रहे हैं
क्योंकि इन्होंने अपनी खुशी ढूँढ़ी और पाई है
दूसरों की खुशी की बलि में।

नरक में जो कष्ट पाता है
वह लोगों के क्रोध के कारण पाता है
जिन्हें उसने अपनी सफलता के लिए
जीतेजी कष्ट पहुँचाया है।
नरक में व्यक्ति कष्ट पाता है
वह महसूस करता है
उन लोगों की कष्ट और पीड़ा की भावनात्मक तरंगों को
जिनकी खुशी की बलि चढ़ाई है
उसने अपनी सफलता के लिए।
इन लोगों की कष्ट और पीड़ा
नरक में उसकी आत्मा में रहती है।
इस प्रकार,
नरक में वह अपने कर्मों का फल पाता है।
मस्तिष्क का संसार ऐसा ही है
इस लोक में तुम्हारी आत्मा जड़ हो जाती है

क्योंकि यह एक भौतिक शरीर में रहती है।
तुम उन भावनाओं से अपरिचित रहते हो
जो दूसरे लोगों की तुम्हारे लिए है।
तथापि,
अगर इस लोक में तुम्हारी ऐसी ही चेतना थी
जैसा आध्यात्मिक लोक में होगी
तुम जीवित होते हुए भी
नरक के कष्ट अनुभव करोगे।
तुम इस पृथ्वी पर जीवित होते हुए भी
दूसरों की नारकीय तरंगों को अनुभव करोगे।
कुछ दशकों में
लोग होंगे, जो इस लोक को पहली बार छोड़ेंगे
वे इन तरंगों और कष्टों के प्रति जागरूक होंगे
लेकिन कोई उनकी पीड़ा पर नहीं हँस सकता
जो उनका उपहास करते हैं
उनको भी ऐसा भाग्य
मिलने की बहुत संभावना है।

अब तुम इस लोक के वासियों को शिक्षा दो
कि जो इस लोक में सफल होता है
उसमें से हर कोई स्वर्ग के ऊँचे राज्यों में नहीं लौटेगा।
इस लोक का उच्च स्तर
परलोक में निश्चित नहीं करता उच्च स्तर।
जानो कि इस जीवन में है जितना उच्च स्तर
उतनी महापीड़ा देता है गिरने पर
वास्तव में, स्वर्ग एक अद्भुत लोक है
और हाँ,
हर व्यक्ति स्वर्ग के अलग राज्य में जाता है
अपनी विभिन्न मानसिक स्थितियों के अनुसार।
नरक की तुलना में
इन स्वर्गिक राज्यों में से कुछ भी अद्भुत है
ये उन लोगों के लिए सरल है
जो शुद्ध और सही दिमाग से जीते हैं,
वे एक शांत लोक में स्वागत पाते हैं।
यह प्रकृतः है कि वे
शांत और खुश संसार में लौटते हैं,
इसके विपरीत
जो स्वयं को मुक्त नहीं कर पाते

इस जीवन की कठिनाईयों और पीड़ाओं से
वे अगले जीवन में भी यातना पाते रहते हैं।

अतः ज्ञानोदय की पहली शर्त
अपने दिमाग में रखो
अपनी पीड़ा और कष्ट को
अपने साथ परलोक में वापस मत ले जाओ।
दूसरे शब्दों में,
अपने को भ्रम से दूर रखो,
अपने को चिन्तामुक्त रखो,
पीड़ाओं पर विजय पाओ
यहाँ और अब, इसी जीवन में।
एक पीड़ा लोक प्रतीक्षारत है
जो इस संसार में पीड़ित हो विदा लेते हैं।
एक यातना लोक प्रतीक्षारत है
जो इस संसार की यातनाओं से
पीड़ित हो विदा लेते हैं।
एक दुःख का लोक प्रतीक्षारत है
इस संसार में पीड़ित हो छोड़ने वालों के लिए।
तथापि जो इस लोक से खुशी से विदा होते हैं
उनका खुशी के लोक में स्वागत होगा।

आशा का प्रभु-वाक्य

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
तुम्हें बुद्ध के उपदेश
अपने सीखने के केन्द्र में रखने हैं।
बुद्ध के उपदेशों को
अपने अध्ययन का मुख्य स्तंभ बनाओ।
सदैव उनका अध्ययन करते रहे
अपने दिमाग में उसे लेते रहे हो।
प्रतिदिन अपना जीवन सही ढंग से
इन उपदेशों के अनुसार जीते रहो।
सबसे अधिक महत्वपूर्ण है
जीवन जीना दिनोंदिन सही रूप में।
तुम सदैव अपना दिमाग नियंत्रित रखो
बुद्ध द्वारा दिए गए सत्य के ज्ञान से।
अपने दिमाग को शासित करना याद रखो
स्वयं को शासित करना याद रखो

यह बुद्ध के सत्य से मिले ज्ञान से।
ज्ञान तुम्हारी सेवा करेगा
तुम्हारी भावनाओं का नियंत्रण करने में
अधिकतर गलतियाँ
भावना के वशीभूत होती है।
अनेक गलतियाँ
तुम्हारी सोच और भावनाओं के कारण होती है।
बुद्ध के सत्य का सही ज्ञान
इन सब पर शासन करेगा।
तुम अपने विचारों और भावनाओं को शासित करो
बुद्ध के सत्य के सही ज्ञान से।

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
यद्यपि, तुम्हारे पास आशा का प्रभुवाक्य है।
आनन्दित हो।
यह तुम्हें बताता है
जो तुम इस जिन्दगी में सीखते हो
व्यर्थ नहीं होगा।
जो भी इस जीवन में सीखते है उसमें से हर चीज
अब तुम्हारे जीवन में उपयोगी नहीं होगी।
तथापि, वे सब जो तुम इस जीवन में सीखते हो
अगले जीवन में जरूर उपयोगी होगा
तुम्हारे उसके बाद के जीवन में उपयोगी होगा।
जब तुम इस संसार से विदा लेते हो
तुम सत्य संसार में
अनेकों सौ वर्षों या उससे अधिक तक रहोगे
तब, जब तुम्हारी आत्मा
प्रशिक्षण में एक अगले कदम की इच्छा करेगी,
यह एक नया रूप ग्रहण करेगी,
यह इस लोक में एक भौतिक शरीर में रहेगी।
दूसरे शब्दों में तुम एक बच्चे के रूप में पैदा होगे,
बड़े होगे, अनेक चुनौतीपूर्ण अनुभव करोगे।
तुम देखते हो, जो भी तुमने पाया है
तुम्हारे उपयोग का होगा
तुम्हारे आगामी जीवन के शिक्षण के लिए।
यह उपयोगी होगा
और तुम्हें सही दिशा में निर्देशित करेगा।
अतः इस जीवन में शिक्षण से जो पाया है

ऐसे गुण है जो इस जीवन तक नहीं सीमित हैं;
वे इस जीवन में श्रेष्ठ होते हैं
और तुम्हारे आने वाले जीवन में
खुशियाँ जरूर लाते हैं।
अब उस कष्ट के बारे में मत सोचो
जो तुमने अपने शिक्षण के
दौरान इन प्रयासों में अनुभव किया है।
इस जीवन की उपलब्धियों के प्रभाव
केवल इस जीवनकाल के लिए सीमित नहीं हैं।
जो तुम इस जीवन में पाते हो
वह एक शक्ति बनेगा
जो तुम्हारी आत्मा में मूलतः परिवर्तन लायेगा।
तुमने इस जीवन में जो पाया है
तुम्हारी आत्मा का शिक्षण बनेगा,
प्रधानतः शक्ति प्राप्त करने के लिए।
इसलिए अपने शिक्षण की अनमोलता जानते हुए
जो तुम अब कर रहे हो
तुम डरो नहीं।
क्या तुम जानते हो कि तुम्हारी इच्छाशक्ति कितनी दृढ़ हो
सकती है?
क्या तुम जानते हो कि उद्यमशक्ति क्या कर सकती है?
फिर भी अगर ऐसा तुम महसूस करते हो तुम आगे नहीं जा
सकते हो
जब तुम निरन्तर अध्यवसाय करते हो
शक्ति जो तुममें अन्तर्निहित है
सम्मुख आयेगी।
तुम्हारी शक्ति असीमित है।
बुद्ध प्रकृति तुममें गहन है।
जब तुम्हारी बुद्ध प्रकृति की शक्ति
स्वयं को प्रकाशित करती है
जो ऊर्जा प्रकट होगी वह असीमित होगी।
जो प्रकाश सामने आयेगा वह अनन्त होगा।
तुम थकोगे नहीं
जब तुम बुद्ध की तरफ चलोगे।
तुम थकोगे नहीं।
तुम्हें कष्ट नहीं होगा।
चाहे तुम कष्ट, पीड़ा, थकान और
श्रान्ति अनुभव करो

बुद्ध के उपदेशों को
सीखते और प्रचारित करते हुए
जो अपने प्रयास छोड़ेंगे नहीं
वे आगे जायेंगे
इस संसार से विदा लेकर
प्रकाश और शांति के साम्राज्य में।
अधिक समय शेष नहीं है।
कुछ ही दशक या साल इस जीवन के हैं।
तुम बुद्ध के उपदेश के लिए जियो।
तुम इन शिक्षाओं को
अपने जीवन द्वारा स्पष्ट करो।
तुम अपनी आत्माओं को बुद्ध के उपदेश में अर्पित करो।
मेरे शिष्यों, अब से,
सत्य के नियम को अपने जीवन में प्रकट करो।
और प्रतिदिन निरन्तर प्रयास करो।
जितना तुम बुद्ध के उपदेशों का चिन्तन करोगे,
जितना तुम उन्हें सुनोगे,
जितना तुम उनका अभ्यास करोगे,
उतनी ही ज्ञानोदय की सुगन्धि
तुम्हारे आस—पास की हवा में रहेगी।
तुम ज्ञानोदय के सच्चे स्वाद को जानो।
चाहे कितना भी तुम इन उपदेशों को
सुनो और पढ़ो,
अगर तुम इसे अपनी आत्मा
का अवलम्ब नहीं बनाते हो,
तुम एक चाँदी के चम्मच हो
जो सूप से भरता है
परन्तु इसका स्वाद नहीं जानता है।
तुम एक ऐसे व्यक्ति बनो
जो ज्ञानोदय के रस को चखे।
तुम एक ऐसे व्यक्ति बनो
जो ज्ञानोदय की सुगन्ध को सूँधे।
तुम एक ऐसे व्यक्ति बनो
जो सुने और भेद करे
ज्ञानोदय के सुरों में।
तब अन्त में तुम कहने में सक्षम हो
कि तुम सच्चे प्रचारक हो।
तब तुम कह सकते हो

कि ज्ञानोदय का मार्ग
तुम्हारे लिए खोला गया है।

अध्याय 7

आस्था और बुद्धभूमि का निर्माण

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
यह अब आस्था के बारे में तुमसे कहने का समय है।

बुद्ध या ईश्वर कौन हैं

तुममें से अनेक में आस्था है।
तथापि, मैं पूछता हूँ
क्या तुम समझते हो
आस्था का क्या अर्थ है?
हाँ, आस्था
बुद्ध या भगवान के प्रति तुम्हारी गहरी निष्ठा है।
इस निष्ठा के अभाव में
तुम इसे सच्ची आस्था नहीं कह सकते हो।
तथापि, क्या तुम जानते हो
किस प्रकार की सत्ता में
तुम निष्ठा रख रहे हो?
इस संसार में अनेकों संशयग्रस्त हैं
किस भगवान में वे विश्वास रखें।
क्योंकि संसार में अनेक प्रकार के धर्म हैं
जो ईश्वर को विभिन्न नामों से पुकारते हैं

तथापि, सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
कई बार यह सब सहायक नहीं होता है।
बुद्ध जो इस महान विश्व की महान आत्मा हैं,
बहुत भव्य हैं और सबसे अधिक पूज्य हैं।
वह मनुष्य की कल्पना से परे सत्ता है
तुम बुद्ध या ईश्वर की गहनता
उसकी आध्यात्मिक महानता से मापते हो,
अपने शरीर, आध्यात्मिक ज्ञान
और बोध से मापते हो।
तुम महसूस करने में समर्थ हो
कि तुम्हारी सामर्थ्य से बहुत परे
एक लोक का अस्तित्व है।
तथापि, एक शक्ति है
जो तुम्हारी समझ से परे है।
उस शक्ति में ज्ञान है।
उस शक्ति में प्रकाश है।
उस शक्ति में प्रेम है।
वह शक्ति दयापूर्ण है।

वह शक्ति रचनात्मक विचारों से पूर्ण है।
वह शक्ति सुन्दर सामंजस्य से पूर्ण है।
यह शक्ति जो सब अच्छा है उसे एकत्र करती है
बुद्ध की शक्ति है।

तुममें अनेकों हैं जो
ईश्वर और बुद्ध में अन्तर नहीं समझते
शायद तुममें से कुछ सोचते हैं
यह स्पष्ट करने की आवश्यकता नहीं है
दोनों में क्या अन्तर है।
तुम सोचते हो बौद्ध
उस महाशक्ति को बुद्ध कहते हैं
और अन्य धर्म
जैसे ईसाई या शिन्टो' धर्म
उसे भगवान कहते हैं।
तथापि, मुझे इतना तुम्हें बताना है
उनमें जो ईश्वर या बुद्ध कहलाते हैं
उनमें अनेक मानवीकृत या महान आत्माएँ हैं।
चाहे उन्हें ईश्वर या बुद्ध से संबोधित किया जाए
वे वस्तुतः महान आत्माओं से ऊपर नहीं हैं
तुम जानो कि एक ऐसी सत्ता है
जो इन महान आत्माओं से ऊपर है।
सब महान आत्माओं ने एक बार मानव रूप धरा है
वे इस पृथ्वी पर रही है।
तथापि, तुम जानो कि बुद्ध
जो स्वर्ग और पृथ्वी का निर्माता है
इस महान विश्व का निर्माता है,
एक छोटे शरीर को धारण नहीं करेगा
और आत्म शिक्षण नहीं लेगा।
इस अर्थ में, बुद्ध एक महान चेतना हैं
जो असीमित रूप से मानव रूप को
श्रेष्ठ बनाता है।

इस सत्य को जानने के बाद तुम्हारी आस्था
निर्बल हो सकती है,
जो मैं उपदेश देता हूँ उसे ध्यान से सुनो।
सत्य का ज्ञान तुम्हें अधिक शक्तिशाली बनायेगा।
जापान में प्रचलित एक धर्म विशेष

सत्य का ज्ञान तुम्हारे दृढ़ विश्वास को मजबूत करेगा।
तुम्हारी बुद्ध में भक्ति को और दृढ़ करेगा।

संसार की महान आत्मा के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन

इसलिए, तुम्हारी निष्ठा
सर्वप्रथम बुद्ध की तरफ हो
जो इस विश्व का शासक है।
तुम अपनी आस्था को
इस महान आध्यात्मिक चेतना की ओर मोड़ो।
जो महान विश्व का राजा है।
तुम अपनी आस्था को समर्पित करो
इस विश्व की एकात्मक चेतना के रूप में
जो इस महान विश्व पर राज्य करती है।
तथापि, तुम जानो
इस बहुमूल्य विश्व की यह महान आत्मा
कोई मानव नहीं है।
इसलिए, वह न तो तुम्हारी इच्छाएँ पूर्ण करेगी
न तुम्हारी समस्याओं का उत्तर देगी।
सूर्य की भांति
बुद्ध निरन्तर न्यौछावर करेंगे
असीमित प्रेम, प्रकाश और ऊर्जा से।
इसलिए अपनी आस्था को कृतज्ञता के द्वारा
इस महान बुद्ध को अर्पित करो।
हर दिन उनके प्रति कृतज्ञता से पूर्ण हो।
बुद्ध को धन्यवाद ज्ञापन के लिए अपनी आवाज उठाओ,
जो इस विश्व का स्वामी है,
जिसने विश्व को बनाया है,
इसकी सब चेतन-अचेतन वस्तुओं का पोषण करता है।
इस पृथ्वी पर रहने वालों के जीवन का यही उद्देश्य है
कि इस विश्व की महान आत्मा को कृतज्ञता ज्ञापन करना है।

श्रेष्ठ आत्माओं के प्रति श्रद्धा

तथापि, ये महान आत्माएँ,
वे आत्माएँ जो उच्च स्तर तक पहुँची है,
वे हैं जो विशेष रूप से
तुम्हें सिखाती है,
मार्गनिर्देश देती है,
प्रेम करती है।

और तुम्हारी समस्याओं का उत्तर देती हैं।
तुमने अवश्य पहले भी पढ़ा होगा।
यह स्वभावतः है, यह महान आत्माएँ
लोगों के सम्मुख प्रगट होती है
अनेक आध्यात्मिक रूपों में।
जैसे इस युग में रहते हुए तुम,
महान चरित्र के लोग पा सकते हो,
जो समय, देश
और सम्पूर्ण संसार में श्रेष्ठ हैं
तुम अनेक श्रेष्ठ महान आत्माओं
को इस सत्य संसार में भी खोज सकते हो।
जिन स्थानों पर ये रहती है
इनमें अन्तर होता है।
जैसे ऐसी आत्माएँ हैं
जिनका अस्तित्व बुद्ध के बहुत समीप है।
अनेक ऐसी हैं
जो मानव जाति के अत्यंत निकट है।

इस प्रकार
श्रेष्ठ आत्माएँ विभिन्न आकारों में रहती हैं
जो उनके आत्मिक स्तर के विकास पर निर्भर है।
वे स्वर्ग में विभिन्न स्थानों पर रहती हैं।
मैं विश्वास करता हूँ
इन अन्तर्लों को स्वीकार करो।
तथापि, हर श्रेष्ठ आत्मा में
स्पष्ट अन्तर है।
एक चीज जो सही है
ये श्रेष्ठ आत्माएँ जिन्हें देवता कहते हैं
सब ऊँचे जीव है।
उनकी सत्ता जानो।
लोक के इस महा बुद्धिमानों द्वारा भी
अगम्य है उनकी बुद्धिमत्ता जानो।
तुम यह सदैव याद रखो।
अतः, यही सही है जानो
कि तुम उन्हें आदर-सम्मान दो।

मैंने तुम्हें इस विश्व के श्रेष्ठतम आत्मा के प्रति
अपनी आस्था को कृतज्ञता द्वारा स्पष्ट करना सिखाया है।

तथापि, तुम अपनी आस्था प्रगट करो
कृतज्ञता और सच्चरित्र के द्वारा
इन महान आत्माओं के प्रति
यह सच्चरित्र क्या है?
इसका अर्थ है श्रद्धापूर्ण भय।
इसका अर्थ है महान आत्माओं के
प्रति अगाध श्रद्धा।
इन श्रेष्ठ आत्माओं के प्रति
तुम अपना श्रद्धापूर्ण भय मत भूलो।
इन श्रेष्ठ रूपों के प्रति,
इन सद्गुणों के प्रति
इस नेतृत्व के प्रति,
महान प्रेम के प्रति,
महा दया के प्रति,
इस संसार में भी
उन लोगों से बात कर पाना कठिन है
जो तुमसे विभिन्न सामाजिक स्तर के हैं।
इसी प्रकार इस आत्मलोक में
जो पृथ्वी की पहुँच के बाहर है,
अनेक ऐसी सत्ताएँ हैं
जो मानव जातियों के आत्मशिक्षण
को पार कर चुकी है।
अतः इन श्रेष्ठ आत्माओं को
तुम्हें आदर-सम्मान देना है।

यह ऐसा नियम है जिसे सब मानें,
उनके लिए जो महान मानव आत्माएँ हैं,
उनके लिए जिन्होंने आध्यात्मिक अभिभावकों की भाँति
इस पृथ्वी पर मनुष्यों के लिए किया है;
वे एक समय तुम्हारे आध्यात्मिक अभिभावक थे
और तुम्हारे आध्यात्मिक शिक्षक थे।
तुम उनके प्रति गहन स्थायी कृतज्ञता ज्ञापन करो।
और भी एक आध्यात्मिक शिक्षक का कार्य
केवल इस जीवन तक ही सीमित नहीं रहता;
तुम्हारे आध्यात्मिक शिक्षक
तुम्हारे अनेक पुनर्जन्मों में
तुम्हें जरूर अनेक बातें सिखाते रहे होंगे।
इन शिक्षाओं के कारण

आज तुम सुखमय जीवन बिता रहे हो।
इन शिक्षाओं के कारण
तुम सही मार्ग से हटे बिना
जीवन जी रहे हो।
इनके मार्गदर्शन के कारण
जो अनेक पुनर्जन्मों में मिला है
तुम इस समय गहरी आस्था के साथ जी रहे हो।
तुममें से प्रत्येक को
उनके मार्गदर्शन के प्रति
आदर प्रकट करना है।

आस्था की नींव

अब, मैंने तुम्हें सिखाया है
श्रद्धा के दो रूप हैं
इस विश्व की महान आत्मा
या जिसे तुम कहते हो
मूल ईश्वर या विश्व का बुद्ध,
और उच्च आत्माएँ।
दूसरे शब्दों में आस्था की नींव,
महान के प्रति निष्ठा की प्रवृत्ति है,
बुद्धिमानों के प्रति निष्ठा की प्रवृत्ति है,
और जो शक्तिवान, तेजवान, बुद्धिमान
और प्रेमी हैं
के प्रति निष्ठा की प्रवृत्ति है।
इन सबके प्रति निष्ठा है
जो निरन्तर मार्गदर्शन कर रहे हैं
यही सही निष्ठा की प्रवृत्ति है।

श्रेष्ठ आत्माओं और मनुष्यों में
महान अन्तर है।
यह हाथी और चींटी के
अन्तर के समान है।
अकेली चींटी हाथी के लिए एक निर्णय देने का
प्रयत्न करती है।
क्या तुम कल्पना कर सकते हो
चींटी का यह कार्य कितना हास्यास्पद है।
एक चींटी के लिए एक हाथी का
मूल्यांकन करना क्या संभव है?

एक चींटी के लिए यह समझना कि हाथी क्या है
क्या संभव है?
यह चींटी के लिए बहुत कठिन है।
इसी उदाहरण के समान
इस पृथ्वी पर एक मनुष्य के लिए कठिन है
एक श्रेष्ठ आत्मा पर कोई निर्णय देना,
मनुष्य के लिए एक श्रेष्ठ आत्मा
को समझने का कोई रास्ता नहीं है।
फिर भी,
तुम अपने हृदय में जानते हो
श्रेष्ठ आत्माओं की अनेक शिक्षाएँ,
जैसे बौद्ध धर्म, ईसाई धर्म
और ऐसे अनेक धर्म
सब सत्य हैं।
अपने हृदय की गहराईयों में झाँको
तुम्हारा इन शिक्षाओं से पहले भी
सामना हुआ है।
क्यों तुम अलौकिक आनन्द पाते हो
जब तुम बौद्ध धर्म या ईसाई धर्म
की शिक्षाओं को पढ़ते हो?
तुम इन उपदेशों को सत्य क्यों पाते हो?
अब तुम इस तथ्य से क्या पाते हो,
कि हजारों साल बीतने के बाद भी,
इस प्रकाश के पुरखों के शब्द,
विभिन्न युगों और क्षेत्रों में,
जो छोड़े गए हैं
क्या तुम्हारे लिए ग्राह्य है?
ये शब्द तुमसे क्यों बोलते हैं?
ये शब्द तुम्हारी आत्मा को क्यों झिंझोड़ते हैं?
क्या तुम इन्हें अद्भुत कार्य के रूप में देखते हो?
या क्या तुम इन्हें स्वाभाविक रूप में देखते हो?

वस्तुतः इसमें कोई रहस्य नहीं है,
इन श्रेष्ठ आत्माओं के लिए
जिन्होंने तुम्हें अनेक भूमियों पर
अनेक युगों में सिखाया है,
और अब, सत्य के संसार में रहती है
अब भी तुम्हारी रक्षा करती है,

तुम्हारा मार्गदर्शन करती हैं।
अब, इस क्षण
इस महान शक्ति के नीचे
तुम ये नियम सीखने
एकत्र हो।

बुद्ध के प्रति स्वयं को समर्पित करना

तथापि, मुझे इतना तुमसे कहना है।
श्रेष्ठ आत्मा में विश्वास के साथ-साथ
जो इस विश्व का निर्माता है,
और सत्य संसार की महान आत्माओं
को आदर देने के साथ-साथ
जिनकी इस संसार से ऊपर सत्ता है
एक ओर है जिसमें तुम्हें श्रद्धा करनी है।

तुम बुद्ध के पुनर्वातार में श्रद्धा रखो
बुद्ध का पुनर्जन्म अलौकिक
अपनी सत्ता के लिए ही नहीं है
वह अपनी शक्ति के लिए अलौकिक है,
अपने ज्ञानोदय, तेज, प्रेम और करुणा
के लिए अलौकिक है
जो उस उच्च महान आत्मा ने
इसे प्रदत्त किया है।
क्या तुम विश्व के मूल बुद्ध
के प्रति निष्ठावान हो,
और सत्य संसार की आत्माओं के प्रति कृतसंकल्प हो
लेकिन इस पृथ्वी पर जो बुद्ध उतरे हैं
उनके प्रति समर्पित नहीं हो।
तब तुम्हारी आस्था झूठी है।
अतीत के सभी महान धर्मों के संस्थापक
जागृत हैं, प्रकाशित हैं या बुद्ध हैं।
इन सभी सम्मानित लोगों के बिना
मूलाधार बुद्ध की
आवाज, दर्शन और आदर्श
इस पृथ्वी के लोगों को
नहीं सिखाये जा सकते हैं।

इसलिए

विश्व का मूलाधार बुद्ध
सत्य संसार की महान आत्माएँ,
और त्रिमूर्ति से बुद्ध का पुनर्जन्म
सब मिलकर एक श्रेष्ठ सत्ता है।
इन तीनों के प्रति समान श्रद्धा के अभाव में
विश्वास जमेगा नहीं
क्या तुम अपनी इच्छा से ऐसी मूर्ति बनाओगे
जो विश्व के इस मूलाधार बुद्ध का प्रतिनिधित्व करे
क्या तुम दिमाग में कल्पना करते हो,
और इस सत्य संसार में
किसी एक विशेष उच्च आत्मा में विश्वास करते हो,
अगर तुम बुद्धावतार के उपदेशों को भ्रष्ट करते हो
और उसकी शिक्षाओं को नकारते हो
तुम श्रेष्ठतम आत्मा की इच्छा का उल्लंघन करते हो।
यह इसलिए कि बुद्धावतार को
विश्व की श्रेष्ठतम आत्मा द्वारा
जिस युग में वह पृथ्वी पर शासन करता है
पूरे अधिकार सौंपे गए हैं।
बुद्धावतार इस पृथ्वी पर
पूरे अधिकारों से उतरा है।
वह युग के मूल्यों को निश्चित करता है।
वह युग की सत्यता को निश्चित करता है।
वह युग में क्या अच्छा है निश्चित करता है।
वह युग में क्या सत्य है निश्चित करता है।
यही है जो बताता है
बुद्ध क्या है?
इसलिए अगर तुम
अतीत के किसी व्यक्ति के लिए श्रद्धा रखते हो
या किसी बुद्ध या भगवान के लिए
तुम श्रद्धा रखते हो
जो विश्व के किसी कोने में निवास करता है,
अगर इस पृथ्वी के बुद्ध के प्रति तुम्हारे मन में श्रद्धा नहीं है
तुम स्वामीभक्त नहीं गिने जाओगे।
तुम बुद्ध के सत्य मार्ग के पथिक नहीं गिने जाओगे।
तुम बुद्ध के सत्य मार्ग के अनुयायी नहीं गिने जाओगे।
इस मार्ग के हर अनुयायी को अपना स्थान जानना है।

इसलिए, विचारहीन लोग इस संसार से विदा लेने के बाद

सौ या हजारों वर्षों तक
अनुतापी रहेंगे।
जीसस के समय में भी
जो उसके समय में थे
और उसे एक रक्षक रूप में विश्वास नहीं करते थे।
सौ हजारों वर्षों बाद
जो जीसस में विश्वास नहीं करते थे
वे जीसस की एक रूप या
उसकी क्रास पर की मूर्ति
की ईसाई मत के चर्च में
पूजा करते हैं।
ऐसी मूर्खता पुनः नहीं होनी चाहिए।
जब पृथ्वी किसी जागरूक से
सौभाग्यवती होती है
तुम्हें उसमें श्रद्धा हो।
जब वह जागरूक पृथ्वी पर चले
तुम्हें जन्म का उत्सव मनाना है
कि तुम उसी युग में उत्पन्न हुए हो जिसमें वह हुआ है
तुम विस्मित हो,
विश्वास रखो,
और उस सत्ता को समर्पित हो।
जो इस, सत्ता को
नकारते, घृणा करते हो
या इस सत्ता के लिए कोई निर्णय देने की कोशिश करते हैं
अपनी सीमित समझ के आधार पर
यह भ्रान्ति के गड्ढे में गिरेंगे।
यह काम विश्व के बुद्ध
को नकारने के सदृश है।
यह विश्व के बुद्ध के प्रति
उसकी निन्दा करने के सदृश है।
यह स्वर्ग में रहने वाली सभी मानवीकृत आत्माओं
की एकात्मक इच्छा है
कि बुद्ध के प्रतिनिधियों को
इस संसार में भेजे।
जब बुद्ध का प्रतिनिधि
इस संसार में उतरता है
तो उसके सभी निर्णयों का अनुसरण करना
तुम्हारे लिए उचित है।

मैं तुमसे बार—बार कहता हूँ
यही आस्था की प्रवृत्ति है।

शत-प्रतिशत आस्था

पृथ्वी पर बुद्ध के प्रति
जब लोगों में श्रद्धा है
नियमों की व्याख्या की जा सकती है।
अगर लोग बुद्धावतार में श्रद्धा नहीं रखते
तो सदनियमों का उपदेश नहीं दिया जा सकता।
सदनियमों की व्याख्या नहीं की जा सकती
संशय के मध्य
संदेह में जो विचार पनपते हैं
वे शैतान हैं।
हर युगों में शैतानों ने
लोगों के संदेह को निथरने नहीं दिया
उन्होंने लोगों के भ्रमों को बढ़ाया
और एक मत नहीं होने दिया।
लड़ने पर लोगों को विवश किया
और छोटे-छोटे आक्षेपों पर बहस की।
मित्रता में झगड़ा करवाया
और संबंधों को तोड़ा।
लोगों को आस्था से दूर करने की कोशिश की।
आस्थावानों के दिलों को तोड़ने की कोशिश की।
लेकिन, तुम भ्रमित मत हो
अपने हृदयों को डोलने मत दो।
तुम अपने छोटे दिमाग से क्या ग्रहण कर सकते हो?
तुम्हारे छोटे दिमाग के
ज्ञान से क्या संभवतः प्राप्त हो सकता है?
तुम क्या समझ सकते हो
अपनी छोटी चालाकियों से?
तुम क्यों सोचते हो कि
तुम छोटे दिमाग और सीमित ज्ञान से
बुद्ध के ज्ञान को प्राप्त कर सकते हो?
क्या तुम महान मानवीकृत उच्च आत्माओं की अभिरूचियाँ
देखते हो
जिन्होंने बुद्धावतार भेजा है।
अपनी क्षुद्रताओं पर हँसो।
अपने छोटेपन पर हँसो।

जानो कि तुम इन पर निर्णय लेने की स्थिति में नहीं हो।
संदेह शैतानों का दिमाग है।
भ्रम शैतान का दिमाग है।
डर शैतानों का दिमाग है।
अगर तुम्हारे दिमाग ऐसे हैं
तुम सत्य की खोज नहीं कर सकते।
जो बुद्ध के सत्य का अध्ययन करते हैं
उन्हें सही ढंग से सत्य की खोज करनी है।
संशयी होकर तुम सत्य को नहीं खोज सकते।
जो मस्तिष्क यह खोजता है
उसे भ्रमित या संदेहशील नहीं होना है।
अगर तुम स्वयं में इन विचारों को पाते हो
तब तुम धार्मिक अनुशासन के मार्ग पर नहीं हो।
तुम स्वयं को धर्म प्रचारक नहीं कहला सकते।

मेरे प्यारे प्रचारकों,
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
अगर तुममें से कुछ है
जिनका विश्वास डोलता है,
इस भीड़ से स्वयं को चुपचाप अलग कर लो
प्रतीक्षा करो, दिमाग के शान्त होने की।
प्रतीक्षा करो, सही समय के आने की।
आलोचना के शब्द मत बोलो।
दिमाग को चुपचाप ठंडा करो
और यह जीवन पर परिलक्षित हो।
मनन करो कितना बहुतायत में तुम्हें प्रकाश और प्रेम मिला
और इसके लिए कृतज्ञ हो।
आभारी होना मत भूलो।
दूसरों की आस्था में संशय मत करो
और दूसरों के दिमाग को भ्रमित मत करो।
जानो कि ये विचार और क्रियाएँ
तुम्हें नरक के निकट ले जायेगी।
अगर तुम चालीस वर्ष तक बुद्ध की सेवा करोगे,
नियमों की रक्षा करोगे,
और लोगों को ज्ञानोदय का मार्गदर्शन करोगे,
अगर आखिरी वर्ष बुद्ध के उपदेशों में संदेह किया,
बुद्ध के नियमों को भंग किया,
और दूसरों के दिमागों में संदेह उत्पन्न किया

तुम जरूर नरक में जाओगे।
यही आस्था की प्रकृति है।
आस्था शत-प्रतिशत वस्तु है
निन्यानबे प्रतिशत बिल्कुल आस्था नहीं है
बुद्ध में आस्था शत-प्रतिशत चाहिए
बुद्ध सब कुछ है
इस सब कुछ को पाने के लिए
उसमें शत-प्रतिशत विश्वास हो
अगर तुम निन्यानबे साल आस्था में जीते हो,
अगर जीवन के आखिरी वर्ष को
एक भ्रमित भौतिकवादी के तरह जीते हो,
तुम अवश्य नरक में जाओगे।
तुम आस्था रखने का
कड़ा चेहरा जानो।

शिष्यों के मध्य एकता भंग करने का पाप

जो सत्य के मार्ग के अनुयायी हैं
और उपदेशों का अभ्यास करते हैं
उन्हें भ्रमित करना
उनमें फूट डालना
बहुत दुःखपूर्ण है।
शिष्यों में यह एकता भंग करने का पाप होता है।
जो लोग बुद्ध के सत्य के नीचे एकत्र होते हैं
इकट्ठे उन्नति करते हैं,
धर्म की आस्था में साथ जीते हैं,
उनके मध्य कुछ लोग प्रवेश करते हैं
उनकी आस्था को छीनने के उद्देश्य से,
उनमें भ्रम उत्पन्न करने के उद्देश्य से,
उन्हें संदेह में उत्तेजित करने के उद्देश्य से,
वे शिष्यों के मध्य एकता को भंग करने के
पाप के अपराधी हैं।
इस पाप से कोई सरल छुटकारा नहीं है।
यह पाप अनुपात में इतना दीर्घ है
कि हत्या, डांका और आक्रमण
भी इसके सम्मुख तुच्छ हैं।
अगर तुम हत्या करोगे
तुम अलग करोगे
पीड़ित व्यक्ति की आत्मा को उसके भौतिक शरीर से।

अगर तुम आक्रमण करोगे
तुम केवल पीड़ित व्यक्ति
को शारीरिक चोट पहुँचाते हो।
तथापि, जो उन लोगों को भ्रमित करते हैं,
जो सही दिमाग के साथ जी रहे हैं,
और परिश्रमपूर्वक प्रयास कर रहे हैं,
लोगों को मानसिक पीड़ा पहुँचाने के
अपराधी हैं,
ये उनकी आत्माओं को नष्ट कर रहे हैं,
और उन्हें फुसला रहे हैं
यह पाप बहुत दुःखदायी है।
जो लोग आस्थावान को छलते हैं,
उनका विश्वास उनसे छीनते हैं,
देर तक नरक में उन्हें
प्रतीक्षा करनी पड़ेगी।
जब तक वे पाप का प्रायश्चित्त नहीं करते।
अतः, कभी ऐसा पाप मत करो।

विनयपूर्वक मार्ग की खोज

मैंने तुम्हें आस्था के विषय में
बहुत कुछ सिखाया है
सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
आधुनिक युग में रहते हुए
शायद तुमने सोचा
इस प्रकार की आस्था शायद तुच्छ है।
शायद तुमने सोचा यह पुरानी चाल का है
तथापि, मैं तुमसे कहता हूँ
बुद्ध के सत्य की सत्ता सभी कालों में है।
बुद्ध का सत्य समय से श्रेष्ठ है।
यह समय से ऊपर है
यह सब समय में वर्तमान है।
बुद्ध के सत्य का मुख्य सार
हर काल में समान है।
यह सत्य कभी कुचला नहीं जा सकता।
इसकी सत्ता का कभी अपमान नहीं किया जा सकता।
तुम यह जानो
शाक्यमुनि बुद्ध के युग का सत्य
जीसस क्राइस्ट के युग में भी सत्य है

और आज भी यह सत्य है।
बुद्ध का मौलिक दर्शन
आज भी स्थिर है
इसलिए, तुम यह जानो
तुम एक छोटा जीव हो।
तुम जानो कि तुम अब तक
एक परिपक्व धार्मिक प्रचारक नहीं हुए हो।
तुम जानो कि
तुम सदैव इस मार्ग को विनयपूर्वक खोजो।
कभी उत्तेजित न हो।
उद्वंडता सबसे अधिक भयानक शत्रु है
जिसका सामना एक धर्म प्रचारक
को सदैव करना पड़ेगा।
चाहे तुम कितना भी स्वयं को शिक्षण में लगाओ
अगर तुम उद्वंडता पर काबू नहीं पाते हो
तुम्हारा प्रशिक्षण अनिवार्यतः व्यर्थ होगा।
केवल एक रात में ही
तुम्हारा सारा प्रशिक्षण
एक बुलबुले की भांति फटेगा
और गायब हो जायेगा।
मेरे प्रचारकों,
तुम उद्वंडता से सबसे अधिक डरते हो।
अभिमान से भी बचो।
जानो कि अभिमान सबसे बड़ा शत्रु है।
अभिमान अपने में डूबने की इच्छा है।
अपने को खुश रखने की दिमागी इच्छा है।
हर काम आपके ढंग से होने की इच्छा है।
हर काम एक निश्चित प्रकार से होने की इच्छा है।
अगर तुम सब कुछ अपने ढंग
से करने की इच्छा करोगे,
शैतान तुम्हारे दिमाग में प्रवेश करेगा
और लुभावने प्रस्ताव फुसफुसायेगा।
जब, तुम इन शब्दों में विश्वास करोगे
तुम धीरे—धीरे, पर निश्चयपूर्वक
सत्य नियमों से दूर होना शुरू करोगे।
इसलिए तुम उद्वंड नहीं हो।
स्वयं पर तुम कठोर हो।
तुम स्वयं से अधिक मांग करो।

तुम सदैव नम्र हो।
उदंड मत बनो।
अभिमानि मत बनो।
अपने स्वामी के प्रति आस्थावान होना न भूलो।
अपने स्वामी का आदर करना मत भूलो।
विनयपूर्वक आगे बढ़ो,
एक समय में एक कदम मजबूती से रखते हुए,
यही आज्ञाकारी प्रचारकों का मार्ग है।

चाहे तुम्हें मरना पड़े

सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मैंने तुम्हें आस्था की महत्ता सिखाई है
चाहे कोई भी युग हो
आस्था सदैव महत्वपूर्ण है।
अगर तुम्हें कभी आस्था और जीवन में से
एक चुनना पड़े
बिना हिचक के आस्था चुनो।
अगर तुम आस्था चुनोगे
तुम अपना सनातन जीवन कभी नहीं खोओगे।
तथापि, यदि तुम ऐसा चुनाव प्रस्तुत होने पर
जीवन चुनते हो,
इस संसार से विदा होने पर
तुम्हें व्यापक पश्चाताप होगा।
यद्यपि तुम्हारा एक सुदृढ़ संकल्प था
और एक स्थिर इच्छा थी
तुम्हारे असंख्य प्रशिक्षणों के दौरान
सत्य यह है कि तुम ऐसे मूर्खपूर्ण प्रलोभनों में फँसे
और आस्था के मार्ग का परित्याग किया
यह कलंकपूर्ण धब्बा
तुम्हारे संसार छोड़ने के बाद
सौ हजारों वर्षों तक रहेगा
तुम्हारी आत्मा के पश्चाताप का कोई अंत न होगा।
तुम्हारी आत्मा को जो पश्चाताप अनुभव होगा
उसकी तुलना करो
एक आरी से तुम्हारे शरीर का
टुकड़े-टुकड़े होने की भांति
वह शायद सहने योग्य होगा।
पीड़ा और कष्ट कल्पनातीत है।

क्या तुम भलीभांति समझते हो
उन आत्माओं का जीवन के बाद अलगाव
जिन्होंने आस्था का त्याग किया
और अपने स्वामी के विरुद्ध पाप किया
जब महान बुद्ध
अतीत में पृथ्वी पर उतरे?
इसलिए, आस्था छोड़ना
मरण से अधिक बुरा है।
चाहे तुम्हें अपना जीवन छोड़ना पड़े
कभी अपनी आस्था न छोड़ो।
कभी पद, यश और धन के लिए
अपनी आस्था न जाने दो।
कभी विपरीत लिंगी की कामना के लिए
अपनी आस्था को न जाने दो।
तुम्हारे जीवन में एक परीक्षण का समय आयेगा
जब तुम गहराई से सोंचोगे
दोनों में से किसको चुनना है।
अगर तुम किसी कम्पनी में काम करते हो
तुम्हें आस्था और पद या सम्मान
में से किसी एक को चुनना होगा।
अगर तुम सामाजिक व्यक्ति हो
तुम्हें चुनना पड़ेगा
आस्था और यश में से किसी एक को।
तुम्हें चुनना पड़ेगा
आस्था और धन में से।
तुम्हें चुनना होगा
आस्था और अपने साथी के प्रेम में से।
तथापि, पैमाने पर तुम्हारा कोई भी स्थान हो
आस्था से भारी कोई नहीं है।
तुम जानो
आस्था तुम्हें बुद्ध से बांधती है,
आस्था बुद्ध से तुम्हें जोड़ती है,
और आस्था तुम्हें और बुद्ध को एक बनाती है।
मैं तुमसे कहता हूँ कि इस संसार में
बुद्ध से भारी कोई नहीं है।
चाहे बुद्ध को किसी से भी तोला जाए,
चाहे सोना, चाँदी या सारी सांसारिक खजाने हो,
कुछ भी ऐसा नहीं जो बुद्ध से भारी हो।

आस्था होना बुद्ध से एकात्म होना है।
बुद्ध से तुम्हारी एकात्मकता
कभी भी नहीं भूलनी है।
इस आस्था के बिना
बुद्धभूमि का निर्माण नहीं हो सकता

बिना आस्था के

तुममें से अनेक उत्कंटता से काम कर रहे हैं
बुद्धभूमि निर्माण के आदर्श के लिए।
हम जिस आदर्श बुद्धभूमि की रचना करना चाहते हैं
वह किसी भी प्रकार से सांसारिक या
काल्पनिक बुद्धभूमि नहीं है।
एक सत्य बुद्धभूमि एक लोक है
जो बुद्ध की इच्छा के अनुरूप है।
एक लोक बुद्ध के आदर्शों के अनुरूप है।
ये कुछ शर्तें हैं जो
एक सच्ची बुद्धभूमि के लिए आवश्यक है।
तब हमें एक राज्य और समाज को
बुद्ध की इच्छा के अनुसार बनाने के लिए
क्या करना चाहिए?
आस्था इस राज्य की नींव हो।
दूसरे शब्दों में अगर बुद्ध राज्य जापान में बनना है
सब जापानी आस्था के प्रति जागरूक हो
अगर तुम बुद्ध राज्य को
जापान के अतिरिक्त अन्य देशों
में फैलाना चाहते हो
जैसे-दक्षिणपूर्वी एशिया, कोरिया, चीन, अमेरिका, यूरोप या
भारत में,
अगर तुम हर देश में बुद्धभूमि स्थापित करना चाहते हो,
संसार के हर क्षेत्र में,
तुम सबसे पहले हर देश में
आस्था की एक सुदृढ़ तैयारी करो।
सच, बिना आस्था के सब चीजें ऊसर होंगी।
जब आस्था शिक्षण के साथ जुड़ती है
तुम्हें पहली बार सच्ची शिक्षा मिलती है।
बिना आस्था की नींव के
तुम कितने भी कठोर अध्यावसायी हो,
तुम सच्ची शिक्षा नहीं पा सकते हो।

यह शिक्षा वैज्ञानिक ज्ञान है;
या भौतिक ज्ञान का एकांकीकरण है।
जो बुद्ध की सत्ता को नकारती है।
इसे तुम सच्ची शिक्षा नहीं कह सकते।
सच्ची शिक्षा में आस्था की प्रारम्भिक तैयारी हो।
इस प्रारम्भिक तैयारी से
सच्ची शिक्षा संभव होती है
और संसार सच्चे शिक्षित लोगों से भरता है।
तब, शांति पूरे संसार में फैलेगी।
मेरे लोगों,
यह ऐसा सत्य है जो हर युग में रहता है।
अगर तुम बुद्ध साम्राज्य का निर्माण चाहते हो
सबसे पहले तुम कुछ देशों या क्षेत्रों को
अद्भुत लोगों से भरो
जिनके पास नींव रूप में आस्था हो।
कहीं कितने भी नास्तिक उस राज्य में भरे हो
बुद्धभूमि ऐसे देश में नहीं बनायी जा सकती।
इसलिए हमें लोगों को सभ्य करना है
जो बुद्ध में विश्वास करते हो
सच्ची आस्था रखते हो।
वास्तव में माता-पिता को बच्चों को
आस्था रखना सिखाना है।
क्योंकि यह माता-पिता का एक महत्वपूर्ण उत्तरदायित्व है।
यह अत्यंत महत्वपूर्ण है
जो माता-पिता बच्चों को सीखा सकते हैं।
अगर माता-पिता को इस उत्तरदायित्व को नकारना है
तो अपने बच्चों को वे और क्या सीखा सकते हैं
जो आस्था से अधिक महत्वपूर्ण हो?
ओर कुछ नहीं है महत्वपूर्ण।
अगर तुम अपने उत्तरदायित्व में असफल होते हो
तुम अभिभावक के रूप में अपना उत्तरदायित्व नकार रहे हो
संसार के अभिभावक,
तुममें से अनेक हैं जो पूछते हैं
बच्चों को क्या सिखाना चाहिए?
तथापि, मैं तुमसे कहता हूँ
बिना आस्था के शिक्षा व्यर्थ होगी।
बिना बुद्ध में विश्वास के
सारी शिक्षा कुछ नहीं होगी।

ऐसी शिक्षा का कुछ फल नहीं होगा।
ऐसी शिक्षा से कोई फसल नहीं पकेगी।
इसके विपरीत
ऐसी शिक्षा ऐसे लोग उत्पन्न करेगी
जो संसार को हानि पहुँचायेंगे।
अगर तुम अच्छी फसल चाहते हो,
पहले अच्छी मिट्टी जोतो
भूमि जोतना एक महत्वपूर्ण कदम है।
जब मिट्टी जुत जाती है, अच्छे बीज बोओ
अच्छे बीज बोने के बाद
अच्छी खाद बीजों को दो,
पर्याप्त पानी दो।
तब तुम्हारी फसल उगेगी
और बहुत फल लायेगी।

घर में रामराज्य का प्रारंभ

इस प्रकार एक अच्छी नींव
आस्था की पहली पूर्वापेक्षा है।
अच्छी नींव एक परिवार है
जो शांति से भरा है।
यह आवश्यक है
माता-पिता आस्थावान हो
और शांतिप्रिय हो।
इस शांतिप्रिय घर में
अच्छे बीजों के अच्छे फल होंगे।
दूसरे शब्दों में,
ऐसे घरों में
अद्भुत बच्चे बड़े होंगे।
जब तुम बच्चों को बड़ा करते हो,
जैसे तुम पौधों का ध्यान करते हो,
उन्हें पानी और खाद डालना याद रखो
पानी अत्यंत जरूरी है;
यह जीवन की चुनौतियों का सामना करने का साहस है।
खाद बुद्ध के सत्य के शब्द हैं।
यह बुद्धि है।
यह बुद्धिमत्ता के शब्द हैं।
तुम अपने बच्चों को सिखाओ
बुद्ध के सत्य के शब्दों को,

बुद्धिमत्ता के शब्दों को,
जो उन्हें जीने का साहस देंगे,
और जो उन्हें जीवन भर मार्गदर्शन की आशा देंगे।
तब तुम्हारे बच्चे स्वस्थ रूप में बड़े होंगे
और समाज में माननीय होंगे
इस प्रकार
रामराज्य का सृजन घर से शुरू होगा।
यह बहुत महत्वपूर्ण है
कि बुद्धभूमि का बनना
घर से शुरू हो।
एक अरब लोगों की जनसंख्या को
परिवारों की इकाई में बांटा जा सकता है
चार या पाँच सदस्यों के परिवारों में।
यह अत्यंत कठिन है कि सारी जनसंख्या
स्वयं को बुद्धभूमि के रामराज्य को बनाने में समर्पित हो।
इसलिए, चार-पाँच सदस्यों वाले परिवार में
बुद्ध राज्य का आदर्श बनाना आसान है।
यह सब वस्तुओं के लिए मूल ढाँचा है,
कि सब चीजें शुरू हो
बड़े में से छोटी इकाइयों के रूप में।
जब घर में रामराज्य बन जाये
तब, इसे पहली बार समाज में भी बनाया जा सकता है।
इसके बाद, आदर्श देश का निर्माण हो सकता है।

इसलिए, सभी भिक्षु एवं भिक्षुणियों,
मेरे निम्न शब्दों को ध्यान से सुनो
तुम अपने परिवार को नकारो नहीं।
यह हृदय में अंकित कर लो
अगर तुम घर के उत्तरदायित्व को नहीं निभाते हो
बुद्धभूमि का निर्माण नहीं हो सकता है।
चाहे तुम किसी बड़े धर्मार्थ कार्य में जुटे हो,
चाहे तुम कितने शरणार्थियों को सहारा देते हो,
चाहे तुम कितना धन दान में देते हो,
चाहे तुम कितने पुण्य कार्य करते हो,
अगर तुम परिवार को नकारते हो
तुम्हारी आस्था सच्ची नहीं है।
जब तुम अपने आस—पास वालों के लिए
खुशियाँ लाते हो,

पहली बार बुद्ध का सत्य अर्थपूर्ण हो जाता है।
सबसे पहले, अपने समाज,
अपने कार्य स्थल,
अपने घर को,
आदर्श बनाओ
समझो कि अगर ऐसा नहीं कर सकते हो
तुम पूरे संसार को रामराज्य में नहीं बदल सकते हो।
इस सरलता का मान करो।
यह किसकी शक्ति है
जो तुम्हारे घर को
रामराज्य में बदलेगी?
क्या एक अजनबी आयेगा
तुम्हारे घर में रामराज्य बनाने के लिए
जबकि तुम अपने पारिवारिक
उत्तरदायित्व को नकारते हो
और अपने घर की शांति को भंग कर रहे हो?
जानो यह कभी नहीं होगा।
तुम ही हो
जो घर में अशांति पैदा करते हो।
नहीं, केवल तुम ही नहीं हो,
परिवार का हर सदस्य
इस अशांति को पैदा करने में हिस्सेदार है।
इसलिए, सबसे पहले अपने घर में
रामराज्य उत्पन्न करो।
मैं आज की स्त्रियों से भी
कुछ कहूँगा।
वे भूल गई हैं
अपना सबसे महत्वपूर्ण उत्तरदायित्व।
जैसे मैंने कहा है
इस संसार में रामराज्य बनाने के लिए,
तुम्हें घर में रामराज्य बनाना होगा,
यह तुम्हारा लक्ष्य है
जो तुम्हें बुद्ध द्वारा दिया गया है।
अगर तुम संसार में रामराज्य बनाना चाहते हो
व्यापार के क्षेत्र में सफल होकर,
अगर तुम काम छोड़ कर
अपने घर में रामराज्य बनाना चाहते हो,
कोई रास्ता नहीं है कि तुम

पूरे संसार में रामराज्य बना सको।
याद रखो यह बुद्ध की दृष्टि से भी
उचित मार्ग नहीं है।
अब से
जो अपने परिवारों को नकारते हैं
उन्हें प्रचारक नहीं माना जायेगा।
सब प्रचारकों को अपने परिवारों का ध्यान रखना है।
अगर तुम्हारी पत्नी है, उसका ध्यान रखो।
अगर तुम्हारा पति है, उसका ध्यान रखो।
अगर तुम्हारे बच्चे हैं, उनका ध्यान रखो।
अगर तुम्हारे माता-पिता हैं, उनका ध्यान रखो।
जानो कि अगर तुम
घर की शांति का मोल नहीं रखते हो
तब तुम सच्चे धार्मिक प्रशिक्षण के लिए
अनुपयुक्त हो।
इसीलिए मैं आज की अनेक
स्त्रियों से बात करता हूँ।
तुम्हें कितनी भी
सांसारिक मान्यता प्राप्त हो जाए,
कितनी भी सांसारिक सफलता तुम्हें मिले,
कितनी भी बचत तुम्हारे पास हो,
अगर तुम एक टूटा परिवार छोड़ती हो,
और अगर तुम खंडित परिवार छोड़ती हो
तुमने नरक की ओर अपना रास्ता बना लिया है।
हाँ बुद्ध के उपदेश इस कथन में
प्रकाशित हैं।
ओ, स्त्रियों के समूह,
क्या अपने घर को आदर्श बनाना शर्मनाक है?
क्या अपने घर को बुद्धभूमि बनाना
तुम्हारे लिए इतना नीचपन है?
अगर तुम यह काम नहीं करती हो
अन्य कौन करेगा?
इस पवित्र उत्तरदायित्व के नकारने में,
संसार की अनेक ओछी प्रवृत्तियों में बह कर,
दूसरों के कथनों में पड़ कर,
तुम सड़कों पर पियक्कड़ों की भाँति भटको नहीं।
तुम अपने घर को नकारो नहीं।

हृदय से संसार की ओर

सब रामराज्यों की नींव
हर व्यक्ति के घर की शांति में रहती है।
इस शांति के बिना
रामराज्य कभी नहीं आ सकता।
इस शांति को बनाना
नब्बे प्रतिशत काम है
रामराज्य बनाने में।
अपने घर में आदर्श राज्य की प्राप्ति
नब्बे प्रतिशत काम है
इस संसार में बुद्ध के साम्राज्य को बनाने का।
तुम पूरे रामराज्य को बनाने पर काम शुरू कर सकते हो
जब यह काम पूर्ण हो जाए।
जो काम शेष रहेगा
वह दस प्रतिशत होगा।
यह शेष दस प्रतिशत काम है
कि इस समाज को कैसे भरें,
इस पूरे देश को कैसे भरें,
शांति और समृद्धि से।
यह अगला लक्ष्य है
जो तुम्हें बनाना है।
तथापि, मैं कहता हूँ
अगर हर परिवार घर में एक आदर्श राज्य बना ले
एक समाज काम करने में कैसे असफल होगा?
एक देश काम करने में कैसे असफल होगा?
केवल जब हर व्यक्ति
इस उमड़ती शांति के तेज से चमकेगा
संसार रहने के लिए अच्छा स्थान होगा।
जब हर घर से गायब हो जायेंगे
सब शिकायतें और असंतुष्टियाँ
किस प्रकार की कठिन समस्याएँ
देश के पास सामना करने के लिए रहेंगी
सब समस्याएँ
संभवतः कुछ नहीं होंगी,
केवल परछाइयों पर कूदना होगा।
वे कुछ नहीं होंगी
केवल व्यर्थ के डर होंगे।
हाँ, मैं तुमसे कहता हूँ कि

जब रामराज्य बनेगा
देश के लिए बहुत कम काम होगा।
देश का काम समाप्त होगा
जब पूरा देश बनेगा
एक समूह सारे आदर्श परिवारों का।
ऐसे संसार की तुम कल्पना करो
हमें ऐसे विचारों को त्यागना है
कि रामराज्य दूसरे लोगों की
शक्ति और व्यवधान से बनता है।
छोटे से शुरू करके,
हर व्यक्ति के दिमाग से शुरू करके,
तुम ऐसा मार्ग सोचो
जिससे पूरा संसार रामराज्य बनें
यह अपरिवर्तित, अमिट
और सनातन नियम हैं
जो सब युगों में रहते हैं।
ये शाश्वत नियम है
इसे हृदयों की गहराई में अंकित कर लो।
इसे अपनी जिन्दगी का अभिन्न अंग बना लो
जिसकी सत्ता को एक क्षण के लिए भी न भूलो।

दो शब्द

(मूल संस्करण)

इस पुस्तक को लिखने में मैंने अपनी अन्य पुस्तकों से भिन्न नई लेखन शैली अपनाई है।

सबसे पहले मैंने इसे सभी धर्म प्रचारकों के लिए एक संदेश के रूप में लिखा है। मैंने इस पुस्तक में सभी सन्यासी और सन्यासिनियों को संबोधित किया है। आधुनिक शब्दावली में सभी स्त्री-पुरुषों को जो सत्य का पालन करते हैं।

मेरे संदेश के कुछ हिस्से कठोर हो सकते हैं पर बुद्ध के सत्य के मार्ग पर चलने के लिए बहुत अनुशासन की आवश्यकता है। अगर आप आधे मन से प्रयास करते हो तो बुद्ध के सत्य के पर्वत की ऊँचाई पर पहुँचना असंभव है।

इसलिए मैं सोचता हूँ कि इस पुस्तक को दो ढंग से पढ़ना चाहिए। पहला उन पाठकों के लिए जो बुद्ध के सत्य मार्ग पर हैं, उनके लिए यह पुस्तक इस मार्ग की कठोरता से पालन करने के लिए चेतावनी और अनुस्मारक है।

दूसरा जो बुद्ध के सत्य के पथ पर प्रवेश करने में हिचकिचा रहे हैं, उनके लिए यह प्राथमिक पाठ्य-पुस्तक है जो उनके सम्मुख फैले इस मार्ग के महाविस्तार को उद्घाटित करती है। दोनों स्थितियों में मुझे विश्वास है कि आप समझ पाओगे कि यह पुस्तक बुद्ध की सच्ची भावनाओं को प्रकट करती है।

यह मेरी हार्दिक इच्छा है कि आप मेरे शब्दों को बार—बार पढ़ें।

रयुहो ओकावा
हैप्पी साईस

हैप्पी साईंस

अन्तर्राष्ट्रीय कार्यालय

टोकियो

1-6-7 टोगोशी, शिनागावा टोकियो 142-0041, जापान

दूरभाष-03-6384-5770, फैक्स-03-6384-5776

ईमेल - tokyo@happy-science.org

www.happy-science.jp/en

उत्तरी अमेरिका

युनायटेड स्टेट्स ऑफ अमेरिका

Website: <http://www.happyscience-usa.org/>

न्यूयार्क

79 फ्रैंकलीन स्ट्रीट, न्यूयार्क, NY 10013-यू.एस.ए

दूरभाष-1-212-343-7972, फैक्स-1-212-343-7973

ईमेल - ny@happy-science.org

www.happy-science.ny.org

लॉस एंजेल्स

1950 इ. डेल मार बुलेवर्ड., पासदेना, CA 91106 यू.एस.ए

दूरभाष-1-626-395-7775, फैक्स - 1-626-395-7776

ईमेल - la@happy-science.org

www.happyscience-la.org

हवाई

1221 केपिओलानी बुलेवर्ड, सूट 920, होनोलूलू

हवाई - 96814 यू.एस.ए

दूरभाष - 1-808-591-9772, फैक्स-1-808-591-9776

ईमेल - hi@happy-science.org

www.happyscience-hi.org

कोआई

4504 कुकुई स्ट्रीट ड्रेगन, बिल्डिंग सूट - 21, कापा

HI 90746. P. O. Box 1060

दूरभाष - 1-808-822-7007, फैक्स - 1-808-822-6007

ईमेल - kauai-hi@happy-science.org

साऊथ बे

2340 सेप्युलेवेदा बुलेवर्ड # E, टॉरेंस CA 90501 यू.एस.ए.
दूरभाष - 1-310-539-7771, फैक्स - 1-310-539-7772
ईमेल - la@happy-science.org
www.happyscience-la.org

सैन फ्रांसिस्को

525 क्लिन्टन स्ट्रीट, रेडवुड सिटी, CA 94062, यू.एस.ए.
दूरभाष / फैक्स - 1-650-363-2777
ईमेल - sf@happy-science.org
www.happyscience-sf.org

फ्लोरिडा

12208 N 56th स्ट्रीट, टेंपल टैरेस, फ्लोरिडा 33617, यू.एस.ए.
दूरभाष-1-813-914-7771, फैक्स-1-813-914-7710
ईमेल - florida@happy-science.org
www.happyscience-fl.org

टोरोन्टो

2420 - बलोर स्ट्रीट, डब्ल्यू, टोरोन्टो ON M6 S 1 PQ, कनाडा
दूरभाष - 1-416-551-7476
फैक्स - 1-416-546-5875
ईमेल - toronto@happy-science.org

बेनकूवर

ईमेल - vancouver@happy-science.org

मैक्सिको

ईमेल - mexico@happy-science.org

टोरेन

ईमेल - torren@happy-science.org

यूरोप

एलबयुक्थेरक
ईमेल - abq@happy-science.org

बोस्टन

ईमेल - boston@happy-science.org

शिकागो

ईमेल - chicago@happy-science.org

एटलांटा

ईमेल - atlanta@happy-science.org

न्यूयार्क पूर्वी

ईमेल - nyeast@happy-science.org

न्यूजर्सी

ईमेल - neyjersey@happy-science.org

सेन डिआगो

ईमेल - sandiego@happy-science.org

यूरोप

जर्मनी

क्लोस्टर - 112

40211 डूजलडोर्फ, जर्मनी

दूरभाष - 49-211-9365-2470

फैक्स - 49-211-9365-2471

ईमेल : germany@happy-science.org

आस्ट्रिया

ईमेल - austria-vienna@happy-science.org

स्विटजरलैंड

ईमेल - switzerland@happy-science.org

फिनलैंड

ईमेल - finland@happy-science.org

बुलगेरिया

ईमेल - sofia@happy-science.org

अफ्रीका

युगांडा

प्लॉट 17 ओल्ड कम्पाला रोड,

कम्पाला, युगांडा, पो. बॉक्स 34130,

ईमेल - uganda@happy-science.org

लंदन

3 मारग्रेट स्ट्रीट,

लंदन -

युनाइटेड किंगडम

दूरभाष – 44-20-7323-9255

फैक्स-44-20-7323-9344

ईमेल – eu@happy-science.org

www.happyscience-eu.org

फ्रांस

ईमेल – france@happy-science.org

ओसिआना

सिडनी

सूअट – 17, 71-77 पेनशर्टस स्ट्रीट, विलोबाइ – आस्ट्रेलिया

दूरभाष – 61-2-9967-0766, फैक्स – 61-2-9967-0866

ईमेल – sydney@happy-science.org

www.happyscience.org.au

पूर्वी सिडनी

सूअट 3, 354 आक्सफोर्ड स्ट्रीट

बोंडी जंक्शन

NSW 2022 आस्ट्रेलिया

दूरभाष – 61-2-9387-7763

फैक्स – 61-2-9387-4778

ईमेल – bondi@happy-science.org

मेलबर्न

11 निकलसन रोड

बैंटलिगह 3204 VIC

आस्ट्रेलिया,

दूरभाष – 61-3-9557-8477, फैक्स – 61-2-9387-4778

ईमेल – melbourne@happy-science.org

न्यूजीलैंड

409 A मनुकाऊ रोड एपसम, 1023 आकलैंड, न्यूजीलैंड

दूरभाष – 64-9-630-5677, फैक्स – 64-9-630-5676

ईमेल – newzealand@happy-science.org

दक्षिणी अमेरिका

साऊ पाउलो साऊथ

रूआ गुडावो 363 विला मेरिआना

साऊ पाउलो CEP-04023-001 ब्राजील

दूरभाष – 55-11-5574-0054

फैक्स – 55-11-5574-8164

ईमेल - sp_sul@happy-science.org

साऊ पाउलो पूर्वी

रूओ फेरनो टेवेरेस

124 टेपेपी 03306-030

साऊ पाउलो, ब्राजील,

दूरभाष - 55-11-2295-8505

ईमेल - sp_lete@happy-science.org

साऊ पाउलो पश्चिमी

ईमेल : sp_oeste@happy-science.org

एशिया

डिओगो

4th F, 776 दूर्यो होंग डेलस्को

गु डिओगो 704-908 कोरिया

दूरभाष - 82-53-651-3688

ईमेल - daegu@happy-science.org

तेइपी

न. 89 लेन 155 दुनहू एन. रोड

सोगरन डिस्ट्रिक्ट, तेइपी सिटी - 105

साऊ पाउलो उत्तरी

ई मेल - sp-norte@happy-science.org

सोरोकावा

राऊ डाक्टर एलवेरो सोरेज

195, - सेंट्रो सोरोकावा SP, ब्राजील

Cep : 18010-190

दूरभाष - 55-15-3232-1510

ईमेल - sorocaba@happy-science.org

जुनेडिआई

ईमेल : jundiai@happy-science.org

पेरू

ईमेल : peru@happy-science.org

ऐशिया

सिओल

162-17 सेडेंगउ-डांग

डांगअिक-गु सिओल, कोरिया

दूरभाष – 82-2-3478-8777, फैक्स – 82-2-3478-9777
ईमेल – korea@happy-science.org
www.happyscience.co.kr

भारत

www.happyscience-india.org

नई दिल्ली

ईमेल – newdelhi@happy-science.org

औरंगाबाद

ईमेल – aurangabad@happy-science.org

मुंबई

ईमेल – mumbai@happy-science.org

बौद्धगया

ईमेल – bodhgaya@happy-science.org

तेवान

दूरभाष – 866-2-2719-9377

फैक्स – 886-2-2719-5570

ईमेल – taiwan@happy-science.org

www.happyscience-taiwan.org

हांगकांग

हैप्पी साईस हांगकांग लिमिटेड

यूनिट A3/F-3 रेडाना सेंटर – 25

मियो वा स्ट्रीट, काजवे बे, हांगकांग

दूरभाष – 85-2-2981-1623

ईमेल – hongkong@happy-science.org

थाईलैंड

ईमेल – bangkok@happy-science.org

श्रीलंका

ईमेल – srilanka@happy-science.org

नेपाल

नीना होम 1st फ्लोर रातोपूल

गौशाला – 7 काठमांडू

दूरभाष – 010-077-4466-779

ईमेल – nepal@happy-science.org

सिंगापुर

ईमेल - singapore@happy-science.org

फिलीपाइन्स

ईमेल - philippines@happy-science.org

जॉइन हैप्पी साईंस!

जो भी व्यक्ति मास्टर ओकावा के उपदेशों का अध्ययन एवं पालन करना चाहते हैं वे एक सदस्य के रूप में हैप्पी साईंस में शामिल हो सकते हैं. इसका उद्देश्य सही अर्थों में सुख प्राप्त करना और दूसरों सुख बांटना है.

इसका सदस्य बनकर, आपको एक प्रार्थना-पुस्तिका एवं आवधिक ई-न्यूज़ लैटर भेजा जाएगा, जिसमें मास्टर ओकावा के नए और ताज़ा उपदेश होंगे.

इस प्रार्थना-पुस्तिका में तीन बहुत ही प्रभावशाली प्रार्थनाएं शामिल होंगीं. इस प्रार्थना का प्रतिदिन गान करने से आप अपनी प्रकृति को पवित्र बना सकते हैं, प्रेरणा प्राप्त कर सकते हैं और स्वयं को आध्यात्मिक रूप से सुरक्षित बना सकते हैं.

कृपया अपने नाम पते, ई-मेल पते, टेलीफ़ोन नंबर सहित सम्पूर्ण जानकारी ईमेल, फ़ोन या वेबसाइट के जरिए हमें भेजें. हम आपको अतिरिक्त संबंधित जानकारी और आवेदन फार्म भेजेंगे.

वेबसाइट : <http://www.happyscience-india.com>

ई-मेल : indiamember@happy-science.org

फ़ोन : 022-30500314