



गृहस्थों के लिए महा कल्याणकारी

# 38 मंगल-धर्म

लेखक

हरपाल सिंह

गृहस्थों के लिए महा कल्याणकारी

## 38 मंगल-धर्म

लेखक

हरपाल सिंह

## समर्पण



### **VENERABLE BHANTE PRASHEEL RATANA GAUTAM JI**

की प्रेरणा से ही मैंने 38 मंगल-धर्मों पर हिन्दी भाषा में विस्तारपूर्वक वर्णन सहित **PDF** तैयार किया है. यह **PDF** बहुत से लोगों के मंगल और कल्याण में सहायक बने.

मैं यह **PDF** पूज्यवर भंते जी को त्रिरत्नानुभाव से समर्पित कर रहा हूँ.



## "मंगल-सुत"

जिन 38 मंगल धर्मों के सम्बन्ध में बारह वर्षों तक मनुष्य तथा देवताओं सहित लोक में विचार किया, किन्तु उनका ठीक से ज्ञान न हो सका, उन मंगलों का देवाधिदेव (भगवान बुद्ध) ने सब पापों के विनाश के लिए उपदेश किया.

सर्व लोक-हित के लिए हम उन मंगल धर्मों को कह रहे हैं.

ऐसा मैंने सुना:-

एक समय भगवान श्रावस्ती नगर के जेतवन उद्यान में (श्रेष्ठी) अनाथपिंडिक के (द्वारा बनवाये) संधाराम में विहार कर रहे थे. उस समय कोई एक दिव्य कांतिमान देवता अधिकांश रात्रि बीत जाने पर सम्पूर्ण जेतवन को (अपने दिव्य आलोक से) आलोकित कर जहां भगवान थे, वहां उनके समीप उपस्थित हुआ. उपस्थित हो, भगवान को अभिवादन कर, एक ओर खड़ा हो गया. एक ओर खड़े हो उस देवता ने गाथा में भगवान से कहा:-

कल्याण की कामना करते हुए कितने ही देव और मनुष्य मंगल धर्मों के सम्बन्ध में चिंतन करते रहे हैं. आप ही कृपया कर बताइये कि वास्तविक उत्तम मंगल क्या है? ||1||

(भगवान ने भी गाथा में ही कहा):-

मूर्खों की संगति न करना, पंडितों (ज्ञानियों) की संगति करना और पूजनीय की पूजा करना- यह उत्तम मंगल है ||2||

उपयुक्त स्थान में निवास करना, पूर्व जन्मों का संचित-पुण्य वाला होना और अपने आपको सम्यक रूप से समाहित रखना-यह उत्तम मंगल है ||3||

अनेक विद्याओं को अर्जित करना, शिल्प-कलाओं को सीखना, विनीत होना, सुशिक्षित होना और (वार्तालाप में) सुभाषी होना-यह उत्तम मंगल है ||4||

माता-पिता की सेवा करना, पुत्र-स्त्री (परिवार) का पालन पोषण करना और आकुल-उद्विग्न न करने वाला (निष्पाप) व्यवसाय करना- यह उत्तम मंगल है ||5||

दान देना, धर्म का आचरण करना, बन्धु-बान्धवों की सहायता करना और अनवर्जित कर्म ही करना- यह उत्तम मंगल है ||6||

तन-मन से पापों का त्याग करना, मदिरा-सेवन से दूर रहना और कुशल धर्मों के पालन में सदा सचेत रहना- यह उत्तम मंगल है ||7||

(पूजनीय व्यक्तियों को) गौरव देना, सदा विनीत रहना, सन्तुष्ट रहना, दूसरों द्वारा किए गए उपकार को स्वीकार करना और उचित समय पर धर्म-श्रवण करना- यह उत्तम मंगल है ||8||

क्षमाशील होना, आज्ञाकारी होना, श्रमणों का दर्शन करना और उचित समय पर धर्म चर्चा करना- यह उत्तम मंगल है ||9||

तप, ब्रह्मचर्य का पालन करना, आर्य-सत्त्यों का दर्शन करना और निर्वाण का साक्षात्कार करना-यह उत्तम मंगल है ||10||

(लाभ-हानि, यश-अपयश, निंदा-प्रशंसा, और सुख-दुःख इन) लोक-धर्मों के स्पर्श से जिसका चित्त कंपित नहीं होता, निःशोक, निर्मल और निर्भय रहता है- यह उत्तम मंगल है ||11||

इस प्रकार के कार्य करके ( ये लोग) सर्वत्र अपराजित हो, सर्वत्र कल्याण-लाभी होते हैं. उन मंगल करने वालों के यही उत्तम मंगल हैं ||12||

आगे इनको अलग अलग करके लिखते हैं:-

1. मूर्खों की संगति नहीं करना.

Don't associate with the foolish.

2. पंडितों (ज्ञानियों) की संगति करना.

To associate with the wise or gentlemen or noble person.

3. पूजनियों की पूजा करना जैसे माता, पिता, बड़े बुजुर्ग, आचार्य आदि.

To honour those who are worthy of honour like parents, old age members of the family, teachers etc.

4. उपयुक्त स्थान में निवास करना.

To dwell in a suitable locality.

5. पूर्व जन्मों का संचित पुण्य वाला होना.

To have done meritorious deeds in the past.

6. अपने आपको सम्यक रूप से समाहित रखना (अपने आपको शील, समाधि, प्रज्ञा में लगाना यानि बुराईयों से अच्छाईयों की ओर जाना).

To train oneself well or To set oneself in the right course and to try hard for the same.

7. बहुश्रुत होना (यानि अनेक विद्याओं को अर्जित करना और उनमें पारंगत होना) .

To have much or great learning.

8. तकनीकी विद्या सीखना या शिल्प सीखना.

To have knowledge of technical education like sciences, handicrafts, industries etc.

9. सुशिक्षित होना.

To have knowledge relating to culture and discipline or well trained in discipline. ( personality development etc).

10. वार्तालाप में सुभाषी होना.

To speak what is true and pleasing.

11. माता पिता की सेवा करना.

To support one's mother and father (parents).

12. अपने पुत्रों-पुत्रियों और पत्नी का संग्रह करना यानि उनका सही ढंग से पालन पोषण करना.

To care for one's family like wife, children etc.

13. निष्पाप व्यवसाय करना.

To have a blameless occupation (peaceful occupation).

14. दान देना.

To perform acts of charity.

15. धर्म का आचरण करना.

To practice of the Dhamma.

16. बंधु-बांधवों की सहायता करना.

To help one's own relatives and friends.

17. अनवर्जित कर्म ही करना यानि कल्याणकारी कार्य ही करना.

To refrain from all evil deeds ( in thought, words and deeds).

18-19. तन, मन और वाणी से पापों का त्याग करना.

To keep away and abstain from evil like killing someone, stealing, sexual misconduct & telling lies and also refrain from mind evils like greed, hatred, delusion etc.

20. नशीली वस्तुओं का सेवन नहीं करना.

To abstain from intoxicants.

21. धर्म के कार्यों में प्रमाद नहीं करना यानि आलस्य त्यागकर सदा धर्म के कार्यों के लिए तत्पर रहना.



Be ready Always for Dhamma deeds or for good deeds.

**22. पूजनीय व्यक्तियों को गौरव देना.**

To pay respect to those who are worthy of respect.

**23. सदा विनम्र रहना.**

We should always be humble and without pride.

**24. पूरी तरह सन्तुष्ट रहना (सन्तोषी रहना).**

To be contented.

**25. कृतज्ञ होना (दूसरों के द्वारा किए गए उपकार को स्वीकार करना)**

To be grateful.

**26. उचित समय पर धर्म श्रवण करना.**

To listen Dhamma at an appropriate time.

**27. क्षमाशील होना.**

To be patient or to have patience.

**28. आज्ञाकारी होना ( अपने माता, पिता, अध्यापकों आदि का आज्ञाकारी होना).**

We should be easy to teach.

**29. श्रमणों का दर्शन करना ( भिक्षुओं का और शीलवान लोगों का दर्शन करना).**

Sight of the Shramana.

**30. उचित समय पर धर्म चर्चा करना.**

Discussion of Dhamma at the appropriate time.

**31. तप करना.**

To practice Vipassana Meditation ( For self control).

**32. ब्रह्मचर्य का पालन करना.**

Exercise of Holy Practice complete Celibacy.

**33. चार आर्य सत्यों का दर्शन करना.**

Penetrating the four Noble Truths.

**34. निर्वाण का साक्षात्कार करना.**

Realization of Nibbana.

**35. लाभ-हानि, यश-अपयश, निंदा-प्रशंसा और सुख-दुःख इन लोक धर्मों के स्पर्श से विचलित नहीं होना.**

You should control your mind to be solid like a mass of Rock; not to shake, flutter, wave or move tempted by any of the eight worldly contingencies:-

1. Gain.
2. Loss.
3. Retinue.
4. Loneliness.
5. Blame.
6. Praise.
7. Happiness.
8. Suffering.

**36. शोकरहित होना.**

To be Sorrowless.

**37. निर्मल होना.**

To be Stainless.

**38. निर्भय होना.**

To be Secure.

अब एक एक करके सभी मंगल धर्मों का विस्तारपूर्वक वर्णन शेयर करते हैं :-

## 1. मूर्खों की संगति नहीं करना:-

मूर्ख कौन है? :-

जो मनुष्य प्राणियों की हत्या करता है, चोरी करता है, व्यभिचार करता है, नशा करता है, जुआ खेलता है, ऐसा मनुष्य मूर्ख है।

जो मनुष्य झूठ बोलकर लोगों को ठगता है, गाली गलौच करता है, कड़वी और गंदी वाणी बोलकर लोगों का दिल दुखाता है, लोगों की निंदा या चुगली करके आपसी प्यार तुड़वा देता है, निरर्थक बातें करता है, फजूल की बातें करके अपना और दूसरों का समय खराब करता है, ऐसा मनुष्य मूर्ख है।

आजकल के समय अनुसार जो मनुष्य मोबाइल फोन पर या लैपटॉप पर या कम्प्यूटर आदि पर गंदी विडियो देखता है, नकारात्मकता बढ़ाने वाले प्रोग्राम देखता है, क्रोध, घृणा, द्वेष, नफरत आदि बढ़ाने वाले प्रोग्राम या विडियो देखता है या ऐसी फिल्में देखता है, हिंसा बढ़ाने वाले प्रोग्राम देखता है, टी वी पर नकारात्मक खबरें सुनता है और देखता है तथा बेसिर पैर के निरर्थक सीरियल देखता है, अंधविश्वास बढ़ाने वाले प्रोग्राम या सीरियल देखता है, ऐसा मनुष्य भी मेरे अनुसार मूर्ख ही है।

अनपढ़ है, कम पढ़ा लिखा है तो उसे मूर्ख नहीं कह सकते। मनुष्य कितना भी पढ़ा लिखा हो लेकिन वह अपने भले और बुरे को नहीं समझता है तो मूर्ख ही है। मनुष्य अनपढ़ है, कम पढ़ा लिखा है लेकिन अपने भले और बुरे को अच्छी तरह से समझता है तो वह पंडित ( बुद्धिमान) है न कि मूर्ख। अतः इस अन्तर को भली भाँति समझ लेना चाहिए।

मूर्खों से हमें सदा दूर ही रहना चाहिए। ऐसे लोग छूत की बीमारी की तरह होते हैं। अगर कोई मनुष्य छूत की बीमारी से ग्रसित है और हम किसी भी तरह से उसके सम्पर्क में आते हैं तो हमें भी वह बीमारी लग सकती है और हमें उसके कारण मृत्यु भी आ सकती है। अतः हमें इनकी संगति से दूर ही रहना चाहिए।

मूर्खों की संगति से हम क्यों दूर भागें?

क्योंकि कोई शीलवान व्यक्ति अपने को कितना ही बचा कर रखना चाहे, लेकिन फिर भी ऐसे मित्रों की संगत करता है जो दुश्शील हैं तो वह बहुत दिनों तक अपना शील कायम नहीं रख पाता।

कितना भी सतर्क रहे फिर भी बुरे मित्रों के प्रभाव से जाने-अनजाने, चाहे-अनचाहे, धीरे धीरे पतन की ओर ढलने लगता है।

उसमें नैतिकता का हास होने ही लगता है। ऐसी स्थिति नहीं आये तब भी वह व्यक्ति समाज में बदनाम तो हो ही जाता है। अपनी प्रतिष्ठा खो बैठता है। लोगों का विश्वास खो बैठता है।

साधारणतया लोग किसी व्यक्ति के चरित्र को उसकी संगत से आंकते हैं क्योंकि बुरे लोगों के साथी अक्सर बुरे ही होते हैं।

एक जैसे पंख वाले पक्षी एक साथ ही उड़ते हैं।

जिसके साथी हत्यारे हों, लूटपाट, चोरी- डकैती करने वाले हों, व्यभिचारी हों, वेश्यागामी हों, झूठे हों, ठग हों, फरेबी हों, लड़ाई-झगड़ा, दंगा-फसाद करने वाले हों, शराबी हों, गंजेड़ी हों, भंगेड़ी हों, उनकी संगत में रहने वाले को लोग उनके जैसा दुष्चरित्र ही मान बैठते हैं।

और यह सच भी है कि हजार सावधानी के बावजूद भी काजल की कोठरी में रहने वाले को कहीं न कहीं थोड़ी बहुत कालस लग ही जाती है।

अतः मूर्खों से दूर ही रहने में हमारी भलाई है।

मूर्ख लोग अपनी मूर्खता के कारण खुद तो विनाश को प्राप्त होते ही हैं, साथ साथ जो भी इनकी संगति में आता है वह भी विनाश को प्राप्त होता है।

इसका एक उदाहरण भगवान बुद्ध के समय का लेते हैं।

देवदत्त को भगवान बुद्ध ने बहुत समझाया लेकिन वह मूर्ख हर बात को उलट ही लेता था। उसने भगवान बुद्ध को मारने के लिए उन पर शिला फेंकी, उनको मारने के लिए वद्धक भेजे, उनको मारने के लिए उन पर मतवाला हाथी छोड़ा। इसके अलावा भी उसके सारे कार्य बुरे ही होते

थे क्योंकि उसकी चेतना हमेशा दूषित ही होती थी. अंततः वह अपने दूषित कर्मों के कारण जमीन में धंस गया और मरकर अविचि नर्क में पड़ा है और असह्य कष्ट भोग रहा है.

बिम्बिसार राजा का पुत्र अजातशत्रु इसके सम्पर्क में आया और इसकी संगति करने लगा. इसकी बातों में आकर उसने अपने धार्मिक पिता की हत्या कर दी तथा और भी पाप कर्म किए. वह बहुत ही पुण्यशाली था लेकिन देवदत्त की संगति के कारण पाप कर्मों में लिप्त हो गया और मरकर वह भी नर्क में पड़कर दुःख झेल रहा है.

इस प्रकार से मूर्खों की संगति हमेशा ही दुखदायी साबित होती है.

एक प्रश्न उठता है कि हमारे परिवार का, हमारा कोई रिश्तेदार या कोई और करीबी सदस्य मूर्ख है तो क्या करें?

ऐसे लोगों को हम छोड़ तो नहीं सकते. अतः ऐसे लोगों के साथ कम से कम सम्बन्ध रखें. जहाँ तक हो सके इनसे कम से कम बात करें.

फिर भी ध्यान रहे कि कैसा भी बुरा इंसान हो, हम उसके प्रति द्वेष नहीं जगायेंगे, क्रोध नहीं जगायेंगे, घृणा नहीं जगायेंगे अन्यथा हम अपनी ही हानि कर लेंगे.

ऐसे लोगों के प्रति हमारे मन में करुणा और दया का भाव जगना चाहिए कि बेचारा नासमझ है, अपना भला बुरा नहीं समझता है. इसी कारण यह ऐसे बुरे कर्म कर रहा है. इसको सदबुद्धि मिले. इसे भी कोई ऐसा कल्याणमित्र मिल जाए जो इसे भला बुरा समझा सके. इसका मंगल हो, कल्याण हो.

## **2. पंडितों की, ज्ञानियों की, बुद्धिमानों की (सज्जनों की) संगति करना उत्तम मंगल है.**

हमें सदा ही बुद्धिमानों की, सज्जनों की ही संगति करनी चाहिए. भगवान बुद्ध ने तो इसके लिए एक अलग ही शब्द दिया है और वह है

कल्याणमित्र. यानि जो हमें सदा ही कल्याण का रास्ता बताए, हमारे मंगल का रास्ता बताए वह सज्जन है, बुद्धिमान है, पंडित है.

जो मनुष्य अपनी वाणी और शरीर से सत्कर्म करता है, अच्छे कर्म करता है, भले कर्म करता है और दूसरों को भी ऐसे ही कर्म करने की प्रेरणा देता है तो वह सज्जन है, बुद्धिमान है, पंडित है. जो अपने मन को अपने वश में रखता है और लगातार अपने मन को निर्मल करने का काम करता है और ऐसा ही करने की दूसरे लोगों को प्रेरणा देता है तो वह सज्जन है, पंडित है. ऐसे लोगों की संगति से हमारा सदा मंगल ही होता है.

अगर कोई शास्त्रों का ज्ञाता है, खूब पढ़ा लिखा है लेकिन उसके मन, वाणी और शरीर के कर्म बुरे हैं तो वह मूर्ख ही है, पंडित नहीं. जो अपना भला बुरा नहीं समझता, चाहे वह कितना ही पढ़ा लिखा क्यों न हो मूर्ख ही है, पंडित नहीं. जबकि एक अनपढ़ व्यक्ति अपना भला बुरा समझता है और मन, वाणी और शरीर से सत्कर्म ही करता है तो वह पंडित है, सज्जन है, बुद्धिमान है.

संत कबीर बिल्कुल अनपढ़ थे. वे स्वयं कहते थे कि:-

**मसी कागज छुयो नहीं,**

**कलम गही न हाथ.**

**यानि मैंने कभी कागज, कलम छुई नहीं यानि अनपढ़ हूँ.**

**इसके बावजूद वे संत थे, पंडित थे.**

जो मनुष्य प्राणी हत्या नहीं करता, चोरी नहीं करता, व्यभिचार नहीं करता, नशा पता नहीं करता, जो मीठी वाणी बोलता है, सत्य वाणी बोलता है, आपस में लोगों का मेल कराता है, अपने समय का सदुपयोग करता है यानि जिसके मन, वाणी और शरीर के कर्म अच्छे ही अच्छे हैं तो ऐसा मनुष्य पंडित है, सज्जन है चाहे वह अनपढ़ है या पढ़ा लिखा है और किसी भी जाति का है, मजहब का है. एक जाति विशेष के लोगों को भी लोग पंडित बोलते हैं लेकिन यहाँ पंडित का मतलब बिल्कुल अलग है. केवल एक जाति विशेष में जन्म लेने से कोई पंडित नहीं होता है

बल्कि अपने सत्कर्मों से पंडित होता है। अगर कोई दुष्कर्म है तो वह मूर्ख ही है, चाहे किसी भी जाति का हो। अगर सत्कर्म है तो वह पंडित ही है, भले ही किसी भी जाति का हो, गोत्र का हो, मजहब का हो।

अंगुलिमाल जो कि 999 लोगों की हत्या कर चुका था और 1000 की संख्या पूरी करने के लिए एक और मनुष्य को ढूंढ रहा था, उस समय वह भगवान बुद्ध के सम्पर्क में आया और भगवान बुद्ध की महाकल्याणी वाणी से और अनंत मैत्री से उसका जीवन बदला और वह हिंसा छोड़कर अपने कल्याण के रास्ते पर चल पड़ा और अन्ततः वह अर्हत अवस्था को प्राप्त करके जीवन मुक्त हुआ।

इस प्रकार से पंडितों की (सज्जनों की) संगति हमारा सदा ही भला करती है। ऐसे लोग हमें सदा अच्छी बातें ही बताते हैं, हमें अच्छे अच्छे लोगों से मिलवाते हैं। हमें सदा हमारी उन्नति का ही रास्ता बताते हैं। ऐसे लोगों की संगति से हमारी निरन्तर उन्नति होती जाती है और हमारा जीवन बहुत ही सुखमय बन जाता है।

अतः सदैव ही हमें ऐसे ही लोगों की संगति करनी चाहिए।

### **3. पूजनियों की पूजा करना जैसे माता, पिता, घर के बड़े लोग, बुजुर्ग, आचार्य, श्रमण-ब्राह्मण आदि। यह तीसरा उत्तम मंगल है।**

हमारी माता और पिता हमारे लिए महापूजनीय हैं। इनके हमारे ऊपर अनंत उपकार होते हैं।

"माता पिता की सेवा: उत्तम मंगल "

माता पिता की सेवा करना एक उत्तम मंगल है। उनके खानपान की, रहन सहन की, पहनने ओढ़ने की, दवा इत्यादि सभी आवश्यकताओं की उचित व्यवस्था करना। वृद्धावस्था में उनकी और भी ज्यादा देखभाल

करना तथा उनकी अन्य सभी जरूरतों को पूरा करना. उनकी सुख सुविधा का पूरा प्रबंध करना.

**असीम उपकार है माता पिता का, माता पिता जननी है, जनक है.**

कहने को तो कोई कहता है कि कोई ब्रह्मा हमारा सृजन करता है. परंतु प्रत्यक्ष सच्चाई तो यह है कि माता पिता ही हमारे ब्रह्मा हैं. वे ही हमारा सृजन करते हैं. मनुष्य तो मनुष्य पशु और पक्षी भी अपनी संतान को बचाने के लिये अपने जीवन तक की बाजी लगा देते हैं.

ऐसे जन्मदाता, सृजनकर्ता, पालनकर्ता, और संरक्षणकर्ता माता पिता को भगवान बुद्ध ने ब्रह्मा कहा तो ठीक ही कहा.

भगवान ने माता पिता को आदि आचार्य भी कहा. नन्हा सा बालक अपने माता पिता के मुख से निकले बोल सुन सुनकर बोलना सीखता है. इसीलिये माँ के दूध के साथ जो भाषा सीखी जाती है, वह मातृभाषा कहलाती है.

माता का प्यार भरा सुख, पिता का दुलार भरा सुख किसी काल्पनिक स्वर्गीय सुख से भी कहीं अधिक महान है.

जाड़े की ठंडी रात में संतान द्वारा गीले किये गए बिस्तर पर माँ स्वयं सोती है और सूखे भाग पर संतान को सुलाती है. अभाव के दिनों में संतान का पेट भरते हैं और कभी कभी स्वयं भूखे रह जाते हैं.

भगवान ने माता पिता को आदि देव भी कहा. जिन अदृश्य देवताओं को हम पूजते हैं, उनके मुकाबले माता पिता प्रत्यक्ष देवता हैं और पूज्य हैं.

किसी को हाथ जोड़कर पूर्व दिशा को पूजते हुए देखकर भगवान ने कहा कि माता पिता ही पूर्व दिशा हैं. उन्हें हाथ जोड़कर पूजो. यही सही पूजा है.

माता पिता का उपकार असीम है. इस कारण संतान द्वारा उनका पूजन अर्चन, उनकी सेवा सत्कार करना यही सही दिशा वंदन है, यही उत्तम मंगल भी है.



ऐसे महान उपकारी माता पिता की सेवा तो दूर उनका अनादर करना, उन्हें भूखे मारना, और उनपर हाथ उठाना अत्यंत जघन्य दुष्कर्म है.

माता पिता को दुःख देना जघन्य पाप कर्म है.

पूत कपूत हो जाए तो भी,  
मात कुमाता कभी न होय  
रोम रोम से यही ध्वनि निकले,  
बेटा तेरा मंगल होय.

माता का वात्सल्य असीम होता है  
इसी प्रकार पिता का वात्सल्य भी असीम होता है.  
दोनों का उपकार असीम होता है.  
इसलिये उनकी सेवा करना उत्तम मंगल है.

**भगवान बुद्ध का उपदेश:-**

**प्रत्युपकार Repaid**

“भिक्षुओं, दो का प्रत्युपकार (उपकार के बदले उपकार) नहीं किया जा सकता.

किन दो का? “माता का तथा पिता का”

भिक्षुओं, सौ वर्ष तक एक कंधे पर माता को ढोये तथा एक कंधे पर पिता को ढोये, और वह उनकी उबटन मलने, मर्दन करने, नहलाने तथा हाथ-पैर दबाने आदि से सेवा करे, और वे भी उसके कंधे पर ही मल-मूत्र कर दें, तो भी भिक्षुओं, यह माता-पिता के किये का प्रत्युपकार नहीं होता. भिक्षुओं, यदि इस रत्न-बहुल पृथ्वी का ऐश्वर्य-राज्य भी माता-पिता को सौंप दिया जाये तब भी यह माता-पिता के किये का प्रत्युपकार नहीं होता. यह किसलिए?

भिक्षुओं, माता-पिता का अपनी संतानों पर बहुत उपकार है. वे उनकी देखभाल करते हैं, पोषण करते हैं, वे उन्हें यह लोक दिखाते हैं अर्थात्, वे उन्हें इस लोक से परिचित कराते हैं.

“भिक्षुओं, जो कोई, अश्रद्धावान माता-पिता को श्रद्धासंपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है.

दुःशील माता-पिता को शीलसंपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है.

कृपण माता-पिता को त्यागसंपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है.

दुष्प्रज्ञ माता-पिता को प्रज्ञा-संपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है -तब कहीं माता-पिता के किये का प्रत्युपकार होता है.

### **प्रत्युपकार:-उपकार के बदले उपकार**

इसी तरह से हमें अपने परिवार के अन्य बड़े लोगों जैसे बड़े भाई, दादा, दादी आदि की भी जी जान से सेवा करनी चाहिए. वे बीमार पड़ें तो उनके लिए दवाईयों का इन्तजाम करें. उनकी अन्य जरूरतें भी अपनी सामर्थ्य अनुसार पूरी करें.

इन सभी के पैर छूकर प्रणाम करें और इनका आशीष लें. इनके आशीष से हमारी सदा ही उन्नति होती है. भगवान बुद्ध ने एक बार सिंगाल कुलपुत्र को 6 दिशाओं को नमस्कार करते देखा और उसे समझाया कि इस प्रकार से दिशाओं को नमस्कार नहीं किया जाता है. उनमें से तीन दिशाओं की जानकारी यहाँ पर दी जा रही है.

### **1. माता पिता को पूर्व दिशा मानकर पांच तरह से उनकी सेवा करनी चाहिए.**

1. इन्होंने मेरा भरण पोषण किया है. अतः मुझे भी इनका भरणपोषण करना चाहिए.

2. इन्होंने मेरा काम किया है, अतः मुझे इनका काम करना चाहिए.

3. इन्होंने कुल वंश बनाए रखा, अतः मुझे भी कुल वंश बनाए रखना चाहिए.

4. इन्होंने मुझे उत्तराधिकार दिया, अतः मुझे भी उत्तराधिकार का प्रतिपादन करना चाहिए.

5. मृत पित्रों के प्रति श्रद्धा रखनी चाहिए.

इस प्रकार पांच तरह से सेवित माता पिता पुत्र पर पांच प्रकार से अनुकम्पा करते हैं:-

1. पाप से बचाते हैं.
2. पुण्य में लगाते हैं.
3. शिल्प सिखाते हैं.
4. योग्य स्त्री से सम्बंध कराते हैं.
5. समय पाकर उत्तराधिकार सौंप देते हैं.

इन पांच बातों से पुत्र द्वारा माता पिता रूपी पूर्व दिशा की सेवा होती है. इस प्रकार पूर्व दिशा ढंकी हुई, निर्विघ्न, भयरहित होती है.

**2. गृहपति-पुत्र को पांच प्रकार से आचार्य रूपी दक्षिण दिशा की सेवा करनी चाहिए:-**

1. आचार्य के कहे कार्य को तुरंत करके.
2. आचार्य के कहते ही हाजिर होकर.
3. आचार्य की सेवा करके.
4. आचार्य के सत्संग से.
5. आचार्य से सत्कारपूर्वक विद्या सीखकर.

गृहपति-पुत्र, इस प्रकार पांच बातों से शिष्य द्वारा आचार्य सेवित हो, पांच प्रकार से शिष्य पर अनुकम्पा करते हैं:-

1. सु-विनय(अनुशासन) से युक्त करते हैं.
2. सुंदर शिक्षा को भली प्रकार से सिखाते हैं.
3. 'हमारी विद्या परिपूर्ण रहेगी' सोच, सभी शिल्पों को सिखाते हैं.
4. मित्रजनों का सुप्रतिपादन ( मित्रों के बारे में अच्छी तरह समझाते हैं) करते हैं.
5. दक्षिण दिशा की सुरक्षा करते हैं.

**3. पांच प्रकार से कुलपुत्र को श्रमण-ब्राह्मण (संत-महात्मा) रूपी ऊपर की दिशा की सेवा करनी चाहिए:-**

1. मैत्री-भाव-युक्त कायिक कर्म से.

2. मैत्री-भाव-युक्त वाचिक कर्म से.
3. मैत्री-भाव-युक्त मानसिक कर्म से.
4. उनके लिए खुला द्वार रखने से.
5. खाने पीने की वस्तुएं प्रदान करने से.

इन पांच प्रकार से सेवित श्रमण-ब्राह्मण इन पांच प्रकार से कुलपुत्र पर अनुकम्पा करते हैं:-

1. पाप से निवारण करते हैं.
2. कल्याण के मार्ग पर लगाते हैं.
3. अश्रुत विद्या को सुनाते हैं.
4. श्रुत विद्या को और दृढ़ कराते हैं.
5. स्वर्ग (देवलोक) का मार्ग बताते हैं.

इस प्रकार से पूजनियों की पूजा करना ही उत्तम मंगल है.

#### 4. अनुकूल देश में (उपयुक्त स्थान में) निवास करना उत्तम मंगल है.

हमें सदा ही अनुकूल देश में या अच्छे स्थानों पर निवास करना चाहिए.

जो स्थान साफ सुथरे हैं, जहाँ की हवा शुद्ध है यानि पोल्युटिड (Polluted) नहीं है, जहाँ पर काफी पेड़ पौधे हैं, हमें रहने के लिए ऐसे ही स्थानों का चुनाव करना चाहिए.

जहाँ के लोग भले हैं, आपस में मिल जुलकर रहते हैं, लड़ाई झगड़ा नहीं करते बल्कि एक दूसरे की सहायता करते हैं, जाति पाति के नाम पर, मजहब के नाम पर लड़ाई झगड़ा नहीं करते बल्कि एक दूसरे का आदर करते हैं, हमें ऐसे स्थानों पर रहना चाहिए.

अगर हम परदेश में या अन्य राज्यों में आजीविका के लिए जाते हैं और वहां धन तो खूब है लेकिन हमारी इज्जत नहीं है, जाति पाति का भेदभाव है, गोरे काले का भेद है, मजहब का भेदभाव है, महिलाओं की

इज्जत सुरक्षित नहीं है और इसी तरह की अन्य दिक्कतें हैं तो हमें ऐसे देश में या राज्यों में नहीं रहना चाहिए. वहां से अन्य अच्छी जगहों पर चले जाना चाहिए.

जिन स्थानों पर भिक्षुओं का, भिक्षुणियों का विहार है. जहाँ शीलवान लोग रहते हैं, हमें ऐसे स्थानों पर रहना चाहिए. ऐसे लोग स्वयं अपना मंगल करते हैं और गृहस्थों को भी उनके मंगल का, कल्याण का रास्ता बताते हैं. ऐसे लोगों को दान देकर हम भी असीम पुण्य अर्जित करते हैं और इस जीवन को तो सुखमय बनाते ही हैं मरने के बाद भी हमारी सुगति होती है. हमारे बच्चे भी ऐसे लोगों का संग पाकर शीलवान बनते हैं और पुण्य के मार्ग पर लगते हैं.

जहाँ पर सम्यक आजीविका के साधन हैं, अच्छी शिक्षा के साधन हैं, जरूरत की चीजें आसानी से उपलब्ध हो जाती हैं और उचित मूल्य पर उपलब्ध हो जाती हैं, अस्पतालों की सुविधाएं हैं, इसी तरह की जरूरत की अन्य सुख सुविधाएं हैं, हमें ऐसे स्थानों पर निवास करना चाहिए.

जिन स्थानों पर सुरक्षा के बहुत अच्छे प्रबंध हैं. हर मनुष्य स्वतंत्रता से कहीं भी आ जा सकता है. कहीं चोरी का, छीनाझपटी का डर नहीं है. हमारी बहनें, बेटियां या कहें कि महिलाएँ स्वतंत्रता से कहीं भी आ जा सकें. उन्हें किसी भी तरह का भय न हो. हमारे बच्चे तथा परिवार के लोग जहां सुरक्षित महसूस करते हैं और बच्चे चरित्रवान बनते हैं इस प्रकार के स्थानों पर रहना बड़ा ही सकून देने वाला होता है.

अगर ऐसे स्थानों में हमारा निवास है तो यह हमारे लिए उत्तम मंगल है.

## **5. पूर्व जन्मों के संचित पुण्य वाला होना उत्तम मंगल है.**

हमें मनुष्य जन्म मिला है. यह उत्तम मंगल है. इसके साथ साथ हर मनुष्य अपने पूर्व कर्मों का संग्रह लेकर चलता है. वे अच्छे भी होते

हैं और बुरे भी. उन्हीं कर्मों के कारण यहाँ हम हर मनुष्य में भेद देखते हैं. कोई अमीर घर में जन्म लेता है और कोई गरीब घर में जन्म लेता है, कोई सुंदर है और कोई कुरूप है, कोई अंधा है, कोई लंगड़ा है, कोई रोगी है, कोई निरोगी है. इस प्रकार के अंतर हमें दिखाई देते हैं. ये सभी पूर्व के कर्मों के कारण ही हैं.

जैसा भी जन्म हुआ है, वह हमारे हाथ में नहीं है लेकिन आगे के कर्म हमारे हाथ में हैं. हम अपने वर्तमान कर्मों के द्वारा अपने जीवन को जैसा चाहें वैसा बना सकते हैं.

पूर्व के कर्म अपना फल देते हैं और वर्तमान के कर्म अपना फल भविष्य में देंगे.

फिर भी पूर्व के पुण्य कर्मों का संचय है तो यह हमारे लिए मंगलमय होता है. भगवान बुद्ध ने चार असंख्य एक लाख कल्प तक अपनी पारमी पूर्ण की और फिर इस आखिरी जीवन में सम्यक सम्बुद्ध बने. इसी तरह से उनके शिष्य अलग अलग पारमी लिए हुए थे.

अगर हमें यह शुद्ध धर्म मिल गया है तो हम बहुत पुण्यशाली हैं. हमें पूर्ण श्रद्धा के साथ शील, समाधि, प्रज्ञा के इस मार्ग पर चलते रहना है और लगातार साधना करते हुए अपनी पारमिताओं को बढ़ाते जाना है. शुद्ध चित्त से दान देते रहना है. इस प्रकार से अपने पुण्यों में लगातार वृद्धि करनी है. साधना के द्वारा चित्त मलों को धीरे धीरे क्षीण करते जाना है. अपने साथ साथ और लोगों को भी विपश्यना करने के लिए प्रेरित करना है. दान देने के लिए प्रेरित करना है. सभी प्राणियों के लिए मंगल मैत्री करते रहना है.

इस प्रकार से अपने पूर्व संचित पुण्यों में लगातार वृद्धि करनी है. इसी दौरान अगर कोई अपुण्य कर्म भी फल देता है तो अपने आप को समता में रखना है. धीरे धीरे वह भी क्षीण हो जाएगा. इस प्रकार से अपना और दूसरों का मंगल करना है.

## 6. अपने आपको सम्यक रूप से समाहित रखना उत्तम मंगल है.

अपने आपको विपश्यना ध्यान के द्वारा शील, समाधि और प्रज्ञा में समाहित करना है. यह दुर्लभ मनुष्य जीवन मिला है और इसे ऐसे ही खो देंगे तो ठीक बात नहीं हुई. लगातार हर वर्ष विपश्यना के शिविर करेंगे और विपश्यना विद्या को अच्छी तरह से समझकर सुबह शाम इसका अभ्यास करेंगे. अपने नजदीक अगर एक दिवसीय विपश्यना शिविर लगते हैं तो हर सप्ताह उनमें भाग लेंगे. महीने में चार उपोसथ के दिन होते हैं. अमावस्या, पूर्णिमा और दो अष्टमी. इनमें से जितना भी संभव हो उस दिन अष्टशील पर रहते हुए उपोसथ करेंगे. इस प्रकार से अपने आपको लगातार साधना में परिपक्व बनायेंगे.

सम्यक व्यायाम में अपने को स्थापित करेंगे यानि :-

1. हमारे अंदर जो बुराइयाँ हैं उन्हें एक एक करके दूर करेंगे.
2. जो बुराइयाँ हमारे अन्दर नहीं हैं वो आ ना जायें, उसके लिए अपने मन के दरवाजे बंद रखेंगे.
3. हमारे अन्दर जो अच्छाइयाँ हैं उनको और बढ़ायेंगे.
4. जो अच्छाइयाँ हमारे अन्दर नहीं हैं उनको लेकर आयेंगे.

इस प्रकार से लगातार अभ्यास करेंगे और अपने आपको सही तरह से समाहित रखेंगे. धर्म की वाणी भी लगातार श्रवण करते रहेंगे जिससे कि हमारा चित्त इसमें सम्यक रूप से समाहित हो जाए.

इस प्रकार से यह हमारे लिए उत्तम मंगल बन जाएगा.

## 7. बहुश्रुत होना (यानि अनेक विद्याओं को सीखना और उनमें पारंगत होना) उत्तम मंगल है.

पहले के समय में विद्यार्थी आचार्यों से सुनकर ज्ञान प्राप्त करते थे और उसे कंठस्थ (याद) करते थे क्योंकि उस समय लिखना बड़ा ही

कठिन था. इसलिए बहुश्रुत बोला गया है. आजकल की भाषा में इसे कहेंगे कि पढ़कर या सुनकर बहुत सा ज्ञान प्राप्त करना और उनमें अपने आपको पारंगत बनाना यानि उन विद्याओं में मास्टर बनना.

आजकल सूचना प्रौद्योगिकी (**Information Technology**) का समय है और इस समय में अगर हम इसका उपयोग नहीं करते हैं तो हम औरों से पिछड़ जायेंगे और बेरोजगार हो जायेंगे. ऐसे दौर में हमें लगातार अपने आपको अपडेट करना अनिवार्य है. आजकल के समय में बहुत ही तेजी से परिवर्तन हो रहा है. ऐसे समय में एक विद्या अर्जित करने से बात नहीं बनती है. अतः हमें अपने आपको बहुत सी विद्याओं में पारंगत बनाना होगा. लगातार अपनी विद्याओं को बढ़ाने के लिए समय समय पर एक्सपर्ट लोगों से ट्रेनिंग लेते रहना होगा.

इसके साथ साथ हमें स्कूटर, मोटरसाइकिल, कार आदि चलाने में भी एक्सपर्ट बनना पड़ेगा.

विपश्यना विद्या के शिविर लेकर इसका भी लगातार अभ्यास करना पड़ेगा ताकि हर प्रकार की परिस्थितियों में हम शांत बने रह सकें. इसके साथ साथ इससे बच्चों में चरित्र निर्माण भी होगा. वे शीलवान बनेंगे. इस विद्या के माध्यम से बच्चों में अहंकार भाव भी नहीं आएगा.

शरीर को भी स्वस्थ रखना अनिवार्य है. अतः इसके लिए योगाभ्यास सीखना भी जरूरी है. हररोज या हर दूसरे दिन इसका अभ्यास करेंगे. हररोज पैदल भी चलेंगे.

सही खानपान की शिक्षा भी लेना अनिवार्य है. आजकल लोगों को पता ही नहीं है कि कौनसी चीज खायें और किस समय खायें. इस कारण से लोग अनेक प्रकार की बीमारियों का शिकार हो रहे हैं.

बच्चों को घर के सभी कार्यों को करने की भी ट्रेनिंग देनी चाहिए. साफ सफाई करना, किचन के कार्य, गार्डनिंग, कपड़ों की धुलाई, प्रैस करना, जूते पालिस करना, घर को सजाना-संवारना, अपने कपड़ों को सही जगह रखना, उन्हें समेटना, अपने बिस्तर को सही प्रकार से रखना और इसी तरह के अन्य घरेलू कार्यों की बच्चों को ट्रेनिंग देनी चाहिए और



उनसे यह कार्य नियमित तौर पर करवाने चाहिएं. ऐसा भेदभाव न पैदा करें कि यह लड़कियों के कार्य हैं और ये लड़कों के. दोनों से साथ साथ ही करवाने चाहिएं. उनमें एक दूसरे की सहायता करने की भी और सहयोग करने की भी भावना कूट कूट कर भरें. खाने पीने की वस्तुओं को आपस में बांटकर खाने की आदत बच्चों में डालें. एक दूसरे की इज्जत करने की भी शिक्षा दें. एक तरह से उनको पूर्ण आत्मनिर्भर बनने की शिक्षा दें.

इस प्रकार से अनेक प्रकार की विद्याओं को अर्जित करना चाहिए. इस तरह से यह हमारे लिए उत्तम मंगल होगा.

## 8. तकनीकी विद्या या शिल्प सीखना उत्तम मंगल है.

केवल पढ़ने लिखने से बात नहीं बनती है. बी. ए. कर लिया, एम. ए. पास हो गया. इनसे जीवन चलाने के लिए ठीक से रोजगार नहीं मिलता है.

आजीविका के लिए विभिन्न प्रकार के शिल्प सीखना भी अनिवार्य है यानि टैक्निकल एज्यूकेशन अनिवार्य है. इनको सीखकर इसमें अपने को परफेक्ट बनाएं, पारंगत बनाएं. इससे आसानी से रोजगार उपलब्ध हो जाएगा और आजीविका के लिए दिक्कत नहीं आएगी. अपने परिवार का पालन पोषण आसानी से हो सकेगा.

अतः अपने आप को किसी शिल्प कला में पारंगत बनाएं. यह उत्तम मंगल है.

## 9. सुशिक्षित होना उत्तम मंगल है.

पढ़ाई भी कर ली और शिल्प कला भी सीख ली है. इसके साथ साथ अपने आपको बोडी लैंग्वेज आदि में भी पारंगत बनाएं. पर्सनल्टि डैवलपमेंट के बारे में सीखें. कल्चर के बारे में सीखें. डिसिप्लिन के बारे में सीखें. इस प्रकार की सारी बातें सीखना अनिवार्य है. इससे आप अपने आपको

एक ब्रांड बना लोगे और बहुत अच्छी सैलरी पाओगे. आगे चलकर आप अपना स्वयं का व्यवसाय भी आसानी से स्थापित कर लोगे.

आप सभी अपने देश का भविष्य हो. आप सभी अपने देश के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ दें. आप अपने आप को कैसे सर्वश्रेष्ठ बना सकते हो, मैं आज उसी के बारे में बताने जा रहा हूँ.

आप सभी में कोई न कोई कुदरत का दिया हुआ अद्वितीय (यूनीक) गुण है. आप अपने अंदर उस खास गुण की पहचान करें और उसको बढ़ाकर चरम सीमा तक पहुंचाने का लगातार प्रयत्न करते रहें. उसके लिए आपको कहीं पर क्लासिज लेनी पड़ें तो जरूर लें. कोई ट्रेनिंग भी लेनी पड़े तो जरूर लें. और भी कुछ आवश्यक हो तो उसके लिए वह भी जरूर करें. अपने आप को उस शिल्प (SKILL) में पारंगत कर लें यानि अपने आप को उस स्किल में मास्टर बना लें.

आज के समय में मैं ज्यादातर युवाओं को ऐसे कार्य करते हुए देखता हूँ जिसमें उनकी बिल्कुल भी रुचि नहीं होती है, लेकिन फिर भी वे सारा जीवन इसी तरह के कार्य करते हुए अपना कीमती समय नष्ट कर देते हैं.

कोई भी कार्य छोटा या बड़ा नहीं होता, केवल हमारी सोच ही हमें छोटा या बड़ा बनाती है. हमारे दुष्कर्म ही हमें छोटा बनाते हैं. सत्कर्म हमें बहुत बड़ा बना देते हैं.

बहुत ही छोटे लैवल से भी कोई भी बड़ा आदमी बन सकता है. मेरे कई ऐसे साथी हैं जो यहाँ दिल्ली में रहते हैं और उन्होंने छोटे-छोटे कार्यों से अपनी जिंदगी की शुरुआत की थी और आज करोड़पति हैं. वे लोग शुरू से ही बहुत ही मेहनती रहे हैं, ईमानदार रहे हैं, लगातार जमीन से जुड़े हुए रहे हैं और लगातार अपनी उन्नति के लिए कुछ न कुछ नया प्रयोग करते रहते हैं. बीच बीच में दिक्कतें आती रहती हैं लेकिन उनकी प्रवृत्ति कभी भी हार नहीं मानने की है. इसलिए सभी दिक्कतों का दृढ़ता से सामना करते हुए आखिर में कामयाब होते हैं. वे लोग लगातार सीखते रहते हैं. अपने में घमण्ड नहीं आने देते हैं और किसी बच्चे से भी सीखने

को तैयार रहते हैं। अपने को कभी भी परफेक्ट नहीं मानते हैं और नई सम्भावनाओं की तलाश में रहते हैं और अपने आपको नई टेक्नोलॉजी के साथ साथ बदलते रहते हैं। इस तरह से उनकी लगातार उन्नति ही हो रही है। वे लोग लगातार कहीं न कहीं दान भी देते रहते हैं।

भगवान बुद्ध ने भी हर गृहस्थ को लगातार अपनी आमदनी का एक भाग दान करने के लिए बोला है। भगवान बुद्ध ने तो दान न बोलकर इसे समविभाग बोला है। भगवान बुद्ध बोलते हैं कि मनुष्य सामाजिक प्राणी है और वह लगातार समाज से कुछ न कुछ लेता रहता है। इसलिए उसका नैतिक कर्तव्य है कि वह भी अपनी आमदनी का एक भाग समाज के लिए निकाल कर रखे। पूरे समाज का हर मनुष्य पर ऋण होता है। उस ऋण की भरपाई के लिए हर मनुष्य को अपनी आमदनी का एक भाग समाज को लगातार देते रहना चाहिए। आप अपने जीवन में मिलने वाली छोटी से छोटी वस्तु को भी देखेंगे तो सैकड़ों-हजारों-लाखों लोगों के माध्यम से वह वस्तु आप तक पहुंचती है। मैं एक उदाहरण से समझाता हूँ।

आप हररोज घर में सब्जी बनाते हैं। उसमें प्याज, टमाटर आदि का प्रयोग करते हैं। जरा ईमानदारी से सोचकर देखें कि यह छोटी सी वस्तु आप तक किस किसके माध्यम से पहुंची है। सबसे पहले किसान ने इनका बीज बाजार से लिया। फिर खेत तैयार किया। उसमें बीज बो दिए। धरती माता, सूर्य, जल, वायु सभी की आवश्यकता पड़ती है। इनके माध्यम से धीरे-धीरे बीज पौधा बनता है और खाद डलती है, देखभाल होती है और धीरे-धीरे फसल तैयार हो जाती है। फिर मजदूरों के माध्यम से, किसी न किसी साधनों के माध्यम से यह आप तक पहुंचता है। इस तरह से प्रकृति के अलावा कितने ही समाज के लोगों के माध्यम से यह आप तक पहुंचता है। इस तरह से समाज का, प्रकृति का ऋण आप पर चढ़ता है। अतः अपनी आमदनी का एक भाग समाज के कल्याण के लिए दान देना आवश्यक है।

अब मैं आपको भगवान बुद्ध जब बोधिसत्त्व थे, उस समय की एक जातक कथा शेयर कर रहा हूँ। अगर आप इसे ठीक से समझकर अपने जीवन में उतारें तो जरूर कामयाब होंगे।

## "चुल्लसेठी जातक"

पूर्व काल में बोधिसत्व वाराणसी में एक सेठ परिवार में उत्पन्न हुए. बड़े होने पर सेठ का पद पाकर चुल्लसेठी नाम से प्रसिद्ध हुए. वह बहुत ही ज्ञानी थे. एक दिन उन्होंने राजा की सेवा में जाते समय गली में एक मरे हुए चूहे को देखा. उसी समय उन्होंने विचार करके कहा कि बुद्धिमान कुलपुत्र इस चूहे को ले जाकर अपने परिवार का पालन पोषण कर सकता है अथवा अपनी जीविका उपार्जन के पेशे में लगा सकता है.

एक दरिद्र कुलपुत्र ने सेठ की बात सुन, "यह बिना विचारों नहीं कह रहा है" सोच उस चूहे को एक दुकान पर ले जाकर बिल्ली के खाने के लिए दे डाला. उसके लिए उसे उस समय की मुद्रा का आठवां हिस्सा मिला. उससे उसने गुड़ खरीदा. फिर एक बर्तन में पानी ले जंगल से आते हुए मालियों को देख कर उन्हें थोड़ा थोड़ा गुड़ और पानी देने लगा. उन मालियों ने उसे एक एक मुट्ठी फूल दिए. वह उन फूलों को बेचकर प्राप्त किए मूल्य से फिर गुड़ और पानी का घड़ा लेकर फूलों के बगीचे में ही चला गया. मालियों ने खुश होकर उसे बहुत से फूल दे दिए.

थोड़े से समय में ही इस तरह से उसने उस समय की मुद्रा आठ कार्षापण प्राप्त कर लिए. एक दिन ऐसा हुआ कि बहुत तेज आंधी आई और उससे राजा के बाग में बहुत सी सूखी लकड़ी और पत्ते आदि गिर पड़े. मुख्य माली की समझ नहीं आ रहा था कि इन सबको कैसे हटाए. उस कुलपुत्र ने माली से आकर कहा-"यदि यह लकड़ी और सभी पत्ते मुझे दे दो और साथ में कुछ और धन भी दो तो मैं इस समस्या को हल कर सकता हूँ." माली ने स्वीकार कर लिया. तब वह कुलपुत्र छोटे छोटे लड़कों के खेलने की जगह पर गया. उन लड़कों को थोड़ा थोड़ा गुड़ देकर उन्हें उद्यान में ले आया और थोड़े ही समय में सारी लकड़ी और पत्ते उठाकर उद्यान के बाहर ढेर लगा दिया.

राजकीय कुम्हार को राजपरिवार के बर्तनों को पकाने के लिए लकड़ी चाहिए थी और वह इसे ढूँढ रहा था. उसने उस लकड़ी और पत्तों को देखा और उसे खरीद लिया. उससे उस कुलपुत्र को कुल सौलह कार्षापण

प्राप्त हुए और साथ में काफी बर्तन भी मिले. इस तरह से उसके पास कुल चौबीस कार्षापण हो गए. उसने सोचा कि यह तो पैसा बनाने का अच्छा ढंग है. वह नगर के द्वार के पास पानी के घड़े भरकर बैठ गया तथा थके हारे हुए आए पांच सौ घसियारों को पानी पिलाया. वे पूछने लगे कि, " तूने हम पर बड़ा ही उपकार किया है. बता हम तेरे लिए क्या करें? " उसने उनसे कहा कि, " काम पड़ने पर बताऊंगा." फिर उसने इधर उधर घूमते हुए स्थल-मार्ग के राजकीय हैड और वहां के कर्मचारियों और जल-मार्ग के हैड तथा वहां के कर्मचारियों से दोस्ती कर ली.

एक दिन स्थल-मार्ग के हैड ने उससे कहा कि, " कल इस नगर में घोड़ों का व्यापारी पांच सौ घोड़े लेकर आने वाला है." उसकी बात सुनकर उसने घसियारों से कहा, "आज मुझे सभी जनें एक एक घास की पूली दो और जब तक मेरा घास न बिके तब तक अपना घास नहीं बेचना." उन्होंने यह सब स्वीकार कर लिया. घोड़े के व्यापारी ने सब जगह घास ढूंढा लेकिन उसे और किसी जगह घास नहीं मिला. अंत में उसने उस कुलपुत्र से सारा घास एक हजार कार्षापण देकर खरीद लिया.

कुछ दिन बाद जल-मार्ग के हैड ने उससे कहा कि घाट पर आज बड़ी नौका सामान लेकर आएगी. उस कुलपुत्र ने सोचा कि यह बहुत अच्छा मौका है और सजधजकर एक रथ किराये पर लिया और घाट पर जाकर नाविक को पेशगी देकर कहा कि सारा सामान केवल मुझे ही बेचे. नाविक इसके लिए तैयार हो गया. वह नाव से थोड़ी दूर कनात तनवाकर अंदर बैठ गया और अपने आदमियों को बाहर खड़ा कर दिया और उनसे कह दिया कि, " जब बाहर से व्यापारी आएंगे तो उन्हें तीन पहरों से मेरे पास लेकर आएंगे."

"नाव सामान लेकर आई है " सुन, वाराणसी के सौ व्यापारी सामान खरीदने के लिए आए. नाविक ने उन्हें बताया कि तुम्हें सामान नहीं मिल सकता है क्योंकि अमुक व्यापारी ने सारा सामान पहले ही खरीद लिया है. उसे सुनकर वे सभी व्यापारी उसके पास आए. सेवकों ने पूर्व आज्ञा के अनुसार उन्हें तीन पहरों में लिवाकर सूचना दी. वे सौ व्यापारी थे.

उनमें से प्रत्येक ने दो-दो हजार मुद्रा उस कुलपुत्र को एक्सट्रा देकर वह माल छुड़वाया. इस तरह से उस कुलपुत्र को दो लाख कार्षापण प्राप्त हुए.

कृतज्ञता प्रकट करने की इच्छा से वह कुलपुत्र यह सारा धन लेकर चुल्लसेठी के पास पहुंचा. सेठ ने पूछा कि क्या करके उसने यह सारा धन कमाया? उसने शुरू से अंत तक सारी घटनाएं बताई. चुल्लसेठी ने इस प्रकार के समझदार युवक को किसी दूसरे के पास छोड़ना उचित नहीं समझा और अपनी जवान कन्या उसे देकर सारे परिवार का मालिक बना दिया. सेठ की मृत्यु के बाद उसे नगरसेठ का पद दिया गया.

भगवान बुद्ध ने यह गाथा कही:-

"चतुर और मेधावी पुरुष थोड़ी सी आग को फूंक मारकर बढ़ा लेने की तरह थोड़े से भी मूलधन से अपने को उन्नत कर लेता है."

इस तरह से आप भी अपनी बुद्धि का सही इस्तेमाल करके जीवन में कामयाबी हासिल कर सकते हैं.

कुछ किताबों का भी आपको जरूर अध्ययन करना चाहिए. मैं नीचे उनके नाम दे रहा हूँ:-

1. दी सिक्रेटस् ओफ दी मिलियनेयर माइंड. ( हिंदी और इंगलिश दोनों में उपलब्ध है.)
2. बैबीलोन का सबसे अमीर आदमी. (**The richest man in Babylon.**)
3. **Rich dad poor dad.** (रिच डैड पूअर डैड.)
4. जादू. (**The magic.**)
5. **You can heal your life.** (यू कैन हील योअर लाइफ.)

लोगों का सारा जीवन बीत जाता है लेकिन अपने धन को कैसे मैनेज करें, इस बारे में वे नहीं जान पाते हैं और ज्यादातर लोग तो जानने की कोशिश भी नहीं करते हैं. आओ इस बारे में भी जानते हैं.

**अपने कमाए हुए धन का प्रबंधन:-**

इसके छः हिस्से करने हैं। सारे टैक्स आदि कटने के बाद जो धन बचता है उसको डिवाइड करना है।

1. इसका 10% हिस्सा सबसे पहले अपने आपको देना है। यह धन अपने आने वाले अच्छे वक्त के लिए है। (ध्यान रखें बुरे वक्त के लिए बिल्कुल नहीं)। बुरे वक्त का मतलब आप कुदरत से अपने लिए बुरा वक्त मांग रहे हैं। कुदरत को आपकी यह इच्छा पूर्ण करनी पड़ेगी और आपके जीवन में जरूर बुरा वक्त आएगा।

अतः यह बचत अच्छे वक्त के लिए है।

इसको आगे इन्वैस्ट करना है ताकि यह धन लगातार बढ़ता रहे। इसको कभी भी खर्च नहीं करना है। आपकी पत्नी मांगें, पति मांगें, माता मांगें, पिता मांगें, बच्चे मांगें यानि कोई भी मांगें, "यह धन केवल आपका है। अतः यह धन किसी को भी नहीं देना है।" जब आप रिटायर हो जायेंगे तब इस धन को अपने ऊपर खर्च करना है। इसके लिए आपको "भावनात्मक ब्लैकमेल" भी किया जाएगा लेकिन किसी के भी झांसे में नहीं आना है। इस धन को केवल अपने ऊपर ही खर्च करना है और वह भी रिटायर होने के बाद में करना है।

"आप अपना नोमिनी जरूर बनायें। किसी कारण से हमारी मृत्यु हो जाए और हमने अपना कोई नोमिनी नहीं बनाया है तो उस पैसे को हासिल करने के लिए हमारे घर वालों को बहुत ही ज्यादा औपचारिकतायें पूरी करनी पड़ती हैं, तब कहीं जाकर उनको वह पैसा मिल पाता है।"

"अपने बैंक अकाउंट में, अगर कोई फिक्स डिपोजिट है तो उसमें तथा अन्य सभी जगह पर अपना नोमिनी जरूर बनायें। अगर आपके नाम से कोई जायदाद है तो उसकी भी विल (वसियतनामा) जरूर बनवायें। आपकी मृत्यु के बाद वह जायदाद किसे मिले इसकी विल (वसियतनामा) जरूर बनवायें।"

"इसके अलावा अपना इन्शुरेंस (Insurance) भी जरूर करवाएं। एक्सीडेंटल इन्शुरेंस (Accidental Insurance) तो हरहाल में करवाना

चाहिए. न जानें, आज की भागदौड़ में कब किसी एक्सीडेंट का शिकार हो जाएं. कम से कम पीछे परिवार वालों को कुछ तो सहारा मिले."

2. अगला 10 % लम्बी बचत के लिए है. यह किसी टारगेट को लेकर बचत की जाती है जैसे कार लेने के लिए, घर लेने के लिए, ऑफिस लेने के लिए, बच्चों के भविष्य के लिए आदि आदि.

3. अगला 10% धन दान देने के लिए है. गृहस्थ के लिए दान देना अत्यंत आवश्यक है. दान देने से धन बढ़ता है न कि घटता है. अतः शुद्ध चेतना से दान देते रहें.

4. अगला 10% धन अपनी एजुकेशन पर खर्च करना है. ऐसा नहीं होता है कि एक बार पढ़ाई पूरी कर ली है तो आगे जीवन में दौबारा से नहीं पढ़ना. जब तक जीयेंगे तब तक लगातार सीखते रहना है और अपने आपको नई टेक्नोलॉजी के अनुसार पारंगत बनाना है. मोटिवेशनल क्लासिज लेनी हैं. किताबें पढ़ते रहना है. धन इन्वेस्टमेंट के नये तरीके सीखने हैं. इस प्रकार से अपने आपको लगातार अपडेट करते जाना है.

5. अगला 10% धन रईसों की तरह जीने के लिए खर्च करना है. साल में दो या तीन बार या चार बार रईसों की तरह जीवन बितायेंगे जैसे हवाई जहाज से यात्रा करना, किसी फाइवस्टार होटल में रुकना या खाना खाना, हेलिकॉप्टर से यात्रा करना, किसी क्रूज में यात्रा करना, लक्जरी गाड़ी में सफर करना आदि. इस प्रकार से जीवन जीकर आप भविष्य में रईस बनने की तरफ बढ़ रहे हैं. आपके अंदर अमीरों वाले गुण आने लगते हैं और एक दिन आपकी यह इच्छा पूरी होती है. न भी हो तो भी आपने उनकी तरह जीवन तो जीया.

6. अगला 50% अन्य कार्यों में लगाना है जैसे घर खर्च चलाना, अपना कारोबार बढ़ाना या अन्य खर्च.

इस प्रकार से अपने धन का प्रबंधन करना है. शुरू में थोड़ा सा दिक्कत महसूस हो सकती है लेकिन कुछ समय बाद सब कुछ योजनानुसार चलेगा.



इस प्रकार से अपने आपको सुशिक्षित करें और अपना मंगल साध लें.

## 10. सुभाषी होना उत्तम मंगल है.

आपकी भाषा मीठी होनी चाहिए. जब भी लोगों से बात करें तो मनभावन वाणी बोलें और सत्य वाणी ही बोलें.

अगर आप कटु वाणी बोलते हैं तो लोग आपको बिल्कुल भी पसंद नहीं करेंगे. मीठा बोलकर आदमी किसी से भी अपना कार्य साध सकता है.

अतः ऐसी वाणी बोलें जो लोगों को अच्छी लगे और आपकी इज्जत बढ़ाए.

इसके साथ साथ किसी की भी निंदा न करें, बुराई न करें. किसी की भी चुगली न करें. हमेशा सत्य वाणी ही बोलें लेकिन ध्यान रखें कि अगर सत्य कड़वा है तो न बोलें. कभी भी गाली गलोच की भाषा न बोलें.

जैसे कौवे की वाणी लोगों को अच्छी नहीं लगती है लेकिन कोयल की वाणी सभी को मीठी लगती है और उसे सुनकर मन प्रसन्न होता है. मोर की वाणी भी मधुर लगती है लेकिन मोरनी की वाणी करकश लगती है. इसी तरह मीठा बोलने वाला, सत्य वाणी बोलने वाला, प्यार से बोलने वाला सभी को अच्छा लगता है और उसके सारे कार्य भी आसानी से हो जाते हैं.

इसके विपरीत अगर कोई कड़वी वाणी बोलता है और ऐसी वाणी बोलकर लोगों का दिल दुखाता है तो ऐसे मनुष्य से लोग घृणा करने लगते हैं और ऐसे आदमी को बिल्कुल पसन्द नहीं करते हैं. कई लोगों की वाणी तो हृदय में बहुत ही चुभने वाली होती है और लोगों के दिल में घाव कर देती है. शरीर का घाव तो भर जाता है लेकिन ऐसे लोगों की बोली हुई वाणी का घाव जीवनभर नहीं भरता है. ऐसे लोगों के लिए रहीम जी का एक दोहा:-

**खीरा सिर ते काटिये मलियत नमक लगाय,  
रहीमन कड़वे मुखन को चाहियत यही सजाय.**

जैसे खीरा कड़वा होता है तो लोग उसको सिर से काटकर उस पर नमक डालकर रगड़ते हैं. इससे उसका कड़वापन समाप्त हो जाता है और उसके बाद लोग उसे खाते हैं.

इसी तरह से कड़वा बोलने वाले का भी हाल होता है. ऐसे लोगों को अपने कड़वे वचनों के कारण कई बार अपनी जान भी गंवानी पड़ती है.

अतः हमेशा मीठी वाणी में ही बोलें.

इस प्रकार सुभाषी होना उत्तम मंगल है.

## **11. माता पिता की सेवा करना उत्तम मंगल है.**

हमारी माता और पिता हमारे लिए महापूजनीय हैं. इनके हमारे ऊपर अनंत उपकार होते हैं.

**"माता पिता की सेवा: उत्तम मंगल "**

माता पिता की सेवा करना एक उत्तम मंगल है.

उनके खानपान की, रहन सहन की, पहनने ओढ़ने की, दवा इत्यादि सभी आवश्यकताओं की उचित व्यवस्था करना.

वृद्धावस्था में उनकी और भी ज्यादा देखभाल करना तथा उनकी अन्य सभी जरूरतों को पूरा करना. उनकी सुख सुविधा का पूरा प्रबंध करना.

**असीम उपकार है माता पिता का**

**माता पिता जननी है, जनक है.**

कहने को तो कोई कहता है कि कोई ब्रह्मा हमारा सृजन करता है. परंतु प्रत्यक्ष सच्चाई तो यह है कि माता पिता ही हमारे ब्रह्मा हैं. वे ही हमारा सृजन करते हैं. मनुष्य तो मनुष्य पशु और पक्षी भी अपनी संतान को बचाने के लिये अपने जीवन तक की बाजी लगा देते हैं.

ऐसे जन्मदाता, सृजनकर्ता, पालनकर्ता, और संरक्षणकर्ता माता पिता को भगवान बुद्ध ने ब्रह्मा कहा तो ठीक ही कहा.

भगवान ने माता पिता को आदि आचार्य भी कहा. नन्हा सा बालक अपने माता पिता के मुख से निकले बोल सुन सुनकर बोलना सीखता है. इसीलिये माँ के दूध के साथ जो भाषा सीखी जाती है, वह मातृभाषा कहलाती है.

माता का प्यार भरा सुख, पिता का दुलार भरा सुख किसी काल्पनिक स्वर्गीय सुख से भी कहीं अधिक महान है.

जाड़े की ठंडी रात में संतान द्वारा गीले किये गए बिस्तर पर माँ स्वयं सोती है और सूखे भाग पर संतान को सुलाती है. अभाव के दिनों में संतान का पेट भरते हैं और कभी कभी स्वयं भूखे रह जाते हैं.

भगवान ने माता पिता को आदि देव भी कहा. जिन अदृश्य देवताओं को हम पूजते हैं, उनके मुकाबले माता पिता प्रत्यक्ष देवता हैं और पूज्य हैं.

किसी को हाथ जोड़कर पूर्व दिशा को पूजते हुए देखकर भगवान ने कहा कि माता पिता ही पूर्व दिशा हैं. उन्हें हाथ जोड़कर पूजो. यही सही पूजा है.

माता पिता का उपकार असीम है. इस कारण संतान द्वारा उनका पूजन अर्चन, उनकी सेवा सत्कार करना यही सही दिशा वंदन है, यही उत्तम मंगल भी है.

ऐसे महान उपकारी माता पिता की सेवा तो दूर उनका अनादर करना, उन्हें भूखे मारना, और उनपर हाथ उठाना अत्यंत जघन्य दुष्कर्म है.

**माता पिता को दुःख देना जघन्य पाप कर्म है.**

**पूत कपूत हो जाए तो भी,**

**मात कुमाता कभी न होय**

**रोम रोम से यही ध्वनि निकले,**

**बेटा तेरा मंगल होय.**

माता का वात्सल्य असीम होता है  
इसी प्रकार पिता का वात्सल्य भी असीम होता है.  
दोनों का उपकार असीम होता है.

इसलिये उनकी सेवा करना उत्तम मंगल है.

**भगवान बुद्ध का उपदेश:-**

**प्रत्युपकार Repaid**

“भिक्षुओं, दो का प्रत्युपकार (उपकार के बदले उपकार) नहीं किया जा सकता.

किन दो का? “माता का तथा पिता का”

भिक्षुओं, सौ वर्ष तक एक कंधे पर माता को ढोये तथा एक कंधे पर पिता को ढोये, और वह उनकी उबटन मलने, मर्दन करने, नहलाने तथा हाथ-पैर दबाने आदि से सेवा करे, और वे भी उसके कंधे पर ही मल-मूत्र कर दें, तो भी भिक्षुओं, यह माता-पिता के किये का प्रत्युपकार नहीं होता. भिक्षुओं, यदि इस रत्न-बहुल पृथ्वी का ऐश्वर्य-राज्य भी माता-पिता को सौंप दिया जाये तब भी यह माता-पिता के किये का प्रत्युपकार नहीं होता. यह किसलिए?

भिक्षुओं, माता-पिता का अपनी संतानों पर बहुत उपकार है. वे उनकी देखभाल करते हैं, पोषण करते हैं, वे उन्हें यह लोक दिखाते हैं अर्थात्, वे उन्हें इस लोक से परिचित कराते हैं.

“भिक्षुओं, जो कोई, अश्रद्धावान माता-पिता को श्रद्धासंपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है.

दुश्शील माता-पिता को शीलसंपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है.

कृपण माता-पिता को त्यागसंपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है.

दुष्प्रज्ञ माता-पिता को प्रज्ञा-संपदा में प्रेरित करता है, स्थापित करता है, प्रतिष्ठापित करता है -तब कहीं माता-पिता के किये का प्रत्युपकार होता है.

### **प्रत्युपकार:-उपकार के बदले उपकार**

भगवान बुद्ध ने माता पिता को पूर्व दिशा भी कहा है.

माता पिता को पूर्व दिशा मानकर पांच तरह से उनकी सेवा करनी चाहिए.

1. इन्होंने मेरा भरण पोषण किया है. अतः मुझे भी इनका भरणपोषण करना चाहिए.

2. इन्होंने मेरा काम किया है, अतः मुझे इनका काम करना चाहिए.

3. इन्होंने कुल वंश बनाए रखा, अतः मुझे भी कुल वंश बनाए रखना चाहिए.

4. इन्होंने मुझे उत्तराधिकार दिया, अतः मुझे भी उत्तराधिकार का प्रतिपादन करना चाहिए.

5. मृत पित्रों के प्रति श्रद्धा रखनी चाहिए.

इस प्रकार पांच तरह से सेवित माता पिता पुत्र पर पांच प्रकार से अनुकम्पा करते हैं:-

1. पाप से बचाते हैं.

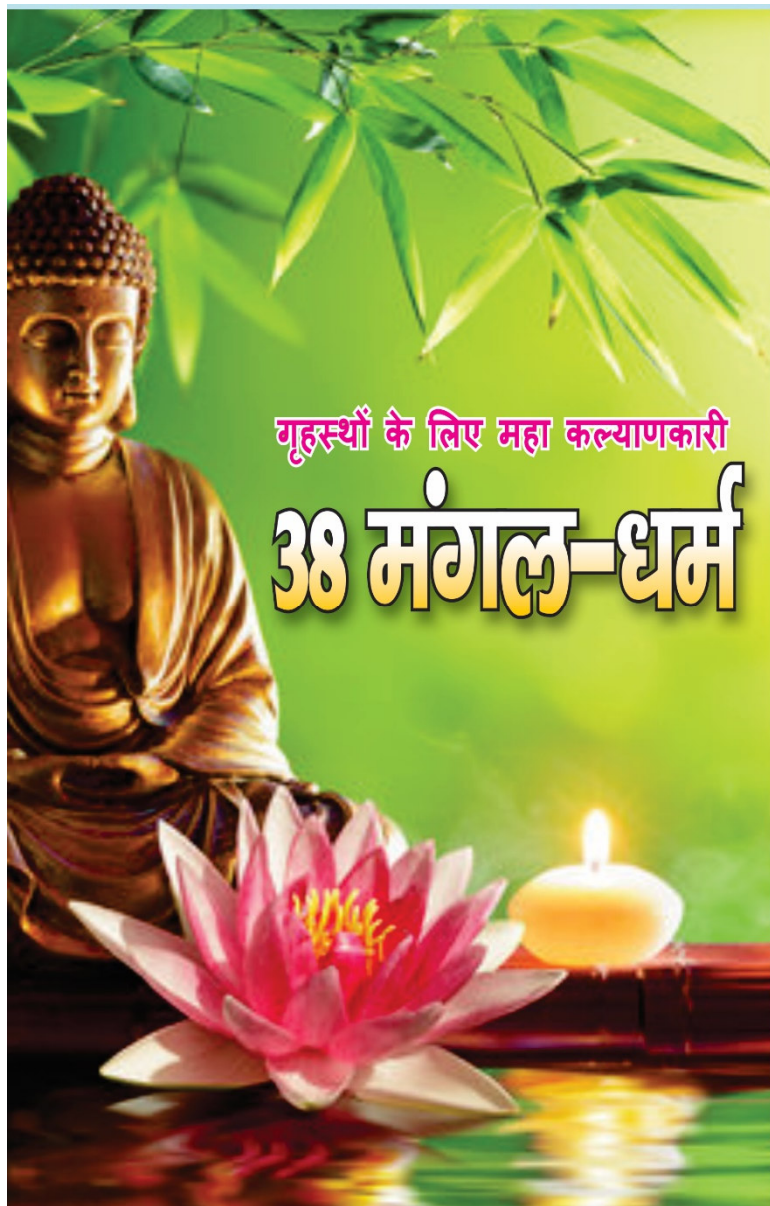
2. पुण्य में लगाते हैं.

3. शिल्प सिखाते हैं.

4. योग्य स्त्री से सम्बंध कराते हैं.

5. समय पाकर उत्तराधिकार सौंप देते हैं.

इन पांच बातों से पुत्र द्वारा माता पिता रूपी पूर्व दिशा की सेवा होती है. इस प्रकार पूर्व दिशा ढंकी हुई, निर्विघ्न, भयरहित होती है. इस प्रकार से माता पिता की सेवा करना उत्तम मंगल है.



गृहस्थों के लिए महा कल्याणकारी

# 38 मंगल-धर्म

## 12. अपने पुत्रों-पुत्रियों और पत्नी का संग्रह करना यानि उनका सही ढंग से पालन पोषण करना उत्तम मंगल है.

हमें अपने पुत्रों-पुत्रियों का सही ढंग से पालन पोषण करना चाहिए. इसी प्रकार अपनी पत्नी का भी पूरा ध्यान रखना है. उसकी जरूरतें पूरी करनी हैं और उन सभी को अपने साथ जोड़कर रखना है.

विवाह के समय एक संस्कार होता है. दोनों पति पत्नी एक पात्र में अलग अलग पानी डालते हैं और फिर उसमें एक दूसरे का हाथ पकड़ते हैं. इसे पानी ग्रहण संस्कार बोलते हैं. इसका मतलब है कि जैसे यह पानी आपस में मिलकर एक हो गया है और अब अलग नहीं हो सकता है, उसी तरह हम भी आजीवन मिलजुलकर रहेंगे और अलग नहीं होंगे. सारे सुख दुःख में एक होकर रहेंगे. मिलजुलकर बच्चों का पालन पोषण करेंगे.

अपने बच्चों को सात साल की उम्र तक बहुत ही प्यार से हर बात समझायेंगे. इसके बाद सौलह साल की उम्र तक उन्हें डांटना फटकारना भी पड़े तो डांटेंगे, फटकारेंगे. अगर कभी पिटाई करनी भी आवश्यक है तो वह भी करेंगे. सौलह साल की उम्र के बाद अपने बच्चों के साथ मित्रता का व्यवहार करेंगे. जैसे मित्र आपस में रहते हैं वैसे ही अपने बच्चों के साथ रहेंगे. इस प्रकार से अपने बच्चों का पालन पोषण करेंगे. उनका भला बुरा उनकी उम्र के अनुसार उन्हें समझायेंगे.

जैसे सातवें, आठवें, नौवें और दसवें मंगल में बताया गया है, उसी तरह से अपने बच्चों को शिक्षित करेंगे. उनकी रुचि अनुसार उनको शिल्पों का ज्ञान करायेंगे. उन पर कोई भी एजुकेशन जबरदस्ती नहीं थोपनी है. बच्चों की रुचि किस विषय में है, उसे ही महत्त्व देना है. फिर उसी विषय में उनको पारंगत बनाना है. बेसिक शिक्षा अलग है. वह सबके लिए जरूरी होती है.

अपने बच्चों को आदर्श गृहस्थ जीवन कैसे जीयें, यह भी सिखाना जरूरी है. बुद्ध साहित्य अनुसार मैं बेटे और बेटियों के लिए अलग अलग

बता रहा हूँ. यह आज भी उतना ही प्रासंगिक है जितना पहले था और हमेशा रहेगा. ऐसा समझना बिल्कुल गलत है कि अब समय अलग तरह का है और इस समय यह लागू नहीं होता है.

### **बेटियों के लिए:-**

बुद्ध साहित्य में विशाखा माता की कथा आती है. विशाखा माता बहुत ही धनाढ्य परिवार से थी और केवल सात साल की उम्र में ही भगवान बुद्ध की शिक्षा से स्रोतापन हो गई थी. बाद में इनका परिवार मगध से कौशल राज्य में सिफ्ट हो गया था. भगवान बुद्ध ने दान देने वाली फीमेल सदस्यों में इन्हें अग्र की उपाधि दी थी.

जब इनकी शादि हुई तो इनके पिता ने इन्हें दस बातों का उपदेश दिया था जो आज भी पूर्ण रूप से उतना ही प्रासंगिक है.

#### **1. घर की अग्नि बाहर नहीं लेकर जाना.**

इसका अर्थ है कि लड़की को अपने ससुराल की कोई भी घरेलू बात बाहर नहीं बताना. अपने मायके वालों से, अपनी सहेलियों से, अपने अड़ोसी पड़ोसी से कोई भी ऐसी बात शेयर नहीं करनी. ये बताई गई बातें आने वाले दिनों में आपकी जिंदगी तबाह कर सकती हैं. हर घर में छोटी मोटी बातें होती रहती हैं जिनको बाहर बताने से घर में झगड़ा होने के पूरे पूरे चांस होते हैं और ये धीरे धीरे बढ़कर विकराल रूप धारण कर लेते हैं और एक दिन आपकी जिंदगी को तबाह कर देते हैं. आजकल मोबाइल फोन के जमाने में बेटियां अपनी माँ को या बहनों को अपने पूरी की पूरी दिनचर्या शेयर करती हैं. ऐसा बिल्कुल भी नहीं करें. दूसरी तरफ से बहन या माँ उसको अपनी सलाह देती हैं और बहन या बेटे की जिंदगी में अपनी दखलअंदाजी करती हैं. ये सलाहें आजकल के घरों को तबाह कर रही हैं. कुछ ही दिनों में पति और पत्नी में झगड़े शुरू हो जाते हैं और कोर्ट केस हो जाते हैं. कई केसों में लड़कियां आत्महत्या कर लेती हैं या पति आत्महत्या कर लेता है. कहने का अभिप्राय है कि पूरा घर इसके कारण तबाह हो जाता है. इसीलिये इसे अग्नि बोला गया है.

#### **2. बाहर की अग्नि अपने घर में लेकर नहीं आना.**



इसका अर्थ है कि लड़की को अपने मायके वालों की तरफ से कही गई बातें, अपने पड़ोसियों की कही गई बातें या अन्य किसी बाहरी सदस्य की कही गई ऐसी कोई भी बात जो घर में झगड़ा पैदा कर सकती है, उसे किसी हाल में भी घर नहीं बताना चाहिए. बताते हैं तो यह आपके घर में बाहर की अग्नि का प्रवेश करना है. इस तरह की बातें धीरे धीरे बढ़कर पूरे घर को तबाह कर सकती हैं. अतः ऐसा बिल्कुल भी न करें.

बेटियों को अच्छी तरह समझना चाहिए कि अब यह उनका अपना घर है और मायका उन्होंने छोड़ दिया है. बहुत ही समझदारी से अपना घर बसाना चाहिए और छोटी मोटी बातों को कभी भी तूल न दें. अपने पति पर नाजायज शक न करें. कोई बात हो भी जाए तो प्यार से साथ बैठकर उसका हल ढूँढ़ें न कि झगड़ा करें. पति जब बाहर से घर आए तो उसका बहुत ही प्यार से स्वागत करें. अगर थके हुए हैं तो उन्हें चाय या कोफी पिलाएं. अगर कोई भी बात करनी है तो पति के पूर्ण रूप से रिलैक्स होने पर ही करें. कभी भी घर आते ही उस पर सवार न हो जाएं. अगर कोई समस्या है भी तो उसका हल भी होता है. अगर कोई ऐसी समस्या है जिसका आपसे हल नहीं निकलता है तो किसी फैमिली एक्सपर्ट से सलाह लें. घरेलू लोगों से सलाह लेना और उसे फोलो करना ऐसे मामलों में ज्यादातर दुखदायी सिद्ध होता है, इसलिए एक्सपर्ट से ही सलाह लें.

### **3. जो देते हैं, उन्हीं को देना चाहिए:-**

इससे अभिप्राय है कि जो कोई भी आपसे घर की कोई वस्तु अपने किसी काम को करने के लिए मांग कर ले जाए और अपना काम समाप्त होते ही आपको वह वस्तु वापस लौटा देता है तो कभी दौबारा से भी कोई वस्तु कार्य करने हेतु मांगे तो उसे वह वस्तु दे देनी चाहिए.

### **4. जो न देते हों, उन्हें नहीं देना चाहिए:-**

इसी तरह यदि आपसे कोई वस्तु ले जाए और कार्य होने पर भी वापस न लौटाए तो ऐसे लोगों को दौबारा कोई भी वस्तु नहीं देनी चाहिए.

### **5. देने वाले को भी और न देने वाले को भी देना चाहिए:-**

इसका अभिप्राय यह है कि कोई अपना रिश्तेदार जो कि निर्धन है और हमारे द्वार पर कुछ मांगने आए तो भले ही वह हमें कुछ देने में समर्थ हो या न हो, हमें तो उसे कुछ न कुछ देना ही चाहिए.

#### **6. सुख से बैठना चाहिए:-**

इसका तात्पर्य यह है कि ऐसे स्थान पर पहले कभी नहीं बैठना चाहिए जहां से सास, ससुर और गुरुजनों के आने पर उठना पड़े.

#### **7. सुख से भोजन करना चाहिए:-**

इसका तात्पर्य यह है कि सास, ससुर से पहले न खाकर, उन्हें परोसकर तथा सबने भोजन कर लिया है कि नहीं, यह जानने के बाद ही स्वयं भोजन करने के लिए बैठना चाहिए.

#### **8. सुखपूर्वक लेटना चाहिए:-**

इसका तात्पर्य यह है कि सास, ससुर के सोने से पहले ही बैड पर पड़कर नहीं सोना चाहिए. उनकी करने योग्य सेवा करके ही बाद में बहुओं का सोना उचित है.

#### **9. अग्नि से सावधान रहते हुए उसकी परिचर्या करनी चाहिए:-**

इस कथन का तात्पर्य यह है कि सास, ससुर तथा पति को अग्नि की राशि तथा भयंकर सर्पराज समझते हुए, उनसे डरते रहकर उनके प्रति सदा सावधान रहते हुए उनकी सेवा करनी चाहिए.

#### **10. अन्तर्देवताओं को प्रणाम करना चाहिए:-**

इस कथन का तात्पर्य यह है कि सास, ससुर और पति को देवता समझते हुए उनके साथ वैसा ही सत्करणीय व्यवहार करना चाहिए.

इन दस बातों का उपदेश विशाखा माता को दिया गया था और उन्होंने इन सब बातों का पालन किया था. हांलाकि उसके ससुर एक बार उससे नाराज हो गए थे लेकिन उसने अपनी सूझबूझ से उन्हें ठीक कर दिया था. उनके ससुर का नाम मिगार था और बाद में तो उनके ससुर

ने उसे अपनी धर्म की माता मान लिया था और तभी विशाखा का नाम मिगार माता विशाखा पड़ा था.

इसी तरह से हमारी बेटियां भी अपनी सूझबूझ से अपने परिवार में सुख और शांति ला सकती हैं. यह बहुत मुश्किल बात नहीं है.

### **बेटों के लिए:-**

भगवान बुद्ध का एक उपदेश जो सिगाल नाम के कुलपुत्र को दिया गया था. वह सुबह स्नान करके हररोज सभी छः दिशाओं को प्रणाम करता था. एक दिन भगवान बुद्ध ने उसको ऐसा करते हुए देखा और उसे बताया कि असलियत में कौनसी छः दिशाएं होती हैं और कैसे उनकी सही पूजा होती है. यह उपदेश आज भी सभी पुत्रों के लिए, सभी गृहस्थों के लिए उतना ही प्रासंगिक है. भगवान बुद्ध ने बताया है कि कैसे एक गृहपति-पुत्र को छः दिशाओं की पूजा करनी चाहिए.

### **1. माता पिता को पूर्व दिशा मानकर पांच तरह से उनकी सेवा करनी चाहिए.**

1. इन्होंने मेरा भरण पोषण किया है. अतः मुझे भी इनका भरणपोषण करना चाहिए.

2. इन्होंने मेरा काम किया है, अतः मुझे इनका काम करना चाहिए.

3. इन्होंने कुल वंश बनाए रखा, अतः मुझे भी बनाए रखना चाहिए.

4. इन्होंने मुझे उत्तराधिकार दिया, अतः मुझे भी उत्तराधिकार का प्रतिपादन करना चाहिए.

5. मृत पित्रों के प्रति श्रद्धा रखनी चाहिए.

इस प्रकार पांच तरह से सेवित माता पिता पुत्र पर पांच प्रकार से अनुकम्पा करते हैं:-

1. पाप से बचाते हैं.

2. पुण्य में लगाते हैं.

3. शिल्प सिखाते हैं.

4. योग्य स्त्री से सम्बंध कराते हैं.

5. समय पाकर उत्तराधिकार सौंप देते हैं.

इन पांच बातों से पुत्र द्वारा माता पिता रूपी पूर्व दिशा की सेवा होती है। इस प्रकार पूर्व दिशा ढंकी हुई, निर्विघ्न, भयरहित होती है।

**2. स्त्री को पश्चिम दिशा मानकर उसकी पांच प्रकार से सेवा करनी चाहिए:-**

1. उसे सम्मान देना चाहिए.
2. उसका कभी अपमान नहीं करना चाहिए.
3. किसी अन्य स्त्री से व्यभिचार न करें.
4. उसे ऐश्वर्य प्रदान करना चाहिए.
5. उसे आभूषण, अलंकार आदि देना चाहिए.

इस प्रकार से स्वामी द्वारा भार्या रूपी पश्चिम दिशा की सेवा होने पर वह स्वामी पर पांच प्रकार से अनुकम्पा करती है:-

1. भार्या घर का काम काज भली प्रकार से करती है.
2. वह नौकर चाकरों को वश में रखती है.
3. वह अर्जित धन सम्पत्ति की रक्षा करती है.
4. वह स्वयं व्यभिचारिणी नहीं होती है.
5. वह सब कामों में निरालस और दक्ष होती है.

**3. मित्रों को उत्तर दिशा जानकर उनकी पांच प्रकार से सेवा करनी चाहिए.**

1. उन्हें जरूरत पर धन देना चाहिए.
2. हमेशा उनको प्रिय वचन बोलने चाहिए.
3. उन्हें कोई काम पड़े तो, उनका काम कर देना चाहिए.
4. उनके साथ समानता का व्यवहार करें.
5. उनमें विश्वास प्रदान करें.

इन पांच प्रकार से मित्र की सेवा करने पर मित्र रूपी उत्तर दिशा पांच प्रकार से उस कुलपुत्र पर अनुकम्पा करती है:-

1. कोई भूल होने पर रक्षा करते हैं.
2. भूल के समय पर उसकी सम्पत्ति की रक्षा करते हैं.
3. किसी भय के समय शरण देने वाले होते हैं.

4. विपत्ति के समय साथ नहीं छोड़ते.
5. दूसरे लोग भी ऐसे मित्र वाले पुरुष का सत्कार करते हैं.

#### **4. गृहपति-पुत्र को पांच प्रकार से आचार्य रूपी दक्षिण दिशा की सेवा करनी चाहिए:-**

1. आचार्य के कहे कार्य को तुरंत करके.
2. आचार्य के कहते ही हाजिर होकर.
3. आचार्य की सेवा करके.
4. आचार्य के सत्संग से.
5. आचार्य से सत्कारपूर्वक विद्या सीखकर.

गृहपति-पुत्र, इस प्रकार पांच बातों से शिष्य द्वारा आचार्य सेवित हो, पांच प्रकार से शिष्य पर अनुकम्पा करते हैं:-

1. सु-विनय(अनुशासन) से युक्त करते हैं.
2. सुंदर शिक्षा को भली प्रकार से सिखाते हैं.
3. 'हमारी विद्या परिपूर्ण रहेगी' सोच, सभी शिल्पों को सिखाते हैं.
4. मित्रजनों का सुप्रतिपादन ( मित्रों के बारे में अच्छी तरह समझाते हैं) करते हैं.
5. दक्षिण दिशा की सुरक्षा करते हैं.

#### **5. पांच प्रकार से कुलपुत्र को श्रमण-ब्राह्मण (संत-महात्मा) रूपी ऊपर की दिशा की सेवा करनी चाहिए:-**

1. मैत्री-भाव-युक्त कायिक कर्म से.
2. मैत्री-भाव-युक्त वाचिक कर्म से.
3. मैत्री-भाव-युक्त मानसिक कर्म से.
4. उनके लिए खुला द्वार रखने से.
5. खाने पीने की वस्तुएं प्रदान करने से.

इन पांच प्रकार से सेवित श्रमण-ब्राह्मण इन पांच प्रकार से कुलपुत्र पर अनुकम्पा करते हैं:-

1. पाप से निवारण करते हैं.
2. कल्याण के मार्ग पर लगाते हैं.

3. अश्रुत विद्या को सुनाते हैं.
4. श्रुत विद्या को और दृढ़ कराते हैं.
5. स्वर्ग का मार्ग बताते हैं.

**6. पांच प्रकार से मालिक को नौकर रूपी निचली दिशा की सेवा करनी चाहिए:-**

1. बल के अनुसार कार्य देकर.
2. समय पर भोजन तथा वेतन देकर.
3. रोगी होने पर उसका सही इलाज करवाकर.
4. बढ़िया भोज्य पदार्थ प्रदान करके.
5. समय पर छुट्टी देकर.

इन पांचों प्रकार से सेवा किए जाने पर नौकर चाकर पांच प्रकार से मालिक पर अनुकम्पा करते हैं:-

1. मालिक से पहले बिस्तर से उठने वाले होते हैं.
2. पीछे सोने वाले होते हैं.
3. दिए को ही लेने वाले होते हैं.
4. कामों को अच्छी तरह से करने वाले होते हैं.
5. मालिक की कीर्ति प्रशंसा फैलाने वाले होते हैं.

भगवान बुद्ध ने इस तरह से एक गृहपति-पुत्र के लिए उपदेश दिया है. आप भी इस उपदेश का पालन करके अपना जीवन सुखी बना सकते हैं.

इस प्रकार से अपने बच्चों को अच्छी तरह से शिक्षा दें ताकि वे सुख पूर्वक जीवन जीयें.

भगवान बुद्ध ने पत्नी को पश्चिम दिशा बताया है. अपनी पत्नी को पश्चिम दिशा मानकर कैसे व्यवहार करें, आओ जानते हैं.

स्त्री को पश्चिम दिशा मानकर उसकी पांच प्रकार से सेवा करनी चाहिए:-

1. उसे सम्मान देना चाहिए.
2. उसका कभी अपमान नहीं करना चाहिए.

3. किसी अन्य स्त्री से कभी भी व्यभिचार न करें.
4. उसे ऐश्वर्य प्रदान करना चाहिए.
5. उसे आभूषण, अलंकार आदि देना चाहिए.

इस प्रकार से स्वामी द्वारा भार्या रूपी पश्चिम दिशा की सेवा होने पर वह स्वामी पर पांच प्रकार से अनुकम्पा करती है:-

1. भार्या घर का काम काज भली प्रकार से करती है.
2. वह नौकर चाकरों को वश में रखती है.
3. वह अर्जित धन सम्पत्ति की रक्षा करती है.
4. वह स्वयं व्यभिचारिणी नहीं होती है.
5. वह सब कामों में निरालस और दक्ष होती है.

इस प्रकार से अपने बच्चों और पत्नी (भार्या) का पालन पोषण करना चाहिए. यह उत्तम मंगल है.

### 13. निष्पाप व्यवसाय करना उत्तम मंगल है.

गृहस्थों को ऐसे व्यवसाय नहीं करने चाहिए जो उनके लिए पापों का संग्रह करते हैं. जिस कर्म के करने से दूसरे प्राणियों को किसी भी तरह की हानि पहुंचती है, उनको अपनी जान तक भी गंवानी पड़ती है ऐसे कर्म पापकर्म होते हैं जैसे:-

1. नशे की चीजों का व्यवसाय जैसे बीड़ी, तम्बाकू, गुटका, शराब, नशीली दवाएं या अन्य तरह की ऐसी ही वस्तुओं का व्यवसाय करना पापमय व्यवसाय है क्योंकि इस प्रकार की वस्तुओं के सेवन से शरीर में अनेक प्रकार के रोग उत्पन्न होते हैं, मनुष्य प्रमत्त हो जाता है और इस कारण बुरे कर्मों में लिप्त होता है.

2. किसी भी तरह के जहरीले पदार्थों का व्यवसाय भी नहीं करना चाहिए क्योंकि इन पदार्थों के सेवन करने वाले की या तो मौत ही हो जाएगी या उसे मरणांतक पीड़ाएं झेलनी पड़ेंगी.

3. किसी भी तरह के हथियारों का व्यवसाय जैसे बंदूकें, तलवार, कटार, भाला आदि क्योंकि इन्हें खरीदने वाला किसी को इन्हें मारने के लिए ही इस्तेमाल करेगा. अतः यह पापमय व्यवसाय है.

4. किसी भी तरह के मांस का व्यवसाय भी पापमय व्यवसाय है क्योंकि इसके लिए अनेक प्रकार के पशुओं का, पक्षियों का वध करना पड़ेगा.

5. पक्षियों को पकड़कर पिंजरों में कैद करके उन्हें आगे लोगों को बेचना भी पापमय व्यवसाय है. कुदरत ने सभी प्राणियों को स्वच्छंद बनाया है. सभी को स्वतंत्र रूप से जीने का अधिकार है. अगर हम इनकी स्वतंत्रता छीनते हैं और इनको कैद करते हैं तो इसके फलस्वरूप हमें भी भविष्य में या अगले जन्मों में कैद में रहना पड़ेगा.

इसके अलावा अन्य तरह के व्यवसाय जो वैसे तो ठीक होते हैं लेकिन उनके माध्यम से हम लोगों से गलत तरीके से धन हासिल करते हैं जैसे डाक्टर का पेशा. इसमें डाक्टर बिना जरूरत के ही कई तरह के टेस्ट करवाता है और लैब वालों से कमीशन लेता है. इसी तरह से महंगी दवाईयां लिखता है और कैमिस्ट से उसका कमीशन लेता है. इसी तरह से और भी कई तरह से ग्राहक को ठगता है. इस प्रकार से उसका व्यवसाय पापमय व्यवसाय हो जाता है.

वकील का पेशा वैसे तो अच्छा है लेकिन ज्यादातर वकील अपने ग्राहक से धोखा करते हैं. तारीखों पर नहीं पहुंचते हैं. दूसरी पार्टी के साथ मिल जाते हैं और अपने ग्राहक को धोखा देते हैं. केश को ठीक से पेश नहीं करते हैं और इस कारण ग्राहक को सजा हो जाती है. इस प्रकार से कई तरह से ये लोग अपने ग्राहक के साथ धोखाधड़ी करते हैं. इस प्रकार से अपने पेशे को ये लोग पापमय व्यवसाय बना लेते हैं.

इसी तरह से अन्य प्रकार के सभी व्यवसायों में अगर हम अपने ग्राहक के साथ धोखाधड़ी करते हैं तो उस व्यवसाय को पापमय व्यवसाय बना लेते हैं.



अतः आप जो भी व्यवसाय करें वह निष्पाप होना चाहिए. हमारी चेतना सदा ही ग्राहक का भला करने की ही होनी चाहिए. कम पैसों में अपने ग्राहक को अच्छी से अच्छी सेवा दें. हर व्यवसाय को सेवा के रूप में ही करें. अगर आप ऐसा करते हैं तो आपका व्यवसाय दिन दूनी रात चौगुनी उन्नति करेगा.

## 14. दान देना उत्तम मंगल है.

हर गृहस्थ के लिए दान देना बहुत ही जरूरी है. हमें जीवन में जो भी कुछ हासिल होता है, वह हमारे द्वारा पहले से दिये हुए का ही परिणाम होता है. आज हम जितने भी बड़े बड़े रईस लोगों को देखते हैं, उन्होंने पहले जन्मों में बहुत दान किया हुआ होता है. इस जीवन में भी ये लोग बहुत दान देते रहते हैं. भगवान बुद्ध ने हर गृहस्थ के लिए दान करना बहुत ही महत्त्वपूर्ण बताया है. भगवान बुद्ध तो इसको समविभाग बोलते थे. उनके अनुसार हर गृहस्थ को अपनी कमाई का चौथाई हिस्सा दान करना चाहिए. आजकल के दिनों में तो इतना दान करना बहुत ही ज्यादा लगता है.

मुझे तो दान करने के बारे में मई, 2006 में पता चला जब मैंने सबसे पहली धर्म सेवा देने का शुभ अवसर प्राप्त हुआ. पूज्य गुरुदेव गोयनका जी की रिकॉर्डिड कैसेट सुनने को मिली, जिसमें पूज्य गुरुदेव जी ने दान के बारे में महत्त्वपूर्ण जानकारी दी. उसके बाद से मैं तो अपनी कमाई का कम से कम दस परसेंट हर हाल में दान कर रहा हूँ. ज्यादा होता है तो ज्यादा भी देता हूँ, लेकिन कम से कम 10% तो देता ही हूँ. अतः आप भी अपनी कमाई का कम से कम 10% हर हाल में दान दें.

पूज्य गुरुदेव गोयनका जी अपने प्रवचनों में दान के बारे में जानकारी देते हैं. पूज्य गुरुदेव गोयनका जी ने ऊर्जा प्रश्न उत्तरों में दान के बारे में विस्तार से समझाया है. गुरु जी ने इसमें एक सच्चा उदाहरण भी दिया है. सातवाहन राजा के राज्य में एक जवान महिला मजदूर का कार्य

करती थी और वह अपनी आधी मजदूरी दान कर देती थी. यह बात राजा तक भी पहुंची. राजा ने उसे अपने पास बुलाया और पूछा कि तुम्हें इतनी कम मजदूरी मिलती है और फिर भी तुम आधी मजदूरी दान दे देती हो. ऐसा क्यों करती हो? उस महिला ने बताया कि मेरे पूर्वज कभी दान देने में अग्र हुआ करते थे. समय के साथ हमारा परिवार गरीब हो गया है लेकिन मैं अपने कुल की परम्परा कैसे तोड़ सकती हूँ? अपने कुल की परम्परा को कायम रखने के लिए मैं आधी मजदूरी दान कर देती हूँ. राजा उसकी बातें सुनकर बहुत खुश हुआ और उसे अपनी पटरानी बना लिया. इस तरह से दान अपना फल देता है.

ऐसा ही एक उदाहरण भगवान बुद्ध के समय का लेते हैं. मल्लिका कौशल राजा प्रसन्नजित के माली की लड़की थी. वह भी एक गरीब परिवार से ही थी. एक दिन उसने अपने दोपहर के खाने के लिए चार लड्डू बनाए और उनको लेकर शाही उद्यान में जा रही थी कि सामने से भगवान बुद्ध भिक्षा के लिए आ रहे थे. उसने भगवान बुद्ध को प्रणाम किया और वे चारों लड्डू भगवान बुद्ध के भिक्षा पात्र में डाल दिए और भगवान बुद्ध को प्रणाम करके उद्यान के लिए चल पड़ी. भगवान बुद्ध मुस्कराए. आनंद स्थविर ने पूछा भगवान कोई विशेष घटना होगी. भगवान बुद्ध ने कहा- " हाँ, आनंद. इस दान के प्रभाव से यह कुमारी आज ही कौशल राज्य की पटरानी बनेगी."

मल्लिका उद्यान में चली गई और अपने कार्य में लग गई. तभी थोड़ी देर में देखती है कि महाराज प्रसन्नजित घोड़े पर थके हारे आ रहे हैं और बिल्कुल गिरने वाले हैं. वह घोड़े को रोककर महाराज को सहारा देकर नीचे उतारती है और एक छायादार पेड़ के नीचे लेकर जाती है और महाराज को पानी पिलाती है और उनका सिर अपनी गोद में रख लेती है. महाराज को थकान के कारण तुरंत नींद आ जाती है. महाराज असल में अजातशत्रु के साथ युद्ध करने के लिए गए हुए थे और वहां युद्ध में बुरी तरह से हारकर किसी तरह अपनी जान बचाकर कौशल वापस आए थे और बहुत बुरी तरह से थके हुए थे. महाराज बहुत देर तक सोते रहे. जब सोकर उठे तो देखा कि मल्लिका की गोद में सिर रखकर सोये थे.

उठकर सारी बात का पता लगता है और मल्लिका से पूछते हैं कि वह शादीशुदा है या कुआंरी. मल्लिका बताती है कि महाराज मैं अभी कुआंरी हूँ. इसके बाद महाराज मल्लिका से विधिवत रूप से शादी कर लेते हैं और वह कौशल राज्य की पटरानी बन जाती है. भगवान बुद्ध को दिए दान का परिणाम उसी दिन मिल गया और मल्लिका उस दान के प्रभाव से ही कौशल राज्य की पटरानी बनी.

इस तरह से दान का फल प्राप्त होता है, लेकिन साथ ही चित्त की चेतना भी त्रिविध होनी चाहिए. दान देने से पहले चित्त प्रसन्न हो, दान देते समय चित्त प्रसन्न हो और दान देने के बाद भी जब जब भी दिए हुए दान की याद आए तो भी चित्त प्रसन्नता से भर जाए. इस तरह की चेतना से दिए गए दान का पूरा पूरा फल प्राप्त होता है. इसके साथ साथ कैसे पात्र को दान दिया गया है, यह भी जरूरी है. जिसको दान दिया गया है उसकी पात्रता के अनुसार ही फल प्राप्त होता है.

**दान कैसे देना चाहिए, यह भी जानना आवश्यक है?**

जब भी दान दें पूर्ण श्रद्धाभाव से ही दान दें, विनम्रतापूर्वक दान दें, सत्कारपूर्वक दान दें, अपने हाथों से ही दान दें और दोनों हाथों से दान दें.

आइये अब जानते हैं कि किस पात्र को दान देने का कितना फल मिलता है?

1. किसी भी पशु, पक्षी, चींटी, मछली आदि प्राणियों को दिए हुए दान के बदले हमें सौ गुणा बढ़कर वापस मिलता है. वह इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी वापस मिलता है.

2. किसी भी मिथ्या दृष्टिक मनुष्य को (साधारण मनुष्यों को) दिए गए दान के बदले मैं हमें एक हजार गुणा बढ़कर वापस मिलता है. वह इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

3. किसी भी शीलवान मनुष्य को दिए गए दान के बदले मैं एक लाख गुणा बढ़कर वापस मिलता है, इस जन्म में भी और अगले जन्मों में भी मिलता है.

4. किसी ऐसे मनुष्य को जो कि शीलों का पालन कर रहा है और विपश्यना विद्या के अलावा किसी और साधना के माध्यम से मुक्त होने के प्रयास में लगा हुआ है, को दान देने के बदले में एक करोड़ गुणा बढ़कर वापस मिलता है. वह इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

इसके बाद अब विपश्यना विद्या के अभ्यास में लगे हुए मनुष्यों के बारे में:-

5. एक विपश्यी साधक जो अभी साधना के अभ्यास द्वारा स्रोतापन होने के मार्ग पर आरूढ़ है लेकिन स्रोतापन हुआ नहीं है, ऐसे साधक को दान देने के बदले में अनन्त गुणा फल की प्राप्ति होती है और एक दिन यह दान हमारी मुक्ति में भी सहायक बनता है. वह इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

6. इसके बाद स्रोतापन साधक का नम्बर आता है. एक स्रोतापन साधक को दिया गया दान सौ स्रोतापन मार्ग आरूढ़ साधकों को दिये गये दान से भी ज्यादा फलदायी होता है. इस दान के बदले में अनन्त गुणा फल की प्राप्ति होती है. यह फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

7. इसके बाद सकदागामी मार्ग आरूढ़ साधक का नम्बर आता है. इसका फल सौ स्रोतापन साधकों को दिये दान से भी ज्यादा फलदायी होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी तो होता ही है, एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

8. इसके बाद सकदागामी साधक आता है. सौ सकदागामी मार्ग आरूढ़ साधकों से भी ज्यादा एक सकदागामी साधक को दिये दान का फल प्राप्त होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

9. इसके बाद अनागामी मार्ग आरूढ़ साधक आता है. सौ सकदागामी साधकों से भी ज्यादा एक अनागामी मार्ग आरूढ़ साधक को दिये गए दान का फल प्राप्त होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

10. इसके बाद अनागामी साधक आता है. सौ अनागामी मार्ग आरूढ़ साधकों को दिये गये दान से ज्यादा एक अनागामी साधक को दिये गये दान से प्राप्त होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

11. इसके बाद अर्हत मार्ग आरूढ़ साधक आता है. सौ अनागामी साधकों को दिये गये दान से ज्यादा एक अर्हत मार्ग आरूढ़ साधक को दिये गये दान से प्राप्त होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

12. इसके बाद अर्हत का नम्बर आता है. सौ अर्हत मार्ग आरूढ़ साधकों को दिये गये दान से ज्यादा एक अर्हत को दान देने से प्राप्त होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

13. इसके बाद प्रत्येक बुद्ध का नम्बर आता है. सौ अर्हत्तों को दिये गये दान से भी ज्यादा एक प्रत्येक बुद्ध को दिया गया दान ज्यादा फलदायी होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है. इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है.

14. इसके बाद सम्यक सम्बुद्ध का नम्बर आता है. सौ प्रत्येक बुद्धों को दिये गये दान से भी ज्यादा एक सम्यक सम्बुद्ध को दिये गये दान का फल प्राप्त होता है. यह भी अनन्त गुणा फलदायी होता है और एक

दिन हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है। इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है।

15. इसके बाद भिक्षुओं के संघ या भिक्षुणियों के संघ को दिया गया दान आता है। संघ दान इन सभी दानों में सबसे बड़ा है और अनन्त गुणा फलदायी तो होता ही है, साथ साथ हमारी मुक्ति में भी सहायक होता है। इसका फल इस जन्म में भी मिलता है और अगले जन्मों में भी मिलता है।

16. इससे भी ज्यादा दान देने का फल चारों दिशाओं से आने वाले भिक्षुओं और भिक्षुणियों के लिए विहार बनवाने से प्राप्त होता है क्योंकि इन विहारों में (ध्यान केन्द्रों में) ये लोग विपश्यना साधना करते हैं और जीवन मरण के बंधनों से मुक्त होने का निरन्तर अभ्यास करते हैं और एक दिन मुक्त अवस्था प्राप्त कर लेते हैं।

आज तो हमारे देश में इतने ज्यादा सम्प्रदाय हो गए हैं कि लोग भगवान बुद्ध को और भिक्षुओं और भिक्षुणियों के संघ को भूल ही गए हैं। भगवान बुद्ध को लोग केवल बौद्धों का भगवान मानते हैं। यह हमारे देश का दुर्भाग्य है। अब धीरे धीरे लोग भगवान बुद्ध की खोजी हुई विपश्यना विद्या के बारे में जान रहे हैं और इस सम्प्रदायविहीन शिक्षा को ग्रहण कर रहे हैं और अपना मंगल साध रहे हैं।

इस तरह से मैंने आपको दान के बारे में पूरे विस्तार से समझा दिया है। जितने भी विपश्यना सेंटर बन रहे हैं, इनमें दिया गया दान भी संघ दान और विहारों के दान के बराबर ही फलदायी होता है क्योंकि यहाँ चारों दिशाओं से आकर सभी तरह के साधकों का संघ ही साधना करता है। यहाँ पर स्रोतापन मार्ग आरूढ़ साधक से लेकर भिक्षुओं और भिक्षुणियों का संघ भी साधना करता है।

पूरा विस्तार से जानकारी होने के बाद अब आप सभी को लगातार पूर्ण श्रद्धाभाव से अपने मंगल के लिए दान देते रहना चाहिए। कहीं भी दान दें, शुद्ध चेतना से दान दें। विपश्यना सेंटरों में भी लगातार दान देते रहना चाहिए। सेंटरों में विपश्यी साधक ही दान दे सकते हैं। अतः पहले

कम से कम एक विपश्यना शिविर पूरा करना पड़ेगा. दान देकर अपना मंगल साध लें और अपनी मुक्ति का रास्ता बना लें.

## 15. धर्म का आचरण करना उत्तम मंगल है.

यहाँ धर्म का मतलब है कुदरत के नियमों के अनुसार अपना जीवन जीना. किसी भी सम्प्रदाय के कर्मकाण्डों को पूरा करना धर्माचरण नहीं कहलाता है.

किसी भी तरह के पाप कर्म नहीं करना, केवल कुशल कर्म (अच्छे कर्म) ही करना और अपने चित्त को निर्मल करना, यही धर्म कहलाता है. अगर कोई इसके अनुसार अपना जीवन जी रहा है तो वह धर्माचरण का जीवन जीना कहलायेगा.

जो मनुष्य किसी भी प्राणी की जानबूझकर हत्या नहीं करता बल्कि प्राणियों के जीवन की रक्षा करता है, जरूरतमंद लोगों को दान देता है, अगर शादीशुदा है तो पत्नीव्रत है और नारी है तो पतिव्रता है और अभी कुंवारा है या कुंवारी है तो ब्रह्मचर्य का जीवन जीते हैं, किसी भी प्रकार के मादक पदार्थों के सेवन से दूर रहता है/रहती है, हमेशा सत्य वाणी ही बोलता है/बोलती है, मीठी वाणी बोलते हैं, बिछड़े हुए लोगों का आपस में मेल करवाते हैं और अपने समय का सदुपयोग करते हैं. अपने मन को वश में रखने के लिए तथा अपने मन को निर्मल करने के लिए नित्य रूप से विपश्यना का अभ्यास करते हैं, ऐसे लोग धार्मिक हैं और धर्माचरण का जीवन जीते हैं. अगर इसके विपरीत जीवन जीते हैं तो दुराचरण का जीवन ही जीते हैं.

अतः अपने जीवन में धर्म को उतारें और अपना मंगल साध लें, अपना कल्याण साध लें.

## 16. बंधु बांधवों का संग्रह करना यानि उनको अपने साथ जोड़कर रखना और जरूरत के समय उनकी सहायता करना उत्तम मंगल है.

हमें अपने मित्रों की और रिश्तेदारों की सहायता करनी चाहिए. इन्हें ही बंधु बांधव बोलते हैं. अगर उन्हें किसी कार्य के लिए धन की आवश्यकता होती है तो अपनी सामर्थ्य अनुसार उन्हें धन देकर सहायता करनी चाहिए. उन्हें किसी वस्तु की आवश्यकता है और हम उसे पूरी कर सकते हैं तो हमें वह वस्तु देकर उसकी सहायता करनी चाहिए. इसके साथ साथ हमें उनके साथ समानता का व्यवहार करना चाहिए. उनके साथ हमेशा इज्जत से पेश आना चाहिए.

भगवान बुद्ध ने इन्हें उत्तर दिशा बताया है.

मित्रों को और रिश्तेदारों को उत्तर दिशा जानकर उनकी पांच प्रकार से सेवा करनी चाहिए.

1. उन्हें जरूरत पर धन देना चाहिए.
2. हमेशा उनको प्रिय वचन बोलने चाहिए.
3. उन्हें कोई काम पड़े तो, उनका काम कर देना चाहिए.
4. उनके साथ समानता का व्यवहार करें.
5. उनमें विश्वास प्रदान करें.

इन पांच प्रकार से मित्र और रिश्तेदार की सेवा करने पर मित्र रूपी उत्तर दिशा पांच प्रकार से उस कुलपुत्र पर अनुकम्पा करती है:-

1. कोई भूल होने पर रक्षा करते हैं.
2. भूल के समय पर उसकी सम्पत्ति की रक्षा करते हैं.
3. किसी भय के समय शरण देने वाले होते हैं.
4. विपत्ति के समय साथ नहीं छोड़ते.
5. दूसरे लोग भी ऐसे मित्र और रिश्तेदारों वाले पुरुष का सत्कार करते हैं.



## 17. अनवर्जित कार्य ही करना यानि कल्याणकारी कार्य ही करना उत्तम मंगल है.

वाणी और शरीर से किया कोई भी ऐसा कार्य जिससे अन्य प्राणियों की हानि होती है, उनको दुख पहुंचता है, उनको अपनी जान गंवानी पड़ती है, ऐसे कार्य वर्जित हैं. अतः ऐसे कार्य या व्यवसाय गृहस्थों को नहीं करने चाहिए. जैसे:-

1. नशे की चीजों का कार्य या व्यवसाय जैसे बीड़ी, तम्बाकू, गुटका, शराब, नशीली दवाएं या अन्य तरह की ऐसी ही वस्तुओं का व्यवसाय करना पापमय व्यवसाय है, अकल्याणकारी व्यवसाय है क्योंकि इस प्रकार की वस्तुओं के सेवन से शरीर में अनेक प्रकार के रोग उत्पन्न होते हैं, मनुष्य प्रमत्त हो जाता है और इस कारण बुरे कर्मों में लिप्त होता है.

2. किसी भी तरह के जहरीले पदार्थों का व्यवसाय भी नहीं करना चाहिए क्योंकि इन पदार्थों के सेवन करने वाले की या तो मौत ही हो जाएगी या उसे मरणांतक पीड़ाएं झेलनी पड़ेंगी.

3. गृहस्थ को किसी भी तरह के हथियारों का व्यवसाय भी नहीं करना चाहिए जैसे बंदूकें, तलवार, कटार, भाला आदि क्योंकि इन्हें खरीदने वाला किसी को इन्हें मारने के लिए ही इस्तेमाल करेगा. अतः यह पापमय व्यवसाय है. सरकार को ऐसे व्यवसाय करने चाहिए क्योंकि देश की रक्षा के लिए हथियार आवश्यक हैं लेकिन गृहस्थ के लिए ऐसे व्यवसाय गलत हैं.

4. किसी भी तरह के मांस का व्यवसाय भी पापमय व्यवसाय है, गलत व्यवसाय है क्योंकि इसके लिए अनेक प्रकार के पशुओं का, पक्षियों का वध करना पड़ेगा.

5. पक्षियों को पकड़कर पिंजरों में कैद करके उन्हें आगे लोगों को बेचना भी पापमय व्यवसाय है. कुदरत ने सभी प्राणियों को स्वच्छंद बनाया है. सभी को स्वतंत्र रूप से जीने का अधिकार है. अगर हम इनकी

स्वतंत्रता छीनते हैं और इनको कैद करते हैं तो इसके फलस्वरूप हमें भी भविष्य में या अगले जन्मों में कैद में रहना पड़ेगा।

इसके अलावा अन्य तरह के व्यवसाय जो वैसे तो ठीक होते हैं लेकिन उनके माध्यम से हम लोगों से गलत तरीके से धन हासिल करते हैं जैसे डाक्टर का पेशा। इसमें डाक्टर बिना जरूरत के ही कई तरह के टेस्ट करवाता है और लैब वालों से कमीशन लेता है। इसी तरह से महंगी दवाईयां लिखता है और कैमिस्ट से उसका कमीशन लेता है। इसी तरह से और भी कई तरह से ग्राहक को ठगता है। इस प्रकार से उसका व्यवसाय पापमय व्यवसाय हो जाता है।

वकील का पेशा वैसे तो अच्छा है लेकिन ज्यादातर वकील अपने ग्राहक से धोखा करते हैं। तारीखों पर नहीं पहुंचते हैं। दूसरी पार्टी के साथ मिल जाते हैं और अपने ग्राहक को धोखा देते हैं। केश को ठीक से पेश नहीं करते हैं और इस कारण ग्राहक को सजा हो जाती है। इस प्रकार से कई तरह से ये लोग अपने ग्राहक के साथ धोखाधड़ी करते हैं। इस प्रकार से अपने पेशे को ये लोग पापमय व्यवसाय बना लेते हैं।

इसी तरह से अन्य प्रकार के सभी व्यवसायों में अगर हम अपने ग्राहक के साथ धोखाधड़ी करते हैं तो उस व्यवसाय को पापमय व्यवसाय बना लेते हैं।

अतः आप जो भी व्यवसाय करें वह निष्पाप होना चाहिए, कल्याणकारी होना चाहिए। हमारी चेतना सदा ही ग्राहक का भला करने की ही होनी चाहिए। कम पैसों में अपने ग्राहक को अच्छी से अच्छी सेवा दें। हर व्यवसाय को सेवा के रूप में ही करें। अगर आप ऐसा करते हैं तो आपका व्यवसाय दिन दूनी रात चौगुनी उन्नति करेगा।

शुद्ध धर्म को भी कभी भी व्यवसाय न बना लें। जिस दिन धर्म व्यवसाय बन जाता है, उसी दिन से यह अपनी शुद्धता खोने लगेगा और एक दिन लुप्त हो जाएगा। धर्म को व्यवसाय बनाना महापाप का कार्य है। ऐसा कभी भी न करें।

## 18-19. तन, मन और वाणी से पापों का त्याग करना उत्तम मंगल है.

जब कोई विपश्यना सेंटर में पहला दस दिवसीय शिविर करता है तो उसे पांच शील दिये जाते हैं. दस दिन तक उनका पालन करना पड़ता है. इस दौरान साधक अपने मन को बलपूर्वक काबू में करके इन शीलों का पालन करता है.

इसके बाद घर जाकर सुबह शाम विपश्यना ध्यान का अभ्यास करता है और फिर समय निकालकर दौबारा से शिविर करता है और धीरे धीरे करके इसी तरह से धर्म में पकता जाता है और इन्हीं शीलों को अब पूर्णतया आचरण में उतार लेता है.

इस प्रकार से वह पूर्णतया धर्म का जीवन जीने लगता है और मन, वाणी और शरीर से होने वाले सभी पापों का त्याग कर देता है. इस प्रकार से पापों का त्याग करना उत्तम मंगल है.

## 20. नशीली वस्तुओं का सेवन नहीं करना उत्तम मंगल है.

नशीली वस्तुओं का सेवन करने से मनुष्य की बुद्धि सही से काम नहीं करती है और वह नशे में कोई भी बुरे से बुरा काम कर बैठता है. बाद में सारा जीवन पछताना पड़ता है. नशा हमें धर्म से भी दूर कर देता है क्योंकि इस मार्ग पर चलने के लिए कम से कम पांच शीलों का पालन करना अनिवार्य होता है जिसमें एक शील है नशे पते से दूर रहना. जब हम नशा करते हैं तो हमारा साथ भी ऐसे लोगों के साथ होने लगता है जो दुष्कर्म होते हैं, पाप कर्मों में लिप्त होते हैं. ऐसे लोगों का संग पाकर हम भी पाप कर्मों की ओर अग्रसर होने लगते हैं और अपना अनमोल जीवन पाप कर्मों में लिप्त होकर नष्ट कर देते हैं और अन्ततः मृत्यु के बाद अधोगति में जा पड़ते हैं.

जो अनमोल मनुष्य जीवन शुभ कर्म करने के लिए मिला था, जीवन मुक्त होने के लिए मिला था, वह अपनी मूर्खता की वजह से खो दिया।

अतः कभी भी नशीली वस्तुओं का सेवन न करें और अपने जीवन को मंगलमय बनाएं।

## 21. धर्म के कार्यों में प्रमाद नहीं करना यानि आलस्य त्यागकर सदा ही धर्म के कार्यों के लिए तत्पर रहना उत्तम मंगल है।

कितने ही लोग हैं जो विपश्यना के शिविर करके घर आकर अभ्यास नहीं करते हैं और आधे से ज्यादा तो प्रमाद के कारण ( आलस्य के कारण) सदा के लिए इसे छोड़ ही देते हैं। आलस्य में अपना समय जगह जगह खराब करते रहते हैं लेकिन धर्म में पकने का अभ्यास नहीं करते हैं। इतने बहाने ढूंढते हैं कि सोच नहीं सकते।

भगवान बुद्ध के अन्तिम शब्द हैं:-

**व्यधम्मा संखारा, अप्पमादेन सम्पादेथ.**

सभी संस्कार (बनी हुई वस्तुएं) अनित्य हैं। इनमें कोई भी सार नहीं है। प्रमाद किए बिना धर्म का सम्पादन करो यानि धर्म में पको।

अतः आलस्य त्यागकर निरन्तर हर साल विपश्यना शिविर करेंगे। हररोज सुबह शाम घर पर इसका अभ्यास करेंगे। हर वर्ष एक शिविर में धर्म सेवा भी देंगे। अगर अपने आसपास सप्ताह में एक दिवसीय शिविर लगते हैं तो एक दिवसीय शिविर करेंगे अन्यथा अपने घर पर ही स्वयं शिविर करेंगे और अष्टशीलों का पालन करते हुए उपोसथ करेंगे। साथ साथ दान भी देंगे।

अगर आलस्य त्यागकर पक्का इरादा कर लेते हैं तो लगातार धर्म के मार्ग पर बढ़ते ही जायेंगे।

## 22. पूजनीय व्यक्तियों को गौरव देना उत्तम मंगल है.

माता पिता, आचार्य, घर के बड़े लोग जैसे दादा दादी आदि ये सभी पूजनीय हैं. इनके बारे में पहले ही बताया गया है.

इनके अलावा कितने ही ऐसे लोग हैं जो जानी हैं, सज्जन हैं, भिक्षु हैं, भिक्षुणियां हैं आदि. ऐसे लोगों से समय समय पर हमारी भेंट होती रहती है. ऐसे लोगों को सदैव गौरव देना चाहिए, उनकी इज्जत करनी चाहिए, उनको प्रणाम करना चाहिए. उनको किसी प्रकार की जरूरत हो तो उनकी वह जरूरत भी पूरी करनी चाहिए. उनसे कोई अच्छी शिक्षा मिले तो ग्रहण करनी चाहिए.

इस प्रकार से पूजनीय व्यक्तियों को गौरव देना उत्तम मंगल है.

## 23. सदा विनम्र रहना उत्तम मंगल है.

1. किसी के द्वारा कहे गए कल्याणकारी वचन को विनम्रतापूर्वक सुने, अच्छा उपदेश देने वाले का सम्मान करे, सुनी हुई अच्छी बात का तत्परतापूर्वक पालन करे तो अपना ही मंगल सधता है.

सदुपदेश जहाँ कहीं से भी मिले, जिस किसी से भी मिले, उसे आदरपूर्वक ग्रहण करें.

एक व्यक्ति गर्व घमंड से भरा होता है तो किसी से कल्याणकारी वाणी सुनना भी हीन समझता है, चाहे वह चर्चा कितनी भी अच्छी क्यों न हो.

ऐसा व्यक्ति उद्वण्डता से भरा होने के कारण कल्याणकारी वाणी को विनम्र भाव से स्वीकार करने के स्थान पर अहंकार प्रकट करता हुआ कहता है-तुम कौन आये मुझे उपदेश देने वाले?

अथवा कहता है:- नहीं चाहियें मुझे तुम्हारे उपदेश. यह जो कुछ कह रहे हो यह मैं पहले से ही जानता हूँ.

अथवा कहता है:- तुम मुझे क्या सिखाते हो? तुम्हारे में तो यह दोष है, यह दोष है.

और अपनी प्रशंसा करते हुए कहता है:- मुझमें यह गुण है, यह गुण है.

गर्व घमंड से ऐसा कुछ नहीं भी कहे तो मुँह फुलाकर गुमसुम बैठ रहा है और उपदेश देने वाले को घृणा की दृष्टि से देखता है.

दूसरी ओर कोई समझदार आदमी हो और उसे कोई उसकी भूल बता दे, तो बताने वाले का उपकार मानता है.

आदमी स्वयं अपनी भूल नहीं देख पाता और जब उसकी भूल कोई अन्य व्यक्ति उसे दिखाता है और उसे सुधारने का उपदेश देता है तो वह कृतज्ञता से भर उठता है.

अपनी भूल सुधारकर अपना कल्याण साध लेता है. भूल बताने वाले व्यक्ति को ऐसे ही समझता है जैसे किसी ने गड़ा हुआ खजाना बता दिया हो. खजाना तो अपने पास है ही पर अपनी नासमझी से उसे ढक रखा है. किसी ने कृपा करके बता दिया और हमने अपनी नासमझी दूर कर ली और समझदारी के साथ अपना छिपा हुआ खजाना प्राप्त कर लिया.

अतः भूल बताने वाले को वह धन्यवाद ही देगा. इसीमें उसका मंगल समाया हुआ है.

इसलिये हमारे यहाँ के एक संत ने कहा:-

निंदक नियरे राखिये,  
आँगन कुटी छवाय.  
बिन साबुन पानी बिना,  
निर्मल करत सुभाय.

हमारे स्वभाव में जो खोट है, उसे कोई बताये तो हम उसे अपना उपकारी ही मानेंगे. उसका शुक्रिया ही अदा करेंगे. जो अपनी गल्ती तुरंत

स्वीकार कर लेता है और उसे सुधार लेता है वह अपना मंगल साध लेता है.

अतः अपनी भूल बताने वाले के प्रति विनम्रभाव रखना गृहस्थ के लिये उत्तम मंगल ही है.

2. कोई अपने माता पिता का, आचार्य का, घर के बुजुर्गों का तथा समाज के अन्य आदरणीय व्यक्तियों का आदर सत्कार करे, उन्हें नमन करे परंतु मन में नम्रता का नामोनिशान न हो, अहंकार ही भरा हुआ हो, शरीर से झुकता भी है तो यंत्रवत झुकता है.

लोगों को यह दिखाने के लिये की मैं कितना विनयशील हूँ. बुजुर्गों का, बड़ों का सम्मान करता हूँ, शरीर झुकता है लेकिन मन तो पत्थर की भाँति अकड़ा हुआ है. ऐसा व्यक्ति अपना अमंगल ही करता है.

धर्म में दिखावा नहीं होना चाहिये. जहाँ दिखावा होता है वहाँ धर्म नहीं होता. मंगल नहीं होता.

मानस निरभिमानी हो, पत्थर की भाँति कठोर नहीं, मक्खन की भाँति पिघला हुआ हो तो ही सही माने में विनम्र कहा जाता है.

लोग क्या कहेंगे, यह सोचकर बड़ों के आगे झुकता है पर मन नहीं झुकता तो लाभ के स्थान पर अपनी हानि ही कर लेता है. उस झुकने में धोखा समायो हुआ है. अतः छल कपट के दोष का भागी होता है, अमंगल का भागी होता है.

कई बार ऊँची जाति और गोत्र के नशे के कारण किसी नीची माने जाने वाले जाति के शक्तिशाली व्यक्ति के सामने मजबूरन झुकना पड़ता है, इसलिये झुकता है.

ऐसे ही धन के नशे में प्रमत्त व्यक्ति जनता में पूज्य किन्तु निर्धन व्यक्ति के सामने झुकता तो है लेकिन केवल लोकाचार के कारण झुकता है. झुकना पड़ता है इसलिये झुकता है.

भीतर से अहंकार कि अग्नि में जलते हुए पीड़ित होता है. जाति, वर्ण, गोत्र व धन के नशे के कारण अहंकार में प्रमत्त हुआ व्यक्ति भीतर

ही भीतर अपने लिये नर्क की अग्नि को प्रज्वलित करता है. अपना लोक भी बिगाड़ता है परलोक भी बिगाड़ता है.

अतः अपना अभिमान त्यागकर विनम्र व्यक्ति बनें और अपना जीवन मंगलमय बनाएं.

## 24. पूरी तरह सन्तुष्ट रहना उत्तम मंगल है.

मेहनत से, ईमानदारी से गृहस्थ को धन कमाना है लेकिन साथ साथ सन्तोष भी होना जरूरी है. हमारी सारी जरूरतें पूरी हो रही हैं लेकिन मन में संतुष्टि नहीं है और नई नई तृष्णा जगायें जा रहे हैं. पड़ोसी के पास तो ये वस्तु है, मेरे पास क्यों नहीं है, यों बेचैन रहता है और उसको पाने के लिए अपना सुख चैन खो बैठता है. इस प्रकार से तृष्णा जगाना गलत है.

हमारे पास जो कुछ है उसका आनंद लेंगे और मेहनत से, ईमानदारी से धन कमाते रहेंगे. जो कुछ भी प्राप्त हो रहा है उसमें संतुष्ट रहेंगे और सुखपूर्वक अपना जीवन जीयेंगे. तृष्णा तो कभी भी खत्म नहीं होती है. एक पूरी होती है तो दूसरी जगेगी, फिर तीसरी, यों लगातार बढ़ती ही जाएगी.

अतः जो कुछ हमारे पास है उसका पूरा पूरा सुख भोगें और सन्तुष्ट रहेंगे तथा अपना मंगल साधेंगे.

## 25. कृतज्ञ होना उत्तम मंगल है.

भगवान बुद्ध ने बताया कि संसार में दो तरह के लोग दुर्लभ हैं:-

1. बदले में बगैर कुछ चाहे परोपकार करने वाला.
2. हम पर किसी ने कोई उपकार किया चाहे वह कितना ही छोटा हो, उसके प्रति हमेशा कृतज्ञ रहने वाला.



संसार में ऐसे कृतज्ञ लोग बहुत ही कम हैं। अगर लोग कृतज्ञता का महत्त्व समझ जाएं और इसको अपने जीवन का एक महत्त्वपूर्ण अंग बना लें तो उनकी अनेकों समस्याएं चुटकियों में हल हो जायेंगी। कृतज्ञ लोगों का जीवन बहुत ही सुखमय हो जाता है।

अपने पूर्व के कर्मों के कारण जीवन में उतार चढ़ाव आते हैं लेकिन मनुष्य आसानी से इनको समझा रखते हुए झेलता है। कोई समस्या आती है तो वह भी जल्दी ही हल हो जाती है।

भगवान बुद्ध के समय का एक उदाहरण लेते हैं:-----

एक गृहस्थ उपासक भिक्षुओं की खूब सेवा करते थे। वे भिक्षु बनना चाहते थे परन्तु भिक्षु उन्हें प्रव्रज्या नहीं देते थे। एक दिन महाकारुणिक भगवान बुद्ध की नजर उस पर पड़ी। भगवान बुद्ध ने अपने बोधिचक्षुओं से देखा कि यह उपासक पारमी सम्पन्न है और अर्हत्त्व फल प्राप्त करेगा। भगवान बुद्ध ने सभी भिक्षुओं को एकत्र किया और पूछा कि क्या इस उपासक का कोई उपकार किसी भिक्षु को याद है। भंते सारिपुत्र ने बोला, "भगवान मुझे याद है। इस उपासक ने एक बार मुझे भिक्षा में एक कड़छी भात दिया था।"

भंते सारिपुत्र जी ने हजारों लोगों के घर से भिक्षा ली होगी। एक एक को याद रखना कितना मुश्किल है, फिर भी उनको उस उपासक का दिया गया एक कड़छी भात भी याद था। "ऐसे होते हैं कृतज्ञ लोग।"

किसी के किए हुए छोटे से उपकार को भी भूलते नहीं हैं।

भगवान ने कहा, " सारिपुत्र क्या तुम इस उपकार के बदले में इस उपासक को प्रव्रज्या नहीं दे सकते?" भंते, सारिपुत्र ने उस उपासक को फिर प्रव्रज्या दी और भिक्षु बनने के थोड़े समय बाद ही वह उपासक अर्हत्त्व फल में प्रतिष्ठित हो गए।

इस प्रकार से छोटे से छोटे उपकारों को भी याद रखना और उनके प्रति कृतज्ञ होना तथा उनका तहेदिल से धन्यवाद देना ही कृतज्ञता का अभ्यास कहलाता है।

कृतज्ञता को जीवन में कैसे उतारें?

इसके लिए कृतज्ञता का अभ्यास सीखना पड़ता है.

इसके लिए आपको नकारात्मक चीजों को छोड़ना पड़ेगा. जैसे टैलिविजन पर बेकार के नकारात्मक प्रोग्राम, नकारात्मक खबरें, शिकायत करना, किसी की निंदा करना, अभावों का रोना आदि क्योंकि ये सभी कृतज्ञता के खिलाफ कार्य करती हैं. पूरी दुनिया में किसी भी चीज की कमी नहीं है. प्रकृति ने या ब्रह्माण्ड ने हर वस्तु को प्रचुर मात्रा में और हर किसी के लिए बनाया है लेकिन हम अपनी मूर्खताओं के कारण उसे अपने से दूर भगा देते हैं.

**"प्रकृति का एकमात्र नियम है देना".**

भगवान बुद्ध ने एक बार भिक्षुओं को बताया कि अगर मनुष्य मेरी तरह देने का महत्त्व समझ जाए तो बगैर दिए किसी भी वस्तु का उपभोग नहीं करेगा, लेकिन हम में से ज्यादातर लोग केवल लेना चाहते हैं और देना तो हमें आता ही नहीं. इस कारण कोई चीज जो प्रकृति हमें देना चाहती है, वह हम स्वयं ही अपने से दूर भगा देते हैं. दुआओं में तो कुछ भी नहीं जाता. फिर भी लोग दूसरों को दुआएँ भी नहीं दे पाते और अपने लिए हर चीज चाहते हैं.

हर वस्तु के लिए जो भी हमें मिल रही है उसके प्रति धन्यवाद देना तथा सबके लिए उसकी कामना करना, इसे ही कृतज्ञता का अभ्यास कहा जाता है.

सुबह जैसे ही आप फाइनली उठते हो तो यह अभ्यास शुरू हो जाता है.

जैसे ही आप उठें, अपने बैड पर ही बैठे रहें और बहुत ही अच्छी नींद के लिए धन्यवाद दें, अपने बैड के लिए धन्यवाद दें, अपने तकिया के लिए धन्यवाद दें, बैड सीट के लिए धन्यवाद दें, अपने पहने हुए कपड़ों के लिए धन्यवाद दें यानि जो भी वस्तु आपके सोने के दौरान आपकी साथी बनी उन सभी वस्तुओं का धन्यवाद दें. इसके बाद आज एक और दिन जीने के लिए मिला इसका धन्यवाद दें, अपने स्वस्थ शरीर का, एक

एक स्वस्थ अंग का भी धन्यवाद दें. इसके बाद ही अपनी दैनिक क्रियाओं को शुरू करें.

इसके बाद जो जो भी करें उसका धन्यवाद दें. जल पीते हैं तो जीवन दायिनी जल और इसके स्रोतों का धन्यवाद दें, जीवन दायिनी हवा का धन्यवाद दें, जीवन दायिनी अग्नि का तथा इसके स्रोतों का धन्यवाद दें.

इसके बाद टायलेट जाते हैं तो उसका धन्यवाद दें. फलश का, वाश बेसिन का, पानी की टूटियों का, टूथब्रश का, टूथपेस्ट का, टंग क्लीनर आदि का धन्यवाद दें.

इस प्रकार से जो कुछ भी आप प्रयोग करें उसका तहेदिल से धन्यवाद दें.

सारा दिन आप जो कुछ भी यूज करते हैं उसका धन्यवाद दें. यह शुरू में थोड़ा कठिन लगता है लेकिन जैसे जैसे आप अभ्यास करेंगे यह सब कुछ ओटोमैटिक तरीके से होने लगेगा. इसके लिए अलग से भी समय नहीं देना पड़ेगा.

इसी तरह अपने माँ-बाप का, अपनी जन्म भूमि का, इनके समस्त उपकारों का धन्यवाद दें, अपनी बहन का, भाई का, इनके समस्त उपकारों का भी धन्यवाद दें, अपने दोस्तों का, अपने परिवार के सभी सदस्यों का, अपने रिश्तेदारों का तथा इनके समस्त उपकारों का भी धन्यवाद दें, अपने आचार्यों का तथा उनके समस्त उपकारों का भी तहेदिल से धन्यवाद दें.

अपनी सरकार का, पुलिस फोर्स के एक एक सदस्य का, मिलिट्री के एक एक सदस्य का, डाक्टरों का, नर्सों का, इसी तरह एक एक सेवा देने वालों का तहेदिल से धन्यवाद दें.

अच्छे भोजन के लिए धन्यवाद दें. अच्छे वस्त्रों के लिए धन्यवाद दें. सिर पर छत के लिए धन्यवाद दें. आपके पास जो भी धन सम्पत्ति है उसका धन्यवाद दें.

एक एक स्वस्थ अंग का धन्यवाद दें. अगर समय है तो एक एक अंग का नाम लेते हुए धन्यवाद दें. कभी सोच करके देखें कि आपकी

आंखें नहीं होती, आप गूंगे होते, बहरे होते, आपका एक हाथ नहीं होता या दोनों हाथ नहीं होते. इसी तरह से अन्य अंगों के बारे में भी सोचें. कुदरत ने आपको एक एक अंग दिया है, उनका तहेदिल से धन्यवाद दें.

इसी तरह से कृतज्ञता का अभ्यास किया जाता है.

"भगवान बुद्ध की एक एक शिक्षा का एक एक शब्द अनमोल है."

"अतः कृतज्ञता को अपने जीवन में उतारें और अपना मंगल साध लें."

## 26. उचित समय पर धर्म श्रवण करना उत्तम मंगल है.

वैसे तो धर्म की बातें कभी भी सुनें मंगल ही होता है, लेकिन जब मन बहुत विचलित है, दुखी है तो धर्म की वाणी सुनने से बहुत लाभ होता है. जैसे चारों तरफ अंधकार ही अंधकार है और ऐसे में हम एक दीपक जलाएं तो आसपास की वस्तुएं दिखाई देने लगती हैं.

इसी प्रकार से धर्म की वाणी हमें सही रास्ता दिखा देती है. अंधकार में प्रकाश दिखा देती है.

कोई भी पापकर्म नहीं करना, केवल कुशल कर्म (पुण्य कर्म) ही करना और अपने चित्त को नितांत निर्मल करना ही धर्म की सही परिभाषा है.

भगवान बुद्ध के साहित्य में 84000 उपदेश हैं लेकिन पूरे बुद्ध धर्म का सार यही है.

भगवान बुद्ध के सारे उपदेश निर्वाण प्राप्ति के लिए ही हैं. चाहे कहीं से भी शुरू करें अंत में निर्वाण में ही सहायक बनते हैं.

नीचे कुछ चैनलों की लिस्ट दी जा रही है. आप इन्हें सब्सक्राइब कर लें और जब भी समय मिले तो धर्म वाणी सुनें और अपना मंगल साध लें.

**Sangha kaya Dhamma Deshana channel,  
RK Bodhigyan,**

BUDDHA'S TEACHINGS,

Ekayan,

S. N. Goenka-Topic,

Vipassana Meditation

Buddha Rashmi,

Dr. Bhadant Rahul Bodhi

## 27. सताइसवां उत्तम मंगल है क्षमाशील होना या सहनशील होना.

### उत्तम मंगल -क्षांति

(दूसरे के दुर्व्यवहार को सहन कर क्षमा कर देना)

कोई दुर्बल व्यक्ति किसी बलवान द्वारा सताये जाने पर भय के मारे सहन कर लेता है लेकिन भीतर कुढ़ता रहता है. द्वेष, दुर्भावना से विकल रहता है. मन ही मन रोता है. दुर्बल है, इसलिये कोई प्रतिकार (**oppose**) नहीं कर सकता. उसकी इस सहिष्णुता (**tolerance**) को सही क्षांति नहीं कहेंगे. क्योंकि वह दुर्व्यवहार करने वाले को हृदय से क्षमा नहीं कर सकता. अपनी लाचारी के कारण सहन करता है. बदले में दुर्व्यवहार नहीं करता, इसलिये बाहर-बाहर से सहनशील है परंतु भीतर से क्षमा नहीं कर रहा है.

प्रतिशोध (**revenge**) की भावना में सुलगता है. मन ही मन उसका बुरा चाहता है. यही चिंतन चलता रहता है कि किसी दूसरे बड़े बलवान से इसका पाला पड़े जो कि इसे उचित दंड दे सके, अथवा कभी मैं इतना बलवान हो जाऊं, या यह व्यक्ति दुर्बल हो जाये, तो इसने मेरे साथ जो दुर्व्यवहार किया, मैं इसके साथ उससे कई गुणा अधिक दुर्व्यवहार करके इसे मजा चखाऊं.

यों ईर्ष्या और प्रतिशोध की यानी बदले की भावना से भरी हुई सहनशीलता क्षांति नहीं कहलाती.

क्षांति बलवान की होती है. भले शरीर के स्तर पर बलवान नहीं भी हो, परंतु मानस के स्तर पर बलवान होना आवश्यक है.

बलवान इस माने में कि अपने भीतर जागते हुए प्रतिहिंसा के भावों को, प्रतिशोध के भावों को, क्रोध के भावों को जीत ले, अर्थात् सही माने में बलवान वही है जिसमें दुर्व्यवहार करने वाले के प्रति क्रोध के स्थान पर मैत्री जागे. अरे बड़ा अबोध है, अपनी हानि कर रहा है. द्वेष-दुर्भावना के आधार पर दुर्व्यवहार करते हुए अपना वर्तमान बिगाड़ रहा है, अपना भविष्य बिगाड़ रहा है. अब भी क्रोध के कारण संतापित है. इस दुष्कर्म का फल पकने पर भविष्य में भी और अधिक संतापित ही होगा. बड़ा अबोध है, नासमझ है, इसे इस दुष्कर्म का फल न भोगना पड़े.

यों मैत्री के आधार पर क्षमा करता है तो शरीर के स्तर पर दुर्बल होने पर भी मानस के स्तर पर बड़ा बलवान है.

बलवान की सहनशीलता ही क्षमा है, सही क्षांति है.

दुर्व्यवहार करने वाले के प्रति जितनी मैत्री है, जितनी करुणा है, जितनी सद्भावना है, उतनी ही सही क्षांति है, सही सहनशीलता है, सही क्षमाशीलता है.

नितांत अनचाही परिस्थितियों में भी प्रतिकूल प्रतिक्रियास्वरूप क्रोध न जगाना, मन को निर्मल रखना और मैत्री जगाये रखना, यही जीवन को सुख शान्ति से भर लेना है.

सचमुच क्षांति (सहनशीलता) गृहस्थ के लिये महत्त्वपूर्ण उत्तम मंगल है.

## **28. आज्ञाकारी होना (अपने माता-पिता का, आचार्यों आदि का आज्ञाकारी होना) उत्तम मंगल है.**

हमारे माता-पिता, आचार्य और श्रमण ब्राह्मण हमें जो अच्छी बातें बताते हैं, उनको हमें ध्यान से सुनना चाहिए. उनका आज्ञाकारी होकर

विनम्रतापूर्वक हमें वे अच्छी बातें, शिक्षाप्रद बातें, धर्म की बातें ग्रहण करनी चाहिएं.

इसके अलावा भी अगर कोई हमारे हित की बात कहता है तो हमें विनम्रतापूर्वक उसे स्वीकार करना चाहिए और उसका धन्यवाद करना चाहिए और उसके प्रति कृतज्ञ रहना चाहिए.

शुद्ध धर्म की शिक्षा जहां कहीं से भी मिले, हमें विनम्रतापूर्वक ग्रहण करनी चाहिए. अगर हम आज्ञाकारी नहीं हैं, विनम्र नहीं हैं तो अपनी हानि ही करेंगे और जो बहुत ही बड़ा फायदा हमें होने जा रहा था उससे वंचित रह जायेंगे, अपना अमंगल कर लेंगे.

## 29. श्रमणों का दर्शन करना उत्तम मंगल है.

किसी ने सिर मुंडवा रखा है, दाढ़ी-मूछ कटवा रखी हैं, पीले या भगवा वस्त्र पहन रखे हैं, हाथों में भिक्षा पात्र है, केवल इतनी बातों से किसी को श्रमण नहीं कह सकते हैं. ऐसे भेष में कोई बहुरूपिया भी हो सकता है, कोई ठग भी हो सकता है, कोई जासूस भी हो सकता है.

अगर कोई अपने श्रम से अपने मन को निर्मल करने का काम कर रहा है, अपने मन को सद्भावना से भर रहा है, अपने मन में करुणा भर रहा है, अपने मन को मैत्री भावना से भर रहा है तो ही श्रमण कहलाता है. ऐसे लोगों के आसपास का वातावरण भी बड़ा ही सुखमय, बड़ा ही शांतिमय हो जाता है. ऐसे लोगों के पास बैठने से ही बड़ी शांति महसूस होती है.

असली श्रमण को कैसे पहचानें?

अगर कोई श्रमण का वेश बनाकर धन संग्रह करता है. जिसने धर्म को व्यवसाय बना लिया है. जिसका मूल उद्देश्य ज्यादा से ज्यादा धन संग्रह करना है वह श्रमण नहीं है. ऐसा व्यक्ति ठग है. जो केवल लच्छेदार बातें करता है और अपने मन को निर्मल करने का कोई भी काम नहीं

करता है, वह श्रमण नहीं है। उसने तो इसे केवल व्यवसाय बना लिया है, अपनी आजीविका का साधन बना लिया है।

ऐसे व्यक्तियों से दूर ही रहें।

भगवान बुद्ध ने बताया है कि कोई गृहस्थ है, गृहस्थ के वस्त्रों में ही रहता है लेकिन जो शीलवान है, अपने मन को वश में करने का कार्य करता है, अपने मन को निर्मल करने का कार्य करता है, सम्यक रूप से अपनी आजीविका चलाता है, ऐसा व्यक्ति गृहस्थ होते हुए भी श्रमण ही है।

श्रमण वही है जो धन संग्रह नहीं करता है। श्रमण वही है जो शीलवान है, श्रमण वही है जो अपने मन को निर्मल करने के कार्य में लगा है। श्रमण वही है जिसके पास में जाने से ही बड़ी शांति महसूस होती है। श्रमण वही है जो लोगों को उनके कल्याण का रास्ता बताता है, उनके मंगल का रास्ता दिखाता है। श्रमण वही है जो लोगों के हित की, उनके सुख की ही बातें बताता है।

ऐसे ही श्रमणों के दर्शन से यानि उनकी कल्याणकारी वाणी सुनने से, धर्म की वाणी सुनने से, धर्म को ग्रहण करने से और धर्म धारण करने से ही हमारा मंगल होता है।

ऐसे ही श्रमणों का दर्शन करना उत्तम मंगल है।

### **30. उचित समय पर धर्म चर्चा करना उत्तम मंगल है।**

धर्म के बारे में ठीक से समझने के लिए समय निकालकर धर्म के बारे में चर्चा करनी चाहिए। सबसे पहले तो धर्म सुनना आवश्यक है। सुनेंगे ही नहीं तो जानेंगे कैसे?

सुनने के बाद उस पर चिंतन मनन करेंगे, विचार विमर्श करेंगे कि मेरे लिए यह कल्याणकारी है कि नहीं, मेरे लिए ही कल्याणकारी है या औरों के लिए भी है। जब ठीक लगता है तो धर्म धारण करेंगे।



अगर कोई धर्म धारण करने के लिए लालच देता है या डर भय दिखाता है तो गड़बड़ है. वह धर्म नहीं है, कुछ और ही है.

अतः अच्छी तरह से समझकर ही उसे स्वीकार करेंगे और धारण करके अपने जीवन में उतारेंगे. जिसको धारण करने से मेरा भी भला हो तथा साथ साथ औरों का भी भला हो, वही धर्म है.

ऐसे धर्म को सुनकर धारण करें और अपना मंगल साध लें, कल्याण साध लें.

### 31. तप करना उत्तम मंगल है.

तप का मतलब है संवर यानि रोक लगाना. गलत रास्ते पर जाने से अपने आप को रोकना. वाणी से कोई दुष्कर्म न हो जाए, इस पर रोक लगानी है. शरीर से कोई दुष्कर्म (कोई गलत कर्म) न हो जाए, उस पर रोक लगानी है. इन्द्रियाँ किसी गलत रास्ते पर न जाने लगें, उस पर रोक लगानी है.

वाणी से कोई ऐसी बात नहीं कहें जिससे औरों का अमंगल होता हो, औरों को पीड़ा पहुंचती हो, औरों का दिल दुखता हो. इस पर रोक लगानी है, वाणी का संवर करना है. यह बड़ा तप है, आसानी से यह होता नहीं है. इसके लिए तप करना पड़ता है.

इसके लिए मन को सुधारना पड़ता है क्योंकि हर विचार पहले मन में जागता है, फिर वाणी पर प्रकट होता है, फिर शरीर पर प्रकट होता है. अतः मन का संवर जरूरी है. अतः :-

**मन के कर्म सुधार ले, मन ही प्रमुख प्रधान.**

**कायिक, वाचिक कर्म तो मन की ही संतान.**

अतः मन को सुधारना आवश्यक है और मन को सुधारने के लिए बड़ा तप करना पड़ता है. अन्तर्तप करना पड़ता है.

इसके लिए हमें विपश्यना का शिविर करना पड़ेगा और उसके द्वारा मन को वश में करना सीखना पड़ेगा, मन को निर्मल करना सीखना

पड़ेगा. इसके बाद हररोज सुबह शाम इसका अभ्यास करेंगे. समय निकालकर हर वर्ष शिविर करेंगे और अपने आप को इस विद्या में पारंगत बनायेंगे. इसके लगातार अभ्यास से धीरे धीरे हम अपने मन को काबू में कर लेंगे और अपने गलत कार्यों पर रोक लगा सकेंगे.

इस प्रकार से तप करना उत्तम मंगल है.

## 32. ब्रह्मचर्य का पालन करना उत्तम मंगल है.

ब्रह्मचर्य के अर्थ को भली प्रकार से (अच्छी तरह से) समझते हैं.

जब तक लड़का या लड़की शादीशुदा नहीं हैं तब तक उनको ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिए. जब उनकी शादी हो जाती है तब उनको एक दूसरे से सन्तुष्ट रहना चाहिए यानि पति को अपनी पत्नी के अलावा किसी अन्य स्त्री से कामभोग नहीं करना है और पत्नी को भी इसी तरह से अपने पति को छोड़कर किसी अन्य पुरुष के साथ शारीरिक सम्बन्ध नहीं बनाना है.

इसके बाद सन्तानों की उत्पत्ति के बाद दोनों को मिलकर उनका भली प्रकार से पालन पोषण करना है और अपने आपको भी धीरे धीरे धर्म में पकाना है. महीने में अमावस्या को, दोनों अष्टमियों को और पूर्णमासी को अष्टशील उपोसथ रखने हैं. इस प्रकार से महीने में चार दिन दोनों पति पत्नी ब्रह्मचर्य का पालन करते हैं. इस प्रकार से धर्म में पकते हुए धीरे धीरे शारीरिक संबंध कम होने लगते हैं. पचास वर्ष की आयु तक अपने आपको धर्म में खूब परिपक्व कर लेना है. इसके बाद के जीवन में एक दूसरे को ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिए और पूर्णतया शारीरिक सम्बन्ध समाप्त कर देने चाहिए.

इस प्रकार से वे दोनों पति पत्नी ब्रह्मचर्य का जीवन जीने लगते हैं और लगातार अपने आपको शील, समाधि और प्रज्ञा में स्थापित करके चारों ब्रह्मविहारों का अभ्यास करते हैं यानि मैत्री, करुणा, मुदिता और समता का अभ्यास करते हैं.

सभी प्राणियों के प्रति मंगल मैत्री करते हैं। किसी को दुखी देखते हैं तो उसके प्रति मन में करुणा जगती है कि किस तरह से मैं इसकी सहायता कर सकता हूँ और किसी को खुश देखते हैं तो मन में मोद जगता है। अगर जीवन में कोई उतार चढ़ाव आता है तो उसमें अपना मन विचलित नहीं होने देता है और समता में रहता है। इस प्रकार से चारों ब्रह्मविहारों में अपने को पुष्ट करता है।

यही चारों गुण सभी ब्रह्माओं के होते हैं। सभी ब्रह्मा अनन्त मैत्री, अनन्त करुणा, अनन्त मुदिता और अनन्त समता में विहार करते हैं।

इन्हीं चारों गुणों में जब मनुष्य अपने को स्थापित करते हैं तो वे भी ब्रह्माचरण करते हैं। इस रूप में भी वे ब्रह्मचर्य का पालन करते हैं। ऐसी अवस्था में मनुष्यों को अनन्त मानसिक सुख महसूस होता है।

इनका अभ्यास करते हुए वे यह शरीर छोड़कर ब्रह्मलोकों में जन्म लेते हैं और वहाँ रहते हुए अनन्त सुख भोगते हैं।

इस प्रकार से ब्रह्मचर्य का पालन करना उत्तम मंगल है।

### **33. चार आर्य सत्यों का दर्शन करना उत्तम मंगल है।**

चार आर्य सत्य हैं?

1. दुःख है।
2. दुःख का कारण है।
3. दुःख का निवारण है।
4. दुःख से निवारण का मार्ग (रास्ता) है।

विपश्यना साधना का अभ्यास करते करते समय पकने पर गहरा ध्यान लगने लगता है और साधक अपने अन्दर इन सभी आर्य सत्यों का परैक्टिकल दर्शन (अनुभूति पर उतरना) करता है।

इसी को यहाँ उत्तम मंगल बोला गया है।

### 34. निर्वाण का साक्षात्कार करना उत्तम मंगल है.

साधना करते करते ऐसी अवस्था आती है जब छहों इन्द्रियां काम करना बंद कर देती हैं और पहली बार निर्वाण का साक्षात्कार होता है, मुक्ति (मोक्ष) का साक्षात्कार होता है. इस अवस्था को सोतापन बोलते हैं यानि मुक्ति के स्रोत में पड़ गया है. अब ज्यादा से ज्यादा सात जन्म में अर्हत्व फल प्राप्त कर ही लेगा.

इसके बाद साधना करते करते आगे की अवस्थाएँ प्राप्त होती हैं.

इसके बाद सकदागामी अवस्था आती है और इसके बाद अनागामी अवस्था प्राप्त होती है.

इसके बाद पूर्ण निर्वाण की अवस्था आती है जिसे अर्हत बोलते हैं.

जन्म मरण के बंधनों से मुक्ति के लिए ही मनुष्य जन्म होता है.

इसीलिए निर्वाण का साक्षात्कार करना उत्तम मंगल बोला गया है.

भले ही ये अवस्थाएँ न प्राप्त कर सकें लेकिन हमें अपने आपको धर्म में इतना जरूर पका लेना चाहिए कि शरीर छोड़ने पर या तो मनुष्य लोक में जन्म हो या देवलोक में जन्म हो.

इसके लिए पांचों शील आधार हैं. शीलों का आजीवन कड़ाई से पालन करें और सदा ही सम्यक दृष्टि बनाएं रखें.

### 35. (लाभ-हानि, यश-अपयश, निंदा-प्रशंसा, सुख-दुःख इन) लोक-धर्मों के स्पर्श से चित्त विचलित नहीं होना उत्तम मंगल है.

जैसे प्रकृति में या कहें संसार में बसंत भी आता है, पतझड़ भी आता है. सर्दी आती है और गर्मी भी आती है. आंधी भी आती है, बरसात भी आती है.

इसी प्रकार से मनुष्य जीवन में भी उतार-चढ़ाव आते रहते हैं. कभी लाभ होता है तो कभी हानि भी होती है. कभी यश मिलता है तो कभी अपयश. कभी निंदा होती है तो कभी प्रशंसा. जीवन में कभी दुख आता है तो कभी सुख आता है.

कोई भी मनुष्य ऐसा नहीं है जिसके जीवन में ये अवस्थाएँ न आती हों. इसीलिए इन्हें लोक-धर्म बोलते हैं.

साधना करते हुए जब अनागामी अवस्था आती है तो राग और द्वेष पूर्णतया समाप्त हो जाता है. इस अवस्था में पहुंचने पर मनुष्य का चित्त इन लोक-धर्मों के स्पर्श से विचलित नहीं होता है.

गृहस्थ रहते हुए साधना करते करते यह अवस्था प्राप्त की जा सकती है.

यह उत्तम मंगल है.

### **36,37,38. शोकरहित होना, निर्मल होना और निर्भय होना ये सभी उत्तम मंगल हैं.**

ये सभी अवस्थाएँ प्राप्त करने के लिए साधना करते करते अर्हत्व फल प्राप्त करना पड़ेगा. इस अवस्था में चित्त नितान्त निर्मल हो जाता है. सभी विकारों से मुक्त हो जाता है.

इसके बाद न कोई शोक है और न कोई भय. मनुष्य पूर्णतया शोकरहित और निर्भय हो जाता है.

यह सब केवल बातों से नहीं होता है. इसके लिए बहुत मेहनत करनी पड़ती है. लेकिन मनुष्य विपश्यना साधना करते करते यह अवस्था प्राप्त कर सकता है. इसके लिए समय लगता है. समय जब आए तब आए हमें तो निरंतर प्रयास करते रहना है. एक न एक दिन सफलता मिलेगी ही.

इस प्रकार एक एक करके भगवान बुद्ध ने ये 38 मंगल धर्म गृहस्थों के लिए बताये हैं. पहला धर्म है :- मूर्खों की संगति नहीं करना. दूसरा धर्म है:- पंडितों (ज्ञानियों) की संगति करना.

यहाँ से शुरू करके भगवान बुद्ध ने अन्तिम अवस्था अर्हत्व फल की प्राप्ति तक के 38 मंगल धर्म इस सुत में बताये हैं.

अतः सबसे पहले अपने आपको मूर्खों से दूर करें और ऐसे लोगों से संगति करें जो हमें लगातार धर्म के मार्ग पर आगे बढ़ने में सहायता करें. इस प्रकार धीरे धीरे आगे बढ़ते जायेंगे और अपना मंगल साधेंगे.

**॥ भवतु सब्ब मंगलं ॥**



## लेखक परिचय

- नाम : हरपाल सिंह
- पिता का नाम : स्वर्गीय श्री मुन्शीराम जी
- जन्म स्थान : गांव सौलधा, तहसील बहादुरगढ़, जिला—झज्जर, हरियाणा।
- जन्म तिथि : 15 अगस्त, 1962
- शिक्षा : डिप्लोमा इन सिविल इंजिनियरिंग (झज्जर पोलिटैकनीक)
- रुचि : भगवान बुद्ध की शिक्षा तथा सद्धम्म (विपश्यना) को ज्यादा से ज्यादा लोगों तक पहुंचाना, धम्म-संबंधी कार्यक्रमों में सतत भागीदारी, लगातार विपश्यना (सद्धम्म) का अभ्यास।
- विशेष सोच : विपश्यना को स्कूलों में, कालेजों में, एक-एक बच्चे तक, युवाओं तक पहुंचाना। घर-घर में पहुंचाना।

**सद्धम्म प्रकाशन**