

## সূচিপত্র

অধ্যায়	শিরোনাম	পৃষ্ঠা
প্রথম	গৌতম বুদ্ধের নৈতিক শিক্ষা	১-১১
দ্বিতীয়	বন্দনা	১২-১৮
তৃতীয়	শীল	১৯-৩০
চতুর্থ	দান	৩১-৩৮
পঞ্চম	সূত্র ও নীতিগাথা	৩৯-৫২
ষষ্ঠ	আর্য অষ্টাঙ্গিক মার্গ	৫৩-৫৯
সপ্তম	ধর্মীয় আচার-অনুষ্ঠান ও উৎসব	৬০-৭৪
অষ্টম	চরিতমালা	৭৫-৮৩
নবম	জাতক	৮৪-৯৭
দশম	বৌদ্ধ ঐতিহ্য ও দর্শনীয় স্থান	৯৮-১০৮
একাদশ	বৌদ্ধধর্মে রাজন্যবর্ণের অবদান: সম্রাট অশোক	১০৯-১১৬

## প্রথম অধ্যায়

# গৌতম বুদ্ধের নৈতিক শিক্ষা

আজ থেকে আড়াই হাজার বছরেরও আগে মহামানব গৌতম বুদ্ধ জন্মগ্রহণ করেন। রাজা শুদ্ধোদন এবং রানি মহামায়া ছিলেন তাঁর পিতা-মাতা। মানুষের দুঃখমুক্তির উপায় অন্বেষণের জন্য তিনি রাজপ্রাসাদ, পিতা-মাতা, স্ত্রী-পুত্র, ভোগ-বিলাস ত্যাগ করে সন্ন্যাস জীবন অবলম্বন করেন। সুদীর্ঘ ছয় বছর কঠোর সাধনায় তিনি লাভ করেন বোধিজ্ঞান, খ্যাত হন ‘বুদ্ধ’ নামে। তিনি আবিষ্কার করেন চারি আর্থসত্য, দুঃখ নিরোধের উপায় আর্থ অষ্টাঙ্গিক মার্গ এবং জন্ম-মৃত্যুর কারণ প্রতীত্যসমুৎপাদ তত্ত্ব। সর্ব প্রাণীর কল্যাণের জন্য তিনি প্রচার করেন তাঁর ধর্ম-দর্শন। তাঁর প্রতিটি ধর্মবাণী মানুষকে নৈতিক জীবনযাপনে উদ্বুদ্ধ করে। সংযমী, আদর্শবান এবং মানবিক গুণাবলি সম্পন্ন মানুষ গড়ে তোলাই বুদ্ধের নৈতিক শিক্ষার মূল লক্ষ্য। এ অধ্যায়ে আমরা গৌতম বুদ্ধের নৈতিক শিক্ষা সম্পর্কে অধ্যয়ন করব।

### এ অধ্যায় শেষে আমরা-

- \* বুদ্ধ নির্দেশিত নৈতিকতা ব্যাখ্যা করতে পারব।
- \* দৈনন্দিন জীবনে বুদ্ধের নৈতিক শিক্ষার প্রভাব ব্যাখ্যা করতে পারব।
- \* নৈতিক আচরণের সুফল ব্যাখ্যা করতে পারব।

### পাঠ : ১

#### নৈতিকতা ও শীল পালন

‘নীতি’ থেকে ‘নৈতিকতা’ শব্দের উৎপত্তি। ‘নৈতিকতা’ হলো নিয়মনীতি মেনে চলে সুশৃঙ্খল ও সং জীবনযাপন করা। বৌদ্ধধর্মে নৈতিকতার ওপর অধিক জোর দেওয়া হয়েছে। গৌতম বুদ্ধ তাঁর অনুসারীদের সংযত, আদর্শ এবং নৈতিক জীবনযাপনের নির্দেশ দিয়েছেন। এজন্য তিনি অনেকগুলো নিয়মনীতি বা বিধি-বিধান প্রবর্তন করেছেন। বৌদ্ধ পরিভাষায় এসব নৈতিক বিধি-বিধানকে শীল বলা হয়।

‘শীল’ শব্দের অর্থ হলো স্বভাব বা চরিত্র। আবার নিয়ম, শৃঙ্খলা প্রভৃতিও শীল অর্থে ব্যবহৃত হয়। শীল মানবিক গুণাবলি সম্পন্ন চরিত্র গঠনে সহায়তা করে। প্রাণী হত্যা, চুরি, ব্যভিচার, মিথ্যা ভাষণ এবং নেশাদ্রব্য গ্রহণ প্রভৃতি হতে বিরত রাখে। কায়, মন এবং বাক্য সংযত করে। মনের কলুষতা দূর করে। নৈতিক জীবনযাপনে উদ্বুদ্ধ করে। মানবিক গুণাবলির বিকাশ সাধন করে। তাই বৌদ্ধরা শীল পালনের মাধ্যমে নিজের আচরণ সংযত করে নৈতিক ও মানবিক গুণাবলি চর্চা করে। যারা শীল পালন করেন তাঁরা শীলবান

নামে অভিহিত হন। শীলবান ব্যক্তি সর্বত্র পূজিত হন। প্রভূত যশ-খ্যাতির অধিকারী হন। বুদ্ধ বলেছেন, 'ফুলের সৌরভ কেবল বাতাসের অনুকূলে প্রবাহিত হয়। কিন্তু শীলবান ব্যক্তির যশ-খ্যাতি বাতাসের অনুকূল এবং প্রতিকূল উভয় দিকে প্রবাহিত হয়।' শীলবান ব্যক্তি দয়াশীল, ক্ষমাপরায়ণ, দানপরায়ণ, সেবাপরায়ণ এবং পরোপকারী হন। তাঁদের চিত্ত উদার হয়। তাঁরা সর্বদা কুশলকর্ম সম্পাদন করেন। তাঁরা কখনো মানুষের ক্ষতি সাধন করেন না। তাঁরা মানুষকে নৈতিক জীবনযাপনের উপদেশ দেন এবং উৎসাহিত করেন। শীলবান ব্যক্তি ইহকাল এবং পরকাল উভয়কালেই সুখ লাভ করেন।

পরিশেষে বলা যায়, নৈতিকতা এবং শীল পরস্পর সম্পর্কযুক্ত। শীল পালন ব্যতীত নৈতিকতার বিকাশ সম্ভব নয়।

### অনুশীলনমূলক কাজ

শীল ও নৈতিকতা বলতে কী বোঝ?

শীলবান ব্যক্তির জীবন কেমন হয় বর্ণনা কর।

শীলবান ব্যক্তির যশ-খ্যাতি এবং ফুলের সৌরভের মধ্যে পার্থক্য কী লেখ।

### পাঠ : ২

#### গৌতম বুদ্ধ ও নৈতিকতা

গৌতম বুদ্ধের জীবন নৈতিক ও মানবিক গুণাবলিতে ভরপুর। তিনি জন্ম-জন্মান্তরে দশ পারমীর চর্চা করে নৈতিক চরিত্রের উৎকর্ষতা সাধনপূর্বক বুদ্ধত্ব লাভ করেছেন। তিনি শুধু নিজেই নৈতিক জীবনযাপন করেননি, তাঁর শিষ্য-প্রশিষ্য এবং অনুসারীদেরও নৈতিক জীবনযাপনের শিক্ষা দিয়েছেন। নৈতিকতা ছিল তাঁর ধর্মবাণীর মূল ভিত্তি। নিচে গৌতম বুদ্ধের জীবনে নৈতিকতা প্রদর্শনের দুটি ঘটনা এবং নৈতিক উপদেশ সম্পর্কে জানব।

#### কাহিনি : ১

গৌতম বুদ্ধ জন্ম-জন্মান্তরে নৈতিক জীবনযাপন করেছেন। কোনো বাধা-বিঘ্নই তাঁকে নৈতিকতার আদর্শ হতে চ্যুত করতে পারেনি। বুদ্ধত্ব লাভের পূর্বে তিনি বোধিসত্ত্ব অবস্থায়ও নৈতিক জীবনযাপন করে মানবিক কর্ম সম্পাদন করতেন। এখন এরূপ একটি কাহিনি পাঠ করব।

অতীতে বোধিসত্ত্ব মগধ রাজ্যের মচল গ্রামের এক মহাকুলে জন্মগ্রহণ করেছিলেন। তাঁর নাম ছিল মঘ কুমার। বড় হলে লোকে তাঁকে 'মঘ মানবক' নামে ডাকত। মচল গ্রামে সে সময় ত্রিশ ঘর লোক বাস করত। মঘ মানবক গ্রামবাসীর কল্যাণে সর্বদা নিয়োজিত থাকতেন। সেই গ্রামের যুবকগণ হত্যা, চুরি, মিথ্যাচার, ব্যভিচার, নেশাদ্রব্য সেবন প্রভৃতি অপকর্মে লিপ্ত ছিল। মঘ মানবক তাদের কুশলকর্ম করার জন্য সংগঠিত করেন। এদের নিয়ে তিনি গ্রামের রাস্তাঘাট নির্মাণ, মেরামত ও পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন করতেন। সেতু নির্মাণ করতেন। রাস্তার খাদে আটকে যাওয়া গাড়ির চাকা ওঠাতে সাহায্য করতেন। পুষ্করিণী খনন, বৃক্ষরোপণ, জমিচাষের জন্য জলাধার ও ধর্মশালা নির্মাণ প্রভৃতি জনহিতকর কাজ করতেন। দানাদি পুণ্যকর্ম সম্পাদন করতেন। যুবকগণ বোধিসত্ত্বের উপদেশমতো সকল প্রকার অকুশলকর্ম পরিত্যাগ করে পঞ্চশীল পালন করতে শুরু করেন। ফলে গ্রামে হত্যা, চুরি, ব্যভিচার, মিথ্যাচার, নেশা সেবন ইত্যাদি অপরাধ বন্ধ হয়ে যায়। তখন গ্রামের গ্রামপ্রধান ভাবলেন, 'আগে যুবকেরা নেশা খেয়ে মারামারি, কাটাকাটি করত। এতে নেশাদ্রব্যের ব্যবসা এবং জরিমানা দ্বারা আমার অনেক আয় রোজগার



হতো। এখন বোধিসত্ত্বের নৈতিক শিক্ষার কারণে আমার আয়-রোজগার বন্ধ হয়ে গেল।' এরূপ ভেবে তিনি ক্ষুব্ধ হয়ে প্রতিশোধ নেওয়ার সংকল্প করলেন।



যুবকগণ সাঁকো মেরামত করছে

একদিন গ্রামপ্রধান রাজার কাছে গেলেন। তিনি বোধিসত্ত্ব ও যুবকদের বিরুদ্ধে রাজার নিকট নালিশ করলেন, 'মহারাজ! গ্রামে একদল ডাকাত জুটেছে; তারা লুটপাট ও নানা উপদ্রব করে বেড়াচ্ছে।' রাজা গ্রামপ্রধানের কথা শুনে তাদের ধরে আনার নির্দেশ দিলেন। রাজার আদেশে প্রহরীগণ বোধিসত্ত্ব ও যুবকদের বন্দি করে আনল। রাজা তাদের কোনো কথা না শুনেই হাতির পায়ের তলায় পিষ্ট করে মারার নির্দেশ দিলেন। প্রহরীরা বন্দীদের রাজপ্রাসাদের সামনে রাস্তায় হাত-পা বেঁধে ফেলে রেখে হাতি আনতে গেল। তখন বোধিসত্ত্ব তাঁর সঙ্গীদের বলতে লাগলেন, 'ভাইগণ! শীলগুণ স্মরণ করে মৈত্রী ভাবনা কর। গ্রামপ্রধান, রাজা ও হস্তী কারও প্রতি ক্ষুব্ধ হয়ো না, সকলেই আমাদের প্রিয়জন।' এদিকে তাঁদের পিষ্ট করার জন্য হাতি আনা হলো। কিন্তু মাহুত বারবার চেষ্টা করেও হাতিকে বন্দিদের কাছে নিয়ে যেতে পারল না। হাতি বন্দিদের দেখামাত্র বিকট শব্দ করতে করতে পালিয়ে গেল। তাদের হত্যা করার জন্য আরও হাতি আনা হলো। সেই হাতিগুলোও একইভাবে পালিয়ে গেল। রাজা ভাবলেন, নিশ্চয়ই বন্দিদের কাছে এমন কোনো ঔষধ আছে যার জন্য হাতিগুলো কাছে যেতে পারছে না। কিন্তু অনুসন্ধান করে তাদের নিকট কোনো ঔষধ পাওয়া গেল না। তখন রাজার মনে হলো তারা মন্ত্র প্রয়োগ করছে। অতঃপর রাজা তাদের জিজ্ঞাসা করলেন, তোমরা কি কোনো মন্ত্র প্রয়োগ করছ? বোধিসত্ত্ব বললেন, হ্যাঁ মহারাজ! আমরা মন্ত্র প্রয়োগ করছি বটে। রাজা মন্ত্র জানতে চাইলে বোধিসত্ত্ব বললেন, 'আমরা অন্য কোনো মন্ত্র জানি না। তবে আমরা

প্রাণী হত্যা করি না। চুরি করি না। কুপথে চলি না। মিথ্যা বলি না। সুরাপান করি না। জনহিতকর কাজ করি। সকলের প্রতি মৈত্রী প্রদর্শন করি। যথাসাধ্য দান করি। পুঙ্করিণি খনন করি। ধর্মশালা নির্মাণ করি। এবূপ নানা জনহিতকর কাজ করি। অপরের ক্ষতি হয় এবূপ কাজ করি না। অপরকে কষ্ট দিই না। এই আমাদের মন্ত্র। এই আমাদের শক্তি। মৈত্রী ভাবনা আমাদের মূল মন্ত্র।’

এ কথা শুনে রাজা খুবই প্রসন্ন হলেন। তিনি বোধিসত্ত্ব ও যুবকদের নৈতিক ও জনহিতকর কাজের প্রশংসা করে পুরস্কৃত করলেন।

### কাহিনি : ২

বুদ্ধত্ব লাভের পর গৌতম বুদ্ধ পঁয়তাল্লিশ বছর সকল প্রাণীর দুঃখমুক্তির জন্য ধর্ম প্রচার করেন। এসময় তিনি ধর্ম প্রচারের পাশাপাশি সকল প্রাণীর সেবা ও কল্যাণে নিজেকে নিয়োজিত রাখতেন। তাঁর শিষ্য-প্রশিষ্য এবং অনুসারীদের নৈতিক ও মানবিক কর্ম সম্পাদনের উপদেশ দিতেন। এখানে আমরা বুদ্ধের জীবনে নৈতিকতা প্রদর্শনের একটি কাহিনি পাঠ করব।



বুদ্ধ চর্মরোগী ভিক্ষুর সেবা করছেন

একটি ছোট বিহারে কয়েকজন ভিক্ষু থাকতেন। সেই বিহারে তিষ্য নামে একজন ভিক্ষু ছিলেন, যাঁর সাথে কারও সদ্ভাব ছিল না। সবাই তাঁকে এড়িয়ে চলতেন। একবার তিনি ভীষণ চর্মরোগে আক্রান্ত হন। তাঁর গায়ের ক্ষত থেকে দুর্গন্ধ ছড়াতে লাগল। এরকম যন্ত্রণাকাতর অবস্থায়ও তাঁর সেবায় কেউ এগিয়ে এলো না। হঠাৎ বুদ্ধ এ বিহারে আগমন করলে সেবা-শুশ্রূষাবিহীন মারাত্মক রোগাক্রান্ত এ ভিক্ষুকে দেখেন। বুদ্ধ নিজেই সঙ্গে সঙ্গে তাঁর সেবায় লেগে যান।



তিনি সেবক আনন্দকে নিয়ে নিজ হাতে রোগীর ক্ষতস্থান পরিষ্কার করেন। তাঁকে স্নান করান। তারপর গা মুছিয়ে পরিষ্কার বিছানায় শুইয়ে দেন। বুদ্ধ বিহারের ভিক্ষুদের ডেকে রোগাক্রান্ত ভিক্ষুকে সেবা না করার কারণ জিজ্ঞাসা করেন। বুদ্ধ তাঁদের কাছ থেকে সমস্ত ব্যাপার শুনে খুব অসন্তুষ্ট হন। তিনি তাঁদের আচরণকে অনৈতিক ও অমানবিক বলে তিরস্কার করেন এবং হিংসা-বিদ্বেষ পরিত্যাগ করার উপদেশ দেন। অতঃপর তিনি তাঁদের বললেন, 'দরিদ্রের সহায় হওয়া, অরক্ষিতকে রক্ষা করা, রোগীর সেবা করা, মোহাচ্ছন্নকে মোহমুক্ত করা সকলের নৈতিক কর্তব্য।' তিনি আরও বললেন, 'এ জগতে মাতা-পিতা, শ্রমণ-ব্রাহ্মণ, আত্মপীড়িত এবং গুরুজনের সেবায় সুখ লাভ করা যায়।'

উপদেশ দানের পর বুদ্ধ ভিক্ষুদের জন্য নিয়ম প্রবর্তন করলেন: অসুখের সময় শিষ্য গুরু, গুরু শিষ্যের, সতীর্থ সতীর্থের সেবা করবে।

### গৌতম বুদ্ধের নৈতিক উপদেশ

বুদ্ধ ধর্ম-দেশনার সময় অনেক নৈতিক উপদেশ দান করেছেন। এগুলো ত্রিপিটকের গ্রন্থসমূহে সংকলিত আছে। নিচে বুদ্ধের কিছু নৈতিক উপদেশ তুলে ধরা হলো :

১. মৈত্রী দ্বারা ক্রোধকে জয় করবে। অসাধুকে সাধুতা দ্বারা জয় করবে। কৃপণকে দান দ্বারা জয় করবে। আর মিথ্যাবাদীকে সত্য দ্বারা জয় করবে।
২. মা যেমন তার একমাত্র পুত্রকে নিজের জীবন দিয়ে রক্ষা করে থাকে, সেদৃশ্যে সকল প্রাণীর প্রতি অপ্রমেয় মৈত্রীভাব পোষণ করবে।
৩. রাগের সমান অগ্নি নেই। দ্বেষের সমান গ্রাসকারী নেই। মোহের সমান জাল নেই। তৃষ্ণার সমান নদী নেই। তাই রাগ-দ্বেষ-মোহ ও তৃষ্ণা পরিত্যাগ করতে হবে।
৪. দণ্ড এবং মৃত্যুকে সকলেই ভয় করে। জীবন সকলেরই প্রিয়। তাই সকলকে নিজের সাথে তুলনা করে আঘাত কিংবা হত্যা করবে না।
৫. পাপী মিত্র ও অধম ব্যক্তির সংসর্গ না করা উচিত। কল্যাণমিত্র এবং সাধু ব্যক্তির সংসর্গ করবে।
৬. আরোগ্য পরম লাভ, সন্তুষ্টি পরম ধন, বিশ্বাস পরম জ্ঞাতি, নির্বাণ পরম সুখ।
৭. বহুসত্য বিষয়ে জ্ঞান লাভ করা, বহুশিল্প শিক্ষা করা, বিনয়ে সুশিক্ষিত হওয়া, মিথ্যা ও বৃথা বাক্য ত্যাগ করে সুভাষিত বাক্য বলাই উত্তম মঙ্গল।
৮. মাতা-পিতার সেবা করা, স্ত্রী-পুত্রের উপকার সাধন করা এবং নিষ্পাপ ব্যবসা বাণিজ্য দ্বারা জীবিকা নির্বাহ করা উত্তম মঙ্গল।

৯. মূর্খের সেবা না করা, পণ্ডিত ব্যক্তির সেবা করা এবং পূজনীয় ব্যক্তির পূজা করা উত্তম মঞ্জল।
১০. দুর্দমনীয়, চঞ্চল, যথেষ্ট বিচরণশীল চিত্তকে দমন করাই মঞ্জলজনক। সংযত চিত্তই সুখের কারণ।
১১. সঠিকপথে পরিচালিত চিত্ত যতটুকু উপকার করতে পারে মাতা-পিতা বা আত্মীয় স্বজনও তা করতে পারে না।
১২. জ্ঞানী ব্যক্তির জয়, অজ্ঞানী ব্যক্তির পরাজয় ঘটে। ধর্মানুরাগী জয়ী হন কিন্তু ধর্ম হিংসাকারীর পরাজয় ঘটে।
১৩. ক্রোধ সংবরণ কর। অহংকার পরিত্যাগ কর। সকল ক্షণ অতিক্রম কর। নাম-রূপে অনাসক্ত ব্যক্তি দুঃখে পতিত হন না।
১৪. নিজেই নিজের ত্রাণ কর্তা। অন্য কেউ নয়। নিজেকে সুসংযত করতে পারলে মানুষ নিজের মধ্যেই দুর্লভ আশ্রয় লাভ করতে পারে।
১৫. চন্দন, টগর, পদ্ম অথবা চামেলি ফুলের সুগন্ধও চরিত্রবান ব্যক্তির সৌরভকে অতিক্রম করতে পারে না।
১৬. অল্প বুদ্ধিসম্পন্ন মূর্খেরা দুঃখদায়ক পাপ কাজের দ্বারা নিজেকে নিজের শত্রুতে পরিণত করে।

### অনুশীলনমূলক কাজ

ওপরে বর্ণিত নৈতিক উপদেশ ছাড়া আরও পাঁচটি নৈতিক উপদেশ লেখ।  
তোমার এলাকায় একটি জনহিতকর কাজ কীভাবে করা যায় পরিকল্পনা কর।  
হিংসা নয়, আত্মপীড়িতের সেবাই মঞ্জল - ব্যাখ্যা কর।

### পাঠ : ৩

#### দৈনন্দিন জীবনে নৈতিকতা অনুশীলন

মানুষ প্রতিদিন নানা কাজ করে জীবিকা নির্বাহ করে। জগতে ভালো কাজ যেমন আছে, তেমন মন্দ কাজও আছে। ভালো কাজ মঞ্জলজনক এবং প্রশংসনীয়। ভালো কাজ শান্তি প্রতিষ্ঠা করে, অপরের মঞ্জল সাধন করে। অপরদিকে মন্দ কাজ ক্ষতিকর এবং নিন্দনীয়। মন্দ কাজ অশান্তি সৃষ্টি করে, অপরকে কষ্ট দেয়। তাই ভালো কাজগুলো নৈতিক এবং মন্দ কাজগুলো অনৈতিক কাজ হিসেবে অভিহিত। সত্যভাষণ, পরোপকার, সেবা, দান, মৈত্রীভাব পোষণ, সং বাণিজ্য প্রভৃতি নৈতিক কাজ। যাঁরা নৈতিক কাজ করেন তাঁদের নীতিবান বলা হয়। অপরদিকে হত্যা, অদত্ত বস্তু গ্রহণ, ব্যভিচার, মাদকদ্রব্য সেবন, মিথ্যা ও কর্কশ বাক্য ভাষণ, প্রতারণা, ক্ষতিকর ও নিষিদ্ধ দ্রব্য বাণিজ্য প্রভৃতি অনৈতিক কাজ। যারা অনৈতিক কাজ করে তাদের নীতিহীন বলা হয়।

দেশের আইনে এবং ধর্মীয় বিধি-বিধানে মন্দ কাজ পরিত্যাগ এবং ভালো কাজ সম্পাদন করার নির্দেশনা আছে। দেশের আইনে মন্দ কাজের জন্য শাস্তির বিধান রাখা হয়েছে। যেমন : চুরি একটি মন্দ কাজ ও সামাজিক অপরাধ। দেশের আইনে চুরি করলে কারদণ্ড ও অর্থ দণ্ড ভোগ করতে হয়। ধর্মগ্রন্থ মতে, মন্দ কাজ করলে মানুষকে নরক যন্ত্রণা ভোগ করতে হয়। মন্দ কাজ ও মন্দ ব্যক্তিকে সবাই ঘৃণা করে। মন্দ ব্যক্তি সর্বত্র নিন্দিত হয়। কিন্তু মানুষ লোভ-দ্বेष-মোহ বশত এবং নিজের লাভ ও সুবিধার জন্য মন্দ কাজ করে। মন্দ ব্যক্তি সমাজে নানারকম বিশৃঙ্খলা ও অশান্তি সৃষ্টি করে। মন্দ ব্যক্তি বিবেকহীন। বিবেকহীন ও নীতিহীন মানুষ পশুর সমান। নৈতিকতা হচ্ছে ভালো ও মন্দ কাজের মধ্যে পার্থক্য নিরূপণের মানদণ্ড। নৈতিকতার অভাবের কারণেই মানুষ মন্দ কাজ করে। মন্দ কাজ পরিত্যাজ্য। তথাগত বুদ্ধ নৈতিকতা অনুশীলনে সর্বাধিক গুরুত্ব দিয়েছেন। তাই তিনি সকল প্রকার পাপকর্ম হতে বিরত থেকে কুশলকর্ম সম্পাদন এবং নিজ চিত্ত বিশুদ্ধ করার উপদেশ দিয়েছেন।

নীতিবান মানুষ মন্দ কাজ পরিত্যাগ করে ভালো কাজের মাধ্যমে জীবিকা নির্বাহ করে। সমাজে শান্তি প্রতিষ্ঠা করতে হলে দৈনন্দিন জীবনে নৈতিকতা অনুশীলন করা একান্ত প্রয়োজন। দৈনন্দিন বিভিন্ন কর্মকাণ্ডের মাধ্যমে আমরা নৈতিকতা চর্চা করতে পারি। যেমন : মাতা-পিতা, শিক্ষক এবং গুরুজনের প্রতি শ্রদ্ধা প্রদর্শন, তাঁদের আদেশ-উপদেশ মেনে চলা, অর্পিত দায়িত্ব সঠিকভাবে পালন করা, সত্যভাষণ করা, নিজের কাজ নিজে করা, পরদ্রব্য না বলে বা না দিলে গ্রহণ না করা, পর দ্রব্যের প্রতি লোভ না করা, মাদকদ্রব্য সেবন না করা, সহপাঠীদের সঙ্গে সদাচরণ করা, বিপদগ্রস্তকে সাহায্য করা, অভাবগ্রস্তকে দান করা, আত্মপীড়িতের সেবা করা, পরোপকার করা, প্রতিবেশীর সঙ্গে সদাচরণ করা ও সত্তাব বজায় রাখা, অপরকে কষ্ট না দেওয়া, অপরের ক্ষতি হয় এমন কাজ নিজে না করা এবং অপরকে না করতে উৎসাহ প্রদান করা প্রভৃতির মাধ্যমে দৈনন্দিন জীবনে নৈতিকতা অনুশীলন করা যায়। শ্রেণিকক্ষেও নৈতিকতা অনুশীলন করা যায়। যেমন : শিক্ষকের উপদেশমতো মনোযোগ সহকারে লেখা পড়া করা; সহপাঠীর বই, খাতা, কলম, পেন্সিল প্রভৃতি না বলে না নেওয়া; সহপাঠীকে আঘাত ও কষ্ট না দেওয়া; মিথ্যা দোষারোপ না করা, গরিব বন্ধুকে শিক্ষা উপকরণ ও অর্থ দিয়ে সাহায্য করা; নিজে খারাপ কাজ না করা এবং অপরকে খারাপ কাজ থেকে বিরত থাকতে উৎসাহিত করা ইত্যাদি। ধর্মীয় অনুশাসন পালনের মাধ্যমে এসব নৈতিক গুণাবলি অর্জন করা যায়। পঞ্চশীল, অষ্টশীল, আর্য অষ্টাঙ্গিক মার্গ প্রভৃতি অনুশীলনের মাধ্যমে নীতিবোধ জাগ্রত হয়। বুদ্ধের সময় বৃজি বা বজ্জি বংশীয় লোকেরা অত্যন্ত নীতিপরায়ণ ছিলেন। বুদ্ধ বজ্জিদের কতকগুলো নৈতিক উপদেশ প্রদান করেছিলেন। সেই উপদেশগুলোকে সন্তু অপরিহার্য ধর্ম বলা হয়। উপদেশগুলো প্রদানকালে বুদ্ধ বলেছিলেন, 'যতদিন বজ্জিগণ এ সকল নৈতিক উপদেশ অনুসরণ করে জীবনযাপন ও রাজ্য পরিচালনা করবে ততদিন তাঁদের পরাজয় হবে না। উত্তরোত্তর তাঁদের সুখ, শান্তি ও সমৃদ্ধি বৃদ্ধি পাবে।' কথিত আছে যে, 'যতদিন পর্যন্ত বজ্জিগণ বুদ্ধের সেই উপদেশ পালন করেছিলেন ততদিন পর্যন্ত তাঁদের কেউ পরাজিত করতে পারেনি'। এ থেকে বোঝা যায় দৈনন্দিন জীবনে নৈতিকতা অনুশীলনের প্রয়োজনীয়তা অপরিসীম।

### অনুশীলনমূলক কাজ

শ্রেণিকক্ষে তুমি কীভাবে নৈতিকতা অনুশীলন করতে পার লেখ।



## পাঠ : ৪

### নৈতিকতা অনুশীলনের সুফল

নৈতিকতা অনুশীলনের মাধ্যমে অনেক সুফল অর্জন করা যায়। নৈতিকতা অনুশীলনে মানবিক গুণাবলি বিকশিত হয়। নীতিবান ব্যক্তি ন্যায়পরায়ণ, দায়িত্বশীল, পরোপকারী, সেবাপরায়ণ, সহনশীল, নির্লোভ, সংযমী, ক্ষমাপরায়ণ, মৈত্রীপরায়ণ, সত্যবাদী এবং আত্মবিশ্বাসী হন। এসব নৈতিক গুণের অভাবেই সমাজে অন্যায় অশান্তি বিরাজ করে। সকল পেশার লোক নীতিবান হলে সমাজ থেকে অন্যায় ও অশান্তি দূর হবে। সমাজে সুখ, শান্তি ও ন্যায় প্রতিষ্ঠা হবে। নীতিবান ব্যক্তি ব্যভিচার, অধিকারহীন অর্থ বিত্ত, নেশাদ্রব্য, সঙ্গী, মূর্থ সঙ্গী ইত্যাদি বর্জন করেন। তিনি সর্বদা কুশলকর্ম সম্পাদন করেন। পরের মজ্জল সাধনে তিনি নিজেকে উৎসর্গ করেন। তাঁর দ্বারা পরিবার, সমাজ ও দেশ উপকৃত হয়। তাই সকলে নীতিবান ব্যক্তিকে ভালোবাসে, শ্রদ্ধা ও বিশ্বাস করে। সকলে তাঁর প্রশংসা করে। তিনি সর্বত্র পূজিত হন। তাঁর যশ-খ্যাতি চারিদিকে ছড়িয়ে পড়ে।

নীতিবানকে বৌদ্ধ পরিভাষায় শীলবান বলা হয়। বুদ্ধ শীলবান ব্যক্তির অনেক প্রশংসা করেছেন। নৈতিকতা বা শীলপালনের সুফল অনেক। যেমন :

১. শীল পালনের ফলে শীলবান ব্যক্তি প্রভূত ধন সম্পদ অর্জন করেন;
  ২. তাঁর সুকীর্তি সর্বত্র ছড়িয়ে পড়ে;
  ৩. তিনি নিঃসঙ্কোচে ও নির্ভয়ে সর্বত্র উপস্থিত হতে পারেন;
  ৪. মৃত্যুকালে তাঁর চিত্ত ভ্রম না হয়ে সজ্ঞানে মৃত্যু হয় এবং
  ৫. তিনি মৃত্যুর পর স্বর্গ ও নির্বাণ লাভ করেন।
- তাই নৈতিকতার সুফল বিবেচনা করে সকলের তা অনুশীলন করা উচিত।

### অনুশীলনমূলক কাজ

নৈতিকতা অনুশীলনকারী ব্যক্তির মানবিক গুণাবলি বর্ণনা কর।

### অনুশীলনী

#### শূন্যস্থান পূরণ কর

১. শীল মানবিক গুণাবলি সম্পন্ন .....গঠনে সহায়তা করে।
২. শীলবান ব্যক্তি সর্বত্র পূজিত হন। প্রভূত .....অধিকারী হন।
৩. গৌতম বুদ্ধ জন্ম-জন্মান্তরে ..... জীবন যাপন করেছেন।
৪. মূর্খের সেবা না করা, ..... ব্যক্তির সেবা করা এবং .....ব্যক্তির পূজা করা উত্তম মজ্জল।
৫. নৈতিকতা অনুশীলনে ..... গুণাবলি বিকশিত হয়।



৩. বুদ্ধের মতে, “শীলবান ব্যক্তির যশ-খ্যাতি বাতাসের অনুকূল ও প্রতিকূল উভয় দিকে প্রবাহিত হয়”- এ উক্তিটিতে প্রকাশ পেয়েছে -

- i. ধর্মের গুণ
- ii. শীল পালনের সুফল
- iii. কুশলকর্মের সুফল

নিচের কোনটি সঠিক ?

- ক. i
- খ. ii
- গ. i ও ii
- ঘ. i, ii ও iii

নিচের অনুচ্ছেদটি পড় এবং ৪ ও ৫ নম্বর প্রশ্নের উত্তর দাও

সৌরভ মারমা উপযুক্ত বয়সে শ্রামণ্য ধর্মে দীক্ষা গ্রহণ করে বুঝলেন, ধর্মচর্চা শুধু নিজের সুখের সন্ধান এনে দেয় না বরং এটি সর্বজীবের প্রতি দয়াশীল হতে সাহায্য করে।

৪. সৌরভ মারমার ধর্মীয় শিক্ষাটি গৌতমবুদ্ধের কোন গুণের প্রতিফলন?

- ক. জীবপ্রেম
- খ. সংকীর্ণতা
- গ. নৈতিকতা
- ঘ. কল্যাণ

৫. উক্ত গুণের দ্বারা সৌরভ মারমা কীভাবে সর্বজীবের সুখ কামনা করবে?

- i. মৈত্রীর মাধ্যমে
- ii. চরিত্রের উৎকর্ষের মাধ্যমে
- iii. অলৌকিক ক্ষমতা প্রদর্শনের মাধ্যমে

নিচের কোনটি সঠিক?

- ক. i
- খ. ii
- গ. i ও ii
- ঘ. ii ও iii



## সৃজনশীল প্রশ্ন

- ১। বোধিনিকেতন বিহারটি এক প্রত্যন্ত অঞ্চলে অবস্থিত। বিহারে যাওয়ার পথটি চলাচলের অযোগ্য ছিল। সেখানে কিছু সংখ্যক সন্ন্যাসী থাকায় পূণ্যার্থীরা লুটপাটের শিকার হতো। তাদের আধিপত্য এতো প্রবল ছিল যে রাস্তাটি সংস্কার করা কারও পক্ষে সম্ভব ছিল না। এক পর্যায়ে উক্ত বিহারের সভাপতি সুশীল চাকমা সাহস ও দৃঢ় মনোবল দ্বারা গ্রামের যুবকদের নিয়ে রাস্তাটি মেরামত করলেন।

ক. গৌতমবুদ্ধের পিতার নাম কী?

খ. নৈতিকতা অনুশীলনে কোনটি বিকশিত হয়? ব্যাখ্যা কর।

গ. সুশীল চাকমার ঘটনাটি বুদ্ধের বোধিসত্ত্ব জীবনের কোন ঘটনার সাথে সম্পৃক্ততা রয়েছে? বর্ণনা কর।

ঘ. গ্রামবাসীর উন্নয়নে সুশীল চাকমার গৃহীত পদক্ষেপটি বৌদ্ধধর্মের নৈতিকতার দৃষ্টিতে ব্যাখ্যা কর।

- ২। সুমন বড়ুয়া ছোটবেলা থেকে ধর্মকর্ম ও জ্ঞানচর্চায় নিয়োজিত থাকতেন। তিনি প্রায়ই বিহারের ভিক্ষু শ্রমণ, পিতা-মাতা ও পরিবার-পরিজনের সেবা করতেন। কিন্তু তিনি একসময়ে দূরারোগ্য ব্যাধিতে আক্রান্ত হন। সংক্রামক রোগের কারণে পরিবার-পরিজন তাঁকে ফেলে অন্যত্র চলে যায়। এমতাবস্থায় তাঁর দূর সম্পর্কের আত্মীয় পবন বড়ুয়া পর্যাপ্ত সেবাযত্নের মাধ্যমে তাঁকে সুস্থ করে তোলেন।

ক. মহামানব গৌতমবুদ্ধ কখন জনগ্রহণ করেন?

খ. গৌতম কীভাবে বুদ্ধ নামে খ্যাত হলেন? ব্যাখ্যা কর।

গ. পবন বড়ুয়ার সেবা ধর্মে কোন মহামানবের উপদেশ প্রতিফলিত হয়েছে? বর্ণনা কর।

ঘ. পবন বড়ুয়ার কর্মটি কীসের উৎকৃষ্ট উদাহরণ-পাঠ্যপুস্তকের আলোকে ব্যাখ্যা কর।