Buddha and Lumbini

Lumbini is located in the Rupandehi District of Lumbini Province in Nepal. About twenty-six hundred years ago, Maya Devi gave birth to Siddhartha Gautama in Lumbini. In ancient times, Lumbini was within the boundary of the Shakya kingdom. Lumbini, adorned with a beautiful garden, was known by different names such as *Ciittalatā Vana*, *Pradimokṣa Vana*, *Lumbini Kānana*, *Lumbini Vātikā*, *Śālodyāna*, etc. Two ponds with hot and cool water were also there. At the beautiful place, Queen Maya Devi gave birth to Siddhartha under the Ashoka tree. The fame of this sacred place has grown with the recognition of Lord Buddha's enlightenment.

Siddhartha, the son of King Shuddhodana of the Shakya dynasty, spent his 29 years in Kapilavastu. After the Great Renunciation (*Mahābhiniṣkramaṇa*), he traveled to Bodh Gaya and attained enlightenment at the age of thirty-five. After that, he became Shakyamuni Buddha. Today, he is revered globally as *Bhagavān*, *Śāstā*, *Tathāgata*, and *Śānti dūta* (Messenger of Peace). Therefore, Lumbini, the place of his birth, is considered as a sacred place to all Buddhists.

At the time of his *Mahāparinirvāna*, he mentioned Lumbini as the first sacred site among the four significant places. Even for the emergence of renunciation in his life, Buddha emphasized the importance of visiting Lumbini at least once, as mentioned in the *Mahāparinibbāna Sutta*., Despite winning the Kalinga War, emperor Ashoka did not find mental peace. In search of happiness and peace, he visited Lumbini in 249 BC along with his teacher Upagupta. *Lumminī Game*... is mentioned in the inscription, written in the Pali language and Brahmi script, with ninety characters, in the Ashokan pillar.

Around two thousand years ago, the poet Ashvaghosha mentioned Lumbini in the **Buddhacarita**. He described Lumbini as beautiful garden with thousands of flowers, resembling the garden of Indra, full of diverse and picturesque trees. This reference signifies the attractiveness of Lumbini with numerous flowers, diverse trees, and a serene environment.

In the 4th century, Chinese pilgrim Fahien visited Lumbini. Later, various Chinese pilgrims like I-tsing and Hien-Tsang in the 7th century, also visited Lumbini and they

appraised Lumbini. In the 14th century, King Ripu Malla of the Karnali region came and inscribed his name on the Ashokan pillar.

Later, for about five centuries, Lumbini remained hidden in the pages of history. In 1896, A. Fuhrer and Khadga Shamsher rediscovered the Ashokan pillar in Lumbini and Fuhrer's excavation strengthened the authenticity of Lumbini. In the 20th century, then-UN Secretary-General U Thant visited Lumbini and expressed his commitment to transforming the current state of Lumbini.Various components in monastic zone and new Lumbini village have been attractive to the visitors. In 1997, Lumbini was listed as a UNESCO World Heritage Site. At present, the master plan of Lumbini, designed by Kenzo Tange, is at the stage of completion.

Teachings of Buddha and *Vipassaāa* Meditation

Lord Buddha attained enlightenment in Bodh Gaya. At that time, he acquired knowledge of past lives (knowledge of previous births), knowledge of the origin and cessation (knowledge of the arising and passing away), and knowledge of the destruction of craving (knowledge of dependent origination). He travelled with his knowledge, spreading it throughout the country, expounding the doctrines on the Four Noble Truths, dependent origination, the Four Sublime Abodes, *Pāramitās* (perfections), household conduct and the eighty-four thousand *Dharma* teachings.

Four Noble Truths: The Four Noble Truths are the truth of suffering, the cause of suffering, the cessation of suffering, and the path to the cessation of suffering. To overcome suffering, one must follow the Eightfold Path consisting of right view, right intention, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, and right concentration.

Dependent Origination: Dependent Origination is the doctrine that explains the chain of causation. Every effect is produced by a cause, and that effect becomes the cause for another event. It forms a cycle connecting past, present, and future. The twelve links in this cycle are ignorance, mental formations, consciousness, name and form, six sense bases, contact, feeling, craving, clinging, becoming, birth, and aging and death.

Four Sublime Abodes: The term "*Brahma*" denotes excellence and the highest state. The Four Sublime Abodes embody loving-kindness (*Maitri*), compassion (*Karuṇā*), empathetic joy (*Muditā*), and equanimity (*Upekkhā*).

***Pāramitās*:** *Pāramitās* are the skilled practices necessary for the fulfilment of a successful life. There are ten *pāramitās*: In Mahayana six *pāramitās* are mentioned such as generosity (*dāna*), morality (*śīla*), patience (*kṣānti*), diligence (*vīrya*), concentration (*dhyāna*), and wisdom (*prajñā*). In the Daśsbhūmika Sūtra the factors

such as skillful means, aspiration, power, and knowledge are also added. The ten perfections (*pāramitās)* in Theravada tradion, are generosity (*dāna*), morality (*sīla*), renunciation (*nekkhamma*), wisdom (*paññā*), delegence (*viriya*), patience (*khanti*), truthfulness (*sacca*), resolution (*adhiṭṭhāna*), loving-kindness (*metta*) and equanimity (*upekkhā*).

Household Conduct: Householders are required to follow the principles, conduct, or virtues known as Five Precepts. This involves refraining from harming living beings, stealing, engaging in sexual misconduct, speaking falsehood, and using intoxicants.

These teachings are a guide to a meaningful and fulfilling life, leading to the cessation of suffering and the attainment of enlightenment.

***Vipassaāa* meditation:** *Vipassanā* meditation is the practice of observing one's own body, purifying it through self-observation, and seeing the *Dharma*. Before practicing *Vipassanā*, one engages in *Samatha* meditation, which concentrates and unifies the mind. *Samatha* stabilizes the mind and prepares it for *Vipassanā*.

In *Vipassanā*, the practice proceeds through four stages. In the first stage, one observes the body from the head to the toes and from the toes to the head with closed eyes. In the second stage, one experiences sensations of pleasure, pain, or neutrality in various bodily parts. In this stage, no reactions are shown.

In the third stage, the practitioner purifies the mind. In the fourth stage, wisdom and the vision of *Dharma* are realized. This process is known as *Kāyānupassanā*, *Vedanānupassanā*, *Cittānupassanā*, and *Dhammānupassanā*—mental activities that lead to a purified mind. The Mindfulness, as explained by the Buddha, is the way to comprehend these mental activities.

Buddha *Vacana of Dhammapada*

Manopubbaṅgamā dhammā, manoseṭṭhā manomayā,

manasā ce paduṭṭhena bhāsati vā karoti vā,

tato naṁ dukkham-anveti cakkaṁ va vahato padaṁ. 1:1

Mind precedes thoughts, mind is their chief, their quality is made by mind, if with evil mind one speaks or acts through that suffering follows one like a wheel follows the hoofprint of an ox who draws the cart.

Na hi verena verāni sammantīdha kudācanaṁ,

averena ca sammanti, esa dhammo sanantano. 1:5

Hatred is never appeased by hatred. . Only by loving- kindness, it is appeased. This is an ancient law. .

Sabbapāpassa akaraṇaṁ, kusalassa upasampadā,

sacittapariyodapanaṁ - etaṁ Buddhāna' sāsanaṁ. 14:183

Not to do evil, to cultivate merit, to purify one's mind. This is the teaching of the Buddhas.

Susukhaṁ vata jīvāma ussukesu anussukā

ussukesu manussesu viharāma anussukā. 15:199

Let us live on without longing, amongst those who do have longing. Amongst humans who have longing let us now live without longing.

Ārogyaparamā lābhā, santuṭṭhi paramaṁ dhanaṁ,

vissāsā paramā ñāti, Nibbānaṁ paramaṁ sukhaṁ. 15:204

Being healthy is the greatest benefit. Contentment is the most valuable wealth. Faith is your best relative. Nirvana is the highest happiness.

Sabbe saṅkhārā aniccā ti, yadā paññāya passati,

atha nibbindatī dukkhe – esa maggo visuddhiyā. 20:277

All conditioned phenomena are impermanent, when one sees this with insight wisdom, then one becomes weary of suffering. This is the path to purity.

Vācānurakkhī manasā susaṁvuto,

kāyena ca akusalaṁ na kayirā,

ete tayo kammapathe visodhaye,

ārādhaye maggaṁ isippaveditaṁ. 20:281

One should be careful in speech, be well-restrained in mind, and physically, too, one should do no evil. One should purify these three courses of action and accomplish the practice of the Path of Eight Constituents made known by the Buddhas.

Significance of Buddha's teaching in the present world

Peace and non-violence are the necessities of today's world. The teachings of Buddha, guide towards self-discipline and ethical living. Buddha emphasized humility in his teachings, linking it to self-control. Buddhist philosophy advocates self-realization and the interconnectedness of nature and *karma*. Born as Siddhartha Gautama under a tree, he gained knowledge, expanded it, and achieved enlightenment at the age of thirty-five, eventually attaining *Mahaparinirvana* even under the tree.

His life was characterized by unwavering dedication to ethical principles. The Buddha, who is intricately connected to nature, remains an inspirational figure for the world. In Bodhgaya, Siddhartha Buddha acquired knowledge to break the cycle of repeated

births due to craving. The narrative highlights the escape from perpetual rebirth and the attainment of self-victory.

The current generation can learn from the past, engaging in studies, research, learning, group activities, contemplation, reasoning, analysis, and the pursuit of objective truths as practiced in ancient times. In this context, Siddhartha Buddha serves as the optimal inspirational figure. Hence, his teachings are relevant in today's era.

Buddha's eighty-four thousand *Dharmaskandhas* are instrumental in practical teachings for the welfare of all beings. Buddhist principles such as altruism, compassion, brotherhood etc. Resonate with contemporary social ideals. Creating an atmosphere of enthusiasm for working towards the well-being of humanity is crucial.

Buddha's teachings encompass the Noble Eightfold Path, focusing on morality, concentration, and wisdom. Knowledge of ethical conduct, the Eight Precepts, the Ten Precepts, and discipline is essential for achieving purification.

The teachings also offer solutions to problems in daily life. Therefore, Buddha's teachings are not only relevant but crucial for the contemporary world.

Buddha, in accordance with the principle, "Be a lamp unto yourself; be a refuge unto yourself," emphasizes the development of self-reliance and knowledge. The concept of creating one's own island is explained, promoting self-reliance as Buddha's ultimate teaching. The practicality of ignorance eradication is found in the practice of Buddhism. Hence, the need for Buddha's teachings in today's world is paramount.

Buddha's teaching emphasizes making oneself the master, not relying on others. The knowledge gained from Buddha's teaching is essential for the global community. It promotes a democratic nature in dispelling ignorance. The *Vinaya Piṭaka* establishes rules for the protection of *Bhikshunis*, ensuring equal rights.

Buddha's teachings, based on the Noble Eightfold Path, impart knowledge of ethics, concentration, and wisdom. The teachings of Buddha provide profound wisdom to traverse the difficulties of life. The practice of Buddha's teachings can lead to the resolution of problems. Therefore, Buddha's teachings are indispensable in today's context.

According to Buddha, the elimination of *avidyā* (ignorance) is crucial. Hence, any philosophical and intellectual discussions should align with the principles of Buddha's teachings. The *Vinaya Piṭaka* outlines regulations governing the democratic nature of this philosophy. The protection of *Bhikṣuṇīis* through regulations signifies equal rights.

The Buddha's teaching guides practitioners through the Noble Eightfold Path, emphasizing morality, concentration, and wisdom. Various ethical conduct practices, such as the Five Precepts, Eight Precepts, Ten Precepts, Vinaya, contribute to the

purification process. Buddha's teachings offer practical solutions to problems. Buddha's teachings are not only realistic but also aligns with the natural order.

Buddha's teachings are encapsulated in the Tipitaka, the essential Buddhist scripture, consisting of *Suttapiṭaka*, *Vinayapiṭaka*, and *Abhidhammapiṭaka*. These texts cover various aspects and provide protection for individuals, society, and the entire world. In this regard, the relevance of Buddha's teachings is undeniable in today's world.

Why pay a visit to Lumbini?

Buddha, the Enlightened One, is one of the highest philosophers in the world. Those who aspire to become thinkers like Buddha, to attain enlightenment and contribute to the well-being of humanity, wish to visit the place where Buddha was born.

The desire to alleviate human suffering and attain happiness motivates people. After overcoming suffering, they aim to achieve happiness. This practical teaching is what Buddha imparted. Humans seek to cultivate mindfulness within themselves and desire their offspring to be knowledgeable like Buddha. For this purpose, people come to the sacred land of Lumbini to pray.

Lumbini, the birthplace of peace, the *Tathāgata*, the holy birthplace of Buddha, has become an excellent destination for spiritual studies, research and inspiration in the fields of religion, culture and history. The First World Buddhist Summit held in Lumbini in 1998 decided to establish an international university in Lumbini to shed light on Buddha's teachings, education, wealth, and culture. According to the agenda, Lumbini Buddhist University was established in 2004. Currently, studies, teaching and research are underway in various fields, including Buddhist philosophy, in this university.

Lumbini, being a religious, cultural, historical, archaeological and tourist destination, various heads of states and eminent personalities of different countries have been visiting Lumbini at different times.

Published:

Government of Lumbini Province
Ministry of Forest, Environment, Tourism and Water Supply
Rapti Valley (Deukhuri), Nepal

Collaboration:

Lumbini Buddhist University
Lumbini, Nepal

बुद्ध र लुम्बिनी

नेपालको लुम्बिनी प्रदेशको रूपन्देही जिल्लामा लुम्बिनी अवस्थित छ । आजभन्दा करिब छब्बिस सय वर्ष अघि मायादेवी कपिलवस्तुबाट देवदह माइत जाँदा लुम्बिनीमा सिद्धार्थ गौतमको जन्म भएको थियो । प्राचीन कालमा शाक्य गणराज्यअन्तर्गत लुम्बिनी पर्दथ्यो । लुम्बिनी एक सुन्दर बगैंचा भएकाले चित्तलता वन, प्रदिमोक्ष वन, लुम्मिनी कानन, लुम्मिनी वाटिका, सालोद्यान आदिनामले चिनिन्थ्यो । त्यहाँ तातो र चिसो पानीका दुई पोखरी पनि थिए । सो सुन्दर स्थानमा अशोकको वृक्षमुनि मायादेवीले सिद्धार्थलाई जन्म दिइन् । शाक्यमुनि बुद्धको कीर्तिसँगै यस पवित्र स्थानको सर्वव्यापी गौरव वृद्धि भएको छ ।

शाक्यवंशी राजा शुद्धोदनका सुपुत्र सिद्धार्थले उनन्तिस वर्षसम्म कपिलवस्तुमा बिताए । उनन्तिस वर्षमा **महाभिनिष्क्रमण**पश्चात् बोधगया पुगी पैंतिस वर्षमा बोधिज्ञान प्राप्त गरे । त्यसपछि उनी शाक्यमुनि बुद्ध भए । आज विश्वका अधिक जनले उनलाई भगवान्, शास्ता, तथागत, शान्तिका अग्रदूत आदिका रूपमा चिन्दछन् । यसर्थ उनी जन्मेको स्थान लुम्बिनी विश्वको पवित्र स्थान मानिन्छ ।

शाक्यमुनि बुद्धले आफ्नो परिनिर्वाण हुनै लाग्दा चार संवेजनीय स्थानमध्ये पहिलो लुम्बिनी हो भनेका थिए । विराग उत्पन्नका लागि पनि जीवनमा एक पटक लुम्बिनी पुग्नु आवश्यक भएको विषय दीघनिकायको महापरिनिब्बान सुत्तमा उल्लेख गरिएको छ ।

कलिङ्गको युद्ध जिते पनि मानसिक रूपमा सन्तोष नभएकाले ई.पू.२४९ मा सम्राट अशोक सुख र शान्तिको खोजी गर्दै गुरु उपगुप्तसँग लुम्बिनी आए । यहाँ पालि भाषा र ब्राह्मी लिपिमा नब्बे अक्षरको *लुम्मिनी गामे* समेत उल्लेख गरी अभिलेख लेखाए; जसले स्थानको आधिकारिक प्रमाण दियो ।

करिब दुई हजार वर्षअघि महाकवि अश्वघोषले आफ्नो महाकाव्य *बुद्धचरित*मा हजारौँ फूलहरू फुलेका, इन्द्रको बगैंचा जस्तो, ध्यान गर्न योग्य र चित्रविचित्र वृक्षहरू भएको चैत्ररथ झैँ लुम्बिनी सुन्दर बगैंचा थियो भन्ने उल्लेख गरेका छन् । *(सा लुम्बिनी नाम वनान्तभूमिं, चैत्रद्रु मां चैत्ररथाभिरामाम्, ध्यानानुकूलं विजनामियेष तस्या निवासाय नृपं वभाषे)*

चौथो शताब्दीमा चिनियाँ यात्री फाहियान लुम्बिनी आएका थिए । त्यसपछि सातौं शताब्दीमा हुएन साङ, इत्सिङलगायत विभिन्न चिनियाँ यात्रीहरू पनि आए । उनीहरूले लुम्बिनी बारे विवरण लेखे । चौधौं शताब्दीमा कर्णाली प्रदेशका खस राजा रिपु मल्ल आई अशोक स्तम्भमा नाम उत्कीर्ण गरेका थिए ।

तत्पश्चात् करिब पाँचौं शताब्दीसम्म लुम्बिनी इतिहासको गर्भमा रह्यो । सन् १८९६ मा ए.फ्युहरर र खड्ग शमशेरले लुम्बिनीको अशोक स्तम्भ पत्ता लगाए । फ्युहररको उत्खननले लुम्बिनीको प्रामाणिकतालाई सबल बनायो । उन्नाइसौं शताब्दीमा युएनओका तत्कालीन महासचिव ऊ थान्त लुम्बिनी आएका थिए । उनले लुम्बिनीको तत्कालीन अवस्थालाई रूपान्तरण गर्ने संकल्प गरे । यसलाई सन् १९९७ मा विश्वसम्पदा सूचीमा सूचीकृत गरियो । यसको पुरातात्विक क्षेत्रमा मायादेवी मन्दिर, अशोक स्तम्भ, पुष्करिणी तलाउ, स्तूप तथा विहारका खण्डहरहरू रहेका छन् ।

बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनी, शाक्यको राजधानी तिलौराकोट, रामग्राम आदि क्षेत्रलाई बुद्धसर्किटमा आवद्ध गरी विकास गरिँदैछ । केन्जो टाँगेको योजना, बुद्ध सर्किट, बृहत्तर लुम्बिनी गुरुयोजना आदि मुख्य योजनाहरू रहे ।

सन् १९९८ मा लुम्बिनीमा भएको प्रथम विश्व बौद्ध सम्मेलनले बुद्धको दर्शन, शिक्षा, सम्पदा, संस्कृतिलाई उजागर गर्न लुम्बिनीमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको विश्वविद्यालय स्थापना गर्ने निर्णय गरियो । सोहीअनुसार वि.सं.२०६१ मा लुम्बिनीमा लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयको स्थापना भएको छ । हाल यहाँ बौद्ध दर्शनलगायत बहुविषयमा अध्ययन, अध्यापन र अनुसन्धान भइरहेको छ ।

लुम्बिनी धार्मिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक, पुरातात्विक तथा पर्यटकीय स्थलका रूपमा परिचित भएकाले विभिन्न समयमा विभिन्न देशका राष्ट्राध्यक्ष तथा विशिष्ट व्यक्तिको आगमन भइरहेको छ ।

बुद्धको शिक्षा र विपश्यना

शाक्यमुनि बुद्धले बोधगयामा बुद्धत्व प्राप्त गरे । उनले ज्ञान प्राप्त गरेपश्चात् उच्चारण गरिएको श्लोक *अनेक जाति संसारं सन्धाविस्सं अनिब्बिसं ....* हो । उनले त्यसबेला पूर्वानुस्मृति ज्ञान (पूर्वजन्मको ज्ञान), च्युतोत्पत्ति ज्ञान (उत्पत्ति विनासको ज्ञान) र आश्रवक्षय ज्ञान (प्रतीत्यसमुत्पाद ज्ञान) प्राप्त गरेका हुन् । उनले आफ्ना ज्ञानलाई देशनामार्फत् सञ्चरण गरे जसअन्तर्गत चतुरार्य सत्य, प्रतीत्यसमुत्पाद, चतुर्ब्रह्म विहार, पारमिता, गृहस्थका आचरणहरू, विपश्यनालगायत चौरासी हजार धर्मस्कन्धहरू पर्दछन् ।

चतुरार्य सत्य : दुःख; दुःखको कारण, दुःख निवारण तथा दुःख निवारणका उपाय गरी चारवटा आर्यसत्यहरू छन् । रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान सबै दुःख हुन् । काम तृष्णा, भव तृष्णा र विभव तृष्णा दुःखका कारण हुन् । निर्वाण प्राप्त गरी दुःख निवारण गर्न सकिन्छ । दुःख निवारणका लागि क्रमशः सम्यक् दृष्टि, सम्यक् सङ्कल्प, सम्यक् वचन, सम्यक् कर्मान्त, सम्यक् आजीविका, सम्यक् व्यायाम, सम्यक् स्मृति तथा सम्यक् समाधि गरी आर्य अष्टाङ्गिक मार्गहरू रहेका छन् । यी मार्गहरू क्रमशः प्रज्ञा (सम्यक् दृष्टि, सम्यक् सङ्कल्प), शील (सम्यक् वचन, सम्यक् कर्मान्त, सम्यक् आजीविका) र समाधि (सम्यक् व्यायाम, सम्यक् स्मृति, सम्यक् समाधि) हुन् ।

प्रतीत्यसमुत्पाद : कार्यकारणवाद नै प्रतीत्यसमुत्पाद हो । कुनै पहिलेको कारणले कार्य हुन्छ । त्यही कार्य पुन: अर्को कार्यका लागि कारण बन्दछ । तसर्थ प्रतीत्यसमुत्पाद कार्यकारणको शृङ्खलाचक्र हो । यस चक्रमा भूत, भविष्य र वर्तमान जोडिएका छन् । यसका बाह्रवटा अंगहरूमा अविद्या, संस्कार, विज्ञान, नामरूप, षडायतन, स्पर्श, वेदना, तृष्णा, उपादान, भव, जाति र जरामरण पर्दछन् । अविद्या वा तृष्णालाई निरोध गर्न सके यस संसारको भवचक्रमा घुमिरहनु पर्दैन । शाक्यमुनि बुद्धकाअनुसार जसले यस प्रतीत्यसमुत्पादलाई बुझ्दछ उसले बुद्धदेशनालाई राम्ररी बुझ्दछ । त्यसर्थ बुद्धदेशनालाई बुझ्ने महत्वपूर्ण कडीका रूपमा प्रतीत्यसमुत्पादलाई लिइन्छ ।

चतुर्ब्रह्म विहार : ब्रह्म भन्नाले श्रेष्ठता र उत्तमपनालाई जनाउँछ । चतुर्ब्रह्म विहारमा मैत्री, करुणा, मुदिता र उपेक्षा पर्दछन् । अरुप्रति मित्रताको भाव राख्नु मैत्री भाव हो । कायिक, वाचिक र मानसिक गरी मैत्री भाव तीन प्रकारका हुन्छन् । समस्त दु:खी प्राणीप्रति सदाशयता राख्नु, दु:ख हटुन् र सुख प्राप्त गरुन् भनी कामना गर्नु करुणा हो । मन, वचन र कर्मले सेवा भाव प्रकट गर्नु पनि करुणा भाव प्रकट गर्नु हो । अरुको खुसीमा आफू झन् बढी खुसी हुनु, अरुको सुखमा आफूले झन् बढी सुख प्राप्त गरेको महसुस गर्नु मुदिता हो । मुदिताको अभ्यासले आफ्नो मनलाई सधैं प्रशन्न बनाउँछ । अन्तिम तथा उत्तम विहार भनेको उपेक्षा हो । सबै कार्यकारणप्रति तटस्थ वा समभाव राख्नु भनेको उपेक्षा भाव हो । समान रूपमा व्यवहार गर्नु, कसैप्रति पनि रीस, राग, द्वेष, माया, मोह आदि भाव नराख्नु, अनित्यताको बोध गरी सम्यक् दृष्टि राख्नु उपेक्षा भाव हो ।

पारमिता : सफल जीवनमा पूरा गर्नु गर्नुपर्ने कुशल चर्याका विषय नै पारमिता हुन् । यी दश प्रकारका छन् । दान, शील, क्षान्ति, विद्या, ध्यान र प्रज्ञापारमिता गरी छ वटा पारमिता महायान ग्रन्थमा उल्लेख छ । दशभूमिक सूत्रानुसार उपाय, प्रणिधान, बल र ज्ञान पारमिता थप गरिएको छ । थेरवादमा दान, शील, नैष्क्रम्य, प्रज्ञा, वीर्य, क्षान्ति, सत्य, अधिष्ठान, मैत्री र उपेक्षा पारमिता रहेका छन् । दुवै यानमा अधिकतम पारमिता साझा देखिन्छन् । आमिस दान, अभय दान र धर्म दान गरी दान तीन किसिमका हुन्छन् । अकुशल कर्महरूबाट जोगिन र कुशल कर्महरू गर्न शील पालना गरिन्छ । क्षान्ति पारमितामा अविचलित र नम्र भई कठिनाइको सामना गर्दै सबैलाई माफ गर्न सक्ने क्षमता वृद्धि गरिन्छ । सहास र उत्साहका साथ कार्य सम्पन्न गर्न लाग्नु वीर्य पारमिता हो । अर्हत वा निर्वाण प्राप्तिका लागि निरन्तर ध्यानमा लागिपर्नु ध्यान पारमिता हो । सही र गलत छुट्याउन सक्ने हुनु प्रज्ञापारमिता हो ।

गृहस्थका आचरणहरू : गृहस्थले शरीर, वचन र मनबाट पालना गर्नु पर्ने नियम, आचरण वा शीलहरूलाई पञ्चशील भनिन्छ । हिंसा नगर्नु, चोरी नगर्नु, व्यभिचार नगर्नु, झुटो नबोल्नु र नशाको प्रयोग नगर्नु पञ्चशीलको पालना गर्नु हो । उपासक र उपासिकाहरूले अष्टशीलको पालना गर्नुपर्दछ । श्रावणेरहरूले दशशीलको पालना गर्नुपर्दछ । भिक्षुहरूका लागि २२७ र भिक्षुणीहरूका लागि ३११ नियम विनयपिटकमा उल्लेख गरिएको छ ।

विपश्यना ध्यान : आफ्नो शरीरलाई आफैंले हेरी शुद्धीकरण गरी धर्मलाई हेर्ने ध्यानलाई विपश्यना ध्यान भनिन्छ । विपश्यना ध्यान गर्नु अघि समथ ध्यान गरिन्छ । समथले ध्यानलाई केन्द्रित गरी

चित्तलाई एकाग्र बनाउँदछ । चित्त एकाग्र गर्नका निमित्त चालिस वटा कर्मस्थानहरू रहेका छन् । चित्तलाई एउटा आलम्बनमा स्थिर पार्ने अभ्यासले पूर्णता पाएपछि विपश्यनाको अभ्यास गरिन्छ । विपस्यनालाई चार चरणमा पूर्ण गरिन्छ । पहिलो चरणमा शरीरको शीर्ष भागदेखि पाउसम्म र पाउदेखि शीर्ष भागसम्म तटस्थ भावले आँखा बन्द गरी हेरिन्छ । दोस्रो चरणमा शरीरका ती भागहरूमा भएका सुख, दु:ख र न सुख नदु:खको वेदनालाई अनुभूत गरिन्छ । यस चरणमा कुनै प्रतिक्रिया दिइँदैन । तेस्रो चरणमा चित्तलाई निर्मल गरिन्छ । चौथो चरणमा ज्ञान र धर्मको दर्शन हुन्छ । यसै प्रक्रियालाई कायानुपस्सना, वेदनानुपस्सना, चित्तानुपस्सना र धम्मानुपस्सना भनिन्छ । यी सबै मानसिक क्रियाहरू हुन् ।

धम्मपदका बुद्ध वचन

मनोपुब्बंगमा धम्मा मनोसेट्ठा मनोमया ।
मनसा च पदुट्ठेन भासति वा करोति वा ।
ततो न दु:खमन्वेति चक्कं व वहतो पदं ॥१:१॥

मन सबै धर्मको अगुवा हो । मन नै प्रधान हो । सबै धर्म मनबाट उत्पन्न हुन्छ । यदि कसैले मन मैलो बनाएर बोल्यो भने वा कर्म गर्यो भने बयलगाडाको पछिपछि चक्का घुमेर आएजस्तै दु:ख पनि उसको पछि पछि नै आइरहन्छ ।

न हि वेरेन वेरानि, सम्मन्तीध कुदाचनं
अवेरेन च सम्मन्ति, एस धम्मो सनन्तनो ॥१:५॥

वैर भावले वैर भाव शान्त हुँदैन । अवैर भावले मात्र वैर भाव शान्त हुन्छ । यही नै सनातन धर्म हो ।

सब्ब पापस्स अकरणं कुशलस्स उपसम्पदा
सचित्तपरियोदपनं, एतं बुद्धानसासनं ॥१४:१८३॥

सबै पापको विनाश, पुण्य कर्मको सञ्चय र चित्तको शुद्धि नै बुद्ध शासनको मार्ग हो ।

सुसुखं वत जीवाम, उस्सुकेसु अनुस्सुका
उस्सुकेसु मनुस्सेसु, विहराम अनुस्सुकास ॥१५:१९९॥

आशक्त मानिसको बीचमा अनाशक्त भई सुखपूर्वक बसेका छौं । आशक्त मनुष्यहरूका बीच हामी आशक्त नभई बसेका छौं ।

आरोग्यापरमा लाभा, सन्तुट्ठिपरमं धनं ।
विस्सासा परमा ञाति, निब्बानं परमं सुखं ॥१५:२०४॥

निरोगी हुनु परम् लाभ हो । सन्तुष्टि परम् धन हो । विश्वास परम् बन्धु हो । निर्वाण परम् सुख हो ।

"सब्बे सङ्खारा अनिच्चा"ति, यदा पञ्ञाय पस्सति ।
अथ निब्बिन्दति दुक्खे, एस मग्गो विसुद्धिया ॥२०:२७७॥

सबै संस्कारहरू अनित्य छन् । यदि प्रज्ञा भावले हेर्ने हो भने दुःखबाट छुटकारा मिल्दछ । यो नै विशुद्धि मार्ग हो ।

वचानुरक्खी मनसा सुसंवुतो
कायेन च नाकुसलं कयिरा
एते तयो कम्मपथे विसोधये
आराधये मग्गमिसिप्पवेदितं ॥२०:२८१॥

वचन र मनलाई संयम राख्नुपर्छ । शरीरले कुनै अकुशल पाप गर्नुहुँदैन । मानिसले यी तीन कर्मपथलाई शुद्ध गर्नुपर्छ । यसरी बुद्ध भगवान् जान्नुभएको अष्टाङ्गिक मार्गमा जान सकिन्छ ।

वर्तमान अवस्थामा बुद्ध शिक्षाको महत्व

विश्वमा शान्ति र अहिंसा आजको आवश्यकता हो । शाक्यमुनि बुद्धको शिक्षाले आत्मसंयमी र नैतिकवान बन्न सिकाउँछ । यसका निमित्त बुद्धले विनयशीलतामा जोड दिएका छन् । बौद्ध दर्शनले प्रकृति र कर्मको सिद्धान्तलाई आत्मसात गरेको छ । शाक्यमुनि बुद्ध रुखमुनि जन्मिए, रुखमुनि ज्ञान प्राप्त गरे, रुखमुनि ज्ञान बाँडे र रुखमुनि ज्ञानप्राप्ति पछिका पैँतालिस वर्ष व्यतीत गरे र अन्त्यमा रुखमुनि नै महापरिनिर्वाण प्राप्त गरे । त्यसर्थ उनको जीवन नै नैष्ठिक, नैतिक र सदाचारले अभिप्रेरित थियो । प्रकृतिसँग जोडिएका बुद्ध संसारकै प्रेरक व्यक्तित्व हुन् ।

शाक्यमुनि बुद्धले बोधगयामा ज्ञान प्राप्त गर्ने वित्तिकै *अनेक जाति संसारं...* भनेका थिए । उक्त प्रसङ्गमा तृष्णाका कारण बारम्बार जन्म लिनु परेकाले अब यसबाट पर भई आत्मविजय प्राप्त गरेको प्रसङ्ग उल्लेख छ ।

पछिल्लो पुस्तालाई जस्तो सिकायो त्यस्तै सिक्ने हुनाले अध्ययन, अनुसन्धान, सिकाइ, समूहगत कार्य, चिन्तन, तर्क, विश्लेषण, वस्तुनिष्ठ सत्यको खोजी आदिमा प्रवृत्त गराउन, प्राचीन समयका विचारक कसरी सोच्थे र व्यवहारमा लागू गर्थे भन्ने विषय सिकाउन आवश्यक छ । यसका लागि उत्तम प्रेरक व्यक्तित्व शाक्यमुनि बुद्ध नै हुन् । यसर्थ उनको शिक्षा समयसापेक्ष छ ।

शाक्यमुनि बुद्धका चौरासीहजार धर्मस्कन्ध व्यावहारिक शिक्षाकै लागि हुन् । मानव मात्रले बुझेर सर्वप्राणीको कल्याण गर्नसक्ने भएकाले यो जीवनोपयोगी छ । परोपकार, दया, करुणा, भ्रातृत्व आदि बौद्ध दर्शनका पर्याय हुन् । बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय र लोकानुकम्पाय कार्य गर्न उत्साहित हुने वातावरण बनाउनु पर्दछ । यस अर्थमा यो बुद्ध शिक्षा प्रजातान्त्रिक प्रकृतिको छ । अबको पुस्तालाई युद्ध, अपराध हिंसाबाट टाढा राख्नु जरुरी छ । मानव कल्याणका सूक्ष्मदेखि बृहत् समाधानका उपाय बौददर्शनमा पाइने हुनाले आज यस प्रकारको शिक्षाको आवश्यकता छ ।

हरेक दर्शनमा भएको अविद्यालाई चिरेर बौद्ध दर्शनको सबल अनात्मवादी मत ब्रह्मजाल सुत्तमा प्रस्तुत गरिएको छ । यसअनुसार हरेक तर्कवाद र बुद्धिबाद बौद्ध दर्शनका अगाडि फितला हुन्छन् । विनयपिटकमा संघादिशेषको नियम हुनुले यो दर्शनको प्रजातान्त्रिक प्रकृतिको छ । भिक्षुणीलाई संरक्षणका निमित्त नियम बनाइनुले समान अधिकारको पृष्ठपोषण गरेको छ ।

बुद्ध शिक्षाले आर्य अष्टाङ्गिक मार्गमा हिँड्न सिकाउँछ । शील, समाधि र प्रज्ञाको ज्ञान दिन्छ । पञ्चशील, अष्टशील, दशशील, विनयलगायत आचरणको ज्ञानले परिशुद्धीको सञ्चरण हुन्छ । समस्या समाधानै नहुने स्थितिमा उपाय कौशलका लागि बुद्धले दिएका अनेकौँ देशनाहरू छन् । सोको उपयोग गरी समाधान गर्न सकिन्छ । यो शिक्षा यथार्थवादी तथा आदर्शोन्मुख प्रकृतिको छ । सुख प्राप्ति र दुःख निवारणका लागि यो दर्शनलाई दैनिक जीवनमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसर्थ बुद्ध शिक्षा आजको आवश्यकता हो ।

शाक्यमुनि बुद्धका अनुसार *अत्ताहि अत्तनो नाथो कोही नाथो परोसिया* (१२:१६०) अर्थात् आफ्नो मालिक आफैँ हो; अरु कोही होइन । आफ्नो द्वीप आफैँ बन्नु पर्ने कुरा शाक्यमुनि बुद्धले बताएका छन् । यसर्थ आफूलाई नै जहिल्यै सर्वेसर्वा बनाउने ज्ञान बुद्ध शिक्षामा पाइन्छ । बौद्ध धर्म दर्शनको महत्वपूर्ण ग्रन्थ तिपिटक हो । यसका मुख्य भागहरू सुत्तपिटक, विनयपिटक र अभिधम्मपिटक हुन् । यस भित्र पनि अनेकन उपभागहरू छन् । यी सबै कृतिले व्यक्ति, समाज र समग्र विश्वप्रकृतिलाई नै संरक्षण गर्ने विषय उल्लेख गरेको छ । यस अर्थमा विश्वकै लागि यो शिक्षा आजको दिनमा अपरिहार्य बनेको छ ।

लुम्बिनीमा किन पाइला टेक्ने ?

शाक्यमुनि बुद्ध संसारकै उच्च चिन्तकमध्ये एक हुन् । बुद्धजस्तै संसारकै उच्च चिन्तक बन्नका लागि, लोककल्याणका लागि मानिसहरू उनका पथमा हिड्ने चाहना राख्दछन् । बोधिसत्वमार्गमा हिड्ने चाहना भएका मानिसहरू यसका लागि बुद्ध जन्मिएको स्थानमा आउन चाहन्छन् ।

मानव दुःखको निवारण चाहन्छ । दुःख निवारण पछि सुख प्राप्त गर्न चाहन्छ । यस प्रकारको व्यावहारिक शिक्षा शाक्यमुनि बुद्धले दिएका छन् । मानवले आफूमा सत्चेतना सञ्चरण गराउन चाहन्छन् । आफ्नो सन्तान पनि बुद्धजस्तै ज्ञानी होउन् भन्ने कामना गर्दछन् । यसका लागि यस पवित्र लुम्बिनी भूमिमा आई प्रार्थना गर्दछन् ।

शान्तिका अग्रदूत, तथागतको जन्मस्थल भएकाले सकारात्मक सोच आध्यात्मिक अध्ययन, अनुसन्धान तथा प्रेरणाको एक उत्कृष्ट गन्तव्य लुम्बिनी बनेको छ ।

प्रकाशितः

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
वन, वातावरण, पर्यटन तथा खानेपानी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी) नेपाल

सहकार्यः

लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालय
लुम्बिनी, नेपाल