

बौद्ध धम्म मे चार स्मृति प्रस्थान

डॉ. सूर्यभान बुवा

पाली विभाग, कर्मयोगी तुळशीराम पवार महाविद्यालय, हाडोळती, ता. अहोदपुर जि. लातूर

प्रस्तावना :-

आज समस्त मानव जाती को शांती और समाधान की, अवशक्ता है। क्यो की आज कल सभी मानव जाती elektronik media से जुज रहे है। अदमिकी पहेचान ही elektronik media बन गई है सब चीजे जगपे मिल सकते है कोई भी व्यक्ती से बात चीत कर सकते ये सब होणे के बावजुत ही मनुष्य परेशान है। ये मनुष्य बाह्य जगत को जानेकी कोशीष मे खुद कि खोज करणा भूल गया और परेशान रहने लगा है। इस बिसयपर तथागत भगवान गौतम बुद्धणे चार स्मृति प्रस्थान कहे है।

चार स्मृति प्रस्थान १) कायानुपस्सना, २) वेदनानूपस्सना ३) चित्तनानूपस्सना ४) धम्मनानूपस्सना ये चार स्मृती प्रस्थान है

उदिष्टे

- १) चार स्मृति प्रस्थान का विशेष महत्व प्रस्तापित करणा।
- २) समाज मे सभी मानव जाती को कायानुपस्सना का ज्ञान प्राप्त कराणा।
- ३) वेदनानूपस्सना का ज्ञान प्राप्त करणा॥
- ४) चित्तनानूपस्सना का ज्ञान प्राप्त करणा।
- ५) धम्मनानूपस्सना का ज्ञान प्राप्त करणा॥
- ६) राष्ट्रहीत के लिय सम्मान करणा।

गृहितके

- १) चार स्मृति प्रस्थान का विशेष महत्व प्रस्तापित होते है।
- २) समाज मे सभी मानव जाती को कायानुपस्सना का ज्ञान प्राप्त होता है।
- ३) वेदनानूपस्सना का ज्ञान प्राप्त होता है।
- ४) चित्तनानूपस्सना का ज्ञान प्राप्त होता है।
- ५) धम्मनानूपस्सना का ज्ञान प्राप्त होता है।
- ६) राष्ट्रहीत के लिय सम्माननीत होते है।

विश्लेषण –

सतीपत्थान (सतिपट्ठान) : - स्मृति प्रस्थान का अर्थ 'पठ्ठातीति पठ्ठान आलम्बन में अत्यन्त दृढता- पूर्वक अनुप्रविष्ट धर्म को प्रस्थान कहते हैं। यहाँ सम्बद्ध आलम्बन में अत्यन्त दृढतापूर्वक स्मृति चैतसिक को 'स्मृति-प्रस्थान' कहते हैं। वे स्वयं को कायानुपश्या वेदनानुपश्या, चित्तानुपश्या और धम्मनुपश्या, हो जाता है।

मनुष्य कुशल, अकुशल यथाभूत (जैसा है वैसा) न जानने रों हीन या पणीत (अच्छा क्या, क्या करना चाहिए क्या नहीं करना) यह नहीं जानता। वह किसी सत्पुरुष को देखता है। और उससे सद्धम्म श्रवण करता है, जानता है, तथा उस पर चलता है। वस्तु को ठीक-ठाक देखने से स्पर्श से उत्पन्न होनेवाले धर्म प्रक्षण (ब्रष्ट) हो जाते, ने अकुशल पैदा नहीं होते, कुशल उत्पन्न होते और कुशल का ही अनुरक्षण होता है। यह स्मृति-प्रस्थान का लाभ है।

काया में कायानुपश्या ही, उद्योगशील, अनुभवी (मनुष्य) ज्ञानयुक्त स्मृतिमान हो, लोक (संसार या शरीर) में अभिध्या (लोभ), दौर्भनस्य (दुःख) को हटाकर विहरता है। ऐसे ही कायानुपशी, वेदनानुपशी, चित्तानुपशी, और धम्मनुपशी हो विहरता है। यह चार स्मृति प्रस्थान हैं।

१) कायानुपस्सना

अपने शरीर को अवलोकी करता है जैसे की आनापान सती मे योगाभ्यासी: अरण्य में वृक्ष के नीचे या शून्यागार में बैठकर, रमृति सामने रख बैठता है। यह स्मरण करते हुए साँस अन्दर लेता है। और श्वास बाहर छोड़ता है। जानते हुए लम्बी श्वास लेता है, लम्बी श्वास छोड़ता है। जानते हुए छोटी श्वास लेता है, छोटी श्वास छोड़ता है। सारी काया को जानते, अनुभव करते साँस लेना छोड़ना जानता है, सीखता है। जागरूक रहते वह स्वास पर प्रश्वास का अभ्यास करता है। जिस प्रकार वह आश्वास-प्रश्वास को सम्यक रीति से जानता है, उसी प्रकार वह अपनी देह का यथार्थ रीति से अवलोकन करता है।

ईर्यापथ मे जाते हुए 'जाता हूँ' यह जानता है। बैठे हुए 'बैठा हूँ' यह जानता है सोये हुए सोया हूँ' यह जानता है मै 'खड़ा हूँ' यह मै खड़ा हु जानता है।

सम्प्रजन्म जानते हुए अमन-आगमन, आलोकन-विलोकन, सिकौडना- फैलना, आरान, पान, खादन, आरवाद करते जानता है। चलते बैठते सोते, जागते, बोलते, चुप यहाते वह सब कृति जानता है।

प्रतिकूल मनसिकार पैर तलवे से उपर मस्तक के नीचे काया में काया के अंग नाना प्रकार के मलों से पूर्ण देखता और अनुभव करता है। इस काया मै ३२ वस्तु हैं- केस, लोम, नख दात त्वक (चमड़ा), मांस, नस (स्नायू), से रखी के भीतर की मज्जा, वजक, हृदय, यकृत, क्लोमक, प्लीहा (तिल्ली) फुफुस. उदरस्य वस्तुये, खाना, शेशक पित, करू, पीव, लोह पसीना, बेज, आँसू, घी, लार, नारामाल (पीटा), लसिका मूत्र, इत्यादि

धातु मनसिकार- काया को इसकी स्थिति के अनुसार रचना के अनुसार देखता है। इस काया में पृथ्वी आप, वायु, धातु, देखता है। स्मशानयोग मै मनुष्य को मरे हुय एक दिनके, दो-तीन दिन के मरे फुले, नीले, कृमि यह गये, पीब भरे, मृत शरीर को श्मशान में फेंके देखता है। वह इसी प्रकार कायापर यह भी काया इसी प्रकार नाश होने

वाली हैं। इसका नाश अवश्य होगा। कौओं से खाए जाते, चील्हों से, गिद्धों से, कुत्तों से नाना प्रकार के जीवों से आए जाने स्मशान में फेके मृत शरीर को देखता है। यह शरीर कितना अस्वच्छ है यह देख कर वह स्मरण करता है कि यह शरीर जब पैदा हुआ तो एक ना एक दिन इसका नाश जरूर होने वाला है यह शरीर नाशवान है। इसका उसे हमेशा स्मरण रहता है। इस प्रकार वह अपने कायाका यथार्थ रीतिसे अवलोकन करता है

यह देखकर कायानुपस्सी हो विहार करनेवाले का मन दुसरो कि कीतनी भी सुंदर काया के रूपदि से मोहित नहीं होता।

२) वेदनानुपस्सना

वह भिक्षु वेदनाओ मे वेद्वानुपस्सी हो विहारता है। अपनी वेदनाओ का यथार्थ रीतिसे अवलोकन करता है वह सुख-वेदना को अनुभव करते सुख वेदना सुख वेदना का अनुभव करता हुये ये जनता हु। दुखद वेदना का अनुभव करते दुखद वेदना का अनुभव करता हु। असुखद-अदुखद वेदना को अनुभव करते, असुखद अदुखद वेदना अनुभव कर रहा हुये जनता है। सामिष (भोग पदार्थ सहित), निरामिष (भोग पदार्थ रहित) सुख, दुःख असुख-अदुःख वेदना का अनुभव करते, जानता है।

उसे इस बात का स्मरण रहता है कि इस वेदना का लोभ, द्वेष, मोह से या लोभ, अद्वेष, अमोह से सम्प्रयुक्त अनुभव कर रहा है। आन्तरिक और बाह्य हेदनाओं का यथार्थ रीति से अवलोकन करता है। वह देखता है कि वेदना जब पैदा हुई तब उसका नाश अवश्य होगा।

उसे यह स्मरण रहता है कि उसके शरीर में वेदना। स्मृति और ज्ञान प्राप्त करने के लिए वह वेदनानुपश्यी योगी अनासक्त हो जाता है। इस लोक के किसी भी वस्तु में वह आसक्ति नहीं रखता।

(३) चित्तानुपस्सना

वह चित्त में चित्तानुपश्यी हो विहार करता है। वह अपने चित्त का यथार्थ रीति से अवलोकन करता है। स-राग चित्त को साराग-चित्त है, जानता है। विराग (= राग रहित) चित्त को विराग-चित्त जानता है। वीतद्वेष चित्त को वीत-द्वेष चित्त जानता है। समोह चित्त को समोह चित्त जानता है। वीत-मोह चित्तको वीत-मोह चित्त जानता है। संक्षिप्त या विक्षिप्त समाहित (= एकाग्र) या असमाहित, विमुक्त या अविमुक्त, आदि-सभी अवस्थाओं को जानता है। इस प्रकार वह अपने चित्त का अवलोकन करता है वह जानता है कि चित्त का स्वभाव पञ्चल है। 'निचंचं उत्रस्तमिदं चित्तं,

निचंचं उब्बिगिदं मनो।

अनुप्पन्नेसु किच्छेसु, अथो उप्पतितेसु च।

सचे अत्थि अनुत्तं, तं मे अक्खाहि पुच्छितोति॥ (सं० नि० १.९८)।

ततो नं भगवा आह –

“नाज्जत्र बोज्झा तपसा, नाज्जत्रिन्द्रियसंवरा।

नाज्जत्र सब्बनिस्सग्गा, सोत्थिं पस्सामि पाणिन”न्ति॥ (सं० नि० १.९८)

४) धम्मनुपस्सना

वह धर्मों से धर्मानुपश्यी हो विहरता है। पाँच नीवरण धर्मों में धर्मानुपश्यी हो विहरता है।

पाँच नीवरण :- (१) कामच्छन्द (भोगों की इच्छा) (२) व्यापाद (= द्रोह) (३) स्त्यान-मृद्ध (=थीन-मिद्ध शरीर मन) की आलस्यता (४) औद्धित्य-कौकृत्य (उद्धच्च कुक्कुत्य उद्वेग, खेद पश्चाताप तथा हिचकिचाहट) तथा (४) विचिकित्सा (विचिकिच्छा संशय) ये पाँच नीवरण (प्रतिबंधक) बाते हैं।

वह अपनी मनोवृत्तियों का यथार्थ रीति से अवलोकन करता है। वह इस बात की ठीक-ठीक खोज करता है कि उसके अन्तःकरण में कामविकार, द्वेष, स्त्यान, आलस्य, और असंयम ये ज्ञान के पांच नीवरण (प्रतिबंधक) बाते हैं या नहीं। इन नीवरणों की उत्पत्ति कैसी होती है, इनके उत्पन्न न होनेपर उनका विनास किस तरह होता है और इनके फिरसे उत्पन्न न होने का क्या उपाय है, इन सब को वह जानता है।

इस प्रकार इन पाँचो मनोवृत्तियों का यथार्थ रीति से अवलोकन करता है। (३) पाँच उपादना स्कन्ध :- वह पाँच उपादान-स्कन्ध धर्मों में धर्मानुपाषयी हो विहरता है।- (१) रूप, (२) वेदना, (३) संज्ञा, (४) संस्कार, (५) विज्ञान इन पांचो उपादन स्कन्ध का उदय और अस्त कैसे होता है, यह वह जानता है।

फिर वह चक्षु-रूप-इत्यादि आध्यात्मिक और बाह्य स्कन्धों का यथार्थ रीति से अवलोकन करता है।

आध्यात्मिक -बाह्य

(१) चक्षु - रूप

(२) श्रोत्र- शब्द

(३) घ्राण- गन्ध

(४) जिह्वा -रस

(५) त्वचा स्पर्श

(६) मन -धर्म

इनके संयोग से कौन-कौन से संयोजन पैदा होते हैं, और उनके उत्पन्न होनेपर उन संयोजनों का नाश कैसे होता है, और संयोजन फिर उत्पन्न न हो इसका क्या उपाय है। इन सबको वह जानता है।

उपसंहार :-

आज अपने जीवन में यदि वास्तव रूप में चार स्मृति प्रस्तान अमल में लाना जरूरी है। इसे जीवन जिने की कला भी कहते हैं। यह सब माया जाल और सब नश्वर है। यही जागृत हो कर यथार्थ जीवन जिने के मूल मंत्र कहे गये हैं।

संदर्भ ग्रंथ सूची

दीघनिकाय - मूळ पाली नवनालंदा महाविहार नालंदा
दीघनिकाय भाग २ मराठी अनुवाद प्रो. चि. वी. राजवाडे, कौशल्य प्रकाशन एन ११ हडको. औरंगाबाद
संयुक्तनिकाय - मूळ पाली नवनालंदा महाविहार नालंदा
अंगुत्तरनिकाय - मूळ पाली नवनालंदा महाविहार नालंदा
पाली साहित्य का इतिहास, भरतसिंह उपाध्याय हिंदी साहित्य समेलन प्रयाग
पाली साहित्य का इतिहास, राहुल सांस्कृत्यायन
बुद्धकालीन वर्ण व्यवस्था और जाती, डॉ धर्म कीर्ती, सम्यक प्रकाशन नई दिल्ली.
दैनिक वृत्तपत्रे लोकमत लोकसत्ता महाराष्ट्र टाइम्स इत्यादी
www.tipitaka .org