

গল্প সংগ্রহ

ধম্মপদ থেকে

শিশুদের জন্য ধর্ম আলোচনা সহ

শিশুদের জন্য সহজ ভাষায় রূপান্তরিত ও চিত্রায়িত
মার্গারেট লিসা বুশম্যান

প্রকাশক:

ইন্টারন্যাশনাল বুদ্ধিস্ট সোসাইটি অব পেনসিলভেনিয়া
পেনসিলভেনিয়া মেডিটেশন সেন্টার
১৯৯৯ সাউথ ভ্যালি রোড
ক্রিস্টাল স্প্রিং, পেনসিলভেনিয়া ১৫৫৩৬, ইউএসএ
<https://www.PAmeditation.info>

আইএসবিএন ৯৭৮-১-৭৩৪১১৪৩৩-৯-৩

আনস্প্ল্যাশে এরিক ওয়াং এর তোলা পদ্ম ফুলের ছবি।

আপনি সুস্থ, সুখী ও শান্তিময় হোন!

সমস্ত প্রাণী সুস্থ, সুখী ও শান্তিময় হোক!



ভূমিকা ও কৃতজ্ঞতা স্বীকার

এই বইয়ের বিন্যাস, যেখানে প্রতিটি গল্পের থিম নিয়ে একটি ধর্ম আলোচনা রয়েছে, তা শিশুদের নৈতিকতা (চরিত্র গঠন) এবং বৌদ্ধ ধারণাগুলির সাথে পরিচয় করানোর জন্য এবং আধুনিক জীবনের সমস্ত চ্যালেঞ্জের মধ্যে সেই নীতিশাস্ত্র এবং ধারণাগুলি চিহ্নিত করতে ও প্রয়োগ করতে তাদেরকে ধীরে ধীরে নির্ নির্দেশনা দেওয়ার জন্য ডিজাইন করা হয়েছে।

লক্ষ্য হল শিশুদের ভাল চরিত্র, গুণাবলী, আত্মবিশ্বাস, সহনশীলতা, সচেতনতা এবং ভাল অভ্যাস গড়ে তুলতে সহায়তা করা যাতে তারা একটি সফল, সুখী ও শান্তিময় জীবনের জন্য একটি দৃ় ভিত্তি পায়।

ধর্ম আলোচনা হল আলোচনার জন্য একটি প্রস্তাবিত রূপরেখা, যা শিক্ষার্থীদের বয়স ও পটভূমির সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করা উচিত। এটি শিক্ষার্থীদের তাদের নিজস্ব প্রশ্ন, উদ্বেগ এবং প্রকল্পিত বিষয়গুলি উপস্থাপন করতে এবং তাদের নিজস্ব অভিজ্ঞতা থেকে ধারণা, উদাহরণ এবং সমাধানগুলি ভাগ করে নিতে আমন্ত্রণ জানানো উচিত। প্রশ্ন ও উত্তর (উত্তর বন্ধনীতে দেখানো হয়েছে) গল্পটি বোঝা এবং স্বরণে সহায়তা করার জন্য। সুপারিশ করা হয় যে শিক্ষক এবং অভিভাবকরা গল্প শুরু করার আগে শিশুদের সাথে একটি প্রার্থনা পাঠ করেন এবং ধর্ম আলোচনার সমাপ্তি ঘটান পুণ্য উৎসর্গের মাধ্যমে।

আমি খেনপো সামদুপ রিনপোচে এবং ভাস্তে হুরলুওয়েও চন্দ্রবংশ থেরোকে গত কয়েক বছর ধরে তাদের মন্দিরে শিশুদের শিক্ষাদানের জন্য তাদের নির্ নির্দেশনা, অনুপ্রেরণা এবং সমর্থনের জন্য অত্যন্ত কৃতজ্ঞ। আমি গত কয়েক বছর ধরে আমার সকল শিক্ষার্থীকে ধন্যবাদ জানাই তাদের প্রশ্ন, মন্তব্য এবং গল্প ও আলোচনাগুলির প্রতিক্রিয়ার জন্য যা এই বইটি সম্পাদনায় অপারিসীমভাবে সহায়তা করেছে। আমি আমার সহ-শিক্ষক, আলেক্স স্মিরনভ এবং ফন বুইকে সংশোধনের জন্য তাদের চিন্তাশীল সমস্ত পরামর্শের জন্য ধন্যবাদ জানাই।

এম. লিসা বুশম্যান

শিশুদের ধর্ম কর্মসূচি প্রশিক্ষক

ইন্টারন্যাশনাল বুদ্ধিস্ট সোসাইটি অব পেনসিলভেনিয়া

দ্রিকুং ধর্ম সূর্য কেন্দ্র

DharmaKids.org

সৃষ্টিপত্র

উৎসের তালিকা

গল্প:

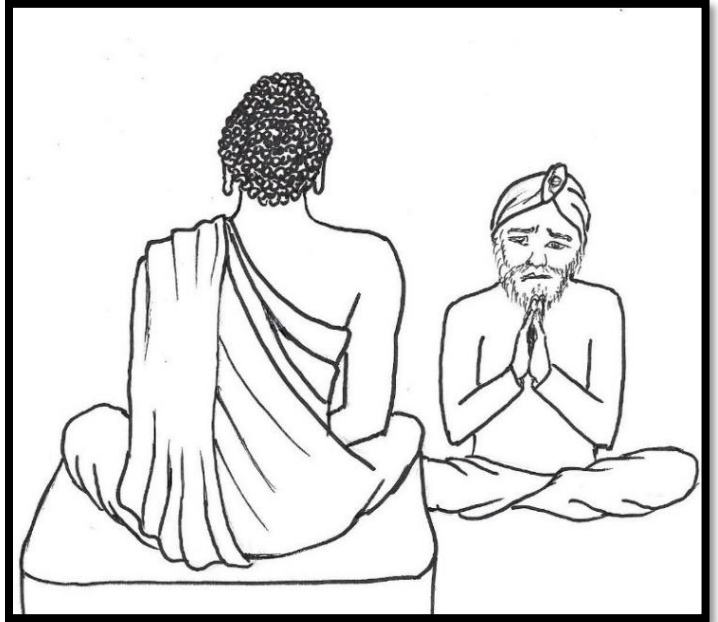
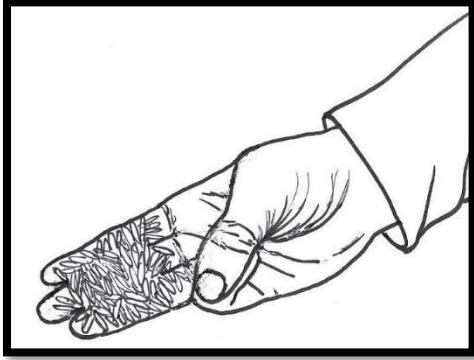
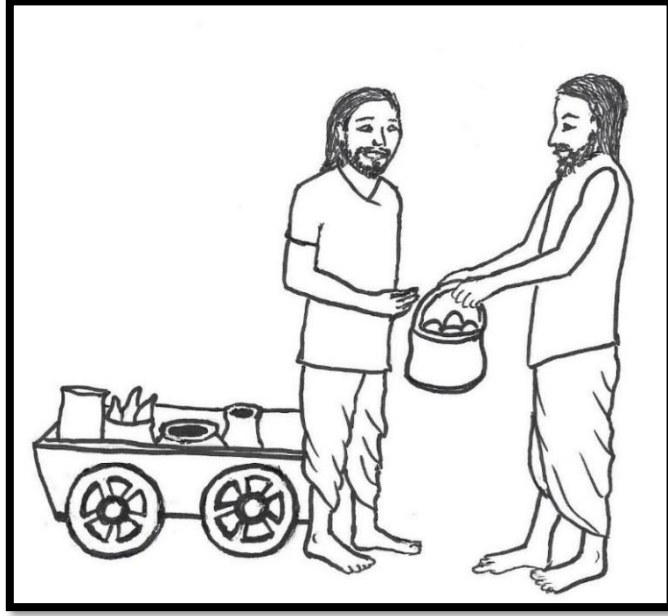
থিম:

১. কোষাধ্যক্ষ ক্যাটফুট একটি ছোট দান করে..... পুণ্য ও উদারতা
২. ছোট্ট এক-চীর পরিধানকারী..... পুণ্য অর্জনের সময়
৩. সাধু ভয়ঙ্কর দৃশ্য সৃষ্টি করেন..... অন্যের অসদাচরণ
৪. চারটি ক্ষুধার্ত ছোট ভিক্ষু যখন অন্যেরা শত্রুভাবাপন্ন
৫. ধর্মে বিরক্তি..... অভ্যাস ও তিন বিষ
৬. তাঁতীর কন্যা..... মৈত্রী ও প্রজ্ঞা
৭. ধর্ম শুনতে ঘুষ দেওয়া..... সুখ ও বিশ্বাস
৮. অল্প অল্প করে..... সচেতনতা ও সেবা
৯. আকর্ষণকারীরা..... আসক্তি ও অনিত্যতা
১০. ছেলেটি ও ভূতগুলি..... ভয় ও স্মৃতিপ্রজ্ঞা
১১. গরম তেলের আক্রমণ..... দ্বेष ও মৈত্রী
১২. খুলিগুলো..... শক্তি

উৎসের তালিকা

১. ইউজিন ওয়াটসন বার্লিংগেম, *ধম্মপদ ভাষ্য থেকে বৌদ্ধ গল্পের ভাণ্ডার*, সংশোধিত ভিক্ষু খান্তিপালো, বুদ্ধিস্ট পাবলিকেশন সোসাইটি, ক্যান্ডি ১৯৯৬।
২. কে. শ্রী ধম্মানন্দ, ভেন. ড., *ধম্মপদ*, সাসনা অভিবুদ্ধি ওয়ার্ধনা সোসাইটি, কুয়ালালামপুর, ১৯৯২।
৩. ভেরাগোডা সরদা মহা থেরো, ভেন., *সত্যের ভাণ্ডার, চিত্রিত ধম্মপদ*, দ্য কর্পোরেট বডি অব দ্য বুদ্ধ এডুকেশনাল ফাউন্ডেশন, তাইওয়ান ১৯৯৩।
৪. Nāṇamoli, ভাস্তে, *বুদ্ধের জীবন*, বৌদ্ধ প্রকাশনা সোসাইটি, ক্যান্ডি ১৯৯২।

প্রথম অধ্যায়ের ছবি



প্রথম অধ্যায় – কোষাধ্যক্ষ ক্যাটফুটের সামান্য দান

প্রায় ২,৬০০ বছর আগে ভারতের শ্রাবস্তী নগরীতে একদিন একদল মানুষ বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুসংঘের জন্য মধ্যাহ্নভোজনের আয়োজন করেছিল। পরে, সেই দাতাদের পুণ্যকর্ম সম্পর্কে চিন্তা করে বুদ্ধ একটি ধর্মোপদেশ দিয়ে বললেন,

"যে ব্যক্তি উদার হয়, অন্যদের দান করে, কিন্তু অন্যদের দান করতে উৎসাহিত করে না, তার ভবিষ্যৎ জন্মে ধনী হবে কিন্তু জনপ্রিয় হবে না। যে ব্যক্তি নিজে উদার নয় কিন্তু অন্যদের দান করতে উৎসাহিত করে, তার ভবিষ্যৎ জন্মে জনপ্রিয় হবে কিন্তু ধনী হবে না। যে ব্যক্তি নিজেও উদার নয় এবং অন্যদেরও দান করতে উৎসাহিত করে না, তার ভবিষ্যৎ জন্মে ধনীও হবে না, জনপ্রিয়ও হবে না। কিন্তু যে ব্যক্তি নিজে উদার এবং অন্যদেরও দান করতে উৎসাহিত করে, সে ভবিষ্যৎ জন্মে ধনী ও জনপ্রিয় উভয়ই হওয়ার পুণ্য অর্জন করে।"

বুদ্ধের বাণী শুনে লোকেরা তাঁর শিক্ষা অনুসরণ করতে অনুপ্রাণিত হল। একজন ভাবল, "এটা সত্যিই চমৎকার! আমি এখনই তাঁর শিক্ষা অনুযায়ী আচরণ করব এবং ধন ও জনপ্রিয়তার পুণ্য অর্জন করব।"

বুদ্ধ যখন প্রস্থানের উদ্দেশ্যে উঠে দাঁড়ালেন, লোকটি তাঁর কাছে গিয়ে আগামীকাল তাঁর বাড়িতে মধ্যাহ্নভোজনের আমন্ত্রণ জানাল, বলল, "প্রভু, কাল আমাদের খাদ্যদান গ্রহণ করুন।"

বুদ্ধ জিজ্ঞাসা করলেন, "তোমার কতজন ভিক্ষুর প্রয়োজন?"

লোকটি উত্তর দিল, "আপনার সব ভিক্ষু, প্রভু।" খুব উদার মনে সে যত বেশি সম্ভব ভিক্ষুকে দান করতে চাইল।

বুদ্ধ তাঁর আমন্ত্রণ গ্রহণ করে সম্মত হলেন।

লোকটি শহর ঘুরে প্রতিটি বাড়িতে গিয়ে ঘোষণা করল, "গৃহস্থগণ, আমি কাল বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুসংঘকে ভোজনের আমন্ত্রণ জানিয়েছি। দয়া করে ভাত ও অন্যান্য প্রয়োজনীয় জিনিস যেমন পায়ের তৈরির উপকরণ দান করুন। ইচ্ছামতো দান করুন, যতজন ভিক্ষুর জন্য ইচ্ছা ততজনের ব্যবস্থা করুন। সবাই মিলে একসাথে রান্না করি এবং একসাথে দান করি।"

অনেকেই আনন্দে চালের বস্তা, সবজির ঝুড়ি, ফলের ঝুড়ি, দুধ, ঘি ও মশলার হাঁড়ি দান করল।

নগরের কোষাধ্যক্ষ একজন ধনী ব্যক্তি লোকটিকে বাড়ি বাড়ি ঘুরে খাদ্যসামগ্রী সংগ্রহ করতে দেখে ভাবল, এ কী করছে? লোকটি শেষে কোষাধ্যক্ষের দরজায় এল, দরজা খুলে কোষাধ্যক্ষকে ভিক্ষুসংঘের জন্য আয়োজিত ভোজনের কথা জানাল এবং খাদ্যদানের আমন্ত্রণ জানাল।

কোষাধ্যক্ষ রেগে গেল, ভাবল লোকটি অন্য মানুষের দান সংগ্রহ করে নিজেই যেন সব দান করেছে এমন অহংকার করতে চায়। তাই সে লোকটিকে পছন্দ করল না এবং তার কাজের সমর্থন দিল না।

কোষাধ্যক্ষ বলল, "তোমার বাটিটি নিয়ে এসো।"

লোকটি বাটি আনতে গেলে কোষাধ্যক্ষ বিরক্ত স্বরে নিজেই নিজেকে বলল,

"এই হতভাগ্য লোক! এ নিজে যতজন ভিক্ষুকে দান করতে পারে ততজনকেই আমন্ত্রণ করল না কেন? বরং সমগ্র নগরীকে দান করতে উৎসাহিত করেছে!"

কোষাধ্যক্ষ তারপর বাড়ি থেকে কিছু চালের দানা নিয়ে তিন আঙুলে ধরে লোকটির বাটিতে দিল। কিছু ডালও তিন আঙুলে ধরে বাটিতে রাখল।

তিন আঙুল ব্যবহার করে, বেড়ালের খাবার মত হাত ছোট করে দান করার কারণে পরবর্তীতে তাকে কোষাধ্যক্ষ ক্যাটফুট নামে ডাকা হত।

সে একটি ছোট পাত্র থেকে কিছু গলিত ঘি নিয়ে বাটিতে ফোঁটা ফোঁটা করে খুব অল্প পরিমাণে দিল। কিছু মিষ্টি সিরাপও ফোঁটা ফোঁটা করে অল্প পরিমাণে দিল।

লোকটি কোষাধ্যক্ষের দান অন্যান্য দান থেকে আলাদা করে রাখল। কোষাধ্যক্ষ তা দেখে ভাবল, "সে কেন আমার দান আলাদা রাখছে? আমাকে লজ্জা দিতে চায় যে আমি এত ধনী হয়েও এত কম দান করেছি?"

তাই সে একটি চাকর ছেলেকে বলল, "ওই লোকটির পিঁছনে যাও এবং দেখো সে আমার দানগুলো কী করে।"

লোকটি কোষাধ্যক্ষের চালের দানা, ডাল, ঘি ও সিরাপের টুকরো নিয়ে দান করা সব পাত্র ও বাটির ভাত ও অন্যান্য খাবারে ছড়িয়ে দিল। এভাবে করতে গিয়ে বলল,

"কোষাধ্যক্ষ মহৎ পুরস্কার লাভ করুক।"

কোষাধ্যক্ষের দানের সামান্য অংশ সব খাদ্যপাত্রে মিশিয়ে দিয়ে তার দানকে আরও বৃহত্তর করে তোলা হল।

চাকর ছেলেটি ফিরে এসে কোষাধ্যক্ষকে যা দেখল তা জানাল।

কোষাধ্যক্ষ, এখনও সন্দেহান যে লোকটি কিছু অসৎ উদ্দেশ্য নিয়ে কাজ করেছে, ভাবল, "যদি লোকটি সব মানুষের সামনে আমাকে অপমান করে, সে আমার নাম নেওয়ার মুহূর্তেই তাকে হত্যা করব!"

পরদিন কোষাধ্যক্ষ কাপড়ের নিচে একটি ছুরি লুকিয়ে সেই স্থানে গেল যেখানে বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুসংঘকে খাদ্য দান করা হবে।

যে লোকটি সব দান সংগ্রহ করেছিল সে বুদ্ধ ও ভিক্ষুসংঘকে নিয়ে এল যেখানে খাদ্য পরিবেশনের জন্য মানুষ অপেক্ষা করছিল, এবং বলল,
"প্রভু, এই খাদ্য সবার দান। একজন মানুষ বেশি দান করুক বা কম করুক, তা গুরুত্বপূর্ণ নয়। আমরা প্রত্যেকেই বিশ্বাস ও উদারতার সাথে দান করেছি। আমাদের সকলেই যেন মহৎ পুণ্য লাভ করি।"

এই কথা শুনে কোষাধ্যক্ষ হতভম্ব হয়ে গেলেন। তিনি ভাবলেন,

"আমি তো এই মানুষটিকে অপমান করার আশঙ্কায় তাকে হত্যা করার ইচ্ছা নিয়ে এখানে এসেছিলাম। কিন্তু বরং তিনি সকলকে তার পুণ্য প্রার্থনায় অন্তর্ভুক্ত করেছেন - যারা বড় বড় পাত্রে খাবার দান করেছেন তাদেরকেও, আর যারা সামান্য এক চিমটি খাবার দিয়েছেন তাদেরকেও। যদি আমি আমার ভুল স্বীকার না করে এই মানুষটির কাছে ক্ষমা না চাই, তাহলে আমার খারাপ কর্মের ফল ভোগ করতে হবে।"

কোষাধ্যক্ষ সেই মানুষটিকে বললেন, "বন্ধু, আমি তোমার সম্পর্কে খারাপ ধারণা করে তোমার প্রতি বড় অন্যায্য করেছি। আমাকে ক্ষমা করো।"

মানুষটি জিজ্ঞাসা করল, "আপনি কী বোঝাতে চাচ্ছেন?"

কোষাধ্যক্ষ তাকে সমস্ত ঘটনা বললেন, স্বীকার করে বললেন, "আমি ভেবেছিলাম তুমি আমার দেওয়া জিনিসগুলো আলাদা করে রেখেছো সকলের সামনে আমাকে অপমান করার জন্য, আর তুমি যদি তা করতে তাহলে আমি তোমাকে হত্যা করতে চেয়েছিলাম।"

বুদ্ধ, কোষাধ্যক্ষের কথা শুনে এবং সমস্ত ঘটনা জেনে বললেন,

"কোনো ভালো কাজকে কখনই তুচ্ছ ভাবা উচিত নয়, তা যতই ছোট হোক না কেন। ছোট ছোট ভালো কাজ বারবার করলে, অভ্যাসে পরিণত হলে, তা বড় হয়ে উঠবে। জ্ঞানীরা যারা ভালো কাজ করে তারা পুণ্যে পরিপূর্ণ হয়ে ওঠে, যেমন ফোঁটা ফোঁটা জল পড়ে একটি কলসি ভরে যায়।"

প্রশ্নাবলী:

১. যখন একজন মানুষ উদার হয় এবং অন্যদেরও উদার হতে উৎসাহিত করে, ভবিষ্যৎ জীবনে সে কী ফল লাভ করে? (ধন ও জনপ্রিয়তা)

২. মানুষটি কেন কিছু ভিক্ষুকে নয়, সমস্ত ভিক্ষুকে আমন্ত্রণ জানিয়েছিল? (সে উদার বোধ করছিল এবং অন্যরাও যেন তার সাথে দান করতে অংশ নেয় তা চেয়েছিল)

৩. মানুষটি যখন কোষাধ্যক্ষকে খাবার দান করতে আমন্ত্রণ জানাল, তখন কোষাধ্যক্ষ কী অনুভব করলেন? (রাগান্বিত; তিনি মানুষটির কাজ পছন্দ করেননি)

৪. কোষাধ্যক্ষ কী ভেবেছিলেন যে মানুষটি সকলের দেওয়া জিনিস নিয়ে কী ভান করবে? (যে সে নিজেই সমস্ত দান করেছে)

৫. কোষাধ্যক্ষ কী ভেবেছিলেন যে মানুষটি তাকে অপমান করতে কী বলতে পারে? (যে সে একজন ধনী মানুষ যিনি এত সামান্য দান করেছেন)

৬. বুদ্ধ কী করতে অভ্যাস গড়ে তোলার শিক্ষা দিয়েছেন, যাতে বেশি পুণ্য অর্জন করা যায়? (ভালো কাজ)

বুদ্ধ যা বলেছেন:

"মাবামঞঞেঠ পুঞঞেস্‌স, ন মং তং আগমিস্‌সতি, উদবিন্দু নিপাতেন, উদকুন্তো পি পুরতি, পুরতি ধীরো পুঞঞেস্‌স, থোকথোকম পি আচিনং।"

"পুণ্যকে তুচ্ছ ভেবো না যে, 'এর ভালো ফল আমার কাছে আসবে না,' কারণ ফোঁটা ফোঁটা জল পড়ে একটি জলপূর্ণ কলসি ভরে ওঠে। জ্ঞানী মানুষও অল্প অল্প করে পুণ্যকর্ম করে নিজেকে পুণ্যে পরিপূর্ণ করে তোলে।"

- ধর্মপদ ১২২ (৯:৭)

ধর্ম আলোচনা- পুণ্য ও উদারতা:

"পুণ্য" শব্দের অর্থ কী?

একটি ভালো কাজ, সৎকর্ম বা ভালো কর্ম করার ফলে যে ভালো ফল আসে।

"ভালো কাজ", "সৎকর্ম" এবং "ভালো কর্ম" কী কী?

এগুলো হলো দয়া প্রদর্শন, উদার হওয়া এবং কারো সাহায্য করা। ভালো কর্মের মধ্যে ধর্ম শেখা, জপ, প্রার্থনা বা ধ্যানের মতো আধ্যাত্মিক অনুশীলনও অন্তর্ভুক্ত।

এগুলো সবই এমন কিছু করা বোঝায় যা আপনার নিজের আনন্দের জন্য নয়, বরং অন্যের বা সকলের মঙ্গলের জন্য, যার মধ্যে আপনি নিজেও আছেন।

আমরা অনেক ভালো কাজ করতে পারি। আপনি কিছু উদাহরণ ভাবে পারেন কি?

বাড়িতে আপনার বাবা-মাকে সাহায্য করা, শিক্ষককে শ্রেণিকক্ষ সাজাতে সাহায্য করা, একজন নতুন শিক্ষার্থীর প্রতি সদয় আচরণ করে তাকে স্বাগত জানানো, কিছু বহন করতে সাহায্য করার প্রস্তাব দেওয়া, একটি প্রাণী যেমন কেঁচোকে উদ্ধার করা, কাউকে হোমওয়ার্কে সাহায্য করা, পরিবেশের জন্য কিছু ভালো কাজ করা, নিজে খাওয়ার বদলে অন্য কাউকে খাবার দেওয়া।

এই কর্মগুলো, এবং আমাদের সমস্ত ভালো কর্ম, হলো পুণ্যের কারণ, ভালো ফল।

"ভালো ফল" বলতে আমরা কী বুঝি? এটি কিছুটা ভাগ্যের মতো, আমাদের জীবনে সুখ ও ইতিবাচক জিনিস দেয় যেমন ভালো স্বাস্থ্য, একটি সুন্দর বাড়ি, আমাদের চারপাশে সহায়ক মানুষ, দয়ালু বন্ধু, নিরাপদ ও সুরক্ষিত থাকা, আমাদের প্রয়োজনীয় জিনিস পাওয়া এবং একটি পছন্দের কাজ খুঁজে পাওয়া।

ভালো কাজ, এমনকি ছোট ভালো কাজ সম্পর্কে বুদ্ধ কী বলেছেন? সেগুলো গুরুত্বপূর্ণ; আমরা বারবার করলে ছোট ছোট দয়ালু কাজও ভালো ফল দেবে। জলের ছোট ছোট ফোঁটা যেমন যোগ হয়ে একটি কলসি ভরে তোলে, তেমনি ছোট ছোট ভালো কাজ যোগ হয়ে অনেক পুণ্য সৃষ্টি করে। কল্পনা করুন একটি কলসি একটি টপকার নলের নিচে রাখা আছে—জলের ফোঁটাগুলো এত ছোট মনে হয় যে সেগুলো কখনই কলসি ভরবে না, কিন্তু যদি আমরা কিছুক্ষণের জন্য এটি নলের নিচে রাখি, কলসিটি জলে ভরে যায়। বাড়িতে, স্কুলে এবং যেখানেই আমরা থাকি—এমনকি যখন আমাদের বন্ধু, বোন ও ভাইয়েরা সেগুলো করছে না—সেখানে ভালো কাজ করা দয়া ও সহায়তা করার একটি অভ্যাস গড়ে তোলে, যা স্বয়ংক্রিয়ভাবে অনেক পুণ্য সৃষ্টি করে।

আপনি কি মনে করেন গল্পের যে মানুষটি খাবারের দান সংগ্রহ করেছিল সে জানত যে ছোট দানও গুরুত্বপূর্ণ? হ্যাঁ। তিনি কোষাধ্যক্ষের ছোট ছোট দানগুলোকে বিশেষভাবে গ্রহণ করেছিলেন, প্রতিটি বাটির এবং খাবারের পাত্রে সেগুলোর কিছু অংশ দিয়েছিলেন। সমালোচনামুখর হওয়ার পরিবর্তে, তিনি ছিলেন দয়ালু ও করুণাময়, চেয়েছিলেন কোষাধ্যক্ষ তার দানের জন্য মহৎ পুণ্য লাভ করুক, আশা করেছিলেন দানগুলো কোষাধ্যক্ষের উপকারে আসবে।

তিনি কেন শহরের অন্যান্য লোকদের খাবার দিতে বলেছিলেন? তিনি বুদ্ধের শিক্ষা অনুযায়ী অন্যদের দান করতে উৎসাহিত করার অনুশীলন করতে চেয়েছিলেন। অন্যদের উদার হতে উৎসাহিত করা, অন্যদেকে আমাদের সাথে সদাচরণে যোগ দিতে আমন্ত্রণ জানানো কেন গুরুত্বপূর্ণ? বুদ্ধ বলেছিলেন যে আপনি যদি অন্যদের দান করতে উৎসাহিত করেন, তাহলে ভবিষ্যতে আপনি জনপ্রিয় হবেন। অন্যদের উদার হতে, আমাদের সাথে ভালো কাজে যোগ দিতে উৎসাহিত করার আরও কারণ রয়েছে। আপনি কি কিছু ভাবে পারেন? যাতে তারাও পুণ্য অর্জন করতে পারে, এবং একটি সুখী জীবন পেতে পারে। এবং এটি দেখানোর জন্য যে আমরা তাদের সম্পর্কে চিন্তা করি, যাতে আমরা কেবল নিজেদের সম্পর্কে চিন্তা না করি।

কোষাধ্যক্ষ যখন তার দান করছিলেন, আপনি কি মনে করেন তিনি পুণ্যের কথা ভাবছিলেন? সম্ভবত না। যদিও তিনি কর্ম সম্পর্কে জানতেন, তিনি তার দরজায় আসা লোকটির সম্পর্কে নেতিবাচক, সমালোচনামূলক চিন্তায় মগ্ন ছিলেন। কোষাধ্যক্ষ কেন সেই লোকটির সম্পর্কে এমন নেতিবাচক চিন্তা করেছিলেন? কিছু লোক অন্য কেউ ভালো কাজ করছে দেখতে পছন্দ করে না। তারা ভাবে পছন্দ করে না যে সে তাদের চেয়ে ভাল; তারা সর্বদা সেরা হতে চায়। সুতরাং, তারা বিশ্বাস করে যে এমন ব্যক্তি আসলে স্বার্থপর কিন্তু মনোযোগ বা অন্য কিছু পুরস্কার পেতে ভালো হওয়ার ভান করছে।

যারা স্বার্থপর হয় তারা সাধারণত অন্যদের স্বার্থপর হিসাবে দেখে এবং বিশ্বাস করে না যে অন্যরা নিঃস্বার্থ হতে পারে।

তিনি সম্ভবত পুণ্য সম্পর্কে চিন্তা করছিলেন না তার আরেকটি কারণ হল তিনি কিছু দিয়ে দিতে হবে এই বিষয়ে বেশি চিন্তিত ছিলেন। যদিও তিনি ধনী ছিলেন এবং প্রচুর খাবার ছিল, কিছু দিয়ে দিতে তার কেমন লাগছিল? তিনি এটি পছন্দ করেননি। তিনি ছিলেন কৃপণ, উদারতার বিপরীত। কৃপণ লোকেরা মনে করে যে তারা সবকিছু নিজের জন্য রাখলে দান করার চেয়ে বেশি সুখী হবে।

তারপর, কোষাধ্যক্ষ তার ছোট দান করার পর, তার আরও নেতিবাচক চিন্তা ছিল।

সেগুলো কি ছিল? ভয় এবং রাগ যে লোকটি তাকে অপমান করবে।

এবং নিষ্ঠুর চিন্তা— তিনি একটি ছুরি নিয়েছিলেন এবং লোকটিকে হত্যা করতে প্রস্তুত ছিলেন।

যারা নিষ্ঠুর তারা প্রায়ই ধারণা করে যে অন্যরাও নিষ্ঠুর।

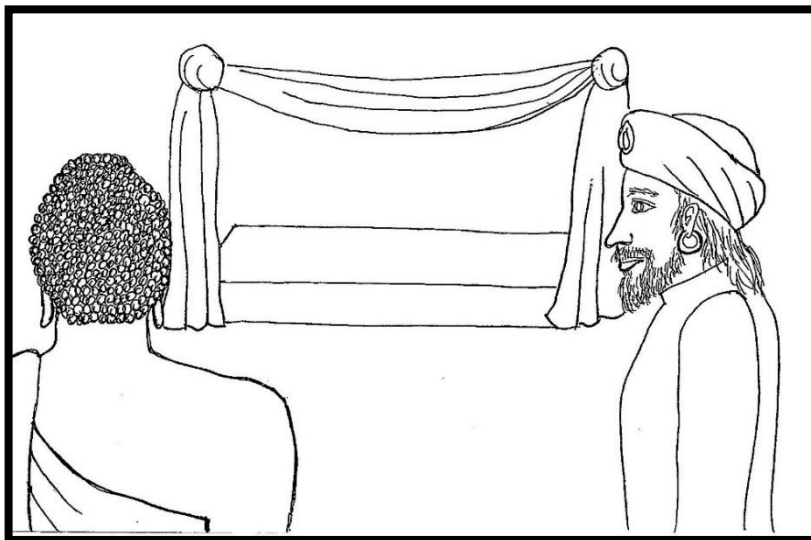
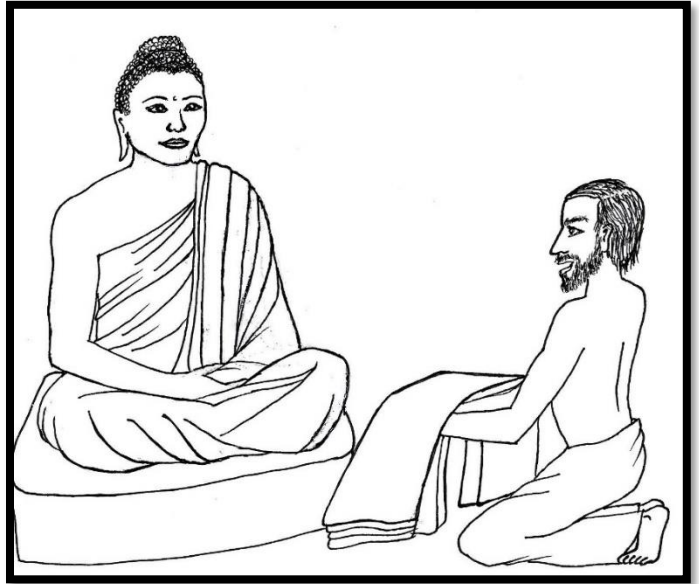
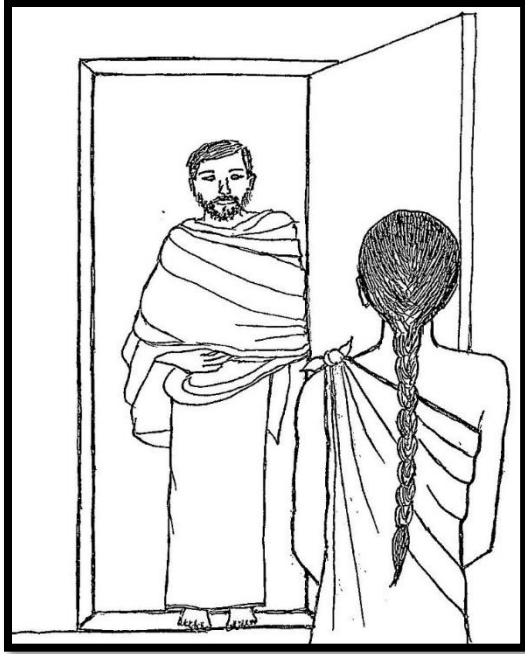
সুতরাং, তিনি ধারণা করেছিলেন যে লোকটি নিষ্ঠুর হবে এবং তাকে বিব্রত করবে।

কোষাধ্যক্ষ লোকটির সম্পর্কে কী শিখলেন? যে সে নিষ্ঠুর বা স্বার্থপর ছিল না, বরং সত্যিই দয়ালু ছিল, এবং তার ছোট দানের প্রশংসা করেছিল, এবং উদারভাবে সবাইকে পুণ্য ভাগ করে নিতে চেয়েছিল।

লোকটির ছোট্ট একটি দয়ালু কাজ—কোষাধ্যক্ষকে কিছু খাবার দান করতে আমন্ত্রণ জানানো—কোষাধ্যক্ষকে একটি ছোট দান করতে পরিচালিত করেছিল, যা তাকে বুদ্ধের সাথে দেখা এবং ধর্ম শোনার সৌভাগ্য এনেছিল, যা তার জীবনকে আরও ভালোর জন্য পরিবর্তন করেছিল।

এমনকি এমন ছোট ছোট দয়ালু কাজেরও জীবন পরিবর্তনকারী আশ্চর্যজনক ফলাফল হতে পারে!

অধ্যায় ২ এর ছবি



অধ্যায় ২ – ছোট্ট একবস্ত্র

একজন অত্যন্ত গরীব লোক যার নাম ছোট্ট একবস্ত্র, তার স্ত্রীর সাথে সাবলি শহরে বাস করত। তাকে ছোট্ট একবস্ত্র বলা হত কারণ তিনি ছিলেন খাটো, সরু একজন মানুষ যার শরীরের উপরের অংশে পরার জন্য শুধুমাত্র একটি মোটা কাপড় ছিল। তিনি এতই গরীব ছিলেন যে তার শরীরের নিচের অংশে পরার জন্য শুধুমাত্র একটি পাতলা কাপড় ছিল, এবং তার স্ত্রীরও শরীর ঢাকার জন্য শুধুমাত্র একটি কাপড় ছিল। তাদের অন্য কোন কাপড় কেনার টাকা ছিল না। যখন স্বামী বা স্ত্রী কেউ বাইরে যেতে চাইত, তাদের শুধুমাত্র একটি মোটা কাপড় থাকত যা দিয়ে তারা তাদের বাহু এবং কাঁধ জ্যাকেটের মত ঢেকে রাখত প্রখর সূর্য বা শীতল বাতাস থেকে নিজেদকে রক্ষা করার জন্য। সুতরাং, একবারে শুধুমাত্র একজন বাইরে যেতে পারত এবং অন্যজন বাড়িতে থাকত।

একদিন, একজন দূত শহর ঘুরে ঘোষণা করছিল যে পরের দিন বুদ্ধ বি বিহারে ধর্ম বক্তৃত্তা দেবেন। ঘোষণা শুনে, ছোট্ট একবস্ত্র তার স্ত্রীকে বললেন,

"প্রিয়, একটি ঘোষণা করা হয়েছে যে আগামীকাল দুপুরে ও সন্ধ্যায় বি বিহারে ধর্ম বক্তৃত্তা হবে। তুমি কি দিনের বেলায় নাকি সন্ধ্যায় ধর্ম শুনতে যেতে চাও? আমাদের দুজনের একসাথে যাওয়ার জন্য পর্যাপ্ত বাইরের কাপড় নেই।"

স্ত্রী উত্তর দিলেন, "ঠিক আছে প্রিয়, আমি দিনের বেলায় যাব।"

পরের দিন, তিনি মোটা কাপড়টি পরিধান করে বি বিহারে গেলেন। ছোট্ট একবস্ত্র বাড়িতে অপেক্ষা করছিলেন এবং যখন তার স্ত্রী সন্ধ্যায় ফিরলেন, তিনি তাকে মোটা কাপড়টি পরতে দিলেন। যখন তিনি তাকে বিদায় জানাতে দরজায় দাঁড়িয়েছিলেন, তিনি লক্ষ্য করলেন তার স্ত্রী কত আনন্দিত দেখাচ্ছে। তারা এত গরীব হলে সে কি কিভাবে এত খুশি হতে পারে? তিনি বি বিহারের দিকে হেঁটে যাচ্ছিলেন এই ভেবে যে কী তাকে এত খুশি করেছিল।

যখন তিনি সেখানে পৌঁছলেন, তিনি বুদ্ধের ঠিক সামনে বসে ধর্ম শুনতে লাগলেন। তিনি যখন শুনছিলেন, তিনি তার ভিতরে অত্যন্ত আনন্দ অনুভব করলেন। তিনি এতটাই আনন্দে ভরপুর বোধ করলেন যে তিনি বুদ্ধকে তার গভীর কৃতজ্ঞতা জানানোর জন্য কিছু করতে চাইলেন। তিনি এই চমৎকার শিক্ষার জন্য তাকে একটি উপহার দিতে চাইলেন। কিন্তু কী দেবেন? তার সবচেয়ে মূল্যবান জিনিস যা তার ছিল তা হল তিনি যে মোটা কাপড়টি পরেছিলেন।

"এই তো," তিনি ভাবলেন, "আমি তাকে এই মোটা কাপড়টি দান করব।"

কিন্তু পরের মুহূর্তে, তিনি ভাবলেন, "যদি আমি এই কাপড়টি বুদ্ধকে দান করি, তাহলে আমার স্ত্রী বা আমার জন্য কোন গরম কাপড় অবশিষ্ট থাকবে না।"

"কিন্তু আমি তো দান করতে চাই," সে ভাবল।

তারপর মনে মনে তর্ক করতে লাগল, “যদি আমি এই একটিমাত্র কাপড় দান করে দিই, তাহলে আরেকটি কাপড় কিনব কীভাবে? আমার পর্যাপ্ত টাকা নেই। বাইরে যদি ঠাণ্ডা পড়ে, আর আমার গরম করার কিছুই না থাকে? যদি আমি অসুস্থ হয়ে পড়ি? যদি আমাকে সারাদিন রোদে বাইরে কাটাতে হয়, আমার রক্ষার কিছুই না থাকে? হয়তো বুদ্ধের এই কাপড়টির প্রয়োজন নেই। হয়তো এটি শুধু অন্য কাউকে দিয়ে দেওয়া হবে। আর, আমার স্ত্রী কী ভাবে যদি আমি এটি দান করে দিই? হয়তো সে বিরক্ত হবে।”

এতসব চিন্তা তাকে তার মোটা কাপড়টি দান করা থেকে নিরুৎসাহিত করল।

কিন্তু তার হৃদয়ে দানশীলতার একটি অনুভূতি জেগে উঠল, এবং সে ভাবল, “আমি এই কাপড়টি দান করব! এটাই আমি করতে চাই!”

আর তারপর আবার সন্দেহ জেগে উঠল, সে ভাবল, “আমি কি পাগল? আমার কাছে যে একমাত্র গরম কাপড়টি আছে সেটি আমি দান করতে পারি না। আমি তো এখানে আসা এতসব মানুষের মত ধনী নই, যারা নানা উপহার নিয়ে আসে। এত মানুষ উপহার দিচ্ছে, তাদের বিলাসী দানের তুলনায় আমার দান তুচ্ছ হয়ে যাবে।”

তার মন যেন নিজের সাথে যুদ্ধ করছিল, ভাবছিল, “আমি দান করব!” আবার পরক্ষণেই, “না, আমি দান করব না!”

ঘণ্টার পর ঘণ্টা কেটে গেল, বুদ্ধ তাঁর উপদেশ দিয়ে যাচ্ছিলেন। শেষে সন্ধ্যার কর্মসূচি সমাপ্তির কাছাকাছি এসে গেল, কিন্তু লিটল ওয়ান-রোব এখনো সিদ্ধান্ত নিতে পারেনি। সে ভাবল,

“আমি যখন দানশীলতার চিন্তা আর নিজের স্বার্থের চিন্তার মধ্যে যুদ্ধ করছিলাম, ঘণ্টার পর ঘণ্টা কেটে গেল। যদি আমার এই স্বার্থপর চিন্তাগুলো বাড়তে থাকে, তা আমাকে দুঃখ থেকে মুক্তি দেবে না এবং আমাকে ভবিষ্যতে দুঃখময় জীবন কাটাতে হবে। তাই আমি আমার দানটি দেব।”

অবশেষে লিটল ওয়ান-রোব হাজারো সন্দেহের চিন্তাকে জয় করে দানশীলতার চিন্তাকে অনুসরণ করল। মোটা কাপড়টি নিয়ে বুদ্ধের পায়ের কাছে রেখে সে জোরে চিৎকার করে বলল,

“আমি জয়ী হয়েছি! আমি জয়ী হয়েছি! আমি জয়ী হয়েছি!”

কোসলার রাজা পাসেনাদি সেখানে উপস্থিত ছিলেন, ধর্ম উপদেশ শুনছিলেন। লিটল ওয়ান-রোবের জোরালো কণ্ঠস্বর শুনে তিনি খুব কৌতূহলী হয়ে উঠলেন এবং তাঁর সহকারীদের বললেন,

“তাকে জিজ্ঞাসা করো সে কী জয় করেছে।”

রাজার লোকেরা লিটল ওয়ান-রোবের কাছে গিয়ে জিজ্ঞাসা করল, “আপনি কী বা কাকে জয় করেছেন?”

লিটল ওয়ান-রোব তার অবস্থা ব্যাখ্যা করল, কাপড়টি দান করার তার কঠিন সিদ্ধান্ত এবং তার মনে জেগে ওঠা বিপরীতমুখী চিন্তাগুলোর কথা বলল, যেগুলোকে সে জয় করে স্বার্থপর চিন্তা থেকে বেরিয়ে দান করার সিদ্ধান্ত নিয়েছিল।

যখন লোকেরা এই ব্যাখ্যা রাজাকে জানাল, তিনি বললেন, “এই লোকটি যা করেছে তা করা সত্যিই কঠিন ছিল। আমি তার প্রতি দয়া দেখাব।”

তাই রাজা লিটল ওয়ান-রোবকে নতুন এক সেট কাপড়—উপরের শরীরের জন্য একটি কাপড় এবং নিচের শরীরের জন্য একটি কাপড়—দান করার আদেশ দিলেন।

রাজার কাছ থেকে নতুন কাপড়ের সেট পেয়ে লিটল ওয়ান-রোব সেগুলো অবিলম্বে বুদ্ধকে দান করল, ভাবল, “আহা! এখন আমার কাছে বুদ্ধের জন্য নতুন এবং সুন্দর কিছু উপহার দেওয়ার আছে, তাঁর চমৎকার উপদেশের জন্য কৃতজ্ঞতা জানাতে!”

তারপর রাজা ভাবলেন যে লিটল ওয়ান-রোবের নিজের জন্য কিছু রাখা উচিত, তাই তিনি তার উপহার দ্বিগুণ করলেন, লিটল ওয়ান-রোবকে দুটি জোড়া কাপড় দিলেন।

লিটল ওয়ান-রোব এগুলোও বুদ্ধকে দান করে খুব আনন্দিত হল।

রাজা ভেবেছিলেন যে অন্তত একটি সেট কাপড় সে নিজের জন্য রাখবে, অন্য সেটটি বুদ্ধকে দান করলেও। তাই তিনি আবার তার উপহার দ্বিগুণ করলেন এবং লিটল ওয়ান-রোবকে চার সেট কাপড় দিলেন।

যখন সে আবার সবগুলো বুদ্ধকে দান করল, রাজা আবার তার উপহার দ্বিগুণ করে আট সেট দিলেন। একই ঘটনা ঘটলে তিনি ষোলো সেট দিলেন। আবার, লিটল ওয়ান-রোব সবগুলোই বুদ্ধকে দান করল।

শেষ পর্যন্ত রাজা লিটল ওয়ান-রোবকে ৩২ সেট কাপড় দিলেন, কিন্তু কেউ যেন না বলে যে, “এই লোকটি নিজের জন্য একটি জোড়াও রাখেনি, বরং প্রতিটি জোড়া সে দান করে দিয়েছে,” রাজা লিটল ওয়ান-রোবকে বললেন,

“এক জোড়া নিজের জন্য রাখো এবং আরেক জোড়া তোমার স্ত্রীকে দাও।”

এই নির্দেশনা অনুযায়ী, লিটল ওয়ান-রোব নিজের ও স্ত্রীর জন্য দুটি জোড়া রেখে বাকি ত্রিশ জোড়া কাপড় বুদ্ধকে দান করল। রাজা ভেবেছিলেন যে লিটল ওয়ান-রোব যদি একশত বারও সব দান করে দিত, রাজা বুদ্ধকে দেওয়া প্রতিটি উপহারের সমতুল্য উপহার লিটল ওয়ান-রোবকে দিতেন।

রাজা তার লোকদের বললেন, “এই লোকটি যা করেছে তা সত্যিই কঠিন ছিল। আমার দুটি কঞ্চল এখানে নিয়ে আসো।”

লোকেরা কঞ্চল দুটি নিয়ে এল, এবং রাজা লিটল ওয়ান-রোবকে দুটি বিলাসী কঞ্চল উপহার দিলেন, যার মূল্য ছিল এক হাজার মুদ্রা।

লিটল ওয়ান-রোব মনে মনে ভাবল, “আমি এই কঞ্চলগুলো দিয়ে আমার শরীর ঢাকার যোগ্য নই। এগুলো শুধুমাত্র বুদ্ধ এবং তাঁর সংঘের জন্য উপযুক্ত।”

তাই তিনি একটি কঞ্চল বুদ্ধের কুটিরে, মঠের সেই ছোট ঘর যেখানে বুদ্ধ থাকতেন, সেখানে বিছানার উপর ছাদের মত ঝুলিয়ে দিলেন। অন্যটি তিনি তার নিজের বাড়িতে ঝুলিয়ে দিলেন সেই স্থানের উপর যেখানে কোন আগত ভিক্ষু তার বাড়িতে খাবার গ্রহণ করতেন।

পরের সন্ধ্যায় রাজা বুদ্ধের কুটিরে তাঁকে দেখতে গেলেন। রাজা বিছানার উপর ঝুলানো কঞ্চলটি চিনতে পারলেন এবং জিজ্ঞাসা করলেন,

“প্রভু, কে আপনাকে এই কঞ্চলটি উপহার দিয়ে সম্মানিত করল?”

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, “একরাজি।”

রাজা ভাবলেন, “আমি যেমন ধর্মে বিশ্বাস করি এবং আমার বিশ্বাসে আনন্দিত, এই ব্যক্তিও ধর্মে বিশ্বাস করে এবং তার বিশ্বাসে আনন্দিত।”

একরাজির উদারতায় রাজা এতটাই মুগ্ধ হয়েছিলেন যে তিনি তাকে চারটি হাতি, চারটি ঘোড়া, চার হাজার টাকা, চার জন সেবক এবং চারটি উৎকৃষ্ট গ্রাম উপহার দিলেন। পরবর্তীতে এগুলো “চতুর্গুণ দান” নামে পরিচিতি লাভ করে।

ভিক্ষুরা যখন একরাজিকে রাজার দেওয়া উপহারের কথা শুনলেন, তারা নিজেদের মধ্যে গোপনে আলোচনা শুরু করলেন, বললেন, “একরাজির কাজটি কতই না চমৎকার ছিল! সে কাজটি করামাত্রই সে সেই সব চতুর্গুণ উপহার পেয়ে গেল! সে একটি ভালো কাজ করামাত্রই তার ভালো কাজের ফল তাকে সঙ্গে সঙ্গে দেওয়া হলো!”

বুদ্ধ কাছে এসে জিজ্ঞাসা করলেন, “ভিক্ষুগণ, তোমরা এখন এখানে বসে কী বিষয়ে আলোচনা করছ?”

তারা যখন তাকে সব জানালেন, তিনি বললেন, “ভিক্ষুগণ, যদি একরাজি সন্ধ্যার প্রথম ভাগে আমাকে তার উপহার দিতে পারত, তবে সে ‘ষোড়শ গুণ দান’ পেত। যদি সে সন্ধ্যার দ্বিতীয় ভাগে দিতে পারত, তবে ‘অষ্টগুণ দান’ পেত। যেহেতু সে সন্ধ্যার শেষ ভাগে গিয়ে আমাকে তার উপহার দিয়েছে, তাই সে শুধুমাত্র ‘চতুর্গুণ দান’ই পেয়েছে।”

বুদ্ধ继续说, “যখন কেউ একটি ভালো কাজ করার কথা ভাবে, তখন তাকে তা সঙ্গে সঙ্গেই করা উচিত। তার মধ্যে যে ভালো কাজ করার ইচ্ছা জাগে তা উপেক্ষা করা উচিত নয়। দেরিতে করা ভালো কাজেরও পুরস্কার মেলে, কিন্তু সেই পুরস্কার ছোট হয় বা ধীরে আসে। আর, যদি কেউ ভালো

কাজ করতে দেরি করে, তাহলে সে তা আদৌ করতে পারবে না, কারণ মানুষের মন নেতিবাচক চিন্তায় বিভ্রান্ত হয়ে পড়ে। তাই, কারো মধ্যে ভালো কাজ করার ইচ্ছা জাগামাত্রই তাকে সেই কাজটি সম্পন্ন করা উচিত।"

প্রশ্নাবলী:

১. বুদ্ধের শিক্ষা শুনে একরাজি কেমন অনুভব করেছিল? (পরিপূর্ণ আনন্দে)
২. বুদ্ধের শিক্ষা শুনে সে কী করতে চেয়েছিল? (তাকে তার মোটা কাপড়টি উৎসর্গ করতে)
৩. সে কেন সঙ্গে সঙ্গে কাপড়টি উৎসর্গ করেনি? (কাপড়টি না দেওয়ার জন্য তার অনেক চিন্তা ছিল)
৪. "আমি জয়ী হয়েছি" বলতে সে কী জয় করেছিল? (নিজের সম্পর্কে চিন্তা, স্বার্থপর চিন্তা)
৫. রাজা যখন তাকে নতুন কাপড় দিলেন, তখন একরাজি কী করল? (সেগুলো বুদ্ধকে উৎসর্গ করল)
৬. বুদ্ধের মতে, যদি একরাজি আগে কাপড়টি উৎসর্গ করত, তাহলে কি সে রাজার কাছ থেকে আরো বেশি উপহার পেত? (হ্যাঁ)

বুদ্ধ যা বলেছেন:

"অভিতরেথ কল্যাণে, পাপা চিন্তং নিবারয়ে, দক্ষং হি করোতো পুত্রং, পাপস্মিং রমতি মনঃ।"

"ভালো কাজে ত্বরিত হও, এবং মনকে নেতিবাচক চিন্তা থেকে বিরত রাখ। যদি কেউ পুণ্য অর্জনে ধীরগতি হয়, তবে তার মন ভুল চিন্তায় আনন্দ পায়।"

ধর্মপদ ১১৬ (৯:১)

ধর্ম আলোচনা- পুণ্য অর্জনের সময়:

একরাজি কৃতজ্ঞ ও উদার মনে অনুভব করেছিল, তাই সে দরিদ্র হওয়া সত্ত্বেও একটি উপহার দিতে চেয়েছিল।

যখন তোমার দেওয়ার মতো বেশি কিছু নেই, তখন দেওয়া সম্পদশালী হওয়ার চেয়ে অনেক বেশি কঠিন, যারা অনেক কিছু দিতে পারে এবং নিজের জন্য প্রচুর রেখে দিতে পারে।

রাজা যেমন উল্লেখ করেছিলেন, একরাজির পক্ষে তার একমাত্র গরম কাপড়টি দান করা খুবই কঠিন ছিল।

আমরা যা সত্যিই পছন্দ করি বা যার প্রতি আমাদের খুব আকর্ষণ আছে, তা দান করা একটি অত্যন্ত পুণ্যের কাজ; এটি এমন কিছু দানের চেয়ে বেশি পুণ্য আনে যা আমাদের কাছে তেমন গুরুত্বপূর্ণ ছিল না।

কেন? কারণ যখন আমরা তা দান করি, তখন আমরা তার প্রতি আমাদের আসক্তি ত্যাগ করি, ছেড়ে দিই, যা আমাদের স্বার্থপরতা ত্যাগ করতে সাহায্য করে।

আর, বুদ্ধ বা বৌদ্ধ ভিক্ষুদের - সংঘকে দেওয়াও অনেক পুণ্য আনে।

কেন? কারণ এটি বুদ্ধ বা তার ভিক্ষুদের ভ্রমণ, মন্দির ও বি বিহার নির্মাণ এবং আরো ভিক্ষু দীক্ষা দিতে সাহায্য করে, যাতে তারা আরো মানুষের মধ্যে ধর্ম শিক্ষা দিতে পারে এবং তারা সবাই ধর্ম চর্চা করতে পারে, আরো সুখী ও শান্তিপূর্ণ হতে পারে এবং বিশ্বকে একটি ভালো জায়গা করতে সাহায্য করতে পারে।

সুতরাং, একরাজির উপহারটি একটি অত্যন্ত পুণ্যের কাজ ছিল, এবং তাই সে তার পুণ্যের ফল সঙ্গে সঙ্গে পেয়েছে - যখন রাজা তাকে উপহার দিয়েছেন।

আমরা জিনিসপত্র - টাকা, উপহার, আমরা যা তৈরি করেছি তা বা অন্যান্য বস্তু - অন্যকে দিয়ে পুণ্য অর্জন করতে পারি, কিন্তু পুণ্য অর্জনের জন্য আমরা আর কী দিতে পারি?

আমাদের সময় ও শক্তি - অন্যদের সাহায্য করতে, কাউকে কিছু করতে শেখাতে, সদয় কথা বলতে বা অন্য কোন উদার কাজ করতে।

এছাড়া আধ্যাত্মিক অনুশীলন যেমন প্রার্থনা, জপ, ধ্যান, ধর্মগ্রন্থ পড়া, মন্দিরে যাওয়া পুণ্য অর্জনের অন্যতম মহান উপায়।

বুদ্ধ কখন বলেছেন আমাদের পুণ্য অর্জন করা উচিত? অবিলম্বে! তিনি বলেছিলেন যখন আমরা ভালো কিছু করার প্রবণতা বা ধারণা পাই, তখন তা উপেক্ষা করো না, অপেক্ষা করো না!

যত তাড়াতাড়ি সম্ভব সাহায্য করার, সদয় কিছু করার বা কোনো ভালো কাজ করার চিন্তা মাথায় আসে, তখনই তা করো।

তুমি কি কিছু উদাহরণ ভাবে পারো যখন তুমি কোনো ভালো কাজ করার সুযোগ দেখতে পাবে? "সম্ভবত তার কিছু সাহায্য দরকার," "এটা পরিষ্কার করা প্রয়োজন," "এটা য যথাস্থানে রাখা দরকার," "কেউ সাহায্য করছে না, হয়তো আমাকে সাহায্য করা উচিত," অথবা "সে একাই সব কাজ করছে, আমি সাহায্য করতে পারি," বা "সে একা লাগছে, হয়তো তার সাথে কথা বলতে পারি," বা "সে কিছু পায়নি, আমি তাকে আমারটা দিতে পারি," বা "কেউ তাকে অংশীদার হিসেবে বেছে নেয়নি, আমি তাকে বেছে নিতে পারি," বা "মনে হচ্ছে সে এটা কি কিভাবে করতে হয় জানেনা, হয়তো তাকে শিখিয়ে দিতে পারি," বা "আমি তাদের সাথে ধ্যান ও প্রার্থনা করতে পারি।"

এটা আমাদের কয়েক মুহূর্তের সময় নিতে পারে, কিন্তু কারো জন্য এটা অনেক অর্থ বহন করতে পারে, এবং এটি আমাদের ভালো কর্ম, পুণ্য ও সৌভাগ্য বৃদ্ধি করে।

অবশ্যই, যদি কোনো বিপদ থাকে যেখানে কারো সাহায্য প্রয়োজন, তখন আমাদের একজন বড়দেরকে ডাকতে হতে পারে।

কিন্তু সাধারণভাবে, যখন আমরা কোনো সদয় কাজ করার সুযোগ পাই, তখনই তা করা উচিত। নাহলে, লিটল ওয়ান-রোবের মতো, যদি আমরা অপেক্ষা করি এবং ভাবি যে আসলেই কি আমাদের এটি করা উচিত, তাহলে কী হতে পারে?

আমরা অন্য চিন্তায় বিভ্রান্ত হয়ে যাই। অথবা আমরা অলস হয়ে পড়ি, বা আমরা এমন কিছু করি যা আমাদের কাছে বেশি মজার লাগে, যেমন, স্মার্টফোন, ভিডিও গেম বা টেলিভিশন দেখা। তুমি কি কিছু সাধারণ চিন্তা ভাবতে পারো যা আমাদের ভালো কাজ করতে নিরুৎসাহিত করে? "অন্য কেউ এটা করতে পারে," বা "তাদের আসলে আমার সাহায্য দরকার নেই," বা "কেন আমাকে সাহায্য করা উচিত যখন অন্য কোনো বাচ্চারা সাহায্য করছে না," বা "কেউ সাহায্য চাইছে না," বা "আমি খুব ক্লান্ত," বা "আমার সময় নেই," বা "আমি এমন কিছু করছি যা বেশি মজার," বা "আমার সাহায্য করতে ইচ্ছে করছে না," বা "আমি গতকাল সাহায্য করেছি," বা "আমি আমার বন্ধুর সাথে থাকতে চাই," বা "আমার বন্ধুরা কী ভাবে যদি আমি গিয়ে সাহায্য করি?" এই ধরনের চিন্তা প্রায়ই আমাদের ভালো চিন্তাগুলোকে দমন করে বা নষ্ট করে দেয়, এবং তখন আমরা ভালো কিছু করার সুযোগ হারাই এবং সাহায্য করার সুযোগগুলো উপেক্ষা করার অভ্যাসে পড়ে যাই।

যখন তুমি এই ধরনের চিন্তা লক্ষ্য করো, তখন লিটল ওয়ান-রোবের কথা মনে রেখো যে বলেছিল, "আমি জয়ী হয়েছি! আমি জয়ী হয়েছি! আমি জয়ী হয়েছি!" এবং তা সত্ত্বেও সদয় কাজটি করে। যদি তুমি তোমার বন্ধুদের কী মনে হতে পারে সে বিষয়ে চিন্তিত হও, তাহলে এটা ভালো যে তুমি তাদের দেখাও তুমি একজন নেতা, সাহায্য করতে স্বেচ্ছাসেবক হিসেবে এগিয়ে আসো, এবং তুমি শুধু তাদের অনুসরণ করো না। যখন তুমি পুণ্য অর্জন করো—অন্য কথায়, ভালো কর্ম—তুমি নিশ্চিতভাবে কোনো না কোনো সময়ে এর ভালো ফল পাবে।

পুণ্য অর্জনের আরেকটি খুব সহজ উপায় আছে যা অত্যন্ত সহজ এবং মাত্র কয়েক মুহূর্ত সময় নেয়।

এটাকে বলা হয় অন্যের ভালো কাজে আনন্দিত হওয়া।

গল্পের শেষের দিকে ভিক্ষুরা কী করছিল তা মনে আছে?

তারা লিটল ওয়ান-রোবের ভালো কাজ নিয়ে কথা বলছিল, তার করা অদ্ভুত ভালো কাজটির প্রশংসা করছিল।

তারা লিটল ওয়ান-রোবের পুণ্যে আনন্দিত হচ্ছিল। তারা এভাবে পুণ্য অর্জন করছিল।

"ভালো কাজে আনন্দিত হওয়া" বলতে কী বোঝায়?

এর মানে হলো তারা আনন্দের সাথে এটা ভাবছিল, কেউ সত্যিই ভালো কাজ করছে দেখে খুশি হচ্ছিল।

কিছু মন্দিরে, মানুষ প্রার্থনার জপে আনন্দিত হয় এবং অন্যের দেওয়া অর্ঘ্য (ফুল, খাদ্য ইত্যাদি) বুদ্ধের মূর্তিতে উৎসর্গ করতে দেখে "সাধু, সাধু, সাধু" বলে যা "অতি উত্তম, অতি উত্তম, অতি উত্তম" বোঝায় বা অর্ঘ্য মন্দিরে উৎসর্গ করার আগে স্পর্শ করে।

কেন আমরা অন্যের ভালো কাজের প্রশংসা করে পুণ্য অর্জন করতে পারি?

কারণ আনন্দিত হওয়া আমাদের নেতিবাচক চিন্তাগুলো দূর করে এবং সেগুলোর স্থলে সদয় চিন্তা নিয়ে আসে।

কখনও কখনও আমরা নেতিবাচক চিন্তা করতে পারি যখন কেউ ভালো কাজ করে, যেমন কি কিভাবে সে কাজটি করছে তা নিয়ে সমালোচনা করা, বা ভাবা যে সে শুধু মনোযোগ পাবার জন্য বা পুরস্কার পাবার জন্য এটা করছে, বা সে প্রদর্শন করছে।

অথবা আমরা ঈর্ষা বোধ করতে পারি যে তার অন্যদের দেবার জন্য এত সম্পদ বা সময় আছে। কিন্তু যখন আমরা সেই ব্যক্তির ভালো কাজে আনন্দিত হই, তখন আমরা ভাবি যে ভালো কাজ করে সেই ব্যক্তি দয়া ছড়িয়ে দিচ্ছে, আমাদের সবার জন্য পৃথিবীটাকে আরও ভালো জায়গা বানাচ্ছে।

এবং আমরা আশা বা প্রার্থনা করি যে ভালো কাজ করে সেই ব্যক্তি সুখী হোক।

এই চিন্তাগুলো আমাদের নেতিবাচক চিন্তাগুলোকে অদৃশ্য করে দেয়।

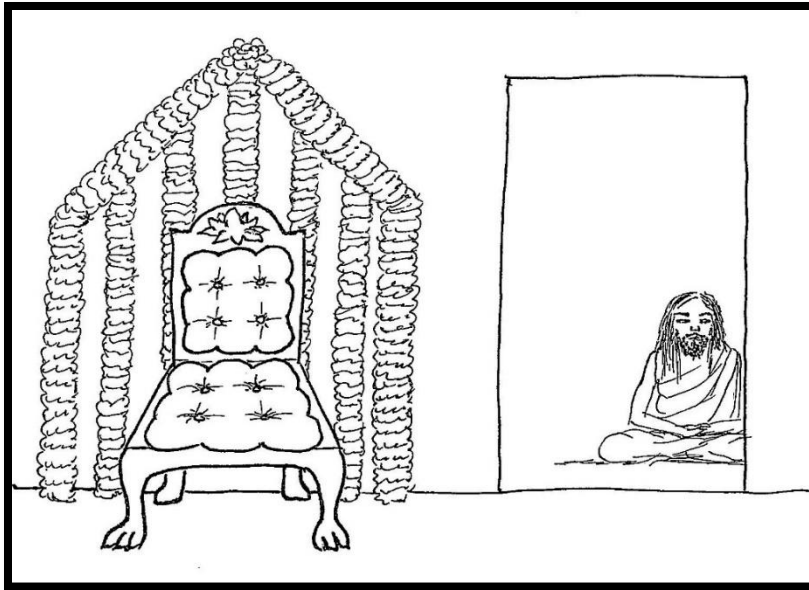
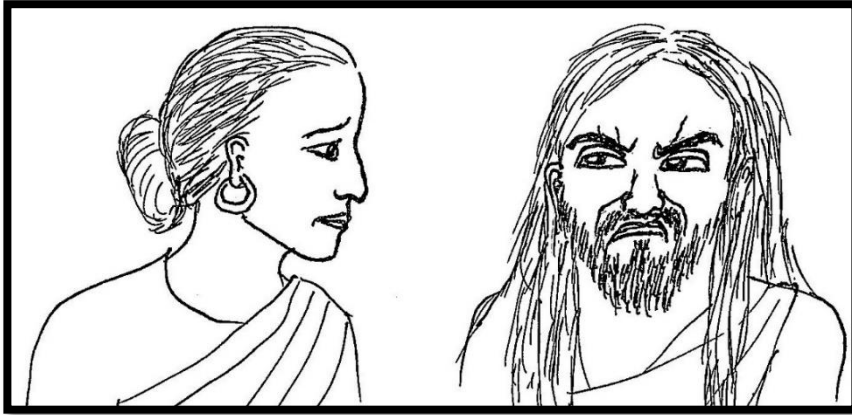
এবং আমাদের সদয় চিন্তা—শুধু সদয় কথা ও কাজই নয়—পুণ্য অর্জন করে।

এটা যেন সেই ব্যক্তির ভালো কাজে যোগ দেওয়া এবং তার সুখে শরিক হওয়া।

পুণ্য শুধু আমাদের নিজেদের সৌভাগ্যের জন্য নয়, বরং অন্যের জন্য বা সব প্রাণীর জন্য শান্তি ও সুখ কামনা করে এবং দুঃখ থেকে মুক্তির জন্য ভাগ করে নেওয়া উচিত।

পুণ্য ভাগ করে নেওয়ায় তা বৃদ্ধি পায় যাতে আমরা অন্যের জন্য দেবার মতো যথেষ্ট পাই এবং নিজেদের জন্মও রাখতে পারি।

অধ্যায় ৩-এর ছবি



অধ্যায় ৩ – সন্ন্যাসী একটি ভয়ঙ্কর দৃশ্য সৃষ্টি করে

সাবণ্ঠি নগরে এক মহিলা বাস করতেন যিনি একজন তপস্বী—একজন গৃহহীন ও অল্প সম্পন্ন ব্যক্তি যিনি জ্ঞানলাভের চেষ্টা করছেন—পাঠিকাকে নিষ্ঠার সাথে সমর্থন করতেন। তিনি তাকে একজন পবিত্র ব্যক্তি হিসেবে শ্রদ্ধা করতেন, তাই তিনি প্রতিদিন তার জন্য খাবার প্রস্তুত করতেন এবং তার প্রয়োজনীয় সবকিছু দিতেন যেন তিনি তার নিজের সন্তান। পাঠিকা। সেই সময়ে বুদ্ধ সাবণ্ঠিতে শিক্ষা দিচ্ছিলেন, এবং মহিলার বন্ধু ও প্রতিবেশীরা তার শিক্ষা শুনতে যেতেন। যখন তারা ফিরে আসতেন, তারা মহিলাকে বলতেন যে বুদ্ধই শ্রেষ্ঠ শিক্ষক—এত প্রেরণাদায়ক, জ্ঞান ও প্রজ্ঞায় পরিপূর্ণ, তারা যেকোনো আধ্যাত্মিক শিক্ষকের চেয়ে অনেক উচ্চতর—এবং তিনি তাদের ধর্ম সত্যিই বুঝতে ও তাদের জীবন পরিবর্তন করতে সক্ষম ছিলেন, তাদের প্রকৃত শক্তি ও গভীর সুখের দিকে নিয়ে যাচ্ছিলেন।

তারা প্রায়ই বলত,

"ওহ, বুদ্ধের শিক্ষা কতই না চমৎকার!"

যখন মহিলাটি তার প্রতিবেশীদেরকে বুদ্ধের এভাবে প্রশংসা করতে শুনলেন, তিনিও মঠে গিয়ে বুদ্ধের কথা শুনতে চাইলেন। পাঠিকা নামক সেই তপস্বীকে যিনি তিনি সমর্থন করছিলেন, তার প্রতি শ্রদ্ধা রেখে, তিনি বুদ্ধের কথা শুনতে যাওয়ার অনুমতি চাইলেন। তিনি তাকে বললেন,

"মহানুভব, আমি গিয়ে বুদ্ধের কথা শুনতে চাই।"

তিনি উত্তর দিলেন, "যেও না।"

তিনি পরে তাকে কয়েকবার বললেন যে তিনি মঠে গিয়ে বুদ্ধের শিক্ষা শুনতে চান। প্রতিবার তিনি তাকে শুধু যেতে নিষেধ করলেন।

মহিলাটি মনে মনে ভাবলেন, "যেহেতু এই তপস্বী আমাকে মঠে গিয়ে ধর্ম শুনতে অনুমতি দিচ্ছেন না, আমি বুদ্ধকে আমার বাড়িতে আমন্ত্রণ জানাব এবং এখানেই ধর্ম শুনব।"

সেই সন্ধ্যায়, তিনি তার ছেলেকে বললেন, "যাও এবং বুদ্ধকে আগামীকাল আমার কাছ থেকে দুপুরের খাবার গ্রহণের আমন্ত্রণ জানাও।"

ছেলেটি বাড়ি থেকে মঠে যাওয়ার জন্য বের হল, কিন্তু তার মা যার প্রতি এতটাই নিবেদিত ছিলেন সেই তপস্বীর প্রতি শ্রদ্ধা রেখে, সে প্রথমে পাঠিকার সাথে দেখা করতে গেল।

তপস্বী তাকে জিজ্ঞাসা করলেন, "তুমি কোথায় যাচ্ছ?"

ছেলেটি উত্তর দিল, "আমার মায়ের নির্দেশে, আমি বুদ্ধকে আমন্ত্রণ জানাতে যাচ্ছি।"

পাঠিকা বললেন, "তার কাছে যেও না।"

ছেলেটি উত্তর দিল, "ঠিক আছে, কিন্তু আমি আমার মায়ের ভয়ে যাচ্ছি, তাই আমাকে যেতে হবে। আমি যাচ্ছি।"

পাঠিকা বললেন, "আসো আমরা দুজনেই তার জন্য প্রস্তুত করা সুস্বাদু খাবার খাই।" যেও না।"

ছেলেটি বলল, "না, মা আমাকে বকবে।"

তপস্বীর আরেকটি ধারণা ছিল, তিনি বললেন, "তাহলে যাও। কিন্তু যখন তুমি গিয়ে বুদ্ধকে নিমন্ত্রণ করবে, তাকে বাড়ির ঠিকানা বলবে না, কোন রাস্তায় আছে তা বলবে না, বা সেখানে যাওয়ার পথও বলবে না। বরং এমনভাবে ব্যবহার করো যেন তুমি আশেপাশেই থাকো, আর যখন তুমি চলে যাবে, অন্য রাস্তা নেওয়ার ভান করে দ্রুত চলে যেয়ো, তারপর এখানে ফিরে এসো।"

ছেলেটি এই নির্দেশনা শুনে মঠে গেল। বুদ্ধের কাছে যাওয়ার সুযোগ পেয়ে, সে তাঁর কাছে গিয়ে পরদিন দুপুরের খাবারের নিমন্ত্রণ জানাল। তপস্বীর নির্দেশমতো, ছেলেটি বুদ্ধকে বাড়ির ঠিকানা বা দিকনির্দেশনা দিল না, এবং সে দ্রুত এমন একটি রাস্তার দিকে হেঁটে গেল যা তার বাড়ির দিকে নয়, তারপর তপস্বীর কাছে ফিরে এল।

সে যখন পৌঁছাল, পাঠিক তাকে জিজ্ঞাসা করল, "তুমি কী করেছ?"

ছেলেটি উত্তর দিল, "মহাশয়, আপনি যা বলেছিলেন আমি সব করেছি।"

তপস্বী বললেন, "তুমি খুব ভালো কাজ করেছ। এখন কাল আমরা দুজনেই তাঁর জন্য তৈরি করা সুস্বাদু খাবার খাব।"

পরদিন ভোরে, পাঠিক মহিলার বাড়িতে গেলেন এবং তার ছেলেকে নিয়ে বাড়ির পিছনের ঘরে বসে পড়লেন।

প্রতিবেশীরা বাড়িটাকে গোবর দিয়ে লেপে দিল, যা বাড়ি সতেজ করার ঐতিহ্যবাহী উপায় ছিল। সেই সময় ভারতে গোবরকে পরিষ্কার বলে মনে করা হতো। রাজাদের মতো অতিথিদের অভ্যর্থনা করার ভারতীয় প্রথা অনুসারে, প্রতিবেশীরা পাঁচ ধরনের ফুলের মালা দিয়ে সম্মানিত অতিথিদের বসার জায়গাটা সাজিয়ে দিল। তারা বুদ্ধের বসার জন্য একটি দামি চেয়ার এনেছিল, কারণ তারা জানত না বুদ্ধের জন্য কী ধরনের আসন প্রস্তুত করতে হয়। তারা তাঁকে এতই শ্রদ্ধা করত যে ভেবেছিল তাঁকে রাজার মতো আচরণ করা উচিত, আর জানত না যে একজন সন্ন্যাসীর জন্য একটি সাধারণ, পরিষ্কার আসনই উপযুক্ত।

এদিকে ভোরে বুদ্ধ তাঁর পাত্র ও বাহিরের বস্ত্র নিয়ে সরাসরি মহিলার বাড়িতে চলে গেলেন। তাঁকে দিকনির্দেশনা, রাস্তার নাম বা ঠিকানা দেওয়ার প্রয়োজন ছিল না। বুদ্ধদের কখনোই কোনো জায়গায় যাওয়ার পথ বলে দিতে হয় না; তারা তাদের গন্তব্যের পথ নিজেরাই জানেন।

বুদ্ধ যখন তার বাড়ির সামনে পৌঁছালেন, মহিলা তাঁকে অভ্যর্থনা জানাতে বেরিয়ে এলেন, শ্রদ্ধাভরে তাঁকে প্রণাম করে বাড়ির ভিতরে নিয়ে গেলেন। তিনি বুদ্ধকে তাঁর প্রস্তুত করা সুস্বাদু

খাবার পরিবেশন করলেন। বুদ্ধ যখন খাবার শেষ করলেন, মহিলা তাঁর পাত্র নিলেন, এবং আশা করলেন যে তিনি খাবারের কৃতজ্ঞতাস্বরূপ কিছু ধর্মীয় বাণী বলবেন।

তিনি বুদ্ধের কথা শুনলেন এবং জীবনে প্রথমবারের মতো তাঁর মধুর কণ্ঠে ধর্ম শিক্ষা শুনে আনন্দে পূর্ণ হয়ে গেলেন। অত্যন্ত আনন্দে তিনি হাততালি দিয়ে হঠাৎ বলে উঠলেন, "সুন্দর! সুন্দর!"

প্যাঠিক, পিঁছনের ঘরে বসে, মহিলার হাততালি ও বুদ্ধের প্রশংসার কথা শুনতে পেলেন। তিনি তাঁরই আশ্রিতা অন্য কোনো শিক্ষকের ভক্তিতে মগ্ন—এটা তিনি সহ্য করতে পারলেন না। কেন সে তাঁকে উপেক্ষা করে এই সন্ন্যাসীর জন্য এত উত্তেজিত হচ্ছে? ক্রোধে ফেটে পড়ে আত্মসংবরণ করতে না পেরে তিনি লাফিয়ে উঠলেন, বুদ্ধ যে ঘরে শিক্ষা দিচ্ছিলেন সেখানে প্রবেশ করলেন এবং সবার কাছে উচ্চস্বরে ঘোষণা করলেন,

"এখন থেকে সে আমার শিষ্য নয়!"

মহিলার দিকে ফিরে অবজ্ঞার সাথে তিনি তাঁকে বললেন, "হ্যাঁগা, তুমি এই লোকের জন্য এভাবে হাততালি দিয়ে ধ্বংস হয়ে গেছ!"

তিনি চিৎকার করে বললেন যে সে তাঁর প্রতি অবিশ্বস্ত, অসম্মানজনক ও উদাসীন, তাই সে একজন বিশ্বাসঘাতক, অভদ্র ও অমনোযোগী ব্যক্তি। সে চিৎকার করে বলল যে সে অজ্ঞ ও মূর্খ, কারণ সে এমন শিক্ষকদের পিঁছনে ছুটছে যাদের সম্পর্কে তার কিছুই জানা নেই।

তারপর সে রেগে গিয়ে বুদ্ধকে নানা রকমের গালাগালি দিতে লাগল। সে বুদ্ধকে অভিযোগ করল অন্য শিক্ষকদের শিষ্য চুরি করার, গ্রাম দখল করার, মানুষদের মস্তিষ্ক ধোলাই করে জোরপূর্বক পরিবার ছাড়িয়ে মাথা কামানো সন্ন্যাসী বানানোর। মনে হচ্ছিল সে তার মনের সমস্ত রাগ ও ঈর্ষা একসাথে বের করে দিচ্ছিল। তারপর সে দ্রুত মহিলার বাড়ি থেকে বেরিয়ে গেল, তখনও গালাগালি দিয়ে যাচ্ছিল।

মহিলাটি প্যাঠিকার অপমানজনক কথায় অত্যন্ত বিব্রত বোধ করলেন। বুদ্ধ যখন শিক্ষা দিচ্ছিলেন, প্যাঠিকার ভয়ঙ্কর আচরণে তার মন এতটাই বিচলিত হয়ে পড়েছিল যে তিনি বুদ্ধের শিক্ষায় মনোযোগ দিতে পারছিলেন না। যাকে তিনি একজন পবিত্র ব্যক্তি মনে করে এত ভক্তি ও শ্রদ্ধা সহকারে সাহায্য করছিলেন, সেই মানুষটি তাকে অপমান করল এবং এমন ভয়ঙ্কর আচরণ করল যা একজন পবিত্র ব্যক্তির জন্য একেবারেই উপযুক্ত নয়। আরও ভয়ঙ্কর ব্যাপার হলো, সে তার সবচেয়ে শ্রদ্ধেয় অতিথি বুদ্ধকে তার নিজ বাড়িতেই গালাগালি দিল! তিনি খুব লজ্জিত বোধ করলেন। আশিকার অপমানজনক কথা। বুদ্ধ যখন শিক্ষা দিতে থাকলেন, তখন পাশিকার ভয়াবহ আচরণে তাঁর মন এতটাই বিচলিত হয়েছিল যে তিনি বুদ্ধের শিক্ষার দিকে মনোনিবেশ করতে পারছিলেন না। যে লোকটিকে সে একজন পবিত্র ব্যক্তি বলে মনে করেছিল, যাকে সে এত ভক্তি এবং শ্রদ্ধার সাথে সমর্থন করেছিল, সে তাকে অপমান করেছিল এবং ভয়ঙ্কর আচরণ দিয়ে তাকে হতবাক করেছিল যা একজন পবিত্র ব্যক্তির পক্ষে সম্পূর্ণ অনুপযুক্ত ছিল। এবং তার চেয়েও

খারাপ, তিনি তার মূল্যবান এবং সবচেয়ে শ্রদ্ধেয় অতিথি বুদ্ধকে তার নিজের বাড়িতে অপমান করেছিলেন! তিনি খুব লজ্জা পেয়েছিলেন।

বুদ্ধ তাকে জিজ্ঞাসা করলেন, "তুমি কি আমার শিক্ষায় মন স্থির করতে পারছ না?"

মহিলা উত্তর দিলেন, "প্রভু, এই সন্ন্যাসীর অপমানজনক কথায় আমার মন সম্পূর্ণভাবে বিচলিত হয়ে পড়েছে।"

বুদ্ধ বললেন, "এমন অজ্ঞ ব্যক্তির কথা নিয়ে চিন্তা করা উচিত নয়; তার মতো মানুষের আচরণে কোনো মনোযোগ দেওয়া উচিত নয়। নিজেরই করা ও না করা কাজ, নিজের ভালো ও মন্দ কাজ নিয়ে চিন্তা করা উচিত।"

প্রশ্নাবলী:

১. মহিলা কেন সন্ন্যাসীকে সাহায্য করতেন, তাকে খাবার ও প্রয়োজনীয় সবকিছু দিতেন? (তিনি তাকে একজন পবিত্র ব্যক্তি হিসেবে শ্রদ্ধা করতেন)

২. আপনার মতে সে কেন চাইত না যে মহিলা বুদ্ধের কাছে যাক? (সে ঈর্ষান্বিত ছিল এবং শুধুমাত্র তারই সাহায্য পেতে ও তার প্রতি অনুগত থাকতে চাইত)

৩. পরদিন মহিলা যখন বুদ্ধের জন্য ভালো খাবার তৈরি করবেন, আর বুদ্ধ না এলে সন্ন্যাসী কী করার পরিকল্পনা করেছিল? (বুদ্ধের জন্য প্রস্তুত খাবার নিজেরা খেয়ে ফেলা)

৪. বুদ্ধ কীভাবে মহিলার বাড়ির পথ জানতেন? (বুদ্ধরা সর্বদা যেখানে যেতে চান সেখানকার পথ জানেন)

৫. পাঠিকা যখন তাকে ও বুদ্ধকে অপমান করল, মহিলাটি তখন কেমন অনুভব করলেন? (হতবাক, বিব্রত, লজ্জিত) আশিকা কি তাকে এবং বুদ্ধকে অপমান করেছে? (হতবাক, বিব্রত, লজ্জা)

৬. বুদ্ধ মহিলাকে কী নিয়ে চিন্তা না করতে, কী উপেক্ষা করতে বলেছিলেন? (একজন অজ্ঞ ব্যক্তির কথা ও আচরণ)

বুদ্ধের বাণী:

"না পরেসংএসং বিলোমনি, না পরেসং কতাকতং, অন্তনো ব অবেক্খেয্য কতানি অকতানি চ।"এসং কতাতং, আন্তানো ও আবেক্খেয়া কতানি আকাতানি চ।

"অপরের দোষ, তারা কী করেছে বা করেনি তা দেখা উচিত নয়। বরং নিজের করা ও না করা কাজ বিবেচনা করা উচিত।"

ধর্মপদ ৫০ (৪:৭)

ধর্ম আলোচনা- অন্যের অসদাচরণ:

গল্পের মহিলা এতটা হতবাক ও বিব্রত কেন হয়েছিলেন?

সন্ন্যাসী পাঠিকা হলেন তার আধ্যাত্মিক বন্ধু ও শিক্ষক হওয়ার কথা ছিল, এবং তার বাড়ির অতিথি ছিলেন, অথচ তিনি বুদ্ধের প্রতি এতটা খারাপ আচরণ করলেন।

তিনি হতবাক হয়েছিলেন যে যার উপর তিনি এতটা বিশ্বাস ও শ্রদ্ধা রাখতেন, সে হঠাৎ এতটা খারাপ আচরণ করল।

সম্ভবত তিনি নিজেকে বোকা, বিশ্বাসঘাতকতায় পীড়িত বা রাগান্বিত বোধ করেছিলেন যে এতদিন ধরে তাকে একজন পবিত্র ব্যক্তি হিসেবে শ্রদ্ধা ও সাহায্য করছিলেন, যিনি এখন আদৌ ততটা পবিত্র বলে মনে হচ্ছেন না।

এমন কোনো সময়ের কথা ভাবুন যখন কারো ভয়ঙ্কর অসদাচরণ আপনাকে হতবাক করেছিল।

আপনি সেই সময় কী ভেবেছিলেন ও অনুভব করেছিলেন তা মনে করতে পারেন?

সম্ভবত আপনি ভয় পেয়েছিলেন যে ব্যক্তিটি আপনাকে বা অন্য কাউকে আঘাত করতে পারে।

বা হয়তো চিন্তা করেছিলেন যে ব্যক্তিটি কোনো কিছু ক্ষতি করতে পারে।

যদি ব্যক্তিটি আপনাকে বা অন্য কাউকে উত্যক্ত করে, বা অপমানজনক বা অশ্রদ্ধাজনক কিছু বলে, আপনি রাগান্বিত বা বিদ্বেষপূর্ণ বোধ করতে পারেন বা প্রতিশোধ নেওয়ার মত অনুভূতি হতে পারে।

যদি কোনো বন্ধু বা পরিবারের সদস্য তার অসদাচরণে আপনাকে হতবাক করে, আপনি যেমন গল্পের মহিলা হয়েছিলেন, তেমনি মন খারাপ, বিব্রত বা লজ্জিত বোধ করতে পারেন।

বুদ্ধ আমাদের শিক্ষা দেন অন্যের অসদাচরণ নিয়ে চিন্তা না করতে।

কিন্তু যখন তা আমাদের মধ্যে ভয়, চিন্তা, বিব্রতবোধ, লজ্জা, রাগ, ঘৃণা বা প্রতিশোধের মতো তীব্র আবেগ সৃষ্টি করে, তখন তা নিয়ে চিন্তা না করা কঠিন।

তাহলে আমরা কীভাবে তাদের অসদাচরণ নিয়ে চিন্তা করা বন্ধ করব?

প্রথমত, আমরা আমাদের আবেগ শান্ত করার চেষ্টা করি।

আপনি নিজেকে শান্ত করতে কী করেন?

সম্ভবত আপনি পড়তে পছন্দ করেন, গান শোনে, বাইরে যান, পোষ্য প্রাণীর সাথে খেলেন, বন্ধুর সাথে কথা বলেন, ছবি আঁকেন বা ডায়েরিতে লিখেন।

আপনি মাইন্ডফুলনেসও চেষ্টা করতে পারেন।

মাইন্ডফুলনেস অনুশীলনের একটি উপায় হলো কোনো শান্ত স্থানে গিয়ে বসে চোখ বন্ধ করে, আপনি যা শুনতে পান এবং আপনার শরীর যা অনুভব করছে তার উপর গভীরভাবে মনোযোগ দেওয়া।

প্রতিটি ছোট শব্দ লক্ষ্য করুন, কিন্তু এ নিয়ে ভাববেন না—এটা কী, কোথা থেকে আসছে—শুধু শুনতে থাকুন।

আপনার শরীর যা অনুভব করছে তা লক্ষ্য করুন: যেমন, আপনার নিচের চেয়ার বা মাটি, একে অপরের বিপরীতে আপনার আঙুলের উষ্ণতা, পায়ের আঙুলগুলির উষ্ণতা, নাক দিয়ে বাতাস ঢোকা ও বের হওয়া, প্রতিটি শ্বাস-প্রশ্বাসে পেটের নড়াচড়া, চোখের পাতার চোখের সংস্পর্শ, দাঁতের বিপরীতে জিহ্বার অবস্থান।

এরপর, যখন আপনার মন আবার সেই ব্যক্তির অসদাচরণ নিয়ে ভাবতে শুরু করে, ভাবুন এই ব্যক্তির সাথে কোনো চলমান সমস্যা বা ঝুঁকি আছে কিনা যা আপনাকে সমাধান করতে হবে। আপনি কি চিন্তিত যে এই ব্যক্তি আবার অসদাচরণ করে আপনাকে বা অন্য কাউকে আঘাত করবে, অথবা কিছু ক্ষতি করবে?

যদি তাই হয়, তাহলে ভাবুন আপনি যৌক্তিকভাবে কী করতে পারেন ক্ষতি এড়াতে বা ভবিষ্যতে এই ব্যক্তিকে ক্ষতি বা ধ্বংসাত্মক কাজ করা থেকে বিরত রাখতে।

অথবা, আপনি কি রাগান্বিত বোধ করছেন, ভাবছেন তাদের কাজের জন্য শাস্তি পাওয়া উচিত? তাহলে বিবেচনা করুন আপনি কি তাদের আচরণ একজন প্রাপ্তবয়স্ককে জানাবেন যিনি এই আচরণের জন্য উপযুক্ত ব্যবস্থা নিতে পারেন।

একবার আপনি যদি ভবিষ্যৎ ক্ষতি বা ধ্বংস এড়ানোর জন্য যা করতে পারেন তা স্থির করে ফেলেন, অথবা তাদের আচরণ রিপোর্ট করার সিদ্ধান্ত নেন, তাহলে আর সেই অসদাচরণ নিয়ে ভাবার প্রয়োজন নেই। আপনি সমস্যার সমাধান করেছেন, আপনি আর কিছুই করতে পারবেন না, বেশি চিন্তা করে কোনো লাভ নেই, তাই এটা ছেড়ে দিন!

আপনি প্রতিশোধের চিন্তাগুলো ছেড়ে দিতে পারেন এই ভেবে যে সেই ব্যক্তি শেষ পর্যন্ত তার খারাপ কর্মের ফল ভোগ করবে, এবং আপনি নিজেও প্রতিশোধ নিয়ে খারাপ কর্ম তৈরি করতে চাইবেন না।

কিন্তু, যদি আপনি এখনও কারো অসদাচরণ নিয়ে ভাবছেন, তাহলে ভেবে দেখুন, তাদের আচরণ থেকে আপনি কিছু শিখতে পারবেন কি?

ভাবুন, আপনি নিজেও কি মাঝে মাঝে একই রকম আচরণ করেন?

হতে পারে আপনি ঠিক সেই ব্যক্তির মতো আচরণ করেন না, কিন্তু হয়তো আপনি কিছু বিষয়ে অতিরিক্ত রেগে যান এবং মাঝে মাঝে অন্যদের উপর খারাপভাবে চড়াও হন।

নাকি, আপনি তাদের অসদাচরণের দিকে মনোনিবেশ করছেন নিজেকে তাদের চেয়ে উন্নত মনে করার জন্য?

তাদের "খারাপ" নিয়ে না ভেবে, নিজের "খারাপ" নিয়ে ভাবুন।

আপনি এটি মনে রাখতে পারেন আঙুল তাক করে ভেবে: "যখন আমি অন্যদের দিকে আঙুল তাকাই, দেখি আমার অন্য আঙুলগুলো আমার দিকেই তাকিয়ে আছে।"

আরেকটি বিষয়, দিনের শেষে নিজের আচরণ নিয়ে ভাবুন, আপনি সেদিন যা করেছেন ও বলেছেন, এবং পরবর্তীতে কীভাবে আরও ভালো করা যায়।

এগুলো হলো বুদ্ধের শিক্ষা অনুশীলনের উপায়, অন্যদের আচরণের বদলে নিজের আচরণকে দেখার চেষ্টা করা।

যদি আপনি এখনও সেই ব্যক্তির অসদাচরণ নিয়ে ভাবেন, নিজেকে জিজ্ঞাসা করুন, "এটি নিয়ে ভাবার আর কোনো ভালো কারণ আছে কি?"

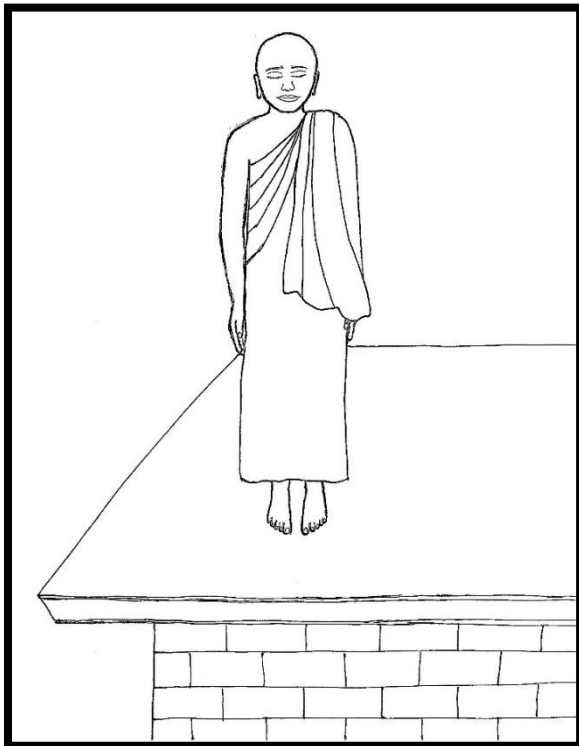
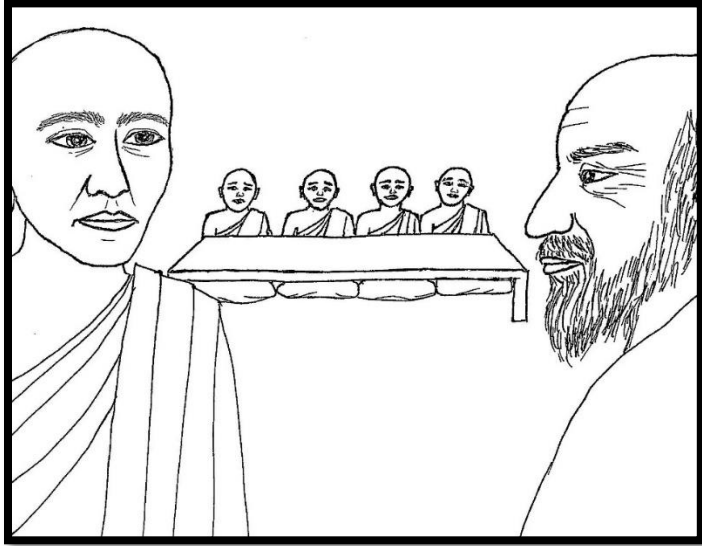
যদি না থাকে, তাহলে এটি নিয়ে ভাবা কেবল আপনার চিন্তাকে নেতিবাচকতার দিকে টেনে নিচ্ছে – আপনি ক্রমাগত ভয়, উদ্বেগ, রাগ, ঘৃণা বা প্রতিশোধের চিন্তায় আচ্ছন্ন হচ্ছেন যা আপনাকে সাহায্য করছে না। বুদ্ধ আমাদের এগুলো এড়িয়ে চলতে শিখিয়েছেন।

যখনই আপনি সেই অসদাচরণের কথা ভাববেন, নেতিবাচক চিন্তাগুলোকে ইতিবাচক চিন্তা দিয়ে প্রতিস্থাপন করার চেষ্টা করুন।

উদাহরণস্বরূপ, যে ব্যক্তি অসদাচরণ করেছে তার প্রতি করুণা বোধ করুন এবং তাদের শান্তি ও সুখ কামনা করুন। তারা যদি শান্ত ও সুখী হতো, তাহলে অসদাচরণ করতো না।

আপনি কৃতজ্ঞ বোধ করুন যে, আপনার মধ্যে সেই পরিস্থিতি নেই যা সেই ব্যক্তিকে অসদাচরণ করতে প্ররোচিত করেছে।

অধ্যায় ৪ এর ছবি



অধ্যায় ৪ – চারটি ক্ষুধার্থ ছোট সন্ন্যাসী

একবার এক বয়স্ক, ধনী দম্পতি ছিলেন যারা সমাজের সর্বোচ্চ স্তর বা অভিজাত শ্রেণীর অন্তর্গত ছিলেন, যাদের ভারতবর্ষে ব্রাহ্মণ বলা হয়। সূর্যোদয়ের আগেই স্ত্রীটি সুস্বাদু খাবার প্রস্তুত করেছিলেন যা তিনি চারজন সন্ন্যাসীকে দান করতে চেয়েছিলেন, পুণ্য অর্জনের জন্য, তার পরিবারের সুন্দর ভবিষ্যৎ নিশ্চিত করতে। তবে, তিনি শুধু কোনো সন্ন্যাসীই চাননি। তিনি খুব বিশেষ, অভিজাত সন্ন্যাসীদের সেবা করতে চেয়েছিলেন যারা সন্ন্যাসী হওয়ার আগে ব্রাহ্মণ শ্রেণী থেকে এসেছিলেন। খুব ভোরে, তিনি তার স্বামীকে বললেন,

"মঠে যাও এবং ব্যবস্থাপককে বলো যেন চারজন বয়স্ক ব্রাহ্মণকে বাছাই করে এখানে নিয়ে আসে।"

তার স্বামী বুদ্ধের সন্ন্যাসীদের থাকার মঠে গেলেন এবং অতিথি গ্রহণকারী দায়িত্বে থাকা ব্যক্তিকে বললেন, "আমার জন্য চারজন ব্রাহ্মণ বাছাই করে আমাকে নিয়ে আসুন।"

দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তি মঠের ভিতরে গেলেন এবং শীঘ্রই স্ত্রীলোকের স্বামীর কাছে ফিরে এলেন, সাথে নিয়ে চারজন ছোট সন্ন্যাসী, মাত্র সাত বছর বয়সী। কিন্তু, এই সন্ন্যাসীরা ছিলেন অত্যন্ত বিশেষ; তারা ছিলেন অর্হৎ, সম্পূর্ণ জ্ঞানপ্রাপ্ত।

স্বামী চারটি ছোট সন্ন্যাসীকে নিয়ে তার প্রশস্ত, সুন্দর বাড়িতে এলেন। তার স্ত্রী অপেক্ষা করছিলেন, তার সযত্নে প্রস্তুত করা খাবার সেবা, জ্ঞানী বয়স্ক সন্ন্যাসীদের পরিবেশন করার জন্য উন্মুখ হয়ে। তিনি সন্ন্যাসীদের আরামে বসার জন্য চারটি খুব দামি চেয়ার কিনেছিলেন, এবং অতিথিদের জন্য সবকিছু সুন্দরভাবে সাজিয়ে রেখেছিলেন।

এই ছোট সন্ন্যাসীদের তার বাড়িতে প্রবেশ করতে দেখামাত্রই তিনি এতটাই হতভম্ব ও হতাশ হয়ে পড়লেন যে তার হাসি রাগে পরিণত হলো। কীভাবে তার স্বামী তার এত সহজ অনুরোধ – বয়স্ক ব্রাহ্মণদের নিয়ে আসার – ব্যর্থ হলো? এত পরিশ্রম করে তিনি জ্ঞানী, সম্মানিত অতিথিদের জন্য প্রস্তুতি নিলেন, আর তিনি বাড়ি এলেন কিছু ছোট বাচ্চা নিয়ে! এটি যেন এক নিষ্ঠুর রসিকতা মনে হল! রাগে ফুঁসতে ফুঁসতে সে তার স্বামীকে একপাশে টেনে নিয়ে গিয়ে ফুঁসে উঠল,

"তুমি মঠে গিয়ে চারটি ছোট বাচ্চা নিয়ে এসেছ, যারা তোমার নাতি-নাতনির বয়সীও না!"

এই ছোট বাচ্চাগুলোকে দিয়ে সে তার নতুন সুন্দর চেয়ারগুলো নষ্ট হতে দেবে না। সে মেঝেতে কিছু কুশন বিছিয়ে তাদের বসার জন্য বলল,

"এখানে বসো!"

সে দৃঢ়প্রতিজ্ঞ ছিল যে তার সযত্নে প্রস্তুত করা খাবার কিছু মহৎ বয়স্ক সন্ন্যাসীদের পরিবেশন করবে। সে তার স্বামীকে বলল,

"ব্রাহ্মণ, যাও এবং কিছু বয়স্ক ব্রাহ্মণ খুঁজে এনে তাদের এখানে নিয়ে এসো।"

তার স্বামী দ্রুত মঠে ফিরে গেল এবং সেখানে একজন বয়স্ক সন্ন্যাসীকে কাছে দাঁড়িয়ে থাকতে দেখল। তিনি ছিলেন বুদ্ধের দুই সর্বশ্রেষ্ঠ, অত্যন্ত উন্নত ও বি বিখ্যাত শিষ্যের একজন - ভদন্ত সারিপুত্র। স্বামী তাকে দুপুরের খাবারের আমন্ত্রণ জানিয়ে বলল,

"আসুন, আমাদের বাড়িতে চলুন।"

ভদন্ত সারিপুত্র সম্মত হলেন, এবং স্বামী প্রথা অনুযায়ী তার পাত্রটি নিয়ে তাকে তার বাড়িতে নিয়ে গেল।

যখন তারা পৌঁছালেন, ভদন্ত সারিপুত্র চারটি ছোট সন্ন্যাসীকে নিঃশব্দে বসে থাকতে দেখলেন। তিনি জিজ্ঞাসা করলেন,

"এই ব্রাহ্মণরা কি খাবার পেয়েছেন?"

স্বামী স্বীকার করল, "না, তারা কোনো খাবার পাননি।"

ভদন্ত সারিপুত্র জানতেন যে খাবার মাত্র চারজন অতিথির জন্য প্রস্তুত করা হয়েছে, তাই ছোট সন্ন্যাসীদের সাথে দুপুরের খাবারে যোগ দেওয়া তার পক্ষে উপযুক্ত হবে না।

তিনি বললেন, "এখানে বসে থাকা এই ব্রাহ্মণদের খাবার দেওয়া উচিত। আমার পাত্রটি আমাকে দিন।"

স্বামীর কাছ থেকে তার পাত্রটি নিয়ে তিনি চলে গেলেন।

স্বামী জানতে চাইল কী ঘটেছে, তার স্বামীকে জিজ্ঞাসা করল, "তিনি কী বললেন?"

স্বামী তাকে বলল ভদন্ত সারিপুত্র কী বলেছিলেন এবং কীভাবে তিনি চলে গেছেন। স্বামী মনে হয় লক্ষ্য করেনি বা পাত্তা দেয়নি যে ভদন্ত সারিপুত্র ছোট সন্ন্যাসীদের ব্রাহ্মণ হিসেবে চিহ্নিত করেছিলেন। সে বলল,

"নিশ্চয়ই তিনি খেতে চাননি। দ্রুত যাও, আরেকজন ব্রাহ্মণ খুঁজে এনে তাকে এখানে নিয়ে এসো।"

স্বামী মঠে ফিরে গেল এবং ভদন্ত মোগ্গল্লানকে দেখল, যিনি বুদ্ধের দুই সর্বশ্রেষ্ঠ শিষ্যের অন্যজন। স্বামী তাকে দুপুরের খাবারের আমন্ত্রণ জানিয়ে তাকে তার বাড়িতে নিয়ে এল। ভদন্ত মোগ্গল্লান যখন চারটি ছোট সন্ন্যাসীকে দেখলেন, তিনিও বুঝতে পারলেন যে খাবার চারজন অতিথির জন্য প্রস্তুত করা হয়েছে। তিনি ভদন্ত সারিপুত্রের মতোই একই কথা বললেন, এবং তার পাত্রটি নিয়ে সাথে সাথেই মঠে ফিরে গেলেন।

স্ত্রী তার স্বামীকে বলল, "আচ্ছা, এই বয়স্ক সন্ন্যাসীরা খেতে চান না। ব্রাহ্মণ পাড়ার পার্কে ঘুরে এসো এবং একজন বয়স্ক ব্রাহ্মণকে নিয়ে এসো।"

ছোট সন্ন্যাসীরা সেই দিন এখনও কিছুই খায়নি। এবং গতকাল দুপুরের পর থেকে তারা কিছুই খায়নি, কারণ সন্ন্যাসীরা দুপুরের পর কিছু খান না। দুপুরের খাবারই ছিল তাদের দিনের একমাত্র আহার। তারা ক্ষুধায় কাতর হয়ে পড়েছিল।

যেহেতু ছোট সন্ন্যাসীরা অর্হৎ ছিলেন, তাদের এত মহৎ পুণ্য ও পবিত্রতা ছিল যে, স্বর্গের ৩৩ দেবতার রাজা শক্রর কাছে স্বয়ংক্রিয়ভাবে একটি সংকেত পৌঁছাল যখন তিনি অনুভব করলেন যে তার আসন হঠাৎ গরম হয়ে গেছে। কী কারণে এমন হলো ভেবে তিনি দেখলেন যে ছোট সন্ন্যাসীরা সকাল থেকেই সেই বয়স্ক দম্পতির বাড়িতে আছেন কিছু না খেয়ে, এবং তারা দুর্বল ও ক্লান্ত হয়ে পড়েছেন।

শক্র ভাবলেন, "সেখানে যাওয়া আমার কর্তব্য," তাই তিনি নিজেকে একজন অত্যন্ত বয়স্ক ব্রাহ্মণ হিসেবে ছদ্মবেশ ধারণ করলেন, যিনি বার্ধক্যে জীর্ণ। তিনি ব্রাহ্মণ পাড়ার পার্কে গিয়ে সবচেয়ে দৃষ্টিগোচর আসনে বসলেন, যাতে তাকে সহজেই দেখা যায়।

যখন স্বামী তাকে দেখল, সে মনে মনে ভাবল, "এবার আমার স্ত্রী খুশি হবে।" সে সেই বয়স্ক ব্রাহ্মণকে বলল, "আসুন, আমার বাড়িতে খাবারের জন্য চলুন," এবং তাকে তার বাড়িতে নিয়ে গেল।

স্ত্রী যখন বয়স্ক ব্রাহ্মণকে দেখল, সে খুব খুশি হল এবং তাকে আরামদায়ক করতে চেয়ারের উপর কয়েকটি কাপেটি ও মাদুর বিছিয়ে দিল, বলল, "মহাশয়, এখানে বসুন।"

কিন্তু শক্র, যখন বয়স্ক ব্রাহ্মণের ছদ্মবেশে বাড়িতে প্রবেশ করলেন, তিনি সম্মান জানিয়ে চারটি ছোট সন্ন্যাসীকে প্রণাম করলেন এবং ছোট সন্ন্যাসীদের বসা কুশনের প্রাপ্তে মেঝেতে পদ্মাসনে বসে পড়লেন।

স্ত্রী, তার আচরণ লক্ষ্য করে ভাবল তার মন নিশ্চয়ই বার্ধক্যের কারণে বিভ্রান্ত - হয়তো স্মৃতিভ্রষ্ট হয়েছে। সে প্রচণ্ড রাগান্বিত হল যে সম্মানিত, জ্ঞানী ব্রাহ্মণদের খাবার পরিবেশনের তার পরিকল্পনা অনুযায়ী কিছুই হচ্ছে না, এবং এখন তার বাড়িতে অযোগ্য লোকের ভিড়, যারা তার কাছ থেকে খাবার আশা করছে।

সে তার স্বামীকে বলল, "নিশ্চয়ই তুমি একজন ব্রাহ্মণকে নিয়ে এসেছ, কিন্তু তুমি এমন একজনকে নিয়ে এসেছ যে তোমার পিতার বয়সী। সে এমন শিশু সন্ন্যাসীদের প্রণাম করছে যারা তার নাতি-নাতনির বয়সী। তার কী দরকার আমাদের? তাকে বের করে দাও!"

স্বামী প্রথমে বয়স্ক ব্রাহ্মণকে কাঁধে, তারপর বাহুতে এবং শেষে কোমরে ধরে টানাটানি শুরু করল তাকে বের করে দিতে। কিন্তু বয়স্ক ব্যক্তি তার বসার স্থান থেকে নড়তে রাজি হলেন না। স্ত্রী তার স্বামীকে বলল,

"আসো, তুমি এক হাত ধরে থাকো আমি অন্য হাত ধরি।"

তাই তারা প্রত্যেকে বয়স্ক ব্যক্তির এক একটি হাত ধরে, তার পিঠ জড়িয়ে ধরে তাকে দরজা দিয়ে বাড়ির বাইরে টেনে নিয়ে গেল। তারা ভিতরে ফিরে এল। কিন্তু তাদের ভয়ের সীমা রইল না যখন দেখল বয়স্ক ব্যক্তি আগের মতোই ছোট সন্ন্যাসীদের পাশে বসে আছেন, হাত দিয়ে ইশারা করছেন!

এটি যেন কোনো যাদুর মতো মনে হল, তাই তারা ভয়ে চিংকার করে উঠল। সেই মুহূর্তে বয়স্ক ব্যক্তি তাদের জানালেন তিনি আসলে কে - স্বর্গের রাজা শক্র। স্বামী ও স্ত্রী হতবাক ও লজ্জায় নিঃশব্দ হয়ে দ্রুত খাবার পরিবেশন করল এই অদ্ভুত স্বর্গীয় অতিথি ও চারটি ছোট সন্ন্যাসীকে।

তারা খাবার খেয়ে দ্রুত চলে গেল। তিনটি ছোট সন্ন্যাসী ছাদ ভেদ করে চলে গেল, একজন সামনের দিকের ছাদ ভেঙে, অন্যজন পেছনের দিকের ছাদ ভেঙে, এবং অন্যজন গম্বুজাকার ছাদের শীর্ষ ভেদ করে। চতুর্থ সন্ন্যাসীটি ঘর থেকে বেরিয়ে যাওয়ার জন্য মাটিতে ডুবে গেলেন। সাক্ষা অন্য পথে প্রস্থান করলেন। যেহেতু যুবক সন্ন্যাসীরা অর্হৎ ছিলেন এবং সাক্ষা একজন শক্তিশালী দেবতা, তাই তাদের সকলেরই কঠিন বস্তুর মধ্য দিয়ে যাওয়ার অলৌকিক ক্ষমতা ছিল। শহরের লোকেরা পরে সন্ন্যাসীদের চমকপ্রদ প্রস্থানের কথা শুনেছিল, এবং সেই সময় থেকে, যদিও বাড়িটি ক্ষতিগ্রস্ত হয়নি, তবুও এটি "পাঁচটি খোলা পথের বাড়ি" নামে পরিচিতি লাভ করেছিল।

যুবক সন্ন্যাসীরা মঠে ফিরে গেলেন, এবং যখন তারা সেখানে পৌঁছালেন, অন্য সন্ন্যাসীরা জিজ্ঞাসা করলেন, "বন্ধুগণ, কেমন ছিল?"

যুবক সন্ন্যাসীরা প্রথমে উত্তর দিলেন, "দয়া করে জিজ্ঞাসা করবেন না।" কিন্তু পরে তারা ব্যাখ্যা করলেন, "স্ত্রীটি আমাদের দেখামাত্র রাগে ফেটে পড়লেন। তিনি আমাদের জন্য প্রস্তুত করা আসনে বসতে দিলেন না এবং তার স্বামীকে তাড়াতাড়ি একজন বৃদ্ধ ব্রাহ্মণ আনতে বললেন। আমাদের শিক্ষক, শ্রদ্ধেয় সারিপুত্র এসে আমাদের দেখে বললেন, 'এখানে বসে থাকা এই ব্রাহ্মণদেরই খাবার দেওয়া উচিত।' তাই তিনি তাঁর পাত্রটি ফিরিয়ে নেওয়ার আদেশ দিলেন এবং চলে গেলেন। তারপর স্ত্রীটি আরেকজন বৃদ্ধ ব্রাহ্মণ আনতে বললেন, এবং স্বামী শ্রদ্ধেয় মোগল্লানকে নিয়ে এলেন। তিনি আমাদের দেখে শ্রদ্ধেয় সারিপুত্রের মতোই কথা বললেন এবং চলে গেলেন। তারপর স্ত্রীটি স্বামীকে বললেন যে এই শ্রদ্ধেয় সন্ন্যাসীরা খেতে চান না, তাই ব্রাহ্মণ পাড়ার পার্কে গিয়ে একজন বৃদ্ধ ব্রাহ্মণ আনতে। স্বামী সেখানে গিয়ে সাক্ষাকে নিয়ে এলেন, যিনি একজন ব্রাহ্মণের ছদ্মবেশে এসেছিলেন। সাক্ষা আসার পর, স্বামী-স্ত্রী আমাদের খাবার দিলেন।"

অন্য সন্ন্যাসীরা বললেন, "কিন্তু তারা যা করেছিল তার জন্য তোমরা কি তাদের উপর রাগ করনি?"

যুবক সন্ন্যাসীরা উত্তর দিলেন, "না, আমরা রাগ করিনি।"

অন্য সন্ন্যাসীরা তাদের উত্তর শুনে অবাক হয়ে গেলেন যে সেই পরিস্থিতিতে তারা কীভাবে রাগ করেনি। তারা জানতেন না যে যুবক সন্ন্যাসীরা অর্হৎ ছিলেন। তাই তারা বুদ্ধের কাছে গিয়ে বললেন,

"প্রভু, যখন এই সন্ন্যাসীরা বলে, 'আমরা রাগ করিনি,' তখন তারা সত্য বলছে না। তারা অসাধুভাবে কথা বলছে।"

বুদ্ধ বললেন, "সন্ন্যাসীগণ, যারা মনের বিষাক্ততা থেকে মুক্ত হয়েছে, তাদের প্রতি বিদ্বেষ পোষণ করে না যারা তাদের প্রতি শত্রুভাবাপন্ন। যে ব্যক্তি শত্রুদের মধ্যে বন্ধুত্বপূর্ণ, হিংস্রদের মধ্যে শান্ত, আসক্তদের মধ্যে নিরু নিরীপ্ত, তাকে আমি ব্রাহ্মণ বলি।"

বুদ্ধ ইঙ্গিত দিচ্ছিলেন যে, যাদেরকে সর্বাধিক সম্মান করা উচিত এবং ব্রাহ্মণ বলা উচিত, তারা ধনী বা অভিজাত পরিবারের নন, বরং যাদের মহৎ গুণাবলী আছে।

প্রশ্নাবলী:

১. স্ত্রী কীসের প্রতি অত্যধিক আসক্ত ছিল, যা তাকে ছোট ভিক্ষুদের অবহেলা করতে এবং বৃদ্ধকে বাড়ি থেকে বের করে দিতে প্ররোচিত করেছিল? (ব্রাহ্মণ হিসেবে তার উচ্চবিত্ত মর্যাদা, এবং শুধুমাত্র ব্রাহ্মণদের সেবা করার ইচ্ছা)
২. চারজন ছোট ভিক্ষুর মধ্যে কী বিশেষত্ব ছিল? (তারা ছিলেন অর্হৎ, অর্থাৎ জ্ঞানলব্ধ)
৩. কেন শ্রদ্ধেয় সারিপুত্র এবং শ্রদ্ধেয় মোগ্গল্লান খাওয়া ছাড়াই চলে গেলেন? (তারা জানতেন যে স্ত্রী শুধুমাত্র চারজন অতিথির জন্য খাবার প্রস্তুত করেছিলেন)
৪. স্বর্গলোকের বাসিন্দা শক্ক কীভাবে ক্ষুধার্ত ছোট ভিক্ষুদের সম্পর্কে জানতে পারলেন? (তিনি তার আসন গরম অনুভব করেছিলেন)
৫. শক্কের কোন আচরণ অস্বাভাবিক ছিল, যা স্ত্রীকে বিরক্ত করেছিল? (তিনি যুব ভিক্ষুদের প্রণাম করেছিলেন এবং তার দেওয়া চেয়ারের বদলে মেঝেতে বসেছিলেন)
৬. অন্যান্য ভিক্ষুরা যুব ভিক্ষুদের সম্পর্কে কী বিশ্বাস করতেন না? (যে তারা রাগান্বিত হয়নি)

বুদ্ধ যা বলেছেন:

"অবিরুদ্ধং বিরুদ্ধেসু, অতদগোষু নিব্বুতং, সাদানেসু অনাদানং, তম্ অহং ক্রমি ব্রাহ্মণং।"
"যে শত্রুতার মধ্যে বন্ধুত্বপূর্ণ, হিংস্রতার মধ্যে শান্ত, আসক্তির মধ্যে অনাসক্ত, সেই ব্যক্তিকে আমি ব্রাহ্মণ বলি।"

ধর্মপদ ৪০৬ (২৬:২৪)

ধর্ম আলোচনা- যখন অন্যরা শত্রুভাবাপন্ন:

শক্কের প্রতি দম্পতির আচরণ সম্পর্কে আপনি কী ভাবেন?

এটা ছিল অভদ্র, অসম্মানজনক, শত্রুভাবাপূর্ণ এবং অপমানকর!

তারা একজন বুদ্ধকে তাদের বাড়িতে খাবারের জন্য আমন্ত্রণ জানিয়েছিল এবং তারপর তাকে খাবার দিতে অস্বীকার করেছিল এবং শুধুমাত্র এই কারণে যে তিনি যুব ভিক্ষুদের প্রণাম করেছিলেন এবং মেঝেতে বসেছিলেন বলে তাকে বাড়ি থেকে বের করে দিয়েছিল!

যাইহোক, শক্ক তা করেছিলেন কারণ রাজারা, এমনকি স্বর্গলোকের রাজারাও, ভিক্ষুদের প্রণাম করেন এবং তাদের কাছে তাদের বিনয় প্রদর্শন করেন, কারণ বুদ্ধ এবং তার ভিক্ষুরা, যারা বুদ্ধের প্রতিনিধিত্ব করেন এবং জ্ঞানলাভের পথে আছেন, তারা রাজাদের চেয়ে বেশি সম্মানের যোগ্য।

আর স্ত্রী যুব ভিক্ষুদের প্রতি কীভাবে আচরণ করেছিল? অবহেলাপূর্ণ, অযত্নশীল, অভদ্র।

আপনি কি কখনও এমন লোকদের আশেপাশে আছেন যারা খুব অভদ্র, অসম্মানজনক, শত্রুভাবাপন্ন বা অপমানকর?

বিশেষ করে আজকাল, এমন অনেক লোক আছে সব জায়গায় - স্কুলে, পরিবারে, সব ধরনের জায়গায়, সারা বিশ্বে।

কেন? এটা প্রধানত কারণ অনেক বেশি মানুষ অত্যন্ত আত্মকেন্দ্রিক হয়ে উঠেছে - স্বার্থপর, অহংকারী - এবং তারা দয়া, বিনয়, সহনশীলতা, ধৈর্য, আত্মনিয়ন্ত্রণ ইত্যাদি ভাল মূল্যবোধ সম্পর্কে চিন্তা করে না।

কেউ যদি আমাদের প্রতি খুব অভদ্র হয়, আমাদের কাছে শক্ক এবং যুব ভিক্ষুদের মতো অতিপ্রাকৃত শক্তি নেই তাদের থেকে পালানোর বা তাদেরকে আমাদের সম্মান করতে বাধ্য করার। কিন্তু আমাদের কাছে ধর্মের শক্তি আছে, যুব ভিক্ষুদের মতো, যা আমাদেরকে সমস্যা থেকে রক্ষা করতে পারে।

যুব ভিক্ষুরা কীভাবে ধর্মের শক্তি ব্যবহার করেছিল?

তারা শান্ত থাকল, এবং দম্পতির অভদ্র ও অবহেলাপূর্ণ আচরণে রাগান্বিত বা অধৈর্য হন না।

তারা মনে রাখে যে তারা ধর্ম অনুসরণ করেছে এবং মানুষের উন্নত্তায় জড়ায় না।

কিন্তু শুধু চুপ করে থাকা, নিজের পক্ষে দাঁড়ানো না, অন্যদের ভুল করতে দেখলে তা নির্ নির্দেশ না করা কি দুর্বলতার লক্ষণ নয়?

কিছু পরিস্থিতিতে—যেমন আপনাকে বা কাউকে ক্ষতিগ্রস্ত বা নির্যাতিত হওয়া থেকে রক্ষা করতে, বা যখন উল্লেখযোগ্য অবিচার হয়—একজন ব্যক্তির ভুল কাজ নির্ নির্দেশ করা গুরুত্বপূর্ণ, নিজেকে ও অন্যদের রক্ষা করার জন্য।

আমাদের সতর্ক থাকা উচিত যেন ব্যক্তিকে লজ্জিত বা অপমানিত না করা হয়, কারণ তা তাদেরকে আরও ক্রুদ্ধ ও প্রতিশোধপরায়ণ করে তুলতে পারে।

তবে, আমরা চাই না যে তারা তাদের খারাপ আচরণ করে কোন কিছু না বলে পার পেয়ে যায়, কারণ তা তাদেরকে এটি আবার করার উৎসাহ দিতে পারে।

যখন আমরা শত্রুভাবাপন্ন হয়ে ঝগড়া, তর্ক বা এমনকি মারামারি বা হিংসাত্মক হয়ে উঠি অপ্রয়োজনীয় বিষয় নিয়ে, তখন আমরা নেতিবাচক কর্ম সৃষ্টি করি যা শেষ পর্যন্ত আমাদেরই ক্ষতি করে।

এমনকি যদি আমরা স্বভাবতই এমন আচরণ না করি, যখন আমাদের চারপাশের অন্যরা—বন্ধু, সহপাঠী, প্রতিবেশী, এমনকি পরিবারের সদস্যরাও—প্রায়ই তুচ্ছ বিষয় নিয়ে রেগে যায়, তখন এটি স্বাভাবিক মনে হয় এবং তখন আমরাও কিছুটা এমন আচরণ করতে শুরু করতে পারি। আমরা যত বেশি রাগ, শত্রুতা এবং আক্রমণাত্মক আচরণ দেখি, এটি তত বেশি স্বাভাবিক মনে হয়।

অন্যরা যত বেশি যা চায় তা পেতে জোর দেয়, আমাদের জন্য যা চাই তা পেতে জোর দেওয়া তত বেশি স্বাভাবিক মনে হয়।

বুদ্ধ আমাদের সেদিকে সতর্ক থাকতে শেখান।

তিনি আমাদের সতর্ক করেন যে আমাদের চারপাশের লোকেরা শত্রুভাবাপন্ন, হিংসাত্মক বা জিনিসের প্রতি অত্যধিক আসক্ত হতে পারে।

কিন্তু আমাদের সেই আচরণে জড়ানো উচিত নয়, এটা ভেবে যে এটি ঠিক আছে কারণ এটি স্বাভাবিক।

মনে রাখবেন, সারা বিশ্বে অনেক মানুষ আছে যারা ধর্ম অনুসরণ করে এবং দয়া, মৈত্রী, ধৈর্য, সহনশীলতা ইত্যাদি ভালো গুণাবলি নিয়ে শক্ত থাকেন।

ধর্মই আমাদের সমস্যা থেকে দূরে রাখে, আমাদের খারাপ কর্ম—নেতিবাচক কাজ, কথা ও চিন্তা—থেকে পড়তে দেয় না।

আমরা রাগ অনুভব করতে পারি, কেউ অবিচার করলে আমরা বিরক্ত হতে পারি, কেউ অসদাচরণ করলে আমরা বিরক্তি বোধ করতে পারি, তারা শাস্তি না পেলে আমরা হতাশ হতে পারি।

কিন্তু আমরা নিজেদেরকে তাদের স্তরের কথা ও কাজে নামতে দিই না।

আমরা তাদের মতো আচরণ এড়াতে পারি ছোট ভিক্ষুদের কথা মনে করে—যদিও আমরা ছাদ দিয়ে উড়ে যেতে পারি না, আমাদের আছে সেই একই ধর্মের অতিমানবীয় শক্তি যা আমাদেরকে সমস্যা থেকে দূরে রাখে।

আমরা তা কীভাবে করব? আমরা কীভাবে আমাদের মনকে সমস্যা থেকে দূরে রাখব যখন আমরা অসন্মানজনক, শত্রুভাবাপন্ন বা নির্যাতনকারী লোকদের থেকে দূরে যেতে পারি না, যখন আমাদের তাদের কাছাকাছি থাকতে হয়, উদাহরণস্বরূপ, ক্লাসে?

আমরা তাদের দেখে, শুনে বা তাদের আশেপাশে থাকতে ঘৃণা বোধ করতে পারি এবং কামনা করতে পারি যে তাদের শাস্তি হোক।

আমরা এমনকি মনে করতে পারি যে তারা ভয়ানক মানুষ, এবং তাদের ঘৃণা করতে পারি।

কিন্তু আমাদের মনে রাখার চেষ্টা করা উচিত যে ব্যক্তিকে ঘৃণা না করে, শুধু আচরণটিকে ঘৃণা করা।

এছাড়াও, লক্ষ্য করুন, আপনি কেমন অনুভব করেন যখন আপনার রাগ বা ঘৃণার চিন্তা থাকে? চাপগ্রস্ত, বিরক্ত, খিটখিটে বা হতাশ। সুতরাং, এই চিন্তাগুলো আমাদের ক্ষতি করে; আমরা এগুলো চাই না।

এবং, ভাবুন যারা অসন্মানজনক, শত্রুভাবাপন্ন বা নির্যাতনকারী তারা কেমন অনুভব করছে।

যদিও তারা হাসতে, হাসিমুখে থাকতে এবং আত্মবিশ্বাসীভাবে আচরণ করতে পারে, তারা আসলে সুখী ও শান্ত নয়।

যদি আমরা সত্যিই জানতাম যে তারা বাড়িতে বা তাদের অতীতে কী অভিজ্ঞতা লাভ করেছে, আমরা দেখতে পেতাম যে তাদের আচরণ নির্যাতন, অবহেলা, হিংসা বা তাদের পিতামাতার অন্যান্য খারাপ আচরণের ফল।

তারা তাদের পিতামাতার আক্রমণাত্মক কথাবার্তা ও আচরণ অনুকরণ করছে, সম্ভবত পিতামাতার কাছ থেকে অনুমোদন ও ভালোবাসা পাওয়ার একটি উপায় হিসেবে।

সুতরাং, আমরা দয়া দেখানোর চেষ্টা করতে পারি, কারণ আমরা জানি না যে তাদের বাড়িতে জীবন কেমন, বা তাদের অতীতে কী ঘটেছে—কারণ ও শর্ত যা তাদের অসদাচরণ করতে বাধ্য করে।

মনে রাখবেন, তাদেরকে তাদের খারাপ কর্ম, তাদের নেতিবাচক কাজের ফল ভোগ করতে হবে।

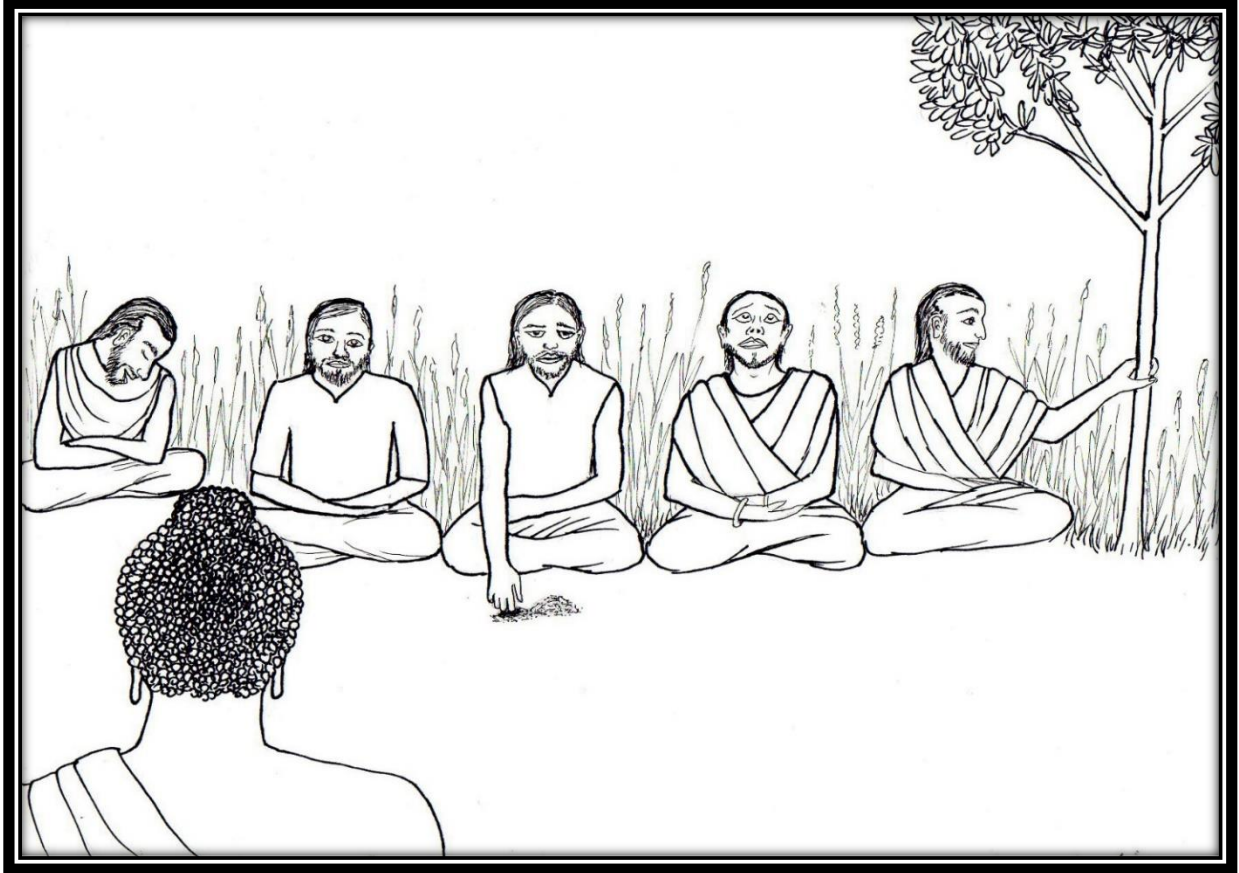
তারা আমাদের মতো ভাগ্যবান ছিল না ধর্ম শেখার জন্য।

আমরা কামনা করতে পারি যে তারা সুখী ও শান্ত হোক এবং শীঘ্রই ধর্ম শিখুক।

এটি আমাদেরকে শান্ত, ইতিবাচক, শক্তিশালী এবং নেতিবাচক পরিবেশেও সমস্যা থেকে দূরে রাখতে সাহায্য করে।

এছাড়াও, আমরা তাদের সাথে বন্ধুত্বপূর্ণ হতে পারি, উদাহরণস্বরূপ, আমরা সদয়ভাবে তাদের বলতে পারি যে আমরা আশা করি তারা তাদের দিনের বাকি অংশ উপভোগ করবে, বা কিছু মজার (তবে অপমানজনক নয়) বলতে পারি নেতিবাচকতা থেকে মনোযোগ সরানোর জন্য।

অধ্যায় ৫ ছবি



অধ্যায় ৫ – ধর্মে বিরক্ত

পাঁচজন লোক ছিলেন যারা ধর্ম শুনতে মঠে গিয়েছিলেন। তারা শুনেছিলেন যে বুদ্ধ ধর্মের একজন মহান শিক্ষক, এবং তারা জানতেন যে ধর্ম শোনা একটি ভালো কর্ম যা তাদেরকে একটি ভালো ভবিষ্যৎ দিতে সাহায্য করবে। তারা বুদ্ধকে শ্রদ্ধা জানিয়ে প্রণাম করলেন এবং বসে পড়লেন।

বুদ্ধ ধর্ম শিক্ষা দিতে শুরু করলেন। বুদ্ধরা বিনোদনের জন্য শিক্ষা দেন না, আবার তারা শিক্ষা দেন না যাতে কেউ তাদের সম্পদ বা সামাজিক মর্যাদা সম্পর্কে বিশেষ বা ব্যতিক্রমী বোধ করে, কারণ এটি তাদের worldly জিনিসের প্রতি আসক্তি বা তাদের অহংকার বা স্বকেন্দ্রিকতা বাড়াতে পারে। বুদ্ধরা শিক্ষা দেন যাতে মানুষের ধর্মের প্রতি গভীর শ্রদ্ধা হয়, যাতে তারা তাদের আসক্তি কমানোর উপায় শিখতে পারে, তাদের মন শান্ত ও শুদ্ধ করতে পারে এবং enlightenment লাভ করতে পারে।

বুদ্ধের শিক্ষা লোকদের হাসায়নি বা তাদেরকে নিজেদের নিয়ে গর্বিত বোধ করায়নি, এবং উত্তেজনাপূর্ণ গল্প বলে নি। সুতরাং, এটি একজন লোককে জাগ্রত রাখার জন্য যথেষ্ট আকর্ষণীয় ছিল না, এবং সে ধীরে ধীরে খুব ঝিমিয়ে পড়ল। সে সেখানে বসে থাকতে থাকতে তার চোখ বন্ধ হয়ে গেল এবং মাথা নাড়াতে শুরু করল। শীঘ্রই, তার খুতনি বুকের উপর পড়ল এবং সে ঘুমিয়ে পড়ল।

পাঁচজনের দ্বিতীয়জন মাটিতে আঙুল দিয়ে ডিজাইন করতে করতে মাটি আঁচড়াতে শুরু করল। তারপর সে মাটিতে আরও গভীর দাগ কাটতে লাগল। অবশেষে, সে আঙুল দিয়ে মাটিতে আরও গভীর করে খোঁড়া শুরু করল। তার আঙুলের স্পর্শে মাটি খুবই সুন্দর ও শীতল অনুভূত হচ্ছিল।

পাঁচজনের মধ্যে তৃতীয় ব্যক্তি একটি ছোট গাছের কাছে বসেছিল। সে গাছটিকে হালকা করে ধাক্কা দিয়ে দেখল এটি বাঁকবে কিনা। তারপর সে আরও জোরে ধাক্কা দিল, এবং অনুভব করল গাছটি একটু বেঁকে গেছে। তারপর সে গাছের কাণ্ড দুই হাতে ধরে এপাশ-ওপাশ করে বাঁকাতে লাগল, যাতে পাতাগুলো হালকা করে শব্দ করে। পাতার মর্মর শব্দটি তার ভালো লাগল, এবং সে গাছটি আরও নাড়িয়ে পাতাগুলোকে আরও শব্দ করাতে লাগল।

পাঁচজনের মধ্যে চতুর্থ ব্যক্তি আকাশে একটি আকর্ষণীয় মেঘ লক্ষ্য করল। তারপর সে চাঁদ দেখতে পেল। সূর্য ডুবে যাচ্ছিল, তাই সে আকাশের চারদিকে তাকিয়ে দেখতে চেষ্টা করল কোনো তারা জ্বলজ্বল করছে কিনা। সে আকাশ দেখতে খুব ভালোবাসত।

পঞ্চম ব্যক্তিটি ছিল ভিন্ন। সে অন্যদের মতো বিভ্রান্ত ছিল না, বরং ছিল খুবই সতর্ক। সে সম্পূর্ণ মনোযোগ দিয়ে ধর্ম শিক্ষা শুনছিল।

বন্দনা যোগ্য আনন্দ পাঁচজন ব্যক্তিকে পর্যবেক্ষণ করছিলেন। তিনি বুদ্ধের পাশে দাঁড়িয়ে তাঁকে বাতাস করছিলেন যাতে তিনি শীতল থাকেন এবং পোকামাকড় দূরে থাকে। তিনি নিঃশব্দে বুদ্ধকে বললেন,

"প্রভু, আপনি ধর্ম এত স্পষ্ট ও শক্তিশালীভাবে শিক্ষা দিচ্ছেন, যেন বৃষ্টির সময় বজ্রপাত। কিন্তু আপনি যখন শিক্ষা দিচ্ছেন, তখনও এই পাঁচজনের মধ্যে মাত্র একজন মনোযোগ দিয়ে শুনছে। অন্যদের কেউ ঘুমিয়ে আছে, কেউ মাটি নিয়ে খেলছে, কেউ গাছ নিয়ে নাড়াচাড়া করছে, আর কেউ আকাশের দিকে তাকিয়ে আছে। তারা কেন এভাবে আচরণ করছে?"

বুদ্ধ জিজ্ঞাসা করলেন, "আনন্দ, তুমি কি এই লোকগুলোকে চেন?"

বন্দনা যোগ্য আনন্দ উত্তর দিলেন, "না প্রভু, আমি চিনি না।"

বুদ্ধ বললেন, "এই পাঁচজনের মধ্যে যে ব্যক্তি সেখানে গভীর ঘুমে মগ্ন, তার পূর্বজন্মে পাঁচশত বার সাপ হয়ে জন্মেছিল, এবং প্রতিটি জীবনে সে তার দেহ কুণ্ডলী পাকিয়ে মাথা কুণ্ডলীর উপর রেখে ঘুমিয়ে পড়ত। তাই এখনও সে গভীর ঘুমে মগ্ন। আমার কোনো কথাই তার কানে প্রবেশ করে না।"

বন্দনা যোগ্য আনন্দ কৌতূহলী হয়ে জিজ্ঞাসা করলেন, "কিন্তু প্রভু, আমাকে বলুন, এই পাঁচশত জীবন কি একের পর এক ছিল, নাকি সে কিছু জন্মে সাপ ছিল এবং সাপ হওয়ার মধ্যবর্তী সময়ে অন্য কোনো প্রাণী হিসেবে জন্মগ্রহণ করেছিল?"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "আনন্দ, এক সময় এই মানুষটি মানুষ হিসেবে জন্মগ্রহণ করেছিল, অন্য সময় স্বর্গলোকে দেবতা হিসেবে, এবং আরেক সময় সাপ হিসেবে। প্রকৃতপক্ষে, সে প্রতিটি রূপে কতবার জন্মগ্রহণ করেছে তার সঠিক সংখ্যা নির্ণয় করা অসম্ভব। কিন্তু একের পর এক পাঁচশত জীবনে সে সাপ হয়ে জন্মগ্রহণ করেছিল এবং ঘুমিয়ে পড়ত। এখনও পর্যন্ত সে পর্যাপ্ত ঘুমে সন্তুষ্ট বোধ করে না।"

বুদ্ধ继续说, "যে ব্যক্তি সেখানে আঙুল দিয়ে মাটি খুঁড়ছে, তার পূর্বজন্মে একের পর এক পাঁচশত বার কেঁচো হয়ে মাটির নিচে গর্ত করেছিল। তাই এখনও সে মাটি খোঁড়ে, এবং আমার কথা শোনে না।"

"যে ব্যক্তি সেখানে গাছ নাড়াচ্ছে, তার পূর্বজন্মে একের পর এক পাঁচশত বার বানর ছিল, এবং সেই পূর্বজন্মের বানরের অভ্যাসের কারণে সে এখনও গাছ নাড়াতে থাকে, এবং আমার কণ্ঠস্বর তার কানে প্রবেশ করে না।"

"যে ব্রাহ্মণ সেখানে আকাশের দিকে তাকিয়ে আছে, তার পূর্বজন্মে একের পর এক পাঁচশত বার জ্যোতিষী ছিল, তাই আজও সে আকাশের দিকে তাকিয়ে আছে, এবং আমার কণ্ঠস্বর তার কানে প্রবেশ করে না।"

ব্রাহ্মণ হল সমাজের উচ্চতম স্তরের মানুষ। জ্যোতিষী হল এমন ব্যক্তি যে গ্রহ, সূর্য ও চন্দ্র সম্পর্কিত তথ্যের মাধ্যমে মানুষের ভবিষ্যৎ বলে।

বুদ্ধ বললেন, "যে ব্যক্তি সেখানে মনোযোগ সহকারে ধর্ম শুনছে, তার পূর্বজন্মে একের পর এক পাঁচশত বার এমন ব্রাহ্মণ ছিল যে তিনটি বেদ সম্পর্কে জ্ঞান রাখত এবং ভারতের সেই প্রাচীন

পবিত্র শিক্ষাগুলো অধ্যয়ন ও আবৃত্তি করতে নিবেদিত ছিল। তাই আজও সে মনোযোগ দিয়ে শুনছে, যেন সে একটি পবিত্র ধর্মগ্রন্থ রচনা করছে।"

বন্দনা যোগ্য আনন্দ এখনও বুঝতে পারছিলেন না কেন সেই চারজন ব্যক্তি ধর্ম শিক্ষায় মুগ্ধ হবে না যা তিনি এত স্পষ্টভাবে বুঝতে ও উপভোগ করতে পারছেন। তিনি বললেন,

"কিন্তু প্রভু, আপনার ধর্ম শিক্ষা ত্বক ভেদ করে হাড়ের ভিতরেও প্রবেশ করে। আপনি যখন ধর্ম শিক্ষা দিচ্ছেন, তখন তারা কেন মনোযোগ দিয়ে শুনছে না?"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "আনন্দ, তুমি স্পষ্টতই কল্পনা করছ যে আমার ধর্ম শোনা সহজ।"

বন্দনা যোগ্য আনন্দ বললেন, "প্রভু, আপনি কি বোঝাতে চাচ্ছেন যে এটি শোনা কঠিন?"

"ঠিক তাই, আনন্দ।"

"সেটা কেন, প্রভু?"

"আনন্দ, এই জীবেরা অগণিত হাজার হাজার সময় চক্রের মধ্যে কখনও বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের কথা শোনেনি এবং তাই এখন আমি যে ধর্ম শিক্ষা দিচ্ছি তা শুনতে অক্ষম। সেই অগণিত জীবনকালে—আমরা কল্পনাও করতে পারি না কত দীর্ঘকাল আগে তা শুরু হয়েছিল—এই জীবেরা সর্বপ্রকার প্রাণীর বক্তব্য শুনতে অভ্যস্ত ছিল। তাই তারা তাদের সময় কাটায় সেইসব স্থানে যেখানে মানুষ মদ্যপান করে ও আমোদ-প্রমোদ করে, গান করে ও নাচে। তাদের পক্ষে ধর্ম শোনা অসম্ভব।"

বন্দনা যোগ্য আনন্দ এখনও বুঝতে পারছিলেন না, জিজ্ঞাসা করলেন, "কিন্তু প্রভু, কোন কারণে তারা ধর্ম শুনতে অক্ষম?"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "আনন্দ, তারা তা করতে অক্ষম কামনা ও তৃষ্ণা, ঘৃণা ও মোহের কারণে। কামনার মতো এমন কোন অগ্নি নেই, যা জীবদের পুড়িয়ে ছাইও অবশিষ্ট রাখে না। যে বিশ্ব-অগ্নি একটি যুগের সমাপ্তি ঘটায় তা বিশ্বকে পুড়িয়ে কিছুই অবশিষ্ট রাখে না, কিন্তু সেই অগ্নি কেবল সাতটি সূর্যের আবির্ভাবে প্রজ্বলিত হয়, এবং এই অগ্নি কেবল নির নির্দিষ্ট সময়ে জ্বলে। কিন্তু কামনার অগ্নির ক্ষেত্রে, এমন কোন সময় নেই যখন কামনার অগ্নি জ্বলছে না। তাই আমি বলি যে কামনার অগ্নির মতো কোন অগ্নি নেই, ঘৃণার মতো কোন গ্রিপ নেই, মোহের মতো কোন ফাঁদ নেই, এবং তৃষ্ণার মতো কোন নদী নেই।"

প্রশ্নসমূহ:

১. পাঁচজন মানুষ কেন মন্দিরে গিয়েছিল? (তারা ধর্ম শুনতে চেয়েছিল, তারা জানত ধর্ম শ্রবণ করা ভালো কর্ম এবং তাদের ভবিষ্যত ভালো করতে সাহায্য করবে, এবং তারা শুনেছিল যে বুদ্ধ একজন মহান শিক্ষক)

২. বুদ্ধের মতে, প্রথম ব্যক্তি কেন ঘুমিয়ে পড়েছিল? (তার পাঁচশত পূর্বজন্ম সাপ হিসেবে কাটিয়েছিল, এবং সে তার দেহ কুণ্ডলী পাকিয়ে ঘুমাত)

৩. বুদ্ধের মতে, দ্বিতীয় ব্যক্তি মাটি খুঁড়ছিল কেন? (তার পাঁচশত পূর্বজন্ম কেঁচো হিসেবে কাটিয়েছিল)

৪. বুদ্ধের মতে, তৃতীয় ব্যক্তি গাছ নাড়াচ্ছিল কেন? (তার পাঁচশত পূর্বজন্ম বানর হিসেবে কাটিয়েছিল)

৫. বুদ্ধের মতে, চতুর্থ ব্যক্তি আকাশের দিকে তাকিয়ে ছিল কেন? (তার পাঁচশত পূর্বজন্ম জ্যোতিষী হিসেবে কাটিয়েছিল)

৬. পঞ্চম ব্যক্তির পাঁচশত পূর্বজন্মে কী নিয়ে আগ্রহ ছিল? (ভারতের প্রাচীন পবিত্র শিক্ষা অধ্যয়ন ও আবৃত্তি করা)

বুদ্ধ যা বলেছেন:

"নখি রাগ সমো অগ্গি, নখি দোস সমো গহো,
নখি মোহ সমং জ্বালং, নখি তঞহাসমা নদী।"

"কামনার মতো এমন কোনো আগুন নেই, ঘৃণার মতো এমন কোনো গ্রিপ নেই, মোহের মতো
এমন কোনো জাল নেই, তৃষ্ণার মতো এমন কোনো নদী নেই।"

ধর্মপদ ২৫১ (১৮:৯)

ধর্ম আলোচনা- অভ্যাস ও তিনটি বিষ:

এই গল্পটি আমাদের পূর্বজন্ম সম্পর্কে অনেক কিছু বলে। পূর্বজন্মের গল্প থেকে আপনি কী শিখলেন?

আমাদের এত বেশি পূর্বজন্ম আছে যে সেগুলো গুনে শেষ করা যায় না।

সম্ভবত আমাদের অনেক পূর্বজন্ম পশু ও মানুষের রূপে হয়েছে।

আমাদের বর্তমান অভ্যাসগুলো পশু বা মানুষের পূর্বজন্ম থেকে আসতে পারে।

যদি আমরা এখন ধর্ম শুনতে পারি, তাহলে আমাদের পূর্বজন্মে আধ্যাত্মিক শিক্ষা গ্রহণ করা ছিল।

আর যাদের পূর্বজন্মে আধ্যাত্মিক শিক্ষা বা বুদ্ধ-ধর্ম সম্পর্কে তেমন কিছু জানা হয়নি, তারা এখন ধর্মে আগ্রহী নন।

কিন্তু এর অর্থ কি তারা খারাপ বা অপয়োজনীয়? না! আমরাও পূর্বজন্মে এমনই ছিলাম! সবাই এমন জীবনকাল পার করে।

যারা ধর্মে আগ্রহী নন তাদের প্রতি আমরা করুণা করতে পারি, কারণ তারা এখনও সকল দুঃখের অবসানের পথ খুঁজে পায়নি, আর আমরাও অতীতে এমন ছিলাম।

ধর্ম আলোচনার সময় কেউ ঘুমিয়ে পড়লে বা অস্থির করলে—আমরা কি ধরে নিতে পারি যে তারা ধর্ম শুনছেন না বা এতে আগ্রহী নন? না।

শুধু দেখে মানুষের বি বিচার করা যায় না। কারণ চোখ বন্ধ থাকলেও বা অস্থির করলেও তারা খুব মনোযোগ দিয়ে ধর্ম শুনতে পারেন।

অথবা, কেউ খুব ক্লান্ত থাকতে পারেন বা কোনো কারণে নির্দিষ্ট ধর্ম আলোচনায় মনোযোগ দিতে অক্ষম হতে পারেন।

যারা বুদ্ধের গল্প ও ধর্ম আলোচনায় মনোযোগ দেন, সম্ভবত তারাও পূর্বজন্মে এগুলো উপভোগ করেছেন। আর এটি অত্যন্ত বিশেষ ও সৌভাগ্যের বিষয়।

কারণ গল্পের মতো বেশিরভাগ মানুষ ধর্মে আগ্রহী নন।

শুধুমাত্র আমাদের ভালো কর্মফল—আমরা অনেক পুণ্য সঞ্চয় করেছি—পূর্বজন্মে আধ্যাত্মিক শিক্ষায় আগ্রহ ছিল বলেই আমরা এখন বুদ্ধে আগ্রহী।

যাদের পূর্বজন্মে আধ্যাত্মিক শিক্ষা না ছিল বা খুব কম ছিল, তারা কেন ধর্ম শুনবেন না?

তাদের মনে এত বিভ্রান্তি ও কামনা, লোভ ও ঘৃণা থাকে যে তারা মনে করে শুধু তাদের ইচ্ছা পূরণ করলেই তারা সুখী হবে।

কামনা, ঘৃণা ও বিভ্রান্তিকে বৌদ্ধধর্মে তিনটি বিষ বলা হয়।

কামনার মধ্যে লোভ, আসক্তি ও জ্ঞানলাভে সহায়ক নয় এমন জিনিসের প্রতি আকর্ষণও অন্তর্ভুক্ত।

ঘৃণার মধ্যে বিতৃষ্ণা, ক্রোধ ও অপছন্দও অন্তর্ভুক্ত।

বিভ্রান্তির মধ্যে অজ্ঞতা, দিশাহারা, জ্ঞানের অভাব, না জানাও অন্তর্ভুক্ত।

এগুলোকে কেন তিনটি বিষ বলা হয়?

কারণ এগুলো বিষের মতোই দুঃখ ও মৃত্যু ঘটায়।

তিনটি বিষ সব ধরনের দুঃখ সৃষ্টি করে, তাই এগুলোকে দুঃখের মূলও বলা হয়।

বৌদ্ধধর্মে "দুঃখ" বলতে কী বোঝায়?

এটি কেবল অত্যাধিক ব্যথা বা ভয়ানক শোক নয়, বরং যে কোনো অপ্ৰীতিকর অনুভূতি—

যেকোনো ধরনের অসন্তুষ্টি, দুঃখ, উদ্বেগ, ভয়, হতাশা, হতাশা, চিন্তা, অসুখী বা অস্বস্তিকর অবস্থা।

কামনা, ঘৃণা ও বিভ্রান্তি কীভাবে সব দুঃখ সৃষ্টি করে?

যখন আমরা কিছু কামনা করি, তখন কখনও তা পাই না, হারাই, তা ভেঙে যায় বা এর প্রতি আগ্রহ হারাই, ফলে অসন্তুষ্টি, হতাশ, অসুখী বা বিরক্ত হই—আমরা দুঃখ পাই।

যখন আমরা কিছুকে ঘৃণা করি বা অপছন্দ করি, তখন তা এড়ানো বা দূরে রাখা কঠিন হতে পারে, যা আমাদের অস্বস্তি, উদ্বেগ, দুঃখ, রাগ, চিন্তা বা ভয়ের সৃষ্টি করে।

অজ্ঞতার মাধ্যমে - যখন আমরা প্রজ্ঞা হারাই - তখন আমরা বিশ্বাস করি জগতের এমন অনেক কি কিছুর প্রতি আমাদের প্রবল ইচ্ছা আছে যা আমাদের সুখী করবে, এবং এমন অনেক কিছু আছে যা আমরা পছন্দ করি না এবং এড়িয়ে চলার চেষ্টা করি, ফলে যখন কিছু আমাদের ইচ্ছানুযায়ী হয় না তখন আমরা হতাশা বা রাগের মতো নানা নেতিবাচক আবেগে আক্রান্ত হই।

সবার কি কিছু না কিছু ইচ্ছা, ঘৃণা ও বিভ্রান্তি থাকে না? হ্যাঁ, যতক্ষণ না আমরা জ্ঞানলাভ করি।

আর কিছু ইচ্ছা ও অনিচ্ছা প্রয়োজনীয় - আমরা খাদ্য, বস্ত্র, বন্ধুত্ব ও বাসস্থান কামনা করি, এবং আমরা অসুস্থতা, ক্ষুধা, অতিরিক্ত ঠাণ্ডা বা গরম অনুভব করতে অপছন্দ করি, যাতে আমরা নিজেদের সুস্থ রাখতে পারি।

কিন্তু যখন আমাদের অপ্রয়োজনীয় বিষয়গুলোর প্রতি অত্যধিক ইচ্ছা ও ঘৃণা থাকে, তখন আমরা বেশি কষ্ট পাই।

অবশ্যই, আমরা আমাদের ইচ্ছাগুলো সহজে ফেলে দিতে পারি না যেমন আবর্জনায় ফেলা যায়। কিন্তু আমরা সেগুলো সম্পর্কে সচেতন থাকার চেষ্টা করি, এবং লক্ষ্য করি যখন সেগুলো আমাদের বিরক্ত করে, উদাহরণস্বরূপ, যখন আমরা আমাদের ইচ্ছাপূরণ না হওয়ায় বা আমাদের আসক্ত বস্তু হারালে হতাশ বা রাগান্বিত হই, এবং যখন আমরা আমাদের ঘৃণার বিষয় বা ব্যক্তি সম্পর্কে চিন্তা করে বিরক্ত বা ক্রুদ্ধ বোধ করি।

এবং আমরা মনে রাখার চেষ্টা করি যে যত কম ইচ্ছা, ঘৃণা ও বিভ্রান্তি থাকবে, আমরা তত কম কষ্ট পাব, এবং তত বেশি শান্তি ও সুখী হব।

এবং আমরা সেগুলো কমানোর চেষ্টা করি। কীভাবে আমরা তা করব? ধর্ম শিখে ও চর্চা করে। আমরা ধর্মচর্চা করি ভালো অভ্যাস গড়ে তুলে এবং আমাদের খারাপ অভ্যাস কমিয়ে।

বৌদ্ধধর্মে "খারাপ অভ্যাস" বলতে আমরা কী বুঝি?

যেসব অভ্যাস আমাদের নিজের বা অন্যের ক্ষতি করে, যেগুলো আরও নেতিবাচক আবেগ সৃষ্টি করে - যেমন আরও রাগ, ঘৃণা, ঈর্ষা, লোভ, অহংকার বা স্বার্থপরতা।

এর অর্থ নিরীহ অভ্যাস নয়, যেমন গল্পে ছিল - মাটি খোঁড়া, গাছ নাড়ানো, আকাশের দিকে তাকানো বা ঘুমানো। সেগুলো শুধু ইঙ্গিত ছিল যে লোকেরা শুনছিল না।

আপনি কি কিছু খারাপ অভ্যাসের উদাহরণ ভাবতে পারেন?

ঝগড়া করা, তর্ক করা, অন্যকে উত্থাপন করা, অপমান করা, অন্যদের সম্পর্কে অতিরিক্ত সমালোচনামূলক হওয়া, মিথ্যা বলা, অসাধু হওয়া, অন্যের অসদাচরণ অনুসরণ করা, নিজেকে জাহির করা, অপ্রয়োজনীয় জিনিস কেনা, অন্যের যা আছে তা পেতে জেদ করা, না দেয়া জিনিস নেওয়া, অতিরিক্ত ভিডিওগেম খেলা, এবং হিংসাত্মক ভিডিও দেখা, বা অত্যধিক টিভি, সোশ্যাল মিডিয়া বা ইন্টারনেটে অহিতকর জিনিস দেখা।

বৌদ্ধধর্ম অনুযায়ী "ভালো অভ্যাস" কী?

যেসব অভ্যাস আমাদের ভালো গুণাবলী বিকাশ করে, যেমন মৈত্রী, করুণা, উদারতা, ধৈর্য্য, সহনশীলতা, সচেতনতা ও প্রজ্ঞা।

আপনি কি কিছু ভালো অভ্যাসের উদাহরণ ভাবতে পারেন?

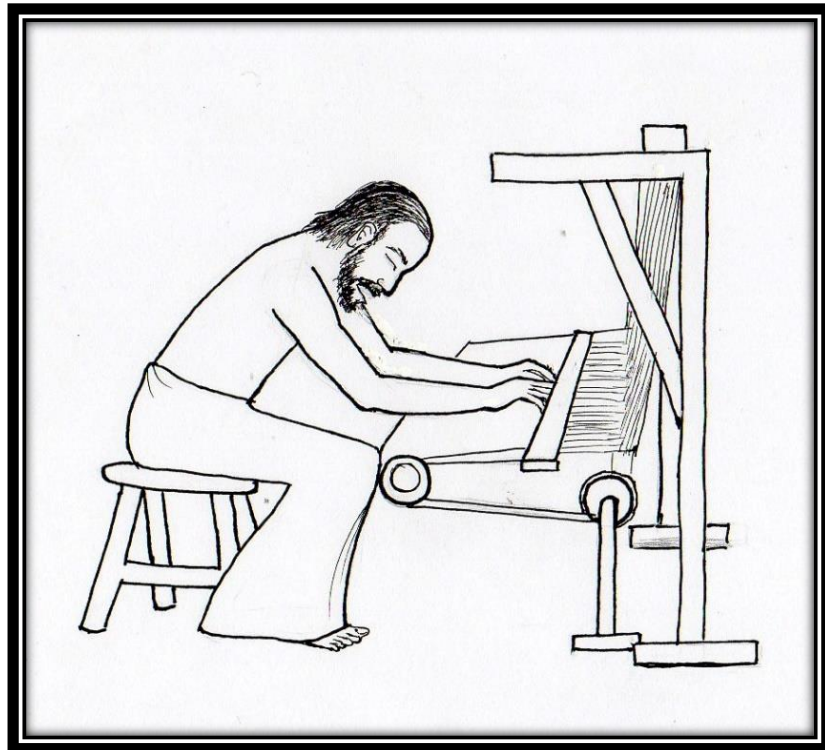
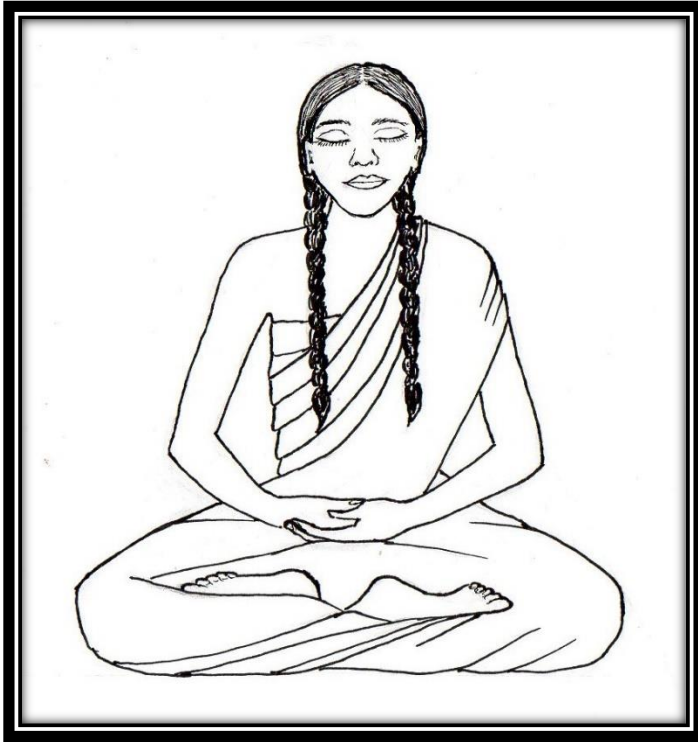
অন্যকে সাহায্য করা, অন্যের প্রয়োজন সম্পর্কে চিন্তাশীল ও সচেতন হওয়া, অন্যদের আগে যেতে দেয়া, সত্যবাদী হওয়া, অন্যদের ধন্যবাদ জানানো, প্রশংসা করা, অন্যের সাফল্য ও ভালো গুণের প্রশংসা করা, ধ্যান, বি বিছানায় যাওয়ার আগে প্রার্থনা করা, সচেতনতার চর্চা করা, এবং ভিডিওগেম, টিভি, ভিডিও ও ইন্টারনেট ব্যবহারে আত্মসংযম পালন করা।

গল্প থেকে আমরা শিখেছি, আমরা আমাদের প্রবল অভ্যাসগুলো ভবিষ্যৎ জীবনেও ধরে রাখার প্রবণতা রাখি।

তাহলে, আমাদের ভালো ও খারাপ অভ্যাস সম্পর্কে কী করা উচিত, একটি ভালো ভবিষ্যতের জন্য?

আমরা ভালো অভ্যাস শুরু করি, আমাদের ভালো অভ্যাসগুলো শক্তিশালী করি, খারাপ অভ্যাস শুরু করা এড়াই, আমাদের খারাপ অভ্যাসগুলো সম্পর্কে সচেতন থাকি এবং সেগুলো কমিয়ে নিয়ন্ত্রণ করার চেষ্টা করি।

অধ্যায় ৬ এর ছবি



অধ্যায় ৬ – তাঁতীর মেয়ে

একদিন বুদ্ধ আলবি নামক একটি শহরে গেলেন যেখানে কিছু পরিবার তাকে ভোজন করিয়ে দান দিলেন। ভোজনের শেষে, য যথারীতি, বুদ্ধ ধর্মদেশনা দিলেন। ধর্মদেশনার বিষয় ছিল অনিত্যতা। তিনি লোকদের অনিত্যতা সম্পর্কে ধ্যান করতে উপদেশ দিলেন - যে বিশ্বের সবকিছু, আমাদের জীবনসহ, শেষ হয়ে যায়; আমাদের সকলকে একসময় মৃত্যুবরণ করতে হবে। তিনি বললেন যে যারা অনিত্যতা সম্পর্কে ধ্যান করে তাদের জীবনের শেষে কোন ভয় থাকবে না।

ধর্মদেশনার সময় সেখানে উপস্থিত সকল লোক তাদের কাজ, দায়িত্ব এবং পরিবার ও বন্ধুদের সাথে বাড়ির পরিকল্পনা নিয়ে চিন্তা করতে থাকল, যা তাদের স্বভাবজাত অভ্যাস ছিল। তারা আসলে বুদ্ধ যা বলছিলেন তার প্রতি মনোযোগ দিচ্ছিলেন না।

কিন্তু একটি ব্যতিক্রম ছিল। একটি ষোলো বছর বয়সী মেয়ে যিনি একজন তাঁতীর মেয়ে ছিলেন, একজন লোক যিনি তাঁতে কাপড় বুনতেন, খুব মনোযোগ দিয়ে শুনছিলেন এবং বুদ্ধ যা বলছিলেন তা স্পষ্ট বুঝতে পারছিলেন। তিনি নিজে নিজে ভাবলেন,

"বুদ্ধদের বাণী অদ্ভুত। আমাকে অবশ্যই অনিত্যতা সম্পর্কে ধ্যান চর্চা করতে হবে।"

সুতরাং, তিনি নিষ্ঠার সাথে প্রতিদিন দিনে ও রাতে ধ্যান চর্চা করতে লাগলেন। এদিকে, বুদ্ধ জেতবন অভিমুখে যাত্রা করলেন, সাবথী নগরের নিকটবর্তী তার মঠে।

তিন বছর পর, এক ভোরবেলা সূর্যোদয়ের আগে, বুদ্ধ য যথারীতি তার মনে - তার অন্তর্দৃষ্টি দিয়ে - পৃথিবী পর্যবেক্ষণ করলেন এবং এই মেয়েটি, তাঁতীর মেয়েকে উপলব্ধি করলেন। তিনি নিজে ভাবলেন, "কী হবে?" তিনি উপলব্ধি করলেন যে যেদিন থেকে মেয়েটি তার ধর্মদেশনা শুনেছিল, সে তিন বছর ধরে প্রতিদিন অনিত্যতা সম্পর্কে ধ্যান করেছে। তিনি ভাবলেন, "আমি এখন আলবিতে ফিরে গিয়ে এই মেয়েটিকে চারটি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করব। প্রতিটি প্রশ্নের উত্তরে সে আমাকে সঠিকভাবে উত্তর দেবে, এবং আমি তাকে অভিনন্দন জানাব। তারপর আমি 'এই পৃথিবী সত্যিই অন্ধ' দিয়ে শুরু করে কিছু শিক্ষার বাণী দেব। এই বাণী শোনামাত্র সে জ্ঞানের প্রথম স্তরে পৌঁছে যাবে। তার কারণে, আমার ধর্মদেশনা সেখানে উপস্থিত জনতার জন্যও উপকারী হবে।"

বুদ্ধ কয়েক শত ভিক্ষুসহ জেতবন থেকে রওনা হয়ে আলবি শহরের মঠে একশ মাইল হেঁটে গেলেন। আলবির লোকেরা যখন শুনল যে বুদ্ধ এসেছেন, তারা তাকে পরের দিনগুলোতে তাদের অতিথি হয়ে ভোজন করতে আমন্ত্রণ জানাল। তাঁতীর মেয়েও শুনল যে তিনি এসেছেন, যা তার হৃদয়কে আনন্দে পূর্ণ করে দিল। সে ভাবল,

"এখানে এসেছেন, যেমন লোকেরা বলে, যিনি আমার পিতা, আমার প্রভু, আমার শিক্ষক, যার মুখপূর্ণিমার চাঁদের মত উজ্জ্বল, মহান গৌতম বুদ্ধ। এখন, তিন বছর পর প্রথমবারের মতো আমি সেই বুদ্ধকে দেখতে পাব, যার শরীর স্বর্ণের মতো উজ্জ্বল। এখন আমাকে তাঁকে দেখার এবং তাঁর উপদেশ শোনার অনুমতি দেওয়া হয়েছে, সেই অমৃতময় ধর্ম যা সমস্ত মাধুর্য ধারণ করে।"

কিন্তু তার বাবা, তাঁতের দিকে যাওয়ার পথে যেখানে তিনি কাপড় বুনবেন, বললেন, "মেয়ে, একজন গ্রাহকের জন্য একটি পোশাক তাঁতে আছে, এবং এর কিছু অংশ এখনও শেষ হয়নি। আমাকে আজই এটি শেষ করতে হবে। দ্রুত স্পুলে আরও সুতো লাগিয়ে আমাকে নিয়ে এসো।"

মেয়েটি ভাবল, "বুদ্ধের ধর্ম উপদেশ শোনা ছিল আমার স্বপ্ন, কিন্তু বাবা আমাকে এটি করতে বলেছেন। আমি বুদ্ধের ধর্ম উপদেশ শুনব নাকি আরও সুতো নিয়ে বাবাকে দেব? যদি আমি বাবাকে স্পুল সুতো না দিই, তিনি আমাকে মারধর করবেন। তাই আমি প্রথমে সুতো নিয়ে তাঁকে দেব, এবং তারপর ধর্ম শুনব।"

সে একটি স্টুলে বসে সুতো স্পুলে জড়াতে শুরু করল।

এদিকে, আলাভি শহরের মানুষ বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুদের জন্য ভোজন দান করল, এবং ভোজন শেষে তারা তাঁর পাত্র নিয়ে দাঁড়িয়ে রইল, ভোজন ও অন্যান্য দানের পুণ্যের কথা শুনতে।

বুদ্ধ বললেন, "আমি এখানে একশ মাইল পথ অতিক্রম করে এসেছি একজন যুবতীর জন্য। সে এখনও এখানে আসার সুযোগ পায়নি। যখন সে আসবে, তখন আমি পুণ্যের কথা বলব।"

তিনি তখন নীরবে বসে রইলেন। বুদ্ধ যখন নীরব, কেউ আওয়াজ করার সাহস পায় না। তাই সবাই নীরবে দাঁড়িয়ে বা বসে রইল।

যখন তাঁতীর মেয়ে সুতো দিয়ে স্পুল ভর্তি করল, সে এটি ঝুড়িতে রেখে বাবার কর্মশালার দিকে হাঁটা শুরু করল। পথে, সে দাঁড়িয়ে গেল বুদ্ধের চারপাশে নীরবে দাঁড়িয়ে থাকা মানুষের বাইরের সারিতে, তাঁর কথা শোনার অপেক্ষায়। সে সেখানে দাঁড়িয়ে, তাঁকে নিরীক্ষণ করতে লাগল।

বুদ্ধ মুখ তুলে ভিড়ের দিকে তাকালেন এবং তাঁর চোখ মেয়েটির চোখের সাথে মিলে গেল। তিনি ভাবলেন, "যদি এই যুবতী চলে যায়, সে সাধারণ মানুষ হিসাবে মারা যাবে এবং তার ভবিষ্যৎ জন্ম অনিশ্চিত হবে। কিন্তু আমার কাছে এলে, সে প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করে পৃথিবী ছাড়বে, এবং তার ভবিষ্যৎ নিশ্চিত হবে—সে তেত্রিশ দেবতার স্বর্গে জন্ম নেবে।" তিনি জানতেন যে তার মানবদেহ ধরে রাখার কর্মশক্তি শীঘ্রই শেষ হয়ে যাবে, তাই সেই দিনই তার মৃত্যু অবধারিত ছিল।

তাঁতীর মেয়ে জানত না তিনি কী ভাবছেন, কিন্তু বুঝতে পারল তিনি কী চান। তাঁর দৃষ্টিভঙ্গি দেখে সে ভাবল, "এত ভিড়ের মাঝে বসে বুদ্ধ আমাকে ইঙ্গিত করছেন যে তিনি চান আমি কাছে যাই, শুধু আমাকেই তিনি ডাকছেন।"

সে ঝুড়ি মাটিতে রেখে বুদ্ধের দিকে এগিয়ে গেল। সে কাছে যেতে লাগল, তাঁর দেহ থেকে নির্গত ছয় রঙের আলোর রশ্মির মধ্য দিয়ে যেগুলো সাধারণ মানুষ দেখতে পায় না। সে তাঁকে প্রণাম করল এবং সম্মান সহকারে একপাশে দাঁড়াল।

তিনি তাকে সঙ্গে সঙ্গে জিজ্ঞাসা করলেন, "যুবতী, তুমি কোথা থেকে আসছ?"

সে উত্তর দিল, "আমি জানি না, প্রভু।"

তিনি জিজ্ঞাসা করলেন, "তুমি কোথায় যাচ্ছ?"

সে উত্তর দিল, "আমি জানি না, প্রভু।"

তিনি জিজ্ঞাসা করলেন, "তুমি কি জান না?"

সে উত্তর দিল, "আমি জানি, প্রভু।"

তারপর তিনি জিজ্ঞাসা করলেন, "তুমি কি জান?"

সে বলল, "আমি জানি না, প্রভু।"

এগুলোই ছিল সেই চারটি প্রশ্ন যা বুদ্ধ আগে থেকেই জানতেন যে জিজ্ঞাসা করবেন। তিনি তার উত্তরে সন্তুষ্ট হলেন, কিন্তু তা প্রকাশ করলেন না। তবে ভিড়ের লোকেরা তার উত্তরে বিরক্ত হল। তারা ভাবল সে বোকামি করছে।

তারা নিজেদের মধ্যে ফিসফিস করে বলল, "দেখো, এই তাঁতীর মেয়ে সর্বজ্ঞ বুদ্ধের সাথে ইচ্ছেমতো কথা বলছে। যখন তিনি জিজ্ঞাসা করলেন 'তুমি কোথা থেকে আসছ?' তখন তার বলা উচিত ছিল 'তাঁতীর বাড়ি থেকে।' আর যখন তিনি জিজ্ঞাসা করলেন 'তুমি কোথায় যাচ্ছ?' তখন তার বলা উচিত ছিল 'তাঁতের কর্মশালায়।'"

বুদ্ধ ভিড়কে বোঝাতে চাইলেন যে সে অহংকারী, অজ্ঞ বা অসম্মানজনক আচরণ করছে না, যেমন তারা ভাবছে। তাই তিনি তাকে জিজ্ঞাসা করলেন,

"যুবতী, যখন আমি তোমাকে জিজ্ঞাসা করলাম 'তুমি কোথা থেকে আসছ?', তখন তুমি কেন বললে 'আমি জানি না'?"

সে উত্তর দিল, "প্রভু, আপনি নিজেই জানেন যে আমি আমার বাবা তাঁতীর বাড়ি থেকে এসেছি। তাই যখন আপনি জিজ্ঞাসা করলেন 'তুমি কোথা থেকে আসছ?', আমি ভালো করেই বুঝেছিলাম যে আপনার অর্থ ছিল 'তুমি এখানে জন্মানোর আগে কোথা থেকে এসেছিলে?' কিন্তু আমার জন্য, কোথা থেকে এসেছি যখন এখানে জন্ম নিলাম, তা আমি জানি না।"

তখন বুদ্ধ তাকে বললেন, "ভালো উত্তর, ভালো উত্তর, যুবতী! তুমি আমার প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিয়েছ।"

তারপর তিনি তাকে জিজ্ঞাসা করলেন, "যখন আমি তোমাকে জিজ্ঞাসা করলাম 'তুমি কোথায় যাচ্ছ?', তখন তুমি কেন বললে 'আমি জানি না'?"

সে উত্তর দিল, "প্রভু, আপনি নিজেই জানেন যে আমি ঝড়িতে সুতো নিয়ে তাঁতের কর্মশালায় যাচ্ছিলাম। তাই যখন আপনি জিজ্ঞাসা করলেন 'তুমি কোথায় যাচ্ছ?', আমি ভালো করেই

বুঝেছিলাম যে আপনার অর্থ ছিল 'তুমি যখন মারা যাবে, তখন কোথায় জন্ম নেবে?' কিন্তু আমার জন্য, এই জীবন থেকে যাওয়ার পর কোথায় জন্ম নেবে, তা আমি জানি না।"

তখন বুদ্ধ তাকে বললেন, "তুমি আমার প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিয়েছ।"

এভাবে বুদ্ধ দ্বিতীয়বার তাকে অভিনন্দন জানালেন, এবং তারপর আরেকটি প্রশ্ন করলেন, "যখন আমি তোমাকে জিজ্ঞাসা করলাম 'তুমি কি জান না?' তা কেন আপনি বললেন, 'আমি জানি'?"

মেয়েটি বলল, "প্রভু, আমি এটুকু জানি যে, আমাকে অবশ্যই মরতে হবে; তাই আমি এমন উত্তর দিয়েছি।"

তখন বুদ্ধ তাকে বললেন, "তুমি আমার প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিয়েছ।" এভাবে তৃতীয়বারের মতো তাকে অভিনন্দন জানালেন। তারপর তিনি জিজ্ঞাসা করলেন,

"যখন আমি তোমাকে জিজ্ঞাসা করলাম, 'তুমি কি জান?' তখন তুমি কেন বললে 'আমি জানি না'?"

মেয়েটি উত্তর দিল, "প্রভু, আমি শুধু এতটুকু জানি যে আমাকে মরতেই হবে; কিন্তু ঠিক কখন মরবে, রাতে নাকি দিনে, সকালে নাকি অন্য কোনো সময়ে, তা আমি জানি না তাই এমন উত্তর দিয়েছি।"

বুদ্ধ বললেন, "তুমি আমার প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিয়েছ।"

তারপর তিনি জনসমাগমকে উদ্দেশ্য করে বললেন, "তোমাদের মধ্যে যারা এই মেয়েটির কথা অর্থ বুঝতে পারেনি, কেবল তারাই বিরক্ত হয়েছে। যাদের বোধচক্ষু নেই, কেবল তারাই অন্ধ; যাদের বোধচক্ষু আছে, কেবল তারাই দেখে।"

সুতরাং তিনি জনতাকে বোঝালেন যে তারাই আসলে অন্ধ, এবং সত্য দেখতে পায় না—অন্য কথায়, তারাই অজ্ঞ—মেয়েটি নয়। তিনি নিম্নলিখিত গাথাটি বললেন,

"এই জগৎ সত্যিই অন্ধ। যারা গভীরভাবে দেখে, তাদের সংখ্যা অতি অল্প। জাল থেকে মুক্ত পাখির মতো, স্বর্গের সুখে যাবে অল্পসংখ্যকই।"

তার অর্থ ছিল যে পৃথিবীর বেশিরভাগ মানুষই অজ্ঞ এবং ধর্ম বুঝতে পারে না; অল্প কয়েকজন মানুষই তা বুঝতে পারে এবং মৃত্যুর পর উচ্চতর স্বর্গলোকে পৌঁছাতে পারে। ধর্মোপদেশ শেষ হওয়ার সময়ে, তাঁতির মেয়ে প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করেছিল। সে তার ঝুড়ি নিয়ে তার বাবার কর্মশালায় গেল।

বাবা তাঁতের সামনের চেয়ারে বসে ঘুমিয়ে পড়েছিলেন। মেয়েটি তা লক্ষ্য করেনি, এবং সে তাকে ঝুড়িটি দিতে গেল। এমন সময়ে ঝুড়িটি তাঁতের অগ্রভাগে আঘাত করল এবং তখন ঝুড়িটি শব্দ

করে মেঝেতে পড়ে গেল। বাবা হঠাৎ চমকে জেগে উঠে তাঁতটিকে ধরে টান দিলেন, এবং দুর্ঘটনাবশত তাঁতের অগ্রভাগটি ঘুরে এসে মেয়ের বুকের মধ্যে আঘাত করল।

ঠিক সেই মুহূর্তেই ভারী তাঁতের আঘাতে তার মৃত্যু হল। সে তেত্রিশ দেবলোকে পুনর্জন্ম লাভ করল।

বাবা মেয়েটিকে সেখানে পড়ে থাকতে দেখলেন এবং বুঝতে পারলেন যে তার মৃত্যু হয়েছে।

তৎক্ষণাৎ তার মধ্যে তীব্র শোকের উদয় হল। বুদ্ধের কথা ভেবে তিনি কাঁদতে কাঁদতে বললেন, “আমার এই শোক দূর করার মতো আর কেউ নেই,” এবং তখন তিনি বুদ্ধের কাছে গিয়ে ঘটনা বললেন এবং কেঁদে বললেন, “প্রভু, আমার শোক দূর করুন।”

বুদ্ধ তাকে সান্ত্বনা দিয়ে বললেন, “শোক করো না, আমার শিষ্য; কল্পনাতে অতীত থেকে এই জন্মচক্রে, তুমি তোমার মেয়েদের মৃত্যুতে এর চেয়েও বেশি অশ্রু ফেলেছ, যা চার সমুদ্রের জলরাশির চেয়েও বেশি।”

বুদ্ধ তখন কল্পনাতে অতীতের জন্মচক্র সম্পর্কে ধর্মোপদেশ দিলেন। তার বাণী শুনে তাঁতির শোক প্রশমিত হল। তিনি বুদ্ধের কাছে ভিক্ষুত্ব গ্রহণের অনুমতি চাইলেন। তিনি ভিক্ষু হলেন এবং অচিরেই অর্হং পদ লাভ করে জ্ঞানলাভ করলেন।

প্রশ্নাবলী:

1. গল্পের শুরুতে, জনসমাগমের মধ্যে কে ধর্মোপদেশে মনোযোগ দিচ্ছিল? (কেবল তাঁতির মেয়ে)
2. বুদ্ধের বাণী প্রথমবার শোনার পর তাঁতির মেয়ে দৈনন্দিন কী করত? (সে দিনরাত অনিত্যতা নিয়ে ধ্যান করত)
3. বুদ্ধ যখন আলাভিতে ফিরে এলেন, মেয়েটি প্রথম কী করার সিদ্ধান্ত নিল, বাবার জন্য সুতা নিতে নাকি ধর্ম শুনতে? (বাবার জন্য সুতা নিতে)
4. মেয়েটি সুতা আনতে যাওয়ার সময় বুদ্ধ কী করছিলেন? (ভোজন সেরে নীরবে বসে তার আসার অপেক্ষা করছিলেন)
5. বুদ্ধের প্রশ্নের প্রতি মেয়েটির উত্তরের ব্যাপারে লোকেরা কী ভাবল? (তারা ভাবল সে অজ্ঞ, অহংকারী বা অপমানজনক আচরণ করছে; বোকামি বা হাস্যকর আচরণ করছে)
6. বুদ্ধ যখন বললেন “এই জগৎ সত্যিই অন্ধ। যারা গভীরভাবে দেখে, তাদের সংখ্যা অতি অল্প” তখন তার কী অর্থ ছিল? (বেশিরভাগ মানুষ অজ্ঞ এবং ধর্ম বুঝতে পারে না; অল্প কয়েকজন মানুষই তা বুঝতে পারে এবং মৃত্যুর পর উচ্চতর স্বর্গলোকে পৌঁছাতে পারে)

বুদ্ধ যা বলেছিলেন:

“অন্ধ ভূতো অয়ং লোকো, তনুকেপথ বিপস্‌সতি, সকুন্তো জাল মুত্তো ব, অন্নো সগ্গায গচ্ছতি।”
“এই জগৎ অন্ধ। যারা স্পষ্টভাবে দেখে, তাদের সংখ্যা অতি অল্প। জাল থেকে মুক্ত পাখির মতো, অল্পসংখ্যকই সুখময় অবস্থানে যায়।”

ধম্মপদ ১৭৪ (৮:৭)

ধর্ম আলোচনা- মৈত্রী ও প্রজ্ঞা:

বুদ্ধ কীভাবে তাঁতির মেয়েটির প্রতি তার মৈত্রী প্রদর্শন করলেন?
মেয়েটি যাতে মৃত্যুর আগে প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করতে পারে, সেজন্য শুধু তাকে দেখতে ও শেখাতে তিনি একশো মাইল পথ হেঁটে এসেছিলেন। তিনি এটা করেছিলেন যদিও তিনি দূর সফর না করে হাজারো অন্য মানুষকে দেখতে পারতেন, বা জেতবনে তার ভিক্ষুদের সঙ্গে থাকতে পারতেন।

মৈত্রী কী? আমরা শুধু “প্রেম” বা শুধু “দয়া” বলি না কেন?

কারণ কখনো কখনো আমরা কাউকে ভালোবাসতে পারি কিন্তু তার প্রতি দয়া দেখাই না, অথবা আমরা কারো প্রতি দয়া দেখাতে পারি কিন্তু তাকে ভালোবাসি না।

মৈত্রী মানে ভালোবাসা ও দয়ার সমন্বয়।

এটি মানে দৈহিক, বাচনিক ও মানসিক দয়া: দয়াপূর্ণ চিন্তা, দয়াপূর্ণ বাক্য, দয়াপূর্ণ কাজ।
আমাদের দৈনন্দিন জীবনে এটি কেমন দেখায়?

আমরা বন্ধুত্বপূর্ণ হই, অন্যদের সাহায্য করি, দয়াপূর্ণ শব্দ ব্যবহার করি, অন্যদের সুখের জন্য প্রার্থনা করি, শুধু নিজের নয় অন্যদের প্রয়োজন সম্পর্কে চিন্তা করি।

মৈত্রী মানে আমরা সত্যিই একজন মানুষের মঙ্গল কামনা করি, তার সুখ ও কল্যাণ কামনা করি।
আমরা অন্যদের প্রতি বন্ধুত্বপূর্ণ ও সহায়ক হই কারণ আমরা সত্যিই তাদের মঙ্গল চাই, কোনো পুরস্কার, প্রশংসা বা মনোযোগ পাওয়ার আশায় নয়।

বুদ্ধ জনপ্রিয় হওয়া, প্রশংসা পাওয়া বা খাদ্য লাভের জন্য বন্ধুত্বপূর্ণ ও সহায়ক হননি।

বরং তিনি সেখানে গিয়েছেন যেখানে অন্তত একজন ব্যক্তি তার শিক্ষা বুঝতে পারবে ও উপকৃত হবে। তিনি কেবল মানুষের সুখের জন্যই ভ্রমণ করেছেন ও সাহায্য করেছেন।

মৈত্রী মানে আমরা অন্যদের তাদের মঙ্গলের জন্য, তাদের সুখের জন্য সাহায্য করি, শুধু আমাদেরকে পছন্দ করুক বা বন্ধু হোক এই কারণে নয়।

কিন্তু কি এত সহজ—শুধু সব সময় বন্ধুত্বপূর্ণ হয়ে অন্যদের সাহায্য করা?

আমরা সবসময় সবাইকে সাহায্য করতে পারি না, বিশেষ করে যখন আমাদের অন্য দায়িত্ব থাকে।

বুদ্ধও শুধু মানুষকে খুশি করার জন্য সবাইকে দেখতে যাননি বা সবাইকে কথা বলেননি।

তার প্রজ্ঞা দিয়ে তিনি বুঝতে পারতেন কাকে সবচেয়ে বেশি সাহায্য করে জ্ঞানলাভ করানো যায়,

এবং সেইসব মানুষের সাথে কথা বলতে তিনি তার সময় বুদ্ধিমত্তার সাথে ব্যবহার করতেন।

একইভাবে, আমরা আমাদের প্রজ্ঞা ব্যবহার করে এমন পরিস্থিতিগুলো বেছে নেই যেখানে সাহায্য করা আমাদের পক্ষে সবচেয়ে যুক্তিযুক্ত।

এর অর্থ হলো আমরা অগ্রাধিকার নিৰ্ নির্ধারণ করি—আমরা যা সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ তা বেছে নেই এবং সেগুলো আগে করি।

গল্পে, মেয়েটিকে বেছে নিতে হয়েছিল কী করতে হবে আগে—ধর্ম শোনা নাকি বাবাকে সাহায্য করা।

তার বাবার কাজের জন্য তখনই সুতো প্রয়োজন ছিল, আর সে তাকে প্রথমে সাহায্য করার সিদ্ধান্ত নিল।

তবুও, বাবার কাছে যাওয়ার পথে সে সত্যিই প্রথমে বুদ্ধকে দেখতে চেয়েছিল। তারপর, যখন বুদ্ধ তাকে নিজের দিকে আসার ইঙ্গিত দিলেন, তখন তা তার বাবাকে সাহায্য করার থেকে অগ্রাধিকার পেল।

করুণাময় ভালোবাসা এত সহজ নয় তার আরেকটি কারণ হলো কিছু লোক আমাদের দয়াকে অপব্যবহার করতে পারে।

তারা আমাদের "ব্যবহার" করে—অর্থাৎ, তারা স্বার্থপর কারণে আমাদের কাছ থেকে কিছু চায় বা আমাদের দিয়ে কিছু করায়, আমাদের দয়ার সুযোগ নেয়।

তারা আমাদের কাছে হয়তো অলসতা বা লোভের কারণে জিজ্ঞাসা করতে পারে, বা আমাদের উপর তাদের ক্ষমতা প্রদর্শনের জন্য, বা আমাদের উত্থাপন করার জন্য। অথবা তারা এমন কিছু করতে বলতে পারে যা তারা নিজেরা করতে চায় না বা যা ভুল (যেমন, কোনো সহপাঠী পরীক্ষা বা স্কুলের কাজে আমাদের উত্তর কপি করতে দেওয়ার জন্য জিজ্ঞাসা করতে পারে)।

আমরা যদি তারা যা চায় তা করি, তাহলে কি আমরা সত্যিই তাদের ভালোভাবে সাহায্য করছি? না। তারা যা চায় তা করলে তাদের স্বার্থপরতা পুরস্কৃত হয়, এবং আমাদের ও অন্যদের আরও বেশি ব্যবহার করতে উৎসাহিত করে। তখন তারা খারাপ কর্ম সৃষ্টি করছে।

এটি এড়াতে, আমাদের উচিত নয় শুধু তাদের জিজ্ঞাসা করলেই স্বয়ংক্রিয়ভাবে কিছু দেওয়া বা করা।

বরং, নিজেকে জিজ্ঞাসা করে তোমার প্রজ্ঞা ব্যবহার কর—ব্যক্তি কেন আমাকে জিজ্ঞাসা করছে, এটি কি তাদের স্বার্থপর বা কৌশলী হওয়ার কারণে? যদি তাই হয়, বা যদি তোমার ভালো না লাগে, তবে এটি করো না।

এর অর্থ কি তুমি অদয় হচ্ছ?

না। করুণাময় ভালোবাসা অর্থ আমরা সত্যিই অন্যদের যত্ন নিই, তাই আমরা তাদের জন্য যা সত্যিই ভালো তা চাই: সত্যিকারের সুখী, শান্তিপূর্ণ ও দয়ালু মানুষ হওয়া, স্বার্থপর বা অপব্যবহারকারী না হওয়া।

সুতরাং, কখনো কখনো কারো অনুরোধ প্রত্যাখ্যান করা এবং তাদের হতাশ করা আরও দয়ালু কাজ, বরং তাদের অনুরোধ পালন করার থেকে যা তাদের সাময়িকভাবে খুশি করলেও তাদের স্বার্থপর বা অপব্যবহারকারী হতে উৎসাহিত করে, যা শেষ পর্যন্ত তাদের নেতিবাচক কর্মের কারণে আরও দুঃখী করে তোলে।

এসব পরিস্থিতিতে, "না" বলা হলো প্রজ্ঞাসম্পন্ন করুণাময় ভালোবাসা।

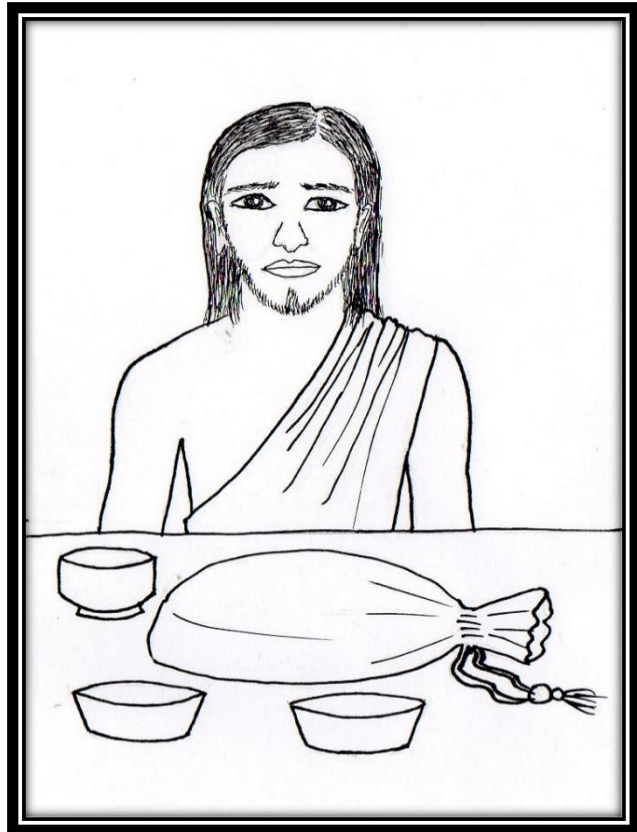
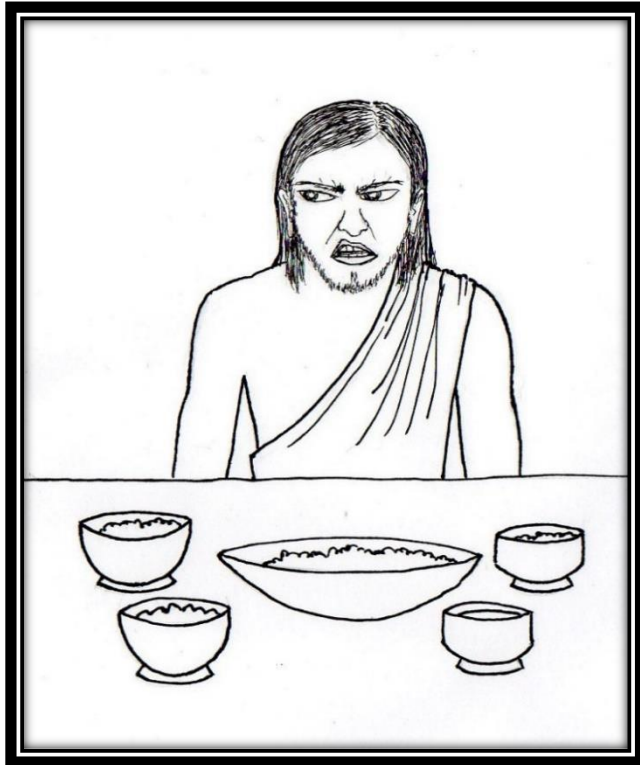
এটি কি সেই রকমভাবে আমাদের বাবা-মা আমাদের প্রতি প্রজ্ঞাসম্পন্ন করুণাময় ভালোবাসা দেখান?

হ্যাঁ। আমাদের বাবা-মা আমাদের সবকিছু দেন না এবং আমাদের যা ইচ্ছা তা করতে দেন না, কারণ তারা আমাদের জন্য যা সত্যিই ভালো তা করার চেষ্টা করেন: আমাদের আত্ম-নিয়ন্ত্রণ ও সুশৃঙ্খল হতে শেখানো যাতে আমাদের সুখী ভবিষ্যৎ হয়।

একইভাবে, গল্পে, বুদ্ধ খাবারের পর লোকেরা যা করতে চেয়েছিল তা করেননি—তাদের ধন্যবাদ দেওয়া ও তাদের গুণাবলী নিয়ে কথা বলা। বরং তিনি তাদের জন্য যা সেবা তা করলেন—তাদের নীরবে অপেক্ষা করিয়ে, তারা ধৈর্য ও নীরবতা অনুশীলন করতে পারল এবং তারপর মেয়ের সাথে তার কথোপকথন থেকে কিছু শিখতে পারল।

যখন তুমি নিশ্চিত নও কী করতে হবে, কি কিভাবে তুমি কোনো পরিস্থিতিতে সবচেয়ে ভালোভাবে করুণাময় ভালোবাসা অনুশীলন করতে পারো, তখন কয়েক মুহূর্তের জন্য মনকে মাইন্ডফুলনেস বা ধ্যানে শিথিল করো, এবং তারপর তোমার নিজের অন্তর্নিহিত প্রজ্ঞাকে সাহায্য করতে দাও যে কী করা বা বলা সেবা তা অনুভব করতে।

অধ্যায় ৭ এর ছবি



অধ্যায় ৭ – ধর্ম শোনার জন্য উৎকোচ

অনাথপিণ্ডিক ছিলেন একজন ধনী ও অত্যন্ত দানশীল ব্যবসায়ী যিনি প্রায়ই দরিদ্র ও প্রয়োজনমত লোকদের সাহায্য করতেন। বুদ্ধের একজন নিষ্ঠাবান ও বিখ্যাত সমর্থক, তিনি তাঁর সমস্ত সম্পদ খরচ করে যুবরাজ জেতার উদ্যানটি কিনেছিলেন এবং সেখানে সাবথী নগরের কাছে বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুদের জন্য একটি মঠ নির্মাণ করেছিলেন। এটি জেতবন মঠ নামে পরিচিত ছিল এবং বুদ্ধের সর্বাধিক পরিচিত মঠে পরিণত হয়েছিল, যেখানে বুদ্ধ প্রায়শই অবস্থান করতেন।

অনাথপিণ্ডিকের একটি পুত্র ছিল যার নাম কাল, যে বুদ্ধ বা ধর্ম শোনার ব্যাপারে মোটেও আগ্রহী ছিল না। বুদ্ধ যখন অনাথপিণ্ডিকের বাড়িতে আসতেন, তখন তাকে দেখার বা বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুদের জন্য কোনো সাহায্য বা সেবা প্রদানের ইচ্ছা তার ছিল না। বুদ্ধ বা তাঁর ভিক্ষুরা বাড়িতে এলে কাল দৃষ্টির বাইরে থাকত।

এছাড়াও, যখনই অনাথপিণ্ডিক তাকে বলতেন, "প্রিয় পুত্র, এটা করো না," কাল তার পিতার কথায় কোনো গুরুত্ব দিত না।

অনাথপিণ্ডিক তাঁর পুত্র সম্পর্কে খুবই চিন্তিত ছিলেন। তিনি ভাবলেন, "যদি আমার এই পুত্র এমন মনোভাব নিয়ে চলতে থাকে, তাহলে সে নরকে গমন করবে। কিন্তু আমার পুত্র যদি আমার চোখের সামনেই নরকে যায়, তাহলে তা আমার জন্য ভালো দেখাবে না। এই পৃথিবীতে এমন কোনো প্রাণী নেই যাকে উপহার দিয়ে প্রশিক্ষণ দেওয়া যায় না। তাই আমি তাকে উপহার দিয়ে প্রশিক্ষণ দেব।"

অতঃপর তিনি তাঁর পুত্রকে বললেন, "প্রিয় পুত্র, পূর্ণিমার দিন অষ্টশীল গ্রহণ করে মঠে যাও, ধর্ম শ্রবণ করো এবং তারপর বাড়ি ফিরে আসো। যদি তুমি এমন করো, তাহলে আমি তোমাকে একশত মুদ্রা দেব।"

কাল, অর্থ পেতে আগ্রহী কিন্তু তার পিতা সত্যি বলছেন কিনা তা নিয়ে সন্দেহান হয়ে জিজ্ঞাসা করল, "পিতা, আপনি কি সত্যিই আমাকে এটি দেবেন?"

"হ্যাঁ, প্রিয় পুত্র," অনাথপিণ্ডিক উত্তর দিলেন।

একশত মুদ্রা বেশ বড় অঙ্ক ছিল। নিশ্চিত হতে কাল জিজ্ঞাসা করল, "আমি যদি এটি করি তবে আপনি সত্যিই আমাকে একশো মুদ্রা দেবেন?"

অনাথপিণ্ডিকা নিশ্চিত করে বললেন, "হ্যাঁ, প্রিয় পুত্র।"

কাল সম্পূর্ণ নিশ্চিত হতে চেয়ে আবার জিজ্ঞাসা করল, "আমি যদি গিয়ে এটি করি তবে আপনি সত্যিই আমাকে মুদ্রা দেবেন?"

অনাথপিণ্ডিকা আবার নিশ্চিত করলেন যে তিনি দেবেন। এটি ছিল একটি প্রতিশ্রুতি। কালা তখন অষ্টশীল গ্রহণ করল—সে সেই দিনের জন্য প্রতিজ্ঞা করল যে কোনো প্রাণী হত্যা করবে না, যা তাকে দেওয়া হয়নি তা নেবে না, কোনো যৌনক্রিয়ায় লিপ্ত হবে না, মিথ্যা বলা বা অসাধুতার পথ এড়িয়ে চলবে, অসতর্কতা সৃষ্টিকারী নেশাদ্রব্য থেকে বিরত থাকবে, দুপুর থেকে ভোর পর্যন্ত আহার করবে না, নাচ, গান বা নাটকে অংশগ্রহণ করা থেকে বিরত থাকবে, ফুল, প্রসাধনী, সুগন্ধি, গহনা বা অন্য কোনো অলংকার পরিধান করবে না এবং আরামদায়ক আসন বা শয্যা ব্যবহার করবে না।

সে জেতবন বিহারে গেল যেখানে বুদ্ধ অবস্থান করছিলেন। কিন্তু ধর্ম শোনায় তার কোনো আগ্রহ ছিল না। তাই সে অন্যান্য লোকদের থেকে দূরে একটি আরামদায়ক স্থানে শুয়ে পড়ল এবং ঘুমিয়ে গেল। ভোরে সে বাড়ি ফিরে এল।

বাড়ি পৌঁছানোর পর, তার বাবা চাকরদের বললেন, "আমার পুত্র অষ্টশীল গ্রহণ করেছে। তাকে অবিলম্বে থিচুড়ি ও অন্যান্য খাবার দাও।"

খাবার তার সামনে রাখা হলে, কালা বলল, "আমি মুদ্রা না পেলে খাব না।"

কালা একগুঁয়েমির সাথে খাবার স্পর্শ করতেও রাজি হল না। তার বাবা তাকে জোর করে খাওয়াতে চাননি, তাই তিনি একজন চাকরকে একশো মুদ্রা এনে কালাকে দেওয়ার নির্দেশ দিলেন। মুদ্রা আনা হলে, কালা তা হাতে নিল এবং তারপর খাবার খেল।

পরদিন অনাথপিণ্ডিকা কালাকে বললেন, "প্রিয় পুত্র, আমি তোমাকে এক হাজার মুদ্রা দেব যদি তুমি বুদ্ধের সামনে দাঁড়িয়ে ধর্মের একটি শ্লোক শেখ এবং তারপর আমার কাছে ফিরে আস।"

কালা তখন বিহারে গেল এবং বুদ্ধের সামনে দাঁড়াল, যিনি ধর্ম শিক্ষা দিচ্ছিলেন। সে বুদ্ধের বলা একটি শ্লোক মুখস্থ করল এবং তারপর অবিলম্বে চলে যেতে চাইল, যেহেতু সে তার বাবার নির্দেশ পালন করেছিল। কিন্তু তারপর সে ভাবল বাড়ি গেলে কী হবে—তার বাবা তাকে শ্লোকের অর্থ জিজ্ঞাসা করবেন। সে এর অর্থ জানত না, তাই মনে মনে বলল, "আমি পরের শ্লোকটি শিখব।" তাই সে আরও বেশি সময় থাকার সিদ্ধান্ত নিল যাতে এমন একটি শ্লোক শুনতে ও মুখস্থ করতে পারে যা তার বোঝা সহজ হবে।

বুদ্ধ জানতেন কালা শুধু তার বাবার কাছ থেকে মুদ্রা পেতেই আগ্রহী এবং ধর্ম শেখায় তার প্রকৃত আগ্রহ নেই। তাই তিনি কালাকে বিভ্রান্ত করলেন যাতে সে শ্লোকের অর্থ না বুঝতে পারে এবং ধর্মের আরও শুনতে থাকে। যারা শেখার দৃঢ় সংকল্প নিয়ে ধর্ম শোনে তারা মনোযোগ দিয়ে শুনবে, এবং যদি তারা তা করে তবে প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ বা তারও উঁচু স্তরে পৌঁছানো সম্ভব।

কালা দৃঢ় সংকল্প নিয়ে ধর্ম শুনল। কিন্তু বুদ্ধ পরবর্তী শ্লোকের সঠিক অর্থ বুঝতে না দিয়ে কালাকে বিভ্রান্ত করলেন। তাই আবার কালা ভাবল, "আমি পরের শ্লোকটি শিখব," এবং সে বুদ্ধের ধর্ম শিক্ষা মনোযোগ দিয়ে শুনতে থাকল।

হঠাৎ কালা গভীরভাবে বুঝতে পারল বুদ্ধ কী শিক্ষা দিচ্ছিলেন এবং প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করল। সে এমন এক মহান আনন্দ, শান্তি ও তৃপ্তিতে ভরে গেল যা সে আগে কখনো অনুভব করেনি। কোনো পরিমাণ মুদ্রাই তাকে এত খুশি করতে পারত না।

পরদিন কালা বুদ্ধ ও তার ভিক্ষুদের সাথে সাবথী নগরে গেল। আনাথপিণ্ডিক তাকে সন্ন্যাসীদের সাথে দেখে ভাবলেন, "আজ আমার ছেলের আচরণ আমাকে খুশি করেছে।"

কালা ভাবল, "আশা করি বাবা আজ বুদ্ধের সামনে আমাকে টাকা দেবেন না। আশা করি তিনি গোপন রাখবেন যে আমি টাকার বিনিময়ে অষ্টাঙ্গশীল গ্রহণ করেছি।" কালা চাচ্ছিল না বুদ্ধ তা জানুক, কিন্তু স্বাভাবিকভাবেই বুদ্ধ সব জানতেন।

আনাথপিণ্ডিক বুদ্ধ ও তাঁর সন্ন্যাসীদেরকে খিচুড়ি নিবেদন করলেন, এবং তাঁর ছেলেকেও খিচুড়ি দিলেন। কালা নিঃশব্দে বসে খিচুড়ি পান করল এবং প্রদত্ত ভাত ও অন্যান্য খাবার খেল।

বুদ্ধ যখন তাঁর ভোজন শেষ করলেন, আনাথপিণ্ডিক তাঁর ছেলের সামনে হাজার মুদ্রা ভর্তি একটি থলে রেখে বললেন,

"প্রিয় পুত্র, মনে রেখো আমি তোমাকে হাজার মুদ্রা দেওয়ার প্রতিশ্রুতি দিয়ে অষ্টাঙ্গশীল গ্রহণ করতে ও মঠে যেতে রাজি করিয়েছিলাম। এখানে তোমার হাজার মুদ্রা রয়েছে।"

বুদ্ধের উপস্থিতিতে হাজার মুদ্রা প্রদর্শিত হলে কালা অত্যন্ত লজ্জিত হয়ে বলল, "আমি টাকা চাই না।"

আনাথপিণ্ডিক জোর দিয়ে বললেন, "টাকা নাও, প্রিয় পুত্র।"

কিন্তু কালা তা স্পর্শ করতে রাজি হল না।

আনাথপিণ্ডিক বুদ্ধকে প্রণাম করে বললেন, "প্রভু, আজ আমার পুত্রের আচরণ আমাকে সন্তুষ্ট করেছে।"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "কী কারণে, মহাধনী?"

আনাথপিণ্ডিক ব্যাখ্যা করলেন, "পরশু দিনে আমি তাকে মঠে পাঠিয়েছিলাম, এই বলে যে 'আমি তোমাকে একশত মুদ্রা দেব।' গতকাল সে টাকা না পেয়ে খেতে অস্বীকার করেছিল, কিন্তু আজ যখন আমি তাকে টাকা দিচ্ছি, সে তা স্পর্শ করতেও রাজি নয়।"

বুদ্ধ বললেন, "হ্যাঁ, মহাধনী। আজ প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করে তোমার পুত্র এমন এক সম্পদ পেয়েছে যা পৃথিবীর সম্রাট হওয়া, দেবলোক প্রাপ্তি বা ব্রহ্মলোক প্রাপ্তির চেয়েও শ্রেয়।"

তারপর তিনি বললেন, "সমগ্র পৃথিবীর একমাত্র রাজা হওয়ার চেয়ে, স্বর্গে যাওয়ার চেয়ে, সমস্ত বিশ্বের অধিপতি হওয়ার চেয়েও শ্রেয় হলো প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ।"

প্রশ্নাবলী:

১. বুদ্ধ বা তার ভিক্ষুগণ যখন কালার বাড়িতে আসতেন তখন সে কী করত? (সে দৃষ্টির বাইরে থাকত এবং সাহায্য করতে এগিয়ে আসত না)
২. কালার বাবা তাকে কীভাবে মঠে বুদ্ধের সাথে দেখা করতে রাজি করিয়েছিলেন? (কালাকে টাকা দেওয়ার প্রস্তাব দিয়ে)
৩. প্রথমবার মঠে পৌঁছে কালার কী করেছিল? (ঘুমিয়েছিল)
৪. কালার বাবা তাকে ধর্ম শিখতে কীভাবে রাজি করিয়েছিলেন? (কালাকে এক হাজার মুদ্রা দেওয়ার প্রস্তাব দিয়ে যদি সে মঠে গিয়ে ধর্মের একটি শ্লোক শেখে)
৫. যখন কালার মনোযোগ সহকারে ধর্মশিক্ষা শুনল তখন কী ঘটল? (সে ধর্মশিক্ষা গভীরভাবে বুঝতে পেরেছিল এবং প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করেছিল)
৬. বুদ্ধের সামনে তার বাবা যখন কালাকে এক হাজার মুদ্রা দিলেন তখন কালার কী অনুভব করেছিল? (অত্যন্ত বিব্রত বোধ করেছিল)

বুদ্ধের বাণী:

“পথব্যাপী এক রজ্জেন, সঙ্গসঙ্গ গমনেন বা, সব লোকাধি পচেন, সোতাপত্তি ফলং বরং।”
“সমগ্র পৃথিবীর একক শাসক হওয়ার চেয়ে, স্বর্গগমনের চেয়ে, সমস্ত লোকের অধিপতি হওয়ার চেয়েও শ্রেয় হলো সোতাপত্তি ফল লাভ।”

ধর্মপদ ১৭৮ (৮:১১)

ধর্ম আলোচনা- সুখ ও বিশ্বাস:

কালার আজকের অনেক যুবকের মতোই ছিল, যারা পিতামাতার ধর্মীয় কার্যক্রমে আগ্রহী নয়। সে ধর্ম শিখতে চায়নি বা বুদ্ধ ও তার ভিক্ষুদের আশীর্বাদ নিতে চায়নি। অনেক যুবকের মতোই সে হয়তো নিজের সিদ্ধান্ত নিজে নিতে চেয়েছিল, একগুঁয়ে ছিল এবং মনে করত সে জানে কী তাকে সুখী করবে। সে কী ভেবেছিল তাকে সুখী করবে? টাকা।

টাকা কি আমাদের সুখী করে? কীভাবে এটি আমাদের সুখী হতে সাহায্য করে?
টাকা আমাদের একটি স্বাচ্ছন্দ্যময় জীবনযাপন করতে সক্ষম করে—একটি সুন্দর বাসস্থান, ভাল খাবার, আমাদের প্রয়োজনীয় জিনিস এবং পছন্দের জিনিসপত্র পাওয়া।

আরও অনেক মানুষ নিজেকে বেশি গুরুত্বপূর্ণ ও সম্মানিত মনে করে যখন তাদের বেশি টাকা থাকে।

কিন্তু, আমরা কি সর্বদা সম্পূর্ণ সন্তুষ্ট ও সুখী থাকি যদি আমাদের প্রচুর টাকা থাকে?

না, আমাদের কাছে যতই অর্থ থাকুক না কেন, আমরা এখনও দুঃখ অনুভব করি।

বিশ্বের সবচেয়ে ধনী ব্যক্তির সুখী বলে মনে হতে পারে, কিন্তু অন্যান্য সকলের মতোই তারা দীর্ঘ সময় সুখী থাকতে পারে না।

তারা আবার সুখী বোধ করার জন্য অন্য কিছু, আরও কিছু, আরও ভালো কিছু চায়।

এটি কারণ এখনও অজ্ঞান মানব মন সর্বদা সুখী থাকতে পারে না।

আপনি কি এমন কোনো সময়ের কথা ভাবতে পারেন যখন আপনি অত্যন্ত সুখী অনুভব করেছিলেন? সেই সুখ কতক্ষণ স্থায়ী হয়েছিল?

আমরা যখনই আনন্দ অনুভব করি, কিছু সময়ের জন্য তা অনুভব করি, কিন্তু শীঘ্রই বা পরে আমরা কোনো না কোনো অপ্রীতিকর অনুভূতি অনুভব করি - যেমন বিরক্তি, একঘেয়েমি, ক্লান্তি, হতাশা, হতাশাগ্রস্ততা, উদ্বেগ, লজ্জা, রাগ বা ঈর্ষা।

আমরা যা চাই তা পাওয়ার উত্তেজনা, নতুন কিছু পাওয়া বা বড় কিছু অর্জন করার আনন্দ ম্লান হয়ে যায় - এবং আমাদেরকে প্রতিদিনের জীবনের সমস্যা, কষ্ট ও অস্বস্তিকর পরিস্থিতির মুখোমুখি হতে হয়।

আমাদের আনন্দদায়ক ও বেদনাদায়ক অনুভূতিগুলো দিনের পর দিন বারবার আসে এবং যায়।

ধনী, সফল, ক্ষমতামণ্ডলী, আকর্ষণীয় ও বিখ্যাত ব্যক্তির অন্যদের মতো সব একই রকমের সমস্যার সম্মুখীন না হলেও তারা তাদের বর্তমান জীবনযাত্রায় অভ্যস্ত হয়ে যায় - এবং তখন অন্যান্য সকলের মতোই তারা নেতিবাচক আবেগ অনুভব করে - হতাশা, বিরক্তি, ঈর্ষা, লজ্জা, রাগ ইত্যাদি - যখন কিছু তাদের ইচ্ছামতো হয় না, যখন তারা যা চায় তা পায় না, যখন তাদের দোষ দেওয়া হয়, প্রত্যাখ্যান করা হয় বা ব্যর্থ হয়, এবং যখন তারা যা পছন্দ করে না তার সম্মুখীন হয়।

এটাই মানব মনের স্বভাব।

বুদ্ধ এটি জানতেন, যে মানব মন আনন্দদায়ক ও বেদনাদায়ক অনুভূতি, সন্তুষ্টি ও অসন্তুষ্টি অনুভব করে - দিনের পর দিন বারবার। এই অপ্রীতিকর অনুভূতি বা অসন্তুষ্টি, সামান্য হোক বা চরম, বৌদ্ধধর্মে দুঃখ নামে পরিচিত।

আমরা যখন সবচেয়ে সুখময় মুহূর্ত বা জীবনের সবচেয়ে উত্তেজনাপূর্ণ অভিজ্ঞতা লাভ করি, তখনও আমরা জানি এটি চিরস্থায়ী হতে পারে না, এবং যদিও আমরা সেই অনুভূতি ধরে রাখতে চাই, আমরা জানি আমরা পারব না।

সুতরাং সেই সময়েও আমরা সামান্য অসন্তুষ্টি, একটু দুঃখিত হই।

বুদ্ধ সমস্ত দুঃখের অবসানের পথ - সত্যিকারের, স্থায়ী, চূড়ান্ত সুখের পথ - খুঁজে পেয়েছিলেন এবং তিনি তা সকলের সাথে ভাগ করে নিতে চেয়েছিলেন।

সমস্যা হলো, কালার মতো অধিকাংশ মানুষ এটি বিশ্বাস করে না। তারা কেন বিশ্বাস করে না?

বুদ্ধের সময়ে অনেক পবিত্র ব্যক্তি ছিলেন যারা শান্তি ও সুখ খুঁজে পাওয়ার উপায় প্রচার করতেন, কিন্তু তাদের কেউই সমস্ত দুঃখের অবসান, অর্থাৎ পূর্ণ জ্ঞানলাভের দিকে নিয়ে যেতে পারেননি।

এবং আজকাল, অসংখ্য মানুষ, সংগঠন ও কোম্পানি দাবি করে যে তাদের কাছে কিছু পদ্ধতি বা পণ্য রয়েছে যা আমাদের শান্ত ও সুখী বোধ कराবে, কিন্তু তারা আমাদের দুঃখের অবসান ঘটায় না বা বিশুদ্ধ, চলমান সুখের দিকে নিয়ে যায় না।

তাহলে কেন কেউ বিশ্বাস করবে যে বুদ্ধ আলাদা?

কয়েকজন জ্ঞানী ব্যক্তি, যখন তারা বুদ্ধ বা তার একজন উন্নত ভিক্ষুকে দেখতেন, শুধুমাত্র তাদের মুখের অত্যন্ত শান্ত, উজ্জ্বল দৃষ্টি থেকেই বুঝতে পারতেন যে তারা সত্যিকারের শান্তি ও সুখের পথ খুঁজে পেয়েছেন।

এবং আরও কয়েকজন লোক বুদ্ধ বা তার একজন উন্নত ভিক্ষুকে কোনো অলৌকিক কাজ করতে দেখেছিলেন - যেমন যখন বুদ্ধ একই সময়ে তার দেহ থেকে জল ও আগুন নির্গত করেছিলেন - যা দেখিয়েছিল যে তিনি জ্ঞানী।

কিন্তু বুদ্ধকে দেখে অধিকাংশ মানুষকে তার শিক্ষাগুলো মনোযোগ দিয়ে শুনতে হয়েছিল তারপরেই তারা বিশ্বাস করেছিল যে এই শিক্ষাগুলো সত্যিকারের সুখের পথ।

এবং তাদের অনেকেই, কালার মতো, মাত্র একবার বুদ্ধের ধর্ম শিক্ষা শুনেই জ্ঞানলাভের প্রথম স্তরে পৌঁছেছিলেন।

এটি কীভাবে সম্ভব হয়েছিল, যখন কালা তার পিতার প্রতি এত অসম্মানজনক আচরণ করেছিল, তার পিতা যা করতে বলেছিলেন তা করতে অস্বীকার করেছিল, এবং যখন কালা বৌদ্ধধর্মে সম্পূর্ণ অনাগ্রহী ছিল?

আজকের সাধারণ মানুষ বুদ্ধের শিক্ষার সামান্য অংশ শুনে জ্ঞানলাভের কোনো স্তরে পৌঁছায় না। কালার জ্ঞানলাভের প্রথম স্তরে পৌঁছানোর দুটি প্রধান কারণ রয়েছে:

প্রথমত, একজন ব্যক্তি কেবল তখনই জ্ঞানলাভের কোনো স্তরে পৌঁছাতে পারে যদি তার পূর্বজন্মে অর্জিত যথেষ্ট পুণ্য (অন্য কথায় ভালো কর্ম) এবং যথেষ্ট জ্ঞান থাকে।

দ্বিতীয়ত, বুদ্ধের উপস্থিতিতে থাকা। বুদ্ধের এত জ্ঞান ও শক্তি ছিল যে অনেক মানুষের জন্য, তার কাছাকাছি থাকাই তাদের মনকে শিথিল ও উন্মুক্ত করে দিত যাতে তারা তার শিক্ষার গভীর অর্থ সহজেই বুঝতে পারে, এমনকি যদি তা কয়েকটি শব্দও হয়।

সুতরাং, কালার অবশ্যই পূর্বজন্মে অর্জিত যথেষ্ট পুণ্য ও জ্ঞান ছিল যা তাকে বুদ্ধের শিক্ষা শোনার সময় ধর্মের গভীর অর্থ বুঝতে সাহায্য করেছিল।

এখন, প্রায় ২৬০০ বছর পরে, যখন আমরা ব্যক্তিগতভাবে বুদ্ধকে দেখতে পাই না, তখন আমরা কীভাবে বিশ্বাস করতে পারি যে তার শিক্ষা সত্যিই আমাদের শান্তি ও সুখ এনে দেবে?

বুদ্ধ আমাদেরকে তার শিক্ষাগুলো আমাদের দৈনন্দিন জীবনে প্রয়োগ ও অনুশীলন করে এবং নিজেরাই দেখতে বলেছেন যে সেগুলো কীভাবে আমাদের সাহায্য করে।

আমরা নিজেরাই দেখতে পারি যে কীভাবে এই শিক্ষাগুলো আমাদেরকে আরও শান্ত, ধৈর্যশীল, সহনশীল, দয়ালু এবং চ্যালেঞ্জ ও কঠিন পরিস্থিতি মোকাবেলা করার জন্য আরও সক্ষম করে তোলে।

এছাড়াও, আমরা হয়তো আমাদের পরিচিত এমন লোকদের পর্যবেক্ষণ করতে পারি যারা আন্তরিকভাবে ধর্ম চর্চা করেন - তারা কি সাধারণ মানুষদের তুলনায় যারা কোনো ধর্ম চর্চা করেন না তাদের চেয়ে বেশি শান্তিপূর্ণ বলে মনে হয়?

এবং, কিছু বৌদ্ধ অনুশীলন আছে যা এখন সারা বিশ্বে জনপ্রিয় হয়ে উঠেছে, কারণ সেগুলো মানুষকে আরও শান্তিপূর্ণ ও সুখী হতে সাহায্য করে।
আপনি কি অনুমান করতে পারেন সেই অনুশীলনগুলি কী? মাইন্ডফুলনেস এবং ধ্যান।

আপনি কি কখনো ভেবে দেখেছেন যে আধুনিক সময়ে বা বর্তমানে এমন মানুষ আছেন যারা প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ বা তার চেয়েও উচ্চতর স্তরে পৌঁছেছেন?
এমন মানুষ আছেন, কিন্তু সাধারণত তারা অন্যকে এটি জানান না, কারণ তারা ধর্মচর্চায় আগ্রহী নয় এমন কৌতূহলী মানুষের ভিড় আকর্ষণ করতে চান না।

অধ্যায় ৮ এর ছবি



অধ্যায় ৮ – অল্প অল্প করে

একবার একজন ব্রাহ্মণ ছিলেন যিনি প্রায়ই বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুদের কাছে শহরের নিকটবর্তী স্থানে যেতেন। ব্রাহ্মণ হলেন ভারতে সমাজের সর্বাধিক সম্মানিত বা উচ্চবিত্ত শ্রেণীর ব্যক্তি, এবং ব্রাহ্মণ পুরুষরা ঐতিহ্যগতভাবে পুরোহিত, আধ্যাত্মিক শিক্ষক, বুদ্ধিজীবী, পণ্ডিত বা রাজার উপদেষ্টা হতেন।

একদিন ভোরে, ব্রাহ্মণটি হেঁটে সেই স্থানে গেলেন যেখানে ভিক্ষুরা সাধারণত তাদের বসবাসস্থল থেকে শহরে প্রবেশের আগে উর্ধ্ব বস্ত্র পরিধান করতেন। গরমের দিনে যখন তারা একা বা শুধুমাত্র অন্যান্য ভিক্ষুদের মধ্যে থাকতেন, তখন তারা শুধু নিম্ন বস্ত্র পরিধান করে উর্ধ্ব বস্ত্র কাঁধে জড়িয়ে রাখতেন। তারা এই স্থানে এসে উর্ধ্ব বস্ত্রটি দু'কাঁধে জড়াতেন। ব্রাহ্মণ তাদের সেখানে দেখা করে শহরে প্রবেশ করতে পছন্দ করতেন যেখানে স্থানীয় বাসিন্দাদের কাছ থেকে তাদের দৈনিক খাদ্য প্রাপ্তি হতো।

যখন তিনি সেই স্থানে পৌঁছালেন, ভিক্ষুরা ইতিমধ্যেই সেখানে ছিলেন, তাদের উর্ধ্ব বস্ত্র কাঁধে জড়াচ্ছিলেন। ব্রাহ্মণ সেখানে দাঁড়িয়ে লক্ষ্য করলেন যে এই স্থানটি লম্বা ঘাসে ঢাকা। তিনি আরও দেখলেন যে একজন ভিক্ষু যখন তার বস্ত্র পরিধান করছিলেন, বস্ত্রের প্রান্ত ঘাসের মধ্যে টেনে যাওয়ায় সকালের শিশিরে ভিজে গিয়েছিল।

ব্রাহ্মণ ভাবলেন যে ভেজা বস্ত্রটি অগোছালো দেখাবে এবং অস্বস্তিকর লাগবে। তিনি অনুভব করলেন যে ভিক্ষুদের বস্ত্র লম্বা ভেজা ঘাসে ভিজে যাওয়া থেকে রক্ষা করার জন্য কিছু করা উচিত। তিনি ভাবলেন, "এই স্থান থেকে ঘাস পরিষ্কার করা উচিত।"

সুতরাং, পরের দিন তিনি সেই স্থানে কোদাল নিয়ে এসে সমস্ত ঘাস পরিষ্কার করলেন। তারপর তিনি মাটি সমতল করে মেঝের মতো মসৃণ করলেন।

পরের দিন, তিনি আবার সেই স্থানে গেলেন। ভিক্ষুরা যখন তাদের উর্ধ্ব বস্ত্র পরিধান করছিলেন, তিনি লক্ষ্য করলেন যে একজন ভিক্ষুর বস্ত্রের প্রান্ত মাটিতে পড়ে ধুলোয় টেনে যাচ্ছিল।

ব্রাহ্মণ লক্ষ্য করলেন যে বস্ত্রটি ধুলোয় ও নোংরা দেখাচ্ছে। তিনি ভাবলেন যে ভিক্ষুদের বস্ত্র খালি মাটি স্পর্শ করলে নোংরা হওয়া থেকে রক্ষা করার জন্য কিছু করা উচিত। তিনি ভাবলেন, "এখানে বালি ছিটানো উচিত।"

সুতরাং, তিনি একটি গাড়িতে বালি বোঝাই করে এনে ভিক্ষুদের বিশ্রামস্থলে নিয়ে গেলেন এবং সেখানে বালি সমানভাবে ছড়িয়ে দিলেন।

কিছু দিন পর, প্রচণ্ড গরম পড়ল। তিনি যখন ভিক্ষুদের সাথে তাদের বিশ্রামস্থলে দেখা করতে গেলেন, তিনি লক্ষ্য করলেন যে ভিক্ষুরা যখন তাদের বস্ত্র পরিধান করছিলেন, তাদের শরীর থেকে ঘাম ঝরছিল। ব্রাহ্মণ লক্ষ্য করলেন যে রোদে গরম প্রায় অসহ্য ছিল, কিন্তু ছায়ায় কিছুটা ঠাণ্ডা ছিল। তিনি ভাবলেন যে যদি সব ভিক্ষুর জন্য ছায়ায় বস্ত্র পরিধান করার স্থান থাকে, তাহলে তারা গরম রোদ থেকে সুরক্ষা পাবে। তিনি ভাবলেন, "এখানে একটি ছাউনি তৈরি করা উচিত।"

সুতরাং, তিনি কাঠ ও অন্যান্য নির্মাণ সামগ্রী কিনে কিছু লোককে সংগঠিত করে বিশ্রামস্থলে একটি ছাউনি তৈরি করলেন। তিনি খুব খুশি হলেন যখন তিনি ভিক্ষুদের এই ছাউনি উৎসর্গ করলেন।

অন্য একদিন ভোরে বৃষ্টি হচ্ছিল। ব্রাহ্মণ যখন ভিক্ষুদের বিশ্রামস্থলে আসতে দেখলেন, তিনি লক্ষ্য করলেন যে বৃষ্টিতে হাঁটার ফলে তাদের বস্ত্র ভিজে গিয়েছে। তিনি ভাবলেন যে যদি সেখানে একটি হল তৈরি করা হয়, তাহলে তাদের বৃষ্টিতে তাদের বসবাসস্থল পর্যন্ত হাঁটতে হবে না। তখন তারা হলেই খাবার খেতে, ধ্যান করতে ও ধর্ম শিক্ষা দিতে পারবেন। তিনি ভাবলেন, "এখানে একটি হল তৈরি করা উচিত।"

সুতরাং, তিনি প্রচুর কাঠ ও নির্মাণ সামগ্রী কিনে কিছু লোককে সংগঠিত করে একটি বড় হল তৈরি করলেন। হলটি সম্পূর্ণ হলে তিনি ভাবলেন, "এখন আমি হলের উদ্বোধন উপলক্ষে একটি উৎসবের আয়োজন করব।"

তিনি বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুসংঘকে হলটিতে একটি উৎসবে আসার আমন্ত্রণ জানালেন। তিনি ও অন্যরা সবার জন্য খাদ্য প্রস্তুত করলেন। বুদ্ধ ও তাঁর বিপুল সংখ্যক ভিক্ষু যখন আসলেন, তিনি তাদের আসনে বসার জন্য নির্দেশ দিলেন। এত বেশি সংখ্যক ভিক্ষু ছিলেন যে কিছু হলের ভিতরে ও কিছু হলের বাইরে বসেছিলেন। তারপর তিনি ও অন্যান্য স্বেচ্ছাসেবকরা তাদের খাবার পরিবেশন করলেন। ব্রাহ্মণ তাঁর দেওয়া উপহার নিয়ে খুব খুশি বোধ করলেন।

খাবার শেষে, তিনি বুদ্ধের পাত্রটি নিলেন যাতে বুদ্ধ খাবারের জন্য কৃতজ্ঞতা জানিয়ে কিছু বলতে পারেন।

ব্রাহ্মণ বুদ্ধকে বললেন, "প্রভু, আমি যে স্থানে ভিক্ষুরা তাদের বস্ত্র পরিধান করছিলেন সেখানে দাঁড়িয়ে তাদের দেখছিলাম, আমি দেখলাম যে একজন ভিক্ষুর বস্ত্র ভেঙা ঘাসে ভিজে গেছে, তাই আমি ভিক্ষুদের জন্য ঘাস পরিষ্কার করে মাটি সমতল করলাম। পরে আমি দেখলাম যে একজন ভিক্ষুর বস্ত্র খালি মাটিতে ধুলোয় টেনে যাচ্ছে, তাই আমি মাটিতে বালি ছিটিয়ে দিলাম। তারপর এক অত্যন্ত গরম দিনে, আমি দেখলাম যে ভিক্ষুরা ঘামছিলেন, তাই আমি তাদের জন্য একটি ছাউনি তৈরি করলাম এবং তখন তারা গরম রোদ থেকে সুরক্ষিত হলেন। অন্য একদিন, আমি দেখলাম যে বৃষ্টিতে হাঁটার ফলে ভিক্ষুদের বস্ত্র ভিজে যাচ্ছে, তাই আমি একটি হল তৈরি করলাম এবং তখন ভিক্ষুদের এত বেশি বৃষ্টিতে হাঁটতে হবে না।"

বুদ্ধ তাঁকে শুনে বললেন, "ব্রাহ্মণ, একজন জ্ঞানী ব্যক্তি ভালো কাজ করার মাধ্যমে, বারবার, অল্প অল্প করে, ধীরে ধীরে তার নিজের অশুভ কর্মের দাগ দূর করে।"

বুদ্ধ তখন এই শ্লোকটি দ্বারা ব্যাখ্যা করলেন: "ক্রমাগত অনুশীলনের মাধ্যমে, অল্প অল্প করে, সময়ে সময়ে, একজন জ্ঞানী ব্যক্তিকে তার নিজের অশুচিতা দূর করা উচিত, যেমন একজন স্বর্ণকার রূপা থেকে অশুচিতা দূর করে।"

প্রশ্ন:

১. ভারতে ঐতিহ্যগতভাবে যারা পুরোহিত, আধ্যাত্মিক শিক্ষক, বুদ্ধিজীবী, পণ্ডিত বা রাজার উপদেষ্টা ছিলেন তাদের কী বলা হয়? (ব্রাহ্মণ)।
২. গল্পে প্রথম সকালে ব্রাহ্মণ যখন ভিক্ষুদের বিশ্রামস্থলে গেলেন তখন তিনি কী লক্ষ্য করলেন? (একজন ভিক্ষুর বস্ত্র ভেজা লম্বা ঘাস থেকে ভিজে গিয়েছিল)
৩. ব্রাহ্মণ ভিক্ষুর বস্ত্র ঘাস থেকে ভিজে যেতে দেখে কী করতে চাইলেন? (বিশ্রামস্থল থেকে ঘাস পরিষ্কার করা)
৪. ব্রাহ্মণ ভিক্ষুদের সাহায্য করতে আর কী কী করলেন? (মাটিতে বালি ছড়িয়ে দিলেন, একটি ছাউনি তৈরি করলেন, একটি হল তৈরি করলেন এবং ভিক্ষুদের জন্য খাবার দান করলেন)
৫. ব্রাহ্মণ ভিক্ষুদের দান করার পর কেমন অনুভব করলেন? (অত্যন্ত আনন্দিত)
৬. বুদ্ধের মতে, আমরা যখন বারবার, অল্প অল্প করে ভালো কাজ করি, তখন আমরা ধীরে ধীরে কী দূর করি? (আমাদের অশুচিতা)

বুদ্ধ যা বলেছেন:

"অনুপূর্বের মতো মেধাবি থোক থোকং খণে খণে, কস্মারো রজাতস্‌স' এব নিদ্ধমে মলম অন্তানো।"
"ধীরে ধীরে, সময়ে সময়ে, অল্প অল্প করে চর্চার মাধ্যমে একজন জ্ঞানী ব্যক্তি নিজের অশুচিতা দূর করবে, যেমন একজন স্বর্ণকার রূপার অশুচিতা দূর করে।"

ধর্মপদ ২৩৯ (১৮:৫)

ধর্ম আলোচনা- সচেতনতা ও সেবা:

ব্রাহ্মণ যেন ভিক্ষুদের একজন সেবকের মতো ছিলেন, তাদের আরাম এবং এমনকি বস্ত্র শুকনো ও পরিষ্কার রাখার মতো ছোটখাটো প্রয়োজনগুলোরও খেয়াল রাখতেন। কিন্তু ব্রাহ্মণ হলেন উচ্চবর্গীয়, শিক্ষিত, সম্মানিত ব্যক্তি - যিনি সাধারণত সেবকের মতো আচরণ করেন না, তাহলে ব্রাহ্মণ কেন ভিক্ষুদের কাছে সেবকের মতো আচরণ করলেন? কারণ তিনি মনে করতেন যে ভিক্ষুদের সেবা করা একটি মহান সম্মান, মহান সুযোগ এবং মহান সৌভাগ্যের বিষয়। বুদ্ধের ভিক্ষুরা তাঁর চেয়ে অনেক বেশি সম্মানের যোগ্য ছিলেন, কারণ তারা জ্ঞানের সর্বোচ্চ লক্ষ্য নির্বাণ লাভের জন্য ধর্ম শেখা ও চর্চায় নিমগ্ন ছিলেন। রাজাদের অনেক লোক শাসনের একটি মহৎ উদ্দেশ্য থাকতে পারে, কিন্তু তা জীবনের সর্বোচ্চ লক্ষ্য নয়।

এবং রাজারা অধিকাংশ মানুষের কাছ থেকে মহান সম্মানের যোগ্য হতে পারেন, কিন্তু রাজা ও ব্রাহ্মণগণ বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুদের প্রতি মাথা নত করেন এবং ভিক্ষুদের বৃহত্তর জ্ঞান ও পবিত্রতার কারণে তাদের বেশি সম্মানের যোগ্য বলে মনে করেন।

সুতরাং ব্রাহ্মণ, ধনী ব্যক্তি এমনকি রাজারাও বুদ্ধ ও তাঁর সংঘকে সহায়তা ও সমর্থন করতে তাদের সময়, শক্তি, খাদ্য ও সম্পদ দিয়ে সেবা করতে ও অত্যন্ত উদার হতে ইচ্ছুক ছিলেন।

তাদের এমন কাজ করার অনুপ্রেরণা কী ছিল?

একটি কারণ হল এটি পুণ্য সৃষ্টি করে - ভালো কর্ম - যা তাদের ভালো ভবিষ্যৎ নিশ্চিত করে।

আর একটি কারণ হল এটি তাদের আনন্দিত বোধ করাতো কারণ তারা জানত যে তারা আরও বেশি লোককে ধর্ম শেখানোর, আরও বেশি লোককে ভিক্ষু হওয়ার জন্য আকৃষ্ট করার এবং আরও বেশি লোককে ধর্ম চর্চায় উৎসাহিত করার মাধ্যমে বিশ্বকে আরও সুখী ও শান্তিপূর্ণ করে তুলতে ভিক্ষুদের সমর্থন করছেন।

এবং আরেকটি কারণ হল এটি তাদের ভালো গুণাবলী বিকাশে ও অশুচিতা দূর করতে সাহায্য করত।

আপনি কি এমন ভালো গুণাবলীর কথা ভাবতে পারেন যা আমরা অন্যদের সাহায্য করার সময় বিকাশ করি, যেমন ভিক্ষু, আমাদের পিতামাতা ও শিক্ষকদের?

যখন আমরা কিছু দিই, যেমন আমাদের সময় ও শক্তি, তখন আমরা কোন অনুভূতি নিয়ে দিই, বা কোন ভালো গুণটি আমরা বিকাশ করি? উদারতা।

আপনার হৃদয়ে কোন অনুভূতি বা ভালো গুণ থাকতে পারে যখন আপনি কাউকে চাপে, অস্বস্তিতে, সংগ্রামে, বিরক্ত, ব্যথায় বা সাহায্যের প্রয়োজন দেখেন? করুণা।

আপনি যাদের সাহায্য করছেন তাদের প্রতি আপনার হৃদয়ে কোন অনুভূতি বা ভালো গুণ থাকা উচিত? মৈত্রী।

অহংকারের বিপরীত কোন গুণ আমরা অন্যদের সেবা করার সময় বিকাশ করি? বিনয়।

বুদ্ধ কী বোঝাতে চেয়েছিলেন যখন তিনি বলেছিলেন যে ভালো কাজ করার মাধ্যমে, বারবার, অল্প অল্প করে আমরা ধীরে ধীরে আমাদের অশুচিতা দূর করি?

তিনি বোঝাতে চেয়েছিলেন যে ভালো কাজ করা, অন্যদের সাহায্য করা, বারবার করার মাধ্যমে আমরা আমাদের অশুচিতা বা নেতিবাচক গুণাবলী যেমন অজ্ঞানতা, ঘৃণা, লোভ, ঈর্ষা এবং অহংকার দূর করি।

আমরা নিজেরাই দেখতে পাই এটি কীভাবে ঘটে কারণ আমাদের যে কোনও অপ্রীতিকর অনুভূতি সাহায্য করার সময় হ্রাস পায় বা অদৃশ্য হয়ে যায়।

এমনকি যদি আমরা প্রথমে সাহায্য করতে ইচ্ছুক না থাকি, আমাদের খারাপ মেজাজ, বিরক্তি বা রাগ কী হয় যখন আমরা কারও সাহায্যে ব্যস্ত হয়ে পড়ি? আমরা তা ভুলে যাই, তাই তা চলে যায়।

এবং আমাদের অলসতা ও স্বার্থপরতার কী হয়? সেগুলো অদৃশ্য হয়ে যায়।

যখন আমরা অন্যদের সাহায্য করি, তখন আমরা তাদের দিকে মনোনিবেশ করি - তাদের কী প্রয়োজন, তারা কী চায় - তাই আমরা আমাদের নিজস্ব অপ্রীতিকর অনুভূতি এবং আত্মকেন্দ্রিকতা ভুলে যাই।

এবং আমরা অন্যদের আমাদের সাহায্যে সন্তুষ্ট হওয়ার অনুভূতি উপভোগ করতে পারি।

আমরা কি কীভাবে অন্যদের সাহায্য করার উপায় খুঁজে পেতে পারি?

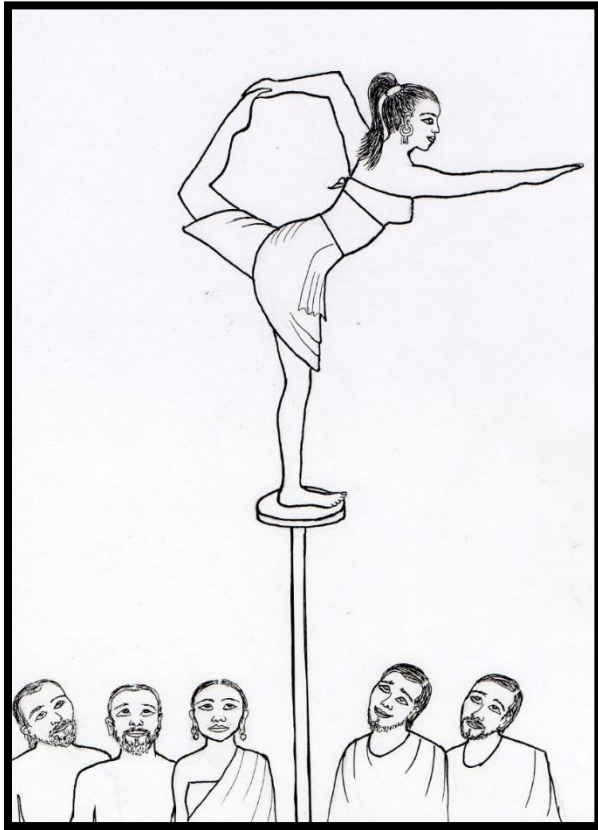
আমরা গল্পের ব্রাহ্মণ থেকে শিখতে পারি, তিনি কীভাবে সন্ন্যাসীদের সাহায্য করা শুরু করেছিলেন।
ঘাস পরিষ্কার করা, মাটিতে বালি ছিটিয়ে দেওয়া এবং আশ্রয় ও হল নির্মাণের প্রয়োজনীয়তা কীভাবে তার নজরে এলো?
তিনি কিছু লক্ষ্য করছিলেন। তিনি কী দেখেছিলেন? যে সন্ন্যাসীরা অস্বস্তিতে থাকতে পারেন বা অগোছালো দেখাতে পারেন।
যদি তিনি লক্ষ্য না করতেন—সযত্নে পর্যবেক্ষণ না করতেন—অন্যরা অস্বস্তিতে আছে কিনা, কিছু প্রয়োজন আছে কিনা বা কিছু চাইছে কিনা, তাহলে তিনি কীভাবে সাহায্য করবেন তার ধারণা পেতেন না।
সুতরাং, অন্যরা অস্বস্তিতে আছে কিনা বা কিছু প্রয়োজন বা চাইছে কিনা তা লক্ষ্য করা—সচেতন হওয়া—আমাদের কীভাবে সাহায্য করা যায় সে সম্পর্কে ইঙ্গিত দেয়।

আমরা কীভাবে আরও সচেতন হতে পারি—আমরা কীভাবে আমাদের সচেতনতা বিকাশ করতে পারি?
প্রথমে, লক্ষ্য করুন কী আমাদের সচেতনতার পথে বাধা সৃষ্টি করে—কোন অভ্যাসগুলো আমাদের অচেতন, বিভ্রান্ত করে।
আমাদের অনেকেরই অত্যাধিক স্ক্রিন দেখার অভ্যাস আছে—আমাদের ফোন, ট্যাবলেট, টিভি, ভিডিওগেম।
এবং আমাদের কিছু বন্ধুদের উপর ফোকাস করা এবং আমাদের চারপাশে যা ঘটছে তা উপেক্ষা করার অভ্যাস আছে।
দ্বিতীয়ত, আমরা মাইন্ডফুলনেস অনুশীলন করতে পারি।
মাইন্ডফুলনেস আমাদের চারপাশে কী ঘটছে তা সম্পর্কে আরও বেশি সচেতন করে তোলে।

গল্পের ব্রাহ্মণ আমাদের অন্যদের সাহায্য করার উপায় খুঁজে বের করার আরেকটি পদ্ধতি দেখায়।
তিনি একটি খুব সাধারণ কাজ দিয়ে শুরু করেছিলেন—ঘাস পরিষ্কার করা।
আমরাও আমাদের বাবা-মাকে সহজ উপায়ে সাহায্য করা দিয়ে শুরু করতে পারি। আপনি কিছু ভাবে পারেন?
কাচাবাজারের জিনিসপত্র বহন করা, সেগুলো সঠিক জায়গায় রাখা, খাওয়ার আগে টেবিল সেট করা, খাওয়ার পর টেবিল পরিষ্কার করা, টেবিল মুছে দেওয়া, বাসন মাজা, পরিষ্কার কাপড় ও বাসন সাজিয়ে রাখা, মেঝে ঝাড়ু দেওয়া। বাড়িতে সাহায্য করার জন্য আপনি আর কী কী কাজ করতে পারেন?
যখন আমরা বাড়িতে আরও বেশি সাহায্য করার উপায় লক্ষ্য করি, তখন আমরা সহায়তার অভ্যাস গড়ে তুলি—এবং তারপর আমরা যেখানেই থাকি না কেন আরও বেশি উপায়ে সাহায্য করার সুযোগ পাই।
ব্রাহ্মণ একটি সাধারণ, সম্ভবত একঘেয়ে কাজ দিয়ে শুরু করেছিলেন—ঘাস পরিষ্কার করা এবং তারপর তিনি আরও উপায়ে সাহায্য করার সুযোগ পেয়েছিলেন, এবং শেষ পর্যন্ত সন্ন্যাসীদের জন্য একটি হল নির্মাণ এবং তাদের জন্য একটি উৎসব আয়োজনের মতো মহৎ কাজ করেছিলেন, যা তিনি উপভোগ করেছিলেন।

একইভাবে, যখন আমরা সহজ উপায়ে সাহায্য করা শুরু করি, যেমন আমাদের বাবা-মাকে সাহায্য করা, তখন আমরা সহায়তার অভ্যাস গড়ে তুলি, এবং তারপর আমরা সহায়তা করার সব ধরনের সুযোগ খুঁজে পাই।
তারপর আমরা আরও আকর্ষণীয় উপায়ে স্বেচ্ছাসেবক হতে পারি, এমন কাজ করতে যা আমরা খুব উপভোগ করি।

অধ্যায় ৯ এর ছবি



অধ্যায় ৯ – শিল্পীবৃন্দ

প্রতি বছর, বা কখনও কখনও বছরে দুবার, একদল শিল্পী ভারতের রাজগৃহ শহরে রাজার কাছে সাত দিন ধরে অভিনয় করতে আসত। তারা তাদের অভিনয়ের জন্য প্রচুর সোনা ও অর্থ উপার্জন করত। শিল্পীদের দক্ষতায় লোকেরা এতটাই বিস্মিত হত যে তারা সপ্তাহজুড়ে শিল্পীদের মধ্যে উপহার ও অর্থ নিষ্ক্ষেপ করত। এবং শহরের সবাই এই অসাধারণ প্রদর্শনী দেখতে চাইত। তারা বিছানার উপর বিছানা সাজিয়ে দর্শকদের মাথার উপর থেকে দেখার জন্য উপরে উঠে বসত বা দাঁড়াত।

একদিন, এক যুবতী শিল্পী একটি খুঁটির উপর উঠে, খুঁটির উপর উল্টোপাল্টা খেয়ে, তারপর খুঁটির ডগায় ভর দিয়ে নাচতে ও সুন্দরভাবে গান করতে লাগল।

দর্শকদের মধ্যে, বিছানার স্তূপের উপর দাঁড়িয়ে ছিল দুই যুবক বন্ধু। একজন, উগ্গসেন নামে, একজন অত্যন্ত ধনী বণিকের ছেলে। সে শিল্পীর নাচ দেখে মুগ্ধ হয়ে গেল তার হাত-পা নাড়ানোর দক্ষতায়। সে তার নাচের মাধুর্যে মুগ্ধ হয়েছিল। সে তার সৌন্দর্যে মুগ্ধ হয়েছিল এবং সম্পূর্ণভাবে মোহিত হয়েছিল। সে তৎক্ষণাৎ তার প্রেমে পড়ে গেল।

অভিনয় শেষে, সে বাড়ি গিয়ে তার বাবা-মাকে তার সম্পর্কে বলল। সে তার প্রতি এতটাই আকৃষ্ট হয়েছিল যে তাকে বি বিয়ে করার দৃঢ় সিদ্ধান্ত নিল, কিন্তু সে নিশ্চিত ছিল যে তার বাবা-মা একজন শিল্পীর মেয়েকে বিয়ে করতে অনুমতি দেবেন না। তাই সে বলল,

"যদি আমি তাকে পাই, তবে আমি বাঁচব, কিন্তু যদি না পাই, তবে আমি এখানেই মরে যাব।"

সে তার বি বিছানায় ছিটকে পড়ল এবং খাবার দেওয়া হলে খেতে অস্বীকার করল।

তার বাবা তাকে জিজ্ঞাসা করল, "বাবা, তোমার কী হয়েছে?"

উগ্গসেন উত্তর দিল, "যদি আমি সেই শিল্পীর মেয়েটিকে পাই, তবে আমি বাঁচব, কিন্তু যদি না পাই, তবে আমি এখানেই মরে যাব।"

তার বাবা বলল, "বাবা, এমন করো না," এবং তার মা বলল। "আমরা তোমার জন্য অন্য একটি যুবতীকে আনব, যে আমাদের সমাজ ও সম্পদে সমতুল্য।"

উগ্গসেন, এখনও বিছানায় শুয়ে, পুনরাবৃত্তি করল, "যদি আমি সেই শিল্পীর মেয়েটিকে পাই, তবে আমি বাঁচব, কিন্তু যদি না পাই, তবে আমি এখানেই মরে যাব।"

তার বাবা দীর্ঘক্ষণ তার সাথে তর্ক করল, তাকে বোঝানোর চেষ্টা করল যে তাকে অপেক্ষা করা উচিত, যে একজন ভ্রাম্যমাণ শিল্পী তার জন্য উপযুক্ত স্ত্রী নয়, এবং যে আরও সম্মানিত পরিবার থেকে সুন্দরী যুবতীরা আছে যাদের সে বি বিয়ে করতে পারে। কিন্তু সে তার ছেলেকে সেই যুবতী শিল্পীর প্রতি আকর্ষণ একটি জ্ঞানী দৃষ্টিকোণ থেকে দেখাতে পারল না। উগ্গসেনকে তার প্রতি আসক্তি ত্যাগ করতে রাজি করানো যায়নি।

অবশেষে, বাবা কাউকে পাঠিয়ে উগ্গসেনার বন্ধুকে বাড়িতে আনলেন। বন্ধুটি যখন এলো, উগ্গসেনার বাবা তাকে এক হাজার টাকা দিয়ে বললেন,

"এই টাকা নিয়ে নাট্যকারকে বলো, আমার ছেলের সাথে তার মেয়ের বিয়ে দিতে।"

উগ্গসেনার বন্ধু নাট্যকারের কাছে গিয়ে টাকার খলে দিয়ে মেয়েটিকে উগ্গসেনার সাথে বি বিয়ে দেবার অনুমতি চাইলেন।

নাট্যকার জবাব দিলেন, "আমি টাকার বিনিময়ে মেয়ে দেব না। তবে সত্যিই যদি আমার মেয়ে ছাড়া তার বাঁচা না যায়, তাহলে সে যেন আমাদের সাথে ভ্রমণ করে। যদি সে তা করে, তাহলে আমি তাকে আমার মেয়ে দেব।"

বন্ধুটি উগ্গসেনার বাড়ি ফিরে এসে তার বাবা-মাকে নাট্যকারের কথা জানালেন। বাবা-মা তখন উগ্গসেনাকে গিয়ে সব কথা বললেন।

উগ্গসেনা সঙ্গে সঙ্গে বলল, "অবশ্যই আমি তাদের সাথে ভ্রমণ করব।"

তার বাবা-মা ভীষণ আশ্চর্য ও বিরক্ত হলেন যে সে তাদের ছেড়ে যেতে চায় এবং তারা যে আরামদায়ক জীবনযাপন করার সুযোগ করে দিয়েছেন তা ত্যাগ করে নিচু স্তরের মানুষের সাথে ভ্রমণ করবে। তারা তাকে বারণ করলেন, কিন্তু সে তাদের কথায় কান দিল না। সে বাড়ি ছেড়ে নাট্যকারদের দলে যোগ দিল।

সে নাট্যকারদের সাথে থাকল এবং তাদের সব কাজে সাহায্য করল, তাই সুন্দরী নটীর বাবা উগ্গসেনাকে তার মেয়ের সাথে বি বিয়ে দিলেন। তারা গ্রামে গ্রামে, বড় বাজার শহরে এবং রাজাদের শহরে ঘুরে বেড়াত এবং সর্বত্র তাদের নাচ-গান দেখাত। উগ্গসেনা ও তার স্ত্রীর শীঘ্রই একটি সন্তান হল।

যখন স্ত্রী তাদের ছোট ছেলেটির সাথে খেলা করত এবং তাকে গান শোনাত, তখন তাকে "গাড়িওয়ালার ছেলে" বা "কাঠ কুড়ানি ও জল আনার লোকের ছেলে" বা "কিছুই না জানার ছেলে" বলে ডাকত। উগ্গসেনা আসলে নাট্যকারদের গাড়ি সম্পর্কিত সব কাজ দেখাশোনা করত, যেমন গাড়ি চালানো, গাড়ি টানা বলদগুলোর জন্য ঘাস ও জল আনা, এবং নাট্যকারদের পারফরম্যান্সের জন্য প্রয়োজনীয় সব বাক্স বহন করা ও সরঞ্জাম সাজানো ও গোছানো। তার স্ত্রী তার দায়িত্বগুলোর কথা উল্লেখ করেই ছেলেকে এই নামগুলো দিয়ে গান গাইত। উগ্গসেনা তা বুঝতে পারত এবং অপমানিত ও আহত বোধ করত।

স্ত্রী গাইতে থাকলে সে জিজ্ঞাসা করল, "তুমি কি আমার কথা বলছ?"

স্ত্রী উত্তর দিল, "হ্যাঁ, তোমার কথাই বলছি।"

সে বলল, "তাহলে আমি পালিয়ে যাব এবং তোমাদের ছেড়ে চলে যাব।"

স্বী ঠান্ডাভাবে উত্তর দিল, "তুমি যাবে কি যাবে না, তাতে আমার কী আসে যায়?"

সে একই গান বারবার গাইতে লাগল। মনে হচ্ছিল, তার সৌন্দর্য, দক্ষতা এবং নাচ-গান থেকে অর্জিত বিপুল অর্থের কারণে তার উগ্গসেনার প্রয়োজন নেই, তাই সে তার সম্পর্কে চিন্তা করত না।

সে ভাবল, "সে এত অহংকারী কেন?" এবং তারপর বিবেচনা করল, "এটা তার নাট্যকার হিসেবে দক্ষতার কারণে।" তাই সে মনে মনে ভাবল, "আচ্ছা! আমিই নাট্যকার হওয়ার কৌশল শিখব।"

সে তার শ্বশুরের কাছে গেল এবং কিছুদিনের মধ্যেই শ্বশুরের জানা সব নাট্যকলার কৌশল শিখে ফেলল। যখন তারা গ্রামে, বাজার শহরে ও রাজাদের শহরে পারফরম্যান্স করতে যেত, উগ্গসেনাও অন্যান্য নাট্যকারদের সাথে নাচ-গান দেখাত।

একদিন তারা উগ্গসেনার নিজ শহর রাজগৃহে পারফরম্যান্স করতে যাচ্ছিল। সে শহরের দূতদের বলল, "আজ থেকে সাত দিন পর ধনী বণিকের ছেলে উগ্গসেনা শহরবাসীদের সামনে তার দক্ষতা প্রদর্শন করবে।"

রাজগৃহের বাসিন্দারা সাত দিনের মধ্যে একটার উপর একটা মঞ্চ বানাতে পারফরম্যান্সের দিন উগ্গসেনা একটি অত্যন্ত লম্বা খুঁটির উপর উঠে তার মাথায় ভর দিয়ে দাঁড়াল।

সেইদিন ভোরে সূর্যোদয়ের সময় বুদ্ধ তার মনের চোখে পৃথিবীর দিকে তাকিয়ে উগ্গসেনাকে দেখলেন। বুদ্ধ ভাবলেন, "তার কি হবে?" সঙ্গে সঙ্গে তিনি বুঝতে পারলেন সেইদিন কী ঘটবে। তিনি দেখলেন ধনী বণিকের ছেলে উগ্গসেনা তার দক্ষতা প্রদর্শনের জন্য একটি খুঁটির মাথায় ভর দিয়ে দাঁড়াবে, এবং একটি বিশাল ভিড় তার পারফরম্যান্স দেখতে জড়ো হবে। এবং তিনি, বুদ্ধ, ধর্মের চার লাইনের একটি স্তবক বলবেন। এই স্তবক শুনে ৮৪,০০০ প্রাণী ধর্ম বুঝতে পারবে এবং উগ্গসেনা নিজে একজন অর্হং হয়ে যাবে। বুদ্ধ জানতেন যে উগ্গসেনা এখন ধর্ম উপলব্ধি করার জন্য প্রস্তুত।

তাই বুদ্ধ তার অনেক ভিক্ষুকে নিয়ে রাজগৃহ শহরে দিনের খাবার গ্রহণের জন্য প্রবেশ করলেন।

বুদ্ধ শহরে প্রবেশ করার ঠিক আগের মুহূর্তে উগ্গসেনা দর্শকদের উদ্দেশ্যে হাত নেড়ে তাদের করতালির জন্য ইঙ্গিত করল। খুঁটির মাথায় ভর দিয়ে সে বাতাসে উল্টো খেয়াল করল, এবং আবার খুঁটির মাথায় ভর দিয়ে দাঁড়াল।

ঠিক সেই মুহূর্তে বুদ্ধ শহরে প্রবেশ করলেন এবং ইচ্ছা করলেন যে ভিড় তাকে দেখুক, উগ্গসেনাকে নয়। যখন উগ্গসেনা দর্শকদের দিকে তাকাল এবং দেখল তারা সবাই তাকে দেখছে না, তখন সে প্রচণ্ড হতাশায় ভুগল। সে ভাবল, "এটি এমন একটি কৌশল যেটি আমি এক বছর ধরে শিখেছি, কিন্তু বুদ্ধ যখন শহরে প্রবেশ করলেন, দর্শকরা আমার দিকে না তাকিয়ে বুদ্ধের দিকে তাকাল। আমার পারফরম্যান্স সম্পূর্ণ ব্যর্থ হয়েছে।" সে শুধু খুঁটির উপর বসে রইল, গভীর হতাশায়, নিজেকে সম্পূর্ণ অযোগ্য ভাবতে লাগল।

বুদ্ধ উগ্গসেনার মনের ভাবনা জানতে পেরে মোগ্গল্লান ভিক্ষুকে বললেন, "যাও এবং ধনী বণিকের ছেলেকে জানাও যে বুদ্ধ চান সে তার দক্ষতা দেখাক।"

মোগ্গল্লান ভিক্ষু খুঁটির নিচে গিয়ে দাঁড়ালেন এবং উগ্গসেনাকে বললেন, "দেখো উগ্গসেনা, হে মহাশক্তিধর নাট্যকার। ভিড়ের জন্য পারফরম্যান্স করো; মানুষদের হাসাও।"

উগ্গসেনা এই মহান ভিক্ষুর কথা শুনে আনন্দিত হয়ে ভাবল, "নিঃসন্দেহে বুদ্ধ আমার দক্ষতা দেখতে চান।"

মস্তকের উপর সমতুল্য ভাবে দাঁড়িয়ে তিনি বললেন, "দেখুন মোগ্গলান, প্রজ্ঞা ও শক্তিতে মহান। আমি দর্শকদের জন্য প্রদর্শন করি, মানুষদের হাসাই।"

তারপর তিনি খুঁটির শীর্ষ থেকে বাতাসে লাফ দিলেন, আগের চেয়ে দ্বিগুণ সংখ্যক উল্টো খেয়াল প্রদর্শন করলেন, এবং পুনরায় খুঁটির শীর্ষে সমতুল্য ভাবে পায়ের উপর অবতরণ করলেন।

বুদ্ধ বললেন, "উগ্গসেন, একজন জ্ঞানী ব্যক্তির উচিত অতীত, বর্তমান ও ভবিষ্যতের বস্তুর প্রতি আসক্তি ত্যাগ করা; তারপর জন্ম, জরা, রোগ ও মৃত্যু থেকে মুক্তি অর্জন করা।" তারপর বুদ্ধ নিম্নলিখিত শ্লোকটি বললেন:

ত্যাগ করো অতীতকে,
ত্যাগ করো ভবিষ্যৎ ও বর্তমানকে;
বিশ্বের সমস্ত বস্তু থেকে মুক্ত মন নিয়ে
তুমি আর জন্ম ও জরায় ফিরে আসবে না।

এর অর্থ হলো অতীত, বর্তমান ও ভবিষ্যতে যা কিছু আছে তা ত্যাগ করা, আসক্ত না হওয়া। যখন আমরা আসক্তি ত্যাগ করি—যখন আমরা যার প্রতি আসক্ত তা ত্যাগ করি—তখন আমরা প্রজ্ঞালাভ করি এবং ভবিষ্যৎ জীবনে কষ্ট পেতে হয় না।

এই শিক্ষার শেষে ৮৪,০০০ প্রাণী ধর্ম বুঝতে পেরেছিল। উগ্গসেন, খুঁটির শীর্ষে দাঁড়িয়ে থাকা অবস্থাতেই অর্হৎ হয়ে উচ্চতর ক্ষমতা অর্জন করলেন।

সে অবিলম্বে খুঁটি থেকে নেমে এসে বুদ্ধের কাছে গেলেন, তাঁকে প্রণাম করলেন এবং ভিক্ষু হওয়ার অনুমতি চাইলেন।

বুদ্ধ তাঁর ডান হাত প্রসারিত করে বললেন, "এসো, ভিক্ষু!"

সেই মুহূর্তে একজন ভিক্ষুর প্রয়োজনীয় আটটি বস্তু প্রকাশিত হলো—উপরের, নিচের ও বাইরের বস্ত্র, পাত্র, ক্ষুর, সেলাই করার সুই, কাটিবন্ধন ও জল ছাঁকনি। হঠাৎ উগ্গসেন একজন প্রবীণ ভিক্ষুর মতো দেখাতে লাগলেন।

ভিক্ষুরা, তাঁর অভিনেতা জীবনের বিষয়ে কৌতূহলী হয়ে জিজ্ঞাসা করলেন, "বন্ধু উগ্গসেন, সেই লম্বা খুঁটি থেকে নেমে আসার সময় তোমার কি কোনো ভয় হয়নি?"

উগ্গসেন উত্তর দিলেন, "বন্ধুগণ, আমার কোনো ভয় নেই।"

ভিক্ষুরা বুদ্ধের কাছে গিয়ে বললেন, "প্রভু, উগ্গসেন বলে 'আমার কোনো ভয় নেই'; সে সত্য নয় বলে—সে মিথ্যা কথা বলছে।"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "ভিক্ষুগণ, আমার পুত্র উগ্গসেনের মতো যেসব ভিক্ষু আসক্তি ত্যাগ করেছেন, তাদের কোনো ভয় বা চিন্তা নেই।" তারপর তিনি নিম্নলিখিত শ্লোকটি বললেন:

"যে ব্যক্তি সমস্ত বন্ধন কেটে কাঁপে না,
বন্ধনের বাইরে গেছে, বন্ধনমুক্ত—তাকেই আমি ব্রাহ্মণ বলি।"

ভিক্ষুরা ভাবলেন কি কিভাবে কেউ অর্হৎ হতে পারে—এতো প্রজ্ঞায় উন্নত—যখন সে একটি সুন্দরী অভিনেত্রীকে স্ত্রী হিসেবে পাবার জন্য অভিনেতাদের সাথে ঘুরে বেড়ানোর পর মাত্র ভিক্ষু হয়েছে। তারা এ নিয়ে আলোচনা শুরু করলেন। তাদের একজন বলল,

"বন্ধুগণ, কিভাবে ঘটল যে একজন ভিক্ষু, যার এই ভিক্ষুর মতো অর্হৎ হওয়ার প্রয়োজনীয় গুণাবলী ছিল, একজন অভিনেত্রীর কন্যাকে পাওয়ার জন্য অভিনেতাদের সাথে ঘুরে বেড়াল? আর কিভাবে ঘটল যে তার অর্হৎ হওয়ার প্রয়োজনীয় গুণাবলী ছিল?"

বুদ্ধ তাদের কাছে এসে জিজ্ঞাসা করলেন, "ভিক্ষুগণ, তোমরা এখানে একত্রে বসে কোন বিষয়ে আলোচনা করছ?"

যখন তারা তাঁকে বললেন, তিনি বললেন, "ভিক্ষুগণ, এই দুইটি ঘটনা একই পরিস্থিতির মাধ্যমে ঘটেছে।"

তারপর তিনি তাদের অতীতের নিম্নলিখিত গল্পটি বললেন:

বহুদিন আগে, একটি যুবক দম্পতি তাদের গাড়িতে প্রচুর খাবার বোঝাই করল শ্রমিকদের দেবার জন্য যারা অতীত বুদ্ধ কাশ্যপের ধাতুর জন্য সোনার মন্দির নির্মাণ করছিল। শ্রমিকদের খাবার দিতে যাত্রাপথে তারা দেখল একজন ভিক্ষু খাবার গ্রহণের জন্য শহরে প্রবেশ করছেন। যুবতী ভিক্ষুটির দিকে তাকিয়ে তার স্বামীকে বলল,

"আর্য ভিক্ষু খাবারের জন্য শহরে প্রবেশ করছেন আর আমাদের গাড়িতে এত খাবার আছে। তাঁর পাত্র নিয়ে আসো এবং তাঁকে খাবার দিই।"

স্বামী ভিক্ষুর কাছে গিয়ে তাঁর পাত্র নিয়ে এল, এবং তারপর তারা পাত্রটি খাবার দিয়ে ভরে ভিক্ষুর হাতে দিলেন। তারা এমন করার সময় উভয়েই এই ইচ্ছা করলেন, "প্রভু, আমরা যেন সেই সত্য উপলব্ধি করতে পারি যা আপনি দেখেছেন।"

ভিক্ষুটি ছিলেন একজন অর্হৎ, তাই তিনি ভবিষ্যতে দেখতে পেরেছিলেন যে তাদের ইচ্ছা পূর্ণ হবে কিনা। তিনি দেখলেন যে তা পূর্ণ হবে, এবং তিনি হাসলেন। দম্পতিটি জানতেন না যে তিনি অর্হৎ বা কেন তিনি হাসছেন, তাই তারা ধারণা করলেন যে তিনি শুধু কিছু জানার ভান করছেন। স্ত্রী তার স্বামীকে বলল, "আর্য ভিক্ষু হাসলেন; তিনি নিশ্চয় কোনো অভিনেতা।"

স্বামী সম্মতি জানালেন, "নিশ্চয়ই, প্রিয়তমা।"

দম্পতির মৃত্যুর পর, তারা স্বর্গলোকে দেবতা হিসেবে পুনর্জন্ম নিলেন, এবং পরে স্ত্রী অভিনেতার কন্যা হিসেবে ও স্বামী ধনী বণিকের পরিবারে উল্লসেন হিসেবে জন্মগ্রহণ করলেন। সেই পূর্বজন্মে তিনি তার স্ত্রীর সাথে একমত হয়েছিলেন যে ভিক্ষু শুধু অভিনয় করছেন বলে হাসছেন, তাই তাকে অভিনেতা—অভিনেত্রীদের সাথে ঘুরে বেড়াতে হয়েছিল। কিন্তু যেহেতু তিনি একজন অর্হৎকে খাবার দিয়েছিলেন, সেই ভালো কাজটি তার অর্হৎ হওয়ার কারণ হয়ে দাঁড়াল।

এদিকে, অভিনেতার কন্যা, তার স্বামী এখন ভিক্ষু হয়ে যাওয়ায়, নিজেকে ইচ্ছা করলেন, "আমার স্বামী যে ভবিষ্যৎ অবস্থা লাভ করবে, আমিও তা লাভ করব।" এর ফলে তিনি বুদ্ধের সংঘে ভিক্ষুণী হিসেবে দীক্ষিত হলেন, এবং পরে তিনিও অর্হৎ হলেন।

প্রশ্ন:

১. বাড়ি ফিরে উগ্গসেন নর্তকীকে বিবাহ করতে কতটা আগ্রহী তা তার বাবা-মাকে দেখাতে কী করেছিলেন? (সে বি বিছানায় নিজেকে ছুঁড়ে ফেলেছিল, খেতে অস্বীকার করেছিল এবং বলেছিল যে তাকে না পেলে সে মারা যাবে)
২. নর্তকীর মেয়েকে বিবাহ করতে উগ্গসেন যখন নর্তকীদের সাথে ভ্রমণে যেতে রাজি হয়েছিল তখন তার বাবা-মায়ের কী অনুভূতি হয়েছিল? (তারা হতবাক ও অত্যন্ত মনখারাপ করেছিল)
৩. উগ্গসেনের স্ত্রী যখন তাদের শিশুকে 'গাড়িচালকের ছেলে' ও 'কিছুই না জানার ছেলে' বলে গান গাইত তখন উগ্গসেনের কী অনুভূতি হয়েছিল? (অপমানিত ও আঘাতপ্রাপ্ত)
৪. উগ্গসেন যখন খুঁটির উপরে উল্টে গেল এবং বুদ্ধ নগরে প্রবেশ করলেন তখন জনতা কাকে দেখছিল? (বুদ্ধকে)
৫. জনতা যখন বুদ্ধের দিকে তাকিয়ে উল্লসেনকে উপেক্ষা করল তখন উল্লসেনের কী অনুভূতি হয়েছিল? (গভীর হতাশায় অভিভূত, গভীর নিরাশায় নিমজ্জিত, সম্পূর্ণ মূল্যহীন বোধ)
৬. বুদ্ধ যখন তাকে আসক্তি ত্যাগ করতে শিখালেন এবং উল্লসেন অর্হৎ হয়ে গেলেন তখন সে কোথায় ছিল? (খুঁটির শীর্ষে)

বুদ্ধ যা বলেছিলেন:

"মুঞ্চ পুরে মুঞ্চ পচ্ছতো, মজ্জো মুঞ্চ ভবস্স পারগু, সবথা বিমুক্ত মানসো, ন পুন জাতিজরং উপেহিসি।"

"অতীত ত্যাগ করো, ভবিষ্যৎ ত্যাগ করো, বর্তমান ত্যাগ করো। অস্তিত্বের শেষ সীমায় পৌঁছে, সব (শর্তযুক্ত বিষয়) থেকে মুক্ত মনে, তুমি আর জন্ম ও জরা ভোগ করবে না।"

ধম্মপদ ৩৪৮ (২৪:১৫)

ধর্ম আলোচনা- আসক্তি ও অনিত্যতা:

"আসক্তি" বলতে কী বোঝায়? আমরা যা পছন্দ করি বা রাখতে চাই তার প্রতি আমাদের অনুভূতি। এটা আমাদের লেগে থাকা, আমাদের পাওয়ার ইচ্ছা, বা আমরা যা পছন্দ করি তা রাখার আকাঙ্ক্ষা।

আমরা নির্দিষ্ট বন্ধু, পোষা প্রাণী, খেলনা, খেলাধুলা, ভিডিওগেম, প্রিয় কার্যকলাপ, প্রিয় জায়গা, প্রিয় খাবার, স্মার্টফোন, সোশ্যাল মিডিয়া এবং আরও অনেক কি কিছুর প্রতি আসক্ত হতে পারি।

আপনি কোন কিছুর প্রতি সবচেয়ে বেশি আসক্ত? আমাদের সবারই অনেক অনেক জিনিস আছে যার প্রতি আমরা আসক্ত।

আমরা কিছু জিনিসের প্রতি প্রবলভাবে আসক্ত হই এবং অন্য জিনিসের প্রতি ততটা আসক্ত হই না।

কখনও কখনও আমরা কোন কিছুর প্রতি অত্যধিক আসক্ত হতে পারি।

উগ্গসেন নর্তকী নারীর প্রতি অত্যধিক আসক্ত ছিল।

যখন আমরা অত্যধিক আসক্ত হই, তখন কী সমস্যা দেখা দিতে পারে?

উগ্গসেনের ক্ষেত্রে যেমন দেখি, আমরা যা নিয়ে আসক্ত থাকি তার উপর এতটাই কেন্দ্রীভূত হতে পারি যে আমরা পরিবার ও দায়িত্বের মতো গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলো ভুলে যাই।

সে নর্তকী নারীর প্রতি এতটাই আবদ্ধ ছিল, তার সম্পর্কে কিছু না জেনেই, যে সে তার পরিবার, বন্ধু, সম্প্রদায়, জীবনধারা, শিক্ষা ও সম্পদ সব ভুলে গিয়েছিল। আপনি কি কখনও এমন কিছু গুরুত্বপূর্ণ ভুলে গেছেন যা নিয়ে আপনি প্রবলভাবে আসক্ত ছিলেন? যেমন, আপনি কি কখনও কোন গুরুত্বপূর্ণ কাজ করতে ভুলে গেছেন কারণ আপনি যে গেম খেলছিলেন তাতে এতটাই আসক্ত ছিলেন?

উগ্গসেন একবার নর্তক হওয়া শিখে আরেক কি কিছুর প্রতি অত্যন্ত আসক্ত হয়ে পড়েছিল।

আপনি কি অনুমান করতে পারেন সেটা কী ছিল? তার নর্তকীর দক্ষতা এবং দর্শকদের প্রশংসা।

আমরা কীভাবে জানি যে সে এতটা প্রবলভাবে আসক্ত ছিল? কারণ যখন সে প্রশংসা পায়নি—যখন তাকে উপেক্ষা করা হয়েছিল—সে গভীর হতাশা, নিরাশা এবং নিজেকে সম্পূর্ণ মূল্যহীন মনে করেছিল।

সুতরাং, আরেকটি সমস্যা যা দেখা দিতে পারে যখন আমরা কোন কিছুর প্রতি অত্যধিক আসক্ত হই তা হলো আমরা ভীষণ মনখারাপ করি যদি তা না পাই বা যখন তা আর থাকে না।
উদাহরণস্বরূপ, যদি আমাদের তা রাখার অনুমতি না দেওয়া হয় বা কেউ তা কেড়ে নেয়, আমরা হতাশ হয়ে পড়ি, অসম্মানজনক, আক্রমণাত্মক, রাগান্বিত বা এমনকি হিংস্র হয়ে উঠি, জিনিসপত্র ছুঁড়ে মারি বা কাউকে মারি।

আমরা যা নিয়ে আসক্ত থাকি তা কি আমাদের আনন্দ দেয়?

এটা কিছু সময়ের জন্য আনন্দ দেয় কিন্তু সম্পূর্ণ সন্তুষ্টিদায়ক, স্থায়ী সুখ দেয় না।

কেন এমন হয়? কারণ সবকিছু পরিবর্তন হয়।

জিনিসপত্র পরিবর্তন হয়: জিনিসপত্র পুরনো, ভাঙা, ক্ষতিগ্রস্ত, হারানো বা চুরি হয়ে যায়;

জিনিসপত্র আসে এবং যায়।

মানুষ পরিবর্তন হয়: তাদের আগ্রহ পরিবর্তন হয়, বা তারা আমাদের হতাশ করে, দূরে চলে যায়, বা অন্য বন্ধু খুঁজে পায়।

পরিস্থিতি পরিবর্তন হয়: কখনও আমরা সফল হই এবং কখনও ব্যর্থ হই, কখনও জয়ী হই এবং কখনও হারি, কখনও প্রশংসা পাই এবং কখনও সমালোচনা বা উপেক্ষার শিকার হই; আরও ভাল কিছু পাওয়া যায়; যা জনপ্রিয় তা অজনপ্রিয় হয়ে ওঠে।

এবং আমরাও পরিবর্তন হই: আমাদের আগ্রহ পরিবর্তন হয়, আমাদের অনুভূতি পরিবর্তন হয়, এবং আমরা প্রায়ই নতুন কিছু চাই।

যা আমাদের মহান আনন্দ দিয়েছিল তা পরবর্তীতে আমাদের কোন আনন্দই দিতে পারে না, বা এমনকি গভীরতম হতাশাও দিতে পারে।

সবকিছু পরিবর্তন হয় এবং অনিত্য; এটি চিরস্থায়ী নয়।

যখন আমরা এটি জানি, তখন আমরা উল্লসনের মতো হতে পারি না, একজন বন্ধু বা একটি জিনিসের প্রতি এতটা আসক্ত হয়ে উঠি যে আমরা অন্য মানুষ এবং অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ বিষয় উপেক্ষা করি।

এবং, যদি আমরা মনে রাখি যে সবকিছু পরিবর্তন হয়, আমরা যখন যা চাই তা না পাই তখন আমাদের রাগ বা হতাশার অনুভূতি শান্ত করতে শুরু করতে পারি।

এছাড়াও, মনে রাখবেন যে আমরা আমাদের হারানো, ব্যর্থতা, সমালোচনা এবং হতাশা থেকে শিখি; আমরা পরবর্তী সময়ে কীভাবে ভাল করতে পারি তা শিখি, এবং পরিবর্তনের সাথে কীভাবে মানিয়ে নিতে হয় তা শিখি।

এভাবেই আমরা অত্যধিক আসক্তি ত্যাগ করতে শুরু করতে পারি।

বুদ্ধ অতীত, বর্তমান ও ভবিষ্যতের জিনিসের প্রতি আসক্তি ত্যাগ করার শিক্ষা দিয়েছেন।

অতীত, বর্তমান ও ভবিষ্যতের কোন জিনিসগুলোর প্রতি আমরা আসক্ত?

অতীত হলো আমাদের স্মৃতি। যখন আমরা অতীতের জিনিসের প্রতি অত্যধিক আসক্ত হই -

আমাদের স্মৃতি, যা ইতিমধ্যে ঘটেছে তা নিয়ে চিন্তা করি - তখন আমরা বর্তমান ঘটনাবলী থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে দুঃখিত বা বিরক্ত বোধ করতে পারি, এবং বর্তমানে আমাদের যে সুযোগগুলি আছে তা হারাতে পারি।

বর্তমান হলো এই মুহূর্ত। যদি আমরা বর্তমানের জিনিসের প্রতি অত্যধিক আসক্ত হই, তবে আমরা যা এখন উপভোগ করছি তা চিরকাল ধরে রাখতে চাই। এবং যখন এটি পরিবর্তিত হয় তখন আমরা বিরক্ত বা রেগে যাই।

ভবিষ্যতের প্রতি আসক্তি মানে আমাদের আশা ও প্রত্যাশা। যদি আমরা আমাদের আশা ও প্রত্যাশার প্রতি অত্যধিক আসক্ত হই, তবে যখন কিছু আমাদের পক্ষে যায় না তখন আমরা অত্যন্ত হতাশ বা রেগে যাই।

যখন আমরা মনে রাখি যে খুব বেশি আসক্ত হবো না, সবকিছু পরিবর্তনশীল ও অস্থায়ী, তখন আমরা সেইসব অপ্রীতিকর অনুভূতি কমাতে পারি।

গল্পে, বুদ্ধ ভিক্ষুদের আরও শেখালেন যে যারা তাদের আসক্তি ত্যাগ করেছে তাদের কোনো ভয় বা চিন্তা থাকে না।

আসুন দেখি এটি কীভাবে আমাদের জীবনে প্রযোজ্য হতে পারে।

যদি আপনি একটি প্রতিযোগিতা জয়ের চেষ্টা করেন, তাহলে অন্যদের জয়ী হতে দেখে আপনি কেমন অনুভব করবেন?

আপনি হয়তো চিন্তিত বা ভীত হতে পারেন যে আপনি হেরে যাচ্ছেন।

এটি নিজেকে আরও ভালোভাবে সম্পাদন করতে, জয়ের জন্য আরও কঠোর প্রচেষ্টা করতে অনুপ্রাণিত করার একটি ভালো উপায় হতে পারে।

কিন্তু যদি আমরা জয়ের আশা বা প্রত্যাশার প্রতি অত্যধিক আসক্ত হই, তাহলে আমাদের এত বেশি চিন্তা বা ভয় থাকতে পারে যে আমরা মনোযোগ হারিয়ে ফেলি এবং খারাপভাবে সম্পাদন করি, অথবা আমরা যদি না জয়ী হই তবে অত্যন্ত বিরক্ত হয়ে "খারাপ খেলোয়াড়ে" পরিণত হতে পারি।

যদি আপনি একজন নতুন বন্ধু বানানোর চেষ্টা করেন, তাহলে সেই ব্যক্তি যদি আপনাকে উপেক্ষা করে তবে আপনি কেমন অনুভব করবেন?

আপনি হয়তো চিন্তিত বা ভীত হতে পারেন যে তারা আপনাকে পছন্দ করে না।

যদি আপনি সেই ব্যক্তিকে আপনার বন্ধু হিসেবে পাওয়ার প্রতি অত্যধিক আসক্ত হন, আপনি হয়তো কর্তৃত্বপূর্ণ, অত্যধিক নিয়ন্ত্রণকারী, হতাশ বা ঈর্ষান্বিত আচরণ করতে শুরু করতে পারেন, যা সেই ব্যক্তিকে আপনার বন্ধু হওয়ার সম্ভাবনা আরও কমিয়ে দিতে পারে।

সবসময় আমরা যা চাই তা পাওয়ার চেয়ে অত্যধিক আসক্ত না হওয়া শেখা আমাদের সুস্থতা ও সামগ্রিক সুখের জন্য বেশি গুরুত্বপূর্ণ।

আমরা অন্যদের ভালোবাসতে পারি, জিনিস উপভোগ করতে পারি, প্রতিযোগিতা ও অন্যান্য কর্মকাণ্ডে অংশ নিতে পারি, অভিজ্ঞতা অর্জন করতে ও মজা করতে পারি, এবং ভবিষ্যতের জন্য পরিকল্পনা ও আশা করতে পারি।

কিন্তু আমরা মনে রাখি যে সবকিছু পরিবর্তনশীল, কিছুই চিরস্থায়ী নয়, তাই আমরা এটি যতক্ষণ থাকে উপভোগ করি, এবং আমরা এটিকে স্থায়ী ও অবিচ্ছিন্ন, অনন্ত সুখ দেয় এমন প্রত্যাশা করি না।

এবং যখন সেগুলো পরিবর্তিত হয় তখন আমরা অত্যধিক বিরক্ত ও আহত হই না।

অধ্যায় ১০-এর ছবি



অধ্যায় ১০ – ছেলে ও ভূত

এক সময় একজন কাঠুরে ছিল যে গরুর গাড়িতে করে তার ছেলেকে নিয়ে জঙ্গলে কাঠ কাটতে যেত। সন্ধ্যায় বাড়ি ফেরার পথে, তারা রাতের খাবার খাওয়ার জন্য একটি কবরস্থানের কাছে থামল। কাঠুরে দুটি গরুকে খেতে দেয়ার জন্য তাদের জোয়াল খুলে দিল যাতে তারা ঘুরে বেড়াতে পারে।

তাজা ঘাস চরতে চরতে গরু দুটি দূরে চলে যায়। কাঠুরে ও তার ছেলে রাতের খাবার উপভোগ করছিল এবং তারা লক্ষ্য করেনি যে গরু দুটি দূরে চলে গেছে। যখন সে অবশেষে লক্ষ্য করল যে গরু দুটি নেই, কাঠুরে দ্রুত একা তাদের খুঁজতে বের হলো, এবং কাঠ চুরি না হয় সেজন্য তার ছেলেকে গাড়ি ও কাঠের সাথে পাহারা দিতে রেখে গেল। কাঠুরে কিছুক্ষণ চারদিকে খোঁজাখুঁজি করল কিন্তু গরু দুটি খুঁজে পেল না। তার ধারণা হল তারা হয়তো শহরের দিকে বাড়ি ফিরে গেছে। তাই, সে শহরে গেল এবং সেখানে গরু দুটি পেল। সে তাদের শহরের গেটের দিকে নিয়ে গেল যাতে তার ছেলে ও গাড়ির কাছে ফিরে যেতে পারে।

কিন্তু গেটের কাছে পৌঁছাতেই সে দেখল যে রাতের জন্য গেট বন্ধ! পাথরের প্রাচীরে ঘেরা শহর থেকে বের হওয়ার কোনো উপায় ছিল না। তাকে সারারাতের জন্য কবরস্থানের কাছে তার ছেলে ও গাড়িকে একা রেখে যেতে হল। কাঠুরে ধীরে ধীরে গরু দুটিকে বাড়ি নিয়ে গেল, আশা করল যে তার ছেলে সারারাত একা থাকলে ঠিক থাকবে।

ইতিমধ্যে, সূর্য অস্ত গেলে অন্ধকার হয়ে এল, ছেলেটি বুঝতে পারল যে তার বাবা সেই রাতে ফিরবে না। সে জানত যে তাকে একা রাত কাটাতে হবে। বৃষ্টি থেকে বাঁচার জন্য সে গাড়ির নিচে ঢুকল এবং ঘাসের ওপর ঘুমানোর চেষ্টা করল।

ঠিক যখন সে ঘুমিয়ে পড়ছিল, সে তার পায়ে একটি টান অনুভব করল। সে বুঝতে পারল যে এটি কোনো স্বপ্ন নয়, বা তার কল্পনাও নয়। কিছু - বা কেউ - বা কোনো প্রাণী - তার পা টানছিল। এটি কি কোনো প্রাণী? ডাকাত? নাকি ভূত?

সে তৎক্ষণাৎ চিৎকার করে বলল, "নমো বুদ্ধস্!" যার অর্থ, "বুদ্ধের প্রতি সম্মান!"

প্রকৃতপক্ষে, ছেলেটির পরিবার বুদ্ধের প্রতি অত্যন্ত নিষ্ঠাবান ছিল, এবং ছেলেটি প্রতিদিন নিয়মিত বুদ্ধের অনন্য, বি বিশ্বয়কর গুণাবলী যেমন তার মহান করুণা, মৈত্রী ও শক্তি সম্পর্কে চিন্তা করত। ছেলেটি জানত যে যদি সে বুদ্ধের কথা ভাবে, বা তাকে ডাকে, বুদ্ধ তাকে রক্ষা করবেন।

যে প্রাণীটি তার পা টানছিল তারা ছিল ভূত - অন্য মাত্রার প্রাণী। কিন্তু তারা ইচ্ছা করলে মানুষের সাথে যোগাযোগ করতে পারত। তারা ছেলেটিকে ভয় দেখানোর জন্য তার পা টেনেছিল।

কিন্তু ছেলেটিকে বুদ্ধকে ডাকতে শুনে ভূতেরাই ভয় পেয়ে গেল! তারা জানত যে বুদ্ধ অত্যন্ত শক্তিশালী, এবং তিনি তাঁর ভক্তদের ভয় দেখানো পছন্দ করবেন না। তাই, আত্মারা মনে করল যে

ছেলেটিকে ভয় দেখানোর বদলে তার দেখাশোনা করা উচিত। তারা তাকে কীভাবে সাহায্য করতে পারে? অবশ্যই তাকে খাওয়ানো! আর তাও রাজার জন্য প্রস্তুত করা সবচেয়ে ভালো খাবার দিয়ে! এক আত্মা তৎক্ষণাৎ রাজা বিশ্বিসারের প্রাসাদে গিয়ে রাজার জন্য প্রস্তুত করা খাবারে ভরা রাজকীয় থালাটি নিয়ে এল। অন্য আত্মাটি ছেলেটির কাছে রইল, তাকে সব ধরণের বিপদ থেকে রক্ষা করতে।

ছেলেটি আত্মাদের দেখতে পায়নি, কী তার পা টেনেছিল তা জানত না, এবং আত্মারা তার কাছে এসেছে বা তারা কী করছে সে সম্পর্কেও কোনো ধারণা ছিল না। কিন্তু হঠাৎ, সে দেখল তার বাবা-মা তার পাশেই দাঁড়িয়ে!

আসলে, যাদের সে তার বাবা-মা ভেবেছিল তারা ছিল সেই দুই আত্মা যারা ছেলেটির বাবা-মায়ের রূপ ধারণ করেছিল। তারা তাকে থালা থেকে খাবার খাওয়ালো, যেন সে তাদের নিজের সন্তান।

ছেলেটি খুশি হয়ে তাদের দেওয়া সমস্ত সুস্বাদু খাবার খেয়ে নিল।

তারপর, পেট ভরে যাওয়ার পর, বাবার সঙ্গে কাঠ কাটার দীর্ঘ দিনের পরিশ্রমে সে খুব ক্লান্ত বোধ করল। শীঘ্রই সে নিশ্চিন্ত মনে ঘুমিয়ে পড়ল, কোনো ভয় ছাড়াই।

আত্মারা জানত যে রাজা তাঁর রাজকীয় খাবারের থালা হারিয়ে খুব বিরক্ত হবেন, এবং তা খুঁজতে তাঁর লোকদের পাঠাবেন। যদি তারা দেখে যে ছেলেটির কাছে থালাটি আছে, তাহলে তারা তাকে চুরির অভিযোগে ফেলবে, আর আত্মারা তাকে সমস্যায় ফেলতে চায়নি। তাই, প্রাসাদে আত্মাটি থালা সম্পর্কে একটি বার্তা লিখে রেখেছিল, যা শুধুমাত্র রাজাই দেখতে পাবেন।

সকালে রাজার লোকেরা দেখল যে রাজকীয় খাবারের থালাটি হারিয়ে গেছে। তারা খুব বিরক্ত হয়ে প্রাসাদের চারদিকে খুঁজতে লাগল। রাজা আত্মার 留下的 বার্তাটি পেলেন এবং থালাটি কোথায় খুঁজতে হবে তা তাঁর লোকদের নির্দেশ দিলেন। রাজার লোকেরা গাড়ির কাছে গিয়ে দেখল যে গাড়ির কাঠের মধ্যে রাজকীয় খাবারের থালাটি রয়েছে। তারা ছেলেটিকেও পেল, যে তখনও গাড়ির নিচে ঘুমিয়ে ছিল। লোকেরা তাকে থালাসহ রাজা বি বিশ্বিসারের কাছে নিয়ে গেল।

রাজা ছেলেটিকে জিজ্ঞাসা করলেন, "এই থালাটি তোমার গাড়িতে এল কী করে?"

ছেলেটি উত্তর দিল, "মহারাজ, আমি একা গাড়ির কাঠ পাহারা দিচ্ছিলাম, কারণ আমার বাবা আমাদের হারিয়ে যাওয়া বলদ খুঁজতে গিয়েছিলেন, যারা আমরা রাতের খাবার খাওয়ার সময় পালিয়ে গিয়েছিল। রাতে আমার বাবা-মা আমাকে খাবার দিতে এসেছিলেন, এবং তারা এই থালায় করে এনেছিলেন।"

রাজা জিজ্ঞাসা করলেন, "তোমাকে যখন আমার লোকেরা পেয়েছিল তখন তুমি একা ছিলে। তোমার বাবা-মা তোমাকে খাবার দিয়ে আবার কেন তোমাকে একা রেখে যাবেন?"

ছেলেটি উত্তর দিল, "আমি খাবার খেয়ে সন্তুষ্ট হয়ে কোনো ভয় ছাড়াই ঘুমিয়ে পড়েছিলাম। আমি শুধু এতটুকুই জানি, এর বেশি কিছু নয়, মহারাজ।"

রাজা তাঁর লোকদের আদেশ দিলেন ছেলেটির বাবা-মাকে প্রাসাদে আনার। রাজা তাদের জিজ্ঞাসা করলেন,

"গত রাতে কী হয়েছিল?"

বাবা ব্যাখ্যা করলেন যে তিনি শহরে হারানো বলদ খুঁজে পেয়েছিলেন কিন্তু রাতে শহরের গেট বন্ধ থাকায় ছেলে ও গাড়ি নিয়ে বাড়ি ফিরতে পারেননি। তাই, তিনি ও তাঁর স্ত্রী সারারাত বাড়িতেই ছিলেন।

রাজা ছেলেটিকে জিজ্ঞাসা করলেন, "তোমার বাবা-মাকে দেখার আগে রাতে কি কোনো অস্বাভাবিক ঘটনা ঘটেছিল?"

ছেলেটি বলল যে তার বাবা-মা আসার আগে, সে তার পা টানতে অনুভব করেছিল, এবং সে "নমো বুদ্ধস্" বলে ডেকেছিল।

রাজা বাবা-মাকে ছেলেটির বুদ্ধ সম্পর্কে জ্ঞানের কথা জিজ্ঞাসা করলেন। বাবা-মা তাকে বললেন যে তাদের ছেলে সবসময় বুদ্ধের অনন্য গুণাবলী স্মরণ করে।

ছেলে ও তার বাবা-মার এই বক্তব্য এবং প্রাসাদে থালা সম্পর্কে 留下的 রহস্যময় বার্তা থেকে রাজা বুঝলেন যে কিছু অস্বাভাবিক ঘটনা ঘটেছে। ছেলেটি কবরস্থানের কাছে ছিল, এবং যখন তার পা টানা অনুভূত হয় এবং সে বুদ্ধকে স্মরণ করে, তখন সে কোনো বিপদে পড়েনি, বরং খুব ভালোভাবে আচরণ করা হয়েছে। সম্ভবত কিছু আত্মা জড়িত ছিল। বুদ্ধই কেবল সত্য জানতে পারবেন।

তাই তিনি ছেলে ও তার বাবা-মাকে বুদ্ধের কাছে নিয়ে গেলেন।

রাজা বুদ্ধকে জিজ্ঞাসা করলেন, "বুদ্ধের অনন্য গুণাবলীর স্মরণই কি একমাত্র পদ্ধতি যা মন্দ ও বিপদ থেকে রক্ষা করে, নাকি ধর্মের অনন্য গুণাবলীর স্মরণও সমান শক্তিশালী?"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "হে রাজা, আমার শিষ্য! বুদ্ধের স্মরণই একমাত্র মন্দ ও বিপদের বিরুদ্ধে সুরক্ষা নয়। ছয় ইন্দ্রিয়ের যেকোনোটিতে স্মরণও মন্দ ও বিপদের বিরুদ্ধে ভালো সুরক্ষা।"

সুতরাং, বুদ্ধ শিক্ষা দিলেন যে যা আমরা দেখি, শুনি, অনুভব করি, গন্ধ পাই, স্বাদ গ্রহণ করি বা চিন্তা করি তার প্রতি সচেতন থাকা আমাদের যে কোনো মন্দ বা বিপজ্জনক জিনিস থেকে রক্ষা করে। এছাড়াও, বুদ্ধের কথা চিন্তা করলে আমাদের সুরক্ষা মেলে।

বুদ্ধ ধর্ম সম্পর্কে একটি বক্তৃতা দিলেন, যার পর ছেলে ও তার বাবা-মা প্রথম স্তরের জ্ঞানলাভ করলেন।

প্রশ্ন:

১. সন্ধ্যায় বাবা কেন তার ছেলের কাছে ফিরতে পারেননি? (শহরের গেট বন্ধ হয়ে গিয়েছিল)
২. কী ঘটেছিল যাতে ছেলেটি ঘুমিয়ে পড়ার সময় ভয় পেয়েছিল? (সে তার পা টানতে অনুভব করেছিল)
৩. ভয় পেলে ছেলেটি সঙ্গে সঙ্গে কী ভেবেছিল? (বুদ্ধ)
৪. ছেলেটি বুদ্ধকে ডাকলে আত্মারা কী করতে চেয়েছিল? (তারা তাকে দেখাশোনা করতে এবং খাবার আনতে চেয়েছিল)
৫. ছেলেটি কি জানত যে ভূতরা তাকে দেখতে এসেছিল? (না)
৬. ছেলেটিকে রাজার ট্রে চুরির অভিযোগ থেকে রক্ষা করার জন্য ভূতটি কী করেছিল? (এটি একটি বার্তা রেখেছিল যা শুধুমাত্র রাজা দেখতে পেত)

বুদ্ধ যা বলেছিলেন:

"সুপবুদ্ধঃ পরুজ্জ্বাস্তি সদা গৌতম সাবকা,
যেসাম দিবা চ রত্তো চ, ভাবনায রতো মনো।"

"সম্পূর্ণ সচেতন ও সর্বদা সতর্ক গৌতমের শিষ্যগণ, যারা দিনরাত ধ্যানে আনন্দিত হন।"

ধর্মপদ ৩০১ (২১:১২)

ধর্ম আলোচনা- ভয় ও স্মৃতিসম্পন্নতা:

ভাবুন আপনি যদি একা থাকেন এবং রাতে বাইরে ঘুমাতে হয়, আর হঠাৎ কেউ আপনার পা টান দেয় - তখন আপনি কেমন অনুভব করবেন? আপনি ভয় পেয়ে যেতে পারেন!

গল্পের ছেলেটিও সম্ভবত ভয় পেয়েছিল।

কিন্তু, সে জানত কী করতে হবে। সে কী করেছিল?

সে বুদ্ধকে ডেকেছিল।

বিপদে পড়লে সে কেন অবিলম্বে বুদ্ধের কথা ভেবেছিল?

কারণ সে প্রায়ই বুদ্ধের কথা ভাবত। বুদ্ধ সম্পর্কে চিন্তা করা তার অভ্যাসে পরিণত হয়েছিল।

তাই, যখন সে হতভম্ব হয়ে গিয়েছিল এবং সাহায্য প্রয়োজন ছিল, তার প্রথম চিন্তা ছিল বুদ্ধের।

আপনি কি কখনো ভয়ঙ্করভাবে ভয় পেয়েছেন? আপনি কি সাহায্যের জন্য চিৎকার করেছিলেন?

যদি আপনার মা বা বাবা কাছে থাকতেন, সম্ভবত আপনি তাদের ডাকতেন।

কিন্তু যদি আপনি একা থাকতেন, তাহলে কার কাছে সাহায্যের জন্য ডাকতেন?

আপনি কি সুরক্ষার জন্য বুদ্ধের কথা ভাবতেন?

গল্প থেকে আমরা শিখি, বুদ্ধের কথা ভাবলে আমাদের রক্ষা করা হয়।

কিন্তু, বুদ্ধ যদি আর পৃথিবীতে জীবিত না থাকেন, তবুও কি আমরা তাকে স্মরণ করে সুরক্ষা পেতে পারি?

হ্যাঁ! আমাদের সাহায্য করার জন্য বুদ্ধের দেহের প্রয়োজন নেই।

যেমন তিনি শিক্ষা দিয়েছেন, আমাদের শুধু তাকে স্মরণ করতে হবে, বিপদে বা ভীত অবস্থায় তার কথা ভাবতে হবে।

তখন আমাদের মন বুদ্ধের শক্তির সাথে সংযুক্ত হয়, এবং এটি আমাদের রক্ষা করে।

বুদ্ধ আরও বলেছেন যে অন্যান্য ধরনের স্মৃতিসম্পন্নতাও আমাদের রক্ষা করবে।

স্মৃতিসম্পন্নতা বলতে ঠিক কী বোঝায়?

এর মানে আমরা এই মুহূর্তে সম্পূর্ণ সচেতন - এখানে এবং এখন, অতীত বা ভবিষ্যতে নয়।

আমরা আমাদের মনকে বর্তমান মুহূর্তে রাখি - ঠিক এখানে, এখনই, অতীত বা ভবিষ্যতে নয়।

প্রতিটি মুহূর্তে, একের পর এক মুহূর্তে, আমরা সম্পূর্ণ সচেতন - দেখার, শোনার, স্বাদ নেওয়ার, গন্ধ পাওয়ার বা অনুভব করার।

আমরা মুহূর্তে মুহূর্তে সচেতন, আমাদের পাঁচ ইন্দ্রিয়ের মাধ্যমে প্রাপ্ত প্রতিটি সংবেদন সম্পর্কে:

আমাদের চোখ, কান, নাক, জিহ্বা বা ত্বক।

আমরা অন্য কিছু নিয়ে ভাবছি না - যা ঘটেছে তা স্মরণ করছি, বা ভবিষ্যতে কিছু পরিকল্পনা বা প্রত্যাশা করছি, বা কিছু নিয়ে ভাবছি, বা কিছু বিশ্লেষণ করছি।

স্মৃতিসম্পন্নতা অনুশীলন করতে, আমাদের চোখ বন্ধ করা সহজ, কারণ আমাদের চোখ এত বেশি তথ্য গ্রহণ করে যে আমরা সহজেই আমরা যা দেখি সে সম্পর্কে চিন্তায় হারিয়ে যেতে পারি।

এবং এটি খুব নিশ্চলভাবে বসা সহজ, একটি শান্ত জায়গায় একা যাতে আমরা আমাদের শরীরের চলাফেরা, অন্যদের কার্যকলাপ বা কোনও জোরে শব্দ দ্বারা বিভ্রান্ত না হই।

যখন আমরা চোখ বন্ধ করে নিশ্চলভাবে বসে থাকি, আমরা যে কোনো শব্দ লক্ষ্য করি যা আমরা শুনি।

আমরা আমাদের ত্বকের সংবেদনগুলি লক্ষ্য করি - যেমন আমাদের শরীরের বিরুদ্ধে পোশাক,

শীতল বাতাস, উষ্ণ সূর্য, আমাদের পায়ের আঙ্গুলগুলি একে অপরকে স্পর্শ করা, আমাদের

আঙ্গুলগুলি একে অপরকে স্পর্শ করা, আমাদের চোখের পাতাগুলি আমাদের চোখের উপর,

আমাদের দাঁতের বিরুদ্ধে জিহ্বা, আমাদের পায়ের নিচে আসন বা মেঝে।

আমরা উদ্ভিগ্ন, চিন্তিত, অসুখী বা বিরক্ত হলে কয়েক সেকেন্ড বা কয়েক মিনিটের জন্য এটি

অনুশীলন করতে পারি, যাতে আমরা আরও ভাল এবং আরামদায়ক বোধ করি।

এই স্মৃতিসম্পন্নতা কীভাবে আমাদের রক্ষা করে?

আমরা আমাদের চারপাশ সম্পর্কে আরও সতর্ক ও সচেতন হয়ে উঠি, তাই আমরা বিপদ

কাছাকাছি আসার আগেই অনুভব করি, এবং তারপর আমরা দূরে সরে যেতে বা এড়াতে পারি।

এবং, আমাদের মন শান্ত হয় যাতে আমরা আরও স্পষ্টভাবে ভাবতে পারি এবং সমস্যার সমাধান

খুঁজে পাই, এবং যাতে আমরা এমনভাবে প্রতিক্রিয়া না দেখাই যা পরে আমরা অনুশোচনা করতে

পারি।

এছাড়াও, স্মৃতিসম্পন্নতা আমাদের মনকে আমাদের ভয়ঙ্কর চিন্তা থেকে দূরে নিয়ে যায়, তাই এটি আমাদের ভয় কমাতে সাহায্য করে; এটি আমাদের এত ভীত না হতে সাহায্য করে যে আমরা আতঙ্কিত হই।

এটি আমাদের মনকে এই ভয় থেকে দূরে নিয়ে যায় যে আমাদের ব্যথা বা খারাপ অভিজ্ঞতা আমাদের কষ্ট দিতে থাকবে এবং দূরে যাবে না।

যখন আমরা সচেতন থাকি, তখন আমাদের মন শান্ত চিন্তায় পূর্ণ থাকে, তাই সেখানে দুশ্চিন্তা, ভয় ও অপ্ৰীতিকর চিন্তার জন্য কোন স্থান থাকে না। তখন আমরা ভবিষ্যতে কী হতে পারে তা নিয়ে চিন্তিত হই না, এবং যা ইতিমধ্যে ঘটে গেছে তা নিয়ে খারাপও বোধ করি না।

সচেতনতা আমাদের মনকে অন্তত কিছু সময়ের জন্য আমাদের দুশ্চিন্তা থেকে দূরে নিয়ে যায়।

সচেতন হওয়ার অর্থ এই নয় যে সবসময় সবকিছু ঠিক থাকবে, যে আমরা কখনই আঘাত পাব না। কখনও কখনও আমাদের অতীতের নেতিবাচক কর্মের ফল ভোগ করতে হয়। আমরা জানি না পূর্বজন্মে আমরা কী কী করেছি, কিন্তু আমাদের সবারই অতীতের নেতিবাচক কর্ম রয়েছে।

সুতরাং, আমাদের জীবনে বেদনাদায়ক, অপ্ৰীতিকর বা ভীতিকর অভিজ্ঞতা হবে।

আমরা যা ইতিমধ্যে করেছি তা অকার্যকর করা যায় না, তাই আমাদেরকে ফল ভোগ করতে হবে। কিন্তু যদি আমরা সচেতন থাকি বা বুদ্ধের উপর মনোনিবেশ করি, তাহলে আমাদের অভিজ্ঞতা এতটা ভীতিকর বা ভয়ঙ্কর হয় না; আমাদের মন আরও শান্ত হয়ে ওঠে এবং আমরা অনেক ভালভাবে সামলাতে পারি।

যখনই আমরা বুদ্ধের কথা ভাবি, এবং যখনই আমরা সচেতন থাকি, তখন আমরা পুণ্য সৃষ্টি করছি— ভাল কর্ম— ভাল অভিজ্ঞতার কারণ। আমরা নিজেদের জন্য একটি ভাল ভবিষ্যৎ গড়ে তুলছি।

এবং, গল্পের ছেলেটির মতো, আমাদের মধ্যে বুদ্ধের কথা ভাবার বা সচেতনতা অনুশীলনের অভ্যাস যত বেশি হবে, আমাদের জন্য কিছু ভয় পেলে বা বিপদে পড়লে সচেতন হওয়া বা বুদ্ধের কথা মনে করা তত সহজ হবে।

এছাড়াও, যখন আমাদের সচেতনতা অনুশীলনের অভ্যাস থাকে, আমরা আমাদের চারপাশে কী ঘটছে তা আরও বেশি সচেতন হই— আমাদের মন আরও তীক্ষ্ণ ও সতর্ক হয়ে ওঠে— আমরা সেই সমস্ত ছোট ছোট জিনিসগুলি লক্ষ্য করি যা আমরা মিস করতে পারি যখন আমাদের মন বিভ্রান্ত থাকে, যখন আমরা আমাদের চিন্তায় হারিয়ে যাই।

অধ্যায় ১১ এর ছবি



অধ্যায় ১১ – গরম তেলের আক্রমণ

উত্তরা নামে এক যুবতী এবং তার বাবা-মা অত্যন্ত ধার্মিক বৌদ্ধ ছিলেন। উত্তরার বাবা তাকে একজন ধনী ব্যক্তির ছেলের সাথে বি বিয়ে দিয়েছিলেন। কিন্তু বি বিয়ের পর সে তার স্বামীর বাড়িতে অসুখী ছিল কারণ তার স্বামী তাকে বুদ্ধকে খাবার দিতে বা ধর্মশিক্ষা শুনতে দিত না। তার স্বামী বলেছিল যে যদি সে এটা করে, তাহলে সে বাড়িতে রান্না করতে, ঘর পরিষ্কার করতে এবং কাপড় কাচতে পারবে না।

সে তার বাবাকে বলল, "আপনি আমাকে এই খাঁচায় কেন রেখেছেন? এখানে আমি কোনো ভিক্ষু দেখতে পাই না এবং আমার পুণ্য করার কোনো সুযোগ নেই!"

তার বাবা তাকে দুঃখিত মনে করে তাকে প্রচুর অর্থ পাঠালেন। সে তার স্বামীকে অনুরোধ করল যে সে তার টাকা খরচ করে একজন মহিলাকে কয়েক দিনের জন্য তার রান্না ও পরিষ্কারের কাজ করানোর অনুমতি দেয়। তিনি অনুমতি দিলেন, এবং তখন উত্তরা সিরিমা নামে একজন মহিলাকে পনের দিনের জন্য এই কাজগুলো করতে নিয়োগ দিলেন।

এই সময়ে উত্তরা বাড়িতে প্রচুর পরিমাণে খাবার প্রস্তুত করত এবং প্রতিদিনের খাবারের জন্য বুদ্ধ ও তার ভিক্ষুদের জন্য নিয়ে যেত। পনেরতম দিনে, তার স্বামী তাকে লক্ষ্য করছিলেন যখন সে ব্যস্তভাবে মঠে নিয়ে যাওয়ার জন্য রান্নাঘরে খাবার প্রস্তুত করছিল।

তারপর তিনি হাসলেন এবং নিজে নিজে বললেন, "সে কত বোকা! সে কীভাবে আনন্দ করতে হয় তা জানে না। সে এই খাবার উৎসর্গ অনুষ্ঠান দিয়ে নিজেকে ক্লান্ত করছে!"

সিরিমা তাকে হাসতে দেখল। সে ভেবেছিল যে তিনি তার দিকে হাসছেন। এই ধনী সুদর্শন মানুষটি তার দিকে হাসছেন ভেবে সে গর্বিত বোধ করল। তাই, সে আর চায়নি যে তিনি উত্তরার স্বামী হন; সে তাকে সম্পূর্ণ নিজে করে নিতে চাইল। সে ভুলে গিয়েছিল যে তাকে উত্তরা নিয়োগ দিয়েছে এবং উত্তরাই তাকে বেতন দেয়।

হঠাৎ সে উত্তরাকে সরিয়ে দিতে চাইল। সে উত্তরার সৌন্দর্যের প্রতি এবং উত্তরা এই সুদর্শন ধনী ব্যক্তিকে বি বিয়ে করেছে বলে ঈর্ষান্বিত ছিল।

চুলায় একটি তেলের পাত্র গরম হচ্ছিল। নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে না পেরে, সে চুলার কাছে গেল এবং উত্তরার মাথায় ঢালার উদ্দেশ্যে জ্বলন্ত গরম তেল ভর্তি একটি হাতা নিল।

উত্তরা সিরিমাকে আসতে দেখল। উত্তরার সিরিমার প্রতি কোনো ঘৃণা বা রাগ ছিল না, এবং তার প্রতি কোনো শত্রুতা— কোনো অশুভ ইচ্ছা— ছিল না।

উত্তরা ভাবল, "সিরিমা সব গৃহস্থালির কাজ দেখাশোনা করেছিল বলে আমি ধর্মশিক্ষা শুনতে পেরেছি, বুদ্ধ ও ভিক্ষুদের সেবা করতে পেরেছি এবং অন্যান্য পুণ্যের কাজ করতে পেরেছি। আমি সিরিমার প্রতি এত কৃতজ্ঞ, এত ঋণী বোধ করি।"

হঠাৎ, সিরিমা খুব কাছে চলে এল এবং সিরিমার মুখের নিষ্ঠুর অভিব্যক্তি দেখে উত্তরা বুঝতে পারল সিরিমা কী করতে যাচ্ছে— সে তার মাথায় ফুটন্ত গরম তেল ঢালতে যাচ্ছে!

তবুও, উত্তরার কোনো অশুভ ইচ্ছা ছিল না— সে সিরিমাকে ক্ষতি করতে চায়নি। উত্তরা দৃঢ় সংকল্প করল: "যদি সিরিমার প্রতি আমার কোনো অশুভ ইচ্ছা থাকে, তাহলে এই ফুটন্ত তেল আমাকে পুড়িয়ে দিক। যদি তার প্রতি আমার কোনো অশুভ ইচ্ছা না থাকে, তাহলে তা আমাকে পুড়িয়ে না দিক।"

সিরিমা দ্রুত হাত তুলে উত্তরার মাথায় তেল ঢালল। কিন্তু, উত্তরার সিরিমার প্রতি কোনো শত্রুভাব না থাকায়, গরম তেল ঠাণ্ডা জলের মতোই নিরীহ ছিল!

সিরিমা, উত্তরার কাছ থেকে ব্যথা ও রাগে চিৎকার আশা করে, উত্তরার কাছ থেকে কিছুই শুনল না। সে ভাবল, "তেল ঠাণ্ডা হয়ে গেছে!" তাই, সে আরেকটি হাতা ভর্তি জ্বলন্ত গরম তেল নিতে দৌড়ল।

উত্তরার সহকারীরা সিরিমাকে ধরে ফেলল এবং এমন ভয়ঙ্কর কাজ করায় তাকে মারল।

উত্তরা, তার চুল ও কাপড় থেকে তেল ঝরতে থাকা অবস্থায়, তার সহকারীদের সিরিমাকে মারতে বারণ করল এবং তাদের বলল, "তার উপর মারধর করার বদলে, তাকে নিরাময় মলম দিয়ে মালিশ কর।"

সিরিমা তখন মনে পড়ল যে তাকে উত্তরা কাজের জন্য বেতন দিচ্ছে। সে নিজের করা কাজে ভীষণ লজ্জিত বোধ করল—যে মহিলা তাকে চাকরি দিয়েছিলেন, তাকে ক্ষতি করার চেষ্টা করায়।

সে উত্তরাকে কাঁদতে কাঁদতে বলল, "ওহ ম্যাডাম, দয়া করে আমাকে ক্ষমা করে দিন!"

উত্তরা উত্তর দিল, "আমার বাবা আছেন, আমি তাকে জিজ্ঞাসা করবো আমি কি তোমার ক্ষমা চাওয়া গ্রহণ করব কিনা।"

সিরিমা বলল, "আমি তোমার বাবার কাছে যাব এবং তোমার সাথে আমার করা কাজের জন্য তাকে ক্ষমা চাইব।"

উত্তরা ব্যাখ্যা করল, "যখন আমি 'আমার বাবা' বলেছি, আমি আমাকে এই জন্মে আনার বাবার কথা বলিনি। আমি আমার বাবা বুদ্ধের কথা বলছিলাম, যিনি আমাকে পুনর্জন্মের চক্র থেকে মুক্ত করতে সাহায্য করেছেন, যিনি আমাকে ধর্ম, আর্ষসত্য শিক্ষা দিয়েছেন।"

সিরিমা জবাব দিল, "দয়া করে আমাকে বুদ্ধের কাছে নিয়ে যান!"

উত্তরা রাজি হল, এবং পরের দিন উত্তরার বাড়িতে সিরিমাকে বুদ্ধ ও তাঁর ভিক্ষুদের জন্য খাবার নিবেদনের ব্যবস্থা করল।

খাবারের পর, বুদ্ধকে সিরিমা ও উত্তরার মধ্যে যা ঘটেছিল তা জানানো হলো। সিরিমা স্বীকার করল যে সে উত্তরার সাথে ভুল করেছে এবং বুদ্ধকে অনুরোধ করল উত্তরাকে তাকে ক্ষমা করার পরামর্শ দিতে।

বুদ্ধ উত্তরাকে জিজ্ঞাসা করলেন, "সিরিমা যখন তোমার মাথায় ফুটন্ত তেল ঢেলেছিল তখন তুমি কী অনুভব করেছিলে?"

উত্তরা উত্তর দিল, "প্রভু, আমি সিরিমার প্রতি কৃতজ্ঞ ছিলাম বলে, আমি সংকল্প করেছিলাম তার প্রতি কোনো রাগ বা দুর্ভাবনা রাখব না। আমি শুধু তার প্রতি আমার মৈত্রীভাব প্রসারিত করেছিলাম।"

বুদ্ধ তাকে সাধুবাদ দিয়ে বললেন, "সাবাস, সাবাস, উত্তরা! কোনো দুর্ভাবনা না রাখায় তুমি যে তোমার প্রতি ঘৃণা দেখিয়েছে তাকে জয় করতে পেরেছ।"

তিনি যোগ করলেন, "উদারতা দিয়ে তুমি কৃপণকে জয় করো; সত্য কথা বলে তুমি মিথ্যাবাদীকে জয় করো।"

বুদ্ধ উত্তরাকে সিরিমাকে ক্ষমা করার পরামর্শ দিলেন, এবং উত্তরা তা করল।

প্রশ্ন:

1. উত্তরা কেন তার স্বামীর প্রতি অসন্তুষ্ট ছিল? (তিনি তাকে বুদ্ধকে নিবেদন করতে, কোনো ভিক্ষুকে দেখতে বা ধর্ম শুনতে দিতেন না)
2. সিরিমা কেন উত্তরার প্রতি ঈর্ষান্বিত ছিল? (সে উত্তরার সৌন্দর্য এবং এই যে উত্তরা ধনী সুদর্শন পুরুষকে বি বিয়ে করেছে তা নিয়ে ঈর্ষা করত)
3. উত্তরা কেন সিরিমার প্রতি কৃতজ্ঞ ছিল? (কারণ সিরিমা সব গৃহকর্ম দেখাশোনা করত যাতে উত্তরা ধর্ম শুনতে এবং বুদ্ধ ও ভিক্ষুদের খাবার নিবেদন করতে পারে এবং অন্যান্য পুণ্যকর্ম করতে পারে)
4. উত্তরা নিজেকে কী বলেছিল যখন সে বুঝতে পেরেছিল সিরিমা তার উপর গরম তেল ঢেলে দিতে যাচ্ছে? (যদি সিরিমার প্রতি আমার কোনো দুর্ভাবনা থাকে, তবে তেল যেন আমাকে পোড়ায়, কিন্তু যদি সিরিমার প্রতি আমার কোনো দুর্ভাবনা না থাকে, তবে যেন না পোড়ায়)
5. উত্তরা কি তেলে পুড়েছিল? (না)

6. উত্তরা কী করেছিল যখন তার সহকারীরা সিরিমাকে মারধর করছিল? (সে তাদের বলেছিল তাকে মারধর বন্ধ করে তার পরিবর্তে নিরাময় মলম লাগিয়ে দিতে)

বুদ্ধ যা বলেছিলেন:

"অক্লোথেন জিনে কোধং, অসাধুং সাধুনা জিনে, জিনে কদরিয়ং দানেন, সচ্চেন অলিকবাদিনং।"
"ক্রোধকে অক্রোধ দিয়ে জয় করো, অসাধুকে সাধুতা দিয়ে জয় করো,
কৃপণকে দান দিয়ে জয় করো, আর মিথ্যাবাদীকে সত্য দিয়ে জয় করো।"
ধম্মপদ ২২৩ (১৭:৩)

ধর্ম আলোচনা – দুর্ভাবনা ও মৈত্রীভাব:

সিরিমা ঈর্ষার বশে তার নিয়োগকর্তা উত্তরাকে আক্রমণ করেছিল।

সে হঠাৎ তাকে ক্ষতি করতে চেয়েছিল। এই আবেগকে দুর্ভাবনা বলে।
দুর্ভাবনা হলো শত্রুভাবাপন্নতা, কাউকে ক্ষতি করার ইচ্ছা, বা আশা করা যে তাদের ক্ষতি হবে বা তাদের অনুভূতিতে আঘাত লাগবে।
দুর্ভাবনা প্রায়ই রাগ, ঘৃণা, ঈর্ষা বা প্রতিশোধের সাথে জড়িত।
কেউ আমাদের প্রতি দুর্ভাবনা রাখতে পারে যদি তারা আমাদের প্রতি অন্যদের দেওয়া মনোযোগ, আমাদের দক্ষতা, প্রতিভা, জনপ্রিয়তা বা আমাদের চেহারা নিয়ে ঈর্ষান্বিত হয়।
ভাবো তুমি কী প্রতিক্রিয়া দেখাতে যদি কেউ তোমাকে আক্রমণ করে, মারে বা কোনোভাবে ক্ষতি করে।

স্বাভাবিকভাবেই, আমরা রাগান্বিত হতে পারি, তাদের উপর চিৎকার করতে পারি, তাদের থেকে দূরে থাকতে পারি এবং তাদের আচরণ একজন দায়িত্বশীল প্রাপ্তবয়স্ককে জানাতে পারি।
আমরা তা নিজেদের রক্ষা করতে, সতর্কতা হিসেবে এবং দেখানোর জন্য করি যে আমরা তাদের আমাদের সাথে আবার অপব্যবহার করতে দেব না।
কিন্তু পরে, যখন তারা আর তোমার সাথে নেই, তখন তুমি তাদের প্রতি কী অনুভব করবে?
আমাদের মধ্যে কেউ কেউ দুর্ভাবনা অনুভব করতে পারে, এবং তাদের ক্ষতি করার ইচ্ছা করতে পারে বা আশা করতে পারে যে তাদের ক্ষতি হবে যাতে তারা "একটি শিক্ষা পায়" এবং আর কখনো তা না করে।
কিন্তু দুর্ভাবনা কি আমাদের ভালো বোধ করতে সাহায্য করে? না।
এটি আমাদের আরও চাপ দেয়; আমরা সেই ব্যক্তিকে দেখলে বা মনে করলেও উত্তেজনা অনুভব করি।
এটি আমাদের মনকে সেই ব্যক্তি সম্পর্কে খারাপ চিন্তায় ভরে তোলে; এই চিন্তাগুলো সুখকর নয়।

সুতরাং, সেই ব্যক্তি আমাদের ক্ষতি করার পরও বহুদিন পর্যন্ত আমরা এই মানসিক চাপ দ্বারা নিজেদেরই ক্ষতি করছি।

অমঙ্গল ইচ্ছার এই চাপযুক্ত অনুভূতি থেকে কীভাবে মুক্ত থাকা যায়?

প্রথমত, আমরা নিজেদেকে শান্ত করতে পারি এই স্বরণ করে যে তাদের মন্দ কর্ম - তাদের নেতিবাচক কর্মফল - স্বয়ংক্রিয়ভাবে তাদের শাস্তি দেবে; তাদের শাস্তি দেওয়ার আমাদের কোনো প্রয়োজন নেই।

মনে রাখবেন, যদি আমরা তাদের শাস্তি দিই, তাহলে আমাদের নিজেদের রাগ ও অমঙ্গল ইচ্ছা বৃদ্ধি পায়, এবং আমরা নিজেরাই নেতিবাচক কর্ম সৃষ্টির ঝুঁকি নিই। আর, তারা প্রতিশোধ নিতে পারে এবং পাল্টা আমাদের ক্ষতি করতে পারে।

সুতরাং, যেহেতু তাদের শাস্তি দেওয়ার কোনো প্রয়োজন নেই, আমরা শিথিল হয়ে ভালো কিছু চিন্তা করতে পারি।

পরবর্তীতে, আমরা নিজেদের রাগ ও অমঙ্গল ইচ্ছার অনুভূতি শান্ত করতে পারি এই স্বরণ করে যে তারা নিজেদের ব্যাথা, নিজেদের দুঃখের কারণেই আমাদের ক্ষতি করতে চেয়েছিল।

কেউ সুখী অবস্থায় অপরকে আক্রমণ বা হুমকি দেয় না; তারা এতটাই অসুখী বোধ করে বলেই অপরকে ক্ষতি করতে চায়।

আমরা তাদের দুঃখের প্রতি করুণা বোধ করতে পারি।

যদি তারা সুখী, শান্তিপূর্ণ ও দুঃখমুক্ত হতো, তাহলে তারা অপরকে ক্ষতি করতে চাইতো না।

সুতরাং, আমরা আকাঙ্ক্ষা করতে পারি যে তারা সুখী, শান্তিপূর্ণ ও দুঃখমুক্ত হোক।

যদি সেই ব্যক্তি বন্ধু, ভাই, বোন, অপরিচিত কেউ হয়, বা সাধারণত যার আচরণ খারাপ নয়, অথবা যদি তারা ক্ষমা চায়, আপনি ধরে নিতে পারেন - বা তাদের বলতে পারেন - যে তাদের নিশ্চয়ই খুব খারাপ দিন চলছিল যার কারণে তারা আপনার প্রতি এতটা বিরক্ত হয়েছিল।

সুতরাং আপনি তাদের ক্ষমা করতে পারেন, অন্তত নিজের মনে, এবং তাদের জন্য ভালো কিছু কামনা করতে পারেন। তখন, তাদের সাথে আবার বন্ধুত্বপূর্ণ আচরণ করা সহজ হয়।

অমঙ্গল ইচ্ছার চাপযুক্ত অনুভূতি এড়ানোর আরেকটি উপায় হল সেই ব্যক্তির সম্পর্কে কিছু ভালো দিক চিন্তা করা - তারা আপনার প্রতি যে দয়াশীল বা সহায়ক আচরণ করেছিল তা।

তারপর, উত্তরা যেমন করেছিলেন, তেমনি আপনি তাদের সেই দয়া বা সাহায্যের জন্য কৃতজ্ঞ বোধ করতে পারেন।

অথবা, বিবেচনা করুন যে তাদের খারাপ আচরণ আপনাকে আপনার রাগ ও অমঙ্গল ইচ্ছা নিয়ন্ত্রণ করতে এবং ধৈর্য্য অনুশীলন করতে শিখিয়েছে।

এইভাবে, তারা আপনাকে একজন ভালো মানুষ হতে সাহায্য করেছে। এবং আপনি এর জন্য কৃতজ্ঞ বোধ করতে পারেন।

শেষ পর্যন্ত, আমরা মৈত্রীভাবনা অনুশীলন করে আমাদের রাগ ও অমঙ্গল ইচ্ছা শান্ত করতে পারি। উত্তরার মতো, আমরা সেই ব্যক্তির পাশাপাশি সকল দিকে সমস্ত প্রাণীর প্রতি মৈত্রীভাবনা বিকিরণ করতে পারি, যেমন একটি মোমবাতির শিখা অন্ধকার ঘরে আলো বিকিরণ করে, বা যেমন সূর্য অন্ধকার মহাকাশে সকল দিকে আলো বিকিরণ করে।

যখন আমরা মৈত্রীভাবনা ধ্যান অনুশীলন করি এবং দৈনন্দিন জীবনে অপরের প্রতি মৈত্রীভাবনা প্রদর্শন করি, তখন আমাদের রাগ ও অমঙ্গল ইচ্ছার অনুভূতি শান্ত করা সহজ হয়।

মৈত্রীভাবনা ধ্যানের একটি উদাহরণ হল উচ্চারণ করে চিন্তা করা:

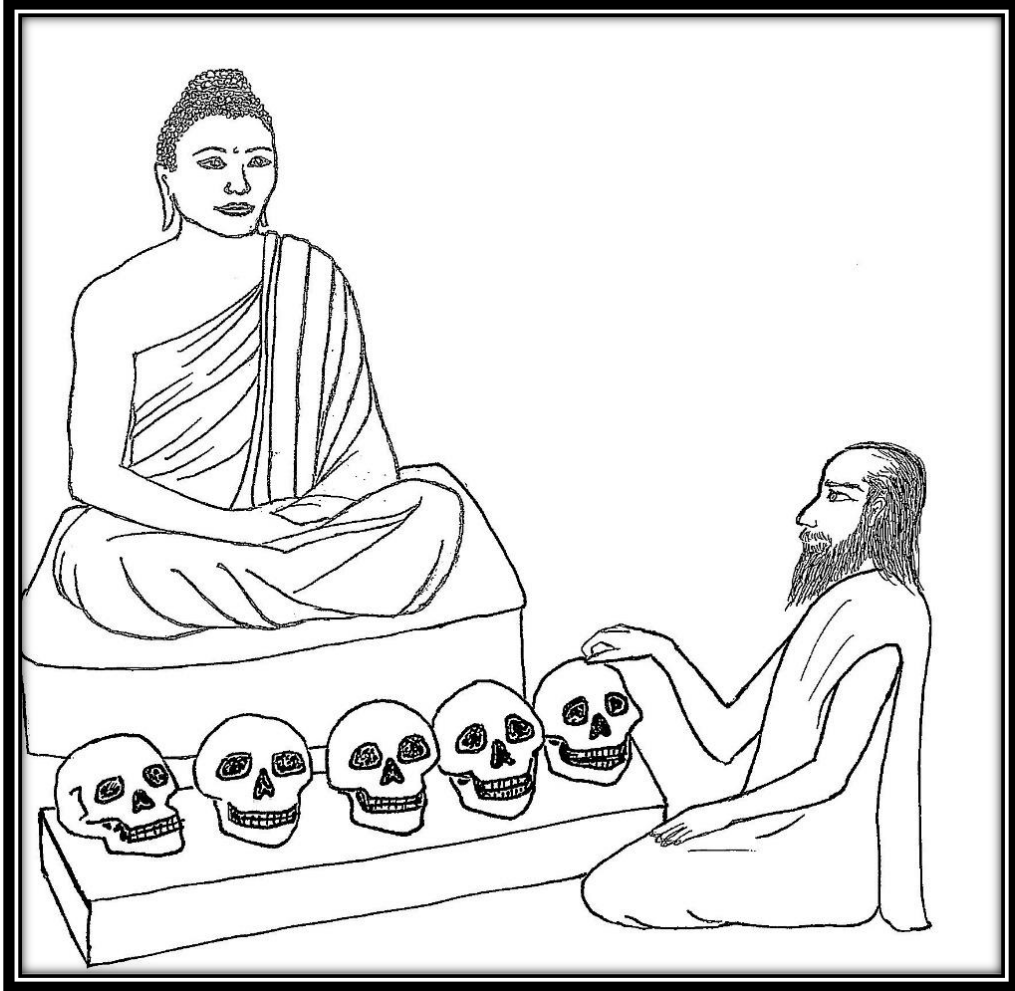
আমি সুস্থ, সুখী ও শান্তিপূর্ণ হব।

আমার পরিবার ও বন্ধুরা সুস্থ, সুখী ও শান্তিপূর্ণ হোক।

যেসব প্রাণী রাগান্বিত, বিদ্বেষপূর্ণ, ক্ষতিকর বা ঈর্ষান্বিত, তারা সবাই সুস্থ, সুখী ও শান্তিপূর্ণ হোক।

সমস্ত প্রাণী সুস্থ, সুখী ও শান্তিপূর্ণ হোক।

অধ্যায় ১২ ছবি



অধ্যায় ১২ – খুলি

একবার বঙ্গীসা নামে একজন লোক ছিলেন যার একটি অত্যন্ত অস্বাভাবিক দক্ষতা ছিল। তিনি বলতে পারতেন মৃত ব্যক্তি কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে। তিনি মৃতদেহের খুলি টোকা দিয়ে এটি বলতে পারতেন।

তিনি একটি খুলিতে টোকা দিয়ে বলতেন, "এটি এমন এক ব্যক্তির খুলি যিনি নরকলোকে পুনর্জন্ম লাভ করেছেন।"

তিনি অন্য একটি খুলিতে টোকা দিয়ে বলতেন, "এই ব্যক্তি পশু হিসাবে পুনর্জন্ম লাভ করেছেন।"

তিনি ভিন্ন একটি খুলিতে টোকা দিয়ে বলতেন, "এই ব্যক্তি প্রেতযোনি হিসাবে পুনর্জন্ম লাভ করেছেন।"

এবং তিনি অন্য একটি খুলিতে টোকা দিয়ে বলতেন, "এটি এমন এক ব্যক্তির খুলি যিনি মানবলোকে পুনর্জন্ম লাভ করেছেন।"

তিনি আরেকটি খুলিতে টোকা দিয়ে বলতেন, "এই ব্যক্তি স্বর্গলোকে পুনর্জন্ম লাভ করেছেন।"

অনেক লোক তাকে আসতে এবং মৃত পরিবারের সদস্য, বন্ধু বা শত্রুর খুলি টোকা দিয়ে সেই ব্যক্তির ভবিষ্যৎ অস্তিত্ব জানাতে বলত। লোকেরা জানতে অত্যন্ত কৌতূহলী ছিল যে ব্যক্তির জীবনের ভালো বা খারাপ আচরণের ফলে সে সৌভাগ্যজনক নাকি দুর্ভাগ্যজনক পুনর্জন্ম লাভ করেছে - তা স্বর্গে পুরস্কারস্বরূপ পরজীবন নাকি নরক, প্রেত বা পশু হিসাবে শাস্তিমূলক পরজীবন হয়েছে কিনা। আর তারা নিশ্চিত হতে চাইত যে তাদের প্রিয়জনেরা ভালো পুনর্জন্ম পেয়েছে। তাই, অনেক লোক বঙ্গীসাকে তার এই বিশেষ দক্ষতার জন্য অর্থ প্রদানে প্রস্তুত ছিল।

তার শহরে বসবাসকারী কয়েকজন ব্রাহ্মণ মনে মনে ভাবল, "আমরা এই লোকটিকে ব্যবহার করে সারা বিশ্বের লোকদের কাছ থেকে সুবিধা নিতে পারি!" তারা তাকে সমগ্র ভারতবর্ষে ঘুরিয়ে নিয়ে গিয়ে সর্বত্র লোকদের তাদের আত্মীয়দের মৃত্যুর পর কী হয়েছে তা জানানোর জন্য তাদের অর্থ প্রদানে রাজি করানোর পরিকল্পনা করল। ব্রাহ্মণেরা ভাবল এটি তাদের ধনী ও বিখ্যাত করে তুলবে!

তারা তাকে গুরুত্বপূর্ণ, সম্মানিত ধর্মীয় ব্যক্তির মতো দেখাতে লাল পোশাক পরাল। তারা তাকে দেশের বিভিন্ন শহর ও গ্রামে দলবদ্ধভাবে নিয়ে গেল, এবং যাদের সাথে সাক্ষাৎ করত তাদের বলল,

"এই পবিত্র ব্যক্তি বঙ্গীসা মৃত মানুষের খুলি টোকা দিয়ে বলতে পারেন তারা কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে। তাকে জিজ্ঞাসা করো তোমার নিজের পরিবারের সদস্যরা কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে।"

লোকেরা তাদের সম্পদের পরিমাণ অনুযায়ী তাকে দশ, বিশ বা একশ টাকা দিত, একটি মৃতদেহ দেখিয়ে সেই ব্যক্তির পুনর্জন্ম সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করত।

একদিন বঙ্গীস ও তার দল সাবন্তি শহরে পৌঁছায় এবং বুদ্ধের বিখ্যাত জেতবন মঠের কাছে শিবির স্থাপন করে। সকালের নাস্তার পর, তারা অবাক হয়ে দেখল যে জনতা হাতে সুগন্ধি, ফুলের মালা ও ফল নিয়ে মঠের দিকে যাচ্ছে।

বঙ্গীসের দলের লোকেরা কয়েকজনকে জিজ্ঞাসা করল, "তোমরা কোথায় যাচ্ছে?"

নগরবাসীরা উত্তর দিল, "ধর্ম শুনতে মঠে।"

ব্রাহ্মণেরা জিজ্ঞাসা করল, "সেখানে গেলে তোমরা কী লাভ করবে?"

উত্তর শোনার অপেক্ষা না করে তারা বলল, "আমাদের পবিত্র ব্যক্তি বঙ্গীসের মতো কেউ নেই। তিনি মৃত মানুষের খুলি টোকা দিয়ে বলতে পারেন তারা কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে। শুধু তাকে জিজ্ঞাসা করো তোমার আত্মীয়রা কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে।"

সাবন্তির লোকেরা উত্তর দিল, "বঙ্গীস কী জানেন? আমাদের শিক্ষকের মতো কেউ নেই।"

বন্ধুরা প্রতিবাদ করল, "বঙ্গীসের মতো কেউ নেই!"

শীঘ্রই বঙ্গীসের দলের লোকেরা ও নগরবাসীরা পরস্পরের সাথে তর্কে লিপ্ত হল।

অবশেষে বুদ্ধের ভক্ত নগরবাসীরা বলল, "এসো, এখন আমরা খুঁজে বের করি দুজনের মধ্যে কে বেশি জানে, তোমাদের বঙ্গীস নাকি আমাদের শিক্ষক।"

তারা বঙ্গীস ও তার দলকে মঠে নিয়ে গেল।

বুদ্ধ জানতেন যে তারা আসছে, এবং তাদের আসার আগেই তিনি একজন সহকারীকে নির্দিষ্ট মানুষের খুলি আনার অনুরোধ করলেন। সহকারী পাঁচটি খুলি নিয়ে এল এবং বুদ্ধ সেগুলোকে তার আসনের কাছে সারিবদ্ধভাবে সাজালেন। বুদ্ধ জানতেন যে একটি খুলির মালিক নরকে পুনর্জন্ম লাভ করেছে, দ্বিতীয়টির মালিক পশুযোনিতে, তৃতীয়টির মালিক মানবলোকে, এবং চতুর্থটির মালিক স্বর্গলোকে পুনর্জন্ম লাভ করেছে। পঞ্চম খুলির মালিক হয়েছিলেন একজন অরহৎ।

যখন বঙ্গীস ও তার বন্ধুরা এল, বুদ্ধ বঙ্গীসকে জিজ্ঞাসা করলেন, "তুমিই কি সেই ব্যক্তি যার সম্পর্কে বলা হয় যে মৃত মানুষের খুলি টোকা দিয়ে তুমি বলতে পার তারা কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে?"

"হ্যাঁ," বঙ্গীস বললেন।

বুদ্ধ প্রথম খুলিটির দিকে ইশারা করে জিজ্ঞাসা করলেন, "তাহলে এটা কার খুলি?"

বঙ্গীস খুলিটিতে টোকা দিয়ে বললেন, "এটা এমন একজনের খুলি যে নরকে পুনর্জন্ম লাভ করেছে।"

বুদ্ধ উচ্ছ্বসিত হয়ে বললেন, "ভাল, খুব ভাল!" এবং তাকে সাধুবাদ দিলেন।

তারপর বুদ্ধ পরবর্তী তিনটি খুলি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করলেন, এবং বঙ্গীস কোনো ভুল না করে উত্তর দিলেন। বুদ্ধ তার প্রতিটি উত্তরের জন্য তাকে সাধুবাদ দিলেন। শেষে বুদ্ধ পঞ্চম খুলিটির দিকে ইশারা করলেন।

"এটা কার খুলি?" বুদ্ধ জিজ্ঞাসা করলেন।

বঙ্গীস অন্যগুলোর মতোই পঞ্চম খুলিটিতে টোকা দিলেন। তিনি নীরব রইলেন।

তারপর তিনি বললেন, "আমি জানি না এই মানুষটি কোন জগতে পুনর্জন্ম লাভ করেছে।"

বুদ্ধ বললেন, "বঙ্গীস, তুমি জানো না?"

"না," বঙ্গীস উত্তর দিলেন, "আমি জানি না।"

বুদ্ধ বললেন, "আমি জানি।"

তখন বঙ্গীস তাকে জিজ্ঞাসা করলেন, "আমাকে এই মন্ত্রটি শেখান।"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "যে ভিক্ষু হয়নি তাকে আমি এটি শেখাতে পারি না।"

বঙ্গীস মনে মনে ভাবলেন, "যদি আমি এই মন্ত্রটি জানতাম, আমি সমগ্র ভারতের সবচেয়ে বিখ্যাত ব্যক্তি হতাম।" তিনি জানতে না পেরে বা ভুল অনুমান করে—একজন দুষ্ট ব্যক্তিকে স্বর্গে গেছে বলে বা একজন ভালো ব্যক্তিকে নরকে গেছে বলে—লজ্জা পেতে চাননি। তাহলে লোকেরা তার প্রতি সম্মান হারিয়ে ফেলত। তিনি ভাবলেন যে তিনি বুদ্ধের কাছ থেকে পঞ্চম খুলির মালিক কোথায় পুনর্জন্ম লাভ করেছে তা জানার জন্য কোনো জাদুমন্ত্র বা কৌশল শিখে নিতে পারেন।

বঙ্গীস তার দলের দিকে ফিরে তাদের বললেন যে তিনি পঞ্চম খুলির মালিক কোথায় পুনর্জন্ম লাভ করেছে তা জানার কৌশলটি শিখতে চান। তিনি বললেন যে তিনি যত তাড়াতাড়ি সম্ভব বুদ্ধের কাছ থেকে এটি শিখবেন।

তিনি তাদের বললেন, "কয়েক দিন এখানে থাকো। আমি ভিক্ষু হতে ইচ্ছুক।"

দলটি মঠের কাছে তাদের শিবিরে থাকল, এবং বঙ্গীস বুদ্ধের দ্বারা ভিক্ষু হিসেবে দীক্ষিত হয়ে অন্যান্য ভিক্ষুদের সাথে যোগ দিলেন। তখন তাকে বলা হত শ্রদ্ধেয় বঙ্গীস।

ভিক্ষুরা শ্রদ্ধেয় বঙ্গীসকে দেহের ৩২টি অংশের উপর ধ্যান করতে এবং নির নির্দেশের প্রথম শব্দগুলি পুনরাবৃত্তি করতে বললেন। তিনি তাদের নির্দেশাবলী অত্যন্ত সতর্কতার সাথে অনুসরণ করলেন এবং অত্যন্ত পরিশ্রমের সাথে ধ্যান চর্চা করলেন।

পরবর্তী কয়েক দিনে, যখনই শ্রদ্ধেয় বঙ্গীস তার দলের ব্রাহ্মণদের দেখতেন, তারা তাকে জিজ্ঞাসা করত, "তুমি কি কৌশলটি শিখেছ?"

প্রতিবার তিনি উত্তর দিতেন, "অল্প অপেক্ষা কর! আমি শিখছি।"

কয়েক দিন পর, শ্রদ্ধেয় বঙ্গীস অরহৎ হিসেবে প্রজ্ঞালাভ করলেন।

ব্রাহ্মণদের দলটি তাকে আবার জিজ্ঞাসা করল, "তুমি কি এখনও সেই কৌশল শিখেছ?"

এবার তিনি উত্তর দিলেন, "বন্ধুরা, আমি এখন এটি শিখতে অক্ষম।"

কিছু ভিক্ষু এই কথোপকথন শুনে বুদ্ধের কাছে গিয়ে বললেন, "প্রভু, এই ভিক্ষু মিথ্যা কথা বলছে; সে অসাধুতার অপরাধে অপরাধী।"

বুদ্ধ উত্তর দিলেন, "ভিক্ষুগণ, এমন কথা বলো না। ভিক্ষুগণ, আমার পুত্র এখন সকল প্রাণীর মৃত্যু ও পুনর্জন্ম সম্পর্কে সমস্ত জানে।"

তিনি এই পদগুলো বলে কথা চালিয়ে গেলেন:

"যিনি সর্বপ্রকারে প্রাণীদের মৃত্যু ও জন্ম জানেন, যিনি নির নির্লিপ্ত, শৃঙ্খলিত ও প্রজ্ঞালব্ধ, তাকেই আমি সত্যিকারের ব্রাহ্মণ বলি।"

"যাদের ভবিষ্যৎ মানুষের, দেবতার বা দেবতাদের কাছে অজানা, যাদের মলিনতা ধ্বংস হয়েছে, যিনি অর্হৎ, তাকেই আমি সত্যিকারের ব্রাহ্মণ বলি।"

প্রশ্নাবলী:

১. ব্রাহ্মণদের দলটি বঙ্গীসকে নিয়ে কী করতে চেয়েছিল? (সমগ্র ভারতজুড়ে লোকদের তাদের টাকা দিতে রাজি করানোর জন্য তাকে ব্যবহার করা)

২. তারা দেশজুড়ে বঙ্গীসকে নিয়ে যাওয়ার মাধ্যমে কী ঘটবে বলে আশা করেছিল? (তারা ধনী ও বিখ্যাত হবে)

৩. কীভাবে বঙ্গীস ও তার দল বুদ্ধের কাছে গিয়েছিল? (সাবণ্থীর লোকেরা তাদের বুদ্ধের কাছে নিয়ে গিয়েছিল যখন তারা বঙ্গীসের দলের সাথে এই নিয়ে তর্কে জড়িয়ে পড়েছিল যে কে বেশি জানে - বুদ্ধ নাকি বঙ্গীস)

৪. পঞ্চম খুলিতে টাকা দিলে বঙ্গীষ কি বলেছিলেন? (তিনি বলেছিলেন যে তিনি জানেন না সেই ব্যক্তির পুনর্জন্ম কোথায় হয়েছে)

৫. বঙ্গীষ কেন ভিক্ষু হয়েছিলেন? (পঞ্চম খুলির মালিকের পুনর্জন্ম কোথায় হয়েছে তা জানার কৌশল শেখার জন্য; বুদ্ধ বলেছিলেন এটি শিখতে হলে তাকে ভিক্ষু হতে হবে)

৬. বঙ্গীষ শেষ পর্যন্ত পঞ্চম খুলির মালিকের কি হয়েছিল তা জানতে পেরেছিলেন কি? (হ্যাঁ)

বুদ্ধ যা বলেছিলেন:

"চুতিং যো ভেদি সত্তানং, উপপত্তিং চ সব্বসো, অসত্তং সুগতং বুদ্ধং, তমহং ক্রামি ব্রাহ্মণং।"
"যস্স গতিং ন জানন্তি, দেব গন্ধব্বমানুসা, খীণাসবং অরহত্তং, তমহং ক্রামি ব্রাহ্মণং।"
"যিনি সর্বপ্রকারে প্রাণীদের মৃত্যু ও জন্ম জানেন, যিনি অনাসক্ত, সংযত ও প্রজ্ঞালোকপ্রাপ্ত, তাঁকেই আমি সত্যিকারের ব্রাহ্মণ বলি।"
"যাঁর গতি জানেন না মানুষ, দেবতা বা গন্ধর্বরা, যিনি আসবক্ষয়কারী অর্হং, তাঁকেই আমি সত্যিকারের ব্রাহ্মণ বলি।"

ধম্মপদ ৪১৯, ৪২০ (২৬:৩৭, ২৬:৩৮)

ধর্ম আলোচনা- শক্তি:

এই মানুষদের দলটি বঙ্গীষকে টাকাপয়সা ও খ্যাতি অর্জনের উপায় হিসেবে ব্যবহার করতে চেয়েছিল।
তারা তার শক্তি ব্যবহার করে তারাও শক্তিশালী হতে চেয়েছিল—টাকা ও খ্যাতির মাধ্যমে।
যখন তারা সাবত্তিতে গিয়েছিল, তখন তারা মানুষদের বোঝাতে চেয়েছিল যে বঙ্গীষ বুদ্ধের চেয়ে বেশি আকর্ষণীয় ও জ্ঞানী।
তারা ধর্মে বা বুদ্ধের কাছ থেকে কিছু শিখতে আগ্রহী ছিল না; তারা শুধু টাকা কামানোর চিন্তা করছিল।

বুদ্ধের সাথে প্রথম দেখা করার সময়, বঙ্গীষ কি ধর্মে আগ্রহী ছিলেন?
না, তিনি শুধু তার শক্তি প্রদর্শনে আগ্রহী ছিলেন, এবং যখন পঞ্চম খুলির পুনর্জন্ম নির নির্ধারণ করতে তার শক্তি য যথেষ্ট ছিল না, তখন তিনি প্রতিটি মৃত ব্যক্তির পুনর্জন্ম ভবিষ্যদ্বাণী করতে সক্ষম হওয়ার জন্য একটি কৌশল শিখে তার শক্তি বাড়াতে চেয়েছিলেন।
সুতরাং, তিনি তার শক্তি বাড়ানোর জন্য ভিক্ষু হতে রাজি হয়েছিলেন, এবং সম্ভবত এই কৌশল শিখে তার দলের কাছে ফিরে যাওয়ার এবং তাদের সাথে আবার ভ্রমণ করার পরিকল্পনা করেছিলেন।

বঙ্গীষ এবং তার দল তার রহস্যময় বা মানসিক শক্তিতে মুগ্ধ ছিলেন।
তারা মনে করতেন যে এই ধরনের শক্তিই সবচেয়ে চিত্তাকর্ষক এবং গুরুত্বপূর্ণ।

তারা টাকা, খ্যাতি ও শক্তির জন্য এতটাই লোভী ছিল যে বুদ্ধ সরাসরি তাদের সামনে বসে থাকা সত্ত্বেও তারা ধর্মে আগ্রহী ছিল না!

কিন্তু, বঙ্গীষ যখন প্রকৃতপক্ষে ধর্মচর্চা করার চেষ্টা করেছিলেন তখন তার কি হয়েছিল?

তিনি অর্হৎ হিসেবে আলোকপ্রাপ্ত হয়েছিলেন।

তাহলে, পঞ্চম খুলির মালিকের পুনর্জন্ম জানার কৌশল শেখার তার পরিকল্পনার কি হল?

সম্ভবত তিনি সেই পরিকল্পনা ত্যাগ করেছিলেন কারণ তিনি জানতে পেরেছিলেন অর্হৎ কে—যিনি আর পুনর্জন্ম গ্রহণ করেন না, যার মানুষেরূপে, দেবলোকে, পশুরূপে বা কোন নিম্নলোকে আর জন্ম হয় না।

সে তার বন্ধুদের বলল যে সে যে কৌশলটি শিখতে চেয়েছিল তা সে এখন আর শিখতে পারছে না।

সে কেন এমন বলল?

কারণ একজন অর্হতের পুনর্জন্ম হয় না, তাই কেউই শিখতে পারবে না যে একজন অর্হত কোথায় পুনর্জন্ম নেয়।

আজকের বিশ্বে, অনেক মানুষ বঙ্গীসার দলের মতো।

তারা অর্থ উপার্জন এবং আরও জনপ্রিয় হওয়ার দিকে এতটাই মনোনিবেশ করে যে তারা ধর্মকে উপেক্ষা করে; তারা আধ্যাত্মিকতায় আগ্রহী নয়।

এবং অনেক মানুষ যারা আধ্যাত্মিকতায় আগ্রহী তারা অতিপ্রাকৃত বা মানসিক শক্তির প্রতি আকৃষ্ট হয়।

প্রথমে বঙ্গীসার মতো, তারা শুধু সেই শক্তিগুলো শিখতে চায়—কিভাবে তাদের মনকে প্রশিক্ষণ দিতে হয় যাতে তারা রহস্যময় বা মানসিক শক্তি অর্জন করতে পারে এবং মানুষকে মুগ্ধ করতে পারে, প্রশংসা ও জনপ্রিয়তা পেতে পারে।

কিন্তু তখন তারা শুধু তাদের অহংকে পুষ্টি দেয়, আরও অহংকারী হয়ে ওঠে।

অধিকাংশ মানুষ মনে করে যে অর্থ, জনপ্রিয়তা এবং ক্ষমতা তাদের সুখী করবে।

কিন্তু, অহং কখনই সম্পূর্ণ সন্তুষ্ট হয় না—এটা সবসময় আরও মনোযোগ, আরও ক্ষমতার সন্ধান করে; এটার কখনই যথেষ্ট হয় না।

আমরা কি কিভাবে সত্যিই সন্তুষ্ট বোধ করতে পারি—আমরা কিভাবে আরও তৃপ্তি অনুভব করতে পারি?

আমরা আরও তৃপ্তি অনুভব করতে পারি যখন আমরা ধর্ম শিখি ও চর্চা করি।

সেটাই হল যখন আমরা আমাদের মনের সত্যিকারের শক্তিকে উন্মুক্ত করতে শুরু করি।

আমাদের মনের সত্যিকারের শক্তি কি?

এটা হল সেই জিনিস যা বুদ্ধ খুঁজছিলেন এবং যা তিনি আবিষ্কার করেছিলেন যখন তিনি জ্ঞানলাভ করেছিলেন—দুঃখের অবসানের পথ, এবং অনন্ত শান্তি ও চূড়ান্ত প্রজ্ঞা।

এটা আমাদের জন্য অনেক দূরের ভবিষ্যতের মতো মনে হয়।

কিন্তু আমরা অন্তত কিছু শান্তি ও প্রজ্ঞা এখনই উপভোগ করতে পারি।

ধ্যান ও সতর্কতা আমাদের মনকে একটি বিরতি দেয়, দৈনন্দিন জীবনের চাপ থেকে মুক্তি দেয়।

এবং এগুলো আমাদের একটি আরও ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি দেয়—জিনিসগুলো দেখার একটি ভাল উপায়।

মৈত্রী ও করুণা আমাদের মনকে চাপযুক্ত চিন্তা থেকে ইতিবাচক চিন্তার দিকে ঘুরিয়ে দেয়।

এবং ভাল কাজ করে পুণ্য অর্জন আমাদের জন্য একটি ভাল ভবিষ্যত তৈরি করে।

যখন আমরা এই অনুশীলনগুলোর মাধ্যমে আমাদের চাপ ও অসন্তোষ কমাতে পারি, তখন মানুষ যে সবচেয়ে বড় সমস্যার মুখোমুখি হচ্ছে, সারা বিশ্বজুড়ে—অত্যধিক চাপ ও দুশ্চিন্তা—আমরা সেগুলো জয় করছি এখনই, যখন আমরা তরুণ।