

Date - 26 - 04 - 2020

Dr. Sanehlata

Asst. Professor (Guest faculty)

Dept. of Philosophy

Women's college, Samastipur

Email Id. Saehababli1987@gmail.com

Cont. no. - 8409587640

Class - B.A. - Part (I) Hons.

Topic - Concept of Fourth noble truth.

## दुःख-निरोध-मार्ग (Path of the cessation of suffering)

गातम बुद्ध ने चतुर्विंशति अर्थ सत्य में दुःख-निरोध का उपाय बताया। इसे 'दुःख निरोधमार्ग' प्रतिपद' कहा जाता है। यह नैतिक एवं आध्यात्मिक साधना का मार्ग है। इसे मध्यमा प्रतिपद या मध्यम मार्ग भी कहा जाता है। इस मध्यमा प्रतिपद में आठ साधन हैं, इसलिए इसे 'आठ साधन मार्ग' भी कहते हैं। यह साधना का वह मार्ग है जो अनृत्य को वांछित अंत तक पहुँचाता है। इसके आठ साधन निम्न-लिखित हैं। —

(1) सम्यक् दृष्टि - दुःखों का कारण अविद्या या मिथ्या दृष्टि है, दुःखद, अनित्य, अशुभाय एवं हेतु विषयों की सुरत, नित्य, शुभाय एवं उपादेय समझना है। अतः इस मिथ्या दृष्टि का परिभाषा करके वस्तुओं के असली स्वरूप की समझना तथा चार अर्थ सत्यों का ज्ञान रखना सम्यक् दृष्टि है।

(2) सम्यक् संकल्प - अर्थ सत्यों के ज्ञान के अनुरूप आचरण करने का हृदय निश्चय सम्यक् संकल्प है।

- (3) सम्यक् वाक - सम्यक् संकल्प के अनुरूप वाणी का विश्रवण सम्यक् वाक है। इसमें मिथ्यावादिता, विद्रा, दुर्वचन और वाचस्पता का परिष्कार तथा सत्य भाषण आदि अपेक्षित हैं।
- (4) सम्यक् कर्मांत - सम्यक् संकल्प के अनुरूप कर्म का विश्रवण सम्यक् कर्मांत है। कर्मणा अहिंसा, अस्तेय तथा इन्द्रिय-संयम ही सम्यक् कर्मांत हैं।
- (5) सम्यक् आजीव - लोकसममत उपायों से जल्दता न्यायपूर्ण तरीके से परिनिर्वाण करना सम्यक् आजीव है।
- (6) सम्यक् वशाशाम - व्यक्ति को इस बात का सतत प्रयास करना चाहिए कि मन के पुराने बुरे भाव नष्ट हो जायें, नये बुरे भाव जग जे पुनः न प्रविष्ट हों, जग सदैव अच्छे विचारों से युक्त रहे तथा जग जे इन अच्छे विचारों की धारण करने की सतत चेष्टा होती है। इस प्रकार का प्रयत्न सम्यक् वशाशाम है।
- (7) सम्यक् स्मृति - आर्थ सत्यों के भागी पर चालने के लिए आवश्यक है कि ज्ञात विषयों की स्मृति सदैव लगी रहे। शरीर, वैदना,



चित्त एवं हार्म के प्रति व्यक्तित्व का कोई अनुसंधान नहीं होता, फलस्वरूप वह उत्पन्न दुःखों का भागी नहीं होता।

- (8) सम्भक्त समाधि - सम्भक्त समाधि का अर्थ है, चित्त की सकाग्रता द्वारा प्रकाश की अनुभूति। समाधि की चार अवस्थाओं का वर्णन प्राप्त होता है। समाधि की प्रथम अवस्था सात्विक, सात्विक और विवेक से उत्पन्न प्रीति वाली अवस्था है। इसमें व्यक्तित्व शान्त चित्त से आर्ष सत्त्व का तर्कपूर्वक चिन्तन करना है तथा शुद्ध विचार के कारण अपूर्व आनन्द तथा शान्ति का अनुभव करता है। द्वितीय अवस्था में प्रगाढ़ चिन्तन के कारण विवेक और शीघ्र विचार शान्त हो जाते हैं और शान्त तथा चित्तसकाग्रता से शुभ्र आनन्द प्राप्त होता है। तृतीय अवस्था में मन आनन्द और शान्त से भी हटकर उपसमाधि की प्राप्ति करता है। समाधि की चतुर्थ अवस्था में साम्य अवस्था, ऐहिक सुख एवं समाधि का आनन्द, किसी का भी पान नहीं होता। यह सुख-दुःख से रहित है। इसमें प्रकाश का उदय होता है और सभी दुःखों का निरास हो जाता है।

अष्टांगिक मार्ग के उपर्युक्त विवेचना से पता होता है कि इसमें निवाण प्राप्त के लिए जीव, समाधि और प्रज्ञा की शिक्षा ही होती है। बौद्ध धर्म में इसी 'त्रिषिद्ध्या' कहा जाता है। प्रज्ञा के अन्तर्गत सम्यक् दृष्टि और सम्यक् संकल्प आते हैं। जीव में सम्यक् वाक्, सम्यक् कर्मान्त, सम्यक् आजीव और सम्यक् व्यायाम का समावेश होता है। समाधि में सम्यक् स्मृति और सम्यक् समाधि आते हैं। बौद्ध धर्म में इन आठ सत्यों का केन्द्रीय महत्व है। बौद्ध धर्म के दार्शनिक सिद्धान्तों के बीच जीव इनमें निहित हैं।