



Department of Philosophy
**D. B. COLLEGE, JAYNAGAR,
MADHUBANI (BIHAR)**

(A Constituent unit of L. N. Mithila University K. Nagar, Darbhanga)

By:- Dr. Kumar Sonu Shankar

Assistant Professor (Guest)

March 31, 2020

April 1st 2020

Kumar999sonu@gmail.com

8210837290, 8271817619

Class B. A. Part I (H)

Date March 31 & April 1st 2020

Topic Eight Fold Path

भगवान् बुद्ध ने बताया कि तृष्णा ही सभी दुःखों का मूल कारण है। तृष्णा के कारण संसार की विभिन्न वस्तुओं की ओर मनुष्य प्रवृत्त होता है; और जब वह उन्हें प्राप्त नहीं कर सकता अथवा जब वे प्राप्त होकर भी नष्ट हो जाती हैं तब उसे दुःख होता है। तृष्णा के साथ मृत्यु प्राप्त करनेवाला प्राणी उसकी प्रेरणा से फिर जन्म ग्रहण करता है और संसार के दुःखचक्र में पिसता रहता है। अतः तृष्णा का सर्वथा प्रहाण करने का जो मार्ग है वही मुक्ति का मार्ग है। इसे दुःख-निरोध-गामिनी प्रतिपदा कहते हैं। भगवान् बुद्ध ने इस मार्ग के आठ अंग बताए हैं :-

1. सम्यक् दृष्टि, 2. सम्यक् संकल्प, 3. सम्यक् वचन, 4. सम्यक् कर्म, 5. सम्यक् आजीविका, 6. सम्यक् व्यायाम, 7. सम्यक् स्मृति और 8. सम्यक् समाधि।

अष्टांग मार्ग महात्मा बुद्ध की प्रमुख शिक्षाओं में से एक है जो दुःखों से मुक्ति पाने एवं आत्म-ज्ञान के साधन के रूप में बताया गया है। अष्टांग मार्ग के सभी 'मार्ग', 'सम्यक' शब्द से आरम्भ होते हैं सम्यक का अर्थ है अच्छा या सही (सम्यक = अच्छी या सही)। बौद्ध प्रतीकों में प्रायः अष्टांग मार्गों को धर्मचक्र के आठ ताड़ियों (spokes) द्वारा निरूपित किया जाता है।



बौद्ध दर्शन के अनुसार, चौथा आर्य सत्य आर्य अष्टांग मार्ग – दुःख निरोध पाने का रास्ता है। गौतम बुद्ध कहते थे कि चार आर्य सत्य की सत्यता का निश्चय करने के लिए इस मार्ग का अनुसरण करना चाहिए :



Department of Philosophy
**D. B. COLLEGE, JAYNAGAR,
MADHUBANI (BIHAR)**

(A Constituent unit of L. N. Mithila University K. Nagar, Darbhanga)

By:- Dr. Kumar Sonu Shankar

Assistant Professor (Guest)

March 31, 2020

April 1st 2020

Kumar999sonu@gmail.com

8210837290, 8271817619

1. सम्यक दृष्टि : चार आर्य सत्य में विश्वास करना
2. सम्यक संकल्प : मानसिक और नैतिक विकास की प्रतिज्ञा करना
3. सम्यक वाक : हानिकारक बातें और झूठ न बोलना
4. सम्यक कर्म : हानिकारक कर्म न करना
5. सम्यक जीविका : कोई भी स्पष्टतः या अस्पष्टतः हानिकारक व्यापार न करना
6. सम्यक प्रयास : अपने आप सुधरने की कोशिश करना
7. सम्यक स्मृति : स्पष्ट ज्ञान से देखने की मानसिक योग्यता पाने की कोशिश करना
8. सम्यक समाधि : निर्वाण पाना और स्वयं का गायब होना

कुछ लोग आर्य अष्टांग मार्ग को पथ की तरह समझते हैं, जिसमें आगे बढ़ने के लिए, पिछले के स्तर को पाना आवश्यक है। और लोगों को लगता है कि इस मार्ग के स्तर सब साथ-साथ पाए जाते हैं। इस अष्टांग मार्ग को तीन हिस्सों में वर्गीकृत किया जाता है :-
प्रज्ञा, शील और समाधि।

अब इस अष्टांग मार्ग का विस्तृत विवेचन इस प्रकार है :-

सम्यक दृष्टि :- अविद्या के फलस्वरूप आत्मा एवं विश्व के संबंध में मिथ्या दृष्टि का प्रादुर्भाव होता है। अविद्या ही समस्त दुःखों का मूल कारण है। अविद्या के कारण ही मिथ्या दृष्टि की उत्पत्ति होती है। जिससे मनुष्य अनित्य को नित्य, दुःखद को सुखद, अनात्म को आत्म समझ बैठता है। मिथ्या दृष्टि का परित्याग कर वस्तुओं के यथार्थ स्वरूप का ध्यान करना ही सम्यक दृष्टि कहलाता है। यह अष्टांगिक मार्ग का प्रथम सोपान है। इसके अंतर्गत बुद्ध के चार आर्य सत्यों का मनन करना तथा उसका यथार्थ ज्ञान प्राप्त करना शामिल है।

सम्यक संकल्प :- केवल आर्य सत्यों के ज्ञान होने से ही कोई लाभ नहीं हो सकता, जब तक कि उनके अनुसार जीवन व्यतीत करने का व्यक्ति संकल्प ना कर ले। निर्वाण प्राप्त करने की इच्छा रखने वाले व्यक्ति को सांसारिक विषयों की आसक्ति, अन्य के प्रति द्वेष एवं हिंसा का परित्याग करने का संकल्प लेना चाहिए। इसे ही संकल्प कहते हैं। यह अष्टांग मार्ग का द्वितीय सोपान है। सम्यक संकल्प के अंतर्गत त्याग एवं परोपकार की भावना निहित होती है।

Dr. Kumar Sonu Shankar Assistant Professor (Guest) Department of Philosophy D. B. College jainagar

Mobile 8210837290 Whatsapp 8271817619 E-mail Id: kumar999sonu@gmail.com

2 | Page



Department of Philosophy
**D. B. COLLEGE, JAYNAGAR,
MADHUBANI (BIHAR)**

(A Constituent unit of L. N. Mithila University K. Nagar, Darbhanga)

By:- Dr. Kumar Sonu Shankar

Assistant Professor (Guest)

March 31, 2020

April 1st 2020

Kumar999sonu@gmail.com

8210837290, 8271817619

सम्यक वाक् :- यह अष्टांगिक मार्ग का तीसरा सोपान है। सम्यक संकल्प केवल मानसिक ही नहीं होना चाहिए, बल्कि उसे कार्य रूप में परिणत भी किया जाना चाहिए। सम्यक संकल्प के द्वारा सर्वप्रथम वचन का नियंत्रण होना चाहिए। मनुष्य को मिथ्यावादी, परनिंदा या अप्रिय वचन से बचने का प्रयास करना चाहिए। सम्यक वाक् सम्यक संकल्प की ही अभिव्यक्ति है। इसके अंतर्गत सत्य एवं प्रिय वचन शामिल हैं।

सम्यक कर्मान्त :- सम्यक कर्मान्त अष्टांगिक मार्ग का चौथा सोपान है। सम्यक संकल्प को केवल वचन से ही नहीं बल्कि कर्म में भी परिणत किया जाना चाहिए। बुरे कर्मों का परित्याग ही सम्यक कर्मान्त कहलाता है। इसके अंतर्गत हिंसा, स्तेय एवं इंद्रिय भोग के परित्याग की आवश्यकता होती है। अहिंसा, अस्तेय एवं इंद्रिय संयम ही सम्यक कर्मान्त है।

सम्यक आजीविका :- यह अष्टांगिक मार्ग का पांचवा सोपान है। बुरे वचन एवं कर्म के परित्याग के साथ ही व्यक्ति को अच्छे एवं शुभ साधन के द्वारा जीविकोपार्जन करना चाहिए। आजीविका के लिए उचित मार्ग का अनुसरण एवं निषिद्ध साधन का परित्याग करके सम्यक संकल्प को शुद्ध करना ही सम्यक आजीविका कहलाता है। शुभ एवं ईमानदारी के साथ जीविका का निर्वहन करने का प्रयत्न ही आजीविका है।

सम्यक व्यायाम :- सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्मान्त और आजीविका के अनुपालन के पश्चात भी यह संभावना बनी रहती है कि व्यक्ति अपने पुराने संस्कारों के कारण उचित मार्ग से विमुख हो जाए तथा मन में नए-नए बुरे भावों की उत्पत्ति हो। अतएव साधक को इस बात का प्रयास करते रहना चाहिए कि पुराने बुरे भावों का पूर्णतया विनाश हो जाए। साथ ही नए बुरे भावों की उत्पत्ति मन में ना हो। मन में सदैव अच्छे विचारों को पूर्ण रूप से धारण करें। इन्हीं प्रयासों को सम्यक व्यायाम कहते हैं। सम्यक व्यायाम के द्वारा अशुभ स्थिति का अंत होता है तथा शुभ स्थिति की उत्पत्ति होती है।

सम्यक् स्मृति :- यह अष्टांगिक मार्ग का सातवां सोपान है। इस मार्ग पर चलने के लिए हमेशा सतर्कता की आवश्यकता होती है। जिन विषयों का ज्ञान प्राप्त हो चुका है उन्हें सदैव स्मरण करते रहना चाहिए। वस्तुओं के यथार्थ स्वरूप के बारे में जागरूक रहना ही सम्यक् स्मृति है। साधक को चाहिए कि वह शरीर को शरीर तथा मन को मन समझे। यह मैं हूँ या यह मेरा है नहीं सोचना चाहिए। शरीर, मन एवं संवेदना को दुःखदायी समझना ही सम्यक् स्मृति कहलाता है। इन्हें स्थायी एवं सुखात्मक समझने से निर्वाण प्राप्त करने की इच्छा रखने वाला साधक इन विषयों के प्रति आसक्त हो जाता है जिस कारण उसे दुःखात्मक अनुभूति होती है।



Department of Philosophy
**D. B. COLLEGE, JAYNAGAR,
MADHUBANI (BIHAR)**

(A Constituent unit of L. N. Mithila University K. Nagar, Darbhanga)

By:- Dr. Kumar Sonu Shankar

Assistant Professor (Guest)

March 31, 2020

April 1st 2020

Kumar999sonu@gmail.com

8210837290, 8271817619

अतएव, इनके यथार्थ स्वरूप का सदैव स्मरण रखना होता है। ये सभी वस्तुएं नाशवान हैं, इसलिए नाशवान वस्तुओं की स्मृति को ही सम्यक् स्मृति कहते हैं।

समृति के कारण मनुष्य सभी विषयों से विरक्त हो जाता है, तथा पुनः सांसारिक बंधनों में नहीं फंसता। सम्यक् समृति साधक को समाधि के योग्य बनाता है।

सम्यक समाधि :- उर्पयुक्त 7 मार्गों के अनुसरण से मनुष्य अपनी बुरी चित्त वृत्तियों को दूर कर लेता है तथा वह सम्यक समाधि में प्रविष्ट होने के योग्य हो जाता है। तत्पश्चात् वह क्रमशः चार अवस्थाओं को पार कर निर्वाण प्राप्त कर लेता है।

1. प्रथम अवस्था में वह शांत चित्त से आर्य सत्यों का वितर्क तथा विचार कर सकता है। विरक्ति एवं शुद्ध विचार के कारण साधक अपूर्व आनंद एवं शांति का अनुभव करता है। यह समाधि की पहली अवस्था है। यहां साधक अपने मन में उत्पन्न समस्याओं/संशयों का निराकरण स्वयं करता है।
2. समाधि की दूसरी अवस्था में सभी प्रकार के संदेह दूर हो जाते हैं। आर्य सत्यों के प्रति श्रद्धा बढ़ जाती है। इस अवस्था में प्रगाढ़ चिंतन के कारण शांति की अनुभूति होती है एवं स्थिरता का अभ्युदय होता है। साथ ही साथ ज्ञान भी उत्पन्न होता है।
3. समाधि की तीसरी अवस्था में आनंद एवं शांति से हटकर साधक स्वयं में उपेक्षा भाव लाने का प्रयास करता है। इस प्रयास में चित्त की साम्य अवस्था एवं दैहिक सुख का भाव रहता है। इन दोनों का बोध साधक को होता है, परंतु समाधि के आनंद के प्रति उदासीनता आती है।
4. समाधि की चौथी अवस्था में चित्त की साम्य अवस्था, दैहिक सुख एवं ध्यान के आनंद आदि किसी की भी चिंता नहीं रहती। यहां चित्त वृत्ति निरोध हो जाता है। यह पूर्ण शांति, पूर्ण विराग एवं पूर्ण निरोध की अवस्था है। यह अवस्था सुख एवं दुःख से रहित है। यहां दुःखों का सर्वथा विरोध हो जाता है तथा निर्वाण की प्राप्ति हो जाती है। इसे पूर्ण प्रज्ञा की अवस्था कही गयी है। इस अवस्था को प्राप्त कर लेने पर साधक अहर्त हो जाता है।



Department of Philosophy
D. B. COLLEGE, JAYNAGAR,
MADHUBANI (BIHAR)

(A Constituent unit of L. N. Mithila University K. Nagar, Darbhanga)

By:- Dr. Kumar Sonu Shankar

Assistant Professor (Guest)

March 31, 2020

April 1st 2020

kumar999sonu@gmail.com

8210837290, 8271817619

इस मार्ग के प्रथम दो अंग प्रज्ञा के और अंतिम दो समाधि के हैं। बीच के चार शील के हैं। इस तरह शील, समाधि और प्रज्ञा इन्हीं तीन में आठों अंगों का सन्निवेश हो जाता है। शील शुद्ध होने पर ही आध्यात्मिक जीवन में कोई प्रवेश पा सकता है। शुद्ध शील के आधार पर मुमुक्षु ध्यानाभ्यास कर समाधि का लाभ करता है और समाधिस्थ अवस्था में ही उसे सत्य का साक्षात्कार होता है। इसे प्रज्ञा कहते हैं, जिसके उद्बुद्ध होते ही साधक को सत्ता मात्र के अनित्य, अनाम और दुःखस्वरूप का साक्षात्कार हो जाता है। प्रज्ञा के आलोक में उसका अज्ञानांधकार नष्ट हो जाता है। इससे संसार की सारी तृष्णाएं चली जाती हैं। वीततृष्ण हो वह कहीं भी अहंकार नहीं करता और सुख दुःख के बंधन से ऊपर उठ जाता है। इस जीवन के अनंतर, तृष्णा के न होने के कारण, उसके फिर जन्म ग्रहण करने का कोई हेतु नहीं रहता। इस प्रकार, शील—समाधि—प्रज्ञावाला मार्ग आठ अंगों में विभक्त हो आर्य आष्टांगिक मार्ग कहा जाता है।

Dr. Kumar Sonu Shankar

Assistant Professor (Guest)

Department of Philosophy

Mobile 8210837290

Whatsapp 8271817619

E-mail Id – kumar999sonu@gmail.com