

बौद्ध दर्शन

परिचय :

बौद्ध दर्शन गौतम बुद्ध द्वारा प्रतिपादित जीवन दर्शन है जिसका मुख्य उद्देश्य दुःख का कारण समझना और उससे मुक्ति पाना है। यह दर्शन जीवन के अनित्य और अनात्मा को मानता है और मानव को मध्य मार्ग अपनाने की सलाह देता है। बौद्ध दर्शन अध्यात्मिक पर आधारित होने के बावजूद नास्तिक है, यानी इसमें किसी सृष्टिकर्ता या ईश्वर की उपस्थिति पर निर्भरता नहीं है। यह दर्शन केवल व्यवहारिक जीवन, नैतिकता और मानसिक शांति प्राप्त करने पर जोर देता है। बुद्ध ने अपने उपदेशों में चार आर्य सत्य (Four Noble Truths) को प्रमुख रखा, जो दुःख, उसके कारण, उसके अंत और मुक्ति के मार्ग को स्पष्ट करते हैं।

चार आर्य सत्य :-

1) दुःख का सत्य : बुद्ध ने यह सत्य प्रतिपादित किया कि जीवन में दुःख अवश्य है। जन्म, वृद्धावस्था, बीमारी, मृत्यु प्रियजन का दौना, असंतोष और असफलताएँ सभी जीवन का हिस्सा हैं। केवल शारीरिक पीड़ा ही नहीं, बल्कि मानसिक पीड़ा और असंतोष भी दुःख का हिस्सा हैं। दुःख का सत्य हमें जीवन की वास्तविकता से अवगत कराता है। यह चेतावनी है कि सुख स्थायी नहीं है, और असंतोष और पीड़ा जीवन के सामान्य अनुभव हैं।

2) दुःख का कारण : दुःख का दूसरा सत्य यह बताता है कि दुःख का मुख्य कारण है तृष्णा केवल भौतिक वस्तुओं तक सीमित नहीं है, बल्कि किसी स्थिति, संबंध या असफलता के प्रति आसक्ति भी इसका हिस्सा है। जब इच्छाएँ पूरी नहीं होती, तब मनुष्य दुःखी होता है।

3) दुःख का निरोधः

तीसरा आर्य सत्य है दुःख का निरोध। बुद्ध ने बताया कि यदि तृष्णा और मोह को त्याग दिया जाए, तो दुःख समाप्त हो सकता है। इसे निर्वाण कहा जाता है। निर्वाण का अर्थ है मन की पूर्ण शांति, आसक्ति-मुक्ति और मानसिक स्वतंत्रता।

दुःख का निरोध केवल शारीरिक तपस्या से नहीं, बल्कि सही दृष्टि, सही विचार और नैतिक जीवन के माध्यम से प्राप्त होता है। जब व्यक्ति अपने मन और इच्छाओं पर नियंत्रण प्राप्त करता है, तब वह मानसिक स्थिरता और संतोष अनुभव करता है।

4) दुःख निवारण का मार्गः

चौथा आर्यसत्य है दुःख निवारण का मार्ग। बुद्ध ने इसे अष्टांगिक मार्ग के माध्यम से प्रतिपादित किया। यह मार्ग सही दृष्टि, सही संकल्प, सही वचन, सही कर्म, सही आजीविका, सही प्रयास, सही स्मृति और सही समाधि पर आधारित है।

निष्कर्षः

बौद्ध दर्शन केवल धर्म नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक व्यावहारिक और नैतिक पद्धति है। यह हमें सिखाता है कि सच्चा सुख बाहरी वस्तुओं में नहीं, बल्कि आंतरिक शांति, संतुलन और ज्ञान में निहित है।