

पालि साहित्यातील दुःख आणि दुःख निवारण एक चिकित्सात्मक अभ्यास

नागसेन ज्ञानेश्वर इंगळे.

संशोधक विद्यार्थी, संत गाडगेबाबा अमरावती विद्यापीठ अमरावती द्वारा संचालित मधुकरराव पवार कला महाविद्यालय मूर्तिजापुर.

Email - prof.nagseningle@gmail.com

शोध सार : “पालि साहित्यातील दुःख आणि दुःख निवारण एक चिकित्सात्मक अभ्यास” पालि साहित्यामध्ये अतिशय महत्वाचा असलेला विषय म्हणजे दुःख आणि त्याचे निवारण या विषयाभोवतीच संपूर्ण पालि साहित्य फिरत असल्यास आपल्याला दिसून येते आणि तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी 45 वर्ष जो उपदेश केला तो सुद्धा दुःख आणि त्याच्या निवारण यासंबंधी असल्याचे आपल्याला अभ्यासाला मिळते.

“पालि साहित्यातील दुःख आणि दुःख निवारण एक चिकित्सात्मक अभ्यास” यामध्ये संपूर्ण मानवी शरीरापासून उत्पन्न होणारे तसेच मानवी शरीरच दुःख उत्पत्तीचे मुख्य कारण आहे. जन्म घेणे हेच दुःख आहे, जन्मापासून तर मृत्यूपर्यंत येणाऱ्या दुःखाचे कारण, दुःख म्हणजे काय, दुःखाचे निवारण आणि दुःख निवारण करण्याचा मार्ग या सर्व गोष्टींचा अभ्यास या शोधनिबंधामध्ये केलेला आहे.

पालि साहित्यामध्ये येणारे दुःखाची संकल्पना ही विविध ग्रंथांच्या आधारे अभ्यासली आहे त्यामध्ये थेरी गाथा या ग्रंथामधील थेरींच्या जीवनातील सर्व समस्यांचा सविस्तर अभ्यास केलेला आहे स्त्री जीवनामध्ये येणारे दुःख आणि त्या दुःखाचे कारण आणि निवारण या सर्व गोष्टींचा अभ्यास या शोध प्रबंधामध्ये केलेला आहे याचा मुख्य विषय हाच आहे की यामध्ये स्त्री आणि पुरुष यांच्या जीवनामध्ये येणारे दुःख, दुःखाचे कारण, दुःखाचे निवारण, आणि दुःख निवारणाचा मार्ग याविषयी सविस्तर चर्चा आहे दुःखाच्या कारणामध्ये दुःखाचे विविध प्रकार आपल्याला सांगितले आहे जसं की जातिची दुःखा म्हणजे जन्म घेणे दुःखत आहे, जरापि दुःखा म्हणजेच म्हातारपण दुःख आहे, व्याधी दुःख आहे. मरण दुःख आहे, प्रियांचा वियोग, अप्रियांचा संयोग दुःख आहे, शोक करणे किंवा रडणे हे सुद्धा दुःख आहे आणि तसेच इच्छित न मिळणे हे सुद्धा दुःख आहे अशा प्रकारे दुःखाचे विश्लेषण यामध्ये केलेले आहे.

त्यानंतर यामध्ये दुःख दुःखाचा समुदाय हा कशाप्रकारे आहे याविषयी सविस्तर चर्चा केलेली आहे तसेच दुःखाचे मूळ कारण तृष्णा आणि अविद्या याविषयी सविस्तर चर्चा केलेली आहे. दुःख आहे तर दुःखाचे कारण आहे आणि दुःखाचे निवारण ही आहे तसेच दुःख निवारण करण्याचा मार्ग सुद्धा यामध्ये सविस्तर सांगितला आहे.

आधुनिक जीवनामध्ये संपूर्ण मानव जातीने दुःखाने घेतलेली आहे आणि दुःख निवारण करण्यासाठी खूप वेगवेगळ्या संस्था वेगवेगळे समाज यावर कार्य करत आहे परंतु अडीच हजार वर्षांपूर्वी तथागत गौतम बुद्ध यांनी दिलेला दुःख मुक्तीचा मार्ग या दुःखमुक्तीच्या मार्गाची आज आधुनिक विश्वाला नितांत गरज आहे हेच या संशोधनाचे सार आहे.

मुख्य शब्द: पालि साहित्यातील दुःख आणि दुःख निवारण, चार आर्य सत्य, प्रतीत्यसमुत्पाद, आणि आर्य अष्टांगिक मार्ग.

1. प्रस्तावना:-

संपूर्ण विश्वातील एक महान साहित्य म्हणजेच पालि साहित्य होय. हे संपूर्ण साहित्य, मनुष्याच्या जन्मापासून, जीवन जगण्यापासून तर मरणापर्यंत मनुष्याने आपले दुःखमुक्त जीवन कसे व्यतीत करावे यासंबंधी उलगडा आपल्याला पालि साहित्यामध्ये अभ्यासाला मिळतो.

तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांचा धम्म म्हणजेच संपूर्ण दुःखमुक्तीचा मार्ग होय. सहा वर्षांची कठीण तपश्चर्या आणि बोधी प्राप्तीनंतर सतत 45 वर्ष केलेल्या 82 हजार उपदेश तसेच भिक्खू यांचे दोन हजार उपदेश अशा एकूण 84 हजार उपदेशामध्ये तथागत यांचा दुःखमुक्तीचा मार्ग आणि जीवन जगण्याची कला तेही दुःखमुक्त होऊन याचा अभ्यास आपण “पालि साहित्यातील दुःख आणि निवारण एक चिकित्सात्मक अभ्यास” या संशोधन विषयांमध्ये करणार आहोत.

तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी सांगितलेला दुःख मुक्तीचा मार्ग आपल्या उपदेशातून साधारण आणि गंभीर अशा दोन्ही भावातून त्यांनी समोरचा व्यक्ती जसा आहे त्यांना तशा भाषेमध्ये दिला आहे साधारण व्यक्ती असेल तर त्याला समजेल अशा साधारण भाषेमध्ये आणि विद्वान असेल तर त्याच्या बुद्धीच्या कसोटीवर उतरेल अशा भाषेत, तथागतांनी 45 वर्ष अविरत भ्रमण करून अखंड भारतभर उपदेश दिले आहे आणि हा उपदेश सर्वांच्या कल्याणासाठी दिला आहे यामध्ये संपूर्ण मानव जातीचे कल्याण तथागतांनी साधले आहे आणि त्याच कल्याणकारी दुःखमुक्तीच्या मार्गाचे संशोधन या संशोधनामध्ये केल्या जात आहे.

व्यक्तीच्या दुःखाची सुरुवात आणि त्याचे निराकरण याचा अभ्यास आपण या संशोधनांमध्ये करणार आहोत. दुःखाची संकल्पना, दुःखाची सुरुवात, दुःखाचे प्रकार, शारीरिक दुःख, मानसिक दुःख आणि दुःखाचे निवारण या सर्व बाबी आपण पालि साहित्यातील दुःख आणि निवारण या संशोधन विषयांमध्ये पाहणार आहोत.

2. संशोधन पूर्व आढावा.

“पालि साहित्यातील दुःख आणि दुःख निवारण एक चिकित्सात्मक अभ्यास” त्या संशोधनामध्ये जो चार आर्य सत्याचा आढावा घेतलेला आहे ते सर्वप्रथम ‘चार आर्य सत्य’ तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी आपल्या पंचवर्गीय भिक्खूंना इसिपतन मिगदायवन येथे उपदेशामध्ये सांगितले आहे. त्यानंतर हे चार आर्य सत्य धम्मचक्र प्रवर्तन सुत्त यामध्ये आपल्याला अभ्यासाला मिळते.

भिक्खू जगदीश कश्यप यांच्या संयुक्त निकाय या ग्रंथामध्ये संयुक्त सच्च यामध्ये चार आर्य सत्याचे सविस्तर विश्लेषण आहे तसेच संयुक्त निकाय या ग्रंथामध्ये अभिसमय संयुक्त यामध्ये प्रतित्यसमुत्पाद याविषयी सविस्तर चर्चा करण्यात आली आहे.

दुःखाचे मूळ कारण अविद्या आणि तृष्णा त्यामधील अविद्या याविषयी सविस्तर अभ्यास हा संयुक्त निकायातील अविद्या वर्गामध्ये करण्यात आलेला आहे. तसेच तृष्णा याविषयी देवता संयुक्तांमध्ये ओघात सुत्ता मध्ये तृष्णा याविषयी चर्चा करण्यात आली आहे. तसेच राहुल संयुक्त मध्ये दुःख अनात्म व दुःख अनित्य याविषयी सविस्तर वर्णन आहे. तसेच अनित्य वर्गामध्ये सुद्धा याविषयी सविस्तर माहिती आहे. तसेच पुष्प व गावामध्ये सर्व संस्कार अनित्य या विषयी माहिती आहे.

डॉक्टर विमलकिर्ती यांच्या थेरी गाथा या ग्रंथामध्ये पालि साहित्यातील स्त्रियांची व्यथा अवस्था मांडलेली आहे आणि त्या काळी असलेल्या स्त्रियांचे दुःख आणि दुःखातून त्यांनी कशाप्रकारे बुद्धाच्या उपदेशामुळे दुःख निवारण केले आहे याचे सविस्तर वर्णन या ग्रंथामध्ये करण्यात आलेले आहे.

डॉक्टर भिक्खू धर्मरक्षित यांच्या धम्मपद या ग्रंथामध्ये मानवी मन कशाप्रकारे प्रधान आहे. सर्व संस्कार सर्व दुःख मानवी मनाची उपज आहे. अप्रमाद वर्गामध्ये अप्पामादो अमत्तपदं असा उल्लेख केलेला आहे तसेच जरा वर्गामध्ये म्हातारपणाविषयी सविस्तर चर्चा आहे. प्रिय वर्गामध्ये प्रियांच्या वियोगामुळे होणारे दुःख तसेच अप्रियांच्या संयोगामुळे होणारे दुःख याविषयी सविस्तर माहिती या वर्गामध्ये अभ्यासाला मिळते.

तन्हा वग यामध्ये तृष्णा याविषयी माहिती आपल्याला अभ्यासाला मिळते.

आचार्य बुद्धघोष यांच्या विसुद्धीमग या ग्रंथामध्ये दुःख, दुःख समुदाय, दुःख निरोध, दुःख निरोधगामिनीपटीपदा, दुःखाचे त्रिलक्षणे प्रतित्यसमुत्पाद आणि निर्वाण याविषयी सविस्तर अभ्यास आपल्याला या ग्रंथामध्ये पाहायला मिळतो किंवा अभ्यासाला मिळतो.

डॉ. बी. आर. आंबेडकर यांच्या ‘बुद्ध आणि त्यांचा धम्म’ या ग्रंथामध्ये निर्वाणाची मूलतत्त्वे तसेच शील प्रचार आणि दुःख निर्मिती बाबत टीका याविषयी माहिती आपल्याला ग्रंथामध्ये अभ्यासाला मिळते.

3. संशोधनाचे ध्येय आणि उद्दिष्टे.

- पालि साहित्यामधील दुःखाची संकल्पना समजून घेणे.
- पालि साहित्यामधील दुःखाचे कारण शोधणे.
- पालि साहित्याच्या आधारे दुःखाची व्याप्ती याविषयी सविस्तर अभ्यास करणे.
- पालि साहित्यातील दुःख निवारणासाठी जो मार्ग दिला आहे त्या मार्गाचा सविस्तरपणे अभ्यास करणे.
- चार आर्य सत्य पालि साहित्याच्या आधारे चिकित्सात्मक विश्लेषण करणे आणि आधुनिक जीवनात त्याचे महत्त्व स्पष्ट करणे.
- आधुनिक विश्वामध्ये या संकल्पनांचा मानवी जीवनामध्ये कशा प्रकारे उपयोग होऊ शकतो?
- मनुष्याच्या मानसिक समस्यांचे निवारण करण्यासाठी कशाप्रकारे उपयोग केल्या जाऊ शकते.
- जागतिक शांततेसाठी या सिध्दांताचे योगदान आणि महत्त्व लक्षात आणून देणे.

4. संशोधन पद्धती आणि कार्यपद्धती.

पालि साहित्याच्या आधारे चार आर्य सत्य म्हणजेच दुःखमुक्तीचा एक मार्ग आहे चार आर्य सत्यांच्या आधारे आपल्याला दुःख, दुःखाची संकल्पना, दुःख समुदाय, दुःख निवारण आणि दुःख निवारण करण्याचा मार्ग यासंदर्भात अभ्यास करायला मिळतो.

तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी सांगितलेला दुःख मुक्तीचा मार्ग आज आधुनिक काळाची गरज बनलेला आहे कारण बदलत्या धावपळीच्या जीवनामध्ये मनुष्याच्या आयुष्यातील मानसिक ताण तणाव याचे स्वरूप खूप घातक बनलेले आहे आणि मनुष्याचे जीवन हे सुखद आणि सर्वसामान्य पणे व्यतीत करायचे असेल तर तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी सांगितलेल्या आर्य अष्टांगिक मार्गाचा अवलंब करून दुःखमुक्तीचा मार्ग आपल्याला स्वीकार करणे भाग पडते.

1) दुःख संकल्पना:-

पालि साहित्यामध्ये “दुःख” ही अत्यंत मूलभूत आणि केंद्रस्थानी असलेली संकल्पना आहे. मानवी जीवनाचे स्वरूप समजावून सांगताना दुःखाला प्रथम स्थान दिले आहे. दुःख म्हणजे काय?

“दुःख” म्हणजे केवळ शारीरिक वेदना नव्हे, तर मानसिक अस्वस्थता, अपूर्णता, असंतोष, ताण, चिंता आणि जीवनातील अस्थिरता यांचा एकत्रित अनुभव होय.

तथागत भगवान गौतम बुद्धांनी दुःखाचे मूळ प्रकार सांगितले आहे ते पुढील प्रमाणे

जातिपि दुःखा

जरापि दुःखा

व्याधीपि दुःखा

मरणापि दुःख

शोकपरिदेव दुःखदौमनस्स

अप्रिय संपयोग दुःखा

प्रिय वियोग दुःखा

इच्छित न मिळणे हे दुःख

संक्षिप्त मध्ये पाच उपादान स्कंध हे दुःखच आहे.

2) दुःखाचे कारण चिकित्सात्मक विश्लेषण.

पालि साहित्याच्या आधारे दुःखाचे मुख्य कारण तृष्णा आहे. तृष्णा म्हणजे काय? आणि त्याचे प्रकार.

दुःखाचे मुख्य कारण तृष्णा आहे. तृष्णा म्हणजे इच्छा जोपर्यंत मनुष्याच्या इच्छा संपत नाही तोपर्यंत मनुष्य हा नेहमी दुःखीच असतो जेव्हा मनुष्य इच्छा नियंत्रित करेल तेव्हाच मनुष्य हा मानसिक समाधानाकडे वडेल.

तृष्णा तीन प्रकारच्या आहे पहिली काम तृष्णा दुसरी भवतृष्णा आणि तिसरी विभव तृष्णा.

काम तृष्णा म्हणजे इंद्रिय सुखासाठी असलेली इच्छा म्हणजेच मनुष्याच्या इंद्रियांनी जे सुख भोगल्या जाते त्या सर्व इच्छांना काम तृष्णा म्हणतात.

भव तृष्णा म्हणजे अस्तित्व टिकवण्याची किंवा वाढवण्याची असलेली इच्छा म्हणजेच भव तृष्णा होय.

विभव तृष्णा म्हणजे दुःखद परिस्थिती समोर धाडस करण्याची तयारी नसणे म्हणजे विभव तृष्णा होय.

दुःखाचे दुसरे मुख्य कारण म्हणजे अविद्या होय अविद्येच्या समोरील बाराकड्या ह्या प्रतित्यसमुत्पाद या सिद्धांतानुसार पुढील प्रमाणे पाहूया

1) अविद्या (अज्ञान)

2) संस्कार

3) विज्ञान

4) नाम-रूप

5) षडायतन (इंद्रिये)

6) स्पर्श

7) वेदना

8) तृष्णा

9) उपादान

10) भव

11) जाति

12) जरा-मरण (दुःख)

प्रतित्यसमुत्पादाच दुःख प्रक्रियेची आधारशीला. प्रतित्यसमुत्पाद या सिद्धांतामधील या बाराकड्या मनुष्याला दुःखाच्या चक्र व्यूहात मध्ये अडकवून टाकते. या 12 कड्यामधील एक उत्पन्न झाली तर लगेच दुसरी उत्पन्न होणार, आणि एक नष्ट झाली तर लगेच दुसरी नष्ट होणार अशा प्रकारे हे चक्रव्यू उत्पन्न करता येते आणि नष्ट सुद्धा करता येते.

दुःखाचे तिसरे कारण म्हणजेच पञ्चस्कंधावर असलेली आसक्ती दुःखाचे कारण आहे.

रूप

वेदना

संज्ञा

संस्कार

विज्ञान

वरील सर्व दुःखाचे कारण आहे वरील सर्व बाबीमुळे दुःख निर्माण होते.

3) दुःख निरोध किंवा निवारण एक आशावादी दृष्टिकोन:-

जर दुःख आहे तर त्याची निवारण सुध्दा आहे तथागत भगवान गौतम बुध्द यांनी सांगितलेल्या चार आर्य सत्य पैकी तिसरे आर्य सत्य म्हणजे दुःख निरोध म्हणजेच निर्वाण होय. त्यामध्ये तथागत भगवान गौतम बुध्द यांनी सांगितले आहे की दुःख आहे तर त्याचे निवारण सुध्दा आहे.

दुःख निरोध म्हणजेच निर्वाण आणि निर्वाण म्हणजे लोभ द्वेष मोह यांचा संपूर्ण विनाश. मनाची पूर्ण शांती पुनर्जन्माच्या चक्रातून सुटका म्हणजेच निर्वाण होय.

4) पालि साहित्याच्या आधारे दुःख निवारण करण्याच्या मार्गाचे चिकित्सात्मक अध्ययन.

1) पाली साहित्याच्या आधारे आर्य अष्टांगिक मार्गाचे चिकित्सात्मक विश्लेषण.

आर्य अष्टांगिक मार्ग तीन भागा नुसार विभक्त प्रज्ञा शील आणि समाधी.

1)प्रज्ञा.

- **सम्मादिट्ठी:-**

सम्मादिट्ठी म्हणजेच सम्यक दृष्टी म्हणजेच कोणत्याही प्रकारची मिथ्या दृष्टी नसणे होय म्हणजेच चार आर्य सत्य बदल संपूर्ण जागृत ज्ञान म्हणजेच सम्मादिट्ठी होय.

- **सम्मसंकप्पो:-**

सम्यक संकल्प म्हणजेच त्याग करुणा आणि अहिंसा हे मूल्य आत्मसात करणे.

2)शील.

- **सम्मावाणी:-**

सम्यक वाणी म्हणजे वाणीने केलेले कुठल्याही प्रकारची वाईट वाईट किंवा वाणीचे विकृत कार्य नसणे म्हणजेच आपल्या वाणी मधून सर्वांसाठी चांगले उद्गार निघणे यालाच सम्यक वाणी म्हटले आहे.

- **सम्माकम्मन्तो:-**

संमेक कर्म म्हणजे चांगले कर्म किंवा सदाचार युक्त आचरण होय. म्हणजेच अहिंसा चोरी न करणे पंचशीलाचे पालन करणे.

- **सम्माआजीवो:-**

सम्यक आजीविका म्हणजेच प्रामाणिकपणे नैतिक उपजीविका होय म्हणजेच आपली जीविका ही इतरांना फसवून झालेली नसावी.

3)समाधी.

- **सम्माव्यायामो:-**

सम्यक व्यायाम म्हणजेच संमेक प्रयत्न होय म्हणजेच चांगल्या गुणांसाठी नेहमी प्रयत्नशील असणे.

- **सम्मासत्ति:-**

सम्यक स्मृती म्हणजेच वर्तमान क्षणाची जागरूकता होय. यामध्ये व्यक्ती प्रत्येक क्षणाला जागरूक असतो.

- **सम्मासमाधी:-**

सम्यक समाधी म्हणजेच ध्यानाद्वारे मनाची एकाग्रता होय.

यालाच पालि साहित्यामध्ये मध्यम मार्ग असेही म्हटले आहे मनुष्य जीवनामध्ये सर्वसाधारणपणे दुःख मुक्त होऊन जीवन जगण्यासाठी आर्य अष्टांगिक मार्गाचा अवलंब केला जातो.

5.पालि साहित्याच्या आधारे दुःख निवारण करण्याच्या मार्गाचा केंद्रबिंदू म्हणजेच “मानवी मन”

दुःख मुक्त जीवन जगण्यासाठी मनुष्य जीवनाचे दुःख निवारण करण्याच्या मार्गाचा केंद्रबिंदू म्हणजेच मानवी मन होय. मनाद्वारे कोणतीही गोष्ट शक्य आहे मन सर्व गोष्टींमध्ये प्रधान आहे हे पालि साहित्यातील धम्मपद या ग्रंथाच्या आधारे आपल्याला सांगता येईल.

मनोपुब्बङ्गमा धम्मा,

मनोसेद्धा मनोमया;

मनसा चे पदुत्तेन,

भासति वा करोति वा;
ततो नं दुःखमन्वेति,
चकं व वहतो पदं.”

वरील गाथा धम्मपद या ग्रंथामधील यमक वर्गातील असून या गाथेमध्ये मन हे प्रधान आहे. सर्व गोष्टी मनापासूनच निर्माण होतात. मनाने केलेल्या चांगल्या गोष्टीमुळे सुख मिळते आणि मनाने केलेल्या वाईट गोष्टीमुळे दुःख मिळते जसे बैलाच्या पाया मागे बैलगाडीचे चाक फिरत राहते त्याचप्रमाणे मनाने केलेल्या वाईट कर्मांमुळे दुःख सुद्धा मनुष्याच्या मागे बैलगाडीच्या चाकाप्रमाणे फिरत राहत असते.

6. “पालि साहित्याच्या आधारे दुःख आणि निवारण एक चिकित्सात्मक अभ्यास” या संशोधनाचे महत्त्व”

- 1) मानवी जीवनातील आंतरिक शांततेसाठी अतिशय महत्वाचे संशोधन.
- 2) आधुनिक विश्वाच्या जागतिक शांततेसाठी अतिशय महत्वाचे संशोधन.
- 3) मानवी जीवन शैली सर्वसाधारण बनवण्यासाठी अतिशय महत्वाचे संशोधन.
- 4) पालि साहित्यातील तत्त्वज्ञानाचा आधुनिक जीवनाशी संबंध.
- 5) मानवी दुःखाच्या मूळ कारणाचा सविस्तर अभ्यास.

7. अपेक्षित निष्कर्ष

तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी मानव कल्याणासाठी केलेल्या उपदेशात्मक आणि उपचारात्मक विविध उपाययोजनांची माहिती आपल्याला या संशोधनामध्ये अभ्यासाला मिळते.

तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी सहा वर्षांची तपश्चर्या आणि 45 वर्षांचा उपदेश या सर्वांमध्ये जो मुख्य विषय आहे तो म्हणजे दुःख दुःखाचे मूळ, दुःखाची व्याप्ती, आणि दुःखाचे निवारण या सर्व विषयावर या संशोधनामध्ये भर दिल्या गेला आहे.

तथागत भगवान गौतम बुद्ध यांनी सांगितलेला धम्म याचा मूळ गाभा या संशोधनामध्ये अभ्यासाला मिळते.

बौद्ध धर्मामध्ये असल्या विविध संकल्पना याबद्दलची सर्व सविस्तर माहिती या संशोधनामध्ये अभ्यासाला मिळते.

संशोधनामध्ये एक नवीन संशोधनाची भर पडेल आणि या संशोधनाचा फायदा पुढील संशोधन करताना नवीन संशोधकांना नक्कीच होईल.

बौद्ध धर्मामध्ये असल्या विविध संकल्पना याबद्दलची सर्व सविस्तर माहिती या संशोधनामध्ये अभ्यासाला मिळते.

आधुनिक धावपळीच्या जीवनामध्ये मनुष्यांना मानसिक ताण तणाव तसेच मानसिक समस्या वर एक चांगली उपाययोजना म्हणून या संशोधनाचा वापर केला जाईल

8. मर्यादा.

हा शोध निबंध चार आर्य सत्यावर आधारित आहे आणि यामध्ये दुःख आणि दुःख निवारणाच्या मार्गाचा अभ्यास केलेला आहे.

9. शिफारसी.

संपूर्ण विश्व हे आज अशांत आणि दुःखाच्या मार्गावर आरुढ झालेल आहे. मनुष्य जातीने शांतीपूर्व जीवन कसे जगावे याविषयी नक्कीच अभ्यास करणे खूप गरजेचे आहे आणि महत्वाचे आहे आणि नुसते अभ्यास करूनच महत्वाचे नाही तर त्यामध्ये आमूलाग्र बदल घडविणे हे सुद्धा महत्वाचे आहे. कधी कधी ज्ञान असूनही ते आचरणात येत नाही म्हणून मनुष्य दुःख मुक्तीच्या मार्गावर मार्गावर चालत असूनही त्याचे दुःख कमी होत नाही किंवा मुक्त होत नाही कारण यामध्ये आचरणाचा खूप महत्वाचा प्रभाव असतो. म्हणून ज्ञान आणि आचरण या दोन्ही गोष्टी एकत्र आणण्यासाठी कालही आजही आणि उद्याही आवश्यक प्रयत्न त्या त्या काळामध्ये केल्या गेले आहे आणि ते प्रयत्न संपूर्ण यशस्वीरित्या यशस्वी करणे हे खूप गरजेचे आहे.

संदर्भ ग्रंथ सूची:

1. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग दोन, सत्य संयुक्त, धम्मचक्र प्रवर्तन सुत्त. पान नंबर 807.
2. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग दोन सळाव्यातन संयुक्तामध्ये दुःख सुत्त पान नंबर 451.
3. आचार्य बुद्धघोष यांचा विसुध्दीमग्न भाग दोन सोळावा परिच्छेद इंद्रिय सत्य निर्देश पान नंबर 127

4. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग पहिला निदानवग्ग अभिसमय संयुक्त यामध्ये बुद्धवग पान नंबर 193.
5. सम्यक प्रकाशन, आचार्य बुद्धघोष यांचा विसुध्दीमग भाग दोन सतरावा परिच्छेद प्रज्ञा भूमि निर्देश पानं नं. 145.
6. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग पहिला भिक्खू संयुक्तांमध्ये पच्चयसुत्त पान नंबर 213.
7. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग दोन धम्मचक्र प्रवर्तन सुत्त पान नंबर 807.
8. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग दोन अष्टांगिक मार्ग पान नंबर 604.
9. सम्यक प्रकाशन आचार्य बुद्धघोष यांचा विसुध्दीमग भाग दोन सोळावा परिच्छेद इंद्रिय सत्य निर्देश दुःख निरोध गामिनीपटीपदा पान नंबर 139.
10. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग दोन जस्त वग मध्ये तन्हा सुत्त पानं नं. 647.
11. सम्यक प्रकाशन तिपिटक ग्रंथमाला, भिक्खू जगदीश कश्यप यांचा संयुक्त निकाय भाग दोन कोटीगाम वग अरहा सुत्त पानं नं. 812.
12. डॉ. भिक्खू धर्मरक्षित यांच्या धम्मपद या ग्रंथामध्ये यमक वग त्यामधील पहिली गाथा.
13. बौद्धभारतीग्रंथमाला 35, स्वामी द्वारिकादासशास्त्री सुत्तपिटके दीघनिकायपालि महावग्गो महापरिनिब्बानसुत्त पानं नं. 348.
14. बौद्धभारतीग्रंथमाला 35, स्वामी द्वारिकादासशास्त्री सुत्तपिटके दीघनिकायपालि महावग्गो महासतिपट्ठानसुत्त पानं नं. 532.
15. सुगत प्रकाशन, सदानंद स्थविर यांचा मिलिंद प्रश्न मध्ये खंड तीन प्रकरण पहिले (ख)विमतीच्छेदन प्रश्न पान नं. 91.
16. अकीनिक पब्लिकेशन न्यू दिल्ली, अभिधम्मपिटक का प्रथम ग्रंथ धम्मसंगिनी (मे चित्त का समीक्षात्मक अध्ययन) लेखिका पिकी देशराज आर्य सत्य चार है पान नं. 15.
17. बौद्ध भारतीग्रंथमाला 22-23, स्वामी द्वारिकादासशास्त्री, सुत्तपिटके मज्झिमनिकायपालि मूलपण्णासकमिता, 10 सतिपट्ठाण सुत्त मध्ये पाच उपादान स्कंद पान नंबर 105.
18. बौद्ध भारतीग्रंथमाला 22-23, स्वामी द्वारिकादासशास्त्री, सुत्तपिटके मज्झिमनिकायपालि मूलपण्णासकमिता, 10 सतिपट्ठाण सुत्त मध्ये चार आर्य सत्य पान नंबर 109.