Received Date: Oct. 2022 Revised: Nov. 2022 Accepted: Dec. 2022

सम्यक् सम्बुद्ध महाकाव्यका सिद्धार्थको करुणासाधना र अभिप्रेरणा

पशुपति नेउपाने
उपप्राध्यापक पाटन संयुक्त क्याम्पस
Email : pashupatiuss@gmail.com
Doi : https://doi.org/10.3126/ppj.v2i2.53170

सार

प्रस्तुत लेखमा कवि घनश्याम कँडेलको 'सम्यक् सम्बुद्ध' महाकाव्यका प्रमुख चरित्र सिद्धार्थमा निहित करुणाको स्रोत, विकास, उनले गरेको दुःखमुक्ति साधना र अभिप्रेरणा ठम्याउने प्रयास गरिएको छ । यो महाकाव्य कँडेलको गहन अध्ययन, परिपक्व चिन्तन, परिष्कृत लेखन र वृद्ध वयको उच्चतम् उपज हो । यसमा सिद्धार्थको जीवन, उनको त्याग, ध्यानसाधना, ज्ञानप्राप्ति अनि त्यसको विस्तार र प्रचारबारे चर्चा गरिएको भए पनि यस आलेखमा भने उनको करुणास्रोत, साधना र बुद्धत्व प्राप्तिसम्मका घटनाहरूलाई मात्र विश्लेषण गरिएको छ । वर्तमान विश्वका लागि सिद्धार्थको तृष्णमुक्त एवम् त्यागपूर्ण जीवनसाधना, बुद्धत्वप्राप्ति, चिन्तन र दर्शन प्रेरणादायी छ भन्नु यस आलेखको महत्त्व हो । यसको उद्देश्य पनि दुःखको पहिचान कर समनका साथ मानवीय अभिप्रेरणत्मक कार्यबाट वर्तमान स्वार्थी, नैतिकहीन, चरित्रहीन र अविवेकी संसालाई सत्कर्मका साथ सद्धर्ममा लाग्ने प्रेरणा मिलोस् भन्नु हो । बुद्धलाई महाकारुणिक देखाई करुणाको अवलम्बनबाट मेलमिलाप, विश्वप्रेम, विश्वभ्रातृत्व, विश्वबन्धुत्वका साथ विश्वशान्ति सम्भव छ भन्नु यसको निष्कर्ष हो । यो आलेख गुणात्मक अनुसन्धान ढाँचा र व्याख्यात्मक विधिमा आधारित छ । यसका सन्दर्भहरूलाई एपिएको नेपाली पद्धतिमा राखिएको छ ।

शब्दकुञ्जी : वैराग्यबोध, बोधिसत्व, आर्यसत्य, पञ्चशील, अष्टाङ्ग मार्ग

विषयपरिचय

सम्यक सम्बुद्ध कवि घनश्याम कँडेलको एक मात्र महाकाव्य हो । विशेष गरी काव्य र समालोचनामा उच्च ख्याति कमाएका कँडेल पेशाले सेवानिवृत्त प्राध्यापक हुन् । उनले धृतराष्ट्र खण्डकाव्यका लागि मदन पुरस्कारका अतिरिक्त अन्य बीसौँ पुरस्कार, प्रशंसा र सम्मान प्राप्त गरेका छन् । *देवयानी* (२०३९) खण्काव्यबाट काव्ययात्रा प्रारम्भ गरेका कँडेलले *जीवनका सन्दर्भहरू* कवितासङ्ग्रह (२०५१), *उज्यालोतिर* गीतिकाव्य (२०५५), *वनको क्रन्दन* लघुकाव्य (२०५८), *आँसुका अक्षर* शोककाव्य (२०६०), *विश्वामित्र र मेनका* खण्डकाव्य (२०६६), *धृतराष्ट्र* खण्डकाव्य (२०७३), *घनश्याम कँडेलका खण्डकाव्य,* खण्डकाव्य सङ्ग्रह (२०७७) र *सम्यक सम्बुद्ध* महाकाव्य (२०७८) जस्ता महत् काव्यकृतिहरू रचना गरेर नेपाली काव्यसाहित्यमा गर्विलो उपस्थिति देखाएका छन् । उनले नेपाली समालोचनाका क्षेत्रमा *केही अन्वेषण र केही विश्लेषण* (२०४०), *पाश्चात्य यथार्थवादी नाटक* (२०४६) जस्ता गहकिला कृति लेखेर अनि *नेपाली समालोचना* (२०५५) को सम्पादन तथा *रश्मि* साहित्यिक पत्रिकाको सम्पादन-प्रकाशन गरेर महत्त्वपूर्ण योगदान गरेका छन् । यसका साथै उनको *स्वच्छन्द विचरण* नामक समालोचना सङ्ग्रह पनि प्रकाशोन्मुख छ । *सम्यक सम्बुद्ध* को प्रकाशनबाट उनको महाकाव्य सिर्जना गर्ने धोको पूर्ण भएको छ ।

सम्यक सम्बुद्ध महाकाव्य चौबीस सर्गमा संरचित ३२० पृष्ठको वृहत् महाकाव्य हो । नेपाली साहित्यमा देखापरेका ३५० भन्दा बढी महाकाव्यका बीचमा यो निकै अब्बल पनि छ । बुद्धको जीवन, चिन्तन र दर्शनले काव्यात्मक अभिव्यक्ति पाएका कारण यसको महत्त्व बढी देखिन्छ । महाकाव्यलाई हेर्दा कविको सर्वाधिक प्रिय छन्द अनुष्टुप देखिन्छ । यसमा सर्गान्तमा छन्दपरिवर्तन गर्ने पूर्वीय महाकाव्य मान्यताको पालना भएको छ । अनुष्टुपबाहेक कविले शार्दूलविक्रीडित, भुजङ्गप्रयात, शालिनी, उपजाति, पञ्चचामर, वंशस्थ, शिखरिणी, स्रग्विणी, तोटक आदि छन्दहरू प्रयोग गरेको भेटिन्छ । घटीमा ४० देखि बढीमा २४० श्लोकसम्मका सर्गहरू भएको यस

महाकाव्यमा जम्माजम्मी एघारवटा छन्दको प्रयोग छ र अनुष्टुपले छन्दसिद्धि पाएको देखिन्छ । सिद्धार्थले करुणाको ध्यानसाधना गरी बोधिसत्व हुँदै बुद्धत्वमा पुगेर महापरिनिर्वाण प्राप्त गरेको कथा नै यसको समष्टि सार हो ।

करुणा पूर्वका ऋषिमुनिहरूको चिन्तन र व्यवहारबाट निश्रृत दर्शन हो । यसमा निस्वार्थ प्रेम, दया, सहयोग, सद्भाव, उद्धार, कल्याण, सहानुभूति, समानुभूति, सरोकार, कृपा, दान, सेवा, श्रद्धा, भक्ति, वात्सल्य, समानता, स्वतन्त्रता, भ्रातृत्व अदिको भावना हुन्छ । बाल्मीकि, व्यास जस्ता ऋषिका काव्यमा करुणाको भरपूर उपयोग भएको भेटिन्छ । पूर्वका अधिकांश ऋषिहरूले अन्य जीवात्माहरूलाई करुणामय व्यवहार गरेको पाइन्छ । ऋषिहरूको प्राणीहरूसँगको घनिष्टता यसको उदाहरण हो । बुद्धको जीवनको सम्पूर्ण प्राप्ति भनेकै करुणा हो । पाश्चात्य जगत्मा हाल कम्प्यासनका नामबाट चिनिने करुणालाई ई.पू. चार सय वर्षतिरै एरिस्टोटलले पिटीको रूपमा व्याख्या गरेका थिए । विशेष गरी समाजशास्त्र, मनोविज्ञान र चिकित्साका क्षेत्रमा यसले व्यापकता पाएको छ । नेपाली साहित्यमा स्वतन्त्रता, समानता, भ्रातृत्व एवम् मानवताका रूपमा यसको केही व्याख्या भएको भेटिन्छ । यस आलेखमा सिद्धार्थमा अन्तर्निहित करुणाको स्रोत, विकाश उनले गरेको मानवदुःखको सार्वभौमिकताको पहिचान, दुःखीप्रति समानुभूतिको अनुभवका साथ करुणाको साधना र सिद्धिबाट दुःखलाई हटाउन गरिएको अभिप्रेरणात्मक कार्यलाई महत्त्वका साथ हेरिएको छ ।

अध्ययनविधि

प्रस्तुत अनुसन्धान गुणात्मक प्रकृतिको भएकाले करुणाको पूर्वीय अवधारणाका आधारमा घनश्याम कँडेलको *सम्यक सम्बुद्ध* महाकाव्यको विश्लेषण गर्नु रहेको छ । करुणासँग सम्बन्धित अवधारणात्मक मान्यताका सीमामा केन्द्रित भई तटस्थतापूर्वक महाकाव्यलाई हेर्नु यसको उद्देश्य हो । समग्र महाकाव्यलाई दुई खण्डमा विभाजन गरेर पहिलो खण्ड (बाह्र सर्ग) सम्मका सन्दर्भहरूलाई मात्र यसमा केलाउने काम भएको छ । यसको मूल्यनिर्णय हिंसा, क्रान्ति, विद्रोहका कोणबाट नभई करुणाका कोणबाट भएको छ । यसमा कतैकतै थोरै कथात्मक शैली अपनाइएको भए पनि अध्ययनबाट प्राप्त तथ्यलाई पुष्टि गर्न व्याख्यात्मक, विश्लेषणात्मक र तार्किक शैलीको उपयोग गरिएको छ ।

यस अध्ययनमा प्राथमिक र द्वितीयक दुवै स्रोतका सामग्रीलाई यथासम्भव उपयोग गरिएको छ र करुणाको पश्चात्यभन्दा पनि पूर्वीय र त्यसमा पनि अझ बौद्ध धर्ममा प्रचलित अवधारणालाई महत्त्वका साथ हेरी समीक्ष्य कृतिको व्याख्या विश्लेषण गर्ने काम भएको छ । यसका लागि नेपाली, अङ्ग्रेजी, हिन्दी र संस्कृत भाषामा प्राप्त भएका सामग्रीलाई सूक्ष्म पठन गरी निचोड निकाल्ने काम भएको छ । पुस्तकालय, इन्टरनेट र विद्वान्सँग गरिएका परामर्श नै यस अध्ययनको अवधारणात्मक आधारका स्रोत हुन् ।

करुणाको अवधारणा

करुणा भनेको दुःखी प्राणीलाई देखेपछि मनमा उत्पन्न हुने पीडाबोधका कारण प्रेम, सेवा, उद्धार, समानुभूति, सरोकार आदिका माध्यमबाट त्यस प्राणीलाई दुःखबाट मुक्त गर्ने भावना हो । यो भनेको दुःखी, पीडितलाई तन, मन, धन, वचन र कर्मले सहयोग गर्नु हो । यसमा बहुजन सुखाय, बहुजन हितायको भावना हुन्छ । सेवा नै धर्म हो भन्ने हाम्रो पूर्वीय चिन्तन होस् वा मैले असल मानिस हुन सेवा गर्नैपर्छ (इनामदार, सन् २००५, पृ. फेब्रुअरी ३) भन्ने पाश्चात्य विचार दुवै करुणामै अन्तर्निहित छन् । मातृस्नेह नै करुणाको पहिलो पाठशाला हो । हमीले उपयोग गर्ने भवन, बाटा, टनेल, बस, कार, पुल, घिर्लिङ आदि सबै अन्य मानिसले बनाएका हुन् भन्ने सोच्यौं भने मात्र पनि हामीमा करुणा उत्पन्न हुन सक्छ (लामा, सन् २०११, पृ.११८) । पश्चिममा पनि एरिस्टोटलले पिटी एन्ड टेरर भनेर पिटीलाई करुणाको रूपमा व्याख्या गरेको पाइन्छ । किक्येन र उसका साथीले करुणामा पाँच तत्त्व हुने कुरा बताएका छन् :

> (१) दःखको पहिचान (२) मानव दुःखको सार्वभौमिकताको पहिचान (३) दुःखीप्रति समानुभूति अनुभूत गर्नु र भावनात्मक सम्बन्धद्वारा उसलाई सम्पर्क गर्नु (४) दुःखीलाई सहयोग गर्दा उत्पन्न असहज परिस्थिति (जस्तै आपत, रिस, डर) लाई सहनु र व्यक्तिको दुःखलाई स्वीकार गर्न खुल्ला रहनु (५) दुःखलाई हटाउन अभिप्रेरणात्मक कार्य गर्नु । (गिल्बर्ट, सन् २०१७, पृ.७)

पूर्व वैदिक युगमा नरबलि दिने हिंसात्मक प्रथासँगै करुणा पनि त्यत्तिकै सशक्त थियो । नत्र *त्यक्तेन भुञ्जीथा* (त्यागपूर्वक भोग गर कसैको धानमा लोभ नगर) भन्ने मन्त्र आजसम्म रहने थिएन ((दीक्षित, २०५३, पृ.७६-७७) ।

ऋग्वेदको प्रारम्भमै शुनः शेपको कथा छ । पूर्ववैदिक कालका राजा सत्यरथलाई वंशकर्ता छोरो नहुँदा निकै पीर पर्छ । वरुणको तपस्या गरी पहिलो पुत्रलाई त्यसमै बलि दिने भाकलसमेत गरेपछि उनलाई रोहित भन्ने पुत्र प्राप्त हुन्छ तर पुत्रलाई बलि दिन गाह्रो भएकाले उनले टार्दै जान्छन् । वरुणले रोहित जस्तै अर्को बालकको बलि दिए पनि हुन्छ भनेपछि उनले शुनः शेपलाई किनेर ल्याई यज्ञको मौलोमा बाँध्छन् । शुनः शेपलाई अफ्नै बाबुले २०० गाईमा बेचेका हुन्छन् । फेरि मार हान्ने कोही नभएपछि ती अजिगर्त नामका क्रुर बाबु २०० गाई पाए आफैँ मार हान्छु भन्छन् । बलि दिनका लागि मौलोमा बाँधिएको बालकले करुणाका लागि आर्तनाद गर्छ तर बाबु नै निर्दयी भएपछि कसको के लाग्छ र ? बलि दिएको बालकको भित्र्याँस अग्निमा चढाई प्रसाद खान पुरेतहरूले नमानेपछि त्यो खान पनि दुष्ट बाबु तयार हुन्छन् । यहाँ शुनः शेप, पुरोहित र सत्यरथ करुणावादी देखिन्छन् । शुनः शेपका मामा विश्वामित्र पनि करुणावादी छन् तर बाबु करुणाहीन क्रूर छन् । शुनः शेपको कथा करुणा र हिंसासम्बन्धी पूर्ववैदिक युगको एउटा ज्वलन्त उदाहरण हो । पूर्ववैदिक कालको सरस्वती सभ्यतादेखि नै समाजमा करुणावादी विचार पाइने तथ्य मदनमणि दीक्षितले आफ्नो *अमृतत्व र कारुणिकता* (दीक्षित, २०५३) मा पुष्टि गरेका छन् ।

करुणाले मानिसमा लोभ, मोह लालच, ईर्ष्यालाई घटाएर उसलाई निस्पृह एवं विष्पक्ष बनाउँछ । महापुरुषको यही करुणा उसको अवतारको कारण बन्छ । करुणामय व्यक्तिको व्यक्तित्वमा अर्काको कष्टलाई हटाउने भाव लुकेको हुन्छ । करुणाले नै मानिसलाई पशुभन्दा माथि उठाएको छ र उसले पशुलाई पनि प्रेम गरेको छ । कठोरभन्दा कठोर समयमा पनि करुणा एउटा कवच बन्न सक्छ । करुणाको तालिम नै मानवका लागि सर्वोच्च तालिम हो त्यसपछि अर्को कुनै तालिम चाहिँदैन । करुणाले मानिसलाई उसको चेतनाको सामान्य स्तरबाट उठाएर जनहितको कार्यमा लाग्न प्रेरित गर्छ । करुणा समानतामा आधारित हुनपर्छ । यदि दुई प्राणी झगडा गर्दै छन् र हामी कुनै एकको पक्षमा लाग्यौँ भने त्यो पक्षपातपूर्ण करुणा हुन्छ (लामा, सन् २०११, पृ.९९) । आफन्तको दुःलाई हामी अफ्नै सम्झन्छौ तर अरूको दुःखलाई सम्झँदैनौँ भने त्यो करुणा होइन । करुणावान् व्यक्तिले समस्त जीवात्माको दुःखलाई आफ्नै दुःखको रूपमा अनुभूति गर्छ । यसमा सबैप्रति समभाव रहन्छ,

कसैप्रति पनि प्रतिशोधको भावना रहँदैन । करुणावान् व्यक्तिले आफूलाई दुःख दिने व्यक्तिप्रति पनि करुणा नै वर्षाउँछ (नेउपाने, २०७६, पृ. १५०) ।

सिद्धार्थले दुःखमुक्तिका लागि करुणाको साधना गरेका थिए । यो सुखको केन्द्र हो, रिस, दुःख, ईर्ष्या, कठोरता, निराशा आदिमाथि विजय प्राप्त गर्ने आधार हो । दुःख नभए करुणा हुँदैन । अरूको दुःख वा आत्मालाई बुझेर सद्भावका साथ उसको कल्याण वा उद्धार गर्नुमा नै करुणा निहित छ । सामान्यतः यसलाई दया, प्रेम, सहयोग, उद्धार र समवेदनाका रूपमा पनि लिइन्छ । यो विनासर्त प्रेम हो । करुणा बिनाको प्रेम अर्थहीन छ । बौद्ध धर्मका अनुसार करुणाको अर्थ सबै मानिस र चेतनशील प्राणी दुःख र दुःखको कारणबाट मुक्त होऊन् भन्ने चाहना हो । बुद्ध स्वयम्ले जहाँजहाँ यो ललितविस्तार धर्म पर्यायको प्रचार हुन्छ, त्यहाँत्यहाँ पूर्वकर्मको विपाकबाट हुने भयलाई छाडेर यी आठवटा भय : राज विप्लव भय, चोर विप्लव भय, दुर्भिक्ष एवं बाढी, खडेरी विप्लव भय, परस्पर लाडाइँ, विवाद, झगडा विप्लव भय, नाग विप्लव भय, यक्ष विप्लव भय, सबै उपद्रवको विप्लव भय (लामा, सन् २०२०, पृ.६४८) हुनेछैन भनी व्याख्या गरेका छन् ।

करुणाको अभिप्रेरणा भनेको मानिसले तत्कालीन क्रोधको आवेग र बदलाको भावनालाई एकातिर थन्क्याई करुणामय अङ्कमाल गरेर ईश्वरीय प्रेमको आभास दिनु हो । जब कसैले दुख दिन्छ भने क्रोधपूर्ण प्रतिक्रिया दिनुको सट्टा यो कार्य कुन दुःखबाट उत्पन्न भएको हो, कस्तो पीडा र मानसिक अवस्था वा कस्तो बानी वा प्रवृत्तिले उसलाई यस किसिमको कार्य गर्न उक्सायो भन्ने चिन्तनले करुणाको भाव उत्पन्न हुन सक्छ । करुणाले कसैलाई पनि नकारात्मक दृष्टिले हेर्दैन । बुद्ध र शारीपुत्रको तलको संवादले यसलाई अझ स्पष्ट पार्छ । शारीपुत्र बुद्धका शिष्य थिए ।

शारीपुत्र : तथागत, म ज्ञानको प्रचार गर्न गाउँमा जान्छु ।

बुद्ध : गाउँका मानिसले तिमीलाई गाली गरे भने ?

शारीपुत्र : गाली त केही पनि होइन, कमसेकम उनीहरूले मलाई पिट्न त पिटेनन् भनेर म खुसी नै हुन्छु ।

बुद्ध : उनीहरूले तिमीलाई पिटे भने ?

शारीपुत्र : उनीहरूले पिटे भने पनि लुगा त च्यातेनन्, मेरो लाज त बच्यो भनेर म खुसी नै हुन्छु ।

बुद्ध : उनीहरूले लुगा पनि च्यातिदिए भने ?

शारीपुत्र : तथागत, कमसेकम उनीहरूले मलाई मार्न त मारेनन् भनेर त्यति बेला पनि म खुसी नै हुन्छु ।

बुद्ध : यदि उनीहरूले मारे भने ?

शारीपुत्र : तथागत यिनीहरूमा मप्रति क्रोध र घृणा रहेछ । मलाई मारेर यिनीहरूको क्रोध र घृणा शान्त हुन्छ भने त्यो पनि सह्य छ भनेर म खुसी नै हुन्छु ।

बुद्ध : त्यसो भए तिमीमा ज्ञान मात्र होइन, करुणा पनि रहेछ । अब तिमी एक शिक्षक, एक प्रवक्ता, एक आचार्य बन्न सक्छौ । करुणावान् व्यक्तिले अर्कालाई लगाएको दोष पनि आफूले लिन सक्छ । करुणाबिनाको मानिस पानीबिनाको तलाउ जस्तै हो ।

(स्रोत : ओमस्वामी.कम, करुणा, २२ : ४०)

करुणावान् मानिस सत्वगुणले युक्त हुन्छ । मानिसको शरीरमा सत्वगुणको आधिक्य भएमा ज्ञान, बुद्धि, सुख एवं आनन्ददायक अनुभूति र त्यस्तै काम गर्ने प्रेरणा प्राप्त हुन्छ (हुमागाई, २०७८, पृ.१०३) स्वकरुणामा तीनवटा कुरा आत्मदया, आत्मनिर्णय र आत्मआलोचना पर्दछन् । प्रेममा अपेक्षा र बन्धन हुन सक्छ तर करुणा बन्धन र उल्झनमुक्त हुन्छ । दया आफूभन्दा कमजोर र सानालाई गरिन्छ तर करुणा समान हैसियतमा गरिन्छ । दया सहानुभूतिका साथ गरिन्छ भने करुणा समानुभूतिका साथ गरिन्छ ।

सिद्धार्थमा अन्तर्निहित करुणाको स्रोत र विकास

करुणा समस्त प्राणीमा रहने जन्मजात गुण हो । मानवमा यो असीमित रूपमा बसेको हुन्छ । यसलाई प्रकटीकरण गर्नेहरू नै मानव बन्छन् । सिद्धार्थले जन्मनासाथ सात पाइला चालेको, वृद्ध असीतकालदेवल दरबारमै आई उच्च श्रद्धाका साथ शिशु भविष्यमा बुद्ध बन्ने भविष्यवाणी गरेको, जन्मपश्चात आमाको मृत्यु भई गौतमी आमा भएको र सौतेनी आमाबाट करुणापूर्ण व्यवहार भएबाट बालकमा दिव्यशक्ति रहेको आभास हुन्छ । सिद्धार्थको आन्तरिक गुण नै करुणामय देखिन्छ । गौतमी सिद्धार्थका लागि करुणाको अर्को स्रोत भएकी छन् । उनी सिद्धार्थ काखमा हुँदा मग्न भई धर्तीका सारा सुखसम्पदा पाएको (कँडेल, २०७८, ३ : ४, पृ. ५०) अनुभव गर्छिन् र वात्सल्यमय प्रेम झल्काउँछिन् । सिद्धार्थले बाँसुरी बजाउँदा पशुप्राणी आकर्षित भएको र गौतमीले त्यो सुनेर हर्षाश्रु झारेको (३ : ४६, पृ. ५५) बाट सिद्धार्थमा लोकहितकारी करुणाको विकास स्वस्फूर्त रूपमा भएको बुझिन्छ ।

शुद्धोधनले प्रजासँग हलो जोत्ता सिद्धार्थ र गौतमी पनि सँगै जान्छन् । उनी प्रजाप्रति करुणा राख्थे र सँगै हलो जोत्थे । यसबाट पिता पनि सिद्धार्थको करुणाका स्रोत हुन् भन्न मिल्छ । आफूसँग स्पर्धा गर्ने देवदत्त, महानाम, किम्बिल, भद्दीय जस्ता बाल्यकालका साथीमध्ये देवदत्तले वाण हानी घाइते पारेको हाँसलाई सिद्धार्थले वाण झिकेर उपचार गरी उद्धार गरिदिएको र सिद्धार्थले स्नेहले सुम्सुम्याउँदा हाँसले नयाँ जीवन पाएबाट देवदत्तमा हिंसा र सिद्धार्थमा करुणा अन्तर्निहित रहेको देखिन्छ । यो भावना सिद्धार्थमा दैवी प्रेरणाबाट आएको हो वा उसभित्रको सुसुप्तावस्थाबाट ब्युँतिएको हो भन्न मुस्किल छ तर जन्मजात गुणका रूपमा यसले विकशित हुने अवसर पाएको छ । यसबाट सिद्धार्थमा बाल्यकालदेखि नै करुणाको उद्धारमय भावना रहेको पुष्टि हुन्छ । हाँसका विषयमा विवाद हुँदा न्यायाधीसले हाँसको अधिकारी सिद्धार्थ भएको निर्णय दिएबाट मार्नेभन्दा बचाउने ठूलो हो भन्ने न्यायाधीशको निर्णय नै करुणामय रहेको प्रस्ट हुन्छ । हरेक अक्षरमा मन्त्र, हरेक वनस्पतिमा औषधीय गुण र हरेक व्यक्तिमा प्रतिभा हुन्छ भन्ने हाम्रा ऋषिमुनिहरूको कथन छ । सिद्धार्थमा बाल्यवस्थादेखि नै करुणाको प्रतिभा जागृत हुँदा नै बुद्ध बनेका हुन् । करुणाको साधनाले नै उनले महापरिनिर्वाण प्राप्त गरेका हुन् । करुणामा निस्वार्थ प्रेम र त्यागको भावना हुन्छ । सिद्धार्थमा बालवयदेखि नै त्यो भावना देखिन्छ । 'अनेकौं पशुको वलि किन दिइन्छ ? तिनले आफ्नो जीवन किन बाँच्न पाउँदैनन् ? मान्छे किन जातिका नाउँमा तल मानिन्छन्, तिनले छुँदैमा पानी कसरी बिटुलो हुन्छ ? (३ : ७८-७९, पृ.५८) भनेर सिद्धार्थले विद्वान्सँग गरेको प्रश्नबाट नै उनमा सम्पूर्ण जीवात्माप्रति प्रेम र करुणा रहेको स्पष्ट हुन्छ ।

कुमाउ तालको तटमा युवायुवतीका बीचमा विद्या प्रतियोगिता हुँदा सिद्धार्थले सबै प्रतियोगिता जितेको र शाक्य राजाकी बहिनी, केलीय राज्यकी रानी पामिताकी पुत्री यशोधराले सिद्धार्थलाई सेतो हात्ती उपहार दिएको अनि प्रतियोगितामा दोस्रो भएका देवदत्तले त्यसलाई वाण हानेर थचक्क बसाइदिँदा सिद्धार्थले 'यो तिमीले के गरेको मित्र, तम्रो कुकृत्यले हामी सबैको बदनाम भो' (४ : ३४, पृ. ६२) भन्दै हात्तीलाई माया गरेर उसको सूँढ सुम्सुम्याई गुन्गुनाएर सान्त्वना दिएपछि हात्ती पीडामुक्त भएजस्तै जुरुक्क उठेको सन्दर्भबाट उनमा करुणाको प्रचूर विकाश भैसकोको कुरा बुझ्न सकिन्छ । पशुले पनि प्रेमको भाषा बुझ्छ र करुणावान् व्यक्तिलाई चिन्छ । सिद्धार्थको करुणामय प्रेमले मुर्छित हात्ती ब्युँतनु सामान्य कुरा होइन । सिद्धार्थले हात्ती चढेर विजय यात्रा थाल्नु र हात्तीले पूरै सहर घुमाइदिनुले हिंसामा भन्दा करुणामा शक्ति छ भन्ने कुरा प्रस्ट हुन्छ । निश्चय नै हिंसाबाट क्षति र करुणाबाट जीवन प्राप्त हुन्छ । हिंसाबाट त्रास र करुणाबाट निस्वार्थ प्रेम उत्पन्न हुन्छ । यो शाश्वत कुरा हो ।

समग्रमा भन्नुपर्दा सिद्धार्थमा करुणाको बीजाधान जन्मगत गुण र दैवी प्रेरणाकै रूपमा भएको देखिन्छ नत्र शिशु अवस्थामै चमत्कारी करुणामय कार्य कसरी सम्भव छ ? समस्त प्राणीका लागि करुणाकी मूल स्रोत आमा हुन् । आमाले शिशुलाई भौतिक रूपले स्पर्श गर्दा मात्रै पनि बालक आफूलाई सुरक्षित ठानेर खुसी हुन्छ (लामा, २०१३, पृ.७३) । आमामा करुणा नहुने हो भने नवजात शिशुले स्याहार र सुरक्षा प्राप्त गर्दैन र सृष्टि चल्दैन । सिद्धार्थका सन्दर्भमा आमाको मृत्यु भैसकेकाले सौतेनी आमा गौतमी करुणामूर्ति भएर उभिएकी छन् । उनकै सेवाबाट सिद्धार्थमा करुणाको विकास भएको छ । प्रजावत्सल पिता पनि सिद्धार्थको करुणाका स्रोत हुन् । देवदत्तले वाण हानेर घाइते बनाएको हाँसको पीडा, यशोधराले उपहार दिएको हात्तीलाई देवदत्तले वाण हानेर लडाउँदा हात्तीले भोगेको पीडा, दरबारबाहिर निस्कँदा जनताले भोगेका अभाव र कष्टहरूमाथि उनले गरेको चिन्तन आदिबाट सिद्धार्थमा करुणाको व्यापक विकाश भएको बुझ्न सकिन्छ ।

मानव दुःखको सार्वभौमिकताको पहिचान

सम्यक सम्बुद्ध महाकाव्यका नायक सिद्धार्थले बुबा सुद्धोधनको आज्ञा पाएर आफ्ना सारथी छन्दकसँग उत्तरतर्फको गाउँमा निस्कँदा त्यहाँका मानिसको अभाव र कष्ट देखेपछि तिनको व्यथालाई आफ्नै व्यथा ठान्नु, दक्षिणतिर घुम्दा पनि उनले जनतामा ठूलो अभाव भएको अनुभूति गर्नु मानव दुःखको सार्वभौमिकता पहिचान गर्ने प्रारम्भिक आधार हुन् । एकपल्ट दूर गाउँमा पुग्दा श्रद्धा र समर्पणका साथ रुग्ण बालकको घाउ धोई औषधि लगाएर आफ्नो जीवनलाई सार्थक बनाइरहेकी यशोधरालाई भेट्नु उनका लागि अर्को महत्त्वपूर्ण घटना हो । यस्तो काम गर्दा कसरी रमाउन थाल्नुभो (४ : ६१, पृ. ६५) भनी सोध्दा *सेवाभन्दा ठूलो काम मैले देखिनँ क्यै पनि, लाग्यो मलाई सुम्पूँझैं सेवामै अब यो जुनी* (४ : ६४, पृ. ६६) भन्ने यशोधराको जवाफले उनलाई यशोधराभित्र पनि करुणाको असीम प्रवाह रहेछ भन्ने कुराको बोध गराउँछ । यशोधरामा भएको करुणाको यो स्वरूपबाट सिद्धार्थ प्रभावित हुनु र उत्सवका साथ दुई आत्माको प्रणयमिलनको अवसर जुट्नुलाई एउटा संयोग नै मान्नुपर्छ । यशोधराभित्र रहेको यही करुणाको सागर नै दुवैको लगनगाँठो बाँधिने मूल आधार हो । बौद्ध धर्मले हाम्रो जीवन पूर्वनिर्धारित हुन्छ भन्ने धारणा राख्छ । सिद्धार्थ र यशोधरामा करुणाको स्वरूप एउटै देखिनु पूर्वनिर्धारित नै हो भन्न सकिन्छ । प्रेम संयोगमा फस्टाउँछ र वियोगमा गाढा हुन्छ । यहाँ रुग्ण बालकप्रति करुणापूर्ण व्यवहार गरिरहेकी यशोधरालाई भेट्दा सिद्धार्थमा प्रेम फस्टाएकाले दुवैको विवाह सम्भव भएको हो । शुद्धोधन छोरो गार्हस्थ जीवनमा बाँधियो भनेर मख्ख पर्नु तर दुःखको कारण खोजिरहेका सिद्धार्थले भने त्यसको निवारण खोज्न राजसी सुखसयलको त्यागलाई रोज्नु साधक जीवनयात्राको प्रारम्भिक सङ्केत हो । यशोधरा गर्भवती हुनु, सिद्धार्थले गोपा भनी बोलाएर अति प्रेम गर्नु सामान्य घट्ना हो । सिद्धार्थमा पत्नीप्रतिको प्रेमभन्दा हृदयमा आर्तको चित्कार गुञ्जनुचाहिँ भावी बिछोडको सङ्केत हो । सिद्धार्थले श्वास-प्रश्वासको गतिमा आफूलाई बाँधेर वाह्य संसारको स्मृतिलाई भुल्न थाल्नु यसको प्रारम्भिक परिणाम हो । शुद्धोधनले सिद्धार्थलाई दरबारमा बाँध्न चाहँदा पनि सिद्धार्थ बाहिर घुम्न रमाउँनुले मानिसले बाहिरी शरीरलाई बाँध्न सक्छ तर भित्री मनलाई बाँध्न सक्दैन भन्ने छनक दिन्छ । एक दिन घुम्दै जाँदा वृद्ध याचकलाई देखेको, त्यसको जराजीर्ण अवस्थाबाट कौतुहल उत्पन्न भएको अनि छन्दकले सबैको दशा यस्तै हुने बताएपछि सिद्धार्थमा दुःखको सार्वभौमिकताको मूल फुट्छ । अर्को अवसरमा बाहिर निस्कँदा सरुवा रोगले मरणासन्न रोगीलाई देख्नु र करुणाले भिजेर उसको शिर आफ्नो काखमा राख्नु पनि एउटा असाधारण घट्ना हो । सरुवा रोगीको शिर आफ्नो काखमा

राख्ने आँट जसकसैमा हुन्न । रोग सर्ने डरले मानिस तर्कन्छन् । यसबाट सिद्धार्थ समर्पणका साथ दुःख पहिचान गर्न लागेको भान हुन्छ । फेरि घाट लाँदै गरेको मृत व्यक्तिलाई देख्नु अनि छन्दकबाट सबैको यसै गरी मृत्यु हुन्छ भन्ने कुरा सुन्नुले उनमा वैराग्यभाव उत्पन्न हुन्छ । अर्को पटक दरबारबाट बाहिर निस्कँदा हातमा भिक्षापात्र बोकी गेरु वस्त्र लगाएको सन्यासीलाई देखेपछि र छन्दकबाट त्यसबारे जानकारी पाएपछि आफ्नो जीवन पनि यसै गरी बितोस् भन्ने निर्णय लिनु उनमा उत्पन्न वैराग्यबोधको प्रारम्भिक परिणाम हो । सत्य सुन्दा कठोर हुन्छ तर यसको परिणाम दुःख हुँदैन (इनामदार, सन् २००५, पृ. फेब्रुअरी ४) त्यसैले सत्यमा भर परिन्छ, त्यसको खोजी गरिन्छ । दरबारबाहिर निस्कँदा देखेका मानिसका दुःख, पीडा, अभाव, कष्ट अनि वृद्ध, रोगी, मृतक र सन्यासीका चार दृश्यबाट नै सिद्धार्थले मानव दुःखको सार्वभौमिकताको पहिचान गरेका हुन् । राहुल जन्मँदा गोपाले भोगेको प्रसवपीडाले उनलाई कति प्रभाव पाऱ्यो मापनको आधार देखिन्न तर दरबारमा आफूलाई पुत्र प्राप्त भए पनि चार दृश्यको चिन्तनबाट उनको जीवन नै परिवर्तन हुन्छ र उनी यसो भन्न पुग्छन् : *न त पुत्र सधैँको ऊ सधैँको न म नै पिता, यो कालक्रममा घुम्दै म कता पुग्छु ऊ कता* (७ : १६, पृ. ८७) । यो अस्थिर जीवनको दुःख देखेपछि त्यसबाट बच्ने उपाय खोज्दा सिद्धार्थले करुणा भेटेका हुन् । मानव दुःखको सार्वभौमिकतको पहिचानबाटै नाता, सम्बन्ध, धन, सम्पत्ति, भोगविलाश, ऐश, आराम, रूप, सौन्दर्य सब क्षणिक हुन् भन्ने कुराको बोध भएकाले उनी स्थायी सुखको खोजमा लागेका हुन्, भावनात्मक सम्बन्धद्वारा दुःखी मानवको सम्पर्कमा पुगी तिनको उद्धारमा आफूलाई समर्पित गरेका हुन् ।

सिद्धार्थको दुःखमुक्ति साधना अर्थात् करुणासाधना

दुःखमुक्तिको मार्ग करुणा हो भन्ने बुझेका सिद्धार्थले राजसी सुखसयल त्याग्न सक्नु नै महान् उपलब्धि हो । हिजोआजका मानिस क्षणिक सुखका लागि ज्यान दिन तयार हुन्छन् तर सिद्धार्थले सब कुरा त्यागे किनभने त्यागबिना खोज हुँदैन भन्ने उनले बुझेका थिए । हुनत राहुलको जन्मपछि सिद्धार्थमा गोपाप्रतिको प्रेम, राहुलप्रतिको स्नेह र करुणाको सिद्धिका लागि गर्नुपर्ने त्यागका बीच द्वन्द्व चल्छ : *चाहे होस् प्रेम पत्नीको चाहे होस् प्रेम पुत्रको, ठूलो छ यी सबैभन्दा प्रेम मानव जातिको* (७ : ३०, पृ.८९) । सिद्धार्थ पत्नी र पुत्रको प्रेमभन्दा सम्पूर्ण मानव जातिको प्रेमका लागि करुणाको साधना गर्ने अठोटमा पुग्नु सायद कुनै दिव्य प्रेरणा नै होला । सबैले दुःखको कारण जानून् र त्यसबाट मुक्तिको उपाय खोजून् भन्ने उद्देश्यका साथ पुत्र जन्मको भोजकै दिन उनन्तीस वर्षको वयमा बाहिर निस्कनु, बिरूप अवस्थामा सुतेका मान्छेप्रति घृणा, छन्दकसँग विमर्श, मस्त निद्रामा परेका पत्नी, पुत्र, पिताप्रतिको स्नेह र दरबारको सम्पूर्ण वैभव त्याग गर्दै वैशाख पूर्णिमाका दिन साधकको जीवनयात्रा प्रारम्भ गर्नु सामान्य मानवका लागि त्यति सहज कुरा होइन । सुत्केरी पत्नी र नवजात पुत्रलाई चटक्क छोडेर जाने सिद्धार्थप्रति यशोधराले राखेको यो अभिव्यक्तिले नै यस कुरालाई पुष्टि गर्छ : *पुत्रलाई पिताले झैँ माताले पनि बिर्सिए, चल्न सक्ला र यो सारा सृष्टिकै पनि चक्र के* (८ : १५, पृ.९६) । आमा करुणाकी खानी हुन् भन्ने कुरा यही श्लोकले स्पष्ट गर्छ । बाघले आफ्नै डमरुलाई खान्छ तर बघिनीले तिनलाई बचाउँछे । साँच्चै बाबुले जस्तै आमाले पनि नवजात सन्तानलाई चटक्कै छोड्ने हो भने सृष्टिको चक्र चल्छ त ? हरेक आमाले प्रसव वेदना सहेर सन्तानलाई जन्म दिन्छिन् र आफू पीडा सहेर तिनको सुरक्षा र पोषण गर्छिन् । यो नहुने हो भने सृष्टिक्रम रोकिन्छ । वात्सल्य र मातृस्नेह जस्ता शब्दभित्र पस्ने हो भने करुणाको जति पनि व्याख्या गर्न सकिन्छ ।

मध्य रातमा दरबारबाट निस्केर अनोमा नदीको तिरैतिर दक्षिणतर्फ लाग्नु, जङ्गलका नजिक पुगेपछि घोडा (कन्थक) को पिठ्युँबाट ओर्लेर आफ्नो तरबार झिकी केश मुन्डन गर्नु र छन्दक (सारथी) लाई रत्नजडित कण्ठहार, तरबार सबै जिम्मा लगाउँनुले उद्देश्य प्राप्तिका लागि सिद्धार्थले गरेको सङ्कल्प र त्याग दुवैलाई देखाउँछ । छन्दकले म हजुरको सेवा गर्न सँगै जान्छु भन्दा पनि नमानी तपश्चर्यका लगि हिँड्नु सिद्धार्थको असाधारण आँट र साहस हो । बिछोडको पीडाबाट द्रविभूत भएर कन्थक आँसु झारी त्यहीँ लड्नुले सिद्धार्थको करुणामय पशुप्रेम र घोडाको सिद्धार्थप्रतिको कारुणिक प्रेमको उच्च दृष्टान्त प्रस्तुत गर्छ । प्रेम पाएपछि पशुले पनि प्रेम गर्न जान्दछ । यसले सबै प्राणीमा जन्मजात रूपमा करुणाको भाव रहेको हुन्छ भन्ने कुरा सिद्ध गर्छ । दरबार त्यागेपछि खाने, पिउने, बस्ने, लगाउने कुनै कुराको चिन्ताबिना अघि बढ्नु, बाटामा धनुर्वाण बोकेको गेरुवस्त्रधारीसँग आफ्नो राजसी वस्त्र साट्नु, वनमा भेटिएका साधुसन्तसँग जङ्गलका भोज्य वस्तु सोध्दै अनि उपभोग गर्दै निरन्तर यात्रा गर्नु सिद्धार्थको साधक

जीवनको प्रारम्भिक अवस्था हो । जहाँ इच्छा, त्यहाँ उपाय, एकजना ज्ञानार्थी साधुले *आलार कालाम* (एक ठूला आचार्य) वैशालीमा छन् भनेपछि उनी साधुसँग त्यतै जानु र त्यहाँ ध्यानस्त गुरुलाई आँखा खोलिन्जेल पर्खेर आफ्नो व्यथा सुनाउँनु उनको उद्देश्य प्राप्तिप्रतिको धीरता हो । गुरुले आफ्नो मनोद्वार राम्ररी बन्द गरी राग, द्वेष छिर्न नदेऊ, चित्त स्थिर गरेर बस भन्दा त्यसै गर्नु उनको अनुशरण हो । ज्ञान पाएर उनी पर्णकुटीमा फर्कनु र ध्यानसाधनामै लिप्त हुनु उनको दृढता हो । एकपछि अर्को ध्यानसिद्धि प्राप्त गर्दै गुरुकहाँ जाँदा उनलाई नूतन ध्यानविधि सिक्न गाह्रो भएन । यसरी सिद्धि पाउँदै जाँदा गुरुले इन्द्रियलाई प्रतिक्रियाहीन बनाएर वस्तुजगत्लाई द्रष्टा बनी हेर भनी सिकाउँछन् र यसमा पनि सिद्धार्थले तुरुन्तै सिद्धि प्राप्त गर्दछन् । फेरि गुरुले सम्पूर्ण वस्तुका रूप चित्त निर्मित हुन् भनी सिकाउँछन् । उनले गुरुबाट अरू ध्यान पनि सिक्छन् तर जन्म, मृत्यु, जरा र व्याधिबाट चिन्तित मनलाई ती ध्यानले समाधान दिन नसकेको अनुभव गर्छन् (८ : ८५, पृ. १०४) । इच्छाले खोज गर्न अभिप्रेरित गर्छ र खोजबाट ज्ञान प्राप्त हुन्छ भन्ने तथ्य यसबाट पुष्टि हुन्छ ।

ध्यानस्थ हुँदा चेतनामात्र लिएर असीमित आकाशमा रम्न सक्ने हुनु तर मनमा विचारको बीज बाँकी रहेको अनुभूति गर्नु र जन्ममृत्युको चक्रबाट मुक्त हुने मूल प्रश्नको उत्तर नभेट्नु सिद्धार्थका लागि ध्यानको अझ गहनतातर्फ जानुपर्ने कुराको सङ्केत हो । यसले उनलाई मगध राज्यमा पुऱ्याउँछ र नगरभित्र, बाहिर, वन, पर्वत सबैतिरका सिद्ध साधुलाई भेट्न वाध्य पार्छ । ग्रीष्मको प्रचण्ड गर्मी होस् अथवा शिशिरको जिउ कठ्याङ्ग्रिने जाडो, गुफा एवम् कुटीमा बस्तै कन्दमूल र भिक्षाटनमा निर्भर हुँदै आचार्यहरूलाई भेटिरहनु र ध्यानका नयाँनयाँ विधिहरू सिकिरहनु एक किसिमले समर्पित जीवनको उदाहरण हो । मगध राज्यको राजधानी नजिकैको पाण्डव पर्वतमा बसेका सिद्धार्थलाई भेट्न पुगेका मगध नरेश विम्बिसारले 'म हजुरलाई चम्किलो मणि ठान्छु, के पीर पऱ्यो, किन विरक्त बन्नुभो' (९ : २७, पृ. १०८) ? भन्दा सिद्धार्थले हजुरको सृष्टिप्रतिको दृष्टि सीमित छ, यहाँ भएका सबै चिज क्षणभङ्गुर छन्, जन्मिने सबै मर्छन्, वय प्रतिक्षण भागिरहेको हुन्छ र कसैले चाहेर पनि जीवन स्थिर रहन सक्तैन (९ : २९-३१, पृ. १०८) भनी जवाफ दिनु उनको बोधिसत्वतर्फ उन्मुख जीवनको सङ्केत हो । विम्बिसारले आधा राज्य नै दिन्छु भन्दा सिद्धार्थले यसले दुःखी मानवको जुनी फेर्न सक्तैन भन्नु भोगविलासबाट दुःखमुक्ति सम्भव छैन भन्नु हो । उनको प्यासलाई उद्दक रामपुत्रबाट सिकेको बोधाबोधभन्दा पर पुग्ने आठौं तहको अत्युच्च ध्यानले पनि मेट्न सक्दैन । सिद्धार्थले आफ्नो ठाउँ लिऊन् भन्ने उद्दकको इच्छालाई अस्वीकार गर्दै नौरञ्जना नदी तरेर पहाड चढी उरुबेला नामको गाउँमा पुगेर शरीरलाई दण्ड दिने चित्तशुद्धिको ध्यान गर्नु, कहिले एउटा फल खाएर, कहिले पानी मात्र पिएर प्राणायम गर्दै लामो समयसम्म कुम्भकमा अडिनु, कहिले श्वस-प्रश्वासको गति नै रोकी हरेक पीडा पचाएर ध्यानमा बस्नु सिद्धार्थको अत्यन्त कठोर तपश्चर्य हो । त्यहाँ कौण्डिण्य, वप्प, भद्दीय, महानाम र अस्सजी जस्ता उद्दकका शिष्यलाई अनुयायी बनाई देहलाई छ महिनासम्म सास्ती दिएर ध्यान गर्दा सिद्धार्थ मांसरहित हाडछालामा परिणत हुन्छन् तर अझै उद्देश्य प्राप्ति हुँदैन । यसले शारीरिक दण्ड ज्ञानप्राप्तिको मार्ग होइन भन्ने शिक्षा दिन्छ । बेहोस भएको अवस्थामा एकजना गोठालाले बाखीको दूध पिलाएर ब्युँताएको (९ : ९१, पृ. ११५) घटनाबाट सिद्धार्थले शरीर दण्डको पराकाष्टा नै भोगेको अनुभूति हुन्छ । देहलाई सास्ती दिँदा पनि समाधान नपाएपछि मध्यम मार्गी भएर भिक्षामा पाएको अन्न प्रेमले लिनु र छ वर्षसम्म खोजेको सत्यको बाटो छोड्नु सिद्धार्थको ठूलो साहस हो, साधनाको मार्ग परिवर्तन हो । सिद्धार्थले तप छोडेको अनुभूति गरेर पञ्च ब्राह्मण त्यहाँबाट हिँड्नु अर्को घटना हो किनभने सिद्धार्थले बोधिसत्व प्राप्त गरिसकेको ज्ञान उनीहरूलाई हुँदैन । ईश्वरको इच्छा यही थियो कि सम्पूर्ण ज्ञान प्राप्तिका लागि बोधिसत्व एक्लै हुनुपर्थ्यो । एक्लै एउटा वृक्षका फेदमा बसेर रातभर श्वस-प्रश्वासको गति हेर्दा सही मार्ग भेटेको अनुभूति हुनु नै उनका लागि दुःखमुक्तिको मार्ग पहिचान हुन लागेको सङ्केत हो । रातको तेस्रो प्रहरमा ध्यानबाट विश्रान्ति मिल्नु र पाँच सपना देख्नु नै उनको तपश्चर्य जीवनबाट लक्ष्य प्राप्त भएको शुभ सङ्केत हो :

> प्रथम स्वप्नमा उनले आफू उत्तर हिमालमा शिर, दक्षिण सिन्धुमा पाउ राखेर पूर्वपश्चिम हात फैलाई सुतेको देख्नु, द्वितीयमा आफ्ना नाभीबाट एउटा बिरुवा निस्केर बढ्दै आकाशमा पुग्नु र त्यसमा कमलको फूल फुलेको देख्नु, तृतीयमा कालासेता सैयौं जीव आएर उनका पाउमा पर्नु, चतुर्थमा चार वर्णका पंक्षी उड्दै आएर सबै सेता बन्नु र पञ्चममा फोहरको थुप्रामा हिँड्दा पनि उनका खुट्टामा फोहर नलाग्नुलाई बुद्धत्व प्राप्तिको प्ररम्भिक आधार मान्न सकिन्छ । (९ : ११५-१२१, पृ. ११५)

स्वप्नबाट हिमालदेखि समुद्रसम्मको समग्र भूभागमा प्रभाव बढ्ने, शान्ति प्राप्त हुने, सबै प्राणीहरू समर्पित हुने, आफू निष्पाप, निष्कलङ्क र स्वच्छ रहने तथा संसारसँग तठस्त भई विकृति र फोहरका बीचमा पनि पावन र सात्विक रहने सङ्केत बोधिसत्वलाई मिलेको भान हुन्छ ।

स्वप्नमाथि चिन्तन गर्दै बसेका बेला सेनानी नाउँको गाउँबाट सुजाता नामकी नारी खिर लिएर आउनु र बोधिसत्वले भिक्षापात्र थापेर उनन्चास गाँस खानु उनको स्वप्नपछिको प्रथम भोजन हो । चाहिएका बेला भोजन स्वतः प्राप्त हुनु व्यक्तिमा रहेको दिव्यताको दह्रो प्रमाण हो । खिर खाएर नौरञ्जना नदीमा नुहाई सालको वनैवन हिँडेर साँझमा वनबाहिर निस्की पीपलको फेदमा शरीरै सुके पनि, रक्तका कण नै नरहे पनि, मासु नै गलेर झरे पनि आसनबाट नउठ्ने र जीवनसत्यको बोध नहुन्जेल कुनै हलचल नगर्ने कठोर सङ्कल्पका साथ वैशाख पूर्णिमाको राति बाटामा विप्रले दिएको कुशको आसन (१० : ५, पृ. १२०) राखेर ध्यान गरेबाट उनको इच्छाशक्ति र अत्मबल पहिचान गर्न सकिन्छ । कुनै कुरा प्राप्तिका लागि इच्छाशक्ति र आत्मबल कस्तो हुनुपर्छ भन्ने कुराको ज्ञान यसले दिन्छ । श्वासको गति हेर्दा मनको स्थिति झन् सूक्ष्म र झन् तीक्ष्ण बन्दै जानु, मनलाई संसारी सुखभोग, पत्नी वियोग, पिता र पुत्रको सम्झना अनि सत्ताको स्वादले तान्न खोज्दा पनि नतानिनु, हुल बाँधेर आएका विचारले पनि सङ्कल्पबाट च्यूत गर्न नसक्नु, गहिराइमा पसेर शरीरको संवेदना हेर्दा उनलाई सृष्टिक्रमको अनुभूति हुनुले ध्यानको उच्चतम् विन्दुमा पुगेको अनुभूति दिलाउँछ । सुरुमा पहिलो जन्म प्रतिबिम्बित हुनु, विस्तारै असङ्ख्य जन्मको ज्ञान हुनु, कुन जन्ममा के थिए, स्पष्टताका साथ सबै बोध हनु, रातको दोस्रो याममा मन झन् सूक्ष्म, झन् शान्त र झन् एकाग्र हुन थाल्नु र प्रत्येक प्राणीको जिन्दगी देख्न थाल्नुलाई ज्ञानको अभूतपूर्व प्राप्ति मान्न सकिन्छ । अतिन्द्रिय चेतनाले सबैको यथार्थता बुझ्न थाल्नु, पूर्वजन्मका सुकर्मी देवलोकमा, ठिक्कैका यस लोकमा र कुकर्मी नर्कलोकमा जन्मने र सुखदुःख पनि कर्मअनुसार हुने (१०: ३४-३५, पृ. १२४) कुराको ज्ञान प्राप्त हुनुजस्ता कुराले उनलाई बुद्धत्वप्राप्तितर्फ डोऱ्याउँदा रातको तेस्रो याममा पुगेपछि बल्ल आफूले खोजेको सत्य भेटेको अनुभूति हुन्छ । त्यसपछि उनी शरीरमा भएका सूक्ष्मातिसूक्ष्म कुराहरू देख्न थाल्छन् । तत्काल आकाश गड्गडाउँछ, बिजुली चम्कन्छ, अँध्याराले निल्छ, घनघोर वर्षा हुन्छ, सारा जीव भयले ग्रस्त हुन्छन् तर बोधिसत्वको स्थिर चित्तलाई कुनै कुराले प्रभाव पार्न सक्तैन अर्थात् वर्षाले शरीर भिज्छ तर चेतना भिज्दैन । यसरी असहज परिस्थितिमा स्थिर रहने क्षमता उनले प्राप्त गर्छन् । विस्तारै मेघ निस्तेज हुन्छ, वर्षा थामिन्छ, जुनतारा चम्कन्छन्, धर्ती खुसीले हाँस्छ र बोधिसत्वको चित्त पखालिएर चेतनाको त्यो प्रदीप्त ज्योति चम्कन्छ (१० : ४९, पृ. १२५) । उनी सम्पूर्ण बह्माण्डलाई अन्तर्दृष्टिले हेर्नसक्ने सर्वद्रष्टा बन्छन् । उनलाई चार आर्यसत्य र सम्यक अष्टाङ्ग मार्गको बोध हुन्छ । अब उनलाई ध्यानबाट सिद्धि प्राप्त गरेको अनुभव हुन्छ । उनी साधनासिद्धिको ज्ञानगाम्भीर्यले महामानव, सम्यक् सम्बुद्ध एवम् लोकका मुक्तिदाता बन्छन् । यसरी बोधिसत्वले मुक्तिको मार्ग करुणालाई प्राप्त गर्छन् । सिद्धार्थ बोधिसत्व हुँदै सम्यक सम्बुद्ध बन्छन् ।

बुद्धको अभिप्रेरणा

सम्यक सम्बुद्ध महाकाव्यका प्रमुख चरित्र सिद्धार्थले ध्यानसिद्धिबाट ज्ञान प्राप्त गर्दै बोधिसत्वमार्फत बुद्धत्वको स्थितिमा पुगेपछि पहिलो हप्ता एउटै आसनमा बसेर, दोस्रो हप्ता बोधिवृक्षका सामु खडा भई त्यसप्रति कृतज्ञता प्रकट गर्दै र तेस्रो हप्ता त्यहीँ बसी ध्यान गरेर अनि देवताले बुद्धले सिद्धि पाएका हुन् होइनन् भन्ने शङ्का गरेको थाहा पाएपछि दिव्यशक्तिले हावाम स्वर्ण सेतु बनाई हप्ताभरि त्यहीँ टहलिएर, चौथो सप्ताहमा रत्नको प्रकोष्ठ रचना गरी त्यसैभित्र ध्यान गर्दै देहबाट निला, राता, पहेँला, सेता, सुन्तले र तिनको मिश्रण गरी षडरङ्ग (११ : १९, पृ. १२९) निकालेर बिताउनु उनको शक्ति हो, अभिप्रेरणात्मक कार्य हो, ध्यानबाट प्राप्त असाधारण क्षमता हो । अहिले पनि बौद्धमार्गीका झन्डामा यिनै छ रङ्ग देख्न सकिन्छ । पाँचौ सप्ताहमा बोधिवृक्षसँगै रहेको अजपाल वृक्षमुनि ध्यान गर्दा तण्हा, रति र राग नामका मारपुत्रीहरूले नाचेर बुद्धको ध्यान तान्न खोज्नु तर बुद्ध नडगमगाउनु, फेरि एकजना ब्राह्मण आएर ब्राह्मण को हुन् भनी प्रश्न गर्नु र सास्ताले निर्दोष, निष्पाप, ज्ञानवान् र आत्मसंयमी ब्राह्मण हुन् (१०: ३१, पृ. १३०) भनी उत्तर दिँदा ब्राह्मण सन्तुष्ट भई फर्कनु, छैटौं सप्ताहमा छेवैको मुकालिन्डा वृक्षमुनि ध्यान गर्दा अप्रत्यासित घनघोर वर्षा हुनु, गोमन सर्प आएर बुद्धका शरीरमा सात फन्का बेरी शिरमा फणा फैलाउँदा बुद्धका शरीरमा पानी पर्न नपाउनु, सप्ताहको अन्त्यमा पानी रोकिनु र सर्पले पनि मानिसको रूप धारण गरी बुद्धलाई नमन

गर्नु र बुद्धले उसलाई जीवनोपयोगी उपदेश दिनु जस्ता कार्यबाट उनले ईश्वरीय स्वरूप प्राप्त गरेको अर्थात बुद्धत्वको परीक्षा सफल भएको अनुभूति हुन्छ । यसबाट बुद्ध सर्वज्ञानी भएको प्रमाण मिल्छ । सातौँ सप्ताह पनि छेवैको राजायतन वृक्षमुनि ध्यान गरेर बिताउनु भनेको बौद्धयोगीले भोकप्यासलाई जितेको प्रमाण हो । यसरी बोधिसत्वले बुद्धत्व प्राप्त गरेका ठाउँमा सात सप्ताह अन्नपानीबिना बिताउनु र सांसारिकताबाट मुक्त भई आनन्दमा मग्न भएर पचासौँ दिन बिहान मात्र ध्यानबाट उठ्नु भनेको सामान्य मानिसको क्षमताभन्दा बाहिरको कुरा हो । करुणाको ध्यानसाधनाबाट आर्जित शक्ति नै सिद्धार्थलाई सम्यक सम्बुद्ध बनाउने र महापरिनिर्वाण गराउने माध्यम हो । ४९ दिनको ध्यानअवधिभर निराहार बस्नु, वाह्य कुराको वाधाअवरोधमा विचलित नहुनु, स्वर्णसेतु बनाएर आकासमा बस्नु, पशुप्राणीले समेत प्रेम गर्नु ध्यानबाट प्राप्त असाधारण दिव्यशक्ति हो । ध्यानपछि मात्र त्रपुस्स र भल्लुक दुई वाणिकले दिएको मह र सातु खानु, ती दुवैलाई अनुयायी बनाउँनु र चिनो स्वरूप आफ्नै शिरको केश दिनु सायद बुद्धको ध्यानसाधनाको अन्तिम घटना हो । यो बुद्धत्व प्राप्तिको मूल आधार हो किनभने यसपछि कालाम र रामपुत्रलाई ध्यानदृष्टिले हेर्दा दुबै कीर्तिशेष भैसकेका र पञ्च ब्राह्मण भने वाराणसी नजिकै मृगदायमा भएको देखी उनी त्यतैतिर लाग्नु सर्वद्रष्टा भएको प्रमाण पनि हो । बोधिसत्वले दूधभात खाएर तप त्यागेको भ्रम हुँदाहुँदै पनि नजिक आइपुग्दा उनका प्रतापले पञ्च ब्राह्मणले स्वतस्फूर्त स्वागत गर्न पुग्नु र बुद्धले पनि तिनीहरूलाई भ्रममुक्त गरी बौद्ध सङ्घ निर्माण परम्पराको सुरुवात हुनु बौद्ध ज्ञानविस्तारको प्रारम्भ विन्दु हो ।

महाकाव्यको एघारौँ सर्गसम्म सिद्धार्थ साधना गर्छन् र सम्यक् सम्बुद्ध बन्छन् । बाह्रौँ सर्गमा पुगेर आफूलाई प्राप्त भएको ज्ञान आषाढको पूर्णिमाका दिनदेखि बाँड्न थाल्छन् । उनले पहिलो मार्ग हीन, अनार्य, अनर्थक हो, दोस्रो दुःखको मार्ग पनि अनर्थक छ भन्दै अतिवाद, भौतिकवाद र देहदण्डबाट सद्धर्म भेटिँदैन भनेर पञ्च ब्राह्मणलाई शिक्षा दिन्छन् र मध्यम मार्ग नै मुक्तिको मार्ग हो भन्दै यसलाई स्विकार गर्न आग्रह गर्छन् । उनी आफू सिद्धार्थबाट शास्ता, तथागत र बुद्ध भैसकेको अनि सारा जीवनसत्यको सार भएको धर्मचक्र प्रवर्तनमा लागेको (१२ : १३-१४, पृ. १३९) कुरा बताउँछन् । उनी चार आर्य सत्यको कुरा गर्छन् : दुःख छ, दुःखको कारण हुन्छ, दुःको निवारण हुन्छ र त्यसका लागि उपाय छन् । जन्म, मृत्यु, जरा, व्याधि, प्रियको वियोग, दुष्टको संयोग, चाहेको वस्तुको अप्राप्ति, ईर्ष्या, द्वेष, मद, मात्सर्य, उपादान स्कन्ध (रस, रूप, गन्ध, शब्द र स्पर्शको अनुभूति) रूप, वेदना, सञ्ज्ञा, संस्कार, विज्ञान (१२ : १८-२०, पृ.१४०) सबै दुःख हुन् । दुःखको कारण तृष्णा हो र अज्ञानका कारण विषयवस्तुको तृष्णा हुन्छ । तृष्णा र उपादानको निरोधले दुःखको निवारण हुन्छ । अनि मुक्तिका उपाय भनेका अष्टाङ्ग मार्ग हुन् : सम्यक दृष्टि, सङ्कल्प, वाक, कर्म, जीविका, व्यायम, स्मृति र समाधि (१२: ३४, पृ. १४१) । यी आठ अङ्ग पनि शील, समाधि र प्रज्ञामा बाँडिन्छन् । त्यस्तै पञ्चशील अहिंसा, अचौर्य, व्यभिचार नगर्नु, असत्य भाषण नगर्नु र लागू पदार्थ नखानु (१२ : ४०-४१, पृ. १४२) हुन् । कुनै पनि कुराको कार्यकारण हुन्छ र जब कारण नासिन्छ कार्य नै कारण बन्छ भन्नु प्रतीत्य समुत्पाद हो । यसरी सृष्टिमा अविच्छिन्न निरन्तरता कायम रहन्छ भन्दै बुद्ध पञ्च ब्राह्मणलाई शिक्षा दिन्छन् । बुद्ध वचनले कौण्डिण्य प्रदीप्त हुन्छन् र बुद्धबाट सम्बोधि पाउने पहिलो भिक्षु बन्छन् । ती पाँचै ब्राह्मण त्रिरत्नको शरणमा पर्छन् । बुद्ध र यी पाँच भिक्षु मिलेर एउटा सानो सङ्घ बन्छ । यही सङ्घले बुद्धवाणिको प्रचार गर्छ, सद्धर्मको विस्तारका लागि विहार निर्माण गर्छ, जीवात्माको दुःखमोचन र मुक्तिको मार्ग देखाउँछ । यही सङ्घ विस्तार हुँदै जाँदा बौद्ध धर्मले व्यापकता पाउँछ । बौद्ध मार्ग ध्यानबाट ज्ञान आर्जन गरी निर्वाण प्राप्त गर्ने मार्ग हो । यसरी बुद्धबाट अभिप्रेरणात्मक कार्य प्रारम्भ हुन्छ र करुणा शिक्षाले विश्वभर विकाश गर्दै लैजान्छ ।

निष्कर्ष

सिद्धार्थ कष्टसाध्य जीवनसाधनाबाट बोधिसत्व हुँदै महाकारुणिक बुद्ध बनेका हुन् । उनको जीवनको उद्देश्य भनेको समस्त प्राणीलाई दुःखबाट मुक्त हुने मार्ग करुणलाई देखाउनु हो । करुणासाधना भनेको जन्ममरणबाट मुक्ति अर्थात महापरिनिर्वाणतर्फको गन्तव्य हो । यो नै उनको जीवनसाधनाको प्राप्ति हो । त्यागबाट मात्र करुणा प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुद्धले सिकाएका छन् । उनले छ वर्षको साधनाबाट निरपेक्ष ज्ञान प्राप्त गरेका हुन् । चार आर्यसत्य, अष्टाङ्ग मार्ग, पञ्चशील जस्ता ज्ञानका क्षेत्र बुद्धले पत्ता लगाएका हुन् र यसैबाट विश्वप्रेम, विश्वशान्ति र विश्वकल्याणको भावना विकसित हुँदै आएको हो । व्यक्ति व्यक्ति, समुह समुह, राष्ट्र राष्ट्रबीच वैमनश्य हुने कारण तृष्णा हो । करुणाबाट नै तृष्णामुक्त भएर शान्त, सुस्थिर, निश्चित जीवन बाँच्न सकिन्छ । साधनापछि उनी सर्वद्रष्टा,

दुःखहर्ता, महाकारुणिक बने । करुणको साधनाबाट शासक तृष्णामुक्त र दयावान् बनून्, देशमा सुशासन, अमनचयन, मेलमिलाप, शान्ति, भ्रातृत्व र उन्नति होस् भन्ने कविको चाहनालाई महाकाव्यले वहन गरेको देखिन्छ । यस महाकाव्यमा कँडेलको विश्वदृष्टि प्रकट भएको छ । करुणाको विश्वव्यापी आग्रह यसको मर्म हो । काव्यात्मकताका दृष्टिले यो कँडेलको समग्र प्राप्ति हो । आफू करुणावान् भएर नै कँडेलले महाकरुणावान् बुद्धको जीवनीलाई काव्यात्मक रूप दिएका छन् । यो कृति कँडेलको जीवन र साहित्य साधनाको सर्वोच्च प्राप्तिका रूपमा स्थापित हुन सक्छ । बुद्धले करुणामा पाएजस्तै यस कृतिबाट कँडेलले अनुष्टुप छन्दमा सिद्धि पाएका छन् । मानव कल्याणकारी उच्च भावना, काव्यात्मक गहिराइ, बुद्धको त्याग र प्राप्ति, बौद्ध चिन्तन र दर्शनको सार प्रस्तुत गर्ने यो कृति बुद्ध धर्मावलम्बीका लागि मात्र नभई विश्वमानवकै लागि पठनीय र सङ्ग्रहणीय छ । यस कृतिको प्रकाशनबाट कविको रूपमा परिचित कँडेल महाकवि भएका छन् र उनले मानव जातिलाई तृष्णामुक्त भई सतकर्म गर्दै र करुणासाधना गर्दै गयो भने बुद्धको स्थितिमा पुग्न सकिन्छ भन्ने सन्देश दिएका छन् ।

सन्दर्भ सामग्रीसूची

नेपाली भाषाका सन्दर्भ सामग्री

अधिकारी, नारायणप्रसाद (२०७५), *गौतम बुद्ध र उनको धम्मपद,* काठमाडौं : गोर्खा पब्लिकेशन्स इन्कर्पोरेशन्स, धुम्बाराही

आचार्य, विष्णु दास (सन्.२०१७), *श्रीमद्भागवतम्,* काठमाडौं : भक्तिवेदान्त बुक ट्रस्ट

कँडेल, घनश्याम (२०७८), *सम्यक सम्बुद्ध,* काठमाडौ : ऐरावती प्रकाशन प्रा.लि.

कुरआन (२०६४-२०७२), काठमाडौं : अनुवादक/प्रकाशक : इस्लामी संघ, नेपाल

कृष्णकृपामय (सन्२०१९), *श्रीमद्भागवत्गीता यथारूप* (अनु: वादरायण दास) भारत : भक्तिवेदान्त बुक ट्रस्ट, मुंबई

दीक्षित, मदनमणि (२०५३), *अमृतत्व र कारुणिकता,* काठमाडौ : ज्ञानगुन साहित्य प्रतिष्ठान, मैतिदेवी

नेउपाने, पशुपति (२०७६), 'प्रमिथस महाकाव्यको परिवेश,' *अपरा* पूर्णाङ्क ३, काठमाडौ : त्रि.वि. पद्यमकन्या बहुमुखी क्याम्पस

पवित्र बाइबल (सन्. १९९७), काठमाडौं : नेपाल बाइबल सोसाइटी

भट्टराई, गोविन्दप्रसाद (२०३९), *भरतको नाट्यशास्त्र,* काठमाडौ : नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान

शाक्य, मीन बहादुर र शाक्य, मिलन (२०६४) *मिलारेपाको जीवनी,* काठमाडौ : सिद्धि इन्द्र स्मृति गुठी

श्रीमद्भागवतमहापुराणम् (२०७५),*(नेपाली संक्षिप्त भाषनुवाद सहित),* सम्पादकः तिलकप्रसाद लुइटेल काठमाडौ : गुडविल पब्लिकेसन प्रा. लि.

लामा, मुकेश (सन् २०२०) *आर्य ललितविस्तार नाम महायान सूत्र* (अनु.), काठमाडौ : युबी प्रिन्टिङ सपोर्ट

हुमागाई, रामशरण (२०७८), *दुःखमुक्ति साधना,* काठमाडौ : सनातन प्रेस

हिन्दी भाषाका सन्दर्भ सामग्री

इशादि नौ उपनिषद् (२०५३), (सोह्रौं संस्करण), व्याख्याकारः हरिकृष्णदास गोयन्दका, भारत : गीता प्रेस, गोरखपुर

वृहदारण्यकोपनिषद् (सं. २०७६), सानुवाद शाङ्करभाष्यसहित, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमद्वाल्मीकीय रामायण, प्रथम खण्ड (२०६५), भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमद्वाल्मीकीय रामायण, द्वितीय खण्ड (२०६५), भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमन्महर्षि वेदव्यासप्रणीत *महाभारत* (पथम खण्ड, आदिपर्व), अनुवादक, पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमन्महर्षि वेदव्यासप्रणीत *महाभारत* (द्वितीय खण्ड, वनपर्व और विराटपर्व), अनुवादक, पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमन्महर्षि वेदव्यासप्रणीत *महाभारत* (तृतीय खण्ड, उद्योग और भीष्म पर्व), अनुवादक, पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमन्महर्षि वेदव्यासप्रणीत *महाभारत* (चतुर्थ खण्ड, द्रोण, कर्ण, शल्य, सौप्तिक और स्रीपर्व), अनुवादक, पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमन्महर्षि वेदव्यासप्रणीत *महाभारत* (पञ्चम खण्ड, शान्तिपर्व), अनुवादक, पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

श्रीमन्महर्षि वेदव्यासप्रणीत *महाभारत* षष्ठ खण्ड, (अनुशासन, आश्वमेधिक, आश्रमवासिक, मौसल, महाप्रस्थान और स्वर्गारोहणपर्व), अनुवादक, पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय, भारत : गीताप्रेस, गोरखपुर

सांकृत्यायन, राहुल (सन् १९४४–१९९४) *दर्शन दिग्दर्शन,* भारत : किताब महल, इलाहाबाद

अङ्ग्रेजी भाषाका सन्दर्भ सामग्री

Gilbert, P., Edt, (2017 A.D), *Compassion concept, research and Application*, Routledge, London and new York.

Gosvami, S. d., (19777), *VEDIC Literature*, The Bhaktivedanta Book, Trust, Los Angeles, Stockholm, Sydney, Hongkong, Mumbai

Gorden, M. and others, Ed.(2004 A.D.), *The Johns Hopkins Guide to Literary Theory and Criticism,*(second edition),USA, The Johns Hopkins University Press

Inamdar, S., Them Editor,(2005), *Mahatma Gandhi And His Holiness the Dalai Lama, On Non Violence And Compassion, India, Departmentof information and International Relations, Central Tibetan Administration, Dharamsala*

Lama D., (Reprint 2014 A.D), *Activating Bodhichitta and Meditation on Compassion*, India, Library of Tibetan Works and Archives, Dharamsala.

Lama D., (2012 A.D), *Beyond Religion*, India, Harper Collins Publisher.

Lama D., (2013 A.D), *Boundless as the Sky, Speech on Happiness, compassion and Love,* Edited by Renuka Singh, India, Penguin Books.

Lama D., (Reprint 2015 A.D), *Compassion and the Individual*, India, Library of Tibetan Works and Archives, Dharamsala.

Lama D., (2011 A.D), *How to be Compassionate,* Translated and Edited by Jeffery Hopkins, Ph.D., USA, ATRIA Books, New York

Lama D., (2010 A.D), *Towards the True Kinship of Faiths*, Grate Britain, Clays Ltd, St Ives plc.

Lama D., (1999 A.D), *The Art of Happiness*, Great Britain, Holder and Stoughton, London.

Lama D., (2014 A.D), *The Wisdom of Compassion*, USA, Penguin Group LLC, New York.

Lislie A. M., (2017 A.D.), *Clarifying the Construct of Compassion: Ability to Downregulate Emotion as a Potential Mediator Between Empathic Arousal and Compassion,* (PhD. Dissertation, Department of Psychology) USA, Colorado State University.

https://www.bing.com/videos/search?q=om+swami+%2fkaruna&docid