পঞ্চশীল(*Pañcaśīla*)

শিবেন কুমার সরকার

Study materials of Sem-III(Hons)

Course Code-CC-5

Course Title-Indian Ethics

***

বুদ্ধদেব তাঁর 'আর্যসত্য চতুষ্টয়ের' অন্তর্গত চতুর্থ আর্যসত্যে অর্থাৎ 'দুঃখ-নিরোধ-মার্গে' পঞ্চশীলের উল্লেখ করেছেন। পঞ্চশীল সমন্বিত অষ্টাঙ্গিক মার্গের অনুসরণের মাধ্যমেই ভবচক্র বা জন্মজন্মান্তরের চক্রকে অতিক্রম করে দুঃখমুক্তি সম্ভব হয়। **অষ্টাঙ্গিক মার্গের** আটটি অঙ্গ হল-

(১)**সম্যক-দৃষ্টিঃ** আর্যসত্যচতুষ্টয়ের যথার্থ বা সম্যকজ্ঞানই হল সম্যক- দৃষ্টি।'দৃষ্টি' শব্দের অর্থ 'বিশ্বাস' এবং 'সম্যক' শব্দের অর্থ 'যথার্থ'।দুঃখমুক্তি বা নির্বাণ লাভের জন্য সর্বপ্রথম প্রয়োজনীয় হল,মিথ্যাজ্ঞান পরিহার করে জগৎ ও জীবনের স্বরূপ সম্বন্ধে সত্যজ্ঞানলাভ ক)।(অর্থাৎ চারটি আর্যসত্য সম্পর্কে যথার্থ জ্ঞানই সম্যক দৃষ্টি)।

(২)**সম্যক্ সংকল্পঃ** সত্যজ্ঞান লাভ করে তদনুসারে জীবনচর্যার দৃঢ় ইচ্ছাই হল সম্যক্ সংকল্প।সম্যক জ্ঞানানুসারে মনকে কলুষমুক্ত করার- হিংসা,বিদ্বেষ,পরশ্রীকাতরতা,ইত্যাদিকে পরিত্যাগ করার ঐকান্তিক ইচ্ছাই হল সম্যক্ সংকল্প।

(৩) **সম্যক্‌বাক্**ঃ মিথ্যাভাষণ পরিহার করে সদা সত্য কথনই হল সম্যক্‌বাক্।মুক্তিকামীর জীবনে বাক্‌সংযম অত্যাবশ্যক। মিথ্যাা কথন, কটুবাক্য, পরনিন্দা,বাচালতা ইত্যাদিকে সর্বৈব পরিহার করে সাধককে সত্যভাষী, শিষ্টভাষী ও স্বল্পভাষী হতে হবে।

(৪) **সম্যক্ কর্মঃ** সম্যক আচরণই হল সম্যক কর্ম।বুদ্ধ-নির্দেশিত পঞ্চশীল(ও অষ্টশীল) অনুসরণের মাধ্যমে কাম,ক্রোধ,লোভ,মোহ,মদ ও মাৎসর্যের দ্বারা পরিচালিত না হয়ে অহিংসা,মৈত্রী ও করুণার দ্বারা পরিচালিত আচরণই হল সম্যক্ কর্ম।

(৫) **সম্যক্ আজীবঃ** সৎপথে জীবন ধারণই হল সম্যক্ আজীব।মুক্তিকামীর জীবিকা সৎ হতে হবে।হিংসা,প্রবঞ্চনা,মিথ্যার আশ্রয় পরিহার করে সৎপথে জীবিকা অর্জন করতে হবে।প্রাণী ব্যবসা(তথা প্রাণী শিকার বা খাদ্যের জন্য প্রাণী হত্যা),অস্ত্র ব্যবসা,মদ ব্যবসা/বিক্রি,বিষ ব্যবসা/বিক্রি,দেহ ব্যবসা ইত্যাদি অসৎপথ বর্জন করে সৎপথে জীবিকা অর্জন করতে হবে।

(৬)**সম্যক্ ব্যায়ামঃ** ‘ব্যায়াম’ শব্দের অর্থ ‘প্রচেষ্টা’।সুচিন্তার অনুশীলন এবং কুচিন্তা বর্জনের উদ্দেশ্যে দেহ-মনের নিয়ত প্রচেষ্টাই হল সম্যক্ ব্যায়াম।এর জন্য প্রয়োজনীয়(i)কেবল শুভচিন্তার প্রতি মনোযোগী হওয়া(অর্থাৎ মনকে সব সময় সুচিন্তামুখী করতে হবে),(ii) অশুভচিন্তার প্রতি মনোযোগী না হওয়া,(iii)অসৎচিন্তার উৎস গুলিকে নির্মূল করা, এবং(iv)সৎচিন্তার উৎপাদনে যত্নবান হওয়া(সব সময় সৎচিন্তার উৎপাদনে যত্নবান হতে হবে)।

(৭)**সম্যক্ স্মৃতিঃ** সত্য বা যাথার্থ্য সম্বন্ধে সর্বদা সচেতন থাকাই হল সম্যক্ স্মৃতি(বস্তুর যথার্থ স্বরূপ সম্বন্ধে সচেতন থাকাই ‘স্মৃতি’)।মনোমধ্যে প্রতিমুহূর্তে যেসব ধারণা আবির্ভূত হয় তাদের মধ্যে কোন্‌টি ভাল আর কোন্‌টি মন্দ,কোন্‌টি হিতকর আর কোন্‌টি অনিষ্টকর,ইত্যাদি সম্বন্ধে অবহিত হওয়াই হল সম্যক্ স্মৃতি।এই প্রকারে স্মৃতি(সচেতনতা)জাগ্রত না হলে সাধকের পক্ষে মুক্তিলাভ সম্ভব হতে পারে না।

(৮)**সম্যক্ সমাধিঃ** অষ্টাঙ্গিক মার্গের সর্বশেষ অঙ্গটি হল সমাধি বা ধ্যান।সপ্তঅঙ্গ যথাযথভাবে অনুষ্ঠিত হলে সাধকের অন্তরে মৈত্রী,করুণা,মুদিতা ও উপেক্ষাভাব জাগ্রত হয় এবং সাধক তখন একাগ্রচিত্তে কোন একটি বিষয়ে মনঃসংযোগ করতে সমর্থ হয়।বুদ্ধদেব বলেছেন যে, মৈত্রী ভাবনার দ্বারা দ্বেষের ক্ষয় হয়।করুণা ভাবনার দ্বারা হিংসাবৃত্তির অবসান হয়।মুদিতা ভাবনার দ্বারা বৈরী বা শত্রুভাবের অবসান ঘটে এবং উপেক্ষা ভাবনার দ্বারা প্রতিহিংসা বৃত্তির লয় হয়)।

অষ্টাঙ্গিক মার্গের আটটি মার্গকে **প্রজ্ঞা-শীল-সমাধিরূপেও** বর্ণনা করা হয়।‘প্রজ্ঞা’ অর্থে ‘জ্ঞান’-সম্যক্‌জ্ঞান, ‘শীল’ অর্থে ‘আচরণ’-দেহের সৎ আচরণ এবং মনের সৎ সংকল্প; ‘সমাধি’ অর্থে ‘ধ্যান’ অর্থাৎ ধ্যানের দ্বারা জীব সমস্ত কামনা-বাসনা বা তৃষ্ণাকে জয় করতে সক্ষম হবে।অর্থাৎ ‘প্রজ্ঞা’ বা যথার্থ জ্ঞান দ্বারা অবিদ্যাকে নাশ করা সম্ভব।‘শীল’ হল সম্যক আচরণ যার দ্বারা চিত্ত শুদ্ধ হয়,সমস্ত কুকর্ম থেকে বিরত থেকে পবিত্র শুদ্ধ মনে কর্ম করা যায়। এর ফলে জীবের বিষয়ের প্রতি আসক্তি থাকে না।আর সমাধি বা ধ্যানের মাধ্যমে জীবের দুঃখ থেকে আত্যন্তিক নিবৃত্তি ঘটে। ফলস্বরূপ নির্বান লাভ হবে।

বৌদ্ধ দর্শনে শীল নৈতিকতা ও ধর্মের সঙ্গে ওতোপ্রতোভাবে জড়িত।এখানে ‘শীল’ সম্পর্কে যা বলা হয়েছে তাতে যেমন ইতিবাচকভাবে কিছু বলা হয়েছে,তেমনি নেতিবাচকভাবেও কিছু বলা হয়েছে।ইতিবাচক অর্থে কী কী কর্ম করা উচিত - সেকথা যেমন বলা হয়েছে, ঠিক তেমনি নেতিবাচক অর্থে কী কী কর্ম করা উচিত নয়,তার নিদান দেওয়া হয়েছে।যেমন, সদর্থক অর্থে বলা হয়েছে – প্রত্যেক জীবের সদাচার পালন করা উচিত,সব সময় সত্যভাষণ দেওয়া উচিত,সকলের মঙ্গল কামনা করা উচিত,ইত্যাদি,ইত্যাদি। আবার নেতিবাচক অর্থে বলা হয়েছে –

চুরি করা থেকে বিরত থাকতে হবে,মিথ্যা কথা বলা চলবে না,সমস্তরকম ব্যভিচার নিষেদ,অপরের কোনও ক্ষতি করা চলবে না ইত্যাদি, ইত্যাদি।

বৌদ্ধ দর্শনে শীল-এর অর্থ সমস্ত পাপ কর্ম থেকে বিরত থাকা,যা চরিত্র গঠনে সহায়ক হয়।বৌদ্ধ নীতিশাস্ত্রে নানাপ্রকার শীলের উল্লেখ আছে। বৌদ্ধ সন্ন্যাসী বা ভিক্ষুদের পালনীয় দশটি শীলের উল্লেখ আছে বিনয়পিটক গ্রন্থে।আর গৃহীদের জন্য পাঁচটি শীলের কথা বলা হয়েছে। গৃহীদের পালনীয় পাঁচটি শীলকে একত্রে 'পঞ্চশীল' বলা হয়। এই 'পঞ্চশীল'-এ কোন না কোন পাপ কর্ম থেকে বিরত থাকার কথা বলা হয়েছে।অর্থাৎ সকল প্রকার পাপ কর্ম না করাই শীল।

গৃহীদের পালনীয় পঞ্চশীল গুলি হলঃ

(১) **প্রাণাতিপাত-বিরতিঃ** সর্ব প্রকার প্রাণীহত্যা থেকে বিরত থাকাই হল প্রাণাতিপাত-বিরতি। অর্থাৎ সব জীবের প্রতি হিংসা ত্যাগ করতে হবে।সাক্ষাৎভাবে প্রাণী হত্যা যেমন অনুচিত,তেমনি অপরের দ্বারা হত্যা অনুমোদন করাও অনুচিত।

(২) **অদত্তাদান-বিরতিঃ** তোমাকে যা দেওয়া হয়নি তা গ্রহণ করবে না। লোভবশত পরধন গ্রহণ (বা চুরি) করবে না, অর্থাৎ যা তোমাকে দেওয়া হয়নি তা গ্রহণ করা বা চুরি করে নেওয়া থেকে বিরত থাকতে হবে।

(৩) **কামেষু মিথ্যাচার-বিরতিঃ** কামনা চরিতার্থ করা থেকে বিরতি থাকতে হবে।অর্থাৎ কামেচ্ছাকে দমন করতে হবে,কেননা তাতেই মঙ্গল।

(৪)**মৃষাবাদ-বিরতিঃ** যা সত্য নয়,তা থেকে বিরত থাকা।অর্থাৎ মিথ্যা কথা বলা থেকে বিরত থাকতে হবে।কেননা,মিথ্যাকথা বলার অর্থ প্রবঞ্চনা করা।

(৫)**সুরামৈরেয়-মদ্যপান-বিরতিঃ** চিত্তশুদ্ধির জন্য মাদক বা মাদকজাত দ্রব্য গ্রহণ থেকে বিরত থাকাই হল সুরামৈরেয়-মদ্যপান-বিরতি বা মদ্যমাদকার্থ-বিরতি।

উপরের আলোচনা থেকে দেখা যাচ্ছে যে, শীলসমূহ যাবতীয় পাপ কর্ম বিরতি থাকার কথা বলে।কিন্তু একজন গৃহীকে বা মানুষকে কেবল নিজের আচরণ সংযত করাই শুধু নয়; অন্যকেও ঐ জাতীয় পাপ কর্ম থেকে বিরত করা বা বিরত রাখাই শীলের প্রকৃত উদ্দেশ্য।অর্থাৎ যেমন বলা হয়েছে প্রাণীহত্যা থেকে বিরত থাকা উচিত।একই সঙ্গে একথাও বলা হয়েছে যে সাক্ষাৎভাবে প্রাণীহত্যা যেমন অনুচিত,তেমনি অপরের দ্বারা হত্যা অনুমোদন করাও অনুচিত।

আবার,যে বস্তু অপরের সেই বস্তুকে বর্জন করা কর্তব্য।চৌর্যবৃত্তি থেকে নিজে বিরত থাকা যেমন কর্তব্য, সেইরকম অপর ব্যক্তিকে চৌর্যে প্রবৃত্ত না করাও কর্তব্য।তাছাড়া চৌর্যবৃত্তিকে অনুমোদন করা উচিত নয়।

একইভাবে একথাও বলা হয়েছে যে স্বয়ং মিথ্যাভাষণ থেকে যেমন বিরত থাকা উচিত,তেমনি কোন ব্যক্তিকে মিথ্যাভাষণে প্রবৃত্ত করাও উচিত নয়।মিথ্যাভাষণ অনুমোদন করাও অনুচিত।

শীলকে বৌদ্ধ ধর্মের মুখ্য অঙ্গ বলা হয়েছে।শীল পালনের ফলে ব্যক্তির চিত্ত শুদ্ধ হয় এবং বোধিলাভ হয়। ভগবান বুদ্ধ বলেছেন যে, যে ব্যক্তি শীল পালন করেন তিনি তেজস্বী হন।তিনি কোন কিছু থেকেই ভীত হন না।তাছাড়া শীল পালনের ফলে মানুষ নির্মল সুখ অনুভব করে।

এই শীল পালনের দ্বারা আমাদের বহিরিন্দ্রিয়গুলি সংযত হয়। আর সামগ্রিক সংযমের জন্য শুধু বহিরিন্দ্রিয়কে সংযত করলেই হয় না, অন্তরিন্দ্রিয়গুলিকেও সংযত করা প্রয়োজন।আর চিত্তের সংযমের জন্য যে সমস্ত আচরণ উপদিষ্ট হয়েছে তাকেই ‘সমাধি’ বলে।

সমাধির চারটি পর্যায়ঃ

প্রথম পর্যায়ের নাম ধ্যান – নির্বান কামী ব্যক্তি সমাধির এই স্তরে কামনা থেকে বিমুক্ত হন।

দ্বিতীয় স্তরে বিচার ও বিতর্কের অবসান হয় এবং চিত্ত একাগ্র হয়। এই শান্ত অবস্থায় মানুষ প্রীতি ও শান্তি লাভ করে।

তৃতীয় স্তরে মানুষ প্রীতি প্রভৃতির প্রতি নিরাসক্ত হয়। তবে এখানেও একপ্রকার আনন্দের অনুভূতি থাকে।

চতুর্থ স্তরে এই আনন্দের অনুভূতি থাকে। সমাধির এই পর্যায়ে মানুষ অহংকার বা আত্মকেন্দ্রিকতা থেকে মুক্ত হয়ে সত্তাকে সর্বভূতে প্রসারিত করে। মানুষের এই ক্রমপরিণতি আসে ব্রহ্মবিহারের মধ্য দিয়ে।

মৈত্রী,করুণা,মুদিতা ও উপেক্ষা – এই চারটিকে একাগ্রচিত্তে ভাবনাই ব্রহ্মবিহার। মৈত্রী,করুণা,প্রভৃতি চিত্তে আশ্রিত হলে সমস্ত প্রাণীর প্রতি হিংসা বা দ্বেষ থাকে না। এই ভাবনা মানুষের চিত্তকে বৈরীরহিত করে। হয়।বুদ্ধদেব বলেছেন যে, মৈত্রী ভাবনার দ্বারা দ্বেষের ক্ষয় হয়।করুণা ভাবনার দ্বারা হিংসাবৃত্তির অবসান হয়।মুদিতা ভাবনার দ্বারা বৈরী বা শত্রুভাবের অবসান ঘটে এবং উপেক্ষা ভাবনার দ্বারা প্রতিহিংসা বৃত্তির লয় হয়।

Sks/Pancha Shila/04/09/2024