বৌদ্ধ শিক্ষার প্রধান বৈশিষ্ট্যসমূহ

---

১. ভূমিকা (Introduction)

প্রাচীন ভারতের শিক্ষাব্যবস্থার ইতিহাসে **বৌদ্ধ শিক্ষা** একটি যুগান্তকারী ও মানবিক শিক্ষাধারা। এটি খ্রিস্টপূর্ব ষষ্ঠ শতকে **গৌতম বুদ্ধের শিক্ষা ও দর্শনের উপর ভিত্তি করে** গড়ে ওঠে। ব্রাহ্মণ্য শিক্ষার বর্ণভিত্তিক ও আচারকেন্দ্রিক সীমাবদ্ধতার প্রতিক্রিয়াস্বরূপ বৌদ্ধ শিক্ষা উদ্ভূত হয় এবং সমাজের সর্বস্তরের মানুষের জন্য শিক্ষার দরজা উন্মুক্ত করে। নৈতিকতা, প্রজ্ঞা ও যুক্তিবাদ ছিল এই শিক্ষার মূল ভিত্তি।

---

২. বৌদ্ধ শিক্ষার ধারণা

বৌদ্ধ শিক্ষা বলতে বোঝায় এমন একটি শিক্ষাব্যবস্থা—

- যা **বুদ্ধের ধর্ম ও দর্শনের উপর প্রতিষ্ঠিত**
- যেখানে শিক্ষা ছিল **সমতাভিত্তিক ও মানবকেন্দ্রিক**

- এবং যার মূল লক্ষ্য ছিল **দুঃখমুক্তি, নৈতিক উন্নয়ন ও প্রজ্ঞার বিকাশ**

এই শিক্ষা ধর্মীয় হলেও আচারনির্ভর নয়; বরং যুক্তি ও অভিজ্ঞতানির্ভর।

---

৩. বৌদ্ধ শিক্ষার প্রধান বৈশিষ্ট্যসমূহ

৩.১ সমতাভিত্তিক ও সর্বজনীন শিক্ষা

বৌদ্ধ শিক্ষার সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বৈশিষ্ট্য হলো এর **সার্বজনীনতা**।

- বর্ণ, লিঙ্গ ও সামাজিক অবস্থান নির্বিশেষে সকলের জন্য শিক্ষা উন্মুক্ত
- ব্রাহ্মণ, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য, শূদ্র—সকলেই শিক্ষালাভের সুযোগ পেত
- নারীরাও শিক্ষা গ্রহণ করতে পারত (ভিক্ষুণী সংঘ)

☞ এটি প্রাচীন ভারতের প্রথম সমতাভিত্তিক শিক্ষাধারা।

৩.২ নৈতিক ও চারিত্রিক শিক্ষার উপর গুরুত্ব

বৌদ্ধ শিক্ষার মূল লক্ষ্য ছিল **নৈতিক মানুষ গঠন**।

- অহিংসা
- করুণা
- মৈত্রী
- সংযম

এই নৈতিক গুণাবলি শিক্ষার অবিচ্ছেদ্য অংশ ছিল।

৩.৩ প্রজ্ঞা ও যুক্তিবাদভিত্তিক শিক্ষা

- অন্ধ বিশ্বাস ও যজ্ঞের বিরোধিতা
- যুক্তি, বিচার ও অভিজ্ঞতার উপর গুরুত্ব
- ব্যক্তিগত উপলব্ধিকে জ্ঞানের ভিত্তি হিসেবে গণ্য করা

☞ বৌদ্ধ শিক্ষা ছিল যুক্তিবাদী ও বাস্তবমুখী।

৩.৪ পাঠক্রম (Curriculum)

বৌদ্ধ শিক্ষার পাঠক্রম ছিল বহুমুখী—

ধর্মীয় বিষয়

- ত্রিপিটক (বিনয়, সূত্র, অভিধর্ম)
- চার আর্যসত্য
- অষ্টাঙ্গিক মার্গ

লৌকিক বিষয়

- ব্যাকরণ
- যুক্তিবিদ্যা
- চিকিৎসাবিদ্যা
- গণিত
- জ্যোতির্বিদ্যা

☞ শিক্ষা শুধু ধর্মীয় নয়, জীবনমুখীও ছিল।

৩.৫ শিক্ষাকেন্দ্র ও প্রতিষ্ঠান

বৌদ্ধ শিক্ষা পরিচালিত হতো—

- বিহার
- সংঘ
- মহাবিহার (নালন্দা, বিক্রমশীলা, বলভী)

এই প্রতিষ্ঠানগুলি আন্তর্জাতিক শিক্ষাকেন্দ্রে পরিণত হয়।

৩.৬ শিক্ষাপদ্ধতি

- আলোচনা ও বিতর্ক (Dialogue & Debate)
- প্রশ্নোত্তর পদ্ধতি
- গুরু–শিষ্য সম্পর্ক
- গ্রন্থ অধ্যয়ন ও ব্যাখ্যা

☞ শিক্ষার্থীকে সক্রিয় অংশগ্রহণে উৎসাহিত করা হতো।

৩.৭ ভাষার ব্যবহার

- পালি ও প্রাকৃত ভাষার ব্যবহার
- সাধারণ মানুষের বোধগম্য ভাষায় শিক্ষা
- সংস্কৃতের একাধিপত্য ভাঙন

☞ জ্ঞান সাধারণ মানুষের কাছে পৌঁছায়।

৩.৮ শিক্ষার লক্ষ্য (Aim of Education)

- দুঃখের কারণ অনুধাবন
- মোক্ষ বা নির্বাণ লাভ
- ব্যক্তিগত ও সামাজিক কল্যাণ

৩.৯ ব্যবহারিক ও মানবিক শিক্ষা

- দৈনন্দিন জীবনে নৈতিকতা প্রয়োগ
- সমাজসেবা ও মানবকল্যাণ
- অহিংস জীবনচর্চা

---

৪. বৌদ্ধ শিক্ষার ইতিবাচক দিক

- শিক্ষা গণমুখী হয়েছে
- নারীশিক্ষার প্রসার
- যুক্তিবাদ ও নৈতিকতার বিকাশ
- আন্তর্জাতিক জ্ঞানবিনিময়

---

৫. সীমাবদ্ধতা ও সমালোচনা

- ধর্মকেন্দ্রিকতা পুরোপুরি দূর হয়নি
- সাধারণ গৃহস্থ জীবনের সঙ্গে দূরত্ব

- রাষ্ট্রপৃষ্ঠপোষকতার উপর নির্ভরতা

---

৬. ঐতিহাসিক মূল্যায়ন

বৌদ্ধ শিক্ষা ভারতীয় শিক্ষাচিন্তায় এক নতুন দিগন্ত উন্মোচন করে। এটি শিক্ষা ও সমাজকে আরও মানবিক, যুক্তিনির্ভর ও সমতাভিত্তিক করে তোলে। এশিয়ার বহু দেশে ভারতীয় শিক্ষার প্রসারেও বৌদ্ধ শিক্ষার ভূমিকা অপরিসীম।

---

৭. উপসংহার (Conclusion)

বৌদ্ধ শিক্ষাব্যবস্থা ছিল প্রাচীন ভারতের এক প্রগতিশীল, মানবিক ও যুক্তিবাদী শিক্ষাধারা। এর প্রধান বৈশিষ্ট্য—সমতা, নৈতিকতা ও প্রজ্ঞা—ভারতীয় শিক্ষা ও সংস্কৃতির ইতিহাসে এক স্থায়ী প্রভাব রেখে গেছে।

✍ পরীক্ষামুখী সম্ভাব্য প্রশ্ন

1. বৌদ্ধ শিক্ষার প্রধান বৈশিষ্ট্য আলোচনা করো।
2. ব্রাহ্মণ্য শিক্ষার তুলনায় বৌদ্ধ শিক্ষার প্রগতিশীল দিকগুলি ব্যাখ্যা করো।
3. বৌদ্ধ শিক্ষাব্যবস্থার ঐতিহাসিক গুরুত্ব আলোচনা করো।

নিচে **উল্লিখিত তিনটি প্রশ্নকে Broad Questions (দীর্ঘ উত্তরের প্রশ্ন)** হিসেবে বিবেচনা করে **বিশদ, বিশ্লেষণধর্মী ও পরীক্ষামুখী উত্তর** প্রদান করা হলো। এগুলি **UG / Semester পরীক্ষায় ১০–১৫ নম্বরের জন্য উপযোগী**।

---

১. বৌদ্ধ শিক্ষার প্রধান বৈশিষ্ট্য আলোচনা করো।

উত্তর :
বৌদ্ধ শিক্ষা প্রাচীন ভারতের একটি মানবিক, যুক্তিবাদী ও সমতাভিত্তিক শিক্ষাধারা, যা গৌতম বুদ্ধের দর্শনের উপর প্রতিষ্ঠিত। এই শিক্ষাব্যবস্থার প্রধান বৈশিষ্ট্যগুলির মধ্যে সর্বাগ্রে উল্লেখযোগ্য হলো এর **সার্বজনীনতা ও সমতাবাদী চরিত্র**। বৌদ্ধ শিক্ষায় বর্ণ, লিঙ্গ বা সামাজিক অবস্থানের

কোনো বাধা ছিল না; ব্রাহ্মণ, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য, শূদ্র এমনকি নারীরাও (ভিক্ষুণী সংঘের মাধ্যমে) শিক্ষালাভের সুযোগ পেত।

নৈতিক ও চারিত্রিক শিক্ষা ছিল বৌদ্ধ শিক্ষার কেন্দ্রবিন্দু। অহিংসা, করুণা, মৈত্রী, সংযম ও সত্যাচরণের মতো গুণাবলির বিকাশের উপর বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া হতো। বৌদ্ধ শিক্ষা অন্ধ আচার ও যজ্ঞের পরিবর্তে **যুক্তি, বিচার ও অভিজ্ঞতার উপর ভিত্তি করে জ্ঞানার্জন**কে গুরুত্ব দেয়।

পাঠক্রমের দিক থেকেও বৌদ্ধ শিক্ষা ছিল বহুমুখী। ধর্মীয় ক্ষেত্রে ত্রিপিটক, চার আর্যসত্য ও অষ্টাঙ্গিক মার্গ শেখানো হতো, আবার লৌকিক ক্ষেত্রে ব্যাকরণ, যুক্তিবিদ্যা, চিকিৎসাবিদ্যা, গণিত ও জ্যোতির্বিদ্যার মতো বিষয় অন্তর্ভুক্ত ছিল। শিক্ষাপদ্ধতিতে আলোচনা, বিতর্ক ও প্রশ্নোত্তরের উপর জোর দেওয়া হতো। পালি ও প্রাকৃত ভাষার ব্যবহারের ফলে শিক্ষা সাধারণ মানুষের কাছে সহজলভ্য হয়ে ওঠে।

সার্বিকভাবে বৌদ্ধ শিক্ষা ছিল নৈতিক, যুক্তিবাদী ও মানবকল্যাণমুখী এক শিক্ষাব্যবস্থা।

---

২. ব্রাহ্মণ্য শিক্ষার তুলনায় বৌদ্ধ শিক্ষার প্রগতিশীল দিকগুলি ব্যাখ্যা করো।

উত্তর :
ব্রাহ্মণ্য শিক্ষার তুলনায় বৌদ্ধ শিক্ষা ছিল অনেক বেশি **প্রগতিশীল ও গণমুখী**। ব্রাহ্মণ্য শিক্ষা যেখানে বর্ণভিত্তিক ও ব্রাহ্মণকেন্দ্রিক ছিল, সেখানে বৌদ্ধ শিক্ষা সকল শ্রেণির মানুষের জন্য উন্মুক্ত ছিল। এই সমতাভিত্তিক দৃষ্টিভঙ্গি প্রাচীন ভারতের সমাজে এক নতুন শিক্ষাচেতনার সূচনা করে।

ব্রাহ্মণ্য শিক্ষায় পাঠক্রম ছিল প্রধানত বেদ ও ধর্মীয় আচারকেন্দ্রিক, কিন্তু বৌদ্ধ শিক্ষায় নৈতিকতা, যুক্তিবিদ্যা ও বাস্তব জীবনের সমস্যার সমাধানের উপর গুরুত্ব দেওয়া হয়। অন্ধ বিশ্বাস ও যজ্ঞপ্রথার পরিবর্তে যুক্তি ও অভিজ্ঞতাকে জ্ঞানের মানদণ্ড হিসেবে গ্রহণ করা বৌদ্ধ শিক্ষার একটি বড় প্রগতিশীল দিক।

শিক্ষাপদ্ধতির ক্ষেত্রেও পার্থক্য স্পষ্ট। ব্রাহ্মণ্য শিক্ষা ছিল মৌখিক ও গুরুকুলভিত্তিক, আর বৌদ্ধ শিক্ষা বিহার ও সংঘকেন্দ্রিক হয়ে আলোচনামূলক ও বিতর্কভিত্তিক পদ্ধতির বিকাশ ঘটায়। এছাড়া পালি ও প্রাকৃত ভাষার ব্যবহারের মাধ্যমে বৌদ্ধ শিক্ষা সাধারণ মানুষের কাছে জ্ঞান পৌঁছে দেয়, যেখানে ব্রাহ্মণ্য শিক্ষা সংস্কৃত ভাষার মাধ্যমে সীমিত শ্রেণিতে আবদ্ধ ছিল।

এই সকল দিক থেকে বৌদ্ধ শিক্ষা ব্রাহ্মণ্য শিক্ষার তুলনায় অধিক প্রগতিশীল, মানবিক ও সমাজমুখী ছিল।

---

৩. বৌদ্ধ শিক্ষাব্যবস্থার ঐতিহাসিক গুরুত্ব আলোচনা করো।

উত্তর :
বৌদ্ধ শিক্ষাব্যবস্থার ঐতিহাসিক গুরুত্ব অপরিসীম। এটি প্রাচীন ভারতের শিক্ষাচিন্তায় এক মৌলিক পরিবর্তন আনে এবং শিক্ষা ব্যবস্থাকে আরও গণমুখী ও মানবিক করে তোলে। বৌদ্ধ শিক্ষা বর্ণভিত্তিক বৈষম্যের বিরুদ্ধে দাঁড়িয়ে সমাজের সর্বস্তরের মানুষের কাছে শিক্ষার সুযোগ পৌঁছে দেয়।

নালন্দা, বিক্রমশীলা, বলভী প্রভৃতি মহাবিহার আন্তর্জাতিক শিক্ষাকেন্দ্রে পরিণত হয়, যেখানে ভারত ছাড়াও চীন, তিব্বত, দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ার শিক্ষার্থীরা শিক্ষালাভ করতে আসত। এর ফলে ভারতীয় জ্ঞান ও সংস্কৃতি এশিয়ার বিভিন্ন অঞ্চলে বিস্তৃত হয়।

বৌদ্ধ শিক্ষা যুক্তিবাদ, বিতর্ক ও সমালোচনামূলক চিন্তার বিকাশ ঘটায়, যা পরবর্তী ভারতীয় দর্শন ও শিক্ষাব্যবস্থার উপর গভীর প্রভাব ফেলে। নৈতিকতা, অহিংসা ও মানবকল্যাণের আদর্শ সমাজে স্থায়ী মূল্যবোধ হিসেবে প্রতিষ্ঠিত হয়।

অতএব বলা যায়, বৌদ্ধ শিক্ষাব্যবস্থা কেবল একটি ধর্মীয় শিক্ষাধারা নয়, বরং ভারতীয় শিক্ষা ও সংস্কৃতির ইতিহাসে এক প্রগতিশীল ও যুগান্তকারী অবদান।

বৌদ্ধ ধর্মে মাইন্ডফুলনেস (স্মৃতিচেতনা / সতিপাঠান)–এর শিক্ষা

বৌদ্ধ ধর্মে **মাইন্ডফুলনেস**–এর মূল ধারণাটি পালি শব্দ **'সতি' (Sati)** থেকে এসেছে, যার অর্থ **সচেতন উপস্থিতি, স্মৃতিচেতনা ও মনোযোগ**। গৌতম বুদ্ধ মানুষের দুঃখমুক্তির জন্য যে পথ নির্দেশ করেছিলেন, তার একটি অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ হলো **সম্যক স্মৃতি (Right Mindfulness)**—যা অষ্টাঙ্গিক মার্গের অন্তর্ভুক্ত।

---

১. মাইন্ডফুলনেসের অর্থ

মাইন্ডফুলনেস বলতে বোঝায়—
☞ **বর্তমান মুহূর্তে যা ঘটছে, তা বিচার না করে সম্পূর্ণ সচেতনভাবে উপলব্ধি করা।**

অর্থাৎ,

- অতীতের অনুশোচনা নয়
- ভবিষ্যতের আশঙ্কা নয়
- বরং *এই মুহূর্তে দেহ, অনুভূতি, মন ও চিন্তার প্রতি সম্পূর্ণ সচেতন থাকা*

---

২. সতিপাঠান: মাইন্ডফুলনেসের চার ভিত্তি

বুদ্ধ **সতিপাঠান সূত্রে** মাইন্ডফুলনেস চর্চার চারটি প্রধান ক্ষেত্র নির্দেশ করেছেন—

(ক) কায়ানুপাসনা (দেহের প্রতি সচেতনতা)

নিজের শ্বাস-প্রশ্বাস, ভঙ্গি, চলাফেরা, দেহের ক্রিয়াকলাপ সম্পর্কে সচেতন থাকা।

উদাহরণ:
শ্বাস নেওয়া ও ছাড়ার সময় জানা—"আমি শ্বাস নিচ্ছি", "আমি শ্বাস ছাড়ছি"।

(খ) বেদানানুপাসনা (অনুভূতির প্রতি সচেতনতা)

সুখ, দুঃখ বা নিরপেক্ষ অনুভূতিকে যেমন আছে তেমনভাবে উপলব্ধি করা।

বুদ্ধের শিক্ষা:
☞ অনুভূতিকে আঁকড়ে ধরা নয়, আবার দমনও নয়—শুধু সচেতন থাকা।

(গ) চিত্তানুপাসনা (মনের প্রতি সচেতনতা)

মনের অবস্থা সম্পর্কে সচেতন থাকা—
মন শান্ত না অশান্ত, লোভী না নির্লোভ, ক্রুদ্ধ না প্রসন্ন।

(ঘ) ধম্মানুপাসনা (বিষয় ও চিন্তার প্রতি সচেতনতা)

চিন্তা, মানসিক প্রবণতা, আসক্তি ও ক্লেশগুলিকে পর্যবেক্ষণ করা।

---

৩. মাইন্ডফুলনেস ও অষ্টাঙ্গিক মার্গ

বুদ্ধের **অষ্টাঙ্গিক মার্গ**–এ মাইন্ডফুলনেসের স্থান—

- সম্যক দৃষ্টি
- সম্যক সংকল্প
- সম্যক বাক্য
- সম্যক কর্মান্ত
- সম্যক আজীবিকা
- সম্যক প্রয়াস
- **সম্যক স্মৃতি (মাইন্ডফুলনেস)**
- সম্যক সমাধি

এখানে সম্যক স্মৃতি মানুষের চিন্তা ও কর্মকে শুদ্ধ পথে পরিচালিত করে।

---

৪. মাইন্ডফুলনেসের লক্ষ্য

বৌদ্ধ মতে মাইন্ডফুলনেসের চূড়ান্ত লক্ষ্য হলো—

- তৃষ্ণা ও আসক্তি হ্রাস
- দুঃখের কারণ উপলব্ধি
- অজ্ঞানের বিনাশ
- নির্বাণ লাভ

---

৫. দৈনন্দিন জীবনে মাইন্ডফুলনেসের প্রয়োগ

বুদ্ধ মাইন্ডফুলনেসকে কেবল ধ্যানকক্ষে সীমাবদ্ধ রাখেননি। তিনি বলেছেন—

- খাওয়ার সময় সচেতন হও
- হাঁটার সময় সচেতন হও
- কথা বলার সময় সচেতন হও
- কাজ করার সময় সচেতন হও

অর্থাৎ, **সচেতন জীবনযাপনই হলো প্রকৃত ধ্যান**।

---

৬. উপসংহার

বৌদ্ধ ধর্মে মাইন্ডফুলনেস কোনো কেবল মানসিক কৌশল নয়, বরং এটি একটি **নৈতিক, দার্শনিক ও আধ্যাত্মিক জীবনপদ্ধতি**। মাইন্ডফুলনেস চর্চার মাধ্যমে মানুষ নিজেকে জানতে পারে, দুঃখের উৎস অনুধাবন করে এবং মুক্তির পথে অগ্রসর হয়।

"সচেতন মনই মুক্তির পথ" — গৌতম বুদ্ধ

বৌদ্ধ ধর্মে আকাঙ্ক্ষা থেকে অনাসক্তি (Detachment from Desire / বৈরাগ্য)–এর শিক্ষা

বৌদ্ধ দর্শনের কেন্দ্রীয় শিক্ষা হলো— **দুঃখের মূল কারণ তৃষ্ণা বা আকাঙ্ক্ষা**। গৌতম বুদ্ধ মানুষের দুঃখ, অশান্তি ও অসন্তোষের উৎস হিসেবে যে বিষয়টিকে চিহ্নিত করেছেন, তা হলো **তৃষ্ণা (Tanha)**। এই তৃষ্ণা থেকে মুক্তিই বৌদ্ধ ধর্মে **অনাসক্তি বা বৈরাগ্য**–এর মূল শিক্ষা।

---

১. আকাঙ্ক্ষা (তৃষ্ণা) বলতে কী বোঝায়

বৌদ্ধ মতে **তৃষ্ণা** বলতে বোঝায়—

- ভোগের প্রতি অতিরিক্ত আকর্ষণ
- পাওয়ার লোভ
- হারানোর ভয়
- "আরও চাই"–এই অবিরাম মানসিক প্রবণতা

এই তৃষ্ণাই মানুষকে বারবার দুঃখের চক্রে আবদ্ধ করে।

---

২. চতুরার্য সত্য ও আকাঙ্ক্ষা

বুদ্ধের **চতুরার্য সত্য**–এর দ্বিতীয় সত্যে বলা হয়েছে—

☞ **"সমুদয় আর্য সত্য"**
দুঃখের উৎপত্তি হয় তৃষ্ণা থেকে।

এই তৃষ্ণা তিন প্রকার—

1. **কামতৃষ্ণা** – ইন্দ্রিয়সুখের আকাঙ্ক্ষা
2. **ভবতৃষ্ণা** – অস্তিত্ব, ক্ষমতা বা পরিচয়ের আকাঙ্ক্ষা
3. **বিভবতৃষ্ণা** – না থাকার বা পালিয়ে যাওয়ার আকাঙ্ক্ষা

---

৩. অনাসক্তি (Detachment)–এর অর্থ

বৌদ্ধ ধর্মে অনাসক্তি মানে—
❌ সংসার ত্যাগ করা নয়
❌ দায়িত্ব এড়িয়ে যাওয়া নয়

✓ **আসক্তি ছাড়া জীবনযাপন**
✓ বস্তু ও সম্পর্ককে "স্থায়ী" ভেবে আঁকড়ে না ধরা
✓ সুখ–দুঃখ উভয়কেই সমভাবে গ্রহণ করা

অর্থাৎ, **ভোগ থাকবে, কিন্তু বন্ধন থাকবে না**।

---

৪. অনিত্যবাদ ও অনাসক্তি

বৌদ্ধ দর্শনের একটি মৌলিক ধারণা হলো **অনিত্যতা (Impermanence)**।

☞ সব কিছুই পরিবর্তনশীল—

- সুখ
- দুঃখ
- সম্পদ
- সম্পর্ক
- জীবন নিজেই

যখন মানুষ এই অনিত্যতা গভীরভাবে উপলব্ধি করে, তখন স্বাভাবিকভাবেই **আসক্তি কমে যায়** এবং অনাসক্তি জন্ম নেয়।

---

৫. অনাসক্তি ও অষ্টাঙ্গিক মার্গ

আকাঙ্ক্ষা থেকে মুক্তির পথ হলো **অষ্টাঙ্গিক মার্গ**। এর মধ্যে বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য—

- **সম্যক দৃষ্টি** – আকাঙ্ক্ষার প্রকৃতি বোঝা
- **সম্যক সংকল্প** – ত্যাগ ও বৈরাগ্যের সংকল্প
- **সম্যক প্রয়াস** – অশুভ আকাঙ্ক্ষা দমন
- **সম্যক স্মৃতি** – আকাঙ্ক্ষাকে সচেতনভাবে লক্ষ্য করা
- **সম্যক সমাধি** – মনকে স্থিত ও প্রশান্ত করা

---

৬. মধ্যমা প্রতিপদা ও অনাসক্তি

বুদ্ধ শিক্ষা দিয়েছেন **মধ্যমা প্রতিপদা**—

- চরম ভোগবিলাস নয়
- চরম কষ্টসাধনও নয়

এই মধ্যপন্থাই মানুষকে আসক্তি ছাড়াই জীবনযাপন শেখায়।

---

৭. দৈনন্দিন জীবনে অনাসক্তির প্রয়োগ

বৌদ্ধ মতে অনাসক্তি মানে—

- ফলের প্রতি আসক্ত না হয়ে কাজ করা
- যা নেই তার জন্য দুঃখ না করা
- যা আছে তার প্রতি কৃতজ্ঞ থাকা
- ক্ষণস্থায়ী জিনিসে স্থায়ী সুখ খোঁজা বন্ধ করা

এতে জীবনে শান্তি ও স্থিতি আসে।

---

৮. নির্বাণ ও অনাসক্তি

আকাঙ্ক্ষার সম্পূর্ণ ক্ষয় ঘটলে যে অবস্থা সৃষ্টি হয়, তাকেই বুদ্ধ বলেছেন **নির্বাণ**।

নির্বাণ হলো—

- তৃষ্ণার অবসান
- আসক্তির বিলোপ
- দুঃখের চূড়ান্ত নিবৃত্তি

৯. উপসংহার

বৌদ্ধ ধর্মে **Detachment from Desire** কোনো নিষেধমূলক জীবনদর্শন নয়, বরং এটি একটি **মুক্তির পথ**। আকাঙ্ক্ষা কমলে মন শান্ত হয়, আসক্তি ছিন্ন হলে দুঃখের শিকড় কেটে যায়।

“আসক্তি থেকেই ভয় জন্মায়; অনাসক্তের কোনো ভয় নেই।” — **ধম্মপদ**