



Indian Journal Of History  
and Archaeology

INDIAN JOURNAL OF HISTORY AND ARCHAEOLOGY

ISSN (e):2582-225X

Vol-4, Issue -2, July-August, 2022,

PageNo,60-68

Peer Reviewed Journal, Referred Journal



## ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದಲ್ಲಿನ ಆಚರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಪೂಜ ವಿಧಾನಗಳ ಕುರಿತ ಒಂದು ದೃಷ್ಟಿಕೋನ

ಡಾ.ಕಾಳಸ್ವಾಮಿ.ಹೆಚ್.ಎನ್<sup>1</sup>

ಭಾರತವು ಇಂದಿಗೂ ಕೂಡ ಆಚರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಪೂಜ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿಯೇ ಒಂದು ಮಾದರಿಯ ವಿಶಿಷ್ಟ ಹಾಗೂ ವಿಭಿನ್ನವಾದಂತಹ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಭಾರತೀಯ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಜನ್ಮ ತಾಳಿರುವ ಮಹಾಗುರು ಬುದ್ಧ ಮತ್ತು ಆತನ ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಅನಂತರ ಒಂದು ಜ್ಞಾನ ಶಿಸ್ತಿನ ಆಚರಣೆಗಳು ಒಡಮೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಬೌದ್ಧ ಆಚರಣೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಆಚರಣೆಗಳು, ಹಬ್ಬಗಳು, ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಗಳ ಮೂಲಕ ಬುದ್ಧಗುರು ಮತ್ತು ಆತನು ಬೋಧಿಸಿದ್ದಂತಹ ಮಧ್ಯಮ ಮಾರ್ಗದ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಹಾನ್ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಬೌದ್ಧ ಆಚರಣೆಗಳು ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದಂತಹ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಒಳಗೊಂಡಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಒಂದು ದೃಶ್ಯದ ಮಧ್ಯಮ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗವಾಗಿಯೇ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಮಕಾಲೀನ ಬೌದ್ಧ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

### ಬೌದ್ಧರ ಪೂಜ ವಿಧಾನಗಳು

ಪೂಜೆ ಎಂಬುದು ಅರ್ಪಣೆಗಳು ಅಥವಾ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಸಮಾರಂಭಗಳಿಗೆ ಸೂಚಿಸುವಂತಹ ಹೆಸರು. ಇಂತಹ ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೂ ಕೂಡ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಬೌದ್ಧ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸ ಎಂದು ಸಹ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ, ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನ ವಿವಿಧ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬೌದ್ಧರು ಗುರು ಬುದ್ಧರು ಬೋಧಿಸಿದ ಮತ್ತು ಕಾಲಾನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಬುದ್ಧರಲ್ಲಿ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಇದು ಹೆಚ್ಚಿನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಇದರ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಇದು ಗುರುಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳಿಗೆ ಅಪಾರ ಗೌರವವನ್ನು ಬದ್ಧತೆಯಿಂದಲೇ ತೋರಿಸಲು ಮುಕ್ತವಾಗಿಯೇ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಪೂಜೆಯು ಬೌದ್ಧರಿಗೆ ದುಃಖವನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮೂರು

1. ಸಂತೋಷನಾ ಸಹಾಯಕರು,ಕುವೆಂಪು ಕನ್ನಡ ಅಧ್ಯಯನ ಸಂಸ್ಥೆ, ಮಾನಸ ಗಂಗೋತ್ರಿ, ಮೈಸೂರು

ಆಶ್ರಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮೂರು ಆಭರಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿರುವ ಅಂಶವು “ನಾನು ಆಶ್ರಯಕ್ಕಾಗಿ ಬುದ್ಧನಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ” ಎಂಬುದು. ಅಂದರೆ, ಪೂಜೆಯು ಬೌದ್ಧರನ್ನು ಬುದ್ಧಗುರುವಿನ ಬಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿಯೇ ತರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ದುಃಖವನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧ ವಿಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಅದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಭಕ್ತಿಯ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ; ಮಂತ್ರಗಳು, ಪಠಣ, ಮಾಲಾ, ಧ್ಯಾನ, ಬಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಕೊಡುಗೆಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಈ ಮುಂದಿನಂತೆ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿದೆ.

**ಮಂತ್ರಗಳು:** ಬೌದ್ಧರು ಪುನರಾವರ್ತಿತವಾಗಿ ಪಠಿಸಬಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ, ಇದು ಅವರ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಯ ಒಂದು ರೂಪವಾಗಿದೆ.

**ಪಠಣ:** ಬೌದ್ಧರು ಧರ್ಮ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಹಾಡಬಹುದು. ಅಂದರೆ, ಪದ್ಯಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸರಳ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರ ಸಮುಖದಲ್ಲಿ ಪಠಿಸುವ ಒಂದು ಪದ್ಧತಿಯಾಗಿದೆ.

**ಮಾಲಾ:** ಬೌದ್ಧರು ಪೂಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿರಲು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮಣಿಗಳ ಸರಮಾಲೆಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

**ಧ್ಯಾನ:** ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಅರಿವಿನ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಧ್ಯಾನವು ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದ ಪ್ರಧಾನ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಕೂಡ ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ರೂಢಿಗತವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ.

**ಬಾಗುವುದು:** ಮಹಾಯಾನ ಬೌದ್ಧರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗೌರವದ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ನಮಸ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆ.

**ಕೊಡುಗೆಗಳು:** ಬೌದ್ಧರು ಮಹಾಗುರು ಬುದ್ಧರಿಗೆ ಗೌರವ ಮತ್ತು ಗೌರವದ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಬಹುದು. ಈ ಉಡುಗೊರೆಗಳು ಹೂವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಅದು ಸುಂದರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುಗಳ ನಶ್ವರತೆಯ ಜ್ಞಾಪನೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಬೌದ್ಧರು ಮೇಣದಬತ್ತಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಇದು ಅವರ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ.

ಈ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆಚರಣೆಗಳ ಗುರಿಯು ಬೌದ್ಧರು ಬೌದ್ಧಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿ ಬದ್ಧರಾಗಲು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಧರ್ಮವನ್ನು ತಳಸ್ವರ್ತಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಮುಕ್ತವಾಗಿಯೇ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು. ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಿಗದಿತ ಬೌದ್ಧ ಪೂಜಾ

ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದ ಭಾಗವಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಾಲಾವನ್ನು ತಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದು. ಇದು ಅವರು ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆ ವಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿಯೇ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕೋಣೆಯನ್ನು ಪೂಜೆಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿಡಬಹುದು. ಈ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಗುರುವಿನ ಒಂದು ಪ್ರತಿಮೆ ಇಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವರು ಪೂಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧ ಮೂರ್ತಿಯ ಮುಂದೆ ಕಾಣಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಬುದ್ಧ ಮತ್ತು ಆತನ ಅನಂತರದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮೂರ್ತಿ ಪೂಜೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಮಹಾರಾಜ ಹರ್ಷವರ್ಧನನ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ

### ಧ್ಯಾನ

ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು, ಬೌದ್ಧರು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಬೌದ್ಧ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮುಖ್ಯ ವಿಧಗಳಿವೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ;

**ಸಮತಾ ಧ್ಯಾನ:** ಇದನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುವ ಧ್ಯಾನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧರು ಇದನ್ನು ಆಳವಾದ ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಬೌದ್ಧರು ಕಡುಬಯಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಬ್ಬಾಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ಉಸಿರಾಟದ ಸಾವಧಾನತೆಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

**ವಿಪಸ್ಸನ ಧ್ಯಾನ:** ಇದನ್ನು ಒಳನೋಟ ಧ್ಯಾನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬೌದ್ಧರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಅವರು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೋಡಬಹುದು ಎಂದು ಅವರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ವಸ್ತುಗಳ ನಶ್ವರತೆ ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಡೆಯುವಾಗಲೂ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದು ಅನ್ವೇಷಣೆಯ ಮೇಲೆ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಬಗೆಯೂ ಕೂಡ ಆಗಿದೆ.

ಬುದ್ಧಗುರು ಎರಡೂ ರೀತಿಯ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದವರು. ಇದನ್ನು ಮಹಾಗುರು ಬುದ್ಧರು ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಈ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಕರಿಸಿದ್ದರು. ಧ್ಯಾನದ ಎರಡೂ ರೂಪಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಪ್ರಸ್ತುತ ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವು ತಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

**ಧ್ಯಾನ (ಧ್ಯಾನ):** ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ.

**ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ (ಪ್ರಜ್ಞಾ):** ಧ್ಯಾನದಂತಹ ಬೌದ್ಧ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಪಡೆದ ತಿಳುವಳಿಕೆ.

### ದೃಷ್ಟಿಕರಣ

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬೌದ್ಧರು ಬುದ್ಧರನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರ ಬೌದ್ಧ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬೌದ್ಧರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬುದ್ಧರನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿಕರಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿಯೇ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರು ಅಸ್ತಿತ್ವದ ನಿಜವಾದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ಷಣದ್ದಿಯೂ ಕೂಡ ಜಾಗೃತರಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನುರಿತ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕರಣದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಬೌದ್ಧರಾಗಿ ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮಾರ್ಗದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳಾಗಿವೆ.

### ಸಾವು ಮತ್ತು ಶೋಕ

ಬೌದ್ಧರು ಸಂಸಾರ ಚಕ್ರವನ್ನು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸಾವಿನ ಬಗೆಗೆ ಅವರ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಪುನರ್ಭವದ ಕಲ್ಪನೆಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿವೆ. ಬೌದ್ಧರು ನಿಬ್ಬಾಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವವರೆಗೂ ಅವರು ಸಂಸಾರದ ಚಕ್ರದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬೌದ್ಧರು ಮರಣವು ಅಂತ್ಯವಲ್ಲ. ಇದು ದೊಡ್ಡ ಚಕ್ರದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಸಾವಿನ ಸಮಾರಂಭಗಳು ಶೋಕಿಸುವವರಿಗೆ ಸಾಂತ್ವನದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಸಾವು ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅಂಗೀಕರಿಸಲು ಅವರು ದುಃಖಿತರಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಇದು ಅನಿಹಾ ಅಥವಾ ಅಶಾಶ್ವತತೆಯ ಕಲ್ಪನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಮರಣ ಸಮಾರಂಭವು ಕುಶಲಕಮ್ಮವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹ ಅನುಮತಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಸಾವಿನ ಸುತ್ತಲಿನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದುಃಖಿಗಳು ದಾನ ಮತ್ತು ಉದಾರವಾಗಿರಬಹುದು. ಬೌದ್ಧರ ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ಮರಣ ಸಮಾರಂಭಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ;

**ಟಿಬೆಟಿಯನ್ ಡೆತ್ ಸಮಾರಂಭಗಳು:** ಅವರು ಆಕಾಶ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು, ಅಂದರೆ ರಣಹದ್ದುಗಳು ವಾಸಿಸುವ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಲು ಸಮಾರಂಭವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೆಟ್ಟದ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಟಿಬೆಟಿಯನ್ ಬೌದ್ಧರು ದೇಹಗಳನ್ನು ಹೊರಗೆ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ರಣಹದ್ದುಗಳಂತಹ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ತಿನ್ನಬಹುದು. ಸಂಸಾರದ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ರಣಹದ್ದುಗಳು

ಅಂತ್ಯಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಟಿಬೆಟಿಯನ್ನರು ನಂಬಿರುವುದರಿಂದ ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

**ಶುದ್ಧ ಲ್ಯಾಂಡ್‌ಡೆತ್ ಸಮಾರಂಭಗಳು:** ಅವುಗಳು ಇತರ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ರೀತಿಯ ಅಂತ್ಯಕ್ರಿಯೆಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ದೇಹವನ್ನು ಶವಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದ ಗ್ರಂಥದಿಂದ ಓದುವಿಕೆ ಇರಬಹುದು.

**ಥೇರವಾಡದ ಆಚರಣೆಗಳು:** ಹೆಚ್ಚು ಔಪಚಾರಿಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದರ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ, ಥೇರವಾಡ ಬೌದ್ಧರು ದಾನ ಅಥವಾ ಇತರ ಯೋಗ್ಯ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ದಾನ ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಬೌದ್ಧರು 'ಮೆರಿಟ್ ವರ್ಗಾವಣೆ'ಯಲ್ಲಿ ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ, ಅವರು ಸತ್ತ ಜನರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ರವಾನಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಇದನ್ನು ಶೋಕಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನುಭವವೆಂದು ನೋಡುತ್ತಾರೆ.

### ಹಬ್ಬಗಳು ಮತ್ತು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಗಳು

ಬೌದ್ಧ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ಹಬ್ಬಗಳಿವೆ. ಇವು ವೆಸಾಕ್ ಮತ್ತು ಮಹಾಪರಿನಿಬ್ಬಾಣ ದಿನ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ, ಬೌದ್ಧರು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ.

### ವೆಸಾಕ್

ಕಾಗದದ ಲಾಟೀನುಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ವೆಸಾಕ್‌ಅನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವೆಸಾಕ್‌ಅನ್ನು ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಬುದ್ಧಗುರುವಿನ ಜನ್ಮದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಬೌದ್ಧ ಹಬ್ಬವಾಗಿದೆ. ವೆಸಾಕ್ ಬುದ್ಧರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಅವರ ಜನನ, ಅವರ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಮತ್ತು ಅವರ ಮಹಾಪರಿನಿಬ್ಬಾಣ. ಇದನ್ನು ಬುದ್ಧ ದಿನ ಎಂದೂ ಕೂಡ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕಾಗದದ ಲ್ಯಾಂಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ವೆಸಾಕ್‌ಅನ್ನು ಹಲವಾರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಜ್ಞಾನದ ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ಜಯಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಹಾದಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ. ಥೇರವಾಡ ಬೌದ್ಧರು ಕೂಡ ಕ್ಯಾಂಡ್ಲೆ ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದು ಸಂಸಾರದ ಚಕ್ರದಿಂದ ಬುದ್ಧರ ಬಿಡುಗಡೆಯನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ.

### ಮಹಾಪರಿನಿಬ್ಬಾಣ ದಿನ

ಬುದ್ಧನ ಮರಣಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮಹಾಪರಿನಿಬ್ಬಾಣ ದಿನವು ವೆಸಾಕ್‌ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಹಾಯಾನ ಬೌದ್ಧರು ಫೆಬ್ರವರಿ 15 ರಂದು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಗುರು ಬುದ್ಧರು

ಅಂತಿಮ ನಿಬ್ಬಾಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹಾಪರಿನಿಬ್ಬಾಣದ ದಿನವು ವೆಸಾಕ್‌ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಹಬ್ಬವಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಇದು ಬೌದ್ಧರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಅಮರತ್ವ ಮತ್ತು ಸಾವಿನ ಬಗೆಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಮುಕ್ತವಾದ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಮಹಾಯಾನದಲ್ಲಿ ಬೌದ್ಧರು ಕುಶಿನಗರಕ್ಕೆ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬಹುದು. ಇದು ಬುದ್ಧರ ಮಹಾಪರಿನಿಬ್ಬಾಣದ ಸ್ಥಳ ಎಂದು ಅನೇಕ ಬೌದ್ಧರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಬೌದ್ಧರು ಕುಶಿನಗರಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ, ಅವರು ಮಹಾಬೌದ್ಧ ವಿಹಾರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ.

### ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಗಳು

ಬೌದ್ಧರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧರ ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಳಸುವ ಹಲವಾರು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಬೌದ್ಧರು ಬುದ್ಧರ ಕಾಲಾತಿತ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಪ್ರಮುಖ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಡುಬಯಕೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಲು ಮತ್ತು ಸಮಥ ಅಥವಾ ವಿಪಸ್ಸನಾ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

### ಬೌದ್ಧ ನೀತಿಗಳು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಬೋಧನೆಗಳು

ಬೌದ್ಧರು ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಹಲವಾರು ನೈತಿಕ ಬೋಧನೆಗಳಿವೆ. ಈ ಬೋಧನೆಗಳು ಬೌದ್ಧರ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅವು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ತಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

### ಕಮ್ಮ

ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಇಂದಿನ ಕಾರ್ಯಗಳು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ಸಂತೋಷದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಈ ತತ್ವವನ್ನು ಕಮ್ಮ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇದು ಬೌದ್ಧರನ್ನು ಇತರರ ಕಡೆಗೆ ಉದಾರ, ದಯೆ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿ ಹೊಂದಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತದೆ. ಬೌದ್ಧರು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಂಸಾರದ ಚಕ್ರವನ್ನು ಮುರಿಯಲು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ನಿಬ್ಬಾಣ ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರತಿ ಕ್ರಿಯೆಯು ಸರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಮಧ್ಯಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿನ ಅಷ್ಟಾಂಗೀಕ ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ನಂಬಿಕೆಯ ಪ್ರಕಾರವೂ ಕೂಡ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಬ್ಬನು ಕೆಟ್ಟ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಥವಾ ವರ್ತಿಸಿದರೆ, ಅದರಿಂದಾಗಿ ನೋವು ಒಬ್ಬನನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬನು ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದರೆ

ಅಥವಾ ವರ್ತಿಸಿದರೆ, ಅದರಿಂದಾಗಿ ಸಂತೋಷವು ಒಬ್ಬನನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಅದುವೇ ಬೌದ್ಧ ತತ್ವವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

**ಪಾಲಿ ಕ್ಯಾನನ್ ಧರ್ಮಪದ: ಪದ್ಯಗಳು – 1-2**

**ಸಹಾನುಭೂತಿ**

ಕರುಣೆಗೆ ಬೌದ್ಧ ಪದ ಕರುಣ. ಸಹಾನುಭೂತಿಯು ಬೌದ್ಧರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಅದು ಅವರು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಹಾನುಭೂತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ದುಃಖವಿದೆ ಎಂದು ಬೌದ್ಧರು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ದುಃಖವನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ ಇತರರ ಬಗೆಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕರುಣಾ ಕಲಿಸುತ್ತದೆ.

**ಮೆತ್ತಾ**

ಮೆತ್ತಾ ಎಂದರೆ; ಪ್ರೀತಿಯ ದಯೆ ಎಂದರ್ಥ. ಬೌದ್ಧರು ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೆ ಇತರರಿಗೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರೀತಿಯ ದಯೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬೌದ್ಧರು ಈ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಇದು ಅಜ್ಞಾನ, ದುರಾಶೆ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷದ ಮೂರು ವಿಷಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

**ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದಲ್ಲಿನ ಐದು ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳು**

ಐದು ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳು ಬೌದ್ಧರು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಅನುಸರಿಸುವ ಐದು ತತ್ವಗಳಾಗಿವೆ. ಇವುಗಳು ಮೂರು ವಿಷಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಬೌದ್ಧರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿಯೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ; ಜೀವ ತೆಗೆಯುವುದನ್ನು ತಡೆಯುವುದು, ಅಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದನ್ನು ನಿಷಿದ್ಧೀಕರಿಸುವುದು, ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡದಿರುವುದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು, ಅಂದರೆ ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡದಿರುವುದು, ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ದುರುಪಯೋಗ ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕ ದುರುಪಯೋಗದಿಂದ ದೂರವಿರಲು, ಅಂದರೆ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು, ತಪ್ಪು ಭಾಷಣದಿಂದ ದೂರವಿರಲು, ಅಂದರೆ ಸುಳ್ಳು ಅಥವಾ ಗಾಸಿಪ್, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆವರಿಸುವ ಅಮಲು ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು, ಅಂದರೆ ಡ್ರಗ್ಸ್ ಅಥವಾ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್‌ನಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು.

ಬೌದ್ಧರು ದೇವತೆಯನ್ನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ಐದು ನಿಯಮಗಳು ದೇವರು ನೀಡಿದ ಆಜ್ಞೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜೀವನ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಬೌದ್ಧರು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಲು ಬಯಸಬೇಕು.

**ಆರು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳು**

ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದ ಇನ್ಫೋಗ್ರಾಫಿಕ್ ಪರಮಿತಗಳನ್ನು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಆರು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳು. ಬೌದ್ಧರಿಗೆ ಬುದ್ಧಧರ್ಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಮತಿಸುವುದರಿಂದ ಆರು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿವೆ. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ತಲುಪಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಬೌದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆರು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳು ಉತ್ತಮ ಜೀವನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಬದುಕಬೇಕು ಮತ್ತು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ನೈತಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ನಡವಳಿಕೆಯ ಉದಾಹರಣೆಗಳೆಂದರೆ; ಉದಾರ ಮತ್ತು ದಾನಶೀಲತೆ, ಇತರ ಜನರನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಇಡುವುದು, ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುವುದು ಮತ್ತು ಇತರ ಜನರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಆರು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ;

**ಉದಾರತೆ (ದಾನ):** ಯಾವುದೇ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಇತರರಿಗೆ ನೀಡಲು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಮತ್ತು ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಬಯಕೆ.

**ನೈತಿಕತೆ (ಸಿಲಾ):** ಐದು ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳ ಅನುಸರಣೆ.

**ತಾಳ್ಮೆ (ಕ್ಷಾಂತಿ):** ಸಹನೆ, ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಸಹಿಷ್ಣುತೆ.

**ಶಕ್ತಿ (ವೀರ್ಯ):** ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಾಧಿಸಲು ಸಂಘಟಿತ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುವುದು.

ಬುದ್ಧಗುರುವಿನ ಪ್ರಮುಖ ಬೋಧನೆಗಳು ಮತ್ತು ತತ್ವಗಳಿಂದ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಆಚರಣೆಗಳು, ಆಚರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರ ಬರಹಗಳವರೆಗೆ ವಿಶ್ವದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜೀವನ ನಂಬಿಕೆಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಲು ಬಣ್ಣದ ವಿವರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗೆಗೆ ಆಳವಾದ ಒಳನೋಟಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.



ಪರಾಮರ್ಶನ ಗ್ರಂಥ

1. ಡಾ. ಟಿ.ಎನ್.ವಾಸುದೇವ ಮೂರ್ತಿ, ಬುದ್ಧ ಮತ್ತು ಪರಂಪರೆ, ವಂಶಿ ಪಬ್ಲಿಕೇಷನ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು, 2015
2. ಡಾ.ತಾಳೆಜೆ ವಸಂತಕುಮಾರ, ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಬೌದ್ಧ ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ಮುಂಬಾಯಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ, ಮುಂಬೈ, 1985
3. Anguttara Nikaya – 3.70: Muluposata sutta, Thanissaro, (Tra), 1997
4. Buddhadatta, Pali – English Dictionaries that define ‘Uposatha as Sabbath’, 2002
5. Buswell, Robert.E, (Ed), Encyclopedia of Buddhism (Monasticism), Macmillan Reference, USA, 2004
6. David J. Kalupahana, Buddhist Thought and Ritual, Motilal Banarsidass Publishers, Pvt. Ltd, New Delhi, 2001
7. Eva Rudy Jansen, Buddhist (Ritual Symbolism Used on Buddhist Statuary and Ritual Objects), New Age Books, New Delhi, 2004
8. Kenvin Trinor, Buddhism, Duncan Baird Publishers, New Delhi, 2020
9. Ladner, Lorne, Wheel of Great Compassion, Wisdom Publications, London, 2000
10. Rice Devids and Stede, Pali Dictionaries, 1921-25
11. Thich Nahat Hanh, The Heart of the Buddha's Teaching: Transforming Suffering into Peace, Joy, and Liberation, Motilal Banarsidass Publishers, Pvt. Ltd, New Delhi, 1999