

## ( LIFE IS UNCERTAIN DEATH IS CERTAIN )

### MAISHA HAYANA UHAKIKA,KIFO NI HAKIKA

“Maisha hayana uhakika,kifo ni hakika”,huu ni usemi wa Kibudha unaofahamika sana. Kwa kufahamu vizuri sana kwamba kifo ni hakika,na ni jambo la kawaida la maumbile ambalo linamkabili kila mtu,hatusaswi kukiogopa kifo .Hata hivyo,uoga wa kifo umepandikizwa ndani mwetu. Wote tunaogopa kifo tunashindwa kufikiria jinsi kilivyo lazima. Tunapenda kuyamg’ang’ania maisha,na mwili wetu,kwa hiyo tunakuwa na uchu mkubwa kupita kiasi.

Mtoto anakuja katika dunia hii na analeta furaha kubwa kwa wale walio karibu. Mtoto analia anapokuja katika hii dunia,jambo ambalo linaonyesha kwamba kuzaliwa kwake kunamletea mateso. Mtoto anakua,anakuwa kijana,baadaye anakuwa mtu mzima,na anatenda mambo mabaya na mema .Hatimaye anazeeka na anaiaga dunia na kuwaacha katika majonzi makubwa wote. Hiyo ndiyo hali ya maisha ya binadamu. Watu wanajaribu kukikwepa kifo,lakini hakuna mtu anayeweza kufanya hivyo. Wakati wa kufa mawazo yao yapo katika mali walizolimbikiza,wanakuwa na wasiwasi kuhusu watoto wao waliowazunguka. Pia bado wanaonyesha hali ya kuupenda mwili wao,ambao ,ingawa wameutunza vyema,sasa umechakaa,na umechoka.Inausikitisha sana moyo wa mtu kutengwa na mwili wake.Haivumiliki ingawa haiepukiki. Hivi ndivyo wote wanavyoondoka duniani-kwa misukosuko mingi .Matatizo ya kifo yanaonekana mabaya,msimamo ambao unasababishwa na ujinga.

### WOGA WA KIFO

Watu wanasumbuliwa sio tu na vitu vya nje lakini pia na imani na taaswira walizo nazo akilini kuhusu maisha yao ya baadaye. Kifo.kwa mfano.,chenyewe sio kibaya,uoga upo katika akili zetu tu. Hatupendi kukabiliana na wazo kwamba sisi hatuishi milele. Kusisitiza kuhusu ukweli wa mateso linaweza kuwa ni jambo ambalo ni baya na halikubaliki na akili,lakini linasaidia kupunguza au kuondoa uoga kwa kufahamu jinsi ya kukabiliana na kifo .Maisha mara tu yanapoanza,kama risasi,yanakwenda kwenye shabaha yake-kifo. Tukielewa hivyo,lazima tuwe tayari kukabiliana na kifo.Uoga unawajia wale tu ambao hawazielewi sheria za maumbile.”Wakati wowote ule ambao woga unatokea unatokea kwa mtu wa kawaida,sio katika mtu mwenye hekima,”anasema Budha katika ‘Angutara Nikaya’,Woga ni hali tu ya akili. Kumbuka sayansi inatufundisha nini juu ya mwili. Ni mmong’onyoko wa mwili. Tunajitisha bila sababu kuhusu mateso mengi ambayo hayatokei. Kama anavyosema daktari maarufu Sir Williama Osler.’Katika uzoefu wangu wa kidaktari,nimeona kwamba karibu binadamu wote wanakufa bila maumivu na bila mateso.”

Muuguzi(nurse)mmoja mzoefu aliwahi kusema”Ni jambo la kusikitisha kuona kwamba watu wengi wanaogopa kifo maisha yao yote,lakini kinapotokea wengi wao wanaona kuwa na ambo la kawaida. Wanaogopa kufa ni wachache sana. Katika uzoefu wangu nilimuona mwanamke mmoja tu aliyekuwa akiogopa kufa,ni mwanamke aliyemfanyia dada yake kitendo cha ukatili,kitendo ambacho alikuwa hana muda tena wa kukisahihisha.

Jambo la kushangaza na zuri linatokea watu wanapofika mwisho wa barabara yao,woga wote,kutetemeka kwote,kunatoweka. Mara nyingi nimeona wakistaajabu kwa furaha walipouona ukweli huu”

Kuyang’ang’ania maisha duniani kunamfanya mtu aogope kifo kupita kiasi. Inamletea wasiwasi mkubwa sana katika maisha yake,mtu anaogopa kufanya kila kitu kwa ajili ya kuogopa kifo. Anaishi kwa kuogopa kwamba ugonjwa,au hata ajali itayaondoa maisha yake. Kwa kuelewa kwamba kifo ni lazima,mtu huyo atasali kwa bidii kwa matumaini kwamba roho yake itaishi mbinguni. Hakuna mtu anaweza kuwa na furaha katika dhoruba hii ya woga na matumaini. Lakini sio rahisi kuipuuza hii hamu iliyopandikizwa ndani ya nafsi zetu ya kutaka kudumu. Ipo njia lakini ya kuupiku huu woga. Sahau dhana ya nafsi,badala ya kutazama ndani,igeuze akili yako itazame nje,yaani ,tenda vitendo vya ubinadamu vya kuwahudumia wengine. Yoyote yule ambaye anafikiria kila wakati kwamba kifo ni lazima,atataka kutimiza wajibu wake kwa binadamu wenzake kabla hajakufa,na ataishi kwa tahadhari kubwa katika mahusiano yake na dunia hii,pamoja na ile ijayo. Ukiwasaidia wengine utakuwa hauna muda wa ubinafsi na majigambo.

### **KUUGUA NA KIFO**

Vyote ugonjwa na kifo ni vitu vinavyotokea katika maisha yake binadamu na ni lazima vikubalike kwa ufahamu. Saikolojia inatufundisha kwamba akili ikiyakataa mambo fulani ,inakuwa na mzigo mkubwa. Mzigo huu usipoondolewa unasababisha ugonjwa. Ikiwepo hali ya wasiwasi au kukata tamaa kuhusu ugonjwa hii inaweza kuufanya ugonjwa uongezeke.Kuhusu kifo,kisiogopwe na wale wenye moyo na matendo safi.Athari ya matendo mabaya tuliyoyafanya zamani inaweza kubakia tunapozaliwa,na kutuletea mateso katika maisha yetu mapya. Tatizo kama hilo linaweza kuondolewa tukiishi maisha ya thawabu na kutenda matendo mema , popote na vyovyote inavyowezekana.Kwa kufanya hivyo tunaweza kukabiliana na kifo chetu. Hakuna mkombozi yeyote anayeweza kutukomboa tusiathirike na matendo yetu mabaya. Tujikumbushe daima ushauri wa Budha”Kuweni kimbilio lenu wenyewe,fanyeni kazi kwa bidii. Wabudha hawatakiwi kuhuzunika sana rafiki na ndugu wanapokufa. Haiwezekana kulizua gurudumu la matukio. Mtu akifa vitendo vyake vinahamia kwenye kiumbe kipya Ndugu na rafiki wanaweza kufuatana na mwili mpaka kwenye kaburi,na sio zaidi ya hapo. Ni matendo ya mtu tu,mema au mabaya,ndiyo yanakwenda naye. Wale wanaobakia wanapaswa kuomboleza kwa utulivu na ufahamu. Kifo ni kitu ambacho lazima kitokee katika dunia hii. Hicho ni kitu kimoja ambacho ni cha uhakika katika mbingu hii. Misitu inaweza kubadilika ikawa miji. Miji inaweza kubadilika ikawa marundo ya mchanga..Ulipo mlima,ziwa linaweza kutokea. Uhakika haupo mahali

popote,lakini kifo ni hakika .Vingine vyote vinapita. Tulikuwa na mababu zetu,na wao walikuwa na mababu zao,lakini wote wako wapi sasa? Wote wamefariki.

Watu waliondelea wasifikiri kwamba kinachozungumziwa hapa ni hali ya mtu aliyekata tamaa na maisha. Hii ndiyo hali halisi kabisa kuliko zote. Kwa nini tushindwe kuona mambo yalivyo hasa? Sio kweli kwamba kifo kinateketeza klia kitu? Huu ndio ukweli,hili lisisahaulike .Kazi yake kifo ni kumueleweshwa mtu kuhusu hatima yake.kwamba hata kama ana cheo gani,hata kama ana msaada wa teknolojia au matibabu,mwisho wake ni jeneza au kuwa majivu. Mlolongo wa kufa na kuzaliwa unaendelea mpaka tukamilike.

### **TAATHIRA YA MTU INADUMU**

Budha alisema,"Mwili wa mtu unakuwa vumbi lakini jina lake linadumu" Taathira ya maisha yake yaliyopita wakati mwingine ni kubwa zaidi kuliko wakati ule alipokuwa hai. Wakati mwingine tunafanya mambo kutokana na mawazo ya watu ambao miili yao imeshakuwa vumbi. Katika mafanikio yetu mawazo hayo yanatusidia sana. Kila kiumbe kinahesabika kuwa kinaundwa kwa viumbe wote waliokitangulia. Kwa maana hii,tunaweza kusema kwamba mashujaa waliopita,wanafalsafa wakubwa,wahenga,malenga,na wanamuziki wa kila taifa bado tuko nao. Tunapojiunga nafsi zetu na mashahidi na wafikiriaji wa zamani,tunaweza kujumuika nao katika mawazo yao ya hekima,na malengo yao ya juu. Ingawa miili yao imekufa,taathira yao inaendelea .Mwili ni mkusanyiko wa kemikali ambazo zinabadilika kila wakati. Mtu ni lazima aelewe kwamba mwili wake ni tone tu katika mto ambao unakwenda mbele daima,na ni lazima awe na furaha kutoa mchango wake katika mkondo mkubwa unaoitwa maisha.

Kwa ajili haifahamu asili ya maisha yake,mtu amezama katika matope ya ujinga wa dunia hii. Analia na kupiga mayowe. Lakini atakapoelezwa hali yake halisi ni nini,atayaacha mambo yapitayo,na atayafuata mambo ya milele. Kabla ya kuifikia hali ya milele,itabidi akumbane na kifo tena na tena .Kwa vile kifo chenyewe hakina maana,mtu asijaribu kuizuia hali ya kuzaliwa na kufa mara kwa mara .Ubudha unafundisha haya siyo maisha ya kwanza au ya mwisho katika dunia hii. Kama ukitenda mema na imani,unaweza kuyapata maisha mazuri zaidi baadaye. Kwa upande mwingine,kama unaona kwamba hutaki kuzaliwa tena na tena,inabidi ulifanyie kazi lengo hilo kwa kufanya kila juhudi kuiendeleza akili kwa kuondoa uchu wote na uchafu wowote wa akili.

### **FALSAFA YA KIBUDHA**

Mtakatifu ambaye amefikia ngazi ya kukamilika ya juu kabisa halii wanapofariki watu walio karibu nae kwa sababu ameziondoa kabisa hisia zake.Anurudha ,ambaye alikuwa ni arahat(mtakatifu),hakulia Budha alipofariki. Lakini Ananda,ambaye wakati ule alikuwa yupo katika ngazi ya kwanza ya utakatifu,alikuwa na huzuni kubwa. Wale watawa waliokuwa wanalia ilibidi wakumbushwe maneno ya Budha kuhusu hili swala."Ananda,Budha hakusema kwamba kile kilichozaliwa,kile kinachoishi,kile

kilicholetwa pamaoa,ni lazima kimong'onyoke ?Hiyo ndiyo hali ya vitu vyote ,kuibuka na kuondoka-vikiibuka,ni lazima viondoke-na vitu hivyo vinapokwisha ,ndipo inapokuja amani ya juu”

### **SABABU YA HUZUNI**

Sababu ya huzuni yetu ni kushikamana kwa maana zake zote.Tukitaka kuishinda huzuni tuache kushikamana,sio tu na watu,liakini pia kwa vitu. Huu ndio ukweli wa juu. Kushikamana kunatupa vitu vingi vya kuzikidhi hisia zetu ili tuishi maisha ya dunia,lakini kushikamana huko huko kunakuwa mwisho wake chanzo cha huzuni yetu. Iwapo hatutajifunza hili somo,kifo kitatushambulia na kututia woga. Budha aliielezea hii vizuri,”kifo kitamchukua mtu aliyezoeana na watoto na vitu vyake,kama vile mafuriko makubwa yanavyokochukua kijiji kilicholala” Huu usemi una maana kwamba kama kijiji kingekuwa hakijalala,bali kingekuwa macho,balaa iliyoletwa na mafuriko ingeweza kuepukika.

### **KHANDA TANO**

Kifo ni mmong'onyoko wa khanda. Khanda zipo tano;-nazo ni' perception',hisi zinazotumika kwa kutenda,yaani;-miguu,mikono,mdomo.uzazi,na kujitakasa(excretion);pia “sensation”,hisi zinazotumika kujifunza,nazo ni macho,masikio,pua,ulimi,na ngozi;-halafu,mawazo,ufahamu,na mwili. Zile nne za mwanzo ni khanda za akili,ndizo zinaunda akili,ya tano,ni khanda ya mwili Huu muungana wa akili na mwili ndio unaitwa mtu .Kwa hiyo kinachoishi siyo mtu hasa,isipokuwa hivi vitu viwili vilivyounganika,yaani,mwili na akili .Hatuzioni hizi kanda tano kama vitu,bali tunazona kama mtu. Hii ni kwa sababu akili yetu inahadaika,na kwa ajili tuna hamu kubwa ya kuviita hivi vitu mwili”mtu”,ili tuweze kujiona wa maana zaidi.

Tutaweza kuona jinsi vitu vilivyo hasa iwapo tutakuwa na subira na dhamira ya kufanya hivyo.Tukigeukia ndani na kuitazama akili yetu,kama inavyoagizwa na Budha,katika mahubiri yake yaitwayo Sati Pathana sutra,tutazona hizi khanda tano,siyo kama mtu,bali kama mlolongo wa matukio ya mwili na akili .Kwa hiyo hatutakiita kitu ambacho siyo cha maana kuwa cha maana. Tutaona kwamba hizi khanda zinaibuka na kufifia haraka sana,haziwi vile vile bila kubadilika;-hazipo katika hali ya kuwa,zipo katika hali ya kuwa kitu fulani

### **KUZALIWA UPYA**

Khanda nne za akili,yaani ufahamu na zile zingine tatu zinazounda akili,zinaendelea kila wakati bila kupumzika,zinatokea na kupotea,lakini siyo katika jukwaa lile lile;-zinatafuta jukwaa lingine kufuatana na sheria za karma,watu wanazaliwa tena.

### **MRUNDIKO WA VITU NA NISHATI**

Kwa kifupi,muunganiko wa khanda tano unaitwa kuzaliwa.Kuwepo kwa hivi vitu kwenye mrundiko,kunaitwa maisha.Vikimong'onyoka inaitwa kifo.Vikiunganika,inaitwa

kuzaliwa upya. Hata hivyo, siyo rahisi kuelewa jinsi hizi khanda zinavyoweza kuunganika tena. Inabidi zieleweke sheria za vitu, sheria za karma na nishati za mbingu zinavyoshirikiana katika hili. Kwa wengine hili ni jambo rahisi na la kwaida. Kwa wengine kifo ni utengano wa khanda tano halafu baada ya hapo hakuna kinachobakia. Kwa wengine inamaanisha kuhama kwa roho, kutoka kwenye mwili mmoja kwenda kwenye mwili mwingine; -kwa wengine ina maana kusubiri kwa roho, yaani kusubiri siku ya kiama. Kwa Wabudha kifo ni kitu cha muda tu, siyo mwisho wa maisha.

### **SABABU YA KIFO**

Ubudha unafundisha kwamba kifo kinawezakutokea katika njia hizi mojawapo nne. 1. Inaweza kuwa mwisho wa maisha ya aina ile ya kiumbe. 2. Inaweza kuwa mwisho wa thawabu za matendo, katika maisha yaliyopita, yaliyosababisha mtu huyu azaliwe. 3. Inaweza kuwa kwa ajili ya ya vyote; -kuisha kwa maisha na kuisha kwa thawabu, na 4. Inaweza kuwa chanzo cha nje, kama vile ajali, au matukio ya jitimai au sababu ya karma ambayo haikutajwa katika (2).

Upo mfano ambao unazieleza hizi aina nne za kifo. Ni mfano wa karabai. Mwangaza wa karabai unaweza kuzimika katika moja ya njia hizi nne. 1. Utambi unaungua unakwisha. Hii ndiyo kifo ambacho maisha yanakwisha, 2. Kuisha kwa mafuta, ndiyo kifo ambacho thawabu ya matendo mema ya mtu inakwisha. Yaani mtu anazawadiwa urefu wa maisha kutokana na wema alioufanya. Hawezi kutenda wema mdogo tu, na kutegemea kwamba thawabu yake itadumu milele. 3. Kuisha kwa utambi na kumalizika kwa mafuta pamoja; -hii ni sawa na kifo kinachotokana na muungano wa 1. & 2, kama ilivyoelezwa. 4. Chanzo cha nje, kama vile upepo unauzima mwangaza -kama kifo kinachosababishwa na sababu za nje.

### **KABILIANA NA MAMBO**

Mtu anaweza vipi kukabiliana na hili jambo ambalo haliepukiki? Kwa kuonywa mapema, yaani, kwa kufikiria kwamba kifo kitakuja. Hii haina maana kwamba watu wanatakiwa kuwa na huzuni. Kifo kipo, na watu lazima wakabiliane na hili. Ubudha ni dini ya mantiki ambayo inawafundisha wafuasi wake kuukabili ukweli, hata kama huo ukweli ni mchungu kiasi gani. Mwanzilishi wa Singa Singa, Guru Nanak amesema "Dunia inakiogopa kifo, lakini kwangu mimi kinaniletea furaha" Inaonyesha wazi kwamba wapo watu ambao hawakiogopi kifo, na wako tayari kukikabili. Watu wengi wamejitolea mhanga maisha yao kwa ajili ya wengine. Majina yao yameandikwa katika historia katika herufi za dhahabu, ili yakumbikwe na watu wanokuja

### **KIFO LAZIMA KITATOKEA**

Ni jambo la kushangaza kwamba ingawa mara nyingi tunaona kifo kinatokea, hatufikiri mara moja kwamba sisi pia tutakufa. Kwa vile tunayapenda sana maisha hatuko yayari kuwa na wazo la kutisha, ingawa ni ukweli, kwamba kifo ni lazima kitokee. Tunapendelea kuliahirisha hilo wazo -na kujidanganya kwamba kifo kiko mbali, siyo kitu cha kutuletea waiwasi. Lazima tukabiliane na mambo. Kifo ni kitu ambacho kinatokea. Tukiyakubali matukio kama hayo na kujitayarisha kwa kuelewa kwamba kifo ni jambo ambalo lazima

litatokea,na litakapotokea likubaliwe kama tukio la kawaida,na siyo kama kitu cha kuogopwa;-kikubalike kwa shwari,ushujaa na imani.

### **WAJIBU WETU**

Kwa vile tunafahamu kwamba kifo kitatufika siku moja,lazima tuamue kwa shwari ile ile,ushujaa na imani,kutimiza wajibu wetu kwandugu zetu.Tusicheleweshe majukumu yetu.Linaloweze kana leo lisingojee kesho. .Tuutumie muda na maisha yetu vizuri.Wajibu wetu kwa wake,waume,na watoto upewe umuhimu na ufanywe,kwa wakati.Tuandike usia,bila kusubiri ifike dakika ya mwisho,ili usitokee usumbufu,ugumu au matatizo kwa familia zetu kwa ajili ya kupuuzia kwetu.Kifo kinaweza kuita wakati wowote-hakiheshimu mtu au wakati.Tunapaswa kuwa na uwezo wa kukabiliana nacho kwa ushujaa,matumauni na imani iwapo tutajitayarisha kwa maisha yetu yajayo.

### **UCHU NA UJINGA**

Kifo kinaweza kushindwa?Jibu ni ndio.Kifo kipo kwa ajili ya kuzaliwaHuku kurudiwa kwa kuzaliwa mara nyingi kunaitwa samsara.Ili hili gurudumu la maisha lizuiwe,ni lazima uchu na ujinga viondolewe.Hii ndiyo mizizi ya huu mzunguko wa kuzaliwa tena na tena.Kama tukiondoa uchu na ujinga,kuzaliwa kunashindwa,tunaivuka samsara na tunaifikia nirvana.Lazima tuelewe kwamba kila kitu katika hii mbingu hakina uhakika.Tukichambua kila kitu kisayansi au kifalsafa,mwisho wake tutaona kwamba hakuna kitu.Kuogopa kufa ni kama kuogopa kuitupa nguo iliyochakaa,alisema Ghandhi.

Tunapokuwa na mazoea,tukubali pia kulipa gharama ya huzuni utengano unapotokea. Upendo wa maisha wakari mwingine unaweza kukua,na kuwa uoga wa kifo.Hatuwezi kufanya jambo lolote la hatari,hata kama tunayo sababu ya kufanya hivyo.Tunaishi kwa kuogopa ugonjwa,au ajali vitamaliza maisha yetu tunayoyapenda sana.Kwa kutambua kwamba kifo ni hakika,tunatumaini na kusali ili roho yetu idumu mbinguni kwa usalama na kuhifadhka kwetu.Imani kama hizi,zinasababishwa na uchu mkubwa wa kutaka kuendelea kuishi

Kila kiumbe ni lazima kielewe kwamba kitakufa.Kama ni mfalme au mtu wa kawaida,tajiri au maskini,mwenye nguvu au mdhaifu,mapumziko ya mwisho ya mtu ni katika jeneza ambalo linazikwa mita mbili chini ya udongo.Huu ndio mwisho wa binadamu wote.Kwa ajili ya kutoelewa hali halisi ya maisha yetu ndio maana tunalia na kuomboleza.Kama tukielewa hali halisi ya maisha yetu,tunaweza kukabiliana na hali ya kutodumu ya vitu vyote vilivyoubwa na tunaweza kuutafuta wokovu.Tusipoupata wokovu kutokana na hali ya dunia,itabidi tuzaliwe tena na tena.Kama mtu anafikiria kifo hakivumliki, basi ajitahidi kulivuka hili gurudumu la kuzaliwa tena na tena.

### **KUTAFAKURI KIFO**

Kwa nini tukifikirie kifo?Kwa nini tukitafakuri kifo?Sio tu Budha alitushajiisha kuzungumza kuhusu kifo ,alituhimiza tukitafakuri mara kwa mara.Kile kilichozaliwa kitakufa.Mwili na akili vinapoanza,vinakua na kukamilika.Kwa maneno mengine,vinaanza kuzeeka;-kwanza tunaita kukua,baadaye kuzeeka,lakini ni kitu

kimoja,kiumbe kinazaliwa,kinakuwa,kinaelekea kwenye kifo.Kufuatana na kumbukumbu mojawapo,wanakufa takriban watu 200,000,kwa wastani.kila siku;-takriban watu 70 milioni kila mwaka.Hatujazoea kutafakuri kifo,au kukabiliana nacho.Tunachofanya kwa kawaida ni kukisahau kabisa na kuishi kama vile hatutakufa,Iwapo kuna hofu ya kifo,tutakuwa tunaishi maisha yetu kwa wasiwasi,na hatutafaidika na maisha yetu. Kwa hiyo,sababu mojawapo kwa nini tunatafakuri kifo,ni kuondoa woga. Kutafakuri kifo sio maana yake kuwa na huzuni,ila ni kutusaidia kuuondoa uoga wa kifo.

Sababu ya pili ni kwamba kutafakuri(contemplation) kifo kutabadili jinsi tunavyoishi maisha yetu na msimamo wetu juu ya maisha., Msimamo wetu utabadilika ghafla tutakapoacha kuishi kama vile tutaishi milele,na tutaanza kuishi vingine kabisa.

Sababu ya tatu ni uwezo wa kukabiliana na kifo kwa njia sahihi na ya amani.Kutafakuri kifo kuna faida tatu;-kuondoa woga,inatuwezesha kubadili msimamo kuhusu maisha,na kutuwezesha kuishi maisha yenye malengo sahihi,inatuwezesha kufa kwa heshima. Inatuwezesha kuishi maisha mema na kufa kifo chema.Tunahitaji nini zaidi?Kutafakuri katika mambo haya kunahimizwa”;Mimi naweza kuzeeka,sina maarifa ya kuepuka kuzeeka;-mimi nina asili ya kuugua,sijavuka asili ya kuugua;-mimi naathiriwa na vitendo nilivyofanya,sina uhuru kutokana na taathira ya matendo niliyofanya;-kila kitu kilicho changu,kinachopendwa na mimi,kitabadilika,kitakuwa vingine,kitatenganishwa na mimi.”

Tunapoutafakuri ukweli huu na akili iliyo shwari na kuuleta kwenye ufahamu,panatokea uwezekano mkubwa wa kuuondoa uoga wa kuzeeka,ugonjwa,kifo na utengano.Lengo lake siyo kutufanya tuwe na huzuni,ila kutuwezesha kuuondoa uoga.Hii ndiyo maana tunatafakuri kifo,haina maana kwamba tunayo hamu kubwa ya kufa,isipokuwa tunataka tuishi bila woga.

### **KIFO NI SEHEMU YA MAISHA**

Kifo kinakuja kwa wote,wengine wanakufa wakati bado vijana,wengine wanakufa wanapokuwa wazee,lakini wote hatimaye lazima wafe.Tumekuja katika dunia hii bila kualikwa,na tunaondoka bila kufukuzwa”.Lazima nitakufa,mimi,pamoja na mimea,pamoja na kila kiumbe kinachoishi.” Wakati wa kiangazi majani yanapukutika kutoka kwenye mti.Ni jambo la kawaida,hatulii linapotokea Majani yanapoaanguka,lakini huo sio mwisho,Yanarudi kwenye ardhi na kuwa rutuba ya mizizi mipya;-mwaka ujao mti unao mizizi mipya..Na binadamu pia linawafika jambo hilo,Watu wa dini kwa kawaida hawaogopi kifo kama watu wanaoishi maisha ya dunia,kwa sababu watu kama hao nia yao ni kuzikidhi tu hisi zao tano.

Lakini Wabudha wanasema,kifo siyo mwisho,na kila tunapozaliwa siyo mwanzo wa maisha.Kinyume chake,kifo ni mwanzo wa maisha na kuzaliwa ni mwisho wa maisha.Ni sehemu moja tu ya mzunguko mzima wa kuzaliwa na kufa,kuzaliwa tena na kufa tena.Kama mtu anaweza kuelewa ni jambo gani linatokea,kifo kinapoteza uwezo wake wa kutisha,kwa sababu anaona kwamba kifo siyo mwisho.Ni mwisho tu wa duara moja,duara moja tu katika njia,ambapo zinakuwepo duara zingine.Jinsi ambavyo mtu atazaliwa tena inaamuliwa na hali ya akili yake katika dakika ile atakayokufa.

## **KUISHI KAMA WATU AMBAO WAKO MACHO**

Tunaishi maisha yetu katika njia nyingi zisizokuwa na maana bila kufikiria jinsi ambavyo tunapoteza muda mwingi bila sababu yoyote. Tumepoteza muda kiasi gani leo tukiwa na mashaka kuhusu mambo ya mwaka kesho, mambo ya miaka ishirini ijayo, tunafikiria mambo ya siku zijazo, kiasi kwamba hatufikiri jinsi ya kuiishi kikamilifu siku hii ya leo. Na malengo yetu ya maisha yatabadilika. Kitu gani ni muhimu katika maisha? Kitu gani ni motisha kwetu? Kitu gani kinatusukuma? Tukitafakuri kifo, itabidi tuyafikirie upya malengo yetu. Hata miili yetu inabidi iachwe nyuma ili watu wengine waitupe kwa njia moja au nyingine. Hatuwezi kuondoka nao mwili wetu wa thamani tunapoondoka.

Hali yetu ya maisha ni muhimu kuliko tu kulimbikiza mali. Hali ya maisha yetu inategemea hali ya akili yetu. Jinsi tunavyoishi leo inaweza kuwa muhimu kuliko vitu vingi vya nje. Lakini masharti ya kuzaliwa tena na hali ya akili yetu, hili ndilo jambo moja tunalolichukua. Huu ndio urithi mmoja ambao hatuwaachii wengine; "Mimi ni mmiliki vitendo vyangu, mrithi wa vitendo vyangu, nimezaliwa kwa ajili ya vitendo vyangu, nahusiana na vitendo vyangu, nadumu na pia nategemezwa na vitendo vyangu. Vitendo vyangu vyovyote ninavyovifanya, vizuri au vibaya, mimi nitakuwa mrithi wa hivyo vitendo." Hiki ndicho pekee tutakachorithi, na hiki ndicho kitakachoamua jinsi tutakavyozaliwa tena. Hii ndiyo itakayoyaipa thamani maisha yetu. Tunaweza kuyafaidi mamilioni ambayo tumeshayapata lakini ni muhimu zaidi kwamba tunaishi kwa amani zaidi na tunaanza kujenga tabia za thawabu.

## **KUFA KIFO KIZURI**

Baada ya kuyafikria yote haya, inatarajiwa kwamba tutakuwa na imani zaidi kukabiliana na kifo. Sio hivyo tu, hii itatuwezesha kufa kifo kizuri. Kama tumeishi maisha mema, kufa inakuwa rahisi zaidi. Lakini bila kujali jinsi tulivyoishi, bado tunaweza kujaribu kufa kifo kizuri. Jambo linaloweza kusaidia kuhusu kifo, tunasisitiza kwamba lazima tuikuze tabia ya ujasiri. Kwa watu wengi, zaidi ni uoga wa maumivu, au kutengana na ndugu na rafiki, hilo ndilo linalotisha kuliko vyote. Wakati wa kifo, kumpa mtu moyo na kumfariji ni muhimu sana. Kwanza lazima ujizatiti, mateso kwa kweli yatakuwa makali sana. Na yatakuwa magumu kuvumilika, lakini tuna bahati kwamba maendeleo katika tiba yanawezesha kupunguza maumivu anayopata mtu kabla ya kufa. Maumivu siyo lazima liwe ndilo jambo la kutisha sana.

Kwa kawaida huwa nawaambia watu wanaokufa, kwa mfano wale ambao wanakaribia kufa kwa ajili ya saratani, kwamba hawataachiwa wateseke bila sababu, na watatibiwa haraka kupunguza makali ya maumivu yao. Tokeo muhimu la hili, ni kwamba mgonjwa anakuwa shwari zaidi na anaweza kufa kwa amani zaidi. Wasiwasi mwingine ni kule kutengana kusikoepekika na vitu vyako. Ni dhahiri kwamba kama tumelitafakari hili tokea mwanzo, inakuwa rahisi zaidi.

Tunajua kwamba kufa maana yake utengano utatokea-kama mtu anayekufa hajalitafakari hili, basi inabidi kwa upole kumuahidi kwamba wale waliobakia nyuma watatunzwa vyema. Wanahitaji kuahidiwa kwamba hakuna matatizo, kwamba wapo rafiki



wa kuwatunza, wanahitaji kuhimizwa kupumzika, na kutokuwa na wasiwasi kuhusu mambo mengine, kwamba yote yatashughulikiwa.

Msisitizo wote upo katika kumfanya mtu anayekufa kuwa na amani zaidi. Mtu anaweza vipi kufa vizuri? Njia ya Kibudha ni kudumusha hali ya amani katika chumba ambacho mtu anakufa. Haifai kuwepo watu wanapiga kelele, wanapiga mayowe na wanalia. Hiyo inamfanya nini yule mtu maskini ambaye anayo hii kazi muhimu sana ya kufanya, kufa? Inakuwa vigumu kwa yule mtu kufa kwa amani. Inafaa kwa ndugu na rafiki waliopo, kuonyesha kwa kuwepo kwao kwamba wanajali, kwamba wana upendo, kwamba wako tayari kutoa chochote kusaidia.

Alama za dini zinaweza kuwa na faida wakati kama huu. Kama mtu anayekufa ni Mbudha, basi sanamu ndogo ya Budha, na labda kuwepo kwa watawa wa Kibudha na ibada zao kutasidia sana ili kumwezesha mtu anayekufa kwenda kwa amani kubwa na kwa heshima. Ni vizuri kwao kwenda kwenye maisha yao yajayo katika njia nzuri zaidi inavyowezekana. Hivi ndivyo alivyosema mtawa mmoja wa Thailand, Ajahn Jagaro

### **KIFO CHA AMANI**

Kila mtu ana matuamaini na ana hamu ya kufa kwa amani baada ya kutimiza wajibu wake na majukumu yake katika maisha yake. Lakini wangapi wamejitayarisha kwa hali hii? Wangapi, kwa mfano, wamesumbuka kutimiza wajibu wao kwa familia zao, wapendwa wao, rafiki, nchi, dini na wokovu wao wenyewe? Itakuwa vigumu kwao kufa kifo cha amani kama hawajitimiza jukumu hata moja kati ya hayo. Lazima tuishi bila kuogopa kifo kwa kuelewa kwamba hata miungu wanakufa. Watu wanaoruhusu muda kupotea watakua na sababu sana ya kusikitika watakapokaribia ukingo wa maisha yao. Watu watakapoyaona maisha yao wenyewe kama tone katika mto wa maisha unaokwenda mbele daima, watakuwa tayari kutoa hata huo mchango wao mdogo kwenye huu mto mkubwa wa maisha. Wenye hekima wanajua kwamba kuishi lazima waufanyie kazi wakovu wao kwa kuepuka uovu, kutenda mema na kuitakasa akili yao

Watu wanayoyaelewa maisha kufuatana na mafundisho ya Budha hawakiogopi kifo. Kifo siyo sababu ya kuwa na huzuni, lakini itakuwa jambo la kusikitisha kama mtu atakufa bila kufanya jambo la faida kwake au kwa dunia.

### **LEO NIMEKUFA**

David Morris alikuwa msomi maarufu wa Kibudha wa Magharibi aliyekufa alipokuwa na umri wa miaka themanini na tano. Mara baada ya kifo chake mwandishi wa hiki kijitabu aliipata barua kutoka kwake (ni dhahiri aliandika mapema zaidi na maagizo kwamba itumwe atakapokufa) Iliandikwa hivi, "Utafurahi kufahamu kwamba leo nimekufa. Kwanza utashukuru kufahamu kwamba mateso yangu kutokana na ugonjwa hatimaye yamekwisha. Na pili, toka nilipokuwa Mbudha, nimezifuata kwa ukamilifu kanuni tano. Kwa hiyo unafahamu kwamba maisha yangu yajayo hayawezi kuwa mabaya." Maisha ni kama ndoto. Kifo ni kitu ambacho kinatokea kweli, na kuzaliwa tena ni jambo la kawaida la maumbile. Kwa kujitayarisha kwa hilo tukio mtu itabidi au

aendelee, au ausimamishe mzunguko unaorudia tena na tena wa kuzaliwa na kufa ili awe huru kutokana na mateso na hii ndiyo kazi ya akili ya binadamu.

Siyo bila sababu tunahangaika sana. Kwa vile hatuishi duniani kama wapita njia, kama watu ambao tunaharakisha kwenda kwenye dunia ijayo, ila tuko kama watu wanaokwenda kuadhibiwa, kwa sababu hatujautumia muda wetu tulivyopaswa ila tumegeuza kila kitu juu chini. Ndio maana tunasikitika wakati ambapo tunatakuwa kufurahi; ndiyo maana tunatetemeka, kama wauaji au viongozi wa magenge ya unyang'anyi, wanapopelekwa kwenye kiti cha hukumu, na wanayafikiria mambo yote waliyoyafanya, na kwa hiyo wanaogopa na kutetemeka.

Kwa hiyo tuishi maisha ya kistaarabu ili Mungu asione aibu kuitwa Mungu wetu. Kwa sababu ni aibu Kwake, anapoitwa Mungu wa waovu, na pia anawaonea aibu waovu; kama vile anavyotukuzwa anapoitwa Mungu wa watu wema na wapole, na wa wale watu wanaoendelea katika thawabu. Kwa sababu kama sisi hatutaki kuitwa waajiri wa wafanyakazi waovu, na tunawatelekeza; na kama mtu akitufuata na kutuambia, "yule mtu anafanya maovu yasiyokuwa na idadi, anafanya kazi shambani kwako, kama sikosei?". Upesi tunasema "hiyo si kweli", ili kuondoa aibu, kwa sababu mfanyakazi ana uhusiana wa karibu na mwajiri wake, na sifa mbaya ya mmoja inakwenda kwa mwingine.

Hata kama wale wafanyakazi walikuwa wema mwanzoni, lakini baadaye wakibadilika, wakifanya mambo vibaya, mwajiri wao atawakana.

Kwa sababu niambie, sio kweli kwamba mtu anyetoa hotuba anafanya jitihada kubwa sana kuufanya mwisho wa hotuba yake uwe mzuri sana ili akae kwa kushangiliwa? Mtu ambaye ana wadhifa mkubwa, naye si anajitahidi sana siku za wadhifa wake zinapokaribia kuisha. Kufanya kazi vizuri? Na mtu anayepigana mieleka, si naye anajitahidi kushinda mpaka mwisho? Kama akiwashinda wote, na akashindwa na yule wa mwisho, si atakuwa amefanya kazi bure?

Kama nahodha akiivuka bahari yote, lakini apate ajali kwenye bandari, kazi yake yote si itaharibika? Na daktari je? Kama amekwishamtibu mtu kutokana na ugonjwa, na yuko katika hatua ya kumruhusu aende nyumbani, kama wakati huu akimteketeza, kazi yake yote si itakuwa bure?

Na hivyo ndivyo ilivyo katika thawabu, wale wote ambao hawakumaliza vyema baada ya kuanza vyema, ili vyote viwili viende pamoja, wamepata hasara. Wale ndio walioanza kwa juhudi kubwa lakini baadaye wakadhoo, na hao ndio hawatambuliwi na mwajiri.

Haya mambo yote nayasema kila siku, haya maneno nayasema kuiusia nafsi yangu na pia kuwasia nyinyi, lakini hakuna faida yoyote inayopatikana. Kwa hiyo, hata mimi pia naogopa, ningependa kukaa kimya ili nisiiongeze hatari kwenu. Kwa sababu kama mtu anasikia mara nyingi halafu hatendi, hii ni kumkasirisha Mwenyezi Mungu. Lakini lazima nihofu jambo lingine pia, kukaa kimya, kama naona ni wajibu wangu kuzungumza haya mambo.

Tufanye nini kwa hiyo ili tuokolewe?Tujizoeze katika thawabu,tunavyopata nafasi;-tupange thawabu kama vibarua shambani wanavyopanga kazi yao,katika mwezi huu tuache kuzungumza kiovu,tuache kujeruhi wengine,tuache hasira,na tujiwekee sheria na kusema”,leo tulifanye hili sawa.”Pia katika mwezi huu,tuwe wavumilivu,na katika mwezi mwingine,thawabu nyingine.Na kama tukifaulu katika hili moja,tunaendelea na jingine.kama vile tulivyojifunza shuleni,tunatunza tulichojifunza na tunaongeza mengine

Baada ya hapo tuendelee kwa kuacha tamaa ya utajiri,kwanza tuache wizi,halafu tutoe zaka. Tusichanganye vitu,kuua na mikono hiyo hiyo na kuonyesha juruma na mikono hiyo hiyo.

Hakuna sababu ya kutoa hela au kufanya juhudi,au kutoka jasho,ukiwa una dhamira tu,yote yanatendeka. Hakuna haja ya kusafiri kwenda mbali au kuivuka bahari kubwa,ila tu uwe na akili nzuri na ambayo iko tayari kufanya wema,na kuweka lijamu kwenye ulimi wako,kuacha kulaumiana wakati ambao sio wake,,hasira,ashiki,kupenda anasa,kupenda vitu vya thamani,tuache mambo haya;-tuondoe hamu ya utajiri kutoka kwenye mioyo yetu,na kutoa ushahidi wa uongo na kuapa mara kwa mara.

Kama tukiendelea namna hii.kutoa miiba na kuweka mbegu ya mbinguni,tutavipata vitu vizuri tulivyoahidiwa,kwa sababu mwenye shamba atatuweka kwenye Ghala Yake,na tutapata vitu vyote vizuri,ambavyo tunaomba tuvipate kwa uwezo wa Budha.

Tutaendelea mpaka lini kufanya mambo kama haya?Tutaendelea mpaka lini kufanya hizi njama dhidi ya wenzetu kama wanyama?Kwanza hiyo siyo kweli,wanyama wa aina moja hawafanyiani ubaya,wanawafanyia ubaya wanyama wa aina nyingine. Simba kwa mfano sio mwepesi kumdhuru simba mwenzake,au nyoka kumuua nyoka mwenzake.,wanaheshimu kuwa aina moja.

Lakini wewe,ambao wote ni kabila moja,na mambo mengi mnafanana,chanzo chenu kimoja,akili zenu zina mantiki,wote mnafahamu Mungu, na mambo megine zaidi ya elfu kumi,,nguvu ya maumbile,yule ambayo ni ndugu yako-yeye unamuua,na kumletea maovu mengi.

Kwa sababu hata usipomkata na panga,au kuzamisha mkono wako katka shingo lake unamfanyia mambo mengine mabaya kuliko haya unapomletea maovu. mengi. Kwa sababu ungemuua tu,ungemuondolea matatizo yake,lakini sasa unamletea njaa,utumwa,hali ya kukata tamaa,na dhambi nyingi. Haya nasema.na sitaacha kuyasema,siyo kukutayarisha uue,au ufanye kosa lingine ambalo ni pungufu ya kuua,ila kwamba usijiamani kama vile hauwezi kuwajibika.

Kwa hiyo mikono yetu tuitulize,au bora kusema,tusiitulize,ila tuinyooshe,sio ili tuibe,lakini tutoe zaka. Tusiwe na mikono ambayo haizai matunda au mikono iliyonyauka;-kwa sababu mkono ambao hautoi zaka umenyauka,na mkono unaoiba ni mchafu.

Mtu yeyote asile na mkono kama huo,kwa sababu ni kuwatukana wale walioalikwa. Kwa sababu niambie,kama mtu amekualika kwenye nyumba nzuri,yenye watumishi wengi na amekutayarishia vyakula vizuri vyenye gharama kubwa na vya kila aina,halafu akakuambia ule,mradi tu uvumilie yeye kuipaka mikono yake matope au kinyesi cha

binadamu,na kula pamoja nawe-mtu yeyote anaweza kuvumilia hii?Si ataona kuwa ametukanwa?Nadhani ataondoka mara moja.

Lakini sasa tunaona siyo tu mikono imechafuka,lakin hata chakula chenyewe,lakini bado huondoki,au kukimbia au kukosoa.Siyo hiyo tu,kama huyu mtu ana wadhifa mkubwa sana ,unaona kwamba ni heshima,na unaidhuru roho yako kwa kula vitu hivyo.

Kwa sababu tamaa ni mbaya kuliko matope,kwa sababu inachafua siyo tu mwili ila roho,na inaifanya kuwa taabu kuisafisha.Wewe kwa hiyo,ingawa unamuona amekaa anakula huku amejichafua na uchafu wake mwenyewe,mikononi,usoni,nyumba yake yote,sio hivyo tu,hata hapo kwenye meza yake pia(kwa sababu kinyesi,au kama kipo kitu kingine kichafu kuliko kinyesi,siyo kichafu kama hicho chakula)wewe ndio unajisi kama vile unaheshimika,unajihisi kama vile utastarehe?

Kwa sababu mtu anapoiba hela za serikali,halafu anakukaribisha kwenye karamu,wewe mfanyakazi mwenzake wa serikali,hupaswi kwenda. Kama akikusikia wewe unayalaani mambo kama hayo,hiyo inaweza kumfanya aone aibu ,inaweza kumfanya ajirekebishe,

Budha alisema kwamba katika mafundisho yake anafundisha mambo mawili tu,mateso,na jinsi ya kuepukana na mateso

**( 04 ) END**

---