साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

वार्षिक शुल्क रु. 30/-
आजीवन शुल्क रु. 500/-

बुद्धवर्ष 2556, आश्विन पूर्णिमा, 29 अक्टूबर, 2012 वर्ष 42 अंक 5

For Patrika in various languages, visit: http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

धम्मवाणी

पञ्च छिन्दे पञ्च जहे, पञ्च चुत्तरि भावये।
पञ्च सङ्गातिगो भिक्खु, "ओघतिण्णो"ति वुच्चति॥

धम्मपद- ३७०, भिक्खुवग्गो

-- (सत्काय-दृष्टि, विचिकित्सा, शीलव्रतपरामर्श, कामराग और व्यापाद-- इन) पांच (अवरभागीय संयोजनों) का छेदन करे, (रूपराग, अरूपराग, मान, औद्धत्य और अविद्या - इन) पांच (ऊर्ध्वभागीय संयोजनों) को छोड़ दे, और तदुपरांत (इनके प्रहाण के लिए श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि और प्रज्ञा - इन) पांच (इंद्रियों) की भावना करे। जो भिक्षु (साधक) पांच आसक्तियों (राग, द्वेष, मोह, मान और दृष्टि) का अतिक्रमण कर चुका हो, वह (काम, भव, दृष्टि तथा अविद्या रूपी चार प्रकार की) बाढ़ों को पार किया हुआ 'ओघतीर्ण' कहा जाता है।

वास्तविक आरोहण तथा अवरोहण

उन दिनों के समाज में ऐसी मान्यता चलती थी कि शारीरिक कष्ट भोग कर ही व्यक्ति बुरे कर्मों के फल से, विकारों से मुक्त हो सकता है और मृत्यु पश्चात ऊंचे लोक प्राप्त कर सकता है।

पूर्वकृत दुष्कर्मों के फलस्वरूप हमें अनेक प्रकार की शारीरिक यातनाएं भोगनी पड़ती हैं और इस जन्म में मुझमें कष्ट झेलने की क्षमता है तो क्यों न उन्हें अभी भोग लूं। इसके लिए वे दीर्घकाल तक उपवास करके शरीर को भूखा रखते थे तथा अन्य अनेक प्रकार से दंडित करते थे। शायद यह सोच कर कि लंबे समय तक ऐसी यातनाएं यहीं भोग लेंने पर उन पूर्वकृत दुष्कर्मों का दुष्फल भोगने से मुक्ति मिल जायगी और मरणोपरांत ऊंचे लोक प्राप्त होंगे।

भगवान के जीवन के समय लोग कांटों के बिस्तर पर सोते थे, लंबे उपवास करते थे, ग्रीष्म ऋतु में बिना छांह के खुली धूप में सोते थे, शीतकाल में बिना किसी ओढ़न-बिछावन के खुली ठंड में ठिठुरते थे। ये सब इसलिए करते थे कि आगे जाकर इन कष्टों में से न गुजरना पड़े।

शरीर को दंडित करने के अतिरिक्त और भी अनेक प्रकार के कर्मकांड चलते थे। कुछ लोगों की मान्यता थी कि अग्नि की पूजा करने से मेरी उन्नति होगी, अवनति नहीं होगी। अधोगति के अवरोहण से बचने के लिए विशिष्ट अवसरों पर अग्नि की पूजा की जाती थी। जमीन को गीले गोबर से लीप कर, उस पर कुशा नामक हरी घास बिछा कर, सिर से स्नान करके, नये रेशमी वस्त्र पहन कर, उस रात अग्निकुंड और घर के बीच उसी जमीन पर सोते थे। रात में तीन बार उठ कर अग्नि को हाथ जोड़ कर, नमस्कार करके प्रार्थना करते कि हम आपके प्रति अवरोहण करते हैं। अर्थात भविष्य में हमारा अवरोहण न हो, आरोहण ही हो। अधोगति न हो, ऊर्ध्वगति ही हो। इस कर्मकांड को पूरा करते हुए अग्नि में बहुत-सा घी, तैल, मक्खन आदि का तर्पण करते थे। उस रात के बीतने पर ब्राह्मणों को बढ़ियां भोजन करवाते थे और समझते थे कि इससे हमारा आरोहण ही हो, ऊर्ध्वगति ही हो।

परंतु भगवान ने समझाया कि किसी कर्मकांड द्वारा भविष्य की अधोगति यानी अवरोहण से छुटकारा मिल जाय, यह असंभव है। इसीलिए उन्होंने आरोहण, यानी, ऊर्ध्वगति के लिए शुद्ध धर्म का पालन करना सिखाया--

आर्य-श्रावक इस प्रकार विचार करता है कि प्राणी-हिंसा करना, चोरी करना, झूठ बोलना, चुगलखोरी करना, व्यर्थ की बकवास करना, कठोर, कटु वचन बोलना, लोभ, द्वेष तथा मिथ्या कर्मकांड आदि करने से इस लोक तथा परलोक दोनों में बुरा परिणाम ही होता है। इन दुष्कर्मों से मेरा भविष्य बिगड़ता ही है। अतः वह इन सभी दुष्कर्मों को त्याग कर शुद्ध धर्म का जीवन जीता है और अपना इहलोक तथा परलोक दोनों सुधार लेता है। ऐसा करने से उसका अवरोहण नहीं होता, अधोगति नहीं होती, बल्कि आरोहण ही होता है, ऊर्ध्वगति ही होती है।

इसी प्रकार एक और कर्मकांड चलता था। समय से उठ कर चारपाई पर बैठे-बैठे ही पृथ्वी का स्पर्श करना, गीले गोबर का स्पर्श करना, हरी घास का स्पर्श करना, अग्नि की परिचर्या करना, दिन उगने पर हाथ जोड़ कर सूर्य को नमस्कार करना, दिन में तीन बार पानी में उतरना आदि। यह मान्यता चली आ रही थी कि ऐसा करने पर चित्त की शुद्धि होती है, शुचिता होती है।

भगवान ने समझाया कि जब तक कोई व्यक्ति शरीर से होने वाली इन तीन प्रकार की अशुद्धियों में लगा हो तब तक वह चित्त की शुचिता से, शुद्धियों से बहुत दूर ही रहता है।

(१) यदि वह प्राणी-हिंसा में रत हो, प्राणियों के प्रति सर्वथा निर्दयी हो, उन्हें मार डालने में लगा हुआ हो, लोभी हो, रक्त-पाणी हो। (२) पराया माल चाहे ग्राम में हो या जंगल में, उसकी चोरी करने वाला हो। (३) काम-भोग संबंधी मिथ्याचरण करने वाला हो। वह किसी भी स्त्री से भोग करने वाला हो, चाहे वह उसकी माता के घर की हो, पिता के घर की

हो, भाई के घर, बहन के घर, रिश्तेदार के घर की हो, भले उसका किसी से विवाह हो गया हो या वह पेशेवर नाचने वाली ही क्यों न हो। इनमें से किसी के साथ भी व्यभिचार करता हो तो ये तीनों शरीर के कर्मों की अशुद्धियां हैं, अशुचिताएं हैं।

इसी प्रकार वाणी के कर्मों की चार अशुद्धियां होती हैं-- (१) झूठ बोलने वाला होता है, सभा में, परिषद में, भाई-बिरादरी में, पंचायत में, राजसभा में, इनमें से किसी जगह हो, वहां उसकी गवाही पूछी जाय कि जो जानते हो, उसे सच-सच कहो, ठीक-ठीक कहो। नहीं जानते हुए भी वह कहता है जानता हूं या जानते हुए भी कहता है नहीं जानता हूं। वह नहीं देखते हुए भी कहता है देखता हूं और देखते हुए भी कहता है नहीं देखता हूं। अपनी या परायी किसी लौकिक वस्तु के लिए झूठ बोलता है। इसी प्रकार (२) चुगली खाने वाला होता है, (३) कठोर वचन बोलने वाला होता है, और (४) व्यर्थ बोलने वाला होता है तब ये चारों उसकी वाणी की अशुद्धियां ही हैं, अशुचिताएं ही हैं।

ऐसे ही मन के कर्मों की तीन प्रकार की अशुद्धियां होती हैं-- (१) कोई व्यक्ति मन के स्तर पर लोभी होता है। जो दूसरे का धन है, दूसरे की वस्तु है, उसे हथियाना चाहता है-- कैसे परायी वस्तु मेरी हो जाय। (२) वह मन के स्तर पर द्वेषयुक्त होता है, मन के स्तर पर दुष्ट संकल्पों वाला होता है। वह प्रदुष्ट मन से सोचता है ये प्राणी बांधे जायँ, विनाश को प्राप्त हो जायँ, मारे जायँ, नष्ट हो जायँ। (३) उसका मानस मिथ्या-दृष्टि वाला होता है, उल्टी-दृष्टि वाला होता है। वह सच्चाई को समझ नहीं पाता और कहता है कि दान का कोई फल नहीं, यज्ञ नहीं, होम नहीं, अच्छे-बुरे कर्मों का फल नहीं, यह लोक नहीं, परलोक नहीं, न माता है, न पिता है, न वह स्वतः उत्पन्न प्राणी है, न लोक में कोई श्रमण है, न ब्राह्मण है, न कोई सम्यक ज्ञान है, न कोई सम्यक आचरण वाले हैं। वह ऐसा मिथ्या भाव प्रकट करता है कि परलोक में स्वयं जाकर मैंने इस सच्चाई का साक्षात्कार कर लिया है। ये सब चित्त की अशुचिता के अंतर्गत आते हैं, अशुद्धि के अंतर्गत आते हैं।

वस्तुतः असली शुचिता या शुद्धि तब होती है जब कोई व्यक्ति इन अकुशल कर्मों से बच कर कुशल कर्मों में प्रवृत्त होता है। तब वह स्वतः ऊर्ध्वगति का अधिकारी होता है। ऐसे लोगों का आरोहण ही होता है, अवरोहण कभी नहीं होता।

ऐसे ही अनेक प्रकार के अंधविश्वास फैले हुए थे। कुछ लोग शायद यह मानते थे कि मेरे कर्मों के अनुसार भविष्य में मुझे कुत्ते का जीवन जीना होगा, अतः कुत्ते का कष्टमय जीवन अभी क्यों न जी लूं। इस प्रकार वह कुत्ते का जीवन जीने का निर्णय करता था और कुत्ते की भांति ही अपना रहन-सहन रखता था। जमीन पर फेंका हुआ भोजन ही ग्रहण करता, नग्न रहता, कुत्ते की भांति सिकुड़ कर बैठता, वैसे ही सोता आदि।

ऐसे ही शायद कोई यह समझ कर निर्णय करता था कि आज मुझमें कष्टमय जीवन जी सकने का सामर्थ्य है और आगे जाकर मुझे पशुयोनि का जीवन जीना है तो इसी जीवन में गाय का जीवन क्यों न जी लूं। अभी भुगत लूं ताकि मरने पर वैसा दुःखद जीवन न जीना पड़े, वैसी अधोगति न भोगनी पड़े, बल्कि ऊर्ध्वगति ही प्राप्त हो। इसके लिए वह अपनी सारी दैनिक जीवनचर्या गाय की भांति बिताता है। अनेक प्रकार के कष्ट उठाता है।

ये कैसी बेहूदेपन की बातें हैं। वह नहीं समझता कि अभी तो भुगत ही रहा है, भविष्य के जीवनों में इससे भी अधिक भुगतना पड़ेगा।

ऐसे लोगों का भविष्य देखते हुए भगवान ने समझाया कि ऐसा करने से दुर्गति ही होती है, नारकीय जीवन ही प्राप्त होता है या फिर सचमुच अगले जन्म में कुत्ते की या गाय की योनि में जन्म लेना होता है और अपार कष्टों में से गुजरना पड़ता है।

ऐसी मिथ्या धारणा वाला व्यक्ति यदि यह सोचे कि अधोगति का दुःखमय जीवन यहीं जी लेने पर मरणोपरांत देवलोक की ऊर्ध्व गति प्राप्त करेगा अथवा उससे भी कोई ऊंची गति प्राप्त करेगा तो यह उसकी बहुत बड़ी भूल है। भगवान से यह सुन-समझ कर ऐसे गोव्रतिक और कुक्कुरव्रतिक लोग रोने लगे कि हमारा इतने दिनों का वर्तमान जीवन व्यर्थ गया और भविष्य में भी ऐसे अधोगति के जीवन जीने ही पडेंगे। इस संबंध में उन्होंने भगवान से सही धर्म सिखाने का आग्रह किया। इस पर भगवान ने समझाया--

मैंने इन चार कर्मों को स्वयं जान कर, अनुभव करके देखा है कि (१) यहां इस जीवन में यदि कोई कार्य कृष्ण यानी पापमय होता है तो उसका फल भी पापमय ही होता है। (२) यदि कोई कार्य शुक्ल यानी कुशल होता है तो उसका फल भी कुशल ही होता है। (३) कोई कर्म कृष्ण-शुक्ल मिश्रित होते हैं तो उनके फल भी मिश्रित ही होते हैं। (४) एक कर्म वह होता है जिसे न कृष्ण कहा जा सकता है और न शुक्ल। इसके फल की भी वही स्थिति है। यह चौथे प्रकार का कर्म ही कर्म-क्षय में सहायक हो सकता है।

कौन-सा कर्म स्वयं कृष्ण है और कृष्ण फल ही देने वाला है। जब कोई व्यक्ति समग्र शारीरिक चेष्टाएं दूसरों को पीड़ा देने के लिए करता रहता है, इसी प्रकार समग्र वाणी की चेष्टाएं, मन की चेष्टाएं दूसरों को पीड़ा देने के लिए करता रहता है तो मरणोपरांत वह पीड़ादायक लोक में ही उत्पन्न होता है और उसे अनेक प्रकार के कष्टकारक तप्त-लौह-स्पर्श आदि कष्टकारक शूलों का स्पर्श भोगना ही पड़ता है। उसे इन नारकीय स्पर्शों का अनुभव करना ही पड़ता है।

ऐसे ही जब कोई व्यक्ति मन, शरीर और वाणी से अच्छे कर्म करता है, दूसरों को सुख पहुँचाने का कर्म करता है, दूसरों के मंगल के भाव मन में आते रहते हैं, वाणी से द्वेषरहित अच्छे वचन बोल कर दूसरों को प्रसन्न करता है तो इस लोक में भी सुख-शांति का अनुभव करता है और शरीर छूटने पर परलोक में भी द्वेषरहित सुखमय संवेदनाओं का ही अनुभव करता है।

इसी प्रकार कोई द्वेषयुक्त और द्वेषरहित दोनों प्रकार के मिश्रित कर्म करता है तो यहां भी दोनों प्रकार की संवेदनाओं का अनुभव करता है और परलोक में भी दोनों प्रकार के स्पर्शों का अनुभव करता है।

ऐसे ही अकृष्ण, अशुक्ल कर्म करने वाला व्यक्ति सभी प्रकार के कर्म-संस्कारों से मुक्त हो जाता है। उसका फिर पुनर्जन्म नहीं होता।

भगवान की इस धर्मदेशना से उन व्रतधारियों का व्रत छूटा और धर्ममार्ग पर आरूढ़ होकर, अभ्यास करते-करते भवमुक्त अवस्था को प्राप्त हुए।

आओ, साधको! हम भी इन मिथ्या कर्मकांडों की मिथ्या मान्यताओं के जंजाल से छुटकारा पाकर वास्तविक धर्ममय जीवन जीते हुए अपना मंगल साध लें, कल्याण साध लें।

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयन्का

धम्मगिरि के विशेष कार्यक्रम और उनके संपर्क

आचार्य स्वयं शिविर - १८ नवंबर से ३ दिसंबर, २०१२ तक (*धम्मपत्तन, धम्मगिरि एवं धम्मतपोवन*)। **ट्रस्टियों की कार्यशाला -** ३ दिसंबर से ४ दिसंबर, २०१२ तक (*धम्मगिरि*)। **सहायक आचार्यों की कार्यशाला -** ३ दिसंबर से ६ दिसंबर, २०१२ तक (*धम्मतपोवन*)। **सहायक आचार्यों का सम्मेलन-** ७ दिसंबर से ९ दिसंबर, २०१२ तक (*धम्मगिरि एवं धम्मतपोवन*).

१. केंद्र तथा क्षेत्र के सहायक आचार्य यह सुनिश्चित करें कि वे अपने क्षेत्र से २ या ३ कर्मठ ट्रस्टियों को धम्मगिरि में होने वाली **ट्रस्टियों की कार्यशाला** में भाग लेने के लिए अवश्य भेजें। ये **आचार्य स्वयं शिविर** में बैठ सकते हैं और २ दिवसीय कार्यशाला में भी भाग ले सकते हैं। नाम रजिस्ट्रेशन कराने हेतु कृपया इस पते पर ई-मेल करें– info@giri.dhamma.org

२. धम्मगिरि पर २४ अक्टूबर, २०१२ को होने वाली **सहायक आचार्यों की कार्यशाला** अब ३ से ६ दिसंबर, २०१२ को होगी। इस कार्यशाला में रजिस्ट्रेशन कराने के लिए पूरा विवरण इस पते पर ई-मेल करें– info@giri.dhamma.org

३. **सहायक आचार्यों के सम्मेलन** में रजिस्ट्रेशन कराने के लिए पूरा विवरण (नाम, उम्र और क्षेत्र) इस पते पर ई-मेल करें– atmeeting2012@gmail.com

---

ग्लोबल विपश्यना पगोडा हेतु कार्पस फंड

ग्लोबल पगोडा के निर्बाध संचालन हेतु एक कार्पस फंड एकत्र किया जा रहा है ताकि भविष्य में इसका रख-रखाव बिना किसी बाहरी दबाव के सफलतापूर्वक होता रहे और म्यंमा में सद्धर्म को सुरक्षित रखने तथा भारत वापस भेजने के लिए सयाजी ऊ बा खिन और म्यंमा के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन का यह **अद्‌भुत पावन प्रतीक** हजारों वर्षों तक कायम रहे। इस **कार्पस फंड** का उपयोग कोई भी व्यक्ति अपने व्यक्तिगत लाभ के लिए नहीं कर सकता, बल्कि सरकारी बैंक में जमा इस धन के ब्याज से पगोडा का दैनिक व्यय और रख-रखाव संबंधी कार्य पगोडा-संरक्षण के नियमानुसार होता रहेगा।

नये उत्तरदायित्त्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री सुरेश यादव, वाई
२. श्री जगदीश शिंदे, पुणे
३. श्री गणपतराव धुमाल, फल्टन
४. श्री ए. सुब्रमणियम, चेन्नई
5. Ms. Marie-Christine Fromont, France
6. Mr. Stephane Barbier, France
7. Mr. Somchai Arkkasirisathavorn, Thailand
8. Ms. Susan Callaghan, Australia

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. श्रीमती राजलक्ष्मी करियाल, दिल्ली
२. श्रीमती एन. विजयलक्ष्मी, चेन्नई
3. Mrs. Vajira Wijewardana, Sri Lanka
4. Mrs. Indrani Dharmalatha Hettiarachchi, Sri Lanka
5. Mr. Vidana Pathiranage Chandrasena, Sri Lanka
6-7. Mr. Jonathan & Mrs. Carolyn Crowley, USA
8. Mr. Bernard Derhay, France

बालशिविर शिक्षक

१. श्रीमती शोभा गवली, औरंगाबाद
२. श्री विश्वनाथ कांबले, औरंगाबाद
३. श्री गणेश कांबले, औरंगाबाद
४. श्री कुंदन जाधव, औरंगाबाद
५. श्री योगेश पटेल, औरंगाबाद
६. श्री प्रशांत गायकवाड, उस्मानाबाद
७. श्री माधव वाघमारे, लातूर
८. श्री अरुण सरोदे, परभणी
९. श्री अरुण कांबले, नांदेड
१०. श्री भीमराव कावळे, नांदेड
११. श्री लक्ष्मीनाथ जाधव, न्यू नांदेड
१२. श्रीमती स्नेहल मदुस्कर, मुंबई
१३. कु. सुषमा नायक, मुंबई
१४. श्री वसंत जाजू, बेंगलूरू
१५. श्रीमती ललिथा नारायण, बेंगलूरू
१६. श्री रमेशचंद्र शर्मा, उदयपुर
१७-१८. श्री त्रिलोक शंकर एवं श्रीमती ममता शर्मा, जोधपुर
१९. श्रीमती प्रेमसखी सोनी, जोधपुर
२०. श्रीमती स्नेहलता बौद्ध, चूरू (राजस्थान)
२१. कु. मुमताज खान, चूरू
२२-२३. श्री रमेशचंद्र एवं श्रीमती अपर्णा श्रीवास्तव, रावतभाटा
२४. श्री रतनलाल शर्मा, रावतभाटा
२५. कु. मेधा इनामदार, पुणे
26. Mr. Jie Liu, People's Republic of China
27 & 28. Mr. Huang Yu Cheng & Mrs. Chen Min Xia, People's Republic of China
29. Mrs. Qino Ling Fang, Florence, People's Republic of China
30. Ms. Liang Yi Ru, People's Republic of China
31. Mr. Martin Kazmierczak Germany

कार्पस फंड दान भेजने हेतु विवरण इस प्रकार है:--

१. भारत में कोर बैंकिग के द्वारा **ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन** को दान भेजने के लिए भारत की किसी भी **बैंक ऑफ इंडिया** की शाखा से पैसे भेज सकते हैं। विवरण निम्न प्रकार है--

"Global Vipassana Foundation"
'Axis Bank India', A/C. NO: 911010032397802
SWIFT CODE: AXISINBB062,
IFSC CODE: UTIB0000062
MICR CODE: 400211011,
BRANCH: Malad west branch, Mumbai-400064.

२. भारत के बाहर से दान भेजने वालों के लिए विवरण निम्न प्रकार है-- **(SWIFT transfer to 'Bank of India')**
"Global Vipassana Foundation"
Name of the Bank : **"J P Morgan Chase Bank"**
Address : New York, US,
A/c. No. : 0011407376, Swift: CHASUS33.

चेक/ड्राफ्ट कृपया निम्न पते पर प्रेषित करें--

ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन, रजि. ऑफिस-- ग्रीन हाऊस, २रा माला, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई- 400023. *फोन-* **022-22665926**...

Registered No. NSK/235/2012-2014

WPP Postal License No. AR/Techno/WPP-05/2012-2014

ग्लोबल पगोडा में पालि पाठ्यक्रम - २०१३

विपश्यना विशोधन विन्यास, ग्लोबल पगोडा में--

अनिवासीय पाठ्यक्रम–

पालि व्याकरण, सुत्त, सैद्धान्तिक विपश्यना इत्यादि। **शिक्षण का माध्यम–** पालि-अंग्रेजी, पालि-मराठी, पालि हिन्दी; **अवधि–** ०१-०२-२०१३ से ३०-९-२०१३ तक (८ मास, सप्ताह में एक बार, ११ से ५ बजे तक); **आवेदन पत्र प्राप्त करने का स्थल और तिथि - V. R. I., ग्लोबल विपश्यना पगोडा** में– १ से १५ जनवरी, २०१३ तक; आवेदन पत्र जमा करने की अंतिम तिथि– २०-०१-२०१३.

आवासीय पाठ्यक्रम (परियत्ति और पटिपत्ति):–

३० दिवसीय प्रारंभिक पालि-मराठीः अवधि - ०१-०१-२०१३ से ३१-०१-२०१३ तक; **फार्म जमा करने की अंतिम तिथि -** ०१-१२-२०१२;

३० दिवसीय उच्चतर पालि-हिन्दी (V. R. I. इगतपुरी में **प्रारंभिक पालि-हिन्दी** पाठ्यक्रम **किये छात्रों के लिए) अवधि -** ०१-०५-२०१३ से ३१-५-२९१३ तक; **आवेदन पत्र जमा करने की अंतिम तिथि -** ०१-०४-२०१३;

९० दिवसीय पाठ्यक्रमः पालि-अंग्रेजी; अवधि - ०१-०७-२०१३ से ३०-९-२९१३ तक; आवेदन पत्र जमा करने की अंतिम तिथि - १५-५-२०१३; **सब के लिए कंप्यूटर पर आवेदन पत्र –** www.vridhamma.org से भी भेज सकते हैं. **संपर्कः** विपश्यना विशोधन विन्यास (V. R. I.), ग्लोबल विपश्यना पगोडा, एस्सेल वर्ड के पास, बोरीवली (पश्चिम), मुंबई - ४०००९१.

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें– १) डॉ शारदाबेन संघवी : फोनः (०२२- २३०९५४१३) ०९२२३४६२८०५,

ईमेलः s_sanghvi@hotmail.com;

२) श्रीमती बलजीत लाम्बा : फोनः ०९८३३५१८९७९;

३) अलका वेंगुर्लेकरः मोबाईल – ०९८२०५८३४४०.

सयाजी ऊ बा खिन की पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में एक दिवसीय महाशिविर

२० जनवरी, २०१३, **रविवार, समयः** प्रातः ११ बजे से अपराह्न ४ बजे तक, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** के बड़े धम्मकक्ष (डोम) में। कृपया ध्यान दें कि इस विशाल शिविर में आपको किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसलिए **बिना बुकिंग कराये न आएं। बुकिंग संपर्क : मो.** 09892855692, 09892855945, **फोन नं.:** 022-28451170, 33747543, 33747544, **(फोन बुकिंग :** प्रातः **११** से सायं **५** तक, प्रतिदिन) **ईमेल Registration:** oneday@globalpagoda.org;
Online Registration: www.vridhamma.org

दोहे धर्म के

कर्मकांड ना धर्म है, धर्म न बाह्याचार।
धर्म चित्त की शुद्धता, करुणा सेवा प्यार॥

तृष्णा जड़ से खोद कर, अनासक्त बन जाय।
भव सागर से तरन का, यह ही एक उपाय॥

राग द्वेष की, मोह की, जब तक मन में खान।
तब तक दुख ही दुक्ख है, दूर मुक्ति निर्वाण॥

समझे दुख के मूल को, करे मूल पर वार।
तो निरोध हो दुःख का, खुलें मुक्ति के द्वार॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा०) लिमिटेड
८, मोहता भवन, ई-मोजेस रोड, वरली, मुंबई- 400 018
फोन: 2493 8893, फैक्स: 2493 6166
Email: arun@chemito.net
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

करमकांड मँह उळझग्यो, हाथ न आयो सार।
काची माटी रो घड़ो, पुगै न परलै पार॥

चोटी दाढ़ी केस मँह, धरम मानतो जाय।
पड़्यो रूढियां बावळो, बंधन बँधता जाय॥

चिपक्यो मिथ्या रूढियां, चिपक्यो मिथ्याचार।
किसा'क बंधन बँध रह्या, मिनख हुयो लाचार॥

करमकांड मँह रत रह्यो, कटी न मन री काट।
सुद्ध धरम धारण कर्‌यो, निरमळ हुयो निराट॥

छोड पाप रा धोरिया, चाल धरम थळियांह।
जित झर झर इमरत झरै, धन जीवन घड़ियांह॥

एक साधक
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-422 403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपुर, नाशिक-422 007. **बुद्धवर्ष 2556, आश्विन पूर्णिमा, 29 अक्टूबर, 2012**

वार्षिक शुल्क रु. **30/-,** US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. **500/-,** US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. 19156/71. Registered No. NSK/235/2012-2014**

WPP Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2012-2014
Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.)

If not delivered please return to:-

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712,
243238. **फैक्स :** (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org