

विपश्यना

साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2558,

कार्तिक पूर्णिमा,

6 नवंबर, 2014

वर्ष 44

अंक 5

वार्षिक शुल्क रु. 30/-

आजीवन शुल्क रु. 500/-

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

धम्मवाणी

सो करोहि दीपमत्तनो, खिप्पं वायम पण्डितो भव।
निद्धन्तमलो अनङ्गणो, दिब्बं अरियभूमिं उपेहिसि ॥

धम्मपद- २३६, मलवग्गो.

सो तू अपने लिए द्वीप (रक्षास्थल) बना, शीघ्र ही (साधना का)
अभ्यास कर पंडित हो जा। (तू) मल का प्रक्षालन कर, निर्मल बन,
दिव्य आर्यभूमि (पांच प्रकार की शुद्धावास भूमि) को पा लेगा।

नव वर्ष का मंगल संदेश

(जमनाबाई हाई स्कूल, मुंबई में पुराने साधकों के लिए दिया गया प्रवचन, २५ अक्टूबर, १५)

मेरे प्यारे धर्मपुत्रों और धर्मपुत्रियों!

आज दीपावली के इस नए वर्ष के दिवस पर फिर एक बार मन में दृढ़ संकल्प करें कि हमें धर्म के रास्ते चलना है। केवल धर्म की चर्चा करके ही नहीं रह जाना है। धर्म के नाम पर केवल वाद-विवाद करके नहीं रह जाना है। धर्म-पथ पर कदम-कदम चलना है।

विपश्यना करते आये हो, हो सकता है तुममें से किसी ने एक ही शिविर किया हो, किसी ने एक से अधिक। पर केवल शिविर कर लेने मात्र से बात बनती नहीं। इस बात को स्वयं देखना है कि हम सुबह-शाम नियमित रूप से घंटे-घंटे भर साधना करते हैं कि नहीं। नहीं करते तो दृढ़ संकल्प करना है कि सुबह-शाम घंटे-घंटे भर साधना करेंगे ही। जैसे शरीर के लिए दो वक्त का भोजन अनिवार्य है, वैसे ही मन को स्वस्थ और सबल रखने के लिए दो वक्त की साधना अनिवार्य है।

जो सुबह-शाम एक-एक घंटे नियमित साधना करते हैं, उनको अब यह देखना है कि यह जो रोज सुबह-शाम साधना कर रहे हैं, यह कोई कर्मकांड तो नहीं बन रहा? साधना यंत्रवत तो नहीं कर रहे? जैसे करनी चाहिए ठीक वैसे ही कर रहे हैं या नहीं? कर रहे हैं तो जीवन में परिवर्तन आएगा ही। जीवन पहले से अधिक सुखी हो ही जायगा। जीवन में दुःखों का सामना करने की ताकत आ ही जायगी। और ठीक से नहीं कर रहे हैं, धर्म को केवल बुद्धि-विलास का विषय बना लिया है। आज ऐसा तर्क करते हैं, कल वैसा तर्क करते हैं। आज ये विवाद, कल वो विवाद, हमारी ऐसी दार्शनिक मान्यता, उनकी ऐसी दार्शनिक मान्यता और उस पर विश्वास भी किये जा रहे हैं, तो भाई, कोई लाभ होने वाला नहीं है।

खुब अच्छी तरह समझें - मान्यता यह है कि वह है, अगर मैं अपने मानस में हर सुखद परिस्थिति में राग ही राग जगाए जा रहा हूँ, हर दुःखद परिस्थिति में द्वेष ही द्वेष जगाए जा रहा हूँ, तो मुझे विपश्यना का क, ख, ग भी समझ में नहीं आया। विपश्यना के नाम पर किसी ढोंग में पड़ गया, किसी धोखे में पड़ गया। खुद ही जांचना होगा, दूसरा कौन जांचेगा? हमारे मानस को कोई दूसरा जांचने नहीं आया। दूसरे के सामने हम हजार ढोंग करेंगे। मुँह पर ऐसा मुखौटा चढ़ा कर रखेंगे कि मैं तो बड़ा विपश्यी हूँ। देखो, मेरे मानस में कितनी समता रहती है। मैं ऐसा हूँ, मैं ऐसा हूँ। विपश्यना ऐसी है, विपश्यना ऐसी है। अरे बावले आदमी, यह सब कह करके तुझे क्या मिला? तेरे जीवन में विपश्यना उतरी नहीं, समता नहीं आई, जीवन के उतार-चढ़ाव का तुझे सामना करना आया नहीं, तो भटक गया न! समझा ही नहीं विपश्यना क्या है?

ऐसा क्यों होने लगता है? क्योंकि अनुभूतियों से विपश्यना का राज ही नहीं समझ में आया। जब कोई सुखद संवेदना जागी तो खुशियों से नाचने लगा। अरे मेरे जैसा विपश्यी कौन होगा! देख कैसी

धाराप्रवाह अनुभूति हो रही है, कैसा आनंद आ रहा है! जहां दुःखद संवेदना आई वहीं निराशा में डूब जायगा, उदासी में डूब जायगा। हाय रे, मरा रे, ये कैसी साधना है? ये कैसी विपश्यना है? मुझे दुःख ही दुःख का अनुभव हो रहा है। अरे, तुझे विपश्यना का क, ख, ग भी नहीं समझ में आया और तू आशा करता है कि इस विपश्यना से तुझे जीवन में लाभ हो जायगा? तेरे जीवन में धर्म उतरने लगेगा? तेरे जीवन में सुख शांति आने लगेगी? अरे बाबा, कहां भटक गया रे?

धर्म की मूलभूत बात यह कि हम अपने अंतर्मन की गहराइयों तक राग नहीं जगने देंगे, द्वेष नहीं जगने देंगे। इसके लिए हर प्रकार से प्रयत्न करते रहेंगे। जितने-जितने सफल होते जा रहें हैं, उतने-उतने धर्म में पुष्ट होते जा रहे हैं, उतनी-उतनी समता पुष्ट होती जा रही है, उतना-उतना संसार के उतार-चढ़ाव का सामना करने की ताकत पुष्ट होती जा रही है। वह नहीं हो रहा और हम प्रश्न करें कि विपश्यना से हमें क्या लाभ हुआ? हमें कहां शांति मिली? अरे, तूने शांति का काम ही कब किया? जब-जब सुखद संवेदना आयी तब-तब खुशियों से नाचता रहा और जब-जब दुःखद संवेदना आयी तब-तब रोता रहा। तुझे विपश्यना करनी कहां आयी?

होश रखें! विपश्यना के रास्ते चलना तलवार की धार पर चलना है। बड़ा सरल काम है, लेकिन फिर भी बड़ा कठिन काम है। सरल इस माने में कि होश जाग गया, बात समझ में आ गयी तो अब जो भी अनुभूति आए हम व्याकुल नहीं होते, विचलित नहीं होते, मन की समता नहीं खोते। बहुत सरल है। लेकिन बहुत कठिन है जब ये बातें कोई केवल बुद्धि के स्तर पर समझ कर रह जाय, उसको अभ्यास में नहीं उतारे, उसको रोज सुबह-शाम की साधना में नहीं उतारे तो क्या मिलेगा? यह बुद्धि-विलास किया, वह बुद्धि-विलास किया, यह वाणी-विलास किया, वह वाणी-विलास किया, उलझा ही रह जायगा। विलकुल उलझा रह जायगा।

तो भाई, इसे समझें -

बात बड़ी सीधी-सी है। हमारे साढ़े तीन हाथ की काया के भीतर ठीक उसी प्रकार भिन्न-भिन्न प्रकार की तरंगें चल रही हैं, जैसे कि संसार के सारे सजीव प्राणियों में और निर्जीव पदार्थों में। सब में यही चल रहा है- उत्पाद होता है, व्यय होता है, उत्पाद होता है, व्यय होता है। अन्य सजीव प्राणी तथा निर्जीव पदार्थ इस उत्पाद-व्यय को कैसे अनुभव करें? उनके पास मानस नहीं है, वे अनुभव नहीं कर सकते, अंतर्मुखी नहीं हो सकते। केवल मनुष्य एक ऐसा प्राणी है, जो अंतर्मुखी हो करके इन संवेदनाओं को अनुभूति पर उतार सकता है। हम मनुष्य हैं, संवेदनाओं को अनुभूति पर उतारने लगे। लेकिन आगे का कदम भूल गए। केवल संवेदनाओं को अनुभूति पर उतार लिया और उस ज्ञान से अपना कोई लाभ नहीं लिया, तब वह उतारना क्या काम आया? अनुभूति पर क्यों उतार रहे हैं? इस सच्चाई को देख- सुखद आया न, यह भी देखते-देखते समाप्त हो जाता है। अरे इसमें प्रतिक्षण उदय-व्यय हो रहा है। बड़ी शीघ्र गति से उदय-व्यय हो रहा है। देख, यह दुःखद

आया न, इसका भी उदय होता है, स्थिति होती है, व्यय होता है। उदय होता है, स्थिति होती है, व्यय होता है। एक समय आता है, देर-सबेर यह दुःखद संवेदना समाप्त हो गयी, तो अनित्य है न! दोनों ही अनित्य हैं न! किसको अच्छा मानूँ, किसको बुरा मानूँ? किसके प्रति लगाव पैदा करूँ, आसक्ति पैदा करूँ? किसके प्रति द्वेष पैदा करूँ, दुराव पैदा करूँ? यह होश जागे तब काम की बात हुई। अन्यथा इन संवेदनाओं के आधार पर एक नया खेल खेलने लगा। मन बड़ा धोखेबाज है, कोई न कोई खेल धर्म के नाम पर खेलने लगा। अब मैं संवेदनाएं देखने लगा, मेरा क्या कहना। देख, धाराप्रवाह आने लगा। और फिर धाराप्रवाह नहीं आया, दुःखद संवेदना आयी तो रोया। दुःखद आयी तो रोया, सुखद आयी तो खुश हुआ। अरे, विपश्यना के नाम पर क्या करने लगा? अपने अंतर्मन को इस स्वभाव-शिकंजे से मुक्त करना है। वह स्वभाव-शिकंजा जो हमें राग के साथ बांधता है, द्वेष के साथ बांधता है। उस बंधन को तोड़ना है, उस कारावास से बाहर निकलना है। वह काम नहीं कर रहे तो कहाँ विपश्यना कर रहे हैं? खूब सजग रहें।

हम विपश्यना के मार्ग पर आगे बढ़ रहे हैं कि नहीं, इसके अपने मापदंड हैं। उन मापदंडों से स्वयं अपने आपको मापते रहना चाहिए।

एक बड़ा मापदंड तो यही है कि मेरे जीवन में हर परिस्थिति का सामना करने का बल आ रहा है कि नहीं आ रहा? नहीं आ रहा है तो अभी विपश्यना से बहुत दूर हूँ। आ रहा है, जरा-जरा भी आ रहा है, पहले से अधिक आ रहा है, तो समझो मैं विपश्यना के रास्ते पर प्रयत्नशील हूँ, आगे बढ़ रहा हूँ। तो पहला मापदंड यही कि विपश्यना अपने जीवन में उतर रही है कि नहीं।

दूसरा बड़े महत्त्व का मापदंड यह कि विपश्यना के रास्ते, धर्म के रास्ते चलने वाला व्यक्ति कहीं किसी सांप्रदायिक बाड़े में तो नहीं बंधा है? मैं इस संप्रदाय का हूँ, इसलिए मेरा क्या कहना! वह उस संप्रदाय का है तो बड़ा गया गुजरा है। अरे देख, कैसे संप्रदाय में उलझा है! अपने आपको माप कर के देखना चाहिए। जिस दिन संप्रदाय के नाम का अहंकार जागने लगा, समझो हम विपश्यना के विपरीत रास्ते जाने लगे।

अरे भाई, एक आदमी अपने आपको इस नाम से पुकारता है कि उस नाम से पुकारता है, क्या फरक पड़ा रे? आदमी आदमी है। अगर भीतर का होश नहीं है, भीतर का ज्ञान नहीं है, भीतर की प्रज्ञा नहीं जागी है तो राग पर राग जगाये जा रहा है, द्वेष पर द्वेष जगाए जा रहा है, बेचारा बड़ा व्याकुल है रे! इस नाम वाला हो या उस नाम वाला हो, बड़ा व्याकुल है रे! और एक आदमी अंतर्मुखी होकर के अपना ज्ञान जगाये जा रहा है, अपनी प्रज्ञा जगाये जा रहा है, चित्त में समता स्थापित किये जा रहा है तो दुःख के बाहर निकल रहा है। यह आदमी अपने आपको इस नाम से पुकारे या उस नाम से, क्या फरक पड़ा?

एक आदमी इस कुल में जन्मा है कि उस कुल में जन्मा है; उसको लोग ब्राह्मण कहते हैं कि वैश्य कहते हैं कि क्षत्रिय कहते हैं कि शूद्र कहते हैं। आदमी तो आदमी है न, क्या फरक पड़ा? राग जगाता है, द्वेष जगाता है तो व्याकुल होता ही है। राग नहीं जगाता, द्वेष नहीं जगाता तो व्याकुलता के बाहर निकलता है। अगर बाहर निकलता है तो उसे धर्म समझ में आने लगा। यह व्यक्ति धर्मवान होने लगा। और यदि विकार जगाता है, तो धर्म कुछ नहीं समझ में आया, धर्म से बहुत दूर है। यह बात जिस व्यक्ति को जितनी जल्दी समझ में आने लग जाय, वह अपने आप को इसी मापदंड से माप कर देखेगा कि कहीं संप्रदाय को ले करके या जाति को ले करके मेरे मन में हीनभाव या अहंभाव तो नहीं आ रहा। मापेगा, और आ रहा है तो अभी बहुत कच्चा है रे!

एक और मापदंड दृष्टि का बंधन होता है, बहुत बड़ा बंधन है। न जाने कितनी पीढ़ियों से, न जाने कितनी सदियों से हम अमुक-अमुक दार्शनिक मान्यता को मानते आ रहे हैं। उसके प्रति इतना गहरा चिपकाव हो जाता है कि बस, हमारी परंपरा जिस दार्शनिक मान्यता को मानती है वही सही है। जो-जो लोग इस प्रकार की दार्शनिक मान्यता को नहीं मानते वे बिल्कुल गलत हैं। यह अंधापन जब तक नहीं निकलेगा, समझ लेना चाहिए मैं धर्म से बहुत दूर हूँ। मैं विपश्यना से बहुत दूर हूँ।

धर्म के रास्ते पर चलने वाला आदमी एक ही मापदंड से मापा जाता है कि मैं राग, द्वेष आदि विकारों से मुक्त हो रहा हूँ कि नहीं! और भी कोई व्यक्ति राग-द्वेष आदि विकारों से मुक्त हो रहा है कि नहीं

हो रहा है! अब वह इस मान्यता को मानने वाला हो या किसी अन्य मान्यता को मानने वाला हो, कोई फरक नहीं पड़ता। इस बात को जो आदमी जितनी जल्दी समझ लेगा, उतनी जल्दी इन दार्शनिक मान्यताओं की जकड़न से बाहर निकल जायगा। अब काम की बात हो गयी। अब अपने भले की तथा औरों के भले की बात ही उसके मन में आती रहेगी। विकार निकल जाना ही धर्म है। विकारों में जकड़ा रहना ही अधर्म है। विकार निकल जाना ही दुःखों से मुक्त हो जाना है। विकारों से जकड़ा रहना ही दुःखों से जकड़ा रहना है। बस, एक ही साधे सब सधे। यह बात साध ली कि मुझे विकारों से मुक्त होना है और जड़ों तक मुक्त होना है। अन्यथा केवल मानस के ऊपरी-ऊपरी हिस्से तक अपने आप को विकारों से मुक्त करके रह गया तो बुद्धि प्रांजल हो गयी, बुद्धि निर्मल हुई। जिसने यह समझ लिया कि मुझे वीतराग होना है, वीतद्वेष होना है, मुझे स्थितप्रज्ञ होना है, मुझे राग नहीं जगाना है, द्वेष नहीं जगाना है। अच्छी बात है, बुद्धि ने तो समझा। परंतु मानस का बहुत बड़ा हिस्सा जो प्रतिक्षण शरीर की संवेदनाओं के साथ जुड़ा रहता है वह सोते, जागते हर अवस्था में इस शरीर की संवेदनाओं को लेकर राग जगाता है, द्वेष जगाता है, राग जगाता है, द्वेष जगाता है। अरे, तेरी बुद्धि की मेसेज वहाँ तक गयी ही नहीं, उसका संदेश वहाँ तक पहुँचा ही नहीं। पहुँच ही नहीं सकता क्योंकि इतनी मोटी दीवार है इसके बीच में। यह दीवार कब टूटती है? जबकि संवेदनाओं की अनुभूति होने लगती है, जब इन संवेदनाओं की अनित्यता का बोध होने लगता है, जब इस अनित्यबोध पर समता जागने लगती है तब टूटती है। तब हम अंतर्मन की गहराइयों तक अपने विकारों से मुक्त होने का रास्ता पा लेते हैं।

किसी सांप्रदायिक मान्यता के साथ जुड़े होंगे तब क्या होगा?

कुछ ऐसे ही साधक साधिकाओं के केस हमारे सामने हैं। उनको देखकर बड़ी दया आती है, शरीर में जब स्थूल संवेदनाएं हैं, दुःखद संवेदनाएं हैं तब कहते हैं कि ये अनित्य हैं, ये नश्वर हैं, ये भंगुर हैं, क्योंकि इनके बाहर निकलना है, ये अच्छी नहीं लगती। इसके लिए यही करो कि ये अनित्य हैं, ये अनित्य हैं, ये अनित्य हैं; पर जैसे ही धाराप्रवाह की अनुभूति होने लगी, भंग-ज्ञान की अवस्था आई, उसको भंग-वंग नहीं मानता। सारे शरीर में सुखद अनुभूति हो रही है, तरंगों ही तरंगों हैं तब बड़ा अच्छा लगता है, ये तो कायम रहनी चाहिए। तब उस समय उस पागलपन में क्या करता है? सोचता है हमारी परंपरा की यह मान्यता है कि सारे संसार को बनाने वाला एक ऐसा ईश्वर है जो घट-घट में समाया हुआ है और उसका दर्शन होते ही मुक्ति हो जायगी। तो बस, ये जो तरंगें हैं, यही तो ईश्वर है, यही ब्रह्म है, यही ईश्वर है। अरे, मिथ्या बात का आरोपण करने लगा न? अरे, यही तो प्रपंच है शरीर और चित्त का, उसकी तरंगें महसूस होती हैं। उनमें उत्पाद-व्यय हो रहा है और तू लेप लगाए जा रहा है कि यह ईश्वर है, यह ब्रह्म है। अच्छी बात यह होगी कि मन खूब एकाग्र होगा। लेकिन उन गहराइयों तक जहां राग निकालने का काम करना था, द्वेष निकालने का काम करना था, वह कहीं दूर चला गया।

हमारी यह मान्यता है कि हमारे भीतर एक ऐसी नित्य, शाश्वत, ध्रुव आत्मा है और वह मैं हूँ। और मुझे तो कायम रहना है, हमें नित्य रहना है, ध्रुव रहना है, शाश्वत रहना है। अब क्या करे? जैसे ही यह सुखद संवेदना आयी, ये तरंगें बहने लगीं कि बस यह आत्मा है। यह नित्य आत्मा प्राप्त हो जाय और मैं नित्य के नाम से कायम रहूँ। कितनी बड़ी आकांक्षा इस बात की कि यह मेरी आत्मा है। अरे! शरीर और चित्त की तरंगें हैं भाई! वह नित्य नहीं हैं, शाश्वत नहीं हैं। और तू बात करता है नित्य की, शाश्वत की; फिर धोखे में आ गया। वह अवस्था जो सचमुच नित्य है वह शरीर और चित्त के परे है। वह अवस्था सारे इंद्रिय क्षेत्र के परे है जहां पहुँच करके आंख काम नहीं करेगी, कान काम नहीं करेगा, नाक काम नहीं करेगी, जिह्वा काम नहीं करेगी, शरीर की त्वचा काम नहीं करेगी, मन काम नहीं करेगा। छहों इंद्रियां वहां निरुद्ध हो जायेंगी तब नित्य अवस्था का साक्षात्कार होगा। और उसका आरोपण कर रहे हैं अनित्य पर, जहां प्रतिक्षण अनुभूति से जान रहे हैं कि उत्पाद होता है व्यय होता है, उत्पाद होता है व्यय होता है। अरे, चलते-चलते बीच की धर्मशाला में अटक गये रे! इसके आगे तो और लंबा रास्ता है। तुझे अभी इस अनित्य-प्रपंच से बाहर निकालना है,

उस नित्य का तुझे स्वयं की अनुभूति द्वारा साक्षात्कार करना है और तूने अनित्य को नित्य मानकर यहीं पर गाड़ी रोक दी। बड़ा दया का पात्र है, बड़ा करुणा का पात्र है।

ऐसा क्यों है, क्योंकि गहरा चिपकाव है। मेरी दार्शनिक मान्यता का क्या हुआ? हमारी परंपरा की जो मान्यता थी वह कहाँ गयी? अरे, यह शरीर और चित्त ही देखते जायेंगे तो हमारी मान्यता कहाँ गयी? अरे, समझो भाई! यह शरीर और चित्त को क्यों देख रहे हैं, क्योंकि यही हमारे लिए बंधन हैं। इसमें जहाँ सुखद अनुभूति हुई वहीं राग से बँधेगा, जहाँ दुःखद हुई वहीं द्वेष से बँधेगा। अरे, इसे इसलिए देख रहे हैं कि कहीं इस अनित्य में उलझ न जायें। इसके बाहर निकलना है। अंतिम लक्ष्य यह नहीं है। यह तो साधन है, जिसके सहारे साध्य तक पहुँचना है। इस साधन को ही हमने साध्य बना लिया, इस बंधन को ही मुक्ति की अवस्था मान ली तो कहाँ पहुँचेंगे मुक्त अवस्था तक?

भारत के इतिहास को कोई आदमी एक निष्पक्ष समालोचक की तरह देखे तो साफ जाहिर होगा कि धर्म जब अपने शुद्ध रूप में जागता है तब लोगों के मन से विकारों से मुक्ति दिलाने का काम करता है। उसमें जैसे-जैसे अशुद्धि आने लगती है, वैसे-वैसे उसमें जातिवाद के रंग चढ़ने लगते हैं, संप्रदाय के रंग चढ़ने लगते हैं और इन दार्शनिक मान्यताओं के रंग चढ़ने लगते हैं। धर्म अपने शुद्ध स्वरूप को खो बैठता है। फिर कोई व्यक्ति सच्चाई को जान करके धर्म का शुद्ध स्वरूप सामने रखता है। अरे, वीतराग हो जाना धर्म है, वीतद्वेष हो जाना धर्म है, बाकी सारी बातें निकम्मी। तुम वीतराग जड़ों तक हो रहे हो कि नहीं हो रहे, वीतद्वेष जड़ों तक हो रहे हो कि नहीं हो रहे हो। और देखो यह तरीका है ऐसे होने का। उन जड़ों तक पहुँचो! जहाँ राग जागता है उसे रोको, जहाँ द्वेष जागता है उसे रोको! बाकी सारी बातों को एक ओर रखो! धर्म अपने शुद्ध रूप में जागता है तब लोक-कल्याण होना शुरू होता है।

फिर कुछ समय बीतता है, पागलपन सिर पर सवार होता है। हमारी दार्शनिक मान्यता का क्या हुआ? अरे हमारी दार्शनिक मान्यता... रोते हैं अपनी दार्शनिक मान्यता को लेकर। अरे, तेरे बंधन का क्या हुआ उसे देख न? राग में बँधे जा रहा है, द्वेष में बँधे जा रहा है, आसक्ति में बँधे जा रहा है। उसका क्या हो रहा है यह नहीं देखेगा। मेरी दार्शनिक मान्यता का क्या हुआ? अच्छा, तो इस पर आरोपित कर, यह जो अवस्था है, जिसमें बड़ा आनंद भी है, बस यही सत्य है, यही चित्त है, यही आनंद है, यही नित्य है। अरे बावले आदमी, उस समय इतना तो देख कि तेरी इंद्रियां काम कर रही हैं कि नहीं? वह तो इंद्रियातीत अवस्था है। देख, होश कर, आंख खोल कर देख ले। दिखता है कि नहीं? कान से सुन कर देख, पटाखे सुनाई देते हैं कि नहीं? नाक से सुगंध आती है कि नहीं? तेरी सारी इंद्रियां काम कर रही हैं और बात नित्य की करता है, ध्रुव की करता है। कहाँ उलझ गए, कहाँ उलझ गए! मूल कारण यही है कि गहरी आसक्ति पैदा कर दी जाती है।

भारत में या संसार में जब-जब कोई संप्रदाय बनता है तो वह किसी दार्शनिक मान्यता के आधार पर ही बनता है। कोई अपनी दार्शनिक मान्यता को सिर पर चढ़ाता है और एक संप्रदाय का निर्माण हो जाता है। दूसरा व्यक्ति दूसरी दार्शनिक मान्यता को अपने सिर पर चढ़ाता है और दूसरे संप्रदाय का निर्माण हो जाता है। और जिन-जिन को अपने संप्रदायों से चिपकाव है, वे बार-बार अपनी दार्शनिक मान्यताओं को ऊपर उठायेंगे। उनका संप्रदाय इसी बात का पर खड़ा है कि हमारा संप्रदाय अमुक दार्शनिक मान्यता मानता है। राग निकले या न निकले, द्वेष निकले या न निकले। अरे, किस अवस्था में पहुँच गए? क्या हालत बना दी?

एक बहुत बड़ा आचार्य हमें लिखता है कि आपकी साधना तो केवल राग-द्वेष निकालती है, हम आत्मा का दर्शन करवाते हैं। अरे बाबा, तुमको आत्मा का दर्शन करना जरूरी है या तेरा राग-द्वेष निकलना जरूरी है? राग-द्वेष निकले या ना निकले, आत्मा का दर्शन होना चाहिए। अच्छा, दर्शन हो गया! तो क्या राग निकल गया? राग तो नहीं निकला। द्वेष निकल गया? द्वेष तो नहीं निकला। वासना निकली क्या? वासना तो नहीं निकली। अरे, तो क्या हो गया? धोखा हो गया ना! हम सोचना ही बंद कर देते हैं। जहाँ संप्रदाय हमारे सिर

पर सवार होता है, वहाँ ये दार्शनिक मान्यताएं हमारे सिर पर सवार होती हैं, सोचना बंद कर देते हैं और धर्म की हानि होने लगती है। अरे, धर्म की क्या हानि होगी? हानि तो अपनी होने लगती है। अपने आपको धोखे में रख करके कहता है यह मान्यता तो रहनी ही चाहिए। आदमी इस भुलावे में कितना खुश हो जाता है। अरे, भुलावा तो शराब का भी होता है भाई! तो नशा कर ले, उस भुलावे में देख कितना खुश हो जायगा? सारे गम गलत हो जायेंगे तेरे? फिर वैसा का वैसा रहेगा ना? तेरी जड़ें नहीं सुधरी ना, तेरा रोग जड़ों से नहीं निकला ना?

अरे भाई, विपश्यना के रास्ते चलना है तो 'एके साथे सब सधे', बस एक ही बात कि मानस को जड़ों से सुधारो। हमारे मानस का वह हिस्सा जिसको लोग सुषुप्त (unconscious) कहते हैं, वह सुषुप्त नहीं है। वह प्रतिक्षण शरीर पर होने वाली संवेदनाओं के साथ जुड़ा हुआ है। वह तो प्रतिक्षण, हमारी नादानी में, नासमझी में सुखद अनुभूति पर राग पैदा करता रहता है, दुःखद अनुभूति पर द्वेष पैदा करता रहता है। वहाँ, उस अवस्था में अपने मानस के स्वभाव को सुधारना है। बस, इतना किया तो, दार्शनिक मान्यता यह है कि वह है, अपने आपको इस नाम से पुकारते हैं या उस नाम से, इस जातिवाले हैं उस जातिवाले, वह सब गौण हो जायगा। सब निकम्मा लगने लगेगा। काम की बात सामने आयगी, अर्थ की बात सामने आयगी, धर्म की बात सामने आयगी। बड़ा कल्याण होगा, बड़ा कल्याण होगा।

धर्म के रास्ते चलने आए हैं, तो कल्याण होना ही चाहिए, मंगल होना ही चाहिए, स्वस्ति मुक्ति होनी ही चाहिए। कदम-कदम चलते हुए उस नित्य, शाश्वत, ध्रुव अवस्था का स्वयं साक्षात्कार करना है, जहाँ इंद्रियां काम करना बंद कर देंगी। उस अवस्था का साक्षात्कार हुए बिना किसी अन्य बात को नित्य नहीं मान लेंगे तो ही आगे बढ़ेंगे।

सबका खूब मंगल हो! खूब कल्याण हो! सभी साधकों की स्वस्ति हो, मुक्ति हो! स्वस्ति हो, मुक्ति हो!

कल्याणमित्र,
सत्यनारायण गीयन्का

मंगल मृत्यु

१. हैदराबाद के वरिष्ठ सहायक आचार्य श्री टी. मधुसूदन प्रसाद गत २ सितंबर को दिवंगत हुए। इनकी पत्नी श्रीमती रमालक्ष्मी भी स.आ. हैं। उन्होंने अनेक साधकों की धर्मसेवा की है। इस पुण्य से उनका मंगल ही होगा। दिवंगत की शांति-मुक्ति के लिए धम्म परिवार की श्रद्धांजलि एवं मंगल कामनाएं!

२. बंगलूरु (बंगलोर) के सहायक आचार्य श्री उदय शेखर ने गत २९ सितंबर को शांतिपूर्वक शरीर छोड़ा। वे सपत्नीक धम्मपफुल्ल केंद्र पर सेवारत रह कर अनेकों के कल्याण में सहायक हुए। दिवंगत की शांति-मुक्ति के लिए धम्म परिवार की श्रद्धांजलि एवं मंगल कामनाएं!

नये विपश्यना केंद्र

'धम्म भण्डार' विपश्यना केंद्र, भंडारा (महाराष्ट्र)

विदर्भ क्षेत्र के भंडारा शहर में स्थित 'धम्म भण्डार' विपश्यना केंद्र में लगभग ४० साधकों की सुविधा का निर्माणकार्य संपन्न हो चुका है। गत एक वर्ष से यहाँ विपश्यना के कई शिविर भी लग चुके हैं। **संपर्क पता-** धम्म भण्डार विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलोनी, सहकार नगर, भंडारा (महाराष्ट्र), फोन- १. श्री सलूजा- ९४२३६७३५७२, २. श्री सुनील बागडे- ९४२२८२३८८६.

धम्म अरुणाचल विपश्यना केंद्र, तिरुवन्नमलाई, त.ना.

तमिलनाडु के तिरुवन्नमलाई में एक नये केंद्र का निर्माण हुआ है जो कि सदियों से दक्षिण भारत की आध्यात्मिक संपदा का केंद्र रहा है और अरुणाचल पर्वत पर लाखों की संख्या में तीर्थ-यात्री आते रहे हैं। प्रारंभ में इस केंद्र पर ३ दिवसीय शिविर लगेंगे और सुविधाएं बढ़ने पर इस वर्ष के अंत तक १०-दिवसीय शिविर लगाने की योजना है। **संपर्क:** इमेल- arunachala.dhamma@gmail.com

धम्म गृह, कांचीपुरम्, तमिलनाडु

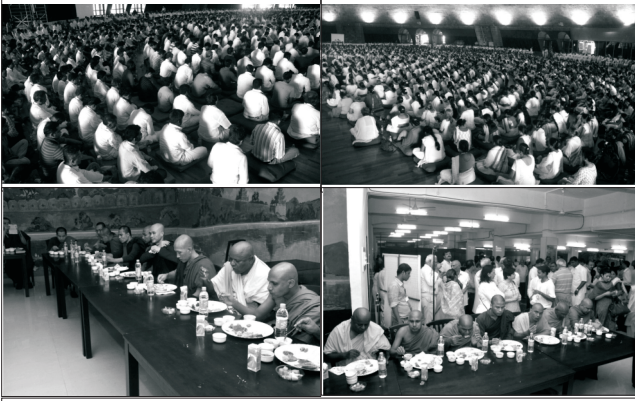
तमिलनाडु के कांचीपुरम् में एक नये 'धम्म गृह' का निर्माण हुआ है। कांचीपुरम् विगत १००० वर्षों तक धम्म अभ्यास का प्रमुख केंद्र रहा है। इस स्थान पर अभी २-दिवसीय तथा ३-दिव. शिविर होंगे। **संपर्क:** kanchi.dhamma@gmail.com

बुद्ध स्मृति पार्क, पटना में एक दिवसीय शिविर संपन्न

विगत २८ सितंबर को पूज्य गुरुदेव की पुण्य-तिथि पर बुद्ध स्मृति पार्क में एक दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया, जिसमें बिहार तथा अन्य राज्यों के कुल ९१ साधक-साधिकाएं सम्मिलित हुए। यहाँ हर माह **दूसरे रविवार को एक-दिवसीय** होते रहेंगे, यथा- १४-१२, ११-१-१५, ८-२, ८-३ ... बुकिंग के लिए **संपर्क-** ०७७३९१ ३५७३५.

ग्लोबल पगोडा पर महाशिविर एवं संघदान संपन्न

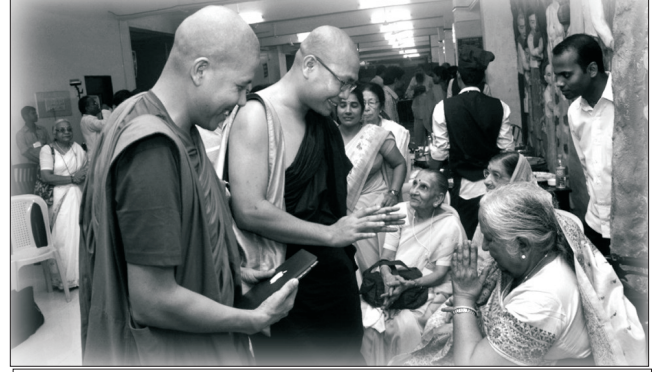
पूज्य गुरुदेव की प्रथम पुण्यतिथि पर ग्लोबल विपश्यना पगोडा पर महाशिविर एवं संघदान का आयोजन बहुत सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। हजारों की संख्या में साधक-साधिकाएं लाभान्वित हुए और शताधिक भिक्षुओं को संघदान देकर लोग पुण्यलाभी हुए। इस अवसर पर लिये गये कुछ छायाचित्र--



ऊपर- पगोडा में बैठे साधनारत साधक/साधिकाएं तथा नीचे- भिक्षुगण भोजन ग्रहण करते हुए

पगोडा परिसर में स्थित 'धम्मालय' अतिथिगृह

धम्मालय अतिथिगृह में आवास तथा इसकी बुकिंग के लिए स्वतंत्र संपर्क और ईमेल इस प्रकार है-- संपर्क- श्री विश्वदेव त्रिपाठी, मो. ९७६९०४८२६०, फोन- ०२२-३३७४७५९९ या ३३७४७५०९. Email: info.dhammadalaya@globalpagoda.org



पूज्य माताजी को आशिर्वाद देते भिक्षुगण

सयाजी ऊ वा रिवन की पुण्य-तिथि के उपलक्ष्य में एक-दिवसीय महाशिविर

18 जनवरी २०१५ को पूज्य माताजी की उपस्थिति में 'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' में एक दिवसीय महाशिविर होगा। शिविर-समय: प्रातः 11 बजे से अपराह्न 4 बजे तक. 3 बजे के प्रवचन में बिना साधना किये लोग भी बैठ सकते हैं। बुकिंग के लिए कृपया निम्न फोन नंबरों या ईमेल से शीघ्र संपर्क करें। कृपया बिना बुकिंग कराये न आयें और समगानं तपोसुखो- सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं। संपर्क: 022-28451170 022-337475-01/43/44- Extn. 9, (फोन बुकिंग : 11 से 5 बजे तक, प्रतिदिन) Online Regn.: www.oneday.globalpagoda.org

दोहे धर्म के

गुरुवर-मैत्री से सदा, धर्म उजागर होय।
नवल वर्ष इस जगत हित, मंगलदायी होय॥
नवल वर्ष में जगत में, जगे धरम की ज्योत।
जन-जन के मन में भरे, मंगल ओतप्रोत॥
नवल वर्ष की साधना, नवल वर्ष का ध्यान।
जन-जन का मंगल करे, जन-जन का कल्याण॥
शुद्ध धरम फिर से जगे, दुखिया रहे न कोय।
शुद्ध धरम घर-घर जगे, सब विधि मंगल होय॥
फिर से जागे जगत में शुद्ध धरम की ज्योत।
मिटे अंधेरा मोह का, मिले मुक्ति का स्रोत॥

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

मंगलमयी विपस्सना, विधि दीनी भगवान।
प्रतिदिन रै अभ्यास स्यूं, साधै निज कल्याण॥
घोर द्रोह स्यूं, ड्रेस स्यूं, रह्यो हियो अकुळाय।
धन! विपस्सना साधना, निरमळ दियो बणाय॥
धन्य भाग! सावण मिली, निरमळ पायो नीर।
आओ धोवां आप ही, अपणा मैला चीर॥
विपस्सना सुखदायिनी, के भिक्खु, के भूप।
अंग अंग प्यारी लगै, ज्यूं स्याळै री धूप॥
पतित पावनी साधना, जन जन करै निहाल।
दुरजन स्यूं सज्जन हुवै, खूनी अंगुलिमाळ॥

मोरया ट्रेडिंग कंपनी

सर्वो स्टॉकिस्ट - इंडियन ऑईल, ७४, सुरेशदादा जैन शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, एन.एच.६, अजिंठा चौक, जलगांव - ४२५ ००३, फोन. नं. ०२५७-२२९०३७२, २२९२८७७
मोबा.०९४२३९८७३०९, Email: morolium_jal@yahoo.co.in
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: 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 2558, कार्तिक पूर्णिमा, 6 नवंबर, 2014

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 Iगतपुरी-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