बुद्धवर्ष २५४६, ज्येष्ठ पूर्णिमा, २४ जून, २००२ वर्ष ३१ अंक १३

धम्मवाणी

चरथ, भिक्खवे, चारिकं बहुजनहिताय बहुजनसुखाय लोकानुकम्पाय अत्थाय हिताय सुखाय देवमनुस्सानं।

– विनयपिटक, महावग्ग, पृष्ठ २५

भिक्षुओ! बहुत लोगों के हित के लिए, बहुत लोगों के सुख के लिए, लोक पर अनुकम्पा करने के लिए, देवताओं और मनुष्यों के प्रयोजन के लिए, हित के लिए, सुख के लिए विचरण करो।

विपश्यना साधना अब – आंतरिक प्रज्ञा द्वारा आंतरिक शांति

गोयन्काजी की पश्चिम देशों की यात्रा – अप्रैल से अगस्त २००२

दिवस १, अप्रैल १०, विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड, यू. के.

धम्मदीप

धम्मदीप विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड। गोयन्काजी की चार महीनों तक थकाकर चूर कर देने वाली पश्चिम देशों की यात्रा का पहला पड़ाव। यहां गाड़ी से बाहर आते ही उन्होंने कहा –बुढ़ापा दुःख है, बुढ़ापा दुःख है – जरापि दुक्खा, जरापि दुक्खा। पर वे दुःखी नहीं दिख रहे थे। मुस्करा रहे थे। इसके पहले कि दूसरे उनकी यात्रा के बारे में पूछें उन्होंने उनके स्वागत के लिए प्रतीक्षा करने वालों से पूछा –आप सभी लोग सुखी तो हैं? उन्होंने इसका उत्तर भी स्वयं ही दिया –'आपलोग अवश्य सुखी हैं, धम्मदीप पर रह रहे हैं जो।'

धम्मदीप पर पहुँचने के पहले गोयन्काजी और माताजी को सफर करते सोलह घंटे से अधिक हो गये थे।

दिवस २, अप्रैल ११, विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड, यू. के.

धर्म के स्मारक

आज का दिन ठंडा था, पर धूप खिली थी। बहुत से साधक अपने परिवार के साथ गोयन्काजी से तीसरे पहर मिले। धम्मदीप पर वसंत का आगमन पहले ही हो गया था, फलतः महिला निवासस्थान के सामने वाले दोनों चेरी के वृक्षों पर फूल खिल गये थे।

यूरोप के सहायक आचार्यों की वार्षिक सभा के समापन भाषण में गोयन्काजी ने कहा –"आप सभी धर्म के प्रतिनिधि हैं। लोग आपके जीवन को देखकर ही विपश्यना का मूल्यांकन करेंगे।

"मनुष्यों में दो गुण दुर्लभ हैं। पुब्बकारी (जो निःस्पृह हो दूसरों की सेवा करते हैं) और कतञ्ञु, कतवेदी (कृतज्ञ)। पुब्बकारी अर्थात दूसरों की सेवा के बदले में बिना किसी आशा के करना, बिना रुपये-पैसे या नाम या यश की आशा किये करना। आप यहां दूसरों की सेवा करने के लिए हैं।

"कभी-कभी आप रुपये-पैसे या नाम तथा यश की आशा न भी करें पर आदर पाने की आशा रखते हैं, या नहीं तो आप में अहंकार आ जाता है। यह आपके लिए बड़ा ही हानिकारक है।

"फल के भार से वृक्ष की शाखं झुक जाती है। उसी तरह जैसे प्रज्ञा भावित करने वाला बहुत विनम्र हो जाता है।

"आप को यह विधि मिली, क्योंकि बुद्ध ने अनेक जन्मों में पारमिताओं को पूरा कर इसे खोज निकाला, क्योंकि म्यांमार के भिक्षु संघ ने इसको शुद्ध रूप में सहस्राब्दियों तक सुरक्षित रखा और इसलिए भी कि मेरे आचार्य सयाजी ऊ बा खिन की बलवती इच्छा थी कि विपश्यना भारत जाय और वहां से सारे विश्व में फैले।

"जब उन्होंने मुझे भारतवर्ष में धर्म सिखाने को कहा तब मैंने संदेह व्यक्त किया –'गुरुवर, मेरे जैसा एक साधारण गृहस्थ, एक साधारण व्यापारी धर्म कैसे सिखा सकता है? और वह भी ऐसे देश में जहां मुश्किल से कोई मुझे जानता हो?' सयाजी खूब जोर से हँसे और कहा –'चिंता मत करो तुम नहीं जा रहे हो, मैं जा रहा हूं।' प्रथम शिविर से ही जब मैं आनापान सिखाता हूं तब मैं यह कहते हुए प्रारंभ करता हूं –'गुरुवर, मैं आप की ओर से धर्म सिखा रहा हूं।' पुनः जब मैं विपश्यना सिखाता हूं तब मैं कहता हूं कि 'मैं आपके प्रतिनिधि के रूप में धर्म सिखा रहा हूं।' आप सभी सयाजी ऊ बा खिन के प्रतिनिधि हैं।

"भारत के मुंबई शहर में मैंने ग्लोबल पगोडा प्रोजेक्ट प्रारंभ किया है, इसलिए नहीं कि वहां एक विशाल ध्यान-कक्ष बने जिसमें शैक्षिक प्रदर्शनी हो बल्कि इसलिए कि वह बुद्ध का स्मारक हो, म्यांमार के प्रति हमारी कृतज्ञता का प्रतीक हो, और सयाजी ऊ बा खिन के प्रति हमारी कृतज्ञता का प्रतीक हो। इस पेगोडा की एक शिक्षाप्रद भूमिका होगी और यह लोगों को बुद्ध के बारे में इन शताब्दियों में उनके साथ क्या हुआ इस सत्य के बारे में सूचना देने में सहायता करेगा।

"बुद्ध ने कहा था –'सुखा सङ्घस्स सामग्गी, समग्गानं तपो सुखो' – साधकों का एकत्र होना सुख की बात है और जब वे एक साथ साधना करते हैं तब यह और भी सुख की बात है। आप सभी यहां एक साथ सामूहिक ध्यान कर रहे हैं –यह बड़ा सुख है। ग्लोबल

पगोडा इस तरह का अवसर हजारों साधकों को प्रदान करेगा।

"इससे भी अधिक महत्त्वपूर्ण यह है कि आप सभी यह समझें कि आप में से हर व्यक्ति धर्म का ही स्मारक है। आप में से हर व्यक्ति सयाजी ऊ बा खिन के स्मारक हैं। हर साधक स्मारक है। हर साधक को धम्म का प्रकाशस्तंभ बनना चाहिए। यह तभी संभव है जब आप धर्मानुसार जीवन जीयें।"

दिवस ३, अप्रैल १२, विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड, यू. के.

बच्चा और अंगारा

प्रातःकाल ही स्थानीय बी. बी. सी. रेडियो द्वारा गोयन्काजी का साक्षात्कार लिया गया और उसके बाद बी. बी. सी. वर्ल्ड सर्विस (विश्व सेवा) द्वारा। इन साक्षात्कारों के बाद वे एक-एक कर साधकों से मिले, न्यासियों तथा सहायक आचार्यों से मिले। इस तरह उन्होंने शेष दिन बिताया।

शाम में उन्होंने हेयरफोर्ड शहर के निकट सेंट पीटर्स स्क्वायर के शायर हॉल में सार्वजनिक भाषण दिया। हॉल खचाखच भरा था। साधकों को बगल के कमरे में जाने के लिए कहा गया ताकि जो साधक नहीं थे (जिन्होंने कभी एक भी साधना शिविर में भाग नहीं लिया था) उनको जगह मिल सके। अपने भाषण में गोयन्काजी ने विपश्यना विधि की व्याख्या की। यह सरल तथा सार्वजनीन है। यह सबों को हमारे अंदर की गहराइयों में क्या हो रहा है इसके प्रति सजग और सचेत बनाकर लाभान्वित करती है। उन्होंने एक बच्चे और अंगारे का उदाहरण दिया। बच्चा नासमझी के कारण अंगारे को लाल खिलौना समझता है। मां बच्चे को उस तक नहीं जाने देकर उसकी रक्षा करती है। लेकिन मां जब आस-पास नहीं होती तब बच्चा अंगारे के साथ खेलने का प्रयत्न करता है। जिस समय वह उसे छूता है, तुरंत अपना हाथ खींच लेता है, क्योंकि वह उसे जलाता है। नासमझ बच्चा जल्दी ही सीख जाता है कि यह अंगारा उसका नुकसान करेगा यदि वह उसे छूएगा। लेकिन हम बड़े लोग सोचते हैं कि हमलोग बहुत जानते हैं। लेकिन हम लोग बार-बार गलती करते हैं। नासमझी के कारण हमलोग तरह-तरह के विकार जैसे क्रोध, घृणा, भय, ईर्ष्या और तृष्णा को जन्म देते रहते हैं और अंदर ही अंदर जलते रहते हैं। विपश्यना के अभ्यास से हमारे अंदर क्या हो रहा है इसके प्रति हम सचेत और सावधान होते हैं और बार-बार के प्रत्यवेक्षण तथा सजगता से, बार-बार के अभ्यास से, हमलोग विकारों को, जो हमें जलाते हैं, दूर करना सीखते हैं।

भाषण के बाद स्थानीय पत्रकारों ने गोयन्काजी का साक्षात्कार लिया। वे इस नयी विधि के बारे में, जो मन को विकारों से दूर रहना सिखाती है तथा जो उनके क्षेत्र के एक केंद्र पर सिखायी जाती थी, जानने को उत्सुक थे। एक संवाददाता ने गोयन्काजी से पूछा – वे लोग जो ईश्वर में विश्वास करते हैं, उनको सर्वशक्तिमान ईश्वर ही अच्छे गुण देते हैं, उनको दयालु आदि बनाते हैं। दूसरी ओर आप हैं कि हर व्यक्ति को अपने मानस को शुद्ध करने की जिम्मेवारी लेने को कहते हैं। सिर्फ ईश्वर की प्रार्थना ही क्यों नहीं करते इसके लिए? गोयन्काजी मुस्कुराये और कहा –'ईश्वर उसी की सहायता करता है जो अपनी सहायता आप करता है। सम्यक उपाय से मन को विकारों से दूर रखकर अपने को सहायता करना सीखें; आप पायेंगे कि आपको सब तरफ से सहायता मिल रही है।'

दिवस ४, अप्रैल १३, विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड, यू. के.

माता जी की भूमिका

पूरे यूरोप से साधक एक दिन की साधना में भाग लेने धम्मदीप आये। गोयन्काजी ने चार सौ से अधिक लोगों को विपश्यना दी। इसके बाद साधकों तथा कुछ पत्रकारों के साथ व्यक्तिगत साक्षात्कार हुए।

एक पत्रकार ने पूछा – माता जी अपनी इच्छा से क्यों आप के साथ बराबर रहती हैं और दुष्कर यात्राओं में आप की सहायता करती हैं? गोयन्काजी ने कहा कि वे इसलिए करती हैं कि उनको लाभ हुआ है और वे दूसरों के साथ उस लाभ को बांटना चाहती हैं। जब मैं धर्म प्रवचन करता हूं या श्रोताओं के प्रश्नों का उत्तर देता हूं तब वह मेत्ता की भावना कर अनुकूल वातावरण तैयार करने में सहायता करती हैं। बहुत से आध्यात्मिक गुरुओं ने अतीत में अपनी शिष्याओं से अनुचित लाभ लेने में अपने पद का दुरुपयोग किया है। मेरे साथ माता जी का बराबर रहना स्त्रियों में आत्म-विश्वास पैदा करता है। भारत की कुछ स्त्रियां जो अपनी व्यक्तिगत समस्याएं मुझसे कहने में संकोच करती हैं, वे माता जी के पास जाती हैं। वे और भी तरह से मेरी सहायता करती हैं। मेरी जरूरतों का ख्याल रखती हैं और सहायता करती हैं। उनकी उपस्थिति से बहुतों के मन में, विशेषकर भारतीयों के मन में, जो भ्रांति है की बुद्ध की धर्म देशना गृहस्थों के लिए नहीं है, दूर हो जाती है।

दिवस ५, अप्रैल १४, विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड, यू. के.

गृहस्थ और भिक्षु

जिस परंपरा की मशाल को गोयन्काजी आज लिए चल रहे हैं वह मुख्यतया गृहस्थों की परंपरा है। बहुत से विपश्यी साधक अपने परिवार को गोयन्काजी से मिलाना चाहते थे और जिनके पास जवान बच्चे थे, वे बच्चों को उनसे मिलाना चाहते थे। आज की सुबह गोयन्काजी ने विपश्यी साधकों के परिवारों से भेंट की।

लेकिन आज की बड़ी घटना थी संघदान। संघ धर्म का निधान है, भंडार है। दो सहस्राब्दियों तक इसने धर्म को जीवित परंपरा के रूप में रखा है। बुद्ध शिक्षा की शुद्धता, भिक्षुओं ने गुरुशिष्य परंपरा से बनाये रखी है। और इस शुद्धता ने यह सुनिश्चित किया है कि बुद्ध की शिक्षा का आज भी व्यापक उपयोग है तथा व्यापक आकर्षण अपील है। जिनको विपश्यना से लाभ मिलता है वे संघ के प्रति कृतज्ञ हैं। उनके मन में संघ के प्रति आदर का भाव है क्यों कि संघ ने बुद्ध की शिक्षा को जीवन में उतारने के लिए सर्वस्व का त्याग कर अपने जीवन को समर्पित कर दिया है। आदरणीय भिक्षुओं को धम्मदीप पर आमंत्रित किया गया था। पहले उन्हें भोजन कराया गया (भोजन-दान दिया गया) और फिर उन्हें आवश्यक प्रत्यय – जैसे चीवर आदि दिये गये। सैकड़ों लोग वहां भिक्षुओं को भोजन करा पुण्यार्जन करने के लिए उपस्थित थे।

तब गोयन्काजी ने उपस्थित लोगों को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि वे इस धर्म के प्रति चार कारणों से आकर्षित हुए। पहला कारण था सयाजी ऊ बा खिन का संत-स्वभाव। दूसरा कारण इस धर्म के प्रति आकर्षित होने का यह था कि इसका अभ्यास इसी जीवन में तुरंत फल देता है, अर्थात यह आशुफलदायक है। तीसरा कारण यह था कि यह सांप्रदायिक नहीं है और चौथा यह था कि मुझे बुद्ध की इस शिक्षा में कोई ऐसी चीज नहीं दिखाई दी है जो आपत्तिजनक है।

दिवस ६, अप्रैल १५, विपश्यना केंद्र, हेयरफोर्ड, बरमिंघम, यू. के.

अनमोल धर्म का मोल

यू. के. में जब विपश्यना जड़ जमा रही थी तब बर्मिंघम में साधकों का एक छोटा किंतु समर्पित समूह था। इस यात्रा के दौरान बर्मिंघम विश्वविद्यालय में प्रवचन देने के लिए गोयन्काजी ने आमंत्रण स्वीकार किया। वे एभॉन रूम में प्रवचन देने गये। जैसा वे अपने प्रवचनों में बराबर करते हैं, वैसे ही गोयन्काजी ने यहां भी श्रोताओं को प्रबोधित करते हुए कहा कि इस विधि को आजमा कर तो देखें। उन्होंने कहा कि न तो यह विधि सीखने की कोई फीस है और न विपश्यना शिविरों में रहने-खाने की फीस ही देनी पड़ती है। लेकिन हां, आपको कीमत देनी पड़ेगी और वह कीमत है अपने अमूल्य जीवन के मूल्यवान दस दिन। शाम के लगभग ९ बजे थे जब गोयन्काजी बर्मिंघम से विदा हुए। वे मध्य रात्रि के बाद लंदन पहुँचे। श्रीमती और श्रीमान हर्षद भाई पटेल जिनके घर में लंदन के प्रवास के दौरान गुरुजी रहने वाले थे, अपने पुत्रों के साथ गुरुजी तथा माता जी के स्वागत के लिए प्रतीक्षा कर रहे थे। आज का दिन भी बड़ा ही व्यस्त दिन था।

दिवस ७, अप्रैल १६, लंदन, यू. के.

बुद्ध के संदेश को फैलाना

आज गोयन्काजी बी. बी. सी. के 'जिमी यंग शो' में दिखाई दिये। विपश्यना का क्या प्रभाव कैदियों तथा पेशेवर लोगों पर होता है – इसको जानने में मेजबान को रुचि थी – (मेजबान को यह जानने की दिलचस्पी थी कि विपश्यना का कैदियों तथा पेशेवर लोगों पर क्या प्रभाव होता है)। गोयन्काजी ने स्टुडियो में एक छोटा प्रवचन दिया, पर जब तक शो चलता रहा बहुत से ई-मेल आये और बहुत लोगों ने टीका-टिप्पणी की तथा अपने मत प्रकट किये।

शाम में उन्होंने हेरो के कदवा पटिदार केंद्र पर जनसभा को संबोधित किया। उन्होंने गत वर्ष भी इसी स्थान पर भाषण दिया था। श्रोताओं में बहुत जातियों तथा बहुत धर्मों के मानने वाले लोग थे। बहुत से भारतीय मूल के भी थे। गोयन्काजी ने अंग्रेजी तथा हिंदी में तीस-तीस मिनटों का प्रवचन दिया।

इन प्रवचनों में गोयन्काजी ने कहा कि आध्यात्मिकता बिना धर्म खाली डिब्बे के समान है, एक ऐसे प्रकाशगृह के समान जहां प्रकाश ही नहीं है। उन्होंने कहा कि बहुत सारे झगड़े धर्म के खोल में आसक्ति के कारण होते हैं और हम लोग सार पर ध्यान ही नहीं देते।

धर्म का अर्थ यह सीखना है कि कैसे हम न तो अपने आप को और न दूसरों को नुकसान पहुँचायें। यह दुःख से मुक्त होने का एक रास्ता है।

उन्होंने महाभारत से दुर्योधन का उदाहरण देकर इसे समझाया। वह कहता था – 'मैं धर्म जानता हूं, पर मेरी उसमें रुचि नहीं होती और यह भी जानता हूं कि अधर्म क्या है, पर उससे अरुचि नहीं होती।' हमलोग दुर्योधन की तरह हैं। बौद्धिक स्तर पर यह जानते तो हैं कि धर्म क्या है, पर जीवन में सदा एक ही तरह की गलतियां करते रहते हैं क्योंकि हमारा मन नियंत्रण में नहीं होता है, इसलिए यह शुद्ध नहीं होता है।

संत संत ही है चाहे वह हिंदू हो या मुसलमान, सिख हो या क्रिश्चियन या यहूदी। पंजाब के एक मुस्लिम संत ने कहा है – जब तक तुम अपने को नहीं जानोगे, अल्लाह को नहीं जान सकते।

सभी संत तो यही सिखाते आये हैं कि कैसे सुखी और शांतिमय जीवन बिताया जाय। बुद्ध ने इसको प्राप्त करने का एक व्यावहारिक मार्ग दिखाया। आधुनिक विज्ञान बाहरी सत्य की खोज में लगा है। लेकिन बुद्ध के अनुसार इस साढ़े तीन हाथ की काया में ही सत्य के दर्शन हो सकते हैं – दुःख का कारण क्या है और दुःख से छुटकारा पाने का मार्ग क्या है।

दिवस ८, अप्रैल १७, लंदन, यू. के.

दान में जो रुपये-पैसे मिलते हैं उसके प्रति सावधान रहें

कदवा पटिदार हॉल, लंदन में एक-दिवसीय शिविर में गोयन्काजी ने विपश्यना दी। शाम को उन्होंने अचार्यों, न्यासियों तथा पुराने धम्मसेवकों से बात की। बातचीत में उन्होंने कहा कि विपश्यना केंद्रों पर होने वाले व्यय के प्रति हमें सावधान होना चाहिए। अगर एक केंद्र को दान में बहुत पैसे मिलते हैं तो भी हमें वहां फजूलखर्ची से बचना चाहिए क्योंकि संभावना है कि दूसरे केंद्र इसका अनुकरण करने लगें। आचार्यों और न्यासियों को सर्वप्रथम आधारभूत सुविधाओं की व्यवस्था करनी चाहिए। हर न्यास को कोशिश करनी चाहिए कि वह दूसरे से कर्जन ले। दान में पाये पैसे के प्रति अपने पैसे से अधिक सावधान रहने की जरूरत है।

दिवस ९, अप्रैल १८, लंदन, यू. के./न्यूयार्क/यू. एस. ए.

अटलांटिक के पार

गोयन्काजी और माताजी प्रातःकाल न्यूयार्क के लिए हवाई जहाज से रवाना हुए। न्यूयार्क हवाई अड्डे पर कुछ साधकों ने उनका स्वागत किया। पार्टी के सदस्य भिन्न-भिन्न भवनों में रखे गये। शाम के लिए तैयार होने में उन लोगों को कुछ समय लगा।

दिवस १०, अप्रैल १९, न्यूयार्क, यू. एस. ए.

आयोजकों से मुलाकात

पिछले पंद्रह दिनों में जिन पत्रों के उत्तर नहीं दिये गये थे, गोयन्काजी ने उन पत्रों के उत्तर दिये। दुनिया भर से बहुत से संदेश आये थे, गोयन्काजी ने सबका उत्तर दिया। शाम को उन्होंने 'स्पिरिट इन बिजनेस' कांफ्रेंस के आयोजकों तथा कुछ साधकों को साक्षात्कार दिया। विपश्यी साधक वेनेट मिलर, जिन्हें फिल्म बनाने में पुरस्कार भी मिला है और जिन्होंने इस यात्रा को फिल्मांकित करने का बीड़ा उठाया है, गोयन्काजी से थोड़ी देर के लिए मिले। करुणा फिल्मस की एलोना एरियल भी वहां उपस्थित थीं।

दिवस ११, अप्रैल २०, न्यूयार्क, यू. एस. ए.

सभी प्राणी निर्भीक हों

मनहट्टन कॉलेज के बोरो नगर में एक दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया। वर्षा हो रही थी, फिर भी इस एक दिवसीय साधना शिविर के लिए सैकड़ों साधक एकत्र हुए थे। गोयन्काजी ने विपश्यना दी और वे लोअर मनहट्टन ग्राउंड जीरो देखने गये। जहां एक दिवसीय शिविर लगा था, वहां से कार से जाने पर कुछ ही मिनटों पर यह स्थल है। गोयन्काजी ने मेत्ता भावना की और हिंदी में वंदना की। इस महानगर के सारे प्राणी, सुखी, सुरक्षित होंय रे।

क्रमशः...

नए उत्तरदायित्व

भिक्षु आचार्य

Ven. Bhikkhu Phra Charoon Piyasilo, *Thailand*

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्रीमती मीरा चिंचखेडे, नागपुर
२. श्री विट्ठलदास बी. वैद्य, पालनपुर
3. Dr Shwe Tun Kyaw & Dr (Mrs) Sann Sann Wynn
4. Dr (Mrs) Thint Thint Khine
5. Mrs Gabrielle Rann

नवनियुक्ति

सहायक आचार्य

श्री सुदेश लील, यू. के.

बाल-शिविर शिक्षक

१. श्री के. सुरेश बाबू, हैदराबाद
२. श्री प्रसन्न हिरेमथ, शिमोगा
३. श्री आदित्य सेजपाल, बम्बई
4. Ven. Bhikkhu Phra Takol Silatharo, *Thailand*
5-6. Mr Samarn & Mrs Sermsong Srisaeng, *Thailand*
7-8. Mr Samrit & Mrs Opchoei Vechakama, *Thailand*
9. Mrs Jittra Gosiya, *Thailand*
10. Mrs Orawan Somchaipeng, *Thailand*
11.

M

मुंबई में बच्चों के शिविर

दिनांक	स्थान	पात्रता	पंजीकरण दिनांक
१४-७-०२	अंधेरी	५ से ७ वीं	११ और १२-७
२१-७-०२	विद्याविहार	५ से ७ वीं	१८ और १९-७
११-८-०२	अंधेरी	८ से १० वीं	८ और ९-८

शिविर कालावधिः सुबह ८:३० से दोपहर २:३०. **फोनः** ६८३४८२०, २८१२४१६.
शिविर स्थलः १) अंधेरीः दादा साहेब गायकवाडक्रेंद्र,डा. बाबा साहेब अंबेडकर भवन, आर.टी.ओ. कार्नर, चार बंगला, अंधेरी (प.), मुंबई-४०००५३. **२) विद्याविहार :** सेमिनार हाल, द्वितीय मंजिल, इंजिनियरिंग कालेज,सोमय्या विद्याविहार, विद्याविहार, मुम्बई. **सूचनाः** * सभी बच्चे अपने आसन साथ लाएं। * आने के पहले (उपरोक्त समय और फोन नं. पर) अपना नाम अवश्य लिखाएं। * देर से आने पर प्रवेश नहीं मिलेगा। * बच्चे अपने साथ खेल का कोई सामान नहीं लाएं।

दोहे धर्म के

शुद्ध धरम फिर जगत में, पूज्य प्रतिष्ठित होय।
जन जन का होवे भला, जन जन मंगल होय॥

ज्योत जगे फिर धर्म की, दूर होय अँधियार।
बहुजन का हित-सुख सधे, हो बहुजन उपकार॥

फिर से गूंजे गगन में, शुद्ध धरम का घोष।
दूर होंय दुख दर्द सब, दूर होंय सब दोष॥

बजे धरम की दुंदुभी, गूंजे चारों कोण।
भीषण भयरव पाप रव, सब हो जावें मौन॥

धरती पर फिर धर्म की, अमृत वर्षा होय।
शाप ताप सबके धुलें, अंतस शीतल होय॥

धर्मभूमि पर धर्म की, गंग प्रवाहित होय।
इस मुरझाए देश मे, फिर हरियाली होय॥

मेसर्स मोतीलाल बनारसीदास

• ११-१३, सनस प्लाजा, १३०२ बाजीराव रोड,
पूणे-४११००२, फोनः ४४८-६१९०
• महालक्ष्मी मंदिर लेन, २२ भूलाभाई देसाई रोड,
मुम्बई-४०००२६, फोनः ४९२-३५२६
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

सुख छावै संसार मँह, दुखिया रवै न कोय।
जन जन मन जागै धरम, जन जन सुखिया होय॥

दुखियारां रो दुख मिटै, भय त्यागै भयभीत।
बैर छोड़कर लोग सब, करै परस्पर प्रीत॥

अंधकार अग्यान रो, छायो जन मन भोत।
इब जागै सद्धरम री, विमल ग्यान री जोत॥

धरम धरा स्यूं फिर बवै, सुद्ध धरम री धार।
एक बार फिर स्यूं हुवै, सकल जगत उद्धार॥

डंको बाज्यो धरम रो, गूंज्यो देस विदेस।
जन मन रा दुखड़ा मिटै, कटै करम रा क्लेस॥

सैं कैं मन जागै धरम, सुख छावै परिवार।
बैर मिटै मैत्री जगै, सुखी हुवै संसार॥

मेसर्स गो गो गारमेंट्स

३१ -४२, भांगवाड़ी शॉपिंग आर्केड,
१ला माला, कालबादेवी रोड, मुंबई - ४००००२.
टे. ०२२- २०५०४१४
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, दूरभाष : (०२५५३) ४४०८६, ४४०७६.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, ६९- बी रोड, सातपुर, नाशिक-४२२००७. **बुद्धवर्ष २५४६, ज्येष्ठ पूर्णिमा, २४ जून, २००२**

वार्षिक शुल्क रु. २०/-, विदेश में US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. २५०/-, " US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. १९१५६/७१.** Regn. No. AR/NSK-46/2002

Licenced to post w**ithout Prepayment of postage** -- Licence number-- **AR/NSK-WP/3**
Posting day- Purnima of Every Month, Posted at **Igatpuri-422403,** Dist. Nashik (M.S.)

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२४०३
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
दूरभाष : (०२५५३) ४४०७६
फैक्स : (०२५५३) ४४१७६
Website: www.vri.dhamma.org
e-mail: dhamma@vsnl.com