बुद्धवर्ष 2551, माघ पूर्णिमा, 21 फरवरी, 2008 वर्ष 37 अंक 8

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

For Patrika in various languages, visit: www.vri.dhamma.org/newsletters

धम्मवाणी

अप्पम्पि चे संहितं भासमानो, धम्मस्स होति अनुधम्मचारी।
रागञ्च दोसञ्च पहाय मोहं,सम्मप्पजानो सुविमुत्तचित्तो।
अनुपादियानो इध वा हुरं वा, स भागवा सामञ्ञस्स होति॥

– धम्मपद २०, यमकवग्गो

धर्मग्रंथों का भले थोड़ा ही पाठ करे, लेकिन यदि वह (व्यक्ति) धर्म के अनुकूल आचरण करने वाला होता है, तो राग, द्वेष और मोह को त्याग कर, संप्रज्ञानी बन, भली प्रकार विमुक्त चित्त वाला होकर, इहलोक अथवा परलोक में कुछ भी आसक्ति न करता हुआ श्रमणत्व का भागी हो जाता है।

'बुद्धचारिका'

('बुद्धचारिका' भगवान बुद्ध के जीवनकाल की घटनाओं की चित्र-प्रदर्शनी है। इन चित्रों को उनके कथानकों के साथ पुस्तकाकार प्रकाशित किया जा रहा है, ताकि जो लोग बड़े चित्रों को देखने आयें, वे इस चित्र-कथा पुस्तक को अपने साथ ले जा सकें और विस्तार से पढ़-समझ सकें। प्रमाणित सत्य घटनाओं की इस झांकी द्वारा भगवान बुद्ध के बारे में फैली गलतफहमियों का निराकरण होगा। वास्तविकता की जानकारी होने पर लोग धर्म के प्रति आकर्षित होंगे और भूली-बिसरी विद्या "विपश्यना" का व्यावहारिक अभ्यास करके अपना मंगल साधेंगे। साथ ही यहां विपश्यना केंद्रों तथा तत्संबंधित साहित्य की भी जानकारी मिल सकेगी।)

(आठों ध्यान सीखने के पहले श्रमणवेशधारी गौतम मगध की राजधानी राजगीर पहुँचते हैं, जिसका विवरण निम्न प्रकार है :–)

मगध की यात्रा

राजकुमार सिद्धार्थ अनोमा नदी के परले पार पहुँचा और श्रमण वेश धारण कर आगे अकेले ही मगध की यात्रा पर निकल चला, उसके लिए गृहत्यागी जीवन का अनुभव नया था। मार्ग में मल्ल गणतंत्र के अनुप्रिया गांव के समीप एक घना आम्रवन था। उसने राजमहल में आने वाले श्रमणों से सुन रखा था कि जब वे ग्राम या नगर में विहार करते हैं तब गृहस्थों के घर भिक्षाटन में जो आहार मिले, वही ग्रहण करते हैं। परंतु जब किसी वनप्रदेश में अकेले तप करते हैं तब वहां के वृक्षों से पक कर अपने आप गिरे फलों का ही आहार करते हैं। पेड़ पर लगे फल नहीं तोड़ते। यदि स्वतः टूट कर गिरे हुए फल प्राप्त न हों तो निराहार रह जाते हैं।

गृहत्यागी राजकुमार को अब श्रमणों का जीवन जीना था। उसने सोचा आचार्य आलारकालाम से ध्यान की विद्या सीख लेने पर उसे किसी वनप्रदेश में जाकर एकांत में तपना होगा। अतः क्यों न ऐसे जीवन का एक अनुभव अभी कर लूं? यह सोच कर अनुप्रिया के आम्रवन में एक सप्ताह अकेले रह कर एकांत वनवास के प्रव्रज्या-सुख का उसने पहला अनुभव प्राप्त किया।

ध्यान सीखने के लिए उसने आचार्य आलारकालाम के यहां जाने का ही निर्णय क्यों किया? हो सकता है उसके बारे में उसे घर पर भिक्षा के लिये आने वाले श्रमणों से जानकारी प्राप्त हुई हो। परंतु अधिक संभावना इसी बात की है कि यह सूचना उसे कपिलवस्तु नगर में चौथे निमित्त के रूप में मिलने वाले श्रमण से प्राप्त हुई हो।

अनुप्रिया से आगे बढ़ा तो बिना रुके मगध की राजधानी राजगीर जा पहुँचा। नगर के राजमार्ग पर घर-घर भिक्षा ग्रहण करते हुए चल पड़ा। नागरिकों ने उसके चमचमाते चेहरे और आजानुभुज लंबी बांहों वाले बृहत शरीर को देखा तो आश्चर्यचकित रह गये। उन्होंने ऐसे आकर्षक व्यक्तित्व वाले भिक्षार्थी को कभी नहीं देखा था। जो देखता वह एकटक अपलक देखता ही रह जाता।

मगधनरेश ने भी अपने राजमहल के बरामदे से राजमार्ग पर भिक्षाटन के लिए निकले हुए इस भव्य व्यक्तित्व के धनी को देखा तो विस्मय-विभोर हो गया। यह कोई सामान्य साधारण व्यक्ति नहीं है। परंतु कौन है? यह जानने के लिए उसने अपने राजपुरुषों को उसके पीछे लगाया। उन्होंने देखा कि पर्याप्त मात्रा में भिक्षा प्राप्त हो जाने पर वह नगर के बाहर पांडु गुफा की एक चट्टान पर बैठ कर आहार ग्रहण कर रहा है। आहार ऐसा कि उसे खाते समय उसकी आंतें बाहर आने लगीं। पहली बार की भिक्षा में मिला ऐसा रूखा-सूखा आहार उसने कभी देखा भी नहीं था। खाना तो दूर। फिर भी बड़े धीरज के साथ वह आहार ग्रहण करने लगा। राजसेवकों ने राजा बिंबिसार को सारी सूचना दी। राजा बिंबिसार स्वयं वहां जा पहुँचा। तब तक गृहत्यागी अपना भोजन कर चुका था। राजा ने पहुँचते ही उसे नमस्कार कर प्रश्न पूछा कि तुम देखने में किसी क्षत्रिय कुल के युवक लगते हो। मेरी जिज्ञासा पूरी करने के लिए क्या तुम मुझे अपना परिचय दोगे?

गृहत्यागी राजकुमार ने बताया कि वह हिमालय की तराई के एक जनपद में रहने वाले कोशल देश निवासी धीर और पराक्रमी राजा का पुत्र है। उसका गोत्र सूर्यवंशी है, जाति शाक्य है। वह उस कुल से प्रव्रजित हुआ है।

राजा बिंबिसार को समझते देर नहीं लगी कि वह कोशल साम्राज्य के अधीन शाक्य गणतंत्र के राजा शुद्धोदन का पुत्र है। राजा ने सोचा कि संभवतः यह प्रभावशाली युवक किसी पारिवारिक मनमुटाव के कारण घर से बेघर हो प्रव्रजित हुआ है। उसे प्रव्रजित जीवन से मुक्त करने के लिए उसने अपने साम्राज्य के एक भाग का

अधीश्वर बनाने का प्रस्ताव किया। प्रव्रजित राजकुमार ने उसे दृढ़तापूर्वक नकार दिया। उसने बताया कि वह सभी अनित्यधर्मा लोकों के परे लोकोत्तर अवस्था के शाश्वत परम सत्य को प्राप्त करने के लिए प्रव्रजित हुआ है। यह लक्ष्य पूरा करने के लिए वह दृढ़-संकल्प है। अतः राजा बिंबिसार के प्रस्ताव को स्वीकार नहीं कर सकता।

इस प्रकार राजा बिंबिसार के राजकीय प्रस्ताव को उसने त्याग दिया। त्याग करना उसका अनेक जन्मों का स्वभाव था। अनेक कल्पों पूर्व भगवान दीपंकर बुद्ध से प्रथम साक्षात्कार होने के समय, उसकी पारमिताएं इतनी मात्रा में परिपूर्ण हो चुकी थीं कि उनके बल पर भगवान दीपंकर से विपश्यना साधना में प्रशिक्षित होकर वह शीघ्र ही भवमुक्त अरहंत अवस्था प्राप्त कर सकता था। परंतु सम्यक संबुद्ध बनने के संकल्प के रहते हाथ में आयी उस मुक्ति का उसने दृढ़तापूर्वक त्याग कर दिया। सम्यक संबोधि प्राप्त करने के लिए बहुत अधिक मात्रा में पुण्य-पारमिताएं पूर्ण करनी थीं। इसके लिए अनेक जन्मों में, अनेक बार, अनेक प्रकार के त्याग किये। इस जीवन में भी अपने पिता के राजवैभव का परित्याग किया। इसी जीवन में चक्रवर्ती सम्राट बनने की संभावना को भी थूक की भांति त्याग दिया। अतः अब राजा बिंबिसार के प्रस्ताव को त्यागना कठिन नहीं था। वह अपना लक्ष्य पूरा करने के उद्देश्य से मगध की राजधानी छोड़ कर आगे चल पड़ने के लिए उद्यत हुआ।

महाराज बिंबिसार ने देखा कि लक्ष्यप्राप्ति के अपने संकल्प पर वह अडिग है। तब उस दृढ़निश्चयी गृहत्यागी से निवेदन किया कि जब सम्यक संबोधि प्राप्त कर ले तब वह उसे धर्म का उपदेश देने के लिए राजगीर अवश्य आये। गृहत्यागी राजकुमार ने हामी भरी और आगे की यात्रा पर चल पड़ा। उसका मंतव्य निश्चित था। उसे श्रमण आचार्य आलारकालाम के पास ध्यान सीखने के लिए जाना था।

भ्रांत बातों का प्रचार

सम्राट अशोक के लगभग पचास वर्ष बाद देश में दुर्भाग्यरूपी अधर्म का एक ऐसा अंधड़ चला जिसमें विपश्यना विद्या का नामोनिशान मिट गया और मूल बुद्धवाणी भी शनैः शनैः नेस्तनाबूद होती चली गयी। इस अंधकार युग में कुछ लोगों ने अज्ञानवश, कुछ ने विरोधवश भगवान बुद्ध की और उनकी शिक्षा की सच्चाई पर परदा डालते हुए अनेक मनगढंत बातें जोड़ दीं। उनमें से एक यह थी कि वह गृहत्यागी राजकुमार अनेक संन्यासियों और तांत्रिकों के आश्रमों में जा-जाकर शिक्षा ग्रहण करता रहा। तदनंतर उसी आधार पर बोधगया में बोधिवृक्ष के तले उसे बोधिज्ञान प्राप्त हुआ।

परंतु वे इस सच्चाई को नहीं बदल सके कि गृह त्यागने पर सबसे पहला काम उसने यह किया कि अपने सिर के बाल काट कर अपना मुंडन स्वयं किया और श्रमण वेश धारण किया, न कि सिर और दाढ़ी-मूछ के बाल कायम रख कर एक जटाधारी संन्यासी का रूप धारण किया। राजकुमार ने सुन रखा था कि गृह त्यागने पर वह देर-सवेर अवश्य सम्यक संबुद्ध बनेगा जो कि श्रमण-साधना की सर्वोच्च अवस्था है। 'कोई जटाधारी संन्यासी सम्यक संबुद्ध नहीं बनता', यह उन दिनों की सर्वसाधारण मान्यता थी। शिशु सिद्धार्थ के शरीर-लक्षण देख कर ब्राह्मण राजपुरोहित ऋषि असित देवल इस कारण रोया कि जब यह शिशु सम्यक संबुद्ध बनेगा, तब तक वृद्ध होने के कारण, उसकी अपनी आयु पूरी हो चुकी होगी। अतः वह इसकी खोजी हुई मुक्तिदायिनी शिक्षा से वंचित रह जायगा। परंतु उसने अपने भांजे नालक को सूचना भेजी कि वह तत्काल गृहत्याग कर श्रमण हो जाये, जिससे कि वह श्रमण परंपरा की साधना में तप कर अपने आप को इस योग्य बना ले कि इस शिशु के सम्यक संबुद्ध बन जाने पर इसकी शरण जाकर भवमुक्ति का लक्ष्य प्राप्त कर ले। उसने यही किया। सम्पन्न घर-द्वार त्याग कर वह श्रमण बना और आगे जाकर सम्यक संबुद्ध की शरण में अरहंत होकर भवमुक्ति उपलब्ध की।

इसी प्रकार सिद्धार्थ के घर त्यागने पर उसके सम्यक संबुद्ध होने की भविष्यवाणी करने वाला और अब वृद्ध हुआ ब्राह्मण ज्योतिषी कौंडन्य ने चार अन्य युवा ब्राह्मण ज्योतिषी-पुत्रों के साथ घर त्याग कर श्रमण वेश धारण किया और श्रमण हुए युवा राजकुमार के साथ तपने के लिए उसकी खोज में निकल पड़ा। पांचों उससे मिल कर, उसके साथ तपे और अंततः अरहंत होकर भवमुक्त हुए। यदि जटाधारी ऋषि सम्यक संबुद्ध बन पाते और इस निमित्त सिद्धार्थ उन जटाधारी संन्यासियों की शरण में गया होता तब इन पांच ब्राह्मणों को श्रमण भेष धारण करने और श्रमण परंपरा अपनाने की क्या आवश्यकता थी? अतः यह कहना सर्वथा गलत है कि जटाधारी संन्यासियों के और तांत्रिकों के आश्रमों में जाकर गृहत्यागी राजकुमार ने उनसे ध्यान की प्राथमिक शिक्षा ग्रहण की।

जो व्यक्ति अपवर्ग यानी भवमुक्ति ही नहीं, बल्कि उससे अधिक 'सम्यक सम्बोधि' उपलब्ध करने के लिए घर से निकला था, और जिसे घर छोड़ने पर इसे प्राप्त करने की हुई भविष्यवाणी ज्ञात थी, वह व्यक्ति इन स्वर्गलोक के लोभी संन्यासियों और तांत्रिकों के पास क्या लेने जाता भला? परंतु दुर्भाग्यवश बुद्ध के बारे में ऐसी कितनी ही निरर्थक मनगढ़ंत बातें प्रचारित कर दी गयीं।

(आचार्य आलारकालाम और आचार्य उद्दकरामपुत्र से आठों ध्यान सीख लेने के पश्चात भी जब संतुष्ट नहीं हुआ तब सिद्धार्थ गौतम ने स्वयं ही कठोर तपश्चर्या का निर्णय किया। यथा –)

दुष्करचर्या

उन दिनों कुछ श्रमण और ब्राह्मण परंपरा के गृहत्यागी अत्यंत निकृष्टमार्गी थे। वे न दुष्कर्म को पाप मानते थे, न सत्कर्म को पुण्य। न पापकर्म का दुष्फल मानते थे, न पुण्यकर्म का सत्फल। उनका यह नितांत धर्म-विरोधी मार्ग था। नास्तिकों का मार्ग था। बोधिसत्त्व ने उनकी ओर झांककर भी नहीं देखा।

ब्राह्मण वर्ग के कुछ लोग पूजा-पाठ, हवन-यज्ञ इत्यादि करते थे। परंतु उनका लक्ष्य मरने के बाद किसी देवलोक में जन्मने का था। अधिक-से-अधिक किसी ने ब्रह्मलोक का लक्ष्य बनाया हुआ था।

इनका लोकातीत अवस्था का लक्ष्य था ही नहीं। अतः इस ओर भी उसने झांककर नहीं देखा।

श्रमण परंपरा की एक धारा ध्यान-मार्ग की थी जो आठवें ध्यान तक सीमित थी। गृहत्यागी राजकुमार ने इसे अपना कर देख लिया। आठवां ध्यान अरूप ब्रह्मलोक तक पहुँचा देता है। इसके आगे नहीं। यद्यपि यह अत्यंत सूक्ष्म अवस्था तक का ध्यान है, तथापि है लोकीय क्षेत्र का ही, जो कि अनित्य है, नश्वर है। यह भी नित्य, शाश्वत, अविनाशी लोकातीत तक नहीं पहुँचा पाता। जिसकी खोज में राजकुमार ने घर छोड़ा था, इस ध्यान-मार्ग को अपना कर उसे प्राप्त नहीं कर पाया, असफल रहा।

श्रमण परंपरा की एक धारा यह मानती थी कि शरीर को कष्ट देने से मन के विकारों का निष्कासन हो जाता है। परिणामस्वरूप नित्य शाश्वत अविनाशी अवस्था सहज ही प्राप्त हो जाती है।

गृहत्यागी राजकुमार ने इसे अपना कर देखना चाहा। छः वर्षों तक कायदंडन की साधना करता रहा। शरीर को लगभग भूखा रख कर उसे मात्र अस्थि-पंजर अवस्था तक पहुँचा दिया। इस कारण उसका उठ कर चलना भी कठिन हो गया। जब उठने का प्रयास करता तब औंधे मुँह भरभरा कर गिर पड़ता। छः वर्षों तक इस उग्र तपश्चर्या में लगे रहने पर भी जब लक्ष्य प्राप्त नहीं हुआ, तब इसे अतियों का मार्ग जान कर, त्यागना उचित समझा और मध्यम मार्ग ग्रहण कर अल्पाहार लेना आरंभ किया। इसके कारण जो पांच श्रमण उसके साथ तप रहे थे, वे निराश होकर उसे छोड़कर चले गये। उन्होंने मान लिया कि यह तपभ्रष्ट हो गया है। अतः अब संबुद्ध नहीं बन सकेगा।

परंतु तपस्वी राजकुमार इससे विचलित नहीं हुआ। मध्यम मार्ग अपना कर भिक्षान्न का अल्पाहार लेता रहा।

(बोधि प्राप्ति के पूर्व बोधिसत्व सिद्धार्थ ने पांच स्वप्न देखे, जिनका विवरण निम्न प्रकार है: -)

पांच स्वप्न

वैशाख शुक्ल चतुर्दशी की रात का, यानी बोधि पूर्णिमा की पिछली रात का, उषापूर्व समय। बोधिसत्त्व सिद्धार्थ गौतम रात भर एकांत में एकाकी ध्यान करते हुए कुछ देर विश्राम करने के लिए वटवृक्ष के तले लेट गया। उसे झपकी आ गयी। निद्रावस्था में उसने पांच सुखद स्वप्न *(अङ्गुत्तरनिकाय - २.५.१९६)* देखे, जो कि उसके सफल भविष्य के परिचायक थे।

पहला स्वप्न

उसने देखा उसका शरीर धरती पर लेटा है और नेपाल तथा भारत की पुण्यभूमि पर विराट रूप धारण किये जा रहा है। उत्तर में हिमालय का सर्वोच्च शिखर उसका तकिया बन गया है। उसका बायां हाथ पूर्व के बंग-सागर के तट पर स्थित है और सिंधु की लहरें उसका हस्तप्रक्षालन कर रही हैं। दाहिना हाथ पश्चिम के सिंध सागर के तट पर स्थित है और सिंधु की लहरें उसका हस्तप्रक्षालन कर रही हैं। दक्षिण में उसके पांव हिंद-महासागर के तट पर स्थित हैं और सिंधु की लहरें उसका पादप्रक्षालन कर रही हैं।

यह नेपाल और भारत के भूमंडल की भौगोलिक रेखाओं का पहला चित्रण था जो यह संकेत दे रहा था कि वह विराट महापुरुष होगा, सम्यक संबुद्ध बनेगा और जंबूद्वीप की सारी धरती के लोग उसकी शिक्षा को ग्रहण करेंगे। उत्तर में पहाड़ों के परे के देशों तक और पूरब, पश्चिम तथा दक्षिण में समुद्री मार्ग से विश्व के सभी देशों में उसकी शिक्षा फैलेगी।

नेपाल में हिमालय के सर्वोच्च शिखर माउंट एवरेस्ट को अब 'माथा कुँवर' कहने लगे। उसका मूल अर्थ था कि वह स्थान जहां बोधिसत्त्व राजकुमार सिद्धार्थ गौतम का माथा टिका था।

दूसरा स्वप्न

उसने देखा कि उसकी नाभि से एक पौधा निकला जो ऊंचा उठते-उठते ऊपर अंतरिक्ष तक जा पहुँचा। यह भविष्य की इस सच्चाई का प्रतीक था कि वह केवल धरती के मनुष्यों का ही नहीं बल्कि अंतरिक्ष के देव-ब्रह्माओं का भी शास्ता बनेगा और उनका कल्याण करेगा।

तीसरा स्वप्न

उसने देखा कि काले सिर वाले सफेद जीव अनगिनत संख्या में आ-आकर उसके पांव पर गिर रहे हैं और घुटनों तक एकत्र हो गये हैं। यह इस तथ्य का संकेत था कि काले बाल वाले और श्वेत वस्त्रधारी अनगिनत गृहस्थ उसकी शरण ग्रहण करेंगे।

चौथा स्वप्न

उसने देखा कि चारों दिशाओं से नीले, सुनहरे, लाल और भूरे रंगों के पक्षी उड़-उड़ कर उसकी गोद में समा रहे हैं और श्वेतवर्णी हुए जा रहे हैं। यह इस तथ्य का संकेत था कि ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य और शूद्र चारों वर्णों के लोग उसकी शरण में आ कर भिक्षु बनेंगे और अरहंत हो कर भवमुक्त होंगे।

पांचवां स्वप्न

उसने देखा कि वह मलमूत्र से भरी पृथ्वी पर चल रहा है परंतु उसकी गंदगी उसे छू नहीं पा रही है। यह इस बात का संकेत था कि गंदगी से भरे संसार में विहार करते हुए भी उसे कोई गंदगी छू नहीं पायगी।

सद्धर्मपथिक,
स.ना. गो.

(क्रमशः)

धम्मविपुल (नवी मुंबई) का निर्माणकार्य आरंभ

मुंबई महानगरी के साधकों की धम्ममांग को पूरा करने के लिए नवी मुंबई के सुरम्य पर्वतीय परिसर में "धम्मविपुल" विपश्यना साधना केंद्र की सभी औपचारिकताएं पूरी कर ली गयी हैं और केंद्र-स्थल तक पानी, बिजली आदि आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति भी। निर्माणकार्य चल रहा है। इस महान पुण्यवर्धक निर्माणकार्य में जो भी साधक-साधिकाएं भागीदार बनना चाहें, वे निम्न पते पर संपर्क कर सकते हैं - श्री सुधाकर फुंदे, **"सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट"** के लिए, द्वारा- धम्मविपुल, प्लाट नं. ९१, २६ पारसिक हिल, सी.बी.डी.-बेलापुर, नवी मुंबई- ४००६१४. मो. ०९८६७४९२७१७.

Postal Regn. No. LII/REN./RNP-46/2006-08

Postal Licence No. LII/RNP-WPP-03

धम्ममालवा, इंदौर विपश्यना केंद्र के धर्मकक्ष का निर्माणकार्य आरंभ

'धम्म मालवा' का प्रथम शिविर गत २४ अक्टूबर से ४ नवंबर तक लगा, जिसमें कुल १६ लोगों ने भाग लिया। फिलहाल यहां पचास साधकों के योग्य निर्माण हो चुका है और भोजन-कक्ष ही धर्मकक्ष के रूप में प्रयुक्त हुआ। अब १० फरवरी को धर्मकक्ष-निर्माण की नींव रखी गयी। जो भी साधक-साधिकाएं इस महान पुण्य में भागीदार बनना चाहें, वे निम्न नाम-पते पर संपर्क कर सकते हैं। – **इंदौर विपश्यना इंटरनेशनल फाउंडेशन ट्रस्ट,** ५८२, एम.जी. रोड, लाभगंगा, इंदौर-४५२००३.
फोन- ०९८९३७८८९०९ या ९८९३०२९१६७.

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

1. Mr. V. Santhanagopalan, *Chennai*
2. Mr. Bruno Kurz, *Germany*
3. & 4. Mr. Jeff & Mrs. Jill Glenn, *USA*
5. Ms. Mary Preston, *Canada*

बालशिविर-शिक्षक

१. डॉ. शिल्पा देवरे, धुळे
२. डॉ. वेंकटेश खाडके, धुळे
३. श्रीमती विजया पवार, धुळे
४. श्रीमती मीना बोरसे, धुळे
5. U Tin Tun Aung, *Myanmar*
6. U Myat Thura, *Myanmar*
7. U Kyaw Phyo Win, *Myanmar*
8. U Than Htay, *Myanmar*
9. Ms. Julie Delor, *France*
10. Mr. Marco Iannucci, *Italy*
11. Mrs. Aase Nielsen, *Italy*
12. Mr. Ivan Accantelli, *Italy*

दोहे धर्म के

सदा जूझता ही रहे, करे अथक पुरुषार्थ।
इस श्रमजीवी श्रमण को, होय प्रकट परमार्थ॥
जहां जहां इस स्कंध में, सम्यक स्मृति जग जाय।
वहीं दिखे उत्पाद-व्यय, तो अमृत मिल जाय॥
क्षण क्षण प्रज्ञा जागती, रहे जागता होश।
तो कैसे सर पर चढ़े, काम राग आक्रोश॥
पूर्ण सत्य के होश में, सतत सजग जो होय।
निर्भय हो, निर्वैर हो, सतत निरापद होय॥
क्षण क्षण मंगल ही जगे, क्षण क्षण सुख ही होय।
क्षण क्षण अपने कर्म पर सावधान यदि होय॥
काया चित्त प्रवाह पर, सजग निरंतर होय।
नए कर्म बांधे नहीं, क्षीण पुरातन होंय॥

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

धीरज धरम सुहावणो, मत धीरज दे खोय।
धीरज व्रत करड़ो लगै, फळ मीठो ही होय॥
ऊपर ऊपर ही तिरै, पैंदै पुगै न कोय।
पैंदै तक पूगै बिना, मुक्ती प्राप्त न होय॥
ऊपर ऊपर तैरतां, थोथी सीपां पाय।
मोत्यांवाळी सीप तो, ऊंडी डुबक्यां पाय॥
खोखा मिलसी सीप रा, बैठ्यां सागर तीर।
मूंगा मोती तो मिलै, गहरी डुबक्यां नीर॥
काम भोग तो गिरस्थ रो, काम विमुख संन्यास।
बो तो मारग कीच रो, ओ मारग आकास॥
घिस घिस चंदण महकसी, जल जल अग्गर धूप।
तप तप तापस दमकसी, कुंदण रै अनुरूप॥

देबेनरा मूंदड़ा परिवार
गोश्वारा रोड, पंडित मेघराज मार्ग,
विराट नगर, नेपाल.
फोन: ०९९-२१-५२७६७१
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-422403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपुर, नाशिक-422007. **बुद्धवर्ष** 2551, **माघ पूर्णिमा,** 21 **फरवरी,** 2008

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. 500/-, US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं.** 19156/71. Regn. No. LII/REN/RNP-46/2006-08

Licenced to post without Prepayment of postage -- Licence number-- LII/RNP-WPP-03
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 - 422403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086
फैक्स : (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vri.dhamma.org