विपश्यना

साधकों का
मासिक प्रेरणा

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

बुद्धवर्ष 2552, कार्तिक पूर्णिमा, 13 नवंबर, 2008 वर्ष 38 अंक 5

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

धम्मवाणी

मावोच फरुसं कञ्चि, वुत्ता पटिवदेय्यु तं।
दुक्खा हि सारम्भकथा, पटिदण्डा फुसेय्यु तं॥

धम्मपद १३३, दण्डवग्गो

तुम किसी को कठोर वचन मत बोलो, बोलने पर (दूसरे भी) तुम्हे वैसे ही बोलेंगे। क्रोध या विवाद भरी वाणी दुःख है। उसके बदले में तुम्हे दंड मिलेगा।

[बुद्धजीवन-चित्रावली]

(बुद्धजीवन-चित्रावली के लगभग १५० चित्र 'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' की आर्ट-गैलरी में सुशोभित होंगे। इन पर अनवरत काम चल रहा है परंतु अभी तक सभी चित्र बन नहीं पाये हैं। धम्मगिरि की आर्ट-गैलरी में लगे २७ आलेखों (घटनाओं) और ३१ चित्रों की एक पुस्तक ***'बुद्धजीवन-चित्रावली'*** *नाम से प्रकाशित कर दी गयी है। इसमें बायें पृष्ठ पर चित्र हैं और सामने दाहिने पृष्ठ पर आलेख हैं। इससे भगवान बुद्ध के जीवन से संबंधित उन घटनाओं को समझना आसान हो जाता है और उनके बारे में फैली गलतफहमी भी दूर होती है। चूंकि इस पुस्तक का नाम "बुद्धजीवन-चित्रावली" रखा गया है इसलिए इसके शेष लेख फिलहाल इसी नाम से प्रकाशित होंगे। जिन्होंने यह पुस्तक नहीं पढ़ी है, उन्हें इन आलेखों से प्रेरणा मिलेगी और वे आधुनिक तकनीक से छपी इस अत्यंत सुंदर और प्रेरणास्पद पुस्तक 'बुद्धजीवन-चित्रावली' को देखने-पढ़ने की ओर उन्मुख होंगे। इसे केवल देख-पढ़ कर ही संतुष्ट न हो जायँ बल्कि विपश्यना का अभ्यास करके सद्धर्म से सही माने में लाभान्वित हों! सं.)*

दो हंडियां

भगवान के जीवनकाल की एक घटना। एक व्यक्ति भगवान के पास आया और रोते हुए कहने लगा – भंते भगवान! कल मेरा बूढ़ा बाप मर गया। मैं आपके पास एक प्रार्थना लेकर आया हूं। आप मेरे बाप के लिए कुछ कर दीजिए। ये छोटे-मोटे पंडे-पुजारी यहां कोई कर्मकांड करते हैं, वहां स्वर्ग का दरवाजा खुल जाता है। प्रवेश मिल जाता है। आप जैसे महापुरुष, कोई कर्मकांड करवा देंगे, तो प्रवेश ही नहीं, स्थायी निवास मिल जायगा। मेरे बाप के लिए आप कुछ अवश्य कीजिए भगवान!

भगवान ने देखा, यह भावावेश में है। इसको हजार समझाओ, कुछ नहीं समझेगा। उनके समझाने के अलग-अलग तरीके होते थे। इसलिए कहा – जा, बाजार से मिट्टी की दो हंडियां ले आ।

बड़ा खुश हुआ। भगवान कोई कर्मकांड करायेंगे। मिट्टी की दो हंडियां ले आया।

भगवान ने कहा – एक में घी भर ले।

– दूसरी में कंकड़-पत्थर भर ले।

– दोनों का मुँह बंद करके अच्छी तरह सील कर दे।

– अब इन्हें इस तालाब के किनारे पर नहीं, आगे गहरे पानी में डाल दे।

दोनों हंडियां अपने वजन से नीचे पेंदे में बैठ गयीं।

तब भगवान ने कहा – एक मोटा-सा डंडा ला। मार दोनों को। तोड़ दे इन्हें।

जैसे आज वैसे उन दिनों भी एक अंधमान्यता चलती थी कि श्मशान में पिता के अधजले शरीर की खोपड़ी बेटा लाठी से फोड़ता है, जिससे पिता को स्वर्ग मिलता है। इसलिए बड़ा खुश हुआ कि भगवान मिट्टी की हंडियां तुड़वाकर वह कर्मकांड पूरा करवा रहे हैं। दोनों मिट्टी की हंडियां तोड़ दीं। जिसमें घी था वह ऊपर आते-आते पानी पर तैरने लगा। जिसमें कंकड़-पत्थर थे वे नीचे पैंदे में रह गये।

तब भगवान ने कहा – देख, इतना काम तो तथागत ने करवा दिया। अब अपने पंडों को, पुजारियों को बुला और उन्हें बोल, वे यहां बैठकर करें प्रार्थना – ऐ कंकड़-पत्थर तू ऊपर आ जा, ऊपर आ जा। ऐ घी, तू नीचे चला जा, नीचे चला जा। हम भी देखें क्या होता है इन प्रार्थनाओं से?

– भगवान! यह भी कभी हुआ है? कंकड़-पत्थर पानी से भारी होते हैं भगवान। वे हमेशा नीचे पैंदे में ही रहेंगे, ऊपर नहीं आ सकते और घी पानी से हल्का होता है भगवान! वह हमेशा पानी के ऊपर ही रहेगा, नीचे नहीं जा सकता। यह कुदरत का बँधा-बँधाया नियम है।

– अरे, तू कुदरत के बँधे-बँधाये नियमों को इतना समझने वाला, तेरी समझ में इतनी-सी बात नहीं आयी कि तेरे बाप ने सारे जीवन कंकड़-पत्थर वाले भारी-भारी काम किये होंगे, तब वह नीचे ही जायगा रे! कौन उसको ऊपर उठा सकता है? यदि उसने घी-वाले हल्के-फुल्के काम किये होंगे तब ऊपर ही जायगा रे! कौन उसे खींच कर नीचे गिरा सकता है?

जब धर्म का यह अटूट नियम समझ में आने लगेगा कि जैसा कर्म करोगे, वैसा फल मिलेगा, तब अपने कर्मों के प्रति सजग रहने लगेंगे। धोखे-भरे कर्मकांडों से दूर रहेंगे।

ऐसा ही उपदेश भगवान ने महानाम शाक्य को दिया था।

– (सं०नि०- ३.५.१०१७, पठममहानामसुत्त)

अक्कोस भारद्वाज

बड़ा तुनकमिजाजी। बड़ा क्रोधी। जरा-सी अनचाही बात हुई कि आक्रोश से भर जाय। अनचाही कहने वाले पर उबल पड़े। क्रोध से जल-भुन उठे और रोषभरे शब्दों में उसका अपमान कर दे। इसलिए उसका नाम अक्कोस (आक्रोश) भारद्वाज पड़ गया।

उसने सुना भी और देखा भी कि झुंड-के-झुंड नागरिक उस मथमुंडे श्रमण गौतम के अनुयायियों की भीड़ में सम्मिलित हो रहे हैं। अच्छे-अच्छे विद्वान ब्राह्मण भी उसके भक्त बने जा रहे हैं। ऐसा होता रहा तो हमारा धर्म ही नष्ट हो जायगा। सभी इस अधार्मिक श्रमण के शिष्य बन जायेंगे। यह देख देख कर वह जल-भुन रहा था।

ऐसी अवस्था में उसने सुना कि उसका परम मित्र और ब्राह्मण समाज का नेता, भारद्वाजों का प्रमुख भी उसका अनुयायी बन गया है और घर से बेघर हो गौतम के संघ में प्रव्रजित हो गया है। यह सुन कर वह क्रोध के मारे सुलगने लगा और आगबबूला हो कर राजगृह के वेणुवन कलंदक निवाप में जा पहुँचा, जहां भगवान अपने भिक्षुसंघ के साथ विहार कर रहे थे और उस समय साधकों को धर्मोपदेश दे रहे थे। कुछ बुढ़ापे के मारे और कुछ क्रोध के मारे, भारद्वाज का शरीर कांप रहा था। हाथ कंपायमान थे और हाथ में पकड़ी लाठी भी धूज रही थी। आक्रोश के मारे उसका हृदय धधक रहा था।

आक्रोश तो आखिर आक्रोश ही था। वह क्रुद्ध हो कर गालियां बकने लगा। भगवान भी आखिर भगवान ही थे; शांतिनाथ थे। क्रोध के बदले क्रोध कैसे पैदा करते? हिमशिखर की भांति शांत और शीतल बने रहे।

जब भारद्वाज बहुत गालियां दे चुका, तब भगवान ने उससे पूछा – 'क्या कभी तुम्हारे यहां कोई बंधु-बांधव या कोई प्रियजन मेहमान के रूप में नहीं आता?'

– आते ही रहते हैं। तुम्हें इससे क्या?

– तो बताओ कभी-कभी तुम उनकी आवभगत के लिए खाने-पीने की चीजें बनाते हो। परंतु किसी कारणवश जब वे उन्हें स्वीकार नहीं करते, तब उन चीजों का क्या होता है?

– क्या होता है? हमारा खान-पान हमारे पास रह जाता है।

– तो हे ब्राह्मण! तुमने मुझे चुन-चुन कर गालियों का उपहार परोसा। पर मैंने तो उसे स्वीकार नहीं किया। तुम्हारा उपहार तुम्हारे पास ही रहा।

बूढ़ा ब्राह्मण बड़ा समझदार था। खूब समझ गया। हम सदैव कड़वी बात कहने वाले को बदले में कड़वी बात कहते हैं, क्रुद्ध होने वाले पर क्रोध करते हैं। यों अंगारों का आदान-प्रदान करते रहते हैं। हम भी दुःखी। तुम भी दुःखी।

और इसे देखो। कैसा व्यक्ति है! ऐसे उपहार स्वीकार ही नहीं करता। उपहारों का आदान-प्रदान नहीं करता। न तुम दुःखी, न हम दुःखी। सचमुच ऐसा व्यक्ति ही सच्चा संत होता है जो सतत शांत रहता है।

यह सोच कर भारद्वाज भावविभोर हो उठा और बोला – आप धन्य हैं श्रमण गौतम! आप धन्य हैं!

अक्कोस भारद्वाज ने भगवान से विपश्यना सीखी जिससे कि वह वीतक्रोध हो गया। शांत हो गया। संत हो गया। अरहंत हो गया।

अरोसनेय्यो न सो रोसेति कञ्चि, तं वापि धीरा मुनि वेदयन्ति।

– (सुत्तनिपात-२१८, मुनिसुत्तं)

– जो किसी द्वारा क्रोधित नहीं किया जा सकता और जो दूसरों को भी क्रोधित नहीं करता, उसे ही ज्ञानी लोग 'मुनि' कहते हैं।

ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन

और

महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस

बुद्धिस्ट सर्किट स्पेशल टूरिस्ट ट्रेन

भारतीय रेलवे ने अक्टूबर १८ से मार्च २१, २००९ तक धर्मयात्रा के लिए **"महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस"** नामक पूर्णतया वातानुकूलित एक विशेष साप्ताहिक गाड़ी (टूरिस्ट ट्रेन) आरंभ की है। इसका विवरण इस वेबसाईट – www.railtourismindia.com पर देखा जा सकता है। रेलवे ने यही शेड्यूल इंटरनेट पर उपलब्ध एक विशेष फार्म पर **"विपश्यी यात्रियों"** के लिए २१% की विशेष छूट के साथ देने का निर्णय किया है।

विपश्यी साधक चाहे तो २१% की यह राशि अथवा इसका कुछ अंश, अपनी इच्छानुसार **ग्लोबल विपस्सना पगोडा** को दान दे सकता है।

ध्यान दें कि इस दान से विपश्यी यात्रियों को दो प्रकार से पुण्य अर्जित करने का अवसर प्राप्त होगा – एक तो वे यात्रा पर जायँगे और दूसरे 'ग्लोबल विपस्सना पगोडा' के निर्माण में सहयोग दे सकेंगे।

इस छूट के अतिरिक्त रेल का पर्यटन विभाग बोधगया में बोधिवृक्ष के नीचे विपश्यी साधकों के लिए सामूहिक साधना का एक सत्र आयोजित करने का प्रयास कर रहा है। यह सत्र महाबोधि मंदिर के बंद हो जाने पर होगा ताकि उस समय अन्य पर्यटकों के आने-जाने का कोलाहल न रहे।

इसी प्रकार का एक सामूहिक साधना सत्र कुशीनगर के मंदिर में भी आयोजित किया जायगा।

सामूहिक साधना के ये सत्र तभी संभव हो पायेंगे जबकि एक ट्रेन पर कम से कम ८ - १० विपश्यी साधक हों और उस दिन मंदिर परिसर में कोई अन्य कार्यक्रम न हो।

जो इस यात्रा पर जाना चाहते हैं और जो इसके लिए अपना नाम लिखाना (बुकिंग) चाहते हैं वे कृपया इस वेबसाइट – www.railtourismindia.com को देखें। इसके बारे में अधिक जानकारी के लिए भारतीय रेलवे द्वारा नियुक्त **श्री अरुण श्रीवास्तव** से इन नंबरों पर संपर्क करें – मो. नं. ०९७१७६४०४५२ या **०११**-२३७०११००, २३७०११०१. ईमेल – arunsrivastava@irctc.com

अधिक जानकारी और सहयोग के लिए साधक 'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' के **श्री मनीष शिंदे** से निम्न नं. पर संपर्क कर सकते हैं – मो. ०९३२३५२६४६२, ईमेल – manish@globalpagoda.org ;

घर-घर में पालि

पालि प्रशिक्षण के लिए धम्मगिरि पर योग्य व्यक्तियों के लिए विधिवत कक्षाएं चलती हैं। परंतु पालि तिपिटक को समझने और बुद्धवाणी का लाभ उठाने के लिए किसी प्रमाण-पत्र की आवश्यकता नहीं होती। अतः पालि के सामान्य ज्ञान के लिए बुद्धवाणी को आधार बनाकर **"घर-घर में पालि"** अभियान चलाते हुए, पालि प्रशिक्षकों के माध्यम से स्थान-स्थान पर **७-दिवसीय पालि प्रशिक्षण कार्यशालाओं** का आयोजन किया जा रहा है। इच्छुक साधक-साधिकाएं निम्न स्थान पर आयोजित इस कार्यशाला का लाभ ले सकते हैं।

पालि प्रशिक्षण कार्यशालाः दि. १-१२ से ९-१२-२००८. (केवल अंग्रेजी भाषा में) **स्थानः** कोठारी फार्म हाऊस, जयपुर-अजमेर राजमार्ग से २ किमी. अंदर, भानक्रोटा-जयसिंहपुरा रोड, भानक्रोटा, जयपुर. **संपर्कः** श्री अनिल मेहता, ईमल– anilmehta02@yahoo.com

२७ सितंबर, २००८ को लिया गया चित्र

प्रिय साधक-साधिकाओ!

"सार्वभौमिक विपश्यना न्यास" अत्यंत मोद के साथ सभी विपश्यी साधकों को सस्नेह आमंत्रित करता है कि वे आगामी २१ दिसंबर, २००८ को **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** के मुख्य डोम में पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में होने वाले एक दिवसीय शिविर का लाभ उठाएं।

'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' का डोम इस प्रकार बनाया गया है कि उसमें ८००० साधक एक साथ तप सकें। फाउंडेशन के सभी सेवक चाहते हैं कि वर्ष में कुछेक शिविर ऐसे लगें जिनमें इसकी पूरी क्षमता का उपयोग हो और साधकों को भगवान बुद्ध के पावन अस्थि-अवशेषों के सान्निध्य में ध्यान कर सकने का सुअवसर प्राप्त हो।

भगवान ने भी कहा है – **समग्गानं तपो सुखो** – एक साथ बैठ कर तपने का सुख असीम है।

दिनः रविवार, दिनांकः २१ दिसंबर, २००८

समयः प्रातः ११ बजे से दोपहर ४ बजे तक

स्थानः ग्लोबल विपश्यना पगोडा का मुख्य डोम, गोराई, मुंबई

२७ सितंबर, २००८ को लिया गया चित्र

मुंबई के बाहर से आने वाले साधक या साधक-समूह व्यवस्थापकों को अपने आने की अग्रिम सूचना दें ताकि तद्नुसार उनके नहाने व नाश्ते का प्रबंध हो सके।

संपर्कः श्री आय.बी.वी. राघवन,
मो. ९१-९८९२८५५६९२,
९१-९८९२८५५९४५,
फोनः ९१-२२-२८४५२१११,
९१-२२-२८४५१२०४, विस्तार- १०५
ईमेल – globalvipassana@gmail.com

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

Postal Licence No. LII/RNP-WPP-03

दीपोत्सवी नूतन वर्षाभिनंदन

हर वर्ष की तरह अनेक साधकों की ओर से दीपोत्सवी नव वर्ष के अभिनंदन-पत्र मिले हैं। एक-एक को नव वर्ष की मंगल कामना प्रेषित कर पाने का अवसर नहीं मिल पाया, इसलिए 'विपश्यना' पत्रिका के माध्यम से उन्हें तथा अन्य सभी साधक-साधिकाओं को मेरी असीम मंगल मैत्री पहुँचे! नव वर्ष सबके मानस में धर्म की नवज्योत प्रज्वलित करे! दिनोंदिन प्रज्ञा पुष्टतर होती जाय! धर्म धारण करने का मंगलकारी फल प्रभूत हो! प्रभावशाली हो! सबका मंगल हो!

मंगल मित्र,
सत्यनारायण गोयन्का

नये उत्तरदायित्व

भिक्षु आचार्य

1. Ven. Bhikkhu Badullawala Seelaratana, *Sri Lanka*

आचार्य

1. U Myat Kyaw, *Myanmar*
   To serve prison courses at Insein Prison, Myanmar
2. Ms. Laraine Doneman, *Australia,*
   Spread of Dhamma

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1-2. Mr. Christian & Mrs. Rosi Hild, *Switzerland*

नवनियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. डॉ. श्रीराम राठौड, नांदेड
2. Daw Wai Wai, *Myanmar*
3. Ms. Shanti Mather, *South Africa*
4. Mrs. Osnat Rizi, *Israel*

बालशिविर शिक्षक

१-२. श्री अतुल एवं श्रीमती जल्पा भूट, राजकोट
३. सुश्री नीरजा वर्मा, शिवपुरी
४. श्रीमती एस. जानकी, चेन्नई
५. सुश्री वी. पद्मिनी, कल्पक्कम

दोहे धर्म के

कुदरत लेवे पक्ष ना, करे न कभी लिहाज।
उसको वैसा फल मिले, जिसका जैसा काज॥

कर्म हमारा ईश है, कर्म जगत का ईश।
सुख दुख देता कर्म ही, अन्य कौन जगदीश?

संवर कर नव कर्म पर, पूर्व कर्म धुल जायँ।
दुख-बंधन से मुक्ति का, कैसा सरल उपाय॥

काम क्रोध अभिमान की, भरी हृदय में खान।
दूर मुक्ति है मोक्ष है, दूर बहुत निर्वाण॥

क्रोध क्षोभ का मूल है, क्षांति शांति की खान।
क्रोध छोड़ धारे क्षमा, तो होवे कल्याण॥

क्रोध किये दुख ही बढ़े, क्रोध न कर नादान।
क्षमा किये सुख ही बढ़े, हैं प्रत्यक्ष प्रमाण॥

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

या कुदरत री रीत है, यो हि धरम रो सार।
निरविकार सुखियो रवै, ब्याकुल जग्यां विकार॥

काया कपड़ा धोण री, छोड़ सोध दुरबोध।
अपणै चित रै मैल नै, सोध सकै तो सोध॥

चित्त सोधणो धरम है, मुक्ति मोक्छ रो मूळ।
काया कपड़ा सोधतो, करै बावळो भूल॥

द्रोह छोड़ मैत्री करै, क्रोध छोड़ कर प्यार।
सुद्ध धरम ऐसो जगै, सुधरै जग ब्यवहार॥

क्रोधी त्यागै क्रोध नै, द्रोही त्यागै द्रोह।
जन-मन मँह प्रग्या जगै, दूर हुवै सम्मोह॥

जीवन भरज्या धरम स्यूं, निरमळ अर निस्पाप।
मन मैलो होवै नहीं, रवै न दुख संताप॥

एक साधक
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** 2552, **कार्तिक पूर्णिमा,** 13 **नवंबर,** 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