विपश्यना

साधकों का
मासिक प्रेरणा

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

बुद्धवर्ष 2552, मार्गशीर्ष पूर्णिमा, 12 दिसंबर, 2008 वर्ष 38 अंक ६

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

धम्मवाणी

सब्बे तसन्ति दण्डस्स, सब्बे भायन्ति मच्चुनो।
अत्तानं उपमं कत्वा, न हनेय्य न घातये॥
-- धम्मपद १२९, दण्डवग्गो

सभी दंड से डरते हैं। सभी को मृत्यु से भय लगता है। (अतः) (सभी को) अपने जैसा समझ कर न (किसी की) हत्या करे, न हत्या करने के लिए प्रेरित करे।

[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.)*

अंगुलिमाल

निरपराधों को निर्दयतापूर्वक मार-मार कर, उनकी अंगुलियां गले की माला में पिरो कर पहनने वाला खूंखार हत्यारा अंगुलिमाल कोशल देश के लोगों के लिए भयावह बन गया था। उससे भयभीत होकर यात्री उस रास्ते से निकलते हुए कांपते थे। कोशल राज्य के सैनिक भी उसे न पकड़ पाये, न मार पाये। तब सैनिकों की एक बड़ी टुकड़ी लेकर कोशलनरेश प्रसेनजित उसका खात्मा करने के लिए स्वयं कटिबद्ध हुआ।

ऐसे समय उस हत्यारे से प्रपीड़ित लोगों के प्रति ही नहीं, प्रत्युत उस हत्यारे के प्रति भी महाकारुणिक भगवान बुद्ध के हृदय में करुणा जागी। भगवान को उस हत्यारे की दानवी वृत्तियों का दमन करना था, जिससे जनता को राहत मिले और उसका भी उद्धार हो। इस उद्देश्य से वे अंगुलिमाल के निवास की ओर चल पड़े।

पहले जरा ऋद्धिबल का प्रयोग किया। भगवान साधारण चाल से चल रहे थे और अंगुलिमाल हाथ में खड्ग उठा कर पीछे-पीछे बेतहाशा दौड़ा आ रहा था। परंतु वह उनके समीप नहीं पहुँच पा रहा था। दौड़ते हुए थक कर वह रुका और चिल्ला कर बोला – "हे श्रमण, रुक, ठहर!"

भगवान ने शांत वाणी में उत्तर दिया – "हे अंगुलिमाल, मैं तो रुका हूं। तू भी रुक। प्राणियों की हत्या करते रहने से तेरा भव-संसरण गतिमान है। तू चलायमान है।"

(म० नि० २.३४८, ३४९, अङ्गुलिमालसुत्त)

हत्यारे अंगुलिमाल ने जब सद्धर्म की ऐसी ज्ञानमयी शीतल वाणी पहली बार सुनी तब वह भावविभोर हो उठा। उसका क्रोध शांत हुआ, अहंकार टूटा और होश जागा। अपने सारे अस्त्र-शस्त्र समीप की कंदरा में फेंक कर वह श्रद्धा-विभोर हो भगवान का अनुगामी हो गया। भाग्यशाली था, भगवान के हाथों उसे प्रव्रज्या मिली। वह शांतचित्त हो, भगवान के साथ श्रावस्ती के जेतवन विहार में चला आया।

इद्धीभिसङ्खतमनो जितवा मुनिन्दो। *(जयमङ्गल-अट्ठगाथा)*

– मुनींद्र (भगवान बुद्ध) ने अपने ऋद्धिबल से अंगुलिमाल को जीत लिया।

दोपहर का समय था। विहार के आंगन में भिक्षुसंघ के साथ भिक्षु अंगुलिमाल को बैठा देख कर, वहां आये राजा प्रसेनजित के भय के मारे रोंगटे खड़े हो गये।

भगवान ने आश्वासन-भरे शब्दों में कहा – "महाराज, अब आप इससे भयभीत न हों। यह बदल चुका है, स्रोतापन्न हो चुका है। अनार्य से आर्य बन चुका है।"

तदनंतर एक दिन जब भिक्षु अङ्गुलिमाल भिक्षाटन के लिए नगर में गये, तब किसी गर्भिणी गृहिणी को अत्यंत पीड़ा से तड़पते देखा। गर्भ के साथ-साथ गर्भिणी का जीवन भी खतरे में था।

अंगुलिमाल का अंतस करुणा से भर गया। उसने विहार लौट कर भगवान को गर्भिणी की दयनीय दशा कह सुनायी। भगवान ने उसे परामर्श दिया कि वह उस दुखियारी गर्भिणी के पास जाकर सत्य-क्रिया करे। इस सत्य की घोषणा करे कि जब से मेरा जन्म हुआ है, मैंने जानबूझ कर किसी प्राणी का वध नहीं किया। इस सत्य वचन के प्रभाव से तेरा मंगल हो, तेरे गर्भ का मंगल हो।

यह सुन कर अंगुलिमाल चौंका। मैंने तो अनेकों की हत्या की है। इस पर भगवान ने उसे प्यार से समझाया। स्रोतापन्न होने पर तेरा नया जन्म हो गया है। अब तू आर्य अंगुलिमाल है। इस आर्यजन्म के बाद तूने कोई हत्या नहीं की है, यही सत्य-क्रिया करनी है।

अंगुलिमाल ने यही सत्य-क्रिया की। दुखियारी गर्भिणी और उसके गर्भ का मंगल हुआ।

धन्य हुई स्रोतापन्न की सत्यक्रिया!

चिंचा माणविका

जैसे-जैसे भगवान की शिक्षा का प्रसार होने लगा, अनुभूतिजन्य यथार्थ पर आधारित, आशुफलदायिनी विपश्यना विद्या से लोग लाभान्वित होने लगे, वैसे-वैसे उनके अनुयायियों की संख्या बढ़ने लगी। उनकी यश-कीर्ति बढ़ने लगी। मान-सम्मान बढ़ने लगा। समाज में उनकी प्रतिष्ठा प्रबल हो उठी। मिथ्या कल्पनाओं और अंधमान्यताओं पर आधारित अनेक अन्य संप्रदायवादियों की शिक्षा पर से लोगों की अंधश्रद्धा टूटने लगी। परिणामस्वरूप उनका मान-सम्मान और लाभ-सत्कार घटने लगा। यह उनके लिए असह्य हो उठा। वे ईर्ष्या और द्वेष से जल-भुन उठे। पर क्या करते? असहाय थे।

ऐसे समय उनमें से किसी को एक युक्ति सूझी कि किसी प्रकार शील-सदाचार के क्षेत्र में बुद्ध को बदनाम कर दें तो स्थिति पलट जायगी। उनके अनुकूल हो जायगी। उनका साथ देने के लिए चिंचा नाम की एक परिव्राजिका मिल गयी। वह युवा थी, सुंदरी थी, त्रिया-चरित्र की दूषणता में निपुण थी। उसने खलनायिका की भूमिका निभायी। वह समय-कुसमय जेतवन विहार आती-जाती और कोई पूछता तो कहती कि रात जेतवन में श्रमण गौतम के साथ, उसकी गंधकुटी में बितायी।

धीरे-धीरे बात फैलने लगी। थोड़े-से लोगों में चर्चा फैला दी कि श्रमण गौतम से उसे गर्भ रह गया है। कुटिला का कुचक्र मंदगति से चल पड़ा। आठ-नौ महीने बीतने पर अनुकूल अवसर देख कर वह जेतवन विहार में गयी। उसने गर्भिणी का मिथ्या भेष धारण किया। पेट पर एक अर्धगोलाकार छिला हुआ लकड़ी का टुकड़ा रखा। उसे रस्सियों से पूरी तरह बांध दिया। उसके ऊपर एक लाल रंग का चोला पहन लिया।

उस समय भगवान धर्मसभा में धर्मोपदेश दे रहे थे। बड़ी संख्या में भक्तों की श्रोतामंडली बैठी थी। बड़ी संख्या में भिक्षु बैठे थे।

भगवान को कलंकित करने का उचित माहौल देख कर चीख-चीख कर उन्हें अपशब्द कहने लगी – "रे मथमुंडे! अपने होने वाले बच्चे के लिए तेरे पास कुछ नहीं है तो तेरे इन धनसंपन्न अनुयायियों को कह। वे कुछ प्रबंध करेंगे।"

भगवान इन मिथ्या निंदा वचनों से रंचमात्र भी विचलित नहीं हुए। शांतचित्त से करुणाभरी वाणी में बोले –

– "बहन, तू जो कुछ कह रही है, इसकी सच्चाई या झुठाई तू भी जानती है और मैं भी जानता हूं।"

मायाविनी ने चीखते हुए उत्तर दिया – "हां-हां, तुम्हारे उस कुकर्म को हम दो ही जानते हैं। तीसरा कौन जानेगा? कामभोग का आनंद तो एकांत में ही लिया गया। तू केवल रमण करना जानता है। गर्भ की व्यवस्था का उत्तरदायित्व निभाना नहीं जानता।"

इतना बड़ा लांछन लगने पर भी जब भगवान को अविचल रहते देखा, तब वह घबरा कर स्वयं विचलित हो उठी। पेट पर बँधी रस्सी ढीली पड़ गयी और लकड़ी का पट्टा पांव पर आ गिरा।

लोगों ने उसे दुत्कारा, धिक्कारा। उसका वर्तमान बिगड़ा और भविष्य भी। भगवान का क्या बिगड़ता! वे तो सम्यक संबुद्ध थे! अरहंत थे! स्थितप्रज्ञ थे! तुल्यनिन्दास्तुतिर्मौनी थे।

विपश्यी साधकों के लिए

प्रिय विपश्यी साधको!

आपने इंग्लिश न्यूज लेटर के नवम्बर अंक में बुद्ध से संबंधित तीर्थ स्थलों की यात्रा' का उल्लेख देखा होगा, जो निम्नलिखित था।

भारतीय रेलवे की पर्यटन शाखा (आई. आर. सी. टी. सी.) ने **महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस** नामक एक विशेष रेलगाड़ी चलायी है जो पूरी तरह से वातानुकूलित है और यह बुद्ध से संबंधित पवित्र स्थलों – लुम्बिनी, बोधगया, सारनाथ तथा कुशीनगर की यात्रा कराती है।

विस्तृत सूचना के लिए संपर्क करें –

www.railtourismindia.com/buddha

आराम से तीर्थ यात्रा पर जाने के लिए विपश्यी साधकों के लिए यह सुनहला अवसर है। इसमें न तो आपको सब जगहों के लिए टिकट कटाने की माथा-पच्ची करनी होगी, न लाइन में लगना होगा और न ही भिन्न-भिन्न जगहों पर स्थानीय वाहन और होटल की व्यवस्था करने की चिंता रहेगी।

ग्लोबल विपस्सना पगोडा ने विपश्यी साधकों के लाभार्थ आई. आर. सी. टी. सी. से २१% की विशेष छूट का प्रबंध किया है। आई. आर. सी. टी. सी. और ग्लोबल विपस्सना पगोडा ने इसके अतिरिक्त इस बात पर भी सहमति जतायी है कि विपश्यी साधकों के लिए दो बार सामूहिक साधना का भी प्रबंध होगा। लेकिन यह तभी संभव हो पायगा जब कि एक ट्रेन पर कम से कम दस विपश्यी साधक हों। पहली सामूहिक साधना बोधगया के बोधिवृक्ष के नीचे और दूसरी कुशीनगर में आयोजित की जायगी। सामूहिक साधना का समय मंदिर बंद हो जाने के बाद होगा, ताकि आने-जाने वाले यात्रियों से शांति-भंग न हो और साधकों को शांत वातावरण मिले। यह भी तभी संभव हो पायगा जब कि उस दिन मंदिर परिसर में कोई अन्य कार्यक्रम न हो।

महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस दिल्ली से चलेगी और दिल्ली ही वापस आयगी।

गाड़ी छूटने की सारणी तथा शुल्क-सूची निम्न लिखित है।

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

Postal Licence No. LII/RNP-WPP-03

समय-सारणी
दिल्ली से छूटने और पहुँचने की तिथि

छूटने के महीने	छूटने की तिथि	पहुँचने की तिथि
२००८ - दिसंबर	२७	३ जनवरी
२००९ - जनवरी	१० और २४	१७ और ३१
" फरवरी	७ और २१	१४ और २८
" मार्च	७ और २१	१४ और २८

शुल्क

आठ दिनों की यात्रा का खर्च तथा पूरा किराया (५ से १२ वर्ष के बच्चों का आधा किराया, परंतु ५ वर्ष से कम उम्र के बच्चों से किराया नहीं लिया जायगा।)

श्रेणी वातानु.	पूरा किराया		२१% छूट देने के बाद लगने वाला किराया	
	रुपये	US$	रुपये	US$
प्रथम	४५,१५०/-	१०५०	३५,६७०/-	८३०
द्वितीय	३७,६२५/-	८७५	२९,७३०/-	६९२
तृतीय	२८,५९५/-	६६५	२२,५९०/-	५२५

इसके बारे में विस्तार से जानने के लिए साधक संपर्क करें –

श्री अरुण श्रीवास्तव, डिप्टी जनरल मैनेजर, टूरिज्म आई. आर. सी. टी. सी., ग्राउंड फ्लोर, एसटीसी. बिल्डिंग १, टॉलस्टोय मार्ग, नई दिल्ली ११०००१. फोन ९१-११ २३७०-११००, २३७०-११०१, ०९७१७६४०४५२. इमेल: arunsrivastava@irctc.com; buddhisttrain@irctc.com से सम्पर्क करें। या

visit: www.railtourismindia.com/buddha

तथा निबंधन (रजिस्ट्रेशन) के लिए संपर्क करें– श्री मनीश शिंदे, टेलीफोन (९१) ०९३२३५-२६४६२,
इमेल: manish@globalpagoda.org

यहां यह कहना अप्रासंगिक न होगा कि भगवान बुद्ध ने महापरिनिर्वाण के पूर्व अपने प्रिय शिष्य आनंद को इन स्थलों के बारे में क्या कहा था –

आनंद, चार स्थल हैं जिन्हें देखकर श्रद्धावानों में श्रद्धा तथा आदर का भाव जागेगा। ये स्थल कौन-कौन से हैं? प्रथम – जहां तथागत पैदा हुए, द्वितीय – जहां उन्होंने बोधि प्राप्ति की, तृतीय – जहां उन्होंने धर्मचक्र का प्रवर्त्तन किया और चतुर्थ – जहां तथागत ने अनुपाधिशेष निर्वाण की प्राप्ति की।... *(महापरिनिर्वाण सुत्त)*

मेत्ता सहित, ट्रस्टी, ग्लोबल विपस्सना पगोडा

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 **"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 (१)** २०-२ से २८-२-२००९. (२) २३-५ से ३१-५-२००९.

(केवल हिंदी भाषा में भारतीय तथा नेपाली साधकों / साधिकाओं के लिए)

स्थानः कोठारी फार्म हाऊस, जयपुर-अजमेर राजमार्ग से २ कि.मी. अंदर, भानक्रोटा-जयसिंहपुरा रोड, भानक्रोटा, जयपुर.
संपर्कः कु. मेघना, मो. ०९६०२८ ४८८९६,
ईमल– paliworkshop@yahoo.co.in

'पगोडा' के मुख्य डोम में एक दिवसीय शिविर

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

मुंबई के बाहर से आने वाले साधक या साधक-समूह व्यवस्थापकों को अपने आने की अग्रिम सूचना दें ताकि तदनुसार 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

"जी" टी.वी. पर धारावाहिक 'ऊर्जा'

पूज्य गुरुदेव के साथ की गयी प्रश्नोत्तरी **"ऊर्जा"** नामक शीर्षक से "जी" टी.वी. पर **सोमवार से गुरुवार** तक **प्रातः ४:३० बजे** या उनकी सुविधानुसार प्रसारित होती है। इसमें पूज्य गुरुदेवजी 'धर्म' की बारीकियों को विस्तार से समझाते हैं। जिज्ञासु इसका लाभ उठा सकते हैं।

पूज्य गुरुजी का प्रवचन 'हंगामा' टी.वी. चैनल पर

प्रतिदिन प्रातः ४:३० से ६ बजे तक पूरा प्रवचन एक साथ प्रसारित किया जा रहा है। साधक अपने ईष्ट-मित्रों एवं परिजनों सहित इसका लाभ उठा सकते हैं।

आस्था टी.वी. चैनल पर पूज्य गुरुजी का प्रवचन

आस्था टी.वी. चैनल पर पूज्य गुरुजी के हिंदी में प्रवचन **प्रतिदिन प्रातः ९:४५** बजे प्रसारित हो रहे है।

धम्म सिक्किम

हिमालय की गोद में विश्व की तीसरी सर्वोच्च कंचनजंगा पर्वत चोटी के तले बसे सिक्किम प्रदेश में राजधानी गांगटोक से २५ कि.मी. की दूरी पर **धम्म सिक्किम** विपश्यना केंद्र कोलाहल और प्रदूषण से दूर एक अत्यंत मनोहारी स्थल पर निर्मित हुआ है। यहां पर पहला शिविर नवंबर, २००५ में लगा। तब से अब तक लगभग ४० साधकों के शिविर नियमित रूप से लगते जा रहे हैं। कुछ आधुनिक सुविधाओं से युक्त निवास बने हैं और आगे इनके विस्तार के साथ दीर्घ शिविर के लिए शून्यागार की भी योजना है। यहां से कंचनजंगा चोटी के सीधे दर्शन होते हैं। जो भी साधक चाहें इस योजना में भागीदार बन सकते हैं। **सिक्किम विपश्यना ट्रस्ट,** बैंक ऑफ बरोदा, गांगटोक, ए-सी नं. २००८४६ के लिए– **संपर्क** – श्री डेंडुप लामा, फोन- ०९४३४३- ३९३०३ या श्री भरत बस्नेत, ०९४३४३ ५६७८७.

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

नए उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1) Ms. Barbara Luxton, Canada

सहायक आचार्य

१-२) श्री राजकुमार सिंह एवं श्रीमती सरोजिनी चौहान, *फतेहपुर*
३) श्रीमती राजिंदर नागपाल, पुणे
४) कु. ए.के. शशिकला बालकृष्णन, *इगतपुरी*
५) श्री नरबहादुर गुरुंग, नेपाल
6) Mr. Somnuk Sattayanon, Thailand
7) Mr. Yuth Itchayapruek, Thailand
8) Ms. Puangpaka Bunnag, Thailand
9) Mr. Jeremy Dunn, USA

बालशिविर शिक्षक

१) श्री गजेंद्रसिंह कुशवाहा, *वडोदरा*
२) श्री संजय कुमार दुआ, *कपूरथला*
३) श्री संजय कुमार सैनी, *कपूरथला*
४) कु. जागृति वकील, *कच्छ*
5) Ms. Sucharit Sudtanun, Thailand
6) Mrs. Jidapa Techavisesa, Thailand
7) Mrs. Christine Grey, Australia
8) Ms. Shana Hart, Australia
9) Ms. Martha Kubisz, Switzerland

दोहे धर्म के

जिससे मन निर्मल बने, उसमें सब का श्रेय।
निजहित परहित सर्वहित, यही धर्म का ध्येय॥

धर्मवान की जिंदगी, परम अर्थ हित होय।
अपना भी होवे भला, भला सभी का होय॥

दिवस बिताए बिलखते, रोते बीती रैन।
धन्य! धर्म ऐसा मिला, पायी मन की चैन॥

धन्य! धर्म का तेज बल, दुर्जन होय निहाल।
हत्यारा अर्हत हुआ, धन्य! अंगुलीमाल॥

जो चाहे दुखड़े मिटें, रहे सदा खुशहाल।
तन से मन से वचन से, शुद्ध धर्म ही पाल॥

हिंदू हो या बौद्ध हो, मुस्लिम हो या जैन।
शुद्ध धर्म का पथिक हो, रहे सुखी दिन रैन॥

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

दूहा धरम रा

समझ धरम रै रूप नै, यो किरपाण यो ढाल।
हत्यारै रो काळ है, रक्छक रो रखवाळ॥

कुटिलपणो सारो कट्यो, धुलग्यो कीचड़ पंक।
निरमळ होग्यो धरम स्यूं, मिटग्यी सारी बंक॥

जीवन मँह जागै धरम, मिटज्या पाप समूळ।
तो हो ज्यावै आप ही, देव सभी अनुकूल॥

कपट रवै ना कुटिलता, रवै न मिथ्याचार।
सुद्ध धरम ऐसो जगै, हुवै स्वच्छ ब्यवहार॥

राख आस इक धरम री, छोड़ परायी आस।
जो छणभंगुर आप है, बीं रो के बिस्वास॥

मन री गांठ्यां खोल कर, करै सभी स्यूं प्रीत।
यो ही मारग धरम रो, या हि धरम री रीत॥

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, **मार्गशीर्ष पूर्णिमा,** 12 **दिसंबर,** 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 Eiery Month, Posted at Igatpuri-422403, Dist. Nashik (M.S.)

If not deliiered please return to:-
ि्पश्यना ि्शोधन ि्न्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086
फैक्स : (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.iri.dhamma.org