विपश्यना

साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष २५५७, भाद्रपद पौर्णिमा, १९ सप्टेंबर, २०१३ वर्ष २ अंक ७

वेगवेगळ्या भाषेतील पत्रिकांसाठी पाहाः - http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

धम्मवाणी

यस्सिन्द्रियानि समथङ्गतानि, अस्सा यथा सारथिना सुदन्ता।
पहीनमानस्स अनासवस्स, देवापि तस्स पिहयन्ति तादिनो॥

धम्मपद- ९४, अरहन्तवग्गो.

सारथीव्दारे दमित उत्तम (शिक्षित) घोड्यासमान ज्याचे इंद्रिय शांत झाले आहेत, ज्याचा अभिमान नष्ट झालेला आहे, जो आश्रवरहित आहे, देवगणही अशाची ईर्ष्या करतात.

धर्म-संदेश

ऑगष्ट महिण्यात छापलेला 'महाभारत' चा लेख माझ्या निजी सचिवाने लिहिला. कारण हा विपश्यना विशोधन विन्यासच्या शोधांच्या अनुसार होता म्हणून ह्याला माझ्या नावाने देण्यात त्याला काही दोष दिसला नाही. ही चूक नक्की झाली की हा लेख पत्रिकेत छापण्याच्या लायकीचा नव्हता. **चांगल्या गोष्टींना** चांगल्या रूपात स्वीकार करावे आणि वाईटास वाईटाच्या रूपाने पाहून, त्यापासून दूर रहावे. हाच शुद्ध धर्माचा **संदेश आहे.**

सप्रेम साशिष

सत्यनारायण गोयन्का

रतनत्तय

बुद्धो

इतिपि सो भगवा अरहं सम्मासम्बुद्धो विज्जाचरणसम्पन्नो सुगतो लोकविदू अनुत्तरो पुरिस-दम्म-सारथी सत्था देवमनुस्सानं बुद्धो भगवा'ति। *– दी. नि. १.४४, सामञ्ञफलसुत्तं*

असेच आहेत ते भगवान! अरहंत, सम्यक-संबुध्द, विद्या व सदाचरणाने संपन्न, उत्तम गती प्राप्त, सर्व लोकांचे ज्ञाता, सर्वश्रेष्ठ, (पथ भ्रष्ट घोड्याप्रमाणे) भटकलेल्या लोकांना योग्य मार्गावर आणणारे सारथी, देवता व मनुष्यांचे शास्ता (आचार्य), बुध्द, भगवान.

धम्मो

स्वाक्खातो भगवता धम्मो सन्दिट्ठिको अकालिको एहिपस्सिको ओपनेय्यिको पच्चत्तं वेदितब्बो विञ्ञूही'ति।

– दी. नि. २.७३, महापरिनिब्बानसुत्तं

भगवानांव्दारे उत्तम प्रकारे सांगितलेला हा धर्म, दृष्टीला दिसणारा आहे, काल्पनिक नाही, प्रत्यक्ष आहे, तत्काळ फलदायक आहे, या आणि (तपासून)पाहा(म्हणण्यायोग्य आहे),निर्वाणापर्यंत पोहचविण्यायोग्य आहे, प्रत्येक समजदार व्यक्तीला साक्षात करण्यायोग्य आहे.

सङ्घो

सुप्पटिपन्नो भगवतो सावकसङ्घो, उजुप्पटिपन्नो भगवतो सावकसङ्घो, ञायप्पटिपन्नो भगवतो सावकसङ्घो, सामीचिप्पटिपन्नो भगवतो सावकसङ्घो, यदिदं चत्तारि पुरिसयुगानि अट्ठपुरिसपुग्गला एस भगवतो सावकसङ्घो, आहुनेय्यो पाहुनेय्यो दक्खिणेय्यो अञ्जलिकरणीयो अनुत्तरं पुञ्ञक्खेत्तं लोकस्सा'ति।

– दी. नि. २.७३, महापरिनिब्बानसुत्तं

सुमार्गावर चालणारा आहे भगवानांचा श्रावक संघ, सरळ मार्गावर चालणारा आहे भगवानांचा श्रावक संघ, सत्य मार्गावर चालणारा आहे भगवानांचा श्रावक संघ, उचित मार्गावर चालणारा आहे भगवानांचा श्रावक संघ, ह्या ज्या (मार्गावर चालणारे व मार्गफळ प्राप्त-स्त्रोतापन्न,सकदागामी, अनागामी व अरहंत) पुरुषांच्या चार जोड्या आहेत, म्हणजे आठ पुरुष (व्यक्ती) आहेत हाच भगवानांचा श्रावक संघ आहे, (हाच) निमत्रंण देण्यायोग्य आहे, आतिथ्य करण्यायोग्य आहे, दान देण्यायोग्य आहे, हात जोडून (वंदन)करण्यायोग्य आहे. लोकांचे हेच श्रेष्ठतम पुण्य क्षेत्र आहे.

वंदना

ये च बुद्धा अतीता च, ये च बुद्धा अनागता।
पच्चुप्पन्ना च ये बुद्धा, अहं वन्दामि सब्बदा॥१॥

पूर्वीच्या काळी जितकेही बुध्द झालेत, येणाऱ्या काळात जितकेही बुद्ध होतील, वर्तमान काळात जितकेही बुध्द आहेत, त्या सर्वांची मी सदैव वंदना करतो. ॥१॥

ये च धम्मा अतीता च, ये च धम्मा अनागता।
पच्चुप्पन्ना च ये धम्मा, अहं वन्दामि सब्बदा॥२॥

पूर्वीच्या काळी जे धर्म झाले, येणाऱ्या काळात जितकेही धर्म होतील, वर्तमान काळात जे धर्म आहेत, त्या सर्वांची मी सदैव वंदना करतो. ॥२॥

ये च सङ्घा अतीता च, ये च सङ्घा अनागता।
पच्चुप्पन्ना च ये सङ्घा, अहं वन्दामि सब्बदा॥३॥

पूर्वीच्या काळी जे आर्य-संघ झाले, येणाऱ्या काळात जे आर्य-संघ होतील, वर्तमान काळात जे आर्य-संघ आहेत, त्या सर्वांची मी सदैव वंदना करतो. ॥३॥

यो सन्निसिन्नो वरं बोधिमूले,
मारं ससेनं महतिं विजेत्वा।

सम्बोधिमधिगच्छि अनन्तञाणो,
लोकोत्तमो तं पणमामि बुद्धं॥४॥

ज्यांनी श्रेष्ठ बोधिवृक्षाखाली (ध्यानस्थ) बसून, मोठ्या सेनेसह (असणाऱ्या) माराला पराजित करुन संबोधी प्राप्त केली, त्या अनंतज्ञानी सर्व लोकात (सर्व) श्रेष्ठ (भगवान) बुध्दांना मी प्रणाम करतो. ॥४॥

अट्ठङ्गिको अरियपथो जनानं,
मोक्खप्पवेसो उजुकोव मग्गो।
धम्मो अयं सन्तिकरो पणीतो,
निय्यानिको तं पणमामि धम्मं॥५॥

हा जो लोकांसाठी आर्य अष्टांगिक मार्ग आहे, जो मोक्ष प्राप्तीसाठी साधा सरळ मार्ग आहे, हा जो शांती देणारा उत्तम धर्म आहे आणि हा जो निर्वाणाकडे नेणारा आहे, अशा उत्तम धर्माला मी प्रणाम करतो. ॥५॥

सङ्घो विसुद्धो वरदक्खिणेय्यो,
सन्तिन्द्रियो सब्बमलप्पहीनो।
गुणेहि-नेकेहि समिद्धिपत्तो,
अनासवो तं पणमामि सङ्घं॥६॥ – *श्रामणेर-विनय*

हा जो विशुध्द, श्रेष्ठ, दान देण्यायोग्य, शांत-इंद्रिय, सर्व (चित्त) मळांपासून विमुक्त, अनेक निष्पाप गुणांनी समृध्द, आश्रवहीन (भिक्षू) संघ आहे- अशा (आर्य) संघाला मी प्रणाम करतो. ॥६॥

आरद्धविरिये पहितत्ते, निच्चं दळ्ह-परक्कमे।
समग्गे सावके पस्स, एतं बुद्धानवन्दनं॥७॥

– *सं. नि. अट्ठ. २.२.४५, दसबलसुत्तवण्णना*

संकल्पयुक्त प्रयत्नशील (निर्वाणासाठी) नित्य दृढ पराक्रमात (ध्यानात) संलग्न (ह्या) एकत्रित श्रावकांना पाहा. हीच बुध्दांची वंदना आहे. ॥७॥

इमाय धम्मानुधम्मपटिपत्तिया बुद्धं पूजेमि।
इमाय धम्मानुधम्मपटिपत्तिया धम्मं पूजेमि।
इमाय धम्मानुधम्मपटिपत्तिया सङ्घं पूजेमि॥८॥

सध्दर्माच्या ह्या मार्गावर चालून मी बुध्दांची पूजा करतो. सध्दर्माच्या ह्या मार्गावर चालून मी धर्माची पूजा करतो. सध्दर्माच्या ह्या मार्गावर चालून मी संघाची पूजा करतो. ॥८॥

अद्धा इमाय पटिपत्तिया जाति-जरा-मरणम्हा परिमुच्चिस्सामि॥९॥
– *श्रामणेर-विनय*

ह्या मार्गावर चालून मी निश्चितच जन्म,वृध्दत्व आणि मृत्युपासून मुक्त होईन. ॥९॥

ꕥ✧ꕥ

देव-आव्हानसुत्त

समन्ता चक्कवालेसु, अत्रागच्छन्तु देवता।
सद्धम्मं मुनिराजस्स, सुणन्तु सग्ग-मोक्खदं॥

सर्व चक्रवालांचे निवासी देवगण! येथे या आणि मुनिराजांच्या (भगवान बुध्दांच्या) स्वर्ग व मोक्ष (मुक्ती) देणाऱ्या सध्दर्माचे श्रवण करा!

धम्म-सवणकालो, अयं, भदन्ता!
धम्म-सवणकालो, अयं, भदन्ता!
धम्म-सवणकालो, अयं, भदन्ता!!

धर्म श्रवण करण्याची हीच (योग्य) वेळ आहे, पूज्यवर!

धर्म श्रवण करण्याची हीच (योग्य) वेळ आहे, पूज्यवर!

धर्म श्रवण करण्याची हीच (योग्य) वेळ आहे, पूज्यवर!

ये सन्ता सन्तचित्ता, तिसरण-सरणा, एत्थ लोकन्तरे वा।
भुम्माभुम्मा च देवा, गुण-गण-गहणा, ब्यावटा सब्बकालं॥

जे शांत स्वभावाचे आणि शांत चित्ताचे आहेत, त्रिशरण शरणागत आहेत, ह्या लोकात अथवा अन्य लोकात राहणारे आहेत, भूमी तसेच आकाशात राहाणारे आहेत, जे नेहमी गुणांनाच ग्रहण करण्यात लागलेले आहेत.

एते आयन्तु देवा, वर-कनक-मये, मेरुराजे वसन्तो।
सन्तो सन्तोसहेतुं, मुनिवर-वचनं, सोतुमग्गं समग्गा॥

– *श्रामणेर-विनय*

श्रेष्ठ स्वर्णमय सुमेरु पर्वतराजावर राहणारे हे सर्व उपस्थित देवता संतोषासाठी मुनिश्रेष्ठांच्या (भगवान बुध्दांच्या) श्रेष्ठ वचनांना ऐकण्यासाठी एक साथ येवोत.

ꕥ✧ꕥ

उग्घोसन गाथा

जयो हि बुद्धस्स सिरीमतो अयं,
मारस्स च पापिमतो पराजयो।
उग्घोसयुं बोधिमण्डे पमोदिता,
जयं तदा नागगणा महेसिनो॥१॥

(जेव्हा महर्षि भगवान बुध्द माराशी संग्राम करुन विजयी झाले तेव्हा) बोधिमंडावर प्रमुदित **नागांनी** महर्षिच्या जयाची उद्‌घोषणा केली -" "ऐश्वर्यसंपन्न (श्रेष्ठ मनाचा पुरुष) बुध्दांचा विजय झाला आहे. पापी माराचा पराजय झाला". ॥१॥

जयो हि बुद्धस्स सिरीमतो अयं,
मारस्स च पापिमतो पराजयो।
उग्घोसयुं बोधिमण्डे पमोदिता,
जयं तदा सुपण्णगणा महेसिनो॥२॥

(जेव्हा महर्षि भगवान बुध्द माराशी संग्राम करुन विजयी झाले तेव्हा) बोधिमंडावर प्रमुदित **गरुडांनी** महर्षिच्या जयाची उद्‌घोषणा केली -" "ऐश्वर्यसंपन्न (श्रेष्ठ मनाचा पुरुष) बुध्दांचा विजय झाला आहे. पापी माराचा पराजय झाला." ॥२॥

जयो हि बुद्धस्स सिरीमतो अयं,
मारस्स च पापिमतो पराजयो।
उग्घोसयुं बोधिमण्डे पमोदिता,
जयं तदा देवगणा महेसिनो॥३॥

(जेव्हा महर्षि भगवान बुध्द माराशी संग्राम करुन विजयी झाले तेव्हा) बोधिमंडावर प्रमुदित **देवतांनी** महर्षिच्या जयाची उद्‌घोषणा केली -" "ऐश्वर्यसंपन्न (श्रेष्ठ मनाचा पुरुष) बुध्दांचा विजय झाला आहे. पापी माराचा पराजय झाला." ॥३॥

जयो हि बुद्धस्स सिरीमतो अयं,
मारस्स च पापिमतो पराजयो।
उग्घोसयुं बोधिमण्डे पमोदिता,

जयं तदा ब्रह्मगणा महेसिनो ॥४॥

– अप. अट्ठ. १.८७-८८, अविदूरेनिदानकथा;
– जा. अट्ठ. १.८४, अविदूरेनिदानकथा;
– नमक्कार टीका - बर्मीज पृ. ५०

(जेव्हा महर्षि भगवान बुध्द माराशी संग्राम करुन विजयी झाले तेव्हा) बोधिमंडावर प्रमुदित **ब्रह्मांनी** महर्षिच्या जयाची उद्घोषणा केली -" "ऐश्‍वर्यसंपन्न (श्रेष्ठ मनाचा पुरुष) बुध्दांचा विजय झाला आहे. पापी माराचा पराजय झाला." ॥४॥

उदान-गाथा

यदा हवे पातुभवन्ति धम्मा,
आतापिनो झायतो ब्राह्मणस्स।
अथस्स कङ्खा वपयन्ति सब्बा,
यतो पजानाति सहेतुधम्मं ॥१॥

जेव्हा एखाद्या तपस्वी आणि सत्पुरुष (श्रमण) ब्राह्मणाला, खरोखर (बोधि-पक्षीय) धर्म उत्पन्न होतात, तेव्हा तो कारणासहित धर्मांना जाणतो आणि ह्यामुळे त्याच्या सर्व शंका - कुशंका दूर होतात. ॥१॥

यदा हवे पातुभवन्ति धम्मा,
आतापिनो झायतो ब्राह्मणस्स।
अथस्स कङ्खा वपयन्ति सब्बा,
यतो खयं पच्चयानं अवेदी ॥२॥

जेव्हा एखाद्या तपस्वी आणि सत्पुरुष (श्रमण) ब्राह्मणाला, खरोखर (बोधि-पक्षीय) धर्म उत्पन्न होतात, तेव्हा तो कारणाच्या निरोधाला (क्षयाला) जाणतो आणि ह्यामुळे त्याच्या सर्व शंका - कुशंका दूर होतात. ॥२॥

यदा हवे पातुभवन्ति धम्मा,
आतापिनो झायतो ब्राह्मणस्स।
विधूपयं तिट्ठति मारसेनं,
सुरियोव ओभासयमन्तलिक्खं ॥३॥

– उदा. ६९-७१, पठमदुतियततियबोधिसुत्तं

– महाव. २-३, बोधिकथा

जेव्हा एखाद्या तपस्वी आणि सत्पुरुष(श्रमण) ब्राह्मणाला, खरोखर (बोधि-पक्षीय) धर्म उत्पन्न होतात, तेव्हा तो मार-सेनेचा विध्वंस करुन तसाच स्थित होतो जसा अंधकाराचा विध्वंस करुन अंतरिक्षात सूर्य प्रकाशमान होतो. ॥३॥

अनेकजातिसंसारं, सन्धाविस्सं अनिब्बिसं।
गहकारं गवेसन्तो, दुक्खा जाति पुनप्पुनं ॥४॥

अनेक जन्मांपर्यंत न थाबंता संसारात धावत राहिलो. (ह्या कायारुपी) घर बनविणाऱ्याचा शोध करीत पुन्हा पुन्हा दुःखमय जन्म घेत राहिलो. ॥४॥

गहकारक दिट्ठोसि, पुन गेहं न काहसि।
सब्बा ते फासुका भग्गा, गहकूटं विसङ्खितं।
विसङ्खारगतं चित्तं, तण्हानं खयमज्झगा'ति ॥५॥

– ध. प. १५३-१५४, जरावग्गो

हे घर बनविणाऱ्या! आता तुला पाहिले! आता तू पुन्हा घर बनवू शकत नाहीस! तुझ्या साऱ्या कड्या भग्न झाल्या . घराचे छतही विस्कळित झाले. चित्त संस्काररहित झाले, तृष्णेचा समूळ नाश झाला. ॥५॥

सर्वांचे मंगल होवो!

'धम्मबोधी' येथे दीर्घकालीन सेवेची सुसंधी'

'धम्मबोधी' आतंरराष्ट्रीय विपश्यना केंद्र, बोधगया येथे कमीत-कमी एक वर्षापर्यंत सेवा देण्याकरीता

खालील पदांसाठी धर्मसेवकांची आवश्यकता आहे. १) निर्माण कार्यासाठी २) मेटेनन्ससाठी - इलेक्ट्रीशीयन, प्लंबर, पेंटर, गार्डनर व हाऊसकीपर. ३) अकाउंटट, ४) खरेदीसाठी, ५) गोदामाची देखरेख ६) व्यवस्थापक. कार्यकुशल व्यक्ती भगवान बुद्धांच्या संबोधी-स्थळ परिसरात सेवा देण्याच्या सुसंधीचा लाभ घेवू शकतात. अधिक माहितीसाठी व सेवेसाठी संपर्क करा..SMS-- +91 98281 95950. **या** Email- bikram.dandiya@gmail.com;

ग्लोबल विपश्यना पगोडासाठी कॉर्पस फंड

ग्लोबल पगोडाच्या निर्बाध संचालनासाठी एक कॉर्पस फंड एकत्र केला जात आहे, ज्यामुळे भविष्यात ह्याचा सांभाळ कोणत्याही बाहेरील दबावाविना सफलतापूर्वक होत राहील आणि म्यंमामध्ये सद्धर्माला सुरक्षित ठेवणे तसेच भारतात परत पाठविणे याबद्दल सयाजी ऊ बा खिन व म्यंमाच्या प्रती कृतज्ञता ज्ञापनाचे हे अद्भुत पावन प्रतीक हजारो वर्षांपर्यंत कायम राहील. ह्या कॉर्पस फंडाचा उपयोग कोणतीही व्यक्ती आपल्या व्यक्तिगत लाभासाठी करू शकत नाही, तर सरकारी बँकेत जमा ह्या धनाच्या व्याजाने पगोडाचा दैनिक खर्च व सांभाळासंबंधी कामे पगोडा-संरक्षणाच्या नियमानुसार होत राहतील.

कार्पस फंड दान पाठविण्यासाठी विवरण ह्या प्रकारे आहे –

१. भारतात कोर बँकिंगव्दारे ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशनला दान पाठविण्यासाठी भारताच्या कोणत्याही बँक ऑफ इंडियाच्या शाखेतून पैसे पाठवू शकतात. विवरण खालील प्रमाणे आहे–

"Global Vipassana Foundation"
'Axis Bank India', A/C. NO: 911010032397802
SWIFT CODE: AXISINBB062,
IFSC CODE: UTIB0000062
MICR CODE: 400211011,
BRANCH: Malad west branch, Mumbai-400064.

२. भारताच्या बाहेरून दान पाठविण्यांसाठी विवरण खालील प्रमाणे आहे– **(SWIFT transfer to 'Bank of India')**
SWIFT Transfer details are as follows:
"Global Vipassana Foundation"
Name of the Bank : **"J P Morgan Chase Bank"**
Address : New York, US,
A/c. No. : 0011407376, Swift: CHASUS33.

चेक/ड्राफ्ट कृपया खालील पत्यावर पाठवावेः

ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन रजि. ऑफिस-- ग्रीन हाऊस, २रा माला, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई- 400023. *फोन-* **022-22665926**.

शरद पौर्णिमेनिमित्त पूज्य गुरूदेव व माताजींच्या सानिध्यात एक दिवसीय महाशिबिर

२० आक्टोंबर, २०१३, **रविवार, वेळः** सकाळी **११** वाजल्यापासून दुपारी ४ वाजेपर्यंत, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** च्या मोठ्या धम्मकक्षात (डोम). **३ वाजता पूज्य गुरुजींच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोकही बसू शकतात. शिबिरासाठी मोठ्या संख्येने धर्मसेवकांचीही आवश्यकता आहे.** कृपया खालील फोन नंबरांवर अथवा ईमेलने त्वरित संपर्क करावा. **कृपया बुकिंग केल्याविना येऊ नये. बुकिंग संपर्क :** मो. 09892855692, 09892855945, फोन नं.: 022-28451170,33747543,33747544, (**फोन बुकिंगः** सकाळी **११** ते सायं. ५ वाजेपर्यंत, रोज)
ईमेल Regn: oneday@globalpagoda.org

नव नियुक्तिया सहायक आचार्य

१. श्री बाबूराव मगदूम, शिरोळ
२. श्री पी.ए. नीलकंठन, चेन्नई
3. Mrs Poy-Twee Leow, Malaysia
4. Ms. Christine Herz, Germany
5. Mr. Greg & Mrs. Elyena Lundh, Canada
6. Ms. Beth Wycoff, USA
7. Ms. Judy Kendall, UK

बालशिविर शिक्षक

१-२. श्री महेश एवं श्रीमती मनीषा लाडे, जळगांव
३-४. श्री संग्राम एवं श्रीमती नूपुर पाटील, जळगांव
५. श्रीमती ललिता चौधरी, जळगांव
६. श्रीमती शैलजा भिरुड, जळगांव
७. श्री मनसाराम मोराने, जळगांव
८. श्री रूपेश मोरे, जळगांव
९. श्री प्रकाश गेडाम, भोपाल
१०. श्रीमती अलका झंवर, ग्वालियर
11. Mr. Zuo Zhao Wu, China
12. Ms. Yu Mei Sun, China
13. Mrs. Ikewati Seewarno, Indonesia

विपश्यना विशोधन विन्यासला मुंबई विश्वविद्यालयाची मान्यता

मुंबई विश्वविद्यालयाद्वारे विपश्यना विशोधन विन्यासला पालीत एम. ए. व पीएच. डी. छात्रांना मार्गदर्शन करण्याचे केंद्र म्हणून मान्यता प्राप्त झाली आहे. शोधद्वारे पालीत एम. ए. व पीएच. डी करण्यासाठी योग्य छात्र **विपश्यना विशोधन विन्यास** (वि. आर. आय.) ग्लोबल विपश्यना पगोडा, मुंबई येथे आवेदन करू शकतात. ह्यासाठी संपर्क करा. **ईमेलः <s_sanghvi@hotmail.com>**

खालील टीव्ही चनलांवर पूज्य गुरुदेवांचे प्रवचन..

1. **UTV World Movies**-- 3:40 am to 4:38 am (English)
2. **UTV Stars** -- 3:30 am to 5:30 am
3. **UTV Bindass** -- 3:00 am to 3:30 am
4. **UTV Action** -- 4:11 am to 5:30 am

दोहे धर्माचे

नमस्कार अरहंताला, नमस्कार सर्व संत।
नमस्कार जननी जनक, उपकार हो अनंत॥

नमस्कार ह्याच विश्वाचे, देव ब्रह्म भगवान।
धर्मनिष्ट हो जे सदा, करोत जगत कल्याण॥

श्रध्दा युक्तच नमनाने, चित्त निर्मळ व्हावे।
अहं सर्व दूर व्हावे, विनयाने भरावे॥

आपली रक्षा आप कर, सोड आस दुसऱ्याची।
जर तू आप रक्षा करे, साथ देव ब्रह्माची॥

धरा अनू आकाशाचे, या हो सम्यक देव।
जन जनात वाटू धर्म, सुख पसरो स्वयमेव॥

दोहे धर्माचे

जीवनात जागो धर्म, मिटोत पाप समूळ।
तर आपोआप होती, देव सर्व अनुकुल॥

जीवन भर भटकत फिरतो, देवाचे दरबार।
देव बिचारा काय करि? आप कर्मच सुधार॥

धर्म सार ना समजला, देवाच्या माघारी।
देव बिचारा काय करि? आप कर्म सुधारी॥

दर्शन होय देवाचे, प्रसन्न होतो मूढ।
मनाचे प्रक्षेपणच हे, ना उलगडले गुढ॥
चाले धर्म पंथावर, थोडी चूक न करी।
तर देवी देवताही, अनुकूल होय खरी॥

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403
जिल्हा- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712, 243238. **फैक्स :** (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org