



विपश्यना

साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2560, भाद्रपद पूर्णिमा, 16 सितंबर, 2016 वर्ष 46 अंक 3

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

For online Patrika in various languages, visit: http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

धम्मवाणी

दुखं दुक्खसमुप्पादं, दुक्खस्स च अतिक्कमं। अरियं चड्डिकं मगं, दुक्खूपसमगापिनं ॥
एतं खो सरणं खेमं, एतं सरणमुत्तमं। एतं सरणमागम्म, सब्बदुक्खा पमुच्चति ॥
— धम्मपद १९१-१९२, बुद्धवग्गो.

जो बुद्ध, धर्म और संघ की शरण गया है, जो चार आर्य सत्यों— दुःख, दुःख की उत्पत्ति, दुःख से मुक्ति और मुक्तिगामी आर्य अष्टांगिक मार्ग—को सम्यक प्रज्ञा से देखता है, यही मंगलदायक शरण है, यही उत्तम शरण है। इसी शरण को प्राप्त कर (व्यक्ति) सभी दुःखों से मुक्त होता है।

धम्मचक्कप्पवत्तनसुत्त प्रवचन

(यह सूत्र बुद्धवाणी के तीन पिटकों में से दूसरे, यानी, सुत्त पिटक के पांच निकायों में से तीसरे— संयुक्तनिकाय के महावग्गो का १०८१वां सूत्र है। पूज्य गुरुजी ने साधकों के लाभार्थ जनवरी, १९९१ में धम्मगिरि पर इस सुत्त की व्याख्या हिंदी एवं अंग्रेजी में करते हुए इसे बहुत अच्छी तरह से समझाया है। अतः पत्रिका के माध्यम से इसे क्रमशः आप तक पहुँचा रहे हैं। सं.)

नमो तस्स भगवतो, अरहतो, सम्मासम्बुद्धस्स!

धम्मचक्कप्पवत्तनसुत्तं- धर्मचक्रप्रवर्तन सूत्र। आज जिस सूत्र का पारायण करने जा रहे हैं, यह भगवान की शिक्षा का एक अत्यंत महत्त्वपूर्ण सूत्र ही नहीं, प्रथम सूत्र होने के कारण, प्रथम उपदेश होने के कारण, शुद्ध धर्म के प्रकाशन का सूत्र है।

जैसे पहली बार गहरे अंधकार में सूर्योदय के प्रकाश की किरणें फूटी हों। बहुत बड़ा महत्त्व। अंधकार में पड़े हुए लोगों को— शुद्ध धर्म क्या है— यह सारी शिक्षा; पैंतालीस वर्षों तक लोगों को जो कुछ सिखाया; उसे सार-रूप में इस पहले सूत्र में कहा गया है।

'एकं समयं भगवा वाराणसियं विहरति इसिपत्तने मिगदाये'— एक बार भगवान वाराणसी के इसिपत्तन (ऋषिपत्तन) के उस हिस्से में विहार कर रहे थे जिसे मिगदाय (मृगदाय) कहा जाता था। 'इसिपत्तन'— इसि माने ऋषि। पत्तन शब्द भारत का बहुत पुराना शब्द है। भारत में पत्तन बंदरगाह को कहते थे, सागर तट या नदी तट के पास के नगर— जैसे सागरपट्टनं, सुप्पारकपट्टनं, विसाखापत्तन आदि यानी बंदरगाह के लिए पत्तन शब्द। क्या पत्तन? जहां कुछ उतारा या गिराया जाय। जहाजों में माल लादकर कहीं से आये और किनारे पर लगे, पोर्ट पर लगे और उतारा जाय, इसलिए पत्तन।

समुद्र के किनारे के शहर ही नहीं, भीतर के नदी तट के शहरों के लिए भी 'पत्तन' शब्द का इस्तेमाल होता था। शायद इस पत्तन (पट्टन) शब्द से ही आज का जो 'पटना' है, वह बना हो। यह 'इसिपत्तन' ऐसा ही पवित्र स्थान था, अब भी है, जहां कि अनेक ऋषि आकर तपते थे। और मान्यता यह भी है कि अनेक ऐसे व्यक्ति जिनको बोधि प्राप्त हो गयी, जो प्रत्येकबुद्ध हैं अथवा जो सम्यक संबुद्ध हैं, वे अपनी ऋद्धि के बल से आकाश मार्ग से आयेंगे और इस स्थान पर उतरेंगे। इस माने में ऋषियों के उतरने का स्थान, यानी, ऋषि लोग जहां एकत्र होकर के तपें। जहां ऋषि एकत्र हों वह ऋषिपत्तन। और वह स्थान जिस वन या उपवन में, किसी पशु को कोई मार नहीं सकता, उनको अभयदान मिला है तो मिगदाय। मृगों को वहां अभयदान मिला हुआ है।

मृग का एक अर्थ— हिरन। आज भी ऐसे ही मानते हैं। लेकिन मृग का पुराना अर्थ होता था सारे पशु। किसी भी पशु को मृग कहा

जाता था। इसलिए सिंह को मृगराज कहते थे। हिरनों का ही राजा नहीं, सारे पशुओं का राजा है।

'शाखामृग'— बंदर को शाखामृग कहते हैं, वह पशु जो पेड़ की शाखा पर रहे। तो मृग शब्द सारे जानवरों के लिए, सारे चौपायों के लिए। लेकिन हो सकता है हिरन वहां अधिक मात्रा में हों और हो सकता है उस समय भी 'मृग' का अर्थ केवल हिरन तक रूढ़ रह गया हो। जो भी है, पशुओं को अभयदान या मृगों को अभयदान। इस माने में उसका नाम 'मृगदाय' पड़ा हो। इस स्थान पर भगवान पहुँचे।

सम्यक संबोधि प्राप्त करने के बाद सात सप्ताह तक उस बोधिवृक्ष के नीचे और उसके आस-पास निर्वाण के सुख में बिताये। उसके बाद एक बार तो मन में यों आया कि जो धर्म मेरी समझ में आया है और जिसका इस्तेमाल करके मैंने अपने आपको मुक्त किया है, वह बहुत गंभीर है। बात तो बहुत सरल-सरल, सीधी-सीधी है लेकिन फिर भी इतनी गहरी है कि संसार के ये सारे लोग, भिन्न-भिन्न मान्यताओं में इस कदर उलझे हुए हैं, उनकी आंखों पर इस कदर परदा पड़ा हुआ है कि सारी मेहनत बेकार जायगी। ये क्या समझेंगे?

जब यह भाव उनके मन में आया कि 'ये क्या समझेंगे?' तब एक ब्रह्मा, जो कि पहले के किसी सम्यक संबुद्ध के समय विपश्यना लेकर के ब्रह्मलोक में जनमा हुआ था, उसने यह बात देखी तो कहा, "अरे, ऐसा हुआ तो संसार धर्म से वंचित रह जायगा।" तो वह उतर करके आता है और नमस्कार करता है। कहता है महाराज! आपका ऐसा चिंतन ही नहीं होना चाहिए। सचमुच, बड़ा अंधकार है। लोगों की आंखों पर इतना मोटा-मोटा परदा पड़ा हुआ। समझ ही नहीं पायेंगे, इतना गंभीर है यह। लेकिन महाराज! अपने बोधिनेत्रों से देखिये, थोड़े लोग तो ऐसे हैं जिनकी आंखों के आगे बहुत झीना-सा परदा है। जरा-सा काम शुरू होगा, उनका झीना परदा दूर हो जायगा और वे सब समझ जायेंगे। बड़ा कल्याण होगा। आखिर आपने अनगिनत जन्म बिताये इसी बात के लिए।

भगवान मुस्कराये। करुणा जागी। महाब्रह्मा ठीक ही कहता है। उनके भीतर की ब्राह्मी वृत्तियां जागती हैं। बड़ी करुणा! अरे, सचमुच कुछ तो हैं समझने वाले। चलो, समझाते हैं। किसे समझायें?

अपने बोधिनेत्रों से देखा— किसे समझायें? कृतज्ञता का भाव भी था। जिस व्यक्ति ने हमें सातों ध्यान सिखाये— आलार कालाम ने ही तो सिखाये। तो देखा, वह तो सात दिन पहले ही मृत्यु को प्राप्त हुआ। और क्योंकि सात ध्यानों का धनी था, तो मरने पर अरूप ब्रह्मलोक में जनमा। चार ध्यानों तक रूप ब्रह्मलोक में जन्म होता है। चार के ऊपर पांचवें से आठवें ध्यान तक तो अरूप ब्रह्मलोक से कनेक्टेड हो जाता है। अरूप ब्रह्मलोक में रूप नहीं, काया नहीं। काया नहीं तो वह विपश्यना कैसे करेगा? नहीं सिखा सकते, ये कर

ही नहीं सकते। दूसरा, उदक रामपुत्र। जिसने आठवां ध्यान सिखाया, अरे, वह भी कल रात ही मृत्यु को प्राप्त हो गया और वह भी अरूप ब्रह्मलोक में जनमा। नहीं सिखा सकते। अब किसको सिखायें?

अब अपने पांच साथी याद आये, जिन्होंने छः वर्षों तक साथ रहकर उनकी बहुत सेवा की थी। ये कहां हैं? तो अपने बोधिनेत्रों से देखते हैं कि ये ऋषिपत्तन मृगदाय में कोई अपना ध्यान कर रहे हैं। वहां जाकर के पहले-पहल यह शुद्ध धर्म की बात उनको सिखायी जाय। तब बोधगया के उस बोधि-वृक्ष से यहां तक की यात्रा की और यहां पहुँचे ताकि इन पांच भिक्षुओं को यह धर्म सिखाया जाय।

"तत्र खो भगवा पञ्चवगिये भिक्खू आमन्तेसि"- वहां भगवान ने इन 'पञ्चवगिये भिक्खू'- इन पांच भिक्षुओं को संबोधित किया, पहले इन पांच भिक्षुओं को धर्म मिला, इसलिए आगे हमेशा ये पंचवगिय भिक्खु के नाम से ही पुकारे जाते रहे। पंचवर्गीय भिक्षु- एक ऐसा वर्ग जिसमें ये पांच भिक्षु सम्मिलित हैं। **'आमन्तेसि'-** उन्हें धर्म सुनने के लिए, धर्म सीखने के लिए संबोधित किया, और अब उपदेश शुरू किया।

"द्वेमे, भिक्खवे, अन्ता पव्वजितेन न सेवितव्वा"। दो ऐसे अंत हैं जो किसी 'प्रव्रजित' को, जिसने घर-बार छोड़ा है, जिसे मुक्त अवस्था तक पहुँचना है उसे इन दो अंतों से बचना चाहिए, इन दो अंतों का सेवन नहीं करना चाहिए। **'कतमे द्वे?'** कौन से दो? **'यो चायं कामेसु कामसुखल्लिकानुयोगो हीनो गम्पो पोथुज्जनिको अनरियो अनत्थसंहितो'।** एक तो यह कि कामभोगों की दुनिया में, भोगविलास की दुनिया में, शारीरिक सुखों की दुनिया में जो लोट-पलोट लगाये- ऐसा व्यक्ति **'हीन'-** गया-गुजरा है, **'गम्पो'-** गँवार है। गांव का रहने वाला ही गम्पो नहीं— जैसे आजकल गँवार कहते हैं अनपढ़ को, मूर्ख को, इस माने में भी गँवार नहीं।

'पोथुज्जनिको'- पृथग्जन है, माने जो मुक्ति का, धर्म का रास्ता है, उससे पृथक हो गया है। उसे होश नहीं है वह क्या कर रहा है? उसके सारे काम धर्म से पृथक हो गये। ऐसा व्यक्ति पृथग्जन। जब तक कोई व्यक्ति स्रोतापन्न अवस्था को नहीं प्राप्त होता है, तब तक वह पृथग्जन ही है। लेकिन वे लोग जो स्रोतापन्न अवस्था पर जाने का प्रयत्न कर रहे हैं, ठीक प्रयत्न कर रहे हैं, वे पृथग्जन होते हुए भी— उनको कल्याण पृथग्जन कहा, माने कल्याण का रास्ता पकड़ा है। पर अभी उनको मुक्ति का, निर्वाणिक अवस्था का सही अनुभव नहीं हुआ, इस माने में पृथक हैं अभी, लेकिन कल्याण पृथग्जन हैं। और ऐसे लोग जो बिल्कुल मूढ़ हैं, वे मूढ़ पृथग्जन। जिनको वह रास्ता जानने का कोई मन ही नहीं होता; जो चलते ही नहीं उस रास्ते पर। उनका रास्ता बिल्कुल भिन्न है, माने सही रास्ते पर चलने का कोई प्रयास ही नहीं करते। तो ऐसे लोग जो इस प्रकार कामभोग में ही लोट-पलोट लगाते हैं, ऐसे लोग पृथग्जन- यह एक अंत।

और दूसरा अंत **'यो चायं अत्तकिलमथानुयोगो- 'किलमथ' क्लेश, 'अत्त'-** अपने आपको, यानी, अपने आपको क्लेश देने में, शारीरिक कष्ट देने में लगे हुए हैं और समझते हैं कि मुक्त हो जायेंगे। **"अत्तकिलमथानुयोगो दुक्खो अनरियो अनत्थसंहितो"।** ऐसे व्यक्ति अनार्य ही रहेंगे, आर्य नहीं बन सकते। वे अपने लिए केवल दुःख ही दुःख, अकुशल ही अकुशल का संग्रह करेंगे। अनर्थ का ही संग्रह करेंगे। क्योंकि एक ऐसी अति में चले गये जहां मुक्ति का कोई लेन-देन नहीं है। ये दो अंत— एक तो सांसारिक सुखभोगों के कीचड़ में लोट-पलोट लगाना। दूसरा इस कायाकष्ट, देहदंडन के काम में ही लगे रहें और समझें कि हम इससे मुक्त हो जायेंगे।

एक सम्यक संबुद्ध के उत्पन्न होने पर, शुद्ध धर्म की, मुक्ति के मार्ग की जो बात समझायी जाती है, समय बीतते-बीतते वह समाप्त हो जाती है। उसकी चर्चा रह जाती है, उसके शब्द रह जाते हैं। अनेक

लोग बुरी नीयत से नहीं लेकिन नासमझी से, क्योंकि वे धर्म की गहराइयों को नहीं समझ पाये, इसलिए उन्हीं शब्दों को इस्तेमाल करेंगे; उसी लक्ष्य को प्राप्त करने का काम करेंगे। शुद्ध धर्म हमें वीतराग बनाता है, वीतद्वेष बनाता है, वीतमोह बनाता है। तो सारा का सारा लक्ष्य यही होगा कि हम कैसे वीतराग बन जायें, कैसे वीतद्वेष बन जायें, कैसे वीतमोह बन जायें। लेकिन जो रास्ता है वहां तक पहुँचने का, उसे तो भुला दिया और भटकते हुए कोई इस अंत में चला जायगा, कोई उस अंत में चला जायगा।

एक बात तो याद रही कि आखिर मुक्त अवस्था तक पहुँचने के लिए प्रव्रजित होना जरूरी है, घर-बार छोड़ना जरूरी है। घर-बार तो छोड़ा लेकिन घर-बार के जो सुख-भोग हैं, उनको नहीं छोड़ पाये। इसलिए इस तरह की अवस्थाएं बनायीं, इस तरह की स्थितियां पैदा कीं कि जहां पर ऐसे विहार हैं, ऐसे मठ हैं जिनमें वे सारी सुविधाएं हैं जिस तरह की गृहस्थ जीवन में थीं। अब क्योंकि घर-बार छोड़कर अपना वेश बदल लिया है हमने, इसलिए हम जरूर मुक्त हो जायेंगे। घर-बार छोड़ कर वेश बदल कर, अब या तो इस कर्मकांड में लग गये या उस कर्मकांड में। एक तो उस वेश के मारे समझते हैं कि हम मुक्त हो जायेंगे। दूसरे कोई ऐसा कर्मकांड करने लगे और समझते हैं कि उससे हम मुक्त हो जायेंगे। लेकिन जो आसक्तियां थीं, वासनाएं थीं, उनसे मुक्त होने का जरा-सा भी काम नहीं किया। यह एक अति में चले गये। दूसरे भटकते-भटकते ऐसी अति में चले गये कि नहीं, हमें इस काम-वासना से कोई लेन-देन नहीं है, हमें इन सुखों से कोई लेन-देन नहीं है। प्रव्रजित तो हुए, घर-बार छोड़ा, लेकिन मुक्ति तब होगी जब कि इस शरीर को पूरा-पूरा दंड मिले। इस शरीर की वजह से ही बार-बार, नया-नया शरीर मिलता है, हम भवचक्र में ही चक्कर काटते हैं। अपने सारे अंतर-क्लेशों को दूर करने के लिए इस शरीर को दंड देना चाहिए। तो इस प्रकार की प्रवृत्तियों में, इस प्रकार के कार्यों में लग गये जिनसे शरीर को ज्यादा से ज्यादा दंड दिया जाय।

और धीरे-धीरे-धीरे यह बात उनके मन पर इस प्रकार सवार हो गयी कि जो दुष्कर्म होते हैं वे शरीर के कारण होते हैं। मन का कोई बहुत महत्त्व नहीं है। जब शरीर के कारण होते हैं तो सुधार भी शरीर के कारण ही होगा। तो इस तरह की प्रवृत्तियों में जहां शरीर को दंड दिया जाय। बीच की बात फिर भूल गये।

फिर समय आता है, बहुत लंबे समय के बाद फिर बोधि जागती है किसी व्यक्ति में और वह मध्यम मार्ग ढूँढ निकालता है। यह अति भी ठीक नहीं, वह अति भी ठीक नहीं। यह बीच का रास्ता। इसलिए कहा कि जो प्रव्रजित हो उसके लिए ये दोनों अंत कल्याणकारी नहीं, हानिकारक हैं, इनसे बचें। इन दोनों अंतों में नहीं जायें।

'एते खो, भिक्खवे, उभो अन्ते अनुपगम्म'- इन दोनों अंतों का, उभय अंतों का अनुगमन न करके, उस रास्ते न जा करके, **'मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा चक्खुकरणी जाणकरणी उपसमाय अभिञ्जाय सम्बोधाय निव्वानाय संवत्तति'।** इन दोनों को छोड़कर के, जो सम्यक संबुद्ध होता है, उसकी पकड़ में **"मज्झिमा पटिपदा"** बीच का रास्ता आ जाता है। ऐसा बीच का रास्ता जो कि हमें वहां पहुँचाता है जो **'चक्खुकरणी'-** हमारे भीतर धर्म के चक्षु जगाये। माने अपनी अनुभूतियों पर धर्म उतर जाय। जब कोई व्यक्ति इन अंतों में रहता है तब उसकी अनुभूति पर धर्म नहीं उतरता। उसकी अनुभूति पर तो उसकी मान्यताएं, उसकी अपनी रूढ़ियां, अपने कर्मकांड— यही रहेंगे। लेकिन जब शुद्ध धर्म के रास्ते चलेगा तो मध्यम मार्ग पर चल रहा है, इसका अर्थ यही कि अनुभूति के मार्ग पर चल रहा है। धर्म को, कुदरत के कानून को, विश्व के विधान को, नियति के नियम को, प्रकृति को अपनी अनुभूतियों से समझ रहा है, अनुभूतियों से समझ रहा है तो धर्म के चक्षु जागते हैं। माने, धर्म को अपनी अनुभूतियों पर उतारता है जो **'चक्खुकरणी'-** चक्षु पैदा करनेवाली है।

'जाणकरणी'- जब धर्म का चक्षु जागता है, माने सच्चाई की बात अनुभूतियों पर आने लगती हैं, तब 'जाणकरणी', यानी, जो ज्ञान होता है वह केवल बौद्धिक ज्ञान नहीं होता, अपनी अनुभूतियों वाला सही ज्ञान होता है, सम्यक ज्ञान होता है, तो ऐसा सम्यक ज्ञान पैदा करने वाली यह मध्यमा प्रतिपदा।

'उपसमाय'- हमारे भीतर जितने क्लेश हैं, अनेक जन्मों से जिन क्लेशों का संग्रह किया हुआ है, उन क्लेशों के उपशमन के लिए, उनके क्षय एवं उनके विनाश के लिए यह रास्ता मिलता है--**मध्यमा प्रतिपदा**।

'अभिज्ञाय'- बहुत ऊंचा ज्ञान, जिससे सारी बात समझ में आने लगे। इस रास्ते पर चलते-चलते उस अवस्था पर पहुँचता है जहाँ मुक्ति प्राप्त कर लेने के कारण सारी बात समझ में आने लगती है कि किस तरह से यह दुःखचक्र चलता है और किस तरह से इसके बाहर निकला जा सकता है।

'सम्बोधाय'- संबोधि प्राप्त करने के लिए। **'निब्बानाय'**- निर्वाण प्राप्त करने के लिए। यह सारा रास्ता इन सारे कामों के लिए है और इस रास्ते पर चलते-चलते यहाँ तक पहुँच जाता है।

'कतमा च सा, भिक्खवे, मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसंबुद्धा चक्खुकरणी जाणकरणी उपसमाय अभिज्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति'? यह कौन-सी मध्यमा प्रतिपदा है जिसे कि कोई सम्यक संबुद्ध अपने अनुभव से प्राप्त करता है जो चक्षु देनेवाली है, ज्ञान देनेवाली है, उपशमन करनेवाली है, अभिज्ञा देनेवाली है, संबोधि देनेवाली है, निर्वाण देनेवाली है और जिसका अनुभव कोई सम्यक संबुद्ध करता है वह क्या है? कौन-सा मध्यम मार्ग है? तो स्वयं ही प्रश्न करते हैं, स्वयं ही उत्तर देकर समझाते हैं।

'अयमेव अरियो अट्टङ्गिको मग्गो'- यह जो आठ अंग वाला मार्ग है, यही मध्यमा प्रतिपदा है। **'सेय्यधिदं'** वह क्या है? **"सम्मादिट्ठि, सम्मासङ्खप्पो, सम्मावाचा, सम्माकम्मन्तो, सम्माआजीवो, सम्मावायामो, सम्मासत्ति, सम्मासमाधि"**। क्या है यह? ये जो आठ अंग हैं धर्म के, बस, यही मध्यमा प्रतिपदा है। इस पर चलने वाला व्यक्ति किसी अंत की ओर नहीं झुकेगा। दोनों छोरों को अपने आप छोड़ देगा और केवल सीधे, सम्यक, माने सत्य के मार्ग पर चलेगा। मार्ग का केवल वर्णन ही करता रह जाय, मार्ग पर केवल चिंतन या विवाद ही करता रह जाय, मार्ग की मान्यता को ही मानकर रह जाय तो सम्यक नहीं हुआ। सचमुच अनुभूति पर उतरना चाहिए। धर्म के ये जो आठों अंग हैं, सचमुच अनुभूति पर उतरते हैं तो सम्यक होते हैं, अन्यथा ये भी मिथ्या हो जायेंगे। इनकी केवल चर्चा रह जायगी। केवल बातें रह जायँगी। तो बात नहीं बनती। ये आठों अंग अनुभूति पर उतरते हैं तो 'सम्मा' होते हैं। तो ये आठों अंग सम्यक हों।

'अयं खो सा, भिक्खवे, मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसंबुद्धा चक्खुकरणी जाणकरणी उपसमाय अभिज्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति'- यह है मध्यम मार्ग जो कि कोई सम्यक संबुद्ध अपने अनुभव से ढूँढ़ निकालता है।

'इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खं अरियसच्चं'। अब समझाते हैं कि चार आर्य सत्य क्या हैं? मध्यम मार्ग पर इसलिए चलना है कि ये चार आर्य सत्य अनुभूति पर उतर आये, उतरेंगे ही। मध्यम मार्ग पर चलने वाला व्यक्ति, आर्य अष्टांगिक मार्ग पर चलने वाला व्यक्ति इन चार आर्य सत्वों को अपनी अनुभूति पर उतार ही लेगा। उस पर चले नहीं, उसे सम्यक नहीं बनाये तो अनुभूति पर नहीं उतारेगा। फिर तो वह हजार कहता रहे- हम तो मध्यममार्गी हैं। हम मध्यम मार्ग की माननेवाले हैं। हम तो सम्मादिट्ठि इत्यादि-इत्यादि की माननेवाले हैं। देखो, इसमें इतने गुण हैं, इतने लाभ हैं। जिसे चार आर्य सत्वों का दर्शन होगा और उस पर कदम-कदम चलेगा तो ये चार आर्य सत्य अपने आप प्रकट होंगे।

क्या हैं चार आर्य-सत्य? **'इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खं अरियसच्चं'**। एक तो दुःख अपने आप में आर्य सत्य है। आर्य किस माने में? कि जिस सच्चाई का साक्षात्कार कर लेने पर कोई अनार्य व्यक्ति आर्य हो जाय। **'अरियो अट्टङ्गिको मग्गो'**- जिस मार्ग पर चल कर कोई अनार्य व्यक्ति आर्य हो जाय, माने निर्मल हो जाय, संत हो जाय। वह अपने मन के विकारों को निकाल ले। ऐसा व्यक्ति आर्य कहलाता था उन दिनों। और जो विकारों से भरा हुआ है, विकारों को निकालने का कोई काम भी नहीं करता- ऐसा व्यक्ति अनार्य कहा जाता था उन दिनों। अनार्य व्यक्ति को आर्य बनने के लिए अष्टांगिक मार्ग पर चलना पड़ेगा। अष्टांगिक मार्ग पर चलते हुए दुःख का दर्शन हो तो पहला आर्य सत्य। इसका दर्शन ही हमें आर्य बनाने की दिशा की ओर ले जाने लगा।

दुःख के सत्य का मात्र भोग भोगना हमें अनार्य ही बनाये रखेगा। दुःख की सच्चाई कोई ऐसी सच्चाई नहीं है जो केवल कुछ लोगों को महसूस होती हो। यह तो जीवन-जगत का बहुत बड़ा स्थूल सत्य है। हर व्यक्ति सारा जीवन किसी न किसी बात को लेकर दुःखी रहता है परंतु वह आर्य नहीं बन जाता। क्योंकि वह दुःख का भोग भोगता है, माने व्याकुल होता है। जैसे ही दुःख सामने आया, वैसे व्याकुल होता है। और इसी दुःख को साक्षीभाव से, तटस्थभाव से देखने लगे, उसके सही स्वभाव को देखने लगे तो उस दुःख की सच्चाई के सहारे आर्य बनने का रास्ता मिल जाता है। वही दुःख आर्य-सत्य बन जाता है। तब समझ लेगा कि दुःख क्या है?

"जातिपि दुक्खा, जरापि दुक्खा, व्याधिपि दुक्खो, मरणमपि दुक्खं, अप्पियेहि सम्मयोगो दुक्खो, पियेहि विप्पयोगो दुक्खो, यम्मिच्छं न लभति तम्मि दुक्खं, सङ्घित्तेन पञ्चुपादानक्खन्धा दुक्खा"। जन्म होना दुःख है, बुढ़ापा आना दुःख है, बीमार होना दुःख है, मरना दुःख है, किसी अप्रिय का संयोग हो जाना दुःख है, किसी प्रिय से वियोग हो जाना दुःख है, किसी इच्छित वस्तु, व्यक्ति, स्थिति, घटना का प्राप्त न होना दुःख है। इस मार्ग पर चलनेवाले को और गहराइयों में जाते-जाते अनुभूति से बात समझ में आ जायगी कि **'सङ्घित्तेन पञ्चुपादानक्खन्धा दुक्खा'**- संक्षेप में, थोड़े में, गहराइयों में यह बात समझ में आ जायगी कि ये पांच उपादान और इन पांच उपादानों से तैयार हुआ यह पांच स्कंध और इन पांच स्कंधों के प्रति जो उपादान है, चिपकाव है, आसक्ति है, वह दुःख है। क्या हैं पांच स्कंध? एक तो यह रूप-स्कंध, यह परमाणुओं का पुंज; जिसको मैं-मैं, मेरा-मेरा किये जा रहा हूँ और जिसके प्रति इतनी गहरी आसक्ति, इतना गहरा उपादान पैदा कर लिया। और मानस के ये चार स्कंध- विज्ञान, संज्ञा, वेदना, संस्कार। इन चारों को मैं-मैं, मेरा-मेरा कह कर इनके प्रति इतनी गहरी आसक्ति पैदा कर ली। इस आसक्ति की वजह से इन पांचों स्कंधों की उत्पत्ति होती ही चली जायगी। जितनी-जितनी आसक्ति होगी, उतना-उतना हम इन पांचों स्कंधों का निर्माण करते चले जायँगे। एक जन्म से दूसरे जन्म, एक जन्म से दूसरे जन्म। और जितना-जितना इन पांचों स्कंधों का निर्माण होता जाता है, इनके प्रति हमारी आसक्ति और बढ़ती जाती है। दोनों एक दूसरे को बल देते हैं, और हमारे दुःख का संसार बढ़ते ही जाता है, बढ़ते ही जाता है!...

क्रमशः ...

पगोडा पर रात भर रोशनी का महत्त्व

पूज्य गुरुजी बार-बार कहा करते थे कि किसी धातु-पगोडा पर रात भर रोशनी रहने का अपना विशेष महत्त्व है। इससे वातावरण धर्म एवं मैत्री-तरंगों से भरपूर रहता है। सगे-संबंधियों की याद में ग्लोबल पगोडा पर रोशनी-दान के लिए प्रति रात्रि रु. ५०००/- निर्धारित किये गये हैं। अधिक जानकारी के लिए Mr. Derik Pegado 022-33747512, Email: audits@globalpagoda.org or R.K. Agarwal, Mo. 7506251844, Email:rkagarwal.vri@globalpagoda.org से संपर्क करें। 🙏 🌟

भूल-सुधार-- धम्म मालवा, इंदौर में धर्मसेवा का सुअवसर
धम्म मालवा का संपर्क फोन अगस्त में गलत छपा था, सही नं. है- ९८२६०३६९४९

पूज्य गुरुदेव की ३री पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में ग्लोबल पगोडा-परिसर में संघदान का आयोजन

ग्लोबल विपश्यना पगोडा-परिसर में आगामी २ अक्टूबर, रविवार को प्रातः १० बजे पूज्य गुरुदेव की तीसरी पुण्यतिथि (२९ सितंबर) के उपलक्ष्य में वृहत् संघदान का आयोजन किया गया है। उसके बाद साधक-साधिकाएं एक दिवसीय महाशिविर का भी लाभ ले सकेंगे। -- जो भी साधक-साधिकाएं इस पुण्यवर्धक दान-कार्य में भाग लेना चाहते हों, वे कृपया निम्न नाम-पत्तों पर संपर्क करें-- Mr. Derik Pegado 022-33747512, Email: audits@globalpagoda.org or Mr. R.K. Agarwal, Mo. 7506251844, Email: rkagarwal.vri@globalpagoda.org

रवांडा (दक्षिण अफ्रीका) में विपश्यना की प्रगति

विगत जुलाई महीने में रवांडा में छह माह बाद दूसरा १०-दिवसीय शिविर यहां की राजधानी किगाली के कैथलिक कान्वेंट परिसर में सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। कुल ३६ साधकों के शिविर में २८ नये थे। अधिकांश लोगों ने विपश्यना के बारे में एक-दूसरे से ही सुना था और लगभग सभी ने विपश्यना शिविर आरंभ होने के दिन ही अपने नाम लिखवाये। भाग लेने वालों में १० देशों के लोग थे-- अफ्रीका, एशिया, यूरोप, उ. अमेरिका आदि। संचालन के लिए अंग्रेजी और फ्रेंच भाषा का उपयोग हुआ।

किगाली के पास विपश्यना केंद्र के लिए जमीन खरीद ली गयी है। झीलोनमुख केंद्र का परिदृश्य चित्ताकर्षक है परंतु तीव्र ढलान के कारण निर्माणकार्य में कठिनाई है, इसलिए साधक सोच रहे हैं कि इस जमीन को बेच कर रवांडा में अन्यत्र या किसी अन्य अफ्रीकी देश में नयी जमीन ली जाय। -- महंगी हवाई यात्रा के कारण साधकों को भारत या किसी अन्य देश में दीर्घशिविर में जाने की कठिनाई है। तदर्थ 'अफ्रीकन फंड' तथा कुछ दानी साधक उन्हें धर्मपथ पर आगे बढ़ने में सहयोग देते हैं। -- इथोपिया और रवांडा में पुराने साधकों द्वारा बनी एक प्रायोजना काम रही है जो बुरेडी और सूडानी शरणार्थियों को शिविर में जाने के लिए प्रोत्साहित करती है।

पूज्य गुरुदेव की तीसरी पुण्यतिथि पर प्रवचन-विशेष

इस महत्त्वपूर्ण तिथि पर पुराने साधकों को संबोधित पूज्य गुरुदेव का एक प्रवचन चुना गया, परंतु तीन भाषाओं में तैयार कर पाने का अब समय नहीं रहा। अतः कृपया इसे अगले अंक में पढ़ें।..

नव नियुक्तियां सहायक आचार्य

- श्रीमती विद्या तायडे, धुले
- Mr. Gordon Maciel, Goa
- Dr. Ms. CHANPEN CHOPRAPAWON, Thailand
- Mr. Boonkua Tongkaew, Thailand
- Ms. Tanya Brockelman, Thailand
- Ms. Auranus Kleaw-akadej, Thailand

7. Mr. NIKHOM CHAIWONGSAEN, Thailand

बालशिविर शिक्षक

- श्रीमती सरोज चन्द्रा, सहरनपुर
- श्रीमती नीलिमा कपूर, नोएडा
- कु. पुष्पा रानी, गाजियाबाद
- श्री संजेश कुमार वर्मा, गाजियाबाद
- Mr. Carlos Briso Spain
- Mr Nuno Rainha, Portugal
- Mr Gerardo Pesque, UK

ग्लोबल विपश्यना पगोडा में एक-दिवसीय महाशिविर

रविवार, २ अक्टूबर - पू. गुरुजी श्री गोयन्काजी के प्रति कृतज्ञता (२९ सितंबर) एवं शरद पूर्णिमा -- के उपलक्ष्य में 'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' में एक दिवसीय महाशिविर होगा। शिविर-समय: प्रातः ११ बजे से अपराह्न ४ बजे तक। ३ बजे के प्रवचन में बिना साधना किये लोग भी बैठ सकते हैं। बुकिंग के लिए कृपया निम्न फोन नंबरों या ईमेल से शीघ्र संपर्क करें। कृपया बिना बुकिंग कराये न आएं और समगानं तपो सुखो- सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं। संपर्क: 022-28451170 022-337475-01/43/44- Extn. 9, (फोन बुकिंग: ११ से ५ बजे तक, प्रतिदिन) Online Regn.: www.oneday.globalpagoda.org

दोहे धर्म के

गृहकारक की खोज में, खोए जनम अनेक।
मुक्त हुआ भवचक्र से, गृहकारक को देख॥
गृहकारक ना व्यक्ति है, गृहकारक ना देव।
निज विकार से भव बने, गृहकारक स्वयमेव॥
न परोक्ष अनुभूति से, मुक्त हो सका कोय।
मुक्त होय जब स्वयं ही, सम्यक दर्शन होय॥
छूटी ना आसक्तियां, छूटा ना अभिमान।
फिर भी यह आशा करे, मुक्त करे भगवान॥

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

भूत भविस क' आज हो, फरक पड़े ना कोय।
जद जो चालै धरम पथ, दुख मुक्त ही होय॥
पीतां पीतां बिसय रस, सुखी हुयो ना कोय।
अंत न आवै प्यास रो, त्रिप्ति धरम रस होय॥
बाम्पण हो या बाणियों, छत्री सुहर होय।
सुद्ध धरम पालण कर्यां, चित निरमळ ही होय॥
वरमी हो या भारती, रूसी चीनी होय।
धरम गंग मँह न्हावतां, दुख मुक्त ही होय॥

मोरया ट्रेडिंग कंपनी

सर्वो स्टॉकिस्ट - इंडियन ऑईल, ७४, सुरेशदादा जैन शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, एन.एच.६, अजिंठा चौक, जलगांव - ४२५ ००३, फोन. नं. ०२५७-२२९०३७२, २२९२८७७
मोबा.०९४२३९८७३०९, Email: morolium_jal@yahoo.co.in
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी- 422 403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, जी-२५९, सीकाफ लिमिटेड, ६९ एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2560, भाद्रपद पूर्णिमा, 16 सितंबर, 2016

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US \$ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US \$ 100. 'विपश्यना' रजि. नं. 19156/71. Registered No. NSK/235/2015-2017

WPP Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2015-2017

Posting day- Purnima of Every Month, Posted at Igatpuri-422 403, Dist. Nashik (M.S.)

DATE OF PRINTING: 1 September, 2016, DATE OF PUBLICATION: 16 Sept., 2016

If not delivered please return to:-

विपश्यन विशोधन विन्यास

धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712,
243238. फैक्स : (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org