



धार्माथली शंकैश

(विपश्यी साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र)



बुद्धवर्ष 2565 मासिक पत्र 7 अप्रैल, 2022 वर्ष 13 अंक 10 वार्षिक सहयोग ₹100 प्रति अंक ₹10

दस दिवसीय शिविर प्रवचन (आठवां दिन)

कुल पृष्ठ सं. 6

कल्याणमित्र श्री सत्यनारायण गोयन्का

धम्मवाणी

यथापि पब्बतो सेलो अचलो सुप्पतिद्वितो।

एवं मोहक्खया भिक्खू पब्बतो इव न वेधती॥।

गतांक से आगे....(चौथी कड़ी)

हमारे बुद्ध भगवान ने क्या सिखाया और तुम्हारे ने क्या सिखाया! हमारा देखो ऐसा है, तुम्हारा ऐसा है! तुम निकम्मे हो, हम ऐसे हैं!! सब निकम्मे ही निकम्मे हैं। जो प्रेक्षिस नहीं करते, सब निकम्मे ही निकम्मे हैं, चाहे इस कर्मकांड को मानने वाले, चाहे उस कर्मकांड को मानने वाले। चाहे इस संप्रदाय को मानने वाले या उसको मानने वाले। चाहे इस संप्रदाय के बाड़े में बंद है या उस संप्रदाय के बाड़े में बंद है, कुछ फर्क नहीं पड़ता। आदमी आदमी है, बावलेपन में अपनी हानि करता है, होश आ जाय तो उस हानि से बाहर निकल जाय।

होश जगाना है, अन्तर्मुखी इसलिए हो रहे हैं, यह संवेदना को इसलिए देख रहे हैं। शरीर का क्या दर्शन करो! इसमें क्या पड़ा है। यह तो हम जानते ही हैं— शरीर तो अनित्य है। अरे, क्या जानते हो तुम? मानते हो, जाना कहाँ है? वहाँ जाकर के जानना सीखा— देख कितना अनित्य है! अनुभव से जाना, कितना अनित्य है! और यह भी जाना कि इसी अनित्य के प्रति ऊपर-ऊपर से कहता हूँ— यह नश्वर है, भंगुर है। ऊपर-ऊपर से राग मत करो, द्वेष मत करो। भीतर वाला मन तो राग किए जा रहा है, द्वेष किए जा रहा है। सुखद अनुभूति होती है, राग जगाता है, दुखद होती है, द्वेष जगाता है। यह देखा ना, और देख करके, अपने स्वभाव को पलटने का काम किया ना! तो काम की बात हो गई ना! केवल सिद्धांतों की बात नहीं है। किसी मान्यता की बात नहीं है। किसी संप्रदाय की बात नहीं है। नियम है कुदरत है। जब तक हम शरीर के साथ आसक्त हैं और उसके साथ तादात्म्य भाव है; चित्त के साथ आसक्त हैं और उसके साथ तादात्म्य भाव है तब तक राग जगाये ही जाएंगे। हर संवेदना अगर प्रिय होगी तो क्योंकि 'मैं' का भाव है, 'मेरे' का भाव है, मुझे प्रिय लग रही है, मुझे अच्छी लगती है तो राग जगाएगा ही। अप्रिय संवेदना आई, अच्छी नहीं लगती, बुरी

— जैसे कोई शैल-पर्वत अचल रह कर सुप्रतिष्ठित होता है वैसे ही मोह का संपूर्ण क्षय कर देने वाला निर्वाणदर्शी साधक पर्वत सदृश अचल अडोल हो जाता है।

लगती है तो द्वेष जगाएगा ही। यह आसक्ति का भाव कैसे टूटे? उपदेशों से नहीं टूटता। यह सुखद-दुखद संवेदना आती रहती है, कैसे इससे बाहर निकलें? यह समता भीतर तक आ जाय, जीवन में उत्तरी शुरू हो जाय।

इसका मतलब यह भी नहीं समझना चाहिए, कभी-कभी साधकों को यह भ्रांति हो जाती है कि वहाँ जाकर के विपश्यना सीख करके आये तो अब कोई आदमी हमारे साथ कुछ भी व्यवहार करता है तो करे भाई। हम कोई प्रतिक्रिया नहीं करते। तो जैसे हम तो साग-सब्जी की तरह हैं, कोई आये और काट जाय, हम तो विपश्यना वाले हैं। तो बात समझ में नहीं आई। गृहस्थ हैं, जिम्मेदारियों का जीवन जीना है। बहुत बार ऐसी अवस्था पैदा होगी कि जहाँ हम तो बहुत मृदुल, मधुर वाणी में समझायें कि नहीं भाई, तेरा यह व्यवहार ठीक नहीं। फिर भी उसको समझ में नहीं आएगा तो बहुत कठोर भाषा का, बहुत कठोर शारीरिक कर्म करेंगे। शरीर और वाणी से कठोरता का कर्म करना दोष नहीं है पर कटुता नहीं आएगी। कठोरता और कटुता में जमीन आसमान का अंतर है।

एक बच्चा साँप की ओर भाग रहा है उसे पकड़ने के लिए, आग की ओर भाग रहा है। अब उसे क्या समझायें कि वो तेरा काल है, उसकी ओर मत जा। समझेगा नहीं। तो सारा बल लगाकर उसे दूर करते हैं। जब दूर करते हैं तो उसे बहुत बुरा लगता है। वह रोता है, पर हम उसे दूर करते हैं। तो उस पर क्रोध नहीं है, करुणा है कि अपनी हानि कर लेगा इसलिए बलपूर्वक उसे दूर करते हैं। भीतर करुणा है, क्रोध नहीं है तो समझो धर्म है। बल का प्रयोग करना पड़ा, क्या करते! ऐसे ही कोई बड़ा बलवान आक्रमण करने वाला किसी दुर्बल व्यक्ति को कष्ट दे रहा है, सता रहा है, उसकी हानि कर रहा है। हम कहेंगे— हम तो विपश्यना वाले हैं, अपने कर्म भुगते, हमसे क्या मतलब! तो समझे नहीं धर्म को। हमसे बहुत मतलब है। जो आक्रमण



करने वाला है उस पर सारा बल लगाकर दूर करेंगे। पहले भी करते थे। विपश्यना किए बिना भी कोई आदमी करता था। लेकिन बहुत बड़ा फर्क पड़ जाएगा। फर्क यह पड़ जाएगा कि पहले तो आक्रमण करने वाले बलवान व्यक्ति को, जातिम व्यक्ति को पूरे बल के साथ दूर करते थे तब उसके प्रति मन में धृणा होती थी और जिस पर आक्रमण कर रहा है उसके प्रति बड़ी करुणा होती थी, बड़ी मैत्री होती थी। अब विपश्यना के बाद यह हो जाएगा कि जिस पर आक्रमण कर रहा है उसके प्रति तो करुणा रहेगी ही, जो आक्रमण कर रहा है उस पर भी बड़ी मैत्री जागेगी, बड़ी करुणा जागेगी— अरे, अबोध है औरों का अमंगल तो करता ही है, अपना भी अमंगल कर रहा है। क्योंकि वो इस तरह का दुष्कर्म बिना विकार जगाये कर नहीं सकता और विकार जगाता है तो अपना अमंगल करता है। वो किसी तरह की भाषा समझता नहीं, प्यार को समझता नहीं तो हमें कठोर व्यवहार करना ही पड़ेगा। कठोर व्यवहार करते समय भी उसके प्रति बहुत मैत्री है, बहुत करुणा है, तो समझो विपश्यना में पक्ने लगे।

हमारे पू. गुरुदेव का उदाहरण— कोई—कोई लोग उनको अच्छी तरह से नहीं जानते थे, वो लोग उनके ऊपर—ऊपर के व्यवहार को देखकर कहते थे कि बड़ा रुखा आदमी है, यह कैसे विपश्यना सिखाता होगा! बड़ा क्रोधी आदमी है, कैसे विपश्यना सिखाता होगा! जो उनके पास थे हम लोग, वो जानते थे, क्या इसका क्रोध है, कैसा व्यक्ति है यह। बड़ा अनुशासन प्रिय था। सरकार का बड़ा अफसर था तो कोई व्यक्ति ऑफिस में अनुशासन तोड़े, नहीं, बहुत कड़ा अनुशासन। अनुशासन से सारा काम होना चाहिए और आश्रम में भी, तपोभूमि में भी बहुत कड़ा अनुशासन। नियम बना दिया और वहाँ कोई चुरपुर—चुरपुर बात किए जा रहे हैं, नियम बना दिया और कोई हॉल में नहीं आया, वहाँ कोई सोये जा रहे हैं, बिल्कुल नहीं चलेगा उनके यहाँ। बहुत कड़ाई के साथ नियम पालन करेंगे। देखते हैं किसी आदमी को शून्यागार से निकला और इधर—उधर फिरता है। अरे, क्या करने आये?—महाराज, अमुक बात हुई, अमुक बात हुई।—जाओ, फिर करो! फिर थोड़ी देर बाद बाहर निकला। अरे, क्या करने आये?—महाराज, ऐसा हुआ, यह काम हुआ। जाओ, अन्दर जाकर ध्यान करो, यह ध्यान करने का समय है। फिर देखा, तो मुस्कराते हुए कहते हैं— गोयन्का, जरा उसको कठोरता से कहना पड़ेगा, नहीं तो समझेगा नहीं। तो दो—चार सीढ़ियाँ ही है, जैसे यहाँ पीछे शून्यागार हैं, वहाँ शून्यागार की लाइन है, तो दो—चार सीढ़ियाँ ही उतरे और उसके शून्यागार का दरवाजा खटखटाया। उसने दरवाजा खोला और इतनी जोर से बोले, अरे बाप रे, विपश्यना का योगी है, महान योगी है, बोलता है जोर से तो जैसे भूचाल आ गया। सारा आश्रम कांप उठता है। बोले बड़े जोर—से और आये हँसते—हँसते, कि गोयन्का, बोल आया उसको। बड़े जोर—से बोल आया। अरे, कैसा

गुस्सा है इस आदमी का। कितना प्यार है भीतर! कितनी करुणा है। वो यही लैंग्वेज समझेगा, दूसरी भाषा समझेगा नहीं। तो कठोरता का ही व्यवहार उसके लिए कल्याणकारी होगा।

ऐसा हो जीवन में। यह नहीं कि हम कठोरता का व्यवहार कर जाय और उसके बाद न्यायीकरण करें— वो तो हटता ही नहीं, मानता ही नहीं, क्या करें? इसलिए हमें ऐसा करना पड़ा। इस प्रकार अपनी गलती सुधारें। जब—जब कठोरता का व्यवहार करना पड़ जाय तो पहले अपने—आपको जांच के देखें कि भीतर हमारी क्या अवस्था है। हम समता में हैं ना! उसी व्यक्ति के प्रति, जिसके साथ कठोर व्यवहार करना है, कहीं कटुता तो नहीं है ना! उसके प्रति कहीं द्वेष तो नहीं है ना। कहीं दुर्भावना तो नहीं है ना। मैत्री है ना! करुणा है ना! अब करो कठोर व्यवहार, कोई दोष की बात नहीं। भीतर मैत्री होनी चाहिए। किसी कुम्हार हो देखा होगा। घड़ा बनाता है तो वो कच्चा है। घड़े को जब उतारता है उस चक्र पर से तो उसको और बनाने के लिए नीचे हाथ देकर उसको पीटता है। पीटते—पीटते वह पक्का होता है। किसलिए पीटता है? तोड़ने के लिए नहीं, जोड़ने के लिए पीटता है। नीचे हाथ है ना! यह प्यार का हाथ नीचे होगा, मैत्री का हाथ होगा तो कोई दोष की बात नहीं और यह मैत्री का हाथ नहीं है, कटुता है, केवल द्वेष ही द्वेष है तो अपनी हानि कर ली, दूसरे का क्या भला करेगा! लंगड़ा आदमी दूसरे लंगड़े आदमी को क्या सहारा देगा? अंधा आदमी दूसरे अंधे आदमी को क्या रास्ता बताएगा? अपनी हानि कर ली ना! जैसे ही भीतर कटुता जगाई, क्रोध जगाया तो अपनी हानि कर ली ना!

स्वार्थी बनो, भगवान ने कहा— खूब स्वार्थी बनो। मनुष्य का जीवन है ना! खूब स्वार्थी बनो, पर स्वार्थ तो समझो, तुम्हारा स्वार्थ किस बात में है? तुम्हारा अर्थ कहाँ सिद्ध होता है? उसको मत भूलो। चित्त को निर्मल रखो तो फिर बाहर जो काम करने हैं, सारे काम अच्छे होंगे, चिंता करने की बात नहीं।

भगवान ने कहा कि मैं इस संसार में चार तरह के आदमी देखता हूँ। सचमुच चार तरह के लोग हैं इस संसार में। एक तो उनका वर्ग ऐसा है, इस तरह के लोग होते हैं जो अंधेरे से अंधेरे की ओर भागे चले जा रहे हैं। एक वर्ग ऐसा है जो प्रकाश से अंधेरे की ओर भागा चला जा रहा है। कुछ लोग ऐसे हैं जो अंधेरे से प्रकाश की ओर भागे चले जा रहे हैं। कुछ ऐसे हैं जो प्रकाश से प्रकाश की ओर भागे चले जा रहे हैं। कुछ ऐसे हैं जो प्रकाश से प्रकाश की ओर भागे चले जा रहे हैं। उन्होंने कभी कोई बात रहस्य में कही नहीं, उलझन में कही नहीं। कही तो उसे तुरंत समझाया। नहीं तो न जाने आगे जाकर के लोग क्या—क्या अर्थ करने लगेंगे। क्या प्रकाश है, क्या अंधकार है, अच्छी तरह से समझाते हैं। पहले वर्ग के लोग शारीरिक दुःख, मानसिक दुःख, पारिवारिक दुःख, सामाजिक दुःख, आर्थिक दुःख, भिन्न-



भिन्न प्रकार के दुःखों से व्याकुल है। दुःख से व्याकुल है सो तो व्याकुल है, भीतर प्रज्ञा का नामोनिशान नहीं। तो क्या करता है, इस दुःख की अवस्था में दुर्भावना जगाता है, द्वेष जगाता है, क्रोध जगाता है। मुझको यह दुःख इस व्यक्ति की वजह से हुआ, इस घटना की वजह से हुआ। यह जो दुःख है, यह तो पुराने कर्मों की वजह से आया, अब नये कर्म भी द्वेष के ही, नया बीज भी द्वेष का ही डाल रहा है। अरे, दुख का फल दुःख ही निकल कर आएगा ना! तो अभी भी दुःख है और आगे भी दुःख का निर्माण किए जा रहा है। जो बीज बो रहा है, उसी तरह का फल आएगा। तो वैसा व्यक्ति अंधेरे से अंधेरे की ओर भागे जा रहा है। दुःख से दुःख की ओर भागे जा रहा है। वर्तमान भी दुःख से भरा हुआ, भविष्य भी दुःख से भरा हुआ। वर्तमान भी अंधेरे का, भविष्य भी अंधेरे का।

दूसरा व्यक्ति प्रकाश से अंधेरे की ओर भाग रहा है। क्या प्रकाश? दुनियादारी की भाषा में उसके पास धन है, दौलत है, प्रतिष्ठा है, मान है, मर्यादा है इत्यादि। लोग बड़ी प्रशंसा करते हैं, लेकिन भीतर प्रज्ञा नहीं है। तो यह तो किसी पुराने कर्म की वजह से, सत्कर्म की वजह से प्राप्त हुआ लेकिन भीतर क्या कर रहा है—वह सारे धन-दौलत, वैभव की वजह से अहंकार जगाता है। इतना अहंकारी, हर व्यक्ति के प्रति घृणा, देख, मैंने कितना समझदारी से इतना धन कमा लिया। यह देख, कितना गया—गुजरा! मैं ऐसा! जो बीज बोता है, अहंकार के, घृणा के बीज बोता है, द्वेष के बीज बोता है। आज तो चारों ओर बड़ा प्रकाश है, चारों ओर बहुत संपदा और सुख है। लेकिन आज जो बीज बो रहा है उसका फल क्या आएगा? ये जो बीज बो रहा है, अंधकार ही लाएगा, दुःख ही लाएगा। यह जो इस समय सुखद स्थिति आई है, इसकी अपनी सीमा है, उसके बाद यही फल आएंगे, तो प्रकाश से अंधकार की ओर ले जाएंगे। वह प्रकाश से अंधकार की ओर भागे जा रहा है। सुखद स्थितियों से दुःखद स्थितियों की ओर भागे जा रहा है।

तीसरी तरह का व्यक्ति बिल्कुल पहली ही तरह के व्यक्ति जैसा, अहंकार ही अहंकार है जीवन में लेकिन प्रज्ञा है भीतर। वह खूब समझता है कि यह सारा अंधकार जो आया है, इस व्यक्ति की वजह से नहीं, इस स्थिति की वजह से नहीं, इस घटना की वजह से नहीं। ये तो माध्यम बन गये। यह तो आना ही था। नया कर्म दुष्कर्म का नहीं करूँगा। नया बीज दुष्कर्म का नहीं डालूँगा। मैत्री जागेगी—अरे, यह व्यक्ति तो माध्यम बन गया रे! मेरे दुःख का माध्यम बन गया रे! इसको अपने किये का फल नहीं भोगना पड़े रे! इसका कैसे मंगल हो! इसका कैसे कल्याण हो! बीज बोता है, मंगल—मैत्री का बोता है। आगे सुख ही लाएगा। तो इस समय अंधकार है, आगे के लिए प्रकाश ही प्रकाश है। अब दुःख है, आगे के लिए सुख ही सुख। यह तीसरी तरह का व्यक्ति अंधकार से प्रकाश की ओर जा रहा है।

चौथी तरह का व्यक्ति— प्रकाश ही प्रकाश है, सुख है, सुविधा है, धन-दौलत है, प्रतिष्ठा है लेकिन साथ-साथ प्रज्ञा है। खूब सफलता है। यह भी किन्हीं सत्कर्मों की वजह से प्राप्त हुआ। कैसा ही सत्कर्म क्यों न हो, अंतकाल तक रहने वाला नहीं है। इसकी अपनी सीमा है, यह समाप्त हो जाएगा। जब है, जितने दिनों है, उसका लाभ लेते हैं। गृहस्थ हूँ, अपना भरण-पोषण करना, परिवार का भरण-पोषण करना, अपने पर आश्रित जितने लोग हैं, सबका भरण-पोषण करना और बाकी लोगों के कल्याण में लगे, लोक-कल्याण में लगे। अधिक से अधिक लोग कैसे अपने भीतर प्रज्ञा जगा लें। अधिक से अधिक लोग कैसे दुःख से मुक्त हो जाय, यह भाव आता है। तो अभी प्रकाश है, आगे के लिए भी प्रकाश ही प्रकाश। ऐसा व्यक्ति प्रकाश से प्रकाश की ओर जा रहा है, सुख से सुख की ओर जा रहा है।

हम पहले और दूसरी तरह के व्यक्ति कदापि नहीं बनें। तीसरे या चौथी तरह के व्यक्ति बनें। तीसरी या चौथी तरह के बनें, यह अपने वश की बात नहीं है क्योंकि जीवन में बहुत बार अंधकार आ जाएगा, दुःख आ जाएगा। बहुत बार सुख आ जाएगा पुराने जीवन में, पुराने जन्मों में बहुत तरह के काम किये। अच्छे भी किए, बुरे भी किए। उनका प्रभाव सुख और दुःख के रूप में आने वाला है। चाहे सुख आवे, चाहे दुःख आवे। चाहे प्रकाश आवे, चाहे अंधकार आवे। भीतर तो हमेशा प्रकाश रखेंगे ही। नया संस्कार ऐसा कदापि नहीं बनाएंगे जो आगे हमारे लिए दुःख पैदा करे, अंधकार पैदा करे।

बस, विपश्यना से यही सीखेंगे— ‘अत्ता हि अत्तनो नाथो, अत्ता हि अत्तनो गति’ हर व्यक्ति अपनी गति का मालिक खुद है। अपनी गति खुद बनाता है। यह मल्कियत हासिल हो जाय। भीतर तक अपना मालिक बन जाय, इस क्षण का मालिक। पहले जो किया सो किया, वह क्षण बीत गया। इस क्षण का मैं मालिक, तो भविष्य का मालिक मैं हो गया। भविष्य क्या है— वर्तमान की ही संतान है। वर्तमान क्या है— भूत की ही संतान है। भूत में जो किया सो किया, अब मैं मालिक हो गया। आगे धारा को बिगड़ने नहीं दूँगा। ‘अत्ता हि अत्तनो गति’— अपनी दुर्गति खुद करता है, अपने अज्ञान से करता है। उस दुर्गति से बच जाएगा। सद्गति करेगा, मालिक हो गया। सद्गति ही नहीं सारी गतियों सो परे मुक्त अवस्था तक पहुँच जाएगा। ऐसे होगा— ‘अत्ता हि अत्तनो नाथो’।

ऐसे बनें। केवल प्रवचनों से नहीं बन सकते। केवल वाणी-विलास से नहीं बन सकते, बुद्धि विलास से नहीं बन सकते। उसी के लिए सारा काम करना है। अन्तर्मुखी होकर के हम अपने मालिक हो गए। इस क्षण का मैं मालिक, अंधकार का बीज बोऊँगा नहीं। दुबारा गलती हो नहीं पाएगी। ऐसा सजग, क्षण-प्रतिक्षण ऐसा सजग। अरे, शेष पृष्ठ 6 पर.....



राजरथान के केंद्रों में शिविर कार्यक्रम वर्ष 2022

धर्मथली, जयपुर केंद्र

सिसोदिया रानी बाग होकर, गलता तीर्थ के पास, जयपुर
सम्पर्क : मो. 9828804808
E-mail : info@thali.dhamma.org • dhammathali.jpr@gmail.com

10-4	to 21-4	10 days	31-7	to 11-8	10 days
10-4	to 21-4 SPL	10 days	13-8	to 24-8	10 days
24-4	to 5-5	10 days	28-8	to 8-9	10 days
8-5	to 19-5	10 days	11-9	to 22-9	10 days
22-5	to 2-6	10 days	25-9	to 6-10	10 days
5-6	to 16-6	10 days	9-10	to 20-10	10 days
7-6	to 15-6 (E)	STP	9-10	to 20-10 SPL	10 days
19-6	to 30-6	10 days	28-10	to 18-11	20 days
19-6	to 30-6 SPL	10 days	28-10	to 28-11	30 days
3-7	to 14-7	10 days	30-11	to 11-12	10 days
17-7	to 28-7	10 days	12-12	to 20-12 (E)	STP
19-7	to 27-7 (E)	STP	22-12	to 2-1	10 days

धर्मपुब्ज विपश्यना केंद्र, चूरू

(चूरू-भालेरी रोड 8 km. पर)

संपर्क: (1) 9664481738 केन्द्र (2) 9887099049 (WhatsApp No.)
(2) के.आ. श्री सुरेश खन्ना मो. 9413157056
ईमेल : dhammapubbja@gmail.com

7-4	to 18-4	10 days	9-9	to 20-9	10 days
21-4	to 24-4 (E)	3 days	23-9	to 26-9 (E)	3 days
29-4	to 7-5 (E)	STP	30-9	to 2-10	2 days
8-5		1 day		Girls (13-16 Yrs.)	
27-5	to 7-6	10 days	5-10	to 16-10	10 days
10-6	to 18-6 BTC (15-19 Yrs.)		19-10	to 22-10 (E)	3 days
22-6	to 3-7	10 days	26-10	to 6-11	10 days
6-7	to 17-7	10 days	11-11	to 22-11	10 days
20-7	to 31-7 SPL	10 days	25-11	to 6-12	10 days
3-8	to 14-8	10 days	9-12	to 12-12 (E)	3 days
19-8	to 27-8 (E)	STP	20-12	to 31-12 SPL	10 days
2-9	to 4-9	2 days boys (13-16 Yrs)			

धर्म मधुवन, विपश्यना केंद्र, श्री गंगानगर

चक 7-ए, छोटी, पदमपुरा रोड, तहसील एवं जिला
श्रीगंगानगर-335001 (राज.)
मोबाइल : (1) 6378471815, (2) 9314510116
ईमेल : info@madhuvana.dhamma.org
वेबसाईट : http://madhuvana.dhamma.org

2-4 to 10-4 STP 20-4 to 1-5 10 days (F)
14-4 to 17-4 3 day (F)

धर्मपुष्कर, विपश्यना केंद्र, पुष्कर

रेवत गांव के निकट (कडेल) अजमेर से 23 कि.मी. तथा पुष्कर से 9 कि.मी.
की दूरी (कडेल-बस्सी मार्ग पर) संपर्क : (1) श्री रवि तोषनीवाल, 9829071778
(2) श्री अनिल धारीवाल, 9829028275 ईमेल: dhmmapushkar@gmail.com
बाल शिविरों के लिए संपर्क :
(1) नीरु जैन, 9773769091, (2) आशा, 9460574065 एवं 9412868456

15-4	to 17-4 (E)	CC	1-9	to 12-9	10 days
20-4	to 1-5	10 days	14-9	to 25-9	10 days
4-5	to 15-5	10 days	28-9	to 9-10	10 days
1-6	to 9-6	BTC	12-10	to 20-10	STP
12-6	to 23-6	10 days	2-11	to 13-11	10 days
25-6	to 6-7	10 days	16-11	to 27-11	10 days
10-7	to 10-8	30 days	30-11	to 11-12	10 days
10-7	to 31-7	20 days	13-12	to 21-12	STP
13-8	to 15-8 (E)	CC	24-12	to 14-1-23	20 days
20-8	to 31-8	10 days	24-12	to 24-1-23	30 days

धर्ममरुधरा, विपश्यना केंद्र, जोधपुर

लहरिया रिसॉर्ट के पीछे, चौपासनी, जोधपुर
(1) 9829007520 (केन्द्र), 9314727515, 8233013020
(2) के.आ., 9887099049 (WhatsApp No.)
ईमेल : dhamma.maroodhara@gmail.com

13-4	to 24-4	10 days	31-8	to 11-9	10 days
28-4	to 9-5	10 days	16-9	to 18-9	2 days CC Boy's & Girl's
28-5	to 5-6 (E)	STP	23-9	to 4-10	10 days
10-6	to 18-6 BTC (15-19 Yrs.)		8-10	to 16-10 (E)	STP
21-6	to 2-7	10 days	19-10	to 22-10 (E)	3 days
5-7	to 16-7	10 days	28-10	to 08-11	10 days
19-7	to 30-7	10 days	11-11	to 22-11	10 days
2-8	to 14-8	10 days	25-11	to 06-12	10 days
19-8	to 27-8	GTC (15-19 Yrs.)	09-12	to 12-12 (E)	3 days
			23-12	to 31-12 (E)	STP

धर्मनिलय, फार्म हाउस, जामडोली में जिस्पी

जाटों का बास, जयसिंहपुरा खोर, जामडोली, जोधपुर-27
संपर्क : केन्द्र मोबाइल-9828305708
गूगल लोकेशन: <https://goo.gl/maps/vegYc8Df6ZR2>
ईमेल : info@thali.dhamma.org
आवेदन के लिये ऑनलाइन पता:
<https://www.dhamma.org/en/schedules/schthali>

Abbr.:-(E)=Evening, STP=Satipatthan, SC=Short Course,
LC= Long Course, CC=Children Course (Boys & Girls), SPL= Special,
GTC= Girls Teenager Course, OS=Old Students, TC=Teenager Course,
B= Boys, G= Girls, M= Male, F= Female

7-4	to 15-4	7 day (GTC)
15-4	to 18-4	3 day (F)
21-4	to 24-4	3 day (M)



एक घंटे की सामूहिक साधना

जयपुर :

(1) प्रातः 6 से 7 एवं सायं 7 से 8 (प्रतिदिन)
ए-354/355, मुरलीपुरा स्कीम, वाटरवर्क्स
के पास, जयपुर,
संपर्क—श्री नगेन्द्र वशिष्ठ 9460552570,
9460189411

(2) प्रातः 6 से 7 एवं सायं 5.30 से 6.30
(प्रतिदिन)

403, प्रिंस अपार्टमेंट, गुलाब उद्यान, राम
मंदिर के पास, बनीपार्क, जयपुर
संपर्क: श्री कुनाल मोटवानी मो.

9024647806

(3) प्रातः 6.00 से 7.00, सायं 7.00 से
8.00 (प्रतिदिन)

52, बजाज नगर एन्कलेव, गांधी नगर,
रेल्वे स्टेशन के पास, जयपुर

संपर्क: श्रीमती करुणा पांडे—
9414271051

बालोतरा :

प्रातः 6.30 से 7.30 (प्रति रविवार)
पुंगलिया हाउस, यूनियन बैंक के पास गली में,
खेड रोड, बालोतरा
संपर्क—श्रीमती उषादेवी 02988-222215,
9414107915

भरतपुरः

सायं 5.00 से 6.00 (प्रति रविवार)
6 आराधना, प्रथम माला, एल.आई.सी.
ऑफिस के पास, सुपर बाजार, भरतपुर
संपर्क: ओ.पी. शर्मा-9414693814
दिनेश गुप्ता- 9772237984

अलवरः

प्रातः 7 से 8 बजे (प्रति रविवार)
23-दीप बुटीक, सेक्टर-2, लाजपत नगर
संपर्क : श्रीमती मंजू गुप्ता-8432721754

उदयपुरः

(1) प्रातः 8 से 9 बजे (प्रति रविवार)
8-ए, सेलिब्रेशन रेजीडेंसी, भुवाना चौराहा,
न्यू नवरत्न रोड, पावर हाउस के सामने,
उदयपुर
संपर्क—गौरी शंकर शर्मा, मो.

9057298673

रानीवाड़ा :

प्रातः 6.30 से 7.30, सायं 7.00 से 8.00
ग्राम जालेराकला, रानीवाड़ा (जालौर)
संपर्क—श्री सोनाराम चौधरी,
मो. 9460706279,
9460123234

बीकानेरः

प्रातः 8 से 9 बजे (प्रति रविवार)
21, पूजा एनकलेव, करणीनगर, लालगढ़
संपर्क— महिंद्रनाथ सिंह 9672997265

रावतभाटा (कोटा):

प्रातः 8 से 9 (प्रति रविवार) एवं हर पूर्णिमा
सायं 6 से 7
स्थान—एच-1ए 51-52, अञ्चु किरण
कॉलोनी, रावतभाटा, कोटा, राजस्थान—
323307
संपर्क : श्री रमेश चन्द्र श्रीवास्तव,
मो. 9414939954

श्री गंगानगरः

प्रातः 8 से 9 बजे (शिविर के अलावा अन्य
रविवार को)
चक 7-ए, छोटी, पदमपुरा रोड, तहसील एवं
जिला श्रीगंगानगर-335001
संपर्क : श्री बाबूलाल, पवन कुमार नारंग
मो: 9414225425, 9413377064

हनुमानगढ़ :

प्रातः 11 से 1 बजे तक (पहला, दूसरा व
तीसरा रविवार)
गोतम बुद्ध माध्यमिक विद्यालय, हनुमानगढ़
जंक्शन, वार्ड-59, हनुमानगढ़
संपर्क : श्री अमरजीत शाक्य, 9928230581

आनापान बाल शिविर आयु 8 से 18 वर्ष

जयपुर (बोधि-ट्री)

(1) प्रातः 9-11:30 (प्रति रविवार)
बी-25, पाश्वर्नाथ मार्ग, पाश्वर्नाथ कॉलोनी,
अजमेर रोड, जयपुर
संपर्क: श्री मुकेश जिंदल 9828161955
(2) प्रातः 9-11:30 (प्रति रविवार), धम्म
कुटीर सिद्धार्थ नगर-ए, जवाहर सर्कल, जयपुर
संपर्क: श्रीमती करुणा पाण्डे 9414271051

यदि आप किसी ऐसे विषयी भाई-बहिन को
जानते हैं जिसे धम्मथली संदेश का जनवरी,
2022 का अंक नहीं मिला है तो कृपया नाम व
पिनकोड सहित पता लिख भेजें। इसी प्रकार
यदि किसी परिवार में एक से अधिक प्रतियां
पहुँच रही हैं तो कृपया ऐसे परिवार-जन का
नाम डाक-सूची से हटाने के लिए लिख कर
सूचित करें। कृपया पता बदलने की सूचना भी
नये पते के साथ भेजें। मंगल हो!

एक दिवसीय शिविर

जयपुर (बोधि-ट्री) :

प्रति रविवार 12 से सायं 5 बजे
बी-25, पाश्वर्नाथ मार्ग, पाश्वर्नाथ कॉलोनी,
अजमेर रोड, जयपुर
संपर्क : श्री मुकेश जिंदल 9828161955

बनीपार्क :

प्रति रविवार 12 से सायं 5 बजे
403, प्रिंस अपार्टमेंट, गुलाब उद्यान, राम
मंदिर के पास, जयपुर
संपर्क: श्री कुनाल मोटवानी
मो. 9024647806

जवाहर सर्किल :

प्रति रविवार 12 से 5 बजे
527-धम्मकुटीर, सिद्धार्थ नगर-ए
संपर्क: श्रीमती करुणा पाण्डे-9414271051

तिलक नगर :

प्रति रविवार, 12 से सायं 5 बजे
ए-50/बी, चन्द्रकला, (तीसरी मंजिल साइड
रेट) शांति पथ, बिडला मन्दिर के पास वाली रोड।
संपर्क : श्री दिनेश मालपानी 9829165666

कोटा :

प्रति रविवार प्रातः 11 से 3.30 बजे तक
8/29, सरस्वती कॉलोनी, बारां रोड, कोटा
संपर्क : श्री जगदीश विजय, मो. 9001074066

रानीवाड़ा :

प्रत्येक माह की अमावस्या, पूर्णिमा और
शुक्ल-कृष्ण पक्ष की दोनों अष्टमियों को
प्रातः 10 बजे से सायं 5 बजे तक।
जालेरा कला, कस्तूरबा स्कूल के पास,
तह. रानीवाड़ा (जालौर)
संपर्क: 9460706279, 9460123234

जो जिज्ञासु साधक 'धम्मथली संदेश' पत्रिका ई-मेल के माध्यम से प्राप्त करना चाहते हैं, उनसे अनुरोध है कि वे अपनी मांग dhammathali.jpr@gmail.com पर भिजवा दें, अथवा वेबसाइट www.thali.dhamma.org पर प्रत्येक महीने की Dhammathali Sandesh पत्रिका डाउनलोड कर सकते हैं या <https://thali.dhamma.org/sandesh.shtml> पर ऑनलाइन पढ़ सकते हैं।



बड़ा मंगल हो जाएगा, बड़ा कल्याण हो जाएगा। हिंदू अपने को हिंदू कहता फिरे ना! जैन जैन कहता फिरे, बौद्ध बौद्ध कहता फिरे। ईसाई ईसाई कहता फिरे, क्या फर्क पड़ गया? अपना मालिक तो बने। इस क्षण का मालिक बने, भविष्य सुधर जाएगा, कल्याण हो जाएगा, मंगल हो जाएगा। धर्म के रास्ते आये हैं, संप्रदाय के रास्ते नहीं आये, जातिवाद में बंधने नहीं आये। शुद्ध धर्म के रास्ते आये हैं। कुदरत के कानून को समझें। ऐसा ऐसा नहीं होगा तो यह परिणाम नहीं आएगा।

यह बात समझ में आ जाय, बड़ा मंगल! बड़ा कल्याण!!

काम करें, कल का दिन बड़ी गंभीरता के साथ काम करने का है। काम करें, जितना मानस को सुधार सकें, सुधारें। अपनी गति सुगति बनायें। खूब मंगल धर्म में सारा जीवन जीना है। जितना सीख कर जाओगे, जीवन में बहुत काम आएगा। खूब मंगल हो! खूब कल्याण हो! खूब स्वस्ति मुक्ति हो, सभी तापसों की खूब स्वस्ति मुक्ति हो!! भवतु सब्ब मङ्गलं।

पूज्य गुरुजी द्वारा सन् 1970 में पुष्कर (राज.) में आयोजित शिविर के अनुभव

पुष्कर की इस पावन धरती पर लगा हुआ भारत भूमि पर यह 12वाँ शिविर अभी-अभी सायंकाल 7 बजे पूरा हुआ।

मुझे महसूस हो रहा है कि इस शिविर से मेरी साधना का धर्मबल परिपृष्ठ ही हुआ है। बहुत से अप्रिय संस्कारों का अनायास संयोग हो गया था, उनमें से अधिकांश उभर-उभर कर बाहर निकले और स्पष्ट ही मन भार मुक्त हुआ है।

इस पावन धरती पर कभी सप्राट अशोक के जीवन काल में 'अदिन' नाम के महास्थिवर साधनारत रहे, इस बात के ऐतिहासिक प्रमाण उपलब्ध हुए हैं। यह सारा प्रदेश उसी समय से बुद्धानुयायी क्षेत्र रहा है और यह स्थान बुद्ध पुष्कर के नाम से प्रसिद्ध था।

दोहे धर्म के

द्वेष द्रोह दुर्भाव के, जब जब उठें विकार।
मैं भी दुखिया हो उठूँ, दुखी करूँ संसार॥

मैं भी व्याकुल ना रहूँ, जगत विकल ना होय।
जीवन जीने की कला, सत्य धर्म है सोय॥

पाप होय झट रोक ले, करे न बारंबार।
धरमवान जाग्रत रहे, अपनी भूल निहार॥

निरधन या धनवान हो, अनपढ़ या विद्वान।
सदाचार जिसके छूटे, उसके व्याकुल प्राण॥

दूहा धरम रा

या ही रित है नियम है, ई स्यूं बच्यो न कोय।
धरम धार सुख ही हुवै, धरम त्याग दुख होय॥

सैं पर ही लागू हुवै, कुदरत रो कानून।
मन बिगड़यां व्याकुल हुवै, लगै घाव पर लूण॥

व्याकुल ही होतो रहयो, देख पराया दोस।
देखण लाग्यो दोस निज, तब स्यूं आयो होस॥

द्वेष, द्रोह स्यूं बैर स्यूं, आकुल व्याकुल होय।
प्यार, प्रेम स्यूं, स्नेह स्यूं, हरखित पुलकित होय॥

मंगल कामनाओं साहित

भवतु सब्ब मङ्गलं

वार्षिक सहयोग ₹100/- (₹10/- प्रति अंक)

डाक पंजीयन संख्या : JAIPUR CITY/404/2022-24

डाक पोस्टिंग : 07-04-2022

विपश्यना समिति के लिए मुद्रक-प्रक्रियाधीन, प्रकाशक : प्रक्रियाधीन

संपादक-डॉ. चन्द्रिका प्रसाद शर्मा (तदर्थ) मो. 9414826111

द्वारा : पोस्ट बॉक्स नं. 208 जीपीओ जयपुर (पत्र-व्यवहार हेतु)

मुद्रण-हरिहर प्रिंटर्स, जे-97, अशोक चौक, आदर्श नगर,

जयपुर-302 004 © 0141-2600850 hariharprinters1@gmail.com

स्वामित्व-विपश्यना समिति, गलताजी रोड, जयपुर द्वारा प्रकाशित।

मो. 9610401401 एवं 9828804808

मुद्रण और प्रकाशन तिथि : 27 मार्च, 2022

E-mail : info@thali.dhamma.org | dhammadthali.jpr@gmail.com | www.thali.dhamma.org

आर.एन.आई.रजि. No.: RAJHIN/2009/30103

If undelivered, please return to:- विपश्यना केंद्र, पोस्ट बॉक्स नं. 208, जयपुर-302001