धम्मथली संदेश

(विपश्यी साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र)

बुद्धवर्ष 2555 मासिक पत्र 7 सितंबर 2011 वर्ष 3 अंक 4 वार्षिक सहयोग ₹100 प्रति अंक ₹10

वयधम्मा सङ्खारा

कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

मेरे प्यारे साधक-साधिकाओ!

धर्म प्रज्ञा का चैतन्य सतत् जाग्रत रहे! यह कुशीनगर है। यहीं भगवान तथागत सम्यक सम्बुद्ध ने महापरिनिर्वाण प्राप्त किया। यही वह स्थान है, जहां महापुरुषों के 32 लक्षणों से परिपूर्ण उनका वह सुहावना शरीर अग्नि को समर्पित किया गया।

जन्म, जरा, व्याधि, मृत्यु। प्रकृति का कैसा अटल नियम! जन्म लेने वाला कोई भी प्राणी जरा, व्याधि और मृत्यु से बच नहीं सकता, चाहे वह तथागत सम्यक् सम्बुद्ध ही क्यों न हो। परंतु वह मृत्यु साधारण मृत्यु नहीं थी। उस मृत्यु द्वारा ही भगवान सम्यक् सम्बुद्ध ने मृत्युराज मार पर नितांत विजय प्राप्त की। वह उनकी अंतिम मृत्यु थी। अब उसके बाद कोई मृत्यु नहीं थी, क्योंकि उसके बाद और कोई जन्म भी तो नहीं था। जहां जन्म निरुद्ध हुआ, वहां जरा, व्याधि और मृत्यु का निरोध तो हो ही गया।

ऐसी पावन धरती पर साधना-शिविर लगाते हुए मन अत्यंत आह्लाद-प्रह्लाद से भर उठा है। यहां की धरती के कण-कण में, यहां की वायु तरंगों की लहर-लहर में सद्धर्म के अस्तित्व का एहसास होता है। अणु-अणु में उस महाकारुणिक की करुणा समायी दीखती है। उस प्रेम-पारावार का असीम प्रेम छलकता नजर आता है और उस महान सत्यनिष्ठ की अचल सत्यनिष्ठा झलकती नजर आती है।

करुणा, मैत्री और सत्य - इस त्रिवेणी का पावन संगम ही तो तथागत बुद्ध कहलाता है। इन तीनों के समुच्चय का व्यक्तिकरण ही तो सम्यक् सम्बुद्ध है। बुद्ध माने मूर्तिमंत करुणा। बुद्ध माने मूर्तिमंत मैत्री-प्रेम। बुद्ध माने मूर्तिमंत सत्य। यहां भगवान की यह त्रिमूर्ति बारबार मन की आंखों के सामने आने लगती है।

उनकी असीम करुणा की एक नन्हीं-सी लहर ने मन-मानस में अंगड़ाई ली और सारा हृदय करुण रस से परिप्लावित हो उठा, सराबोर हो उठा।

अढ़ाई हजार वर्ष पुराना वह दृश्य आंखों के सामने जाग उठा। भगवान ने अपना शरीर त्यागने की निश्चित तिथि तीन माह पूर्व घोषित की और अब पूर्व निर्धारित स्थान पर शरीर छोड़ने के लिए यात्रा कर रहे हैं। शरीर छोड़ने का दिन आ पहुँचा है। भगवान की यात्रा जारी है। रास्ते में चुंद नामक लुहार ने भगवान को अत्यंत श्रद्धापूर्वक भोजन के लिए आमंत्रित किया। परंतु भोजन भारी था, गरिष्ठ था। अतः तथागत के बूढ़े रोगी शरीर के लिए अपच्य साबित हुआ, कष्टदायक साबित हुआ। उन्हें पेचिश हुई। शरीर अधिक दुर्बल हो गया। मृत्यु शैय्या पर लेटे हुए उन करुणामय के मन में एक बात जागी। जब श्रद्धालु चुंद को यह मालूम होगा कि उसके गरिष्ठ भोजन के कारण भगवान को शरीर त्यागना पड़ा तो वह दुःख से व्याकुल हो उठेगा। नासमझ लोग उसे धिक्कारेंगे कि उसने भगवान को कैसा भोजन खिलाया और कितना पाप कमाया। यह धिक्कार सुन कर वह व्यथा-वेदना से और भी पीड़ित हो उठेगा। इस चिंतन मात्र से उन महाकारुणिक का हृदय करुणा-विगलित हो उठा और उन्होंने आनंद से कहा - "आनंद! ध्यान रखना, उस श्रद्धालु उपासक चुंद के मन में किसी प्रकार की दुश्चिंता जागने न पावे। मेरे कारण वह दुःखी होने न पावे। उसे समझाना कि तुम्हारा यह भोजन-दान तुम्हारे लिए पाप का नहीं, बल्कि बड़े पुण्य का कारण बना है। जिस भोजन को ग्रहण कर तथागत ने पापी मार पर विजय प्राप्त की और सम्यक् सम्बोधि पायी; सुजाता की खीर का वह भोजन-दान जैसे सुजाता के लिए असीम पुण्य का कारण बना, वैसे ही तुम्हारे इस भोजन को ग्रहण कर तथागत अनुपादिशेष निर्वाण धातु को प्राप्त हुए हैं, सदा के लिए मृत्युराज मार के चंगुल से मुक्त हुए हैं, अतः तुम्हारा भोजन भी सुजाता की खीर से कम पुण्यदायी नहीं है, कम

फलदायी नहीं है। आनंद! ऐसा कह कर चुंद के मन की उदासी दूर करना। उसे उत्साहित करना।"

धन्य है तथागत की महान करुणा। मृत्यु-शैय्या पर भी उन्हें कोई चिंता है तो इसी बात की कि उनकी वजह से किसी का मन दुखी न हो। उनकी असीम करुणा किसी को दुखी देख ही नहीं सकती थी।

उसी समय की एक अन्य घटना। भगवान के अतुल मैत्री-प्रेम की प्रकाश-किरण मानस-पटल पर चमक उठी। भगवान युग्म शाल वृक्षों के नीचे बिछी हुई संघाटी पर अत्यंत रुग्ण अवस्था में लेटे हुए हैं। वैशाखी पूर्णिमा का उदास चांद सारे वातावरण में उदासी बिखेरता हुआ अस्तांचल की ओर लुढ़कता चला जा रहा है। भगवान के परिनिर्वाण का समय समीप आता जा रहा है। श्रद्धालु उपासकों की भीड़ तथागत के अंतिम दर्शन करने के लिए उमड़ रही है। उसी समय सुभद्र नाम का एक नया मुमुक्षु भगवान से धर्मलाभ हासिल करने के लिए आता है परंतु आनंद उसे दूर से ही यह कहकर रोकता है कि भगवान बहुत थके हुए हैं, उन्हें कष्ट न दो। आनंद की आवाज भगवान के कानों में पड़ती है। वह करुणा-विह्वल हो उठते हैं। प्यासा अपनी प्यास बुझाने के लिए धर्म-गंगा के पास आया है और तट तक पहुँचने पर भी कोई उसे पानी पीने से रोक रहा है। उसकी लाचारी देख कर धर्म-गंगा स्वयं मचलने लगी। उसमें प्रेम और करुणा का ज्वार उठने लगा। आनंद को टोकते हुए मैत्री-मूर्ति भगवान तथागत ने कहा- "आनंद! मत सुभद्र को मना करो! उसे आने दो! वह मुझे कष्ट देने नहीं आया है। सच्चा धर्म-जिज्ञासु है। थोड़े में ही धर्म का रहस्य समझ लेगा। उसे मत रोको, उसे मेरे पास आने दो !"

और इस प्रकार अपने जीवन के अंतिम क्षणों तक भी, अपने कष्टों की जरा भी परवाह न करते हुए, मैत्री के अनंत सागर ने उस धर्म-जिज्ञासु को धर्मदेशना दी, सच्चे धर्म का मार्ग सिखाया जो कि उसके हित-सुख का कारण बना। उनके अंतर का अपरिमित पारावार, मंगल-मैत्री का असीम सागर जीवन की अंतिम सांस तक भी प्राणियों की अथक सेवा के लिए उद्वेलित होता रहा। मंगल-धर्म बांटने में उन्हें थकान कहां?

और तभी मानस-पटल पर उभर उठा उनकी सत्यनिष्ठा का एक और पावन प्रसंग। अंतर्मन में गूंज उठे आखिरी सांस छोड़ने के पहले उनकी अंतिम वाणी के ये अनमोल बोल-"वयधम्मा **सङ्खारा**, अप्पमादेन सम्पादेथ।" हे भिक्षुओ! सुनो, सारे संस्कार व्यय-धर्मा हैं, मरण-धर्मा हैं, नष्ट-धर्मा हैं। जितनी भी संस्कृत याने बनी हुई वस्तुएं हैं, व्यक्ति हैं, घटनाएं हैं, स्थितियां हैं, वे सब नश्वर हैं, भंगुर हैं, मरणशील हैं, परिवर्तनशील हैं। यही प्रकृति का कठोर सत्य है। प्रमाद से बचते हुए, आलस्य से दूर रहते हुए, सतत् सतर्क और जागरूक रहते हुए, प्रकृति के इस सत्य का संपादन करते रहो। इस सत्य में स्थित रह कर अपना कल्याण साधते रहो।

कैसी थी मानव-जगत को भगवान तथागत की यह अनुपम, अनमोल, अंतिम भेंट! कैसी थी यह मूल्यवान विरासत! कैसा था यह अनुत्तर दायाद! कैसा था यह मंगल-धर्म का अनोखा अनमोल उपहार!

उस महान सत्यनिष्ठ ने जीवन-भर स्वयं सत्य का संपादन किया और लोगों को भी सत्य-दर्शन के लिए ही प्रेरित, प्रोत्साहित किया। यह सारा ऐंद्रिय जगत, यह नाम और रूप की सम्मिलित जीवनधारा, यह शरीर और मन का मिला-जुला सरितप्रवाह, कितना क्षणभंगुर है! कितना नश्वर है! कितना परिवर्तनशील है! क्षण-क्षण परिवर्तित होने वाली इस प्रवाहसंतति को प्रतिक्षण निर्विकार, निरासक्त भाव से देखते रहने का नाम ही तो विपश्यना है। यही सत्य का शुद्ध दर्शन है। इसी में विमुक्ति का मंगल समाया हुआ है।

बिना प्रमाद में डूबे हुए हम भी इस सत्य का दर्शन करते रहें और अपने जीवन के अंतिम लक्ष्य का संपादन करते रहें। काया, वेदना, चित्त और धर्म की विपश्यना साधना द्वारा इस सत्य का साक्षात्कार करते रहें। अनित्य, दुःख और अनात्म का साक्षात्कार करते रहें। प्रज्ञा जाग्रत रखते रहें, विपश्यना साधना की यह जागृति जीवन का अंग बन जाय, स्वभाव का अंग बन जाय। भगवान के ये अंतिम शब्द निरंतर हमारी प्रेरणा का कारण बनते रहें। इससे बढ़कर और क्या उद्‌बोधन होगा भला !

वयधम्मा **सङ्खारा**, अप्पमादेन सम्पादेथ! अप्पमादेन सम्पादेथ!! अप्पमादेन सम्पादेथ!!!

उनके बताये हुए मार्ग पर चलकर हममें भी उनकी-सी अनंत करुणा जागे, हममें भी उनकी-सी अनंत मैत्री जागे, हममें भी उनकी-सी अविचल सत्यनिष्ठा जागे। इसी में हमारा मंगल! इसी में हमारा भला! इसी में हमारा कल्याण! इसी में हमारी स्वस्ति! इसी में हमारी मुक्ति!

भवतु सब्ब मंगलं!

(साभार : धर्म ज्योति)

मेरे जीवन के सर्वोत्तम दस दिन

श्री लक्ष्मीचंद

इस जीवनचक्र के घटनाक्रम में अपना क्या भाग है, यह समझने की कोशिश हर मनुष्य करता रहता है। प्रतिवर्ष, प्रतिमाह, प्रतिदिन का किस प्रकार से प्रसार हुआ, इसका मापदंड स्थिर करता है और इसके आधार पर आगे बढ़ने का मूल्यांकन करता है। आज मैं जब अपने भूतकाल के मापदंड के आधार पर देखता हूं तो स्पष्ट रूप से प्रतीत होता है कि मेरे जीवन के सर्वोत्तम दिन कौन से थे !

सर्वोत्तम दिवस का भी मापदंड प्रत्येक व्यक्ति भिन्न-भिन्न प्रकार से निश्चित करेगा - समय-काल के हिसाब से, वर्तमान के हिसाब से, एक ही व्यक्ति अपनी समझ और परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए अलग-अलग मापदंड निकालेगा। मेरे हिसाब से सर्वोत्तम दिवस की परिभाषा है - जो दिन असीम आनंद तथा शांति के साथ गुजरे हों, जब उस सत्य-ज्ञान की अनुभूति हुई हो, जिसमें जीवन की सार्थकता का समावेश हो, जहां तन, मन, धन से निःस्वार्थ सेवा में लगे सत्पुरुषों से संपर्क एवं परिचय हुआ हो, ऐसे दिवस वास्तव में सर्वोत्तम कहे जाने चाहिए। मेरे जीवन के ऐसे ही अविस्मरणीय दस दिन थे जो मैंने इगतपुरी के विपश्यना केंद्र में गुजारे। इन दस दिनों में मुझे नवजीवन मिला, सद्धर्म की जानकारी मिली, जीवन को सार्थक करने की आवश्यकता समझ में आयी और जीवन जीने का मार्ग प्राप्त हुआ।

मैं बारह वर्ष अमेरिका में रहा, वहीं पर विद्याध्ययन कर उच्च डिग्री हासिल की। व्यवसाय किया। वहां के सामाजिक, सांस्कृतिक मूल्यों का अध्ययन किया। 'व्यक्ति स्वातंत्र्य' जैसे शब्दों का वास्तविक दैनिक जीवन में उपयोग किया। बारह वर्षों का सुखद, मनोरम अनुभव लेकर भारत लौटा। अपने माता-पिता के साथ बड़े संयुक्त परिवार में सौमनस्यपूर्ण सामंजस्य बैठाने का प्रयत्न बड़े मनोयोग से यथाशक्ति करता रहा। दिन, मास ही नहीं, दो-तीन वर्ष बीत गये किंतु इस वातावरण के अनुकूल मैं अपने आपको ढाल नहीं पाया। मन में तनाव बढ़ते चले गये। परिवार के सदस्यों के साथ व्यवहार-सामंजस्य नहीं हो पाया। आपस में मनोमालिन्य रहने लगा। संबंधों में अंतर और कृत्रिमता घुस आई। हमारी आकांक्षाओं और परिस्थितियों में मेल नहीं रहा। अंततः कोई मार्ग नहीं दिखाई देने पर पुनः विदेश जाने का विचार प्रबल होने लगा।

अमेरिका से इस दृढ़ निश्चय के साथ लौटा था कि परिवार के साथ अधिकाधिक सहयोगपूर्वक रहूंगा और परिस्थितियों को अनुकूल बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ूंगा। परंतु यह निश्चय वास्तविकता के सामने नहीं टिक पाया और अंततः अमेरिका का स्वतंत्र एकाकी जीवन ही श्रेयस्कर लगने लगा। परंतु इसी बीच मानसिक तनावों के कारण अम्लपित्त का प्रकोप बढ़ गया। उधर मेरे माता-पिता को मेरे अमेरिका जाकर बसने की बात से बड़ा आघात लगा। मुझे भी इस बात का संताप कम नहीं था पंरतु अन्य कोई रास्ता सुझाई नहीं दे रहा था। ऐसे समय किसी मित्र ने 'विपश्यना' के दस दिवसीय शिविर को एक अवसर देने की बात कही।

मैं एक जैन परिवार में जन्मा हूं, इसलिए सामायिक, प्रतिक्रमण तथा उपवास आदि का बौद्धिक ज्ञान जरूर था किंतु ऐसा करने का कोई वास्तविक लाभ है, इससे आश्वस्त नहीं था। मेरे पास समय था। ध्यान सीखने की इच्छा थी, अतः बिना किसी विशेष अपेक्षा के उक्त दस दिन के शिविर में चला आया। इन दस दिनों में मुझे जो कुछ प्राप्त हुआ, उसकी तो कभी स्वप्न में भी कल्पना नहीं की थी। इस विषय का कभी इस प्रकार चिंतन ही नहीं किया था। मेरी दशा उस व्यक्ति जैसी हुई जो मरुधर में प्यासा भटक रहा हो और थक कर चूर हो गया हो। एक प्याले पानी के लिए तरस रहा हो और तभी उसके सामने मीठे, शीतल जल का विशाल सरोवर प्रकट हो जाय।

विपश्यना शिविर के दिन एक-एक करके बीतते गये और गुरुवर श्री गोयन्काजी अत्यंत प्रेम, मैत्री और करुणापूर्ण मनोयोग से ध्यान साधना सिखाते गये। प्रथम तीन दिन तक आनापानसति और उसके बाद विपश्यना का अभ्यास चलता रहा। प्रतिदिन घंटे, डेढ़-घंटे का प्रवचन होता रहा जिससे धर्म भलीभांति स्पष्ट होता गया। अज्ञान के बादल छँटने लगे। जीवन की उपयोगिता का रहस्य समझ में आया। छठे दिन ध्यान के समय समता के निर्मल क्षणों में द्वेषमूलक विकारों की निरर्थकता का अनुभूतियों के स्तर पर ज्ञान प्राप्त हुआ। सातवें दिन रागात्मक विकारों की पृष्ठभूमि समझ में आयी। राग तथा द्वेष - इन शब्दों के सही अर्थ समझ में आये। अब कोई प्रश्न ही नहीं बचा जिसका उत्तर पूछा जाय। धर्म-संबंधी, जीवन-संबंधी, वैयक्तिक, पारिवारिक, सामाजिक सभी प्रश्नों का समाधान होता गया, जैसे किसी जादू की छड़ी के छू जाने से सभी पहेलियों के आड़े-तिरछे सभी प्रश्न हल हो गये। जैन मुनियों के सैकड़ों प्रवचन इससे पूर्व सुने थे, किंतु अनुभूति पर न उतरने के कारण राग-द्वेष की व्याख्या समझ में नहीं आयी थी। मेरा जीवन, शरीर, मानस तथा भावनाएं सब मधुर संगीत की एक ही लय पर बहने लगे। परम शांति तथा सुख का सही रूप में अनुभव होने लगा। आज डेढ़ वर्ष बाद भी इसकी प्रतीति उतनी ही ताजा है।

सही सामायिक, प्रतिक्रमण आदि की उपयोगिता समझ में आयी। हर पल, हर क्षण मन को समता में स्थित रखने का लाभ गोचर हुआ। उसकी आवश्यकता महसूस हुई और उसके प्रति सचेष्ट हुआ। तनावपूर्ण स्थिति में उत्पन्न अम्लपित्त (एसिडिटी) का रोग बिना किसी उपचार के चला गया। शिविर काल के अनुभवों ने मुझे जीवन का उद्देश्य बता दिया। कल्याणकारी विचारधारा ने अमेरिका जाने का निर्णय बदल दिया। अब मैं अपने संयुक्त परिवार में मन, वचन, काया से सुमेल सहित रहने में संतुष्ट हूं। अपने अनुभवों के आधार पर सबसे मेरा यही अनुरोध है कि वे शीघ्रातिशीघ्र दस-दिवसीय शिविर में भाग लेने को सर्वाधिक प्राथमिकता देकर स्वयं अपने जीवन के सर्वोत्तम दस दिनों का लाभ अवश्य लें और जीवन के सर्वोत्तम लक्ष्य की ओर अग्रसर हों।

विपश्यना विशेष प्रकार से अंतर्मुखी होकर ध्यान करने की एक प्राचीन पद्धति है जिससे मन के विकारों का उन्मूलन होने लगता है। बिना किसी जाति-पांति, रंग-रूप, देश-काल, बोली-भाषा व संप्रदाय के भेदभाव के सबको समान रूप से सिखायी जाती है। इसकी पवित्र परंपरा के अनुसार यह विधि निःशुल्क सिखायी जाती है। भोजन-आवास का भी कोई मूल्य नहीं लिया जाता। इस साधना से लाभान्वित साधकों की विशुद्ध चेतना द्वारा प्रदत्त दान से ही सारी व्यवस्था सुचारु रूप से चलती है। शिविर प्रशिक्षण के लिए हिंदी व अंग्रेजी की द्विभाषित समानांतर शब्दावलियां प्रयुक्त होती हैं।

सबका मंगल हो!

DHAMMATHALI, VIPASSANA CENTRE, JAIPUR
COURSE SCHEDULE 2012

Date		Course Type
From	To	
5.1	16.1	10 Days
7.1	15.1(E)	STP
19.1	30.1	10 days
19.1	30.1	10 days Spl.
26.1	29.1 (E)	3 days SC
3.2	5.3	30 days LC (Holi 8.3)
3.2	20.3	45 days L.C.
23.3	3.4	10 days
5.4	16.4	10 days
7.4	15.4 (E)	STP
12.4	15.4 (E)	3 days SC
18.4	29.4	10 days
1.5	12.5	10 days (Budha Purnima 6.5)
14.5	25.5	10 days
16.5	24.5 (E)	STP
17.5	20.5 (E)	3 days SC
26.5	3.6	Kishore
5.6	16.6	10 days
18.6	29.6	10 days
21.6	24.6 (E)	3 days SC
1.7	1.8	30 days L.C.
2.7	10.7 (E)	STP
11.7	1.8	20 days L.C. (Rakhi 2.8)
3.8	14.8	10 days
10.8	13.8 (E)	3 days SC
16.8	27.8	10 days
29.8	1.9	CC (8-18 yrs.)
3.9	14.9	10 days
6.9	9.9 (E)	3 days SC
16.9	27.9	10 days
16.9	27.9	10 days Spl.
28.9	9.10	10 days
5.10	8.10 (E)	3 days SC
11.10	11.11	30 days LC (Diwali 13.11)
12.10	20.10 (E)	STP
21.10	11.11	20 days LC
16.11	27.11	10 days
23.11	26.11 (E)	3 days SC
28.11	9.12	10 days
10.12	21.12	10 days
12.12	20.12 (E)	STP
13.12	16.12 (E)	3 days SC
21.12	24.12	CC (8-18 yrs.)
24.12	1.1.13	Kishori

Abbreviation:- (E)=Evening, STP=Satipatthan, SC=Short Course, LC= Long Course, CC=Children Course, SPL= Special

'धम्मथली संदेश' मासिक पत्रिका की ड़ाक पोस्टिंग माह की सात तारीख को करना आवश्यक है। पत्रिका के छपकर आने के बाद इसकी फोल्डिंग, पता व टिकट चिपकाने का काम श्रम और समय साध्य है। 1 से 6 तारीख के बीच समर्पित साधक धम्मथली केंद्र आकर धर्म सेवा का लाभ ले सकते हैं। यह पूरा काम समयबद्ध करना होता है।

यूटीवी–एक्शन पर पूज्य गुरुजी के प्रवचनों की क्रमिक श्रृंखला प्रातः 4.45 से 5.45 तक सोमवार से शनिवार तक प्रसारित की जाती है। साधक इसका लाभ उठा सकते हैं।

'धम्मथली संदेश' का प्रेषण अभी विपश्यी साधकों तक सीमित है। यदि आप पायें कि इसकी उपयोगिता स्थानीय सार्वजनिक/सांस्थानिक वाचनालयों के जरिये और अधिक हो सकती है तो कृपया वहां का पूरा पता संपादक को लिख भेजें। यह मासिक पत्रिका वहां निःशुल्क भेज दी जाएगी।

प्रगति की राह पर–संक्षिप्त समाचार

- राजस्थान में केंद्रेत्तर शिविरों के क्रम में माउंट आबू में (13 से 24 अगस्त के) दूसरे शिविर के बाद रावतभाटा (कोटा) में 31 अगस्त से 11 सितंबर 2011 तक शिविर आयोजित हुआ। इस क्षेत्र में परमाणु विद्युत गृह में नियुक्त वैज्ञानिकों–इंजीनियरों का बाहुल्य है। अधिकांश शिविरार्थी इस परियोजना से ही संबंधित थे।
- धम्मथली, जयपुर केंद्र पर 27 से 30 अगस्त 2011 तक तीन दिवसीय आनापान बाल शिविर का आयोजन हुआ। इसमें बालकों और बालिकाओं के पृथक–पृथक शिविर थे। अधिकांश बच्चे विपश्यी परिवारों से ही थे। साधना की पृष्ठभूमि से परिचित होने से वे इस अवसर का अनुशासनपूर्वक भरपूर लाभ ले पाये।
- जयपुर में किशोर तथा बाल शिविरों की बढ़ती मांग को देखते हुए एक अलग केंद्र स्थापना का प्रस्ताव है। स्थान का चयन शीघ्र कर लिया जायेगा।
- जयपुर नगर में शीघ्र ही एक 'सिटी सेंटर' भी साधकों को उपलब्ध होगा, जहां सामूहिक साधना, एक दिवसीय शिविर, विपश्यना साहित्य व अन्य सुविधाएं सुलभ हो सकेंगी। ❋❋❋

राजस्थान के केंद्रों में शिविर कार्यक्रम

विपश्यना केंद्र, धम्मथली, जयपुर

2011

10 दिवसीय शिविर
13.09 से 24.09 26.09 से 07.10
09.10 से 20.10 01.12 से 12.12
14.12 से 25.12

10 दिवसीय विशेष शिविर
26.09 से 07.10

सतिपट्ठान शिविर (समापन सायं)
30.10 से 07.11

3 दिवसीय शिविर (समापन सायं)
16.09 से 19.09
14.10 से 17.10 08.12 से 11.12

30 दिवसीय दीर्घ शिविर
29.10 से 29.11

20 दिवसीय दीर्घ शिविर
8.11 से 29.11

बाल शिविर (दिवाली 26 अक्टू.)
22.10 से 25.10

किशोरी शिविर
26.12 से 3.1.12

सहायक आचार्यों की कार्यशाला
2–12 से 6–12

धम्मपुष्कर, अजमेर विपश्यना केंद्र,

रेवत गांव के निकट (कड़ेल) अजमेर से 23 कि.मी. तथा पुष्कर से 9 कि.मी. की दूरी (कडेल–बस्सी मार्ग पर) फोन : 0145–2780570

2011

दस दिवसीय शिविर
16–9 से 27–9
28–9 से 9–10 12 से 23–10
2–11 से 13–11 16–11 से 27–11
30–11 से 11–12 14–12 से 25–12
28–12 से 8–1–2012

संपर्क : श्री रवि तोषनीवाल,
मोबाइल : 09829071778
ईमेल : info@toshcon.com
श्री अनिल धारीवाल,
मोबाइल : 09829028275

धम्ममरुधरा, जोधपुर

विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिसॉर्ट के पीछे, चौपासनी, जोधपुर : 342009

10 दिवसीय
9–9 से 20–9
7–10 से 18–10

संपर्क–(1) श्री नेमीचंद भंडारी, 260, मयूर, 4–बी रोड, सरदारपुरा, जोधपुर मो. 09314727215
(2) श्रीमती नीतू बोथरा, मो. 9828131120

धम्मपुब्बज केंद्र, चूरू (चूरू–भालेड़ी रोड पर 6 km. दूर)

3 दिवसीय (समापन सायं)
20–10 से 23.10
25–12 से 28–12

10 दिवसीय
15–9 से 26–9 8–10 से 19–10
1–11 से 12–11 15–11 से 26–11
30–11 से 11–12 13–12 से 24–12

संपर्क : (1) श्री सुरेश खन्ना, 65, इंदिरा कॉलोनी, बनीपार्क, जयपुर मो. 9413157056
(2) श्री श्रवणकुमार फुलवारिया, सी–86, अग्रसेननगर, सामुदायिक भवन के पास, चूरू मो. 09414676081

धम्मथली संदेश की वार्षिक सहयोग राशि रु. 100/– रखी गई है। तथापि इसे राजस्थान के सभी साधकों, भारत के सभी केंद्रों तथा सहायक आचार्यों को निःशुल्क प्रेषित की जा रही है। उदार साधक चाहें तो एक अंक का प्रकाशन व्यय लगभग रु. 5000/– दान देकर अपनी मंगल कामनाएं व्यक्त करने के साथ ही अनेकों की धर्म के प्रति सुप्त चेतना जगाने में सहायक होने का पुण्य अर्जित कर सकते हैं। दान विपश्यना समिति, जयपुर के पते पर चैक द्वारा भेजें।

एक घंटे की सामूहिक साधना

जयपुर : सायं 6 से 7 (प्रति रविवार)
स्थान–67, बर्मीज कॉलोनी, जयपुर
फोन : 2609385, 2607932

धम्म मरुधरा, जोधपुर :
11 से दोपहर 12 बजे तक

जोधपुर : प्रातः 7.30 से 8.30 (प्रति शनिवार) राजस्थान पेंशनर्स समाज, ग्रामीण ट्रेजरी के पीछे, पावटा, संपर्क–श्री रामसिंह सोलंकी
फोन 0291–2539538

बालोतरा : प्रातः 6.30 से 7.30 (प्रति रविवार) स्थान–उषादेवी, पुंगलिया भवन, इलाहाबाद बैंक के ऊपर, खेड़ रोड, फोन : 02988–222215, मो. 9414107915

भरतपुर : प्रातः 8 से 9 बजे, (प्रति रविवार), स्थान–स्वास्थ्य मंदिर नगला चांदवारी, पुष्प वाटिका कॉलोनी के पास, आगरा रोड, संपर्क–डॉ. वीरेंद्र अग्रवाल,
फोन 05644–236653, 9413917821

अजमेर : 1) प्रातः 8.30 से 9.30 (प्रति रविवार), स्थान–लोढ़ा हवेली, नया बाजार,
2) प्रातः 6.30 से 7.30, स्थान–कबीर आश्रम, धौलाभाटा, संपर्क–श्री ओमप्रकाश शर्मा,
फोन 2640748
3) प्रातः 8 से 9, स्थान : महाबोधि अशोक विहार, महाबोधि मार्ग, गौतम नगर
संपर्क फोन : 0145–2690235

उदयपुर : प्रातः 9 से 10 बजे (प्रति रविवार)
संपर्क–श्री हरीशकुमार व्यास, व्यास भवन, 2 कर्मशील मार्ग, उदयपुर–313001
फोन–0294–2341151, 94141–63353

रानीवाड़ा : प्रातः 6.30 से 7.30, सायं 7.00 से 8.00, संपर्क–श्री सोनाराम चौधरी,
ग्राम जालेराकला, रानीवाडा (जालौर)
फोन : 9460706279, 9460123234

चूरू : प्रातः 8 से 9 बजे तक (प्रति रविवार)
श्री कृष्णकुमार पारीक, महेश्वरी भवन के पास, मोचीवाड़ा, चूरू
मो. 9309091071, 09667898854

रावतभाटा (कोटा) : प्रातः 8 से 9 प्रति रविवार
स्थान : विंध्या हॉस्टल
प्रतिदिन–सायं 6 से 7
स्थान–अणुछाया कॉलोनी
संपर्क– श्री जयंत खोब्रागड़े, 94133–58402
श्री रतनलाल शर्मा, मो. 9413358059

एक दिवसीय शिविर

विपश्यना केंद्र, धम्मथली, जयपुर
प्रति रविवार प्रातः 9 से सायं 4.30 बजे तक

धम्मगृह, जयपुर : बी–25, पार्श्वनाथ मार्ग, पार्श्वनाथ कॉलोनी, अजमेर रोड, जयपुर–302019
प्रति रविवार प्रातः 12 से सायं 6 बजे तक
संपर्क : श्री मुकेश जिंदल, मो. 9828161955

अजमेर : प्रति प्रथम रविवार, संपर्क–विपश्यना समिति, वीर तेजाजी नगर, दोराई, फोन 0145–2443604

कोटा प्रति तीसरा रविवार, 8/29, सरस्वती कॉलोनी, बारां रोड संपर्क 0744–2441193, 9829262646

रावतभाटा (कोटा) : प्रति तीसरा रविवार, प्रातः 10 से सायं 5, स्थान : विंध्या हॉस्टल (मार्च, मई, जुलाई, सितंबर, नवंबर)

एक दिवसीय बाल शिविर संपर्क : 1. श्री दलपतकुमार वया, 12 मदरामपुरा कॉलोनी, सिविल लाइंस, जयपुर। मो. 9414076518, 2. श्री सत्यपाल शर्मा, फोन : 0141–2309049, 9887099049

रावतभाटा (कोटा) : प्रति दूसरा शनिवार, प्रातः 9 से 4 अपराह्न, स्थान–विंध्या हॉस्टल (अप्रेल, जून, अगस्त, अक्टूबर, दिसंबर)

आपके क्षेत्र में यदि विपश्यना से संबंधित कोई उल्लेखनीय कार्यक्रम हो रहा हो अथवा योजना हो तो कृपया प्रकाशन हेतु प्रेषित करें।

धम्म वाणी

महाकारुणिको नाथो, हिताय सब्ब पाणिनं ।
पूरेत्वा पारमी सब्बा, पत्तो सम्बोधिमुत्तमं ।।

महाकारुणिक भगवान ने सब प्राणियों के हित-सुख के लिए समस्त पारमिताओं को परिपूर्ण कर उत्तम संबोधि प्राप्त की।

करणीयमत्थकुसलेन, यं तं सन्तं पदं अभिसमेच्च ।
सक्को उजू च सुहुजू च, सुवचो चस्स मुदु अनतिमानी ।।

जिसे सचमुच अपना अर्थ सिद्ध करना है (अपना कल्याण साधना है), परम शांति-पद (निर्वाण) प्राप्त करना है, उसे चाहिए कि वह इस योग्य बने। वह सरल बने, अति सरल बने, सुभाषी बने, मृदु (-स्वभाव) बने, निरभिमानी बने।

सुखो बुद्धानं उप्पादो सुखा सद्धम्मदेसना ।
सुखा संघस्स सामग्गी समग्गानं तपो सुखो ।।

बुद्धों का पैदा होना सुख-कर है, सद्धर्म का उपदेश सुख-कर है, संघ में एकता का होना सुख-कर है, और सुख-कर है मिलकर तप करना।

साधकों के प्रश्न

प्रश्न : विपश्यना में भगवान को क्यों नहीं मानते?

उत्तर : भगवान किसको कहते हैं? फिर शब्दों का अर्थ भूल गये। पुराने भारत में भगवान कहते थे – **भग्ग रागो ति भगवा, भग्ग दोसो ति भगवा, भग्ग मोहो ति भगवा।** जिसने अपना राग भग्न कर लिया, जिसने अपना द्वेष भग्न कर लिया, जिसने अपना मोह भग्न कर लिया, जो उस मुक्ति के ऐश्वर्य का जीवन जीता है, वह भगवान कहलाता है– तो मानते कैसे नहीं? उस अवस्था तक पहुँचना है – उस अवस्था तक पहुँचने की ही सारी भाग दौड़ है, विपश्यना इसीलिए करते हैं। तो भगवान न मानने की बात नहीं है और मान कर क्या होगा? हम तो कहते हैं, भगवान बनो। हर व्यक्ति भगवान बने, राग मुक्त बने, द्वेष मुक्त बने, मोह मुक्त बने तो कल्याण हो जायेगा। चालीस साल आजादी के बाद भी हमारे नेता सांप्रदायिकता जगा रहे हैं, पनपा रहे हैं; यह अधर्म है या धर्म है? उनका दोष नहीं, दोष अपने डेढ़ हजार वर्ष के अज्ञान का है। डेढ़–दो हजार वर्ष का अंधेरा कि जिसने संप्रदाय और धर्म को पर्यायवाची बना दिया। इसके पहले भारत में धर्म – धर्म हुआ करता था। जैसे अभी समझाया तब ऐसी गलतियां नहीं होती थी। आज तो वो भी उलझे हुए हैं। उनके भीतर यह आकांक्षा जरूर है कि हमें वोट मिलें। लोगों का भावावेश जगाएं, लोगों को आपस में लड़ाएं, हमको अपनी गद्दी मिल जाये। लेकिन सच्ची बात यह है कि उनको खुद को होश नहीं है कि वो क्या कर रहे हैं? किसको धर्म मान रहे हैं? वे दया के पात्र हैं, करूणा के पात्र हैं। उनको सही धर्म मिल जायेगा, देश का कल्याण हो जायेगा।

दोहे धर्म के

प्रज्ञा–जल से रगड़ कर, मन के मैल उतार।
अंतर्मल छूटे बिना, थोथे सभी सुधार।।

चित्त हमारा शुद्ध हो, सद्गुण से भर जाय।
करूणा, मैत्री, सत्य से, मन–मानस लहराय।।

भला होय सब जगत का, सुखी होंय सब लोग।
दूर होंय दारिद्र–दुख, दूर होंय भव–रोग।।

जो भी प्राणी जगत के, स्थावर जंगम होंय।
मझले या छोटे बड़े, भला सभी का होय।।

हम ही अपने कर्म से, होते शुद्ध अशुद्ध।
अन्य कौन शोधे भला, देव, ब्रह्म या बुद्ध।।

दूहा धरम रा

पाठ करंता जुग गया, मिल्यो न सत को सार।
धार्‌यां पारायण हुवै, पूगै परलै पार।।

दवा बिचारी के करै, सेयां ही सुख होय।
धरम बापड़ो के करै, धार्‌यां ही हित होय।

धरम नहीं धारण करै, करै बात ही बात।
दीपसिखा कद की बुझी, रही अंधेरी रात।।

बातां को ही है धणी, करमां को है दीन।
देखण में ही फूठरो, फूल सुगंध विहीन।।

धरम न अपणो हो सकै, बोल्यां ऊंचा बोल।
जै तू चावै धरम सुख, मनकी गांठ्यां खोल।।

सौजन्य : **सुश्री कौशल्या सांखला**
केशव भवन, 9वीं चौपासनी रोड, जोधपुर

✿ मंगल कामनाओं सहित ✿
✿ भवतु सब्ब मंगलं ✿

वार्षिक सहयोग ₹100/– (₹10/– प्रति अंक)
विपश्यना समिति के लिए प्रकाशक, संपादक, मुद्रक –
शेरसिंह जैन, 1 घ 6, जवाहर नगर, जयपुर मो. 9828382270
मुद्रण–हरिहर प्रिंटर्स, जे–97, अशोक चौक, आदर्श नगर,
जयपुर–302 004 फोन : 0141–2600850
स्वामित्व–विपश्यना समिति, गलताजी रोड, जयपुर द्वारा प्रकाशित।
फोन : 0141–2680220, मो. 9610401401, 9602848896
बुद्धवर्ष 2555, 7 सितंबर 2011 फैक्स : 0141–2576283
E-mail : info@thali.dhamma.org • dhammathali.jpr@gmail.com www.thali.dhamma.org

डाक पंजीयन संख्या : **RJ/JPC/M-22/2010-12**
डाक पोस्टिंग : **7-9-2011**

आर.एन.आई. रजि. No.: RAJHIN/2009/30103