



धर्माथली शंकैश

(विपश्यी साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र)



बुद्धवर्ष 2566 मासिक पत्र 7 सितम्बर, 2022 वर्ष 14 अंक 3 वार्षिक सहयोग ₹100 प्रति अंक ₹10

दस दिवसीय शिविर प्रवचन (नौवां दिन)

कुल पृष्ठ सं. 6

कल्याणमित्र श्री सत्यनारायण गोयन्का

धम्मवाणी

खत्तिया ब्राह्मणा वेस्सा सुद्दा चाण्डाल पुक्कुसा।

सब्बेवा सोरता दन्ता सब्बेवा परिनिब्बुता॥

- वे सभी जो सुरत हैं, विनप्र हो सत्कर्मों में लगे हैं, सुन्दर हैं, आत्म-संयम का जीवन जीते हैं, वे सभी निर्वाण के, मुक्ति मोक्ष के अधिकारी हैं, चाहे वे क्षत्रिय हों, ब्राह्मण हों, वैश्य हों, शूद्र हों, चाण्डाल हों या भंगी हों।

-जातक 26 / 376

गतांक से आगे..... (पाँचवीं कड़ी)

अगली पारमी - 'उपेक्खा पारमी' - उपेक्खा माने समता का भाव। इससे ज्यादा समता का भाव कहाँ सीखेंगे? ऊपरी-ऊपरी बुद्धि के स्तर पर तो समता का भाव आदमी चिंतन करके करता ही है, उससे क्या मिलेगा? यहाँ अनुभूति के स्तर पर समता का भाव सीख रहे हैं। दुःखद संवेदना आती है तो अनित्य है भाई, हम नहीं प्रतिक्रिया करते तो समता का भाव आया। जो कुछ अनुभव हो रहा है, हम नहीं प्रतिक्रिया करते तो समता का भाव आया। यों उपेक्खा की पारमी पुष्ट होती जाय, होती जाय, बहुत कल्याणकारिणी है। यहीं तो चित्त को निर्मल करती है।

एक ओर पारमी - 'मैत्री की पारमी' कल सीखेंगे। औरों के प्रति मन में मैत्री के भाव जागे- तेरा मंगल हो, तेरा भला हो! किसी के प्रति द्वेष नहीं जगाएं, द्वेष की जगह मैत्री जगाएं, करुणा जगाएं। यह मैत्री की पारमी यहाँ बिना आए भी आदमी घर में कर सकता है। घर में रोज चिंतन करे- तेरा मंगल हो, तेरा कल्याण हो! और, अपने पड़ोसी के साथ भी प्यार रखना चाहिए। तो ऐ, पड़ोसी, तेरा भला हो, तेरा मंगल हो! यों करता जाएगा। लेकिन मन के भीतर, अंदर के हिस्से में तो उस पड़ोसी से झगड़ा है ना! तो अंदर ही अंदर कहेगा- तू जहन्नुम में जा, तेरा बुरा हो! ऊपर-ऊपर से कहेगा- तेरा मंगल हो, तेरा कल्याण हो! और, वो भीतर वाला मन ही ज्यादा बलवान है और वही बनाता है संस्कार। मैत्री के उस संस्कार का तो तुम्हारे में नामोनिशान नहीं और ऊपर-ऊपर से मैत्री के लेप लगाते हो। इससे बात नहीं बनती।

यहाँ दस दिन किसलिए आते हैं- चित्त को निर्मल करने। नौ दिनों तक चित्त को निर्मल करने का काम किया। दसवें दिन जितना भी चित्त निर्मल हुआ, अब मंगल-मैत्री करना सीखोगे-

तेरा मंगल हो, तेरा भला हो! यह संवेदनाओं के आधार पर करेंगे तो अन्तर्मन से कर रहे हैं। बिना संवेदनाओं को जाने हुए हम अपने चित्त को सुधारने का काम जब-जब करेंगे, तब-तब केवल बुद्धि से करेंगे, जिससे कांशियस माइंड सुधरेगा, हमारा अंतर्मन नहीं सुधर सकता। अब जब भी इन संवेदनाओं के साथ अपने मन को सुधारने का काम करेंगे तो हमारा अंतर्मन जुड़ना शुरू हो गया, क्योंकि हमारा अंतर्मन इन संवेदनाओं के साथ जुड़ा रहता है। जब तक प्राण है तब तक जुड़ा ही रहेगा। तो कल इसके साथ मैत्री करना सीखेंगे। यह नौ दिन तक चित्त को निर्मल करने का काम, नौ दिनों तक चित्त को निर्मल करने वाली संवेदनाओं को जान लेने का काम नहीं करते तो मैत्री ठीक से नहीं कर पाते। तो कल यह मैत्री को सीख करके अपनी पारमी को पुष्ट करने में अपना बल लगाएंगे।

एक और पारमी 'दान की पारमी' बड़े महत्व की पारमी है। गृहस्थ के लिए बहुत आवश्यक है। गृहस्थ है तो किसी के सामने हाथ नहीं पसारेगा। उसको मेहनत करके, परिश्रम करके ईमानदारी के साथ धन कमाना ही चाहिए। अपने भरण-पोषण के लिए, अपने परिवार के भरण-पोषण के लिए उसे कमाना ही चाहिए। भिक्षु को कमाने की जरूरत नहीं। उसको धन संग्रह करने की जरूरत नहीं, गृहस्थ को कमाना ही चाहिए। लेकिन बड़ी कठिनाई खड़ी हो गई। जहाँ कमाना शुरू किया, जहाँ घर में धन आना शुरू हुआ, वहीं अहंकार बढ़ेगा- मैं कमा रहा हूँ। मैं इतना होशियार! मैं इतना चतुर! मेरी कर्माई से धन आता है, बाकी सब निठल्ले हैं, सब मूर्ख हैं। यह अहंकार जागता है। अहंकार जागता है तो मुक्ति की दूसरी दिशा में जाने लगा, तो मुक्ति कहाँ से आएगी? मुक्ति तो अहंकार शून्य अवस्था को कहते हैं।



आत्मभाव बिल्कुल समाप्त हो जाय। अनात्मभाव में स्थापित हो जाय उसको मुक्त अवस्था कहते हैं और यहाँ तो अहंकार जगाये जा रहा है, यह बेचारा कैसे मुक्त होगा?

तो देश के समझदार लोगों ने एक रास्ता निकाला कि गृहस्थ को अपना अहंकार छुड़ाने के लिए जो कमाये उसका एक हिस्सा औरें को दान दे, बाँटे तो चिंतन बदल जाय। इतनी मेहनत कर रहा हूँ, परिश्रम कर रहा हूँ धन कमाने के लिए, वो केवल मेरे लिए ही नहीं कमा रहा। मेरे लिए तो ठीक, मुझको मेरा भरण-पोषण करना है, परिवार का करना है, लेकिन केवल मेरे लिए नहीं। आखिर यह जो पैसा आता है, समाज से आता है। बदले में मैं समाज को क्या देता हूँ? यह भाव जागना शुरू हो तो अहंकार पिघले। जागे तो भी कम जागे, अहंकार कम होता जाय। देता है, बाँटता है, पुरानी भाषा में ‘दान’ भी नहीं कहा। उसे ‘समविभाग’ कहा। उस पर और लोगों का भी हक है।

तो जो कुछ मैं कमाता हूँ, उससे अधिक से अधिक लोगों का अधिक से अधिक कल्याण कैसे हो जाय? यहाँ दस दिन आएगा तो समझने लगेगा कि अधिक से अधिक लोगों का अधिक से अधिक कल्याण कैसे हो जाता है? किसी भूखे को रोटी देते हैं तो उसका कल्याण हुआ, उसकी एक दिन की भूख मिट गई। कल फिर भूखा हो जाएगा, उसको फिर रोटी की जरूरत पड़ गई। प्यासे को पानी दिया, घंटे भर बाद फिर प्यास लग गई, उसको फिर पानी चाहिए। नंगे को कपड़ा दिया, कुछ महीने बाद फिर नंगा हो गया, कपड़े फिर चाहिए। रोगी को औषधि दी, वो रोग निकल गया, कोई और रोग आ गया। ये सारे काम अच्छे हैं। नहीं करना, ऐसा नहीं कहा जाता धर्म में, कि ये काम मत करो। लेकिन विपश्यना करते-करते होश आने लगेगा कि- ‘सब्ब दानं धर्म दानं जिनाति।’ जो दान दिया जाय, सब दान अच्छे हैं लेकिन सभी दानों में धर्म का दान सबसे ऊँचा है।

एक व्यक्ति को भी शुद्ध धर्म मिल गया, शुद्ध धर्म का रास्ता मिल गया, और, सारे दुःखों से मुक्त होने का रास्ता मिल गया ना, बेचारे को! यों छोटे-मोटे दुःख दूर हुए, फिर आये। यह तो सारे दुःखों से दूर हो जाएगा, भव चक्र से छुटकारा पा लेगा। इतना बड़ा दान, इसमें मैं कैसे सहायक जो जाऊँ? तो दस दिनों तक अपने यहाँ रहने का दान नहीं दे रहा। जो व्यक्ति यह सोच कर दान देता है कि शिविर में आकर के दस दिन रहा शिविर में, तो इनके खाने का कितना लगा होगा, और, सौ एक लगे होंगे! पानी-बिजली का क्या लगा होगा? अच्छा आजकल महंगाई है तो दो सौ लगे होंगे, ढाई सौ लगे होंगे। दो ना ढाई सौ। छुड़ाओं पिंड अपना। और, क्या दान दिया रे तूने? होटल का बिल चुकाया ना फिर! नहीं, मैं तो किसी और के दान पर भिक्षु की तरह रहा। अब मेरे मन में यह चेतना जागे कि भाई, इसी तरह अन्य लोगों को भी धर्म मिले ना! तो मेरे पास जो धन है वह औरें के लिए, आगे भविष्य में जो

साधक आने वाले हैं वो किस तरह से इसका लाभ उठा लें? इसलिए शुद्ध चित्त से दान देता है। लोगों का कल्याण कैसे हो, मैं उसमें कैसे सहायक हो जाऊँ! अरे, मेरे पास कम धन है तो कम दूँ लेकिन चेतना यह है।

अच्छा, मैं सेवा ही करूँ! दस दिन तक लोग मेरी सेवा करते रहे। मैं श्रम का दान देता हूँ। यह दान पारमी बनती है, नहीं तो पारमी नहीं बनेगी। इन दसों पारमियों को याद रखें और जब कभी भविष्य में दस दिन के शिविर में आएंगे तो खूब याद करके, एक-एक पारमी को पुष्ट करने के लिए आया हूँ। ये दस घड़े हैं। भले एक-एक बूँद, दो-दो बूँद सभी घड़ों में डालनी है और सारे घड़े जब पूर्ण हो जाएंगे तो मुक्त जाऊँगा, इस समझदारी के साथ काम करना है।

बड़ा कल्याणकारी है धर्म, न समझे तो इसका लाभ नहीं पा सकता। समझ ले और उसके अनुसार चलना शुरू कर दे, अरे, इससे बढ़कर और कुछ मंगलकारी है ही नहीं। आये हो, कल का दिन और रहोगे। खूब लाभ उठाओ, खूब समझो धर्म को। संप्रदाय से अलग करो इसे। ऐसा कुदरत का कानून है, ऐसा नियम है। ऐसा मान करके यह काम करोगे, खूब मंगल होगा! खूब कल्याण होगा!

सबका मंगल हो! सबका कल्याण हो! सबकी स्वस्ति-मुक्ति हो! स्वस्ति मुक्ति हो!!

दस दिवसीय शिविर प्रवचन (दसवां दिन)

साधना का दसवां दिन पूरा हुआ। कल सुबह शिविर समाप्त होगा। नौ दिनों तक धर्म के बारे में प्रवचन सुने। दस दिनों तक अभ्यास किया। धर्म की बहुत गहराइयाँ हैं। अभी तक बहुत नहीं-सी रूपरेखा प्राप्त हुई। बहुत गहराइयों तक की सच्चाइयों का अनुभव करना है, लेकिन आज उनकी चर्चा नहीं करेंगे। थ्योरी और प्रेक्टिस, सिद्धांत और अभ्यास साथ-साथ चलने चाहिए। अभी जितना अभ्यास किया, उतनी-उतनी सिद्धांत की बात समझ लें, अन्यथा बुद्धि विलास का, वाणी विलास का विषय हो जाएगा, काम की बात नहीं होगी।

तो आज शाम की धर्मचर्चा इस काम में लगायें, इसका उपयोग इस काम में करें कि इन दस दिनों में यहाँ आकर क्या सीखा, उसका पुनरावलोकन कर लें। एक बार फिर समझ लें, कहीं किसी बात को लेकर कोई शंका तो नहीं रह गई? कोई संदेह तो नहीं रह गया? कोई बात गलत तरीके से तो नहीं समझ ली गई? धर्म को ठीक से नहीं समझ पाएंगे, तो आगे जा करके इसका पालन कैसे करेंगे? तो आज की शाम यही करेंगे कि इन दस दिनों तक क्या सीखा? काम शुरू करते ही तीन रत्नों की शरण ली-बुद्ध की शरण, धर्म की शरण, संघ की शरण। किसी-किसी को इसी बात को लेकर के कठिनाई खड़ी हो जाती है। हम खूब समझ सकते हैं, कठिनाई क्यों खड़ी होती है, घबराहट होती है। धर्म की



गंगा है, सबकी है। सबको इससे लाभ मिलता है, इसलिए सब तरह के लोग आते हैं। सब सम्प्रदायों के, सब मान्यताओं के, सब परंपराओं के लोग आते हैं। आना ही चाहिए।

तो भिन्न-भिन्न मान्यताओं के, भिन्न-भिन्न मत-मतांतरों के लोग जब आते हैं और आते ही उनसे कहा जाता है— तीन रतनों की शरण लेनी होगी— बुद्ध की, धर्म की, संघ की। तो कोई-कोई घबरा उठता है कि कहीं मुझे अपने संप्रदाय से च्युत तो नहीं कर रहे। उस वक्त भी समझाते हैं लेकिन उस वक्त बात पूरी समझ में आई, नहीं आई, और जब कहा गया कि इस तरह हमारे पीछे-पीछे बोलो, तो बोल दिया। नहीं तो ये सिखाएंगे नहीं। कोई नहीं भी बोला। इतने लोग बोल रहे हैं, मैं नहीं बोलता, इनको क्या पता लगता है! ऐसा भी कोई होगा। तो बात नहीं समझी, तब इस तरह की बातें होती हैं।

तो एक बार फिर समझ लें, यह क्या तीन शरण होती है? जब ‘बुद्ध सरणं गच्छामि’ कहते हैं तो ‘गौतम सरणं गच्छामि’ नहीं कहा। ‘गौतम बुद्ध सरणं गच्छामि’ भी नहीं कहा। ‘बुद्ध सरणं’, तो ‘बुद्ध’ तो गुणवाचक बात हुई, ‘बोधि’ की शरण है। अगर कोई व्यक्ति यह कहे कि मेरी शरण आ जाओ और मैं तुम्हें तार दूँगा, इस भाव से कोई व्यक्ति ‘बुद्ध की शरण’ लेता हूँ, यों ‘बुद्ध सरणं गच्छामि’ कहे, तो उस व्यक्ति ने धर्म समझा नहीं। कोई हमें तारने वाला है ही नहीं। इस भ्रम से बाहर निकलना ही धर्म है। वो व्यक्ति सचमुच तर गया। जो नहीं तरा, वो इस तरह की भ्रांति में पड़ा रह सकता है। जो तर गया वह जान गया— किसी अन्य ने नहीं तरा, मुझे अपने परिश्रम से पुरुषार्थ से पराक्रम करना पड़ा, अपने ही परिश्रम, पुरुषार्थ से मुझे अपने विकार निकालने पड़े।

ऐसा व्यक्ति जब धर्म सिखाएगा तो कहेगा— ‘तुम्हे हि किच्चं आतप्यं, अक्खातारो तथागता’— कोई तथागत होगा तो केवल मार्ग आख्यात करेगा। दिखलाएगा कि ऐसा मार्ग है, क्योंकि चला है उस पर। चला है इसीलिए ‘तथागत’ नाम पड़ा। ‘तथता’ के सहारे माने सच्चाई के सहारे, सच्चाई वो जो अपने अनुभव पर उतर रही है। ऐसी सच्चाई के सहारे चलते-चलते मुक्त अवस्था पर आ गया, तो ‘तथागत’ कहलाया।

ऐसा कोई भी व्यक्ति जो सच्चाई के सहारे चलते-चलते मुक्त अवस्था तक पहुँचता है, वो यही बताएगा— कदम-कदम सच्चाई के साथ-साथ चलते चलो, मुक्त अवस्था पर पहुँच जाओगे। वो रास्ता बताएगा, चलना तो हर एक को पड़ेगा। तो जो बुद्ध इतने गंभीर शब्दों के साथ कहता है— ‘तुम्हे हि किच्चं आतप्यं’— काम तुम्हें ही करना पड़ेगा, तपना तुम्हें ही पड़ेगा। तथागत होगा तो केवल रास्ता बताएगा। इसके बारे में ऐसा भाव बना लें कि मैं बुद्ध की शरण जा रहा हूँ, क्योंकि बुद्ध हमें तार देगा,

तो बात समझ में नहीं आई।

बोधि की शरण जा रहा हूँ। एक से अनेक बार उस व्यक्ति ने कहा, सिखाया— ‘अत्त दीपा विहरथ, अत्त सरणं न अनञ्ज सरणं, धर्म सरणं न अनञ्ज सरणं। कितने स्पष्ट शब्दों में कहता है— ‘अत्त दीपा विहरथ’ अपने आपको द्वीप बना कर रहे, अपनी शरण, ‘न अनञ्ज सरणं’ किसी अन्य की शरण नहीं, अपनी शरण। अपनी शरण माने अपने भीतर जो धर्म जगाओ, उसकी शरण। ‘धर्मदीपा’ धर्म का द्वीप बनाओ, अपने भीतर धर्म का द्वीप बनाओ, उसकी शरण ग्रहण करो। ‘न अनञ्ज सरणं’— किसी अन्य की शरण नहीं माने किसी व्यक्ति की शरण नहीं। इतने स्पष्ट शब्दों में वो व्यक्ति कहता है— अपने भीतर धर्म का द्वीप बनाओ। क्या द्वीप होता है? किसी महासागर में कोई यात्रा कर रहा है, यकायक तूफान आ गया। बड़ी भयंकर समुद्री लहरें, बहुत बड़ा तूफान। अब यह जहाज न जाने कब डूब जाएगा। यह नौका न जाने कब डूब जाएगी। तो उस समय लोग देखते हैं, कहीं आसपास कोई द्वीप दीख जाय, कोई आईलेंड दीख जाय। वहाँ पहुँच जाय तो कितना ही तूफान हो, कोई खतरा नहीं।

ऐसे ही धर्म हमारे लिए द्वीप है और वो द्वीप हमारे भीतर है। हम धर्म धारण करने लगे तो हमारे लिए द्वीप बन गया। अब चाहे जैसे तूफान हमारे जीवन में आते रहें, वाहे जैसे संकट जीवन में आते रहें, हमको शरण मिल गई। अपने भीतर धर्म का द्वीप बनाया तो मिल गई। स्वयं तो धर्म धारण करे नहीं और यह आशा करे कि अमुक व्यक्ति की शरण चले गये। किसी देवी की, देवता की, ईश्वर की, ब्रह्म की, इस महापुरुष की, इस संत की, इस बुद्ध की, इस अरहंत की। उसकी शरण चले गये तो आप ही तार देगा, वो आप ही रक्षा करेगा। तो भाई, धर्म समझ में नहीं आया, बिल्कुल समझ में नहीं आया।

बुद्ध में जो रतन है, शरण तीन रतनों की है, धर्म में जो रतन है, संघ में जो रतन है—‘इंदम्पि बुद्धे रतनं पणीतं, इदम्पि धर्मे रतनं पणीतं, इदम्पि संघे रतनं पणीतं। कितने स्पष्ट शब्दों में समझाया और बार-बार समझाया— शरण रतन की है, शरण गुणों की है। वो गुण है नहीं और हम तुम्हारी शरण आ गये, तुम हमको तार देना। कौन तारेगा? वो गुण धारण करें तो अपने आप तर गये। वो गुण हमारे भीतर आए, उतनी निर्मलता आये, विकार निकल गए। तो गुण धारण करना ही शरण ग्रहण करना है।

यह जो शब्द इस्तेमाल किया—‘गच्छामि’, बुद्ध सरणं गच्छामि, धर्मं सरणं गच्छामि, संघं सरणं गच्छामि’— गच्छामि याने चलता हूँ, प्रतिपादन करता हूँ। बुद्ध के, धर्म के, संघ के गुणों की ओर कदम-कदम चलता हूँ माने धर्म धारण करने के मार्ग पर कदम-कदम चलता हूँ, इस माने में तीन रतनों की शरण है। एक सम्प्रदाय से किसी दूसरे सम्प्रदाय में दीक्षित होकर



क्या मिल जाएगा? यह तो भारत का ही नहीं, सारे विश्व का बहुत बड़ा दुर्भाग्य हुआ। पिछले दो हजार वर्षों में धर्म और सम्प्रदाय पर्यायवाची शब्द हो गए। जो स्पष्ट रूप से सम्प्रदाय है उसके लिए धर्म शब्द इस्तेमाल होने लगा। जैसे ही धर्म की कोई बात कहें, इतने वर्ष हुए ब्रह्म देश से आए, यहाँ जब धर्म शब्द का प्रयोग करता हूँ तो सुनने वाले के कान खड़े होते हैं— यह व्यक्ति कौनसे धर्म की बात करेगा? बौद्ध की या जैन, हिन्दू या ईसाई धर्म की या सिक्ख धर्म की बात करेगा? ये विशेषण साथ में न लगे तो धर्म ही नहीं होता। धर्म के साथ कोई पुछल्ला कोई विशेषण लगना चाहिए। हिंदू का लगे, बौद्ध का लगे, जैन का लगे, मुस्लिम का लगे तो धर्म है। अरे, धर्म का कितना बड़ा अस्तित्व है और बड़ा महान अस्तित्व है जो अनंत है। ऐसा कुदरत का कानून, जिसकी हुकूमत सब पर चलती है। जिस कानून को अणु-अणु धारण करता है, सजीव-निर्जीव सब पर उसकी हुकूमत चलती है। वो क्रत वो विश्व का विधान, भारत में उसे धर्म कहा जाता था, वो हिंदू कैसे होगा, बौद्ध, ईसाई, जैन कैसे होगा? ये समूह हैं, कुछ ऐसे लोगों का समूह, ऐसे लोगों का समाज, ऐसे लोगों का सम्प्रदाय है। एक किसी प्रकार की रीति-नीति पालने वाले, पर्व-त्यौहार मनाने वाले। एक किसी प्रकार का व्रत-उपवास करने वाले। एक किसी प्रकार का कर्मकांड करने वाले। एक किसी प्रकार की कोई दार्शनिक मान्यता मानने वाले। तो एक समाज ऐसा, दूसरा समाज ऐसा, धर्म से लेन-देन नहीं, दूर-परे का भी संबंध नहीं।

धर्म तो कुदरत का कानून है। जैसे कहें आग का धर्म है जलना और जलाना। यह कानून है, नियम है, यह उसका धर्म है, स्वभाव है। धर्म का अर्थ ही भारत में स्वभाव होता था, लक्षण होता था। गुण, धर्म, लक्षण, स्वभाव पर्यायवाची शब्द होते थे। अग्नि का स्वभाव है जलना और जलाना। अगर उसका स्वभाव जलना और जलाना नहीं हो तो वह अग्नि नहीं। उसे अग्नि कैसे कहेंगे? ऐसे ही बर्फ का स्वभाव है शीतल होना और शीतल करना। उसके धर्म है शीतल होना और शीतल करना। वो शीतल नहीं होती और शीतल नहीं करती तो बर्फ नहीं, कुछ और होगा।

ठीक इसी प्रकार ये कुदरत के बंधे-बैंधाए नियम जो सब पर लागू होते हैं। विकारों का धर्म है व्याकुल होना और व्याकुल करना। स्वयं भी व्याकुल होगा औरों को भी व्याकुल करेगा। जैसे ही विकार जागा, जिस व्यक्ति में जागा, वो व्याकुल हो जाएगा, आसपास के सारे वातावरण को व्याकुल कर देगा और विकार निकल जाय, निर्विकार हो गया। तो निर्विकार चित्त का धर्म है, स्वभाव है— बहुत सुख, शांति का अनुभव करेगा, औरों में भी सुख-शांति प्रवाहित करेगा। यह उसका धर्म है, यह उसका स्वभाव है। इतनी सीधी-सी बात धर्म की होती थी, उसको कहाँ उलझा दिया। धर्म की मूल बात छूट गई और धर्म को इन

सम्प्रदायों के साथ जोड़ दिया तो एक तरह से धर्म लुप्त ही हो गया।

फिर नए सिरे से धर्म जागा है। हिंदू कहने वाला अपने आपको हिंदू ही कहता रहे, कोई दोष की बात नहीं। अपने पर्व-त्यौहार वैसे ही मनाता रहे। अपने व्रत-उपवास वैसे ही करता रहे, अपना कर्मकांड वैसे ही करता रहे, पर धर्मवान तो बने। जैन अपने को जैन कहता रहे, ईसाई अपने आपको ईसाई कहता रहे, मुसलमान अपने आपको मुसलमान कहता रहे, बौद्ध अपने को बौद्ध कहता रहे, धर्मवान तो बने। बिना धर्मवान हुए ही यदि कोई आदमी अपने आप को यह कहता है कि मैं कट्टर हिंदू हूँ, कट्टर बौद्ध हूँ, कट्टर जैन हूँ, कट्टर ईसाई हूँ, कट्टर मुसलमान हूँ, कट्टर सिक्ख हूँ तो धोखा है ना! धर्म का कोई नामोनिशान नहीं जरा-सा उस व्यक्ति ने शील सदाचार नहीं। मन उसके वश में नहीं, मन उसका निर्मल नहीं।

धर्म की यह मुख्य बात है— शरीर और वाणी से कोई दुष्कर्म नहीं करे, कोई दुराचार नहीं करे, सदाचार का जीवन जीये, यह धर्म का पहला कदम। अपने मन को वश में करे, अपने मन का मालिक बने, यह धर्म का दूसरा कदम। अपने मन को निर्मल करे— यह धर्म का तीसरा कदम। इनमें में कुछ भी पास में नहीं है फिर भी अपने आप को बड़ा धर्मवान मानता है। क्यों मानता है कि वैसे-वैसे पर्व त्यौहार मना रहा हूँ ना, अपने सम्प्रदाय के जो भी हैं। वैसे-वैसे कर्मकांड अपने सम्प्रदाय के जो भी है, कर रहा हूँ ना। वैसी-वैसी दार्शनिक मान्यता मान रहा हूँ ना, यह एक और बड़ी बीमारी। यह दार्शनिक मान्यता मानता हूँ तो बहुत धर्मवान हूँ। एक नशा सारे जीवन भर चढ़ा रहता है, बिचारा धोखे में है।

यह पिछले दो हजार वर्षों का अंधेरा है, धर्म किसको कहते हैं, भूल ही गये। इसी धोखे में पूरा जीवन बीत जाता है। सारे भारत की यह अवस्था हो गई। पिंडले इतने वर्षों से इस देश में आया हूँ, इतने लोग शिविरों में आते हैं, बाहर भी मिलते हैं। ऐसा कहने वाले बहुत कि मैं कट्टर हिंदू हूँ, मैं कट्टर बौद्ध हूँ, मैं कट्टर ईसाई हूँ, कट्टर सिक्ख हूँ, इत्यादि इत्यादि। इतने दिनों में मुझे एक आदमी ऐसा कहने वाले नहीं मिला, जो कहे— “मैं कट्टर धार्मिक हूँ।” बड़ा कठिन काम है धार्मिक होना। कट्टर धार्मिक बनना बड़ा कठिन है। धर्मिष्ठ बनना बड़ा कठिन है। अधर्म सारा दूर करे भीतर से, तो कहे— मैं धार्मिक हूँ। मन बिल्कुल वश में आ जाए, मन का गुलाम नहीं रहे तो कहे— “मैं धार्मिक हूँ।” अपनी प्रज्ञा जगा कर चित्त को निर्मल कर ले और गहराईयों तक निर्मल कर ले, तो कहे— “मैं धार्मिक हूँ।” कठिन बात है ना!

(क्रमशः..... शेष भाग अगले अंक में)



एक घंटे की सामूहिक साधना

जयपुर :

(1) प्रातः 6 से 7 एवं सायं 7 से 8 (प्रतिदिन)
ए-354/355, मुरलीपुरा स्कीम, वाटरबर्कर 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 संपर्कः ओ.पी. शर्मा-9414693814

दिनेश गुप्ता- 9772237984

अलवरः

प्रातः 7 से 8 बजे (प्रति रविवार)

23-दीप बुटीक, सेक्टर-2, लाजपत नगर

संपर्कः श्रीमती मंजू गुप्ता-8432721754

उदयपुरः

(1) प्रातः 8 से 9 बजे (प्रति रविवार)

8-ए, सेलिब्रेशन रेजीडेंसी, भुवाना चौराहा, न्यू नवरत्न रोड, पावर हाऊस 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,

9460706279, 9460123234

बीकानेरः

प्रातः 8 से 9 बजे (प्रति रविवार)

21, पूजा एनकलेव, करणीनगर, लालगढ़ संपर्क- मधिंद्रनाथ सिद्धू 9672997265

आनापान बाल शिविर आयु 8 से 18 वर्ष

जयपुर (बोधि-ट्री)

(1) प्रातः 9-11:30 (प्रति रविवार)

बी-25, पार्श्वनाथ मार्ग, पार्श्वनाथ कॉलोनी, अजमेर रोड, जयपुर

संपर्कः श्री मुकेश जिंदल 9828161955

(2) प्रातः 9-11:30 (प्रति रविवार), धर्म

कुटीर सिद्धार्थ नगर-ए, जवाहर सर्कल, जयपुर

संपर्कः श्रीमती करुणा पाण्डे 9414271051

यदि आप किसी ऐसे विपश्यी भाई-बहिन को जानते हैं जिसे धम्मथली संदेश का अगस्त, 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, पार्श्वनाथ मार्ग, पार्श्वनाथ कॉलोनी, अजमेर रोड, जयपुर

संपर्कः श्री मुकेश जिंदल 9828161955

बनीपार्क :

प्रति रविवार 12 से सायं 5 बजे

403, प्रिंस अपार्टमेंट, गुलाब उद्यान, राम मंदिर के पास, जयपुर

संपर्कः श्री कुनाल मोटवानी 9024647806

जवाहर सर्किल :

प्रति रविवार 12 से 5 बजे

527-धर्मकुटीर, सिद्धार्थ नगर-ए

संपर्कः श्रीमती करुणा पांडे-9414271051

तिलक नगर :

प्रति रविवार, 12 से सायं 5 बजे

ए-50/बी, चन्द्रकला, (तीसरी मंजिल साइड गेट) शांति पथ, बिडला मन्दिर के पास वाली रोड।

संपर्कः श्री दिनेश मालपानी 9829165666

रावतभाटा (कोटा) :

प्रातः 8 से 9 (प्रति रविवार) एवं

हर पूर्णिमा सायं 6 से 7

स्थान-एच-1ए 51-52, अन्न किरण कॉलोनी,

रावतभाटा, कोटा, राजस्थान-323307

संपर्कः श्री रमेश चन्द्र श्रीवास्तव, 9414939954

श्री गंगानगर :

प्रातः 8 से 9 बजे (शिविर के अलावा अन्य रविवार को)

चक 7-ए, छोटी, पदमपुरा रोड, तहसील एवं

जिला श्रीगंगानगर-335001

संपर्कः 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

संपर्कः श्री अमरजीत शाक्य, 9928230581

अजमेर :

प्रातः 7.30 से 8.30 (प्रति रविवार) भगवान महावीर सीनियर सेकंडरी पब्लिक स्कूल, ए-ब्लाक, माकड़ वाली रोड, सिटी स्क्वायर माल, पंचशील, अजमेर-4

संपर्कः 7597853686, 9829028275

गूगल लोकेशन : <https://goo.gl/maps/eKiG3xW3yFzN6dTR6>

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.dharma.org पर प्रत्येक महीने की Dhammathali Sandesh पत्रिका डाउनलोड कर सकते हैं या [https://thali.dharma.org/sandesh.shtml](http://thali.dharma.org/sandesh.shtml) पर ऑनलाइन पढ़ सकते हैं।

राजस्थान के केंद्रों में शैक्षणिक कार्यक्रम वर्ष 2022

धर्मथली, जयपुर केंद्र					
सिसोदिया रानी बाग होकर, गलता तीर्थ के पास, जयपुर					
सम्पर्क : मो. 9828804808					
E-mail : info@thali.dhamma.org	● dhammadthali.jpr@gmail.com				
11-9 to 22-9	10 days	28-10 to 28-11	30 days		
25-9 to 6-10	10 days	30-11 to 11-12	10 days		
9-10 to 20-10	10 days	12-12 to 20-12 (E)	STP		
9-10 to 20-10 SPL	10 days	22-12 to 2-1	10 days		
28-10 to 18-11	20 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 : dhammadpabbja@gmail.com

9-9 to 20-9	10 days	26-10 to 6-11	10 days		
23-9 to 26-9 (E)	3 days	11-11 to 22-11	10 days		
30-9 to 2-10	2 days	25-11 to 6-12	10 days		
	Girls (13-16 Yrs.)	9-12 to 12-12 (E)	3 days		
5-10 to 16-10	10 days	20-12 to 31-12 SPL	10 days		
19-10 to 22-10 (E)	3 days				

धर्म मधुवन, विपश्यना केंद्र, श्री गंगानगर

चक 7-ए, छोटी, पदमपुरा रोड, वाया संत सोल्जर स्कूल, श्रीगंगानगर-335001 (राज.) संपर्क नं. : (1) 6378471815, (2) 9314510116
 केंद्र आचार्य- श्री गोरी शंकर शर्मा, 9057298673

एवं श्रीमती हेमलता शर्मा, 9351761778

ईमेल : info@madhuvana.dhamma.org

वेबसाइट : http://madhuvana.dhamma.org

1-10 to 4-10	3 days
5-10 to 16-10	10 days
19-10 to 22-10	3 days
28-10 to 8-11	10 days
For both Male & Female	

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

14-9 to 25-9	10 days	30-11 to 11-12	10 days
28-9 to 9-10	10 days	13-12 to 21-12	STP
12-10 to 20-10	STP	24-12 to 14-1-23	20 days
2-11 to 13-11	10 days	24-12 to 24-1-23	30 days
16-11 to 27-11	10 days		

धर्ममरुधरा, विपश्यना केंद्र, जोधपुर

लहरिया रिसॉर्ट के पीछे, चौपासनी, जोधपुर
 (1) 9829007520 (केन्द्र), 9314727515, 8233013020
 (2) के.आ., 9887099049 (WhatsApp No.)

ईमेल : dhammadmaroodhara@gmail.com

16-9 to 18-9	2 days CC	28-10 to 08-11	10 days
	Boys & Girl's	11-11 to 22-11	10 days
23-9 to 4-10	10 days	25-11 to 06-12	10 days
8-10 to 16-10 (E)	STP	09-12 to 12-12 (E)	3 days
19-10 to 22-10 (E)	3 days	23-12 to 31-12 (E)	STP

धर्मअरण्य, बाडोदिया गांव

आर.एम.सी. फेकट्री के आगे, कोटखावाडा रोड, चाकसू

संपर्क : दिनेश मालपानी, 9829165666

23-11 to 4-12 10 day M

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

दोहे धर्म के

जब परहित सेवा करे, धर्म सुमन खिल जाय।

जब निज हित सेवा करे, धर्म सुमन मुरझाय॥

जब जब मनुज समाज में, जातिवाद बढ़ जाय।

तब तब मंगल धरम के, सुमन सभी कुम्हलाय॥

जिसके सिर पर चढ़ गया, सम्प्रदाय का भूत।

करे धरम के नाम पर, काली ही करतूत॥

जहाँ जाति का वर्ण का, जहाँ गोत्र का नाज।

धरम न टिक पाये वहाँ, अहंकार का राज॥

दूहा धरम रा

धरम न समझ्यो बावलो, दरसन मद मगरूर।

दरसन ही परमुख बण्यो, रह्यो धरम स्यूं दूर॥

सम्प्रदाय री बेड़ियां, दरसन रा जंजाल।

किसो'क बंधग्यो बावलो, हुयो हाल बेहाल॥

होग्यो पीकर बावलो, दरसन-मत री भंग।

चश्मो जिसो चढ़ा लियो, दिछै बिसो'ई रंग॥

करम कांड मँह उळझ्यो, बढ़यो भव संसार।

काची माटी रो घड़ो, पुगै न परलै पार॥

मंगल कामनाओं साहित

भवतु सब्ब मङ्गलं

वार्षिक सहयोग ₹100/- (₹10/- प्रति अंक) डाक पंजीयन संख्या : JAIPUR CITY/404/2022-24 डाक पोस्टिंग : 07-09-2022

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 ① 0141-2600850 hariharprinters1@gmail.com

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

मो. 9610401401 एवं 9828804808

मुद्रण और प्रकाशन तिथि : 27 अगस्त, 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