साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष 2556, वैशाष पूर्णिमा, 6 मई 2012 वर्ष 41 अंक 11

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

धम्मवाणी

यो अप्पदुट्ठस्स नरस्स दुस्सति, सुद्धस्स पोसस्स अनङ्गणस्स।
तमेव बालं पच्चेति पापं, सुखुमो रजो पटिवातंव खित्तो॥

धम्मपदं -- १२५, पापवग्गो.

जो निरपराध, निर्मल, दोषरहित व्यक्ति पर दोषारोपण करता है, उस (दोष लगाने वाले) मूर्ख को ही पाप लगता है; (जैसे कि) पवन की उल्टी दिशा में फेंकी गयी सूक्ष्म रज (फेंकने वाले पर ही) आ गिरती है।

आवश्यक उचित उत्तर और दंड भी

महारानी मागंडिया ने अपने दूतों को भेज कर भगवान को ये गालियां दिलवायीं-- ''श्रमण गौतम, तू चोर है! मूर्ख है! अविवेकी है! ऊंट है! बैल है! गधा है! पशु है! नरकगामी जीव है! तुम्हारी सुगति नहीं होगी! दुर्गति ही होगी!''

भगवान ने इनका कोई उत्तर नहीं दिया क्योंकि वे सब भाड़े के टट्टू थे, अपनी मलका के गुलाम थे। वह जैसे चाहती थी, वैसे उन्होंने गाली के शब्दों का प्रयोग किया।

भगवान ने इनके कथन का विरोध नहीं किया और न उन्हें समझाने का जरा भी प्रयत्न किया। क्योंकि वे नासमझ थे, किसी के गुलाम थे। क्या समझते?

परंतु इसका अर्थ यह नहीं कि भगवान किसी को भी उत्तर नहीं देते थे। बल्कि सच यह है कि जब कोई उन्हें अपशब्द कहता और वे जान लेते कि यह धर्म की सच्चाई को समझ सकेगा, तब उसे उचित उत्तर अवश्य देते थे। उदाहरणस्वरूप--

(१) अग्गिक भारद्वाज

एक दिन प्रातःकाल भगवान भिक्षा के लिए निकले। उस समय अग्गिक भारद्वाज ब्राह्मण के घर में हवन की तैयारी चल रही थी। भगवान घर-घर भिक्षा मांगते हुए जैसे ही उसके घर के सामने पहुँचे, वह आगबबूला हो उठा। उसे लगा कि इस नीच व्यक्ति के आने पर उसका पावन यज्ञ दूषित हो जायगा। अतः उसने भगवान को डांटते हुए कहा - ''ऐ मुंडक, वहीं ठहर! ऐ श्रमण, वहीं ठहर! ऐ वृषल (शूद्र), वहीं ठहर!''

इस पर भगवान ने उसे योग्य पात्र देख कर वृषल और वृषलकारक कर्मों को समझाया। भगवान ने कहा :--

जो नर क्रोधी तथा वैरी है, पापी तथा ईर्ष्यालु है, मिथ्यामतधारी तथा मायावी है; जो योनिज या अंडज प्राणियों की हिंसा करता है; जिसे प्राणियों के प्रति दया नहीं है; जो गांवों तथा कस्बों को घेरता और नष्ट करता है; जो अत्याचारी के रूप में कुख्यात है; जो गांव या अरण्य में दूसरों की संपत्ति को चोरी से ले लेता है; जो ऋण लेकर मांगने पर यह कह कर भागता है कि 'मैं तेरा ऋणी नहीं हूं'; जो किसी चीज की इच्छा से मार्ग में चलते हुए व्यक्ति को मार देता है; जो धन की इच्छा से झूठी गवाही देता है; जो जबरदस्ती या प्रेम-भाव से बंधुओं या मित्रों की स्त्रियों के साथ रहता है; जो समर्थ होने पर भी वृद्ध हुए माता-पिता का भरण-पोषण नहीं करता; जो माता-पिता, भाई-बहिन या सास को मारता है या क्रोधित होकर कटु वचन बोलता है; जो भलाई की बात पूछने पर बुराई का रास्ता दिखलाता है और बात को घुमा-फिरा कर बोलता है; जो दुष्कर्म करके छिपाता है कि लोग मेरे पाप-कर्म को जान न लें; जो दूसरे के घर जाकर स्वादिष्ट भोजन करता है, परंतु अपने घर आने पर उनका आदर-सत्कार नहीं करता; जो ब्राह्मण, श्रमण अथवा किसी भिखारी को झूठ बोल कर धोखा देता है; जो भोजन के समय आये हुए ब्राह्मण या श्रमण को क्रोधित होकर फटकारता है और कुछ नहीं देता; जो मोह में उलझ कर किसी चीज को पाने के लिए झूठ बोलता है; जो अपनी बड़ाई करता है और दूसरे की निंदा करता है, इस प्रकार अभिमान के कारण पतित हो गया हो; जो क्रोधी, कंजूस, बुरी इच्छा वाला, शठ और असंकोची है; जो बुरे कर्म करने में लज्जा-भय नहीं मानता; जो अरहंत न होते हुए भी अपने को अरहंत कहता है, वह मिथ्याभाषी अधम ही है। वह वृषलाधम है। हे ब्राह्मण, मैंने तुम्हें इतने वृषल गिनाये हैं।

कोई जाति से वृषल नहीं होता और न जाति से ब्राह्मण। कर्म से वृषल होता है, कर्म से ब्राह्मण। जो वेदपाठियों के घर जन्मे हैं और वेद-मंत्रों का पठन-पाठन करते हैं, उनमें से भी कई नित्य पाप-कर्मों में संलग्न दिखायी देते हैं। ऐसे व्यक्तियों की इस जन्म में भी निंदा होती है और परलोक में भी ये दुर्गति को प्राप्त होते हैं। उनका जन्म उन्हें दुर्गति और निंदा से नहीं बचा सकता।

इस प्रकार जो योग्य पात्र था, भगवान ने उसके द्वारा गाली दिये जाने पर भी उसे मैत्री और करुणापूर्वक धर्म समझाया। इसे सुन कर उच्च जाति में उत्पन्न होने की उसकी भ्रांति दूर हुई। वह समझ गया कि जन्म से नहीं, बल्कि कर्म से ही कोई ऊंचा या नीचा होता है।

न जच्चा वसलो होति, न जच्चा होति ब्राह्मणो।
कम्मुना वसलो होति, कम्मुना होति ब्राह्मणो।।

-- जन्म से कोई वृषल नहीं होता और न जन्म से ब्राह्मण होता है। कर्म से ही वृषल होता है और कर्म से ही ब्राह्मण होता है।

भगवान के इस कथन से भारद्वाज ब्राह्मण का कल्याण हुआ। वह अत्यंत श्रद्धालु होकर उनका शिष्य हो गया। भगवान की उपरोक्त गाथा लोक प्रसिद्ध हो गई और लोगों में सही जागृति पैदा हुई।

(२) कसि भारद्वाज

उन दिनों भगवान बुद्ध एकनाला ब्राह्मण ग्राम में विहार कर रहे थे। वे पूर्वाह्न समय भिक्षाटन के लिए निकले और कसि भारद्वाज के खेत के समीप उसके कार्य-स्थान पर पहुँचे। उस समय वहां भोजन परोसा जा रहा था।

जब उन्हें वहां खड़ा देखा, तब खेतों का मालिक कसि भारद्वाज बड़े गर्व से बोला, ''हे श्रमण! मैं जोतता हूं, बोता हूं। जोत-बो कर खाता हूं। तुम भी जोतो और बोओ। जोत-बो कर ही खाओ।''

इस पर भगवान ने कहा, ''हे ब्राह्मण! मैं भी जोतता हू, बोता हूं। जोत-बो कर ही खाता हूं।''

-- ''हे श्रमण! तुम कैसे कृषक हो? कहां है तुम्हारी कृषि और कृषि का सामान?''

-- ''हे ब्राह्मण! श्रद्धा मेरा बीज है, तप वृष्टि है, प्रज्ञा मेरा हल है। लज्जा हल का दंड है, मन नथना और स्मृति फल है। मैं शरीर से, वाणी से संयत हूं। भोजन के प्रति संयत हूं। मैं सत्य की निराई करता हूं। अरहत्व-प्राप्ति मेरा फसल काटना है। वीर्य मेरा बैल है। निर्वाण की मेरी गाड़ी है जो वहां पहुँचाती है जहां शोक का नामोनिशान नहीं रहता। यह कृषि अमृतफलदायिनी होती है, सर्वदुःख विमोचनीय होती है।''

ब्राह्मण बुद्धिमान था, पूर्व पारमी संपन्न था। उसे शुद्धधर्म समझते देर नहीं लगी। उसने कहा, ''आप सच्चे कृषक हैं। आपकी कृषि सचमुच अमृतफलदायिनी है।'' यह कह कर उसने भगवान को खीर अर्पित की। भगवान ने उसे अस्वीकार किया।

धर्मोपदेश करने से प्राप्त भोजन अभोज्य है। नासमझ लोग भोजन दान को धर्मोपदेश की कीमत समझने लगेंगे, जबकि धर्मोपदेश अनमोल होता है। उसका मूल्यांकन नहीं किया जा सकता।

कसि भारद्वाज ब्राह्मण भगवान की अमृत वाणी से अतिशय प्रभावित होकर उनका अनुगामी बन गया। उसे भगवान से प्रव्रज्या मिली, उपसंपदा मिली। विपश्यना करते हुए उसे अरहंत अवस्था प्राप्त हुई। भाग्यशाली भारद्वाज ब्राह्मण धन्य हुआ!

भगवान के सामने जब भी अंध-विश्वास और अंध-मान्यता के प्रसंग आये तब उन्हें दूर करने का भी उन्होंने सफल प्रयोग किया। जैसे --

(३) नदी स्नान से पाप नहीं धुलते

भगवान के पास बैठे सुंदरिक भारद्वाज ब्राह्मण ने जब भगवान से यह कहा, ''क्या आप गौतम! स्नान के लिए बाहुका नदी चलेंगे?''

-- ''ब्राह्मण! बाहुका नदी से क्या लेना है? बाहुका नदी क्या करेगी?''

-- ''हे गौतम! बाहुका नदी लोकमान्य है, बहुत जनों द्वारा पवित्र मानी जाती है। बहुत से लोग बाहुका नदी में अपने किये पापों को बहाते हैं।''

तब भगवान ने सुंदरिक भारद्वाज ब्राह्मण से कहा, ''बाहुका, गया और सुंदरिका में; सरस्वती, प्रयाग तथा बाहुमती नदी में; काले कर्मों वाला मूढ़ चाहे नित्य नहाये, किंतु शुद्ध नहीं होगा। क्या करेगी सुंदरिका, क्या बाहुलिका नदी और क्या प्रयाग? वे पापकर्मी दुष्ट नर को शुद्ध नहीं कर सकते। शुद्धकर्मा के लिए सदा ही फल्गू है, सदा ही उपोसथ है। शुद्ध और शुचिकर्मा के व्रत सदा ही पूरे होते रहते हैं।''

भगवान की यह शिक्षा उनके जीवन काल में ही साधकों में प्रचलित हो गयी थी जो आगे जाकर सदियों तक संतों को प्रोत्साहित करती रही। तभी समाज में यह मुहावरा चल पड़ा -- **''मन चंगा तो कठौती में गंगा।''**

अपशब्द कहे जाने पर भगवान मौन रहते। परंतु जब योग्य होता तब करुणापूर्वक उसे धर्म का रहस्य समझाते।

(४) पाराजिक दोष

यह सब होते हुए भी भिक्षुसंघ के प्रति उनका अनुशासन अत्यंत दृढ़ था। अनुशासन भंग करने वालों को कठोर दंड देते थे क्योंकि संघ की शुद्धता बनाये रखनी आवश्यक थी। ऐसे कई भिक्षु हुए जिन्होंने संघ के नियमों का उल्लंघन किया। भगवान ने उनके प्रति कड़ा आदेश दिया। वे संघ से सदा के लिए निकाल दिये गये। ऐसे कार्य जो महादोष-पूर्ण थे, उन्हें पाराजिक दोष कहा गया और ऐसे दोषी व्यक्तियों को सदा के लिए संघ से निष्कासित कर दिया गया। कुछ ऐसे दोषी भिक्षुओं तथा भिक्षुणियों को भी संघ से सदा के लिए इसलिए निकाल दिया गया क्योंकि वे इन अवस्थाओं पर पहुँचे बिना ही अपने आपको सोतापन्न और सकदागामी घोषित करने लगे थे। जो पाराजिक दोष का भागी हो, वह संघ से निकाल दिये जाने पर न कभी भिक्षु बन सकता था और न भिक्षुणी।

(५) संघादिसेस दोष

तेरह प्रकार के दोष संघादिसेस कहे जाते थे। कुछ भिक्षु और भिक्षुणियों ने संघ के नियमों को तोड़ते हुए छोटे दोष किये। ऐसी अवस्था में उन्हें संघादिसेस दंड दिया गया। परंतु अपनी गलती स्वीकारने पर और क्षमा मांगते हुए दुबारा ऐसी गलती न करने का आश्वासन देने पर उन्हें संघ में पुनः ले लिया जाता था। कभी-कभी ऐसा भी होता था कि संघादिसेस के दोषी को कुछ निश्चित समय तक के लिए संघ के बाहर निकाल दिया जाता था। उस काल तक वह दंड भोगने पर उसको वापस ले लिया जाता था।

इसी परंपरा का पूज्य गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन ने भी दृढ़ता के साथ पालन किया। हमारे परिवार की एक महिला ने बहुत तीव्र गंधवाली मेंहदी लगा कर केंद्र में प्रवेश किया और वहां के वायुमंडल को दूषित किया। गुरुदेव ने उसको तुरंत वहां से निकल जाने का आदेश दिया और कहा कि फिर कभी केंद्र में पांव नहीं रखना। कुछ समय बीतने के बाद उसने

गुरुदेव से क्षमा मांगी और बताया कि उस दिन कोई विशेष पर्व था और वह नई-नवेली बहू घर से शृंगार करके आश्रम में चली आई थी। उसने आश्वासन दिया कि भविष्य में ऐसी गलती दुबारा नहीं करेगी। इस पर गुरुदेव ने उसके दोष को क्षमा करते हुए उसे भविष्य में केंद्र में ध्यान करने के लिए अनुमति दे दी। यह एक प्रकार से उनके लिए संघादिसेस दोष था, जिसे उन्होंने क्षमा किया।

पाराजिक दोष

परंतु उन्होंने अपने दो प्रमुख शिष्यों को बड़ी गलतियां करने के कारण सदा के लिए निकाल दिया। उनमें एक सरकार के सिविल सप्लाई विभाग का पदाधिकारी था और दूसरा लेखा विभाग का एक बड़ा पदाधिकारी।

संघादिसेस दोष

मैं बुद्धपुत्र हूं और गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन का धर्मपुत्र हूं। विपश्यना का इतना विकास करने पर मुझे भी ऐसे प्रसंगों का सामना करना पड़ा, जहां कुछ एक साधक आचार्यों द्वारा भूलें हुईं। कुछ भूलें तो ऐसी थीं कि साधक आचार्य ने अपनी गलती स्वीकार करके सभी आचार्यों को सूचना दी ताकि वे इस प्रकार की भूलें न कर बैठें। ऐसी अवस्था में मैंने उन्हें क्षमा प्रदान किया और उन्हें आचार्य पद पर कायम रखा। ऐसी दो घटनाएं हुईं। इनके अतिरिक्त अन्य दो-तीन घटनाएं और भी हुईं, जिनमें कि साधकों ने स्पष्ट रूप से धर्म संबंधी मेरी विचारधारा का कड़ा विरोध किया परंतु इसका उन्हें पछतावा तक नहीं हुआ। अतः उन्हें सदा के लिए छुट्टी देनी पड़ी। परंतु उन पर भी मेरे मन में करुणा का भाव कायम है। कभी न कभी वे अपनी भूलों को समझेंगे और धर्म की सच्चाई को अपनायेंगे। इसी में उनका मंगल है।

मैं देख रहा हूं कि कुछ एक स्वार्थी लोग मिल कर यह प्रचार करना चाहते हैं कि मैं वृद्ध हो गया हूं, अतः मुझे अवकाश ले लेना चाहिए। मैं शरीर से अस्वस्थ अवश्य हूं परंतु मन से उतना ही स्वस्थ और सबल हूं जैसे कि पहले था। मुझे अवकाश लेने के लिए जब मुझमें जरा भी त्रुटि नहीं पाते और देखते हैं कि मैं सभी निर्णय अपने बलबूते पर कर रहा हूं तब उन्होंने मेरे पुत्र श्रीप्रकाश को एक माध्यम बनाया। मैंने पिछले दिनों जो भी निर्णय किये और आज भी कर रहा हूं, उस पर न श्रीप्रकाश का और न अन्य किसी का प्रभाव है। सारे निर्णय मैंने अपने बलबूते पर किये हैं। जब मुझमें कोई दोष नहीं देख पाते तब मेरे पुत्र श्रीप्रकाश को आलंबन बना कर यह प्रचारित करते हैं कि मैं अपने सारे निर्णय उससे प्रभावित होकर करता हूं। इससे बढ़ कर कोई झूठ नहीं होगा। परंतु इन थोड़े से अलगाववादियों को यही एक झूठा माध्यम मिलता है और बार-बार उसके बहाने मुझे बदनाम करते हैं कि मैं अपने निर्णय स्वयं नहीं कर सकता। मेरा हर निर्णय श्रीप्रकाश करता है।

मैं इन थोड़े से स्वार्थी लोगों की नीयत को खूब समझता हूं कि इन तैंतालीस वर्षों में मैंने जो भी धर्मकार्य किये हैं उन्हें एक ओर रख कर श्रीप्रकाश के बहाने मुझे इनसे विमुख कर दें और इतने बड़े धर्म-आंदोलन को स्वयं अपने कब्जे में कर लें। धर्म के इन दुश्मनों को मैं कदापि सफल नहीं होने दूंगा। जब तक जीवित हूं, धर्म को जीवंत रखूंगा और श्रीप्रकाश क्या, मैं किसी के भी प्रभाव में नहीं आ सकता। ये थोड़े से स्वार्थी लोग भी धर्म को समझें और दुष्कर्म करने से बचें। इनके अतिरिक्त लाखों की संख्या में मेरे जो श्रद्धालु धर्मपुत्र और धर्मपुत्रियां हैं, उनमें से कोई भी इनके बहकावे में न आ जायँ। इसी में सबका कल्याण है!

कल्याणमित्र,
सत्यनारायण गोयन्का

पूज्य गुरुदेव द्वारा संपन्न कार्यक्रमों की सूचना

पूज्य गुरुदेव शारीरिक रूप से अस्वस्थ होते हुए भी मानसिकरूप से पूर्ण स्वस्थ हैं और पिछले दिनों उन्होंने लगभग हर सप्ताह कई महत्त्वपूर्ण कार्यक्रमों में भाग लिया। यथा-- १८ मार्च को विश्व विपश्यना पगोडा में लगभग ३००० मूर्धन्य मारवाड़ियों की एक सत्कार-सभा को संबोधित किया और २४ मार्च को इगतपुरी में लगभग १५,००० लोगों की एक विशाल जनसभा को भी। तत्पश्चात १ अप्रेल को 'भाभा अटॉमिक रिसर्च सेंटर' परिसर में 'जागृति समिति' के आमंत्रण पर बृहत जनसमूह के धर्म-लाभार्थ सार्वजनिक प्रवचन दिया, तत्पश्चात अनेक प्रश्नोत्तर हुए, जिनसे अनेक वैज्ञानिक भी प्रेरित हुए। १५ अप्रेल को पगोडा में १ घंटे का मिनी आनापान शिविर लगाया, जिसमें लगभग दस हजार लोगों ने भाग लिया और इस प्रकार भविष्य में सभी लोगों के लिए आनापान सीखने का मार्ग प्रशस्त किया। इनके अतिरिक्त शनिवार-रविवार के दिन वे पगोडा परिसर में हो रहे कार्यों का निरीक्षण करने तथा भावी विकास के लिए संचालन-समिति को संबोधित करने जाते रहते हैं। उन्होंने संचालन-समिति का पुनर्गठन भी किया। अतः साधकों को उनके स्वास्थ्य को लेकर कोई चिंता नहीं होनी चाहिए।

ग्लोबल विपश्यना पगोडा हेतु कार्पस फंड

ग्लोबल पगोडा के निर्बाध संचालन हेतु एक कार्पस फंड एकत्र किया जा रहा है ताकि भविष्य में इसका रख-रखाव बिना किसी बाहरी दबाव के सफलतापूर्वक होता रहे और म्यंमा में सद्धर्म को सुरक्षित रखने तथा भारत वापस भेजने के लिए सयाजी ऊ बा खिन और म्यंमा के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन का यह **अद्‌भुत पावन प्रतीक** हजारों वर्षों तक कायम रहे। इस **कार्पस फंड** का उपयोग कोई भी व्यक्ति अपने व्यक्तिगत लाभ के लिए नहीं कर सकता, बल्कि सरकारी बैंक में जमा इस धन के ब्याज से पगोडा का दैनिक व्यय और रख-रखाव संबंधी कार्य पगोडा-संरक्षण के नियमानुसार होता रहेगा। दान भेजने हेतु विवरण इस प्रकार है:--

1. Donations through Core Banking (within India)
Donations to "Global Vipassana Foundation" can now be remitted from anywhere in India through any branch of the Bank of India under core banking system.
Global Vipassana Foundation
Axis Bank India, A/C. NO: 911010032397802
SWIFT CODE: AXISINBB062,
IFSC CODE: UTIB0000062
MICR CODE: 400211011,
BRANCH: Malad west branch, Mumbai-400064.

2. Donations from Outside India can be remitted through SWIFT transfer to Bank of India
SWIFT Transfer details are as follows:
Name of the Bank : J P Morgan Chase Bank
Address : New York, US,
A/c. No. : 0011407376, Swift: CHASUS33.

चेक/ड्राफ्ट कृपया निम्न पते पर प्रेषित करें--

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

Registered No. NSK/235/2012-2014

WPP Postal License No. AR/Techno/WPP-05/2012-2014

विपश्यना विशोधन विन्यास, धम्मगिरि, इगतपुरी और दर्शन विभाग, मुंबई विश्वविद्यालय के संयुक्त सहयोग से

बुद्ध की शिक्षा (विपश्यना यानी परियत्ति और पटिपत्ति) में एक-वर्षीय डिप्लोमा कोर्स (वर्ष २०१२–२०१३)

पाठ्यक्रम – इसमें परियत्ति तथा पटिपत्ति दोनों हैं– पालिभाषा तथा पालिसाहित्य में प्रवेश, तिपिटक से चुने गये सुत्त, भगवान बुद्ध का जीवन और उनकी शिक्षा। विपश्यना साधना के सिद्धांत और विधि, स्वास्थ्य, शिक्षा, सामाजिक विकास आदि के क्षेत्रों में विपश्यना का व्यावहारिक उपयोग तथा और भी बहुत से अन्य विषय।

स्थान – दर्शन विभाग, ज्ञानेश्वर भवन, मुंबई विश्वविद्यालय, विद्यानगरी कैम्पस, कालीना, सांताक्रुज (पूर्व), मुंबई -४०००९८.

समय – प्रत्येक शनिवार को २ बजे से ६ बजे शाम तक

कोर्स की अवधि – २१ जुलाई २०१२ से ३१ मार्च २०१३

आवेदन पत्र – दर्शन विभाग में (सोमवार से शुक्रवार, ११:३० से २:३० बजे तक) २ जुलाई से १७ जुलाई २०१२ तक लिये जा सकते हैं।

योग्यता– पुराने एस.एस.सी. और नये एच.एस.सी. (१२ वीं कक्षा उत्तीर्ण)

आवश्यकता – दीपावली की छुट्टी में एक दस-दिवसीय विपश्यना शिविर करना आवश्यक है तभी परीक्षा में बैठने की अनुमति दी जायगी ।

शिक्षण का माध्यम – अंग्रेजी।

संपर्क: १) श्रीमती शारदा संघवी– फोन: (०२२-२३०९५४१३) ०९२२३४६२८०५, २) श्रीमती बलजीत लाम्बा – फोन: (०२२) २६२३७१५०, ०९८३३५१८९७९ ३) अलका वेंगुलकर मोबाईल – ०९८२०५६३४४०

एक घंटे के लघु आनापान शिविर

पूज्य गुरुदेव ने लाखों लोगों के हित-सुख को ध्यान में रखते हुए कहीं भी एक घंटे का आनापान शिविर लगाने की छूट दे दी है। फिलहाल **पगोडा के डोम** में **१५ मई** से आगे प्रतिदिन प्रातः ११ से १२ बजे तक तथा सायं ४ से ५ बजे तक **बृहत लघु आनापान** शिविरों का आयोजन निश्चित हुआ है। १० वर्ष से अधिक आयु के सभी लोग इनमें भाग ले सकते हैं।

सहायक आचार्य कार्यशाला

धम्मगिरि पर २४ से २८ अक्टूबर तक अपनी बुकिंग करा कर अधिक-से-अधिक सहायक आचार्य इस कार्यशाला का लाभ ले सकते हैं।

गुरुपूर्णिमा के उपलक्ष्य में पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में एक दिवसीय महाशिविर

~~१ जुलाई~~ **को न होकर ८ जुलाई,** २०१२, **रविवार, समयः** प्रातः ११ बजे से अपराह्न ४ बजे तक, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** के बड़े धम्मकक्ष (डोम) में। कृपया ध्यान दें कि इस विशाल शिविर में आपको किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसलिए **बिना बुकिंग कराये न आएं। बुकिंग संपर्क: मो.** 09892855692, 09892855945, **फोन नं.:** 022-28451170, 33747543, 33747544, **(फोन बुकिंग:** प्रातः **११** से सायं **५** तक, प्रतिदिन) **ईमेल Registration:** oneday@globalpagoda.org
Online Registration: www.vridhamma.org

दोहे धर्म के

करता निंदा देख कर, कण भर भी पर दोष।
मगर छिपाता ही रहा, मन भर अपने दोष॥
करे सदा अतिरंजना, अपना गुण पर दोष।
उस अबोध को धर्म का, कभी न जागे होश॥
अपने मन के दोष को, करूं आज स्वीकार।
उतरे अपने दोष का, जरा जरा तो भार॥
जाने अनजाने किए, जिनके प्रति अपराध।
क्षमा करें वे सब हमें, होवे दूर विषाद॥

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

निज करमां रो फळ पकै, छावै काळ अँधेर।
मत कोई नै दोस दै, देख दिनां रो फेर॥
अपणो भलो न कर सक्यो, देख पराया दोस।
होस जग्यो सुधरण लग्यो, जद देख्या निज दोस॥
पाप पराया निरखतां, धुलै न अपणा पाप।
जो जग नै तोलण चल्यो, तुल्यो ताकड़ी आप॥
प्रकट करै निज दोस नै, मन हळको ही होय।
दोस बढण पावै नहीं, सहज सरल चित होय॥

एक साधक
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 : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपुर, नाशिक-422 007. **बुद्धवर्ष** 2556, **वैशाख पूर्णिमा, 6 मई, 2012**

वार्षिक शुल्क रु. **30/-,** US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. **500/-,** US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. 19156/71. Registered No. NSK/235/2012-2014**

WPP Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2012-2014
Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.)

If not delivered please return to:-

विपश्यना 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