विपश्यना

[साधकों का मासिक प्रेरणापत्र]

रजि. नं. १९१५६/७१

पोस्टल रजि. नं. NSK-64

वर्ष ९ • बम्बई • बुद्धवर्ष २५२३ • वैशाख पूर्णिमा [शक] • दि. ३०-४-१९८० • अंक ११

सुखी गृहस्थ

(ख)

इहलोकीय हित-सुखके लिए चार आवश्यक सद्गुणोंका उपदेश देकर भगवानने कोलिय-पुत्र दीघजानुको पारलोकीय हित-सुखके लिए भी चार धर्म-संपदाओंका उपदेश दिया जो कि सभी गृहस्थोंके लिए समानरूपसे धारण कर सकने योग्य हैं। समानरूपसे कल्याणकारी हैं।

ये धर्म-संपदाएँ ऐसी हैं जिनके संचय-संग्रहसे सद्गृहस्थ अपना पारलौकिक हितसुख तो साधता ही है, परन्तु इन्हें धारण करनेका अभ्यास करता हुआ देखता है कि ये इहलौकिक हितसुख साधनमें भी सहायक सिद्ध हो रही हैं।

इन चारोंमेंसे पहली संपदा है --- श्रद्धा। श्रद्धा धर्मकी नींव है। बिना श्रद्धा धर्मका मंगल-भवन टिक नहीं सकता। बिना श्रद्धा धर्म लंगड़ा है। कोई भी व्यक्ति बिना श्रद्धाके धर्मपथपर एक कदम भी चल नहीं सकता। लेकिन श्रद्धा शुद्ध हो, विवेक चक्षुवाली हो, तो ही कल्याण-कारी होती है। अंधश्रद्धा हानिकारक है। यदि भगवान गौतमबुद्धके प्रति श्रद्धा जगी है तो सही मानेमें यह तभी कल्याणकारी होगी जबकि बोधिके प्रति श्रद्धा जागे और भगवानकी बोधिसे हम प्रेरणा प्राप्त करें। इसी प्रकार सद्धर्मके प्रति श्रद्धा जगी है तो धर्मके गुण ध्यानमें आएँ और धर्म धारण करनेकी प्रेरणा जागे। संत-समूहपर श्रद्धा जगी है तो आर्य संतोंके सद्गुण हमारी चेतनाको अनुप्राणितकरें। ऐसी सविवेक श्रद्धा ही सद्गृहस्थकी अनमोल धर्म संपदा है।

सद्गृहस्थकी दूसरी धर्म-संपदा शील है। सद्गृहस्थ प्रयत्नपूर्वक हिंसा-हत्यासे विरत रहता है। बिना दिया हुआ पराया धन चुरानेसे, छीननेसे, दबानेसे, हथियानेसे, अपनानेसे विरत रहता है। व्यभिचारसे विरत रहता है। मिथ्या भाषणसे विरत रहता है। यह पंचशील सद्-गृहस्थके लिए अनमोल धर्म-संपदा हैं।

सद्गृहस्थकी तीसरी धर्म-संपदा त्याग है। श्रमपूर्वक, बिना किसीको धोखा दिए धन-अर्जन करना गृहस्थके लिए आवश्यक है, अनिवार्य है। परन्तु यही धन-अर्जन जब केवल संचय, संग्रह, परिग्रहके हीन उद्देश्यसे ही किया जाने लगे तो पारस्परिक प्रतिद्वन्दिताकी होड़की थकावनभरी दौड़ गृहस्थके जीवनको दुखमय बना देती है। लेकिन यदि धन-अर्जनके साथ-साथ उसके सदुपयोगका विवेक बना रहता है तो सद्गृहस्थ अपने अर्जित, संचित धनका यथासमय, यथायोग्य त्याग करना सीखता है। इस प्रकार दानकी पुण्य संपदा एकत्र करता है। दान जब शुद्ध होता है तो ही पुण्यकारक होता है याने चित्तको पुनीत करनेवाला होता है। अन्यथा दान दान नहीं होता, सही मानेमें पुण्य नहीं होता। उदाहरणके तौर पर यदि कोई व्यक्ति चारण सदृश हमारी प्रशंसा-प्रशस्तिके पुल बांधे जा रहा हो और हम उससे खुश होकर उसे कुछ देते हैं, वह धनका त्याग तो अवश्य है पर दानकी धर्म-संपदा नहीं है। हमने खुशामदकी कीमत चुकायी है। पैसेसे प्रशंसा खरीदी है। इसी प्रकार यदि कोई व्यक्ति हमारे अपयशकी, निंदाकी धमकी देता है, हमपर ताने कसता हुआ कहता है --- "तुम कैसे धनवान हो जो मेरी माँग पूरी नहीं करते? तुम कैसे विपश्यी साधक हो जो मेरा दुःख दूर नहीं करते?" तो हम इस धमकीसे घबरा उठते हैं; भयभीत हो उठते हैं कि यह व्यक्ति हमारी कंजूसीका, दानहीनता का अपयश घर घर फैलाते फिरेगा, हमारी प्रतिष्ठाको आँच आएगी। यों भयभीत चित्तकी चेतनासे उस धमकानेवाले याचकको कुछभी धन देते हैं तो वह दानकी पुण्य संपदा नहीं है। वह तो निंदकका मुँह बन्द करनेकी कीमत चुकानी हुई। दूषित चित्तसे त्यागा हुआ धन त्याग-संपदा नहीं है, दान-संपदा नहीं है। चित्तमें अपरिग्रहका भाव हो; याचक पूज्य हो तो उसके प्रति श्रद्धा का, हीन हो तो उसके प्रति मैत्री-करुणाका भाव हो। यों शुद्ध चित्तसे, उदार चेतनासे, मुक्तहस्तसे दिया हुआ दान ही दान संपदा है।

धम्म वाणी

सद्धो सीलेन सम्पन्नो, वदञ्ञू वीतमच्छरो।
निच्चं मग्गं विसोधेति, सोत्थानं सम्परायिकं॥

अंगुत्तर निकाय ८ ६/४

सद्गृहस्थ श्रद्धासम्पन्न, शीलसम्पन्न और दानसम्पन्न होकर अपने मंगलके लिए नित्य पारलौकिक मार्गका विशोधन करता है।

श्रद्धा, शील और त्यागकी धर्म-संपदा संचित करता हुआ गृहस्थ चौथी धर्म-संपदा अर्जित करनेका अभ्यास करता है--- यह है प्रज्ञा संपदा। केवल श्रुतमयी और चिंतनमयी प्रज्ञा ही नहीं, बल्कि भावना-मयी प्रज्ञाका अभ्यास करता है। इसका जिक्र करते हुए भगवानने संक्षेपमें कहा है--- "कुलपुत्तो पञ्ञवा होति, उदयत्थ गामिनीया पञ्ञाय समन्नागतो. अरियाय, निब्बेधिकाय सम्मा दुक्खक्खय गामिनीया। अयं वुच्चति पञ्ञा संपदा।" य.ने "गृहस्थ कुल-पुत्र प्रज्ञावान होता है–उदय-व्ययकी अनुभूति करानेवाली प्रज्ञा प्राप्त करके, आर्य बनानेवाली प्रज्ञा प्राप्त करके, सभी शारीरिक और मानसिक घनत्वकी मरीचिका को बींधकर ठोसपन समाप्त कर देनेवाली, भेदन करनेवाली प्रज्ञा प्राप्त करके, सभी दुःखोंके क्षय–स्वरूप निर्वाणका साक्षात्कार करा देनेवाली प्रज्ञा प्राप्त करके। यही विपश्यना साधना वाली प्रज्ञा है" जो कि सद्गृहस्थकी चौथी धर्म-संपदा है।

श्रद्धा, शील, त्याग (दान) और प्रज्ञाकी चारों धर्म-संपदाएँ निश्चयरूपसे सद्गृहस्थके पारलौकिक हित-सुखका साधन बनती हैं और साथ ही साथ लौकीय हितसुखमें भी सहयोगी सिद्ध होती हैं।

गृहस्थोंके लिए भगवानने जो लोकीय सद्गुणवाली संपदाएँ याने परिश्रम-पराक्रमसंपदा, संरक्षण-संपदा, समजीविका संपदा और कल्याणमित्रता -संपदा बताई तथा चारों पारलौकिक संपदाएं याने श्रद्धा शील, त्याग और प्रज्ञाकी धर्म–संपदाएँ बताई, वे प्रत्येक गृहस्थके ग्रहण करने, धारण करने, संवर्धन करने और संचित करने योग्य हैं; जिससे कि इन संपदाओंसे संपन्न होकर वह अपना लोक और परलोक दोनों सुधार सके।

गृहस्थ साधको, आओ! इन आठों संपदाओका प्रयत्नपूर्वक अर्जन करें और अपना वास्तविक हितसुख साधें, मंगल-कल्याण साधें, स्वस्ति–मुक्ति साधें।

कल्याण मित्र,
स ना. गो.

विपश्यना पत्रके स्वामित्व आदिका विवरण

(फार्म ४, नियम ८ देखिये)

पत्रिकाका नाम – "विपश्यना"
भाषा – हिन्दी
प्रकाशनकी अवधि – प्रतिमास पूर्णिमा (शक)
प्रकाशनका स्थान – २०, शहीद भगतसिंह मार्ग, फोर्ट, बम्बई – ४०० ०२३.
पत्रिका के मालिक का नाम – "सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट" २०, शहीद भगतसिंह मार्ग, बम्बई –२३.
मुद्रक, प्रकाशक संपादक का नाम – राम प्रताप यादव
राष्ट्रीयता – भारतीय
पता – ग्रीन हाऊस, २ रा माला, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, बम्बई -- ४०० ०२३.
मुद्रण स्थान – "अक्षरचित्र" सातपुर, नासिक-४२२ ००७.

मैं, राम प्रताप यादव, एतद्द्वारा घोषित करता हूँ कि मेरी अधिकतम जानकारी एवं विश्वासानुसार ऊपर दिए गए विवरण सत्य हैं।

२८–२–८०

राम प्रताप यादव
मुद्रक, प्रकाशक, संपादक

श्रीलंकामें "विपश्यना"

श्रीलंका बुद्धप्रिय लोगोंका श्रद्धाबहुल रमण्य देश है। यहाँ प्रत्येक घरमें भगवानकी वाणीका नित्य नियमित पठन व गायन होता है। अनेक मुमुक्षु लोगोंने साधनाके सैद्धान्तिक पक्षका गहन अध्ययन किया है। कुछ लोगोंने सतिपट्ठान सूत्रके आधारपर साधनाके व्यवहारिक पक्षको खोजनेका यत्किंचित प्रयास किया है। लोग साधनाके अभ्यासके लिए अत्यंत आतुर हैं। अतः परंपरागत "विपश्यना" साधनाकी इस व्यवहारिक प्रक्रियाको सभी लोगोंने खुले दिलसे स्वीकार किया और विधिकी गहराई तक जानेके लिए सतत् प्रयत्नशील दिखाई दिए।

विपश्यनाके दोनों शिविरोंमें प्रमुखरूपसे प्रबुद्ध वर्ग ही सम्मिलित हुआ। प्रोफेसर, लेक्चरर, इंजीनियर, डाक्टर आदि अनेक शिक्षित महिलाओं और पुरुषोंके अतिरिक्त कई गण्यमान्य भिक्षु भी सम्मिलित होकर लाभान्वित हुए।

पहला शिविर रमणीय हिल-स्टेशन कैंडी (मध्य श्रीलंका) के "यूनिवर्सिटी आफ सीलोन" के हॉस्टल में लगा। आवासके लिए प्रत्येक एक या दो व्यक्तियोंके लिए कमरे उपलब्ध थे। साधना हॉल बहुत बड़ा और अनुकूल था। स्थान बड़ा ही शांत, नीरव तथा वातावरण बड़ा मनोहारी था। चारों ओर हरियाली ही हरियाली बिखरी पड़ी थी। भोजनकी व्यवस्था हॉस्टल-कैंटीनमें ही व्यवस्थापकों द्वारा शिविरके नियमानुकूल कराई गयी थी जो कि सभी साधकोंको संतोषप्रद लगी। लगभग 150 लोगोंका यह शिविर आश्चर्यजनक ढंगसे सफल रहा।

दूसरा लगभग 120 साधकोंका शिविर कोलंबोके "आनंद कालेज" के हॉस्टलमें लगा। कालेज-लाइब्रेरीको साधना-हॉलके रूपमें प्रयोग किया गया। आवास-व्यवस्था सामूहिक रही और शहरके बीच कोलाहलपूर्ण स्थान होनेपर भी लोगोंने बड़ी लगन व धीरजसे काम किया और शिविर संतोषजनक ढंगसे सफल रहा। भोजनकी व्यवस्था यहाँ भी पहले शिविर जैसी थी। इन दोनों शिविरोंके आयोजन व कुशल व्यवस्थामें "रतवत्ते" दम्पतिका अथक प्रयास स्तुत्य था। कुछ एक पुराने विदेशी साधकोंने भी व्यवस्थामें सहयोग देकर कार्यक्रमोंको सफल बनाया।

श्रीलंका महासंघके अध्यक्ष 86 वर्षीय महासंघनायक महास्थविर परम आदरणीय भदन्त आनंद मैत्रेयजीको जब कोलंबो शिविरके

बारेमें पता लगा तो वे शिविर आरंभ होनेके दो दिन बाद आकर सम्मिलित हुए और जिस लगन व उत्साहसे काम किया वह नवयुवकोंको भी लज्जित करनेवाला था। परिणामतः उनकी साधना भी बड़ी अच्छी हुई। सारे शरीरमें उदय-व्यय व भंग ज्ञानकी अनुभूति की गहराई तक पहुँचकर धन्य हुए। लगभग 25 वर्ष पूर्व ब्रह्मदेशमें बर्मी सरकारके तत्वावधानमें बुद्धवाणीका पुनर्संकलन व संशोधन करनेके लिए जब 2500 भिक्षुओंकी छठी धर्मसंगीतिका आयोजन हुआ तो उसमें आपने श्रीलंकाका प्रतिनिधित्व किया था। अनेक बार इस धर्मसंगीतिकी इन्होंने अध्यक्षता भी की। महानायक पालिके प्रकांड विद्वान हैं। बरमी सरकारने धर्मसंगीतिके समय इन्हे "अग्गमहापंडित" की उपाधिसे विभूषित किया जो कि इने-गिने मूर्द्धन्य विद्वानोंको प्राप्त होती है। संप्रति आप श्रीलंकाकी राष्ट्रीय विद्योदय विश्व विद्यालयके उपकुलपति हैं।

विपश्यनाके इस व्यवहारिक पक्षको श्रीलंका निवासियोंने मुक्तकंठसे सराहा और उनकी ओरसे इस बातका बार-बार दबाव रहता था कि विपश्यनाके अधिकसे अधिक शिविर दिए जायँ ताकि वहाँके बहुसंख्यक लोग इसका लाभ ले सकें। परन्तु पूज्य गुरुजीके आगेके निश्चित कार्यक्रमोंको देखते हुए उन्हें मन मारकर मौन हो जाना पड़ता था। इससे यही लगता है हि अधिकसे अधिक संख्यामें इस विधाके आचार्य तैयार हों और धर्मसेवाके कार्यमें लगें तो ही इस बढ़ती हुई माँगको किसी हद तक पूरा किया जा सकेगा। विश्वास है शीघ्रही आचार्य-प्रशिक्षणका काम तीव्रगतिसे आगे बढ़ेगा और बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय धर्मगंगाका पावन प्रवाह अनेक लोगोंके कल्याण साधनेमें सहायक सिद्ध होगा।

इगतपुरी में स्वयं-शिविर

क्रमांक	६०	दि. ३०-५-८०	से	१०-६-८० तक
,,	६१	दि. १०-६-८०	से	२१-६-८० तक
,,	६२	दि. २१-६-८०	से	२-७-८० तक
,,	६३	दि. २-७-८०	से	१३-७-८० तक
,,	६४	दि. १३-७-८०	से	२४-७-८० तक
,,	६५	दि. २४-७-८०	से	४-८-८० तक

संपर्क : व्यवस्थापक, विपश्यना विश्व विद्यापीठ, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२ ४०३. (नासिक-महाराष्ट्र) फोन नं. ७६.

सूचना : १) स्वयं शिविर में केवल वे **पुराने साधक** ही सम्मिलित हो सकेंगे जो कि विद्यापीठ की अनुशासन-संहिता का आत्मविश्वास के साथ कड़ाई से पालन कर सकें।

२) कोई साधक यदि पूरे शिविर में सम्मिलित न हो सके तो वह अपनी सुविधानुसार बीच में कम दिनों के लिए भी सम्मिलित हो सकता है।

३) प्रत्येक अवस्था में आवश्यक है कि व्यवस्थापक से अपना स्थान सुरक्षित रखने की पूर्व स्वीकृति प्राप्त कर लें।

४) यथासंभव हर शनिवार तथा रविवार के दिन पू. गुरुजी धम्मगिरि पर उपस्थित रहेंगे। अतः साधक उनका मार्गदर्शन प्राप्त कर सकेंगे।

५) स्वयं शिविर में अन्य सभी सुविधायें उपलब्ध रहेंगी।

व्यवस्थापक

आगामी शिविर

शिविर क्रमांक १७७ ,, ,, दि. १३-५-८० से २४-५-८० तक (हिन्दी)

सम्पर्क : व्यवस्थापक, विपश्यना विश्व विद्यापीठ, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३ (नासिक-महाराष्ट्र)

शिविर क्रमांक १७८ **हैदराबाद** (वि. अं. सा. के.) दि. ८-६-८० से १९-६-८० तक (हिन्दी)

लघु शिविर ,, ,, दि. १९-६-८० से २४-६-८० तक (केवल पुराने साधकों के लिए)

शिविर क्रमांक १७९ ,, ,, दि. २४-६-८० से ५-७-८० तक (हिन्दी)

(८ जून से ५ जुलाई तकके लंबे शिविरके लिए पुराने साधक आवेदन पत्र भेज सकते हैं।)

संपर्क : १- श्री रतिलाल एम. मेहता, "विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केन्द्र" १२·६ कि. मी., नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर, हैदराबाद-५०० ०३५ (आं. प्र.) फोन - ५९२५९. **अथवा**

२- श्री पूरनमल अग्रवाल, द्वारा-होटल राजधानी, सिंहिअम्बर बाजार, हैदराबाद-५०० ०१२ (आं. प्र.) फोन-५७५७१.

सूचना : १) कृपया साधना शिविर में शामिल होने से पूर्व शिविर-व्यवस्थापक के पास अपना नाम रजिस्टर करा लें। **किसी कारणवश शिविर में सम्मिलित न हो सकते हों तो कृपया पर्याप्त समय रहते सूचित करें ताकि किसी अन्य प्रत्याशी को स्वीकृति दी जा सके।**

२) अंग्रेजी शिविर में हिन्दी-प्रवचन सुनने लिए हिन्दी टेप की सुविधा उपलब्ध रहती है।

३) शिविरों के लिए निश्चित प्रथम तिथि की सायं ७ बजे के आस-पास शिविर आरंभ होता है और समापन अंतिम तिथि की सुबह १० बजे। परन्तु औपचारिक स्थान-सुरक्षण एवं शिविर-आवास-व्यवस्था के लिए शिविरार्थियों को प्रथम तिथि की दोपहर-बाद शिविर स्थल पहुँच जाना चाहिए।

४) सभी शिविरार्थियों को शिविर की पूरी अवधि पर्यंत शिविर-स्थल पर ही रहना होता है और संपूर्ण मौन तथा "अनुशासन-संहिता" का कड़ाई से पालन करना होता है। इसे ध्यान से पढ़-समझकर ही आवेदन-पत्र भेजना चाहिए। —क्रमशः

क्रमशः

Camp. No. 180 Switzerland July 18-28
Contact : Mrs./Mr. Jim & Margrit Shannon, Haldenstrasse, CH 3510 Hautligen, Swiss. Tel. : (031) 002208
Camp. No. 181 MONTRIAL (Canada) July 31-Aug. 10
Contact : Mr. Roger Gosselin, 189, Rue St. Jacques, East Angus, Quebec J08 1KO, canada.
Tel. : (819) 832-2497.
Camp. No. 182 CHICAGO (U. S. A.) Aug. 13-23
Concact : Dr. S. C. Soni, 405, W. Palladium Dr., Joliet, IL 60435. U. S. A. Tel. : 815-744-4678.
Camp. No. 183 MENDOCINO, Calif. (U. S. A.) Aug. 26-Sept. 5.
Contact : Dr. Jacques Tenzel, P. O. Box 1128, Mendocino, Calif. 95490 U.S.A. Tel. : (707) 937-0485.
Camp. No. 184 SYDNEY (Australia) Sept. 14-25.
Contact : Carolyn Walsh, 12, King William St., Greenwich, NSW 2065, Australia. Tel. 43-1568.
Camp. No. 185 PERTH (Australia) Sept. 28 Oct. 9.
Contact : Mr. Doug. Solomon, 116 Marine Pde., Cottesloe, W. A. 6011, Australia. Tel. 09-321-4534.

P. S. :- जिन साधकोंके कोई मित्र, परिचित व संबंधी इन उपरोक्त देशोंमें रहते हों, वे उन्हें सम्मिलित होकर लाभान्वित होनेकी सूचना व प्रेरणा दे सकते हैं।

मेसर्स आनंद केमिकल्स कार्पोरेशन
२/३/७२९, अम्बर पेट,
हैदराबाद-५०० ०१३ (आं. प्र.)
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

रोतो धोतो ही र' वै, मन ना हुवै असोक।
ना तो सुधरै लोक ही, ना सुधरै परलोक॥
जुलम सितमकी जिंदगी, अपणै ही सिर भार।
न्याय नीतिकी जिंदगी, अपणो ही सुख सार॥
अवचल बिस्व बिधान है, अैठै नहीं अंधेर।
कड़ुवो मीठो करमफल, पाकै देर सबेर॥
भटकत भटकत खो दिया, कितना दिन अनजान।
चाल धरम कै पंथ पर, मिलसी सुखकी खान॥
भाइ बंधु परिजन-स्वजन, सै लेवै मूं मोड़।
र' वै सहायक धरम ही, धरम बंधु बेजोड़॥
स्रद्धा सूं उद्यम जगै, हूवै दूर प्रमाद।
उद्यम सूं प्रग्या जगै, चखै मुक्तिको स्वाद॥

दोहे धरम क

चारण सा यशगानकर, जब मांगे धन कोय।
तब देना नहिं दान है, यशकी कीमत होय॥
अपयशकी धमकी दिए, जब मांगे धन कोय।
तब देना नहिं दान है, भयकी कीमत होय॥
मत पर-पथ पर भूलकर, कंटक-जाल बिछाय।
तेरा पथ दुर्गम बने, शूलोंसे भर जाय॥
तू पर-पथके दूर कर, कांटे, कंकर, शूल।
तेरे पथपर स्वयं ही, बिखर जांयगे फूल॥
दान, शील, श्रद्धा बढ़े, प्रज्ञा बढ़ प्रभूत।
मैत्री जागे, द्वेषसे अंतस रेह अछूत॥
जैसे मेरे दिन फिरे, सबके दिन फिर जाँय।
जैसे मेरे दुख मिटे, सबके दुख मिट जाँय॥

सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट के लिए मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक : **रामप्रताप यादव**, ग्रीन हाऊस, २ री मंजिल, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, बम्बई २३. टेलीफोन : ३१३५१०. • मुद्रण स्थान : अक्षरचित्र मुद्रणालय, सातपुर, नाशिक ४२२ ००७. टेलिफोन ८८२५१ •
पत्रिका में विज्ञापन दर : आधा पृष्ठ रू. ५००/-, चौथाई पृष्ठ रू. २५० /- • वार्षिक शुल्क रू. ५/-, आजीवन शुल्क रू. ५१/-

"विपश्यना"
पो. रजि. नं. NSK-64

License No. NS 18
Licensed to post without pre-payment

प्रेषक :
सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट
विपश्यना विश्व विद्यापीठ
धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२ ४०३.
(नासिक, महाराष्ट्र)

To