



विपश्यना

[साधकों का मासिक प्रेरणापत्र]

रजि. नं. १९१५६/७१

पोस्टल रजि. नं. NSK-64

वर्ष १० • बम्बई • बुद्धवर्ष २५२७ • भाद्रपद पूर्णिमा [शक] • दि. २४-९-१९८० • अंक ४

गृही आचार-संहिता

(ख)

संपत्ति-विनाशके इन छह कारणोंमें पाप मित्रोंकी कुसंगति वाले पाँचवे कारणको भगवानने बहुत महत्व दिया। सचमुच अक्सर सरसंगतिके अभावमें और कुसंगतिमें पड़ जानेके कारण ही गृही पुत्र नानाप्रकारके दुखदायी व्यसनोका गुलाम बन जाता है। इसलिए उसे यह जानना आवश्यक है कि कौन व्यक्ति मित्रके रूपमें उसका बैरी है और कौन सही मित्र है।

भगवानने कहा, “गृहपतिपुत्र! इन चारोंको मित्रके रूपमें बैरी समझना चाहिए :—

१) परधन-हारक मित्र। ऐसा लोभी व्यक्ति...

- अ) पराया धन अपहरण करनेके उद्देश्यसे ही दोस्ती गांठता है।
- आ) थोड़ा देकर बहुत इधियाना चाहता है।
- इ) ऐसा काम करता है जिनसे नानाप्रकारकी विपत्तियां उत्पन्न होती हैं।
- ई) अपना मतलब साधनेके लिए संगत करता है।

२) बातूनी मित्र। ऐसा व्यक्ति किसी काममें नहीं आता। पर केवल बात ही बनाता है। वह....

- अ) भूतकालमें सहायता करनेके लिए कितना आतुर था इस संबंधमें झूठी डींग हांकता है।
- आ) भविष्यमें काम पड़े तो किस प्रकार सहायता करेगा, इस संबंधमें बड़ा-चढ़ाकर बातें करता है।

धम्म वाणी

अञ्जदत्थुइरो होति, अप्पेन बहु मिच्छति ।
भयस्स किच्चं करोति, सेवति अत्थकारणा ॥१३॥

—सिगल सुत्त/दीवनिकाय.

पराए धनको अपहरण करनेवाला, थोड़ा देकर बहुत पानेकी इच्छा रखनेवाला, विपत्तिकाम करनेवाला और स्वार्थके लिए ही साथ देनेवाला है, वह मित्र नहीं; अमित्र ही होता है।

- उ) वर्तमानके संबंधमें हवाई पुल बांधता है।
- ई) परन्तु सचमुच काम आ पड़ने पर मुंह छिपाता है।

३) खुशामदी मित्र। ऐसा व्यक्ति....

- अ) बुरे काममें भी हां में हां मिलता है।
- आ) अच्छे काममें भी हां में हां मिलता है।
- इ) सामने प्रशंसा करता है।
- ई) पीठ-पीछे निंदा करता है।

४) विनाश-सहायक मित्र। ऐसा व्यक्ति.....

- अ) नशे-पतेके व्यसनमें फंसनेमें साथ देता है।
- आ) वेवक्त गली-कूचोंमें आवारगदी करनेमें साथ देता है।
- इ) खेल-तमाशोंमें मशगूल रहनेमें साथ देता है।
- ई) प्रमादकारी जुएके व्यसनमें साथ देता है।

भगवानने कहा कि इन चारों श्रेणीके व्यक्तियोंको मित्रके बानेमें बैरी जानकर इनकी संगत शीघ्रसे शीघ्र छोड़नेमें ही भलाई है।

इसी प्रकार चार प्रकारके सही मित्रोंको अपना हितैषी मानकर उनकी संगत करनेमें भलाई है:—

१) उपकारी मित्र । ऐसा व्यक्ति.....

- अ) प्रसन्न हुए मित्रको संकटसे बचाता है ।
- आ) प्रसन्न हुए मित्रकी संपदा नष्ट होनेसे बचाता है ।
- इ) विपत्तिमें पड़े मित्रको शरण देता है ।
- ई) काम पड़ने पर मित्रको आवश्यकतासे दुगुना देता है ।

२) समान सुख-दुखी मित्र । ऐसा सुख-दुखका साथी.....

- अ) अपनी गोपनीय बात भी मित्रको बताता है ।
- आ) मित्रकी गोपनीय बात औरोंसे गुप्त रखता है ।
- इ) विपत्तिमें मित्रका साथ नहीं छोड़ता ।
- ई) आवश्यकता पड़ने पर मित्रके लिए प्राण तक देनेको तत्पर रहता है ।

३) हितैषी मित्र भले-बुरेको आख्यात करने वाला ऐसा व्यक्ति...

- अ) मित्रको पापसे बचाता है ।
- आ) मित्रको पुण्यमें लगाता है ।
- इ) मित्रको अश्रुत धर्म सुनाता है ।
- ई) मित्रको सद्गति का मार्ग बताता है ।

४) अनुकम्पक मित्र । सहानुभूति रखनेवाला ऐसा व्यक्ति.....

- अ) मित्रके निर्धन होने पर प्रसन्न नहीं होता ।
- आ) मित्रके धनी होने पर प्रसन्न होता है ।
- इ) मित्रकी निंदा करनेवालेको रोकता है ।
- ई) मित्रकी प्रशंसा करनेवालेको बढ़ावा देता है ।

यों उररोक्त चार प्रकारके कुमित्रोंका साथ छोड़कर, चार प्रकारके सुमित्रोंकी संगत करनेवाला गृही विपत्तिसे बचता है, संपत्तिवान बनता है ।

.....क्रमशः (अगले अंकमें समाप्त)

(गतांक से आगे)

अञ्जदत्थुहरो मित्तो, यो च मित्तो वचीपरमो ।
अनुपियं च यो आह, अपायेसु च यो सखा ॥ १४ ॥

एते अमित्ते चत्तारो, इति विञ्जाय पंडितो ।
आरका परिवज्जेय्य, मग्गं पटिमयं यथाति ॥ १५ ॥

परधनहारी लोभी मित्र, वाक्पटु कपटी मित्र, मृदुभाषी खुशामदी मित्र और विनाश-सहायक शठ मित्र ये चारों वस्तुतः शत्रु हैं । ऐसा जानकर समझदार व्यक्तिको चाहिए कि खतरसे भरे मार्गकी तरह उन्हें दूरसे ही त्याग दे ।

उपकारो च यो मित्तो, सुखदुखो च यो सखा ।
अत्थवस्सायी च यो मित्तो, यो च मित्तानुकम्पको ॥ १६ ॥
एतेपि मित्ते चत्तारो, इति विञ्जाय पण्डितो ।
सक्कच्चं पयिरुपासेय्य, माता पुत्तं च ओरसं ॥ १७ ॥

जो मित्र उपकारी है, जो सुख-दुखमें साथ देता है, जो कल्याण-निदेशक है, जो अनुकम्पक है -- यह चार वास्तविक मित्र हैं, ऐसा जानकर उनका भलीभांति साथ दे, उनकी वैसे ही परिचर्या करे जैसे मां अपने औरस पुत्रकी ।

पण्डितो सील सम्पन्नो, जलं अग्गीव भासति ।
भोगे संहरमानरस, भमरस्सेव इरीयतो ।
भोगा सन्निचयं यन्ति, वम्मिको वुपचीयति ॥ १८ ॥

बिना किसीकी हानि किए जो मधुमक्खीकी भांति घन संचय करता है, वह शील-संपन्न बुद्धिमान व्यक्ति प्रज्वलित अग्नि-सदृश दैदीप्यमान होता है । उसकी संपदा बाल्मीकिकी पहाड़ीकी तरह बढ़ती है ।

एवं भोगे समाहत्वा, अलमततो कुले गिहि ।
चतुघा विमजे भोगे, स वे मित्तानि गन्थति ॥ १९ ॥

जो कुलपोषक गृहस्थ इस प्रकार सम्पत्ति संचित कर उसे चार भागोंमें विभाजित करता है, वही मित्र संग्रह करता है ।

एकेन भोगे भुंजेय्य, द्वाहि कम्मं पयोजयो ।
चतुत्थं च निधापेय्य, आपदासु भविस्सती' ति ॥ २० ॥

एक भाग भोगे, दो भाग काममें लगाए और चौथा भाग भावी संकटका सामना करनेके लिए बचा रखे ।

..... सिंगल सुत्त/दीवनिक्काय

साधकों के अनुभव

ग्युनिस्विल चाल नं. २/६५, साबुसिद्धीक रोड, बम्बई-१ के निवासी श्री वल्लभ शंकर काम्बले अक्सर विषयना शिविरों में आते रहते हैं। इगतपुरी में १२-४-७९ से लगे १६० वें शिविर के पहले दिन उनसे बातें करने पर उन्होंने अपने विषयमें बताया -

“मैंने पहला शिविर बम्बई, नेमानी वाड़ी में १९७१ में अटेन्ड किया। शिविर में शामिल होनेसे पूर्व मेरी तबियत ठीक नहीं थी। मैंने मुंदाका सेवन किया था। उसके तुरन्त ४-५ घण्टे बाद मैं बेहोश होकर गिर पड़ा, बिनाकारण जाने डाक्टरों ने क्या क्या किया, इसका पता नहीं? जाने कैसी-कैसी सुइयाँ लगाई जिसका परिणाम और भयंकर हुआ। तब से ही मेरा दिमाग ठीक काम नहीं देता था। खबराहट तथा अशक्तता सहस्र होती थी। और मैं मर जाऊंगा..... अभी मर जाऊंगा..... मैं बच नहीं सकता, ऐसे विचार मेरे मन में दृढ़ हो गए थे। डाक्टरों इलाज से हालत और बिगड़ती जा रही थी।

“.....लेकिन पहले पहले शिविर में शामिल होने के पश्चात् मेरी ‘मैं मर जाऊंगा,’ ऐसे विचारोंकी तीव्रता १० प्रतिशत कम हो गई..... उसके बाद मैंने बहुतसे शिविर अटेन्ड किए हैं। अब मेरे मन और स्वास्थ्य में बहुत सा फरक है। ‘और मैं मर जाऊंगा’..... यह विचार समाप्त हुआ है। स्वास्थ्य की बात के अलावा मुझे दूसरा लाभ भी हुआ है। मेरा मन पहले से शान्त है और हमेशा धर्मकी ओर बढ़ने की कोशिश में रहता है।..... भवतु सम्ब मंगल।

शिविर समापन के दिन (२२-४-७९) को घर जाते जाते श्री काम्बले ने और बताया -

“शिविर समापन के पश्चात् जब घर पहुंचता हूँ तो वहाँ का वातावरण बड़ा प्रतिकूल लगता है। यहाँ की साधना का प्रभाव जब तक रहता है तब तक तो प्रतिकूल संवेदनाएँ उतना अधिक अनिष्ट कर नहीं पाती किन्तु शिविर में प्राप्त तरंगोंका शनैः शनैः क्षीण होते जाना तथा प्रतिकूल पक्ष का सबल होते जाना अन्त में इतना सघन हो जाता है कि न तो साधना हो पाती है और न अर्जित लाभ को बनाए रखना सम्भव हो पाता है। अभी तक यही दुष्चक्र चल रहा है जो मेरे पूर्णतः स्वस्थ होने में बाधक हो रहा है। शिविर में-शक्ति-अर्जन और घर जाकर उसका विसर्जन। अपने पूर्ण प्रयास के बावजूद अभी स्थिति में विशेष अन्तर नहीं आ पाया है। किन्तु मेरा भी दृढ़ निश्चय है कि जब तक मैं पूर्णतः सामान्य जीवन प्राप्त न कर लूँ, कम से कम, शिविरों का लाभ तो अवश्य लेता रहूँगा।”

उसके पीछे विगत अप्रेल-मई में उनसे फिर यहीं धम्मगिरि में लगे शिविरों में भेंट हुई। अब उनका आत्मविश्वास बढ़ चला है और श्री काम्बले सामान्य युवक की भाँति जीवन में पहली बार कुछ कारबार की बात भी सोचने लगे हैं। विषयना भावना के परिणाम उनके जीवन में उतरने लगे हैं। श्रद्धा-विश्वास पनपने लगे हैं।



श्री लूक मैथ्यूस, ओन्टारियो, कनाडा के युवा साधक हैं जिन्होंने धम्मगिरि में धर्म को जीवन अर्पण कर रखा है। फरवरी १९७६ के १२३ वें शिविर में अपने परिचय-पत्र में पूज्य गुरुजी को सम्बोधित करते हुए अपनी अनुभूतियों के विषय में उन्होंने लिखा था---

“...वह बड़ा भय लगभग दो सप्ताह बाद बैठ गया... इस बीच समता-सरीली कोई बात बनाए रखना और तत्कालीन विचारों में न बहना, बड़ा कठिन कार्य था।...अभी भी इसका प्रभाव पूर्णरूपेण मंग नहीं हुआ है। अपनी प्रतिमूर्ति को इस भाँति असहाय रूपसे भय होते-छिन्नभिन्न होते, स्वयं निहारना बड़ा कष्टकारी अनुभव था। किन्तु फिर भी ऐसा लगता है कि इस भूमिका ने मेरे में कुछ निहंगता-धिनम्रता का बोध एवं आपके तथा धर्म के प्रति मेरी भक्ति में कुछ-कुछ अभिवृद्धि तो की है। इन दोनों का मुझमें अभाव सा था..

और तब से एक अपने ५० शिविरों की संख्या को आगे बढ़ाना ही मूल गण। उनकी भावना का रूप ही बदल गया। उन्हींके शब्दों में “गाड़ी चलाने के लिए उसके दोनों चक्के समान रूप से सबल रखना है-काम और सजगता.. काम करते जागरूक रहना बाहर काम भीतर जाग”।

शारीरिक श्रमदान-- एक के लिए कोई काम न छोटा है न बड़ा। युवा बलिष्ठ शरीर के धनी होने के नाते वे दिन भर मिट्टी खोदते हैं, लकड़ी काटते हैं, कोई भी कष्ट साध्य काम वे अपने लिए ही रखते हैं उन्होंने धर्म को पा लिया है एवं धर्मने उन्हें सहेज लिया है।

इगतपुरी में स्वयं-शिविर

क्रमांक	दि.	२८-९-८० से	९-१०-८० तक
७१	१-१०-८०	२०-१०-८०	२०-१०-८०
७२	२६-१०-८०	६-११-८०	६-११-८०
७३	६-११-८०	१७-११-८०	१७-११-८०
७४	१७-११-८०	२८-११-८०	२८-११-८०
७५	२८-११-८०	९-१२-८०	९-१२-८०

संपर्क : व्यवस्थापक, विषयना 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) स्वयं शिविर में अन्य तभी सुविधायें उपलब्ध रहेंगी।

व्यवस्थापक

भागामी शिविर

- लघु शिविर : इगतपुरी (वि. वि. वि.) दि. २३-१०-८० से २६-१०-८० तक (केवल पुराने साधकों के लिए) ।
 संपर्क : व्यवस्थापक, विपश्यना विश्व विद्यापीठ, धम्मगिरि, इगतपुरी ४२२ ४०३ नासिक (महाराष्ट्र). फो. नं.-७६.
 शिविर क्रमांक : १८६ जयपुर (विपश्यना केंद्र गल्लाजी रोड) ता. ११-११-८० से २२-११-८० तक (हिंदी) ।
 शिविर क्रमांक : १८७ ,, ,, ता. २६-११-८० से ७-१२-८० तक (अंग्रेजी) ।
 लघु शिविर : ,, ,, ता. २२-११-८० से २६-११-८० तक (केवल पुराने साधकों के लिए) ।
 दीर्घ शिविर* : ,, ,, ता. ११-११-८० से ७-१२-८० तक ।
 संपर्क : श्री श्याम सुंदर सुंदडा, जी/१, ए. अशोक मार्ग, जयपुर फो. नं. ६३३२२ (निवास) ६५४१४ (कार्यालय) तार : डोली

* (इस दीर्घ शिविर में साधकों का प्रवेश पू. गुरुजी के विशेष अनुमोदन से ही हो सकेगा, अतः इच्छुक साधक इसके लिए प्रार्थना पत्र इगतपुरी के कार्यालय में ही यथा शीघ्र भेजें ।)

फोन : २५३६३७ निवास-८१२७०८ तार : "परमाग"
 मेसर्स परमानेंट मैगनेट्स लि.
 २०, शहीद भगतसिंह मार्ग, फोर्ट,
 बम्बई-४०००२३.
 की मंगल कामनाओं सहित

फोन : ३९२३२२ निवास : ५६८९०१
 मेसर्स बॉम्बे बर्मा प्लास्टिक्स,
 ११९, अश्यारु इण्डस्ट्रियल इस्टेट, सनमिल कम्पाउण्ड,
 सनमिल रोड, लोअर परेड, बम्बई-४०००१३.
 की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

दुरजन री संगत करी, घणां लगाया दाग ।
 अै धाबा धुलणा कठण, त्याग बावळा त्याग ॥
 हूमयो जूअै रसे खं, बाळो बाराबाट ।
 सौदा सट्टा फाटका, करसी संपटपाट ॥
 दुरजन री संगत करै, पडै खाड़ या भाड़ ।
 लोक और परलोक सुख, दोनूं लेय बिगाड़ ॥
 आठ पहर चौंसठ घड़ी, चौसर चौपड़ तास ।
 ऊं मूरख को हित कैठे ? सैनक सत्यानास ॥
 दुरजन की संगत बुरी, पग पग लागै खोड़ ।
 जीवण विपदा सुं भरै, छोड़ बावळा छोड़ ॥
 झर झर आंख्यां नीसुरै, घर सतवन्तीनार ।
 मूरख मँडरातो फिरै, पंक पांखड्यांलार ॥

दोहे धर्म के

कल कल कल पर टालते, किया न पूरा काज ।
 जीवन आलस में गया, कल बन सका न आज ॥
 रात बिताए जशन में, राग रंग आधीन ।
 दिवस बिताए सोय कर, बड़ा अभंगा दीन ॥
 अंगारा जब धधकता, लुए जलाए अंग ।
 बुझे तो तन कालिख लगे, दुखद दुष्ट का संग ॥
 पर नारी में रत रहे, घर की नारी त्याग ।
 सुख गृहस्थ का खो दिया, व्यभिचारी हतभाग ॥
 चंचल चितकी कामिनी, करे शील निज भंग ।
 गृह-जीवन दूषित करे, पर पुरुषोंके संग ॥
 जीवन में प्रफुलित रहे, सदा बसंत बहार ।
 शील स्नेह से जन्न भरे, सद् गृहस्थ परिवार ॥

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

विपश्यना "

जे. रजि. नं. NSK-64

प्रेषक :

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

To

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