VRI Series No. 107

धरम सदा मंगळ करै

(राजस्थानी दूहा)

सत्यनारायण गोयन्का

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी- ४२२४०३
महाराष्ट्र, भारत

विपश्यनाः एक परिचय

श्री गोयन्काजी ने म्यंमा के महान विपश्यना आचार्य सयाजी ऊ बा खिन से सर्वप्रथम सन १९५५ में 'विपश्यना' की साधना सीखी। तब से अभ्यास का क्रम जारी रहा। सन १९६९ में भारत आये। व्यापार-धंधे से सर्वथा अवकाश ग्रहण कर भारत के विभिन्न स्थानों पर **विपश्यना** साधना-विधि के दस दिवसीय शिविर लगाते रहे। सन १९७६ में प्रमुख विपश्यना केंद्र 'धम्मगिरि' की स्थापना के पश्चात अब तक पूरे विश्व में लगभग ५० विपश्यना केंद्र स्थापित हो चुके हैं तथा अन्य नए-नए केंद्र खुलते चले जा रहे हैं, जहां साधकों के लिए निःशुल्क निवास तथा भोजनादि की स्थाई व्यवस्था रहती है। विपश्यना सिखाने का सारा खर्च कृतज्ञ साधकों के दान पर निर्भर होता है। शिविरों का संचालन पूज्य गोयन्काजी तथा उनके द्वारा नियुक्त विश्व भर के लगभग ४०० से अधिक सहायक आचार्यों द्वारा किया जाता है। शिविर-काल के दौरान साधकों को बाहरी संपर्क से दूर, केंद्रों पर ही रहना अनिवार्य होता है।

भगवान गौतम बुद्ध द्वारा गवेषित 'विपश्यना' विद्या सर्वथा संप्रदायहीन एक प्रयोग प्रधान विधा है जिसमें अपने भीतर की सच्चाई का दर्शन करते हुए अपने मन को निर्मल बनाना तथा ऋत यानी प्रकृति के नियम के अनुसार आचरण करने का अभ्यास किया जाता है। इसी को धर्म कहते हैं। कालांतर में हम **धर्म** शब्द का सही अर्थ भूल गये और संप्रदाय को ही धर्म मानने लगे। आज जबकि धर्म के नाम पर चारों ओर इतनी अराजकता फैली हुई है, यह सांप्रदायिकता-विहीन विद्या घोर अंधकार में प्रकाश-स्तंभ सदृश है।

ध्यान की यह विद्या सीखने के लिए हर संप्रदाय के लोग –चाहे वे हिंदू हों या मुस्लिम; जैन, ईसाई, बौद्ध हों या सिक्ख –सभी आते हैं। बच्चों से लेकर वृद्ध बुजुर्गों तक सब उम्र के लोग आते हैं। बहुत ऊंची शिक्षा प्राप्त व्यक्ति भी आते हैं तो दूसरी ओर बिल्कुल निरक्षर अनपढ़ लोग भी आते हैं। अत्यंत धन-संपन्न भी आते हैं और बिल्कुल धनहीन भी। पुरुष-नारी तथा डॉक्टर, वकील, इंजीनियर, व्यापार-उद्योगों के संचालक सभी आते हैं। किसी भी विपश्यना शिविर में समाज के हर वर्ग का यह अनूठा संगम आसानी से देखा जा सकता है। इतनी विविधताओं के होते हुए भी सभी लोग लाभान्वित होते हैं।

पूज्य श्री गोयन्काजी द्वारा रचित दोहों का यह लघु संकलन अधिक से अधिक लोगों को धर्म-मार्ग पर चल सकने के लिए प्रेरणा प्रदायक सिद्ध हो, यही मंगल भावना है।

विपश्यना विशोधन विन्यास.

मूल्यः रु. १/-

प्रकाशक ;

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरि, इगतपुरी- ४२२४०३, जिला- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोनः ०२५५३- २४४०७६, २४४०८६, २४४३०२ फैक्सः ०२५५३- २४४१७६.

धरम सदा मंगळ करै

धरम न मिंदर मँह मिलै, धरम न हाट बिकाय।
धरम न ग्रंथां मँह मिलै, धारण कर्यां हि पाय॥

पढ्यो सुण्यो अर मान लियो, पर धार्यो ना रंच।
अणधार्यां ना धरम है, है मिथ्या परपंच॥

इसो धरम रो नियम है, इसी धरम री रीत।
धार्यां ही निरमळ हुवै, पावन हुवै पुनीत॥

सुद्ध धरम धारण करै, मिटै दंभ अभिमान।
मिलै घणो संतोस सुख, धरम करै कल्याण॥

जीवन मँह धारण कर्यां, धरम हुवै फळवंत।
बिन औसध सेवन कर्यां, कठै रोग रो अंत?

धरम नहीं धारण करै, करै बात ही बात।
दीप सिखा कद री बुझी, रही अँधेरी रात॥

गुण धारण कीन्या नहीं, रह्यो नवातो माथ।
धरम सार तो छूटग्यो, खोखो रहग्यो हाथ॥

या ही रित है, नियम है, ई स्यूं बच्यो न कोय।
धरम धार सुख ही हुवै, धरम त्याग दुख होय॥

जीवन मँह उतरे बिना, धरम न सम्यक होय।
काया वाणी चित्त रा, करम न निरमळ होय॥

धार्यां साचै धरम नै, साचो मंगळ होय।
मिथ्या दरसन ग्यान स्यूं, भ्रांति मिटै न कोय॥

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

भटकै मिंदर देवरा, रोवै सीस नवाय।
सांच धरम पाळ्यां बिना, करसी कूण सहाय?

बिरथा तरक-बितरक है, बिरथा बाद-बिवाद।
धार्‌यां ही निरमळ हुवै, चाखै इमरत स्वाद॥

धरम न कीं रै बाप रो, जो धारै सो पाय।
पाप ताप बीं रा धुलै, धरम गंग जो न्हाय॥

चरचा ही चरचा करै, धारण करै न कोय।
धरम बिचारो के करै? धार्‌यां ही सुख होय॥

पोथ्यां ही बांचत र'वै, गुण धारै ना एक।
पेड़ गिणै फळ ना चखै, इसा अबोध अनेक॥

निज अवगुण मेटै नहीं, पर उपदेसी होय।
पग बळती देखै नहीं, डूंगर बळती जोय॥

करै बात तो धरम री, करम करै विपरीत।
बै भोळा कद पावसी, निरमळ सांति पुनीत॥

जाण्यो समझ्यो धरम नै, पर न कर्‌यो व्यवहार।
तो बिरथा बोझां मर्‌यो, लियां सीस पर भार॥

धारण करै तो धरम है, नातर कोरी बात।
सूरज उग्यां प्रभात है, नातर काळी रात॥

धरम पठण कल्याणप्रद, धरम स्रवण कल्याण।
पण साचो कल्याण तो, धारण ह्वै जद जाण॥

ब्रह्म ब्रह्म मुख स्यूं कह्यां, ब्रह्म बणै ना कोय।
साबण साबण बोलतां, चीर न निरमळ होय॥

धरम पंथ चालै नहीं, केवल बांचै ग्रंथ।
बैठ्‌यां मंजिल ना मिलै, चाल्यां कटसी पंथ॥

चरचा ही चरचा करै, पढ पोथ्यां रो ग्यान।
गिणै परायी गावड़्यां, ग्वाळो घणो अजाण॥

धरम कथा सुणता रह्या, बरसां बरस प्रमाण।
सांच धरम तो पावसी, जाग्यां अपणो ग्यान॥

पढतां लिखतां बोलतां, करतां बाद-बिवाद।
मिनख जमारो खो दियो, चख्यो न धरम सुवाद॥

पाठ करंतां जुग गया, मिलै न सच रो सार।
धार्यां पारायण हुवै, पूगै परलै पार॥

गीत सबद अर दूहड़ा, रच रच दिया सुणाय।
धरम बीज निपजे बिना, चित सुख सांति न पाय॥

पढता अर सुणता रह्या, पोथ्यां धरम पुराण।
निज अंतस आंख्यां खुल्यां, जागै साचो ग्यान॥

पोथी लिखदी धरम री, लेकर ग्यान उधार।
कागद ही काळा कर्‌या, पल्लै पड़्यो न सार॥

ब्याख्या करली धरम री, कर्‌यो नहीं आचार।
ग्रंथ बांचतां बांचतां, बणग्यो ग्रंथागार॥

ग्रंथ बांचतां बांचता, बण्यो ग्रंथ ही भार।
स्वयं न चाख्यो धरम रस, किसोंक मूढ़ गँवार॥

पढ्‌यो और चरचा करी, दिया घणां उपदेस।
पर पालण कीन्यो नहीं, दूर हुयो ना क्लेस॥

धरम ग्रंथ बांचत रह्यो, पाठ कर्‌या नित नेम।
पण बिन धार्यां धरम नै, कठै कुसल? कित खेम?

लाडू लाडू बोलतां, चखै न जीभ मिठास।
पाणी पाणी बोलतां, कीं री मिटगी प्यास?

धरम स्वाद चाख्यो नहीं, रह्यो दुखी दिन रैन।
जन जन दुख बांटत रह्यो, स्वयं हुयो बेचैन॥

धरम स्वाद चाख्यो नहीं, स्रद्धा जगी न लेस।
कोरे बुद्धि बिलास स्यूं, मन रा कटै न क्लेस॥

खांड खांड मुख बोलतां, जीभ न मीठी होय।
नीम नीम मुख बोलतां, जीभ न खारी होय॥

धरम स्वाद चाख्यो नहीं, गुण गाया अणमेत।
मिनख जमारो खो दियो, अणजाण्यां अणचेत॥

स्वयं सांच चाख्यो नहीं, गैरो चढ्‌यो गुमान।
भोळो भरमायो रह्यो, सब्दां मानै ग्यान॥

धरम सिखावै, ग्यान री, चरचा करै अनेक।
पण अपणै ब्यवहार मँह, उतर न पावै एक॥

कथणी सोरी सरल है, करणी करड़ी होय।
कथणी सी करणी करै, साचो ग्यानी सोय॥

बातां ही बातां करै, किती अनाप सनाप।
धरम प्रमुख ही भूलग्या, धरम साधना आप।

केवल होवै धरम री, चरचा तरक बखाण।
मिनख जमारो बीतग्यो, बिन चाख्यां निरवाण॥

रीत धरम री एक सी, पक्छपात ना होय।
अणधार्‌यां दुख नीपजै, धार्‌यां ही सुख होय॥

के मिलसी रै बावळा, बौद्ध धरायां नाम?
निज बोधी जाग्यां बिना, सरै न कोई काम॥

कुण देवी कुण देवता, बिना धरम अपणाय।
धरम ही साचो देवता, करसी धरम सहाय॥

धरम धार निरमळ हुवै, निरभय हुवै निसंक।
अनपढ़ के विदवान के, के राजा के रंक॥

बातां स्यूं मिल जावतो, मुक्ति मोक्छ निरवाण।
तो तपसी क्यूं सोधता, तप स्यूं तन मन प्राण॥

चल्यो सुधारण जगत नै, मिनख घणो नादान।
आप सुधर पायो नहीं, बातां करै बखाण॥

मुळक मुळक कर धरम री, ब्याख्या रह्यो सुणाय।
केवल ब्याख्या ही कर्‌यां, ओसध काम न आय॥

मान लियो मैं मुक्त हूं, सब्दां रै परमाण।
भीतर बंधन ही बँध्या, भोळो घणो अजाण॥

स्वजन सनेही धरम ही, धरम हि साचो मीत।
धरम न धोखो देवसी, राख धरम स्यूं प्रीत॥

धरम धार निरमळ हुवै, के राजा के रंक।
रोग सोक चिंता मिटै, निरभय हुवै निसंक॥

मिंदर मिंदर डोलतां, मिट्या न मन रा क्लेस।
धरम धार उजळो हुयो, काळख रही न सेस॥

धरम न हिंदू बौद्ध है, धरम न मुस्लिम जैन।
धरम जग्यां दिवळा जगै, हिवड़ो पावै चैन॥

धरम जिसो ना कवच है, धरम जिसी ना ढाल।
धरम पालकां री सदा, धरम करै प्रतिपाळ॥

धरम जिसो रक्छक नहीं, सखा सहायक मीत।
राख आसरो धरम रो, राख धरम स्यूं प्रीत॥

जीवन मँह आंध्यां उठै, उठै तेज तूफान।
धरम सुरक्छा द्वीप है, धरम सुखां री खान॥

धरम सदा मंगळ करै, धरम करै कल्याण।
धरम पालकां री सदा, धरम करै रखवाळ॥

समझ धरम रै रूप नै, यो क्रिपाण यो ढाल।
हत्यारै रो काळ है, रक्छक रो रखवाळ॥

जीवन मँह जागै धरम, मिटज्या पाप समूळ।
तो हो ज्यावै आप ही, देव सभी अनुकूल॥

कपट रवै ना कुटिलता, रवै न मिथ्याचार।
सुद्ध धरम ऐसो जगै, हुवै स्वच्छ ब्यवहार॥

जै तू चावै आसरो, तज दे झूठ असार।
एक आसरो धरम रो, धरम सत्य रो सार॥

राख धरम रो आसरो, राख धरम आधार।
बाधा बिघन हटाय कर, धरम तारसी पार॥

ज्यूं ही चाख्यो धरम रस, पुलकित होग्या प्राण।
इसो धरम रस सै चखै, सैं को हो कल्याण॥