विपश्यना

साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-
आजीवन शुल्क रु. ५००/-

बुद्धवर्ष 2563, पौष पूर्णिमा, 10 जनवरी, 2020, वर्ष 49, अंक 7

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

धम्मवाणी

समाधुपेक्खा बोज्झङ्गा, सत्तेते सब्बदस्सिना।
मुनिना सम्मदक्खाता, भाविता बहुलीकता।
संवत्तन्ति अभिञ्ञाय, निब्बाणाय च बोधिया॥

धम्मवाणी-संग्रह (वि. वि. वि.) पृ. 48, बुद्ध शिक्षा

– स्मृति, धर्म-विचय, वीर्य, प्रीति, प्रश्रब्धि, समाधि और उपेक्षा - ये सात बोध्यंग हैं जिनका सर्वदर्शी मुनिराज बुद्ध ने सम्यक प्रकार से आख्यान किया, उन्हें भावित किया (और) उनका बहुलीकरण किया। (ये सातों) अभिज्ञा, निर्वाण और परम ज्ञान प्राप्त कराने वाले हैं।

पूज्य गुरुजी के भारत आगमन के बाद के अनुभव

विश्व विपश्यनाचार्य पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायण गोयन्काजी के शुद्ध धर्म के संपर्क में आने से लेकर उनके प्रारंभिक जीवन की चर्चाओं के अनेक लेख छपे। अब उनके भारत आने और विपश्यना आरंभ करने के उपरांत जो अनुभव हुए उन्हें क्रमशः प्रकाशित कर रहे हैं। उसी कड़ी में प्रस्तुत है– उनके संक्षिप्त **जीवन-परिचय** की यह **बारहवीं कड़ी**:–

'बौद्ध धर्म' से परहेज

"विपश्यना सचमुच सर्व-हितकारिणी विद्या है। मुझ जैसे अनेक लोग इसके अभ्यास से लाभान्वित हुए हैं और हो रहे हैं। परंतु फिर भी हमारे समाज के बहुसंख्यक लोग इसे 'बौद्ध धर्म' मान कर इससे कतराते हैं। यदि आप अपने प्रवचनों में बुद्ध का नामोल्लेख न करें तो इसे अनेक लोग बेहिचक अपना लेंगे, बेचारों का कल्याण हो जायगा।"

जब से भारत आकर विपश्यना के शिविर लगाने लगा हूं तब से अनेक साधकों के ऐसे परामर्श सुनता रहा हूं। उनकी सदाशयता खूब समझता हूं, उनके कथन की सत्यता भी। क्योंकि, और तो और, कुछ एक मेरे अपने स्वजन-परिजन ही ऐसे हैं जो इसी कारण विपश्यना से अब तक मुँह मोड़े हुए हैं। इस विद्या से औरों को लाभान्वित होते देख कर भी इसे "बौद्ध धर्म" मान कर इसके समीप नहीं आते।

भगवान बुद्ध का नाम हटा कर लोगों को ठगना मेरे लिए बहुत आसान था। तब तक तो भारत में विपश्यना शब्द ही प्रचलित नहीं हुआ था। और जनसाधारण तो यह भी नहीं जानते थे कि यह भगवान बुद्ध की सिखायी हुई विद्या है। अत: बुद्ध शब्द को दूर रख कर इसी नाम से शिविर लगा सकता था। अथवा सच्चाई को छिपाने के लिए किसी अन्य पर्यायवाची शब्द का प्रयोग कर सकता था। देश के बहुसंख्यक समाज को आकर्षित करने के लिए इसे गीता या पातंजल योग के नाम पर सिखाना शुरू कर सकता था। यों लोगों को ठगने के अनेक विकल्प थे। पर ऐसा करना घोर कृतघ्नता होती। कृतघ्नता अपने पू. गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन के प्रति जिनसे यह विद्या प्राप्त कर मेरा इतना कल्याण हुआ! कृतघ्नता उस ब्रह्म देश के प्रति और वहां के संतों के प्रति जिन्होंने दो अढ़ाई हजार वर्षों से गुरु शिष्य परंपरा द्वारा इस कल्याणी विद्या को शुद्ध रूप में संभाल कर रखा! कृतघ्नता भगवान बुद्ध के प्रति जिन्होंने इस विद्या की खोज कर केवल अपना ही नहीं, अनेकों का कल्याण किया !

मैं इस कृतघ्नता के जघन्य पाप के प्रायश्चित स्वरूप न तो देह-दाह के लिए तैयार था और न पश्चात्ताप स्वरूप जन्म-जन्मांतरों तक मनस्ताप के लिए। अत: मैंने अधिक संख्या में साधकों की भीड़ एकत्र करने का मिथ्या लोभ मन में जगने ही नहीं दिया और यह अच्छा ही हुआ।

मैंने बुद्ध के नाम पर धर्म सिखाया। सत्य का सहारा लेकर मैं मिथ्यात्व से बचता रहा। धर्म का सहारा लेकर अधर्म से बचता रहा। कृतज्ञता का सहारा लेकर कृतघ्नता से बचता रहा।

परिणाम अच्छे ही आये। भारत के अनेक पूर्व-पारमी संपन्न समझदार लोगों ने, समाज के अनेक शीर्षस्थ लोगों ने इस विद्या को सहर्ष स्वीकार किया और उनमें से अनेक लोग नितांत नि:स्वार्थ भाव से इसके प्रसारण में जी-जान से जुट गये। तिस पर भी यह सच्चाई तो स्पष्ट है ही कि भारत के अनेक लोग अब भी इसे 'बौद्ध धर्म' कह कर नाक-भौं सिकोड़ते हैं। कुछ इसकी उपादेयता समझते हुए भी इसे पराया धर्म मान कर इससे दूर भागते हैं।

एक आश्चर्य यह भी है कि ये सभी लोग बुद्ध का सम्मान करते हैं, उन्हें अपने ईश्वर का अवतार कहकर पूज्य मानते हैं परंतु उनकी कल्याणी शिक्षा को 'बौद्ध धर्म' कह कर उससे परहेज करते हैं। आखिर इस परस्पर विरोधी दोहरी मानसिकता का क्या कारण है? एक ओर बुद्ध को महान मानकर उनका सत्कार करें तथा दूसरी ओर उन्हीं की शिक्षा को हीन मानकर उसका दुत्कार करें। आखिर इसका क्या राज है, क्या रहस्य है, इसे समझना आवश्यक है।

पहली मुठभेड़

विपश्यना के संपर्क में आने के पूर्व म्यंमा में रहते हुए भगवान बुद्ध के सत्कार और उनकी शिक्षा के दुत्कार की दोहरी मानसिकता का अनुभव मैं स्वयं अपने आप में कर चुका था। पर भारत आने पर देखा कि इस हास्यास्पद विरोधाभासी मानसिकता में लगभग सारा देश निमग्न है। यहां इस विडंबना की पहली मुठभेड़ पहले वर्ष में ही बोधगया में शिविर लगाते समय हुई। गया नगर का एक संभ्रांत

• रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

व्यक्ति समन्वय आश्रम में मुझसे मिलने आया करता था। एक बार कुछ देर इधर-उधर की बातें करने के बाद उसने कहा :–

"आप तो हमारे समाज के हैं। आप 'बौद्ध धर्म' का प्रचार क्यों कर रहे हैं ? यह तो भंगियों का धर्म है। यह आपको शोभा नहीं देता।"

मैं उसे या बौद्ध धर्म के नाम से हिचकिचाने वाले अन्य लोगों को भी कैसे समझाता कि मैं जो सिखा रहा हूं, वह भगवान बुद्ध की शिक्षा अवश्य है, पर 'बौद्ध धर्म' नहीं है। यह गलत शब्द न जाने कब से चल पड़ा और न जाने किसने प्रचलित किया। इसे बौद्ध धर्म कहें तो यह केवल बौद्धों का होगा। परंतु भगवान बुद्ध ने किसी एक समुदाय के लिए धर्म नहीं सिखाया। उन्होंने 'धर्म' सिखाया जो सबका है। उन्होंने अपनी शिक्षा के लिए कभी 'बौद्ध धर्म' शब्द का प्रयोग नहीं किया। उसे सदा धम्म यानी धर्म ही कहा और इस शिक्षा को ग्रहण करने वालों को भी 'बौद्ध" नहीं कहा, धम्मिको यानी धार्मिक कहा। धर्म तो सभी सीख सकते हैं। सबको सीखना भी चाहिए। धार्मिक तो सभी बन सकते हैं। सबको बनना भी चाहिए। परंतु उन प्रारंभिक दिनों में मेरी यह बात बिल्कुल सत्य होने पर भी कोई कैसे समझता और कोई कैसे स्वीकार करता? अब तो सारी बुद्धवाणी ही नहीं, पालि भाषा में उस पर लिखे गये सभी भाष्यों, टीकाओं और अनुटीकाओं के १४० ग्रंथों को विपश्यना विशोधन विन्यास द्वारा सीडी-रोम में निवेसित कर दिया गया है और उसमें शोधकरण की सहज सुविधा है। इस विशाल साहित्य में 'बौद्ध' या 'बौद्ध धर्म' का इन अर्थों में एक बार भी प्रयोग किया हुआ नहीं मिलता।

अत: उस समय मैंने उसे केवल यही कहा कि भगवान बुद्ध तो महान कारुणिक थे। उन्होंने सबके लिए धर्म सिखाया। उनकी शिक्षा से सभी लाभान्वित हुए और आज भी होते हैं। कोई किसी भी जाति, गोत्र और वर्ण का क्यों न हों। उनकी कल्याणी शिक्षा से मैं स्वयं लाभान्वित हुआ। मेरे परिवार के तथा समाज के अन्य अनेक लोग म्यंमा में लाभान्वित हुए। इसीलिए इसे बांटने भारत आया हूं। तुम भी अनुभव करके देखो।

"हां, हां, भगवान बुद्ध तो महान थे ही। पर उनका धर्म ऐसा है कि भारत में भंगियों ने ही इसे अपनाया है।"

मैं देखता कि भगवान बुद्ध को सराहता हुआ वह व्यक्ति बहुधा समीप के प्रसिद्ध बुद्ध मंदिर में माथा टेकता, श्रद्धापूर्वक फूल चढ़ाता। कुछ देर मेरे कहने पर आनापान का प्रयास भी करता। एक बार बिना मन के शिविर में भी बैठा। परंतु यदा-कदा फिर वही विष उगल देता। 'बौद्ध धर्म' और भारत के बौद्धों के प्रति कुछ न कुछ अपशब्द कह जाता। मैं उससे क्या विवाद करता भला । अत: इस विषय पर कोई चर्चा न करना ही समयोचित लगा।

दोहरी मानसिकता

प्रश्न यह नहीं है कि बुद्ध की शिक्षा को भंगियों का धर्म कह कर उसकी निंदा क्यों की गयी। परंतु प्रश्न यह है कि उनकी शिक्षा से परहेज करने वाला व्यक्ति बुद्ध को नमन भी करता है। अधिकांश लोगों की यही दोहरी मानसिकता बनी हुई है - "बुद्ध की अर्हा और बुद्ध की शिक्षा को 'बौद्ध धर्म' कह कर उसकी गर्हा ।"

जब-जब मुझे ऐसी दोहरी मानसिकता वाले लोगों का सामना करना पड़ता है तो जरा भी बुरा नहीं लगता। उनकी नासमझी पर करुणा जागती है क्योंकि जीवन के इकतीसवें वर्ष तक मैं स्वयं इस दोहरी मानसिकता का शिकार रहा। बत्तीसवें वर्ष में विपश्यना के पहले शिविर में से गुजरने के बाद, पहली बार यह अहसास हुआ कि मेरे इस परस्पर विरोधी, दुविधात्मक चिंतन में अवश्य कोई भूल है। इसलिए इस दूषित चिंतन का मूल कारण ढूंढने लगा। मेरे जीवन की वे कौन-सी घटनाएं थीं जिन्होंने मुझमें ऐसी तर्कशून्य और असंगत दोहरी मानसिकता पैदा कर दी जिसका कि दिन-प्रतिदिन पोषण ही होता चला गया। मैंने तब तक के अपने जीवन का पुनरवलोकन किया और वास्तविकता की खोज प्रारंभ की।...

(आत्म कथन भाग 2 से साभार) *क्रमशः ...*

सार्वजनिक प्रवचन के प्रश्नोत्तर (पुणे-1993)

प्रश्न – ध्यान और ईश्वर में क्या संबंध है?

उ. – सत्य ही ईश्वर है और ध्यान सत्य को अपने भीतर अनुभव करना है— क्षण-प्रतिक्षण। यही वास्तविक ध्यान है।

प्रश्न – क्या आप पुनर्जन्म में विश्वास करते हैं?

उ. – विपश्यना करके देखो, केवल मेरे कहने पर विश्वास मत करो। ऐसे बहुत से लोग हैं जो पुनर्जन्म में विश्वास नहीं करते फिर भी विपश्यना करते हैं, क्योंकि इस जन्म को तो मानते हैं। मैं कहता हूं कि इसी जन्म में विश्वास करो और विपश्यना का अभ्यास करो। ऐसा करते हुए एक अवस्था ऐसी आयेगी, जब तुम स्वयं समझ जाओगे कि हां पुनर्जन्म है। ऐसा हो तभी स्वीकार करना। यदि तुम विश्वास न भी करो तो कुछ खोओगे नहीं। 'विपश्यना करो', वह अधिक आवश्यक है।

प्रश्न – इस समय मैं एक कंपनी में काम कर रहा हूं जहां मेरे सामने कई प्राजेक्ट हैं। मैं दुविधा में हूं कि क्या करूं, क्या न करूं?

उ. – ऐसी अवस्था में विपश्यना तुम्हारी सहायता करेगी। दुनियादारी में ऐसी बहुत-सी समस्याएं सामने आती हैं, परंतु यदि तुम स्वयं संशय की स्थिति में रहोगे तो काम कैसे कर पाओगे? विपश्यना से मन शांत और स्वच्छ होगा तो कोई तनाव नहीं रहेगा। तब जो भी निर्णय करोगे वह सही निर्णय होगा और सब के लिए कल्याणकारी भी। इसलिए विपश्यना उनके लिए बहुत सहायक और आवश्यक है जो जीवन में अत्यधिक व्यस्त हैं।

प्र. – आजकल के भ्रष्टाचारी युग में हमें झूठ बोलना पड़ता है, क्या करें?

उ. – इससे बाहर निकलो, झूठ तो झूठ ही होता है।

प्र. – मनुष्य का स्वभाव है, गलतियां हो जाती हैं, पूर्णता नहीं प्राप्त होती। तब हम इसे बदलने का प्रयत्न क्यों करें? आपने भी तो कहा कि सत्य ही धर्म है, स्वभाव है, उसे केवल देखो, बदलने का प्रयत्न मत करो।

उ. – हां, देखना यह है कि यह मेरी कमजोरी है, मैं गलती करता हूं। उसे (साक्षीभाव से) देखते ही तुम पाओगे कि इसके बाहर निकलने लगे। प्रकृति का यह दूसरा नियम है कि सच्चाई का जब तुम वास्तविक रूप में निरीक्षण करने लगते हो तब उसमें स्वतः सुधार होने लगता है।

प्र. – भूतकाल की बहुत सी यादें हैं और भविष्य की महत्त्वाकांक्षाएं भी, इस पर क्या कहेंगे?

उ. – निश्चितरूप से हैं और मैं नहीं कहता कि तुम भूत या भविष्य से अपने आपको पूरी तरह से अलग रखो। अपने अतीत के अनुभवों का उपयोग भविष्य को सँवारने के लिए करना है, अवश्य करो परंतु वर्तमान की धरती पर खड़े होकर। आज समस्या यह है कि वर्तमान को छोड़ कर भूत या भविष्य में ही विचरण करते हैं और हमारे निर्णय गलत हो जाते हैं। विपश्यना में यह देखोगे कि पहले वर्तमान में खड़े हो और समझ रहे हो कि अतीत में ऐसी परिस्थितियों में क्या हुआ था, अब मुझे भविष्य के लिए क्या निर्णय लेना चाहिए। तुम देखोगे कि तुम्हारे सभी निर्णय सही और शीघ्र होने लगे।

प्र. – मैंने एक शिविर किया परंतु पाया कि इसे पारिवारिक परिवेश में जारी रखना बहुत कठिन है। इसके लिए क्या समाधान है?

उ. – समाधान यही है कि पहले तुम दृढ़ निश्चय करो कि मुझे साधना करनी ही है। जैसे तुम अपने शरीर को स्वस्थ रखने के लिए रोज भोजन करते हो, उसी प्रकार मन को भी भोजन देना आवश्यक है। विपश्यना इसके लिए सर्वोत्तम आहार है। तो निर्णय करो कि मुझे मन को मजबूत करने के लिए इसे भोजन देना ही है, चाहे कुछ भी हो जाय- यानी, नियमित रूप से बैठना ही है। तब तुम देखोगे कि यह बहुत आसान हो गया। यह प्रारंभ के एक वर्ष का समय होता है, जब लोग साधना छोड़ देते हैं।

प्र. – क्या मंत्रों के द्वारा चित्त को एकाग्र कर सकते हैं?

उ. – हां, इसमें कोई संदेह नहीं कि तुम मन को एकाग्र कर सकते हो। लेकिन प्रश्न यह है कि क्या तुम इससे अपने बारे में विश्लेषणात्मक अध्ययन कर सकते हो? क्या तुम अपने मन और शरीर तथा इनके द्वारा एक-दूसरे को प्रभावित करने वाली सच्चाई को देख सकते हो? इन दोनों के सम्मिश्रण से अनेक प्रकार के दूषण उत्पन्न होते हैं और उनका गुणात्मक प्रभाव होता है और वे हमें बुरी तरह प्रभावित करते हैं। क्या इनसे बाहर निकल सकते हो? समस्या से बाहर निकलना अधिक आवश्यक है न कि केवल मन को एकाग्र करना।

प्र. – मैंने कल्पनाशक्ति व मानसिक शक्ति के प्रयोग से अच्छे परिणाम अनुभव किये हैं, इस पर क्या कहेंगे?

उ. – मानसिकशक्ति या कल्पनाशक्ति सांसारिक व्यवहार के हिसाब से अवश्य सहायक है। तुम एक अच्छे लेखक हो सकते हो, एक अच्छे चित्रकार हो सकते हो, परंतु विपश्यना के अभ्यास में ऐसा नहीं हो सकता। विपश्यना में तो तुम्हें सत्य के साथ रहना होगा। क्षण-प्रतिक्षण जो अनुभव हो, वही सत्य है।

15 जून, 2002 में अमेरिका के एसलैंड के प्रश्नोत्तर

प्र. – आज विश्व में अनेक विपश्यना केंद्र कार्यरत हैं परंतु सब जगह दुःख, झगड़े और संघर्ष ही हैं। क्या विपश्यना में कोई दोष है? क्या विपश्यना विश्व को शांति नहीं दे सकती? यदि लड़ाइयों को नहीं रोका गया तो भविष्य निश्चित ही खराब हो जायगा। विश्व में शांति लाने के लिए हम क्या कर सकते हैं?

उ. – जब एक-एक व्यक्ति के अंदर शांति होगी तब विश्व में शांति अपने आप आयेगी। जब तक प्रत्येक व्यक्ति के अंदर शांति नहीं है, हम विश्वशांति की कल्पना नहीं कर सकते। विपश्यना व्यक्ति की आंतरिक शांति का पाठ पढ़ाती है। यह बढ़ेगी तो ही विश्वशांति संभव हो सकेगी।

इसलिए ऐसे प्रश्नों से अपने आप को संशय में रखने के बजाय विपश्यना करते जाओ, तब तुम इसके फायदों से अभिभूत हो उठोगे। यदि तुम्हें लाभ होगा तो तुम्हारे आसपास के लोग भी लाभान्वित होंगे। जब अधिक से अधिक लोग विपश्यना करने लगेंगे तभी विश्वशांति की गुंजाइश है। कैसे अधिक से अधिक लोग शांतिपूर्वक रहें, हम उसी शांति और विश्वशांति की ओर बढ़ रहे हैं।

प्र. – ध्यान करते हुए मैं सांस के सहारे मन को शरीर के प्रत्येक अंग में ले जाता हूं। अधिकांश समय मन को तीक्ष्णता के साथ ले जाने के लिए सांस का सहारा लेता हूं। क्या यह ठीक है?

गुरुजी – हां, सांस सदैव सहायक होती है। जब भी तुम देखो कि मन बहुत चंचल है या बहुत सुस्त हो गया है तब सांस का प्रयोग करना ही चाहिए। थोड़ी देर केलिए पूरी तरह सांस पर आ जाओ। तब तुम पुनः विधिवत साधना कर सकोगे।

जिस समय तुम पूरे शरीर में मन को घुमा रहे हो, उस समय भी सांस का सहारा ले सकते हो। मानो एक सांस में ऊपरी भुजा को देखो, दूसरी सांस में भुजा के नीचे के भाग को देख लो...। यों क्रमशः शरीर के प्रत्येक अंग को देखो। तब तुम सांस के प्रति सजग भी हो और उस अंग की संवेदना को भी देख रहे हो। इस प्रकार मन का भटकना कम होगा और बिना सांस के भी संवेदना देखना आसान हो जायगा। सांस देखना निश्चित रूप से संपूर्ण साधना में सहायक होता है।

क्रमशः...

मृत्यु मंगल

1. विपश्यना के भिक्षु आचार्य पूज्य भदंत आनंद महाथेरो, उम्र 84 वर्ष, अकोला, महाराष्ट्र का दिनांक १३ नवंबर को रात ग्यारह बजे सिटी अस्पताल में हृदय गति रुकने से सहज शांति से शरीर शांत हुआ। 1997 में वे विपश्यना के आचार्य नियुक्त हुए और अनेक लोगों को विपश्यना पथ पर आगे बढ़ने में महत्त्वपूर्ण योगदान दिया था। भदंत आनंद जी ने 1970 में बर्मा (म्यांमार) देश के भदंत वजिरबोधि महाथेर से भिक्षु की उपसंपदा (दीक्षा) ली थी और भारत आकर विपश्यना से जुड़ गये थे। दिवंगत की शांति और धर्मपथ पर सतत प्रगति के लिए धम्मपरिवार की मंगल कामनाएं।

2. 20-11-2019 को श्रीमती चंचलबेन रतिलाल सावला का सड़क-दुर्घटना में अकस्मात शरीर शांत हो गया। 1981 में उन्होंने अपना पहला शिविर किया, तब से लगातार धर्मसेवा में ही लगी रहीं। 1994 में स.आ. नियुक्त हुई तो 2004 में पूर्ण आचार्या। उन्हें खाड़ी के देशों में धर्मसेवा का कार्य दिया गया, जिसे उन्होंने बखूबी निभाया।

धर्म तथा पूज्य गुरुजी के प्रति संपूर्ण समर्पणभाव से उन्होंने लोगों को इस मार्ग के प्रति प्रेरित किया और उनकी मार्गदर्शक बनीं। इस समर्पण और असीम पुण्यपारमी का प्रभाव तब देखा गया जबकि ऐसी आकस्मिक मृत्यु होने पर भी धर्म ने अंतिम क्षणों में साथ दिया जिसके परिणाम-स्वरूप मृत्यु के उपरांत उनके चेहरे की शांति और कांति देखने लायक थी। अंतिम क्षणों में धर्म काम करता ही है, परिस्थितियां चाहे जैसी भी क्यों न हों। यही तो धर्म की धर्मता है। वे जहां भी हों, वहां सुख-शांति पायें और अपने अंतिम लक्ष्य-प्राप्ति की ओर बढ़ती रहें, यही विपश्यना परिवार की ओर से मंगल कामना है।

3. मुंबई के श्री दीनानाथ दलवी 2003 में विपश्यना के सहायक आचार्य नियुक्त हुए और सपत्नीक अनेक शिविरों का संचालन करके साधकों को लाभान्वित किया। एक सड़क दुर्घटना ने उन्हें पंगु बना दिया था परंतु इस कठिनाई को उन्होंने दीर्घकाल तक धर्म-धैर्यपूर्वक सहन किया। 25-11-2019 को उन्होंने शांतिपूर्वक सजगता के साथ अंतिम सांस ली। उनकी धर्मसेवाओं के फलस्वरूप उन्हें अपने धर्म-लक्ष्य की शीघ्र प्राप्ति हो, धम्म परिवार की यही मंगल कामना।

4. दि. 5-12-2019 की सुबह श्री श्याम सुंदर तापड़िया ने पूर्ण सजगता के साथ शांतिपूर्वक अंतिम सांस ली। श्री तापड़ियाजी पूज्य गुरुजी के साथ शुरुआती दौर से ही जुड़े रहे। धम्मगिरि के प्रारंभिक निर्माण कार्यों में प्रमुख भूमिका निभायी तथा और भी अनेक धर्मसेवाओं के साथ 'धम्मसरिता' केंद्र और अंतिम कुछ वर्षों में 'धम्मबोधि' केंद्र के केंद्रीय आचार्य की भूमिका निभायी और बिहार में धर्म-प्रचार के मुख्य बिंदु रहे। मित्र प्रकल्प (उपक्रम) में उनका अहम हिस्सा रहा, जिससे महाराष्ट्र के लाखों बच्चों को आनापान का लाभ मिला। असीम पारमी अर्जित करने वाले श्री श्यामसुंदर अपने लक्ष्य को शीघ्रता से प्राप्त करें, यही मंगल कामना।

वी.आर.आई. - पालि आवासीय पाठ्यक्रम – २०२०

पालि-हिन्दी (45 दिन का आवासीय पाठ्यक्रम) (९ फ़रवरी से २६ मार्च २०२० तक) इस कार्यक्रम की योग्यता जानने के लिए इस शृंखला का अनुसरण करें-- https://www.vridhamma.org/Pali-Study-Programs **संपर्कः** ग्लोबल पगोडा परिसर, गोराई, बोरीवली (प.), मुंबई. ९१. फोन संपर्क – ०२२-५०४२७५६० (सुबह १०:३० से शाम ०५:३०) ई-मेल: mumbai@vridhamma.org; **मोबा.** ९६१९२३४१२६, श्रीमती बलजीत लांबा: 9833519879, कु. हर्षिता ब्राम्हणकर: ८८३०१६६२४६.

अतिरिक्त उत्तरदायित्त्व

1. सुश्री प्रीति देढिया, समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य श्री प्रेमजी एवं श्रीमती मधुबेन सावला की सहायता (पूर्व सूचना में सुधार।)

नये उत्तरदायित्त्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1-2. श्री हरीश एवं उज्ज्वला अड्डिगा, धम्मविजय विपश्यना केंद्र के केंद्र-आचार्य
3. Miss Kasira Billamas, Thailand
4. Miss Kanchana Sudkornrayuth, Thailand

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

1. श्री संजीव कुमार, कपूरथला, पंजाब
2. डॉ. मेलवीन, गोवा
3. श्रीमती बेरनी डिसूजा, गोवा
4. सुश्री शुभ्रा कुलश्रेष्ठ, नागपुर
5. श्री प्रकाश चांदेकर, नागपुर
6. श्री देवेंद्र नारायण द्विवेदी, बिलासपुर
7-8. श्री उदय किरन एवं श्रीमती आदर्श राव कल्लूरी, बंगलूरू
9. कु. रेवती निंगीशेट्टी, हैदराबाद
10-11. श्री कांथाराव एवं श्रीमती रजनी उप्पला, बंगलूरू
12. श्रीमती स्मिता एम. गंगानी, मोरवी
13. श्री जयंत शेट्टी, कर्नाटक
14-15 श्री रवि एवं श्रीमती सुप्रिया वाकोडे, बुलढाना, महाराष्ट्र
16. Bhikkhuni Thai Anh-Thu Nguyen, USA
17. Mrs. Sopanha Phang, France/ Cambodia

बाल-शिविर शिक्षक

1. सुश्री रितु गिरीश खेतवानी, क्षेत्रीय बाल शिविर संयोजक, मुंबई क्षेत्र
2. श्री मनीष पारेख, क्षेत्रीय बाल शिविर संयोजक, मुंबई क्षेत्र
3. श्रीमती परवीन जगदीश दिगवाल, मुंबई
4. श्री संजय भोसले, मुंबई
5. श्री सुधाकर मुरलीधर पाटील, मुंबई
6. श्री मितेश शाह, सुरेंद्रनगर, गुजरात
7. Ms Cyrille Willemsen, Belgium
8. Ms. Sudarat Jiamyangyuen, Thailand

• रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

विपश्यना का स्वर्ण जयन्ती समारोह सानंद संपन्न

विपश्यना की 50 वीं वर्षगांठ पर 15-16 दिसंबर, 2019 को पगोडा पर आयोजित समापन समारोह सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। इस समारोह में लगभग 9000 लोगों ने भाग लिया। अनेक धर्मसेवकों ने अथक परिश्रम करते हुए आयोजन को कुशलतापूर्वक सफल बनाया। सभी कार्यक्रम सीधे टीवी पर प्रसारित किये गये। सामूहिक साधना, कुछ अनुभव आदि कार्यक्रमों के साथ इसमें दो फिल्में दिखायी गयीं, जो यू-ट्यूब पर निम्न लिंक्स पर उपलब्ध हैं:--

Vipassana Films- YouTube पर:-

Buddha Relics at Pagoda- https://youtu.be/mDlq721YGw0

Rise of Dhamma Eng https://youtu.be/Dj2Lqg7FUak,

Hin https://youtu.be/QgknbnMyJBs

निर्माणाधीन केंद्र- धम्म मधुवन, श्री गंगानगर

राजस्थान के श्रीगंगानगर जिले में एक नये विपश्यना केंद्र का निर्माणकार्य चल रहा है। केन्द्र के लिए आवश्यक जमीन 12 बीघे (7.5 एकड़ यानी, 3 हैक्टेयर) की खरीद नवनिर्मित विपश्यना ट्रस्ट के द्वारा की गयी है। 120 साधकों की सुख-सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए केंद्र का निर्माण करने की योजना है। तदनुसार धम्म-हॉल आदि का त्वरित निर्माण किया जाना है। केंद्र में जमीन की तारबंदी, पानी संग्रहण की टंकी, गोदाम और चौकीदार के लिए कमरे का निर्माण पूरा हो चुका है। पुराने साधक अगर चाहें तो इस पुनीत कार्य में सहयोगी बनकर अपनी पारमिताएं अर्जित कर सकते हैं।

'विपश्यना ट्रस्ट श्री गंगानगर', पूरा पता :- गाँव 7-A छोटी, पदमपुरा रोड, श्री गंगानगर, राजस्थान. बैंक विवरण:- HDFC Bank, Bank A/c # 50200030108235, HDFC0000505, सम्पर्क सूत्र:- +91-9314510116 (श्री राम प्रकाश सिंघल), 9414225425, 9413377064 (श्री बाबू लाल नारंग).

नौसेना अधिकारियों को धर्मलाभ

1. भारतीय नवसेना, वालसूरा, गुजरात के अधिकारियों को विपश्यना परिचय और आनापान का लाभ मिला- कुल 1100 नेवी के अधिकारियों और नाविकों में उनके परिवार के महिला-पुरुष आदि सभी थे। यह कार्यक्रम दो दिन तक पांच सत्रों में चला। प्रसन्नता की बात है कि एक नेवी कमांडर और एक सब-मरीन पायलट विपश्यी साधक थे।

2. अंडमन और निकोबार द्वीप के पोर्ट ब्लेयर के लेफ्टीनेंट गवर्नर (अवकाशप्राप्त) और प्रथम महिला को राजभवन में विपश्यना परिचय और मिनी आनापान का लाभ मिला। इससे प्रभावित होकर गवर्नर के निवेदन पर टाऊनहॉल में राजभवन के कर्मचारी, आईएएस, आईपीएस, प्रथम श्रेणी के अधिकारी कर्मचारी आदि 210 लोगों को इसकी जानकारी और आनापान दी गयी। यह कार्यक्रम 2 घंटे से अधिक चला। तत्पश्चात प्रश्नोत्तर भी हुए।

इसके बाद 3 दिन तक हाईस्कूल और स्कूल में भी आनापान का कार्यक्रम हुआ, जिसमें 800 बच्चों और टीचर्स ने भाग लिया। सभी स्कूल कार्यक्रमों में वहां की प्रथम महिला भी उपस्थित थीं। गवर्नर जी ने सभी कर्मचारियों को 10 दिन की सवैतनिक अवकाश के साथ 10-दिवसीय शिविर में भाग लेने के लिए भी प्रोत्साहित किया। मंगल हो!

ग्लोबल पगोडा में प्रतिदिन एक-दिवसीय शिविर एवं वर्ष के विशेष महाशिविर

रविवार 10 मई, बुद्ध-पूर्णिमा के उपलक्ष्य में; पगोडा में उक्त महाशिविरों का आयोजन होगा तथा **हर रोज एक-दिवसीय शिविर** चलते रहेंगे, जिनमें शामिल होने के लिए कृपया अपनी बुकिंग अवश्य करायें और सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं। **समयः** प्रातः11 बजे से अपराह्न 4 बजे तक। 3 से 4 बजे के प्रवचन में बिना साधना किये लोग भी बैठ सकते हैं। बुकिंग हेतु कृपया निम्न फोन नंबरों पर फोन करें अथवा निम्न लिंक पर सीधे बुक करें। **संपर्क:** 022-28451170, 022-62427544- Extn. no. 9, 82918 94644. (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक)
Online Regn: http://oneday.globalpagoda.org/register

दोहे धर्म के

बुद्ध सदा ही बुद्ध है, हिंदू बौद्ध न होय।
शुद्ध बोधि जिसको जगे, शुद्ध बुद्ध है सोय॥

धर्म न हिंदू बौद्ध है, धर्म न मुस्लिम जैन।
धर्म चित्त की शुद्धता, धर्म शांति सुख चैन॥

हिंदू मुस्लिम पारसी, बौद्ध इसाई जैन।
मैले मन दुखिया रहे, कहां नाम में चैन?

हिंदू हूं ना बौद्ध हूं, मुस्लिम हूं ना जैन।
शुद्ध धरम का पथिक हूं, सुखी रहूं दिन रैन॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड
8, 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

चित रो मैल उतार ले, जो चावै चित चैन।
मैल रह्यां दुख ही रवै, बौद्ध हुवै या जैन॥

सदा रवै सद्भावना, द्वेस सदा ही दूर।
बौद्ध बणूं या न बणूं, मानव बणूं जरूर॥

बौद्ध कहायां के मिलै? सधै न कोई काम।
बोधि जगावै चिणख सी, हुवै सुखद परिणाम॥

हिन्दू बौद्ध क' जैन हो, फरक पड़ै ना कोय।
पूजन बंदन संत रो, सदा मांगळिक होय॥

मोरया ट्रेडिंग कंपनी
सर्वो स्टॉकिस्ट-इंडियन ऑईल, 74, सुरेशदादा जैन शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, एन.एच.6, अजिंठा चौक, जलगांव - 425 003, फोन. नं. 0257-2210372, 2212877
मोबा.09423187301, Email: morolium_jal@yahoo.co.in
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 : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकाफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2563, पौष पूर्णिमा, 10 जनवरी, 2020

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US $ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US $ 100. "विपश्यना" रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.) (फुटकर बिक्री नहीं होती)

DATE OF PRINTING: 26 DECEMBER, 2019, DATE OF PUBLICATION: 10 JANUARY, 2020

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086,
244144, 244440.
Email: vri_admin@vridhamma.org;
course booking: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org