Return of Dhamma
Celebrating 50 Golden Years 1969-2019
VIPASSANA MEDITATION
As taught by S.N. Goenka in the tradition of Sayagyi U Ba Khin

विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष 2563, आश्विन पूर्णिमा, 13 अक्टूबर, 2019, वर्ष 49, अंक 4

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

धम्मवाणी

कायेन संवरो साधु, साधु वाचाय संवरो।
मनसा संवरो साधु, साधु सब्बत्थ संवरो।
सब्बत्थ संवुतो भिक्खु, सब्बदुक्खा पमुच्चति॥
धम्मपद-361, भिक्खुवग्गो

– काय (शरीर) का संवर अच्छा है, अच्छा है वाणी का संवर। मन का संवर अच्छा है, अच्छा है सर्वत्र (इंद्रियों का) संवर। सर्वत्र संवर-प्राप्त भिक्षु (साधक) सारे दु:खों से मुक्त हो जाता है।

उद्बोधन!

मेरे प्यारे साधक/साधिकाओ!

आओ, विपश्यना द्वारा मन का संवर करना सीखें! बड़ा मंगलदायी है मन का संवर!

संवर होगा तो ही मन सँवरेगा, सुधरेगा, स्वच्छ होगा। तो ही मानसिक दुराचरण से बच सकेंगे। तो ही मानसिक सदाचरण में लग सकेंगे। तो ही वाचिक और कायिक दुराचरण से बच सकेंगे। तो ही वाचिक और कायिक सदाचरण में लग सकेंगे।

मन का संवर नहीं होता तो मन की गहराइयों में समायी हुई संस्कार-ग्रंथियों की निर्जरा नहीं होती, उनका उपशमन नहीं होता, उनका विमोचन नहीं होता, उनसे विमुक्ति नहीं होती। कर्म-संस्कारों का संचित पुंज मन को अपने सहज निर्मल स्वभाव में स्थित नहीं होने देता।

कर्म-संस्कार अज्ञान की ही उपज हैं और अज्ञान भी कर्म-संस्कारों से ही घनीभूत होता है। यह घनीभूत अज्ञान ही हमें यथाभूत दर्शन नहीं करने देता। जो अनित्य है उसकी अनित्यता का दर्शन नहीं करने देता, उसके प्रति नित्यता का भ्रम पैदा करते रहता है। बौद्धिक स्तर पर सैद्धांतिक स्तर पर हजार अनित्यता को स्वीकारते रहें, पर यथार्थ के स्तर पर तो सदा नित्य भाव में ही आबद्ध रहते हैं।

जीवन में जब कभी मनचाही स्थिति पैदा होती है, धन-दौलत, पद-प्रतिष्ठा, सत्ता-शक्ति उपलब्ध होती है तब उसे नित्य मानकर ही ऐसे अंधेपन का बरताव करने लगते हैं जो कि स्वपीड़न और परपीड़न का कारण बनता है। गर्व घमंड की स्टीम से भरे अंधे रोलर की तरह सबकी सुख-शांति कुचलते चलते हैं। जरा भी होश नहीं रहता कि यह स्थिति सदा रहने वाली नहीं है।

और फिर प्रकृति के नियमों के अनुसार वह मनचाही स्थिति देर-सबेर नष्ट होती है और उसके विनष्ट होने पर अनचाही स्थिति उत्पन्न होती है तो फिर अज्ञान का अंधापन आ घेरता है। इसी अंधेपन के कारण ही उस दु:खद स्थिति को भी नित्य ही मान बैठते हैं और उदासी, निराशा, कुंठा, हीन-भावना, चिड़चिड़ाहट, उद्विग्नता, दुश्चिंता आदि में आकंठ डूब जाते हैं। जरा भी होश नहीं रहता कि यह स्थिति भी तो सदा रहने वाली नहीं है।

स्थिति चाहे सुखद आए या दु:खद, जहां अंधेपन में डूबकर उसे नित्य मानने लगते हैं, वहां मन का संतुलन खो बैठते हैं, मन की निर्मलता खो बैठते हैं, मन की सुख-शांति खो बैठते हैं। दोनों ही अवस्था में विविध दुराचरण करते हैं और अपने दुखों का स्वयं संवर्धन करते हैं।

जागरूकता का अभ्यास करते हुए मन का संवर करेंगे तो दुख-संवर्धन करने वाली इस अज्ञानजन्य प्रमत्त अवस्था से शनै: शनै: छुटकारा पाते जायेंगे। सभी क्लेशों के, आस्रवों के, कषायों के, कर्म-कलुषता के बंधन से मुक्त होते जायँगे। दु:खों से छुटकारा पाते जायँगे। दु:ख-बंधन और दु:ख-निरोध का यह नैसर्गिक नियम सब पर ही लागू होता है। चाहे कोई अपने आप को बौद्ध कहे या जैन या अन्य कुछ। इस नामकरण के भेद से कुछ भी तो अंतर नहीं पड़ता।

अत: साधको! आओ, प्रकृति के इस अटूट नियम को समझते हुए विपश्यना द्वारा मन का संवर करें। सचमुच बड़ा मंगलदायी है मन का संवर!!

(विपश्यना पत्रिका वर्ष-4, अंक 8, 27-01-1975 से साभार)

पूज्य गुरुजी और पूज्य माताजी ने भारत के बाहर का पहला शिविर फ्रांस में 1 से 11 जुलाई, 1979 तक लगाया, तत्पश्चात विदा होते हुए साधकों के साथ प्रसन्नता के क्षण।

पूज्य गुरुदेव की मैत्री और 'मन के संवर' का एक जीता जागता उदाहरण नीचे लिखे लेख में स्पष्ट झलकता है:--

पूज्य गुरुजी से जुड़ी कुछ यादें

– कर्क एवं रीनेट ब्राउन, यू. के.

जो भी सौभाग्यशाली व्यक्ति पूज्य गुरुजी और धम्म-माताजी के संपर्क में आया, उस पर उनका बहुत गहरा प्रभाव पड़ा और आज भी कायम है।

हम उन्हें व्यक्तिगत रूप से मिले हों या न मिले हों, किंतु उनकी शिक्षा और टेप्स की रिकॉर्डिंग अमूल्य निधि के रूप में हमारे पास है और वही सर्वोपरि है। वही हमारे लिए उनसे मिलने का सही मार्ग है।

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

अब जब वे हमारे बीच नहीं हैं तो नए-नए साधकगण जिनका गुरुजी से संपर्क नहीं हुआ, उनकी प्रबल जिज्ञासा होती है और वे पूछते हैं कि गुरुजी कैसे थे? अरे, वे तो उत्कृष्ट व प्रखर व्यक्तित्व धारण किये हुए धम्म-ऊर्जा से परिपूर्ण, हमारे लिए धर्मबीज स्वरूप सर्वत्र हैं।

कुछ लोग पूछते हैं कि क्या यह व्यक्ति सचमुच ऐसा ही था, जैसा हमें प्रवचनों में दिखाई देता है?

"हां", हमारा सटीक-सा जवाब होता है। और सच भी है– यह हँसमुख प्रेमभरा मधुर व्यक्तित्व वाला व्यक्ति वैसा ही है। एक महान कारुणिक, अपूर्व शांति और सुरक्षा की भावना से भरपूर, औरों में धर्म के प्रति आस्था जागृत कर पाने की क्षमता रखने वाला व्यक्ति वैसा ही है जैसा हमें वीडियो के माध्यम से दिखायी देता है। सचमुच वैसा ही है।

उनकी शिक्षा में हमें सब कुछ मिल जाता है। उनके पीछे-पीछे दौड़ने की जरूरत कभी महसूस नहीं हुई। हमारा पहला शिविर सन 1976 में उनके टेप के माध्यम से ही संचालित हुआ था, मगर उनका आभास सतत बना रहा और तब से ही वे हमारे मार्गदर्शक बन गए। हालांकि यह हमारा सौभाग्य है कि जब वे 1979 में ब्रिटेन आए तब उनसे मिलना संभव हो सका। उसके बाद तो उनसे कई मुलाकातें हुईं– जब भी हम लंबे शिविरों के लिए भारत आते अथवा जब वे विदेश की यात्रा पर आते। अब जब याद करते हैं तब अपना बहुत बड़ा सौभाग्य मानते हैं कि उनके साथ रहकर एक सेवक के रूप में शिविरों में योगदान देने का मौका मिला और बाद में शिविर-संचालन में सहायक आचार्य के रूप में। यद्यपि हमारे जीवन पर उनका बहुत गहरा प्रभाव था, परंतु उनकी छोटी-छोटी वे बातें जो वे कहते अथवा करते थे, उनके व्यक्तित्व को विशेष उजागर करती हैं और उनसे हमें बहुत बड़ी सीख मिलती है।

एक दिन हमने उनसे सयाजी ऊ बा खिन के बारे में पूछ लिया। हमें याद नहीं कि उन्होंने उस वक्त क्या कहा था परंतु इतना जरूर याद है कि उनकी नजरें कहीं खोई हुई यादों में समा गईं । हम टकटकी लगाए उन्हें देख रहे थे और ऐसा लगा मानो उनकी आंखें अपनी ही गहराइयों में पैठ गईं और उनमें प्रतिबिंबित हुआ उनका अपने गुरुजी के प्रति गहन श्रद्धा व आभार का भाव। कभी-कभी मात्र एक नजर हजार शब्दों से भी अधिक कह जाती है। वही नजर हमें गुरुओं की उस शृंखला से जोड़ देती है जो बुद्ध पर जाकर टिक जाती है।

गुरुजी एक ऐसी अचल अकंपित शक्ति लिए हुए थे जिसके कारण वे अनेक कठिनाइयों में भी अडिग रहे। उनका व्यवहार सभी के साथ एक-सा ही रहता था, फिर सामने वाला व्यक्ति चाहे किसी भी समाज या परिवेश का क्यों न हो। और तो और, सामने वाले का व्यवहार भी गुरुजी के प्रति कैसा भी क्यों न हो, परंतु गुरुजी का व्यवहार कभी नहीं बदलता था।

प्रारंभिक समय की बात है। सन 1981 में ब्रिटेन में धम्मकक्ष के लिए एक बड़ा सामियाना (टेंट) लगाया गया था। शाम का समय था, पांचवे दिन का प्रवचन चल रहा था। बीच में ही एक साधक तेजी से पैर पटकता हुआ, हाथ हिलाता हुआ, धम्मसीट की ओर आता हुआ दिखाई दिया। वह गुरुजी पर जोर-जोर से चिल्लाने लगा। सेवक और व्यवस्थापक खड़े हो गए। मगर वह व्यक्ति किसी तरह रुक नहीं रहा था और गुरु जी को बुरा-भला कहता रहा।

गुरुजी मुस्कराये। चेहरा बिल्कुल शांत था। उन्होंने उस व्यक्ति को बैठने का इशारा किया, पर वह टस से मस नहीं हुआ, बल्कि गुरुजी की ओर पीठ करके खड़ा हो गया और हाल में बैठे लोगों से कहने लगा– "आप सभी लोग मिलकर विद्रोह करें।" गुरुजी शांति से मुस्कुराते हुए बैठे रहे। आखिरकार वह व्यक्ति आगे बढ़ा और जिस गति से आया था, उसी गति से पैर पटकता हुआ हाल के बाहर जाने लगा। जाते-जाते उसने रेनेट के पीछे बैठी अपनी प्रेमिका से पूछा, मैं जा रहा हूं, क्या तुम मेरे साथ चल रही हो..? उस लड़की ने जवाब दिया 'नहीं'। अंततः वह उसी गति से शिविर छोड़कर चला गया।

निश्चित रूप से यह घटना अन्य साधकों के लिए अप्रिय और परेशानी पैदा करने वाली थी। कुछ लोग अस्थिर भी दिखे। किसी ने प्रश्न किया, गुरुजी अब क्या करेंगे?

गुरुजी क्या करेंगे, कुछ भी तो नहीं। उनके और माताजी के कारुणिक चेहरे पर मुस्कान बरकरार थी और व्यवधान से जो प्रवचन रुका हुआ था, उसे फिर वहीं से शुरू कर दिया। प्रवचन ने ऐसी गति पकड़ी मानो कुछ हुआ ही नहीं था।

उस शिविर के दौरान एक सेवक प्रवचनों की रिकॉर्डिंग कर रहा था और उस जमाने की प्रचलित बहुत बड़ी टेप का इस्तेमाल कर रहा था। टेप में वह तथाकथित घटना भी रिकॉर्ड हो गई। बाद में वह सेवक उसे काट कर, ठीक करके दिखाना चाहता था जहां पर उसने बरसना शुरू किया था। और ऐसा करना मुमकिन भी था क्योंकि गुरुजी ने ठीक वहीं पर से प्रवचन की डोर थामी थी, जहां पर यह व्यवधान आया था। मानो कुछ हुआ ही नहीं। इतना समताभरा नियंत्रित मानस!

और बात यहीं खत्म नहीं हुई। यह शिविर खेतों के बीच एक किसान के निवास-स्थल पर लगा हुआ था जिसमें अनाज का भंडारण होता था। कई छोटे-बड़े कमरे थे जो समूह में जुड़े हुए थे। ऊपर के एक कमरे में रेनेट सोई हुई थी और उसकी बगल में सोई थी उस विक्षिप्त व्यक्ति की प्रेमिका। रेनेट अभी अर्ध जागृत अवस्था में ही थी कि उसने सुना एक सेविका धीमे कदमों से ऊपर आई और उस लड़की के कानों में फुसफुसाई– गुरुजी जानना चाहते हैं कि तुम्हारे मित्र का नाम क्या है? ताकि वे उसे मैत्री दे सकें।

1980 के दशक में अगले 4 वर्षों तक गर्मियों में ब्रिटेन में गुरुजी के बड़े-बड़े शिविर लगे, जिनमें भाग लेने हेतु पूरे यूरोप से लोग आए। अब याद करत हैं तो उस समय की कई घटनाएं मानस पटल पर उभर कर आती हैं। शिविर का चौथा दिवस था। अभी-अभी गुरुजी ने साधकों को विपश्यना देते हुए सिर के सिरे पर जाने का अनुदेश दिया था, ठीक उसी समय एक भयंकर गर्जना के साथ बादल गरजने लगे और सारी बत्तियां गुल हो गईं। मगर गुरुजी का शांत वक्तव्य अनवरत जारी रहा, मानो कुछ हुआ ही नहीं। सब ने सिर के सिरे पर तीव्र संवेदना महसूस की, मानो जिंदगी में अब कोई बड़ा बदलाव आने वाला था।

फिर कुछ दिनों बाद उसी शिविर में पीछे बैठी एक साधिका जोर-जोर से रोने लगी। तुरंत गुरु जी की माइक पर आवाज गूंजी– धर्म के मार्ग पर रोने को कोई स्थान नहीं।...

शिविर के दौरान कई हर्षभरे क्षण भी सामने आते थे। एक बार एक स्थानीय जिम्नेजियम जो कि 'धम्मकक्ष' में परिवर्तित किया गया था, वहां धम्म-सीट के पीछे दीवार में बने रोशनदान में एक बिल्ली ने बच्चों को जन्म दे दिया। दो प्यारे बिलौटे (बिल्ली के बच्चे) कौतूहलभरी आंखें खोल कर यदाकदा सिर उठाकर नीचे झांकने लगते और 'म्याऊं-म्याऊं' की हल्की आवाज करते। जब गुरुजी ध्यान-सत्र के समापन पर 'भवतु सब्ब मङ्गलं' कहते तो हम सभी साधक 'साधु-साधु-साधु' कहते हुए आश्चर्यचकित धर्म-ऊर्जा से भर उठते। इन्हीं शब्दों की गूंज में वे बिलौटे पल रहे थे। आश्चर्य नहीं कि साधकों ने उन्हें 'साधु' और 'मेत्ता' नाम देकर पाल लिया।

पूज्य गुरुजी की धर्म-ऊर्जा शक्ति अद्भुत थी। सन 1994 तक गुरुजी ने लगभग 400 शिविरों का संचालन स्वयं किया था और कई बार वह साल में 20, 30 व 45 दिन के शिविर भी संचालित किये। कई बार तो एक शिविर खत्म होता और उसी दिन दूसरा शुरू हो जाता, अथवा यात्रा के लिए एक-दो दिन निकलने के बाद होता। शिविरों के बीच भी कितनी व्यस्तता! उन दिनों साधकों के प्रश्नों के अतिरिक्त वर्षों तक सभी प्रवचन और निर्देश उन्होंने स्वयं दिये। शाम के प्रवचन भी हर रोज दो बार देते– एक बार हिंदी में और फिर अंग्रेजी में। कैसी अद्भुत कार्य क्षमता, कितनी करुणा और धर्म के प्रति कितना समर्पण भाव। मन में यही एक भाव कि

कैसे अधिक से अधिक लोगों को धर्म लाभ मिले, उनका कल्याण हो, उनका मंगल हो।

हमें याद है एक समय जब वे ब्रिटेन आए तब रेनेट ने उनसे कहा था कि सभी सेवकों ने आपके आने से पहले केंद्र को तैयार करने में अथक परिश्रम किया है। गुरुजी ने रेनेट को जवाब दिया, हां यह तो करना ही था न! लेशमात्र भी अकारण भावुकता नहीं कि बेचारे सेवक थक गए होंगे। गुरुजी के लिए अनवरत कार्य ही सर्वोपरि था। वे जानते थे कि धम्म में आगे बढ़ना है तो हम सबको मिल जुलकर मेहनत करना अनिवार्य है। यह तो उत्साह और समर्पणभाव से की गयी धर्मसेवा का एक सुनहरा मौका था– अपनी पुण्य-पारमी के घड़ों में कुछ बूंदें और भर लेने का! यह अपेक्षा नहीं कि कोई हमारा उपकार माने। वे कहते थे यदि तुम मुझे शुक्रिया कहोगे तो फिर मुझे तुम्हें शुक्रिया करना होगा और फिर तुम्हें... यह सिलसिला कभी खत्म नहीं होगा।

वे बड़ी सहजता से लोगों को सेवा के लिए उपयुक्त पद पर नियुक्त करते या सेवा का अवसर प्रदान करते थे। उदाहरणार्थ एक दिन अचानक उन्होंने हमसे कहा कि यदि तुम्हें सहायक आचार्य नियुक्त किया गया तो तुम कितने शिविरों का संचालन कर पाओगे? हम अवाक् रह गए। यह अपेक्षा नहीं थी। मगर यह बात हमारे सामने साफ़ थी कि हमें कोई खास पद के लिए नहीं चुना गया है, हम कुछ विशेष नहीं है, और न ही यह बात हमारे अहं-पोषण के लिए कही गई है। बल्कि गुरुजी मात्र यह जानना चाहते हैं कि हम उनके साथ धर्म के इस कार्य में कितना योगदान दे सकेंगे?

हमसे उन्होंने पूछा नहीं था कि तुम सेवा देना चाहते हो क्या? यह एक सहज प्रस्ताव था जो इस बात को दर्शा रहा था कि वह हमारे संपूर्ण समर्पण भाव से वाकिफ हैं और जानते हैं कि जो भी कार्य हमें सौंपा जायगा, वह हमारे लिए शिरोधार्य होगा। उनके इस अनकहे विश्वास ने हमें बहुत गहराई तक छू लिया। अब समय आ गया था जबकि धम्मबीज को दूर-दूरांत देश-प्रदेशों तक रोपा जाय।

शिविरों में तरह-तरह के लोग उनके सामने आते हैं जिनमें से कोई-कोई मानसिक रूप से असंतुलित होते हैं। एक बार फ्रांस में लगे एक शिविर में एक युवक आया जिसने परिचय पत्र में अपना परिचय लिखा था– 'मानसिक दुनिया का शोधक'। जल्द ही साफ हो गया कि उसका मन असंतुलित है और शायद शिविर पूरा न कर सके। फिर भी गुरुजी ने उसे शिविर में रखा, क्योंकि वह कुछ मित्रों के साथ दूसरे देश से आया था। गुरुजी चाहते थे कि वह अकेले यात्रा न करे, बल्कि शिविर के अंत में अपने मित्रों के साथ ही लौटे। इसीलिए उसके अजीब व्यवहार से भी अविचलित रहते। सुबह 6:30 बजे गुरुजी जब धम्महाल से मैत्री-पाठ करते हुए अपने कमरे की ओर जा रहे होते, तब वह दौड़कर उनके समीप चला जाता और हाथों में छोटा-सा जंगली फूलों व पत्तियों का गुलदस्ता, जिसे वह आसपास से इकट्ठा किया होता, उन्हें देने की कोशिश करता। पर गुरुजी अपना मैत्री-पाठ जारी रखते हुए आगे बढ़ जाते। कुछ समय बाद व्यवस्थापक ने आकर सूचना दी वह साधक शिविर छोड़कर चला गया। गुरुजी मुस्कुराये और कहा, ठीक है हम तो धर्म को उन्मुक्त हाथ से बांटते हैं, और यह परवाह नहीं करते कि किसने ग्रहण किया और कौन खाली हाथ चला गया। उनका इस संपूर्ण प्रक्रिया में रंचमात्र भी कोई निहित स्वार्थ नहीं था। भविष्य में जब हमने शिविर-संचालन का कार्यभार संभाला तब ऐसी परिस्थिति से कैसे निपटना, इसका उदाहरण हमारे सामने था। उनके साथ बिताए हुए एक-एक पल अनमोल हैं। हमारे लिए वे हमेशा से समूर्त धर्म स्वरूप रहे और रहेंगे।

हमारी आखिरी भेंट एक अमिट याद की भांति हमारे साथ है। सन 2012 के वार्षिक अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में करीब 500 सहायक आचार्य आदि को उन्होंने खासतौर पर एकत्रित किया था। पता नहीं सब लोग यह महसूस कर सके थे या नहीं कि यह एक ऐतिहासिक मीटिंग होगी और यह उनका अंतिम उद्बोधन होगा। परंतु वे हम सभी को अंतिम बार अपनी बात कह देना चाहते थे कि संस्था का अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर क्या स्वरूप हो, उसकी वे व्याख्या करना चाहते थे। वे सहायक आचार्य व आचार्यों के प्रश्नों का अंतिम जवाब देना चाहते थे। मुझे खूब याद है कि वर्षों के अथक परिश्रम से थकी हुई काया शायद किसी आंतरिक शक्ति से ही बची हुई थी, पर मानस तो वही तीक्ष्णता लिए हुए, मैत्री से भरपूर था।

अभी-अभी उनका हिंदी में एक लंबा प्रवचन समाप्त हुआ था और कुछ प्रश्नों के जवाब दिये थे। इतने में किसी ने कहा कि कृपया अंग्रेजी में भी कुछ कहें तो उनके चेहरे पर से थकान की एक परछाई गुजर गई, मगर उन्होंने अंग्रेजी में एक छोटा-सा प्रवचन अवश्य दिया।

इन सबके बीच उनकी हास्य वृत्ति सदैव बरकरार रही। वर्षों तक यह कहने के बाद भी कि शुक्रिया कहने की जरूरत नहीं होती, उन्होंने आज मजाक में कहा— "अब मेरा शुक्रिया अदा करो!"

यद्यपि वे यह जानते थे कि हम हजार शुक्रिया कहें, मगर किसी भी प्रकार से हम हमारे धर्म-पिता का ऋण नहीं चुका सकते। बस एक ही तरीका है और वह है उनके बताए धर्म-मार्ग पर चलने का, और मुक्तहस्त से सेवा देते रहने का, ताकि उनके चलाए हुए धर्म अभियान को और गति मिले। केवल शुक्रिया कह देना काफी नहीं है। हर 10-दिवसीय शिविर के अंत में जिस गुरु-दक्षिणा दिये जाने की बात वे करते हैं वह यही है कि अनवरत अभ्यास जारी रहे एवं हरएक प्राणी को मैत्री से आप्लावित करने की कोशिश होती रहे। हर एक प्राणी में एक प्राणी वे भी हैं। उनको भी मैत्री मिलेगी। कितनी अद्भुत कहानी ऐसे धर्म-पिता की, जिनके हम सदैव ऋणी रहेंगे।

सब का मंगल हो!

(अंग्रेजी लेख से अनूदित)

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 **संपर्क:** 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, मिस. हर्षिता ब्रम्हणकर: ८८३०१६६२४६.

धम्मालय-2 (आवास-गृह) का निर्माण कार्य

पगोडा परिसर में 'एक दिवसीय' महाशिविरों में दूर से आने वाले साधकों तथा धर्मसेवकों के लिए रात्रि-विश्राम की निःशुल्क सुविधा हेतु "धम्मालय-2" आवास-गृह का निर्माण कार्य होगा। जो भी साधक-साधिका इस पुण्यकार्य में भागीदार होना चाहें, वे कृपया उपरोक्त (GVF) के पते पर संपर्क करें।

मंगल मृत्यु

जयसिंगपुर के सहायक आचार्य श्री नरेंद्र बापू कडगे 62 वर्ष की उम्र में धम्मालय, कोल्हापुर के विपश्यना केंद्र में 20 दिवसीय शिविर में थे। 1 सितंबर, 2019 को 11-30 बजे उनके निवास में ही शांतिपूर्वक उनका शरीर शांत हो गया। शिविर के किसी व्यक्ति को बाधा नहीं हुई। उनकी भावी जीवन-यात्रा धर्ममय हो, इस निमित्त हम सब की मंगल मैत्री।

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1. श्री गौतम गोस्वामी, गुजरात में सहायक आचार्य प्रशिक्षण कार्य में ATC (क्षेत्रीय प्रशिक्षण समन्वयक) की सहायता करना.

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

1. श्रीमती मिंगमा डोमा लेप्चा, सिक्किम
2. श्रीमती ओके सोनम जलजोर, गंगटोक, सिक्किम
3. श्री जीत बहादुर गुरुंग, नेपाल
4. श्री फुनरू शेरपा, नेपाल
5. श्री टिकाराम अधिकारी, नेपाल
6. श्री खदानंद पौड़वाल, नेपाल

बाल-शिविर शिक्षक

1. श्रीमती. संध्या पी. ओके, नालासोपारा
2. डॉ. ज्योति धवल वैष्णव, बड़ौदा
3. Mr Thomas Chatenet, France
4. Ms Juliette Gosset, France
5. Mrs Milka Calmejane, France
6. Mr Jonathan Clark,Italy
7. Miss. Vibolen Long, Cambodia
8. Mrs. Bunna Pok, Cambodia
9. Mr. Sengleap Ros, Cambodia
10. Mr. Bonthorn Heng, Cambodia

"धम्म के 50 साल" पर्व पर 15-16 दिसंबर, 2019 को ग्लोबल विपश्यना पगोडा पर समापन कार्यक्रम

जैसा कि आप सभी जानते हैं भारत में विपश्यना के 50वें (स्वर्णिम) वर्ष में अनेक कार्यक्रम आयोजित होते रहे हैं। इसी क्रम में इस वर्ष की समाप्ति पर आगामी **15-16 दिसम्बर, 2019** को 'विश्व विपश्यना पगोडा' परिसर में एक विशाल कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है।

इस कार्यक्रम का लक्ष्य जहां एक ओर सारे विश्व के विपश्यी साधकों को एक स्थान पर, एक साथ ला कर सामूहिक साधना व मैत्री के साथ धर्म में अधिक पुष्ट होने के लिए है, वहीं दूसरी ओर साथ मिलकर गत पचास वर्षों के हमारे अनुभव और आने वाले पचास वर्षों के लिए हमारी दूरदृष्टि की रूपरेखा तैयार करना भी है। इस दो-दिवसीय कार्यक्रम में भगवान बुद्ध की देन विपश्यना, और उनके उपदेशों पर धर्म चर्चा की जायगी, साथ ही कुछ पुराने साधकों द्वारा गुरुजी के सान्निध्य में धर्म-कार्य करते समय की कुछ स्मृतियां दिखायी जायँगी।... आप सभी से निवेदन है कि इस कार्यक्रम में अवश्य पधारें। आने के पूर्व पंजीकरण कराने की व्यवस्था निम्न प्रकार से होगीः--

WhatsApp- 82918 94644; SMS- 82918 94645 या Website: http://registration.globalpagoda.org/registration/

विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ "सेंचुरीज कॉर्पस फंड"

'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' के दैनिक खर्च को संभालने के लिए पूज्य गुरुजी के निर्देशन में एक **'सेंचुरीज कार्पस फंड'** की नींव डाली जा चुकी है। उनके इस महान संकल्प को परिपूर्ण करने के लिए **'ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन'** (GVF) ने हिसाब लगाया कि यदि 8760 लोग, प्रत्येक व्यक्ति रु. 1,42,694/-, एक वर्ष के अंदर जमा कर दें, तो 125 करोड़ रु. हो जायँगे और उसके मासिक ब्याज से यह खर्च पूरा होने लगेगा। कोई एक साथ नहीं जमा कर सके तो किस्तों में भी जमा कर सकते हैं। (*अनेक लोगों ने पैसे जमा करा दिये हैं और विश्वास है शीघ्र ही यह कार्य पूरा हो जायगा।*)

साधक तथा साधकेतर सभी दानियों को सहस्राब्दियों तक अपनी धर्मदान की पारमी बढ़ाने का यह एक सुखद सुअवसर है। अधिक जानकारी तथा निधि भेजने हेतु **संपर्कः**-- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, A/c. Office: 022-62427512 / 62427510; **Email**-- audits@globalpagoda.org; **Bank Details:** 'Global Vipassana Foundation' (GVF), Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments, Timber Estate, Malad (W), Mumbai - 400064, Branch - Malad (W). Bank A/c No.- 911010032397802; IFSC No.- UTIB0000062; Swift code: AXIS-INBB062.

पगोडा पर संघदान का आयोजन

रविवार, 15 दिसंबर, 2019 को 50 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में, तथा **रविवार, 12 जनवरी,** 2020 को पूज्य माताजी एवं सयाजी ऊ बा खिन की पुण्य-तिथियों के उपलक्ष्य में, संघदानों का आयोजन प्रातः 9 बजे से निश्चित है। जो भी साधक-साधिकाएं इस पुण्यवर्धक दान-कार्य में भाग लेना चाहते हों, वे कृपया निम्न नाम-पते पर संपर्क करें- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, or फोनः 022- 62427512 (9:30AM to 5:30PM), Email: audits@globalpagoda.org

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

रविवार, 12 जनवरी, 2020 को पूज्य माताजी एवं सयाजी ऊ बा खिन की पुण्य-तिथियों के उपलक्ष्य में; **रविवार 10 मई, बुद्ध-पूर्णिमा** के उपलक्ष्य में; पगोडा में उक्त महाशिविरों का आयोजन होगा तथा **हर रोज एक-दिवसीय शिविर** होंगे, जिनमें शामिल होने के लिए कृपया अपनी बुकिंग अवश्य करायें और सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं। **समयः** प्रातः 11 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। **संपर्कः** 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

सम्यक दर्शन ज्ञान से, अंतर संवर होय।
नए कर्म बांधे नहीं, क्षीण पुरातन होंय॥

साधक हो संवर करे, स्वतः निर्जरा होय।
यथाभूत दर्शन करे, ग्रंथि विमोचन होय॥

नई न बांधें ग्रंथियां, क्षीण पुरातन होंय।
संवर करना सीख ले, स्वयं निर्जरा होय॥

दुखियारों को देख कर, करुणा जगे अपार।
मन अनुकंपा से भरे, तो ही ब्रह्मविहार॥

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

जगै काय संवेदना, चित समता ना खोय।
अंतर मन संवर करै, करम निरजरा होय॥

पतझड़ आयो देख कर, रोवै धाड़ां मार।
धीरज रख रै आवसी, फेर बसंत बहार॥

सावण भादौ झड़ लगी, हर्यो हुयो संसार।
मत फूलै रै बावळा! रवै न सतत बहार॥

संपद मँह वा विपद मँह, छुटै न संत सुभाव।
जळ तातो सीतो हुवै, देवै आग बुझाय॥

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, आश्विन पूर्णिमा, 13 अक्टूबर, 2019

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.)

DATE OF PRINTING: 24 SEPTEMBER, 2019, DATE OF PUBLICATION: 13 OCTOBER, 2019

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