साधकों का
मासिक प्रेरणा

वार्षिक शुल्क रु. 30/-
आजीवन शुल्क रु. 500/-

बुद्धवर्ष 2553, आश्विन पूर्णिमा, ४ अक्टूबर, 2009 वर्ष 39 अंक 4

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

धम्मवाणी

तत्राभिरतिमिच्छेय्य, हित्वा कामे अकिञ्चनो।
परियोदपेय्य अत्तानं, चित्तक्लेसेहि पण्डितो॥

धम्मपद- ८८, पण्डितवग्गो

कामनाओं को त्याग कर अकिंचन (बना हुआ व्यक्ति) वहीं (उसी अवस्था में) रमण करने की इच्छा करे। समझदार (व्यक्ति) (पांच नीवरणरूपी) चित्त-मलों से अपने आपको परिशुद्ध करे।

[बुद्धजीवन-चित्रावली]

[बुद्धजीवन-चित्रावली के सभी चित्र बन कर तैयार हो गये हैं। फ्रेमिंग के बाद इन्हें आर्टगैलरी में यथास्थान सजाया जायगा। (बुद्धकालीन ऐतिहासिक घटनाओं की ये चित्रकथाएं इस बात को सिद्ध करेंगी कि बुद्ध ने लोगों को सही माने में प्रज्ञा में स्थित होना सिखाया। स्थितप्रज्ञ **'ठितपञ्ञो'** *होने की ही शिक्षा दी। किसी एक व्यक्ति को भी* **'बौद्ध'** *नहीं बनाया, बल्कि धार्मिक बनाया। पूरे तिपिटक में 'बौद्ध' शब्द ढूंढने से भी नहीं मिलता। जो मिलता है वह –* **'धम्मी, धम्मिको, धम्मट्ठो, धम्मचारी, धम्मविहारी'** *.. आदि ही मिलते हैं। उन्होंने शील, समाधि और प्रज्ञा द्वारा विपश्यना का अभ्यास करना सिखाया। वे स्वयं प्रज्ञा में स्थित हुए और उनके बताये मार्ग पर चलने वाले लोग किस प्रकार प्रज्ञा में स्थित हुए – ये बातें इन चित्रों और चित्रकथाओं में स्पष्ट रूप से दर्शायी गयी हैं।)*

*संक्षिप्त व्याख्या सहित इन चित्रों की वृहत् पुस्तक '***बुद्धजीवन-चित्रावली***' सजिल्द छप गयी है जो कि अधिक आकर्षक, टिकाऊ और सुंदर है। सं.]*

प्राक्कथन

क्रमशः... **उप्पज्जित्वा निरुज्झन्ति, तेसं वूपसमो सुखो।**

– उत्पाद हो-हो कर जब निरुद्ध हो जाते हैं तब उन कर्मसंस्कारों के उपशमन का सुख अनुभव होता है।

साधक जब विपश्यना द्वारा अधोगति के संस्कारों से सर्वथा मुक्त हो जाता है तब अनित्य स्वभाव वाली संवेदनाओं को देखते-देखते पहली बार उसे नित्य, शाश्वत, ध्रुव स्वभाव वाली तरंगातीत निर्वाण की अनुभूति होती है। यह नितांत भवविमुक्ति की प्राथमिक अवस्था है। इसे स्रोतापन्न अवस्था कहते हैं। यानी, साधक नितांत भवविमुक्ति के स्रोत में पड़ गया। अब पूर्णतया विमुक्त होने से उसे कोई नहीं रोक सकता। अब वह ऊर्ध्वगति के अधिक से अधिक सात जन्म लेकर, पुनर्जन्म देने वाले सारे संस्कारों का क्षय कर लेता है।

विसङ्खारगतं चित्तं तण्हानं खयमज्झगा।

– चित्त सारे संस्कारों से विहीन होकर नितांत निर्मल हो जाता है।

तृष्णा के क्षय हो जाने पर नये संस्कार बनाता नहीं। उसे वह अवस्था प्राप्त हो जाती है जब कि –

खीणं पुराणं नवं नत्थि सम्भवं।

सभी पुराने संस्कार क्षीण हो गये हैं। नये बन नहीं पाते। वह व्यक्ति पुनर्जन्म से सर्वथा मुक्त, अरहंत कहलाता है।

तब वह दृढ़तापूर्वक इस सत्य की घोषणा करता है –

अयमन्तिमा जाति – यह मेरा अंतिम जन्म है।

नत्थिदानि पुनब्भवोति – अब पुनर्जन्म नहीं होगा।

– (दी०नि० १.३१, बोधिसत्तधम्मता)

यों जन्म-मरण के भव-संसरण से सर्वथा विमुक्त हो जाता है।

इन सारी अवस्थाओं को प्राप्त करने के लिए साधक को स्वयं परिश्रम-पुरुषार्थ करना होता है। कोई देवी, देवता, ब्रह्म अथवा ईश्वर मुक्ति प्रदान नहीं कर सकता। कोई सच्चा सत्गुरु होगा तो यही कहेगा – मैं मार्गदाता हूं, मुक्तिदाता नहीं। जैसे कि भगवान बुद्ध ने कहा –

तुम्हेहि किच्चमातप्पं, अक्खातारो तथागता।

– मुक्ति के लिए तपना तुम्हें ही पड़ेगा। तथागत तो केवल मार्ग आख्यात कर देते हैं।

इस मार्ग पर चलने वाला साधक कभी अंधभक्ति द्वारा किसी गुरु के चंगुल में नहीं फँसता। जान जाता है कि वह **अत्ता हि अत्तनो नाथो,** स्वयं अपना मालिक है। **अत्ता हि अत्तनो गति,** (अच्छी या बुरी) अपनी गति स्वयं बनाता है।

विपश्यना करते-करते गंभीर साधक को अपने बारे में कुछ-एक नैसर्गिक सच्चाइयां स्पष्ट होने लगती हैं।

१. एक तो यह कि जिन कुकर्मों को वह अपनी आसक्ति मान कर उनका न्यायीकरण करता आ रहा था, अब उसे स्पष्ट होने लगता है कि आसक्ति मादक पदार्थ या जूए अथवा व्यभिचार जैसे दुष्कर्मों के प्रति नहीं है, बल्कि इनके कारण जो संवेदनाएं उत्पन्न होती हैं, उनके प्रति है। अब इस साधना द्वारा इनसे संबंधित संवेदनाओं के उभरने पर उन्हें तटस्थभाव से जानते-जानते खत्म कर लेता है। तब इस प्रकार के दूषित संस्कारों के नवनिर्माण से छुटकारा पा लेता है।

२. यह सत्य भी बहुत स्पष्ट हो जाता है कि –

पुब्बे हनति अत्तानं, पच्छा हनति सो परे।

– (थेरगाथापालि १३९, वसभत्थेरगाथा)

गंभीर साधक, चाहे वह कैदी हो या अन्य कोई, यह देखता है

कि जब-जब वह मन में बदला लेने के भाव जगाता है तब-तब उसका शरीर तत्काल जलने लगता है। उसकी धड़कन बढ़ जाती है, तनाव बढ़ जाता है, वह दु:खी हो जाता है। तब वह खूब समझने लगता है कि किसी अन्य की सुख-शांति का हनन करने के पहले अज्ञानवश अपनी ही सुख-शांति का हनन करके, अपने आप को दु:खी बनाता रहता हूं।

इन सच्चाइयों की अनुभूति से स्वभाव बदलने लगता है। द्वेष-दुर्भाव जगने के स्थान पर स्नेह-सद्भाव जगने लगता है। मैत्री, करुणा से मानस भर-भर उठता है। जीवन में सुख-शांति समा जाती है। मानव जीवन सफल हो जाता है।

ऐसी है विपश्यना, स्वानुभूत सच्चाई पर आधारित, सर्वथा कल्याणकारिणी!

यही दुखियारे विश्व के लिए भगवान बुद्ध की अनमोल विरासत है।

भवतु सब्ब मङ्गलं!

स. ना. गो.

विश्व विपश्यना पगोडा के शेष निर्माण कार्य

विश्व विपश्यना पगोडा का निर्माण कार्य पूरा हुआ। इसके निर्माण में ११ वर्ष लगे और जमीन की कीमत छोड़ कर, लगभग ८० करोड़ की लागत आयी। इसमें व्यक्तिगतरूप से भारत तथा विश्व के अनेक साधकों ने भाग लेकर असीम पुण्य अर्जित किया।

विश्व के विशिष्ट और अनमोल भवनों में अनुपम यह पगोडा, जितना विशाल है उतना ही आकर्षक होना भी चाहिए। इसके लिए अभी इस क्षेत्र में बहुत काम करने शेष हैं। इसलिए चाहें तो विपश्यना से जुड़े हुए सभी लोग व्यक्तिगत रूप से तथा **सभी विपश्यना केंद्र** अपनी इच्छा एवं सामर्थ्यानुसार न्यूनाधिक भाग लेकर विपुल पुण्यार्जन के भागीदार बन सकते हैं।

वस्तुत: इस पगोडा के शेष महत्त्वपूर्ण कार्य इस प्रकार करवाने हैं: –

१. विश्व विपश्यना पगोडा का सौंदर्यीकरण

पगोडा की अलंकरण-सज्जा (आर्नामेंटल डिजाइन), केनोपी (चँदोवा) तथा खंभों आदि को सुंदर बनाना, पगोडा पर **सुनहरा रंग** लगाना, परिक्रमा-पथ पर धूप-रोधी आयातित संगमरमर लगाना आदि के लिए लगभग रु. २,००,००,०००/- (रु. दो करोड़) की लागत आंकी गयी है।

२. पगोडा का भू-दृष्य-निर्माण (लैंड-स्केपिंग)

सुंदर पगोडा-परिसर, सुंदर पार्क, **सड़कें** तथा **पुल** बनाना, पानी की पाइपलाइनें लगाने आदि महत्त्वपूर्ण कार्यों के लिए कुल रु. २,५०,००,०००/- (रु. दो करोड़, पचास लाख) की लागत का अनुमान है।

३. चित्र प्रदर्शनी कक्ष तथा स्वागत कक्ष

ऐतिहासिक **चित्र प्रदर्शनी कक्ष** तथा **स्वागत कक्ष** के लिए कुल रु. २,००,००,०००/- (रु. दो करोड़) की लागत का अनुमान है।

४. पगोडा के दक्षिण में छोटे पगोडा का निर्माण

यह छोटा पगोडा धम्मपत्तन विपश्यना केंद्र से जुड़ा है और इसके भीतर चार मंजिलों में साधना के लिए १०८ शून्यागारों (कोठरियों) का निर्माण हो रहा है। बाहर से उत्तर के छोटे पगोडा जैसा ही दिखेगा। इसके निर्माण में प्रति शून्यागार की लागत लगभग रु. १,५०,०००/- (एक लाख, पचास हजार) आंकी गयी है।

५. अतिथिशाला का निर्माण

दूर-दूर से आने वाले यात्रियों के विश्राम एवं नित्यकर्म की सुविधा हेतु अतिथिशाला का निर्माण आवश्यक है। तदर्थ दो अतिथियों के लिए वातानुकूलित, शौचालययुक्त प्रति कमरे पर लगभग रु. ६,००,०००/- (छह लाख) की लागत आयेगी।

विश्व शांति की इस महामंगल योजना में चाहें तो आप भी अपना योगदान दे सकते हैं।

ऑन लाइन दान भेजने के लिए विवरण इस प्रकार हैं-- www.globalpagoda.org/donation.aspx?parentid=6&levelid=

भारत भर में (कोर बैंकिंग) के लिए नाम – **ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन**, **बैंक ऑफ इंडिया**, पता – स्टॉक एक्सचेंज शाखा, फोर्ट, मुंबई-४०००२३. बचत खाता क्र. ००८६१०१०००११२४४, एम.आई.सी.आर. नं. ४०००१३०५१.
आईएफएससी कोड- बीकेआईडी०००००८६.

भारत के बाहर से दान (स्विफ्ट ट्रांस्फर) के लिए – नाम- **ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन, बैंक ऑफ इंडिया,** पता – स्टॉक एक्सचेंज शाखा, बचत खाता क्र. ००८६१०१०००११२५०, जेजीभाई टावर्स, दलाल स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई-४०००२३.

बैंक का निर्देश है कि – (कृपया मूलत: अंग्रेजी में देखें)

From USA – Union Bank of California International - NEW YORK has account code BOFCUS33NYK for transferring the funds to Bank of India to Mumbai (Bombay) Treasury Branch – US # Account No. 912002201121 and further transferring this sum to Bank of India – Stock Exchange Branch. Their Swift Code Number is BKIDINBBABLD. Further, Instruction may be given to transfer this sum to Global Vipassana Foundation S.B. Account No. 008610100011250. Copy of communication may please be enclosed to: kamlesh@kkc.in

किसी प्रकार की अन्य जानकारी या पोस्ट से चेक आदि भेजने के लिए कृपया निम्न पते पर संपर्क करें –

संपर्क: "ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन", द्वारा- खीमजी कुँवरजी एंड कं., ५२, बांबे म्युचुवल बिल्डिंग, सर पी. एम. रोड, मुंबई- ४००००१. (फोन- ०२२- २२६२५५०,
ईमेल- shivji@khimjikunverji.com

विपश्यी साधकों के लिए तीर्थ यात्रा

भारतीय रेलवे की पर्यटन शाखा (आई. आर. सी. टी. सी.) ने **महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस** नामक एक विशेष वातानुकूलित रेलगाड़ी चलायी है जो बुद्ध से संबंधित पवित्र स्थलों -- लुम्बिनी, बोधगया, सारनाथ, श्रावस्ती, राजगीर तथा कुशीनगर आदि स्थानों की तीर्थ यात्रा कराती है। विस्तृत जानकारी के लिए संपर्क करें – www.railtourismindia.com/buddha

विपश्यी साधकों के लिए आराम से तीर्थ यात्रा पर जाने का यह सुनहरा अवसर है। इसमें न तो आपको सब जगहों के लिए टिकट कटाने की माथा-पच्ची करनी होगी, न लाइन में लगना होगा और न ही भिन्न-भिन्न जगहों पर स्थानीय वाहन और होटल की व्यवस्था करने की चिंता रहेगी।

ग्लोबल विपस्सना पगोडा ने विपश्यी साधकों के लाभार्थ आई. आर. सी. टी. सी. से २१% की विशेष छूट का प्रबंध किया है। आई. आर. सी. टी. सी. और ग्लोबल विपस्सना पगोडा ने इसके अतिरिक्त इस बात पर भी सहमति जतायी है कि विपश्यी साधकों के लिए दो बार सामूहिक साधना का भी प्रबंध होगा। लेकिन यह तभी संभव हो पायगा जब कि एक ट्रेन पर कम से कम दस विपश्यी साधक हों। पहली सामूहिक साधना बोधगया के बोधिवृक्ष के नीचे और दूसरी कुशीनगर में आयोजित की जायगी। सामूहिक साधना का समय मंदिर बंद हो जाने के बाद होगा, ताकि आने-जाने वाले यात्रियों से शांति-भंग न हो और साधकों को साधना के लिए शांत वातावरण मिले। यह भी तभी संभव हो पायगा जब कि उस दिन मंदिर परिसर में कोई अन्य कार्यक्रम न हो।

महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस दिल्ली से चलेगी और दिल्ली ही वापस आयगी।

समय-सारणी

दिल्ली से गाड़ी छूटने और वापस दिल्ली पहुँचने की तिथियां

छूटने के महीने	छूटने की तिथि	वापस पहुँचने की तिथि
२००९ अक्तूबर	३ और २४	१० और ३१ अक्तूबर
२००९ नवंबर	७ और २१	१४, व २८ नवंबर
२००९ दिसंबर	१२ और २६	१९ दिसंबर और २ जनवरी
२०१० जनवरी	९ और ३०	१६ जनवरी और ६ फरवरी
२०१० फरवरी	१३ फरवरी	२० फरवरी
२०१० मार्च	६ और २०	१३ और २७ मार्च

किराया-सूची

आठ दिनों की यात्रा का खर्च तथा पूरा किराया नीचे की तालिका में देखें– (५ से १२ वर्ष के बच्चों का किराया इसका आधा होगा, परंतु ५ वर्ष से कम उम्र के बच्चों से किराया नहीं लिया जायगा।)

श्रेणी (सभी वातानु.)	पूरा किराया		२१%छूट के बाद देय किराया	
	रुपये	US $	रुपये	US $
प्रथम श्रेणी (कूपे)	५३,२७०/-	११५०	४२,०८३/-	९०८
प्रथम श्रेणी	४८,६५०/-	१०५०	३८,४३३/-	८३०
द्वितीय श्रेणी	४१,६५०/-	८७५	३२,९०३/-	६९२
तृतीयश्रेणी	३४,६५०/-	६६५	२७,३७३/-	५८१

इसके बारे में विस्तार से जानने और बुकिंग के लिए संपर्क करें :–

श्री इजहार आलम, मो. ०९८९१३७३५४९ या श्री अरुण श्रीवास्तव, आई. आर. सी. टी. सी., ग्राउंड फ्लोर, एस.टी.सी. बिल्डिंग १, टॉलस्टोय मार्ग, नई दिल्ली ११०००१. फोन ९१-११-२३७०-११००, २३७०-११०१, ०९७१७६४०४५२. website: www.railtourismindia.com/buddha
इमेल: arunsrivastava@irctc.com; buddhisttrain@irctc.com

यहां यह कहना अप्रासंगिक न होगा कि भगवान बुद्ध ने महापरिनिर्वाण के पूर्व अपने प्रिय शिष्य आनंद को इन स्थलों के बारे में क्या कहा था –

आनंद! चार स्थल हैं जिन्हें देखकर श्रद्धावानों में श्रद्धा तथा आदर का भाव जागेगा। ये स्थल कौन-कौन से हैं? प्रथम – जहां तथागत पैदा हुए, द्वितीय – जहां उन्होंने बोधि प्राप्ति की, तृतीय – जहां उन्होंने धर्मचक्र का प्रवर्त्तन किया और चतुर्थ – जहां तथागत ने अनुपाधिशेष निर्वाण की प्राप्ति की।... इनके दर्शन कर वे अपने चित्त को प्रसन्न करेंगे और चिरकाल तक हितसुखलाभी होंगे।

(महापरिनिर्वाण सुत्त)

ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन और साधकों के बीच संपर्क-सूत्र

फाउंडेशन की ओर से साधकों को त्वरित सूचना देने के लिए **एस.एम.एस.** के द्वारा संपर्क-सूत्र बनाया जा रहा है ताकि **विपश्यना** संबंधी कोई भी जानकारी साधकों तक यथाशीघ्र पहुँचाई जा सके। इसके लिए (केवल) **साधक** अपने मोबाइल से निम्न प्रकार एस.एम.एस. भेज कर अपने आपको रजिस्टर करायें। **GVF SMS Message Center** पर रजिस्टर हो जाने पर आपका पूरा नाम, फोन नं., स्थान का नाम और ईमेल-पता, शि.सं. हमारे यहां अंकित हो जायगी। इसके लिए आपके मोबाइल फोन से **575758** को यह संदेश भेजें – **'vipassana' 'आपका नाम' 'आपका उपनाम' 'शहर' 'ईमेल'** (यदि हो) **'शिविर संख्या'** (अर्थात कुल शिविर किये = १४) **उदाहरणार्थ – Vipassana Gautam Parekh Mumbai gparekh99@xyz.com 14** तदर्थ साधक को मात्र ३/- रुपये खर्च करने होंगे।

भविष्य में यदि यह सुविधा नहीं चाहिए तो आपको केवल 'stop vipassana' यह संदेश 575758 पर भेजना होगा। इसके लिए फिर आपको रु. ३/- का शुल्क लागू होगा। सूचना मिलने का कोई शुल्क नहीं देना होता।

ध्यान देने की बात यह है कि फिलहाल कोई साधक इस माध्यम द्वारा हमसे सीधे संपर्क नहीं कर पायेगा बल्कि मात्र हमारी ओर से बड़ी मात्रा में (मास स्केल पर) सूचना भेजी जा सकेगी, जैसे कि **एक दिवसीय शिविर** की सूचना, कोई कार्यक्रम अचानक रद्द हुआ या यथाशीघ्र कोई नया कार्यक्रम बना। आदि...

आपका नाम रजिस्टर हो जाने पर आपके मोबाइल पर निम्न प्रकार से सूचना आ जायगी – **"Thank you for registering with Global Vipassana Foundation (GVF) SMS Message Center. May All Be Happy."**

विश्व विपश्यना पगोडा में १७ जनवरी, २०१० के कृतज्ञता सम्मेलन में भाग लेने वालों से नम्र निवेदन

कृपया अपने आसपास के साधकों पर ध्यान देकर देखें कि क्या आप किसी ऐसे साधक को जानते हैं जो प्रथम दस वर्षों (**जुलाई १९६९ से १९७९ अंत** तक) में **पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य** में विपश्यना का एक भी शिविर ले चुका हो, लेकिन हो सकता है आज वह किसी कारणवश –

१. विपश्यना नहीं कर पा रहा हो या इससे विमुख हो गया हो, अथवा
२. किसी दूसरे साधना-मार्ग का अनुसरण करने लगा हो, अथवा
३. किसी दूसरे नाम से औरों को सिखाने लगा हो।

जो भी हो, वे सभी साधक धन्यवाद के पात्र हैं। उन सब को **"कृतज्ञता सम्मेलन"** में आने के लिए आमंत्रित करना है। अतः उनका वर्तमान पूरा नाम-पता, फोन नं., ईमेल और उनके प्रथम शिविर में भाग लेने की तिथि व स्थान आदि लिख भेजें, तथा औरों को भी लिख भेजने के लिए कृपया प्रेरित करें।

सभी आचार्य, वरिष्ठ सहायक आचार्य, सहायक आचार्य तथा बालशिविर शिक्षक, धम्मसेवक, ट्रस्टीज और अन्य साधक भी इस **"कृतज्ञता सम्मेलन"** में भाग लेने के लिए सादर आमंत्रित हैं।

कृपया अपने मित्र-परिचित साधकों के आने की सूचना निम्न संपर्क पते पर अवश्य भेजें/भिजवाएं ताकि यथासमय आप सब के भोजन आदि का समुचित प्रबंध किया जा सके।

संपर्कः कु. भावना गोगरी या कु. नमिता बजाज,
विपश्यना विश्व विद्यापीठ, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, जिला- नाशिक, (महाराष्ट्र) Email: globalpagoda17jan@gmail.com
फोन – मो. +९१-९९६७८७१६४४, +९१-९८१९६१५४२६, ०२५५३-२४४०८६, २४४०७६, (प्रातः १० से सायं ५ बजे के बीच).

मंगल मृत्यु

दिल्ली के श्री अशोक तलवार ने जब से विपश्यना का शिविर किया तब से इसके अनन्य अनुगामी बन गये। उन्होंने न केवल अनेक शिविरों में स्वयं धर्मलाभ प्राप्त किया बल्कि परिचित मित्रों सहित अपने पूरे परिवार तथा अन्य अनेकों को इससे लाभान्वित करवाया। जीवन में आये अनेक उतार-चढ़ावों का सामना समतापूर्वक करते हुए सतत धर्म की ओर ही अभिमुख रहे। विपश्यना के सहायक आचार्य, वरिष्ठ स.आ. तथा पूर्ण आचार्य बन कर अनेक केंद्रों की सेवा करते हुए, अनेकों के मंगल में सहायक हुए। कैंसर की तीव्र वेदना को भी उन्होंने उसी समता के साथ सहन किया और अंत तक अंदर से सजग रहते हुए २० सितंबर, २००९ को अंतिम सांस ली। ऐसे कर्मठ पुरुषार्थी साधक को पाकर विपश्यना धन्य हुई और धन्य हुआ साधक।

Registered No. NSK/46/2009-2011

WPP Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2009-2011

पूज्य गुरुजी का प्रवचन 'हंगामा' टीवी चैनल पर

प्रतिदिन प्रातः ४:३० से ६ बजे तक पूरा प्रवचन एक साथ प्रसारित किया जा रहा है। साधक अपने ईष्ट-मित्रों एवं परिजनों सहित इसका लाभ उठा सकते हैं।

आस्था टी. वी. चैनल पर पूज्य गुरुजी का प्रवचन

आस्था टी.वी. चैनल पर पूज्य गुरुजी के हिंदी में प्रवचन **प्रतिदिन प्रातः ९:४५** बजे प्रसारित होते हैं।

नये उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. Mr. Ian Hofstetter,Australia

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. ब्रि. बचन सिंह, नोएडा
२. श्री गुनीत सिंह लेहल, नई दिल्ली
3. Mrs. Jui-Mei Hsieh, *Taiwan*
4. Ms. Mama Sila Kanyua, *UK*
5. Mr. Daniel Dodd, *USA*
6. & 7. Mr. Thao Dinh & Mrs. Lan Dinh, *USA*

बालशिविर-शिक्षक

१. श्री महेंद्र गायकवाड, पुणे
२. श्रीमती मीमा शाक्य, नेपाल
३. कु. खुशीला लामा, नेपाल
४. श्रीमती विशनु माया देवी आर्यल, नेपाल
५. श्री राजेश महर्जन, नेपाल
६. श्री तुल बहादुर पुन, नेपाल
७. श्रीमती सूरिया शाक्य, नेपाल
८. श्री खड्ग बहादुर कारकी, नेपाल
९. श्री ऋषिराम भुसाल, नेपाल
१०. साध्वी अनागारिका खमेसी, नेपाल
११. श्रीमती गीतादेवी पोखरेल, नेपाल
१२. श्री भीमनाथ बियोगी, नेपाल
१३. श्री पंच राम प्रधान, नेपाल
१४. श्री तिका राम उपाध्या(य), नेपाल
१५. श्रीमती दिलकुमारी बस्तोला, नेपाल
१६. श्री कर्म बहादुर खडका, नेपाल
१७. कु. रमा बन्तवा, नेपाल
१८. श्री कमल कुमार गोयल, नेपाल
१९. श्री अनिल कुमार गुप्ता, नेपाल
२०. श्रीमती गंगा देवी हलवाई, नेपाल
२१. श्रीमती हुमा भंडारी, नेपाल
२२. श्री नारायण प्रसाद श्रेष्ठ, नेपाल
२३. श्रीमती सत्य लामा रणजीत, नेपाल
२४. श्री राजू खडगी, नेपाल
२५. श्री शिव रिमाल, नेपाल
२६. श्री इछा कुमार शाक्य, नेपाल
२७. कु. रुबी शाक्य, नेपाल
२८. श्रीमती मडलशा सिंहा, नेपाल
29. Ms. Shabnam Chaichian, *Iran*
30. Mrs. Chan Chan Ooi, *Malaysia*
31. Ms. Ana Carina Swarowsky, *Australia*
32. Ms. Hong Phan, *Australia3*
33. Mr. Andreas Tholl, *Germany*
34. Ms. Helena Anliot, *Sweden*

दोहे धर्म के

पके कर्म की चित्त पर, जब उदीर्णा होय।
नये कर्म बांधें नहीं, स्वतः निर्जरा होय॥

पूर्व कर्म सब क्षीण हों, नये न बनने पायँ।
दुख बंधन से छुटन का, यह ही एक उपाय॥

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

अंतर मन में पाप की, जड़ें उखड़ती जायँ।
लोक और परलोक के, ढंग सुधरते जायँ॥

जल जल जड़ दुष्कर्म की, जल जल अंतर मैल।
अग्नि जलाएं ज्ञान की, जल जल चित बिगड़ैल॥

कोरे बुद्धि किलोल से, दूर न होंय विकार।
अंधे भावावेश से, कैसे हो उपचार॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा०) लिमिटेड
८, 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

जद जद जनम्यो जगत मँह, पड़्यो मौत रै फंद।
मिनख जमारो फिर मिल्यो, मत खोवै मतिमंद॥

मिल्यो जमारो मिनख रो, मिल्यो धरम अणमोल।
इब स्रद्धा स्यूं, जतन स्यूं, गांठ्यां मन री खोल॥

नुवीं न बांधै ग्रंथियां, खीण पुराणी होय।
संवर करणो सीखलै, स्वयं निर्जरा होय॥

देख देख संवेदना, समता मँह थिर होय।
नुवों करम बांधै नहीं, खीण पुरातन होय॥

जो देखै समभाव स्यूं, बीं रो छुटै प्रपंच।
राग द्वेस रो मोह रो, मैल रवै ना रंच॥

मानव जीवन सफल कर, अंतर समता धार।
करम बंध सारा कटै, छूटै भव संसार॥

एक साधक
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-422403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपुर, नाशिक-422007. **बुद्धवर्ष** 2553, **आश्विन पूर्णिमा, ४ अक्टूबर, 2009**

वार्षिक शुल्क रु. **30/-,** US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. **500/-,** US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. 19156/71. Registered No. NSK/46/2009-2011**

Licenced to post w**ithout Prepayment of postage** -- WPP Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2009-2011
Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422403,** Dist. Nashik (M.S.)

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086
फैक्स : (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org (changed)