साधकों का
मासिक प्रेरणा

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

बुद्धवर्ष 2554, आषाढ़ पूर्णिमा, 25 जुलाई, 2010 वर्ष 40 अंक 1

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

धम्मवाणी

दुक्खं दुक्खसमुप्पादं, दुक्खस्स च अतिक्कमं।
अरियं चट्ठङ्गिकं मग्गं, दुक्खूपसमगामिनं॥
एतं खो सरणं खेमं, एतं सरणमुत्तमं।
एतं सरणमागम्म, सब्बदुक्खा पमुच्चति॥
– धम्मपद- १९१-१९२

जो बुद्ध, धर्म और संघ की शरण गया है, जो चार आर्य सत्यों - दुःख, दुःख की उत्पत्ति, दुःख से मुक्ति और मुक्तिगामी आर्य अष्टांगिक मार्ग - को सम्यक प्रज्ञा से देखता है, यही मंगलदायक शरण है, यही उत्तम शरण है। इसी शरण को प्राप्त कर (व्यक्ति) सभी दुःखों से मुक्त होता है।

धर्मचक्र प्रवर्तन

सातवां और आठवां ध्यान सीख लेने पर भी तपस्वी सिद्धार्थ गौतम संतुष्ट नहीं हुआ। आगे जाकर उरुवेला (बोधगया) के बोधिवृक्ष के तले उसे इससे आगे की निर्वाणिक अवस्था प्राप्त हुई और वह सम्यक संबुद्ध बना। संबुद्ध उसे कहते हैं जो किसी के द्वारा बताये हुए मार्ग पर चल कर नहीं, बल्कि स्वयं अपने पुरुषार्थ द्वारा मुक्ति का मार्ग खोज कर उस पर चलता है और मुक्त अवस्था प्राप्त करता है। गौतम बुद्ध के हजारों वर्ष पहले काश्यप बुद्ध ने भी इसी प्रकार सम्यक संबोधि प्राप्त की थी और लोगों को सत्य धर्म सिखाया था। समय बीतते-बीतते इस विद्या का क्रियात्मक पक्ष तो लुप्त हो गया लेकिन कहीं-कहीं केवल कुछ एक शब्द बचे रह गये, जिनका सही अर्थ भी नष्ट हो गया।

आठवें ध्यान तक साधना के क्षेत्र में अरूप ब्रह्मलोक तक की ही गति होती है। लौकीय क्षेत्र की सर्वोच्च अवस्था होने पर भी अरूप ब्रह्मलोक तक का सारा लौकिक क्षेत्र अनित्यस्वभावी ही होता है। अतः इस लौकीय क्षेत्र की उच्चतम अवस्था प्राप्त होने पर भी सम्यक संबोधि नहीं जागती। गृहत्यागी सिद्धार्थ गौतम को इस अनित्य क्षेत्र के परे नित्य, शाश्वत, ध्रुव अवस्था की खोज थी। यह अवस्था सम्यक संबोधि तक पहुँचने की क्षमता रखने वाले किसी बोधिसत्व को ही प्राप्त हो सकती है, जिसमें इसे खोजने की क्षमता हो। उनका शील तो पुष्ट था ही। आठवें ध्यान की अनुभूति कर लेने पर सर्वोच्च समाधि भी पुष्ट हो गयी थी। अब इस बोधिवृक्ष के तले उनमें प्रज्ञा जागी। श्रुत प्रज्ञा और चिंतन प्रज्ञा नहीं, बल्कि भावनामयी प्रज्ञा, यानी, स्वानुभूत प्रज्ञा। यों शील, समाधि, प्रज्ञा का अष्टांगिक मार्ग प्रकट हुआ और सिद्ध हुआ, तभी वे सम्यक संबुद्ध बने। शील, समाधि, प्रज्ञा ही विपश्यना है, जो उन दिनों विलुप्त हो गयी थी। तपस्वी सिद्धार्थ को वैशाख पूर्णिमा की रात बोधिवृक्ष के तले इसी विपश्यना विद्या का अन्वेषण करके सम्यक संबोधि प्राप्त हुई।

यों विपश्यना साधना के प्रकट होने पर जब भवमुक्ति की अवस्था प्राप्त हुई तब उनका मन हुआ कि जो पांच तपस्वी ब्राह्मण उनके साथ-साथ तप रहे थे और किसी भ्रांतिवश उन्हें छोड़ कर चले गये थे, उन्हें इस अनुपम उपलब्धि का पहला उपदेश दें। इस उद्देश्यपूर्ति के लिए वे वाराणसी के मृगदाववन (सारनाथ) में पहुँचे। वहां ये पांचों तपस्वी ठहरे हुए थे। जब उन पांचों को पूर्ण विश्वास हो गया कि यह महापुरुष सचमुच सम्यक संबुद्ध बन गया है, तब भगवान ने उन्हें जो धर्म उपदेश दिया, वही धर्मचक्र का प्रवर्तन कहलाया।

इस महत्त्वपूर्ण प्रवचन का आरंभ करते हुए उन्होंने कहा कि उन दिनों दो प्रकार की साधना-परंपराएं अधिक प्रचलित थीं। एक परंपरा के आचार्य धर्म की ऊंची-ऊंची व्याख्या करने के साथ-साथ साधकों को उन्मुक्त काम-भोग के छूट की भी शिक्षा देते थे। क्योंकि वे स्वयं असंयमित उन्मुक्त कामभोगी थे। दूसरी परंपरा में ऐसे आचार्य थे जो भवमुक्ति के लिए नित्य, शाश्वत ध्रुव अवस्था प्राप्त करने हेतु शरीर को अतिशय पीड़ा पहुँचाने की शिक्षा देते थे।

सम्यक संबुद्ध ने इन दोनों अतियों का मार्ग छोड़ कर बीच का मध्यम मार्ग ढूंढ़ निकाला, जिस पर चलते हुए कोई भी व्यक्ति मुक्त अवस्था तक पहुँच सकता है। अनार्य से आर्य बन सकता है।

इस मध्यम मार्ग की व्याख्या करते हुए उन्होंने धर्मचक्र का प्रवर्तन किया। आरंभ में चार आर्यसत्यों की व्याख्या की। इन चारों सच्चाइयों को स्वानुभूति द्वारा जान लेने पर साधक जन्म-मरण के दुःखों से छुटकारा पा लेता है, अनार्य से आर्य बन जाता है। इसलिए उन्होंने सत्य धर्म के चारों अंगों को 'आर्यसत्य' कहा। इस मार्ग पर चलते रहने वाला कोई भी व्यक्ति जन्म-मरण के दुःखों से छुटकारा पा लेता है। इसी कारण सत्य धर्म के चारों अंगों को आर्यसत्य कहा। इसीलिए उन्होंने आर्य मार्ग पर चलने के लिए धर्म के इन चारों आर्यसत्यों का प्रज्ञापन किया।

१- 'दुःख आर्यसत्य'

(क) जन्म लेना दुःख है, बुढ़ापा दुःख है, बीमारी दुःख है, मृत्यु दुःख है, अप्रिय का संयोग दुःख है, प्रिय का वियोग दुःख है। इच्छित का प्राप्त न होना दुःख है। इन सब में समाये हुए वास्तविक दुःख को समझना है। वस्तुतः इनमें समाहित उपादान यानी आसक्ति ही दुःख है।

(ख) यह दुःख आर्यसत्य परिपूर्णरूप से परिज्ञान करने योग्य है।

(ग) यह दुःख आर्यसत्य मुझे पूर्णतया परिज्ञात हो गया।

तभी मुझे पहले कभी न सुने हुए धर्मचक्षु उत्पन्न हुए, ज्ञानचक्षु उत्पन्न हुए, प्रज्ञाचक्षु उत्पन्न हुए और विद्या का आलोक उत्पन्न हुआ।

२- 'दुःखसमुदय आर्यसत्य'

(क) अनचाही को दूर करने की तृष्णा, मनचाही को प्राप्त करने की तृष्णा– दोनों राग जगाती हैं, दुःख जगाती हैं, मिथ्या आनंद जगाती हैं, मिथ्या भ्रांति जगाती हैं। जैसे कि कामभोग की तृष्णा, भवसंसरण के बने रहने की तृष्णा अथवा भवसंसरण के समापन की विभव तृष्णा।

(ख) इस दुःखदायिनी तृष्णा को पूर्णतया नष्ट करना चाहिए।

(ग) मैंने इस तृष्णा को पूर्णतया नष्ट कर दिया।

तभी मुझे पहले कभी न सुने हुए धर्मचक्षु उत्पन्न हुए, ज्ञानचक्षु उत्पन्न हुए, प्रज्ञाचक्षु उत्पन्न हुए और विद्या का आलोक उत्पन्न हुआ।

३- 'दुःखनिरोध आर्यसत्य'

(क) निर्वाण के परमसुख की वह अवस्था, जहां दुःख का नितांत निरोध हो जाता है, दुःख उत्पन्न ही नहीं हो पाता।

(ख) इस नितांत निरोध अवस्था का साक्षात्कार करना चाहिए।

(ग) मैंने इस अवस्था का साक्षात्कार कर लिया।

तभी मुझे पहले कभी न सुने हुए धर्मचक्षु उत्पन्न हुए, ज्ञानचक्षु उत्पन्न हुए, प्रज्ञाचक्षु उत्पन्न हुए और विद्या का आलोक उत्पन्न हुआ।

४- 'दुःखनिरोधगामिनी पटिपदा (प्रतिपदा) आर्यसत्य'

(क) यह दुःखनिरोधगामिनी पटिपदा आर्यसत्य ही दुःखनिरोध की पटिपदा है।

(ख) इस पटिपदा को स्वानुभूति पर उतारना है।

(ग) मैंने इस पटिपदा को स्वानुभूति पर उतार लिया।

तभी मुझे पहले कभी न सुने हुए धर्मचक्षु उत्पन्न हुए, ज्ञानचक्षु उत्पन्न हुए, प्रज्ञाचक्षु उत्पन्न हुए और विद्या का आलोक उत्पन्न हुआ।

मेरा ज्ञानदर्शन इन चारों आर्यसत्यों को तीन-तीन प्रकार से स्वानुभूति पर उतार लेने पर सुविशुद्ध हुआ– **तिपरिवट्टं द्वादसाकारं ञाणदस्सनं सुविसुद्धं अहोसि।** यानी, बारह प्रकार से ज्ञानदर्शन होने पर ही मैंने सम्यक संबोधि प्राप्त होने की घोषणा की। मैंने जान लिया कि अब मैं मुक्त हूं। यह मेरा अंतिम जन्म था– **अयमन्तिमा जाति।** अब भविष्य में पुनर्जन्म नहीं होगा– **नत्थिदानि पुनब्भवो'ति।**

यही सम्यक संबुद्ध का खोजा हुआ मध्यम मार्ग है जिसमें **शील** है, यानी, सम्मावाचा (सम्यक वाणी), सम्माकम्मन्ता (सम्यक कर्मांत), सम्माआजीवो (सम्यक आजीविका)। इसी मार्ग में **समाधि** है, यानी, सम्मावायामो (सम्यक परिश्रम), सम्मासति (सम्यक जागरूकता), सम्मासमाधि (सम्यक चित्त-एकाग्रता)। और इसमें **प्रज्ञा** है, यानी, सम्मासङ्कप्पो (सम्यक संकल्प), सम्मादिट्ठि (सम्यक दर्शन–अनुभूति)। यह आर्य अष्टांगिक मार्ग ही मध्यम मार्ग है। मध्यम मार्ग का यही क्रियात्मक पक्ष विपश्यना कहलाता है। इसकी साधना में आर्य अष्टांगिक मार्ग के आठों अंग समाये हुए हैं।

भगवान ने इस धर्मचक्र प्रवर्तन उपदेश में स्पष्ट किया कि जो सम्यक संबुद्ध होता है वही इन चार आर्यसत्यों और आर्य अष्टांगिक मार्ग का सफल अनुसंधान करके सम्यक संबुद्ध होने पर धर्मचक्र का प्रवर्तन करता है। समय-समय पर जो भी सम्यक संबुद्ध हुए उन्होंने इसी धर्मचक्र का प्रवर्तन किया। भविष्य में जो सम्यक संबुद्ध होंगे वे भी इसी धर्मचक्र का प्रवर्तन करेंगे। मनुष्यलोक, देवलोक या ब्रह्मलोक का कोई अन्य व्यक्ति, जो सम्यक संबुद्ध नहीं हुआ है, वह ऐसा धर्मचक्र प्रवर्तन नहीं कर सकता– **अप्पटिवत्तियं।**

एक सम्यक संबुद्ध और दूसरे सम्यक संबुद्ध में समय का बहुत बड़ा अंतराल होता है। इस अंतराल में चारों आर्यसत्यों का व्यावहारिक पक्ष सर्वथा विलुप्त हो जाता है। कालप्रवाह में बहते हुए इस मार्ग से संबंधित कई शब्द जैसे विपश्यना, प्रज्ञा, ऋतंभरा प्रज्ञा, स्थितप्रज्ञ, वीतराग, वीतद्वेष, वीतक्रोध आदि अनेक परंपराओं में चलते रहते हैं और उनके साहित्य में प्रकट होते रहते हैं। परंतु व्यावहारिक पक्ष लुप्त हो जाने के कारण ये शब्द केवल बौद्धिक ज्ञान तक ही सीमित रह जाते हैं। इससे वाणीविलास और बुद्धिविलास भले हो, लेकिन इनके सही अर्थ को जान कर जीवन में उतारने का वास्तविक लाभ नहीं होता। जब कोई व्यक्ति सम्यक संबुद्ध बन जाता है तभी वह इनका सही अर्थ प्रकट करते हुए, इसके व्यावहारिक पक्ष को उजागर करता है। इन शब्दों को अपनी अनुभूति पर उतार कर, अपने मानस के विकारों का निष्काशन करता हुआ, अंततः जन्म-मरण के संसरण से सर्वथा मुक्त हो जाता है।

सम्यक संबुद्ध ने इस शील, समाधि, प्रज्ञा के इस आर्य अष्टांगिक मार्ग का अपने उन पांचों साथियों को प्रज्ञापन किया। उसका अभ्यास करते हुए सबसे पहले कोण्डञ्ञ को मुक्त अवस्था प्राप्त हुई और तदनंतर बाकी चारों को। इस प्रकार इस संसार में भगवान बुद्ध सहित छह अरहंत हुए।

शील, समाधि, प्रज्ञा का ऊपरी-ऊपरी उपदेश तो अनेक परंपराओं में कायम रह जाता है परंतु क्रियात्मक विपश्यना विद्या के अभाव में प्रज्ञा का सजीव और सार्थक व्यावहारिक पक्ष अनजाना रह जाता है। यह व्यावहारिक पक्ष ही सम्यक संबुद्ध की खोज का शुभ परिणाम था, जिससे उनके जीवनकाल में ही भारत में बहुत बड़ी संख्या में लोगों को लाभ हुआ और तदनंतर सम्राट अशोक के शासनकाल में यह विद्या पूरे भारत में ही नहीं बल्कि पड़ोसी देशों में भी पहुँची और वहां के लोगों का कल्याण किया। समय बीतते-बीतते यह विद्या भारत से पूर्णतया लुप्त हो गयी। अनेक पड़ोसी देशों में विकृत हुई परंतु केवल बर्मा ही एक ऐसा देश है जहां यह सक्रिय विपश्यना अपने मौलिक शुद्ध रूप में कायम रखी गयी। इसीलिए हम बर्मा का उपकार मानते हैं कि वहां के विपश्यनाचार्यों ने पिछले २००० वर्षों से इस सक्रिय विद्या को जीवित रखा। यही कारण रहा कि २५०० वर्ष के प्रथम बुद्धशासन के पूरे होने पर तथा द्वितीय बुद्धशासन के आरंभ होने पर, भारत की यह खोयी हुई अनमोल विपश्यना साधना अपने उद्गम स्थान भारत लौटी। पिछले अनेक दशकों में भारत के सभी संप्रदायों के अनेक लोगों ने इसे स्वीकार किया, ग्रहण किया और लाभान्वित हुए। अब तो यह विद्या भारत ही नहीं, बल्कि विश्व के अनेक देशों में प्रकाशित हुई और वहां के लाखों लोगों का कल्याण कर रही है।

विपश्यना भगवान बुद्ध के बताये हुए आर्य अष्टांगिक मार्ग की क्रियात्मक साधना है, जो आर्य मार्ग के आठों अंगों को पुष्ट करती है। प्रत्येक साधक को आर्य बनाती है। भवबंधन से भवमुक्त कराती है। सम्यक संबुद्ध की महान शिक्षा केवल उपदेशों तक सीमित रह कर, वाणीविलास और बुद्धिविलास का विषय बन कर न रह जाय। विपश्यना साधना द्वारा इसके स्वानुभूतिजन्य व्यावहारिक पक्ष में पुष्ट होकर सभी लोग अपना कल्याण साधें! सबका मंगल हो! सबकी स्वस्ति-मुक्ति हो!

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयन्का

आवश्यकता है

जयपुर के धम्मथली केंद्र पर शिविर-व्यवस्थापक की, गृह-व्यवस्था की तथा सेवा के लिए अन्य अनेक सहयोगी हाथों की आवश्यकता है। जो भी साधक रुचिवान हों, वे कृपया मो. ०९६१०४०१४०१ पर या इमेल dhammathali.jpr@gmail.com से संपर्क करें।

धम्मपत्तन विपश्यना केंद्र, मुंबई हेतु पुरुष एवं महिला धर्मसेवक-सेविकाओं की आवश्यकता है। अपने बारे में विवरण सहित संपर्क करें – सुश्री प्रीति डेढिया, फोन-मो. ९२२२३३४५२४(१२ बजे से सायं ६). इमेल priti.dedhia@gmail.com

---

ग्लोबल विपश्यना पगोडा के शेष कार्य

ग्लोबल विपश्यना पगोडा के सजावट आदि व अन्य शेष कार्यों को पूरा करने के लिए साधकों की ओर से उत्साहवर्धक सहयोग मिल रहा है। इसी प्रकार सहयोग रहा तो सभी कार्य शीघ्र पूरे हो जायेंगे। **संपर्कः "ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन",** द्वारा- खीमजी कुँवरजी एंड कं., ५२, बांबे म्युचुवल बिल्डिंग, सर पी. एम. रोड, मुंबई-४००००१. (फोन- ०२२- २२६६२५५०, ईमेल- shivji@khimjikunverji.com

---

विपश्यी साधकों के लिए तीर्थ यात्रा

भारतीय रेलवे की पर्यटन शाखा (आई. आर. सी. टी. सी.) ने २००७ से **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 सितंबर से मार्च तक माह में दो बार तीर्थ यात्रा कराती है। विस्तृत जानकारी और टिकट बुकिंग के लिए संपर्क करें :– visit website: www.railtourismindia.com/buddha

ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन ने विपश्यी साधकों के लाभार्थ आई. आर. सी. टी. सी. से १५% की विशेष छूट का प्रबंध किया है। आई. आर. सी. टी. सी. और ग्लोबल विपस्सना फाउंडेशन 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।

विस्तृत जानकारी : श्री हेमंत शर्मा +९१-९७१७६४४७९८ या श्री इजहार आलम ९७१७६३५९१२. आई. आर. सी. टी. सी., ग्राउंड फ्लोर, एस.टी.सी. बिल्डिंग १, टॉलस्टोय मार्ग, नई दिल्ली ११०००१. फोन ०११-२३७०-११००, या २३७०-११०१. इमेल: arunsrivastava@irctc.com; or buddhisttrain@irctc.com

---

इंटरनेट पर विपश्यना-संबंधी हिंदी वेबसाइट एवं पत्रिका- मोबाइल पर

प्रसन्नता का विषय है कि **इंटरनेट पर** विपश्यना-संबंधी सभी प्रकार की जानकारी निम्न वेबसाइट पर हिंदी में भी उपलब्ध है और इसी प्रकार **"स्मार्ट"** फोन रखने वाले, सारी जानकारियां अपने मोबाइल पर भी देख सकते हैं। इस प्रकार क्रमशः देखें – website: www.hindi.dhamma.org; www.mobile.dhamma.org

---

यूटीवी-एक्सन पर पूज्य गुरुजी के प्रवचन

हर सप्ताह सोमवार से शनिवार, प्रातःकाल ४-४५ से ५-४५ तक पूज्य गुरुदेव के प्रवचनों की क्रमिक शृंखला प्रसारित की जाती है। साधक इसका लाभ उठा सकते हैं।

बृहन्मुंबई महानगर पालिका के स्कूलों में बच्चों के शिविर

बृहन्मुंबई महानगर पालिका के स्कूलों में आगामी दसवीं की परीक्षा देने वाले लगभग दस हजार बच्चों को धर्म सिखाने अर्थात आनापान के शिविर लगाने के लिए पालिका की ओर से निवेदन आया है। विगत में लगे बाल-शिविरों से बच्चों के व्यवहार तथा परीक्षाफल में बहुत सुधार हुआ है। अतः इस चुनौती को स्वीकार करते हुए बड़ी संख्या में बालशिविर शिक्षक, अनुभवी धर्मसेवक तथा अनुभवी काउंसलर्स आदि की शीघ्र आवश्यकता है। जुलाई के प्रथम सप्ताह से ही यह कार्य आरंभ हो चुका है। बच्चों के साथ काम करने में रुचिवान, तीन शिविर किये साधक ही सेवा के लिए आयें। सेवा के पूर्व समुचित प्रशिक्षण दिया जायगा। अधिक जानकारी तथा सेवा के लिए संपर्क करें – श्री अनिल मेहता – २५००६०४३ २५००८८६८.

धर्मसेवकों को समुचित प्रशिक्षण की "कार्यशाला" दिसंबर ३ व ४, २०१०

धम्मगिरि पर आयोजित इस कार्यशाला में सम्मिलित होने के लिए कृपया अपना नामांकन अवश्य करायें। इसके लिए – पत्र, फैक्स या ईमेल से अपना पूरा नाम, पूरा पता, उम्र, फोन नं० मोबाइल या घर का, कितने शिविर किये, कितने शिविरों में सेवा दी तथा अन्य कोई विवरण अपने बारे में देना चाहें तो सब कुछ साफ-साफ लिखें।

नये विपश्यना केंद्रों की स्थापना

विश्व में अनेक नये केंद्रों की स्थापना हुई और अनेक नये केंद्र बनते जा रहे हैं। विपश्यना के अभ्यास से लोगों का जीवन धन्य हो रहा है। हम सब का कर्तव्य है कि इसकी शुद्धता को पूर्णरूपेण बनाये रखें।

✪ छांताबूरी (चंद्रपुरी) **'थाईलैंड'** में पिछले दिनों ८वें विपश्यना केंद्र की स्थापना हुई जो कि बैंकाक से २४५ किमी. दूर, सुंदर परिदृष्य से घिरा, रत्न, झरने और सुंदर समुद्री तट (बीच) के लिए जाना जाता है। बीस एकड़ भूमि पर बनने वाले इस केंद्र का नाम पूज्य गुरुदेव ने **'धम्मचन्दप्पभा'** दिया है। स्थानीय साधकों में धर्म के प्रति उत्साह देखते ही बनता है।

✪ इससे पूर्व गत वर्ष दिसंबर महीने में **थाईलैंड** में दो नये केंद्र स्थापित हुए थे – १. **'धम्मपोराणो'** , नाकोर्न में और २. **'धम्मपुनेति'** , ऊडों राज्य में।

✪ गत दिसंबर में '**पौलैंड**' में एक केंद्र स्थापित हुआ जिसका नाम – **'धम्मपल्लव'** रखा गया। इसे मिला कर विश्व में कुल १५३ विपश्यना केंद्र स्थापित हो चुके थे। तत्पश्चात निम्न केंद्र और जुड़े हैं : –

✪ '**म्यंमा'** की दो और जेलों में दो विपश्यना केंद्रों की स्थापना हुई – १. **'धम्म विमुत्ति'**, मांडले और २. **'धम्मरक्खित'**, थायावाडी। यह म्यंमा (बर्मा) का २०वां केंद्र हुआ।

✪ '**इजरायल'** में गत अप्रेल में खजूर के वृक्षों से घिरे मनमोहक क्षेत्र में पहला विपश्यना केंद्र स्थापित हुआ। पूज्य गुरुदेव ने इसका नाम **'धम्मपमोद'** रखा। यानी तनावों से घिरे इस देश में धर्म का प्रमोद प्रस्फुटित हुआ। कनाडा, स्विटजरलैंड तथा यूरोप के अनेक साधक इसके निर्माण में सहयोग दे रहे हैं। अधिक जानकारी और सहयोग के लिए **संपर्क** – Israel Vipassana Trust, P.O. Box 75, Ramat-Gan, 52100, ISRAEL. Tel. 972-3-6123822, Fax 972-3-5753947, Email: info@il.dhamma.org

---

✪ **कनाडा** के अल्बर्टा में ११३ एकड़ जमीन खरीदी गयी। पूज्य गुरुदेव ने इस केंद्र का नाम **'धम्मकरुणा'** दिया है। **रूस** और **यूक्रेन** में भी विपश्यना केंद्रों की शीघ्र स्थापना होने वाली है।

✪ पूज्य गुरुदेव के पूर्वजों की भूमि '**चूरू'** में १० एकड़ जमीन पर केंद्र का निर्माण कार्य जोरों से चल रहा है। विश्वास है आगामी दिसंबर महीने से यहां शिविर लगने आरंभ हो जायँगे। यह केंद्र चूरू से लगभग दस किलोमीटर की दूरी पर, मुख्य सड़क के किनारे सुरम्य खेतों के बीच बन रहा है। इसका नाम पूज्य गुरुदेव ने **'धम्मपुब्बज'** रखा है और संभवतः वे वहां जाकर साधकों का उत्साह भी बढ़ायेंगे। **संपर्क** – श्री राजेश गुप्ता, बी-२२, शिवमार्ग, बनी पार्क, जयपुर-३०२००६. मो. +९१९८२९६१७०७७.

✪ '**कानपुर'** (उ.प्र.) में गंगा नदी के किनारे शहर के कोलाहल से दूर अत्यंत रमणीय स्थान पर विपश्यना केंद्र के लिए बहुत उपजाऊ और बड़ी मूल्यवान जमीन दान में मिली। पूज्य गुरुदेव ने उसे **'धम्मकल्याण'** नाम से विभूषित किया है। जमीन की सीमा-सुरक्षा- दीवाल बनाने का काम प्रगति पर है। वर्षा बाद भवन-निर्माण का कार्य भी आरंभ हो जायगा। अधिक

Registered No. NSK/46/2009-2011

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

जानकारी के लिए– **संपर्क** – श्री अवधेश साहू, मो. +९१९४१५०४३८०१, Email : avadheshsahu.sahu@gmail.com

---

पगोडा में पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में एक-दिवसीय शिविर

शरदपूर्णिमा पर **२३ अक्टूबर, शनिवार** को (२२ अक्टूबर, शुक्रवार के बदले) **समयः** प्रातः ११ बजे से अपराह्न ४ बजे तक, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** के बड़े धम्मकक्ष (डोम) में हजारों साधकों और **पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य** में **एक-दिवसीय** शिविर का लाभ उठाएं। कृपया ध्यान दें कि इस विशाल शिविर की व्यवस्था सुचारुरूप से हो और आपको किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसलिए **बिना बुकिंग कराये** न आएं।

बुकिंग संपर्क : **मोबा.** (१) 0 **98928 55692**, (२) 0 **98928 55945**,

फोन नं.: 022- **2845-1182**, 022- **2845-1170**.

(फोन बुकिंग समय : प्रातः ११ से सायं ५ तक, प्रतिदिन)

ईमेल Registration: global.oneday@gmail.com;

नये उत्तरदायित्व

भिक्षु आचार्य

Ven. Bhikkhu Chamroeun Chhuon, *Cambodia*

आचार्य

1-2. Mr. Ernst & Mrs. Karen Arnold, *Australia. To serve Dhamma Pabha (Tasmania)*

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. श्रीमती बी. पद्मजा, हैदराबाद
२. श्रीमती एस. जयलक्ष्मी, हैदराबाद
३. श्री रामुलू पोगुला, महबूबनगर
४. श्री सर्वेश्वर कोंडापुरम, सिकंदराबाद
५. श्री श्रीनिवास चार्युलू, हैदराबाद
6. Mr James Fung, *Singapore*
7. Ms. Leila Macedo, *Brazil*
8. Mrs. Judy Barta, *USA*
9. Mrs. Canny Kinloch, *Australia*
10. Mr. Baban Naik, *USA*

बालशिविर शिक्षक

१-२. डॉ. सुरेश एवं श्रीमती राज किरन, मेरठ
३. श्रीमती गीतांजली गोली, हैदराबाद
४. डॉ. (श्रीमती) सरोज विश्वनाथ, हैदराबाद
५. सुश्री माधवी पिठानी, पूर्व गोदावरी
६. श्रीमती उज्ज्वला अड्डिगा, सिकंदराबाद
७. सुश्री के. वी. हेमलता, हैदराबाद
८. सुश्री मृदुला नागदा, कच्छ
९. श्री जयसुख भिमानी, कच्छ
१०. श्रीमती दक्षा नानावटी, सूरत
11. Ms. Paola O'Sullivan, *UK*
12. Mr. Alex Williams, *USA*
13. Mr. Grisha Krivchenia, *USA*
14. Mrs. Rosa Blair, *USA*
15. Mr. Lesley Spector, *USA*

दोहे धर्म के

बंधन क्या है समझ लें, तो कर देवें चूर।
बिन समझे बंधन बढ़ें, मुक्ति रहेगी दूर॥

धर्मचक्र चालित करें, प्रज्ञा लेंय जगाय।
जिससे सारी गंदगी, मन पर की कट जाय॥

नहीं गंध मकरंद ना, भ्रमर न आवे भूल।
ज्ञानी कहां लुभा सकें, ये कागज के फूल॥

तन मन के संयोग का, अंतर वेदन होय।
मिटे आवरण मोह का, विभ्रम विघटित होय॥

भ्रम ही भ्रम पैदा करे, सदा अधूरा ज्ञान।
मृग मरीचिका दूर हो, जगे पूर्ण जब ज्ञान॥

मरणांतक पीड़ा जगे, चित्त न विचलित होय।
अंतर में प्रज्ञा जगे, धर्म सहायक होय॥

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

लोकचक्र नै त्याग दै, धर्मचक्र लै धार।
लोकचक्र रै कारणै, भोगै दुक्ख अपार॥

समझां दुख रै मूळ नै, लेवां मूळ उखाड़।
तो खुल ज्यावै मुक्ति रा, आपै बंद किवाड़॥

अंग अंग जाग्रत हुवै, उदय अस्त रो ग्यान।
चित्त निपट निरमळ हुवै, प्रगटै पद निरवाण॥

बाहर बाहर भटकतां, मोक्छ न पायो कोय।
जो भी भीतर देखियो, मुक्त होगयो सोय॥

तेल चुक्यो बाती चुकी, लौ हुयी अंतरधान।
मूरख पूछै कित गयो, अरहत पा निरवाण॥

हास रुदन रै छोभ स्यूं, चित ब्याकुल ही होय।
साचो सुख जद मुक्ति मँह, चित्त समाहित होय॥

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** 2554, **आषाढ़ पूर्णिमा,** 25 **जुलाई, 2010**

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

Licensed to post w**ithout Prepayment of postage** -- WPP Postal License 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, 243712, 243238
फैक्स : (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vri.dhamma.org

Online booking: www.vridhamma.org