बुद्धवर्ष २५४६, भाद्रपद पूर्णिमा, २१ सितंबर, २००२ वर्ष ३२ अंक ३

धम्मवाणी

यथापि उदके जातं, पुण्डरीकं पवड्ढति। नोपलिप्पति तोयेन, सुचिगन्धं मनोरमं॥
तथेव च लोके जातो, बुद्धो लोके विहरति। नोपलिप्पति लोके न,तोयेन पदुमं यथा॥

– (थेरगा० ७००-७०१, उदायित्थेरगाथा)

जैसे सुगंधित और मनोरम कमल जल में उत्पन्न होकर जल में बढ़ता है, परंतु जल से लिप्त नहीं होता, वैसे ही बुद्ध संसार में जन्म कर,संसार में रहते हुए भी संसार से उसी प्रकार अलिप्त रहते हैं, जिस प्रकार कि पद्म पानी से।

विपश्यना साधना अब – आंतरिक प्रज्ञा द्वारा आंतरिक शांति

गुरुजी की पश्चिम देशों की यात्रा – अप्रैल से अगस्त २००२

दिवस ३४, मई १३, चार्लोट, एन. सी.

साधकों को प्रेरणा देना –

जहां-जहां गुरुजी का आगमन होता है, वहां के विपश्यना संबंधी क्रियाकलाप में फिर से जान आ जाती है। जिस क्षेत्र में वे जाते हैं वहां के साधक एक साथ हो जाते हैं। वे एक दूसरे को अच्छी तरह जानने लगते हैं और सामूहिक साधना करने लगते हैं। धर्म के पथ पर चलने में वे अधिक प्रयत्न करने के लिए प्रेरित होते हैं। इससे उनको विविध प्रकार के आयोजित विषयों में अपनी-अपनी क्षमता के अनुसार सेवा करने का अवसर मिलता है जैसा कि सम्राट अशोक ने एक शिलालेख में लिखा है "भलाई करना कठिन है। हमें विभिन्न प्रकार से कल्याण करना है।" एतदर्थ विविध प्रकार की क्षमताओं से सेवा करना और विपश्यना साधना का अभ्यास एक-दूसरे के पूरक हैं।

गुरुजी का प्रवचन सुनने के लिए एक साधक ने अपने बेटे को लाया। बहुत दिनों से वह उसे यह समझाने की कोशिश कर रहा था कि वह एक बार तो विपश्यना को आजमा कर देखे लेकिन वह समझाने में सफल नहीं हुआ। गुरुजी का प्रवचन सुनकर उसके बेटे ने पहली बार कहा कि वह विपश्यना शिविर करेगा।

दिवस ३५, मई १४, स्टोन माउंटेन पार्क, अटलांटा

गुरुजी तथा माताजी ने प्रातःकाल चार्लोट हिन्दू केन्द्र से प्रस्थान किया। उनका कारवां शाम में स्टोन माउंटेन पार्क पहुंचा।

चूंकि कारवां के स्वयंसेवक प्रायः जिस क्षेत्र में जाते हैं वहां के लिए नये होते हैं इसलिए स्थानीय साधक या तो उन से राष्ट्रीय राजमार्ग पर जहां से उन्हें बाहर निकलना होता है वहां जाकर मिलते हैं या रुकने के निर्धारित स्थान पर मिलते हैं और वहां ले जाते हैं जहां उनका उस दिन का पड़ाव होता है।

हरबार जब कारवां अपने गंतव्य स्थान पर पहुंचता है तो वहां के पड़ाव-स्थल पर मोटर होम को खड़ा करने तथा वहां प्राप्त होने वाली सुविधाओं का पता लगाने में थोड़ा समय तो लग ही जाता है। सभी वाहनों को दुतरफा रेडियो मोबाइल फोन तथा यात्रा के विस्तृत विवरण तैयार करने वाले कैमरों की बैटरियों को चार्ज करने के लिए बिजली का अंतःसम्पर्क चाहिए।

सवारियों के बीच सम्पर्क दुतरफा रेडियो फोन से बनाये रखा जाता है। लेकिन देश के सुदूर व पहाड़ी क्षेत्रों में कभी-कभी मोबाईल फोन काम नहीं करते। इमेल कनेक्शन आर. वी. पार्क आफिसेस में अधिकतर मिल-जाता है। स्टोन माउंटेन फेमिली कैंप ग्राउन्ड में वातावरण नीरव और शांतिमय था। वहां की घुमावदार पगडण्डियों में गुरुजी लम्बे समय तक टहलते रहे।

माताजी ने धम्म कारवां के कुछ मोटर होम का निरीक्षण किया और देखा कि उनमें क्या-क्या सुविधाएं हैं। उन्होंने देखा कि कुछ एक को छोड़कर सभी वाहनों में घर की सभी आधुनिकतम सुविधाएं उपलब्ध हैं जैसे –एक मुख्य बेडरूम के अतिरिक्त सब में बैठने के लिए सोफा सेट जो रात को बिस्तर बन जाता है, भोजन के लिए मेज और बेंचें, गैस के साथ गैस स्टोव, फ्रिज, माईक्रोवेल, ओवन, साधारण ओवन, सामान रखने के अनेकों कैबिनेट, टी. वी., रेडियो, हीटर, एयर कंडीशनर, जनरेटर सेट इत्यादि! शौच एवं स्नानघर।

दिवस ३६, मई १५, अटलांटा, जी. ए.

संतों के राजकुमार जीसस

सुबह गुरुजी ने 'ट्राय साइकिल मैगजीन' के जेम्स साहीन को टेलीफोन पर साक्षात्कार देने के लिए अनुमति दी। गुरुजी ने बताया कि बुद्ध का आविष्कार यह था कि संवेदना ही सभी दुःखों से छुटकारा पाने की कुंजी है और हम लोग इस बात को भूल गये हैं। आवश्यक ता है बुद्ध द्वारा प्रयुक्त असली शब्दों को जानना ताकि हम अपने अभ्यास को और अच्छी तरह कर सकें।

बाद में अटलांटा के बहुत से साधक स्टोन माउंटेन पार्क में गुरुजी से मिलने आये। वे गुरुजी के मोटर होम के बाहर बिछे आसन पर चुपचाप बैठ गये गुरुजी और माताजी बाहर आकर उन्हें चंद मिनट मैत्री दी और साधकों को उत्साहित करते हुए दो शब्द कहे।

शाम में गुरुजी ने एमोरी यूनिवर्सिटी के ग्लैन मेमोरियल यूनाइटेड मेथोडिस्ट चर्च में भाषण दिया। उन्होंने कहा संतों में जीसस राजकुमार हैं। जीसस के मन में उन लोगों के प्रति प्रेम और करुणा थी जिन्होंने उनको यातना देकर मारा था। वास्तव में यह संत का असली लक्षण है। गुरुजी ने कहा कि विपश्यना किसी व्यक्ति को अपने जीवन में क्राइस्ट के गुणों को आत्मसात करने में सहायता करेगी। विपश्यना का अभ्यास क्षण-क्षण में अनुभूत किये जाने वाले सत्य का साक्षात्कार करना है। बाईबल को उद्धृत करते हुए उन्होंने कहा-'तुम सत्य को देखोगे और यही सत्य तुम्हें मुक्त करेगा। विपश्यना से संबंधित परियत्ति और पटिपत्ति पर श्रोताओं द्वारा अनेकों प्रश्न पूछे गये। एक व्यक्ति ने प्रश्न पूछा कि जब वह सुखी है तो विपश्यना की आवश्यक ता ही क्यों है? गुरुजी ने प्रतिप्रश्न करते हुए इसका उत्तर इन शब्दों में दिया, 'क्या तुम और अधिक सुखी नहीं होना चाहते?' उसके बाद उन्होंने बताया कि कैसे किसी को दुःख का बोध नहीं होता। अपने यह उस अंगार के समान है जो राख से ढंके होने के कारण ठंढा

दीखता है पर है वस्तुतः गर्म। इसी तरह लोग अपने को धोखा देते हैं और अपने अन्दर की मानसिक विकृतियां, असंतोषों, निराशाओं, चिन्ताओं, भयों, और आसक्तियों को नहीं जानते। जब तक मन क्रोध, घृणा, ईर्ष्या, भय चिन्ता और लोभ से निरंतर विकृत होता रहता है तब तक मनुष्य कैसे सुखी हो सकता है? विपश्यना इन विकृतियों का अहसास कराती है और इन्हें जड़ से उखाड़ना प्रारंभ करती है।

दिवस ३७, मई १६, बर्मिंघम

हम सभी कैदी हैं –

'डोनाल्डसन करेक्शनल फेसीलिटीं' बर्मिंघम की एक ऐसी जेल है जहां अधिकतम सुरक्षा व्यवस्था है। यहां पर विपश्यना का पहला शिविर इस वर्ष जनवरी में हुआ। गुरुजी दूसरे शिविर के अंतिम दिन फेसीलिटी आये। फाटक पर उनका स्वागत मनोवैज्ञानिक डॉ. देबरा मार्शल ने किया जिन्होंने व्ही. एम. सी. मेसाचुसेट्स के एक दस-दिवसीय शिविर में पहले भाग लिया था।

दोहरी जवाबदेही गुरुजी सर्वप्रथम जेल के जिमनाजियम (व्यायामशाला) में गये जो दोनों शिविरों के लिए ध्यानकक्ष के रूप में रूपांतरित कर दिया गया था। प्रथम और द्वितीय शिविर के साधक वहां ध्यान कर रहे थे। गुरुजी इस बात से प्रसन्न थे कि वे जेल में साधकों से मिल सके। सामूहिक साधना के अंत में उन्होंने एक लघु प्रवचन दिया। उन्होंने कहा कि अपनी मुक्ति के लिए काम करने के अतिरिक्त यदि वे नियमित साधना करें तो वे दो और जिम्मेदारियों को पूरा कर सकेंगे। पहला यह कि वे अपने साथियों के लिए अच्छा उदाहरण बनेंगे ताकि वे भी उनसे प्रेरणा पाकर विपश्यना को आजमायेंगे और दूसरा यह कि इससे डोनाल्डसन फेसीलिटी में विपश्यना का कार्यक्रम सफल होगा तो धीरे-धीरे सरकार का ध्यान खिंचेगा तथा अमेरिका की जेलों में रहने वाले अन्य कैदियों को भी विपश्यना सीखने का अवसर प्रदान करेगा।

अगर यू. एस. ए. की जेलों में विपश्यना का कार्यक्रम सफल हुआ तो दुनिया के दूसरे देशों की जेलों में भी इस कार्यक्रम को लागू करना अधिक आसान होगा।

सच्चा सुधार –

साधकों को संबोधित करने के बाद गुरुजी जेल अधिकारियों से मिले। ये अधिकारी थे डा. के भेनौ, डायरेक्टर ऑफ प्रोग्राम्स, डिपार्टमेंट ऑफ करेक्शंस, जेल वार्डन मि. वुलार्ड, डेप्युटी कमिश्नर मि. हार्डिसन और डा. मार्शल। लायन हार्ट फाउन्डेसन की सुश्री फिलिप्स भी सभा में सम्मिलित हुईं। गुरुजी ने इन पदाधिकारियों द्वारा डोनाल्डसन फेसीलिटी में विपश्यना शिविर आयोजित करने के लिए की गयी पहल की प्रशंसा की अपराधी जेल में इस लिए डाले जाते हैं कि उनके व्यवहार तथा आचरण में सुधार हो लेकिन जेल के दण्डात्मक तथा अपराधग्रस्त वातावरण में कुछ दिन रहने के बाद वे अक्सर अधिक कठोर अपराधी बनकर जेल से बाहर आते हैं। जेल सही माने में करेक्शनल फेसीलिटी बने, इसके लिए यह आवश्यक है कि कैदियों को अपने को सुधारने के उपकरण उपलब्ध कराये जायं ताकि वे समाज के इज्जतदार सदस्य बन सकें।

मन का द्वार खुलना, दिल का दरवाजा खुलना –

डा. मार्शल ने जेल में बीते सप्ताह को सनसनीखेज बताया। उन्होंने तीन साधकों को विपश्यना शिविर के अपने अनुभवों के बारे में बताने को कहा।

लेओन केनेडी ने जनवरी में पहली बार विपश्यना साधना की थी और इस शिविर में उन्होंने सेवा दी थी। उन्होंने शिविर में भाग लेने के अपने अनुभव के बारे में कहा कि इस शिविर में बैठने से मन का द्वार तो खुला ही और शिविर में सेवा देने से दिल के दरवाजे भी खुले अर्थात् उन्हें मन की विकृतियों से मुक्ति मिली और वे अधिक उदार बने।

एली क्राफोर्डने कहा कि जेल में विपश्यना साधना की बड़ी जरूरत है। उन्होंने इस अमूल्य दान को पाने के लिए अपना धन्यवाद ज्ञापित किया।

रिक स्मिथ ने कहा कि वह २२ वर्षों तक बन्दी जीवन ही बिताता रहा। उसके पास बहुत से विषयों पर विचार करने के लिए इफरात समय था और उन्होंने सबको क्षमा कर दिया है। लेकिन उन्होंने कहा कि वह स्वयं को माफ नहीं कर सका। इन वर्षों में वह स्वयं से दूर भागता रहा। अंत में विपश्यना ने उसको स्वयं का सामना करने के लिए मजबूर किया और अपने अंदर झांकने को विवश किया। आज तक जितना काम उसने अपने हाथ में लिया था उनमें यह सबसे कठिन था। लेकिन विपश्यना ने उसको वर्तमान की सच्चाई से समझौता करने के लिए अपूर्व साहस और अपरिमित शुद्धता दी।

अपने अंदर भी कैदी और जेल की दीवारों के बाहर भी कैदी –

गुरुजी ने एक संक्षिप्त प्रवचन, जेल के अधिकारियों, कर्मचारियों तथा कुछ चुने कैदियों, जिन्होंने आज तक विपश्यना नहीं की थी, को दिया। उन्होंने कहा कि लोग जेल की दीवारों के भीतर तथा बाहर दोनों ही जगह अपने मन के स्वभाव-शिकंजे के कैदी हैं। सभी क्रोध, भय, घृणा, ईर्ष्या, लोभ आदि मानसिक विकृतियों से प्रतिक्रिया करते रहते हैं। विपश्यना व्यक्ति को अन्दर के कैद से मुक्त करती है।

गुरुजी के प्रेरणादायक संबोधन के बाद कैदी साधकों ने अपने अभ्यास के बारे में उनसे प्रश्न पूछे। यह बात मर्म को स्पर्श करनेवाली थी कि धर्म कैसे इन्हें एकदम असंभाव्य जगह में मिला और इन लोगों को इसने इतनी सान्त्वना दी।

दिवस ३८, मई १७ हुस्टन, टेक सास

जब से गुरुजी और माताजी अमेरिका आये थे तब से मोटर होम या कार से ही यात्रा की थी। हवाई जहाज से चलना उनके लिए बहुत ही कठिन हो गया था। फिर भी उन्होंने हवाई जहाज बर्मिंघम से हुस्टन जाने की चुनौती स्वीकार कर ली। हुस्टन अमेरिका का चौथा बड़ा शहर है। वे बर्मिंघम से सुबह की उड़ान से एक घंटे की यात्रा की। वहां आगमन के तुरंत बाद उनकी भेंट कुछ स्थानीय प्रवासी भारतीयों से हुई। अतिथियों में भारत के राज्यसभा की भूतपूर्व उपाध्यक्षा मिसेस नजमा हेपतुल्ला थीं, हुस्टन में भारतीय वाणिज्य दूतावास की वाणिज्यदूत हैं।

सायं गुरुजी का एक रेडियो के लिए साक्षात्कार लिया गया। बाद में एडम के मार्क होटल में उन्होंने प्रवचन दिया। हॉल में २०० कुर्सिया थीं। चूंकि आशा से अधिक लोग गुरुजी को सुनने आये थे, इसलिए हॉल के पीछे का पर्दा हटा दिया गया। फलतः बैठने की जगह बढ़ गयी और वहां अतिरिक्त कुर्सियाँ लगायी गयीं।

गुरुजी ने अपने भाषण में बताया कि विपश्यना विधि सीखने के लिए दस-दिवसीय शिविर में बैठना कितना आवश्यक है। विपश्यना में अभ्यास की निरन्तरता ही सफलता की कुंजी है। साधक प्रारंभ करता है सांस को देखने से जिनका मन और मन की विकृतियों से स्पष्ट संबध है। एक बार जब मन थोड़ा एकाग्र हो जाता है तो यह सर्वप्रथम नासारन्ध्र के नीचे तथा ऊपरी होठ के ऊपर की तथा बाद में पूरे शरीर में होने वाली संवेदनाओं को अनुभव करने में सूक्ष्म हो जाता है। साधक को यह शीघ्र पता चल जाता है कि संवेदनाओं की प्रतिक्रिया से वह राग तथा द्वेष जगाता है। जब तक कोई संवेदनाओं को जानकर तटस्थ रहना न सीख ले, तब तक वह मन की विकृतियों को जड़ से नहीं उखाड़ सकता। जैसे एक विषैला वृक्ष बार-बार अंकुरित होता है और तब तक बढ़ता रहता है जब तक उसकी जड़ें न उखाड़ दी जायं। उसी प्रकार तब तक कोई मन की विकृतियों को समूल नष्ट नहीं कर सकता जब तक वह न जान ले कि वे कहां पैदा होती हैं और कैसे बढ़ती हैं।

दिवस ३९ मई १८, धम्मसिरि, कोफमान टेक्सास

धम्मसिरि (धर्म धन)

एक दिन पहले हुस्टन और कोफमान में भारी वर्षा हुई थी, लेकिन १२ मई को आसमान साफ था और धूप खिली थी। गुरुजी सबेरे टहले भी और इस क्रम में यह भी पता लगाया कि धम्मसिरि में क्या-क्या सुविधाएं उपलब्ध हैं। पिछली बार जब गुरुजी यहां आये थे उस समय यहां इतने धर्मसेवक नहीं थे जितने अब थे।

११ बजे वे दो वरिष्ठ सहायक आचार्य दम्पत्तियों से मिले जो बढ़ती उम्र और सहवर्त्ती रोग के बावजूद बहुत सारे शिविर में सेवा दे रहे हैं। उन्होंने उन लोगों के स्वास्थ्य के बारे में पूछा। तब धम्मसिरि के इंचार्ज थोमस क्रिसमैन तथा उनकी पत्नी टीना क्रिसमैन ने गुरुजी से वहां के न्यास के नये सदस्यों से परिचय कराया जो अधिकतर युवा थे।

दिवस ४० मई १९, धम्मसिरि, कोफमैन टी. एक्स., डलास, टी. एक्स.

गुरुजी ने सुबह में फिर साधकोंसे मिले और सायं डल्लास के सुन्दर 'सारा एलेन एण्ड सेमुएल् वीजफल्ड सेंटर' पर सार्वजनिक प्रवचन दिया। गुरुजी ने बताया कि कैसे कोई जागरूकता के बिना संवेदनाओं के प्रति प्रतिक्रिया करता रहता है। बुद्ध ने अज्ञानता को परिभाषित करते हुए यह नहीं कहा कि यह धर्मग्रंथों के ज्ञान का अभाव या दार्शनिक विश्वास का अभाव है, परन्तु यह अंदर में जो हो रहा है इसके प्रति जागरूकता का अभाव है। नाम और रूप के क्षेत्र में सभी वस्तुएं अनित्य और असंतोष जनक हैं जिन पर हमारा कोईनियंत्रण नहीं है इस जानकारीका अभाव है।

एक शराबी सोचता है उसे शराब की लत है। वस्तुतः उसको लत है उन संवेदनाओं की जो उसे शराब पीने पर होती है। जब कोई संवेदनाओं के प्रति जागरूक होना सीख लेता है, तब वह संवेदनाओं को उस समय देख सकता है जब तृष्णा जागती है और वह उस आवेग के सामने बिना झुके ऐसा कर सकता है। इस प्रकार वह अपनी बुरी लत से बाहर निकलने लगता है।

गुरुजी ने कहा कि व्यक्ति को सिर्फ नशीले पदार्थों का ही व्यसन नहीं होता, बल्कि उसे मन की बहुत प्रकार की विकृतियों जैसे भय, अवसाद, क्रोध आदि की लत लग जाती है। मन में जब ये विकृतियां आती हैं, शरीर पर उनका जैविक-रासायनिक प्रवाह प्रारंभ होता है और व्यक्ति क्रिया-प्रतिक्रिया के दुष्चक्र में फँस जाता है। इस अंधी प्रतिक्रिया से बाहर निकलने में विपश्यना सहायता करती है। फिर भी, विपश्यना की विधि सीखने के लिए बहुत गंभीरतापूर्वक काम करना पड़ता है।

एक प्रश्न के उत्तर में कि क्या विपश्यना विधि सीखने के लिए आचार्य आवश्यक है? गुरुजी ने कहा कि विपश्यना में गुरु डम नहीं है, किसी गुरु के चंगुल में फंसने से सतर्क किया जाता है। लेकिन ठीक से विपश्यना विधि सीखने के लिए किसी अनुभवी आचार्य से आवासीय शिविर में ही सीखने की राय दी जाती है। उसके बाद वह अपना मालिक स्वयं होता है और अभ्यास की निरन्तरता स्वतः बनाये रखता है।

दिवस - ४१, मई २०, धम्मसिरि, कोफमैन टी. एक्स./ओल टाऊन कोटन जिन आर. व्ही. पार्क, टी. एक्स.

धम्मसिरि को अलविदा

लगभग ११ बजे दिन में कारवां केन्द्र से चला तो साधक गुरुजी और माताजी को अपनी श्रद्धा अर्पित करने के लिए रास्ते में पंक्तिबद्ध खड़े हो गये। गुरुजी ने वहां बिताए उन दो दिनों में उन सभी से भेंट की जो उनसे मिलना चाहते थे। माताजी की आंखों से आंसू निकल पड़े जब उन्होंने साधकों को अलविदा कहा।

वहां से बोल्डर के लिए लम्बी यात्रा शुरू हुई। डेनवर तक पहुँचने में कारवां को तीन दिन लगेंगे।

शाम को कारवां 'ओल टाउन कॉटन जिन' के आर. व्ही. पार्क में रुका। कारवां के एक धम्मसेविका ने अपने पोते के पास भेजने के लिए एक पिक्चर पोस्टकार्ड खरीदा। इस पर एक पिता-पुत्र की तस्वीर थी जो ट्रक चला रहे थे। पिता पुत्र से कह रहा था 'बेटा, सूरज उगा और डूबा भी, लेकिन हम अभी टेक्सास राज्य में ही हैं।' और यही बात कारवां के लिए भी थी। टेक्सास बड़ा राज्य है और इतनी देर तक यात्रा करने के बाद भी, वे लोग टेक्सास में ही थे।

दिवस ४२, मई २१, टेक्सास केपुलिन, एन. एम.

टेक्सास के पेनहैंडल और न्यू मैक्सिको के विस्तृत समतल मैदानों से होकर चलने के लिए कारवां ने जब ही प्रारंभ की तो खूब तेज हवा बह रही थी। दिन भर कारवां के तेज हवा का सामना करना पड़ा। कभी रास्ता साफ दीखता, तो कभी धूल से भर जाता। हवा अधिकतर प्रचण्ड ही थी, पर कभी-कभी मंद भी हो जाती। प्रायःकर यह बगल से बहती, फलतः मोटर होम्स खूब हिचकोले खाता और ड्राईवर स्पीड कम करने को बाध्य होते।

कभी-कभी यह पीछे से बहने लगती, फलतः कारवां तेज गति से चलने लगता था। चूंकि परिदृश्य समतल था, अतः आसमान अंतहीन रूप से क्षितिज तक फैला लगता था और हवा अपने रास्ते में आयी सभी चीजों को हिला रही थी। लेकिन हवा निर्भीक ड्राइवरों की समता को विचलित नहीं कर सकी, नहीं डिगा सकी।

साधकों को बुद्ध के ये शब्द याद दिलाये गये। जैसे आकाश में भिन्न-भिन्न प्रकार की हवाएं पूरब से, पश्चिम से, उत्तर से तथा दक्षिण से बहती हैं, वे धूलमय होती हैं तथा धूलरहित भी, ठंडी होती हैं और गर्म भी, प्रचण्ड तूफानी होती हैं और मंद गति से चलनेवाली भी, यों बहुत प्रकार की हवाएं बहती हैं।

इसी प्रकार शरीर के भीतर सुखद, दुःखद तथा असुखद, अदुःखद संवेदनाएं उठती हैं। जब कोई साधक प्रबल प्रयत्न करते हुए अनित्यता को पूरी तरह समझ कर एक क्षण के लिए भी अपनी स्थिरता नहीं खोता तो वैसा ही बुद्धिमान व्यक्ति सभी संवेदनाओं को परिपूर्ण रूप से जानता है। इस प्रकार संवेदनाओं को समझ कर, इसी जीवन में वह सभी विकारों से मुक्त हो जाता है। ऐसा व्यक्ति धर्म में प्रतिष्ठित हो मृत्यु के उपरांत इस सोपाधिक संसार के परे अवर्णनीय अवस्था को प्राप्त करता है क्योंकि वह संवेदनाओं को पूरी तरह समझता है, उनके उत्पन्न होने और नष्ट होने को जानता है तथा संवेदनाओं के परे की अवस्था को भी जानता है।

कारवां अंततः सायं ७:३० बजे के पुलिन, एन. एम. आर. व्हि. पार्क पहुंचा। पार्क के मालिकों ने कहा कि इस महीने में इतनी तेज हवा का बहना बिल्कुल असामान्य बात है। मानो पवनदेव ने गंभीर स्वागत किया है। कारवां रात के लिए व्यवस्थित हुआ और साधक आराम करने बिछावन पर चले गये, पर हवा अभी तक भी मोटर होम्स को झकझोर ही रही थी।

दिवस ४३, मई २२, केपुलिन, एन. एम. बुल्डर, कोलोरेडो

सुषुप्त ज्वालामुखी –

सुबह एक उत्साही कारवां स्वयंसेवक दल के अधिकतर लोगों को, गुरुजी तथा माताजी को सुबह में टहलने के लिए निकट के केपुलिन ज्वालामुखी ले गया। ज्वालामुखी सुप्तावस्था में था। सभी को गुरुजी की वह उपमा याद हो आयी जब वे अनुशय-क्लेश का वर्णन करते हैं।

अज्ञानता के अंधकार में व्यक्ति एक ऐसा स्वभाव शिकंजा बनाता है जहां वह शारीरिक संवेदनाओं के प्रति राग और द्वेष से प्रतिक्रिया करता रहता है। वह अपने स्वभाव शिकंजे का गुलाम हो जाता है और मानस की गहराई में संवेदनाओं के प्रति प्रतिक्रिया करता रहता है। अनुशय क्लेश संवेदनाओं के प्रति अंधी प्रतिक्रिया के प्रच्छन्न (अव्यक्त) स्वभाव-शिकंजे का सुषुप्त ज्वालामुखी है। बुद्ध का अविष्कार साधकों को इस अंधे स्वभाव-शिकंजे से बाहर निकलने में सहायता करता है। चूंकि साधना की अन्य विधियां संवेदनाओं की उपेक्षा करती हैं, वे राग द्वेष के विकार की जड़ तक नहीं जातीं इसलिए वे उन्हें जड़ से उखाड़ नहीं सकतीं। कोई भी ऐसी विधि नहीं है जिसमें राग, द्वेष और मोह की प्रच्छन्न प्रकृतियों को समूल नष्ट करने के लिए इतने स्पष्ट रूप से व्याख्या की गयी हो। बुद्ध ने कहा-'सुखाय, भिक्खवे, वेदनाय रागानुसयो पहातब्बो, दुक्खाय, वेदनाय, पटिघानुसयो, पहातब्बो, अदुक्ख सुखाय वेदनाय अविज्जानुसयो पहातब्बो।'

उसके बाद मैक्सिको के मैदानी क्षेत्र से होकर कोलोरेडो के पहाड़ी क्षेत्र में जाने की यात्रा प्रारंभ हुई। तेज हवा बहती ही रही। सड़क के दोनों तरफ रह-रह कर घोड़े, गायें और जंगली हिरण देखे जा सकते थे।

कारवां शाम को बोल्डर कोलोरेडो पहुंचा। एक साधक दम्पति के घर के हाते में सभी सवारियां पार्क की गयीं। गुरुजी स्थानीय सहायक आचार्यों से तथा मेजवान से थोड़ी देर के लिए मिले। **क्रमशः...**

****

विपश्यना परामर्शदातृ तथा शोध केन्द्र

यह केंद्र मनोवैज्ञानिक दवा विभाग, सिद्धार्थ म्यूनिसिपल जनरल हास्पिटल, गोरेगांव (प.), मुम्बई-४००१०४ में विपश्यना संबंधी योजनाओं तथा सेवाओं के साथ क्रियाशील है। यह वृहन मुम्बई म्यूनिसिपल कॉरपोरेशन के कर्मचारियों के लिए है जो दस-दिवसीय आवासीय विपश्यना शिविर में सम्मिलित होना चाहते हैं उन्हें परामर्श तथा सूचना देता है। इस प्रकार के कर्मचारियों को बी. एम. सी. द्वारा अपने परिपत्र संख्या ए एम सी - डब्लु एस परिपत्र संख्या एम पी

एम/९०९० दिनांक ९.१.९८ के अन्तर्गत छुट्टी की सुविधा है (मंगलवार, वृहस्पतिवार, शनिवार १२ बजे दोपहर जानकारी प्राप्त कर सकते हैं)।

बी. एम. सी. कर्मचारी-साधकोंके लिए साप्ताहिक सामूहिक साधना एवं मार्गदर्शन के लिए व्यवस्था की गयी है जिन्होंने एक या एक से अधिक दस-दिवसीय विपश्यना शिविर किये हैं (शनिवार १२.३० से १.३० बजे)।

संपर्क : डा. आर. एम. चोखानी, मुख्य मेडिकल अधिकारी, हास्पिटल फोन: ८७६-६८८६ एक्स. २१५.

****

मुंबई में पूज्य गुरुदेव का सार्वजनिक प्रवचन एवं प्रश्नोत्तर

दिनांक : ३.१०.२००२. दिन: बृहस्पतिवार
सायं ४:४५ से ५:४५ बजे तक सामूहिक साधना
६:१५ से ८:०० बजे तक प्रवचन एवं प्रश्नोत्तर
स्थान: बिरला मातुश्री सभागार, न्यू मेरिन लाईन, मुम्बई-४०००२०
संपर्क : श्रीमती पुष्पा माखारिया, फोन: ३६९१५६० (निवास)

नये उत्तरदायित्व

भिक्षु आचार्य

Ven. Bhikkhu U Pannya Zaw Ta, Myanmar

आचार्य

श्री राम निवास शर्मा (राजस्थान के जेल शिविर में सेवा)

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री तखतमल कोठारी २. मुनि जीन चंद्र सूरी ३. श्री बाबू राम यादव

नवनियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. डा. इंदुमती मोधा, जामनगर २. श्री जी. वी. वी. सत्यनारायण, हैदराबाद ३. श्री रूद्रदत्त तिवारी, जालौरी 4. U Myat Kyaw, Myanmar 5. Dr. (Mrs) Nikki Miller, Australia 6. & 7. Mr Stephen Hanlon & Mrs Rebecca York-Hanlon, Taiwan

बाल शिविर शिक्षक

१. श्री रंजन एच. के., बड़ौदा २. श्री सुनील के. शाह, बड़ौदा ३. श्रीमती काकुलीडी. भट्टाचार्य, बड़ौदा 4. Mrs Ada Tomer, Israel 5. Mrs Tamar Apple, Israel 6. Mrs Naomi Apple, Israel 7. & 8. Mr Ian Landy & Mrs Lee Landy, Australia.

दोहे धर्म के

सब के मन जागे धरम, सुखी होय परिवार।
बैर मिटे मैत्री जगे, सुख छाये संसार॥

घर घर में परिवार में, बहे धर्म की धार।
रूखे सूखे गृह-चमन, हो जावें गुलजार॥

शुद्ध धर्म जग में जगे, होय विषमता दूर।
छाये समता सुखमयी, योग-क्षेम भरपूर॥

शुद्ध धर्म जग में जगे, प्रज्ञा शील समाधि।
शुद्ध धर्म जिसमें जगे, उसकी मिटे उपाधि॥

हर हर गंगा धरम की, सतत प्रवाहित होय।
सिर से पग तक चेतना, जागे तो शिव होय॥

शुद्ध धर्म ऐसा जगे, होवे चित्त विशुद्ध।
बौद्ध बने या न बने, मानव बने प्रबुद्ध॥

मेसर्स मोतीलाल बनारसीदास

• ११-१३, सनस प्लाजा, १३०२ बाजीराव रोड,
पूणे-४११००२, फोन: ४४८-६१९०
• महालक्ष्मी मंदिर लेन, २२ भूलाभाई देसाई रोड,
मुम्बई-४०००२६, फोन: ४९२-३५२६
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

ब्यापे बिस्व विपस्सना, होवै जन कल्याण।
जन जन चालै धरम पथ, पावै पद निरवाण॥

फिर स्यूं गूंजै जगत मँह, सुद्ध धरम रो नाद।
होवै दूर उदासियां, होवै दूर बिसाद॥

भय भैरव सारा मिटै, कटै पाप री रात।
फिर स्यूं जागै जगत मँह, मंगळ धरम प्रभात॥

दुखियारो संसार है, जन मन लियां विकार।
सुद्ध धरम फिर स्यूं जगे, सुखी हुवै संसार॥

पुन्य जग्यां ही बुद्ध स्यूं, होवै धरम मिलाप।
चलै धरम रै पंथ पर, मिट ज्यावै भवताप॥

जन जन मँह जागै धरम, सुधरै जग ब्योहार।
बैर भाव सारा मिटै, रवै प्यार ही प्यार॥

मेसर्स गो गो गारमेंट्स

३१ -४२, भांगवाड़ी शॉपिंग आर्केड,
१ला माला, कालबादेवी रोड, मुंबई - ४००००२.
फोन: ०२२- २०५०४१४
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, दूरभाष : (०२५५३) ४४०८६, ४४०७६.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, ६९- बी रोड, सातपुर, नाशिक-४२२००७. **बुद्धवर्ष २५४६, भाद्रपद पूर्णिमा, २१ सितंबर, २००२**

वार्षिक शुल्क रु. २०/-, विदेश में US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. २५०/-, " US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. १९१५६/७१.** Regn. No. AR/NSK-46/2002

Licenced to post w**ithout Prepayment of postage** -- Licence number-- **AR/NSK-WP/3**
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 - ४२२४०३
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
दूरभाष : (०२५५३) ४४०७६
फैक्स : (०२५५३) ४४१७६
Website: www.vri.dhamma.org
e-mail: dhamma@vsnl.com