विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष २५४७, आश्विन पूर्णिमा, १० अक्तूबर, २००३ वर्ष ३३ अंक ४

धम्मवाणी

अत्तना हि कतं पापं, अत्तना संकिलिस्सति।
अत्तना अकतं पापं, अत्तनाव विसुज्झति।
सुद्धी असुद्धि पच्चत्तं, नाञ्ञो अञ्ञं विसोधये॥

धम्मपद १६५

अपने द्वारा किया गया पाप ही अपने को मैला करता है। स्वयं पाप न करे तो आदमी आप ही विशुद्ध बना रहे। शुद्धि-अशुद्धि तो प्रत्येक मनुष्य की अपनी-अपनी ही है। (अपने-अपने ही अच्छे-बुरे कर्मों के परिणामस्वरूप है।) कोई दूसरा भला किसी दूसरे को कैसे शुद्ध करसकता है? (कैसे मुक्त करसकता हैं?)

विपश्यना साधना अब – आंतरिक प्रज्ञा द्वारा आंतरिक शांति

गुरुजी की पश्चिम देशों की यात्रा – अप्रैल से अगस्त २००२

क्रमशः

जुलाई १०, दिवस ९२, बिलिंग्स, (मोंटाना, नार्थ डकोटा)

मोंटाना के विस्तृत मैदानों को पार करते हुए कारवां को लंबी दूरी तय करनी थी। जब पू. गुरुजी और माताजी ने जाना कि देर हो जाने की संभावना है तो उन्होंने रुक कर चाय पीने का विचार त्याग दिया। इस प्रकार कारवां निरन्तर चलकर रात ८ बजे अपने गंतव्य स्थान बिलिंग्स कैंप पहुँचा।

जुलाई ११, दिवस ९३ बिसमार्क, नार्थ डकोटा - मिनियापोलीस, मिनीसोटा

आज कारवां को सबसे लंबी दूरी तय करनी थी अतः नियत समय पर गंतव्य के लिए रवाना हो गया क्योंकि कैम्पसाईट का द्वार रात ९ बजे बंद हो जाता है। पू. गुरुजी को रास्ता चलते पत्राचार की संक्षिप्त जानकारी दी गयी। दुनिया भर से आये प्रशासन संबंधी मुद्दों तथा ध्यान संबंधी सभी प्रश्नों के लिए उन्होंने हिदायत दी और स्पष्टीकरण दिया। रास्ते में टायर पंक्चर हो जाने से विलंब अवश्य हुआ परंतु कारवां दल के सभी सदस्यों ने मिल कर ठीक किया और सभी गाड़ियां लगभग एक ही समय गंतव्य पर पहुँचीं। स्थानीय साधक पू. गुरुजी, माताजी तथा कर्मीदल के लिए भोजन लेकर तैयार खड़े थे। उस दिन तीन दिनों में पहली बार पू. गुरुजी तथा माताजी को अपनी सुविधानुसार टहलने के लिए अवसर मिला था।

जुलाई १२, दिवस ९४, मिनियापोलीस, मिनीसोटा

सेंट पॉल और मिनियापोलिस के जुड़वें शहर में धम्मसेवकों का एक समूह है जो वर्षों से उस क्षेत्र में नॉन-सेन्टर शिविर लगवाते आ रहे हैं। उन्हें पू. गुरुजी के आगमन से कैम्पग्राउंड में एकत्र होने का और ध्यान तथा धम्मसेवा-संबंधी बहुत-सी बातों पर सलाह लेने का अवसर मिला। वे जानना चाहते थे कि क्या उनकी तैयारी एक विपश्यना केन्द्र के लिए पर्याप्त है। पू. गुरुजी ने उन्हें एक उचित स्थान खोजने या कम से कम एक 'धम्म भवन' खोजने के लिए उत्साहित किया, जिसको भविष्य में केन्द्र के रूप में बदला जा सके।

उस शाम पू. गुरुजी ने मिनियासोटा विश्वविद्यालय के 'टेडमान कन्सर्टहॉल' में एक सार्वजनिक प्रवचन दिया। उन्होंने बताया कि तृष्णा को पूरा करना बिना पैंदे की बाल्टी भरने जैसा है जो कभी भर ही नहीं सकती। पू. गुरुजी ने जोर दिया कि संवेदना के स्तर पर अनित्यता की अनुभूति ही दुःख से बाहर निकलने का मार्ग है। जब कोई संवेदनाओं के प्रति जागरूक होता है तो उनका अनित्यता का स्वभाव स्पष्ट हो जाता है। 'अनुभूति के स्तर पर अनित्यता का ज्ञान दूसरे तर्कसंगत कदम की ओर ले जाता है और वह है – 'दुःख की समझ होना'। जो अनित्य है वह नित्य रहने वाले सुख का कारण कैसे हो सकता है। और जो अनित्य है, दुःख है, उसे 'मैं' और 'मेरा' कैसे कहा जायगा?

पू. गुरुजी ने बताया कि 'अनत्ता' आत्मा के होने या न होने का दार्शनिक कथन नहीं बल्कि नामरूप के प्रपंच की सच्चाई है जिसको कोई 'मैं' और 'मेरा' कहता है। विपश्यना के अभ्यास से व्यक्ति यह अनुभव करता है कि यह सारा भासमान प्रपंच क्षणभंगुर और सारहीन है जो हर क्षण बदलता रहता है। इस पर किसी का नियंत्रण नहीं है। आनुभूतिक स्तर पर अनत्ता का प्रत्यक्ष ज्ञान अनित्य को समझने का तर्कसंगत परिणाम है। अनुभूति के स्तर पर अनित्य के प्रत्यक्ष ज्ञान में जो जितना अधिक प्रतिष्ठित होता है, वह अनत्ता के प्रत्यक्ष ज्ञान के उतना ही अधिक निकट होता है।

जुलाई १३, दिवस ९५, मिनियापोलीस से शिकागो

आज पू. गुरुजी शिकागो में आयोजित एक-दिवसीय शिविर के लिए सबेरे ही चल पड़े, जबकि कारवां शहर के बाहर आर.वी. पार्क की ओर गया। सामान्यतः पार्क रात को बहुत शांत रहते हैं परंतु यहां गरमी की छुट्टियां मनाने वालों की बड़ी भीड़ थी। कारवां के लिए बुक किये स्थान पर अन्य लोगों ने कब्जा कर लिया था। अतः अनेक गाड़ियों को खुली घास पर पार्क करना पड़ा। मच्छर, वारिस और कई अन्य असुविधाओं का भी सामना करना पड़ा। उस शाम टहलते समय गुरुजी ने नॉर्थ अमेरिका के जेलों में विपश्यना के लिए एक नया न्यास बनाने की हिदायत दी। अमेरिकी जेलों में ज्यों-ज्यों विपश्यना अपनी प्रभावोत्पादकता सिद्ध कर रही है और अधिक ग्राह्य हो रही है, त्यों-त्यों इस बात की आवश्यकता महसूस की जा रही है कि जेलों में विपश्यना के कार्य-कलापों के लिए एक अलग संगठन हो और इस न्यास द्वारा अन्य दातव्य संगठनों से दान स्वीकार किया जाय, क्योंकि जेलों के संवासी प्रायः दान देने की स्थिति में नहीं होते। पू. गुरुजी ने विशेषकर नॉर्थ अमेरिका के लिए, जहां सहायक आचार्यों और धर्मसेवकों को हवाई जहाज से यात्रा करनी पड़ती है, यही नीति बनायी है। आवश्यक सुविधाओं की व्यवस्था करना और भोजन देना भी बहुत खर्चीला है। शिविर के लिए फीस नहीं ली जा सकती। पू. गुरुजी ने स्पष्ट किया कि उनके द्वारा प्रतिपादित सिद्धान्त के अनुसार सहायक आचार्य तथा धर्मसेवक जो विपश्यना के काम में लगे हैं, यात्रा-भत्ता के अलावा और कुछ न लें।

जुलाई १४, दिवस ९६, शिकागो (इलीनोइस)

एक बार फिर पू. गुरुजी को सुबह जल्दी निकलना पड़ा, क्योंकि दोपहर को ही शिकागो के एक बृहत हिन्दू मन्दिर में उन्हें प्रवचन देना था। वहां उन्होंने हिन्दी में बोलने का विचार किया था लेकिन चूंकि श्रोताओं की बहुत बड़ी संख्या दक्षिण भारत के प्रवासियों की थी, अतः उनसे अंग्रेजी में बोलने का अनुरोध किया गया।

प्रवचन में उन्होंने बताया कि उनका पालन-पोषण एक धर्मपरायण हिन्दू परंपरा में हुआ था जहां उन्होंने बचपन में ही गीता का पाठ करना सीखा था। गीता का वह अध्याय जिसमें आदर्श स्थितप्रज्ञ का वर्णन था, उनको बहुत पसंद था। वे अकसर गीता पर व्याख्यान देते थे और स्थितप्रज्ञ के बारे में बोलते थे – वीतराग, भय, क्रोध आदि पर। गहन भक्ति और

अश्रुमुख होकर की गयी प्रार्थना के बावजूद जब वे स्थितप्रज्ञता के कहीं निकट भी नहीं पहुँच सके तो उन्हें घोर निराशा हुई। जब उन्होंने विपश्यना का पहला शिविर किया तब अनुभव किया कि अब वे स्थितप्रज्ञ के आदर्शों के अधिक निकट हैं और जो भी इसका अभ्यास करे, वह उस स्थिति को प्राप्त कर सकता है।

दोपहर दो बजे के बाद पू. गुरुजी ने भोजन किया। कारवां को दूसरे कैम्पग्राउंड पर जाना था जो शिकागो के अधिक निकट है और उसके बाद फील्ड म्यूजियम जाना था जहां उन्हें शाम को सार्वजनिक प्रवचन देना था। जैसे ही कारवां कैम्पग्राउंड पहुँचा, पू. गुरुजी प्रवचन देने के लिए जेम्स सिम्पसन थियेटर, फील्ड मूजियम चले गये।

वहां उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि विपश्यना न तो अंधभक्तिपरक है और न ही कोई भावनात्मक खेल। यह बौद्धिक उत्सुकता की प्यास बुझाने के लिए कोई कसरत भी नहीं है, बल्कि यह मनोविकारों का सामना करने तथा दुःख को समूल नष्ट करने के लिए एक गंभीर उद्यम है। इसमें अनवरत कठोर परिश्रम करना पड़ता है। इसके अनुकूल प्रेरक वातावरण हेतु ही विपश्यना शिविर की योजना निर्धारित की गयी है। सफलता के लिए विवेक जन्य भक्ति भी नितांत आवश्यक है।

जुलाई १५, दिवस ९७, शिकागो (शहर में)

'आर्यसमाज' में एक-दिवसीय शिविर आयोजित किया गया था। पू. गुरुजी इस शिविर में साधना संबंधी निर्देश एवं प्रश्नों का उत्तर देने के लिए पहुँचे।

जुलाई १६, दिवस ९८, शिकागो

धम्म कारवां के लिए भोजन लाने वालों तथा दूसरी आवश्यकताओं पर ध्यान देने वालों के परिवारों से पू. गुरुजी मिले। सायंकाल पू. गुरुजी शिकागो में एक बरमी विहार देखने गये। हॉल लोगों से भरा था, बहुत से लोग बाहर भी थे जिनके लिए कुछ स्पीकर्स लगाये गये थे। पूज्य गुरुजी से दो शब्द बोलने का अनुरोध किया गया। अपने अनौपचारिक प्रवचन में उन्होंने बताया कि बुद्ध ने शील, समाधि और प्रज्ञा सिखाया। भगवान बुद्ध ने संक्षिप्त में अपनी शिक्षा को इस तरह परिभाषित किया –सभी अकुशल कर्मों को न करना, कुशल कर्म को करना और अपने चित्त को शुद्ध करते रहना –यही बुद्धों का अनुशासन है। पू. गुरुजी ने बताया कि 'परियोदपनं' का अर्थ पूरे मन को शुद्ध करना है। मन की ऊपरी सतह को शांत करना आसान है। लेकिन मन की गहराई में दबे हुए अनुशय क्लेश, जिन्हें सुषुप्त ज्वालामुखी कहा जा सकता है, जब फूट पड़ते हैं तो व्यक्ति की प्रतिक्रिया बहुत हानिकर होती है और यही दुःख चक्र को चलायमान रखती है। अनुशय क्लेश जड़ से तभी उखड़ते हैं जब संवेदनाओं के स्तर पर काम किया जाता है।

प्रवचन के अंत में किसी ने बौद्ध दर्शन के बारे में एक प्रश्न पूछा। उत्तर में गुरुजी ने बताया कि 'बौद्ध दर्शन' बुद्ध-विरोधी शब्दावली है। बुद्ध सभी दर्शनों से ऊपर थे, सभी सिद्धान्तों और अटकलबाजियों से ऊपर। क्योंकि उन्होंने सच्चाई को उसकी पूर्णता में जाना और समझा था। उन्होंने जो सिखाया वह किसी तर्क के आधार पर नहीं सिखाया, जिसे अटकलबाजी कहते हैं। जब कोई सच्चाई को नहीं जानता तभी आनुमानिक और परिकल्पित या अप्रामाणिक सिद्धांत प्रतिपादित करता है। बुद्ध ने सच्चाई की खोज की, इसलिए उन्होंने जो सिखाया वह न तो सिद्धान्त था और न दर्शन। वह ऋत है, कानून है। यह सदैव उसी प्रकार काम करता रहता है चाहे बुद्ध रहें या न रहें।

पू. गुरुजी ने अपनी मातृभूमि के प्रति इस अमूल्य धर्मरत्न के लिए भावभीनी कृतज्ञता प्रकट की।

जुलाई १७, दिवस ९९, शिकागो

पू. गुरुजी ने शिकागो में एक विपश्यना केन्द्र प्रारंभ करने के लिए प्रस्तावित भूपरिसम्पत्ति को देखा। गुरुजी ने कहा कि केन्द्रों का स्थापित किया जाना विपश्यना के प्रसार में एक नया मुकाम अंकित करता है। उनकी सार्थकता को समझना महत्त्वपूर्ण है। विपश्यना के केन्द्र क्लब नहीं हैं जहां उनके सदस्य आनंद मनाने जाते हैं। वे मन्दिर भी नहीं हैं जहां धार्मिक अनुष्ठान या कर्मकांडिक येजाते हैं। वे वैसे स्थान भी नहीं हैं जहां लोगों को सामाजिक बनाया जाता है या उनका मनोरंजन किया जाता है। वे कम्यून भी नहीं हैं जहां एक धर्म को मानने वाले लोग अपने विशेष नियमों के अनुसार बाहरी दुनिया से अलग-थलग रह सकते हैं। इसके बजाय, केन्द्र वैसे स्कूल हैं जहां एक विषय सिखाया जाता है। वह विषय है –'धर्म; जीवन जीने की कला'। जो इन केन्द्रों पर ध्यान करने या सेवा देने आते हैं, वे इसी शिक्षा को ग्रहण करने आते हैं। इसलिए उनकी मनोवृत्ति ग्रहणशीलता की होनी चाहिए। अपने विचारों को थोपने की कोशिश न करके वहां जो धर्म सिखाया जाता है उसे समझें और जीवन में उसका उपयोग करें।

भूपरिसम्पत्ति देखने के बाद पू. गुरुजी म्याडिसन, विसकोंसिन के लिए रवाना हुए। विसकोंसिन विश्वविद्यालय के फ्लूनो केन्द्र पर शाम को दिये गये प्रवचन का शीर्षक था –'समाज तथा नेताओं को विपश्यना से लाभ'। पू. गुरुजी ने विशिष्ट लोगों जैसे प्राध्यापक, वैज्ञानिक, डॉक्टर, लेखापदाधिकारी, व्यापारी तथा भिक्षुणियों के समक्ष प्रवचन दिया।

कुछ बहुत पुराने साधक जिन्होंने २५-३० वर्ष पूर्व पू. गुरुजी से विपश्यना सीखी थी, उनसे मिलने आये थे। बाद में उन्होंने फिर शिकागो न्यासियों से उस क्षेत्र में केन्द्र स्थापित करने के मुद्दों पर बातचीत की। उन्होंने फिर इस बात पर जोर दिया कि जब कोई धम्मसेवा दे रहा हो तो अपने विचारों को दर किनार करने की जरूरत है। भोजन के बाद, कारवां पुनः शिकागो की ओर चल पड़ा। यह ३ बजे सुबह में कैम्पसाईट पहुँचा।

जुलाई १८ , दिवस १००, शिकागो से ब्रिष्टन, मिचिगन

यह यात्रा का सौवां दिन था। शिकागो से चल कर कारवां डिट्रोय के निकट एक क्रिश्चियन सेन्टर पर रुका। इस सेन्टर को स्थानीय आयोजकों ने एक-दिवसीय शिविर के लिए तथा कारवां के आराम के लिए किराये पर ले रखा था। साधकों का एक समूह जिसमें अधिकतर युवा वर्ग के लोग थे, गुरुजी के लिए प्रतीक्षा कर रहे थे। यद्यपि वे कई घंटो तक यात्रा कर के थके थे, फिर भी उन्होंने उनसे शीघ्र मिलने का निर्णय किया। वे सभी एक हॉल में एकत्र हुए जहां उन्होंने उनके प्रश्नों के उत्तर दिये।

एक साधक ने पूछा कि नियमित रूप से विपश्यना करने की इच्छा और बार-बार शिविर करने की इच्छा को क्या विपश्यना के लिए व्यसन नहीं कहा जायगा? पू. गुरुजी ने बताया कि जैसे जब कोई बीमार हो तो अस्पताल जाना और दवा लेना आसक्ति या राग नहीं कहलाएगा। क्योंकि जब किसी को कोई शारीरिक रोग है तो यह आवश्यक कदम है। उसी तरह हर किसी को मनोविकारों के कारण मानसिक दुःख है और वह विपश्यना का अभ्यास करता है ताकि उसका मन स्वस्थ रह सके। रोज भोजन करने को या नहाने को कोई आसक्ति नहीं कहता। जब कोई किसी ऐसी चीज की आदत बना रहा हो जो उसके शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य के लिए हानिकर है तो इसे व्यसन कहा जायगा। परंतु यदि विपश्यना करने की आदत बन जाय तो यह एक स्वस्थ आदत है।

जुलाई १९, दिवस १०१, ब्रिष्टन, मिचिगन से टोरोंटो (कनाडा)

मिचिगन के स्थानीय साधकों ने एक-दिवसीय शिविर का आयोजन कर रखा था यद्यपि उन्हें पहले ही कह दिया गया था कि पू. गुरुजी संभवतः किसी भी सत्र में न आ पायेंगे। पर उन्हें यह जान कर सुखद आश्चर्य हुआ कि टोरोन्टो रवाना होने के पूर्व पू. गुरुजी ने उन्हें आनापान देने का निर्णय लिया है।

कारवां टोरोन्टो के बाहर शांत और एकांत ग्लेन रूज कैम्पग्राउंड में रात १२ बजे के पहले पहुँचा।

जुलाई २०, दिवस १०२, टोरोंटो से ओंटारियो

कार्डिनल कार्टर अकेडमी में जहां संघदान का आयोजन किया गया था, प्रातःकाल उत्सव का-सा माहौल था। इस अवसर पर पचास से अधिक भिक्षु तथा भिक्षुणियों ने यहां की शोभा बढ़ायी और गृहस्थों को पुण्य अर्जन करने का अवसर प्रदान किया। संघदान के बाद, पू. गुरुजी ने ओडिटोरियम में एकत्र गृहस्थों को संबोधित किया। मंच पर पूज्य भिक्षुसंघ भी उपस्थित था। पूज्य भंते विमलजी ने अपने संक्षिप्त प्रवचन में कहा कि बुद्ध की शिक्षा के प्रसार के २६०० वर्षों के इतिहास में गोयन्काजी एक असाधारण आचार्य हैं। बुद्ध के बाद बहुत सारे महान आचार्य हुए जिन्होंने बुद्ध की शिक्षा के प्रसार को जारी रखा, लेकिन वे अधिकतर भिक्षु थे। पू. भिक्षु विमलजी ने यह भी कहा कि गोयन्काजी एक महान आचार्य हैं जिन्होंने जाति, धर्म और राष्ट्रीयता की सीमा का अतिक्रमण किया है और

जो अपने भद्र व्यवहार और करुणामयी प्रज्ञा से हजारों लोगों का दिल स्पर्श करते हैं।

अपने प्रवचन में पू. गुरुजी ने श्रोताओं से कहा कि प्रथम विपश्यना शिविर में सम्मिलित होने के पहले बुद्ध की शिक्षा के प्रति उनको बहुत गहरा संदेह था। जब उनके आचार्य सयाजी ऊ बा खिन ने बताया कि बुद्ध ने केवल शील, समाधि और प्रज्ञा को छोड़ कर और कुछ नहीं सिखाया, तो पहले ही शिविर में पू. गुरुजी को अनुभव हुआ कि विपश्यना एक बुद्धिसंगत वैज्ञानिक तथा सार्वजनीन शिक्षा है जिसका फल यहीं और इसी क्षण मिलता है। बुद्ध की व्यावहारिक शिक्षा में उन्हें कोई ऐसी बात नहीं दिखाई पड़ी जो आपत्तिजनक हो। फिर भी, इसके विरोध में गहरे संस्कार होने के कारण, पू. गुरुजी ने यह जानना चाहा कि इसकी प्रतिपत्ति में अर्थात इसके सिद्धान्त में कोई दोष है या नहीं?

भदन्त आनंद कौसल्यायन भारत के एक प्रकांड पंडित भिक्षु थे। जब वे म्यमां जाते तो पू. गुरुजी के घर में ही ठहरते। उन्होंने 'धम्मपद' के अपने हिंदी अनुवाद की एक पुस्तक गुरुजी को पढ़ने के लिए दी थी। परंतु बुद्ध की शिक्षा के प्रति गुरुजी का दुराग्रह इतना अधिक था कि तीन वर्षों तक उनके टेबल पर पड़ी उस किताब को उन्होंने खोल कर देखा तक नहीं। अब जब इसे पढ़ना शुरू किया तो इसकी विषय-वस्तु से रोमांचित और पुलकित हो उठे। जब पू. गुरुजी ने तिपिटक की अन्य पुस्तकों को पढ़ना प्रारंभ किया तब और गहराई से जाना कि बुद्ध की शिक्षा का सैद्धान्तिक पक्ष भी बिल्कुल निर्दोष है।

शताब्दियों तक भारत के इस महान सपूत के बारे में लोगों में अज्ञानता और भ्रांतियां ही रही हैं। पू. गुरुजी कुछ हद तक ऐसी दुर्भाग्यपूर्ण भ्रान्तियों को दूर करने का प्रयास कर रहे हैं।

धर्म का भारतवर्ष से लोप होने का मुख्य कारण यह था कि यहां के साहित्य में बुद्ध को विष्णु के अवतार के रूप में प्रकट किया गया। उनकी इस उद्घोषणा के बावजूद कि 'यह उनका अंतिम जीवन है, इसके बाद उनका पुनर्जन्म नहीं होगा', उनको विष्णु का अवतार बना कर उसे गलत प्रमाणित कर दिया गया। इस तरह बुद्ध की मूल शिक्षा विकृत हो गयी, उनके द्वारा निर्दिष्ट मुक्तिपथ विकृत हो गया। बुद्ध को भ्रान्तिपूर्ण तरीके से विष्णु के अशुभ गुणों (दुर्गुणों) जैसे माया-मोह का अवतार कहा गया। बुद्ध धर्म को हिन्दू धर्म की एक शाखा बता कर इसे अमौलिक बना दिया गया।

भारतवर्ष से बुद्ध की शिक्षा के लुप्त हो जाने का एक दुर्भाग्यपूर्ण परिणाम यह हुआ कि यहां निरंकुश जाति-प्रथा और अनेक प्रकार के 'वाद' प्रारंभ हुए, जिसने न केवल देश की एकता को क्षति पहुँचायी बल्कि तथाकथित निम्नजाति के लोगों के आत्मसम्मान को भी नष्ट कर दिया। यह सौभाग्य की बात है कि पू. गुरुजी हिन्दू धार्मिक नेताओं को उनकी इन भूलों को स्वीकार कराने में सफल हो गये हैं। बड़े-बड़े हिन्दू नेता अब इस बात को स्वीकारने लगे हैं कि बुद्ध विष्णु के अवतार नहीं हैं। बुद्ध के बारे में जो ऐतिहासिक सच्चाई है उसे उदारतापूर्वक स्वीकार कर रहे हैं। चार शंकराचार्यो और बहुत सारे प्रसिद्ध हिन्दू धार्मिक नेताओं ने इससे सहमति जताई है। पू. गुरुजी झगड़ा करने में विश्वास नहीं करते। वे बुद्ध की सलाह का अनुसरण करते हैं। "विवादं भयतो दिस्वा, अविवादञ्च खेमतो। समग्गा सखिला होथ, एस बुद्धानुसासनी॥"

विवाद में भय देख और अविवाद में क्षेम देख कर मित्रतापूर्वक (सौहार्द से) एक साथ रहे – यह बुद्धों का अनुशासन है। वाद-विवाद तथा लड़ाई-झगड़े में भय (खतरा) देख, पू. गुरुजी दूसरे को बात मानने के लिए बिना झगड़े के और सौम्यभाव से राजी करते हैं। अपना ही उदाहरण देते हुए उन्होंने कहा कि कोई कितना ही तर्क देता या वाद-विवाद करता, उससे बुद्ध की शिक्षा का जो परोपकारी स्वभाव है उसे मैं नहीं मान पाता। यह बुद्ध की शिक्षा का वास्तविक अभ्यास ही है जिसने मेरे सन्देह को दूर किया, क्योंकि वास्तविक अभ्यास से ही लाभ मिलता है।

अंत में पू. गुरुजी ने संघ के प्रति अत्यन्त आदर के साथ कृतज्ञता व्यक्त की, जिसने पटिपत्ति (अभ्यास) और परियत्ति (सिद्धान्त) को सहस्राब्दियों तक संभाल कर रखा। ऐसा न होता तो मैं इन अमूल्य रत्नों को नहीं प्राप्त कर पाता।

इसके बाद गुरुजी लोगों से व्यक्तिगत रूप से मिले। स्थल छोड़ते समय तक वे बहुत थक गये थे, परंतु उन्हें इस बात की प्रसन्नता थी इस देश में इतनी बड़ी संख्या में विभिन्न देशों का प्रतिनिधित्व करनेवाला भिक्षु संघ एकत्र हुआ और इतने बड़े संघदान का आयोजन हो सका।

उसी सायंकाल 'बुद्ध धर्म' मैगजीन के लिए सुश्री टिनेट द्वारा पू. गुरुजी का साक्षात्कार लिया गया। उन्होंने सुश्री टिनेट को बताया कि भारत से 'विपश्यना' शब्द ही लुप्त हो गया था। जब उन्होंने इस शब्द को सयाजी से पहली बार सुना तो शब्दकोश देखने लगे और उन दिनों के हिन्दी और संस्कृत के शब्दकोशों में उन्हें यह शब्द नहीं मिला।

सुश्री टिनेट ने जानना चाहा कि विपश्यना को वैज्ञानिक क्यों कहा जाता है? विज्ञान की परिभाषा तथ्यों का तटस्थ अवलोकन और उनका व्यावहारिक उपयोग है। विपश्यना भी नाम-रूप के प्रपंच संबंधी सामग्रियों का आनुभूतिक स्तर पर तटस्थ भाव से अवलोकन है। वैज्ञानिक प्रयोग की एक महत्त्वपूर्ण कसौटी है कि कोई जब चाहे तब, इसे दोहराया जा सकता है। विपश्यना ने भी सहस्राब्दियों से अधिक समय तक उन लोगों को एक समान फल दिया है, जिन्होंने इसका अभ्यास किया। यह ऐसा फल है जो स्वानुभूति के स्तर पर यहीं और इसी क्षण मिलता है।

पू. गुरुजी ने कहा कि लोगों को पंचशील का पालन करने के लिए इसलिए कहा जाता है कि वे आत्म गवेषणा का काम तब तक नहीं कर सकते जब तक कि मन में विशाल तरंगे उठती हों। जब पांच शीलों में से एक भी शील टूटता है, तो मन में तूफान उठ खड़ा होता है, बहुत अशांति छा जाती है। जब मन व्याकुल हो जाता है तो उस अवस्था में उचित तरीके से विपश्यना का अभ्यास भला कैसे किया जा सकता है? पू. गुरुजी कभी-कभी मानसून के दिनों में समुद्र में उठने वाली उन उत्ताल तरंगों का उदाहरण देते हैं जिसके कारण समुद्र में तेल के कुएं की खुदाई का काम रोक देना पड़ता है। ऐसे ही जब कोई अन्दर की सच्चाई देखने का काम करता है तो देखता है कि कैसे कोई-सा भी शील तोड़ने पर मन उद्वेलित हो उठता है और अपने लिए दुःख ही बढ़ाता है।

'कर्म क्या है?' के उत्तर में पू. गुरुजी ने कहा कि हर प्रतिक्रिया कर्म है। वर्तमान की प्रतिक्रिया बीज है जो यहीं और इसी क्षण किसी को दुःखी बनाती है और इसका जो फल होगा वह भी दुःख ही लायेगा। कर्म के बारे में बहुत कुछ कहा गया है लेकिन इसके बारे में समझदारी बहुत कम है। इसके बारे में बहुत विचार-विमर्श हुआ है कि कैसे वर्त्तमान की अवस्था अतीत के कर्मो का फल है लेकिन वर्त्तमान क्षण में नया संस्कार बनाने की आदत को दूर करने का बहुत कम प्रयास किया जाता है। विपश्यना नया संस्कार (कर्म) नहीं बनाने पर केन्द्रित है। प्रकृति का नियम ऐसा है कि जब कोई नया कर्म-संस्कार नहीं बनाता है तो पुराने कर्म-संस्कार ऊपर आने लगते हैं और जड़ से उखड़ जाते हैं।

सुश्री टिनेट ने जानना चाहा कि वे बुद्ध की शिक्षा बताने के लिए 'बौद्ध' शब्द का प्रयोग क्यों नही करते। पू. गुरुजी ने बताया कि यद्यपि इस शब्द का प्रयोग बुद्ध की शिक्षा के लिए किया जाता है, लेकिन वे इस शब्द का प्रयोग इसलिए नहीं करना चाहते कि इस शब्द से सम्प्रदाय की बू आती है और उनका विश्वास है कि बुद्ध ने कोई 'वाद' नहीं सिखाया। 'विपश्यना विशोधन विन्यास' ने एक सी. डी. (कम्पैक्ट डिस्क) बनायी है जिसमें तिपिटक (बुद्ध वचन) के १५,००० पृष्ठ और अट्ठकथा साहित्य के ३५,००० पृष्ठ निवेसित हैं। इस विशाल साहित्य में कहीं भी 'बौद्ध' शब्द का प्रयोग नहीं हुआ है। यहां तक कि दूसरी परंपराओं ने भी बुद्ध की शिक्षा को बुद्ध के पांच सौ साल बाद तक 'बौद्ध' नहीं कहा। बुद्ध की व्यावहारिक शिक्षा के अनुभव के आधार पर तथा बुद्धवाणी के अध्ययन के आधार पर पू. गुरुजी इस बात के कायल हैं कि बुद्ध की शिक्षा सार्वजनीन है और असांप्रदायिक है। बुद्ध को मत तथा पंथ में रुचि नहीं थी और न ही वे कोई दर्शन सिखा रहे थे।

सुश्री टिनेट ने पू. गुरुजी से किसी विहार में रह कर तपोमय जीवन जीने का प्रशिक्षण प्राप्त करने की आवश्यकता और उसके महत्त्व पर जानना चाहा। पू. गुरुजी ने कहा कि यह अमूल्य धर्म तथा अमूल्य मानव जीवन के उपयोग का बहुमूल्य अवसर है। उन्होंने जोड़ा कि भिक्षु बनने का निर्णय भावावेश में नहीं करना चाहिए। यह निर्णय खूब सोच-समझकर तथा गंभीर रूप से वचनबद्ध होकर करना चाहिए। स्थविर भिक्षुओं द्वारा उचित रूप से विनय के नियमों को पालन करने के लिए नवोदित भिक्षुओं को प्रशिक्षित करना इस बात को सुनिश्चित करता है कि संघ अनुशासन और शुद्धता को बनाये रखता है। *(क्रमशः जारी)*

महत्त्वपूर्ण सूचना

कृपया 'विपश्यना' मासिक पत्रिका संबंधी निम्न सूचनाओं पर ध्यान दें: –

१. बढ़ती हुई मँहगाई को ध्यान में रखते हुए बहुत समय के बाद इसका शुल्क बढ़ाया गया है जो कि अब (अ) **वार्षिक शुल्क रु. ३०/-** और (ब) **आजीवन शुल्क रु. ५००/-** देय होगा।

२. शुल्क भेजते समय केवल डी.डी. (डिमांड ड्राफ्ट) या मनीआर्डर ही भेजें। किसी भी शुल्क के लिए भेजे गये **चेक्स अस्वीकार्य** होंगे।

३. शुल्क 'विपश्यना विशोधन विन्यास' पत्रिका विभाग, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, जिला - नाशिक के नाम-पते पर ही भेजें।

४. यदि किसी को पत्रिका संबंधी शिकायत हो तो उक्त पते पर अवश्य सूचित करें। यथासमय आवश्यक कार्यवाही की जायगी।

"जी"-टीवी पर धारावाहिक 'ऊर्जा'

"जी" टीवी पर हर रविवार प्रातः ९ बजे पूज्य गुरुदेव श्री सत्यनारायणजी गोयन्का के साथ की गयी प्रश्नोत्तरी **"ऊर्जा"** नामक शीर्षक से प्रसारित हो रही है। इसमें पूज्य गुरुदेवजी 'धर्म' की बारीकियों को विस्तार से समझाते हैं। जिज्ञासु इसका लाभ उठाते हुए चाहें तो अपने प्रश्न निम्न पते पर भेज सकते हैं: –

ऊर्जा 'जी' टेलीविजन, पोस्ट बाक्स नं. १, अंधेरी (पश्चिम), मुंबई-४०००९९.
ईमेल: response@zeenetwork.com

हिन्दी एवं अंग्रेजी पत्रिका वेबसाइट पर

वर्तमान और पूर्व की **हिन्दी विपश्यना पत्रिका** विपश्यना विशोधन विन्यास के वेबसाइट से भी प्राप्त कर सकते हैं:
www.vri.dhamma.org/NewslettersHindi/index.html
www.vri.dhamma.org/NewslettersHindi/oldissueshindi.html

वर्तमान और पूर्व की **अंग्रेजी विपश्यना पत्रिका** विपश्यना विशोधन विन्यास के वेबसाइट से भी प्राप्त कर सकते हैं:
www.vri.dhamma.org/newsletters/index.html

दोहे धर्म के

ज्यों ज्यों अर्न्तजगत में, समता बढ़ती जाय।
काया वाणी चित्त के, कर्म सुधरते जांय॥

प्रतिपल इंद्रिय द्वार पर, भोगे सुख दुख भोग।
छुटे नहीं दुख-द्वन्द तो, मिटे नहीं भव रोग॥

जगे सुखद संवेदना, जगे राग पर राग।
जगे दुःख पर दुःख ही, बढ़े आग पर आग॥

जगे सुखद संवेदना, जगे द्वेष पर द्वेष।
जगे दुःख पर दुःख ही, बढ़े क्लेश पर क्लेश॥

तन मन संवेदन जगे, जगे राग ना द्वेष।
समता मय प्रज्ञा जगे, दूर होय दुख क्लेश॥

तन-सुख, मन-सुख, मान-सुख, भले ध्यान-सुख होय।
पर समता-सुख परम-सुख, अतुल अपरिमित होय॥

मेसर्स मोतीलाल बनारसीदास
११-१३, सनस प्लाजा, १३०२ बाजीराव रोड,
पुणे-४११००२, फोन: ४४८-६१९०
महालक्ष्मी मंदिर लेन, २२ भूलाभाई देसाई रोड,
मुम्बई-४०००२६, फोन: २४९२-३५२६
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

दूर हुवै दुरभावना, द्वेस हुवै सब दूर।
निरमळ निरमळ चित्त मँह, प्यार भरै भरपूर॥

द्वेस और दुरभाव रो, रवै न नाम-निसाण।
स्नेह और सद्भाव स्यूं, भरत्यां तन मन प्राण॥

सबकै प्रति मंगळ जगै, मैत्री जगै अपार।
द्वेस द्रोह जागै नहीं, जगै प्यार ही प्यार॥

स्नेह और सद्भाव रो, रवै उमड़तो ज्वार।
रोम रोम जगती रवै, मैत्री करुणा प्यार॥

ज्यूं इक लौते पूत पर, उमड़ै मां को प्यार।
त्यूं प्यारो लगतो रवै, मनै सकल संसार॥

बढै चित्त मँह प्यार ही, चढै चित्त मँह चाव।
दूर हुवै दुरभाव सब, जगै स्नेह सद्भाव॥

मेसर्स गो गो गारमेंट्स
३१ –४२, भांगवाड़ी शॉपिंग आर्केड,
१ला माला, कालबादेवी रोड, मुंबई - ४००००२.
फोन: ०२२- २२०५०४१४
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, दूरभाष : (०२५५३) २४४०८६, २४४०७६.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, ६९- बी रोड, सातपुर, नाशिक-४२२००७. **बुद्धवर्ष २५४७,** **आश्विन पूर्णिमा,** ८ अक्तूबर, २००३

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-, विदेश में US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. ५००/-, " US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. १९१५६**/७१. Regn. No. AR/NSK-46/2003-05

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) २४४०७६
फैक्स : (०२५५३) २४४१७६
Website: www.vri.dhamma.org
e-mail: info@giri.dhamma.org