विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष २५५०, वैशाख पूर्णिमा, १३ मई, २००६ वर्ष ३५ अंक ११

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

Hindi Patrika on Website: www.vri.dhamma.org/NewslettersHindi/index.html

धम्मवाणी

नमो ते बुद्ध वीरत्थु विप्पमुत्तोसि सब्बधि।
तुय्हापदाने विहरं, विहरामि अनासवो॥
- थेरगाथा - ४७.

हे बुद्ध! हे वीर! आप को नमस्कार! आप सभी बंधनों से विमुक्त हैं। आपके उपदेशों का प्रतिपादन कर मैं आस्रव-रहित [वासना-रहित] हो विहार करता हूं।

सही दर्शनः सही वंदना

(भगवान बुद्ध ने साधना विधि के साथ-साथ लोगों को 'दर्शन' और 'वंदना' की सही विधि भी आख्यात की, जो परंपराग त रूढ़ मान्यताओं से भिन्न थी। कालांतर में लोग साधना के व्यावहारिक पक्ष से दूर हुए तो फिर रूढ़ियों में फँस गये। अब पुनः इस 'दर्शन' को ठीक से समझने और पालन करने का समय आ गया है। इस विषय में पूज्य गुरुजी के कुछ उद्‌बोधन "विपश्यना" में पहले प्रकाशितहुए थे, जिन्हें बहुजन के लाभार्थ यहां पुनः दोहरा रहे हैं। सं.)

धीरे-धीरे साधकों में यह बात फैलने लगी की भगवान किस प्रकार की वंदना को सही वंदना मानते हैं। कैसी वंदना उन्हें प्रिय है? कैसी वंदना साधकों के लिये मंगलदायिनी है? विपश्यना साधना द्वारा दृढ़ पराक्रमक रते हुए अपने मन के कषाय काटे यानी मैल दूर करे तो ही शास्ता का सही सम्मान होता है, उनकी सही वंदना होती है, यह बुद्ध-मंतव्य स्पष्ट होने लगा। फिर भी अनेक लोग भगवान को साधारण औपचारिकता के रूप में वंदना करते ही रहे होंगे। परंतु ऐसे भी अनेक प्रंसग हैं जो इस सच्चाई को प्रमाणित करते हैं कि कई साधक ऐसे थे जो सही ढंग से ही वंदना करते थे।

इस संदर्भ में एक प्रसंगः –

कोशलनरेश के राजपुरोहित का पुत्र जयंत। उच्च जाति के गर्व-घमंड में, धन-संपदा के अहंकार-अभिमान में, रूप-यौवन के मदमत्त नशे में वह इस प्रकार अंधा हुआ कि न अपने माता-पिता को नमन करे, न गुरुजनों को, न शीलवान श्रमण-ब्राह्मणों को। अहंकार का पुतला अभिमान के दर्प में प्रमत्त हो उठा। लेकिन अपने किसी पुण्य कर्म के कारण भगवान के संपर्क में आया यानी शुद्ध धर्म के संपर्क में आया तो होश जागा। भगवान की अमृतवाणी सुन कर साधना में प्रवृत्त हुआ तो अर्हत अवस्था को जा पहुँचा और तब कहता है –

"अब मेरा अभिमान, अवमान क्षीण हुआ, पूर्ण विनष्ट हुआ। अहंभाव विगलित हुआ, जड़ से उखड़ गया।" और कहता है –"मैंने सही रूप में भगवान का दर्शन किया यानी उनके गुणों का दर्शन किया कि वह विशिष्ट नायक हैं, विनायक हैं, प्राणियों में अग्र हैं, सारथियों में उत्तम सारथी हैं यानी बिगड़ैल घोड़ों जैसे गलत रास्ते पड़े उद्धत लोगों को सही रास्ते ले जाने में कुशल हैं। भिक्षु संघ द्वारा पूजित प्रकाशमान सूर्य जैसे हैं।

सिरसा अभिवादेसिं'सब्बसत्तानमुत्तमं –सब प्राणियों में श्रेष्ठ उन भगवान बुद्ध को मैंने सिर से नमस्कार किया।"

सचमुच सही ढंग से नमस्कार किया तो ही अहं-विमुक्त हुआ। तो ही अर्हत हुआ।

इसी संदर्भ में एक घटना –

राजगिरि के धनश्रेष्ठि की पुत्री। युवावस्था में पांव फिसला तो घर से भाग निकली। भगोड़ी कन्या के एक-एक करके दो पुत्र हुए। दोनों ही सड़क के किनारे हुए। अतः दोनों का ही नाम पंथक रखा गया। बड़े का महापंथक और छोटे का चुल्ल पंथक। उम्र बढ़ने पर दोनों ने मां से अपने नाना-नानी के बारे मे जानने की जिद्द की तो उसने बता दिया। तब वे ननिहाल जाने के लिए मचलने लगे। वह बहुत दिनों तक टालती रही। पर जब उनका बहुत आग्रह देखा तो दोनों को साथ लेकर राजगिरि पहुँची। पिता ने बेटी को स्वीकार नहीं किया। पर नातियों पर प्यार उमड़ा और दोनों को घर पर रख लिया। वे वहां पलने लगे।

सेठ धनश्रेष्ठि भगवान बुद्ध के विहार में धर्म श्रवण करने जाया करता था। महापंथक भी साथ जाने लगा। उसके मन पर भगवान के उपदेशों का बहुत गहरा प्रभाव पड़ा। महापंथक अपने हृदय का उद्गार इन शब्दों में प्रकट करता है: –

"जब मैंने निर्भय शास्ता के पहले पहल दर्शन किए तो मेरे मन में बहुत बड़ा धर्म-संवेग जागा, पुलक-रोमांच जागा। पर साथ ही यह बात भी समझ में आयी कि कोई व्यक्ति दोनों हाथ, दोनों पांव और सिर धरती पर लगाकर इस महापुरुष को पंचांग प्रणाम करे अथवा आठों अंग धरती पर लगाकर साष्टांग प्रणाम करे तो भी अपने उद्देश्य की पूर्ति नहीं कर सकता। बुद्ध की सही वंदना तो उनकी बतायी हुई विधि का उपयोग कर चित्त निर्मल कर लेने से ही होगी। कल्याण तभी सधेगा। इसलिए सिर, दाढ़ी और मूंछ मुड़वा कर घर से बेघर हो, मैं प्रव्रजित हुआ और उनकी शिक्षा के मुताबिक शुद्ध शील का पालन करते हुए, शुद्ध आजीविका धारण करते हुए, इंद्रियों को वश में रखते हुए, सम्यक सम्बुद्ध को नमस्कार करते हुए, मानसिक दूषणों से अपराजित रह, विपश्यी साधक का जीवन जीने लगा।"

वह जान गया था कि सम्बुद्ध को सही ढंग से नमस्कार कैसे किया जाना चाहिए। **"आरद्धवीरिये पहितत्ते, निच्चं दळ्हपरक्कमे"** –आत्मभाव यानी अहंभाव को सर्वथा त्यागकर नित्य दृढ़ पराक्रम करते हुए मुक्तिहित पुरुषार्थ में लग जाना चाहिए। **एतं बुद्धान वन्दनं** –यही बुद्धों की सही वंदना है और इसी वंदना में वह लगनपूर्वक लग गया। उसने यह दृढ़ निश्चय किया कि तृष्णा के तीर को हृदय से पूर्णतया निकाले बिना वह तनिक भी विश्राम नहीं करेगा। सारी रात पराक्रम करते हुए अर्हत पद प्राप्त करके ही वह विश्राम करने बैठा। सचमुच महापंथक ने बुद्ध वंदना को खूब समझा और खूब ही सार्थक वंदना भी की उसने।

ऐसे अनेक प्रसंगों में से एक और प्रसंगः –

३०० शिष्यों के साथ नित्य कर्मकांडों में रत रहने वाला संन्यासी नदीकाश्यप, जब वह भगवान के संपर्क में आया तो उनकी अमृतमयी धर्मवाणी सुनकर मिथ्या कर्मकांडों से मुक्ति पाकर भगवान से विपश्यना सीखी। उसका पराक्रमपूर्वक अभ्यास करजब अर्हत पद को प्राप्त हुआ तो अपनी मुक्ति का गान गाते हुए उसने यह हर्ष उद्घोषणा की :–

"मैं अंधा था, अभिमानी था, अग्निपूजन के कर्मकांडों में पड़ा हुआ मिथ्या दृष्टियों में उलझा था। आसक्तियों में बँधा था। अब मैं सभी बंधनों से मुक्त हुआ। भवचक्र टूटा। मोह दूर हुआ और तृष्णा विदीर्ण हुई। जन्म-मरण का चक्र छूट गया। अब मेरा कोई पुनर्जन्म नहीं होने वाला। जो सही माने में पूजनीय अग्नि है, अब मैं उसी की उपासना करता हूं। पूजनीय अग्नि यह विपश्यना है जो हमारे भीतर संगृहीत समस्त पाप कर्मों को जलाकर भस्मीभूत कर देती है। ऐसी पूजनीय अग्नि जो बुद्ध में जागी, वही मुझमें भी जागी। उसी की उपासना करता हूं। उसी के सान्निध्य में रहता हूं। पहले बाहरी अग्नि को नमस्कार करता था, पर अब इस भीतरी विपश्यना-अग्नि के रूप में बुद्ध को नमस्कार करता हूं।" सचमुच यही तो बुद्ध-वंदना है!

धन्य हुआ संन्यासी नदीकाश्यप और धन्य हुई नदीकाश्यप की सही बुद्ध-वंदना।

एक और घटनाः –

मगध के धनी संभ्रांत कुल में उत्पन्न गोशाल। अपने पूर्व परिचित महाधनी सोण आदि के भगवान से प्रव्रज्या लेने और अध्यात्म की ऊंची अवस्थाएं प्राप्त कर लेने के संवाद ने उसके मन में साधना के प्रति धर्म संवेग जगाया। वह भी घर से बेघर हो, भिक्षु हो, भगवान से साधना की विधि सीख समीप के पहाड़ी प्रदेश में ध्यान करने चला गया।

शरीर-स्कंध और चित्त के चारों स्कंध, ये पांचों किस प्रकार प्रतिक्षण उत्पन्न और नष्ट हो रहे हैं, विपश्यना द्वारा इंद्रिय जगत के इस उदय-व्यय स्वभाव को स्वानुभूति पर उतारने लगा। यही उसकी बुद्ध और बुद्ध की शिक्षा के प्रति सही प्रदक्षिणा हुई यानी वंदना हुई और उसी वंदना के आधार पर वह भवचक्र से मुक्त हुआ। अर्हत पद पर आसीन हुआ। वंदना, प्रदक्षिणा सफल हुई। धन्य हुई।

ऐसी ही एक अन्य घटनाः–

राजगृह के ब्राह्मणकुल में जन्मा उज्जय। अनेक शास्त्रों का अध्ययन और कर्मकांडों का संपादन कर उसने उनमें सार नहीं पाया। वेणुवन में भगवान के संपर्क में आया। उनकी अमृतवाणी सुन प्रव्रजित हो, उनसे विपश्यना साधना की विधि सीख कर पराक्रमपूर्वक प्रयास करते हुए परम मुक्त अवस्था को प्राप्त हुआ।

अरहंत उज्जय हर्ष उदान की वाणी में कहता है: –

"हे वीर! हे बुद्ध! तुम्हें नमस्कार करता हूं। आप सभी प्रकार की उपाधियों से सर्वथा विमुक्त हो चुके हैं। आपके मंगल उपदेशों का अनुसरण कर मैं भी अनास्रव यानी आस्रवों से पूर्णतया विमुक्त होकर विहार करता हूं!"

यही तो उस वीर बुद्ध की सही वंदना है।

आओ! साधको, पूर्व काल के इन संतों की भांति और इन्हीं जैसे हजारों अन्य साधक-साधिकाओं की भांति हम भी सही दर्शन और सही वंदना करना सीखें और सचमुच अपना कल्याण साध लें।

कल्याण मित्र,

स. ना. गो.

संबोधि-दिवस

जब कोई व्यक्ति सम्यक-संबुद्ध बनता है तो यह उसके अपने ही असीम परिश्रम-पुरुषार्थ का परिणाम होता है, किसी अन्य की कृपा-अनुकंपा का नहीं। वह बोधि के सातो अंगों को स्वयं भावित करता है यानी उनका जीवन जीता है, उनका संवर्धन करता है, बहुलीकरण करता है, उन्हें परिपूर्ण करता है तो ही सम्यक-संबुद्ध बनता है।

ऐसा संबोधि प्राप्त व्यक्ति अनंत ज्ञान से, अनंत करुणा से भर उठता है। सांसारिक दुःखों के बोझ से आकुल-व्याकुल लोगों को दुःख-विमुक्त होने का सही रास्ता बताता है। वही रास्ता जो उसने स्वयं अपनाया। उसने अपने अनुभवों के आधार पर जान लिया कि मात्र उपदेशों से किसी का लाभ होने वाला नहीं है। हर व्यक्ति को पुरुषार्थ, पराक्रम करके बोधि के सातों अंग अपने भीतर स्वयं भावित करने होंगे, बहुलीकृत करने होंगे, परिपूर्ण करने होंगे तो ही दुःख-विमुक्त होगा, अन्यथा नहीं। उपदेशों से प्रेरणा मिल सकती है, मार्गदर्शन मिल सकता है जो कि कल्याणकारी है। परंतु बिना स्वयं धारण किए धर्म का लाभ नहीं मिल सकता। अतः वह लोगों को धर्म धारण करने की विधि सिखाता है। शील-सदाचार का पालन करते हुए भलीभांति अंतर्मुखी होना सिखाता है। अंतर्मुखी किसी काल्पनिक आलंबन के आधार पर नहीं; बल्कि अपने ही बारे में जो-जो सच्चाई जब-जब प्रकट हो, उसी को साक्षीभाव से देखने का अभ्यास करते हुए।

अंतर्मुखी होकर शीलवान साधक अपनी काया के प्रति, और काया पर जो-जो संवेदनाएं प्रकट होती हैं उनके प्रति जागरूक होने का अभ्यास करता है। अपने चित्त के प्रति और चित्त जो कुछ धारण करता है यानी चित्त पर अच्छाई या बुराई जो कुछ प्रकट होती है उसके प्रति जागरूक होने का अभ्यास करता है। इस प्रकार सतत जागरूक रहता हुआ संबोधि के पहले अंग **"स्मृति"** का अभ्यास करता है। उसे भावित करता है, पुष्ट करता है।

इस जागरूकता के अभ्यास से साधक को शीघ्र ही अपने मन का स्वभाव स्पष्ट होने लगता है। किस प्रकार यह मन भूत-भविष्य में

लोट-पलोट लगाता रहता है, किस प्रकार वर्तमान से मुँह मोड़ता रहता है; किस प्रकार प्रिय के प्रति राग और अप्रिय के प्रति द्वेष पैदा करता रहता है और परिणामस्वरूप गांठें बांधते रहता है, तनाव पैदा करते रहता है, दुःख ही सृजन करते रहता है।

विकारों के जागने से दुःख उत्पन्न होता है, न जागे तो दुःख-विमुक्ति होती है। यह धर्म, यह कानून, यह विधान, यह ऋत अब कोरे उपदेशों के अथवा शास्त्र-पठन के आधार पर नहीं, बल्कि स्वानुभूतियों के आधार पर समझने लगता है। समझने लगता है कि क्या भला है? क्या बुरा है? क्या कुशल है? क्या अकुशल है? क्या शुक्ल है? क्या कृष्ण है? क्या निर्दोष है? क्या सदोष है? स्वानुभूतियों के बल पर और अपनी प्रज्ञा के आधार पर सच्चाई का अन्वेषण होता है तो सम्यक होता है, धर्मानुकूल होता है। अतः धर्म-विचय कहलाता है। साधक इस प्रकार संबोधि के इस दूसरे अंग **"धर्म-विचय"** का अभ्यास करता है, उसे भावित करता है, पुष्ट करता है।

ठीक-ठीक अन्वेषण द्वारा जब समझ जाता है कि मन की गाफिल अवस्था, प्रमादपूर्ण अवस्था अत्यंत खतरनाक है, भयावह है तो कमर कस कर सतत अप्रमत्त हो, विकार-विहीन रहने के काम में जुट जाता है। सारी बाधाओं को दूर करते हुए धर्म-पराक्रम में लग जाता है और इस प्रकार धर्म के तीसरे अंग **"वीर्य"** का अभ्यास करता है। उसे भावित करता है, पुष्ट करता है।

इस परिश्रम-पराक्रम द्वारा सजग-सचेत रहता हुआ साधक जैसे-जैसे अपने मन के पुराने स्वभाव को पलटता है, उसके विकार दूर होते हैं, परेशानियां दूर होती हैं और परिणाम स्वरूप सारे शरीर में पुलक-रोमांच की, आनंद की लहरें उठने लगती हैं। इस प्रकार संबोधि के चौथे अंग **"प्रीति-प्रमोद"** का अभ्यास करता है । उसे भावित करता है, पुष्ट करता है।

इस प्रमोद से चित्त और शरीर में गहराइयों तक प्रभूत प्रशांति छाने लगती है, प्रभूत प्रश्रब्धि छाने लगती है। साधक इस प्रकार संबोधि के पांचवे अंग **"प्रश्रब्धि"** का अभ्यास करता है। उसे भावित करता है, पुष्ट करता है।

भीतर जितनी-जितनी प्रशांति बढ़ती है, प्रश्रब्धि बढ़ती है चित्त की एकाग्रता उतनी सहज ही होने लगती है। मन इस शांति में ही लगा रहना चाहता है। अतः समाधि सुदृढ़ होती है। इस प्रकार साधक संबोधि का यह छठा अंग **"समाधि"** का अभ्यास करता है। उसे भावित करता है। पुष्ट करता है।

इस निर्मल शांतिजन्य समाधि के प्रति भी कहीं आसक्ति न हो जाय, साधक इस बात का होश रखता है। वह बखूबी समझता है कि यह स्थिति इंद्रियातीत नहीं है। अतः उत्पाद-व्यय स्वभाव वाली ही है। अनित्य ही है। अतः उसके प्रति भी उपेक्षाभाव, समताभाव बनाए रखता है। इस प्रकार संबोधि के सातवें अंग **"उपेक्षा"** का अभ्यास करता है। उसे भावित करता है, पुष्ट करता है।

संबोधि के ये सातों अंग जितने-जितने भावित होते हैं, बहुलीकृत होते हैं, संवर्धित होते हैं, पुष्ट होते हैं, उतने-उतने एक-दूसरे को बल देते हुए साधक को उस अवस्था की ओर ले जाते हैं जहां चित विकारों से नितांत विमुक्त हो जाता है और परमपद निर्वाण का साक्षात्कार कर लेता है। साधक पूर्णतया दुःख-विमुक्त हो जाता है।

साधको! आज के इस पावन संबोधि-दिवस पर हम भी प्रेरणा प्राप्त करें और शनैः शनैः सातों संबोधि-अंगों को भावित करते हुए, पुष्ट करते हुए, दुःख-विमुक्ति की ओर बढ़ें और अपना मंगल साधें, अपना कल्याण साधें! इसी में संबोधि-दिवस की सार्थकता है।

मंगल मित्र,

स. ना. गो.

ग्लोबल पगोडा की दर्शक दीर्घा

'ग्लोबल पगोडा' की दर्शक दीर्घा में भगवान बुद्ध के जीवनकाल की विपश्यना संबंधी झांकियां लगायी जायेंगी। इनमें लगभग ३००-४०० फायबरग्लास की मानवी एवं पशु-पक्षियों की आकृतियों की छवियां होंगी जो कि प्राकृतिक सौंदर्य के प्रतीक अनेक प्रकार के प्लास्टिक के फूल-पत्तों, पेड़-पौधों आदि से परिवृत्त होंगी।

सद्धर्म के संशोधन एवं प्रकाशन के क्षेत्र में अग्रणी **"विपश्यना विशोधन विन्यास"** द्वारा ग्लोबल पगोडा की झांकियां बनाने का काम हाथ में लिया जा चुका है, जिसके लिए प्रचुर मात्रा में धन की लागत आयेगी। 'विपश्यना विशोधन विन्यास' को आयकर की १२५% की छूट का रिन्यूअल प्राप्त हो गया है। साधक चाहें तो इस सुअवसर का लाभ लेकर पुण्यलाभी बन सकते हैं।

झांकियां बनाने में प्रवीण तथा इनके लिए लगने वाले मटीरियल आदि की जानकारी रखने वाले साधक स्वयं अथवा इस विषय के जानकार अपने परिचित-मित्रों से जानकारी देने-दिलवाने के लिए कृपया इस पते पर संपर्क करें – **श्री श्रीप्रकाश गोयन्का,** (ट्रस्टी, विपश्यना विशोधन विन्यास), ग्रीन हाऊस, २रा माला, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई-४०० ०२३. फोन- ०२२-२२६६४०३९, २२६६२११३, मो. ९८२१११८६३५. ईमेल- ibtc@vsnl.com

विपश्यना विशोधन विन्यास को आयकर की छूट

'विपश्यना विशोधन विन्यास' को आयकर की १२५% की छूट **U/S 35(1)(iii) of IT Act** का नवीनीकरण वित्त मंत्रालय, भारत सरकार के राजस्व विभाग के द्वारा ३१ मार्च २००७ तक हो गया है। जिसका अधिसूचना नं. ४४/२००६ (F. No. 203/34/2004-ITA-II) dated 7th March 2006 है। यह सूचना वेबसाइट – <www.vri.dhamma.org> पर भी उपलब्ध है, जिसे देख कर आवश्यकतानुसार चाहे जितनी प्रतियां छापी जा सकती हैं।

लखनऊ में पालि कार्यशाला का आयोजन

आगामी ७ से १८ जुलाई तक पालि ाषा सीखने के लिए लखनऊ के 'डीडीयू स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ रूरल डेवेलपमेंट', बख्शी का तालाब, लखनऊ में कार्यशाला का आयोजन हो रहा है। **संपर्कः** १. श्री पंकज जैन, ०५२२-२७८१८९६, मो. ०९८३९१-२००३२, २. श्री पवन अग्रवाल-- फोन २२६६३१९, मो. ०९४१५०-१८३३२

मंगल मृत्यु

कोटा (राजस्थान) के भरत पोद्दार एक समर्पित सेवाभावी सक्रिय साधक थे। उन्होंने बचपन में बर्मा में सयाजी ऊ बा खिन से आनापान सीखा और भारत आकर विपश्यना से जुड़े। कोटा में ट्रस्टी के रूप में शिविरों का आयोजन करवाने तथा घर पर सामूहिक साधना के आयोजन में अग्रणी श्री भरत पोद्दार ने ग्लोबल पगोडा, धम्मगिरि के पगोडा तथा सयाजी विलेज के म्यंमा द्वार एवं अशोक की लाट आदि बनवाने में भी प्रमुख भूमिका निभायी। वे विगत ९ अप्रेल को हृदयाघात के शिकार हुए। इन धर्मसेवाओं के प्रभाव से उन्हें शांतिलाभ मिले तथा परिवार के सभी सदस्यों का धैर्यवर्धन हो!

पूज्य गुरुदेव के पूर्वजों की भूमि "चूरू" में पहला वि. शिविर

पूज्य गुरुदेव के पूर्वजों की भूमि चूरू में प्रथम दस दिवसीय शिविर का आयोजन दि. २५-८-०६ से ५-९-०६ तक हो रहा है। **स्थान –** अग्रसेन भवन, मोचीवाडा, चूरू। **संपर्क –** १. श्री सांवरमल गोटेवाला, नीमकी गली, सुभाष चौक, चूरू- ३३१००१. फोन-०१५६२-२५४०९३, २. श्री मोहनलाल केडिया, ११९, बर्मिज कॉलोनी, जयपुर-३०२००४. फोन-०१४१-२६०९३८५.

धम्मगिरि एवं धम्म तपोवन के भावी कार्यक्रम

आचार्य प्रशिक्षण कार्यशाला, धम्मतपोवन, इगतपुरी –११ से १५-१०-२००६. **आचार्य स्वयं शिविर –** २ से १७-११-२००६. (धम्मगिरि एवं धम्म तपोवन में). **धम्मसेवक एवं ट्रस्टी कार्यशाला –**१८ से १९ नवंबर. **विपश्यना विशोधन विन्यास की रिसर्च कौंसिल मीटिंग –** १९ नवंबर, रविवार, प्रातः ९:३० से ११ बजे तक. **स. आ. मीटिंग –** २२ से २४ जनवरी, २००७ (धम्मगिरि). **६०-दिवसीय शिविर-** (धम्मतपोवन) – २२ नवंबर से २२ जनवरी-२००७. **४५-दिवसीय शिविर-** (धम्मतपोवन) – २८ जनवरी २००७ से आरंभ... **३० एवं ४५-दिवसीय शिविर**, धम्मथली, जयपुर में जनवरी-फरवरीमें (तिथियां बाद में)

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. श्री निवृत्ती पाटील, कोल्हापुर
२. श्री महेंद्र कोलते, धम्मगिरि
3. Ms. Macarena Infante, Chile
4. Mrs. Eva Dieterman, The Netherlands

बालशविर शिक्षक

१. श्री चिरंजीव चौधरी, इंदौर
२. श्री प्रह्लाद एम. पगारे, राजस्थान
३. श्री विश्वंभरनाथ सेठी, राजस्थान
३. श्रीमती शशि कमल अनिल सिंह, राजस्थान
५. श्रीमती शुभदा श्रेष्ठ, नेपाल
६. श्री धर्मराज शाक्य, नेपाल
७. श्रीमती धर्मकुमारी मोक्तान, नेपाल
8. Mrs. Nitiporn Chumchujan, Thailand

दोहे धर्म के

श्रद्धा जागी बुद्ध पर, चलूं बोधि के पंथ।
बोधि जगाऊं स्वयं की, मंगल मिले अनंत॥
श्रद्धा जागी धर्म पर, चलूं धर्म के पंथ।
सब पापों का हनन कर, बनूं स्वयं अरहंत॥
श्रद्धा जागी संत पर, बढूं शांति के पंथ।
शांति समाये चित्त में, होय दुखों का अंत॥
श्रद्धा तो जागे मगर, छूटे नहीं विवेक।
श्रद्धा और विवेक से, मंगल जगे अनेक॥
ज्यों गौतम सिद्धार्थ में, जागी बोधि अनंत।
त्यों हम सब में भी जगे, होय दुखों का अंत॥
मेरा बल तो धरम है, मुझे धरम पर नाज।
रहे शीश पर चमकता, सदा धर्म का ताज॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा.) लिमिटेड
८, मोहता भवन, ई-मोजेस रोड, वरली, मुंबई-४०० ०१८
फोनः २४९३ ८८९३, फैक्सः २४९३ ६१६६
Email: arun@chemito.net
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

नमन करूं भगवंत नै, जो सम्यक संबुद्ध।
नमन करूं अरहंत नै, जो पावन परिसुद्ध॥
करूं बंदना बुद्ध री, सादर करूं प्रणाम।
बोधि जगै प्रज्ञा जगै, हुवै चित्त निस्काम॥
चित्त निपट निरमळ रवै, रहूं पाप स्यूं दूर।
या हि बुद्ध री बंदगी, रवै धरम भरपूर॥
करुणासागर बुद्धजी! थांरो ही उपकार।
धरम दियो मंगळ करण, सुखी करण संसार॥
नमन करूं मैं बुद्ध नै, काया सीस नवाय।
जाणूं काया फेन सी, बण बण बिगड़त जाय॥
गुण गाऊं मैं बुद्ध रा, मुक्त कंठ साभार।
परम धरम बांट्यो इस्यो, हुयो जगत उपकार॥

देबेनरा मून्दड़ा परिवार
गोश्वारा रोड, पंडित मेघराज मार्ग,
विराट नगर, नेपाल.
फोनः ०९९-२१-५२७६७१
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, दूरभाष : (०२५५३) २४४०८६, २४४०७६.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, ६९- बी रोड, सातपुर, नाशिक-४२२००७. **बुद्धवर्ष २५५०, वैशाख पूर्णिमा, १३ मई, २००६**

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-, US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. ५००/-, US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. १९१५६/७१**. Regn. No. **LII/REN/RNP-46/2006-08**

Licenced to post w**ithout Prepayment of postage** -- Licence number-- **LII/RNP-WPP-03**

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२४०३
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (०२५५३) २४४०७६, २४४०८६
फैक्स : (०२५५३) २४४१७६
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vri.dhamma.org