साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष 2556, आषाढ़ पूर्णिमा, 3 जुलाई, 2012 वर्ष 42 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।

उद्‌बोधन!

प्यारे साधक साधिकाओ!

देखो! सत्य-धर्म का उजाला फैलने लगा है। पाप का अंधकार खत्म होने का समय समीप आ रहा है। आओ! इस मंगलमय धर्मवेला का लाभ उठाएं और अपने अंतर को धर्म के प्रकाश से जगमगा लें। अपने भीतर भरा हुआ सारा अंधेरा, सारा कल्मष दूर कर लें।

हमारे अंतर्मन की अतल गहराइयों में जो राग समाया हुआ है, द्वेष समाया हुआ है, मोह-मूढ़ता समाई हुई है, उसे दूर करें। राग, द्वेष और मोह ही तो पाप का अंधकार है। इसे हटाना ही धर्म का प्रकाश है। हमारा बड़ा पुण्य है कि हमें ऐसा सहज सरल मार्ग मिला, जिससे कि हम अपने अंतर्मन को धोकर सत्य-धर्म की पवित्रता धारण कर सकें। आओ! इस अवसर का पूरा-पूरा लाभ उठाएं।

इस मार्ग पर चलने के लिए यह कदापि अनिवार्य नहीं है कि हम अपने आपको बौद्ध कहने लगें। हम अपने आपको बौद्ध कहें या न कहें, परंतु यदि हम उस महाकारुणिक भगवान तथागत के बताए हुए सहज सरल तरीके को अपनाकर अपने भीतर का राग, द्वेष और मोह का कल्मष दूर कर लें तो निश्चय ही इसमें हमारा लाभ है, इसमें हमारा हित-सुख है। फिर हम अपने आपको चाहे जिस नाम से पुकारें, हम कल्याणकारी मार्ग के सच्चे अनुयायी हैं ही; हम दुःख-निरोधगामिनी प्रतिपदा के सच्चे पथिक हैं ही; सभी दुःख से छुटकारा पाने के सच्चे अधिकारी हैं ही।

सच्चे धर्म के अभाव में ही हम ऊंच-नीच की दीवारें बनाकर मनुष्य-मनुष्य में विभाजन पैदा कर लेते हैं। सच्चा धर्म इन दीवारों को तोड़ता है, हर प्रकार के विभाजन को मिटाता है, एकता के धरातल पर ऐसे मानवीय समाज का गठन करता है, जहां कोई जन्म-जात ऊंच-नीच का भेद-भाव नहीं होता। हां यदि कोई भेद-भाव होता है तो यही कि कौन कितना शीलवान है? कितना समाधिवान है? कितना प्रज्ञावान है? परंतु यह विभेद भी स्थायी नहीं है, शाश्वत नहीं है, किसी बाह्य शक्ति द्वारा पूर्व निश्चित या पूर्व निर्धारित नहीं है। हर मनुष्य इस बात की क्षमता रखता है कि वह अपने सत्प्रयत्नों द्वारा अधिक से अधिक शीलवान बनकर कायिक और वाचिक दुष्कर्मों से बच सके, अधिक से अधिक समाधिवान बनकर अपने मन को वश में करना सीख सके और अधिक से अधिक प्रज्ञावान बनकर राग, द्वेष और मोहरूपी चित्त-मैल से छुटकारा पा सके। जो सम नहीं है, उसे समता प्राप्त करने का पूरा-पूरा अधिकार है, पूरी-पूरी सहूलियत है।

शील, समाधि और प्रज्ञा में पूर्णतया प्रतिष्ठापित हो जाने वाला व्यक्ति स्वभावतः मैत्री और करुणा के ब्राह्मी गुणों से परिप्लावित हो उठता है। उसके मन में द्वेष और दौर्मनस्य, अहंकार और धृणा, भय और कायरता रह ही नहीं सकती। न वह जाति, वर्ण, कुल और धन के गर्व में अहंभावना का शिकार होता है और न ही इनके अभाव में हीनभावना का। कोई व्यक्ति किसी भी जाति, कुल, वर्ण या संप्रदाय में जन्मा हो, धनवान हो या निर्धन हो, विद्वान हो या अनपढ़ हो, यदि वह शील, समाधि और प्रज्ञा में प्रतिष्ठित है तो निश्चय ही वह पूर्ण मानव है, अतः महान है।

तो आओ! मानवता के इस सही माप दण्ड से अपने आप को मापते रहने का अभ्यास बढ़ाएं और जब कभी अपनी शील, समाधि और प्रज्ञा में जरा भी कमी देखें तो उनकी पुष्टि के प्रयत्न में लग जायं और इस प्रकार अपना सच्चा कल्याण साधें।

धर्म-चक्र

आज धर्म-चक्र-प्रवर्तन दिवस है। आज ही के दिन विपश्यना मार्ग के आदि प्रवर्तक भगवान बुद्ध ने धर्म-चक्र का प्रवर्तन किया था। सम्यक संबोधि प्राप्त करने के बाद यह उनका पहला धर्म उपदेश था। धर्म के नाम पर भांति-भांति के बहकावों में भटकती हुई जनता को इस बोधिप्राप्त महापुरुष ने सत्य-धर्म का प्रकाश दिया मानो लोक-चक्र में उलझी हुई जनता के बीच धर्म का चक्र चलाया इसीलिए यह उपदेश धर्म-चक्र प्रवर्तन कहलाया। उन्होंने शील, समाधि और प्रज्ञामय शुद्ध धर्म का ही सत्य-स्वरूप प्रकाशित किया।

जब हम अंध-विश्वासों में डूब जाते हैं तब उन सारी बातों को धर्म समझने लगते हैं, जिनका कि धर्म से कोई लेन-देन नहीं होता। धर्म का सत्य-स्वरूप हमारी आंखों से दूर हो जाता है। सत्य का सार हाथ नहीं लगता तो हम ऊपर के छिलकों को ही सार समझकर उन्हें ही महत्त्व देने लगते हैं। इन छिलकों से ही चिपक कर, इनमें ही उलझे रहकर, हम अपने आपको धर्मवान मानने की भूल करते रहते

हैं जबकि हममें न शील होता है, न चित्त एकाग्र करने वाली समाधि होती है और न ही चित्त-विशोधिनी प्रज्ञा होती है। अज्ञान अवस्था में धर्म के नाम पर चलने वाले इस लोक-चक्र में हम पिसते चले जाते हैं। बुद्ध जैसा कोई महापुरुष ही हमें इस दुःखरूपी लोक-चक्र से बाहर निकलने की राह सुझाता है।

भगवान गौतम बुद्ध की यही सम्यक संबोधि थी कि उन्होंने दुःख की सच्चाई को जाना, उसके कारण की सच्चाई को जाना, उसके निवारण की सच्चाई को जाना और उस निवारण के मार्ग की सच्चाई को जाना। इन चारों आर्य-सत्यों को केवल जाना ही नहीं बल्कि उनका भली-भांति चिंतन-मनन भी किया। और केवल चिंतन-मनन करके ही नहीं रह गए, बल्कि उनके व्यावहारिक पक्ष का पूरा प्रयोग करके यथार्थतः नितांत दुःख-निरोध रूपी निर्वाण का स्वयं साक्षात्कार भी किया। निर्वाण यानी वह स्थिति जहां दुःख के कारणों का नामो-निशान न रहे, अतः दुःख का भी नामो-निशान न रहे। ऐसी स्थिति यदि केवल हमारे चिंतन-मनन द्वारा सैद्धान्तिक जानकारी तक ही सीमित रह जाय तो उससे हमारा वास्तविक लाभ नहीं होता। केवल यह जान लेने और समझ लेने मात्र से कि रसगुल्ला मीठा है हमारा मुँह मीठा नहीं हो जाता। उसके लिए तो हमें रसगुल्ला जीभ पर रखना ही होता है। केवल मात्र यह जान लेने से और समझ लेने से कि दूध पुष्टिकारक है, हमारी देह पुष्ट नहीं हो जाती। इसके लिए तो हमें दूध पीना ही होता है। जानना और समझ लेना हमारे कल्याण की पहली सीढ़ियां हैं। परंतु केवल जानकर और समझकर ही हम रुक जायँ और जानी समझी हुई बात को अपने जीवन में न उतारें तो वह जानना-समझना व्यर्थ गया। तब तो वह कोरा बुद्धि-विलास हुआ, कोरी दिमागी कसरत हुई। और यही तो हम करते रहते हैं। धार्मिक और दार्शनिक सिद्धांतों के ऊहापोह में, वाद-विवाद में, चर्चा-परिचर्चा में, बहस-मुबाहिसा में, खंडन-मंडन में, तर्क-वितर्क में, व्यंजन-विश्लेषण में, समझने-समझाने में, सुनने-सुनाने में, पढ़ने-पढ़ाने में, लिखने-लिखाने में और बोलने-बतलाने में ही हम अपना सारा जीवन बिता देते हैं और दुर्भाग्य यह है कि इसी में अपने जीवन की सफलता भी मान बैठते हैं। अजीब संतोष होता है हमें अपनी धर्म जिज्ञासा पूरी कर लेने में तथा बौद्धिक स्तर पर जाने हुए उस ज्ञान को किसी लच्छेदार भाषा में व्यक्त कर सकने की क्षमता प्राप्त कर लेने में। इस आत्म-संतुष्टि को ही हमने जीवन का अंतिम लक्ष्य मान लिया है। सचमुच कैसा सुनहला मृग-जाल है यह जिसमें कि हम इतनी आसानी से फँस जाते है और फिर इन बंधनों को ही आभूषण मानकर गर्व भी अनुभव करने लगते हैं।

धर्म के रहस्य को जानना बंधन नहीं है, उसे भली-भांति समझना भी बंधन नहीं है, परंतु इतने से ही संतोष मान लेना एक ऐसा बंधन है, जिससे छुटकारा पाना बड़ा कठिन है। इसलिए भगवान ने अपने इस प्रथम धर्म-उपदेश में इस बात पर बल देते हुए कहा, "मैने केवल धर्म के सार को जाना और समझा ही नहीं है, बल्कि उसके क्रियात्मक स्वरूप का, व्यावहारिक अभ्यास करके स्वयं निर्वाण-रस को चखा है और दुःखों से नितांत विमुक्ति पायी है। इन चारों आर्य-सत्यों को इस प्रकार तिहरे रूप में - यानी **जानने समझने और कर लेने** के पश्चात ही, इन चारों आर्य-सत्यों का बारह प्रकार से यथाभूत ज्ञान-दर्शन कर पूर्णतया विशुद्ध हो जाने के पश्चात ही, मेंने इस बात की घोषणा की है कि मैं सम्यकसंबुद्ध हो गया हूं, मैंने अनुपम, अनुत्तर सम्यक संबोधि प्राप्त कर ली है।"

धर्म-चक्र-प्रवर्तन सूत्र का यही गूढ़ रहस्य है कि हम परम सत्यों को केवल बौद्धिक स्तर पर जानकर और समझकर ही संतोष न मान लें, प्रत्युत चित्त शोधन करने वाली भावानामयी प्रज्ञा द्वारा व्यावहारिक स्तर पर उनका यथार्थ स्वानुभव कर प्रत्यक्ष लाभ हासिल करें। क्या है यह भावनामयी प्रज्ञा?

प्रज्ञा तीन प्रकार की होती है। पहली है श्रुतमयी प्रज्ञा यानी वह जो कि हमें सुनने या पढ़ने से प्राप्त हुई हो। दूसरी है चिंतनमयी प्रज्ञा यानी वह जो कि चिंतन मनन द्वारा पुष्ट हुई हो और तीसरी है भावनामयी प्रज्ञा यानी वह जो कि अपने ही अनुभव, अभ्यास और यथाभूत दर्शन द्वारा उपलब्ध हुई हो। यह सत्य है कि प्रथम दोनों प्रकार की प्रज्ञाएं निर्रथक नहीं हैं। बिना किसी ज्ञान को भली-भांति जाने समझे हुए हम उसका अभ्यास कैसे कर सकेंगे? परंतु वास्तविक कल्याण तो इस तीसरी प्रज्ञा से ही हो सकता है जो कि वस्तुतः हमारे मन में समाए हुए राग, द्वेष, मोह, मात्सर्य, ईर्ष्या, अहंकार, भय, उद्विग्नता आदि गंदगियों को दूर करके चित्त को विशुद्ध करती हुई दुःख निरोधक स्थिति का साक्षात्कार करवाती है। धर्म का यह व्यावहारिक पक्ष ही सही माने में कल्याणकारी है। इसे हासिल किये बिना दुःख से विमुक्ति नहीं, दुःख से छुटकारा नहीं।

शास्त्रीय ज्ञान को पालि में परियत्ति धर्म कहते हैं। यह भी एक सीमा तक कल्याणकारी है, क्योंकि इस परियत्ति धर्म द्वारा हमें प्रेरणा मिलती है कि हम प्रतिपत्ति धर्म यानी धर्म के व्यावहारिक पक्ष की ओर बढ़ें। परंतु वस्तुतः यह व्यावहारिक पक्ष यानी प्रतिपत्ति धर्म ही है जो कि हमें प्रतिवेधन धर्म तक यानी अंतिम लक्ष्य निर्वाण तक पहुँचाता है और हमारे दुःख दूर करता है। इस प्रतिपत्ति धर्म के बिना परियत्ति धर्म और प्रतिवेधन धर्म की कड़ियां परस्पर जुड़ नहीं पातीं। केवल मात्र परियत्ति यानी शास्त्रीय धर्म की पूरी जानकारी कर लेने वाला व्यक्ति प्रतिवेधन धर्म तक यानी-विमुक्ति-मोक्ष तक पहुँच नहीं सकता। अतः यह व्यावहारिक प्रतिपत्ति ही बीच की वह कड़ी है जो कि लक्ष्य प्राप्ति के लिए नितांत अनिवार्य है।

आखिर क्या है यह प्रतिपत्ति धर्म? यह जो आठ अंग वाला धर्म-पथ है, इसे ही भगवान ने दुःख-निरोध-गामिनी-प्रतिपदा कहा है। इस प्रतिपदा पर चलना ही प्रतिपत्ति धर्म है। सम्मा दिट्ठि, सम्मा संकप्पो, सम्मा वाचा, सम्मा कम्मन्तो, सम्मा आजीवो, सम्मा वायामो, सम्मा सति और सम्मा समाधि वाला यह आर्य-अष्टांगिक मार्ग, प्रज्ञा, शील और समाधि के अंतर्गत पूरी तरह समा जाता है, जो कि केवल व्यावहारिक ही व्यावहारिक है। शील समाधि और प्रज्ञा का स्वयं अभ्यास किये बिना हम इस पथ के पथिक कैसे बन सकते हैं? इस कल्याणकारी दुःख-निरोधी पथ की हम हजार व्याख्या कर लें, हजार वर्णन कर लें, इसे हजार जान लें, समझ लें, परंतु स्वयं इस पर एक पग भी न चलें तो कैसे हमारी चित्त-विशुद्धि होगी? कैसे हमारे दुःखों का निरोध होगा?

भगवान बुद्ध का एक विरुद है – **"विज्जाचरणसम्पन्नो"** अर्थात वे केवल विद्या में ही संपन्न नहीं थे, बल्कि आचरण में भी संपन्न थे और यह आचरण की ही संपन्नता थी, जिसने कि बोधिसत्त्व गौतम को सम्यक संबुद्ध बनाया। यह उनकी 'यथावादी तथाकारी' वाली विशेषता ही थी, जिसने कि उन्हें विश्व-वन्द्य तथागत बनाया। भगवान बुद्ध का तो सारा जीवन ही व्यावहारिक जीवन था। उन्होंने इस मार्ग का पहले स्वयं अवलंबन किया और फिर इस पर ठीक तरह चल सकने के लिए लोगों को विपश्यना साधना का यह सहज सरल तरीका सिखाया।

विपश्यना मार्ग के उस प्रथम आचार्य की प्रथम धर्म-देशना की चर्चा करते हुए विगत २५०० वर्ष की उस संपूर्ण आचार्य परंपरा की ओर हमारा ध्यान अपने आप खिंच जाता है, जिसने कि धर्म के इस व्यावहारिक पक्ष को अपने साधनामय जीवन द्वारा भावी पीढ़ियों के लिए जीवंत रखा। इस मगलमयी परंपरा को अटूट बनाए रखने वाले आचार्यों की इस लंबी शृंखला में ही हमारे परमपूज्य गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन आते हैं, जो कि इस सक्रिय धर्म साधना के एक जगमगाते हुए नक्षत्र थे। भगवान बुद्ध से लेकर सयाजी ऊ बा खिन तक की सारी गुरु-शिष्य परंपरा के प्रति अपनी हार्दिक कृतज्ञता और अभिवंदना प्रकट करते हुए हम उस गुरु-शिष्य परंपरा को स्वस्थ करें, जो कि उनके गौरव के अनुकूल हो। आज के इस पुण्य दिवस की सफलता इसी बात में है कि हम उस महाकारुणिक आदिगुरु भगवान बुद्ध के और इस युग के महान विपश्यना आचार्य सयाजी ऊ बा खिन के आदर्श शिष्य बनें और धर्म को अपने जीवन का अंग बनाएं, स्वभाव का अंग बनाएं! धर्म-चक्र-प्रवर्तन पूर्णिमा पर गुरुजनों के प्रति यही सच्ची श्रद्धाजंलि है, यही उनका सच्चा पूजन-वंदन है और इस कल्याणकारी धर्ममार्ग पर स्वयं चलने में ही सब का मंगल है, सबका कल्याण है!

कल्याणमित्र,
सत्यनारायण गोयन्का

धम्म केतु विपश्यना केंद्र में चैत्य निर्माण

धम्मकेतु विपश्यना केंद्र, थनौद, जिला- दुर्ग (छत्तीसगढ़) में ४० शून्यागारयुक्त चैत्य-निर्माण का कार्य आरंभ हो चुका है। जो भी साधक इस महान पुण्यवर्धक कार्य में भागीदार होना चाहें, व्यवस्थापकों से संपर्क करें। **संपर्क-** श्री खैरे, मो. ०९४२५२३४७५७ या सीधे-- सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया, खाता क्रमांक- २१३१-१५७५२३७००७ में दानराशि जमा करा सकते हैं।

धम्म पुष्कर अजमेर में बड़े भोजन-कक्ष का निर्माण

अरावली की सुंदर पहाड़ियों में बसे प्रसिद्ध प्राचीन नगर पुष्कर में बने विपश्यना केंद्र से बहुतों को धर्मलाभ प्राप्त हो रहा है। वर्तमान असुविधाओं को दूर करने के लिए उपयुक्त भोजनालय के निर्माण का काम चल रहा है। जो भी साधक इस पुण्यवर्धक काम में भागीदार होना चाहें वे **संपर्क** करें-- **विपस्सना केंद्र पुष्कर,** ... या फोन करें-- श्री तोषणीवाल- ०९८२९०७१७७८ या श्री धारीवाल-- ०९८२९०२८२७५.

धम्म हितकारी, रोहतक का नया विपश्यना केंद्र

रोहतक, हरियाणा की हरीभरी बांदियों में बहुत मूल्यवान जमीन पर नये केंद्र का निर्माणकार्य आरंभ हो गया है। पूज्य गुरुदेव ने इसे **धम्म-हितकारी** नाम दिया है। यह सही माने में अधिकाधिक लोगों के लिए हितकारी ही होगा। इस महान पुण्यवर्धक कार्य में भाग लेने के इच्छुक व्यक्ति नीचे लिखे नाम-पते पर संपर्क कर सकते हैं-- विपश्यना ध्यान समिति (ट्रस्ट), जनसेवा संस्थान, भिवानी रोड, रोहतक-१२४००१. मो. श्री चैतन्य- ०९४१६३०३६३९ या श्री मलिक- ०९२५५२५५६४९. या सीधे-- आंध्र बैंक, रोहतक, खाता क्र. SB/01/00000218, Vipassana Dhyan Samiti(Regd).

नये उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य से आचार्य

1-2. Dr. Vichit & Mrs. Pornphen Leenutapong, Thailand.
3. Ms. Juechan Limchitti, Thailand.
4. Mr. Vitcha Klinpratoom, Thailand.
5. Ms. Jittinun Jewcharoensakul, Thailand.
6. Mrs. Patra Patrabutra, Thailand.
7-8. Dr. Sharat & Dr. (Mrs.) Sudha Jain, USA.
9. Ms. Lallie Pratt, USA.
10. Ms. Andrea Schmitz, Germany.

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्रीमती कमल रा.सु. गवई, अमरावती
2-3. Mr. Luke & Mrs. Karin Matthews, Canada
4. Mrs. Kalyani Jayalath, Sri Lanka
5. Mrs. Priyangani Wijeratne, Sri Lanka
6. Mr. T. A. Piyasena, Sri Lanka
7. Mr. Ming-Jue Chong, USA
8. Ms. Jennifer Lin, USA
9. Ms. Virginia Lai-Chun Tang, USA
10. Ms. Maria Luisa Ferro, Italy
11. Mr. Bruno Kurz, Germany
12-13. Mr. Per & Mrs. Diana Lustgarten, Sweden
14. Mr. Andrea Mazza, Italy
15. Mr. Piers Ruston Messum, UK
16. Ms. Hema Shivji, UK
17. Mr. Roel Smelt, the Netherlands
18-19. Mr. Stefan & Mrs. Naomi Told, Spain
20. Mr. Thomas & Mrs. Heike Willburger, Germany
21-22. Dr. Teun Zuiderent-Jerak- & Mrs. Sonja Jerak-Zuiderent, The Netherlands

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. श्री रामनाथ शेनाय, चेन्नई
२. श्री अरविंद दीक्षातर, चेन्नई
३. कु. अलकनंदा सोहनी, बेंगलूरू
४. श्री विक्रम आदित्य, नई दिल्ली
५-६. श्री सज्जनकुमार एवं श्रीमती नीरू गोयन्का, समस्तीपुर
७. श्रीमती एस. जानकी, कांचीपुरम
८-९. श्री प्रवीण एवं श्रीमती कुसुम झवेरी, आणंद
१०. कु. जया कास्ता, कच्छ
११. कु. वंदना पटेल, कच्छ
१२-१३. श्री प्रफुल्लचंद्र एवं डॉ. (श्रीमती) गीता मेहता, भावनगर
१४. श्रीमती शकुंतला डांगे, नागपुर
15. Mrs. Margaret Peg Seykora, USA
16. Mrs. Tina Rosa, USA
17. Mr. Suresh K. Venkumahanti, USA

बालशिविर शिक्षक

१-२. श्री चंद्रकांत एवं श्रीमती भारतीबेन मोरे, बिलीमोरा
३. श्रीमती स्नेहलता अग्रवाल, बिलीमोरा,
४-५. श्री गिरीशभाई एवं श्रीमती लताबेन राठोड, नवसारी
६. श्रीमती मीनलबेन शाह, सूरत
७. श्रीमती कविताबेन पटेल, सूरत
८. श्रीमती दक्षाबेन मिस्त्री, सूरत
९. श्री मितेश बगाड़िया, सूरत
१०-११. श्री रमेश एवं श्रीमती रूपल चावडा, सूरत
१२. श्रीमती सुनंदा पाटिल, सूरत
१३. श्रीमती कोमल जरीवाला, सूरत
१४. श्रीमती लक्ष्मीबेन पटेल, सूरत
१५. श्री जयंतीभाई देसाई, वलसाड
१६. कु. निर्मल अजमनी, भरुच
१७. श्रीमती नर्मदा कांतिलाल पटेल, कच्छ
१८, कु. उर्मी सोनेटा, अंजार-कच्छ
१९. श्रीमती हंसा रावल, अंजार-कच्छ
२०. डॉ. देवेंद्र गोस्वामी, अंजार-कच्छ
२१. श्रीमती मीना पांडे, रोहतक, हरियाणा
२२. श्री पी.एल. साखरे, दुर्ग
२३. श्रीमंती सविता साहू, दुर्ग
२४. कु. सरला पामिदी, बेंगलूरू
२५. श्री विनोदलाल ईश्वर, बेंगलूरू
२६-२७. श्री सुभाष एवं श्रीमती लता मूंदड़ा, जलगांव
२८. डॉ इंदरजीत विरदेकर, धुले
29. Mrs.Elizabeth Morgan Saini Australia
30. Mr. Andrew James Pike Australia
31. Mr Pedro Metello, Portugal
32. Ms Kirsten Ruether, Germany
33.Mr Marc Roulling, Luxembourg
34.Mrs Francesca Alliata, Italy
35-36. Mr Christian and Mrs Joy Karow, Spain
37. Mr. Hamidreza Mokhtarzadeh Dehghan, Iran

Registered No. NSK/235/2012-2014

WPP Postal License No. AR/Techno/WPP-05/2012-2014

विपश्यना विशोधन विन्यास, इगतपुरी और दर्शन विभाग, मुंबई विश्वविद्यालय के संयुक्त सहयोग से बुद्ध की शिक्षा (विपश्यना यानी परियत्ति और पटिपत्ति) में एक-वर्षीय डिप्लोमा कोर्स (वर्ष २०१२–२०१३)

पाठ्यक्रम – इसमें परियत्ति तथा पटिपत्ति दोनों हैं – पालिभाषा तथा पालिसाहित्य में प्रवेश, तिपिटक से चुने गये सुत्त, भगवान बुद्ध का जीवन और उनकी शिक्षा। विपश्यना साधना के सिद्धांत और विधि, स्वास्थ्य, शिक्षा, सामाजिक विकास आदि के क्षेत्रों में विपश्यना का व्यावहारिक उपयोग तथा और भी बहुत से अन्य विषय।
स्थान – दर्शन विभाग, ज्ञानेश्वर भवन, मुंबई विश्वविद्यालय, विद्यानगरी कैम्पस, कालीना, सांताक्रुज (पूर्व), मुंबई -४०००९८. **समय –** प्रत्येक शनिवार को २ बजे से ६ बजे शाम तक. **कोर्स की अवधि –** २१ जुलाई २०१२ से ३१ मार्च २०१३
आवेदन पत्र – दर्शन विभाग में (सोमवार से शुक्रवार, ११:३० से २:३० बजे तक) २ जुलाई से १७ जुलाई २०१२ तक लिये जा सकते हैं।
योग्यता– पुराने एस.एस.सी. और नये एच.एस.सी. (१२ वीं कक्षा उत्तीर्ण)
आवश्यकता – दीपावली की छुट्टी में एक दस-दिवसीय विपश्यना शिविर करना आवश्यक है तभी परीक्षा में बैठने की अनुमति दी जायगी । **शिक्षण का माध्यम – अंग्रेजी।**
संपर्क: १) श्रीमती शारदा संघवी – फोन: (०२२-२३०९५४१३) ०९२२३४६२८०५,
२) श्रीमती बलजीत लाम्बा – फोन: (०२२) २६२३७१५०, ०९८३३५१८९७९
३) अलका वेंगुलकर मोबाईल – ०९८२०५६३४४०

एक घंटे के लघु आनापान शिविर

पूज्य गुरुदेव ने लाखों लोगों के हित-सुख को ध्यान में रखते हुए सब के लिए एक घंटे का **लघु आनापान** शिविर लगाने की छूट दी है। **ग्लोबल पगोडा** में प्रतिदिन प्रातः ११ से १२ बजे तथा सायं ४ से ५ बजे, इन शिविरों का आयोजन आरंभ हो चुका है। १० वर्ष से अधिक आयु के सभी लोग इनमें भाग ले सकते हैं। पूरे घंटे भर हॉल में बैठना अनिवार्य है।

सहायक आचार्य कार्यशालाएं

धम्मथली, विपश्यना केंद्र **जयपुर** में आगामी ३०-९ (रविवार, सुबह) से ३-१०-२०१२ की दोपहर बाद तक सहायक आचार्य कार्यशाला का आयोजन निश्चित हुआ है। कृपया केंद्र-व्यवस्थापक के पते पर अपनी बुकिंग कराकर यथासमय पधार कर इसका लाभ उठाएं और अपने तथा अनेकों के मंगल में सहायक हों।

इसी प्रकार **धम्मगिरि, इगतपुरी** में सहायक आचार्य कार्यशाला २४-१० से २८-१० तक निश्चित है। सुविधानुसार जो अनुकूल हो उसमें बुकिंग करा कर ही आने का कष्ट करें। **धम्म नागाज्जुन, नागार्जुन सागर** में **दक्षिण भारत के सहायक आचार्यों की कार्यशाला:** ३१-१० प्रातः ९ से ४-११ की दोपहर १ बजे तक।

धम्मचक्क पवत्तन पूर्णिमा के उपलक्ष्य में पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में एक दिवसीय महाशिविर

८ जुलाई, २०१२, **रविवार, समयः** प्रातः ११ बजे से अपराह्न ४ बजे तक, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** के बड़े धम्मकक्ष (डोम) में। कृपया ध्यान दें कि इस विशाल शिविर में आपको किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसलिए **बिना बुकिंग कराये न आएं। बुकिंग संपर्क** : **मो.** 09892855692, 09892855945, **फोन नं.:** 022-28451170, 33747543, 33747544,
(फोन बुकिंग : प्रातः **११** से सायं **५** तक, प्रतिदिन)
ईमेल Registration: oneday@globalpagoda.org;
Online Registration: www.vridhamma.org

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॥

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, मोक्ष न पायो कोय।
जो भी भीतर देखियो, मुक्त होगयो सोय॥

एक साधक
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-422 403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपुर, नाशिक-422 007. **बुद्धवर्ष 2556, आषाढ़ पूर्णिमा, 3 जुलाई, 2012**

वार्षिक शुल्क रु. **30/-,** US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. **500/-,** US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. 19156/71. Registered No. NSK/235/2012-2014**

WPP Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2012-2014
Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.)

If not delivered please return to:-

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712,
243238. **फैक्स :** (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org