विपश्यना

साधकों का
मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष 2562, पौष पूर्णिमा, 21 जनवरी, 2019, वर्ष 48, अंक 7

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

धम्मवाणी

महाकारुणिको नाथो, हिताय सब्ब पाणिनं।
पूरेत्वा पारमी सब्बा, पत्तो सम्बोधिमुत्तमं।।

धम्मवाणी संग्रह, (वी. आर. आय.), पेज नं. 13

– महाकारुणिक भगवान ने सब प्राणियों के हित-सुख के लिये समस्त पारमिताओं को परिपूर्ण कर उत्तम संबोधि प्राप्त की।

वि. साधना एवं धर्म-प्रसार की स्वर्ण जयंती पर पूज्य गुरुजी के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन को सुअवसर

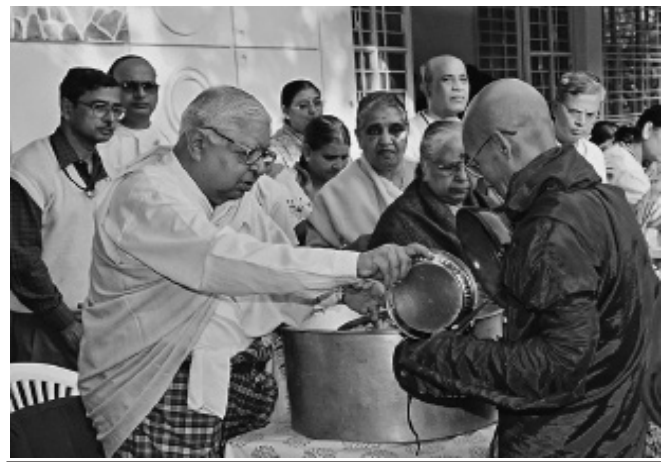
विपश्यना साधना के पुनरुत्थान की 50वीं वर्षगांठ, यानी, 3 जुलाई 2018 से 2 जुलाई 2019 तक वर्ष भर ग्लोबल विपश्यना पगोडा में प्रतिदिन एक दिवसीय शिविर नियमित रूप से चलते रहेंगे, ताकि यह वर्ष साधकों को दैनिक साधना पुष्ट करने में सहायक हो। यानी, जिस साधक-साधिका को जिस दिन भी समय मिले, इन शिविरों का लाभ उठा सकते हैं। इससे साधकों की साधना में निरंतरता और नियमितता आयेगी और उनसे प्रेरणा पाकर अधिक से अधिक लोगों में सद्धर्म के प्रति जागरूकता पैदा होगी और वे भी शिविरों में सम्मिलित होकर अपना कल्याण साध सकेंगे। अन्य स्थानों पर भी लोग इसी प्रकार दैनिक साधना, सामूहिक साधना तथा एक दिवसीय शिविरों द्वारा इसके व्यावहारिक अभ्यास को पुष्ट करें, यही पूज्य गुरुदेव के प्रति सच्ची श्रद्धांजलि और सही कृतज्ञता होगी।

विश्व विपश्यनाचार्य पूज्य श्री सत्यनारायण गोयन्काजी के शुद्ध धर्म के संपर्क में आने के पूर्व की इन घटनाओं से और बचपन से युवावस्था तक के उनके भक्तिभाव से कोई भ्रम नहीं पैदा हो, बल्कि यह प्रेरणा मिले कि ऐसा व्यक्ति भी किस प्रकार बदल सकता है, इसी उद्देश्य से उनके संक्षिप्त **जीवन-परिचय** की यह **पांचवी कड़ी**:--

भगवान बुद्ध के प्रति असीम श्रद्धा

मेरे मानस में बौद्ध धर्म के प्रति अनेक भ्रांतिमूलक जटिल ग्रंथियां अवश्य विद्यमान थीं परंतु बुद्ध के महान व्यक्तित्व के प्रति मेरी श्रद्धा में कभी कोई कमी नहीं आयी, बल्कि वह दिन पर दिन बढ़ती ही गयी। युद्ध पूर्व के म्यंमा में स्थानीय लोगों से मेरा विशेष संपर्क नहीं था। मांडले में हम भारतीयों का एक अलग ही समाज था और वह भी छोटे-छोटे अलग-अलग टुकड़ों में बँटा हुआ जैसे – मारवाड़ी, गुजराती, बंगाली, पंजाबी, मद्रासी आदि-आदि। मानो वहां एक छोटा भारत बसा हुआ था। उन दिनों का मेरा सारा समय इसी माहौल में गुजरा। परंतु युद्धोतर बरमा में बरमियों से मेरा संपर्क बहुत घनिष्ठ होता चला गया। भगवान बुद्ध के प्रति उनकी गहन श्रद्धा ने मुझे प्रभावित किया। व्यापार के सिलसिले में बार-बार दक्षिण पूर्वी और पूर्वी एशिया के पड़ोसी बौद्ध देशों की यात्रा करता रहा। वहां भी बुद्ध के प्रति लोगों की असीम श्रद्धा देख कर गौरव अनुभव करता था। नेपाल में जनमे और भारत में संबोधि प्राप्त करने वाले हमारे यह विश्व विश्रुत महापुरुष किस प्रकार सही माने में जगत गुरु बन गये, विश्व-पूज्य बन गये। श्रद्धालु बुद्ध भक्त उनकी लकड़ी, मिट्टी, पत्थर, संगमरमर की ही नहीं बल्कि पीतल, सोने और यहां तक कि पन्ने की बेशकीमती मूर्तियां बना-बना कर पूजते हैं। यह भारत और नेपाल के लिए कितने बड़े गौरव की बात है। बुद्ध के प्रति मेरी श्रद्धा बढ़ने का यह भी एक कारण बना।

युद्धोतर बरमा में शीघ्र ही मैं श्री रामकृष्ण मिशन से जुड़ गया। उनके सांस्कृतिक विभाग और अस्पताल के रूप में चल रहे सेवाश्रम, दोनों की प्रबंधकारिणी समिति के सक्रिय सदस्य के रूप में बरसों भाग लेता रहा । श्री रामकृष्ण परमहंसदेव के सीधे सरल उपदेश और सभी धर्मों के प्रति उनकी सहज उदार वृत्ति मुझे बहुत भायी। परंतु स्वामी विवेकानंदजी ने तो जैसे मुझे सम्मोहित ही कर लिया। उनके भाषणों, लेखों और पत्रों के साहित्य को पढ़ते-



2004 की म्यंमा-धर्मयात्रा के दौरान पूज्य गुरुजी एवं माताजी साधकों सहित अपने निवास के बाहर सताधिक भिक्षुओं को प्रातःकालीन गोचरी दान करते हुए।

पढ़ते मेरा मन पुलक रोमांच से भर उठता था। बचपन से स्वदेश और स्वधर्म के प्रति जो प्रेम की भावना भरी हुई थी वह अब मानस में प्रबल रूप से हिलोरें मारने लगी ।

बुद्ध और उनकी शिक्षा के बारे में उन्होंने जो कुछ कहा, वह मेरे लिए विपुल प्रेरणा का स्रोत बन गया। यद्यपि बुद्ध के सिद्धांतों से वे सहमत नहीं थे, परंतु उनके व्यक्तित्व के परम प्रशंसक थे। उन्होंने कितने निश्छल हृदय से अपने मन के भाव प्रकट करते हुए कहा था --

"अपने सारे जीवन में बुद्ध का परम अनुरागी रहा हूं परंतु उनके सिद्धांत का नहीं। अन्य किसी की अपेक्षा मैं इस चरित्र के प्रति सबसे अधिक श्रद्धा रखता हूं। वह साहस, वह निर्भीकता, वह विराट प्रेम। वह बुद्ध ही था जिसके पास अभीष्ट मस्तिष्क, अभीष्ट शक्ति और विस्तीर्ण आकाश जैसा अभीष्ट हृदय था।"

विवेकानंदजी के एक-एक शब्द मुझे श्रद्धा-विभोर करते थे। मैं उनके विचारों से पूर्णतया प्रभावित था। बचपन से ही बुद्ध की शिक्षा के प्रति पूर्वाग्रह रखते हुए भी उनके व्यक्तित्व के प्रति श्रद्धा थी ही। मेरे बाबा के उपास्य होने के कारण बचपन से ही वे मेरे भी उपास्य रहे हैं। उनके प्रति दिनों-दिन श्रद्धा बढ़ती ही चली गयी। स्वामी विवेकानंद की प्रेरक वाणी ने बुद्ध के प्रति श्रद्धाभक्ति को अत्यधिक अनुप्राणित किया।

उन दिनों की मेरी कविताओं में मैं बुद्ध के गुण गाता हुआ नहीं थकता था। एक कविता के कुछ बोल इस प्रकार हैः--

"धरती पर अवतरित हुए, भगवान बुद्ध अंतर्यामी।
लोक लोक में करुणा बिखरी, जगत बन गया अनुगामी।।
श्रद्धानत समवेत स्वरों में, गूंजी वाणी कल्याणी।
बुद्धम् शरणम्, धर्मम् शरणम्, सङ्घम् शरणम् गच्छामि।।"

• रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

इसी प्रकार एक अन्य रचना में भारत की पावन धरती के गुण गाते हुए राजस्थानी भाषा में एक 'धमाल' रची, जिसका एक पद था –

"ओ हो भारत म्हारो रै।
सौ सौ सुरगां स्यूं भी म्हानै लागै प्यारो रै, भारत म्हारो रै।
राम अठै ही, क्रिस्न अठै ही, बुद्ध अठै ही जळम्या रै।
बार-बार परमेस्सर को भी जी ललचावै रै, भारत म्हारो रै॥'"

बुद्ध को ईश्वर के अवतार रूप में राम और कृष्ण के समकक्ष स्थापित करके उन दिनों की अपनी मान्यता के अनुसार मैंने उनके प्रति असीम सम्मान प्रकट किया और सम्मान प्रकट किया भारत की पुण्य भूमि के प्रति, जहां जन्म लेने के लिए स्वयं परमेश्वर का भी जी ललचाता रहता है। वह किसी न किसी रूप में यहां अवतरित होने के लिए कोई न कोई बहाना ढूंढ़ता रहता है।

उपहासास्पद विडंबना

एक ओर मैंने अपनी रचनाओं में उन्मुक्त हृदय से भगवान बुद्ध की प्रशंसा-प्रशस्ति के गीत गाये दूसरी ओर उनकी शिक्षा को अग्राह्य मान कर अपने आपको उससे सर्वथा दूर रखता रहा। कैसी परस्पर विरोधी दोहरी मानसिकता! कैसी उपहासास्पद विडंबना !

यह कभी सोचा तक नहीं कि क्या कोई महापुरुष लोक अहितकारी शिक्षा दे सकता है? अथवा ऐसी दूषित शिक्षा देने वाला कोई व्यक्ति क्या महापुरुष हो सकता है ? हमारे लिए पूज्य हो सकता है ? परंतु सैकड़ों वर्षों का इकतरफा प्रचार क्या नहीं करता? अन्य लोगों को क्या दोष दूं। जब-जब कोई अपना देशवासी यह उपहासास्पद विडंबनाभरी दोहरी मानसिकता लिए कहता है कि मेरे लिए भगवान बुद्ध पूज्य हैं क्योंकि ईश्वर के अवतार हैं परंतु वही व्यक्ति उनकी शिक्षा को 'बौद्ध धर्म' कह कर दुत्कारता है, तब-तब सचमुच मुझे उसके प्रति रंचमात्र भी रोष नहीं जागता, दया ही जागती है। इसी प्रकार जब कोई राजनेता किसी अंतर्राष्ट्रीय बौद्ध सम्मेलन में यह वक्तव्य देता है कि थोड़ी-सी बातों को छोड़ कर बुद्ध ने जो कुछ सिखाया, वह हमारे पुरातन वैदिक धर्म से ही लेकर सिखाया। अथवा जब कोई अन्य राजनेता मनुस्मृति के इस श्लोक को उद्धृत करता है –

"धृतिः क्षमा दमोऽस्तेयम्, शौचमिन्द्रियनिग्रहः।
धीर्विद्या सत्यमक्रोधो, दसकम् धर्मलक्षणम्॥

— नारदपरिव्राजकोपनिषत् 3/24

और कहता है कि बुद्ध ने मनु के बताये हुए इन दस धर्मों का ही प्रशिक्षण दिया। उस समय पड़ोसी देश से आये हुए एक विद्वान भिक्षु का चेहरा भले रोष से लाल हो उठा हो, परंतु सच कहता हूं, मुझे रंच भर भी रोष नहीं आता। मुझे उन वक्ताओं के प्रति करुणा ही जागती है। आखिर मैं भी वर्षों इसी गलत विचारधारा में कैद रहा। इन्हें सच्चाई की जानकारी नहीं है, जैसे कि उन दिनों मुझे भी नहीं थी। जैसे मेरा भाग्य खुला और मेरे सामने मिथ्यात्व को दूर करता हुआ वास्तविक सत्य प्रकट हुआ, ऐसे ही इनके सामने भी सत्य प्रकट होगा। जैसे मेरा भाग्योदय हुआ। वैसे ही इनका भी होगा और ये अत्यंत विनम्र भाव से सच्चाई को केवल स्वीकार ही नहीं करेंगे बल्कि उसे ग्रहण भी करेंगे। अवश्य ग्रहण करेंगे।

भगवान बुद्ध को अपने परमेश्वर विष्णु का नौवां अवतार मान कर उनके प्रति श्रद्धा थी परंतु उनकी शिक्षा के प्रति जो अनेक भ्रांतिपूर्ण मिथ्या बातें सुन रखी थीं उनके कारण उनके बताये हुए मार्ग पर चलने के लिए मेरा मन कदापि तैयार नहीं था। उनकी शिक्षा में केवल एक बात जो मुझे बहुत प्रिय लगती थी वह यह कि वे जन्म के आधार पर नहीं बल्कि कर्म के आधार पर ही व्यक्ति को ऊंचा या नीचा मानने की शिक्षा देते थे। मुझे उनकी शिक्षा का यह अंग आकर्षित करता था । अन्यथा उनकी अन्य सारी शिक्षाओं को समाज और देश के लिए हानिकारक ही मानता रहा ।

ऐसे मनोविकारों का व्यक्ति आगे जाकर कैसे बुद्ध की शिक्षा से प्रभावित और लाभान्वित ही नहीं हुआ बल्कि उसके प्रचार-प्रसार में अपना शेष जीवन लगा दिया – यह अपने आप में एक अनोखी घटना है, जिससे मेरा ही नहीं, भारत तथा विश्व के अनेक लोगों का कल्याण हुआ।

मेरा भाग्योदय हुआ

मुझे जहां तक बचपन की स्मृति है तब से ही मैं माइग्रेन (आधासीसी) की शिरोवेदना का रोगी रहा । उन दिनों इसका आक्रमण वर्ष डेढ़ वर्ष में एक बार होता था। युवावस्था में वर्ष में दो या तीन बार होने लगा। पच्चीस वर्ष की अवस्था होते-होते यह अंतराल घटने लगा और घटते-घटते पंद्रह दिन पर आ रुका। वेदना भी इतनी असह्य होने लगी कि कोई सामान्य पीड़ानाशक औषधि काम नहीं कर पाती। डॉक्टर को अफीम की सूई देनी पड़ती थी। इससे सिर की पीड़ा तो तत्काल मिट जाती परंतु गहरी नशीली नींद आने के बाद जब दूसरे दिन उठता तो जो अफीम शरीर में पहुँचा उसका दुष्प्रभाव प्रकट होता। उल्टियों और बेचैनियों में सारा दिन बीत जाता। माइग्रेन की असह्य पीड़ा, अफीम का परवर्ती असह्य दुष्प्रभाव, सब मिला कर हर दो सप्ताह में एक दो दिन इस नारकीय यंत्रणा में से गुजरना पड़ता। मेरे चिकित्सक डॉ. ओमप्रकाश परिवार के एक सदस्य सदृश थे। उनका मुझसे सगे भाई जैसा संबंध था। चिकित्सा के क्षेत्र में अतिशय व्यस्त रहते हुए भी सभी सार्वजनीन कार्यों में वे साथ देते थे। वे भी मेरे स्वास्थ्य के बारे में बहुत चिंतित हुए। तत्कालीन म्यंमा के सभी विशेषज्ञ डॉक्टरों से परामर्श लेकर थक गया था। अफीम के अतिरिक्त अन्य कोई पीड़ानाशक दवा काम न कर सकी।

पांच वर्ष बीतते-बीतते माइग्रेन का आक्रमण कभी-कभी आठ-दस दिन के अंतराल से भी आने लगा। अब आक्रमण आने पर अफीम की मात्रा भी थोड़ी बढ़ानी पड़ी। डॉ. ओमप्रकाश को यह चिंता हुई कि कुछ समय पश्चात मुझे कहीं अफीम का व्यसन न लग जाय। ऐसी अवस्था में हो सकता है नित्य अफीम का सेवन करना पड़े। तब क्या दशा होगी? इस चिंता से डॉक्टर भी चिंतित हुए और मैं भी । आखिर उन्होंने अन्य डॉक्टरों से परामर्श करके यह सुझाव दिया कि जैसे अपने व्यापार-धंधे के लिए मुझे बार-बार विश्व भ्रमण करना पड़ता है वैसे एक बार अपनी चिकित्सा के लिए जाऊं। हो सकता है मुझे माइग्रेन से मुक्ति न मिले, पर अफीम की सूई से तो छुटकारा अवश्य मिल सकेगा। ऐसे विशिष्ट रोगियों के लिए वहां अवश्य ऐसी किसी विशिष्ट पीड़ानाशक औषधि का प्रयोग किया जाता होगा जो अफीम का विकल्प हो। यह सुनकर मैं तो चिंतित हुआ ही, मेरे परिवार के सभी लोग तथा अन्यान्य इष्ट मित्र भी चिंतित हो उठे। मेरा एक घनिष्ठ मित्र था ऊ छां टुन, जो कि स्वतंत्र म्यंमा का पहला अटार्नी जनरल था और जो आगे चल कर सुप्रीम कोर्ट का जज भी बना। वह जानता था कि विदेशों में जो प्रसिद्ध डॉक्टर हैं उनकी फीस ही तगड़ी नहीं है, बल्कि उनसे मिलने के लिए कई दिन प्रतीक्षा करनी पड़ती है। वह बहुत महँगी साबित होती है। अत: पश्चिम के प्रमुख देशों में स्थित बर्मी दूतावासों में सब जगह के अधिकारी उसके घनिष्ठ मित्र थे, उनको उसने मेरे लिए परिचय-पत्र दिये, जो सचमुच मेरे बहुत काम आये। न्यूयार्क की संयुक्त राष्ट्र सभा में भारत सरकार का प्रतिनिधि श्री जयपाल था जो कि म्यंमा रहते हुए मेरा भी घनिष्ठ मित्र था। उसका पुराना नाम डैनियल था। उसकी सहायता भी बहुत काम आयी। स्विटजरलैंड, जर्मनी, इंगलैंड और अमेरिका के शीर्षस्थ डॉक्टरों से चिकित्सा करानी सरल हो गयी। श्री जयपाल ने न्यूयार्क के प्रसिद्ध डॉक्टर हिटजिक से मेरा शीघ्र समय निश्चित करा दिया। उसने मुझे बताया कि यह डॉक्टर माइग्रेन का प्रसिद्ध चिकित्सक है। श्रीमती विजयलक्ष्मी पंडित को भी यही रोग था और इस डॉक्टर के इलाज से वह बिल्कुल भली-चंगी हो गयी। लेकिन वही नहीं, सभी डॉक्टर मेरी चिकित्सा में असफल रहे। जापान में हमारे परिवार की एक व्यापारिक शाखा थी। वहां के भी शीर्षस्थ चिकित्सकों ने भी भरपूर प्रयत्न किया परंतु बहुत समय और धन खर्च करने पर भी कहीं कोई सफलता नहीं मिली। माइग्रेन का इलाज होना तो दूर, अफीम से भी छुटकारा नहीं मिल सका।

महीनों की भाग-दौड़ के बाद अत्यंत निराश होकर घर लौटा। माइग्रेन भी अब लगभग हर सप्ताह आने लगी। मेरे साथ-साथ और सभी चिंतित थे। मेरा मित्र ऊ छां टुन विशेष रूप से चिंतित था। उसने कहा कि यह रोग मन पर आधारित है। मन के तनाव से ही माइग्रेन होता है। तनाव दूर होगा तो स्वत: आराम मिलेगा। मुझे भी उसका निदान ठीक लगा। मैंने देखा कि पिछले पांच सात वर्षों में मेरे व्यवसाय की ही नहीं, बल्कि सामाजिक संस्थाओं के संचालन की जिम्मेदारियां इतनी अधिक बढ़ती चली गयी थीं कि इन सब

का बोझ मानसिक तनाव का कारण बन गया। इसके अतिरिक्त कम उम्र में मिली सफलताओं का अहंकार और तज्जनित अत्यंत उग्र और क्रोधी स्वभाव का तनाव भी कम नहीं था। इन तनावों को दूर करने का कोई उपाय नहीं सूझ रहा था। विश्राम के लिए अधिक समय निकालने का प्रयत्न किया। शवासन द्वारा शरीर के शिथिलीकरण का भी प्रयोग किया। भजन-कीर्तन के लिए भी कुछ समय निकाला। पर कोई लाभ नहीं हुआ।

तब एक दिन मित्र ऊ छां टुन ने सुझाव दिया कि बर्मी सरकार के महालेखापाल **सयाजी ऊ बा खिन** ध्यान साधना सिखाते हैं। उससे मन के तनाव दूर होंगे। मानसिक शांति मिलेगी। इससे तुम्हारा रोग अवश्य ठीक हो जायगा। तुम उनसे मिलो। मैं उन्हें तुम्हारा परिचय दूंगा और मिलने का समय भी निश्चित कर दूंगा। मैं उसे कुछ उत्तर दिये बिना घर लौट आया। उसने मौन को स्वीकृति समझ कर रॉयल लेक के किनारे उनके सरकारी निवास पर सयाजी से मिलने का समय निश्चित कर मुझे सूचना दे दी।

मैं बहुत असमंजस में पड़ गया। ऊ छां टुन बर्मी सरकार के संरक्षण में तिपिटक का छठा संगायन करवा रही 'बुद्ध शासन समिति' का प्रमुख सचिव है। विश्व बौद्ध सम्मेलन का अध्यक्ष होने के नाते भी विश्व का जाना-माना बौद्ध नेता है। यह जिस साधना को सीखने का सुझाव दे रहा है, निश्चित रूप से बौद्ध ही होगी। मैं बौद्ध धर्म की साधना कैसे स्वीकार करूं ? हम 'ओम नम: शिवाय' का जाप करते हैं, वे 'ओम नमः बुद्धाय' का जाप करायेंगे। यह जाप करते-करते कहीं मैं बौद्ध हो गया तो क्या होगा ? नास्तिक होकर नरकगामी बनूंगा। मैं यह स्वीकार नहीं कर सकता, भले लाइलाज माइग्रेन की पीड़ा सहते-सहते मेरे प्राण ही क्यों न निकल जायँ। मैं अपना धर्म छोड़ कर पराया धर्म नहीं अपना सकता। **स्वधर्मे निधनं श्रेयः, परधर्मो भयावहः।** गीता के ये बोल मेरे मानस में गूंजने लगे।

दूसरे दिन सायंकाल सयाजी ऊ बा खिन से मिलने का समय आया। सयाजी से मिलने नहीं जाना शिष्टाचार के विरुद्ध होगा। ऊ छां टुन मेरा मित्र ही नहीं, प्रसिद्ध बौद्ध नेता है। ऊ बा खिन एक सरकारी उच्च अधिकारी ही नहीं, एक प्रसिद्ध बौद्ध नेता हैं। समय निश्चित करके भी मिलने न जाने से उनके सम्मान को ठेस लगेगी और वे समझ बैठेंगे कि मैं अत्यंत बुद्ध-विरोधी हूं। यह सोच कर हजार हिचकिचाते हुए भी मैं समय पर ऊ बा खिन के घर उनसे मिलने चला गया। मैंने देखा वे घर पर अकेले हैं। पत्नी शायद बाहर गयी है। कोई नौकर-चाकर है नहीं और घर का फर्नीचर इतना सामान्य जैसे किसी बहुत साधारण राज्य कर्मचारी का हो। कहीं कोई सजावट नहीं। इस सात्त्विक माहौल में मुझे उनके पास बैठना अच्छा लगा। उनके चेहरे पर नितांत शांति थी। सारे वातावरण में भी शांति विराज रही थी। बैठते ही उन्होंने मुझसे कहा कि ऊ छां टुन ने तुम्हारे बारे में बताया है। तुम माइग्रेन का इलाज कराने के लिए मेरे पास आए हो। लेकिन मैं असमर्थ हूं। मैं तुम्हें माइग्रेन के इलाज के लिए यह विद्या नहीं सिखा सकता। इसके लिए तुम्हें किसी डॉक्टर की शरण लेनी होगी। यह तो बहुत ऊंची अध्यात्म विद्या है। तुम्हारे देश की पुरातन विपत्तना (विपस्सना) विधि है, जो कि सर्वोच्च आध्यात्मिक विद्या है। किसी शारीरिक रोग के इलाज के लिए प्रयोग करके इसका अवमूल्यन नहीं करना चाहिए। अत: मैं तुम्हें यह विद्या सिखाने में असमर्थ हूं।

मैं भौचक्का रह गया। उन्हें यह भली भांति विदित था कि मैं भारतीय समाज का एक प्रसिद्ध व्यक्ति हूं, व्यापारी हूं, उद्योगपति हूं, समाजसेवी हूं। बर्मी समाज में भी मेरी प्रतिष्ठा है और फिर अनेक राजनेताओं से मेरी घनिष्ठता है। ऐसे किसी प्रसिद्ध धनी व्यक्ति को अपना शिष्य बना कर कोई भी सांसारिक गुरु गर्व का अनुभव कर सकता है और इन्हें देखो, ये कितने नि:संगभाव से कहते हैं कि मैं तुम्हें अपना शिष्य नहीं बना सकता। तुम्हें विपश्यना विद्या नहीं सिखा सकता। इस एक बात ने ही मुझे उनके प्रति बहुत आकर्षित किया। ये सचमुच निर्लिप्त, निःसंग संत हैं। इन्हें कोई सांसारिक भूख नहीं है, जिसकी पूर्ति के लिए ये लोगों को साधना सिखायें। उन्होंने फिर बड़े प्यार से कहा कि तुम चीनी की मिल बैठाना चाहो तो चीनी बनाने के लिए बैठाओगे, न कि राब के लिए। राब तो उसमें से उपफल के रूप में अपने आप निकलती है। तुम्हारा उद्देश्य तो चीनी बनाने का होगा।

इसी प्रकार इस ऊंची अध्यात्म विद्या को अध्यात्म की सिद्धि के लिए ग्रहण करोगे तो चित्त विकारों से विमुक्त होगा। और जब चित्त विकारों से विमुक्त होगा तो उसके तनाव अपने आप दूर होंगे। माइग्रेन का रोग अपने आप दूर होगा। यह तो उपफल के रूप में स्वत: प्राप्त होगा। एक व्यापारी और उद्योगपति को यही उदाहरण ज्यादा स्पष्ट समझ में आ सकता था। इसलिए उन्होंने यह उदाहरण देकर मुझे समझाया कि जब भी तुम अपने चित्त को विकारों से विमुक्त करने के लिए आना चाहो तब तुम्हारे लिए दरवाजा खुला है। परंतु यदि तुम्हारा लक्ष्य माइग्रेन से छुटकारा पाने का है तो बिल्कुल मत आना। सामान्य सांसारिक विद्याओं की तुलना में, आध्यात्मिक विद्या को वे कितना महत्त्व देते हैं, यह देख कर मैं और अधिक प्रभावित हुआ। उनके प्रति मन में बहुत श्रद्धा जागी।!

(आत्म कथन भाग 2 से साभार) *क्रमशः ...*

"धम्म के 50 साल"

1)- श्री सुराना जी के मार्गदर्शन में एक टीम, "धम्म के 50 साल" पर पूज्य गुरुजी और पूज्य माताजी से जुड़े कथानकों पर काम कर रही है। इसमें आप जैसे लंबे समय से धम्म से जुड़े हुए लोगों से हरसंभव योगदान की आवश्यकता है। यदि आप के पास कोई महत्त्वपूर्ण वार्तालाप, विशिष्ट आख्यान-उपाख्यान, फोटो, ऑडियो, विडियो आदि हो तो कृपया अवश्य भेजें या लिखें। आवश्यकतानुसार उपयोग किया जायगा। **संपर्क: 1.** रामप्रताप यादव, विपश्यना विशोधन विन्यास, धम्मगिरि, इगतपुरी-422403, जिला- नाशिक. WhatsApp no. 7977380198. Email: 50yearsofdhamma@vridhamma.org ; 2. सुश्री ज्योति देव, WhatsApp or by sending SMS no. 98209 97136.

2)-विश्व विपश्यना पगोडा में प्रतिदिन एक-दिवसीय शिविरः प्रातः 11 बजे से सायं 5 बजे तक हो रहे हैं। जिन्होंने सयाजी ऊ बा खिन की परंपरा में, गुरुजी या उनके सहायक आचार्यों द्वारा सिखायी जाने वाली विपश्यना का कम-से-कम एक 10-दिवसीय शिविर पूरा किया है, वे सभी इनमें भाग ले सकते हैं। आवश्यक और उचित व्यवस्था करने के लिए प्रतिभागियों की संख्या जानना आवश्यक है। इसलिए, कृपया पंजीकरण अवश्य करायें। **पंजीकरण** बहुत आसान है बस 8291894644 पर WhatsApp करें, या SMS द्वारा नं. 82918 94645 पर, Date लिख कर भेजें।

3. विश्व विपश्यना पगोडा पर विशेष कार्यक्रमः 30 जनवरी, 2019. इस स्वर्ण जयंती पर्व पर पूज्य गुरुजी की जन्म-जयंती 30 जनवरी को दिन भर विश्व विपश्यना पगोडा में विशेष कार्यक्रम होगा। इसमें विपश्यना के सभी आचार्यगण, ट्रस्टी या धर्मसेवक, जिन्होंने भी प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से पूज्य गुरुजी की सहायता की हो, परंतु पहले नहीं जुड़ पाये हों, वे इसमें जुड़ने के लिए विशेष रूप से आमंत्रित हैं। धम्म-प्रसार का विडियो दर्शन, पुस्तक विमोचन और भविष्य में सदियों तक धर्म को आगे बढ़ाने संबंधी चर्चा आदि कार्यक्रम होंगे। आपका सहयोग प्रार्थनीय है। **संपर्क:** 022-28451204, 022-62427544- Extn. no. 9, मो.- 82918 94644. (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 11से 5 तक. Online Regn: http://oneday.globalpagoda.org/register

4)- पंचायती वाड़ी, कालबादेवी (मुबई-2) में--गुरुवार 31 जनवरी को एक दिवसीय शिविर। 21 जून, 1969 को गुरुजी म्यंमा से धम्म को लेकर भारत आये, यहां 3 से 13 जुलाई तक पंचायती वाडी धर्मशाला में विपश्यना का पहला दस दिवसीय शिविर लगा, जिसमें 14 साधकों ने भाग लिया। इस ऐतिहासिक दिन और स्थान को याद करने केलिए **31 जनवरी, 2019** को -- यहां पर स्थानाभाव के कारण **एक दिन में दो** शिविर लगाये जा रहे हैं:--

पहला शिविर **प्रातः 9 बजे से दोपहर 1:30 बजे तक** और दूसरा शिविर अपराह्न **3 बजे से सायं 7:30 बजे तक।** यहीं पर अगले एक दिवसीय शिविर भी **3 जुलाई, 2019** को **इसी प्रकार** लगेंगे। बुकिंग कराकर कृपया शिविर-स्थल पर पौन घंटे पहले पहुँचें। **स्थान का पूरा पता:** पंचायती वाडी धर्मशाला, 41, दूसरी पांजरापोल लेन, (सी.पी. टैंक - माधवबाग मंदिर के पास) मुंबई-400004. **बुकिंग संपर्क: +91** 9930268875, +91 9967167489, +91 7738822979 (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 10 से 8 तक. **Online Regn:** http://oneday.globalpagoda.org/register

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1-2. श्रीमती निर्मला पटेल (व.स.आ.) एवं श्री रमेश जैन, (व.स.आ.) औरंगाबाद क्षेत्रीय आचार्य की सहायता (उत्तराधिकारी नहीं), धम्म अजन्ता की सेवा में.
3. डॉ. सग्राम जोंधले, (व.स.आ.) औरंगाबाद क्षेत्रीय आचार्य की सहायता (उत्तराधिकारी नहीं), हिंगोली एवं परभणी के केंद्रों एवं मराठवाडा क्षेत्र में धर्मप्रचार की सेवा
4. कु. प्रीति डेढिया, (आचार्य) इगतपुरी क्षेत्रीय आचार्य की सहायता (उत्तराधिकारिणी नहीं), धम्म तपोवन 1 & 2 की सेवा में.
5. श्री राम मंगल सिंह, (स.आ.) धम्म लक्खन, लखनऊ के केंद्र आचार्य की सहायता

नये उत्तरदायित्व

आचार्य

1. Dr. Tian-Ming Sheu, Taiwan
2. Dr. (Mrs.) Yuh-Wen Wang, Taiwan

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1-2. श्री दीपक एवं श्रीमती दीपा नारखेडे, जलगाव
3. श्री कुमार पंडियन, राजस्थान
4. Mrs. Alice Pan, Taiwan
5. Mrs. Hsiu-Yueh Weng, Taiwan
6. Mrs. Jui-Mei Hsieh, Taiwan
7. Mr. Ying-Mao Lin, Taiwan
8. Mr. Po-hsiu Chang, Taiwan
9. Mrs. Tung-Mei Tsai, Taiwan
10. Ms Jo-Hsin Hsiao, Taiwan
11. Mrs. Song Jun-Ying, China
12. Mrs. Florence Qiaoling Fang, China

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

1. डॉ. दिनेश राठी, नागपुर
2. डॉ. प्रीति पई, गोवा
3. श्रीमती सुनंदा खैरे, भिलाई, छत्तीसगढ़
4. Ms. Risana Tilkanont, Thailand

बाल-शिविर शिक्षक

1. Mrs. Manuela Romero, Spain

• रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

ग्लोबल विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ "सेंचुरीज कॉर्पस फंड"

पूज्य गुरुजी की इच्छा थी कि **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** अगले दो-ढाई हजार वर्षों तक सुचारु रूप से लोगों की धर्मसेवा करता रहे, परंतु यहां आने वालों से कोई शुल्क न लिया जाय, ताकि गरीब-अमीर सभी लोग यहां आसानी से पहुँच सकें और सद्धर्म की जानकारी लेकर धर्मलाभ प्राप्त कर सकें, और इसके दैनिक खर्च को संभालने के लिए एक **'सेंचुरीज कार्पस फंड'** की व्यवस्था की जाय। उनकी इस महान इच्छा को पूर्ण करने के लिए **'ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन'** (GVF) ने हिसाब लगाया कि यदि 8760 लोग, प्रत्येक व्यक्ति रु. 1,42,694/-, एक वर्ष के अंदर जमा कर दें, तो 125 करोड़ रु. हो जायँगे और उसके मासिक ब्याज से यह खर्च पूरा होने लगेगा। कोई एक साथ नहीं जमा कर सके तो किस्तों में भी जमा कर सकते हैं। *कुछ लोगों ने पैसे जमा करा दिये हैं और विश्वास है शीघ्र ही यह कार्य पूरा हो जायगा।*

संतों की वाणी है कि जब तक भगवान बुद्ध की धातु रहेगी, उनका धर्म भी कायम रहेगा। इस माने में केवल पत्थरों से बना यह **धातुगब्भ पगोडा** हजारों वर्षों तक बुद्ध-धातुओं को सुरक्षित रखेगा और इसमें ध्यानाभ्यास करने वाले असंख्य प्राणियों को धर्मलाभ मिलेगा। यानी, इसके परिचालन की भारी वित्तीय आवश्यकताओं को पूरा करने हेतु, साधक तथा साधकेतर सभी दानियों को सहस्राब्दियों तक अपनी धर्मदान की पारमी बढ़ाने का एक सुखद सुअवसर है। अधिक जानकारी तथा निधि भेजने हेतु **संपर्क:--** 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, A/c. Office: 022-62427512 / 62427510; **Email--** audits@globalpagoda.org; **Bank Details:** 'Global Vipassana Foundation' (GVF), Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments, Timber Estate, Malad (W), Mumbai - 400064, Branch - Malad (W). Bank A/c No.- 911010032397802; IFSC No.- UTIB0000062; Swift code: AXISINBB062.

विपश्यी साधकों की धम्म-यात्रा

भारत में धम्म-आगमन की 50वी जयंती पर विपश्यी साधकों की सुविधा के लिए भगवान बुद्ध के पावन स्थलों की धम्म-यात्राओं का कार्यक्रम निश्चित किया गया है। पहली यात्रा 31 जनवरी, 2019 की रात में रेलगाड़ी द्वारा मुंबई से वाराणसी के लिए स्लीपर क्लास में होगी। 1 से 11 फरवरी तक सभी धम्म-स्थलों जैसे सारनाथ, श्रावस्ती, कुशीनगर, कपिलवस्तु, बोधगया, राजगीर, नालंदा, पटना, वैशाली, आदि की यात्रा वातानुकूलित बस से पूरी की जायगी। बस का अंतिम पड़ाव 11 की रात गया रेल्वे स्टेशन होगा। वहां से रेलगाड़ी द्वारा 13 को मुंबई पहुँचेंगे। यात्रा का पूरा खर्च लगभग 45 से 50 हजार के बीच आयेगा। इसी खर्च के अंतर्गत प्रत्येक स्थान पर विहारों व होटलों आदि में रात्रि-विश्राम, यात्रा-व्यय एवं भोजनादि की व्यवस्था होगी। प्रमुख स्थानों पर ध्यान, गुरुजी के प्रवचन, वंदना आदि के कार्यक्रम होते रहेंगे। इच्छुक व्यक्ति अधिक जानकारी और बुकिंग के लिए **संपर्क करें-- फोन नं.:** 75069 43663 पर.

ग्लोबल पगोडा में 2019 के एक-दिवसीय महाशिविर

रविवार, 19 मई, वैशाख / बुद्ध पूर्णिमा, **रविवार, 14 जुलाई,** आषाढ़ पूर्णिमा (धम्मचक्क-पवत्तन दिवस), **रविवार, 29 सितंबर- पूज्य गुरुजी की पुण्य-तिथि** एवं **शरद पूर्णिमा** के उपलक्ष्य में, पगोडा में उपरोक्त महाशिविरों का आयोजन होगा। सम्मिलित होने के लिए कृपया अपनी बुकिंग अवश्य करायें और **समग्गानं तपो सुखो-** सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं।

समयः प्रातः11 बजे से अपराह्न 4 बजे तक. 3 से 4 बजे के प्रवचन में बिना साधना किये लोग भी बैठ सकते हैं। बुकिंग हेतु कृपया निम्न फोन नंबरों पर फोन करें अथवा निम्न लिंक पर सीधे बुक करें। **संपर्क:** 022-28451170, 022-62427544- Extn. no. 9, 82918 94644. (फोन बुकिंग-प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक) Online Regn: http://oneday.globalpagoda.org/register

29 सितंबर को **पूज्य गुरुदेव** की पुण्यतिथि पर संघदान का आयोजन प्रातः 9 बजे। जो भी साधक-साधिका इस पुण्यवर्धक दान-कार्य में भाग लेना चाहते हों, वे कृपया निम्न नाम-पते पर संपर्क करें- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, or फोनः 022- 62427512 (9:30AM to 5:30PM), Email: audits@globalpagoda.org

दोहे धर्म के

जब सम्यक संबुद्ध का, जग में उद्गम होय।
धरती के आकाश के, प्राणी हरखित होंय।।

प्रकटें सम्यक बुद्ध तो, होय जगत कल्याण।
दूर होय अज्ञान सब, जगे सत्य का ज्ञान।।

संस्थापन हो धरम का, पाप उखड़ता जाय।
सभी काल्पनिक मान्यता, स्वत: दूर हो जाय।।

होवे ज्ञान परोक्ष तो, उलझन बढ़ती जाय।
बिन जाने ही मान्यता, सिर पर चढ़ती जाय।।

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड
8, 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

याद करूं जद बुद्ध नै, तन मन पुलकित होय।
किसो सुनर जग जलमियो, जन जन मंगळ होय।।

बुधबाणी मीठी घणी, मिसरी रा सा बोल।
कल्याणी मंगळमयी, भर्यो अम्रित रस घोळ।।

आ तो बाणी बुद्ध री, सांच धरम री जोत।
आखर आखर मँह भर्यो, मंगळ ओत-परोत।।

निज पथ पर होकर खड्ये, चाल धरम रै पंथ।
मिटसी सारी दीनता, होसी दुख रो अंत।।

मोरया ट्रेडिंग कंपनी
सर्वो स्टॉकिस्ट-इंडियन ऑईल, 74, सुरेशदादा जैन शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, एन.एच.6,
अजिंठा चौक, जलगांव - 425 003, फोन. नं. 0257-2210372, 2212877
मोबा.09423187301, Email: morolium_jal@yahoo.co.in
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 : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकाफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2562, पौष पूर्णिमा, 21 जनवरी, 2019

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US $ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US $ 100. "विपश्यना" रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.)

DATE OF PRINTING: 5 JANUARY 2019, DATE OF PUBLICATION: 21 JANUARY, 2019

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086,
244144, 244440.
Email: vri_admin@dhamma.net.in;
course booking: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org