आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय डॉ. ओम प्रकाश जी

विपश्यना विशोधन विन्यास

आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय -

डॉ. ओम प्रकाश जी

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी

आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय -
डॉ. ओम प्रकाश जी

विषयानुक्रमणिका

प्राक्कथन

डॉक्टर ओम प्रकाश जी की संक्षिप्त जीवनी १

आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय - डॉ. ओम प्रकाश जी ७

विनोदी स्वभाव ९
नेपोलियन बोनापार्ट के प्रसंग.....११
जापानियों का प्रसंग.....१२
युद्धक्षेत्र का प्रसंग १२
अपनत्व की भावना १३
विनम्रता १५
निजी साधना एवं शिविर-संचालन १५
कर्मयोगी.....१८
स्वास्थ्य-चर्चा १८
पढ़ना-लिखना १९

डॉ. ओम प्रकाश जी का सान्निध्य - कुछ संस्मरण २२

परिशिष्ट

रोग बनाम विपश्यना २४
मन और अंतर्मन.....२८
संवेदना – विपश्यना भावना.....३१
समता बनी रही ३५
ब्रह्म-विहार ३९
साधना : लक्ष्य और उद्देश्य ४३

दुःख से मुक्ति ४५
मरा तो रोना क्या? ४७
मिटाओ मेरे भय आवागमन के.....४८
स्थाई पीड़ा का उपचार और विपश्यना साधना ५०

प्राक्कथन

डॉक्टर ओम प्रकाश जी की संक्षिप्त जीवनी

डॉ. ओम प्रकाश जी का जन्म ब्रह्मदेश के मांडले नगर में ७ अक्तूबर, १९१२ को हुआ था। उनका विवाह सौभाग्यकांक्षिणी सत्यभाषिणी के साथ सन १९३८ में संपन्न हुआ। उनके अपने दो भाई वा छः बहनें थीं। उनकी संतान में एक पुत्र तथा एक पुत्री हैं और दो पौत्र तथा दो दौहित्र। एक दौहित्र के पैदा होने पर उनका यह कथन रहा कि 'अब बुढ़ापा जबरदस्ती मेरे सिर पर सवार हो गया है।'

उन्होंने अपने नाम के साथ कभी किसी 'उपनाम' को काम में नहीं लिया, जैसा कि आजकल आम चलन है।

शैक्षणिक योग्यता

डॉक्टर साहब ने रंगून विश्वविद्यालय से एम.बी.बी.एस. (M.B.B.S) की डिग्री हासिल की थी और साहित्य रत्न की उपाधि भी अर्जित की थी। आर्य समाज की पुष्कल सेवा करने के फलस्वरूप उनको उस संस्था द्वारा भी 'आर्य रत्न' के उपपद से अलंकृत किया गया था।

उन्होंने सन १९३९ से प्राईवेट तौर पर मेडिकल प्रैक्टिस शुरू कर दी थी। वे रोगियों से उनकी चिकित्सा करने का पैसा मांगते नहीं थे। जो जितना देना चाहे उसके लिए स्वतंत्र था। वह 'फ्री डिस्पेंसरी' भी चलाते थे जहां रोगियों की बड़ी भीड़ लगी रहती थी। इलाज के लिए लोगों के घर जाने पर इसके लिए उन्हें कोई 'बिल' पेश नहीं करते थे, भले ही वे कितने संपन्न परिवार के क्यों न हों। कुछ लोगों को यह बहुत अटपटा-सा लगता था और वे उनकी जेब में जबरन कुछ धनराशि डाल दिया करते थे जो इन्हें अच्छा नहीं लगता था।

चिकित्सा करते समय वे परिचित-अपरिचित सबको समान दृष्टि से देखते थे। अन्य रोगियों को देखते समय यदि कोई परिवार का व्यक्ति जबरन बीच में आकर अपने को दिखलाने की चेष्टा करता, तो वे ऐसा होने नहीं देते थे। वे अर्धरात्रि में भी बुलाये जाने पर रोगियों को देखने के लिए सहर्ष उनके घर चले जाते थे और वहां कभी-कभी घंटों बैठे रह कर उनका उपचार करते रहते जब तक रोगी की स्थिति में कुछ सुधार न होने लगे। वापस घर जाने के लिए भी वे किसी को कष्ट नहीं देते थे। बस, यही कहते थे कि आप चिंता मत करें, मैं अपने

डॉ. ओम प्रकाश जी का जन्म ब्रह्मदेश के मांडले नगर में ७ अक्तूबर, १९१२ को हुआ था। डॉक्टर साहब ने रंगून विश्वविद्यालय से M.B.B.S की डिग्री हासिल की थी। वे विपश्यनाचार्य सयाजी ऊ बा खिन के भी 'family doctor' रहे और कल्याणमित्र श्री सत्यनारायण गोयन्का जी के भी।

डॉक्टर साहब और श्री गोयन्का जी ने सयाजी से विपश्यना सीखी थी, अतः ये दोनों गुरुभाई थे और एक-दूसरे को बड़े स्नेह एवं सम्मान की दृष्टि से देखते थे। ये वही चिकित्सक थे जो विपश्यना का शिविर करने से पहले पूज्य गुरुजी को 'माइग्रेन' का आक्रमण होने पर अफीम की सुई लगाया करते थे।

डॉक्टर साहब ने विपश्यना का प्रथम शिविर विपश्यनाचार्य सयाजी ऊ बा खिन के सान्निध्य में किया था। इसी शिविर में नैर्वाणिक अवस्था का साक्षात्कार कर वे मुक्ति के स्रोत में पड़ गये और 'सोतापन्न' हुए।

इस पुस्तक में डॉक्टर साहब के मौखिक कथनों तथा उनसे प्राप्त हुए पत्रों में अंकित पंक्तियों का विवरण है। इनसे पता चलेगा कि उनका जीवन कितना सरल, सरस, सहज एवं स्वाभाविक था। उनकी लेखनशैली अत्यंत प्रभावी तथा अनूठी थी। परिशिष्ट में "विपश्यना" पत्रिका में प्रकाशित उनके लेखों का संग्रह उपलब्ध है।

कुछ वर्ष पूर्व अमेरिका के प्रवासकाल में इनका स्वास्थ्य यकायक बिगड़ जाने से इन्हें लास एंजेल्स के अस्पताल में प्रवेश लेना पड़ा जहां पर उनका प्राणांत हुआ। उनकी जीवनी तथा लेखों से अनेकों को प्रेरणा मिले।

आचार्य श्री सत्यनारायणजी गोयन्का
एवं श्रीमती इलायचीदेवी गोयन्का

श्री सत्यनारायणजी गोयन्का का जन्म म्यंमा (बर्मा) के मांडले शहर में १९२४ में हुआ। १०वीं कक्षा में सारे बर्मा में सर्वप्रथम आने पर भी पारिवारिक कारणों से आगे की पढ़ाई न कर सके। उन्होंने कम उम्र में ही अनेक वाणिज्यिक और औद्योगिक संस्थानों की स्थापना की और खूब धन अर्जित किया। अनेक सामाजिक तथा सांस्कृतिक केंद्रों की स्थापना की। तनावों के कारण शिरोरोग (Migraine) के शिकार हुए, जिसका उपचार बर्मा के ही नहीं, बल्कि विश्व के प्रसिद्ध डॉक्टर भी न कर सके। तब किसी ने उन्हें 'विपश्यना' की ओर मोड़ा, जो आज उनके तथा अनेकों के कल्याण का कारण बन गयी है।

सयाजी ऊ बा खिन से श्री गोयन्काजी ने १९५५ में विपश्यना विद्या सीखी और चौदह वर्षों तक उनके चरणों में बैठ कर अभ्यास करने के साथ बुद्धवाणी का भी अध्ययन किया। १९६९ में वे भारत आये और मुंबई में पहला शिविर लगा। तत्पश्चात शिविरों का तांता लग गया। १९७६ में इगतपुरी में पहला निवासीय विपश्यना केंद्र बना और अब तक विश्वभर में लगभग १७२ केंद्र बन गये हैं तथा नित नये बनते जा रहे हैं, जहां प्रशिक्षित किये हुए लगभग १२०० विपश्यनाचार्यों के माध्यम से विश्व की ५९ भाषाओं में १०-दिवसीय शिविरों के अतिरिक्त, कई केंद्रों पर २०, ३०, ४५, ६० दिन के शिविर लगते हैं। सब का संचालन निःशुल्क होता है। भोजन, निवासादि का खर्च शिविर से लाभान्वित साधकों के स्वैच्छिक अनुदान से चलता है। इसके सर्वहितकारी स्वरूप को देख कर विश्व की अनेक जेलों और स्कूलों में ही नहीं, पुलिसकर्मियों, जजों, सरकारी अधिकारियों आदि के लिए भी शिविर लगाये जाते हैं।

ISBN: 81-7414-237-1
VRI - H2 1