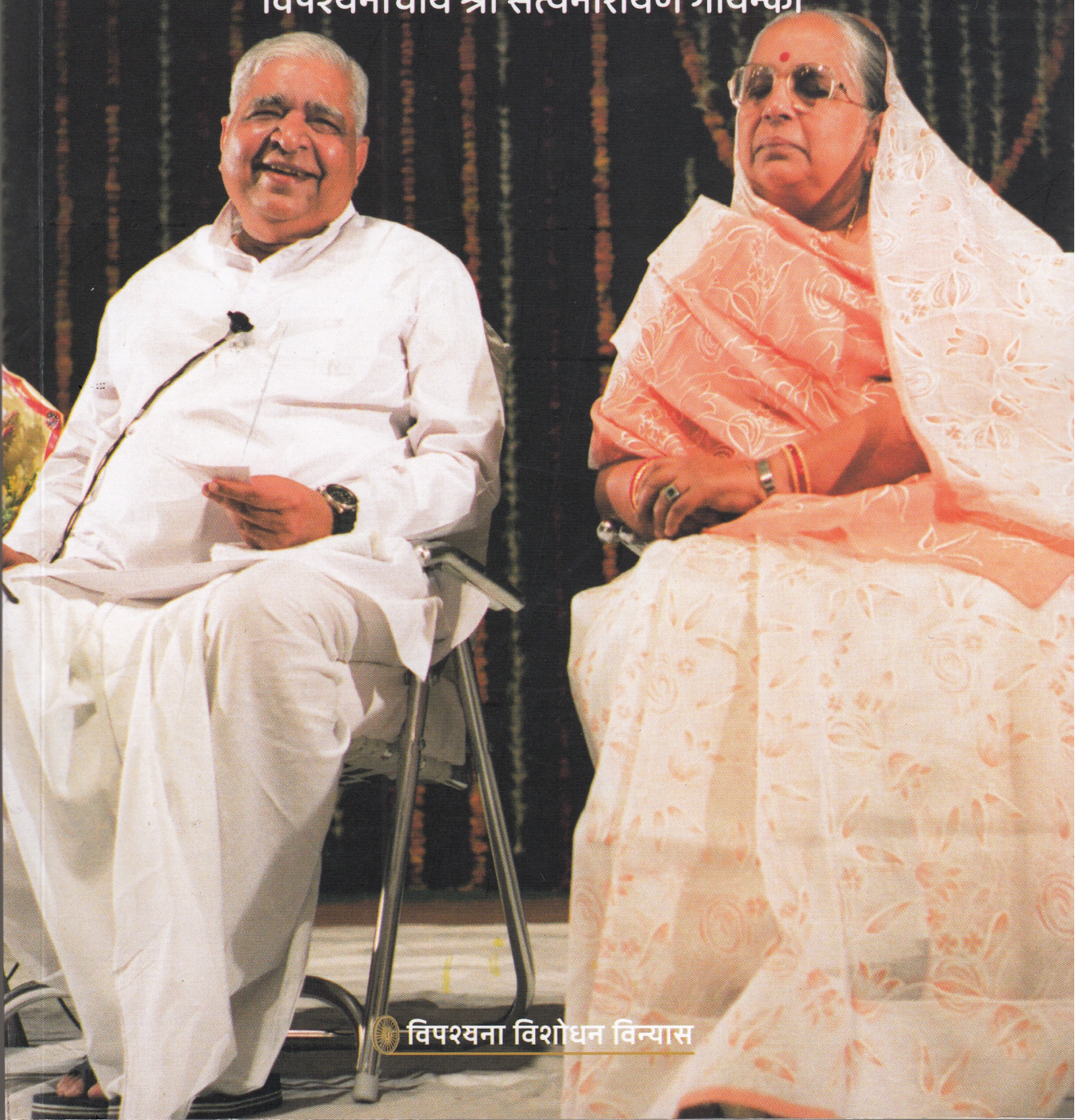


बहुजन-हिताय बहुजन-सुखाय

प्रवचन तथा विपश्यी साधकों के प्रश्नोत्तर (1976-2000)

विपश्यनाचार्य श्री सत्यनारायण गोयन्का

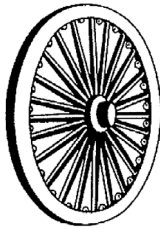


विपश्यना विशोधन विन्यास

बहुजन-हिताय बहुजन-सुखाय

प्रवचन तथा विपश्यी साधकों के प्रश्नोत्तर
(1976-2000)

विपश्यनाचार्य श्री सत्यनारायण गोयन्का



विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी

बहुजन-हिताय बहुजन-सुखाय

पुस्तक कोड: **H120**

© विपश्यना विशोधन विन्यास
सर्वाधिकार सुरक्षित

प्रथम संस्करण: अगस्त 2026

मूल्य : रु.

Price: Rs.

ISBN: 978-93-90147-35-9

Paperback/softback

ISBN: 978-93-90147-51-9

Digital download (PDF)

प्रकाशक:

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२४०३

जिला- नाशिक, महाराष्ट्र

फोन: ०२५५३-२४४९९८, २४३५५३, २४४०७६, २४४०८६,

८४८४८३४८३७, ८४८४८३७८३५,

८४८४८३९८३७, ८४८४८३९८३५

Email: vri_admin@vridhamma.org

Website: www.vridhamma.org

मुद्रक:

अपोलो प्रिंटिंग प्रेस

२५९, सीकॉफ लिमिटेड, ६९ एम. आय. डी. सी.

सातपुर, नाशिक-४२२००७, महाराष्ट्र

बहुजन-हिताय बहुजन-सुखाय

विषयानुक्रमणिका

भूमिका.....	7
प्रतिदिन ध्यान का महत्त्व	9
पुराने साधकों के लिए प्रवचन, नागपुर, 8 अक्टूबर, 2000	9
अधिष्ठान के बल से दुश्मनों पर विजय	17
पुराने साधकों के लिए प्रवचन, लक्खमसी नप्पू हॉल, मुंबई, 20 जुलाई, 1986	17
स्वभाव पलटना है	22
शीलव्रत परामर्श का बंधन	29
दृष्टि का बंधन.....	30
संदेह का बंधन.....	33
अपना भी भला, औरों का भी भला	36
धर्म सेवकों के लिए प्रवचन, धम्मगिरि 1985	36
आदर्श धर्म सेवक.....	47
धम्मसेवकों के लिए प्रवचन, धम्मपुण्ण, पुणे, 18 अक्टूबर, 2000	47
केन्द्र की जमीन का भूमिपूजन	56
पुराने साधकों के लिए प्रवचन, धम्मथली – जयपुर, 15 जनवरी, 1976	56
शून्यागार और पगोडा का महत्त्व.....	59
पुराने साधकों के लिए प्रवचन धम्मथली, जयपुर, 14 मार्च, 1982	59
शून्यागार का अपना महत्त्व	60
श्रेष्ठ दान का विश्लेषण.....	60
अपने तप का दान	63
शिविर आयोजन.....	65
ट्रस्टी एवं सहायक आचार्य सम्मेलन, धम्मखेत, फरवरी, 1983	65

दान तथा शिविर की वित्तीय व्यवस्था.....	66
शिविर भोजन-व्यंजन	67
शारीरिक संपर्क.....	68
सहायक आचार्य को आमंत्रित करने की प्रक्रिया	68
धर्म की राशि के उपयोग हेतु गोयन्काजी का निर्णायक आदेश	68
केंद्रों में अनुशासन	69
धम्ममही, फ्रांस, अगस्त 1988.....	69
स्त्री-पुरुष की पृथक्ता अनिवार्य	73
15 दिवसीय शिविर	74
देसेथ धम्मं, पकासेथ ब्रह्मचरियं	80
सहायक आचार्य सम्मेलन, धम्मगिरि, 2 फरवरी, 1985, समापन प्रवचन	80
धर्म की मशाल	85
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, मार्च, 1987, समापन प्रवचन	85
महानता धर्म की	94
वार्षिक आचार्य सम्मेलन, धम्मगिरि, 1 मार्च, 1988, प्रारंभिक प्रवचन	94
धर्म का शुद्ध स्वरूप ही अमृत है	100
वार्षिक आचार्य सम्मेलन, धम्मगिरि, 1 मार्च 1989, प्रारंभिक उद्बोधन	100
प्रश्नोत्तर	106
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, मार्च 3, 1989	106
धर्म का प्रसार कैसे होगा?	129
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 1989, समापन प्रवचन	129
कल्याण-मित्र	137
गुरुपूर्णिमा पर पुराने साधकों के लिए प्रवचन, मुंबई, जुलाई, 1989.....	137
धम्म दान.....	152
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 2 मार्च 1990, उद्घाटन प्रवचन.....	152
प्रश्नोत्तर	162
सहायक आचार्य सम्मेलन, धम्मगिरि, 4 मार्च, 1990.....	162

प्रश्नोत्तर	174
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 13 जनवरी, 1991	174
प्रश्नोत्तर	194
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, जनवरी 1992.....	194
अविवाद में ही क्षेम है हमारा	202
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 16 जनवरी, 1992, समापन प्रवचन	202
अंधेरे में प्रकाश	208
वार्षिक सम्मेलन, धम्मथली – जयपुर, 1 जनवरी, 1993	208
प्रश्नोत्तर	214
वार्षिक सम्मेलन, धम्मथली – जयपुर, 3 जनवरी, 1993	214
धर्म परिवार	225
वार्षिक सम्मेलन, धम्मथली, 5 जनवरी, 1993, समापन प्रवचन	225
प्रश्नोत्तर	236
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 21 जनवरी, 1994	236
प्रश्नोत्तर	251
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 21 जनवरी, 1995	251
प्रश्नोत्तर	264
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 20 जनवरी, 1996.....	264
धर्म सबका है	283
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 21 जनवरी, 1996, समापन प्रवचन	283
प्रश्नोत्तर	299
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 11 जनवरी, 1997	299
धर्म की मिठास.....	308
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 9 जनवरी, 1997, प्रारंभिक प्रवचन	308
धर्म का नया दौर.....	314
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 11 जनवरी, 1997, समापन प्रवचन	314

आगे की योजनाएं	318
पुराने साधकों के लिए प्रवचन, मुंबई, 20 जुलाई, 1997	318
बाल शिविर प्रबोधन	340
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 1998	340
प्रश्नोत्तर	343
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 10 जनवरी, 1998.....	343
प्रश्नोत्तर	360
वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, 10 जनवरी, 1999.....	360
धर्म संकल्प.....	373
वार्षिक सम्मेलन धम्मगिरि, 10 जनवरी, 1999, समापन प्रवचन	373
विपश्यना क्यों विलुप्त हुई?	380
धर्मसेविकाओं के लिए प्रवचन, धम्मगिरि, 25 फरवरी, 1999	380
विपश्यना साधना केंद्र.....	384



भूमिका

1980 के दशक के पहले से ही भारत और दुनिया भर में श्री सत्यनारायण गोयन्का जी के द्वारा संचालित विपश्यना-शिविरों की संख्या और इसमें भाग लेने वाले साधकों की संख्या में भारी अभिवृद्धि होने के कारण विपश्यना केंद्रों की संख्या में भी आश्चर्यजनक वृद्धि हुई है। यह वृद्धि हजारों साधकों की निस्वार्थ सेवा के कारण ही संभव हो पाई है। इसके लिए साधकों ने विभिन्न भूमिकाओं में कार्य करते हुए मुक्तहस्त से खूब सहायता प्रदान की ताकि अधिक से अधिक लोग मुक्ति के इस मार्ग पर तेजी से आगे बढ़ सकें। क्योंकि उन्होंने स्वयं धर्मरस को चखा है और उससे लाभान्वित होकर ही धर्मसेवा के लिए तत्पर हुए हैं।

यह सुनिश्चित करने के लिए कि उनकी सेवा के सर्वोत्तम परिणाम मिलें, श्री गोयन्काजी ने पिछले कई वर्षों में इसमें भाग लेने वाले सभी साधकों एवं धर्मसेवकों का बहुत अच्छा मार्गदर्शन किया है। भारत में होने वाले वार्षिक सम्मेलनों तथा विपश्यना केंद्रों की धर्म-यात्राओं के दौरान श्री गोयन्काजी ने धम्म साधना और सेवाकार्य के अनेक अलग-अलग बिंदुओं पर जो प्रवचन दिये और धर्म के विभिन्न पहलुओं को प्रश्नोत्तर आदि के द्वारा बहुत गहराई से समझाया, उन सब की रेकार्डिंग की जाती रही, जिनका लिखित स्वरूप (transcripts) ही इस पुस्तक का मूल आधार है।

इसमें शामिल सामग्री वर्ष 1976 से 2000 तक की अवधि के बीच की है। अधिकांशतः इसे कालक्रमानुसार ही प्रस्तुत किया गया है, लेकिन इसके कुछ अपवाद भी हैं ताकि सारी बात ठीक से समझ में आये और धर्म का प्रवाह बना रहे। सभी आलेखों के साथ उनकी तिथियां भी अंकित की गयी हैं।

इस विशाल सामग्री के बीच, श्री गोयन्काजी बार-बार एक ही मुख्य विषय पर लौटते हैं- कि सही धम्मसेवा कैसे हो? धम्म सेवा देने का अर्थ क्या है और एक धर्मसेवक को किस प्रकार कार्य करना चाहिए। इस विषय को उन्होंने बार-बार दुहराया है और विस्तारपूर्वक व्याख्या की है, लेकिन ऐसा करते समय उन्होंने सदैव कुछ-न-कुछ नये बिंदुओं को भी उजागर किया है। पाठक इन्हें इसी रूप में देखें और वे जितनी बार पढ़ेंगे, उतने ही अधिक प्रसन्न होंगे।

पहली बात तो यह कि सेवा का उद्गम धम्म के अभ्यास से होना चाहिए। जो लोग दूसरों को मुक्ति के मार्ग पर चलने में सहायता करना चाहते हैं, उन्हें स्वयं भी उस मार्ग पर चलना चाहिए, यानी, उन्हें ध्यान का नियमित दैनिक अभ्यास बनाए रखना चाहिए और पांच शीलों का पालन यथासंभव सावधानीपूर्वक करने का प्रयास करना चाहिए। श्री गोयन्काजी कहते हैं कि धर्मसेवा वस्तुतः निब्बान तक पहुँचाने वाली दस पारमिताओं को विकसित करने का प्रबल माध्यम है और अपने अभ्यास को गहरा करने का भी।

दूसरी बात यह कि सेवा का आधार 'मैत्री' होना चाहिए। क्योंकि शिविर के दौरान साधकों को अनुशासन में रखना पड़ता है। ऐसे समय सामान्य सेवक से लेकर आचार्य तक का हृदय उनकी सहायता करते हुए मैत्री, करुणा और सद्भावना से भरा होना चाहिए तभी साधकों का भला होगा, अन्यथा दोनों की हानि हो जायेगी।

एक और महत्वपूर्ण बिंदु यह है कि सेवा निस्वार्थ भाव से हो, विनम्रतापूर्वक बिना किसी अहंकार के हो। किसी को भी यह नहीं सोचना चाहिए कि वे अपरिहार्य हैं, यानी, उनके बिना काम नहीं चलेगा। किसी को यह नहीं मान लेना चाहिए कि सेवा उनकी अपनी मनमर्जी से करेंगे, या अपने निजी उद्देश्यों को प्राप्त करने का यह कोई अवसर है। इसके विपरीत, अपने निजी विचारों को एक ओर रखकर, 'सेवा' धम्म में प्रगति करने का

एक माध्यम है, यानी, यह जो अवसर मिला है वह व्यर्थ न जाने पाये।

इस तरह सभी धर्मसेवक मिलकर सद्भाव से काम कर पायेंगे तभी धम्म अपनी मूल पवित्रता में कायम रहेगा तथा अनेकों के हित और लाभ के लिए निरंतर फलता-फूलता रहेगा।

धर्मसेवा के अतिरिक्त इस पुस्तक में कई ऐसे प्रवचनों का संग्रह है जो साधना में प्रगति करने में बहुत ही सहायक हैं और अनेकों के कल्याण का कारण भी। किसी साधक की साधना में प्रगति कैसे हो, गृहस्थ के सामने क्या-क्या समस्याएं आती हैं, दृढ़ संकल्प के साथ उनसे कैसे उबरा जा सकता है और कर्मकांडों के बंधनों से कैसे मुक्त हुआ जा सकता है?... आदि प्रमुख विषयों को विस्तार से समझाया गया है।

इनके अतिरिक्त किसी केंद्र का विकास, सुचिता, सम्मान, वित्तीय-व्यवस्था, भोजन-व्यंजन की सुव्यवस्था और सुसंचालन एवं दैनिक समस्याओं का समाधान आदि के साथ केंद्रों की सौमनस्यता कैसे बनी रहे- जैसे गूढ़ विषयों पर भी प्रकाश डाला गया है।

धर्म की मशाल, धर्म की महानता, धर्म का शुद्ध स्वरूप, धर्म का प्रसार, अविवाद की सार्थकता, अंधेरे में प्रकाश, धर्म की मिठास, धर्म-संकल्प, धर्म का नया दौर, भविष्य की योजनाएं और विपश्यना के लुप्त होने का कारण आदि विषयों को विस्तार से समझाया गया है।

कहने का तात्पर्य यह कि पुस्तक यथानाम तथागुण— “बहुजनहिताय बहुजनसुखाय” को पूरी तरह चरितार्थ करती है। किसी विशेष विषय पर मार्गदर्शन के लिए, विस्तृत अनुक्रमणिका (इंडेक्स) पाठकों को उस विषय से संबंधित अंशों तक पहुँचाती है।

प्रकाशन के उद्देश्य से, मूल सामग्री को कुछ हद तक संक्षिप्त और संपादित किया गया है; किंतु श्री गोयन्काजी की विशिष्ट शैली को बनाए रखने और उनके आशय को पूरी निष्ठा से व्यक्त करने का हर संभव प्रयास किया गया है।

यदि पाठकों को मूल ऑडियो सुनने का अवसर मिले, तो उन्हें सुन कर वे अत्यंत प्रसन्न होंगे। VRI ऐप और वेबसाइट भी उपलब्ध हैं। वक्तव्य के अंत में QR कोड दिया गया है। कृपया इसे स्कैन करें और सुनें।

श्री गोयन्काजी स्वयं इस ग्रंथ को पढ़ नहीं पाए हैं; अतः इसमें कुछ त्रुटियां अथवा विसंगतियां हो सकती हैं— इनकी संपूर्ण जिम्मेदारी केवल संपादकों की है। ऐसी टिप्पणियों का स्वागत है, जो त्रुटियों को सुधारने में सहायक सिद्ध हों।

आशा है कि यह ग्रंथ उन सभी लोगों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा, जिनकी सेवा धम्म के प्रसार का एक अत्यंत महत्वपूर्ण अंग है।

संपादक मंडल,

विपश्यना विशोधन विन्यास, इगतपुरी-मुंबई.