VRI Series No. 105

शासनतंत्र में विपश्यना

परिवर्तन और सुधार लाने का एक कारगर उपाय

रामसिंह

विपश्यना विशोधन विन्यास,
धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२ ४०३,
महाराष्ट्र, भारत

लेखक –

राजस्थान सरकार के गृहसचिव के रूप में अपने विभिन्न महत्त्वपूर्ण उत्तरदायित्वों को निभाते हुए श्री रामसिंह ने दस दिन का अवकाश लेकर १९७५ में जयपुर में पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायणजी गोयन्का के सान्निध्य में लगे एक 'विपश्यना' शिविर में भाग लिया। इससे पूर्व विपश्यना शिविर से लाभान्वित उनके एक मित्र में आए परिवर्तनों को देख कर वे बहुत प्रभावित हुए थे।

श्री रामसिंह को अपने अनुभव से तत्काल आभास हुआ कि यह ध्यान-विधि बहुत प्रभावशाली है और व्यक्तियों तथा संस्थाओं में सकारात्मक परिवर्तन लाने की इसमें अपूर्व क्षमता है। उन्होंने पाया कि यह विधि शीघ्र सुपरिणामदायी, वैज्ञानिक तथा असांप्रदायिक है और यह भी अनुभव किया कि प्रशासन में परिवर्तन व सुधार लाने के लिए 'विपश्यना' एक अचूक उपाय है। अतः उन्होंने गृह विभाग के कुछ एक अधिकारियों को विपश्यना शिविर में भाग लेने के लिए प्रेरित किया और उनके सहयोग से अपने विभाग का पुनर्गठन किया। उन्होंने जयपुर के केंद्रीय कारागृह तथा राजस्थान पुलिस अकादमी में विपश्यना के शिविर लगवाए, जो अत्यंत सफल रहे। स्वयं अपनी साधना की निरंतरता के साथ-साथ अपने सहयोगियों व मित्रों को भी विपश्यना शिविरों से लाभान्वित होने के लिए प्रेरित करते रहे।

प्रशासनिक सेवा से निवृत्ति के पश्चात वे 'राजस्थान पब्लिक सर्विस कमीशन' के अध्यक्ष के रूप नियुक्त हुए। कमीशन की सेवा से निवृत्ति के पश्चात उन्हें आर्थिक दृष्टि से लाभकारी तथा विस्तृत उत्तरदायित्वों वाले कई अन्य सरकारी व गैरसरकारी प्रस्ताव मिले, जिन्हें अस्वीकार करते हुए उन्होंने विपश्यना के माध्यम से लोगों की धर्मसेवा करने के निमित्त अपना शेष जीवन समर्पित करने का निर्णय किया।

मूल्यः रु. १/-

प्रकाशक ;

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरि, इगतपुरी- ४२२४०३, जिला- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोनः ०२५५३- २४४०७६, २४४०८६, २४४३०२

फैक्सः ०२५५३- २४४१७६.

शासनतंत्र में विपश्यना

परिवर्तन और सुधार लाने का एक कारगर उपाय

'विपश्यना' भारत की प्राचीन ध्यानविधि है। यह भगवान बुद्ध की शिक्षा का सार है। इसके अनुसार चित्त और शरीर पर घटित होने वाली परिवर्तनशील घटनाओं को साक्षीभाव से देखना होता है। इससे चित्त निर्मल होने लगता है।

इस विधि का किसी संप्रदाय से कुछ लेना-देना नहीं है। इसका अभ्यास हर कोई कर सकता है, भले ही वह किसी जाति, संप्रदाय, धर्म या राष्ट्र का हो।

आचार-व्यवहार में परिवर्तन लाने, मानसिक तनावों से मुक्ति पाने और अपने कर्तव्यों एवं दायित्वों का निर्वाह करते हुए करुणा, समता, सत्यनिष्ठा तथा कार्यकुशलता सरीखे सद्गुणों को बढ़ाने के लिए यह विधि अत्यंत कारगर पायी गयी है।

तीसरी शताब्दी ईसापूर्व भारत के महान सम्राट अशोक ने अपने विस्तृत साम्राज्य की शासन-प्रणाली में सुधार लाने की दृष्टि से विपश्यना को एक साधन के रूप में काम में लिया। अपने शासनतंत्र को चलाने के लिए उसने जिन कार्यकलापों का आश्रय लिया उनसे पता चलता है कि उसके व्यक्तिगत और सार्वजनिक जीवन में किस कदर पवित्रता, प्रेम, महानता, सदाचार और नैतिकता के भाव अंकुरित हुए थे। उसने प्रशासन की ऐसी प्रणाली विकसित की जो कुशल, जनता के हितों का ध्यान रखने वाली, सुहृद और मानव इतिहास में बेजोड़ थी।

उसके साम्राज्य के विभिन्न भागों, राजमार्गों, पहाड़ियों, गुफाओं तथा सार्वजनिक स्थानों पर उसके प्रशासन से संबंधित जो अभिलेख चट्टानों और पत्थरों पर उत्कीर्ण पाये जाते हैं उनसे एक ऐसे व्यक्ति के उदात्त मानस का पता चलता है जो अपनी प्रजा को अपनी संतान के समान प्यार करता था, सभी संप्रदायों और धार्मिक आस्थाओं को आदर की दृष्टि से देखता था और पड़ोसी देशों में शांति और सद्भाव के लिए विश्वास जगाता था।

देहली-तोपरा स्तंभ पर उत्कीर्ण अपने एक सुविख्यात अभिलेख में अशोक अपने शासनकाल में किये गये उपायों की विस्तृत समीक्षा करता है। अभिलेख की शब्दावली में उसके व्यक्तित्व की अनुपम झांकी देखने को मिलती है। उसका कहना है कि मेरे पूर्ववर्ती राजाओं और शासकों ने भी मेरे ही समान यह कामना की थी कि प्रजा का उत्थान हो, परंतु वे इसमें सफल नहीं हुए जबकि मैंने सफलता का मुँह देखा। वह अभिलेख में स्पष्ट करता है कि मैंने 'निज्झि' का आश्रय लिया था। इस शब्द की व्याख्या भिन्न-भिन्न प्रकार से की गयी है, यथा –आंतरिक ध्यान, चिंतन,

मनन – विपश्यना। वह आगे लिखता है कि इस तथ्य को पाषाणों और स्तंभों पर उत्कीर्ण करवाया जाय जिससे उसका यह संदेश तब तक गूंजता रहे जब तक सूर्य और चंद्रमा पृथ्वी पर चमचमाते हैं। इससे यह सुस्पष्ट होता है कि लोक-कल्याणके लिए प्रतिबद्ध शासनतंत्र में इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए किस कदर विपश्यना का प्रभावी रूप से प्रयोग किया जा सकता है।

अशोक के उत्तरवर्ती काल में भी विपश्यना का प्रभाव कई शताब्दियों तक रहा। यह चीनी यात्रियों के विशद वृत्तांतों से पता चलता है जिनमें वे यहां के लोगों की संस्कृति और सभ्यता की भूरि-भूरि प्रशंसा करते हैं और लिखते हैं कि वे कैसे शांति, समृद्धि और आपसी सद्भाव का जीवन जीते थे। जैसे समय सरकता गया और सदियां ढलती गईं, अवांछनीय तत्त्वों ने इस ध्यानविधि को विकृत कर दिया और इसमें मिश्रण भी कर दिया। इससे विपश्यना की प्रभावकारिता समाप्त हो गयी और अंततोगत्वा यह विशुद्ध ध्यानविधि अपने उद्गम स्थल भारत से सर्वथा लुप्त हो गयी।

फिर भी, हमारे पड़ोसी ब्रह्मदेश ने आरंभ से ही इस ध्यानविधि को अपने नितांत शुद्ध रूप में गुरु-शिष्य परंपरा से पीढ़ी-दर-पीढ़ी संभाल कर रखा। अशोक के शासनकाल में भगवान बुद्ध का विपश्यना का संदेश फैलाने के लिए श्रीलंका, ब्रह्मदेश सहित सुदूर पूर्व के अनेक देशों में धर्मदूत भेजे गये।

अर्वाचीन काल (सन १८९९-१९७१ ई.) में सयाजी ऊ बा खिन विपश्यना के एक विश्रुत गृहस्थ आचार्य हो चुके हैं। ब्रह्मदेश के महालेखापाल के पद पर रहते हुए उन्होंने अपने अधीनस्थ विभागों में व्यापक सुधार किये। वह भ्रष्टाचार उखाड़ने, कार्यदक्षता बढ़ाने, निर्णय लेने की क्षमता को विकसित करने और आपसी सद्भाव और संबंधों को सुदृढ़ बनाने में सफल हुए। उन्होंने कहा –'ध्यान-साधना के फल अनगिनत हैं – जो सदाशयता से ध्यान-साधना करते हैं उनकी सफलता सुनिश्चित है। ऐसा व्यक्ति चाहे वह धर्मपरायण हो अथवा प्रशासक, राजनीतिज्ञ, व्यवसायी अथवा छात्र हो, सही दिशा में बहुत कुछ कर सकता है, यदि वह पवित्रता में आगे बढ़ता चला जाय और उसका मानस परमार्थ सत्य को अंतर्दृष्टि से बींधने की शक्ति प्राप्त कर ले। अर्थात इस विद्या का सफल प्रशिक्षण पा लेने वाला व्यक्ति अनेक प्रकार से लाभान्वित होता है'।

सयाजी ऊ बा खिन कहा करते थे कि यह ध्यान-साधना 'उस शांत और संतुलित ऊर्जा के कोष के निर्माण में सहायक हो सकती है जिसका उपयोग कल्याणकारी राज्य की स्थापना और सार्वजनिक जीवन में भ्रष्टाचार से बचाव के लिए किया जा सकता है। उनके अपने ही उत्कृष्ट उदाहरण से इस बात की खूब पुष्टि हो जाती थी।

सयाजी ऊ बा खिन की उत्कट अभिलाषा थी कि विपश्यना अपनी जन्मभूमि भारत लौटे। उन्होंने यह कार्यभार अपने प्रतिभाशाली पट्टशिष्य, श्री सत्यनारायण गोयन्का, को सौंपा। श्री गोयन्का भारत में सन १९६९ ई. में आये और उन्होंने यहां पर उसी वर्ष जुलाई माह में अपने प्रथम शिविर का संचालन किया और इसके साथ ही फिर से धर्मचक्र प्रवर्तित होने लगा।

राजस्थान सरकार ने अपनी संस्थाओं में सुधार लाने के उद्देश्य से विपश्यना को साधन के रूप में प्रयोग करने का पुरोगामी निर्णय लिया। इसके लिए सर्वप्रथम श्री गोयन्काजी को सन १९७५ ई. में केंद्रीय कारागृह, जयपुर में जघन्य अपराधों के लिए दंडप्राप्त बंदियों और कारागृह के कतिपय कर्मचारियों के लिए विपश्यना शिविर लगाने के लिए आमंत्रित किया गया। इस शिविर से आश्चर्यजनक परिणाम प्राप्त हुए। दंडप्राप्त बंदियों को अपने किये का पश्चाताप हुआ, उन्हें अपने तनावों से काफी राहत मिली और उनके व्यवहार में भी प्रत्यक्ष परिवर्तन देखे गये। कारागृह के जिन कर्मचारियों ने शिविर में भाग लिया था, वे भी अपने कर्तव्यों और दायित्वों के प्रति अधिक जागरूक हुए।

इस शिविर की सफलता से प्रोत्साहित होकर एक अन्य शिविर का आयोजन सन १९७६ ई. के प्रारंभ में राजस्थान पुलिस अकादमी में किया गया जिसमें सभी श्रेणी के पुलिस अधिकारियों ने भाग लिया। शिविरार्थियों के आचार-व्यवहार पर इसका गहन प्रभाव पड़ा। अपने कार्यों और अपनी भूमिका के बारे में उन्हें और अधिक स्पष्ट जानकारी हुई और समाज के प्रति अपने कर्तव्यों के बारे में भी जागरूकता और अधिक विकसित हुई। इसके बाद केंद्रीय कारागृह, जयपुर में एक दूसरे शिविर का आयोजन हुआ। इसे भी श्री गोयन्काजी ने संचालित किया और इसके परिणाम भी पिछले शिविर जैसे रहे।

इसी अवधि में राजस्थान सरकार के गृह विभाग के कुछ वरिष्ठ अधिकारियों ने विपश्यना शिविरों में भाग लिया। उनके माध्यम से उस विभाग में आंतरिक सुधारों की प्रक्रिया आरंभ हुई। इसके फलस्वरूप कागजी कार्यवाही में कमी आयी, निर्णय शीघ्र लिये जाने लगे और कर्मचारियों तथा अधिकारियों के संबंधों में सुधार आने लगा। गृह विभाग के अधीनस्थ विभागों का पुनर्गठन किया गया और उनकी प्रशिक्षण विधि को सरल और कारगर बनाया गया। इसका परिणाम यह हुआ कि कार्यकुशलता में बढ़ोत्तरी हुई, काम निपटाने में समय कम लगने लगा और पारस्परिक विश्वास और सद्भाव में अभिवृद्धि हुई।

राजस्थान में सफल प्रयोग के बाद गुजरात राज्य के केंद्रीय कारागृह, अहमदाबाद और केंद्रीय कारागृह, वड़ोदरा में शिविरों का आयोजन किया गया। इनके भी सकारात्मक परिणाम प्राप्त हुए। सन १९९३ ई. में केंद्रीय कारागृह,

तिहाड़, नई देहली (जो एशिया के सबसे बड़े कारागृहोंमें से है), में प्रथम विपश्यना शिविर का आयोजन हुआ। इसके बाद चार और शिविर लगे और तत्पश्चात सन १९९४ ई. श्री गोयन्काजी के सान्निध्य में १,००० से अधिक बंदियों का एक बृहद-शिविर आयोजित हुआ, जिसका बंदियों पर गहरा प्रभाव पड़ा। कारागृहों में सुधार लाने के इतिहास में यह एक अपूर्व घटना थी। अब केंद्रीय कारागृह, तिहाड़ की चारदिवारी में केवल बंदियों के लिए एक पूर्ण विकसित विपश्यना केंद्र है, जहां नियमित रूप से शिविरों का आयोजन होता रहता है। फलतः वहां के वातावरण में परिवर्तन हो रहा है और मानवीय विकास की प्रक्रिया अनवरत चल रही है।

भारत सरकार ने सभी राज्य सरकारों को कारागृहों में सुधार लाने के लिए एक साधन के रूप में विपश्यना शिविर आयोजित करने पर विचार करने की अनुशंसा की है।

महाराष्ट्र सरकार ने भी अपने राज्य के कारागृहों में विपश्यना शिविरों को आयोजित करने का एक बड़ा कदम उठाया है। तिहाड़ के समान ही केंद्रीय कारागृह, नाशिक में भी एक नियमित केंद्र की स्थापना की गयी है। इसी प्रकार विपश्यना शिविरों का आयोजन हरियाणा, बिहार, आंध्र प्रदेश तथा कर्नाटक के केंद्रीय कारागृहों में भी किया जा रहा है।

महाराष्ट्र सरकार ने यह निर्णय भी लिया है कि उनके उच्च पदाधिकारियों को विपश्यना शिविरों का लाभ प्राप्त करने का अवसर दिया जाय। इसके लिए वे अधिकारी अपनी हकदारी के अनुरूप रूपांतरित अवकाश तथा वास्तविक यात्रा-व्यय प्राप्त कर सकेंगे।

मध्य प्रदेश सरकार ने भी निर्णय लिया है कि जो पदाधिकारी राज्य प्रशासन अकादमी में लगने वाले विपश्यना शिविरों में भाग लेंगे, वे ड्यूटी पर माने जायेंगे।

राजस्थान सरकार ने हाल ही में निर्णय लिया है कि राज्य और अधीनस्थ सेवाओं के सभी छोटे-बड़े पुलिस अधिकारियों और जयपुर नगर के विभिन्न आरक्षी केंद्रों के पुलिसकर्मियों को विपश्यना साधना शिविरों में बैठने का अवसर दिया जाय। एक बड़े नीतिगत निर्णय के अंतर्गत राज्य सरकार ने सभी श्रेणियों के अधिकारियों को विपश्यना शिविरों में भाग लेने के लिए विशेष अवकाश की सुविधा प्रदान की है। सरकार ने यह निर्णय भी लिया है कि राजकीय लोक प्रशासन संस्थान, राजस्थान पुलिस अकादमी तथा अन्य प्रशिक्षण संस्थाओं में प्रशिक्षणार्थियों के लिए नियमित शिविर लगवाये जायें।

भारत में सरकार को विपश्यना के योगदान का यह एक आद्यतन संक्षिप्त विवरण है।

आजकल समाज में सरकार की एक व्यापक भूमिका रहती है। सरकार का स्वरूप और इसकी गुणवत्ता का निर्धारण उन लोगों पर निर्भर करता है जो सरकार चलाते हैं और जिनका इस पर नियंत्रण रहता है। इसलिए उन्हें ऐसा प्रशिक्षण दिलवाना आवश्यक हो जाता है जिससे वे सहृदय, संवेदनशील और सत्यनिष्ठ हो सकें। केवलमात्र प्रबंधन में दक्षता बढ़ाने से ही बात नहीं बनती बल्कि मनोवृत्तियों को बदलना आवश्यक होता है, जो मनुष्य जाति के लिए एक शाश्वत चुनौती है। विपश्यना मनोवृत्तियों को बदल सकती है।

भारत तथा विश्व में विपश्यना गतिविधि के संस्थापक-आचार्य श्री सत्यनारायण गोयन्काजी के सत्प्रयत्न से यह विद्या अब सर्वसुलभ है। इसकी प्रभावकारिता अतीत में परखी जा चुकी है और आज भी परखी जा रही है।

प्रशिक्षण प्रणालियों में विपश्यना को प्रशिक्षण का अनिवार्य अंग बना देने से हम एक अच्छी सरकार के गठन के प्रति आश्वस्त हो सकते हैं जो कि हर नागरिक की आंतरिक अभिलाषा होती है। भारत की अनमोल विरासत विपश्यना मानव संसाधन विकास के लिए सबसे कारगर उपाय है।

– रामसिंह
१९९७

अधिक जानकारी के लिए-

संपर्क : **विपश्यना विशोधन विन्यास**

धम्मगिरि, इगतपुरी- ४२२ ४०३, जिला- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोनः ०२५५३- २४४०७६, २४४०८६, २४४३०२

फैक्सः ०२५५३-२४४१७६.