साधकों का
मासिक प्रेरणा

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

बुद्धवर्ष 2553, भाद्रपद पूर्णिमा, ४ सितंबर, 2009 वर्ष 39 अंक 3

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

धम्मवाणी

छेत्वा नद्धिं वरत्तञ्च, सन्दानं सहनुक्कमं।
उक्खित्तपलिघं बुद्धं, तमहं ब्रूमि ब्राह्मणं॥

धम्मपद- ३९८, ब्राह्मणवग्गो

जो नद्धा (क्रोध), वरत्रा (तृष्णा रूपी रस्सी), संदान (बासठ प्रकार की दृष्टियां रूपी पगहे), और हनुक्रम (मुंह पर बांधे जाने वाले जाल, अनुशय) को काट कर तथा पटिघ (अविद्या रूपी जूए) को (उतार) फेंक बुद्ध हुआ, उसे मैं ब्राह्मण कहता हूं।

[बुद्धजीवन-चित्रावली]

[बुद्धजीवन-चित्रावली के सभी चित्र बन कर तैयार हो गये हैं। फ्रेमिंग के बाद इन्हें आर्टगैलरी में यथास्थान सजाया जायगा। (बुद्धकालीन ऐतिहासिक घटनाओं की ये चित्रकथाएं इस बात को सिद्ध करेंगी कि बुद्ध ने लोगों को सही माने में प्रज्ञा में स्थित होना सिखाया। स्थितप्रज्ञ **'ठितपञ्ञो'** *होने की ही शिक्षा दी। किसी एक व्यक्ति को भी* **'बौद्ध'** *नहीं बनाया, बल्कि धार्मिक बनाया। पूरे तिपिटक में 'बौद्ध' शब्द ढूंढने से भी नहीं मिलता। जो मिलता है वह –* **'धम्मी, धम्मिको, धम्मट्ठो, धम्मचारी, धम्मविहारी'** *.. आदि ही मिलते हैं। उन्होंने शील, समाधि और प्रज्ञा द्वारा विपश्यना का अभ्यास करना सिखाया। वे स्वयं प्रज्ञा में स्थित हुए और उनके बताये मार्ग पर चलने वाले लोग किस प्रकार प्रज्ञा में स्थित हुए – ये बातें इन चित्रों और चित्रकथाओं में स्पष्ट रूप से दर्शायी गयी हैं।)*

*संक्षिप्त व्याख्या सहित इन चित्रों की वृहत् पुस्तक '***बुद्धजीवन-चित्रावली***' **सजिल्द** छप गयी है जो कि अधिक आकर्षक, टिकाऊ और सुंदर है। सं.]*

प्राक्कथन

क्रमशः...

... बस विपश्यना आरंभ हो गयी। प्रज्ञा जाग उठी। सारे शरीर पर होने वाली भिन्न-भिन्न संवेदनाओं के प्रति सजग रहते हुए, तटस्थभाव बनाये रखना है। यह अभ्यास निरंतरता से करना है। इस मार्ग पर अभ्यास की निरंतरता ही सफलता की कुंजी है।

प्रज्ञा

प्रज्ञा क्या है? प्रज्ञा, यानी प्रत्यक्ष ज्ञान। यही प्रमुख ज्ञान है। प्रकृष्ट ज्ञान है जो हमें मुक्ति की ओर ले जाता है। यह पढ़ा-पढ़ाया या सुना-सुनाया ज्ञान नहीं है, बल्कि स्वानुभूति द्वारा प्राप्त हुआ स्वयं अपना यथार्थ ज्ञान है। इसके निरंतर किये गये अभ्यास से बहुत-सी अनजानी सच्चाइयां प्रकट होने लगती हैं।

पूर्व पारमी संपन्न साधक हो तो शीघ्र ही, अन्यथा कुछ समय पश्चात यह तथ्य प्रकट होने लगता है कि अधोगति की ओर ले जाने वाले सभी कर्मसंस्कारों की जड़ें अंतर्मन की गहराइयों में सुषुप्त पड़ी रहती हैं। दुर्गति की ओर ले जाने वाले ये क्लेशमय दूषित कर्मसंस्कार जीवनधारा के साथ-साथ, सोये-सोये प्रवहमान होते रहते हैं। इसीलिए इन्हें अनुशय-क्लेश कहा गया। यदि किसी प्रकार की साधना द्वारा केवल मानस के ऊपरी स्तर पर छाये हुए दूषित कर्मसंस्कारों का क्षय कर ले तो भी अधोगति से नितांत विमुक्ति नहीं मिलती। परंतु जब साधक शरीर पर प्रकट हुई सभी गहन संवेदनाओं के प्रति तटस्थ सजगता का अभ्यास कायम रखता है, तब वीतराग स्थिति में पुष्ट होता रहता है, क्योंकि प्रज्ञा के द्वारा अनुभव करता है कि शरीर और चित्त से संबंधित जो संवेदनाएं प्रकट हो रही हैं, वे सभी अनित्य हैं, नश्वर हैं, भंगुर हैं, सतत परिवर्तनशील हैं। अतः उन्हें न सुखद मान कर उनके प्रति राग जगाता है और न दुःखद मान कर द्वेष। यों सजगता और समता दोनों पुष्ट होती जाती हैं। तब अंतर्मन की जड़ों में समाये हुए कुसंस्कारों की उदीर्णा होती जाती है और साधक उनके प्रति भी समता में स्थित रहता है, तब उन कुसंस्कारों की निर्जरा होने लगती है। वे क्षीण होने लगते हैं। उनका क्षय होने लगता है। साधक को उतनी-उतनी अधोगति से मुक्ति मिलने लगती है। जब सारे अनुशय-क्लेशों की उदीर्णा होकर, उनका क्षय हो जाता है, तब अधोगति से पूर्णतया मुक्ति प्राप्त हो जाती है।

उप्पज्जित्वा निरुज्झन्ति, तेसं वूपसमो सुखो।

– उत्पाद हो-हो कर जब निरुद्ध हो जाते हैं तब उन कर्मसंस्कारों के उपशमन का सुख अनुभव होता है। ....

क्रमशः....

एक प्रेरणास्पद मंगल मृत्यु

कनाडा का साधक रोडनी बर्नियर लीवर के कैंसर से जूझ रहा था। रोग की अंतिम अवस्था, परंतु जिस धर्म धैर्य के साथ प्रसन्न और समता में दिखाई देता, उसे देख कर डॉक्टर्स भी दंग थे। इस प्रकार उसने अपने मित्र-परिचितों को धर्म का एक अनोखा संदेश दिया। आज १३ अगस्त को भारतीय समयानुसार दोपहर २:३८ को उसने अस्पताल में अंतिम सांस ली। चार दिन पूर्व मित्र लोग उसे चलकुर्सी पर बैठा कर रेस्तरां ले गये, क्योंकि कमर से नीचे के अंग निष्क्रिय हो गये थे। अंतिम दो दिन यद्यपि बहुत कष्टप्रद और मूर्छा के रहे परंतु अंतिम कुछ सांसें वह सजग होकर शांतिपूर्वक ले सका। उस समय सतिपट्ठान की कैसेट चला कर लोग ध्यान कर रहे थे।

१९७० के दशक में वह पहली बार विपश्यना में सम्मिलित हुआ था और तब से नियमित रूप से विपश्यना करता हुआ विभिन्न प्रकार की सेवाएं देता रहा। पिछले कुछ समय से 'धम्मसुत्तम' विपश्यना केंद्र से विशेषरूप से जुड़ा रहा। विपश्यना के आचार्य बाब जेफ लिखते हैं कि रोडनी से मैं पहली बार १९७३ में भारत-पाकिस्तान की सीमा पर

मिला और विपश्यना से परिचित हुआ था। रोडनी वानकूवर में पिछले २० वर्षों से लगातार सामूहिक साधना का आयोजन करवाता रहा है। जीवन के अंतिम क्षणों में भी वह हम सबको विपश्यना का प्रेरणास्पद परिचय दे गया। उसे पाकर स्वयं विपश्यना धन्य हुई है।

एक और प्रेरणास्पद मंगल मृत्यु

राजकोट के सहायक आचार्य श्री राजूभाई मेहता की मां श्रीमती बसंतबेन ने जब से विपश्यना आरंभ की, कहीं और झांक कर भी नहीं देखा। उन्होंने अनेक दस दिवसीय तथा दीर्घ शिविर भी किये थे। धम्मकोट पर सब प्रकार की सेवा देने के लिए वे सदैव तत्पर रहती थीं। विगत कुछ वर्षों से किसी ऐसे संस्कार की उदीर्णा हुई कि सारे शरीर में मानो मिर्ची मल दी गयी हो। ऐसी असह्य जलन को भी वे समता से देखती और मुस्कराती रहीं। दूर-दूर के बड़े-बड़े डॉक्टरों का आधुनिकतम विधि से इलाज हुआ, परंतु कोई फर्क नहीं हुआ। स्वास्थ्य दिन-पर-दिन गिरता गया और अंततः अस्पताल से घर ले आना पड़ा। जून में नाक से दिया जाने वाला तरल आहार लेना भी बंद कर दिया परंतु मौन साधनारत रहते हुए उनके चेहरे पर प्रसन्नता के ही भाव नजर आते और अंततः १२ जून, २००९ को उन्होंने अंतिम सांस ले ली।

घर में सभी साधक थे इसलिए हर समय कोई-न-कोई उनके पास साधना ही करता रहता। कोई परिचित मित्र आते तो भी मौन ही रहते या साधक होते तो साधना में बैठ जाते। इसी प्रकार १२ की सायं ६ से ७ की सामूहिक साधना के बाद मंद मुस्कान के साथ अंतिम सांस छोड़ी तो कुछ क्षण के लिए वातावरण गमगीन हुआ परंतु शीघ्र ही किसी नवजात के आगमन की-सी प्रसन्नता भर गयी।

एलोपैथिक डॉक्टर का कहना था कि इस प्रकार सारे शरीर में फैली हुई पीप (पस) इतनी कष्टकारक होती है कि या तो हम हमेशा सोते रहने की गोली देते या फिर अफीम का पैच लगाते। परंतु इन्होंने ऐसा कुछ भी नहीं करने दिया। शरीर में सूक्ष्म संवेदनाओं के साथ चेहरे पर मुस्कान और समता के ही भाव बने रहे। आयुर्वेदिक वैद्यराज ने नाड़ी देख कर आश्चर्य व्यक्त करते हुए कहा कि ऐसी शांत और संयत नाड़ी किसी स्वस्थ व्यक्ति की होती है, ऐसे मरणासन्न की नहीं। धन्य हुई ऐसी साधिका और धन्य हुई विपश्यना साधना। दिवंगता का मंगल हुआ।

धम्मविपुल विपश्यना केंद्र, नवी मुंबई का निर्माणकार्य

नवी मुंबई के बेलापुर की पारसिक पहाड़ी के ऊपर प्राकृतिक सुषमासंपन्न स्वच्छ जलवायु और तीनों ओर मनमोहनी हरियाली से घिरी ३ एकड़ की ऊंची-नीची भूमि पर धम्मविपुल विपश्यना केंद्र का निर्माणकार्य चल रहा है। इस भूमि के एक ओर सुदूर स्थित नगर की बहुमंजिली इमारतें और सड़कें भी दृष्टिगोचर होती हैं।

केंद्र तक पहुँचने के लिए निजी वाहन के अतिरिक्त बस एवं रेल की सुविधा है। समीपस्थ रेल्वे स्टेशन "सीवूड्स स्टेट" है जो वासी और बेलापुर के बीच में आता है। सीएसटी-कुर्ला-बेलापुर (खारघर) या ठाणे-वासी, वासी-बेलापुर की ट्रेनें उपलब्ध हैं। बस द्वारा रूट नं. २१, २९, ३१ और ३९ से "इनकमटैक्स कॉलोनी" उतरना होता है और वहां से पैने तीन किमी. ऑटो से २५/- रुपये में या "सीवूड्स स्टेट" रेल्वे स्टेशन से तीन किमी. ३५/- रु. में पारसिक हिल्स पहुँच सकते हैं।

प्रारंभिक अवस्था के सभी कार्य पूरे हो चुके हैं। लगभाग १८०० फुट लंबी कंपाऊंड वाल का निर्माण हो चुका है। फिलहाल हर **प्रथम** व **तीसरे रविवार** को एक दिवसीय शिविर लगाया जाता है। कुल १५० साधकों के लिए निवासादि और १५० शून्यागार वाले पगोडा के निर्माण की योजना है। आगामी तीन महीने में ३० साधकों के शिविर और अगले ६ महीने में लगभग ७० साधकों के शिविर योग्य आवश्यक निर्माण हो जाने की योजना बनी है। शहर के कोलाहल से दूर फिर भी इतने समीप बन रहे इस केंद्र से लाखों लोग लाभान्वित हो सकेंगे। जो भी साधक-साधिकाएं चाहें, इस महान पुण्यवर्धक निर्माणकार्य में भागीदार बन सकते हैं।

कोर बैंकिंग के लिए –

बैंक ऑफ इंडिया, शाखा वासी, नवी मुंबई-४००७०३.

सेविंग अकाउंट- सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट, धम्मविपुल. सेविंग अकाउंट नं. 008910100023313, IFSC code: BKID0000089

चेक या ड्राफ्ट भेजने और दान की रसीद के लिए **संपर्क –**

धम्मविपुल विपश्यना केंद्र, सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट, प्लाट नं. ९१-ए, सेक्टर २६, पारसिक हिल, नवी मुंबई महापौर निवास के समीप, सी.बी.डी., बेलापूर, नवी मुंबई-४००६१४. मो. ९००४०६८९७०, २७५२२२७७. Email: dhammavipula@gamil.com

---

धम्मवाहिनी विपश्यना केंद्र, टिटवाला का निर्माणकार्य

मुंबई परिसर में ही एक अन्य प्राकृतिक सुषमासंपन्न विपश्यना केंद्र का निर्माण हो रहा है। यह टिटवाला रेल्वे स्टेशन (लोकल) से ४ किमी., कल्याण से २० किमी. और मुंबई (सी.एस.टी.) से ९० किमी. की दूरी पर, वर्ष भर प्रवाहित होने वाली कालू नदी के किनारे बन रहा है। यह केंद्र कुल २९ एकड़ की भूमि पर विस्तृत होगा। परिसर सीमा अभी नहीं बन पायी है फिर भी पिछले दिनों लगभग २००० वृक्षारोपण किया गया। फिलहाल यहां प्रथम चरण में ३० साधकों के लिए निवास की सुविधा बन रही है। एक दिवसीय शिविर से उद्घाटन समारोह संपन्न हुआ और सितंबर में पुराने साधकों का **पहला ३-दिवसीय** शिविर लगने जा रहा है। कई चरणों में बनने वाले इस केंद्र में लगभग १५० साधकों के शिविर हेतु निर्माण की योजना है और नदी के बिल्कुल किनारे पर पगोडा निर्माण होने के साथ १०० लोगों के लिए दीर्घ-शिविर की भी सुविधा उपलब्ध होगी। जो भी साधक-साधिकाएं चाहें, इस महान निर्माणकार्य में पुण्यलाभ के भागीदार बन सकते हैं।

कोर बैंकिंग के लिए –

ऐक्सिस बैंक लि., शाखा- थाणे (प.), अकाउंट नाम- 'मुंबई परिसर विपस्सना सेंटर', अकांउट नं.- ०६१०१०१००२७६२०७

संपर्क – सुश्री प्रीति डेढिया, मुंबई परिसर विपश्यना सेंटर, १२६, चंद्र रश्मि भवन, आर.बी. मेहता मार्ग, घाटकोपर (पूर्व), मुंबई-४०००७७, फोन- ०२२-२५१२०९५९. ईमेल – priti.dedhia@gmail.com

---

धम्म-अजय, चंद्रपुर विपश्यना केंद्र पर पहला शिविर

धम्म अजय, चंद्रपुर (महाराष्ट्र) विपश्यना केंद्र पर पहला शिविर ११ से २२ जून, २००९ को सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। तत्पश्चात यहां नियमित शिविर लगने लगे हैं। जिन साधकों, ट्रस्टियों और आचार्यों ने मिल कर इसे सफल बनाया, उन सब के प्रति पूज्य गुरुदेव की समस्त मंगल मैत्री। अधिक जानकारी के लिए कृपया शिविर-कार्यक्रम देखें।

धम्म-पाल, भोपाल विपश्यना केंद्र का निर्माणकार्य

धम्मपाल, भोपाल विपश्यना केन्द्र का भी निर्माणकार्य प्रगति पर है। फिलहाल ४० पुरुष और ३० महिलाओं के लिए सिंगल रूम संलग्न बाथरूम निवास बनाने के साथ शिविर लगाने की सभी प्राथमिक सुविधाएं पूरी कर ली गयी हैं। मई २००९ से केन्द्र पर हर महीने एक शिविर लगना आरंभ हो गया है। साथ-साथ आवश्यक निर्माणकार्य भी चलता रहेगा यथा-- मिनी धम्महॉल, सहायक आचार्य महिला-पुरुष निवास, सेवक-सेविका निवास, आदि। जो भी साधक-साधिकाएं चाहें, इस महान पुण्यकार्य में भागीदार बन सकते हैं।

कोर बैंकिंग के लिए– अकाउंट नाम– मध्यप्रदेश विपश्यना समिति, अकाउंट नं.– १००६४५२२२१४, भारतीय स्टेट बैंक शाखा– शिवाजी नगर, भोपाल-४६२०१६, शाखा कोड- 05798.

विदेशी दान के लिए स्विफ्ट कोड नं. SBIN-IN BB 117, अकाउंट नाम – मध्यप्रदेश विपश्यना समिति, अकाउंट नं.– 30170426177; कोड 01920; भारतीय स्टेट बैंक शाखा – शिवाजी नगर, भोपाल-४६२०१६. शाखा कोड-05798. ईमेल- dhammapal@airtelmail.in;

वेब साइट www.dhamma.org/en/schedules/schpala.shtml से आवेदन करें। रसीद आदि के लिए **संपर्क –** कृपया कार्यक्रम सूची देखें।

विपश्यी साधकों के लिए तीर्थ यात्रा

भारतीय रेलवे की पर्यटन शाखा (आई. आर. सी. टी. सी.) ने **महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस** नामक एक विशेष वातानुकूलित रेलगाड़ी चलायी है जो बुद्ध से संबंधित पवित्र स्थलों -- लुम्बिनी, बोधगया, सारनाथ, श्रावस्ती, राजगीर तथा कुशीनगर आदि स्थानों की तीर्थ यात्रा कराती है। विस्तृत जानकारी के लिए संपर्क करें -- www.railtourismindia.com/buddha

विपश्यी साधकों के लिए आराम से तीर्थ यात्रा पर जाने का यह सुनहरा अवसर है। इसमें न तो आपको सब जगहों के लिए टिकट कटाने की माथा-पच्ची करनी होगी, न लाइन में लगना होगा और न ही भिन्न-भिन्न जगहों पर स्थानीय वाहन और होटल की व्यवस्था करने की चिंता रहेगी।

ग्लोबल विपस्सना पगोडा ने विपश्यी साधकों के लाभार्थ आई. आर. सी. टी. सी. से २१% की विशेष छूट का प्रबंध किया है। आई. आर. सी. टी. सी. और ग्लोबल विपस्सना पगोडा ने इसके अतिरिक्त इस बात पर भी सहमति जतायी है कि विपश्यी साधकों के लिए दो बार सामूहिक साधना का भी प्रबंध होगा। लेकिन यह तभी संभव हो पायगा जब कि एक ट्रेन पर कम से कम दस विपश्यी साधक हों। पहली सामूहिक साधना बोधगया के बोधिवृक्ष के नीचे और दूसरी कुशीनगर में आयोजित की जायगी। सामूहिक साधना का समय मंदिर बंद हो जाने के बाद होगा, ताकि आने-जाने वाले यात्रियों से शांति-भंग न हो और साधकों को साधना के लिए शांत वातावरण मिले। यह भी तभी संभव हो पायगा जब कि उस दिन मंदिर परिसर में कोई अन्य कार्यक्रम न हो।

महापरिनिर्वाण एक्सप्रेस दिल्ली से चलेगी और दिल्ली ही वापस आयगी।

समय-सारणी
दिल्ली से गाड़ी छूटने और वापस दिल्ली पहुँचने की तिथियां

छूटने के महीने	छूटने की तिथि	वापस पहुँचने की तिथि
२००९ अक्तूबर	३ और २४	१० और ३१ अक्तूबर
२००९ नवंबर	७ और २१	१४, व २८ नवंबर
२००९ दिसंबर	१२ और २६	१९ दिसंबर और २ जनवरी
२०१० जनवरी	९ और ३०	१६ जनवरी और ६ फरवरी
२०१० फरवरी	१३ फरवरी	२० फरवरी
२०१० मार्च	६ और २०	१३ और २७ मार्च

किराया-सूची

आठ दिनों की यात्रा का खर्च तथा पूरा किराया नीचे की तालिका में देखें-- (५ से १२ वर्ष के बच्चों का किराया इसका आधा होगा, परंतु ५ वर्ष से कम उम्र के बच्चों से किराया नहीं लिया जायगा।)

श्रेणी (सभी वातानु.)	पूरा किराया		२१%छूट के बाद देय किराया	
	रुपये	US $	रुपये	US $
प्रथम श्रेणी (कूपे)	५३,२७०/-	११५०	४२,०८३/-	९०८
प्रथम श्रेणी	४८,६५०/-	१०५०	३८,४३३/-	८३०
द्वितीय श्रेणी	४१,६५०/-	८७५	३२,९०३/-	६९२
तृतीयश्रेणी	३४,६५०/-	६६५	२७,३७३/-	५८१

इसके बारे में विस्तार से जानने और बुकिंग के लिए संपर्क करें :--

श्री इजहार आलम, मो. ०९८९१३७३५४९ या श्री अरुण श्रीवास्तव, आई. आर. सी. टी. सी., ग्राउंड फ्लोर, एस.टी.सी. बिल्डिंग १, टॉलस्टोय मार्ग, नई दिल्ली ११०००१. फोन ९१-११-२३७०-११००, २३७०-११०१, ०९७१७६४०४५२. website: www.railtourismindia.com/buddha
इमेल: arunsrivastava@irctc.com; buddhisttrain@irctc.com

यहां यह कहना अप्रासंगिक न होगा कि भगवान बुद्ध ने महापरिनिर्वाण के पूर्व अपने प्रिय शिष्य आनंद को इन स्थलों के बारे में क्या कहा था –

आनंद! चार स्थल हैं जिन्हें देखकर श्रद्धावानों में श्रद्धा तथा आदर का भाव जागेगा। ये स्थल कौन-कौन से हैं? प्रथम – जहां तथागत पैदा हुए, द्वितीय – जहां उन्होंने बोधि प्राप्ति की, तृतीय – जहां उन्होंने धर्मचक्र का प्रवर्त्तन किया और चतुर्थ – जहां तथागत ने अनुपाधिशेष निर्वाण की प्राप्ति की।... इनके दर्शन कर वे अपने चित्त को प्रसन्न करेंगे और चिरकाल तक हितसुखलाभी होंगे।

(महापरिनिर्वाण सुत्त)

ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन और साधकों के बीच संपर्क-सूत्र

फाउंडेशन की ओर से साधकों को त्वरित सूचना देने के लिए **एस.एम.एस.** के द्वारा संपर्क-सूत्र बनाया जा रहा है ताकि **विपश्यना** संबंधी कोई भी जानकारी साधकों तक यथाशीघ्र पहुँचाई जा सके। इसके लिए (केवल) **साधक** अपने मोबाइल से निम्न प्रकार एस.एम.एस. भेज कर अपने आपको रजिस्टर करायें। **GVF SMS Message Center** पर रजिस्टर हो जाने पर आपका पूरा नाम, फोन नं., स्थान का नाम और ईमेल-पता, शि.सं. हमारे यहां अंकित हो जायगी। इसके लिए आपके मोबाइल फोन से **575758** को यह संदेश भेजें– **'vipassana' 'आपका नाम' 'आपका उपनाम' 'शहर' 'ईमेल'** (यदि हो) **'शिविर संख्या'** (अर्थात कुल शिविर किये = १४) **उदाहरणार्थ – Vipassana Gautam Parekh Mumbai gparekh99@xyz.com 14** तदर्थ साधक को मात्र ३/- रुपये खर्च करने होंगे।

भविष्य में यदि यह सुविधा नहीं चाहिए तो आपको केवल 'stop vipassana' यह संदेश 575758 पर भेजना होगा। इसके लिए फिर आपको रु. ३/- का शुल्क लागू होगा। सूचना मिलने का कोई शुल्क नहीं देना होता।

ध्यान देने की बात यह है कि फिलहाल कोई साधक इस माध्यम द्वारा हमसे सीधे संपर्क नहीं कर पायेगा बल्कि मात्र हमारी ओर से बड़ी मात्रा में (मास स्केल पर) सूचना भेजी जा सकेगी, जैसे कि **एक दिवसीय शिविर** की सूचना, कोई कार्यक्रम अचानक रद्द हुआ या यथाशीघ्र कोई नया कार्यक्रम बना। आदि...

आपका नाम रजिस्टर हो जाने पर आपके मोबाइल पर निम्न प्रकार से सूचना आ जायगी – **"Thank you for registering with Global Vipassana Foundation (GVF) SMS Message Center. May All Be Happy."**

पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में पगोडा में एक दिवसीय शिविर
४ अक्तूबर, २००९, रविवार, पूर्णिमा, **विश्व विपश्यना पगोडा**
समयः प्रातः ११ बजे से दोपहर ४ बजे तक, **केवल विपश्यी**
रजिस्ट्रेशन आवश्यक, **संपर्कः** श्री जाधव (प्रातः १० से सायं ६ बजे),
मो. +९१-९८९२८५५६९२, +९१-९८९२८५५९४५,
फोन नं.: ०२२-२८४५१२०४, २८४५११८२
ईमेलः 1) global.oneday@gmail.com;
2) globalvipassana@gmail.com
Websites: www.globalpagoda.org; www.vridhamma.org

विश्व विपश्यना पगोडा में १७ जनवरी, २०१० के कृतज्ञता सम्मेलन में भाग लेने वालों से नम्र निवेदन

कृपया अपने आसपास के साधकों पर ध्यान देकर देखें कि क्या आप किसी ऐसे साधक को जानते हैं जो प्रथम दस वर्षों (**जुलाई १९६९ से १९७९ अंत** तक) में **पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य** में विपश्यना का एक भी शिविर ले चुका हो, लेकिन हो सकता है आज वह किसी कारणवश –

१. विपश्यना नहीं कर पा रहा हो या इससे विमुख हो गया हो, अथवा
२. किसी दूसरे साधना-मार्ग का अनुसरण करने लगा हो, अथवा

Postal Regn. No. NSK/46/2009-2011

Postal Licence No. AR/Techno/WPP-05/2009-2011

३. किसी दूसरे नाम से औरों को सिखाने लगा हो।

जो भी हो, वे सभी साधक धन्यवाद के पात्र हैं। उन सब को **"कृतज्ञता सम्मेलन"** में आने के लिए आमंत्रित करना है। अतः उनका वर्तमान पूरा नाम-पता, फोन नं., ईमेल और उनके प्रथम शिविर में भाग लेने की तिथि व स्थान आदि लिख भेजें, तथा औरों को भी लिख भेजने के लिए कृपया प्रेरित करें।

सभी आचार्य, वरिष्ठ सहायक आचार्य, सहायक आचार्य तथा बालशिविर शिक्षक, धम्मसेवक, ट्रस्टीज और अन्य साधक भी इस **"कृतज्ञता सम्मेलन"** में भाग लेने के लिए सादर आमंत्रित हैं।

कृपया अपने मित्र-परिचित साधकों के आने की सूचना निम्न संपर्क पते पर अवश्य भेजें/भिजवाएं ताकि यथासमय आप सब के भोजन आदि का समुचित प्रबंध किया जा सके।

संपर्कः कु. भावना गोगरी या कु. नमिता बजाज,
विपश्यना विश्व विद्यापीठ, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, जिला- नाशिक, (महाराष्ट्र) Email: globalpagoda17jan@gmail.com
फोन- मो. +९१-९९६७८७१६४४, +९१-९८१९६१५४२६, ०२५५३-२४४०८६, २४४०७६, (प्रातः १० से सायं ५ बजे के बीच).

नये उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. Ms. Deborah Coy, USA
२. श्री भानुदास रसाल, पुणे

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

१. श्रीमती प्रज्ञा गोस्वामी, कच्छ
२. श्री एस. श्रीधरन एम., कोट्टायम
३. श्री सीताराम साहू, रायपुर
४. श्री रतन सिद्धि, नेपाल
5-6 Dr. Tin Maung Yin & Daw Swe Swe Win, Myanmar
7. Ms. Susan Callaghan, Australia
8. Ms. Una Ferguson, Ireland
9. Mrs. Anne Mahé, France
10. Ms. Kirsten Schulte, Germany

बालशिविर शिक्षक

१-२. श्री रवींद्रपाल सिंह एवं श्रीमती अनुपमा हमीर, धर्मशाला
३. श्री किशोरकुमार बिट, उड़ीसा
४. श्री प्रदीप प्रधान, उड़ीसा
५. श्रीमती ओक सोनम पलजोर, सिक्किम
६. श्री अशोक कुंभार, कोल्हापुर
७. कु. मिलन कोरगांवकर, कोल्हापुर
८. श्रीमती शोभना कर्नावट, कोल्हापुर
9. Mrs. Elinny Suwita, Indonesia
10. Ms. Erika Octarini, Indonesia
11. Ms. Monika Dharmayanti Kurniawan, Indonesia
12. Mr. Senastyo Prajnasasana, Indonesia
13. Mr. Suharjo Marzuki, Indonesia
14. Mrs. Yung Mei Fong Lydia, Hong Kong
15. Ms. Bongkoch Naksiang, Thailand
16. Ms. Shana Hart, Australia
17. Mr. Chris Hammond, USA

दोहे धर्म के

शील धर्म पालन करूं, कर समाधि अभ्यास।
निज प्रज्ञा जाग्रत करूं, करूं दुखों का नाश॥
शीलवान के ध्यान से, प्रज्ञा जाग्रत होय।
अंतर की गांठें खुलें, मानस निर्मल होय॥
बिना शील धारण किए, शुद्ध समाधि न होय।
बिन समाधि प्रज्ञा नहीं, मुक्ति कहां से होय?
शील-पुष्ट एकाग्र चित, प्रज्ञा में स्थित होय।
जो प्रज्ञा में स्थित हुआ, सहज मुक्त है सोय॥
बाहर भीतर सत्य का, जागे सम्यक ज्ञान।
कर्मों के बंधन कटें, जगे मुक्त मुस्कान॥
इस अनित्य संसार में, दुख का दिखे न अंत।
जब अंदर प्रज्ञा जगे, सुख जग जाय अनंत॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा०) लिमिटेड
८, मोहता भवन, ई-मोजेस रोड, वरली, मुंबई- 400 018
फोनः 2493 8893, फैक्सः 2493 6166
Email: arun@chemito.net
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

सदाचार धारण करै, जद मन बस मँह होय।
ज्यूं प्रग्या मँह स्थित हुवै, जीवन मुक्ती होय॥
सदाचार अनुभव करै, अनुभव करै समाधि।
जद प्रग्या अनुभव करै, छूटै भव भय ब्याधि॥
बिना स्वयं अनुभव कर्‌यां, करै बात ही बात।
संप्रदाय छायो रवै, उगै न धरम प्रभात॥
धारण कर्‌यां हि धरम है, अनुभव कर्‌यां हि ग्यान।
कोरी-मोरी मान्यता, करै नहीं कल्याण॥
पग पग पग अनुभव करै, बढै धरम रै पंथ।
तो भव-बंधन स्यूं छुटै, हुवै दुखां रो अंत॥
कोट-कचेड़्यां चूकज्या, कदे रीझ रै खीझ।
पण कुदरत चूकै नहीं, फळ उपजै ज्यूं बीज॥

एक साधक
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-422403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपुर, नाशिक-422007. **बुद्धवर्ष** 2553, **भाद्रपद पूर्णिमा,** ४ **सितंबर, 2009**

वार्षिक शुल्क रु. **30/-,** US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. **500/-,** US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. 19156/71.** Regn. **No. NSK/46/2009-2011**

Licenced to post **without Prepayment of postage** -- Licence No. AR/Techno/WPP-05/2009-2011
Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422403,** Dist. Nashik (M.S.)

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086
फैक्स : (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org (changed)