विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष २५४८, ज्येष्ठ पूर्णिमा, ३ जून, २००४ वर्ष ३३ अंक १२

धम्मवाणी

महाकारुणिको नाथो, हिताय सब्ब पाणिनं।
पूरेत्वा पारमी सब्बा, पत्तो सम्बोधिमुत्तमं॥
पुब्बण्हसुत्त १४

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

पूज्य गुरुजी के सान्निध्य में धर्मयात्रा का सुअवसर

भगवान बुद्ध के परिनिर्वाण के बाद सम्राट अशोक ने उनकी वाणी, उनकी शिक्षा को अरहंत भिक्षुओं के माध्यम से सारे भारत एवं विश्व के अनेक देशों में प्रसारित किया।समयांतर से भारत से ही नहीं, प्रायः सभी देशों से यह विद्या लुप्त हो गयी, परंतु स्वर्णभूमि ब्रह्मदेश ने गुरु-शिष्य परंपरा द्वारा इस शिक्षा को पीढ़ी-दर-पीढ़ी संभाले रखा। लगभग २५०० वर्ष बाद पू. गुरुजी द्वारा यह धर्मगंगा सन् १९६९ में पुनः भारत आई। तब से पू. गुरुजी और माताजी भारत तथा विश्व के कोने-कोनेमें धर्मचारिका करते हुए, मुक्तिदायिनी विपश्यना साधना का यह अनमोल धर्मरत्न सारे विश्व में मुक्तहस्त से बांटने का काम कर रहे हैं। यह साधना विधि अब विश्वव्यापी बन गई है। इसके अभ्यास से लाखों लोगों की आध्यात्मिकता जागी तथा अनेकों को मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभ मिलता ही जा रहा है। आशुफलदायिनी इस विद्या से चित्तशुद्धि की प्रत्यक्ष उपलब्धि होती है। मानसिक तनावों से सहज ही मुक्ति मिलती है।

सम्राट अशोक ने अनेक महत्त्वपूर्ण स्थानों पर भगवान बुद्ध और उनकी शिक्षा से संबंधित धर्म-स्तंभ स्थापित किए, ताकि इन धर्म प्रतीकों से परवर्ती काल के लोगों को प्रेरणा मिले। इसी प्रकार श्री सत्यनारायणजी केवल भारत के ही महत्त्वपूर्ण स्थानों पर नहीं, बल्कि विश्व के सभी महत्त्वपूर्ण देशों में स्थान-स्थान पर विपश्यना ध्यान केंद्र स्थापित कर रहे हैं।

पू. गुरुजी और माताजी अलौकिक प्रतिभा के धनी हैं। भाभी मां गृहस्थ जीवन की व्यावहारिकता एवं छोटे-बड़ों के प्रति प्यार एवं सम्मान की भावना से भरपूर हैं। जनसाधारण मनुष्य को अगर छोटी-सी भी यश-प्रतिष्ठा मिल जाती है तो वह अभिमान से भर जाता है। परंतु संत पुरुष तो सर्वदा ही साधारण लोगों से भिन्न होते हैं। इतनी पद-प्रतिष्ठा पाने के बाद भी इनमें अहंभाव का नामोनिशान नहीं है। ये तो सरलता, ममता और प्यार की प्रतिमूर्ति हैं। धर्म धारण करने का यही तो प्रमाण है।

धर्म प्रचार के इस भागीरथ प्रयास में पू. गुरुजी को मिली अद्भुत सफलता में पूजनीया माताजी की मंगल मैत्री का बल भी समाया हुआ है। इस धर्मकार्य में वे भी पूरी तरह लगी हुई हैं। उनकी इन मंगल मैत्री की तरंगों से पू. गुरुजी को भी धर्मबल प्राप्त होता है। दोनों ही बहुत ऊंचा पवित्र जीवन जी रहे हैं। लाखों लोगों ने उनके निर्देशित विपश्यना साधना के मार्ग पर चल कर अपने जीवन को सुख-शांतिमय बनाया है।

प्रारंभ में जब विपश्यना का कोई केंद्र नहीं था, तब उनके शिविर किसी धर्मशाला, पाठशाला, मंदिर, मस्जिद, चर्च, जैन उपाश्रय, आश्रम, बुद्धविहार आदि में लगते थे। आज की तरह धर्मसेवक और सहायक भी नहीं थे। उन्हें रेलगाड़ी और बसों की यात्रा करनी पड़ती थी। ७९ वर्ष की बड़ी उम्र में भी उन्होंने इंगलैंड, अमेरिका, कनाडा, बेल्जिम, जर्मनी आदि की साढ़े तीन महीने की लंबी यात्राएं पूरी की। इस साधना के अभ्यास से लाखों लोगों को आध्यात्मिक, मानसिक एवं शारीरिक लाभ मिला और मिलता जा रहा है।

पू. गुरुजी ने शुद्ध धर्म को अपने जीवन में उतार कर इसकी पुनर्स्थापना में अपना समग्र जीवन लगा दिया है। उनके प्रबल प्रयास से अब समग्र भारत में धर्म तेजी से फैल रहा है। मूल बुद्धवाणी की पुस्तकों के अनुवाद से लेकर नए-नए ग्रंथों का लेखन तथा हिंदी और अंग्रेजी के अतिरिक्त अन्य प्रादेशिक भाषाओं में उनके अनुवादादि का काम बड़े सुचारुरूप से हो रहा है। मैं तो अपना सौभाग्य मानती हूं कि मुझे भी अपनी गति और विवेक के अनुसार इन शास्त्रों के श्रवण व मनन का अवसर मिला है। धम्मपद की गाथाओं में शील, समाधि, प्रज्ञा, मैत्री एवं निर्वाण आदि का इतना विधिवत वर्णन है कि इन्हें पढ़ने वाला जिज्ञासु शीघ्र ही अद्भुत धर्मसंवेग का अनुभव करने लगता है। त्रिरत्नों के आनुभाव से गजब की शांति महसूस होती है और भगवान बुद्ध के प्रति मन कृतज्ञता से भर उठता है।

पूजनीय गुरुजी और पूजनीया माताजी के आदेशानुसार सन २००२ की विश्व धर्मचारिका में मुझे भी उनके साथ रहने का सौभाग्य मिला। ये ६० दिन मेरे जीवन के अत्यंत महत्त्वपूर्ण अंश रहे। पूर्व संचित शुभ कर्मों से ही ऐसा अवसर मिलता है। सचमुच मैं धन्य हूं कि मेरे पूज्य सहोदर अग्रज भ्राता और भाभी मां अनुकरणीय गुरुदेव भी हैं। उनका मेरे प्रति असीम प्यार और अनुकम्पा मेरा अहोभाग्य है।

इंगलैंड के बाद सं. रा. अमेरिका और कनाडा की धर्मयात्रा में धम्मकारवां से जुड़े १८-२० लोग सब धर्मसेवक ही थे, जिन्हें विविध प्रकार के काम करने पड़ते थे। अत्यंत पुण्यशाली एवं असीम पारमिता के धनी ये सभी लोग धम्मदूत बन कर पूरी यात्रा में साथ रहे। इनमें छोटा-बड़ा काम करने का कोई संकोच नहीं था। किचन के काम से लेकर बाथरूम तक की सफाई करने का पूरा ख्याल रखते थे।

यह धम्मकारवां पूरे अमेरिका का चौतरफा चक्कर लगाता हुआ पश्चिमोत्तरी कनाडा से लेकर अमेरिका के मध्योत्तर क्षेत्रों से होता हुआ कनाडा के पूर्वोत्तरी नगरों तक धर्मसंदेश ले कर गया। धम्मकारवां

पश्चिमोत्तर कनाडा में वानकूवर (जहां से मैं भी इसके साथ जुड़ सकी) से होता हुआ विक्टोरिया के 'धम्मसुरभि' विपश्यना केंद्र पर रुका। यह केंद्र पहाड़ के एक अत्यंत हरे-भरे टीले पर स्थित है। यहां एक दिवसीय शिविर और साधकों की प्रश्नोत्तरी का कार्यक्रम था। यहां से रवाना होकर २४ घंटे की यात्रा करके आगे कालगरी नगर पहुँचना था।

गर्मियों में यहां केवल ४-५ घंटे का ही रात होती है। रात्रि ११-१२ बजे तक रोशनी फैली रहती और प्रातः ४ बजे के पहले से ही उजाला आरंभ हो जाता। पू. गुरुजी के मोटरहोम के पास शामियाना बांध कर सभी साधक सामूहिक साधना करते एवं गुरुजी की पावन मंगलमैत्री का लाभ लेते। नित्य १०-१२ घंटे की कठिन यात्राएं, फिर भी किसी के चेहरे पर थकान का नामोनिशान नहीं। सचमुच धर्म का प्रभाव कितना बलशाली है।

प्रातःकर्म से निवृत हो कर १० बजे कारवां एक शहर से दूसरे शहर की यात्रा पर रवाना हो जाता। बीच में भोजन, चाय-नाश्ता एवं रात्रि विश्राम के लिए ही रुकता। कारवां जहां भी रुकता, स्थानीय साधक गण गुरुजी की प्रतीक्षा में कतार बांधे खड़े रहते। कई साधक अपने धर्मपिता के प्रथम दर्शन करते हुए नतमस्तक हो प्रणाम करते थे।

मोटरहोम की कठिन यात्रा के बावजूद पूज्य गुरुजी और माताजी सदा प्रसन्न और सौम्य रहते थे। तेजी से चलती गाड़ियों की गड़गड़ाहट में भी वे अपने समय का भरपूर उपयोग करते थे। मंगलभावों से भरे, प्रकृति का अवलोकन करते हुए 'परियत्ति एवं पटिपत्ति' का प्रतिपादन करते रहते थे। अनेक जगहों पर भिक्षु संघ को आमंत्रित करके संघदान का भी आयोजन करते रहते, जिससे स्थानीय लोगों में संघ के प्रति आदरभाव की अभिवृद्धि हुई। इसमें सभी पूज्य गुरुजी के साथ भाग लेकर स्वयं को धन्य मानते।

धम्मकारवां कनाडा के विपश्यना केंद्र 'धम्मसुत्तम' लीज ऑस्ट्रियम्स (मांट्रियल) से चल कर अमेरिका के केंद्र 'धम्मधरा' मैसाचुसेट्स पहुँचा। उसी दिन वहां ३० दिवसीय शिविर का समापन था। पू. गुरुजी ने साधकों को मैत्री दी और व्यक्तिगत रूप से भी मिले। दो दिन बाद बोस्टन में अमेरिका के अंतिम प्रवचन के बाद कारवां के सदस्यों ने अपने धर्मपिता से विदा ली।

पू. गुरुजी ने अलग-अलग शहरों में सार्वजनिक प्रवचनों द्वारा लोगों को धर्म के सही स्वरूप से परिचित कराया। कई जगह तो प्रवचन शुरू होने के पहले ही हॉल भर जाता। लोग आते ही रहते तो पुराने साधक अपने स्थान से उठ कर उन्हें बैठने देते। लगभग सभी जगह हॉल के बाहर टी. वी. सेट पर प्रवचन सुनने व देखने की व्यवस्था की गयी थी। रात देर तक गुरुजी से मिलने वालों का तांता लगा रहता। जगह-जगह गुरुजी के इंटरव्यू होते, टी. वी., मैगजीन्स व अखबारों में न्यूज आती। पू. गुरुजी ने पश्चिम के लोगों को बताया कि सही माने में धर्म क्या है? मुक्ति का मार्ग क्या है? यह भी कि विपश्यना साधना से मन निर्मल होता है, विकार दूर होते हैं तो जीवन सहज ही सुखमय हो जाता है।

विपश्यना एक वैज्ञानिक ध्यान पद्धति है। यह आशुफलदायिनी है, शुद्ध धर्म है, कोई संप्रदाय नहीं। कुदरत का नियम है, विश्व का विधान है जो सब पर एक जैसा लागू होता है। पश्चिम के अनेक बुद्धिजीवी जो धर्म के इस तथ्य से अनभिज्ञ थे और इस कारण बुद्ध की शिक्षा के प्रति उनके मन में जो भ्रांतियां थीं, वे इस धर्मयात्रा से बहुत अंशों में दूर हुयीं। लोग शिविर में बैठने के लिए आतुर हो उठे।

पू. गुरुजी धर्म के सैद्धांतिक पक्ष को उजागर करते हुए इसकी व्यावहारिकता को समझाने में सफल रहे। उनकी इस धर्मयात्रा से अनेक लोगों में धर्म संवेग जागा और वे शिविरों में सम्मिलित होकर सही माने में धर्मलाभी हुए।

धर्मयात्रा का अगला पड़ाव न्यूयार्क होकर यूरोप के बेल्जियम स्थित 'धम्म पज्जोत' विपश्यना केंद्र था। यहां आठ दिन का प्रोग्राम था। 'धम्म पज्जोत' की भूपरिसम्पत्ति पर बड़ा टेंट लगा कर लगभग १००० साधकों का एक दिवसीय शिविर आयोजित किया गया था। सभी साधक पू. गुरुजी की मैत्री से लाभान्वित हुए और अनेक व्यक्तिगत रूप से भी मिले। साधक दूर-दराज के अनेक देशों के अनेक नगरों से आए थे। वे सब बहुत देर तक गुरुजी के साथ धर्मचर्चा करके बहुत प्रसन्न हुए।

बेल्जियम का यह केंद्र हालैंड और जर्मनी की सीमा के पास पड़ता है। अतः तीनों देशों के साधक इसका पूरा-पूरा लाभ उठा रहे हैं। पू. गुरुजी ने इन देशों के कई नगरों की यात्राएं की और धर्म प्रवचन दिए। लोगों को धर्म का असली रूप समझने का मौका मिला। वहां अनेक देशों के राजनयिक अपने परिवार सहित प्रवचनों में सम्मिलित हुए और कइयों ने गुरुजी से व्यक्तिगत रूप से मिल कर अपनी प्रसन्नता व्यक्त की। कनाडा के प्रधानमंत्री से पू. गुरुजी की आधा घंटे से भी अधिक समय तक धर्मचर्चा हुई और इसके अच्छे परिणाम आए। चार महीने की लंबी धर्मयात्रा का अंतिम पड़ाव दुबई था। यहां आकर पू. गुरुजी ने कुछ दिन तक अपने पुत्र-पुत्रवधू के पास रह कर विश्राम किया, वहां भी कुछ सार्वजनिक प्रवचन हुए, सामूहिक साधना और प्रश्नोत्तरों से स्थानीय साधकों को धर्मलाभ मिला और तत्पश्चात वे मुंबई पधारे।

पश्चिम की धरती का पुण्य उदय हुआ। वहां के लोगों का भाग्योदय हुआ। जहां शुद्ध धर्म की देशना होती है वहां पाप का अंधकार दूर होता ही है। समूचे विश्व से धर्मांधता, मानसिक दासता, सांप्रदायिक कट्टरवाद तथा मूढ़ मान्यताओं की परस्पर विरोधी बातों का उन्मूलन हो तभी धर्म की सार्थकता है। सौभाग्य से ऐसे युग में श्री सत्यनारायणजी विशिष्ट प्रतिभा के साथ शांतिदूत बन कर उजागर हुए हैं। उनकी ध्यान साधना और निःस्वार्थ जनसेवा के गुणों को देख कर सिद्ध होता है कि उनके ये गुण वर्तमान जीवन के साथ-साथ पिछले अनेक जन्मों की ध्यान तपस्या का ही परिणाम हैं।

सच ही, संत पुरुषों का संग बड़े पुण्य से मिलता है, जो मुझे प्राप्त हुआ है। मैं सचमुच धन्य हुई।

बहन इलायचीदेवी अग्रवाल.

धर्म की शुद्धता

धर्म की शुद्धता को कायम रखने के लिए पूज्य गुरुजी इतने सतर्क हैं कि उन्होंने वर्ष २००४ की नव वर्ष की सामूहिक साधना के अंत में अपने एक मार्मिक उद्‌बोधन में सहायक आचार्यों और साधकों को सावधान करते हुए बड़े कठोर शब्दों में कहा कि जैसे अन्य परंपराओं में पुरोहित खड़े हो गये, ऐसे ही बुद्ध की परंपरा में भी पुरोहित न खड़े हो जायं। उन्होंने बताया कि –

"...यदि कोई कहता है कि हम तुमको मैत्री देंगे, तुम्हारा सारा विकार खैंच लेंगे, तब कोई काम ही क्यों करेगा? किसी गुरु महाराज के पास बैठ कर मैत्री लेगा। घंटे भर मैत्री ली और सारा पाप तो उसने खैंच लिया। तो समझना चाहिए कि ये धर्म के दुश्मन हैं। किसी को दो-चार मिनट मैत्री दे देना भी तब अच्छी बात है, जबकि साथ-साथ यह समझाया जाय कि मैं मैत्री देता हूं, तुम समता का अभ्यास करो। मन में समता रखो, मैं मैत्री देता हूं। दो-चार मिनट की मैत्री तो ठीक है। मैत्री समता रखने में सहायक, न कि मैं तेरे सारे विकार खैंचता हूं। इससे बचना चाहिए। अपने पांव पर खड़ा होना है।

धर्म तभी धर्म है जबकि हमें स्वावलंबी बनाता है। तो हर आचार्य का यही धर्म है कि लोगों को समझाये, अपने पांव पर खड़े हो। **'अत्ता हि अत्तनो नाथो'** – तुम अपने मालिक हो और कोई मालिक नहीं। **'अत्ता हि अत्तनो गति'** – अपनी गति तुम बनाते हो। दुर्गति भी तुम बनाते हो, सद्गति भी तुम बनाते हो, सारी गतियों के परे मुक्त अवस्था भी तुम्हीं बनाते हो, कोई दूसरा बनाने वाला नहीं। यह होश रहे साधकों में तो कोई भी आचार्य पागलपन में किसी की हानि नहीं कर पायेगा। क्योंकि साधक समझेगा। कोई कहे कि मेरे साथ बैठो, एक घंटे मैं तुम्हें साधना कराऊं, मैं मैत्री देता हूं, तेरे सारे पाप मैं खैंच लूंगा। तो उठ कर चले जाओ। ऐसी मैत्री नहीं चाहिए हमें। धर्म को जीवित रखना है तो शुद्ध रूप में जीवित रखना है।

अब तो ये आचार्य पैसा नहीं मांगते। अपना मान है, सम्मान है, गुरु की कुर्सी पर बैठे हैं और कोई सामने हाथ जोड़ कर के बैठा है – हे गुरु महाराज! हमारे पाप धो दीजिए! अभी तो मान सम्मान के मारे करता है। एक आध पीढ़ी बीतते-बीतते दक्षिणा मांगना शुरू कर देगा। तेरे सारे पाप खत्म किये हमने, हमें कुछ नहीं दिया! अरे जो दोगे उसका अपना पुण्य है। तुमको बहुत पुण्य मिलेगा। फिर स्वर्ग में जाओगे, फिर तुम एकदम ब्रह्मलोक में जाओगे। शुरू हो जायगा। इसलिए अभी से चेतावनी दे रहे हैं। हम रहें न रहें, धर्म को बिगड़ने मत देना। हर साधक अपने पांव पर खड़ा होना सीखे। जो सिखाने वाला है, उसका यही काम है कि लोगों को अपने पांव पर खड़ा होना सिखाये। प्रेरणा दे कि तुझे मुक्त होना है भाई! अपने मन को तूने मैला बनाया, यह मैल तुझे निकालना है, तुझे दूर करना है। हमको रास्ता प्राप्त हुआ, हम तुम्हें बताते हैं। इस रास्ते चलोगे तो मैल निकाल लोगे। जब तक ऐसा होगा तब तक धर्म शुद्ध रहेगा, सदियों तक शुद्ध रहेगा। बड़ा लोक कल्याण करेगा।..." *(पू. गुरुजी के प्रवचन के कुछ अंश)*

बृहत्मुंबई महानगर पालिका

सिद्धार्थ महानगरपालिका सर्वसाधारण रुग्णालय, गोरेगांव (प.), मुंबई -४०० १०४, परिपत्रक :क्र .एच.ओ./१२३/एस.एम.जी.एच./ दि.०८.०४.२००४

"विपश्यना समुपदेशन एवं विशोधन केंद्र"

उपरोक्त परिपत्रकानुसार स्थापित "विपश्यना समुपदेशन एवं विशोधन केंद्र" महानगरपालिका के कर्मचारियों और उनके संबंधियों के लाभार्थ निम्नलिखित सुविधाएं उपलब्ध करा रहा है –

१. नगरपालिका के कर्मचारी या उनके संबंधियों को किसी दस दिवसीय विपश्यना शिविर के लिए महानगरपालिका की ओर से कर्मचारी कल्याण योजना (एएमसी-डब्लूएस) परिपत्रक क्र .एम.पी.एम.-९०९०/ दि. ०९-०१-१९९८ के अंतर्गत अवकाश दिलाने में मदद करेगा। **समयः** –प्रत्येक कार्य के दिन दोपहर १२ बजे।

२. साप्ताहिक **सामूहिक साधना –शनिवार**, समयः दोपहर १२:३० से १:३०.

३. मासिक एक दिवसीय साधना का कार्यक्रम (रिफ्रेशर ट्रेनिंग प्रोग्राम): पुराने साधकों के लाभार्थ, जो पू. गुरुजी या उनके स.आ. के साथ पहले किसी दस दिवसीय शिविर का लाभ ले चुके हैं। –हर माह **प्रथम रविवार, समयः** १०:३० से ५:३०.

४. विशोधन उपक्रमः डॉ. (मिस) एस.आर.पारकर, प्राध्यापिका एवं अध्यक्षा-मानसिक चिकित्सा विभाग, के .ई. एम. रुग्णालय, मुंबई की देखरेख में "विपश्यना का मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव" विषय पर, पहली बार विपश्यना के शिविर में से गुजरे साधकों पर दीर्घकालिक शोध का काम जून २००१ से जारी है।

५. मानसिक तनाव पर काबू पाने के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रमः

आत्मनिरीक्षण द्वारा आत्मशुद्धि की अत्यंत पुरातन साधना पद्धति 'विपश्यना' और मनोरोग चिकित्सा के सिद्धांतों में गहरा तालमेल है, अतः इनका संयुक्त स्वरूप एक-दूसरे का पूरक है।

डॉ. आर.एम.चोखानी, प्रमुख वैद्यकीय अधिकारी,
मानद सहायक मनो चिकित्सक सिद्धार्थ रुग्णालय, गोरेगांव (प.)

डॉ. (श्रीमती) लीला आर. नाम्बियार,
सी.एम.ओ., सिद्धार्थ रुग्णालय, गोरेगांव (प.)

अतिरिक्त एवं नए उत्तरदायित्व

आचार्य

1-2. Mr. Steve & Mrs. Olwen Smith
To serve France and Ireland

३-४. प्रो. प्यारेलाल एवं श्रीमती सुशीला धर, अतिरिक्त उत्तरदायित्व – किशोर-किशोरियों के शिविर की देखभाल (भारत और नेपाल)

५-६. श्री लक्ष्मीनारायण एवं श्रीमती पुष्पा तोदी, उड़ीसा, प. बंगाल (धम्मगङ्गा सहित) की सेवा में क्षेत्रीय आचार्य की सहायता

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१-२. श्री गोपाल शरण एवं श्रीमती पुष्पा सिंह, धम्म लक्खण के अतिरिक्त धम्मसुवत्थी (श्रावस्ती) की सेवा

३. श्री सुदेश लील, यू.के . (इगतपुरी) – किशोर-किशोरियों के शिविर की देखभाल में प्रो. एवं श्रीमती धर की सहायता (भारत और नेपाल)

४. श्री पी. वी. गणेसन, चेन्नई

५. श्री राजा एम. मुंबई

६. श्री सुधीर पई, मुंबई

७. श्री जितेंद्रकुमार ठक्कर, थरा (गुजरात)

८. श्रीमती सुशीला गोयन्का, म्यंमा

९. श्री परशुराम गौतम, म्यंमा

१०. श्री निष्काम चैतन्य, बैंगलोर

११. श्रीमती प्रमिला शाह, जबलपुर

१२. श्री महासुख जे. शेठ, मोरवी

१३-१४. श्री प्रताप एवं श्रीमती शांताबेन ठक्कर, गांधीधाम

१५. श्री मनहर वाघेला, मुंबई

१६. डॉ. अरुणकुमार वर्मा, पौड़ी

१७. डॉ. (श्रीमती) सावित्री व्यास, अहमदाबाद

18. Daw Sein Sein, *Myanmar*

19. Mr. Sergio Borsa, *Switzerland*

नव नियुक्तियां

१. श्री किशोर देसाई, मुंबई

२. श्री बकुल ठक्कर, मुंबई

३. श्रीमती विमला वर्मा, नई मुंबई

४. ले. कर्नल विजय कौशिक , पुणे

५. श्री भानुदास रसाल, पुणे

६. श्री सुरेश यादव, वाई (सतारा)

७. श्री प्रकाश लड्ढा, नाशिक

८. श्री मोहनलाल अग्रवाल, आकोट

९. श्री खीमजीभाई पटेल, कोल्हापुर

१०-११. श्री ऋषिकांत एवं श्रीमती मीनाक्षी मेहता, अहमदाबाद

१२. सुश्री मीना टांक , अहमदाबाद

१३. श्रीमती मनमोहिनी रस्तोगी, दिल्ली

14-15. Mr. Mario & Mrs. Muriel Mascarenhas, *Goa*

16. Ms. Juechan Limchitti, *Thailand*

17. Mr. Craig Baugh, *USA*

बाल-शिविर शिक्षक

1. Mrs. Lin, Chiu-Gin, *Taiwan*

2. Ms. Cheng, Chin-Ru (Cha-Yi), *Taiwan*

3. Prof. (Mrs.) Chen, Helen, *Taiwan*

4. Mr. Yang, Tsong-Hsun, *Taiwan*

5-6. Mr. Wen, Huo-Ping & Mrs. Huang, Huei-Hua, *Taiwan*

7. Mr. Andrew Parry, *Australia*

8. Ms. Jennifer Armstrong, *Canada*

9. Mrs. Paramjit Banga, *Canada*

10-11. Mr. Lee Roberts & Mrs. Jayde Lin-Roberts, *USA*

विशेष सूचना--

मुंबई के भिक्षु विनय बोधि, अब इस परंपरा (सयाजी ऊ बा खिन) के आचार्य नहीं हैं।

मुंबई के निकट नया विपश्यना केंद्र

पिछले कुछ वर्षों से विपश्यना की सफलता से शिविर में शामिल होने की मांग इतनी बढ़ चुकी है कि धम्मगिरि पर चाहते हुए भी सभी का समावेश नहीं कर पाते। इस बढ़ती हुई मांग को ध्यान में रखते हुए मुंबई के आसपास एक और केंद्र की संभावना तलाश करने के लिए 'मुंबई परिसर विपस्सना सेंटर' नामक ट्रस्ट की स्थापना की गई।

इस ट्रस्ट ने टिटवाला रेल्वे स्टेशन से १५ मिनट और कल्याण जंक्शन से ३० मिनट की दूरी पर नदी के किनारे २९ एकड़ जमीन इस कार्य के उपयुक्त पायी गयी, जिसकी लागत लगभग २० लाख रुपए होगी। अब तक इसमें से ११ एकड़ जमीन ट्रस्ट के नाम हो चुकी है। शेष जमीन का एम. ओ. यु. हो चुका है और आगे की कार्यवाही चल रही है। संभवतः यह जमीन भी जुलाई २००४ तक ट्रस्ट के नाम हो जायगी।

पू. गुरुजी ने इस केंद्र का नाम 'धम्मवाहिनी' रखा है! पू. गुरुजी के मार्गनिर्देशन के अनुसार यहां १०० साधकों के लिए पूर्ण सुविधा के साथ शृंखलाबद्ध तरीके से निर्माण किया जायगा। इसके प्रथम चरण की लागत लगभग १ करोड आयगी, जिसमें १०० साधकों के लिए धम्महॉल, शून्यागार, रसोईघर, भोजनालय, आवास, ऑफिस एवं अन्य आवश्यक सुविधाएं शामिल होंगी।

साधकों के लिए असीम पुण्य-पारमी अर्जित करने के लिए यह सुअवसर है। सभी साधक इस पुण्यकार्य में भागीदार बन कर लाभान्वित हो सकते हैं। इसमें दिया गया दान ८०-जी के अंतर्गत आयकर-मुक्त होगा। इस धर्मकार्य में दान व धर्मसेवा देने के लिए यहां संपर्क करें –

'मुंबई परिसर विपस्सना सेंटर' (एम.पी.वी.सी.) जी-१, मोतलीबाई वाडिया बिल्डिंग, २२-डी, एस. ए. ब्रेवली रोड, हनीमन सर्कल, फोर्ट, मुंबई – ४०० ००१ फोन: ३०९४९०८८
ई-मेल: paramiinves@vsnl.net

धम्मनासिका : नाशिक

'धम्मनासिका' नासिक विपश्यना केंद्र पर निवासीय शिविर लगने आरंभ हो गये हैं। कार्यक्रम-विवरण कृपया शिविर-कार्यक्रम सूची में देखें।

दोहे धर्म के

जग में बहती ही रहे, शुद्ध धर्म की धार।
दुखियारे प्राणी सभी, होंय दुखों के पार॥

बहे सकल भू-लोक में, धरम-गंग की धार।
जन जन का होवे भला, जन जन का उपकार॥

धर्म भूमि से फिर बहे, शुद्ध धर्म की धार।
एक बार होवे पुनः, सकल जगत उद्धार॥

व्याकुल मानव मानवी, चखें धरम का स्वाद।
रोग शोक सारे मिटें, विपदा मिटे विषाद॥

बजे नगाड़े धर्म के, गूंज उठे सब देश।
दुखियारों के दुख मिटें, कटें कर्म के क्लेश॥

मंगलकारी धर्म का, ऐसा प्रबल प्रभाव।
सूखे सरिता दुःख की, सुख का बहे बहाव॥

केमिटो इंस्ट्रूमेंट्स (प्रा.) लिमिटेड
८, मोहता भवन, ई-मोजेस रोड, वरली, मुंबई-४०० ०१८
फोन: २४९३ ८८९३, फैक्स: २४९३ ६१६६
Email: arun@chemito.net
की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

जन जन पीड़ित हो रह्या, किसों क अत्याचार।
धरम जग्यां ही जगत रो, मिटसी पापाचार॥

धरती पर फिर उमड़सी, धरम गंग री धार।
प्यास बुझासी जगत री, करसी जन उद्धार॥

बेवै धरा पर धरम री, फिर रसवंती धार।
रूखा सूखा चमन फिर, हो ज्यावै गुलजार॥

देख दुखी करुणा जगै, देख सुखी मन मोद।
सैं रै प्रति मैत्री जगै, रवै धरम रो बोध॥

द्रोही छोडै द्रोह नै, द्वेसी छोडै द्वेस।
क्रोधी छोडै क्रोध नै, मिटै चित्त रा क्लेस॥

धरती पर फिर धरम री, मंगळ बरसा होय।
साप ताप सैं रा धुलै, जन जन सुखिया होय॥

कुमार बिल्डर्स
कुमार कैपिटल, २रा माला, २४१३, ईस्ट स्ट्रीट, कैम्प, पुणे-४११ ००१
Email: kumarbld@pn3.vsnl.net.in, website: www.kumarbuilders.com
फोन: २६३५ ००६५, फैक्स: २६३३ ०५८४
की मंगल कामनाओं सहित

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, दूरभाष : (०२५५३) २४४०८६, २४४०७६.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, ६९- बी रोड, सातपुर, नाशिक-४२२००७. **बुद्धवर्ष २५४८, ज्येष्ठ पूर्णिमा, ३ जून, २००४**

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-,विदेश में US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. ५००/-, " US $ 100. **'विपश्यना' रजि. नं. १९१५६/७१.** Regn. No. AR/NSK-46/2003-05

Licenced to post w**ithout Prepayment of postage** -- Licence number-- **AR/NSK-WP/3**
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 - ४२२४०३
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
दूरभाष : (०२५५३) २४४०७६
फैक्स : (०२५५३) २४४१७६
Website: www.vri.dhamma.org
e-mail: info@giri.dhamma.org