विपश्यना

[साधकों का मासिक प्रेरणापत्र]

रजि. नं. १९१५६/७१

पोस्टल रजि. नं. (M) NS (C) 36

वर्ष ११ • बम्बई • बुद्धवर्ष २५२५ • मार्गशीर्ष पूर्णिमा [शक] • दि. ११-१२-१९८१ • अंक ६

ब्राह्मण सुनीत

रात्रिके निविड़ अंधकारको स्वर्णिम रश्मियोंसे दूर करते हुए भुवन-भास्कर प्राचीमें उदय हो रहे थे। प्रसुप्त वातावरणमें जागरणकी उर्मियाँ अंगड़ाइयां लेने लगी थीं। सर्वत्र नवजीवन प्रस्फुटित हो रहा था।

ऐसे समय आदित्य-बंधु भगवान तथागत अपनी प्रज्ञा-रश्मियोंसे अविद्याके गहन अंधकारको विदीर्ण करते हुए भिक्षु संघके साथ मगधकी राजधानी राजगृहकी ओर प्रयाण कर रहे थे। उनके मन मानससे फूट-फूटकर निकली हुई धर्मकी तरंगे समस्त वातावरणमें नव-चेतना जागृत कर रही थीं। सारे वायुमंडलमें तथागतकी अपरिमित मैत्री और करुणाके अजस्र श्रोत उद्वेलित हो रहे थे। भगवान और उनका भिक्षु संघ नजर नीची किए हुए धीमे कदमोंसे नगरकी ओर चला आ रहा था

सामने राजमार्ग पर नगरका भंगी सुनीत कमर झुकाए हाथमें झाड़ू लिए सड़क बुहार रहा था। मंद्र-मंद्र पदचाप कान पर पड़ी तो सुनीत रुका और सामने भगवानको और भिक्षु संघको देखकर ठिठका रह गया। भगवानका दर्शन होते ही न जाने कितने जन्मोंके कुशल संस्कार उसकी चित्त-चेतना पर जाग उठे। शरीर पुलक-रोमांचसे भर उठा। हृदय गद्गद हो गया। आंखोंसे अविरल अश्रुधार बह निकली। सारे शरीरमें धर्म-तरंगें तरंगित हो उठीं। श्रद्धा-विभोर दोनों हाथ उठे तो उठे ही रह गए। भगवानके मुखमंडलसे विकीर्ण होती हुई आभामंडलकी रश्मियोंकी ओर देखा तो देखता ही रह गया। भीगी आखें, मंत्रमुग्ध, श्रद्धा-स्निग्ध, विह्वल कंठसे केवल दो शब्द ही निकल पाए, "भन्ते! भगवान!....." भगवानने करुण नेत्रोंसे उसे निहारा। स्निग्ध स्नेहकी अजस्र धारा बह निकली उनके करुणा विगलित नयनोंसे। भाग्यवान सुनीत भीग-भीग उठा उस पतित-पावनी धर्म-गंगामें स्नान करके।

पर मनमें एक हीन भावकी ग्रंथि बांधे वहीं खड़ा रहा। मैं अस्पृश्य, अन्त्यज, अत्यंत हीन कुलमें उत्पन्न और भगवान सूर्यवंशी शाक्यकुलीन क्षत्रिय! इन पर तो मेरी दूषित छाया भी नहीं पड़नी चाहिए! इसी सकुचाहटमें एक ओर हाथ बांधे खड़ा रहा। भगवानने

धम्म वाणी

न जच्चा वसलो होति, न जच्चा होति ब्राह्मणो।
कम्मुना वसलो होति, कम्मुनो होति ब्राह्मणो॥

सुत्तनिपात- १/७/२७.

न कोई जन्मसे नीच होता है, न ही जन्मसे ब्राह्मण। कर्मोंसे ही कोई नीच होता है, कर्मोंसे ही ब्राह्मण।

उसके मनके भाव पहचाने। निर्दयी समाजका संत्रस्त शोषित दीन-दुखियारा! निर्मम समाजकी दूषित व्यवस्थाका असहाय शिकार! संतापहारिणी अमृत वाणीसे भगवानने कहा, "आओ!"

सुनकर सुनीतके शरीरका रेशा-रेशा, तार-तार झनझना उठा। साहस बटोरकर भगवानके समीप गया और भावविभोर उनके चरणोंमें अपना सिर टेक दिया।

कितनी शांति है, कितना सुख है, महाकारुणिकके मंगल चरणोंमें! सुनीत आत्म-विभोर हो गया। कुछ समय बाद साहस बटोरकर बोला, "भन्ते भगवान! मुझे भी इन चरणोंमें स्थान दीजिए! मुझे भी भिक्षु बनाइए! मैं भी अपना जीवन सफल कर सकूं!" भगवानने करुणा विगलित वाणीमें कहा, "आओ, भिक्षु!" सुनीतका भाग्य जागा। इन्हीं शब्दोंमें उसे भगवानसे भिक्षु होनेकी उपसंपदा मिली। सुनीतको यूं लगा जैसे करुणा-सागरने उसे गलेसे लगा लिया है और उसका सिर सहला रहे हैं। जैसे उसे छातीसे लगा लिया है और उसकी पीठ थपथपा रहे हैं। वह निहाल हो गया।

भगवान उसे भिक्षु संघके साथ राजगिरिके वेणुवनमें ले गए। वहाँ उसकी मनोस्थितिके अनुकूल ध्यानकी विधि सिखाई। विपश्यना साधनाका कर्मस्थान दिया।

सुनीत इस साधना-विधिको भलीभांति समझकर समीपके अरण्यमें जाकर तपने लगा। ध्यानके लिए भगवानने जो आलंबन दिया, पहले उसके आधार पर मनको एकाग्र करनेका अभ्यास किया

और फिर शरीर और शरीर पर उत्पन्न होनेवाली संवेदनाओंका दर्शन और अध्ययन करता हुआ कायानुपश्यना और वेदनानुपश्यना करने लगा। चित्त और चित्त पर उत्पन्न होनेवाले धर्मोंका दर्शन और अध्ययन करता हुआ चित्तानुपश्यना और धम्मानुपश्यना करने लगा। यों समस्त ऐन्द्रिय क्षेत्रमें अनित्य, दुःख और अनात्मकी सच्चाइयोंका अनुभव करता हुआ शनैः शनैः राग, द्वेष और मोहके बंधनोंसे छुटकारा पाने लगा। पूर्व संचित कर्म-संस्कारोंकी उदीर्णा होने लगी, निर्जरा होने लगी। उनका क्षय होने लगा। जब अधोगति की ओर ले जानेवाले सभी पूर्व संस्कारोंका संपूर्ण क्षय हुआ तो चित्त श्रोतापन्नके मार्ग पर आरूढ़ हो श्रोतापत्ति-फल चखकर अनार्यसे आर्य अवस्थाको प्राप्त हुआ। तदनंतर अन्य संस्कारोंका कर्म-क्षय करते हुए सकृदागामी मार्ग पर आरूढ़ हो, सकृदागामी-फल प्राप्त कर सका।

इसके पश्चात् चित्तको और अधिक तीक्ष्ण और सूक्ष्म बनाता हुआ प्रथम ध्यानसे आठवें ध्यान तककी आठों ध्यान समापत्तियोंका अभ्यास कर पुनः विपश्यनामें तल्लीन हो गया। शीघ्रही अनागामी मार्ग पर आरूढ़ होकर निरोध समापत्ति उपलब्धकर अनागामी-फल लाभी हुआ। और इसके पश्चात् अपने अनेक जन्मोंकी पुण्य पारमिताओं और वर्तमान पराक्रमके बलपर अर्हन्त मार्ग पर आरूढ़ हो निरोध समापत्ति उपलब्ध कर तत्क्षण अनुत्तर अर्हत अवस्थामें प्रतिष्ठापित हुआ। यूं आठों ध्यान समापत्तियां और चारों फल समापत्तियां और निरोध समापत्तियां प्राप्तकर नितांत विमुक्त अवस्थाका अधिकारी हुआ। कृतकृत्य हुआ, जो करना था सो कर लिया। अब करनेके लिए और कुछ बाकी नहीं रह गया। पूर्णतया भारमुक्त हुआ। अनेक जन्मोंसे संचित संग्रहित समस्त भार उतार दिया। कर्मोंका कोई बोझ बाकी नहीं रह गया। चित्त भव-बंध्य-संस्कारोंसे उन्मुक्त हुआ। अब पुनर्जन्मका कोई कारण नहीं रह गया। मुक्त हुआ, अर्हत हुआ, शुद्ध हुआ, बुद्ध हुआ।

सम्यक् दर्शन, सम्यक् ज्ञान और सम्यक् विमुक्तिके वैभवसे विभूषित इस परम संतके दर्शन करने और इसका अभिवादन करने देव-मंडली सहित देवेन्द्र आए, ब्रह्मा आए। भगवान इस दृश्यको देखकर मुस्कराए। उनके मुँहसे उदानके ये बोल निकल पड़ेः-

"तपेन ब्रह्मचरियेन संयमेन दमेन च।
एतेन ब्राह्मणो होति, एतं ब्राह्मणमुत्तमं॥"

तपसे, ब्रह्मचर्यसे, संयमसे और दमसे ही कोई ब्राह्मण बनता है। ऐसा ब्राह्मण ही उत्तम ब्राह्मण है।

आओ! भंगीसे ब्राह्मण हुए उस परम संत सुनीतकी पावन स्मृतिमें हम भी शतशत नतमस्तक हो अभिनंदन करें और धर्मपथ पर आगे बढ़नेकी पुनीत प्रेरणा प्राप्त करें।

कल्याण मित्र
स. ना.गो.

संत सुनीतके उदान

एक बार संत सुनीतने अपने पूर्व पुरुषार्थ और उसके फलको याद करते हुए अत्यंत प्रसन्नचित्तसे उदानके ये बोल कहे थे :-

सोहं एको अरञ्ञस्मिं विहरन्तो अतन्दितो।
अकासिं सत्थुवचनं यथा मं ओवदी जिनो॥

अरण्यमें अकेले रहते हुए तन्द्रा-रहित हो मैंने शास्ताका वचन पूरा किया। भगवान जिनने मुझे जिस प्रकार मार्ग-दर्शन दिया था, उसी प्रकार पराक्रम किया।

रत्तिया पठमं यामं, पुब्बजातिमनुस्सरिं।
रत्तिया मज्झिमं यामं, दिब्बचक्खुं विसोधयिं।
रत्तिया पच्छिमे यामे, तमोखन्धं पदालयिं॥

रात्रिके प्रथम याममें मुझे अपने पूर्व जन्मोंका स्मरण हुआ। रात्रिके मध्यम याममें मेरे दिव्य चक्षु विशुद्ध हुए। रात्रिके अंतिम याममें मैंने अविद्याकी समस्त अंधकार राशि को विदीर्ण कर दिया।

ततो रत्या विवसाने, सुरियस्सुग्गमनं पति।
इन्दो ब्रह्मा च आगन्त्वा, मं नमस्सिंसु पञ्जली॥

तब रात्रिके अवसान पर सूर्यके उगते ही इंद्र और ब्रह्माने आकर अंजलिवद्ध हो इस प्रकार मेरी वन्दना की :

"नमो ते पुरिसाजञ्ञ, नमो ते पुरिसुत्तम।
यस्स ते आसवा खीणा, दक्खिणेय्योसि मारिस॥"

"हे श्रेष्ठ कुलोत्पन्न तुम्हें नमस्कार है! हे उत्तम पुरुष तुम्हें नमस्कार है! हमने तुम्हारे आस्रव क्षीण हुए देखे हैं। हे वंदनीय तुम वंदनाके योग्य हो!"

ततो दिस्वान मं सत्था, देवसङ्घपुरक्खतं।
सितं पातुकरित्वान, इममत्थं अभासथ॥

तब शास्ताने मुझे देव-मंडलीसे घिरे हुए देखकर मुस्कराते हुए, शीतल करनेवाली वाणीमें कहा,

"तपेन ब्रह्मचरियेन संयमेन दमेन च।
एतेन ब्राह्मणो होति, एतं ब्राह्मणमुत्तमं॥"

"तपसे, ब्रह्मचर्यसे, संयमसे और दमसे ही कोई ब्राह्मण बनता है। ऐसा ब्राह्मण ही उत्तम ब्राह्मण है।"

विपश्यना केन्द्र, जयपुर

गत नवम्बरके जयपुर-शिवरमें साधकोंकी संख्या १६२ तक हो गई। ६ कार्यकर्ता थे। जबकि विपश्यना-केन्द्रमें अभी तक केवल १२२ लोगोंके ही निवासकी व्यवस्था हो पायी है।

अगले शिविरके पूर्व यहाँ १५० साधकों तकके लिए निवास-कुटीर बनानेकी योजना है। इस धर्म-कार्यमें जो भी साधक भाई / बहन अनुदान भेजकर सहयोग देना चाहें वे "विपश्यना समिति, जयपुर" द्वारा - श्री श्याम सुंदर मूंदड़ा, जी-१/ए, अशोक मार्ग, जयपुर - ३०२००१ [राज.] के पते पर भेज सकते हैं। [इस निमित्त अनुदानको ५०%. आयकर छूट है।]

बालक सोपाक

सोपाक एक चांडालके घरमें उत्पन्न हुआ। चार महीनेका ही हुआ था कि पिताकी मृत्यु हो गई। असहाय मां पराश्रित हुई। बालक सोपाकके साथ अपने देवरके घर रहने लगी। देवरको दोनों ही बोझ जैसे लगे। बिना मनके उन्हें पालने लगा। कारण-अकारण बालक सोपाक अपने चाचाके क्रोधी स्वभावका शिकार होता और बार-बार बुरी तरह पीटा जाता। जीवन अत्यंत नारकीय हो उठा, असह्य हो उठा। पर लाचारी थी। करता भी क्या? यों दुःख झेलता हुआ बालक सोपाक ७ वर्षका हुआ। तब एक दिन अपने चचेरे भाईसे कुछ कहा-सुनी हो गई। बच्चोंका यह झगड़ा चाचाके कानों तक पहुँचा। वह आग-बबूला हो उठा और उसने फैसला किया कि अपने भतीजेको सदाके लिए आँखोंके सामनेसे हटा देगा।

उसने मासूम बच्चेकी हत्या करनी चाही, पर कर न सका। आखिर उसने एक युक्ति सोची। रात्रिके अंतिम प्रहरमें सूर्योदयके पूर्व वह उस बच्चेको श्मशान-भूमि ले गया। वहाँ एक मुर्दा लाशको जंगली सियार नोंच-नोंचकर खा रहे थे। उसने निर्दयतापूर्वक बच्चेके दोनों हाथ पीछेकी ओर कसकर बाँध दिए और उसे उस मुर्देके गलेसे रस्सियोंसे जकड़ दिया जिससे कि जंगली सियार मुर्देके साथ-साथ बच्चेको भी खा जाँय और इस प्रकार इसका खात्मा हो जाय। बालक सोपाकको इस भयावह स्थितिमें बड़ी बेरहमीके साथ छोड़कर वह घर लौट गया। सियारोंने हमला किया। बालक सोपाक फूट-फूटकर रोने लगा। पर उस निर्जन स्थानमें उसकी चीख-पुकार कौन सुनता?

उसी नगरमें महाकारुणिक भगवान गौतमबुद्धका आश्रम था। वे प्रातःकाल ब्रह्ममुहूर्तमें ध्यानभावनासे उठे और अपने बोधि नेत्रोंसे महामैत्रीमय मंगलदृष्टि इस दुखी संसारपर डाली। सोपाकके कातर स्वरने उन्हें आकर्षित किया। वे श्मशान-भूमि तक गए और बालकको भयमुक्त कर अपने आश्रममें ले आए।

सोपाकको नया जीवन मिला। आस-पासके लोगोंने उसे भोजन, वस्त्र, औषधि और निवास-स्थान दिया। भगवानने उसे कल्याणकारी धर्म दिया। बालक सोपाक अत्यंत पुण्यशाली था। अनेक जन्मोंकी अर्जित पारमिताओंका विपुल संबल उसके साथ था। समस्त दुःखोंसे सदा के लिए छुटकारा पानेका समय पका। एक दिन भगवानने उससे कुछ प्रश्न पूछे। बालक सोपाक मेधावी था। उसने बुद्धिमत्तापूर्वक उत्तर दिए। भगवान प्रसन्न हुए। योग्य पात्र देखकर उस बाल्यावस्थामें ही उसे विपश्यना साधनाकी मुक्तिदायिनी विधि सिखाई। समय पाकर सोपाक मुक्त हुआ, अर्हत अवस्थाको प्राप्त हुआ। तब उसके मुँहसे हर्षके ये उद्‌गार निकले :–

जातिया सत्तवस्सोहं लद्धान उपसंपदं।
धारेमि अन्तिमं देहं, अहो धम्मसुधम्मता॥

अहो, धर्मकी महिमा देखो! धर्मकी सुधर्मता देखो! ७ वर्षकी अवस्थामें ही मैंने भिक्षु बननेकी उपसंपदा पायी और अब मुक्त अवस्था प्राप्त कर ली। यह देह मेरी अंतिम देह है। अब मेरा पुनर्जन्म नहीं।

सोपाककी मुक्त अवस्था देखकर भगवानने भी हर्षकी यह उदान गाथा कही :–

"लाभा अङ्गानं मगधानं येसायं परिभुञ्जति।
चीवरं पिण्डपातं च पच्चयं सयनासनं।
पच्चुट्ठानं च सामीचि, तेसं लाभा ति चाब्रवि॥"

"बड़ा लाभ हुआ है अंग और मगधके लोगोंको जिनके दिए चीवर, भोजन, औषधि और निवासका उपभोग यह साधक करता है। इसके प्रति प्रकट किए गए आदर-सम्मान से भी उनका बहुत लाभ होता है।"

सचमुच किसी संत पुरुषके प्रति प्रकट किया गया आदर-सम्मान, उसकी सीमित आवश्यकताओंकी पूर्तिके लिए दिया गया दान महाफलदायी होता है।

संत पुरुष संत पुरुष है, चाहे इस जातिमें उत्पन्न हुआ है अथवा उसमें; कुछ भी अंतर नहीं पड़ता। धर्म जाति-पांतिका भेदभाव नहीं करता। जो धारण करे उसेही मुक्त बना देता है, संत बना देता है। पूज्य बना देता है। वरेण्य बना देता है।

धन्य है धर्म! धन्य है धर्म धारण करनेवाले सच्चे संत! आओ, हम भी शुद्ध धर्मसे प्रेरणा प्राप्त करें और अपना कल्याण साधें!

कल्याण मित्र,
स. ना. गो.

वार्षिक शुल्क-सूचना

हिसाबकी सुविधाके लिए "विपश्यना" का वार्षिक शुल्क-वर्ष जनवरीसे दिसम्बर तकका निश्चित किया हुआ है। इस प्रकार वार्षिक शुल्क रू. ५/- देनेवालोंका शुल्क इस महीनेमें समाप्त हो रहा है। अतः नए वर्षके लिए अपना शुल्क शीघ्र; नीचे लिखे पते पर इगतपुरी ही भेजें, बम्बईके पते पर कदापि नहीं!

व्यवस्थापक, विपश्यना विश्व विद्यापीठ,
धम्मागिरि, इगतपुरी – ४२२४०३ [नासिक-महा.]

शुल्क भेजते समय या पता बदलने अथवा सुधारनेके समय या पत्रिका-संबंधी किसी अन्य पत्राचारके समय अपनी ग्राहक-संख्या लिखनी न भूलें, जो कि पत्रिका पर चिपकाए पतेके ऊपर आपके नामसे पहले लिखी रहती है।

ध्यान दें, ग्राहक संख्या न लिखनेपर आपका मनी-आर्डर वापस लौट सकता है और पत्राचार पर भी कार्यवाही कर पानी असंभव होगी।

फिलहाल पत्रिका केवल "विपश्यी साधकों" को ही भेजनेकी व्यवस्था है। अतः जो किसी शिविरमें सम्मिलित नहीं हुए हैं, वे कृपया अपना शुल्क नहीं भेजें।

जिन्हे सुविधा हो वे रु. ५१/- एक साथ भेजकर पत्रिकाके आजीवन ग्राहक बन सकते हैं।

भावी कार्यक्रम

आचार्य-स्वयं-शिविर * इगतपुरी (वि. वि. वि.) दि. ५-१-८२ से २०-१-८२ तक (प्रतिबंधित)

(विशेष – इस स्वयं शिविरके दौरान विद्यापीठ पूरी तरह बंद रहेगी और कोई भ। व्यक्ति आचार्यसे नहीं मिल सकेगा)

शिविर क्रमांक २०६ * इगतपुरी दि. २०-१-८२ से ३१-१-८२ तक (हिन्दी)

,, ,, २०७ ,, ,, ३१-१-८२ से १०-२-८२ तक (अंग्रेजी)

(धर्म यात्रा की सुविधा के लिए इस शिविर की तारीखें बदल दी गई हैं। साधक कृपया ध्यान दें।)

* **संपर्क** : व्यवस्थापक, विपश्यना विश्व विद्यापीठ, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३ (नासिक) फोन नं. इगतपुरी-७६

शिविर क्रमांक २०८ ◉ कलकत्ता (आमळागाछी धर्मशाळा) दि. २६-२-८२ से ९-३-८२ तक (हिंदी)

● **संपर्क** : श्री सुदर्शन ढंढारिया, ४८-डी, मुक्ताराम बाबू स्ट्रीट, कलकत्ता-७०० ००७. फोन : ३४४७९२

सूचना : १) कृपया साधना शिविर में शामिल होने से पूर्व शिविर-व्यवस्थापक के पास अपना नाम रजिस्टर करा लें। किसी कारणवश शिविर में सम्मिलित न हो सकते हों तो पर्याप्त समय रहते सूचित करें ताकि किसी अन्य प्रत्याशी को स्वीकृति दी जा सके। २) अंग्रेजी शिविर में हिन्दी-प्रवचन सुनने लिए हिन्दी टेप की सुविधा उपलब्ध रहती है। ३) शिविरों के नियम कड़े होते हैं। उनका कड़ाई से पालन कर सकें तो ही भाग लेना चाहिए।

तार-रंगसुन्दर फोन नं. २७३२३

मेसर्स सुदर्शन केमिकल इण्डस्ट्रीज लि.

१६२ वेलेस्ली रोड, संगम ब्रिज, पूना-४११००१.

की मंगल कामनाओंके सहित

दूहा धरम रा

ना जन्मां ब्राह्मण हुवै, ना ही सुद्दर होय।
करमां ही ब्राह्मण हुवै, करमां सुद्दर होय॥
ज कोई चित्त सुधार कर, साचो ब्राह्मण होय।
ब्रह्म बजावै हाजरी, इन्दर चाकर होय॥
करमां ही ठाकर हुवै, करमां चाकर होय।
करमां ही सद्‌गति हुवै, करमां दुरगत होय॥
ब्राह्मण हो या बाणियो, छत्री सुद्दर होय।
करम जिसो ही फल मिलै, बरण न पूछै कोय॥
जात पांत को बावळो, सीस चढायो भूत।
धरम छूटगो साचळो, रहग्यी छूआ छूत॥
जात पांत को बरण को, किसो क गरब गुमान।
मूढ हुइ गया, धरम को र यो न नाम निसान॥

ग्राम-प्रेमकेबल फोन : ४०३५७/४४५४७

मेसर्स दि प्रीमियर केबल कं. लि.,

१४/१५ F, कनॉट सर्कस,

नई दिल्ली-११० ००१.

की मंगल कामनाओं सहित

दोहे धर्म के

कुदरत का कानून है, सब पर लागू होय।
जाति गोत्र का, वर्ण का, पक्षपात ना होय॥
दुर्मन मन दुखिया रहे, किसी जाति का होय।
सुमन सदा सुखिया रहे, किसी वर्ण का होय॥
सत्कृत से ही पूज्य है, दुष्कृत निंदित होय।
दुष्कृत से ही नीच है, सत्कृत ऊंचा होय॥
जाति पांति कुल गोत्र का, जहाँ भेद ना होय।
जो सब का, सबके लिए, शुद्ध धर्म है सोय॥
काया वाणी चित्त के, कर्म स्वच्छ हो जाँय॥
शुद्ध धर्म ऐसा जगे, सहज संत हो जाँय॥
जाति वर्ण का, गोत्र का, चढ़ा शीश अभिमान।
शुद्ध धर्म को छोड़कर, भटक गया नादान॥

सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट के लिए मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक : **रामप्रताप यादव**, ग्रीन हाऊस, २ री मंजिल, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, बंबई-२३. टेलीफोन : ३१३५१०. ● मुद्रण स्थान : अक्षरचित्र मुद्रणालय, सातपुर, नासिक-४२२ ००७. टेलीफोन : ८८२५१. ● पत्रिका में विज्ञापन दर : आधा पृष्ठ रु. ५००/-, चौथाई पृष्ठ रु. २५०/- ● वार्षिक शुल्क रु. ५/-, आजीवन शुल्क रु. ५१/-

---

विपश्यना”

Licence No. NS 18
Licensed to post without pre-payment

पो. रजि. नं (M) NS (C) 36

प्रेषक :
सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट
विपश्यना विश्व विद्यापीठ
धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३.
(नासिक, महाराष्ट्र)