विपश्यना

[साधकों का मासिक प्रेरणापत्र]

रजि. नं. १९१५६/७१

पोस्टल रजि. नं. (M) NS (C) 36

वर्ष १० • बम्बई • बुद्धवर्ष २५२४ • वैशाख पूर्णिमा [शक] • दि. १८-५-१९८१ • अंक १२

बुद्ध जयन्ती

वैशाख पूर्णिमा! भगवान गौतम बुद्धकी त्रिविध जयन्तीका पावन दिवस! जन्म जयन्ती, बोधि जयन्ती, परिनिर्वाण जयन्ती! जयन्ती माने विजय! विजय वस्तुतः बोधिकी ही है। बोधि जयन्तीमें ही जन्म जयन्ती और परिनिर्वाण जयन्तीका मूल समाया हुआ है।

सम्यक् सम्बोधि जागी तो ही मार पर विजय प्राप्त हुई। पाप पर, अधर्म पर, समस्त बंधनों पर विजय प्राप्त हुई। ऐसी विजय जिसने जन्म और मृत्युकी जयन्तियों को सफल सार्थक बना दिया। सम्यक् सम्बोधिके कारण ही जन्म अंतिम जन्म बन गया, मृत्यु अंतिम मृत्यु बन गयी। "*अयं अन्तिमा जाति नत्थिदानि पुनब्भवोति*" यह अंतिम जन्म है। अब पुनर्जन्म नहीं होगा। पुनर्जन्म नहीं होगा तो पुनर्मृत्यु भी नहीं होगी। जन्म और मृत्यु दोनों पर सहज ही विजय प्राप्त हो गयी।

इस महापुरुषकी यह महान विजय अन्य अनेकोंकी विजयका कारण बन गयी। अनेकोंके मंगल-कल्याण और स्वस्ति-मुक्तिका साधन बन गयी। अनेक कष्टोंसे गुजरते हुए इस महा मानवने भारतकी खोई हुई मुक्तिदायिनी धर्मगंगा पुनः खोज निकाली। उससे केवल अपनी ही मुक्ति नहीं साधी, बल्कि अनेकोंके लिए मुक्ति सुलभ कर दी। अत्यंत करुणा विगलित हृदयसे जीवन भर जन-जनको यह विद्या बांटते रहे। जन जनके लिए अमृतका द्वार खोलते रहे। इस प्रकार लगभग २५०० वर्ष पूर्व जो धर्मगंगा फूट पड़ी वह पीढ़ी-दर-पीढ़ी कोटि-कोटि लोगोंका कल्याण करती हुई कहीं न कहीं परम परिशुद्धरूपमें प्रवाहमान बनी ही रही। समय पाकर कहीं विलुप्त भी हुई, कहीं नासमझ लोगों द्वारा सम्मिश्रणके दोषसे दूषित होकर विकृत भी हुई। परन्तु एक क्षीण धारा इतनी सदियों तक भी अपने शुद्ध रूपमें कायम रही। कायम रही तो ही हमें प्राप्त हुई। हमारे कल्याण-मंगलका, स्वस्ति-मुक्तिका कारण बनी!

विपश्यी साधक इस शुद्ध धर्मगंगामें अवगाहित होकर धन्य हो उठता है तो स्वभावतः उस महापुरुषके प्रति असीम श्रद्धा और कृतज्ञताके भावसे भर उठता है। श्रद्धा और कृतज्ञता धर्मके अविभाज्य अंग हैं। श्रद्धा बोधिका अंग है। श्रद्धा बीज है जिसकी बजहसेही बोधि जागती है, धर्म फल देता है। कृतज्ञता प्राणदायिनी संजीवनी है जिसके कारण धर्म बलशाली होता है। श्रद्धा और कृतज्ञता न हो तो धर्मका बिरवा मुरझा जाय। श्रद्धा और कृतज्ञताका पनपना धर्मका ही पनपना है। पर समझदार साधक सजग रहता है, अपना विवेक नहीं खोता। श्रद्धाको अंधश्रद्धा नहीं बनने देता। कृतज्ञताको अंधकृतज्ञता नहीं बनने देता। तो ही धर्म पनपता है। धर्म बलदायी होता है, फलदायी होता है।

अन्यथा जैसे ही श्रद्धा अंधश्रद्धा बन जाती है, कृतज्ञता अंधकृतज्ञता बन जाती है; धर्म क्षीण होने लगता है, संप्रदाय बलवान बनने लगता है। संप्रदाय बलवान बनता है तो भोला मानव धर्मको भी संप्रदायके रंगीन चश्मेसे ही देखता है। धर्म का यथाभूत शुद्ध स्वरूप देख ही नहीं पाता। संप्रदाय बलवान बन जाता है तो बिना ही प्रत्यक्षानुभूतिके कोई न कोई दार्शनिक मान्यता भूतकी तरह सिर पर सवार कर लेता है। धर्मको उस मान्यताके रंगीन चश्मेसे ही देखता है। धर्मका यथाभूत शुद्ध स्वरूप देख ही नहीं पाता। संप्रदाय बलवान हो जाता है तो निर्जीव कर्मकांड प्रधान हो जाते हैं, थोथी रूढ़ियाँ प्रधान हो जाती हैं। धर्म धारण करना गौण हो ही जाता है।

इसीलिए साधको! आओ, आजके इस पावन दिवस पर एक ओर श्रद्धा और कृतज्ञता को बलवान बनाएँ जिससे कि धर्म हरा-भरा बना रहे, दूसरी ओर विवेक जगाए रखें! श्रद्धा और कृतज्ञताको अंधी न बनने दें जिससे कि धर्म सांप्रदायिकताके दलदलमें फंसकर डूब न जाय। श्रद्धा और कृतज्ञताको निर्मल बनाए रखें, जिससे बोधि पुष्ट हो, अज्ञान क्षीण हो! विद्याका प्रकाश प्रज्वलित हो, अविद्याका अंधकार क्षीण हो। इसी में हमारा सच्चा मंगल, सच्चा कल्याण, सच्ची स्वस्ति-मुक्ति समायी हुयी है

कल्याण मित्र,
स. ना. गो.

धम्म वाणी

जयन्तो बोधिया मूले सक्यानं नन्दि वड्ढनो।
एवमेव जयो होतु जयस्सु जय मङ्गले॥

पुब्बाण्ह सुत्त – १५.

शाक्यों के नन्दिवर्धन भगवान गौतमने जिस प्रकार पापी मार पर विजय प्राप्त की, उसी प्रकार तुम भी विजयलाभी बनो! जय मंगलाभी बनो!

नेपाल में विपश्यना केन्द्र

पिछला १९३ वाँ ऐतिहासिक "विपश्यना शिविर" काठमांडू (नेपाल) में सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। जबसे पू. गुरुजी भारत आए और शिविरोंका सिलसिला शुरू हुआ, तभीसे नेपालमें शिविर लगानेकी मांग उत्तरोत्तर बढ़ती जा रही थी। नेपालके अनेक साधक भारतमें लगे शिविरोंमें सम्मिलित होकर लाभान्वित हो चुके थे। उन सबका आग्रह था कि भगवान बुद्धकी जन्मभूमि (लुंबिनी-नेपाल) पर तो विपश्यना शिविर लगना ही चाहिए। परन्तु लाचारी थी -- बर्मी नागरिकता के आधार पर पू. गुरुजी भारतके बाहर नहीं जा सकते थे। अब लगभग १२ वर्ष बाद ही यह सुयोग संभव हुआ।

शिविरकी तारीखें निश्चित होते ही भारी संख्यामें बुकिंग प्रारंभ हो गई, जिसकी कि पहले से ही संभावना थी। अतः व्यवस्थापकों के पत्र आने लगे कि यह शिविर नेपालियों तक ही सीमित रखा जाय याने बाहरका कोई भी व्यक्ति न लिया जाय। परन्तु इस सार्वजनीन मार्ग पर प्रतिबंध कैसे लगाया जाता? ऐसा कोई स्थान मिल नहीं रहा था जहाँ कि दो-ढाई सौ लोगोंका शिविर लगाया जा सके। अंततः स्वयम्भू के समीप आनंदकुटी विहारमें शिविर लगना निश्चित हुआ जिसमें मुश्किलसे १०० व्यक्ति ही ठहराए जा सकते थे। शिविर की मांगके अनुसार विहारका विस्तार किया जाने लगा। बहुत थोड़े समयमें कई कमरों एवं शौचालयों आदिका नवनिर्माण कराया गया। फिर भी १५० से अधिक लोग नहीं ही लिए जा सकते थे। अतः इस संख्या पर प्रतिबंध लगाकर शेष लोगोंको ना कहना पड़ा।

मुमुक्षुओंकी बढ़ती हुई मांग देखकर व्यवस्थापकोंने आग्रह करना शुरू किया कि वहाँ लगातार दो शिविर दिए जाँय, जो कि संभव नहीं था। लंबे अंतरालके बाद पूर्वांचल क्षेत्रमें यही एक शिविर था जिसमें बिहार और प. बंगालके भारतीय भी सम्मिलित हुआ चाहते थे, जिन्हे कि आश्वासन दिया जा चुका था। उनका भी आग्रह होने लगा कि रक्सौल या बीरगंजमें एक शिविर दिया जाना चाहिए। नेपालमें रहनेवाले कुछ एक विदेशी भी इस शुभ अवसरका लाभ उठाना चाहते थे। गरज यह शिविरार्थियों की संख्या दिन पर दिन बढ़ती ही चली गई। अनेकों को ना कहनेके बावजूद ऐन मौके पर लगभग २५० लोग आ ही गए। १५० के स्थान पर २५० लोगोंकी भीड़ देखकर व्यवस्थापक किंकर्तव्य विमूढसे हो गए। लगभग ७५ स्थानीय लोगों को स्थानाभावके कारण पहले ही नकारा जा चुका था। परन्तु दूर-दूरसे आए इन धर्म पिपासुओंको निराश लौटाना भी कठिन था। विचित्र स्थिति थी। तीखे ढलान-वाली पहाड़ी जमीन पर ठीकसे तंबू लगानेकी भी सुविधा नहीं थी। फिर भी जैसे-तैसे करके कुछ तंबू निवासके लिए और एक बड़ा तंबू साधना-कक्षके लिए लगाया गया। इस प्रकार २५० साधकोंका शिविर आरंभ किया गया।

शिविरके दौरान कई बार अप्रत्याशितरूपसे वर्षा और तूफान आए जो कि सामान्यतः इस मौसममें नहीं आते। इससे आचार्य और साधकोंके आसन व कपड़े गीले हुए। कभी कभी बरसातके समय लोगोंको शयनकक्षोंमें ही सामूहिक साधनाके लिए बैठना पड़ा। वर्षाके कारण ठंढ भी बढ़ी। साधकों को वर्षा और ठंढसे बचानेके लिए व्यवस्थापकोंने भरसक प्रयत्न किया परन्तु फिर भी कठिनाइयाँ तो रहीं ही। इन सारी बाधाओंके बावजूद साधकों और व्यवस्थापकोंकी सहनशीलता और कर्मठताके कारण शिविर अत्यंत सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। सचमुच धर्मका बल महान है।

ऐसे प्रतिकूल मौसमके बावजूद स्थानीय लोगोंकी इतनी श्रद्धा रही कि प्रतिदिन लगभग ३०० लोग सायंकालीन धर्म-प्रवचन सुननेके लिए आते रहे और बाहर गीली जमीन व दरियों पर बैठे रहकर दत्तचित्त हो धर्म-प्रवचन सुनते रहे। इनमें वे स्थानीय लोग भी होते जिन्हे शिविरमें स्थान नहीं मिल पाया था। इन्हें शिविरमें सम्मिलित नहीं हो पानेका बहुत दुःख था। सभी का बहुत बड़ा दबाव रहा कि नेपालमें शीघ्र ही दूसरा शिविर लगना चाहिए जिससे कि अधिक से अधिक धर्म-पिपासुओंको शीघ्र धर्मलाभ मिल सके।

स्थानीय लोगोंकी प्रबल धर्म-रुचिको देखते हुए शिविर समापन होते-होते व्यवस्थापकोंने पू. गुरूजीके साथ परामर्श किया और उनके आशिर्वादसे तथा सर्वसम्मतिसे नेपालमें एक साधना केन्द्रकी स्थापनाका निर्णय किया गया। इस निमित्त एक पाँच सदस्यीय ट्रस्टका गठन किया गया जो कि जमीन खरीदने और निर्माणकार्य संपन्न करनेका काम जिम्मे लेगा। एक ग्यारह सदस्यों की परामर्शदात्री समिति भी गठित हुई।

●

बाराचकिया और रक्सौलमें साधना केन्द्र

काठमांडू-शिविरमें आए बाराचकिया एवं रक्सौलके साधकोंने भारतके पूर्वांचल क्षेत्रमें एक "विपश्यना साधना केन्द्र" स्थापित करनेकी जोरदार मांग की और उसके लिए आवश्यक व्यवस्थाकी जिम्मेदारी उठानेकी तत्परता दिखाई। परन्तु पू. गुरुजीने परामर्श दिया कि फिलहाल इन दोनों स्थानों पर ऐसे ही केन्द्र बनाए जाँय जहाँ पर कि दैनिक और साप्ताहिक सामूहिक साधनाके अतिरिक्त समय-समय पर आस-पासके पुराने साधक आकर स्वयं-शिविर भी लगा सकें। भविष्यमें जब कमी आवश्यता व अनुकूलता हो तो इनमेंसे किसी एकको बड़े केन्द्रके रूपमें संवर्धित कर लिया जाय। साधकोंको यह सुझाव अच्छा लगा और इस निमित्त दोनों स्थानों पर एक-एक कार्यकरिणी समितिका गठन किया गया जो कि इस कार्यको गति प्रदान कर सके।

बाराचकिया, पूर्वी चम्पारन जिलेका एक छोटासा गांव है जो कि रक्सौल और मुजफ्फरपुरके लगभग बीचमें आता है। यहाँ पर पहले दो विपश्यना शिविर लगाए जा चुके हैं। इसी प्रकार रक्सौलमें भी दो शिविर लग चुके हैं। स्थानीय लोगों में विपश्यना साधनाके प्रति गहरी श्रद्धा, निष्ठा और लगन है। इस प्रकार बिहार प्रदेश की यह भूमि बड़ी उर्वर लगती है।

●

हैदराबाद केन्द्र

हैदराबादके **विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केन्द्र** से सूचना मिली है कि अब वहाँ रसोई आदिकी समुचित व्यवस्था हो जानेके कारण स्थानीय साधक काफी संख्यामें नियमितरूपसे केन्द्रमें आने लगे हैं। और एक दिवसीय तथा कभी तीन दिवसीय स्वयं-शिविर लगने लगे हैं। इससे साधना केन्द्रकी धर्म-तरंगोंकी परिशुद्धता बढ़ी है और आश्रममें आते ही शांति महसूस होती है। किसी स्थान पर सतत् साधना होते रहनेका यही प्रत्यक्ष लाभ होता है।

यह भी सूचना मिली है कि स्थानीय लोगोंके सहयोगसे केन्द्रमें पर्याप्त पानी के लिए "बोर-वेल" तैयार हो गया है, जिससे यह समस्या समाप्त हो गई है। केन्द्र-संचालनके मासिक-व्ययके लिए भी यथोचित दान उपलब्ध हो गया है। यह सब स्थानीय साधकोंमें साधनाके प्रति प्रबल निष्ठा और लगनका ही परिणाम है। सभी मंगललाभी हों!

साधकों के उद्गार

परम प्रिय धर्म पिताजी!

मैं आपका तथा माताजीका सादर अभिवादन करती हूँ।

गुरुजी! आपसे तथा माताजीसे हुई पुनः भेंट कितनी अद्भुत थी! हम सब कितने प्रसन्न हैं! आप नेपालतक धर्म ले आए! आप यहाँ आए और मैत्री सहित धर्म प्रदान किया! हम इसके लिए अत्यंत आभारी हैं।

यह नेपालके लिए ही नहीं अथवा जिन्होंने यहाँ पहली बार धर्म प्राप्त किया केवल उनके लिए ही नहीं, बल्कि मेरे लिए भी अत्यंत विशिष्ट शिविर था। किसी धर्म-शिविरमें सेवा करनेका यह मेरा पहला अवसर था। सचमुच मुझे सेवाका यह अनुभव अत्यंत प्रेरणा-दायक और प्रभावशाली प्रतीत हुआ। आपकी तथा धर्म की सेवा करनेमें मुझे कैसे लगा, यह मैं शब्दोंमें प्रकट नहीं कर सकती। मुझे यह देखकर स्वयंसुखद आश्चर्य हुआ कि मेरे भीतर धर्मके लिए कितना गहन प्रेम और भक्ति समायी हुयी है। यह तो बिल्कुल अभिभूत कर देनेवाली बात थी। मैं आभारी हूँ कि आपने इतने समीपसे धर्मसेवा करनेका यह अवसर मुझे प्रदान किया। यद्यपि मैं जानती हूँ कि
वस्तुतः मैं कितनी कम सेवा कर पायी हूँ।

अब तो अन्तरका बांध टूट गया है। यह दुर्दमनीय इच्छा बलवती हो उठी है कि कैसे यथाशक्ति धर्मकी अधिकसे अधिक सेवा कर सकूं। मुझे बताइए कि मैं आपकी, मां सयामाकी, सयाजीके धर्मकार्यकी तथा सद्धर्मकी कैसे सेवा करूं? मैं चाहती हूँ कि अपना संपूर्ण जीवन धर्मसेवाके लिए ही अर्पित कर दूँ। विश्वास है धर्म मुझे स्वयं रास्ता दिखायेगा। आपके द्वारा धर्मदान देनेका आदर्श मेरे लिए प्रेरणाका केन्द्र बन गया है।

मैं कृतज्ञ हूँ आप समय निकालकर साधनाके लिए हमारे निवास-स्थान पर पधारे। आप सचमुच हमारे लिए एक अत्यंत अद्भुत भेंट छोड़ गए हैं। हमारे निवास-स्थानका यह छोटासा ध्यान-कक्ष अब धम्म धातु, मेत्ताधातु एवं निब्बानधातुसे अत्यंत परिप्लावितहो उठा

(शेष अंतिम पृष्ठ पर)

जयपुर केन्द्र

जयपुरके "**विपश्यना केन्द्र**" से सूचना मिली है कि वहाँ पर लगभग १२० साधकोंके निवासके लिए पक्के आवास-कुटीर बना लिए गए हैं। इससे पूर्व शिविरके समय आवासके लिए तंबुओंकी व्यवस्था की जाती थी जिससे साधकोंको अनेक प्रकारकी कठिनाइयाँ होती थीं। अब पुरुष/महिलाओंके लिए अलग-अलग शौचालय एवं नहानघर तथा भोजनालय और रसोईघरका भी निर्माणकार्य पूरा हो गया है। इस प्रकार गर्मियोंमें भी शिविर लगानेकी सुविधा उपलब्ध हो गई है। रसोई आदिकी समुचित व्यवस्था वहाँ पहलेसे ही उपलब्ध है और स्वयं-शिविर लगते रहे हैं।

पुराने साधकोंके लिए नियमितरूपसे तीन दिवसीय और संभव हुआ तो दस दिवसीय स्वयं-शिविर लगाने का उत्तरदायित्व पुराने विपश्यी साधक श्री रामसिंहजीको दिया गया है जो कि आवश्यक पारिवारिक जिम्मेदारियाँ निभाते हुए अपना शेष जीवन धर्मसेवाके काममें लगानेके लिए कृतसंकल्प हैं। आपके सान्निध्यमें पिछले दिनों एक दो स्वयं-शिविर सफलतापूर्वक संपन्न हुए। इससे स्थानीय लोगोंमें उत्साह बढ़ा है।

विदेशों में आगामी शिविर

June 14–June 25	No. **196**	Massachusetts. U. S. A. contact : Teri Keane, R. D. 1, Box 14a, Delhi, New York 13753 tel. 747-3749
July 3–July 14	No. **197**	Wiltshire ENGLAND. contact : International Med.-Centre, Splatts House, Heddington, near Calne, Wiltshire SN11. OPE tel. 0380-850238
Aug. 13–Aug. 24	No, **199**	Kyoto, JAPAN. contact : Steve Schmandt, 17 Zenami-cho, Mukaijima, Fushimi-ku, Kyoto 612. tel. (075) 621-4611
Sept. 1–Sept. 12	No. **200**	California, U. S. A. contact : Dr. Jacques Tenzel, P. O. Box-1128, Mendocino 95460 tel. (707) 934-0485
Sept. 26–Oct. 7	No. **201**	Sydney, AUSTRALIA. contact : Vipassana. Foundation, Box1685, North Sydney, 2060 N. S. W.
Oct. 9–Oct. 20	No. **202**	Perth, AUSTRALIA. contact : Doug Solomon, 166 Marine Parade, Cottesloc 6011 W. A. tel. 384 0371

है। अब जब भी यहाँ ध्यान करने बैठते हैं तो ब्रह्मांड पर इन्हीं तरंगोंकी अनुभूति होने लगती है। मेरी साधना अब बहुत तेज हो गयी है। अब हमारे अधिक साधक मित्र इस ध्यान-कक्षमें साथ बैठने आने लगे हैं और वे सभी आपकी इस भेंटसे लाभान्वित हो रहे हैं। (साधक) ड्रुनेट कहता है कि इस ध्यान कक्षका ध्यान तो अब शिविरमें किए गए ध्यान जैसा हो गया है। हम सभी आपका धन्यवाद करते हैं तथा अपनी मंगल मैत्री भेजते हैं।

अब (मेरा पति) ग्रेग (जो कि पहली बार काठमांडू शिविरमें बैठा था) नियमितरूपसे मेरे साथ ध्यान करनेका प्रयास करने लगा है। यद्यपि प्रारंभमें कठिनाइयाँ होती ही हैं। मुझे भी अपनी प्रारंभिक कठिनाइयाँ याद हैं। फिर भी अच्छा है कि वह प्रयत्नशील है। धीरे-धीरे चुपचाप धर्म अपना काम करेगा ही। मैं कोई हस्तक्षेप नहीं करती। मैं जानती हूँ कि अब हमारा पारस्परिक संबंध अत्यंत सुदृढ़ हो गया है और हम धर्म पथ पर परस्पर एक दूसरेको अधिकसे अधिक योगदान दे सकेंगे।

हमें सब कुछ प्रदान करनेके लिए आपका बहुत-बहुत धन्यवाद। हम सबके लिए आप कैसे प्रेरणाके स्रोत हैं! मुझे कृपया अवश्य बताइए कि मैं सयाजीके धर्मकार्यमें क्या योगदान दूँ? कैसे धर्मसेविका बनी रहूँ?

आपकी धर्मपुत्री,

समस्त मंगल मैत्री सहित, शारलोट जेलिनकोव (काठमांडू)

आगामी शिविर

शिविर क्रमांक : १९८ **हैदराबाद** (विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केन्द्र, १२.६ कि. मी. नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर)

दि. २१-७-८१ से १-८-८१ तक (हिन्दी)

संपर्क सूत्र : १) श्रीमती ऊषा पी. मेहता, ६१, श्रीनगर कॉलोनी, हैदराबाद-५०००७३ (आं. प्र.) फोन : ३०२९१ अथवा

२) श्री पूरनमल अग्रवाल, द्वारा-होटल राजधानी, सिद्दिअम्बर बाजार, हैदराबाद-५०० ०१२ (आं. प्र.) फोन : ५७५७१

तार : प्रेम केबल फोन : ४०३५७/४४५४७

मेसर्स दि प्रिमियर केबल एण्ड कंपनी

१४/१५ एफ, कन्नॉट सर्कस, नई दिल्ली-११० ००१.

की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

धरम स्वाद चाख्यो नहीं, सरधा जगी न लेस।
कोरै बुद्धि बिलास सूं, मन का कटै न क्लेस॥
बिन सरधा भगती बिना, लूखो सूखो ग्यान।
बिना ग्यान बोधी बिना, भगति निपट निस्प्रान॥
जागै सरधा बलवती, साथै जगै विवेक।
सरधा और विवेक सूं, मंगल जगै अनेक॥
बियाबान बन भटकतां, मिल्या भूल्यो पंथ।
भवभय सगळा मिट गया, मिल्यो धरम गुणवंत॥
पुन्न उदय ऐसो हुयो, हुयो समागम सत।
बंधन कटग्या पाप का, हुयो दुखां को अंत॥
धरम मिल्यो निरमल हुयो, जीवन, तन, मन, प्राण।
चित छायी किरतग्यता, चित छायो अहसान॥

दोहे धर्म के

याद करूँ जब बुद्ध की, करुणा अमित अपार।
तन मन पुलकित हो उठे, चित छाए आभार॥
यही बुद्ध की वन्दना, यही बुद्ध सम्मान।
बोधि जगाऊँ चित्त में, करूँ दूर अज्ञान॥
शुद्ध बोधिका चित्त में, अंश मात्र जग जाय।
तो अंतस कालख धुले, मन उजला हो जाय॥
श्रद्धा जागी बुद्ध पर, चलूँ बोधि के पंथ।
बोधि जगाऊँ स्वयं की, मंगल मिले अनंत॥
श्रद्धा जागी धर्म पर, चलूँ धर्म के पंथ।
सब पापोंका हनन कर, बनूँ स्वयं अरिहंत॥
श्रद्धा जागी संत पर, बढ़ूँ शांति के पंथ।
शांति समाए चित्तमें, होय दुखोंका अंत॥

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

"विपश्यना"

पो. रजि. नं. (M) NS (C) 36

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

प्रेषक :

सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट

विपश्यना विश्व विद्यापीठ

धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२ ४०३.

(नासिक, महाराष्ट्र)