विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2569, 14 सितंबर, 2025, वर्ष 1, अंक 7 (संशोधित) (जुलाई 1971 से लगातार प्रकाशित)

रजि. नं. MHHIN/25/RAA23 प्रति अंक शुल्क ₹ 0.00

अनेक भाषाओं में पत्रिका देखने की लिंक : http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

वार्षिक सदस्यता शुल्क ₹ 100.00, (भारत के बाहर भेजने के लिए US $ 50)

धम्मवाणी

अप्पं वत जीवितं इदं, ओरं वस्ससतापि मिय्यति।
यो चेपि अतिच्च जीवति, अथ खो सो जरसापि मिय्यति॥

खु.नि. सुत्तनिपातपाळि, 810-जरासुत्तं

यह जीवन सचमुच कितना अल्प है, लघु है। मानव पूरे सौ वर्ष भी नहीं जी पाता और मृत्यु को प्राप्त हो जाता है। यदि कोई सौ वर्ष से अधिक भी जी लेता है तो आखिर जर्जरित होकर मृत्यु को प्राप्त होता ही है।

उद्बोधन!

मृत्यु मंगल

विपश्यी साधक के लिए मृत्यु मंगल है, अमंगल नहीं! सुहावनी है, भयावनी नहीं! अभिनंदनीय है, तिरस्करणीय नहीं! जब समय पकता है और आयु-संस्कार पूरे होते हैं तो शरीर-च्युति अवश्यम्भावी है। नियति के इस अटूट नियम को कोई नहीं टाल पाता। परिपक्व साधक इस अपरिहार्य मृत्यु-क्षण को मुस्कराता हुआ वरण करता है। चित्तधारा पर रंचमात्र भी भय नहीं होता, शोक नहीं होता, घबराहट नहीं होती। मृत्यु के समय यदि पीड़ा हो तो भी चित्त विचलित नहीं होता। जैसे अधिष्ठान में बैठा हुआ साधक शारीरिक पीड़ाएं हों तो भी चित्त विचलित नहीं होने देता, वैसे ही यदि मृत्यु के समय पीड़ा हो तो भी अविचलित रहता है। सजग सचेत रहता है। अनित्य बोध की चेतना बनी रहती है। ऐसे चित्त-क्षण में जब च्युति होती है, यानी, शरीर छूटता है तो अगले क्षण की प्रतिसंधि, यानी, अगले जीवन का प्रथम चित्त निस्संदेह किसी सद्गति के क्षेत्र में ही होता है। दुर्गति की किंचित भी आशंका नहीं।

जो साधक जब से विपश्यना मिली तब से लेकर शेष जीवन पर्यंत विपश्यना का अभ्यासी रहता है, वह सद्धर्म का पथिक है। "ओप्पनेयिको" यानी, कदम-कदम आगे ही बढ़ने वाला है। मृत्यु उसकी प्रगति को रोकती नहीं। मृत्यु की वजह से चित्तधारा में धर्मचेतना का अवरोध नहीं होता। प्रगति कायम रहती है। निष्ठावान साधक के लिए धर्म-साधना का "ओपनेय्यिको" स्वभाव मृत्यु के क्षण सहायक बन कर उपस्थित हो ही जाता है। उन्नत भविष्य सुरक्षित होता है। सद्गति सुनिश्चित होती है।

इसीलिए सच्चे साधक को मृत्यु का भय नहीं रहता। वह न तो जीवन से घृणा करता हुआ मृत्यु की कामना करता है और न ही जीवन से आसक्त होकर मृत्यु से घबराता है। पूर्णतया विश्वस्त रहता है कि मृत्यु पदोन्नति है, प्रोमोशन है। अत: प्रसन्नता का विषय है, शोक का नहीं, विलाप का नहीं। विपश्यी साधक जीवन जीने की कला सीखता है। जीवन जीने की कला में ही मंगल मृत्यु की कला समायी हुई है। फिर भी मरणासन्न विपश्यी के निकट जो अन्य साधक हों उन्हें उसकी सहायता करनी चाहिए। सारे वातावरण को समतामयी धर्मचेतना से परिप्लावित रखना चाहिए। यदि कोई अस्थिर चित्त और दुर्बल हृदय का आँसू बहानेवाला व्यक्ति पास हो तो उसे शीघ्र दूर हट जाना चाहिए ताकि वह मरणासन्न व्यक्ति की महत्त्वपूर्ण च्युति-चित्त-संतति को दूषित कर देने का कारण न बन जाय। मरणासन्न व्यक्ति बहुत पका न हो तो कहीं अपने परिवार के किसी व्यक्ति को शोकाकुल देखकर स्वयं शोकग्रस्त न हो जाय और अपना परलोक न बिगाड़ ले। सभी उपस्थित साधकों को चाहिए कि उस समय मरणासन्न व्यक्ति के आस-पास बैठकर विपश्यना करें। अनित्यबोधिनी-चेतना की धर्म तरंगों का प्रजनन करें अथवा रोगी के प्रति मंगल मैत्री करें। उस समय सारा वातावरण धर्मचेतना की विद्युत तरंगों से ही उर्मिल रहना चाहिए।

मृत्यु के पश्चात भी कोई रोए नहीं, विलाप नहीं करे। बल्कि मृतक की सद्गति पर चित्त को प्रसन्न ही रखे। उसके प्रति मंगल मैत्री ही प्रजनन करे। उसे अपना पुण्य-वितरण ही करे। इससे मृत व्यक्ति जहां कहीं भी जनमा हो, उसकी चित्तधारा में धर्मचेतना का ही स्पर्श होता है और परिणामत: उसकी चित्त-चेतना प्रशांत, प्रसन्न, प्रफुल्ल रहती है। शोक और विलाप करने से अपने चित्त की दु:खजन्य तरंगें अपने प्रिय मृत व्यक्ति की चित्तधारा को शोक-संतप्त करती हैं। उसे व्याकुल बनाकर उसकी सुख-शांति का हनन करती हैं। न स्वयं शोक-संकुल हो और न ही किसी अन्य के शोक का कारण बने। स्वयं प्रसन्नचित्त रहे और अन्य की चित्त-प्रसन्नता का भी कारण बने। मंगल-मृत्यु का यही मंगल विधान है।

वर्ष 9, बुद्धवर्ष 2524, दि. 29-5-1980, अंक 12 से साभार

पूज्य पिताजी की शरीर-च्युति

— सत्यनारायण गोयन्का

सूचनाः *निम्न आलेख पूज्य गुरुजी द्वारा बरमा स्थित बाबू भैया (बाबूलाल गोयन्का) को अपने पूज्य पिताजी श्री गोपीराम गोयन्का की शरीर-च्युति पर लिखा गया एक मर्मांतक पत्र है। अपने पिताजी की दुर्घटना का समाचार पाकर गुरुजी ने रक्सौल शिविर का समापन नियमतः सुबह करने की बजाय शाम को ही किया ताकि अगली सुबह हवाई जहाज*

से बंबई लौट सकें और मैं उनका बिस्तरबंद आदि भारी सामान लेकर ट्रेन से बंबई चला जाऊं। लेकिन उनकी यह हवाई-यात्रा अत्यंत डरावनी और कष्टकारक रही जो किसी अनहोनी आहट का प्रतीक थी और सचमुच 'बाबोजी' की मृत्यु के रूप में सामने आई। भारत का पहला 13 जुलाई, 1969 का शिविर वस्तुतः पूज्य गुरुजी के माता-पिता के लिए ही लगा था और उससे वे बहुत लाभान्वित हुए थे। यहां उनके सार्थक जीवन-मरण की झलक स्पष्ट देखते हैं।

पूज्य गुरुजी ने भी मृत्यु के कुछ समय पूर्व सदा की भांति टेबल पर बैठकर रात का भोजन किया और थोड़ी देर बाद ही अपने सहायक से कहा, "चलो, कमरे में चलते हैं।" बिस्तर पर लेटते ही सांस तेज हो गयी तो सिर को ऊंचा रखने के लिए कुछ और तकियों का सहारा लिया और थोड़ी देर में ही 29 सितंबर, 2013 को शांतिपूर्वक अंतिम सांस ले ली, यानी, 29 सितंबर को पूज्य गुरुजी की पुण्यतिथि है और 13 सितंबर को बाबाजी श्री गोपीरामजी की।

पूज्य गुरुजी ने जीवन-संध्या के दिनों में एक दोहा लिखा —

जीवन तो थोड़ा बचा, करने काम अनेक।
ऐसा जागे धर्मबल, पूर्ण होय प्रत्येक॥

पूज्य गुरुजी की कर्मठता के बारे में कौन नहीं जानता? उनके आदर्शों को जीवन में उतारने और उनके अधूरे सपनों को पूरा करने/कराने का संकल्प लेकर ही हम उन्हें सच्ची श्रद्धांजलि अर्पित कर सकते हैं! — संपादक.

पूज्य गुरुजी का पत्रांशः-

पड़ावः बम्बई (मुंबई), 23 सितंबर, 1972

बाबू भैया, सादर वन्दे!

रक्सौल का शिविर आधा ही चल पाया होगा कि बम्बई से यह दुःखद संवाद प्राप्त हुआ कि किसी दुर्घटना में पूज्य पिताजी के जांघ की हड्डी टूट गई है और उसका आपरेशन करवाना होगा। 2 दिन बाद फिर एक तार मिला कि शारीरिक कमजोरी जब तक दूर नहीं हो जाएगी, तब तक डॉक्टर उनके पैरों का आपरेशन नहीं करेंगे और साथ ही यह भी लिखा था कि चिन्ता की कोई बात नहीं है, मैं अपना शिविर पूरा करके ही लौटूं। शिविर का काम बहुत शांतिपूर्वक संपन्न हुआ। पहला तार प्राप्त होते ही मैंने यह मानसिक संकल्प किया कि इसका सारा पुण्य-फल उन्हें प्राप्त हो।

पिछले 5 दिनों में शिविर के माहौल में बहुत बड़ा अंतर आ गया। न केवल साधकों को इस शिविर से बहुत बड़ा लाभ हुआ, बल्कि मैंने देखा कि स्वयं मेरे लिए भी यह कम लाभदायक नहीं रहा।

न जाने क्यों और किस कारण से मेरे मन में बार-बार एक प्रकार की दृढ़ता के भाव बने रहे कि पिताजी अभी बहुत शीघ्र हमें छोड़कर नहीं जाएंगे। कम से कम तुम्हारे भारत लौटने तक तो वे रुकेंगे ही। पूरे शिविर के दौरान जब-जब उनका ध्यान आता रहा तब-तब मेरा मन उनके पांव की पीड़ा की ओर ही जाता रहा। मुझे स्मरण है—कुछ महीनों पहले इसी प्रकार उनकी रीढ़ की हड्डी में कोई अस्वस्थता पैदा हुई, जिसकी असह्य पीड़ा उन्हें सहनी पड़ी थी। मैं और मां तथा परिवार के अन्य सदस्य उनके साथ बैठकर साधना करते और वे लेटे रहते। देर तक मैत्रीभाव की तरंगें तरंगित होती रहतीं। घंटे भर की साधना के बाद या तो उन्हें नींद आ जाती या जागते रहते तो प्रसन्न होकर कहते कि मेरा सारा दर्द दूर हो गया। मैत्री तरंगों के लिए देश और काल की सीमाएं कोई व्यवधान पैदा नहीं कर सकतीं। अतः वहीं से उनके लिए मंगल मैत्री तरंगित करते रहा। मुझे लगा कि उन्हीं के पुण्य का प्रभाव था कि शिविर का दीक्षा-कक्ष इन 5 दिनों तक विद्युत जैसी तरंगों से तरंगित रहा।

चक्रवाती तूफान का सामना

शिविर समाप्त करके मैं शाम को 6:30 बजे रक्सौल से मुजफ्फरपुर के लिए चल पड़ा, क्योंकि वहां से दूसरे दिन (13/9/1972) प्रातः 10:00 बजे के हवाई जहाज से पटना और पटना से 12:00 बजे दिल्ली के लिए बड़े बोइंग प्लेन में मेरी टिकट रिजर्व थी। परंतु मुजफ्फरपुर से पटना का प्लेन 12:30 बजे छूटा तो पटना से दिल्ली/बंबई की सर्विस मिस हो गई और अब उसी छोटे प्लेन में पटना से इलाहाबाद-लखनऊ होते हुए शाम को 4 बजे दिल्ली पहुँचना था, जहां से बम्बई के लिए 5:30 बजे छूटने वाले प्लेन में मेरी सीट सुरक्षित हुई। परंतु यह छोटा प्लेन पटना से उड़कर जब इलाहाबाद उतरा और वहां से दोपहर लगभग 1:45 बजे लखनऊ के लिए छूटा तो 15 मिनट के भीतर ही जहाज किसी बहुत बड़े झंझावात (चक्रवाती तूफान) में फँस गया। जहाज के लिए आगे की यात्रा दूभर हो गई और उसने वापस इलाहाबाद लौटकर उतरने का फैसला किया। परंतु तब तक उस भयंकर तूफान ने इलाहाबाद के एयरपोर्ट को बुरी तरह घेर लिया था और एयरपोर्ट कंट्रोल ने उतरने की अनुमति नहीं दी। किसी तरह जहाज लखनऊ की ओर उड़ा। परंतु वहां भी वही दशा थी। वहां भी उतरने नहीं दिया गया। बनारस की भी वही दशा रही। फिर पटना वापस गया, परंतु वहां भी वही दशा रही। इस प्रकार आसपास के हवाई अड्डों पर विफल होने के बाद चालक दल ने उत्तर की ओर काठमांडू जाने की बात सोची, परंतु वहां से समाचार मिला कि वहां पर बहुत बड़ी विमान दुर्घटना हो गई है। अतः उस ओर जाना खतरे से खाली नहीं है। इस भाग दौड़ में लगभग 5:30 बज गए। यात्रियों के ही नहीं, बल्कि विमान चालकों के भी होश गुम थे। उसी समय एकाएक बनारस से सूचना मिली कि वहां का आसमान थोड़ा साफ है और उत्तर की ओर से विमान पट्टी पर उतारा जा सकता है। विमान चालक ने बड़े धैर्य के साथ लगभग 6:00 बजे वाराणसी एयरपोर्ट पर जहाज उतारकर संतोष की सांस ली। सब लोग थके-मांदे बनारस की किसी होटल में जाकर सोए।

मैंने बहुत प्रयत्न किया कि वहां से किसी भी प्रकार बम्बई से संपर्क स्थापित करूं, परंतु संचार के सारे साधन उस भयंकर चक्रवात के कारण टूट-फूट चुके थे और मुझे मजबूरन रात वहीं बितानी पड़ी। दूसरे दिन (यानी, 14/9/1972) सुबह 8:00 बजे हवाई अड्डे आ बैठा। बनारस का हवाई अड्डा साफ था, परंतु उसके आगे इलाहाबाद, लखनऊ, आगरा और दिल्ली तक के हवाई अड्डों का वही बुरा हाल था। अतः वहीं पर प्रतीक्षा करते रहना पड़ा। लगभग 11:00 बजे दिल्ली से सूचना मिली कि वहां का आसमान कुछ खुला है। आगरा ने भी खबर दी कि वहां की हालत भी कुछ ठीक है और इन दो स्थानों से हरी झंडी मिलते ही विमान ने यात्रा आरंभ की। परंतु ऊपर आकाश तक पहुँचते-पहुँचते अचानक फिर तूफान के थपेड़े लगने लगे। किसी प्रकार हिम्मत करके जहाज दिल्ली के समीप पहुँचा तो वहां उतरने की मनाही आ गई। आगरा की ओर गया तो वहां वालों ने भी हालत खराब बताई। आधे घंटे तक आगरा और दिल्ली के बीच यूं ही उड़ते रहने के बाद आगरा हवाई अड्डे पर उतरने का प्रयत्न किया। जमीन से कुल 150 फुट की ऊंचाई तक आकर भी विमान उतरने में असफल रहा और फिर आकाश की ओर उड़ना पड़ा। इस प्रकार एक घंटे में एक और विफल प्रयास करके तीसरी बार जब विमान आगरा के हवाई अड्डे पर उतरा तो विमान चालक नर्वस टेंशन से चूर-चूर हो चुके थे।

मैं भी शीघ्र से शीघ्र बम्बई पहुँचने के लिए आतुर था। मैंने एयरपोर्ट से ही दिल्ली से बम्बई के रिजर्वेशन की कोशिशें शुरू की और दूसरी ओर बम्बई के समाचार जानने की आतुरतावश दिल्ली के अपने व्यावसायिक प्रतिनिधि गोस्वामी को फोन मिलाया। फोन मिलते ही उससे यह जानकर मन को बड़ा धक्का लगा कि पिताजी कल (यानी, 13/9/1972) 1:45

बजे दिवंगत हो गए, ठीक उसी समय जब मेरा विमान उस भयंकर झंझावात के थपेड़ों में आलोड़ित हो रहा था। उसने यह भी बताया कि आज (यानी, 14/9/1972) सुबह 11:00 बजे के आसपास उनका दाह संस्कार भी कर दिया गया। इस सूचना ने 15-20 मिनट तक मुझे मर्माहत रखा। परंतु उसके बाद शीघ्र ही सारे शरीर में धर्म-चेतना जाग उठी जो कि बम्बई पहुँचने तक बनी रही। अपराह्न 4:00 बजते-बजते आगरा का आसमान बिल्कुल साफ हो गया।

अंततः आगरा से बम्बई तक की सुखद-यात्रा

कलकत्ता से बम्बई जाने वाला एक बोइंग विमान आगरा उतरा और उसने मुझे दिल्ली और दिल्ली से बम्बई तक के लिए सहानुभूति पूर्वक स्थान दे दिया। इतने बड़े तूफान के बाद अब हल्के बादलों के बीच क्षितिज पर इंद्रधनुषी आकाश बड़ा शोभायमान दिखने लगा। आगरा से दिल्ली पहुँचने तक न केवल उस हवाई जहाज में, बल्कि सारे नभो-मंडल की अनुभूतियां अभूतपूर्व थीं। शाम तक सारा दृश्य सम्मोहक बना रहा। पितृ-शोक की मानसिक उदासी गायब हो चुकी थी और मन प्रफुल्लित था। मेरा रोम-रोम किसी दिव्य स्पर्श से रोमांचित हो रहा था। दिल्ली से बम्बई आने तक यह पुलक-रोमांच कायम रहा।

यहां आने पर हवाई अड्डे से घर तक प्रिय श्याम बिहारी के मुँह से और घर आने पर मां, बड़े भैया, शंकर, श्याम सुंदर तथा इलायची के मुँह से पूज्य पिताजी के जीवन के अंतिम दिनों की एक-एक बात ब्योरेवार सुना तो मन विचलित होने के बजाय पुलकित-रोमांचित ही हुआ और धर्म संवेग ही जागृत हुआ। दूसरे दिन सुबह बड़े भैया तथा अन्य भाइयों के साथ श्मशान भूमि में जाकर उनके 'फूल चुने'। इस प्रकार उनके पार्थिव शरीर के ये अधजले अस्थि अवशेष ही मेरी वंदना करने के लिए पर्याप्त हुए। मैं भी तुम्हारी तरह उनके अंतिम दर्शन से वंचित ही रहा और अंतिम दिनों के उनके सान्निध्य एवं प्रत्यक्ष सेवा के अवसर से भी वंचित रहा।

मिलने वालों का तांता

अब दिन भर मिलने वालों का तांता लगा रहता है। हर कोई बाबोजी के बारे में अपने अनुभव सुनाता है। सुबह-शाम सारे परिवार के लोग मां और बड़े भैया के साथ बैठकर साधना करते हैं। धम्मवाणी का पाठ होता है। पिताजी रोज सुबह-शाम समुद्र तट पर घूमने जाया करते थे। इस प्रकार नित्य नियमित रूप से घूमने वालों की अपनी मंडली थी। जिस मंडली में 'बाबोजी' (पूज्य पिताजी) थे उसमें छोटी-बड़ी हर उम्र के लोग हैं। इस मंडली के अनेक लोगों ने कहा कि बाबोजी स्वयं भी सदैव प्रसन्न रहा करते थे और सारी मंडली को भी अपने उल्लास में साथ रखते थे। जहां बाबोजी थे, वहां मायूसी पास नहीं फटक सकती थी। बाबोजी की समरसता अनूठी थी। बच्चों में बच्चे जैसी, वयस्कों में वयस्क जैसी, प्रौढ़ों में प्रौढ़ जैसी और वृद्धों में वृद्ध जैसी।

इस मंडली के 3-4 सदस्यों ने बताया कि दुर्घटना होने के 2-4 दिन पूर्व ही उन्होंने कहा था कि अब मैं बहुत दिन नहीं रहूंगा। समय नजदीक आ गया है। उस समय न तो अस्वस्थ थे, न उनमें कोई ऐसी बात थी जो कि उन्हें अपनी मृत्यु की याद दिलाती, परंतु लगता है कि यह उनके अचेतन चित्त में उठा हुआ मृत्यु का पूर्वाभास ही था, जिसने उनके मुँह से ऐसे शब्द कहलवाए।

पूज्य मां की उदासी

वैसे जब-जब मैं अपने शिविर लगाकर बम्बई लौटता अथवा जब कभी नई यात्रा पर निकलता तो मां कभी-कभी उदास होकर कहती कि हम दोनों 'काँकड़ (किनारे) पर लगे' हुए हैं और तुम इतनी लंबी-लंबी यात्राएं करते हो। कभी तुम्हारे मन में धोखा रह जाएगा। इस पर पिताजी बड़े आत्मबल के साथ कहते कि मैं जब तक चलफिर रहा हूं, तब तक मेरा कुछ नहीं बिगड़ने वाला। परंतु जिस दिन खटिया पकड़ लूंगा, तो फिर उठ नहीं पाऊंगा।

सचमुच ये दोनों ही भविष्यवाणियां सच साबित हुईं। मैं उनकी अंतिम सेवा नहीं ही कर सका और वे खटिया पकड़ने के बाद नहीं ही उठ सके।

यद्यपि हम दोनों ही अंतिम समय में उनकी सेवा के लिए हाजिर न रह सके, परंतु बड़े भैया सहित सारा परिवार उनकी सेवा में लगा था और उन्हें इस बात का सुखद संतोष भी रहा। बल्कि जो शिकायत थी वह यही कि उनके लिए इतने सारे डॉक्टर क्यों बुलाए जा रहे हैं?

(क्रमशः अगले अंक में)...

प्रश्नोत्तरः वार्षिक सम्मेलन, धम्मगिरि, जन. 1992

प्रश्नः- जब आप विपश्यना का अभ्यास करने के लिए कहते हैं और अभ्यास करते हुए जब हम हथेली-पगथली पर आते हैं, तब वस्तुतः क्या होता है? क्या उस समय वास्तव में कुछ शरीर से निकलता है? निकल कर बाहर आता है या यह भी भ्रम है? हथेली-पगथली पर विशेषता क्यों दी जाती है?

स.ना. गोयन्काजीः- हमारा ध्यान हथेली-पगथली पर जाये और वहां कोई संवेदना ही न हो तो क्या निकलेगा? संवेदना हो, उसकी जानकारी हो और जानकारी होते हुए अनित्य बोध के साथ समता हो, तो निकलेगा और विकार ही निकलेगा। हमें उन चारों स्थानों पर—दोनों हथेलियों और दोनों पगथलियों पर कोई बहुत पीड़ाजनक संवेदना नहीं हुआ करती। या तो असुखद-अदुखद संवेदना होती है या कुछ सुखद संवेदना। सामान्य साधक इन स्थानों पर अपनी समता आसानी से बनाये रख सकता है। संवेदना को भी जान रहा है और समता भी है, तो विकार अपने आप निकलते चले जाते हैं। यही होता है और कुछ नहीं।

मुंबई विश्वविद्यालय के साथ और सहयोग से चलाए जाने वाले वीआरआई के शैक्षणिक पाठ्यक्रमों के बारे में

1. विपश्यना ध्यान परिचय (ITVM) (ऑनलाइन ३ माह, प्रत्येक रविवार). ७ सितम्बर से आरंभ।
2. डिप्लोमा– बुद्ध की शिक्षा "विपस्सना" सिद्धांत और अभ्यास (ऑनलाइन १ वर्ष, प्रत्येक शनि–रवि) – २३ अगस्त से आरंभ।
3. एडवांस डिप्लोमा बुद्ध की शिक्षा "विपस्सना" सिद्धांत और अभ्यास (ऑनलाइन १ वर्ष, प्रत्येक शनि–रवि) – २३ अगस्त से आरंभ।

आवासीय शिविरः

4. आवासीय पाली–हिंदी शिविर (३ सप्ताह + ३ सप्ताह). २१ सितम्बर से आरंभ हो रहा है।

इन शिविरों के बारे में अधिक जानकारी के लिए नीचे दिए गए लिंक पर जाएँ:
https://www.vridhamma.org/Pali-Study-Programs

मंगल मृत्यु

1. श्री रामदीन अहिरवार, भोपाल (म.प्र.) के स. आचार्य 77 वर्ष की आयु में, 12 अगस्त, 2025 को शांतिपूर्वक दिवंगत हुए। उन्होंने 1999 में विपश्यना शुरू की और 2010 में सहायक आचार्य नियुक्त हुए। अपनी नम्रता, कर्मठता और सेवाभाव के कारण 'धम्मपाल विपश्यना केंद्र' पर सभी प्रकार की सेवाएं देते हुए अनेकों के कल्याण में सहायक हुए। वे धर्मपथ पर सतत प्रगति करते हुए निब्बानलाभी हों, धम्मपरिवार की यही मंगल कामना है।

2. तमिलनाडु के वि. आचार्य श्री एम. आर, मुथुस्वामी 82 वर्ष की आयु में 18 अगस्त, 2025 को अपने निवास पर शांतिपूर्वक दिवंगत हुए। वे विगत 2010 से पूरे तमिलनाडु में वि. शिविरों में तन्मयता से सेवा देते हुए धर्म साहित्य का तमिल भाषा में अनुवादकार्य भी करते रहे। वे धर्मपथ पर सतत प्रगति करते हुए निब्बाणिक अवस्था प्राप्त करें, धम्मपरिवार की यही मंगल कामना है।

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1-2. श्री सज्जन कुमार एवं श्रीमती नीरू गोयन्का, धम्म लिच्छवी विपश्यना केंद्र, मुजफ्फरपुर के लिए केंद्र-आचार्य के रूप में सेवा
3. श्री लक्ष्मी प्रसाद मांडलेकर, धम्मबल विपश्यना केंद्र, जबलपुर के केंद्र-आचार्य की सहायता
4. श्रीमती अंबपाली चौधरी, धम्मउपवन विपश्यना केंद्र, बाराचकिया के केंद्र-आचार्य की सहायता
5. श्री अर्जुन भार्गव, धम्मसुवत्थी श्रावस्ती के केंद्र-आचार्य की सहायता
6. श्रीमती पूनमसिंह, धम्मकाया विपश्यना केंद्र, कुशीनगर के केंद्र-आचार्य की सहायता

नये उत्तरदायित्व
वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. श्री मनोहर बापट, दिल्ली
2. श्रीमती आभा मित्तल, दिल्ली
3. श्री रोहिताश्व राहुल नागपाल, शाहजहांपुर, उत्तर प्रदेश
4. श्री विनीत शर्मा, गाज़ियाबाद, उत्तर प्रदेश
5. श्रीमती विमलेश पांडे, लखनऊ, उत्तर प्रदेश
6. श्रीमती पूनम सिंह, लखनऊ, उत्तर प्रदेश
7. कु. विभा कमल, हरिद्वार, उत्तराखंड
8. श्रीमती सरला कौशल, लुधियाना, पंजाब
9. श्री रविन्दर सिंह नेगी, मोहाली, पंजाब
10. श्रीमती परवीन खासा, रोहतक, हरियाणा
11. श्री नरेश कुमार शर्मा, रोहतक, हरियाणा

नव नियुक्तियां
सहायक आचार्य

1. श्री दुर्गेश नंदन, वैशाली, बिहार
2. श्रीमती सविता दास, उड़ीसा
3-4. Mr. Kim & Mrs. Natalie Johnston, Australia
5. Mr. Fei Ding, China

बाल शिविर शिक्षक

1. श्री राकेश कुमार, अंधेरी (पू.), मुंबई
2. श्रीमती पूजा पवार अंधेरी, (पू.), मुंबई
3. श्री राजेश साबले, गोरेगांव (प.), मुंबई
4. श्री प्रशांत जाधव, रत्नागिरी, महा.
5. श्रीमती सुरेखा आयरे ,रत्नागिरी, महा.
6. श्रीमती सुजाता देसाई, सांगली, महा.
7. श्रीमती ज्योति सागर, पुणे, महा.
8. श्री नितिन वासनिक, भोपाल, म. प्र.
9. श्री प्रकाश गोयन्का, दुबई
10. श्री सुशील छेली, दुबई
11. Ms. Laetitia Lauvray, France

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोराई, मुंबई में

1. एक-दिवसीय महाशिविर:

1. **रविवार,** 05 अक्टूबर, 2025 पूज्य गुरुजी की पुण्यतिथि (29 सितंबर, 2013) के उपलक्ष्य में।
2. **रविवार,** 18 जनवरी, 2026 माताजी की पुण्य-तिथि (5 जनवरी, 2016) एवं सयाजी ऊ बा खिन की पुण्य-तिथि (19-1-1971) के उपलक्ष्य में।

2. एक दिवसीय शिविर प्रतिदिनः

इनके अतिरिक्त विपश्यना साधकों के लिए पगोडा में प्रतिदिन **एक दिवसीय शिविर** आयोजित किए जा रहे हैं। कृपया शामिल होने के लिए निम्न लिंक का अनुसरण करें और एक बड़े समूह में ध्यान करने के अपार सुख का लाभ उठाएं—*समग्गानं तपोसुखो*। **सब के लिए संपर्क: 022 50427500 (Board Lines)** - Extn. no. 9, मो. **+91 8291894644.** (प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक) Online registration: http://oneday.globalpagoda.org/register; **Email:** oneday@globalpagoda.org

3.'धम्मालय' विश्राम गृह

एक दिवसीय महाशिविर के लिए आने पर रात्रि में **'धम्मालय'** में विश्राम के लिए सुविधा उपलब्ध है। अधिक जानकारी और बुकिंग के लिए **संपर्कः** 022 50427599 or Email- *info.dhammalaya@globalpagoda.org or info@globalpagoda.org*

दोहे धर्म के

कोई सारे विश्व का, भले विजेता होय।
मृत्युकाल के वार से, विवश पराजित होय॥

कोई मरे इस ब्याधि से, कोई मरे उस रोग।
कोई मरे बिन रोग ही, होय मृत्यु संयोग॥

जो जनमा सो ही मरा, छूट सका ना कोय।
मुक्त हुआ जो जनम से, मृत्यु-मुक्त है सोय॥

जरा व्याधि भव मृत्यु का, चले चक्र भव भूल।
बिन अंतर प्रज्ञा जगे, कटे न भव-भय शूल॥

दूहा धरम रा

अपणै ही अग्यान स्यूं, पड़ै म्रित्यु रै फंद।
आतो जातो ही रवै, जीव घणो मतिमंद॥

जनम लियां तो आवसी, जरा म्रित्यु अर रोग।
रोतां-धोतां कद कटै, निज करमां रो भोग॥

लिखा-पढी कीं री हुयी, म्रित्युराज रै साथ।
कुण जाणै जाणो पड़ै, कीं छण खाली हाथ॥

कुसल करम कर आज ही, कल रो के बिसवास?
म्रित्युराज ना ठैरसी, पूरा होयां सांस॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड
8, मोहता भवन, ई-मोजेस रोड, वरली, मुंबई- 400 018
फोन: 2493 8893, फैक्स: 2493 6166
Email: arun@chemito.net
की मंगल कामनाओं सहित

मोरया ट्रेडिंग कंपनी
सर्वो स्टॉकिस्ट-इंडियन ऑईल, 74, सुरेशदादा जैन शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, एन.एच.6, अजिंठा चौक, जलगांव - 425 003, फोन. नं. 0257-2210372, 2212877
मोबा.09423187301, Email: morolium_jal@yahoo.co.in
की मंगल कामनाओं सहित

"विपश्यना विशोधन विन्यास" के लिए प्रकाशक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी- 422 403, दूरभाष :(02553) 244086, 244076.
मुद्रक : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकॉफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2569, 14 सितंबर, 2025

वार्षिक सदस्यता शुल्क ₹ 100.00, (भारत के बाहर भेजने के लिए US $ 50) "विपश्यना" (संशोधित) रजि. नं. MHHIN/25/RAA23, **प्रति अंक शुल्क ₹ 0.00**

Posting day- **14th of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.)
DATE OF PRINTING: 10 September, 2025, DATE OF PUBLICATION: 14 September, 2025

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086,
244144, 244440.
Email: vri_admin@vridhamma.org;
Course Booking: info.giri@vridhamma.org
Website: www.vridhamma.org