Return of Dhamma
Celebrating 50 Golden Years 1969-2019
VIPASSANA MEDITATION
As taught by S.N. Goenka in the tradition of Sayagyi U Ba Khin

विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-
आजीवन शुल्क रु. ५००/-

बुद्धवर्ष 2563, वैशाख पूर्णिमा, 18 मई, 2019, वर्ष 48, अंक 11

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

धम्मवाणी

खन्ती परमं तपो तितिक्खा, निब्बानं परमं वदन्ति बुद्धा।
न हि पब्बजितो परूपघाती, न समणो होति परं विहेठयन्तो॥
धम्मपद-184, बुद्धवग्गो

– सहनशीलता और क्षमाशीलता परम तप है। बुद्ध (जन) निर्वाण को उत्तम बतलाते हैं। दूसरे का घात करने वाला प्रव्रजित नहीं होता और दूसरे को सताने वाला श्रमण नहीं हो सकता।

वि. साधना एवं धर्म-प्रसार की स्वर्ण जयंती पर पूज्य गुरुजी के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन का सुअवसर

विपश्यना साधना के पुनरुत्थान की 50वीं वर्षगांठ, यानी, 3 जुलाई 2018 से 3 जुलाई 2019 तक वर्ष भर ग्लोबल विपश्यना पगोडा में प्रतिदिन एक दिवसीय शिविर नियमित रूप से चलते रहेंगे, ताकि यह वर्ष साधकों को दैनिक साधना पुष्ट करने में सहायक हो। यानी, जिस साधक-साधिका को जिस दिन भी समय मिले, इन शिविरों का लाभ उठा सकते हैं। इससे साधकों की साधना में निरंतरता और नियमितता आयेगी और उनसे प्रेरणा पाकर अधिक से अधिक लोगों में सद्धर्म के प्रति जागरूकता पैदा होगी और वे भी शिविरों में सम्मिलित होकर अपना कल्याण साध सकेंगे। अन्य स्थानों पर भी लोग इसी प्रकार दैनिक साधना, सामूहिक साधना तथा एक दिवसीय शिविरों द्वारा इसके व्यावहारिक अभ्यास को पुष्ट करें, यही पूज्य गुरुदेव के प्रति सच्ची श्रद्धांजलि और सही कृतज्ञता होगी।

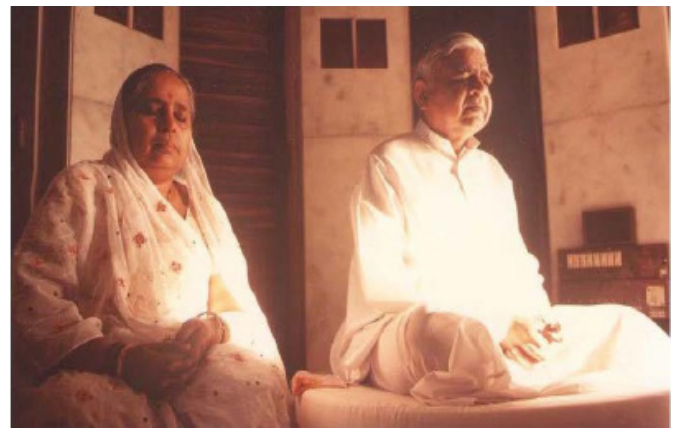
विश्व विपश्यनाचार्य पूज्य श्री सत्यनारायण गोयन्काजी के शुद्ध धर्म के संपर्क में आने के पूर्व की इन घटनाओं से और बचपन से युवावस्था तक के उनके भक्तिभाव से कोई भ्रम नहीं पैदा हो, बल्कि यह प्रेरणा मिले कि ऐसा व्यक्ति भी किस प्रकार बदल सकता है, इसी उद्देश्य से उनके संक्षिप्त **जीवन-परिचय** की यह **नौवीं कड़ी**:--

स्वामी विवेकानंदजी का मेरे जीवन पर विपुल प्रभाव

स्वामी विवेकानंदजी सदैव मेरे श्रद्धाभाजन रहे हैं। युद्धोत्तर म्यंमा में रंगून की श्रीरामकृष्ण मिशन सोसायटी और श्रीरामकृष्ण मिशन सेवाश्रम में अपनी सक्रिय सेवा देते हुए वहां के विद्वान और चरित्रवान, करुणहृदय और सेवाभावी संन्यासियों के साथ काम करने का और उनके सत्संग का बहुत लाभ मिला। उनसे ही स्वामी विवेकानंदजी के आकर्षक व्यक्तित्व और प्रभावशाली कर्तृत्व की महती जानकारी प्राप्त हुई जिससे मुझे प्रभूत प्रेरणा मिली।

कुछ वर्षों पूर्व दक्षिण भारत में विपश्यना के शिविर लगाते हुए अपने परिवार के कुछ सदस्यों के साथ कन्याकुमारी की तीर्थयात्रा पर गया। वहां पावन भारत-भूमि के अंतिम दक्षिणी छोर को तीन समुद्रों का जल स्पर्श करते रहता है मानो तीनों सागर मिल कर भारत माता के पांव धोते रहते हैं।

यह वही स्थल है जिसका दर्शन बोधिसत्त्व को बुद्धत्व प्राप्ति के पूर्व की रात अपने विराटकाय बुद्ध स्वरूप के साथ स्वप्न में हुआ था। उन्होंने स्वप्न में देखा कि वे उच्च हिमालय की तकिया बना कर समग्र भारत भूमि पर लेटे हैं और उनके पांव यहीं कन्याकुमारी के तट तक फैले हुए हैं जहां तीन समुद्रों का जल उनका पाद प्रक्षालन कर गौरवान्वित हो रहा है। स्वप्न में यह भी देखा कि उन विशालकाय भगवान बुद्ध का एक हाथ बंग सागर के तट तक और दूसरा हाथ सिंधु सागर के तट तक फैला है



1980 में पूज्य गुरुजी और पूज्य माताजी धम्मगिरि के मध्यवर्ती पगोडा में (ऊपर) ध्यान करते हुए, जिसके आठों भीतरी खंभों पर लगे तांम्र-पत्रों पर चयनित बुद्धवाणी अंकित है।

और वहां के सागर की उमंग भरी ऊर्मियां उनके हाथों का प्रक्षालन कर उल्लसित हो रही हैं। यह स्वप्न उस भावी सत्य का पूर्व आभास था कि भगवान की पावन शिक्षा समग्र भारत द्वारा सहर्ष स्वीकृत की जायगी और तदनंतर हिमालय से उत्तर दिशा की ओर तथा इन समुद्री तटों से अन्य सभी दिशाओं की ओर देश-विदेशों में फैलेगी।

यह वही तट है जहां से तैर कर स्वामी विवेकानंदजी सामने के चट्टानी द्वीप पर गये थे और तीन दिनों तक वहीं ध्यान-मग्न रहे थे। किसी भी भारतीय के लिए इस त्रिविध पावन स्थल का भावनात्मक महत्त्व स्वाभाविक है।

भारतीय प्रायद्वीप के इस अंतिम छोर के तट पर तीनों सागरों का स्नेह संगम और तीनों की जल लहरियों का पारस्परिक तटवर्ती क्रीड़ा-किलोल अत्यंत मनोहारी था। हम तट पर बैठे इस अनोखे चित्ताकर्षक दृश्य का आनंद ले रहे थे। इतने में देखा, दो-चार नवयुवक मुस्कराते हुए हमारी ओर चले आ रहे हैं। उन्होंने हमें अभिवादन करके बताया कि वे स्थानीय विवेकानंद केंद्र के कार्यकर्ता हैं। उन्हें हमारे आने की कोई सूचना नहीं थी। परंतु उनमें से एक दो विपश्यी थे। उन्होंने मुझे पहचान लिया। बड़े प्यार और सम्मान के साथ मार्गदर्शन करते हुए उन्होंने हमारी इस अपरिचित, अनजान स्थान की तीर्थ यात्रा को अत्यंत सुखद और सफल बनाया। हम कृतार्थ हुए।

वे हमें एक छोटे जहाज से विवेकानंद चट्टान पर ले गये। वहां का भव्य और कलापूर्ण मंदिर देखा। वहीं भीतर बने एक ध्यान प्रकोष्ठ में ले गये। ऐसी मान्यता है कि यहीं स्वामीजी ने तीन दिन तपस्या की थी। हम भी उस पावन स्थली पर कुछ घंटों तक ध्यान करके अत्यंत सुख-विभोर हुए।

• रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

साधना करते हुए मन में यह धर्मकामना अत्यंत सबल होकर जागी कि जैसे सुदूर अतीत में साहसी और त्यागी धर्मदूत भिक्षुओं के माध्यम से भगवान बुद्ध की कल्याणी वाणी और विपश्यना विद्या हिंद महासागर तथा बंग और सिंधु सागर की उत्ताल तरंगों पर सवार होकर देश-विदेशों में फैली, जिस प्रकार निकट भूतकाल में स्वामी विवेकानंदजी के माध्यम से भारत की एक अन्य महत्त्वपूर्ण आध्यात्मिक परंपरा दूर देशों में फैली, वैसे ही अब सर्वजन हितकारिणी विपश्यना विद्या एक बार फिर चारों दिशाओं के छहों महाद्वीपों में फैलेगी और वहां के संतप्त मानवों को सद्धर्म की सुधा-धारा से संतृप्त कर, भव-संसरण के दु:खों से मुक्त करेगी। भारत की पावन भूमि इस द्वितीय बुद्ध शासन काल में एक बार पुनः लोक-कल्याण करने का गौरव प्राप्त करेगी। निकट दक्षिण में हिंद महासागर से सतत अभिषिक्त मुकुलित कमल सदृश श्रीलंका का धर्मद्वीप, निकट पूर्व में भारत की पुण्य भूमि से सटी हुई मेरी पावन जन्मभूमि बरमा, तथा इनके साथ-साथ समस्त एशियाव्यापी बुद्ध संतति के अन्यान्य धर्म देश इस पुनीत अभियान में सहयोग देकर पुण्यलाभी बनें। इन्हीं मंगल भावनाओं से आप्लावित होकर, अत्यंत प्रसन्न चित्त से हमने अपनी सुदूर दक्षिण की तीर्थयात्रा पूरी की।

मुझे यह भी जान कर अत्यंत प्रसन्नता हुई थी कि स्वामी विवेकानंदजी ने अपने जीवन के कुछ एक अंतिम दिवस बोधगया में बोधिवृक्ष के तले ध्यान करते हुए बिताये थे। हम नहीं जानते कि उन्होंने विवेकानंद द्वीप पर, अथवा बोधिवृक्ष के तले कैसी ध्यान साधना की। परंतु इतना स्पष्ट है कि विपश्यना तो नहीं ही की, क्योंकि उस समय तक भारत में विपश्यना का पुनरागमन नहीं हुआ था। भारत अपनी इस पुरातन अनमोल धरोहर से सर्वथा अनभिज्ञ था।

काश! स्वामी विवेकानंदजी जैसे विचक्षण प्रतिभाशाली संत पुरुष को भारत की पुरातन विपश्यना विद्या और साथ-साथ भगवान बुद्ध की मूल वाणी प्राप्त हुई होती तो उसका कितना कल्याणकारी परिणाम होता। उनके मन में भगवान बुद्ध के व्यक्तित्व के प्रति जितनी आस्था और श्रद्धा थी, उतनी ही उनकी शिक्षा के प्रति भी होती। दुर्भाग्य से भारत में सदियों से चले आते हुए मिथ्या प्रचार के कारण उनके मन में जो भ्रांतियां जागीं, वे अवश्य दूर हो जातीं और उस अवस्था में देश तथा विश्व को दी हुई उनकी आध्यात्मिक देन कई गुना अधिक महत्त्वपूर्ण हो पाती। परंतु विपश्यना विद्या और बुद्ध की मूल शिक्षा समय पकने पर ही भारत में पुन: उजागर हो सकी। ऐसा माना जाता है कि पुरातन भारत के एक महान संत ने भविष्यवाणी की थी कि भगवान बुद्ध के २,५०० वर्ष पश्चात ही ये दोनों पुन: भारत लौटेंगी, और तभी लौट पायीं। परंतु फिर भी परम पूज्य स्वामी विवेकानंदजी ने भगवान बुद्ध के व्यक्तित्व के प्रति जो असीम श्रद्धा प्रकट की उसके कारण मेरे हृदय में भगवान बुद्ध के प्रति जो भक्तिभाव था, उसका संवर्धन हुआ। मेरा अतुल उपकार हुआ।

भगवान बुद्ध की महानता

ये हैं भगवान बुद्ध के प्रति स्वामी विवेकानंदजी के कुछ एक हृदयोद्गार, जिनके कारण भगवान बुद्ध के प्रति बचपन में मेरे मानस में जो बिरवा रोपा गया था, उसका संजीवनीय अभिसिंचन हुआ। श्रद्धा की जो बुनियाद पड़ी थी वह दृढ़ से दृढ़तर हुई। यथा:--

• एक हजार वर्ष तक जिस विशाल तरंग ने समग्र भारत को सराबोर कर दिया था, उसके सर्वोच्च शिखर पर एक और महामहिम मूर्ति को देखते हैं और वे हमारे शाक्यमुनि गौतम हैं।

• जहां तक चरित्र का सवाल है, बुद्ध संसार के सबसे महान चरित्रवान व्यक्ति थे।

• नैतिकता का इतना बड़ा निर्भीक प्रचारक संसार में और उत्पन्न नहीं हुआ।

• अन्य किसी की अपेक्षा मैं इस चरित्र के प्रति सबसे अधिक श्रद्धा रखता हूं। वह साहस, वह निर्भीकता, वह विराट प्रेम।

• वह बुद्ध था जिसके पास अभीष्ट मस्तिष्क, अभीष्ट शक्ति और विस्तीर्ण आकाश जैसा अभीष्ट हृदय था।

• उनके विशाल हृदय का सहस्रांश पाकर भी मैं स्वयं को धन्य मानता।

• अपने राजपाट और सब प्रकार के सुखों को तिलांजलि देकर इस राजकुमार ने अपना सिंधु-सा विशाल हृदय लेकर नर-नारी तथा जीव-जंतुओं के कल्याण हेतु आर्यावर्त की वीथी-वीथी में भ्रमण कर भिक्षावृत्ति से जीवन निर्वाह करते हुए अपने उपदेशों का प्रचार किया।

• बुद्ध ही एक व्यक्ति थे जो पूर्णतया तथा यथार्थ में निष्काम कहे जा सकते हैं।

• भगवान पूर्णरूप से निष्काम थे। वे कर्मयोग के ज्वलंत आदर्श स्वरूप थे और जिस उच्च अवस्था पर वे पहुँच गये थे, उससे प्रतीत होता है कि कर्मशक्ति द्वारा हम भी उच्चतम आध्यात्मिक स्थिति को प्राप्त कर सकते हैं।

• उन्हें वह पूर्ण अवस्था प्राप्त हो गयी थी जो अन्यजन भक्ति, ज्ञान या योग के मार्ग से प्राप्त करते हैं।

• केवल निष्काम कर्म ही मनुष्य को पूर्णत्व तक पहुँचा सकता है।

• वह विराट मस्तिष्क कभी अंधविश्वासी नहीं हुआ।

• उन्होंने ईश्वर संबंधी प्रचलित धारणाओं में अंतर्निहित मनोवृत्ति का खंडन किया। उन्होंने देखा कि वे मनुष्य को दुर्बल और अंधविश्वासी बनाती हैं।

• ऐसे अन्य कई महापुरुष थे जो अपने को ईश्वर का अवतार कहते थे और विश्वास दिलाते थे कि जो उनमें श्रद्धा रखेंगे वे स्वर्ग प्राप्त कर सकेंगे। पर बुद्ध के अधरों पर अंतिम क्षण तक यही शब्द थे- ''अपनी उन्नति अपने ही प्रयत्न से होगी। अन्य कोई इसमें तुम्हारा सहायक नहीं हो सकता। स्वयं अपनी मुक्ति प्राप्त करो।"

• संसार के समस्त शिक्षकों में वे ही केवल एक ऐसे शिक्षक हैं जिन्होंने हमें स्वावलंबी होने की शिक्षा सबसे अधिक दी। उन्होंने हमें मिथ्या मान्यताओं के बंधन से ही नहीं, वरन ईश्वर या देवता कही जाने वाली अदृश्य शक्ति, सत्ता या सत्ताओं पर निर्भरता से भी मुक्त किया।

• अपनी मुक्ति स्वयं ही निष्पन्न करो।

• हर स्वावलंबी वस्तु सुखी होती है, हर परावलंबी वस्तु दु:खी।

• बुद्ध की शिक्षा में सब मनुष्य बराबर हैं। वहां किसी के साथ कोई रियायत नहीं। बुद्ध समता के महान उपदेष्टा थे।

• उन्होंने पुरोहितों और अन्य जातियों के मध्य अंतर का उन्मूलन कर दिया। निम्नतर लोग भी उच्चतम उपलब्धियों के अधिकारी हैं।

मेरे लिए बुद्ध की महानता निर्विवाद थी। उन्होंने तत्कालीन समाज में फैले हुए अंधविश्वास को दूर किया। लोगों को स्वावलंबी बनाया। समाज में कोढ़ की भांति फैले हुए जाति-पांति पर आधारित ऊंच-नीच के भेदभाव को दूर करने का प्रबल प्रयत्न किया। व्यक्ति-व्यक्ति को अपना मन स्फटिक की भांति निर्मल करना सिखाया। इसी कारण वे विश्ववंद्य हुए, जगतपूजित हुए। इतना कुछ होते हुए भी उनकी शिक्षा में अवश्य कहीं कोई भूल थी, कहीं कोई कमी थी, जिसके कारण स्वामी विवेकानंदजी को कहना पड़ा –

•• "अपने सारे जीवन में मैं बुद्ध का अनुरागी रहा हूं, परंतु उनकी शिक्षा का नहीं।"

इन शब्दों के कारण बुद्ध की शिक्षा के प्रति उन दिनों मेरे मन में जो भ्रम भ्रांति थी, वह अधिक प्रगाढ़ हो गयी।

स्वामी विवेकानंदजी की वाणी द्वारा बुद्ध-शिक्षा की जो भूलें और खामियां मेरे मन में घर कर गयीं, वे तब तक दूर नहीं हुईं, जब तक कि विपश्यना के प्रथम शिविर में सम्मिलित होकर मैंने स्वयं उनकी शिक्षा

के विशुद्ध व्यावहारिक पक्ष का सक्रिय अभ्यास नहीं कर लिया, और तदनंतर मूल बुद्धवाणी का सार्थक अध्ययन करके उसे नितांत निर्दोष और निष्कलंक देख कर पूर्णतया आश्वस्त हो गया। काश! स्वामीजी भी विपश्यना कर पाये होते।...

(आत्म कथन भाग 2 से साभार) *क्रमशः ...*

"धम्म के 50 साल" पर्व पर

1)- विश्व विपश्यना पगोडा में प्रतिदिन एक-दिवसीय शिविरः

प्रातः 11 बजे से सायं 5 बजे तक हो रहे हैं। जिन्होंने सयाजी ऊ बा खिन की परंपरा में, गुरुजी या उनके सहायक आचार्यों द्वारा सिखायी जाने वाली विपश्यना का कम-से-कम एक 10-दिवसीय शिविर पूरा किया है, वे सभी इनमें भाग ले सकते हैं। आवश्यक और उचित व्यवस्था करने के लिए प्रतिभागियों की संख्या जानना आवश्यक है। इसलिए, कृपया पंजीकरण अवश्य करायें। पंजीकरण बहुत आसान है बस 8291894644 पर WhatsApp करें, या SMS द्वारा नं. 82918 94645 पर, Date लिख कर भेजें।

2)- मुबई-शहर में--बुधवार 3 जुलाई को एक दिन में दो बार एक दिवसीय शिविर--

"**मारवाडी पंचायती वाडी भवन**" में दुबारा एक दिन में दो **एक-दिवसीय** शिविरों का आयोजन हो रहा है। 3 जुलाई, 2019 का पहला शिविर (first session) **प्रातः 9 बजे से दोपहर 1:30 बजे तक,** और दूसरा शिविर (second session) अपराह्न **3 बजे से सायं 7:30 बजे तक।** कृपया बुकिंग कराकर शिविर-स्थल पर पौन घंटे पहले पहुँचें। **स्थान का पूरा पता:** मारवाडी पंचायती वाडी भवन, 41, दूसरी पांजरापोल लेन, (सी.पी. टैंक - माधवबाग के पास) मुंबई-400004. **बुकिंग संपर्क: +91** 9930268875, +91 9967167489, 7738822979 (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 10 से 8 बजे तक.) **Online Regn:** http://oneday.globalpagoda.org/register

3)- धम्मपुब्बज भूमि, चूरू में 'गुरु-स्मृति शिविर'

पूज्य गुरुदेव श्री सत्यनारायण गोयन्काजी ने 3 से 14 जुलाई 1969 में पहला विपश्यना शिविर मुंबई की पंचायती वाड़ी धर्मशाला में आयोजित किया था। इस प्रथम शिविर की 50वीं वर्षगांठ (स्वर्ण जयंती) के अवसर पर पूज्य गुरुदेव के पूर्वजों की भूमि पर स्थित चूरू विपश्यना केंद्र पर उनके इस महान धर्मदान की स्मृति में **3 से 14 जुलाई, 2019** तक पुराने साधकों के लिए दस दिवसीय **'गुरु-स्मृति शिविर'** का आयोजन किया जा रहा है। केवल पुराने साधकों के लिए-- यानी, योग्यता- सतिपट्ठान शिविर जैसी.

पंजीकरण: 1) श्री एस. पी. शर्मा, Email: dhammapubbaja@gmail.com, या wabsite: www.info@pubbaja.dhamma.org, मोबा. 07627049859, 2) श्री सुरेश खन्ना, Email: sureshkhanna56@yahoo.com; मोबा. 94131-57056.

4)- इगतपुरी में दस-दिवसीय शिविर एवं 3-दिवसीय कार्यक्रमः

इगतपुरी में भी पुराने साधकों के लिए १०-दिवसीय **विशेष शिविरों** का आयोजन किया गया है, जो **3 से 14 जुलाई 2019 तक** यहां के तीनों विपश्यना केंद्रों में इस प्रकार होंगेः--

'धम्मगिरि' : पुराने साधकों के लिए-- (योग्यता- सतिपट्ठान शिविर जैसी)

'धम्म तपोवन-1' एवं **'धम्म तपोवन-2'** : (योग्यता- २० दिवसीय शिविर जैसी)

शिविर समापन के बाद **14 से 16 जुलाई** तक एक कार्यक्रम होगा, जिसमें ऐसे साधकों के अनुभव-पत्र पढ़े जायँगे जिन्होंने पूज्य गुरुजी के साथ काम किया हो...। धम्मभूमि दर्शन आदि कुछ अन्य कार्यक्रम भी होंगे। *(इस कार्यक्रम के लिए आपको अलग से पंजीकरण कराना होगा।)*

सभी पंजीकरणों की ऑनलाइन सुविधा नीचे दी गयी links पर उपलब्ध हैः–

धम्मगिरि: https://www.dhamma.org/en/schedules/schgiri;

धम्मतपोवन-1: https://www.dhamma.org/en/schedules/schtapovana;

धम्मतपोवन-2: https://www.dhamma.org/en/schedules/schtapovana2

आप लोगों से निवेदन है कि अधिक से अधिक संख्या में पधार कर इसे एक यादगार प्रसंग बनायें।

बेसिक और उन्नत डिप्लोमा पाठ्यक्रम - बुद्ध की शिक्षा-विपश्यना (सैद्धांतिक और व्यावहारिक पक्ष)

विपश्यना विशोधन विन्यास (वि.आर.आई.) और मुंबई विश्वविद्यालय (तत्त्वज्ञान विभाग) के संयुक्त प्रयास से हो रहे इस पाठ्यक्रम में बुद्ध की शिक्षाओं के सैद्धांतिक और व्यावहारिक पहलू विपश्यना की उपयोगिता को उजागर किया जायगा। पाठ्यक्रम की अवधि: २२ जून २०१९ से मार्च २०२० तक। कक्षा-समय: हर शनिवार दोपहर २:०० से शाम ६:०० बजे तक। योग्यता: न्यूनतम 12वीं / पुरानी एस.एस.सी. पास किया होना चाहिए।

• {प्रथम सत्र के अंत तक, छात्र को पाठ्यक्रम के एक भाग के रूप में 10-दिवसीय विपश्यना शिविर में भेजा जायगा।} **प्रवेश तिथि:** 12 से 15 जून, 2019 (सुबह 11 से 2 बजे तक)।

स्थान: तत्वज्ञान विभाग (फ़िलॉसॉफ़ि डिपार्टमेन्ट), ज्ञानेश्वर भवन, मुंबई विश्वविद्यालय, कालीना, सांताक्रूज (पू.), मुंबई – 400098. फोन नं. 022-26527337.

• प्रवेश के समय कृपया अपने साथ लाएं -- एजुकेशनल सर्टिफिकेट की फोटोकॉपी- 1, पासपोर्ट साइज फोटो- 3, नाम परिवर्तन (गॅझेट सर्टिफिकेट) की फोटोकॉपी- 1, और प्रवेश शुल्क 1800/- रुपये।

• अधिक जानकारी के लिए - **संपर्क**: (1) वि.आर.आई. कार्यालय 022 50427560, 9619234126 (सुबह 9:30 से 5:30 बजे तक), (2) बलजीत लांबा - 9833518979, (3) राजश्री – 9004698648, (4) अलका वेंगुरलेकर - 9820583440. • वेबसाइट देखें:- https://www.vridhamma.org/Pali-Study-Programs

धम्म अरुणाचल, तमिलनाडु में केंद्र के विकास से संबंधित एक गोष्ठी का आयोजन हुआ

एक पथप्रदर्शी गोष्ठी का आयोजन तमिलनाडु के धम्म अरुणाचल केंद्र पर 12 से 15 अप्रैल तक किया गया। इस गोष्ठी का उद्देश्य प्रगतिशील प्रौद्योगिकी की छानबीन करनी थी जिससे केंद्र का विकास किया जा सके। पारंपरिक तथा आधुनिक दोनों तरह की प्रौद्योगिकियों पर विचार किया गया। जल प्रबंधन पर खूब ध्यान दिया गया जैसे-- जल की अभिवृद्धि, इसकी कमी, इसका संरक्षण, इसका उपभोग, इसका उपचार, इसका निपटारा, इसको कैसे recycle (रिसायकिल) कर शुद्ध किया जाय। गंदे जल को कैसे संशोधित किया जाय और इसके संभावित परिणाम क्या होंगे ताकि स्वास्थ्य मंत्रालय और एन. जी. टी. (National Green Tribunal) = (राष्ट्रीय हरित प्राधिकरण अधिनियम - *2010*) ऐसा न सोचे कि केंद्र वह नहीं कर रहा है जो उसे करना चाहिए– इस पर विशेष विचार किया गया।

अतिरिक्त विकल्पों की छान-बीन भी की गयी जैसे आवश्यक विद्युत ऊर्जा की प्राप्ति कैसे की जाय (सौर उर्जा या हवा से); प्राकृतिक रूप से घर कैसे हवादार हो और शीतलीकरण की कैसी प्रणाली हो जिससे केंद्र पर 80% विद्युत की ही आवश्यकता हो; बहुकार्य प्रणालियों पर भी विचार किया गया जैसे बायोगैस (जो रसोईघर के अपशिष्ट की समस्या का समाधान कर रसोई बनाने की गैस दे सके और अंत में जिससे खाद का काम लिया जा सके और पौधों को पतला खाद्य खाद के रूप में दे सकें। पहले मास्टर प्लान बनाना आवश्यक है ताकि इन बातों को भवन निर्माण के पहले ध्यान में रखा जा सके जैसे रद्दी का निपटारा कैसे हो, सिंचाई कैसे हो, भवन निर्माण कहां किया जाय, उसकी अवस्थिति कैसे हो अर्थात दिशा-विन्यास पर ध्यान देना। जल के उपचार में जीवित इंजाइम की क्या भूमिका है, बायोगैस कम्पोस्ट, उसे साफ करने के उपाय और मच्छर भगाने के उपाय, सिंचाई के के बाद जमीन के अंदर जलस्तर कैसे बना रहे, मिट्टी की पारंपरिक सामग्री का उपयोग और किस प्रकार विषाक्त कचरे (toxic waste) को कम किया जाय, जिसमें रसायनिक साबुन, कपड़े धोने का पाउडर आदि आते हैं।

सात राज्यों के बारह केंद्रों से 50 सहभागियों ने इसमें भाग लिया। सहभागी मुख्यत: न्यासी तथा पुराने साधक थे जो केंद्र के विकास के बारे में सोचते थे। कुछ प्रसिद्ध केंद्रों से थे जो चालू व्यवस्थाओं को उन्नत बनाना चाहते थे। अन्य वे लोग थे जो प्रारंभ से नये केंद्र स्थापित करने के लिए आवश्यक बातों को जानना चाहते थे।

अतिरिक्त उत्तरदायित्त्व

1. श्री सत्यजीत ठाकुर, (स.आ.) 'धम्म उत्कल' केंद्र के केंद्र-आचार्य की सहायता-सेवा

नये उत्तरदायित्त्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. श्री दीपक मुचरीकर, जलगांव

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

1. श्री केतनभाई पटेल, अहमदाबाद
2. श्री बासुदेव साह, मुजफ्फरपुर
3. Mr Jorge Ricardo, Malaysia

बाल-शिविर शिक्षक

1. श्रीमती प्रियंका जैन, हैदराबाद
2. श्रीमती मुलागोल्ला जान्सिरानी, हैदराबाद
3. श्री बुरुगु सुरेश कुमार, तेलंगाना
4. श्रीमती रजनी गोवर्धन, सिकंदराबाद
5. श्री बह्म शिवा रेड्डी, तेलंगाना
6. श्री अरुण बिल्ला, हैदराबाद
7. श्रीमती पुड्डा सैदम्मा, हैदराबाद
8. श्री कांचन गजेश्वर, पुणे
9. श्री देवेश चंद्रभान गुप्ता, मुंबई
10. श्री आकाश गौतम बराथे, पुणे
11. श्री कौशल किरण डोळस, पुणे
12. श्री किरण अशोक कुल्ते, अहमदनगर
13. श्री सागर रविन्द्र कासार, पुणे
14. डॉ. नेहा गौतम भावे, नांदेड
15. श्री आनंद वीरभद्र रुगले, परभणी
16. श्री भीमराव मुकुंदराव कावले, नांदेड
17. डॉ. संतोष डांगे, परभणी
18. श्री रामराव बाबाराव रामपुरे, परभणी
19. कु. प्रतिमा भुजंगराव खंदारे, नांदेड
20. श्री भाउराव चंदुजी कांबळे, हिंगोली
21. श्रीमती सुनीता प्रकाश कांबळे, नांदेड
22. Mr. Zhi Feng LUO, China
23. Mrs. Xue Jun DUAN, China

24-25. Mr. Cristian Latorre Carro Candeleda, Spain & Ms. Neige Famery-Brillet Candeleda, Spain

26. Mrs. Priya Koel, United Kingdom

27-28. Mr. Wen Shao Qi Jacky & Mrs Serena Teo Wei Wei, Singapore

• रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

पिश्यना पगोडा परिचालनार्थ "सेंचुरीज कॉर्पस फंड"

'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' के दैनिक खर्च को संभालने के लिए पूज्य गुरुजी के निर्देशन में एक **'सेंचुरीज कार्पस फंड'** की नींव डाली जा चुकी है। उनके इस महान संकल्प को परिपूर्ण करने के लिए **'ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन'** (GVF) ने हिसाब लगाया कि यदि 8760 लोग, प्रत्येक व्यक्ति रु. 1,42,694/-, एक वर्ष के अंदर जमा कर दें, तो 125 करोड़ रु. हो जायँगे और उसके मासिक ब्याज से यह खर्च पूरा होने लगेगा। कोई एक साथ नहीं जमा कर सके तो किस्तों में भी जमा कर सकते हैं। (*अनेक लोगों ने पैसे जमा करा दिये हैं और विश्वास है शीघ्र ही यह कार्य पूरा हो जायगा।*)

साधक तथा साधकेतर सभी दानियों को सहस्राब्दियों तक अपनी धर्मदान की पारमी बढ़ाने का यह एक सुखद सुअवसर है। अधिक जानकारी तथा निधि भेजने हेतु **संपर्कः**-- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, A/c. Office: 022-62427512 / 62427510; **Email**-- audits@globalpagoda.org; **Bank Details:** 'Global Vipassana Foundation' (GVF), Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments, Timber Estate, Malad (W), Mumbai - 400064, Branch - Malad (W). Bank A/c No.- 911010032397802; IFSC No.- UTIB0000062; Swift code: AXIS-INBB062.

धम्मालय-2 (आवास-गृह) का निर्माण कार्य

पगोडा परिसर में 'एक दिवसीय' महाशिविरों में दूर से आने वाले साधकों तथा धर्मसेवकों के लिए रात्रि-विश्राम की निःशुल्क सुविधा हेतु "धम्मालय-2" आवास-गृह का निर्माण कार्य होगा। जो भी साधक-साधिका इस पुण्यकार्य में भागीदार होना चाहें, वे कृपया उपरोक्त (GVF) के पते पर संपर्क करें।

पगोडा पर रात भर रोशनी का महत्त्व

पूज्य गुरुजी बार-बार कहा करते थे कि किसी **धातु-गब्भ** पगोडा पर रात भर रोशनी रहने का अपना विशेष महत्त्व है। इससे सारा वातावरण दीर्घकाल तक धर्म एवं मैत्री-तरंगों से भरपूर रहता है। तदर्थ ग्लोबल पगोडा पर रात्रि भर रोशनी-दान के लिए प्रति रात्रि रु. 5000/- निर्धारित की गयी है। संपर्क- उपरोक्त (GVF) के पते पर...

पगोडा पर संघदान का आयोजन

29 सितंबर, 2019 को पूज्य गुरुदेव की पुण्यतिथि व शरद पूर्णिमा तथा 12 जनवरी, 2020 को पूज्य माताजी एवं सयाजी ऊ बा खिन की पुण्य-तिथियों के उपलक्ष्य में संघदान का आयोजन प्रातः 9 बजे से निश्चित है। जो भी साधक-साधिकाएं इस पुण्यवर्धक दान-कार्य में भाग लेना चाहते हों, वे कृपया निम्न नाम-पते पर संपर्क करें- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, or फोनः 022- 62427512 (9:30AM to 5:30PM), Email: audits@globalpagoda.org

ग्लोबल पगोडा में 2019 के एक-दिवसीय महाशिविर

रविवार, 19 मई, वैशाख/बुद्ध-पूर्णिमा; **रविवार, 14 जुलाई,** आषाढ़ पूर्णिमा (धम्मचक्कपवत्तन दिवस); तथा **रविवार, 29 सितंबर- पूज्य गुरुजी की पुण्य-तिथि** एवं **शरद पूर्णिमा** के उपलक्ष्य में, पगोडा में उक्त महाशिविरों का आयोजन होगा जिनमें शामिल होने के लिए कृपया अपनी बुकिंग अवश्य करायें और **समग्गानं तपो सुखो-** सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं। **समयः** प्रातः11 बजे से अपराह्न 4 बजे तक। 3 से 4 बजे के प्रवचन में बिना साधना किये लोग भी बैठ सकते हैं। बुकिंग हेतु कृपया निम्न फोन नंबरों पर फोन करें अथवा निम्न लिंक पर सीधे बुक करें। **संपर्कः** 022-28451170, 022-62427544- Extn. no. 9, 82918 94644. (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक)
Online Regn: http://oneday.globalpagoda.org/register

दोहे धर्म के

हत्या, चोरी झूठ से, विरत नशे से होंय।
विरत होंय व्यभिचार से, बुद्ध वंदना सोय॥

हो सम्यक आजीविका, सम्यक चिंतन होय।
रहें सजग निज सांस पर, बुद्ध वंदना सोय॥

काया चित्त प्रपंच से, विविध वेदना होय।
निर्विकार निरखत रहें, बुद्ध वंदना सोय॥

देख सुखद संवेदना, आस्वादन ना होय।
भय देखें सुख स्वाद में, बुद्ध वंदना सोय॥

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

दूहा धरम रा

दुखदायी भवचक्र मँह, बीत्या जनम अनेक।
गुरुवर री किरपा हुई, मिलग्यो बुद्ध विवेक॥

करुणासागर बुद्धजी! थांरो ही उपकार।
धरम दियो मंगळ करण, सुखी करण संसार॥

आ ही साची बंदगी, नमस्कार परणाम।
जीवन जीऊं धरम रो, करूं न कूड़ा काम॥

ईं स्रद्धामय नमन स्यूं, चित्त बिमल हो ज्याय।
अहंकार सारो मिटै, बिनयभाव भर ज्याय॥

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, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी- 422 403, दूरभाष :(02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकाफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2563, वैशाख पूर्णिमा, 18 मई, 2019

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US $ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US $ 100. "विपश्यना" रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2018-2020

Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.)

DATE OF PRINTING: 1 MAY, 2019, DATE OF PUBLICATION: 18 MAY, 2019

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.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org