विपश्यना

साधक

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

वार्षिक शुल्क रु. 30/-
आजीवन शुल्क रु. 500/-

बुद्धवर्ष २५५८, चैत्र पौर्णिमा, ४ एप्रिल, २०१५, वर्ष १, अंक १२

वेगवेगळ्या भाषेतील पत्रिकांसाठी पाहाः - http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

धम्मवाणी

साहु दस्सनमरियानं, सन्निवासो सदा सुखो।
अदस्सनेन बालानं, निच्चमेव सुखी सिया॥

२०६, धम्मपदपालि, सुखवग्गो

आर्यां (श्रेष्ठ पुरुषां) चे दर्शन चांगले असते, संतांसोबत निवास सदा सुखकर असतो. मूढां (पुरुषां) च्या अदर्शनाने सदा सुखी बनलेले राहा.

ख-या अर्थाने आर्य बनलो

म्यंमा, बर्मा, ब्रह्मदेश वा सुवर्णभूमी त्या देशाचे नाव आहे, जिथे माझा जन्म झाला. राजधानी यांगो (रंगून) पासून उत्तरेकडे जवळपास १४८ मैल दूर एक स्थान आहे जियावाडी. याच्या उत्तर-पश्चिमेस शिरीष, नारळ, आंबे, पिंपळ व वड इत्यादींच्या हिरव्यागार वृक्षांनी आच्छादित, शीतल शांत वातावरणात स्थित एक छोटेसे गाव 'न्योविंदा' म्हणजे पिंपळ वृक्ष असणारा, जिथे माझे बालपण गेले. गावाच्या पूर्वेकडे थोड्या दूर रंगून-मांडले रस्ता व जवळपास समांतर चालणारी रेल्वे लाईन. दूरवर पसरलेल्या सपाट मैदानापलीकडे क्षितिजाला स्पर्श करणारा 'करेनी योमा' पर्वत ! इथेच बाल-सूर्याच्या लालिमेला पाहात राहायचो. सकाळचा थकलेला सांध्यकालीन सूर्य गावाच्या पश्चिमेला जवळपास दोन-तीन मैलाच्या दूरीवर स्थित 'पेगूयोमा' पर्वताच्या मागे लपायचा, ज्याच्या दक्षिणेकडे रंगूनमध्ये विश्वविख्यात 'श्वेडगोन' पॅगोडा आहे.

या गावाच्या पश्चिमेकडे थोड्या दूरवर जवळपास चाळीस-पन्नास परिवार असलेले एक छोटेसे मूळ बर्मी जातीच्या लोकांचे गाव, जणू मखमलची हिरवी चादर ओढून लज्जित नवविवाहितेसारखे चुपचाप बसले आहे. दोन्ही गावांच्या मध्ये माझी कृषी-भूमी, त्याच्याजवळ एक अती पावन, निर्मळ, निश्छल 'बुद्ध विहार', जेथे नित्य सकाळी बरमी ध्वनी ध्वनित व्हायचा-

'नमोटत्त बगवाटो अरहाटो तम्मा तम्बुद्धत्त!' अर्थात-

नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मा सम्बुद्धस्स!

मी सातवीत वर्गात होतो, जो नववीच्या समकक्ष होता. इन्फेंट ए व बी नंतर पहिला इयत्ता सुरू व्हायची व सातवीत बोर्डाची परिक्षा असायची, ज्यासाठी स्वाध्यायाची सुट्टी होती. मी गावाजवळील त्या विहारात गेलो आणि तेथील प्रमुख भिक्षूंना भेटलो. अभ्यासासाठी त्यांना एका खोलीची मागणी केली. त्यांनी एका छोट्या जवळपास ५x५ फुटाच्या झोपडीत, जी अशा एकांत स्थानावर होती जेथे मन स्वतः शात होईल, तिच्यात अभ्यास करण्याची अनुमती दिली. ती झोपडी त्यांचा स्वतःचा ध्यान कक्ष होता. बांबूने बनलेल्या त्या कलापूर्ण नितांत निरव कक्षाचा उपयोग त्या भिक्षूंशिवाय इतर कोणी करत नसे. त्यांनी माहीत नाही का परंतु अतिशय कृपा करून मला त्यात अभ्यास करण्याची अनुमती दिली.

सातव्या वर्गात जितकी बुद्धी होती व आई-वडील, गाव-घर व जियावाडीत वसलेल्या वीस-बावीस हजार भारतीय लोकांच्या परंपरागत मान्यतेने हीच समज बनलेली होती की आम्ही भारतीय सर्वश्रेष्ठ असतो व हे बर्मी लोक खालचे. त्यांचे खाणे-पिणे मांसाहारी आहे व आमचे शुद्ध सात्विक शाकाहारी. एकूण 'ते नीच व आम्ही उच्च' - याच कुत्सित मानसिकतेने सर्व भारतीय ग्रस्त होते.

माझ्या गावचे लोक त्यांच्यापेक्षा श्रीमंत होते. आम्हा सर्वांजवळ काही ना काही कृषीयोग्य भूमी होती, जेव्हा की बर्मी परिवारांपैकी काहींजवळच जमीन होती. भिक्षूंच्या त्या झोपडीत अभ्यास करतांना माझ्या मनात द्वंद निर्माण झाले की या बर्मी गावातील लोक इतके गरीब आहेत, तरीही यांनी इतके सुंदर साफ-स्वच्छ भव्य बौद्ध विहार बनवले आहे. मांडलेतून संगमरवराची गौतम बुद्धांची चमचमणारी मूर्ती आणून स्थापन केली आहे. गावातली मुले इथे शिकतात, विहारातच राहातात, दिवस-रात्र अध्ययन करतात. सकाळी चार साडे-चार वाजेपासून रात्री नऊ साडे-नऊपर्यंत यांची दिनचर्या निश्चित आहे. हे भिक्षूही किती शांत व निर्लिप्त आहेत. दुपारपूर्वीच्या भिक्षाटनाने प्राप्त भोजनावर निर्भर. बर्मी गृहस्थ लोक महिन्यात चारदा (दोन्ही पक्षांची अष्टमी, अमावस्या व पौर्णिमेच्या दिवशी) इथे येऊन उपोसथ व्रत ठेवतात. याच्या ठीक विपरित माझ्या गावाच्या पूर्व दिशेला एक 'कालीमाईचा चौथरा' व त्याच्याच सोबत एक 'भैरव बाबाचा पिंड', थोड्या बाजूला 'हनुमानजीचे प्रतिक एक पिंड', त्याच्या थोड्या दूर 'ग्राम देवतेचा पिंड'. एकूण सर्व काही अत्यंत संकुचित व अनाच्छादित स्थान, झाडे-झुडपांनी भरपूर, रक्षणापासून अती दूर. वर्षात एखाद्या पर्व-उत्सवाच्या वेळी लोक जाऊन पूजा करीत, प्रसाद चढवत. त्यानंतर तर इथे केवल जीव-जंतुंचेच साम्राज्य. तरीही आम्ही आपल्या स्वतःला महान व उच्च मानतो व बर्मी जातीच्या लोकांना खालचे व निकृष्ट का समजतो ?

उच्च शिक्षणाची संधी

जेव्हा मौलमीन कॉलेजात जाण्याची संधी मिळाली, तोपर्यंत मी 'हिंदी साहित्य सम्मेलन' प्रयागची 'साहित्य विशारद' परिक्षा उत्तीर्ण केली होती. आतापर्यंत सनातन धर्मावलंबी परिवाराच्या कर्मकांडांमुळे मोहभंग झाला होता. आर्य समाजाच्या बाबी योग्य वाटत होत्या. रेल्वेने पेगूवरून मौलमीनला गेलो. त्या रस्त्याच्या दोन्ही बाजूला जिथे पाहावे तिथे स्तूप, विहार व भगवान गौतम बुद्धांच्या भव्य मूर्त्या. भगवान बुद्ध भारतात जन्मले, बर्मात कधी आले नाहीत, तरीही त्यांची अशी कोणती विशेषता आहे जी इथल्या जनतेच्या नसा-नसात वसलेली आहे ? हाच प्रश्न माझ्या युवा मनात वारंवार निर्माण होऊ लागला.

उत्तुंग पर्वत शिखराच्या खो-यात वसलेले मौलमीन कॉलेज व त्याच्या जवळच 'टौ हाई फया' म्हणजे **'पर्वतवृत्त विहार पॅगोडा'**. एक दिवस मी आपल्या मित्रांसह तेथे पोहोचलो. स्तूप, विहार, बुद्ध प्रतिमा व तेथील संपूर्ण कलाकृती पाहून मनात दोन प्रकारचे विचार आले- पहिला हा की व्यर्थ खर्च करून अकर्मण्य लोकांच्या राहाण्याच्या आश्रय-स्थळाशिवाय येथे अजून काय आहे ? परंतु त्याच क्षणी हाच विचार पुन्हा विजेसमान चमकला की भारताचा तो बुद्ध संत बर्मावासींना इतका का आवडला ? इतका पूजनीय कसा

बनला ? कोणतीही छोटी-मोठी बाब तर यांना इतक्या भव्य इमारती, गुफा, विहार, स्तूप इत्यादी बनविण्यासाठी प्रेरित करू शकत नव्हती. बारा विद्यार्थांची आमची मित्रमंडळी पूर्ण घेराव फिरून आली. जेथे गेलो तेथे स्तूप, विहार व बुद्धांच्या भव्य प्रतिमा. बुद्धांची जी भव्य प्रतिमा माझ्या गावात होती तिची अपूर्व प्रशांती मनात घर करून होती, तरीही रुढिवादामुळे माझे मन आर्य संस्कृतीच्या हवन-पूजन, वेद, उपनिषद, गीता, रामायण, महाभारतासमोर बुद्धांच्या शिकवणुकीला तुच्छ व निकृष्टच मानत राहिले.

उत्तरी बर्माचे तर काय सांगावे ? बर्मा खरोखर स्तूप व विहारांचा देश आहे. एकदा आम्ही लोक आपल्या विभागाचे सर्व विद्यार्थी मौलमीनपासून सालवीन नदीच्या मूखावर स्थित 'बीलू द्वीप' वर पर्यटनासाठी गेलो. प्राकृतिक सौंदर्याचे अपार भांडार, समुद्रामधील ते द्वीपही त्याच स्तूप, विहार व बुद्ध प्रतिमांनी चमकत होते. जेथे गेलो तेथे भव्य आतिथ्य, जणू त्या गृहस्थांसाठी अतिथी देवच असावेत. यांचे आतिथ्यही किती निर्विकार, स्नेहल, सद्भावनापूर्ण, निश्छल व निष्कपट आहे. माझे शोधणारे मन पून्हा याच विचारात लागले की बुद्धात काही विशेष बाब अवश्य असली पाहिजे, जिला समुद्री द्वीपावर राहाणारे मोन जातीचे लोकही इतक्या जवळून जाणतात व आम्ही जवळ राहूनही किती अनभिज्ञ आहोत ?

मौलमीनात राहातांना जेव्हाही जवळच्या गावातील ल्हाश्वे परिवाराच्या घरी जायचो, तो ताबडतोब आपल्या पत्नीला म्हणायचा 'ऐक ! कॉलेजचा विज्ञार्थी आला आहे- केळी आण, साधा चहा आण, पानाची पेटी आण वगैरे वगैरे. छोटेसे गोल टेबल, त्याच्या चारी बाजूला जमिनीवर अंथरलेली चटई. त्यावर बसून आम्ही अल्पाहार करायचो. शुद्ध शाकाहारी आतिथ्य. हे असे केवळ ल्हाश्वे करत असेल असे नाही. ज्याच्या कोणाच्या घरी जावे, तोच आपल्या स्वतःला आतिथ्य करून धन्य मानायचा. केवळ माझाच सत्कार झाला तर म्हणेन की कदाचित मी कॉलेजमध्ये आहे म्हणून. नाही, कोणीही आंगतुक त्यांच्या घरी पोहोचला, तरी त्याचे स्वागत ते समान रूपाने करत असत. जर कधी रात्री थांबावे लागले तर काय मजाल आहे की आपल्या उपयोगाचे आंथरूण तुम्हाला देतील. त्यांच्या येथे पाहुण्यांसाठी वेगळे आंथरूण, उशी, चटई इत्यादी गुंडाळून नेहमी वर टांगून ठेवले असायचे. ही एकाच स्थानाची विशेषता नव्हती, तर संपूर्ण देशातील सामान्य गरीब गृहस्थांचीही हीच रीत होती. मी जिथे गेलो- विशेषतः गावात, हीच संस्कृती, हीच सभ्यता पाहिली. ही संस्कृती बुद्ध शिकवणुकीचीच उपज नाही काय ? हाच प्रश्न माझ्या मन-मानसाला आतल्या आत बोचत राहायचा.

मौलमीन कॉलेजात दोन वर्ष राहिलो. त्यानंतर रंगून विश्वविद्यालयात दाखल झालो. आतापर्यंत पूर्ण 'आर्य समाजी' बनलो होतो. दर रविवारी आर्य समाज मंदिरात जाणे, तेथे हवन-यज्ञ करणे, आर्य समाजी भजन गाणे, व्याख्यान मालेत भाग घ्याणे (आतापर्यंत 'साहित्य रत्नही' पूर्ण केले होते), साहित्य सभेत जाणे, रंगून मधील प्रतिष्ठित सत्पुरुषांचे सान्निध्य प्राप्त करायचो, 'आर्य युवक जागृती' पत्रिकेची सेवा करणे, इत्यादी कामांनी मला आध्यात्माच्या क्षेत्रात अध्ययनशील व कर्मठ बनवले होते. येथेही विश्व विख्यात **श्वेडेगोन पॅगोडा,** रंगून नगराच्या मध्यभागी स्थित **सुले फया पॅगोडा, विश्व शांती पॅगोडा** - जेथे सहावे संगायन झाले होते, रंगूनमध्ये स्थित अनेक मोठमोठे **बुद्ध विहार** इत्यादी कलाकृती व धार्मिक प्रतिष्ठानांना पाहून जेथे मन 'बुद्धां' प्रती आदर व श्रद्धेने नतमस्तक व्हायचे, तेथेच दुसरीकडे आतल्या आत माझा अहंकार डोके वर काढायचा की काहीही झाले तरी, आर्य संस्कृती, आर्य धर्मच सर्वश्रेष्ठ आहे, हिंदू धर्मच जगतगुरू आहे इत्यादी. कारण माझ्या अंतर्मनात ही बाब घर करून बसली होती की -'कोठे हा सामान्य बौद्ध धर्म व कोठे माझा महान हिंदू धर्म असणारी आर्य संस्कृती! 'परंतु हवन-यज्ञाने, मंत्रोच्चारासह समिधा अग्नीत समर्पित करण्यामुळे, माझे अंतर्मन संतुष्ट होत होते, असेही नव्हते. आत झाकून पाहायचो तर दिसायचे की मनात तर तितकाच किल्मिष आहे, तितकाच काळिमा आहे.

आमची संस्कृती व व्यवसाय

जियावाडी व चौतगात एकून २५-३० हजार भारतीय १८८५ ई. सनापासून तेथे वसलेले होते. या दोन स्थळांना सोडून उर्वरित ब्रह्मदेशातही भारतीयांची संख्या काही कमी नव्हती. परंतु सर्व भारतीय मूळ असणारे प्रवासी एका बाबतीत समान होते की 'धन अर्जित करावयाचे आहे'. जीयावाडी व चौतगाचे लोक मुख्यतः शेतकरी होते. परंतु शेतकरी असोत वा नगरवासी व्यापारी, त्यांना आपल्या धंद्याचीच चिंता होती. ब्रह्मदेशी सभ्यता व संस्कृतीबाबत विचार करणे त्यांच्याकरीता व्यर्थ बाब होती. काही भारतीय अपवादही होते, परंतु सर्वसामान्यपणे तेही उदासीनच होते. केवळ चिंतन-मनन केले अथवा बुद्धिविलास केला. आमच्या पिढीने शिक्षणाच्या क्षेत्रात खूप प्रगती केली व सर्वांची इच्छा ही होती की डॉक्टर किंवा इंजीनियर बनावे. माझ्या वेळी वा याच्या पूर्वी (१९६४) चा एकही विद्यार्थी असा सापडणार नाही ज्याने ब्रह्मदेशी साहित्य वाचण्यात रूची दाखवली असेल. एकही छात्र वा छात्रा नाही ज्याने ब्रह्मदेशाचे धार्मिक वा पाली साहित्य घेऊन उच्च शिक्षण घेण्याचा प्रयत्न केला असेल. मी स्वतःही त्यापैकी एक आहे. मी जीव विज्ञान घेऊन बी. एससी. केले परंतु मेडिकलमध्ये प्रवेश मिळाला नाही, अन्यथा डॉक्टर बनण्याची इच्छा होती. माझी न कधी पाली साहित्य वाचण्याची इच्छा झाली न कधी बुद्ध शिकवण स्वीकारण्याची. अशा वेळी तेथे राहातांना जेव्हा ही अफवा ऐकू आली की भारतीय समाजाच्या लब्ध-प्रतिष्ठित शीर्षस्थ नेत्यांपैकी एक माननीय श्री सत्यनारायण गोयन्काजी बौद्ध झाले आहेत, तेव्हा त्यांच्या तथाकथित बौद्ध होण्याची बाब ऐकून मनाला खूप दुःख झाले. मी माननीय श्री गोयन्काजींना सहाव्या वर्गापासून ऐकत आलो होतो. तसेच हेही की 'जर ब्रह्मदेशात कोणाला लक्ष्मी व सरस्वती दोन्ही एक साथ प्रसन्न आहेत तर ते आहेत श्री सत्यनारायणजी गोयन्का'- हे बिरूद (कथन) पूर्ण ब्रह्मदेशात प्रचलित होते. संयोगाने एकदा रंगूनला आल्यावर त्यांच्या घरी गेलो तेव्हा पाहिले की त्यांच्या बौद्ध होण्याच्या साऱ्या गोष्टी निरर्थक आहेत. ते मला खरे सनातनी भारतीयच वाटले. मला श्री गोयन्काजीं प्रथम दर्शनातच देवासमान वाटले होते. जरी तेव्हापर्यंत मी जाणत नव्हतो की खरा धर्म काय आहे ?

सद्धर्माशी संयोग

राजनैतीक विडंबना म्हणा की आकस्मित घटना. त्या स्वर्णभूमीचा विरह सहन करावा लागला, तिला त्यागावे लागले. सुटली शस्यशामला प्रिय जन्मभूमी. २२ नोव्हेंबर १९७० ला भारतात आलो. सौभाग्य मानीन की काही अतिशय दुःखद घटनांनी मला भारतात आल्यानंतर तीन सव्वा तीन महिन्यानंतरच (१ मार्च १९७१) विपश्यना साधनेत सामील होण्याची परिस्थिती निर्माण केली. श्री सत्यनारायण गोयन्काजी तर १९६९ लाच ब्रह्मदेशातून भारतात आले होते. त्यांच्याद्वारे संचालित २८ वे शिबिर मुंबईच्या नेमानी वाडी धर्मशाळेत लागले होते. विपश्यना साधनेचे ते १० दिवसीय शिबिर करणे माझ्या जीवनाचा अद्भुत अनुभव होता. माझा कायापालट झाला, मी तृप्त झालो. आता खऱ्या अर्थाने समजलो की आर्य संस्कृती काय असते. आपल्या सर्व प्रश्नांचे खऱ्या अर्थाने उत्तर मिळाले. या शिबिराने मला खरोखर आर्य बनवले. मी विकार विमुक्त तर झालो नाही परंतु विकारांपासून मुक्त होण्याचा मार्ग सापडला, एक विधी सापडली.

आतापर्यंत स्थितप्रज्ञतेच्या गोष्टी केवळ पुस्तकात वाचत होतो. अनासक्त होण्याबाबत ग्रंथात वाचत होतो, कैवल्य ज्ञानाबाबत चर्चा

करायचो, वेद-उपनिषदांच्या ऋषिंच्या ऋचा वाचल्या होत्या. परंतु या सर्वांनी केवळ सिद्धांत दिला होता, बौद्धिक दर्शन दिले होते. त्याने धर्माच्या सैद्धांतिक पक्षाला एका मर्यादेपर्यंत उजागरही केले होते, त्याचे अवमुल्यन करत नाही. परंतु कोणी व्यक्ती विकारांपासून मुक्त होऊन स्थितप्रज्ञ होण्याची विधीही शिकवतो, याच जीवनात धर्माच्या व्यावहारिक पक्षालाही उजागर करतो, ही बाब कल्पनातीत होती. आसक्ती, द्वेष, मत्सराने भरलेले मन घेऊन विकार ग्रासित व दुःखी होतो. पहिल्यांदा च अनुभव केला की शंभरपैकी एक टक्का तरी सुटका मिळाली. सर्वात मोठी बाब ही झाली की एक विधी हातात आली. या विधीवर चालून क्रमशः शंभरपैकी शंभर टक्के विकार मुक्त होता येईल, ही दृढता उत्पन्न झाली. प्रश्नांचे पदर उलगडले.

सम्राट अशोक व गुरू-शिष्य परंपरा

प्रियदर्शी अशोकाचे गुरुदेव महामोग्गलिपुत्ततिस्स थेरांनी ब्रह्मदेशात सोण व उत्तर या दोन अरहंत भिक्षूंना पाठवले होते. त्या दोन्ही संतांनी त्या सुवर्णभूमीत विपश्यनेच्या विधीचे सम्यक रूपाने बीजारोपण केले होते जे पिढी दर पिढी तेवीसशे वर्षांपर्यंत वाढत राहिले, पल्लवित, पुष्पित व फलित होत राहिले. गुरू-शिष्य परंपरेने भदंत लेडी सयाडोपर्यंत जीवीत राहिले. पुन्हा त्यांच्या कृपेने ही विपश्यना विद्या गृहस्थ आचार्य सया तै जी व आचार्य सयाजी ऊ बा खिनांना मिळाली आणि आता त्यांच्याकडून पूज्य गुरुदेव श्री सत्यनारायण गोयन्काजींना. आता ही संपूर्ण जगातील दुःखी लोकांचे कल्याण करत आहे. केवळ प्रवचनांनी अथवा धर्म उपदेशांनी ब्रह्मदेशी जनतेला बदलले नाही. याने बदलूही शकत नव्हते. बदलले धर्माच्या व्यावहारिक पक्षाने, अनुभवजन्य ज्ञानाने. ब्रह्मदेशच कशाला संपूर्ण आशियाच्या देशांना बदलले. ज्याला भारतीय संस्कृती मानून माझे मन संकुचित झाले होते आता समजले की हाच तर मानव धर्म होता. सार्वजनिक, सार्वदेशिक, सार्वकालिक धर्म होता. याला जो धारण करेल तोच सुख-शांती प्राप्त करेल, तृप्त होईल.

या शिबिराने माझ्यात मुळापर्यंत परिवर्तन घडवून आणले. आता माननीय श्री गोयन्काजी माझ्यासाठी पूज्य गुरुदेव होते. पहिल्यांदा माझ्या मनात आपल्या सर्व गुरूंप्रती, शिक्षकांप्रती, मित्रांप्रती, ब्रह्मदेशवासींप्रती कृतज्ञतेचा भाव जागृत झाला होता. अहंकाराचा हजारावा अंशच विरघळला होता तरीही जे प्रश्न ब्रह्मदेशात राहातांना माझ्या मनात जागृत झाले होते, त्या सर्वांचे उत्तर येथे मिळाले. त्या देशाप्रती जो स्नेह, प्रेम, आदर आता भारतात येऊन उफाळून आला तो तेथे राहातांना कधी उफाळून आला नव्हता. त्या देशाला सोडले म्हणून नाही, तर खऱ्या अर्थाने भारतीय आध्यात्मिक जगत व वस्तुतः सर्व जीव जगताचे सर्वश्रेष्ठ संत गौतम बुद्ध व त्यांच्या शिकवणुकीला आचरणात आणून ब्रह्मदेशवासीत जे परिवर्तन आले होते, त्याला अनुभव करून जाणल्यामुळे. त्याला स्वतः चाखल्यामुळे.

ब्रह्मदेशवासींच्या नसा-नसात जो शील-सदाचार आहे, मनाला वश करण्याची जी विधी आहे, चित्ताला निर्मळ करण्याची जी विद्या आहे, जरी थोड्याशा लोकात होती (बाकीचे कर्मकांडी झाले होते.), ती समजली. बुद्धाने जे शिकवले तो केवळ शील-सदाचाराचा कोरडा उपदेश नव्हता. ती आपल्या साडे तीन हाताच्या कायेत अनुभूतीच्या स्तरावर मनाला वश करत त्याला नितांत निर्मळ करण्याची विधी होती, विद्या होती, जी प्रत्येक स्थरावरील लोकांचा कायापालट करत त्यांच्या हाडा-मांसात वसलेली होती. आता समजले की स्वर्णभूमीच्या सामान्य ग्रामीण जनतेने कोणत्या बाबींनी प्रेरित होऊन गावा-गावात विहार, गुफा व चैत्य निर्मित केले आहेत. बुद्धांनी जो व्यावहारिक धर्म शिकवला होता त्याला आपापल्या सामर्थ्यानुसार प्रत्येक व्यक्ती आपल्या अनुभूतीच्या स्तरावर जीवनात उतरवू शकतो. याच करुणेने प्रेरित त्या भिक्षूश्रेष्ठांनी सातव्या वर्गाच्या माझ्यासारख्या विद्यार्थ्याला अभ्यास करण्यासाठी तो कक्ष दिला ज्यात ते स्वतः ध्यान करायचे. ते शिवाशीव मानणारे कोणी महंत नव्हते, तर शील, समाधी, प्रज्ञा जाणणारे धर्मप्राण भिक्षू होते. त्यांच्या मनात केवळ करुणा होती. आता समजलो त्यांच्या आतिथ्य सत्काराला, सद्भाव व स्नेहाला. अनेकदा त्यांच्या बोलण्यात 'अनिस्सा, फया' यायचे. अनिस्सा म्हणजे अनिच्च, अनित्य. ठेच लागली तर त्यांच्या मुखातून 'अनिस्सा'- अनित्य आहे, हाच शब्द निघायचा. हा शतकांपासून त्यांच्या मन-मानसाच्या अंतराळात वसलेला होता. त्या प्रकारच्या अरहंतांनी ती स्वर्णभूमी नेहमी फळत-फुलत राहिली. तेथील जनता अशा लोकांना पाहात राहिलेली आहे. प्रत्यक्षात असे अरहंत संत तेथे राहिले आहेत जे खरोखर अनासक्त व स्थितप्रज्ञाचे जीवन जगत राहिले.

तेथील जनतेचा भोळेपणा समजला, त्यांच्या संतुष्टीचे रहस्य समजले. त्यांची समता व जीवनाच्या प्रती साक्षिभावाला समजलो. अरे भाऊ, त्यांना माहीत आहे- **''सब्बे सङ्खारा वयधम्मा''**, सर्व संस्कार व्यय धर्मा आहेत. उत्पन्न होणे नष्ट होणे, उत्पाद होणे व्यय होणे, हाच ध्रुव धर्म आहे. मग याप्रती आसक्ती का ? हे त्यांच्यासाठी अनुभवजन्य आहे, भले थोडे लोक यंत्रवतच बोलत असतील, परंतु हा सैद्धांतिक धर्महीं त्यांच्या अतरंगात स्थित आहे. त्यांच्यासाठी हा दर्शन शास्त्र व बुद्धिविलासाचा विषय नाही. तेथील आम जनतेचे जनमानस कोणाच्या प्रगतीमुळे ईर्षा करत नाही. ते समतापूर्ण जीवन जगते. त्याच्यासाठी जीवनात संपूर्ण रूपाने संतोष आहे. जितके आहे त्यात संतुष्टी आहे. ही उत्कृष्ट संस्कृती मूलतः भारताच्या बुद्ध परंपरेची उपज आहे जी मानव मात्रासाठी उपयोगी आहे. याला त्या शेजारी देशाने दोन-अडीज हजार वर्षापासून सांभाळून ठेवले आहे. केवळ सैद्धांतिक पक्ष म्हणजे परियत्तीच नाही, तर व्यावहारिक पक्ष पटिपत्तीही सांभाळून ठेवली आहे.

भारताचे आध्यात्मिक जगत व राजनितीचे जे स्वर्णयुग म्हटले जाते - तो सम्राट अशोकाच्या पूर्वीच्या काही शंभर वर्षाचा व त्यांच्या नंतरच्या काही वर्षांचा इतिहास आहे. जर भारताच्या इतिहासातून वरील पाच-सातशे वर्ष काढली तर न भारत जगतगुरू म्हटला जाईल आणि न त्याचा स्वर्ण इतिहास उजागर होईल. हाच तर संपूर्ण विश्वाचा सांस्कृतिक ठेवा आहे, वारसा आहे, विश्व वारसा आहे. बुद्धवाणीला पाली साहित्य म्हणतात. हे पाली भाषेत आहे. ब्रह्मदेशाची धर्मभाषाही पाली आहे. पालीचा आधार प्राप्त करून ब्राह्मी लिपित ती सारी वाणी लिहिलेली आहे.

पूज्य गुरुदेवांनी गुरुवर सयाजी ऊ बा खिनांच्या चरनांजवळ १४ वर्षांपर्यंत बसून ज्या भारतीय ठेव्याचा व्यावहारिक अभ्यास केला, तो आजच्या विश्वासाठी किती प्रासंगिक आहे, हे मागील २७-२८ वर्षात प्रमाणित झालेले आहे. मीही आपल्या पूज्य गुरुदेवांच्या सान्निध्यात जवळपास २६ वर्षापासून विपश्यनेचा अभ्यास करत आहे. त्यांनी मला जे सत्साहित्य वाचण्यासाठी व अनुवाद करण्यासाठी दिले, त्यात काही ब्रह्मी शास्त्रीय ग्रंथही आहेत. त्यापैकी थोड्याशा साहित्याचा अनुवादच हे प्रमाणित करतो की संपूर्ण ब्रह्मी साहित्यात भारताचे अतीत, त्याचा भूगोल, त्याची नगर, त्याच्या कथा आणि त्याचे उत्कृष्ट आध्यात्म प्रामाणिक रूपाने सांभाळून ठेवले गेले आहे. भारत व ब्रह्मदेशाचा प्राचीन ऐतिहासिक संबंध किती सुदृढ राहिला आहे, घनिष्ठ राहिला आहे, हे सारे काही उजागर होऊ लागते.

ही विद्या प्राप्त करून व अशा संस्थानात सेवा देऊन मी धन्य झालो. माझे मानव जीवन सार्थक झाले. या विद्येच्या प्रसार व प्रचाराने संपूर्ण मानव जातीचे कल्याण होवो, हीच धर्म कामना आहे!

राम अवध वर्मा

मार्च, १९९७

*(दिवंगत विपश्यना आचार्य श्री वर्माजींनी '**विपश्यना विशोधन विन्यास**' येथे सेवा देतांना जवळपास ६५ छोट्या-मोठ्या पुस्तकांचा व अनेक पत्रके, यात्रा विवरण आणि लेख इत्यांदींचा ब्राम्हीतून हिंदीत अनुवाद करून स्वतः टंकित केले, जे इथल्या शोध विभागासाठी व अन्य अनेक लोकांच्या लाभार्थ खूप उपयोगी आहे.)*

Registered No. NSK/271/2014-2016

केंद्र सूचना

धम्म अजन्ता, औरंगाबाद

औरंगाबादेतील शेतांच्या मध्ये १४.५ एकर भूमीवर खालील पत्त्यावर जवळपास ९० साधकांसाठी एकाकी निवासासह सुदर्शनीय सुव्यवस्थित रूपाने (well planned) नवीन केंद्राचे निर्माण कार्य पूर्ण झाले आहे.

अजन्ता इंटरनॅशनल विपश्यना समिती सेंटर, गट नं. ४५, रामपुरी, औरंगाबाद, (२० किमी, विजापूर-नाशिक रस्ता) **कार्यालय-** २, सुराना नगर, राजहंस भवन, जालना रोड (विमानतळ रस्ता) औरंगाबाद-४३१००३, मो. ९४२२२-११३४४, ९९२१८-१७४३०, ईमेल- info@dhammaajanta.org; online booking- www.dhammaajanta.org (बुकिंगविना प्रवेश नाही.)

---o---

पॅगोड्याचे निर्माणकार्य, धम्म विपुल, नवी मुंबई

धम्म विपुल, नवी मुंबईत १० दिवसीय व ३ दिवसीय शिबिर नियमित आयोजित होत आहेत. आता १३० शून्यागारासह पॅगोड्याचे निर्माणकार्य प्रगतीवर आहे. याव्यतिरिक्त सुदर्शनीय बाग-बगीचे, भ्रमण पथ, सीमेची भिंत इत्यादी कार्य करावयाचे आहे. पुण्यार्जनासाठी इच्छुक व्यक्तींनी संपर्क करावा- सयाजी ऊ बा खिन मेमोरियल ट्रस्ट, धम्म विपुल सेविंग अकाउंट नं. ९११०१००५०६१६५२१, ऐक्सिस बैंक, नेरुळ शाखा, नवी मुंबई. **संपर्क-** श्री प्रवीण कातपाटल- ०९८६७७७६८८८.

---o---

विलासपूरात नवीन वि. केंद्र- धम्म गढ

हे विपश्यना केंद्र छत्तीसगड राज्यात विलासपूर शहरापासून २३ किमी. व करगी रोड रेल्वे स्टेशनपासून ८ किमी. दूर भरारी गावात आहे. येथे २०११ पासून अकेंद्रीय १० दिवसीय शिबिर लागत आहेत. केंद्रावर १८ पुरुष व १० महिला निवासाची सुविधा उपलब्ध आहे. आता प्रत्येक महिन्यात एक शिबिर लागेल. अधिक माहिती व केंद्र प्रगतीत पुण्यार्जनास इच्छुक व्यक्तींनी **संपर्क** करावा- **पूरा पता-** धम्मगढ़ विपश्यना ध्यान केंद्र, गांव- भरारी, वाया- मोहनभाटा, ता. तखतपुर, बिलासपुर, पिन- ४९५३३०. **कार्यालय-** ३४, विनोबा नगर, बिलासपुर- ४९५००१ (छत्तीसगढ़). फोन : १. श्री एस. मेश्राम- मो. ९८२६९६०२३०; २. श्री एच.सी. दहाट, मो. ९४२४१६१०८७.

---o---

पाली प्रशिक्षण कार्यक्रम - २०१५, विपश्यना विशोधन विन्यास, ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा, मुंबई

- पाली-इंग्रजी सघन निवासीय पाठ्यक्रम - २५ मे ते ९ ऑगस्ट,
- अनुवाद कार्यासाठी कार्यशाळा - १० ते १७ ऑगस्ट, भाग घेण्याची पात्रता (योग्यता) -

अ) ज्यांनी कमीतकमी तीन १०-दिवसीय व एक सतिपट्ठान शिबिर केले असेल.
ब) स्नातक डिग्री वा १५ वर्षांपर्यंत शाळेचा पाठ्यक्रम पूर्ण केला असेल.

संपर्क- ईमेल- **mumbai@vridhamma.**org; फोन-**+91-22-33747560**

नये उत्तरदायित्त्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री जयपालसिंह तोमर, बुलढाना
२. श्री मंगल तामगाडगे, नागपूर
३. श्री दामोदरन वी. कुमार, पुणे
४. श्री वी. नरेंद्र रेड्डी, हैदराबाद
५. श्री एम. विष्णुवर्धनराव, विजयवाडा
६. श्री जी. रघुरामाकुमार, हैदराबाद
७. श्री एम. आर. मुथुसामी, इरोड

नव नियुक्ती सहायक आचार्य

1-2. Mr. Daisuke & Mrs. Shoko sato, Japan; **3-4.** Mr. Sophoan Sok & Mrs. Sambo Tey, Cambodia
5. Ms. Xian Jun Tang, China

बालशिविर शिक्षक

१. श्रीमती सुमन यादव, फिरोजाबाद, उ.प्र.
२. कु. प्रतिभा मौर्या, वाराणसी
३. श्री विवेक पाल, दिल्ली *(यह नाम भूल से जनवरी में श्रीमती विवेक पाल छप गया था, कृपया सुधार कर पढ़े.)*
4. Mr. Sun Huijun, China
5. Ms. Xu Bing, China

येत्या बुद्ध पौर्णिमेच्या शुभ प्रसंगी

एक दिवसीय महाशिबिर

३ मे २०१५, रविवार ला, पूज्य माताजींच्या उपस्थितीत 'विश्व विपश्यना पॅगोड्यात' एक दिवसीय महाशिबिर होईल. शिबिर वेळ- सकाळी **११** ते दुपारी **४** वाजेपर्यंत. येथे ३ वाजताच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोकही बसू शकतात. नोंदणीसाठी कृपया खालील फोन नंबरांवर वा ईमेलने त्वरित संपर्क साधावा. कृपया नोंदणी केल्याविना येऊनये व **समग्गानं तपोसुखो** -सामूहिक तपसुखाचा लाभ घ्यावा. नोंदणी **संपर्कः**-फोन नं.:-०२२-२८४५११७०/ ०२२- ३३७४७५०१ -ext.९, ०२२-३३७४७५४३/३३७४७५४४, (**फोन नोंदणी सकाळी** ११ ते सायं ५ पर्यंत, रोज)
Online Registration: www.oneday. globalpagoda .org

दोहे धर्माचे

चार सत्य हे जगाचे, नाकारू नये यास।
हाची मार्ग मुक्तीचा, सोडा परकी आस।।

आठ अंग हे धर्माचे, दूर होय भव-व्याधि।
तीन भागात वाटले, प्रज्ञा शील व समाधि।।

दुःख मूळ उत्खननास, पंथ मिळाला ज्यास।
तोच हो सुख शांतीचा, बादशाहाच खास।।

रिक्त बुद्धिविलासाने, होत नाही कल्याण।
आर्य पथावर चाले, तरच मिळते निर्वाण।।

बैस पालथी मारून, कायेस सरळ राख।
मौन मौन मन मौन कर, चाख धर्म रस चाख।।

दोहे धर्माचे

डोळे नाक रूपाने, आर्य झाले न जन।
अंतर्मन निर्मळ होय, त्यासच आर्य म्हण।।

वाईट कपट न जाणे, क्रोध न ये आसपास।
त्याच मनुष्यांच्या अंगी, करे देवता वास।।

छळ जाणे ना छद्‌म जो, नाही कडवट वचन।
त्या संतांच्या सोबत नित, वसती देवता गण।।

पाऊस शिरू शकत नसे, शाकारल्या घरात।
आसक्ती द्वेष न शिरती, तसे भावित चित्तात।।

जन्मोजन्मांच्या पापांचा, भार असे चित्तावर।
जितका उतरवू शकतो, तितका हलका कर।।

श्री गोयन्काजी व विपश्यनेप्रती असीम कृतज्ञतेसह
Email: - thetriplegems8@gmail.com

'विपश्यना विशोधन विन्यास' साठी प्रकाशक, मुद्रक व संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरी, इगतपुरी-422 403, दूरध्वनी : (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अक्षर चित्र प्रिंटिंग प्रेस, 69- बी रोड, सातपूर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष २५५८, चैत्र पौर्णिमा, ४ एप्रिल, २०१५

वार्षिक शुल्क रु. **30/-,** US $ 10, **आजीवन शुल्क** रु. **500/-,** US $ 100. **Registered No. NSK/271/2014-2016**

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

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403
जिल्हा- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712,
२४३२३८. **फैक्स :** (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org