विपश्यना

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

वार्षिक वर्गणी रु. 30/-
आजीव वर्गणी रु. 500/-

बुध्दवर्ष २५५६, वैशाख पोर्णिमा, ६ मे २०१२, वर्ष १ अंक २

वेगवेगळ्या भाषेतील पत्रिकेसाठी पहा – http: www.vridhamma.org/newsletter_home.aspx

धम्मवाणी

यो अप्पदुट्ठस्स नरस्स दुस्सति, सुद्धस्स पोसस्स अनङ्गणस्स।
तमेव बालं पच्चेति पापं, सुखुमो रजो पटिवातंव खित्तो॥
धम्मपदं – १२५, पापवग्गो.

जो निरपराध, निर्मळ, दोषरहित व्यक्तीवर दोषारोपण करतो, त्या (दोषारोपण करणाऱ्या) मुर्खालाच पाप लागते; वाऱ्याच्या उलट्या दिशेने फेकलेली सूक्ष्म धूळ (फेकणाऱ्यावर) येऊन पडते.

आवश्यक उचित उत्तर आणि दंडही

महाराणी मांगडियाने आपल्या दूतांना पाठवून भगवानांना ह्या शिव्या देवविल्या "श्रमण गौतम, तू चोर आहेस! मूर्ख आहेस! अविवेकी आहेस! उंट आहेस! बैल आहेस! गाढव आहेस! पशू आहेस! नरकगामी जीव आहेस! तुमची सुगती होणार नाही! दुर्गतीच होईल!"

भगवानांनी ह्याचे कोणतेही उत्तर दिले नाही. कारण त्या सर्वांना पैशांनी विकत घेतलेले होते, आपल्या मालकिणीचे गुलाम होते. तिच्या इच्छेप्रमाणे त्यांनी शिव्यांच्या शब्दांचा वापर केला.

भगवानांनी त्यांच्या म्हणण्याचा विरोध केला नाही तसेच त्यांना समजाविण्याचा थोडासाही प्रयत्न केला नाही. कारण ते अज्ञानी होते. कोणाचे गुलाम होते. ते काय समजणार?

परंतु ह्याचा अर्थ असा नाही की भगवान कोणालाही उत्तर देत नव्हते. उलट सत्य हे आहे की जेव्हा कोणी त्यांना अपशब्द म्हणायचे आणि ते जाणायचे की हा धर्माच्या सत्याला समजू शकेल, तेव्हा त्याला उचित उत्तर अवश्य द्यायचे. उदाहरणार्थ–

(१) अग्गिक भारव्दाज

एके दिवशी सकाळी भगवान भिक्षेसाठी निघाले. त्या वेळी अग्गिक भारव्दाज ब्राम्हणाच्या घरी यज्ञाची तयारी सुरू होती. भगवान घरो-घरी भिक्षा मागीत जसे त्याच्या घरासमोर पोहोचले, तो भडकून उठला. त्याला वाटले ह्या नीच व्यक्तीच्या येण्यामुळे त्याचा पावन यज्ञ दूषित होईल. त्यामुळे त्याने भगवानांना रागावित म्हटले – "हे मुंडक, तिथेच थांब! हे श्रमण, तिथेच थांब! हे वृषल (शूद्र), तिथेच थांब!

ह्यावर भगवानांनी त्याला योग्य पात्र जाणून वृषल व वृषलकारक कर्मांना समजाविले. भगवान म्हणाले –

"जो नर क्रोधी व वैरी आहे, पापी व ईर्ष्याळू आहे, मिथ्यामतधारी व मायावी आहे; जो योनिज वा अंडज प्राण्यांची हिंसा करतो; ज्याला प्राण्यांच्या प्रती दया नाही; जो गाव व लहान शहरांना घेरतो व नष्ट करतो, जो अत्याचाऱ्याच्या रूपाने कुख्यात आहे; जो गाव अथवा अरण्यात दुसऱ्यांच्या संपत्तीची चोरी करतो; जो ऋण घेऊन मागितल्यावर हे म्हणून पळतो की 'मी तुझा ऋणी नाही'; जो एखाद्या वस्तुच्या इच्छेने मार्ग चालणाऱ्या व्यक्तिला मारुन टाकतो. जो धनाच्या इच्छेने खोटी साक्ष देतो; जो जबरदस्तीने वा प्रेम भावाने भाऊ-बंदाच्या अथवा मित्रांच्या स्त्रियांसोबत रहातो; जो समर्थ असूनही वृध्द झालेल्या आई-वडिलांचे पालन-पोषण करीत नाही; जो आई-वडील, भाऊ-बहीण अथवा सासूला मारतो वा क्रोधित होऊन कटू वचन बोलतो; जो चांगला सल्ला विचारल्यावर वाईट सल्ला देतो आणि गोष्टींना मुद्दाम फिरवून सांगतो; जो दुष्कर्म करून लपवितो की लोकांनी माझ्या पाप कर्मांना जाणू नये; जो दुसऱ्यांच्या घरी जाऊन स्वादिष्ट भोजन करतो. परंतु आपल्या घरी ते आल्यावर त्यांचा आदर-सत्कार करीत नाही; जो ब्राम्हण, श्रमण अथवा एखाद्या भिकाऱ्याला खोटे बोलून धोका देतो; जो भोजनाच्या वेळी आलेल्या ब्राम्हण वा श्रमणाला क्रोधित होऊन रागावितो व काहीही देत नाही; जो मोहामध्ये गुंतुन एखादी वस्तु मिळविण्यासाठी खोटे बोलतो; जो स्वतःची बढाई मारतो व इतरांची निंदा करतो. अशा प्रकारे अभिमानाने पतित झाला आहे; जो क्रोधी, कंजूष, वाईट इच्छा असणारा, ढोंगी व असंकोची आहे; जो वाईट कर्म करण्यात लाज-भय बाळगित नाही; जो अरहंत नसतांनाही स्वतःला अरहंत म्हणवितो, तो मिथ्याभाषी अधमच आहे. तो वृषलाधम आहे. हे ब्राम्हणा, मी तुम्हाला इतके वृषल सांगितले आहेत.

"कोणी जातीने वृषल होत नाही व जातीने ब्राम्हण होत नाही. कर्माने वृषल होतो, कर्माने ब्राम्हण होतो. जे वेदपठण करणाऱ्यांच्या घरात जन्मले आहेत. आणि वेद-मंत्रांचे पाठ-पठन करतात, त्यापैकीही कित्येक नित्य पाप-कर्मात संलग्न दिसतात. अशा व्यक्तीची ह्या जन्मात देखील निंदा होते आणि परलोकातही ते दुर्गतीला प्राप्त होतात. त्यांचा जन्म त्यांना दुर्गती व निंदेपासून वाचवू शकत नाही.

ह्या प्रकारे जो योग्य पात्र होता त्याने भगवानांना शिव्या देऊनही भगवानांनी त्याला मैत्री आणि करूणापूर्वक धर्म समजाविला. हे ऐकून उच्च जातीत उत्पन्न होण्याची त्याची भ्रांती दूर झाली. तो समजला की जन्माने नाही, तर कर्मानेच कोणीही श्रेष्ठ अथवा नीच होऊ शकतो.

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

जन्माने कोणी वृषल नसतो व जन्माने ब्राम्हण होत नाही.

कर्मानेच वृषल होतो व कर्मानेच ब्राम्हण होतो."

भगवानांच्या ह्या उद्गारांनी भारद्वाज ब्राम्हणाचे कल्याण झाले. तो अत्यंत श्रध्दाळू होऊन त्यांचा शिष्य झाला. भगवानांची वरील गाथा लोक प्रसिध्द झाली आणि लोकांमध्ये खरी जागृती झाली.

२. कसि भारव्दाज

त्या दिवसात भगवान बुध्द एकनाला ब्राम्हण गावात विहार करीत होते. ते सकाळच्या वेळी भिक्षाटणासाठी निघाले आणि कसि भारव्दाजाच्या शेताजवळील त्याच्या कार्य-स्थानावर पोहोचले. त्यावेळी तेथे भोजन वाढले जात होते.

जेव्हा त्यांना तेथे उभे पाहिले, तेव्हा शेताचा मालक कसि भारव्दाज मोठ्या गर्वाने म्हणाला, "हे श्रमण! मी नांगरतो, पेरतो. नांगरून-पेरून खातो. तुम्हीही नांगरा व पेरा. नांगरुन-पेरूनच खा."

ह्यावर भगवान म्हणाले "हे ब्राम्हण! मी ही नांगरतो, पेरतो. नांगरून-पेरूनच खातो."

–"हे श्रमण! तुम्ही कसे कृषक आहात? कुठे आहे तुमची शेती व शेतीचे सामान?"

–"हे ब्राम्हणा! श्रध्दा माझे बीज आहे, तप वृष्टी आहे, प्रज्ञा माझा नांगर आहे. लज्जा नांगराचा दंड आहे, मन वेसण आणि स्मृती फाळ आहे. मी शरीराने, वाणीने संयमित आहे. भोजनाच्या प्रती संयमी आहे. मी सत्याने निदंणी करतो. अर्हत्व प्राप्ती माझे पिक कापणे आहे. वीर्य माझा बैल आहे. निर्वाणाची माझी गाडी आहे. जी तिथे पोहोचवते जेथे शोकाचे नांवनिशाण नाही. ही शेती अमृतफलदायिनी असते, सर्व दु:खांतुन मुक्त करणारी असते."

ब्राम्हण बुध्दिमान होता, पूर्व पारमीता संपन्न होता. त्याला शुध्दधर्म समजायला वेळ लागला नाही. तो म्हणाला, "आपण खरे शेतकरी आहात. आपली शेती खरेच अमृतफलदायिनी आहे." असे म्हणून त्याने भगवानांना खीर अर्पण केली. भगवानांनी तिचा अस्वीकार केला.

धर्मोपदेश करण्यामुळे प्राप्त भोजन अभोज्य आहे. नादान लोक भोजन दानाला धर्मोपदेशाची किंमत समजतील, ह्या उलट धर्मोपदेश अनमोल असतो. त्याचे मूल्यांकन केले जाऊ शकत नाही.

कसि भारव्दाज ब्राम्हण भगवानांच्या अमृतवाणीने अतिशय प्रभावित होऊन त्यांचा अनुगामी बनला. त्याला भगवानांकडून प्रव्रज्या मिळाली, उपसंपदा मिळाली. विपश्यना करीत त्याला अरहंत अवस्था प्राप्त झाली. भाग्यशाली भारव्दाज ब्राम्हण धन्य झाला!

भगवानांच्या समोर जेंव्हा कधी अंध-विश्वास व अंध-मान्यतांचे प्रसंग आले तेव्हा त्यांना दूर करण्याचाही त्यांनी सफल प्रयोग केला. जसे –

(३) नदी स्नानाने पाप स्वच्छ होत नाहीत

भगवानांच्या जवळ बसलेल्या सुंदरिक भारव्दाज ब्राम्हणाने जेव्हा भगवानांना हे म्हटले, "आपण गौतम! स्नानासाठी बाहुका नदीवर चलाल काय?"

–"ब्राम्हण! बाहुका नदीपासून काय मिळेल? बाहुका नदी काय करेल?"

–"हे गौतम! बाहुका नदी लोकमान्य आहे, खूप लोकांतर्फे पवित्र समजली जाते. पुष्कळशे लोक बाहुका नदीत आपल्या केलेल्या पापांना वाहवून देतात."

तेव्हा भगवान सुंदरिक भारव्दाज ब्राम्हणाला म्हणाले "बाहुका, गया व सुंदरिका मधे; सरस्वती, प्रयाग व बाहुमती नदीमध्ये; पाप कर्म करणारा मुर्ख जरी रोज स्नान करीत असला तरी शुध्द होणार नाही. काय करेल सुंदरिका, बाहुलिका आणि प्रयाग? त्या पापकर्मी दुष्ट नरांना शुध्द करू शकत नाहीत. शुध्दकर्मीसाठी नेहमीच फाल्गून आहे, नेहमीच उपोसथ आहे. शुध्द व चांगली कर्मे करणाऱ्यांची व्रते नेहमीच पूर्ण होत रहातात."

भगवानांची ही शिकवण त्यांच्या जीवन काळातच साधकात प्रचलित झाली होती जी पुढे जाऊन अनेक शतकांपर्यंत संतांना प्रोत्साहित करीत राहिली. तेव्हाच समाजात ही म्हण चालू झाली "मन चंगा तो कठौती में गंगा".

त्यांच्याबद्दल अपशब्द म्हटले गेल्यावर भगवान मौन रहायचे. परंतु जेव्हा योग्य असेल तेव्हा करूणापूर्वक त्याला धर्माचा अर्थ समजवायचे.

(४) पाराजिक दोष

हे सर्व असतांनाही भिक्षूसंघाच्या प्रती त्यांचे अनुशासन अत्यंत दृढ होते. अनुशासन भंग करणाऱ्यांना ते कठोर दंड द्यायचे. कारण की संघाची शुध्दता टिकवून ठेवणे आवश्यक होते. असे कित्येक भिक्षू झाले ज्यांनी संघाच्या नियमांचे उल्लंघन केले. भगवानांनी त्यांच्या प्रती कठोर आदेश दिले. त्यांना संघातून कायमचे काढून टाकण्यात आले. असे कार्य जे महादोष-पूर्ण होते, त्यांना पाराजिक दोष म्हटले गेले. आणि अशा दोषी व्यक्तींना कायमचे संघातून निष्कासित केले गेले. कांही अशा दोषी भिक्षु व भिक्षुणिंनासुध्दा संघातून कायमचे ह्यामुळे काढून देण्यात आले, कारण ते ह्या अवस्थेत पोहोचल्या शिवायच स्वत:ला श्रोतापन्न आणि सकदागामी घोषित करू लागले होते. जी व्यक्ति पाराजिक दोषाची भागीदार असेल, ती संघातुन काढून टाकल्यावर कधीही भिक्षु अथवा भिक्षुणी बनू शकत नव्हती.

(५) संघादिसेस दोष

तेरा प्रकारचे दोष संघादिसेस दोष म्हटले जात होते. काही भिक्षू व भिक्षुणींनी संघाच्या नियमांना तोडीत छोटे दोष केले. अशा वेळी त्यांना संघादिसेस दंड दिला गेला. परंतु आपली चूक स्वीकारल्यावर आणि क्षमा मागितल्यावर पुन्हा अशी चूक करणार नाही असे आश्वासन दिल्यावर त्यांना पुन्हा संघात घेतले जात होते. कधी कधी असेही होत होते की संघदिसेसाच्या दोषीला काही निश्चित कालावधीसाठी संघाच्या बाहेर ठेवले जात असे. त्या कालावधीत त्याने दंड भोगल्यावर त्याला परत घेतले जात असे.

ह्याच परंपरेचे पूज्य गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन यांनी ही दृढतेने पालन केले. आमच्या परिवाराची एक महिला खूप तीव्र गंध असणारी मेंदी लाऊन केंद्रात प्रवेशली व तेथील वायुमंडळाला दूषित केले. गुरुदेवांनी तिला त्वरीत तेथून निघून जाण्याचा आदेश दिला आणि म्हटले की पुन्हा कधी केंद्रात पाय ठेवू नकोस. काही कालावधीनंतर तिने गुरुदेवांची क्षमा मागितली आणि सांगितले की

त्या दिवशी एक विशेष पर्व होते व ती नव-विवाहिता घरुन शृंगार करून आश्रमात आली होती. तिने आश्वासन दिले की भविष्यात अशी चूक पुन्हा करणार नाही. ह्यावर गुरुदेवांनी तिच्या दोषाला क्षमा करून तिला भविष्यात केंद्रात ध्यान करण्याची अनुमती दिली. हा एक प्रकारे त्यांच्यासाठी संघादिसेस दोष होता, ज्याला त्यांनी क्षमा केली.

पाराजिक दोष

परंतु त्यांनी त्यांच्या दोन प्रमुख शिष्यांना मोठ्या चुका केल्यामुळे कायमचे काढून टाकले, त्यापैकी एक सरकारच्या सिव्हील सप्लाय विभागाचा पदाधिकारी होता आणि दुसरा लेखा विभागाचा एक मोठा पदाधिकारी.

संघादिसेस दोष

मी बुध्दपुत्र आहे आणि गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिनचा धर्मपुत्र आहे. विपश्यनेचा इतका विकास केल्यावर मलाही अशा प्रसंगांचा सामना करावा लागला. जेव्हा काही साधक आचार्यांव्दारे चुका झाल्या. काही चुका अशा होत्या की साधक आचार्यांने आपली चूक कबूल करुन सर्व आचार्यांना सुचना दिली ज्यामुळे ते ह्या प्रकारच्या चूका करणार नाहीत. अशा वेळी मी त्यांना क्षमा केली आणि त्यांना आचार्य पदावर कायम ठेवले. अशा दोन घटना झाल्या. ह्या व्यतिरिक्त आणखी दोन-तीन घटना झाल्या, ज्यात साधकांनी स्पष्ट रूपाने धर्मासंबंधी माझ्या विचारधारेचा तीव्र विरोध केला, परंतु ह्याचा त्यांना पश्चातापही झाला नाही. त्यामुळे त्यांना नेहमीसाठी कामातून मुक्त करावे लागले. परंतु त्यांच्यासाठीही माझ्या मनात करुणेचा भाव कायम आहे. कधी ना कधी ते आपल्या चुकांना समजतील आणि धर्माच्या सत्यतेचा स्वीकार करतील. ह्यातच त्यांचे मंगल आहे.

मी पहातो आहे की काही स्वार्थी लोक एकत्र होऊन हा प्रचार असा करु इच्छितात की मी वृध्द झालो आहे, त्यामुळे मला रजा घेतली पाहिजे. मी शरीराने अस्वस्थ अवश्य आहे परंतु मनाने तितकाच स्वस्थ आणि सबळ आहे जसा पूर्वी होतो. मला रजा घेण्यासाठी जेव्हा माझ्यात थोडीशीही त्रुटी सापडत नाही व ते पहातात की मी सर्व निर्णय स्वतःच्या बळावर घेत आहे तेव्हा त्यांनी माझा पुत्र श्रीप्रकाशला एक माध्यम बनविले. मी मागील दिवसात जे काही निर्णय घेतले आणि आजही घेत आहे, त्यावर श्रीप्रकाशचा आणि ना अन्य कोणाचा प्रभाव आहे. सर्व निर्णय मी आपल्या बळावर घेतले आहेत. जेव्हा माझ्यात काही दोष दिसून येत नाही तेव्हा माझा पुत्र श्रीप्रकाशला आलंबन बनवून हे प्रचारित करतात की मी आपले सारे निर्णय त्याच्यामुळे प्रभावित होऊन करीत आहे. ह्यापेक्षा मोठे कोणतेही असत्य नाही. परंतु ह्या थोड्याश्या विभक्तपणा असणाऱ्यांना हेच एक खोटे माध्यम मिळते आणि वारंवार त्याच्या निमित्ताने मला बदनाम करीत असतात की मी आपले निर्णय स्वतः करू शकत नाही. माझा प्रत्येक निर्णय श्रीप्रकाश करतो.

मी ह्या थोड्याश्या स्वार्थी लोकांची नीयत खूप समजतो की ह्या त्रेचाळीस वर्षात मी जे धर्मकार्य केले आहे त्याला बाजूला ठेऊन श्रीप्रकाशच्या निमित्ताने मला ह्यातून मुक्त करावे आणि इतक्या मोठ्या धर्म-आंदोलनाला स्वतः आपल्या कब्ज्यात करावे. धर्माच्या ह्या वैऱ्यांना मी कधीही सफल होऊ देणार नाही. जोपर्यंत मी जीवंत आहे, धर्माला जीवंत ठेवीन व श्रीप्रकाशचा काय, मी कोणाच्याही प्रभावात येऊ शकत नाही. हे थोडेसे स्वार्थी लोकही धर्माला समजोत आणि दुष्कर्म करण्यापासून वाचोत. ह्याव्यतिरिक्त लाखोंच्या संख्येने माझे जे श्रध्दाळू धर्मपुत्र आणि धर्मपुत्री आहेत, त्यापैकी कोणीही ह्यांच्या बहकाविण्यात येऊ नये. ह्यातच सर्वाचे कल्याण आहे.

कल्याणमित्र

सत्यनारायण गोयन्का

पुज्य गुरूदेवांव्दारे संपन्न कार्यक्रमांची सुचना

पुज्य गुरूदेव शारीरिक रूपाने अस्वस्थ असले तरी मानसिक रूपाने पूर्ण स्वस्थ आहेत– आणि मागील दिवसांत त्यांनी जवळपास प्रत्येक आठवड्यात अनेक महत्वपूर्ण कार्यक्रमात भाग घेतला आहे– जसे १८ मार्चला विश्व विपश्यना पगोडामध्ये जवळपास ३००० सर्वोच्च मारवाड्यांच्या एका सत्कार-सभेला संबोधित केले आणि २४ मार्चला इगतपुरीत जवळपास१५००० लोकांच्या एका विशाल जनसभेलाही. त्यानंतर १ एप्रिलला "भाभा अटॉमिक रिसर्च सेंटर" परिसरात 'जागृती समिती' च्या आमंत्रणावर मोठ्या जनसमूहाच्या धर्म-लाभार्थ सार्वजनिक प्रवचन दिले. त्यानंतर अनेक प्रश्नोत्तरे झाली, ज्यामुळे अनेक वैज्ञानिकही प्रेरित झाले. १५ एप्रिल रोजी पॅगोडामध्ये १ तासाचे मिनी-आनापान शिविर लावले, ज्यामध्ये जवळ-जवळ दहा हजार लोकांनी भाग घेतला आणि असा प्रकारे भविष्यकाळात सर्व लोकांना आनापान शिकण्याचा मार्ग प्रशस्त केला. ह्याव्यतिरिक्त शनिवार-रविवारच्या दिवशी ते पगोडा परिसरात होत असलेल्या कामांचे निरीक्षण करण्यासाठी व भावी विकासासाठी संचालन-समितीला संबोधित करण्यासाठी जात रहातात. त्यांनी संचालन-समितीचे पुनर्गठनही केले. त्यामुळे साधकांनी त्यांच्या स्वास्थ्याबाबत कोणतीही चिंता करू नये.

ग्लोबल विपश्यना पगोडासाठी कॉर्पस फंड

ग्लोबल पगोडाच्या निर्बाध संचालनासाठी एक कॉर्पस फंड एकत्र केला जात आहे, ज्यामुळे भविष्यात ह्याचा सांभाळ कोणत्याही बाहेरील दबावाविना सफलतापूर्वक होत राहील आणि म्यंमामध्ये सध्दर्माला सुरक्षित ठेवणे तसेच भारतात परत पाठविण्यासाठी सयाजी ऊ बा खिन व म्यंमाच्या प्रती कृतज्ञता ज्ञापनाचे हे अद्‌भुत पावन प्रतीक हजारो वर्षापर्यंत कायम राहो. ह्या कार्पस फंडाचा उपयोग कोणतीही व्यक्ती आपल्या व्यक्तिगत लाभासाठी करू शकत नाही, तर सरकारी बँकेत जमा ह्या धनाच्या व्याजाने पगोडाचा दैनिक खर्च व सांभाळ संबंधी काम पगोडा-संरक्षणाच्या नियमानुसार होत राहील. दान पाठविण्यासाठी विवरण ह्या प्रकारे आहे–

चेक ड्राफ्ट कृपया खालील पत्यावर पाठवावेत– ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन रजि. ऑफिस ग्रीन हाउस, २ रा माला, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई-४०००२३, फोनः ०२२-२२६६५९२६.

विपश्यना विशोधन विन्यास, धम्मगिरी, इगतपुरी व दर्शन विभाग, मुंबई विश्वविद्यालयाच्या, संयुक्त सहयोगाने बुध्दांची शिकवण (विपश्यना म्हणजे परियत्ति व पटिपत्ति) यामध्ये एक-वर्षीय डिप्लोमा कोर्स (वर्ष २०१२-२०१३)

पाठ्यक्रम - ह्यात परियत्ति व पटिपत्ति दोन्ही आहेत – पालिभाषा व पालि साहित्यात प्रवेश, त्रिपिटकातून निवडलेले सुत्त, भगवान बुध्दांचे जीवन आणि त्यांची शिकवण. विपश्यना साधनेचे सिध्दांत व विधी, स्वास्थ, शिक्षण, सामाजिक विकास इत्यादी क्षेत्रात विपश्यनेचा व्यावहारिक उपयोग व अजूनही बरेचसे अन्य विषय.

स्थान-- दर्शन विभाग, ज्ञानेश्वर भवन, मुंबई विश्वविद्यालय, विद्यानगरी कैम्पस, कालीना, सांताक्रुज (पूर्व), मुंबई - ४०००९८.

वेळ - प्रत्येक शनिवारी दुपारी २ से ६ वाजेपर्यंत.

कोर्सचा कालावधी - २१ जुलै २०१२ ते ३१ मार्च २०१३

आवेदन पत्र - दर्शन विभागात (सोमवार ते शुक्रवार, ११.३० ते २.३० वाजे पर्यत) २ जुलै ते १७ जुलै २०१२ पर्यंत घेता येतील.

योग्यता – जुने एस. एस. सी. व नवे एच. एस. सी. (१२ वीं उत्तीर्ण)

आवश्यकता– दिपावलीच्या सुटीत एक दहा-दिवसीय विपश्यना शिबिर करणे आवश्यक आहे. तेव्हाच परीक्षेत बसण्याची अनुमती मिळेल.

शिक्षणाचे माध्यम– इंग्रजी

संपर्क – १) श्रीमती शारदा संघवी - फोनः (०२२-२३०९५४१३) ०९२२३४६२८०५, २) श्रीमती बलजीत लाम्बा - फोनः (०२२)२६२३७१५०, ०९८३३५१८९७९ ३) अलका वेंगुलकर मोबाईल - ०९८२०५६३४४०

एक तासाचे लघू आनापान शिबिर

पूज्य गुरुदेवांनी लाखों लोकांच्या हित-सुखाला ध्यानात ठेऊन कोठेही एका तासाचे आनापान शिबिर आयोजित करण्याची सुट दिलेली आहे. सध्या पगोडाच्या डोममधे १४ मे पासून रोज सकाळी ११ ते १२ वाजेपर्यंत व संध्याकाळी ४ ते ५ वाजे पर्यंत मोठ्या लघू-आनापान शिबिराचे आयोजन निश्चित केले आहे. १० वर्षापेक्षा जास्त वयाचे सर्व लोक ह्यात भाग घेऊ शकतात.

सहायक आचार्य कार्यशाळा

धम्मगिरिमध्ये २४ ते २८ ऑक्टोंबरपर्यंत आपले बुकिंग करवून जास्तीत-जास्त सहायक आचार्य ह्या कार्यशाळेचा लाभ घेऊ शकतील.

गुरुपोर्णिमेच्या निमित्ताने पूज्य गुरूदेवांच्या सान्निध्यात एक दिवसीय महाशिबिर

१ जुलै, च्या ऐवजी ८ जुलै २०१२ रविवार, वेळ - सकाळी ११ वाजेपासून दुपारी ४ वाजेपर्यंत, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा'** च्या मोठ्या धम्मकक्षामध्ये (डोममध्ये) कृपया ध्यान द्यावे की ह्या विशाल शिबिरात आपल्याला कोणत्याही प्रकाराची असुविधा होऊ नये ह्यासाठी बिना बुकिंग येऊ नये.

बुकिंग संपर्कः मो. ०९८९२८५५६९२, ९८९२८५५९४५, फोन नं. - ०२२-२८४५११७०, ३३७४९५४३, ३३७४९५४४ (प्रातः ११ से सायं ५ तक, प्रतिदिन) ईमेल Registration: oneday@globalpagoda.org

Onlion Registration: www.vridhamma.org

दोहे धर्माचे

करतो निंदा पाहून, दुसऱ्यांचे कणभर दोष।
लपवत रहातो पण, आपले मणभर दोष॥

वाढवून सांगे नेहमी, आपले गुण पर दोष।
त्या अबोधात धर्माचा, कधीही न जागे होश॥

आपल्या मनाच्या दोषाचा, करू आज स्वीकार।
उतरे आपल्या दोषाचा, थोडासा तरी भार॥

जाणता अजाणता केले, ज्यांच्या प्रती अपराध।
क्षमा करो ते सर्व मला, होवो दूर विषाद॥

दोहे धर्माचे

स्व कर्माचे फळ पिके, अंधार काळा विखेरे।
कोणालाही दोष न देता, पहा दिवसांचे फेरे॥

स्व भले करू शकला नाही, पाहून पर दोष।
होश जागे सुधार होये, स्वतःचे पाही जर दोष॥

पाप पाहून दुसऱ्यांचे, मिटे न आपले पाप।
जो जगाची तुलना करी, मोजो स्वतःला आप॥

प्रकट कर स्वदोषांना, हलके होई मन।
दोष वाढू शकत नाही, सहज सरळ बन॥

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712, 243238. **फैक्स :** (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org