विपश्यना

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष २५५६, आश्विन पौर्णिमा, २९ आक्टोंबर, २०१२ वर्ष १ अंक ८

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

धम्मवाणी

पञ्च छिन्दे पञ्च जहे, पञ्च चुत्तरि भावये।
पञ्च सङ्गातिगो भिक्खु, "ओघतिण्णो"ति वुच्चति॥

धम्मपद- ३७०, भिक्खुवग्गो

(सत्काय-दृष्टी, विचिकित्सा, शीलव्रतपरामर्श, कामराग आणि व्यापाद-ह्या) पाच (अवरभागीय संयोजनां) चे छेदन करावे, (रूपराग, अरूपराग, मान, औद्धत्य आणि अविद्या-ह्या) पाच (उर्ध्वभागीय संयोजनां) ना सोडून द्यावे आणि त्यानंतर (ह्यांच्या प्रहाणसाठी श्रद्धा, वीर्य, स्मृती, समाधी आणि प्रज्ञा ह्या) पाच (इंद्रियां) ची भावना करावी. जो भिक्षू (साधक) पाच आसक्तीं (राग, द्वेष, मोह, मान आणि दृष्टी) चे अतिक्रमण करतो, तो (काम, भव, दृष्टी व अविद्या रूपी चार प्रकारच्या) पूरांना पार केलेला 'ओघतीर्ण' म्हणविला जातो.

वास्तविक आरोहण व अवरोहण

त्या काळी समाजात अशी मान्यता होती की शारीरिक कष्ट भोगूनच व्यक्ती वाईट कर्मांच्या फळांपासून, विकारांपासून मुक्त होऊ शकते आणि मृत्युनंतर उच्च लोक प्राप्त करू शकते.

पूर्वी केलेल्या दुष्कर्मांच्या फळरूपात आम्हाला अनेक प्रकारच्या शारीरिक यातनांना भोगावे लागते आणि ह्या जन्मात माझ्यात कष्ट झेलण्याची क्षमता आहे तर त्यांना आत्ताच का भोगू नये? त्यासाठी ते दिर्घकाळापर्यंत उपवास करून शरीराला उपाशी ठेवत असत व अनेक प्रकाराने दंडित करीत असत. कदाचित हा विचार करून की बऱ्याच काळापर्यंत अशा यातनांना इथेच भोगल्यावर त्या पूर्वीच्या दुष्कर्मांचे दुष्फळ भोगण्यापासून मुक्ती मिळेल आणि मृत्युनंतर उच्च लोक प्राप्त होईल.

भगवानांच्या जीवनकाळात लोक काट्यांवर झोपत असत, दिर्घ उपवास करीत असत, ग्रीष्म ऋतूत सावलीविना उघड्या उन्हात झोपत असत, शीतकाळात अंथरूण-पांघरूणाशिवाय उघड्या जागी थंडीत कुडकुडत असत. हे सर्व यासाठी करीत असत की पुढे जाऊन ह्या कष्टांमधून जावे लागू नये.

शरीराला दंडित करण्याव्यतिरिक्त अजूनही अनेक प्रकारची कर्मकांड चालत असत. काही लोकांची मान्यता होती की अग्निपूजेमुळे माझी उन्नती होईल, अवनती होणार नाही. अधोगतीच्या अवरोहणापासून वाचण्यासाठी विशिष्ट वेळी अग्नीची पूजा केली जात होती. जमिनीला ओल्या शेणाने सारवून, त्यावर कुश नावाचे हिरवे गवत पसरवून, डोक्यावरुन स्नान करून, नवीन रेशमी वस्त्र घालून, त्या रात्री अग्निकुंड आणि घराच्या मध्ये त्याच जमिनीवर झोपत असत. रात्री तीनदा उठून अग्नीला हात जोडून, नमस्कार करून प्रार्थना करीत असत की आम्ही आपल्या प्रती आरोहण करतो. अर्थात भविष्यात आमचे अवरोहण न होवो, आरोहणच होवो. अधोगती न होवो, ऊर्ध्वगतीच होवो. ह्या कर्मकांडाला पूर्ण करतांना अग्नीला खूपसे तूप, तेल, लोणी इत्यादी अर्पण करीत असत. ती रात्र संपल्यावर ब्राम्हणांना स्वादिष्ट भोजन करवीत असत आणि समजत असत की ह्यामुळे आमचे आरोहणच होवो, ऊर्ध्वगतीच होवो.

परंतु भगवानांनी समजविले की एखाद्या कर्मकांडाद्वारे भविष्याची अधोगती म्हणजे अवरोहणापासून सुटका मिळेल हे असंभव आहे. म्हणूनच त्यांनी आरोहण म्हणजे ऊर्ध्वगतीसाठी शुद्ध धर्माचे पालन करणे शिकविले–

आर्य-श्रावक ह्या प्रकारे विचार करतो की प्राणी-हिंसा करणे, चोरी करणे, खोटे बोलणे, चुगली करणे, व्यर्थ बडबड करणे, कठोर, कटू वचन बोलणे, लोभ, द्वेष व मिथ्या कर्मकांड इत्यादी करण्यामुळे ह्या लोकात व परलोकात दोन्हीकडे वाईटच परिणाम होतो. ह्या दुष्कर्मांमुळे माझे भविष्य बिघडतेच. त्यामुळे तो ह्या सर्व दुष्कर्मांना त्यागून शुद्ध धर्माचे जीवन जगतो आणि आपले इहलोक व परलोक दोन्ही सुधारतो. असे करण्यामुळे त्याचे अवरोहण होत नाही, अधोगती होत नाही, तर आरोहणच होते, ऊर्ध्वगतीच होते.

ह्याच प्रकारे अजून एक कर्मकांड चालत होते. वेळेवर उठून खाटेवर बसूनच पृथ्वीला स्पर्श करणे, ओल्या शेणाला स्पर्श करणे, हिरव्या गवताला स्पर्श करणे, अग्नीची परिचर्या करणे, दिवस उजाडल्यावर हात जोडून सूर्याला नमस्कार करणे, दिवसात तीनदा पाण्यात उतरणे इत्यादी. ही मान्यता चालत येत होती की असे करण्यामुळे चित्ताची शुद्धी होते, शुचिता होते.

भगवानांनी समजविले की जेव्हापर्यंत कोणी व्यक्ती शरीराने होणाऱ्या ह्या तीन प्रकारच्या अशुद्धीत लागलेली असते तेव्हापर्यंत ती चित्ताच्या शुचितेपासून, शुद्धींपासून खूपच दूर राहते.

१. जर तो प्राणी-हिंसेत रत राहतो, प्राण्यांप्रती सर्वस्वी निर्दयी राहतो, त्यांना मारून टाकण्यात लागलेला राहतो, लोभी असतो, रक्तपाती असतो. (२) दुसऱ्यांची वस्तू मग ती गावातील असो वा जंगलातली त्याची चोरी करणारा असतो.

(३) काम-भोगासंबंधी मिथ्याचरण करणारा असतो. तो कोणत्याही स्त्रिचा भोग घेणारा असतो, जरी ती त्याच्या आईच्या घरची असेल, वडिलांच्या घरची असेल, भावाच्या घरची असेल, बहिणीच्या घरची असेल, नातेवाईकाच्या घरची असेल; जरी तिचा कोणाशी विवाह झाला असेल अथवा ती धंदेवाईक नाचणारी का असेना. ह्यापैकी कोणाशीही व्यभिचार करीत असेल, तर या तिन्ही शारीरिक कर्मांच्या अशुद्धी आहेत, अशुचिता आहेत.

ह्याच प्रकारे वाणीच्या कर्मांच्या चार अशुद्धी असतात –

१. खोटे बोलणारा असतो, सभेत, परिषदेत, भाऊ-बंदात, पंचायतीत, राजसभेत ह्यापैकी कोणतीही जागा असो, जेथे त्याची साक्ष विचारली जाते की जे जाणता ते खरे-खरे सांगा, हुबेहूब सांगा. न जाणतांनाही तो सांगतो की जाणतो अथवा जाणत असतांनाही सांगतो की जाणत नाही. तो पाहिले नसतांनाही सांगतो की पाहिले आहे आणि पाहिले असतांनाही सांगतो की पाहिले नाही. आपल्या अथवा दुसऱ्याच्या एखाद्या लौकिक वस्तूसाठी खोटे बोलतो. ह्याच प्रकारे (२) चुगली करणारा असतो, (३) कठोर वचन बोलणारा असतो आणि (४) व्यर्थ बोलणारा असतो, तेव्हा ह्या चारही त्याच्या वाणीच्या अशुद्धीच आहेत, अशुचिताच आहेत.

असेच मनाच्या कर्मांच्या तीन प्रकारच्या अशुद्धी असतात. (१) कोणी व्यक्ती मनाच्या स्तरावर लोभी असते. दुसऱ्यांचे धन आहे. दुसऱ्यांच्या वस्तू आहेत त्याला हस्तगत करू इच्छिते – कशा प्रकारे दुसऱ्यांची वस्तू माझी होईल. (२) तो मनाने द्वेषयुक्त असतो, मनाने दुष्ट संकल्पी असतो. तो दुष्ट मनाने विचार करतो की हे प्राणी बांधले जावेत, विनाशाला प्राप्त होवोत, मारले जावोत, नष्ट होवोत. (३) त्याचे मानस मिथ्या-दृष्टी असणारे असते, उल्टी-दृष्टी असणारे असते. तो सत्याला समजू शकत नाही आणि म्हणतो की दानाचे कोणतेही फळ नाही, यज्ञ नाही,होम नाही, चांगल्या-वाईट कर्मांचे फळ नाही, हा लोक नाही, परलोक नाही, न माता आहे, न पिता आहे, न तो स्वतः उत्पन्न प्राणी आहे, न लोकात कोणी श्रमण आहे, न ब्राम्हण आहे, न कोणतेही सम्यक ज्ञान आहे, न कोणी सम्यक आचरण करणारे आहेत. तो असा मिथ्या भाव प्रकट करतो की परलोकात स्वतः जाऊन मी ह्या सत्याचा साक्षात्कार केला आहे. हे सर्व चित्ताच्या अशुचितेच्या अंतर्गत येते, अशुद्धीच्या अंतर्गत येते.

वस्तुतः खरी शुचिता वा शुद्धी तेव्हा होते जेव्हा कोणी व्यक्ती ह्या अकुशल कर्मांपासून वाचून कुशल कर्मात प्रवृत्त होते. तेव्हा तो स्वतः उर्ध्वगतीचा अधिकारी होतो. अश्या लोकांचे आरोहणच होते, अवरोहण कधीही होत नाही.

असेच अनेक प्रकारचे अंधविश्वास पसरलेले होते. काही लोक कदाचित हे मानत होते की माझ्या कर्मांनुसार भविष्यात मला कुत्र्याचे जीवन जगावे लागेल, त्यामुळे कुत्र्याचे कष्टमय जीवन आत्ताच का जगू नये? अशा प्रकारे तो कुत्र्याचे जीवन जगण्याचा निर्णय करायचा आणि कुत्र्याप्रमाणेच आचरण ठेवायचा. जमिनीवर फेकलेले भोजनच ग्रहण करायचा, नग्न राहायचा, कुत्र्याप्रमाणेच आकुंचन करून बसायचा, तसेच झोपायचा इत्यादी.

असेच कदाचित कोणी हे समजून निर्णय करीत होता की माझ्यात कष्टमय जीवन जगण्याचे सामर्थ्य आहे आणि पुढे जाऊन मला पशुयोनीचे जीवन जगायचे आहे, तर ह्याच जीवनात गायीचे जीवन का जगू नये? आत्ताच सहन करून घेऊ ज्यामुळे मरणानंतर तसे दुःखद जीवन जगावे लागू नये. तशी अधोगती न भोगावी लागो. उलट उर्ध्वगतीच प्राप्त होवो. ह्यासाठी तो आपली सारी दैनिक जीवनचर्या गाईसारखीच करायचा. अनेक प्रकारचे कष्ट सहन करायचा.

ह्या कशा मूर्खपणाच्या गोष्टी आहेत. त्याला समजत नाही की आत्ता तर तो भोगतोच आहे व भविष्याच्या जीवनात ह्यापेक्षा अधिक भोगावे लागेल.

अशा लोकांचे भविष्य पाहून भगवानांनी समजविले की असे करण्यामुळे दुर्गतीच होते, नारकीय जीवनच प्राप्त होते अथवा खरोखर पुढच्या जन्मी कुत्र्याचा अथवा गायीचा जन्म प्राप्त होतो आणि अपार कष्टांना सहन करावे लागते.

अशी मिथ्या धारणा असणारी व्यक्ती जर असा विचार करेल की अधोगतीचे दुःखमय जीवन इथेच जगण्यामुळे मरणोपरांत देवलोकाची उर्ध्वगती प्राप्त करेल अथवा त्यापेक्षाही एखादी उंच गती प्राप्त करेल तर ही तिची खूप मोठी चूक आहे. भगवानांपासून हे ऐकून-समजून असे गोव्रतिक आणि कुक्कुरव्रतिक लोक रडू लागले की आमचे इतक्या दिवसांचे वर्तमान जीवन व्यर्थ गेले आणि भविष्यातही असे अधोगतीचे जीवन जगावेच लागेल. ह्यासंबंधी त्यांनी भगवानांना सत्य धर्म शिकविण्याचा आग्रह केला. ह्यावर भगवानांनी समजविले –

मी ह्या चार कर्मांना स्वतः जाणून, अनुभव करून पाहिले की (१) येथे ह्या जीवनात जर एखादे कार्य कृष्ण म्हणजे पापमय असले, तर त्याचे फळही पापमयच असते. (२) जर एखादे कार्य शुक्ल म्हणजे कुशल असले तर त्याचे फळही कुशलच असते. (३) काही कर्म कृष्ण-शुक्ल मिश्रित असले तर त्याचे फळही मिश्रितच असते. (४) एक कर्म ते होते ज्याला न कृष्ण म्हटले जाऊ शकते न शुक्ल. ह्याच्या फळाचीही तीच स्थिती आहे. हे चवथ्या प्रकारचे कर्मच कर्म-क्षयात सहायक होऊ शकते.

कोणते कर्म स्वतः कृष्ण आहे आणि कृष्ण फळच देणारे आहे? जेव्हा कोणी व्यक्ती समग्र शारीरिक कर्म दुसऱ्यांना पीडा देण्यासाठी करीत राहते, ह्याच प्रकारे समग्र वाणीचे कर्म, मनाचे कर्म दुसऱ्यांना पीडा देण्यासाठी करीत राहते तर ती मरणोपरांत पीडादायक लोकातच उत्पन्न होते आणि तिला अनेक प्रकारचे कष्टदायक तप्त-लोह-स्पर्श इत्यादी कष्टदायक शूलांचा स्पर्श भोगावाच लागतो. तिला ह्या नारकीय स्पर्शांचा अनुभव घ्यावाच लागतो.

असेच जेव्हा कोणी व्यक्ती मन, शरीर आणि वाणीने चांगले कर्म करते, दुसऱ्यांना सुख पोहचविण्याचे कर्म करते, दुसऱ्यांच्या मंगलाचे भाव मनात येत राहातात, वाणीने द्वेषरहित चांगले वचन बोलून दुसऱ्यांना प्रसन्न करते, तर ती

ह्या लोकातही सुख-शांतीचा अनुभव घेते आणि मृत्युनंतर परलोकातही द्वेषरहित सुखमय संवेदनांचाच अनुभव घेते.

ह्याच प्रकारे कोणी द्वेषयुक्त आणि द्वेषरहित दोन्ही प्रकारचे मिश्रित कर्म करतो, तेव्हा तो येथेही दोन्ही प्रकारच्या संवेदनांचा अनुभव करतो आणि परलोकातही दोन्ही प्रकारच्या स्पर्शाचा अनुभव करतो.

असेच अकृष्ण, अशुक्ल कर्म करणारी व्यक्ती सर्व प्रकारच्या कर्म-संस्कारांपासून मुक्त होते. तिचा पुन्हा पुनर्जन्म होत नाही.

भगवानांच्या ह्या धर्मदेशनेमुळे त्या व्रतधारींचे व्रत सुटले आणि धर्ममार्गावर आरूढ होऊन, अभ्यास करीत-करीत भवमुक्त अवस्थेला प्राप्त झाले.

या, साधकांनो! आम्हीही ह्या मिथ्या कर्मकांडाच्या मिथ्या मान्यतांच्या गुंत्यातून सुटून वास्तविक धर्ममय जीवन जगत आपले मंगल साधून घेऊ, कल्याण साधून घेऊ.

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयन्का

धम्मगिरीतील विशेष कार्यक्रम आणि त्यांचे संपर्क

आचार्य स्वयं शिबिर - १८ नोव्हेंबर ते ३ डिसेंबर, २०१२ पर्यंत (धम्मपत्तन, धम्मगिरी व धम्मतपोवन) **विश्वस्तांची कार्यशाळा** - ३ डिसेंबर ते ४ डिसेंबर, २०१२ पर्यंत (धम्मगिरी) **सहायक आचार्यांची कार्यशाळा-** ३ डिसेंबर ते ६ डिसेंबर, २०१२ पर्यंत (धम्मतपोवन) **सहायक आचार्यांचे संमेलन** ७ डिसेंबर ते ९ डिसेंबर, २०१२ पर्यंत (धम्मगिरी व धम्मतपोवन)

१. केंद्र व क्षेत्राच्या सहायक आचार्यांनी हे सुनिश्चित करावे की त्यांनी आपल्या क्षेत्रातून २ वा ३ कर्मठ विश्वस्तांना धम्मगिरीत होणाऱ्या विश्वस्तांच्या कार्यशाळेत भाग घेण्यासाठी अवश्य पाठवावे. हे **आचार्य स्वयं शिबिरात** बसू शकतात आणि २ दिवसीय कार्यशाळेतही भाग घेऊ शकतात. नावाचे रजिस्ट्रेशन करण्यासाठी कृपया ह्या पत्त्यावर ई-मेल करावे – info@giri.dhamma.org

२. धम्मगिरीत २४ आक्टोबर, २०१२ ला होणारी **सहायक आचार्यांची कार्यशाळा** आता ३ ते ६ डिसेंबर, २०१२ ला होईल. ह्या कार्यशाळेचे रजिस्ट्रेशन करण्यासाठी पूर्ण विवरण ह्या पत्त्यावर ई-मेल करावे – info@giri.dhamma.org

३. सहायक आचार्यांच्या संमेलनाचे रजिस्ट्रेशन करण्यासाठी पूर्ण विवरण (नाव, वय, आणि क्षेत्र) ह्या पत्त्यावर ई-मेल करावे – atmeeting2012@gmail.com

---

नवे उत्तरदायित्त्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री सुरेश यादव, वाई
२. श्री जगदीश शिंदे, पुणे
३. श्री गणपतराव धुमाळ, फलटण
४. श्री ए. सुब्रमणियम, चेन्नई
5. Ms. Marie-Christine Fromont, France
6. Mr. Stephane Barbier, France
7. Mr. Somchai Arkkasirisathavorn, Thailand
8. Ms. Susan Callaghan, Australia

नव नियुक्तीयां

सहायक आचार्य

१. श्रीमती राजलक्ष्मी करियाल, दिल्ली
२. श्रीमती एन. विजयलक्ष्मी, चेन्नई
3. Mrs. Vajira Wijewardana, Sri Lanka
4. Mrs. Indrani Dharmalatha Hettiarachchi, Sri Lanka
5. Mr. Vidana Pathiranage Chandrasena, Sri Lanka
6-7. Mr. Jonathan & Mrs. Carolyn Crowley, USA
8. Mr. Bernard Derhay, France

बालशिबिर शिक्षक

१. श्रीमती शोभा गवळी, औरंगाबाद
२. श्री विश्वनाथ कांबळे, औरंगाबाद
३. श्री गणेश कांबळे, औरंगाबाद
४. श्री कुंदन जाधव, औरंगाबाद
५. श्री योगेश पटेल, औरंगाबाद
६. श्री प्रशांत गायकवाड, उस्मानाबाद
७. श्री माधव वाघमारे, लातूर
८. श्री अरुण सरोदे, परभणी
९. श्री अरुण कांबळे, नांदेड
१०. श्री भीमराव कावळे, नांदेड
११. श्री लक्ष्मीनाथ जाधव, न्यू नांदेड
१२. श्रीमती स्नेहल मदुस्कर, मुंबई
१३. कु. सुषमा नायक, मुंबई
१४. श्री वसंत जाजू, बेंगलोर
१५. श्रीमती ललिथा नारायण, बेंगलोर
१६. श्री रमेशचंद्र शर्मा, उदयपुर
१७-१८. श्री त्रिलोक शंकर व श्रीमती ममता शर्मा, जोधपुर
१९. श्रीमती प्रेमसखी सोनी, जोधपुर
२०. श्रीमती स्नेहलता बौद्ध, चूरू (राजस्थान)
२१. कु. मुमताज खान, चूरू
२२-२३. श्री रमेशचंद्र व श्रीमती अपर्णा श्रीवास्तव, रावतभाटा
२४. श्री रतनलाल शर्मा, रावतभाटा
२५. कु. मेधा इनामदार, पुणे
26. Mr. Jie Liu, People's Republic of China
27 & 28. Mr. Huang Yu Cheng & Mrs. Chen Min Xia, People's Republic of China
29. Mrs. Qino Ling Fang, Florence, People's Republic of China
30. Ms. Liang Yi Ru, People's Republic of China
31. Mr. Martin Kazmierczak Germany

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 सद्धर्माला सुरक्षित ठेवणे तसेच भारतात परत पाठविणे याबद्दल सयाजी ऊ बा खिन व म्यंमाच्या प्रती कृतज्ञता ज्ञापनाचे हे अद्भुत पावन प्रतीक हजारो वर्षांपर्यंत कायम राहील. ह्या कॉर्पस फंडाचा उपयोग कोणतीही व्यक्ती आपल्या व्यक्तिगत लाभासाठी करू शकत नाही, तर सरकारी बँकेत जमा ह्या धनाच्या व्याजाने पगोडाचा दैनिक खर्च व सांभाळासंबंधी कामे पगोडा-संरक्षणाच्या नियमानुसार होत राहतील.

कार्पस फंड दान पाठविण्यासाठी विवरण ह्या प्रकारे आहे –

१. भारतात कोर बँकिंगव्दारे ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशनला दान पाठविण्यासाठी भारताच्या कोणत्याही बँक ऑफ इंडियाच्या शाखेतून पैसे पाठवू शकतात. विवरण खालील प्रमाणे आहे–

"Global Vipassana Foundation"
'Axis Bank India', A/C. NO: 911010032397802
SWIFT CODE: AXISINBB062,
IFSC CODE: UTIB0000062
MICR CODE: 400211011,
BRANCH: Malad west branch, Mumbai-400064.

२. भारताच्या बाहेरून दान पाठविण्यांसाठी विवरण खालील प्रमाणे आहे– **(SWIFT transfer to 'Bank of India')**
SWIFT Transfer details are as follows:
"Global Vipassana Foundation"
Name of the Bank : **"J P Morgan Chase Bank"**
Address : New York, US,
A/c. No. : 0011407376, Swift: CHASUS33.

चेक/ड्राफ्ट कृपया खालील पत्त्यावर पाठवावेत –

ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन रजि. ऑफिस-ग्रीन हाउस, २ रा माळा, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई-४०००२३, फोन: ०२२-२२६६५९२६.

ग्लोबल पगोडात पालि अभ्यासक्रम - २०१३

विपश्यना विशोधन विन्यास, ग्लोबल पगोडात अनिवासीय अभ्यासक्रम पालि व्याकरण, सुत्त, सैद्धांतिक विपश्यना इत्यादी. शिक्षणाचे माध्यम - पालि-इंग्रजी, पालि-मराठी, पालि-हिंदी, **अवधी** ०१-०२-२०१३ ते ३०-९-२०१३ पर्यंत (८ महिने, आठवड्यात एकदा, ११ ते ५ वाजेपर्यंत); **आवेदन पत्र प्राप्त करण्याचे स्थान व तिथी -** वी. आर. आय., ग्लोबल पगोडा, १ ते १५ जानेवारी २०१३ पर्यंत; आवेदन पत्र जमा करण्याची अंतिम तारीख - २०-१-२०१३

निवासीय अभ्यासक्रम (परियत्ती आणि पटिपत्ती):–

३० दिवसीय प्रारंभिक पालि-मराठीः अवधि - ०१-०१-२०१३ ते ३१-०१-२०१३ पर्यंत; **फार्म जमा करण्याची अंतिम तिथि -** ०१-१२-२०१२;

३० दिवसीय उच्चत्तर पालि-हिंदी (वी.आर.आय. इगतपुरीतून प्रारंभिक पालि-हिंदी अभ्यासक्रम **केलेल्या विद्यार्थ्यांसाठी) अवधी -** ०१-०५-२०१३ ते३१-५-२०१३ पर्यंत **आवेदन पत्र जमा करण्याची अंतिम तारीख -** ०१-०४-२०१३;

९० दिवसीय अभ्यासक्रम; पालि-इंग्रजी; अवधी - ०१-०७-२०१३ ते ३०-०९-२०१३ पर्यंत; आवेदन पत्र जमा करण्याची अंतिम तारीख - १५-०५-२०१३; **सर्वांसाठी कंप्यूटर वर आवेदन पत्र** -- www.vridhamma.org ने ही पाठवू शकतात. **संपर्कः** विपश्यना विशोधन विन्यास (V. R. I.), ग्लोबल विपश्यना पगोडा, एस्सेल वल्डच्या जवळ, बोरीवली (पश्चिम), मुंबई - ४०००९१.

अधिक माहितीसाठी संपर्क करा – डॉ शारदा संघवी – फोनः (०२२-२३०९५४१३) ०९२२३४६२८०५,

ईमेलः s_sanghvi@hotmail.com;

२) श्रीमती बलजीत लाम्बा : फोनः ०९८३३५१८९७९;

३) अलका वेंगुर्लेकरः मोबाईल – ०९८२०५८३४४०.

सयाजी ऊ बा खिनांच्या पुण्यतिथीनिमित्त

पूज्य गुरुदेवांच्या सान्निध्यात एक दिवसीय महाशिबिर

२० जानेवारी, २०१३, **रविवार, वेळः** सकाळी ११ वाजेपासून दुपारी ४ वाजेपर्यंत, **'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' च्या** मोठ्या धम्मकक्षा (डोम) मध्ये. कृपया लक्ष द्यावे की ह्या विशाल शिबिरात आपल्याला कोणत्याही प्रकारची असुविधा होऊ नये यासाठी **बुकिंग केल्याविना येऊ नये. बुकिंग संपर्कः मो.** ०९८९२८५५६९२, ०९८९२८५५९४५ **फोन नं.:** ०२२-२८४५११७०, ३३७४७५४३, ३३७४७५४४, **(फोन बुकिंगः** सकाळी ११ ते ५ पर्यंत, रोज) **ईमेल Registration:** oneday@globalpagoda.org;

Online Registration: www.vridhamma.org

दोहे धर्माचे

कर्मकांड ना धर्म रे, धर्म ना बाह्याचार।
धर्म चित्ताची शुद्धता, सेवा करुनेचा व्यवहार॥
तृष्णा मूळापासून खोदून, बनावे अनासक्त।
भव सागर तरण्याचा, हाच एक उपाय फक्त॥
आसक्ती द्वेषाची मोहाची, जोवर मनात खाण।
तोवर दुःखच दुःख रे, दूर मुक्ती निर्वाण॥
समजा दुःखाच्या मूळाला, करा मूळावर वार।
तर निरोध हो दुःखाचा, उघडे मुक्तीचे द्वार॥

दोहे धर्माचे

कर्मकांडात गुंतून, हाती न लागे सार।
कच्च्या मातीचा माठ, पोहचवी ना पार॥
शेंडी दाढी केसात, धर्म मानत जातो।
गुंतला रूढीत बावळट, बंधन बांधत जातो॥
चिकटे मिथ्या रूढींना, करतो मिथ्याचार।
कसा बंधन बांधतो, मनुष्य होई लाचार॥
कर्मकांडात रत राही, जाती न रे मनाचे मळ।
शुद्ध धर्म धारण करता, पूर्ण होई निर्मळ॥
सोडून पापाचा रस्ता, धर्माच्या उंबरठ्यात जावे।
जेथे झरझर अमृत झरे, धन्य जीवन घडवावे॥

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२ ४०३

जिल्हा- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोन : (०२५५३) २४४०७६, २४४०८६, २४३७१२, २४३२३८. **फैक्स :** (०२५५३) २४४१७६

Email: info@giri.dhamma.org

Website: www.vridhamma.org