विपश्यना

साधक (मराठी)

साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष २५६२, आषाढ पौर्णिमा, २७ जुलै, २०१८ वर्ष 2 अंक ४

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

धम्मवाणी

ओवदेय्यानुसासेय्य, असब्भा च निवारये।
सतञ्हि सो पियो होति, असतं होति अप्पियो॥

धम्मपद-77 पण्डितवग्गो.

जो उपदेश करतो, (योग्य, कुशल) प्रशासन करतो, अनुचित कर्मापासून रोखतो, तो सत्पुरुषांना प्रिय असतो आणि असत्पुरुषांना अप्रिय.

विपश्यना साधनेच्या सुवर्ण जयंती उत्सवानिमित्त पूज्य गुरुजींच्या प्रति कृतज्ञता प्रकटण्याची सुसंधी

३ जुलै १९६९ ला विपश्यना साधनेचे पहिले शिबिर मुंबईमध्ये पंचायतीवाडी धर्मशाळेत लागले. या प्रकारे भारतात याच्या पुनरुत्थानाचा ५० वा वाढदिवस अर्थात ३ जुलै २०१८ पासून २ जुलै २०१९ पर्यंतचे पूर्ण वर्ष सुवर्ण जयंती उत्सवाच्या रुपात साजरा करण्याचा संकल्प आहे. जेणेकरुन हे वर्ष साधकांची दैनिक साधना पुष्ट करण्यास सहायक ठरो. ह्या साठी पूर्ण वर्षभर ग्लोबल विपश्यना पगोडामध्ये दररोज एक दिवसाचे शिबिर नियमितपणे घेतले जाईल. ज्या कोणा साधक-साधिकांना ज्या दिवशी वेळ मिळेल तेव्हा ह्या शिबिरांचा लाभ घेऊ शकतील. त्यामुळे साधकांच्या साधनेमध्ये निरंतरता, नियमितता तर येईलच शिवाय त्यांपासून प्रेरणा प्राप्त करुन अधिकाहून अधिक लोकात सद्धर्मा संबंधी जागरुकता उत्पन्न होईल आणि शिबिरात सामील होऊन ते आपले कल्याण करु शकतील. इतर ठिकाणीसुद्धा लोक अशाप्रकारे दैनंदिन साधना, सामुहिक साधना तसेच एक दिवसीय शिबिरांद्वारे ह्या विद्येचा व्यावहारिक अभ्यास पुष्ट करुन विपश्यनोत्सव साजरा करोत, हीच पूज्य गुरुदेवांप्रती खरी श्रद्धांजली आणि कृतज्ञता असेल.

याची सुरुवात विश्व विपश्यनाचार्य पूज्य श्री. सत्यनारायण गोयन्काजींचा संक्षिप्त जीवन परिचय ह्या पत्रिकेमध्ये देऊन करीत आहोत. ह्या वेळी श्री गोयन्काजींच्या लेखणीतून उतरलेली त्यांच्या पूर्वजांचा बर्मा प्रवास आणि व्यापार कथेची पहिली कडी प्रस्तुत करीत आहोत.

(स्वर्णपदकासहित माताजींसोबत बर्मी पोशाखात गोयन्काजी)

धर्म देशात सव्वाशे वर्षे

सव्वाशे वर्षापूर्वी एका प्रचंड उत्साही नवयुवकाने आपल्या पूर्वजांचे नगर चुरु वरुन राजस्थानचे वाळवंट कोठे पायी चालून, कोठे उंटावर बसून पार केले. नंतर कलकत्त्यापर्यंतचा प्रवास रेल्वेने पूर्ण केला. त्याच्या पुढे लहान जहाजात बसून समुद्र पार केला व ब्रह्मदेशातील रंगून शहरात पोहचला. व्यवसायाच्या शोधासाठी एवढ्या कष्टाने भरलेला प्रवास पूर्ण केला.

मला माहित नाही की बाबा बर्मात आल्यानंतर त्यांनी कोणत्या प्रकारच्या व्यापारास सुरुवात केली? परंतु बालपणापासून त्यांच्या तोंडून जे काही ऐकले त्यापासून अंदाज करु शकतो की त्यांनी आपला व्यवसाय कपड्याच्या व्यापारापासूनच सुरु केला. ते रंगूनमधून कापड खरेदी करुन त्या काळच्या बर्माची राजधानी मांडले येथे नेऊन विकत असतील. नंतर असे झाले असेल की त्यांनी रंगून आणि मांडले यांच्यामध्ये होणारा व्यवसाय बंद करुन दुसरे ठिकाण निवडले असावे. तेव्हा ते कापडाचे गठ्ठे घोड्यावर लादून मांडलेहून शान प्रदेशात जाऊ लागले. तेथे त्याकाळी लहान-लहान गावात आठवड्यातून एक वेळ बाजार भरण्याची प्रथा होती. वेगवेगळ्या गावात वेगवेगळ्या दिवशी बाजार भरत असावेत. त्यामुळे बाबा घोड्यावर सामान ठेवून स्वतः एका घोड्यावर चढून किंवा कधी-कधी घोड्याबरोबर खडबडीत दगडी रस्त्यावरुन पायी चालून एका गावातून दुसऱ्या गावात जाऊन आपला माल विकत असावेत. आम्ही कल्पनाही करु शकत नाही की दृढतापूर्वक केलेल्या परिश्रमात त्यांना किती कष्ट घ्यावे लागले असतील? विशेषतः जेवणामध्ये! कट्टर सनातनी निरामिष भोजनाच्या संस्कारांमुळे महिन्यातून वीस दिवसाच्या प्रवासाचे भोजन ते आपल्याबरोबर घेऊन जात असावेत. ह्या शिळ्या पोळ्या आणि कोरडी भाजी व लोणच्याबरोबर आपली दररोजची भूक शांत करीत असावेत. पाणी पिण्यासाठीही अडचणी होत्या. त्यासाठी आपली लांब राजस्थानी पगडी उघडून तिचा दोर बनवून आपल्या सोबत आणलेला तांब्या त्याला बांधून कोणत्याही विहिरीतून पाणी काढून पीत असावेत. अनेक वर्षांच्या ह्या कठीण परिश्रमानंतर जेव्हा त्यांच्या तीन मूलांचे वय काम करण्यालायक झाले तेव्हा मांडलेमध्ये एक लहानसे दुकान घेऊन शांततेने व्यापार करु लागले. हळूहळू व्यापार वाढू लागला. लहान दुकान मोठे झाले. नंतर आणखी मोठ्या दुकानात बदलले. पुढे जाऊन सगळा व्यापार मुलांनी सांभाळल्यानंतर ते पूर्णपणे निवृत्त झाले.

जन्म आणि बालपण

माझा जन्म ब्रह्मदेशातील प्रमुख शहरात, मांडले येथे माघ शुक्ल १२ संवत १९८० (१६ फेब्रुवारी, सन १९२४) ह्या दिवशी झाला.

चुरु (राजस्थान) येथील पिढीजात घरात हवेलीचे निर्माणकार्य करण्यासाठी जेव्हा मोठे काका श्री द्वारकादासजी चुरुला आले तेव्हा ते मला बरोबर घेऊन आले. येथे येऊन मी माझ्या आत्याबरोबर राहू लागलो आणि शाळेत जाऊन शिक्षण घेऊ लागलो. अशा प्रकारे दोन वर्ष चुरु येथील शाळेत मी कासू गुरुजीकडे वर्णमाला आणि बाराखडीचे शिक्षण घेतले. इकडे हवेलीचे काम पूर्ण झाले म्हणून मोठ्या काकांबरोबर म्यांमाला परत आलो.

सर्व गुरुजीं प्रती श्रद्धाभाव

चुरुच्या शाळेत हिंदीची वर्णमाला, बाराखडी, अंकगणित आणि पाढे यांचे विद्यादान देणारे बालपणचे गुरु-कासूजी एका डोळयाने तिरळे होते. काही मुले त्यांची मस्करी करीत आणि अपशब्द म्हणत -

'कासू काणो, छोरां ने पढाणो।'

कासू गुरुजींच्या सवयीमुळे बोलण्यात एक निरर्थक शब्द येत असे. ते प्रत्येक गोष्टीत 'हाऊ' म्हणत असत. म्हणून मुलांनी म्हणणे सुरु केले.

'कासू बोले हाऊ, मैं कासू को ताऊ।'

माझ्या बालसुलभ मनात ह्या शब्दांनी प्रवेश केला आणि घरात माझ्या तोंडून ते शब्द सहज बाहेर पडले. माझ्या आत्याने ते ऐकले. ती खूप नाराज झाली आणि माझा कान पकडून म्हणाली -

"जो तुम्हाला विद्या दान करतो तो पूज्य आणि आदरास योग्य असतो. कोण्या गुरुबद्दल केव्हाही असे अपशब्द म्हणू नये."

आत्याच्या अशा फटकारण्याने कासू गुरुजीच नाही तर सर्व गुरुंबद्दल आपुलकीचा भाव जागृत झाला. मी ह्या गोष्टीची पक्की आठवण ठेवली आणि दुसऱ्यांदा असे शब्द माझ्या तोंडून केव्हाही निघाले नाहीत.

कालांतराने कासू गुरुजींचा देहांत झाला. मुलांनी पुन्हा म्हणणे सुरु केले.

कालीजी के मंदिर की धोळी ध्वजा।

कासू मरग्यो खूब मजा।।

परंतु माझ्या तोंडून असे शब्द नंतर केव्हाही आले नाहीत. हे समजल्यानंतर माझी आत्या खूप आनंदित झाली. सर्वात श्रेष्ठ शिक्षण आत्याचेच होते. तिने पूज्य गुरुजींविषयी श्रद्धेचा पहिला पाठ शिकविला होता.

बर्मामध्ये परत आल्यानंतर शिक्षणासाठी तेथील मारवाडी शाळेत नाव नोंदवले. तेथील गुरुजी श्री कल्याणदत्त दुबेजी फार चांगले आणि पूजनीय होते. दोन वर्ष त्यांच्या सहवासात शिक्षण घेतल्यानंतर मला हिंदीचे चांगले ज्ञान मिळाले.

कल्याणदत्त दुबेजी

जीवनाच्या संध्याकाळी मनःचक्षुसमोर ज्या-ज्या गुरुजनांच्या स्मरण रेषा उमटतात त्यांच्याबद्दल हृदय कृतज्ञतेने सद्गदित होते.

चुरुच्या शाळेत हिंदी वर्णमाला, बाराखडी, अंकगणित आणि पाढ्यांचे विद्यादान देणाऱ्या कासू गुरुजींनंतर ज्या-ज्या गुरुजनांकडून जी काय विद्या प्राप्त केली होती त्यांचे चेहरे वारंवार स्मृतीपटलावर उमटतात आणि तन-मनाला आनंदाने भरुन टाकतात.

वयाच्या जवळ जवळ पाच वर्षापर्यंत चुरुमध्ये प्राथमिक शिक्षण घेऊन जन्मभूमी मांडलेमध्ये परत आलो तेव्हा तेथील २८ व्या गल्लीत जुन्या मारवाडी धर्मशाळेत असलेल्या मारवाडी स्कूलमध्ये शिक्षणाची सुरुवात झाली. तिला स्कूल न म्हणता पाठशाळाच म्हणणे अधिक संयुक्तिक होईल. कारण या शाळेत फक्त तीन वर्ग होते. काही मुले एका भिंतीलगत जमिनीवर बसून पाटीवर लिहून-लिहून प्राथमिक शिक्षण घेत असत. दुसऱ्या दोन वर्गातील मुले लांब-लांब बाकावर बसून समोर ठेवलेल्या डेस्कचा उपयोग करीत असत. त्या तिन्ही वर्गामध्ये कोणती भिंत किंवा पडदा नव्हता. सर्व मुले एक दुसऱ्याला पाहू शकत होती आणि एकमेकांचे बोलणे ऐकू शकत होती. तिन्ही वर्गांसाठी एकच गुरुजी होते आणि ते होते कल्याणदत्त दुबेजी. ते ठराविक वेळेवर त्या-त्या वर्गात न जाता केव्हाही ह्या तीन पैकी कोणत्याही एका वर्गात ठेवलेल्या खुर्चीवर बसून त्यांना शिकवित असत. त्या बाल्यावस्थेत मनाच्या पडद्यावर ज्या व्यक्तीची सर्वात जास्त छाप पडली ते दुबेजीच होते. दुबेजी २५-३० वर्षाचे सुंदर युवक होते. पांढरे धोतर आणि सदरा परिधान केलेला, डोळ्यावर काळा चष्मा लावलेला, त्यांचे करुणायुक्त आणि स्मित हास्याने भरलेले ओठ फार आकर्षक होते. आम्हा विद्यार्थ्यांविषयी त्यांच्या मनात नितांत वात्सल्यभाव होता. बहुधा सर्व विद्यार्थी असेच समजत होते परंतु मला असे वाटत होते की माझ्यावर त्यांचा विशेष वात्सल्यभाव होता. गुरुजींची प्रत्येक कृती माझ्या बालमनावर एक आदर्श प्रभाव पाडत होती. एकदा थोडावेळ आधी शाळेत पोहोचलो तर पाहिले की गुरुजी धवलवसना, हंसवाहिनी, वीणाधारिणी माता सरस्वतीच्या सुंदर चित्रासमोर बसून, डोळे बंद करुन, हात जोडून मधुर स्वरात सरस्वती स्तवनाचे वाचन करीत आहेत -

या कुन्देन्दु तुषारहारधवला ... इत्यादी, इत्यादी.

मधुर स्वरात म्हणलेले त्यांचे भक्तीभावाने भरलेले हे स्तोत्र मला भाव-विभोर करीत असे. माझ्या सुपीक बालमनात माता देवी शारदेच्या भक्तीचे हे बीजरुपी गीत पुढे जाऊन प्रस्फुटित, अंकुरित आणि फलित-फुलित झाले. जीवनाच्या दुसऱ्या दशकात हायस्कुलमध्ये बर्मी भाषा शिकत असतांना बर्मी पाठ्यपुस्तकात शारदा-वंदनाचा धडा आला तेव्हा त्या गीताने मला खूप आकर्षित केले.

तूयाताट्टी (हे माता सरस्वती) तूं देवी (विशिष्ट देवी) सैली यूली यूबाई (दोन्ही कर जोडून मी आपले वंदन गीत गात आहे)

अशा प्रकारे ह्या त्रिपिटक धारिणी माता-सरस्वतीचे श्रद्धास्पद स्वरुप मन मंदीरात पूज्य भावनेने स्थापित झाले, जरी त्या काळी याचे थोडेसेसुद्धा ज्ञान नव्हते की त्रिपिटक कशाला म्हणतात.

स्वतःच्या स्मरण शक्तीला खूप ताण दिला तरी पण थोडेसुद्धा स्मरण होत नाही की मांडलेच्या शाळेत प्रवेश घेऊन मी चुरुत शिकविलेल्या हिंदी वर्णमालेच्या पुढे आणखी काय काय शिकलो. मांडलेच्या शाळेत जवळ-जवळ ८ वर्षापर्यंत दुबेजींकडे शिकत होतो, परंतु ह्या दरम्यान दुबेजींनी मला हिंदी गद्याचे कोणते पाठ्यपुस्तक वाचायला दिले याचे थोडेसुद्धा स्मरण होत नाही. मला आठवते की मला जे हिंदीचे पहिले पुस्तक शिकविले गेले ते 'रहिमन सुधा' नावाचे हिंदी दोह्यांचे पुस्तक होते.

शक्य आहे माझे हिंदीचे शिक्षण गद्याने सुरु झाले नाही, पद्यानेच झाले असावे म्हणून हिंदीभाषेबरोबर हिंदी पद्याच्या आकर्षणाचे पहिले बी पडले. दुबेजी स्वतः हिंदीचे कवी होते. आखिल भारतीय हिंदू महासभेचे तत्कालीन अध्यक्ष बर्मी भिक्षू प्रवर "ऊ उत्तमजी" जेव्हा भारतातून स्वदेशात आले तेव्हा त्यांनी बर्मामधील अनेक ठिकाणांची यात्रा केली. स्थानिक संस्थांमध्ये त्यांचे भव्य स्वागत झाले. मांडलेमध्ये आले तेव्हाही तेथे त्यांच्या स्वागताचे अनेक कार्यक्रम झाले. एक कार्यक्रम आमच्या शाळेतही झाला. दुबेजींनी त्यांच्या स्वागतासाठी एक भावपूर्ण कविता रचली. ती कविता आम्ही विद्यार्थ्यांनी मिळून गायली. त्या कवितेचे अंतिम बोल होते -

... जैसे आप उत्तम है, हमें उत्तम बना जायें।

दुबेजींच्या काव्यरचनेचा माझ्या मनावर खोल प्रभाव पडला, त्यामुळे पुढे जाऊन माझ्या पद्य रचनेच्या क्षेत्रात प्रेरणेचे कारण बनला. त्या बालवयातसुद्धा हिंदी दोह्यांची रचना केली, ज्यामध्ये ह्या बालकाचे बोबडे बोल प्रकट झाले.

रहिमन सुधा वाचता वाचता बालवयातच एक दोहा लिहिला. बाबांनी जेव्हा तो ऐकला तेव्हा ते खूप हसले. तो दोहा मला आता आठवत नाही. माझ्या बालबुद्धीला असेच समजले होते की दोहा तोच आहे ज्यामध्ये रहीम किंवा रहिमन शब्दाचा समावेश आहे. परंतु बाबाजींनी हसत सांगितले की हा तर तुझा रचलेला दोहा आहे. ह्यामध्ये रहीम नाव का? ह्यात तर तुझे नाव असायला पाहिजे. मी खजील झालो. परंतु माझ्या जीवनात दोह्यांच्या रचनेचा हा पहिला प्रयत्न होता.

तसे बाबांच्या तोंडून वारंवार राजस्थानी दोहे ऐकत असे -

चल सुंदर मिंदर चलां, तुझ बिन चल्यो न जाय।
माता दी आसीसड़ी, बै दिन पूण्या आय।।

ते मला समजावित होते की आई आपल्या मुलाला हाच आशिर्वाद देते आणि मलाही हाच आशिर्वाद मिळाला - 'बेटा, बूढो डोकरो होये! (अर्थात म्हातारा होईपर्यंत खूप दीर्घ आयुष्य लाभो.)

आईने दिलेल्या आशिर्वादाने काम केले. म्हणून आता हा म्हातारा दीर्घ आयुष्याचा झाला. जी काठी घेऊन बाबा चालत असत तिलाच सुंदर (सुंदरी) म्हणत असत कारण तिच्या शिवाय ते मंदिरात जाऊ शकत नव्हते.

त्यांच्या तोंडून ऐकलेला आणखी एक दोहा -

पात झड़न्ता यूं कह्या, सुण तरुवर बनराय।
इब का बिछड़ा ना मिलां, दूर पड़ांगा जाय।।

ह्या दोह्याचा अर्थ त्यांनी समजावून सांगितला नाही पण पुढे जाऊन स्वतःला समजले की ते आपल्या मृत्यूचा उल्लेख करीत होते, ज्यामुळे परिवाराचा वियोग खूप दुःखदायी असतो.

बालपणी ह्या दोह्यांचे बी मनात रुजले, तेव्हा पासूनच भविष्यात अनेक राजस्थानी आणि हिंदी दोह्यांची रचना झाली.

मांडले शहराबाहेर एक गौशाळा होती. दरवर्षी गोपाष्टमीच्या दिवशी तेथे एक मेळावा भरत असे. त्यामध्ये शहरातील विद्वानांचे भाषण होते असे. ह्या मेळाव्यात गौभक्तांचा समाज मोठ्या संख्येने एकत्र येत असे. गुरुदेव श्री दुबेजींनी सांगितले की त्या भक्तांच्या समोर मी एक भाषण दिले तर त्याचा चांगला प्रभाव पडेल. म्हणून श्री दुबेजींनी चार पानांचे एक भाषण लिहून दिले. ते बाबाजींनी पाहिले व म्हणाले, 'वाचून दाखविलेस तर त्यात काय बहादुरी आहे. हे पाठ करुन ऐकविलेस तर प्रशंसनिय होईल.' अजून पाच दिवस बाकी होते. मी चारही पानांची घोकंपट्टी केली आणि गोपाष्टमीच्या सभेत ऐकविले. लोक आश्चर्यचकित झाले. गुरुजीसुद्धा आनंदित झाले. मारवाडी शाळेतील पहिल्या इयत्तेतील विद्यार्थ्याचे हे फार मोठे यश होते.

त्याच दिवसात त्यांनी परिवर्तन नावाचे एक नाटक लिहिले. त्याचे सादरीकरण त्यांच्याच दिग्दर्शनाने झाले.

मला अशा एका राजकुमाराची भूमिका मिळाली ज्याची राजसत्ता समाप्त झाल्यानंतर तो कंगाल झाला आणि एका भिकाऱ्यासारखा आपल्या राज्याबाहेर जाऊन गावाकडे गेला. मला गावाचा काही अनुभव नव्हता तरीपण तत्परतेने गावाचे जीवन स्वीकारले. माझ्याकडून जे गीत गाऊन घेतले होते त्याचे बोल होते -

'करमगति टारे नाहिं टरी।' ह्याची लोकांनी खूप प्रशंसा केली. या नाटकामुळे मला जीवनाचे चढ-उतार सहन करण्याची प्रेरणा मिळाली, ती जीवनभर उपयोगी पडली. कविता, धडे आणि नाटकांची प्रवृत्ती वाढू लागली आणि नंतर मी अनेक नाटकात भाग घेतला.

तिसऱ्या इयत्तेच्या अभ्यासासाठी खालसा स्कूलमध्ये प्रवेश घेतला. तेथेसुद्धा दोन-तीन नाटकात भाग घेतला आणि प्रशंसेला पात्र झालो. शाळेच्या शेवटच्या दिवसात मी सम्राट अशोकाची भूमिका केली. ती पहाण्यासाठी देशाचे प्रधानमंत्री ऊ नू आले होते. त्यांनी लोकांसमोर प्रशंसेचे दोन शब्द सांगितले.

ह्या दोन घटनांनी त्या वयात व्यासपीठावर बोलण्याची भीती आणि संकोच कायमचा नष्ट झाला. त्याचा भविष्यात बर्मामध्ये हिंदी प्रचार आणि जगात विपश्यनेच्या प्रचारासाठी अत्यंत उपयोग झाला.

गुरुवर दुबेजींच्या मोठ्या कृपेमुळे बाल्यावस्थेत मातृ-पितृ भक्ती, त्यांच्या आज्ञेचे सहर्ष पालन, मोठ्या भावांबद्दल आदर, लहानांबद्दल त्यागयुक्त प्रेमाची जी अमृत गुटी मिळाली ती जीवनभर उपयोगी पडली. मनाच्या सुपीक भूमीवर धर्माचे बहुमूल्य बी पेरले गेले. त्यापासून उगवलेल्या वेलीला मोठी गोड फळे लागली.

क्रमशः......

विपश्यनेच्या ५० व्या वाढदिवसा (सुवर्ण जयंती उत्सवा) निमित्त ग्लोबल पगोडामध्ये संपूर्ण वर्षभर प्रत्येक दिवशी साधना आणि एक दिवसाचे शिबिर

आम्हाला त्यांच्याविषयी अभिमान वाटतो ज्यांनी ३ जुलै १९६९ ला विपश्यनाच्या पहिल्या शिबिरामध्ये धर्मात डुबकी मारली. जेव्हा पूज्य गुरुजी श्री. सत्यनारायण गोयन्काजींनी मुंबईच्या पंचायती वाडी धर्मशाळा, काळबादेवी रोड येथे पहिल्या दहा दिवसाच्या शिबिराचे संचालन केले, ते भारतातील दुसऱ्या बुद्ध शासनाच्या आवर्तनाचे प्रतिक ठरले. तेव्हापासून आम्हा सर्वांच्या लाभासाठी धर्मचक्र तीव्र गतीने फिरु लागले आणि लाखो लोकांचे कल्याण करीत राहिले.

३ जुलै २०१८ ला धर्म परतण्याचे ५० वे वर्ष म्हणजे सुवर्ण जयंती वर्ष सुरु झाले. आम्हा सगळ्यांना उत्साहाने हा समारंभ साजरा करण्याची चांगली सुसंधी आहे. आम्हाला शिकविले गेले की नियमित ध्यान करुन धर्म मार्गावर पुढे जाणे, हा खरा उत्सव. म्हणून ह्या निमित्त पूर्ण ३६५ दिवस ग्लोबल विपश्यना पगोडामध्ये साधना आणि एक दिवसाच्या शिबिरांचे आयोजन केले जात आहे.

वैश्विक विपश्यना फाउंडेशन (Global VipassanaFoundation-GVF) सर्व साधक-साधिकांना आमंत्रित करीत असतांना प्रसन्नतेचा अनुभव करीत आहे ही त्या साधकांसाठी चांगली संधी असेल. जे धर्म मार्गावर पुढे जाण्यास तत्पर आहेत आणि दैनिक अभ्यास कायम ठेवण्यासाठी निरंतर प्रयत्न करीत आहेत. जे लोक दैनिक अभ्यासाची निरंतरता ठेवण्यात असमर्थ आहेत त्यांनी नव्या जोमासह आपला अभ्यास पुन्हा सुरु करण्यासाठी प्रयत्नशील व्हायला पाहिजे.

एक दिवसाचे शिबिर दररोज सकाळी ११ वाजेपासून संध्याकाळी ५ वाजेपर्यंत होईल. ज्यांनी सयाजी ऊ बा खिन यांच्या परंपरेत पूज्य गुरुजी किंवा त्यांच्या सहायक आचार्यांद्वारे शिकविले जाणारे कमीत कमी एक दहा दिवसाचे विपश्यना शिबिर पूर्ण केले आहे ते सर्व यात भाग घेऊ शकतात. आवश्यक आणि उचित व्यवस्था करण्यासाठी भाग घेण्याऱ्यांची संख्या जाणणे आवश्यक आहे. म्हणून कृपया नाव नोंदणी अवश्य करावी. नाव नोंदणी करणे खूप सोपे आहे. केवळ ८२९१८९४६४४ वर DATE सह YES लिहून Whats App वर संदेश पाठवा किंवा SMS द्वारे ८२९११८९४६४५ वर Date सह YES लिहून पाठवा.

सर्व धर्म भाऊ बहिणींना विनंती आहे की आमच्या ह्या धर्म-दोराला मजबूत करण्यासाठी पूज्य गुरुजींच्या कार्याला पुढे वाढविण्यासाठी आणि धर्माला दीर्घकाळपर्यंत प्रतिष्टापित करण्यासाठी या पुण्य कार्यात भागीदार व्हावे, हीच आमची विनम्र प्रार्थना आहे.

सर्वांचे मंगल होवो...

पाटणाच्या "बुद्ध स्मृती पार्क" मध्ये विपश्यना शिबिराचा शुभारंभ

बिहारची राजधानी पाटणाच्या रेल्वे जंक्शन जवळ विश्वस्तरीय "बुद्ध स्मृती पार्क" मध्ये संपूर्णपणे वातानुकूलित दोन भवनांचे दहा दिवसाच्या शिबिरांसाठी सरकार कडून नगर आवास विकास मंत्री श्री. सुरेश शर्माद्वारा ३ जुलै २०१८ ला लोकार्पण केले गेले. पार्कचा भाग असूनही ह्या भवनांना पार्कच्या इतर हालचालीपासून वेगळे ठेवण्यासाठी हिरवळ केलेल्या सीमा रेषा बनविल्या आहेत. त्यामुळे साधनेमध्ये व्यत्यय येणार नाही, सरकारद्वारा इतक्या साधनसुविधायुक्त भवनांचे लोकार्पण ही एक ऐतिहासिक घटना आहे. ३ जुलै रोजीच येथे प्रथम शिबिर सुरु झाले. त्यामध्ये २३ पुरुष आणि ९ महिलांनी दहा दिवसाच्या शिबिराचा लाभ घेतला. आचार्य आणि सेवक मिळून एकूण ५० लोक होते. दुसरे शिबिर १६ ते २७ जुलैला होईल. भवनांमध्ये एकून ७० साधका व्यतिरिक्त आचार्य तसेच धर्मसेवक-सेविकांच्या निवासाची सुविधा आहे. मुख्यमंत्री श्री नीतिश कुमार यांचे हे महत्वाकांक्षी पाऊल आहे की ह्या केंद्रातून बिहारचेच नाही तर विश्वातील सर्व लोक लाभान्वित होवोत. भगवान गौतम बुद्धांची सर्व दुःखहारिणी विद्या जी बिहारमध्ये विकसित झाली होती ती विश्व विपश्यनाचार्य श्री सत्यनारायण गोयन्काजींद्वारा पुन्हा भारतात आणली गेली. ही संपूर्ण बिहारमध्ये पसरो आणि सर्व विश्वाचे कल्याण करो. यामध्ये सरकारचे पूर्ण सहकार्य मिळत राहिल.

पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाशाचे महत्व

पूज्य गुरुजी वेळोवेळी म्हणत असत की एखाद्या **धातु-गब्भ** पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाश असण्याचे विशेष महत्व आहे. यामुळे सारे वातावरण दीर्घकाळ धर्म व मैत्री तरंगांनी भारलेले राहाते. यासाठी ग्लोबल पॅगोड्यावर प्रकाश दानासाठी प्रती रात्री रुपये 5000/- ठरवले गेले आहेत. अधिक माहितीसाठी वरील (GVF) च्या पत्त्यावर संपर्क करा–

अंशकालीन अनिवासी लघु पाठ्यक्रम विपश्यना ध्यानाचा परिचय (सैद्धांतिक रुपात)

विपश्यना विशोधन विन्यास आणि मुंबई युनिव्हर्सिटीच्या संयुक्त आयोजनाने नवा लघु पाठ्यक्रम "विपश्यना ध्यानाचा परिचय" सुरु होणार आहे, जो विपश्यना ध्यानाचा सैद्धांतिक पक्ष आणि विभिन्न क्षेत्रात विपश्यनेची व्यावहारिक उपयोगितला प्रकाशित करेल.

पाठ्यक्रमाची मुदत- २ ऑगस्ट ते १ नोव्हेंबर २०१८ (३ महिने)

ठिकाण- सभागृह नंबर २, ग्लोबल पगोडा परिसर गोराई, बोरीवली (प) मुंबई ४०००९१. अधिक माहिती आणि आवेदनपत्र ह्या वेब लिंक वर प्राप्त करा.

https://www.vridhamma.org/Pali-Study-Programs; संपर्क: 022-62427560 (सुबह 09:30 से श्याम 05:30); ई-मेल: mumbai@vridhamma.org

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

१ श्री आलोक साहू, धम्मकेतु, विपश्यना केंद्राच्या केंद्र-आचार्यांची सहायता

नवे उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री कपिलनाथ साहू, रायपुर (छत्तीसगढ)

२. श्रीमती महानंदा चिकाटे, चंद्रपूर (महाराष्ट्र)

नव नियुक्ती

सहायक आचार्य

१. श्री विनीत शर्मा, गाजियाबाद, उत्तर प्रदेश

2. Chang Jih-Liang, Taiwan

बाल-शिबिर शिक्षक

१. श्री प्रांजल पाटिल भुसावळ

२. कु. अश्विनी शिंदे भुसावळ

३. श्री. अजय इंगले भुसावळ

ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा परिचालनार्थ सेंचुरीज कॉर्पस फंड

पूज्य गुरुजींची इच्छा होती की, 'ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा' पुढील दोन-अडीच हजार वर्ष चांगल्या प्रकारे लोकांची धर्मसेवा करीत राहो. परंतु येथे येणाऱ्यांकडून कोणतेही शुल्क न घेतले जावो, जेणेकरुन गरीब-श्रीमंत सर्वच येथे सहजरित्या येवोत आणि सद्धर्माविषयी जाणून धर्मलाभी होवोत आणि यासाठीच येथील दैनंदीन खर्च सांभाळण्यासाठी एका 'सेंचुरीज कॉर्पस फंडा'ची व्यवस्था केली जावी. त्यांची ही महत्वाची इच्छा पूर्ण करण्यासाठी 'ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन' (GVF) ने हिशोब केला की जर ८७६० जणांनी, प्रत्येकाने रु. १.४२.६९४/- एका वर्षात जमा केले, तर १२५ कोटी रुपये जमतील आणि त्याच्या मासिक व्याजातून हा खर्च होऊ लागेल.

संताची वाणी आहे की जो पर्यंत भगवान बुद्धांचे धातु राहातील, त्यांचा धर्म सुद्धा कायम राहील. या अर्थी केवळ दगडांपासून बनलेला हा धातुगब्भ पॅगोडा हजारो वर्षापर्यंत बुद्ध-धातुंना सुरक्षित ठेवेल आणि यात ध्यानाभ्यास करणाऱ्या असंख्य प्राण्यांना धर्मलाभ मिळेल. म्हणजेच, याच्या परिचालनासाठी मोठ्या वित्तीय आवश्यकतांना पूर्ण करण्यासाठी साधक तसेच असाधक सर्व दात्यांना हजारो वर्षांपर्यंत आपली धर्मदानाची पारमी वाढविण्याची ही एक सुसंधी आहे. अधिक माहितीसाठी तसेच निधी पाठविण्यासाठी **संपर्क:** 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: AXISINBB062.

धम्मालय - 2 निवास-गृहाचे निर्माण कार्य

पॅगोडा परिसरात **'एक दिवसीय'** महाशिबिरात दुरुन येणाऱ्या साधकांसाठी व धर्मसेवकांसाठी रात्री निवासाच्या मोफत सुविधेसाठी **धम्मालय-2** निवास-गृहाचे निर्माण होईल. जे कोणी साधक-साधिका या पुण्यकार्यात भागीदार होऊ इच्छितात, त्यांनी कृपया वरील (GVF) च्या पत्त्यावर संपर्क साधावा.

नौसेनेच्या अधिकाऱ्यांना आनापान

भारतीय नौसेनेतील प्रशिक्षणार्थी आणि सेवेत असणाऱ्या अधिकाऱ्यांना विपश्यना आणि आनापान शिकविण्याची मागणी जोराने होत आहे. मागील काही दिवसात लोणावळा (INS Shivaji Lonavala) च्या १४० लोकांना आनापानचे प्रशिक्षण दिले गेले. त्यामध्ये कार्यालयीन कर्मचारी आणि त्यांच्या परिवारातील लोकसुद्धा सामिल झाले. अशाच प्रकारे मुंबई (INS Hamla Malad) च्या ८० जणात अधिकाऱ्यांच्या सोबत त्यांच्या परिवारातील १५ लोकांनी धर्मलाभ घेतला.

अशाप्रकारे नेव्हीच्या शाळेतील विद्यार्थांना आनापान शिकविले गेले आणि त्यांच्या नियमित अभ्यासाची व्यवस्था केली गेली आहे. अधिक माहितीसाठी खालील वेबसाईट पहा - https://www.indiannavy.nic.in/content/%E2%80%98vipassana-anapana%E2%80%99-orientation-course-ins-shivaji

ग्लोबल पॅगोड्यात सन 2018 ची एक दिवसीय महाशिबिरे

रविवार 29 जुलै– **आषाढी पौर्णिमा, रविवार,** 30 सप्टेंबर– **शरद पौर्णिमा** आणि **पूज्य गुरुजींची पुण्यतिथी–** (29 सप्टेंबर) च्या निमित्ताने **एक दिवसीय** महाशिबिरे होतील. **वेळ:** सकाळी 11 वाजेपासून संध्याकाळी 4 वाजेपर्यंत. 3-4 वाजताच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोकसुद्धा बसू शकतात. नाव नोंदणीसाठी कृपया निम्न फोन क्रमांक किंवा ईमेल द्वारा ताबडतोब संपर्क करा. कृपया नाव नोंदणी न करता येऊ नये. **समग्गानं तपो सुखो**- सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. **संपर्क:** 022-28451170, 022-62427544, Extn. no. 9, 82918 94644 (फोन बुकिंग 11 ते 5 वाजेपर्यंत) **Online Regn.:** www.oneday.globalpagoda.org

दोहे धर्माचे

अंतरमनाची खोली, सहज न बघता येइ।
होत असे गुरु-कृपा, मिळे रे मुक्ति-युक्ति॥
धन्य भाग्य! गुरू मिळे, करुणे चे भांडार।
अंधाला दृष्टी मिळे, सत्य धर्माचे सार॥
रात्री वनात भटकता, दिशाहीन मी अनाथ।
सहज दाखवी धर्मपथ, धरला गुरु ने हात॥
शुध धर्म असा मिळाला, लोभ जागे न द्वेष।
चित्त असे निर्मळ झाले, नसे दुःख लवलेश॥

दोहे धर्माचे

गुरू ने दिली साधना, चाखला धर्म-स्वाद।
संगत सुखद संताची, मनी च मिटे विषाद॥
पथ विसरुनी भ्रमला, व्याकुळ असे सतत।
धन्य धन्य गुरुदेव रे, दाखविला सत्य पथ॥
भटकतच ही जात असे, मनुष्य योनी-खोळ।
जर गुरुवर ना देती, धर्म-रत्न अनमोल॥
जर सतगुरू ना मिळती, धर्म गंग रे तीर।
तर गंगा च पुजितसे, कधी न पीतो नीर॥

"विपश्यना विशोधन विन्यास" साठी प्रकाशक, मुद्रक व संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरी , इगतपुरी- 422 403, दूरध्वनीः (02553) 244086, 244076·
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, जी-259, सीकॉफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2562, आषाढ पौर्णिमा, 27 जुलै 2018

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US $ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US $ 100. **MAHMAR/2017/72685**

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

DATE OF PRINTING AND PUBLICATION: 27 July, 2018

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403
जिल्हा-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 244144, 244440. फैक्स : (02553) 244176
Email: vri_admin@dhamma.net.in;
course booking: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org