विपश्यना

साधक (मराठी)

साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष २५६१, वैशाख पौर्णिमा, १० मे, २०१७ वर्ष १ अंक २

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

धम्मवाणी

कुम्भूपमं कायमिमं विदित्वा, नगरूपमं चित्तमिदं ठपेत्वा।
योधेथ मारं पञ्ञावुधेन, जितञ्च रक्खे अनिवेसनो सिया॥

धम्मपदपाळि- ४०, चित्तवग्गो

या शरीराला माठासमान (भंगुर) जाण, या चित्ताला गडासमान (रक्षित व दृढ) बनव, प्रज्ञारुपी शस्त्रासह माराशी युद्ध कर. (त्याला) जिंकण्यावरही (चित्ताची) रक्षा कर आणि अनासक्त बनून राहा.

शुद्ध धर्माचा प्रसार व त्याला जीवंत ठेवण्याचा संकल्प

*(धर्म विमुत्ति कुशीनगर (उ. प्र.) धर्मयात्रेदरम्यान जुन्या साधकांसाठी पूज्य गुरुजींचे प्रवचन- '**विपश्यना**' अप्रेल २०१७ अंक १० पासून पुढे ... क्रमशः)*

माझ्या प्रिय विपश्यी साधक-साधिकानों!

भगवान बुद्धांची सारी शिकवण त्यांच्या काळातच बाहेर गेली, परंतु जवळपास २५०-२७५ वर्षानंतर जेव्हा अशोक सम्राट झाला आणि त्याचे गुरु 'मोग्गलिपुत्त तिस्स थेर' यांनी तिसरे संघायन केले, तेव्हा त्याने भारताबाहेर धर्मदूत पाठवले. स्थाना-स्थानांवर असे अरहंत पाठवले ज्यांना सर्व वाणी पाठ होती. त्यासोबतच हे विपश्यना ज्ञान, ही विद्या स्थाना-स्थानावर पाठवली गेली, तेव्हा ब्रह्मदेशातही गेली. भारताचे मोठे दुर्भाग्य झाले की ५०० वर्ष संपता-संपता, आपसातील भांडणांमुळे आणि अन्य काही कारणांमुळेही ही विद्या येथून लुप्त झाली. विपश्यनाही व वाणीही. आम्ही खूप उपकार मानतो 'सम्राट अशोक व मोग्गलिपुत्त तिस्स थेर' चे. जर त्यांनी ही विद्या बाहेर पाठवली नसती तर ही नेहमीसाठी नष्ट झाली असती. आम्हाला कशी प्राप्त झाली असती? हिचा लाभ जगात कोणालाच मिळाला नसता. ज्या देशात गेली त्यापैकी पाच देशांनी वाणीला कायम ठेवले. आता या पाच देशाचे लोक एकत्र येतात. सर्वांचे उच्चारण भिन्न-भिन्न परंतु पाली तीच आहे. सर्वांची लिपी भिन्न-भिन्न परंतु क्षुल्लक अंतर, कुठे छोट्या 'इ' ची मात्रा वा मोठ्या 'ई' च्या मात्रेचा फरक. या प्रकारे छोट्या-मोठ्या भिन्नता आहेत, परंतु असे नाही की मूळ वाणीत परिवर्तन येईल. इतक्या वर्षापर्यंत सांभाळून ठेवली आहे की अधिप्रमाणित झाली. त्यामुळे हा विश्वास वाटतो की खरोखर ही बुद्ध वाणी आहे. यांनी सांभाळली नसती तर आम्हाला कशी प्राप्त झाली असती ? ही विपश्यना विद्याही सर्व जागी गेली परंतु नष्ट झाली, ब्रह्मदेशाने सांभाळून ठेवली, म्हणून त्यांचे उपकार मानतो.

आपल्या इथे व बाहेरही अशी मान्यता आहे अथवा एखाद्या संताने भविष्यवाणी केली होती की हे जे रत्न ब्रह्मदेशात (स्वर्णभूमीत) पाठवले जात आहे, (ब्रह्मदेशात खूप सोने होते त्या दिवसात म्हणून त्याला स्वर्णभूमी म्हणत होते.) तोच या अनमोल रत्नाला (स्वर्णाला) सांभाळून ठेवेल. बाकी सर्व देशात नष्ट होईल. २५०० वर्ष पूर्ण झाल्यावर ही विद्या, हे रत्न पुन्हा आपल्या उद्गमाच्या देशात म्हणजे भारत देशात येईल. येथील लोक मोठ्या प्रसन्नतेने याचा स्वीकार करतील, इथे स्थापित होईल, त्यानंतर संपूर्ण विश्वात पसरेल. साऱ्या विश्वाचे लोक याचा स्वीकार करतील.

ही वाणी आणि ही विद्या या प्रकारे का ठेवली गेली याचे एक कारण आहे. 'सुभद्र' नावाचा तो भिक्षू ज्याने वेडेपणात ही घोषणा केली की चांगले झाले, तो म्हातारा मेला ... जर तो असे म्हणाला नसता तर कदाचित कोणी विचारही केला नसता की या वाणीला कायम ठेवावे, अन्यथा या प्रकारचे लोक हिला बिघडवतील. त्यामुळे त्याचेही उपकार मानतो, चांगले केले त्याने. खूप मोठी घटना घडली, सगळ्यात मोठी बाब ही की यानंतर कोणत्याही प्रकारे लोकांनी भले ५०० वर्षच, पण हिला सांभाळून ठेवले. या देशात कित्येकांचे कल्याण झाले, कित्येकांचे कल्याण झाले.

आमच्या समोर प्रमाण आहेत या बाबीचे की या विद्येमुळे देशाला किती मोठा लाभ झाला. सम्राट अशोक एका शिलालेखात लिहितो की माझ्यापूर्वी किती राजे झाले, किती सम्राट झाले, जे सर्व इच्छित होते की आमच्या प्रजेत धर्म जागो. लोक खूप शांतीचे जीवन जगोत, धर्माचे जीवन जगोत, मोठ्यांचा सन्मान करोत, छोट्यांना प्रेम करोत, खूप दान देण्याची भावना असावी इत्यादी. परंतु कोणताही राजा सफल झाला नाही. इच्छित सर्वच होते, कोणीही सफल झाला नाही. त्यानंतर म्हणतो- मी सफल झालो. खोटे बोलत नाही. खोटे बोलला असता तर त्याचा शिलालेख तोडून फेकला असता लोकांनी. इतक्या वर्षापर्यंत कायम राहिला ना! त्यामुळेच म्हणतो मी सफल झालो. का सफल झाला? एक तर त्याने धर्मामात्य नियुक्त केले. अमात्य म्हणजे मंत्री, धर्मामात्य म्हणजे धर्माचे मंत्री, धर्म शिकवणारे लोक. राज्यांतर्फे धर्म शिकवणारे लोक जागोजागी जाऊन धर्म शिकवत आणि या गोष्टी पाहात की लोक समजत आहेत की नाही? त्यांना धर्म पालन करण्यात काय अडचण आहे? एक तर हे कारण राहिले, त्यानंतर म्हणतो अरे हे तर खूप छोटेसे कारण होते. या उपदेशांनी कोण बदलतो? थोडा वेळ बदलेल पुन्हा जसाचा तसा. माझ्या सफलतेचे मूळ कारण हे आहे की मी लोकांना ध्यान करणे शिकवले, विपश्यना करणे शिकवले. आश्चर्य आहे, कोटींच्या लोकसंखेचा देश. कशी ही विद्या पसरली? कशी विद्या शिकवली गेली?

आता पुन्हा वेळ आली आहे, कोणता ना कोणता उपाय असा सापडेलच की ही विद्या सर्व देशात पसरेल आणि खूप मोठे कल्याण होईल. त्यामुळे आमच्यासाठी खूप मोठी प्रेरणेची बाब

झाली की ही विद्या कायम आहे. विपश्यनाही कायम आहे, वाणीही कायम आहे. कुठे ना कुठे कायम राहते, संपूर्ण ब्रह्मदेशात नाही राहिली. परंतु थोड्या फार लोकांनी, गुरुशिष्य परंपरेने सांभाळून ठेवली. बाकी लोक असेच आपल्या कर्मकांडात गुंतलेले राहिले. भिन्न-भिन्न मान्यतेत गुंतलेले, जसे जगात होते, लोकचक्र असेच चालते. ज्या थोड्याश्या लोकांनी सांभाळून ठेवली त्यांचे मोठे उपकार मानतो. या स्थानाचे खूप मोठे महत्व आहे की इथे या महापुरुषाने इतक्या लांब यात्रेचा अंत केला. किती जन्मांची यात्रा आणि ती यात्रा इथे येऊन समाप्त झाली. 'नत्थिदानि पुनब्भवोति' आता माझा पुनर्जन्म होणार नाही. मुक्त झाले. यापूर्वी इतके काम केले, इतके काम केले की करोडो लोकांचे कल्याण होत आहे, होतच जाईल. म्हणून या स्थानाचे खूप मोठे महत्व आहे.

आताच मी म्हटले की तीन महिन्यांपूर्वी त्यांनी ही भविष्यवाणी केली होती की तीन महिन्यानंतर जी वैशाख पौर्णिमा येईल, ती रात्र समाप्त होताच मी आपले शरीर त्यागीन. त्या वेळी एक प्रश्न उठला की ह्या ज्या धर्मविरोधी शक्ती आहेत, त्या नेहमी इच्छितात की कोणत्याही प्रकारे हा धर्म पुढे वाढू नये. त्यांचा जो प्रमुख असतो, त्याला 'मार' म्हटले जाते. जेव्हा हे सम्यक संबुद्ध बनले तेव्हा मोठे प्रयत्न केले त्याने की हे संबुद्ध बनू नयेत. त्याची इच्छा आहे की लोक याच चक्रात गुंतलेले राहोत. खूपच झाले तर देवलोकात जावोत, अरे तिथे असा आनंद आहे, असा आनंद ... लोक त्यातच गुंतलेले राहोत. हे-हे करा तुम्हाला

देवलोक मिळेल, लोक त्यात आनंदी राहोत. एखाद्याला त्यात आनंद नाही, तर ठीक ब्रह्मलोक ! असे ध्यान करा तर ब्रह्मलोक मिळेल. तो याच चक्रात लोकांना गुंतवून ठेऊ इच्छितो. सर्व लोकांपलीकडे जाणे, जिथे पुनर्जन्म होणार नाही, हे त्याला पसंत नाही. तर जसे सम्यक संबुद्ध बनले तसा म्हणतो की आपण मुक्त झालात, आता सोडा या जगाला. लोकांना शिकवण्याची बाब का करता? अरे, नाही, मी यासाठी सम्यक संबुद्ध नाही बनलो. ते शिकवत गेले, शिकलत गेले. एकदा संधी मिळाली, त्यांना येऊन म्हणतो की आता तर खूप लोक शिकले. आपले खूप शिष्य झाले, आता तर परिनिर्वाण घ्या. ते म्हणतात नाही, चार प्रकारचे संघ आहेत - भिक्षू संघ आहे, भिक्षुणी संघ आहे आणि गृहस्थात उपासक संघ, उपासिका संघ. जेव्हा हे चारचे चार संघ, स्वतः धर्मात परिपुष्ट होतील, इतकेच नाही तर चारीही जेव्हा लोकांना धर्म शिकवण्यालायक होतील आणि मला विश्वास होईल की हे चारीही धर्म शिकवू शकतील, शिकवत आहेत, तेव्हा परिनिर्वाण घेईन. तर वैशालीत परिनिर्वाणाच्या तीन महिन्यापूर्वी तो पुन्हा येतो, आता तर महाराज! खूप लोक तयार झाले ना आपले. खूप भिक्षूही तयार झाले, जे स्वतःही परिपक्व झाले, इतरांनाही शिकवू शकतील. खूप भिक्षुणी तयार झाल्या, स्वतःही परिपक्व झाल्या, इतरांनाही शिकवू शकतात. तसेच पाहा गृहस्थातही किती तयार झाले, स्वतःही परिपक्व झाले, इतरांनाही शिकवू शकतात. गृहस्थ उपासिकातही किती परिपक्व झाल्या, स्वतःही परिपक्व झाल्या व इतरांनाही शिकवू शकतात. तेव्हा ते म्हणतात - 'बाब तर ठीक आहे भाऊ! बरोबर, आजपासून तीन महिन्यानंतर परिनिर्वाण घेईन.'

यामुळे एक बाब स्पष्ट झाली की चारही संघ परिपक्व झाले होते. ही दुर्भाग्याची बाब आहे की काही कालावधीनंतर जे गृहस्थ होते, बस काही आपले व्रत केले, थोडेसे ध्यान केले, यातच राहिले. गृहस्थ आचार्य खूप मोजकेच राहिले. जवळपास १०० वर्षांपूर्वी अशी अवस्था आली की आमचे मोठे दादा गुरुजी - 'लैडी सयाडो' खूप दूरदर्शी होते, त्यांनी पाहिले - १०० वर्षानंतर, २५०० वर्ष पूर्ण होतील भगवान बुद्धांना, तेव्हा ही विद्या भारतात जाईल व भारतात स्थापित होऊन साऱ्या विश्वात पसरेल. ते भारतात आले, येथील परिस्थिती पाहिली, तेव्हा एक बाब त्यांच्या लक्षात आली की आज भारताची अशी अवस्था आहे की जर कोणी संन्यासी, कोणी भिक्षू तिथे जाऊन बुद्धांची शिकवण शिकवेल तर अरे, हा तर बौद्ध धर्म आहे, बौद्ध धर्म आहे. लोकात एक असा वेडेपणा पसरला आहे की हा बौद्ध धर्म आमच्या कामाचा नाही. कोणी ऐकणारच नाही, पालन करणे तर दूरच राहिले. ते मोठे दूरदर्शी होते. पाहिले की कोणी गृहस्थ जाईल तरच काम होईल. त्यानंतर वेळ येईल की सर्व शिकवू लागतील, पण पहिले तर कोणी गृहस्थाने जावे. गृहस्थात सध्यातरी कोणी आचार्य नाही, तर मला गृहस्थ आचार्य तयार करायचा आहे. त्यामुळे जवळपास १००-१२५ वर्षांपूर्वी त्यांच्या मनात ही बाब आली. मोठे उपकार मानतो त्यांचे की त्यांनी गृहस्थांसाठी दरवाजे उघडले- तुम्हीही विपश्यना शिका. लोक विपश्यना शिकू लागले. खूप थोडे लोक शिकू लागले. त्यापैकीच एक असे आदर्श गृहस्थ आचार्य झाले- 'सया तै जी' ज्यांनी एक आदर्श स्थापित केला. जे गृहस्थ आचार्य असतील ते कसे असतील? कसे जीवन असेल ? त्यांचे शिष्य माझे धर्मपिता 'सयाजी ऊ बा खिन' झाले, जे इतके संत, इतके संत.

तर ही परंपरा गृहस्थांची असल्यामुळे भारताने ही विद्या स्वीकारली. याचा अर्थ हा नाही की भिक्षू लोक शिकवूच शकत नाहीत. भारताच्या लोकांची अशी मानसिकता आहे, त्यांच्यात इतक्या भ्रांती आहेत मी स्वतःही या भ्रांतींचा शिकार झालो. ३१ व्या वर्षात जेव्हा ही विद्या मिळाली मला तेव्हा पाहिले की यात काहीही खोट नाही. ही इतकी निर्दोष, इतकी निष्कलंक व इतकी कल्याणकारी आहे. तरीही आमच्या इथे याविरुद्ध जगभरच्या व्यर्थ बाबी का बोलल्या जातात? त्यांच्या वाणीचे अध्ययन केले, तेव्हा पाहिले भाऊ! एक तर न समजल्यामुळे पुष्कळशा बाबी त्यांच्या शिकवणुकीच्या विरुद्ध आपल्या देशात पसरल्या, अथवा आपसातल्या भांडणांमुळे आधार नसलेल्या बाबी पसरल्या. ज्या बाबींचे ते लांछन लावत आहेत, त्यांना काही आधारच नाही.

आपल्या इथे म्हण आहे - वाढवत-वाढवत राईचा पर्वत केला. मी जेव्हा अध्ययन करुन पाहिले की अरे, इथे तर राईही नाही पर्वत कसा झाला? तर भाऊ ! आपले दुर्भाग्य आहे की इतके वर्ष आम्ही यापासून वंचित राहिलो. चांगले झाले की पुन्हा आली आहे, लोकांनी स्वीकार केला आहे. जे लोक येऊ शकत नाहीत, त्यांना भ्रांती आहे, परंतु जेव्हा येतात तर पाहातात - अरे इतके शुद्ध! कुठे बोट ठेवायलाही जागा नाही की यात खोट आहे. अरे, शील-सदाचाराचे पालन करणे शिकले तर त्यात खोटकाय आहे? जगातली कोणतीही अशी धर्मपरंपरा नाही जी शील-सदाचाराचा विरोध करेल. हे शील-सदाचाराचे पालन करणे शिकवतात व त्याचे पालन करण्यासाठी मनाला वश करणे शिकवतात. कोण विरोध करेल? मनाला वश करण्यासाठी जे आलंबन आहे तेही श्वासांचे आहे. जे सर्वांसाठी एकसारखे आहे. प्रत्येक जण त्याचा अभ्यास करु शकतो. केवळ मनाला वश करायचे नाही, तर मनाला मुळांपर्यंत निर्मळ करायचे आहे. असे करण्यासाठी प्रज्ञा शिकवतात. शरीर व चित्ताच्या पारस्परिक

संबधांमुळे कसे विकार जागतात संवेदनांच्या आधारे व कसे संवेदनांच्या आधारे विकार काढले जाऊ शकतात.सर्व स्वीकार करतात. हिंदू असो, मुस्लीम असो, बौद्ध असो, जैन असो, ख्रिश्चन असो, काहीही फरक पडत नाही. भारतीय असो, पाकिस्तानी असो, इंग्रज असो की अमेरिकन, काहीही फरक पडत नाही. मनुष्य-मनुष्य आहे, सर्वांचा स्वभाव एकसा असतो. कसे आपल्या स्वभावाला पालटून टाकावे व चांगले जीवन जगू लागावे - सर्व स्वीकार करतात. या तीन बाबींना सोडून त्या मनुष्याने अजून काहीही शिकवले नाही. त्याच्या माथ्यावर किती बाबी जोडल्या गेल्या, किती बाबी जोडल्या गेल्या. चांगले झाले, आता हळूहळू लोकांना समजत आहेत, त्या व्यर्थ बाबी, ज्यामुळे देश दोन हजार वर्षांपर्यंत यापासून वंचित राहिला, आता स्वीकारण्यात येत आहेत, खूप चांगले आहे. इथेच सुभद्र नावाच्या मनुष्यात इच्छा जागली की भगवानांजवळून ही विद्या शिकू. चांगली बाब, त्याचे आपले कल्याण झाले. परंतु दुसरा तो 'सुभद्र' जो म्हणतो की चांगले झाले, म्हातारा मेला, आता आम्ही मुक्त झालो, जी इच्छा असेल ते करु. त्याच्यामुळे ही सारी विद्या कायम ठेवली गेली, परियत्तीही, पटिपत्तीही म्हणजे वाणीही व विपश्यना विद्याही, दोन्ही कायम राहिल्या. त्यामुळे आमचे खूप मोठे कल्याण झाले. या अर्थाने या स्थानाचे आपले एक खूप मोठे महत्व आहे. या महत्वपूर्ण स्थानी ध्यान करुन आपण आपले मंगल साधावे!

भवतु सब्ब मंगलं, भवतु सब्ब मंगलं, भवतु सब्ब मंगलं.

(साधु, साधु, साधु.) सुखी व्हा! सुखी व्हा!

(काही वेळ विश्राम करुन नंतर मंदिराजवळ जाऊन ध्यान करु.)

सर्वांचे मंगल, सर्व मंगल, सर्वांचे मंगल होय रे,
तुमचे मंगल, तुमचे मंगल, तुमचे मंगल होय रे !
शुद्ध धर्म धरतीवर जागो, शुद्ध धर्म धरतीवर जागो,
पाप तिरोहित होय रे, पाप तिरोहित होय रे !
जनाचे-मनाचे दुःख मिटो, जनाचे-मनाचे दुःख मिटो,
जन-मन हर्षित होय रे !
सर्वांचे मंगल, सर्व मंगल, सर्वांचे मंगल होय रे !

कल्याणमित्र,
सत्यनारायण गोयन्का

पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाशाचे महत्व

पूज्य गुरुजी वेळोवेळी म्हणत असत की एखाद्या धातु-पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाश असण्याचे एक विशेष महत्व आहे. यामुळे वातावरण धर्म व मैत्री तरंगांनी भारलेले रहाते. संबंधिताच्या आठवणीनिमित्त पॅगोड्यावर प्रकाश-दानासाठी प्रती रात्री रुपये ५०००/- ठरवले गेले आहेत. अधिक माहितीसाठी संपर्क करा.

1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, Email: audits@globalpagoda.org

पालीची प्रारंभिक शिकवणूक व सघन डिप्लोमा अभ्यासक्रम आणि बुद्ध शिकवणुकीचे प्रतिपादन

विपश्यना विशोधन विन्यास व दर्शन विभाग, मुंबई विश्वविद्यालयाच्या संयुक्त उपक्रमाअंतर्गत २०१७-१८ मध्ये एक वर्षाचा डिप्लोमा अभ्यासक्रम होईल. ज्याचा विषय असेल बुद्धांच्या शिकवणुकीचा सैद्धांतिक व प्रायोगिक पक्ष विपश्यनेचा जीवनात उपयोग. आवेदन पत्रः १९ जून ते २६ जून, २०१७ पर्यंत (रविवार सोडून) ११ ते २ वाजेपर्यंत, दर्शन विभाग, ज्ञानेश्वर भवन, मुंबई विश्व विद्यालय, विद्यानगरी, कालीना कॅम्पस, सांताक्रुज (पू.) मुंबई- ४०००९८, टेलिफोन- ०२२-२६५२७३३७ ने प्राप्त केले जाऊ शकते. अभ्यासक्रमाचा अवधीः १ जुलै, २०१७ ते मार्च, २०१८ पर्यंत, प्रत्येक शनिवारी २.३० ते ६.३० पर्यंत, योग्यताः आवेदक कमीतकमी १२ वी उत्तीर्ण असावा. त्याला दिवाळीच्या सुटीत एक दहा दिवसीय विपश्यना शिबिर करणे अनिवार्य असेल. (मर्यादित जागा) अधिक माहितीसाठीः- (१) विपश्यना विशोधन विन्यास, ग्लोबल पगोडा, कार्यालय - ०२२-६२४२७५६०, (२) श्रीमती बलजीत लांबा - ०९८३३५१८९७९, (३) सौ. राजश्री क्षीरसागर - ०९००४६९८६४८.

आवश्यकता आहे

धम्मरत, रतलाम विपश्यना केंद्रावर जुन्या अनुभवी साधकाची पूर्णवेळ केंद्र व्यवस्थापका (योग्य मानधनही दिले जाऊ शकेल) च्या रुपात आवश्यकता आहे. इच्छुक साधक रतलाम विपश्यना केंद्राशी इमेल - dhamma.rata@gmail.com/ किंवा मो. फोन - ०९८२७५६१६४९ या क्रमांकावर संपर्क करु शकतात.

विपश्यना पत्राच्या स्वामित्व इत्यादीचे विवरण

समाचार पत्राचे नाव : **"विपश्यना"**
भाषा : **मराठी**
प्रकाशन का नियत काल : **मासिक (प्रत्येक पौर्णिमा)**
प्रकाशन का स्थान : विपश्यना विशोधन विन्यास, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३.
मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादकाचे नाव : राम प्रताप यादव
राष्ट्रीयता : भारतीय
मुद्रण का स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, ६९ एम.आय.डी.सी, सातपुर, नाशिक-७.

पत्रिकेच्या मालकाचे नाव : विपश्यना विशोधन विन्यास,
(रजि. मुख्य कार्यालय): ग्रीन हाऊस, २रा माला, ग्रीन स्ट्रीट, फोर्ट, मुंबई-४०००२३.

मी, राम प्रताप यादव याद्वारे घोषित करतो की वर दिलेले विवरण माझ्या अधिकतम माहिती व विश्वासानुसार सत्य आहे।

राम प्रताप यादव,
मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक
दि. २४-०४-२०१७.

नवे उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्रीमती हेमलता दीक्षित, मुंबई

नव नियुक्ती

सहायक आचार्य

१. श्रीमती पार्वती रंगारी, नाशिक
२. श्री मंगल नाहर, चेन्नई
३. श्रीमती गिरिजा नातू, पुणे
४. श्रीमती स्मिता कामदार
५. श्री मधुकर क्षीरसागर, चंद्रपूर
6. Miss. Hui Liu, China
7. Ms. Chao Yu Lai, Taiwan
8. U Chit Swe, Myanmar

बालशिबिर शिक्षक

1. श्रीमती नेहा बेडेकर ठाणे, मुंबई
2-3. श्री बापू एवं श्रीमती सुषमा साळुंके, जळगांव
4-5. श्री विजय एवं शीमती प्रमोदिनी कांबळे, जळगांव
6. शीमती महालक्ष्मी एम, पुणे
7. श्री शशिकांत सुतार, जळगांव

क्षेत्रीय बालशिबिर संयोजक
(New RCCC)

1. RCCC East Africa, Ms Arsema Andargatchew
२. पुणे क्षेत्र के अतिरिक्त क्षे. बा. संयोजक- श्री कपिल धत्तिंगण

आवासीय अभिधम्म कार्यशाळा - मे १५ ते १९, २०१७
स्थान - विपश्यना विशोधन विन्यास, गोराई, मुंबई.

उपरोक्त कार्यक्रमासाठी पात्रता व अन्य माहितीसाठी - http://www.vridhamma.org/Theory-And-Practice-Courses या शृंखलेचे अनुसरण करा.

संपर्कः VRI office : 022- 28451170 / 28451204 Extn.560, (9:30 AM to 5:30 PM) E-mail: mumbai@vridhamma.org

पॅगोडा परिसरात धर्मसेवक व साधकांसाठी
निःशुल्क निवास सुविधा

प्रत्येक वर्षी 'विश्व विपश्यना पॅगोडा' गोराई, बोरीवली, मुंबई येथे एक दिवसीय महाशिबिरांचे आयोजन करण्यात येते. त्यात सामील होण्यासाठी दूर-दूरुन लोक येतात. परंतु दुर्भाग्याने तिथे त्यांना रात्री राहाण्याची कोणतीही चांगली सुविधा नाही. त्यामुळे योजना आहे की पॅगोडा परिसरात एका स्वतंत्र ३-४ मजली इमारतीचे निर्माण केले जावे, ज्यात काही स्थायी धर्मसेवकांव्यतिरिक्त मोठ्या संख्येने येणाया साधकांसाठी काही एकेकाकरीता व काही अनेकांकरीता अशा निवासांची व्यवस्था केली जावी. ज्यामुळे रात्री निवासानंतर ते सकाळी आरामात उठून योग्य प्रकारे साधनेचा लाभ घेऊ शकतील. यासाठी जे साधक-साधिका या पुण्यकार्यात भागीदार होऊ इच्छित असतील, त्यांनी खालील पत्त्यावर संपर्क करावाः-

1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or
2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156,

Email: audits@globalpagoda.org

ग्लोबल विपश्यना पॅगोड्यात २०१७ ची एक-दिवसीय महाशिबिर

रविवार, १४ मे ला बुद्ध पौर्णिमे निमित्त, रविवार ९ जुलै आषाढ पौर्णिमा (धर्मचक्र प्रवर्तन) आणि रविवार **१ ऑक्टोंबर शरद पौर्णिमा** व पूज्य **गुरुजींची पुण्यतिथी निमित्ताने. वेळः** सकाळी ११ वाजेपासून दुपारी ४ वाजेपर्यंत. ३ 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 तपोसुखो**- सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. संपर्कः ०२२-२८४५११७०, ०२२-६२४२७५४४, मोबा. ८२९१८९४६४४ - Extn. 9, **(फोन बुकिंग : ११** t ५ pyt r0j)

Online Regn.: www.oneday.globalpagoda.org

दोहे धर्माचे

काया मन प्रपंचाने, विविध वेदना होय।
निर्विकार निरखत रहा, बुद्ध वंदना होय।।
पहा सुखद संवेदना, आस्वादन ना होय।
भय पाहा सुख स्वादात, बुद्ध वंदना होय।।
पहा दुखद संवेदना, जागा द्वेष ना होय।
भय पाहे जर द्वेषात, बुद्ध वंदना होय।।
आसक्ती द्वेष न जागे, अविद्या क्षीणा होय।
प्रज्ञामय समता जागे, बुद्ध वंदना होय।।

दोहे धर्माचे

पृथ्वीवरी पुन्हा उसळो, धर्म गंगची धार।
तहान मिटो जगताची, करेल लोक उद्धार।।
पडिक धरेवर धर्माची, पुन्हा रसवंति धार।
सुकलेल्या बगिच्यात या, पुन्हा यावी बहार।।
दिसे दुखी करूणा होय, दिसे सुखी मन मोद।
सर्वांसाठी मैत्री हो, असो धर्माचा बोध।।
द्रोही सोडो द्रोहास, द्वेषी सोडो द्वेष।
क्रोधी सोडो क्रोधास, मिटो चित्ताचे क्लेश।।

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी- ४२२ ४०३, दूरभाष : (०२५५३) २४४०८६, २४४०७६.
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, जी-२५९, सीकॉफ लिमिटेड, ६९ एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-४२२ ००७. **बुद्धवर्ष २५६१, वैशाख पौर्णिमा, १० मे, २०१७**

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-, US $ 10, आजीवन शुल्क रु. ५००/-, US $ 100. File No: 1309361/Title-Code: MAHMAR48711/10-3-2017

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

DATE OF PRINTING AND PUBLICATION: 10 May, 2017

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२ ४०३
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (०२५५३) २४४०७६, २४४०८६, २४३७१२, २४३२३८. **फैक्स :** (०२५५३) २४४१७६
Email: vri_admin@dhamma.net.in;
course booking: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org