आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय डॉ. ओमप्रकाशजी

हिन्दी पुस्तकाचा मराठी अनुवाद

विपश्यना विशोधन विन्यास

आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय डॉ. ओमप्रकाशजी

हिन्दी पुस्तकाचा मराठी अनुवाद

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी

M49 - आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय डॉ. ओमप्रकाशजी

© विपश्यना विशोधन विन्यास
सर्वाधिकार सुरक्षित

प्रथम संस्करण : ऑक्टोबर 2024

मूल्य: ₹
Price: Rs.

ISBN 978-81-7414-487-4

प्रकाशक:
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422403
जिल्हा- नाशिक, महाराष्ट्र
फोन: ०२५५३-२४४९९८, २४३५५३, २४४०७६,
२४४०८६, २४४१४४, २४४४४०
Email: vri_admin@vridhamma.org
Website: www.vridhamma.org

मुद्रक:
अपोलो प्रिंटिंग प्रेस
२५९, सीकॉफ लिमिटेड, ६९ एम. आय. डी. सी.,
सातपुर, नाशिक-४२२००७, महाराष्ट्र

आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय डॉ. ओमप्रकाशजी

विषयानुक्रमणिका

प्रस्तावना 7

डॉक्टर ओमप्रकाशजींचे संक्षिप्त जीवन-चरित्र 7

आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय– डॉ. ओमप्रकाशजी . 15

विनोदी स्वभाव 18

नेपोलियन बोनापार्टचे प्रसंग................................ 20

जपानींचे प्रसंग 21

युद्ध-क्षेत्राचा प्रसंग 21

आपलेपणाची भावना 21

विनम्रता 24

व्यक्तिगत साधना आणि शिबिर संचालन 25

कर्मयोगी.. 28

स्वास्थ्य-चर्चा 28

वाचन-लिखाण 29

डॉ. ओमप्रकाशजींचे सानिध्य – काही आठवणी........... 33

परिशिष्ट 35

रोग विरुद्ध विपश्यना 35

मन आणि अंतर्मन.. 40

संवेदना- विपश्यना भावना................................. 44

समता कायम राहिली... 49

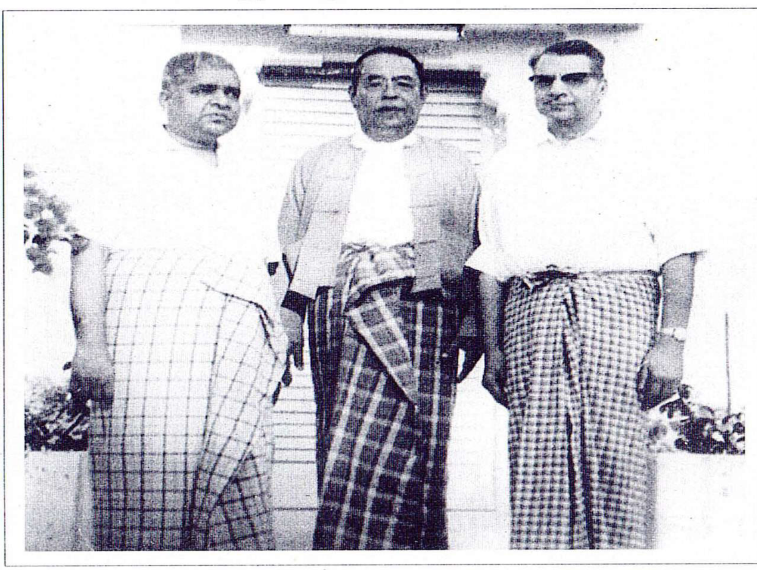
ब्रह्म-विहार 54
साधना: लक्ष्य आणि उद्देश 59
दु:खापासून मुक्ती 61
मेले तर रडायचे का? 64
मिटवा भय माझे आवागमनाचे............................. 65
स्थायी पीडेचा उपचार आणि विपश्यना साधना.......... 68

विपश्यना साधना केंद्र..72

गुरुभाऊ

श्री सत्यनारायण गोयंकाजी डॉ. ओमप्रकाशजी

दोन गुरुभाऊ
आपल्या
पुज्य गुरुदेवां बरोबर



श्री सत्यनारायण गोयंकाजी सयाजी ऊ बा खिन डॉ. ओमप्रकाशजी

प्रस्तावना

डॉक्टर ओमप्रकाशजींचे संक्षिप्त जीवन-चरित्र

डॉ ओमप्रकाशजींचा जन्म ब्रह्मदेशातील मांडले नगरात ७ ऑक्टोबर, १९१२ रोजी झाला होता. त्यांचा विवाह सौभाग्यकांक्षिणी सत्यभाषिणी यांच्याबरोबर सन १९३८ मध्ये संपन्न झाला. त्यांना दोन भाऊ आणि सहा बहिणी होत्या. त्यांना एक पुत्र, एक कन्या, दोन नातू आणि दोन पणतू होते. एका पणतूच्या जन्मानंतर ते म्हणाले की "आता म्हातारपण जबरदस्तीने माझ्या डोक्यावर स्वार झाले आहे."

त्यांनी आपल्या नावाबरोबर कधी कोणत्या "उपनावाचा" वापर केला नाही, जसे की आजकाल सर्वसाधारणपणे केले जाते.

शैक्षणिक योग्यता

डॉक्टरसाहेबांनी रंगून विश्वविद्यालयातून एम.बी.बी.एस (M.B.B.S) ची डिग्री मिळवली होती तसेच साहित्य-रत्न ही पदवीही प्राप्त केली होती. आर्य समाजाची भरपूर सेवा केल्याच्या फलस्वरूपाने त्यांना त्या संस्थेद्वारेही 'आर्यरत्न' या उपाधीने अलंकृत केले गेले होते.

त्यांनी सन १९३९ पासून खाजगीरित्या मेडिकल प्रॅक्टीस सुरु केली होती. ते रोग्यांकडून त्यांना तपासण्याचे पैसे मागत नसत. जो जितके देऊ शकतो तितके देण्याचे त्याला स्वातंत्र होते. ते 'फ्री डिस्पेंसरी'(मोफत दवाखाना) देखील चालवत असत. जिथे रोग्यांची खूप मोठी गर्दी असायची. उपचार करण्यासाठी लोकांच्या घरी गेल्यावर त्यासाठी त्यांच्याकडून कोणतीही फी आकारत नसत, मग ते कितीही संपन्न परिवारातले का असेनात. काही लोकांना हे खूप अवघडल्यासारखे वाटायचे आणि ते त्यांच्या खिशात जबरदस्तीने काही रक्कम टाकायचे जे त्यांना आवडत नव्हते.

चिकित्सा करताना ते परिचित-अपरिचित सर्वांना समान दृष्टीने पाहत

असत. इतर रोग्यांना पाहत असताना जर परिवारातील एखाद्या व्यक्तीने जबरदस्तीने मध्येच येऊन आपल्याला दाखविण्याचा प्रयत्न केला तर ते असे होऊ देत नसत. ते अर्ध्या रात्रीही कोणी बोलवल्यानंतर रोग्यांना पाहण्यासाठी सहर्ष त्यांच्या घरी जात असत आणि तिथे कधी-कधी तासन्-तास बसून त्यांच्यावर उपचार करीत असत जोपर्यंत रोग्याच्या स्थितीमध्ये काही सुधारणा होत नाही. घरी परत जाण्यासाठी देखील ते कोणाला कष्ट देत नसत. केवळ इतकेच म्हणत की आपण चिंता करु नका, मी माझ्या जाण्याची व्यवस्था स्वत: करेन, स्कूटर किंवा काहीतरी वाहन पाहीन. आपण कष्ट घेऊ नयेत.

काही विशेष परिस्थितींमध्ये त्यांना काही काळ सैन्यातही चिकित्साकार्य करावे लागले. तिथे ते ‘मेजर’(Major) या पदावर कार्यरत होते. ते काही काळ ‘World Health Organization’ वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाईजेशन’शी आणि भारतीय दूतावासाशीही संबधित राहिले.

ते विपश्यनाचार्य सयाजी ऊ बा खिन यांचे पारिवारीक चिकित्सक ‘Family Doctor’ होते तसेच कल्याणमित्र श्री सत्यनारायण गोयंकाजींचे देखील. हे दोघे सयाजींकडून विपश्यना शिकले होते, त्यामुळे हे दोघे गुरुबंधू होते. एकमेकांना ते मोठ्या स्नेहाने, सन्मानपूर्वक दृष्टीने पाहत असत. कल्याणमित्र श्री गोयंकाजी १९६९ मध्ये ब्रह्मदेश सोडून भारतात स्थायिक होण्यासाठी आले आणि डॉक्टरसाहेब ऐंशीच्या दशकात ब्रह्मदेशातून निवृत्ती घेऊन दिल्लीत येऊन स्थायिक झाले.

डॉक्टरसाहेबांचे पिताश्री आर्य समाजाशी पूर्णपणे जोडले गेले होते. कदाचित याच कारणामुळे डॉक्टरसाहेबांचाही या संस्थेशी अत्यंत निकटचा संबंध होता जो त्यांच्या जीवनाच्या अंतिम काळापर्यंत अखंडित राहिला. ब्रह्मदेशात कित्येक वेळा असे वाटायचे की, ही संस्था यांच्याच सामर्थ्यावर चालली आहे.

यांनी बालकांमध्ये सदवृत्ती जागवण्यासाठी अठरा वर्षांच्या वयातच ‘आर्य कुमार सभा’ नावाची संस्था स्थापन केली. त्यांनी आर्य समाजात एक अनाथालय देखील उघडले ज्याला चालविण्याची सर्व जबाबदारी

त्यांनी स्वत:कडे घेतली होती. या संस्थेसाठी शिक्षकांची कमतरता पाहून ते उपयुक्त व्यक्तींना आपल्या घरी ठेवून घेत, त्यांना सर्व प्रकारच्या सुविधा पुरवून शिक्षकाच्या म्हणून तयार करीत असत. ते त्यांना खऱ्या अर्थाने 'पंडित' बनवू इच्छित असत. ते स्वत:देखील उपनिषदांनी खूप प्रभावित झाले होते.

ते 'हिंदू सोसायटी वेल्फेअर बोर्डाचे'ही काम पाहत असत आणि या गोष्टीसाठी प्रयत्नशील राहत की गरीब लोकांची आर्थिक सहाय्यता कशी होऊ शकेल.

दिल्लीत राहत असताना ते आर्य समाजाच्या रोग्यांची नि:शुल्क चिकित्सा करण्यासाठी जात असत. तेथे जाण्या-येण्यासाठी त्यांनी कधीही टॅक्सी किंवा इतर कोणत्या वाहनाची मागणी केली नाही. उलट अशा प्रसंगी ते म्हणत असत की या कामासाठी समाजाचा पैसा खर्च केला जाऊ नये.

डॉक्टर साहेबांनी विपश्यनेचे पहिले शिबिर विपश्यनाचार्य सयाजी ऊ बा खिन यांच्या सानिध्यात केले होते. या शिबिरात निर्वाणिक अवस्थेचा साक्षात्कार करुन ते मुक्तीच्या स्रोतात पडले आणि 'स्रोतापन्न' झाले. यानंतरही त्यांचे आचरण पाहून असे स्पष्ट जाणवत असे ते या मार्गावर आणखी पुढच्या अवस्थेला पोहोचले आहेत, परंतु ते याविषयी कधी कोणती चर्चा करत नसत. ते नेहमी समोरील व्यक्तीची चौकशी करत आणि स्वत:बद्दल मौन राहत. जर याविषयी घरातील लोकांनीही कधी काही विचारले, तर ते ती गोष्ट टाळत असत.

डॉक्टरसाहेबांचे सारे जीवन संघर्षमय राहिले. छोटे-छोटे प्रसंगदेखील दुविधेमध्ये टाकणारे होते.

त्यांच्या लहान वयातच त्यांच्या वडिलांचे निधन झाल्यामुळे घर-संसाराची सर्व जबाबदारी त्यांच्या खांद्यावर येऊन पडली. घरची आर्थिक स्थिती बिकट होती. बऱ्याच खटपटींनंतर वडिलांच्या 'जीवन विमा

पॉलिसी’तून कसे तरी दहा हजार रुपये मिळू शकले. बस्स! त्याच्यातूनच ते घर-खर्चाची व्यवस्था करु लागले, पण कोणत्याही परिस्थितीत निराशेला आपल्याजवळ फिरकू दिले नाही.

ब्रह्मदेशात सैनिक शासन लागू झाल्यावर कोणत्याही ठोस पुराव्याशिवाय त्यांना तुरुंगात टाकल्यावर घोर यातना भोगाव्या लागल्या ज्याचा उल्लेख त्यांनी आपल्या एका लेखात केला आहे. त्यात यांनी सांगितले की ते कशा प्रकारे तिथे समता कायम ठेवू शकले.

त्यांना घर-संसारातही कठोर जीवन जगण्याची सवय होती. उदाहरणार्थ, एक वेळ अशी आली जेव्हा घर-दार सोडून त्यांना आपल्या परिवारातील लोकांसह कोठेतरी जंगलात जाऊन राहावे लागले. तिथे आग पेटवण्यासाठी इंधनाची आवश्यकता पडल्यावर ते जंगलातील लाकडे तोडून आणत आणि ती नदीत टाकून नदीच्या किनाऱ्याने त्यांच्या मागे-मागे धावत आपल्या घराजवळ पोहोचून त्या वाहणाऱ्या लाकडांना बाहेर काढत, त्यानंतर आपल्या भावांबरोबर मिळून स्वत:ही त्याचे तुकडे करण्यास सुरुवात करत. त्यावेळी त्यांच्यात थोडाही हा अहंभाव जागत नव्हता की मी एम.बी.बी.एस (M.B.B.S.) चा डिग्री-धारक डॉक्टर आहे. मी हे काम का करु?

लिखाण-वाचन

लिहिण्या-वाचण्यात त्यांना खूप रुची होती. त्यांच्या जवळ खूप सारी पुस्तके असूनही ते नवीन-नवीन पुस्तकांच्या शोधात असत. त्यांनी आपल्या जीवनकाळात खूप लेख लिहिले जे वेळोवेळी प्रकाशितही झाले. यातील अनेक आर्यसमाजाच्या कार्याशी संबधित होते आणि विपश्यना केल्यावर विपश्यनेशी संबधित कित्येक लेख लिहिले ज्यातील अधिकतर धम्मगिरीहून प्रकाशित ‘विपश्यना पत्रिके’ मध्ये छापण्यात आले जे साधकांसाठी अभूतपूर्व प्रेरणेचे स्रोत सिद्ध झाले. ते वेद-मंत्रांचे अर्थ लिहून त्यांचे संपादन करीत असत आणि ते छापून अमेरिकेला पाठवित ज्यामुळे तेथील लोकांनाही याचे महत्व समजू शकेल.

दैनिक जीवन

डॉक्टरसाहेब मोठे कर्मठ व्यक्ती होते. ते नेहमी कोणत्या ना कोणत्या कामात व्यस्त राहत. त्यांच्या जीवनात आळसाला कुठेही स्थान नव्हते. त्यांचे दैनिक जीवन समतेने परिपूर्ण होते ज्याच्यात प्रत्येक क्षणी प्रत्येकासाठी मैत्रीभावच दिसून यायचा. बालपणातही थोडादेखील क्रोध नव्हता, परंतु एखादे काम मनाप्रमाणे झाले नाही की कधी-कधी थोडी चिडचिड व्हायची. विपश्यनेच्या संर्पकात आल्यानंतर ती देखील संपुष्टात आली. ते पूर्णपणे शांत राहू लागले. ते याच्या आधीही लोकांच्या कामात दखल देत नसत पण विपश्यनेनंतर तर या बाबतीत आणखीनच जागरुक राहू लागले. जेव्हा इतर लोक गप्पांमध्ये रंगलेले असायचे, तेव्हा ते गुपचूप बसून राहायचे. जर कधी एखाद्या गोष्टीवरून त्यांची धर्मपत्नी कोणावर क्रोध करु लागली तर तिला म्हणायचे की, रागावतेस कशाला? जे होत आहे ते होऊ दे ना! ते पत्नीवर कधी रागवायचे नाहीत आणि मग तिलाही हे समजू लागले की मला राग यायला नको आहे. कधी-कधी ते तिला हे देखील म्हणत असत की तुला कोणाशी काय घेणे-देणे आहे, आपण कोणाच्या कामात दखल देऊ नये. त्यांची धर्मपत्नीही गंभीर साधक होती आणि डॉक्टरसाहेबांचा आशय समजून तत्काळ त्यानुसार आचरण करू लागायची.

डॉक्टरसाहेबांच्या जीवनाची ही एक विशेषता होती की ते न रागवता-ओरडता लोकांना योग्य मार्गावर घेऊन यायचे. ते प्रत्येकाचा आदर करायचे आणि त्यांना आपल्या बरोबरीच्या स्तरावर आणून समजावून सांगायचे, त्याला तुच्छ किंवा छोटा समजून नाही. एकदा त्यांनी आपल्या लहान बहिणीला खूप प्रेमाने समजावले की आपल्या मामांच्या समोर पाय पसरुन का बसलीस? तिच्यावर थोडेदेखील न रागावता ते इतकेच म्हणाले की सुभद्रा! मोठ्यांसमोर पाय पसरून बसू नये.

ते घरात प्रत्येकाची पूर्ण काळजी घ्यायचे, मग तो वयाने लहान असो की मोठा. त्यांच्यामुळे सर्वजण अत्यंत प्रभावित झाले होते. घरात कधीतरी होम-हवन झाला तरी ते याचा विरोध करत नसत. त्यांना वाटायचे की आर्य समाजी लोक कोणत्याही अडचणींशिवाय विपश्यनेचा खूप चांगला

अभ्यास करु शकतात.

डॉक्टरसाहेबांना मौन खूप प्रिय होते. त्यांना गडबड-गोंधळ आवडत नसे. त्यांना बाग-कामाची खूप आवड होती. ते जिथे कुठे जात, तिथे रोपे-झाडे लावण्याचा उपक्रम करीत. त्यांनी स्वत:च्या हातांनी लावलेली कितीतरी झाडे आर्यसमाजाच्या प्रांगणात आजही विद्यमान आहेत.

त्यांची दान-वृत्ती अनोखी होती. ते कोठे किती दान द्यायचे, हे समजतही नसे. काही लोक त्यांच्याकडून काही रक्कम उसनी घेऊन जायचे आणि वेळ आल्यावर ती परत करायलाही यायचे. त्यावेळी पूर्ण रक्कम परत करण्याऐवजी शंभर रुपये कमी द्यायचे आणि म्हणायचे की ही रक्कम आमच्याकडेच राहू द्या, कारण ती कर्जाची रक्कम त्यांच्यासाठी खूप भरभराट करणारी सिद्ध झाली.

ते अनाथालयातील मुलींची लग्नेदेखील अशी करुन देत जणू आपल्याच घरातील मुली आहेत.

डॉक्टरसाहेब बहुतेकदा ब्रह्मदेश आणि अमेरिकेलाच जात असत. ब्रह्मदेशात ते इतके लोकप्रिय होते की त्यांना भेटण्यासाठी लोकांच्या गर्दीचा महापूर लोटायचा. लोक त्यांना असे भेटायचे की जसे खूप काळ दुरावलेले प्रियजन भेटत आहेत. अमेरिकेतील त्यांच्या जावयावर देखील त्यांचा खूप प्रभाव होता. ते त्यांनाच आपले खरे पिता मानत. ते म्हणत असत की त्यांनीच मला योग्य प्रकारे जीवन जगायला शिकवले आहे.

डॉक्टरसाहेबांना कल्याणमित्र श्री गोयंकाजींनी १९८८ पासूनच लोकांना विपश्यना शिकविण्यासाठी अधिकृत केले होते आणि १९९५ पासून त्यांना विपश्यनेचे 'आचार्य'ही घोषित केले होते. त्यांनी भारतात तसेच अमेरिकेत अनेक शिबिरांचे संचालन केले ज्यामुळे अनेक लोक लाभान्वित झाले. ते साधकांच्या विपश्यने-संबधी शंकांचे समाधान खूप चांगल्याप्रकारे करीत असत. त्यांच्या समजावण्यामुळे सर्व गोष्टींचा गुंता पारदर्शी काचेप्रमाणे स्पष्ट व्हायचा. त्यांची बहिण असे म्हणायची की, ती

त्यांना आधी गुरु मानते आणि नंतर भाऊ.

आपल्या जीवनातील शेवटच्या वर्षात ते गीतेचे उदाहरण देऊन म्हणायचे की आता माझ्यासाठी करण्यासारखे काही नाही, यासाठी जीवन जगत आहे की इतर लोकही याप्रकारे जीवन-यापन करु शकतील. अशा रीतीने ते एका अर्थाने सर्वसामान्य लोकांना 'मार्ग' दाखवत होते की जीवन कसे जगायला हवे. त्यांच्या प्रत्येक कृतीतून काहीतरी शिकायला मिळत असे. ते एका वेगळ्याच प्रकारचे व्यक्ती होते. त्यांचे जीवन एका खुल्या पुस्तकाप्रमाणे होते. हवे त्याने वाचावे आणि त्याप्रमाणे वागावे.

काही वर्षांपूर्वी अमेरिकेच्या प्रवासादरम्यान त्यांचे स्वास्थ्य अचानक बिघडल्यामुळे त्यांना लॉस एंजिल्सच्या रुग्णालयात दाखल करावे लागले जिथे त्यांचा देहांत झाला. जेव्हा डॉक्टरसाहेब त्या रुग्णालयात गेले त्यावेळी ते जागरुक होते आणि त्याचे स्थानिक डॉक्टरांशी बराच वेळ बोलणेही झाले होते. त्यावेळी डॉक्टरसाहेबांची धर्मपत्नीही त्यांच्यासोबत होती. त्यानंतर डॉक्टरसाहेब कोमात गेले. अधून मधून कधीतरी त्यांच्या डोळ्यांच्या पापण्या उघडायच्या आणि काही सेकंदांनी पुन्हा बंद व्हायच्या. डॉक्टरसाहेबांनी शरीर सोडल्यानंतर स्थानिक डॉक्टरांनी त्यांच्या आणि त्यांच्या धर्मपत्नीविषयी हे वक्तव्य केले– "वुई थॉट वुई मेट वन सेंट, बट ॲक्च्युली वुई हॅव मेट टू". We thought we had met one saint, but actually we have met two.' (आम्हाला असे वाटले की आम्ही एकाच संताला भेटलो, पण खरेतर आम्ही दोन संतांना भेटलो.)

त्यांचा प्राणांत झाल्यावर लहान-लहान मुले-मुली देखील ओक्साबोक्सी रडत होती. त्यांना आपल्याजवळचे कोणीतरी मरण पावल्यासारखे वाटत होते. हे सांगणे कठीण आहे की त्यांनी कोणा-कोणाला आपलेसे करुन ठेवले होते.

[टीप : डॉक्टरसाहेबांच्या जीवनाचा परिचय करवून देणाऱ्या या काही ओळी दिल्लीतील त्यांची लहान बहिण श्रीमती सुभद्रा यांच्या आठवणींवर आधारित आहेत.]

[आणखी एक संस्मरण:

डॉक्टरसाहेबांच्या दिल्ली-निवासी पुत्रवधूच्या कथनावर आधारित –]

डॉक्टरसाहेब रोज सकाळी बरेच लवकर उठत असत. एके दिवशी सार्वजनिक सुट्टी असल्यामुळे घरातील लोक थोड्या उशीराने उठले. त्यावेळी कदाचित डॉक्टरसाहेबांनी असा विचार केला असावा की हे बिचारे सकाळपासून रात्रीपर्यंत घरातील इतके काम करत असतात तेव्हा मलाही यांच्या कामात थोडाफार हातभार लावला पाहिजे. त्या दिवशी त्यांनी सर्वजण उठण्याआधी संपूर्ण घर आपल्या हातांनी झाडू मारुन स्वच्छ चकचकीत केले. जेव्हा घरातील लोक उठले तेव्हा घराची साफ सफाई आणि चमक पाहून आर्श्चयचकित झाले. डॉक्टरसाहेबांना विचारल्यावर सर्व खुलासा झाला. तेव्हापासून घरातील झाडू अशा ठिकाणी लपवून ठेवला गेला जिथे डॉक्टर साहेबांना दिसणार नाही.