परम तपस्वी श्री रामसिंहजी

हिन्दी पुस्तकाचा मराठी अनुवाद

विपश्यना विशोधन विन्यास

परम तपस्वी
श्री रामसिंहजी

(१९ सप्टेंबर १९१८ - १८ डिसेंबर २०१०)

हिन्दी पुस्तकाचा मराठी अनुवाद

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी

परम तपस्वी श्री रामसिंहजी

पुस्तक कोडः **M54**

© **विपश्यना विशोधन विन्यास**
सर्वाधिकार सुरक्षित

प्रथम आवृत्ती : सप्टेंबर 2025

मूल्य: ₹
Price: Rs.

ISBN 978-81-990919-1-7

प्रकाशक:
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - ४२२ ४०३
जिल्हा: नाशिक, महाराष्ट्र
फोन: ०२५५३-२४४९९८, २४३५५३, २४४०७६
८४८४८३४८३७, ८४८४८३७८३५,
८४८४८३९८३७, ८४८४८३१८३५,
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

परम तपस्वी श्री रामसिंहजी

विषयानुक्रमणिका

प्रकाशकीय 5

जीवन परिचय...11

पूर्वायुष्य 11

प्रशासकीय कारकीर्द 11

विपश्यनेच्या संपर्कात 12

विपश्यना प्रचार व प्रसार कार्य 13

अंतिम समय... 14

अंतिम संस्काराविषयीचे इच्छापत्र – (Will).....................16

सद्गतीचे लक्षण 19

कृतज्ञता संमेलन..22

पूज्य गुरुजींची कृतज्ञता.. 22

तुरुंगातील पहिल्या विपश्यना शिबिराच्या आठवणी 24

धर्मपुरुषाच्या आठवणी 28

(परिचितांच्या द्वारा)... 28

धर्मपुरुषाच्या आठवणी 76

(कुटुंबातील सदस्यांच्या स्मरणातील) 76

काही मनोगते...87

श्री रामसिंहजींच्या लेखणीतून.......................................90

मग्गो (मार्ग)... 90

प्रशासनात विपश्यना 97

कारागृहात विपश्यना - एक ऐतिहासिक पुनरावलोकन . 103

वैराट (विराटनगर)... 119

विपश्यना केंद्र, धम्मथळी...................................... 133

दृश्य (१), १९८३ 133

दृश्य (२), २०११ - तेव्हा आणि आता.................... 137

विपश्यना विशोधन विन्यास, जयपूर शाखा 142

थोडक्यात परिचय 142

दहा दिवसांचे शिबिर सुरू होण्याआधीची माहिती आणि सुचना ...149

विपश्यना - मन निर्मळ करण्याची कला 152

वेबसाइट (Website) 159

विपश्यना साधना केंद्र...160

प्रकाशकीय

असं वाटतं की श्री रामसिंहजी एखाद्या लहान बालकाप्रमाणे होते, ज्याच्या मनात सतत खालीलप्रमाणे चिंतन चालू असते -

नन्हे-मुन्ने को है रहती, जैसे, बस, दूध की चाह।
साधक भी सन्मार्ग ही चाहे, बिना ढूंढे और कोई राह॥

(ज्याप्रमाणे तान्ह्या बाळाला सदैव दूधाची आस लागलेली असते, त्याचप्रमाणे साधकाला सन्मार्गाची आस असते. तो अन्य मार्ग शोधण्याचा प्रयत्नही करत नाही.)

अगदी हाच आशय सांगणारे वचन भगवान बुद्धांच्या मुखातून प्रकट झाले.

सारत्थे घटथ अनुयुञ्जथ, सारत्थे अप्पमत्ता आतापिनो पहितत्ता विहरथ

– दीघनिकाय (२.३.२०४), महापरिनिब्बानसुत्त

(मूळ उद्देशासाठी अखंड प्रयत्नशील राहा. मूळ उद्देशासाठी कुठलाही प्रमाद न करता केवळ अविरत परिश्रम करत राहा.)

अशाच प्रकारे विपश्यनाचार्य श्री सत्यनारायण गोयंकाजी देखील साधकांना प्रेरणा देत असतात -

अवसर आया धरम का, मत प्रमाद मे खोय।
सजग रह पुरुषार्थ कर, धरम सहाय्यक होय॥

वेळ आली धर्माची, आळसात ना जावो।
सजग राहा, पुरुषार्थ करा, धर्म सहाय्यक होवो॥

या साऱ्याचा सारांश एकच आहे की कुठल्याही प्रकारचा निष्काळजीपणा न करता चांगल्या उद्देशाकरता सतत पुरुषार्थ करत राहावा आणि फळ काय येईल याची चिंता धर्मावर सोडून द्यावी. सन्माननीय श्री रामसिंहजींचे सारे आयुष्य या कसोटीवर तंतोतंत खरे ठरले आहे, पुढील प्रत्येक पानात याचीच प्रचिती येईल.

त्यांच्या आयुष्याविषयी अनेक लोकांनी आपल्या आठवणी सांगितल्या आहेत. त्या वाचताना त्यांच्या व्यक्तित्वाविषयी अपरिमित आदर मनात दाटून येतो.

वानगीदाखल ही काही उदाहरणे -

- एका दीर्घ शिबिराचे श्री रामसिंहजी संचालन करत होते. चेकिंगच्या दरम्यान एका विदेशी साधिकेला त्यांनी विचारले की ध्यानाला बसताना सर्वात प्रथम ती काय करते. साधिकेने उत्तर दिले की, “मी सर्व प्रथम संवेदनांवर लक्ष देते.” यावर श्री रामसिंहजींचे उत्तर चकित करणारे होते. ते म्हणाले, ‘ध्यानाला बसताना सर्वात प्रथम आपण आरामात आणि तणावरहित बसतो आहोत ना इकडे लक्ष दिले पाहिजे.’
- असेच अन्य एका विदेशी साधिकेने आपले पहिले शिबिर श्री रामसिंहजींच्या मार्गदर्शनाखाली केले. तिला समतेमध्ये कसे राहायचे, हे थेट प्रात्यक्षिकाद्वारे शिकायला मिळाले. तिने आठवण सांगितली की, ‘रामसिंहजी मला समतेमध्ये कसे राहायचे हे समजावून सांगू लागले आणि नेमकी त्याचवेळी एक माशी गुंजन करत आली आणि त्यांच्या नाकावर बसली. माझे सारे लक्ष त्या माशीकडे लागले. पण त्यांनी बिलकुल कुठली हालचाल केली नाही. ते शांतपणे सूचना देऊ लागले - आता कुठलीही हालचाल न करता आपण शांतपणे ध्यानाला बसू आणि संवेदनांना जशा आहेत तशा पाहू.’
- असेच एका शिबिरात तिसऱ्या दिवशी एक साधक श्री रामसिंहजींकडे आले आणि ‘मला शिबिर सोडून जायचे आहे’ म्हणू लागले. यावर

गुरुजींनी त्यांना सांगितले - आपल्याला कुणी साखळीने बांधलंय का की बेड्या घातलेल्या आहेत? तुम्ही स्वतःच स्वतःच्या विकारांच्या बंधनात अडकलेले आहात. यातून सुटका हवी असेल तर शिबिर पूर्ण करा, विकारांच्या बंधनातून सोडवणारी ही विद्या शिकून घ्या आणि मग घरी जा. हे ऐकल्यावर त्या साधकाचे मन स्थिर झाले आणि त्यांनी शिबिर पूर्ण केले.

- अन्य एका साधकाचा अनुभव: “दोनेक महिन्यानंतर जेव्हा परीक्षेचा निकाल लागला तेव्हा माझी निवड झाल्याचे मला समजले. माझ्या नजरेसमोर श्री रामसिंहजींचा चेहरा आला आणि कानात त्यांचे बोल ऐकू येऊ लागले, आपण आपले काम योग्य प्रकारे, निष्ठेने करत रहावे, धर्म योग्य परिणामांसाठी मदत करतो.”
- ते वरिष्ठ विपश्यना आचार्य होते, पण त्यांच्या मनात भाव मात्र एका धर्मसेवकाचा असायचा आणि तो त्यांच्या वागण्या-बोलण्यातून सतत प्रकट व्हायचा. ते नेहमी म्हणत ‘आपण धर्मबंधू आहोत’. अन्य धर्मसेवकांबरोबरचे त्यांचे वर्तन अत्यंत विनम्रतेचे असायचे.
- श्री रामसिंहजींबद्दल आणखी काय सांगायचे? आपल्याजवळ जे काही होते ते ते निरपेक्षपणे वाटत राहिले. इतर अनेक साधकांप्रमाणे मलादेखील त्यांच्याकडून अनेक भेटी मिळाल्या. मी त्या अतिशय प्रेमाने जपून ठेवल्या आहेत. परंतु त्या साऱ्या भेटींमध्ये धर्म विद्येची भेट ही सर्वात अनमोल होती.

श्री रामसिंहजींना घरी कामाला येणाऱ्या अथवा भेटायला येणाऱ्या मंडळींना जेवू खाऊ घालण्याची अतिशय आवड होती. त्यांच्या पत्नीचे उद्गार आहेत –

“मेरी रसोई अन्नपूर्णा बनी रही और सदा महकती रही”

(माझे स्वयंपाकघर हे एका अन्नपूर्णेचे होते आणि त्याचा दरवळ सदैव पसरत राहिला.)

- ते आपल्या ज्येष्ठ कन्येला नेहमी समजावून सांगत - ‘दरवाजा छोटा असेल तर वाकून जावे लागते, विनम्रतेने झुकून चालल्याने माणूस

छोटा होत नाही.’

त्यांचा स्वत:चा स्वभाव अतिशय विनम्र राहिला. त्यांच्या काही पत्रोत्तरातून हे लक्षात येते. उदाहरणार्थ -

एकदा त्यांनी विराटनगरी (BAIRATH – Viratnagar) या विषयावर इंग्रजीतून लेख लिहिला. मग आपल्या मित्राला त्यांनी हिंदीत अनुवाद करण्यासाठी विनवले. नंतर तो अनुवाद त्यांनी अत्यंत प्रेमाने वाचला आणि आपला अभिप्राय दिला –

“The translation is perfect in all respects. It has excelled the original.”

(अनुवाद सर्वार्थाने अचूक झाला आहे. मूळच्या लेखापेक्षा अनुवादच अधिक वाचनीय झालेला आहे.)

अशाच प्रकारे इतरांनी संपादित केलेल्या धर्मप्रसार कार्याची खूप प्रशंसा करण्याचा त्यांचा पिंड होता.

या पुस्तकाच्या शीर्षकात श्री रामसिंहजींचा उल्लेख ‘तपस्वी’ असा केला आहे, तो तथागतांच्या वाणीला सर्वस्वी अनुरूप असाच आहे. क्रोध आणि वैर या भावना खऱ्या तपस्वी व्यक्तीमध्ये अजिबात नसतात. तो ना ईर्ष्या करतो, ना मत्सर. आणि सत्कार, प्रशंसा यांनी हुरळून जाऊन तो स्वत:ला इतरांपेक्षा मोठा समजत नाही. श्री रामसिंहजी या गुणांनी परिपक्व झालेले होते.

एवढेच नव्हे, तर ते अत्यंत समतावान होते. ‘विसुध्दिमग्ग’ च्या शिकवणुकीनुसार दु:खी व्यक्ती नेहमी सुखासाठी व्याकुळ असते तर सुखी व्यक्ती अधिक सुखासाठी. परंतु खरे सुख हे या दोन्ही अवस्थांमध्ये तटस्थ राहण्यात असते. श्री रामसिंहजी हे याचे मूर्तिमंत स्वरूप होते.

त्यांच्यासंदर्भात विपश्यनाचार्य गोयंकाजी लिहितात - “धन्य आहेत परम साधक श्री रामसिंहजी. त्यांना सद्गती मिळाली यात काहीच आश्चर्य नाही.”

या संबंधी भगवान बुद्धांनी लिहिले आहे -

“न दुग्गति गच्छति धम्मचारी” - अर्थात धर्माचारी व्यक्तीला कधी दुर्गती मिळत नाही.

या पुस्तकाच्या संकल्पनेसाठी काही इंग्रजी साहित्य, श्री रामसिंहजींचे लेख, त्यांच्या आठवणी (कुटुंबीय आणि मित्रपरिवाराकडून) इत्यादी उपलब्ध झाले. या साहित्याचा हिंदीमध्ये अनुवाद केला गेला आहे.

आम्हाला विश्वास आहे की हे पुस्तक सर्वांसाठी, विशेषतः विपश्यना साधकांसाठी, अत्यंत प्रेरणादायी ठरेल.

विपश्यना विशोधन विन्यास