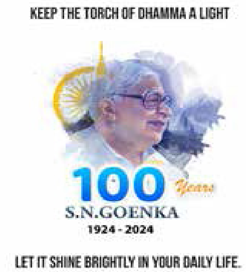

साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

विपश्यना

साधक (मराठी)

बुद्धवर्ष 2567, वैशाख पौर्णिमा, 5 मे, 2023 वर्ष 7 अंक 2

वार्षिक शुल्क रु. 100/- मात्र (भारताबाहेर पाठविण्यासाठी US $ 50)

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

धम्मवाणी

ये धम्मा हेतुप्पभवा, तेसं हेतुं तथागतो आह।
तेसञ्च यो निरोधो, एवंवादी महासमणो॥

– अपदानपालि-1.1.286, सारिपुत्तत्थेरापदानं

– ज्या काही स्थिती कारणांनी उत्पन्न होतात, तथागतांनी त्यांच्या उत्पत्तीचे कारण सांगितले आहे आणि त्याचबरोबर त्यांचा निरोधही. हाच त्या महाश्रमण भगवान बुद्धांचा वाद आहे, सिद्धांत आहे, मार्ग आहे.

'बुद्ध पौर्णिमे'वर पूज्य गुरुजींचे उद्बोधन

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, मुंबई, 17 मे, 2011

माझ्या प्रिय धर्मपुत्रांनो, धर्मपुत्रींनो; धर्म प्रेमी सज्जनांनो आणि देवींनो!

या, आपण समजून घेऊयात की आजच्या या पावन दिवशी सिद्धार्थ गौतमच्या संबुद्ध बनण्याचे आणि त्यांच्या संबोधीचे काय महत्व आहे? त्यांच्या शिकवणुकीचे काय महत्व आहे? त्यांनी कोणता संप्रदाय स्थापित केला नाही. ते जन्माच्या आधारावर उच्च-नीच मानल्या जाणाऱ्या जातींचाच नाही, तर संप्रदायवादाचाही विरोध करत होते. हे दोन्ही धर्माच्या शुद्धतेचे शत्रू होते. या दोन्हींमुळे समाजाची खूप मोठी हानी होत होती. समाज तुकड्या-तुकड्यांमध्ये विभागला गेला होता. परस्पर द्वेष आणि दुर्भावनेमुळे सर्व लोक दुःखी होते. इतर गोष्टींमुळेही सर्वत्र दुःखच दुःख पसरले होते. कोणी कोणत्या गोष्टीमुळे दुःखी तर कोणी कोणत्या. मनासारखे न झाल्याने दुःखी तर मनाविरुद्ध झाल्याने दुःखी. राजा-प्रजा, श्रीमंत-गरीब, विद्वान-अशिक्षित सर्वांच्या जीवनात प्रिय-अप्रिय होतच असते, मग कोणी कितीही शक्तिशाली का असेना! काय या दुःखातून बाहेर पडण्याचा कोणता मार्ग आहे? निघाला याचा शोध घ्यायला.

घर-दार सोडून अनेक वर्षांपर्यंत भिन्न-भिन्न प्रकारच्या साधना केल्या. कर्मकांडवाल्या नाही, ध्यानाच्या साधना केल्या, पण समाधान झाले नाही. शेवटी बोधगयेमध्ये बोधिवृक्षाखाली सत्याचा शोध करत-करत, सत्याचे छेदन-भेदन करत-करत ती सत्यता प्राप्त केली, जिथे दुःखाचे नामोनिशाण नव्हते, पुढेही उत्पन्न होणारे नाही. काय शोधून काढले? त्याने निर्णय केला की निसर्गाच्या नियमांची जी सत्यता आहे तिच्याच आधारावर शोध घेऊ. जी सत्यता क्षण-प्रतिक्षण माझ्या अनुभूतीवर उतरत आहे त्याच्याच आधारे भेदत-भेदत पाहू की या सत्याचे अंतिम रूप काय आहे? हे तर आधीपासूनच स्पष्ट होते की जेव्हा आपल्या मनात दुःख उत्पन्न होते तेव्हा ते मनापर्यंतच सीमित राहत नाही, तर ते पसरते, शरीराच्या अणु-अणुमध्ये पसरून जाते, अणु-अणु दुःखी होऊन जातो आणि आपण त्याच्या बाहेर पडणे तर दूरच, त्याला आणखी वाढवू लागतो.

हा काय प्रपंच आहे? कसा तयार होतो? का होतो? पहिली गोष्ट तर ही आहे की जर कधी सत्याचा अनुभव करायचा असेल तर सुरुवातीपासून शेवटपर्यंत आपले आलंबन सत्याचेच असले पाहिजे, तेव्हाच आपण अंतिम सत्यापर्यंत पोहोचू शकतो. सिद्धार्थ गौतमाने बोधिवृक्षाखाली बसून हेच सुरू केले की जो अनुभव होत आहे, त्याच्या आधाराने चित्ताला एकाग्र करायचे आहे. आलंबन तेच आवश्यक आहे ज्याचा अनुभव होत आहे, कोणती कल्पना किंवा अंध-मान्यता अथवा सांप्रदायिक अंधविश्वास नसावा. प्रकृतीच्या नियमांनुसार काय सत्य प्रकट होत आहे? पहिले सत्य तर हे आहे की श्वास येत आहे, जात आहे. श्वासाच्या येण्या-जाण्यात कोणती कल्पना नाही. कोणती अंध-मान्यता नाही. स्पष्टपणे अनुभव होत आहे– श्वास येत आहे, श्वास जात आहे. बस्स! इथूनच सुरुवात करायची आहे, याला सोडून इतर कोणते आलंबन जवळ फिरकू द्यायचे नाही, नाहीतर पुन्हा चुकीच्या रस्त्यावर पडून जाऊ. सत्याच्या मार्गावर चालायचे आहे तर श्वास जसा आहे– लांब आहे तर लांब, छोटा आहे तर छोटा. डाव्या नासिकेतून सुरु आहे तर डावीतून, उजवीतून सुरु आहे तर उजवीतून. आपल्याकडून काहीच करायचे नाही. घटना घडत आहे आणि तिला जाणले जात आहे. बस्स! नासिकेच्या खाली वरच्या ओठांच्या वर, श्वास स्पर्श करत आहे. मनाला त्याच स्थानावर केंद्रित करून येणाऱ्या-जाणाऱ्या श्वासाला पाहायचे आहे.

जाणता-जाणता त्या स्थानावर काही संवेदना प्रकट होऊ लागल्या, उष्णतेच्या, थंडपणाच्या, जडपणाच्या, दबावाच्या, दुखण्याच्या.. काही तरी जाणवू लागल्या. जाणता-जाणता हे मन जे नेहमी बाहेरच्या स्थूल-स्थूल सत्यांनाच महत्व देत होते, आता आपल्या आतील सत्यांना महत्व देऊ लागले. मन सूक्ष्म होऊ लागले, तीक्ष्ण होऊ लागले. असे होता-होता पाहतो की डोक्याच्या अग्रभागापासून पायांच्या तळव्यांपर्यंत, मनाला जिथे घेऊन जावे तिथे काही ना काही खटपट होत आहे, संवेदना होत आहे. काय होत आहे? अरे! प्रकृतीचा नियम आहे– या शरीराचे आणि चित्ताचे संयुक्त आलंबन प्रतिक्षण उत्पन्न होत आहे, नष्ट होत आहे. अनित्य आहे, नश्वर आहे, भंगुर आहे. "उप्पादवयधम्मिनो" उत्पन्न होणे आणि नष्ट होणे– हाच याचा स्वभाव आहे. याला केवळ पाहावे, प्रतिक्रिया करू नये. प्रतिक्रिया केली तर सत्यापासून दूर झालो. ही संवेदना जाणवली, अरे! खूप चांगली किंवा खूप वाईट. चांगली जाणवली तर तिच्या प्रति आसक्ती जागवली, वाईट जाणवली तर द्वेष जागवला. अरे! तर मग साक्षीभावाने कुठे पाहात आहात? आसक्ती-द्वेषाचीच प्रतिक्रिया करत आहात ना. नाही, कोणती प्रतिक्रिया होऊ द्यायची नाही. पहा! डोक्यापासून पायापर्यंत, पायापासून डोक्यापर्यंत जे होत आहे, त्याचे रूप-रंग पाहू नका, अनुभव करा.

भारताच्या प्राचीन भाषेत 'पाहणे' अनुभव करण्याला म्हटले जात होते.

 रजि. नं. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK/286/2021-2023

आजही कधी-कधी 'पाहणे' हा शब्द अनुभवाच्या अर्थाने वापरला जातो. जेव्हा कोणी म्हणतो अरे! ही मिठाई खूप मधुर आहे, खूप स्वादिष्ट आहे, तू चाखून तर पहा.... त्या काळात पाहण्याचा अर्थ अनुभव करणे असा होता. त्याला 'पस्सना' म्हटले जात होते.'पस्सति' पाहत आहे. आपल्या आतमध्ये पाहता-पाहता एक शब्द आणखी जागला, "विसेसेन पस्सतीति विपस्सको" (- निरुत्तिदीपनी, लेडी सयाडो गन्थसङ्गहो) विपश्यी साधक विशेष रूपाने पाहतो, म्हणजे, विशेष रूपाने अनुभव करतो. याला विपश्यना म्हणतात. आणि हे देखील जोडले गेले– 'पञ्ञत्ति ठपेत्वा'– प्रज्ञापित म्हणजे प्रकट सत्याला एका बाजूला ठेवून पाहतो. जसे "माझे डोके असे आहे, चेहरा असा आहे, हात असे आहेत, दंड असे आहेत, माझे पाय असे आहेत" – हे प्रकट सत्य आहे. त्याला दूर करा आणि संपूर्ण शरीरात विशेष रूपाने जे होत आहे त्या सत्याचा अनुभव करा. म्हणजे, प्रतिक्रिया न करता त्याच्या अनित्य स्वभावाला अनुभवाने जाणा. अनुभवही करत आहात आणि प्रतिक्रियाही करत आहात तर ती विपश्यना नाही. ही गोष्ट समजून घेऊन शोध करत गेले, करत गेले. या शोधात एक अनुसंधान होत राहिले.. अध्यात्म जगताच्या सर्वोच्च महान वैज्ञानिकाने या शोधाकार्यात पुढे जाताना सत्याचीच साथ दिली. कुठे कोणत्या कल्पनेला किंवा मान्यतेला जवळ फिरकू दिले नाही.

प्रकृतीची सत्यता, सृष्टीचे कायदे, विश्वाचे विधान, निसर्गाचा नियम हेच म्हणत आहे की जे काही होत आहे त्याला साक्षीभावाने पाहा. अनुभव करत रहा, प्रतिक्रिया करू नका. अशा प्रकारे पाहत-पाहत एक अवस्था अशी आली, जी प्रत्येक साधकाला पुढे पुढे जाताना येईलच. मन इतके सूक्ष्म होईल, इतके तीक्ष्ण होईल की ते या सत्याला भेदू लागेल. याला भेदत-भेदत, छिन्न-विछिन्न करत-करत, आणखी आतपर्यंत, आणखी आतपर्यंत काय होत आहे?.. जे काही होत आहे ते आपण निर्माण करत नाही, आपोआप होत आहे आणि आपण या विद्येचे आलंबन घेऊन, त्याला अनुभूतीवर उतरवित आहोत.

याच परंपरेचे उद्गार प्रकट करताना भारताच्या एका महान संताने म्हटले, "आदि सचु, जुगादि सचु, है भी सचु, नानक होसी भी सचु।" सत्याने काम सुरू केले आणि सत्याच्याच आलंबनाने पुढे जात राहिले तर अंतिम सत्यापर्यंत पोहोचूनच जाऊ. ही वाणी बुद्धांच्या संबोधीचेच प्रकटीकरण करते. संत पुढे म्हणतात– "थापिआ न जाइ, कीता न होइ, आपे आपि निरंजनु सोइ।" 'थापिआ न जाइ'– काही थोपू नका, जी सत्यता आहे त्यावर काही थोपू (आरोपित करू) नका. 'कीता न होइ'– आपल्याकडून काही करायचे नाही. 'आपे आपि'- आपोआप जे होत आहे, तेच निरंजन आहे. त्याचे कोणते रूप-रंग नाही, पण ते आहे. "अंजन मांहि निरंजन देखो" – ही साडे तीन हाताची काया अंजन आहे, दिसत आहे आणि ते निरंजन आहे, दिसत नाही.

अशा अवस्थेवर पोहोचता-पोहोचता, तुकडे होत-होत एक विशेष गोष्ट ही होते की जस-जसे जितक्या सखोलतेने या सत्यतांना आपण आसक्ती-द्वेषाविना, समतेने पाहू लागतो तेव्हा पाहता-पाहता चित्त निर्मळ होत जाते. न जाणे कित्येक जन्मांचे विकार जे साठवून ठेवले आहेत, केव्हा-केव्हाचे साठवून ठेवले आहेत, आणि ते वेळोवेळी डोके वर काढून आपल्याला दुःखी बनवतात; ते सर्व निघू लागतात, त्यांचे निष्कासन होऊ लागते, त्यांची मुळे खणली जाऊ लागतात. मुळापासून उन्मूलन झाले तर अशी अवस्था येते– "खीणं पुराणं" जुन्या कर्म-संस्कारांमुळे जे विकार होते ते 'खीणं'– क्षीण झाले, संपून गेले. "नवं नत्थि सम्भवं"– आता कोणते नवे कर्म-संस्कार, कोणते नवे विकार बनूच शकत नाहीत जे जन्म देऊ शकतील. गोष्ट लक्षात आली, अरे! का जन्म होतो? जन्म देणारा कोणी वर बसला नाही. आपणच आपले जन्मदाता आहोत. वारंवार स्वत:ला जन्म देतो, वारंवार दुःखी होतो. हजारदा रडत-गात राहिलो– "पुनरपि जननं, पुनरपि मरणं, पुनरपि जननी जठरे सयनं" अरे! वारंवार जन्मणे, मरणे; जन्मणे, मरणे; कशी सुटका होईल यातून? कोणाच्या कृपेने अथवा प्रार्थना करण्याने काही होत नाही, स्वत:ला परिश्रम करावे लागतात. प्रत्येक व्यक्ती स्वत: आपला मालक आहे. "अत्ता हि अत्तनो नाथो, को हि नाथो परो सिया।" तूच तुझा मालक आहेस. वर कोण तुझा मालक बसला आहे? "अत्ता हि अत्तनो गति।" तूच तुझी गती बनवतोस. आपल्या नासमजपणाने, अविद्येने, मूढ़तेने, मूर्खतेने कधी तू आपली सुगती बनवतोस तर कधी दुर्गती.

हे जीवन-संसरण चालतच राहते. कोण जबाबदार आहे? प्रत्येक व्यक्ती स्वत: जबाबदार आहे. खूप चांगले लक्षात आले की वारंवार जन्म घेऊन भिन्न-भिन्न कारणांनी दुःखी होण्याचे एकच कारण आहे- आतमध्ये जे विकार संग्रह करून ठेवले आहेत की माझ्या मनासारखेच झाले पाहिजे, कुठे मनाविरुद्ध होऊ नये?... ही तृष्णाच आहे की ज्यामुळे विकार आणि कर्म-संस्कार वाढतच जातात आणि मग जन्मांवर जन्म, मरणांवर मरणे चालूच राहतात. आणि जो नवीन जन्म होतो तोही भिन्न-भिन्न प्रकारच्या दुःखांसोबत होतो. त्या अवस्थेला पोहोचल्यावर हा (गौतम) म्हणतो- "अयं अंतिमा जाति।"– हा माझा अंतिम जन्म आहे. "नत्थि दानि पुनब्भवो।" – आता पुढे पुनर्भव, पुनर्जन्म होणार नाही. कर्म-संस्कारांची बीजे शिल्लक राहिली असती तर पुनर्जन्म झाला असता. आता तर या विद्येला शोधून काढले आणि तिच्या माध्यमातून, साठवलेल्या सर्व जुन्या कर्मांना उखडून फेकले, जुन्या विकारांना काढून टाकले. चित्त नितांत निर्मळ झाले. आता तर शरीरात, चित्तात अनिच्च-अनिच्च, अनित्य आहे, अनित्य आहे– हाच अनुभव करत आहे. आणि जे अनित्य आहे ते दुःख आहे, सुख असू शकत नाही. थोड्या वेळासाठी भ्रांति होते- खूप सुखद आहे, पण अनित्य आहे तर खूप दुःखदच आहे भाऊ! सुख मिळाल्यानंतर, त्याची समाप्ती किती दुःखदायी असते? जे अनित्य आहे ते दुःखच आहे. अनित्य आहे तर 'मी-माझे' नाही, 'माझा आत्मा' नाही. ही नित्य, शाश्वत, ध्रुवची केवळ भ्रांती आहे, भ्रम आहे. कोणत्याही अनुभूतीला घ्या, जी शरीर आणि चित्ताच्या संयुक्त कारणांनी उत्पन्न झाली आहे, तिला म्हटले की बस्स, अंतिम अवस्था प्राप्त झाली. हाच तर आत्मा आहे, परमात्मा आहे, मुक्ती आहे. नाही, अरे! हा तर धोकाच धोका आहे हे सत्य जाणून तो त्या धोक्याच्या बाहेर पडला.

मुक्त अवस्थेला पोहोचल्यावर बोलतीच बंद होऊन जाईल. काय बोलेल? त्या अवस्थेला काय म्हणेल? ती अनुभूती आहे. तिचे वर्णन केले जाऊ शकत नाही. पण ही सत्यता समोर येते—चित्त विकारांपासून मुक्त झाले. सत्याला पाहत-पाहत तृष्णेपासून सुटका झाली आणि मुक्त झाला. मुक्तीचा मार्ग सर्वांसाठी एकसारखाच आहे. काटा टोचतो तेव्हा दुःख होते. काटा या गोष्टीला पाहत नाही की मी कोणाच्या शरीराला टोचत आहे. ज्याच्या शरीराला टोचत आहे तो या संप्रदायाचा आहे की त्या संप्रदायाचा... त्याने आपले काम केले आणि ज्याच्या शरीराला टोचले तो व्याकुळ झाला. जर व्याकुळतेपासून वाचायचे आहे तर काट्याला दूर करा. निसर्गाचा नियम आहे, आगीवर हात ठेवाल तर ती जाळेलच. हा आगीचा धर्म आहे, स्वभाव आहे, प्रकृती आहे. आपल्या स्वत:ला आगीपासून वाचवायचे आहे तर आगीपासून दूर राहा, नाही जाळणार. इतकी साधी सरळ गोष्ट, परंतु जे मूळ कारण आहे त्याचे निवारण करणे विसरून गेले.

भगवानांची ही शिकवण भारतात 500 वर्षांपर्यंत एकदम शुद्ध स्वरूपात राहिली. सम्राट अशोकाला कलिंग युद्धानंतर शुद्ध आली, अरे! आपले साम्राज्य वाढविण्यासाठी मी किती लोकांना दुःखी केले! त्या वेळी संयोगाने तो महान भिक्षु मोग्गलिपुत्त यांच्या संपर्कात आला आणि बुद्धांच्या शिकवणीला सैद्धांतिक रूपाने समजला. जेव्हा त्याला सांगितले गेले की सैद्धांतिक स्तरावर कितीही समजून घेतले तरी, याच्याने पूर्ण लाभ मिळत नाही. पूर्ण लाभ तेव्हा होईल जेव्हा अनुभूतीच्या स्तरावर समजून घ्याल आणि त्यासाठी तुम्हाला विपश्यना करावी लागेल. त्या दिवसांत विपश्यनेचे एक महान आचार्य राजस्थानच्या बैराठ नगरात राहत होते. त्याने निर्णय केला की मी तिथे जाईन आणि त्या महान आचार्य उपगुप्ताच्या केंद्रात विपश्यना शिकेन. कुठे पाटलीपुत्र त्याची राजधानी, आणि कुठे हे राजस्थानातील दूर

अंतरावरील नगर बैराठ, पण तो तिथे पोहोचला. 300 दिवसांकरीता आपल्या राजधानीच्या सर्व जबाबदाऱ्या मंत्र्यांच्या आणि सेनेच्या हाती सोपवून तो राजधानीच्या बाहेर राहिला आणि ही विपश्यना विद्या त्याला प्राप्त झाली. आता चंड अशोक धम्म-अशोक झाला. अशोक म्हणजे ज्याला शोक नाही, दुःख नाही. ही विद्या मिळाली तर कसले दुःख! आता तर राहवले जात नाही. ज्याला-ज्याला ही विद्या मिळते, जितकीही मिळते, त्याच्याकडून राहवले जात नाही. "एहिपस्सिको" या! तुम्हीही करून पाहा.

अरे! हे माझे साम्राज्य, इतका विशाल भारत, कोणी जाणत नाही या विद्येला. त्याने या विद्येला पसरविणे सुरु केले. जागो-जागी शिलालेख लिहिले, विपश्यनेचे आचार्य तयार केले, ते ठिक-ठिकाणी लोकांना ही विद्या शिकवू लागले. चौऱ्यांशी हजार विपश्यनेची केंद्रे बनवली. भगवान बुद्धांचे धातु काही मोठ-मोठ्या पगोड्यांमध्ये, जसे सांचीमध्ये, सारनाथमध्ये, स्थापित केले. हे यासाठी की एकतर भगवान राहिले नाहीत, पण त्यांचे धातु जे त्यांच्या शरीराचे अंश आहेत, त्यांचा आदर-सन्मान होईल, आणि दुसरे म्हणजे यासाठी की त्यांच्या पावन तरंगांखाली बसून आपण आपल्या विपश्यनेला वाढवू शकू. संपूर्ण भारतात 84 हजार स्तूपांकरीता इतके शरीर धातु कुठून मिळतील, मग भले त्याचे कितीही तुकडे केले तरी. तेव्हा चितेची जी राख होती, ती थोडी थोडी एकेका डबीमध्ये ठेवून त्यावर छोटे-छोटे स्तूप बनवले. आता तर काही मोठ-मोठे स्तूपच शिल्लक राहिलेत, बाकी छोटे-छोटे सर्व स्तूप नष्ट झाले आहेत. का?

कारण अशोकानंतर 100 वर्ष संपता-संपता भारताचे खूप मोठे दुर्भाग्य जागले. एक असा विदेशी व्यक्ती येतो, कोणत्यातरी स्वार्थी लोकांच्या षडयंत्राने तत्कालीन मौर्य सम्राटाची हत्या करतो आणि विरोधी लोक त्याला सम्राट बनवतात. या कारणामुळे ना केंद्र वाचली, ना धातु वाचले. मोठ-मोठ्या स्तूपांमध्ये जे शरीर धातु ठेवले होते बस्स! तेवढेच वाचले. आणि इतकेच नाही, तर दुसरे मोठे दुष्कर्म हे केले की बुद्धांच्या शिकवणीला जी 'धर्म' म्हटली जात होती तिला संप्रदाय बनवण्यासाठी "बौद्ध धर्म" म्हणणे सुरु केले. बुद्धवाणीमध्ये 'धम्म' शब्द 4119 वेळा आला आहे, पण 'बौद्ध' शब्द कुठेच नाही. ना तर त्यांच्या शिकवणीला कधी 'बौद्ध धर्म' म्हटले गेले आणि ना त्यांच्या अनुयायांना कधी 'बौद्ध' म्हटले गेले. त्याने बुद्धवाणीलाही नष्ट करून टाकले. जसा राजा, तशी प्रजा. लोकांवर त्याचा प्रभाव पडला आणि ते त्याला मानू लागले. 2000 वर्षांपासून भगवानांच्या शिकवणी विरुद्ध ही रोगाची लागण चालत आली आहे, आज देखील सुरु आहे. आपल्याला त्यापासून वाचायचे आहे.

भगवानांनी धर्म सर्वांसाठी शिकवला आणि अशोकाने 'धर्म' या नावानेच बाहेरच्या शेजारील देशांमध्ये पाठविला, 'बौद्ध धर्म' या नावाने नाही. त्या देशांमध्ये धर्म प्रचलित झाला. जेव्हा यांनी पाहिले की धर्म म्हटल्याने याचा विकास होत आहे तर मग याला 'बौद्ध धर्म' म्हणावे जेणेकरून विकास थांबला जाईल. अन्य संप्रदायाचा व्यक्ती 'बौद्ध धर्म' शिकायला आणि स्वतःला बौद्ध म्हणायला का येईल? बस्स! विकास थांबला गेला. केवळ विकासच थांबला नाही तर भारतातून ही विद्याच लुप्त होऊन गेली.

अशोकाच्या 2000 वर्षांनंतर जेव्हा मी या विद्येच्या संपर्कात आलो, तेव्हा हे पाहून खूप आश्चर्यचकित झालो की भारतात बुद्ध-वाणीच्या हजारो पृष्ठांच्या साहित्याचे एक पृष्ठही उपलब्ध नाही. विपश्यना विद्या अशी लुप्त झाली की हा शब्दच नष्ट होऊन गेला. जेव्हा आमच्या गुरुंनी म्हटले की या, तुम्हाला भारताची एक महान विद्या शिकवतो. काय शिकवाल? तर म्हणाले 'विपश्यना'. मी चमकलो, कधी ऐकलेच नाही, 'विपश्यना' काय आहे? ते म्हणाले की खूप जुनी विद्या आहे. घरी येऊन हिंदी आणि संस्कृतची डिक्शनरी पाहिली, 'विपश्यना' हा शब्दच त्यात नाही. ज्या देशातून शब्दच नष्ट झाला, तर विद्या कशी वाचेल. तेव्हा आमचे गुरुदेव म्हणाले की ज्या भारताने आम्हाला इतके मोठे अनमोल रत्न दिले आज तोच 'विपश्यना-शून्य' आहे. आपल्याला त्याचे कर्ज परत करायचे आहे आणि त्याला तुम्ही परत कराल. मला आश्चर्य वाटले, मी कसे परत करेन? पण धर्माने आपले काम केले. प्रत्येक संप्रदायाचे लोक येत आहेत. बर्मामध्येही माझ्या शिबिरानंतर, माझ्यासारखेच तिथले जे कट्टर सनातनी होते, आर्य समाजी होते, ते लोकही मोठ्या संख्येने गुरुजींकडे शिबिरात संम्मिलीत होण्यासाठी येऊ लागले.

इथे येऊन मीही पाहिले की कोणत्या संप्रदायाचा अथवा जात-पातीचा भेदभाव केला जात नाही. कसे प्रत्येक प्रकारचे लोक इथे येत आहेत. नंतर जेव्हा विपश्यना बाहेर जाऊ लागली तेव्हा तिथेही पाहिले- प्रत्येक संप्रदायाचे आणि प्रत्येक देशाचे लोक येत आहेत. मग कोणी स्वतःला ख्रिश्चन म्हणो, हिंदू म्हणो, मुस्लिम म्हणो... स्वतःला कोणत्याही नावाने पुकारूदे, विपश्यनेत सर्वजण येत आहेत आणि सर्वजण आनंदी होत आहेत. आत्तापर्यंत सुमारे 15 लाख लोक विपश्यनेच्या शिबिरांमध्ये सहभागी झाले आहेत. त्यांच्यामधून एक मनुष्यही असे म्हणणारा आला नाही की मी आपले 10 दिवस व्यर्थ घालवले. माझे 10 दिवस खराब झाले. कोणी म्हणेलच कसे? लाभच तर झाला आहे ना! जो विपश्यना करतो त्याला लाभच होतो. का होतो? कारण सत्यावर आधारित आहे म्हणून. "किव सचिआरा होईए, किव कूड़ै तुटै पालि" असत्याचा, कल्पनांचा आणि अंध-मान्यतांचा एक देखील थर शिल्लक राहू नये. सत्यच सत्य, पुढे प्रगतीच होत राहिल.

आता केवळ 10 दिवसांचीच गोष्ट नाही, तर लोक 20, 30, 45 आणि 60 दिवसांच्या शिबिरांमध्येही संम्मिलित होत आहेत. जो व्यक्ती 10 दिवस बसण्याला कचरत होता, तोच आता 60 दिवसांच्या शिबिरात बसण्यासाठी प्रतीक्षा-यादीत आहे. का आहे? कोणता चमत्कार नाही. सत्यता लक्षात येते. लाभ मिळतो, म्हणून.

आजच्या या महत्वपूर्ण दिवसाच्या निमित्ताने या गोष्टीकडे लक्ष ठेवावे की या विद्येची जी सत्यता आहे तिच्यात काही जोडले जाऊ नये, या विद्येला शुद्ध स्वरूपात जतन करायचे आहे. आजचा हाच संदेश आहे की जे-जे साधक आहेत त्यांनी दृढतापूर्वक याचे पालन करायचे आहे. ज्यांनी 10 दिवसांची साधना केली नाही त्यांनी इथल्या या वातावरणापासून प्रेरणा घ्यावी, कोणत्याही केंद्रात आपले 10 दिवस देऊन विधि शिकावा. आपण काही गमावणार नाही, आपले दुःख आणि संतापच गमवाल, सुख प्राप्त कराल. धर्माचे शुद्ध स्वरूप सर्वांच्या कल्याणासाठी आहे. याचे हे शुद्ध स्वरूप बिघडवले जाऊ नये. आज आपण हा संकल्प केला पाहिजे आणि त्याचे पालन केले पाहिजे.

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयंका

नवे उत्तरदायित्व

1. श्री सीताराम साहू, रायपूर

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1-2. श्री दीपक तसेच श्रीमती सत्यकला जाधव, धम्म आवास, लातूर विपश्यना केंद्राच्या केंद्र-आचार्यांची सहायता

3. श्री एस. कृष्णा रेड्डी, वरीष्ठ सहायक आचार्य, धम्मनिज्झान, निजामाबाद विपश्यना केंद्रासाठी केंद्र आचार्यांच्या रूपाने सेवा

नव नियुक्ती

सहायक आचार्य

1. श्रीमती ऊषा गुप्ता, अलवर (राजस्थान)
2. श्रीमती ललिता नारायण, बेंगलुरु
3. श्रीमती बीना शाह, मुंबई
4. श्री मंगेश राजपूत, नाशिक
5. श्री बेचू राम, आजमगढ़, उत्तर प्रदेश
6. श्रीमती वंदना आठवले, अकोला

बालशिबिर शिक्षक

1. श्रीमती सुषमा भंडारे, सोलापुर

क्षेत्रीय संयोजक बाल-शिबिर

1. श्री प्रवीण शार्दुल, क्षेत्रीय संयोजक बाल शिबिराच्या रूपाने सेवा देतील. क्षेत्र: नवी मुंबई– ऐरोली ते पनवेल आणि कुर्ला ते सीएसटी
2. श्री सचिन गांगुर्डे , क्षेत्रीय संयोजक बाल शिबिराच्या रूपाने सेवा देतील, क्षेत्र: पश्चिम मुंबई– चर्चगेट ते पालघर
3. श्री राम मेघराजानी, क्षेत्रीय संयोजक बाल शिबिराच्या रूपाने सेवा देतील, क्षेत्र: घाटकोपर ते कर्जत आणि कसारा

पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायण गोयंकाजींच्या जन्म शताब्दी समारोहानिमित्त

विश्व विपश्यना पगोडाच्या महाशिबिर कार्यक्रमांची यादी

महिना	प्रस्तावित महाशिबिर दिनांक/वार	अवसर
जून २०२३	११ जून २०२३, रविवार	शताब्दी वर्ष महाशिबिर
जुलै २०२३	२ जुलै २०२३, रविवार	गुरु पौर्णिमेच्या निमित्ताने
ऑगस्ट २०२३	२७ ऑगस्ट २०२३, रविवार	शताब्दी वर्ष महाशिबिर
सप्टेंबर २०२३	१० सप्टेंबर २०२३, रविवार	शताब्दी वर्ष महाशिबिर
ऑक्टोबर २०२३	१ ऑक्टोबर २०२३, रविवार	शरद पौर्णिमा व पूज्य गुरुजींच्या पुण्यतिथि निमित्ताने
नोव्हेंबर २०२३	१९ नोव्हेंबर २०२३, रविवार	शताब्दी वर्ष महाशिबिर
डिसेंबर २०२३	१० डिसेंबर २०२३, रविवार	शताब्दी वर्ष महाशिबिर
जानेवारी २०२४	१४ जानेवारी २०२४, रविवार	संघ दान आणि महाशिबिर
फेब्रुवारी २०२४	**समाप्ती समारोह : ४ फेब्रुवारी २०२४, रविवार**	**'डॉक्यूमेंट्री फिल्म' चे विमोचन आणि इतर कार्यक्रम**

Registration link:- **oneday.globalpagoda.org**

For any other information- Tel :- 022-50427500 / +91 8291894644 • **Email: guruji.centenary@globalpagoda.org**

N.B. The QR code on top right corner contains informations regarding Centenary Program.

सच्ची श्रद्धांजलि

या शताब्दी समारोहा-दरम्यान सर्व लोक जास्तीत जास्त साधना करुन तसेच आप-आपल्या क्षेत्रांमध्ये सामूहिक साधना करुन धर्माला जीवनात/आचरणात उतरविण्याचा संकल्प करतील तेव्हाच पूज्य गुरुजींच्या प्रति खरी श्रद्धांजली होईल. तेव्हाच त्यांच्या प्रवचनांच्या आणि इतर निर्देशांच्या प्रति खरा सन्मान होईल. सर्वांचे मंगल होवो !

दोहे धर्माचे

नमन मी करी बुद्धांना, कसे च करुणागार।
दुःख मिटविण्या पथ दिला, सुखी करण्या संसार॥
स्मरण च करी बुद्धांचे, येत करुणा अपार।
तन मन पुलकित च होई, मनी येई आभार॥
सुखद-दुःखद संवेदना, विषय स्पर्श संयोग।
बघे अनित्य स्वभाव च, दूर करी भव रोग॥
न जागे रे आसक्ती, न जागे रे द्वेष।
कामलोक भव चक्राचे, बंधन झाले अशेष॥

दोहे धर्माचे

हीच बुद्धांची वंदना, हाच बुद्धांचा सन्मान।
प्रज्ञा करुणा प्रेमाने, भरु या तन मन प्राण॥
जागे धर्म विपश्यना, अनित्यतेचे ज्ञान।
रोम रोम च चेतन होई, प्रकटे पद निर्वाण॥
शोध-शोधता ना मिळे, जगाचा सृजन हार।
बघू लागलो स्वतःला, उघडले मुक्ती-द्वार॥
बुद्ध, संघ अन् धर्माचा, असा साधे सन्मान।
जीवनात जागो धर्म, होवो जगत कल्याण॥

"विपश्यना विशोधन विन्यास" साठी प्रकाशक, मुद्रक व संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरी , इगतपुरी- 422 403, दूरध्वनीः (02553) 244086, 244076·
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकॉफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2567, वैशाख पौर्णिमा, 5 मे, 2023

वार्षिक शुल्क रु. 100/-, US $ 50, (भारताबाहेर पाठविण्यासाठी) रजि. नं. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK/286/2021-2023

Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.) (किरकोळ विक्री होत नाही)
DATE OF PRINTING: 18 APRIL, 2023, DATE OF PUBLICATION: 05 MAY, 2023

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