

विपश्यना

साधक (मराठी)

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष २५६३,

मार्गशीर्ष पौर्णिमा,

१२ डिसेंबर, २०१९,

वर्ष ३,

अंक ९

For online Patrika in various languages, visit: http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

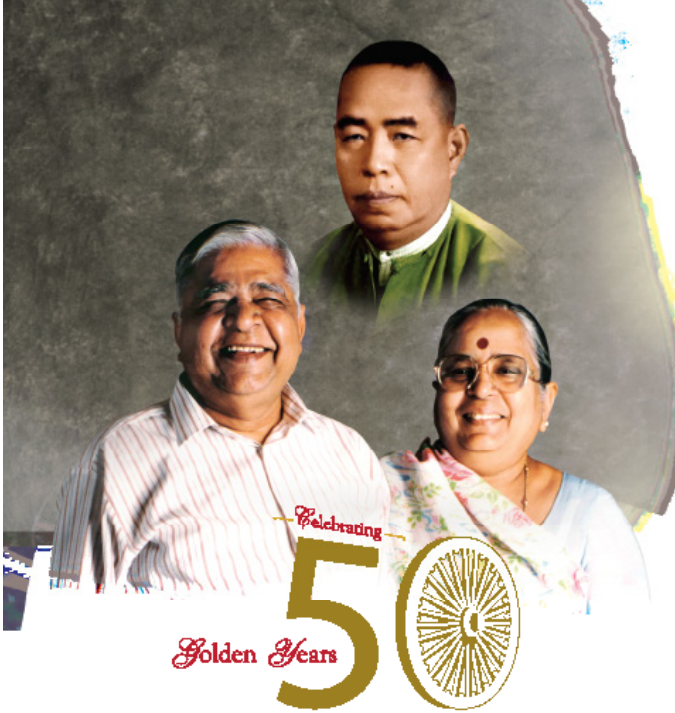
धम्मवाणी

उट्टाता कम्मधेय्येसु, अप्पमत्तो विधानवा।

समं कप्पेति जीवकं, सम्भतं अनुरक्खति।

सद्गृहस्थांचे गुण, धम्मवाणी संग्रह पुस्तकातून.

– सद्गृहस्थ कामधंदात उत्साही (कर्मठ) असावा, अप्रमादी असावा, सावधान असावा, धैर्यपूर्वक जीविकोपार्जन करणारा आणि आपल्या अर्जित संपत्तीचा कुशल पहारेकरी असावा.



VIPASSANA MEDITATION

As taught by S.N. Goenka
in the tradition of Sayagyi U Ba Khin

(सयाजी ऊ बा खिन यांच्या पद्धतीत श्री. गोयन्काजी द्वारा विपश्यना शिबिर संचालनाची ५० वर्षे (१९६९-२०१९) पूर्ण झाल्याच्या समारोप प्रसंगी तसेच

पू. माताजी आणि सयाजी ऊ बा खिन यांच्या पुण्यतिथीनिमित्त "मेत्ता विहारिणी माताजी व सयाजी जर्नल" ह्या पुस्तकातून काही प्रेरणास्पद भाग येथे प्रकाशित करीत आहोत.)

माताजींच्या जीवनातील काही प्रसंग

महापुरुषाची महान सहधर्मचारिणी माताजी

आम्ही सन १९४२ मध्ये झालेल्या एका विवाह प्रसंगात तुम्हाला घेऊन जात आहोत. मारवाडी समाजातील विवाहातील एक प्रसंग की जेव्हा वराने अशी एक अट ठेवली की त्यामुळे वधू पक्षात निःस्तब्धता पसरली. काय वराने हुंडा मागितला होता? गाडी किंवा पैसे किंवा सोने-चांदी मागितली होती? अरे, नाही बाबा नाही. वराने हट्टापूर्वक अशी अट ठेवली होती की विवाह-इच्छुक मुलीला जेव्हा विवाह-मंडपात आणून बसवतील तेव्हा तिने चेहरा उघडा ठेवला पाहिजे नाही तर तो स्वतः विवाहमंडपात प्रवेश करणार नाही. हा तो जमाना होता जेव्हा मारवाडी समाजात नववधूला अशा प्रकारे कपड्यांनी

झाकून कपड्यांच्या पिशवीसारखी बनवून बसविले जात होते की तिचे नखसुद्धा दिसायला नको. अशा परिस्थितीत चेहरा न झाकता नववधूला बसविण्याची बाब निःस्तब्धता पसरविणारी होतीच परंतु वराचा हट्ट निश्चय आणि आग्रह पाहून मनाला मारुन संबंधितांनी मागणी पूर्ण केली. वधूला चेहरा न झाकता बसविले गेले आणि विवाह विधी संपन्न झाला.

तो वर होता श्री सत्यनारायण गोयन्का आणि वधू होती त्यांची पत्नी श्रीमती इलायची देवी गोयन्का. इलायची देवी आपल्या पतीहून सहा वर्षे लहान होत्या. सन १९३० मध्ये वसंत पंचमीच्या दिवशी त्यांचा जन्म मांडले येथे झाला, जी ब्रिटिश शासनापूर्वी म्यमाचा राजा मिन डो मिनची राजधानी होती. माताजींचे घर गोयंका परिवाराच्या जवळच होते व दोन्ही परिवारात सलोखा होता. दोघे एक-दुसऱ्यांच्या सुख-दुःखातील सोबती होते. १२ वर्षांच्या कोवळ्या वयात त्यांचा विवाह झाला.

त्या वेळच्या सामाजिक परंपरेनुसार लग्न ठरल्यानंतर त्यांना शाळेत शिकू दिले गेले नाही. गोयन्काजींना ह्या गोष्टीचे दुःख झाले की त्यांच्या वडिलांनी त्यांची इच्छा न जाणता एका अशिक्षित मुलीशी लग्न लावून दिले. तसे गोयन्काजी स्वतः स्वामी दयानंद सरस्वती (आर्य समाजाचे प्रणेता) च्या उपदेशांनी प्रभावित झाले होते. आणि पंचवीस वर्षांचे वय होण्यापूर्वी ते लग्नच करू इच्छित नव्हते. वडिलधाऱ्यांच्या इच्छेपुढे त्यांचे काहीसे चालले नाही आणि १८ वर्षांचे वय असतांना त्यांना लग्न करावे लागले. गोयन्काजी स्वतः विद्या-व्यासंगी होते म्हणून त्यांनी आपल्यावर होणाऱ्या अन्यायाची मित्रासमान असलेल्या आपल्या दोन मोठ्या भावांकडे तक्रार केली पण ते सुद्धा काही करू शकले नाहीत.

अशा परिस्थितीत सामान्यपणे पती आपला सगळा राग पत्नीवर काढतो पण गोयन्काजी समजदार होते ते जाणत होते की यात त्यांच्या पत्नीचा कोणताच दोष नाही. जो दोष आहे तो सामाजिक परंपरेचा आहे ज्यामध्ये स्त्रियांना पडद्यामागे ढकलून त्यांना शिक्षणापासून वंचित ठेवले जाते. गोयन्काजी पत्नीला शिक्षित करू इच्छित होते पण त्यांना तेवढा वेळ नव्हता की कुटुंबातील व्यक्तींच्या समोर पत्नीला शिकवू शकतील. असे वातावरणही नव्हते म्हणून त्यांनी आपला मित्र डॉ. ओमप्रकाशजींच्या सुशिक्षित पत्नीची मदत मागितली. त्यांनी आणि भाऊ चोधमल गोयन्काजींच्या पत्नीने त्यांना सहकार्य केले. त्या दोन्ही महिला घरी येऊन गोयन्का परिवारातील महिलांना शिकवू लागल्या. लहान मोठ्या वयाच्या जवळ जवळ १५ ते २० महिलांची एक लहानशी शाळा घरातच सुरू झाली.

इलायचीदेवींनी पुस्तकी ज्ञान प्राप्त तर केलेच पण त्या बरोबर आपल्या पतीसोबत राहून विपश्यना साधना सुद्धा गंभीरपणे केली. गोयन्काजींनी भारतात येऊन विपश्यना शिकविण्यास सुरुवात केली तेव्हा त्या त्यांच्या पाऊलावर पाऊल ठेवून चालू लागल्या. त्या खऱ्या अर्थाने गोयन्काजींच्या सहधर्मचारिणी बनून राहिल्या. विपश्यना शिबिरात, आणि प्रत्येक सार्वजनिक कार्यक्रमात त्या गोयन्काजींसोबत राहिल्या. साधिकांच्या व्यक्तीगत मुलाखती असोत किंवा प्रश्नोत्तरे असोत. शून्यागारात साधिकांचे चेकिंग असो किंवा ध्यान केंद्राचे निरीक्षण असो, प्रवचन असो किंवा सल्लामसलत असो प्रत्येक ठिकाणी इलायचीजी गोयन्काजींच्या सोबत सावली सारख्या राहात



होत्या. एखाद्या परिवारिक किंवा प्रासंगिक कारणाने गोयन्काजी सोबत राहिल्या नाहीत असे प्रसंग बोटावर मोजण्याइतकेच असू शकतील.

मला त्यांच्याशी जेव्हा व्यक्तिगत मुलाखतीची संधी मिळाली तेव्हा मी त्यांना विचारले- दाम्पत्य जीवनात आपल्या दोघांमध्ये केव्हा भांडणे होत होती?

“नाही” त्यांचा स्वभाव पूर्वीपासूनच खूप गंभीर होता. कोणीही त्यांच्याशी वाटेल तशा पद्धतीने बोलू शकत नव्हते. त्यांनी घरात प्रवेश केला की घरातील वातावरण गंभीर होत असे. पूर्वी सर्वच जण त्यांना भीत असत. परंतु अपशब्द बोलणे किंवा भांडण करणे त्यांच्या स्वभावात नव्हते. पूर्वी त्यांना राग येत असे, तेव्हा ते ओरडत असत पण विपश्यनेच्या अभ्यासानंतर त्यांचे ओरडणे बंद झाले. आता एक दोन वाक्यात आपली नाराजी व्यक्त करतात. आता त्यांच्या स्वभावातील उग्रपणा निघून गेला आहे.

मी त्यांना त्यांची खास आवड काय आहे त्याविषयी विचारले. त्यांनी सांगितले की शिलाई आणि विणकामाची त्यांना आवड होती. त्यांनी नवीननवीन डिझाईनचे अनेक हात पंखे बनविले होते पण विजेचे पंखे आल्यानंतर ती आवड सुटली.

इलायची देवी खूप कमी बोलतात. पण साधनेच्या क्षेत्रात त्यांनी बरीच उंची प्राप्त केली आहे. त्यांना आपल्या संस्कारी, शांत, उदार स्वभावाने सर्व परिवारातील लोकांचे मन जिंकले होते. त्यांचे दीर, जेठ, नणंदा सर्वच त्यांची प्रशंसा करतात.

सेवाभावी, साधी भोळी, सरळ व साधनेत तल्लीन अशी इलायची देवी आपल्या पतीसोबत पाऊलावर पाऊल ठेवून चालली आणि सहधर्मचारिणी ह्या शब्दाला त्यांनी खरोखर सार्थक केले.

- सावित्री व्यास

माताजींचा सयाजींशी संवाद

प्रश्न : काय आपण सयाजींशी झालेल्या आपल्या पहिल्या भेटीविषयी आम्हाला काही सांगाल?

उत्तर : गोयन्काजींच्या पहिल्या शिबिरानंतर मी केंद्रावर गेले आणि सयाजींना भेटले. सयाजींनी त्याच वेळी मला आनापान दिले आणि कधी-कधी मी आनापान करू लागले. परंतु केवळ आनापानाने मला डोक्यात खूप जडपणा जाणवू लागला. सयाजींनी गोयन्काजींना सांगितले की मी दहा दिवसीय शिबिरात बसावे, ते महत्वपूर्ण आहे आणि गोयन्काजींच्या प्रगतीसाठी सुद्धा महत्वपूर्ण ठरेल.

खरोखरच इतक्या वर्षांनंतर ती गोष्ट खूपच महत्वपूर्ण सिद्ध झाली. पू. गुरुजींच्या धर्म प्रसाराच्या महान कार्यात पू. माताजींनी पायाच्या दगडासारखी साथ देऊन ते सिद्ध केले. जसे पायाचा दगड बाहेर कोठे दिसत नाही, पण त्यावर सगळी इमारत मजबूतपणे उभी असते. आणि अगदी तसेच पू. माताजींनी सुद्धा पू. गुरुजींना प्रत्येक पावलावर साथ देऊन हे सिद्ध केले, जी अत्यंत प्रशंसनीय गोष्ट आहे.

पू. माताजीं थोड्यातच खूप काही समजून घेत आणि आपल्या जीवनात उतरवित. याचे एक उदाहरण पाहू या.

प्रश्न : सयाजी बर्मी आणि इंग्लिश बोलत असत आणि आपण हिंदी. आपण त्यांच्याशी कशा बोलत असत? त्यांची प्रवचन कशी समजत असत?

उत्तर : सयाजी जास्त बोलत नसत. मोडक्या-तोडक्या हिंदी भाषेत खाणाखुणांनी ते विचारत आणि खाणाखुणांनी व आपल्या हिंदीत मी उत्तर देत असे आणि ते समजत असत. ते धर्म-प्रवचन खूप थोडक्यात देत. केवळ पंधरा ते तीस मिनिटे. गोयन्काजीं भारतीय साधकांसाठी काही वाक्यांचा अनुवाद करीत. मुख्य गोष्ट ही होती की त्यांनी मार्ग दाखविला होता आणि काय कसे करायचे, ते सांगितले होते. मग तर कामच करायचे होते. आहे ना एकदम सरळ. माताजींचे म्हणणे अगदी योग्य आहे. आम्हाला बोलण्यापेक्षा कामच जास्त केले पाहिजे.

- इंदिरा ब्रह्मभट्ट

पूज्य माताजींचे देशप्रेम

(पू. माताजींनी पं. जवाहरलाल नेहरूंना दि. १४ नोव्हेंबर १९६२ रोजी म्यंमाहून पाठविलेले एक पत्र)

पूज्य जवाहरलालजी, जय हिंद.

जन्म दिवसाच्या अभिनंदनासोबत एक लहानशी भेट पाठवित आहे. कृपया स्वीकार करावा आणि देशाचे अमूल्य स्वातंत्र्य कायम ठेवण्यासाठी हिमालयाच्या पायथ्याशी राक्षसी ताकतीशी लढणाऱ्या आमच्या वीर शिपायांच्या सेवेत याचा योग्य उपयोग करावा. लग्नमध्ये आंदण मिळालेले माझे सगळे दागिने जर निर्दयी शत्रूंना देशाच्या पवित्र भूमीपासून एक इंच तरी पाठीमागे ढकलण्यास सहायक झाले तर ते

माझे भाग्य समजेन. प्रत्येक घरंदाज स्त्री प्रमाणे मलाही दागिन्यांची आवड आहे. परंतु जेव्हा सरहद्दीवर काळे ढग घिरट्या घालीत आहेत, शत्रू काळ्या नागाप्रमाणे फूत्कार करीत आहे तेव्हा मातृभूमीचे संरक्षण करण्याच्या इच्छेपुढे इतर सगळ्या इच्छा तुच्छ आहेत, त्याज्य आहेत. मी भारताची सुपुत्री आहे आणि माझे पूर्वज भामाशाहचा आदर्श माझ्या डोळ्यासमोर आहे. कदाचित देशासाठी मी सुद्धा त्यांच्याप्रमाणे आपले सर्वस्व बलिदान करू शकले असते.

ह्या दागिन्यांचे वजन खूप कमी आहे (एकूण १०० तोळ्यांच्या जवळपास) पण विश्वास ठेवा माझ्या हृदयातील उमगांचा उसळणारा समुद्र अमाप आहे. सरहद्दीवर लढणाऱ्या माझ्या नौजवान बंधूंना कृपया कळवा की ते एकटेच नाहीत. भारतात राहणाऱ्या चव्चेचाळीस कोटी लोकांशिवाय जगातल्या काना-कोपऱ्यात राहणारे हजारो, लाखो भारतीय सुद्धा त्यांच्या सोबत आहेत. आमच्या सेहाने भरलेल्या मंगल कामना त्यांच्या रक्तात उष्णता निर्माण करो आणि हृदयात अमाप उत्साह जागृत करो. माझा दृढ विश्वास आहे की आपल्या महान नेतृत्वाखाली अंतिम विजय आपलाच होईल. मी खूप अधीरतेने त्या दिवसाची वाट पाहत आहे जेव्हा शत्रूचा एक एक शिपाई आमच्या पवित्र भूमीच्या बाहेर पळवून लावला जाईन.

सादर, एक प्रवासी भारतपुत्री - इलायची देवी

विशेष सूचना- १२ डिसेंबरच्या आपल्या उत्तरादाखल पाठविलेल्या पत्रात प्रधान मंत्र्यांच्या कार्यालयातील सचिवाने कळविले आहे की ५ डिसेंबर च्या पत्रा बरोबर आपल्या कडून दि. ११ डिसेंबर रोजी आपल्या बँक लॉकरमधले २०१७.२५० ग्रॅम सोन्याचे दागिने प्राप्त झाले. यासाठी सगळा देश आपला आभारी आहे.

आदर्श आई-वडिलांचे सतत सान्निध्य

जीवनाची ३९ वर्षे निरंतर आईच्या छत्राखाली राहिले आणि पाहिले की आईने कशाप्रकारे संयमाने आणि वात्सल्याने आपल्या परिवाराला आणि धर्म परिवाराला चांगल्या प्रकारे सांभाळले. ८६ वर्षांच्या पक्क अवस्थेपर्यंत त्या प्रत्येक काम विचारपूर्वक, मैत्रीभावाने आणि खूप निपूणतेने करीत होत्या आणि स्वतः नेहमी सक्रीय राहात होत्या. त्यांच्यामध्ये विलक्षण स्फूर्ती होती. थकण्याचे नामो निशाण नव्हते. त्या कोणाचाही द्वेष करीत नव्हत्या व कोणाची निंदाही करीत नव्हत्या.

आईच्या परिवारात सासू, नणंद, दीर, धाकटी जाऊ, मुले, सुना, नातू-नाती, पणतू-पणती सर्व आहेत. सर्वांना खूप सेहाने आणि मिळून मिसळून राहण्याचा धडा शिकवून प्रशिक्षित केले. त्या सर्व नणंदाकडेही लक्ष ठेवत होत्या. आपला परिवार मोठा असूनही विधवा नणंद आणि त्यांच्या मुलाला आपल्यासोबत ठेवले. धाकट्या जाऊलाही सुनेसारखे ठेवले. धाकट्या जाऊचे देहावसान झाल्यावर दीराला आपल्या परिवारा सोबत ठेवले. सर्व सहा सुनांच्या माहेरकडच्यांना आदर-सन्मान देत म्हणून सर्वांना त्या आवडत होत्या. सर्व जण त्यांना भेटण्यासाठी आणि त्यांच्याशी बोलण्यासाठी उत्कंठित राहात असत.

वीस वर्षांपर्यंत जन्म देणाऱ्या आई-वडिलांनी सांभाळल्यानंतर येथे आल्यावर आई-बाबूजींनी आपल्या परिवारात खूप सेहाने सांभाळले आणि प्रेमाने पालन-पोषण केले. विपश्यना शिकविली ज्यामुळे आम्ही आमच्या जीवनात सुखाने आणि शांतीपूर्वक राहात आहोत. मी लहानशा घटनेलाही खूप लवकर घाबरत होते विपश्यना केल्यामुळे घाबरणे कमी झाले तरीही जेव्हा कधी भीती वाटे तेव्हा आई प्रेमाने आणि धैर्याने सांभाळीत होत्या. आतापर्यंत आठवत नाही की त्यांनी केव्हा खराब शब्दांचा उपयोग केला किंवा रागाने वागल्या त्यांनी कोणाशी कोठलाही भेदभाव केला नाही. त्या कुटुंबातील सर्वांना समान मानत होत्या आणि सर्वांना एक सारखी वागणूक देत होत्या.

त्यांनी आम्हाला एकल कुटुंबात सुखी जीवन जगण्याची कला शिकविली आणि अशीही शिकवण दिली की आम्ही सर्व सहा जावा-जावांनी कसे मिळून मिसळून प्रेमाने राहावे आणि कसे एक दुसऱ्याच्या गोष्टींचा सन्मान करावा. त्यांनी आम्हाला शिकविले की आपल्या पेक्षा लहान किंवा मोठ्यांचा अपमान चुकून केव्हाही करू नका. कोणालाही केव्हाही अप्रिय वाटेल अशी उत्तरे देऊ नका. परिवारात कोणतीही वस्तू येवो ती सर्वांसाठी आहे. जेवण तयार करीत असतांना परिवारातील सर्व लोकांची आवड आणि प्रकृतीकडे लक्ष देऊन स्वयंपाक करावा. सर्व जण टेबलावर एकत्र बसून जेवण करतील. परिवारातील कोणताही सदस्य आजारी पडला तर उरलेल्या सर्व सदस्यांनी त्याच्याकडे लक्ष दिले पाहिजे. त्या स्वतः आमच्या आजारपणात खूप सेवा करीत असत. घरातील कामकाज, जमाखर्च, सर्वांना सारखा वाटून देत असत. त्यामुळे आम्हाला घर सांभाळण्यात कोणतीच अडचण उद्भवली नाही. त्यांनी आम्हा सर्व सुनांना एक आदर्श गृहिणी बनणे शिकविले.

घरात येणाऱ्या-जाणाऱ्यांची रांग लागत होती. त्या लोकांचा आदरसत्कार कसा करावा, त्यांच्याशी कसे वागावे, नम्रतेने कसे बोलावे इत्यादींचा धडा त्या खूप चांगल्या पद्धतीने शिकवित. पाहुण्यांच्या देखभालीसाठी “अतिथी देवो भव”ला



अक्षरशः आजीवन पार पाडले. त्या नेहमी सांगत की खूप भाग्याने घरी पाहणे येतात. त्या आम्हाला दान देण्यासाठी सदैव प्रोत्साहित करीत. परिवारातील लहान मोठ्या गोष्टीकडे लक्ष ठेवित. कोणाशी बेबनाव झाला तर चतुराईने त्यामधून मार्ग काढीत. त्या नेहमी म्हणत की सुखाचे सोबती तर सर्व असतात पण दुःखात जो मित्र असतो तोच खऱ्या अर्थाने मित्र असतो.

आईने पू. बाबूजींची एका आदर्श पत्नीच्या रूपात खूप चांगली सोबत पार पाडली. प्रत्येक कामात बाबूजींना तन-मनाने साथ दिली. मनावर केव्हाही कोणती सुरकुती येऊ दिली नाही. प्रत्येक क्षण बाबूजी सोबत राहून विपश्यनेत पूर्ण योगदान दिले. परिवाराप्रती केव्हाही मोह बाळगला नाही. लग्नानंतर बर्माहून भारतात येत असतांना खूप अवघड प्रवास झाल्यानंतरही विचलित झाल्या नाहीत. किशोर वयाचा नातू, जेष्ठ पुत्र तसेच बाबूजींचे शरीर जेव्हा शांत झाले तेव्हा त्यांनी खूप धैर्य आणि अतिशय संयम याचा परिचय करून दिला. त्या केव्हाही रडल्या नाहीत. नेहमी मंगल मैत्रीच देत राहिल्या.

बाबूजींच्या वृद्धावस्थेत त्यांची चांगल्या प्रकारे देखभाल केली. त्यांच्या जेवणाकडे, डॉक्टरांनी दिलेल्या औषधाकडे, कपड्यांकडे पूर्ण लक्ष दिले. प्रेमाने, व मैत्रीयुक्त मनाने बाबूजींना चांगली साथ दिली. नेहमी एक आदर्श पत्नी होऊन राहिल्या. केव्हा कोणत्याही वस्तूची तक्रार केली नाही. हे सर्व आम्हाला खूप प्रेरणा देणारे आहे.

मी स्वतःला खूप भाग्यवान समजते की मला अशा आई-वडिलांचे सतत सान्निध्य मिळाले. वृद्धावस्थेत शेवटच्या क्षणापर्यंत त्यांची देखभाल करण्याची सुसंधी प्राप्त झाली. अशा आई-वडिलांना शत-शत वंदन.”

— नैना गो. —

पू. गुरुजी-माताजीचे फुले, वृक्ष वेलीवरील प्रेम

गुरुजी आणि माताजींना हिरवळ खूप पसंत होती. १९७६ मध्ये हैद्राबादच्या केंद्रातील हिरवळ पाहून परत आल्यानंतर धम्मगिरीमध्ये झाडे लावली. स्वतः उगवणाऱ्या झाडांचे बी मागविले आणि जमिनीत टाकले, त्यामुळे सर्वत्र हिरवळ पसरली. वन-विभागात काम करणाऱ्या लोकांना बोलवून त्यांचा सल्ला घेत. आणि तसे करण्यासाठी आवश्यक सूचना देत. काही दिवसानंतर संपूर्ण क्षेत्र दाट हिरव्यागार झाडांनी प्रफुल्लित झाले. त्यापूर्वी येथे फक्त काही मोठी आंब्यांची झाडे होती. ती सोडून बाकीची जागा उजाड होती. अशी झाडे जी वर्षभर पाणी न देता हिरवीगार राहातात त्यांना प्राधान्य दिले. झाडांसोबत निर्माण कार्यही सुरुच राहिले.

जेव्हा गुरुजींना कोणी फुले आणून देत असे तेव्हा ते त्यांना सांगत की - ही बिचारी फूल फांदीवर चांगली वाटतात. त्यांना माझ्यासाठी तोडून तुम्ही चुकीचे काम केले. ह्या पुढे असे करू नका. हे फूल जर फांदीवर राहिले असते तर आणखी काही दिवस जिवंत राहिले असते पण येथे तर आता मरून जाईल.

असेच जेव्हा दोघे फिरायला बाहेर पडत तेव्हा सर्वप्रथम निवासस्थानाबाहेर उमललेल्या फुलांना व रोपट्यांना हाताने स्पर्श करून मैत्री देत. पुष्कळ झाडांवर हात ठेवून मैत्री देतांना त्या झाडांवर राहाणाऱ्या दृश्य आणि अदृश्य प्राण्यांना मैत्री देत. ते म्हणत की अनेक अदृश्य प्राणी ह्या झाडांवर राहातात म्हणून त्यांना कापणे किंवा त्यांचे नुकसान करणे फार वाईट गोष्ट आहे. खूप आवश्यकता असेल तरच झाड तोडण्याची मंजूरी देत. ते झाड कापण्यापूर्वी त्या झाडाजवळ उभे राहून मैत्री देत. ते झाडांवर राहाणाऱ्या अदृश्य प्राण्यांना विनंती करीत की आपण येथून निघून जा. हे झाड कापणे आम्हाला जरूरीचे आहे. अशा प्रकारे नम्रतापूर्वक मैत्री देऊन झाल्यानंतर ते झाड कुऱ्हाडीने तोडण्याची परवानगी देत. त्यांचे हे शब्द खूप हळू आवाजात असूनही आम्ही मागे उभे राहून ऐकू शकत होतो. धम्महॉल आणि पॅगोड्यावर तसेच त्यांच्या आसपास न जाणो किती असंख्य देव-ब्रह्मा इत्यादी प्राण्यांचे निवासस्थान असते म्हणून ते नेहमी पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाश ठेवण्यासाठी सांगत.

पू. माताजींना बगीच्यात काम करण्याची विशेष आवड होती. त्याचा उल्लेख करणे आवश्यक वाटते. त्या आपल्या घरातील बागेला स्वतः पाणी देत. आपल्या हातांनी कुंडीत खत व माती भरून रोपट्यांना लावीत. जुहूच्या बंगल्यात माळ्याला सोबत घेऊन रोपट्यांची देखभाल करीत. बंगल्याच्या भिंतीवर पक्क्या लहान नालीसारख्या कुंड्यां बनवून खत-माती टाकून फुले आणि वेली इत्यादी लावल्या. त्या शेजाऱ्यांचेही मन मोहित करीत. त्यानंतर जेव्हा त्या १३ व्या आणि १४ व्या मजल्यावरच्या फ्लॅट मध्ये राहाण्यास आल्या तेव्हा तेथील मोकळ्या टेरेसला सुद्धा त्यांनी फूलझाडांनी रमणीय केले.

बिहारचे राज्यपाल श्री रामनाथ कोविंद यांना आशिर्वाद

भारताचे सध्याचे महामहिम राष्ट्रपती महोदय त्या वेळी बिहारचे राज्यपाल होते. काही कामानिमित्त ते मुंबईला आले तर २४.१२.२०१५ ला पॅगोड्यावर जाण्याचा कार्यक्रम ठरला. पॅगोडा खूप आवडला परंतु तेथे कळाले की पू. माताजी

हॉस्पिटलमध्ये आहेत. एका साधकाच्या नात्याने त्यांनी लगेचच त्यांना भेटण्याचे ठरविले. ते आपल्या भावाबरोबरच लीलावती हॉस्पिटलमध्ये पोहोचले तेव्हा माताजी आय.सी.यु. मध्ये गंभीर स्थिति होत्या. डोळे उघडून कोणाला बघू देखील शकत नव्हत्या. श्री प्रकाश गोयन्कानी माताजींजवळ जाऊन सांगितले, “आई, महामहिम राज्यपाल श्री कोविंदजी आपल्याला भेटण्यासाठी व आशिर्वाद घेण्यासाठी आले आहेत.” माताजी त्यांना ओळखत होत्या म्हणून त्यांनी आपला हात थोडासा वर उचलला आणि आशिर्वाद दिला परंतु डोळे उघडू शकल्या नाहीत. हे देखील त्यांच्यासाठी पुरेसे होते. खूप प्रसन्न चेहऱ्याने त्यांनी पुन्हा प्रणाम केला. नंतर डॉक्टरांच्या रुममध्ये थोडा वेळ बसून काही वेळ चर्चा करून निघून गेले.

माताजींचे अंतिम क्षण

माताजींचे प्रेम आणि माझे भाग्य होते की जेव्हा त्या दवाखान्यात होत्या तेव्हा मी काही दिवसांसाठी पाटण्याहून इगतपुरीला आलो व त्यांची सेवा करू लागलो. माताजींनी शरीर सोडण्यापूर्वी एक दिवस आधी मी माझे नाव घेऊन म्हणालो, “माताजी, यादवचा नमस्कार स्वीकार करा.” कारण तेव्हा त्यांचे डोळे नेहमी बंदच राहात होते पण मला खूप आश्चर्य वाटले की त्यांनी ताबडतोब डोळे उघडले आणि हसून माझ्या नमस्काराचा स्वीकार केला. यापूर्वी दवाखान्यात त्यांना केव्हाही हसतांना पाहिले नव्हते. जेव्हा औषध घ्यायचे असे तेव्हा तोंड उघडत होत्या. औषध गिळत होत्या पण कोणताच भाव प्रकट करीत नव्हत्या. त्या दिवशी हसण्याचा अर्थ हाच होता की त्या वेळी त्या पूर्णपणे सजग होत्या व सर्वांना ओळखत होत्या. ह्यामुळे मन प्रसन्नतेने भरून गेले. नंतर मी म्हणालो की माताजी, आता आपण बिलकूल चांगल्या होणार आहात. मनाला मजबूत ठेवा. हे ऐकून त्यांनी काही क्षण टक लावून निरखून पाहिले आणि हळूच डोळे हलवून “ना” म्हणाल्या व डोळे बंद केले. प्रत्येक दिवशी मी रात्री दवाखान्यातच राहात होतो आणि झोपत होतो. पण त्या दिवशी त्यांच्या एका नातवाने सांगितले की आज रात्री मी येथेच राहीन, आपण घरी निघून जा म्हणून मी गुरुजींच्या घरी गेलो.

त्याच रात्री त्यांची प्रकृती गंभीर झाली. रात्री १ वाजता आम्ही दवाखान्यात पोहोचलो. परंतु तो पर्यंत त्या पूर्ववत झाल्या होत्या म्हणून आम्ही घरी परत आलो. नंतर सकाळ होता होता डॉक्टरांनी हात वर केले. आतील सर्व अवयव दिले झाले असून त्यांनी काम करणे बंद केले आहे. तरीही चेहऱ्यावर तणाव नव्हता. डॉक्टरांना आश्चर्य वाटले की चेहऱ्यावर इतकी शांती कशी आहे? पण साधनेच्या महानतेला ते कसे समजू शकतील बरे?

— यादव.

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

- श्री जनक राज अधिकारी, क्षेत्रीय समन्वयक
- आचार्याची सहायता- स.आ. प्रशिक्षण कार्यात

नवे उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

- श्री घनश्याम गौतम (U Soe Thu) म्यंमा
- U Tin Maung, Myanmar
- U Tun Tun Oo, Myanmar
- U Win Myint, Myanmar
- Mrs. Poy-Twee Leow of Malaysia
- श्रीमती बिसु मायादेवी आर्यल, नेपाळ
- ले.ज. (अव.) दुर्गा नाथ आर्यल, नेपाळ
- कु. सविता बज्राचार्य, नेपाळ
- कु. फूल डंगोल, नेपाळ
- श्री टिकाराम लमसल, नेपाळ
- श्री बेखामान महर्जन, नेपाळ
- श्री गोपालदास महर्जन, नेपाळ
- श्री कमल प्रसाद प्रधान, नेपाळ
- श्री शंकर राज शाक्य, नेपाळ
- श्री तेज राज शाक्य, नेपाळ
- श्रीमती विद्या शाक्य, नेपाळ
- श्री सुरेश लाल श्रेष्ठ, नेपाळ
- श्रीमती शर्मिष्ठा उदास, नेपाळ
- श्रीमती गीता देवी पोखरेल, नेपाळ
- अनागारिका सोना, नेपाळ

नव नियुक्ती सहायक आचार्य

- श्रीमती मंगला मेश्राम, नागपुर
- श्री राम नरेश मीर्या, लखनऊ, उत्तर प्रदेश
- श्रीमती गीता रेगमी, नेपाळ
- कु. सुमिता राजकरनीकर, नेपाळ
- श्री मेघराज ज्ञानवली, नेपाळ
- श्री सानू राजा रनजीतकर, नेपाळ
- श्री सुबर्ण मान बज्राचार्य, नेपाळ
- श्री सुरेश शाक्य, नेपाळ
- Daw Lay Sint, Myanmar
- Daw Mya Win, Myanmar
- U Maung Kaung, Myanmar
- U Khin Saung Nyunt, Myanmar
- U Kyi Ohn, Myanmar
- Daw Nang Kham, Myanmar
- Daw Khin Ohn Myint, Myanmar
- Daw Nwe Nwe Aye, Myanmar
- Daw Tin Tin Mya, Myanmar
- Daw Yi Yi, Myanmar
- Mr. Xiao Feng LIU, China
- Mr. Jian Chuan Zhang, China
- Mr. Zheng Yuxin, China
- Mr. Ming Chen, China
- Ms Lay-Jan Koh, Malaysia
- Mr William Tham, Singapore

बाल-शिबिर शिक्षक

- श्रीमती लीता हजारिका, गुवाहाटी
- श्रीमती गीतांजली लुखरखन, गुवाहाटी
- Miss Lee Paolien, Taiwan
- Mrs. Lin Chiehlin, Taiwan
- Miss Ciara Bruton, Ireland



सत्तेच्यामध्ये सरळ आणि सदगुणी व्यक्ती

सयाजींच्या काळात सुद्धा बर्मातील काही उच्च पदावरील अधिकारी आपल्या उर्वरित जीवनाला सुखसोयीचे बनविण्यासाठी लाच घेऊन धन कमवित असत. जरी त्यांचा पगार तेवढा नव्हता तरी या कार्यालयातून कोणीही गरीब राहून बाहेर पडला नाही. तथापि सयाजी आपल्या निवृत्त जीवनात थोडीशीच बचत घेऊन उतरले. त्यांच्या परिवारासाठी घरसुद्धा नव्हते कारण जीवनभर ते सरकारी निवासात राहिले. जरी ते सरकारच्या चार-चार विभागांना सांभाळत होते परंतु पगार एकाचाच घेत. तसेच सर्व अवैध कमाईला टाळत राहिले.

आपल्या मुलांसाठी घर बनविण्याच्या इच्छेने त्यांनी मला व्यवस्था करण्यास सांगितले. निर्माण कार्य सुरु झाल्यानंतर आमच्या लक्षात आले की ते पूर्ण करण्यासाठी दहा हजार रुपये कमी पडत आहेत. सयाजींना कोठून मिळणार इतके पैसे? ते तर कोणाला मागणार नाहीत. हे पैसे देणे मला सहज शक्य होते म्हणून मी तसे सुचविले. परंतु त्यांनी असे म्हणून नाकारले की एका साधकाकडून आलेले पैसे दान असते आणि त्याकरीता धर्माच्या योग्य कारणासाठी वापरले पाहिजेत. वेगळ्या-प्रकारे प्रयत्न करावा म्हणून मी त्यांना पैसे उधार देण्याचा प्रस्ताव ठेवला. मनात असा विचार केला की नंतर ते मी परत घेणार नाही. त्यांनी माझा प्रस्ताव स्वीकारला व घर तयार झाले.

त्यानंतर जसे दर महिन्याला त्यांचा पेन्शनचा चेक येत असे त्यातून एक पैसाही खर्च न करता लगेचच पूर्णपणे मला देत असत. तो घेणे मला खूपच पीडादायी होते. माझ्यासाठी हे दहा हजार रुपये किती कमी होते, परंतु दर महिन्याला मला माझ्या गुरुंची एकमात्र पूर्ण मिळकत घ्यावी लागत होती. शेवटी पाच हजार रुपये बाकी राहिले होते. या दरम्यान माझी काकी (जिने मला दत्तक घेतले होते आणि जी दीर्घकाळ सयाजींची शिष्या होती) मृत्यूशय्येवर होती. सयाजींच्या सोबत केलेल्या सात वर्षांच्या साधनेत तिने खूप प्रगती केली होती. सयाजींना सुद्धा त्या आवडत असत. पूर्वेकडील देशांमध्ये अजूनही एक प्रथा चालते की आपल्या आईवडिलांची जीवनभर सेवा तर करावीच पण मृत्यूनंतर त्यांच्या नावे काही दान पण द्यावे. म्हणून मला दत्तक घेतलेल्या आईला मी त्या अंतिम दिवसात विचारले की काय ती कोठे दान देऊ इच्छिते? ती म्हणाली "जसे तुला वाटेल तेथे दे" मी अनेक हॉस्पिटल, धर्मार्थ संस्थांची नावे घेतली. मग विचारले यांशिवाय सुद्धा कोठे देऊ इच्छितेस? ती म्हणाली की ती पाच हजार रुपये सयाजींना देऊ इच्छिते. हे ऐकून मी प्रसन्न झालो. ही एक संधी चालून आली होती की मी गुरुंकडून पैसे घेण्याच्या दुःखद स्थितीतून

वाचू शकेन. मला वाटले निश्चितपणे सयाजी हे दान स्वीकारतील कारण एका समर्पित मरणासन्न शिष्येची ही अंतिम इच्छा आहे. ते या प्रकारे आपले कर्ज मिटवू शकतात.

सयाजी त्यांच्या मृत्यूसमयी उपस्थित होते. ते जाणत होते की त्यांचा मृत्यू आपल्या डोक्याच्या टाळूवर अनित्यतेच्या अनुभूतीने शांतिपूर्वक झाला. केंद्रावर परतल्यावर सर्व साधकांना ते म्हणाले, "किती अनित्य आणि प्रज्ञेने परिपूर्ण होते त्यांचे अंतिम क्षण."जेव्हा मी त्यांना सांगितले की त्या पाच हजार रुपयांचे दान त्यांना देऊन गेल्या आहेत तेव्हा तर ते प्रसन्न झाले आणि म्हणाले, "बघा, हे पाच हजार रुपये त्यांनी दान दिले आहेत" आणि त्यांनी धर्म कार्यासाठी पैसे वाटणे सुरु केले. मी आश्चर्यात पडलो की माझी आशा कशी समाप्त होत होती. त्यानंतर दर महिना मी माझ्या गुरुंचे पेन्शनचे चेक तोपर्यंत घेत राहिलो जोपर्यंत सर्व बाकी संपली नाही. आणि या व्यक्तीच्या उच्च आदर्शांना स्मरण करीत राहिलो जे सार्वजनिक जीवनात नैतिक इमानदारीचे एक ज्वलंत उदाहरण होते.

भ्रष्टाचाराने लिप्त सत्तेच्या वाटा, जेथे सुख-सोयीचे ढेर सहजरित्या साठू शकतात, तेथून वाटचाल करूनही मोजकीच पूजी असलेली ही एकटीच व्यक्ती होती जिचा मृत्यू आपल्या इमानदारीच्या संपत्तीला सांभाळत झाला.

— स. ना. गो.

— सयाजी ऊ बा खिन जर्नल मधून साभार.

ग्लोबल पॅगोड्यात दररोज एक दिवसीय शिबिर व वर्षातील विशेष महाशिबिर

रविवार १० मे, बुद्ध पौर्णिमेच्या निमित्ताने पॅगोडामध्ये वरील महाशिबिर होतील. तसेच दररोज एक दिवसीय शिबिर होतील. ज्यात भाग घेण्यासाठी कृपया आपली नाव नोंदनी अवश्य करावी. समगानं तपो सुखो- सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. वेळ: सकाळी ११ वाजेपासून सायंकाळी ४ वाजेपर्यंत होईल. ३-४ वाजताच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोकसुद्धा बसू शकतात. नाव नोंदणीसाठी कृपया निम्न फोन क्रमांक किंवा ईमेल द्वारे ताबडतोब संपर्क करा. कृपया नाव नोंदणी न करता येऊ नये. संपर्क: 022-28451170, 022-62427544, Extn. no. 9, 82918 94644 (फोन बुकिंग ११ ते ५ वाजेपर्यंत) Online Regn: <http://oneday.globalpagoda.org/register>

दोहे धर्माचे

बर्मा मातेची कुस रे, असे प्रिय अन् सुखद।
या कुशीतून मिळाला, बोधि धर्माचा मोद।।
बर्मा मातेची कुस रे, असे प्रिय अन् सुखद।
चार फळे येत येथे, येई मनात मोद।।
जीवन प्रफुल्लित असो, सदा वसंत बहार।
शील स्नेहाने च भरे, सदगृहस्थ परिवार।।
या दुःखी जगतामध्ये च, होवो धर्म प्रसार।
वैर रे सर्वांचे मिटो, जागो प्रेम अपार।।

दोहे धर्माचे

धन-वैभव परिवारात, कोठे सुरक्षा असे।
धर्माच्या छल-छायेत, तो सुरक्षित वसे।।
पत्नीच पालन रे करे, घर सुख-संपद होय।
शांति असे परिवारात, उत्तम मंगल होय।।
एकुलत बाळ आईचे, येई प्रेम अपार।
तसे प्रिय वाटे मला, हाच सकल संसार।।
वाढे चित्तात प्रेम रे, चढे च चित्तात चाव।
दुर होय दुर्भाव सारा, जागो स्नेह सद्भाव।।

"विपश्यना विशोधन विन्यास" साठी प्रकाशक, मुद्रक व संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरी, इगतपुरी- 422 403, दूरध्वनी: (02553) 244086, 244076-
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, जी-259, सीकॉफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष २५६३, मार्गशीर्ष पौर्णिमा, १२ डिसेंबर, २०१९

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US \$ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US \$ 100. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK/286/2018-2020

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

DATE OF PRINTING: 25 NOVEMBER, 2019, DATE OF PUBLICATION: 12, DECEMBER 2019

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.dhamma.org

Website: www.vridhamma.org