विपश्यना

साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष २५५७, ज्येष्ठ पौर्णिमा, २३ जून, २०१३ वर्ष २ अंक ४

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

धम्मवाणी

इध नन्दति पेच्च नन्दति, कतपुञ्ञो उभयत्थ नन्दति।
"पुञ्ञं मे कत"न्ति नन्दति, भिय्यो नन्दति सुग्गतिं गतो॥

धम्मपद- १८, यमकवग्गो.

येथे (ह्या लोकात) आनंदित होतो, प्राण सोडून (परलोकात) आनंदित होतो. पुण्यकारी दोन्ही जागी आनंदित होतो. 'मी पुण्य केले आहे' ह्या (चिंतना) ने आनंदित होतो (आणि) सुगतीला प्राप्त होऊन अधिक आनंदित होतो.

सयाजी ऊ बा खिन यांची कीर्तिकाया

प्रिय साधक-साधिकांनो!

या, पूज्य गुरूदेव सयाजी ऊ बा खिन यांच्या प्रती पुन्हा एकदा कृतज्ञता विभोर होऊन आपली श्रध्दा प्रकट करू आणि त्यांच्या अपूर्ण स्वप्नांना साकार करण्यासाठी आम्ही सर्व संकल्पबध्द होऊन त्या युग पुरूष बोधिसत्वांच्या कीर्तिकायेला चिरस्थायी बनवू.केवळ आजच्याच नाही, तर अनेक शतकांपर्यंतच्या भावी पिढ्यांचे विपश्यी परिवार त्यांच्या उपकारांना विसरणार नाहीत. जेव्हापर्यंत पृथ्वीवर शाक्यमुनी भगवान गौतम बुध्दांच्या पावन स्मृती जीवंत राहतील, तेव्हापर्यंत हया बुध्द-पुत्राच्या असीम उपकारांची यशस्वी आठवणही कायम राहील .

कृतज्ञता **शाक्यमुनी भगवान गौतम बुध्दांच्या** प्रतीही ज्यांनी दहा पारमितांना पूर्ण करण्यासाठी कल्पांपर्यत अनेक प्रकारचे कष्ट सहन केले आणि शेवटी विजयी होऊन विपश्यना विद्या शोधून काढली व तिला मुक्त हस्ताने वाटले तेव्हाच आम्हाला प्राप्त झाली.

उपकार तर **ब्रम्हदेश म्यंमा** चे ही विसरणार नाही, ज्याने संतांच्या गुरू-शिष्य परंपरेद्वारे मूळ बुध्दवाणीलाच नाही, तर तथागता व्दारे मानवजातीला दिली गेलेली त्यांची महान भेट कल्याणी विपश्यना हिलाही शुध्द रूपात सुरक्षित ठेवले.

असीम उपकार त्या **श्रध्देय भिक्षू श्रेष्ठ लैडी सयाडो** यांचेही ज्यांनी शतकांपासून भिक्षूंद्वारे सुरक्षित ठेवल्या गेलेल्या विपश्यना विद्येला गृहस्थांसाठी न केवळ सुलभ बनविले तर एका गृहस्थ आचार्याला प्रशिक्षितही केले.

असीम उपकार त्या प्रथम गृहस्थ **आचार्य सयातैजीं** चेही ज्यांनी ह्या विशिष्ठ उत्तरदायित्वाला अत्यंत विलक्षण रूपाने निभविले ज्यामुळे लोक ह्या तथ्याबद्दल आस्वस्त झाले की एक गृहस्थही मैत्रीसंपन्न कुशल विपश्यनाचार्याची सफल भूमिका साकार करू शकतो.

आणि त्यांचे प्रमुख शिष्य **सयाजी ऊ बा खिन** यांच्या उपकारां बाबत काय सांगावे. ज्यांचा अदम्य उत्साह आणि अपूर्व धर्मसंवेगाच्या फलस्वरूप ही मुक्तिदायिनी विद्या आम्हा सर्वांना मिळाली. शतकांपूर्वी विलुप्त झालेल्या ज्या विपश्यना विद्येला **योगिनांचक्रवर्ती** शाक्यमुनी **सिध्दार्थ गौतमांनी** केवळ आपल्याच नाही, तर अनेकांच्या कल्याणासाठी शोधून काढले होते, ती विद्या काही शतकानंतर आपल्या जन्मभूमी भारतातूनच नाही, तर स्वर्णभूमी म्यंमाला सोडून सर्वत्र पुन्हा लुप्त झाली. किती अतुट विश्वास होता सयाजींच्या मनात ह्या पुरातन मान्यतेचा की ही विद्या आता पुन्हा जागेल आणि आपल्या देशात परत येईल. ते वारंवार म्हणायचे की कल्याणी विपश्यनेच्या पुनर्जागरणाचा डंका वाजला आहे आणि आता आपल्या जन्मभूमी भारतात हिचे लवकर पुनरागमन होईल. भारतात ह्या वेळी अनेक पुण्यपारमीसंपन्न लोक जन्मले आहेत ते हिला सहर्ष स्वीकारतील आणि त्यानंतर ही संपूर्ण विश्वात पसरलेल्या अविद्येच्या अंधकाराला चिरणाऱ्या प्रभेसमान होईल व अपरिमित लोक कल्याण करेल.

ते म्हणायचे की शतकांपूर्वी म्यंमा ह्या विद्येला प्राप्त करून भारताचा ऋणी झाला होता. त्याला आता हे ऋण फेडावयाचे आहे. भारताला विपश्यना विद्या पुन्हा परत करावयाची आहे. ते येथे येऊन हे पुनीत कार्य स्वतः करू इच्छित होते, परंतु करू शकले नाहीत. येथे येऊ शकले नाहीत. जरी सशरीर येऊ शकले नाहीत, परंतु आपल्या धर्मपुत्रासोबत दिव्य शरीराने येथे अवश्य आले आणि आपला धर्म संकल्प पूर्ण करण्यात सहायक झाले.

विपश्यी साधक-साधिकांच्या मनात हा भ्रम नसला पाहिजे की त्यांना ही अनमोल विद्या कोणा गोयन्कांकडून मिळाली आहे. गोयन्का तर केवळ माध्यम मात्र आहे. वस्तुतः त्यांना विपश्यना तर सयाजी ऊ बा खिनकडून मिळाली आहे भारतात येऊन जुलै १९६७ ला जेव्हा पहिले शिबिर घेतले,तेव्हापासून आतापर्यंत प्रत्येक शिबिर लावतांना तो ह्याच तथ्याची घोषणा करीत राहिला आहे आणि भविष्यातही करीत राहिल. आनापान देतांना शिबिरात सदैव त्याची ही धर्मवाणी गुंजते– **"गुरूवर तुझ्यातर्फे, देऊ धर्माचे दान"**।...

आणि ह्याच प्रकारे विपश्यना देतांनाही–

"गुरूवर तुझा प्रतिनिधी, देऊ धर्माचे दान."...

तसेच मैत्रीनंतर शिबिर समापन करून आपल्या निवास कक्षात परतल्यावरही-

गुरूवर तुझे पुण्य असे, तुझाच हा प्रताप।
लोकास वाटला धर्म, दूर करण भवताप॥

इतर सहायकही हाच टेप चालवून शिबिर लावतात आणि भविष्यातही ह्याच पिढीचे नाही तर भावी पिढ्यांचेही सर्व आचार्य हाच टेप चालवून शिबिर आयोजित करतील. त्यामुळे स्पष्ट आहे की शुध्द विपश्यना पुन्हा भारतात परतण्याचे आणि भारतातून साऱ्या विश्वात पसरण्याचे वास्तविक श्रेय परम पुज्य गुरूदेव सयाजी ऊ बा खिन यांनाच आहे. त्यांच्या उपकारांना कोणीही विपश्यी साधक कसा विसरू शकेल?

हे एक ज्वलंत ऐतिहासिक तथ्य आहे की जर म्यंमा (बर्मा) नसता तर विपश्यना कायम राहिली नसती. जर विपश्यना कायम राहिली नसती तर लैडी सयाडो नसते जर लैडी सयाडो नसते तर सयातैजी नसते. तर सयातैजी नसते तर सयाजी ऊ बा खिन नसते आणि जर सयाजी ऊ बा खिन नसते तर गोयन्का कोठून असता? गोयन्का तर सयाजींचाच मानस पुत्र आहे. सयाजी ऊ बा खिनांच्या करूण मनात भारताचे पुरातन ऋण फेडण्याचा प्रबळ धर्म संवेग जागला नसता आणि भारत व विश्वभरात विपश्यनेच्या प्रसाराची धर्माकांशा जागली नसती तर जे काही झाले आहे, ते कसे संभव होते? द्वितीय धर्मशासनाच्या जागृती व प्रसारणात ह्या महान गृही संतांचे खूप मोठे योगदान आहे. आम्ही त्यांच्या ऋणापासून कसे मुक्त होऊ शकतो, खरोखर -

"रोम रोम कृतज्ञ असे, ऋण न फेडले जाय।"

ऋणमुक्त होण्याचा सर्वप्रथम महत्वपूर्ण उपाय तर हाच आहे की– **जगू जीवन धर्माचे!**

धर्मचक्र प्रवर्तनाच्या पावन प्रसंगी सर्व विपश्यी साधक हा दृढ निश्चय करतो की आम्ही यथाशक्ती धर्माचे जीवन जगू. आम्ही सर्व सयाजी ऊ बा खिनांचे शिष्य, त्यांचा गौरव कायम राखू. धर्मपथावर दृढतापूर्वक चालत आम्ही आपले कल्याण तर साधूच, इतरांच्याही कल्याणात सहायक बनू. आमच्या धर्ममयी जीवनचर्येला पाहून ज्यांच्यात विपश्यनेप्रती श्रध्दा नाही, त्यांच्यात श्रध्दा जागेल,ज्यांच्यात श्रध्दा आहे त्यांची श्रध्दा वाढेल. ह्या प्रकारे विपश्यनेच्या प्रसाराद्वारे असंख्य लोकांच्या कल्याणाचा पथ प्रशस्त होईल.

पूज्य गुरूदेव सयाजी **ऊ बा खिन यांच्या असीम मंगल मैत्रीच्या** बळावरच येथे विपश्यनेचे पाऊल दृढतापूर्वक पक्के झाले आहे भारताच्या प्रत्येक वर्गाच्या, प्रत्येक संप्रदायाच्या लोकांनी हिला सहर्ष स्वीकारले आहे. विश्वभरच्या सहा महाव्दीपांच्या छोट्या-मोठ्या शंभरापेक्षा जास्त देशांच्या लोकांनी हिचा विनासंकोच स्वीकार केला आहे आणि लाभान्वित झाले आहेत.

इतक्या कमी वेळात जे काही झाले आहे त्याचे अवमुल्यन करू इच्छित नाही, परंतु जे काही बाकी आहे ते तर निस्संशय खूप अधिक आहे. जे काही संपन्न झाले, त्याला आधार मानून विश्वव्यापी विपश्यनेच्या बहुमुखी विकासासाठी आम्ही सर्व दृढ संकल्प घेऊ. ह्या प्रसंगी आम्ही खालील योजनांना पूर्ण करण्यात दृढतापूर्वक कामी लागू, ज्यामुळे सयाजी ऊ बा खिनांची धर्मकामना पूर्ण करत कल्याणी विपश्यना विद्या भविष्यात खूप प्रभावशाली प्रकाराने प्रवेश करो.

▶▶ आतापर्यंत भारत व विश्वभरात विपश्यनेची जितकी केंद्र स्थापित झाली आहेत आणि ज्यात प्रशिक्षण सुरू आहे त्यांचा विकास होवो आणि जे निर्माणाधीन आहेत त्यांचे निर्माण लवकरच पूर्ण होवो, ज्यामुळे जास्तीत जास्त लोक त्यांच्यामुळे लाभान्वित होत राहातील.

▶▶ धम्मगिरीच्या प्रमुख विपश्यना केंद्रात प्रती शिबिर ६०० पेक्षा जास्त दहा दिवसीय साधकांना प्रवेश दिला जात आहे तरीही अनेकांना अनेक महिन्यांपर्यंत प्रतीक्षा करावी लागते. जागे अभावी येथे दहा दिवसीय शिबिरासोबतच २०, ३०, ४५, व ६० दिवसांचे शिबिर आयोजित करणे कठीण झाले होते. त्यामुळे निर्णय घेतला गेला की धम्मगिरीवर केवळ दहा दिवसीय शिबिरच लागावित. दिर्घ शिबिरांसाठी धम्मगिरीच्या जवळच **धम्म तपोवन नं १** व **धम्म तपोवन नं २-** ह्या दोन नवीन केंद्रांची स्थापना केली गेली. ती पूर्ण होवोत ज्यामुळे दिर्घकालीन एकाकी, एकांत तपस्येत लीन होणाऱ्या अधिकाधिक तपस्विंना व तपस्विनींना पूर्ण सुविधासंपन्न एक-एक निवास आणि एक-एक शून्यागार उपलब्ध होवोत. ज्यामुळे गंभीर साधक ह्या नवीन केंद्रात ध्यानामध्ये सखोलतेत बुडी मारून ह्या विद्येचा अत्याधिक लाभ घेऊ शकतील.

▶▶ विश्वाच्या अधिकाधिक लोकांना विपश्यना विद्येचा लाभ मिळो,ह्यासाठी केवळ स्थायी विपश्यना केंद्रातच नाही,तर अनेक देशात अकेंद्रीय स्थानांवरही अस्थायी शिबिर आयोजित करण्यात येतात. अशी अकेंद्रीय शिबिर अधिकाधिक स्थानांवर लागोत, ज्यामुळे अधिकाधिक लोक विपश्यनेने लाभान्वित होऊ शकतील.

▶▶ भारत, म्यंमा, नेपाळ, ताईवान, इंग्लैड व अमेरिकेच्या कारागृहात लागलेल्या विपश्यना शिबिरांनी बंदी अपराध्यांमध्ये सुधाराची महत्वपूर्ण भूमिका निभाविली आहे. हा शिक्षणक्रम ह्या देशात तर पुढे वाढोच पण इतर देशातही लवकरच आरंभ करण्यात येवा.

▶▶ भारत आणि नेपाळमध्ये नेत्रहीन लोकांसाठी अत्यंत फलदायी विपश्यना शिबिर आयोजित करण्यात आले. ह्याचा ह्याच देशात नव्हे तर इतरही देशात प्रसार होवो.

▶▶ भारतात कुष्ठ रोग्यांसाठी विपश्यनेचे शिबिर आयोजित करण्यात आले ज्यामुळे त्यांच्या मानसिकतेत खूप सुधार झाला. त्यांची हीनभावना कमी झाली. विपश्यनेमुळे जीवनात प्रसन्नता आली. ह्या क्षेत्रातील ह्या सफल प्रयोगाला पुढे वाढविण्यात यावे.

▶▶ जुगार, तंबाकू आणि मादक पदार्थांचे अनेक व्यसनी विपश्यनेच्या अभ्यासाने व्यसन-मुक्त झाले आहेत. ड्रगच्या व्यसनात अडकलेल्या लोकांचेही व्यसन सुटले आहे. ऑस्ट्रेलिया आणि स्विजरलैंडमध्येही सरकारी सहयोगामुळे ह्या दिशेने विपश्यनेद्वारे खूप काम झाले आहे आणि होत आहे. ह्या लोकोपकारी कार्याला सर्वत्र प्रसारित करण्यात यावे.

▶▶ भारत व अन्य अनेक देशात प्रायमरीपासून ते

हायस्कूलपर्यंतचे हजारो विद्यार्थी-विद्यार्थीनी आनापानाने आणि कॉलेजचे विद्यार्थीही विपश्यनेने लाभान्वित होत आहेत. हा कार्यक्रम खूप-जोराने पुढे वाढला पाहिजे ज्यामुळे मानव जातीची भावी पिढी सुख-शांती, स्नेह-सौहार्द व सद्‌भावनेचे जीवन जगू शकेल.

▶▶ **मित्र उपक्रमः** ह्याच प्रमाणे महाराष्ट्र शासनाने **मित्र उपक्रम** नावाने एक कार्ययोजना तयार केली जिच्या माध्यमाने पूर्ण महाराष्ट्रातील सर्व सरकारी शाळेत विपश्यना आणि मुलांना आनापान शिकविण्याची प्रक्रिया आरंभ करण्यात आली. शिबिरात सम्मिलित होण्यासाठी शिक्षकांना सवेतनिक सुटी दिली जाते ज्यामुळे ते न केवळ ह्या विद्येने स्वतः लाभान्वित होवोत, तर शाळेत मुलांना आनापान करवू शकण्यात सफल होवोत. ह्या प्रकारे आतापर्यंत लाखोंच्या संख्येने लोक लाभान्वित झाले आहेत. ह्याला पुढे वाढविले पाहिजे.

▶▶ भारतात विशेषत मुंबई शहरात रस्त्यांवर जीवन जगणाऱ्या गरीब उनाड मुलांवरही आनापानाच्या प्रशिक्षणाचा सफल प्रयोग केला गेला. ह्याला ही पुढे वाढविले पाहिजे.

▶▶ पटिपत्ती विपश्यना सध्दर्माचा प्रयोगात्मक पक्ष आहे. ह्याचा परियत्ती म्हणजे सैध्दांतिक पक्ष उजागर करण्यासाठी ज्या विपश्यना विशोधन विन्यासचे गठन केले गेले, त्याने आपल्या कार्यक्षेत्रात विशिष्ट सफलता प्राप्त केली आहे. मूळ पाली त्रिपिटक, सर्व अट्ठकथा, टीका, अनुटीका व अन्य अनेक ग्रंथासह बृहद पाली वाङ्मय एका छोट्याशा सघन सीडीत संग्रहित केले गेले आहे. अन्य दुर्लभ पाली ग्रंथही जिथे कुठे उपलब्ध होते, त्यांना यात समाविष्ट केले गेले आहे. ह्या ग्रंथांचे पुस्तक रूपी प्रकाशनही संतोष जनक गतीने पुढे वाढले पाहिजे.

▶▶ ह्याच प्रकारे संस्कृत भाषेचे संपूर्ण धार्मिक वाङ्मय ही संग्रहित करण्याचे अभिनंदनीय काम आरंभ करण्यात आले आहे,त्याला लवकर पूर्ण करणे आवश्यक आहे. ह्यामुळे शोधकार्य गंभीरतापूर्वक संपन्न होऊ शकेल आणि ह्यामुळे हे जाणता येईल की कोणते कारण होते ज्यामुळे कल्याणी विपश्यना व त्यासंबंधित साहित्य ह्या देशातून लुप्त झाले. अशा धोक्यांच्याप्रती जागृत राहून भारतात पुन्हा आलेल्या विपश्यना आणि त्याच्या साहित्याला चिरकाळापर्यंत सुरक्षित ठेवावयाचे आहे. ह्यामुळेच गुरूदेवांची ही मंगल कामना पूर्ण होईल– **"चिरं तिट्ठतु सद्धम्मो"**। हे कार्य कोणत्याही अन्य संप्रदायाप्रति द्वेषभाव जागवून कदापि केले जाऊ नये. केवळ यर्थार्थ सत्याचा शोध व्हावा. कारण की गुरूदेव सयाजी ऊ बा खिन सदा '**सत्यमेव जयते**' धर्मनीतीचेच पक्षधर होते. त्यांच्या खुर्चीच्या मागे हेच वचन बर्मी भाषेत लिहीलेले होते. (क्रमशः-- पुढील अंकी)

साधकांनो, धर्माला चिरस्थायी बनविण्यासाठी या, वरील सर्व योजनांना सफल बनवून त्यांच्या ह्या धर्मकामनेला पूर्ण करीत आम्ही आपलेही कल्याण साधू व जन-जनांच्या कल्याणातही सहायक होऊ.

कल्याणमित्र
सत्यनारायण गोयन्का

बुध्दपौर्णिमेला पूज्य गुरूदेवांची मंगल मैत्री

गेल्या २५ मेला पूज्य गुरूदेवांच्या उपस्थितित ग्लोबल विपश्यना पगोडा येथे बृहद शिबिर सफलतापूर्वक संपन्न झाले. तीन वाजताच्या प्रवचनात जवळपास ४-५ हजार लोक सम्मिलित झाले. आणि पूज्य गुरूदेवांच्या मंगल मैत्रीने अत्यंत प्रसन्न झाले.

धम्म मधुरा, मदुराईच्या दूसऱ्या चरणाचे निर्माण

तामिळनाडू च्या दूसऱ्या विपश्यना केंद्राचे धम्म मधुराचे दूसऱ्या चरणाचे काम आरंभ झाले आहे. येथे शिबिरेही आयोजित करण्यात येत आहेत. जे कोणी साधक ह्याच्या विस्तारांच्या पुण्यार्जनात भागीदार होऊ इच्छित असतील ते संपर्क करू शकतात - **विपश्यना मेडीटेशन सेंटर**, मदुराई, खाता क्र. 31262542660, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया, अनाईयूर शाखा- IFS code no. SBIN0012764, Swift code: SBININBB454, संपर्क नं. 9443728116 या 9442603490.

ईमेलः dhammamadhura@gmail.com

महत्वपूर्ण सूचना

माझ्या धर्मपुत्रांनो आणि धर्मपुत्रींनो!

तुमचे मंगल होवो!

संपूर्ण विश्वात होणा-या धर्मकार्याचे समाचार जाणून माझे मन अत्यंत प्रसन्नतेने भरून जातो.

परंतु ९० वर्षाच्या अवस्थेत शारिरिक दुर्बलता जाणवू लागली आहे.तसेच दूस-या बाजूला जेव्हा कामही पहिल्यापेक्षा खूप अधिक वाढलेले आहे तेव्हा हे उचितच समजलो की योग्य पात्रांवर थोडे कामाचे ओझे जास्त टाकू ज्यामुळे मी आपला वेळ अत्यंत आवष्यक कामे पूर्ण करण्यात लावू.

ह्यासाठी मी खालील कामांसाठी : जसे–

● आचार्यांकडून सहायक आचार्यांची नियुक्ती अथवा एखाद्या सहायक आचार्यांची पद-पदोन्नती इत्यादी.

● नवीन केंद्रांच्या स्थापनेची स्वीकृती देणे, ● पत्राचार इत्यादीसाठी खालील पात्र निवडलेली आहेत, जे वेळो-वेळी योग्य निर्णय घेतील आणि आवश्यक असल्यावर माझा सल्ला घेतील. हे लोक सर्व आवश्यक बाबींची मला माहितीही देत राहतील .

१. श्री बैरी व केट लैपिंग पूर्व व मध्य अमेरिकेचे काम पाहतील.

२. श्री थॉमस व टीना क्रिसमैन उर्वरित अमेरिकेचे.

३. श्री बिल हार्ट कॅनडा व इजरायलचे.

४. श्री ऑर्थर निकल्स लॅटीन (Latin) अमेरिकेचे.

५. कु. फ्लोह लेहमन, यूरोप, अफ्रीका

६. कु. लारेन डोनेमन, ऑस्ट्रेलिया व न्यूजीलैंडचे.

७. श्री विमलचंद सुराना, एशिया व मध्य पूर्वच्या देशांचे (इजरायल सोडून). (भारतात श्री महासुख खंधार त्यांची सहायता करतील. अन्य देशात संबंधित सहायतेसाठी आचार्यांची निवड श्री सुराना स्वतः करतील).

सर्व धर्म-कार्याचे अहवाल, नियुक्ती इत्यादींची सुचना पूर्वीप्रमाणेच धम्मगिरीला येत राहील आणि स्वीकृती **विपश्यना पत्रिका** व **विपश्यना न्युजलेटर**मध्ये प्रकाशित होतील.

आपल्या स्वास्थ आणि वेळेनुसार मी आपले कार्य पूर्वीप्रमाणेच करीत राहीन.

धर्म खूप पसरो आणि लोकमंगल करो!

कल्याणमित्र,
सत्यनारायण गोयन्का.

महाराष्ट्राची सात आश्चर्य

मराठी समाचार चैनल 'एबीपी माझा' (**AB P Majha**) आणि महाराष्ट पर्यटन विकास निगम (Maharashtra Tourism Development Corporation (MTDC) यांच्याद्वारे केल्या गेलेल्या एका सर्वेक्षणात महाराष्ट्राच्या ३५० पर्यटन स्थळांची तपासणी केली गेली आणि त्यांनी निवडलेल्या सात आश्चर्यांच्या सूचीत **विश्व विपश्यना पगोडाला** सम्मिलित केले गेले आहे. (*हे वृत्त ह्या टीव्ही चैनलद्वारे ६ जून २०१३ ला विश्वभरात प्रसारित केले गेले*)

धम्मचक्क पवत्तन दिवसाच्या निमित्ताने पूज्य गुरुदेवांच्या सान्निध्यात एक दिवसीय महाशिबिर

२१ जुलै, २०१३ रविवार, वेळः सकाळी ११ ते दुपारी ४ पर्यंत 'ग्लोबल विपश्यना पगोडात'. ३ वाजता पूज्य गुरुजीच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोकही बसू शकतात. शिबिरासाठी मोठ्या संख्येने धर्मसेवकांचीही आवश्यकता आहे. कृपया खालील फोन नंबर अथवा ईमेलने शीघ्र संपर्क साधावा. कृपया बुकिंग केल्याविना येऊ नये. बुकिंग संपर्क– **फोन नं.: 022-28451170 / 022-33747501- Extn. 9, 022-33747543 / 33747544, (फोन बुकिंग :** प्रातः **11** ते सायं **5** पर्यंत, प्रतिदिन**)**

ईमेल Regn: oneday@globalpagoda.org

Online Registration: www.oneday.globalpagoda.org

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

आचार्य

1. Ms. Floh Lehmann, Germany, To serve as Co-Ordinator Area Teacher for Entire Europe (पूर्ण यूरोपमध्ये संयोजक क्षेत्रीय आचार्यांची सेवा)

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्रीमती शारदा जैन, धम्मपफुल्ल येथे केंद्र आचार्यांची सहायता-सेवा

नवे उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री अशोक बाभले, धम्मविपुल येथे केंद्र-आचार्यांची सहायता-सेवा

नव नियुक्ती

सहायक आचार्य

१. श्री कुमार पांडियन, जयपुर
२. श्रीमती निर्मला पटेल, औरंगाबाद
3. Mr. Gilles Goulet, Canada
4. Mrs. Kusuma Rathnasekava, Sri Lanka **5.** Mrs. Chandra Hulanganuwa, Sri Lanka
6. Ms. Suzanne Bridgewater, UK
7. Mr. Davide Reale, Italy
8. Ms. Vipa Pintusophon, Hong Kong

बालशिविर शिक्षक

१. श्री हरिदास रंगारी, नाशिक
2. Mrs Eva Dysonko / Mei Wa Eva, Hong Kong
3. Mr Erwin Kosasih, Singapore
4. Mr Urosin Candrian, Switzerland
5. Ms. Kyung Ju Ha, Switzerland

विपश्यना समुपदेशन व विशोधन केंद्र

बृहन्मुंबई महानगर पालिका व विपश्यना विशोधन विन्यासच्या सहयोगाने 'सिध्दार्थ महानगरपालिका दवाखाना' च्या मानसिक चिकित्सा विभागाच्या समकक्ष येथे **विपश्यना समुपदेशन व विशोधन केंद्र** ची स्थापना केली गेली आहे. पत्ता– शास्त्रीनगर, गोरेगांव (प.) मुंबई- ४००१०४. फोन– २८७६६८८५, २८७६६८८६, एक्सटेंशन २१९, (कार्य-दिवशी सकाळी १० ते दुपारी १ वाजेपर्यंत).

येथे खालील कार्यक्रम आयोजित केले जातात.

– विपश्यी साधकांसाठी– (१) स्वयं साधना– (केवळ कार्य-दिवशी) सकाळी ९.३० ते ११.३०; **(२) सामूहिक साधना–** प्रत्येक रविवार, सकाळी ८.३० ते ९.३०; **(३) एक दिवसीय शिबिर–** महिन्याचा प्रथम रविवार, सकाळी १०-३० ते सांयं ५-३०;

– आनापान शिबिर (सर्वासाठी) महिन्याच्या दूसऱ्या रविवारी सकाळी ९-३० ते १०-३०;

– मुलांसाठी एक दिवसीय शिबिर– महिन्याच्या तिसऱ्या रविवारी सकाळी ८-३० ते २-३०;

– धम्मसेवकांची सभा–महिन्याच्या चौथ्या रविवारी, सकाळी ९-३० ते १०-३०.

दोहे धर्माचे

आज दिन नमनाचा हा, मन उत्साहात दंग।
श्रध्दा आणि कृतज्ञता, हा विमल भक्ती रंग॥

ग्रहण करू गुरूदेवजी, असेच शुभ आशिष।
धर्म बोध हृदयी धरू, चरणी नमवून शिस॥

सत्कृतनेच पूज्य हो, दृष्कृत निंद्य आहे।
दृष्कृतनेच नीच हो, सत्कृत उच्च राहे॥

स्वकर्म सुधारल्या विना, भले कसे होईल।
स्वचित्त सुधारल्या विना, मुक्ती कशी होईल॥

मिळे मुक्तीची साधना, हो स्वतः पुरूषार्थ।
कापा बंधन कर्मांचे, जन्म हो कृतार्थ॥

दोहे धर्माचे

धर्म पथी चालतांना, जन मिळे अनोळखी।
किती किती जन्मांच्याही, जागे धर्म ओळखी॥

सहका-यांनी पथावर, कसा दिला सहकार।
मनी जागे कृतज्ञता, अन जागे आभार॥

गुरूवर तुमचीच कृपा, जग मुक्त हो क्लेशी।
आली गंगा धर्माची, वाळवंटी देशी॥

पुण्य उदय झाला असा, संत मिळे अनमोल।
भवदुखी तृषित जीवा, अमृत दिले अमोल॥

हीच गुरूवरा वंदना, धर्म मर्यादा जाण।
जीवन जगूच धर्माचे, न हो चुकही लहान॥

धर्म मिळे निर्मळ होय, जीवन तन मन प्राण।
चित्ती जागे कृतज्ञता, हे उपकार महान॥

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403
जिल्हा- नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244076, 244086, 243712, 243238. **फैक्स :** (02553) 244176
Email: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org