विपश्यना

साधक (मराठी)

साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

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

बुद्धवर्ष २५६०, चैत्र पौर्णिमा, ११ एप्रिल, २०१७ वर्ष १ अंक १

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

धम्मवाणी

पमादं अप्पमादेन, यदा नुदति पण्डितो।
पञ्ञापासादमारुय्ह, असोको सोकिनिं पजं।
पब्बतट्ठोव भूमट्ठे, धीरो बाले अवेक्खति॥

-- धम्मपद २८, अप्पमादवग्गो

जेव्हा कोणी समजदार मनुष्य प्रमादाला अप्रमादाने मागे ढकलतो (म्हणजे, जिंकतो), तेव्हा तो प्रज्ञारुपी प्रासादावर चढलेला शोकरहित होतो. (असा) शोकरहित धीर (मनुष्य) शोकग्रस्त जनांना तसाच (करुणेने) पाहातो, जसे पर्वतावर उभा असलेला जमिनीवरील लोकांना पाहातो.

धम्मविमुत्ति, कुशीनगर (उ. प्र) धर्मयात्रा

(धर्मयात्रेदरम्यान जुन्या साधकांसाठी पूज्य गुरुजींचे प्रवचन)

माझ्या प्रिय विपश्यी साधक-साधिकांनो !

आज आम्ही एक अशा महत्वपूर्ण स्थानावर एकत्र झालो आहोत, जिथे एका महापुरुषाची खूप दीर्घ यात्रा पूर्ण झाली. अनंत कल्पांपूर्वी हा मानव ब्राह्मण सुमेधच्या नावाने एक तपस्वी होता. त्यावेळी जगात दीपंकर नावाचे सम्यक संबुद्ध उत्पन्न झाले होते. हा मानव त्यांच्या संपर्कात आला, तेव्हा याच्या मनात खूप मोठा धर्म संवेग जागला - “मीसुद्धा याच प्रकारे सम्यक संबुद्ध बनलो, तर माझ्याद्वारे कित्येकांचे कल्याण होईल.” या धर्म संवेगाच्या आधारावर तो आपली धर्म कामना दीपंकर सम्यक संबुद्धांच्या समोर प्रकट करतो.

अनेक लोक असे असतात, जे एखाद्या सम्यक संबुद्धांना पाहून मनात असे भाव जागवतात की हे जगाचे किती कल्याण करत आहेत. मीसुद्धा या अवस्थेवर पोहोचून जगाचे कल्याण करु शकीन. असे भाव जागल्यावर तो आपली भावना त्या वेळच्या सम्यक संबुद्धांसमोर प्रकट करतो. सम्यक संबुद्ध पाहातात की हा खरोखर या लायक आहे अथवा नाही? सध्या लायक नाही, तर केवळ स्मितहास्य करतील. जर पाहातील की लायक आहे, तर याच्यात लोक सेवेचा जो भाव जागला आहे, तो स्थायी आहे काय? अथवा या वेळच्या परिस्थितीत जागला आहे, उद्या समाप्त होईल काय? याच्या भावनेत दृढता किती आहे?

दुसरी बाब ही पाहातात की याच्यात किती क्षमता आहे? काय क्षमता आहे? पूर्वीच्या अनेक जन्मात याने आपल्या पारमिता पूर्ण केल्या आहेत काय? हो, तर किती? जर त्याने इतक्या पारमिता पूर्ण केल्या आहेत की सम्यक संबुद्ध त्याला त्या वेळी विपश्यना शिकवतील तर साधना करत-करत तो भवमुक्त होईल, अरहंत होईल, तेव्हा त्याचे भविष्य पाहातात. हा या लायक आहे की आजही मुक्त होऊ शकतो आणि तरीही त्याची इच्छा आहे की मी सम्यक संबुद्ध बनावे. हे समजून की सम्यक संबुद्ध बनण्यात त्याच पारमिता किती मोठ्या मात्रेत एकत्र कराव्या लागतात, अनंत जन्मांपर्यंत काम करावे लागते. पारमितांना अधिकाधिक पूर्ण करण्यात किती वेळ लागतो! याच्यात खरोखर त्यागाची भावना आहे काय? जो त्या अवस्थेपर्यंत पोहोचला आहे तो चांगले जाणतो की मी याच वेळी यांच्या शिकवणूकीद्वारे मुक्त अवस्था प्राप्त करु शकतो. परंतु त्याच्या हातात आलेली मुक्ती तो त्यागतो. माझ्या एकट्याच्या मुक्त होण्याने काय होईल ? जसे यांनी बोधिसत्वांच्या रुपाने आपल्या अनेक जन्मात लोक कल्याण केले आणि आपल्या पारमिता वाढवीत गेले. अरे, मीसुद्धा याच प्रकारे अनेक जन्मात कितीही कष्ट झाले तरीही, आपल्या पारमितांना वाढवीत-वाढवीत-वाढवीत त्या अवस्थेपर्यंत पोहोचीन की जिथे मी सम्यक संबुद्ध बनीन.

एकीकडे ही बलिदानाची भावना - हातात आलेल्या मुक्तीला त्यागतो आणि दुसरीकडे अनेक प्राण्यांच्या भल्यासाठी अनेक जन्मांचे कष्ट सहन करण्यास तयार आहे. ते पाहातात की खरोखर हा या लायक आहे, तेव्हा त्याचे भविष्य पाहातात - किती कालावधीनंतर हा सम्यक संबुद्ध बनू शकेल. तेव्हा त्याला आशीर्वाद देतात आणि भविष्यवाणी करतात की इतक्या कल्पांनंतर या घरात, या नावाने जन्म घेऊन तू सम्यक संबुद्ध बनशील! तू कपिलवस्तूत शुद्धोधनाच्या घरी, महामायेच्या पोटी जन्म घेशील आणि त्या वेळी सम्यक संबुद्ध बनू शकशील. तेव्हापासून हा जन्मांवर जन्म घेत आहे, कधी या योनीत, कधी त्या योनीत. भिन्न-भिन्न योनीत, त्या योनीच्या लोकांना, त्या प्राण्यांना धर्माकडे उन्मुख करण्यासाठी, त्याच्यांत धर्माची चेतना जागवण्यासाठी. तसेच आपल्या पारमितांना अधिक पुष्ट करण्यासाठी किती वेळ लागला? मोजमाप नाही!! इतका कालावधी लागल्यानंतर सिद्धार्थ गौतम नावाने जन्म झाला. शरीरलक्षण जाणणाऱ्यांनी म्हटले की हा घरी राहिला तर चक्रवती सम्राट होईल, घर सोडेल तर सम्यक संबुद्ध होईल. त्यांना चक्रवती सम्राट बनावयाचे नव्हते. त्यांना तर सम्यक संबुद्ध बनायचे होते, सम्यक संबुद्ध बनले.

बोधगयेत बोधिवृक्षाखाली त्यांना सम्यक संबोधी प्राप्त झाली, मुक्त अवस्था प्राप्त झाली. इतक्या जन्मांपर्यंत लोकसेवाच लोकसेवा, लोकसेवाच लोकसेवा. जेव्हा २९ वर्ष वय होते, तेव्हा घर सोडले, ३५ वर्षाच्या अवस्थेत सम्यक संबुद्ध बनले. त्यानंतर ४५ वर्ष, रात्रंदिन लोकसेवाच लोकसेवा. रात्री केवळ एक प्रहर (अडीच ते साडेतीन तास दिवस व रात्र ४-४ प्रहराचे मानले गेले आहेत.) झोपायचे सतर्क राहून, संप्रज्ञानी राहून, बाकी वेळ लोकसेवाच लोकसेवा. किती करुणा, या सर्व करुणेच्या बळावर लोकसेवा करीत या स्थानावर शरीराचा त्याग केला, ज्याला ‘महापरिनिर्वाण’ म्हटले गेले.

निर्वाण म्हणतात त्या अवस्थेला जिथे इंद्रिय काम करणे बंद करतात. विपश्यना करत-करत ती अवस्था येते. मनाचे विकार निघत-निघत ते सर्व कर्मसंस्कार जे आम्हाला अधोगतीकडे घेऊन जातात, जेव्हा ते सर्व समाप्त होतात, तेव्हा पहिल्यांदा निर्वाणिक अवस्थेचा साक्षात्कार होतो. तेव्हा त्याला ‘स्रोतापन्न’ म्हणतात, आता त्याच्यासाठी अधोगतीचे द्वार बंद झाले. तो जास्तीतजास्त सातदा जन्म घेईल, त्यापेक्षा अधिक नाही, त्यापेक्षा कमी जन्म होऊ शकतील. अजून पुढे जाईल तर ‘सकदागामी’ होईल. आता तो केवळ एकदा जन्म घेईल, या कामलोकात म्हणजे मनुष्यलोकात अथवा देवलोकात. ‘अनागामी’ झाला तर कामलोकातही नाही, आता केवळ ब्रह्मलोकात जन्म घेईल आणि त्यापुढे डुबकी लागली, तर ‘अरहंत’ झाला. तो सर्व लोकांपासून मुक्त झाला.

जेव्हा सम्यक संबुद्ध बनतात तेव्हा या चारही अवस्था एकानंतर एक

अशा प्राप्त होतात. सम्यक संबुद्ध झाले, तर पूर्ण मुक्त झाले, ही निर्वाणाची अवस्था आहे. त्याला 'सउपधिसेस निर्वाण' म्हणतात. सध्या उपधी आहे, म्हणजे या जन्माला पुढे वाढवणारे कर्मसंस्कार आहेत. जे नवीन जन्म तर देणार नाहीत कारण 'अरहंत' झाले, परंतु या जन्मात या शरीराचे ओझे वाहण्यासाठी 'सउपधि' म्हणजे सध्या उपधी आहे. जेव्हा अशा महापुरुषांचे, अशा अरहंताचे शरीर शांत होते, तेव्हा त्यानंतर त्यांचा कोणताही जन्म होत नाही. म्हणजे 'अनुपधिसेस', आता कोणतीही उपधी नाही, कोणताही जन्म नाही. 'परिनिर्वाण' म्हणजे परिपूर्ण निर्वाण झाले. 'महापरिनिर्वाण' कारण असे महापुरुष आहेत म्हणून 'महापरिनिर्वाण' म्हटले गेले, ज्याला त्यांनी या स्थानावर प्राप्त केले.

त्यांच्यात किती करुणा आहे! सर्व जन्मात करुणाच करुणा, करुणाच करुणा. तेव्हाच तर लोकसेवा करतील, अन्यथा कसे करतील? या जीवनातही करुणाच करुणा, करुणाच करुणा. महापरिनिर्वाणाची वेळ जवळ येत आहे. तीन महिन्यांपूर्वी ही घोषणा केली, जेव्हा की ते वैशालीत होते, की येत्या 'वैशाखी पौर्णिमे'ला, म्हणजे तीन महिन्यानंतर मी शरीर त्याग करीन. तेथून चालत-चालत इथपर्यंत आले. रस्त्यात एक दिवसाअगोदर 'चुंद' नावाच्या गृहस्थाने त्यांना भोजनदान दिले. ते भोजन अशा अळंब्यांचे होते, जे विषारी असतात. त्यांनी स्वतः तर खाल्ले, पण भिक्षूंना देण्यापासून थांबवले - अजून कोणी खाऊ नये. त्यांचे तर 'परिनिर्वाण' व्हायचेच होते, पण करुणा जागते त्या चुंदवर. अरे, माझ्यानंतर लोकांनी चुंदला वाईट म्हणू नये - "अरे चुंद! तू कसा वेडा आहेस! तू असे भोजन दिलेस की भगवानांचे शरीर शांत झाले" - लोक असे न म्हणोत. त्यामुळे आनंदाला म्हणतात - "माझ्यानंतर तू जाऊन म्हणशील त्या चुंदला की तू खूप मोठे पुण्याचे काम केले आहेस." सम्यक संबुद्ध बनण्यापूर्वीचे जे भोजन असते, खूप पुण्यशाली असते. जसे सुजाताने त्यांना खीर दिली, ते सम्यक संबुद्ध बनण्यापूर्वी. तसेच जे अंतिम भोजन असते तेसुद्धा तितकेच पुण्यशाली असते. इतक्या जन्मांपर्यंत भवसंसरण करत-करत आता हे भवचक्र समाप्त होईल, तर खूप पुण्य आहे. त्याच्या मनावर आघात होऊ नये. लोकांनीही त्याच्याबाबत अशी काही चर्चा करु नये. किती करुणा आहे! किती करुणा आहे!

इथे एका जुळ्या साल वृक्षाखाली थांबून म्हटले, "बस मी इथेच झोपीन. 'आनंद! सकाळ होता-होता प्राण जातील, महापरिनिर्वाण होईल. जवळपास मल्लांचे गणराज्य आहे. त्यांना जेव्हा माहीत होईल की भगवान आमच्या गणराज्यांच्या इतके जवळ आले आणि इथे त्यांनी प्राण त्यागले. तेव्हा त्यांना वाटेल की त्यांनी अंतिम वेळी भगवानांचे दर्शन केले असते. त्यांना ही संधीच मिळाली नाही, तर ते तुला लांछित करतील. तू जा! त्यांना सुचना दे." आनंद गेले, सर्व शहरात सूचना पसरवली की उद्या पहाटे-पहाटे भगवान बुद्ध 'महापरिनिर्वाणा'ला प्राप्त होतील.

लोक तेथे येऊ लागले. इतके लोग येऊ लागले, नमस्कार करण्यासाठी. आनंदांनी इतकी मोठी गर्दी पाहिली, तेव्हा म्हणाले भाऊ! काही लोक एकत्र होऊन बस नमस्कार करा आणि निघून जा. वेळ कुठे आहे? नमस्कार करा आणि निघून जा! या गर्दीत 'सुभद्र' नावाचा एक जण आला. तो म्हणतो की मी केवळ नमस्कार करण्यासाठी आलो नाही, मला तर त्यांच्याकडून विद्या शिकायची आहे. त्यांच्यानंतर न जाणे तुम्ही योग्य प्रकारे समजवू शकाल अथवा नाही, शिकवू शकाल अथवा नाही. आनंद म्हणाले, "तू वेडा झाला आहेस, आता त्यांची शरीर त्यागण्याची वेळ आहे, अशा वेळी तू त्यांना त्रास देऊ नकोस, आरामात त्यांना प्राण त्यागू दे." तो म्हणतो - "नाही, मला तर त्यांच्याजवळून धर्म शिकावयाचा आहे." हे म्हणतात - "नाही, तुला नमस्कार करायचा असेल तर कर, नाही तर बाजूला हो, इतरांना पुढे येऊ दे." हे शब्द भगवानांच्या कानावर पडतात. कोणी तहानलेला गंगेच्या जवळ आला आणि दुसरा त्याचा हात पकडून म्हणतो - पाणी पिऊ नकोस, गंगेला नमस्कार करुन निघून जा. तेव्हा गंगेत पूर येतो - "अरे, आनंद! येऊ दे. हा योग्य पात्र आहे. याला मला धर्म शिकवू दे" आणि सुभद्रला धर्म शिकवतात. जे आपल्या शरीराचा त्याग करतांनाही इतक्या करुणेने भरलेले आहेत. अरे, एकाचे तर कल्याण व्हावे! याचे कल्याण व्हावे! हे लक्षण आहे. महापुरुषाचे, करुणेने भरलेले असतात.

या स्थानावर अजूनही महत्वपूर्ण घटना घडल्या. एक महत्वपूर्ण घटना ही घडली की एकाने विचारले "महाराज! आपल्यानंतर आपला उत्तराधिकारी कोण होईल? "कोण होईल रे? उत्तराधिकारी कोण होईल? उत्तराधिकारी धर्म होईल. जो धर्म मी शिकवला आहे, तो तुमचा आचार्य होईल, गुरु होईल. जिथे कोणा एखाद्याला उत्तराधिकारी बनवले की पंडेगिरी चालेल, पुरोहितगिरी चालेल. कोणी जोपर्यंत त्या उंच अवस्थेपर्यंत पोहोचला नसेल, तोपर्यंत एक नशा, धुंदी राहते की जसे सर्व भगवान बुद्धांचा सन्मान करतात, तसेच आता मी त्यांच्या गादीवर बसलो आहे. तर माझाही तसाच सन्मान झाला पाहिजे, ही धुंदी धर्माला घेऊन बुडते. त्यामुळे कोणी उत्तराधिकारी नाही, धर्मच उत्तराधिकारी आहे. धर्माचे जो पालन करेल, तो आपले कल्याण करेल. धर्म चांगल्या प्रकारे समजावला गेला आहे, अजून काय पाहिजे?

अजून एक महत्वपूर्ण घटना घडली. त्यांचे 'महापरिनिर्वाण' झाले तर त्यांचे प्रमुख शिष्य 'महाकाश्यप,' जे जरा दूर अंतरावर होते, सात दिवसांच्या यात्रेनंतर पोहोचतील. त्यांच्या येण्यापर्यंत भगवानांच्या शरीराची दाहक्रिया करण्यात आली नाही. काश्यप आपल्या ५०० सहकाऱ्यांसह येत आहेत. त्यापैकी 'सुभद्र' नावाचा नवीन भिक्षू, खूप वृद्ध, वय मोठे परंतु धर्मात खूप कच्चा. तो खूप आनंदी आहे - "चांगले झाले, तो म्हातारा मेला. त्रासून टाकले होते - असे करा, असे करु नका···. आता तो गेला, आम्हाला सूट आहे, आम्ही वाट्टेल ते करु. आमच्या मनात जे येईल तेच करु. मनात जे येणार नाही ते करणार नाही." काश्यपांनी पाहिले - जरी सर्व संघ खूप परिपक्व आहे, पण संघात असे वेडे लोकही आहेत. त्यांच्या जाण्यानंतर तर या प्रकारचे लोक भगवानांनी जे म्हटलेही नाही, ते त्यांच्या मुखातून आले असे म्हणतील - भगवानांनी हे म्हटले, असे म्हटले, असे म्हटले···. तसेच जे म्हटले ते त्यांच्या अनुकूल नाही, तर त्याला काढून टाकतील. तर असे लोक धर्माला नष्ट करतील. तर काय करावे? हो, भगवानांची जितकी वाणी आहे, ती सर्व संग्रहित केली जावी.

सात दिवसांनंतर जेव्हा दाहकर्म, क्रियाकर्म पूर्ण झाले, त्याच्या तीन महिन्यानंतर, जेव्हा आम्ही राजगीरला गेलो होतो तेव्हा तेथे काही लोक वरच्या 'सतपर्णी गुफेत' गेले असतील, तिथे पहिले संगायन झाले होते. ५०० अशा भिक्षूंनी जे बुद्धांच्या खूप समीप होते आणि अरहंत होते, त्यांनी बसून बुद्धवाणीचे संगायन केले. बुद्धांनी काय म्हटले? असे म्हटले, असे म्हटले, सर्व म्हणतील- हो, असे म्हटले, असे म्हटले- - -. विनयाची शिकवणूक म्हणजे भिक्षूंच्या नियमांची जी शिकवणूक होती, तिला 'उपाली' जे भिक्षूंचे मोठे आचार्य होते आणि भिक्षूंच्या नियमांना उत्तम जाणत होते, त्यांनी त्यांचा पाठ केला, बाकी सर्वांनी स्वीकार केला. आनंदांना बाकी सर्व बाबींचे ज्ञान होते, त्यांनी पाठ केला, लोकांनी स्वीकार केला. ही खूप मोठी बाब झाली! त्या दिवसात काही प्रिंटिंग प्रेस तर नव्हता, कागदही नव्हता. इतके विशाल साहित्य, थोडेसे नाही. इतके विशाल साहित्य लोक पाठच तर करतील आणि आठवणीत ठेवतील. अन्यथा कोणी म्हणेल - नाही, मला तर असे स्मरण आहे, कोणी म्हणेल असे- - -, तर बिघडले सर्वच्या सर्व. ऑथेंटिक काय आहे? प्रामाणिक काय आहे? असे आम्ही मिळून निश्चित करु - भगवानांची ही प्रामाणिक वाणी आहे. यात कोणी आपल्याकडचे काही जोडू नये, आपल्याकडून काही काढू नये. ही प्रथम संगीती, हिने धर्माला जीवंत ठेवले. यानंतर तर ही परंपरा सुरु राहिली. पुन्हा दुसरी संगीती झाली, तिसरी झाली, चवथी झाली, पाचवी झाली,

आणि आता भगवान बुद्धांच्या २५०० वर्षानंतर ब्रह्मदेशात सहावी संगीती झाली. या वेळी जी बुद्ध वाणी, त्रिपिटक, पाली भाषेत, जगात जिथे-जिथे होती, पाच देशातच होती - ब्रह्मदेश, श्रीलंका, थाईलैंड, कम्बोडिया आणि लाओस येथे. तेथील २५०० विद्वान भिक्षूंना एकत्र केले गेले. चला ! आम्ही पारायण करु बुद्ध वाणीचे, सर्वांचे एक मत झाले पाहिजे. ···

क्रमशः.....

साधना आणि बुद्ध जयंती

(साधकांबरोबर पत्रव्यवहार. दि. ९.४.१९७७)

प्रिय ईश्वरचंद, सप्रेम मंगलकामना !

तुमचे ३० मार्चचे पत्र मिळाले. तुम्ही सर्व यथाशक्ती विपश्यनेचा अभ्यास करत आहात, तसेच रविवारी सामूहिक साधनासुद्धा, ज्यामुळे सुख, शांती आणि प्रसन्नतेची अनुभूती होते, हे जाणून मन संतुष्ट व प्रसन्न झाले.

हे खरे आहे की गृहस्थ जीवनात अनेक प्रकारचे उतार-चढाव येतात, जे विपश्यनेत पुष्ट होण्यात अडचणी निर्माण करतात असे वाटते. परंतु या कष्टांशी सामना करतांना गुडघे न टेकणेच वस्तुतः विपश्यना साधनेला सुदृढ करणे आहे. गृहस्थ जीवनाला घाबरणे उचित नाही. यात काहीही संशय नाही की घरातून बेघर होऊन मनुष्य जेव्हा गृहस्थाची सर्व जबाबदारी काढून फेकतो, तेव्हा त्याला अंतर्मुखी होऊन साधनेच्या अभ्यासासाठी अधिक संधी मिळते. त्याच्या अनेक अडचणी आपोआप दूर होतात. परंतु ज्या समाजात गृहस्थांमध्ये वस्तुतः धर्म जागला नाही, त्या समाजात कोणी संन्यास घेऊन आपले मंगल साधू इच्छित असेल, तर तेही सोपे नाही. त्या क्षेत्रातही अडचणी समोर येतात. अशा स्थितीत अडचणींचा सामना करीत गृहस्थ जीवनातच हळूहळू धर्मपथावर पुढे जात राहिले पाहिजे.

नवे संस्कार बनणे बिल्कुल बंद झाले, असा काही चमत्कार होत नाही. सर्व अभ्यास ह्याच दिशेकडे जाण्यासाठी आहे की काही क्षण तर असे येऊ लागले, ज्यात खरोखर नवीन संस्कार बनत नाहीत. असे क्षण मोठ्या प्रमाणात जुन्या संस्कारांचा क्षय करण्यात स्वतःच कारण बनतात.

सांसारिक जीवनात साधकाला व्यावहारिक दृष्टिकोन ठेवला पाहिजे. कोणत्याही सांसारिक अडचणींमुळे वा एखाद्याच्या अन्याय, अनीतीपूर्व व्यवहारामुळे जर आमची सुरक्षा धोक्यात असेल तर एका सीमेपर्यंत क्षांती (सहनशीलते)चा भाव ठेवणे आवश्यक आहे. परंतु याच्यानंतर एक वेळ अशीही येते की जेव्हा भावावेशाच्या अधीन न होता दृढतापूर्वक अनीती आणि अन्यायाचा सामना करावा लागतो. कोणाच्याही प्रती द्वेष, दुर्भावना ठेऊन नाही, तर त्याचीही मंगलकामना इच्छितच.

विश्वास आहे त्या क्षेत्राचे सर्व साधक विघ्न, बाधा, असल्या तरीही धर्माचा अभ्यास सोडणार नाहीत. शेवटी सफलता मिळेलच. प्रत्येक सामना आम्हाला धर्मात पुष्ट करणारा असो. प्रत्येक असफलता आम्हाला अजून दृढतेसह धर्मपथावर पुढे जाण्याची प्रेरणा आणि पराक्रम प्रदान करणारी असो, या उत्साहाने पाऊल-पाऊल पुढे जातच राहिले पाहिजे.

खरोखर धर्माच्या अनंत शक्ती आमच्याकडे धावत येतात. जेव्हा-जेव्हा आम्ही आपल्या मनाला धर्मपथावर चालण्यासाठी तयार करण्याचा संकल्प करतो, तेव्हा-तेव्हा ह्या साऱ्या शक्ती आमच्यासाठी शिदोरी बनतात.

साधक तिथे जोरात बुद्ध-जंयती साजरी करु इच्छितात आणि त्या वेळी स्वयंशिबिर लाऊ इच्छितात. मी समजतो की बुद्ध जयंती साजरी करण्याचा यापेक्षा चांगला प्रकार अजून काही होऊच शकत नाही. बुद्ध जयंती भगवान बुद्धांच्या सन्मानासाठी आहे, त्यांच्या पूजनासाठी आहे. त्यांचे पूजन याच प्रकारे केले पाहिजे **इमाय धम्मानुधम्म पटिपत्तिया बुद्धं पूजेमि**।

धर्म आणि अनुधर्माच्या मार्गावर चालूनच आम्ही बुद्धांचा सन्मान करु शकतो, बुद्धांची खरी वंदना करतो, बुद्धांचे खरे पूजन करतो, आणि यामुळेच खया अर्थाने बुद्ध जयंती साजरी करतो. जे लोक या प्रसंगी एकत्र होत आहेत त्यांना माझा हाच संदेश सांगितला पाहिजे की बुद्ध जयंतीचा प्रसंग इतर सणांप्रमाणे मौज-मजेच्या उत्सव-समारोहासारखा होऊ नये. केवळ वाणीविलास आणि बुद्धिविलासापर्यंतच सिमित राहू नये, तर लोकांच्या मनात ही प्रेरणा जागली पाहिजे की आम्ही शील, समाधी आणि प्रज्ञेत जास्तीत जास्त पुष्ट होऊ. तेव्हाच बुद्ध जयंती साजरी करण्याचे महत्व आहे, तरच बुद्ध जयंती साजरी करण्यात सफलता आहे.

सर्व साधकांच्या प्रती समस्त मंगल मैत्रीसह

साशिष, सत्यनारायणजी गोयंका

मंगल मृत्यू

- लखनौ विपश्यना केंद्राचे केंद्राचार्य श्री रुद्र दत्त तिवारी १९ मार्च, २०१७ ला दिवंगत झाले. ते ९० वर्षाच्या परिपक्व वयातही अत्यंत सक्रिय होते आणि केंद्रावर राहून आपले सर्व काम स्वतः करायचे. उत्तर प्रदेशात पोलीस अधिक्षक असतांना त्यांनी राष्ट्रपती पदक प्राप्त केले होते, तसेच ते स्वतंत्रता सेनानीही होते. निवृत्तीनंतर विपश्यनेशी जुळले तर हिचेच होऊन राहिले. यानंतर त्यांनी मागे वळून पाहिले नाही. त्यांची धर्मपत्नीही विपश्यनेशी जुळली आणि दोघेही विपश्यना आचार्य नियुक्त झाले. दोघांनीही साधकांची खूप सेवा केली. पूज्य गुरुजींनी त्यांना लखनौ केंद्राची जबाबदारी सोपवली. जिला त्यांनी उत्तम प्रकारे निभावले. त्या दिवशी तेथे शिबिर आरंभ होणार होते, ते सकाळी १० वाजता बसून साधकांचे अर्ज पाहात होते. ते म्हणाले की थोडीशी तब्बेत बरी नाही आणि ट्रस्टी तिथे पोहोचण्याअगोदरच, खुर्चीवर बसल्या-बसल्याच त्यांनी शांतीपूर्वक शरीर त्याग केला. अशा साधकांना प्राप्त करुन विपश्यनाही धन्य झाली. त्यांच्या प्रती विपश्यना परिवाराची मंगल मैत्री.
- याच प्रकारे नागपूरचे वरिष्ठ सहायक आचार्य ९५ वर्षाचे श्री गोवर्धन दास केला १६ मार्च, २०१७ ला दिवंगत झाले. १९६९ मध्ये ते विपश्यनेच्या संपर्कात आले होते आणि नागपुरात विपश्यनेच्या सुरुवातीच्या विकास व प्रचार-प्रसारात त्यांचा खूप मोठा सहयोग होता. १९७५ मध्ये नागपुरातील एम. एल. ए. होस्टेल येथे विपश्यनेचे पहिले शिबिर लावले होते. १९९९ मध्ये विपश्यनेचे वरिष्ठ स. आचार्य बनले आणि अंतिम क्षणांपर्यंत ते धर्माची सेवाच करत राहिले. त्यांनी शांतीपूर्वक साधना करत शरीर त्याग केला. त्यांना विपश्यी परिवाराच्या मंगल कामना.

विपश्यना समुपदेशन व विशोधन केंद्र - मुंबई

"वि. स. वि. कें.- मुंबई" बृहन्मुंबई महानगर पालिकेच्या एका आंतरिक विपश्यना संसाधन स्त्रोताच्या रुपाने सेवा देत आहे. याचे प्रबंधन विपश्यना विशोधन विन्यासच्या सहयोगाने करण्यात येत आहे.

या केंद्राची स्थापना सिद्धार्थ महानगरपालिका सर्वसाधारण रुग्णालयाच्या मानसिक चिकित्सा विभागाच्या समकक्षात केली गेली आहे. याचा पत्ता आणि फोन नं. पुढील प्रमाणे आहे. शास्त्री नगर, गोरेगांव (प.), मुंबई- ४००१०४, फोन नं.- २८७६६८८५, एक्सटेंशन- २१९. **संपर्क** (केवळ कार्यालयीन दिवशी) दुपारी १२ ते १ पर्यंत. येथे खालील सेवा उपलब्ध आहेत.

(अ) विपश्यी साधकांसाठीः- १) 'स्वयं अभ्यास' फक्त कार्यालयीन दिवशी, सकाळी ९ ते दुपारी १ पर्यंत). २) 'एका तासाची सामूहिक साधना' प्रत्येक दुसया व चवथ्या रविवारी, सकाळी ८.३० ते ९.३० पर्यंत. ३) 'एक दिवसीय शिबिर':- महिन्याच्या

पहिल्या रविवारी, सकाळी १०.३० ते संध्याकाळी ५.३० पर्यंत. (ब) 'सर्वांसाठी लघू आनापान शिबिर': महिन्याच्या दुसऱ्या रविवारी, सकाळी ९.३० ते १०.३० पर्यंत. (क) 'मुलांसाठी एक दिवसीय शिबिर': महिन्याचा तिसरा रविवार, सकाळी ८.३० ते दुपारी २.३० पर्यंत. (ड) 'धम्मसेवकांची सभा': महिन्याच्या चवथ्या रविवारी, सकाळी ९.३० ते १०.३० पर्यंत.

अल्पकालीन / लघू अभ्यासक्रम - विपश्यनेची भूमिका

विपश्यना विशोधन विन्यास, गोराई, मुंबई विश्वविद्यालयाशी संबंधीत प्रत्येक आठवड्याच तीन तासांचा अभ्यास

अवधी - ३ जून २०१७ ते १९ ऑगस्ट २०१७

योग्यता - १२ वी उत्तीर्ण, पूर्ण माहितीसाठी पाहा -

http://www.vridhamma.org/Theory-And-Practice-Courses.

पालीची प्रारंभिक शिकवणूक व सघन डिप्लोमा अभ्यासक्रम आणि बुद्ध शिकवणुकीचे प्रतिपादन

विपश्यना विशोधन विन्यास व दर्शन विभाग, मुंबई विश्वविद्यालयाच्या संयुक्त उपक्रमाअंतर्गत २०१७-१८ मध्ये एक वर्षाचा डिप्लोमा अभ्यासक्रम होईल. ज्याचा विषय असेल बुद्धांच्या शिकवणुकीचा सैद्धांतिक व प्रायोगिक पक्ष विपश्यनेचा जीवनात उपयोग. आवेदन पत्र : ३ जुलै ते ८ जुलै, २०१७ पर्यंत (रविवार सोडून) ११ ते २ वाजेपर्यंत, दर्शन विभाग, ज्ञानेश्वर भवन, मुंबई विश्व विद्यालय, विद्यानगरी, कालीना कॅम्पस, सांताक्रुज (पू.) मुंबई- ४०००९८, टेलिफोन- ०२२-२६५२७३३७ ने प्राप्त केले जाऊ शकते. अभ्यासक्रमाचा अवधीः १५ जुलै, २०१७ ते मार्च, २०१८ पर्यंत, प्रत्येक शनिवारी २.३० ते ६.३० पर्यंत, योग्यताः आवेदक कमीतकमी १२ वी उत्तीर्ण असावा. त्याला दिवाळीच्या सुटीत एक दहा दिवसीय विपश्यना शिबिर करणे अनिवार्य असेल. अधिक माहितीसाठीः- (१) विपश्यना विशोधन विन्यास, ग्लोबल पगोडा, कार्यालय - ०२२-३३७४७५६०, (२) श्रीमती अलका वेंगुर्लेकर - ९८२०५८३४४०, (३) सौ. अर्चना देशपांडे - ९८६९००७०४०.

पॅगोडा परिसरात धर्मसेवक व साधकांसाठी निःशुल्क निवास सुविधा

प्रत्येक वर्षी 'विश्व विपश्यना पॅगोडा' गोराई, बोरीवली, मुंबई येथे एक दिवसीय महाशिबिरांचे आयोजन करण्यात येते. त्यात सामील होण्यासाठी दूर-दूरुन लोक येतात. परंतु दुर्भाग्याने तिथे त्यांना रात्री राहाण्याची कोणतीही चांगली सुविधा नाही. त्यामुळे योजना आहे की पॅगोडा परिसरात एका स्वतंत्र ३-४ मजली इमारतीचे निर्माण केले जावे, ज्यात काही स्थायी धर्मसेवकांव्यतिरिक्त मोठ्या संख्येने येणाऱ्या साधकांसाठी काही एकेकाकरीता व काही अनेकांकरीता अशा निवासांची व्यवस्था केली जावी. ज्यामुळे रात्री निवासानंतर ते सकाळी आरामात उठून योग्य प्रकारे साधनेचा लाभ घेऊ शकतील. यासाठी जे साधक-साधिका या पुण्यकार्यात भागीदार होऊ इच्छित असतील, त्यांनी खालील पत्त्यावर संपर्क करावाः-

1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Vipin Mehta, Mo. 9920052156, Email: audits@globalpagoda.org

नविन उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

१. श्री लक्ष्मणदास दधीचि, उत्तरांचल
२. श्रीमती सीमा शर्मा, नवी दिल्ली
३. श्री रामपाल सिंह चौहान, हरियाणा
४. श्री महेश कुमार गुप्ता, गाजियाबाद
5. Mrs. Chintha Samaranayake, Sri Lanka
४. श्री निरंजन सिन्हा, झारखंड
५. श्री प्रकाशचंद झुनझुनवाला, अकोला
6. U Aung Kyaw Nyan Wai, Myanmar
7. Daw Win Win Khaing, Myanmar

भिक्षू आचार्य

१. आ. भिक्षू पञ्ञा रतन, नांदेड

बालशिबिर शिक्षक

१. श्री यशवंत कापडी, गोवा
२. डॉ. साइमन मेलविन दास सी ई सिल्वा, गोवा
३. श्रीमती बर्नाडेट डिसूजा, गोवा
४. श्री विष्णु सर्वगोड, पुणे
५. श्री कंचन खरात, पुणे

नवनियुक्ती

सहायक आचार्य

१. श्री जितुभाई शाह, सूरत
२. श्री विजय गायकवाड, पुणे
३. कु. अंजु गोलेचा, सिकंदराबाद

ग्लोबल विपश्यना पॅगोड्यात एक-दिवसीय महाशिबिर

रविवार, १४ मे ला बुद्ध पौर्णिमे निमित्त, रविवार ९ जुलै आषाढ पौर्णिमा (धर्मचक्र प्रवर्तन) आणि रविवार **१ ऑक्टोंबर शरद पौर्णिमा** व पूज्य **गुरुजींची पुण्यतिथी निमित्ताने. वेळः** सकाळी ११ वाजेपासून दुपारी ४ वाजेपर्यंत. ३ वाजताच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोकसुद्धा बसू शकतात. नाव नोंदणीसाठी कृपया निम्न फोन क्रमांक किंवा ईमेल द्वारा ताबडतोब संपर्क करा. कृपया नाव नोंदणी न करता येऊ नये. **समग्गानं तपोसुखो**- सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. संपर्कः ०२२-२८४५११७० ०२२-३३७४७५-०१/४३/४४- Extn. ९, (Phon bukg: 11 t 5 pyt roj)

Online Regn.: www.oneday.globalpagoda.org

दोहे धर्माचे

जर संबुद्ध न शोधती, शुद्ध धर्माचा पंथ।
तर मिथ्या जंजाळातच, होता जीवन अंत॥
स्मरण हो जर बुद्धांची, करुणा अमित अपार।
तन मन पुलकित होऊन, मन व्यापे आभार॥
हीच बुद्धांची वंदना, विनय नमन आभार।
जागे बोध अनित्याचा, होती दूर विकार॥
चित्त स्वच्छ निर्मळ होय, हो पापांच्या दूर।
हीच बुद्धांची वंदना, असो धर्म भरपूर॥

दोहे धर्माचे

चालत-चालत धर्म पथ, मन विमल जरी होय।
तर सम्यक संबुद्धांची, वंदना खरी होय॥
हीच बुद्धांची वंदना, हाची बुद्ध सन्मान।
प्रज्ञा करुणा प्रेमाने, भरोत तन मन प्राण॥
हीच बुद्धांची वंदना, अरहंतास प्रणाम।
द्वेष द्रोह सारे सुटो, चित्त होय निःकाम॥
हीच हो खरी वंदना, नमस्कार अन् प्रणाम।
जीवन जगुया धर्माचे, हो न वाईट काम॥

'विपश्यना विशोधन विन्यास' के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी- ४२२ ४०३, दूरभाष : (०२५५३) २४४०८६, २४४०७६.
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, जी-२५९, सीकॉफ लिमिटेड, ६९ एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-४२२ ००७. **बुद्धवर्ष २५६०, चैत्र पौर्णिमा, ११ एप्रिल, २०१७**

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-, US $ 10, आजीवन शुल्क रु. ५००/-, US $ 100. File No: 1309361/Title-Code: MAHMAR48711/10-3-2017

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

DATE OF PRINTING AND PUBLICATION: 11 APRIL, 2017

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२ ४०३
जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (०२५५३) २४४०७६, २४४०८६, २४३७१२, २४३२३८. **फैक्स :** (०२५५३) २४४१७६
Email: vri_admin@dhamma.net.in;
course booking: info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org