साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

विपश्यना

साधक (मराठी)

बुद्धवर्ष 2567, भाद्रपद पौर्णिमा, 29 सप्टेंबर, 2023 वर्ष 7 अंक 7

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

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

धम्मवाणी

महाकारुणिको नाथो, हिताय सब्ब पाणिनं।
पूरेत्वा पारमी सब्बा, पत्तो सम्बोधिमुत्तमं॥

– धम्मवंदना, पुब्बण्हसुत्त - १४

महाकारुणिक भगवानांनी सर्व प्राण्यांच्या हित सुखासाठी सर्व पारमितांना परिपूर्ण करुन उत्तम संबोधी प्राप्त केली.

आत्मकथन - 1

नवीन जीवनाची चाळीस वर्षे

सन 1955, 1 ते 10 सप्टेंबर, जीवनातील अत्यंत महत्वपूर्ण दहा दिवस! खूप मोठे भाग्य जागले! कोणत्यातरी महान पूर्व-पुण्याचे अनमोल फळ पक्व झाले! जीवनात याच्या आधी कधी कल्पनाही केली नव्हती की अशी पावन संधी अनायसे हाती लागेल. कारुण्यमूर्ती गृहस्थ संत सयाजी ऊ बा खिन यांच्या चरणांमध्ये बसून आपल्या आतमध्ये सत्याचा साक्षात्कार करण्याची पावन विद्या शिकलो. माता विपश्यनेच्या कल्याणी कुशीत एक नवीन जन्म झाला. 31-32 वर्षांपूर्वी आपल्या जननीच्या उदरातून जो पहिला जन्म झाला होता आता त्याचे हे दुसरे संस्करण झाले. मी खऱ्या अर्थाने द्विज झालो. हा दुसरा जन्मच सार्थक जन्म आहे. जसे आपल्या आईच्या उदरातून पक्ष्याचा पहिला जन्म एका अंड्याच्या कवचाने झाकलेल्या अवस्थेत होतो, तसेच माझा पहिला जन्म गहन अविद्येच्या कवचाने झाकलेला होता. पक्ष्याचा दुसरा जन्मच वास्तविक जन्म असतो, जेव्हा तो अंड्याचे कवच फोडून एका पिल्लाच्या रूपाने बाहेर पडतो. अंड्याच्या आतला अंधकार मातेच्या गर्भातील अंधकारापेक्षा कमी नसतो. अविद्येच्या कवचाचा अंधकार तर अजूनच गडद असतो. अंड्याचे कवच फोडून जेव्हा पिल्लू बाहेर पडते तेव्हा त्याला पहिल्या-पहिल्यांदा प्रकाश दिसतो की ज्यामुळे ते दिपून जाते. अशाच प्रकारे घोर अविद्येच्या अंधकाराचे कवच फुटल्यावर जी विद्येच्या प्रकाशाची पहिली झलक दिसली, त्याने मी देखील असाच दिपून गेलो. आपल्या आतील ज्या सत्याचा कधी कणमात्रही बोध झाला नव्हता; दहा दिवसांमध्ये त्याचा किती स्पष्ट अनुभव झाला! नेहमीच घनीभूत आणि ठोस वाटणाऱ्या या मृण्मयी भौतिक शरीराचा अणु-अणु प्रकंपित होऊन उठला, सजीव होऊन उठला, चिन्मय होऊन उठला. यापेक्षाही अधिक मोठी उपलब्धी ही झाली की शरीर आणि चित्ताच्या पारस्परिक संबंधांच्या गंभीर अनुभूतीद्वारे मनोविकारांच्या प्रजननाची, संवर्धन आणि संचयनाच्या स्वभावाची पकड सुटू लागली. मनोविकारांच्या उत्खननाची आणि निष्कासनाची एक सहज वैज्ञानिक पद्धत हाती लागली.

ध्यानक्षेत्राच्या विभिन्न उपलब्धी आणि त्यांच्या महिमा-मंडित महत्वाविषयी जे काही वाचले होते, ऐकले होते, आता त्यापैकी अधिकांश गोष्टींचा प्रत्यक्ष अनुभव आला. हे पाहून हृदय गद्गद झाले आणि मन त्या गृहस्थ संत, गुरुदेव ऊ बा खिन यांच्याप्रति कृतज्ञता-विभोर होऊन गेले. घरी परतल्यावर गृही सामाजिक उत्तरदायित्वाचे अत्यंत व्यस्त जीवन जगतानाही सकाळी आणि संध्याकाळी विपश्यनेच्या अविच्छिन्न अभ्यासाला लागलो आणि पाहिले की याच्याने जीवनात आमूलाग्र परिवर्तन येऊ लागले त्यामुळे गुरुदेवांच्या प्रति ही कृतज्ञता आणखीनच अधिक सखोल होत गेली.

विपश्यना जीवनात उतरू लागली. काम, क्रोध आणि अहंकाराच्या अग्नीमध्ये सतत जळत राहणारे मन अभूतपूर्व आध्यात्मिक शांती आणि शीतलता अनुभवू लागले. पारिवारिक, व्यापारिक आणि विभिन्न सामाजिक जबाबदाऱ्यांमुळे सतत तणावांनी भरलेले रोगी मन आता सुखद स्वस्थतेचे धनी बनले. विपश्यनेने मला आपल्या लौकिक जबाबदाऱ्यांपासून दूर नाही पळवले. त्यांना अनासक्त भावाने निभावण्याची स्वस्थ ऊर्जा प्रदान केली. त्यामुळे काम करण्याची क्षमता वाढली. लहानपणापासूनच अत्यंत भावावेशमयी भक्तीमध्ये आकंठ बुडून जाऊन, विव्हळ होऊन, अश्रुपूर्ण नयनांनी, अवरुद्ध कंठाने आणि कातर स्वरामध्ये आपल्या उपास्यदेवाकडे अनेक वर्षांपासून करत असलेली याचना आणि प्रार्थना ज्यांना काढू शकली नाही; युवावस्थेमध्ये अनेक वर्षे शास्त्रांच्या गंभीर अध्ययनाची ज्ञान-गरिमा ज्यांचे उन्मूलन करू शकली नाही, ते अंत:शायी मनोविकार या सहज-सरळ साधना-विधिद्वारे प्रहाण होऊ लागले, मुळापासून नष्ट होऊ लागले हे पाहून हृदय परम धन्यतेने भरून गेले.

लहानपणापासूनच ऐकत आलो होतो की आमच्या परिवाराच्या उपास्यदेवाने– भगवान श्रीकृष्णाने बुद्धांच्या रूपात कोणत्यातरी विशेष उद्देशाने अवतार घेतला होता. ते असुरांना किंवा असे म्हणू, आसुरी प्रवृत्तीच्या लोकांना अशी मायावी शिकवण देण्यासाठी आले होते की ज्यामुळे ते सद्गतीपासून वंचित राहून लवकरात लवकर अधोगतीला प्राप्त होतील. मनावर या प्रबळ प्रचाराचा खूप जाड लेप लागला होता. त्यामुळे लहानपणापासूनच हे मानत आलो होतो की भगवान बुद्ध तर आमच्या ईश्वराचे नववे अवतार आहेत आणि आत्तापर्यंतच्या क्रमानुसार अधिकाधिक गुणवंत अवतारांमधून शेवटी असल्याकारणाने सर्वाधिक उन्नत आणि सर्वगुणसंपन्न अवतार आहेत, त्यामुळे परम पूज्य आहेत. परंतु त्यांची शिकवण मायावी आहे. आपल्यासारख्या आस्तिकांच्या उपयोगाची नाही. या जाड लेपामुळे विपश्यनेच्या पहिल्या शिबिरात भाग घेताना मन थोडे कचरत होते.

तसे हे देखील वाचत-ऐकत आलो होतो की बुद्ध करुणासागर होते. बालपणीच देवदत्तद्वारे एका हंसाला तीर मारण्याची आणि त्यांच्याद्वारे

करुणापूर्वक त्या पक्ष्याला वाचविल्याची घटनाही ऐकली होती. त्याचबरोबर हा एक प्रश्नही मनात येत होता की जर त्यांची शिकवण चुकीची होती तर संसारातील इतक्या लोकांनी तिला का स्वीकारले? या व्यतिरिक्त माझ्यासमोर हे ब्रह्मदेशाचे निवासी होते जे इतके भले, इतके सरळ, इतके निष्कपट आणि इतके शीलवान होते. जर बुद्धांच्या शिकवणीत खोट असती तर त्या शिकवणीचे अनुयायी इतके सज्जन कसे असते?

दुसरीकडे या साऱ्या तर्कांना दुर्बल बनवणारे अंधमान्यतांचे ते लेप होते जे लहानपणापासूनच मनावर लागले होते. माझ्या पिताश्रींच्या व्यावसायिक प्रतिष्ठानात एक प्रमुख कर्मचारी होते माझे मेहुणे श्री महादेवजी नाथानी. ते वयाने माझ्यापेक्षा खूप मोठे होते. त्यांचा मुलगा म्हणजे माझा भाचादेखील वयाने माझ्यापेक्षा मोठा होता. महादेवजी संस्कृतचे प्रकांड पंडित होते. त्यांचे शास्त्रीय अध्ययन खूप विशद होते आणि "शास्त्र-वचन प्रमाण" हाच त्यांचा सर्वात मोठा तर्क होता. ते खूप कर्मकांडी होते. रोज चार-पाच तास पूजा-पाठ करण्यात घालवित असत. ते रोज रुद्राचा सुस्वर पाठ करीत असत की जो खूप प्रभावशाली वाटत असे. मी त्यांचे खूप आभार मानतो की त्यांनी मला कमी वयातच गीतेच्या व्यतिरिक्त विष्णु सहस्रनाम, गोपाल सहस्रनाम, शिव महिम्न स्तोत्र आणि शिव तांडव स्तोत्र इत्यादींचा सुस्वर पाठ करण्याची प्रेरणा दिली. रोज सकाळी यांचा पाठ करण्यात मला खूप आनंद वाटत असे. या पाठांच्या स्वर-लहरी बराच वेळ माझ्या मनात गुंजारव करीत राहत. विष्णु, कृष्ण आणि शिवाच्या भक्तीमध्ये सारा परिवार भिजला होता. या पैत्रिक संस्कारांना हे पाठ खूप बळ प्रदान करीत असत.

महादेवजी खूप कट्टरपंथी होते. ते बुद्धांचा तर इतका नाही पण त्यांच्या शिकवणीचा खूप घोर विरोध करीत होते. मी लहानपणापासूनच माझ्या आजोबांसोबत बऱ्याचदा मांडलेच्या प्रसिद्ध महामुनी (बुद्ध) मंदिरात जात असे. तिथे गेल्यानंतर खूप शांती जाणवायची. महादेवजींनी मला अनेक वेळा सांगितले की बाबा तर आता म्हातारे झाले आहेत पण तू तर अजून लहान आहेस. तुला चुकीच्या रस्त्याने जाण्यापासून वाचले पाहिजे. परंतु बाबा स्वर्गवासी झाल्यानंतरही मी बऱ्याचदा त्या मंदिरात जात असे. मी पाहत होतो की आपल्या इथे मंदिरांमध्ये किती गोंधळ असतो आणि त्याचबरोबर अस्वच्छता देखील. याच्या तुलनेत बुद्ध-मंदिरातील शांती आणि स्वच्छता मनाला आपसूकच खेचून घेत होती. त्या दिवसांत ध्यानाच्या विषयी तर मी काही जाणत नव्हतो पण तिथे जाताच मन खूप शांत होऊन जायचे. याचे खूप मोठे आकर्षण होते.

महादेवजी मला समजावित राहत की तिथे सारखे सारखे जाण्यात या गोष्टीचा धोका आहे की कुठे मी त्यांच्या चुकीच्या शिकवणीच्या फेऱ्यात अडकून जाऊ नये. ते शास्त्रांचा आधार घेऊन सांगत असत की जर तुम्ही एखाद्या अरुंद गल्लीमधून जात असाल आणि समोरून एखादा क्रुद्ध मस्तवाल हत्ती येत असेल, जणू साक्षात मृत्यूच तुम्हाला चिरडण्यासाठी येत आहे आणि तुम्ही पाहता की तुमच्या डाव्या बाजूला एक जैन मंदिर आहे ज्याचा दरवाजा उघडा आहे आणि उजवीकडे बुद्ध मंदिर आहे ज्याचाही दरवाजा उघडा आहे तर अशा अवस्थेत हत्तीद्वारे चिरडले जाऊन मरणे हेच श्रेयस्कर आहे, परंतु कोणत्या जैन किंवा बुद्ध मंदिरात जाऊन आपले प्राण वाचविणे योग्य नाही कारण या दोन्ही मंदिरांचे दरवाजे वस्तुत: नरकाचे दरवाजे आहेत. नरकाचे दरवाजे या अर्थाने की तिथे जाता जाता जर त्यांच्या शिकवणीच्या फेऱ्यात पडलात तर परिणाम नरक-गमनाचेच होईल. त्यांनी ही गोष्टही वारंवार समजावली की बुद्ध ईश्वराचे अवतार होते परंतु अवतरित यासाठी झाले होते की इंद्राचे इंद्रासन वाचविण्यासाठी चुकीची शिकवण देऊन असुरांना लवकरात लवकर नरकात पाठविले जाईल. मी जेव्हा कधी प्रश्न करायचो की ईश्वर कोणाला धोका देण्यासाठी का जन्म घेतात? तेव्हा म्हणायचे की ही ईश्वराची लीला आहे. आपण आपल्या क्षुद्र बुद्धीने कधी समजू शकणार नाही. तेच जाणतात की कोणते काम केव्हा आणि कसे केले पाहिजे. तोपर्यंत सौभाग्याने आर्यसमाजाच्या संपर्कात आल्यामुळे महर्षि दयानंदजी सरस्वतींच्या विचारांनीही बराच प्रभावित झालो होतो आणि बुद्धीवादी देखील. त्यामुळे ही गोष्ट थोडीदेखील बुद्धीसंगत वाटत नव्हती, परंतु ईश्वराच्या प्रति इतकी खोलवर आस्था होती की गोष्ट पुढे न वाढविता मौन राहणे पसंत करीत होतो.

मला आठवते मी एकदा त्यांना विचारले होते की त्यांची शिकवण इतकी दुषित आहे तर हे इतके सारे बर्मी (बर्मी लोक) का त्यांचे पालन करतात? यावर त्यांनी पुन्हा कोणत्यातरी शास्त्राचा हवाला देऊन म्हटले की आमच्या अमुक धर्माचार्यांनी म्हटले आहे की बुद्धांची शिकवण चांगली आहे परंतु ती ग्रहण करण्यायोग्य नाही, तसेच की जसे चामड्याच्या बुटामध्ये भरलेले गायीचे शुद्ध दूध पिण्यालायक राहत नाही. पुढे जाऊन हे देखील ऐकले की जो पालि-प्राकृत भाषेचा उपयोग करतो तो निर्वंश होऊन जातो. जो आपल्या घरात बुद्धांची मूर्ती ठेवतो तो निर्धन होतो. या सर्व गोष्टी युक्तिसंगत तर कधी नाही वाटल्या, परंतु परम आस्तिक मनात ही एक भयाची ग्रंथी अवश्य बांधली गेली की बुद्धांच्या शिकवणीत कुठे ना कुठे, काही ना काही दोष अवश्य आहे नाहीतर आमच्या ऋषींना आणि त्यांनी लिहिलेल्या शास्त्रांना काय गरज पडली होती की ते बुद्धांच्या शिकवणीला अशा प्रकारे निंदित करतील. हेच एकमात्र कारण होते की विपश्यनेच्या शिबिरात सामिल होण्यासाठी मी थोडा कचरत होतो.

परंतु पूज्य गुरुदेवांना भेटल्यानंतर, त्यांच्या विपुल मैत्री आणि करुणेच्या संपर्कात आल्यावर आणि त्यांच्याद्वारे समजावलेली साधना सर्वथा निर्दोष प्रतीत झाल्यावर शेवटी मी शिबिरात सामिल झालोच. पहिल्याच शिबिरात खूप चांगले लक्षात आले की भगवान बुद्धांच्या शिकवणीच्या प्रति शेकडो वर्षांपासून करण्यात आलेला हा प्रचार किती मिथ्या आहे, किती भ्रामक आहे. शील-सदाचाराचे जीवन जगण्यात काय दोष आहे बरे? कल्पनाविहीन सत्याच्या आलंबनाद्वारे मर्कट-मनाला एकाग्र करविणाऱ्या समाधीच्या अभ्यासात काय दोष आहे बरे? सतत परोक्ष ज्ञानावर निर्भर राहणाऱ्या बुद्धीला स्वानुभूतींद्वारे प्रत्यक्ष ज्ञान जागवून विकार उन्मूलन करणाऱ्या ऋतंभरा प्रज्ञेमध्ये प्रतिष्ठित करण्यात काय दोष आहे बरे? विकारांपासून विमुक्त झालेल्या, निर्मळ झालेल्या, समतापूर्ण चित्तात मैत्री, करुणा, मुदिता आणि उपेक्षेचे ब्राह्मीभाव जागवून त्याला स्नेह, सौमनस्यता आणि सद्भावनेचे जीवन जगण्याची कला शिकवण्यात काय दोष आहे बरे? या सद्गुणांच्या धर्ममयी महानतेचे गुणगान लहानपणापासून ऐकत-वाचत आलो होतो. धर्माच्या याच सैद्धांतिक आणि कोऱ्या उपदेशात्मक पक्षाचा जर कोणी व्यावहारिक अभ्यास करवेल, तर ही शिकवण मायावी कशी झाली बरे?

विपश्यना-शिबिर सर्वथा निर्दोष आढळल्यावर मनात ही एक इच्छा जागृत झाली की बुद्ध-वाणीला वाचूनही पाहावे. कदाचित त्यात काही प्रच्छन्न माया लपलेली असेल तर पाहावे. परंतु जस-जशी बुद्ध-वाणी वाचत गेलो, तस-तशी तिची सर्वलोकहितकारिणी, निश्छल शुद्धता अधिकाधिक उजेडात येत गेली. त्याच दिवसात एकदा भारतातही आलो, हे तपासण्यासाठी की इथल्या प्रसिद्ध आश्रमांमध्ये जे ध्यान शिकवणारे विभिन्न धर्माचार्य आहेत, त्यांना भेटू आणि हे जाणून घेऊ की कुठे मी चुकीच्या रस्त्याला तर लागलो नाही ना? कोणत्या भ्रमात तर अडकलो नाही ना? आणि जर मार्ग योग्य असेल तर जितके शिकलो आहे याच्या पुढची अवस्था कशी प्राप्त केली जाऊ शकते? त्यांना भेटल्यानंतर जी तथ्ये उजेडात आली त्याने तर आणखी अधिक आश्वस्त झालो की भारत या कल्याणी विद्येला गमावून अध्यात्माच्या क्षेत्रात खरोखरच निर्धन झाला आहे.

काळ पुढे सरकत राहिला. एकीकडे सक्रिय विपश्यना साधना, दुसरीकडे पुरातन मूळ बुद्ध-वाणी, दोन्हीच्या अभ्यासाने आणि अध्ययनाने सारी सत्यता स्पष्टहून स्पष्टतर होत गेली.

धन्य आहे शेजारील ब्रह्मदेश ज्याने भारताच्या या अनमोल रत्नाला आपल्या शुद्ध रूपात सुरक्षित ठेवले. कल्याणी विपश्यना साधनेला आणि तिच्या सैद्धांतिक पक्षाला उजेडात आणणाऱ्या मूळ बुद्ध-वाणीला, ज्या दोन्हींना भारतातील आपल्या पूर्वजांनी किती नासमजपणे हरवून टाकले. आता हे खूप चांगले लक्षात येऊ लागले की अत्यंत चतुराईने संपूर्ण देशात असा प्रचार केला गेला की ज्यामध्ये बुद्धांचा तर जयजयकार परंतु त्यांच्या शिकवणीची भरपूर निंदा केली गेली. या विचाराने अत्यंत दु:खद आश्चर्य वाटले की कशा प्रकारे देशातील समस्त बुद्धीशाली वर्ग हळूहळू या चतुराईचा आणि प्रचाराचा शिकार होत गेला

तसेच बहकाव्यात येऊन आपल्या देशाची पुरातन, सनातन, अनमोल संपदा गमावून बसला. परंतु हा तर भूतकाळातील इतिहास आहे. आत्ताही शुद्ध जागली तर चांगले होईल.

नित्य नियमित साधना करण्याव्यतिरिक्त, जर विदेश-यात्रेवर निघालो नाही तर प्रत्येक रविवारी रंगूनमध्ये सकाळी सात वाजता पू. गुरुजींच्या सानिध्यात सामूहिक साधना आणि वर्षातून कमीत कमी एक दहा दिवसांचे शिबिर आणि कधी दीर्घ शिबिर करीत राहिल्यामुळे विपश्यना-प्रज्ञा पुष्ट होत गेली, मानव-जीवनाची सफलीभूत सार्थकता प्रत्यक्ष अनुभूत होत गेली. काया आणि चित्ताचे सारे ऐंद्रिय क्षेत्र आणि त्याचा अनित्य, दुःख आणि अनात्मधर्मा स्वभाव स्पष्टपणे अनुभूतीवर उतरू लागला. तळहातावर ठेवलेल्या आवळ्याप्रमाणे सारी सत्यता स्पष्ट होत गेली. सामान्य भंग-ज्ञानाची अवस्था की जी पहिल्या शिबिरातच अनुभवावर उतरली होती, तीच ही भ्रांती उत्पन्न करण्याकरीता पर्याप्त होती की हीच नित्य, शाश्वत, ध्रुव, चैतन्य अवस्था आहे, जेव्हाकी ती साधारण दैहिक आणि चैतसिक अनुभूतीच होती की जी स्पष्टपणे उत्पाद-व्यय स्वभावाची होती. पुढे जाऊन जेव्हा त्यापेक्षाही अधिक सूक्ष्म अवस्था प्रकट झाली जिथे प्रभूत शांती, प्रश्रब्धी आणि असीम आनंदाची अनुभूती झाली, तेव्हा दूरच्या यात्रा-पथावरील या मधल्या धर्मशाळेला नित्य, शाश्वत, ध्रुव आणि परम सुख मानून या नव्या भ्रामक देहात्म बुद्धीमध्ये कुठे अडकून राहू नये, याकरीता या अवस्थेवर आणखी अधिक सजग होऊन अनुभव करणे आवश्यक असल्याचे सांगितले गेले हे जाणण्यासाठी की ही अतींद्रिय अवस्था आहे की इंद्रियातीत? इंद्रियातीत असेल तर त्या अवस्थेमध्ये सर्व इंद्रिये निरुद्ध होऊन जातात आणि काम करणे बंद करतात. जर असे नसेल तर अजूनही ही ऐंद्रिय अनुभूतीच आहे. याच्याप्रति खूप सजग राहिल्यामुळे अत्यंत सूक्ष्म अवस्थेचाही उत्पाद-व्यय अनुभवावर उतरला. नाहीतर याच अवस्थेने "मी, माझे, माझा नित्य, शाश्वत, ध्रुव आत्मा आहे", अशा भ्रामक देहात्म बुद्धीशी बांधून टाकले असते. याकरीता या अवस्थेच्या वास्तविकतेप्रति अत्यंत सजग राहणे अनिवार्य होते. अशा प्रकारे सतत सजग राहत-राहत विमुक्तिमार्गाच्या विभिन्न अनुभूतींमधून जात-जात सर्व शंका आपोआप दूर होत गेल्या. प्रत्येक पावलावर धर्माचे आशुफलदायक शुद्ध स्वरूप प्रकट होत गेले. स्वभावतःच मन कृतज्ञतेच्या भावांनी अधिकाधिक ओतप्रोत होत गेले. कृतज्ञता त्या भगवान गौतम बुद्धांच्या प्रति ज्यांनी सहस्त्रावधी वर्षांपासून हरवलेली ही चित्तविशोधिनी, मुक्तीदायिनी विपश्यना-विद्या आपल्या अथक परिश्रमांनी शोधून काढली आणि तिच्याद्वारे केवळ स्वतःच मुक्त होऊन नाही राहिले तर जीवनभर अत्यंत करुण चित्ताने, कोणत्याही भेद-भावाशिवाय तिला सर्व लोकांना मुक्तहस्ताने वाटत राहिले. असीम कृतज्ञता प्रथमतः भारतातील आणि त्यानंतर ब्रह्मदेशातील संत-आचार्यांच्या त्या अक्षुण्ण गुरु-शिष्य परंपरेच्या प्रति, ज्यांनी या विद्येला आपल्या मौलिक शुद्ध रूपात कायम ठेवले. कृतज्ञता आपले धर्म-पिता परम पूज्य गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन यांच्या प्रति ज्यांनी ही विद्या मला इतक्या करुणभावाने शिकवली आणि मनात येणाऱ्या सर्व शंकांचे समाधान करत शुद्ध धर्माच्या सैद्धांतिक आणि व्यावहारिक दोन्ही पक्षांमध्ये परिपुष्ट केले.

विपश्यना-पथावर चालताना मागील चाळीस वर्षांच्या नवीन जीवनाचे सिंहावलोकन करतो तेव्हा मन असीम संतुष्टीने आणि प्रसन्नतेने भरून जाते. या चाळीस वर्षांमध्ये लौकिक क्षेत्रात कितीतरी चढ-उतार आले; कितीतरी वसंत-पतझड आले; कितीतरी भरती-ओहोटी आल्या; परंतु विपश्यनेच्या दैनिक अभ्यासाने प्रत्येक अवस्थेत समता पुष्ट करण्याचेच काम केले. पू. गुरुदेवांच्या महान कृपेमुळे जीवनपथावर दृढतापूर्वक पुढे जात राहण्यासाठी विपश्यनेच्या धर्मबळाचा असा अद्भुत आहार मिळाला, अशी पौष्टिक शिदोरी मिळाली आणि अजूनही मिळतच आहे, की ज्यामुळे जीवन धन्य झाले. अशी शिदोरी ज्यामुळे आपलेही कल्याणच कल्याण, त्याचबरोबर इतर अनेकांचेही कल्याणच कल्याण. हे पाहून पू. गुरुदेवांच्या प्रति वारंवार मन कृतज्ञतापूर्ण पुलक-रोमांचांनी तरंगित होत राहते. पंचवीस शताब्द्यांपूर्वी महाकारुणिक भगवान बुद्धांद्वारे प्रवाहमान झालेली आणि या युगात परम पू. गुरुदेवांद्वारे पुन्हा गतिमान केली गेलेली ही धर्मगंगा सहस्त्रावधी वर्षांपर्यंत भवसंतप्त लोकांना भवमुक्त करत राहो, दुःखमुक्त करत राहो, अनेकांचे मंगल करत राहो, अनेकांचे कल्याण करत राहो, हीच कल्याणी-कामना वारंवार मनात उद्वेलित होत राहते.

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयंका

(– वर्ष 25, बुद्धवर्ष 2539, मार्गशीर्ष पौर्णिमा, दि. 7-12-1995, अंक 6 हिन्दीमधून साभार)

[पूज्य गुरुदेवांच्या दहाव्या पुण्यतिथी निमित्त त्यांच्या जीवनात नवीन वळण आणणाऱ्या या विस्तृत लेखापासून प्रेरणा घेऊन धर्मपथावर आपण नेहमी पुढे जात राहू, हीच त्यांच्याप्रति आपली खरी श्रद्धांजली होईल. – संपादक]

------oo------

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1. श्री वाई शिव कुमार (स.आ.), धम्म अञ्चल, अम्बिकापुर (छत्तीसगढ)च्या केंद्र आचार्यांची सहायता / सेवा

नवे उत्तरदायित्व

आचार्य

1. श्री प्रेमनारायण शर्मा, नागपूर
2. श्री वामन बैंगाने, नागपूर

वरिष्ठ स. आचार्य

1. Mr. Hong-Eng Khoo, Malaysia

नव नियुक्ती

सहायक आचार्य

1. श्री राजेंद्र पाटील, नाशिक
2. श्रीमती कला राव, दुबई
3. श्री अजय भागदीकर, दुर्ग
4. कु. माला देवीदास पंजाबी, चेन्नई

बालशिबिर शिक्षक

1. श्री मद्दुरी बलाराजू, तेलंगाना
2. श्री जी. कल्याण रमना, हैदराबाद
3. श्रीमती सज्जा पुष्पा, हैदराबाद
4. श्री वेंकटेश्वरलू मैडिसेट्टी, सिकंदराबाद
5. श्रीमती श्रीलक्ष्मी सिलुवेरु, हैदराबाद
6. श्रीमती अरुणा पामिन पटेल, मोडासा
7. डॉ. पामिन अमृतभाई पटेल, मोडासा
8. श्री शंकर बिहारीभाई राजपुरोहित, मोडासा
9. श्रीमती विमला ठक्कर, बनासकांठा
10. Mr. Herve Muneza, Mozambique

मंगल मृत्यू

1. नागपूरच्या श्रीमती सुरेखा पोंक्षे यांनी दिनांक १० ऑगस्टला शांतीपूर्वक शरीर त्यागले. सहायक आचार्यांच्या रूपात २००३ मध्ये नियुक्ती झाल्यानंतर त्या निरंतर धर्मसेवेत संलग्न राहिल्या परंतु २००८ पासून वरिष्ठ सहायक आचार्यांची जबाबदारी निभावत राहिल्या. त्यांनी अनेक दीर्घ शिबिरांमध्ये आपले योगदान दिले आहे. धम्मनाग केंद्राच्या विकासात त्यांनी मोलाचे योगदान दिले अशा सेवा भाविनी साधिकेची धर्मपथावर उत्तरोत्तर वृद्धी होवो, धर्मपरिवाराची हीच मंगल कामना!

2. कलकत्त्याच्या श्रीमती विमला बदानी यांनी २८ ऑगस्टला पहाटे ४.३० वाजता अहमदाबादमध्ये अंतिम श्वास घेतला. त्यांनी पहिले शिबिर केल्यानंतर लगेचच धर्मसेवेला वाहून घेतले आणि हळूहळू आपल्या पतीसोबत खांद्याला खांदा लावून खूप धर्मसेवा दिली. कलकत्त्यातील 'धम्मगंगा' या विपश्यना केंद्राच्या निर्माण कार्यात आणि संचालनात अथक प्रयास करीत महत्वाची भूमिका निभावली. नंतर तब्येत बिघडल्यामुळे त्या अहमदाबादमध्ये आपल्या सुनेबरोबर राहू लागल्या. अशा कर्मठ साधिकेची धर्मपथावर निर्वाणलाभी होईपर्यंत उत्तरोत्तर प्रगति होत राहो, धर्मपरिवाराची हीच मंगल कामना!

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोराई, मुंबईमध्ये

1. एक दिवसीय महाशिबिर (Mega Course) कार्यक्रमः

1. रविवार 01 ऑक्टोबर 2023 शरद-पौर्णिमा तसेच पूज्य गोयन्काजींच्या पुण्यतिथी निमित्ताने.
2. रविवार 19 नोव्हेंबर 2023 शताब्दी वर्ष महाशिबिर
3. रविवार 10 डिसेंबर 2023 शताब्दी वर्ष महाशिबिर
4. रविवार 14 जानेवारी 2024 संघदान आणि महाशिबिर
5. रविवार 04 फेब्रुवारी, मेगा इवेंट- **'डॉक्यूमेंट्री फिल्म' चे विमोचन व अन्य कार्यक्रम**

Online registration: *http://oneday.globalpagoda.org/register*

Email: *guruji.centenary@globalpagoda.org* or *oneday@globalpagoda.org*

इतर कोणत्याही प्रकारच्या माहितीसाठी संपर्क :

info@globalpagoda.org or *pr@globalpagoda.org*

विपश्यना विशोधन विन्यास द्वारा "पाल" योजना

प्रिय धर्म परिवार, गुरु पौर्णिमेच्या या प्रसंगी विपश्यना विशोधन विन्यासद्वारे प्रोजेक्ट "पाल" – धर्माचा खजिनाची घोषणा करताना खूप आनंद होत आहे.

जसे की आपण सर्व जाणता की या अनमोल धर्माला आचार्यांच्या शुद्ध परंपरेद्वारे सांभाळून ठेवले गेले आणि पूज्य एस. एन. गोयंकाजींद्वारे याच्या प्राचीन शुद्धतेसह आपल्याला दिला गेला, ज्याला अनेकांच्या लाभासाठी सांभाळून सुरक्षित ठेवण्याची आणि भविष्यातील पिढ्यांना याला शुद्ध रूपामध्ये प्रदान करण्याची आवश्यकता आहे. म्यंमा वरुन आणलेली ताडपत्रे आणि हस्तलिपी, दुर्लभ पुस्तके, छायाचित्र, विविध कलाकृती, ऑडिओ आणि व्हिडिओ टेपच्या रूपात दुर्लभ सामग्रीचा विशाल खजिना उपलब्ध आहे. यात गोयंकाजींचा अति दुर्लभ असा व्यक्तिगत संग्रह सुद्धा सामील आहे.

'पाल'-धर्माच्या खजिन्याचे विवरण–

- छायाचित्र, प्रतिमा – 20,000 पेक्षा अधिक
- ऋणात्मक (निगेटिव्ह्स्) – 8,000 पेक्षा अधिक
- पत्र, दस्तावेज़ आणि प्रतिलेख – 2,10,000 पेक्षा अधिक
- समाचार पत्र, मासिक पत्रिका – 10,000 पेक्षा अधिक
- डायरी आणि नोटबुक्स – जवळजवळ 500
- मुद्रित पुस्तके – 12,000 पेक्षा अधिक
- ताडपत्रे आणि हस्तलिपि – जवळजवळ 28
- ऑडियो आणि व्हिडियो टेप संग्रह – 3, 000 पेक्षा अधिक
- पेंटिंग्स – बुद्धांच्या जीवनावर 130 पेक्षा अधिक मोठी चित्र सांभाळून ठेवली आहेत.
- शिबिर आवेदन फॉर्म – 12 लाखापेक्षा अधिक (काही फॉर्म 1971 चे आहेत.)

या सामग्रीला पर्यावरणीय परिस्थितीमुळे होणाऱ्या नुकसानीच्या जोखमीपासून वाचवण्यासाठी परियोजना 'पाल', जिचा अर्थ आहे धम्म शिकवणीला सुरक्षित ठेवणे, सांभाळून ठेवणे, एक अत्याधुनिक संरक्षण सुविधेची योजना बनवली गेली आहे, जी जवळपास 5,000 वर्ग फुट (Sq ft) क्षेत्रामध्ये असेल. यात तापमान नियंत्रित वातावरणाबरोबर आग-प्रतिरोधी स्टोअरची सुविधा असेल. वरील मजल्यावर असल्यामुळे ही पाण्यापासून सुद्धा सुरक्षित असेल.

या परियोजनेवर जवळपास 300 लाख रुपये खर्च होण्याचे अनुमान आहे. येणाऱ्या पिढ्यांच्या हितासाठी या पुण्यदायी कार्याकरीता आपले योगदान महत्वपूर्ण ठरेल.

कृपया प्रोजेक्ट 'पाल' 'धर्माचा खजिना' चा एक लघु व्हिडियो पाहण्यासाठी खालील युट्युब लिंक वर क्लिक करा: https://youtu.be/eK-dJPWnOhs

आमची वेबसाइट, मोबाइल ॲप, स्कॅन, यूपीआय, क्यू आर कोड, नेट बँकिंग द्वारा कोणीही ऑनलाइन दान करु शकतात किंवा आमच्या पत्त्यावर चेक पाठवू शकतात.

दान विकल्पांसाठी लिंक: https://www.vridhamma.org/Donation-to-VRI

VRI ला दान दिल्यावर भारतीय नागरिकांना 100% आयकर सुटीचा लाभ होतो.

सर्वांचे मंगल होवो!

विपश्यना विशोधन विन्यासला दान देण्यासाठी बँक विवरण या प्रकारे आहे–

विपश्यना विशोधन विन्यास, ॲक्सिस बँक लि., मालाड (प.)

खाते क्र. 911010004132846; IFSC Code: UTIB0000062

संपर्क- 1. श्री डेरिक पेगाडो - 022-50427512/ 28451204

2. श्री बिपिन मेहता - 022-50427510/ 9920052156

3. ईमेल - audits@globalpagoda.org

4. वेबसाइट- https://www.vridhamma.org/donate-online

दोहे धर्माचे

जय जय जय गुरुदेवजी, जय जय कृपानिधान।
धर्मरत्न असे दिले की, झाले परम कल्याण॥

नसता भेटलात जर गुरुवर, धर्मगंगेच्या तीरी तुम्ही।
नुसतीच गंगा पूजली असती, जल न पिता कधी आम्ही॥

बरमा देशी सुदेशी, गुरुवर नसता भेटलात जर।
काम क्रोध अहंकाराचे, मिटले कसे असते क्लेश तर॥

पथ विसरला दिग्भ्रम झाला, भटकलो व्याकुळ होऊनी।
सत्पथ दिला दाखवूनी, धन्य धन्य त्या गुरुदेवांनी॥

दोहे धर्माचे

असा संत सद्गुरु मिळे, दिले धर्माचे सार।
आपले पण होवो भले, होवो जगत उपकार॥

गाठी गाठी बांधल्या, वाची पोथी ज्ञान।
शेवटी आता समझलो, सद्गुण मिळे सुजान॥

हाताला हाथ न समझे, घोर रे अंधकार।
धर्म दिपक च उजळला, गुरुवरांचे उपकार॥

कामनांचे विष भरले, जसा च नाग भुजंग।
अमृत पिता निर्विष रे, सतगुरु चा सतसंग॥

"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, भाद्रपद पौर्णिमा, 29 सप्टेंबर, 2023, वर्ष 7, अंक 7

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: 15 SEPTEMBER, 2023, DATE OF PUBLICATION: 29 SEPTEMBER, 2023

If not delivered please return to:-

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403
जिल्हा-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244998, 243553, 244076,
244086, 244144, 244440
Email: vri_admin@vridhamma.org;
Course Booking: info.giri@vridhamma.org
Website: www.vridhamma.org