साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

विपस्सना

साधक (मराठी)

बुद्धवर्ष 2568, चैत्र पौर्णिमा, 12 एप्रिल, 2025, वर्ष 1 अंक 2 (संशोधित) 2017 पासून निरंतर प्रकाशित

वार्षिक सदस्यता शुल्क ₹ 100.00; (भारताबाहेर पाठविण्यासाठी US $ 50)

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

धम्मवाणी

न वेदनं वेदयति सपञ्ञो, सुखम्पि दुक्खम्पि बहुस्सुतोपि।
अयञ्च धीरस्स पुथुज्जनेन, महा विसेसो कुसलस्स होति॥

– संयुत्तनिकायो, सळायतनवग्गो 2. वेदनासंयुत्तं, सल्लसुत्तं 254

(शुद्ध धर्माचा)बहुश्रुत प्रज्ञावान व्यक्ती शरीरावर होणाऱ्या सुखद अथवा दुःखद संवेदनांना भोगत नाही. कुशलच्या क्षेत्रात अज्ञानीच्या तुलनेत ज्ञानीची हीच महान विशेषता असते.

धर्माचे शुद्ध स्वरूपच अमृत आहे

वार्षिक संमेलन, धम्मगिरी, 1 मार्च 1989, प्रारंभिक सत्र

विदेशातून आलेल्या धर्मसेवकांनो!

धर्म कसा पसरेल, कशा प्रकारे पसरेल याला समजण्यासाठी, यावर चिंतन करण्यासाठी इथे आलात. कशा प्रकारे पसरला पाहिजे आणि का पसरला पाहिजे याचे निर्देश तर आजपासून 2500 वर्षांपूर्वी मिळाले आहेत. त्या निर्देशांच्या अनुसार पसरवाल तर कुठे चूक होणार नाही. त्या प्रयोजनाने पसरवाल तर कुठे चूक होणार नाही; कल्याणाची गोष्ट होईल, मंगलकारीच गोष्ट होईल.

प्रत्येक धर्मदूतासाठी स्पष्ट निर्देश आहे– **बहुजनहिताय बहुजनसुखाय लोकानुकम्पाय.** अशा धर्माचा संदेश घेऊन जो बाहेर जातो, तो सर्वांना धर्माचा संदेश पोहोचवेल देईल ही अशक्यप्राय गोष्ट आहे. तो सर्वांचे हित करेल ही अशक्यप्राय गोष्ट आहे. तो सर्वांना सुख पोहोचवेल ही अशक्यप्राय गोष्ट आहे. धर्म-कामना अवश्य सर्व-हिताची असली पाहिजे, सर्व-मंगलाची असली पाहिजे, सर्वांच्या भल्याची असली पाहिजे. व्यावहारिक बाब ही की जो व्यक्ती धर्माचा संदेश घेऊन जाईल त्याचे लक्ष्य एकच असावे की त्याच्या आपल्या स्वतःच्या सामर्थ्यानुसार कसे अधिकहून अधिक लोकांचे भले होऊ शकेल, हित होऊ शकेल? कसे अधिकहून अधिक लोकांना सुख पोहोचू शकेल, दुःखांमधून त्यांची मुक्ती होऊ शकेल— **बहुजनहिताय बहुजनसुखाय.** पण धर्माचा संदेश घेऊन जाणारा व्यक्ती कसा करेल या कामाला?

"लोकानुकम्पाय"– खूप करुणा असावी, खूप मैत्री असावी आतमध्ये. लक्ष्य आहे अधिकहून अधिक लोकांचे भले कसे होईल, अधिकहून अधिक लोकांना सुख कसे पोहोचेल? त्यांच्याप्रति करुणा नसेल, मंगल मैत्रीचा भाव नसेल तर लक्ष्य चांगले असूनही करता आले नाही. करण्याची रीत आली नाही. हा मापदंड मिळाला आणि मग पुढचे पाऊल **"देसेथ धम्मं."** काय द्यायचे आहे लोकांना? काय वाटायचे आहे, काय शिकवायचे आहे? खूप स्पष्ट शब्दांमध्ये म्हटले– **"देसेथ धम्मं."** धर्म द्यायचा आहे, धर्म वाटायचा आहे. आणखी काही याच्यासोबत जोडले जाऊ नये! नाही तर जे जोडले गेले ते प्रमुख होऊन जाईल आणि धर्म गौण होऊन जाईल. धर्म द्यायचा आहे.

'धर्म' काय असतो? **"आदिकल्याणं, मज्झेकल्याणं, परियोसान कल्याणं."** धर्म, धर्म तेव्हा आहे जेव्हा की धारण करणारा धारण करणे सुरु करेल, तेव्हा कल्याण सुरू झाले. धारण करणे सुरू केले की कल्याण होणे सुरू झाले. हा मापदंड आहे मोजण्याचा की धर्म देत आहोत की आणखी काही देत आहोत? धर्म दिला तर आरंभापासूनच कल्याण सुरु झाले. आणखी पुढे गेलो तर कल्याणच कल्याण, कल्याणच कल्याण. मध्यातही कल्याणच कल्याण. आणि जिथे धर्म धारण करण्याच्या अंतिम लक्ष्यापर्यंत पोहोचला म्हणजे पूर्णपणे धर्म धारण केला तर परम कल्याण झाले. धर्म, धर्म आहे की नाही त्याला मापण्याचा हाच मापदंड की प्रत्येक पाऊल कल्याणकारी आहे की नाही? "आरंभी कल्याणकारी, मध्यात कल्याणकारी, अंती कल्याणकारी, पावलो-पावली कल्याणकारी."

कुठे अडकून जाऊ नये याकरीता पुन्हा समजावले— **"सात्थं सव्यञ्जनं."** व्यंजनांचा वापर तर करावा लागेल. कोणत्या तरी भाषेचा, कोणत्या तरी शब्दांचा, नाहीतर कोणाला कसे समजावता येईल? पण त्यातही चूक होऊ नये. तेव्हा **"सात्थं"**– लोकांचा अर्थ सिद्ध होत आहे की नाही? नाही तर गुरफटला जाईल. आपल्या पांडित्याच्या प्रदर्शनात लागेल. आपल्या विद्वत्तेचे प्रदर्शन करू लागेल. पहा! कशा शैलीदार भाषेत मी धर्म समजावू शकतो. पहा! किती उपमांसहित, किती तर्कांसहित धर्म समजावू शकतो! अरे, तर मग केवळ व्यंजनच व्यंजन राहून गेले. लाभ नाही झाला. लाभ तेव्हाच होईल जेव्हा 'शब्द' कल्याणकारी आहे, अन्यथा शब्द कोरे शब्द आहेत. खूप सजग राहिल. धर्मदूताचे काम करणारा व्यक्ती खूप सजग— सार्थक तर आहे ना? जे बोलत आहे त्याने खरोखर अर्थ सिद्ध होत आहे ना लोकांचा? **"सात्थं सव्यञ्जनं."**

पुन्हा समजावले, चूक करून बसू नये. धर्माला स्वतःच योग्य प्रकारे समजून घेतले नाही तर लोकांना काय समजावेल? चूक करून बसू नये. **"केवलं परिपुण्णं, केवलं परिसुद्धं." "केवलं परिपुण्णं"**— परिपूर्ण आहे. यात कुठे काही जोडण्याची चूक करू नये. काय जोडाल? परिपूर्ण आहे. इतका परिपूर्ण आहे, इतका भरलेला घड़ा आहे की काही आणखी टाकाल

रजि. नं. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK 286/2024-2026

तर बाहेर सांडून जाईल. जागाच नाही, परिपूर्ण आहे. आणि **"केवलं परिसुद्धं"**— अरे, इतका शुद्ध आहे, काय काढाल याच्यातून? कोणती गोष्ट यात खराब आहे जिला काढाल? गोंधळून जाल. जे केवळ **'परिपुण्णं परिसुद्धं'** आहे त्यातून कधी चुकूनही काही काढू नये, त्यात चुकूनही कधी काही जोडू नये. एक-एक आदेश खूप महत्वपूर्ण आदेश आहे— **"केवलं परिपुण्णं, केवलं परिसुद्धं."**

त्यानंतर **"ब्रह्मचरियं पकासेथ"**– त्या दिवसांच्या भाषेत ब्रह्मचर्य म्हणजे धर्मचर्य. धर्माच्या आचरणाचे प्रकाशन करायचे आहे– **"पकासेथ".** आधी म्हटले– **"देसेथ"**– उपदेश द्यायचा आहे, समजवायचे आहे लोकांना. परंतु सारे समजावणे जागेवरच राहील, सारे उपदेश जागेवरच राहतील जर शिकवणाऱ्याच्या जीवनात धर्म नाही उतरला तर. त्याचे आपल्या स्वत:चे धर्माचरण प्रकाशित व्हावे. त्या प्रकाशात लोक पाहतील– अशा प्रकारे धर्माचे जीवन जगता येऊ शकते तर सार्थक होईल. नाहीतर धोका होईल, कोरा उपदेश होईल. प्रकाशन नाही झाले ना? लोकांनी पाहिले नाही की धर्माचे जीवन कसे जगता येते, तर मग कोऱ्या उपदेशांनी काय प्राप्त कराल? वाणी-विलास, बुद्धी-विलास कराल किंवा कोणाचा भावावेश जागवून द्याल. अरे! काय मिळेल? मात्र **"सव्यञ्जनं"** होऊन राहिले, "सार्थक" नाही झाले. उपदेश नुसता कोरा उपदेश झाला, त्याचा कोणता लाभ नाही झाला. अरे, 'बहुजनहिताय, बहुजनसुखाय' तर दूरच राहिले कोणा एकाचेही हित-सुख होणार नाही.

म्हणजे, मापदंड तर आम्हाला मिळाला आहे, आता त्या मापदंडाच्या अनुसार काम करायचे आहे. तरीही इच्छा होईल की याच्याबरोबर काही जोडून द्यावे. मोठा ऊंच झेंडा फडकवून म्हणतील– बौद्ध धर्म आहे. जोडून दिले ना? हिंदू धर्म आहे, जोडून दिले ना? जैन धर्म...? तर जे जोडले ते प्रमुख होऊन जाईल, धर्म गौण होऊन जाईल. आता धर्माचे महत्व राहिले नाही. बौद्ध आहे की नाही, जैन आहे की नाही, हिंदू, ख्रिश्चन, मुस्लिम आहे की नाही? बुडून गेला ना? सारी गोष्ट जागेवरच राहिली. जे काम शिकवायला निघाला ते सर्व जागेवरच राहिले. या धोक्यापासून वाचायचे आहे.

धर्म निसर्गाचा नियम आहे. कोणी व्यक्ती मुक्त होतो आणि खरोखर मुक्त होतो, खरोखर परम परिशुद्ध होतो, खरोखर सम्यक संबुद्ध होतो तेव्हा असा व्यक्ती परम परिशुद्ध धर्म शिकवेल, निसर्गाचा नियम शिकवेल, विश्वाचे विधान शिकवेल. काय घडल्याने काय होते– हा नियम आहे, हे विधान आहे हेच शिकवेल. काय न घडल्याने काय होत नाही– हा नियम आहे, विधान आहे जे सर्वांवर लागू होते.

त्या दिवसांच्या भाषेत यालाच **"पटिच्चसमुप्पाद"** म्हटले. म्हणजे, प्रतीत्यसमुत्पाद— हे होण्याने त्याच्याबरोबर हे उत्पन्न होईल. हे नाही झाले तर हे उत्पन्न होणार नाही. खूप स्पष्ट शब्दांमध्ये समजावले– **"यो पटिच्चसमुप्पादंजानाति, सो धम्मंजानाति; यो धम्मंजानाति, सो पटिच्चसमुप्पादं जानाति".** जो प्रतीत्यसमुत्पादला जाणतो म्हणजे निसर्गाच्या नियमाला जाणतो, असे-असे झाले तर त्याच्याबरोबर असा-असा परिणाम येईलच. असे-असे नाही झाले तर हा परिणाम येणार नाही. हा निसर्गाचा नियम आहे जो सर्वांवर लागू होतो. जो याला समजतो तो धर्माला समजतो. आणि जो धर्माला समजतो तो याला समजतो. आणखी काय समजेल?

धर्म बौद्ध, हिंदू, जैन होईल तर ही गोष्ट कसा समजेल? अडकून गेला ना? ही गोष्ट जी सर्वांना लागू पड़ते– आत काही प्रिय वाटले तर आसक्ती जागवली, दु:खी होऊन जाईल. सर्वांवर लागू होते ना? आत काही अप्रिय वाटले तर द्वेष जागवला, व्याकुळ होऊन जाईल. सर्वांवर लागू होते ना? आत काही प्रिय वाटले तरीही आसक्ती नाही जागवली. समजला, अरे! हे तर अनित्य आहे भाऊ, बदलणारे आहे भाऊ! आसक्ती नाही जागवली तर दु:ख नाही झाले ना? आत काही अप्रिय वाटले आणि समजला– अरे, अनित्य आहे भाऊ, बदलणारे आहे भाऊ! द्वेष नाही जागवला तर दु:खी नाही झाला ना? अरे, हा व्यक्ती स्वत:ला हिंदू, बौद्ध, जैन, ख्रिश्चन म्हणत राहो, भारतीय, अमेरिकन म्हणत राहो, काय फरक पड़ला रे? ज्या दिवशी ही गोष्ट लक्षात आली त्या दिवशी धर्म समजला. नाहीतर धर्म नाही समजला. जोपर्यंत धर्म समजला नाही तो पर्यंत गुंत्यात अडकूनच राहील.

काही जोडले जाऊ नये. गरजच नाही. **"देसेथ धम्मं",** लोकांना काय द्यायचे आहे? धर्म द्यायचा आहे, आणखी काही देत बसू नये. धर्म द्यायचा आहे आणि हे धोके आहेत ज्यांच्यापासून वाचायचे आहे. सुरुवातीलाच हा धोका सुरु होईल, म्हणजे– ... **लोकानुकम्पाय**— लोकांवर अनुकंपा करणे तर विसरून जाईल, आपल्या स्वत:वर अनुकंपा करेल. माझा अर्थ कसा सिद्ध होईल? आणि तोही वेडेपणाने.

खरा अर्थ लक्षात आला तर चांगली गोष्ट आहे. हा सारा धर्म लोकांना शिकवणे चांगली गोष्ट आहे. लोकांचे प्रत्यक्ष भले होते यापेक्षा चांगले काम काय होईल? हा साऱ्या विश्वात पसरो, खूप चांगली गोष्ट आहे. पसरत आहे ही देखील चांगली गोष्ट आहे. पण या साऱ्या तसबिरीमध्ये 'मी' कुठे? माझी हस्ती काय? अरे, माझे तर प्रकाशन झालेच नाही? धर्माचरणाचे प्रकाशन होवो की ना होवो, माझे प्रकाशन झाले की नाही. माझी इमेज कुठे? या साऱ्या कामात माझे अस्तित्व कुठे? मला कोणी जाणतच नाही? इतका सहयोग देतो, इतकी सेवा करतो! अरे, चहूकडे फिरून-फिरून इथे शिबिर लावले, तिथे शिबिर लावले; इथे व्यवस्था केली, तिथे व्यवस्था केली; आणि पहा, इतके दान दिले तरीही कोणी साधे धन्यवाद देखील देत नाही? मला कोणी विचारतही नाही? माझा कोणता सन्मानही नाही? तर मग आपल्या कामाचे नाही. आधी खूप चांगले होते. आता सर्व बिघडले. कारण आमचा सन्मान नाही ना? आमचे कोणी ऐकतच नाही ना?

अरे, बावळ्या माणसा, कुठे गुरफटून गेलास रे? काय धर्म शिकवशील लोकांना? काय धर्मसेवा करशील? तुझी छबी तुझ्यासाठी प्रमुख झाली? तुझा अहं तुझ्यासाठी प्रमुख झाला? कुठली अनुकंपा रे? कुठे मैत्री? असे तपासत राहील. खरोखर धर्माचा संदेश घेऊन जाणारा व्यक्ती आपल्या स्वत:ला तपासत राहील. कुठे उद्देश तर बिघडून गेला नाही ना? वरून-वरून उद्देश ठीक वाटतो. बस्स, सेवा करण्याची किंवा शिकवण्याची पद्धत तर बदलली नाहीना? आपली छबी कशी पुढे घेऊन येऊ? माझी इमेज कशी पुढे येईल— कुठे हे तर होऊ लागले नाही? खूप सजग राहावे लागेल. तलवारीच्या धारेवर चालायचे आहे, इतका अरुंद, संकीर्ण रस्ता आहे, घसरलो तर गेलो. खूप सजग राहावे लागेल.

खूप परिपूर्ण आहे धर्म. त्यात काही जोडण्याची गरज नाही. तरीही येईल अशी कोणती धर्मविरोधी शक्ती, असा आकर्षक वेश परिधान करून येईल– अरे, धर्म शिकवणाऱ्या भावा! पहा, हे काम किती श्रेष्ठ आहे, किती श्रेष्ठ आहे? पहा, याच्याने लोकांचे कसे कल्याण होत आहे? याच्याबरोबर हेही चालू दे, चांगलेच तर आहे ना! सांग, वाईट काय आहे यात? घाबरून जाईल, उत्तर नाही देऊ शकणार. ठीक आहे बाबा, जोडा थोडेसे. हेही जोडून द्या. थोड़े दिवसही जाणार नाहीत आणि पहाल- जे जोड़ले गेले ते प्रमुख होईल आणि धर्म पुन्हा अंधारात बुडून जाईल.

असे होत आले, याच्यामुळेच धर्म बुडाला. शिकवणाऱ्यांना, सेवा करणाऱ्यांना खूप सजग राहावे लागेल. शुद्धतेवर आच येऊ देऊ नये. काही जोडले जाऊ नये. कितीही चांगली गोष्ट असो, चांगल्या गोष्टी करा. आमच्या सर्व शुभकामना तुमच्याबरोबर आहेत. खूप चांगल्या प्रकारे करा पण इथे काही जोडले जाऊ नये. अजिबात जोडले जाऊ नये. आवश्यकताच नाही. अरे, जन्मो-जन्मींच्या दु:खांमधून मुक्त करणारा मार्ग, साऱ्या भव-चक्राच्या दु:खांमधून मुक्त करणारा मार्ग, त्याला तर गौण करायचे आणि हा लोकीय लाभ होत आहे ना! पहा, हा लोकीय लाभ होत आहे ना! असे भूत डोक्यावर स्वार करेल तर काम नाही करू शकणार, अजिबात करू शकणार नाही.

पूज्य गुरुदेवांच्या जीवनकाळात अशा बऱ्याच घटना पाहिल्या. कशा रीतीने, कशा रीतीने थोडासाही हा माणूस हलला, थोडासाही दुसऱ्या कामात लागला की थांबला... खूप अटळ राहीले. आपल्याला जी शुद्धता परंपरेने मिळाली त्यात आपल्याकडून काही जोडू देणार नाही. आपल्याकडून यातून काही काढू देणार नाही. अरे, तेव्हाच तर 2500 वर्षांपर्यंत धर्म शुद्ध राहिला आणि प्राप्त झाला ना आपल्याला? या 2500 वर्षांमध्ये एकही आचार्य असा वेडा असता की काय झाले, हेही जोडले गेले तर चांगले आहे ना? याच्याने शरीर खूप स्वस्थ राहते. याच्याने अमुक गोष्ट खूप चांगली होते. हे खूप चांगले... अरे, चांगले आहे तर अजून दुसरीकडे कुठे करा भाऊ! याला तर आपल्या शुद्ध रूपात चालू द्या. 'ते करू नका', असे तर म्हणत नाही ना?

तेव्हा खूप सजग राहावे लागेल. मार आहे, आपले फासे फेकेल, जाळे पसरवेल. जरासाही नासमजपणा आला तर अडकून पडाल. खूप वाचावे लागेल, खूप वाचावे लागेल.

धर्माचे शुद्ध रूप कायम राहिले तर अमृत आहे, लोकांना अमृत मिळेल. हे पाणीही तहान भागवते ना? थोडेसे पाणीही द्या लोकांना. पाणी तहान मिटवते ना! अरे, हे अमृत पिणे खूप कठीण आहे. याच्यासाठी खूप मेहनत करावी लागते. अमृत अवस्थेपर्यंत पोहोचणे खूप कठीण आहे. तहान भागते ना मग पाणी प्यायले पाहिजे ना? अरे, तर पाण्याची पाणपोई कुठे आसपास लावली जावी भाऊ! इथे पाण्याची पाणपोई लागली की बस्स, शिकवणारा पाणी-पांडे होईल. अमृत जागेवरच राहील. आता पाणी प्यायला लोक येतील इथे, अमृत घ्यायला येणार नाहीत. आणि जेव्हा कोणी पाणी-पांडे होईल तेव्हा एक बोर्ड आणखी लागला जाईल– इथे हिंदू-पाणी मिळते, इथे बौद्ध-पाणी मिळते, इथे जैन-पाणी मिळते. पाणी आहे ना? पाणी तर हिंदूही होऊ शकते, कोण जाणे बौद्धही होऊ शकते. तेही होत तर नाही पण त्यावर काय माहित रंग चढ़वून देतील. पण अमृत तर अमृत आहे भाऊ! काय रंग चढवाल त्यावर? खूप सजग राहावे लागेल.

या मूलभूत गोष्टी, यांना लक्षात ठेवाल तर खरोखर **बहुजनहिताय, बहुजनसुखाय, लोकानुकम्पाय–** जितकेही हित होईल कोणाचे, जितकाही सुखी होईल. आपली जितकी शक्ती आहे, जितके सामर्थ्य आहे मोठ्या प्रेमाने, मोठ्या करुणेने आपण आपल्याकडून वाटायचे आहे. थोड्या लोकांना लाभ झाला तर थोड्या लोकांचा झाला. जास्त लोकांचा झाला तर जास्त लोकांचा झाला. कसे अधिक लोक येऊ लागतील— याच्यासाठी हे आणखी केले तर खूप येतील, ते अजून केले तर खूप येतील; असे काही केले तर खूप येतील. हे खूप येतील, खूप येतीलचे प्रलोभन कुठे धर्माला अशुद्ध करून टाकू नये. खूप सजग राहून काम करायचे आहे. तेव्हा येणाऱ्या तीन दिवसांत जे काही चिंतन कराल, जे काही नियम बनवाल, जी काही योजना बनवाल या बेसिक गोष्टीला विसरून जाऊ नका. या मूलभूत गोष्टीला, या पायाला, या आधारभूत गोष्टीला विसरला नाहीत तर खरोखर बहुजनहिताय, बहुजनसुखाय होईल आणि आतून ओसंडून वाहत राहील- प्रेमच प्रेम! करुणाच करुणा!

आवश्यकता पडली तर कठोरतेचा व्यवहार करावा लागेल. जिथे कोणी व्यक्ती काही वेडेपणा करत असेल ज्याने त्याची हानी होऊ शकते, इतरांची हानी होऊ शकते तेव्हा खूप कठोर व्हावे लागेल. घाबरून जाऊ नये. आत करुणाच करुणा, मैत्रीच मैत्री. एकच भाव की याचे हित कसे होईल? याचे दु:ख कसे दूर होईल? या मंगल भावांनी, या करुण चित्ताने, या सद्भावनेने जो व्यक्ती ज्या कोणत्या पदावर, ज्या कोणत्या नावाने, अरे! काय पडले आहे या पदांमध्ये, या नावांमध्ये? मोठ्या विनीत भावाने सेवा करायची आहे तेव्हा धर्माची सेवा होते. आणि जिथे पदावर विराजमान होऊन आपल्या महानतेसहित सेवा करू इच्छित असेल तर आपली सेवाच निरर्थक होईल तेव्हा खरी सेवा काय करेल? आपलीच सेवा करेल तर स्वत:ला मुक्त करण्याऐवजी बंधनाचे काम करू लागला. आपलीही हानी, इतरांचीही हानी.

खूप समजदारीपूर्वक, भले संख्या कमी असू दे, भले काम करणारेही कमी असोत, शिकवणारेही कमी असोत, धर्माचा संदेशही कमी लोकांपर्यंत जात असेल त्याची चिंता नाही. शुद्धता बिघडू नये. धर्माच्या परिपूर्णतेवर आच येऊ नये. धर्माच्या परिशुद्धतेवर आच येऊ नये. 2500 वर्षांपर्यंत ज्या गुरु-शिष्य परंपरेने आच येऊ दिली नाही, त्यांचे उपकार मानावेत की त्यांच्यामुळे आपल्याला प्राप्त होत आहे. नाहीतर आम्हीही हेच करत बसलो असतो– हा हिंदू आहे, बौद्ध आहे, जैन आहे, असा आहे, तसा आहे. करतच राहिलो असतो. हे प्रवचन द्या, ते प्रवचन द्या, हे कर्मकांड करा, ते कर्मकांड करा. हा तर्क करा, तो विवाद करा. आमचे चांगले, तुमचे वाईट. यातच राहिलो असतो ना? किंवा नुसता कोरा उपदेश, **"सव्यञ्जनं"**, व्यंजनच व्यंजन, शब्दच शब्द— आसक्ती-रहित बना, वीत-द्वेष बना, स्थितप्रज्ञ बना, अनासक्त बना, खूप कल्याण होईल, खूप कल्याण होईल. अरे, काय करायचे ते सांगा ना, कसे करायचे? अर्थ सिद्ध तेव्हा होईल ना? त्यातच अडकून पडलो असतो ना? तर किती मंगलकारी गोष्ट झाली, किती कल्याणकारी गोष्ट झाली की भले थोड्याशा लोकांनी गुरु-शिष्य परंपरेद्वारे याच्या शुद्धतेला कायम ठेवले, याच्या पूर्णतेला कायम ठेवले त्यामुळेच आज धर्म आपल्याला प्राप्त होत आहे, भविष्यात न जाणे कितीतरी जणांना प्राप्त होईल? प्राप्त होईलच.

ही मुख्य आधारभूत गोष्ट, याला न विसरता खूप सेवा करावी. यातच इतरांच्या मंगलासहित आपलेही मंगल निश्चित आहे. इतरांच्या भल्यासहित आपलेही भले निश्चित आहे. इतरांच्या सुखासहित आपलेही सुख निश्चित आहे. खूप समजदारीने, खूप मैत्री आणि खूप धर्मबळासहित आपलेही मंगल साधावे आणि अनेकांचेही मंगल साधावे. आपलेही कल्याण करावे आणि अनेकांचेही कल्याण करावे. आपलीही स्वस्ति-मुक्ती, अनेकांचीही स्वस्ति-मुक्ती.

भवतु सब्ब मङ्गलं।

मंगल मृत्यू

1. वरिष्ठ सहायक आचार्य श्री मन्नीलाल यादव, फतेहपूर, (उ.प्र.) मागील 25 फेब्रुवारी, 2025 ला वयाच्या 88व्या वर्षी शांतीपूर्वक दिवंगत झाले. ते 2008 मध्ये स. आ. आणि 2011 मध्ये वरिष्ठ स. आ. बनले आणि त्यांनी अनेक शिबिरे संचालित केली तसेच लोकांची खूप सेवा केली. धर्म-परिवाराची हीच मंगल कामना आहे की त्यांची निर्वाण-प्राप्तीपर्यंत धर्मपथावर उत्तरोत्तर प्रगती होत राहो.
2. गांधीनगर (गुजरात)चे वरिष्ठ स. आचार्य श्री. जयपाल संघदीप 16 मार्च, 25 ला दिवंगत झाले. ते 1995 मध्ये सहायक आचार्य म्हणून नियुक्त झाले आणि 2013 मध्ये वरिष्ठ स. आ. तेव्हापासून नियमित रूपाने आपल्या धर्मपत्नीसहित अनेक शिबिरांमध्ये सेवा देऊन त्यांनी आपले जीवन धन्य केले. धर्मपथावर उत्तरोत्तर प्रगती करीत ते निर्वाणलाभी होवोत, धर्मपरिवाराची हीच मंगल कामना!

धम्म अरुणाचल-2 चे उद्घाटन

धम्म अरुणाचल-1 च्या बाजूला बुद्ध-पौर्णिमेच्या दिवशी या नवीन केंद्राचे उद्घाटन होत आहे. अधिक माहितीकरीता (TIRUVANNAMALAI) तिरुवन्नामलाई, तमिळनाडुच्या 'धम्म अरुणाचल' च्या व्यवस्थापकांशी संपर्क करावा किंवा खालील वेबसाइट पहावी:-

E-Mail: info.arunachala@vridhamma.org,
Web: www.arunachala.dhamma.org

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1. श्री चन्द्रशेखर दाते, केंद्र आचार्य सांगली बरोबरच धम्मालय कोल्हापूर, विपश्यना केंद्र-आचार्यांच्या रूपाने सेवा व सोलापूर, सातारा, सांगली आणि कोल्हापूर क्षेत्रासाठी समन्वयक क्षेत्रीय आचार्यांची सहायता
2-3. श्री राजेन्द्र कुमार व श्रीमती शीला शर्मा, धम्म कल्याण विपश्यना केंद्र, कानपूरच्या केंद्र-आचार्यांची सहायता
4. श्री नरेश पटेल, धम्माचल विपश्यना केंद्र, माउंट आबू राजस्थान केंद्र-आचार्यांच्या रूपाने सेवा

नवे उत्तरदायित्व

आचार्य

1. श्री अशोक बाभळे, न्यू पनवेल, रायगड

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1-2. श्री महेश व श्रीमती वंदना वाळवेकर, सांगली
3-4. श्री तात्यासाहेब व श्रीमती रेखा पाटिल, कोल्हापूर
5. कु. मिलन कोरगावकर, कोल्हापूर
6. श्री अरुण अंजरकर, कोल्हापूर
7. श्रीमती विजया पवार, धुळे
8. श्री मौजी लाल संखवार, कानपूर, उ. प्र.
9. सुश्री तृप्ति सिंह, मिर्जापूर, उ. प्र.
10. सुश्री संदीप कौर विर्क, करनाल, हरियाणा
11. श्री राजेन्द्र कुमार मेहता, गुरुग्राम, हरियाणा

नव नियुक्त

सहायक आचार्य

1. श्री आनन्द करिया, मुंबई
2. श्री उल्हास फुलझेले, नाशिक
3. श्री दौलत गांगुर्डे, नाशिक
4. श्रीमती चन्द्रप्रभा घुगे, औरंगाबाद
5. श्रीमती पायल शेंडे, नागपूर
6. कु. श्रीदेवी राव, हैदराबाद
7. श्री मधु नाग एच एम, बैंगलोर
8. श्री जे. एम. चेलुवाराजू, बैंगलोर
9-10. श्री हनुमन्थ राव व श्रीमती कल्याणी कुर्रा, चिराला, आन्ध्र प्रदेश
11. श्री हरिहर नागराजन मुरुगन, थेनी, तमिलनाडु
12. श्री दिलीप कुमार योन्जन, दार्जिलिंग
13. Mr. Om Sithol, Cambodia

बालशिबिर शिक्षक

1. Ms Alexandra Nafari, Sweden
2. Ms Zhanna Tsvir, Ukraine

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोराई, मुंबईमध्ये

एक दिवसीय महाशिबिर (Mega Course) कार्यक्रमः

1. **रविवार**- 11 मे, 2025 बुद्ध-पौर्णिमेच्या निमित्ताने.
2. **रविवार**- 13 जुलै, 2025 आषाढ-पौर्णिमे (धम्मचक्कपवत्तन दिवस) च्या निमित्ताने.
3. **रविवार** 5 ऑक्टोबर, 2025 पूज्य गोयंकाजींच्या पुण्यतिथी (29 सप्टेंबर 2013) च्या निमित्ताने.
4. **रविवार 18** जानेवारी 2026 ला माताजींच्या पुण्य-तिथि (5 जानेवारी 2016) व सयाजी ऊ बा खिन यांची पुण्य-तिथि (19-1-1971)च्या निमित्ताने **एक दिवसीय** महाशिबिर होतील.

2. एक दिवसीय शिबिर दररोज

या व्यतिरिक्त विपश्यना साधकांसाठी पगोडा मध्ये दररोज एक दिवसीय शिबिर आयोजित केली जात आहे. कृपया सामील होण्यासाठी खालील लिंक चा उपयोग करावा. आणि एक मोठ्या सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. *समग्गानं तपोसुखो।* **सर्वांसाठी संपर्क: 022 50427500 (Board Lines)** - Extn. no. 9, मो. **+91 8291894644.** (दररोज 11 ते 5 वाजेपर्यंत)

Online registration: http://oneday.globalpagoda.org/register; Email: oneday@globalpagoda.org

3. 'धम्मालय' विश्राम गृह

एक दिवसीय महाशिबिरासाठी आल्यावर रात्री **'धम्मालय'** मध्ये विश्रांतीसाठी सुविधा उपलब्ध आहे. अधिक माहितीसाठी आणि (बुकिंग) नोंदणीसाठी **संपर्कः** 022 50427599 or email- *info.dhammalaya@globalpagoda.org or info@globalpagoda.org*

दोहे धर्माचे

धन्य! धन्य! गुरुदेवजी, धन्य! बुद्ध भगवान।
शुद्ध धर्म च असा दिला, होवो जगत कल्याण॥
हिंदू असो वा बौद्ध, मुस्लिम असो वा जैन।
शुद्ध धर्माचा पथिक हो, सुखी रे दिन रैन॥
शुद्ध धर्माचा होय रे, सर्वांगीण विकास।
तर सद्गुण सद्भावाचा, जागे रे प्रकाश॥
शुद्ध धर्माने च तुटती, संप्रदाय भिंती।
जो धारे त्याचसाठी, उघडे च द्वार मुक्ती॥
शुद्ध धर्म मज मिळाला, तो सर्वांना मिळो रे।
माझ्या मनीची शांती, जन मनात पसरे रे॥

दोहे धर्माचे

शुद्ध धर्म पुन्हा जागे, होवो जगत कल्याण।
जन-जनाचे दुःख जावे, दूर होवो अज्ञान॥
शुद्ध धर्माचा जगतात, पसरे शुभ आलोक।
जन जन मन प्रज्ञा जागे, जन जन होवो अशोक॥
शुद्ध धर्म धारण करी, मिटतो दंभ अभिमान।
मिळे खूप संतोष सुख, धर्म करतो कल्याण॥
मानव जीवन रत्नासम, वृथा न कर बरबाद।
याच जीवनी चाखशील, शुद्ध धर्माचा स्वाद॥
संप्रदायाच्या बेड्या, जातपात आजार।
सेवन करीतच राही, कुठे सुख निर्विकार?

"विपश्यना विशोधन विन्यास" साठी प्रकाशक व संपादकः राम प्रताप यादव, धम्मगिरी, इगतपुरी- 422 403, दूरध्वनी: (02553) 244086, 244076.
मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकॉफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2568, चैत्र पौर्णिमा, 12 एप्रिल, 2025, वर्ष 1 अंक 2

वार्षिक सदस्यता शुल्क ₹ 100.00, (भारताबाहेर पाठविण्यासाठी US $ 50) रजि. नं. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK 286/2024-2026

Posting day- **Purnima of Every Month,** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.) **(किरकोळ विक्री होत नाही)**
DATE OF PRINTING: 8 April, 2025, DATE OF PUBLICATION: 12 April, 2025

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