साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

विपश्यना

साधक (मराठी)

बुद्धवर्ष 2569, 15 मार्च 2026, वर्ष 2, अंक 1 (संशोधित) 2017 पासून निरंतर प्रकाशित

वार्षिक सदस्यता शुल्क ₹ 100.00; (भारताबाहेर पाठविण्यासाठी US $ 50) प्रति अंक शुल्क ₹ 0.00

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

धम्मवाणी

मेत्ताविहारी यो भिक्खु, पसन्नो बुद्धसासने।
अधिगच्छे पदं सन्तं, सङ्खारूपसमं सुखं॥
धम्मपद- 368, भिक्खुवग्गो.

मैत्री (भावाने) ने विहार करत जो भिक्षू (साधक) बुद्धांच्या शासनात प्रसन्न राहतो, (तो) (सर्व) संस्कारांचे शमन करणाऱ्या शांत (आणि) सुखमय पदा (निर्वाणा) ला प्राप्त करतो.

धर्माची मधुरता

वार्षिक संमेलन, धम्मगिरी, 9 जानेवारी, 1997, प्रारंभिक प्रवचन

आदरणीय भिक्षुसंघ आणि माझ्या प्रिय धर्मपुत्रांनो, धर्मपुत्रींनो,

विपश्यनेच्या प्रचार-प्रसाराच्या या वार्षिक संमेलनासाठी हा खूप गोड परिचय मिळाला, ही गोडी अवीट राहो. धर्म प्रसारित करायचा आहे, कोणती राजनैतिक पार्टी स्थापित होत नाहीये. कोणत्या राजनैतिक उद्देशाने अशी संमेलने होत नसतात. कडवटपणाने भरलेल्या सामाजिक आणि राजनैतिक संस्थांची संमेलने त्यांनाच लखलाभ होवोत. तसे तर त्यांनाही सुधारले पाहिजे. परंतु धर्माच्या क्षेत्रात मधुरतेला सोडून कडवटपणा आला, तर समजले पाहिजे की हा धर्म नाही. आणि जेव्हा धर्माचे काम वाढते तेव्हा कुठे ना कुठे, कोणाच्या ना कोणाच्या अज्ञानतेने आणि अधिकतर कोणाच्या कमकुवतपणाने धर्मविरोधी शक्ती त्याच्यावर हावी होऊन जातात तेव्हा अशी काही कामे होतात ज्यांच्यामुळे कडवटपणा येतो. त्यापासून वाचले पाहिजे.

धर्माचा विकास जराशीही कटुता घेऊन होऊ नये, भले विकास संथ गतीने होवो काही दोषपूर्ण गोष्ट नाही परंतु कटुता येऊ नये, परस्परात कटुता येऊ नये. वारंवार भगवान म्हणत असत आणि वारंवार अशा संमेलनांमध्ये ही गोष्ट पुन्हा पुन्हा सांगितली जाते की जसे दूध आणि पाणी एकत्र मिसळलेले असते. असे मिसळून जातात की कसे कोणी सांगेल– हे पाणी आहे, हे दूध आहे. एकच आहेत दोन्ही. अशाच प्रकारे साऱ्या धर्मसेवकांना आणि सेविकांना गुरु-बंधू, गुरु-भगिनींप्रमाणे, धर्म-बंधू, धर्म-भगिनींप्रमाणे खूप मिळून-मिसळून राहिले पाहिजे. जर कुठे मिळून-मिसळून राहण्यात काही कमी भासत असेल तर इतर सर्व कामे सोडून द्यावीत, आधी त्याला सुधारावे, तेच नाही सुधारू शकले तर कसला विकास कराल? काम करणारे जर परस्पर एक दुसऱ्याचे दोष शोधत राहतील, परस्पर एक दुसऱ्यावर लांछन लावत राहतील, एक दुसऱ्याला कमी लेखण्यासाठी गट-बाजी करत राहतील तर धर्म नाही. ते तर राजनीतीचे क्षेत्र आहे, जिथे लोक लोभ-लोलूप असतात— पद-प्रतिष्ठेसाठी, मान-सन्मानासाठी, धन इत्यादीसाठी. परंतु धर्माच्या ठिकाणी असे नाही. इथे तर देणेच देणे आहे, घेण्यासाठी काय आहे? काही नाही, कोणता अधिकार नाही. केवळ सेवा करण्याचाच अधिकार आहे, आपल्यात जितकी शक्ती आहे तितकी सेवा करावी, बस्स याच्या व्यतिरिक्त आणखी काही नाही.

कुठे पाहिले की काही दोष समोर आला आणि त्याचे न्यायीकरण करु लागलो– हे तर मला असेच करायचे होते, मी केले ते ठीकच केले, तर समजा की सुधार होणे कठीण आहे. आत्ता दहा मिनिटांपूर्वी एका अडचणीचा सामना करून आलो आहोत. मूर्खतेने एखादे काम केले आहे आणि जाणत आहे की हे काम तर मी चुकीचे केले परंतु तरीही न्यायीकरण चालू आहे की– नाही असेच व्हायला पाहिजे होते, पहा यात धर्माचा हा लाभ झाला असता, मी जे केले ते योग्यच केले, तो ठीक करत नव्हता, म्हणून मी ठीक केले. अरे भाऊ! तू कसा आपल्या स्वत:ला सुधारशील रे? जाणतोस की माझ्याकडून चूक झाली आहे, तरीही स्वीकारत नसशील तर कसा सुधारशील? धर्माच्या क्षेत्रात चूक घडली तर सर्वात पहिली गोष्ट ही की आपल्या स्वत:ला चाचपडून पहावे की चूक तर झाली आहे तेव्हा ती स्वीकारावी. माझ्याकडून ही चूक झाली, माझ्या अज्ञानतेने झाली किंवा माझ्या असावधानतेने झाली किंवा माझ्या कमकुवतपणाने झाली किंवा कोणत्या धर्मविरोधी शक्तीने माझ्यावर स्वार होऊन तिने हे काम करवून घेतले. आता नाही होणार, भविष्यात अशी चूक होणार नाही. बस्स, जाऊ लागला पुढे धर्माच्या रस्त्यावर, पुढे जातच राहील. जगातील कोणती शक्ती त्याच्या प्रगतीला रोखू शकत नाही, पुढे जातच राहील, प्रगती करीतच राहील. प्रत्येक धर्मसेवकासाठी ही गोष्ट खूप चांगल्या प्रकारे समजून घेणे आवश्यक आहे की आपल्या चुकांचे न्यायीकरण करू नये. चूक झाली आहे पण लक्षात नाही आली तर समजून घ्यावे की काय चूक घडली आहे? आणि मग चिंतन करावे की का चूक घडली, आणि त्यानंतर तिला कसे सुधारावे? पण सुधारेल तेव्हा जेव्हा की चूक स्वीकार करेल, माझ्याकडून चूक झाली. चूक झाली, स्वीकार केले की झाकण उघडले. जोपर्यंत तिला झाकून ठेवले, तोपर्यंत चुकांवर चुका, चुकांवर चुका करतच जाईल, करतच जाईल.

काम वाढत चालले आहे, केंद्र-संख्या वाढत आहे. उसाची रोपे वाढलीच पाहिजेत. आणि उसाच्या रोपांबरोबर उसाची शेतेही वाढलीच पाहिजेत. साऱ्या विश्वात उसाची मधुरता पसरली पाहिजे. त्याच्यात कुठे कीड लागली तर उसही तुरट होऊ लागतो, नुकसानकारी होऊन जातो. कीड लागू देऊ नये, दोष येऊ देऊ नये, आला तर त्याला त्वरीत दूर करावे.

आता एकत्र जमला आहात तर एक गोष्ट विशेषकरून लक्षात ठेवली पाहिजे की आपण आपल्या समजदारीने या कल्याणकारी विद्येचा प्रसार कसा करावा? आपल्या समजदारीने आपण सल्ले देऊ, परंतु आपल्या सल्ल्यांना चिकटून बसणार नाही. खूप मोठा दोष होतो, जेव्हा मनुष्य आपल्या विचारांना चिकटून बसतो. माझेच मत ठीक आहे, मी जे सांगितले बस्स तेच ठीक आहे, आणि त्याच्यासाठी किती वकिली करतो, मोठ-मोठ्या बॅरिस्टरांप्रमाणे वकिली करतो, का माझी गोष्ट बरोबर आहे आणि का दुसऱ्यांची गोष्ट चूक आहे? संपूर्ण वेळ त्यातच घालवतो. अरे, आपले म्हणणे मोठ्या प्रेमाने समोर ठेवले, इतरांनीही आपले म्हणणे मांडले. इतरांचे म्हणणे चांगले वाटले, स्वीकार केला, नाही चांगले वाटले, आपल्याकडून सांगितले की मला तुझी ही गोष्ट याकरीता चांगली वाटत नाही. आणि मग पाहिले की जास्तीत जास्त लोक याच गोष्टीला मानत आहेत तर चला, ठीक आहे, असे तर असे. जिथे आपल्या मताच्या प्रति, आपल्या विचाराच्या प्रति आसक्ती निर्माण झाली, तिथे दुसऱ्याचे मत कितीका ठीक असेना, त्याच्या विरोधातच सारी बुद्धी लागून जाईल. इतर क्षेत्रांमध्ये या सर्व गोष्टी होत असतात, पण धर्माच्या क्षेत्रात नाही.

तुम्हा लोकांची ही कॉन्फरन्स जोपर्यंत चालेल– बसून चर्चा करा, आपले अनुभव आपल्या धर्म-बंधू-भगिनींना सांगा, कुठे-कुठे कोण-कोणत्या प्रकारच्या अडचणी आल्या, त्यांचे काय निवारण झाले? नाही होऊ शकले तर कसे निवारण झाले पाहिजे? परस्पर संवाद करा. कुठे-कुठे सफलता मिळाली? मिळाली तर कशी मिळाली, कोणत्या कारणांनी मिळाली, कशा प्रकारे मिळाली? तशी सफलता इतर ठिकाणीही मिळावी. अशा प्रकारे काम केले पाहिजे, ज्याच्याने सर्वत्र सफलता मिळेल. ही सफलता मिळावी आणि याने माझा गौरव वाढेल, सन्मान वाढेल हा भाव किंचितही आला नाही पाहिजे. सफलता मिळाली तर यासाठी मिळावी की अधिकहून अधिक लोकांचे कल्याण होत आहे, अधिकहून अधिक लोकांना योग्य मार्ग मिळत आहे. लोक योग्य मार्गावर चालून आपल्या दु:खांमधून बाहेर येत आहेत. बस्स, सारे काम याच मुदितेने होत असेल तर खरोखर धर्माचे क्षेत्र मिळाले. आणि धर्माच्या क्षेत्रात केले गेलेले काम, धर्माच्या क्षेत्रात पेरलेले बीज मधुरताच मधुरता देईल. तेव्हा मोठ्या प्रेमाने काम करावे, सहयोगाने काम करावे, सद्भावनेने काम करावे.

आपापले विचार सद्भावनेने मांडावेत. वेगवेगळ्या समित्या बनतील, त्यांना आपले विचार प्रकट करावे लागतील आणि मग जेव्हा सर्वांचे विचार आमच्याकडे येतील तेव्हा त्यांचा निर्णय करू— मागील गोष्टी पाहता, आजच्या स्थितीला पाहता, भविष्यातील लक्ष्याला पाहता की ही गोष्ट अशी झाली पाहिजे. नंतर तक्रार करू नये की आम्ही तर हा सल्ला दिला आणि पहा आमचा सल्ला तर मानलाच गेला नाही, काही आणखीच घडले. तर मग लगाव झाला आपल्या सल्ल्याबरोबर. ही लगावाची गोष्ट, आसक्तीची गोष्ट सर्व ठिकाणी हानीकारक. कोणत्याही क्षेत्रात, जिथे कुठेही लगाव आला की बस्स माझेच म्हणणे बरोबर आहे, बाकी गोष्ट ऐकायलाही मी तयार नाही. आणि माझे म्हणणे का ऐकले नाही? असे अजिबात होऊ देऊ नये.

एकच लक्ष्य, अधिकहून अधिक लोकांचे अधिकहून अधिक कल्याण कसे होईल? त्यासाठी मी काय करू शकतो? मी काय सेवा अर्पित करु शकतो? मोठा माणूस बनण्यासाठी नाही, लोक-कल्याणासाठी, इतरांच्या भल्यासाठी मी काय करू शकतो? आणि हा भाव यावा की अशी कल्याणकारी विद्या मला मिळाली. मिळाली म्हणून माझे कल्याण झाले, मला हिचा लाभ मिळाला. अरे काही-काही दु:खांमधून तर मी बाहेर निघालो, साऱ्या दु:खांमधून भले नाही निघालो, पण त्यांना काढण्याचा रस्ता तर मिळाला. माझे काही-काही विकार तर निघाले, आणि जे नाही निघाले त्या विकारांना काढण्याचा रस्ता तर मिळाला. अरे, माझे किती कल्याण झाले, माझे किती कल्याण झाले! असे कल्याण इतरांचेही होवो, असे कल्याण इतरांचेही होवो. सर्वच तर दु:खी आहेत, कोणाला कोणत्या विकाराने दु:खी बनवून ठेवले आहे, कोणाला कोणत्या विकाराने. चहूकडे दु:खच दु:ख आहे. ही कल्याणकारी विद्या लोकांजवळ पोहोचावी, ते आपापल्या विकारांमधून मुक्त होऊन त्यांना दु:खांपासून सुटका मिळावी. बस्स, जोपर्यंत ही मंगल भावना काम करत आहे, तोपर्यंत आपलेही कल्याण होत राहील, धर्माचाही विकास होत राहील. धर्माचा विकास या दृष्टीकोनाने नाही की हा आमच्या संप्रदायाचा धर्म आहे.

आता कारण की भगवान बुद्धांनी ही विद्या आम्हाला दिली, तेव्हा या विद्येला मानणारे सारे लोक आपल्या स्वत:ला बौद्ध म्हणतील, आणि मग बौद्धांची संख्या वाढली की आपण मोजत बसू, किती संख्या झाली? अरे बाबा.. काय घेणे देणे आहे आपल्याला संख्येशी? किती लोकांचे कल्याण झाले, ती संख्या कामाची. नावासाठी आपण हे करत नाही, लोक-कल्याण व्हावे. कोणी आपल्या स्वत:ला कोणत्याही नावाने पुकारो, काय पडले आहे या नावांमध्ये? जीवनात धर्म उतरेल तेव्हा आपल्या विकारांमधून मुक्त होईल, आपल्या दु:खांमधून मुक्त होईल. बस्स, आपले लक्ष्य साधले गेले. एकच लक्ष्य आहे की कसे दु:खी लोक आपल्या दु:खांमधून मुक्त होतील? आणि ही विद्या तर दु:खितांना दु:खांपासून मुक्त करण्याची विद्या आहे. मृत्यूनंतर कोणते दु:ख दूर होईल ते आपल्या जागी, त्याचे इतके महत्व नाही. आज काय होत आहे? खरोखर आज दु:ख दूर होत आहे की नाही? मी आजमावून पाहिले आहे ना! माझी दु:ख दूर झाली. न जाणे कितीतरी लोकांची दु:ख दूर होत आहेत. या विद्येचा प्रसार यासाठी की अधिकहून अधिक लोकांची अधिकहून अधिक दु:ख दूर होऊ शकतील. आणखी कोणत्या गोष्टीशी काही घेणे-देणे नाही. जिथे याच्याबरोबर इतर कोणती गोष्ट जोडली तर संप्रदाय बनून जाईल, आणि जिथे संप्रदाय बनेल तिथे धर्म गौण होऊन जाईल, नेपथ्याच्या अधीन होऊन जाईल. तेव्हा संप्रदाय प्रमुख बनेल, असे होऊ देऊ नये.

ही जी 500 वर्षांची गोष्ट आली तर 500 वर्षे असा विकास व्हावा की धर्मच धर्म, धर्मच धर्म. कोणी व्यक्ती कोणत्या देशाचा आहे, कोणत्या जातीचा आहे, कोणत्या वर्णाचा आहे, कोणत्या गोत्राचा आहे, कोणत्या संप्रदायाचा आहे, काही फरक पडत नाही. माणूस माणूस आहे. मनुष्याचे मानस एकसारखेच आहे, विकारांनी विकृत राहते, दु:खी राहते. विकार दूर होतील, दु:खापासून दूर होईल. अरे, त्या महापुरुषाने हेच शिकवले. त्या महापुरुषाने संप्रदाय बांधणे नाही शिकवले. तेव्हा त्या महापुरुषाच्या प्रति आपले मन कृतज्ञतेने भरलेले राहो, कृतज्ञतेने भरलेले राहो. असे नाही की आम्हाला तर धर्म मिळाला, आता त्याचे बुद्धांशी काय घेणे-देणे? बुद्धांचे नाव घेतले तर संप्रदाय होऊन जाईल. अरे, धर्म नाही समजलात. कृतज्ञता धर्माचे पहिले पाऊल आहे. इतकी मोठी विद्या ज्या महापुरुषाने शोधून काढली आणि आम्हाला दिली त्याच्या प्रति श्रद्धेचा, त्याच्या प्रति कृतज्ञतेचा भाव जागावा. आणि त्या श्रद्धेला प्रकट करण्याचा एकच उपाय की आपण स्वत: धर्माचे जीवन जगावे. आपण स्वत: असे जीवन जगावे जो आदर्श बनेल इतरांसाठी. इतरांना यात आकर्षण वाटावे आणि आपण अधिकहून अधिक लोकांना या मार्गावर चालण्यासाठी प्रेरित करु शकू, सहायता करु शकू. बस्स! आपण त्या महापुरुषाचे ऋण चुकविले. कोणत्या संप्रदायात बांधून घेऊन ऋण नाही चुकविले जात. त्याने सांगितलेल्या शिकवणुकीवर स्वत: चालून, त्याने सांगितलेल्या शिकवणुकीवर अधिकहून अधिक लोकांना चालण्यात सहायक होऊन आपण ऋण चुकवित आहोत. अरे, इतके प्राप्त झाले, जरा विचार करून पहा– ही विद्या प्राप्त झाली नसती तर इतके किंमती

मनुष्याचे जीवन कसे व्यतीत झाले असते? धर्माच्या नावावर हे कर्मकांड केले आणि या नशेत केले की आम्ही तर मोठे धार्मिक आहोत—पहा, आम्ही हे कर्मकांड पुरे केले ना! या संप्रदायवाल्याने या संप्रदायाचे कर्मकांड पुरे केले, त्या संप्रदायवाल्याने त्या संप्रदायाचे कर्मकांड पुरे केले, आणि खूप नशेत आहोत की आपण किती धार्मिक आहोत! ही वेश-भूषा, ती वेश-भूषा, ही दार्शनिक मान्यता, ती दार्शनिक मान्यता, हे सण-उत्सव, ते सण-उत्सव, हे व्रत-उपवास, ते व्रत-उपवास. मी मोठा धार्मिक, मी मोठा धार्मिक. अरे.. हे मिळाले नसते तर आपण धर्माचा खरा अर्थही समजू शकलो नसतो. चित्त निर्मळ नाही झाले, निर्मळ चित्ताचे आचरण जीवनात नाही आले तर कसला धर्म रे.. कशाचा धर्म?

तेव्हा मन या मुदितेने भरून जावो की हजार जंजाळांना सोडून धर्माची शुद्धता आपल्याला मिळाली. आता चित्ताला निर्मळ करणे आणि त्या निर्मळतेला जीवनाच्या आचरणात उतरवणे, बस्स इतकाच धर्म आहे. याच्या व्यतिरिक्त आणखी जितक्या गोष्टी आहेत, त्यांना याच्यासोबत जुडू देऊ नये. धर्म जीवनाच्या आचरणात उतरला आहे की नाही? नसेल उतरला तर आम्ही कसा उतरवावा? चूक झाली, तिचा स्वीकार करून कसे पुढे जावे? तर बस्स हा धर्म आहे. आणि हा धर्म अधिकहून अधिक लोकांनी स्वीकारावा, या मार्गाला त्यांनी अंगिकारावे, त्यांचे कल्याण व्हावे. पण आधी आपले कल्याण झाले पाहिजे. जी व्यक्ती स्वत: दुर्बळ आहे ती कोणा दुर्बळ व्यक्तीची सहायता करू शकत नाही. जो स्वत: निर्धन आहे, तो कोणा निर्धन व्यक्तीला धन देऊ शकत नाही. लंगडा माणूस दुसऱ्या लंगड्या माणसाची कशी सहायता करेल? अंध माणूस कोणा दुसऱ्या अंधाची कशी सहायता करेल? प्रत्येक मनुष्य जो मनापासून इच्छितो की हा कल्याणकारी धर्म पसरावा, ही विद्या पसरावी, लोक-कल्याण व्हावे त्याने आधी स्वत: धर्मात पक्क व्हावे. जितका-जितका धर्मात पक्क होऊन बलवान होईल, तितका-तितका बलहीन लोकांचा सहायक बनत जाईल. जितका-जितका स्वत: बलहीन होईल तितकी इतरांची हानी भले करेल, इतरांची सहायता करू शकणार नाही. जिथे-जिथे पाहतो की कुठे काही चूक झाली आहे तर एक कारण चुकीचे हे स्पष्ट दिसून येते की याने आपली साधना सोडून दिली, बरोबर करत नाही. आणि साधना करत नसेल तर धर्मात पक्क होणार नाही. इतरांची सहायता काय करेल? करावीशी वाटली तरी कुठे ना कुठे गफलत होऊन जाईल, कुठे ना कुठे चूक घडून जाईल. एकत्र जमला आहात तर केवळ याच देशात नाही, साऱ्या विश्वात लोकांची सहायता करायची आहे. तेव्हा आधी स्वत:ची सहायता करावी, आपल्या स्वत:ला बलवान बनवावे. नेहमी या गोष्टीला चेक करत रहावे की मी बरोबर साधना करत आहे की नाही. खूप व्यस्त आहे, पहा श्रीमान! धर्माच्या या सेवेत मला वेळच नाही मिळत. दिवसभर, रात्री अकरा-बारा वाजेपर्यंत लोकांचा गराडा असतो. आणि सकाळपासून यातच लागलो आहे. केव्हा साधना करू, कशी साधना करू? ही पण तर साधनाच आहे ना, लोकांची सेवा करणे, लोकांची सेवा करणे. अरे.. बावळ्या माणसा! काय सेवा करत आहेस? तुझ्याकडे वेळ नाही आपल्या साधनेसाठी? आपल्या स्वत:ला निरोगी बनविण्यासाठी तुझ्याकडे वेळ नाही आणि दुसऱ्यांना निरोगी बनविण्याची शिकवण देत आहेस. असे होऊ नये. सर्वात मोठी गोष्ट आपली साधना सुटता कामा नये, आपला धर्म कमजोर होता कामा नये. आपल्यात जी खोट आहे, तिला काढण्याचे काम कमी होऊ देऊ नये. संपूर्ण लक्ष त्याच्याकडे, त्यानंतर सेवा करावी. मग मोठी कल्याणकारिणी सेवा होईल.

आला आहात तर एक दुसऱ्याचे विचार जाणून घ्या, परंतु त्याचबरोबर या गोष्टीकडेही लक्ष ठेवा की मला आपल्या स्वत:ला धर्मात बलवान बनवून इतरांच्या सहायतेत जुंपून जायचे आहे. आपल्या स्वत:ला धर्मात बलवान बनवले तर मन प्रसन्नतेने भरेल. मन प्रसन्नतेने भरले, निर्मलतेने भरले तर इतरांना प्रसन्न पाहून मनात मुदिता जागेल, ईर्ष्या नाही जागणार, द्वेष नाही जागणार, मोद जागेल. असा मोद जागावा की आपल्या स्वत:ला आणखी प्रसन्नतेने भरावे आणि धर्म-सबळतेने भरावे आणि मग सेवा करत मोद जागावा. काही मिळवण्यासाठी मोद जागू नये. खूप काही मिळवले, अरे.. मोद जागला तर खूप काही मिळवले. आपल्या पारमिता वाढत आहेत, पारमिता वाढत आहेत. आपण अधिकाधिक अंतिम लक्ष्याच्या समीप पोहोचत आहोत, समीप पोहोचत आहोत. बस्स, याहून अधिक आणखी काय प्राप्त करायचे आहे? या समजदारीने काम करावे आणि या संमेलनात खूप सफलता प्राप्त करावी, या संमेलनानंतर पुढे याचे क्रियान्वयन करण्यातही खूप सफलता प्राप्त करावी. आपलेही मंगल साधावे, इतरांचेही मंगल साधावे. खूप मंगल होवो! खूप कल्याण होवो!

कल्याणमित्र,

सत्यनारायण गोयंका

मंगल मृत्यू

1. श्री. मनहरभाई पटेल 1 फेब्रुवारी 2026 ला अहमदाबाद येथे शांतीपूर्वक दिवंगत झाले. त्यांनी 1973 मध्ये आपले पहिले शिबिर हैदराबादमध्ये केले आणि तेव्हापासून जीवनाच्या अंतिम क्षणापर्यंत धर्माला समर्पित राहिले. धम्मखेतच्या सुरुवातीच्या काळात त्यांनी प्रत्येक प्रकारची धर्मसेवा दिली. त्यानंतर अहमदाबादमध्ये स्थायिक झाल्यावर धम्मपीठच्या उत्थानात महत्वपूर्ण भूमिका निभावली. ते 1992 मध्ये सहायक आचार्य आणि 1997 मध्ये पूर्ण आचार्य बनले आणि त्यांनी कित्येक वर्षांपर्यंत केंद्र-आचार्य बनून लोकांची खूप सेवा केली. अहमदाबादमध्ये पूज्य गुरुजींच्या अनेक प्रवचनांचे आयोजन करवून धर्मप्रसारात सहयोगी बनले. धर्मपथावर सतत पुढे जात ते निर्वाणलाभी होवोत, धर्मपरिवाराची हीच मंगल कामना आहे.

2. श्री. अमलकांती घोष, ठाणे, 22 फेब्रुवारी, 2026 ला शांतीपूर्वक दिवंगत झाले. ते 2012 मध्ये सहायक आचार्य आणि 2020 मध्ये वरिष्ठ सहायक आचार्य बनले आणि सपत्नीक शिबिरे घेत लोकांना धर्मपथावर पुढे जाण्यासाठी प्रेरित करत खूप सक्रिय राहिले.

ते जिथे कुठे असतील, धर्मपथावर सतत पुढे जात निर्वाणलाभी होवोत, धर्मपरिवाराची हीच मंगल कामना आहे.

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1. श्री वामन बैंगाने, धम्मनाग विपश्यना केंद्र, नागपुरसाठी केंद्र-आचार्यांच्या रूपात सेवा
2. कु. रुद्रा नर्मदा यादगिरि, धम्म अवनि विपश्यना केंद्र, अंजार-कच्छसाठी केंद्र-आचार्यांच्या रूपात सेवा
3. श्री सतीश शेंडे, धम्मनाग, नागपुरच्या केंद्र-आचार्यांची सहायता
4. श्रीमती वर्षा सोनकुसरे, धम्मनाग, नागपुरच्या केंद्र-आचार्यांची सहायता

नवे उत्तरदायित्व

आचार्य

1. डॉ संजय सनादे, मुलुंड (पू.) मुंबई

नव नियुक्त सहायक आचार्य

1. कु. सोनाली कोसे, चंद्रपुर, महाराष्ट्र
2. श्री अर्जुन कुमार, जयपुर, राजस्थान
3. श्री रमेश पुरसवानी, दुबई
4. श्रीमती ममता गुप्ता, कनाडा
5. श्रीमती सेजल पंड्या, कनाडा
6. श्री प्रेम कोकल, कनाडा
7. Mr. Budiono, Centrel Java, Indonesia
8. Mrs. Tracy Thanh Huynh, Nepal

बाल शिबिर शिक्षक

1. श्री अंकित सैनी, दिल्ली
2. Ms. Anne Mei-Kwun Kwok, Hong Kong
3. Mr. Ken Kuang Peng lei, Hong Kong

FORM IV

(See Rule 8)

Statement about ownership and other particulars about newspaper 'VIPASSANA SADHAK' **to be published in the first issue every year after the last day of February.**

1. Place of publication : Vipassana Research Institute, Dhamma Giri, Igatpuri, Nashik, Maharashtra - 422403
2. Periodicity of its publication : **Monthly**
3. Printer's Name : Sameer Baburao Ramtekar
   Nationality : Indian
   Address : **Apollo Printing Press**, 259 SICOF Ltd. 69 MIDC, Satpur, Nashik
4. Publisher's Name : **Rampratap Ramdeo Yadav**
   Nationality : Indian
   Address : Vipassana Research Institute, Dhamma Giri, Igatpuri, Nashik, Maharashtra - 422403
5. Editor's Name : **Rampratap Ramdeo Yadav**
   Nationality : Indian
   Address : Vipassana Research Institute, Dhamma Giri, Igatpuri, Nashik, Maharashtra - 422403
6. Owner Names : **Vipassana Research Institute**
   Addresses : Vipassana Research Institute, Dhamma Giri, Igatpuri, Nashik, Maharashtra - 422403

I, **Rampratap Ramdeo Yadav**, hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

sd/-
Rampratap Ramdeo Yadav
Signature of Publisher

Date: 14th March, 2026

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोराई, मुंबईमध्ये

1. एक दिवसीय महाशिबिर:

1. **रविवार 3 मे, 2026** बुद्धपौर्णिमेच्या निमित्ताने,
2. **रविवार 26 जुलै,** आषाढ पौर्णिमा (धम्मचक्कपवत्तन दिवस) या निमित्ताने
3. **रविवार 4 ऑक्टोबर,** शरद-पौर्णिमा तसेच पूज्य गुरुजींच्या पुण्यतिथी निमित्ताने.
4. **रविवार 17 जानेवारी, 2027** सयाजी ऊ बा खिन तसेच माताजींच्या पुण्यतिथी निमित्ताने,

2. एक दिवसीय शिबिरे दररोज:

यांच्या व्यतिरिक्त विपश्यना साधकांकरीता पगोडामध्ये दररोज **एक दिवसीय शिबिरे** आयोजित केली जात आहेत. कृपया सामिल होण्यासाठी खालील लिंकचे अनुसरण करावे आणि एका मोठ्या समूहात ध्यान करण्याच्या अपार सुखाचा लाभ घ्यावा– समग्गानं तपोसुखो। **महाशिबिर तसेच एक दिवसीय शिबिरांकरीता संपर्क: 22 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 महाशिबिराकरीता आल्यावर राती **'धम्मालय'** मध्ये विश्रामासाठी सुविधा उपलब्ध आहे. अधिक माहिती आणि बुकींगकरीता **संपर्क:** 022 50427599 or **Email**- *info.dhammalaya@globalpagoda.org or info@globalpagoda.org*

दोहे धर्माचे

या दुःखी जगतात रे, होवो धर्म प्रसार।
वैरभाव सर्वांचा मिटे, जागे प्रेम अपार॥
धरती आणि गगणाचे, या रे सम्यक देव।
जन-जनात वाटू धर्म, सुख पसरे स्वयमेव॥
निज हित साधे स्वयंच, जो परहित रत होय।
निज यश पसरे स्वयंच, पर सुख मुदिता होय॥
केला तर परोपकार, नको करू अपकार।
उपकारांनी सुख वाढे, दुखदायी अपकार॥

दोहे धर्माचे

जन-जनांचा च धर्माने, होई मेल मिलाप।
जन्मा-जन्मांचे दुख मिटे, मिटती रे भवताप॥
शुद्ध धर्माचा च जगती, पसरे शुभ आलोक।
जन-मनी प्रज्ञा जागे, जनजन होय अशोक॥
मंगल मैत्री भावाने, पुलकित असो शरीर।
करुणा जागे चित्तात, बघून पिडा रे पर॥
मनुजाचे जीवन मिळे, धर्म मिळे अनमोल।
निज हित पर हित सर्व हित, करत राहो ही खोळ॥

"विपश्यना विशोधन विन्यास" साठी प्रकाशक व संपादक: 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 2569, 15 मार्च 2026, वर्ष 2, अंक 1

वार्षिक सदस्यता शुल्क ₹ 100.00, (भारताबाहेर पाठविण्यासाठी US $ 50,) रजि. नं. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK 286/2024-2026 **प्रति अंक शुल्क ₹ 0.00**

Posting day-**15th of every month** Posted at **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.) **(किरकोळ विक्री होत नाही)**
DATE OF PRINTING: 10 March, 2026, DATE OF PUBLICATION: 15 March, 2026

If not delivered please return to:-
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403
जिल्हा-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत
फोन : (02553) 244998, 244076, 244086, 244144, 244440 मोबा. 9405618869
Email: vri_admin@vridhamma.org;
Course Booking: info.giri@vridhamma.org
Website: www.vridhamma.org