साधकांचे मासिक प्रेरणा पत्र

विपश्यना

साधक (मराठी)

बुद्धवर्ष 2570, 15 नोव्हेंबर, 2026, वर्ष 2, अंक 9 (संशोधित) 2017 पासून निरंतर प्रकाशित

रजि. नं. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK 286/2024-2026 प्रति अंक शुल्क ₹ 0.00

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

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

धम्मवाणी

अप्पमादरतो भिक्खु, पमादे भयदस्सि वा।
संयोजनं अणुं थूलं, डहं अग्गीव गच्छति॥

— धम्मपदपाळि- 31, अप्पमादवग्गो

जो साधक अप्रमादात रत राहतो किंवा प्रमादात भय पाहतो तो आपल्या छोट्या-मोठ्या (कर्म-संस्कारांच्या) बंधनांना आगीप्रमाणे जाळत चालतो.

भारतातील पहिले विपश्यना केंद्र

पूज्य गुरुजींचे उद्बोधन— (27-10-2002)

आदरणीय भिक्षुसंघ, धर्म-प्रेमी सज्जनांनो, देवींनो!

धम्मगिरीच्या या धर्म-स्थानाच्या स्थापनेला 25 वर्षे पूर्ण झाली. याने विश्वाकरीता गंगोत्रीचे काम केले. भारताची ही खूप प्राचीन विद्या जिने गंगेसमान साऱ्या भारतालाच नाही तर कधी साऱ्या विश्वालाच निर्मळ केले होते, पवित्र केले होते ती काही कारणाने भारतातून नितांत विलुप्त होऊन गेली. अनेक देशांमध्ये गेली तिथूनही विलुप्त झाली. केवळ एका शेजारी देशातील थोड्याशा लोकांनी अनेक शतकांपर्यंत तिला शुद्ध स्वरूपात सांभाळून ठेवले म्हणून ती आपल्याला प्राप्त झाली. संपूर्ण भारतात तर 500 वर्षे परंतु, महाराष्ट्रात 700 वर्षांपर्यंत लोक-कल्याण करत राहिली.

कोणीतरी मला विचारले की आपण बर्माहून येऊन इथूनच धर्म का आरंभ केला? आपण या स्थानाला का निवडले? मी समजतो की मी नाही निवडले, या स्थानाला धर्माने निवडले. हे खूप पवित्र स्थान आहे. आम्ही विपश्यना केंद्रासाठी एका उचित स्थानाचा शोध करत होतो. नाशिकमध्ये एक शिबिर लागले आणि तिथून येताना मुंबईला जातेवेळी इथल्या भोजराज संचेती नावाच्या साधकाने आपल्या घरासमोर आमची गाडी थांबवली आणि म्हणाले की आपण ठिकठिकाणी विपश्यना केंद्र स्थापित करण्यासाठी उपयुक्त स्थान शोधत आहात; चला मी आपल्याला दाखवतो आणि मला इथे घेऊन आले. येताक्षणीच मोठी धर्ममयी अनुभूती झाली तेव्हा मी त्वरित म्हटले स्थान खूप पवित्र आहे, इथेच एखादे केंद्र बनावे. मला सांगितले गेले की इथे आजूबाजूला कब्रस्थान आहे, स्मशानभूमी आहे, पारशी लोकांची विहीर आहे. इथे खूप कमी लोक राहतात, तेही नशा-पाणी करणारे. आपण कसे उपयुक्त समजले? मी हेच उत्तर दिले की मी नाही, या स्थानानेच मला उपयुक्त समजले. म्हणूनच तर इथे येताच साऱ्या शरीरात धर्ममयी अनुभूती झाली, याकरिता स्थानाची निवड झाली, विपश्यना केंद्राची स्थापना झाली. त्यावेळी तर असा विचारही करू शकत नव्हतो की याचा प्रसार साऱ्या विश्वात होईल. इच्छा तर अवश्य होती पण खूप लवकरच हे सिद्ध झाले की हे स्थान खरोखर खूप पवित्र आहे. जशी हिमालयात गंगोत्री पवित्र आहे, त्या गंगोत्रीतून निघणारे जल किती पावन, पारदर्शी आहे आणि ती जलधारा पर्वतांवरून खाली वाहत येत साऱ्या उत्तर भारताच्या मैदानी प्रदेशाला किती सुपीक बनवते. असेच हे स्थानही पावन गंगोत्रीप्रमाणे सिद्ध झाले. खूप नंतर माहित झाले की अनेक शतकांपूर्वी इथे कोणी संत विपश्यना करीत असत. (उर्वरित भाग- क्रमशः पुढील अंकात)

धम्मगिरीचा इतिहास

पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायण गोयंकाजी जेव्हा म्यंमा (बर्मा) हून आले तेव्हापासून सतत बंजाऱ्यांसारखी शिबिरे (Gypsy camp) घेत होते. मुंबईच्या अशाच शिबिरात बसलेले श्रीराम आणि श्रीमती सुमन तापडिया 1970 मध्ये विश्व-भ्रमण करताना जेव्हा बर्माला पोहोचले तेव्हा भारतीय साधकांपैकी हे पहिले दांपत्य होते जे IMC मध्ये सयाजी ऊ बा खिन यांना भेटले. जेव्हा सयाजींना काही योग्य सेवेची संधी विचारली तेव्हा त्यांचे उत्तर होते की भारतात एखादे विपश्यना केंद्र स्थापित करण्यात सहयोग देऊ शकलात तर ही तुमची सर्वात मोठी सेवा होईल. भारतात येताच ते या कामाला लागले परंतु कोणत्या उपयुक्त स्थानाची निवड होऊ शकत नव्हती.

खूप दीर्घ शोधानंतर डिसेंबर 1973 मध्ये नाशिकमध्ये लागलेल्या एका शिबिराचे समापन करून मुंबईला परतताना रस्त्यात इगतपुरीमध्ये पूज्य गुरुजींना एक जमीन दाखवण्यात आली जिला स्वीकृती देत ते म्हणाले या जमिनीला मी नाही तर धर्माने निवडले आहे. केवळ आंब्याची काही झाडे असलेली ही 17 एकर जमीन गावापासून साधारण 50 फूट उंचावर आहे जिथे चारही बाजूंनी मोकळी हवा वाहत असते. जानेवारी 1974 मध्ये ही जमीन खरेदी करण्यात आली आणि लवकरच साधारणपणे 80 साधकांसाठी आवश्यक निर्माणकार्य शीघ्रगतीने सुरु झाले.

इगतपुरी मुंबईपासून साधारण 135 कि.मी. दूर आहे आणि समुद्रसपाटीपासून साधारणपणे 2000 फूट उंचावर स्थित आहे. वातावरण अतिशय रमणीय आणि तापमान अंदाजे 20 ते 35 डिग्री सेल्सिअस असते. इथे पाऊस 110 ते 180 इंचापर्यंत पडत असतो परंतु पर्यावरणाच्या परिवर्तनामुळे हळूहळू कमी होत चालला आहे.

साधकांचे तपोदान

जमीन खरेदी करताच काही साधक इथे सेवा देण्यासाठी आले. त्यांच्यापैकी एकाने मुंबईला जाऊन गुरुजींना विचारले की गुरुजी आम्ही काय सेवा देऊ शकतो? तेव्हा त्यांचे उत्तर होते, "तुम्ही जास्तीत जास्त साधना करून या धरतीला तपोदान प्रदान करा. ऑस्ट्रेलियाचे मि. ग्राहम गैम्बी कामाला लागले. त्यावेळी इथे ना वीज-पाण्याची सुविधा, ना राहण्यासाठी योग्य निवास-स्थान होते. त्याच्यात भर म्हणून साप-विंचू तसेच इतर जंगली प्राण्यांचा धोकाही. जुन्या घरांमध्ये गायी-बकऱ्यांच्या शेणाचे थरावर थर जमा झालेले. हा बहादूर योद्धा एकटाच 50-60 फूट खाली उतरून, विहिरीतून पाणी काढून बादल्या भरून घेऊन यायचा आणि उजवीकडच्या घरातील 3 खोल्यांची साफसफाई करू लागायचा. झोपण्यासाठी भोजराज संचेतींनी काही लाकडाच्या पट्ट्या पाठवल्या. श्री. नारायण दासरवार यांनीही साथ दिली. उजवीकडे-डावीकडे दोन खोल्यांमध्ये दोघे झोपत असत आणि मधल्या मोठ्या हॉलमध्ये साधना होत असे. गावातील इतर साधकही येऊ लागले. काही विदेशीही येऊन जोडले गेले. निर्माणकार्य सुरु झाले तेव्हा काही मजूरही राहू लागले आणि शोभा वाढत गेली..

धम्मगिरीचे नामकरण आणि हिरवळ

फेब्रुवारी, 1975 मध्ये पूज्य गुरुजींनी याला **"धम्मगिरी, विपश्यना विश्व विद्यापीठ"** नाव दिले. जुन्या इमारतींची डागडुजी करून त्यात 12 ते 16 एप्रिल, 1975 या काळात जुन्या साधकांचे एक लघु शिबिर झाले ज्यात 76 साधकांनी भाग घेतला.

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

त्याच वेळी बाजूची साधारण चार एकर जमीन आणखी खरेदी केली गेली ज्याला गुरूजींनी शांती-पठार नाव दिले. इथे 248 शून्यागारांचा एक पॅगोडा बनविण्याची घोषणा केली गेली. याकरीता दान येऊ लागले. जून 1975 मध्ये शांती-पठार तसेच संपूर्ण धम्मगिरीच्या क्षेत्रात वृक्षारोपणाचे काम सुरु झाले. मि. ग्राहम गैम्बी- उत्तर भारताची यात्रा करताना- बोधयेच्या **'बोधीवृक्षा'ची** शाखा, सारनाथहून **'श्रीलंका बोधीवृक्षा'**ची शाखा आणि श्रावस्तीहून **'आनंद बोधीवृक्षा'**ची शाखा घेऊन आले तर अमेरिकेचे मि. रॉबर्ट होवर जे सयाजी ऊ बा खिन यांचे शिष्य होते, सयाजींच्या आश्रमातून **'बरमी बोधीवृक्षा'**ची शाखा घेऊन आले. यांना शांती-पठाराच्या चारही कोपऱ्यांवर लावले गेले तसेच केंद्र परिसरात इतर अनेक वृक्षही लावण्यात आले. वन-विभागाकडून प्राप्त झालेली निलगिरीची व इतर वृक्षांची 5000 रोपे यथास्थानी लावली गेली. संपूर्ण परिसरात कमी पाण्यातही जगणाऱ्या झाडांच्या बिया पेरण्यात आल्या ज्यामुळे संपूर्ण क्षेत्र हिरवळीने भरू लागले.

पहिले शिबिर 12 ते 22 फेब्रुवारी, 76 या काळात आयोजित करण्याची घोषणा झाली होती, परंतु आश्रमाच्या निर्माणकार्याला होत असलेल्या विलंबाला पाहून सयाजी ऊ बा खिन यांच्या जन्म-दिनी 25 मार्चला सुरु करण्याचा निश्चय केला ज्यांच्या प्रतिबद्धतेने, कृतज्ञतेने आणि करुणेनेच विपश्यना विद्या भारतात परत आली. त्यामुळे साधकांना निवेदन केले गेले की त्यांनी 24 मार्चच्या संध्याकाळपर्यंत इगतपुरीला पोहोचावे की ज्यामुळे ते 25 मार्चला सकाळी आश्रमाच्या उद्घाटन समारोहात सामिल होऊ शकतील.

गुरुजींची इच्छा होती की इथल्या धरतीला साधनानुकूल बनविण्यासाठी निर्धारीत शिबिरांच्या आधी आपले एक स्वयं-शिबिर करावे परंतु त्यांची तब्येत आधीपासूनच थोडी बिघडली होती. स्वयं-शिबिर सुरु करताच त्यांची वेदना वाढली आणि 21 मार्च, 1975 ला स्थिती आणखीनच वाईट झाली, तेव्हा कॅनडाचे साधक डॉक्टर जॉर्ज पोलैंडच्या मदतीने त्यांना इथून सरळ मुंबईच्या हॉस्पिटलमध्ये नेण्यात आले. तिथे पोहोचताच त्यांच्या पित्ताशयाचे ऑपरेशन करून जसा गॉलब्लेडर बाहेर काढला- टोपलीत ठेवताच फुटला गेला. जर आत फुटला असता तर स्थिती खूपच वाईट झाली असती.

या ऑपरेशननंतर त्यांना कमीत कमी 2-3 महिन्यांपर्यंत घरीच आराम करण्याचा सल्ला दिला गेला. त्यामुळे पूर्व निर्धारीत उपरोक्त सर्व कार्यक्रम रद्द करण्यात आले आणि त्यांच्या जागी गुरुजींनी टेप चालवून जुन्या साधकांना **अष्टशील** पालन करत आपले **स्वयं-शिबिर** करत राहण्याची सूचना दिली जेणेकरून साधकांना जास्तीत जास्त लाभ मिळेल आणि केंद्राचे वातावरणही साधनेच्या अनुकूल बनत राहील. शेवटी इथल्या तीव्र वर्षा ऋतुला पाहता दिपावलीच्या आधीपर्यंत एकामागून एक 10-15 लोकांची **स्वयं-शिबिरेच होत राहिली.**

तदर्थाने स्थायी रूपात इथे सर्व सुविधांची व्यवस्था करण्यात आली होती. श्री. महावीर शर्मा (महाराज) यांनी भोजनालयाचे काम सांभाळले आणि साधकांना सुरक्षित व सुविधाजनक निवास इत्यादींकरिता मुंबईहून ट्रस्टींनी 100 नवीन लोखंडी पलंग आणि तितक्याच नवीन गाद्या, उशा, चादरी, ब्लँकेट्स इत्यादी गोष्टी ट्रकने पाठवून दिल्या की ज्यामुळे कोणाला कसली असुविधा होऊ नये आणि पुढच्या शिबिरांमध्ये त्यांनी यावे.

पावसाळ्यानंतर पाला-पाचोळा-गवत तसेच माती इत्यादींपासून कित्येक झोपड्या बनवण्यात आल्या. मुंबईजवळील नारगोल शिबिरादरम्यान खूप कामी आलेल्या पिरॅमिडसारख्या पक्क्या झोपडीचा नमुनाही इथल्या वातावरणात किती उपयुक्त ठरेल, हे आजमावले गेले अशा दोन झोपड्या वर्तमानातील महिला कार्यालयाच्या जागी बनवल्या गेल्या, ज्या चांगल्या वाटल्या आणि त्यात स्वागत-कक्ष (रिसेप्शन) तसेच लेखा कार्यालयाचे काम होत राहिले.

हैदराबादचे विपश्यना केंद्र

जेव्हा धम्मगिरीचे केंद्र-निर्माण-कार्य चालू होते तेव्हा हैदराबादचे श्री. रतीलाल मेहता गुरुजींना भेटायला आले. कारण जेव्हापासून इथे काम सुरु झाले तेव्हापासून पूज्य गुरुजी कधी कारने, कधी रेल्वेने धम्मगिरीला नियमित रूपाने येऊ लागले होते. एकदा तर टॅक्सी नसल्यामुळे हातात आपली 8-10 किलोची बॅग घेऊन स्टेशनपासून पायी चालतच आले. कारण की तेव्हा फोनची कसली सुविधा उपलब्ध नव्हती. श्री मेहताजींनी याच्याआधी बरीच शिबिरे केली होती आणि त्यांची इच्छा होती की हैदराबादमध्येही एक विपश्यना केंद्र बनावे. यापूर्वी त्यांनी तिथे आपल्या फॅक्टरीत— कुसुम इंडस्ट्रीजमध्ये 1973 व 74 मध्ये दोन शिबिरे घेऊन आपल्या संपूर्ण परिवाराला साधक बनवले होते. आता आपल्याच दोन एकर जमिनीचे दान देत त्यांनी स्वत:च निर्माणकार्य करविण्याची जबाबदारी घेतली तेव्हा पूज्य गुरुजींनी त्यांना अनुमती दिली. काम सुरु झाले आणि ते केंद्रही साधारणतः 50 लोकांच्या सुविधेसह 1976 च्या वर्षा-ऋतुपर्यंत जवळजवळ तयारच झाले होते परंतु पूज्य गुरुजी पूर्णपणे बरे झाले नव्हते म्हणून सप्टेंबर, 76 लाच जाऊ शकले.

या दरम्यान गुरुजींनी केंद्राचे नाव **"धम्मखेत्त, आंतरराष्ट्रीय विपश्यना केंद्र",** ठेवून त्यांना पाठवून दिले जेणेकरून ते त्या नाव-पत्त्याने पत्रव्यवहार करू शकतील. 4 सप्टेंबर, 1976 ला हैदराबाद केंद्राचे उद्घाटन केले आणि 4 ते 15 तसेच 16 ते 27 सप्टेंबरपर्यंत तिथे दोन शिबिरे घेऊन मुंबईला परतले.

धम्मगिरीचे विधिवत उद्घाटन

दिपावलीनंतर 27 ऑक्टोबर, 1976 ला धम्मगिरीच्या शिबिराचे विधिवत उद्घाटन केले गेले. इथे एक समारंभ आयोजित करून आजूबाजूच्या लोकांना आमंत्रित केले गेले. गावकऱ्यांना शिबिरांचा लाभ घेण्यासाठी गुरुजींनी आवाहन-प्रवचन दिले. अशा प्रकारे धम्मगिरीचे पहिले 10-दिवसांचे शिबिर 27-10 ला सुरू झाले आणि पहिले **30-दिवसीय** 2-12 ते 1-1-77 पर्यंत, ज्यात 23 लोक बसले.

धम्मगिरीचे आचार्य-निवास

पूज्य गुरुजींसाठी बनलेले धम्मगिरीचे आचार्य-निवास उपयोगात आणता येऊ शकले नाही कारण ते कर्जात बुडालेले होते. गुरुजींनी निश्चय केला की जोपर्यंत ठेकेदाराचे कर्ज उतरले जात नाही तोपर्यंत ते याचा वापर करणार नाहीत. तोपर्यंत त्यांचा आणि पूज्य माताजींचा निवास **"डी"** डॉरमेटरीत होता ज्याला चटयांच्या साह्याने तीन भागांमध्ये विभागले होते. मागील भागात त्या दोघांचा निवास, मध्ये गुरुजींचे कार्यालय आणि दाराजवळ एका बाजूला त्यांना भेटणाऱ्यांसाठी एक छोटा कक्ष आणि दुसऱ्या बाजूच्या छोट्या कक्षात यादवजींचा निवास आणि कार्यालय बनले.

स्नान व शौच इत्यादीकरीता ते दोघे सामूहिक शौचालयात खाली पायऱ्या चढून-उतरून जात असत. हात धुण्यासाठी किंवा लघुशंकेसाठी डॉरमेटरीच्या मागे नळ आणि पाइप जोडला होता. याला चटईने झाकून, खाली फरशी बसवून बाथरूमसारखे बनवले गेले. गरम पाणी एक बाई आणून द्यायची. स्नान आणि दाढी करण्यासाठी गुरुजी सामूहिक स्नानगृहातच जात असत. साधारण दोन महिन्यांपर्यंत हाच दिनक्रम चालला. 11 फेब्रुवारी, 77 मध्ये जेव्हा दुसऱ्यांदा गुरुजी आले तेव्हा कर्ज चुकविले गेले होते, तेव्हाच आपल्या मूळ निवासस्थानाचा उपयोग करू शकले. यावर त्यांनी एक लेख लिहिला— **"विद्यापीठ ऋण-मुक्त."** हा पत्रिकेत छापला आणि ट्रस्टींना हा धडा शिकायला मिळाला की आपण तितकाच खर्च करावा जितके आपल्याजवळ दान येईल. कोणावर ओझे बनू नये.

जयपूरच्या जेलमध्ये विपश्यना

धम्मगिरीचे कार्यक्रम पूर्ण झाल्यावर पूज्य गुरुजींनी 4 ते 15 जानेवारी 1977 या काळात जयपूरच्या केंद्रीय कारागृहात 108 कैद्यांचे एक शिबिर घेतले.

पू. गुरुजी बोधगयेला गेले तेव्हा बरमी विहारात 129 लोकांचे एक मोठे शिबिर घेतले आणि 15 लोकांबरोबर एक **स्वयं-शिबिरही** केले.

नंतर पुन्हा इगतपुरीला आले तेव्हा आचार्य-निवासात राहून लागोपाठ 6 शिबिरे घेतली ज्यात 3 ते 14 मार्च, 77 च्या शिबिरात 130 लोक सामील झाले. 80 लोकांची क्षमता असणाऱ्या ठिकाणी 50 साधक अधिक आले तेव्हा अनेक लोक आपल्या टेंटमध्ये राहिले आणि अशीच काही आणखी पर्यायी व्यवस्था केली गेली. असे-तसे राहूनही साधक आनंदी राहत असत परंतु धर्मापासून वंचित राहणे त्यांना स्वीकारार्ह नव्हते.

जानेवारी 1978 मध्ये पूज्य गुरुजींनी आपले स्वयं शिबिर धम्मगिरीला केले त्यानंतर इथे पॅगोडा-निर्माणाचे कार्य शीघ्र-गतीने पुढे जाऊ लागले.

मार्च, 79 च्या 158 व्या शिबिरात साधकांची संख्या 209 पर्यंत पोहोचली. दानही येऊ लागले तेव्हा काही पक्के निवासही बनू लागले. त्याचबरोबर झोपड्या आणि टेंट्सचा आधारही घेतला जाऊ लागला. लोक धर्मलाभ घेत राहिले.

शांती-पठारच्या छोट्या पॅगोडाचा उद्घाटन-समारंभ

12 मार्च, 79 ला छोट्या पॅगोडाचे उद्घाटन झाले. पुन्हा धम्मगिरीवर मैत्री-मिलन, म्हणजे, **धम्म-उत्सवाचा** कार्यक्रम ठेवला गेला. थंड-पेय आणि नाश्त्याव्यतिरिक्त पूज्य गुरुजींचे प्रवचनही झाले.

जुलै-ऑगस्ट 1979 मध्ये विदेश-यात्रेचा कार्यक्रम ठरला तेव्हा फ्रान्स, कॅनडा आणि इंग्लंडमध्ये पाच शिबिरे घेऊन परतल्यावर सप्टेंबरपासून अधिकतर शिबिरे इगतपुरीतच आयोजित करण्यात आली.

29 फेब्रुवारी 1980 मध्ये पॅगोड्याला लागून असलेल्या धम्म-कक्षाचे उद्घाटन झाले जो आज 'महिला साधना-हॉल'च्या नावाने ओळखला जातो.

1981 मध्ये पोलिसांची फायरिंग रेंज हटवण्यासाठी निवेदन दिले आणि 2005

मध्ये हटवले गेले. ही चालू असताना बंदूक चालविण्याचे ट्रेनिंग करणारे पोलीस कर्मचारी मोठ्या संख्येने येत आणि फायरिंग झाली की साधक घाबरून जात. कारण की पहाडातील दगडांवर आपटून प्रतिध्वनीचा आवाज कित्येक पटींनी वाढायचा आणि असे वाटायचे जशी कुठे भीषण लढाई चालू आहे. अनेक साधक-साधिकांकडून तक्रारी आल्यावर सरकारकडे आपत्ती-निषेध दर्शविला आणि त्यांना इतर दुसऱ्या ठिकाणी जागा खरेदी करून दिली त्यानंतरही कित्येक वर्षांनी मोठ्या मुश्कीलीने त्या भयानक आवाजापासून सुटका मिळाली.

1982 च्या सुरुवातीला पूज्य गुरुजींनी 8 सहायक आचार्यांची नियुक्ती केली जेणेकरून त्यांच्या अनुपस्थितीतही शिबिरे सतत चालू राहतील. सहायक आचार्यांद्वारे संचालित धम्मगिरीमध्ये पहिले शिबिर मे, 1982 मध्ये श्री. राठीजींद्वारे घेतले गेले आणि मि. बिल हार्ट यांनी बोधगयेत विदेशींसाठी शिबिरे घेतली.

हळूहळू नवीन सहायक आचार्यांची संख्या वाढू लागली आणि जेव्हा त्यांच्याद्वारे नियमितपणे अधिकाधिक शिबिरे घेतली जाऊ लागली तेव्हा पुरुष आणि महिला सहायक आचार्यांसाठी वेगवेगळे आचार्य-निवासही बनवले गेले.

मार्च 1984 मध्ये धम्मगिरीतच 3 दिवसीय आनापान लघु शिबिरे आयोजित करण्याचा प्रयोग केला गेला परंतु काही ठोस परिणाम हाती न लागल्यामुळे यांना थांबविले गेले.

1984 मध्येच जेव्हा **साधना-कक्ष नं. 1** खूप छोटा पडू लागला तेव्हा एका नव्या अष्टकोनीय **धम्म-कक्ष नं. 2** चे निर्माणकार्य कित्येक चरणांमध्ये झाले ज्यात आता 350 लोक बसून ध्यान करू शकतात. हा **पुरुष साधना-कक्ष** म्हटला गेला.

काही काळानंतर 100 लोकांकरीता कमळाच्या फुलाच्या आकाराचा **धम्म कक्ष नं. 3** बनला. कारण की याच्या खाली आधीपासूनच एका **लघु-कक्षात** इतर भाषेतील प्रवचने होत असत. तिथे आता साधकांचे निवास-स्थान बनवले गेले आहे.

एप्रिल 1985 मध्ये लहान मुलांसाठी 3 दिवसीय आनापान शिबिर घेतले गेले. नंतर दोन आणि एक दिवसाची आनापान शिबिरे घेतली आणि रेकॉर्डिंग केले गेले. लहान मुलांच्या शिबिर-संचालनासाठी **बाल-शिबिर-शिक्षक** नियुक्त होत असतात.

विपश्यना विशोधन विन्यासची स्थापना

1985 मध्ये पूज्य गुरुजींनी परियत्ति, म्हणजे, प्रकाशनाचे काम करण्यासाठी एका वेगळ्या ट्रस्टची स्थापना केली— "विपश्यना विशोधन विन्यास", ज्याच्या अंतर्गत पाली पंडितांची नियुक्ती आणि त्यांच्याद्वारे संपादित केलेले साहित्य-प्रकाशन असते. पाली भाषेच्या शिक्षणाचे काम तर विद्यापीठाच्या स्थापनेपासूनच चालू होते परंतु विधिवत प्रशिक्षण आणि पाली पंडितांद्वारे मोठ्या प्रमाणात काम होण्याचे लक्षात घेऊन या नव्या ट्रस्टची स्थापना झाली. याच्यासाठी नवीन इमारतींचे निर्माण कार्यही केले गेले.

20 डिसेंबर **1986** पासून एक 10 दिवसाचे शिबिर घेऊन त्यात पाली पंडितांना पटिपत्तिचे व्यावहारिक ज्ञान अर्थात विपश्यना शिकण्याचा अवसर देण्यात आला. याच्या शेवटी 31 डिसेंबर, 86 व 1 जानेवारी 87 ला— दोन दिवसाचे **स्वानुभूतीक सेमिनार** झाले ज्यात सर्वांनी आपापले अनुभव ऐकवले आणि आपले विचार व्यक्त केले ज्याला शब्दाकिंत करून, 15 मार्च 1987 च्या पत्रिकेत प्रकाशित केले गेले. हा प्रयोग खूप सफल राहिला. कित्येक विदेशीही या **पटिपत्ति आणि परियत्ति** कार्यक्रमाने खूप प्रसन्न आणि लाभान्वित झाले.

धम्मगिरीवर 40 दिवसांचे पहिले दीर्घ शिबिर

धम्मगिरीवर 4 ते 19 जानेवारी, 1987 तसेच 1988 मध्येही **गुरुजींनी** 15 दिवसांचे **स्वयं-शिबिर** केले आणि 22-जानेवारी 1988 पासून **30 व 40 दिवसांची दोन दीर्घ शिबिरे** एकत्रच सुरू झाली. याच्याआधी 30 दिवसांची अनेक शिबिरे आयोजित झाली होती.

1988 मध्ये महिला निवासांचा विस्तार केला गेला आणि त्यांच्याकरीता प्रसाधन इत्यादींच्या विविध सुविधा बनवल्या गेल्या.

धम्मगिरीचे अन्य सेमिनार्स

1989 च्या डिसेंबरमध्ये **Vipassana: Addiction & Health** वर सेमिनार झाले, पुस्तक छापले गेले.

1990 च्या फेब्रुवारीमध्ये **The Importance of Vedanā & Sampajañña**, at D.G. पुस्तक छापले गेले.

May 1995 – **Dharma : It's True Nature**, (An International Seminar at Dhamma Giri Campus)

2005 मध्ये 15-16 ऑक्टोबरला **विपश्यना आणि आयुर्वेद** यावर एका परिसंवादाचे आयोजन झाले. यावेळी भगवान बुद्धांचे वैद्य असलेल्या जीवक यांच्यावर एक पुस्तक प्रकाशित केले गेले आणि हिंदी तसेच इंग्रजी लेखांचा संग्रह करण्यात आला.

धम्मगिरीच्या मोठ्या पॅगोड्याचे उद्घाटन

1990 मध्ये शून्यागारांचा विस्तार करत छोट्या पॅगोड्याला झाकून त्याच्या बाहेरून मोठा आणि **उंच पॅगोडा** बनविण्याचे काम सुरु झाले. हे मोठे काम होते आणि याला पूर्ण करण्यात अधिक काळ लागला म्हणजे 1994मध्ये याचे **उद्घाटन** झाले.

1991 मध्ये पूज्य गुरुजींनी **धम्मचक्कपवत्तनसुत्त** वर पहिले प्रवचन दिले. सुत्ताचा पाठही केला आणि रेकॉर्ड केले गेले, जे आपण नेहमी ऐकत असतो.

20 एप्रिल 1994 ला शांतीपठारच्या मोठ्या **पॅगोड्याचा छत्रारोहण समारंभ** संपन्न झाला. स्वर्णमंडित छत्र जयपूरहून बनून आले.

जुलै, 2000 मध्ये **तपोवन 1** चे उद्घाटन **पॅगोड्याच्या छत्रारोहण समारोहा**सोबतच झाले आणि त्याचबरोबर पहिले **45 दिवसीय** शिबिर सुरु झाले. **छत्रारोहण** म्यंमातील सँगाईंचे प्रसिद्ध भिक्षू ऊ जाणीसारजींच्या हस्ते झाले.

याच वेळी सयाजी ऊ बा खिन यांच्या स्मरणार्थ धम्मगिरीच्या शेजारी एका व्हिलेजची स्थापना झाली जे विपश्यना केंद्रापासून वेगळे आहे आणि स्वतंत्रपणेच याची व्यवस्था सुरळीतपणे चालू आहे.

2001 मध्ये **तपोवन 1** मध्ये 60 दिवसांचे शिबिर लागले ज्यात 97 वरिष्ठ विपश्यना आचार्यांनी भाग घेतला.

2004 मध्ये **म्यंमा** (म्यानमार) **द्वाराचे** निर्माणकार्य केले गेले, जे विश्व प्रसिद्ध बनले. याला पाहण्यासाठी दूरदूरहून लोक येऊ लागले. शाळा-कॉलेजमधील मुलांचे समूह बस भरभरून येत असतात.

9 से 17 एप्रिल 2004 पर्यंत धम्मगिरीच्या मुख्य ध्यान-कक्षात **किशोरांचे पहिले शिबिर** झाले. आता इथे नियमितपणे किशोरांची शिबिरे आयोजित होत असतात. जागा मर्यादित आहेत, त्यामुळे मुले प्रतीक्षा-यादीत असतात. एक शिबिर किशोरांचे लागते तर दुसरे किशोरींचे. या शिबिरांमध्ये दररोज दिवसातून दोन वेळा— सकाळ-संध्याकाळ छोटी-छोटी प्रवचने होत असतात, ज्यामुळे मुलांचा उत्साह टिकून राहतो.

2004 मध्ये सरकारी **वरिष्ठ अधिकाऱ्यां** (उप-जिल्हाधीशां) करीता विशेष शिबिर 10 ते 21 मार्च या काळात आयोजित केले गेले.

2005 मध्ये धम्मगिरीच्या बाहेरील परिसरात जिथे आज सौर-उर्जा पॅनेल लागले आहे तिथे दरवर्षी राष्ट्रीय स्तरावर विशाल **कुस्तीचे** आयोजन होत असे. त्याला हटविण्यासाठी न्यायालयाचा आदेश प्राप्त झाला. तेव्हा बाहेरील लोकांचे गेटच्या आत येणे बंद झाले.

2006 मध्ये **पाली-हिंदी उन्नत शिक्षणा** (ॲडव्हान्स डिप्लोमा कोर्स) चे आयोजन केले गेले जे आता विपश्यना विशोधन विन्यासच्या पॅगोडा परिसरात, मुंबई येथे होऊ लागले आहे.

2007 मध्ये **तपोवन -2** च्या निर्माणाची घोषणा केली गेली आणि त्याचा धम्म-कक्ष आधी तयार झाला नंतर 2009 मध्ये **पॅगोडाचे उद्घाटन** झाले. निवास-स्थाने इत्यादी हळूहळू तयार होत गेली आणि वाढत गेली.

2011 मध्ये 3 ते 5 जून या काळात पूज्य गुरुजी बागकामासंबंधीच्या कामासाठी धम्मगिरीत आले होते. आणि **शेवटच्या वेळी** 2012 मध्ये 6 ते 10 डिसेंबरच्या सहायक आचार्यांच्या मिटींगसाठी.

2024 मध्ये पूज्य गुरुजींच्या जन्म-शताब्दीचा तसेच धम्मगिरी केंद्राच्या जमीन खरेदीच्या पन्नासाव्या वर्धापनदिना (जानेवारी 74) चा समारोह धम्मगिरीवर आयोजित केला गेला.

धम्मगिरीवर स्वर्ण-जयंती समारोह

या वर्षी केंद्रावर होणाऱ्या **सुवर्ण-जयंती सोहळ्यामध्ये** सामील होण्यासाठी साधक सादर आमंत्रित आहेत, जसे की **3 दिवसांचे शिबिर**— 26 ते 29 नोव्हेंबर, 2026. याची बुकींग-लिंक 26 सप्टेंबरला उघडली आहे. आणि **5 डिसेंबर** 2026 ला **मेगा कोर्स (महाशिबिर)** जुन्या साधकांसाठी- सकाळी 11 ते संध्याकाळी 4:30 वाजेपर्यंत राहील. याची बुकींग-लिंक 5 नोव्हेंबरला उघडेल.

एक नवीन पुस्तक: धम्म गिरी— हिल ऑफ धम्म, हे समृद्ध चित्रांचे एक **कॉफी-टेबल** पुस्तक आहे, जे या केंद्राच्या यात्रेला दर्शविते. यात एका ओसाड पहाडापासून ते जगभरातील एक प्रसिद्ध साधना-स्थळ बनण्यापर्यंतची संपूर्ण कहाणी आहे. दुर्लभ अभिलेखीय छायाचित्रे, वर्तमानातील विहंगम दृश्ये, अनेक पत्रे, कालरेषा (वेळापत्रक) आणि गोयंकाजींच्या शब्दांमध्ये याच्या विकासाचे व्यापक आयाम आणि यांच्यामागे दडलेला शांत उद्देश- दोन्हींना उजेडात आणते— कशी सर्वांच्या कल्याणासाठी विपश्यना साधना सर्वांना सुलभ करता येईल.

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

नवे उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. डॉ. कृष्ण स्वरूप द्विवेदी, अहमदाबाद, गुजरात
2. श्रीमती मनु बाजपेई, बोधगया, बिहार

नव नियुक्त सहायक आचार्य

1. श्री सुधीर पई, धम्मगिरी, इगतपुरी, महाराष्ट्र
2. श्री संजय ढोले, यवतमाळ, महाराष्ट्र
3. श्री निलेश सिंहल, धुळे, महाराष्ट्र
4. श्रीमती काजल कसवाला, सूरत, गुजरात
5. श्रीमती कुसुम पटेल, भुज-कच्छ, गुजरात
6. श्री हरदेव सिंह, लखनऊ, उत्तर प्रदेश
7-8. श्री राकेश कुमार व श्रीमती रेखा रानी, नोएडा, उत्तर प्रदेश
9. कु. कुसुम पोपट, रायपुर, छत्तीसगढ
10. श्री प्रशांत बी रेड्डी, हैदराबाद, तेलंगाना
11. श्री वसंतकुमार नरसिम्हा, चेन्नई, तमिळनाडु
12. Mr. Suthee Aeknalinratkul, Thailand
13. Mrs. Nantaporn Chaiwongnoi, Thailand
14. Mr. Sonam Thakchoe, Australia

बाल-शिबिर शिक्षक

1. कुमारी रंजना मूल्या, उल्हासनगर
2. श्रीमती गीता मुळे, ठाणे
3. श्री राकेश गज्जर, अहमदाबाद
4. श्री तीर्थप्पा बी आर, शिवमोग्गा, कर्नाटक
5. श्री बी. सत्यनारायण रेड्डी, बेंगलुरु
6. Mrs. Makara Aom, Cambodia
7. Ms. Piseth Aom, Cambodia
8. Mrs. Theary Lim, Cambodia
9. Mrs. Channita Seng, Cambodia
10. Mr. Samreth Kao, Cambodia
11. Mr. Samphors Seng, Cambodia
12. Mr. Sai Soe Thiha Ohn Myint, Myanmar
13. Mrs. Nang Khin Nu, Myanmar
14. Mrs. Yi Yi Mon, Myanmar
15. Mrs. Nang Yin Min Aye, Myanmar
16. Ms. Nang Hseng Noon, Myanmar
17. Ms. Myint Myint Aye, Myanmar
18. Mrs. Nang Hseng Khay, Myanmar
19. Mrs. Thida Oo, Myanmar
20. Ms. Nang Noon Kham, Myanmar
21. Ms. Khin let Yar, Myanmar
22. Mr. Tin Lin, Myanmar
23. Mrs. Nwe Nwe Lwin, Myanmar
24. Ms. Myat Myat Moe, Myanmar
25. Mr. Tun Naing Win, Myanmar
26. Mr. Thu Ya Hein, Myanmar
27. Mr. Myo Myint Oo, Myanmar
28. Mrs. Kyu Kyu, Myanmar
29. Ms. Khin Chaw Su Mon, Myanmar
30. Mrs. Su Su Htay, Myanmar
31. Ms. Aye Aye Thein, Myanmar
32. Ms. Sandar Soe, Myanmar

दुसरे इंग्रजी पुस्तक—"एसेंशियल्स ऑफ़ धम्मा" (धर्माचे मूळ सिद्धांत) पुस्तकात एस.एन.गोयंका आणि सयाजी ऊ बा खिन यांच्या गहन प्रवचनांचा संग्रह आहे जो- चार आर्य सत्य; अनिच्च, दुक्ख आणि अनत्त; वेदना-संयुक्त; प्रतीत्यसमुत्पाद; पटिपत्ति आणि परियत्तिचा संबंध; तसेच विपश्यनेच्या प्रकाशात योगासारख्या विषयांवर आधारित आहे. (याच्या हिंदीकरणाचे काम चालू आहे.)

ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा, गोराई, मुंबईमध्ये

1. एक-दिवसीय महाशिबिरे:

1. रविवार, 17 जानेवारी, 2027 सयाजी ऊ बा खिन तसेच माताजींच्या पुण्यतिथी निमित्ताने,

2. रविवार, 23 मे, 27, बुद्ध-पौर्णिमेच्या निमित्ताने,

3. रविवार 18 जुलै, 27, आषाढ पौर्णिमे (धम्मचक्कपवत्तन दिवसा) च्या निमित्ताने

4. रविवार 3 ऑक्टोबर, 27. शरद-पौर्णिमा तसेच पूज्य गुरुजींच्या पुण्यतिथी निमित्ताने

2. एक दिवसीय शिबिरे दररोज:

यांच्या व्यतिरिक्त विपश्यना साधकांकरीता पॅगोडामध्ये 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। **महाशिबिरे तसेच इतर एक दिवसीय शिबिरांकरीता संपर्क:** 022 50427500 (Board Lines) - Extn. no. 9, मो. +91 8291894644. (दररोज 11 ते 5 वाजेपर्यंत) Online registration: http://oneday.globalpagoda.org; Email: oneday@globalpagoda.org

---

दोहे धर्माचे

धम्मगिरीतून धर्माची, गंग प्रवाहित हो।
रोग शोक सारे मिटो, मुक्ती दुःखातून हो॥

तपोभूमीत धर्माची, गंग प्रवाहित हो।
हो सर्वांचेच भले, मंगल च मंगल हो॥

सुख पसरू दे जगतात, दुखी राहो न कोय।
जागो विपश्यना जगी, मंगल सर्वांचे होय॥

सुख पसरू दे जगतात, दुखी राहो न कोय।
जन- मन मैत्री च जागो, मंगल सर्वांचे होय॥

दूहा धरम रा

जन जन पीडित होई, किती रे अत्याचार।
धर्म जागे रे जगती, मिटती च दुराचार॥

धरतीवर पुन्हा उमडे, धर्म गंगेची धार।
तहान विझवी जगताची, करी रे जन उद्धार॥

बरसे धरावर धर्माची, पुन्हा रसवंती धार।
सुकलेले उद्यान पुन्हा, होई बहारदार॥

पाहे सुखी, मोद जागे, पाहे दुःखी करुणा।
सर्वांप्रति मैत्री रे, असे धर्म प्रेरणा॥

"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 2570, 15 नोव्हेंबर, 2026, वर्ष 2, अंक 9

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 November, 2026, DATE OF PUBLICATION: 15 November, 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