



વિપશ્યના

સાઘડોનું માસિક
પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2558 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 23 માર્ચ 2016 ❖ વર્ષ - 16 ❖ અંક - 12 ❖ સળંગ અંક - 192

ઘમ્મવાણી

યં કિચ્ચિ રતનં લોકે, વિજ્જતિ વિવિધા પુથુ । રતનં ઘમ્મસમં નત્થિ, તસ્મા સોત્થિ ભવન્તુ તે ॥	લોકમાં જે વિવિધ પ્રકારના રત્નો છે, તેમાંનું કોઈ પણ રત્ન ઘર્મ- રત્ન જેવું નથી. આ સત્ય થકી તમારી સ્વસ્તિ થાઓ !
--	---

ઘર્મનું સર્વહિતકારી સ્વરૂપ

મનુષ્ય એક સામાજિક પ્રાણી છે. સમાજથી અલગ રહેવું ન તેના માટે ઉચિત છે, ન સંભવ છે. સમાજમાં રહીને સમાજ માટે અધિકથી અધિક સ્વસ્થ સહાયક બની રહે, તેમાં જ તેના જીવનની ઉપયોગિતા છે, સાર્થકતા છે. સ્વસ્થ વ્યક્તિઓથી જ સ્વસ્થ સમાજનું નિર્માણ થાય છે. અસ્વસ્થ વ્યક્તિ તે જ છે જેનું મન વિકારોથી વિકૃત રહે છે. આવી વ્યક્તિ સ્વયં તો દુઃખી રહે જ છે, પોતાના સંપર્કમાં આવનારને પણ સંતાપિત કરે છે. તેથી સુખી-સ્વસ્થ સમાજનું નિર્માણ કરવા માટે વ્યક્તિ-વ્યક્તિને સુખ-સ્વાસ્થ્યથી સભર બનાવવું નિતાંત આવશ્યક છે. એક એક વ્યક્તિ સ્વચ્છચિત્ત હોય, શાંતચિત્ત હોય તો જ સમગ્ર સમાજની શાંતિ ટકી રહે છે. ધર્મ આ વ્યક્તિગત શાંતિ માટે એક અનુપમ સાધન છે અને આ જ કારણે વિશ્વ-શાંતિનું એકમાત્ર સાધન છે.

ધર્મનો અર્થ સંપ્રદાય નથી. સંપ્રદાય તો મનુષ્ય-મનુષ્ય અને વર્ગ-વર્ગની વચ્ચે દીવાલો ઊભી કરવાનું, વિભાજન પેદા કરવાનું કામ કરે છે. જ્યારે શુદ્ધ ધર્મ દીવાલોને તોડે છે, વિભાજનોને દૂર કરે છે.

શુદ્ધ ધર્મ મનુષ્યની ભીતર સમાયેલા અહંભાવ અને હીનભાવને મૂળ સમેત ઉખેડીને ફેંકી દે છે. માનવ મનની આશંકાઓ, ઉત્તેજનાઓ, ઉદ્વિગ્નતાઓ દૂર કરે છે અને તેને સ્વચ્છતા અને નિર્મળતાની એવી ધરા પર પ્રતિષ્ઠિત કરે છે, જ્યાં ન અહંકારજન્ય દંભ ટકી શકે છે, ન હીનભાવની ગ્રંથિઓથી ગ્રસ્ત દીનતા પોષાઈ શકે છે; જીવનમાં સમત્વભાવ આવે છે અને દરેક વસ્તુ, વ્યક્તિ અને સ્થિતિને તેના યથાર્થ સ્વરૂપમાં જોઈ શકવાની નિર્મળ પ્રજ્ઞા જાગે છે; અતિરંજના અને અતિશયોક્તિમાં ડૂબેલો ભક્તિભાવાવેશ દૂર થાય છે. જ્ઞાન, વિવેક, બોધિનાં અંતર્યક્ષુ વિરજ-વિમળ બને છે. અંતર્દષ્ટિ પારદર્શી બની જાય છે. તેની સામેથી બધુંય ધુમ્મસ, ધૂંધળાપણું દૂર થઈ જાય છે. આપણે જે સાંભળેલી-સંભળાવેલી અને વાંચેલી-વંચાવેલી વાતોથી પોતાના મનને વિકૃત બનાવી દીધું છે, એ જ પૂર્વાગ્રહ રૂપી વિકૃતિઓ

સત્ય-દર્શનમાં બાધા પેદા કરે છે; પૂર્વનિશ્ચિત ધારણાઓ અને માન્યતાઓ આપણી આંખો પર રંગીન યશ્માની જેમ ચડેલી રહે છે અને આપણને વાસ્તવિક સત્યને તેના પોતાના જ રંગમાં જોઈ શકવામાં બાધા ઉત્પન્ન કરે છે. ધર્મના નામે આપણે આ બેડીઓને સુંદર આભૂષણોની જેમ પહેરી રાખી છે. સાચી મુક્તિ માટે આ બેડીઓનું તૂટવું નિતાંત આવશ્યક છે.

ચિત્તને રાગ, દ્વેષ, મોહ, ઈર્ષ્યા, માત્સર્ય, દુર્ભાવના, દૌર્ભનસ્ય, ભય, આશંકા, મિથ્યા કાલ્પનિક દૃષ્ટિઓ, માન્યતાઓ અને રૂઢિઓની પકડમાંથી મુક્ત કરવું આવશ્યક છે કે બધી રૂઢ પરંપરાઓને એક બાજુ રાખી, ભાવુકતાને દૂર હટાવી, આપણે યથાર્થમાં જીવતાં શીખીએ. યથાર્થમાં જીવવું એટલે વર્તમાનમાં જીવવું, આ ક્ષણમાં જીવવું. કેમકે વીતેલી ક્ષણ યથાર્થ નથી, એ તો સમાપ્ત થઈ ચૂકી. હવે તો કેવળ તેની યાદ બાકી રહે છે, તે ક્ષણ નહીં. એવી જ રીતે આવનારી ક્ષણ અત્યારે ઉપસ્થિત નથી, તેની કેવળ કલ્પના કે કામના જ થઈ શકે છે; યથાર્થ દર્શન નહીં. વર્તમાનમાં જીવવાનો અર્થ છે, આ ક્ષણે જે કંઈ અનુભૂતિ થાય છે, તેના પ્રત્યે જાગૃત થઈને જીવવું. ભૂતકાળની સુખદ કે દુઃખદ આશાઓ, આશંકાઓ આપણને વર્તમાનથી દૂર લઈ જાય છે અને તેથી સાચા જીવનથી વિમુખ રાખે છે. વર્તમાનથી વિમુખ એવું કોરું, નિઃસાર જીવન જ આપણા માટે વિભિન્ન ક્લેશોનું કારણ બને છે. અશાન્તિ, અસંતોષ, અતૃપ્તિ, આકુળતા, વ્યથા અને પીડાને જન્મ આપે છે. જેવા આપણે આ ક્ષણનું યથાભૂત દર્શન કરતાં જીવવા લાગીએ છીએ, ક્લેશોથી સ્વાભાવિકપણે મુક્તિ મળવા લાગે છે.

આ દેશના એક મહાપુરુષ ભગવાન તથાગત ગૌતમ બુદ્ધને આ જ સમ્યક્ સંબોધિ પ્રાપ્ત થઈ. આ ક્ષણમાં જીવતાં શીખીને ચિત્તને સંસ્કારોથી વિહીન કરી, પરમપરિશુદ્ધ કરી, બંધનમુક્ત થઈ શકવાની કળા પ્રાપ્ત થઈ. તેમણે જીવનભર લોકોને આ જ કલ્યાણકારિણી કળાનો

અભ્યાસ કરાવ્યો. આ જ મંગળમયી વિધિનું નામ વિપશ્યના સાધના છે. સાધક આ ક્ષણે જે કંઈ અનુભવ થઈ રહ્યો છે તેના પ્રત્યે જાગૃત રહેવાનો અભ્યાસ કરે છે. પોતાની કાયા પ્રત્યે જાગૃત રહીને કાયાનુપશ્યના કરે છે. કાયાનાં ભિન્ન ભિન્ન અંગોમાં અનુભવાતી સમસ્ત સુખદ અને દુઃખદ અથવા અસુખદ-અદુઃખદ સંવેદનાઓ પ્રત્યે જાગૃત રહીને વેદનાનુપશ્યના કરે છે. પોતાના ચિત્ત પ્રત્યે જાગૃત રહીને ચિત્તાનુપશ્યના કરે છે. ચિત્તમાં ઊઠતી વિભિન્ન સારી-નરસી વૃત્તિઓ પ્રત્યે, તેમના ગુણ, ધર્મ, સ્વભાવ પ્રત્યે જાગૃત રહીને અને અંતમાં કાયા, સંવેદના, ચિત્ત અને ચિત્તવૃત્તિઓની પરિસીમાઓથી પર નિર્વાણધર્મનો સાક્ષાત્કાર કરતાં કરતાં ધર્માનુપશ્યના કરે છે. જાગૃકતાનો આ અભ્યાસ તેના ચિત્ત પર પડેલા સર્વ ખરાબ વિકારો અને સંસ્કારોનું ઉચ્છેદન કરે છે. ચિત્ત ધીરે ધીરે આસક્તિઓ, આસ્રવો, વ્યસનો, તૃષ્ણાઓ અને તીવ્ર લાલસાઓના બંધનથી, અતીતની સુખદ-દુઃખદ યાદોની નિરર્થક ઉલ્કાનોમાંથી, ભાવી આશંકાઓના ભય-ભીતિજન્ય માનસિક પીડાઓથી, ભવિષ્યના સોનેરી સ્વપ્નોની કાલ્પનિક ઉઘાડબંધથી વિમુક્ત થઈ, પોતાની સ્વાભાવિક નૈસર્ગિક સ્વચ્છતાને પ્રાપ્ત થાય છે.

સમસ્ત અક્કડતાભરી ગ્રંથિઓ અને ખેંચતાણવાળી માનસિક પીડાઓને દૂર કરવાનો આ એક સહજ-સરળ ઉપાય છે, જે માનવમાત્ર માટે સમાનરૂપે કલ્યાણકારી છે. એનો અભ્યાસ કરવા માટે એ અનિવાર્ય નથી કે કોઈ પોતાને બૌદ્ધ સંપ્રદાયમાં દીક્ષિત કરે. એ પણ અનિવાર્ય નથી કે આ વિધિના પ્રવર્તક ભગવાન બુદ્ધની મૂર્તિને નમન કરે, તેમને ધૂપ, દીપ, નૈવેદ્ય, આરતીથી પૂજિત કરે; એ પણ નહીં કે સાધક એ આદિગુરુના રૂપ કે આકારનું ધ્યાન કરે અથવા તેમના નામ કે મંત્રનો જપ કરે; એ પણ નહીં કે તેમનું શરણ ગ્રહણ કરવાના નામ પર એવું અંધ આત્મસમર્પણ કરી દે કે કંઈ પણ કર્યા વગર કેવળ તેમની કૃપાથી જ તરી જવાની મિથ્યા ભ્રાંતિ શિર પર ચડી જાય. આ વિધિથી સ્વયં લાભાન્વિત થયા બાદ અથવા અન્ય લોકોને લાભાન્વિત થતાં જોઈને જો કોઈ સાધક તે મહાકારુણિક, મહાપ્રજ્ઞાવાન ભગવાન તથાગત પ્રત્યે કૃતજ્ઞતાવિભોર થઈને તેમની કડુણા અને પ્રજ્ઞા પ્રત્યે પોતાની શ્રદ્ધા પ્રગટ કરે તો કોઈ દોષ નથી. ગુણો પ્રત્યે પ્રગટ કરેલી શ્રદ્ધા તે ગુણોને પોતાના જીવનમાં ધારણ કરવાની પ્રેરણા પ્રદાન કરે છે. તેથી કલ્યાણકારિણી હોય છે. એ જ પ્રમાણે કૃતજ્ઞતા પણ ચિત્તની એક મંગળમયી સદ્વૃત્તિ છે. શ્રદ્ધા અને કૃતજ્ઞતાની ભાવના ચિત્તને મૂઢુ બનાવે છે, જે વિપશ્યના સાધનાના આ ચિત્ત-વિશુદ્ધિકરણના પ્રયાસમાં સહાયક થાય છે.

વિપશ્યના સાધના કાયા અને ચિત્તની પ્રકૃતિના યથાર્થ સ્વરૂપ પ્રત્યે જાગૃત રહેતાં શીખવે છે. પ્રકૃતિના યથાર્થ દર્શનનો આ અભ્યાસ કોઈ પણ વર્ગ, સંપ્રદાય, જાતિ, દેશ, કાળ અને બોલી-ભાષાની વ્યક્તિ માટે મુશ્કેલ નથી. માનવ પોતાની જ માનવીય પ્રકૃતિનું સ્વયં અધ્યયન કરે છે;

આત્મદર્શન કરે છે; આત્મનિરીક્ષણ કરે છે; પોતાની ભીતર સમાયેલી ગંદકીઓનું યથાભૂત દર્શન કરે છે. પોતાના મનોવિકારોનું યથાર્થ અવલોકન કરે છે. આ પ્રમાણે જોતાં-જોતાં એ મનોવિકારો દૂર થાય છે અને સાધક એક ભલો, નેક માણસ બનીને સાચા માનવીય ધર્મમાં સંસ્થાપિત થાય છે. આ નેક માણસ કોઈ પણ જાતિ, વર્ગ કે સંપ્રદાયનો કેમ ન હોય, સમગ્ર માનવ સમાજનું ગૌરવ બની રહે છે. સ્વયં તો સુખશાંતિથી રહે જ છે, પોતાના સંપર્કમાં આવનાર અન્ય સહુ લોકોની સુખશાંતિ વધારવામાં સહાયક સિદ્ધ થાય છે.

સદ્ધર્મનું આ સર્વજનીન, સાર્વદેશિક, સાર્વકાલિક અને સર્વહિતકારી સ્વરૂપ વધુ ને વધુ લોકોને ઉપલબ્ધ થાય અને તેમનાં હિત-સુખનું કારણ બને, એ જ મંગળ કામના છે.

- કલ્યાણભિન્ન સત્યનારાયણ ગોચન્ડા

ધર્મચક્ર

આપણી ભીતર જે પ્રતિક્ષણ લોકચક્ર ચાલી રહ્યું છે, તેનાથી છુટકારો પામવા ધર્મચક્ર પ્રવર્તિત કરવું પડશે. લોકચક્ર આપણાં સમસ્ત દુઃખોનું મૂળ છે. ધર્મચક્ર સર્વ દુઃખોનું નિરોધક છે.

લોકચક્ર શું છે? લોકચક્ર મોહ, મૂઢતા છે. લોકચક્ર અજ્ઞાન, અવિવેક, અવિદ્યા છે, જેને કારણે આપણે નિરંતર રાગ અને દ્વેષની ચક્કીમાં પિસાતાં રહીએ છીએ. આપણી છ ઈન્દ્રિયો - આંખ, નાક, કાન, જીભ, શરીરની ત્વચા અને મન તથા આ ઈન્દ્રિયોના છ વિષય-રૂપ, ગંધ, શબ્દ, રસ, સ્પર્શ અને કલ્પનાઓ; આમનો પરસ્પર સંસ્પર્શ થતો રહે છે. નાકનો ગંધથી, કાનનો શબ્દથી, જીભનો રસથી, કાયાનો કોઈ પણ સ્પર્શવ્ય પદાર્થથી, મનનો કલ્પનાથી સંસ્પર્શ થતાં જ તત્ક્ષણ આપણા ચિત્તમાં કોઈ સંવેદના જાગે છે. જો તે સંવેદના આપણને પ્રિય લાગી તો આપણે તે સંબંધી વિષયથી આસક્તિ એટલે કે રાગ પેદા કરી લઈએ છીએ. જો અપ્રિય લાગી તો દુર્ભાવ એટલે કે દ્વેષ પેદા કરી લઈએ છીએ. ચાહે રાગ ઉત્પન્ન થાય અથવા દ્વેષ, બંને આપણા મનમાં ખેંચતાણ અને ઉત્તેજના પેદા કરે છે, જેથી સમતા નષ્ટ થાય છે, વિષમતા આરંભ થાય છે, દુઃખ સાથે સંધિ થાય છે, દુઃખનો આરંભ થાય છે. આ જ લોકચક્રનું આરંભ થઈ જવું છે.

નાસમજથી આપણે જે ઉત્તેજના પેદા કરી લઈએ છીએ તે ઊંડી આસક્તિઓમાં પરિવર્તિત થઈ દૂષિત ભવચક્રના રૂપમાં વધે છે અને આપણને વ્યાકુળ, વ્યથિત બનાવીને આપણો દુઃખ સંસાર વધારે છે. આ જ ભવચક્રને કાપવા માટે આપણી ભીતર ધર્મચક્રનું જાગતાં રહેવું બહુ આવશ્યક છે. જો ધર્મચક્ર જાગે છે તો વિવેક, વિદ્યા અને હોશ જાગે છે. જેવી કોઈ સંવેદના ઈન્દ્રિય અને તેના વિષયના સંસ્પર્શથી ચિત્તમાં પેદા થાય, પ્રિય કે અપ્રિય, સુખદ કે દુઃખદ - તેની સાથે જ પાગલોની જેમ તે વિષય પ્રત્યે રાગરંજિત અને દ્વેષદૂષિત થવાને બદલે તેના નશ્વર-નિઃસાર

સ્વભાવને સમજીને પ્રજ્ઞા જાગે, અનાસક્તિભાવ જાગે. એનાથી જ લોકચક્રનું પ્રવર્તન થંભે છે. તેનો વિસ્તાર નથી થઈ શકતો. આ જ ધર્મચક્ર-પ્રવર્તન છે. ધર્મચક્ર પ્રવર્તનનો આ પ્રત્યક્ષ લાભ છે. વિપશ્યના સાધનાના સતત અભ્યાસ દ્વારા પોતાના અંતર્મનમાં અનુભવ થનારી પ્રત્યેક સંવેદનાને જાણીએ, જાણીને તેમાં અટવાઈએ નહીં, તટસ્થ બની રહીએ. આમ ધર્મચક્ર પ્રવર્તિત રાખીએ.

ધર્મચક્ર પ્રવર્તિત રાખવામાં આપણું મંગળ-કલ્યાણ છે.

બુદ્ધિ-વિલાસ ધર્મ નથી

ચિંતન-મનન દ્વારા ધર્મની સૈદ્ધાંતિક જાણકારી મેળવી લેવા માત્રથી જ આપણને વાસ્તવિક લાભ નથી થતો. એટલું જાણી અને સમજી લેવા માત્રથી કે રસગુલ્લાં મીઠાં છે, આપણું મોઢું ગળ્યું નથી થઈ શકતું. તે માટે તો આપણે રસગુલ્લાં જીભ પર મૂકવા જ પડે છે. કેવળ એ જાણી અને સમજી લેવાથી કે દૂધ પુષ્ટિકારક છે, આપણો દેહ પુષ્ટ નથી થઈ જતો. એ માટે તો દૂધ પીવું જ પડે છે. જાણવું અને સમજવું આપણા કલ્યાણના પ્રથમ પગથિયાં છે. પરંતુ કેવળ જાણી અને સમજીને જ અટકી જઈએ અને જાણી-સમજી લીધેલી વાતને જીવનમાં ન ઉતારીએ તો આવું સમજવું વ્યર્થ ગયું. કોરો બુદ્ધિ-વિલાસ, કોરી દિમાગી કસરત થઈ. અને આપણે એ જ તો કરીએ છીએ.

ધાર્મિક અને દાર્શનિક સિદ્ધાંતોનો ઊહાપોહ, વાદ-વિવાદ, ચર્ચા-પરિચર્ચા, સંવાદ-પ્રતિસંવાદ, ખંડન-મંડન, તર્ક-વિતર્ક, વ્યંજના-વિશ્લેષણ, સમજવું-સમજાવવું, સાંભળવું-સંભળાવવું, વાંચવું-વંચાવવું, લખવું-લખાવવું અને બોલવું-બોલાવવું તેમાં જ આપણે આપણું પૂરું જીવન વિતાવી દઈએ છીએ અને દુર્ભાગ્ય એ છે કે એમાં જ આપણે જીવનની સફળતા માનીએ છીએ.

અજબ સંતોષ થાય છે આપણને આપણી ધર્મ-જિજ્ઞાસા પૂરી કરી લેવામાં તથા બૌદ્ધિક સ્તર પર જાણેલા એ ધર્મજ્ઞાનને અસરકારક ભાષામાં

રજૂઆત કરવાની ક્ષમતા પ્રાપ્ત કરી લેવામાં. આ આત્મસંતોષને જ આપણે જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય માની લીધું છે. ખરેખર, કેવી આકર્ષક છે આ મૃગજાળ, જેમાં આટલી સરળતાથી આપણે સપડાઈ જઈએ છીએ અને પછી આ બંધનને જ આભૂષણ માની ગર્વ અનુભવીએ છીએ.

- સાભાર : “ધર્મ આદર્શ જીવનનો આધાર” પુસ્તિકામાંથી

રાજકોટના સાધકો માટે આવશ્યક સૂચના

હાલમાં ધમ્મકોટ કેન્દ્ર દ્વારા વોટ્સએપ દ્વારા સાધનાને લગતી માહિતી આપવા વોટ્સએપ ગ્રૂપ શરૂ કરાયેલ છે.

આપ રાજકોટ શહેરમાં વિપશ્યના સાધનાને લગતી માહિતી નિયમિત રૂપે મેળવવા ઈચ્છતા હો તો **મો. : ૭૮૭૮ ૭૨૭૨ ૨૩** ઉપર આપનો મોબાઈલ નંબર (નામ તથા શહેર) મોકલી ગ્રૂપમાં જોડાવા વિનંતી કરી શકશો.

સાધના અંગેની માહિતી ઉપરાંત પૂ. ગુરુજીના પ્રેરણાદાયી પ્રવચનો, ધમ્મસેવા, શિબિરો, વિશેષ માહિતી પણ મળી શકશે.

જુનાગઢના સાધકો માટે ધમ્મકોટ રાજકોટ ખાતે સ્પેશ્યલ ૧૦ દિવસીય શિબિર નું આયોજન

તારીખ: ૧૩-૪-૨૦૧૬ થી ૨૪-૪-૨૦૧૬

સંપર્ક : ૯૮૯૮૦ ૨૨૧૩૬

“ધમ્મપાલિ” – ભાવનગર ખાતે ૩ દિવસીય શિબિર નું આયોજન

તારીખ: ૭-૪-૨૦૧૬ થી ૧૦-૪-૨૦૧૬

તારીખ: ૫-૫-૨૦૧૬ થી ૦૮-૫-૨૦૧૬

સમૂહ સાધના – રાજકોટ

દર શુક્રવારે

સમય : સવારે : ૭-૩૦ થી ૮-૩૦

સ્થળ : “ભાભા કૃપા”, ૩-ગીતગુર્જરી સોસાયટી, એરપોર્ટરોડ, રાજકોટ.

STATEMENT ABOUT OWNERSHIP AND OTHER PARTICULARS ABOUT NEWS PAPER VIPASSANA MONTHLY (GUJARATI) AS REQUIRED TO BE PUBLISHED UNDER RULE 8 OF REGISTRATION OF NEWS PAPER (CENTRAL RULES, 1956) FORM - IV (SEE RULES 8)

1. Place of Publication	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
2. Periodicity of the Publication	Monthly
3. Printer's Name	Mr. Chandubhai G. Mehta (on behalf of Saurashtra Vipassana Research Center)
Whether citizen of India ?	Yes
Address	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
4. Publisher's Name	Mr. Chandubhai G. Mehta (on behalf of Saurashtra Vipassana Research Center)
Whether citizen of India ?	Yes
Address	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
5. Editor	Mr. Bharat S. Kapadia
Whether citizen of India ?	Yes
Address	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
6. Names and address of Individuals who own the news paper and partners or share holders holding more than on percent.	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.

I Chandubhai G. Mehta hereby declare that the particulars given above are true to best of my knowledge and belief.

Date : 01-03-2016

Place : RAJKOT

Sd/-

Chandubhai G. Mehta

Publisher & Printer

ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ૨૦૧૬ શિબિરોની માહિતી

દમ્મકોટ	દમ્મ અંબિકા	દમ્મસિંધુ-બાડા	દમ્મપીઠ	દમ્મ દિવાકર	દમ્મપાલિ
C/o. ભાભા ડાઇનિંગ હોલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ-૧. રજિસ્ટ્રેશન - સમય ૧૦ થી ૧ અને ૪:૩૦ થી ૭ સંપર્ક :: Ph.: 0281-2233666, M : 78 78 72 72 23, Ph.: 0281-2924942, M : 93279 23540, E-mail : dhammakot@gmail.com	નવસારી-ભિલિમોરા થી ૧૫ કિ.મી., N.H. નં.-૮ બોરિયાય ટોલનાકાથી 2km પશ્ચિમે, ગામ : વગલવાડ, તા.: ગણદેવી. સંપર્ક : Ph.: 0261-3260961 Mo : 95865 82660, 94281 60714, 98250 44536. E-mail : info@ambika.dhamma.org	C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ ચુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી. કચ્છ-૩૭૦ ૪૬૫, સંપર્ક : Ph.: 02834-273303, M : 78746 23305, 99256 74104 E-mail : info@sindhu.dhamma.org	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર-દમ્મપીઠ અમદાવાદ રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ - ૩૮૦ ૮૧૦ સંપર્ક : Ph.: 02714-294690, M : 94264 19397 E-mail : info@pitha.dhamma.org	C/o. ઉપેન્દ્રકુમાર પટેલ, ૭-અપના બજાર, વિમલ સુપર માર્કેટ, બી.કે. રોડ, મહેસાણા. (ઉ.ગુ.)-૩૮૪ ૦૦૨. સંપર્ક : Ph.: 02762-272800, 254634, 252345 M : 94292 33000. E-mail : info@divakara.dhamma.org	ગામ: ટોડી, સોનગઢ-પાલીતાણા રોડ, જી. ભાવનગર. સંપર્ક :: દમ્મપાલી કેન્દ્ર : M : 7878 10 3636 M : 8866 70 3636 M : 8866 71 3636 સિટી ઓફિસ : Ph. 0278 - 2521066, M : 8758561616 E-mail : info@pali.dhamma.com
30-03 to 10-04-16 13-04 to 24-04-16 27-04 to 08-05-16 11-05 to 22-05-16 25-05 to 05-06-16 08-06 to 19-06-16 22-06 to 03-07-16 05-07 to 16-07-16 19-07 to 30-07-16 31-07 to 11-08-16 15-08 to 26-08-16 27-08 to 07-09-16 12-10 to 23-10-16	30-03 to 10-04-16 10-05 to 21-05-16 25-05 to 05-06-16 08-06 to 19-06-16 22-06 to 03-07-16 06-07 to 17-07-16 19-07 to 30-07-16 19-08 to 30-08-16 01-09 to 12-09-16 14-09 to 25-09-16 28-09 to 09-10-16 12-10 to 23-10-16	17-04 to 28-04-16 01-05 to 12-05-16 15-05 to 26-05-16 29-05 to 09-06-16 12-06 to 23-06-16 26-06 to 07-07-16 08-07 to 19-07-16 31-07 to 11-08-16 28-08 to 08-09-16 11-09 to 22-09-16 25-09 to 06-10-16 08-10 to 19-10-16 19-10 to 30-10-16 02-11 to 13-11-16	29-03 to 09-04-16 27-04 to 08-05-16 25-05 to 05-06-16 08-06 to 19-06-16 22-06 to 03-07-16 17-08 to 28-08-16 14-09 to 25-09-16 28-09 to 09-10-16 12-10 to 23-10-16 *28-10 to 08-11-16 10-11 to 21-11-16 23-11 to 04-12-16 07-12 to 18-12-16 21-12 to 01-01-17	30-03 to 10-04-16 13-04 to 24-04-16 27-04 to 08-05-16 11-05 to 22-05-16 25-05 to 05-06-16 08-06 to 19-06-16 22-06 to 03-07-16 06-07 to 17-07-16 20-07 to 31-07-16 03-08 to 14-08-16 31-08 to 11-09-16 14-09 to 25-09-16 12-10 to 23-10-16	17-04 to 28-04-16 08-05 to 19-05-16 12-06 to 23-06-16 10-07 to 21-07-16 31-07 to 11-08-16 28-08 to 08-09-16 18-09 to 29-09-16 09-10 to 20-10-16 *30-10 to 10-11-16 27-11 to 08-12-16 ફક્ત જૂના સાઘકો માટે STP 22-05 to 30-05-16

શિબિરમાં આવનાર પ્રત્યેક વ્યક્તિએ ફોટો આઈડી (ફોટો ઓળખપત્ર) ની ઝેરોક્ષ લાવવી ફરજિયાત છે.

દર મહિનાના પહેલા રવિવારે સવારે ૯-૧૫ થી ૧૧-૦૦ કલાક બાળકો માટેની “આનાપાન” શિબિર, માસૂમ સ્કૂલ, યુનિ. રોડ, રાજકોટ.

દોહા ધરમના

ધરમ રતન સા જગત મેં, અન્ય રતન ના કોય ।
જો પાએ સમૃદ્ધ હો, દુઃખ-દેંન્યતા ખોય ॥
બુદ્ધ રતન મેં ધરમ હી, રતન પ્રમુખતમ હોય ।
મહા કારુણિક જગત હિત, ધર્મ-પ્રકાશક હોય ॥
સંઘ રતન મે ધરમ હી, રતન પ્રમુખતમ હોય ।
કાયા વાણી યિત કે, કર્મ ધર્મમય હોય ॥

એક્સેલ કોપકેર લિમિટેડ
૬/૨, રૂવાપરી રોડ, ભાવનગર - ૩૬૪ ૦૦૫.
ફોન : (૦૨૭૮) ૨૨૧૨૪૦૧-૨-૩ ની મંગલકામના

દોહા ધરમના

તીન રતન કી શરણ મેં, ધરમ રતન હી જાન ।
ધરમ રતન ધારણ કરે, તો હી હો કલ્યાણ ॥
જો અપને કલ્યાણ મેં, સતત સહાયક હોય ।
કલ્યાણમિત્ર ભવમુક્તિ મેં, સહયોગી હી હોય ॥
એસે મંગલ મિત્ર સે, સચ્યા હિત સુખ હોય ।
શુદ્ધ ધરમ કા પથ મિલે, મુક્તિ દુખો સે હોય ॥

સોલંકી મિકેનિક વર્કસ
૪૦/W ભક્તિનગર જી.આઈ.ડી.સી., રાજકોટ-૨.
ફોન : ૦૨૮૧ - ૨૩૬૨૧૮૯ ની મંગલકામના

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ) ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. વતી પ્રકાશક તથા મુદ્રક : ચંદુભાઈ મહેતા, મુદ્રણ સ્થાન : નાઈસ આર્ટ, “મુક્તિરામ કોમ્પ્લેક્સ”, રાષ્ટ્રીય શાળા મેઈન રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. દ્વારા રાજકોટ માટે પ્રકાશિત. તંત્રી : ભરત કાપડીઆ. વિપશ્યના (ગુજરાતી) પત્રિકાનું લવાજમ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. ના સરનામે, સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટરના નામે મ.ઓ./ફાઈટ અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. (બહારગામના ચેક લેવામાં આવશે નહીં.) રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના 23 માર્ચ 2016 આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશેષન વિન્યાસ, ઇળતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

ચાર વર્ષનું લવાજમ : રૂ. 100/- ‘વિપશ્યના’ Reg-No. GUJGUJ /2000/3013
Postal Reg. No. RAJKOT/450/2015-17
(Renewed upto 31.12.2017)

Weighs less than 30 gms
Posting day-25th of every month,
Posted at Rajkot RMS - 360 001.
Write PIN CODE for Correct Delivery

If undelivered please return to :
સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ)
ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - 360 001.
સિટી ઓફિસ : ફોન - (0281) 2233666 / મો : 7878 7272 23
E-mail : info@kota.dhamma.org / Web site : www.kota.dhamma.org