વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2559 ❖ અષાઢ પૂર્ણિમા ❖ 19 જુલાઈ 2016 ❖ વર્ષ – 17 ❖ અંક – 4 ❖ સળંગ અંક - 196

ધમ્મવાણી

अनवस्सुत चित्तस्स, अनन्वाहत चेतसो।
पुञ्ञपापपहीनस्स नत्थि जागरतो भयं।।

જેના ચિત્તમાં રાજ નથી, જેનું ચિત્ત દ્વેષરહિત છે, જે પાપપુણ્યવિહીન છે, તે સજગ રહેવાવાળા (ક્ષીણાસ્રવ) ને કોઈ ભય નથી હોતો.

–ધમ્મપદ

ડંકો વાગ્યો

(સયાજી ઊબા ખિન તથા તેમના સાધકોને સ્થવિર વેબુ સયાડોનું ઉદ્‌બોધન)

વેબુ સયાડો : ઉપાસક-ઉપાસિકાઓ, આપે મુક્તિના આ સરળ માર્ગ પર ચિત્ત ચોંટાડી દેવું જોઈએ. અને **सोवचस्सतगुण** (ભગવાન બુદ્ધના ઉપદેશો અર્થે ગ્રહણશીલતા)ના વિકાસ માટે પ્રયાસ કરવો જોઈએ; સંઘનો આદર કરવો જોઈએ તેમ જ ભગવાન બુદ્ધના અદ્વિતીય શાસન પ્રત્યે આદર દર્શાવવા માટે સંઘદાન કરવું જોઈએ. આ રીતે પારમી એકત્ર કરીને પોતાને મૈત્રી આપોઃ "હું બોધિજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરું."

બોધિનો અર્થ છે ચાર આર્યસત્યોનો સાક્ષાત્કાર. બોધિના ત્રણ પ્રકાર છેઃ

(1) **सम्मा संबोधि** (પૂર્ણ સાક્ષાત્કાર)
(2) **पच्चेकबोधि** (એકાકી સાક્ષાત્કાર)
(3) **सावकबोधि** (શિષ્યનો સાક્ષાત્કાર)

પોતાને મૈત્રી આપવાનો અર્થ છે કે તમે આ ત્રણ સાક્ષાત્કારોમાંથી કોઈ એકની પ્રાપ્તિ અર્થે સંકલ્પ કરો છો. પૃથક્કરણ કરતાં સાવકબોધિ ના પણ ત્રણ પ્રકારો છેઃ

(1) **अग्ग-सावकबोधि** (પ્રમુખ શિષ્યનો સાક્ષાત્કાર)
(2) **महा-सावकबोधि** (મહાન શિષ્યનો સાક્ષાત્કાર)
(3) **पकति-सावकबोधि** (સામાન્ય શિષ્યનો સાક્ષાત્કાર)

આમ,તમારી પાસે આ અદ્વિતીય શાસનમાં અનેક ગંતવ્યો છે; તમારી ઇચ્છાનુસાર કોઈ પણ ગંતવ્યને પસંદ કરી શકો છો. અનેક આર્યોએ આ રીતે સાક્ષાત્કાર કરેલો. તેમનો સંકલ્પ શા માટે સિદ્ધ થઈ શક્યો? કારણ કે સમય ઉચિત હતો, સ્થળ ઉચિત હતું અને પ્રયાસ ઉચિત હતો.

ભગવાન બુદ્ધે સંબોધિ પ્રાપ્ત કરી ત્યારે અસંખ્ય દેવ-મનુષ્યોએ તેમની વંદના કરીને તેમનો ઉપદેશ સાંભળેલો. ત્યારથી માંડીને આજ સુધી જેમણે ભગવાન બુદ્ધનો ઉપદેશ સાંભળીને તેનું અનુસરણ કર્યું અને ઉચિત પ્રયાસ કર્યા તેમને સાક્ષાત્કાર થયો. તેઓ ભગવાનના દેહની ભવ્ય રૂપરાશિ જોઈને અથવા તેમણે આપેલો ઉપદેશ સાંભળીને જ સંતુષ્ટ ન રહ્યા; અતૂટ શ્રદ્ધા અને સ્પષ્ટ સમજનો વિકાસ કરીને તેઓ ધર્મના પંથે ચાલ્યા અને ધર્મને જ દ્વીપ બનાવ્યો. મહાકારુણિક ભગવાન બુદ્ધે સત્યનું વિવરણ કર્યું અને તેમણે પોતે એ સત્યનો સાક્ષાત્કાર શી રીતે કર્યો તે પણ સમજાવ્યું. એ લોકોને જેવો ભગવાનનો આ ઉપદેશ સમજાઈ ગયો કે તેનું અનુસરણ કરીને સઘન પ્રયાસથી શરીરની ચારેય અવસ્થાઓમાં તેઓએ ધર્મનો નિરંતર અભ્યાસ કર્યો. વિકારોનો ક્ષય કરવા માટે તથા સદ્‌ગુણોના વિકાસ માટે, નિરાશ થયા વિના નિરંતર અથાગ અભ્યાસ કરતાં રહેવું, એ જ ખરો પ્રયાસ છે.

જ્યારે કોઈ સંતપુરુષ પોતાના પરિશ્રમથી પોતાની સાચી મનોકામના (**सम्मा-छंद**) પૂર્ણ કરે છે ત્યારે તેને અસીમ આનંદ થાય છે. એ વિકારવિહીન ખુશીએ જન્મમરણના ફેરાના દુઃખને જીતી લીધું હોય છે. એ મુક્તિનો આનંદ હોય છે. એવા લોકોને કદિ ઈર્ષા કે આસક્તિ નથી હોતી તેથી તેઓ મુક્તિના એ આનંદનું વિતરણ કરે છે. પુણ્યવિતરણ તેમનું કર્તવ્ય હોય છે. સુખી હોવું કેવું મંગલમય હોય છે!

આથી ભલા લોકોની ખુશીને માટે તેમ જ સર્વ પ્રાણીઓના કલ્યાણ માટે તમારે સૌએ આનો પ્રસાર કરવો જોઈએ અને આ ધર્મને પોતાનાં હૃદયોમાં જીવંત રાખવો જોઈએ. તમારા જેવા ગૃહસ્થો સંઘદાન થકી આ ઉપદેશને પુષ્ટ કરે છે અને ભિક્ષુઓ ઉપદેશ આપીને લોકોનું કલ્યાણ કરે છે. કેટલું સારું, કેટલું પ્રીતિકર!

જેઓ ખરા અર્થમાં વીર્યવાન છે અને અથાગ પરિશ્રમથી પ્રયાસ કરે છે, જેમની શ્રદ્ધા અતૂટ છે, જેમને ઉદારતાપૂર્વક દાન મળે છે અને જેઓ **सोवचस्सतगुण** (ધર્મ માટેની ગ્રહણશીલતા) ધરાવે છે તેઓ પુણ્યલાભી બને છે. ભગવાનના ઉપદેશનો આ ઉત્તમ લાભ છે.

આ રીતે ભગવાનના સમયથી માંડીને આજ સુધી ભલા લોકોએ સાચી મનોકામના, ખરા પરિશ્રમ અને અતૂટ શ્રદ્ધા થકી બુદ્ધશાસનની જવાબદારીઓ શિરે લીધી છે. આ ઉપદેશને પેઢી દર પેઢી જીવંત રાખવો કેટલું સુખકર છે! કેટલું કલ્યાણકારી છે!

એક પવિત્ર વ્યક્તિ ઉચિત સ્થાને, ઉચિત પ્રયાસ કરે તો તેના માટે આ ઉપદેશ થકી અનંત પુણ્યલાભનો અવસર હોય છે. જ્યારે ભગવાન બુદ્ધે ધર્મચારિકા કરીને ઉપદેશ આપવાનું શરૂ કર્યું તો મગધના મહારાજા બિંબિસારને જ્ઞાન મળ્યું અને મુક્તિનો આનંદ મળ્યો. બિંબિસાર એટલા ગુણવાન અને ઉત્સુક હતા કે તેમણે સંઘને માટે વેણુવન દાનમાં આપ્યું. ત્યાં ભગવાને અનેક દેવ-મનુષ્યોને અગણિત ઉપદેશ આપ્યા. ત્યારથી માંડીને આજ સુધી અસંખ્ય પ્રાણીઓને આ ઉપદેશ થકી શાંતિસુખ પ્રાપ્ત થયું છે.

(અહીં વંદનીય વેબુ સયાડો તથા સયાજી ઊબા ખિન વચ્ચેનો વાર્તાલાપ છે)

વેબુ સયાડો : શો છે ભગવાનનો ઉપદેશ?
સયાજી : ભન્તે, તિપિટક ઉપદેશ છે.
વેબુ સયાડો : તિપિટક શું છે?
સયાજી : સુત્ત, વિનય, અભિધમ્મ, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : હા, એ તો વાંચવા માટે; પરંતુ જ્યારે કોઈ તિપિટકનો સાર શીખે છે ત્યારે તેને શીલ, સમાધિ, પ્રજ્ઞા મળે છે. એ શા વાસ્તે?
સયાજી : અનુસરણ કરીને ધારણ કરવા વાસ્તે અને તેનો અભ્યાસ કરવા વાસ્તે, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : કોઈ તેનું અનુસરણ કરીને અભ્યાસ કરે તો તેને શો લાભ થાય?
સયાજી : તેને શાંતિસુખ મળે, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : આ લાભ અહીં જ મળે કે પછીથી?
સયાજી : અહીં, હમણાં જ, ભન્તે! તેમાં જરા સરખો પણ વિલંબ નથી હોતો.
વેબુ સયાડો : હા, એ જ **संदिट्ठिक, अकालिक**, ધર્મનો સ્વભાવ તમે પોતે ચકાસી શકો છો, અહીં, હમણાં જ, વિના વિલંબ! ખૂબ સરસ! કેટલો અદ્ભુત! તિપિટકમાં ધર્મો કેટલા પ્રકારના છે?
સયાજી : ત્રણ પ્રકારના, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : સુત્ત, વિનય અને અભિધમ્મ. અને પટિપત્તિમાં કેટલા પ્રકારના છે?
સયાજી : પટિપત્તિમાં ત્રણ છેઃ શીલ, સમાધિ, પ્રજ્ઞા, ભન્તેઢ
વેબુ સયાડો : અને પટિવેધનમાં?
સયાજી : ત્રણ, ભન્તે! માર્ગ, ફ્લ અને નિર્વાણ.
વેબુ સયાડો : ધર્મ અનેક છે છતાં પણ મુક્તિના પરિપ્રેક્ષ્યમાં ધર્મ એક જ છે, અને તે છે, વિમુક્તિ. એ રીતે અભ્યાસના સંદર્ભમાં પણ એક જ છે, સતિ. તેથી જ દેવો અને મનુષ્યોએ આ બેનમૂન વિધિનું અનુસરણ કરીને વિમુક્તિ અર્થાત્ નિર્વાણ રૂપી અદ્વિતીય ધર્મને પ્રાપ્ત કર્યો. ભગવાન બુદ્ધે શીખવેલો ધર્મ એક જ છે. પૃથક્કરણ કરવાથી અસંખ્ય ધર્મ છે પરંતુ તે પૈકી એક ધર્મ પણ શીખી લો તો તમારા અભ્યાસ માટે પર્યાપ્ત છે.

જે દુઃખચક્રમાંથી બહાર નીકળવા માગે છે તેના માટે ત્રણ ગુણ આવશ્યક છેઃ **सोवचस्सता,** અર્થાત્ ગ્રહણશીલતા અને ઋજુતા; **आरद्ध-वीरीय,** અર્થાત્ ઉત્કટ પરિશ્રમની ઇચ્છા;અને **पटिविद्ध पञ्ञा**, અર્થાત્ વીંધનારી પ્રજ્ઞા. આ ત્રણ ગુણ ધારણ કરવાથી વ્યક્તિ ભવચક્રમાંથી નિશ્ચિત રૂપે મુક્ત થાય છે.

તેથી આ અદ્વિતીય શાસનમાં પોતાના ગુરુના સૂચનને ઝડપી લો. તમે ઉપદેશને બરાબર સમજી લો પછી તમારું ધ્યાન શરીર પર હોવું જોઈએ. ચિત્તને કાયા પર કેન્દ્રિત કરીને ત્યાં સ્થિર રાખીને તેને કાબૂમાં રહેવાની તાલીમ આપો. ચિત્ત એકાગ્ર કરવાનો અર્થ શો?

સયાજી : એકાગ્ર કરવાનો અર્થ સતિ, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : ચિત્ત સ્થિર રાખવાનો અર્થ?
સયાજી : સ્થિર રાખવાનો અર્થ સમાધિ, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : ચિત્તની તાલીમનો અર્થ શો?
સયાજી : તાલીમનો અર્થ વીર્ય, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : કાબૂમાં લેવાનો અર્થ?
સયાજી : પ્રજ્ઞા, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : સાધુ, સાધુ! બિલકુલ બરાબર! કેવો અદ્ભુત! કેટલો સુંદર!
સયાજી : ખૂબ સુંદર ભન્તે! અદ્ભુત શાસનનું અદભુત સૌંદર્ય!
વેબુ સયાડો : અહીં શ્રુતમયી પ્રજ્ઞા ઘણી છે, અતિ ઘણી. પરંતુ તે ચિત્તમાં ઊતરવી જોઈએ; અને એ ત્યારે શક્ય બને જ્યારે શ્રુતમયી પ્રજ્ઞા ભાવનામયી પ્રજ્ઞા સુધી દોરી જાય, જે વિકારોના પુંજને વીંધી નાખે છે. આ ભાવનામયી પ્રજ્ઞા જ આપણને મુક્તિ સુધી લઈ જાય છે, બરાબર છે ને?
સયાજી : હા, ભન્તે!
વેબુ સયાડો : આ જ ખરું પુણ્ય છે. વ્યક્તિના ચિત્તમાં આ ખરું પુણ્ય અવિરત રહે તો લોભ, ક્રોધ, મોહ, વિષાદ, વિલાપ, ઈત્યાદિ નથી રહેતા અને ખરા અર્થમાં સુખશાંતિનો અનુભવ થાય છે. સાચી વાત છે ને?
સયાજી : હા, માનનીય ભન્તે!
વેબુ સયાડો : તો, કામનાનો અભાવ સુખ છે, ધૃણાનો અભાવ સુખ છે, મોહનો અભાવ પ્રજ્ઞા છે. આ લાભ આ જન્મમાં જ પ્રાપ્ત થાય છે. તેના વિકાસમાં પ્રમાદ ન કરો. અશોક, વિરાગ જ ખરી સુખશાંતિ છે, નિર્વાણ છે.

વિકારમુક્ત થવાની તમારી અદમ્ય ઇચ્છા તે **छंद-इद्धिपादं** તે જ્યારે આધારશિલા બને છે ત્યારે તમારો પ્રયાસ અત્યંત સબળ થઈ જાય છે જે છે **वीरीय-इद्धिपादं** પછી તમારું ચિત્ત સબળ, સ્થિર અને એકાગ્ર બને છે, તે છે **चित्त-इद्धिपादं** જ્યારે આ ત્રણેય ઇદ્ધિપાદ સબળ, તીવ્ર અને સ્થિર થઈજાય છે ત્યારે તાર્કિક, સંશોધનાત્મક પૂર્ણ પ્રજ્ઞા પ્રાપ્ત થાય છે જે છે **विमांसा-इद्धिपादं.**

આ રીતે ભગવાને કહ્યું, **केवलं परिपुञ्ञं सत्थु सासनं** આ શાસન સ્વયં સંપૂર્ણ છે; શાસન સર્વથા સંપૂર્ણ છે ને?

સયાજી : બિલકુલ સંપૂર્ણ છે, ભન્તે! સર્વથા સંપૂર્ણ!
વેબુ સયાડો : જે આ સઘળું પૂર્ણ કરી લે છે, તે અહીં, હમણાં જ, નિર્વિલંબ સુખ પ્રાપ્ત કરી લે છે. આ અતુલનીય સુખ છે જ્યાં અટવાએલા, પરેશાન કરનારા વિકારો નીકળી ગયા હોય છે, તેનો અશેષ નિરોધ થઈ ગયો હોય છે. આવું સુખ સાધકના ચિત્તમાં સ્થાયી થઈ જાય છે, કદિ હટતું નથી, કદિ બદલતું નથી. આવા અસાધારણ સુખને માટે આપણને આદર હોવો જોઈએ.

લૌકિક સુખ ઐન્દ્રિય આનંદોમાંથી આવે છે જેમાં ગૂંચ, પરેશાની, અવરોધ, વિરોધ, વિષાદ, ઇત્યાદિ

રહેલા હોય છે. બરાબર ને?

સયાજી : બરાબર, ભન્તે!

વેબુ સયાડો : ઉદાહરણ તરીકે, મનુષ્યોનું સુખ, રાજાઓનું સુખ, દેવીદેવતાઓનું સુખ, દેવરાજોનું સુખ આ બધાં નામ માત્રનાં સુખ છે, અસાર છે. એ સુખની અનુભૂતિ શી રીતે કરી શકાય છે?

સયાજી : સંવેદનાઓની અનુભૂતિ થકી, ભન્તે

વેબુ સયાડો : આમ, આ સુખ વેદયિત સુખ કહેવાય છે જે સંવેદનાઓની અનુભૂતિ થકી જાણી શકાય છે. ઐન્દ્રિય સુખ સદા બદલતું રહે છે, કદિ ટકતું નથી(**विपरिणाम, अनित्य**) દેવો અને મનુષ્યો જ્યારે સંવેદનાઓના આ લૌકિક સુખમાં રત હોય છે ત્યારે તે સંવેદનાઓમાં વિકારો સુષુપ્ત હોય છે કે?

સયાજી : ભન્તે, જો તેઓ એ સુખનો ભોક્તાભાવે અનુભવ કરે તો લોભ, કામના અને વાસના સંવેદનાઓમાં સુષુપ્ત હોય છે.

વેબુ સયાડો : માની લો કે આ ઐન્દ્રિય સુખ માણનારા લોકોને પાંચ દુશ્મનો(આગ, પૂર, જુલ્મી રાજા, લૂંટારા અને મૂર્ખ)નો ભય હોય; અથવા તેમનાં પુરાણાં સત્કર્મોનો ક્ષય થઈ જવાને લીધે એ સુખથી વંચિત થવું પડેઃ અથવા તો તેમના આયુસંસ્કાર પૂરા થવાથી તેઓ મૃત્યુશૈયા પર હોય; આવી પરિસ્થિતિઓમાં તેઓ ઐન્દ્રિયસુખ શી રીતે માણી શકે?

સયાજી : એવી પરિસ્થિતિઓમાં તેઓ ઐન્દ્રિયસુખ નિશ્ચિંતપણે માણી શકે નહીં; અનિવાર્યપણે તેમણે વિષાદ, વિલાપ, ચિંતા, ભયભીતતા, ઈત્યાદિનો સામનો કરવો જ પડે.

વેબુ સયાડો : એ દરમ્યાન તેમની સંવેદનાઓમાં ક્યા વિકાર છૂપાએલા હોય છે?

સયાજી : ભન્તે, તેમની દુઃખદ સંવેદનાઓમાં ક્રોધ કે ઘૃણા છૂપાએલી હોય છે.

વેબુ સયાડો : આ રીતે સુખદ સંવેદનાઓનું સુખ ક્ષણભંગુર છે, અલ્પજીવી છે, સતત પરિવર્તનશીલ છે, અસાર છે. શાંતિસુખ કદિ પરિવર્તિત થતું નથી, તે કદિ ક્ષણિક હોતું નથી, ચિરસ્થાયી હોય છે. શા માટે? કારણ કે શાંતિસુખમાં વિકાર હોતા નથી; વિવિધ પ્રકારનાં દુઃખોના મૂળમાં જે વિકાર હોય છે તેનો ક્ષય થઈ ચૂક્યો હોય છે, અશેષ નિરોધ થઈ ચૂક્યો હોય છે. એ છે વિકારોની સમાપ્તિ, દુઃખોની સમાપ્તિ. ધર્મનો આ જ લાભ છે.

તેથી હે ઉપાસક-ઉપાસિકાઓ, ભગવાન બુદ્ધના દ્વિતીય શાસનમાં આ અમૂલ્ય અવસરનો લાભ લઈને શાંતિસુખ અહીં, હમણાં જ નિર્વિલંબ પ્રાપ્ત કરવા માટે અદમ્ય ઈચ્છા, સાચો પ્રયાસ, ઋજુ ચિત્ત અને સજાગ પ્રજ્ઞા સાથે પરિશ્રમ કરો, પુરુષાર્થ કરો.

આપ સૌનું કલ્યાણ થાઓ!

સર્વ શ્રોતાગણઃ સાધુ! સાધુ! સાધુ!

ધમ્મકોટ ખાતે એક દિવસીય શિબિર

ધમ્મકોટ કેન્દ્ર – રાજકોટ ખાતે નીચે જણાવેલ દિવસો દરમિયાન એક દિવસીય શિબિરોનું આયોજન કરેલ છે.

૧. તા. ૧૪-૮-૨૦૧૬, રવિવાર

૨. તા. ૧૧-૯-૨૦૧૬, રવિવાર

સમય : સવારે ૮–૦૦ થી સાંજે ૫–૦૦

નોંધ : કેન્દ્ર ઉપર જવા–આવવા માટે ફ્રી બસ સેવા રાખવામાં આવેલ છે. નામ નોંધાવવું જરૂરી છે, ફક્ત **મો.: ૭૮૭૮૭૨૭૨ ૨૩** ઉપર જ વોટ્સએપ/ફોન દ્વારા નોંધાવવું.

બસનો રૂટ નીચે પ્રમાણે રહેશે.

રૂટ-૧ :- ૮.૦૦ કલાકે -		રૈયા ચોકડી
૮.૦૫ કલાકે -		કે.કે.વી. સર્કલ
૮.૧૫ કલાકે -		બીગ બઝાર
૮.૨૦ કલાકે -		નાના મવા ચોકડી
૮.૨૫ કલાકે -		મવડી ચોકડી
૮.૩૦ કલાકે -		પુનીતનગર પાણીની ટાંકો
૮.૩૫ કલાકે -		ગોંડલ ચોકડી

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. : ૭૮ ૭૮ ૭૨ ૭૨ ૨૩ આ નંબર સેવ કરી આપનો મોબાઈલ નંબર (નામ તથા શહેર) આ નંબર ઉપર મોકલી ગ્રૂપમાં જોડાવા વિનંતી કરી શકશો.

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

રાજકોટમાં થતી સામૂહિક સાધના

એક દિવસીય શિબિર :

- **દર મહિનાના પહેલા રવિવારે સવારે : ૭.૩૦ થી ૧૨-૩૦ સ્થળઃ- માસૂમ સ્કૂલ, યુનિ. રોડ, રાજકોટ.**

દૈનિક સામૂહિક સાધના :

- **દર શુક્રવારે સવારે : ૭-૩૦ થી ૮-૩૦, સ્થળ : ભાભાકૃપા, ૩-ગીતગુર્જરી, એરપોર્ટ રોડ, રાજકોટ.**
- **સોમ થી શનિ - સવારે : ૭-૩૦ થી ૮-૩૦, સાંજે : ૬-૩૦ થી ૭-૩૦ સ્થળ :- ૧. આશુતોષ મંદિર પાસે, ૧.- કોટેચા નગર, અપના બજારની બાજુની શેરી, કાલાવડ રોડ, રાજકોટ. ૨.-વિભાકર નિવાસ, ધારેશ્વર મંદિર પાસે, ભક્તિનગર, રાજકોટ.**
- **સોમ થી શનિ - સવારે : ૭-૦૦ થી ૮-૦૦, સ્થળ : ''સુંદરમ્'' ૩-સરદાર નગર સોસાયટી, પટેલ બોર્ડીંગ પાસે, રાજકોટ.**
- **સોમ થી શનિ - બપોરે : ૩-૪૫ થી ૪-૪૫ સ્થળ : સીટી ઓફિસ, ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ.**
- **દર રવિવારે સવારે : ૮-૦૦ થી ૯-૦૦**
- **દર મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સવારે : ૮-૦૦ થી ૧૦-૦૦ સામૂહિક સાધના અને ધર્મ ચર્ચા (ચા-પાણી, નાસ્તો) સ્થળઃ- માસૂમ સ્કૂલ યુનિ. રોડ રાજકોટ.**

ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ૨૦૧૬ શિબિરોની માહિતી

ધમ્મકોટ

C/o. ભાભા ડાઈનિંગ 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

31-07 to 11-08-16
19-08 to 30-08-16
31-08 to 11-09-16
14-09 to 25-09-16
28-09 to 09-10-16
12-10 to 23-10-16
27-10 to 07-11-16
09-11 to 20-11-16
23-11 to 04-12-16
07-12 to 18-12-16
20-12 to 31-12-16
02-01 to 13-01-17
17-02 to 28-02-17
02-03 to 13-03-17

ધમ્મ અંબિકા

નવસારી–બિલિમોરા થી ૧૫ કિ.મી., N.H. નં.–૮ બોરિયાચ ટોલનાકાથી 2km પશ્ચિમે, ગામ : વગલવાડ, તા.: ગણદેવી. સંપર્ક : Ph.: 0261-3260961 Mo : 95865 82660, 94281 60714, 98250 44536. E-mail : info@ambika.dhamma.org

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
01-11 to 12-11-16
16-12 to 27-12-16

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

10 DAYS SPL.

31-07 to 11-08-16

STP

02-08 to 10-08-16

20 DAYS

14-11 to 05-12-16

ધમ્મસિંધુ-બાડા

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

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
31-10 to 11-11-16
18-12 to 29-12-16

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

3 DAYS

14-08 to 17-08-16

10 DAYS SPL.

19-07 to 30-07-16
18-12 to 29-12-16

ધમ્મપીઠ

ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર–ધમ્મપીઠ અમદાવાદ રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ – ૩૮૦ ૮૧૦ સંપર્ક : Ph.: 02714-294690, M : 94264 19397 E-mail : info@pitha.dhamma.org

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
04-01 to 15-01-17
18-01 to 29-01-17
01-02 to 12-02-17
15-02 to 26-02-17

ધમ્મ દિવાકર

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

03-08 to 14-08-16
31-08 to 11-09-16
14-09 to 25-09-16
12-10 to 23-10-16
02-11 to 13-11-16
16-11 to 27-11-16
30-11 to 11-12-16
14-12 to 25-12-16
28-12 to 08-01-17
25-01 to 05-02-17

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

10 DAYS SPL.

11-01 to 22-01-17

10 DAYS OLD STD.

28-09 to 09-10-16

ધમ્મપાલિ

ગામઃ ટોડી, સોનગઢ–પાલીતાણા રોડ, જી. ભાવનગર. સંપર્ક :: **ધમ્મપાલી કેન્દ્ર :** M : 7878103636 M : 8905554666 M : 8866703636 **સિટી ઓફીસ :** Ph. 0278 - 2521066, M : 88 66 71 3636 E-mail : dhammapali15@gmail.com

31-07 to 11-08-16
28-08 to 08-09-16
18-09 to 29-09-16
09-10 to 20-10-16

ધર્મજ

હેમંતભાઈ પટેલ સંપર્ક : Ph.: 02697-245460, 245302 M : 94265 00765.

02-09 to 13-09-16
09-11 to 21-11-16

3 DAYS

06-10 to 09-10-16

નોંધ : શિબિરના દિવસે ધમ્મકોટ જવા માટે બપોરે : ૨.૩૦ કલાકે રાજકોટ-વિપશ્યના સીટી ઓફિસથી બસ ઉપડશે.

શિબિરમાં આવનાર પ્રત્યેક વ્યક્તિએ પાસપોર્ટ સાઈઝ ફોટો અને ફોટો આઈડી (ફોટો ઓળખપત્ર) લાવવું ફરજીયાત છે.

દોહા ધરમના

કૌન તુમ્હારા શત્રુ હૈ, કૌન તુમ્હારા મીત ?
મન હી મેરા શત્રુ હૈ, મન હી મેરા મીત ॥

અપને મન કી સરલતા, અપના હી સુખ સાર ।
અપને મન કી કુટિલતા, અપને હી સિર ભાર ॥

મન હી શાહન્શાહ હૈ, મન હી રંક ફકીર ।
મન કાયર ભયભીત મન, મન રણબંકા વીર ॥

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

દોહા ધરમના

મન હી ઉપજે દ્વેષ ભી, મન હી ઉપજે રાગ ।
મન હી ઉપજે ધરમ ભી, મન હી ઉપજે ત્યાગ ॥

તન મન કે સંયોગ કા, ઐસા બના બનાવ ।
એક દૂસરે પર સદા, પડતા રહે પ્રભાવ ॥

તન કો પીડિત હી કરેં, મન કે સભી વિકાર ।
મન કો પીડિત હી કરેં, તન કે સભી વિકાર ॥

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 કોમ્પ્લેક્ષ'', રાષ્ટ્રીય શાળા મેઈન રોડ, રાજકોટ – ૩૬૦ ૦૦૧. દ્વારા રાજકોટ ખાતે પ્રકાશિત. **તંત્રી : ભરત કાપડીઆ**. વિપશ્યના (ગુજરાતી) પત્રિકાનું લવાજમ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ – ૩૬૦ ૦૦૧. ના સરનામે, **સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર**ના નામે મ.ઓ./ડ્રાફ્ટ અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. (બહારગામના ચેક લેવામાં આવશે નહીં.) રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ – ૧.

વિપશ્યના 19 જુલાઈ 2016 આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઈગતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

ચાર વર્ષનું લવાજમ : રૂા. 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 ડાઈનીંગ 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