વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2559 ❖ અશ્વિન પૂર્ણિમા ❖ 15 ઓક્ટોબર 2016 ❖ વર્ષ – 17 ❖ અંક – 7 ❖ સળંગ અંક - 199

सच्चं भणे कुज्झेच्य, दज्जा प्परिम्म्पि याचितो।
हतेहि तीहि ठानेहि डाच्छे देवान सन्ति के ।।

સત્ય બોલો, ક્રોધ ન કરો, કોઈ માગે ત્યારે પાસે થોડું હોય તો પણ આપો. આ ત્રણ વાતોનું આચરણ કરનાર વ્યક્તિ દેવતાઓ પાસે જાય છે.

- ધમ્મપદ

સાઈરેનિયન હાઉસ

સાઈરેનિયન હાઉસ પશ્ચિમી ઓસ્ટ્રેલિયાનું એક મહત્ત્વનું ડ્રગ રિહેબિલિટેશન સેન્ટર(નશીલી દવાના રોગીઓની સારવારનું કેન્દ્ર) છે, જ્યાં દર્દીઓ નશીલી દવાઓથી સર્વથા મુક્ત થાય છે. આ કેન્દ્રની સ્થાપના રિચાર્ડ હેમર્સ્લેએ 1981 માં કરેલી જ્યાં 600 રોગીઓની ઈન્ડોર પેશન્ટ તરીકે તથા 400 રોગીઓની આઉટડોર પેશન્ટ તરીકે સારવાર થઈ છે.

અહીં ઉપચારના કાર્યક્રમમાં નીચેની પદ્ધતિઓ અજમાવવામાં આવે છે:

1) વ્યક્તિગત સલાહ
2) સામૂહિક ઉપચાર
3) યોગ, શિથિલીકરણ, ધ્યાન, ખેલકૂદ તથા નાટક દ્વારા શારીરિક તેમજ માનસિક સ્વાસ્થ્યની સુધારણા
4) નાર્કોટિક્સ એનોનિમસ(અજમાયશના અંતે સિદ્ધ કરેલી પદ્ધતિ પર આધારિત કાર્યક્રમ) ની બેઠકોમાં હાજરી
5) લલિતકલા તેમ જ હસ્તકલાના તથા ગૃહકાર્યના પ્રકલ્પો

સાઈરેનિયન હાઉસના રોગીઓ કેવળ નશામુક્ત જ નથી થતા, શિક્ષણની તક, વ્યવસાય તથા આવાસ પ્રાપ્ત કરીને સમાજમાં પુનઃસ્થાપિત થાય છે. 'વેસ્ટર્ન ઓસ્ટ્રેલિયા કાઉન્સિલ ઓન એડિક્શન'ના નેજા હેઠળ ચાલતી સંસ્થાઓમાં આ એક પ્રમુખ સંસ્થા છે. આ કાઉન્સિલના હોદ્દેદારો વિપશ્યી સાધક છે. તેમણે અહીં સારવાર લેનારા રોગીઓ તથા સારવાર આપનારા કર્મચારીઓ માટે વિપશ્યનાની દસ દિવસીય શિબિરમાં બેસવાની છૂટ રાખી છે. મોટા ભાગના કર્મચારીઓએ વિપશ્યનાની ઓછામાં ઓછી એક શિબિર કરેલી છે. પોતાના ઉપચારના અંતિમ ચરણમાં વિપશ્યના કરી ચૂકેલા રોગીઓમાં ઉત્સાહજનક પરિણામ જોવા મળ્યાં છે.

વિપશ્યનાની શિબિરમાં બેસવાથી રોગીઓને પ્રત્યક્ષ તેમ જ પરોક્ષ રીતે લાભ થાય છે. સાઈરેનિયન હાઉસના લગભગ બધા જ સલાહકારો ભૂતકાળમાં નશો કરનારા હતા અને આ ઉપચાર થકી નશામુક્ત થયેલા છે. ધર્મમાં અર્થાત્ વિપશ્યનામાં મજબૂત રીતે પ્રસ્થાપિત થયા બાદ તેઓ વિપશ્યનાના અભ્યાસથી સ્વયં હાંસલ કરેલા પ્રામાણિકતા, કરુણા જેવા ગુણોથી અહીંના રોગીઓ માટે નશામાંથી મુક્ત થવાનો પ્રેરણાદાયી આદર્શ પૂરો પાડે છે.

સાઈરેનિયન હાઉસ નશીલી દવાઓના સેવનને એક પારિવારિક બીમારી ગણે છે તેથી રોગીના પરિવારને નાર્કોટિક્સ એનોનિમસ કાર્યક્રમ દ્વારા સહાય આપે છે.

નશીલી દવાઓનું સેવન સચ્ચાઈનું દમન કરવાના હેતુથી કરાતું હોય છે, સચ્ચાઈ ગમે તે હોય; કપરી આર્થિક સ્થિતિ, દુઃખદ સંબંધો અથવા તો અપ્રિય શારીરિક સંવેદનાઓ. આ દમન માનસ પર એક છાપ છોડે છે. અમને એક વિપશ્યના જ એવી પદ્ધતિ લાગી, જે માનસની આ ઊંડી છાપને જડમૂળથી ભૂંસી નાખે છે. અલબત્ત, લાંબે ગાળે અન્ય પદ્ધતિઓ જેવી કે જાગ્રત ચિત્તને વિધાયક શાબાશી આપવી વગેરે પણ પરિણામ લાવી શકે છે; અને સાઈરેનિયન હાઉસ ઘણે અંશે એમ કરે પણ છે. પરંતુ જે ગતિએ વિપશ્યના કામ કરે છે, તેમાં રોગી વાસ્તવમાં ચિત્તશુદ્ધિ કરીને પોતાના જીવનના આ ભયાવહ તબક્કાને સઘળા અભિસંધાનોથી મુક્ત કરી લે છે.

નશાની લત હકીકતે શારીરિક સંવેદનાની લત છે. નશાની શરૂઆત અનેક કારણસર થતી હોય છે પરંતુ આગળ જતાં તો તેના થકી થનારી ભયંકર શારીરિક સંવેદનાઓ તથા તેની સાથોસાથ આવતા વિચારો જ નશો ચાલુ રાખવા માટે કારણભૂત બને છે. રોગી રાગ-દ્વેષના જાળાંમાં ફસાઈ જાય છે. વિપશ્યના દ્વારા સંવેદનાઓ તથા વિચારો પ્રત્યે સમતા કેળવીને આ જાળાંમાંથી મુક્ત થઈ શકાય છે.

સાઈરેનિયન હાઉસમાં થતી પુનર્નિવાસની પ્રક્રિયામાં મહત્ત્વનું પાસું છે, નાર્કોટિક્સ એનોનિમસ કાર્યક્રમ. આ કાર્યક્રમ સ્વયં પ્રત્યેની સજગતા અને સમજણથી સ્વવિકાસની પ્રેરણા આપે છે. પોતાના દૈનિક જીવનમાં પ્રામાણિકતા લાવવા માટે નશાખોર પોતાને તથા અન્ય લોકોને જેવા છે તેવા સ્વીકારે છે. વિપશ્યનાની માફક નાર્કોટિક્સ એનોનિમસ કાર્યક્રમમાં પણ અનિત્યની સમજણ પાયાની બાબત છે. રોગી સમજે છે કે બધું પરિવર્તનશીલ છે અને એક પછી એક દિવસ પર કેન્દ્રિત રહેવાથી જીવન જીવવાયોગ્ય બને છે. વિપશ્યનામાં પ્રાયોગિક અભ્યાસ દ્વારા એ વાતનું સમર્થન થાય છે કે જીવનને ક્ષણ પ્રતિક્ષણ શી રીતે જીવી શકાય.

જૂના સાધકો માટે સૌરાષ્ટ્રમાં થતી સાધનાની માહિતી

:: જેતપુર :: **એક દિવસીય શિબિર – સવારે ૮ થી ૧** : દર મહિનાના બીજા રવિવારે – પાટીદાર ડાઈંગ, નવાગઢ. દર મહિનાના ચોથા રવિવારે – ગોરધનભાઈ મતવા શેરી. **સંપર્ક :** શ્રી હિતેષભાઈ ધોળકીયા – ફોન : 02823-224856

સામુહિક સાધના : અમરનગર રોડ : ગોવુભા પરમાર મો.: 98242 33867 – સુદામા નગર : વજેસિંહ ગોહેલ મો.: 94287 89724 – દેસાઈ વાડી – ''ક્રિષ્ના'' તેજા કારા પ્લોટ. : સોમ થી બુધ, શુક્ર, શનિ – સાંજે : ૯ થી ૧૦. –ડો.વાધવાણી હોસ્પિટલ : સોમ થી શની – સાંજે : ૯ થી ૧૦, રવિવારે – સવારે : ૮ થી ૧૦. બહેનો માટે સોમ થી બુધ, શુક્ર, શનિ – સાંજે : ૪:૪૫ થી ૫:૪૫**બાળકો માટે આનાપાન :** દર રવિવારે સવારે ૯ થી ૧૧ ડો. વાધવાણી હોસ્પીટલ

:: જૂનાગઢ :: **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા રવિવારે સવારે ૯ થી ૨, શષીકુંજ, કલેક્ટર ઓફિસ સામે – **સામુહિક સાધના :** દર શનિવારે સવારે ૭ થી ૮, શષીકુંજ, કલેક્ટર ઓફિસ સામે. – દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, મણિભાઈ કાલરીયા સત્સંગ હોલ, રાયજીનગર, જુનાગઢ. **દૈનિક સામુહિક સાધના :** સમય : ૮.૩૦ થી ૯.૩૦ રાત્રે, એ–૩૦૨ મોતી પેલેસ, રાયજીનગર સામે. શ્રી કવાભાઈ – M. 94272 05405, ડૉ. શાહ – M. 98980 22136

:: ઉના :: **એક દિવસીય શિબિર :** પહેલો રવિવાર, સવારે ૭ થી ૧, ડીવાઈન ઈંગ્લીશ સ્કૂલ, પટેલ સોસા. જી.ઈ.બી. ઓફિસની બાજુમાં. **સામુહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦, હરેશભાઈ ટીલવાણી સ્નેહ, ૪૨–વ્રજભુમી સોસા. શેરી નં. ૩, નવી મામલતદાર ઓફિસની પાછળ, ગીરગઢડા રોડ, ઉના. **સંપર્ક :** M. 95378 71007

:: સુરેન્દ્રનગર :: **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા રવિવારે, સવારે ૧૧ થી ૫, **સામુહિક સાધના :** રોજ સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, ૧૦–બેંકર્સ સોસાયટી, વઢવાણ. ✦ રોજ સાંજે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦, બોસ્ટન રેસ્ટ હાઉસ, જૂના જંકશન રોડ. **સંપર્ક :** M. 93746 03107

:: અમરેલી :: **એક દિવસીય શિબિર :** મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧, **સામુહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૯ થી ૧૦, બ્લોક નં. ૩૬–ગીરીરાજનગર, ૐનગર મેઈન રોડ સામે, ચિતલ રોડ, અમરેલી. **સંપર્ક :** ફોન : (02792) 223983, M. 94262 31449

:: ભાવનગર :: **એક દિવસીય શિબિર :** મહિનાના પહેલા રવિવારે, સમય : સવારે ૧૦ થી ૪, ધમ્મપાલિ કેન્દ્ર. – મહિનાના ત્રીજા રવિવારે, સમય : સવારે ૮ થી ૧, આરાધના ફ્લેટ, મેઘાણી સર્કલ પાસે. **સામુહિક સાધના :** દર બુધવારે સવારે ૭ થી ૮, સૂચક મેડીકલ સેન્ટર, કાળુભા રોડ. **સંપર્ક :** M.: 8866713636, 7878103636, 8905554666

:: મહુવા :: ડૉ. કલસરીઆ : 02844 - 221012.

:: મોરબી :: **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧, **સામુહિક સાધના :** બુધવાર સવારે ૭ થી ૮, સરકારી આંખની હોસ્પીટલ, ગાંધી ચોક. **સંપર્ક :** ડો. કાતરિયા ફોન : 02822 - 227501, M. 99090 26026

:: ભાણવડ :: દાસાણીભાઈ – Ph. : 02896-232078, M. 94272 83762.

:: જામનગર :: **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૯ થી ૧૦, **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૯–૨૫ થી ૩–૩૦, **બાલ શિબિર :** દર મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સવારે ૧૦ થી ૨, **સ્થળ :** મહર્ષિ પતંજલિ ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ યોગ એન્ડ નેચરોપથી, ધનવંતરી આયુર્વેદ કોલેજ પાસે, ગુજરાત આયુર્વેદ યુનિવર્સિટી, જામનગર. **સંપર્ક :** ભગવાનદાસભાઈ M. 98986 71251 રમેશભાઈ દવે M. 94089 63935

:: જામ ખંભાળીયા :: **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સાંજે ૫ થી ૬, યોગ કેન્દ્રમાં, નગરપાલિકાના બગીચા સામે. **સંપર્ક :** દાસાણીભાઈ M. 94275 73380

વિપશ્યના ધ્યાન વિષયક માહિતી વોટસ્એપ દ્વારા મેળવવા માટે

નવા સાધકો માટે

- ✦ આપના પરિચિતોને સાધના કરવાની પ્રેરણા મળતી રહે તેવા વોટ્સએપ મેસેજ આ નંબર પરથી મળતા રહેશે.
- ✦ આપના પરિચિતોને વિપશ્યના સાધના સાથે જોડાવા માટે આ નંબર સેવ કરવા તેમજ એક વખત નામ અને શહેર લખી વોટ્સએપ કરવા માટે પ્રેરિત કરવા.
- ✦ જેથી કેન્દ્ર પરથી તેમજ અલગ અલગ સ્થળો પર થતા પરિચય કાર્યક્રમોની માહિતી, ગુરુજીના પ્રવચનો તથા અન્ય વિડીઓ મેસેજ તેઓને મહિનામાં ફક્ત બે વખત મળતા રહેશે.
- ✦ આ બ્રોડકાસ્ટ ગ્રૂપ હોવાથી ફક્ત કેન્દ્ર તરફથી જ મેસેજ મળશે, અન્ય કોઈ વ્યક્તિ મેસેજ કરી શકશે નહીં.

JOIN OUR WHATSAPP BROADCAST

TYPE ADD ME "Your Name, Area" and Send whatsapp it on

SAVE THIS NUMBER **94262 02222** SAVE THIS NUMBER

જૂના સાધકો માટે

✦ જુના સાધકોની પ્રગતિ માટે ગ્રુપમાં જોડાવું ખુબ જ ઉપયોગી રહેશે. આ ગ્રુપ ફક્ત જૂના વિપશ્યી સાધકો માટે જ છે. જે લોકોએ શિબિર ન કરી હોય તેમને ન જોડવા. ✦ આ ગ્રુપમાં જોડાવાથી તમોને મહીનામાં ૨ થી ૪ વખત સાધનામાં પ્રગતિ માટે ઉપયોગી ગુરુજીના પ્રવચનો, સાધના સંબંધી પ્રશ્નોત્તરી, કોઈ વિશેષ કાર્યક્રમો, શિબિરોની માહિતી તથા અન્ય ઓડિયો–વિડીયો મળતા રહેશે. ✦ આ બ્રોડકાસ્ટ ગ્રૂપ હોવાથી ફક્ત કેન્દ્ર તરફથી જ મેસેજ મળશે, અન્ય કોઈ મેસેજ કરી શકશે નહીં. ✦ આ ગ્રૂપ સાથે જોડાવા માટે આ નંબર સેવ કરવા તેમજ એક વખત નામ અને શહેર લખી વોટ્સએપ કરવા માટે પ્રરિત કરવા.

JOIN OUR WHATSAPP BROADCAST

TYPE ADD ME "Your Name, Area" and Send whatsapp it on

SAVE THIS NUMBER **78 78 72 72 23** SAVE THIS NUMBER

દસ દિવસીય શિબિરની 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,

૨૦૧૬

27-10 to 07-11
09-11 to 20-11
23-11 to 04-12
20-12 to 31-12

10 Day-Male Only

05-12 to 16-12

Teen. Boys.

05-12 to 13-12

૨૦૧૭

02-01 to 13-01
17-02 to 28-02
08-03 to 19-03
22-03 to 02-04
05-04 to 16-04
19-04 to 30-04
03-05 to 14-05
17-05 to 28-05
31-05 to 11-06
14-06 to 25-06
28-06 to 09-07
26-07 to 06-08
12-08 to 23-08
30-08 to 10-09
13-09 to 24-09
27-09 to 08-10
18-10 to 29-10
01-11 to 12-11
15-11 to 26-11
29-11 to 10-12
13-12 to 24-12

ફક્ત જૂના સાધકો માટે - STP

15-01 to 23-01
12-07 to 20-07

10 Day Spl.

10-07 to 21-07

20 DAYS

24-01 to 14-02-17

30 DAYS

15-01 to 15-02-17

2 DAYS

02-03 to 04-03-17

3 DAYS

24-08 to 27-08-17
12-10 to 15-10-17
28-12 to 31-12-17

1 DAY- 9am to 5pm
(નિઃશુલ્ક બસ સેવા)

20-11-2016
18-12-2016
15-01-2017
19-02-2017
19-03-2017
16-04-2017
14-05-2017
11-06-2017
09-07-2017
20-08-2017
24-09-2017
08-10-2017

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

૨૦૧૬

30-10 to 10-11
27-11 to 08-12

૨૦૧૭

25-12 to 05-01
15-01 to 26-01
05-02 to 16-02
26-02 to 09-03
19-03 to 30-03
09-04 to 20-04
23-04 to 04-05
07-05 to 18-05
04-06 to 15-06
28-06 to 09-07
16-07 to 27-07
13-08 to 24-08
27-08 to 07-09
10-09 to 21-09
01-10 to 12-10
17-10 to 28-10
29-10 to 09-11
12-11 to 23-11
26-11 to 07-12
17-12 to 28-12
31-12 to 11-1-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે - STP

21-05 to 29-05

3 DAYS

26-01 to 29-01
16-02 to 19-02
09-03 to 12-03
15-06 to 18-06
27-07 to 30-07
21-09 to 24-09

Old Stud. Samelan

04-08 to 06-08

For Retire

30-03 to 02-04

ધમ્મપાલી – ટીનેજર્સ શિબિર – ફક્ત યુવાનો માટે

તારીખ : ૧૧–૧૧ થી ૧૯–૧૧–૨૦૧૬

ધમ્મપાલિ – નિવૃત્ત–અર્ધનિવૃત્ત સાધક માટે

નિવૃત્ત અર્ધનિવૃત્ત તેમજ નજીકના ભવિષ્યમાં નિવૃત્ત થનાર સાધક ભાઈઓ / બહેનો માટે કાર્યશાળાનું આયોજન કરેલ છે.

તારીખ : ૩૦–૩–૨૦૧૭ થી ૨–૪–૨૦૧૭

ધમ્મપાલિ – જૂના સાધકો માટે સંમેલન

તારીખ : ૪–૮–૨૦૧૭ થી ૬–૮–૨૦૧૭

ધમ્મકોટ – એક દિવસીય મેગા શિબિર

તારીખ : ૧૪–૫–૨૦૧૭, રવિવાર – ગુરૂપુર્ણિમા

તારીખ : ૯–૭–૨૦૧૭, રવિવાર – બુદ્ધપુર્ણિમા

તારીખ : ૨૪–૯–૨૦૧૭, રવિવાર– પૂ. ગુરુજીની પૂણ્યતિથિ

સમય : સવારે ૯ થી સાંજે ૫ સુધી.

સંપર્ક : ધમ્મકોટ કેન્દ્ર :૦૨૮૧ – ૨૯૨૪૯૪૨,
મો.:૯૩૨૭૯ ૨૩૫૪૦, ૭૮ ૭૮ ૭૨ ૭૨ ૨૩

-: ધમ્મકોટ - રાજકોટ પર પરિચય કાર્યક્રમ નું આયોજન :-

રાજકોટ જીલ્લા તેમજ વિસ્તારના સાધકોના પરિવારજનો તેમજ મિત્રો–પરિચિતો લાભ લઈ શકે એવા ખાસ હેતુથી વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમનું આયોજન કરેલ છે.

તારીખ : ૦૫–૦૩–૨૦૧૭, રવિવાર
તારીખ : ૧૧–૦૬–૨૦૧૭, રવિવાર
તારીખ : ૦૯–૧૦–૨૦૧૭, રવિવાર
સમય : સવારે ૧૦ થી બપોરે ૧ સુધી. કાર્યક્રમ સંપન્ન થયા બાદ ભોજન વ્યવસ્થા રાખેલ છે. ભોજન અને અન્ય વ્યવસ્થા યોગ્ય રીતે થઈ શકે તે માટે આગોતરા રજિસ્ટ્રેશન કરાવીને જ પધારશો.
સંપર્ક : ધમ્મકોટ કેન્દ્ર :૦૨૮૧ – ૨૯૨૪૯૪૨,
મો.:૯૩૨૭૯૨૩૫૪૦, ૭૮૭૮૭૨૭૨૨૩

ધમ્મકોટ – નિવૃત્ત–અર્ધનિવૃત્ત સાધક માટે

નિવૃત્ત અર્ધનિવૃત્ત તેમજ નજીકના ભવિષ્યમાં નિવૃત્ત થનાર સાધક ભાઈઓ / બહેનો માટે કાર્યશાળાનું આયોજન કરેલ છે.

તારીખ : ૩–૩–૨૦૧૭ થી ૫–૩–૨૦૧૭
સંપર્ક : ધમ્મકોટ કેન્દ્ર :૦૨૮૧ – ૨૯૨૪૯૪૨,
મો.:૯૩૨૭૯૨૩૫૪૦, ૭૮૭૮૭૨૭૨૨૩

ધમ્મકોટ – ધમ્મસેવક સાધકો માટે સંમેલન

રાજકોટ જીલ્લા તેમજ વિસ્તારના જૂના સાધકો માટે સંમેલનનું આયોજન કરેલ છે.

તારીખ : ૨૨–૭–૨૦૧૭ થી ૨૩–૭–૨૦૧૭
(ઈગતપુરીથી અરૂણ સુર્યવંશીજી તેમજ મહેન્દ્ર કોલતેજી સિનિયર ટીચર સંચાલન માટે વિપશ્યના કેન્દ્ર ધમ્મકોટ પધારતા હોવાથી વધુમાં વધુ સાધકોએ લાભ લેવા વિનંતી.)
સંપર્ક : ધમ્મકોટ કેન્દ્ર :૦૨૮૧ – ૨૯૨૪૯૪૨,
મો.:૯૩૨૭૯૨૩૫૪૦, ૭૮૭૮૭૨૭૨૨૩

નોંધ :– જે કોઈ સાધક/સાધિકાઓ ધમ્મસેવા આપવા માંગતા હોય તેઓએ ધમ્મસેવા માટે શિબિરની તારીખ, કેન્દ્રનું નામ, નામ, ઉંમર, ગામ તથા કેટલી શિબિર કરી છે તે વોટ્સએપ : મો.– ૯૪૨૬૨ ૦૨૨૨૨ ઉપર મોકલી આપશો. જેથી સુગમતા પૂર્વક વ્યવસ્થા થઈ શકે.

સાઈરેનિયન હાઉસના નિવાસ દરમિયાન રોગીને ખાતરી થાય છે કે સ્વયં પોતે જ પોતાને સાજા કરવામાં જવાબદાર છે અન્ય કોઈ નહીં. આ સમજ તથા તેના આદર્શ રૂપ, વિપશ્યના શીખી ચૂકેલા અગાઉના રોગીઓ તેના માટે વિપશ્યનાની શિબિરમાં બેસવાનું પ્રેરકબળ બને છે.

ગૃહસ્થીની જવાબદારીઓના નિર્વાહમાં ભાગીદાર થઈને નશામુક્ત થવામાં આત્મવિશ્વાસ કેળવવો તે આ કાર્યક્રમનું અગત્યનું પાસું છે. રોગી માટે વિપશ્યનાની એક શિબિરમાં બેસવું તે જ આત્મવિશ્વાસ અને આત્મસન્માનને જગાડવા માટે પૂરતું છે. પરંતુ તેના કરતાં પણ વધુ અગત્યની વાત એ છે કે આ સાધનાવિધિ આત્મનિર્ભરતા અને આંતરિક શક્તિ જગાડે છે. સાધનાના સતત અભ્યાસથી રોગી આ ગુણોનો વિકાસ સાધીને વિધાયક ફળ પ્રાપ્ત કરે છે.

વિપશ્યના ધ્યાન કરતાં કરતાં ભીતર પ્રાપ્ત થતી શાંતિ તથા નીરવતા નશાખોરીના વિકલ્પે આવકાર્ય છે એવું નશાખોર અનુભવે છે. શિબિર કરવાથી સંવાદિતાની કેવળ બૌદ્ધિક જ નહિ, અનુભવજન્ય સમજ પ્રાપ્ત થાય છે.

વ્યક્તિ લાંબા ગાળા સુધી નશાખોરીમાં સપડાએલી રહે તો લાગણીશૂન્ય બની જાય છે. જ્યારે તે નશો છોડે ત્યારે એ બહુ મહત્ત્વનું છે કે તે લાગણી અનુભવે અને સમજે તથા એ વાતને સ્વીકારે કે નશાખોર વ્યક્તિમાં આત્મસન્માનનો અભાવ અને એકલતાની લાગણી સહજ હોય છે. તાજેતરમાં નશો છોડેલી વ્યક્તિ જ્યારે વિપશ્યનાની શિબિરમાં બેસે છે ત્યારે તે એક નશાખોરનાં મૂલ્યો અને અભિગમ સાથે બેસે છે. શાલીનતા પ્રાપ્ત કર્યા બાદ, પોતાની જાતનો સ્વીકાર કરવાનું શીખીને જ્યારે શિબિરમાં બેસે છે તો એક સામાન્ય મનુષ્ય તરીકે પ્રામાણિકતાથી શિબિર કરવા બેસે છે. તેથી જ અમે માનીએ છીએ કે સાઈરેનિયન હાઉસ માટે વિપશ્યના એક સંપૂર્ણપણે યોગ્ય એવું તારણ છે.

વિપશ્યનાની નિરંતર સાધના થકી મનોતાણના પ્રસંગો કે જે પુનઃ અતીતમાં ખેંચી શકે છે તેમાં સહાયતા મળે છે.

નશાખોરીની પહોંચ ચિત્તનાં ઊંડાણ સુધી હોય છે; જો તેને ફરીથી આવતી અટકાવવી હોય તો તેનો જડમૂળથી નાશ કરવો આવશ્યક બને છે. ભીતરનાં ઊંડાણમાં રહેલું અંતર્મન નિરંતર આ શારીરિક સંવેદનાઓના સંપર્કમાં હોય છે. વિપશ્યના દ્વારા આ સંવેદનાઓનું સમતાપૂર્વક તટસ્થ નિરીક્ષણ કરતાં આવડી જાય છે, તેથી કરીને નશાખોરીનો જડમૂળથી નિકાલ કરી શકાય છે.

અસંખ્ય ઉદાહરણોમાં અમે જોયું છે કે વિપશ્યનાની શિબિર કરી ચૂકેલા નશાખોરના વર્તનમાં નાટકીય પરિવર્તન જણાય છે. સાઈરેનિયન હાઉસમાંથી વિપશ્યના કરીને સાજા થઈગયેલા રોગીઓમાં અન્ય રોગીઓને મદદ કરવાની અસામાન્ય ભાવના પ્રતિબિંબિત થાય છે.

(લેખકઃ રિચાર્ડ હેમર્સ્લે અને જોન ક્રેગન)

દીપાવલી અને નૂતનવર્ષ નિમિત્તે રાજકોટ ખાતે જૂના સાધકોનું સ્નેહમિલન

દીપાવલી અને નૂતનવર્ષ ૨૦૭૩ નિમિત્તે જૂના સાધકોનું સ્નેહમિલન નીચે મુજબ આયોજિત છે.

તારીખ : ૩૦-૧૦-૨૦૧૬, રવિવાર, સવારે ૮ થી ૧૦

સ્થળ : ભાભાકૃપા, ૩-ગીતગુર્જરી સોસા., એરપોર્ટ રોડ, રાજકોટ.

દોહા ધરમના

અન્ન વસ્ત્ર, વાહન ભુવન, સ્વર્ણ રત્ન કા દાન ।
સબ દાનોં સે ઉચ્ચ હૈ, શ્રેષ્ઠ ધર્મ કા દાન ॥
અન્ન વસ્ત્ર ગૃહ દાન દેં, ઔષધિ વિદ્યા દાન ।
પર ઇન સબ સે શ્રેષ્ઠ હૈ, શુદ્ધ ધર્મ કા દાન ॥
દાન વહી જો ચિત્ત કો, નિર્મલ દેય બનાય ।
દાન નહીં જો ચિત્ત કો, કડવાહટ ભર લાય ॥

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

દોહા ધરમના

શુદ્ધ ન તેરા ચિત્ત હૈ, શુદ્ધ ન તેરા દાન ।
શુદ્ધ ન ગ્રાહક દાન કા, હો કૈસે કલ્યાણ ॥
દિયા દાન પર ચિત્ત તો, દુર્મન રહા મલીન ।
ઘાટે કા સૌદા કિયા, કરી સમ્પદા ક્ષીણ ॥
ક્રોધ ઘૃણા ભય દ્વેષ સે, વ્યાકુલ અંતર હોય ।
ઐસે દૂષિત દાન સે, પુણ્ય કહાં સે હોય ?

સોલંકી મિકેનિક વર્ક્સ
૪૦/W ભક્તિનગર જી.આઇ.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 ઑફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ – ૧.

વિપશ્યના 15 ઑક્ટોબર 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 ઑફિસ : ફોન – (0281) 2233666 / મો : 7878 7272 23
E-mail : info@kota.dhamma.org / **Web site :** www.kota.dhamma.org