વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2560 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 28 ફેબ્રુઆરી 2018 ❖ વર્ષ – 18 ❖ અંક – 11 ❖ સળંગ અંક - 215

ધમ્મવાણી

येसं च सुसमारद्धा निच्चं कायगता सति ।
अकिच्चं ते न सेवन्ति किच्चे सातच्चकारिनो ।
सतानं सम्पजानानं अत्थं गच्छन्ति आसवा ।।
–धम्मपद

'આ કાયા દોષોથી ભરેલી છે' એ જાતની જેમની સ્મૃતિ સદા તાજી હોય છે, તેઓ નહિં કરવાની પ્રવૃત્તિને અડતા નથી અને કરવા જેવી પ્રવૃત્તિમાં નિરંતર સાવધાન રહે છે. એવા સાવધ તથા શુદ્ધ સમજવાળા તે પુરુષોના દોષનાં ઝરણાં સુકાઇ જાય છે.

શીલ : ધર્મનું પહેલું ચરણ

ધર્મ અને સંપ્રદાય બે જુદા જુદા રસ્તા છે. એ વાત બહુ સારી રીતે સમજી લેવી જોઇએ કે જે વ્યકિત જેટલી ધર્મવાન બની જશે તે, તેટલી જ સંપ્રદાયવાદથી દૂર થતી જશે. બન્ને એકસાથે નિભાવી શકાતા નથી.

આપણા દેશના ઋષિઓ, મુનિઓ, સદ્ગુરુઓ, સત્પુરુષો, મહાપુરુષો, બુદ્ધો અને અરહંતોએ આ જ સચ્ચાઇનું અનુસંધાન કર્યું. જયાં જુઓ ત્યા સંસારનાં બધાં પ્રાણી દુઃખી છે. કેમ દુઃખી છે ? શું આ દુઃખોની બહાર નીકળવાનો કોઇ રસ્તો છે? આપણા મહાપુરુષોએ આ શોધ બહાર નહીં, પોતાની અંદર શરૂ કરી, કારણ કે વ્યકિત દુઃખી ભીતર જ થાય છે. તેને લાગે છે કે મારા દુઃખનું કારણ બહાર છે. બહાર એવી ઘટના બની કે કોઇએ આવું કહ્યું એટલે હું દુઃખી થઇ ગયો. પરંતુ આ કેવળ ભ્રમ છે. એવું લાગે છે કે એવો આભાસ થાય છે. અંદર જઇને સચ્ચાઇ જોઇશું તો સ્પષ્ટ માલૂમ પડશે કે મારા બધા દુઃખોનું કારણ મારી અંદર જ છે, બહાર નહીં. હું જયારે જયારે મારા મનમાં વિકાર જગાવું છું, ત્યારે ત્યારે દુઃખી થઇ જાઉં છું. બહારની ઘટના ભલે ગમે તેવી હોય, જો હું અંદર વિકાર નથી જગાવતો તો દુખિયારો નથી થઇ શકતો અને બહારની ઘટના મને વ્યાકુળ નથી બનાવી શકતી. આ સમયે હું મારી સમતા નથી ગુમાવતો, મારી શાંતિ નથી ગુમાવતો, સંતુલન નથી ગુમાવતો. જે કરવું ઉચિત છે તે બધું કરુ છું, આવશ્યક હોય ત્યારે બળપૂર્વક પણ કરું છું, પરંતુ શાંતિથી કરું છું. મનની સમતા અને સંતુલન ગુમાવ્યા વગર કરું છું.

આવી વ્યકિત ધર્મ શીખી જાય છે. તે ધર્મનું જીવન જીવવા લાગે છે. એક વ્યકિત પોતાને હિન્દુ કહેવા માત્રથી ધાર્મિક કેવી રીતે બની જાય? મુસલમાન, બૌદ્ધ, જૈન, ઇસાઇ, યહૂદી કે પારસી કહેવા માત્રથી ધાર્મિક કેવી રીતે થઇ જાય ? પોતાને હિંદુ કહેતી વ્યકિતઓમાંથી કોઇ ધાર્મિક પણ હોઇ શકે છે, કોઇ બિલકુલ અધાર્મિક પણ. એવી જ રીતે પોતાને બૌદ્ધ, જૈન, ઇસાઇ, મુસલમાન અથવા શીખ કહેવાવાળી દરેક વ્યકિત ધાર્મિક પણ હોઇ શકે છે અને અધાર્મિક પણ. ધાર્મિક તે છે જે કુદરતના નિયમ અનુસાર પોતાનું જીવન ઢાળી લે છે. અધાર્મિક તે છે, જે કુદરતના નિયમોને તોડીને પોતાની જાતને દુઃખી બનાવી લે છે અને બીજાઓને પણ દુઃખી બનાવી દે છે. આ ધર્મની પુરાતન પરિભાષા છે.

ધર્મ વડે સુરક્ષા :

આપણા દેશના જે ઋષિ–મુનિ થયા, તે દરેકે દરેક વૈજ્ઞાનિક જ થયા. તેઓએ સત્યની શોધ કરી. તેમણે પ્રકૃતિના નિયમોનું અનુસંધાન કર્યું. તેમણે ઋતનું અનુસંધાન કર્યું, તેથી ઋષિ કહેવાયા. આ અનુસંધાન કેવળ બુદ્ધિના સ્તર પર નથી થતું અને નથી થતું માત્ર પુસ્તકો વાંચીને. આ અનુસંધાન અનુભૂતિઓના સ્તર પર થાય છે. અંદર જોઇએ છીએ ત્યારે માલૂમ પડે છે કે જયારે અંદર વિકાર જગાવું છું ત્યારે મારી સમતા ગુમાવી દઉં છું અને વ્યાકુળ થઇ જાઉં છું. જયારે અંદર વિકાર નથી જગાવતો ત્યારે હું પોતાની સમતા જાળવી રાખું છું અને દુઃખોથી મુકત રહું છું. આ કુદરતનો નિયમ છે આ જ ધર્મ છે. જેમ અગ્નિનો ધર્મ છે બળવું અને બાળવું, આ ધર્મ નથી હિંદુ, નથી જૈન, નથી ઇસાઇ, નથી બૌદ્ધ. આ અગ્નિનો ધર્મ છે, સ્વભાવ છે,

પ્રકૃતિ છે, લક્ષણ છે. આ જ રીતે આપણા મનમાં જે વિકારો જાગે છે, તેમનો સ્વભાવ છે કે જયારે તેઓ જાગશે ત્યારે આપણને વ્યાકુળ બનાવી જ દેશે, આપણી સમતાને નષ્ટ કરી જ દેશે, આપણા મનના સંતુલનને નષ્ટ કરી જ દેશે. આપણને દુઃખી બનાવી જ દેશે. દરેક વિકારનો સ્વભાવ છે દુઃખી બનાવવાનો અને ન કેવળ આપણને પોતાને દુઃખી બનાવવાનો, પરંતુ બીજાઓ માટે પણ દુઃખનું નિર્માણ કરવાનો તથા આખા વાતાવરણને દુઃખમય બનાવી દેવાનો.

આ વાત જેની સમજમાં જેટલી જલદી આવી જાય છે અને જે પોતાની જાતને કુદરત અથવા પ્રકૃતિના આ નિયમ અનુસાર ઢાળવા લાગે છે તે સાચા અર્થમાં એટલો ધાર્મિક થઇ જાય છે, સાચા અર્થમાં સુખી થઇ જાય છે. હવે તે પોતાની જાતને હિંદુ કહે કે બૌદ્ધ, જૈન કહે કે ઇસાઇ, કોઇ ફરક પડતો નથી. તે વ્યકિત ધાર્મિક થઇ ગયો, કારણ કે તે જાણી ગયો કે પોતાના મનને મેલું કરવાથી કુદરત મને દંડ આપે છે અને તત્કાળ દંડ આપે છે. મર્યા પછીની વાત એની જગ્યાએ છે. પરંતુ દંડ અત્યારે જ મળવો શરૂ થઇ જાય છે. તેનાથી વિપરીત જો હું પોતાના મનને વિકારોથી મુકત રાખું છું, ચિત્તને નિર્મળ રાખું છું અને મૈત્રી, કરુણા, સદ્ભાવના જગાવું છું તો કુદરત મને પુરસ્કાર આપે છે, તત્કાળ પુરસ્કાર આપવા લાગે છે, મને બહુ શાંતિનો અનુભવ થાય છે, ખૂબ સુખનો અનુભવ થાય છે. આ કુદરતનો નિયમ છે, આ તેનો સ્વભાવ છે. જેમ વિકારોનો સ્વભાવ છે આપણને વ્યાકુળ કરી દેવાનો, તેમ વિકાર–વિમુકત ચિત્તનો સ્વભાવ છે આપણને શાંતિ આપવાનો, આંતરિક સુખ આપવાનો.

પોતાને વિકાર–વિમુકત કરવાનું કામ કોઇ હિંદુ કરે તો તે સુખી થઇ જશે, કોઇ મુસલમાન કરે તો તે સુખી થઇ જશે, જૈન, બૌદ્ધ, ઇસાઇ, ભારતીય અથવા અમેરિકન, કોઇ કરે– જે પણ કરશે તે સુખી થઇ જશે. જે પોતાના ચિત્તને વિકાર–વિમુકત કરવાનું કામ કરવા લાગ્યો, તે કુદરતના નિયમો અનુસાર પોતાના જીવનને ઢાળવાનું કામ કરવા લાગ્યો, તે વ્યકિત ધાર્મિક થઇ ગયો. આથી કહેવામાં આવ્યું **'धम्मो हवे रक्खति धम्मचारिं'** – જે ધર્મનું આચરણ કરવા લાગ્યો તથા પોતાની અંદર ધર્મનું જીવન જીવવા લાગ્યો, **ધર્મ તેની રક્ષા કરવા લાગ્યો. धर्मो रक्षति रक्षित:** – જે ધર્મની રક્ષા કરે છે, તેની રક્ષા ધર્મ કરે છે. પરંતુ કયા ધર્મની રક્ષા? હિંદુ ધર્મની, બૌદ્ધ ધર્મની, જૈન ધર્મની કે મુસલમાન ધર્મની ? જયાં ધર્મને હિંદુ માની લીધો, બૌદ્ધ માની લીધો, જૈન માની લીધો, ઇસાઇ માની લીધો ત્યારે ભટકી ગયો. ધર્મથી ખૂબ દૂર ચાલ્યો ગયો. રક્ષા 'ધર્મ'ની કરવાની છે અને ધર્મ પોતાની અંદર છે. જે મનુષ્યે પોતાની અંદરના વિકારોને જીતી લીધા તે વિજયી થઇ ગયો. મેં ચિત્તને નિર્મળ કરી લીધું તો મારી અંદર જાગેલો ધર્મ પોતાની મેળે મારી રક્ષા કરવા લાગ્યો, મને દુઃખથી બચાવવા લાગ્યો, મને સંકટોથી બચાવવા લાગ્યો.

જીવનમાં ગમે તેવા તોફાન આવે, ધાર્મિક વ્યકિત વ્યાકુળ થતી નથી, કારણ કે ધર્મ તેની રક્ષા કરે છે. ધર્મ દરેક વ્યકિતનો પોતાનો હોય છે, સમૂહનો નથી હોતો. એક–એક વ્યકિતએ ધર્મનું પાલન કરવાનું છે. અનેક લોકો પાલન કરવા લાગે તો બહુ સારી વાત છે આખા સમાજમાં સુખશાંતિ ફેલાવા લાગશે. પરંતુ એ આવશ્યક છે કે એક–એક વ્યકિત ધર્મ ધારણ કરે. **'एकं एव चरे धम्मं'** – એક–એક વ્યકિત ધર્મનું આચરણ કરે. **'न धम्मद्धजका भवे'** – ધર્મની ધ્વજા ન બનાવી લે – આ અમારો ધર્મ, આ તમારો ધર્મ, તો સંપ્રદાય ઊભો કરી લેશે, ધર્મના નામ પર આડંબર શરૂ કરી લેશે. આવી વ્યકિતમાં ધર્મ નહીં હોય. કારણ કે ધર્મના નામ પર ભાવાવેશ જગાવીને તે પોતાનું સંતુલન ખોઇ બેસે છે, સાથે જ લોકોમાં ભાવાવેશ જગાવે છે અને તેમનું પણ સંતુલન નષ્ટ કરે છે. મજહબ (ધર્મ) ના નામે ભાવાવેશ પૂર્ણ કટ્ટરતા જગાવે છે જેથી લોકો પાગલ થઇ જાય. આ ધર્મ કેવી રીતે થયો ? જેણે પોતાના મનનું સંતુલન ખોઇ દીધું, ભલે ધર્મના નામ પર જ ખોઇ નાખ્યું. તે ધાર્મિક કેવી રીતે થયો ? તેની રક્ષા કેવી રીતે કરશે ? જયાં તેણે ભાવાવેશ જગાવી પોતાનું સંતુલન ગુમાવ્યું, તે જ ક્ષણે તેની સુરક્ષા નષ્ટ થઇ ગઇ. તે અરક્ષિત થઇ ગયો.

ધર્મ એક-એક વ્યકિતનો :

ધર્મ એક–એક વ્યકિતનો છે. **'एकं एव चरे धम्मं'** – એક–એક વ્યકિત ધર્મનું આચરણ કરે છે તો સમાજનું કલ્યાણ થઇ જાય છે. જયારે આખું જંગલ મુરઝાઇ ગયું હોય અને આપણે ઇચ્છીએ કે એ ફરી હરિયાળું થઇ જાય, તો દરેક વૃક્ષને પાણી આપવું પડશે. જયારે પ્રત્યેક મૂળમાં પાણી જશે ત્યારે એક–એક વૃક્ષ લીલું થશે અને ત્યારે આખું જંગલ પોતાની મેળે હરિયાળું થઇ જશે. એક–એક વૃક્ષના મૂળમાં પાણી જાય નહીં અને આપણે ઇચ્છીએ કે આખું જંગલ હરિયાળું થઇ જાય તો એ કેવી રીતે થશે? એ જ રીતે આપણે ઇચ્છીએ કે એક–એક વ્યકિત ધર્મવાન બને કે નબને, પરંતુ આખા સમાજમાં ફરીથી શાંતિ આવી જાય, આખો સમાજ બહુ

સુખી થઇ જાય, ખૂબ ધર્મવાન થઇ જાય – એમ થવું શક્ય નથી.

હિંદુ ધર્મનો પક્ષ લેવાવાળાં ઘણાં છે, એ જ રીતે બૌદ્ધ ધર્મના હિમાયતી ઘણાં છે, મુસ્લિમ ધર્મના, જૈન ધર્મના, ઇસાઇ ધર્મના, શીખ ધર્મના હિમાયતી ઘણાં છે. પરંતુ 'ધર્મ'ના હિમાયતી કોઇ નથી, કારણ કે ધર્મ ધારણ કરવો બહુ મુશ્કેલ છે. સામૂહિક ઝનૂન પેદા કરવું આસાન હોય છે, એકે એક વ્યકિતમાં ધર્મ જગાવવો બહુ કઠણ કામ કરે છે. રક્ષા એક–એક વ્યકિતની, એક–એક વ્યકિતની આગવી જ હોય છે. જે વ્યકિતએ પોતાની અંદર ધર્મ જગાવી લીધો, તેની રક્ષા થવા લાગી, ધર્મ તેની રક્ષા કરવા લાગ્યો. પ્રકૃતિ તેની રક્ષા કરવા લાગી. તે દુઃખોથી મુકત થવા લાગ્યો. હવે તેનામાં કોઇ ભય ના રહયો. તે નિર્ભય થઇ ગયો, નિર્વેર થઇ ગયો. હવે તેનો કોઇ વેરી નથી. કોઇ બીજી વ્યકિત ખોટું કામ કરે છે તો તેના પ્રત્યે કરુણા જાગે છે, મૈત્રી જાગે છે કે, બિચારો રોગી છે. દુખિયારો છે – 'કેવો' વિકાર જગાવી રહ્યો છે અને વિકાર જગાવીને વ્યાકુળ થઇ રહયો છે ! તેને પણ ધર્મ મળી જાય – હિંદુ ધર્મ નહીં, બૌદ્ધ ધર્મ, વગેરે નહીં – ધર્મ મળી જાય. એ પણ પોતાના વિકારોથી મુકત થવાનું શીખી લે. પોતાના ચિત્તને નિર્મળ કરવાનું શીખી લે, તો બહુ સુખી થઇ જશે. સાચે જ સુખી થઇ જશે. આવી કરુણા જાગવા લાગે તો સમજો ધર્મવાન છે. ક્રોધ જાગવા લાગે તો ધર્મવાન નથી. દ્વેષ જાગવા લાગે તો ધર્મવાન નથી. ઇર્ષા અને અહંકાર જાગવા લાગે તો ધર્મવાન નથી.

કોઇ વ્યકિત પોતાને મોટો ધાર્મિક કહેતો રહે, અલગ–અલગ પ્રકારના અનેક કર્મકાંડ કરતો રહે, આ પ્રકારની કે તે પ્રકારની વેશભૂષા ધારણ કરતો રહે, પરંતુ જો તે પોતાના મનમાં વિકાર જગાવે છે તો ધર્મથી બહુ જ દૂર છે. કોઇ માત્ર એમ સમજીને કે હું આવા કપડાં પહેરું છું તો બહુ ધર્મવાન છું અને ધર્મની ધ્વજા ઉઠાવી લે – તો સમજો ધર્મ જોખમમાં પડી ગયો. જયારે ધર્મના નામે દેખાડો થવા લાગે છે. તો ધર્મ જોખમમાં પડી જાય છે.

ધર્મ વ્યકિત વ્યકિતનો હોય છે. પ્રત્યેક વ્યકિતએ પોતાની અંદર ધર્મ જગાવવાનો હોય છે. અને ધર્મનું જીવન જીવવાનું હોય છે. જયારે આ વાત સમજમાં આવી જાય કે ધર્મને સંપ્રદાયથી બિલકુલ દૂર રાખવાનો છે, ત્યારે સમાજમાં વધુમાં વધુ લોકો ધર્મનું જીવન જીવવા લાગશે. પછી જોઇશું કે આ સમાજમાં ખૂબ સુખશાંતિ છે, કારણ કે આ સમાજના વધુમાં વધુ લોકો ધર્મવાન છે. હવે કોઇ કર્મકાંડ કરે કે ના કરે. આ પ્રકારના કર્મકાંડ કરે કે તે પ્રકારના કર્મકાંડ કરે. પરંતુ જયારે ધર્મનું જીવન જીવવા લાગશે અને મનને વિકારોથી મુકત રાખવા લાગશે તો તે સમાજ સુખી થઇ જશે. શાંતિથી રહેવાવાળો થઇ જશે. આવો દેશ શાંતિથી રહેવાવાળો દેશ થઇ જશે. આ રીતે સમગ્ર વિશ્વ શાંતિમય બની શકે છે. પરંતુ તેને માટે પ્રત્યેક વ્યકિતએ ધર્મ ધારણ કરવો પડશે.

- 'નિર્મલ ધારા ધર્મની' પુસ્તકમાંથી સાભાર

વિપશ્યના ધ્યાનનું પ્રથમ ચરણ ''આનાપાન ધ્યાન''
શીખવા માટે તેમ જ વિપશ્યના વિશે વિશેષ માહિતી મેળવવા માટે
JOIN OUR WHATSAPP BROADCAST
TYPE ADD ME "Your Name, Area" and Send whatsapp it on **94262 02222**

વિપશ્યના પરિચય તેમ જ સૌરાષ્ટ્રના કેન્દ્રોની માહિતી માટે ગૂગલ પ્લે સ્ટોર પર
ANDROID APP ON Google play
''એન્ડ્રોઇડ એપ્લીકેશન'' ઉપલબ્ધ છે.
VIPASSANA DHAMMAKOT

સામૂહિક સાધના - રાજકોટ

આવો, સાથે મળીને સાધના કરીએ...
સહુ ધમ્મબંધુઓ અને ધમ્મભગિનીઓ માટે રાજકોટ ખાતે સામૂહિક સાધનાનું એક નવું સરનામું...

સોમવાર થી શુક્રવાર

સમય :- બપોરે ૩–૩૦ થી ૪–૩૦
સ્થળ :- સિટી ડેન્ટલ હોસ્પિટલ, ડો. આનંદ જસાણી, વિરાણી ચોક, રાજકોટ.
સંપર્ક :- **ફોન : ૦૨૮૧ - ૨૪૮૦૧૫૫**

સોમવાર થી શનિવાર

સમય :- બપોરે ૩–૩૦ થી ૪–૩૦
સ્થળ :- C/o. પ્રશાંતભાઇ વોરા, પંચનાથ શેરી નં.૨, ભગત પેંડા વાળી શેરી, બેંક ઓફ બરોડાની બાજુમાં, રાજકોટ.

ધમ્મકોટ - એક દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૨૫-૩-૨૦૧૮, રવિવાર

સમય : સવારે ૯–૦૦ થી સાંજે ૫–૦૦
નોંધ : કેન્દ્ર ઉપર જવા–આવવા માટે નિઃશુલ્ક બસ સેવા રાખવામાં આવેલ છે. નામ નોંધાવવું જરૂરી છે.
બસનો રૂટ નીચે પ્રમાણે રહેશે.
રૂટ :- ૭.૩૦ કલાકે – રૈયા ચોકડી, ૭.૩૫ કલાકે – રૈયા ટેલિકોમ એક્સચેંજ, ૭.૪૦ કલાકે – કે.કે.વી. સર્કલ, ૭.૪૫ કલાકે – બીગ બઝાર, ૭.૫૦ કલાકે – નાના મવા ચોકડી, ૭.૫૫ કલાકે – મવડી ચોકડી, ૮.૦૦ કલાકે – ગોંડલ ચોકડી
વધુ માહિતી માટે સંપર્ક : સીટી ઓફિસ
મો.: ૭૮૭૮૭૨૭૨૨૩ ઉપર જ વોટ્સએપ/ફોન દ્વારા નોંધાવવું.

ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ૨૦૧૮-૧૯ 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.: 0281-2924924, M : 93279 23540,
E-mail : dhammakot@gmail.com

14-03 to 25-03
28-03 to 08-04
18-04 to 29-04
02-05 to 13-05
16-05 to 27-05
30-05 to 10-06
13-06 to 24-06

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
12-09 to 20-9-18
10 Day Spl.
10-09 to 21-09-18
3 DAYS
12-04 to 15-04-18
12-07 to 15-07-18

ધમ્મ અંબિકા

નવસારી–બિલિમોરા થી ૧૫ કિ.મી., N.H. નં.–૮ બોરિયાચ ટોલનાકાથી 2km પશ્ચિમે, **ગામ :** વગલવાડ, તા.: ગણદેવી. **સંપર્ક :**
Mo : 78784 60961, Mo : 95865 82660, 94281 60714, 98250 44536.
E-mail : info@ambika.dhamma.org

07-03 to 18-03-18
19-03 to 30-03-18
31-03 to 11-04-18
11-05 to 22-05-18
23-05 to 03-06-18
05-06 to 16-06-18
17-06 to 28-06-18

Teen-Girls
16-04 to 24-04-2018
Teen-Boys
25-04 to 03-05-2018
Anapana-Boys
04-05 to 06-05-2018
Anapana-Girls
07-05 to 09-05-2018

ધમ્મસિંધુ-બાડા

સીટી સંપર્ક :
C/o. યુનિક આર્કીટિક્ટ, ૨૦૪, આશીર્વાદ કોમ્પલેક્ષ, લાકડા બજાર, માંડવી, કચ્છ–૩૭૦ ૪૬૫
સંપર્ક :
Ph.: 02834-223575, M : 99745 75660
E-mail : info@sindhu.dhamma.org

08-04 to 19-04-18
22-04 to 03-05-18
06-05 to 17-05-18
20-05 to 31-05-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
03-07 to 11-07-18
20 DAYS
04-03 to 25-03-18
30 DAYS
04-03 to 04-04-18
Teen-Boys
25-04 to 03-05-2018
Teen-Girls
09-05 to 17-05-2018

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

28-03 to 08-04-18
18-04 to 29-04-18
02-05 to 13-05-18
16-05 to 27-05-18
06-06 to 17-06-18
20-06 to 01-07-18
18-07 to 29-07-18
01-08 to 12-08-18
15-08 to 26-08-18
29-08 to 09-09-18
12-09 to 23-09-18
26-09 to 07-10-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
06-07 to 14-07-18

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

07-03 to 18-03-18
21-03 to 01-04-18
18-04 to 29-04-18
02-05 to 13-05-18
16-05 to 27-05-18
30-05 to 10-06-18
13-06 to 24-06-18
04-07 to 15-07-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
20 DAYS
02-08 to 23-08-18
30 DAYS
02-08 to 02-09-18
STP
02-04 to 11-04-18

ધમ્મપાલિ

ગામઃ ટોડી, સોનગઢ–પાલીતાણા રોડ, જી. ભાવનગર.
સંપર્ક :: ધમ્મપાલી કેન્દ્ર :
M : 7878103636
M : 97149 11913
M : 97149 10913
સિટી ઓફીસ :
Ph. 0278 - 2521066, M : 88 66 71 3636
E-mail : dhammapali15@gmail.com

14-03 to 25-03
04-04 to 15-04
18-04 to 29-04
02-05 to 13-05
06-06 to 17-06
20-06 to 01-07
11-07 to 22-07
01-08 to 12-08
14-08 to 25-08
12-09 to 23-09

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
3 DAYS
08-03 to 11-03-18
STP
26-05 to 03-06-18

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

દોહા ધરમના

તૃષ્ણાસાગર મેં પડા, જીવ ડુબકિયાં ખાય ।
ઓર છોર દીખે નહીં, દ્વીપ નજર ના આય ॥

તૃષ્ણા પૂરી કર સકું, એસા નહીં ઉપાય ।
બિન પેંદે કી બાલટી, કભી ભરી ના જાય ॥

યહ નિસર્ગ કા નિયમ હૈ, સબ પર લાગૂ હોય ।
વિષયોં મેં સુખ ખોજતે, મન વ્યાકુલ હી હોય ॥

દોહા ધરમના

તૃષ્ણા જડ સે ખોદ કર, અનાસક્ત બન જાય ।
ભવ સાગર સે તરન કા, યહ હી એક ઉપાય ॥

રાગ દ્વેષ કી, મોહ કી, જબ તક મન મેં ખાન ।
તબ તક દુઃખ હી દુઃખ હૈ, દૂર મુક્તિ નિર્વાણ ॥

સમઝે દુઃખ કે મૂલ કો, કરે મૂલ પર વાર ।
તો નિરોધ હો દુઃખ કા, ખુલેં મુક્તિ કે દ્વાર ॥

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./ચેક અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ – ૧.

વિપશ્યના 28 ફેબ્રુઆરી 2018 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/450/2018-20
(Renewed upto 31.12.2020)

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