વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2560 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 31 માર્ચ 2018 ❖ વર્ષ – 18 ❖ અંક – 12 ❖ સળંગ અંક - 216

ધમ્મવાણી

इध तप्पति पेच्च तप्पति, पापकारी उभयत्थ तप्पति।
''पापं मे कत''न्ति तप्पति, भिय्यो तप्पति दुग्गतिं गतो।।
इध नन्दति पेच्च नन्दति, कतपुञ्ञो उभयत्थ नन्दति।
''पुञ्ञं मे कत''न्ति नन्दति, भिय्यो नन्दति सुग्गतिं गतो।।
–धम्मपद

આ લોકમાં જે સંતપ્ત (દુઃખી) થાય છે, તે પ્રાણાંતે પરલોકમાં પણ સંતપ્ત થાય છે. પાપકારી બન્ને જગાએ દુઃખી થાય છે. ''મેં પાપ કર્યું છે'' – એમ ચિંતવીને દુઃખી થાય છે અને દુર્ગતિ પામીને વધુ સંતપ્ત થાય છે. જે આ લોકમાં આનંદિત થાય છે, તે પ્રાણત્યાગ પછી પરલોકમાં પણ આનંદિત થાય છે. પુણ્યકારી બન્ને સ્થાને આનંદિત થાય છે. ''મેં પુણ્ય કર્યું છે'' – તેમ ચિંતવીને આનંદિત થાય છે અને સુગતિ પામીને વધુ આનંદિત થાય છે.

જોવામાં માત્ર જોવું

મુંબઇ મહાનગરીથી લગભગ પચાસ માઇલ દૂર પશ્ચિમ રેલ્વે પર એક નાનું સ્ટેશન છે – નલ્લા (નાલા). નજીક જ સમુદ્રને કિનારે એક નાનું ગામ છે – સુપ્પારા (સોપારા). બે હજાર પાંચસો વર્ષ પૂર્વના ભારતમાં આ અત્યંત પ્રસિદ્ધ અને મહત્ત્વપૂર્ણ બંદર હતું. તે યુગનું મુંબઇ. નામ હતું સુપ્પારા પત્તન. પત્તન બંદર કહેતા હતા.

તે દિવસોમાં સુપ્પારા મહાનગરીમાં એક અત્યંત વૃદ્ધ સંન્યાસી રહેતો હતો. માથા પર શણ જેવા શ્વેત વાળની જટા, ચહેરા પર તેવી જ લાંબી દાઢી અને મૂછ, કૃશ શરીર પર વલ્કલવસ્ત્ર, બધું મળીને ખૂબ જ ભવ્ય વ્યકિતત્વ હતું તે સંન્યાસીનું ખૂબ મોટી જનસંખ્યાવાળી મહાનગરીના અનેક ધનવાન લોકો સંન્યાસીના શ્રદ્ધાળુ ભકત હતા. સેંકડોની સંખ્યામાં નિત્યદર્શન કરવા આવતા, ચરણરજ માથે ચઢાવતા, પર્યાપ્ત દાન–દક્ષિણા, ભરપૂર ખાદ્યસામગ્રી અને દવાદારૂ અર્પિત કરીને પોતાને ધન્ય માનતા. ભકતો દ્વારા કરવામાં આવેલી સ્તુતિએ સંન્યાસીના મનમાં એવો વિશ્વાસ પેદા કરી દીધો કે તે અવશ્ય અરહંતપદને પ્રાપ્ત થઇ ગયો છે, જીવનમુકત થઇ ભવબંધનોથી છૂટી ગયો છે.

પરંતુ એક દિવસ કોઇ હિતેચ્છુએ ખૂબ જ પ્રેમથી તેમને સમજાવ્યા કે તે હજુ અરહંત થયા નથી અને ન તો અરહંત થવાના માર્ગ ઉપર આરૂઢ છે. સંન્યાસીને આઘાત લાગ્યો. પણ તે સમજદાર હતો. આત્મચિંતન કરતાં, એ સમજતાં વાર ન લાગી કે જ્યાં સુધી ચિત્તધારા પર વિકારોનો પ્રવાહ ચાલુ છે ત્યાં સુધી કોઇ અરહંત કેવી રીતે થઇ શકે? જીવનમુકત કેવી રીતે હોઇ શકે ? તેણે સ્વયં અનુભવ કર્યો કે એકાગ્રતાનો અભ્યાસ હોવા છતાં પણ તેની ચિત્તધારા સર્વથા વિકાર–શૂન્ય નથી થઇ.

તેણે ઉત્સુકતાથી પ્રશ્ન કર્યો, ''શું આ જગતમાં એવી કોઇ વ્યકિત છે, જેની ચિત્તધારા વિકારોથી સંપૂર્ણપણે મુકત થઇ ગઇ હોય? જે અરહંત થઇ ગયો હોય ?''

જવાબ મળ્યો – ''હા, અવશ્ય છે. ઉત્તર ભારતમાં રાજનગરી કપિલવસ્તુના શાકય રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ ગૌતમ ઘરબાર છોડી, પરમ સત્યની શોધમાં નીકળી પડયા અને વર્ષોની શોધ પછી ચિત્તને સમગ્ર વિકારોથી વિહીન કરવાની વિધિ તેણે સ્વયં શોધી કાઢી અને અભ્યાસ કરીને અરહંત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી લીધી. તે સમ્યક્ રૂપથી સ્વયં બુદ્ધ છે. આ સમયે તે ભગવાન અરહંત સમ્યક્ સમ્બુદ્ધ શ્રાવસ્તીના જેતવનમાં વિહાર કરી રહ્યાછે. જે વિદ્યાથી તેમને મુકિત મળી, તેને તેઓ અત્યંત કરુણ ચિત્તથી, કોઇ પણ ભેદભાવ સિવાય, સૌને શીખવે છે.

સંન્યાસીએ આ સાંભળ્યું તો મનમાં વિચારોનું એક તોફાન શરૂ થઇ ગયું. મને પણ ઘરથી બેઘર થયાને વર્ષો વીતી ગયાં. સંન્યાસ એટલા માટે ધારણ કર્યો હતો કે બધાં જ બંધનોથી છૂટીને નિતાંત વિમુકત થઇ જાઉં. પરંતુ જોઉં છું કે એવું તો નથી થયું. આ બાહ્ય વેશભૂષા, કર્મકાંડ અને ત્યાગ–તપની વ્રતચર્યાએ આ બાહ્ય લોકોને જ આકર્ષિત કર્યા છે, જેના પરિણામ સ્વરૂપ આટલું માન–સન્માન, ગૌરવ–ગરિમા, પૂજા–પ્રતિષ્ઠા અને દાન–દક્ષિણા પ્રાપ્ત થઇ રહી છે. પરંતુ આ બિચારાઓને શું ખબર કે મારા ચિત્તની વાસ્તવિક અવસ્થા શું છે ? તેઓ તો મારું બાહ્ય ચારિત્ર્ય જ જુએ છે. પરંતુ મારે આ જૂઠા માન–સન્માન સાથે શું લેવા–દેવા ! જે ધ્યેય માટે ઘરબાર છોડયું, તે તો અનુપલબ્ધ જ રહ્યું. ચિત્ત પરમ વિશુદ્ધ વિમુકત ક્યાં થયું? ચિત્ત–વિશુદ્ધિની સાધના માનવજીવનમાં જ શકય છે અને આ મારી વૃદ્ધાવસ્થા ! મેં મારા અણમોલ જીવનનો કેટલો ભાગ વ્યર્થ ખોઇ દીધો ! તેને લાગ્યું – બાકીનું જીવન ખૂબ જ થોડું રહી ગયું છે.

મનમાં નિરાશા વ્યાપી ગઇ. આટલા અલ્પ સમયમાં હવે શું થઇ શકે છે ! ત્યારે જ તેના મનમાં હમણાં જ સાંભળેલા શબ્દો ગુંજવા લાગ્યા, '' જે વિદ્યાથી તેમને સ્વયં મુકિત મળી, તેને ભગવાન અરહંત સમ્યક્ સમ્બુદ્ધ અત્યંત કરુણ ચિત્તથી, કોઇ પણ પ્રકારના ભેદભાવ વગર સૌને શીખવે છે.''

આથી તેના કરમાયેલા મનમાં એક નવું જીવન જાગી ઊઠયું. જીર્ણ – શીર્ણ શરીરમાં યુવાનો જેવી બળવાન સ્ફૂર્તિ ઊભરાઇ આવી અને તે તત્કાળ ચાલી નીકળ્યો – શ્રાવસ્તી તરફ. ક્યાં ખૂબ દૂર પશ્ચિમ તટની પેલે પાર અપરાંત પ્રદેશની રાજધાની સુપ્પારક અને ક્યાં ઉત્તરમાં હિમાલયના ચરણોમાં સ્થિત કોશલ પ્રદેશની રાજધાની શ્રાવસ્તી. કેટલો લાંબો રસ્તો ! ભગવાન અરહંત સમ્યક્ સમ્બુદ્ધના દર્શન અને તેમની પાસેથી ચિત્ત–વિશુદ્ધિની વિદ્યા શીખવાની ધર્મ–અભિલાષાએ સંન્યાસીના મનમાં એવો અદમ્ય ઉત્સાહ ભરી દીધો કે જેથી આ લાંબી યાત્રાનો શ્રમ તેને શ્રમ જેવો ન લાગ્યો. એટલે સમગ્ર યાત્રા દરમિયાન ફકત એક જ રાત પૂરો વિશ્રામ કરવા છતાં પણ જયારે શ્રાવસ્તી પહોંચ્યો તો થાક અનુભવાતો ન હતો.

આ છે શ્રાવસ્તીનો જેતવન વિહાર. પરંતુ અહીં પહોંચ્યા પછી

વિહાર-વાસીઓએ જણાવ્યું કે ભગવાન તો અત્યારે ભિક્ષાટન માટે શહેર તરફ ગયા છે. તે લોકોએ સંન્યાસીને કહ્યું કે તે થોડોક સમય વિહારમાં વિશ્રામ કરી લે, ત્યાં સુધીમાં તો ભગવાન આવી જશે.

પરંતુ ધર્મ-સંવેગ-પ્રાપ્ત પરિવ્રાજકને વિશ્રામ કેવો ? તેણે રાજનગરી શ્રાવસ્તી તરફ ઝડપથી કદમ માંડ્યા. થોડેક દૂર ચાલ્યા પછી ભગવાન સમ્યક્ સમ્બુદ્ધને રાજપથ પર ભિક્ષાટન માટે જતાં જોયા અને અપલક, અવાક્, જોતો જ રહી ગયો. કેવું મહાન મંગલ-વિધાયક વ્યક્તિત્વ - ધીર, ગંભીર, સૌમ્ય, શાંત મુખમુદ્રા, કરુણા-નીતરતાં નયન, શરીરના અંગે-અંગમાં પ્રસ્ફૂટિત સંયમ અને શાંતિની અનુપમ આભા, અંગે-અંગના અણુ-અણુથી પ્રવાહમાન અનંત મૈત્રીના અજસ્ર તરંગો. શ્રદ્ધા-વિભોર સંન્યાસીએ ભગવાનની સામે ઘૂંટણ ટેકવી દીધા, તેમના ચરણોમાં માથું મૂકી દીધું.

''ભંતે ભગવાન ! મને ધર્મ આપો. સુગત ! મને શુદ્ધ ધર્મની સાધના શીખવો, જેથી મારું ચિરકાળ સુધી હિત-સુખ સધાય.''

ભગવાને કહ્યું, ''ધર્મ શીખવવા માટે આ અનુકૂળ સમય નથી, સંન્યાસી ! તથાગત અત્યારે ભિક્ષાટન માટે નિકળ્યા છે. વિહારે આવ્યા પછી અવશ્ય શીખવશે.''

''ભંતે ભગવાન ! જિંદગીનો શું ભરોસો ? ના મારી જિંદગીનો કે ના આપની જિંદગીનો ! આ સમયે આપના પ્રત્યેની મારી શ્રદ્ધા પણ જીવંત છે, ભગવાન ! કૃપા કરી અત્યારે ધર્મ શીખવો, જેથી ચિરકાળ સુધી મારું હિત-સુખ સધાય''

સંન્યાસી દ્વારા બે વાર, ત્રણ વાર, આગ્રહ કરવામાં આવતાં ત્યાં જ રસ્તા ઉપર એક બાજુ રોકાઇને ભગવાને તેને ધર્મદેશના આપી. સંક્ષિપ્તમાં ધર્મસાધના શીખવી.

કહ્યું - ''આ પ્રકારે અભ્યાસ કરવાનું શીખ. **दिट्ठे दिट्ठमत्तं भविस्सति** - જોવામાં માત્ર જોવાનું જ થાય. **सुते सुतमत्तं भविस्सति** - સાંભળવામાં માત્ર સાંભળવાનું જ થાય છે. આ જ રીતે સૂંઘવામાં માત્ર સૂંઘવાનું, ચાખવામાં માત્ર ચાખવાનું, સ્પર્શમાં માત્ર સ્પર્શ જ અને જાણવામાં માત્ર જાણવાનું જ થાય.''

સમજદાર સંન્યાસીએ ભગવાનના સંક્ષિપ્ત ઉપદેશને ખૂબ વિસ્તારથી સમજ્યો.

આંખ, કાન નાક, જીભ, ત્વચા અને મન આ છ ઇન્દ્રિય-દ્વારોમાંથી જે ક્ષણે જે કોઇ દ્વાર પર, જે કોઇ વિષયનો એટલે કે રૂપ, શબ્દ, ગંધ, રસ, સ્પર્શ અથવા વિકલ્પનો સંસ્પર્શ-સંઘાત થાય તો તે ક્ષણે તેની જ જાણકારી થાય અને ફક્ત જાણકારી જ થઇને રહી જાય. જે ક્ષણે જે થઇ રહ્યું છે, તે ક્ષણે તે જ જાણવું. જોવું તો માત્ર જોવું, સાંભળવું તો માત્ર સાંભળવું, સૂંઘવું તો માત્ર સૂંઘવું, ચાખવું તો માત્ર ચાખવું, સ્પર્શ તો માત્ર સ્પર્શ, વિચારવું તો માત્ર વિચારવું અને કેવળ જાણીને જ રહી જવું, કોઇ પ્રતિક્રિયા ન કરવી.

સતત અભ્યાસ દ્વારા ટુકડા-ટુકડા કરીને સમયના એવા નાનામાં નાના ભાગ સુધી જઇ પહોંચીએ, જેને ચિત્તક્ષણ કહેવામાં આવે છે. જોઇશું કે આ એક બિલકુલ નાની ચિત્તક્ષણમાં એકસાથે બે ઘટના નથી ઘટતી. પરંતુ સમયધારા અત્યંત તીવ્ર ગતિથી પ્રવાહમાન થતી રહે છે, જેથી એક એક ક્ષણને અને તે એક એક ક્ષણમાં થનારી ઘટનાને આપણે અલગ-અલગ કરીને જાણવાની ક્ષમતા ખોઇ બેઠા છીએ. ઝડપથી ચાલતા ચલચિત્રની જેમ આ જીવનધારાને ગતીશીલ જ જોતાં રહેવાથી એટલા ટેવાઇ ગયા છીએ કે આ ફિલ્મ રીલના એક એક ચિત્રને અલગ અલગ જોઇ જ શકતાં નથી. એનાથી દૃષ્ટિભ્રમ થાય છે; ઝાંઝવાના જળ ઉત્પન્ન થાય છે. આથી જ પૂર્વાપર સંબંધ જોડાય છે અને પ્રપંચ વધે છે. રાગ-દ્વેષ અને મોહ-મૂઢતાનો પ્રપંચ. એ કેવી રીતે થાય છે ? આવો, સમજીએ.

છએ ઇન્દ્રિયદ્વારોમાંથી જે કોઇ ઉપર આ ક્ષણે જે ઘટના બની તેને માત્ર જાણીને જ નથી રહી જતા, પરંતુ તરત સંજ્ઞા દ્વારા ઓળખીએ છીએ. સંજ્ઞા એટલે મનનો તે ભાગ કે જે પૂર્વઅનુભૂતિઓ અને સ્મૃતિઓના આધારે ઓળખવાનું કામ કરે છે. સંજ્ઞાએ ઓળખ્યું કે થયો પ્રપંચ આરંભ. જતી રહી આ ક્ષણ. લાગ્યા ભૂતકાળમાં ભ્રમણ કરવા. આવી અનુભૂતિ પહેલાં પણ થઇ હતી અથવા એનાથી મળતી આવતી થઇ હતી અને થઇ હતી તો સારી લાગી હતી કે ખરાબ - આ મૂલ્યાંકન થતાં જ પ્રપંચ વધુ આગળ વધતાં લાગે છે. વેદના (શરીર પર થનારી સંવેદના) સુખદ અથવા દુઃખદ લાગવા માંડે છે. અને ત્યારે ચેતનાનો તે ભાગ જેને સંસ્કાર કહીએ છીએ, તરત પોતાનું કામ કરવા લાગે છે. તેનું કામ છે પ્રતિક્રિયા કરવી. આ ક્ષણનું જોવું, સાંભળવું, સૂંઘવું, ચાખવું, સ્પર્શવું અને વિચારવું - સારું તો રાગની અને ખરાબ લાગ્યું તો દ્વેષની પ્રતિક્રિયા આરંભ થઇ જાય છે. મન ભવિષ્યમાં લોટ-પલોટ લગાવવા માંગે છે. આવું ન થાય. આમ ભૂતકાળની યાદ અને ભવિષ્યની કામના, કલ્પના અને ચિત્તધારા પર રાગ-દ્વેષની રેલમછેલ થવા લાગે છે. આ ક્ષણે જે જોવાનું, વગેરે થયું, તેને ફક્ત જોવાનું, વગેરે સુધી જ સીમિત રાખીએ તો ન પ્રપંચ આરંભ થાય છે, ન તે વધે છે. અનારંભી જ પ્રપંચમુક્ત હોય છે.

સાધક ધ્યાન આપે છે તો જુએ છે કે શરીરના પાંચેય દ્વારો પર સ્પર્શ સંઘાતની અનુભૂતિ જેટલી વાર અને જેટલો સમય થાય છે, તેની સરખામણીએ મન પર થનારી ખૂબ જ અધિક હોય છે. જોવા, સાંભળવા, સૂંઘવા, ચાખવા અને સ્પર્શ કરતાં વિચારવાનું કામ અનેકગણું વધારે હોય છે. જે ઘટના મન પર થઇ, તેની રેલમછેલ તો મન પર થાય જ છે, પરંતુ કાયાની આ પાંચેય ઇન્દ્રીયોમાંથી જે કોઇ પર થઇ, તેની પણ પ્રતિક્રિયા મન પર જ થતી રહે છે. આ બધો જ પ્રપંચ વધવો, ફેલાવો મનથી જ થાય છે; કેમ કે શરૂઆત મનથી જ થાય છે; જ્યાં સુધી આપણે જીવીએ છીએ અને તન-મનના છએ આયતન (બારી-બારણાં) ખુલ્લાં છે, ત્યાં સુધી દરેક ક્ષણે કોઇ ને કોઇ આયતનથી કંઇક ને કંઇક પ્રવેશ થતો જ રહે છે. અને તેને લઇને આ પાગલ આરંભી મન રાગ-દ્વેષ આરંભ કરીને પ્રપંચ બનાવતું જ રહે છે. આવી અવસ્થામાં ચિત્તવિશુદ્ધિ કેવી ? ચિત્તવિમુક્તિ કેવી ?

ક્ષણ-ક્ષણના ટુકડા-ટુકડા કરીને તેને અલગ-અલગ નહિ જાણવાને કારણે પ્રત્યુત્પન્ન એટલે કે વર્તમાનને ભૂત અને ભવિષ્ય સાથે જોડતાં રહીએ છીએ. આનાથી એક વધુ મુશ્કેલી પેદા થાય છે. ઘટનાઓના આ તાણાવાણામાં એક સૂત્ર પરોવેલું હોય એવો આભાસ થાય છે. અહંભાવનું, અસ્મિતાભાવનું, આત્મભાવનું એક અવિરલ સૂત્ર. આનાથી એક હુંનું અસ્તિત્વ ઊભરાય છે. ધીરે ધીરે આ 'હું છે'ની પ્રતીતિ 'હું છું'માં પરિવર્તિત થઇને દૃઢમૂલ થઇ જાય છે. આ હું છું, જેણે બાળપણથી અત્યાર સુધી એવી એવી અનુભૂતિઓ કરી અને આ હું છું, જે ભવિષ્યમાં આવી-આવી અનુભૂતિઓ કરશે. હું છું નો ભ્રમ આ અસ્તિત્વવિહીન હુંના પ્રત્યે આસક્તિઓ પેદા કરે છે કે જે રાગ અને દ્વેષની અગ્નિને વધુ ને વધુ પ્રજ્જવલિત કરે છે. આ હું છુંની અવિદ્યા જ છે કે જે રાગદ્વેષના અને રાગદ્વેષની મોહમૂઢતા જ છે કે જે હું છું ને પરસ્પર બળવાન બનાવતી રહે છે.

સાધક પોતાના સતત અભ્યાસ દ્વારા ફિલ્મની રીલના ટુકડે-ટુકડા કરી લે છે, તો હું છુંનો ભ્રમ તૂટે છે. હું છું તે હું છે માં પરિવર્તિત થઇ જાય છે અને હું છે તે માત્ર લોક વ્યવહાર માટે જ રહી જાય છે. આમાં હુંના અલગ-અલગ સાક્ષાત્કાર થવા લાગે છે. ભ્રમ તૂટીને વસ્તુસ્થિતિ સ્પષ્ટ

થાય છે; પ્રજ્ઞા જાગે છે; અવિદ્યાનો બધો જ કલેશ દૂર થાય છે. રાગ–દ્વેષની નવી ગાંઠો બંધાવાની બંધ થાય છે અને જૂની ખૂલવા લાગે છે.

ત્યારે જોવામાં 'જોઉં છું' નો ભ્રમ દૂર થાય છે. 'જોવામાં માત્ર જોવું' જ રહી જાય છે. જેમ જોવામાં માત્ર જોવું, તેમ જ સાંભળવામાં માત્ર સાંભળવું, સૂંઘવામાં માત્ર સૂંઘવું, ચાખવામાં માત્ર ચાખવું, સ્પર્શવામાં માત્ર સ્પર્શ રહી જાય છે અને એમ જ જાણવામાં માત્ર જાણવું જ રહી જાય છે. 'કરી રહ્યો છું' અથવા 'ભોગવી રહ્યો છું' ની જગ્યાએ 'થઇ રહ્યું છે'નું સત્ય પ્રગટ થાય છે. ભોકતાભાવ અને કર્તાભાવની માયા વિદીર્ણ થાય છે. અહંભાવ અહંકારવિહીનતામાં પ્રતિષ્ઠિત થાય છે. આત્મભાવ અનાત્મભાવમાં બદલાય છે.

અત્યાર સુધી તો માત્ર સૈદ્ધાંતિક સ્તર પર જ સાધક એ માનીને ચાલતો હતો કે આ કાયા અને આ ચિત્ત–પ્રપંચ 'હું' નથી, 'મારું' નથી, 'મારો આત્મા' નથી, પરંતુ હવે માત્ર માનવા પૂરતી જ વાત નથી રહી જતી. હવે તો તે સ્વાનુભૂતિઓના બળ પર આ સત્યને સ્વયં જાણી લે છે અને તેને સ્પષ્ટ થાય છે કે આ ઇન્દ્રિય–અનુભૂતિઓના કારણે કોઇ હુંનું અસ્તિત્વ નથી અને ત્યારે એ પણ સ્પષ્ટ થાય છે કે આ ઇન્દ્રિય–અનુભૂતિઓમાં પણ કોઇ હુંનું અસ્તિત્વ નથી. ન તો આ ઇન્દ્રિય–અનુભૂતિઓએ કોઇક હુંને ધારણ કરેલ છે, અને ન તો કોઇ હુંએ ઇન્દ્રિય–અનુભૂતિઓને ધારણ કરેલ છે.

આ જ વાત સંન્યાસીને સમજાવતાં ભગવાને કહી કે, જ્યારે તમને **दिट्ठे दिट्ठमत्तं भविस्सति** ... એટલે જોવામાં માત્ર જોવુ.... વગેરે થવા લાગે તો '**ततो त्वं न तेन**' એટલે આ જોવા, સાંભળવા, વગેરેના કારણથી તમે છો, આ ભ્રમણા દૂર થશે અને ત્યારે '**ततो त्वं न तत्थ**' એટલે આ જોવાનું, સાંભળવાનું, વગેરેમાં તમે છો, એવો ભ્રમ પણ મટી જશે. આવી અહંશૂન્ય સ્થિતિ થતાં જ લોકોત્તર નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર થશે. **एसेवन्तो दुक्खस्सा** આ જ દુઃખોનો અંત છે.

મેધાવી સંન્યાસી ભગવાન દ્વારા અપાયેલા આ સંક્ષિપ્ત ઉપદેશને માત્ર વિસ્તારથી જ સમજીને ન રહી ગયો. પરંતુ તેને અભ્યાસમાં ઉતારવા લાગ્યો. જેને પોતાનું મૃત્યુ સમીપ જણાય, તેને પ્રમાદ માટે અવકાશ ક્યાં ? ત્યાં જ કોઇ એક બાજુ બેસીને અંતર્મુખ થયો અને અવિરલ ચિત્તધારાના ટુકડે–ટુકડા કરીને પ્રત્યેક ક્ષણ જેવી છે, તેવી અલગ–અલગ જોવા લાગ્યો. જોતાંજોતાં જ અસ્મિતાભાવ તૂટ્યો, પૂર્વ સંસ્કારોથી છુટકારો મળ્યો અને ચિત્ત અનાસક્ત થઇ આસ્રવોથી વિમુકત થઇ ગયું. પરમપદ નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર થયો. સંન્યાસી કૃતકૃત્ય થયો, ધન્ય થયો. અત્યલ્પ શેષ જીવન સફળ–સાર્થક થયું. ભગવાન ભિક્ષાટનથી પાછા ફર્યા તો તેની જીવન–લીલા પૂરી થઇ ચૂકી હતી. ભિક્ષુઓએ ભગવાનને તેની ગતિ પૂછી ત્યારે ભગવાને કહ્યું કે તે બધી ગતિઓથી પર અર્થાત્ ગતિમુકત થઇ ગયો છે, પરિનિર્વાણને પ્રાપ્ત થઇ ગયો છે. આ સમયે ભગવાનના મુખેથી ઉદાનના આ વચનો સરી પડયા કે જેમાં અનિર્વચનીય નિર્વાણિક અવસ્થા માટે નકારાત્મક ભાષાનો જ પ્રયોગ થયો છે.

यत्थ आपो च पथवी, तजो वायो न गाधति ।

न तत्थ सुक्का जोतन्ति, आदिच्चो न पकासति।।

न तत्थ चंदिमा भाति, तमो तत्थ न विज्जति।

यदा च अत्तना वेदि, मुनिमोनेन ब्राह्मणो ।

अथ रुपा अरुपा च, सुखदुक्खा विमुच्चति।।

– જ્યાં ન પૃથ્વી, ન જળ, ન અગ્નિ અને ન વાયુનો પ્રવેશ છે; જ્યાં ન શુક્રની જ્યોતિ છે, ન સૂર્યનો પ્રકાશ છે, ન ચંદ્રમાનું અજવાળું છે અને જ્યાં આલોકનો અભાવ પણ નથી – એટલે અંધકાર પણ નથી. કોઇ બ્રાહ્મણ મુનિ મૌનપથ પર ચાલીને આને સ્વયં જાણી લે છે તો બધા જ રૂપ અને અરૂપ લોકોથી પાર નીકળી જાય છે; સુખ–દુઃખના દ્વંદ્વોથી મુક્તિ મેળવી લે છે.

અહી **अत्तनावेदि** શબ્દ સાધકો માટે ધ્યાન આપવા યોગ્ય છે. કોઇ સાધક પરમ સત્યને સ્વયં જાણીને જ મુકત થઇ શકે છે.

આપણે નથી જાણતા કે સુપ્પારક પત્તનમાં તે સંન્યાસીને કયા નામથી બોલાવતા હતા. પરંતુ પાલિ વાઙમયમાં તે **बाहिय दारुचीरिय** ના નામથી પ્રસિદ્ધ થયો. કોઇને તેનું નામ પૂછવાનો અને તેને પોતાનું નામ જણાવવાનો સમય જ ક્યારે મળ્યો ? બહારના પ્રદેશથી આવ્યો હતો, એટલે કદાચ તેને **बाहिय** (બહારનો) કહેવામાં આવ્યો હોય અથવા એ પણ સંભવ છે કે બહારના કોઇ સંપ્રદાયનો હતો એટલા માટે **बाहिय** કહેવામાં આવ્યો હોય. દારુ એટલે ઝાડની છાલ અર્થાત્ વલ્કલના ચીવર પહેરેલાં હતાં એટલે જેમણે જોયો તેમણે **दारुचीरिय** કહ્યો. આ પ્રમાણે **बाहिय दारुचीरिय** નામ અમર થઇ ગયું. પરંતુ શું પડયું છે નામમાં? સંપ્રદાયમાં? દેશમાં? વેશમાં? જે પણ આંતરિક સત્યોનો સ્વયં સૂક્ષ્મતાથી સાક્ષાત્કાર કરી લે છે, તે **अत्तनावेदि** થઇ જાય છે, એ જ મુકત થઇ જાય છે.

ધન્ય છે આ ધર્મગંગા, જેમાં કોઇ પણ ડૂબકી લગાવીને શુદ્ધ–બુદ્ધ, વિમલ–વિમુકત થઇ જાય છે. ન એ જાતિ પૂછે છે, ન ગોત્ર; ન દેશ, ન વેશ, ન વર્ગ, ન વર્ણ, ન સમુદાય, ન સંપ્રદાય. એને કોઇ ન પોતાનો છે, ન પરાયો; બહારનો છે, ના અંદરનો; ન દેશી છે ન પરદેશી. આ ધર્મગંગામાં જે નહાય તે ન્યાલ.

આવી કલ્યાણકારિણી સર્વજનીન ધર્મગંગા સૌને મળે ! સૌનું ભલું થાય ! સૌનું મંગલ થાય ! સૌની વિશુદ્ધિ–વિમુકિત થાય !

- 'જાગે પાવન પ્રેરણા' 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**

ધમ્મકોટ - એક દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૨૯-૪-૨૦૧૮, 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

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
27-06 to 08-07
18-07 to 29-07

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

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
03-07 to 17-07-18
15-07 to 26-07-18

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
03-06 to 14-06-18
17-06 to 28-06-18
01-07 to 12-07-18
15-07 to 26-07-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
03-07 to 11-07-18

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

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

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
06-07 to 14-07-18

1 DAYS
01-05-2018

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

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
12-09 to 23-09-18
26-09 to 07-10-18

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

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
26-09 to 07-10

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

3 DAYS
29-03 to 01-04-18
20-09 to 23-09-18

STP
26-05 to 03-06-18

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

દોહા ધરમના

પરિજન કા પાલન કરે, કરે દાન ઉન્મુક્ત ।
સદા મુક્ત ઋણ સે રહે, પાવે સુખ ઉપયુક્ત ॥

સદ્‌ગૃહસ્થ કી સમ્પદા, જન હિતકારી હોય ।
કર દે દૂર વિપન્નતા, મંગલકારી હોય ॥

હિંસા ચોરી જૂઠ તજ, ગૃહપતિ ! તજ વ્યભિચાર ।
સાધ આંતરિક શાંતિ સુખ, કુશલ લોક વ્યવહાર ॥

દોહા ધરમના

મિથ્યા યશ નિન્દા સુને, અવિચલ નિર્ભય હોય ।
ડિગે નહીં સત્પંથ સે, ગૃહપતિ સુખિયા હોય ॥

હાનિ લાભ નિન્દા સુયશ, સુખ દુઃખ માન અપમાન ।
ચિત્ત કિંચિત્ વિચલિત ન હો, રહે ધર્મ કા જ્ઞાન ॥

જહાં શાંતિ સમતા રહે, બોધિ શક્તિ ઉદ્યોગ ।
વહાં સદા મંગલ બસે, સુખ કા હી સંયોગ ॥

સોલંકી મિકેનિક વર્ક્સ
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 31 માર્ચ 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