વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2561 ❖ શ્રાવણ પૂર્ણિમા ❖ 26 ઓગષ્ટ 2018 ❖ વર્ષ – 19 ❖ અંક – 05 ❖ સળંગ અંક - 221

ધમ્મવાણી

मनुजस्स पमत्तचारिनो तण्हा वड्ढति मालुवा विय ।
सो प्लवति हुराहुरं भलमिच्छं व वनस्मिं वानरो ।।

જે મનુષ્ય પ્રમાદી થઇને પ્રવૃત્તિ કરે છે, તેની તૃષ્ણા માળવાની વેલની પેઠે વધ્યે જાય છે. વનમાં ફળો મેળવવા સારુ જેમ વાંદરો એક ઝાડથી બીજા ઝાડ ઉપર કૂદાકૂદ કરે છે, તેમ એ તૃષ્ણા એક જન્મથી બીજા જન્મ ઉપર એમ જન્મોજન્મ સુધી કૂદાકૂદ કર્યા કરે છે.

-ધમ્મપદ

કલ્યાણ માર્ગ

ઉદાન–વાયુ એટલે તે શ્વાસવાયુ, જે હૃદયમાંથી નીકળી અને કંઠ–તાળવા સુધી આવીને મોઢામાંથી બહાર નીકળે. આ પ્રકારે ઉદાન વચન એટલે એવા ઉદ્‌ગાર, જે સીધા હૃદયમાંથી નીકળે અને વાણી દ્વારા પ્રગટ થઇ જાય. આવા ઉદ્‌ગાર શોકજન્ય પણ હોઈ શકે છે અને હર્ષજન્ય પણ. પરંતુ પુરાતન ભાષામાં સામાન્ય રીતે હર્ષજન્ય ઉદ્‌ગારને જ ઉદાન કહેવામાં આવ્યા. ૨૫૦૦ વર્ષે પૂર્વે ભગવાન બુદ્ધ તથા અન્ય સંતો દ્વારા સમય–સમય પર કહેવાયેલાં ઉલ્લાસ–વચન ઉદાન કહેવાયાં. **अनेक जाति संसारं....** ભગવાનનું આ બહુ જ પ્રસિદ્ધ પ્રથમ ઉદાન છે, કે જે બુદ્ધત્વ પ્રાપ્ત થતાં જ, નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર થતાં તેમના મુખેથી નીકળ્યાં. તત્પશ્ચાત્ કેટલાય અવસરો પર કોઇ ને કોઇ ઘટનાને જોઇને તેમના મુખેથી અનાયાસે હર્ષના ઉદ્‌ગાર નીકળ્યા, ''**अथ खो भगवा एतमत्थं विदित्वा तायं वेलायं इमं उदानं उदानेसि**'' એટલે કે ''તે સમયે આ વાતને જાણીને ભગવાનના મુખેથી ઉદાનના આ શબ્દો નીકળી પડ્યા'' આવા હર્ષોદ્‌ગારને સમય જતાં ઉદાનના નામથી જ સંગ્રહિત કરવામાં આવ્યા. કે જે પાલી ત્રિપિટકના ''**खुद्दक निकाय**'' નામના સંગ્રહનો એક લઘુ, નાનકડો, પરંતુ અત્યંત પ્રેરણાદાયક ગ્રંથ છે.

જે કલ્યાણી વિપશ્યનાના અભ્યાસથી તેમને સ્વયં નિતાંત વિમુક્તિ મળી, તેનો જ અભ્યાસ જીવનભર લોકોને કરાવતા રહ્યા. આ વિધિ દ્વારા સ્વયં વિમુક્ત થઇને હર્ષિત થયા. આથી અન્ય સાધકોને પણ તેનો સકુશળ અભ્યાસ કરતા જોઇને અથવા અભ્યાસ દ્વારા મુક્ત થયેલા જોઇ તેમના મુખેથી ક્યારેક ક્યારેક ઉદાનના શબ્દો નીકળ્યા છે. આજે આપણે એવા જ એક ઉદાનની ચર્ચા કરીશું.

એક વાર ભગવાન શ્રાવસ્તીના અનાથપિંડકના જેતવનારામમાં વિહાર કરી રહ્યા હતા. તે સમયે તેમણે જોયું ''**अञ्ञतरो भिक्खु भगवतो अविदूरे निसिन्नो होति पल्लङ्कं आभुजित्वा उजुं कायं पणिधाय पुराणकम्मविपाकजं दुक्खं तिब्बं खरं कटुकं वेदनं अधिवासेन्तो सतो सम्पजानो अविहञ्ञमानो ।** એટલે કે, કોઇ એક ભિક્ષુ ભગવાનની સમીપ પલાંઠી વાળીને, કમર સીધી રાખી બેસીને પોતાનાં જૂનાં કર્મોના વિપાક દ્વારા જે અત્યંત તીવ્ર, કઠોર અને કડવી દુઃખદ સંવેદનાઓ અનુભૂત થઇ રહી હતી, તેને વિહ્વળ થયા વિના, તેના અનિત્ય સ્વભાવને યથાર્થ સમજીને સ્મૃતિવાન રહીને સહન કરી રહ્યો હતો.

તે સમયે આ જોઇને ભગવાનના મુખેથી ઉદાનનાં આ વચન નીકળી પડયાં.

सब्ब कम्मजहस्स भिक्खुनो, धुनमानस्स पुरे कतं रजं ।

अममस्स ठितस्स तादिनो, अत्थो नत्थि जनं लपेतवे ।।

એટલે કે જે ભિક્ષુએ બધાં જ નવાં કર્મ કરવાનું છોડી દીધું, બંધ કરી દીધું અને જૂનાં કર્મોનો જે મેલ સંગ્રહિત હતો, તેને પીંજી–પીંજીને દૂર કરી રહ્યો છે, આ સાધક આવું કરતાં કરતાં વિપશ્યના સાધનાના એ ધરાતલ પર સ્થિત થઇ ગયો છે જ્યાં મારું કહેવા માટે કંઇ જ રહી ગયું નથી. આવો સાધક હવે લોકોને શું વાત કરે ? લપલપ કરવા માટે કંઇ જ રહ્યું નથી. તે આર્યમૌનમાં સ્થિત થઇને સતત સાધનારત છે.

કોઇને મુક્તિના માર્ગ પર મગ્ન થયેલો જોઇને તે મહાકારુણિક ભગવાન બુદ્ધના મુખેથી આવાં ઉદાનવચન નીકળવાં સ્વાભાવિક હતાં. આ ઉદાનમાં વિપશ્યના સાધનાની સંપૂર્ણ વિધિ બહુ જ થોડા જ શબ્દોમાં આવી ગઇ છે. આવો, આ ઉદાનના ભાવને જરા વિસ્તારથી સમજવાની કોશિશ કરીએ.

વિપશ્યના એટલે વિદર્શના એટલે વિશિષ્ટ, સજ્ઞાન, સમ્યક્, યથાર્થ, પ્રકૃત દર્શન. સંસ્કૃત, બનાવટી, કપોળ–કલ્પિત દર્શન નહીં. ભ્રમ–ભ્રાંતિ અથવા વિપલ્લાસ (વિપર્યાસ)ના માયાવી આવરણથી જે વિકૃત થઇ ગયું છે, અને જેવું છે તેવું ન લાગતાં કંઇ જુદું જ લાગે છે; તેને નિરાવરણ કરી જેવું છે તેવું, એટલે કે યથાભૂત–દર્શન, સાચે–સાચું–દર્શન, મોહ–મૂઢતા પૂર્વક નહીં, પણ સજ્ઞાન–દર્શન. એટલે કે વિપશ્યનાને **यथाभूतञाणदस्सनं** (યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન) કહેવામાં આવ્યું. એટલે કે યથાર્થનું સાચું–જ્ઞાન (સમ્યક્–જ્ઞાન) અને સાચું–દર્શન (સમ્યક્–દર્શન). અહીંયાં દર્શન શબ્દનો અર્થ રંગ, રૂપ દેખવું નહીં, પણ પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ કરવી તે છે.

આપણને સૌથી મોટી અને સૌથી ખતરનાક ભ્રાંતિ સ્વયં પોતાની બાબતમાં થાય છે. જે હું નથી તેના પ્રત્યે હું હોવાની, જે મારું નથી તેના પ્રત્યે મારું હોવાની અને જે મારો આત્મા નથી તેના પ્રત્યે મારો આત્મા હોવાની ભ્રાંતિ. આ શરીર ન હું છું, ન મારું છે, ન મારો

આત્મા છે. આ સચ્ચાઇને શ્રુતજ્ઞાન દ્વારા એટલે ધર્મગ્રંથોને વાંચી–વાંચીને, ધર્મગુરુઓના ધર્મ–ઉપદેશ સાંભળી–સાંભળીને ભકિત ભાવાવેશના સ્તર પર ખૂબ માની રહ્યા છીએ. એનાથી વધારે આગળ વધીએ છીએ તો ચિંતન–મનન કરીને બૌદ્ધિક સ્તર પર પણ ખૂબ એમ માની રહ્યા છીએ, પરંતુ સ્વાનુભૂતિના અભાવમાં વાસ્તવિકતાના સ્તર પર તો શરીરને હું, મારું, મારો આત્મા સમજીને જ બધા જ જીવન–વ્યવહાર ચાલે છે. અને આ જ કારણે મોહજન્ય, અહંભાવ અને મમત્વ–ભાવની આસકિતઓનો પ્રપંચ ફેલાય છે અને આપણને દુઃખપાશમાં બાંધે છે. આ પ્રકારે શરીરધારા અને ચિત્તધારાના સંસ્પર્શના કારણે પ્રતિક્ષણ ઉત્પન્ન થનારી વિભિન્ન પ્રકારની સંવેદનાઓને, ચિત્ત અને ચિત્તવૃત્તિઓને હું, મારું, મારો આત્મા માનતા રહેવાની મિથ્યાદષ્ટિને કારણે અજ્ઞાનવશ કેટલાય પ્રકારના વિકારો અને પરિણામસ્વરૂપ દુઃખોનું પ્રજનન, સંવર્ધન કરતા રહીએ છીએ. શરીર, સંવેદના, ચિત્ત અને ચિત્તવૃતિઓના ધર્મ–સ્વભાવનું સમ્યક્–દર્શન, સમ્યક્–જ્ઞાન જ યથાભૂત–જ્ઞાન–દર્શન છે. એ તેના ઉત્પાદ–વ્યયવાળા અનિત્ય લક્ષણની પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ કરાવે છે. તેના પરિણામસ્વરૂપ હું, મારુંની ભ્રામક દષ્ટિ અને ભ્રામકજ્ઞાનથી મુકત થઇને ઉત્પાદ–વિહીન, વ્યય–વિહીન અચ્યુત, અમૃત, નિર્વાણપદનો સાક્ષાત્કાર કરી શકીએ છીએ. આ સમ્યક્–દર્શન અને સમ્યક્–જ્ઞાનમય વિપશ્યના–વિદર્શનાના અભ્યાસને જ ભગવાને મુકિત માટે **एकायनो मग्गो** એટલે કે એકમાત્ર માર્ગ કહ્યો છે. સાચેસાચ શરીર અને ચિત્તધારા પ્રત્યે તાદાત્મ્યજન્ય મિથ્યાદષ્ટિ રહેતાં કોઇ વ્યકિત કેવી રીતે વિમુકત થઇ શકે ? આ અહં અને મમત્વથી દૂર રહીને જ વિમુકિત પ્રાપ્ત થાય છે. આમ થાય તો જ નવાં કર્મોનું નિર્માણ અટકે છે અને જૂનાં કર્મો ક્ષીણ થવા લાગે છે.

સાચેસાચ જયારે કોઇ સાધક નવાં કર્મો બનાવવાનું બંધ કરી દે અને જૂનાંનો ક્ષય કરી લે, **खीणं पुराणं नव नत्थि सम्भवं**, ત્યારે જ નિર્વાણલાભી થાય છે. કોઇ દીપકનું તેલ અને તેની વાટ પૂરી થઇ જાય તો સહજ રીતે તે બુઝાઇ જાય છે. આ ઉપાદાનો (દ્રવ્યો) વિના શું બળે? કેવી રીતે બળે ?

આવો, સમજીને ! વિપશ્યના દ્વારા નવાં કર્મોની ગ્રંથિઓ કેવી રીતે બંધાતી રોકાઇ જાય છે ? જૂનાં કર્મોની ગ્રંથિઓ પીંજાઇ પીંજાઇ ને કેવી રીતે ખૂલતી જાય છે તે ? નવાં કર્મો બંધ કરવા માટે જ સાધક **निसिन्नो होति पल्लङ्ग आभुजित्वा उजुं कायं पणिधाय** થાય છે. એટલે કે પગ વાળીને, પલાંઠી વાળીને બેસે છે. કરોડરજ્જુ સીધી રાખીને કાયાને ઋજુ સરળ સીધી રાખે છે અને સાધનાનો અભ્યાસ શરૂ કરે છે. અધિષ્ઠાનપૂર્વક સ્થિર બેસે છે. હાલતો નથી, ડોલતો નથી, આંખો બંધ છે, મોં બંધ છે. આવી અવસ્થામાં સ્થૂળ સ્તર પર કાયા અને વાણીનાં નવાં કર્મો બંધ કરી દીધાં. હવે સૂક્ષ્મ સ્તર પર ચિત્તનાં નવાં કર્મોને રોકવા માટે ચિત્તને અપ્રમત્ત બનાવે છે, જાગૃત બનાવે છે. **सतो सम्पजानो** બને છે, એટલે યોગ્ય પ્રકારે સમ્યક્ રૂપથી જાણતો જાણતો સ્મૃતિમાન બને છે. યોગ્ય પ્રકારે શું જાણે છે ? એ સચ્ચાઇને જાણે છે કે **अनिच्चा वत स ारा उप्पादवयधम्मिनो** એટલે કે જે કંઇ પણ સંસ્કૃત છે, જે કાંઇ બને છે, તે સાચેસાચ અનિત્ય જ છે. ઉત્પાદ અને વ્યય થવું તેનો ધ્રુવ–ધર્મ છે સ્વભાવ છે. વિપશ્યી સાધક અનુભૂતિઓના સ્તર પર દર્શન કરે છે કે ઉપર ઉપરથી ચર્મચક્ષુઓ દ્વારા ઠોસ (નકકર), સ્થૂળ, સ્થિર અને જડ જેવું લાગતું આ શરીર સૂક્ષ્મ સ્તર પર ઉત્પાદ–વ્યય સ્વભાવવાળા પરમાણુઓના તરંગો સિવાય બીજું કંઇ પણ નથી, આ જ પ્રકારે દર્શન કરે છે કે ચેતના–સ્કંધ (વિજ્ઞાન, સંજ્ઞા, વેદના અને સંસ્કાર) એટલે જાણવું, ઓળખવું, સંવેદનશીલ થવું અને પ્રતિક્રિયા કરતાં કરતાં નવા કર્મ–સંસ્કાર બનાવવાની સમસ્ત ચેતના પણ ઉત્પાદ–વ્યયના સ્વભાવવાળી જ છે. તરંગ તરંગ. ચિત્ત અને કાયાનો સમગ્ર પ્રપંચ પ્રતિક્ષા ઉદય–વ્યય, ઉદય–વ્યયના સ્વભાવવાળો છે. ઊર્મિઓ અને પરપોટાના સ્વભાવવાળો છે. આ સત્યને જયારે જયારે પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ દ્વારા જુએ છે ત્યારે ત્યારે પ્રજ્ઞામાં સ્થિર થાય છે, વિદ્યામાં સ્થિર થાય છે, સ્થિતપ્રજ્ઞ બને છે, વિદ્યાસંપન્ન બને છે. જયારે જયારે એનાથી વિમુખ થાય છે ત્યારે ત્યારે દુષ્પ્રજ્ઞ બને છે, અવિદ્યામાં અટવાય છે. દુષ્પ્રજ્ઞ અવસ્થામાં શરીર અને ચિત્ત પર ઉત્પન્ન થનારી પ્રત્યેક સુખદ કે દુઃખદ સંવેદના પ્રત્યે તાદાત્મ્ય સ્થાપિત કરે છે, તેને હું, મારી માને છે. આથી વેદના–સ્કંધ એટલે કે સંવેદનશીલ થનારા ચિત્તઅંશ પછી જે સંજ્ઞાસ્કંધ એટલે કે ઓળખનારો ચિત્તઅંશ ઉત્પન્ન થાય છે. તે ભ્રમ પેદા કરનારો, અહમ્, મમથી ભરેલો સુખદ અને દુઃખદ પ્રત્યે રાગ–દ્વેષથી ભરેલો જ હોય છે. અને પરિણામ–સ્વરૂપ સંસ્કાર–સ્કંધ એટલે કે પ્રતિક્રિયા કરનારી ચેતના અત્યંત પ્રબળ થઇ રાગદ્વેષજનક અનેક નવાં નવાં કર્મબંધનો બાંધે છે.

વારંવારના અભ્યાસથી સાધક વિદ્યા અને અવિદ્યાના, પ્રજ્ઞા અને દુષ્પ્રજ્ઞતાના, જ્ઞાન અને અજ્ઞાનના આ વિભેદને સમજતાં અને સ્મૃતિ અને સંપ્રજ્ઞાન એટલે કે જાગરૂકતા અને અનિત્યબોધમાં સ્થિર રહેવાનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં અધિક સમય આવી અવસ્થામાં રહે છે, જેમાં અવિદ્યાના સ્થાન પર વિદ્યા જાગૃત રહે છે. આવી અવસ્થામાં પ્રત્યેક સંવેદના પ્રત્યે જે પ્રજ્ઞા જાગે છે, તે પ્રત્યેક ક્ષણના શરીરસ્કંધ અને સંવેદના–સ્કંધના અનિત્ય સ્વભાવ (લક્ષણ)ને અનુભવ કરવાવાળી હોય છે. અને એટલે તેને અસમ એટલે આ મારી નથી; તેમ ઓળખે છે, જેના પરિણામે તેના પ્રત્યે ન રાગ જાગે છે ન દ્વેષ, એનો પરિવર્તનશીલ સ્વભાવ જ પ્રમુખ રહે છે. આ સ્થિતિમાં સંસ્કાર–સ્કંધ નિર્બળ બની રહે છે, નવા સંસ્કાર બનતા નથી. નવા સંસ્કાર જ નવું કર્મ છે. સાધક જે ક્ષણે નવાં કર્મ–બંધનોનો ત્યાગ કરે છે, તે જ ક્ષણે ચિત્તસંતતિ પર કોઇ જૂનાં કર્મોનો ફળવિપાક, ફળ પાકવાથી થનારી સુખદ–દુઃખદ સંવેદનાને ઉત્પન્ન થવાનો અવકાશ–અવસર પ્રાપ્ત થાય છે. ચિત્ત–સંતતિ પર જૂનાં કર્મોનાં ફળસ્વરૂપ જે સંવેદના થાય છે, સામાન્ય રીતે તેને કારણે પોતાની મૂઢતાને વશ થઇને આપણે નવી રાગ–દ્વેષમયી પ્રતિક્રિયાઓ એટલે કે નવા કર્મ–સંસ્કાર પેદા કરીએ છીએ. પરંતુ વિપશ્યનાના અભ્યાસ દ્વારા સચેત અને સંપ્રજ્ઞ રહીને જે એના અનિત્ય–સ્વભાવ (લક્ષણો) ને જુએ છે, તેની સાથે મમત્વ–હીન રહીને રાગ–દ્વેષથી દૂર રહે છે, તે આ જૂના કર્મ–વિપાકના બળને ક્ષીણ કરી લે છે. હવે આ ફળ–વિપાક કેન્સરની જેમ આગળ વધી શકતુ નથી. આ જ **खीणं पुराणं** છે. **-ક્રમશઃ**

-''જાગે અંતર્બોધ'' પુસ્તકમાંથી સાભાર

ધમ્મસેવકોની કાર્યશાળા તથા જૂના સાધકોનો સેમિનાર તા. ૨૨ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૮ સવારે ૧૦ વાગ્યાથી તા. ૨૩ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૮ સાંજે ૫-૦૦ વાગ્યા સુધી રહેશે. આપનું આવેદનપત્ર વહેલું મોકલી આપવા વિનંતી. જેથી આપને સંમતિપત્ર મોકલી શકાય.

જૂના સાધકો માટેના સેમિનારનું આવેદન પત્ર

હું તા : ૨૨-૯-૨૦૧૮ થી તા. : ૨૩-૯-૨૦૧૮ સુધી આવવા ઇચ્છું છું.

પૂરું નામ : ____________________

ઉંમર : __________ પુરુષ/સ્ત્રી : __________ શિક્ષણ : __________

સરનામું : ____________________

____

____

ફોન : __________ મોબાઇલ : __________ ઈ-મેઈલ : __________

વ્યવસાય (નોકરી/ધંધો/વિદ્યાર્થી) કંપનીનું નામ : ____________________

હોદ્દો : __________ નોકરી/ધંધાની વિગત : ____________________

ધમ્મ સેવકો,સાધકોની કાર્યશાળા/સંમેલન, ૨૦૧૮

સ્નેહી શ્રી, ધર્મબંધુ / બહેન,

નમસ્કાર. આશા છે કે આપ સ્વસ્થ હશો અને સાધનામાં નિયમિત હશો. આપ જાણતાં જ હશો કે છેલ્લા ઘણા સમયથી વિપશ્યના પરિવાર પૂ. ગુરુજીના સંકલ્પ 'બહુજન હિતાય બહુજન સુખાય' ની પૂર્તિ અર્થે ધર્મ પ્રસારના અભિયાનને આગળ વધારવાની સેવા સારી રીતે કરવા પ્રયત્નશીલ છે. અનેક સાધક ભાઇ-બહેનોના સક્રિય સહયોગના પરિણામસ્વરૂપ સૌરાષ્ટ્રમાં ધર્મ પ્રસારનું કામ સારી રીતે ધર્મ સેવકો કરી રહ્યા છે.

નિઃસ્વાર્થ (સ્વાર્થ રહિત) સેવા :

નિઃસ્વાર્થ સેવા ધર્મના રસ્તે ચાલવા માટેનું એક મહત્ત્વપૂર્ણ અંગ છે, એક અનિવાર્યતા છે. ધર્મની અદ્‌ભુત (દિવ્ય) વિધિ શીખવનાર પ્રત્યે અગાધ કૃતજ્ઞતાનો ભાવ તો જાગે જ છે. આવા સહૃદયતાપૂર્ણ અને કરુણાના ભાવોથી એવી ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે કે કેવી રીતે બીજાને દુઃખોથી વિમુક્તિ અપાવવામાં હું મદદ કરું.

ખરેખર તો બીજાની નિઃસ્વાર્થ સેવાથી જ આપણે આપણી (પોતાની) સેવા પણ કરીએ છીએ કેમ કે આનાથી દશેય પારમિતાઓનો (મહાસદ્‌ગુણોનો) વિકાસ થાય છે અને પોતાનો અહંકાર પીગળે છે. (ઓગળે છે.)

આવી ઉત્તમ ભાવના સાથે સૌરાષ્ટ્રના સાધકોનું સંમેલન
તા. ૨૨-૯-૨૦૧૮ સવારે ૧૦-૦૦ કલાકે થી
તા. ૨૩-૯-૨૦૧૮ સાંજે ૦૫-૦૦ કલાક સુધીનું આયોજન કરેલ છે. તા. ૨૨ ના ધર્મ સેવા કાર્યશાળા તેમજ તા. ૨૩ ના ધર્મસેવા પ્રસાર-પ્રચાર સૌરાષ્ટ્રના વિભિન્ન સ્થાનો પર ધર્મ પ્રસાર વર્ષ ૨૦૧૮/૧૯નું આયોજન.

આ સંમેલનનો લાભ લેવા આપને આગ્રહભર્યું નિમંત્રણ છે. આ સાથે સંલગ્ન ફોર્મ ભરી મોકલવા વિનંતી. આગળ-પાછળ ફોર્મ ભરી તેનો ફોટો પાડી વોટ્સએપ કરશો તો પણ ચાલશે. જેથી સમયસર આપને સંમતિપત્ર મોકલી શકાય. સાધના સેવામાં આપણે ઉત્તરોત્તર પ્રગતિ સાધતા રહીએ એ જ મંગલ કામના...

ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ૨૦૧૮-૧૯ શિબિરોની માહિતી

ધમ્મકોટ
સંપર્ક ::
Ph.: 0281-2233666,
M : 78 78 72 72 23,
Ph.: 0281-2924942,
M : 93279 23540,

29-08 to 09-09
26-09 to 07-10
10-10 to 21-10
24-10 to 04-11
07-11 to 18-11
21-11 to 02-12
05-12 to 16-12
19-12 to 30-12
02-01 to 13-01
30-01 to 10-02

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
12-09 to 20-9-18

10 Day Spl.
10-09 to 21-09-18

ધમ્મ અંબિકા
સંપર્ક :
Ph.: 0261-3260961
Mo : 95865 82660,
94281 60714,
98250 44536.

28-08 to 08-09-18
09-09 to 20-09-18
25-09 to 06-10-18
07-10 to 18-10-18
24-10 to 04-11-18
12-11 to 23-11-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
13-12 to 21-12-18

10 Day Spl.
11-12 to 22-12-18

3 DAYS
20-09 to 23-09-18
18-10 to 21-10-18
06-12 to 09-12-18

ધમ્મસિંધુ-બાડા
સંપર્ક :
Ph.: 02834-273303,
M : 78746 23305,
99256 74104

04-09 to 15-09-18
16-09 to 27-09-18
30-09 to 11-10-18
13-10 to 24-10-18

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
18-09 to 26-09-18
29-12 to 01-01-19

10 Day Spl.
04-09 to 15-09-18

45 DAYS
27-10 to 12-12-18

30 DAYS
29-12 to 29-01-19

ધમ્મપીઠ
સંપર્ક :
Ph.: 02714-294690,
M : 94264 19397

29-08 to 09-09-18
12-09 to 23-09-18
26-09 to 07-10-18
19-10 to 30-10-18
05-11 to 16-11-18
08-12 to 19-12-18

ધર્મજ
હેમંતભાઈ પટેલ સંપર્ક :
Ph.: 02697- 245460, 245302
M : 94265 00765.
દિપકભાઈ સંપર્ક : M.94289 00794
Time 10.00am to 5.30 pm
E-mail : vipassana.dharmaj@gmail.Com

17-11 to 28-11-18
3days-21-9to24-9-18
3days-21-12to24-12-18

ધમ્મ દિવાકર
સંપર્ક :
Ph.: 02762-272800,
254634, 252345
M : 94292 33000.

26-09 to 07-10-18
10-10 to 21-10-18
24-10 to 04-11-18

Diwali
10-11 to 21-11-18

05-12 to 16-12-18
19-12 to 30-12-18
02-01 to 13-01-19
16-01 to 27-01-19
30-01 to 10-02-19
13-02 to 24-02-19

ધમ્મપાલિ
સંપર્ક :
M : 7878103636
M : 8905554666
M : 8866703636

02-09 to 13-09
26-09 to 07-10
10-10 to 21-10
31-10 to 11-11
14-11 to 25-11
28-11 to 09-12
14-12 to 25-12

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

3 DAYS
20-09 to 23-09-18

1 DAY
12-08-2018
09-09-2018
14-10-2018

(શિબિરમાં આવનાર પ્રત્યેક વ્યક્તિએ પાસપોર્ટ સાઇઝ ફોટો અને ફોટો આઇડી (ફોટો ઓળખપત્ર) લાવવું ફરજીયાત છે.)

કુલ કેટલી શિબિર કરી ? :

૧૦ દિ.	૨૦ દિ.	૩૦ દિ.	૪૫ દિ.	સતિ પટ્ઠાન	સેવા ૧૦ દિ.	સેવા ૨૦ દિ.

આપ કયા ક્ષેત્રમાં પારંગત છો ?

આપ કયા પ્રકારની સેવા આપવા ઇચ્છો છો?

કોઇ વખત વિશેષ ધમ્મસેવાની જરૂરત હોય તો આપનો સંપર્ક કરી શકાય ?

તારીખ : સહી :

તા. ૨૨-૨૩ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૮
દરમિયાન આયોજિત સાધકોના સંમેલનમાં મુંબઇથી બે વરિષ્ઠ આચાર્યો શ્રી અભિજિત ભાભે, શ્રી ભરત ગ્રોવર તથા ગુજરાતના વરિષ્ઠ આચાર્ય શ્રી જયેશભાઇ સોની વિશેષ રૂપે ઉપસ્થિત રહી સાધકોને માર્ગદર્શન પૂરું પાડશે.

આપ આ સંમેલનમાં ભાગ લેવા માટેનું આ ફોર્મ ભરીને તેનો આગળ-પાછળ ફોટો લઇ વોટ્સએપ અથવા ટેલિગ્રામ એપ દ્વારા મોકલી શકશો.

આપણે સમજવું જોઇએ કે દરેક ક્રિયા, વિચાર, વાણી, વર્તન પોતાની પાછળ એક સક્રિય બળ (ઉંડી છાપ) છોડી જાય છે, જેને સંસ્કાર (સામાન્ય અર્થમા કર્મ) કહેવામાં આવે છે. સારું કે ખરાબ કાર્ય કર્યું હોય તે મુજબ વ્યક્તિના ખાતામાં (અંતર્મનમાં) જમા અથવા ઉધાર થાય છે.

આથી દરેક વ્યકિત પાસે સંસ્કારનો પૂંજ (જથ્થો) એકત્ર થાય છે, જીવનધારાને વહેતી રાખવા માટે ઊર્જાના સ્રોત તરીકે કામ કરે છે. જેનુ પરિણામ અનિવાર્યપણે દુઃખ અને મૃત્યુના સ્વરૂપે આવતું રહે છે.

વિપશ્યના સાધનાના નિયમિત અભ્યાસ દ્વારા, અનિત્ય, દુઃખ અને અનાત્મની અનુભૂતિજન્ય નૈસર્ગિક સમજણ કેળવવાથી વ્યક્તિ પોતાની અંદર સંગ્રહિત સંસ્કારોની ક્રમશઃ જડમૂળથી નિર્જરા કરી જન્મ મરણના ફેરામાંથી કાયમ માટે બહાર નીકળી જાય છે.

-સયાજી ઉ બા ખિન જર્નલ માંથી.

ટેલિગ્રામ એપ નો ઉપયોગ

હાલ આપ વિપશ્યના વિષયક માહિતી વોટ્સએપ ગ્રુપ દ્વારા મેળવો છો. તેના સ્થાને હવે આપણે **Telegram** એપ નો ઉપયોગ શરૂ કરેલ છે. વોટ્સએપમાં મેમ્બર સંખ્યા મર્યાદિત હોય છે, જયારે **Telegram** એપ માં કોઇ મર્યાદા નથી. તો આપ જો ટેલિગ્રામનો ઉપયોગ કરતા ન હો તો મોબાઇલમાં પ્લેસ્ટોરમાંથી **Telegram** એપ ઇન્સ્ટોલ કરી વોટ્સએપ ગ્રુપમાં આપને **Telegram** ગ્રુપમાં એડ કરવા વિનંતી કરશો.

વિપશ્યના પ્રત્રિકા ન મળવા અંગે

આપણે જૂના સાધકો તથા નવા લવાજમ ભરનાર સહુ સાધકોને પત્રિકા પ્રત્યેક માસની ૨૫ તરીખે સમયસર પોસ્ટ કરીએ છીએ. છતાં કેટલાક સમયથી પત્રિકા ન મળવાની ફરિયાદ વ્યાપક્પણે વધતી જાય છે. આ અંગે સહુ સાધકોને વિનંતી છે કે આપને ૧ તારીખ સુધીમાં પત્રિકા ન મળે તો આપને લાગુ પડતી પોસ્ટ ઓફિસમાં લેખિત ફરિયાદ નોંધાવશો. તેની નકલ અમને પણ મોકલશો. અમે પણ રાજકોટ પોસ્ટઓફિસમાં રજૂઆત કરીશું.

સતત લેખિત ફરિયાદ થવાથી પોસ્ટ વિભાગના કામકાજમાં સુધાર થશે.

દોહા ધરમના

કારણ તેરે દુઃખ કે, ભીતર હી હૈ જાન ।
કયા તૂ ઢૂંઢે બાવરા ! બહિર્મુખી નાદાન ॥

બિન જડ ઉખડે ફૂલતી, ફલતી વિષ કી બેલ ।
બિના અવિદ્યા કે મિટે, રહે દુઃખ હી ઝેલ ॥

ન જાને જો સ્વયં કો, પર કા કરે બખાન ।
જ્ઞાન બોઝ સિર પર ધરે, મનુજ બડા અનજાન ॥

દોહા ધરમના

નિત્ય માન ઇસ જગત કો, જો ખોજે સુખ ભોગ ।
ઉસ મૂરખ કો સુખ કહાં ? દુઃખ કા હી સંયોગ ॥

ભીતર અક્ષય નિધિ ભરી, મૂઢ દેખ ના પાય ।
કસ્તૂરી કે મૃગ સદશ, બાહર હી ભટકાય ॥

નન્હી સી તૃષ્ણા જગી, બની ગહન આસક્તિ ।
જબ તક મન આસક્ત હૈ, કહાં દુઃખોં સે મુક્તિ ?

સોલંકી મિકેનિક વર્કસ
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 : **ચંદુભાઇ મહેતા**, મુદ્રણ સ્થાન : નાઇસ આર્ટ, ''મુક્તિરામ કોમ્પ્લેક્ષ'', રાષ્ટ્રીય શાળા મેઇન 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 26 ઓગષ્ટ 2018 આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઇગતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

'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.

ચાર વર્ષનું લવાજમ : રૂા. 100/-

If undelivered please return to :
સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ)
ભાભા ડાઇનીંગ 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