વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2562 ❖ અશ્વિન પૂર્ણિમા ❖ 25 ઓક્ટોબર 2018 ❖ વર્ષ – 19 ❖ અંક – 07 ❖ સળંગ અંક - 223

ધમ્મવાણી

यथा अयारं सुछन्नं, वुट्ठी न समतिविज्झति ।
एवं सुभावितं चित्तं, रागो न समतिविज्झति ।।
–धम्मपद

જેમ સારી રીતે આચ્છાદિત ઘરમાં વરસાદ આરપાર વીંધી શકતો નથી, તેમ જ (વિપશ્યના થકી) સારી રીતે ભાવિત મનને રાગ આરપાર વીંધી શકતો નથી.

-ધમ્મપદ

ધર્મદર્શન

- ગતાંક થી ચાલુ...

સાધકો ! હું મારા તથા હજારો પરિચિત સાધકોના અનુભવના આધારે કહું છું કે આ પ્રક્રિયાના અભ્યાસમાર્ગમાં ક્યાંય કોઇ અલૌકિક ચમત્કાર નથી. જે ઉપલબ્ધિ થાય છે તે સ્વયં પોતાના કઠિન પરિશ્રમથી જ થાય છે. મારી પાસે મારો મેલો માનસિક પાલવ છે. સૌભાગ્યથી આ વિધિ સાબુ સ્વરૂપે પ્રાપ્ત થઇ. મેં આ સાબુનો જેટલો પ્રયોગ કર્યો, તેટલો જ મેલ નીકળ્યો, વધારે નહીં. જેટલી માત્રામાં મેલ બચ્યો છે, તેટલી માત્રામાં દુઃખ છે જ. કામ કંઇ ન કરું અથવા થોડુંક જ કરું અને મેલ બધો ધોવાઇ જાય એવો કોઇ ચમત્કાર નથી હોતો. વાસ્તવમાં આ તો જીવનભરનું કામ છે. આખું જીવન પોતાના પ્રત્યે સજગ, સચેત રહેવું જ પડશે. અપ્રમત્ત રહેવું જ પડશે. સાચે જ કામ અઘરું છે. પરંતુ બીજો કોઇ રસ્તો પણ નથી.

પરંતુ આપણું ભોળપણ છે કે આપણે કોઇ ચમત્કારનો રસ્તો શોધીએ છીએ. એવો ચમત્કાર, જેને લીધે આપણે કોઇ ભારે શ્રમ ન કરવો પડે અને સફળતા પણ મળી જાય. આવી અવસ્થામાં આપણે પાછા કલ્પનાલોકમાં ઊડવા લાગીએ છીએ. આટલા મનીષીઓ દ્વારા પરમ સત્યની શોધ થઇ ગયા બાદ એ તો સ્વીકાર કરવું જ પડે છે કે આપણાં દુઃખોનું કારણ કોઇ દેવ કે જગદીશ્વર નહીં, આપણા પોતાના સંચિત કર્મસંસ્કાર જ છે. પરંતુ ફરીથી આશા બાંધવા લાગીએ છીએ કે આપણા દ્વારા હજાર દૂષિત કરમ થયાં છતાં પણ કોઇ એવો સર્વશકિતમાન અને કરુણાસાગર છે જેને કોઇ પણ રીતે પ્રસન્ન કરી લઇએ તો તે આપણા બધાં દુઃખોને દૂર કરી દેશે. આ આશામાં ફરી ખુશામતો, ભેટ, ચઢાવાનો ક્રમ શરૂ થઇ જાય છે. આપણે નથી જાણતા કે આપણે શું કરી રહ્યા છીએ ? અંધભકિતના ભાવાવેશમાં આપણે જે ભગવાનનું નિર્માણ કર્યું તે બિચારાની કેવી દશા કરી રહ્યા છીએ ? કેવો છે ભગવાન, જે પોતાનાં માન–સન્માનથી પ્રસન્ન થાય છે ? અતિશયોકિતપૂર્ણ પ્રશંસા પ્રશસ્તિઓથી ફૂલાઇને ફૂગ્ગો થઇ જાય છે. જી–હજૂર કરનાર ખુશામતખોર લોકો પર કૃપાદષ્ટિ રાખે છે. ભેટ ચડાવનાર પર પોતાની કૃપા વરસાવે છે. પોતાના પ્રશંસક પર પ્રસન્ન થઇને તેનાં કાળાં નાણાંને પણ સફેદ કરી દે છે. પ્રવંચક અપરાધીને નિરપરાધીની સમકક્ષ બેસાડી દે છે. અહમનું પૂતળું એવો કે કોઇ ભૂલેચૂકે પણ તેનું નામ લઇ લે તો તેને ઝટ તારી દેવા તત્પર થઇ જાય છે. એવી આસકિત છે તેને પોતાના નામ સાથે. અને એવી જ આસકિત છે, તેને પોતાના સંપ્રદાય સાથે. જે જે સંપ્રદાયનો ભગવાન છે, તે તે સંપ્રદાયની વ્યકિતનો પક્ષ લે છે અને અલગ અલગ સંપ્રદાયોના આપણે અલગ–અલગ પક્ષપાતી ભગવાન ઊભા કરી દીધા. અરે, કોઇ સીમા છે આપણા ભોળપણની ? શું ખરેખર આ વિશાળ વિશ્વની વ્યવસ્થા આવા કોઇ શાસક કે શાસકોના હાથમાં છે, જે પક્ષપાતી છે, દંભી છે, નિરંકુશ છે, કાનૂન–કાયદાઓને, ધર્મ વિધાનને ઠોકર મારી મનમાની કરવાવાળા છે ? દુર્ગુણના ભંડાર છે.

જો માન્યતા કરવી જ હતી તો એવા દુર્ગણીની જગ્યાએ કોઇ સદ્ગુણસંપન્ન દેવતાની કરવી હતી કે જેનાથી પ્રેરણા મેળવી સ્વયં સર્વગુણ સંપન્ન થવામાં તો લાગી જાત. કલ્યાણ તો થાત. પરંતુ આપણા ભોળપણમાં આપણે પોતાનું જ અમંગળ સાધવા લાગ્યાં. ચિત્તવિશુદ્ધિથીજ દુઃખવિમુકિત છે, એ વિધાનને સ્વીકારતાં હોવા છતાં પણ ચિત્તવિશુદ્ધિ થાય કે ન થાય, પણ આ વિધાનથી પર એવા કોઇ નિરંકુશ વિધાયકને પ્રશંસાઓથી પ્રસન્ન કરવાના ભોળપણમાં લાગી ગયા.

ધર્મદર્શનનો અભ્યાસ આપણને આવી ભૂલોથી બહાર કાઢે છે. દુઃખનું કારણ ચિત્તના દૂષણો છે અને ચિત્તના આ દૂષણોથી વિમુકત થઇ જવું જ દુઃખ વિમુકિત છે. નિસર્ગનો આ અટલ નિયમ વિધાન જેટલો સ્પષ્ટ થતો જાય, તેટલી ચિત્તવિશુદ્ધિ. આને જ એકમાત્ર લક્ષ્ય માનીને આપણે ધર્મપથ પર આરૂઢ થઇ જઇએ. પછી તો વિધાન જ વિધાયક થઇ જાય,

નિયમ જ નિયામક થઇ જાય, સત્ય જ નારાયણ થઇ જાય, નિયમ, સત્ય, ધર્મ જ ઇશ્વર થઇ જાય. વિધાન, નિયમ, સત્ય, ધર્મને ઠોકર મારી આમનાથી અલગ કોઇ નારાયણને પ્રસન્ન કરવાની વાત મનમાં આવે જ નહીં. ધર્મ છૂટવામાં અમંગળ જ અમંગળ લાગે અને ધર્મ ધારણામાં મંગળ જ મંગળ.

સત્ય ને જ ઇશ્વર માની તેના પ્રત્યે સવિવેક શ્રદ્ધા રાખીને જયારે આપણે ધર્મદર્શનનો અભ્યાસ કરીએ છીએ તો સાચે જ જેટલું જેટલું ધર્મદર્શન એટલે કે સત્યદર્શન થાય છે, તેટલા તેટલા દુઃખવિમુકત થઇ જઇએ છીએ. તે અવસ્થામાં અનંત પ્રકૃતિની સૂક્ષ્મતર સચ્ચાઇઓની સાથે સમરસ થવા લાગીએ છીએ અને પ્રકૃતિની આ સચ્ચાઇ પોતાના નિયમોથી બંધાયેલી હોવાના કારણે પોતે જ આપણી રક્ષા કરવા લાગે છે. આ માટે તેની અથવા કોઇની પણ ખુશામત નથી કરવી પડતી. આ ધર્મ નિયામતા છે. જયારે આપણું મન દુર્ગુણોમાં અટવાય છે અને દૂષિત વૃત્તિઓના તરંગો પેદા કરે છે તો સમસ્ત વિશ્વમાં વ્યાપ્ત એવા જ દૂષિત વૃત્તિઓના તરંગો પેદા કરે છે, તો સમસ્ત વિશ્વમાં વ્યાપ્ત એવા જ દૂષિત તરંગોની સાથે સમરસ થઇને આપણા દુર્ગુણોને અને ફળસ્વરૂપે દુઃખોને વધારે છે. ઠીક, એ જ પ્રકારે જયારે આપણું મન દુર્ગુણોથી મુકત થઇને નિર્મળ થાય છે, સદ્‌ગુણોથી ભરાય છે, સદ્‌વૃત્તિઓના તરંગો ઉત્પન્ન કરવા લાગે છે તો અનંત વિશ્વમાં સમાયેલાં દશ્ય–અદશ્ય પ્રાણીઓના, જે પણ સાત્ત્વિક દેવ–બ્રહ્મ છે તેમના શુદ્ધ ધર્મમય સાત્વિક તરંગો આપણને આવીને મળે છે, આપણને બળ પ્રદાન કરે છે અને આપણું સુખ સંવર્ધન કરે છે, સંરક્ષણ કરે છે. આ જ નિયમ છે, વિધાન છે, જે પ્રત્યક્ષ અનુભૂત કરી શકાય છે.

કોઇપણ દેશનું રાજયવિધાન તે તે દેશનો ધર્મ હોય છે – એવી જ રીતે આ સાર્વદેશિક, સર્વજનીન, સાર્વકાલિક વિશ્વ–વિધાન, વિશ્વ–ધર્મ છે, વિધાનને ન તોડીએ તો તે વિધાયકથી દંડિત થવાનો કોઇ ભય નથી હોતો. બીજી તરફ પ્રાર્થના–પુકાર વિના તેની સુરક્ષાની પૂરી જવાબદારી રાજયની જ હોય છે. પરંતુ જે વિધાનને, રાજયના કાનૂનને કદમ કદમ પર તોડે છે અને વિધાયક કે શાસકને ખુશ રાખવા માટે તેની ખુશામતો કરે છે, તેને ફૂલ–ફળ ચડાવે છે તો એવી વ્યકિત ન કેવળ પોતાની, બલ્કે સમસ્ત દેશ અને સમાજની સુખશાંતિ માટે, વ્યવસ્થા માટે ખતરનાક સાબિત થાય છે. જે દેશના લોકો રાજયના કાયદાઓનું સજગ થઇને પાલન કરે છે, તે દેશમાં, સમાજમાં સુખશાંતિ બિરાજશે જ. આ પ્રકારે આ વિશાળ વિશ્વ–રાજયમાં પણ વિશ્વ વિધાનરૂપી ધર્મપાલનની અતિરિકત સુખશાંતિ મેળવવાનું બીજું કયું સાધન હોઇ શકે ?

એટલે જ, ન કેવળ પોતાની સુખશાંતિ માટે, બલ્કે સર્વની સુખશાંતિ માટે ધર્મ ધારણ કરીએ. વિશ્વવિધાનને અનુકૂળ જીવન જીવીએ અને અતૂટ નિષ્ઠાની સાથે ધર્મદર્શનના અભ્યાસ દ્વારા ચિત્તને વિકારવિહીન કરવામાં લાગીએ. આ અભ્યાસમાં જે પણ બાધાઓ આવે, તે ભલે ગમે તેટલી પ્રિય લાગે તેવી કેમ ન હોય, તેમને નિર્મમતાપૂર્વક દૂર કરીને '' એકૈ સાધે સબ સધે'' વાળા અનન્યભાવથી ચિત્તવિશુદ્ધિનો અથક પ્રયત્ન કરતાં જ રહીએ કરતાં જ રહીએ. અનંતના કણકણમાં સમાયેલા મંગળમય પરમસત્યનું આ જ વિધાન છે.

- કલ્યાણમિત્ર સત્યનારાયણ ગોયન્કા

સરળચિત્ત

સરળતા જ ચિત્તની વિશુદ્ધિ છે. કુટિલતા મલિનતા છે, મલિનતા અનર્થકારિણી છે, વિશુદ્ધતા સર્વાર્થ–સાધિની. કુટિલતા સર્વહિત–નાશિની છે, સરળતા સર્વહિત–કારિણી. ન કેવળ પોતાનું, બલ્કે સહુનું હિતસુખ સાધવા માટે સરળતા અપનાવીએ, કુટિલતા ત્યાગીએ.

નૈસર્ગિક સ્વચ્છ મન સ્વભાવથી જ સરળ હોય છે. સરળતા ગઇ તો સમજો સ્વસ્થતા ગઇ. સરળતા ગુમાવવાનાં ત્રણ પ્રમુખ કારણો છે. જેમનાથી આપણે સાવધાન રહીને બચવું જોઇએ. કયાં ત્રણ ? તૃષ્ણા, અહંમન્યતા અને દાર્શનિક દષ્ટિઓ – 'તણહા–માન–દિટ્ઠિ'.

આ ત્રણમાંથી કોઇ એક પ્રત્યે મનમાં જયારે જેટલી આસકિત ઉપ્પન્ન થાય છે, ત્યારે આપણે તેટલી જ સરળતા ખોઇ બેસીએ છીએ, તેટલી જ સ્વચ્છતા ગુમાવી બેસીએ છીએ, તેટલા જ મલિન થઇ જઇએ છીએ, તેટલા જ સુખ–શાંતિવિહીન થઇ જઇએ છીએ, તેટલા જ દુઃખી થઇ જઇએ છીએ.

જયારે કોઇ વસ્તુ, વ્યકિત અથવા સ્થિતિ પ્રત્યે તૃષ્ણા જાગે છે અને આસકિત વધે છે ત્યારે તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે અથવા પ્રાપ્ત થઇ હોય તો પોતાને અધીન રાખવા માટે આપણે હીનથી હીન ઉપાય અપનાવવા તત્પર થઇ જઇએ છીએ, ચોરી, લૂંટ, અસત્ય, છળ, કપટ, પ્રપંચ, દગાબાજી વગેરે બધું જ અપનાવીએ છીએ. પોતાના પાગલપણામાં મનની બધી સરળતા ખોઇ બેસીએ છીએ. પ્રિય પ્રત્યેનો અનુરાગ જ અપ્રિય પ્રતિ વિરોધ ઉત્પન્ન કરે છે. આથી આપણે એટલા પ્રમત્ત બની ઊઠીએ છીએ કે તૃષ્ણાપૂર્તિમાં જે પણ બાધક જણાય છે, તેને દૂર કરવા માટે, નષ્ટ કરવા માટે અસીમ ક્રોધ, રોષ, દ્વેષ, દૌર્મનસ્ય અને દુર્ભાવનાઓ ઉત્પન્ન કરવા લાગીએ છીએ અને પરિણામે પોતાની સુખશાંતિનો ભંગ કરી લઇએ છીએ. મનની સરળતા

નષ્ટ કરી લઇએ છીએ.

એ જ પ્રમાણે જયારે 'હું–મારાં' પ્રત્યે આસકિત વધે છે તો પેલાં મિથ્યા કલ્પિત 'હું–મારાં'ની મિથ્યા સુરક્ષા અને મિથ્યા હિતસુખ માટે, જેમને 'હું–મારાં' નથી માનતા તેમની મોટામાં મોટી હાનિ કરવા તૈયાર થઇ જઇએ છીએ. આવું કરી વાસ્તવમાં તો પોતાની જ વધારે હાનિ કરીએ છીએ, પોતાના મનની સરળતાની હત્યા કરીએ છીએ, પોતાની આંતરિક સ્વચ્છતા ખોઇ બેસીએ છીએ, પોતાની સુખશાંતિ ગુમાવી બેસીએ છીએ. અન્યોને ઠગવાના પ્રયાસમાં સ્વયં ઠગાઇ જઇએ છીએ.

એ જ પ્રમાણે જયારે આપણને કોઇ દાર્શનિક દૃષ્ટિ અથવા સાંપ્રદાયિક માન્યતા પ્રત્યે આશકિત થઇ જાય છે તો સંકુચિતતાના શિકાર થઇ જઇએ છીએ અને મનની સહજ સરળતા ખોઇ બેસીએ છીએ. મન જયારે પાણીની માફક સહજ–સરળ–તરલ હોય છે તો પોતાને સચ્ચાઇના પાત્રને અનુકૂળ ઢાળી દે છે અને પોતાની સરળતા પણ નથી ગુમાવતું. રસ્તામાં અવરોધ આવે તો કલકલ કરતું, તેની બાજુમાંથી પસાર થઇ જાય છે. કોઇ અવરોધ તેને કાપે છે, બે ટુકડા કરે છે તો કપાઇને પણ અવરોધથી આગળ વધીને ફરીથી જોડાઇ જાય છે. તેવું ને તેવું જ બની જાય છે, જયારે કોઇ અવરોધ દીવાલની જેમ સામે આવીને ગતિ રોકી દે તો ધૈર્યપૂર્વક ધીરે ધીરે ઊંચે વધીને તે દિવાલને ઓળંગીને સહજ ભાવથી આગળ વહી જાય છે. પરંતુ મન જયારે પથ્થરની જેમ કઠોર થઇ જાય છે તો ખડકોથી ટકરાઇને ચિનગારીઓ પેદા કરે છે, ચૂરચૂર થઇ જાય છે. જયારે આપણી દૃષ્ટિ દાર્શનિક વિશ્વાસો, અંધમાન્યતાઓ, કર્મકાંડો અને બાહ્ય આડંબરો પ્રત્યે આસકત થઇ રૂંધાઇ જાય છે ત્યારે જડ બની જાય છે. જડદૃષ્ટિ નિર્જીવ થઇ જાય છે, આપણને અંધ બનાવે છે અને આપણા કલ્યાણનો રસ્તો બંધ કરી દે છે. સાંપ્રદાયિકતાના દાસત્વમાં જકડાયેલા રહેવાને કારણે આપણે સત્યને પોતાનાં ચશ્માંથી જ જોવા માંગીએ છીએ, તેને મારી–મચડીને પોતાની માન્યતાને અનુકૂળ બનાવવા માંગીએ છીએ, તેના પર પોતાના રંગરોગાન કરી તેની સહજ સ્વાભાવિકતા, સહજ સૌંદર્ય નષ્ટ કરીએ છીએ. આ દુષ્પ્રયાસમાં પોતાના મનની સરળતાને નષ્ટ કરીએ છીએ, તેને કુટિલતાથી ભરીએ છીએ.

કુટિલતા કઠોરતા છે, સરળતા મૃદુતા. કુટિલતા અભિમાન છે, સરળતા નિરભિમાપણું. કુટિલતા ગ્રંથિ–બંધન છે, સરળતા ગ્રંથિ–વિમોચન.

ગ્રંથિ–બંધન ખૂબ દુઃખદાયી છે. સાચું સુખ તો ગ્રંથિ–વિમોચનમાં જ છે, વિમુકિતમાં જ છે. જયારે જયારે સરળતા ખોઇને કુટિલતા અપનાવીએ છીએ, ત્યારે ત્યારે પોતાનું માનસિક સમતોલન ખોઇ બેસીને છીએ, ભીતર ને ભીતર ખેંચતાણ શરૂ થઇ જાય છે, અજાણપણે ગાંઠો બાંધવા લાગીએ છીએ. અંતર્મન ગંઠાઇ જાય છે તેની સાથે સાથે શરીરના રેષા–રેષા કાથીના દોરડાની જેમ વળ ખાઇખાઇને અકડાઇ જાય છે. એથી આપણે બેચેન, અશાંત, વ્યાકુળ જ રહીએ છીએ. આપણી આ આંતરિક વ્યાકુળતા જયારે ને ત્યારે ચીડ અને ધૂંધવાટનાં રૂપમાં બહાર પ્રગટ થાય છે અને આ પ્રમાણે આપણે આપણી બેચેની અન્ય પર વરસાવીએ છીએ.

આનાથી વિપરીત મન જયારે સહજ–સરળ રહે છે તો મૃદુ–મધુર, સૌમ્ય–સ્વચ્છ, શીતલ–શાંત રહે છે. શરીર પણ હળવું ફૂલ જેવું અને પુલક રોમાંચથી ભર્યું ભર્યું રહે છે. પરિણામે આપણે પ્રીતિ–પ્રમોદ અને સુખ–સૌહાર્દથી ભરપૂર બનીએ છીએ. આપણું આ આંતરિક પ્રીતિ–સુખ, મૈત્રી અને કરુણાના રૂપમાં બહાર પ્રગટ થાય છે અને આ રીતે આપણે પોતાની સુખ–શાંતિ અન્યને વહેંચીએ છીએ. આસપાસના સમગ્ર વાતાવરણને પ્રસન્નતાથી ભરી દઇએ છીએ.

એટલે જ, આત્મહિત, પરહિત અને સર્વહિત માટે કુટિલતાનો ત્યાગ કરીએ, સરળતા અપનાવીએ.

કુટિલતામાં મહાઅમંગળ સમાયેલું છે, સરળતામાં મહામંગળ !

–''ધર્મ આદર્શ જીવનનો આધાર'' પુસ્તકમાંથી સાભાર

નૂતન વર્ષ અભિનંદન

દીપાવલી – ૨૦૭૪ તથા નૂતન વર્ષ – ૨૦૭૫ નિમિત્તે સર્વ સાધક ભાઇ–બહેનોને શુભકામનાઓ. નવું વર્ષ આપની સાધના અને ધર્મ–પથ પરની આપની યાત્રા દૃઢ–સ્થિર બનાવે એ જ મંગલકામના...

દીપાવલી અને નૂતનવર્ષ નિમિત્તે રાજકોટ ખાતે જૂના સાધકોનું સ્નેહમિલન

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

તારીખ : ૧૧-૧૧-૨૦૧૮, રવિવાર, સવારે ૮ થી ૧૦

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

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 એપ્લિકેશન'' ઉપલબ્ધ છે. VIPASSANA DHAMMAKOT

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

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
13-02 to 24-02

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
18-01 to 26-01-19
10 Day Spl.
16-01 to 27-01-19
1 DAY
18-11-2018
16-12-2018

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

12-11 to 23-11-18
24-11 to 05-12-18
24-12 to 04-01-19
12-02 to 23-02-19
25-02 to 08-03-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
13-12 to 21-12-18
3 DAYS
06-12 to 09-12-18
10 Days Spl.
11-12 to 22-12-18
20 DAYS
19-01 to 09-02-19
30 DAYS
09-01 to 09-02-19

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

15-12 to 26-12-18
03-02 to 14-02-19
17-02 to 28-02-19
08-04 to 19-04-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
29-12 to 06-01-19
05-02 to 13-02-19
05-04 to 18-04-19
20 DAYS
08-01 to 29-01-19
05-03 to 26-03-19
30 DAYS
29-12 to 29-01-19
05-03 to 05-04-19

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

05-11 to 16-11-18
08-12 to 19-12-18
22-12 to 02-01-19
06-01 to 17-01-19
23-01 to 03-02-19
06-02 to 17-02-19

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
3-days
21-12 to 24-12-18

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

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

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
01-03 to 09-03-19
1 Day Spl.
Guru Purnima
16-07-2019

ધમ્મપાલિ

ગામ: 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

14-11 to 25-11-18
28-11 to 09-12-18
14-12 to 25-12-18
02-01 to 13-01-19
23-01 to 03-02-19
13-02 to 24-02-19
06-03 to 17-03-19
27-03 to 07-04-19
17-04 to 28-04-19
01-05 to 12-05-19
15-05 to 26-05-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
15-06 to 23-06-19

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

દોહા ધરમના

ચાર સત્ય હૈં જગત કે, ઇનસે મુખ મત મોડ ।
યહી માર્ગ હૈં મુક્તિ કા, આશ પરાયી છોડ ॥

આઠ અંગ હૈં ધરમ કે, દૂર કરેં ભવ-વ્યાધિ ।
તીન ભાગ મેં બટ રહે, પ્રજ્ઞા શીલ સમાધિ ॥

દુઃખ-મૂલ ઉત્ખનન કી, પાયી જિસને રાહ ।
વહી હુઆ સુખ-શાંતિ કા, સચ્ચા શાહન્શાહ ॥

દોહા ધરમના

કોરે બુદ્ધિ-વિલાસ સે, હોય નહીં કલ્યાણ ।
આર્ય-પંથ પર જબ ચલેં, તબ પાએ નિર્વાણ ॥

ના ગૌતમ સે રાગ હૈં, દ્વેષ કૃષ્ણ સે નાય ।
પ્રજ્ઞા-પથ હી ગ્રાહ્ય હૈં, ભલે કહીં સે પાય ॥

મિથ્યા માયા ત્યાગ કર, પરમ સત્ય કી ઓર ।
કદમ કદમ ચલતે રહેં, બઢે લક્ષ્ય કી ઓર ॥

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

વિપશ્યના 25 ઓક્ટોબર 2018 આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઈગતપુરીના 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 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