વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2562 ❖ અશ્વિન પૂર્ણિમા ❖ 22 ડિસેમ્બર 2018 ❖ વર્ષ – 19 ❖ અંક – 09 ❖ સળંગ અંક - 225

ધમ્મવાણી

न माता पिता कायिरा,
अञ्ञे बापि च ञातका ।
सम्मापणिहितं चित्तं,
सेय्यसो नं ततो करे ।।

જેટલી ભલાઈ માતા–પિતા નથી કરી શકતા કે અન્ય ભાઈ–બહેન, તેથીયે ક્યાંય વધુ ભલાઈ સન્માર્ગ પર સ્થિત ચિત્ત કરી શકે છે.

-ધમ્મપદ

આત્મ-નિરીક્ષણ

એ દિવસોમાં ભગવાન કોશલ દેશની રાજધાની શ્રાવસ્તીમાં અનાથપિંડિકના જેતવન-વિહારમાં વર્ષાવાસ કરી રહ્યા હતા. દેશના રાજા પ્રસેનજિત અને રાણી મલ્લિકા બન્ને ભગવાનનાં શ્રદ્ધાળુ ઉપાસક હતાં. બન્ને સ્વ-નિરીક્ષણની વિપશ્યના સાધનાનાં અભ્યાસી હતાં.

મનુષ્ય જ્યારે સ્વ-નિરીક્ષણનો અભ્યાસી બની જાય છે તો સ્વ-સંબંધી ઘણીબધી સચ્ચાઈઓ તેની સામે પ્રગટ થઈને આવવા લાગે છે; તે સ્વ-અનુભૂતિઓના સ્તર પર પોતાના વિશે ઘણું બધું જાણવા લાગે છે. કુદરત વિશે ઘણું બધું જાણવા લાગે છે. જીવન જગતની પ્રથમ સચ્ચાઈ પ્રમુખ થઈને સામે આવે છે કે આ દુઃખ છે. સાધક અંદર ને અંદર જ આ સચ્ચાઈને જોવાનો અભ્યાસ કરે છે. સામાન્ય સાધક કોઈ કોઈ વાર સાચે સાચ દ્રષ્ટાભાવથી જોઈ શકે છે, પરંતુ મોટાભાગે ભોક્તાભાવથી ભોગવવા લાગે છે. આમ વધારે કે ઓછું ક્યારેક જુએ છે, ક્યારેક ભોગવે છે. જ્યારે જુએ છે ત્યારે ત્યારે સમ્યક્ દર્શન થઈ રહ્યું છે, જ્યારે ભોગવી રહ્યો છે ત્યારે ત્યારે ફરીથી અવિદ્યાના મોહ-સાગરમાં ડૂબકાં ખાવા લાગે છે. સમ્યક્ દર્શન થવા લાગે છે, એટલે કે સચ્ચાઈનો યથાભૂત યથાતથ અનુભવ થવા લાગે છે. હવે જે ચિંતન-મનન થાય છે, સંકલ્પ-વિકલ્પ થાય છે તે પણ સમ્યક્ થવા લાગે છે. સત્યનું યથાવત્ દર્શન થાય છે, ચિંતન યથાવત્ થાય છે. સંકલ્પ-વિકલ્પના ક્ષેત્રમાંથી ભ્રાંતિઓ દૂર થાય છે. સમ્યક્ સંકલ્પ અને સમ્યક્ દર્શનથી સમ્યક્ જ્ઞાન થવા લાગે છે. જે વાત જેવી છે, તેવી જ સમજમાં આવવા લાગે છે. જેટલા જેટલા સમ્યક્-સંકલ્પ અને સમ્યક્-દર્શન પુષ્ટ થવા લાગે છે. એટલું એટલું સમ્યક્ જ્ઞાન વધતું જાય છે. સમ્યક્ જ્ઞાન અને સમ્યક્ દર્શનથી સત્ય આર્ય-સત્ય બની જાય છે. ભાસમાન સત્ય પરથી મિથ્યાભ્રમના પડદા ઊંચકાવા લાગે છે. પ્રગટ-સત્ય નિરીક્ષણ કરતાં કરતાં સ્પષ્ટ થવા લાગે છે, તે પરમ સત્ય બનતું જાય છે, આર્યસત્ય બનતું જાય છે. આર્યસત્યનો દ્રષ્ટા પણ અનાર્યથી આર્ય બનતો જાય છે. જો સમ્યક્-સંકલ્પ થાય છે, સમ્યક્-દર્શન થાય છે, સમ્યક્-જ્ઞાન થાય છે તો સમ્યક્ વિમુક્તિની તરફ કદમ-કદમ આગળ વધે છે. વિચારે છે, જુએ છે એટલે કે અનુભવ કરે છે અને સમજે છે તો ભ્રમ-ભ્રાંતિઓથી વિમુક્તિ થતી જાય છે.

દુઃખ છે. જીવન દુઃખ છે, રોગ દુઃખ છે, વૃદ્ધાવસ્થા દુઃખ છે, અપ્રિયનો સંયોગ દુઃખ છે, પ્રિયનો વિયોગ દુઃખ છે, મનોકામના પૂર્ણ ન થવી દુઃખ છે. સમ્યક્-સંકલ્પ, સમ્યક્-દર્શન અને સમ્યક્ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરી આગળ વધે છે ત્યારે અત્યંત સંક્ષિપ્તમાં વાસ્તવિક દુઃખ શું છે તેને સાધક જુએ છે અને સમજે છે. આ શરીર-સ્કંધ અને આ ચિત્તસ્કંધ જેને પોતાના અજ્ઞાનથી **હું** માની રહ્યો છું. અને માત્ર **હું** માનીને નથી રહી જતો, પરંતુ તેની સાથે ખૂબ જ ગાઢ આસક્તિ; અભિનિવેશ જગાવી રહ્યો છું, અરે ! માનસના ખૂબ ઊંડા ધરાતલ પર સાચું દુઃખ આ જ છે. **હું** પ્રત્યે જેટલી ઊંડી આસક્તિ છે તેટલું ઊંડું દુઃખ છે. એક તો આ નકલી **હું** અને તેના ઉપર પાછો આટલો ઊંડો ચિપકાવ ! આ **હું**ના પ્રત્યે, **સ્વ**ના પ્રત્યે, **અહમ્**ના પ્રત્યે, **પોતાના** પ્રત્યે જેટલી જેટલી આસક્તિ છે તેટલું તેટલું દુઃખ જ છે, જેટલી ઊંડી આસક્તિ છે તેટલું ઊંડું દુઃખ છે.

આસક્તિનું દૃઢમૂળ આલંબન આ અવાસ્તવિક **હું** છે. આત્મ-આસક્તિ જ પ્રથમ આસક્તિ છે, બધી જ આસક્તિઓની જનની છે, બધાં જ દુઃખોનું મૂળ છે. મનુષ્ય જ્યારે હોશ સંભાળે છે ત્યારે પોતાના આ **સ્વ**ની એક મૂર્તિ ઘડવા લાગે છે, એક ચિત્ર અંકિત કરવા લાગે છે. સ્વયં જ મૂર્તિકાર, સ્વયં જ ચિત્રકાર, સ્વયં જ સર્જક બને છે. સ્વયં જ **સ્વ**ની મૂર્તિ બનાવે છે, ચિત્ર બનાવે છે. સ્વયં જ સૃષ્ટા છે, પોતાના **સ્વ**નો સ્વયંભૂ છે.

અને જ્યારે માણસ પોતાની મૂર્તિ ઘડે છે તો ખૂબ જ પ્યારથી ઘડે છે, બહુ જ ખૂબસૂરત મૂર્તિ ઘડે છે, તેને ખૂબ સજાવે છે, શણગારે છે. આ સ્વનિર્મિત મૂર્તિને પોતાના મનમંદિરમાં સ્થાપિત કરે છે, પોતાનો બધો પ્યાર, બધો સ્નેહ તેના પર ઠાલવે છે, પોતાની આ ***મૂરત*** *પર ખૂબ આશિક થઈ જાય છે, મોહિત થઈ જાય છે અને આ* ***મૂરત****ને વધારે શણગારવાનું, સંવારવાનું કામ જીવનભર ચાલે છે.* ***અહમ્****નું પોષણ જીવનભર થતું રહે છે. મનુષ્ય પોતાના આ* ***અહમ્****ને ખૂબ જ હૃષ્ટપુષ્ટ કરતો રહે છે. જેટલો અધિક હૃષ્ટપુષ્ટ કરે છે, જેટલો અધિક સ્નેહથી સજાવે અને શણગારે છે તેટલો જ અધિક આ મૂર્તિ પ્રત્યે આસક્ત થતો જાય છે.*

તેને આ મૂર્તિથી વધારે સંસારમાં બીજું કંઈ પણ, કોઈ પણ પ્રિય લાગતું નથી. અનન્યભાવથી પોતાનો બધો જ પ્રેમ આ મૂર્તિ પર ઠાલવે છે. પોતાનાથી વિશેષ તેને કોઈ જ પ્રિય નથી લાગતું. સાધકની સામે આ સત્ય સ્પષ્ટ થાય છે.

સત્યદર્શી, આત્મદર્શી રાજા પ્રસેનજિત દિવસભરની વહીવટી જવાબદારીઓ પૂરી કરીને, સંધ્યાટાણે વિશ્રામ માટે મહેલના પહેલા માળે રાણીવાસમાં આવે છે. સત્યદર્શીની રાણી મલ્લિકા સ્મિત કરીને તેમનું સ્વાગત કરે છે. સમ્રાટ પૂછે છે, "મલ્લિકા ! તને સંસારમાં પોતાનાથી પણ વધુ કોઈ પ્રિય છે ?" બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, "શું તું સ્વ-કેન્દ્રી છે? સ્વાર્થીલી છે?"

સ્વદર્શિની રાણી સત્યભાષિણી પણ છે. હસીને કહે છે, "ના મહારાજ ! મને મારાથી વધુ કોઈ પ્રિય નથી, એટલે સાચેસાચ હું ***સ્વ-કેન્દ્રી*** *છું." અને હસીને બદલામાં પોતાના પતિને તે જ પ્રશ્ન કરે છે, "મહારાજ ! તમે બતાવો, શું તમને પણ તમારા પોતાનાથી વધારે કોઈ અન્ય પ્રિય છે ?" બીજા શબ્દોમાં, "શું તમે પણ તદ્દન સ્વકેન્દ્રી છો ! સ્વાર્થી છો ?"*

વાત ઝઘડા જેવી થઈ, પરંતુ રાજા પ્રસેનજિત પણ રાણી મલ્લિકાની જેમ સ્વદર્શી હતા, સત્યદર્શી હતા. સત્યદર્શી તો હતા સાથે સત્યભાષી પણ હતા. સ્મિત કરી કહે છે "ના મલ્લિકા, મને પોતાનાથી વધારે બીજું કોઈ પ્રિય નથી, એટલે કે હું પણ ***સ્વકેન્દ્રી*** *છું,* ***સ્વાર્થી*** *છું".*

આ સત્ય સંવાદોથી બન્ને ધર્મભાષી પ્રસન્ન થયાં.

સાચે જ પોતાનાથી વિશેષ બીજું કોઈ પ્રિય નથી હોતું. પોતાના પ્રત્યે ગાઢ પ્રેમ હોય છે, ઊંડી આસક્તિ હોય છે. એટલે પોતાને સુરક્ષિત રાખવાની ચિંતા જન્મે છે, ***સ્વ****ના અનિષ્ટનો ભય જાગે છે. જ્યાં પ્યાર છે, આસક્તિ છે, ત્યાં ચોક્કસપણે ભય છે, આશંકા છે, અનિષ્ટનો ભય, અસુરક્ષાની આશંકા. ઈચ્છે છે કે આ પોતાપણું, આ* ***સ્વ*** *કાયમ રહે, અનંતકાળ સુધી કાયમ રહે. જે કોઈ વ્યક્તિ, સ્થિતિ, વસ્તુ કે ઘટના આ* ***હું*** *પ્રત્યે ઉત્પન્ન થયેલા અનિષ્ટના ભયને, અસુરક્ષાની આશંકાને દૂર કરવામાં સહાયક થાય છે તે પ્રિય લાગે છે. જે સહાયક થતાં નથી, તે પ્રિય લાગતાં નથી. અને આ ભયને-આશંકાને દૂર કરવાને બદલે વધારતાં હોય તેવાં લાગે છે ને અપ્રિય લાગે છે, ભલે તે વ્યક્તિ કોઈપણ હોય, તે વસ્તુ, સ્થિતિ, ઘટના પણ સામાન્ય કે ગંભીર હોય.*

આ ***હું*** *પ્રત્યે, પોતાના પ્રત્યે બહુ જ પ્યાર ઊભરાય છે એટલે હંમેશા તેને સુખી રાખવા ઈચ્છે છે. આ* ***હું****ને સુખી, સુરક્ષિત રાખવા માટે વિવિધ પ્રકારની યોજનાઓ બનાવે છે, ભવિષ્ય માટે સુંદર સપનાં સજાવે છે. આ સ્વપ્નમયી ચાદરના તાણા-વાણા ખૂબ જ મોહક હોય છે અને તેના પ્રત્યે ખૂબ જ પ્યાર જાગે છે, ખૂબ આસક્તિ જાગે છે. આ તાણા-વાણા વણવામાં જે જે સહાયક થાય છે તેઓ ખૂબ જ પ્રિય લાગે છે; ભલે તેઓ કોઈ પણ હોય, કેવા પણ હોય.*

એટલે પ્યાર પોતાનાં સપનાં સાથે છે, પોતાની અભીપ્સા સાથે છે, પોતાની તૃષ્ણાઓ સાથે છે અને આ સ્વપ્ન, આ અભીપ્સા, આ તૃષ્ણા પોતાના આ ***હું****ને સુરક્ષિત અને સુખી રાખવાની જ તો છે. આમ, ખરેખર પ્યાર તો આપણા પોતાના પ્રત્યે હોય છે, પોતાના* ***હું*** *પ્રત્યે, પોતાની બનાવેલી આ મૂર્તિ પ્રત્યે હોય છે.*

આત્મદર્શી, સત્યદર્શી સાધક જુએ છે કે સાચેસાચ તેને કેટલો ગાઢ પ્રેમ સ્વનિર્મિત ***હું*** *પ્રત્યે છે. જ્યાં સુધી કોઈ આ* ***હું****ની આસક્તિથી પૂર્ણપણે મુક્ત થઈ જતો નથી ત્યાં સુધી તે પ્રેમ* ***હું****ને કરશે,* ***હું****નાં સ્વપ્નો સાથે જ પ્રેમ કરશે.* ***હું*** *અને* ***મારાં*** *સ્વપ્નો પ્રત્યે જે પ્રેમ છે, તે જ પ્રાથમિક છે, તે જ પ્રમુખ છે. બાકી બધા પ્રેમ ગૌણ છે.*

પરસ્પરના બધા જ સંબંધ આ ***હું*** *પર જ આધારિત છે,* ***હું*** *સંબંધી સ્વપ્નો પર જ આધારિત છે. જેમને આપણાં સ્વપ્નો સાથે કોઈ સંબંધ નથી, તેઓ ન તો આપણને પ્રિય છે, કે ન અપ્રિય. જે જે સ્વપ્નોમાં સહાયક છે, તે તે પ્રિય છે, જે જે સ્વપ્નોમાં બાધક છે તે તે અપ્રિય છે. જેટલા પ્રમાણમાં સહાયક છે, તેટલા પ્રમાણમાં પ્રિય છે; જેટલા પ્રમાણમાં બાધક છે તેટલા પ્રમાણમાં અપ્રિય છે. તે ભલે મા હોય કે બાપ, પુત્ર હોય કે પુત્રી, ભાઈ હોય કે બહેન, પતિ હોય કે પત્ની, ગુરુ હોય કે શિષ્ય, આડોશી હોય કે પાડોશી, નાનો હોય કે મોટો, દૂર હોય કે નજીક હોય, કોઈપણ ફર્ક પડતો નથી.*

બે ભાઈઓમાં પ્રેમ જાગે છે ને વર્ષો ચાલે છે, ખૂબ પાંગરે છે ને ખૂબ વધે છે. લોકો સમજે છે કે એમના વચ્ચે પરસ્પર બહુ ગાઢ પ્રેમ છે. તે બન્ને પણ આવું જ સમજે છે પણ એ નથી જાણતા કે પ્રેમ એકબીજાથી નથી પણ પોતાની જાત સાથે છે, પોતાનાં સ્વપ્નો સાથે

પ્રેમ છે. પ્રેમ ગાઢ થતો ગયો કેમ કે બન્નેનાં સ્વપ્નો એકસમાન હતાં. એકનું સ્વપ્નું પૂરું થતું તો બીજાનું આપોઆપ પૂરું થઈ જતું. બન્નેનાં સુખ, સુરક્ષાનાં સ્વપ્ન, એકબીજા સાથે બિલકુલ મેળ ખાતાં હતાં. આથી બન્ને પોતપોતાનાં સ્વપ્નો પૂરાં કરવામાં સ્વાભાવિક જ એકબીજાના સહાયક, એકબીજાનાં સહયોગી બની રહ્યા. અને આ ક્રમ વર્ષો ચાલ્યો, અર્ધ શતાબ્દી સુધી ચાલ્યો. પરંતુ આટલા લાંબા સમય પછી એકાએક બન્નેનાં સ્વપ્નોમાં પરિવર્તન આવવા લાગ્યું. બન્નેની સુરક્ષા, બન્નેનાં સુખ જુદાં જુદાં થઈ ગયાં. અને માત્ર જુદાં જુદાં જ નહીં પરંતુ એકબીજાનાં વિરોધી થઈ ગયાં. એકનું સ્વપ્ન પૂરું થાય તો બીજાનું સ્વપ્ન ખંડિત થાય. હવે જુઓ ! ક્યાં ગયો તે પ્રેમ જેનો આ બન્ને ભાઈઓને આટલો ગર્વ હતો ! જેની લોકોમાં એટલી બધી ચર્ચા હતી ! બન્ને એકબીજાના પગ ખેંચવાની પેરવીમાં લાગી ગયા, એકબીજાને કોણી મારીને પોતાના રસ્તામાંથી દૂર હટાવવાના પ્રયત્નો કરવા લાગ્યા. બધો ભાઈચારો રફુચક્કર થઈ ગયો. જોતજોતામાં પ્રેમ દુશ્મનીમાં બદલાઈ ગયો.

વખત આવે ત્યારે આવું ભાઈ ભાઈમાં જ નહિ પણ પતિ-પત્નીમાં પણ થાય છે, બાપ-દીકરામાં પણ થાય છે, ગુરુ-શિષ્યમાં પણ થાય છે, મિત્ર-મિત્રમાં પણ થાય છે. સાધક સાધનામાં જ્યારે પરિપક્વ થાય છે ત્યારે આ સત્યને સમત્વ બુદ્ધિ સાથે સ્વીકારે છે. પરિપક્વ થતો નથી તો વ્યાકુળ થાય છે, વ્યથિત થાય છે. પોતે પણ વ્યાકુળ-વ્યથિત થાય છે, બીજાઓને પણ વ્યાકુળ-વ્યથિત કરે છે.

રાજા પ્રસેનજિત અને રાણી મલ્લિકા આ સત્યને ખૂબ સમજ્યાં. બીજે દિવસે ભગવાનનાં દર્શન માટે, જેતવન વિહાર ગયાં. જે વાતચીત પરસ્પર થઈ હતી તે ભગવાનને કહી સંભળાવી. ભગવાને તેમની વાતને સમર્થન આપ્યું. સાચેસાચ લોકોને પોતાનું **પોતાપણું** જ પ્રિય હોય છે પોતાનો **હું** જ પ્રિય છે.

આપણે પણ આ સચ્ચાઈને જોવી જોઈએ, સમજવી જોઈએ. જેવી રીતે મને મારો **હું** પ્રિય છે, મારાં **સ્વપ્ન** પ્રિય છે, બસ આ જ રીતે દરેકને પોત-પોતાનો **હું** પ્રિય છે, પોતપોતાનાં સ્વપ્નો પ્રિય છે. જેવી રીતે મારા આ **હું**ની વિરુદ્ધ કોઈના દ્વારા કંઈપણ કરવામાં આવે તો મને અપ્રિય લાગે છે, બસ એ જ રીતે બીજાને પણ, પોતાના **હું**ની વિરુદ્ધ, પોતાના સ્વપ્નાંઓની વિરુદ્ધ કંઈ પણ કરવામાં આવે એ અપ્રિય જ લાગે છે. સાધક પોતાના જેવા જ બીજાંને પણ સમજે અને આવી રીતે સમજીને બીજાના **હું**ને આઘાત ના પહોંચાડે, કોઈનાં **સ્વપ્નો**ને હાનિ (ચોટ) ના પહોંચાડે, કોઈને સતાવે નહીં.

આ ભાવોને વ્યક્ત કરતાં, તે સમયે ભગવાનના મુખેથી ઉદાનનાં આ શબ્દો સરી પડ્યાં.

सब्बा दिसा अनुपरिगम्म चेतसा, नेवज्झगा पियतरमत्तना क्वचि ।

एवं पियो पुथु अत्ता परेसं, तस्मा न हिंसे परमत्तकामो ॥

ચિત્તને બધી જ તરફ દોડાવીને જુઓ પોતાનાથી પ્રિય કોઈ દેખાતું જ નથી. જે વાત પોતાના માટે સાચી છે, તે જ બીજાના માટે પણ સાચી છે. બીજાઓને પણ પોતાની જાતથી વહાલું કોઈ દેખાતું નથી. એટલે પોતાનું ભલું ઈચ્છનારે બીજાંને સતાવવાં જોઈએ નહીં.

આવો ! ભગવાનની આ ઉદાનવાણીને હૃદયંગમ કરીએ. કોઈને પણ ના સતાવીએ ! કોઈને પણ ના સતાવીએ ! કોઈને પણ ના સતાવીએ ! આમાં જ આપણું સાચું કલ્યાણ છે.

"જાગે અંતર્બોધ" પુસ્તકમાંથી સાભાર

ધમ્મજૂનાગઢ ખાતે કૃતજ્ઞતા સમારોહ તથા ભૂમિપૂજન કાર્યક્રમમાં ફેરફાર

તા. ૬-૧-૨૦૧૯ નો ધમ્મ જૂનાગઢ ખાતે કૃતજ્ઞતા સમારોહ અને ભૂમિપૂજનનો કાર્યક્રમ **તા. ૨૪-૨-૨૦૧૯, રવિવાર** ના દિવસે નક્કી થયેલ છે. આ કાર્યક્રમ માટે ધમ્મસિંધુથી વરિષ્ઠ આચાર્ય ડો. સાવલા સાહેબ તથા વરિષ્ઠ આચાર્યા શ્રીમતી પુષ્પાબેન સાવલા આવવા મૈત્રી સહિત ઉત્સાહિત થયા છે.

વ. આ. સાવલા સાહેબ સહિત અનેક વરિષ્ઠ આચાર્યો અને ગંભીર સાધકો ૬૦ દિવસની શિબિર માટે ઈગતપુરી મુકામે જતા હોઇ તેઓ સર્વે જાન્યુઆરી મહિનામાં ઉપસ્થિત રહી શકે તેમ ન હોય આ પરિવર્તન કરેલ છે.

ધમ્મકોટ - એક દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૨૭-૦૧-૨૦૧૯, રવિવાર

સમય : સવારે ૯–૦૦ થી સાંજે ૫–૦૦

નોંધ : કેન્દ્ર ઉપર જવા–આવવા માટે નિ:શુલ્ક 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 : સિટી ઓફિસ

મો.: ૭૮૭૮૭૨૭૨ ૨૩ (નામ રજિસ્ટ્રેશન કરાવવા)

વિપશ્યના ધ્યાનનું પ્રથમ ચરણ
"આનાપાન ધ્યાન"
શીખવા માટે તેમ જ વિપશ્યના વિશે વિશેષ માહિતી મેળવવા માટે
જોડાવ અમારા વોટસએપ ગ્રુપ સાથે
ગ્રુપમાં જોડાવા માટે વોટસએપ મેસેજ કરો "આપનું નામ, શહેરનું નામ"
આ નંબર સેવ કરો
94262 02222

વિપશ્યના પરિચય તેમજ સૌરાષ્ટ્રના કેન્દ્રોની માહિતી માટે ગુગલ પ્લે સ્ટોર પર
"એન્ડ્રોઇડ એપ્લીકેશન"
ઉપલબ્ધ છે.
ANDROID APP ON Google play
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,
M : 78 78 72 72 40,
M : 93279 23540,
E-mail : dhammakot@gmail.com

02-01 to 13-01
30-01 to 10-02
13-02 to 24-02
27-02 to 10-03
13-03 to 24-03
03-04 to 14-04
17-04 to 28-04

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
18-01 to 26-01-19

10 Day Spl.
16-01 to 27-01-19

1 DAY
27-01-2019
24-02-2019

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

12-02 to 23-02-19
25-02 to 08-03-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
12-03 to 20-03-19

10 Days Spl.
10-03 to 21-03-19

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

03-02 to 14-02-19
17-02 to 28-02-19
08-04 to 19-04-19
21-04 to 02-05-19
05-05 to 16-05-19
02-06 to 13-06-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
05-02 to 13-02-19
10-04 to 18-04-19

20 DAYS
08-01 to 29-01-19
05-03 to 26-03-19

30 DAYS
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

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

10-days
25-01 to 28-01-19
15-02 to 26-02-19

3-days
25-01 to 28-01-19
23-03 to 26-03-19

1-day : 21-04-2019

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

02-01 to 13-01-19
16-01 to 27-01-19
30-01 to 10-02-19
13-02 to 24-02-19
13-03 to 24-03-19
27-03 to 07-04-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
01-03 to 09-03-19

1 Day Spl.
Guru Purnima
16-07-2019

10 Days Spl.
27-02 to 10-03-19

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

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
29-05 to 09-06-19
03-07 to 14-07-19
24-07 to 04-08-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
15-06 to 23-06-19

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

દોહા ધરમના

મનન કરે ચિંતન કરે, યહી મનુજ કા ધર્મ ।
આંખ મૂંદ પીછે ચલે, યહ પશુઓં કા ધર્મ ॥

શબ્દ બિચારા ક્યા કરે, અર્થ ન સમજે કોય ।
અર્થ બિચારા ક્યા કરે, ધારણ કરે ન કોય ॥

ધર્મ નહીં ધારણ કરે, કરે બાત હી બાત ।
દીપ શિખા કબ કી બુઝી, રહી અંધેરી રાત ॥

દોહા ધરમના

ધર્મ દેશના સહજ હૈ, બડા સરલ વ્યાપાર ।
પર ચલના તો કઠિન હૈ, જ્યોં ખાંડે કી ધાર ॥

સત્ય ધરમ ધારણ કરે, તો સચિયારા હોય ।
કરે નિખાલસ ચિત્ત કો, તભી ખાલસા હોય ॥

અંતર મૈલ ઉતાર કર, નિપટ નિખાલિસ હોય ।
વો હી સચ્ચા ખાલસા, જન જન પૂજિત હોય ॥

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 : **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 22 ડિસેમ્બર 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