વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2562 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 21 માર્ચ 2019 ❖ વર્ષ – 19 ❖ અંક – 12 ❖ સળંગ અંક - 228

ધમ્મવાણી

हनन्ति भोगा दुम्मेधं नो चे पचारगवेसिनो।
भोगतण्हाय दुम्मेधो हन्ति अञ्ञे'व अत्तनं।।

ભોગ દુર્બુદ્ધિ પુરુષનો નાશ કરી દે છે, જો તે તેની પાર જવા કોશિશ ન કરે તો. ભોગોની તૃષ્ણામાં ફસાઇને દુર્બુદ્ધિ પુરુષ પારકાની માફક પોતાને મારી નાખે છે.

-ધમ્મપદ

સુખી-સુરક્ષિત-૧

સિદ્ધાર્થ ગૌતમને સમ્યક્ સંબોધિ પ્રાપ્ત થઈ. ધર્મચક્ર-પ્રવર્તન થયું. ખોખલા (નિર્જીવ) કર્મકાંડ, નિરર્થક દાર્શનિક વાદ-વિવાદ, નાત-જાત અને સંપ્રદાયગત સંકીર્ણતાથી દૂર સર્વજનીન, સાર્વદેશિક, સાર્વકાલિક ધર્મનું સર્વમંગલકારી સ્વરૂપ લોકમાં પ્રસારિત થવા લાગ્યું. બધા જ વર્ગ, વર્ણ, કૂળ, ગોત્રના લોકો શુદ્ધ ધર્મની ચુંબકીય શક્તિ તરફ આકર્ષિત થઈને ખેંચાઈ આવવા લાગ્યા. ધર્મસંઘ સંવર્ધિત થવા લાગ્યો.

એ દિવસોમાં ભગવાન મગધની રાજધાની રાજગૃહીમાં જ્યારે મગધરાજ શ્રેણિક બિમ્બિસાર દ્વારા પ્રદત્ત (દાન કરેલ) વેણુવનમાં વિહાર કરી રહ્યા હતા ત્યારે પિતા શુદ્ધોધને વારંવાર દૂત મોકલીને આમંત્રિત કરવાથી ભગવાન કપિલવસ્તુ ગયા.ત્યાં પ્રારંભિક ખચકાટ પછી અનેક શાક્યવંશીય રાજપુત્ર પ્રવ્રજિત થઈ ધર્મસંઘમાં જોડાયા. ભગવાન થોડા દિવસ કપિલવસ્તુમાં વિહાર કરી સમગ્ર ભિક્ષુસંઘ સાથે પાસેના મલ્લદેશના અનૂપીય આમ્રવન તરફ ચાલી નીકળ્યા.

એ દિવસોમાં કપિલવસ્તુમાં ગણરાજ્ય હતું. ગણસભાના બધા જ સભાસદો રાજા કહેવાતા હતા. તેમાંથી કોઈ એકને નિશ્ચિત સમય માટે કાર્યવાહક શાસક તરીકે ચૂંટી કાઢતા હતા. બધા રાજા હળી-મળીને શાસનના નિયમોનું સંવિધાન કરતા અને કાર્યવાહક રાજા આ નિયમો અનુસાર પ્રજાને અનુશાસિત કરતો હતો. એ દિવસોમાં કાલીગોધના પુત્ર ભદ્દિય કાર્યવાહક રાજા હતા. અન્ય અનેક સભાસદ રાજાઓમાંથી એક રાજા હતા શાક્ય મહાનામ. એ ખેતીવાડી કરીને જીવન ઉપાર્જન કરતા હતા. મહાનામનો નાનો ભાઈ હતો અનિરુદ્ધ. એ મોટાભાઈ અને માતાનાં લાડ-પ્યારમાં ઊછરેલો, સુખ-સમૃદ્ધિનું જીવન વિતાવતો હતો.

એક દિવસ મહાનામ શાક્યના મનમાં થયું કે બધા રાજપરિવારોમાંથી અનેક સભ્યો શાક્યસિંહ ભગવાન બુદ્ધના સંઘમાં જોડાઈ રહ્યા છે. શા માટે હું પણ બધું ધન-ધાન્ય અને કામ-ધંધો નાના ભાઈ અનિરુદ્ધને સોંપીને સ્વયં પ્રવ્રજિત થઈ, એમને સાથ ન આપું. આ સંબંધમાં બન્ને ભાઈઓમાં પરસ્પર વાતચીત થઈ. અંતે મહાનામને ઘર સંભાળવા માટે રહેવું પડ્યું. અનિરુદ્ધ પ્રવ્રજિત થવા માટે કૃતસંકલ્પ થયો. આ નિમિત્તે તે જ્યારે પોતાની મા પાસે આજ્ઞા લેવા ગયો તો માતા વ્યથિત-વ્યાકુળ થઈ. પુત્રવિયોગ તેના માટે અસહ્ય હતો. અનિરુદ્ધનો અત્યંત દૃઢ સંકલ્પ જોયો અને તેને રોકવાનો અન્ય ઉપાય ન સૂઝ્યો તો તેણે એ શરત કરીને અનુમતિ આપી કે રાજા ભદ્દિય તારી સાથે પ્રવ્રજિત થાય તો ભલે, તું પણ થઈ જા. તે જાણતી હતી કે એક તો શાસનની જવાબદારીઓને કારણે અને બીજું શાસકને મળેલી વિશેષ સત્તા અને સુવિધાની આસક્તિઓને કારણે ભદ્દિય કદાપિ પ્રવ્રજિત નહીં થાય. પરંતુ ભદ્દિય અનિરુદ્ધનો બાળપણનો ધૂળમાં સાથે રમેલો ઘનિષ્ઠ મિત્ર હતો. આથી અનિરુદ્ધે આ શરત ઝટ દઈને સ્વીકાર કરી લીધી. તેને પૂરો વિશ્વાસ હતો કે અંતરંગ મિત્ર ભદ્દિય તેની વાત નહીં ટાળે, ધર્મપથ ઉપર તેનો સાથ દેશે. માનસમાં સફળતાની ઉમંગ ભરીને અને કદમોમાં ગૃહત્યાગની ત્વરા લઈને તે રાજમહેલ તરફ ગયો અને રાજા ભદ્દિયને મળીને બોલ્યો, "મિત્ર ભદ્દિય, હું પ્રવ્રજ્યા માટે અત્યંત આતુર છું, સંવેગગ્રસ્ત છું. પરંતુ મારું પ્રવ્રજિત થવું કે ન થવું એ તારા પર આધારિત છે".

શાક્યરાજ ભદ્દિયે કહ્યું, "સૌમ્ય અનિરુદ્ધ, જો તારી પ્રવ્રજ્યા મારા આધીન છે તો હું તને આ આધીનતાથી મુક્ત કરું છું, પ્રસન્નતાથી પ્રવ્રજિત થઈ જા."

આથી અનિરુદ્ધે બધી વાત સમજાવતાં કહ્યું કે, "હું તારા વિના પ્રવ્રજિત ન થઈ શકું."

શાક્યરાજ ભદ્દિય ઘર છોડીને પ્રવ્રજિત થવા તૈયાર ન હતા. પરંતુ વચનોમાં બંધાઈ ચૂક્યા હતા. પૂરી વાત સાંભળ્યા-સમજ્યા વિના તેણે વચન આપી દીધું હતું કે, "જો તારી પ્રવ્રજ્યા મારા આધીન હોય તો હું તને આ આધીનતાથી મુક્ત કરું છું." આધીનતાથી મુક્ત કરવાનો અર્થ હતો અનિરુદ્ધની માતાની શરત પૂરી કરવી, એટલે સ્વયં પણ પ્રવ્રજિત થવું. એ દિવસોમાં લોકો સત્યવાદી હતા. વચન નિભાવવાવાળા હતા. ઈક્ષ્વાકુવંશના લોકોને તો આ ક્ષેત્રમાં વધારે પ્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત હતી. એટલે પ્રવ્રજિત થવાનો ધર્મસંવેગ ન હોવા છતાં પણ શાક્યરાજ ભદ્દિય અનિરુદ્ધની સાથે મલ્લપ્રદેશમાં આમ્રવનમાં, જ્યાં ભગવાન બુદ્ધ વિહાર કરી રહ્યા હતા, ત્યાં પહોંચીને પ્રવ્રજિત થયા અને તેમના ધર્મસંઘમાં જોડાઈને વિપશ્યના સાધનામાં મગ્ન થઈ ગયા. સમય જતાં અનિરુદ્ધની જેમ તે પણ અરહંત પદને પ્રાપ્ત થયા, જીવનમુક્ત થયા.

સ્થવિર ભદ્દિય અરણ્યના કોઈ ખુલ્લા સ્થાનમાં વૃક્ષની નીચે કે કોઈ એકાંત ધ્યાનકક્ષમાં જેને તે વખતની ભાષામાં શૂન્યાગાર કહેતા હતા, ધ્યાન કરતા, વિપશ્યના ભાવના કરતા, અધ્યાત્મમાં એટલે કે પોતાની અંદર ઈન્દ્રિયજન્ય સંવેદનાઓની વેદનાનુપશ્યના કરતા, અતીન્દ્રિય સંવેદનાઓનાં પ્રીતિપ્રમોદ પૂર્ણ દર્શન કરતા અને પછી ઈન્દ્રિયાતીત નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરી **निब्बाणं परमं सुखं**નું તથ્ય અનુભવ કરતા અને આ નિર્વાણિક સ્થિતિ પછી લાંબા સમય સુધી અંદર ને અંદર જે શીતળ શાંતિથી તન-મન આપ્લાવિત રહેતા, તેનાથી ધર્મ-સાધના પ્રત્યે વિહ્વળ થઈને પુલક રોમાંચથી ભરાઈ ઊઠતા. ક્યારેક ક્યારેક આંખોથી અશ્રુધારા વહેતી. આનંદાતિરેકની એવી અવસ્થામાં તેમના મુખેથી સહજ હર્ષોદ્‌ગાર નીકળી પડતા -**अहो सुखं !**

अहो सुखं !

બહુ જ અંતર છે ઈન્દ્રિયસુખ અને ઈન્દ્રિયાતીત નિર્વાણિક સુખમાં. એક ભ્રમ, ભ્રાંતિ, આભાસ માત્ર. બીજું છે યથાર્થ, વાસ્તવિક. નિર્વાણનું સુખ, સૂક્ષ્મથી સૂક્ષ્મ ઈન્દ્રિયસુખની પણ પરે. અતુલ, અનુત્તર, અદ્વિતીય,

અનુપમ, અપ્રમેય. વર્ણનાતીત, વ્યાખ્યાતીત, શબ્દાતીત. મૂંગાનો ગોળ, જે ચાખે તે જ જાણે. કોઈ કેવી રીતે વખાણે ? વખાણે તો દરેક શબ્દ ભ્રામક જ ભ્રામક સાબિત થાય.

તેથી જ તે સાધક-ભિક્ષુ, જેઓ હજુ આર્ય નહોતા થઈ શક્યા, જે સાધનાપથના પથિક તો હતા, પણ આવા અનુપમ અમૃતરસનું જેમણે આસ્વાદન કર્યું ન હતું, તે આ **अहो सुखं ! अहो सुखं !** નો શો અર્થ કરે ? તેમના માટે ઇન્દ્રિયસુખ જ સુખ હતું. તેથી જ્યારે તે સ્થવિર ભદ્દિયને ભીને-નયન **अहो सुखं ! अहो सुखं !** કહેતા સાંભળતા ત્યારે તેમને લાગતું કે પહેલાંના સમયના રાજા ભદ્દિય, મિત્ર અનિરુદ્ધ સાથે વાર્તાલાપમાં વચનબદ્ધ થઈ જવાના કારણે, મન વગર જ ઘરથી બેઘર થયા છે, તેથી મન ખિન્ન છે. ક્યાં પેલા મહેલોનો વૈભવ-વિલાસ અને ક્યાં આ ભિક્ષુનું અભાવગ્રસ્ત શુષ્ક જીવન ? ક્યાં એ પ્રવૃત્તિમય રંગરેલી અને ક્યાં આ નિવૃત્તિમય ત્યાગ-તપ ? ક્યાં પેલા નોકર-ચાકર, રાજ્ય પરિષદ અને ચતુરંગિણી સેના ઉપર હકૂમતનો રુઆબ-રૉફ અને ક્યાં આ ઠેર-ઠેર ભિક્ષાટનનું જીવન ! અવશ્ય રાજા ભદ્દિય અંદર ને અંદર અત્યંત દુઃખી છે અને પોતાના ચાલ્યા ગયેલા વૈભવને યાદ કરીને **अहो सुखं ! अहो सुखं !** નું ઉચ્ચારણ કરતા અને નિસાસા ભરતા રહે છે.

વાત ભગવાન સુધી પહોંચી. ભગવાન વસ્તુસ્થિતિ જાણતા હતા. એટલે ફરિયાદ કરનારા ભિક્ષુઓની સામે જ સ્થવિર ભદ્દિયને બોલાવીને પ્રશ્ન કર્યો, જેથી તેમની ભ્રાંતિ દૂર થાય.

સ્થવિર ભદ્દિયે ઉત્તર આપ્યો, "ભન્તે ભગવન્ ! એ સત્ય છે કે મને મારા જૂના જીવનનું સ્મરણ થાય છે અને તેની અત્યારના જીવન સાથે તુલના કરું છું તો સ્વાભાવિક જ મુખમાંથી **अहो सुखं ! अहो सुखं !** નીકળી પડે છે. ભંતે ભગવાન ! જ્યારે હું કપિલવસ્તુ ગણરાજ્યનો કાર્યવાહક રાજા હતો ત્યારે મારા અંતઃપુરની અંદર-બહાર, નગરની અંદર-બહાર, કડક પહેરો રહેતો હતો. એ બધો પહેરો મારી આરક્ષા-સુરક્ષા માટે હતો. પરંતુ એવી સુરક્ષા હોવા છતાં પણ સર્વદા હું પોતાને અસુરક્ષિત જ અનુભવ કરતો હતો. હંમેશા ભયભીત, સાશંક, હંમેશા ઉદ્વિગ્ન, સંત્રસ્ત. અને અત્યારે ભગવન્ ! અરણ્યમાં કોઈ વૃક્ષની નીચે, કોઈ શૂન્યાગારમાં સર્વદા એકલો રહીને ધ્યાન કરું છું ત્યારે સાચે જ કેટલો સુરક્ષિત અનુભવ કરું છું ! કેટલો નિર્ભય ! કેટલો નિઃશંક ! કેટલો અલ્પેચ્છ ! કેટલો શાંત ! કેટલો સુખી ! આવી અવસ્થામાં સ્વાભાવિક જ હર્ષ વચન નીકળી પડે છે - **अहो सुखं ! अहो सुखं !**

ધન્ય છે વિપશ્યનાજન્ય સમતાનું મહાસુખ. ધન્ય છે નિર્વાણ અવસ્થાનું પરમસુખ.

વિપશ્યના સમતા માટે જ તો છે, નિર્વાણ માટે જ તો છે, મહાસુખ - પરમસુખ માટે જ તો છે. જીવનમાં જ્યારે જ્યારે અણગમતું થાય છે અથવા ગમતું થતું નથી ત્યારે ત્યારે આપણે કુપિત થઈ ઊઠીએ છીએ અને પરિણામસ્વરૂપ દુઃખી થઈ ઊઠીએ છીએ. જ્યારે કોઈ વસ્તુ અથવા સ્થિતિને પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છીએ છીએ, ત્યારે એની કામનામાં તૃષિત-તરસ્યા અને ત્રસ્ત બની રહીએ છીએ અને જ્યાં સુધી પ્રાપ્ત ન થાય, ત્યાં સુધી અભાવમાં અસુરક્ષા અનુભવ કરીએ છીએ, ઉદ્વિગ્ન-ઉત્તેજિત રહીએ છીએ. જ્યારે તે પ્રાપ્ત થઈ જાય ત્યારે તેને કાયમ રાખવા માટે આતુર થઈ ઊઠીએ છીએ. વિચારીએ છીએ કે એના વગર સુરક્ષિત કેવી રીતે રહી શકાશે ! એટલે એ **મારી** ની સુરક્ષામાં **હું** ની સુરક્ષા માની લઈ, **મારી** ને કાયમ રાખવાની તનતોડ મહેનત કરે છે અને તેના આરક્ષણ માટે કોટ-કિલ્લા ચણે છે. નષ્ટ થઈ જવાના ભયથી રાતની ઊંઘ અને દિવસનું ચેન ગુમાવે છે. અભાવમાં પણ દુઃખી, પ્રાપ્તિમાં પણ દુઃખી. કોઈ મનગમતું ન થાય તો પણ દુઃખી અને થઈ જાય તો પણ દુઃખી. ન થાય ત્યારે ન થવાનું દુઃખ, થાય ત્યારે તેને કાયમ રાખવાના પ્રયાસનું દુઃખ. કાયમ ન રાખી શકીએ તો પછી ખોઈ નાખવાનું દુઃખ. દુઃખ જ દુઃખ, દુઃખ જ દુઃખ. આ દુઃખનો નિરોધ જ તો વિપશ્યનાપથ છે.

વિપશ્યનાના અભ્યાસમાં સાધક શું કરે છે ? અંતર્મુખ થઈને શરીરસ્કંધમાં અંદર-બહાર ચેતનાના સ્તર પર ગમતી અને અણગમતી સંવેદનાઓની અનુભૂતિ કરે છે. પૂર્વસંસ્કારોના દૂષિત સ્વભાવને કારણે અણગમતીને દૂર કરવાની અને ગમતીને કાયમ રાખવાની, એકઠી કરી રાખવાની વારંવાર ભૂલ કરતો કરતો પણ વચ્ચે વચ્ચે બન્નેના અનિત્ય ધર્મને સમજે છે. ત્યારે પ્રજ્ઞાપૂર્વક સમતામાં સ્થિર થાય છે. આ પ્રકારે ધીમે ધીમે એ અવસ્થા તરફ આગળ વધે છે, જેમાં અભાવને કારણે અને ભાવના છૂટવાના કારણે એનું મન કુપિત-કુંઠિત થતું નથી. સફળતા-વિફળતા, ઉત્કર્ષ-અપકર્ષ વગેરેના ભાવ-અભાવરૂપી સુખ-દુઃખમય દ્વંદ્વોથી પાર થઈ જાય છે અને છેવટે એ અવસ્થા પર જઈ પહોંચે છે જ્યાં નરી સુરક્ષા છે; નરી નિર્ભયતા છે અને નરી શોકહીનતા છે. સાચા અર્થમાં સુખ જ સુખ છે. આવા મહાસુખ-પરમસુખને કોઈ પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરનાર જ સમજી શકે છે. જે સ્વયં આ અવસ્થાને પ્રાપ્ત થયા નથી, તેવા બહુ-જ્ઞાની દેવો પણ આ સ્થિતિ સમજી શક્તા નથી. શિખાઉ સામાન્ય સાધકોને તો ભ્રમ જ થાય.

ભિક્ષુ ભદ્દિયની આ ઊંચી અવસ્થાને જોઈ ભગવાનના મુખેથી ઉદાનનાં આ વચન નીકળી પડ્યાં :

यस्सन्तरतो न सन्ति कोपा, इतिभवाभवतं च वीतिवत्तो ।

तं विगतभयं सुखिं असोकं, देवा नानुभवन्ति दस्सनाया ति ॥

- જેના અંતરતમમાં ક્યાંય કોપ નથી રહી ગયો, જે ભવ અને અભવ-નાં બધાં દ્વંદ્વો પાર કરી ગયો, તે એવી અવસ્થા પર પહોંચી ગયો જેમાં તે અભય, અશોક અને સુખી જ રહે છે. તે અવસ્થાને પ્રાપ્ત થયેલી મુક્ત વ્યક્તિને દેવતા પણ નથી સમજી શકતા.

સાધકો ! કઠિન છે તે ઊંચી અવસ્થા સુધી પહોંચવું, જ્યાં સાચી સુરક્ષા પ્રાપ્ત થઈ જાય છે, સાચું સુખ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે; પણ અસંભવ નથી. ધૈર્ય-ધીરજ દ્વારા **अनुपुब्बी** એટલે કે ક્રમશઃ અભ્યાસ દ્વારા આ મંગલ-પથ પર એક એક કદમ આગળ વધતા ચાલીએ અને પોતાનું મંગલ સાધતા ચાલીએ તો મોડાં-વહેલાં અંતિમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચીશું જ ! જેટલાં જેટલાં કદમ ચાલીશું તેટલું તેટલું મંગલ સધાશે જ !

સુખી-સુરક્ષિત-૨

જેમ બધા શાસકો, તે જ રીતે કોશલનરેશ-મહારાજ પ્રસેનજિત પણ હંમેશાં પોતાની સુરક્ષા માટે ચિંતિત રહેતા હતા કે ન જાણે ક્યારે કોઈ પડોશી દુશ્મન હુમલો કરીને રાજ્ય છીનવી લે, ન જાણે ક્યારે કોઈ વિદ્રોહી બળવો કરી દે, ન જાણે ક્યારે કોઈ બેવફા રાજ્ય-અધિકારી અથવા સત્તા-લોલુપ સ્વજન-પરિજન ષડયંત્ર કરીને હત્યા કરી દે. વિલાસ-વૈભવ, ધન-ઐશ્વર્ય, સત્તા-પ્રભુતાનું સુખ ભોગવી શકવાનું તો દૂર, દરેક સમયે તેમના ઉપદ્રવની અને પોતાની સુરક્ષાની ચિંતા જ મન વ્યથિત કરતી રહેતી હતી. ન રાતે નિશ્ચિંત ઊંઘ, ન દિવસે નિશ્ચિંત ચેન. સુરક્ષા માટે જગ્યા જગ્યાએ વિશાળ સંખ્યામાં હાથી, ઘોડા, રથસવાર અને પગપાળા અંગરક્ષકો ગોઠવી રાખ્યા હતા, પરંતુ તેમ છતાં અંતર્મન હંમેશા ભયભીત, આશંકિત, અસુરક્ષિત જ રહેતું હતું.

બહારથી સુખી-સુરક્ષિત દેખાતા પણ અંદરથી હંમેશા અસુખી, અસુરક્ષિત રહેનાર રાજા પ્રસેનજિત ભગવાનના સંપર્કમાં આવ્યા. ધર્મના એટલે કે વિપશ્યનાના સંપર્કમાં આવ્યા.

કોશલદેશની રાજધાની શ્રાવસ્તીમાં શ્રેષ્ઠી સુદત્ત અનાથપિંડિકે વિપુલ ધનસંપદા વાપરીને જેતવનમાં એક વિશાળ સાધના-કેન્દ્ર નિર્માણ કરીને ભગવાનને સમર્પિત કર્યું હતું. ભગવાનની સાથે રહેવાવાળા હજારો

ગૃહત્યાગી ભિક્ષુઓ તો ત્યાં રહીને વિપશ્યના સાધનાનો અભ્યાસ કરતાં જ હતા, ઉપરાંત બહુ જ મોટી સંખ્યામાં ગૃહસ્થો પણ આ સાધનાકેન્દ્રમાં ભગવાનના સાન્નિધ્ય અને માર્ગદર્શનથી લાભાન્વિત થતા હતા. રાજા પ્રસેનજિતે પણ વિપશ્યનાનો અભ્યાસ કર્યો.

વિપશ્યના સાધના એટલે અંતર્મન-આત્મમુખ થવાની સાધના, સત્યમુખ થવાની સાધના. વિપશ્યી સાધક અંતર્મન થઈને પોતાની અંદરની સચ્ચાઈને જુએ છે, પોતાના મનની ગંદકીને - વિકારોને જુએ છે અને જોતો-જોતો પ્રજ્ઞામાં સ્થિત થઈને વિકારોથી વિમુક્ત થવા લાગે છે.

કોશલનરેશ પ્રસેનજિત પણ આ રીતે પોતાની અંદર પોતાના મનોવિકારોને જોવા લાગ્યા. અંતર્મનમાં સંઘરાયેલા ભયના વિકાર પ્રગટ થયા. જે વિકાર સામાન્ય રીતે સમસ્ત મનોજગતને અભિભૂત કરી લેતા હતા, તે જ વિકારોને હવે વિપશ્યનાના અભ્યાસ દ્વારા તટસ્થભાવથી જોવા લાગ્યા. જ્યારે વ્યક્તિ વિકારોથી અભિભૂત થઈ જાય છે, ત્યારે તેને સચ્ચાઈ વિકૃત થઈને જ દેખાય છે. પરંતુ અભિભૂત થયા વિના અસંગભાવથી જુએ છે તો સચ્ચાઈ જેવી છે, તેવી દેખાવા લાગે છે અને એ સમયે જે સંકલ્પ-વિકલ્પ હોય છે, તે સમ્યક્ જ હોય છે, '**योनिसो मनसिकार**' જ હોય છે. એટલે કે સાચી રીતે ચિંતન-મનન થાય છે અને આ સમ્યક્ દર્શન અને સમ્યક્ સંકલ્પ દ્વારા જે જ્ઞાન ઉદ્ભવે છે, તે પણ સમ્યક્ હોય છે, કલ્યાણકારી હોય છે.

અનાથપિંડિકના જેતવન-વિહારમાં કોઈ એકાંત શૂન્યાગાર એટલે કે ધ્યાનકુટીમાં વિપશ્યના ભાવના કરતા કોશલનરેશ પ્રસેનજિત આધ્યાત્મિક સત્યદર્શનમાં લીન થયા તો પોતાના મનમાં સમાયેલા અસુરક્ષાના ભયાવહ વિકારો પ્રત્યે સમ્યક્ ચિંતન-મનન કરવા લાગ્યા. સુરક્ષા-અસુરક્ષાની સાચી વાત સમજમાં આવવા લાગી.

કોણ સુરક્ષિત છે ? કોણ અરક્ષિત છે ? હાથી, ઘોડા, રથસવારો અને પગપાળા અંગરક્ષકો હોવા છતાં પણ કોઈ મનુષ્ય ત્યાં સુધી સુરક્ષિત નથી, જ્યાં સુધી તે કાયા, વાણી અને ચિત્તના દુરાચારથી વિરત નથી થઈ જતો. અંગરક્ષકો વડે સુરક્ષા તો બહાર-બહારથી છે અને એ પણ કેટલી અવિશ્વસનીય ! પરંતુ અધ્યાત્મની સુરક્ષા એટલે કે અંદરની સુરક્ષા તો આચરણ સુધરવાથી થાય છે. તે જ છે અત્યંત સુદૃઢ સુરક્ષા. શરીર અને વાણીનાં દુરાચરણ મનના મેલનું જ દુષ્પરિણામ છે. મનનું દુરાચરણ તો સ્પષ્ટ રીતે મનનો મેલ જ છે. શરીર, વાણી અને મનનું દુરાચરણ કરનારી વ્યક્તિ મનને મેલું કરે છે; અને જ્યારે જ્યારે મેલું કરે છે, ત્યારે ત્યારે કુદરતના કાનૂન દ્વારા તત્કાલ દંડિત થાય છે અને ભવિષ્યમાં પણ આ દંડ વિધાનનો શિકાર બને છે, આંતરિક સુખ-શાંતિ ખોઈ બેસે છે, આકુળ-વ્યાકુળ થાય છે, દુઃખી-બેચેન થાય છે. પણ જો આચરણ સુધારી લે છે તો આ દંડથી બચી જાય છે, સાચા અર્થમાં સુખી-સુરક્ષિત થઈ જાય છે. આથી અસલી સુખ, અસલી સુરક્ષા તો આચરણ સુધારવામાં જ રહેલાં છે. એકાંત ધ્યાન કર્યા બાદ જ્યારે તેમણે પોતાના મનમાં ઊઠેલા આ સમ્યક્ સંકલ્પની વાત ભગવાન સામે પ્રગટ કરી તો તેમના કથનનું અનુમોદન કરતાં ભગવાને આ ધર્મગાથા કહી :

कायेन संवरो साधु, साधु वाचाय संवरो ।

मनसा संवरो साधु, साधु सब्बत्थ संवरो ।

सब्बत्थ संवुतो लज्जी, रक्खितोति पवुच्चतीति ॥

- કાયાનો સંયમ સારો છે, સારો છે વાણીનો સંયમ, મનનો સંયમ સારો છે, સારો છે સર્વનો સંયમ. જે લજ્જાવાન વ્યક્તિ બધા પ્રકારથી સંયમશીલ છે, તેને જ સુરક્ષિત કહેવાય છે.

લજ્જાવાન તે છે, જેને કાયા, વાણી, ચિત્તના દુરાચરણ કરતાં લજ્જા આવે છે અને પરિણામસ્વરૂપ તેમનાથી બચે છે. જે દુરાચરણથી બચે છે, તે સદાચરણ જ કરે છે. સાચેસાચ સદાચારી સદા સુખી છે, સદા સુરક્ષિત છે.

કોઈ વ્યક્તિ ધન-સંપત્તિ સંગ્રહ કરીને તેમાં આસક્ત થાય છે ત્યારે વિચારે છે કે આના સહારે મારું ભવિષ્ય સુરક્ષિત રહેશે. અનાગતકાળ (ભવિષ્ય)માં મને કોઈ કષ્ટ નહીં પડે. કોઈ વ્યક્તિ પુત્ર-કલત્ર, બંધુ-બાંધવ પ્રાપ્ત કરીને જ્યારે આસક્ત થાય છે ત્યારે વિચારે છે કે આમના સહારે મારું અનિષ્ટ નહીં થાય. સંકટમાં ભાઈ શરણ આપશે, પુત્ર રક્ષા કરશે. પરંતુ જ્યારે દિવસો બદલાય છે ત્યારે તે પોતાને અસહાય અનુભવે છે. ત્યારે ન તો સંગ્રહિત ધન કામમાં આવે છે, ન તો પુત્ર-કલત્ર, ન બંધુ-બાંધવ રક્ષા કરી શકે છે. પોતાના કર્મ-સંસ્કારોનાં દુઃખદ પ્રતિફળ પોતાને જ ભોગવવાં પડે છે. લેશમાત્ર સુખી નથી રહી શકતી.

એક મનુષ્ય ગૃહત્યાગ કરીને અથવા ગૃહવાસી રહીને ધર્મપૂર્વક પરિવાર-પોષણ કરતો-રહી, શીલનું પાલન કરે છે, સમાધિનો અભ્યાસ કરે છે, પ્રજ્ઞામાં સ્થિત થાય છે, વિપશ્યના સાધના દ્વારા લોભ, દ્વેષ, અને મોહનો સંવર કરે છે અને આ રીતે ધર્મસંગ્રહ કરે છે, ધર્મના શરણે જાય છે તેના દિવસો પણ ક્યારેક પલટાય છે. પૂર્વકાળનાં કોઈક દૂષિત કર્મ-સંસ્કારોનાં દુઃખદ પ્રતિફળ સામે આવે છે. ન ધન કામમાં આવે છે, ન ભાઈ સાથ આપે છે, ન પુત્ર રક્ષા કરે છે, પરંતુ સંગ્રહ કરેલો ધર્મ સહાયક બને છે. ધારણ કરેલો ધર્મ તેનો આધાર બને છે. પાલન કરેલો ધર્મ તેનું પાલન કરે છે. **धम्मो हवे रक्खति धम्मचारिं** - આચરણ દ્વારા રક્ષેલો ધર્મ તેનું રક્ષણ કરે છે. ધર્મ ધૈર્યની સાથે સંકટનો સામનો કરે છે. તેના પરિણામે ખરાબ (માઠા) દિવસો પણ વધુ સમય નથી ટકી શકતા. ખોવાયેલું ધન પાછું આવે છે, રિસાઈ ગયેલા ભાઈ-બંધુ પુનઃ મળી જાય છે, મોઢું ફેરવી બેઠેલાં પુત્ર-કલત્ર ફરીથી આજ્ઞાકારી થઈ જાય છે. સારુંયે વાતાવરણ અનુકૂળ થઈ જાય છે. આવી વ્યક્તિ સાચા અર્થમાં સુખી સુરક્ષિત રહે છે - ઈહ-લોકમાં પણ, પરલોકમાં પણ અને બધા જ લોકોની પરે પણ.

આવો, લજ્જાવાન બનીએ, દુરાચરણ કરવામાં લજ્જા આવે, જેથી દુરાચરણથી વિરત રહી જઈ શકીએ. પરિણામે સદાચરણમાં પુષ્ટ થઈએ અને આ રીતે ધર્મ ધારણ કરવાના અભ્યાસ દ્વારા ધીમે ધીમે સાચા અર્થમાં સુખી અને સુરક્ષિત થવાના પથ પર આગળ વધીએ !

-કલ્યાણમિત્ર સત્યનારાયણ ગોયન્કા
-''જાગે અંતર્બોધ'' પુસ્તકમાંથી સાભાર

ધમ્મકોટ - એક દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૨૮-૦૪-૨૦૧૯, 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 - બિગ 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
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 **''એન્ડ્રોઇડ એપ્લિકેશન''** ઉપલબ્ધ છે.
ANDROID APP ON Google play
VIPASSANA DHAMMAKOT

ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ૨૦૧૯-૨૦ 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

03-04 to 14-04
17-04 to 28-04
01-05 to 12-05
15-05 to 26-05
29-05 to 09-06
12-06 to 23-06

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
03-09 to 11-9-19

10 Day Spl.
01-09 to 12-09-19

3 DAYS
03-10 to 06-10-19

1 DAY
28-04-2019

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

15-05 to 26-05-19
27-05 to 07-06-19
08-06 to 19-06-19
26-06 to 07-07-19
09-07 to 20-07-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
26-09 to 04-10-19

10 Days Spl.
24-09 to 05-10-19

3 DAYS
11-04 to 14-04-19

Teen.Girl
17-04 to 25-04-19

Teen.Boys
27-04 to 05-05-19

ધમ્મસિંધુ-બાડા

સીટી સંપર્ક :
C/o. યુનિક આર્કિટેક્ટ,
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 19-04-19
21-04 to 02-05-19
05-05 to 16-05-19
02-06 to 13-06-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
10-04 to 18-04-19

10 Days Spl.
03-07 to 14-07-19

3 DAYS
28-06 to 01-07-19

Teen.Boys
24-04 to 02-05-19

Teen.Girl
08-05 to 16-05-19

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

03-04 to 14-04-19
17-04 to 28-04-19
01-05 to 12-05-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

1-Day-18-05-2019
20-Days-15-07 to15-08
STP-15-10 to 23-10-19

ધર્મજ

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

07-05 to 18-05-19
16-07 to 27-07-19
13-09 to 24-09-19
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

10-04 to 21-04-19
24-04 to 05-05-19
08-05 to 19-05-19
22-05 to 02-06-19
05-06 to 16-06-19
19-06 to 30-06-19
03-07 to 14-07-19
18-07 to 29-07-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

1 Day Spl.
Guru Purnima
16-07-2019

Teen.Girl
12-11 to 20-11-19

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

17-04 to 28-04
01-05 to 12-05
15-05 to 26-05
29-05 to 09-05
03-07 to 14-07
24-07 to 04-08

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
15-06 to 23-06-19

1 DAYS
07-04-2019
05-05-2019
02-06-2019
07-07-2019

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

દોહા ધરમના

ચાહે તો ઠુકરા ચલો, ચાહે અંગ લગાવ ।
તીન લોક કી સંપદા, પડી તુમ્હારે પાંવ ॥

જિસકો નિજ સત્કર્મ પર, હૈ પૂરા વિશ્વાસ ।
ઉસકો દેવ ન બ્રહ્મ કી, નહીં ઈશ કી આશ ॥

દોનોં પાંખે ખોલકર, ઉડ પંછી આકાશ ।
સ્વયં મુક્ત સ્વચ્છંદ હો, છોડ પરાયી આશ ॥

દોહા ધરમના

માનવ તુઝ સા સ્વયંભૂ, ઔર ન પ્રાણી કોય ।
સ્વયં બાંધતા ગ્રંથિયા, સ્વયં મુક્ત ભી હોય ॥

જરા બ્યાધિ સે મૌત સે, લડે અકેલા એક ।
કોઇ સાથ ન દે સકે, પરિજન સ્વજન અનેક ॥

યદિ સુકર્મ દુષ્કર્મ પર, મેરા હી અધિકાર ।
તો ફિર દુર્ગતિ સુગતિ કા, અન્ય કૌન કરતાર ?

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 21 માર્ચ 2019 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