



વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક
પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2563 ❖ શ્રાવણ પૂર્ણિમા ❖ 15 ઓગષ્ટ 2019 ❖ વર્ષ - 19 ❖ અંક - 05 ❖ સળંગ અંક - 233

ઘમ્મવાણી

યેસઝ્ઞ સુસમારધ્વા, નિચ્ચં કાયગતા સત્તિ ।
અકિચ્ચં તે ન સેવન્તિ, કિચ્ચે સાતચ્ચકારિનો ।
સત્તાનં સમ્પજ્ઞાનાનં, અત્થં ગચ્છન્તિ આસવા ॥

જેમની કાયાનુસ્મૃતિ નિત્ય ઉપસ્થિત રહે છે (અર્થાત્, જે સતત કાયાનુપશ્યના કરતા રહે છે, કાયા પ્રત્યે અને કાયામાં થતી સંવેદનાઓ પ્રત્યે જાગૃત રહે છે) તે (સાધક) ક્યારેય કોઈ ન કરવા જોગ કામ કરતા નથી, હંમેશા કરવા યોગ્ય કામ જ કરે છે. આવા સ્મૃતિવાન અને પ્રજ્ઞાવાન (સાધકો) ના આસ્રવ ક્ષય પામે છે. (તેમના ચિત્તનો મેલ નષ્ટ થાય છે.)

સૂક્ષ્મ દર્શન

શ્રમણ આનંદ વર્ષો સુધી ભગવાન બુદ્ધના ઉપસ્થાપક (અંગત સહાયક) રહ્યા. તેમના પહેલાં સમય સમય પર ભગવાનની પરિચર્યા કરવા માટે કેટલાય અન્ય લોકો આ પદ પર નિયુક્ત થતા રહ્યા. આમાંના એક હતા ભિક્ષુ મેઘિય. એક વાર જ્યારે ભગવાન ચાલિકા પર્વત પર વિહાર કરતા હતા, ત્યારે ભિક્ષુ મેઘિય-ભગવાનની આજ્ઞા લઈને જંતુ ગામમાં ભિક્ષાટન કરવા ગયા. પાછા ફરતાં તે કિમકાળા નદીના કિનારે એક મનોરમ આમ્રવનમાંથી પસાર થયા. તેમણે જોયું, ચારેબાજુ હરિયાળી જ હરિયાળી છે. તરુ-તૃણ, ખીલતી કળીઓ અને ફૂંપળો, વનની વેલો પર પ્રકૃતિનું આંખને ગમે એવું સૌંદર્ય છવાયેલું છે ; આખા વનપ્રદેશમાં પલ્લવ-પરિમલની, પ્રકુલ્લ કુસુમોની મીઠી સુગંધ મહેકી રહી છે ; રસપૂર્ણ પાકાં ફળોથી લયેલી આંબાની ડાળીઓ ચાખ્યા વગર જ જીભને મીઠા સ્વાદથી અને લાળથી ભરી દે છે ; શીતલ-મંદ સમીર શરીરને સ્પર્શ કરે છે તો તેને પુલક-સિંહરનથી હર્ષવિભોર કરી દે છે, સર્વત્ર નિર્સર્ગનો સૌંદર્ય-શૃંગાર વિખરાયેલો છે, બધું જ અત્યંત રમણીય, અત્યંત મનોરમ, અત્યંત મનોહર છે.

મેઘિયને લાગ્યું કે આ સ્થાન ધ્યાનભાવના (સાધના) માટે અત્યંત યોગ્ય છે. ભગવાનની આજ્ઞા લઈને અહીં અભ્યાસ કરે. ભગવાન પાસે જઈ આજ્ઞા માગી તો ભગવાને રોક્યા. મેઘિયને આ રોકવું ગમ્યું નહીં. ઉપર-ઉપરથી રમણીય દેખાતાં બધાં સ્થાન ધ્યાનભાવના માટે યોગ્ય જ હોય તે જરૂરી નથી. આ વિષયના મર્મને જાણનાર અધિકારી વ્યક્તિ જ એ જાણી શકે છે. તદુપરાંત મેઘિય જેવા નવા સાધકને પ્રારંભિક અવસ્થામાં ઉચિત માર્ગદર્શન માટે કોઈ એક અનુભવી કલ્યાણમિત્રના સાંનિધ્યની પણ નિતાંત અવશ્યકતા હતી. ભગવાને તેમને યોગ્ય જ રોક્યા. પરંતુ ભગવાનની ઈચ્છા ન હોવા છતાં અતિ આતુર મેઘિય એ જ સ્થાન પર એકલા સાધના કરવા ચાલ્યા ગયા.

ત્યાં કોઈ વૃક્ષની નીચે સાધના કરવા બેઠા તો તેમને એ જોઈને બેહદ આશ્ચર્ય થયું કે સાધારણ રીતે ભગવાનના સાંનિધ્યમાં ધ્યાન કરતી વખતે તેમનું મન જેટલું શાંત, સ્થિર, સજગ, સચેત અને વિમલ-વિશુદ્ધ રહે છે તેવું અહીં બિલકુલ નથી થઈ રહ્યું. અવશ્ય જ તે

સ્થાન પર કોઈ દૂષિત તરંગોનો કુત્સિત પ્રભાવ હશે, જેને કારણે તેમના મનમાં વારંવાર કલુષિત પાપ તરંગોના સંકલ્પ વિકલ્પ, વિતર્ક, વિચારો ઊઠવા લાગ્યા; ક્યારેક પ્રબળ કામના - તૃષ્ણાઓના જુવાળ ઊઠતા, તો ક્યારેક દ્વેષ-દૌર્ભનસ્ય અને ઘૃણા-ક્રોધનો ઝંઝાવાત ચાલુ થઈ જતો. તેમનું સમસ્ત મન-માનસ, મલિન તરંગોથી ઉદ્બેલિત થતું ઊભરાઈ ઊઠ્યું. તેમની સમજમાં નહોતું આવતું કે આવી અવસ્થામાં હવે શું કરવું ? કોઈ માર્ગનિર્દેશક પણ પાસે ન હતા. વ્યાકુળ થઈને સાચંકાળે ત્યાંથી પાછા ફર્યા અને ભગવાનની પાસે આવી તેમને પોતાની આપવીતી કહી સંભળાવી.

ભગવાને એ સમયે તેમને ઉપદેશ આપ્યો, એ બધાજ નવા શિષ્યાઉ સાધકો માટે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે અને અનુકરણીય પણ. ભગવાને બતાવ્યું કે જે સાધક હજી ચિત્તવિમુક્તિમાં પરિપક્વ નથી થયા, એના માટે આ પાંચ સાધન અત્યંત અપેક્ષિત છે :

(૧) તેણે કોઈ અનુભવી કલ્યાણમિત્રનું સાંનિધ્ય અને માર્ગદર્શન પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ.

(૨) તેણે અનિવાર્યપણે શીલનું પાલન કરવું જોઈએ.

(૩) તેણે એવી ધર્મચર્યામાં રચિ રાખવી, જે ચિત્ત પરથી મેલ ઉતારવામાં, વિષયોમાં વિરક્તિ-વિકર્ષણ પેદા કરવામાં, દુઃખોનો નિતાંત નિરોધ કરવામાં, વિકારોનું પૂર્ણ ઉપશમન કરવામાં સહાયક થાય, જેવી કે અલ્પેચ્છ-કથા, સંતુષ્ટિ કથા, વિવેક-કથા, નિઃસંગ-કથા, પુરૂષાર્થ-કથા, શીલ-કથા, સમાધિ-કથા, પ્રજ્ઞા-કથા અને જ્ઞાનદર્શન-કથા, અનાવરણીય-કથા, વગેરે. ધર્મકથાઓ જેનાથી માર્ગદર્શન, પ્રેરણા અને ઉત્સાહ મળે, જેનાથી શંકા-કુશંકાઓ દૂર થાય, મન સ્થિર થાય, શ્રદ્ધા વધે, પુરૂષાર્થ વધે અને પરિણામસ્વરૂપ અપવિત્રતાઓ, પીડાઓ અને વ્યાકુળતાઓથી છુટ કારો મેળવીને વિરજ-વિમલ થવાય.

(૪) તેણે દૈનિક પુરૂષાર્થમાં લાગી જવું જોઈએ. અકુશળથી મુક્ત અને કુશળમાં સંપન્ન થવાના પુરૂષાર્થમાં સાધના માટે જે વિધિ પોતાના કલ્યાણમિત્ર પાસેથી મળે, તેના અભ્યાસમાં સ્થિરતા લાવી અને જ્યાં સુધી ચિત્ત વિશુદ્ધિ અને વિમુક્તિના અંતિમ લક્ષ્ય સુધી ન પહોંચી જાય, ત્યાં સુધી સ્વેચ્છાથી ધારણ કરેલી અભ્યાસની આ

કુશળ ઘૂંસરીને પોતાના ખભા પર જ રાખે, ઉતારીને ન ફેંકે ; દૃઢ પરાક્રમમાં લાગ્યો રહે, સ્થિત રહે.

(૫) તેણે સાંભળેલી-તેને સંભળાવેલી પ્રજ્ઞા અથવા તર્ક-વિતર્ક દ્વારા પ્રાપ્ત ચિંતનપ્રજ્ઞા સુધી જ સીમિત ન રહી જવું, પરંતુ પોતાની અંદર સ્વાનુભૂતિજન્ય ભાવનામયી પ્રજ્ઞા જગાડવી. એવી કુશાગ્ર, તીક્ષ્ણ, વીંધનારી પ્રજ્ઞા જે સ્થૂળ શરીર-સ્કંધ અને ભાવાવેશ વિહારી સ્થૂળ ચિત્ત-સ્કંધના ટુકડે-ટુકડા કરી, એની સૂક્ષ્માતિ-સૂક્ષ્મ સરચાઈઓ અનાવૃત કરે. એમ કરવાથી ક્ષણ-ક્ષણે ઉદય અને અસ્ત, ઉત્પાદ અને વ્યય થનારી સૂક્ષ્મ સરચાઈઓનાં દર્શન કરાવનારી આર્ય-પ્રજ્ઞા એવો આલોક જગાડશે, જેથી અજ્ઞાન અને અવિદ્યાનું સમસ્ત ધુમ્મસ દૂર થઈ જશે અને દુઃખ-ક્ષય રૂપી નિર્વાણનો સ્વતઃ સાક્ષાત્કાર થઈ જશે.

સાધકે પોતાના કલ્યાણમિત્રના સહયોગ, સહકાર દ્વારા ઉપર્યુક્ત પ્રકારે અભ્યાસ કરતા રહી પોતાનું કલ્યાણ સાધવું. ભગવાને આગળ કહ્યું કે જ્યારે જ્યારે તમારી ચિત્તધારા પર રાગ જાગે, ત્યારે ત્યારે અશુભ ભાવના એટલે કે શરીરની ગંદકીની ભાવના કરવી, જ્યારે જ્યારે ક્લેષ જાગે ત્યારે ત્યારે મંગલમૈત્રીની, જ્યારે જ્યારે વિચાર-વિતર્ક જાગે ત્યારે આનાપાન સતિ એટલે કે આશ્વાસ-પ્રશ્વાસની પ્રત્યે જાગરૂકતાની અને જ્યારે જ્યારે અસ્મિતા ભાવ જાગે એટલે અહંકાર જાગે ત્યારે અનિત્યની ભાવના કરવી.

આ ‘હું’ અને ‘મારું’નો મિથ્યા અહંભાવાજ રાગ અને ક્લેષ પેદા કરે છે. એના કારણે ચિત્તધારા પર વિવિધ પ્રકારના વિતર્ક-વિચારો અને વિકૃતિ-વિકારોની રેલમછેલ ચાલવા લાગે છે. આથી જ ચિત્તવિમુક્તિની સાધનામાં અહંભાવને, આત્માભાવને નષ્ટ કરવા પર સૌથી વધુ ભાર દેવાયો છે. એનાં મૂળ ઊપડયાં વિના અન્ય વિકારોનાં મૂળ ઊપડતાં નથી. એટલે જ **ઉદયત્થગામિનિયા પઞ્ચાય સમન્નાગતો અરિયાય નિબ્બેધિકાય** ને એટલું મહત્વ આપવામાં આવ્યું છે. આવી વીંધનારી પ્રજ્ઞા જે ઉદય-વ્યયવાળા અનિત્ય સ્વભાવનો સાક્ષાત્કાર કરાવે છે એ અનિત્ય-સંજ્ઞા પ્રબોધની પ્રજ્ઞા જ છે જે સાધકના આત્મભાવ પર કુઠારાઘાત કરે છે. અનિત્ય-સંજ્ઞી સાધક જ અનાત્મ એટલે અહંવિહીનતાની સરચાઈઓમાં સંતિષ્ઠિત, પ્રતિષ્ઠિત હોય છે અને અનાત્મસંજ્ઞી જ અસ્મિતાભાવની બધી અવિદ્યાનો સમૂળગો નાશ કરે છે, એના મૂળ ઉખાડે છે અને અહીં આજ જીવનમાં નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરે છે.

જુઓ, કેટલા આશ્વાસન ભર્યા શબ્દોમાં આ કલ્યાણી અનિત્ય સાધનાની મંગલઘોષણા ભગવાને આમ કરી છે :

અનિચ્છસનિજ્ઞનો હિં, મેધિય, અનત્તસજ્ઞા સળ્લાતિ અનતસજ્ઞી અસ્મિમાનસમુઘાતં પાપુણાતિ દિઢ્ઢેવ ધમ્મે નિબ્બાનં

આપણે અનિત્યને અનિત્ય તરીકે જોતા જ નથી. સમગ્ર ઈન્દ્રિય જગત અનિત્ય છે, તો પણ આપણે આ પાંચ ઈન્દ્રિયોનાં દ્વારો પર સદાય વિષયોનું સ્વાગત કરતા રહીએ છીએ; નિત્ય માનીને એમનો ઉપભોગ કરતાં જ રહીએ છીએ. ક્યારેક કોઈ મનોહારી રૂપ જોઈએ છીએ, કોઈ મનોહારી ગંધ સૂંધીએ છીએ, કોઈ મનોહારી શબ્દ

સાંભળીએ છીએ, કોઈ મનોહારી રસ ચાખીએ છીએ, કોઈ મનોહારી સ્પર્શ કરીએ છીએ અને જ્યારે પણ આંખ મીચીને સાધનામાં બેસીએ છીએ ત્યારે તે-તે મનોહારી રૂપો, ગંધો, શબ્દો, રસો અને સ્પર્શોની મીઠી યાદો મનમાં ઊભરાય છે. કોઈ વાર કોઈ રૂપ, શબ્દ, રસ, ગંધ, સ્પર્શની સ્વયં અનુભૂતિ ના પણ કરી હોય, પરંતુ માત્ર વર્ણન વાંચ્યું સાંભળ્યું હોય તો તેની કામના-કલ્પના જ ચિત્તધારા પર ઊભરાવા લાગે છે. ભલે એ મનોજા વિષયોની સ્વાનુભૂતિજન્ય યાદો હોય અથવા શ્રુતિજન્ય કલ્પનાઓ હોય ; પણ તેનું ચિંતન-મનન વિષયોના પ્રત્યક્ષ ઉપભોગ જેવું જ પ્રિય લાગે છે. કોઈ પણ ઈન્દ્રિય વિષય આ ક્ષણે ઉપસ્થિત નથી, માત્ર તેની યાદ અથવા કલ્પના છે તો પણ ચિત્તધારા પર એના ચિંતનના **સુદ્ધક-સુદ્ધક** એટલે શુદ્ધ શુદ્ધ, નાના-નાના અને **સુખુમા-સુખુમા** એટલે સૂક્ષ્મ-સૂક્ષ્મ તરંગો ઊઠવા લાગે છે. ચિત્તધારા પર ઉત્પન્ન થયેલા આ નાના-નાના, સૂક્ષ્મ-સૂક્ષ્મ વિતર્ક-વિચારોના તરંગો; શરીર સ્કંધ પર નાની-નાની, સૂક્ષ્મ-સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓની કંપારી પેદા કરે છે, જે આપણને અત્યંત પ્રિય લાગે છે. સૂક્ષ્મ સ્તર પર થનારી આ પુલક-રોમાંચનો આપણે આનંદ લેવા માંડીએ છીએ એથી તેના પ્રત્યે અધિકાધિક નંદીરાગ જાગે છે.

રાગરંજીત થઈને આપણે આ સૂક્ષ્મ સુખ સંવેદનાઓનું અંધ-અનુકરણ કરવા લાગીએ છીએ. આ સુખ અનુભૂતિઓમાં જરા જેટલી બાધા આવે અથવા બાધા આવવાની જરા પણ આશંકા પેદા થાય તો મનમાં બેચેની જાગવા લાગે છે, ગભરાટ થવા લાગે છે. આ સુખના વિરોધી લાગનાર બધાં તત્ત્વ એટલે કે બધી વ્યક્તિ, વસ્તુ, પરિસ્થિતિઓ અત્યંત અપ્રિય લાગવા માંડે છે. ફળસ્વરૂપ એમની પ્રત્યે ક્લેષ-દ્રોહ જાગે છે. આ રાગરંજન ક્લેષ-દૂષણથી ચિત્ત ભ્રાંત થઈ ઊઠે છે. પરિણામસ્વરૂપ તે આમ-તેમ દોડે છે, અશાંત થાય છે. આ બધું એ કારણે થાય છે કે જ્યારે-જ્યારે શરીર અને ચિત્તધારા પર નાના નાના, સૂક્ષ્મ સૂક્ષ્મ તરંગો ઊઠે છે ત્યારે ત્યારે એમનાં પ્રત્યે આપણે **અવિદ્વા** માં રહીએ છીએ, એટલે કે અવેદનશીલ રહીએ છીએ, અજાણ રહીએ છીએ, કેવી રીતે મન રાગ-રંજીત થઈને આ તરંગોનું અનુગમન કરવા લાગે છે, કેવી રીતે **ઉપ્પિલાવા** એટલે કે આનંદિત-પ્રકુલિત થવા લાગે છે એનો આપણને જરા પણ બોધ નથી રહેતો. એના ફળસ્વરૂપ વાત વધતાં વધતાં એ વ્યાકુળતાની હદ સુધી આવી પહોંચે છે. એને રોકવા માટે જ વિપશ્યના સાધના છે. આ માટે જ વીંધનારી પ્રજ્ઞા છે. જે આપણને સૂક્ષ્મ અવસ્થામાં ઊઠનારા આ નાના-નાના તરંગોને પોતાના સાચા સ્વભાવમાં જોવા યોગ્ય બનાવે છે અને એને અનાસકત-ભાવથી જોતાં શીખવે છે કે કેવો એનો સાચો સ્વભાવ છે ! આ **ઉદયત્થ** એટલે ઉદય-અસ્ત, ઉત્પાદ-વ્યય, ઉત્પન્ન-લયનો દરેક તરંગ અસ્ત થવા માટે જ ઉદય થાય છે. જ્યારે આપણે આ નાના-નાના તરંગોને એમની આ અનિત્ય-ધર્મા સરચાઈના બોધમાં જોવા લાગીએ છીએ તો જ મિથ્યા આનંદમાં વિભોર, આંધળા થઈ એનું અનુગમન નથી કરતા તો આ રસ-તરંગોને બળ મળતું નથી. એ આપમેળે ક્ષીણ થવા લાગે છે. આ જ સાચા અર્થમાં મનનું સંવર છે. એમાં દમન નથી, કેવળ જોવાનું છે, સરચાઈ પ્રત્યે જાગરૂક રહેવાનું છે, અનિત્ય સ્વભાવ પ્રત્યે સચેત અપ્રમત રહેવાનું છે. આ

અભ્યાસ દ્વારા જાણ્યે-અજાણ્યે ઉત્પન્ન થયેલા બધા વિકારો સહજ છૂટી જાય છે. વિકારસંગ્રહથી મુક્તિ મળતાં જ ચિત્તધારા વિરજ-વિમલ થઈ જાય છે. આ વિપશ્યના સાધનાનો અભ્યાસ છે. આ તરફ સંકેત કરતાં ભગવાને એ સમયે ઉદાનમાં આ વચન કહ્યું :

ખુદ્ધા વિતક્કા સુખુમા વિતક્કા, અનુગ્ગતા માનસો ઉપ્પિલાવા ।

એતે અવિદ્ધા મનસો વિતક્કે, હુરાહરં ધાવતિ ભન્તચિત્તો ।

એતે ચ વિદ્ધા મનસો વિતક્કે, આતપિયો સંવરતી સત્તીમા ।

અનુગ્ગતે મનસો ઉપ્પિલાવે, અસેસમેતે પજહાસિ બુદ્ધો ॥

“જો નાના-નાના વિતર્ક વિચાર પેદા થાય છે તો મન તેની પાછળ લાગી જાય છે અને આનંદથી ઊભરાઈ ઊઠે છે. આ સૂક્ષ્મ-સૂક્ષ્મ, નાના-નાના વિતર્ક-વિચારો અને તેમનાથી ઉત્પન્ન સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓ પ્રત્યે જ્યારે કોઈ અવિદ્ધા એટલે કે અવેદનશીલ એટલે કે અજાણ રહે છે ત્યારે ચિત્તભ્રાંત થઈ આમ-તેમ પ્રધાવન કરે છે, દોડ લગાવે છે.”

“પરંતુ જ્યારે કોઈ સાધક સાધનારત થઈ, જાગૃક રહી એમની પ્રત્યે વિદ્ધા એટલે સંવેદનશીલ થઈ જાય છે ત્યારે મનનો સંવર કરી લે છે. તે શુદ્ધ બુદ્ધ સાધક આનંદનું અનુગમન કરનારા મનનો પૂર્ણ રીતે ત્યાગ કરી દે છે.”

આવો, ભગવાન દ્વારા સંક્ષેપમાં કહેલા આ ઉપદેશને સમજીએ અને તેનું પાલન કરીએ. જુઓ, કેવા સ્વભાવ સંકંજામાં જકડાઈ ગયા છીએ આપણે ! જ્યારે જુઓ ત્યારે મન કાલ્પનિક આશાઓ જગાવી રાજી થતું રહે છે અને કાલ્પનિક ખ્યાલોમાં રસમગ્ન થઈ, હવાઈ મહેલ બનાવવા લાગીએ છીએ અને મીઠાં સ્વપ્નો સેવવા માંડીએ છીએ. આમ કરતાં આપણે આ જુદા-જુદા વિચારતરંગોમાં અને તેનાથી ઉત્પન્ન થનારી સુખદ સંવેદનાઓમાં કલાકો લોટ-પલોટ લગાવતા રહીએ છીએ અને પોતાની સુધ-બુધ ખોઈ બેસીએ છીએ. જ્યારે હોશ આવે છે અને યથાર્થની નક્કર ધરતી પર કદમ મૂકીએ છીએ તો સરચાઈ કેટલી અપ્રિય લાગે છે ! મીઠાં સ્વપ્નો તૂટે છે ત્યારે બેહદ બેચેની લાવે છે. ચિત્ત ઉદ્ભ્રાંત થઈ જાય છે, કયાંય ચેનથી ટકી શકતું નથી. સદા અશાંત, અસ્થિર, ચંચળ, ઉદ્વિગ્ન, ઉદ્બેલિત, ઉત્તેજિત અને કેવળ દુઃખ, અનહદ દુઃખનો પટારો બનેલું રહે છે. આપણે આવા ભાવાવેશનો શિકાર થઈ જઈએ એ પહેલાં, આપણા માટે જરૂરી છે કે જ્યારે પણ આપણું મોહમુગ્ધ મન આ સૂક્ષ્મ વિચાર તરંગોનું અનુગમન કરવા લાગે અને આ સુખદ સંવેદનાઓથી હર્ષિત-પુલકિત થવા લાગે ત્યારે જ હોશમાં આવી જઈએ, સ્મૃતિવાન થઈ જઈએ. ચિત્તાનુપશ્યના, કાયાનુપશ્યના અને બંનેનો સંયુક્ત બોધ કરાવનાર વેદનાનુપશ્યના અને આ વેદનાઓ-સંવેદનાઓના તરંગમય અનિત્ય સ્વભાવને સ્પષ્ટ કરનારી ધમ્માનુપશ્યના કરવા લાગીએ, વીંધનારી પ્રજ્ઞા જગાવીએ. ઉદય-વ્યયના સાક્ષાત્કાર દ્વારા પોતાના મનને વીતરાગતાની તરફ, અનાસક્તિની તરફ, ઉન્મુખ કરી પોતાનું કલ્યાણ સાધીએ.

અનિત્ય પ્રત્યે સજગ-સુબોધ બની રહેવામાં જ અનિત્યની

પ્રત્યે નિઃસંગ બનાવી રાખનારી પ્રજ્ઞા સમાયેલી છે. અનિત્ય પ્રત્યે સર્વથા વિમુખ થઈને જ નિત્ય, શાશ્વત, ધ્રુવ-નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર થઈ શકશે અને એમાં જ સૌનું મંગલ સમાયેલું છે.

-કલ્યાણમિત્ર સત્યનારાયણ ગોચન્કા

-“જાગે અંતર્બોધ” પુસ્તકમાંથી સાભાર

ધમ્મકોટ : શિબિર સૂચના

અગાઉ પત્રિકામાં જાણાવ્યા અનુસાર
તા. ૧-૯-૨૦૧૯ થી ૧૨-૯-૨૦૧૯ સ્પે. ૧૦ દિવસીય શિબિર
નિર્ધારિત હતી, તે હવે નિયમિત ૧૦ દિવસીય થઈ છે
નોંધ લેવા વિનંતી.

ધમ્મકોટ નવા કેન્દ્રનું નિર્માણ

વર્તમાન ધમ્મકોટ કેન્દ્રની જગ્યા કેટલાય સમયથી ઓછી પડતી હોવાથી હાલમાં જ રંગપર ગામ ખાતે ૨૧ એકરની વિશાળ જગ્યામાં નવા કેન્દ્ર અને સંલગ્ન આવશ્યક સુવિધાઓનું નિર્માણ કરવાનું આયોજિત છે.

નવા ધમ્મકોટ કેન્દ્રની વિશેષતાઓ નીચે મુજબ હશે :

૧. સાધક-સાધિકાઓ માટે આવાસ	૨૮૦ રૂમ
૨. ધમ્મહોલ મોટા	૩
૩. ધમ્મહોલ નાના	૬
૪. શૂન્યાગાર	૨૮૦
૫. ડાઈનિંગ હોલ	૨
૬. આચાર્ય નિવાસ	૮
૭. કાર્યાલય-ઓફિસ	૧
૮. અતિથિ કક્ષ-ગેસ્ટ હાઉસ	૬
૯. સ્ટાફ ક્વાર્ટર	૧૦

પ્રથમ ચરણમાં કરવામાં આવનાર કામોની વિગત નીચે મુજબ છે.

૧. સાધક-સાધિકાઓ માટે આવાસ	૧૦૦ રૂમ
૨. ધમ્મહોલ	૧
૩. શૂન્યાગાર	૧૨૦
૪. ડાઈનિંગ હોલ	૧
૫. આચાર્ય નિવાસ	૪
૬. કાર્યાલય-ઓફિસ	૧
૭. કમ્પાઉન્ડ વોલ	૬૦૦૦ રનિંગ ફૂટ

આપ જોઈ શકશો કે આગામી વર્ષોમાં અહીં ધર્મના પ્રસારનું કાર્ય મોટા પાયે થવા જઈ રહ્યું છે. કેટલાયે સાધકો અહીં સાધના કરીને ધર્મ પામશે. આ પુનીત કાર્યમાં, નિર્માણ ખર્ચમાં સહભાગી થઈને આપ પુણ્ય પારમીનું અર્જન કરી શકશો. દાનની રકમ બેંક ખાતામાં જમા કરાવવા માટે બેંક ખાતાની વિગત નીચે આપી છે.

બેંક : HDFC LTD. બેંક
ખાતાનંબર : ૫૦૧૦૦૦૨૬૬૧૩૧૨૮
IFSC કોડ : HDFC0000101
શાખા : યાફિકરોડ
ખાતુ : સેવિંગ એકાઉન્ટ
MICR કોડ : ૩૬૦૨૪૦૦૦૨

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

ધમ્મ અંબિકા

નવસારી-ભિલમોરા થી
૧૫ કિ.મી., N.H. નં.-૮
બોરિયાથ ટોલનાકાથી 2km
પશ્ચિમે, ગામ : વગલવાડ,
તા.: ગણદેવી. સંપર્ક :
Mo : 78784 60961,
Mo : 95865 82660,
94281 60714,
98250 44536. E-mail :
info@ambika.dhamma.org

ધમ્મસિંધુ-નાડા

સીટી સંપર્ક :
C/o. ચુનિક આર્કિટેક્ટ,
૨૦૪, આશીર્વાદ કોમ્પ્લેક્સ,
લાકડા બજાર, માંડવી,
કચ્છ-૩૭૦ ૪૬૫
સંપર્ક :
Ph.: 02834-223575,
M : 99745 75660
E-mail :
info@sindhu.dhamma.org

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

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

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

01-09 to 12-09
18-09 to 29-09
09-10 to 20-10
24-10 to 04-11
07-11 to 18-11
20-11 to 01-12
ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
03-09 to 11-9-19
3 DAYS
03-10 to 06-10-19
DS Workshop
14-9 to 15-9-19
1 DAY
29-09-2019

11-09 to 22-09-19
24-09 to 05-10-19
13-10 to 24-10-19
01-11 to 12-11-19
ફક્ત જૂના સાધકો માટે
3 DAYS
05-09 to 08-09-19
07-10 to 10-10-19
28-11 to 01-12-19
20 DAYS
17-12 to 07-01-20
30 DAYS
17-12 to 17-01-20
45 DAYS
17-12 to 01-02-20

08-09 to 19-09-19
30-10 to 10-11-19
13-11 to 24-11-19
27-11 to 08-12-19
ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
10-09 to 18-09-19
10 Days Spl.
27-11 to 08-12-19
3 DAYS
22-12 to 25-12-19
20 DAYS
25-09 to 16-10-19
30 DAYS
25-09 to 26-10-19

18-09 to 28-09-19
02-10 to 13-10-19
25-10 to 05-11-19
ફક્ત જૂના સાધકો માટે
STP
15-10 to 23-10-19
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.dhammaj@gmail.Com
13-09 to 24-09-19
05-11 to 16-11-19
1-DAY
08-10-2019

28-08 to 08-09-19
11-09 to 22-09-19
25-09 to 06-10-19
09-10 to 20-10-19
30-10 to 10-11-19
20-11 to 01-12-19
04-12 to 15-12-19
18-12 to 29-12-19
01-01 to 12-01-20
15-01 to 26-01-20
ફક્ત યુવતીઓ માટે
Teen.Girl
Age15 to19
12-11 to 20-11-19

04-09 to 15-09
25-09 to 06-10
09-10 to 20-10
23-10 to 03-11
04-11 to 15-11
20-11 to 01-12
ફક્ત જૂના સાધકો માટે
1 DAYS
01-09-2019
06-10-2019
03-11-2019
01-12-2019
05-01-2020
02-02-2020

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

દોહા ધરમના

કુશલ કર્મ સંચિત કરે, હો ન પાપ લવલેશ ।
મન નિર્મલ કરતે રહે, યહી ધરમ ઉપદેશ ॥
આઓ માનવ માનવી, સુનો ધરમ કા જ્ઞાન ।
બોધિ જ્ઞાન જિસકા જગા, ઉસકા હી કલ્યાણ ॥
ધર્મ સરિત નિર્મલ રહે, મૈલ ન મિશ્રિત હોય ।
જન જન કા હોવે ભલા, જન જન મંગલ હોય ॥

દોહા ધરમના

નિર્મલ નિર્મલ મન કા, નિર્મલ હી ફલ હોય ।
બંધન ટૂટે પાપ કે, મુક્તિ દુઃખો સે હોય ॥
ચિત હમારા શુદ્ધ હો, સદ્ગુણ સે ભર જાય ।
કરુણા મૈત્રી સત્ય સે, મન માનસ લહરાય ॥
સેવા કરુણા પ્યાસ કી, મંગલ વર્ષા હોય ।
ઈસ દુખિયારે જગત કે, પ્રાણી સુખિયા હોય ॥

સોલંકી મિડેનિક 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 કોમ્પ્લેક્સ”, 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 સેન્ટરના નામે મ.ઓ./ચેક અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના 15 ઓગષ્ટ 2019

આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઇતપુરીના 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 : રૂ. 100/-

If undelivered please return to :

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ)

ભાભા ડાઈનિંગ 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