વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2563 ❖ અશ્વિન પૂર્ણિમા ❖ 13 ઓક્ટોબર 2019 ❖ વર્ષ – 19 ❖ અંક – 07 ❖ સળંગ અંક - 235

ધમ્મવાણી

न तेन होति धमट्ठो येनडत्थं सहसा नये ।
यो च अत्थं अनत्थं च उमो निच्छेय्य पण्डितो ।।
असाहसेन धम्मेन समेन नयती परे ।
धम्मस्स गुत्तो मेघावी धम्मट्ठो ति पवुश्चति ।।

જે માણસ કોઇપણ હકીકતનો ફેંસલો સાહસથી એટલે વગર વિચાર્યે કરી નાખે છે, તેટલા માત્રથી તે ધર્મસ્થ–ધર્માધિકારી–ન્યાયાધીશ થઇ શકતો નથી ; પરંતુ જે ડાહ્યો માણસ ખરી અને ખોટી બંને વાતનો બરાબર નિશ્ચય કરીને પછી તે વિશે ઉતાવળ કર્યા વિના બરાબર વિચાર કરીને ધર્મ પ્રમાણે સમભાવથી બીજાઓને દોરે છે, તે માણસને ધર્મ વડે સુરક્ષિત અથવા પુષ્ટ, બુદ્ધિમાન અને ધર્મસ્થ કહેવો ઘટે. ૧,૨

-ધમ્મપદ

મૂળ ઉપદેશ

અતિઓની અંતિમ પરાકાષ્ઠા બંને છેડા–છેડી, મધ્યમા પ્રતિપદાનું મહત્ત્વ બતાવીને ભગવાન બુદ્ધે ધર્મચક્રનો મૂળ ઉપદેશ પ્રકાશિત કર્યો.

૧. દુઃખ છે.

૨. દુઃખ–સમુદય તૃષ્ણાથી થાય છે.

૩. દુઃખનું નિવારણ છે.

૪. દુઃખનું નિવારણ મધ્યમા પ્રતિપદાથી થાય છે.

જીવન–જગતની નક્કર હકીકતો. ન કોઇ કલ્પનાજન્ય દાર્શનિક માન્યતાને સ્વીકારવાનો આગ્રહ, ન કોઇ નિષ્પ્રાણ કર્મકાંડનું બંધન, ન કોઇ અંધભકિતનો ભાવાવેશીય ઘટાટોપ કે ન કોઇ નાત–જાત કે સાંપ્રદાયિકતાની ગૂંચવણમાં જકડાઇ જવાની જંજાળ છે. સીધી, સાચી ને વૈજ્ઞાનિક વાત; સાર્વજનિક, સર્વહિંતની વાત અને કામની, સારની વાત. રોગીને માટે આનાથી વધુ કામની વાત બીજી શું હોય કે તે જાણે કે આ રોગ છે અને આ રોગનું આ મૂળ કારણ છે; આ રોગનું નિવારણ છે અને રોગના નિવારણનો આ સાચો ઉપાય છે. આ જ પ્રકારે ભવરોગી માટે પણ આ જ ચાર કામની વાતો છે, કલ્યાણની વાતો છે. કોઇ પણ ભવરોગી દુખિયારા માટે આ ચાર હકીકતોને હૃદયથી સ્વીકારી લેવી સારી છે. પણ ફકત સ્વીકારીને રહી જાય તો પછી કોઇ માન્યતા–માત્રમાં અટકીને રહી જશે. માટે ચિંતન–પ્રજ્ઞાનું આગલું પગલું તે ભરે, ચિંતન કરે કે આ અવસ્થામાં મારે શું કરવું જોઇએ ? મારા માટે શું કૃત્ય છે ? શું કરણીય છે ? ''**योनिसोमनसिकार**''– એટલે સાચી રીતે ચિંતન કરશે તો આ ચારે વાતો પ્રકાશમાં આવશે.

૧. જે દુઃખ–સત્ય છે, એનું પરિજ્ઞાન થાય એટલે કે એના વિશે સંપૂર્ણ જાણકારી થાય. અંતિમ પરિધિ–પર્યંત એની પર્યવેષણા થાય એટલે કે એનું પૂરેપૂરૂં અનુસંધાન થાય. એનાથી સંબંધિત કોઇ પણ સ્થિતિ અંધારામાં ના રહી જાય.

૨. જે સમુદય સત્ય છે, એટલે કે તૃષ્ણા છે, તેને મૂળથી ઉખાડી લેવી જોઇએ.

૩. જે દુઃખનિવારણની એટલે કે દુઃખ–નિરોધ સત્યની નિર્વાણિક અવસ્થા છે. તેનો સ્વયં સાક્ષાત્કાર કરી લેવો જોઇએ.

૪. દુઃખ નિવારણ માટે આ જે આઠ અંગવાળો માર્ગ સત્ય છે, જે મનુષ્યમાં પ્રતિપદા છે, તેના પર અંતિમ લક્ષ્ય સુધી ચાલી લેવું જોઇએ.

ચિંતન–મનનના સ્તર પર આ ચારેય કૃત્ય–કરણીય સમજમાં આવી જાય પણ તે લાભ ન થાય, જે કોઇ ભવરોગીને આ ચારેય સચ્ચાઇઓથી પ્રાપ્ત થઇ શકે છે. તે લાભ ત્યારે થાય છે, જયારે કોઇ વ્યકિત આ ચારેય કૃત્ય–કરણીયને ભાવનામયી પ્રજ્ઞા દ્વારા ભાવિત કરી લે અને તે અવસ્થા ઉપર પહોંચી જાય, જયાં નિશ્ચયપૂર્વક કહી શકે કે :

૧. **दुःख – सत्य** નું પરિજ્ઞાન કરી લીધું.

૨. **समुदय – सत्य** એટલે કે તૃષ્ણાનો પૂર્ણ ઉચ્છેદ કરી લીધો.

૩. **निरोध – सत्य** એટલે કે નિર્વાણિક અવસ્થાનો સ્વયં સાક્ષાત્કાર કરી લીધો.

૪. **मार्गसत्य** એટલે કે અષ્ટાંગિક માર્ગ પર પૂરી રીતે ચાલી લીધું.

આ ચારેય કરી લીધાં તો જ કૃતકૃત્ય થયો ; પ્રાપ્ત–પ્રાપ્તવ્ય થયો અને ભારમુક્ત, બંધનમુક્ત, દુઃખમુક્ત થયો. આ ચારેય સત્ય આર્યસત્ય થયાં અને ધારણ કરનાર ભવરોગી અનાર્ય, ભવમુક્ત આર્ય થયો. આ આર્યસત્યોને ત્રેવડા રૂપમાં એટલે કે બાર રીતે સંપૂર્ણ આત્મસાત્ કરે તો જ કોઇ વ્યકિત સાચા અર્થમાં દુઃખમુક્ત થાય છે, અરહંત થાય છે, નહીંતર તો મુકિતના નામે છળ જ ચાલે છે. ત્યારે પણ અને આજે પણ અનેક લોકો છે

જ, જે બુદ્ધિના સ્તર પર સ્વીકાર કરે છે કે દુઃખનું કારણ રાગદ્વેષમયી તૃષ્ણા જ છે અને આ પણ સ્વીકારે છે કે તૃષ્ણાને દૂર કરતાં નથી, તો દુઃખમુક્ત થતાં નથી. ઘણા તો એ જ નથી સમજતા કે તૃષ્ણાને કેવી રીતે દૂર કરવી ? પરંતુ ઘણા એવા પણ છે જે બુદ્ધિના સ્તરે ઘણી સારી રીતે સમજે છે કે શીલ, સમાધિ, પ્રજ્ઞાના અષ્ટાંગિક માર્ગ પર ચાલીને તૃષ્ણાનાં મૂળ ઉખાડી શકાય છે. પરંતુ તેઓ માર્ગ પર ચાલતા નથી. જેઓ ચારેય આર્યસત્યોને સ્વયં અનુભવતા નથી અને અનુભવ કરવાનો કોઇ પ્રયત્ન પણ કરતાં નથી, તેઓ તો અભાગી જ છે. તેઓ દુઃખમુક્ત નથી થઇ શકતા. ભગવાને પોતાના પાંચેય શિષ્યોને દુઃખ–વિમુક્તિનો આ ઉપદેશ આપતાં કહ્યું કે જયાં સુધી આ ચારે સત્યોને બરાબર રીતે દ્વાદશાકારે સ્વયં અનુભૂત ન કરી લીધાં એટલે કે એમનું ‘યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન સુવિશુદ્ધ’ ન કરી લીધું. મારામાં સમ્યક્ જ્ઞાન અને સમ્યક્ સંબોધિનો સાક્ષાત્કાર કરી લીધો છે. મારામાં સમ્યક્ જ્ઞાન અને સમ્યક્ દર્શન સુપુષ્ટ થઇ ગયું છે, મારું ચિત્ત સદાને માટે વિકાર–વિમુક્ત થઇ ગયું છે. આ મારો અંતિમ જન્મ છે. હવે મારો પુનર્જન્મ નહીં થાય. અનુભૂત કર્યા પછી જ આ દાવો કર્યો. આ તે કરવાનું જ ફળ છે. વગર કર્યે કશું થતું નથી, પરંતુ આનો સાર આ ચાર શબ્દોમાં સમાયેલો છે : **यथाभूतं ञाणदस्सनं सुविसुद्धं अहोसि ।**

આ જ ઉપદેશનો સાર છે. યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન વિશુદ્ધ થયું અથવા એમ કહીએ કે વિપશ્યના વિશુદ્ધ થઇ. વિપશ્યના દ્વારા યથાભૂતનું દર્શન કરતાં કરતાં જ સમ્યક્ દર્શન થયું. જ્ઞાન સમ્યક્ જ્ઞાન થયું ; વિમુક્તિ સમ્યક્ વિમુક્તિ થઇ. ચારેય આર્યસત્યોનું યથાભૂતનું દર્શન કરતાં કરતાં જ દર્શન થયું. જ્ઞાન સમ્યક્ જ્ઞાન થયું ; વિમુક્તિ સમ્યક્ વિમુક્તિ થઇ. ચારેય આર્યસત્યોનું, યથાભૂત દર્શન શુદ્ધ રૂપમાં ન કરીએ તો વિમુકત નથી થઇ શકતાં.

ભગવાને જયારે આનું વ્યાકરણ–વ્યાખ્યાન કર્યું એટલે કે સ્પષ્ટીકરણ કર્યું તો પાંચેમાંથી એક કૌંડણ્યનાં વિરજ–વિમલ ધર્મચક્ષુ જાગ્યાં. તેને સમ્યક્ દર્શન અને સમ્યક્ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું. એટલે કે વિપશ્યના દ્વારા બોધ થયો કે જે કંઇ સમુદય સ્વભાવનું છે, તે નિરોધ–સ્વભાવનું છે. એટલે કે નામરૂપના આખા ક્ષેત્રનો સમુદય–વ્યય જોતાં જોતાં તેણે તેની નિરોધ અવસ્થાનો પણ સાક્ષાત્કાર કરી લીધો, જે નામ અને રૂપ (ચિત્ત અને શરીર) થી પારની અવસ્થા છે તેનો પણ સાક્ષાત્કાર કરી લીધો. પહેલી વાર નિર્વાણિક અવસ્થાની અનુભૂતિ થઇ તો સ્રોતાપન્ન થઇ ગયો, અનાર્યથી આર્ય થઇ ગયો. આવો, આપણે પણ આ મહત્ત્વપૂર્ણ ઉપદેશના સાર સ્વરૂપ આ શબ્દોને જરા વિસ્તારથી સમજીએ. યથાભૂત જ્ઞાનદર્શન, એટલે કે દર્શન અને જ્ઞાન યથાભૂત થાય. જે ક્ષણે જે ઘટના પોતાની જાતે, કુદરતી ઘટે, તેને જ તે ક્ષણે સાક્ષીભાવથી જોઇ અને તેને સમજી લે, તો જ સમ્યક્ દર્શન થયું, તો જ સમ્યક્ જ્ઞાન થયું. યથાકલ્પિત નહીં, યથાભૂત યથાર્થને કહે છે. પોતાની પરંપરાગત દાર્શનિક માન્યતાના આધારે કોઇ વાતની કલ્પના કરીએ અને પાછું તેનું દર્શન જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ, એવું નહીં. યથાસંકલ્પિત નહીં, એટલે કે સંકલ્પ–વિકલ્પ દ્વારા, ચિંતન–મનન દ્વારા કોઇ માન્યતાને આધાર માનીને, તેનું દર્શન–જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન નહીં. યથાવાંછિત નહીં, એટલે કે પોતાની કામનાના લક્ષ્યનું ધ્યાન કરીને તેના દર્શન–જ્ઞાનનો પ્રયત્ન નહીં. જે યથાર્થ પ્રગટ થયું, ફક્ત તેનું જ દર્શન જ્ઞાન. આ યથાભૂત દર્શન–જ્ઞાન શેમાં થાય ? વિપશ્યના કયાં કરવી ? તેનો વિષય શો હોય ? આ વિશે ભગવાને કહ્યું, **इमेसु चतुसु अरियसच्चेसु** એટલે કે આ ચારેય આર્યસત્યોનું યથાભૂત દર્શન–જ્ઞાન થાય. દુઃખમાં, દુઃખનું કારણ તૃષ્ણામાં, દુઃખના નિરોધમાં, નિરોધના ઉપાય અષ્ટાંગિક માર્ગમાં. આ ચારેય શરીરની સીમાની અંદર જ એક રૂપ–સ્કંધ અને ચાર ચિત્ત સ્કંધ છે. આ પાંચેય સ્કંધોના ક્ષેત્રમાં જ દુઃખ સમાયેલું છે. દુઃખનું યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન અહીં જ કરવું પડશે. આ પાંચ સ્કંધોની અંદર જ દુઃખ સમુદય એટલે કે તૃષ્ણા સમાયેલી છે. અહીં જ રાગ અને દ્વેષ જાગે છે. પ્રિય–મનચાહ્યું પ્રાપ્ત કરવા અને તેને રોકી રાખનારી રાગમયી તૃષ્ણા તથા અપ્રિય–વણચાહ્યું દૂર ધકેલનારી દ્વેષમયી તૃષ્ણા. શરીરની સીમાની અંદર એમનું યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન કરીને, એમને દુર્બળ બનાવીને સમાપ્ત કરી શકાય છે અને આમ દુઃખનું સમાપન કરી શકાય છે. દુઃખ–નિરોધની નિર્વાણિક અવસ્થાનો પણ આ સાડા ત્રણ હાથની કાયાની અંદર જ સાક્ષાત્કાર કરી શકાય છે, કાયાની બહાર નહીં અને દુઃખનિવારણના અષ્ટાંગિક માર્ગનું દર્શન પણ નામરૂપ ઉપર જ કરી શકાય છે, બહાર નહીં, અષ્ટાંગિક માર્ગ કાયા, વાણી, ચિત્તનાં બધાં જ કર્મોને સુધારવાનો માર્ગ છે, અને બધાં જ કર્મોની ચેતના અંદર જાગે છે, તેમનો ઉદ્ગમ શરીર સીમાની અંદર જ થાય છે, બહાર નહીં. અષ્ટાંગિક માર્ગ શીલ, સમાધિ, પ્રજ્ઞાનો માર્ગ છે અને આ ત્રણેયનો ઉદ્ભવ અંદર છે, બહાર નથી એટલે યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન કરવા ઇચ્છતી વ્યકિતએ કાયા અને ચિત્ત ઉપર પ્રગટ થનારી ક્ષણ–ક્ષણની સચ્ચાઇઓનું જ્ઞાનપૂર્વક દર્શન કરવાનું હોય છે. દર્શન એટલે કે સચ્ચાઇ પ્રત્યે તટસ્થ ભાવ રાખવો; ભોકતાભાવ નહીં, કર્તાભાવ પણ નહીં. જ્ઞાન એટલે તેના સાચા સ્વભાવનું જ્ઞાન. અનિત્યને અનિત્ય સ્વભાવવાળું, દુઃખ સ્વભાવવાળું, અનાત્મ (અહમ્વિહીન) ને અનાત્મ સ્વભાવવાળું જ સમજે. આ બધું જ અનુભૂતિજન્ય જ્ઞાન દ્વારા સમજે અને જયારે નામરૂપના પ્રપંચનું જ્ઞાનદર્શન કરતાં–કરતાં તેનું પણ અતિક્રમણ કરી લે તો ઇન્દ્રિયાતીત, લોકાતીત, નિત્ય, શાશ્વત નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરી લે છે, દુઃખ–નિરોધનું પણ યથાભૂત જ્ઞાનદર્શન કરી લે છે. આ પણ સાડા ત્રણ હાથની કાયાની અંદર જ કરવાનું હોય છે માટે ચારેય આર્યસત્યોનું જ્ઞાનદર્શન અંદર જ કરવાનું હોય છે.

સાધક આરંભ કેવી રીતે કરે ? પહેલાં પ્રથમ આર્યસત્ય એટલે કે દુઃખના પરિજ્ઞાન માટે તેનું જ દર્શન કરવાનું શરૂ કરે. નામ–રૂપનો પ્રપંચ જે ક્ષણે જેવો (પ્રપંચ) પ્રગટ થયો તેનું તેવું જ દર્શન શરૂ કરી દે. હજી પરિજ્ઞાન પૂરું નથી થયું, પરંતુ અષ્ટાંગિક માર્ગનું પહેલું પગલું તો માંડ્યું. સમ્યક્ દર્શનનું કામ આરંભ થઇ ગયું. આવી અવસ્થામાં સાધક જોશે કે સંકલ્પને સમ્યક્ હોય, જાગૃતિ સમ્યક્ હોય અને જાગૃતિવાળી સમાધિ સમ્યક્ હોય. સાધક ત્રણેયને માટે પણ પ્રયત્ન શરૂ કરે છે. આમ તે સમ્યક્ દર્શન કરતાં કરતાં પૂરા અષ્ટાંગિક માર્ગને ભાવિત કરવા લાગે છે, પુષ્ટ કરવા લાગે છે, મધ્યમા પ્રતિપદાના એક–એક અંગને જીવનમાં ઉતારે છે અને યથાભૂત જુએ છે. આમ, ચોથા આર્યસત્યને ભાવિત કરવાનું કામ શરૂ થઇ જાય છે. માર્ગનાં અષ્ટાંગોનું ધ્યાન કરતાં કરતાં દર્શન કરે છે. નામ–રૂપનું દર્શન કરે છે તો અનુભૂતિઓના સ્તર પર એ પણ સ્પષ્ટ થવા લાગે છે કે જ્યારે જ્યારે માનસમાં રાગ અને દ્વેષ જાગે છે, ત્યારે ત્યારે દુઃખ જ પેદા થાય છે. આમ દુઃખ–સમુદયરૂપી દ્વિતીય આર્યસત્યનો બોધ થવા લાગે છે. તેનું યથાભૂત દર્શન કરે છે તો એ પણ સ્પષ્ટ થવા લાગે છે કે અજ્ઞાનના કારણે જ રાગ–દ્વેષ જાગે છે. જે અનિત્ય છે, દુઃખ છે, અનાત્મ છે, તેને યથાભૂત જોતાં જોતાં તેના પર નિત્ય, સુખ અને આત્મનું મિથ્યા આરોપણ જો નથી થવા દેતો તો મોહ મૂઢતાથી છુટકારો મેળવે છે.

પરિણામે તૃષ્ણા પોતાની મેળે ક્ષીણ થતી જાય છે સાધક તટસ્થભાવે આખાયે પ્રપંચને જોતો જાય છે તો રાગ–દ્વેષના પૂર્વ–સંચિત સંસ્કારોનો નિરોધ થવાથી પહેલી વાર દુઃખ નિરોધ એટલે કે નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરી લે છે. સાધક સ્રોતાપન્ન અવસ્થા સુધી પહોંચી જાય છે. આ જ અવસ્થાને વધુ આગળ વધારે છે તો સકદાગામી, અનાગામીની અવસ્થાઓમાંથી પસાર થતો થતો અરહંત અવસ્થા સુધી પહોંચી જાય છે. આમ સાધક બીજા આર્યસત્ય 'તૃષ્ણા' નો સમૂળગો ઉચ્છેદ કરી લે છે ; પ્રથમ આર્યસત્ય પૂર્ણ પરિજ્ઞાત થઇ જાય છે. ચતુર્થ આર્યસત્ય અષ્ટાંગિક માર્ગ ભાવિત થઇ જાય છે ; તૃતીય આર્યસત્ય 'નિરોધ' નો સાક્ષાત્કાર થઇ જાય છે. આમ, યથાભૂત જ્ઞાનદર્શન વિશુદ્ધ થયું, કારણ કે તેમાં ક્યાંય કોઇ કૃત્રિમ, કલ્પિત, સંકલ્પિત અથવા મનોવાંછિત મિથ્યા વાતોનું આરોપણ ન થવા દીધું. જે–જે સમયે જે–જે યથાર્થ રીતે થયું, ફક્ત તેનું જ જ્ઞાનપૂર્વક દર્શન કર્યું. જ્ઞાન એટલે બુદ્ધિવાળા જ્ઞાનથી નહીં, અનુભૂતિવાળા જ્ઞાનથી, તો જ યથાભૂત જ્ઞાન–દર્શન સંપન્ન થયું, તો જ વિપશ્યના સફળ થઇ, સાધક કૃતકૃત્ય થયો. આવો, આપણે પણ આ ચારે સત્યોનું વિશુદ્ધ, વાસ્તવિક જ્ઞાનદર્શન કરીએ. ક્યાંક એમને કોઇ સાંપ્રદાયિક માન્યતાનું દર્શન–માત્ર બનાવીને, કોઇ સંપ્રદાયની ગૂંચવણમાં ન ગૂંચવાઇ જઇએ. જે વાત આપણી મુક્તિ માટે સમજાવાઇ તેનો ઉપયોગ પોતાની મુક્તિ માટે જ કરીએ, ભક્તિ–ભાવાવેશને માટે નહીં ; બુદ્ધિ–કિલ્લોલને માટે નહીં, સાંપ્રદાયિક માન્યતાઓમાં બંધાવા માટે નહીં. સત્ય ધર્મ–ધારણ કરવામાં જ આપણું સાચું કલ્યાણ સમાયેલું છે.

-કલ્યાણમિત્ર સત્યનારાયણ ગોયન્કા

-''જાગે અંતર્બોધ'' પુસ્તકમાંથી સાભાર

નૂતન વર્ષ અભિનંદન

દીપાવલી – ૨૦૭૫ તથા નૂતન વર્ષ – ૨૦૭૬ 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 નવા કેન્દ્ર પર સાધકોનું સ્નેહમિલન

દીપાવલી ૨૦૭૫ અને નવવર્ષ ૨૦૭૬ નિમિત્તે સાધકોનું સ્નેહમિલન નીચે મુજબ આયોજિત છે.

તારીખ : ૧૦ નવેમ્બર ૨૦૧૯, રવિવાર

સમય : સવારે ૮ થી ૧૨

કાર્યક્રમ : ૮.૦૦ થી ૮.૪૫ અલ્પાહાર

૯.૦૦ થી ૧૦.૦૦ સમૂહ સાધના

૧૦.૦૦ થી ૧૨.૦૦ નિર્માણાધીન કેન્દ્ર વિશે માહિતી અને ધર્મચર્ચા

૧૨.૦૦ કલાકે ભોજન

સ્થળ : નવું નિર્માણાધીન ધમ્મકોટ કેન્દ્ર, રંગપર, રાજકોટ-જામનગર રોડ, રાજકોટ.

રાજકોટ થી રંગપર જવા માટે સવારે ૭.૧૫ વાગ્યાથી નિઃશુલ્ક બસ વ્યવસ્થા કરેલ છે. રાજકોટ ખાતે પીક અપ પોઇન્ટ નીચે પ્રમાણે રહેશે.

૧. ગોંડલ ચોકડી, મોટા મવા સર્કલ, નાના મવા સર્કલ, બીગ બઝાર, રૈયા ટેલિફોન એક્સચેંજ, રૈયા સર્કલ, માધાપર ચોકડી, વ. રહેશે.

૨. ઢેબર રોડ : નાગરિક બેંક, કોર્પોરેશન ચોક, ત્રિકોણ બાગ અને ભાભા હોટલ રહેશે.

વાહન અને ભોજન વ્યવસ્થા યોગ્ય રૂપે થઇ શકે તે માટે મોબાઇલ નં. : ૭૮૭૮૭૨૭૨૨૩, ૯૪૨૬૨૦૨૨૨૨ પર રજિસ્ટ્રેશન કરાવવું જરૂરી છે.

જેમની પાસે ધ્યાન કરવા માટેનું આસન અથવા ગાદી હોય તો તે સાથે લાવી શકે તો વ્યવસ્થામાં સુવિધા રહેશે. ગાદી લાવી શકાય તો સારું રહેશે.

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

વિપશ્યના પરિચય તેમજ સૌરાષ્ટ્રના કેન્દ્રોની માહિતી માટે ગૂગલ પ્લે સ્ટોર પર
''એન્ડ્રોઇડ એપ્લીકેશન''
ઉપલબ્ધ છે.
ANDROID APP ON Google play
VIPASSANA DHAMMAKOT

ગુજરાતના 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

07-11 to 18-11-19
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 જૂના સાધકો માટે

STP
17-01 to 25-01-20

3 DAYS
27-02 to 01-03-20

1 DAY
29-12-2019
26-01-2020
23-02-2020

ધમ્મ અંબિકા

નવસારી–બિલિમોરા થી ૧૫ કિ.મી., N.H. નં.–૮ બોરિયાચ ટોલનાકાથી 2km પશ્ચિમે, **ગામ :** વગલવાડ, તા.: ગણદેવી. **સંપર્ક :**
Mo : 99090 38250
Mo : 95865 82660, 94281 60714, 98250 44536. E-mail : info@ambika.dhamma.org

01-11 to 12-11-19
15-11 to 26-11-19
03-12 to 14-12-19
06-02 to 16-02-20

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

3 DAYS
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

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

13-11 to 24-11-19
27-11 to 08-12-19
11-12 to 22-12-19

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

STP
15-11 to 23-11-19

10 Days Spl.
27-11 to 08-12-19

3 DAYS
22-12 to 25-12-19

20 DAYS
04-03 to 25-03-20

30 DAYS
04-03 to 04-04-20

45 DAYS
01-01 to 16-02-20

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

13-11 to 24-11-19
27-11 to 08-12-19
04-12 to 15-12-19
25-12 to 05-01-19

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.dharmaj@gmail.Com

05-11 to 16-11-19

1-DAY
08-10-2019

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

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

STP
14-03 to 22-03-20

2-DAYS
02-07 to 04-07-20

3-DAYS
05-11 to 08-11-20

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

04-11 to 15-11
20-11 to 01-12
04-12 to 15-12
18-12 to 29-12
01-01 to 12-01-20
22-01 to 02-02

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

1 DAYS
03-11-2019
01-12-2019
05-01-2020
02-02-2020
01-03-2020
05-04-2020

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

દોહા ધરમના

જગ મેં હોતા હી રહે, અપ્રિય સે સંયોગ ।
કૌન ભલા જીસ કા કભી, પ્રિય સે હો ન વિયોગ ॥

હાય પુત્ર ! હા સંપદા ! માન સમ્માન ।
હાય ! હાય ! કરતે હુએ, નિકલે તન સે પ્રાણ ॥

અનચાહી હોતી રહે, યહી જગત કી રીત ।
ચિત્ત વિચલિત કરતી રહે, મનચાહે કી પ્રીત ॥

દોહા ધરમના

દુઃખિયારે સબ લોગ હૈ, કરેં શાંતિ કી ખોજ ।
ચાહે તેલી ગંગુલા, ચાહે રાજા ભોજ ॥

કોઈ સુખિયા ના દિખે, દુઃખિયા સબ સંસાર ।
સબ કે સુખ હૈં બુદબુદે, હૈ ભંગુર નિસ્સાર ॥

સુખ આયા પાગલ હુઆ, બદલત લગી ન દેર ।
ભૂલ ગયા સુખ મેં છિપે, દુઃખ કે કિતને ઢેર ॥

સોલંકી મિકેનિક 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 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 13 ઓક્ટોબર 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