વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ ૨૫૫૧ ❖ જયેષ્ઠ પૂર્ણિમા ❖ ૨ જૂન, ૨૦૦૭ ❖ વર્ષ - ૮ ❖ અંક - ૩ ❖ સળંગ અંક - ૮૭

ધમ્મવાણી

मा जातिं पुच्छ, चरणं च पुच्छ, कट्ठा हवे जायति जातवेदो ।
नीचा कुलीनो'पि मुनि धितिमा, आजानीयो होति हिरीनिसेधो ॥
(सुंदरिक भारद्वाज सुत्तं-८)

જાતિ ન પૂછો, આચરણ પૂછો (જેને કોઇ નથી પૂજતું એ) લાકડામાંથી અગ્નિ જન્મ લે છે, (જે અગ્નિને- કેટલાયે પૂજે છે) (આ રીતે) નીચા (મનાતા) કુળમાં જન્મ લઈને પણ કોઈ વ્યકિત ઉત્તમ ધીમાન મુનિ થાય છે જે શરમજનક કામોથી દૂર રહે છે.

બુદ્ધ અને ધર્મ (૭)

ભગવાન ગૌતમ બુદ્ધના જીવનકાળની એક ઘટના.

ત્યારે ભગવાન રાજગૃહના વેણુવનમાં વિહાર કરી રહ્યા હતા. સભિય નામનો એક પરિવ્રાજક પોતાની શંકાઓનું સમાધાન કરવાને માટે અનેક આચાર્યોની પાસે ગયો પણ અસંતુષ્ટ જ રહ્યો. અંતે, ભગવાન ગૌતમ બુદ્ધને મળીને એમની સમક્ષ પોતાના પ્રશ્નો રાખ્યા. એ પ્રશ્નોમાંનો એક પ્રશ્ન હતો -

बुद्धो कथं पवुच्चति ? એટલે કે બુદ્ધ કોને કહે છે? ભગવાને ઉત્તર દીધો-

कप्पानि विच्चेय्य केवलानि, તૃષ્ણાના સંપૂર્ણ ક્ષેત્રનું વિશ્લેષણ કરીને, संसारं दुभयं चुतुपपातं, જેણે સંસારચક્ર (પ્રપંચ)ની ઉત્પત્તિ અને વિનાશ બંનેને જાણી લીધા છે, विगतरज मनङ्गणं विसुद्धं, જે ચિત્તમેલથી વિમુક્ત થઇ ગયો છે, જે વિશુદ્ધ, વિમલ છે, पत्तं जातिक्खयं, જેણે જન્મ ક્ષયની અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી લીધી છે, तमाहु बुद्धन्ति, તેને બુદ્ધ કહે છે.

પરિવ્રાજક સભિયને આ વ્યાખ્યા બહુ ગમી. આવી વ્યકિત કોઇ પણ કેમ ન હોય, બુદ્ધ જ કહેવાશે. બુદ્ધની કેવી ગુણવાચક સર્વજનીન ધર્મમયી વ્યાખ્યા!

પરિવ્રાજક સભિયે આ જ પ્રકારે ભિક્ષુ, બ્રાહ્મણ, શ્રમણ, પરિવ્રાજક, શ્રોત્રિય, આર્ય, પંડિત, વેદજ્ઞ આદિ શબ્દોની પણ સાચી વ્યાખ્યા જાણવા માગી. ભગવાને એ (બધાં)ની પણ ગુણવાચક સર્વજનીન ધર્મમયી વ્યાખ્યાઓ કહી, જો કે આમ તો આ બધા શબ્દો લોકીય ક્ષેત્રમાં અધિકાંશતઃ સંપ્રદાયવાચક જ થઇ ગયા હતા. ભગવાન સમ્યક્ સંબુદ્ધે આ શ્રેષ્ઠ ગુણવાચક શબ્દોને સંપ્રદાયવાદી કાદવમાંથી બહાર કાઢ્યા અને એની સાંપ્રદાયિકતાવિહીન શુદ્ધ ધાર્મિક વ્યાખ્યા કરી.

સાંપ્રદાયિક વ્યાખ્યા હોત તો, ભિન્ન ભિન્ન વેશભૂષા જાતિ, વર્ણ, ગોત્ર, કર્મકાંડ અને બુદ્ધિ કે કલ્પનાજન્ય દાર્શનિક મતમતાંતરો પર આધારિત હોત. જયારે શુદ્ધ ધર્મમયી વ્યાખ્યા કેવળ સદ્‌ગુણો પર આધારિત છે.

સભિય આ વ્યાખ્યાઓથી અત્યંત પ્રભાવિત થયો અને ભગવાનના શાસનમાં એટલે કે એમના ઉપદેશમાં પ્રવ્રજિત થયો.

-

જે પણ બુદ્ધ હશે, તે ધર્મવાદી જ હશે, સંપ્રદાયવાદી નહીં. એમની પ્રસિદ્ધિ એ શબ્દોમાં નહીં હોય કે તે -

संघी चेव गणी च गणाचरियो च ञातो यसस्सी तित्थकरो બલ્કે આ શબ્દોમાં હશે :-

- इतिपि सो भगवा :– એ સમસ્ત રાગ, દ્વેષ અને મોહને ભગ્ન કરીને મુક્તિના ઐશ્વર્યનું જીવન જીવે છે, એ અર્થમાં ભગવાન છે.
- अरहं : તે અહંકાર, મમંકાર જેવા બધા ચિત્તમેલરૂપી દુશ્મનોનું હનન કરી ચૂકયા હોય છે, એ અર્થમાં અર્હંત છે.
- सम्मा सम्बुद्धो : સારી રીતે સ્વયં પોતાના પ્રયત્નો દ્વારા એટલે કે સ્વયંભૂ બુદ્ધ છે એ અર્થમાં સમ્યક્ સંબુદ્ધ છે.
- विज्जाचरणसम्पन्नो : એ કેવળ બુદ્ધિના સ્તર પર જ નહીં બલ્કે, આચરણના સ્તર પર પણ જ્ઞાનની સંપન્નતા પ્રાપ્ત કરી ચૂકયા છે, એ અર્થમાં વિદ્યાચરણ સંપન્ન છે.
- सुगतो : એમની કાયિક, વાચિક, માનસિક બધી ગતિઓ શુદ્ધ છે, કુશળ છે, એ અર્થમાં સુગત છે.
- लोकविदु : એ અનુભૂતિના સ્તર પર બધા લોકોની યથાવત જાણકારી કરી ચૂકયા છે, એ અર્થમાં લોકવિદુ છે.
- अनुत्तरो पुरिसदम्मसारथी : જેમ બગડેલા ઘોડાને સારથિ સુધારી લે છે, એ જ રીતે બગડેલા લોકોને સુધારી લેવામાં અનુપમ કુશળ સારથિ છે.
- सत्था देवमनुस्सानं : જે દેવતાઓ અને મનુષ્યોના રાજા અને પ્રજાના શાસ્તા (ગુરૂ) છે, માર્ગદર્શક છે.
- बुद्धो भगवाति : આવા છે બુદ્ધ ભગવાન.

આવા ગુણ જે કોઇ વ્યકિતમાં હોય, તે બુદ્ધ જ છે. કોઇ બુદ્ધ હોય તો એનામાં આવા ગુણ હશે જ. બુદ્ધ કોઇ પણ બની શકે છે જેની બોધિ જાગી અને પૂર્ણતઃ પરિપુષ્ટ થઇ તે જ બુદ્ધ થયો. જો કે આ અવસ્થા સુધી પહોંચવાને માટે પ્રભૂત (પુષ્કળ) પરાક્રમ, પુરુષાર્થ કરવાનો હોય છે, પણ એવો પુરુષાર્થ કરીને કોઇ પણ (વ્યકિત) સફળ થઇ શકે છે. કોઇ પ્રાદેશિક કે સાંપ્રદાયિક પ્રતિબંધ નથી હોતો.

બુદ્ધ કોઇ વ્યકિતવાચક, જાતિવાચક કે સંપ્રદાયવાચક શબ્દ નથી. બુદ્ધને માટે બીજાં પણ અનેક ગુણવાચક વિશેષણ, સંબોધન, શબ્દનો ઉપયોગ થાય છે. જેમ કે ભગવાન, જિન, મહાવીર, સર્વજ્ઞ, તથાગત, દશબલ, ક્ષીણાસ્રવ, મહાકારુણિક, વીતરાગ, વીતદ્વેષ, વીતમોહ, વીતતૃષ્ણા, ધર્મરાજા, સત્યદર્શી, નિર્વાણદર્શી, સચ્ચનામ, ધર્મકાય, ધર્મભૂત, બ્રહ્મકાય, બ્રહ્મભૂત ઈત્યાદિ ઈત્યાદિ. આવા બધા શબ્દ ગુણ, ધર્મ, સ્વભાવવાચક જ છે. એટલે સર્વજનીન છે. કોઇ પણ શબ્દ, કોઇ પણ સંપ્રદાય સાથે નથી બંધાતો.

આવો બુદ્ધ જયારે કંઇક શીખવે છે તો ધર્મ જ શીખવે છે. શુદ્ધ સર્વજનીન ધર્મ સંપ્રદાયવાદથી, જાતિવાદથી, કલ્પનાજન્ય દાર્શનિકવાદથી સર્વથા વિમુક્ત. બધા બુદ્ધ આ જ ઉપદેશ આપશે :-

इति सीलं इति समाधि इति पञ्ञा ।

આ શીલ છે, આ સમાધિ છે, આ પ્રજ્ઞા છે.

सील परिभावतो समाधिमहफ्फलो होति महानिसंसो ।

શીલ પરિભાવિત કરી લેવાથી એટલે કે પૂરી રીતે અભ્યાસમાં ઉતારી

લેવાથી સમાધિ મહાફલદાયિની, મહાકલ્યાણકારિણી થાય છે.

समाधि परिभावतो पञ्ञामहफ्फलो होति महानिसंसो ।

સમાધિ પરિભાવિત કરી લેવાથી એટલે કે પૂરી રીતે અભ્યાસમાં ઉતારી લેવાથી પ્રજ્ઞા મહાફલદાયિની, મહાકલ્યાણકારિણી થાય છે.

पञ्ञा परिभावतो चित्त सम्मदेव आसवेहि विमुच्चति ।

પ્રજ્ઞા પરિભાવિત કરી લેવાથી એટલે કે પૂરી રીતે અભ્યાસમાં ઉતારી લેવાથી ચિત્ત આસવોથી પૂર્ણતઃ વિમુક્ત થઈ જાય છે.

શીલ સમાધિ અને પ્રજ્ઞા અનુત્તર વિમુક્તિ એ જ ધર્મોનો યશસ્વી ગૌતમે અનુબોધ કર્યો. અતઃ આ જ શુદ્ધ, સનાતન, સર્વજનીન ધર્મોનો ઉપદેશ આપ્યો.

ગૌતમ બુદ્ધની પૂર્વે પણ જે બુદ્ધ થયા એમણે આ જ ધર્મોની સ્વયં બોધિ પ્રાપ્ત કરી અને એનો જ ઉપદેશ આપ્યો. આ પ્રકારે એમના પછી જે બુદ્ધ થશે તેઓ પણ આ જ બોધિ પ્રાપ્ત કરશે અને આ જ ઉપદેશ આપશે.

કોઈ પણ બુદ્ધ થશે તો આ સનાતન સચ્ચાઈઓને અનુભૂતિઓના સ્તર પર જાણી લેશે કે છયે ઈન્દ્રિયોના પોતપોતાના વિષય જ્યારે સંબંધિત ઈન્દ્રિયોના સંપર્કમાં આવે છે અને એને અનુકૂળ અથવા પ્રતિકૂળ માની લેવાય છે તો સુખદ કે દુઃખદ સંવેદના થાય છે. સુખદ હોય તો એના પ્રતિ રાગની એટલે કે સમેટી રાખવાની તૃષ્ણા અને દુઃખ હોય તો એના પ્રતિ દ્વેષની એટલે કે એને દૂર કરવાની તૃષ્ણા જાગે છે. આ તૃષ્ણાથી જ અનેક અન્ય પ્રકારના વિકાર જાગે છે અને હર તૃષ્ણાનો વિકાર દુઃખ જ પેદા કરે છે. આમ તૃષ્ણાનો સ્વભાવ પુષ્ટ થતાં થતાં ભવદુઃખચક્ર ગતિમાન થઈ ઊઠે છે. શરીર અને ચિત્ત પર ઉત્પન્ન થનારી આ જ તૃષ્ણાજન્ય સંવેદનાઓને તટસ્થભાવે જોવાથી આ સ્વભાવ તૂટવા લાગે છે. ભવચક્રના સ્થાન પર ભવમુક્તિચક્ર એટલે કે ધર્મચક્ર ચાલવા લાગે છે અને આમ અભ્યાસ કરતાં કરતાં સાધક બધા વિકારોમાંથી વિમુક્ત થઈ જાય છે. એને માટે જ શીલ, સમાધિ અને પ્રજ્ઞાનો અભ્યાસ કરાય છે. આ સનાતન નિયમ છે એટલે કે સનાતન ધર્મ છે.

(ક્રમશઃ)

સમગ્ર સૌરાષ્ટ્ર તેમ જ ધમ્મકોટમાં થતી વિપશ્યના સાધના અંગેની માહિતી

ધમ્મકોટની તમામ શિબિરોનું રજીસ્ટ્રેશન(નોંધણી) સૌરાષ્ટ્રના સમગ્ર સંપર્ક સ્થાનોએ થઈ શકે છે.

વર્ષ ૨૦૦૭ માટે સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર, ''ધમ્મકોટ કેન્દ્ર'' રાજકોટ ૧૦ દિવસીય શિબિરોની માહિતી :

04 to 15-07, 18 to 29-07, 01 to 12-08, 14 to 25-08, 27 to 07-09, 08 to 19-09, 03 to 14-10, 16 to 27-10, 28-10 to 08-11, 09 to 20-11, 21-11 to 02-12, 05 to 16-12, 19 to 30-12

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

૧૦ દિવસીય ગંભીર શિબિર : 8-9 to 19-9

સતિપટ્ઠાન શિબિરો : 29-8 to 6-9, 7-12 to 15-12

રાજકોટ સિટી ઓફીસ : C/o. ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ००१. ફોન : 0281 - 2220861-866, M. : 94272 21591, **ફેક્સ :** 0281 - 2221384. **E-mail :** <info@kota.dhamma.org>, **website :** www.vri.dhamma.org

રાજકોટ સંપર્ક : ચંદુભાઈ મહેતા, ફોન : R : 0281-2587599, M. 94282 03291 વિનોદભાઈ રાયચુરા M. 9427221591

કેન્દ્ર : ''ધમ્મકોટ'' ખોખડદળ ગામ પછી, કોઠારિયા રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦૦૦૨. ફોન : 0281 - 2782040 M. : 9327923540

રાજકોટ : ફક્ત જૂના સાધકો માટે એક દિવસીય શિબિર

'ધમ્મકોટ', મહિનાનો પહેલો રવિવાર જૂના સાધકો અને બાળકોની શિબિર (વાહન ભાભા ડાઈનિંગ હોલથી સવારે ૮ કલાકે) સમય ૯ થી ૫ ❊ **રાજકોટ સિટીમાં :** મહિનાનો બીજો રવિવાર સવારે ૮ થી ૩.૦૦, માસુમ સ્કૂલ યુનિ. રોડ, એસ.એન.કે. સ્કૂલ પાછળ, ભોજન વ્યવસ્થા રાખેલ છે.

સામૂહિક સાધના : દર મંગળવારે સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ એ-૩૮, કિરણ સોસાયટી, ગેલેક્સી સિનેમાની પાછળ, ❊ દર શુક્રવારે સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, વિભાકર નિવાસ, ધારેશ્વર મંદિર ચોક, ❊ દર શનિવારે સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, કોટેચાનગર શેરી નં. ૧, અપના બજાર પાછળ, નયન વિહારની બાજુમાં, ❊ દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, માસુમ સ્કૂલ, યુનિ.રોડ, એસ.એન.કે. સ્કૂલ પાછળ ❊ મહિનાનો ત્રીજો રવિવાર સવારે ૮ થી ૧૦.૩૦ (સામૂહિક સાધના અને ધર્મ ચર્ચા) ચાણક્ય એપાર્ટમેન્ટ હોલ, શ્રોફ રોડ, જયહિન્દ પ્રેસની પાસે ❊ રોજ બપોરે ૩-૩૦ થી ૪-૩૦ સિટી ઓફિસ, ભાભા ડાઈનિંગ હોલ

❊ રોજ સમૂહ સાધના સોમ થી શનિ સાંજના ૬-૩૦ થી ૭-૩૦, કોટેચા નગર, શેરી નં. ૧, નયન વિહારની બાજુમાં

બહેનોની સામૂહિક સાધના : દર મહિનાના પહેલા શનિવારે સાંજે બહેનોની સામૂહિક સાધનાનું અલગ અલગ સાધિકા બહેનના નિવાસ સ્થાને આયોજન થાય છે.

સ્થળ અને સમય માટે સંપર્ક :-

(૧) ઊર્વીબેન સવજાણી - ફોન : ૨૫૭૬૭૪૮

(૨) ચેતનાબેન માવદિયા - ૯૨૨૭૪૬૬૨૨૮

જૂનાગઢ : **સામૂહિક સાધના :** મણીભાઈ કાલરિયા સત્સંગ હોલ, ૨૭૯, રાયજીનગર, મોતીબાગ પાસે, જુનાગઢ. દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯ કલાકે. મારૂતિનગર કોમ્પ્લેક્ષની પાછળ, અમૃતનગર દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯ **સંપર્ક :** રતિભાઈ ફોન : 0285 - 2674172, M. 9426912274, જીવનલાલ વાંજા : ફોન : 2670701.

ઉના : હરેશ જે. ટીલવાની M. 9825061676

મોરબી : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧, બોયઝ હાઈસ્કૂલ લાયબ્રેરી ઉપરનો હોલ, સદ્ભાવના હોસ્પિટલ પાસે

સામૂહિક સાધના : બુધવાર સવારે ૭ થી ૮, બોયઝ હાઈસ્કૂલ, સદ્ભાવના હોસ્પિટલ પાસે

સંપર્ક : ગિરધરભાઈ આદ્રોજા M. 93280 12809, ડો. કાનરિયા ફોન : 02822 - 227501 M. 99090 26026

જેતપુર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર ચોથા રવિવારે ૭.૩૦ થી ૧.૦૦, દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, પાટીદાર ડાઈંગ, નવાગઢ રોડ.

સામૂહિક સાધના : ડો. વાધવાણી હોસ્પીટલ, દરરોજ સવારે ૬ થી ૭, રાત્રે ૯.૧૫ થી ૧૦.૧૫,

સંપર્ક : હિતેષભાઈ પોળિયા ફોન : 02823 - 224856 M. 99093 12946 અરવિંદભાઈ દવે ફોન : 02823 - 224020

જામનગર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર બીજા રવિવારે બપોરે ૧૨ થી ૬

સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે સાંજે ૫ થી ૬, નિરાધાર આશ્રમ, પેલેસ રોડ, એસ.બી.એસ. બેંકની પાછળ, સરૂ સેક્શન રોડ, જામનગર.

❊ જામ ખંભાળિયા - ભાણવડ - પોરબંદરના સાધકો માટે ભાણવડમાં શિબિરનું આયોજન કરેલ છે. તા. ૧૫/૯ થી ૨૬/૯/૨૦૦૭

સંપર્ક : ભાણવડ : હિતેષભાઈ દાસાણી : M. 94272 83762. હિનાબેન ત્રિવેદી, M. 93289 05600, રમેશભાઈ મહેતા ફોન : 0288-2677761, સંજય ત્રિવેદી M. 93741 99523, ઈન્દુબેન મોઢા M. 94272 71002.

મીઠાપુર : હરિશ બી. ગોહિલ, M. 98246 19871

જામ ખંભાળિયા : તુલસીભાઈ ભાયાણી M. 94262 33699

ભાવનગર : **એક દિવસીય શિબિર :** મહિનાના બીજા રવિવારે, આરાધના ફ્લેટ, મેઘાલય સર્કલ,

સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે ૭ થી ૮, આરાધના ફ્લેટ, મેઘાલય સર્કલ, સુભાષનગર ❊ દર ગુરૂવારે સાંજે ૬.૪૫ થી ૭.૪૫, ૧૦ વર્ષા સોસાયટી,

૧૦ દિવસીય શિબિરની ભાવનગરના સાધકો માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર ઉપર સ્પે. વ્યવસ્થા કરેલ છે. ભાવનગરથી ધમ્મકોટની વાહન વ્યવસ્થા રાખેલ છે. તા. ૧૮/૭ થી ૨૯/૭/૨૦૦૭

સંપર્ક : અનિલભાઈ શાહ ફોન : 0278 - 3202002, M. : 94272 32145

અમરેલી : **એક દિવસીય શિબિર :** મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સવારે ૯ થી ૪ દિકરાનું ઘર, વૃધ્ધાશ્રમ

સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, ૧૫૮, ઓમ નગર, નટુભાઈ મકવાણા, ચિત્તલ રોડ,

સંપર્ક : દ્વારકાદાસ લલાણિયા ફોન : (02792) 223983 M. 9426231449, 9328612000

સુરેન્દ્રનગર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા રવિવારે, સવારે : ૧૧ થી ૫

સ્થળ : ૧૦, બેંકર્સ સોસાયટી, વઢવાણ

સામૂહિક સાધના : રોજ સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, ૧૦, બેંકર્સ સોસાયટી, વઢવાણ, ❊ રોજ સાંજે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦, બોસ્ટન રેસ્ટ હાઉસ, જૂના જંક્શન રોડ,

❊ ૧૦ દિવસીય શિબિરની સુરેન્દ્રનગરના સાધકો માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર ઉપર સ્પે. વ્યવસ્થા કરેલ છે. સુરેન્દ્રનગરથી ધમ્મકોટની વાહન વ્યવસ્થા રાખેલ છે. તા. ૪/૦૭ થી ૧૫/૭/૨૦૦૭

સંપર્ક: જેનભાઈ M. 93746 03107, ડો. બાવીસી ફોન : R. 02852 - 2232564, 2395192, M. 99256 44399, મહાસતીજી : 02752-242030

સાધકોના પ્રશ્નો : ગુરુજીના ઉત્તરો

પ્ર. ૧ વિપશ્યનાનો ઉપયોગ મૃત્યુ સમયે કેવી રીતે કરી શકાય ?

ઉત્તર : મૃત્યુ સમયે - જો બીજાઓનો સમય હોય તો ફક્ત બેસી રહો અને મૈત્રી આપો ; જ્યારે તમારા પોતાના મૃત્યુનો સમય આવે, ત્યારે તેનું સંવેદનાના સ્તરે નિરીક્ષણ કરો. દરેકે પોતાના મૃત્યુનું નિરીક્ષણ કરવાનું હશે :- (મૃત્યુ) આવી રહ્યું છે, આવી રહ્યું છે, આવી રહ્યું છે, હવે જઈ રહ્યું છે, જઈ રહ્યું છે, અને ... એ... ગયું ! સુખી થાઓ !

પ્ર. ૨ આપ અહંભાવ - 'હું' વિષે નકારાત્મક જ ભાષા બોલો છો. શું તેની 'હકારાત્મક' બાજુ નથી ? શું 'હું' ને થતો અનુભવ માણસને આનંદ, શાંતિ અને પ્રસન્નતાથી છલકાવી નથી દેતો ?

ઉત્તર : વિપશ્યનાના અભ્યાસથી તમે જાણશો કે બધા ઈન્દ્રિય સુખો આવે છે અને ચાલ્યા જાય છે. જો આ હું તેમને ખરેખર માણું છે, તો એ સુખ 'મારા' હોય, તેમના પર મારી કાંઈક માલિકી હોવી જોઈએ. પરંતુ, એ મારા કહ્યામાં ન રહીને - મારા વશમાં ન રહીને ઉત્પન્ન થઈને નષ્ટ થઈ જાય છે. આમાં 'હું' જેવું શું છે ? હું ઈન્દ્રિય-સુખોની વાત નથી કરતો, પણ ઘણા ઊંડા સ્તરની વાત કરું છું. એ સ્તરે 'હું' નું જરાપણ મહત્વ રહેતું નથી. જ્યારે તમે એ સ્તરે પહોંચો છો, ત્યારે અહંભાવ પીગળી જાય છે. ફક્ત આનંદ રહે છે, ત્યારે 'હું' નો સવાલ ઊભો થતો નથી. ચાલો, 'હું' ને બદલે આપણે 'માણસનો અનુભવ' એમ કહીએ. વેદના થઈ રહી છે. અનુભવ કરનાર કોઈ જ નથી. ઘટનાઓ માત્ર ઘટી રહી છે, બસ. હવે, તમને એવું લાગે છે કે અનુભવ કરનાર એક 'હું' હોવો જોઈએ. પણ વિપશ્યનાનો અભ્યાસ શરૂ કર્યા પછી તમે એ અવસ્થાએ પહોંચી જશો, જ્યાં અહંભાવ ઓગળી જાય છે. ત્યારે તમારો પ્રશ્ન પણ ઊડી જશે ! હા, વ્યવહાર ખાતર આપણે 'હું', 'મારું' આદિ શબ્દોના પ્રયોગથી દૂર ન થઈ શકીએ. પણ આખરી-સુક્ષ્મતમ સ્તરે (હજીપણ) તેમને સાચાં માની લઈએ તેમની સાથે બાંધી રાખેલો ચિપકાવ આસક્તિ દુ:ખ જ લાવનારો બની રહેશે.

પ્ર. ૩ વિપશ્યના અને એકાગ્રતા વચ્ચે શું તફાવત છે ?

ઉત્તર : વિપશ્યના ફક્ત એકાગ્રતા નથી. વિપશ્યના(વ્યક્તિની) ભીતરની ક્ષણ-પ્રતિક્ષણની સચ્ચાઈનું નિરીક્ષણ છે - (જેનાથી) તમે તમારી સજાગ રહેવાની ક્ષમતાનો - કુદરતી શક્તિનો વિકાસ કરો છો. બધું જ બદલાયા કરે છે, પણ તમે તેના પ્રત્યે માત્ર સજાગ બની રહો છો - આ વિપશ્યના છે. જો તમે કોઈ એક વિષય પર - જે કદાચ કાલ્પનિક જ હોય - તેના પર એકાગ્ર બનશો તો કશું બદલાશે નહિ, (કારણ) જ્યારે તમે કોઈ કલ્પના કરો છો, અને તમારૂં મન તેમાં સમાહિત થઈ જાય છે, ત્યારે એ સચ્ચાઈનું નિરીક્ષણ કરતું નથી. તમે જ્યારે સચ્ચાઈનું નિરીક્ષણ કરવા લાગશો, ત્યારે જોશો કે એ બદલાઈ જશે. એ સતત બદલતી રહે છે અને તોયે તમે તેના પ્રત્યે સજાગ છો. આ વિપશ્યના છે.

પ્ર. ૪ આપ મન પર પડતી છાપ કે તેનામાં બનતા સંસ્કારો વિષે વાત કરો છો. તો શું આ કેળવણી - (વિપશ્યના સાધનાની શિક્ષા) પણ મન પર એક પ્રકારની છાપ કે સંસ્કાર પાડવા જેવી વાત નથી ?

ઉત્તર : એનાથી ઊલટું વિપશ્યના મન પર પડી ગયેલી છાપોને દૂર કરવાની (ડી-કન્ડીશનીંગ) પ્રક્રિયા છે. મન પર કંઈ પણ થાપવાને બદલે, મનમાં જે કંઈ અકુશળ છે - વિકારો કે દુર્ગુણો છે, તેને એ આપોઆપ દૂર કરે છે. જેથી મનમાં જે કંઈ કુશળ છે(નિર્મળતા), સદ્ગુણો છે તે જ રહેવા પામે. વિકારોને - મલિનતાઓનો ક્ષય કરી નાંખીને, એ સદ્ગુણોને (નિર્મળતાને) પ્રગટ કરે છે જે શુદ્ધ મનનો મૂળભૂત સ્વભાવ છે.

ધમ્મસિંધુમાં થતી વિપશ્યના સાધના અંગેની માહિતી

વર્ષ ૨૦૦૭ માટે કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર, ''ધમ્મસિંધુ'' બાડા, ૧૦ દિવસીય શિબિરોની માહિતી :

8 to 19-7, 30-7 to 10-8, 12 to 23-8, 24-8 to 4-9, 6 to 17-9, 18 to 29-9, 3 to 14-10, 17 to 28-10, 30-10 to 10-11, 23-12 to 3-1-08

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

ગંભીર સાધકો માટે ૧૦ દિવસીય શિબિર :

03-10-07 to 14-10-07

સતિપટ્ઠાન શિબિરો : 26-8 to 3-9, 1 to 9-11

લઘુ શિબિરો (બે/ત્રણ દિવસ) : 5 to 9-11, 12 to 14-11 (ફક્ત બાળકો માટે)

ગંભીર સાધકો માટે ૨૦ -૩૦ દિવસીયી શિબિર (૨૦ દિવસ) : 8-7 to 29-7, 18-11 to 19-12, 22-12-07 to 12-01-08 (૩૦ દિવસ ગંભીર સાધકો માટે ૧૦ દિવસીય શિબિર :

03-10-07 to 14-10-07

સતિપટ્ઠાન શિબિરો : 26-8 to 3-9, 1-11 to 9-11

લઘુ શિબિરો (બે/ત્રણ દિવસ) : 5-11 to 9-11, 12-11 to 14-11 (ફક્ત બાળકો માટે)

ગંભીર સાધકો માટે ૨૦ -૩૦ દિવસીયી શિબિર (૨૦ દિવસ) : 8-7 to 29-7, 22-12-07 to 12-01-08 (૩૦ દિવસ) 11-3 to 11-4, 18-11 to 19-12

કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર - 'ધમ્મસિંધુ' :- C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ ચુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી, કચ્છ - ૩૭૦ ૪૬૫ ફોન : (02834) (O) 223076 (R) 223406, કેન્દ્ર : 'ધમ્મસિંધુ', ગામ-બાડા, વાયા-લાયજા, તાલુકો-માંડવી, કચ્છ-૩૭૦ ૪૭૫ ફોન : (02834) 273303, 273612 આચાર્ય નિ. : 273304

e-mail : <info@sindhu.dhamma.org>

ફક્ત જૂના સાધકો માટે એક દિવસીય શિબિર : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૧૦.૩૦ થી ૫.૩૦, 'બાડા કેન્દ્ર' સંપર્ક : છોટુભાઈ પી. સોની M. 94264 52728, પરેશભાઈ

ધમ્મપીઠ, અમદાવાદમાં થતી વિપશ્યના સાધના અંગેની માહિતી

વર્ષ ૨૦૦૭ માટે વિપશ્યના કેન્દ્ર, ''ધમ્મપીઠ'' અમદાવાદ કેન્દ્રની ૧૦ દિવસીય શિબિરોની માહિતી :

11-7 to 22-7, 17-8 to 28-8, 1-9 to 12-9, 1-10 to 12-10, 7-11 to 18-11, 28-11 to 9-12, 27-12 to 7-01-08

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

સતિપટ્ઠાન શિબિરો : 15-9 to 23-9

લઘુ શિબિરો (બે/ત્રણ દિવસ) 10-8 to 12-8, 26-10 to 28-10, 23-11 to 25-11

ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર : 'ધમ્મપીઠ', રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ - ૩૮૭ ૮૧૦. ફોન : (02714) 294690, M. 94264 19397,

e-mail : info@pitha.dhamma.org

અમદાવાદ સીટી ઓફીસ :- ઈશ્વરભુવન, કોમર્સ કોલેજ પાસે, નવરંગપુરા, અમદાવાદ- ૩૮૦૦૦૯ M. 9898010307

વડોદરા : એક દિવસીય શિબિર તથા બાળ આનાપાન શિબિર : બીજા રવિવારે ૮.૩૦ થી ૩.૩૦, : 'ધમ્મભવન', ૫-કાલિંદી પાર્ક, કૈલાસ પાર્ક પાસે અકોટા અતીથી ગૃહ પાછળ સંપર્ક : નટુભાઈ પરમાર, નીરૂબેન પરમાર ફોન : 0265 - 2341181 M. 9328957858

સામુહિક સાધના : દરરોજ સાંજે ૬ થી ૭, ''ધમ્મભવન'' ૫ કાલીંદી પાર્ક, કૈલાશ પાર્ક પાસે, અકોટા અતિથી ગૃહ પાછળ કોન્ટેક : નટુભાઈ પરમાર, નીરૂબેન પરમાર ફોન : 0265 - 2341181 M. 9328957858 જીનેન્દ્રભાઈ M. 9898508385 ❋ કીટીબેન બ્યુટી પાર્લર, ૩-વામાવીલા, માટી ક્લીનીક પાછળ, નીઝામપુરા સંપર્ક : કિર્તીબેન ભાયાણી ફોન : 0265 - 2782584

ધમ્મદિવાકરમાં થતી વિપશ્યના સાધના અંગેની માહિતી

વર્ષ ૨૦૦૭ માટે ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ''ધમ્મદિવાકર'' મહેસાણા કેન્દ્રની ૧૦ દિવસીય શિબિરોની માહિતી : 01-08-07 to 12-08-07, 12-09-07 to 23-09-07, 03-10-07 to 14-10-07, 12-11-07 to 23-11-07, 12-12-07 to 23-12-07

ફક્ત જૂના સાધકો માટે

સતિપટ્ઠાન શિબિરો : 7-7-07 to 15-7-07

લઘુ શિબિરો (બે/ત્રણ દિવસ) : 24-08-07 to 26-08-07, 07-09-07 to 09-09-07, 26-10-07 to 28-10-07

મહેસાણા : ચોથો રવિવાર ૧૧ થી ૫, એક દિવસીય શિબિર, 'ધમ્મ દિવાકર કેન્દ્ર,

ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - 'ધમ્મદિવાકર' C/o. ઉપેન્દ્રકુમાર કે. પટેલ, ૧૮ શ્રધ્ધા કોમ્પ્લેક્ષ, મ્યુનિસિપલ ઓફિસની સામે, મહેસાણા (ઉ.ગુ.)-૩૮૪૦૦૧. ફોન : (02762) 244744, (R) 253315 કેન્દ્ર : 'ધમ્મદિવાકર', ગામ : મીઠા, બહુચરાજી રોડ, તા. જી. મહેસાણા. ફોન : (02762) 272800, 253315

e-mail : info@divakara.dhamma.org

સામુહિક સાધના, ૨-ઉર્વશી બંગલો, રામોસણા જકાતનાકા, દર ગુરૂવારે સવારે ૬ થી ૭, સંપર્ક : ઉપેન્દ્રકુમાર પટેલ M. 9376353315, 02762 - 253315

પ્ર. ૫ બોધિ માટે તૃષ્ણા - આસક્તિ હોવી ઉચિત છે ?

ઉત્તર : એ ખોટું છે. જો તમે બોધિ માટે આસક્તિ જગાવશો, તો તમને બોધિ કદી પણ પ્રાપ્ત નહીં થાય. બોધિ સહજ રીતે આવે છે. જો તેના માટે તમે રાગ પેદા કરવા લાગશો, તો તમે તેનાથી ઊલટી દિશામાં દોડવા લાગ્યા. અમુક પરિણામ લાવવા માટે માણસે રાગ પેદા કરવાનો નથી હોતો. પરિણામ તો સહજપણે આવે છે. જો તમે રાગ પેદા કરવા લાગશો કે 'મને નિર્વાણ જોઈએ, મને નિર્વાણ જોઈએ, તો તમે નિર્વાણની ઊલટી દિશામાં દોડવા લાગ્યા. નિર્વાણ તો વીતરાગતાની અવસ્થા છે અને તમે રાગથી - તૃષ્ણાથી એ અવસ્થાએ પહોંચવા માંગો છો ! શક્ય જ નથી.

પ્ર. ૬ શું તીવ્ર ઈચ્છા અને આસક્તિ એક જ છે ?

ઉત્તર : એમાં ફરક છે. તમને આસક્તિ છે કે નહિ, તે એના પરથી નક્કી થાય કે જ્યારે તમે કંઈક ઈચ્છો છો, અને તમને એ પ્રાપ્ત થતું નથી, ત્યારે જો તમે નિરાશ-દુ:ખી થઈ ગયા તો સમજવું કે એ આસક્તિ છે. પણ, તમને એ પ્રાપ્ત ન થયું ત્યારે પણ જો તમે હસી શકો છો, તો સમજવું કે એ માત્ર ઈચ્છા જ છે અને એ આસક્તિમાં ફેરવાઈ ગઈ નથી. જ્યાં પણ રાગ કે આસક્તિ હશે ત્યાં પ્રાપ્તિ ન થતાં નક્કી તમે દુ:ખી થઈ જવાના. આમ જો તમે દુ:ખી બનો છો, તો તૃષ્ણા છે, નહીંતર નથી.

પ્ર. ૭ શું કુશળ રાગ કે કુશળ દ્વેષ ન હોઈ શકે ? દા. ત. અન્યાયને ધિક્કારવું, મુક્તિની ઝંખના સેવવી, શારીરિક હાનિ પ્રત્યે ભય હોવો વગેરે.

ઉત્તર : રાગ કે દ્વેષ ક્યારેય કુશળ ન હોઈ શકે. એ તમને હંમેશ દુ:ખી બનાવશે. જો તમે રાગ કે દ્વેષ ભર્યા મનથી કંઈક કામ કરો છો, તો તમારો હેતુ સારો હશે પણ સાધન ખરાબ. તમારે ભય સામે તમારૂં રક્ષણ અવશ્ય કરવું જોઈએ, પરંતુ તે કામ તમે જો ભયભીત થઈને કરશો તો તમારામાં ભયની ગ્રંથિ બંધાઈ જશે, જે લાંબે ગાળે તમને જ નુકશાનકારક પુરવાર થશે. તેવી રીતે મનમાં દ્વેષ ભરીને અન્યાય સામે લડવામાં કદાચ તમે સફળ પણ થાઓ, પણ એ દ્વેષ નુકશાનકારક માનસિક ગ્રંથિ બની જશે. અન્યાય સામે તમારે જરૂર લડવું જોઈએ, ભય સામે તમારે જરૂર તમારૂં રક્ષણ કરવું જોઈએ, પણ તમે એ કામ મનને સમતોલ રાખીને કરી શકો છો - કશા પણ તણાવ વગર. અન્ય તરફના પ્રેમ ખાતર, કંઈક સારો ધ્યેય સાધવા તમે સમતોલ મનથી કામ કરી શકો છો. મનનું સમતોલપણું હંમેશ કામ આવે છે. ઉત્તમ પરિણામ આપશે.

પ્ર. ૮ જીવનને વધુ સુખ-સગવડ ભર્યું બનાવવા ભૌતિક વસ્તુઓની ઈચ્છા કરવામાં ખોટું શું છે ?

ઉત્તર : જો એ ખરેખર આવશ્યક હોય તો તેમાં કશું ખોટું નથી; શરત કે તમે તેના પ્રત્યે આસક્ત બની જતા નથી. જે પણ વસ્તુઓની તમને આવશ્યકતા છે, તેમને મેળવવાના કામમાં લાગી જાઓ, પણ (તેમ કરતાં) કંઈક મેળવવામાં તમે નિષ્ફળ જાઓ ત્યારે પણ હસીને તેનો સ્વીકાર કરો અને પછી જુદી રીતે ફરી પ્રયત્ન કરવા લાગો. જો સફળ થાઓ, તો જે મેળવ્યું તેનો આનંદ માણો, પણ આસક્તિ રાખ્યા વગર.

પ્ર. ૯ ભવિષ્ય માટેની યોજના ઘડવી કે કેમ ? તેને પણ શું આપ આસક્તિ કહેશો ?

ઉત્તર : ફરી એ જ માપદંડ કે તમે તમારી યોજના પ્રત્યે આસક્ત બની ગયા છો કે કેમ ? દરેકે ભવિષ્ય માટે પ્રબંધ કરવો જોઈએ - તજવીજ કરવી જોઈએ. પણ, જો તમારી યોજના સફળ થતી નથી અને તેથી તમે રડવા બેસો છો તો સમજવું કે તમે તેના પ્રત્યે આસક્ત બની ગયા છો. પણ તમે નિષ્ફળ જાઓ છો તો પણ તમે હસી શકો છો, એમ વિચારીને કે મેં તો મારાથી શક્ય તેટલા સારા પ્રયત્નો કર્યા, છતાં નિષ્ફળ ગયો તો શું થયું ? હું ફરીથી પ્રયત્ન કરીશ ! તો (સમજવું) તમે અનાસક્તિથી કામ કરો છો. પરિણામે તમે સુખી રહો છો.

પ્ર. ૧૦ રસ્તે રઝળતા, ખાલી પેટવાળા - ભૂખ્યા માનવીને ધર્મ સાથે

દોહા ધરમના

ધરમ ચિત્ત કી ચેતના, ધરમ ચિત્ત કા ભાવ ।
ધરમ નિયતિ કા નિયમ હૈ, ધરમ નિસર્ગ સ્વભાવ ॥

સકલ વિશ્વ પર ધરમ કી, અટલ હુકૂમત હોય ।
કુદરત કા કાનૂન હૈ, સબ પર લાગૂ હોય ॥

હો સજીવ, નિર્જીવ હો, સબ કુદરત આધીન ।
ઈસ કુદરત કો સમજ કર, કરે દુખોં કો ક્ષીણ ॥

એક્સેલ ક્રોપકેર લિમિટેડ
૬/૨ - રૂપાપરી રોડ, ભાવનગર - ૩૬૪ ૦૦૫
ફોન : ૨૨૧૨૪૦૧-૨-૩ની મંગળકામનાઓ સાથે

દોહા ધરમના

મૈલે મન વ્યાકુલ રહે, નિર્મલ સુખિયા હોય ।
સમ્પ્રદાય કો બદલ કર, ઋત સે બચા ન કોય ॥

સમ્પ્રદાય તો વ્યર્થ હૈ, ધર્મ સાર્થક હોય ।
પ્રબલ પ્રમુખતા ધરમ કી, પગ પગ પ્રકટિત હોય ॥

સમ્પ્રદાય કી જકડ મેં, માનવ વ્યાકુલ હોય ।
શુદ્ધ ધરમ જિસકો મિલે, હરખિત પુલકિત હોય ॥

ટ્રાંસમેટલ લિમિટેડ
૩૦૧-બી ટાવર, અલ્કાપુરી આર્કેડ, આર.સી.દત્ત રોડ,
વડોદરા-૩૯૦૦૦૭. ફોન : ૨૩૪૩૩૦૨/૦૪ની મંગળકામનાઓ સાથે

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ) ૩-એ, પ્રમુખ સ્વામી આર્કેડ, પહેલા માળે, માલવિયા ચોક, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. વતી પ્રકાશક તથા મુદ્રક : **ચંદુભાઈ મહેતા**, મુદ્રણ સ્થાન: નાઈસ આર્ટ, 'મુક્તિરામ કોમ્પલેક્ષ'', રાષ્ટ્રીય શાળા મેઈન રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૨. દ્વારા રાજકોટ ખાતે પ્રકાશિત. તંત્રી : **ભરત કાપડીઆ**. વિપશ્યના (ગુજરાતી) પત્રિકાનું લવાજમ : ૩-એ, પ્રમુખ સ્વામી આર્કેડ, પહેલા માળે, માલવિયા ચોક, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧ ના સરનામે, **સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર**ના નામે મ.ઓ./ડ્રાફ્ટ અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. (બહારગામના ચેક લેવામાં આવશે નહીં.)રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ પ્લોટ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના ૨ જૂન, ૨૦૦૭ આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઈગતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

ચાર વર્ષનું લવાજમ	**: રૂ. ૧૦૦/-**
વાર્ષિક લવાજમ	**: રૂ. ૩૦/-**

'વિપશ્યના' Reg-No. GUJGUJ 08700/6/1/99-TC
Postal Reg. No. G-RJ-450
(Renewed upto 31.12.2008)

Posting day-25th of every month,
Posted at Rajkot - 360 001.
Write PIN CODE for Correct Delivery

If undelivered please return to :

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ)
3-A, પ્રમુખ સ્વામી આર્કેડ, પહેલા માળે,
માલવિયા ચોક, રાજકોટ. ફોન : ૨૨૩૩૧૯૦
સિટી ઓફિસ : ફોન - (૦૨૮૧) ૨૨૨૦૮૬૧-૮૬૬
મોબાઈલ : ૯૪૨૭૨ ૨૧૫૯૧
email : info@kota.dhamma.org
Web site : www.kota.dhamma.org