વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2554 ❖ અશ્વિન પૂર્ણિમા ❖ 23 ઓક્ટોબર 2010 ❖ વર્ષ – 11 ❖ અંક – 07 ❖ સળંગ અંક - 127

ધમ્મવાણી

मावमञ्ञथ पुञ्ञस्स, न मं तं आगमिस्सति ।
उदबिन्दुनिपातेन, उदकुम्भोपि पूरति ।
धीरो पूरति पुञ्ञस्स थोकम्पि आचिनं ॥
धम्मपद – १२२

'તે મારી પાસે નહીં આવે' તેમ (વિચારી) પુણ્યની અવહેલના ન કરશો. ટીપું ટીપું પાણી પડવાથી ઘડો ભરાઈ જાય છે. (આમ જ) થોડો થોડો સંચય કરતાં કરતાં ધીર (વ્યક્તિ) પુણ્યથી ભરાઈ જાય છે.

દૈનિક સાધનાનું મહત્ત્વ

છવીસસો વર્ષો પૂર્વે ગૌતમ બુદ્ધ આ દેશમાં શુદ્ધ ધર્મ શીખવતા, અને તેથી સંસાર ખૂબ સુખલાભી થયો. લોકો એમના ઉપદેશ અનુસાર જીવન જીવતાં થયાં અને ધ્યાન કરતાં થયાં. આનાથી ઉત્તમ બીજું કોઈ સુખ નથી.

દરેક સાધકે જીવનની વિટંબણાઓનો સામનો કરવાની ક્ષમતા વિકસાવવી જોઈએ. તેથી સવાર–સાંજ એકેક કલાક સાધના, સપ્તાહમાં એક વાર ધર્મ ભાઈ–ધર્મભગિનીઓ સાથે સાધના, અને વર્ષમાં એક વાર દસ દિવસીય શિબિરમાં બેસવું તે જરૂરી છે. આપણે આટલું કરીએ તો ધર્મપંથે આગળ વધતા રહીશું. ગૃહસ્થોને સાધના કરવામાં ઘણી અડચણો આવે છે; અરે, જેઓ ગૃહત્યાગી છે તેઓ પણ આવીને મને કહે છે કે તેઓ નિયમિત સાધના કરી શકતા નથી... પરંતુ મુશ્કેલીઓ ગમે તેટલી આવે, હિંમત ન હારવી.

આપણે શરીરને સ્વસ્થ અને સબળ રાખવા માટે કસરત કરીએ છીએ, મનને સ્વસ્થ અને સબળ રાખવું એથીયે વિશેષ જરૂરી છે. વિપશ્યના માનસિક કસરત છે અને સવાર–સાંજ સાધના કરવી તે સમયનો દુર્વ્યય નથી. આપણે જટિલ અને તાણયુક્ત જગતમાં રહીએ છીએ, જો મન મજબૂત નહિ હોય તો આપણે સમતા ખોઈ બેસીશું અને દુઃખી દુઃખી થઈ જઈશું.

મનુષ્ય તરીકે જન્મવું એ સદ્ભાગ્ય છે, કેમ કે કેવળ મનુષ્યો જ પોતાના મનનું નિરીક્ષણ કરીને ઊંડાણમાંથી મનની મલિનતા દૂર કરી શકે છે. આ કામ પશુઓ કે અન્ય પ્રેત–પ્રાણીઓ કરી શકતાં નથી; અને મનુષ્યો પણ જો આ વિધિ ન જાણતા હોય તો કરી શકતા નથી. મનુષ્ય જીવન મળે, આવી અદ્ભુત સાધનાવિધિ મળે, તેના ઉપયોગથી લાભ પણ થાય અને છતાંય સાધના છૂટી જાય, કેવું કમભાગ્ય ! આ તો એક દેવાળિયા જેવું થયું જેને ખજાનો મળે તે છોડી દે અને દેવાળિયો જ રહે ! એક રોગી જેવું થયું, જેને ઔષધિ તો મળે પણ એ છોડીને ફરીથી રોગી જ રહે. આવું થવા ન દેશો.

ઘણીવાર મને સાધક કહે છે : ''મેં સાધના છોડી દીધી છે, કેમ કે હું ખૂબ વ્યસ્ત રહું છું.'' આ તો પાંગળી દલીલ છે. આખરે આપ દિવસમાં ત્રણ–ચાર વાર જમો તો છો જ ને ? તમે એવું તો નથી કહેતા કે ''હું એટલો વ્યસ્ત છું કે મને આજે જમવાનો સમય નથી.'' દરરોજ સવાર–સાંજ આ સાધના કરવાથી મન મજબૂત બને છે અને મજબૂત શરીર કરતાં મજબૂત મન વધુ અગત્યનું છે. જો આ ભૂલી ગયા, તો આપણી હાનિ થશે.

ઘણી વાર એક જ સ્થાને અને એક જ સમયે સાધના કરવી શક્ય નથી હોતી ; જો કે એ આદર્શ છે, છતાં એ જરૂરી નથી ; જરૂરી એ છે કે ચોવીસ કલાકમાં બે વખત સાધના થાય. ક્યારેક સાધના માટે એકાંત હોતું નથી તો ખુલ્લી આંખે ધ્યાન કરો. અને મનને ભીતર રાખો, ભલેને આસપાસ લોકો હોય. યાદ રાખો કે ધ્યાન કદી દેખાડો ન બની જાય; બીજાંઓને ખબર પણ ન પડવી જોઈએ કે તમે શું કરી રહ્યાં છો. એકાંતમાં થાય તેવી સાધના કદાચ ન થાય, પણ ઓછામાં ઓછું, તમે મનને થોડુંક શાંત અને મજબૂત બનાવી શકશો. નિયમિત અભ્યાસ વિના મન નબળું પડી જશે અને નબળું મન તમને દુઃખી બનાવશે, કેમ કે ફરીથી તે પોતાની રાગ–દ્વેષ કરવાની જૂની ટેવ મુજબ વર્તવા લાગશે.

આ ખરેખર અદ્ભુત વિદ્યા છે : સાધક જેવો શરીર પર સંવેદના અનુભવવા લાગે કે મુક્તિનો દરવાજો ખુલી જાય છે ; જેવો તે સંવેદના પ્રત્યે સમતામાં રહેતાં શીખે છે કે તે પેલા દરવાજામાં પ્રવેશ કરે છે અને મુક્તિના પંથે ચાલવા લાગે છે. આ માર્ગ પર ભરેલું એક એક ડગલું તેને અંતિમ લક્ષ્યની નજીક લઈ જાય છે. કોઈ પ્રયાસ વ્યર્થ જતો નથી, દરેકનું ફળ મળે જ છે.

સંવેદના પ્રત્યેની સજગતાનો અભાવ આપણને દુઃખના રસ્તે દોરી જાય છે, કેમ કે અજ્ઞાનવશ સાધક સંવેદનાઓ તરફ આંધળી પ્રતિક્રિયા કરે છે.

મૃત્યુ સમયે કોઈક સંવેદના જાગશે; જો આપણે સજાગ ન હોઈએ અને દ્વેષની પ્રતિક્રિયા કરીએ, તો આપણે અધોલોકમાં જઈએ. પરંતુ એક સાધક જે મૃત્યુ સમયે સંવેદનાઓ પ્રત્યે સમતામાં રહે છે તે ઉર્ધ્વલોકમાં જાય છે ; આ પ્રકારે આપણે પોતાનું ભાવી ઘડીએ છીએ. મૃત્યુ ગમે તે સમયે આવી શકે છે. આપણે એવો કોઈ કરાર કર્યો નથી કે આપણે તૈયાર હોઈએ ત્યારે જ તે આવે; તે જ્યારે આવે ત્યારે આપણે તૈયાર રહેવું જોઈએ. વિપશ્યના કોઈ સામાન્ય વિધિ નથી; એ એક અમૂલ્ય રત્ન છે જે ભવચક્રમાંથી મુક્ત કરે છે અને આપણો ઈહલોક જ નહિ, પરલોક પણ સુધારે છે અને અંતે નિર્વાણ તરફ દોરી જાય છે.

ભગવાન બુદ્ધે કહ્યું – **वेदना समोसरणा सब्बे धम्मा** મનમાં જે કાંઈ જાગે છે તેને **धम्म** કહે છે, અને મનમાં જે કાંઈ જાગે તેની સાથે શરીર પર એક સંવેદના જાગે છે. આ કુદરતનો કાનૂન છે; મન અને શરીર પરસ્પર જોડાયેલા છે.

દૈનિક જીવનમાં કોઈ કારણસર જ્યારે પણ મનમાં કોઈ વિષાદ, નિરાશા કે નીરસતા આવી જાય ત્યારે, ''અત્યારે મારા મનમાં વિષાદ, નિરાશા કે નીરસતા જાગી છે'' એમ સ્વીકારીને

સાથોસાથ કાં તો શ્વાસ અથવા તો સંવેદનાને જોવાનું શરૂ કરીએ તો આ સાધનાવિધિ આપણને સહાયક બને છે. ભાવાવેશ માટે બહારનું કારણ અગત્યનું નથી. સાધક જાણે છે કે મનમાં વિકાર જાગ્યો છે અને શરીર પર સંવેદનાઓનું નિરીક્ષણ કરે છે. આનો ઊંડાણથી અભ્યાસ થવો જોઈએ. પ્રત્યેક સંવેદના અનિત્ય છે અને તે જ રીતે તેની સાથે સંબંધિત વિકાર પણ અનિત્ય છે. આવુ કેવળ એક કે બે વાર જ નહિ પરંતુ વારંવાર સમજીને થોડા વખત પછી જોશો કે વિકાર નબળો પડતાં પડતાં તેનો ક્ષય થઈ જશે. જેમ ઘરના માલિકને જાગતો જોઈને કોઈ ચોર ભાગી જાય તેમ.

આપણે આ સાધનાવિધિ શીખી લીધી એટલે જીવન જીવવાની કળા શીખી લીધી. વાસના, અભિમાન, ઈર્ષા, ભય કે ગમે તે વિકાર ભલે ને જાગે, સાધક ગભરાતો નથી. આપણે કેવળ આટલું જ કરવાનું છે.

''આ વિકાર જાગ્યો છે. હું દુશ્મનનો સામનો કરીશ. જોઉં તો ખરો, મારા શરીર પર શું થઈ રહ્યું છે ?! એ તો અનિત્ય છે अनिच्च अनिच्च ।

અનેક કારણોસર જીવનભર વિકારો તો આવતા જ રહેશે. જ્યારે બધા વિકારોમાંથી મુક્ત થઈ જશો ત્યારે અરહંત બની જશો, પરંતુ હાલમાં તો એ અવસ્થા ઘણી દૂર છે. સામાન્ય જીવનમાં સાધકે આ મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવાનો છે અને હવે આપણી પાસે સંવેદના રૂપે એક અમોઘ શસ્ત્ર મળી ગયું છે. જીવનભર કોઈ દુશ્મન આપણને હરાવી નહિ શકે. તો પછી મૃત્યુ સમયે કેવી રીતે હરાવી શકે ?! નહિ જ હરાવી શકે. આ પોતાની જાતના માલિક બનવાની વિદ્યા છે.

આપણા જીવનમાં હવે દુઃખ શાને હોય ? આપણે તો જીવન જીવવાની કળા શીખી લીધી છે ! દુઃખ વિકારોમાંથી જન્મે છે, બાહ્ય ઘટનાઓમાંથી નહીં. કોઈ બાહ્ય ઘટના ઘટે અને આપણે વિકાર ન જગાવીએ તો આપણે દુઃખી ન થઈએ ! એ જ રીતે, જ્યારે આપણે વિકાર જગાવીએ ત્યારે દુઃખી થઈએ ! આપણાં દુઃખો માટે આપણે પોતે જવાબદાર છીએ. અણગમતી બાહ્ય ઘટનાઓ તો ઘટશે જ પરંતુ આપણે સબળ રહીએ અને વિકાર ન જગાવીએ તો આપણું જીવન સુખ-શાંતિથી છલકાઈ જશે. આપણે અન્યને હાનિ કરતાં નથી તો આપણને પોતાને તથા અન્ય લોકોને સહાય કરીએ છીએ. દરેક સાધકે સમજવું જોઈએ કે તેણે નિયમિત સાધના કરવાની છે જેથી પોતે જીવનભર સુખ શાંતિનો અનુભવ કરી શકે.

વિપશ્યનાના માર્ગે આવેલાં સૌ કોઈ જાણે કે તેમણે અમૂલ્ય રત્ન પ્રાપ્ત કર્યું છે.

સૌનું મંગલ થાઓ ! (સૌનું કલ્યાણ થાઓ !)

સૌની સ્વસ્તિ મુક્તિ થાઓ...

- કલ્યાણમિત્ર

સત્ય નારાયણ ગોયન્કા

ધમ્મકોટ - રાજકોટ પર દાન આપવા નવી સુવિધા

ધમ્મકોટ કેન્દ્ર રાજકોટને દાન આપવા ઈચ્છુક સાધક ભાઈ-બહેનોએ હાલમાં ચેક/ડ્રાફ્ટ ટપાલમાં રાજકોટ/ધમ્મકોટ મોકલવા પડે છે. આ અસુવિધા નિવારવા નીચે મુજબ નવી વ્યવસ્થા લાગુ કરાઈ છે.

દાન આપવા ઈચ્છુક સાધક ભાઈ-બહેન ભારતભરમાં પોતાની નજીકની બેંક ઓફ ઈંડિયાની શાખામાં જઈ ચેક/રોકડેથી નીચેની વિગતો સાથે રકમ જમા કરાવી શકે છે.

લાભાર્થીનું નામ	:	**સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર**
બેંકનું નામ	:	**બેંક ઓફ ઈન્ડિયા**
શાખા	:	**લાખાજીરાજ રોડ - રાજકોટ**
ખાતા નંબર	:	**310120110000262**
IFSC Code	:	**BKID 0003101**
MICR Code	:	**360013005**

રકમ જમા કર્યા બાદ આપને બેંક તરફથી આપવામાં આવેલ કાઉન્ટર ફોઈલની ઝેરોક્ષ નકલ સાથે દાતાનું નામ, સરનામુ સાથેની વિગતો જણાવતો પત્ર રાજકોટ સિટિ ઓફિસને તુરત જ મોકલી આપશો, જે મળ્યે સિટિ ઓફિસ દ્વારા આપને દાનની પહોંચ મોકલી અપાશે. આપ જાણો છો તેમ, આવું દાન ઈન્કમટેક્ષની કલમ ૮૦(જી) હેઠળ કરમુક્તિને પાત્ર છે. કૃપા કરી ધ્યાન રહે, **આ ખાતામાં લવાજમની રકમ ભરશો નહીં.** લવાજમ માટે નવી વ્યવસ્થા ન થાય ત્યાં સુધી જૂની વ્યવસ્થા પ્રમાણે રાજકોટ પર ડ્રાફ્ટ અથવા મની ઓર્ડર દ્વારા રકમ મોકલશો.

ધમ્મકોટ પર યુવકો માટે શિબિર

ધમ્મકોટ, રાજકોટ ૧૬ થી ૧૯ વર્ષના યુવકો માટે તા. ૦૬ થી ૧૪ ડિસેમ્બર - ૨૦૧૦ દરમિયાન શિબિર આયોજિત છે. ભાગ લેવા ઈચ્છુક યુવક સિટિ ઓફિસ અથવા ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર સંપર્ક કરી શકે છે. ફોન : (૦૨૮૧) ૨૨૨૦૮૬૧ થી ૬૬, મો. ૯૪૨૬૨ ૦૨૨૨૨ અથવા કેન્દ્ર : ૨૭૮૨૫૫૦

ગ્લોબલ પગોડામાં પૂ. ગુરુજીના સાંનિધ્યમાં એક દિવસીય શિબિર

સયાજી ઉબા ખિન દિવસ ૧૬ જાન્યુઆરી - ૨૦૧૧, રવિવારના ગ્લોબલ પગોડામાં પૂ. ગુરુજીના સાંનિધ્યમાં ૧ દિવસીય શિબિર સવારે ૧૧.૦૦ થી સાંજે ૪.૦૦ દરમિયાન આયોજીત છે. હજારો સાધકો અને પૂ. ગુરુજીના સાંનિધ્યમાં એક દિવસીય શિબિરનો લાભ ઉઠાવવા બુકીંગ કરાવીને જ આવશો. બુકીંગ માટે સંપર્ક : (૧) મો. ૯૮૯૨૮ ૫૫૬૯૨, (૨) મો. ૯૮૯૨૮ ૫૫૯૪૫. ફોન : (૦૨૨) ૨૮૪૫૧૧૮૨/ ૨૮૪૫૧૧૭૦. (૧૧ થી ૫ દરમિયાન). **E-mail : global.oneday @gmail.com, Online Booking : www.vridhamma.org.**

જામનગર ખાતે વર્ષ દરમિયાન સાધના વિષયક ગતિવિધિ

જામનગર સ્થિત સાધક ભાઈ-બહેનોએ નિમ્નાનુસાર ગતિવિધિઓ યોજી...

- **સવાર-સાંજ એક કલાક સમૂહ સાધના.**
- **મહિને એકવાર એક દિવસીય શિબિર.**
- **માધ્યમિક શાળાના શિક્ષકો માટેના તાલીમીવર્ગમાં વિપશ્યનાની સમજ આપતા કાર્યક્રમમાં આશરે ૫૦૦ શિક્ષકોએ લાભ લીધો.**
- **બાડા, ધમ્મસિંધુ - ખાતે આયોજિત કિશોરીઓની શિબિરમાં જામનગરની ૧૮ કિશોરીઓને ભાગ લેવા પ્રેરિત કરાઈ.**
- **ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે જામનગર, ખંભાળિયા તથા પોરબંદર મુકામે એક દિવસીય શિબિર તથા સાધક સંમેલનનું આયોજન.**
- **૮ થી ૧૩ વર્ષના બાળકો માટે ૧ દિવસીય બાળ-શિબિર.**

ધમ્મકોટ ખાતે ધર્મસેવકોની આવશ્યકતા

ધમ્મકોટ પર આયોજિત શિબિરો માટે ધર્મસેવકો/ધર્મસેવિકાની આવશ્યકતા રહેતી હોય છે. સેવા આપવા ઈચ્છુક સાધક ભાઈ-બહેનો નીચે પ્રમાણે સંપર્ક કરશો. **રસિકભાઈ માવદિયા - મો. ૯૪૨૬૨ ૦૨૨૨૨**

ધમ્મકોટ ખાતે શિબિરની તારીખમાં ફેરફાર

ધમ્મકોટ પર દસ દિવસીય શિબિર તા. ૫-૦૧-૨૦૧૧ થી તા. ૧૬-૦૧-૨૦૧૧ ને બદલે તા. ૦૨-૦૧-૨૦૧૧ થી તા. ૧૩-૦૧-૨૦૧૧ પરિવર્તિત થઈ છે. કૃપા કરી નોંધ લેશો.

• ખાસ વિનંતી : આ અંકમાં ગુજરાતમાં ચાલતી સમૂહ સાધના અને એક દિવસીય શિબિરોની માહિતી આ સાથે આપેલ છે. ખાસ વિનંતી માહિતીમાં ફેરફાર કે ઉમેરણ માટે રાજકોટ સિટિ ઓફિસને લેખિતમાં જાણ કરશોજી, જેથી ભવિષ્યમાં સાચી અને પૂરી માહિતી આપી શકાય.

ધમ્મકોટ
ફોન : 0281-2782040 M. : 93279 23540

:: રાજકોટ સિટી ઓફિસ ::

C/o. ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ – ૩૬૦ ૦૦૧. ફોન : 0281 - 2220861-866, M. : 94272 21591, 94262 02222 **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા અને ચોથા રવિવારે રાજકોટ શહેરમાં માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. ની પાછળ. સમય : ૮ થી ૩ ભોજનની વ્યવસ્થા રાખેલ છે.

બાળકો માટેની શિબિર : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે રાજકોટ શહેરમાં માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. ની પાછળ, સમય : ૮ થી ૧.

સામૂહિક સાધના : દર **મંગળવારે** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ પ્રભાત કોમ્પ્લેક્ષ – ૨, ૧૦ માં માળે, શ્રોફ રોડ. ✦ દર **ગુરૂવારે** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, કોટેચા નગર, શેરી નં. ૧, અપના બજાર પાછળ, નયન વિહારની બાજુમાં ✦ દર **શુક્રવારે** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, વિભાકર નિવાસ, ધારેશ્વર મંદિર ચોક ✦ દર **શનિવારે** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, શ્વાસ નેચરોપેથ, રૂમી પ્લાઝા, ૩ જે માળ, રેસકોર્સ રોડ. ✦ દર **રવિવારે** સવારે ૮ થી ૯, માસૂમ સ્કૂલ, યુનિ. રોડ, એસ.એન.કે. સ્કૂલ પાછળ. ✦ મહિનાનો **ત્રીજો રવિવાર** સવારે ૮ થી ૧૦.૦૦ (સામૂહિક સાધના અને ધર્મ ચર્ચા) માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. ની પાછળ. ✦ **રોજ બપોરે** ૩.૩૦ થી ૪.૩૦ સિટી ઓફિસ, ભાભા ડાઈનિંગ હોલ.

✦ **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) ઉર્વીબહેન સવજાણી – ફોન : 2576748, (૨) ચેતનાબેન માવદિયા – મો. 94290 49144

જૂનાગઢ : **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, માણેભાઈ કાલરીયા સત્સંગ હોલ, રાયજીનગર, જુનાગઢ. **સંપર્ક :** રતિભાઈ ફોન : 0285 - 2674172, M. 94269 12274

દૈનિક સામૂહિક સાધના : સમય : ૮.૩૦ થી ૯.૩૦ રાત્રે, એ–૩૦૨ મોતિ પેલેસ, રાયજીનગર સામે, જુનાગઢ. શ્રી જગદીશભાઈ અમલાણી – M. 94271 83365, શ્રી રમણીકભાઈ કવા – M. 94272 05405.

ઉના : **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૭ થી ૮, ગોપાલભાઈ ઠકરાર, વેરાવળ રોડ, ગાયત્રી મંદિરની પાછળ, **સંપર્ક :** હરેશ ટીલવા – M. 94277 38070

દિવ : **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સાહજે ૬ થી ૭, જૈન ઉપાશ્રય, સોરઠીયા શેરી, મેઈન રોડ, દિવ. સંપર્ક : અશોકભાઈ ફુલબારિયા – M. 99096 23310

મોરબી : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧, **સામૂહિક સાધના :** બુધવાર સવારે ૭ થી ૮, સરકારી આંખની હોસ્પીટલ, ગાંધી ચોક. **સંપર્ક :** ગિરધરભાઈ આદ્રોજા M. 99250 12211 ડો. કાતરિયા 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. વાઘવાણી હોસ્પીટલ, સોમ થી શનિ સવારે ૬ થી ૭, રાત્રે ૯.૧૫ થી ૧૦.૧૫.

સંપર્ક : હિતેષભાઈ ધોળિયા – ફોન : 02823-224856 M. : 99093 12946, અરવિંદભાઈ દવે – ફોન : 02823-224020

જામનગર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર બીજા રવિવારે બપોરે ૧૨ થી ૬ અને **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સાંજે ૫ થી ૬, નિરાધાર આશ્રમ, પેલેસ રોડ, એસ.બી.એસ. બેંકની પાછળ, સરૂ સેક્શન રોડ, જામનગર.

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

ભાવનગર : **એક દિવસીય શિબિર :** મહિનાના બીજા રવિવારે, સમય : સવારે ૭–૩૦ થી ૨, **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૭ થી ૮, આરાધના ફ્લેટ, મેઘાલય સર્કલ, દર ગુરૂવારે સાંજે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦, ૧૦ વર્ષા સોસાયટી, સુભાષનગર. **સંપર્ક :** અનિલભાઈ શાહ ફોન : 0287 - 3202002, M. : 94272 32145.

અમરેલી : **એક દિવસીય શિબિર :** મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સવારે ૯ થી ૪, દિકરાનું ઘર, વૃદ્ધાશ્રમ. **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, ૧૫૮, ઓમનગર, નટુભાઈ મકવાણા, ચિત્તલ રોડ, **સંપર્ક :** હારકાદાસ લલાડિયા ફોન : (02792) 223983 M. 94262 31449, 93286 12000

સુરેન્દ્રનગર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા રવિવારે, સવારે ૧૧ થી ૫, **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. **સંપર્ક :** જેનભાઈ – M. 93746 03107, ડો. બાવીસી – ફોન : R. 02852-2232564, 2395192, M. 99988 29969, મહાસતીજી – ફોન : 02752-242030

ધમ્મસિંધુ
ફોન : (02834) 273303, 273612

એક દિવસીય શિબિર : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૧૦.૩૦ થી ૫.૩૦ 'ધમ્મ સિંધુ કેન્દ્ર ઉપર' **સંપર્ક :** છોટુભાઈ પી સોની – M. 94264 52728, પરેશભાઈ ઠક્કર – ફોન : 02834-223118, 232832

કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર - 'ધમ્મસિંધુ' C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ યુ. શાહ, પ્રો. કે.ટી. શાહ રોડસ, માંડવી, કચ્છ – 370 465. ફોન : (02834) (O) 223076 (R) 223406, કેન્દ્ર : 'ધમ્મસિંધુ', ગામ : બાડા, વાયા : લાયજા, તાલુકો : માંડવી, કચ્છ – 370 475. ફોન : (02834) 273303, 273612. આચાર્ય નિવાસ : 273304

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

ભુજ : દર મહિનાના બીજા અને ચોથા રવિવારે ૧૨.૩૦ થી ૬.૦૦.

સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે ૮ થી ૯, દર બુધવારે ૪.૩૦ થી ૫.૩૦ (મહિલાઓ માટે), હોસ્પીટલ કંપાઉન્ડ, જનરલ હોસ્પીટલ સામે, **સંપર્ક :** ડો. શાંતુબેન પટેલ – ફોન : (02832) 251905, પ્રભુભાઈ પટેલ – ફોન : (02832) 255218, M. 94274 33534

ગાંધીધામ : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૭.૩૦ થી ૧, **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, પહેલા માળે, સરસ્વતી બિલ્ડીંગ, પ્લોટ નં. ૫૯૧, વોર્ડ ૧૨/સી, સીટી પોલીસ સ્ટેશનની બાજુમાં, **સંપર્ક :** કિશોરભાઈ રાણવાલા – ફોન : 220141, M. 94272 09001.

અંજાર : **સમૂહ સાધના :** દરરોજ સાંજે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦, રવિવારે સવારે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦. એક દિવસીય શિબિર : ત્રીજા રવિવારે. **સંપર્ક :** ગૌતમ ગોસ્વામી : M. 99252 66044, દિલીપ એન. ગાંધી : M. 94277 19149, ૨૦, વૃંદાવન સોસાયટી, બગીચા પાસે, ખાડિયા.

લાકડિયા : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૧૧ થી ૫, ભરાણીનો વાસ, **સંપર્ક :** જયાબેન ગડા – ફોન : (02837) - 273435.

માંડવી : **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦ **સંપર્ક :** છોટુભાઈ પી. સોની – ફોન : (02834) 224198, M. 94264 52728. પરેશભાઈ ઠક્કર – ફોન : (02834) 223118, 232832

રાપર : દર રવિવારે ૮ થી ૯, સાંજે ૫ થી ૬, સહયોગ હોસ્પીટલ, સી.એચ.વી. દવાખાનું. **સંપર્ક :** દેવેન્દ્રભાઈ ગોસ્વામી – M. 98796 47587, અરૂણભાઈ ગાવન્ડે – M. 98796 71178.

ભચાઉ : દર રવિવારે સવારે ૭ થી ૮, રામવાડી, સંપર્ક : રોહિતભાઈ સોની ફોન : 02837-255218, 255508.

ધમ્મપીઠ - અમદાવાદ
ફોન : (02714) 294690, M. 94264 19397

અમદાવાદ સિટી ઓફિસ (નવરંગપુરા) :– ઈશ્વરભુવન, કોમર્સ કોલેજ પાસે, નવરંગપુરા, અમદાવાદ–૩૮૦ ૦૦૯. **સંપર્ક :** યોગેશભાઈ અગ્રવાલ – M. 98980 10307, વસંત દિક્ષીત – M. 98986 36964. અલ્કાબેન – M. 98980 11960, ફોન : 079 - 26404829, નિરંજન ઘોષ – ફોન : 079 - 27530112

ફક્ત જૂના સાધકો માટે એક દિવસીય શિબિર : દર મહિનાના છેલ્લા રવિવારે ૧૧ થી ૫, ઈશ્વરભુવન, નવરંગપુરા.

સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯.

સ્નેહ મિલન : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧૦.

એક દિવસીય શિબિર તથા સામૂહિક સાધના :

નારણપુરા : દર મહિનાના બીજા રવિવારે ૧૧ થી ૫, ધમ્મ હાઉસ, ૧૫–૯, ચંદન પાર્ક સોસા. વિજયનગર પેટ્રોલપંપની સામે, **સામૂહિક સાધના :** દરરોજ સવારે ૮ થી ૯, દરરોજ સાંજે ૬ થી ૭, **સંપર્ક :** નિરંજન ઘોષ – 079-27530112.

મણિનગર : દર મહિનાના ત્રીજા રવિવારે ૧૧ થી ૫, **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, ૩–મોલીક એપાર્ટમેન્ટ, એલ.જી. કોર્નર, પૃથ્વી હોટલની બાજુમાં, પોલીસ ચોકી સામે, **સંપર્ક :** દિનેશભાઈ શાહ, શોભનાબેન – ફોન : 079-25461681.

એલિસબ્રિજ : સી–૫, રાજહંસ સોસા., સેંટ ઝેવિયર્સ કોલેજ રોડ, **સંપર્ક :** જયશ્રીબેન શેલત – ફોન : 079-26305724. દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯.

શાહીબાગ : રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, રત્નમ, પોલિસ કમિશ્નર ઓફિસ સામે, **સંપર્ક :** શ્રી શ્યામસુંદર ચોધરી ફોન : 079 - 25624631, M. : 98240 37016.

બાળકોની આનાપાન શિબિર તથા સામૂહિક સાધના :–

રાણીપ : રોજ સાંજે ૭ થી ૭.૩૦ (બાળકો માટે), રવિવારે સાંજે ૬ થી ૭, ૪–આશ્રમ પાર્ક સોસા., પંચશીલ સંકુલ. ✦ રવિવારે સાંજે ૮ થી ૮.૩૦ (બાળકો માટે), બંગલા નંબર ૩૫, પ્રમાણિક સોસા., રાધા સ્વામી રોડ, નિરંજન ઘોષ – ફોન : 079-27530112.

બાપુનગર : દર રવિવારે સાંજે ૬ થી ૭. ૩૬૯/૧૯૬૭ – ગુજરાત હાઉસીંગ બોર્ડ, આઝાદ ચોક. **સંપર્ક :** ચંદ્રકાંતભાઈ ઠાકુર – ફોન : 079-29606033, વિનોદભાઈ પરમાર – M. 93745 69173.

સી.ટી.એમ. : રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, સી.ટી.એમ. ૫૭–સુર્યદિપ સોસા., સી.ટી.એમ. ચાર રસ્તા પાસે, નેશનલ હાઈવે–૮, દિનેશભાઈ ચૌહાણ – ફોન : 079 - 25857030, M. 93741 32877.

ગાંધીનગર : **સામુહિક સાધના :** રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, મંત્રી પ્લોટ નં. ૧૨૩૦–૨, સેક્ટર–૨ એ, **સંપર્ક :** ભરતભાઈ રાઠોડ – M. 98244 19959. ✦ રવિવારે સવારે ૮ થી ૯. બ્લોક નં. ૧૧૫૫, સેક્ટર–૨૭, **સંપર્ક :** પ્રિયદર્શી સુરેશભાઈ – ફોન : 079-23211110, M. 98244 14842.

વડોદરા : ''ધમ્મભવન'' ૫, કાલિન્દી પાર્ક, અકોટા અતિથિગૃહ પાછળ, અકોટા, વડોદરા – 390 020. ફોન નં. (0265) 2341181, મો. 94263 32180, 98980 83749. **એક દિવસીય શિબિર :** (જૂના સાધકો માટે) દર મહિના ના પહેલા રવિવારે (સવારે ૭.૦૦ થી ૧૨.૦૦ કલાકે) **બાળ–આનાપાન શિબિર :** (૮ થી ૧૨ વર્ષના માટે) તા. 20-12-09 થી 21-02-10. (૧૩ થી ૧૬ વર્ષના માટે) તા. 17-01-10. **સામૂહિક સાધના :** દરરોજ સવારે ૮.૦૦ થી ૯.૦૦ કલાકે , સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૦૦ – ધમ્મભવન. દર મંગળવારે સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૦૦ – રાની આન્ટી, બી/૨, શુભ કુપ્લેક્ષ, મકરપુરા. ફોન : (0265) 2630287. દર શુક્રવારે સાંજે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ – શ્રી મનહરભાઈ શાહ : ૩૧, રાજસ્થંભ સોસાયટી, પોલો–ગ્રાઉન્ડ પાસે, વડોદરા. ફોન નં. (0265) 2434630. દર શનિવારે સાંજે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ – કિટીબેન : ૩, વામા વિલા, નિઝામપૂરા, વડોદરા. ફોન : (0265) 2782584

ધમ્મદિવાકર - મહેસાણા
ફોન : (02762) 272800, 253315

મહેસાણા : **સામૂહિક સાધના :** ✦ દર ગુરૂવારે સવારે ૬ થી ૭. **સ્થળ :** ૨–ઉર્વશી બંગલો, રામોસણા રોડ. ✦ દર શુક્રવારે રાત્રે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦. **સ્થળ :** ૨૯, મનોહર પાર્ક સોસાયટી, અંબાજીપરા. ✦ દર સોમવારે રાત્રે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦. **સ્થળ :** ૪, પ્રભુનગર સોસાયટી, આંખની હોસ્પિટલ પાસે, માલ ગોડાઉન રોડ.

વીસનગર : **સામૂહિક સાધના :** ✦ દર રવિવારે સવારે ૮.૦૦ થી ૯.૦૦. સ્થળ : અશોકભાઈ ગાર્ગી, ગોવિંદ ચકલા, પટેલ વાડી સામે, **સંપર્ક :** મહેસાણા સિટિ ઓફિસ, ૧૧–વિમલ સુપર માર્કેટ, બી.કે. સિનેમા રોડ, મહેસાણા. ફોન : (02762) 254634 (ઓફિસ), 253315 (નિવાસ), ઉપેન્દ્રભાઈ પટેલ : M. 94292 33000

પાલનપુર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૧૧ થી ૫. **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે ૮ થી ૯, વિકાસ બાલ મંદિર, જંગલ રોડ, **સંપર્ક :** વિઠ્ઠલભાઈ બી. વૈદ – ફોન : (02742) 324835, 244498 M. 94263 71076

થરા : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના ચોથા રવિવારે, **સંપર્ક સ્થાનો :** જીતેન્દ્ર ઠક્કર – ફોન : (02747) 222061, M. 98250 35228

આણંદ : **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૯.૦૦ થી ૧૦.૦૦ – ૫૯, પહેલો માળ, શ્રીકૃષ્ણ સોસાયટી, સ્ટેશન રોડ, શ્રી વિઠ્ઠલભાઈ પટેલ : ફોન : (૦૨૬૯૨) ૨૪૧૦૨૮, મો. ૯૮૨૫૦ ૨૮૦૫૭.

ભરૂચ : **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૮.૦૦ થી ૯.૦૦ – શ્રી યોગેન્દ્રભાઈ પરીખ, મો. ૯૪૨૭૮ ૧૬૫૦૦. **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના બીજા રવિવારે (સવારે ૮.૦૦ થી ૧.૦૦) – શ્રી મહેન્દ્રભાઈ માયાવંશી. ફોન : (૦૨૬૪૨) ૨૪૩૨૧૧, મો. ૯૪૨૮૩ ૩૨૮૦૦.

સુરત : **સમૂહ સાધના :** રોજ સવારે ૭.૧૫ થી ૮.૧૫ કલાકે. **એક દિવસીય શિબિર :** પ્રત્યેક પહેલા રવિવારે ૭.૩૦ થી ૧૨.૩૦ કલાકે. **સ્થળ :** બંગલો નં. ૨, સમતા નહેરુનગર, ઈચ્છાનાથ. **સંપર્ક :** ડો. જીતુભાઈ શાહ, મો. ૯૮૨૫૦ ૫૪૨૭૪ **સમૂહ સાધના :** રોજ સવારે ૮.૦૦ થી ૯.૦૦, સાંજે ૫.૦૦ થી ૬.૦૦ કલાકે. **સંપર્ક :** છગનભાઈ પરમાર – મો. ૯૯૨૪૪ ૪૮૭૨૬

અંકલેશ્વર : **એક દિવસીય શિબિર :** દર રવિવારે (બપોરે ૨.૦૦ થી ૭.૦૦)–પૂર્ણિમાબેન શાહ, મો. ૯૮૨૪૨ ૭૫૦૨૪.

વલસાડ : **એક દિવસીય શિબિર :** બીજા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧૨, **સામૂહિક સાધના :** સવારે ૯ થી ૧૦, પ્રવિણ મહાલ, હાલર રોડ, વલસાડ. **સંપર્ક :** સુરેન્દ્રભાઈ શાહ – ફોન : 02632-571192, M. 93758 30504, અશોકભાઈ વિજ – ફોન : 02632-253458.

અણુમાલા : **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના બીજા રવિવારે, **સામૂહિક સાધના :** દરરોજ સાંજે ૬ થી ૭. અણુમાલા ટાઉનશીપ, પોસ્ટ : અણુમાલા, વ્યારા પાસે, જી. સુરત. **સંપર્ક :** બચુભાઈ શાહ – M. 94271 25116, યશવંત ભગત : 0262

મોગર
ફોન : (0265) 2341181

(વિપશ્યના કેન્દ્ર, જે.એસ.એલ. ઈન્ડસ્ટ્રીઝ કેમ્પસ, નેશનલ હાઈવે નં. ૮, મોગર, જિ. આણંદ. **સંપર્ક :** ''ધમ્મભવન'' ૫, કાલિન્દી પાર્ક. **સંપર્ક :** હેમંતભાઈ પટેલ – M. 94265 00765.

નૂતન વર્ષ સ્નેહમિલન કાર્યક્રમ

રાજકોટ : તા. ૬ નવેમ્બર - ૨૦૧૦, શનિવાર. સ્થળ : માસૂમ સ્કૂલ, યુનિ. રોડ, રાજકોટ. સમય : સવારે ૮ થી ૧૦ કલાકે. સંપર્ક : રાજકોટ સિટિ ઓફિસ, ફોન : (૦૨૮૧) ૨૨૨૦૮૬૧, ૨૨૨૦૮૬૫.

જેતપુર : તા. ૭ નવેમ્બર - ૨૦૧૦, રવિવાર. સ્થળ : પાટીદાર ડાઇંગ, નવાગઢ રોડ, જેતપુર. સમય : સવારે ૯ થી ૧૨ કલાકે. સંપર્ક : હિતેશભાઈ ધોળિયા : મો. ૯૯૦૯૩ ૧૨૯૪૬.

ભાવનગર : તા. ૧૪ નવેમ્બર - ૨૦૧૦, રવિવાર. સ્થળ : વિજ્ઞાન નગરી, યશવંતરાય નાટ્યગૃહ પાછળ, ભાવનગર. સમય : સવારે ૮ થી ૯ કલાકે. સંપર્ક : અનિલભાઈ શાહ - મો. ૯૪૨૭૨ ૩૨૧૪૫.

જૂનાગઢ : તા. ૬ નવેમ્બર - ૨૦૧૦, શનિવાર. સ્થળ : મણિભાઈ કાલરિયા સત્સંગ ભવન, રાયજીનગર, જૂનાગઢ. સમય : સવારે ૮ થી ૯.૩૦ કલાકે. સંપર્ક : ડો. ધીરૂભાઈ શાહ - મો. ૯૮૯૮૦ ૨૨૧૩૬.

ધમ્મકોટ ખાતે ધર્મસેવક પ્રશિક્ષણ કાર્યશાળા

તા. ૩૧ ડિસેમ્બર - ૨૦૧૦ અને ૦૧ જાન્યુઆરી - ૨૦૧૧ દરમિયાન ધમ્મકોટ, રાજકોટ ખાતે ધર્મસેવકો માટે પ્રશિક્ષણ કાર્યશાળા યોજાશે. ભાગ લેવા ઇચ્છુક સાધકોને પૂરું નામ, સરનામું, ઉંમર, ફોન-મોબાઈલ નંબર, કરેલ શિબિરોની સંખ્યા, વગેરે વિગતો સાથે ધમ્મકોટ/સીટી ઓફિસ, C/o. ભાભા ડાઈનીંગ - રાજકોટ. ફોન : (૦૨૮૧) ૨૨૨૦૮૬૧ થી ૬૬, મો. ૯૪૨૬૨ ૦૨૨૨૨ અથવા કેન્દ્ર : ૨૭૮૨૫૫૦ પર રજીસ્ટ્રેશન કરાવી લેવા અનુરોધ છે.

વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ - ધમ્મકોટ

તા. ૨ જાન્યુઆરી - ૨૦૧૧ રવિવારે વિપશ્યી સાધકોના પરિવારો માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર **વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ** નું આયોજન નીચે પ્રમાણે કરેલ છે.
સમય : સવારે ૧૦.૦૦ થી ૧.૦૦ કલાકે

- ૧.૦૦ કલાકે ભોજન અને ત્યાર બાદ પરત.
- આઠ વ્યક્તિઓ સુધી સ્પેશ્યલ રિક્ષા આપના ઘર/વિસ્તારથી કેન્દ્ર અને પરત આવવા થઈ શકશે. વાહન-વ્યવસ્થાની જરૂરવાળા સાધકો માટે રિક્ષા નોંધાવવા સંપર્ક : ગઢવીભાઈ-મો. ૯૯૦૯૨ ૯૭૭૪૦

આવનારા સભ્યોની સંખ્યાની આગોતરી જાણ સિટિ ઓફિસ : (૦૨૮૧) ૨૨૨૦૮૬૧, મો. ૯૪૨૬૨ ૦૨૨૨૨ અથવા ધમ્મકોટ : ૨૭૮૨૫૫૦ પર અવશ્ય કરશોજી. જેથી ઉચિત વ્યવસ્થા થઈ શકે. સપરિવાર-મિત્રો સાથે લાભ લેશો.

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મકોટ'' રાજકોટ	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મસિંધુ'' બાડા.	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મપીઠ'' અમદાવાદ	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર-''ધમ્મ દિવાકર'' મીઠા મહેસાણા.
C/o. ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ-૧. (0281) 2220861-866 (0281) 2221384, 94272 21591	C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ ચુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી. કચ્છ-૩૭૦ ૪૬૫ (02834) 273303, 273612,	રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ - ૩૮૦ ૮૧૦ (02714) 294690, (M) 94264 19397	C/o. ઉપેન્દ્રકુમાર પટેલ, ૭-અપના બજાર, વિમલ સુપર માર્કેટ, બી.કે. રોડ, મહેસાણા. (ઉ.ગુ.)-૩૮૪ ૦૦૨. (02762) 272800, 254634, 252345 (M) 94292 33000
૨૦૧૦ માટે ૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી			
30-10-10 to 10-11-10 11-11-10 to 22-11-10 24-11-10 to 05-12-10 18-12-10 to 29-12-10 02-01-11 to 13-01-11 19-01-11 to 30-01-11 02-02-11 to 13-02-11 16-02-11 to 27-02-11 02-03-11 to 13-03-11 16-03-11 to 27-03-11	07-11-10 to 18-11-10 21-11-10 to 02-12-10 23-01-11 to 03-02-11 16-02-11 to 27-02-11 02-03-11 to 13-03-11	03-11-10 to 14-11-10 17-11-10 to 28-11-10 **: મોગર :** 'ધમ્મભવન' ૫-કાલિંદી પાર્ક, અકોટા. ફોન : ૦૨૬૫-૨૩૪૧૧૮૧ 24-11-10 to 05-12-10 22-12-10 to 02-01-11	08-11-10 to 19-11-10 01-12-10 to 12-12-10 **: ધર્મજ :** હેમંતભાઈ પટેલ (૦૨૬૯૨) ૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨ મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫ 10-11-10 to 21-11-10
ફક્ત જૂના સાધકો માટે સતિપટ્ઠાન શિબિરો			
04-02-11 to 12-02-11	18-02-11 to 26-02-11		
ફક્ત જૂના સાધકો માટે વિશેષ શિબિરો			
16-02-11 to 27-02-11			15-12-10 to 26-12-10
ગંભીર સાધકો માટે ૨૦-૩૦-૪૫ દિવસીય શિબિર			
(૨૦ દિવસ)	(૨૦ દિવસ) 23-01-11 to 13-02-10 (૩૦ દિવસ) 05-12-10 to 05-01-11 (૪૫ દિવસ) 05-12-10 to 20-01-11		સહાયક આચાર્યોની પ્રશિક્ષણ કાર્યશાળા
એક દિવસીય શિબિર જૂના સાધકો માટે			
દર મહિનાના પહેલા અને ચોથા રવિવારે રાજકોટ શહેરમાં માસૂમ સ્કૂલ ખાતે	દર મહિનાના પહેલા રવિવારે	દર મહિનાના છેલ્લા રવિવારે અમદાવાદમાં	દર મહિનાના ચોથા રવિવારે

દોહા ધરમના

સંપ્રદાય હોવે પ્રમુખ, ધર્મ ગૌણ જબ હોય ।
તભી ધર્મ કે નામ પર, ખૂન ખરાબા હોય ॥
હુઆ ધરમ કે નામ પર, કૈસા નર સંહાર ।
ધિક્ ધિક્ ઐસે ધરમ કો, લાખ બાર ધિક્કાર ॥
યહ કૈસા મજહબ અરે, કૈસા ધરમ ઈમાન ।
કતલ કિયે જિસકે લિયે, બેકસૂર ઇંસાન ॥

એક્સેલ ક્રોપકેર લિમિટેડ
૬/૨, રૂવાપરી રોડ, ભાવનગર - ૩૬૪ ૦૦૫.
ફોન : (૦૨૭૮) ૨૨૧૨૪૦૧-૨-૩ ની મંગલકામના

દોહા ધરમના

તેરે દીન ઈમાન કા, ક્યા યહ હૈ મઝમૂન ।
દેખ બહાયા ભૂમિ પર, બેકસૂર કા ખૂન ॥
અરે ધરમ કે નામ પર, લોગ બહાયેં ખૂન ।
સમઝ ન પાયે, ધરમ તો કુદરત કા કાનૂન ॥
મત કર મત કર બાવલે, મત કર આંખેં લાલ ।
ઔરોં કા અનહિત કરે, ખુદ ભી હો બદહાલ ॥

ટીએમએલ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિમિટેડ
૩૦૧-બી ટાવર, અલ્કાપુરી આર્કેડ, આર. સી. દત્ત રોડ
વડોદરા-૩૯૦ ૦૦૭. ફોન : ૨૩૪૩૩૦૨/૦૪ 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./ડ્રાફ્ટ અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. (બહારગામના ચેક લેવામાં આવશે નહીં.) રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના 23 ઓક્ટોબર 2010 આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઈગતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

ચાર વર્ષનું લવાજમ : રૂા. 100/-

'વિપશ્યના' Reg-No. GUJGUJ 08700/6/1/99-TC
Postal Reg. No. G-RJ-450
(Renewed upto 31.12.2011)
Wpp Licence No. G-PMG-RJT/015/2009

Weighs less than 10 gms
Posted without Payment of Postage.
Posting day-25th of every month,
Posted at Rajkot RMS - 360 001.
Write PIN CODE for Correct Delivery

If undelivered please return to :
સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ)
ભાભા હોટેલ, પંચનાથ પ્લોટ,
રાજકોટ - 360 001.
સિટી ઓફિસ : ફોન - (0281) 2220861-866
મોબાઈલ : 94272 21591
e-mail : info@kota.dhamma.org
Web site : www.kota.dhamma.org