વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2554 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 19 માર્ચ 2011 ❖ વર્ષ – 11 ❖ અંક – 12 ❖ સળંગ અંક - 132

ધમ્મવાણી

उट्ठानेनप्पमादेन संयमेन दमेन च ।
दीपं क चिराथ मेधावी, यं ओघो नाभिकीरति ।।

– धम्मपद : २५, अप्पमादवग्गो

મેધાવી (પુરુષ) ઉદ્યોગ, અપ્રમાદ, સંયમ તથા (ઈન્દ્રિયોના) દમન દ્વારા (પોતાના માટે એવો) દ્વીપ બનાવી લે, જેથી (ચાર પ્રકારના કલેશોનાં) પૂર તાણી ન જાય.

ચાર પ્રકારનાં લોકો

ભગવાને કહ્યું કે હું આ સંસારમાં ચાર પ્રકારનાં લોકો જોઉં છું. ખરેખર ચાર પ્રકારનાં લોકો છે આ સંસારમાં.

પહેલા વર્ગની વ્યક્તિ અંધકાર જ અંધકાર અર્થાત દુઃખ જ દુઃખ. ભિન્ન-ભિન્ન પ્રકારનાં દુઃખો - શારીરિક દુઃખ, માનસિક દુઃખ, આર્થિક દુઃખ, પારિવારિક દુઃખ, સામાજિક દુઃખ ભિન્ન-ભિન્ન પ્રકારનાં દુઃખોથી આકુળ વ્યાકુળ છે. વ્યાકુળ તો છે જ. પરંતુ ભીતર પ્રજ્ઞાનું નામ નિશાન નથી. ત્યારે શું કરે છે ? એ દુઃખની અવસ્થામાં ક્રોધ જગવે છે. દ્વેષ જગવે છે. દુર્ભાવના જગવે છે. મને આ દુઃખ આ વ્યક્તિને કારણે થયું. મને આ દુઃખ આ સ્થિતિને કારણે થયું, આ ઘટનાને કારણે થયું. દ્વેષ જ દ્વેષ ! દ્વેષ જ દ્વેષ ! આ દુઃખ તો જૂના દ્વેષજન્ય કર્મોના ફળસ્વરૂપે આવ્યું. હવે નવાં કર્મો પણ દ્વેષનાં જ બની રહ્યાં છે. નવું બીજ પણ દ્વેષનું જ વાવી રહ્યો છે. અરે ! સમજ ! આનું ફળ પણ દુઃખ જ લઈ આવશે ને ! તો હાલમાં પણ દુઃખ છે અને આગળ પણ દુઃખનું જ નિર્માણ કરતો જ જાય છે. જેવું બીજ વાવી રહ્યો છે તેવા પ્રકારનું ફળ આવશે. આવી વ્યક્તિ અંધારામાંથી અંધારા તરફ ભાગી રહી છે. દુઃખથી દુઃખ તરફ ભાગી રહી છે. વર્તમાન પણ દુઃખથી ભરેલો, ભવિષ્ય પણ દુઃખથી ભરેલું, વર્તમાન પણ અંધારાથી ભરેલો અને ભવિષ્ય પણ અંધારાથી ભરેલું.

બીજા વર્ગની વ્યક્તિ પ્રકાશ તરફથી અંધારા તરફ ભાગી રહી છે. ક્યો પ્રકાશ ? બાહ્ય જગતમાં તેની પાસે ધન, દોલત, પ્રતિષ્ઠા, માન, મર્યાદા, ઈત્યાદિ છે. લોકો ખૂબ પ્રશંસા કરે છે. પરંતુ ભીતર પ્રજ્ઞા નથી. આ બધું પુરાણા સત્કર્મોને કારણે પ્રાપ્ત થયું. પરંતુ અત્યારે ભીતર ને ભીતર શું કરી રહ્યો છે ? આ બધા ધન, દોલત, વૈભવને કારણે અહંકાર જગવી રહ્યો છે. કેવો અહંકારી ?! દરેક વ્યક્તિ પ્રત્યે ઘૃણા, હું કેટલો સમજદાર છું ! આ કારણે આટલું ધન કમાયો અને તેને જુઓ ! કેવો નકામો છે ! તેથી તો દરિદ્ર છે. હું આવો, તે તેવો ! હું આવો, તે તેવો ! તાણ અને તાણ જ ! જે બીજ વાવે છે, તે અહંકારનું બીજ છે. ઘૃણાનું બીજ છે, દ્વેષનું બીજ છે. આજે તો ચારે તરફ ખૂબ પ્રકાશ છે. જાણે ચારે બાજુ ઘણી સુખ-સંપદા છે. પરંતુ આજે જે બીજ વાવી રહ્યો છે તેનું ફળ શું આવશે ? આ જે દૂષિત ફળ વાવી રહ્યો છે તે અહંકાર જ લાવશે. દુઃખ જ લાવશે. અત્યારે આ સુખદ સ્થિતિ છે, તેની પોતાની સીમા છે. સમાપ્ત થઈ જશે. ત્યાર બાદ આજનાં દુઃખદ બીજનાં દુઃખદ ફળ જ આવશે. આવી વ્યક્તિ પ્રકાશ તરફથી અંધકાર તરફ ભાગી રહી છે. સુખદ સ્થિતિમાંથી દુઃખદ સ્થિતિઓ તરફ આગળ જઈ રહેલ છે.

ત્રીજા વર્ગની વ્યક્તિ બિલકુલ પહેલી પ્રકાર જેવી જ છે. વર્તમાન જીવનમાં અંધકાર જ અંધકાર છે, પરંતુ ભીતર પ્રજ્ઞા છે. ખૂબ સમજે છે કે આ અંધકાર આવ્યો છે તે પેલી વ્યક્તિને કારણે નહિ, પેલી સ્થિતિને કારણે નહિ, પેલી ઘટનાને કારણે નહીં. એ તો માધ્યમ બની ગયા. દુઃખ તો આવવાનું જ હતું. મારા પોતાના પૂર્વ-દુષ્કર્મોને કારણે આવું ફળ આવવાનું જ હતું. પરંતુ હવે નવું દુષ્કર્મ નહિ કરૂં, નવા દુઃખનું બીજ નહિ વાવું. નવો દ્વેષ નહિ જાગવા દઉં. મૈત્રી જ જાગશે. આ બિચારો તો મારા દુઃખનું માધ્યમ બની ગયો રે ! તેણે પોતાના કરેલા કર્મનું ફળ ન ભોગવવું પડે રે ! તેનું કેમ મંગલ થાય ! તેનું કેવી રીતે કલ્યાણ થાય ! આમ જે બીજ વાવે છે તે મંગલ-મૈત્રીના જ વાવે છે. આ કર્મબીજ આગળ જતાં સુખ જ લાવશે તેથી અત્યારે ભલે અંધકાર હોય, પરંતુ આગળ જતાં પ્રકાશ જ પ્રકાશ. પ્રકાશ જ પ્રકાશ ! અત્યારે દુઃખ છે. ભવિષ્યમાં સુખ જ છે ! અંધકારમાંથી પ્રકાશ ભણી જઈ રહેલી આ ત્રીજા પ્રકારની વ્યક્તિ.

ચોથા વર્ગની વ્યક્તિ. તેના જીવનમાં અત્યારે પ્રકાશ જ પ્રકાશ છે. સુખ, સુવિધા, ધન, દોલત, પ્રતિષ્ઠા છે; પરંતુ સાથોસાથ ભીતર સજગ પ્રજ્ઞા પણ છે. ખૂબ સમજે છે કે મારાં કોઈ સત્કર્મોને કારણે આ બધું પ્રાપ્ત થયું છે. પરંતુ ગમે તેવું સત્કર્મ કેમ ન હોય ! તેનું ફળ અનંતકાળ સુધી રહેનારું નથી. તેની પોતાની સીમા છે. વહેલું-મોડું એ સમાપ્ત થઈ જ જશે. આથી જ્યાં સુધી છે, જેટલા દિવસો સુધી છે ત્યાં સુધી તેનો પૂરો લાભ લેવાનો છે. ગૃહસ્થ છું. પોતાનું ભરણ-પોષણ કરવું, પરિવારનું ભરણ-પોષણ કરવું. જેટલા લોકો મારા પર આશ્રિત છે તે બધાનું ભરણ-પોષણ કરવું, તે મારું કર્તવ્ય છે. તેનાથી અધિક જે કંઈ બચત થાય તે લોકોના કલ્યાણ માટે વાપરું ! વધુમાં વધુ લોકોને શી રીતે શુદ્ધ ધર્મ મળી જાય ! વધુમાં વધુ લોકોને શી રીતે શુદ્ધ ધર્મ મળી જાય ! વધુમાં વધુ લોકો શી રીતે દુઃખમુક્ત થાય, આવો ભાવ મનમાં જાગે છે. આવી વ્યક્તિના જીવનમાં અત્યારે પણ પ્રકાશ છે અને ભવિષ્ય માટે પણ પ્રકાશનાં જ બીજ વાવે છે. આવી વ્યક્તિ પ્રકાશતી પ્રકાશ તરફ જઈ રહી છે. સુખથી સુખ તરફ જઈ રહી છે. વર્તમાન પણ સુખપૂર્ણ, ભવિષ્ય પણ સુખપૂર્ણ.

આપણે પહેલા અથવા બીજા પ્રકારની વ્યક્તિ ક્યારેય ન બનીએ. ત્રીજા અથવા ચોથા પ્રકારની જ બનીએ. ત્રીજી બનીએ કે ચોથી બનીએ એ આપણા વશની વાત નથી. કારણ કે જીવનમાં ઘણીવાર અંધકાર છવાઈ જાય છે. દુઃખ છવાઈ જાય છે. ઘણીવાર સુખ પણ આવશે. ભૂતકાળના જીવનમાં, ભૂતકાળના જન્મોમાં ઘણાં પ્રકારનાં કામ કર્યાં. સારાં પણ કર્યા, નઠારાં પણ કર્યાં. તેનો પ્રભાવ સુખ અથવા દુઃખ રૂપે આવવાનો જ છે. ભલે સુખ આવે કે દુઃખ આવે. ભલે પ્રકાશ આવે કે

અંધકાર આવે. ભીતર તો હંમેશા પ્રકાશ જ રાખીશું. એવા નવા સંસ્કાર કદાપિ નહિ બનાવીએ, જે ભવિષ્યમાં આપણા માટે દુઃખ પેદા કરે, અંધકાર પેદા કરે.

બસ, વિપશ્યના દ્વારા આ જ શીખીશું. **अत्ताहि अत्तनो नाथो, अत्ता ही अत्तनो गति** । દરેક વ્યક્તિ સ્વયં પોતાનો માલિક છે. પોતાની ગતિ સ્વયં બનાવે છે. આ માલિકીપણું હાંસલ થઈ જાય. સ્વયં પોતાના માલિક બની જઈએ. આ ક્ષણના માલિક બની જઈએ. પહેલાં જે કર્યું, તે કર્યું. એ ક્ષણો તો વીતી ગઈ. આ ક્ષણનો માલિક સ્વયં હું છું. તેથી ભવિષ્યનો માલિક સ્વયં હું છું. ભવિષ્ય શું છે ? વર્તમાનનું જ સંતાન છે. વર્તમાન શું છે ? ભૂતકાળનું જ સંતાન છે. ભૂતકાળમાં જે કંઈ કર્યું, તે કર્યું. હવે હું વર્તમાનનો માલિક છું. આગળની ધારાને બગડવા નહિ દઉં. ત્યારે **अत्ता ही अत्तनो गति** । વ્યક્તિ પોતાની દુર્ગતિ પોતાની જ બેવકૂફીના કારણે કરે છે. પોતાના જ અજ્ઞાનને કારણે કરે છે. હવે દુર્ગતિથી બચી જશે. સદ્ગતિ કરશે. કારણ કે પોતાનો માલિક જે બની ગયો ને ! એવી રીતે **अत्ता ही अत्तनो नाथो** । બનીએ, કેવળ પ્રવચનો દ્વારા ન બની શકાય. કેવળ વાણી વિલાસ કે બુદ્ધિ વિલાસ દ્વારા ન બની શકાય. તેના માટે કામ કરવાનું છે. અંતર્મુખ બનીને આપણે વાસ્તવમાં પોતાનો માલિક બનશું. પોતાનું મંગલ સાધી લઈશું. બીજાઓના મંગલમાં સહાયક થઈ જઈશું. ધર્મ ધારણ કરવામાં મંગલ જ મંગલ. બધાનું મંગલ થાઓ !

- મંગલ મિત્ર

સત્યનારાયણ ગોયન્કા

સુપટિવેધન

અભય રાજકુમારને ભગવાને કરેલી સમ્યક્ વાણીની ધર્મમયી વ્યાખ્યા પ્રિય શ્રેયસ્કર લાગી. તે વખતે તેના મનમાં બીજો એક પ્રશ્ન જાગ્યો, જે પૂછ્યા વિના તે રહી ન શક્યો. તેણે પોતાની જિજ્ઞાસા ભગવાન સામે પ્રગટ કરી.

''ભન્તે ભગવાન ! આપની પાસે અનેક બ્રાહ્મણ, શ્રમણ અને ગૃહસ્થ વિદ્વાનો આવે છે અને વિભિન્ન પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછે છે. શું આપ એ વાતનું ચિંતન-મનન કરતા રહો છો કે, મને કોઈ આ પ્રકારનો પ્રશ્ન પૂછશે તો તેને હું આવો ઉત્તર આપીશ ? અથવા એ પ્રશ્ન પૂછાતાં જ કોઈ પૂર્વ ચિંતન-મનન કર્યા વિના જે તત્ક્ષણ જે સાચો અને સ્પષ્ટ ઉત્તર હોય છે તે આપ નિષ્પ્રયાસ જ આપી દો છો ?

એ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપતાં પહેલાં ભગવાને પાછો તેને (અભય રાજકુમારને) જ પ્રતિપ્રશ્ન કર્યો - ''રાજકુમાર ! તારા રથના અંગ-પ્રત્યંગને તું સુપેરે જાણે છે કે ?''

''હા ભગવાન, મેં તેનો ભરપૂર પ્રયોગ કર્યો છે. સ્વાનુભવથી હું તેના અંગ-પ્રત્યંગને ખૂબ જાણું છું.''

''તો રાજકુમાર ! શું તું એવું ચિંતન-મનન કરતો રહે છે કે કદિક કોઈ મને આના કોઈ અંગના બારામાં પ્રશ્ન પૂછશે તો હું તેને આવો-આવો ઉત્તર દઈશ ?''

''ના ભગવાન ! એના માટે વળી ચિંતન-મનન કેવું ?! હું મારા અનુભવથી ખૂબ જાણું છું. એના બારામાં મને જ્યારે પણ જે જે પ્રશ્ન પૂછે તેનો હું તત્ક્ષણ ઉત્તર દઈશ, જે ખરો અને સ્પષ્ટ હોય. અનુભવસિદ્ધ યથાર્થ વાત કહેવામાં ચિંતન-મનનની શી આવશ્યકતા ?''

''બરાબર એવું જ છે, રાજકુમાર ! જેમ કોઈ રથી પોતાના રથના અંગ-પ્રત્યંગના બારામાં સ્વાનુભવથી ખૂબીથી જાણે છે અને રથના કોઈ પણ અંગના બારામાં કોઈ પ્રશ્ન પૂછે તો ઝટ ખરો ઉત્તર દઈ દે છે; તેના માટે અગાઉથી ચિંતન-મનન કરવું પડતું નથી; તેવી જ રીતે તથાગતે ધર્મધાતુને એટલે કે ધર્મના ગુણ-સ્વભાવને વીંધી-વીંધીને, વિઘટન કરી કરીને, વિભાજન કરી કરીને, અલગ-અલગ કરી કરીને સારી રીતે જોઈ લીધો છે, સ્વાનુભવથી જાણી લીધો છે. આથી ધર્મસંબંધી કોઈ પ્રશ્ન પૂછાતાં તેમને ચિંતન-મનન કરીને ઉત્તર દેવાની આવશ્યકતા નથી હોતી. એ વિષયને તેઓ ખૂબ સારી રીતે જાણે છે. આથી તત્ક્ષણ ખરો અને સ્પષ્ટ ઉત્તર આપી દે છે. સાચું બોલવા માટે ચિંતન-મનનની આવશ્યકતા નથી હોતી.''

ભગવાનના આ વિવેચને અભય રાજકુમારને એથીયે વિશેષ શ્રદ્ધાવિભોર કરી દીધો. ભગવાનની મહાનતા અને સર્વજ્ઞતાના બારામાં તેના મનમાં રંજમાત્ર પણ સંદેહ ન રહ્યો. વિરોધી પક્ષ દ્વારા એમના બારામાં જે પણ મિથ્યા દોષારોપણ થયેલાં, તે બધાનું સહજ નિરાકરણ થઈ ગયું, ઉન્મૂલન થઈ ગયું.

અત્યંત શ્રદ્ધાવિનીત થઈને તેણે ભગવાનને ફરીથી પંચાંગ પ્રણામ કર્યા અને હર્ષોદગાર ભર્યા શબ્દોમાં પોતાની આસ્થા પ્રગટ કરતાં બોલ્યા, ''અદ્ભૂત છે ભગવાન ! આશ્ચર્યજનક છે ભગવાન ! આપે ધર્મને એટલા સ્પષ્ટ શબ્દોમાં સમજાવ્યો જેમ કોઈ ઊંધાને સીધું કરીને દેખાડી દે, ઢાંકેલાને ઉઘાડીને દેખાડી દે; જેમ કોઈ અંધારામાં દીપક પ્રગટાવી દે જેથી આંખોવાળા લોકો સચ્ચાઈને સ્વયં જોઈ શકે. હું ધન્ય થયો ભગવાન.' આજથી હું ત્રિરત્નનું શરણ ગ્રહણ કરું છું. આજથી મને આપનો આજન્મ અનન્ય ઉપાસક સ્વીકાર કરો !''

ખરેખર અભય રાજકુમાર ધન્ય થયો !

સાધકો, ઉપરોક્ત વાર્તાલાપમાં બે શબ્દોનો પ્રયોગ કરાયો છે. **धम्मधातु सुपटिविद्धो** ધર્મ એટલે પ્રકૃતિ, ધાતુ એટલે સ્વભાવ. પ્રકૃતિના સ્વભાવનું સુપરિવેધન. એટલે કે તેનું સારી રીતે વેધન કરીને, તેને વીંધીને જાણી લેવો. જેમ જ્ઞાનને **परियत्ति** (પર્યાપ્તિ) કહે છે, તેમ એ જ્ઞાનના માર્ગ પર પ્રતિપાદન કરવાને, ચાલી નીકળવાને **पटिपत्ति** (પ્રતિપત્તિ) કહે છે. એવી જ રીતે સચ્ચાઈને વીંધીને જોવાને **पटिवेधन** (પ્રતિવેધન) કહે છે. એ જ વિપશ્યના છે. અનુભૂતિના સ્તરે વીંધવાનું કામ વિપશ્યના કર્યા વિના કદાપિ નથી થઈ શકતું. વિપશ્યનાનો અભ્યાસ શરૂ કરતાં જ પટિવેધનનું કામ શરૂ થઈ જાય છે. વિપશ્યના સાધનાની ફલશ્રુતિ પટિવેધનની અંતિમ પરિણતિ છે.

ધાતુ છ પ્રકારની હોય છે - પૃથ્વી, અગ્નિ, જલ, વાયુ અને આકાશ. આ પાંચ ભૌતિક ધાતુ કહેવાય છે. તેને 'રૂપધાતુ' પણ કહે છે અને વિજ્ઞાન એટલે કે ચિત્ત એક ધાતુ છે, જેને 'નામધાતુ' પણ કહે છે. વિપશ્યના સાધના કરનારો સાધક પોતાની ભીતર થનારી ઘનીભૂત સંવેદનાઓને તટસ્થ ભાવે જૂએ છે, તો સ્વતઃ તેનું વીંધવાનું આરંભ થઈ જાય છે. વીંધી-વીંધીને સાધક એ અવસ્થાએ પહોંચે છે જ્યાં તે જાણી લે છે કે, બધી ધાતુઓ તરંગો જ છે, અનિત્ય સ્વભાવવાળા, ઉદય-વ્યય સ્વભાવવાળા; અને જેના પર પોતાનો લેશમાત્ર અધિકાર નથી. આ નામરૂપના પ્રપંચને આમ જોતાં જોતાં, વિભાજન કરતાં કરતાં સાધક

તટસ્થ ભાવે એટલે કે પ્રજ્ઞાપૂર્ણ ઉપેક્ષાભાવે આગળ વધતો જાય છે તો તેનું ચિત્ત વિકારવિહીન થવા લાગે છે, નિર્મળ થવા લાગે છે અને અંતે એક એવી અવસ્થા આવે છે જ્યાં વિપશ્યના પુષ્ટ થતાં, સંસ્કારોનું નિષ્કાસન થતાં નામરૂપની પરે, ચિત્ત અને શરીરની પરે આ છયે ધાતુઓની પરે જે નિત્ય છે, શાશ્વત છે, ધ્રુવ છે, અમૃત છે એવા પરમ સત્ય નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરી લે છે. વીંધી-વીંધીને અનુભૂતિઓ દ્વારા જાણી લે, નિતાંત વિમુક્ત અવસ્થા સુધી પહોંચી જાય તો જ **સુપટિવિદ્ધત્તા** કહેવાય છે, એટલે કે જેણે પૂરી રીતે બરાબર પ્રતિવેધન કરી લીધું. હવે એ વ્યક્તિને કોઈ ધર્મસંબંધી પ્રશ્ન પૂછે તો તેને ચિંતન-મનન કરવાની, કે તર્ક-વિર્તક કરવાની કે ઉહાપોહ કરવાની આવશ્યકતા રહેતી નથી. જેમ કે મારી સામે આ ટેબલ છે અને કોઈ પ્રશ્ન પૂછે કે આ શું છે ? તો ''આ ટેબલ છે'' એવો ઉત્તર દેવામાં શું ચિંતન-મનનની, તર્ક-વિતર્કની કે ઉહાપોહની આવશ્યકતા રહે છે ? તેવી જ રીતે હાથમાં આ કલમ છે, તો ''કલમ છે'' એમ જણાવવામાં મને શું કઠણાઈ થાય છે ? શું કલ્પના કરવી પડે છે ? શું વિચારવું પડે છે ? જેમ કે હથેળી પર આંબળું રાખ્યું હોય અને તેને ચારેકોરથી ફેરવી ફેરવીને જોઈ લીધું હોય તો ''આ આંબળું છે'' એવું કહેવામાં કોઈને શી કઠણાઈ થઈ શકે ? એ જ પ્રકારે વિપશ્યના દ્વારા પ્રકૃતિને, કુદરતને, તેના નિયમોને પોતાની પ્રજ્ઞા દ્વારા વીંધી વીંધીને જોઈ લીધા બાદ તેના બારામાં ઉત્તર દેવામાં કદિ કોઈ ગડમથલ નથી થતી. જ્યાં જાણી જોઈને જૂઠું બોલવાનું હોય, છળકપટ દ્વારા કોઈને દગો દેવાનો હોય અથવા અનુભૂતિ વિનાની કોઈ કાલ્પનિક માન્યતા સિદ્ધ કરવાની હોય તો બહુ વિચારવું પડે છે, મનોમન તર્ક-વિતર્ક કરવા પડે છે. જે સચ્ચાઈને સ્વયં અનુભવ દ્વારા વીંધી વીંધીને જાણી લીધી હોય, તેના માટે આ બધાની ક્યાં આવશ્યકતા હોય છે ?

સાધકો, આવો ! ધર્મને વીંધી વીંધીને જોતાં શીખીએ અને સુપટિવેધનની અંતિમ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરીને પોતાનું કલ્યાણ સાધી લઈએ !

- સત્ય નારાયણ ગોયન્કા

ધમ્મકોટ કેન્દ્ર શિબિર તારીખ-પરિવર્તન

૧. ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૨૭-૭-૨૦૧૧ થી તા. ૦૭-૦૮-૨૦૧૧ ને બદલે તા. ૦૧-૦૮-૨૦૧૧ થી તા. ૧૨-૦૮-૨૦૧૧ માં પરિવર્તિત.
૨. તા. ૩૦-૧૧-૨૦૧૧ થી તા. ૧૧-૧૨-૨૦૧૧ ની ૧૦ દિવસીય શિબિર રદ કરવામાં આવેલ છે.
૩. ૧૦ દિવસીય ગંભીર શિબિરની તા. ૧૫-૬-૨૦૧૧ થી તા. ૨૬-૬-૨૦૧૧ના સ્થાને ૨૯-૬-૨૦૧૧ થી ૧૦-૭-૨૦૧૧ માં પરિવર્તિત.
૪. સતિપટ્ઠાન શિબિર તા. ૦૮-૦૯-૨૦૧૧ થી તા. ૧૬-૦૯-૨૦૧૧ ની રદ થયેલ છે.
૫. ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૧૫-૬-૨૦૧૧ થી ૨૬-૬-૨૦૧૧ અને તા. ૦૮-૦૯-૨૦૧૧ થી તા. ૧૯-૦૯-૨૦૧૧ આયોજિત થશે.

ગુજરાતના કેન્દ્રો પર દીર્ઘ શિબિરો

ધમ્મકોટ (રાજકોટ) :	૨૦ દિવસીય - ૧૮/૯ થી ૯/૧૦ - ૨૦૧૧
	૩૦ દિવસીય - ૮/૯ થી ૯/૧૦ - ૨૦૧૧
ધમ્મસિંધુ (બાડા) :	૨૦ દિવસીય - ૨૬/૩ થી ૧૪/૪ - ૨૦૧૧
	૩૦ દિવસીય - ૪/૭ થી ૪/૮ - ૨૦૧૧
	૪૫ દિવસીય - ૨૪/૧૧/૧૧ થી ૯/૧/૧૨
ધમ્મદિવાકર (મહેસાણા) :	૨૦ દિવસીયા - ૧૭/૭ થી ૭/૮ - ૨૦૧૧

રજિસ્ટ્રેશન માટે જે તે કેન્દ્રનો સંપર્ક કરશો.

જામનગર જિલ્લાના જૂના સાધકો માટે સેમિનાર : ૧૦ એપ્રિલ - ૨૦૧૧

જામનગર જિલ્લાના જૂના સાધકો માટે એક સેમિનારનું આયોજન તા. ૨૪-૪-૨૦૧૧ ના રવિવારે સવારે ૯.૦૦ થી સાંજે ૫.૦૦ સુધી ફિઝીયોથેરાપી કોલેજ, વૈશાલી ફાર્મ સામે, લાખાબાવળ પર આયોજિત કરાયેલ છે. આ સેમિનારમાં ઉપસ્થિત રહી આપ સાધના વિષયક શંકા/પ્રશ્નોનું સમાધાન મેળવી શકશો, તેમજ સાધના અંગે વિશેષ સમજ કેળવી શકશો.

સેમિનારમાં હાજર રહેવા સંપર્ક :

આસ્તિકભાઈ	મો. : ૯૮૨૫૨ ૧૪૭૪૭
ભગવાનદાસ મોતિયાણી	મો. : ૯૮૯૮૬ ૭૧૨૫૧
રમેશભાઈ દવે	મો. : ૯૪૦૮૯ ૬૩૯૩૫

પિકઅપ પોઈન્ટ સાત રસ્તા પેટ્રોલપંપ સવારે ૮-૧૫ થી ૮-૩૦

ધર્મજ ૧૦ દિવસીય શિબિર તારીખ પરિવર્તન

તા. ૦૬-૦૫-૨૦૧૧ થી તા. ૧૭-૦૫-૨૦૧૧ વાળી ૧૦ દિવસીય શિબિરની તારીખમાં પરિવર્તન નોંધશો. હવે આ શિબિર તા. ૦૮-૦૫-૨૦૧૧ થી તા. ૧૯-૦૫-૨૦૧૧ દરમિયાન થશે.

STATEMENT ABOUT OWNERSHIP AND OTHER PARTICULARS ABOUT NEWS PAPER VIPASSANA MONTHLY (GUJARATI)
AS REQUIRED TO BE PUBLISHED UNDER RULE 8 OF REGISTRATION OF NEWS PAPER (CENTRAL RULES, 1956)
FORM - IV (SEE RULES 8)

1.	Place of Publication	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
2.	Periodicity of the Publication	Monthly
3.	Printer's Name	**Mr. Chandubhai G. Mehta** (on behalf of Saurashtra Vipassana Research Center)
	Whether citizen of India ?	Yes
	Address	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
4.	Publisher's Name	**Mr. Chandubhai G. Mehta** (on behalf of Saurashtra Vipassana Research Center)
	Whether citizen of India ?	Yes
	Address	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
5.	Editor	**Mr. Bharat S. Kapadia**
	Whether citizen of India ?	Yes
	Address	Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.
6.	Names and address of Individuals who own the news paper and partners or share holders holding more than on percent.	**Saurashtra Vipassana Research center, Bhabha Hotel, Panchnath Road, Rajkot - 360 001.**

I Chandubhai G. Mehta here by declare that the particulars given above are true to best of my knowledge and belief.

Sd/-
Chandubhai G. Mehta
Publisher & Printer

Date : 01-03-2011
Place : RAJKOT

ધમ્મકોટ પર યુવા શિબિર

૧૫ વર્ષથી ૧૯ વર્ષ સુધીના **કિશોરો** માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર તા. ૨૮-૦૩-૨૦૧૧ થી તા. ૦૫-૦૪-૨૦૧૧ દરમિયાન યુવા શિબિરનું આયોજન કરાયેલ છે.

ભાગ લેવા ઈચ્છુક કિશોર મિત્રો સિટિ ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર નામ નોંધાવી શકે છે.

ધમ્મકોટ ખાતે જૂના સાધકોનું સંમેલન

તા. ૨૭-૦૫-૨૦૧૧, (સાંજે ૭-૦૦ થી) તા. ૨૯-૦૫-૨૦૧૧ (સાંજે ૪-૦૦ સુધી) ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર જૂના સાધકોનું સંમેલન આયોજિત થશે. રજિસ્ટ્રેશન માટે સિટિ ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર સંપર્ક કરશો.

ધમ્મકોટ પર ધર્મસેવકોની કાર્યશાળા

તા. ૩૦-૦૭-૨૦૧૧ (સવારે ૧૦.૦૦ થી) તા. ૩૧-૦૭-૨૦૧૧ (સાંજે ૪.૦૦ સુધી) ધમ્મકોટ ખાતે ધર્મસેવકોની કાર્યશાળાનું આયોજન કરાયેલ છે. ભાગ લેવા ઈચ્છુક ધર્મસેવક રજીસ્ટ્રેશન માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર-રાજકોટ સિટિ ઓફિસ પર સંપર્ક સાધશો.

જૂના સાધકો તથા ધમ્મસેવકોનું સંમેલન

ધમ્મકોટ (રાજકોટ) કેન્દ્ર ઉપર તારીખ ૧/૫/૨૦૧૧ રવિવારે સવારે ૮-૦૦ થી સાંજે ૫-૦૦ સુધી ૩ કે તેથી વધુ શિબિર કરેલા સાધકો તથા ધમ્મસેવકોનું સંમેલન આયોજિત છે. જ્યાં તેઓને સાધનામાં / સેવામાં ઉદ્‌ભવતા પ્રશ્નો માટે સામાધાન તથા સાધના અંગે વિશેષ સમજ કેળવવાનો અવસર મળશે.

રજિસ્ટ્રેશન માટે સિટિ ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર સંપર્ક કરશો.

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 2782550, 94272 21591 94262 02222	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

૨૦૧૧ માટે ૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

06-04-11 to 17-04-11	19-04-11 to 30-04-11	30-03-11 to 10-04-11	30-03-11 to 10-04-11
20-04-11 to 01-05-11	03-05-11 to 14-05-11	13-04-11 to 24-04-11	11-05-11 to 22-05-11
04-05-11 to 15-05-11	17-05-11 to 28-05-11	18-05-11 to 29-05-11	01-06-11 to 12-06-11
16-05-11 to 27-05-11	30-05-11 to 11-06-11		29-06-11 to 10-07-11
01-06-11 to 12-06-11	07-08-11 to 18-08-11		
15-06-11 to 26-06-11	24-08-11 to 04-09-11	**: મોગર :**	**: ધર્મજ :**
29-06-11 to 10-07-11	05-09-11 to 16-09-11	'ધમ્મભવન' ૫-કાલિંદી પાર્ક, અકોટા. ફોન : ૦૨૬૫-૨૩૪૧૧૮૧	હેમંતભાઈ પટેલ (૦૨૬૯૨) ૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨ મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫
13-07-11 to 24-07-11	17-09-11 to 28-09-11	13-04-11 to 24-04-11	08-05-11 to 19-05-11
01-08-11 to 12-08-11	04-10-11 to 15-10-11		06-09-11 to 17-09-11
14-08-11 to 25-08-11	16-10-11 to 27-10-11		
26-08-11 to 06-09-11	29-10-11 to 09-11-11		
08-09-11 to 19-09-11			

ફક્ત જૂના સાધકો માટે સતિપટ્ઠાન શિબિરો

17-06-11 to 25-06-11	05-07-11 to 13-07-11		17-09-11 to 25-09-11

ફક્ત જૂના સાધકો માટે વિશેષ શિબિરો

29-06-11 to 10-07-11	24-08-11 to 04-09-11	29-06-11 to 10-07-11	14-12-11 to 25-12-11

ગંભીર સાધકો માટે ૨૦-૩૦-૪૫ દિવસીય શિબિર

(૨૦ દિવસ) 18-09-11 to 09-10-11 (૩૦ દિવસ) 08-09-11 to 09-10-11	(૨૦ દિવસ) 26-03-11 to 14-04-11 (૩૦ દિવસ) 04-07-11 to 04-08-11 (૪૫ દિવસ) 24-11-11 to 09-01-12	(ફક્ત છોકરીઓ માટે) 07-05-11 to 15-05-11	(૨૦ દિવસ) 17-07-11 to 07-08-11 (૭ દિવસ-બાળકો માટે) 26-04-11 to 04-05-11

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

ધરમ હમારા ઈશ હૈ, ધરમ હમારા નાથ ।
હમ તો નિર્ભય હી રહેં, ધરમ હમારે સાથ ॥
રાગ સદશ ના રોગ હૈ, દ્વેષ સદેશ ના દોષ ।
મોહ સદશ ના મૂઢ ના, ધર્મ સદશ ના હોશ ॥
જિતના ગહરા રાગ હૈ, ઉતના ગહરા દ્વેષ ।
જિતના ગહરા દ્વેષ હૈ, ઉતના ગહરા કલેશ ॥

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

દોહા ધરમના

ભોગત ભોગત ભોગતે, બંધન ખુલતે જાય ।
દેખતે દેખતે દેખતે, બંધન ખુલતે જાય ॥
જ્યોં જ્યોં અંતર્જગતમેં, સમતા બઢતી જાય ।
કાયા વાણી ચિત્ત કે, કર્મ સુધરતે જાય ॥
રાગ છૂટે સમતા બઢે, મિલે પરમ સંતોષ ।
દૂર હોય બેચૈનિયાં, મિલે શાંતિ સુખ કોષ ॥

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 19 માર્ચ 2011 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