વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2555 ❖ ચૈત્ર પૂર્ણિમા ❖ 18 એપ્રિલ 2011 ❖ વર્ષ – 12 ❖ અંક – 01 ❖ સળંગ અંક - 133

ધમ્મવાણી

सब्ब पापस्स अकरणं, कुसलस्स उपसम्पदा ।
सचित्त परियोदपनं, एतं बुद्धान सासनं ।।

સઘળાં પાપકર્મોથી બચો, કુશળ કર્મ કરો, પોતાના ચિત્તને પૂર્ણરૂપે નિર્મળ કરો, બધા બુદ્ધોની આ જ શિક્ષા છે.

ઉત્કૃષ્ટ મંગલધર્મ

અહિંસા, સંયમ અને તપ

ભગવાન મહાવીરની જન્મજયંતી ઉજવવા એકત્ર થયેલા સજ્જનો અને સન્નારીઓ ! કોઈ મહાપુરુષનો જય જયકાર કરીને, એ મહાપુરુષનાં ગુણગાન ગાઈને જો આપણે એમ સમજીએ કે આપણે જયંતી ઊજવી લીધી, તો ખોટી વાત છે. કોઈ મહાપુરુષની જયંતી ખરા અર્થમાં ત્યારે ઊજવાય છે જ્યારે તેની શિક્ષાને કેવળ યાદ જ ન કરીએ, (કિન્તુ) તેને પોતાના જીવનમાં પણ ઉતારીએ. આજના દિવસે એ વાતનો સંકલ્પ કરીએ કે આપણે એમની શિક્ષાને પોતાના જીવનમાં ઉતારવા માટે કઈ રીતે કટિબદ્ધ થઈશું ? શી છે ભગવાન મહાવીરની શિક્ષા ? ભગવાન મહાવીરે માનવ સમાજને ધર્મ શીખવ્યો. એ વાત બહુ સારી રીતે સમજી લેવી જોઈએ કે ભગવાન મહાવીરે જૈન ધર્મ નથી શીખવ્યો, બિલકુલ નથી શીખવ્યો. જેમ ભગવાન બુદ્ધે બૌદ્ધ ધર્મ નથી શીખવ્યો, જેમ ભગવાન કૃષ્ણે હિન્દુ ધર્મ બિલકુલ નથી શીખવ્યો; ધર્મ શીખવ્યો. ધર્મ સર્વજનીન હોય છે, સાર્વદર્શિક હોય છે, સાર્વકાલિક હોય છે. જે ધારણ કરે તે બધાં લોકોનું હર વખતે, એક સમાન કલ્યાણ કરનારો હોય છે, તો ધર્મ હોય છે; ધર્મ અસીમ હોય છે, તેને સસીમ ન બનાવી દઈએ.

જૈન ધર્મ કેવળ જૈનીઓનો થઈને રહેશે, બૌદ્ધ ધર્મ કેવળ બૌદ્ધોનો થઈને રહેશે, હિન્દુ ધર્મ કેવળ હિન્દુઓનો થઈને રહેશે. પરંતુ 'ધર્મ' બધાનો હોય છે. મહાપુરુષો ધર્મ શીખવે છે, કોઈ સંપ્રદાય સ્થાપિત નથી કરતા. કયો ધર્મ શીખવ્યો ભગવાન મહાવીરે ? એ ધર્મ જે બહુ ઉત્કૃષ્ટ હોય છે, બહુ મંગલકારી હોય છે. આ ક્યારે બને ? જ્યારે તે ધારણ કરીએ ત્યારે. ધર્મની કેવળ ચર્ચા કરીને રહી જઈએ, ધર્મની વાતો સાંભળીને રહી જઈએ તો ધર્મના નામે બુદ્ધિ–વિલાસ થયો, ધર્મના નામે વાણી–વિલાસ થયો. ધારણ કરીને તો નથી જોયો ને !? અને ધારણ ન થાય તો તેનું જે મંગલકારી પરિણામ આવવાનું છે તે ન આવે. તેની ઉત્કૃષ્ટતાથી આપણને કોઈ લાભ ન થાય.

ધર્મ શું છે ? ઉત્કૃષ્ટ મંગલવાળો આ ધર્મ શું છે ? **अहिंसा संजमो तवो** । મુખ્ય તો અહિંસા છે. આ ધ્યેય છે. પરંતુ આ ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માટેનું સાધન ક્યું છે ? **संजमो** અને **तवो** આ બે સાધન છે, સંયમ અને તપ. જેને લીધે કોઈ વ્યક્તિ ખરા અર્થમાં અહિંસક બની શકે છે.

અહિંસા શું છે, તે પણ સમજી લેવું જોઈએ. કોઈ પ્રાણીની હત્યા ન કરીએ તે અહિંસા છે. પરંતુ આ તો અહિંસાનો એકાંગી પક્ષ છે, સર્વાંગીણ અહિંસા ન થઈ. કોઈ મહાપુરુષ જે સર્વાંગીણ અહિંસા શીખવે છે, તે ત્યારે સંપન્ન થાય છે જ્યારે આપણા શરીરનાં કર્મોમાં અહિંસા સમાઈ જાય, આપણાં વાણીના કર્મોમાં અહિંસા સમાઈ જાય, આપણાં મનનાં કર્મોમાં અહિંસા સમાઈ જાય અને ત્યારે જ સમજવું જોઈએ કે આપણે અહિંસક બન્યા, કઈ રીતે સમાઈ જાય ? કોઈ પ્રાણીની હત્યા કરવાથી માણસ બચી શકે છે. પરંતુ, બીજી અન્ય પ્રકારની હિંસાઓ જે એ શરીરથી – વાણીથી અને મનથી કરે છે તેમાંથી બચવા માટે ખૂબ સંયમની જરૂર હોય છે. આપણે શરીરથી કે વાણીથી કોઈ એવું કામ ન કરીએ જેનાથી અન્ય પ્રાણીઓને પીડા પહોંચે, અન્ય પ્રાણીઓની સુખ–શાંતિ ભંગ થાય. જો આપણા શારીરિક કર્મોથી, વાચિક કર્મોથી અન્ય પ્રાણીઓની સુખ–શાંતિ ભંગ થતી હોય, તેમને પીડા પહોંચતી હોય તો ભાઈ, હિંસા જ છે ને ? આપણે વાસ્તવમાં પ્રાણીઓની હિંસા ન કરીને પોતાની જાતને અહિંસક માનીએ. પણ ખરા અર્થમાં અહિંસક ન થયા. હું વાણીથી જૂઠું બોલીને કોઈને ઠગું, તો હિંસા જ છે. હું વાણીથી કડવી વાત કહીને કોઈનું દિલ દૂભવું તો હિંસા જ છે. હું વાણીથી ચુગલીની વાત, પર–નિંદાની વાત, નકામી વાત કહીને કોઈની હાનિ કરું, કોઈનું દિલ દુભવું, તો હિંસા જ છે. એ જ રીતે જે ચીજ મારી ન હોય, અન્ય કોઈની હોય તેને શરીર વડે ચોરી લઉં, છીનવી લઉં, તેને પોતાની કરી લઉં તો હિંસા જ છે. શરીરથી વ્યભિચાર કરું, તો હિંસા જ છે. વ્યવસાયી છીએ, વ્યાપાર કરીએ છીએ, વ્યાપારમાં અહિંસા આવે છે કે નહીં ? હું પોતાના ગ્રાહકોને ઠગું તો હિંસા જ છે ! એ ગ્રાહક જે આપણો અન્નદાતા છે. જેણે દીધેલું અન્ન આપણે ખાઈએ છીએ તેને ઠગીએ છીએ, ખરાબ ગુણવત્તા આપીએ, માત્રા ઓછી આપીએ, ભેળસેળનો માલ આપીએ અને એવું સમજીએ કે આપણે તો મોટા અહિંસક છીએ. કેમ કે, આપણે કોઈની હત્યા નથી કરીને ! અરે ! તો સર્વાંગીણ અહિંસા સમજમાં જ ન આવી ! તેને ધારણ કરવાનું જ ન શીખ્યા ! તો અહિંસક કઈ રીતે થયા ? અન્ય પ્રાણીઓને હાનિ પહોંચાડે, અન્ય પ્રાણીઓની સુખ–શાંતિનો ભંગ કરે તેવાં, શરીર અને વાણીનાં તમામ કામ હિંસા જ છે, શી રીતે બચવું ? તો બચવાનો રસ્તો દેખાડયો – સંયમ.

ઈચ્છા થાય છે કે કોઈ અન્યની વસ્તુ ચોરી લઉં, પણ ન ચોરું, પોતાના મનને રોકું, તો સંયમ કરું છું. મન થાય કે કોઈ ગ્રાહકને ઠગીને ધન કમાઈ લઉં, ન ઠગું, તો સંયમ કરું છું. મન થાય કે અત્યારે બજારમાં કોઈ ઉપભોક્તા વસ્તુ Consumer Items ની તંગી છે તેનો સંગ્રહ કરી

લઉં, પરિગ્રહ કરી લઉં, સંચય કરી લઉં, જેથી લોકોએ એ માલ મારી પાસેથી ઊંચી કિંમતે ખરીદવો પડે, બહુ ધન પ્રાપ્ત થઈ જાય – એવું મન થાય, પરંતુ એમ ન કરું તો સંયમ કરું છું. મારા કોઈ પણ કામથી અન્ય પ્રાણીઓની સુખ–શાંતિનો ભંગ ન થઈ જાય. મારા કોઈ પણ કામથી અન્ય પ્રાણીઓને કષ્ટ ન પહોંચે, પીડા ન પહોંચે તો હું ખરા અર્થમાં અહિંસક થયો, અન્યથા અહિંસક ન થયો.

હું કોઈ એવા ઘરમાં જન્મ્યો હોઉં કે જ્યાં બચપણથી જ જોતો હોઉં કે બધા લોકો શાકાહારી છે એટલે હું પણ શાકાહારી થઈ જાઉં. એવા પરિવેશમાં ઉછર્યો હોઉં જ્યાં બધા લોકો શાકાહારી હોય તો હું પણ શાકાહારી થઈ જાઉં, જ્યાં લોકો કંદમૂળ પણ ન ખાય તો હું પણ કંદમૂળ ન ખાઉં. અરે, તો શો સંયમ કર્યો ભાઈ? તે શો સંયમ કરી લીધો ? એવી પરિસ્થિતિમાં જન્મ્યાં, ઉછર્યાં અને એ પ્રકારનું ભોજન લેતાં હો તો પોતાની જાતને કઈ રીતે અહિંસક ગણો ? પોતાના મન પર સંયમ કરવાનું તો શીખ્યા કે નહીં ? અહિંસાનું આખું ક્ષેત્ર ત્યારે સમજાઈ જશે જ્યારે શરીર અને વાણીનાં બધાં દુષ્કર્મોથી શી રીતે બચવું તે સમજાઈ જાય, અને બચવા પણ લાગીએ. સંયમ કર્યા વિના બચી ન શકાય.

આપણા મનને સંયમ દ્વારા જબરદસ્તીથી દબાવીએ, મનમાં લોભ તો જાગ્યો, આપણે દબાવી લીધો; મનમાં વાસના જાગી, આપણે દબાવી લીધી; મનમાં ક્રોધ જાગ્યો, આપણે દબાવી લીધો; તો હજુ અહિંસા પૂર્ણ નથી થઈ. દમન કરવાથી અહિંસા ન થાય. વિકારોનું શમન કરતાં આવડી જાય ત્યારે અહિંસા પૂરી થાય. તેથી તપ.

આથી સંયમ પછીનું આગલું કદમ તપનું છે. બહાર–બહારનું તપ નહિ, અંતર્તપ. માનસનાં ઊંડાણમાં જઈને જોઈએ કે વિકાર ક્યાં જાગે છે ? શરીર અને વાણીથી હિંસા કરવાની પ્રેરણા આપણને ક્યાંથી મળે છે ? બંધન બાંધવાનું ક્યાં શરૂ થયું ? આસ્રવનું વહેણ ક્યાં શરૂ થયું ? ગાંઠો જ્યાં બંધાવી શરૂ થઈ, ત્યાં રોકતાં આવડ્યું કે નહીં ? ત્યાં સંવર કરતાં આવડ્યું કે નહીં ? આને જ એ મહાપુરુષે કહ્યુ – **आयतचक्खु लोक विपस्सी** – અરે, જે વિપશ્યના કરે, એટલે કે પોતાની ભીતર સચ્ચાઈઓને જુએ, કે ક્યાં વિકાર જાગવા લાગ્યા ? અને ત્યાં જ તેને રોકે, સંવર કરે, તો તેને ચક્ષુ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. શાનાં ચક્ષુ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે ? જ્ઞાનનાં ચક્ષુ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે, પ્રજ્ઞાનાં ચક્ષુ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે, ધર્મનાં ચક્ષુ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે અને ત્યારે સમજી લે છે કે ધર્મ શું હોય છે ? અત્યાર સુધી તો સંપ્રદાયને જ ધર્મ માનીને ચાલી રહ્યો હતો. જેવી ધર્મની કોઈ ચર્ચા થાય તો કહેશે – ક્યો ધર્મ ? હિન્દુ ધર્મ ? કે જૈન ધર્મ ? કે બૌદ્ધ ધર્મ ? કે ઈસાઈ ધર્મ ? કે મુસ્લિમ ધર્મ ? અરે ભાઈ, ધર્મ કદી હિંદુ હોતો જ નથી, મુસ્લિમ હોતો જ નથી, જૈન હોતો જ નથી, બૌદ્ધ હોતો જ નથી. ધર્મ ધર્મ હોય છે જે બધાંને લાગુ પડે છે.

કુદરતના કાનૂનને ધર્મ કહે છે. વિશ્વના વિધાનને ધર્મ કહે છે. ભારતની પુરાણી ભાષામાં ગુણ–ધર્મ–સ્વભાવને ધર્મ કહેતા. જેમ કે આગનો ધર્મ છે બળવું અને બાળવું. બરાબર એ જ રીતે ધર્મ સમજમાં આવવા માંડશે. જેવો મનમાં ક્રોધ જાગે તો જોઈશું કે ક્રોધનો ધર્મ શો છે ? ક્રોધનો ધર્મ છે બળવું અને બાળવું. વાસના જાગે કે ભય જાગે કે ઈર્ષા જાગે કે અહંકાર જાગે – જે કાંઈ વિકાર મનમાં જાગે તે વ્યાકુળ બનાવી દેશે, બેચેન બનાવી દેશે. આ તેનો ધર્મ છે, સ્વભાવ છે. હિંદુ હોય તો તેને વ્યાકુળ બનાવી દેશે, જૈન હોય તો તેને વ્યાકુળ બનાવી દેશે, બૌદ્ધ હોય, ઈસાઈ હોય કે મુસ્લિમ હોય, જે પોતાની ભીતર વિકાર જગાવશે તે અશાંત થઈ જ જશે, વ્યાકુળ થઈ જ જશે. અને વિકાર જગાવીને જ્યારે હું મારી ભીતર અશાંતિ પેદા કરું છું, બેચેની પેદા કરું છું, દુઃખ પેદા કરું છું, તો મારી આ અશાંતિ, મારું આ દુઃખ મારા સુધી જ સીમિત નથી રાખતો; તેને લોકોમાં વહેંચવા માંડું છું. એ વખતે જે મારા સંપર્કમાં આવશે તેને વ્યાકુળ બનાવી દઈશ. ક્રોધ જાગે, વ્યાકુળ થાઉં તો આસપાસના બધા લોકોને વ્યાકુળ બનાવી દઈશ – આ ધર્મ સમજાવા લાગશે અને જેવો ક્રોધ દૂર થાય, વાસના દૂર થાય, ભય દૂર થાય, ઈર્ષા દૂર થાય – વિકારો દૂર થાય તો જોશે કે ભીતર કેવી શાંતિ આવવા લાગી ! ભીતર કેવું સુખ જણાવા લાગ્યું ! મન નિર્મળ થાય કે અનંત મૈત્રીથી ભરાઈ જશે. અનંત મુદિતાથી, અનંત ઉપેક્ષાભાવથી સહજ રીતે ભરાઈ જશે. શુદ્ધ ચિત્તનો આ સ્વભાવ હોય છે, આ ધર્મ હોય છે. આ પોતાની અનુભૂતિઓથી જોવા લાગશે અને આમ અનુભૂતિઓથી જોઈ જોઈને અંતર્મનના ઊંડાણમાં સંવર કરવા લાગશે તો જોશે કે એ સંવરને લીધે હવે નવા વિકાર નથી જાગતા અને પુરાણા ઊભરાઈ – ઊભરાઈને આવે છે, તેમની ઉદીરણા થાય છે, તેમની નિર્જરા થઈ જાય છે, તેમનો ક્ષય થઈ જાય છે. આમ એક પછી એક વિકાર ઊભરાતા જશે, નષ્ટ થતા જશે. ઊભરાતા જશે, નષ્ટ થતા જશે. એક સમય એવો આવશે કે ચિત્ત નિતાંત નિર્મળ થઈ જશે, નવી ગાંઠો નહિ બાંધે, પુરાણી ગાંઠો ખુલતી જશે. ચિત્ત નિતાંત નિર્ગ્રંથ થઈ જશે તો શરીર અને ચિત્તના અનિત્ય, નશ્વર, પરિવર્તનશીલ ક્ષેત્ર પ્રત્યેનો બધો તાદાત્મ્ય ભાવ તોડીને, આસક્તિઓ તોડીને નિત્ય, શાશ્વત ધ્રુવતાનો સાક્ષાત્કાર કરી લેશે. તો ખરા અર્થમાં અહિંસક બની જશે.

આપણું ચિત્ત વિકારોથી મુક્ત થઈ જાય તો અસંભવ છે કે આપણે કોઈની હત્યા કરી શકીએ, અસંભવ છે કે આપણે ચોરી કરી શકીએ, અસંભવ છે કે આપણે વ્યભિચાર કરી શકીએ, અસંભવ છે કે આપણે વાણી કે શરીરનું એવું કોઈ કામ કરી શકીએ જેનાથી અન્ય પ્રાણીઓની હાનિ થાય. માણસ જ્યારે જ્યારે પોતાના શરીર કે વાણીથી એવું કોઈ કામ કરે છે, જેનાથી અન્ય પ્રાણીઓની હાનિ થતી હોય, તો એવું ત્યાં સુધી નથી થઈ શકતું જ્યાં સુધી તે પોતાના મનમાં કોઈ વિકાર ન જગવી લે. પહેલાં મનમાં વિકારો જાગશે ત્યારે વાણીથી એવું કોઈ કામ કરશે, શરીરથી એવું કોઈ કામ કરશે જે અન્ય પ્રાણીઓની સુખ–શાંતિનો ભંગ કરશે. આમ, જ્યાં લગી વિકારોમાંથી છુટકારો મળ્યો ન હોય, મનમાં વિકાર ઉપર વિકાર જાગતા રહેતા હોય ત્યાં લાગી આપણે તેનું કેવળ દમન કરી રહ્યા હોઈએ છીએ અને તેથી ભગવાન મહાવીરની શિક્ષા પૂરી રીતે સમજમાં ન આવી, તેને ધારણ કરવાનું તો બહુ દૂર રહ્યું. જેણે અંતર્તપ કરીને વિકારોનાં જડમૂળ કાઢવાનું શીખવ્યું તે કામ આપણે કરીએ નહિ, તો ભગવાન મહાવીરની શિક્ષા પૂરી રીતે જીવનમાં ઉતારવા ન પામ્યા. ભારતની આ પુરાતન વિદ્યા છે કે પોતાના ભીતરની સચ્ચાઈ જુઓ.

संधिं विदित्ता સંધિ ક્યાં થાય છે ? ચિત્તધારા પર રાગની સંધિ ક્યાં થાય છે ? ચિત્તધારા પર દ્વેષની સંધિ ક્યાં થાય છે ? જ્યાં સંધિ થતી હોય ત્યાં સંવર કરો. ત્યાં થંભાવો. એ વિકાર જો ત્યાં નહિ થંભે, તો વધતાં વધતાં માથે ચઢી જશે. ત્યાર બાદ તેને દબાવવા માગીએ તો દબાવી ભલે લઈએ, પરંતુ તેનાથી છુટકારો ન થાય. વિકારોમાંથી આપણી મુક્તિ ન થાય. વિકારોમાંથી મુક્તિ ન થાય તો આપણે ખરા અર્થમાં અહિંસક ન ગણાઈએ. ભગવાન મહાવીરની એક વાણી ખૂબ સારી રીતે સમજવી જોઈએ. તેઓ જણાવે છે કે હું અનારંભી તેને કહું છું જે ખરેખર અનારંભી છે. શું કહેવા માગે અહીં ! ભારતની પુરાણી ભાષામાં અને આજની ભાષામાં અહિંસકને અનારંભી કહે છે. હિંસકને આરંભી કહેવાય છે. તો, અનારંભી – અહિંસક હું તેને જ ગણું છું જે

આરંભ જ નથી કરતો. શાનો આરંભ નથી કરતો ? ચિત્તધારા પર વિકારનો આરંભ નથી થવા દેતો, રાગ જાગવા નથી દેતો, દ્વેષ જાગવા નથી દેતો, કોઈ પણ વિકાર જાગવા નથી દેતો. એવો નિર્મળ – ચિત્તવાળો થઈ જાય તો અહિંસક ગણાય. તો ખરા અર્થમાં અનારંભી થયો ગણાય.

આજના દિવસે ભગવાનનો આ ઉપદેશ આપણને પ્રેરણા આપે અને આજની આ સભા કેવળ બુદ્ધિ–વિલાસ અને વાણી–વિલાસ માટે સંગઠિત ન બની રહે, આ કેવળ ધર્મકાંડ ન બની રહે. દરેક વ્યક્તિ એવો સંકલ્પ કરે કે મારે મારા અંતર્મનના ઊંડાણો સુધી પહોંચીને વિકારોમાંથી છુટકારો પામવો છે. વિકારોમાંથી છુટકારો પામવામાં હું બીજાં કોઈ ઉપર ઉપકાર નથી કરતો. હું હિંસા ન કરું, ચોરી ન કરું, વ્યભિચાર ન કરું, પરિગ્રહ ન કરું, તો કોઈ ઉપર ઉપકાર નથી કરતો. પોતાની જાતનો જ ઉપકાર કરું છું, કેમ કે જ્યારે જ્યારે એવું કોઈ દુષ્કર્મ કરું છું ત્યારે પોતાને વ્યાકુળ કરી મૂકું છું. અશાંત થઈ જાઉં છું, દુખિયારો થઈ જાઉં છું. આપણાં દુઃખોમાંથી મુક્તિ પામવા માટે આપણા વિકારોમાંથી મુક્તિ પામવી જરૂરી છે, અહિંસક બનવું જરૂરી છે. આપણે સહુ પોતાના અંતર્મનનાં ઊંડાણોમાં અહિંસક બનીએ. આજની આ સભાનો આ ઉદ્દેશ્ય હોય . જે જે લોકો આવ્યા છે તેઓ બધા એ પ્રણ લઈને જાય કે અમારે અમારા જડમૂળમાં સમાએલા વિકારોથી છુટકારો પામવો છે, અને તે માટે અમારે કામે લાગી જવું છે. કામ કર્યા વિના એ ન થાય. અંતર્તપ કરવું પડશે કે ઊંડાણમાં જઈને શી રીતે વિકારોથી છુટકારો પામી શકીએ ? આજની સભામાં જે જે આવ્યા છે તે બધા પોતપોતાના વિકારોમાંથી છુટકારો પામે ! પોતાનાં દુઃખોમાંથી છુટકારો પામે ! પોતાનું ભલું સાધે ! બીજાંઓનું ભલું કરે ! પોતાની સ્વસ્તિ–મુક્તિ, બીજાંઓની સ્વસ્તિ–મુક્તિ, બધાંની સ્વસ્તિ મુક્તિ.

- મંગલ મિત્ર

સત્યનારાયણ ગોયન્કા

દક્ષિણ ગુજરાતમાં 'ધમ્મ અંબિકા' કેન્દ્રનો શિલાન્યાસ

धम्मअंबिका विपश्यना ध्यान केन्द्र के शुभ अवसर पर पूज्य गुरूजीका पावन संदेश ।

ईस धरती पर शुध्ध धरमकी, ज्योत प्रकाशित होय रे ।
ईस प्रदेशके सारे प्राणी, मंगललाभी होय रे ।।
ईस धरती पर शुध्ध धरमकी, अमृतवर्षा होय रे ।
भारतवर्ष के सारे, प्राणी मंगललाभी होय रे ।।
इस धरतीसे शुध्ध धरमकी, गंग प्रवाहित होय रे ।
सफल विश्व के सारे प्राण, मंगललाभी होय रे ।।

समस्त मंगल मैत्री सहित

सत्य नारायण गोयन्का

'ધમ્મઅંબિકા', પર ગત તા. ૯ જાન્યુઆરી, ૨૦૧૧ ના શુભ દિને શિલાન્યસનો કાર્યક્રમ અત્યંત આનંદ તથા હર્ષોલ્લાસ ભર્યા વતાવરણમાં ખૂબ જ સફળતાપૂર્વક સંપન્ન કરવામાં આવ્યો હતો. સમારંભની શરૂઆતમાં પૂજ્ય ગુરૂજી દ્વારા નૂતન કેન્દ્રના શુભારંભ પ્રસંગે પાઠવેલ સંદેશાનું વાંચન કરવામાં આવ્યુ હતું. જેમાં તેઓશ્રીએ આ વિભાગમાં આ કેન્દ્ર દ્વારા ધર્મ પ્રસારણને સફળતાપૂર્વક પ્રસ્થાપિત કરવાના શુભઆશિષ પાઠવ્યા હતા. સાથોસાથ આજના દિને આ વિભાગના વરિષ્ઠ આચાર્યો, સહાયક આચાર્યો તેમજ ટ્રસ્ટીઓના સાંનિધ્યમાં જૂના સાધકોનું એક દિવસીય સંમેલન પણ આયોજિત કરાયું હતું.

આ શુભ અવસર પર આશરે ૬૫૦ જેટલા સાધકો તેમ જ અન્ય મહાનુભાવો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. કેન્દ્રના સંચાલન માટે માર્ગદર્શક સૂચનો પાઠવ્યા હતા. તેમ જ કેન્દ્રની સંસ્થાપના માટે શુભેચ્છા પાઠવી હતી. આ પ્રસંગે કચ્છ–ભૂજ, ભરૂચ, વડોદરા, રાજકોટ, ઈગતપુરી, મુંબઈ વિગેરે સ્થળેથી અનેક સાધકો હાજર રહ્યા હતા જેઓ કેન્દ્રના રમણીય અને સુંદર કુદરતી વાતાવરણથી ખૂબજ પ્રભાવિત થયા હતા.

કેન્દ્રના સ્થળે દર રવિવારે સવારે આઠ વાગ્યે સામૂહિક સાધના / ધર્મ પ્રવચન તેમ જ દર મહિનાના ચોથા રવિવારે એક દિવસીય શિબિરનું આયોજન હાથ ધરવામાં આવેલ છે તો સાધકોને તેનો લાભ લેવા નમ્ર વિનંતી.

વિશેષ માહિતી માટે સંપર્ક :-

- ડો. જીતુભાઈ શાહ - મોબાઈલ નં. : ૯૮૨૫૦ ૫૪૨૭૪

- શ્રી રામગોપાલ અગરવાલ - મોબાઈલ નં. : ૯૩૭૫૧ ૫૨૫૩૧

દસ દિવસીય શિબિર - કળસાર ખાતે

ત્રિવેણી તીર્થ, કળસાર ખાતે ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૧૧/૦૫ થી ૨૨/૦૫/૧૧. વધુ માહિતી માટે સંપર્ક : (૧) **ડો. પ્રવિણભાઈ બલદાણિયા :** ફોન : (૦૨૮૪૪) ૨૮૧૪૫૦, ૨૮૧૫૮૬, મો. ૯૯૭૯૧ ૮૬૮૫૬, સદ્ભાવના ટ્રસ્ટ હોસ્પિટલ. વડાલી (૨) **શ્રી નાગરભાઈ પટેલ :** ત્રિવેણી તીર્થ, ઉત્તર બુનિયાદી વિદ્યાલય, કળસાર. તા. મહુવા, જિ. ભાવનગર – ૩૬૪ ૧૩૧, ફોન : (૦૨૮૪૪) ૨૮૧૪૨૩, મો. ૯૯૯૮૪ ૩૬૭૧૧

ગુજરાતના કેન્દ્રો જૂના સાધકો માટે શિબિરો

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મકોટ" રાજકોટ	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મસિંધુ" બાડા.	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મપીઠ" અમદાવાદ	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર–"ધમ્મ દિવાકર" મીઠા મહેસાણા.
સતિપટ્ઠાન શિબિરો			
17-06-11 to 25-06-11	05-07-11 to 13-07-11 12-11-11 to 20-11-11		17-09-11 to 25-09-11
૧૦ દિવસીય ગંભીર વિશેષ શિબિરો			
15-06-11 to 26-06-11	24-08-11 to 04-09-11	29-06-11 to 10-07-11	14-12-11 to 25-12-11
દીર્ઘ શિબિરો ૨૦-૩૦-૪૫ દિવસીય શિબિર			
(૨૦ દિવસ) 18-09-11 to 09-10-11 (૩૦ દિવસ) 08-09-11 to 09-10-11 (ફક્ત છોકરીઓ માટે) 04-06-11 to 12-06-11	(ફક્ત છોકરાઓ માટે) 15-06-11 to 23-06-11 (ફક્ત છોકરીઓ માટે) 23-06-11 to 01-07-11 (૨૦ દિવસ) 14-07-11 to 04-08-11 (૩૦ દિવસ) 04-07-11 to 04-08-11 24-11-11 to 25-12-11 (૪૫ દિવસ) 24-11-11 to 09-01-12		(૨૦ દિવસ) 17-07-11 to 07-08-11

બહેનો માટે ધમ્મકોટ ખાતે ૧૦ દિવસીય શિબિર

તા. ૧-૦૬-૧૧ થી ૧૨-૦૬-૧૧ દરમિયાન ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર ૧૦ દિવસીય શિબિર ફક્ત બહેનો માટે રહેશે. આ શિબિરમાં જોડાવા ઈચ્છુક બહેનો સિટિ ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર સંપર્ક કરશો.

ધમ્મકોટ - સાધકો તથા ધમ્મસેવકોનું વાર્ષિક સંમેલન તથા કાર્યશાળા

ધમ્મકોટ (રાજકોટ) પર તા. ૨૯ જુલાઈ, શુક્રવાર (સવારે ૧૦) થી ૩૦ જુલાઈ શનિવાર (સવારે ૧૦) દરમિયાન ધમ્મસેવકો માટે કાર્યશાળાનું આયોજન કરાયું છે.

જુના સાધકો જે પ્રસાર-પ્રચારમાં જોડાએલા છે તેમજ જેમને તેમાં સક્રિય રૂપે જોડાવું છે તેવા સાધકો માટે તા. ૩૦ જુલાઈ, શનિવાર (સવારે ૧૦-૦૦) થી ૩૧ જુલાઈ રવિવાર (સાંજે ૪-૦૦) દરમિયાન સાધકોનું વાર્ષિક સંમેલન આયોજિત છે.

સેવા પ્રસાર દરમિયાન ઉદ્ભવતા પ્રશ્નોનું સમાધાન તથા સાધના અંગે સમજ કેળવવાનો અવસર અહીં મળશે.

રજીસ્ટ્રેશન માટે સિટિ ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર સંપર્ક કરશો.

ધમ્મકોટ ખાતે યુવતીઓ માટે ૭ દિવસીય શિબિર

તા. ૪-૦૬ થી ૧૨-૦૬-૨૦૧૧, ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર ૧૫ વર્ષ થી ૧૯ વર્ષની યુવતીઓ માટે ૭ દિવસીય શિબિરનું આયોજન થયેલ છે. 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 શુ. 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

04-05-11 to 15-05-11	03-05-11 to 14-05-11	18-05-11 to 29-05-11	11-05-11 to 22-05-11
16-05-11 to 27-05-11	17-05-11 to 28-05-11	01-06-11 to 12-06-11	01-06-11 to 12-06-11
01-06-11 to 12-06-11	30-05-11 to 11-06-11	15-06-11 to 26-06-11	29-06-11 to 10-07-11
15-06-11 to 26-06-11	07-08-11 to 18-08-11	13-07-11 to 24-07-11	17-08-11 to 28-08-11
29-06-11 to 10-07-11	24-08-11 to 04-09-11	03-08-11 to 14-08-11	31-08-11 to 11-09-11
13-07-11 to 24-07-11	05-09-11 to 16-09-11	17-08-11 to 28-08-11	08-10-11 to 19-10-11
01-08-11 to 12-08-11	17-09-11 to 28-09-11	31-08-11 to 11-09-11	16-11-11 to 27-11-11
14-08-11 to 25-08-11	04-10-11 to 15-10-11	14-09-11 to 25-09-11	30-11-11 to 11-12-11
26-08-11 to 06-09-11	16-10-11 to 27-10-11	08-10-11 to 19-10-11	
08-09-11 to 19-09-11	29-10-11 to 09-11-11	23-10-11 to 03-11-11	
09-10-11 to 20-10-11	10-11-11 to 21-11-11	09-11-11 to 20-11-11	
21-10-11 to 01-11-11		23-11-11 to 04-12-11	

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
: મોગર : 'ધમ્મભવન' ૫-કાલિંદી પાર્ક, અકોટા. ફોન : ૦૨૬૫-૨૩૪૧૧૮૧			: ધર્મજ : હેમંતભાઈ પટેલ (૦૨૬૯૨) ૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨ મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫
11-05-11 to 22-05-11	01-10-11 to 12-10-11		08-05-11 to 19-05-11
01-06-11 to 12-06-11	31-10-11 to 11-11-11		06-09-11 to 17-09-11
22-07-11 to 02-08-11	07-12-11 to 18-12-11		31-10-11 to 11-11-11
17-08-11 to 28-08-11			જૂના સાધકો માટે 10-07-11 to 21-07-11

દોહા ધરમના

ધન્ય ! ધર્મ ઐસા મિલા, મિલી રતન કી ખાન ।
દુઃખ દારિદ્ર સબ મિટ ગયે, તન મન પુલકિત પ્રાણ ॥

આદિ માંહિ કલ્યાણ હૈ, મધ્ય માંહિ કલ્યાણ ।
અંત માંહિ કલ્યાણ હૈ, કદમ કદમ કલ્યાણ ॥

શીલ માંહિ કલ્યાણ હૈ, હૈ સમાધિ કલ્યાણ ।
પ્રજ્ઞા તો કલ્યાણ હી, પ્રકટે પદ નિર્વાણ ॥

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

દોહા ધરમના

આઓ માનવ માનવી, ચલેં ધરમ કી રાહ ।
કિતને દિન ભટકત ફિરે, કિતને દિન ગુમરાહ ॥

કુશલ કર્મ સંચિત કરેં, હો ન પાપ લવલેશ ।
મન નિર્મલ કરતે રહેં, યહી ધરમ ઉપદેશ ॥

આઓ માનવ માનવી, સુનો ધરમ કા જ્ઞાન ।
બોધિ જ્ઞાન જિસકા જગા, ઉસકા હી કલ્યાણ ॥

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 18 એપ્રિલ 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