વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2555 ❖ અશ્વિન પૂર્ણિમા ❖ 12 ઓક્ટોબર 2011 ❖ વર્ષ – 12 ❖ અંક – 07 ❖ સળંગ અંક - 139

ધમ્મવાણી

साधु दस्सन मरियानं सन्निवासे सदा सुखो।
अदस्सनेन बालानं निच्च्मेच सुखी सिया।।
धम्मपद – २०६

સત્પુરુષોનાં દર્શન કરવા સારી બાબત છે. સત્પુરુષોની સંગતિ સદૈવ સુખકર છે. અને મૂર્ખ લોકોના દર્શન ન થવાથી જ માણસ કાયમ સુખી રહે છે.

ઉદ્‌બોધન

મારા પ્યારા સાધકો,

આવો, શુદ્ધ ધર્મપથને સમજીએ. શુદ્ધ ધર્મપથની મંજિલોને સમજીએ.

એ પણ સમજીએ કે શુદ્ધધર્મના પથ પર પણ ઊંચાનીચાનો ભેદભાવ હોય છે. એ કઇ રીતે હોય છે? આ ભેદ–ભાવ નાત–જાત પર આધારિત નથી હોતો, સંપ્રદાય પર આધારિત નથી હોતો, ધર્મપથની મંઝિલો પર આધારિત હોય છે. ચાર મંઝિલો છે ધર્મપથની.

પહેલી મંઝિલ છે શીલની – બીજી છે સમાધિની, ત્રીજી છે પ્રજ્ઞાની અને ચોથી છે વિમુક્તિની.

કોઇ માણસ એવો હોય છે, જે ધર્મપથની મંઝિલોની ચર્ચા–પ્રશંસા તો ખૂબ કરે છે, તેના પર પુસ્તકો લખે, તેની સારપના બારામાં લોકો સાથે ખૂબ વાદ–વિવાદ કરે, પરંતુ ખુદ આ પથ પર ન ચાલે. એક કદમ પણ ન ચાલે.

બીજો કોઇ માણસ એવો હોય છે, જેણે શુદ્ધ ધર્મના બારામાં સાંભળ્યું છે, સાંભળીને તેનાથી પ્રભાવિત પણ થયોછે અને ધર્મપથ પર ચાલવા લાગ્યો છે. ચાલતાં–ચાલતાં પહેલી મંઝિલ પર પહોંચી ગયો છે – શીલ, સદાચારનું જીવન જીવવા લાગ્યો છે. પરંતુ, હજુ તેણે સમાધિનો અભ્યાસ નથી કર્યો, પ્રજ્ઞાનો અભ્યાસ નથી કર્યો.

ધર્મના પથ પર આ બીજો માણસ નિશ્ચિત રીતે પ્રથમ માણસ કરતાં આગળ છે, તેથી પહેલાની સરખામણીમાં મહાન છે.

ત્રીજો કોઇ માણસ એવો હોય છે, જે ધર્મ–પથ પર ચાલતાં–ચાલતાં શીલમાં તો પ્રતિષ્ઠિત થયો જ છે, વળી ધર્મપથની આગળની મંઝિલ– સમાધિ સુધી પણ પહોંચી ગયો છે. એટલે આવો ત્રીજો માણસ, શીલની મંઝિલ સુધી જ પહોંચેલા પેલા બીજા માણસ કરતાં મહાન છે જ, અને પહેલા માણસથી તો વધુ મહાન છે જે હજુ શીલવાન પણ નથી બની શક્યો.

ચોથો કોઇ માણસ એવો હોય છે કે જે ધર્મપથ પર ચાલતાં–ચાલતાં કેવળ શીલ તરફ અને સમાધિની મંઝિલ સુધી જ નથી પહોંચ્યો, બલ્કે પ્રજ્ઞાની મંઝિલ સુધી જઇ પહોંચ્યો છે. અર્થાત શીલવાન, સમાધિવાન જ નહિ, પ્રજ્ઞાવાન પણ થઇ ગયો છે. જે હજુ પણ સમાધિની મંઝિલ સુધી જ પહોંચ્યો છે, એવો માણસ ત્રીજા માણસ કરતાં ક્યાંય મહાન છે. પહેલા કરતાં તો તે મહાન છે જ, જે શીલવાન છે પણ સમાધિવાન નથી.

એવી જ રીતે કોઇ પાંચમો માણસ એવો હોય, જે ધર્મપથની અંતિમ મંઝિલ સુધી પહોંચી ગયો હોય, શીલ, સમાધિ અને પ્રજ્ઞામાં પુષ્ટ થઇને વિમુક્તિ રસ પણ ચાખી ચૂક્યો હોય, નિર્વાણદર્શી પણ થઇ ગયો હોય.

આવો માણસ પેલા ચોથા માણસ કરતાં તો મહાન છે જ કે જે શીલવાન છે, સમાધિવાન છે, પ્રજ્ઞાવાન છે, તેમ છતાં હજુ ઇન્દ્રિયાતીત નિર્વાણનું દર્શન નથી કરી શક્યો.

આમ, ક્રમશઃ ધર્મપથથી દૂર રહેનાર કરતાં શીલવાન, શીલવાન કરતાં શીલ–સમાધિવાન અને શીલ–સમાધિવાન કરતાં શીલ–સમાધિ–પ્રજ્ઞાવાન વધુ મહાન છે અને શીલ–સમાધિ–પ્રજ્ઞાવાન કરતાં એ માણસ વધુ મહાન છે જે શીલ–સમાધિ–પ્રજ્ઞાવાન થઇને વિમુક્ત પણ થઇ ચૂક્યો છે.

આમ, ધર્મપથ પર મહાન અને ક્ષુદ્ર નો ભેદભાવ તો છે જ. ઊંચ–નીચનો ભેદભાવ તો છે જ, પરંતુ આ ભેદભાવ વ્યક્તિના જન્મના કારણો નથી. કોઇ પણ જાતિ, વર્ણ ગોત્ર અને દેશકાળમાં જન્મેલી વ્યક્તિ હોય તે આ પાંચેય વ્યક્તિઓમાંથી કોઇ પણ એક હોઇ શકે છે. ધર્મપથની ઊંચામાં ઊંચી મંઝિલ સુધી પહોંચવામાં પણ જન્મ કોઇ વિઘ્ન પેદા કરી શક્તો નથી. કોઇ પણ વ્યક્તિ પોતાના પુરુષાર્થ, પરિશ્રમ વડે ધર્મની અંતિમ મંઝિલ સુધી પહોંચી શકે છે. તેના માટે ક્યાંય કોઇ અંતરાય નથી અને કોઇ અંતરાય હોય તો પણ તેની પોતાની નબળાઇઓને, તેના પોતાના પ્રમાદનો. તે તેને દૂર કરી લે અને કામમાં લાગી જાય તો ધર્મપથ પર કદમ–કદમ આગળ વધ્યે જ જશે, નીચમાંથી ઊંચ બનતો જ જશે, તેને કોઇ ન રોકી શકે.

સાધકો! જાતિવાદની મિથ્યા માન્યતાઓને અને સંપ્રદાયવાદની બાધક બેડીઓને તોડીને આવો. શુદ્ધ ધર્મપથ પર કદમ કદમ ચાલતા રહીએ અને વિમુક્ત અવસ્થા સુધી પહોંચીને પોતાનું મંગલ સાધી લઇએ.

-મંગલમિત્ર

સત્ય નારાયણ ગોયન્કા

દુઃખનું મૂળ દુષ્કર્મ

– ડૉ. ઓમ પ્રકાશ

આ સંસાર પરીજગત જેવું નથી, જ્યાં બધું સુખદ જ હોય. આપણે એ સત્યને નકારી નથી શક્તા કે જીવન અપૂર્ણ, અધૂરું અને સંતોષરહિત છે. એમાં કલેશ છે અને અશાંતિ છે. આપણે તેને દુઃખના નામે જાણીએ છીએ. સંત ગુરુ, નાનકદેવજીએ યોગ્ય જ કહ્યું છે કે ''नानक दुखिया सब संसार।'' ભગવાન બુદ્ધે પણ કહ્યું છે કે સંસારમાં કેવળ દુઃખ જ દુઃખ છે. '' सब्बो पज्जलितो लोको।! ધનવાન – નિર્ધન, રોગી–નિરોગી, કાળા–ગોરા, પતિ–પત્ની, બાળક–વૃદ્ધ – બધાંની પોતપોતાની સમસ્યાઓ છે અને બધાં હેરાન–પરેશાન છે, બધાં દુઃખી છે.

આ દુઃખ શા માટે છે? આ કલેશ શા માટે છે? તેનું કારણ શું છે? અને તેનું નિવારણ કઇ રીતે થાય? શું તેના મૂળ કારણને દૂર ભગાડી શકાય છે?

જો દુઃખકારક ઘટનાઓ અને પરિસ્થિતિઓ અકસ્માત જ આવતી હોય,જેમ કે નેપાલ અને બિહારનો ધરતીકંપ, તો તેના નિવારણનો પ્રયત્ન કરવાની કોશિશ પણ બેકાર છે. એ આપણા વશની વાત નથી.

જો આ દુઃખનું કારણ કોઇ અદૃશ્ય શક્તિની ઇચ્છા હોય, એ જેમ ઇચ્છે

તેમ જ કરતી હોય તો પણ આપણા વશની કોઇ વાત નથી. આવી સ્થિતિમાં કાં તો જેમ કેટલાક લોકો કરે છે તેમ તેને અવશ્યંભાવી સમજીને સ્વીકાર કરી લઇએ અથવા બીજા કેટલાક લોકોની માફક એ મહાશક્તિને પ્રસન્ન કરવા માટે કોઇ જાપ કરીએ. અનુષ્ઠાન – પુરશ્ચરણ, પૂજા–પાઠ વગેરે કરીએ. પરંતુ જોવામાં આવ્યું છે કે આ બધું કરવા છતાં પણ દુઃખનું નિવારણ થતું નથી.

થોડીક ગંભીરતાથી વિચારતાં આપણે જોઇએ છીએ કે આપણાં શાસ્ત્રો, ઋષિ–મનીષી, ધર્મગ્રંથો, વેદ–ઉપનિષદો, ગીતા અને ગૌતમ બુદ્ધ વગેરેએ અનુભવ કર્યો કે દુઃખ કોઇ આકસ્મિક ઘટના નથી, કે નથી એ કોઇ અદૃશ્ય શક્તિની લીલા, એ શક્તિને તો ભગવાન, ઇશ્વર, શિવ, મહાદેવ, અલ્લાહ, ઇત્યાદિ નામે સંબોધિત કરવામાં આવી છે. અને કહેવાય છે કે તે ન્યાયકારી છે. અને દયાળુ છે. તો ભલા એ શા માટે કોઇને અકારણ દુઃખ દેવા માંડે?

સંતોએ કહ્યું છે કે આ બધા કલેશ અને દુઃખ આપણા પોતાનાં દુષ્કર્મોનું ફળ છે. વાવે તેવું લણે.

बोए वृक्ष बबूल का आम कहां से होय?

ભગવાન બુદ્ધે કહ્યું કે પ્રાણી સ્વયં પોતાના કર્મોનો સ્વામી છે, તે પોતાના કર્મોનો જ વારસદાર છે પોતાના કર્મોથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. અને પોતાનાં કર્મોનાં બંધનમાં બંધાય છે. તેના કર્મો જ તેનું શરણ છે. કર્મો જેવાં શુભ–અશુભ હશે તેવાં જ પરિણામ પણ શુભ–અશુભ હશે. અને તે અનુસાર જ ભોગ ભોગવશે. આપણે જે કંઇ ભોગવવું પડે છે, તે આપણાં જ કરેલા કર્મનું ફળ છે. કરેલું કર્મ ભલે નવું હોય કે જૂનું, તેનું ફળ अवश्यमेव भोक्तव्यं અવશ્યમેવ ભોગવવું જ પડે. નિષ્કર્ષ એ જ કે કર્મ કરવું તે આપણા વશની વાત છે. ભાગ્ય આપણને આધીન છે. આપણે ઇચ્છીએ, તેવું ભવિષ્ય બનાવી શકીએ છીએ

કર્મનું વિવેચન કરવાથી સમજાય છે કે તેના ઉદ્‌ગમના પણ ત્રણ સ્થાન છે – મન, વચન અને કર્મ. मानसा, वाचा, कर्मणा. માનસિક, વાચિક અને કાયિક (શારીરિક)

કાયિક :– જે કર્મ કાયિક છે, સામાન્યત : તેને જ પ્રધાનતા આપવામાં આવે છે. કારણ કે તે જોઇ શકાય છે. જેમ કે કોઇ મારવું, અથવા શારીરિક યાતના આપવી, વગેરે.

વાચિક :– કોઇને ગાળ દેવી, અપશબ્દ કહેવા અથવા બુરાઇ કરવી વગેરે. તેને પણ થોડી ગંભીરતાથી લેવામાં આવે છે.

માનસિક :– કોઇના પ્રત્યે મનમાં ખરાબ ભાવના લાવવી, વગેરે. આને સામાન્ય રીતે ખૂબ જ મામૂલી વાત સમજવામાં આવે છે. પરંતુ વાસ્તવમાં આ મૂલ્યાંકન ખોટું છે. વાસ્તવમાં ક્રમ આનાથી વિપરીત છે. માનસિક કર્મ, વિચાર બધાં કરતા મહત્ત્વપૂર્ણ છે. કારણ કે બાકીના બંને પ્રકારના, વાચિક અને કાયિક કર્મનો મૂળ ઉદ્‌ભવતો મનમાં જ થાય છે. જે કંઇ પણ બોલાય છે કે કરાય છે તેનો વિચાર પહેલા મનમાં ઊઠે છે. તેથી કોઇ પણ કર્મનું મૂલ્યાંકન કરતાં પહેલા તે વખતની મનની ભાવનાને જોવી જોઇએ.

એક ડોક્ટર અને એક હત્યારાનું ઉદાહરણ લઇએ. બેઉ શસ્ત્રનો ઉપયોગ કરે છે. બેઉના શારીરિક કર્મોથી એક નિર્દોશ વ્યક્તિને પીડા થાય છે, તેનું મૃત્યુ પણ થઇ શકે છે પરંતુ, ડોક્ટરને કોઇ દોષ નથી દેતું. હત્યારાને દંડ મળે છે. શા માટે? છરીનો પ્રયોગ કરતી વખતે ડોક્ટર અને હત્યારાની મનોભાવનામાં અંતર હતું. એકની ઇચ્છા ઉપકાર કરવાની હતી અને બીજાની અપકારની.

એ જ રીતે વચનની વાત છે. એક વ્યક્તિ બીજાને મૂર્ખ કે બેવકૂફ કહી દે છે, ત્યારે ઝઘડો થાય જાય છે. પરંતુ એક પિતા પોતાના પુત્રને મૂર્ખ કે બેવકૂફ કહે છે ત્યારે કશું થતું નથી, કોઇ ખરાબ માનતું નથી. તેથી જ કહ્યું છે કે મનજ પ્રધાન છે. જો તમે ખરાબ મનથી કંઇક બોલો, અથવા કંઇક કરો તો દુઃખ એવી જ રીતે પાછળ પાછળ ચાલતું આવે છે, જેવી રીતે બળદની પાછળ ગાડાનું પૈડું. અને જો નિર્મળ મનથી બોલો કે કરો, તો શાંતિ એવી જ રીતે પાછળ પાછળ ચાલશે, જે રીતે વ્યક્તિનીપાછળ તેનો પડછાયો! (બુદ્ધવાણી)

કર્મ જનક છે – રાગ અને દ્વેષનો. આપણું મનમાન્યું ન થાય તો દ્વેષ ઉત્પન્ન થાય છે અને મનમાન્યું થાય તો રાગ. આ રાગ–દ્વેષ નો પ્રભાવ આપણા ઉપર પડે છે, પછી તે ક્ષણિક હોય અથવા દીર્ઘકાલીન. પરંતુ પડે છે જરૂર! વારેવારે પડવાથી આ પ્રભાવ સંચિત થતો જાય છે. આ રીતે તેના પ્રત્યે તૃષ્ણા પેદા થતી જાય છે અને આ તૃષ્ણા સંસ્કાર પાડે છે. ઉદાહરણ તરીકે આપણે તેને પાણી, રેતી અથવા પથ્થર પરની રેખાની ઉપમા આપી શકીએ. જે સંસ્કાર જેટલો ગંભીર હોય છે, એટલો જ ઊંડો તેનો પ્રભાવ હોય છે.

બીજી રીતે વિચારીએ, તમે એ યાદ કરવાનો પ્રયત્ન કરો કે કાલે તમે શું શું કર્યું? એક સપ્તાહ પહેલાં શું કર્યું હતું? એક મહિના પહેલાં અથવા એ વર્ષમાં શું શું બન્યું હતું? તમે એવો અનુભવ કરશો કે પાછલા વર્ષની સેંકડો ઘટનાઓમાંથી એક બે યાદ આવશે, જે તમારી સ્મૃતિમાં ઊંડી રેખા બનીને રહી ગઇ હોય. આ પાકી રેખા ઊંડા સંસ્કાર પાડે છે. આ ઊંડા સંસ્કારો આપણી સાથે સાથે ચાલે છે. એક જન્મથી બીજા જન્મો સુધી સાથે સાથે સંલગ્ન રહે છે.

ગીતા અનુસાર આ કર્મો આપણા સંસ્કારોને કારણે ત્રણ પ્રકારના છે. કર્મ, વિકર્મ અને અકર્મ.

કર્મ :– આપણે પ્રતિદિન જે કંઇ વિના પ્રયત્ને કરીએ છીએ તે. જેમ કે ખાવું, પીવું, દૈનિક કામકાજ વગેરે. ઉદાહરણ તરીકે આપ એક મિત્રને મળો છો તેને નમસ્તે કરો છો અને આગળ વધો છો. આ યંત્રવત્ કાર્ય થયું.

વિકર્મ :– હવે બીજી સ્થિતિ એવી છે કે તે વ્યક્તિને નમસ્તે કરતી વખતે તમારા મનમાં તેના પ્રત્યે મંગલ ભાવના, શ્રધ્ધા અને પ્રેમ પણ હોય, તો એક કર્મ વિકર્મ બની ગયું. 'કર્મ' ફક્ત દેખાવ માત્ર (મોઢેથી) હતું અને 'વિકર્મ' સાથે મન પણ જોડાયેલું છે.

બીજું એક ઉદાહરણ લઇએ. એક ડોક્ટર અથવા નર્સનું. જો તે રોગીને સાધારણ રૂપે જોઇને જ માત્ર દવા આપે અને કિંમત લે અને રોગી સ્વસ્થ પણ થઇ જાય તો એ એક કર્તવ્ય છે, પરંતુ જો રોગીનું નિદાન દવા વગેરે દેવાની સાથે તેના પ્રત્યે ભાવ હોય તો એ વિર્કમ બની જાય છે. અને તેનાથી રોગી અને ડોક્ટર બંને ઉપર કંઇક વિલક્ષણ પ્રભાવ પડે છે.

સંત વિનોબા ભાવેએ બીજું એક સરસ ઉદાહરણ આપ્યું છે. મા અને પુત્રનું – માતા બાળકની પીઠ પર પ્યારભર્યો કોમળ હાથ ફેરવે છે. રોતું કકળતું બાળક શાંત થઇ જાય છે. અને સુઇ જાય છે. હવે તમે તે બાળક પર એક બનાવટી હાથ એટલા જ ભારથી ફેરવો તો શું એ શાંત થઇ જશે? કદાપિ નહીં. આ છે કર્મ અને વિકર્મ વચ્ચેનો ભેદ.

મહાકવિ તુલસીદાસ પણ રામ–રાવણ યુદ્ધના પ્રસંગમાં એક ઘટનાનું વર્ણન કર્યુ છે. યુદ્ધ સમાપ્ત થઇ ગયું છે. શ્રી રામની સેનાના અનેક વાનરો શિબિરમાં ઘાયલ પડ્યા છે. ભગવાન શ્રી રામ તેઓને જોવા જાય છે ભગવાનનું આગમન, ઘાયલોની વચ્ચે તેમની ઉપસ્થિતિ જ વાનરોની પીડાનો અંત લાવી દે છે.

'राम कृपा कर चितवा जबही भये विगतश्रम तबही।'

જ્યારે નહેરુ, ગાંધી કે રાષ્ટ્રપતિ યુદ્ધક્ષેત્રોમાં ઘાયલો ને જોવા જાય છે – એ વિકર્મ છે. જ્યારે કર્મ સાથે વિકર્મ જોડાઇ જાય છે ત્યારે લાગે છે કે કશું વિશેષરૂપે જોડાયું નથી. કરનારાને કર્મનો બોજો લાગતો નથી.

એક માતા પોતાના બાળકને મારે છે. તમે પણ તે બાળકને મારો છો. બાળક માર સહન નહિ કરે. પરંતુ, માનો માર ખાઇને પણ માની ગોદમાં માથું છુપાવીને રડશે. એવું કેમ? કારણ કે માનો માર નિષ્કામ હતો. તેના મનમાં પવિત્રતા અને પ્રેમ હતાં અને તમારામાં ક્રોધ.

અકર્મ :– એનાથી પણ ઊંચી સ્થિતિ છે જ્યારે પવિત્રતાની સીડી પર વધારે ઊંચે ચડીએ છીએ ત્યારે કર્મ અને વિકર્મ 'અકર્મ' બની જાય છે. જો કર્મ અને અકર્મ સ્વભાવનું એક અભિન્ન અંગ બનીને બિલકુલ સહજ અને નૈસર્ગિક બની જાય, સ્વચાલિત બની જાય તો તેના માટે પ્રયત્ન નથી કરવો પડતો. તેની કર્તા પર કોઇ અસર નથી થતી. તે નિર્લિપ્ત રહીને સાક્ષીભાવે બધું કરે છે.

આ પ્રમાણે આપણા દૈનિક, રોજબરોજના કર્મ કરતી વખતે અકર્મની સ્થિતિ સુધી પહોંચવાનો પ્રયત્ન કરીએ. કોઇ સંસ્કાર નહિ બને તો દુઃખ પણ નહિ થાય. બંધનમુક્ત બની જઇશું. અને નિર્વાણ કે મોક્ષની અવસ્થા પ્રપ્ત કરી લઇશું.

तृष्णा जड से खोदकर, अनासक्त बन जाय।

दुखबंधन से छुटन का, यह ही एक उपाय।।

દિવાળીના શુભ અવસર પર..

ભારતવર્ષ સદૈવ પર્વોત્સવની ભૂમિ રહ્યું છે. ભૂતકાળમાં એવા સમાજની રચના કરવામાં આવી હતી, જેમાં ઉત્સવો જ હતા. આ પ્રકાશોત્સવ ચારે તરફ જ્ઞાનનો, સમ્યક્ ધર્મનો પ્રકાશ ફેલાવે ! બધાના અંતર્મનમાં પ્રજ્ઞાનો અલૌકિક પ્રકાશ ભરી દે ! આપણે જોઈએ છીએ કે જયારે દીવો બળે છે ત્યારે આસપાસનો અંધકાર દૂર થઈ જાય છે. એ જ રીતે જયારે અંતર્મનનો દીપક પ્રજવલિત થશે ત્યારે ત્યાંનો અજ્ઞાનરૂપી અંધકાર દૂર થઈને પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ ફેલાઈ જશે. જયારે અંતર્મનમાં ઉજાસ થાય છે ત્યારે મન શુદ્ધ અને નિર્મળ બનીને માનવ મહામાનવ બની જાય છે. આપણા પૂર્વજન્મોના શુભ સંસ્કારો થકી જ માનવ-દેહ મળે છે જે ઘણો દુર્લભ છે. આથી આપણે તેનો ખૂબ લાભ લેવો જોઈએ, સાધુજન પ્રજ્ઞાપૂર્ણ ધ્યાન, તપસ્યા દ્વારા પોતાના પૂર્વ-સંચિત વિકારોનો ક્ષય કરીને મુક્ત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે. મુક્ત અવસ્થા અર્થાત્ જન્મ-મરણના બંધનમાંથી મુક્તિ જયારે ચિત્ત નિર્મળ થવા લાગે છે ત્યારે મનમાં બધાં પ્રત્યે કરૂણા, મૈત્રી, સેવા, સદ્‌ભાવ જાગૃત થવાની શરુઆત થઈ જાય છે. ચિત્તને એકાગ્ર કરીને શાંત, શુદ્ધ અને નિર્મળ બનાવવાનું અને ચિત્તનાં ઊંડાણોમાં દબાયેલા સંસ્કારોને જડમૂળથી ઉખેડી નાખીને નિર્લિપ્ત ભાવે ચિત્તને નિર્મળ બનાવી રાખવું એ જ ધર્મનો સાર છે. સદાચાર ચિત્તની શુદ્ધતા, આંતરિક શાંતિ, નિર્મળતા, વિવેક તથા જીવનની સહજતા અને સરલતા જ ધર્મ છે. આસક્તિને અનાસક્તભાવમાં બદલવાનો રાહ ધર્મ છે, અજ્ઞાનને દૂર કરી પ્રજ્ઞારૂપી જ્ઞાનના પ્રકાશથી જીવનને આલોકિત કરવાનું માધ્યમ ધર્મ છે. કરૂણા, મૈત્રી, સેવા, સદ્‌ભાવ, મનમાં જ પેદા થાય છે. ચિત્તની શુદ્ધતા અને નિર્મળતા થકી જીવન શાંતિથી વ્યતીત થાય છે.

દિવાળીનો આ મધુર તહેવાર કયારથી શરુ થયો તે સંબંધી અનેક માન્યતાઓ છે. કોઈ કહે છે કે આ દિવસે શ્રી રામચંદ્ર લંકા વિજય બાદ અયોધ્યા પાછા ફર્યા ત્યારે ત્યાંના નાગરિકોએ દીવાથી અયોધ્યાને શણગાર્યું હતું, મહાવીર હનુમાનનો જન્મ, સ્વામી દયાનંદજીનું ઉર્ધ્વગમન, ભગવાન મહાવીરનું નિર્વાણ, સ્વામી રામતીર્થ પરમહંસની બ્રહ્મલીનતા પણ ઉલ્લેખનીય છે. ઈતિહાસમાં ઘટનાઓ જે કંઈ ઘટી હોય, મહત્ત્વ પ્રકાશનું છે. વેપારી આ દિવસે પોતાની દુકાનમાં, ઓફિસમાં શુભ-લાભ લખતા, આજે પણ લખે છે. તેનો અર્થ સમજવો જોઈએ. વેપારી છે, તેથી ઈચ્છે છે કે વેપારમાં લાભ થાય, પરંતુ એ શુભ હોય એટલે કે સચ્ચાઈ અને ઈમાનદારી થી ધન કમાઈયે.

વિપશ્યના ધ્યાન સાધના કરતાં કરતાં કર્મ-સિદ્ધાંત પણ ખૂબ સ્પષ્ટ સમજાવા લાગે છે કે હું જે કંઈ છું, જેવો પણ છું મારા પૂર્વકર્મો તથા વર્તમાન કાર્યો નો સમુચ્ચય છું, સંગ્રહ છું. અત્યાર સુધીના મારા કર્મસંગ્રહ માટે સ્વયં હું જવાબદાર છું, કર્મ અનુસાર ફળના આ અતૂટ નૈસર્ગિક નિયમમાં કોઈ અન્ય વ્યક્તિ હસ્તક્ષેપ નથી કરી શકતી. નિસર્ગનો એ અતૂટ નિયમ છે, કે જેવું કારણ તેવું જ તેનું પરિણામ હોય છે. જેવું બીજ, તેવું જ ફળ ઊપજે છે. જેવું કર્મ તેવું જ ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. લોકભાષામાં કહીએ તો ''કરણી તેવી ભરણી'' સત્કર્મનું સતફળ અને દુષ્કર્મનું દુષ્ફળ.

ભગવાન બુદ્ધ દ્વારા વિપશ્યના ધ્યાન સાધના માટે શીખવાએલો આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગ-આઠ અંગવાળો એવો માર્ગ, જે સંપૂર્ણ દુઃખનું નિવારણ કરે છે. શીલ-સમ્યક્ વાણી, સમ્યક્ કર્મ, સમ્યક્ આજીવિકા; સમ્યક્ વ્યાયામ (મનનું નિરીક્ષણ) સમ્યક્ સ્મૃતિ (ચિત્તની સજગતા), સમ્યક્ સમાધિ (ચિત્તની એકાગ્રતા); પ્રજ્ઞા-સમ્યક્ સંકલ્પ અને સમ્યક્ દૃષ્ટિ. આ ધ્યાન-તપસ્યાનો નિત્ય અભ્યાસ કરતાં રહીને મનુષ્ય પોતાના મનનો માલિક બનીને પોતાના ગૃહસ્થ જીવનને સુખ-શાંતિ અને સંતુષ્ટિથી ભરી લે છે. જિંદગી એક ભાડાનું ઘર છે, તેને મોડું-વહેલું બદલવું પડશે. મોત જયારે સાદ પાડશે ત્યારે ઘરમાંથી બહાર નીકળવું પડશે. મૃત્યુ જ એવી શક્તિ છે, જે હર પળ, હર ક્ષણ સન્મુખ ઊભી રહે છે. કોઈને ખબર નથી કે તે ક્યારે આપણા ઉપર છવાઈ જશે. જેમણે મૃત્યુને જીતી લીધું, તે જન્મ-મરણના બંધનમાંથી મુક્ત થઈ ગયા. જીવનયાત્રાના બધાં જ વિઘ્નો અને બાધાઓ એક વૃદ્ધને અનુભવ કરાવે છે કે જીવનયાત્રાનું અંતિમ સ્ટેશન નજીક આવી રહ્યું છે.

આપણે જન્મદિવસ ઊજવીએ છીએ. પ્રસન્ન થઈએ છીએ કે એક વર્ષ મોટા થઈ ગયા. ધ્યાન આપતાં જણાશે કે વાસ્તવમાં જિંદગીનું એક વર્ષ ઘટી ગયું. એક કવિએ યોગ્ય જ કહ્યું છે કે

गाफिल तुझे घडियाल, वह देता है मुनादी।
गर्द ने घडी उम्र की, एक और घटा दी ।।
जेरे – गर्दु उम्र अपनी, दिन – ब – दिन कटती गयी।
जिस कदर बढते गये हम, ज़िंदगी घटती गयी ।।

એક ઘડામાં પાણી ભર્યું હોય, અને તેમાં એક નાનું એવું છિદ્ર હોય તો ધીરે-ધીરે ઘડો ખાલી થઈ જાય છે. મનુષ્યનું આ શરીર, તે ઘડામાં તો નવ છિદ્રો છે. આ શરીર તો ખાલી થવાનું જ છે. બધી ચીજો અનિશ્ચિત છે. પરંતુ જીવનમાં જે એક ચીજ નિશ્ચિત છે, તે છે મૃત્યુ.આ નક્કર દેખાતું શરીર ખરેખર તો પરમાણુઓનો પુંજ છે. હર ક્ષણ નવા પરમાણુઓના ઝુંડના ઝુંડ ઉત્પન્ન થાય છે. પુરાણા નષ્ટ થાય છે. ઉદય-વ્યય આખા શરીરમાં થતા રહે છે. આ રીતે હર ક્ષણ શરીરમાં પરિવર્તન થતું રહે છે. આપણા અમૂલ્ય શ્વાસો ક્ષણે ક્ષણે ખતમ થતા જાય છે. જે બચ્યા છે તેનો સદુઉપયોગ કરીએ. અંતર્મુખ બની સ્વયંનું નીરિક્ષણ કરીએ. સ્વયંનું દર્શન કરીએ.

આપણે ત્યાં એક પરંપરા છે. કોઈ બાહ્ય શક્તિને પ્રાર્થના કરીએ છીએ, જેમ કે – तमसो मा ज्योतिर्गमय. મને અંધકારમાંથી પ્રકાશ તરફ લઈ જાઓ. બહુ ઉત્તમ લક્ષ્ય છે. પરંતુ આ લક્ષ્યની પૂર્તિ કેવળ માગવાથી નથી થતી. ભગવાન બુદ્ધે આપણને શીખવ્યું કે તેને માટે આપણે સ્વયં કશુંક કરવાનું હોય છે. આ અંધકાર આપણા પોતાના જ પૂર્વકર્મોના પ્રતિફળરૂપે છે, વર્તમાન અને ભવિષ્યની ક્ષણો પર આપણો પૂરો અધિકાર છે. અંતર્મુખ થઈને ક્ષણ પ્રતિક્ષણ આ વર્તમાન અંધકારને નષ્ટ કરતાં રહીને પ્રકાશ તરફ આગળ વધતાં જઈએ. આ રીતે વિપશ્યના આપણને સ્વાવલંબી બનાવે છે. ભગવાને કહ્યું-તમે સ્વયં પોતાના મનના માલિક બનો! કારણે કે મન વડે જેવું કર્મ કરીશું, ફળ તેને અનુરૂપ જ આવશે, પછી ભલે ગમે ત્યાં ભાગતાં ફરો. જેમ કે-

न अन्त लिखे न समुद्दमज्झे, न पब्बतानं विवरं पविस्स ।
न विज्जती सो जगतिप्पदेसो, यत्थट्ठितो मुच्चेय्य पापकम्मा ।

અંતરિક્ષમાં, સમુદ્રના (ઊંડાણમાં), પર્વતોની ગુફામાં, કંદરાઓ માં છુપાઈને જગતમાં કોઈ પણ એવું સ્થળ નથી, જ્યાં રહીને કોઈ વ્યક્તિ પોતાના પાપકર્મોના ફળો ભોગવવામાંથી બચી શકે.

દિવાળી અનેક શતાબ્દિઓથી અંધકાર પર પ્રકાશના વિજયનો સંદેશ લઈને પ્રતિવર્ષ આવે છે. અંધકાર અજ્ઞાનનું પ્રતીક છે અને પ્રકાશ જ્ઞાનનું. માનવનો જીવન-દીપ સમગ્ર પરિવારના સહયોગ અને શુભ કામનાઓ થકી જ બળે છે. આલોકના આ પુનીત પર્વ પર બધાના મનમાં પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ જાગૃત થાય. બધા સુખ, શાંતિ અને સમૃદ્ધિનો ઉપયોગ કરે. આ દીપાવલી બધા લોકોનું મંગલ કરે, એ જ શુભકામના ! અસીમ મંગલ કામનાઓ. આ મહાન પર્વ પર!!

-બાલકૃષ્ણ ગોયન્કા

કળસાર ખાતે દસ દિવસીય શિબિર

ત્રિવેણી તીર્થ, કળસાર ખાતે ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૨/૧૧/૧૧ થી ૧૩/૧૧/૧૧. 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

ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર નવા બાંધકામ માટે આર્થિક જરૂરિયાત

ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર દિનપ્રતિદિન સાધકોની વધતી જતી સંખ્યાને પહોંચી વળવા તાત્કાલિક ધોરણે ૪૦ નવા સિંગલ રૂમ બાંધવાની તાતી જરૂરિયાત છે. રૂમ દીઠ અંદાજિત ખર્ચ રૂ. ૯૦ હજાર લેખે કુલ રૂ. ૩૬ લાખનો ખર્ચ થવા ગણતરી છે.

સાધકો તરફથી દાનની પૂર્તિ થયે બાંધકામ હાથ ધરાશે.

દાનની પુણ્યપારમીના પુણ્યાર્જનનો લાભ ઉઠાવવા ઈચ્છુક સાધક ધમ્મકોટ કેન્દ્ર/સિટિ ઓફિસનો સંપર્ક કરી શકે છે.

નૂતનવર્ષ સ્નેહમિલન

રાજકોટના સાધકો માટે નવા વર્ષનું સ્નેહમિલન નીચે મુજબ આયોજિત છે.

દિવસ : તા. ૩૦ ઓક્ટો. ૨૦૧૧, રવિવાર

સમય : સવારે ૮-૦૦ થી ૯-૦૦ સમૂહ સાધના
સવારે ૯-૦૦ થી ૧૦-૦૦ સ્નેહ મિલન

સ્થળ : માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. સ્કૂલ પાસે, જ્યોતિનગર મેઈન રોડ, રાજકોટ.

દીપોત્સવી તથા નૂતનવર્ષ નિમિત્તે સર્વ સાધક ભાઈ-બહેનોને મંગલકામનાઓ...

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 યુ. 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

૨૦૧૧/૧૨ માટે ૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

ધમ્મકોટ	ધમ્મસિંધુ	ધમ્મપીઠ	ધમ્મ દિવાકર
02-11-11 to 13-11-11	29-10-11 to 09-11-11	09-11-11 to 20-11-11	16-11-11 to 27-11-11
16-11-11 to 27-11-11	10-11-11 to 21-11-11	23-11-11 to 04-12-11	30-11-11 to 11-12-11
14-12-11 to 25-12-11	**સતિપઠ્ઠાન**	14-12-11 to 25-12-11	
28-12-11 to 08-01-12	12-11-11 to 20-11-11		
10-01-12 to 21-01-12	**૩૦ દિવસીય**		**૧૦ દિવસીય ગંભીર વિશેષ શિબિર**
25-01-12 to 05-02-12	24-11-11 to 25-12-11		
08-02-12 to 19-02-12	**૪૫ દિવસીય**		
22-02-12 to 04-03-12	24-11-11 to 09-01-12		14-12-11 to 25-12-11
07-03-12 to 18-03-12			
21-03-12 to 01-04-12			
04-04-12 to 15-04-12			
18-04-12 to 29-04-12			
30-05-12 to 10-06-12			

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
31-10-11 to 11-11-11 07-12-11 to 18-12-11			31-10-11 to 11-11-11

દોહા ધરમના

શુદ્ધ-ધર્મ કા શાંતિ-પથ, સંપ્રદાય સે દુર ।
શુદ્ધ-ધર્મ કી સાધના, મંગલ સે ભરપૂર ॥

શ્રદ્ધા જાગી બુદ્ધ પર, ચલું બોધિ કે પંથ ।
બોધિ જગાઊં સ્વયં કી, મંગલ મિલે અનંત ॥

શ્રદ્ધા જાગી સંત પર, બઢૂં શાંતિ કે પંથ ।
શાંતિ સમાયે ચિત્ત મેં, હોય દુઃખો કા અંત ॥

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

દોહા ધરમના

શ્રદ્ધા તો જાગે મગર, છૂંટે નહીં વિવેક ।
શ્રદ્ધા ઔર વિવેક સે, મંગલ જગે અનેક ॥

શ્રદ્ધા તો જાગે મગર, અંધ ન બનને પાય ।
પ્રજ્ઞા જ્ઞાન પ્રદીપ કી, જ્યોતિ નહીં બૂઝ જાય ॥

એક એક દિન બીતતે, જીવન હોય અશેષ ।
બિના અથક પુરૂષાર્થ કે, કર્મ ન હોય અશેષ ॥

ભરત ડાયમંડ
સરસ્વતી વાત્સલ્ય, માધ્યમિક શાળા,
સુરતની 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 12 ઓક્ટોબર 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 રોડ,
રાજકોટ - 360 001.
સિટી ઓફિસ : ફોન - (0281) 2220861-866
મોબાઈલ : 94272 21591
e-mail : info@kota.dhamma.org
Web site : www.kota.dhamma.org