



વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક
પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2555 ❖ કાર્તિક પૂર્ણિમા ❖ 12 નવેમ્બર 2011 ❖ વર્ષ - 12 ❖ અંક - 08 ❖ સળંગ અંક - 140

ધમ્મવાણી

સીલદસનસમ્પન્નં ધમ્મહું સચ્ચવેદિનં ।
અત્તનોકમ્મ કુલ્લાણં તં જનો કુરુતે પિયં ॥
ધમ્મપદ ૨૧૭.

જેનાં શીલ અને દર્શન સંપૂર્ણ થયેલાં હોય, જે ધર્મમાં પુષ્ટ હોય, જેણે (ચાર) સત્યોનો સાક્ષાત્કાર કરેલો હોય, તેને બધાં લોકો યાહે છે.

ભગવાન બુદ્ધના ઉપદેશોને ચરિતાર્થ કેમ કરશો ?

આ અમૂલ્ય માનવજીવનનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કરવા માટે તમારે ગંભીરતાપૂર્વક ધર્મનું જીવન જીવવું જોઈએ. તમે શિબિરોમાં આવો છો તો શક્ય તેટલા વિકારોનો નિકાલ કરવા માટે અને ધર્મને ઊંડાણથી સમજવા માટે આવો છો. અજ્ઞાનનાં પડળો જેમ જેમ ઊખડતાં જાય છે, તેમ તેમ ધર્મ વધુ ને વધુ સ્પષ્ટ થતો જાય છે અને તમે કહેવા લાગો છો : ઓહ ! આ ધર્મ છે !

ધર્મ વિશે કોઈ શંકા ન હોઈ શકે. ભગવાન બુદ્ધનો ઉપદેશ એટલો સ્પષ્ટ થઈ જાય છે. આ એવી વ્યક્તિ છે, જે ધર્મ શીખવીને કોઈ સંપ્રદાય કે વિશેષ ફિલસૂફીની સ્થાપના કરવા માગતી નથી. બિલકુલ નહીં. બુદ્ધ એટલે જ કડુણા ! કડુણાથી પ્રેરાઈને જ તે ધર્મ શીખવે છે, જેથી લોકો દુઃખોમાંથી બહાર આવી શકે. તે પોતે પણ ધર્મનો અભ્યાસ કરીને જ દુઃખોમાંથી બહાર આવ્યા છે, નહિ કે ધર્મની ફિલસૂફી કેવળ માનીને ! આવી વ્યક્તિ કેવળ માન્યતાને મહત્ત્વ નહિ આપે. હંમેશાં તે ધર્મના પ્રાયોગિક પક્ષને, ધર્મના અભ્યાસને મહત્ત્વ આપશે.

ભગવાન બુદ્ધ કહે છે કે પોતે આખા જીવન દરમિયાન કેવળ બે જ વાતો શીખવી છે : દુઃખ અને દુઃખનિરોધ. બસ આટલું જ તેમણે શીખવ્યું. કોઈ સંપ્રદાયની સ્થાપના કરવાથી દુઃખનિરોધ શી રીતે થાય ? કોઈ દાર્શનિક માન્યતાની સ્થાપના કરવાથી દુઃખનિરોધ શી રીતે થાય ? કોઈ પણ બુદ્ધને આવી બાબતોમાં રસ નથી હોતો. તેને તો વાસ્તવિક દુઃખનિરોધમાં રસ હોય છે. તેનો બધો ઉપદેશ આ વાસ્તવિક દુઃખનિરોધ માટે હોય છે.

પણ તાર્કિક રીતે જોતાં આ બે વાત દુઃખ અને દુઃખનિરોધ તે ચાર વાત છે. દુઃખને સમજવા માટે તમારે દુઃખ સમુદય દુઃખનું કારણ સમજવું પડે છે, દુઃખ શી રીતે ઉદ્ભવે છે ? દુઃખનિરોધ સમજવા માટે તમારે માર્ગ (દુઃખનિરોધ ગામિની પટિપદા) દુઃખનિરોધ તરફ લઈ જતી પ્રક્રિયા સમજવી પડે છે. કુલ ચાર આર્યસત્યો થયાં.

જો ભગવાન બુદ્ધ આ ચાર આર્યસત્યોના કેવળ સિદ્ધાંતમાં જ રસ ધરાવ્યો હોત તો ? ‘ઓ જગતના લોકો ! સમજો કે દુઃખ છે, સમજો રાગ દુઃખનું કારણ છે, સમજો કે દુઃખનિરોધ પણ છે અને સમજો કે દુઃખનિરોધ સુધી લઈ જનારો માર્ગ પણ છે’ જો આટલામાં જ તેનો ઉપદેશ પૂરો થઈ ગયો હોત તો ભગવાન બુદ્ધ તે વખતના અને ત્યાર પછીના કોઈ પણ ગુરુથી ભિન્ન ન હોત !

પરંતુ તેમને એમાં રસ ન હતો. તેઓ કેવળ ચાર સત્યોને માનીને બુદ્ધ નહોતા બન્યા. તેઓ જાણતા હતા કે ચાર આર્ય સત્યોનો કેવળ

સ્વીકાર કરી લેવાથી કોઈ લાભ નથી. તેના માટે કાંઈક કરવું પડશે - પાલિ ભાષામાં કિચ્ચ, વ્યવહારમાં મૂકવા માટે કાંઈક કરવું પડશે. તો જ જેમ ભગવાન બુદ્ધે કહ્યું તેમ હર કોઈ વ્યક્તિ કહી શકે કે આ ચાર આર્ય સત્યો અંગે જે કાંઈ કર્તવ્ય (કરવા યોગ્ય) હતું તે મેં કર્યું છે - ‘કત્ત’

ફિલસૂફી ગમે તેટલી સારી હોય, ગમે તેટલી સાચી હોય, તે લોકોને દુઃખમુક્ત થવામાં ત્યાં લગી સહાયક ન બની શકે, જ્યાં લગી કિચ્ચ કત્ત ન થાય (કરવા યોગ્ય કરવામાં ન આવે). દરેક વ્યક્તિએ આ ચાર આર્યસત્યોને લગતું જે કાંઈ કરવાનું હોય છે, તે કરવું ઘટે.

તેથી જ બુદ્ધ કદિ કેવળ ફિલસૂફી શીખવતા નથી અને કોઈ તેના ઉપદેશોને કેવળ ફિલસૂફી બનાવી લે તો તેનાથી કોઈ ફાયદો થતો નથી. ધર્મ જેમ ઈચ્છે છે, બુદ્ધ જેમ ઈચ્છે છે, તેમ બધાએ કામ કરવું જોઈએ અને જેટલું જેટલું કર્તવ્ય કરવામાં તેઓ સફળ થાય, તેટલાં તેટલાં તેઓ પોતાનાં દુઃખોમાંથી બહાર આવે છે.

પ્રથમ આર્યસત્ય ‘દુઃખ’ માટે શું કરવું જોઈએ ? પરિણેય તેની સચ્ચાઈને પરિધિ સુધી પૂરેપૂરી જાણી લો જો તેનો નાનકડો હિસ્સો પણ છૂટી જાય (જાણ્યા વિનાનો રહી જાય) તો તમે તેને પરિધિ સુધી જાણ્યું નથી. જ્યારે તમે દુઃખના ક્ષેત્રને ઓળંગીને તેની પરે પહોંચો ત્યારે તમે તેનું પરિજ્ઞાન કર્યું ગણાય અને દુઃખની પરે જવું તે દુઃખનિરોધ છે.

તે જ રીતે દુઃખને જાણવામાં જ ચાર આર્યસત્યોમાંના દુઃખ સમુદય બીજા સત્યનું, દુઃખના કારણનું પણ નિરીક્ષણ થઈ જાય છે. તમે જાઓ છો : જો દુઃખ શી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે ? “અને આમ સમજતાં સમજતાં તમે દુઃખના કારણ માટે જવાબદાર એવાં માનસિક વલણોનો નિકાલ કરતાં જાઓ છો.

લેશમાત્ર દુઃખ ઉદ્ભવે નહિ, ત્યાં લગી તમે જોતાં રહો તો તમે બીજા આર્યસત્યને લગતું જે કોઈ કર્તવ્ય (કરવા યોગ્ય) હતું તે કર્યું ગણાય.

અને એ તમે કઈ રીતે કરો છો ? દુઃખનિરોધના સોપાન સુધી તમે કઈ રીતે પહોંચો છો ? દુઃખના આખા ક્ષેત્રને સમજવા માટે ભરેલું એક એક ડગલું તમને આ પ્રક્રિયામાંથી ડગલું પસાર કરવાના એક ભાગ રૂપે છે. એક એક ડગલું તમે (દુઃખનિરોધના) રસ્તે ચાલો છો આમ, તમે પગલે પગલે આ આખા રસ્તા પર ચાલો છો. અને તમે ચોથા આર્યસત્યનો, દુઃખનિરોધગામિની પ્રક્રિયાનો (દુઃખ મુક્તિના માર્ગનો) સાક્ષાત્કાર કરો છો.”

પ્રથમ આર્ય સત્યને માટે કર્તવ્ય (કરવા યોગ્ય) જે કંઈ કરો છો તેમાં તમે બાકીના ત્રણે માટેનું કર્તવ્ય પણ અનાયાસ કરો છો. તો પ્રથમ (સત્ય) માટેનું કર્તવ્ય કરવા તમે શું કરો છો ? દુઃખના સંપૂર્ણ ક્ષેત્રને શી રીતે સમજો છો ? તમે દુઃખના અનુભવથી દુઃખની અનુભૂતિથી શરૂ કરો છો ભગવાન બુદ્ધ તેને પાલિ ભાષામાં વેદના અનુષ્ઠાન કહે છે. તમારે તેનો અનુભવ કરવાનો છે. તેની અનુભૂતિ થવી જ જોઈએ. આ કેવળ બુદ્ધિ વિલાસ અને માટે નથી. તમે વેદના (સંવેદના) અનુભવવાનું શરૂ કરો છો.

આમ કરવામાં શરૂઆતમાં સ્થુળ, અણગમતી દુઃખ સંવેદના દુઃખ વેદના આવે છે. જેવી રીતે તમે તેને અનુભવીને તેની સત્યાઈને વિસ્તારથી સમજો છો. તેવી રીતે તમે એ પણ સમજો છો કે આ દુઃખ સંવેદના સામે દ્વેષની પ્રતિક્રિયા કરવાનો આપણો સહજ સ્વભાવ છે. અને એ સ્પષ્ટ થાય છે કે જ્યારે જ્યારે તમે દ્વેષ જગાવો છો ત્યારે તમે દુઃખી થાઓ છો. દ્વેષની દરેક પ્રતિક્રિયા દુઃખને જન્મ આપે છે. તમને હોશ આવે છે: “ઓહ! શરીરમાં દુઃખ સંવેદના આવે છે અને હું દ્વેષની પ્રતિક્રિયા કરું છું. આનો અર્થ એ થયો કે હું મારાં દુઃખનો ઉપયોગ દુઃખના સંવર્ધનમાં કરું છું! તેને બદલે મારે આ દુઃખના ઉપયોગથી દુઃખોમાંથી બહાર આવવું જોઈએ.” અને તમને સ્પષ્ટ થાય છે કે જો તમે પ્રતિક્રિયા ન કરો તો દુઃખસંવર્ધન નથી થતું, તમને સમજાય છે, “ઓહ! પ્રતિક્રિયા ન કરવી એ જ મારા હિતમાં છે.”

આ રીતે દુઃખ સંવેદનાઓ સાથે કામ કરતાં કરતાં પ્રતિક્રિયા ન કરવામાં કટિક તમે સફળ રહો છો, કટિક અસફળ. જૂની આદત તમને, ઘણીવાર દ્વેષની પ્રતિક્રિયા કરવા ફરજ પાડી દે છે વળી તમને યાદ આવે છે કે ભાઈ, આપણે તો દ્વેષની પ્રતિક્રિયા કરવાની નથી; તો તમને થોડીક શણો એવી મળે, જેમાં તમે પ્રતિક્રિયા નથી કરતા હોતા. આ રીતે તમે તમારું કામ શરૂ કરો છો. દુઃખ સંવેદનાઓના સ્તરે દુઃખનો અનુભવ કરીને તમે પ્રથમ આર્યસત્યનો સાક્ષાત્કાર કરો છો.

પછી એવી શણ આવે છે જ્યારે દુઃખ સંવેદના સુખ વેદના માં બદલાઈ જાય છે; તે એટલા માટે કે થોડાક સંસ્કારો નીકળી ગયા છે અને ઉપરાંત આ પ્રકૃતિનો નિયમ છે. વખતોવખત પરિવર્તન પ્રાકૃતિક રીતે આવે જ છે, ગમે તે કારણે ભલે હોય, હવે તમને સૂક્ષ્મ-સુખ સંવેદનાઓ થવા લાગે છે.

હવે જો તમે ધર્મ બરાબર સમજ્યા નથી હોતા, તો તમને ખબર પડતી નથી કે અહીં શું કરવું? સુખ સંવેદનાઓ સામે રાગની પ્રતિક્રિયા કરવાની જૂની ટેવ જાગે છે અને તમે પ્રતિક્રિયા કરી દો છો અને પછી વિચારશો: “આ તો અદ્ભુત છે ! દુઃખ જતી રહી, હવે તો સુખનો અનુભવ થાય છે! હવે હું દુઃખમુક્ત થઈ! ધર્મ એ પોતાનું કામ કર્યું ખરું! હું મુક્ત થઈ ગયો! જો હવે તો સુખ સંવેદના જ છે. બધું સારું છે!” અને તમે રાગ જગાવતા રહો છો, જગાવતા જ રહો છો.

પણ જેમ દુઃખ સંવેદનાઓ વહેલી-મોડી સુખ સંવેદનામાં પરિણમે છે તેમ સુખ સંવેદનાઓ પણ વહેલી-મોડી દુઃખ સંવેદનામાં પરિણમશે. આ કુદરતનો કાનૂન છે. સમજદાર વ્યક્તિ વિચારશે: “મને આ સુખ સંવેદનાઓ પ્રત્યે રાગ થાય છે, ત્યારે વળી પાછી દુઃખ સંવેદના આવતાં હું પહેલાં કરતાં યે વધુ દુઃખી થઈ જાઉં છું ઓહો! આ દુઃખ સંવેદના તરફનો મારો દ્વેષ તો સુખ સંવેદના પ્રત્યેના મારા રાગને લીધે છે!” સુખ તરફ જેટલો રાગ થાય તેટલો દ્વેષ દુઃખ તરફ થાય છે.

રોજ-બ-રોજની જિંદગીમાં પણ જ્યારે કંઈક મનગમતી ઘટના બને છે ત્યારે તમે ઉછળી ઊઠો છો અને તેની સાથે આસક્તિ બાંધી લો છો. અને એ પૂરી થાય અને વળી કંઈક અણગમતું આવી પડે કે તમે ઉદાસ થઈ જાઓ છો! કેમકે તમે મનગમતા સામે રાગ કરો છો તેથી અણગમતા સામે દ્વેષ અવશ્ય થશે. મનનાં ઊંડાણોમાં, જ્યાં સંવેદનાઓનો અનુભવ થાય

છે, ત્યાં હવે સમજાવા લાગે છે. હવે અનુભવવાની પ્રજ્ઞા જાગે છે: “જ્યારે જ્યારે હું સુખ સંવેદનાઓ સામે રાગની પ્રતિક્રિયા કરું છું ત્યારે હું દુઃખનાં, કેવળ દુઃખનાં જ બીજ વાપું છું. હું અજ્ઞાનને વશ થઈ રહું છું. આ દુઃખ છે.”

સુખ સંવેદનાઓ હકીકતે દુઃખ જ છે, કેમકે તે રાગની પ્રતિક્રિયા પેદા કરે છે. આ તો દુઃખ સંવેદના કરતાંયે, જે દેખીતી રીતે જ દુઃખ છે, તેના કરતાંયે ભયાનક છે ! (દુઃખ) અણગમતી સંવેદનાનો અનુભવ કરતી વખતે વ્યક્તિ યાદ રાખશે કે દ્વેષ નુકશાન જ કરશે; તે વિચારશે: “હું નિરીક્ષણ કરું તે જ સારું ! હું રાહ જોઉં ! હું સમતા રાખું તે જ સારું ! પણ જેવી સુખ સંવેદના આવે કે વ્યક્તિ આંધળી પ્રતિક્રિયા કરી બેસે છે. તેને બદલે વિચારવું જોઈએ. “ઓહ! આ તો ભયાનક સ્થિતિ છે. સુખ સંવેદના પણ દુઃખ જ છે.”

આ સમજાઈ જતાં વ્યક્તિ દુઃખ (સંવેદના) પ્રત્યે દ્વેષની અને સુખ (સંવેદના) પ્રત્યે રાગની પ્રતિક્રિયા કરવાની ટેવમાંથી બહાર આવવા લાગે છે. ધીરે ધીરે તેના માનસની ટેવ બદલાતી જાય છે અને તે કામ કરતો રહે છે. જ્યારે ઘણા સંસ્કારોની નિર્જરા થઈ જાય છે ત્યારે વ્યક્તિ શાંતિ, સુખ અનુભવવાનું શરૂ કરે છે.

જેને તમે દુઃખ સંવેદના કહો છો, તે તો હવે રહેતી નથી; પણ જેને સુખ સંવેદના કહો છો, તે પણ હવે રહેતી નથી. સુખ સંવેદનાઓ નદીના પ્રવાહની માફક, દરિયાનાં મોજાની માફક કે વિદ્યુત કરંટની માફક આવતી હોય છે. હવે એવું કશું રહેતું નથી. કેવળ શાંતિ, પ્રશ્નબિંદુ. ભગવાન બુદ્ધ આને અસુખમ દુઃખ વેદના કહે છે - ન તો સુખ કે ન તો દુઃખ. શરૂઆત કરતાં તમે જે Neutral (તટસ્થ) સંવેદનાઓ અનુભવેલી તે આ નથી. એ તો છીછરી છીછરી સંવેદનાઓ હતી, જે કંટાળો આપતી હતી. તેને માટે તમને દ્વેષ જાગતો હતો.

પણ હવે તમે કંટાળતા નથી; તમે એ અનુભૂતિમાં ડૂબી રહેવા ઇચ્છો છો. એ એટલું શાંત અને નીરવ હોય છે કે તમે વિચારવા લાગે છો કે આ તો અદ્ભુત છે ! અને તેથી નવો ભય જાગે છે. પહેલાં દુઃખની સામે દ્વેષની પ્રતિક્રિયાનો ભય હતો, પછી સુખની સામે રાગની પ્રતિક્રિયાનો ભય હતો અને હવે ભય એ છે કે મોહ તમને ઘેરી લેશે. તમને લાગે છે. “આહ! મારે આ તો જોઈએ છે ! હવે મળી ગયું ! આ શાંત, પ્રશ્નબિંદુ અનુભવ એ જ નિર્વાણ છે! હકીકતે તમારી ભૂલ થાય છે. હા, તમે નિર્વાણની નજીક અવશ્ય આવતાં જાઓ છો, પણ આ શાંતિની, પ્રશ્નબિંદુની અનુભૂતિ હજુ શરીર અને ચિત્તના ઐન્દ્રિય ક્ષેત્રની જ અનુભૂતિ છે.

જો પ્રજ્ઞા જાગેલી હોય તો સાધક વિચારશે: “જો આ હજુ ચિત્ત અને શરીરની પરે નથી. હજુ ઝીણી ઝીણી સંવેદનાઓ છે. હજુ અનિચ્છ છે.” અને આ ખૂબ સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓ તમને ખતેલ પહોંચાડે છે; શાંતિની પ્રશ્નબિંદુની અનુભૂતિમાં ખતેલ થાય છે અને સાધક વિચારે છે “ઓહ! આ દુઃખ છે!”

જો આ સમજાઈ જાય, તો જ તમે દુઃખમાંથી બહાર આવી શકો અને તો જ તેની પરેની અનુભૂતિ કરી શકો છો. નહિતર જેમ સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓના ધારાપ્રવાહમાં કોઈ અટકી જાય છે, તેમ તમે આ સ્થિતિ પર અટકી જાઓ છો. દુઃખ સંવેદનાઓ દુઃખ છે. સુખ સંવેદનાઓ દુઃખ છે. અને આ અસુખ-અદુઃખ એવી ઝીણી ઝીણી સંવેદનાઓ પણ દુઃખ જ છે

ત્યારે ભગવાન બુદ્ધની વાણી સમજાય છે: યં કિંચ્ચ વેદ્યન્તિ તં પિ દુઃખસ્મિં ભલે જે કોઈ સંવેદના તમે અનુભવો તેનો (મૂળ) સ્વભાવ દુઃખ જ છે. “તમારે આ સત્યનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે. જ્યારે આ થઈ શકે છે, ત્યારે તમે તેની પરેની, દુઃખ નિરોધની અવસ્થાનો સાક્ષાત્કાર કરો છો. ત્યારે સાધક કહી શકે: પરિજ્ઞાત મેં દુઃખ નું આખું ક્ષેત્ર જોઈ લીધું.”

દુઃખના આ આખા ક્ષેત્રને શી રીતે જાણ્યું? સંવેદનાના ક્ષેત્રને જાણીને જ્યારે ભગવાન બુદ્ધ કહે છે કે તમારે દુઃખના આખા ક્ષેત્રને જાણવું જોઈએ. ત્યારે તેઓ એમ પણ કહે છે કે તમારે વેદનાના આખા ક્ષેત્રને જાણવું જોઈએ. દુઃખ માંથી બહાર આવવા માટે તમારે આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગ પર ચાલવું જોઈએ એવું જ્યારે ભગવાન બુદ્ધ કહે છે ત્યારે તેઓ એમ કહે છે કે વેદનાના આખા ક્ષેત્રને જાણીને જ તમે આ કરી શકો છો. તિસન્ન વેદનાનું પરિજ્ઞાય અરિયો સહ્વહિ મગ્ગો ભાવેતલ્લો “સુખદ, દુઃખદ અને અસુખદ-અદુઃખદ એમ ત્રણેય વેદનાઓના આખા ક્ષેત્રને જાણવા માટે તમારે આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગ પર ચાલવું જોઈએ.”

એ જ રીતે ભગવાન બુદ્ધ જ્યારે ચાર સતિપચ્છાનનો અભ્યાસ કરવાનું કહે. છે ત્યારે તેઓ કહે છે. : તિસન્ન વેદનાનું પરિજ્ઞાય ચત્તારો સતિપચ્છાન ભાવેતલ્લો આ ત્રણેય વેદનાઓને જાણતાં જાણતાં તમારે ચારેય સતિપચ્છાનનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. વેદનાના આખા ક્ષેત્રને જાણવા વિના દુઃખનું આખું ક્ષેત્ર તમે જાણી નથી શકતા. પ્રથમ આર્યસત્યનો પણ સાક્ષાત્કાર થઈ શકતો નથી અને બાકીનાં ત્રણનો તો કદાપિ થઈ શકે નહીં:

ચાર સતિપચ્છાન કાયાનુપશ્યના, વેદનાનુપશ્યના, ચિતાનુપશ્યના અને ધમ્માનુપશ્યનામાં તમારે ક્ષણ-પ્રતિક્ષણ અનુભૂતિના સ્તરે વેદનાના ઉત્પાદ-વ્યયને જાણતાં રહેવાનું છે. આ ચારેય સતિપચ્છાનોમાં દુઃખના આખા ક્ષેત્રને વેદનાના સ્તરે જાણવા ઉપર ભાર મૂક્યો છે. તેના વિના કોઈ અનુભવ આગળ અટકી જવાની પૂરેપૂરી શક્યતા છે. પ્રત્યેક ઐન્દ્રિય અનુભૂતિ દુઃખ છે, એવું જાણવા વિના તમે ઈન્દ્રિયાતીત અનુભૂતિ સુધી પહોંચી ન શકો.

આમ, ભગવાન બુદ્ધે શીખવેલી આખી સાધના મનના ઊંડાણમાંથી ‘વેદના’(ની અનુભૂતિ) સાથે જ થવી જોઈએ. શીલપાલનને વાણી અને વર્તનમાં બુરાઈથી દૂર રહેવાને પ્રાથમિક સોપાન ગણવામાં આવે છે. ત્યાં પણ આ જ લાગૂ પડે છે. દા.ત. એવી પરિસ્થિતિ પેદા થાય કે જ્યાં તમે હત્યા કરીને, ચોરી કરીને, વ્યભિચાર કરીને, જૂઠું બોલીને અથવા તો નશો કરીને કોઈપણ શીલનો ભંગ કરી દો એવી શક્યતા છે. પણ તમે તેમ (શીલભંગ) થવા દેતા નથી. તમે જો એટલા માટે વિરત રહ્યા છો કે તમે શરીરમાં સંવેદનાનો અનુભવ કરો છો,

તો તમે ઉપર-ઉપરના માનસ પર જ કામ નથી કરતા હોતા. તમે કેવળ વાણી અને શરીરથી જ નિયંત્રિત નથી, તમે મનના ઊંડાણ સુધી કામ કરો છો.

શીલભંગ કરવાની ઈચ્છા, જે સુખદ કે દુઃખદ સંવેદના જાગે છે, તેને લીધે થાય છે. એ આ ખાસ સંવેદનાને લીધે તમારા પોતાના કે અન્ય પ્રાણીઓના હિતમાં ન હોય તેવું વાણીનું કે શરીરનું કોઈ કર્મ કરવાની ઈચ્છા જાગે છે.

છતાં, જ્યારે તમે સંવેદનાના સંપર્કમાં હો છો, ત્યારે તમે મનના ઊંડાણમાંથી કામ કરો છો. આમ, આખા વેદનાના ક્ષેત્રને જાણવા અંગેની ભગવાન બુદ્ધની સૂચનાને અનુસરો છો.

શીલની માફક તમે જ્યારે સમાધિનો અભ્યાસ કરતા હો ત્યારે પણ તમારે સુખદ, દુઃખદ કે અસુખદ-અદુઃખદ સંવેદના પ્રત્યે જાગૃત રહેવું જોઈએ અને જ્યારે પ્રજ્ઞા જાગૃત કરતા હો ત્યારે પણ સંવેદના પ્રત્યે જાગૃત રહેવું જોઈએ. શીલ-સમાધિ-પ્રજ્ઞા, ભગવાન બુદ્ધના આ સમગ્ર ઉપદેશનો અભ્યાસ સંવેદના પ્રત્યે જાગૃત રહીને જ કરવો જોઈએ.

જો તમે સંવેદના પ્રત્યે જાગૃત રહો અને તેમાં ઉત્પાદ-વ્યય, ઉત્પાદ-વ્યય થાય છે તેવું જાણતાં રહો તો ક્રમશઃ તમે નિરોધની અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી લેશો. તમે કહી શકશો : કત્તં બુદ્ધાનસાસનં ભગવાન બુદ્ધ મારી પાસે જે કરાવવા માગતા હતા તે મેં પૂરેપૂરું કરી લીધું. નત્થિ વાનિ પુનર્ભવોત્તિ હવે મારો પુનર્જન્મ નહિ થાય. હું કૃતકૃત્ય થયો. બુદ્ધ જે ઈચ્છતા હતા, ધર્મ જે ઈચ્છતો હતો, તે મેં કરી લીધું.

નિષ્ઠાપૂર્વક કામ કરતા રહો, સમજદારીથી કામ કરતા રહો. ધર્મને સમજીને કામ કરતા રહો. ધર્મમાં સ્થિત થવા અને સાચાં સુખ-શાંતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે ખૂબ મહેનત કરો.

ભવતુ સર્વમંગલં

સૌનું મંગલ થાઓ!

સદ્ધર્મ પથિક,

સત્યનારાયણ ગોચન્કા

ગુજરાતના કેન્દ્રો પર 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.
સતિપચ્છાન શિબિરો			
10-02-12 to 18-02-12	14-01-12 to 22-01-12	03-03-12 to 11-03-12	01-09-12 to 09-09-12
15-06-12 to 23-06-12	06-08-12 to 14-08-12		
24-09-12 to 02-10-12	19-11-12 to 27-11-12		
૧૦ દિવસીય ગંભીર વિશેષ શિબિરો			
27-06-12 to 08-07-12	25-01-12 to 05-02-12		14-12-11 to 25-12-11
	10-09-12 to 21-09-12		12-12-12 to 23-12-12
દીર્ઘ શિબિરો ૨૦-૩૦-૪૫ દિવસીય શિબિર			
(૨૦ દિવસીય)	(૨૦ દિવસ)	મોગર કેન્દ્ર “ધમ્મ ભવન” (0265) 2341181, (M) 94263 32180 E-mail : vvs04@hotmail.com	
15-01-12 to 05-02-12	17-03-12 to 07-04-12		
04-10-12 to 25-10-12	05-08-12 to 26-08-12	(સતિપચ્છાન)	(જૂના સાધકો માટે ૩ દિવસીય શિબિર)
(૩૦ દિવસીય)	13-03-13 to 03-04-13	12-05-12 to 20-05-12	05-01-12 to 08-01-12
24-09-12 to 25-10-12	(૩૦ દિવસ)	(૧૦ દિવસીય ગંભીર)	19-04-12 to 22-04-12
	07-03-12 to 07-04-12	11-07-12 to 22-07-12	15-08-12 to 18-08-12
યુવતીઓ માટે	02-12-12 to 02-01-13		22-11-12 to 25-11-12
યુવકો માટે	03-03-13 to 03-04-13		
21-04-12 to 29-04-12	(૪૫ દિવસ)		
	02-12-12 to 17-01-13		

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. ૮૦ હજાર લેખે કુલ રૂ. ૩૨ લાખનો ખર્ચ થવા ગણતરી છે.

સાધકો તરફથી દાનની પૂર્તિ થયે બાંધકામ હાથ ધરાશે.

દાનની પુરુષપારમીના પુરુષાર્જનનો લાભ ઉઠાવવા ઈચ્છુક સાધક ધમ્મકોટ કેન્દ્ર/સિટિ ઓફિસનો સંપર્ક કરી શકે છે.

જામનગર ખાતે ૧૦ દિવસીય શિબિર

તા. ૨૧-૧૨-૧૧ થી તા. ૧-૧-૧૨ દરમિયાન જામનગર ખાતે દસ દિવસીય શિબિરનું આયોજન :

સ્થળ : યેશાલી ફાર્મ (લાખા બાવળ)

જામનગર થી પિક-અપ વ્યવસ્થા : સાત રસ્તા પેટ્રોલ પંપ પાસે, તા.

૨૧-૧૨-૧૧ બપોરે ૩-૦૦ કલાકે

સંપર્ક : (૧) રમેશભાઈ દવે - ૯૪૦૮૮૬૩૮૩૫

(૨) વિજયભાઈ પરમાર - ૯૪૨૭૪૧૧૪૧૧

(૩) વિધાનેન ભરાડ - ૯૪૨૮૮૬૦૩૫૫

ધમ્મકોટ સતિપકાન શિબિર તારીખમાં ફેરફાર

તા. ૨૭-૦૧-૧૨ થી શરૂ થતી સતિપકાન શિબિર હવે તા. ૧૦-૨-૧૨ થી તા. ૧૮-૨-૧૨ દરમિયાન યોજાશે.

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર “ધમ્મકોટ”
C/o. ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ-૧. (0281) 2220861-866 2782550, 94272 21591 94262 02222 dhammakot@gmail.com

કરક વિપશ્યના કેન્દ્ર “ધમ્મસિંધુ” બાડા.
C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ યુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી. કચ્છ-૩૬૦ ૪૧૫ (02834) 273303, 273612,

ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર “ધમ્મપીઠ” અમદાવાદ રત્નોડા તા. મોળકા, નિ. અમદાવાદ - ૩૮૦ ૮૧૦ (02714) 294690, (M) 94264 19397

ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર-“ધમ્મ દિવાર” મીઠા મહેસાણા.
C/o. ઉપેન્દ્રકુમાર પટેલ, ૭-અપના મંજર, વિમલ સુપર માર્કેટ, બી.કે. રોડ, મહેસાણા. (ઉ.ગુ.)-૩૮૪ ૦૦૨. (02762) 272800, 254614, 252345 (M) 94292 33000

મોગર કેન્દ્ર “ધમ્મ ભવન”
૫-કલિંદી પાર્ક, અહોરા અનિલિ ગુહ પાછળ, વડોદરા-૩૬૦૦૨૦. (0265) 2341181 (M) 94263 32180 E-mail : vvs04@hotmail.com

ધમ્મકોટ પર ૨૦ દિવસીય શિબિર

ધમ્મકોટ પર ૧૫ જાન્યુઆરી, ૨૦૧૨ થી ૦૫ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૧૨ દરમિયાન ૨૦ દિવસીય શિબિરનું આયોજન કરાયેલ છે. જે સાધકોને જોડાવું હોય તેઓ સિટી ઓફિસ અથવા ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર તાત્કાલીક નામ નોંધાવી દેશે.

આપ વિપશ્યના પત્રિકા ઇ-મેલ દ્વારા મેળવવા ઇચ્છો છો?

આપ ગુજરાતી, હિન્દી કે અંગ્રેજી વિપશ્યના પત્રિકા ઇ-મેલ દ્વારા વિના મૂલ્યે મેળવવા ઇચ્છતા હો તો આપને મેલ આઈડી નીચે લખેલ મેલ આઈડી પર મોકલશો.

patrikadhammakot@gmail.com

૨૦૧૧/૧૨ માટે ૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

14-12-11 to 25-12-11 28-12-11 to 08-01-12 10-01-12 to 21-01-12 25-01-12 to 05-02-12 08-02-12 to 19-02-12 22-02-12 to 04-03-12 10-04-12 to 21-04-12 23-04-12 to 04-05-12 06-05-12 to 17-05-12 19-05-12 to 30-05-12 01-06-12 to 12-06-12 14-06-12 to 25-06-12 27-06-12 to 08-07-12 10-07-12 to 21-07-12 24-07-12 to 04-08-12 28-08-12 to 08-09-12 10-09-12 to 21-09-12 24-09-12 to 05-10-12 08-10-12 to 19-10-12 22-10-12 to 02-11-12 05-11-12 to 16-11-12 17-11-12 to 28-11-12	12-01-12 to 23-01-12 25-01-12 to 05-02-12 08-02-12 to 19-02-12 22-02-12 to 04-03-12 10-04-12 to 21-04-12 23-04-12 to 04-05-12 06-05-12 to 17-05-12 19-05-12 to 30-05-12 01-06-12 to 12-06-12 14-06-12 to 25-06-12 27-06-12 to 08-07-12 10-07-12 to 21-07-12 24-07-12 to 04-08-12 28-08-12 to 08-09-12 10-09-12 to 21-09-12 24-09-12 to 05-10-12 08-10-12 to 19-10-12 22-10-12 to 02-11-12 05-11-12 to 16-11-12 17-11-12 to 28-11-12	14-12-11 to 25-12-11 28-12-11 to 08-01-12 18-01-12 to 29-01-12 01-02-12 to 12-02-12 15-02-12 to 26-02-12 14-03-12 to 25-03-12 28-03-12 to 08-04-12 11-04-12 to 22-04-12 24-04-12 to 05-05-12 23-05-12 to 03-06-12 06-06-12 to 17-06-12 22-06-12 to 03-07-12 06-07-12 to 17-07-12 20-07-12 to 31-07-12 01-08-12 to 12-08-12 15-08-12 to 26-08-12 29-08-12 to 09-09-12 12-09-12 to 23-09-12 26-09-12 to 07-10-12 10-10-12 to 21-10-12 24-10-12 to 04-11-12 16-11-12 to 27-11-12	30-11-11 to 11-12-11 28-12-11 to 08-01-12 18-01-12 to 29-01-12 01-02-12 to 12-02-12 15-02-12 to 26-02-12 29-02-12 to 11-03-12 28-03-12 to 08-04-12 11-04-12 to 22-04-12 25-04-12 to 06-05-12 23-05-12 to 03-06-12 06-06-12 to 17-06-12 22-06-12 to 03-07-12 06-07-12 to 17-07-12 20-07-12 to 31-07-12 01-08-12 to 12-08-12 15-08-12 to 26-08-12 29-08-12 to 09-09-12 12-09-12 to 23-09-12 26-09-12 to 07-10-12 10-10-12 to 21-10-12 24-10-12 to 04-11-12 16-11-12 to 27-11-12	07-12-11 to 18-12-11 22-01-12 to 02-02-12 08-02-12 to 19-02-12 14-03-12 to 25-03-12 04-04-12 to 15-04-12 24-05-12 to 04-06-12 13-06-12 to 24-06-12 05-09-12 to 16-09-12 03-10-12 to 14-10-12 28-10-12 to 08-11-12 12-12-12 to 23-12-12
--	--	--	--	--

: ધર્મજ :

હેમંતભાઈ પટેલ
(૦૨૬૬૭)
૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨
મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫

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

બેર બેર સે ના મિટે બઢે જ્ઞેષ દુષ્કર્મ
બેર મિટે મૈત્રી કિયે, યહી સનાતન ધર્મ
મૈત્રી કરૂણા પ્યાર સે તન-મન-પુલકિત હોય
માનવજીવન સફલ હો સબ વિધિ મંગલ હોય
જ્યોત જગે ફિર ધરમ કી દૂર હોય અંધિયારા
બહુજન કા હિતસુખ સધે હો બહુજન ઉપકાર

એક્સેલ કોપકેર લિમિટેડ

૬/૨, રૂપાપરી રોડ, ભાવનગર - ૩૬૪ ૦૦૫.
ફોન : (૦૨૭૮) ૨૨૧૨૪૦૧-૨-૩ ની મંગલકામના

દોહા ધરમના

કરે મિત્ર સે પ્યાર સબ યહી જગત વ્યવહાર;
લેકિન સજ્જન તો કરે બેરી સે ભી પ્યાર
સમ્પ્રદાય ના ધર્મ હૈ, ન બને દિવાર ।
ધર્મ સિખાએ એકતા, ધર્મ સિખાએ પ્યાર ॥
બઢા ધર્મ કે નામ પર, સંપ્રદાય પુરજોર ।
જન જન મન વ્યાકુલ હુઆ, દુખ છાયા સબ ઓર ॥

ભરત કાયમંડ

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 કોમ્પોઝીશન”, રાષ્ટ્રીય શાળા મેઈન રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. દ્વારા રાજકોટ ખાતે પ્રકાશિત. તંત્રી : ભરત કાયમંડીઆ. વિપશ્યના (ગુજરાતી) પત્રિકાનું લવાજમ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. ના સરનામે, સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટરના નામે મ.ઓ./ડ્રાફ્ટ અથવા રોકડેથી મોકલી શકાશે. (બહારગામના ચેક લેવામાં આવશે નહીં.) રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના 12 નવેમ્બર 2011

આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઇગતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

ચાર વર્ષનું લવાજમ : રૂ. 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 હોટલ, 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