વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2555 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 8 માર્ચ 2012 ❖ વર્ષ – 12 ❖ અંક – 12 ❖ સળંગ અંક - 144

ધમ્મવાણી

उट्ठानेनप्पमादेन संयमेन दमेन च ।
दीपं क यिराथ 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.

સ્થૂળથી સૂક્ષ્મતા તરફ

સફળ વિપશ્યી સાધક ચાર સૂક્ષ્મતાઓની ચરમસીમ સચ્ચાઈઓનો સાક્ષાત્કાર કરી લે છે. ચાર પરમ સત્યોનો સ્વયં સાક્ષાત્કાર કરી કૃતકૃત્ય થઈ જાય છે.

પહેલી સૂક્ષ્મતા છે કાયાની. કાયાનુપશ્યના કરતાં કરતાં સાધક પ્રારંભમાં કાયાની નક્કરતાની અનુભૂતિ કરે છે. વારંવારના અભ્યાસથી સ્થૂળથી સૂક્ષ્મતા તરફ આગળ વધે છે. વીંધનારા તીક્ષ્ણ ચિત્ત વડે ઉપરથી નીચે તરફ તથા નીચેથી ઉપર તરફ યાત્રા કરતાં કરતાં સ્વતઃ શરીરનું ઘનત્વ નષ્ટ થાય છે. ફરી તે જ તીક્ષ્ણતા વડે સમગ્ર શરીર પિંડને ચીરતાં ચીરતાં કેવળ ઉપરની સપાટીના સ્તર સુધી જ નહિ, બલકે ભીતર સુધીની ઘનસંજ્ઞા નષ્ટ કરી લે છે, રૂપકલાપ અર્થાત શરીરગત પરમાણુઓની સૂક્ષ્મ સચ્ચાઈ સુધી જઈ પહોંચે છે, જે ભૌતિક જગતનું અંતિમ સત્ય છે. શરીરનો એક એક કણ ખુલી જાય છે. ક્યાંય પણ સંકલન, સંઘટન, સંયોજન, સંશ્લેષણ નથી રહેતું. જેમ કોઈ રેતીનો ભીનો પિંડ સૂકાઈ જાય, કણ કણને બાંધી રાખનારી સંયોજનરૂપી ભીનાશ દૂર થઈ જાય, સઘન પિંડ વિઘટિત થઈ જાય, વિખેરાઈ જાય, તેમ શરીરની બહાર – ભીતર ક્યાંય પણ કોઈ સ્થિર, શાશ્વત, ધ્રુવ, અચલ, ઠોસ પદાર્થ હોય એવો ભ્રમ નથી રહેતો, રૂપસ્કંધની અર્થાત્ ભૌતિક રૂપની આ જ અંતિમ સચ્ચાઈ સુધી પહોંચવાનું છે. આ જ રૂપનો સૂક્ષ્મતમ સાક્ષાત્કાર છે કે જેમાં ભાસમાન પ્રગટ સત્ય પરમ સત્યના રૂપમાં અનુભૂત થવા લાગે છે.

બીજી સૂક્ષ્મતા છે, વેદના સ્કંધની. વિપશ્યી સાધક વેદનાનુપશ્યના કરતાં કરતાં જુએ છે કે પ્રારંભમાં સમસ્ત શરીર પર અધિકતર સ્થૂળ સ્થૂળ સંવેદનાઓ અનુભવાય છે. જેમ કે સઘન દબાણ, દુઃખાવો, તાણ, ખેંચાણ, ભારેપણું, અથવા મૂર્છા, અર્ધમૂર્છા, ઈત્યાદિ. પરંતુ, શાંત અને સમતાભર્યા ચિત્તે આ સ્થૂળ સંવેદનાઓનું સાક્ષીકરણ કરતાં કરતાં તેમનું સ્વતઃ ભેદન થવા લાગે છે. શનૈઃ શનૈઃ શરીરની ભીતર–બહાર સર્વત્ર સ્થૂળ સંવેદનાઓ ક્ષીણ થવા લાગે છે. તેમનું વિઘટન–વિશ્લેષણ થવા લાગે છે. અને એક અવસ્થા આવે છે જ્યારે શરીર પર ક્યાંય મૂર્છા કે અર્ધમૂર્છા નથી રહેતી. ક્યાંય કોઈ સઘન સંવેદના નથી રહેતી. સર્વત્ર તરંગો, ઉદય–વ્યય જ ઉદય–વ્યયની અનુભૂતિ થવા લાગે છે. અનાસક્ત ભાવે એનું દર્શન કરતાં કરતાં સંવેદનાની આ ઉદય–વ્યયની અનુભૂતિ પણ વધારે સૂક્ષ્મતા તરફ પ્રયાણ કરવા લાગે છે. અને સૂક્ષ્મતમ અવસ્થા સુધી પહોંચે છે ત્યારે ઉદય અને વ્યયની અલગ અલગ અનુભૂતિ પણ બંધ થઈ જાય છે. ઉદય થતાં જ વ્યય થાય છે. વચ્ચેની સ્થિતિ જ સમાપ્ત થઈ જાય છે. આ પરમાણુઓ સાથે ચિત્તનો સ્પર્શ થતાં જ વેદનાની ઉત્પતિ થવાની સૂક્ષ્મતમ સચ્ચાઈ છે જે તત્ક્ષણ વ્યયમાં બદલાય છે. આ અવસ્થામાં આખો પ્રપંચ એવી તીવ્રતાથી પ્રવાહમાન પ્રતીત થાય છે સર્વત્ર ભંગ જ ભંગનો બોધ થાય છે. જેમ વહેતી નદી રેતીના તટવર્તી ટેકરાને કાપી નાખે અને તે રેતીનો ટેકરો કડડભૂસ પડી જાય. કણેકણ વિખરાઈ જાય. તેમ આખા શરીર–સ્કંધ પર જે સંવેદનાઓ અનુભવાય છે તે અત્યંત તીવ્રગતિથી ભંગ થતાં વિખરાઈ જતી અનુભવાય છે. ક્યાંય સઘનતા નથી, સ્થૂળતા નથી, ક્યાંય અટકાવ નથી, વ્યવધાન નથી, રોકાણ નથી, બાધા નથી, સર્વત્ર ધારાપ્રવાહની જ અનુભૂતિ થાય છે. આ ભંગબોધ જ સંવેદનાની સૂક્ષ્મતમ અવસ્થાનું સાક્ષીકરણ છે. જે સંવેદનાઓને સામિષ નથી બનવા દેતું. એટલે કે તેના પ્રત્યે રાગ–દ્વેષ નથી જાગવા દેતું. જે સંવેદનાઓને નિરામિષ બનાવી રાખે છે. એટલે કે એમના પ્રત્યે અનાસક્ત ભાવ પુષ્ટ કરે છે.

આ રીતે વિપશ્યી સાધક ચિત્તાનુપશ્યના કરતાં કરતાં ચિત્તના એ ખંડના ક્રિયા–કલાપને જૂએ છે. જેને સંજ્ઞા કહે છે. જેનું કામ મૂલ્યાંકન કરવાનું છે. પૂર્વની અનુભૂતિઓ અને યાદગીરીના બળે પૂર્વ સંસ્કારોના રંગીન ચશ્માં ચઢાવેલા ચિત્તનો આ સંજ્ઞા–સ્કંધ પ્રત્યેક અનુભૂતિને સારી કે ખરાબ, પ્રિય કે અપ્રિય, સુખદ કે દુઃખદ આદિ મૂલ્યાંકન કરતું રહે છે. સાધક જૂએ છે કે આ સંજ્ઞા સ્કંધ કેટલો પ્રબળ છે. પ્રત્યેક અનુભૂતિ સારી ખરાબ મૂલ્યાંકન સાથે જોડાયેલી જ રહે છે. જે અનુભૂતિને સારી માની લે છે તેને લગાતાર કેટલાયે અરસા સુધી સારી માન્યે જાય છે. જેને ખરાબ માની લે છે, તેને સતત કેટલાય અરસા સુધી ખરાબ જ માન્યે જાય છે. તારતમ્ય તૂટતું જ નથી. સંજ્ઞાની નિરંતરતા બની જ રહે છે. પરિણામે સંજ્ઞાસ્કંધ ઘનીભૂત થતો જાય છે. વિપશ્યનાના બળે સાક્ષીકરણનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં સાધક જોવા લાગે છે કે કઈ રીતે સઘન સંજ્ઞાને કારણે જ પ્રતિક્રિયાઓથી ચિત્ત રાગ–દ્વેષના નવા સંસ્કારો બનાવે છે અને દૂષિત અભિભૂત થઈ ઉઠે છે. અને જ્યારે સંજ્ઞાની નિરંતરતા તૂટે છે ત્યારે કઈ રીતે સઘનતા દુર્બળ બને

છે. સ્થૂળ તરફથી સૂક્ષ્મ થતાં થતાં સંજ્ઞાની પક્કડ ઓછી થાય છે. તેથી પ્રતિક્રિયાઓનો પ્રભાવ પણ સ્વતઃ ઓછો થવા લાગે છે.

આ રીતે ચિત્તાનુપશ્યનાની સાથો સાથ સાધક ધમ્માનુપશ્યના પણ કરવા લાગે છે. રુપકલાપો એટલે કે પરમાણુઓના ધર્મસ્વભાવને જુએ છે. વેદનાઓના ધર્મસ્વભાવને જુએ છે. સંજ્ઞા અને તેના પરિણામ સ્વરુપ ઉત્પન્ન થતા સંસ્કારોના ધર્મસ્વભાવને પણ જુએ છે. કેવી રીતે શરીર ઉપર થતી સંવેદનાના અનુભવને સંજ્ઞા સારી, પ્રિય, સુખદ વગેરે તરીકે મૂલ્યાંકન કરે છે, તો તુરત જ રાગાત્મક સંસ્કારો ઉત્પન્ન થાય છે અને ઘનીભુત થવા લાગે છે. સંવેદનાને ખરાબ, દુઃખદ, અપ્રિય તરીકે મુલ્યાંકન કરે છે, તો દ્વેષના સંસ્કારો ઉત્પન્ન થાય છે અને ઘનીભુત થવા લાગે છે. આ ઘનીભુત સંસ્કારોના તોફાન જ ભાવાવેશ બનીને પુરા ચિતસ્કંધ પર છવાઇ જાય છે અને ચિતધારાને વ્યાકુળ – વ્યથિત કરી નાખે છે. સાધક વિપશ્યનાના આધારે સમજે છે કે આ સંસ્કાર કેટલા દુઃખપ્રદ છે. વિપશ્યના દ્વારા જ તેના દુઃખદ હોવાનું કારણ પણ સમજાવા લાગે છે. આ સંસ્કારો પ્રત્યે કેટલું તાદાત્મ્ય સ્થાપિત કરી લીધું છે આત્મભાવ, આત્મીયભાવ ‘હું’ નો ભાવ, ‘મારું’ નો ભાવ ! આ આસક્તિ જ પેદા કરે છે. પરિણામે દુઃખ પેદા થાય છે. નિરીક્ષણ કરતાં કરતાં વિપશ્યી સાધકને સ્પષ્ટ થવા લાગે છે કે આ આત્મા–આત્મીય ભાવ ‘હું–મારા’નો ભાવ રુપસ્કંધ અથવા શરીરસ્કંધ પ્રત્યે એટલે કે સઘન પરમાણુઓના પુંજ પ્રત્યે કેટલો ગહન થઇ ઊઠયો છે. ફળ સ્વરૂપે દુઃખ પણ એટલું જ ગહન થઇ ઊઠયું. વિપશ્યના દ્વારા સત્યનો સાક્ષાત્કાર કરતાં કરતાં એ સ્પષ્ટ થવા લાગે છે કે જે પ્રકારે રુપસ્કંધ એટલે કે પરમાણુ પુંજ ઉદય–વ્યય સ્વભાવવાળો છે. અનિત્યધર્મી છે. તે જ રીતે વેદના પણ, તે જ રીતે સંજ્ઞા પણ, અને તે જ રીતે સંસ્કાર પણ અનિત્યધર્મી છે. આ અનિત્ય–બોધ જેટલો જેટલો સબળ થતો જાય છે, સંસ્કારો પ્રત્યે ‘હું–મારું’ નો ભાવ તેટલો દુર્બળ થતો જશે. આત્મભાવ દુર્બળ થાય છે ત્યારે અનાત્મભાવ સ્વતઃ પુષ્ટ થાય છે. જોતજોતામાં આસક્તિ ક્ષીણ થાય છે. અનાસક્તિ પુષ્ટ થાય છે. દુઃખનું કારણ દૂર થાય છે. દુઃખ દૂર થાય છે.

અનાત્મભાવ પુષ્ટ થાય છે, ત્યારે જ સંજ્ઞાનું ઘનત્વ ક્ષીણ થાય છે સંસ્કારનું ઘનત્વ ક્ષીણ થાય છે. દર્શન ‘કેવળ દર્શન’ બની જાય છે. જ્ઞાન ‘કેવળ જ્ઞાન’ બની જાય છે. ભોક્તા અને કર્તાની ભ્રાંતિ તો દૂર થાય જ છે. સમય જતાં દષ્ટા અને જ્ઞાતાની ભ્રાંતિ પણ દૂર થઇ જાય છે. ‘‘જોઇ રહ્યો છું’’ ના સ્થાને ‘‘જોવાઇ રહ્યું છે’’ રહી જાય છે. ‘‘જાણ રહયો છું ની જગ્યાએ ‘જાણવામાં આવી રહ્યું છે’ રહી જાય છે. દર્શક, દર્શન અને દશ્ય ત્રણે એકાકાર થઇને ‘કેવળ દર્શન’ રહી જાય છે. જ્ઞાતા, જ્ઞાન અને જ્ઞેય ત્રણે એકાકાર થઇને ‘કેવળ જ્ઞાન’ રહી જાય છે. આજ સમ્યક્ દર્શન, સમ્યક જ્ઞાનની ચરમ અવસ્થા છે. આવી અવસ્થામાં જ સંજ્ઞા નિરોધ થાય છે. સાધક અધ્યાત્મની ગહનતમ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે. ‘‘કેવળ જ્ઞાન’’ ‘‘કેવળ દર્શન’’ ‘‘કૈવલ્ય’’ની ઉપલબ્ધિ કરે છે. ‘‘કેવલી’’ બની જાય છે. ઇન્દ્રિયાતીત પરમપદ ‘‘નિર્વાણ’’માં યથેચ્છ રત રહેવામાં અભ્યસ્ત થઇ જાય છે. ઉન્મુકત થઇ જાય છે. ત્યારે તે સ્વયં જાણી લે છે કે હવે મારો પુનર્જન્મ નથી, કારણ કે તે અવસ્થામાં પહોંચીને પુનર્જન્મના બધા ભવ–સંસ્કાર ક્ષીણ થઇને ક્ષય થઇ જાય છે. મનુષ્ય જીવન સફળ–સાર્થક થઇ જાય છે. સંસ્કાર અને સંજ્ઞાના ઉદય–વ્યયની અનુભૂતિથી લઇને તેમના નિરોધ સુધીની આ યાત્રા જ એ બન્નેની ચરમ સૂક્ષ્મતમ અવસ્થા છે. વિપશ્યી સાધક આમ રુપ, વેદના, સંજ્ઞા અને સંસ્કારસ્કંધોની એ સુક્ષ્મતમ પરમ સચ્ચાઇઓની અવસ્થાઓનો સાક્ષાત્કાર કરી લે છે. જેનાથી આગળ આ સ્કંધોના ક્ષેત્રમાં બીજું કશું સૂક્ષ્મતર નથી રહેતું. ત્યાર બાદ તેનાથી પરે પરમ સત્ય, નિર્વાણનો સાક્ષાત્કાર કરે છે જે ઇન્દ્રિયાતીત છે, નામ રૂપાતીત છે. સાધક પ્રત્યક્ષાનુભૂતિ દ્વારા સારી રીતે જાણી લે છે કે સ્થૂળ ભાસમાન સચ્ચાઇઓનું ભેદન કરી ને સૂક્ષ્મતમ સુધી પહોંચવાની આ વિદ્યા છે. સાધના છે, શક્તિ છે. આનાથી ચઢિયાતી અન્ય કોઇ વિદ્યા, સાધના, શક્તિ નથી. આથી આને પામીને તે બીજું કશું પામવાની અપેક્ષા નથી રાખતો.

અંતર્મુખી થઇને વિપશ્યના સાધના દ્વારા સ્થૂળથી સૂક્ષ્મ તરફ યાત્રા કરનારા સાધક માટે માર્ગમાં અનેક કઠણાઇઓ ઉત્પન્ન થાય છે. અનેકવાર ભૌતિક રુપ અને ચિત્તનું ઘનત્વ નષ્ટ થઇને સૂક્ષ્મ પ્રવાહની સ્થિતિ પ્રાપ્ત થવા છતાં પણ કોઇ સુષુપ્ત કર્મ સંસ્કાર ની ઉદીરણા થતી હોય છે. તેથી શરીરસ્કંધ પર પુનઃ એ સંસ્કારને અનુરુપ કોઇ સ્થૂળ સઘન સંવેદના પ્રગટ થાય છે. ક્યારેક મૂર્છા, અર્ધમૂર્છા પ્રગટ થાય છે. સાધક ધીરજ પૂર્વક વળી તેમને ભાસમાન સ્થૂળ પ્રગટ સત્ય સમજીને સાક્ષીભાવે જુએ છે તો વહેલું–મોડું તેમનું પણ ભેદન થાય છે. પૂર્વ સંસ્કારોની નિર્જરા થાય છે. તેમનો ક્ષય થાય છે પુનઃ સૂક્ષ્મ ધારાપ્રવાહની અનુભૂતિ થવા લાગે છે. જ્યાં સુધી અધોગતિ તરફ લઇ જનારા સુષુપ્ત કર્મ સંસ્કારોનો સંગ્રહ પૂર્ણપણે સમાપ્ત નથી થઇ જતો, ત્યાં સુધી વચ્ચે વચ્ચે સ્થૂળતા ઉભરાતી જ રહે છે. સમજદાર સાધક આ પૂર્વસંસ્કારજન્ય સંવેદનાઓ પ્રત્યે ઉપેક્ષાનો અભ્યાસ કરતો રહે છે. આ સંસ્કાર–ઉપેક્ષાની યાત્રા કોઇને માટે લાંબી, કોઇને માટે ટૂંકી હોય છે.પૂર્વ સંગ્રહ કેટલો છે તેના પર નિર્ભર કરે છે. સંસ્કાર–ઉપેક્ષાનું કામ કેટલી સમજદારી પૂર્વક કરવામાં આવી રહ્યું છે તેના પર નિર્ભર કરે છે.

આવી અવસ્થામાં કોઇ કાચો સાધક રાજમાર્ગ છોડીને કોઇ ખોટી ભુલભુલામણીમાં પડી જાય છે પૂર્વસંસ્કારજન્ય સ્થૂળ ભાસમાન સત્ય પ્રગટ થાય તે તેના વશની વાત નથી. તેનો સાક્ષીભાવે સામનો જ કરવાનો છે, પરંતુ, જયારે સાધક પાગલપણામાં સ્વયં કલ્પનાજનિત રુપ, રંગ, રોશની, શબ્દ આદિ કૃત્રિમ આલંબન ઉત્પન્ન કરીને તેના પર ધ્યાન દેવા લાગે છે તો એક ભાસમાન સત્ય દ્વારા બીજા બનાવટી ભાસમાન સત્યની પંચાતમાં પડી જાય છે. સૂક્ષ્મતા તરફ જવાનો રસ્તો થંભી જાય છે. રાજમાર્ગ છૂટી જાય છે. કોઇ અંધ ગલીમાં જઇને અટકી જાય છે મુક્તિ દૂર રહી જાય છે સાધક સમજદાર હોય ત્યારે આ ભ્રાંતિથી પોતાની જાતને બચાવી લે છે.

આ સાડા ત્રણ હાથની કાયાની ભીતર સમજદારીપૂર્વક સત્ય દ્વારા સૂક્ષ્મતા તરફ પ્રયાણ અને સૂક્ષ્મતમ સત્ય સુધીની પહોંચ બધાં માટે અત્યંત કલ્યાણકારી છે. સાધકો ! વિપશ્યનાના સતત અભ્યાસ દ્વારા સૂક્ષ્મથી સૂક્ષ્મતર, સૂક્ષ્મતરથી સૂક્ષ્મતમ તરફ આગળ વધતાં રહેતાં શીખીએ. કોઇ ભ્રમમાં ભટકીએ નહિ. અને આ રીતે ખરા અર્થમાં પોતાનું મંગલ–કલ્યાણ સાધીએ. સ્વસ્તિ–મુક્તિ સાધીએ.

– કલ્યાણમિત્ર

સત્યનારાયણ ગોયન્કા

- ફક્ત બહેનો માટે ધમ્મકોટ પર ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૨–૫થી તા. ૧૩–૫–૧૨ દરમિયાન થવાની છે.
- ફક્ત યુવતીઓ માટે ૭ દિવસીય શિબિર તા. ૫–૫થી તા. ૧૩–૫–૧૨ દરમિયાન ધમ્મકોટ પર યોજાશે. ઉપરોક્ત શિબિરમાં જોડાવવા ઇચ્છુક બહેનો/યુવતિ સીટી ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્રનો સંપર્ક કરે.

- ફક્ત ભાઇઓ માટે ધમ્મકોટ પર ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૧૮–૪થી તા. ૨૯–૪–૧૨ દરમિયાન આયોજિત થશે.
- યુવકો માટે ૭ દિવસીય શિબિરનું આયોજન તા. ૨૧–૪ થી તા. ૨૯–૪–૧૨ દરમિયાન યોજાશે. જોડાવવા ઇચ્છુક ભાઇઓ/યુવકો સિટિ ઓફિસ / ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર સંપર્ક કરશો.

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

રાજકોટ - સમૂહ સાધના - સમયમાં વૃદ્ધિ, માસૂમ સ્કૂલ, દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, ૯ થી ૧૦

તા. ૪-૪ થી ૧૫-૪-૧૨ દરમિયાન ધમ્મકોટ પર ધોરાજી-ઉપલેટા ના સાધકો માટે ૧૦ દિવસીય શિબિર આયોજિત થશે.

આ શિબિરમાં જોડાવવા ઇચ્છુક સાધકો માટે ધોરાજી-ઉપલેટાથી ધમ્મકોટ માટે ખાસ વાહનની વ્યવસ્થા કરેલ છે.

* રજિસ્ટ્રેશન તથા વાહન વ્યવસ્થા માટે સંપર્ક :-
(૧) વલ્લભભાઇ લક્કડ-ધોરાજી : ૯૩૭૬૪ ૩૮૩૩૦
(૨) કનુભાઇ પાગડાર - પાટણવાવ : ૦૨૮૨૪-૨૮૭૨૧૧

બુદ્ધપૂર્ણિમા પર 'ગ્લોબલ પગોડા'માં પૂ. ગુરુજીના સાનિધ્યમાં એક દિવસીય મહાશિબિર

તા. ૬ મે ૨૦૧૨, રવિવાર સવારે ૧૧ થી સાંજે ૪ દરમિયાન ગ્લોબલ વિપશ્યના પગોડાના મોટા ધમ્મકક્ષ (ડોમ) માં.

કૃપા કરી નોંધશો કે આ વિશાળ શિબિરમાં કોઇપણ પ્રકારની અસુવિધા ટાળવા બુકિંગ કરાવ્યા વિના ન આવશો.

બુકિંગ સંપર્ક :- ૦૯૮૯૨૮ ૫૫૬૯૨, ૦૯૮૯૨૮૫૫૯૪૫
ફોન : ૦૨૨-૨૮૪૫૧૧૭૦
ઇમેલ રજીસ્ટ્રેશન : oneday@globalpagoda.org
ઓનલાઇન રજીસ્ટ્રેશન : www.vridhamma.org

ત્રિવેણી તીર્થ, કળસાર ખાતે ૧૦ દિવસીય શિબિર તા. ૨-૫-૧૨ થી ૧૩-૫-૧૨. વધુ માહિતી તથા રજિસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક :

(૧) ડો. પ્રવિણભાઇ બલદાણીયા : ફોન : ૦૨૮૪૪-૨૮૧૪૫૦, ૨૮૧૫૮૬, મો. : ૯૯૭૯૧ ૮૬૮૫૬ સદ્ભાવના ટ્રસ્ટ હોસ્પિટલ, વડાલી

(૨) શ્રી નાગરભાઇ પટેલ, ત્રિવેણી તીર્થ : ઉત્તર બુનિયાદી વિદ્યાલય, કળસાર, તા. મહુવા, જિ. ભાવનગર. ફોન : ૦૨૮૪૪-૨૮૧૪૨૩, મો. : ૯૯૯૮૪ ૩૬૭૧૧

વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ-ધમ્મકોટ

તા. ૨૯ એપ્રિલ, રવિવારે વિપશ્યી સાધકોના પરિવારજનો /સ્નેહીજનો માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર **વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ**નું આયોજન નીચે મુજબ કરેલ છે. સમય : સવારે ૧૦ થી બપોરે ૧ કલાક

* ૧-૦૦ વાગ્યે ભોજન અને સમાપન
* વાહન વ્યવસ્થાની જરૂરતવાળા ભાઇ-બહેનો સિટિ ઓફિસ પર સંપર્ક કરી શકે છે.
* સિટિ ઓફિસ/ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર ફોન દ્વારા રજિસ્ટ્રેશન કરાવીને જ આવશો. જેથી ભોજનની તથા અન્ય સુવિધા થઇ શકે.

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 : 01-03-2012
Place : RAJKOT

ધમ્મઅંબિકા કેન્દ્ર પર શિબિરોનો શુભારંભ

ગુજરાતમાં ધર્મ પ્રસારની દિશામાં એક વધુ કદમ મંડાય છે, ધમ્મઅંબિકા કેન્દ્ર પર ૧૦ દિવસીય શિબિરોની શરૂઆતથી. એપ્રિલ ૨૦૧૨ થી ૧૦ દિવસીય શિબિરોનો શુભારંભ થશે.

આગામી શિબિરોનો કાર્યક્રમ નીચે મુજબ છે.

*કેન્દ્ર પર પ્રથમ ૩ દિવસીય શિબિર તા. ૫-૪ થી ૮-૪-૧૨ દરમિયાન જૂના સાધકો માટે યોજાશે.

* ફક્ત જૂના સાધકો માટે ૧૦ દિવસીય શિબિર ૨૧-૪ થી ૨-૫-૧૨ દરમિયાન યોજાશે.

*અન્ય ૧૦ દિવસીય શિબિરની તારીખો :-

09-05-12 to 20-05-12	23-05-12 to 03-06-12*
15-06-12 to 26-06-12	01-08-12 to 12-08-12*
15-08-12 to 26-08-12	01-09-12 to 12-09-12*
15-09-12 to 26-09-12	*(શિબિર ભરાઈ ગઈ છે. જગ્યા નથી)

*** શિબિરમાં જોડવવા માટેના સંપર્ક :-**

સુરત : વિનોદભાઈ/નિકુંજભાઈ (૧૧ થી ૫), ૦૨૬૧-૩૨૬૦૯૬૧
રૂપલબેન ચાવડા : ૦૨૬૧-૨૬૬૩૦૩૦, ૦૭૫૬૭૨ ૮૧૨૮૯
નવસારી : વસંતભાઈ લાડ - ૦૨૬૩૭-૨૫૫૨૫૯, ૯૪૨૮૧ ૬૦૭૧૪

ધમ્મઅંબિકા પહોંચવા નવસારી અથવા બિલિમોરા પહોંચ્યા બાદ નીચેના સંપર્કનો ઉપયોગ કરશો.

બિલિમોરા : રતશીભાઈ પટેલ - ૯૮૨૫૦ ૪૪૫૩૬
નવસારી : મોહનભાઈ પટેલ - ૯૫૩૭૨ ૬૬૯૦૯

:: ધમ્મ અંબિકાનું સરનામું ::

નવસારી અને બિલીમોરા રેલ્વેસ્ટેશનથી ૧૫ કિ.મી., નેશનલ હાઈવે નં. ૮ થી ૨ કિ.મી. દુર, બોરીચા ટોલનાકા પાસે, ગામ : વાગલવાડ.

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મકોટ''	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મસિંધુ'' બાડા.	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મપીઠ'' અમદાવાદ	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર– ''ધમ્મ દિવાકર'' મીઠા મહેસાણા.	મોગર કેન્દ્ર ''ધમ્મ ભવન''
C/o. ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ–૧. (0281) 2220861-866 2782550, 94272 21591 94262 02222 dhammakot@gmail.com	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–આપના બજાર, વિમલ સુપર માર્કેટ, બી.કે. રોડ, મહેસાણા. (ઉ.ગુ.)–૩૮૪ ૦૦૨. (02762) 272800, 254634, 252345 (M) 94292 33000	૫–કાલિંદી પાર્ક, અકોટા અતિથિ ગૃહ પાછળ, વડોદરા–૩૯૦૦૨૦. (0265) 2341181 (M) 94263 32180 E-mail : vvs04@ hotmail.com

૨૦૧૧/૧૨ માટે ૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

04-04 to 15-04-12	10-04-12 to 21-04-12	11-04-12 to 22-04-12	11-04-12 to 22-04-12	04-04-12 to 15-04-12
ફક્ત ભાઈઓ માટે	23-04-12 to 04-05-12	24-04-12 to 05-05-12	25-04-12 to 06-05-12	22-05-12 to 02-06-12
18-04 to 29-04-12	06-05-12 to 17-05-12	23-05-12 to 03-06-12	23-05-12 to 03-06-12	13-06-12 to 24-06-12
ફક્ત બહેનો માટે	19-05-12 to 30-05-12	06-06-12 to 17-06-12	06-06-12 to 17-06-12	05-09-12 to 16-09-12
02-05 to 13-05-12	01-06-12 to 12-06-12	22-06-12 to 03-07-12	22-06-12 to 03-07-12	03-10-12 to 14-10-12
16-05 to 27-05-12	14-06-12 to 25-06-12	06-07-12 to 17-07-12	06-07-12 to 17-07-12	28-10-12 to 08-11-12
30-05 to 10-06-12	27-06-12 to 08-07-12	20-07-12 to 31-07-12	20-07-12 to 31-07-12	12-12-12 to 23-12-12
13-06 to 24-06-12	10-07-12 to 21-07-12	01-08-12 to 12-08-12	15-08-12 to 26-08-12	: ધર્મજ :
27-06 to 08-07-12	24-07-12 to 04-08-12	15-08-12 to 26-08-12	12-09-12 to 23-09-12	હેમંતભાઈ પટેલ (૦૨૬૯૭) ૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨ મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫
09-07 to 20-07-12	28-08-12 to 08-09-12	29-08-12 to 09-09-12	26-09-12 to 07-10-12	08-05-12 to 19-05-12
21-07 to 01-08-12	10-09-12 to 21-09-12	12-09-12 to 23-09-12	10-10-12 to 21-10-12	05-07-12 to 16-07-12
08-08 to 19-08-12	24-09-12 to 05-10-12	26-09-12 to 07-10-12	24-10-12 to 04-11-12	06-09-12 to 17-09-12
22-08 to 02-09-12	06-10-12 to 17-10-12	10-10-12 to 21-10-12	16-11-12 to 27-11-12	18-11-12 to 29-11-12
05-09 to 16-09-12	19-10-12 to 30-10-12	24-10-12 to 04-11-12		
27-10 to 07-11-12	01-11-12 to 12-11-12	11-11-12 to 22-11-12		
09-11 to 20-11-12	14-11-12 to 25-11-12			
21-11 to 02-12-12				
05-12 to 16-12-12				
19-12 to 30-12-12				
21-11-12 to 02-12-				

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

દોહા ધરમના

ચાર સત્ય હૈં જગત કે, ઈનસે મુખ મત મોડ ।
યહી માર્ગ હૈ મુક્તિ કા, આશ પરાયી છોડ ॥

આઠ અંગ હૈં ધરમ કે, દૂર કરેં ભવ-વ્યાધિ ।
તીન ભાગ મેં બૅંટ રહે, પ્રજ્ઞા શીલ સમાધિ ॥

દુ:ખ-મૂલ ઉત્ખનન કી, પાયી જિસને રાહ ।
વહી હુઆ સુખ-શાન્તિ કા, સચ્ચા શાહન્શાહ ॥

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

દોહા ધરમના

કોરે બુદ્ધિ-વિલાસ સે, હોય નહીં કલ્યાણ ।
આર્ય-પથ પર જબ ચલેં, તબ પાએ નિર્વાણ ॥

ના ગૌતમ સે રાગ હૈ, દ્વેષ કૃષ્ણ સે નાય ।
પ્રજ્ઞા-પથ હી ગ્રાહ્ય હૈ, ભલે કહીં સે પાય ॥

મિથ્યા માયા ત્યાગ કર, પરમ સત્ય કી ઓર ।
કદમ કદમ ચલતે રહેં, બઢેં લક્ષ્ય કી ઓર ॥

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 8 માર્ચ 2012 આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઈગતપુરીના 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 31.12.2014)

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