વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2556 ❖ શ્રાવણ પૂર્ણિમા ❖ 2 ઓગસ્ટ 2012 ❖ વર્ષ – 13 ❖ અંક – 05 ❖ સળંગ અંક - 149

ધમ્મવાણી

दुक्खं दुक्खमसुप्पादं, दुक्खस्स च अतिक्कमं
अरियं चट्ठङिकं मग्ग, दुक्खूपसमगामिनं
एतं खो सरणं खेम, एतं सरणमुत्तमं
एतं सरणमागम्य, सब्बदुक्खा पमुच्चति

જોણે બુધ્ધ, ધર્મ અને સંઘનું શરણ લીધું છે, જે ચાર આર્યસત્યોને - દુઃખ, દુઃખની ઉત્પત્તિ, દુઃખમાંથી મુક્તિ તથા મુક્તિગામી આર્ય અષ્ટાંગિક માર્ગને - સમ્યક પ્રજ્ઞાથી જુએ છે તે જ ઉત્તમ શરણ છે, તે જ મંગલદાયક શરણ છે. આ શરણને પ્રાપ્ત કરીને (વ્યક્તિ) બધાં દુઃખોમાંથી મુક્ત થાય છે.

ધર્મચક્ર પ્રવર્તન

સાતમું અને આઠમું ધ્યાન શીખી લીધા પછી પણ તપસ્વી સિધ્ધાર્થ ગૌતમ સંતુષ્ટ ન થયા. આગળ જતાં તેમને ઉરુવેણ (બોધગયા) ના બોધિવૃક્ષની નીચે એ (ધ્યાન)થી નિર્વાણિક અવસ્થા પ્રાપ્ત થઇ અને તેઓ સમ્યક્ સંબુધ્ધ બન્યા. 'સંબુધ્ધ' કહે છે તેને, જે કોઈએ ચીંધેલા માર્ગ પર ચાલીને નહિ, બલકે સ્વયં પોતાના પુરુષાર્થ દ્વારા મુક્તિનો માર્ગ ખોલીને તેના પર ચાલે છે અને મુક્ત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે. ગૌતમ બુધ્ધથી હજારો વર્ષ પહેલાં કાશ્યપ બુધ્ધે પણ આ પ્રકારે સમ્યક્ સંબોધિ પ્રાપ્ત કરેલી અને લોકોને સત્યધર્મ શીખવેલો. સમય વીતતાં આ વિદ્યાનો ક્રિયાત્મક પક્ષ તો લુપ્ત થઇ ગયો. પરંતુ, ક્યાંક ક્યાંક કેવળ થોડાક શબ્દો રહી ગયા, જેનો ખરો અર્થ પણ નષ્ટ થઇ ગયો.

આઠમા ધ્યાન સુધી સાધનાના ક્ષેત્રોમાં અરૂપ બ્રહ્મલોક સુધીની જ ગતિ હોય છે. લૌકિક ક્ષેત્રની સર્વોચ્ચ અવસ્થા હોવા છતાં પણ અરૂપ બ્રહ્મલોક સુધીનું આખેઆખું લૌકિક ક્ષેત્ર અનિત્ય સ્વભાવી જ હોય છે આથી, લૌકિક ક્ષેત્રની એ ઉચ્ચતમ અવસ્થા પ્રાપ્ત થવા છતાં પણ સમ્યક સંબોધિ નથી જાગતી. ગૃહત્યાગી સિધ્ધાર્થ ગૌતમને અનિત્ય ક્ષેત્રની પરે નિત્ય, શાશ્વત, ધ્રુવ અવસ્થાની ખોજ હતી. એ અવસ્થા સમ્યક્ સંબોધિ સુધી પહોંચવાની ક્ષમતા રાખનાર બોધિસત્ત્વને જ પ્રાપ્ત થઇ શકે છે. તેમનું શીલ તો પુષ્ટ હતું જ, આઠમા ધ્યાનની અનુભૂતિ કરી લેતી સર્વોચ્ચ સમાધિ પણ પુષ્ટ થઇ ગઇ હતી, હવે આ બોધિવૃક્ષની નીચે તેમનામાં પ્રજ્ઞા જાગી. શ્રુત પ્રજ્ઞા અને ચિંતન પ્રજ્ઞા નહિ, બલકે ભાવનામયી પ્રજ્ઞા, અર્થાત્ સ્વાનુભૂત પ્રજ્ઞા. આમ શીલ સમાધિ, પ્રજ્ઞાનો આષ્ટાંગિક માર્ગ પ્રગટ થયો અને સિધ્ધ થયો, ત્યારે તેઓ સમ્યક્ સંબુધ્ધ બન્યા. શીલ સમાધિ, પ્રજ્ઞા જ વિપશ્યના છે, જે તેમના વખતમાં વિલુપ્ત થઇ ગયેલી હતી. તપસ્વી સિધ્ધાર્થને વૈશાખી પૂર્ણિમાની રાતે બોધિવૃક્ષની નીચે આ વિપશ્યના વિદ્યાનું સંશોધન કરતાં સમ્યક્ સંબોધિ પ્રાપ્ત થઇ.

આમ વિપશ્યાના સાધના પ્રગટ થતાં જયારે ભવમુક્તિની અવસ્થા પ્રાપ્ત થઇ ત્યારે તેમને થયું કે જે પાંચ તપસ્વી બ્રાહ્મણો તેમની સાથોસાથ રહ્યા હતા અને કોઈ ભ્રાંતિવશ તેમને છોડીને જતા રહ્યા હતા. તેમને આ અનુપમ ઉપલબ્ધિનો પ્રથમ ઉપદેશ આપું! આ ઉદ્દેશ્યપૂર્તિ અર્થે તેઓ વારાણસીના મૃગદાવવન (સારનાથ) પહોંચ્યા. જયાં, એ પાંચેય તપસ્વી રોકાયા હતા. જયારે એ પાંચેયને પૂરી ખાતરી થઇ ગઇ કે આ મહાપુરુષ ખરેખર સમ્યક સંબુધ્ધ બની ગયા છે, ત્યારે ભગવાને તેમને જે ઉપદેશ આપ્યો, તે જ ''ધર્મચક્ર પ્રવર્તન'' કહેવાયો.

એ કાળમાં બે પ્રકારની સાધના–પરંપરાઓ અધિક પ્રચલિત હતી. એક પરંપરાના આચાર્યો ધર્મની ઊંચી ઊંચી વ્યાખ્યાઓ કરવાની સાથે સાથે સાધકોને ઉન્મુક્ત કામ–ભોગની છુટવાળી શિક્ષા પણ આપતા, કેમ કે તેઓ પોતે અસંયમિત ઉન્મુકત કામભોગી હતા. બીજી પરંપરામાં એવા આચાર્યો હતા, જેઓ ભવમુક્તિને માટે નિત્ય, શાશ્વત, ધ્રુવ અવસ્થા, પ્રાપ્ત કરવાના હેતુથી શરીરને અતિશય પીડા આપવાની શિક્ષા આપતા હતા.

આ મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રવચનનો પ્રારંભ કરતાં સમ્યક્ સંબુદ્ધે કહ્યું કે તેમણે મધ્યમ માર્ગ શોધી કાઢ્યો છે, જેના પર ચાલીને કોઈ પણ વ્યક્તિ મુક્ત અવસ્થાએ પહોંચી શકે છે, અનાર્થમાંથી આર્ય બની શકે છે

આ મધ્યમમાર્ગની વ્યાખ્યા કરતાં તેમણે ધર્મચક્રનું પ્રવર્તન કર્યું. આરંભમાં ચાર આર્યસત્યોની વ્યાખ્યા કરી. આ ચારેય સચ્ચાઈઓને સ્વાનુભુતિ દ્વારા જાણી લેતાં સાધક જન્મ–મરણના દુઃખોથી છુટકારો પામી લેવો છે, અનાર્યમાંથી આર્ય બની જાય છે. એટલે તેમણે સત્યધર્મનાં ચારેય અંગોને આર્યસત્ય કહ્યાં. તેથી આર્યમાર્ગ પર ચાલવાને માટે તેમણે આ ચારેય આર્યસત્યોનું પ્રજ્ઞાપન કર્યું.

૧. દુઃખ આર્યસત્ય

(ક) જન્મ લો તે દુઃખ છે, વૃધ્ધાવસ્થા દુઃખ છે, બીમારી દુઃખ છે, મૃત્યુ દુઃખ છે, અપ્રિયનો સંયોગ દુઃખ છે, પ્રિયનો વિયોગ દુઃખ છે, ઈચ્છિતનું પ્રાપ્ત ન થવું તે દુઃખ છે, આ બધામાં સમાએલા

વાસ્તવિક દુઃખને સમજવાનું છે. વાસ્તવમાં એમાં સમાએલું ઉપાદાન એટલે કે આસક્તિ જ દુઃખ છે.

(ખ) આ દુઃખ આર્યસત્ય પરિપૂર્ણ રૂપે પરિજ્ઞાન કરવા યોગ્ય છે

(ગ) આ દુઃખ આર્યસત્યનું મને પૂર્ણ રીતે પરિજ્ઞાન થઇ ગયું છે. ત્યારે જ મને કદિ ન સાંભળેલા ધર્મચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, જ્ઞાનચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, પ્રજ્ઞાચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં અને વિદ્યાનો આલોક ઉત્પન્ન થયો

૨. દુઃખ સમુદય આર્યસત્ય

(ક) અણગમતાને દૂર કરવાની તૃષ્ણા, મનગમતાને પ્રાપ્ત કરવાની તૃષ્ણા – બંને રાગ જગાવે છે, દુઃખ જગાવે છે, મિથ્યા આનંદ જગાવે છે, મિથ્યા ભ્રાંતિ જગાવે છે : જેમ કે કામભોગની તૃષ્ણા ભવસંસરણ ચાલુ રાખવાની ‘ભવતૃષ્ણા’ અથવા ભવસંસરણના સમાવનની વિભવતૃષ્ણા.

(ખ) આ દુઃખદાયિની તૃષ્ણાને પૂર્ણ રીતે નષ્ટ કરવી જોઈએ.

(ગ) મેં આ તૃષ્ણાને પૂર્ણ રીતે નષ્ટ કરી દીધી છે.

ત્યારે જ મને અગાઉ કદિ ન સાંભળેલાં ધર્મચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, જ્ઞાનચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, પ્રજ્ઞાચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં અને વિદ્યાનો આલોક ઉત્પન્ન થયો.

૩. દુઃખનિરોધ આર્યસત્ય

(ક) નિર્વાણના પરમ સુખની તે અવસ્થા, જયાં દુઃખનો નિતાંત નિરોધ થઇ જાય છે, દુઃખ ઉત્પન્ન થવા જ નથી પામતું,

(ખ) આ નિતાંત નિરોધ અવસ્થાનો સાક્ષાત્કાર કરવો જોઈએ

(ગ) મેં આ અવસ્થાનો સાક્ષાત્કાર કરી લીધો છે

ત્યારે જ મને કદિ ન સાંભળેલાં ધર્મચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, જ્ઞાનચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, પ્રજ્ઞાચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં અને વિદ્યાનો આલોક ઉત્પન્ન થયો.

૪. દુઃખનિરોધગામિની પટિપદા(પ્રતિપદા) આર્ય સત્ય

(ક) આ દુઃખ નિરોધગામિની પટિયદા આર્યસત્ય જ દુઃખનિરોધિની પ્રતિપદા છે.

(ખ) આ પ્રતિપદાને સ્વાનુભૂતિ પર ઉતારવાની છે

(ગ) મે આ પ્રતિપદાને સ્વાનુભૂતિ પર ઉતારી લીધી છે.

ત્યારે જ મને કદિ ન સાંભળેલાં ધર્મચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, જ્ઞાનચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં, પ્રજ્ઞાચક્ષુ ઉત્પન્ન થયાં અને વિદ્યાનો આલોક ઉત્પન્ન થયો.

મારું જ્ઞાનદર્શન આ ચારેય આર્યસત્યોને ત્રણ–ત્રણ પ્રકારે સ્વાનુભૂતિ પર ઉતારી લેતાં સુવિશુદ્ધ થયું – तिपरिवद्द द्वदसाकारं ञाणदस्सनं सुविसुद्ध अहासि એટલે કે બાર પ્રકારે જ્ઞાનદર્શન થયે જ મેં સમ્યક સંબોધિ પ્રાપ્ત થયાની ઘોષણા કરી. મેં જાણી લીધું કે હવે હું મુક્ત છું. આ મારો અંતિમ જન્મ છે – अयमन्तिमा जाति હવે ભવિષ્યમાં પુનર્જન્મ નહિ થાય नत्थिदानि पुनब्भवोति

સમ્યક્ સંબુદ્ધે ખોળેલો આ જ મધ્યમાર્ગ છે જેમાં શીલ છે એટલે કે सम्मा वाचा – સમ્યક્ વાણી, सम्मा कम्मन्तो – સમ્યક્ કર્માન્ત, सम्मा आजीवो – સમ્યક્ આજીવિકા આ જ માર્ગમાં સમાધિ છે એટલે કે सम्मा वायामो – સમ્યક્ પરિશ્રમ, सम्मा सति સમ્યક્ સજગતા, सम्मा समाधि – ચિત્તની સમ્યક્ એકાગ્રતા અને આમાં જ પ્રજ્ઞા છે એટલે કે सम्मा सङ्कप्पो – સમ્યક્ સંકલ્પ सम्मा दिट्ठि – સમ્યક્ દર્શન. આ આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગ જ મધ્યમ માર્ગ છે. મધ્યમ માર્ગનો આ ક્રિયાત્મક પક્ષ જ ‘વિપશ્યના’ કહેવાય છે. તેની સાધનામાં આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગનાં આઠેય અંગ સમાએલાં છે.

ભગવાને આ ધર્મચક્ર પ્રવર્તનના ઉપદેશમાં સ્પષ્ટ કર્યું કે જે સમ્યક્ સંબુદ્ધ હોય છે, તે જ આ ચાર આર્યસત્યો તથા આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગનું સફળ સંશોધન કરીને સમ્યક્ સંબુદ્ધ બની જતાં ધર્મચક્રનું પ્રવર્તન કરે છે. કાલાન્તરે જેઓ પણ સમ્યક્ સંબુદ્ધ બન્યા, તેમણે આ ધર્મચક્રનું જ પ્રવર્તન કર્યું. ભવિષ્યમાં જે સમ્યક્ સંબુદ્ધ થશે તેઓ પણ આ ધર્મચક્રનું જ પ્રવર્તન કરશે. મનુષ્યલોક, દેવલોક કે બ્રહ્મલોકની અન્ય કોઈ વ્યક્તિ, જે સમ્યક્ સંબુદ્ધ નથી બની, તે આવા ધર્મચક્રનું પ્રવર્તન નથી કરી શકતી – अप्पटिवत्तियं

એક સમ્યક્ સંબુદ્ધ અને બીજા સમ્યક્ સંબુદ્ધની વિદ્યા શુદ્ધ રૂપમાં કાયમ રખાઈ આથી આપણે બર્માનો ઉપકાર માનીએ છીએ કે ત્યાંના વિપશ્યનાચાર્યોએ છેલ્લાં ૨૦૦૦ વર્ષોથી આ સક્રિય વિદ્યાને જીવંત રાખી ! આ કારણે જ ૨૫૦૦ વર્ષનું પ્રથમ બુદ્ધશાસન પૂરું થતાં દ્વિતીય બુદ્ધશાસનના આરંભે ભારતની આ ખોવાઈ ગયેલી અણમોલ વિપશ્યના સાધના પાછી પોતાના ઉદગમ સ્થાન ભારતમાં આવી. છેલ્લા અનેક દસકાઓમાં ભારતના બધા સંપ્રદાયોના અનેક લોકોએ તેનો સ્વીકાર કર્યો, તેને ગ્રહણ કરી અને પોતે લાભાન્વિત થયા. હવે તો આ વિદ્યા ભારતમાં જ નહિ, બલકે વિશ્વના અનેક દેશોમાં પ્રકાશિત થઇ છે અને ત્યાંના લાખો લોકોનું કલ્યાણ કરી રહી છે.

વિપશ્યના ભગવાન બુદ્ધે ચીંધેલા આર્ય આષ્ટાંગિક માર્ગની ક્રિયાત્મક સાધના છે જે આર્ય માર્ગના આઠેય અંગોને પુષ્ટ કરે છે, પ્રત્યેક સાધકોને આર્ય બનાવે છે, ભવબંધનથી ભવમુક્ત કરાવે છે. સમ્યક્ સંબુદ્ધની મહાન શિક્ષા કેવળ ઉપદેશ સુધી સીમિત રહીને વાણીવિલાસ વિપશ્યના સાધના દ્વારા તેના સ્વાનુભૂતિજન્ય વ્યાવહારિક પક્ષમાં પુષ્ટ થઇને બધા લોકો પોતાનું કલ્યાણ સાધો! સૌનું મંગળ થાઓ! સૌની સ્વસ્તિ મુક્તિ થાઓ!

કલ્યાણ મિત્ર,

સત્ય નારાયણ ગોયન્કા

ગુજરાતના સહાયક આચાર્યોની કાર્યશાળા – ૨૦૧૨

તા. ૨૦ સપ્ટેમ્બર સવારે ૮ થી ૨૩ સપ્ટેમ્બર બપોરે ભોજન સમય સુધી
સ્થળ : ધમ્મકોટ, રાજકોટ.
રજિસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક : વિનોદભાઇ રાયચુરા– ૯૪૨૭૨ ૨૧૫૯૧

• ખાસ વિનંતી : આ અંકમાં સૌરાષ્ટ્ર-કચ્છમાં ચાલતી સમૂહ સાધના અને એક દિવસીય શિબિરોની માહિતી આ સાથે આપેલ છે. માહિતીમાં ફેરફાર કે ઉમેરણ માટે રાજકોટ સિટિ ઓફિસને લેખિતમાં જાણ કરશોજી, જેથી ભવિષ્યમાં સાચી અને પૂરી માહિતી આપી શકાય.

ધમ્મકોટ

ફોન : 0281-2782040 M. : 93279 23540

:: રાજકોટ સિટિ ઓફિસ ::

C/o. ભાભા હોટેલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ – ૩૬૦ ૦૦૧. ફોન : 0281 - 2220861-866, M. : 94272 21591, 94262 02222 **એક દિવસીય શિબિર :** દર મહિનાના પહેલા અને ચોથા રવિવારે રાજકોટ શહેરમાં માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. ની પાછળ. સમય : ૮ થી ૩. ભોજનની વ્યવસ્થા રાખેલ છે.

બાળકો માટેની શિબિર : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે રાજકોટ શહેરમાં માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. ની પાછળ, સમય : ૮ થી ૧.

સામૂહિક સાધના : દર **મંગળવારે** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ પ્રભાત કોમ્પ્લેક્ષ – ૨, ૧૦ માં માળે, શ્રોફ રોડ. ✦ દર **શુક્રવારે** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, વિભાકર નિવાસ, ધારેશ્વર મંદિર ચોક ✦ દર **રવિવારે** સવારે ૮ થી ૯, ૯ થી ૧૦ માસૂમ સ્કૂલ, યુનિ. રોડ, એસ.એન.કે. સ્કૂલ પાછળ. ✦ મહિનાનો **ત્રીજો રવિવાર** સવારે ૮ થી ૧૦.૦૦ (સામૂહિક સાધના અને ધર્મ ચર્ચા) માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. ની પાછળ. ✦ **રોજ બપોરે** ૩.૩૦ થી ૪.૩૦ સિટી ઓફિસ, ભાભા ડાઈનિંગ હોલ.

✦ **સોમ થી શનિ** સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ તેમજ સાંજના ૬.૩૦ થી ૭.૩૦, કોટેચા નગર, શેરી નં. ૧, નયન વિહારની બાજુમાં. ✦ **સાંજે** ૬.૩૦ થી ૭.૩૦, શ્વાસ નેચરોપથી, રૂમી પ્લાઝા, ૩ જો માળ, રેસકોર્સ રોડ. ✦ **બહેનોની સામૂહિક સાધના :** દર મહિનાના પહેલા શનિવારે સાંજે બહેનોની સામૂહિક સાધનાનું અલગ અલગ સાધિકા બહેનના નિવાસ સ્થાને આયોજન થાય છે. ✦ **સ્થળ અને સમય માટે સંપર્ક :–** (૧) ઉર્વીબહેન સવજાણી – ફોન : 2576748, (૨) ચેતનાબેન માવદિયા – મો. 94290 49144

જૂનાગઢ : એક દિવસીય શિબિર : દર ત્રીજા રવિવારે સવારે ૯ થી ૧, સ્થળ : કેસરી ફાર્મ, વંથલી રોડ, ભરાડ સ્કૂલની સામે, **સામૂહિક સાધના : (૧) સોમ થી શુક્ર** સમય : સાંજે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, **સ્થળ:** એ–૩૦૨ મોતી પેલેસ, મોતીબાગ, જુનાગઢ. જગદીશભાઈ અમલાણી – M. 94285 38562, (૨) દર રવિવારે સવારે ૮.૦૦ થી ૯.૦૦ **સ્થળ:** મણિભાઈ કાલરિયા સત્સંગ હોલ, રાયજીનગર શેરી–૯. **સંપર્ક:** ડો. ધીરૂભાઈ શાહ – M. 98098 22136 રમણીકભાઈ કવા – M. 94272 05405. (૩) દર શનિવારે સવારે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ **સ્થળ: ડો. ટાંકસાહેબ, મધુરમ હોસ્પીટલ સ્ટોપની બાજુમાં.**

મોરબી : એક દિવસીય શિબિર : દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૮ થી ૧, **સામૂહિક સાધના :** બુધવાર સવારે ૭ થી ૮, સરકારી આંખની હોસ્પીટલ, ગાંધી ચોક.
સંપર્ક : ગિરધરભાઈ આદ્રોજા M. 99250 12211 ડો. કાતરિયા ફોન : 02822 - 227501, M. 99090 26026

જેતપુર : એક દિવસીય શિબિર : દર પહેલા રવિવારે સવારે ૮.૦૦ થી ૧.૦૦, સ્થળ : પાટીદાર ડાઈંગ, નવાગઢ રોડ, **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૮.૦૦ થી ૯.૦૦, રાત્રે ૯.૦૦ થી ૧૦.૦૦ સ્થળ : વાઘવાણી હોસ્પીટલ
સંપર્ક : હિતેષભાઈ ધોળિયા – ફોન : 02823-224856 M. : 99093 12946, અરવિંદભાઈ દવે – ફોન : 02823-224020, 94282 62257

જામનગર : એક દિવસીય શિબિર : દર બીજા રવિવારે બપોરે ૧૨ થી ૬ અને **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સાંજે ૫ થી ૬, નિરાધાર આશ્રમ, પેલેસ રોડ, એસ.બી.એસ. બેંકની પાછળ, સરૂ સેક્શન રોડ, જામનગર.
સંપર્ક : રમેશ દવે – M. 94089 63935, રમેશભાઈ મહેતા – ફોન : 0288-2677761, સંજય ત્રિવેદી – M. 93741 99523,
ઈન્દુબેન મોઢા – M. 94272 71002.

ભાવનગર : એક દિવસીય શિબિર : મહિનાના બીજા રવિવારે, સમય : સવારે ૭–૩૦ થી ૨, **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૮ થી ૯, વિજ્ઞાન નગરી, આંબાવાડી, ભાવનગર. દર રવિવારે સવારે ૭ થી ૮, આરાધના ફ્લેટ, મેઘાલય સર્કલ **સંપર્ક :** અનિલભાઈ શાહ ફોન : 0287 - 3202002, M. : 94272 32145.

અમરેલી : એક દિવસીય શિબિર : મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સવારે ૯ થી ૪, **સામૂહિક સાધના :** દર બુધવારે સવારે ૭ થી ૮, **સંપર્ક :** દ્વારકાદાસ લલાડિયા, ૫૧–બી શ્રીરંગ સોસાયટી, ચિત્તલ રોડ, અમરેલી. ફોન : (02792) 223983 M. 94262 31449, 93286 12000

સુરેન્દ્રનગર : એક દિવસીય શિબિર : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે, સવારે ૯ થી ૪, **સામૂહિક સાધના :** સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૦૦, બોસ્ટન રેસ્ટ હાઉસ, જૂના જંકશન રોડ. **સંપર્ક :** જેનભાઈ – M. 93746 03107, ડો. મેહુલ બાવીસી – M. 99242 53862, કરૂણાબાઈ મહાસતીજી, ૧૦ બેંકર્સ સોસાયટી, સુરેન્દ્રનગર.

ધમ્મસિંધુ

ફોન : (02834) 273303, 273612

એક દિવસીય શિબિર : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૧૦.૩૦ થી ૫.૩૦ 'ધમ્મ સિંધુ કેન્દ્ર ઉપર' **સંપર્ક :** છોટુભાઈ પી સોની – M. 94264 52728, પરેશભાઈ ઠક્કર – ફોન : 02834-223118, 232832

કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર - 'ધમ્મસિંધુ' C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ ચુ. શાહ, પ્રો. કે.ટી. શાહ રોડ, માંડવી, કચ્છ – 370 465. ફોન : (02834) (O) 223076 (R) 223406, કેન્દ્ર : 'ધમ્મસિંધુ', ગામ : બાડા, વાયા : લાયજા, તાલુકો : માંડવી, કચ્છ – 370 475. ફોન : (02834) 273303, 273612. આચાર્ય નિવાસ : 273304

e-mail : <info@sindhu.dhamma.org>

ભુજ : દર મહિનાના બીજા અને ચોથા રવિવારે ૧૨.૩૦ થી ૬.૦૦.

સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે ૮ થી ૯, દર બુધવારે ૪.૩૦ થી ૫.૩૦ (મહિલાઓ માટે), હોસ્પીટલ કંપાઉન્ડ, જનરલ હોસ્પીટલ સામે, **સંપર્ક :** ડો. શાંતુબેન પટેલ – M. 98256 62156, પ્રભુભાઈ પટેલ – ફોન : (02832) 255218, M. 94274 33534

ગાંધીધામ : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૭.૩૦ થી ૧, **સામૂહિક સાધના :** દર રવિવારે સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦, પહેલા માળે, સરસ્વતી બિલ્ડીંગ, પ્લોટ નં. ૫૯૧, વોર્ડ ૧૨/સી, સીટી પોલીસ સ્ટેશનની બાજુમાં, **સંપર્ક :** કિશોરભાઈ રાણવાલા – ફોન : 220141, M. 94272 09001.

અંજાર : સમૂહ સાધના : દરરોજ સાંજે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦, રવિવારે સવારે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦. એક દિવસીય શિબિર : ત્રીજા રવિવારે. **સંપર્ક : ગૌતમ ગોસ્વામી :** M. 99252 66044, **દિલીપ એન. ગાંધી :** M. 94277 19149, ૨૦, વૃંદાવન સોસાયટી, બગીચા પાસે, ખાડિયા.

લાકડિયા : દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૧૧ થી ૫, ભરાણીનો વાસ, **સંપર્ક :** જયાબેન ગડા – ફોન : (02837) - 273435.

માંડવી : સામૂહિક સાધના : દર રવિવારે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦ **સંપર્ક :** છોટુભાઈ પી. સોની – ફોન : (02834) 224198, M. 94264 52728. પરેશભાઈ ઠક્કર – ફોન : (02834) 223118, 232832

રાપર : દર રવિવારે ૮ થી ૯, સાંજે ૫ થી ૬, સહયોગ હોસ્પીટલ, સી.એચ.વી. દવાખાનું. **સંપર્ક :** દેવેન્દ્રભાઈ ગોસ્વામી – M. 98796 47587, અરૂણભાઈ ગાવન્ડે – M. 98796 71178.

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 20-11-12 to 28-11-12 04-03-13 to 12-03-13		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	(૨૦ દિવસ) 05-08-12 to 26-08-12 13-03-13 to 03-04-13 (૩૦ દિવસ) 12-12-12 to 12-01-13 03-03-13 to 03-04-13 (૪૫ દિવસ) 12-12-12 to 27-01-13	**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) 15-08-12 to 18-08-12 22-11-12 to 25-11-12

ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર ધમ્મપીઠ–રનોડા અમદાવાદ સિટિ ઓફિસ સ્થળાંતર

એ–૮૦૧, નરનારાયણ કોમ્પ્લેક્સ, એ વિંગ, સ્વસ્તિક ચાર રસ્તા પાસે, 'જલારામ છાશ' સામે, સી. જી. રોડ અમદાવાદ.

- અહીં વિપશ્યના સાધના અંગેની તમામ માહિતી, સાહિત્ય, સીડી, પુસ્તકો ઉપલબ્ધ છે.
- સાધના કરવા માટે સુવિધા છે.

અગાઉથી ફોન કરી લાભ લેશો.

- શિબિર રજિસ્ટ્રેશન અહીં થઇ શકશે.
- લિફ્ટની સુવિધા છે.

-: સંપર્ક :-
૮૯૮૦૦ ૦૧૧૧૦

રાજકોટ શહેરમાં દર મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સમૂહ સાધના અને ધર્મચર્ચા

રાજકોટ શહેરના સાધકો માટે દર મહિનાના ત્રીજા રવિવારે સમૂહ સાધના તથા ધર્મચર્ચા

: સ્થળ :
માસૂમ સ્કૂલ, એસ.એન.કે. પાછળ, યુનિ. રોડ, રાજકોટ.

: સમય :
સવારે ૮ થી ૯ સમૂહ સાધના
સવારે ૯ થી ૧૦ ધર્મચર્ચા

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મકોટ"	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મસિંધુ"	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મપીઠ"	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર–"ધમ્મ દિવાકર"	"ધમ્મ અંબિકા"	મોગર કેન્દ્ર "ધમ્મ ભવન"
C/o. ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ–૧. (0281) 2220861-866 2782550, 94272 21591 94262 02222 dhammakot@gmail.com	બાડા. C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ ચુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી. કચ્છ–૩૭૦ ૪૬૫ (02834) 273303, 273612,	અમદાવાદ રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ – ૩૮૦ ૮૧૦ (02714) 294690, (M) 94264 19397	મીઠા મહેસાણા. 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	૯૫૩૭૨ ૬૬૯૦૦૯ ૯૮૨૫૦ ૪૪૫૩૬ ૦૨૬૩૪–૨૯૧૧૦૦ ૦૨૬૩૪–૨૯૨૫૨૧	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

ધમ્મકોટ	ધમ્મસિંધુ	ધમ્મપીઠ	ધમ્મ દિવાકર	ધમ્મ અંબિકા	ધમ્મ ભવન
05-09-12 to 16-09-12	28-08-12 to 08-09-12	29-08-12 to 09-09-12	12-09-12 to 23-09-12	01-09-12 to 12-09-12*	05-09-12 to 16-09-12
27-10-12 to 07-11-12	10-09-12 to 21-09-12	12-09-12 to 23-09-12	26-09-12 to 07-10-12	15-09-12 to 26-09-12	03-10-12 to 14-10-12
09-11-12 to 20-11-12	24-09-12 to 05-10-12	26-09-12 to 07-10-12	10-10-12 to 21-10-12	03-10-12 to 14-10-12	28-10-12 to 08-11-12
21-11-12 to 02-12-12	08-10-12 to 19-10-12	10-10-12 to 21-10-12	24-10-12 to 04-11-12	17-10-12 to 28-10-12	12-12-12 to 23-12-12
05-12-12 to 16-12-12	22-10-12 to 02-11-12	24-10-12 to 04-11-12	16-11-12 to 27-11-12	31-10-12 to 11-11-12	ત્રણદિવસીય
19-12-12 to 30-12-12	06-11-12 to 17-11-12	11-11-12 to 22-11-12		15-11-12 to 26-11-12	17-08-12 to 20-08-12
02-01-13 to 13-01-13	18-11-12 to 29-11-12			12-12-12 to 23-12-12	
16-01-13 to 27-01-13	03-02-13 to 14-02-13			02-01-13 to 13-01-13	
30-01-13 to 10-02-13	17-02-13 to 28-02-13			16-01-13 to 27-01-13	
13-02-13 to 24-02-13	06-04-13 to 17-04-13			*શિબિર ભરાઇ ગઇ છે.	
27-02-13 to 10-03-13	21-04-13 to 02-05-13			સતિપટ્ઠાન 27-11-12 to 05-12-12	
13-03-13 to 24-03-13	05-05-13 to 16-05-13				
27-03-13 to 07-04-13	19-05-13 to 30-05-13				
10-04-13 to 21-04-13					

ધમ્મ અંબિકા — રજિસ્ટ્રેશન
0261-3260961
(૧૧થી ૫ દરમિયાન)

:: સરનામું ::
નવસારી અને બિલિમોરા રેલ્વે સ્ટેશનથી ૧૫ કિ.મી., નેશનલ હાઈવે નં. ૮, બોરિયાચ ટોલનાકાની પશ્ચિમે ૨ કિ.મી. દૂર ગામ : વગલવાડ, તા.: ગણદેવી

: ધર્મજ :
(૦૨૬૯૭)
૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨
મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫
હેમંતભાઈ પટેલ

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

બંધન ક્યા હૈ સમઝ લેં, તો કર દેવેં ચૂર
બિન સમઝે બંધન બઢે, મુક્તિ રહેગી દૂર
ધર્મચક્રચાલિત કરેં, પ્રજ્ઞા લેંય જગાય
જિસસે સારી ગંદગી, મન પર કી કટ જાય
નહીં ગંધ મકરંદ ના, ભ્રમર ન આવે ભૂલ
જ્ઞાની કહાં લુભા સકેં, યે કાગજ કે ફૂલ

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

દોહા ધરમના

તન મન કે સંયોગ કા, અંતર વેદન હોય
મિટે આવરણ મોહ કા, વિભ્રમ વિઘટિત હોય
ભ્રમ હી ભ્રમ પૈદા કરે, સદા અધૂરા જ્ઞાન
મૃગ મરીચિકા દૂર હો, જગે પૂર્ણ જબ જ્ઞાન
મરણાંતક પીડા જગે, ચિત્ત ન વિચલિત હોય
અંતર મેં પ્રજ્ઞા જગે, ધર્મ સહાયક હોય

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 2 ઓગસ્ટ 2012 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 31.12.2014)

Weighs less than 10 gms
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