વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2556 ❖ ફાલ્ગુન પૂર્ણિમા ❖ 27 માર્ચ 2013 ❖ વર્ષ – 13 ❖ અંક – 12 ❖ સળંગ અંક - 156

ધમ્મવાણી

अट्ठङ्गिको अरीयपथो जनानं, मोक्खप्पवसो उजुकोव मग्गो।
धम्मो अयं सन्तिकं रो पणीतो, निय्यानिको तं पणमामि धम्मं।
(वंदना – ५)

હું આવા ધર્મને પ્રણામ કરું છું જે આર્યજનો માટે ઉપયુક્ત આષ્ટાંગિક માર્ગ છે, જે મોક્ષપ્રાપ્તિ માટેનો સીધો સરળ માર્ગ છે, જે શાંતિદાયક ઉત્તમ ધર્મ છે અને જે નિર્વાણ તરફ લઈ જાય છે.

વિશ્વશાંતિ માટે આંતરિક શાંતિ આવશ્યક

(સહસ્રાબ્દિ વિશ્વશાંતિ શિખર સંમેલનમાં પૂ. ગુરુજીનું પ્રવચન)

ઓગષ્ટ ૨૦૦૦ના અંતમાં પૂ. ગુરુદેવે ઉપર્યુક્ત શિખર સંમેલનમાં ભાગ લીધો, જેમાં વિશ્વના ૧૦૦૦ થી વધુ ધાર્મિક અને આધ્યાત્મિક નેતાઓ યુ.એન.ઓ.ના મુખ્ય સચિવ શ્રી કોફી અન્નાનની અધ્યક્ષતા હેઠળ એકત્ર થયા હતા. આ સંમેલનનું લક્ષ્ય સહિષ્ણુતા વધારવાનું, વિશ્વશાંતિને પ્રોત્સાહન (પોષણ, વિકાસ) આપવાનું તથા વિભિન્ન સાંપ્રદાયિક નેતાઓ દ્વારા સૌહાર્દપૂર્ણ વાતાવરણમાં પારસ્પરિક વાર્તાલાપને પ્રોત્સાહન આપવાનું હતું. પરંતુ, વિભિન્ન નેતાઓના દૃષ્ટિકોણ વિભિન્ન હોવાને કારણે મતભેદ થવાની સંભાવના જ પ્રબળ હતી. એમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે પોતાના પ્રસ્તુતીકરણમાં એ વાત પર ભાર મૂક્યો કે જે જે વાતો બધા આધ્યાત્મિક માર્ગોમાં સમાન છે એ સર્વવ્યાપી ધર્મને અર્થાત કુદરતના કાનૂનને મહત્ત્વ આપવું જોઈએ. તેમની વાતોનું ખૂબ ઉત્સાહભેર સ્વાગત થયું.

તેમણે કહ્યું ''મિત્રો, આધ્યાત્મિક તથા ધાર્મિક દુનિયાના નેતાઓ ! આજે આપણને બધાને હળીમળીને માનવતાની સેવા કરવાનો એક ઉત્તમ અવસર મળ્યો છે. ધર્મ એકતા લાવે તો જ ધર્મ છે ભાગલા પાડે તો એ ધર્મ નથી.

આજે અહીં ધર્મ–પરિવર્તનના, પક્ષ–વિપક્ષમાં ખૂબ ચર્ચા થઈ. હું પરિવર્તનના વિરોધમાં નહિ, બલ્કે તેના પક્ષમાં છું – પરંતુ પરિવર્તન એક સંપ્રદાયમાંથી બીજા સંપ્રદાયમાં નહીં, બલ્કે પરિવર્તન દુઃખમાંથી સુખમાં, બંધનમાંથી મુક્તિમાં, ક્રૂરતાથી કરુણામાં હોવું જોઈએ. આજે આવા જ પરિવર્તનની આવશ્યકતા છે. અને તેના માટે જ આ મહાસભા (સંમેલન)માં પ્રયાસ કરવાનો છે.

પુરાતન ભારતે વિશ્વની સમગ્ર માનવતાને શાંતિ અને સામંજસ્યનો સંદેશ આપ્યો. પરંતુ કેવળ એટલું જ નહીં, શાંતિ–સામંજસ્ય પ્રાપ્ત કરવાની રીત પણ સમજાવી, વિધિ પણ આપી. મને એવું લાગે છે કે માનવ સમાજમાં જો ખરેખર શાંતિ સ્થાપિત કરવી હોય તો આપણે દરેક વ્યક્તિને મહત્ત્વ આપવું પડશે. જો પ્રત્યેક વ્યક્તિના મનમાં જ શાંતિ ન હોય, તો વિશ્વમાં વાસ્તવિક શાંતિ શી રીતે થાય ? જો મારું મન વ્યાકુળ હોય, હંમેશાં ક્રોધ, વેર, દુર્ભાવના અને દ્વેષથી ભરેલું રહેતું હોય, તો હું વિશ્વને શાંતિનું પ્રદાન શી રીતે કરી શકું ? કરી જ ન શકું. કેમ કે સ્વયં મારામાં જ શાંતિ નથી. એટલે સંતો અને પ્રબુદ્ધોએ કહ્યું – શાંતિ પોતાની ભીતર શોધો ! સ્વયં પોતાની ભીતર નિરીક્ષણ કરીને જોવાનું છે કે શું ખરેખર મારામાં શાંતિ છે ? વિશ્વના બધા સંતો, સત્પુરુષો અને મુનિઓએ આ જ સલાહ આપી – પોતાની જાતને જાણો ! એટલે કેવળ બુદ્ધિના સ્તરે નહિ. ભાવાવેશમાં આવીને કે શ્રદ્ધાના માર્યા સ્વીકાર કરીને નહિ, બલ્કે પોતાની અનુભૂતિના સ્તરે પોતાના બારામાં સચ્ચાઈ જાણશો ત્યારે જીવનની સમસ્યાઓનું આપમેળે સમાધાન થતું જશે.

આવું થતાં વ્યક્તિ સર્વવ્યાપી નિયમને, કુદરતના કાનૂનને અથવા કહો કે ઈશ્વરના કાનૂનને સમજવા લાગે છે. એ કાનૂન બધાંને લાગૂ પડે છે. જ્યારે હું ક્રોધ, વેર, દુર્ભાવના, દ્વેષ પેદા કરું છું તો તેનો સૌથી પહેલો શિકાર હું પોતે થાઉં છું. જે વેર કે દ્વેષ ભીતર જગાવું તેનો પહેલો શિકાર હું થાઉં છું. હું પહેલો મારી પોતાની હાનિ કરું છું અને ત્યાર બાદ જ બીજાની હાનિ કરું છું. આ કુદરતનો નિયમ છે. મારી ભીતર હું નિરીક્ષણ કરું તો જોઈશ કે જેવો મનમાં કોઈ મેલ જાગે છે, કે શરીરમાં તેની પ્રતિક્રિયા અનુભવાવા લાગે છે ; શરીર ગરમ થઈ જાય છે, બળવા લાગે છે, ધબકારા વધી જાય છે, તાણ અનુભવાય છે. હું વ્યાકુળ થઈ જાઉં છું. ભીતર મેલ જગાવીને જ્યારે હું વ્યાકુળ થઈ જાઉ છું, ત્યારે એ વ્યાકુળતા કેવળ મારા સુધી જ સીમિત નથી રાખતો, બીજાઓમાં પણ વહેંચું છું. મારી આસપાસના વાતાવરણને એવું તાણયુક્ત બનાવી દઉં છું કે જે જે મારા સંપર્કમાં આવે તે વ્યાકુળ થઈ જાય છે. હું સુખ–શાંતિની ગમે તેટલી વાતો કરું પણ મારી ભીતર શું થઈ રહ્યું છે એ વાતો કરતાં વધુ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. જો મારું મન નિર્મળ હોય, તો કુદરતનો બીજો કાનૂન પોતાનું કામ કરવા લાગે છે. જેવું મારું મન નિર્મળ થાય, કે આ કુદરત કે ઈશ્વર મને પુરસ્કાર આપવા લાગે છે ; મને શાંતિનો અનુભવ થાય છે. આ હું મારી ભીતર સ્વયં જોઈ શકું છું.

કોઈ ભલે ગમે તે સંપ્રદાયનું, પરંપરાનું, કે દેશનું હોય, જ્યારે તે કુદરતનો નિયમ તોડીને મનમાં મેલ જગાવે છે, તો દુઃખી થાય જ છે. કુદરત સ્વયં દંડ દે છે. કુદરતના નિયમો તોડનારો

તત્કાળ નારકીય યાતનાનો અનુભવ કરે છે. અત્યારે નારકીય દુઃખનું બીજ વાવે તો મૃત્યુ બાદ પણ નારકીય દુઃખ જ મળશે. એજ રીતે જો હું મારું મન શુદ્ધ રાખું, મૈત્રી અને કરુણાથી ભરું તો અત્યારે પણ ભીતર સ્વર્ગનું સુખ ભોગવું છું અને આ બીજ મૃત્યુ બાદ પણ સ્વર્ગીય સુખ જ લાવશે. હું મને પોતાને હિંદુ કહું કે મુસ્લિમ, ખ્રિસ્તી કહું કે જૈન, ગમે તે કહું, કોઈ ફરક પડતો નથી. મનુષ્ય મનુષ્ય છે અને મનુષ્યનું માનસ મનુષ્યનું માનસ છે.

આથી પરિવર્તન થવું જોઇએ – મનની અશુદ્ધતાનું મનની શુદ્ધિમાં ! આ પરિવર્તન લોકોમાં આશ્ચર્યજનક ફેરફાર લાવશે. આ કોઈ જાદુ કે ચમત્કાર નહિ, બલ્કે આપણી ભીતર શરીર તથા ચિત્તના પારસ્પરિક સંસ્પર્શનો પ્રભાવ છે, જે એક વિશુદ્ધ વિજ્ઞાન છે. કોઇ પણ એ સમજી શકે છે કે કઇ રીતે મન શરીરને પ્રભાવિત કરે છે અને કઇ રીતે શરીર મનને પ્રભાવિત કરે છે. ખૂબ ધીરજથી જયારે તેનું નિરીક્ષણ કરીએ છીએ તો કુદરતનો કાનૂન સ્પષ્ટ થતો જાય છે કે જયારે પણ આપણે ચિત્તમાં મેલ જગવીએ છીએ, ત્યારે દુઃખી થઇએ છીએ અને જેવું ચિત્ત મેલથી મુક્ત થાય છે કે શાંતિ–સામંજસ્યનું સુખ ભોગવવા લાગીએ છીએ. આત્મ નિરીક્ષણની આ વિધિનો અભ્યાસ કોઇ પણ વ્યક્તિ કરી શકે છે.

પ્રાચીન કાળમાં ભગવાન બુદ્ધ દ્વારા આ વિદ્યા વિશ્વભરમાં ફેલાઇ. આજે પણ વિભિન્ન વર્ગોના, પરંપરાઓના, સંપ્રદાયોના લોકો આવીને આ વિદ્યા શીખે છે અને એવા જ લાભ પ્રાપ્ત કરે છે ; તેઓ પોતાને હિન્દુ, બૌદ્ધ, મુસલમાન, ખ્રિસ્તી કહેતા રહે એ નામોથી કશો ફરક નથી પડતો, મનુષ્ય મનુષ્ય છે ! ફરક એ વાતનો પડશે કે તેઓ અભ્યાસ દ્વારા વાસ્તવમાં ધાર્મિક બને, મૈત્રી અને કરુણાથી પરિપૂર્ણ બની જાય ; તેમનાં કર્મો સ્વયં પોતાના માટે અને સર્વને માટે સારાં બની જાય. જયારે કોઇ વ્યક્તિ મનમાં શાંતિ જગાવે છે ત્યારે તેની આસપાસનું આખું વાતાવરણ શાંતિના તરંગોથી ભરાઇ જાય છે અને જે કોઇ તેના સંપર્કમાં આવે છે તે શાંતિ અનુભવે છે. આ માનસિક પરિવર્તન જ વાસ્તવિક પરિવર્તન છે, આ વાતની જ જરૂર છે. અન્યથા બધાં બાહ્ય પરિવર્તનો નિરર્થક છે.

ભારતનો એક કલ્યાણકારી સંદેશ વિશ્વને વાંચી સંભળાવવાની હું અનુમતિ માગું છું. ૨૩૦૦ વર્ષ પૂર્વે એક આદર્શ શાસન સમ્રાટ અશોકના, પથ્થર પર કોતરેલા આ શબ્દો જણાવે છે કે શાસન કઇ રીતે કરવાનું છે. તે કહે છે ; ''આપણે કેવળ પોતાના ધર્મ (સંપંદાય) ને સન્માન આપીને બીજા સંપ્રદાયોની નિંદા ન કરવી જોઇએ.''આજે આ સંદેશનું ઘણું મોટું મહત્ત્વ છે. બીજા સંપ્રદાયની નિંદા કરીને પોતાના સંપ્રદાયને સર્વોત્તમ સિદ્ધ કરીને વ્યક્તિ માનવતા માટે મુશ્કેલી પેદા કરે છે. તદુપરાંત એ કહે છે, ''તેના બદલે ઘણાં કારણસર બીજા સંપ્રદાયોનું સન્માન કરવું જોઇએ.'' દરેક સંપ્રદાયનો સાર છે મૈત્રી, કરુણા અને સદ્ભાવના. આ સારને સમજીને આપણે દરેક ધર્મનું સન્માન કરવું જોઇએ. છોતરાં હંમેશાં જુદા જુદા હોય છે ; જાત જાતનાં રીતરિવાજ, કર્મકાંડ, અનુષ્ઠાન અને ધારણાઓ હશે. એ બધાંને લઇને ઝઘડવાને બદલે તેમની ભીતરના સારને મહત્ત્વ આપવું જોઇએ. અશોકના મતાનુસાર ''આમ કરીને આપણે પોતાના ધર્મને પણ પ્રોત્સાહન આપીએ છીએ તથા બીજાના ધર્મની પણ સેવા કરીએ છીએ. આનાથી વિપરીત વ્યવહાર દ્વારા આપણે પોતાના સંપ્રદાયની પણ હાનિ કરીએ છીએ અને બીજાઓના સંપ્રદાયની પણ ....''

આ સંદેશ આપણને સૌને એક ગંભીર ચેતવણી આપે છે કે જે કોઇ વ્યક્તિ પોતાના સંપ્રદાય પ્રતિ અતિ શ્રદ્ધાની મારી બીજાના સંપ્રદાયોની નિંદા કરીને એવું વિચારે છે કે હું મારા સંપ્રદાયની આબરૂ વધારીશ તો એ પોતાના કૃત્યોથી પોતાના જ સંપ્રદાયની અધિક હાનિ કરે છે.

અંતમાં અશોક સર્વવ્યાપી નિયામતાનો, ધર્મનો સંદેશ પ્રસ્તુત કરે છે : ''હળી મળીને રહેવું જ સારું છે, પરસ્પર ઝઘડા નહીં. બીજાઓ દ્વારા ઘોષિત સિદ્ધાંત (ઉપદેશ) સાંભળવા માટે બધાં તૈયાર રહો.'' અસ્વીકાર કરવાને બદલે કે નિંદા કરવાને બદલે આપણે દરેક સંપ્રદાય (ધર્મ) ના સારને મહત્ત્વ આપીએ ત્યારે સમાજમાં વાસ્તવિક શાંતિ અને સામંજસ્ય સ્થાપિત થશે.

સૌનું મંગલ થાઓ

કલ્યાણમિત્ર
સ.ના. ગોયન્કા

ધમ્મઅંબિકા કેન્દ્ર પર જૂના સાધકો માટે એક દિવસીય સંમેલન

તારીખ : ૨૮ એપ્રિલ ૨૦૧૩ રવિવાર

સમય : સવારે ૮:૩૦ થી સાંજે ૫:૩૦ કલાક

સ્થળ : ધમ્મઅંબિકા કેન્દ્ર, મુંબઇ–અમદાવાદ નેશનલ હાઇવે–૮, બોરીયાચ ટોલનાકાની પશ્ચિમે,
ગામ : વગલવાડ, તા. ગણદેવી, જી. નવસારી.

આ સંમેલનનો ઉદ્દેશ્ય ધર્મની સમજ, ધર્મ સેવાના અપ્રતિમ લાભ, કેન્દ્રના ટ્રસ્ટીઓ પાસેથી કેન્દ્રની વર્તમાન પ્રગતિનો ચિતાર, ભવિષ્યના આયોજનની જાણકારી, વગેરે છે.

ગુજરાતના સર્વ આચાર્યો, વરિષ્ઠ સહાયક આચાર્યો, સહાયક આચાર્યો તથા સર્વ કેન્દ્રોના ટ્રસ્ટીગણને પધારવા નિમંત્રણ છે.

રજિસ્ટ્રેશન માટે માટે સંપર્ક : ધમ્મઅંબિકા કેન્દ્ર ઓફિસ,
૧૦૨ વિતરાગ ચેમ્બર્સ, ૬/૧૪૦૭, થોભા શેરી, મહિધરપુરા, સુરત. ફોન : ૦૨૬૧ – ૩૨૬૦૯૬૧, મો.: ૯૮૨૫૯ ૫૫૮૧૨, ૯૪૨૮૧ ૬૦૭૧૪.

E-mail : dhammaambikasurat@gmail.com

Web : www.ambika.dhamma.org

તા. ૧૮–૪–૧૩ સુધીમાં આગોતરા રજિસ્ટ્રેશન કરાવી લેશો.

ખાસ નોંધ : ધમ્મઅંબિકા ખાતે ૧૨ થી ૧૮ વયજૂથના યુવામિત્રો (છોકરાઓ) માટેની ૨ દિવસીય આનાપાન શિબિરની તારીખમાં ફેરફાર નોંધશો.

૨૭–૪ થી ૨૯–૪ ને બદલે હવે **૨૯-૪-૧૩ થી ૧-૫-૧૩** ના યોજાશે.

ધમ્મકોટ પર આનાપાન મેડિટેશન અને વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ

જિજ્ઞાસુઓ માટે ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર આનાપાન મેડિટેશન અને વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ.

તારીખ : ૫ મે ૨૦૧૩ રવિવાર.

સમય : સવારે ૧૦ થી બપોરે ૧ સુધી. કાર્યક્રમ સંપન્ન થયા બાદ ભોજન વ્યવસ્થા રાખેલ છે.

ભોજન અને અન્ય વ્યવસ્થા યોગ્ય રીતે થઇ શકે તે માટે આગોતરા રજિસ્ટ્રેશન કરાવીને જ પધારશો.

સંપર્ક :– **૧.** ધમ્મકોટ કેન્દ્ર : ૦૨૮૧ – ૨૯૨૪૯૨૪ મો. : ૯૩૨૭૯ ૨૩૫૪૦ **૨.** સિટિઓફિસ : ૦૨૮૧– ૨૨૨૦૮૬૧ થી ૮૬૫ (૧૦ થી ૬ દરમિયાન) **૩.** રસિકભાઇ માવદિયા : ૯૪૨૬૨ ૦૨૨૨૨

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.	મોગર કેન્દ્ર "ધમ્મ ભવન"
સતિપટ્ઠાન શિબિરો				
24-05-13 to 01-06-13 16-09-13 to 24-09-13 21-09-13 to 29-09-13	07-08-13 to 15-08-13			01-05-13 to 09-05-13 22-08-13 to 30-08-13
૧૦ દિવસીય ગંભીર વિશેષ શિબિરો				
22-08-13 to 02-09-13	02-09-13 to 13-09-13			
દીર્ઘ શિબિરો ૨૦-૩૦-૪૫ દિવસીય શિબિર				
(૨૦ દિવસીય) 25-09-13 to 16-10-13 (૩૦ દિવસીય) 16-09-13 to 17-10-13	(૨૦ દિવસ) 27-03-13 to 17-04-13 06-08-13 to 27-08-13 (૩૦ દિવસ) 17-03-13 to 17-04-13 (૩ દિવસ) 29-08-13 to 31-08-13			(૩ દિવસ) 18-04-13 to 21-04-13 20-06-13 to 23-06-13 19-09-13 to 22-09-13 21-11-13 to 24-11-13

બુદ્ધપુર્ણિમાના અવસર પર પૂ. ગુરૂજીના સાંનિધ્યમાં ૧ દિવસીય મહાશિબિર

૨૫ મે ૨૦૧૩, શનિવારે સવારે ૧૧ થી સાંજે ૪ સુધી ગ્લોબલ વિપશ્યના પગોડાના મોટા ધમ્મકક્ષ (ડોમ)માં.

કૃપા કરી ધ્યાન રાખશો કે કોઈ પણ પ્રકારની અસુવિધા ટાળવા **અગાઉથી બુકિંગ કરાવ્યા વિના ન આવશો.**

બુકિંગ સંપર્ક : મો.: ૦૯૮૯૨૮ ૫૫૬૯૨ / ૯૮૯૨૮ ૫૫૯૪૫,

ફોન : ૦૨૨ – ૨૮૪૫૧૧૭૦, ૩૩૭૪૭૫૪૩, ૩૩૭૪૭૫૪૪ (સવારે ૧૧ થી સાંજે ૫ સુધી)

ઈ-મેઈલ રજિસ્ટ્રેશન :

oneday@globalpagoda.org

ઓનલાઈન રજિસ્ટ્રેશન :

www.vridhamma.org

રાજકોટથી ગ્રુપ સાથે જવા ઇચ્છુક સાધક ભાઇ બહેન વજુભાઇ વેકરીયાનો સંપર્ક કરી શકે છે. મો.: ૯૪૨૯૦ ૯૮૩૩૭.

કચ્છમાં ચાલતા આનાપાન મેડિટેશન સેન્ટરની માહિતી

૧. ભુજ :- સ્થળ : મેઘજીભાઈ ગોર, ૨ ૭ , બેંકર્સ કોલોની, મંદિર વાળી શેરીના છેડે, ભુજ (કચ્છ)

દિવસ : દર શનિવારે સાંજે ૫ થી ૬

સંપર્ક : ગીતાબેન ધોળકિયા ૦૨૮૩૨ -૨૫૧૫૫૧, મો.: ૯૪૨૬૮ ૧૫૩૯૯ પ્રભુભાઈ પટેલ - ૯૪૨૭૪ ૩૩૫૩૪

૨. અંજાર :- સ્થળ : પ્લોટ નં. ૨૦, વૃંદાવન નગર, બગીચા પાસે, ખડિયા સામે, અંજાર.

દિવસ : દર રવિવારે સાંજે ૫ થી ૬

સંપર્ક : ગૌતમ ગોસ્વામી - ૯૯૨૫૨ ૬૬૦૪૪

૩. રાપર :- સ્થળ : ડો. દેવેન્દ્ર ગોસ્વામી, ગોસ્વામી હોસ્પિટલ, સેલારીનાકા, રાપર.

દિવસ : રવિવારે સવારે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦

સંપર્ક : ડો. ગોસ્વામી - ૯૦૩૩૧૮૬૧૧૮

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 hereby declare that the particulars given above are true to best of my knowledge and belief.

Sd/-
Chandubhai G. Mehta
Publisher & Printer

Date : 01-03-2013
Place : RAJKOT

રાજકોટ ખાતે આનાપાન મેડિટેશન સેન્ટર

દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે માસૂમ સ્કૂલ, એસએનકે સ્કૂલ પાછળ, યુનિવર્સિટિ રોડ પર મોટાઓ માટે આનાપાન મેડિટેશન સેન્ટર અને ૮ થી ૧૫ વર્ષ સુધીના યુવામિત્રો માટે બાળ શિબિર.

સમય : સવારે ૯:૩૦ થી ૧૧:૦૦ કલાક

મિત્રો અને સંતાનો સાથે અવશ્ય ભાગ લેશો.

સૌરાષ્ટ્રનાં અન્ય નાનાં મોટાં કેન્દ્રો પર આનાપાન મેડિટેશન સેન્ટર ચાલુ કરવા ઇચ્છુક ધમ્મ સેવક વિનોદભાઇ રાયચુરા (મો.: ૯૪૨૭૨ ૨૧૫૯૧) અથવા રાજુભાઇ મહેતા (મો.: ૯૪૨૬૨ ૩૦૩૩૧) નો સંપર્ક કરશો.

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મકોટ"	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મસિંધુ" બાડા.	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર "ધમ્મપીઠ" અમદાવાદ	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર–"ધમ્મ દિવાકર" મીઠા મહેસાણા.	"ધમ્મ અંબિકા"	મોગર કેન્દ્ર "ધમ્મ ભવન"
C/o. ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ-૧. (0281) 2220861-866 2782550, 94272 21591 94262 02222 રજિસ્ટ્રેશન ૧૦:૦૦ થી ૦૧:૦૦ અને ૦૪:૦૦ થી ૭:૦૦ dhammakot@gmail.com	C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ ચુ. 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	૯૪૨૮૧ ૬૦૭૧૪ 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

૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

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

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

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

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

08-05-13 to 19-05-13
01-07-13 to 12-07-13

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

સંપ્રદાય ના ધર્મ હૈ, ધર્મ ન બને દિવાર ।
ધર્મ સિખાયે એકતા, ધર્મ સિખાયે પ્યાર ॥

શુદ્ધ ધર્મ જાગે જહાં, હોય સભી કા શ્રેય ।
નિજહિત, પરહિત, સર્વહિત, યહી ધર્મ કા ધ્યેય ॥

ધર્મવાન કી જીંદગી, સબ કે સુખ હિત હોય ।
અપના ભી હોય ભલા, ભલા સભીકા હોય ॥

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

દોહા ધરમના

શુદ્ધ ધર્મ જગ મેં જગે, દૂર હોય સંતાપ ।
નિર્ભય હો, નિર્વૈર હો, સભી હોય નિષ્પાપ ॥

દુઃખિયારા સંસાર હૈ, જન મન બસે વિકાર ।
જન-જન કે મન વિમલ હો, સુખી હોય સંસાર ॥

ના કોઇ દુર્મન રહે, ના હી દ્વેષી હોય ।
જન-જન કા કલ્યાણ હો, જન-જન મંગલ 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 27 માર્ચ 2013 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 /2000/3013
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