વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2557 ❖ ચૈત્ર પૂર્ણિમા ❖ 25 એપ્રિલ 2013 ❖ વર્ષ – 14 ❖ અંક – 1 ❖ સળંગ અંક - 157

ધમ્મવાણી

खत्तिये ब्राह्मणे वेस्से, सुद्दे चंडाळपुक्कुसे।
न किञ्च परिवज्जेति, सब्बमेवाभिमद्दति।।

મૃત્યુરાજ ક્ષત્રિય બ્રાહ્મણ, વૈશ્ય, શુદ્ર અને ચાંડાલ
કોઇને છોડશે નહી, બધાને કચડી નાખે છે.

તથાગતનું પાર્થિવ શરીર

૨૫૩૮ વર્ષ પહેલાં, વૈશાલી પૂર્ણિમાની ઉદાસ ચાંદની રાત. આ રાત પૂરી થતાં–થતાં તથાગત જીવનનાં ૮૦ વર્ષ પૂરાં કરીને મહાપરિનિર્વાણને પ્રાપ્ત થશે. ત્રણ માસ પહેલાં તેઓએ આ જ ભવિષ્યવાણી કરી હતી અને વૈશાલીથી પશ્ચિમની બાજુ લાંબી યાત્રાએ ચાલી નિકળ્યા હતા. કુશીનગરની રાજધાની બહાર એક યુગ્મ શાલ વૃક્ષની નીચે તથાગત એક મંચ પર સૂતા છે. તેઓએ પરિનિર્વાણ માટે આ જ સ્થાન પસંદ કર્યું છે. પાસેના નગરમાં આ સમાચાર ફેલાઇ ગયા હતા કે આજની રાત પૂરી થતાં–થતાં ભગવાન અંતિમ શ્વાસ છોડશે. તેથી આખી રાત તથાગતના દર્શન માટે ભિક્ષુ અને ગૃહસ્થ નાગરિકોની ભીડ જામી હતી.

તથાગતનું શરીર ખૂબજ ક્લાંત છે. પણ પ્રજ્ઞાભર્યું માનસ અત્યંત સજાગ છે અને કરુણાથી છલોછલ છે. કાંતિ છવાયેલી છે. લોકોનાં ટોળેટોળાં આવે છે અને ભગવાનને નમસ્કાર કરી એક બાજુ બેસી જાય છે.

ધીરે ધીરે રાત પૂરી થવામાં છે. નભોમંડળ અને ભૂમંડળના આખા વાયુમંડળમાં વિષાદના તરંગો વિખેરતો પૂનમનો ચંદ્ર ભારે હૈયે પશ્ચિમી ક્ષિતિજ તરફ આગળ વધી રહ્યો છે. પૂર્વી ક્ષિતિજ ઉપર ઉષાની સ્હેજ–સ્હેજ લાલાશ ઝળકવા લાગી છે. મહાનિર્વાણનો સમય અત્યંત સમીપ આવી ગયો છે. સૂર્યોદય પૂર્વે તથાગતનું મહાપ્રયાણ થશે. ચારેકોર ગહન પ્રશ્રબ્ધિ અને પ્રશાંતિ છવાયેલી છે. બધાં મૌનભાવે તથાગતના ચહેરાને અપલક દ્દષ્ટિએ જોઇ રહ્યાછે. અત્યંચ બોધિની મહિમામંડિત ગૌરવ ગરિમાને વહન કરનારું આ ભવ્ય ભૌતિક શરીર થોડી ક્ષણોમાં જ નિષ્પ્રાણ થઇ જવાનું છે. દુર્બળ મનના લોકો એ ચિંતાથી વ્યથિત થતા હતા કે મહાપ્રયાણ બાદ આવા મહાપુરુષનું સાન્નિદ્ય ક્યાં પ્રાપ્ત થશે ?

એકાએક આનંદના મનમાં પ્રશ્ન ઉઠયો. ગહન નીરવતાનો ભંગ કરતાં તેણે તથાગતને પૂછયું ''ભંતે ભગવાન, આપના નિષ્પ્રાણ થયેલા ભૌતિક શરીરનું અમે શી રીતે સન્માન કરીએ ?''

ભગવાને સ્મિત કરીને કહ્યું. '' આનંદ, તું આ શરીરના બારામાં નિશ્ચિંત રહે ! તારે તો પરમ સત્યની ઉપલબ્ધિ માટે તપ–સાધનામાં જ રત રહેવાનું છે. શ્રધ્ધાળુ ગૃહસ્થો આ પાર્થિવ શરીરનું માન–સન્માન, પૂજા–અર્ચના એવી રીતે જ કરશે, જેવી રીતે કોઇ ચકવર્તી સમ્રાટ અથવા કોઇ પ્રત્યેક બુદ્ધ અથવા કોઇ ક્ષીણાસ્રવ અરહંતના નિષ્પ્રાણ શરીરનું કરવું જોઇએ.''

ભગવાને આગળ સમજાવ્યુ કે શ્રધ્ધાળુ લોકો તેમના મૃત શરીરને એક નવા વસ્ત્રમાં વીંટાળીને તેની ઉપર નવું પીંજેલું રૂ ચઢાવીને અને પુનઃ નવા કપડાથી ઢાંકીને તેલ ભરેલી દોણીમાં (પાત્રમાં) રાખશે અને ચિત્તા પર તેનો દાહ સંસ્કાર કરશે. અગ્નિદાહ પછી જે ધાતુ બચે તેની ઉપર શાસક લોકો નગરના ચોરા પર (ચોકમાં) સ્તૂપ બનાવશે. ત્યાં શ્રદ્ધાળુ ગૃહસ્થો ભક્તિભાવપૂર્વક પૂજન–અર્ચન કરશે અને પુણ્યલાભી થશે. પોતાના ચિત્તને પ્રસન્નતાથી ભરીને પોતાના આ લોક–પરલોક સુધારશે.

ભગવાને જણાવ્યું કે સમ્યક સંબુદ્ધ. પ્રત્યેક બુદ્ધે, ક્ષીણાસ્રવ અરહંત અને ચક્રવર્તી સમ્રાટના અસ્થિ–અવશેષો ઉપર જ પૂજન–અર્ચન માટે ભવ્ય સ્તૂપોનું નિર્માણ કરાય છે.

આ રીતે તથાગતે પોતાના પાર્થિવ શરીરના અવશેષોના બારામાં આવશ્યક સલાહ આપી. થોડી વારમાં નીરવ શાંતિ બાદ તથાગતે સંક્ષેપમાં થોડાક અન્ય ઉપદેશો આપીને પુનઃ મૌન ધારણ કરી લીધું. એ જ વખતે પરિવ્રાજક સુભદ્ર ભગવાન પાસેથી ધર્મ શીખવાની આકાંક્ષા લઇને આવ્યો. આનંદે તેને રોક્યો અને સમજાવ્યો કે આ ક્ષણે તથાગતને કષ્ટ ન દેવું જોઇએ. પરંતુ સુભદ્ર માનતો ન હતો. સુભદ્રની ધર્મયાચનાના શબ્દો એ મહાન કારૂણિકના કાને પડયા. કરૂણાના સાગરમાં ભરતી ચઢી. શરીર છોડવાના થોડાક જ સમય પૂર્વે તેઓએ પરિવ્રાજક સુભદ્રને પોતાની સમીપ બોલાવીને ધર્મ સમજાવ્યો. તેની જિજ્ઞાસા પૂરી

થઇ. સદ્ધર્મ પ્રત્યેની શંકાઓ દૂર થઇ. તે ધન્ય થયો. ભગવાનના છેલ્લા ઉપદેશથી લાભાન્વિત થઇને તે મુક્તિ-પથનો અનુગામી થયો.

પેલી તરફ પશ્ચિમમાં પૂનમનો ચંદ્ર ક્ષિતિજને અડવા લાગ્યો હતો. રાત સમાપ્ત થવામાં હતી. ભગવાને આંખો ખોલી. ભિક્ષુ-સંઘ તરફ દૃષ્ટિપાત કર્યો અને તેમના મુખેથી બધા ભાવી સાધકો માટે અણમોલ વારસારૂપે ઉદ્બોધનના આ અંતિમ શબ્દો મુખરિત થઇ ઊગ્યા :

वयधम्मा सङ्खारा,

अप्पमादेन सम्पादेथ।

બધા સંસ્કાર વ્યયધર્મી નાશવંત છે. જે કાંઇ સંસ્કૃત એટલે કે નિર્મિત થાય છે તે નષ્ટ થાય જ છે. (વિપશ્યના સાધના દ્વારા) પ્રમાદ રહિત થઇને (પોતાની ભીતર) આ સચ્ચાઇને સ્વાનુભૂતિ પર ઉતારો.

આ ઉદ્બોધન બાદ તુરંત તથાગતે થોડીક ક્ષણોમાં જ એક પછી એક પહેલાથી નવામા ધ્યાનની સમાપત્તિનો સાક્ષાત્કાર કર્યો અને ઇન્દ્રિયાતીત નિર્વાણિક અવસ્થામાં સ્થિત થયા. આ અવસ્થામાં શ્વાસની ગતિ સર્વથા નિરૂદ્ધ થઇ ગઇ. ત્યારે લોકોને ભ્રમ થયો કે ભગવાને મહાપરિનિર્વાણ પ્રાપ્ત કરી લીધું છે. પણ સમીપે બેઠેલા મહાસ્થવિર અનિરુદ્ધે પોતાની સિદ્ધિબળ દ્વારા જાણ્યું કે આ શરીર ચ્યુતિની અવસ્થા નથી. ભગવાન હજુ જીવિત છે. થોડીક ક્ષણો બાદ પુનઃ નવમા ધ્યાનની ઇન્દ્રિયાતીત નિર્વાણિક અવસ્થા માંથી નીકળીને ભગવાને ફરી એક વાર પહેલાથી ચોથા ધ્યાન. સમાપત્તિની યાત્રા પૂરી કરી અને એ જ અવસ્થામાં મહાનિર્વાણને પ્રાપ્ત થયા. આમ વૈશાખી પૂનમની રાત પૂરી થતાં થતાં અગણિત જન્મોથી ભવ-ભ્રમણ કરતું તેમનું આ અંતિમ જીવન પૂરું થયું. ભૌતિક શરીર જીવન શૂન્ય થયું. પરંતુ આખા વિશ્વના કલ્યાણને માટે તેમના દ્વારા ઉપદેશાયેલો ધર્મ જીવંત બની રહ્યો.

અલ્પ સમય પૂર્વે જ આનંદને દીધેલા માર્ગદર્શન અનુસાર કુશીનગરના મલ્લ શાસકોએ ભગવાનના નિષ્પ્રાણ થયેલા શરીરને નવા પીંજેલા રૂની પોલમાં અને નવા વણેલાં વસ્ત્રોમાં લપેટીને તેલ ભરેલી દોણી (પાત્ર) માં રાખ્યું. પરંતુ તેને ચિતા ઉપર તત્કાળ ચઢાવી શક્યા નહીં. તેમને સમાચાર મળ્યા કે તથાગતના પ્રમુખ શિષ્ય મહાસ્થવિર મહાકાશ્યપ અન્ય અનેક ભિક્ષુઓની સાથે કુશીનગર તરફ આવી રહ્યા છે. તેથી તેમના પહોંચતા સુધી એક સપ્તાહ પ્રતીક્ષામાં રહ્યા. ભિક્ષુ મહાકાશ્યપના પહોંચ્યા બાદ અગ્નિદાહ આપવામાં આવ્યો. ત્યારબાદ ચિતાને ઠારીને જે અસ્થિ અવશેષો પ્રાપ્ત થયા તેને પોતાના ગણતંત્રની રાજધાનીમાં એક ભવ્ય સ્તૂપ બનાવીને તેમાં પ્રતિષ્ઠાપિત કરવા માટે પોતાના હસ્તક લઇ લીધા.

પરંતુ મગધના શક્તિશાળી સમ્રાટ અજાતશત્રુએ જયારે આ સાંભળ્યું તો તે પોતાના સૈન્યબળ સાથે કુશીનગર પર ચઢી આવ્યો ; અને તે અસ્થિઓ પર પોતાનો દાવો કરવા લાગ્યો. પાછલા આ એક સપ્તાહની ભીતર તથાગતના મહાપરિનિર્વાણના સમાચાર ઝડપથી ચારેકોર ફેલાઇ ગયા હતા. એ સાંભળીને વૈશાલીના લિચ્છવી કપિલવસ્તુના શાક્ય,અલ્લકપ્પના બુલીય, રામગ્રામના કોલિય, વેઠદીપના બ્રાહ્મણ અને પાવાના મલ્લ પણ ભગવાનના પાર્થિવ શરીરના અવશેષો પર પોતપોતાનો અધિકાર દેખાડવા સૈન્ય-બળ સાથે કુશીનગર આવી પહોંચ્યા. આ બધા રાજયો અને જનપદોના નિવાસીઓ ભગવાનના શ્રદ્ધાળુ અનુયાયીઓ હતા, તેથી ભગવાનના અસ્થિઅવશેષો પર પોત પોતાનો અધિકાર માનતા હતા. બધા શક્તિસંપન્ન હતા. તેમાંના કોઇ પણ પોતાનો અધિકાર છોડવા તૈયાર ન હતા. વાત વણસતી જોઇને તથાગતના એક શ્રદ્ધાળુ શિષ્ય બ્રાહ્મણ દ્રોણે મધ્યસ્થી કરી અને આ ઝઘડાનો શાંતિપૂર્ણ નિકાલ કરતાં સમસ્ત અસ્થિ અવશેષોને આઠ ભાગમાં વિભાજિત કરીને તે આઠ રાજયના શાસકોને સોંપીને તેઓને સંતુષ્ટ કર્યા, જેથી તેઓ પોતપોતાના રાજયની રાજધાનીમાં, પોતાના હિસ્સામાં પ્રાપ્ત થયેલા અસ્થિ-અવશેષો પર ભવ્ય સ્તૂપનું નિર્માણ કરીને મંગલલાભી થઇ શકે એ શ્રદ્ધાળુ જનતાને પૂજન-અર્ચન દ્વારા પુણ્યલાભ પ્રાપ્ત કરવાનો અવસર દઇ શકે. ભાગલા પહેલાં જે કળશમાં ભગવાનની અસ્થિ-ધાતુ રાખેલી હતી એ ખાલી કળશ બ્રાહ્મણ દ્રોણે પોતા માટે માંગી લીધી જેથી તે શ્રદ્ધાપૂર્વક એ કળશ ઉપર એક સ્તૂપનું નિર્માણ કરી શકે. આમ ભાગલા પૂરા થયા બાદ અસ્થિ-અવશેષો પર પોતાનો પણ અધિકાર દેખાડવા પિપ્પલી વનના મૌર્યો કુશીનગર પહોંચ્યા, પરંતુ તે સમયે ચિત્તાના ઠરેલા કોલસા જ બચ્યા હતા, જેને લઇ જઇને તેમણે પોતાની રાજધાનીમાં તેના પર એક સ્તૂપનું નિર્માણ કર્યું અને તેમાં જ સંતોષ માન્યો.

લગભગ ૨૫૦૦ વર્ષના લાંબા અંતરાલ પછી શાક્યોની પુરાણી રાજધાની કપિલવસ્તુમાં એક પુરાણા સ્તૂપના ખંડેરોમાંથી ભગવાનના શરીર-અવશેષોની જે અસ્થિમંજૂષા પ્રાપ્ત થઇ છે. તે અવશેષો પર આજના ભારતની રાજધાનીમાં એક ભવ્ય સ્તૂપનું નિર્માણ કરીને, તેને શ્રદ્ધાપૂર્વક પુનઃસ્થાપિત કરાય તો સારું જેથી ભારતના જ નહિ, સમગ્ર વિશ્વભરના બધા શ્રદ્ધાળુ લોકો તેનું પૂજન-અર્ચન કરીને તથાગત પ્રત્યે પોતાના શ્રદ્ધાસુમન ચઢાવીને પુણ્યલાભી થઇ શકે.

પરંતુ સાધકો ભગવાન દ્વારા આનંદને અપાયેલ આદેશને ધ્યાનમાં રાખીને આપણે આ અવશેષોનો ઉપયોગ ધ્યાનને માટે જ કરવો યોગ્ય છે. આ અવશેષોના ધર્મ-તરંગોથી તરંગિત થયેલા વાતાવરણમાં અંતર્મુખ થઇને વિપશ્યનાનો અભ્યાસ કરીશું તો અનિત્યબોધની ચેતના વધારે સબળ થઇને જાગશે અને ચિત્તને વિકારોથી વિમુક્ત કરવમાં અબળ સહાયક સિદ્ધ થશે.

કલ્યાણમિત્ર

સ.ના. ગોયન્કા

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

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) 06-08-13 to 27-08-13 (૩૦ દિવસ) 06-05-13 to 06-06-13 (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

ઉનાળાની રજાઓ દરમિયાન વિવિધ કેન્દ્રો પર ફક્ત યુવક/યુવતીઓ (૧૫ થી ૧૯ વર્ષ) માટે સાત દિવસીય વિપશ્યના શિબિરનું આયોજન

(૧) ધમ્મકોટ કેન્દ્ર, રાજકોટ.

ફક્ત યુવતીઓ માટે સાત દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૧૧–૫–૧૩ થી ૧૯–૫–૧૩.

(૨) ધમ્મપીઠ કેન્દ્ર, રનોડા.

ફક્ત યુવકો માટે સાત દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૧૪–૫–૧૩ થી ૨૨–૫–૧૩

(૩) ધમ્મદીવાકર કેન્દ્ર, મહેસાણા.

ફક્ત યુવતીઓ માટે સાત દિવસીય શિબિર

તારીખ : ૧૪–૫–૧૩ થી ૨૨–૫–૧૩

પ્રત્યેક શિબિરનો રિપોર્ટીંગ ટાઇમ શરૂ થવાના દિવસે બપોરે ૪ વાગ્યા સુધીમાં અને શિબિર સમાપનનો સમય છેલ્લા દિવસે સવારે ૭ વાગ્યે.

રજિસ્ટ્રેશન માટે જે તે કેન્દ્ર અથવા તેની સીટી ઓફિસનો સંપર્ક કરશો.

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 કોઇ 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)

ઇ-મેઇલ રજિસ્ટ્રેશન : oneday@globalpagoda.org

ઓનલાઇન રજિસ્ટ્રેશન : www.vridhamma.org

રાજકોટથી મુંબઇ જવા આવવા માટે રેલ્વેમાં બોગી બુક કરાવેલ છે. તા. ૨૪ એ સાંજે સૌરાષ્ટ્ર એક્સપ્રેસમાં જવાનું છે અને મુંબઇ થી ૨૫મી એ સાંજે સૌરાષ્ટ્ર એક્સપ્રેસમાં પરત આવવાનું થશે. 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 : મેઘજીભાઇ ગોર, ૨૭, બેંકર્સ કોલોની, મંદિર વાળી શેરીના છેડે, ભુજ (કચ્છ)

દિવસ : દર શનિવારે સાંજે ૫ થી ૬

સંપર્ક : ગીતાબેન ધોળકિયા ૦૨૮૩૨ - ૨૫૧૫૫૧, મો.: ૯૪૨૬૮ ૧૫૩૯૯

પ્રભુભાઇ 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

આપ વિપશ્યના પત્રિકા ઇ-મેલ દ્વારા મેળવવા ઇચ્છો છો?

આપ ગુજરાતી, હિન્દી કે અંગ્રેજી વિપશ્યના પત્રિકા ઇ-મેલ દ્વારા વિના મૂલ્યે મેળવવા ઇચ્છતા હોવ તો આપની ઇ-મેલ આઇ.ડી. નીચેના સંપર્ક પર જણાવશો : patrikadhammakot@gmail.com

વિપશ્યના પરિચય કાર્યક્રમ

તા. ૫ મે ૨૦૧૩, 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 ભોજન તથા અન્ય સુવિધા થઇ શકે.

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 વિનોદભાઈ રાયચુરા (મો.: ૯૪૨૭૨ ૨૧૫૯૧) અથવા રાજુભાઈ મહેતા (મો.: ૯૪૨૬૨ ૩૦૩૩૧) નો સંપર્ક કરશો.

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 રજિસ્ટ્રેશન ૧૦:૦૦ થી ૦૧:૦૦ અને ૦૪:૦૦ થી ૭:૦૦ dhammakot@gmail.com	બાડા. C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ યુ. 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	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

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

''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
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

જબ તક મન મેં મૈલ હૈ, તબ તક મન બેચૈન ।
મન નિર્મલ હોં જાય તો, મિલે શાંતિ સુખ ચૈન ॥
મૈલા મન વ્યાકુલ રહે, મૈલા રહે અશાંત ।
નિર્મલ મન સુખિયા રહે, નિર્મલ મન હી શાંત ॥
કપટ ઔર કૌટિલ્ય કા, રહે ન નામ નિશાન ।
તો અંતર મેં પ્રગટ હો, શાંતિ રતન કી ખાન ॥

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

દોહા ધરમના

નિર્મલ ધારા ચિત્ત કી, મિલન હો આરંભ ।
મંગલ દાયી હો વહી, જો ત્યાગે સર્વારંભ ॥
પ્રકટ કરે જો સરલ હો, અપને મન આપ ।
ગ્રંથિ બાંધને સે બચે, છુટે દુઃખ સંતાપ ॥
અપને મન કે દોષ કો, કરું આજ સ્વીકાર ।
ઉતરે અપને દોષકા, જરા જરા તો ભાર ॥

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 25 એપ્રિલ 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. RAJKOT/450/2012-14
(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