વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ 2557 ❖ જયેષ્ઠ પૂર્ણિમા ❖ 12 જુલાઈ 2014 ❖ વર્ષ – 14 ❖ અંક – 4 ❖ સળંગ અંક - 172

ધમ્મવાણી

सब्बे सङ्खारा अनिच्चा'ति यदा पञ्ञाय पस्सति।
अथ निब्बिन्दति दुक्खे एस मग्गो विसुद्धिया॥

સઘળા સંસ્કાર અનિત્ય છે (જે કાંઈ ઉત્પન્ન થાય છે તે નષ્ટ થાય જ છે). આ (સચ્ચાઈ) ને જ્યારે કોઈ પ્રજ્ઞા (વિપશ્યના) થી જોઈ (જાણી) લે છે, ત્યારે તેને દુઃખોથી નિર્વેદ પ્રાપ્ત થાય છે (દુઃખક્ષેત્ર પ્રત્યેનો ભોક્તાભાવ તૂટી જાય છે). આવો છે આ વિશુદ્ધિનો માર્ગ!

વિપશ્યના સાધના પદ્ધતિ - ટૂંકો પરિચય

પ્રાચીન પાલી ભાષામાં પસ્સ એટલે જોવું. તેના પરથી વિપશ્યના શબ્દનો અર્થ છે વિશેષ રીતે જોવું. એટલે કે અંતર્મુખ થઇને સાક્ષીભાવે પોતાની જાતનું, તેના યથાર્થ સ્વરૂપનું નિરીક્ષણ કરવું. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો વિપશ્યના સાધના આત્મનિરીક્ષણ દ્વારા અંતર્મનના તલસ્પર્શી ઊંડાણ સુધી ચિત્તશુદ્ધિ કરવાની વૈજ્ઞાનિક સાધના પદ્ધતિ છે. સાધક પોતાના કુદરતી ચાલી રહેલ શ્વાસોચ્છ્‌વાસના નિરીક્ષણથી આરંભ કરી શરીર તેમ જ ચિત્તધારા પર પળે પળે થતી પરિવર્તનશીલ ઘટનાઓનું સાક્ષીભાવે નિરીક્ષણ કરીને અનિત્ય દુઃખ અને અનાત્મનો સ્વયં અનુભવ દ્વારા બોધ પામે છે. પોતાની અંદર થયેલ આ પ્રત્યક્ષ સાક્ષાત્કારના પરિણામ સ્વરૂપ એ સહજપણે અહંભાવ–મમભાવની તીવ્ર આસક્તિઓના બંધનમાંથી બહાર આવે છે અને વિકારગ્રસ્ત ચિત્તની વિશુદ્ધિ કરવાની તેમ જ નિર્મળ જીવન જીવવાની કળા હસ્તગત કરી લે છે.

વિપશ્યના સાધના બિનસાંપ્રદાયિક છે તેમ જ દાર્શનિક માન્યતાઓથી અલગ હોઇ શુદ્ધ ધર્મ છે. સર્વજનીન દુઃખ–રોગનો એ સર્વજનીન ઇલાજ છે. તેથી દુનિયાનો કોઇ પણ માણસ વર્ણ, જાતિ, સંપ્રદાય કે દેશના ભેદભાવ વિના નિઃસંકોચ આ સાધના શીખી શકે છે અને તેનાથી પ્રાપ્ત થતા શુભ પરિણામથી લાભાન્વિત થઇ શકે છે.

વિપશ્યના સાધનાનો ઉદ્દેશ લૌકિક અને પારલૌકિક બન્ને છે. દૈનિક જીવનમાં ઉત્પન્ન થતાં માનસિક તાણ, ભય, ચિંતા, અસુરક્ષિતતા, પારસ્પરિક દ્વેષ–ઈર્ષા, વેરઝેરથી એ મુક્ત બનતાં શીખવે છે. તેથી લૌકિક જીવનમાં મૂળભૂત સુધાર આવતાં સાધક કુટુંબનો સાચો સદસ્ય બને છે અને એ સાચા અર્થમાં માનવ બનતાં શીખે છે. આમ વિપશ્યના સાધના દ્વારા જીવનમાં એવું આમૂલ પરિવર્તન આવે છે કે જેનાથી આત્મમંગલ સાથે સર્વમંગલ પણ ચરિતાર્થ થાય છે.

ખરેખર તો વિપશ્યના સાધના આધ્યાત્મિકતાની ઊંચી સાધના છે. આ સાધના દ્વારા સાધક પોતાની અંદર કામ કરતા કુદરતના કાનૂનને સ્વાનુભૂતિથી સમજી રાગ દ્વેષ અને મોહના બંધનમાંથી મુક્ત થતો જાય છે.

શારીરિક અને માનસિક અનેક રોગો મન પર આધારિત છે. જેને મનોકાયિક (સાઇકોસોમેટિક) રોગો કહેવાય છે. મન નિર્મળ થતાં, વિકારવિહીન બનતાં તેના આનુષંગિક પરિણામરૂપે અનેક રોગો આપોઆપ મટી જાય છે. (આમ છતાં પોતાના રોગોના ઉપચારને મુખ્ય લક્ષ્ય બનાવી કોઇએ પણ આ સાધના શિબિરમાં ભાગ લેવો ન જોઇએ.) આ સાધનાનું મુખ્ય લક્ષ્ય તો સંપૂર્ણપણે વિકારમુક્તિ કે ચિત્તશુદ્ધિ હોવું જોઇએ. તો જ લૌકિક તેમ જ પારલૌકિક બન્ને લાભ સહજ પ્રાપ્ત થઇ શકે.

આ કલ્યાણી વિદ્યા શીખવા માટે સાધકે ઓછામાં ઓછા દસ દિવસ સુધી કોઇ શાંત વાતાવરણમાં અનુભવી માર્ગદર્શકના નિર્દેશમાં કરવું જરૂરી છે.

શિબિર માટે દસ દિવસની અવધિ સાંભળતાં જ સાંભળનાર ચોકી ઊઠે છે. દરેક વ્યકિત પોતાને ખૂબ વ્યસ્ત માનતી હોય છે. તેથી દસ દિવસનો સમય કાઢતાં અચકાય છે. પૂ. ગુરુજી(શ્રી ગોયન્કાજી) સ્વયં પોતાની પહેલી શિબિરમાં સામેલ થતાં અગાઉ ખૂબ અચકાતા હતા. પરંતુ, તેમના ગુરૂદેવ પાસેથી સાધનાની અંધમાન્યતાવિહીન, સર્વજનીન અને વૈજ્ઞાનિક રૂપરેખા સમજીને હિંમત એકત્ર કરી શિબિરમાં સામેલ થયા. બે દિવસમાં તેમનું મન સાધના પ્રત્યે આકર્ષિત થવા લાગેલું. દસ દિવસ પસાર થતાં તો આ આશુફલ દાયિની વિદ્યા થકી લાભાન્વિત થઇને તેઓ કૃતાર્થ થઇ ગયા જીવનધારા જ

બદલાઇ ગઇ. લગભગ બધાંનો ઓછાવત્તા અંશે આવો જ અનુભવ રહેતો હોય છે. અનેક લોકો કરમાયેલા ચહેરા સાથે શિબિરમાં સામેલ થાય છે. દસમા દિવસે શિબિર સમાપન થતાં પ્રત્યેક સાધકનો ચહેરો આનંદથી ખીલી ઊઠે છે.

મનુષ્યના જીવનની પ્રત્યેક પળ અણમોલ છે. કોઇ પણ વ્યકિતના જીવનના કિંમતી દસ દિવસ વ્યર્થ નષ્ટ ન થવા જોઇએ. લોકોને પ્રત્યક્ષ લાભ થાય છે. આ કારણે દર વરસે વિશ્વના ૧૪૦ વિપશ્યના કેન્દ્રોમાં બધા જ સંપ્રદાયોના લગભગ એક લાખ સાધકો શિબિરોમાં સામેલ થાય છે. દસ દિવસની અવધિનું તો કહેવું જ શું ?

આ ઉપરાંત ૨૦, ૩૦, ૪૫ અને ૬૦ દિવસની શિબિરો પણ થાય છે. આવી દીર્ઘ શિબિરોમાં પણ મુશ્કેલીથી પ્રવેશ મળતો હોય છે.

તનાવમુક્તિ અને પરિવર્તન

- ડો. સુધીર વી. શાહ
એમ.ડી., ડી.એમ. (ન્યુરોફીઝીશ્યન)
અમદાવાદ

૧૯૯૦ માં મે ન્યૂરોલોજીમાં ડી.એમ. કર્યુ, અને અમદાવાદમાં પ્રેક્ટીસ શરૂ કરી. ધીરે ધીરે કામના ભારણને લીધે તથા વ્યસ્ત જીવનશૈલીને કારણે જીવનમાં ક્રમશઃ તણાવની વૃદ્ધિ થતી ગઇ. **પાંચેક વર્ષમાં પરિસ્થિતિ અસહ્ય બનતા મેં તણાવ માંથી મુક્ત થવાની વિધવિધ રીતો અજમાવવાની શરૂ કરી.** તેમાં સંગીત, સાહિત્ય અને ધ્યાન પ્રત્યે વિશેષરૂચિ થવા લાગી. ધ્યાનમાં ખાસ કરીને હું મંત્રધ્યાન, જ્યોતિ ધ્યાન જેવી અલગ અલગ પદ્ધતિથી ધ્યાન કરતાં શીખ્યો, અને પાંચેક વર્ષમાં મને લાભ થયો. મારૂ મન શાંત થયું. **તે દરમ્યાન ધ્યાન દરમ્યાન શરીર-મન-મસ્તિષ્કમાં થતાં ફેરફારો અંગેના રીસર્ચમાં મને ખૂબ રસ પડવા લાગ્યો. એના અનુસંધાનમાં દેશ-પરદેશના અનેક વૈજ્ઞાનિકોને મળવાનું પણ થયું.** ત્યારબાદ થોડા સમય બાદ સૂરત સ્થિત અમારા પરમ આત્મીય મિત્ર ડો. જીતુભાઇના માર્ગદર્શન અને અનુરોધથી ૨૦૦૭ માં હું, મારી પત્નિ ચેતના અને દિકરી ડો. હેલી સાથે કચ્છ—બાડામાં વિપશ્યના શિબિરમાં ગયો.

દસ દિવસની આ શિબિરમાં જવાથી મારા જીવનમાં વિશેષ પરિવર્તન આવ્યું. દુનિયાને જુદી જ રીતે જોવાનો અનુભવ થયો. એક જુદા જ પર્યાયથી જિંદગી જોવાનું થયું, જેથી ઘણી ક્ષુલ્લક વસ્તુઓ પરથી લગાવ હટી ગયો.

— જીવનમાં સમતાભાવ વધ્યો, મુશ્કેલીઓ જે પહેલા મનને ઉદ્વિગ્ન કરી દેતી હતી, તેને સ્થાને તેને સ્વીકારી સાક્ષીભાવથી જોવાનું વલણ આવ્યું.

— દસ દિવસ માટે સાદુ, સાધુમય જીવન જીવવાનો અનુભવ અદ્‌ભુત રહ્યો. **સાત્વિક જીવનશૈલી અપનાવવાથી જીવન વધુ અર્થસભર બની શકે છે, તેની ખાત્રી થઇ. પ્રબળ આંતરિક શકિતનો અનુભવ થયો તથા દસ દિવસના મૌનથી આત્મીય બળની વૃદ્ધિ થઇ હોય એમ લાગ્યું.**

— જીવનમાં સહિષ્ણુતા વધી, તેથી પત્નિ તથા દિકરીઓ સાથેના સંબંધો વધુ પારદર્શક બન્યા. પરસ્પર સમજણ વધવાને કારણે જીવન વધું સુમેળભર્યું બન્યું છે, તેમજ મિત્રો—સ્વજનો સાથેનો સદ્‌ભાવ વધ્યો છે.

— મારા રિસર્ચવર્કમાં મારી અનુભૂતિના જ્ઞાનને મૂકી શકવાના કારણે તેનું વધુ સચોટ નિરૂપણ થયું. તેથી તે મેડિકલ તથા અન્ય ક્ષેત્રોના મારા મિત્રોમાં સર્વ સ્વિકૃત બન્યુ.

— એક ડોક્ટર તરીકે દર્દીઓની પીડા, ફરિયાદો વધુ સારી રીતે સમજી શકું છું. તેથી સચોટ નિદાન સાથે સચોટ સારવાર કરી શકવાની ક્ષમતામાં વધારો થયો છે, એટલું જ નહીં દિવસ દરમ્યાન દર્દીઓને તપાસવાની ક્ષમતામાં પણ વધારો થયો છે.

— જીવન પ્રત્યેના હકારાત્મક વલણમાં વધારો થયો છે, જેમ કે **અત્યંત ખરાબ શારીરિક અવસ્થાના દર્દીઓ માટે આશા છોડયા વગર બચાવવાના પ્રયત્નો કરૂ છું.**

— જીવનમાં ઉભા થતા પ્રશ્નોનું વ્યવસ્થિત પૃથક્કરણ કરી સાક્ષી ભાવથી જોઇ વ્યવસ્થિત નિરાકરણ કરવાની એક દષ્ટિ મળી.

— સર્વ પ્રત્યે મૈત્રીભાવ—ક્ષમાભાવ વધ્યો

નાનકડી જીંદગીની પ્રત્યેક ક્ષણને જાગૃત પણે-સુંદર રીતે કેમ જીવી શકાય, તેના પ્રયત્નો શરૂ થયા. અને ક્ષુલ્લક વ્યવહાર—વાણી પ્રત્યે ઉદાસીનતા—કરૂણાભાવ આવ્યો.

આમ વિપશ્યનાએ મારા જીવનમાં અદ્‌ભુત પરિવર્તન આણ્યું છે. મને ખૂબ લાભ થયો છે. **તેથી દરેક જણ, ખાસ કરીને ડોક્ટરોએ વિપશ્યનાનો અનુભવ અવશ્યપણે કરવો જોઇએ, એવુ હું ભારપૂર્વક માનું છું.**

જે પણ વ્યક્તિને ધ્યાનનો પદ્ધતિસર અનુભવ કરવો હોય, તેના માટે આ સુંદર - સુગઠિત પ્રોગ્રામ છે. તેમાં તબક્કાવારની રીતે શીખવવામાં આવતું હોવાથી ખૂબ સહજ અને સરળ લાગે છે.

વર્તમાનમાં જીવવાનો મહાવરો

- ડો. કિશોર ડી. લાખાણી
(M.B.B.S. DGO)
ડો. લાખાણી હોસ્પિટલ, જેતપુર.

છેલ્લાં કેટલાંક વર્ષોથી ''વિપશ્યના સાધના શિબિર'' માટે ઈચ્છા થતી હતી, પરંતુ, એક યા બીજા કારણસર શક્ય બનતું ન હતું.

૨૦૦૬ના વર્ષમાં વ્યક્તિગત જીવનમાં આવી પડેલા અતિ દુઃખદ આંચકામાંથી બહાર નીકળવાના ઉપાય તરીકે આ શિબિરમાં જોડાયો. જે ઉપાય કારગર નીવડયો. સદ્નસીબે દસ દિવસની ત્રણ શિબિર કરવાનું સૌભાગ્ય સાંપડયું.

વિપશ્યના સાધનાના અનુભવથી એવું લાગ્યું કે જીવનને એક નવી દિશા મળી છે. શુધ્ધ ધર્મ શું છે ? તે બાબતનો ખ્યાલ આવ્યો. શુધ્ધ ધર્મની સર્વશ્રેષ્ઠ ઊંચાઈની અનુભૂતિ કરવાનું અમૂલ્ય મનુષ્ય–જીવનનું એક લક્ષ્યાંક નક્કી થયું.

પદ, પ્રતિષ્ઠા અને પૈસા જેવી બાબતોમાં જીવનનો અમૂલ્ય સમય વ્યતીત થઈ ગયો, તેનો અફસોસ થયો. પરંતુ, આ વિટંબણાઓમાંથી બહાર નીકળવાના માર્ગ તરીકે આ 'વિપશ્યના સાધના' જેવું સર્વશ્રેષ્ઠ સાધન મળ્યું તે બાબતે મારી જાતને સદ્ભાગી ગણું છું

શિબિર દરમિયાન એ સત્ય સમજાયું કે આ સાધના પદ્ધતિમાં કલ્પના કરવાની કે માની લેવાની ક્યાંય વાત નથી. **માત્ર અને માત્ર વૈજ્ઞાનિક અભિગમ અને પ્રત્યક્ષ અનુભવની વાત છે.**

સુખ અને દુઃખનાં કારણો બહાર નહીં, પરંતુ આપણી અંદર જ પડેલાં છે તે હકીકત સાધના દરમિયાનના અનુભવના આધારે પ્રત્યક્ષ સમજાઈ.

આપણી અંદર રહેલા વિકારો આપણને કેટલા તનાવગ્રસ્ત રાખે છે અને તેને કારણે આપણે કેટલા દુઃખી થઈએ છીએ, એ વાત સ્પષ્ટ રીતે સમજાઈ. મનને અને તેના વિકારોને બુદ્ધિના સ્તર પર નહીં, પરંતુ અનુભવના સ્તર પર સમતાભાવે જાણવાની ક્ષમતા પ્રાપ્ત થઈ.

આ સાધનાને કારણે :

- **વર્તમાનમાં જીવવાની આદતનો મહાવરો થયો.**
- **સ્વભાવના 'ઉતાવળિયાપણા' ની તીવ્રતા ઘટી.**
- **કામ કરવાની સ્ફૂર્તિ તથા એકાગ્રતા વધી.**
- **કુદરતના દરેક સર્જન પ્રત્યે મૈત્રી અને કરૂણાભાવની લાગણી થવા લાગી.**
- **જીવનને પવિત્ર બનાવવા તથા જીવનની પવિત્રતા જાળવી રાખવા માટેનો શ્રેષ્ઠ ઉપાય હાથ લાગ્યો તેવું અનુભવ્યું.**
- **સાંસારિક બાબતો પ્રત્યે મનનો પ્રતિક્રિયા કરવાનો સ્વભાવ બદલાતો જણાયો. તેમાં 'હકારાત્મક' સુધારો દેખાયો.**

૧૪ વર્ષના પુત્રના આકસ્મિક અવસાનના આઘાતને પચાવવા માટે જરૂરી મનની સ્થિરતા અને હિંમત શિબિર કરવાથી મળી શકી.

સાયન્ટિફિક બેઈઝ - રિયાલિસ્ટિક એપ્રોચ

- ડો. રાજીવ મારૂ
એમ.ડી. (પેડ)
રાજકોટ.

ડોક્ટર તરીકે પ્રેક્ટીસ શરૂ કર્યા બાદ થોડા સમયમાં ખ્યાલ આવ્યો કે પૈસા, શોહરત વગેરે મળી પણ જીવન જીવવાનો આનંદ ક્યાંક ખોવાઈ ગયો. નાનું બાળક તૂટેલું રમકડું મળે તોય ખુશ થાય તેવો આનંદ બધી ભૌતિક વસ્તુઓ મળવા છતાંય આવતો ન હતો.

તેવી એક ક્ષણે વિપશ્યના સાધના મળી. આપણા જેવા સાયન્સના લોકોને દરેક વસ્તુમાં એક સાયન્ટીફીક બેઈઝ જોઈએ તથા રિયાલાસ્ટીક એપ્રોચ હોય તો જ આપણે તે વસ્તુને સાચી ગણીએ. વિપશ્યના સાધનામાં મને આવું જ તથ્ય દેખાયું. **ક્યાંય પણ માની લેવાની કે કલ્પના કરવાની વાત ન હતી.**

આ સાધના કર્યા બાદ મને ઘણા જ ફાયદાઓ થયા છે જેમ કે,

(૧) જીવન વધુ સરળતાથી આનંદમય રીતે પસાર થાય છે.

(૨) દર્દીઓની તકલીફોને વધુ સારી રીતે સમજી શકું છું, જેના લીધે ટ્રીટમેન્ટના રીઝલ્ટ ઘણા જ સારા રહે છે.

(૩) ઘર તથા હોસ્પિટલનું વાતાવરણ સદાય આનંદમય તથા શાંતિમય બની રહે છે.

(૪) દર્દીઓના નેગેટીવ વાઈબ્રેશન્સ આપણને શારીરિક તથા માનસિક રીતે તકલીફ આપે તેમાંથી લગભગ અલિપ્ત રહું છું તથા ઈન્ટરનલ ક્લિન્સિંગ કરી શકું છું.

વિપશ્યના સાધનાથી જાણે કે નવી જિંદગી મળી છે. (અથવા સાચી જીંદગી દેખાઈ છે.)

મારો નમ્ર અનુરોધ છે કે જે રીતે હું તથા બીજા ઘણા ડોક્ટર મિત્રો જેમણે સાધના કરી છે તે કાંઈક પામ્યા, તે રીતે આપ સૌ પણ જીવન જીવવાની એક અમૂલ્ય વિદ્યા મેળવો. આશા છે કે આપ સૌ એક વખત આ સાધનાનો લાભ લેશો તથા પોતાનું, કુટુંબનું/દર્દીઓનું જીવન આનંદમય બનાવશો.

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મકોટ''	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મસિંધુ''	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મપીઠ''	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર–''ધમ્મ દિવાકર''	''ધમ્મ અંબિકા''	: ધર્મજ :
C/o. ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ–૧. (0281) 2233666 78787 27240 (0281) 2924942 93279 23540 રજિસ્ટ્રેશન ૧૦:૦૦ થી ૦૧:૦૦ અને ૦૪:૦૦ થી ૭:૦૦ 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	૯૪૨૮૧ ૬૦૭૧૪ ૯૮૨૫૦ ૪૪૫૩૬ ૦૨૬૩૪–૨૯૧૧૦૦ ૦૨૬૩૪–૨૯૨૫૨૧ :: સરનામું :: નવસારી અને બિલિમોરા રેલ્વે સ્ટેશનથી ૧૫ કિ.મી., નેશનલ હાઈવે નં. ૮, બોરિયાચ ટોલનાકાની પશ્ચિમે ૨ કિ.મી. દૂર ગામ : વગલવાડ, તા.: ગણદેવી	(૦૨૬૯૭) ૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨ મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫ હેમંતભાઈ પટેલ

૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

11-08 to 22-08-13 ~~07-09 to 18-09-14~~ શિબિર રદ કરેલ છે 03-10 to 14-10-14 21-10 to 01-11-14 05-11 to 16-11-14 19-11 to 30-11-14	05-08 to 16-08-14 18-08 to 29-08-14 31-08 to 11-09-14 14-09 to 25-09-14 28-09 to 09-10-14 11-10 to 22-10-14	06-08-14 to 17-08-14 20-08-14 to 31-08-14 03-09-14 to 14-09-14 17-09-14 to 28-09-14 01-10-14 to 12-10-14 21-10-14 to 01-11-14 12-11-14 to 23-11-14	06-08-14 to 17-08-14 03-09-14 to 14-09-14 17-09-14 to 28-09-14 26-10-14 to 06-11-14 12-11-14 to 23-11-14 03-12-14 to 14-12-14 31-12-14 to 11-01-15	29-07 to 09-08-14 20-10 to 31-10-14 09-12 to 20-12-14 03-01 to 14-01-15	03-09-14 to 14-09-14 28-10-14 to 08-11-14 17-12-14 to 28-12-14

વ્યસ્ત વ્યક્તિઓ જેવા કે સી.એ., ઉદ્યોગપતીઓ, ઈન્ડસ્ટ્રીયાલીસ્ટ, વકીલો વગેરે માટે જન્માષ્ટમીમાં વિપશ્યના શિબિર

રજાના દિવસોમાં વિપશ્યના શિબિર.

જન્માષ્ટમીની રજાઓમાં :- તારીખ : ૧૧-૮ થી ૨૨-૮-૨૦૧૪ સુધી.

આપની અનુકૂળતા મુજબ આપનું નામ ધમ્મકોટ - સીટી ઓફીસે ફોનથી અથવા ઈ-મેઈલ થી લખાવી શકો છો. ઉપરાંત વર્ષ દરમિયાન લગાતાર શિબિરનું આયોજન થતું રહે છે. તેમાં પણ આપની અનુકૂળતાએ નામ નોંધાવી શકો છો.

ફોન : (0281) 2924924, 2924942, 9327923540, 94262 02222

E-mail :- dhammakot@gmail.com | info@kota.dhamma.org

દોહા ધરમના

સદા શીલ મેં રત રહે, રાખે ચિત્ત અડોલ
પ્રજ્ઞા મેં પકતા રહે, યહી ધર્મ અનમોલ
ધર્મ નિયમ હેનિયતિ કા, ધર્મ અનંત અસીમ
ગન્ના મીઠા હી લગે, ખારા સબ કો નીમ
ભાષા બોલી ભિન્ન હૈ, સાર તત્ત્વ તો એક
ધર્મ વિશ્વ કા એક હૈ, દર્શન હુએ અનેક

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

દોહા ધરમના

ધર્મ ન મિથ્યા રૂઢિયાં, ધર્મ ન મિથ્યાચાર
ધર્મ ન મિથ્યા માન્યતા, ધર્મ સત્ય કા સાર
શુદ્ધ ધર્મ તો એક હૈ, છિલકે હુએ અનેક
છિલકે તો નિસ્સાર હૈં, સાર ધર્મ કા દેખ
સમ્યક દર્શન ધર્મ હૈ, યહી મુક્તિ કા સ્વાદ
ધર્મ ન થોથી કલ્પના, ધર્મ ન થોથા વાદ

સોલંકી મિકેનિક વર્કસ
૪૦/W ભક્તિનગર જી.આઈ.ડી.સી., રાજકોટ–૨.
ફોન : ૦૨૮૧ – ૨૩૬૨૧૮૯ ની 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 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 12 જુલાઈ 2014 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) 2233666
મોબાઈલ : 7878 7272 23
e-mail : info@kota.dhamma.org
Web site : www.kota.dhamma.org