



ઘમ્મવાણી

કાયમુનિં વચીમુનિં,
ચેત્તોમુનિં આહુ સબ્બપહાયિનં ।
મુનિં મોનેય્યસમ્પન્નં,
આહુ સબ્બયહાયિનં ॥

જેની કાયા (શરીર) મૌન છે, જેની
વાણી મૌન છે, જેનું ચિત્ત મૌન છે
એવા મૌન સમ્પન્ન, આસ્રવ-
વિહીન, સર્વત્યાગીને મુનિ કહે છે.

આર્ય-મૌન

એક પુરાણી કથા છે.

બે હંસ અને એક કાચબો કોઈ તળાવના કિનારે રહેતા હતા. હંસ સમજદાર હતા. મોટા ભાગે ચૂપ રહેતા. જ્યારે જરૂર હોય ત્યારે બોલતા હતા. તે પણ બહુ જ ઓછું. કાચબો મૂરખ હતો. આખો દિવસ બક-બક કરતો રહેતો. જરૂરી-બિનજરૂરી હજાર વાતોમાં અટવાયેલો રહેતો.

એક દિવસ હંસ પોતાના દેશ માનસરોવર પાછા ફરવાની તૈયારી કરવા લાગ્યા. કાચબાએ આ જાણ્યું તો કરગરીને બોલ્યો, “મને પણ સાથે લઈ જાઓ. માનસરોવરની ખ્યાતિ ખૂબ સાંભળી છે”.

હંસ ના માન્યા. બોલ્યા, “અમારા દેશના લોકો મૌનપ્રિય છે. તું આખો દિવસ બકવાસ કરનારો. ત્યાં તને નહીં ફાવે.”

કાચબાએ વચન આપ્યું, તે પૂર્ણ મૌનવ્રત પાળશે, તેને જરૂર લઈ જાવ. હંસ આ વચનથી રાજી થયા. તેમણે એક લાકડી લીધી અને કાચબાને કહ્યું કે આને વચ્ચેથી પોતાના દાંતથી કસીને પકડી લે. એ પછી બન્નેએ આ લાકડીના બન્ને છેડા પોતપોતાની ચાંચમાં દબાવ્યા અને ઊડવા લાગ્યા. લાકડીની વચ્ચે ઝૂલતો કાચબો પણ સાથે સાથે ઊડવા લાગ્યો. કાચબાને આસમાનની આ સફર બહુ જ સારી લાગી. તે હંસોને કહેવા ઈચ્છતો હતો કે તે કેટલો ખુશ છે. બોલવા ઈચ્છતો હતો, પણ ત્યારે મૌનવ્રત યાદ આવ્યું અને ચૂપ થઈ ગયો.

ત્રણે મિત્રોની આ ટોળી આગળ વધતી ગઈ. હંસ ઊડતા ગયા, ઊડતા ગયા. ઊડતા ઊડતા એક ગામ પરથી પસાર થયા. ગામના લોકોએ આ જોયું તો અંદરોઅંદર વાતચીત કરવા લાગ્યા “જુઓ, કેવી વિચિત્ર વાત છે ! બે હંસો એક મરેલા કાચબાને ઊડાડીને લઈ જાય છે.”

અત્યાર સુધી કાચબો મૌન રહ્યો, પણ આ સાંભળી એ અકળાઈ ઊઠ્યો. વાતોડિયા જીવથી રહેવાયું નહિ. ચૂપ રહેવાનું સહન ન થઈ શક્યું. ચીસ પાડીને બોલ્યો, “હું મરેલો નથી, જીવતો છું, જીવતો.” મોં ખૂલતાં જ લાકડી દાંતમાંથી છૂટી ગઈ અને તે

ઘડામ દઈને પૃથ્વી પર આવી પડ્યો. હાડકાં-પાંસળાં ચૂર-ચૂર થઈ ગયાં. હવે સાચે સાચ જીવતાથી મરેલો થઈ ગયો.

આ બોધકથા વાતોડિયા લોકો માટે છે, જેનાથી તેઓ મૌનનું મહત્વ સમજે. સાધકો માટે મૌનનું પાલન, સાધનાની સફળતા માટે જીવન-મરણનો પ્રશ્ન છે. સાધના-શિબિરોમાં જ્યારે તેઓ અભ્યાસ માટે આવે છે ત્યારે તેમણે ખૂબ સતર્ક રહીને પરસ્પર વાતચીત ન કરવાનું વ્રત પાળવું જોઈએ. પોતાના કલ્યાણમિત્ર સાથે પણ સાધનાના અભ્યાસ સંબંધની જ વાત હોય. એ પણ એટલી જ કે જેટલી નિતાંત આવશ્યક હોય, સાર્થક હોય. નિરર્થક વાતોમાં કદાપિ ન લાગવું; પોતાનો અમૂલ્ય સમય જરા પણ ન વેડફવો.

ભગવાન બુદ્ધ અણમોલ સમયના સદુપયોગના પક્ષધર હતા. નકામી વાતોમાં સમય બગાડવાનો હંમેશા વિરોધ કરતા હતા. કોઈ ભાઈ તેમની પાસે આવ્યો છે અને કહે છે :

“ભગવાન ! આપ વારંવાર દુઃખ અને દુઃખ વિમુક્તિ ઉપર જ બોલો છો. કૃપયા એ તો બતાવો કે આ દુઃખ કોને થાય છે ? અને આ દુઃખોથી વિમુક્તિ કોની થાય છે ?”

પ્રશ્ન કરનારે નિરર્થક પ્રશ્ન કર્યો, પણ ભગવાન આવી નિરર્થક ચર્ચામાં ફસાય એવા ન હતા. ખૂબ પ્રેમથી સમજાવતાં બોલ્યા, “અરે ભાઈ ! તને પ્રશ્ન કરતાં જ નથી આવડ્યો. પ્રશ્ન એ નહતો કરવાનો કે દુઃખ ‘કોને’ થાય છે, પણ એ કરવાનો હતો કે ‘શા માટે’ થાય છે ? પ્રશ્ન એ ન કરવો જોઈએ કે દુઃખથી વિમુક્તિ ‘કોની’ થાય છે, પણ એ કરવો જોઈએ કે ‘કેવી રીતે’ થાય છે ?”

સાર્થક વાત, મતલબની વાત એ જ છે કે દુઃખમાંથી છુટકારો મેળવીએ અને તે માટે એ જાણવું આવશ્યક છે કે દુઃખનું કારણ શું છે ? અને તેનું નિવારણ શું છે ? એને છોડી બીજી અન્ય ચર્ચાઓ નકામી, નિરર્થક નથી તો બીજું શું છે ?

કોઈ વાર કોઈ ભાઈ તેમને પૂછી લેતા, “ભગવાન ! કહો આ સંસારને કોણે બનાવ્યો ?”

તો ફરીથી પ્યારથી સમજાવતા, “અરે ભાઈ ! કોઈ ઝેરી

તીરથી ઘાયલ વ્યક્તિએ એ જાણવું મિલકુલ જરૂરી નથી કે તીર કોણે બનાવ્યું ? તેને માટે આવશ્યક એ જ છે કે જે તીરથી તે ઘાયલ થયેલ છે, તેને વહેલામાં વહેલી તકે બહાર કાઢી લે, જેથી પીડામુક્ત થાય, દુઃખ મુક્ત થાય.”

કેટલું દૂંકુ જીવન છે મનુષ્યનું ! તેને આ દાર્શનિકોની જેમ ફક્ત બુદ્ધિરંજનમાં, બુદ્ધિકિલ્લોલમાં વિતાવી દે, આ કેટલી અણસમજ કહેવાય ! વિસ્મયવિભોર થઈને જિજ્ઞાસાપૂર્તિમાં અને કુતૂહલ-મંગલની જુદી જુદી રમતો રમવામાં વિતાવી દે, આ કેટલી નાદાની છે ! કોઈ મહાકારુણિક સમ્યક્ સંબુદ્ધને આ કેવી રીતે સ્વીકાર્ય હોઈ શકે ! મનુષ્ય-જીવનનો ઉચિતમાં ઉચિત અને અધિકમાં અધિક ઉપયોગ થવો જોઈએ. આ મનુષ્યની વિશેષતા છે કે તે માત્ર બૌદ્ધિક સ્તરે પોતાનાં દુઃખોનાં કારણો અને તેના નિવારણને સમજી શકે છે. અને સાક્ષાત્કારના સ્તર પર તેનું દર્શન કરી નિતાંત દુઃખ વિમુક્ત પણ થઈ શકે છે, નિર્વાણલાભી પણ થઈ શકે છે. પશુપક્ષી અથવા કોઈ અન્ય નીચી શ્રેણીનાં પ્રાણીઓ માટે આ શક્ય નથી, સંભવ નથી. આ અનોખી વિશેષતાનો પૂરેપૂરો લાભ ઉઠાવવો જોઈએ; એટલે જ ભગવાન તથાગત ન સ્વયં નિરર્થક વાતોમાં અટવાતા, ન કોઈ સાધકને અટવાવા દેતા હતા. હંમેશા સારની જ વાત કરતા હતા.

એક દિવસ ભિક્ષુઓની સાથે જંગલમાં એક વૃક્ષની છાયામાં બેઠેલા તેમણે ઘરતી પર પડેલાં મુઝીભર પાન હાથમાં લીધાં અને જંગલનાં વૃક્ષો તરફ ઇશારો કરતાં કહ્યું કે જેવી રીતે આ મહાવનનાં સમસ્ત વૃક્ષો પર લાગેલાં ફૂલ-પાંદડાં અગણિત છે, તેવી રીતે જ જે વ્યક્તિને સમ્યક્સંબોધિ પ્રાપ્ત થઈ જાય તેમની જાણકારી અપરિમિત હોય છે પણ તેઓ અણસમજથી પોતાની બધી જાણકારી લોકો સુધી પહોંચાડવાની ભૂલ નથી કરતા; તેમનો અને પોતાનો સમય વ્યર્થ નષ્ટ નથી કરતા. તેઓ એટલી જ વાત કરે છે જેટલી કામની હોય છે. જેવી રીતે વૃક્ષો પર રહેલાં અગણિત પાંદડાંની સરખામણીમાં આ મુઝીભર પાંદડાં. જે કામની વાત છે તેને તેઓ છુપાવતા નથી અને જે નક્કામી વાત છે, તેને બોલીને લોકોને ગૂંચવતા નથી.

એટલે ભગવાન પોતાની સાધના-વિહારોમાં સાધકોને પણ હંમેશા નિર્ર્થક વાતોથી દૂર રહેવાનો ઉપદેશ આપતા હતા. જ્યારે તેઓ જોતા કે ભિક્ષુ-સાધક બેઠા બેઠા ગપ્પાં મારી રહ્યા છે, રાજ્ય-કથા, ચોર-કથા, શિલ્પ-કથા, વાણિજ્ય-કથા, વૈભવ-કથા વગેરેમાં ગૂંચવાઈ રહ્યા છે તો તેમને પ્રેમથી વઢતા અને સમજાવતા કે શ્રદ્ધાપૂર્વક ઘરથી બેઘર થઈ જે કામ માટે અહીં આવ્યા છો, તેમાં લાગી જાવ, નિર્ર્થક વાતોમાં નહીં. તેમણે આવા વાતોડિયા સાધક-ભિક્ષુઓને ધમકાવતાં અનેકવાર કહ્યું :

સન્નિપત્તિતાનં વો, ભિક્ષવે, દ્વયં કરણીયં । ધમ્મી વા કથા, અરિયો વા તુણ્હી ભાવો ।

એટલે કે એકઠા મળીને બેઠા હોય ત્યારે, ભિક્ષુઓ ! તમારે બે જ કામ કરવાં જોઈએ : કાંતો ધર્મ-કથા અથવા આર્ય-મૌન.

ધર્મ-કથા એટલે કામની વાત; એવી વાતો, જેનાથી શુદ્ધ ધર્મ જાગે અને પોતાનું કામ સઘાય, સાચું કામ સઘાય. સાધના માટે આવીને નિરુપયોગી વાતોમાં સમય ન વેડફાઈ જાય. કલ્યાણમિત્ર

સાથે પણ વાતચીત કરવી હોય તો ધર્મકથા કરવી જોઈએ એવી ધર્મકથા જેવી કે ‘અલ્પેચ્છ-કથા, સંતુષ્ટિ-કથા, પ્રવિવેક-કથા, પુરુષાર્થ-કથા, અસંસર્ગ-કથા, શીલ-કથા, સમાધિ-કથા, પ્રજ્ઞા-કથા, વિમુક્તિ-કથા, વિમુક્તિ જ્ઞાન-દર્શન-કથા.’ એવી ધર્મકથા કે જે ચિત્તનાં આવરણોને દૂર કરનારી હોય, દુઃખનું નિતાંત ઉન્મૂલન કરનારી હોય, વિકારોનો પૂર્ણ વિરાગ, નિરોધ-ઉપશમન કરનારી હોય, અભિજ્ઞા, સંબોધિ, નિર્વાણ આપનારી હોય. એવી કથા કરવી જોઈએ, જેનાથી સાધક નિર્મળતાલાભી થાય, સુખલાભી થાય, શાંતિલાભી થાય.’

આ સ્વસ્થ પરંપરાને નિભાવતાં આજે પણ વિપશ્યના શિબિરોમાં આ વાત પર ભાર મુકાય છે કે જ્યારે પોતાના કલ્યાણમિત્ર સાથે ચર્ચા કરવી હોય ત્યારે તે સાર્થક હોવી જોઈએ, નિર્ર્થક નહીં, ધર્મકથા, હોવી જોઈએ બુદ્ધિ કિલ્લોલની કથા નહીં, વાદ-વિવાદની કથા નહીં, બાકીનો બધો સમય તો અરિયો વા તુણ્હી ભાવો એટલે, ‘આર્યમૌન’ જ પાળવું જોઈએ.

આર્યમૌન એટલે માત્ર વાણીનું જ મૌન નહીં, શરીર અને મનનું પણ મૌન. વાણીનું મૌન તો નિતાંત આવશ્યક છે જ. એટલા માટે મૌનવ્રત અપાય છે. નહીં તો નિર્ર્થક વાતો કરી કરીને સમય બગાડીશું, જાણતાં-અજાણતાં અસત્ય બોલી નાખશું તો જે પાંચ શીલ લીધાં છે તેમાંથી એક ભંગ કરી લઈશું, અને જ્યાં શીલનો ભંગ થાય છે ત્યાં સાધના-ભવનનો પાયો નબળો પડી જાય છે. એટલું જ નહીં, વાત કરીશું તો શિબિરમાં સંમિલિત અન્ય સાધકોનું ધ્યાન ભંગ કરીને અકુશળ-આસુરી કર્મોના દોષી બનીશું, બીજાઓને હાનિ-નુકશાન કરીશું, પોતાની પણ હાનિ કરીશું. વિપશ્યના માર્ગનો નવામાં નવો પથિક પણ આ સરચાઈને તરત જાણવા લાગે છે કે તેનું મન કેટલું વાતોડિયું છે, અંદર ને અંદર સદા કંઈ ને કંઈ બોલતું રહે છે. ક્યારેક જ કોઈ ઉપયોગની, પણ મોટેભાગે નિરુપયોગી નિર્ર્થક વાત બોલતું જ રહે છે. થોડા સમયની વાતચીત પછી સાધક જ્યારે ધ્યાનમાં બેસે છે તો જુએ છે કે તેના આ વાતોડિયા મનને ખૂબ વધારે ચારો મળી ગયો છે. હવે તે લાંબા સમય સુધી તે ચાવેલા-ચારાને વાગોળ્યા કરે છે, મૌન થવાનું નામ સુદ્ધાં નથી લેતું.

વાણીથી મૌન રહેતો સાધક કાયાને પણ મૌન રાખવાનો અભ્યાસ કરે. કાયાનું મૌન એ રીતે ભંગ થાય છે કે વાણીનું મૌનવ્રત લઈને સાધક મોટેભાગે પોતાના શરીર દ્વારા વાતચીત કરે છે; હાથ, આંખ અથવા શરીરનાં અન્ય અંગોને હલાવી-ડોલાવીને ઇશારામાં વાતચીત કરે છે. ક્યારેક ક્યારેક જીભ હલાવ્યા વિના, હોઠ હલાવ્યા વિના ‘ઉ...આં...’ની ખગભાષામાં વાર્તાલાપ કરે છે. ક્યારેક ક્યારેક એનાથી પણ આગળ વધે છે તો કાગળ-પેન્સિલ લઈ લખી-વાંચી ને વાતચીત કરી લે છે. આ બધું શરીર દ્વારા મૌનભંગ કરેલું કહેવાય કે જે વાણીના મૌનભંગ કરતાં કોઈ પણ રીતે ઓછું હાનિકારક નથી. શરીરના મૌનનો અભ્યાસ કરનારા સાધક આ બધાથી બચે. શરીરના પૂર્ણ મૌનનો અભ્યાસ કરવા માટે સાધકે હલન-ચલન વિના વારંવાર અધિષ્ઠાનમાં બેસવું. અધિષ્ઠિત થઈને બેસવા સિવાય જ્યારે પણ નૈસર્ગિક આવશ્યકતાઓ માટે સૂવા-ઊઠવા, નહાવા-ઘોવા, ખાવા-પીવા, હરવા ફરવાનું કોઈ

શારીરિક હલન-ચલન કરવું પડે તો તેના પ્રત્યે પૂર્ણ જાગૃક રહેવાનો અભ્યાસ કરે. શરીરની બધી હરકતો સચેત રહીને કરે. આ શારીરિક મૌનનો અભ્યાસ છે.

મનને મૌન રાખવાનો અભ્યાસ પણ તેને જાગૃત રાખીને જ કરાય છે; કોઈ ભૌતિક અથવા આધ્યાત્મિક નશા દ્વારા તેને સુવાડીને નહીં, પણ યથાર્થ પ્રત્યે સતત સચેત રાખીને.

આ અરિયો તુઝી ભાવો છે - એટલે કે આર્યમૌન છે. એનું પહેલું પગલું વાણીના મૌનથી આરંભ થાય છે. જેઓ વાણીનું મૌન જ નથી રાખી શકતા, એટલે કે આર્યમૌનનું પહેલું પગલું જ નથી ભરી શકતા, તે આગળનાં બન્ને પગલાં કેવી રીતે ઉઠાવી શકશે ? એટલે કે શરીર અને મનનું મૌન કેવી રીતે નિભાવશે ? જેઓ વાણીથી વાચાળ હશે, તેઓ શરીરથી ઉદ્ભૂત-ઉદ્ભૂત હશે જ અને મનથી સ્મૃતિવિહીન તથા મોહ-વિમૂઢ હશે જ.

એક વાર ભગવાન કુશીનગરના શાલવનમાં વિહાર કરી રહ્યા હતા. તે સમયે તેમણે જોયું કે કેટલાક ભિક્ષુઓ ભગવાનથી ઘણે દૂર અન્ય કુટિરોમાં નિવાસ કરતાં અત્યંત ઉદ્ભૂત, ઉદ્ભૂત ચપળ છે; કારણ કે મુખરિત, વાચાળ, વાતોડિયા છે; વાતોના શોખીન (લોભી) છે; ગમે તેવા (અહીં-તહીંનાં) ગપ્પાં હાંકનારા છે એટલે પ્રમાદી છે, સ્મૃતિ-વિભ્રમ છે; મોહ-મૂઢતામાં મગ્ન છે, બેહોશ છે, અસ્થિર ચિત્ત છે, ભ્રાંતચિત્ત છે અને ગુપ્તચિત્ત હોવાને બદલે પ્રગટેન્દ્રિય છે - એટલે ઇન્દ્રિયોની પ્રત્યે સંચયિત રહેવાને બદલે નિતાંત અસંચયિત છે. આ વાતોમાં રસિયાઓની આ દયનીય શારીરિક અને માનસિક દશા જોઈને જ ભગવાને તે સમયે ઉદાનના આ શબ્દો કહ્યા :

અરવિચ્છતેન કાયેન મિચ્છાદિદ્વહતેન ચ ।

થીનમિદ્ધાભિભૂતેન વસં મારસ્સ ગચ્છતિ ॥

- મૂઢ મનુષ્ય કાયાના સંચયને ખોઈને, મિથ્યા દષ્ટિઓમાં ગૂંચવાઈને, આળસમાં ડૂબીને મૃત્યુરાજના વશમાં જઈ રહ્યો છે.

તસ્મા રવિચ્છતચિત્તસ્ય સમ્માસડપ્પગોચરો ।

સમ્માદિદ્ધિપુરેક્ષારો જ્ઞત્વાન ઉદયબ્બયં ।

થીનમિદ્ધાભિભૂ ભિક્ષુ સબ્બા દુગ્ગતિયો જહે ॥

- એટલે ચિત્તને વશમાં રાખનારા, સમ્યક્ સંકલ્પના અભ્યાસી, સમ્યક્ દર્શનમાં શ્રદ્ધાપૂર્વક લાગેલા, પોતાની અંદર સંવેદનાઓના ઉત્પાદ-વ્યયની સમ્યક્ વિપશ્યના કરનારા સાધક આળસ-રહિત, પ્રમાદ રહિત થઈને બધી દુર્ગતિઓથી છુટકારો મેળવે.

ખબર નથી, ભગવાનનાં આ ઠપકા ભર્યાં ઉદાન-વચનોથી એ પ્રમાદી ભિક્ષુઓ પર શું અસર પડી. તે સમયનું વાઙ્મય આ સંબંધમાં મૌન છે, પરંતુ આપણે અન્યત્ર જોઈએ છીએ કે ભગવાનના ધર્મ-ચાલખાની સાધકો પર વીજળી જેવી અસર થતી હતી. તે સચેત થઈને સન્માર્ગમાં લાગી જતા હતા.

ત્રિપિટકમાં એવા અનેક પ્રસંગ છે, જેમાં શાંતિપ્રિય ભગવાન તથાગતે કોલાહલ કરનારા ભિક્ષુઓને પોતાના સાધના કેન્દ્રમાંથી

બહાર કાઢ્યા હોય. એકવાર તો સ્વયં ધર્મસેનાપતિ સારિપુત્રને પોતાના અનેક સાથીઓ સાથે આ અનુશાસનને કારણે આશ્રમની બહાર જવું પડ્યું હતું, જે બધાના કલ્યાણનું કારણ બન્યું.

એક બીજા પ્રસંગે આપણે જોઈએ છીએ કે ભગવાન જેતવનમાં અનાથપિંડિકના સંધારામમાં વિહાર કરી રહ્યા હતા ત્યારે શ્રમણ યશોજના નેતૃત્વમાં પાંચસો ભિક્ષુઓ ભગવાનને મળવા આવ્યા. તે નવા આવેલા ભિક્ષુ સ્થાનીય ભિક્ષુઓને નમસ્કાર કરતા કરતા, પોતાના માટે સૂવાની-પાથરવાની વ્યવસ્થા કરતા કરતા અને સાથે લાવેલા ભિક્ષા-પાત્રો અને ચીવરોને આમ-તેમ રાખતા-રાખતા ઊંચા અવાજે ઘોંઘાટ કરતા હતા. મૌનપ્રેમી ભગવાન તથાગતે જ્યારે માછીમારો જેવો આ કોલાહલ સાંભળ્યો તો આ ભિક્ષુઓને પાસે બોલાવીને ધમકાવીને આજ્ઞા કરી, “નીકળી જાઓ અહીં થી ! તમે લોકો મારી પાસે રહેવા માટે યોગ્ય નથી.”

યશોજ સાથે બધા ભિક્ષુઓ ભગવાનને અભિવાદન (પ્રણામ) કરી સંધારામની બહાર આવ્યા. તેઓ કોશલ પ્રદેશથી નીકળી વજિજય દેશની યાત્રા પૂરી કરી વાગ્ગુમૂદા નદીના કિનારે પર્ણકુટી બનાવીને રહેવા લગ્યા. ત્યાં આયુષ્માન યશોજે પોતાના સાથીઓને એકઠા કરીને કહ્યું. “ભગવાને આપણને જે દંડ કર્યો છે તે આપણા પર તેમની અનુકંપા જ છે, તે આપણા હિત-સુખ માટે જ છે. આવો એવું કરીએ, જેથી ભગવાન આપણા પર પ્રસન્ન થાય.”

એ બધા જ પોતાની પાછળની ભૂલમાંથી પાઠ શીખી, પૂર્ણ મૌનનું પાલન કરી, અપ્રમાદ થઈ સાધનામાં લાગી ગયા. થોડા દિવસોમાં જ તે બધા કૃતકૃત્ય થયા. પ્રાપ્ત કરવાનું પ્રાપ્ત કર્યું, જે મેળવવા માટે ઘર છોડીને બેઘર થયેલા અને પ્રાપ્ત કરવામાં સફળ થયા; એ મહામુનિના મૌનપથનું સમ્યક્ અનુસરણ કરીને ધન્ય થયા, નિર્વાણલાભી થયા. સાચે જ આર્યમૌન વિપશ્યી સાધકોનું અણમોલ આભૂષણ છે.

પ્રકૃતિએ આપણને બે કાન આપ્યા છે, પણ મોં એક જ આપ્યું છે, આનો અર્થ એ થાય કે આપણે સાંભળીએ અધિક, બોલીએ ઓછું. પ્રકૃતિએ બન્ને કાન સ્વાભાવિક જ ખુલ્લા રાખ્યા છે અને મોં સ્વભાવથી જ બંધ રાખ્યું. એટલે સાંભળવાની કોઈ મનાઈ નથી, બોલવાની મનાઈ છે. જ્યારે બોલવાનું અત્યંત અનિવાર્ય હોય ત્યારે જ મોં ખોલવું, અત્યંત આવશ્યક હોય એટલી જ વાત કરવી, માત્ર કામની વાત, ઉપયોગની વાત, ધર્મની વાત કરવી. અન્યથા મૌન, પૂર્ણ મૌન, આર્ય મૌન રહેવું.

ધન્ય છે એ સાધક, જે ભગવાનની ચેતવણી ભરી ઉદાનવાણીને હૃદયંગમ કરી મૌનવ્રતી થયા, સાધનારત થયા અને જીવનમુક્ત થયા. આવો, આપણે પણ એ ચિરકલ્યાણમયી વાણીથી લાભનિવત થઈએ, ઉદ્બોધિત થઈએ, સતત અભ્યાસરત થઈએ અને મંગલલાભી થઈએ. આવો, આપણે પણ આર્યમૌનનો અભ્યાસ કરીએ. મૌન રહેવામાં આપણું શરીર એવું સઘાઈ જાય કે આપણાથી કોઈ કાયિક દુષ્કર્મ થઈ જ ન શકે. મૌન રહેવામાં આપણી વાણી એવી સઘાઈ જાય કે આપણાથી કોઈ વાયિક દુષ્કર્મ થઈ જ ન શકે; મૌન રહેવામાં આપણું મન એટલું સઘાઈ જાય કે આપણાથી કોઈ માનસિક દુષ્કર્મ થઈ જ ન શકે. પરમ મંગલની ઉપલબ્ધિનો આ એક માત્ર મંગલમાર્ગ છે.

- “જગે અંતર્બોધ” પુસ્તિકા માંથી સાભાર

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર “ધમ્મકોટ” 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 ૦૫:૦૦ dhammakot@gmail.com	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર “ધમ્મસિંધુ” બાડા. C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ યુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી. કચ્છ-૩૭૦ ૪૬૫ (02834) 273303, 273612,	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર “ધમ્મપીઠ” અમદાવાદ રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ - ૩૮૦ ૮૧૦ (02714) 294690, (M) 94264 19397	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર-“ધમ્મ દિવાકર” 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	“ધમ્મ અંબિકા” ૯૪૨૮૧ ૬૦૭૧૪ ૯૮૨૫૦ ૪૪૫૩૬ ૦૨૬૩૪-૨૯૧૧૦૦ ૦૨૬૩૪-૨૯૨૫૨૧ :: સરનામું :: નવસારી અને બિલિમોરા રેલ્વે સ્ટેશનથી ૧૫ કિ.મી., નેશનલ હાઇવે નં. ૮, બોરિયા ટોલનાકાની પશ્ચિમે ૨ કિ.મી. દૂર ગામ : વગલવાડ, તા.: ગણદેવી	: ધર્મજ : (૦૨૬૯૭) ૨૪૫૪૬૦, ૨૪૫૩૦૨ મો. ૯૪૨૬૫ ૦૦૭૬૫ હેમંતભાઈ પટેલ
31-12 to 11-01-15	૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી				02-01-15 to 13-01-15
15-01 to 26-01-15	04-12 to 21-12-15	31-12-14 to 11-01-15	31-12-14 to 11-01-15	03-01 to 14-01-15	મોગર કેન્દ્ર “ધમ્મ ભવન” દર મહિનાના પહેલા રવિવારે સામૂહિક સાધના ૫-કાલિંદી પાર્ક, અકોટા અતિથિ ગૃહ પાછળ, વડોદરા-૩૯૦૦૨૦. (0265) 2341181 (M) 94263 32180 E-mail : vvs04@ hotmail.com
11-02 to 22-02-15	22-02 to 05-03-15	14-01-15 to 25-01-15	14-01-15 to 25-01-15	16-01 to 27-01-15	
25-02 to 08-03-15	08-03 to 19-03-15	28-01-15 to 08-02-15	28-01-15 to 08-02-15	04-02 to 15-02-15	
11-03 to 22-03-15	22-03 to 02-04-15	11-02-15 to 22-02-15	11-02-15 to 22-02-15	17-02 to 28-02-15	
25-03 to 05-04-15	10-05 to 21-05-15	25-02 to 08-03-15	25-03-15 to 05-04-15	08-03 to 19-03-15	
08-04 to 19-04-15	24-05 to 04-06-15	11-03 to 22-03-15	08-04-15 to 19-04-15	22-04-15 to 03-05-15	
૨૦ દિવસીય શિબિર 15-01 to 05-02-15	૩૦ દિવસીય શિબિર 04-01 to 04-02-15	સતીપટ્ટાન 25-03 to 02-04-15	૨૦ દિવસીય શિબિર 01-03 to 22-03-15	રજિસ્ટ્રેશન 0261-3260961 (૧૧ થી ૫ દરમિયાન) : ઉના : ચુપ સીટીંગ સવારે ૬:૩૦ થી ૭:૩૦ દરમિયાન જે. ટીલવાણી ૪૨, પ્રજ્ઞામિ સોસાયટી, શેરી નં.૩, નવી મામલતદાર ઓફીસ પાછળ, ગીરગઢા રોડ, ઉના. મો.: ૯૪૨૭૭ ૩૮૦૭૦	

શિબિરમાં આવનાર પ્રત્યેક વ્યક્તિએ ફોટો આઈડી (ફોટો ઓળખપત્ર) ની ઝેરોક્ષ લાવવી ફરજિયાત છે.
દર મહિનાના બીજા રવિવારે સવારે ૯-૩૦ થી ૧૧-૦૦ કલાકે બાળકો માટેની “આનાપાન” શિબિર, માસુમ સ્કુલ, યુનિ. રોડ, રાજકોટ ખાતે રાખવામાં આવે છે.

દોહા ધરમના

ધન્ય ધન્ય યહ મનુજ હી, ધરમ ધાર તર જાય ।
સમ્યક્ દર્શન કી વિદ્યા, અન્ય જીવ ના પાય ॥
નિજ કર્મો સે રચ રહે, હમ અપના સંસાર ।
સુખમય દુઃખમય જગત કા, અન્ય કૌન કરતાર ॥
કુશલ કર્મ મત ટાલ રે, મત કલ પર સરકાય ।
અવસર એસા પુણ્ય કા, ફિર શાયદ હી આય ॥

એક્સેલ કોપકેર લિમિટેડ

૬/૨, રૂપાપરી રોડ, ભાવનગર - ૩૬૪ ૦૦૫.
ફોન : (૦૨૭૮) ૨૨૧૨૪૦૧-૨-૩ ની મંગલકામના

દોહા ધરમના

બાતોં મે હી બાવરા, રહા સદા અકુલાય ।
બાત - શૂર ઉલઝા રહે, કર્મ - શૂર તર જાય ॥
આંધી હો તૂફાન હો, કર્મવીર હો પાર ।
પર જો બાતે હી કરે, રહે સદા ઈસ પાર ॥
તપને કે દિન ખો દિયે, બાતોં મેં મશગુલ ।
બિના મૌન હો તપ કિયે, મિટે ન મન કે શૂલ ॥

મોલંડી મિકેનિક વર્ક્સ

૪૦/W ભકિતનગર 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 કોમ્પ્લેક્સ”, 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 સેન્ટરના નામે મ.ઓ./ફાઈટ અથવા રોકડથી મોકલી શકાશે. (બહારગામના ચેક લેવામાં આવશે નહીં.) રાજકોટ સિટી ઓફિસ : ભાભા હોટલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના 6 ડિસેમ્બર 2014 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/2000/3013
Postal Reg. No. RAJKOT/450/2015-17
(Renewed upto 31.12.2017)

Weights less than 30 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 હોટલ, 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