વિપશ્યના

સાધકોનું માસિક પ્રેરણાપત્ર

બુદ્ધવર્ષ ૨૫૫૨ ❖ જયેષ્ઠ પૂર્ણિમા ❖ ૧૮ જૂન ૨૦૦૮ ❖ વર્ષ - ૯ ❖ અંક - ૩ ❖ સળંગ અંક - ૯૯

ધમ્મવાણી

मनोपकोपं रक्खेय्य, मनसा संवुतो सिया ।
मनोदुच्चरितं हित्वा, मनसा सुचरितं चरे ॥
धम्मपद २३३

કુપિત થવાથી પોતાના મનની રક્ષા કરવી. મનનો સંવર કરો, એને સંયમિત રાખો, માનસિક દુરાચરણનો ત્યાગ કરીને માનસિક સદાચરણ કરો.

મનનો સંવર તથા સરળતા

મારા પ્યારા સાધક - સાધિકાઓ !!

આવો, વિપશ્યના દ્વારા મનનો સંવર કરતાં શીખીએ. બહુ મંગલદાયી છે મનનો સંવર !

સંવર હશે તો જ મન ઠીક થશે, સુધરશે, સ્વચ્છ થશે તો જ માનસિક દુરાચરણથી બચી શકશું. તો જ માનસિક સદાચરણમાં લાગી શકશું. તો જ વાચિક અને કાયિક દુરાચરણથી બચી શકશું. તો જ વાચિક અને કાયિક સદાચરણમાં લાગી શકશું.

મનનો સંવર ન થાય તો મનના ઊંડાણમાં સમાએલી સંસ્કાર ગ્રંથિઓની નિર્જરા નથી થતી, તેનું ઉપશમન નથી થતું, તેનું વિમોચન નથી થતું. તેનાથી વિમુક્તિ નથી થતી. કર્મસંસ્કારોનો સંચિત પુંજ મનને પોતાના સહજ નિર્મળ સ્વભાવમાં સ્થિત નથી થવા દેતો.

કર્મસંસ્કાર અજ્ઞાનની જ ઉપજ છે અને અજ્ઞાન પણ કર્મસંસ્કારોથી જ સઘન બને છે. આ સઘન અજ્ઞાન જ આપણને યથાભૂત જ્ઞાનદર્શન નથી કરવા દેતું. જે અનિત્ય છે તેની અનિત્યતાનું દર્શન નથી કરવા દેતું, તેના પ્રતિ નિત્યતાનો ભ્રમ પેદા કર્યા રાખે છે. બૌદ્ધિક સ્તર પર, સૈદ્ધાંતિક સ્તર પર હજાર (વાર) અનિત્યતાને સ્વીકારતા રહીએ, પણ યથાર્થના સ્તર પર તો સદા નિત્યભાવમાં જ આબદ્ધ (બંધાએલા) રહીએ છીએ.

જીવનમાં જ્યારે પણ મનમાની સ્થિતિ પેદા થાય છે, ધનદોલત, પદ-પ્રતિષ્ઠા, સત્તા-શક્તિ ઉપલબ્ધ થાય છે તો તેને નિત્ય માનીને જ એવા અંધાપાનું વર્તન કરવા લાગીએ છીએ કે જે સ્વપીડન તથા પરપીડનનું કારણ બને છે. ગર્વ, ઘમંડની વરાળથી ભરેલાં આંધળા સ્ટીમ/રોલરની માફક બધાંની સુખશાંતિ કચડતાં જઇએ છીએ. જરાકેય હોશ નથી રહેતા કે આ સ્થિતિ સદા રહેનારી નથી.

અને વળી પ્રકૃતિના નિયમો અનુસાર એ મનમાની સ્થિતિ વહેલી-મોડી નષ્ટ થાય છે તથા તેના નષ્ટ થવાથી અણગમતી સ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે તો વળી પાછું અજ્ઞાનનો અંધાપો ઘેરી લે છે. આ અંધાપાને કારણે જ એ દુઃખદ સ્થિતિને પણ નિત્ય માની બેસીએ છીએ અને ઉદાસી, નિરાશા, મૂઢતા, હીન-ભાવના ચીડિયાપણું, ઉદ્વિગ્નતા ચિંતા આદિમાં ગળાડૂબ થઇ જઇએ છીએ. જરા પણ હોશ નથી રહેતા કે આ સ્થિતિ પણ સદા રહેવાની નથી.

સ્થિતિ ચાહે સુખદ આવે કે દુઃખદ, જેવા અંધાપામાં ડૂબીને તેને નિત્ય માનવા લાગીએ છીએ કે મનનું સંતુલન ખોઇ બેસીએ છીએ, મનની નિર્મળતા ખોઇ બેસીએ છીએ, મનની સુખશાંતિ ખોઇ બેસીએ છીએ. બંને અવસ્થામાં ત્રિવિધ દુરાચરણ કરીએ છીએ અને પોતાના દુઃખોનું સ્વયં સંવર્ધન કરીએ છીએ.

નૈસર્ગિક સ્વચ્છ મન સ્વભાવે સરળ જ હોય છે. નૈસર્ગિક સરળતા ખોઇ બેસીએ છીએ તો મનની સ્વચ્છતા ખોઇ બેસીએ છીએ. સરળતા ખોઇ બેસવાનાં ત્રણ કારણ છે, જેનાથી આપણે સાવધાન રહીને બચવાનું છે. ક્યાં ત્રણ ? તણ્હા, માન તથા દિટ્ઠિ એટલે કે તૃષ્ણા, અહંકાર અને દાર્શનિક માન્યતા. આ ત્રણમાંથી કોઇ એકના પ્રત્યે પણ જ્યારે જ્યારે જેટલી જેટલી આસક્તિ થાય છે ત્યારે ત્યારે તેટલી તેટલી સરળતા ખોઇ જ બેસીએ છીએ, તેટલી તેટલી સ્વચ્છતા ગુમાવી જ દઇએ છીએ, તેટલાં તેટલાં મલિન થઇ જ જઇએ છીએ; તેટલાં તેટલાં દુઃખી થઇ જ જઇએ છીએ.

જેમ જેમ કોઇ પણ વસ્તુ, વ્યક્તિ અથવા સ્થિતિ પ્રત્યે તૃષ્ણા જાગે છે તથા આસક્તિ વધે છે તેમ તેમ તેને પ્રાપ્ત કરવાને માટે અથવા પ્રાપ્ત થઇ તો અધિકાર (કબજા)માં રાખવાને માટે આપણે ખરાબથી ખરાબ રીત અપનાવવા પર ઊતરી જઇએ છીએ. ચોરી, ધાડ, જૂઠાણું, કપટ, છળ-છદ્મ, પ્રપંચ, દગોફટકો આદિ બધું અપનાવીએ છીએ. પોતાના પાગલપણામાં મનની બધી સરળતા ખોઇ બેસીએ છીએ. સાધ્ય હાંસલ કરવાની આતુરતામાં સાધનોની પવિત્રતા ખોઇ બેસીએ છીએ. એટલા પ્રમત્ત (પાગલ) થઇ ઊઠીએ છીએ કે તૃષ્ણાપૂર્તિમાં જે (કાંઇ) પણ બાધક લાગે છે, તેને દૂર કરવાને માટે, નષ્ટ કરવાને માટે અસીમ ક્રોધ, રોષ, દ્વેષ, દૌર્મનસ્ય અને દુર્ભાવનાઓનું (માનસિક) પ્રજનન કરવા લાગીએ છીએ અને પરિણામસ્વરૂપ પોતાની જ સુખ શાંતિનો ભંગ કરીએ છીએ, પોતાની જ સરળતા નષ્ટ કરીએ છીએ.

આ જ રીતે જ્યારે 'હું-મારું' પ્રત્યે આસક્તિ તીવ્ર થાય છે તો એ મિથ્યા આરોપિત 'હું-મારું'ની મિથ્યા સુરક્ષાને માટે, મિથ્યા હિત-સુખને માટે જેમને 'હું-મારું' નથી માનતાં તેની મોટામાં મોટી હાનિ કરવા પર ઊતરી આવીએ છીએ. એવું કરતાં કરતાં વસ્તુતઃ પોતાની હાનિ જ અધિક કરીએ છીએ. સૌથી પહેલાં પોતાના મનની સરળતાની હત્યા કરીએ છીએ. પોતાની આંતરિક સ્વચ્છતા ખોઇબેસીએ છીએ. પોતાની સુખ-શાંતિ ગુમાવી બેસીએ છીએ. બીજાને ઠગવાની ભૂમિકામાં સ્વયં (પોતે) જ ઠગાઇએ છીએ.

આ રીતે જ્યારે આપણને આપણી દાર્શનિક દષ્ટિ અથવા સાંપ્રદાયિક માન્યતા પ્રત્યે આસક્તિ થઇ જાય છે તો પણ આપણે મનની સંકીર્ણતાના શિકાર થઇ જઇએ છીએ તથા પોતાની સહજ સરળતા ખોઇ બેસીએ છીએ. મન જ્યારે પાણીની માફક સહજ-સરલ-તરલ થાય છે ત્યારે પોતાની જાતને સચ્ચાઇના પાત્રને અનુકૂળ ઢાળી પણ દે છે અને પોતાની સરળતા પણ નથી ગુમાવતું. રસ્તામાં અવરોધ આવે છે તો કલ-કલ કરતું એની પડખેથી નીકળી જાય છે. કોઇ અવરોધ તેને કાપે છે, બે ટુકડા પણ કરે છે તો અવરોધથી આગળ વધીને ફરી જોડાઇ જાય છે, જેમનું તેમ થઇ જાય છે. પરંતુ મન જ્યારે પથ્થરની માફક કઠોર થઇ જાય છે તો ભેખડો સાથે અથડાઇને ચિનગારીઓ જ પેદા કરે

છે, ચૂરચૂર જ થઈ જાય છે. જ્યાં આપણી દૃષ્ટિ દાર્શનિક વિશ્વાસો પ્રત્યે, અંધ માન્યતાઓ પ્રત્યે, કર્મકાંડો પ્રત્યે, બાહ્ય આડંબરો પ્રત્યે આસક્ત થઈને રૂઢ થઈ જાય છે ત્યાં પથ્થર બની જાય છે. પથ્થર - દૃષ્ટિ નિર્જીવ થઈ જાય છે. પથ્થર - દૃષ્ટિ આપણને અંધ બનાવે છે. આપણા કલ્યાણનો રસ્તો બંધ કરે છે. સાંપ્રદાયિકતાના દાસત્વમાં જકડાઈ જવાને કારણે આપણે સત્યને પોતાનાં ચશ્માંથી જ જોવા માગીએ છીએ. તેને તોડી-ફોડીને પોતાની માન્યતાને અનુકૂળ બનાવવા માંગીએ છીએ. તેના પર પોતાનો રંગ-રોગાન લગાવવા માંગીએ છીએ. તેની સહજ સ્વાભાવિકતા નષ્ટ કરીએ છીએ. સત્યનું સહજ સૌંદર્ય નષ્ટ કરીએ છીએ. તેને કુટિલતાથી ભરી દઈએ છીએ.

કુટિલતા કઠોરતા છે, સરળતા મૃદુતા છે. કુટિલતા અભિમાન છે સરળતા નિરભિમાન છે. કુટિલતા ગ્રંથિ-બંધન છે, સરળતા ગ્રંથિ - વિમોચન છે.

ગ્રંથિ-બંધન ખરેખર બહુ દુઃખદાયી છે. સાચું સુખ તો ગ્રંથિ-વિમોચનમાં જ છે, વિમુક્તિમાં જ છે. જ્યારે જ્યારે સરળતા ખોઈને કુટિલતા અપનાવીએ છીએ, ત્યારે ત્યારે પોતાનું માનસિક સંતુલન ખોઈ બેસીએ છીએ. ભીતરને ભીતર તણાવ, ખેંચાણ શરૂ થઈ જાય છે. અજાણતાં પોતાને માટે ગાંઠો બાંધવા લાગીએ છીએ. અંતર્મન ગંઠાઈ જાય છે. એની સાથો સાથ આખું શરીર પણ ભીતરને ભીતર તણાવ-ખેંચાણથી ગંઠાઈ જાય છે. મૂંજ (ઘાસ)ની રસ્સીની માફક વળ ખાઈ ખાઈને અકડાઈ જાય છે. અકડાઈ જાય છે તો આપણે બેચેન જ રહીએ છીએ, અશાંત જ રહીએ છીએ, વ્યાકુળ જ રહીએ છીએ. આપણી આ આંતરિક વ્યાકુળતા ચીડિયાપણાના રૂપમાં, ધૂંધવાટના રૂપમાં બહાર પ્રગટ થયા રાખે છે અને આ રીતે આપણે પોતાની બેચેની બીજાં ઉપર પણ વરસાવતાં રહીએ છીએ.

સરળતા જ મનની વિશુદ્ધિ છે. કુટિલતા મલિનતા છે. મલિનતા અનર્થકારિણી છે. વિશુદ્ધતા સ્વાર્થ-સાધિની છે. કુટિલતા સર્વહિત નાશિની છે. સરલતા સર્વહિતકારિણી છે. અતઃ કેવળ આપણા પોતાનું હિત- સુખ સાધવાને માટે જ નહિ બલ્કે બધાનું હિત-સુખ સાધવાને માટે સરળતા અપનાવીએ. કુટિલતા ત્યાગીએ.

જાગ્રત રહેવાનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં મનનો સંવર કરશું તો દુઃખ - સંવર્ધન કરનારી આ અજ્ઞાનજન્ય અવસ્થામાંથી ધીરે ધીરે છુટકારો પામતાં જશું. બધા કલેશો, આસવો, કષાયો, કર્મકલુષતાનાં બંધનોમાંથી મુક્ત થતાં જઈશું. દુઃખોથી છુટકારો પામતાં જઈશું. દુઃખ-બંધન અને દુઃખ નિરોધનો આ નૈસર્ગિક નિયમ બધાં પર લાગૂ થાય છે. ચાહે કોઈ પોતાને બૌદ્ધ કહે કે જૈન કહે કે બીજું કાંઈ. આ નામકરણના ભેદથી કોઈ ફરક પડતો નથી.

મન જ્યારે સહજ-સરળ રહે છે તો મૃદુ-મધુર રહે છે. સૌમ્ય-સ્વચ્છ રહે છે શીતલ શાંત રહે છે. શરીર પણ હળવું ફૂલ રહે છે. પુલક - રોમાંચથી ભરેલું રહે છે. પરિણામતઃ આપણે પ્રીતિ-પ્રમોદથી, સુખ-સૌહાર્દથી ભરાઈ ઊઠીએ છીએ. આપણી આ આંતરિક પ્રીતિ, આ આંતરિક શાંતિ, મૈત્રી અને કરુણાના રૂપમાં બહાર પ્રગટ થાય છે અને આ રીતે આપણે પોતાની સુખશાંતિ બીજાંને પણ વહેંચીએ છીએ. પોતાની આસપાસના આખા વાયુમંડળને પ્રસન્નતાથી ભરી રાખીએ છીએ.

અતઃ સાધકો ! આવો, પ્રકૃતિના આ અતૂટ નિયમને સમજીને વિપશ્યના દ્વારા મનનો સંવર કરીએ. ખરેખર બહુ મંગલદાયી છે મનનો સંવર. મનનો સંવર કરીને તેને સરળ બનાવીએ. આત્મહિતને માટે, પરહિતને માટે, સર્વહિતને માટે,આવો, કુટિલતા ત્યાગીએ ! આવો, સરળતા અપનાવીએ ! કુટિલતામાં મહા-અમંગલ સમાએલું છે. સરળતામાં મહા-મંગલ સમાએલું છે.

- મંગલમિત્ર,
સત્યનારાયણ ગોયન્કા

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મકોટ'' રાજકોટ	કચ્છ વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મસિંધુ'' બાડા.	ગુર્જર વિપશ્યના કેન્દ્ર ''ધમ્મપીઠ'' અમદાવાદ.	ઉત્તર ગુજરાત વિપશ્યના કેન્દ્ર - ''ધમ્મ દિવાકર'' મીઠા, મહેસાણા.
C/o. ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ રોડ, રાજકોટ-૧. (0281) 2220861-866 (0281) 2221384, 9427221591	C/o. શ્રી ઈશ્વરલાલ મુ. શાહ, પ્રો. કે. ટી. શાહ રોડ, માંડવી, કચ્છ-૩૭૦ ૪૬૫ (02834) 273303, 273612, 94277 67444	રનોડા તા. ધોળકા, જિ. અમદાવાદ -૩૮૭ ૮૧૦ (02714) 294690, (M) 94264 19397	C/o. ઉપેન્દ્રકુમાર પટેલ, ૧૮ શ્રધ્ધા કોમ્પ્લેક્ષ, મ્યુનિસિપલ ઓફિસની સામે, મહેસાણા (ઉ.ગુ.)-૩૮૪૦૦૧. (02762) 244744, (R) 253315

૨૦૦૮/૦૯ માટે ૧૦ દિવસીય શિબિરની માહિતી

ધમ્મકોટ	ધમ્મસિંધુ	ધમ્મપીઠ	ધમ્મ દિવાકર
02-07-08 to 13-07-08	01-07-08 to 12-07-08	16-07-08 to 27-07-08	02-07-08 to 13-07-08
16-07-08 to 27-07-08	15-07-08 to 26-07-08	30-07-08 to 10-08-08	30-07-08 to 10-08-08
28-07-08 to 08-08-08	29-07-08 to 09-08-08	20-08-08 to 31-08-08	03-09-08 to 14-09-08
16-08-08 to 27-08-08	12-08-08 to 23-08-08	17-09-08 to 28-09-08	09-10-08 to 20-10-08
19-09-08 to 30-09-08	26-08-08 to 06-09-08	26-10-08 to 06-11-08	31-10-08 to 10-11-08
05-10-08 to 16-10-08	07-09-08 to 18-09-08	12-11-08 to 23-11-08	26-11-08 to 07-12-08
17-10-08 to 28-10-08	18-09-08 to 29-09-08	26-11-08 to 07-12-08	17-12-08 to 28-12-08
28-10-08 to 08-11-08	08-10-08 to 19-10-08	17-12-08 to 28-12-08	**: ધર્મજ :**
12-11-08 to 23-11-08	22-10-08 to 02-11-08		હિંમતભાઈ પટેલ
26-11-08 to 07-12-08	24-12-08 to 04-01-09		(૦૨૬૯૭) ૨૪૪૬૫૬
17-12-08 to 28-12-08	08-01-09 to 19-01-09		મો. : ૯૪૨૫૬ ૦૦૭૬૫
31-12-08 to 11-01-09	30-01-09 to 10-02-09		06-09-08 to 17-09-08
15-01-09 to 26-01-09	13-02-09 to 24-02-09		02-11-08 to 13-11-08
04-02-09 to 15-02-09	27-02-09 to 10-03-09		
18-02-09 to 01-03-09			
04-03-09 to 15-03-09			
18-03-09 to 29-03-09			

ફક્ત જૂના સાધકો માટે સતિપટ્ઠાન શિબિરો

ધમ્મકોટ	ધમ્મસિંધુ	ધમ્મપીઠ	ધમ્મ દિવાકર
14-11-08 to 22-11-08	14-08-08 to 22-08-08	05-07-08 to 13-07-08	20-09-08 to 28-09-08
06-03-09 to 14-03-09	19-01-09 to 27-01-09		
	08-04-09 to 16-04-09		

ફક્ત જૂના સાધકો માટે લઘુ શિબિરો (બે/ત્રણ દિવસ)

ધમ્મકોટ	ધમ્મસિંધુ	ધમ્મપીઠ	ધમ્મ દિવાકર
		15-08-08 to 17-08-08	24-08-07 to 26-08-07
		06-09-08 to 08-09-08	07-09-07 to 09-09-07
		12-12-08 to 14-12-08	26-10-07 to 28-10-07

ગંભીર સાધકો માટે ૧૦ - ૨૦ -૩૦ દિવસીય શિબિર

(૧૦ દિવસ)
20-08-08 to 31-08-08 ધમ્મદિવાકર
27-08-08 to 07-09-08 ધમ્મકોટ
08-10-08 to 19-10-08 ધમ્મસિંધુ
04-02-09 to 15-02-09 ધમ્મકોટ

(૨૦ દિવસ)
27-08-08 to 17-09-08 ધમ્મકોટ
07-01-09 to 28-01-09 ધમ્મસિંધુ
18-03-09 to 08-04-09 ધમ્મસિંધુ

(૩૦ દિવસ)
05-11-08 to 06-12-08 ધમ્મસિંધુ
18-03-09 to 18-04-09 ધમ્મસિંધુ

(૪૫ દિવસ)
05-11-08 to 21-12-08 ધમ્મસિંધુ

ફક્ત જૂના સાધકો માટે એક દિવસીય શિબિર

દર મહિનાના બીજા રવિવારે કેન્દ્ર ઉપર દર મહિનાના પહેલાં અને ચોથા રવિવારે રાજકોટ શહેરમાં	દર મહિનાના પહેલા રવિવારે	દર મહિનાના છેલ્લા રવિવારે અમદાવાદમાં	દર મહિનાના ચોથા રવિવારે

સૌરાષ્ટ્રના સાધકોનું સંમેલન

ધમ્મકોટ સેમિનાર - જૂના વિપશ્યી સાધકો - ટ્રસ્ટી - ધમ્મસેવક/સેવિકા માટે તા. ૯/૧૦ ઓગષ્ટ - ૨૦૦૮

તા. ૯/૮/૦૮ સવાર ૯ વાગ્યાથી તા. ૧૦/૮/૦૮ સાંજ ૫ વાગ્યા સુધી

જે સાધક ભાઈ-બ્હેનો ધમ્મસેવામાં/ધમ્મ પ્રસારમાં જોડાયેલા છે તેમ જ જોડાવાની ઈચ્છા ધરાવે છે, તેઓએ સિટી ઓફિસ/ધમ્મકોટ કેન્દ્ર પર નામ લખાવવા વિનંતી.

વિપશ્યના પત્રિકાના સરનામામાં પરિવર્તન

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ)

સિટી ઓફિસ ખાતે ભાભા ડાઈનીંગ હોલ, પંચનાથ રોડના સરનામે બદલાવેલ છે. પત્રિકાનું લવાજમ તેમ જ સંલગ્ન બાબતની જાણ નવા સરનામા પર કરશોજી.

સમતા જળવાઈ રહી (આપવીતી)

રંગૂન (બ્રહ્મદેશ), ૭ માર્ચ-૧૯૭૪. હું મારા ક્લિનિકમાં બેસીને રોગીઓને જોઈરહ્યો હતો. લગભગ ૧૨ વાગ્યે બે સજ્જન આવ્યા અને એમણે કહ્યું કે તેઓ B.S.I. (Bareau of Special Investigation) ના લોકો છે અને મને થોડી પૂછપરછ કરવા આવ્યા છે. મેં શાંત સ્વભાવે કહ્યું - પૂછો ! તેઓ બોલ્યા, પહેલાં આપ આ લોકોનું પતાવો, કર્મચારીઓને ઘરે મોકલી દો, પછી વાત કરીશું. હું કામમાં લાગી ગયો. એકાદ કલાક પછી પરવાર્યો. પછી એમની સાથે વાતો થઈ.

એ દિવસોમાં બર્મામાં આ બી.એસ.આઈ. નો મોટો આંતક હતો. એક વિશેષ અભિયાન ચલાવાતું હતું . જેને 'ગલો' અભિયાન (ગરુડ-અભિયાન) નામ અપાયું હતું. આ લોકો અચાનક કોઈ પણ 'સંદિગ્ધ' વ્યક્તિ પર છાપો મારતા અને એની ધરપકડ કરી જતા. મહિનાઓ સુધી કોર્ટની કાર્યવાહી ન થતી. ક્યાં લઈ જતા એની પણ ખબર ન પડતી. આરોપીને એનો 'દોષ' કબૂલ કરાવવાને માટે બધા પ્રકારની માનસિક અને શારીરિક યાતનાઓ દેતા - જેમ કે વિજળીના ઝટકા, ઉગ્ર પ્રકાશની સામે કલાકો બેસાડીને પ્રશ્ન પર પ્રશ્ન પૂછવા, ત્રણ-ચાર રાત સુધી લગાતાર સૂવા ન દેવા વગેરે વાતો આમજનતામાં ફેલાઈહતી, અને એનો જબરો આંતક ફેલાયેલો હતો : અસ્તુ !

હવે, આ બંને ઓફિસરોએ દવાખાનાના કબાટ, રજિસ્ટર વગેરે જોયાં. ઉપર જઈને (મારો નિવાસ પણ ક્લિનિકના ઉપલા માળે હતો) કબાટ, કપડા, રૂપિયા-બધું જોયું; પછી મારા જ ટેલિફોનથી પોતાના ઓફિસરને કહ્યું ''બા મામ્ટ્રે વૂ'' - ''કાંઈ પણ ન મળ્યું.'' એનો જે ઉત્તર આવ્યો તે મને કહ્યો, ''આપ ભોજન આદિ કરી લો, આપે અમારી સાથે થોડા દિવસોને માટે આવવું પડશે.'' મારા એક ભત્રીજાને કહ્યું, ''એક નાનકડો બિસ્તરો તથા એક બે પુસ્તક સાથે લઈ જવા માટે આપો.'' હું ઉપર ગયો થોડુંક ભોજન કર્યુ. મારી કોલેજના એક મિત્ર પણ મળવા આવ્યા હતા, એમણે પર મારી સાથે જ ભોજન કર્યુ અને ગભરાઈને તુરંત જતા રહ્યા. મેં શ્રીમતીજીને કહ્યું, ''મારે આમની સાથે જવું પડશે, ૩-૪ દિવસ લાગશે. ગભરાશો નહીં. આ બાબતે કોઈને લાંચ આદિ આપશો નહીં. ઘરના દૈનિક ખર્ચના રૂપિયા તો છે જ, જરૂર પડે તો બેંકમાંથી લઈ આવવા.'' એ પણ બહુ શાંત હતી. ગભરાઈ નહીં.

ત્યાર બાદ એ લોકો મને બી.એસ.આઈ. ની ઓફિસે લઈ ગયા. એ ઓફિસ અમારા ઘરની બિલકુલ બાજુમાં જ હતી. ઓફિસર એક એંગ્લો-બર્મી હતા. ગંભીર મુદ્રા, તીવ્ર દ્રષ્ટિ અને બ્લ્યુ આંખોવાળા. એમણે લગભવ એક કલાક સુધી વાતો કરી, થોડીક આડી અવળી અને થોડીક પૂછપરછની. મેં સહજ ભાવથી શાંતિપૂર્વક પ્રત્યેક પ્રશ્નોનો ઉત્તર દીધો. એમણે ચા પીવડાવી અને મેં ના પાડી તો કહે, ''પી લો, કદાચ સાંજનું ભોજન પણ ન મળે.''

લગભગ ચાર વાગે એ બંને અધિકારી મને પોતાની જીપમાં બેસાડીને લઈ ગયા. ઓફિસોની સામે જ મારા સાઢુભાઈનું ઘર હતું. એમની બંને પુત્રીઓ ઓસરીમાં ઊભીને જોઈ રહી હતી. સમાચાર તો વિજળીવેગે આખા શહેરમાં ફેલાઈ ગયેલા કે ડોક્ટરજીને લઈ ગયા. મેં હાથ હલાવીને એમને (બંને પુત્રીઓને) દેખાડ્યો, એમણે પણ એમ જ કર્યુ તો સાથેનો ઓફિસર બોલી ઊઠ્યો, Perhaps they do not know all about it, ''કદાચ એમને ખબર નથી કે આપની ધરપકડ થઈ છે.''

હું બિલકુલ શાંત હતો. ગભરાટ બિલકુલ નહોતો, ભય કે આશંકા પણ નહીં. ન તો ઉત્સુકતા હતી કે ક્યાં લઈ જાય છે. આ સમતામાં જ હતો કે એક સ્થાને પહોંચ્યા. મોટું પ્રાંગણ અને મોટું મકાન હતું. સામે હથિયારબંધ સિપાઈ ઊભા હતા. મેં અંદર જઈને પોતાનું બિસ્તર એક કેમ્પ-કોટ (બાંકડા) પર રાખી દીધું. હું સમજ્યો કે આ જ અંતિમ પડાવ છે. બિસ્તર ખોલીને આડે પડ્યો. એક પુસ્તક લીધું અને એમ જ પાનું ખોલ્યું. સામેનો શ્લોક વાંચ્યો, એનો અર્થ હતો - ''પરીક્ષા થતાં સોનું વધુ સુંદર બને છે.'' આ પુસ્તક ગીતા હતું. મન પણ વધુ બળવાન થયું.

થોડીવારમાં એક અવાજ સંભળાયો - ''સયા ! તમને પણ અહીં લઈ આવ્યા. હું ત્રણ દિવસથી અહીં છું, આ કઠેડામાં ઊભો છું. આપ ખ્યાલ રાખશો, કોઈ 'જી' સાથે કાંઈપણ વાતચીત ન કરશો, બધા ગુપ્તચર વિભાગના લોકો છે.'' આ અવાજ એક બર્મી છોકરાનો હતો કે જે અમે જે દુકાનેથી દવા ખરીદતાં હતાં. ત્યાં કામ કરતો હતો. એ દુકાનમાં બધા કર્મચારીઓની ભ્રષ્ટાચારના આરોપમાં એક માસથી ધરપકડ થઈ હતી. એ છોકરાનું કેવળ મોઢું જ એક નાની બારીમાંથી દેખાતું હતું.

હવે અંધારું થઈ ગયું હતું. બી.એસ.આઈ. નો એક અધિકારી આવ્યો અને બોલ્યો, ''ચાલો'' પછી એમની સાથે જીપમાં લગભગ અર્ધા કલાક બાદ અમે જ્યાં પહોંચ્યા તે ઈનસિન જેલ હતી !

હવે મને જેલના અધિકારીઓના હવાલે કરી દીધો. એ લોકોએ મારાં પુસ્તક, પેન્ટ, કોટ, જોડા, ઘડિયાળ વગેરે બધું રાખી લીધું. કેવળ બિસ્તર, જેમાં એક શેતરંજી, બે ચાદર, ઓશિકું અને મચ્છરદાની તથા બે ગમછા, બે ગંજી, એક આખો કોટ અને ચંપલ તથા બે લૂંગી હતી, આટલું મને સાથે લઈ જવા દીધું. મેં એ બી.એસ.આઈ વાળાને પૂછ્યું, ''આ બધું શું છે ?'' એણે ધીરેથી ઉત્તર દીધો, ''અહીંનો આ જ નિયમ છે.''

હું અન્ય વીસેક આરોપીની સાથે ઊભો રહી ગયો. મારું બિસ્તર વગેરે મારી બગલમાં હતાં. મોઢું અને માથું ચાદરથી ઢંકેલાં હતાં. અમે ધીરે ધીરે મંથર ગતિથી આગળ વધતા જતા હતા અને વારાફરતી પોત-પોતાની ઓરડીઓમાં લઈ જવાતા હતા.

મારી ઓરડી લગભગ ૧૦'×૧૫' ની હતી. દીવાલ બહુ ઊંચી લગભગ ૧૫' ની હશે. કોઈ બારી કે વા-જાળિયું (વેન્ટીલેટર) નહિ, એક મદ્યમ પ્રકાશવાળો બલ્બ મંદ મંદ પ્રકાશ ફેલાવી રહ્યો હતો. આવવા જવાનું એક જ ૩.૫'×૪' નું દ્વાર હતું જે મોટા મોટા લોઢાના સળિયાથી બનેલું હતું. મોટા મોટા બે તાળાં લાગેલા હતાં. ભોંયતળિયું લાકડાનું હતું જે નીચેની પાકી જમીન પર જડાયેલું હતું; પરંતુ આ ભોંયતળિયું બહું જૂનું થઈ ગયું હતું અને સાંધામાં તિરાડો પડી ગઈ હતી. (ઈનસિન જેલ લગભગ ૧૯૧૦ માં બની હતી) આ બધું હું રાત્રે જોઈ ન શક્યો. સવારે ઊઠીને માલૂમ પડયું કે અમારું આવાસ-ગૃહ કેટલું ગંદું છે. દિવાલો પર મોટા જાળાં લટકી રહ્યાં હતાં.

ખેર, મેં મારું બિસ્તર બિછાવ્યું - નીચે શેતરંજી, એક ચાદર, ઓશીકું, ઉપર એક ચાદર અને જેમ તેમ કરીને મચ્છરદાની પણ ટાંગી. કેમ કે પાકી દિવાલોમાં ખીલી નહોતી, અને મારી પાસે દોરી પણ નહોતી. થોડીવાર પછી એક બર્મી આરોપી પણ ત્યાં આવી ગયો. એ બહુ બેચેન અને ઉદ્વિગ્ન હતા. વારંવાર ચીસો પાડીને કહેતા હતા કે હું નિર્દોષ છું. ક્યારેક પત્ની એન બાળકોનું સ્મરણ કરીને રડતા, ક્યારે અધિકારીઓને ભાંડતા. થોડીવાર બાદ રાતે લગભગ ૯ વાગે એમણે ભોજન કર્યુ, જે સાથે લાવેલા મારી પાસે તો ખાવા માટે કશું નહોતું. એમ આડો પડ્યો થોડીક સાધના કરી, થોડીક અર્ચના, અને સૂઈ ગયો. મને પોતાના બારામાં કોઈ ચિંતા નહોતી કેવળ એ જ આશંકા હતી કે ક્યાંક ઘરના લોકોને નિરર્થક તંગ ન કરે. આ બર્મી ભાઈ રાતભર વચ્ચે વચ્ચે રોતા, ચીસો પાડતા રહ્યા ; પણ મને તો સારી નીંદર આવી. સવારે જ્યારે જેલર પોતાના રાઉન્ડ પર આવ્યા તો પણ એ યુવક એ જ પ્રકારે રોઈને પોતે નિર્દોષ હોવાનો રાગ આલાપતો રહ્યો. થોડીવાર પછી એને ક્યાંક બીજે લઈ ગયા અને એના સ્થાને ભારતીય વેપારીભાઈ આવી ગયા. તેઓ થોડાક પરિચિત હતા. એમણે જણાવ્યું કે તેઓ ૧૪ મહિનાથી એ જ જેલમાં છે. હજુ સીધી એમના બારામાં કોઈ નિર્ણય નહોતો આવ્યો. હું ન ડર્યો.

હું કુલ ૩૫ દિવસ એ જ ઓરડીમાં રહ્યો. દ્વાર(ફાટક) ૨૪ કલાક બંધ જ રહેતું, સવારે ૪ વાગ્યે એક કેદી મળમૂત્રનું કૂંડું લેવા

આવતો, (ત્યારે) દ્વાર ખોલાતું અને એ કુંડાને બંને હાથે ઉપાડીને દ્વાર સુધી લઈ જતા, એ લેતો, સાફ કરીને અમને આપી દેતો અને અમે એને યથાસ્થાન રાખી દેતા. આ કૂંડું ચિનાઈ માટીનું ગોળાકાર, ૧૮'' વ્યાસનું હતું. ત્યાં જ એક ખૂણામાં પડ્યું રહેતું અને અમે બંને એમાં મળ, મૂત્ર અને વધ્યું-ઘટ્યું ખાવાનું નાંખતા. કોઈ પરદો નહોતો. ત્રણ-ચાર દિવસે એકવાર પ્રાતઃ સ્નાન કરવા મળતું. વૉર્ડર ઓરડી ખોલતો હું શિર અને મોઢું ચાદરથી ઢાંકીને બાથરૂમમાં જતો. જ્યાં સિમેન્ટના બનેલા હોજમાં પાણી ભર્યું રહેતું. કપડા ધોવાના સાબુની એક નાની ગોટી પણ ઉપયોગ માટે રખાતી. એક વારમાં એક જ વ્યક્તિ એ અંધારિયા બાથરૂમમાં સ્નાન કરતી. વૉર્ડર બહાર ઊભો રહેતો અને ખીજાઈને કહેતો, ''વધુ પાણી ન વાપરો, પાણીની તંગી છે.''

લગભગ ૯ વાગે ચા કે કોફી મળતી. અમે સળિયાની વચમાંથી અમારા મગ બહાર કરતા અને એને લઈને પી લેતા. આ પ્રકારે ૧૧ વાગે ભોજન આવતું. અમે અમારી પ્લેટ જે લોઢાના ઈનેમલની બનેલી હતી, એને સળિયાની આ બાજુ રાખતા તો ભોજન લાવનાર કેદી લાંબી કડછીથી અમારી પ્લેટમાં દાળ-ભાત વગેરે નાખી દેતો. ચોખા-જાડા હતા. અમને સફેદ ભાત મળતા અને સાધારણ કેદીઓને પીળા (Yellow) ભાત મળતા. પીવાના પાણીને માટે એક ઘડો ફાટકની બહાર પડ્યો રહેતો, અમે સળિયામાંથી મગ કાઢીને પાણી લેતા અને પી લેતા. ભાતમાં કાંકરા અને ધાનના ફોતરાં બહુ હતાં. હું થોડાક ભાત લેતો. ધીરે ધીરે કાંકરા ને ફોતરાં વીણીને ખાઈ લેતો. સાંજે પાછી ચા મળતી. કદીક કોઈ શાક પણ મળી જતું. મને કોઈ તાણ નહોતું કે ભોજન ગંદું છે.

ચોથે દિવસે પૂછપરછ માટે એક બીજા ઓરડામાં લઈ ગયા. બે નવા બી.એસ.આઈ. અધિકારી તથા એક સૈનિક અધિકારી સામે હાજર કરવામાં આવ્યો. એમણે બહુ સભ્યતા અને સંયમથી પૂછપરછ કરી. કોઈ ધોલ-ધપાટ કે ભયનું પ્રદર્શન ન કર્યું. હું પણ શાંતિથી, સમતામાં રહીને સત્ય જ બોલ્યો. કોઈ વાત છુપાવવા પ્રયાસ ન કર્યો. અંતે મને સો ટકા નિર્દોષ જાહેર કર્યો.

અચાનક ૧૨ એપ્રિલ '૭૪ ની સવારે પ્રાતઃ નાસ્તા પછી વૉર્ડરે આવીને કહ્યું, ''આપ જેલનો સામાન અહીં જ છોડીને પોતાનો સામાન ઊપાડીને મારી સાથે ચાલો.'' માથું અને ચહેરો તો ઢાંકેલાં જ હતાં. હું સમજ્યો, કોઈ બીજી ઓરડીમાં જવાનું હશે. પરંતુ નહીં, આ પછી મોઢાની ચાદર ઉતારી દેવામાં આવી. અહીં-તહીં બેસી ફોટા ખેંચાવો, નામ-સરનામા લખાવો, પહેલાં કદી જેલ ગયા છો, વગેરે ફોર્મમાં ભર્યું. દાઢી મૂંછની સફાઈ થઈ. એ બધુ પત્યા પછી એક ઓરડામાં બેસાડીને એક સૈનિક ઓફિસરે સારા નાગરિક બનીને રહેવાનો ઉપદેશ દીધો. ૭.૩૦ વાગ્યે સાંજે એક રેંકડીમાં બેસાડીને ઘરે પહોંચાડી દીધો. અચાનક ઘરે પહોંચ્યો તો બધાને આશ્ચર્ય અને પ્રસન્નતા થઈ. એક મિત્ર પણ સામે બેઠા પ્રતીક્ષામાં હતા. શ્રીમતીજીએ પણ આટલા દિવસ ખૂબ હિંમત અને સમતાથી કામ લીધું, જેના સૌએ વખાણ કર્યા.

હવે આ ઘટનાને ૨૦ વર્ષથી વધુ વખત થયો છે. એનું સ્મરણ કરું છું, તો સારી રીતે યાદ આવે છે કે આ ૩૫ દિવસોમાં કદિ કોઈ પણ અધિકારી, પછી એ બી.એસ.આઈ. નો હોય કે જેલનો કર્મચારી, કોઈના પ્રતિ દ્વેષ, દુર્ભાવના, ક્રોધ કે ઘૃણાના ભાવ ન આવ્યા, કે ન મારા પોતામાં કોઈ હીન ભાવના આવી. પોતાને અપરાધી પણ ન અનુભવ્યો. એ લોકો પ્રતિ આ વિચાર રહ્યો કે તેઓ તો પોતાના ઉપરી અધિકારીઓના આદેશનું જ પાલન કરે છે. મારી સાથે પણ સૌમ્ય અને સભ્યતાનો જ વ્યવહાર રહ્યો. માટે એમની સામે કોઈ ફરિયાદ નથી. જો દોષ હોય તો સરકારી નીતિનો.

જો દિવસની ચર્ચા થઈ તો એક મિત્રે પત્રમાં લખ્યું, ''આપ જ્યારે પાછા આવ્યા તો સ્થિતપ્રજ્ઞતાની જે મુદ્રા આપના ચહેરા પર જોઈ તે હજુય યાદ છે.'' મારું પોતાનું માનવું છે કે આ બધી સફળતાનું શ્રેય વિપશ્યનાની સાધનાને છે. વાસ્તવમાં વિપશ્યનાનું બળ બહું મોટું છે.

ડો. ઓમપ્રકાશ

દોહા ધરમના

બાહર ભીતર એક રસ, સરલ સ્વચ્છ વ્યવહાર;
કથની કરની એક સી, યહી ધર્મ કા સાર.
અપને મનકી કુટિલતા, અપને હી સિર ભાર;
અપને મન કી સરલતા, અપના હી સુખ સાર.
જબ તક મન મેં કુટિલતા, તબ તક મન બેચૈન;
જબ આવે મન સરલતા, તબ પાવે સુખ ચૈન.

એક્સેલ ક્રોપકેર લિમિટેડ
૬/૨ - રૂવાપરી રોડ, ભાવનગર - ૩૬૪ ૦૦૫
ફોન : ૨૨૧૨૪૦૧-૨-૩ની મંગળકામનાઓ સાથે

દોહા ધરમના

સહજ સરલ મૃદુ નીર સા, મન નિર્મલ હો જાય;
ત્યાગે કુલિસ કઠોરતા, ગાંઠ ન બંધને પાય.
મન હી દુર્જન મન સુજન, મન બૈરી મન મીત;
જીવન છાએ શાંતિ સુખ, જબ મન સરલ પુનીત.
નહીં બુદ્ધ સે રાગ હૈ, નહીં અન્ય સે દ્વેષ;
સરલ સહજ દેખું જહાં, જાગે પ્રીતિ અશેષ.

ટ્રાંસમેટલ લિમિટેડ
૩૦૧-બી ટાવર, અલ્કાપુરી આર્કેડ, આર.સી.દત્ત રોડ,
વડોદરા-૩૯૦૦૦૭. ફોન : ૨૩૪૩૩૦૨/૦૪ની મંગળકામનાઓ સાથે

સૌરાષ્ટ્ર વિપશ્યના રિસર્ચ સેન્ટર (પત્રિકા વિભાગ) ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ પ્લોટ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧. વતી પ્રકાશક તથા મુદ્રક : **ચંદુભાઈ મહેતા**, મુદ્રણ સ્થાનઃ નાઈસ આર્ટ, 'મુક્તિરામ કોમ્પલેક્ષ'', રાષ્ટ્રીય શાળા મેઈન રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૨. દ્વારા રાજકોટ ખાતે પ્રકાશિત. તંત્રી : **ભરત કાપડીઆ**. વિપશ્યના (ગુજરાતી) પત્રિકાનું લવાજમ : ભાભા ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ પ્લોટ, 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 ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ પ્લોટ, રાજકોટ - ૧.

વિપશ્યના ૧૮ જૂન, ૨૦૦૮ આ પત્રિકામાંની સામગ્રી વિપશ્યના વિશોધન વિન્યાસ, ઈગતપુરીના સૌજન્યથી તથા વિપશ્યના હિન્દી/અંગ્રેજી પત્રિકાઓના અંકોમાંથી પ્રકાશિત કરાય છે.

ચાર વર્ષનું લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૩૦/-

'વિપશ્યના' Reg-No. GUJGUJ 08700/6/1/99-TC
Postal Reg. No. G-RJ-450
(Renewed upto 31.12.2008)

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 ડાઈનિંગ હોલ, પંચનાથ પ્લોટ,
રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૧.
સિટી ઓફિસ : ફોન - (૦૨૮૧) ૨૨૨૦૮૬૧-૮૬૬
મોબાઈલ : ૯૪૨૭૨ ૨૧૫૯૧
email : info@kota.dhamma.org
Web site : www.kota.dhamma.org