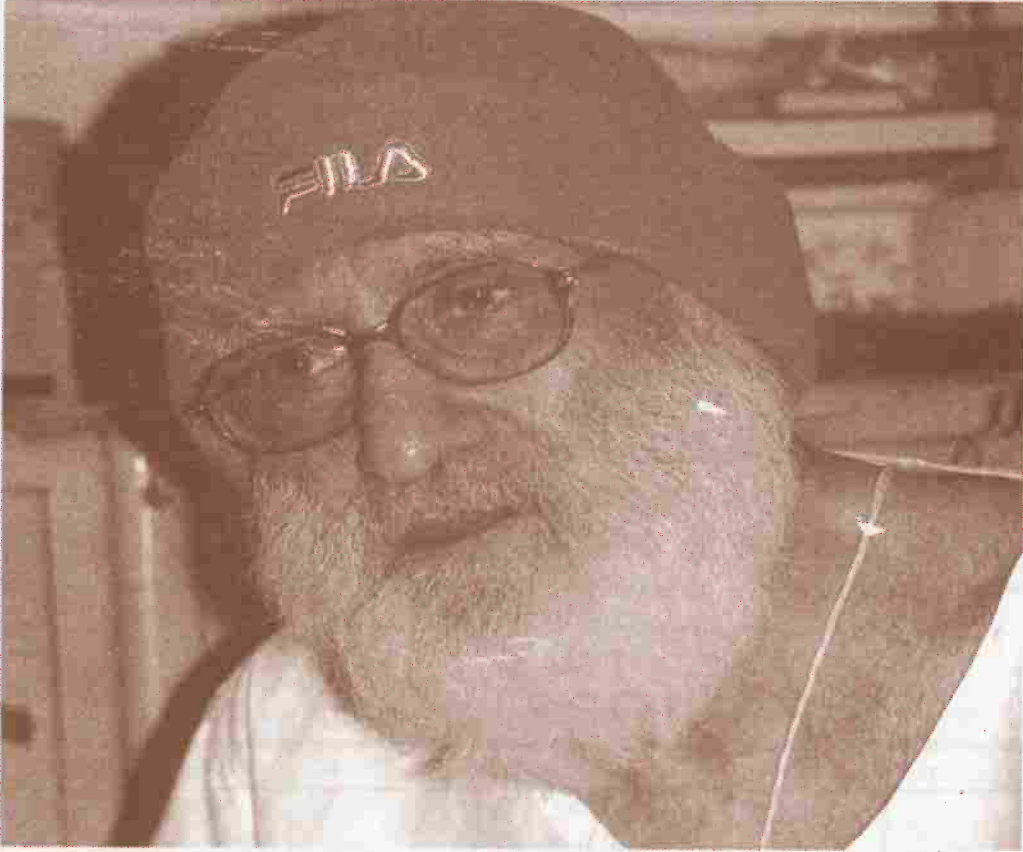


ॐ

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

# रुतम्भरा

आत्मनो हिताय जगतः सुभाय



वर्ष - २६ (ओक्टो, नवे, डिसे.)

VOL - XXVI 2009-2010

ISSUE-II

मानद् तं ग्री - नैषध व्यास

संकलन - डॉ. स. स. मिश्र

'योग' विद्या लावीओ, 'मिश्र' जनी गुरुद्वारः  
मुमुक्षु जडर पामरो, सौतो मुजमां भाग.

# વિશેલાં મોતીડાં

-યોગભિલ

## સમજુ અને અકડુ

સમજુભાઈ અને અકડુભાઈ બંને જિગરજાન દોસ્ત હતા. બંનેને એકબીજા વગર ઘડીભર ચાલે નહીં. પણ કોઈ અકળ કારણસર બંનેમાં અબોલા થયા. એક સમજુ હતો અને બીજો અકડુ સ્વભાવનો હતો. સમજુએ વિચાર કર્યો કે “અબોલામાં બંનેને નુક્સાન છે. અકડુને તો આવી સમજ પડવાની નથી માટે અબોલા મટાડવાનો પ્રયત્ન મારે જ કરવો પડશે”. આમ વિચારી તેણે અકડુ સાથે કોઈપણ નિમિત્ત ઊભું કરીને બોલવાનો પ્રયત્ન કરવા માંડ્યો. પણ અકડુ એટલે અકડુ. અભિમાન ને અજ્ઞાનમાં તે એમ માનવા લાગ્યો કે “હવે કેવો પૂંછડી પટપટાવતો આવે છે! પણ હું બોલું ખરો? ના જ બોલું.” સમજુએ, સ્વમાન છોડીને પણ ફરીફરીને તેની સાથે બોલવાના પ્રયત્નો કર્યા જ કર્યા. “વાણિયાભાઈ! મૂછ નીચી.. તો કહે સાડી સાત વાર નીચી.” એવી નીતિ અપનાવીને પ્રયત્નો કર્યા અને અંતે સફળ થયો. અને અબોલાના કારણે થનાર નુક્સાનથી પોતાને અને પેલાને બંનેને બચાવી લીધા.

## વગર પૈસે ઘન-પુણ્ય

કોઈ કહે કે “મારે પણ ખૂબ ઘન-પુણ્ય કરવું છે. પણ શું કરું? હું સાવ ગરીબ છું.” અરે ભાઈ! પૈસા હોય તો જ ઘન-પુણ્ય થઈ શકે તેવું નથી. “સમજુ” જેવી સમજણ રાખીને કુટુંબ અને સમાજમાં જીવો તો એ પણ ઘણું મોટું ઘન-પુણ્ય છે. આવા સૂક્ષ્મ રહસ્યમય ઘન-પુણ્યની તોલે બીજા કોઈ સ્થૂળ ઘન-પુણ્ય ન આવી શકે.

કોઈ કહે છે કે “મારે તો હિમાલયમાં જઈને ખૂબ ઉગ્ર તપ-સાધના કરવાં છે. પણ શું કરું? મારે ગૃહસ્થાશ્રમની ઘણી જવાબદારી નિભાવવાની છે.” અરે ભાઈ! તપ- સાધના કરવા માટે હિમાલયમાં જ જવાની કોઈ જરૂર નથી. તમે તમારા ઘરમાં જ રહીને “સમજુ” જેવી સમજણ રાખો તો તે ઘણી મોટી સાધના છે. આવી સૂક્ષ્મ સાધનાની તોલે બીજી સાધના આવી શકે નહીં.

## સંતોની સજ્જનતા

સંત મહારાજ પોતાના પ્રવચનમાં, પોતાના નિદકને ખાસ આગ્રહ કરીને સભાની આગળ બેસાડે છે. એમ સમજીને કે જો આગળ બેસશે તો સત્સંગ બરાબર સંભળાશે-સમજાશે અને તેનું કલ્યાણ થશે. ત્યારે નિદક એમ સમજે છે કે સંત મહારાજ મૂર્ખ છે, મને મહા જ્ઞાની સમજીને આગળ બેસાડે છે, તેમને ખબર જ પડતી નથી કે હું તેમનો નિદક છું.

આવા મૂર્ખ, અજ્ઞાની અને અહંકારી જીવોનું કલ્યાણ કોણ કરી શકશે? કેવી રીતે કરી શકશે?

કયા પ્રસંગ નિમિત્તે	સ્થળ	તારીખ/સમય
આંમ ગુરુદેવ જયંતિ	કાન્તીભાઈ એ. પટેલ શાકુન્તલ બંગ્લોઝ કોમન પ્લોટ. સતાધાર ચાર રસ્તા, ઘાટલોડિયા, અમદાવાદ-૬૧.	૧૩-૧૦-૦૯ મંગળવાર સાંજે ૪.૩૦ થી ૮
બેસતું વર્ષ	નૈષધભાઈ વ્યાસ ૩, ગંગાધર સોસાયટી, સરદાર પટેલ સ્કૂલ પાસે, મણીનગર, અમદાવાદ-૦૮.	૧૯-૧૦-૦૯ સોમવાર સવારે ૭ થી ૮

## ऋतम्भरा

ऋतम्भरा એટલે અનુભવયુક્ત સત્યથી ભરેલું  
બહુજનહિતાય - બહુજનસુખાય

### મુક્તા

પાતંજલ યોગદર્શન - સમાધિપાઠ

- યોગભિક્ષુ

પાતંજલિમુનિ એ યોગદર્શનના સમાધિપાઠના ચોવીસથી ઓગણીસ સૂત્રોમાં ઈશ્વરની વ્યાખ્યા કરી. ત્યારબાદ ત્રીસમા સૂત્રમાં ચિત્તને વિક્ષેપ કરનારા નવ અંતરાયો વિષે કહી રહ્યા છે.

વ્યાધિસ્થાન સંશય પ્રમાદાલસ્યાવિરતિભ્રાંતિદર્શના લબ્ધભૂમિક્તવાનવસ્થિતત્વાનિ ચિત્તવિક્ષેપા સ્તેતરાયાઃ ॥૩૦॥  
ભાવાર્થઃ વ્યાધિ, સ્થાન, સંશય, પ્રમાદ, આલસ્ય, અવિરતિ, ભ્રાંતિદર્શન, અલબ્ધભૂમિક્તવ અને અનવસ્થિતત્વ; આ નવ અંતરાયો ચિત્તનો વિક્ષેપ કરનારા છે.

પાતંજલિમુનિએ અઠ્યાવીસમા સૂત્રમાં કહેલું કે ઓમ્ના સાર્થ જપથી અંતરાયોનો અભાવ થઈ જાય છે. તેથી અંતરાયો કેવા છે તેની થોડી વાત અહીં ચર્ચી છે. અંતરાયોને સારી રીતે સમજવા જોઈએ. કારણકે અંતરાયો દૂર ના કરી શકીએ તો સાધના થઈ શકે નહીં. કોઈ કહેશે કે “અમારે ક્યાં મોક્ષ મેળવવો છે કે સાધના કરવી છે? તે અંતરાયો આવવાના હતા! અને અંતરાયો ના આવે તો તેને દૂર કરવા માટે ઓમ્નો જપ કરવાની શી જરૂર છે?” તો તેનો ખુલાસો આ પ્રમાણે છે:

જીવન પણ મહાન સાધના છે. યોગ જીવનને માટે છે. તેથી શાંતિમય જીવન જીવવું હોય, મનુષ્યજન્મ સાર્થક થાય તે રીતે જીવન વ્યતીત કરવું હોય, તો સાધનામય જીવન જીવવું પડશે, જીવનને પણ સાધના બનાવવી પડશે.

અંતરાયોને વિશદરૂપે સમજીએ. નવ અંતરાયોમાંના પ્રથમ ત્રણ અંતરાયો વ્યાધિ, સ્થાન અને સંશયને આપણે ગયા અંકમાં વિસ્તારથી સમજ્યા.

વ્યાધિ એટલે રોગ. રોગના અનેક પ્રકાર છે. તે બધા તન, મન અને ભ્રમ નામના ત્રણ પ્રકારમાં આવી જાય છે. તનના રોગ ટાળવા આપણે ડોક્ટર - વૈદ્ય - હકીમનો

આશરો લઈએ છીએ. મનના રોગો માટે માનસિક-મનોવૈજ્ઞાનિક વિશેષજ્ઞોનો આશરો લેવાય છે. તન કરતાં મનના રોગ સૂક્ષ્મ છે. ભ્રમનો રોગ વધુ સૂક્ષ્મ અને ગૂંચવણભર્યો છે. ભ્રમરોગમાંથી મુક્ત કરવા માટે ખૂબ અનુભવી અને ધીરજવાળા મહાપુરુષની જરૂર પડે છે. ઉપરોક્ત ત્રણેય પ્રકારના રોગોનો “વ્યાધિમાં” સમાવેશ થઈ જાય છે.

મનમાં ખોટું કરવાના સંકલ્પો ઊઠે, ખરાબ વર્તન કરવાના વિચારો આવે; અથવા તો મન-ચિત્ત ચેષ્ટારહિત થઈ જવાના વિચારો કરે, કર્મ રહિત થવાના, પ્રમાદી થઈ જવાના સંકલ્પો આવ્યા કરે તેના માટે યોગશાસ્ત્રમાં સ્થાન શબ્દ વાપર્યો છે. સ્થાન પણ એક અંતરાય છે.

ત્રીજો અંતરાય સંશય છે. સંશય શબ્દ અતિ પ્રચલિત છે. શંકાઓ કરવી-સંશયો થવા કે આપણે યોગ વિશે જે કાંઈ સાંભળીએ છીએ તે સાચું હશે કે ખોટું હશે? આપણે જે સાધના કરીએ છીએ તેનાથી જે ફળપ્રાપ્તિ કહી છે તે થશે કે નહીં તેવી શંકા - કુશંકાઓ થયા કરે તે પણ એક અંતરાય છે.

ઉપરોક્ત ત્રણેય અંતરાયોને આપણે આગળના અંકમાં વિસ્તારથી સમજી ગયા છીએ. હવે બાકીના અંતરાયોને વિસ્તારથી સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

**પ્રમાદ અને આળસ :** આ સૂત્રોમાં પ્રમાદ અને આળસ બે શબ્દો આપ્યા છે. વ્યવહારમાં તો આપણે પ્રમાદ અને આળસ બંને શબ્દોનો એક જ અર્થમાં ઉપયોગ કરીએ છીએ. પરંતુ અહીં બંનેનો અર્થ જુદો છે. બંનેમાં સૂક્ષ્મ અંતર છે. પ્રમાદ એટલે યોગની સાધનાનું ચિંતન ના કરવું. જે કાંઈ તાત્ત્વિક-સાત્ત્વિક સાંભળીએ તેનું ચિંતન-મનન કરવું જોઈએ. આપણાં ઉપાબહેન અને રોહિતભાઈ આખો દિવસ કામ કરતાં કરતાં પણ

યોગની કથા સાંભળે છે અને સતત તેનું ચિંતન-મનન કરે છે. ઉપાબહેન રાંધતાં હોય કે બીજું કાંઈ કાર્ય કરતાં હોય ત્યારે પણ તેમના હાથમાં યોગસૂત્રનું પુસ્તક જોવા મળે છે. તેઓ તેમાંથી એક-એક સૂત્ર ગોખી-ગોખીને તેનો અર્થ સમજવાનો પ્રયત્ન કરતાં હોય છે. તો આનું નામ થયું ચિંતન. યોગની કથા તો સાંભળી પણ સાંભળ્યા પછી તે પ્રમાણે સાધના કરવી પડે, તેના માટે ઉત્સાહવાળા રહેવું પડે, પ્રમાદ ના ચાલે. યોગની સાધનાનું ચિંતન ના કરવું- યોગનાં અંગોના ચિંતનમાં આળસ કરવી તેનું નામ પ્રમાદ.

પ્રમાદ એ પણ આળસ તો ખરી જ. શામાં આળસ થવાથી તેને પ્રમાદ કહેવામાં આવે છે? યોગસાધનાના ચિંતનમાં જે આળસ કરવી તેનું નામ પ્રમાદ, અને 'આળસ' એટલે શરીરની આળસ, અર્થાત શરીરનો પ્રમાદ. વધુ ખાવાના કે બીજા કોઈ કારણે શરીરમાં ભારેપણું આવી જાય તેનું નામ આળસ. રોજ તો સૂત્રો ગોખવા બેસતા હોઈએ પણ તે દિવસે બગાસાં આવે, અંગો મરડતા રહીએ, સૂઈ જાઉં-સૂઈ જાઉં એમ થયા કરે અને ક્રિયા કરવાનો ઉત્સાહ ના રહે તે બધાં લક્ષણો આળસનાં-આળસ અને પ્રમાદમાં આટલો સૂક્ષ્મ ફરક છે. બંને આળસ જ છે. પણ સૂક્ષ્મ છે. અને બીજું સ્થૂળ. સ્થૂળ એટલે શરીરનાં આળસ-પ્રમાદ.

શરીરમાં ભારેપણું ઈત્યાદિ આવી જવાં તેનું નામ આળસ અને યોગનાં સૂક્ષ્મ સાધનોનું ચિંતન-મનન કરવામાં જે આળસ તેનું નામ પ્રમાદ. આળસનો સંબંધ સ્થૂળ શરીર સાથે છે અને પ્રમાદનો સંબંધ સૂક્ષ્મ મન સાથે છે.

અવિરતિ: આ બધાં શાનાં નામો છે? અંતરાયોનાં. યોગસાધનાકાળે, જીવનસાધના કાળે ચિત્તમાં જે જે અંતરાયો આવે છે તે અંતરોયોની વાત ચાલી રહી છે. અવિરતિ શાને કહેવામાં આવે છે? ચિત્તનું વિષયોના સંસર્ગો દ્વારા તેમાં મોહિત થઈ જવું તે અવિરતિ. વિષયો ભોગવવાથી ચિત્તમાં જે સંસ્કારો પડે છે તે આત્માને મોહિત-પ્રલોભિત કરી નાખે તેનું નામ અવિરતિ. વિષયભોગોથી થતા નુકસાનને ધ્યાનમાં રાખીને તેના તરફ ઉપરામવૃત્તિ કેળવવી જોઈએ. તેમ ના થાય અને તેમાં સતત લાલસા રહે કે ક્યારે અમુક વિષય મળે! ક્યારે અમુક વિષય ભોગવું! આમ સતત થયા કરવું તેનું નામ અવિરતિ. જીવ વિષયથી મોહાયેલો-લોભાયેલો રહે, ચિત્તમાં વિષયભોગના પડેલ સંસ્કારો જોર પકડી ઓક્ટોબર-૨૦૦૯

જાય તે છે અવિરતિ નામનો અંતરાય.

અવિરત+ઈ અર્થાત્ અવિરતિવાળી, એટલે કે વિષયભોગોમાં અવિરત લાલસાવાળી વૃત્તિ. અસ્તુ.

ભ્રાંતિદર્શન : જ્યાં સુધી ભ્રાંતિમાં ભ્રમણામાં હોઈએ ત્યાં સુધી પણ શાંતિ પ્રાપ્ત કરી કે કરાવી શકતા નથી. તેથી ભ્રાંતિદર્શનને પણ સારી રીતે સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ. ભ્રાંતિદર્શન એટલે ખોટું દેખાવું, ભ્રાંતિદર્શન શબ્દ જ એવો છે કે જે ઘણી સહેલાઈથી સમજી શકાય છે. ભ્રાંતિદર્શન અનંત પ્રકારનાં છે જેનો સમાવેશ નિમ્નલિખિત ત્રણ પ્રકારમાં કરી શકાય.

(૧) જ્યાં કાંઈ જ ના હોય ત્યાં કાંઈક દેખાવું તે 'મિથ્યાજ્ઞાન' રૂપી ભ્રાંતિદર્શન છે, જેમ કે મૃગજળ.

(૨) હોય કાંઈ અને દેખાય કાંઈ તે 'ભ્રાંતિજ્ઞાન' રૂપી ભ્રાંતિદર્શન છે, જેમ કે ઝાડ ને બદલે માણસ દેખાય.

(૩) જે હોય તેનાથી ઊલટું (વિપરીત) દેખાવું તે 'વિપરીત જ્ઞાન' રૂપી ભ્રાંતિદર્શન છે; જેમકે રાતના બદલે દિવસ દેખાય.

ભ્રાંતિદર્શન જીવનવ્યવહારમાં પણ આવે છે અને સાધનામાં પણ આવે છે. પહેલાં જીવનવ્યવહારમાં આવતા ભ્રાંતિદર્શનને સમજીએ.

આપણી માન્યતાઓ અને નિર્ણયો સાચા ના હોય 'જે' છે 'તે' નું જ્ઞાન, 'જેમ' છે 'તેમ' નું જ્ઞાન, 'જેવું' છે 'તેવું' નું જ્ઞાન અને 'જ્યાં' છે 'ત્યાં' નું જ્ઞાન આપણા મગજમાં કે હૃદયમાં ના હોય. ખોટા નિર્ણયો કરી લીધેલા હોય. જે જેમ છે તેને તેમ સમજી લીધું હોય તે સાચા નિર્ણયો છે. ઘણાં વર્ષોથી આપણા મગજમાં ખોટા નિર્ણયો આપણે ખોતે અને બીજાઓએ ઘુસાડી દીધેલા હોય, અનેક ભ્રમણાઓ અને અયોગ્ય માન્યતાઓ પેસી ગયેલ હોય તે બધાનું નામ ભ્રાંતિદર્શન છે. લીમડો હોય તેને પીપળો માનતા હોઈએ એટલું જ નહીં પરંતુ અન્યો પણ તેને પીપળો જ કહે તેવો અત્યાગ્રહ - દુરાગ્રહ - હઠાગ્રહ રાખતા હોઈએ તેનું નામ ભ્રાંતિદર્શન - જક્કી ભ્રાંતિદર્શન.

હવે સાધનામાં આવતા ભ્રાંતિદર્શનને સમજીએ. ધ્યાનમાં અમુક ભૂમિકા એ ઊંઘની સૂક્ષ્મ અવસ્થા આવે છે. તે ગાદી ઊંઘ નથી હોતી, ઊંઘની પ્રારંભિક અવસ્થા હોય છે. જાગૃત અવસ્થા હજુ પૂરી છૂટી ના હોય અને નિદ્રા અવસ્થામાં હજુ પૂરા પ્રવેશ્યા ના હોઈએ તે વખતે જાગૃત અને નિદ્રા અવસ્થાનો સંધિકાળ આવે છે. હજુ તો સંધિકાળ પણ આવ્યો ના હોય તેવી અવસ્થા કે જેને

‘તંદ્રી’ કહી શકીએ. તેને તંદ્રા પણ કહી ના શકાય! પૂરા તંદ્રામાં પણ પ્રવેશ્યા ના હોઈએ, તંદ્રાથી પણ એક પગથિયું નીચેની અવસ્થા. તંદ્રીથી આગળ જઈએ ત્યારે તંદ્રા અવસ્થા અને ‘તંદ્રા’ થી આગળ જઈએ ત્યારે નિદ્રા અવસ્થા આવે. તો આમ, હજુ જાગૃતમાંથી તંદ્રીમાં પ્રવેશ્યા હોઈએ ત્યારે નિદ્રા અવસ્થાની જેમ સ્વપ્નો આવે છે. આસન લગાવી ને બેસીએ કે થોડી જ વારમાં તંદ્રી શરૂ થાય અને સ્વપ્નોની જેમ વિવિધ દ્રશ્યો દેખાવા લાગે. લાંબા થઈને ઊઘતા હોઈએ અને જો દ્રશ્યો દેખાય તો તેને સ્વપ્નો કહી શકીએ, પરંતુ આસન લગાવીને બેઠેલા હોઈએ ત્યારે આવાં દ્રશ્યો દેખાય તેથી તેને સાચાં માની લેવાની ભૂલ કરી બેસીએ છીએ. પછી આનંદાશ્ચર્ય સાથે કહીએ છીએ કે, “અરે વાહ! મને તો ધ્યાનમાં અમુક દેવનો સાક્ષાત્કાર થયો! મને તો અમુક મંત્ર મળ્યો! મને તો અમુક મહાત્માએ આશ્મીર્વાદ આપ્યા” વગેરે. આ રીતે વર્ષો સુધી ભ્રાંતિમાં જ રહીએ છીએ અને પછી તેની ટેવ પડી જાય છે. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ઊઠીને જ્યાં આસન લગાવીને બેઠા કે તંદ્રી શરૂ! અને તંદ્રીમાં દ્રશ્યોનો પ્રારંભ! અને આપણે તેને સાચાં માની લઈએ. આવું વર્ષો સુધી ચાલે! આ પણ એક ભ્રાંતિદર્શન છે. આ કાંઈ સમાધિજનિત દ્રશ્યો નથી પણ તંદ્રાનિદ્રાજનિત દ્રશ્યો છે, જેને આપણે સાચાં માની ને વર્ષો અને જન્મો સુધી છેતરાતા રહીએ છીએ! આ ભ્રાંતિમાંથી આપણને કાઢવાની કોઈ ને લાગણી થાય તો આપણને તેનામાં વિશ્વાસ જ નથી હોતો, જેથી હમદર્દ અનુભવીઓ આપણા માટે કાંઈજ પ્રયત્ન નથી કરી શકતા. આપણે તો એમજ માનતા રહીએ છીએ કે મને જે દેખાય છે તે જ બધું સાચું, મારો જ કક્કો સાચો અને આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે દીર્ઘ સમયની આદતના કારણે ભ્રાંતિ મીઠી લાગે છે, તેમાંથી નીકળવું પણ નથી ગમતું. આ પણ એક ઘણું મોટું ભ્રાંતિદર્શન છે. તેને કૃપા અને કોશિશ દ્વારા ભગાડીએ.

**અલબ્ધભૂમિકત્વ:** અલબ્ધભૂમિકત્વ એટલે ભૂમિકાઓનું અલબ્ધપણું. અલબ્ધ એટલે લબ્ધ ના થવું. લબ્ધ એટલે પ્રાપ્તિ અને અલબ્ધ એટલે અપ્રાપ્તિ. શાની અપ્રાપ્તિ? ભૂમિકાઓની. યોગસાધનામાં કમપૂર્વક એકાગ્રતાની ભૂમિકાઓની જે પ્રાપ્તિ થવી જોઈએ તે ના થાય, તેમાં આગળ ના વધાય તેનું નામ અલબ્ધભૂમિકત્વ નામનો અંતરાય.

**અનવસ્થિતત્વ:** અનવસ્થિતત્વ એટલે ભૂમિકાઓની પ્રાપ્તિ તો થાય, યોગમાં અનુક્રમે જે એકાગ્રતા પ્રાપ્તિ થવી જોઈએ તે પ્રાપ્ત તો થાય પરંતુ તે જેટલા સમય સુધી રાખવી જરૂરી હોય તેટલા લાંબા સમય સુધી રહે નહીં, વહેલી તૂટી જાય. અમુક અનુભવ કરવા માટે અમુક સમય સુધીની એકાગ્રતા જરૂર હોય પણ તે વહેલી ભંગ થઈ જાય તેથી તે અનુભવ થઈ શકે નહીં. મહામહેનતે વૃત્તિને એકાગ્ર કરીને બેઠા હોઈએ, એકાગ્રતા અમુક સમય પૂરતી તો જામી હોય, પણ ઈચ્છિત અનુભવ મેળવ્યા પૂર્વે જ તે વિખરાઈ જાય, અમુક અનુભવ થવા માટે જેટલા સમય સુધીની એકાગ્રતાની જરૂરત હતી તેટલા લાંબા સમય સુધી એકાગ્રતા ટકી નહીં તેથી અનુભવ થવો જોઈએ તે થયો નહીં આવી સ્થિતિનું નામ અનવસ્થિતત્વ નામનો ચિત્ત-અંતરાય. અસ્તુ.

તો આમ, પાતંજલ યોગદર્શનના સમાધિપાઠના સૂત્ર ત્રીસમાં આવતા નવ અંતરાયો- (૧) વ્યાધિ (૨) સ્ત્યાન (૩) સંશય (૪) પ્રમાદ (૫) આળસ (૬) અવિરતિ (૭) ભ્રાંતિદર્શન (૮) અલબ્ધભૂમિકત્વ (૯) અનવસ્થિતત્વ - વિષે આપણે વિસ્તૃત માહિતી મેળવી.

જીવનસાધનામાં અને યોગસાધનામાં આ નવેય અંતરાયો આવે છે. જીવનનું નામ યોગ ભલે ના આપીએ પણ તે યોગ જ છે. જો સુખશાંતિપૂર્વક જીવવું હશે તો યોગની રીતે જ જીવવું પડશે. તેથી જીવન પણ સાધના બની જશે. અને જીવન જો સાધના બની જાય તો જીવનસાધનામાં અંતરાયો આવશે જ. અને તો અંતરાયોને દૂર કરવા માટે ઓમ્નો જાપ પણ કરવો પડશે. માટે અંતરાયોને વિશદરૂપે સમજવા જોઈશે. આપણે ભલે યોગ ના સાધવો હોય, નિરાંતે જીવન જ જીવવું હોય પણ જો તેમાં વ્યાધિ ઈત્યાદિ અંતરાયો આવે તો શું કરીએ? આપણે કોઈ ઉપરોક્ત નવ અંતરાયોને ઈચ્છીએ છીએ? ના. તો અંતરાયોને બરાબર "સમજી લઈને તે ને દૂર કરવા ઓમ્નો-પ્રણવનો જાપ કરવો જોઈએ. અસ્તુ.

(ક્રમશઃ)

“મુક્તા” પુસ્તકમાંથી સાભાર

ચિંતન કરશે જે જેવું, આચરણ કરશે તે તેવું,  
આચરણ કરશે જે જેવું, સુખદુઃખ ભોગવશે તે તેવું.

ઓમ્પરિવારનો ગુરુપૂર્ણિમા મહોત્સવ આ વખતે નારણપુરામાં અંકુર ચાર રસ્તા-કામેશ્વર મહાદેવના હોલમાં, પૂજ્યશ્રીની ઉપસ્થિતિમાં ખૂબ જ શ્રદ્ધા અને આનંદમય રીતે ઊજવાયો. તા.૭-૭-૦૯ ને મંગળવાર ના રોજ સવારે બરાબર ૮-૦૦ વાગે કાર્યક્રમની શરૂઆત શાંતિપાઠથી થઈ. ઢોલક, મંજરા અને ખંજરીના તાલ સાથે લયબધ્ધ રીતે પ્રણવવંદના-ગુરુઅષ્ટક-ગુરુમહિમા-સદ્ગોરાંની આરતી અને ગુરુગીતાના શ્લોકોનું ગાન કરવામાં આવ્યું. સમારંભનું સંચાલન ડોક્ટર સદ્ગુરુ સમર્પણ ભિક્ષુજી કરતા હતા. સત્યધર્મગુરુ દેવકી જય બોલાવીને તેમણે કહ્યું કે ઘણા સમયથી આપણે જે પર્વની ઉજવણી કરવાની આતુરતાપૂર્વક રાહ જોતા હતા, તે દિવસ -મહામુલો અવસર આજે આપણને પ્રાપ્ત થયો. ગુરુપૂર્ણિમા એટલે ગુરુઋણ ચુકવવાનો દિવસ, આપણે કલ્યાણમાર્ગમાં કેટલા આગળ વધ્યા તેનો ક્યાસ કાઢવાનો દિવસ, આપણી ઋટીઓ અને ખામીઓને નીરખવાનો દિવસ-આપણા પરમ શ્રદ્ધેય ગુરુદેવ સમક્ષ મનોમન આત્મનિવેદન કરવાનો દિવસ. આપણે ઘણાં વર્ષોથી ગુરુપૂર્ણિમા ઊજવીએ છીએ. પહેલા આપણા કાર્યક્રમનો સમય સવારાના ૬-૦૦ વાગ્યાનો રાખતા હતા. પછી ૭-૦૦ વાગ્યાનો અને પછી ૭-૩૦ વાગ્યાનો રાખતા હતા, જેથી કરીને વધારે ગુરુપ્રેમીઓ સમયસર હાજરી આપી શકે. હાલમાં કાર્યક્રમ ૮-૦૦ વાગે ચાલુ થાય એ રીતની ગોઠવણ કરી છે તો પણ ૩૦-૪૦ માણસો જ હાજર હોય છે. એટલે એમ કહી શકાય કે બાકીના ભકતોને ગુરુપૂર્ણિમા પર્વની મહત્તા ઓછી સમજાઈ છે. જે લોકો બહારગામથી આવતા હોય કે ઘણે દૂરથી આવતા હોય તેઓ મોડા પડે તો તે સમજી શકાય છે. કેટલાક ગુરુભાઈ-બહેનો તો કાર્યક્રમમાં હાજરી આપવા ખાસ બહારગામથી આગલે દિવસે અમદાવાદમાં આવી ગયા હોય છે, પણ તોય હોલ ઉપર સવારે ૮-૦૦ વાગે પહોંચી શકતા નથી. તો સૌને ફરી ફરી ને વિનંતી છે કે કાર્યક્રમ શરૂ થાય ત્યારે સૌ હાજર રહેવાનો પ્રયત્ન કરે.

ગુરુપૂર્ણિમાનું પર્વ એટલે આપણા ઉપર ઉપકારો કરનારાઓના ઋણમાંથી યથાશક્તિ મુક્ત થવાનો દિવસ. મુખ્યત્વે- ગુરુ-સંતોનું ઋણ, માતા-પિતાનું ઋણ, ધરતીમાતાનું ઋણ આપણે તન-મન-ધનથી આ ઓકટોબર-૨૦૦૯

સૌનાં ઋણમાંથી મુક્ત થવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આમ તો આ ત્રણેયમાંથી એકેયનું ઋણ આપણે ચૂકવી શકીએ તેમ નથી પણ, ફૂલ નહીં તો ફૂલની પાંખડી.

ભકતોનું આગમન અને તેમને આવકારવાનું ચાલુ જ હતું. એ વખતે આપણા રાયમલભાઈ એમનાં રબારીના ટ્રેડિશનલ ડ્રેસમાં પરંપરાગત પહેરવેશમાં-હોલમાં પ્રવેશ્યા. ડોક્ટરસાહેબે હસીને મોટેથી જય બોલાવી. સત્યધર્મગુરુ દેવકી જય. શ્રી સદ્ગુરુ સમર્પણભિક્ષુજીએ પોતાની વાત આગળ ચલાવી- ઘણાં વર્ષો પછી આજે અહીં ગામડેથી મારા સ્નેહીજનો, આમજનો ને હાજર રહેલા જોઈને, મને ઘણો જ આનંદ થાય છે. જૂની યાદો અને વીતી ગયેલા દિવસો યાદ આવે છે, ત્યારે તો અમારા સૌની ઉંમર નાની હતી. ખંડેરાવપુરા, ગોવિંદપુરા અને જયદેવપુરા આ બધા સ્નેહીજનો પૂ. શ્રી ગુરુદેવની હાજરીમાં ભેળા થતા રાત્રે વાળું-પાણી કરીને પછી ભજનોની રમઝટ બોલાવાતી. એક એકથી ચડિયાતાં ભજનો સાંભળીને ભાવવિભોર થઈ જવાતું, સવારે ૪-૦૦ વાગ્યા સુધી આનંદ-મસ્તીમાં સમય વીતી જતો. આજે એ બધાં દ્રશ્યો આંખો આગળ તાજાં થાય છે.

એક-બે સ્વયંસેવક ભાઈઓ પ્રવેશદ્વાર આગળ અંદરોઅંદર મજાક-ટીખળ કરતા હતા. ડૉ.સદગુરુ સમર્પણ ભિક્ષુજીએ તેમને ટકોર કરી, આ સારી રીતભાત ના કહેવાય. આપણું વર્તન જો ગેરશિસ્તવાળું હોય તો સભામાં આવનારાઓ ઉપર તેની સારી છાપ ના પડે.

હવે બીજી-એક બે અગત્યની સૂચનાઓ. આપણા સદ્ભાગ્યે પરમપૂજ્ય શ્રી ગુરુદેવ પધારવાના છે. તેઓશ્રીની તબિયત નાદુરસ્ત હોવા છતાં આપણા સૌના આનંદ માટે-આપણા સૌના કલ્યાણ માટે. તેઓશ્રી પધારવાના છે. તો આપણા સૌની એ ફરજ બને છે કે આપણે સૌ બરાબર શિસ્તમાં રહીએ. તેઓશ્રીની નજીક જઈને ચરણસ્પર્શ કરવાનો, માર્ગમાં આવીને નમસ્કાર કરવાનો કે મંચ ઉપર આવીને પગે લાગવાનો કોઈએ પણ પ્રયત્ન કરવાનો નથી.

બીજું આ વરસે ટ્રસ્ટની મીટિંગમાં નક્કી કરવામાં આવ્યું છે કે 'ગુરુદેવની વાણી, પૂજ્યશ્રીનું સાહિત્ય-પુસ્તકો વધારે ને વધારે લોકો સુધી પહોંચે તેવા પ્રયત્નો કરવા. ૨૧ પુસ્તકોનો સેટ ખરીદે તો અડધી કિંમતે

આપવો. કોઈ ગુરુપ્રેમીને પોતાને ત્યાં સારા-માઠા પ્રસંગ હોય ત્યારે આમજનોમાં વહેંચવા માટે પુસ્તકો જોઈતાં હોય તો કન્સેશન આપવું.

પૂજ્યશ્રી થોડા જ સમયમાં અત્રે આવી પહોંચશે. ત્યાં સુધી આપણે શ્રી તુષારભાઈ પાસેથી એક- બે ભજન સાંભળીએ. સત્ય ધર્મગુરુદેવ કી જય

શ્રી તુષારભાઈ એ -

'સવારી રે ચઢી સનાતન સંતની.....

શ્રી મનીષભાઈ અને વિરેનભાઈ એ -

જે જે સાચી સમજ પામાય તે તે ગુરુપૂજન ગણાય.....

શ્રી કિરણભાઈ એ -

ચઢી આજ આનંદની હેલી કે ગુરુજીની પૂજા કરું કેવી.....! વગેરે ભજનો ગાયાં

૧૦:૪૫ વાગે શ્રી ગુરુદેવનું આગમન થયું. શશીકાન્તભાઈએ મોટા અવાજે ગુરુદેવના આગમનની છંડી પોકારી. ડો.ભિક્ષુજીએ ઊંચા અવાજે સત્યધર્મ ગુરુદેવકી જય અને ઓમ નમ:પાર્વતીપતયે હર....હર....મહાદેવ'નો જયઘોષ કર્યો સૌ ગુરુપ્રેમીઓએ હાથ ઊંચા કરી શ્રીગુરુદેવનું અભિવાદન કર્યું,

સૌને નમસ્કાર કરીને પૂ.ગુરુદેવે મંચ પર સ્થાન ગ્રહણ કર્યું. પરમાત્મીય ઉપસ્થિત સર્વે ને વંદન-અભિનંદન-આશિષ. ભક્તોથી ખીચોખીચ ભરેલા હોલમાં આગંતુક ગુરુપ્રેમીઓ પર ચારે તરફ નજર ફેરવીને શ્રી ગુરુદેવે ખૂબ જ ભાવથી બધાંને યાદ કર્યાં. વિજયભાઈ આવ્યા છે.? ખંડેરાવપુરાવાળા બળદેવભાઈ ક્યાં છે.? અનિલભાઈ પ્રજાપતિ આવ્યા છે.? એમના ઘરેથી કોઈ આવ્યું છે.? તેમની તબિયત કેવી છે.? ડાકોરથી કોણ કોણ આવ્યું છે.? 'ધર્મમેઘ'માં તો છ મહિનાથી રિવોલ્વિંગ ચેરમાં બેસું છું. એટલે એની ટેવ પડી ગઈ છે. અહીંયાં એવી ખુરશી હોત તો! સામે બેઠેલા તો સૌ દેખાય છે, પણ આજુબાજુ કે મંચની પાછળ બેઠેલાઓને જોઈ શકાતા નથી - તેઓને પણ જોઈ શકાત, મળી શકાત.

તમને બધાને અહીં આવેલા જોઈને અમને ખૂબ આનંદ થાય છે. તબિયત નરમ-ગરમ રહેતી હોવા છતાં તમને બધાને મળવા માટે જ ખાસ આવા કાર્યક્રમોમાં અમે ઉપસ્થિત રહીએ છીએ. અહીં આવી શકીએ એટલા માટે પંદર-વીસ દિવસ અગાઉથી ખાવા-પીવામાં બેસવા-

ઊઠવામાં નિયમન કરી લઈએ છીએ. તમારા બધાનો પ્રેમ અમને અહીં ખેંચી લાવે છે. ગુરુપ્રેમ, સંતપ્રેમ, માતા-પિતાનો પ્રેમ, ભાઈ-બહેનનો પ્રેમ, ભૈતિક પ્રેમ, આધ્યાત્મિક પ્રેમ. જેમ ભૌતિકતામાં રુચિ રાખીએ છીએ તેમ આધ્યાત્મિકતામાં પણ રસ લેવો જોઈએ. આધ્યાત્મિક પ્રેમનું મૂલ્ય સમજાવું જોઈએ.

એક વખત સ્વામિનારાયણ ભગવાનને એક દરજીએ સરસ મજાની બંડી બનાવીને આપી. એક શેઠે દરજીને એવી બંડી એમના માટે પણ બનાવી આપવા કહ્યું. દરજીએ કહ્યું - 'શેઠ! એવી બંડી આપના માટે તો ક્યાંથી બનાવી શકાય? આ તો મેં ભગવાન સ્વામિનારાયણ માટે બનાવી હતી અને એમાં તો ભાવ અને પ્રેમના ટાંકા લીધા છે.'

આ વખતે ગુરુપૂર્ણિમા ઊજવવાનું શ્રેય ખંડેરાવપુરાવાળા બળદેવભાઈએ લીધું છે. તેઓ અમને કહે-'બાપુ! "બીજી બધી રસોઈ ભલે અહીં હોલમાં બને, પણ લાડુ તો અમે ખંડેરાવપુરાથી બનાવીને લાવીશું!" કેવો ભાવ! કેટલો બધો પ્રેમ! આને કહેવાય પ્રેમનો ટાંકો! તાળીઓના ગડગડાટથી આખો હોલ ગાજી ઊઠ્યો.

બળદેવભાઈએ પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવનું કંકુચોખાથી તિલક કરીને અને ફૂલોનો હાર પહેરાવીને સ્વાગત કર્યું. બળદેવભાઈના નાના ભાઈ ગોરધનભાઈએ પણ સ્વાગત કર્યું. ગુરુદેવે કહ્યું "આવા સંસ્કારી અને લોકકલ્યાણનું કામ કરનાર પુત્રોને જન્મ આપનાર માતાનું પણ આપણે સન્માન કરવું જોઈએ. પણ માતા તો અતિવૃદ્ધ હોવાના કારણે આવી શક્યાં ન હતાં, તેથી તેમના પ્રતિનિધિ તરીકે તેમના નાના પુત્ર શ્રી ગોરધનભાઈને શાલ ઓઢાડવામાં આવે." સૌએ જય બોલાવી.

બળદેવભાઈના પરિવારજનોએ તથા દેવચંદભાઈ અને હંસાબેને પૂ.શ્રી ગુરુદેવની ઓમ્ પરમાત્માની આરતી ઉતારી. વલસાડ ઓમ્પરિવાર તરફથી શ્રી કિરણભાઈ, રશ્મિબહેન વગેરે એ શ્રી ગુરુદેવનું સ્વાગત કર્યું.

**કોઈ દોસ્ત પણ નહીં કે દુશ્મન પણ નહીં**

કિરણભાઈએ પૂરા કદનો મોટો તુલસીનો હાર અને માથે મુગટ પહેરાવ્યો. રશ્મિબહેને મોટો ફૂલનો હાર પહેરાવ્યો અને સ્વાગત કર્યું. શ્રી ગુરુજીએ હસતાં હસતાં કહ્યું કે તમે આવડો મોટો ફૂલનો હાર પહેરાવશો તો કિરણભાઈએ (તમારા પતિએ) પહેરાવેલો હાર ઢંકાઈ જશે!

શ્રી ગુરુજીએ વસ્ત્રની પ્રસાદી વહેંચવાનું ચાલુ કર્યું. પૂજ્યશ્રી નામ બોલે એ પ્રમાણે ડોક્ટર ભિક્ષુજી વસ્ત્ર ઓઢાડે, કોઈને ધોતી, કોઈને કાપડ, કોઈને શાલ, તો કોઈને ઓમ્ગુરુઓમ્ના પીળા ખેસ. શ્રી જ્યોતિષભાઈ, શ્રી રમેશભાઈ પાઠક, રમેશભાઈ પંડ્યા, રમેશભાઈ મહેતા, સુધાકરભાઈ જાની, તુષારભાઈ પંડ્યા, ભાનુબહેન(નવસારી), રશ્મિબહેન(વલસાડ), મણીભાઈ પટેલ, મુંબઈથી શ્રી ગુણંવતભાઈ, ઉત્તમકુમાર જોષી, મનહરભાઈ ઉપાધ્યાય, લંડનથી આવેલ અરવિંદભાઈ સોનીના દીકરા જગતભાઈ, યશંવતભાઈ પટેલ, અશ્વિનભાઈ, સવિતાબહેન પ્રજાપતિ, હેમાબહેન આચાર્ય, ઉમરેઠના મધુભાઈ વગેરે.

તમને સૌને જીવનનું ભાથું મળે તે આપવા માટે અમે તમારી પાસે આવીએ છીએ-વાતો કરીએ છીએ. જીવન એવું જીવીએ કે બધાંની સાથે સદ્ભાવ રહે - સમભાવ રહે. નીચેના દોહરામાં એ વાત સુંદર રીતે રજૂ કરી છે:-

**કબીર ખડા બાઝારમેં સબકી પૂછે ખૈર,  
ના કાહુ સે દોસ્તી, ના કાહુ સૈ બૈર!**

**ભાવાર્થ:** બજાર વચ્ચે ઉભા રહીને જતાં - આવતાં સૌ લોકોની ખબર અંતર પૂછે છે, બધાંની સાર-સંભાળ રાખે છે-પણ કોઈનીય તરફ મોહ-મમતા નહીં, વેર નહીં કે અભાવ પણ નહીં.

પૂજ્ય મોટાના એક ખૂબ જ નિકટના સાથી હતા-નંદુભાઈ તેઓ હીરા ઝવેરાતના ખૂબ મોટા વેપારી. શરૂઆતનાં વરસોમાં તેઓ જ્યારે પૂજ્ય મોટા પાસે દીક્ષા લેવા ગયા ત્યારે પૂજ્ય મોટાએ પૂછ્યું "નંદુભાઈ તમારે કોઈની સાથે અબોલા છે?" નંદુભાઈ કહે 'મારે તો કોઈની સાથે વેરભાવ કે અબોલા નથી, પણ કોઈ મારી સાથે અબોલા રાખતું હોય તો એમાં મારો વાંક નથી. પૂજ્ય મોટા કહે "હું એ કંઈ ના જાણું. તમારી સાથે જેને પણ અબોલા હોય તો તે છોડાવો." નંદુભાઈએ એ પ્રમાણે કર્યું. કેટલી બધી ઊંચી સમજણ! કેવો આધ્યાત્મિક ગુણ! પછી તો તેઓ પૂજ્ય મોટાની સાથે ઘણાં વર્ષો સુધી રહ્યા-અંતિમ ક્ષણ સુધી તેમની સેવા કરી.

હમણાં અમેરીકાથી મહેમાન આવેલા છે-વિજયભાઈ પટેલ. આવતી ગુરુપૂર્ણિમા એમના તરફથી ઊજવવાની છે. સૌએ 'સત્યધર્મગુરુદેવ કી જય' બોલાવી. એમના તરફથી એટલા માટે કે એ બહાને તેઓ ઈન્ડિઆ આવે.

જૈમ ગુરુપૂર્ણિમાની જાહેરાત થઈ તેમ આ વખતની

ઓમ્જયંતીની ઊજવણીની પણ જાહેરાત કરતાં પૂજ્ય શ્રી ગુરુદેવે કહ્યું કે આ વખતની ઓમ્જયંતી શ્રી હરીષભાઈ ગિરિજાશંકર પ્રભાશંકર જોષી તરફથી ઊજવવામાં આવશે. સૌએ તાળીઓના ગડગડાટથી વાત વધાવી લીધી.

આપણી ગુરુપૂર્ણિમાની આમંત્રણ પત્રિકા તમે સૌએ વાંચી હશે. તેમાં ડો.ભમગરાગી "મન દુરસ્ત તો તન દુરસ્ત" લખાણવાળી એક પત્રિકા છે. તેઓ બહુ મોટા નિસર્ગોપચારક હતા. દુનિયાના મોટામોટા નિસર્ગોપચારકોમાં તેમની ગણના થતી. આપણા ખૂબ પ્રેમી હતા. અહિંસાના પ્રખર હિમાયતી હતા. તેઓને આંખે મોતિયો આવ્યો. મોતિયાના ઓપરેશન વખતે આંખમાં નાખવાની જે દવા આવે તે જીવ-હિંસા કરીને બનાવેલી હોય. જીવોની હિંસા કરીને બનાવેલી દવા આંખમાં ન નાખવી પરે એટલા માટે તેઓએ જીવનભર મોતિયો ઉતરાવ્યો ન નહીં' મોતિયા વાળી આંખે જ આખી જિંદગી ચલાવ્યું! કેવા જીવદયા પ્રેમી કહેવાય! થોડા સમય પહેલા તેઓ ૮૧-૮૨ વર્ષની ઉમરે દેવ થઈ ગયા. વલસાડના કિરણભાઈના પિતાશ્રી દોલતભાઈ, ખંડેરાવપુરાના આપણા બે સ્નેહીજનો વિઠ્ઠલભાઈ અને ગોવિંદભાઈનો થોડા સમય પહેલાં સ્વર્ગવાસ થયો. આપણે, એ સૌ દિવંગતોને શ્રધ્ધાંજલી આપીએ. દીર્ઘપ્રણવોચાર કરીને પછી બે મિનિટ ધ્યાન કરીએ-મૌન પાળીએ. સત્યધર્મગુરુદેવકી જય.

અમે સભામાં અડધો કલાક બેસીશું-બોલીશું, એવું નક્કી કરીને ઘરેથી નીકળ્યા હતા. તો પણ બે કલાક જેટલો સમય થઈ ગયો. ઓમ્પરમાત્માની દયા અને તમારા સૌનો પ્રેમ. તુષારભાઈને કહીએ એક બે ભજન ગાય. - તુષારભાઈ એ ભજન ઉપાડ્યું-

રામ ભજી લે ભાઈ, હરિ ભજી લે.....

ખબર નથી પલકી.... રે ભાઈ બાત કરે કલ કી'

રમેશભાઈ પંડ્યા, મનીષભાઈ, વિરેનભાઈ, કિરણભાઈ, અને બહેનોએ સંગીતમય તાલ આપ્યો.

ઘરમાં કાશી, ઘરમાં મથુરા, ને ઘરમાં ગોકુળિયું ધામ રે..  
મારે નથી જાવું તીરથ ધામ રે..મારે નથી જાવું તીરથ ધામ.

સૌ ગુરુપ્રેમી ભક્તો એ ભજનની કડીઓમાં સૂર પુરાવ્યો- સાથ આપ્યો અને આખા હોલમાં આનંદ-આનંદ થઈ ગયો.

આશીર્વાચનનું સમાપન કરતાં પૂજ્યશ્રીએ કહ્યું- મનુષ્યજન્મ ધારણ કરીને સાર્થક કરવાનો પ્રયત્ન ના કર્યો



તો જન્મારો એળે ગયો કહેવાય. આપણું અંતિમ લક્ષ્ય મોક્ષ-કેવલ્યનું રહેવું જોઈએ. સંસારમાં રહીને આ બધું તો કરતા રહેવાનું છે. એ બધું તો હાં હાં ગલોટિયાં જેવું! અંતે તો સૌ એ અંતિમ ઘ્યેય સુધી પહોંચવાનું છે.

પ્રભુ ભજન મેં આલસી, ભોજનમેં હોશિયાર,  
તુલસી એસે મનુષ્ય કો લાખવાર ધિક્કાર.

આજના આ પ્રસંગ માટે આપણા કાર્યકર્તા ભાઈઓએ અહીંયાં નીચેનો હોલ કેટલાય મહિના પહેલાં બુકિંગ કરવ્યો હતો. કાર્યક્રમ બધો નીચેના હોલમાં કરવાનો હતો, જેથી સુગમ પડે. આવનાર ઉંમરલાયક ભક્તોને પણ ઉપરના માળે ચઢવામાં અગવડ પડે છે. એ બધાં વિચાર કરીને અહીંયાં મહિનાઓ પહેલાં બુકિંગ કરાવ્યું હતું. તોય બે દિવસ પહેલાં કહેવામાં આવ્યું કે નીચેનો હોલ મળશે નહીં પ્રોગ્રામ ઉપરના માળે કરવો

પડશે. કેટલી બધી બેજવાબદારી કહેવાય! છેલ્લી ઘડીએ આપણા કાર્યકર્તાઓ શું કરી શકે? સત્યધર્મગુરુદેવ કી જય.

બધાંએ હાથ ઊંચા કરીને જય બોલાવી. પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવને વિદાય આપી

આ પછી ગુરુપૂજનનો કાર્યક્રમ થયો. શ્રી ગુરુદેવની ચરણપાદુકાઓનું પહેલાં મુકેશભાઈ મહારાજે પૂજન કર્યું. એ પછી એક બાજુ ભાઈઓ અને બીજી બાજુ બહેનોએ લાઈનમાં આવીને સૌએ ગુરુપૂજન કર્યું, અને ભોજન-પ્રસાદ લીધો.

આનંદભર્યા વાતાવરણમાં કાર્યક્રમ સંપન્ન થયો. સત્યધર્મગુરુદેવ કી જય.

## શ્રદ્ધાંજલી

(ટેલિફોન પર પ.પૂ.ગુરુદેવશ્રીનાં આશીર્વાચન ખંડેરાવપુરા-અમદાવાદ)

સંકલન-બળદેવભાઈ પટેલ(ખંડેરાવપુરા)

સત્યધર્મગુરુદેવ કી જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય.

ખંડેરાવપુરા બળદેવભાઈનું કુટુંબ ખૂબજ ગુરુપ્રેમી છે. તેમના ભાઈઓનાં નામ પણ એવાં, ભગવાનનાં નામો જેવાં જ. ગોવિંદભાઈ, બળદેવભાઈ, ગોરધભાઈ, કનુભાઈ ને દિલિપભાઈ.

ગોવિંદભાઈ ઓમ્પૂરીવાસી થયા તે દુઃખની વાત છે. આપણે એ દુઃખમાંથી જલ્દી બહાર નીકળી જવું જોઈએ કારણકે આત્મા મરતો નથી અને જન્મતો નથી. એ એક ખોળિયામાંથી નીકળી બીજા ખોળિયામાં જાય છે. અત્યારે અમારી ઉંમર દિવાળી પછી બ્યાસીમું બેસશે. રૂબરૂ આવી મળી શકાય એવી શરીરની સ્થિતિ નથી. બળદેવભાઈએ ફોનની વ્યવસ્થા કરી છે તેથી વાણીથી સર્વેને મળી શકાય છે. ભગવાનની જ્યાં સુધી દયા હશે ત્યાં સુધી વાણીથી લાભ આપતા રહીશું. આપણે વ્યસનથી દૂર રહીએ અને આપણાં બાળકોને પણ દૂર રાખીએ, જેથી કરીને આપણું અને આપણા બાળકોનું આરોગ્ય સારુ રહે. સૌને અમારા જય નારાયણ.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

સત્યધર્મ ગુરુદેવ કી જય સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય.

સૌનું સ્વાગત સૌને જયનારાયણ. આજના પ્રસંગે આપણા લાડીલા અમારા પરમભક્ત વિઠાભાઈ તેઓને

શ્રદ્ધાંજલી આપી રહ્યા છીએ. અમારા પ્રેમીની પેઢીમાં જેમાં તે છેલ્લા ભક્ત. તેઓ કોઈપણ બદલાની ભાવના સિવાય નિષ્કામ ભક્ત. તેઓનું લક્ષ હતું અમારી તન-મન-ધનથી સેવા કરવી. કોઈ ને પરેશાન ન કરે. તેઓ અમારી કુટીરે સેવા કરવા આવતા. વિઠાભાઈ, તેમનાં માતા-પિતા અને તેમનું કુટુંબ એકસરખી રીતે ગુરુનિષ્ઠ. તો જવાનું સર્વ માટે નક્કી છે. પણ કોઈ તેમની પાછળ પ્રશંસા કરે, આંસુ વહાવે કે કોઈ તેમની પાછળ ટીકા કરે કે તે ખૂબ કનડતો હતો - બસ વાત આટલી જ.

ત્રીન ટુક કૌપીનકો અરુ બિનભાજી લોન

રઘુબીર ઉર બસે ઈન્દ્ર બાપડો કોણ

ગમે તેટલા પૈસાવાળા થઈએ, કારખાનાવાળા થઈએ પણ જમવામાં તો બે રોટલી, થોડા દાળ-ભાત! બાકી તો બધું બેંકમાં - જ્યાં ઈચ્છા હોય ત્યાં આપણે એના ચોકીદાર.

ખરો બુધ્ધિશાળી કોણ? પોતાની સારી સ્થિતિ હોય ત્યારે પરભવનું ભાથું બાંધી લે જેથી સારા કુટુંબમાં જન્મ થાય. આગલા જન્મનું ભાથું બાંધી જવાનું છે એ ક્યારે બાંધી જવાય? જ્યારે તન-મનની સ્થિતિ સારી હોય. જ્યારે હાથમાંથી બધું ચાલ્યું જાય પછી શું?

આપણે ઓમ્પરિવારમાં સત્યધર્મગુરુદેવની જય બોલાવીએ છીએ. સત્ય-ધર્મ એજ આપણા ગુરુદેવ - એ પછી કાંઈ બાકી ના રહે. જેમ કે રામચંદ્રની જય,

કૃષ્ણચંદ્રની જય, સહજાનંદની જય, શ્રી શંકરની જય, દેવ-દેવની જય. એ બધી વાત એમાં આવી જાય. જેમ કે રામચંદ્રની જય કે સહજાનંદની જય શા માટે બોલાવીએ છીએ? રાવણની જય કેમ નથી બોલાવતાં? રાવણને તો દશ માથાં હતાં, વીસ ભુજા હતી આવો બળવાન હતો તો પણ તેની જય નથી બોલાવતા. કેમ કે તે અધર્મી હતો. જ્યારે રામચંદ્રની જય એટલા માટે બોલાવીએ છીએ કે તેઓએ બીજાના રક્ષણ માટે પોતાનાં સુખ ત્યજી દીધાં હતાં, સત્ય અને ધર્મ માટે જીવી ગયા હતા. એટલે સત્ય અને ધર્મમાં બધાની જય આવી જાય સત્ય અને ધર્મની જય તો જ આપણી જય, તોજ આપણો મનુષ્યજન્મ સફળ થાય.

શરીર ધારણ કરીએ તો ટકાવી રાખવા ભોજન કરવું પડશે. ભોજન શા માટે કરવાનું છે- ભજન માટે. બીજાં પ્રાણીઓ ગાય-ભેંસ ભજન ન કરી શકે. મનુષ્ય ધારે તો ભજન કરી શકે, ન ધારે તો ન કરી શકે. મનુષ્ય શરીર ધારણ કરી ભજન ના કર્યું તો આપણે પણ શિંગડા-પૂંછડા વગરના પશુ જ કહેવાઈએ. મનુષ્યે ખાધું, પીધું અને રાજ કર્યું એની ઉપર પણ છે.

મનુષ્ય જન્મમાં પણ યાતના વેઠીને પસાર થવું પડશે, તો બીજા જન્મની વાત શું?

પુનરપિ જનનમ્ પુનરપિ મરણમ્  
પુનરપિ જનનિ જઠરે શયનમ્

મનુષ્ય સારાં કર્મ ન કરે તો ભગવાન શું કરે? ગુરુદેવ શું કરે? તે તો આંગળી ચીંધી દે. વર્ષોથી આપણે બધું સાંભળતા આવ્યા છીએ તો તેનું પાલન કરીએ. આ બધું આયોજન એટલા માટે કર્યું છે, કે આપણો ઉત્સાહ વધારવા માટે. તો જેમ બને તેમ સંસારમાંથી વૃત્તિ પાછી ખેંચી લેવી જોઈએ. વધુમાં વધુ પરોપકાર કરી લેવો એવી પ્રેરણા લઈએ.

વર્ષો પહેલાંની વાત છે. વિઠલભાઈ કહે- “ગુરુજી અહીં ફાવટ આવતી નથી. આપ સ્વીકૃતિ આપો તો પાછા ઝાલાવાડ રહેવા જતા રહીએ.” અમે કહ્યું- “ઝાલાવાડ જવાથી અહીં કરતાં વધુ સુખી થશો તેની તમને ખાત્રી છે?” તેઓ કહે - “કાંઈ નક્કી નહીં.” અમે કહ્યું “તો પેઢીઓથી જ્યાં વસો છો તે છોડાય નહીં, જ્યાં છો ત્યાં જ પ્રયત્ન કરો.” ગુરુપ્રેમી વિઠલભાઈ તુરત જ માની ગયા.

શ્રી રાઘવજીભાઈ, રવજીભાઈ, માધાભાઈ, લક્ષ્મણભાઈ, વિઠલભાઈ વ.સૌ અમારા ખૂબ પ્રેમી-આજ્ઞાકિત. તમે સૌ પણ ખૂબ જ ગુરુસંતપ્રેમી છો તો જ ટેલિફોન ઉપર ગુરુજી નો સંત્સંગ ગોઠવી શકોને!

સૌને વંદન- અભિનંદન- આશિષ

## સફળતા

-મિનિષ બી. પટેલ

“સફળતા” કોને કહી શકાય? સફળ વ્યક્તિ કોણ બની શકે! હોઈ શકે? દરેક વ્યક્તિ “સફળતા”નું અર્થઘટન પોતાની રીતે કરતો હોય છે. પૈસાદાર બનવું, સમાજમાં બહુ મોટું નામ બનાવવું વગેરે જેવી ઘણી સફળતાઓ દરેક વ્યક્તિના મનમાં રમતી હોય છે. અને આ પ્રકારની સફળતા મેળવવા માટે થઈને વ્યક્તિ તન-તોડ પ્રયત્નો કરતો જ રહે છે.

આ બધી સફળતાઓ મેળવવા માટે વ્યક્તિ પાસે એક નિસરણી હોય છે, જે નાનપણથી જ ઉપયોગમાં લેવાતી હોય છે. અભ્યાસ દરમ્યાન નંબર આગળની હરોળમાં રાખવાની મહેનત, ત્યારબાદ વ્યવસાયમાં કે નોકરીમાં સહયોગીઓથી આગળ નીકળી વધુ પૈસા-નામ કમાવાની હરીફાઈ અને પાછું આ બધાં કામ કરાવવા માટે આપણે ભગવાનને પણ સાથે લઈએ છીએ. હે ભગવાન જો મારો પહેલો નંબર આવ્યો તો હું તમને ઓકટોબર-૨૦૦૮

શ્રીફળ ચઢાવીશ, હે માતાજી મારો પગાર વધશે તો હું તમને ચૂંદડી ચઢાવીશ કે પછી મારો ધંધો બહુ સારો ચાલશે તો મંદિરે દર્શન કરવા ચાલતો આવીશ. આવાં વાક્યોથી આપણે ભગવાન પાસે સફળતા માંગતા હોઈએ છીએ.

શું ખરેખર આપણે ભગવાન પાસે આવી સફળતા માંગતા હોઈએ છીએ? આવી બધી માગણીઓ, દરિયામાંથી એક લોટો પાણી ભરવા જેટલી નાની હોય છે. દરિયો તો જેટલું પાણી જોઈએ તેટલું આપવા તૈયાર હોય છે, પણ આપણે તેમાંથી એક લોટો પાણી ભરીને સંતોષ માની લઈએ છીએ.

તો પછી માણસનું જીવન સફળ થયું તેવું ક્યારે કહી શકાય? જ્યારે આપણે આપણું જીવન શાંતિપૂર્વક અને સુખમય જીવી જાણીએ તેને જ ખરી સફળતા કહેવાય. ભગવાન પાસે માગવું જ હોય તો જીવનની આવી સાચી

સફળતા માંગીએ. આપણે તો દરિયાને એટલી પ્રાર્થના કરવાની હોય કે મને ઉપયોગી થાય એટલું પાણી આપો, એટલે આપણને જેટલું જરૂરી હોય તેટલું પાણી આપણને મળી જાય.

ખૂબ પૈસાદાર બનવાની લાલચમાં આપણે ઘણાંનાં દિલ દુઃખાવતા હોઈએ છીએ. માન-સન્માન મેળવવાની લાલચમાં બીજાઓનું અપમાન કરતાં વાર નથી કરતા. આવી બધી વાતોથી એવું નથી સમજવાનું કે આપણે કંઈ કરવું જ ના જોઈએ. આપણે તો જીવન-નિર્વાહ ચલાવવા કે પરિવારની જવાબદારીઓ પૂરી કરવા માટે કમાવાનું તો છે જ પણ કેવળ પૈસા બનાવવાનું ધ્યેય ન રાખતાં

સારી રીતે જીવન જીવીને, બીજાને પણ સાથે લઈને આગળ વધવાનું છે.

થોડા સમય પહેલાં સાભળ્યું હતું કે દુનિયાની સૌથી ધનાઢ્ય વ્યક્તિએ પોતાની બધી મિલકત દાન કરીને લોકસેવામાં જીવન વ્યતિત કરવા માંડ્યું આ બનાવ આપણને શું સમજાવે છે? ખૂબ ધન અને માન કમાયા પછી પણ છેવટે તો મનને શાંતિ મળે તેવા જીવનની લોકો આશા રાખે છે. તો પછી શું આપણે મનને શાંતિ મળે તે રીતે ધન અને માન ના કમાઈ શકીએ? જરૂર કમાઈ શકીએ. મનુષ્યજીવન મળ્યું છે તો તેને સાર્થક કરી જાણીએ.

## નિસર્ગોપચાર ને વ્યાપક અર્થમાં સમજાવે

-યોગભિક્ષુ

વ્યાધિમુક્ત થવા માટે જે જે ઉપચારો પ્રચલિત છે તેમાં નિસર્ગોપચારની મહત્તા ઘણી માનવામાં આવે છે, કેમકે તે નિસર્ગનો ઉપચાર છે. નિસર્ગ દ્વારા જ જે શરીર-રચના થઈ છે તે શરીરના ઉપચાર પણ નિસર્ગના-કુદરતના ઉપચારો દ્વારા થાય તો જ વધુ સરળતા રહે અને સફળતા મળે તે સરળતા મળે તે સરળતાથી સમજાય તેવી વાત છે.

નિસર્ગોપચારમાં પૃથ્વી, પાણી, તેજ, વાયુ અને આકાશ તથા સાત્ત્વિક આહાર-વિહાર, અંતરંગ અને બહિરંગ યૌગિક સૂક્ષ્મ વ્યાયામ વગેરેને તેનાં મુખ્ય અંગ તરીકે ગણવામાં આવે છે. છતાંય નિસર્ગોપચારના અગત્યના અને અભિન્ન અંગ સમાન નિમ્નલિખિત થોડી જાણકારી પ્રાપ્ત કરવાની ઘણી અગત્ય છે. તે રજૂ કરવાનો નમ્ર પ્રયત્ન કરીએ છે.

-: વાત્સલ્ય:-

નિસર્ગોપચારકોમાં દર્દીના ઉપચારો કરતી વખતે દર્દી તરફ ભરપૂર વાત્સલ્યભાવ- આત્મીયભાવ હોવો અત્યંત જરૂરી છે. નિસર્ગોપચારકનો, દર્દી તરફ વાત્સલ્યભાવ એ નિસર્ગોપચારનું અતિ અગત્યનું અંગ છે. કારણકે મોટા ભાગનાં દર્દી વાત્સલ્યના અભાવના કારણે થયેલાં હોય છે. મનુષ્યના જીવનમાં બધાં જ સુખસગવડ હોવા છતાંય વાત્સલ્યનો અભાવ હોય છે અને તેથી તે જાણ્યેઅજાણ્યે સૂક્ષ્મ રીતે અસંતોષથી પીડાતો હોય છે. પતંજલિ મુનિએ કહ્યું છે કે સંતોષાત અનુત્તમ સુખલાભ: અર્થાત્ સંતોષથી સર્વોત્તમ સુખનો લાભ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. મનુષ્ય વાત્સલ્યના અભાવે ભીતરમાં સતત રિભાતો જ હોય છે. આવી સતત ઓકટોબર-૨૦૦૯

રિભામણી તેના લોખંડી શરીરને ભંચકર રોગોમાં પકડી પાડે છે. અને છતાં કોઈનેય ખબર પડતી નથી કે તે ભાઈ શાના કારણે રોગોમાં પટકાયા છે અને તેથી રોગમુક્ત થવા માટે અનેક પથીઓના ચક્રકરમાં ગોથાં ખાવાની શરૂઆત થાય છે. પણ તોય રોગ મચક આપતો નથી. ક્યાંથી મચક આપે? તેને તો વાત્સલ્યપથીની-વાત્સલ્ય ઉપચારની જરૂરત છે. દરેક પથીના ઉપચારકે દર્દીને વાત્સલ્ય આપવું જ જોઈએ. પરંતુ નિસર્ગોપચારકે તો દર્દીને વાત્સલ્ય આપવાથી ચુકાય જ નહીં. જેમ દર્દીને અન્ય ઉપચારો આપવા માટે થોડો સમય ફાળવેલો હોય છે તેમ વાત્સલ્ય આપવા માટે પણ થોડો સમય ફાળવવો અત્યંત જરૂરી છે. નિશ્ચિત સમયે દર્દી સાથે બેસીને તેની જોડે મમતા અને સહાનુભૂતિપૂર્વક તેનાં સુખ-દુઃખ વગેરેની વાતો ચર્ચવી જોઈએ. આમ વાત્સલ્યભાવમાં દર્દીને તરબોળ કરી દેવો એ પણ નિસર્ગોપચારનું એક અગત્યનું અને નિષ્ફળ ન જનારું અંગ છે. વાત્સલ્ય એ તો તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરવા માટે નિસર્ગો આપેલી અતિ પવિત્ર બક્ષિશ છે. હવે બીજા અંગને પણ જાણીએ.

-: કુદરતનો આદેશ:-

એક દાદા અમને મળવા આવ્યા અને પૂછવા લાગ્યા કે “મારો જઠારાગ્નિ મંદ પડી ગયો છે તેથી પહેલા કરતાં અડધો જ ખોરાક લઈ શકાય છે.” અમે કહ્યું કે તો તમે અડધો જ ખોરાક લ્યો. તો તેઓ કહે કે “તો ખૂબ અશક્તિ આવી જાય છે.” અમે કહ્યું કે તો તમે જેટલી શક્તિ હોય તેટલી પ્રવૃત્તિ કરો.

વૃધ્ધાવસ્થામાં જેમ આંખ, કાન, હાથ, પગ વગેરે શિથિલ થાય છે તેમ જઠારાગ્નિ પણ મંદ પડે છે. આ

બધુ કુદરતી જ છે. આવા વખતે પચે તેટલું જ ભોજન કરીને કુદરતના આદેશને સહર્ષ માથે ચઢાવી લેવો તે પણ કુદરતી ઉપચાર જ છે. અને તેમ કરતાં જો અશક્તિ આવે તો શક્તિ મુજબ જ પ્રવૃત્તિ કરવી જોઈએ. સંસાર - વ્યવહારની પ્રવૃત્તિઓને ધીરેધીરે સંકેલતા જાવ એમ કુદરત કહી રહી છે. કુદરતના આવા અપ્રગટ ઇશારાને સમજી જઈને તેનો અમલ કરવા લાગી જવું જોઈએ. જો કુદરતના આવા ઇશારાને નથી સમજતા કે સમજ્યા છતાં પણ સ્વેચ્છાએ તેનો અમલ નથી કરતા તો કુદરત જબરજસ્તી પોતાના આદેશનું પાલન કરાવશે જ. હસતાં હસતાં કુદરતના આદેશનું પાલન કરવામાં અલૌકિક આનંદ અને સંતોષની પ્રાપ્તિ થાય છે. આવી સમજણનું હોવું એ પણ નિસર્ગોપચારનું એક અંગ જ છે. નિસર્ગોપચારમાં માનવાવાળાઓએ અને તેના ઉપચારકોએ નિસર્ગોપચારને ખૂબ વ્યાપક અર્થમાં સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આપણા મનની સંકીર્ણતાના કારણે આપણે નિસર્ગને પણ સંકીર્ણ ન સમજી લેવી જોઈએ. તેને એકાંગી બીબામાં ન ઢાળવી જોઈએ. આવી વ્યાપક સમજણનું હોવું એ પણ નિસર્ગોપચારનો એક અગત્યનો ભાગ છે. હવે ત્રીજા અંગની વાત કરીએ.

### -: ગુરુપથી :-

“મનુષ્યરુપ યત્ન અર્ને ઈશ્વરકૃપા.” મનુષ્યે યથાશક્ય પુરુષાર્થ- પ્રયત્ન પૂર્ણ સાવધાનીથી કરવો જ જોઈએ. સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે શક્ય તેટલી બધી જ પથીઓને અજમાવી જ જોઈએ. કારણકે કઈ પથી ક્યારે, કોને અને કેવી રીતે કારગત નીવડશે તેની કોઈનેય ખબર નથી. દરેક પથીના સંશોધકોએ એડીયોટીનો પસીનો એક કરીને પોતાની પથીની શોધ કરવાના પ્રયત્નો કર્યા હોય છે. “સંપૂર્ણ જગતમાં ઈશ્વર એક જ, માનવ માત્ર અધૂરા” અપૂર્ણ માનવ દ્વારા શોધાયેલી પથી પૂર્ણ હોય જ ક્યાંથી? અધૂરી જ હોય. “અમારી જ પથી સાચી અને બીજાની ખોટી” એમ માનનારાઓ અને કહેનારાઓ પોતાની અજ્ઞાનતાનું જ પ્રદર્શન કરતા હોય છે. માટે સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે શક્ય તેટલી બધી જ પથીઓને-પધ્ધતિઓને- સારવારોને અજમાવવી જ જોઈએ.

પણ જ્યારે બધી જ પધ્ધતિઓ નિષ્ફળ જાય ત્યારે શું કરવું? ત્યારે કઈ પથીનો આશરો લેવો? ત્યારે કઈ

પધ્ધતિના શરણે જવું? ત્યારે-

મનુષ્યે ગુરુપથીના શરણે જવું જોઈએ. પણ ગુરુપથીએ શું છે? ગુરુજનો આપણા માથે હાથ મૂકી આશીર્વાદ આપી દે કે “જા બેટા સાજો થઈ જઈશ” માત્ર એ શું ગુરુપથી છે? ના,ના. ગુરુપથી એટલે ગુરુજનો દ્વારા પ્રાપ્ત થયેલી સાચી સમજણના શરણે જવું, તેમના દ્વારા મળેલા નિર્ભ્રમ જ્ઞાનનો આશરો લેવો, તેમના દ્વારા સાંભળેલા ઉપદેશ પ્રમાણે કોઈપણ પરિસ્થિતિ સામે ઝૂમવા તૈયાર રહેવું.

ગુરુજનો દ્વારા આપણને અનેક વખત સાંભળવા મળે છે કે બ્રહ્મ સત્ય, જગત મિથ્યા. બ્રહ્મ જ એક સત્ય છે, નિત્ય છે; જગત બધું મિથ્યા છે અર્થાત્ નાશવંત છે. જગતમાં શરીરનો પણ સમાવેશ થઈ જાય છે. તેથી શરીર પણ મિથ્યા છે-નાશવંત છે. પંચમહાભૂતથી બનેલા શરીરનો કુદરતી ક્રમ જ છે- બચપણ, જુવાની, બુઢાપો, જન્મ અને મૃત્યુ. કહેવાતા ભગવાનના અવતારો મોટા મોટા યોગીજનો, ચક્રવર્તી, ભૂપતિઓ, વગેરે સૌના શરીરોનો નાશ થઈ ગયો. પશુ, પક્ષી કે મનુષ્ય સૌ કોઈ, કે જેના શરીરો મહાપંચભૂતનાં છે તેમનો સૌનો નાશ થઈ ગયો. આ પ્રમાણે થવું એ કુદરતનો અટલ ક્રમ જ છે, શરીરોને એ ધર્મ જ છે, નિસર્ગનો એ અફર નિયમ જ છે. ઉપરોક્ત નિસર્ગના અફર નિયમની સમજણની કદી વિસ્મૃતિ ન થવા દેવી તે ગુરુપથી છે. આપણા રોગ માટે બધી પથીઓ જ્યારે નિષ્ફળ જાય ત્યારે હિંમત હારી ન જવી, ઉત્સાહભંગ ન થઈ જવું, વિવેક વીસરી જઈને જ્યાં ત્યાં વલખાં ન મારવાં, ખોટા વહેમોના ચક્કરમાં ન ચડી જવું એનું નામ ગુરુપથી. “કુદરતી ક્રમ પ્રમાણે જે થવાનું તે જ થશે” એ માન્યતામાં દઢ રહીને જે પરિસ્થિતિ આવી પડે તેના સામે ટકકર લેવા તૈયાર રહેવું. “ઔષધ જાનહી તોયં, વૈદ્યો નારાયણો હરિ” અર્થાત્ “ગંગાજળ એ મારું ઔષધ છે અને પરમાત્મા મારા વૈદ્ય છે” એવા સંકલ્પમાં દઢ થઈ જવું, કુદરતી ક્રમને વશ થઈ જવું, તે વખતે જે કાંઈ કપ્ટો ભોગવવાં પડે તેને તપ સમજીને સહર્ષ સહન કરવાં તે ગુરુપથી છે. ગુરુપથી એ નિસર્ગોપચારનું અવિભાજ્ય અંગ છે. ગુરુપથી સિવાયની બીજી બધી જ પથીઓ લઘુપથીઓ છે. કારણ કે જ્યાં બધી પથીઓ નિષ્ફળ જાય છે ત્યાં એક ગુરુપથી જ શરણું આપે છે. તેથી જ તે ગુરુપથી છે. અર્થાત્ અતિ મહત્વની કુદરતી પધ્ધતિ છે. - અસ્તુ.

## મન દુરસ્ત તો તન દુરસ્ત - ધ્યાન

આજના માનવીની આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિઓ માટે દવા કે ડોક્ટરી ઉપચારો કરતાં ધ્યાનની આવશ્યકતા વધુ છે.

ધ્યાન એટલે કોઈપણ વિચારના વંટોળ કે વમળ વિનાની શુદ્ધ જાગૃત અવસ્થા. વિચાર હમેશાં ગતિમાન હોય છે. એ ગતિમાન ન હોય તો વિચાર જીવંત રહી શકતો નથી. માનસિક સ્વચ્છતા અને સ્વસ્થતા માટે મનમૌનનો અભ્યાસ જરૂરી છે. ઊંઘ આપણને અંશતઃ શારીરિક આરામ આપી શકે છે, પરંતુ માનસિક આરામ તો જવલ્લે જ - ઊંઘમાં પણ જવલ્લે જ - મળે છે. માનસિક આરામ ધ્યાન વિના અસંભવ છે.

જેમ આપણા ખોરાકનો ઘણો ભાગ શરીરને બિનજરૂરી હોય છે, તે જ પ્રમાણે મનને પોષણ આપવા માટે પણ બહુ ઓછા વિચારની જરૂર છે. વળી, જેમ એક ભોજન અને બીજા ભોજન વચ્ચે અંતર જરૂરી છે, તેમ એક વિચાર અને બીજા વિચાર વચ્ચે અવકાશની જરૂર હોય છે. જેમ મોટેભાગે આપણો શારીરિક ખોરાક ખોટા પ્રકારનો હોય છે. તેમ આપણો માનસિક ખોરાક પણ ખામી ભર્યો યા નુકસાનકારક હોય છે. જેમ અયોગ્ય અને અતિ આહારને કારણે કબજિયાતથી આપણે પીડાઈએ, તે જ પ્રમાણે કુવિચાર અને અતિ-વિચારથી

આપણે માનસિક કબજિયાતગ્રસ્ત રહી, વ્યગ્ર કે ઉગ્ર સ્વભાવથી પીડાઈએ છીએ. જેમ આપણને ખોટાં ખાનપાનની સહેલાઈથી આદત પડી જાય છે, અને પછી તેને જ આપણો સાચો આહાર માનવા લાગીએ છીએ, તદનુસાર ખોટા નકામા વિચારોને આપણે સાચા માનવા લાગીએ છીએ. જેમ આપણે આંતરડાંમાં પુષ્કળ કચરો લઈને ચાલતી ફરતી કચરા-પેટી જેવા બની ગયા છીએ તે જ પ્રમાણે આપણે આપણા મસ્તિષ્કમાં પણ પારાવાર કચરો સંઘરીને આપણે માનસિક દબાણ અને તાણના ભોગ બનીએ છીએ.

કચરો આંતરડાનો હોય કે મસ્તિષ્કનો, આપણે એને સહેલાઈથી છોડતા નથી. શારીરિક ઉપવાસની આપણને રોજિંદી આવશ્યકતા છે. રોજ બાર કલાક ઉપરાંત આપણે કોઈપણ ખોરાક ન લેવો જોઈએ. એ જ રીતે રોજ થોડી મિનિટોનો માનસિક ઉપવાસ પણ કરવો જોઈએ. માનસિક ઉપવાસ એટલે ધ્યાન.

ધ્યાનથી આપણે આપણા મૂળ સ્વભાવ તરફ વળીએ છીએ. એ મૂળ સ્વભાવમાં જ શાંતિ હોય છે, ઉલ્કાપાત નહીં. એ સ્વભાવ નિસર્ગદત્ત છે, સહજ છે. ધ્યાનથી જ આપણે સ્વાસ્થ્યમાં પોતાને સ્થાપિત કરી શકીએ છીએ; એ માટે બીજો કોઈ ઈલાજ છે જ નહીં

ડો.ભમગરા, લોનાવાલા

## પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજીના સત્સંગમાંથી સાભાર

◆ જ્ઞાન, યોગ અને ભકિત કોને કહેવાય? ◆

ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ કરી રીતે કરવો તેની પૂર્ણ જાણકારી પ્રાપ્ત કરવી તે 'જ્ઞાન', તે જાણકારી - તે જ્ઞાન પ્રમાણે આચરણ-ક્રિયા કરીને ચિત્તવૃત્તિનિરોધરૂપી ફળ પ્રાપ્ત કરી લેવું તે 'યોગ' અને ચિત્તવૃત્તિનિરોધ - સુખમાં પ્રેમ થઈ જવો તે થઈ 'ભકિત'.

જેમકે, લાડુ કઈ રીતે બનાવવા તેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરવી તે થયું (લાડુ બનાવવાનું) "જ્ઞાન". જ્ઞાન પ્રમાણે લાડુ બનાવીને જમીને તૃપ્ત થવું તે "યોગ" અને પછી એ લાડુમાં પ્રેમ થઈ જવાથી, લાડુભક્ત થઈ જવું તે થઈ ભકિત.

◆ લાખ દુઃખોકી એક દવા ◆

એક ઉપવાસ અનેક રોગને હણે. કેમકે મોટા

ભાગના રોગો અતિ પોષણના કારણે જ થતા હોય છે. જિહ્વાઈન્દ્રિય અને જનનઈન્દ્રિય મનુષ્યજીવનમાં અતિ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. તે બન્ને ઉપર જેટલો સંયમ વધારે તેટલી આરોગ્ય-પ્રાપ્તિ વધારે. કસ્તૂરી મૃગની નાભિમાં જ છે પણ તે તેને બહાર ગોતે છે. તેમ મનુષ્ય પણ પોતાની જ નાભિમાં અને જીભમાં રહેલી આરોગ્ય રૂપીકસ્તૂરી માટે બહાર ફાંફા મારે છે કે જે "લાખદુઃખોકી એક દવા" જેવી છે.

મનમાં જ્યારે એમ થાય કે 'ખાઉં કે ન ખાઉં' ત્યારે ન ખાવાના જ નિર્ણય પર આવવું અને જ્યારે એમ થાય કે જાજરૂ જહી કે ન જહી ત્યારે જાજરૂ જવાના જ નિર્ણય પર આવવું. આથી પણ આરોગ્યરક્ષામાં ખુબ સહાય મળશે.

## ◆ કર્મનો અટલ નિયમ ◆

મનુષ્યમાત્ર સુખને - દીર્ઘ સુખને ઈચ્છે છે. પણ કેવી રીતે તે પ્રાપ્ત થશે તેની તેને ખબર નથી. “સારાં કર્મોથી સુખી થવાય અને ખરાબ કર્મોથી દુઃખી થવાય” એ કર્મના અટલ નિયમ ને જ્યાં સુધી મનુષ્ય માનતો નથી ત્યાં સુધી તે તેનું પાલન કરતો નથી અને જ્યાં સુધી તેનું પાલન કરતો નથી ત્યાં સુધી તે સુખી થઈ શકતો નથી. સત્કર્મો કરવાથી પુણ્ય થાય છે અને પુણ્યથી સુખી થવાય છે; અસત્કર્મો કરવાથી પાપ લાગે છે અને પાપથી દુઃખી થવાય છે એમ શાસ્ત્રો સમજાવે છે. સ્વર્ગ અને નર્ક એ પણ સુખ અને દુઃખના જ પર્યાયવાદી શબ્દો છે. અતિ સૂક્ષ્મ વિષયોને પણ સરળતાથી સમજી શકાય તે માટે શાસ્ત્રો અને આમજનો અનેક યુક્તિપ્રયુક્તિઓનો પ્રયોગ કરે છે. કર્મના અટલ નિયમને અતિ સરળતાથી નીચે મુજબ સમજાવે;-

પોતાની પાચન-શક્તિનો ખ્યાલ ન રાખીને સ્વાદવ્રશ અતિ ભોજન કરી લઈએ અને પેટમાં દુઃખવા આવે તો તેનું સાચું પ્રાયશ્ચિત્ત એક એકટાણું અથવા એક ઉપવાસ છે. વધુ ભોજન કરવાથી જો પેટમાં દુઃખવા આવે તેનો સાચો ઉપાય દવા નથી, ઉપવાસ રૂપી સાચો ઉપાય કરવાને બદલે જો દવા ખાઈને પેટપીડ મટાડીશું તો ફરીફરીને વધુ ભોજન કરવાનું પાપ કરતા જ રહીશું અને એ રીતે લાંબા સમયે અસાધ્ય રોગોમાં ફસાઈ જઈશું. અપરાધ મુજબનું પ્રાયશ્ચિત્ત હોય તો જ દીર્ઘ લાભ પ્રાપ્ત કરી શકાય. એક વખત દવાથી સાજા થઈશું એટલે પછી અતિ ભોજનથી દુઃખી થવાનો ડર નહીં રહે. ‘પેટમાં તો દુઃખશે તો દવા છે જ ને’ એમ માની સતત પેટ પર અત્યાચાર કરતા જ રહીશું અને અસાધ્ય રોગમાં પહોંચી જઈશું.

## પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગભિક્ષુજી રચિત ગુરુ મહિમામાંથી સાભાર

- સંકલન: સ.સ.ભિક્ષુ

-: ગુરુ પ્રેમ-સમર્પણ-ધ્યાન :-

પરમાત્મા વિષેનું જ્ઞાન કાંઈ એક દિવસમાં આપી શકાતું નથી. આ બધી વાતો મહાપુરુષો અને ગુરુજનો સારી રીતે જાણે છે. તેથી આપણી પ્રકૃતિ, સ્વભાવ, સ્થિતિ વગરને ધ્યાનમાં રાખી, ગુરુજનો, ગુરુજ્ઞાન આપવાનો પ્રયત્ન કરતા હોય છે. એમાં વર્ષો પણ વહી જાય છે. આપણને એ ખબર પણ નથી રહેતી કે ક્યારે એમણે કયું જ્ઞાન આપણને આપી દીધું. ચાહે એમની ઉપસ્થિતિમાં, કે ચાહે એમની ગેરહાજરીમાં; સૂક્ષ્મરૂપે આપણને એમના તરફથી જ્ઞાન મળતું જ રહે છે. જ્યાં સુધી આપણે એમના તરફ પ્રેમ છે ત્યાં સુધી એમનું જ્ઞાન આપણે ખેંચી શકીએ છીએ, ગ્રહણ કરી શકીએ છીએ. એ પ્રેમનો સૂક્ષ્મ તાર ગુરુજનો સાથેનું આપણું અનુસંધાન છે. (ગુ.મ.પા. નં. ૮)

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

જે પ્રેમરૂપી તારના માધ્યમ દ્વારા આપણે તેમની પાસેથી જ્ઞાન-દાન મેળવ્યું તે તારને એમની સાથે સદાય અનુસંધાનિત રાખીએ, તો જ્યારે જ્યારે ગુરુજનોને આપણી યાદ આવશે, જ્યારે જ્યારે તેઓને જ્ઞાનની સ્ફુરણા થશે ત્યારે ત્યારે એ અનહદ પ્રેમના સૂક્ષ્મતાર દ્વારા, સૂક્ષ્મ વાણી (એમનામાંથી) આપણમાં ઠલવાશે. જ્યારે ગુરુજનોને જ્ઞાનની સ્ફુરણા થાય, એ સમયે

ઓક્ટોબર-૨૦૦૯

એમના શિષ્યો સ્થૂલ સ્વરૂપે ભલે ગમે તે સ્થળે હોય, તો પણ ગુરુજનોને થયેલી સ્ફુરણાનો ખ્યાલ શિષ્યને આવી જ જાય છે. એ વખતે ગુરુજનો દ્વારા આવતી એ જ્ઞાનગંગા શિષ્યના અંતરતમમાં ઝિલાય છે.

(ગુ.મ.પા.નં. ૧૦)

-: અનુશાસન :-

યોગશાસ્ત્રમાં જણાવ્યા મુજબ બ્રહ્મરંધ્રમાં કાળની પહોંચ નથી. કાળ શરીરના કોઈપણ ભાગમાંથી પ્રાણનું હરણ કરી શકે છે. પરંતુ પ્રાણને જો બ્રહ્મરંધ્રમાં ચડાવી દેવામાં આવ્યો હોય તો ત્યાં કાળની પહોંચ નથી. હર કોઈ વ્યક્તિ માટે મૃત્યુનો સમય નિશ્ચિત હોય છે, એ સમયે કાળ શરીરમાં દાખલ થઈ પ્રાણને લઈને બહાર નીકળી જાય છે. એના આગમનનો સમય નિશ્ચિત હોય છે. કાળ એ સમયમાં રહીને જ પ્રાણને હડપ કરી શકે છે. એ સમય વીતી ગયા તછી કાળને શરીરમાં રહેવાનો હુકમ નથી. કાળ પણ નિયતિની આજ્ઞાનું પાલન કરે છે; પરમાત્માની આજ્ઞામાં, ગુરુની આજ્ઞામાં, નીતિ-નિયમોની આજ્ઞામાં રહે છે. એ કાળ કે જે જગતના તમામ જીવોના પ્રાણનું હરણ કરતો રહે છે, તે પણ પરમતત્ત્વના અનુશાસનમાં રહે છે તો આપણે તો કેટલા અનુશાસનમાં રહેવું જોઈએ? (ગુ.મ.પા. નં. ૨૬)

૧૨

આપણાં નીમુબહેન હમણાં નિસર્ગોપચાર કેન્દ્રમાં સારવાર લેવા માટે ગયાં હતાં. અગાઉ પણ જઈ આવ્યાં હતાં. કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્ર એટલે શરીરશુધ્ધિનું મહત્ત્વ વધારે. જરૂરત પ્રમાણે દર્દીને “વરાળ-સ્નાન” (સ્ટીમ-બાથ) પણ આપે. વરાળ-સ્નાનથી શરીરે ખૂબ પરસેવો વળે, પરસેવે રેબઝેબ થઈ જવાય. અને એનાથી શરીરમાંથી વિષદ્રવ્યો-વિજાતીય દ્રવ્યો બહાર નીકળી જાય, નાડીઓની શુધ્ધિ થાય, ચામડીનાં છિદ્રો ખૂલે.

પરસેવો નીકળવાથી શરીરની અંદર જમા થયેલો કચરો - અશુધ્ધિઓ બહાર નીકળી જાય. એક વખતના છૂટક વરાળ સ્નાનના લગભગ રૂ. ૩૫૦/- ભરવા પડે. સામાન્ય માણસને વરાળ સ્નાન સારવાર લેવાનું પરસેવે નહીં.

પરમકૃપાળુ પરમાત્મારએ ઋતુચક્રની ગોઠવણી કેટલી અનુપમ કરી છે-શિયાળો, ઉનાળો અને ચોમાસુ. શિયાળામાં ઠંડી પડે, ઉનાળામાં ગરમી અને ચોમાસામાં વરસાદ પડે. ઉનાળામાં જે સખત ગરમી પડે તેના થકી પરસેવો થાય અને આખા વર્ષ દરમ્યાન શરીરમાં જે વિષદ્રવ્યો ભેગાં થયાં હોય તે પરસેવા વાટે બહાર નીકળી જાય. શરીરની શુધ્ધિ કુદરતી રીતે જ થાય. એક પેસાનો ય ખર્ચ નહીં.

દર વરસે ઉનાળો આવે અને આખા વરસ દરમ્યાન શરીરમાં જે વિષદ્રવ્યો જમા થયાં હોય તે ઉનાળામાં

ગરમી પડે એટલે પરસેવા વાટે બહાર નીકળી જાય-શરીરની શુધ્ધિ થાય અને માણસ આખું વરસ નીરોગી રહી શકે. પરમાત્મા કેવા કરુણાના કરનાર છે! દયાના સાગર છે! ગરીબ હોય કે તવંગર સૌની એકસરખી સંભાળ લે છે. પરમકૃપાળુ પરમાત્માએ માણસજાત પર કેવી દયા કરી છે! આને કહેવાય પરમાત્માની અહૈતુકી કૃપા.

પરંતુ માણસે પોતાની બુધ્ધિ વાપરી, એણે પંખા, એરકૂલર, એરકંડિશનની શોધ કરી. શરીરને ગરમી ના લાગે એટલા માટે આ બધાં સાધનો વાપરવાનું ચાલુ કર્યું. જે શરીરે પરસેવો વળવા જ ન દે! પરિણામે શરીરની અંદરનાં વિષદ્રવ્યો, વિજાતીયદ્રવ્યો, બિનજરૂરી તત્ત્વો શરીરમાંથી બહાર નીકળે નહીં જે શરીરમાં એકઠાં થયા કરે અને જતે દહાડે રોગનું સ્વરૂપ પકડે.

પ્રકૃતિને અનુકૂળ થઈને રહીએ અને આરોગ્ય સચવાય એ રીતની રહેણી-કરણી ગોઠવવાનો પ્રયત્ન કરીએ, પરમાત્માની અહૈતુકી કૃપાનો અમૂલ્ય લાભ લેવો તે આપણા હાથની વાત છે.

દુકાનમાં વેરાયેલા ભેગસેળિયા અનાજમાંથી ઘેંસ રાંધવી કે કુશળતાપૂર્વક તેમાંથી ભાતભાતની વાનગીઓ બનાવવી તેના માટે સૌ સ્વતંત્ર છે.

(પૂજ્યશ્રી ગરુદેવના-સ્વાધ્યાય સત્સંગમાંથી સાભાર તા.૧૦.૦૭.૦૮)

## ટેલીફોન પર પ.પૂ. શ્રી ગુરુદેવનાં આશીર્વચન

તાલીમકેન્દ્ર - મણીનગર

સંગ્રાહક : પ્રવીણભાઈ શાહ

● તા.૨૬.૭.૦૮ રવિવાર ●

સૌને જયનારાયણ! કેટલાં માણસો આવેલાં છે.? સત્યધર્મગુરુદેવકી જય. આજે રવિવાર. આવતીકાલે શ્રાવણમહિનાનો પહેલો સોમવાર. થોડા દિવસ પહેલાં ગુરુપૂર્ણિમાનો મહોત્સવ સરસ રીતે ઊજવાઈ ગયો. ડોકટર ભિક્ષુ ખૂબ આનંદમાં હતા. ભક્તોને પણ આનંદ આનંદ થઈ ગયો હતો. તમે સૌએ તે દિવસે ગુરુપૂજન કર્યું. ગુરુપૂજન એ તો એક સ્થૂળ ક્રિયા છે. ગુરુપૂજન ખરા મનથી થવું જોઈએ - આંતરિક પૂજન-તન-મન-ધનથી ગુરુને સમર્પિત થઈ જઈએ તે ખરું ગુરુપૂજન કહેવાય. તે દિવસ આપણે કબીરજીનો એક દોહરો બોલ્યા હતા. બીજી ઘણી વાતો કરવાની હતી, એટલે એના પર બહુ બોલી

ઓક્ટોબર-૨૦૦૮

શકાયું ન હતું. આજે થોડું વિસ્તારથી સમજીએ.

‘કબીર ખડા બાઝારમેં, સબકી પૂછે ખેર,  
ના કાહુસે દોસ્તી, ના કોહુસે બેર’

મનુષ્યજન્મ કઈ રીતે સફળ થાય? જીવનમાં કઈ રીતે જીવવાનું છે? કબીર ખડા બાઝાર મેં-કબીરજી બજારમાં ઊભા રહીને બધાંની ખબર - અંતર પૂછે છે. બજારમાં કેટલી ચહેલ-પહેલ હોય, કેટલી બધી અવર-જવર હોય, ઘરમાં બારણાં બંધ કરીને બેસી જવાનું નથી. આશ્રમ કે મંદિરમાં જઈને બેસી જવાનું નથી કે ક્યાંય ભાગી જવાનું પણ નથી. બધાંની વચ્ચે - સગા - સ્નેહી-સ્વજનોની સાથે રહેવાનું છે. બધાંની કુશળતા - સાર સંભાળનો ખ્યાલ રાખવાનો છે. બધાંયના સંપર્કમાં રહેવાનું છે, પણ કઈ

રીતે? જળકમળવત્! કમળ પાણીમાં રહીને પણ ભીજતું નથી. ના કાઠૂં સે દોસ્તી, ના કાઠૂંસે બૈર! કોઈનાયમાં મોહ-મમતા નહીં, દ્વેષભાવ કે વેરભાવ પણ નહીં. જીવન એવી રીતે જીવીએ કે સંસારમાં રહીને પણ સંસારથી અળગા રહી શકીએ. કોઈ દોસ્ત પણ નહીં કે દુશ્મન પણ નહીં.

ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણીના સારરૂપ આ વાત આપણે કહી હતી અને એનું નામ જ “યોગ: કર્મણુ કૌશલમ્”

તમે સૌ આ વાતને બરાબર યાદ રાખજો. ભગવાનની- માતા-પિતાની આપણા પર દયા છે. સત્યધર્મગુરુદેવ કી જય.

### ● તા. ૨૭.૭.૦૯ સોમવાર ●

હેલો..... બરાબર સંભળાય છે? સર્વેનું સ્વાગત, સૌને શુભેચ્છા. તમે સૌ આજે શ્રાવણ મહિના નિમિત્તે ભેળા થયાં છો. આજે પહેલો સોમવાર. આપણા ઋષિ-મુનિઓએ કેવી સરસ ગોઠવણી કરી છે? શ્રાવણ મહિનો એટલે શ્રવણ કરવાનો મહિનો. આખો મહિનો ખૂબ ખૂબ સાંભળવાનું, શ્રવણ કરવાનું, જીવનમાં ઉપયોગી થઈ પડે એવી વાતો સાંભળવાની, તેમાંથી સાર ગ્રહણ કરવાનો, વ્રત-ઉપવાસ યથાશક્તિ રાખીને તંદુરસ્તી જળવાઈ રહે એવા પ્રયત્નો કરવાના, જેથી કરીને સ્વર્ગનું સુખ મળે, મન અને શરીરની તંદુરસ્તી જળવાઈ રહે એ જ સ્વર્ગનું સુખ. આખો શ્રાવણ મહિનો જે કંઈ સાંભળ્યું હોય તેને બાકીના અગિયાર મહિના વાગોળવાનું, તેના પર ચિંતન-મનન કરવાનું, સાંભળેલું જીવનમાં ઉતારવાનો પ્રયત્ન કરવાનો.

ટી.વી. પર હમણાં એક સંતની વાત આવે છે. એ સંત પોતે એક ડોકટર છે. તેઓ કહે છે કે - મારા ગુરુએ મને એક બીજમંત્ર આપ્યો છે. આ બીજમંત્રની મદદથી ઘણા બધા રોગો મટે છે. મેં અસંખ્ય લોકોના જાતજાતના રોગો આ બીજમંત્રથી મટાડ્યા છે. ખૂબ સારી સફળતા મળી છે. પણ, મારા ગુરુજી કે જેમણે મને આ બીજમંત્ર આપ્યો હતો, તેઓ કહે છે કે - “એવું બને જ નહીં, આ બીજમંત્રના મેં એકાંતમાં બાર વર્ષ સુધી જાપ કરીને મંત્ર સિદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કરી જોયો છે. પણ મને કોઈ સિદ્ધિ કે સફળતા મળી જ નથી. એટલે એ બધું ખોટું છે. તમારી વાત હું માનું જ નહીં”!

પેલા ડોકટર સંત કહે કે - આ બીજમંત્ર મારા ગુરુને

એમના પિતાજી તરફથી મળ્યો હતો. એમણે, એ મંત્ર આપનાર એમના પિતાજીમાં, માત્ર પિતા તરીકેનો જ ભાવ રાખ્યો. ગુરુ તરીકેનો ભાવ સેવ્યો જ નહિ. એમના પિતાજીમાં એમને ગુરુભાવ થયો જ નહીં, એટલે તેઓ નિષ્ફળ રહ્યા. ગુરુ બનાવ્યા પછી એકદમ સંપૂર્ણ શરણાગત થઈ જવું પડે, ગુરુમાં અનન્ય ભાવ રાખવો પડે. ગુરુ કહે તેમ કરવાનું ગુરુ કરે તેમ નહીં કરવાનું.

એક વખત પાર્વતીજીએ તેમના પતિ ભગવાન શંકરને કહ્યું કે નાથ! મને દીક્ષા આપો. મને ગુરુજ્ઞાન આપો. ભગવાન શિવજી પ્રસન્ન થયા. અત્યાર સુધી પાર્વતીજીએ પત્ની તરીકે સાથે રહીને પત્નીધર્મ નિભાવ્યો હતો. હવે તેમણે શિવજીને ગુરુ તરીકે સ્વીકાર્યા- ગુરુ તરીકે સ્થાપ્યા. અધ્યાત્મ જગતમાં ખૂબ ઝીણી ઝીણી વાતોને પણ સમજવાની છે. આવાં રહસ્યોને સમજવાનાં છે. તમો બધા આવા પ્રયત્નો કરતા રહો છો, તે આનંદની વાત છે. ઓમ્ ભગવાન આપણા સૌનું કલ્યાણ કરે, જયનારાયણ. અસ્તુ.

### ● તા. ૩.૮.૦૯ સોમવાર ●

માઈક બરાબર ગોઠવણું છે.? બરાબર સંભળાય છે.? સત્યધર્મગુરુદેવ ની જય. કેટલાં માણસો આવેલાં છે? વીસેક ભકતો છે? સૌનું સ્વાગત-નારાયણ -શુભ આશિષ. આજે શ્રાવણ મહિનાનો સોમવાર છે. વધારેમાં વધારે શ્રવણ કરવાનો મહિનો. એક દોહરો છે. તેના પર થોડું બોલીશું.

એક લોહા પૂજા મેં રાખત, એક બધિક ઘર પરો,  
યહ દુવિધા પારસ નહીં જાનત, કંચન કરત ખરો.

એક લોખંડનો ટુકડો મૂર્તિના સ્વરૂપે-પૂજામાં મૂકેલો છે. બીજો એક ટુકડો ભાલા સ્વરૂપે- તીર સ્વરૂપે શિકારીના ઘરમાં પડેલો છે. છે તો બંને લોખંડના ટુકડા, પણ એક ટુકડો મૂર્તિ સ્વરૂપે છે- તેની પૂજા થાય છે. બીજો તીર સ્વરૂપે- ભાલા સ્વરૂપે છે અને શિકારી તેના વડે શિકાર કરે છે, હિંસા કરે છે. પરંતુ યહ દુવિધા પારસ નહીં જાનત, દુવિધા કહેતાં ભેદ, પારસમણિના મનમાં ભેદ નથી. એ તો જેને સ્પર્શ થાય તેને સોનું કરી નાખે.

ગુરુસંતોના સંપર્કમાં આવનાર સૌનું તેઓ કલ્યાણ કરે જ છે પછી તે પુરુષ હોય કે સ્ત્રી, ધનવાન હોય કે ગરીબ, આ જાતિનો છે કે પેલી જાતિનો તેની સાથે તેમને કંઈ નિસ્ખત નહીં. સંતોનો સ્વભાવ જ એવો હોય છે. આ



બહુ ઊંચી અને સમજવા જેવી વાત છે.

એક ભગવાનની મૂર્તિ છે અને બીજું શિકારનું સાધન ભાલો-બાણ છે એવો ભેદભાવ પારસમણિના મનમાં નથી, એ તો બંનેને લોઢા સ્વરૂપે જ જુએ છે. પોતાને સ્પર્શનાર લોઢાને પારસમણિ સોનું બનાવી જ દે છે.

મુક્તાનંદ બાબાની એક વાત યાદ આવે છે. તેઓ ગુરુશ્રી નિત્યાનંદ બાબા પાસે બેસે. નિત્યાનંદબાબા તો મસ્તકકીર. ખૂબ મોટું શરીર-ઊંચા અને કઢાવર-રંગે શ્યામ. પગ સાવ પાતળા અને મોટું પેટ. એમના આસન પર બિરાજમાન હોય ત્યારે, કલાકોના કલાકો એક જ મુદ્રામાં હોય, ઊંચે આકાશમાં નજર માંડી હોય તો, એમને એમ કલાકો નીકળી જાય. એમના દર્શન માટે હજાર-હજાર માણસ લાઈનમાં ઉભાં હોય. મુક્તાનંદજી તેમના આસન પાછળ, ઓરડાના એક ખૂણામાં પાછળ સંતાઈને ઊભા હોય, અને બધું જોયા કરે. ગુરુજીને બાબાની જરૂર પડે તો હું... એવો હુંકાર કરે એટલે બાબા ગુરુજીની પાસે આવે, ઈશારાઓમાં વાતો થઈ જાય અને બીજો હુંકારો કરે એટલે બાબા પોતાની જગ્યાએ ચાલ્યા જાય. લાઈનમાં ઉભેલાં સૌ નિત્યાનંદબાબાનાં દર્શન કરવા - તેમની નજરની એક ઝલક મેળવવા માટે કલાકો સુધી ઊભાં રહે. બધાં દુઃખિયારાં હોય, નમસ્કાર કરે, પોતાનું જે દુઃખ હોય, તેની વાત કરે. કોઈને સંતાનનું દુઃખ, કોઈને કોર્ટમાં કેસ ચાલતો હોય. બાબા તો પોતાની

મસ્તીમાં હોય. મુક્તાનંદજી પાછળ ઊભા રહીને બધું જોયા કરે. મનમાં વિચારે કે બહારની દુનિયામાં તો લોકો ખૂબ સુખી હોય એવું લાગે છે, પણ ગુરુજી નિત્યાનંદજીની પાસે તો પોતાની કંઈક ને કંઈક માંગણી લઈને જ આવે છે. મોટા એક્ટર હોય, મોટા શેઠ હોય, કંપનીના ઓફિસર હોય, સમાજના પ્રતિષ્ઠિત આગેવાન હોય. દરેક ને કંઈ ને કંઈ ફરિયાદ છે, બધાં દુઃખી જ છે, કોઈ સુખી નથી. આ બધું જોઈને મુક્તાનંદબાબાને હવે જગત તરફ મોહ ના રહ્યો. ગુરુજીના સાન્નિધ્યમાં બેસવાથી એમને પાકી ખાતરી થઈ ગઈ કે 'જગતમાં બધું આમ જ છે. જગત બધું આમ જ છે.' તેજણને ટકોર. ગુરુસંતોનું સાન્નિધ્ય મળે તો કલ્યાણ થઈ જાય. પણ ગુરુસંતોના સાન્નિધ્યમાં બેસવાનું ક્યારે મળે? એના માટે અધિકારી બનવું પડે. બાકી ગુરુસંતો તો આપણને પાસે આવવા જ શાના દે? આપણને પાસે બેસવા જ શેના દે?' એમને તો કોઈની ય સેવા લેવાની હોય જ નહીં માટે આપણે સાચા અધિકારી બનવું પડે. અધિકાર પ્રાપ્ત કરી લેવો જોઈએ.

ભગવાનની દયાથી તમો સૌ આત્મકલ્યાણનું કામ કરો જ છો.

સત્યધર્મગુરુદેવ કી જય. જય નારાયણ

સાહિબ સબકા બાપ હૈ, બેટા કિસીકા નાહી  
જો કિસીકા બેટા હૈ, વહ સાહિબ નાહી.

## જીવન પાથેય

### યુવાનીનો લ્હાવો :-

યુવાનીમાં અમેરીકા જેવા દેશમાં રહેવા મળે એ એક લ્હાવો ગણાય. કેમકે અમેરિકા અતિ પરિશ્રમ કરનારો દેશ છે. યુવાનીમાં કાંઈક કરી છુટવાની - ખૂબ પરિશ્રમ કરવાની તમન્ના હોય છે. એ તમન્નાને તે જ પૂરી કરી શકે જે ખૂબ પરિશ્રમ કરનારો અને પરિશ્રમમાં માનનારો હોય.

### ઢળતી ઉંમરનું સદ્ભાગ્ય :-

૫૦ વર્ષ પછીની ઉંમર વળતા પાણી જેવી ગણાય. ઠરેલ ઉંમર ગણાય. એ ઉંમરમાં બધાં ઝંઝાવાતો સમી ગયા હોય છે. જીવનના સારરૂપ એવી કોઈ અલૌકિક દિવ્ય તત્વની આછી-આછી પ્રાપ્તિ-ઓળખ થઈ હોય છે. ઠરેલ ઉંમરને - ઠરેલ સ્વભાવને શાંતિની ઝંખના હોય છે. નશીલી - ઝંઝાવાતી યુવાનીમાં ખૂબ ખૂબ બહિર્મુખતાનો આસ્વાદ લઈલઈને યુવાની થાકી-કંટાળી-ઉભી ગઈ હોય છે. તે વખતે તેને ઠરેલ આધ્યાત્મિક વાતાવરણમાં રહેવાની ભૂખ પણ હોય છે. તે બધું ભારતદેશ જ પૂરું પાડી શકે. તેથી પચાસ વર્ષ ની ઉંમર પછી ભારતમાં રહેવા મળે તો તે મહાસદ્ભાગ્યની નિશાની ગણાય.

-યોગભિક્ષુ

## પત્રાંશ

પરમ આદરણીય ગુરુજી

(૧) ઓમ્ પરિવાર ટ્રસ્ટ દ્વારા સમાજને ભ્રમો અને ભ્રાંતિમાંથી મુક્ત કરવા સતત ચિંતન, મનન તથા સાહિત્ય દ્વારા ઉજાગર કરવાનો યજ્ઞ કરવા માટે જીવનની ક્ષણે ક્ષણ માટે પ્રયત્નશીલ. તમને હૃદયપૂર્વક પ્રણામ.

(૨) તમારો કુદરતી ઉપચાર, પ્રાકૃતિક જીવન શૈલી માટેનો અનુરાગ સમાજને આશીર્વાદરૂપ છે. જ્ઞાન-યોગ-ભકિતનું તમારુ અર્થઘટન જ્ઞાન-બોધપાઠ સાથે રમૂજી પણ છે.

(૩) દવા કરતાં ઉપવાસ કરવો એ શુધ્ધ કુદરતી ઉપચાર છે તે જીવનશૈલીમાં પરિવર્તન - પ્રો. વી. પી. ગીદવાણી આદુ પણ ન લેતા કૃત્રિમ ભૂખ ઊભી કરવામાં ન માનતા.

(૪) ડો. ભમગરાજી મોતિયાના ઓપરેશન કરાવ્યા વગર જીવ્યા. જંતુઓ પર પ્રયોગો કરીને શોધાતી દવા આખમાં મૂકતા નહીં.

(૫) શ્રી ગોપેન્દ્રાજી પધ્યનામાં ધર્મ એટલે હું, પછી મારો પરિવાર પછી મારો સમાજ-દેશ અને વિશ્વ શાંતિથી, સુખથી સ્વસ્થ રહે તે અભિગમ માટે બોધ આપે છે.

કલાઓ ઘણી છે. તેમાં શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવાની કલા ખૂબ આભાર.

લિ. કાન્તિ દેસાઈના હૃદયપૂર્વક પ્રણામ  
છાપરા રોડ, નવસારી



માનનીય શ્રી યોગભિક્ષુજી,

આપના તરફથી ગુરુપૂર્ણિમા ઉપર ગુરુપૂજન માટે આવવાનું નિમંત્રણ મળ્યું.

આવવાની ખૂબ ઈચ્છા છે; પરંતુ શરીર હવે પરમિશન આપે તેમ નથી. મારી માનસિક ઈચ્છા ગુરુપૂજનમાં હાજરી સાથે આપને મળવાની ઈચ્છા હોય છે. ગુરુપૂજનમાં આવેલ સર્વ સદ્ગુહોસ્થોને મારા સ્નેહવંદન.

લિ. જીવુભાઈ પ્ર દવે, (હળવદ)

તા. ૨૪.૦૭.૨૦૦૯, શનીવાર

આપશ્રીએ શ્રી ભગિની મંડળ, કાલીકટ ને મોકલેલ ગ્રાહક નંબર-૨૧૦૮ અંક વર્ષ-૨૬ (જુલાઈ, ઓગસ્ટ, સપ્ટે) XXVI-09-10 ઈસ્યુ-૧ મને વાંચવા મળ્યું અને એ વાંચીને હું ખૂબજ પ્રભાવિત થયો મને એ જ અંક (જુલાઈ, ઓગસ્ટ, સપ્ટે) થી ગ્રાહક બનાવશો તો આપશ્રીનો ખૂબ જ આભાર માનીશ, તે સિવાય ઓમ્પરિવાર, ટ્રસ્ટ દ્વારા પ્રકાશિત પ્રકાશનોમાં ગુજરાતી વિભાગમાં ૧૧- મી પુસ્તિકા 'મારે સમાજને બેઠો કરવો છે,' બીજી આવૃત્તિ, જેની કીંમત રૂ.૯/- દર્શાવેલ છે એ પુસ્તિકા પણ મને વહેલી તકે ઉપરના સરનામે મોકલી આપશો, એવી આશા રાખું છું તો, વાર્ષિક લવાજમના રૂ. ૩૦/- અને પુસ્તિકાની કીંમત રૂ.૯/- એમ કુલ રૂ. ૩૯ નો ડ્રાફ્ટ ઓ. પ્રે. પ. ટ્રસ્ટના નામે મોકલી રહ્યો છું.

તા.ક.જવાબી પોસ્ટકાર્ડ સંલગ્ન છે, વહેલી તકે મને મારો ગ્રાહક નંબર જણાવશો.

એ જ લી આપનો એલ.એન.જાની- હરિઓમ્.



પૂ.શ્રી.યોગભિક્ષુજી,

સમસ્ત ઓમ્પરિવારનુ ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે નિમંત્રણ મળ્યું.

(૧) જ્ઞાન, યોગ અને ભકિત કોને કહેવાય?, (૨) લાખ દુઃખોંકી એક દવા, (૩) કર્મનો અટલ નિયમ, (૪) ગુરુ પ્રેમ-સમર્પણ-ધ્યાન, (૫) અનુશાસન, (૬) જીવનપાથેય અને (૭) મન દુરસ્ત તો તન દુરસ્ત

વાંચી અને ખુબ આનંદ થયો આજ ઊત્તમ ગુરુપ્રસાદ મારા માટે.

બસ એ જ લી.

દિલજિત ચ. શાહ, ના હરિ ઓમ

ઋત્મ્ભરાના ઓકટોબર-૦૬ ના "ઓછામાં ઓછાં બે બાળકો" "પછી તે પુત્ર હોય કે પુત્રી"

લેખના વાક્યને અનુલક્ષી ને.... ગુરુજીને સપ્રેમ....

એ આવશે તો ખરી જ, મારે રાહ જોવાની છે.

યાદ છે.... મને

છેલ્લે ખોળામાં માથું નાંખીને

અંતિમ શ્વાસ મોકલ્યો તો કહીને કે,

"હું જ બનીશ તમારી, આવતા ભવમાં પણ"

તો પણ કેમ???

"હા" પણ મારી જેમ એને થોડી નવરાશ હશે?

યાદ છે. ... મને

એ આવી હતી,

ગુલાબ છોડ પર આવતી પહેલી કળીની જેમ,

ઊગતી રહી ને ખીલતી રહી....

ને પરિણય એનો પરિચય બનતાં પરિણય બની ગયો તો.

છતાં....

એ જ હતો ઉન્માદ એનો મારા પ્રત્યેની લાગણીનો...

હા, યાદ છે.... મને

અંતિમ શ્વાસે, મોકલ્યો તો કહીને કે,

"હું જ બનીશ આવતા ભવમાં પણ

દીકરી તમારી" તો પણ કેમ???

(પરિણય = પ્રેમ, પરિચય=ઓળખ, પરિણય= લગ્ન)

આશાંકિત આપનો, પલ્લવ

जीश्वर का बोधक (नाम) प्रणव/ओम् है ।



(समाधिधर के हरी या वाचतुषार)

- (२४) क्लेश, कर्म, कर्मफल और वासना जिसमें नहीं है ऐसा पुरुषविशेष/चेतनविशेष जीश्वर है ।
- (२५) जीश्वर संपूर्ण सर्वज्ञ है ।
- (२६) जीश्वर पूर्वकाल के गुरुओं के भी गुरु है और काल की मर्यादा से (जन्म-मृत्यु से) पर है ।
- (२७) जीश्वर का नाम प्रणव/ओम् है ।
- (२८) अर्थ के चिन्तन सहित ओम् का जप करना ।
- (२९) चिन्तन सहित जप करने से अन्तरायों का अभाव और आत्मसाक्षात्कार होता है ।

संपिठान - ओम् परिवार, १/अ, पतिवहनगर, नारनपुर, जयपुर-२८० ०११ ।

### ● दूरटना उद्देशो :-

- (१) सर्वव्यापक परम सूक्ष्म चेतन तत्त्व के जेनुं नाम प्रणव (ओम् - ॐ) छे तेनी प्रतीति अहुषनसमाजने कराववा प्रयत्न करवो. (२) 'योग' नो प्रसार, प्रसार अने संशोधन करवा प्रयत्न करवो. (३) समाजनुं नैतिक धोरण ठिंचुं लाववा माटे आध्यात्मिक ज्ञाननो साहित्य द्वारा प्रसार अने प्रसार करवानो प्रयत्न करवो. (४) आ उपरांत 'अहुषनहिताय-अहुषनसुखाय'ने लगतां कार्यो जेवां के केणवणी, तणीणी सारवार वगेरे करवा माटे प्रयत्न करवो.

Registrar of News Papers of India under Regd. No. 48770/90  
L-5/131/OTY/34/90-91

To,

**આભિષેક તથા આધ્યાત્મિક અસોસિયેશન**  
**પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી**

PRINTED & PUBLISHED BY :-

Dr. S.S. Bhikshu for

**AUMGURU PREMSAMARAPANDHYANBHIKSHU PARIVAR TRUST**

(Reg. No. E/4416 Date 11-5-81)

From :- 3/B, Palladnagar Society, Naranpura, Ahmedabad.

Printed at : Shree Graphics, Navrangpura, Ahmedabad.

Hon. Editor : Naishadh Vyas

I.T. Exe. DIT(E)/80G(5) / 252 / 2008-09 ( Up to MARCH-2013)

**લવાજમ દર :-**

- વાર્ષિક સભ્ય (ભારતમાં) ... રૂ. 30-00  
આજીવન સભ્ય (ભારતમાં) ... રૂ. ૫૦૦-૦૦  
વાર્ષિક સભ્ય (પરદેશમાં) ... \$ ૧૫.૦૦  
આજીવન સભ્ય (પરદેશમાં) ... \$ ૧૫૧.૦૦

**લવાજમ મોકલવાનું તથા  
"રૂતબ્બરા"ને લગતો ખાવ્યવહાર  
કરવાનું સ્થળ :-**

- (૧) ડૉ. સોમાબાઈ એ. પટેલ  
૩/બ, પલિયડનગર  
સેન્ટ ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલ રોડ,  
નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩
- (૨) નૈષદબાઈ સી. વ્યાસ  
"સ્વાશ્રય",  
૩, ગંગાધરા સોસાયટી,  
રામબાગ પાછળ, મણીનગર,  
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૮

**સૂચના :-**

- (૧) લવાજમ ચેક દ્વારા અથવા મનીઓર્ડર દ્વારા "ઓ. પ્રે. પ. ટ્રસ્ટ" ના નામે મોકલવું. સાથે આપનું પુરું નામ, સરનામું શુદ્ધ અક્ષરોમાં લખી મોકલવું.
- (૨) જે સભ્યનાં રહેઠાણનાં સ્થળ બદલાયાં હોય તેમણે તેમના નવા રહેઠાણનું પુરું સરનામું લખી મોકલવું જેથી વ્યવસ્થાપકોને અંક મોકલવામાં સરખતા રહે.

**પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી  
સાથેના સંસ્મરણો તથા પ્રેરક  
પ્રસંગો આવકાર્ય છે.**