

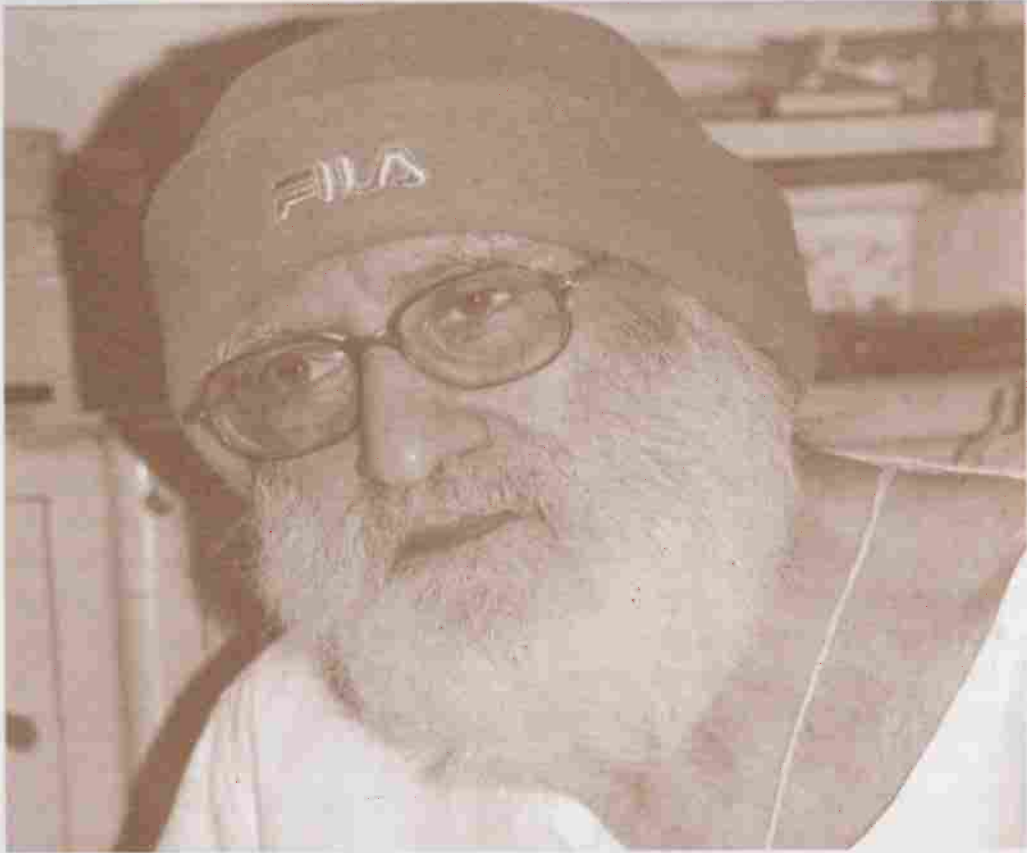
2010-11- 2

ॐ

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

रुतम्भरा

आत्मनो हिताय जगतः सुभाय



वर्ष - २७ (ओक्टोबर, नवेम्बर, डिसेम्बर)

VOL - XXVII 2010-11

ISSUE-II

मानद् तंती - नैषध व्यास

संकलन - डॉ. स. स. मिश्र

'योग' लिखा लावीयो, 'मिश्र' जली गुरुद्वार;

मुमुक्षु जडर पामरो, सौनो मुजमां लाग.

બાળપણનાં સંભારણાં

સંકલન : પ્રવીણભાઈ શાહ

હળવદથી પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવના બાળપણના એક મિત્ર પૂજ્યશ્રીને મળવા ધર્મમેઘમાં આવ્યા હતા. હળવદની પ્રાથમિક શાળામાં એક જ વર્ગમાં જોડે ભણતા હતા, એટલે નાનપણની ઘણી બધી વાતો યાદ કરી.

“પછી શામળિયાજી બોલિયા તને સાંભરે રે... હાજી નાનપણની મીત મને કેમ વિસરે રે...”

એમની એ વાતોમાં કૃષ્ણ-સુદામાની જેમ ઘણાં વરસે મળવાનો આનંદ વ્યક્ત થતો હતો. ભાનુભાઈ ઠાકર એમનું નામ, ઉંમર આશરે એક્યાશી-બ્યાશી વર્ષ. તેઓ કહે : ગુરુજી! નાનપણની એક વાત યાદ આવે છે, આપ રજા આપો તો કહું. હળવદની શાળામાં હરિશંકર માસ્તર આપણને ભણાવતા હતા. એક દિવસ વર્ગમાં તેમણે આપણને બધાં છોકરાઓને એક સવાલ પૂછ્યો હતો : આપણા વર્ગમાં સૌથી વધારે હસમુખો - આનંદી છોકરો કોણ? બધા છોકરાઓ ચૂપ થઈ ગયા, એકબીજાની સામે જોવા લાગ્યા, પણ જવાબ આપ્યો નહીં. માસ્તર કહે : બોલો, સૌથી વધારે હસમુખો આનંદી છોકરો કોણ? કોઈ કાંઈ બોલ્યું નહીં. એટલે માસ્તરે આપની તરફ આંગળી ચીંધીને કહ્યું : આ...! મુગટ! (યોગબિશ્વ).

ગુરુજીએ કહ્યું : ભાનુભાઈ! તમારી વાત સાચી. પણ હકીકતમાં એવું બન્યું હતું કે, માસ્તરસાહેબે સવાલ પૂછ્યો ત્યારે મેં આંગળી ઊંચી કરીને કહ્યું હતું કે, સાહેબ! તમે! (વર્ગમાં સૌથી વધારે હસમુખા અને આનંદી તમે છો!) અને ત્યારે માસ્તરસાહેબે મારા તરફ આંગળી ચીંધીને કહ્યું હતું કે તું! મુગટ!

હરિશંકર માસ્તર ખૂબ જ આનંદી અને હસમુખા સ્વભાવના હતા. વિદ્યાર્થીઓ સાથે ખૂબ હેતથી વર્તતા.

ગુલાબી વાન, બેઠી દડીનું કસાયેલું શરીર, માથે ગુલાબી પાઘડી પહેરે. કોઈ યુરોપિયન પણ તેમની આગળ ઝાંખા પડી જાય એવું પ્રભાવશાળી વ્યક્તિત્વ. હળવદમાં રાવળકળીમાં એમનું ઘર હતું. ફળીનો ખાંચો ખૂબ લાંબો અને છેક છેવાડાના ઘરે તેઓ રહેતા હતા. ઘણી વખત તેઓ મને શાકની થેલી આપે અને કહે : મુગટ! જા મારા ઘરે આપી આવ! ખાંચામાં મોટા ડાઘિયા કૂતરાઓનો ઘણો ત્રાસ. તો યે દોડીને જઈએ અને માસ્તરના ઘરે થેલી આપીને દોટ મૂકીને પાછા આવી જઈએ! આમ થોડું થોડું યાદ છે. આજે તમે મળ્યા તો એ બધું યાદ આવી ગયું!

ભાનુભાઈ કહે : ગુરુજી! એક વખત હળવદ જરૂર પધારો. ગુરુજીએ કહ્યું : હળવદ તો વતનનું ગામ, વતનમાં આવવાનું કોને ના ગમે? વ્યાયામશાળાનું ઉદ્ઘાટન થયું ત્યારે પણ આમંત્રણ હતું. મનમાં ઘણી વાર એમ ઘાય કે વ્યાયામશાળા જોવા જઈએ, પણ તબિયતના હિસાબે નીકળી શકાતું નથી. ભાનુભાઈ! તમો આટલી ઉંમરે પણ સાઈકલ પર ફરી શકો છો તે આનંદની વાત છે. (હળવદમાં તેઓશ્રી અન્નક્ષેત્ર ચલાવે છે અને એ માટે અનાજ ઉધરાવવા માટે આજે પણ સાઈકલ પર નીકળે છે). અમારા કેટલાક ભક્તો તો રાહ જોઈને જ બેઠા છે. ગુરુજી પધરામણી કરવાની રજા આપે તો મોટરગાડીમાંથી ઊતર્યા પછી સ્થળ પર પહોંચવા માટે વ્હીલચેરનો ઉપયોગ કરીએ - વ્હીલચેરમાં બેસાડીને ગુરુજીને લઈ જઈએ, જેથી ગુરુજીને જરાયે ચાલવું ના પડે. જેવી ભગવાનની દયા, જેવી પરમાત્માની ઈચ્છા.

સત્યધર્મ ગુરુદેવ કી જય

(તા. ૨૦-૯-૨૦૦૯ના સ્વાધ્યાય-સત્સંગમાંથી)

ઓમ પરિવારના કાર્યક્રમ

(૧)	ઓમ્ ગુરુદેવ જયંતી તા. ૧-૧૧-૨૦૧૦, સોમવાર સાંજે ૪-૩૦ થી ૮-૦૦	કાંતિભાઈ એ. પટેલ શાર્દુલ બંગ્લોઝના કોમન પ્લોટમાં, સત્તાધાર ચાર રસ્તા, સોલા રોડ, અમદાવાદ-૬૧
(૨)	બેસતું વર્ષ તા. ૭-૧૧-૨૦૧૦, રવિવાર સવારે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦	નેપથ વ્યાસ, ૩, ગંગાધર સોસાયટી, સરદાર પટેલ હાઈસ્કૂલ સામે, મણિનગર, અમદાવાદ

ઓક્ટોબર-૨૦૧૦

पातंजल योगदर्शन - समाधिपाठ

योगભિશુ

પાતંજલિમુનિએ સમાધિપાઠમાં ચિત્તને એકાગ્ર કરવાના, ચિત્તને પ્રસન્ન રાખવાના ઉપાયો બતાવ્યા છે. સૂત્ર તેત્રીસમાં તેમણે કહ્યું કે, સુખમાં મિત્રતાની, દુઃખમાં કરુણાની, પુણ્યશાળીમાં હર્ષની અને પાપીમાં ઉદાસીનતાની ભાવના રાખવાથી ચિત્ત પ્રસન્ન રહે છે. સૂત્ર ચોત્રીસમાં તેમણે જણાવ્યું કે, પ્રાણને-શ્વાસને વેગથી ફેંકીને ધારણ કરી રાખવાથી પ્રસન્નતા-એકાગ્રતા મેળવાય છે. પાંત્રીસમા સૂત્રમાં તેઓ લખે છે કે, વિષયવાળી પ્રવૃત્તિ ઉત્પન્ન કરીને તેમાં મનને બાંધી દેવાથી મનની ચંચળતા ટાળીને ચિત્તને એકાગ્ર કરી શકાય છે. છત્રીસમા સૂત્રમાં તેઓ વધુ એક ઉપાય બતાવી રહ્યા છે.

વિશોકા વા જ્યોતિષ્મતિ ॥૩૬॥

ભાવાર્થ : અથવા તો જ્યોતિના પ્રગટ થવાથી શોકરહિત (થઈ જવાય).

વિસ્તાર : જ્યોતિની પ્રાપ્તિ કરીને શોક વિનાના થવાનો, અર્થાત્ મન સ્થિર કરવાનો આ ચોથો ઉપાય કહ્યો. ધ્યાનમાં ખૂબ આગળ વધીએ ત્યારે દિવ્ય જ્યોતિનાં દર્શન થાય છે, અંતરમાં એક જ્યોતિ પ્રગટે છે. દીપકની-મીણબત્તીની જ્યોત જેવી અંતરમાં જ્યોત પ્રગટે છે ! આવી જ્યોત પ્રગટ થવાથી - જોવાથી વિશોકા અર્થાત્ શોક વિનાના થઈ જવાય છે, ખૂબ પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. બહારની સ્પૂળ જ્યોતિ જેવી હોય છે તેવી આ અંતરની સૂક્ષ્મ જ્યોત છે. અંતર્મુખ થવાથી અંદરની જ્યોતિનાં દર્શન થાય છે. અભ્યાસ દ્વારા પછી તે ખૂબ વ્યાપક થઈ જાય છે અને તેના પ્રકાશમાં જે કાંઈ જોવું હોય તે દેખાય છે. જ્યોતિનો બીજો અર્થ છે : જ્ઞાન. પછી જ્ઞાનમાં એટલા આગળ વધી જવાય છે કે, વિશોકા અર્થાત્ શોક વિનાના થઈ શકાય છે.

જ્યારે સાચા જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે ત્યારે શોક રહેતો નથી. શોક તો તેને થાય છે કે જેને તત્ત્વજ્ઞાન પ્રાપ્ત

થયું નથી, જેને લાભ કે નુકસાન જેવું, હર્ષ કે શોક જેવું કાંઈ બાકી રહ્યું છે. મનુષ્યને જ્યારે લાભ કે નુકસાન થાય છે ત્યારે તેને હર્ષ કે શોક થાય છે. લાભ-હાનિ શાના કારણે ? હર્ષ-શોક કોને ? જ્યારે આપણે જગત ઉપર આવ્યા ત્યારે આપણું શું હતું ? અત્યારે જેને આપણું સમજી બેઠા છીએ, જેમાં મોહ-મમતા બંધાઈ ગયા છે તેમાંનું કાંઈ નષ્ટ થાય તો આપણને શોક થાય છે, કારણ કે તેથી આપણને તે નુકસાન લાગ્યું. તેવા જ કોઈ ભૌતિક પદાર્થની પ્રાપ્તિ દ્વારા આપણને હર્ષ થાય છે, કારણ કે તેથી આપણને તે લાભ લાગ્યો. પરંતુ જ્યારે તત્ત્વજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે ત્યારે લાભ કે હાનિ જેવું કાંઈ રહેતું નથી. શાની પ્રાપ્તિ અને અપ્રાપ્તિ? શું તારું છે ? અને જેને તારું માની રહ્યો છે તે કેટલી ઘડી તારું છે ? વધુમાં વધુ નજીકનું તારું શરીર એ પણ તારું નથી. જ્યારે જન્મ થયો ત્યારે શરીર પણ વેંત જેવું હતું. માતાના ગર્ભમાં તો તેથી પણ નાનું હતું.

મનુષ્યને મોહ-મમતા કેવાં હેરાન કરે છે ? પોતાનાં શરીરમાંથી ઉત્પન્ન થયેલાં પોતાનાં બાળકો તેને મોહ-મમતાના કારણે “મારાં” અને “વહાલાં” લાગે છે અને પોતાના જ શરીરથી ઉત્પન્ન થયેલી જૂ વગેરેને, તેનામાં મોહ-મમતા નહીં હોવાના કારણે, નિર્દયપણે મારી નાખે છે. બાળકો અને જૂ બંને જીવો આપણા જ શરીર દ્વારા ઉત્પન્ન થાય છે, પરંતુ તે બંને તરફના વર્તનમાં કેટલું મોટું અંતર છે ? આ બધા મોહ-મમતાના ખેલ છે. ભલભલા મુંઝાળાં કઠોર માણસને પણ મોહ-મમતા માખણ જેવા ઢીલા કરી નાખે છે - પૂળ ચાટતા કરી મૂકે છે ! અસ્તુ.

યોગસાધનામાં અમુકઅમુક ભૂમિકાની પ્રાપ્તિથી એ જાણી શકાય છે કે, કેટલું માર્ગગમન થયું. જ્યોતિર્દર્શનની પ્રાપ્તિને વ્યાપક અર્થમાં કહીએ તો, “સાચા જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ” કહી શકાય. નિત્ય અને અનિત્યનો વિવેક, સાચા

અને ખોટાનો ભેદ જ્યારે જણાઈ જાય ત્યારે વિશોકા, અર્થાત્ શોકરહિત થઈ શકાય છે. જ્યોતિર્દર્શન થવાં એટલે તત્ત્વજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થવી એ તેનો મુખ્ય અર્થ છે.

હંમેશ માટે શોકરહિત થઈ જવાનું ક્યારે બને ? જ્યારે સાચા જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય ત્યારે. શું નિત્ય છે અને શું અનિત્ય છે તેની સમજણ આવી જવાથી સદા હર્ષ રહે છે અને જે અનિત્ય છે તેના ચાલ્યા જવાથી શોક રહેતો નથી. જ્યોત એટલે પ્રકાશ અને પ્રકાશ એટલે જ્ઞાન. પ્રકાશથી અંધકારનો નાશ થઈ જાય છે, તેવી રીતે જ્ઞાન દ્વારા હર્ષ-શોક અને લાભ-હાનિથી પર થઈ જવાય તો જ સાચી શાંતિ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે, તો જ કેવલ્ય તરફ આગળ વધી શકાય છે.

વીતરાગવિષયં વા ચિત્તમ્ ॥૩૦॥

ભાવાર્થ : અથવા તો ચિત્તને વિષયોમાંથી રાગરહિત કરીને (એકાગ્રતા-પ્રસન્નતા મેળવવી.)

વિસ્તાર : ધ્યાનમાં એકાગ્રતા પ્રાપ્ત કરવા માટે પાંચમો ઉપાય કયો બતાવ્યો? જેઓ વિષયોમાંથી વીતરાગ થઈ ગયા છે તેમનું ધ્યાન કરવું. જે ચિત્ત વિષયોમાંથી ઉપરામ થઈ ગયું છે તેને યાદ કરવું. આ જગ્યાએ ચિત્ત એટલે એવું ચિત્ત, એવા પુરુષો કે જેના રાગ વીતી ગયા છે. વિષયોમાંથી જેમનાં પ્રેમ-આસક્તિ, મોહ-માયા ટળી ગયાં છે, તૂટી ગયાં છે. જેઓ વિષયોથી ઉપર નીકળી ગયાં છે તેવા પવિત્ર પુરુષોને યાદ કરવાથી, તેમની સાથે રહેવાથી, તેમની સેવા કરવાથી પણ એકાગ્રતાની પ્રાપ્તિ થાય છે. તેવા મહાપુરુષોમાં આપણી જાણમાં કોણ હોઈ શકે ? જેમના વિષયો વ્યતીત થઈ ગયા છે તેવા તો આપણી જાણમાં આપણા ગુરુજનો જ હોય. અન્યોની તુલનામાં આપણા ગુરુદેવને જ આપણે સારી રીતે જાણતા હોઈએ. ગુરુજનોના ધ્યાનથી પણ એકાગ્રતાની પ્રાપ્તિ થાય છે. ગુરુજનોના સંપર્કમાં અને સેવામાં રહેવાથી પણ તેમનામાં જે વિષયવીતરાગપણું છે તે આપણામાં આવે છે અને તેથી આપણે પણ ધ્યાનસ્થ થઈ શકીએ છીએ અને પ્રસન્ન રહી શકીએ છીએ. આ વાતને જરા વધુ સમજીએ.

દરેક વ્યક્તિના શરીરમાંથી તેની આંતરિક સૂક્ષ્મ સંમૃદ્ધિ-સંપત્તિ મુજબના અણુ-પરમાણુઓ બહારના

વાતાવરણમાં ફેંકાતા હોય છે. ગુરુસંતોના શરીરમાંથી તેમનાં તપ-ત્યાગના, તેમના વિષય-વીતરાગપણાના અણુ-પરમાણુ બહાર વાતાવરણમાં રેલાતા-વેરાતા હોય છે. તેથી ગુરુસંતોના સંગ-સંપર્ક-સેવામાં રહેનાર પર તે અણુ-પરમાણુની અસર અનાયાસે જ થતી હોય છે.

વળી, "સેવાથી સ્નેહ"ની પ્રાપ્તિના ન્યાયે, ગુરુસંતોને પીતાના સેવકો તરફ સ્નેહ થઈ જવો સ્વાભાવિક છે. એ સ્નેહ જ ગુરુસંતોને સેવક-સ્નેહીનું કલ્યાણ કરવામાં વિશેષરૂપે પ્રેરતો હોય છે.

મનુષ્ય જેના સંપર્કમાં વધુ રહે છે તેના જેવો તે બને છે. મનુષ્ય વધુમાં વધુ તેના પીતાના વિચારોના સંપર્કમાં રહે છે. તેના વિચારો કલ્યાણકારી હોય તો તેનું કલ્યાણ થાય છે અને પતનકારી હોય તો તેનું પતન થાય છે.

કલ્યાણકારી વિચારોની પ્રાપ્તિ-પ્રેરણા માટે કલ્યાણપથિકનો સંગ-સંપર્ક અતિઆવશ્યક છે. ગુરુજનો કરતાં પણ આગળ વધી જાય તેવા કલ્યાણપથિક કોણ હોય? કોઈ નહીં. ગુરુસંતો તો પ્રત્યક્ષ-અપ્રત્યક્ષરૂપે તેમના સંપર્કમાં આવનારને ઘડતા જ હોય છે. એ રહસ્યનું નિરૂપણ નીચેના દોહરામાં સુંદર રીતે થયું છે :

હરદમ હથોડી હાથ ધરી, સદ્ગુરુ મિલા સુનાર;
ધાર, માર સખ મિટા દિયા, કર દિયા આપ સમાન.

જેમ મોટી ટાંકીનું પાણી નાની ટાંકીમાં અનાયાસે જ ધસી જાય છે તેમ, "ગુરુ"નો સત્ત્વ-વૈભવ "લઘુ"માં અનાયાસે જ ઠલવાય છે, કારણ કે ગુરુસંતો "ગુરુ" છે અને તેમના સંપર્કમાં આવનારા "લઘુ" છે. જો તેમના સંપર્કમાં આવનારને પણ આ રીતે લાભ મળતો હોય તો તેમના સેવક-શિષ્યોના લાભની પ્રાપ્તિની સીમા આંકી શકાય ? કદી નહીં.

ઉપરોક્ત દષ્ટિએ ગુરુસંતોનાં સંપર્ક-સેવામાં રહેનાર પણ વીતરાગી થઈને મનને સ્થિર કરી શકે છે. મન પર કાબૂ મેળવી શકે છે. અસ્તુ. બીજો અર્થ એ પણ થાય કે, ચિત્તમાંથી વિષયોનો રાગ કાઢી નાખવાથી, અર્થાત્ સંપૂર્ણ વૈરાગ્યને પ્રાપ્ત કરી લેવાથી પણ એકાગ્રતા પ્રાપ્ત થાય છે. (ક્રમશઃ)

("મુક્તા" પુસ્તકમાંથી સાભાર)

અમેરિકામાં ગુરુપૂર્ણિમા મહોત્સવ

(તા. ૨૫-૭-૨૦૧૦ રવિવાર)

સંકલન : પ્રવીણભાઈ શાહ

અમેરિકામાં એટલાન્ટામાં શ્રીગોપાલભાઈને ત્યાં ગુરુપૂર્ણિમા મહોત્સવ ઊજવાયો. પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવે ધર્મમેઘમાંથી ટેલિફોન પર આશીર્વાદ આપ્યા. ઈન્ટરનેટ કનેક્શન અને વેબકેમેરાથી જોઈ પણ શકાય અને સાંભળી પણ શકાય એવી રીતની ગોઠવણી કરી હતી..

પૂજ્યશ્રીનાં આશીર્વચન :

પથારેલા સૌ અમેરિકાના ગુરુભક્તો, આધ્યાત્મિક મિત્રો તમને ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે વંદન, અભિનંદન, આશિષ. વંદન એટલા માટે કે સૌ આપણે આત્મસ્વરૂપ છીએ. અભિનંદન એટલા માટે કે તમે સૌ આવા સુંદર કાર્યક્રમનો આજે લાભ લઈ રહ્યા છો અને આશિષ એટલા માટે કે જે આપીએ એ મળે. અમે તમને આશિષ આપીએ તો તમારા આશિષ અમને મળે. એટલા માટે વંદન, અભિનંદન, આશિષ.

સત્યધર્મગુરુદેવકી જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય. ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે તમે સૌ મળ્યા છો, એક નિમિત્ત ઊભું થયું. એ રીતે આત્મીયતા વધતી જાય, પારિવારિક ભાવ વધતો જાય કૌટુંબીક ભાવ વધતો જાય અને એકબીજાને આપણે દરેક પ્રસંગોમાં મદદગાર થઈ શકીએ.

ગોપાલભાઈએ બહુ સુંદર આયોજન કર્યું. પરમાત્માએ એમને નિમિત્ત બનાવ્યા. પરમાત્માએ એમને પ્રેક્ષા આપી. પરમાત્માનો પણ આપણે ખૂબ ખૂબ આભાર માનીએ.

મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત કરીને શું કરવાનું છે? ચોર્યાસીના ચક્કરમાંથી નીકળી જવાનું છે. પુનરપિ મરણમ્, પુનરપિ જનનમ્, પુનરપિ જનની જઠરે શયનમ્. હરીકરીને માના ગર્ભમાં આવવું. નવ-નવ મહિના સુધી એ પીડા વેઠવી અને એ બધાંમાંથી મુક્ત કરી રીતે થઈ જવું. હરીકરીને જન્મ અને મરણ- જન્મ અને મરણ એમાંથી મુક્ત કેમ થવાય એ બધી વાતો આપણને ગુરુસંતો પાસેથી સાંભળવા મળે છે.

મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા શેમાં છે? કેવાં કર્મો કરીએ? સત્કર્મો.

પ્રભુ ભજનમેં આલસી ભોજનમેં હોશિયાર
તુલસી એસે જીવકો લાખ બાર પિક્કાર !

બરાબર સંભળાય છે ગોપાલભાઈ? (સામે છેડે અમેરિકાથી ગોપાલભાઈએ કહ્યું : સંભળાય છે.) અચ્છા. આ અમારા બોલવાની કોઈનામે મોંઢા પર કંઈ અસર થતી નથી, એટલે અમને એમ કે સંભળાય છે કે નહીં? (સામે છેડે અમેરિકાથી ગોપાલભાઈએ કહ્યું કે, બધાં સાંભળવામાં તલ્લીન છે.

ગુરુજી કહે : 'હાં, હવે મોંઢા ઉપર અસર આવી. સૌનાં મોંઢાં ઉપર આનંદ દેખાયો.'

તો તુલસીદાસજી શું કહે છે :

પ્રભુ ભજનમેં આલસી ભોજનમેં હોશિયાર.

તુલસી એસે જીવકો લાખ બાર પિક્કાર !

મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત કરીને ભજન કરવાનું હતું. કેમ કે, મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાનો હતો, મનુષ્યજન્મ સફળ કરવાનો હતો. અને મનુષ્યજન્મ સફળ અને સાર્થક કયારે થાય? જ્યારે આપણે ખૂબ ભજન કરીએ, ખૂબ સત્કર્મો કરીએ. કેવળ ભોજનમાં જ હોશિયાર - જાતજાતનું અને ભાતભાતનું બનાવીને જમતા જ રહીએ એમાં જ હોશિયાર રહીએ, તો મનુષ્યજન્મ નિષ્ફળ જાય. તુલસીદાસજી કહે છે કે, તુલસી એસે જીવકો લાખ બાર પિક્કાર!

સંતો આપણને કંઈ લાકડી લઈને મારતા નથી, અને ભજવાન તો મારે ત્યારે એ લાકડીનો અવાજેય થતો નથી અને અકડાઈ બધી નીકળી જાય છે. એ આપણે આપણા જીવનમાં અનેક વખતે અનુભવ્યું છે.

ભોજન શા માટે કરવાનું છે? કે, એનાથી શરીર બરાબર રહે. શરીરની તંદુરસ્તી જળવાઈ રહે. અને શરીર સાહું શા માટે સાખવાનું છે? કે, એનાથી આપણે ભજન કરી શકીએ.

તો આપણે સૌ વિવેકીજનો ભજનને મુખ્ય સમજીએ અને ભોજનને ગૌણ સમજીએ. એમ સમજીએ તો જ આપણે સાચા બુદ્ધિશાળી કહેવાઈએ.

બીજું, આ વખતની આપણી ગુરુપૂર્ણિમાની પત્રિકા ગોપાલભાઈને મળી ગઈ છે. કદાચ તમે બધાંએ જોઈ હોય અથવા કદાચ સૌને વાંચી સંભળાવી હોય.

એમાં ગુરુજીના ફોટા નીચે સાત-આઠ લીટીઓ લખેલી છે. એમાં એક લીટી છે -

**હાડયામડાં બહુ બહુ ચૂંથ્યાં, ચાખોજી મધ મીઠું !
બહુ દિવસથી ખોળું હું તમને, આજે મુખડું દીઠું.**

આ ગુરુસંતો શું કહી રહ્યા છે?! કે આટલાં વરસો સુધી હાડકાં-ચામડાં જ ચૂંથતા રહ્યા. પુરુષ-શરીર, સ્ત્રી-શરીર અથવા તો તમામે તમામ પશુપક્ષી એ બધાં હાડ-મંસનાં જ છે. હાડયામડાં બહુબહુ ચૂંથ્યાં, ચાખોજી મધ મીઠું. અમારે તમને મીઠું મધ ચખાડવું છે, પણ તમે તો હાડયામડાં જ ચૂંથતા રહ્યા, ચૂંથતા રહ્યા. હવે અમે આવ્યા છીએ તો તમે જાગો આજ સુધીમાં હાડયામડાં ચૂંથી ચૂંથીને હજી તમે નક્કી નથી કરી શક્યા કે આનો સાર શું છે ? ૫૦-૬૦-૭૦ વર્ષ સુધી હાડયામડાં ચૂંથી રહ્યા અને તોયે એનો સાર શું છે તે આપણે જાણી ના શક્યા. તો અમે તમને જણાવીએ કે, એમાંથી હવે મુક્ત થાઓ અને મીઠું મધ ચાખો.

મીઠું મધ એટલે ભગવાનનું સ્મરણ - સત્કર્મો. અત્યારે આપણે સૌ સત્કર્મો કરી રહ્યા છીએ. અમે અહીંથી બોલી રહ્યા છીએ, તમે સાંભળી રહ્યા છો. ગોપાલભાઈએ આ બધી સુંદર વ્યવસ્થા કરી આયોજન કર્યું. આ બધાં સત્કર્મો કહેવાય. એકલા આપણું પોતાનું જ ભલું કરીએ એમ નહીં, એકલા આપણું પોતાનું જ પેટ ભરીએ એમ નહીં, આપણી સાથે સાથે જે કોઈ જનો હોય તેમનું કલ્યાણ કેમ થાય, એ સૌને સુખ સગવડ કેમ મળે એનો પ્રયત્ન આપણે વધારે કરતા રહીએ એ બધાં સત્કર્મો જ છે. અને એ સત્કર્મોથી આપણે કોઈને મદદ કરીએ તો તેનું કલ્યાણ થાય છે. આપણું પણ કલ્યાણ થાય છે. એને મદદ કરવાથી આપણું, સત્કર્મ બંધાય છે અને સત્કર્મ બંધાવાથી ધીમેધીમે મુક્તિના

માર્ગે આગળ વધીને જન્મમરણના ચક્કરમાંથી કાયમ માટે મુક્ત થઈ જવાય છે. આજે બપોરે પણ સારું એવું બોલવાનું થયું હતું. ઘણું માણસ આવેલું હતું. બહુ સુંદર વ્યવસ્થા હતી. પણ તબિયતના કારણે પૂરેપૂરા સમય માટે રોકાઈ શકેલા નહીં. એકાદ કલાક બાકી હતી અને ત્યાંથી નીકળી આવેલા. એ બપોરનો થોડો ભાગ ધાકનો અત્યારે છે, તોપણ તમારી સાથે ખૂબ સુંદર રીતે વાતો થઈ રહી છે. તમે સૌ ખૂબ સારી રીતે સાંભળી રહ્યા છો એનો અમને આનંદ છે.

તો ભગવાનની દયાથી દર વરસે તમે આ રીતે સૌ મળજો અને ગર્ભવાસના ચક્કરમાંથી કેમ નીકળી જવાય તેનો પ્રયત્ન સતત કરતા રહેજો. સાચું જ્ઞાન એ જ છે. ગમે તેટલાં સુખસગવડ આપણે ભોગવીશું, પણ દરેક સુખની પાછળ દુઃખ રહેલું છે. દરેક સુખની પ્રતિક્રિયા દુઃખ છે. જે કંઈ પણ આપણે રસોઈ બનાવીને જમ્યાં - મજા આવી; પણ પછી વાસણ ઊટકવાનાં, રસોઈ બનાવવાની ખટપટ, જાજર જવું પડે એ બધાં એની પાછળ લાગેલાં દુઃખ જ છે. આ તો એક સામાન્ય દૃષ્ટાંત આપ્યું, પણ જગતનાં તમામે તમામ સુખોની પાછળ તેની પ્રતિક્રિયા દુઃખ છે. એક મોક્ષ અને મુક્તિ જ એવાં છે જેની પ્રતિક્રિયા દુઃખ નથી. જન્મ-મરણના ચક્કરમાંથી નીકળી જવું, ચોયાંસીના ચક્કરમાંથી નીકળી જવું, મુક્ત થઈ જવું. સુખેય નહીં અને દુઃખેય નહીં. નિજાનંદમાં મસ્ત થઈને રહેવું એનું નામ જ મોક્ષ, એનું નામ મુક્તિ.

તો આજે હવે અમને બોલવાનું તો ઘણુંબધું મન છે. તમને પણ સાંભળવાનું ગમે છે, પણ દરેક બાબતની એક સીમા હોય છે. આજની સીમા અહીં પૂરી થાય છે. બપોરે પણ ઘણું બોલ્યા છીએ. ત્રણ દિવસથી માણસોનો ધસારો સતત એટલે બધો રહે છે. અત્યારે પણ ઘણાં માણસો બહાર બેઠેલાં જ હતાં. એ બધાં ઊંઠ્યાં અને ૯.૧૫ વાગ્યા એટલે મેળ બરાબર સારો થઈ ગયો. અત્યારે અમે એકલા જ છીએ. ઘરનાં બધાં બેઠાં છે. અમે જે કંઈ બોલ્યા તે સાંભળી રહ્યાં છે, તમને સૌને જોઈ રહ્યાં છે.

હવે આપણે જય બોલાવીશું અને આજની સભાનું વિસર્જન કરીશું.

સત્યધર્મગુરુદેવકી જય... ઓમ્ નમઃ
પાર્વતીપતયે હર...હર...મહાદેવ...હર...!
અમારા તમને સૌને ખૂબખૂબ આશીર્વાદ છે. અને

અમારી ઉપર તમારા સૌના ખૂબખૂબ આશીર્વાદ હજી એવી
પરમાત્માને પ્રાર્થના... આવજો... આવજો...
જયનારાયણ... જયનારાયણ... આવજો. શુભાશિષ.

હનુમાન જયંતી

૫. પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગભિશુજીનાં આશીર્વચન

- પ્રવિણભાઈ શાહ

તા. ૪-૪-૨૦૧૦ને રવિવારે હનુમાન જયંતી નિમિત્તે ભદ્રેશ્વર ફ્લેટ, અંકુર, નારણપુરા મુકામે શ્રી ગોવિંદભાઈ પ્રજાપતિના નિવાસસ્થાને સ્વાધ્યાય-સાત્સંગ-ભજનનો કાર્યક્રમ સમગ્ર ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે રાખવામાં આવ્યો હતો. તે પ્રસંગનિમિત્તે ૫.પૂ.ગુરુદેવ શ્રી યોગભિશુજી મહારાજે સૌ ભક્તો ઉપર અસીમ કૃપા વરસાવતાં આશીર્વચનની જે શાનગંગા વહાવી તેને સંકલિત કરી તેને રજૂ કરવાનો અહીં નમ્ર પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

નિયમબદ્ધતા - સમયબદ્ધતા

“સત્યધર્મ ગુરુદેવની જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને તેમની જય તો જ આપણી જય.

સર્વેને વંદન - અભિનંદન - આશિષ.

પહેલાં આ કાર્યક્રમ અન્ય સ્થળે બીજા ભક્તો દ્વારા ઊજવતો હતો. છેલ્લાં કેટલાંક વર્ષોથી હનુમાન જયંતી નિમિત્તેનો આ કાર્યક્રમ ત્યાર પછીના રવિવારે સમગ્ર ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે આ સ્થળે ઊજવાય છે. દર વર્ષે શ્રી ગોવિંદભાઈએ આ કાર્યક્રમ ઊજવવાનું નક્કી કર્યું હતું. હાલમાં તેઓ હયાત નથી, પરંતુ તેમનાં પરિવારજનો સવિતાબહેન, અનિલભાઈ, ગીતાબહેન, કંદર્પ, પૂજા વગેરેએ આ જવાબદારી ઉપાધી લીધી છે. આ નિમિત્તે પરમાત્માની કૃપાથી અહીં આવવાનું થાય છે. કાર્યક્રમ પૂરેપૂરો સંપન્ન થાય ત્યાં સુધી હાજરી આપી શકાય છે. આપણા બીજા ઉત્સવોમાં હાજરી આપી શકાતી નથી. કદાચ જો હાજર રહીએ, તોપણ માંડ એકાદ ક્લાક પૂરતા જ એવી સ્થિતિ શરીરની છે. અહીં આવવાનું હોય ત્યારે આઠ-દશ દિવસ પહેલેથી મનમાં સતત રટણ ચાલતું હોય

કે કાર્યક્રમમાં જવાનું છે. અને તેથી આહાર-વિહારમાં ખૂબ જ સતર્ક રહીએ છીએ. જોકે જીવનભર સતત સંયમ-નિયમ-પૂર્વક જ રહ્યા છીએ. ઉંમરના કારણે હવે વધુ સતર્ક રહીએ છીએ. અને આ સમયમાં વિશેષ સતર્કતા રાખીએ છીએ કે જેથી સ્વસ્થ રહેવાય અને કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહી શકાય. તમે સૌ અહીં આવો છો. તમને સૌને મળવાનો આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. કેટલાક ભક્તો તો ઠાસરા, ઉમરેઠ, ખડિરાવપુરા, ગોવિંદપુરા, જયદેવપુરા એમ ખૂબ દૂરથી આવતા હોય છે. તેઓ અહીં સમયસર ઉપસ્થિત થઈ જતા હોય છે કે જેથી કાર્યક્રમનો પૂરેપૂરો લાભ પ્રાપ્ત કરી શકાય. જ્યારે અમદાવાદમાં નજીકમાં રહેતા લોકો અહીં મોડે મોડેથી આવતા હોય છે. કોઈ કોઈ તો હજી આવ્યા પણ નહીં હોય. હજી હવે આવશે. તમે કાચબા અને સસલાની વાત જાણતા હશો. એક જંગલમાં એક કાચબો અને સસલો રહેતા હતા. એક દિવસ બંને વચ્ચે દોડવાની હરીફાઈ યોજાઈ. સસલો તો કૂદકા મારતો ઝડપથી દોડતો આગળ નીકળી જાય અને પછી આરામથી બેસે. પેલો કાચબો તો ધીરેધીરે ચાલતો સસલાની નજીક પહોંચે એટલે પાછો સસલો કૂદકો મારતો આગળ જઈ પાછો આરામ કરવા બેસે. કાચબો આરામ કરવાની વાત જ ન કરે અને એકધારું ચાલતો આગળ વધતો જાય. આમ, સસલો આગળ જઈ એક ઝાડના છાંયામાં આરામ કરવા બેઠો અને ઠંડકને કારણે ઊંધી ગયો. કાચબો તો એકધારું પોતાની મંદ ગતિએ ચાલતો ચાલતો પેલો સસલો ઊંધી ગયો હતો ત્યાં પહોંચી ગયો. તેણે જોયું કે, સસલો ઠંડકમાં મજાની નીંદર માણી રહ્યો છે. પરંતુ તે બિલકુલ ન રોકાયો અને આગળ વધવા માંડ્યો. નિયત કરેલી જગ્યાએ પહોંચી ગયો. સસલો

ઉંઘમાંથી જાગી ગયો અને નિયત ફરેલી જગ્યાએ પહોંચવા માટે દોડ્યો. પહોંચીને જોયું તો કાચબો ત્યાં પહેલાં પહોંચી ગયો હતો. આમ, કાચબો હરીફાઈ જતી ગયો, સસલો હારી ગયો. કેમકે, કાચબો પોતાની દોડવાની ઝડપની મર્યાદા જાણતો હતો, પરંતુ તે પુરુષાર્થી હતો તેથી જીતી ગયો. સસલો પોતાની દોડવાની શક્તિના ગુમાનમાં રહીને હારી ગયો. આવી રીતે દૂરથી અહીં આવનારાઓને રાંતથી જ મનમાં સતત ચાલતું હોય કે સવારે કાર્યક્રમમાં સમયસર પહોંચવાનું છે, તેથી તેઓ વેળાસર ઊઠી સમયસર પહોંચવા માટે ધરેથી વહેલા નીકળી અહીં હાજર થઈ જાય. જ્યારે નજીક રહેનારા એમ વિચારે કે, આ રહ્યું. ક્યાં દૂર જવાનું છે? આથી તેઓ ધરેથી પરવારીને અહીં આવવા માટે મોડા નીકળે અને મોડા પહોંચે. આનું કાચા મોડા પહોંચનારાઓને આ કાર્યક્રમની કિંમત ઓછી તેથી મોડા પડે. પરંતુ તેઓ એમ ન વિચારે કે, મોડા પહોંચીશું તો સત્ચંગની વાતો ઓછી સાંભળવા મળશે. પરિણામે જીવનમાં સુખ-શાંતિ પામવા માટેનું સાત્ત્વિક ભાઈ ઓછું મળશે. પરિણામે આપણે જ નુકસાનીમાં રહીશું. આથી આવા લોકો મોડા પડે છે. સૌ કોઈએ જીવનમાં જો પ્રગતિ સાધવી હોય, તો દરેક કાર્યમાં ખૂબ જ નિયમબદ્ધ, સમયબદ્ધ રહેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. પરમાત્માની કૃપાથી તમે સૌ તે કરો છો તે આનંદની વાત છે.

પ્રાણાયામ એક તપ

સમયબદ્ધ, નિયમબદ્ધ રહેવું તે પણ એક તપ છે. આવો ભાવ રાખી જીવન જીવીએ, તો સુખ શાંતિ આપોઆપ આવે છે. પછી તેને માટે વલખાં મારવાની જરૂર રહેતી નથી. જીવનમાં તપની ઘણી જ મોટી કિંમત છે, ઘણું મહત્ત્વ છે. તો તપ એટલે શું? તપ એટલે ત્યાગ. જીવનમાં કાંઈક પ્રાપ્ત કરવું હોય તો તે માટે જરૂરી તપ-ત્યાગ કરવો પડે. તો જ વહેલા મોડા તે પામી શકાય. ચાહે પછી તે આધિભૌતિક, આધિદેવિક કે આધ્યાત્મિક કેમ ન હોય. તપથી શું નથી મળતું? શેની પ્રાપ્તિ નથી થતી? બધું જ સહજ-સુલભ રીતે પામી શકાય છે. તે ક્યારે પામી શકાય છે? જ્યારે તે માટે કરવામાં આવતું તપ બરોબર દૃઢ થાય, પરિપક્વ થાય ત્યારે. તો, આ તપ કેવું અને કેવી રીતે કરવું કે જેથી તે દૃઢ-પરિપક્વ થાય. તો તે માટે

પતંજલિમુનિ અનુશાસિત યોગદર્શનના સમાધિપાઠના સુગ્ર નં. ૧૪માં તેનો નિર્દેશ કરવામાં આવ્યો છે. જીવનમાં જેને પામવા માટે; તેને યોગ્ય જે કાંઈ અભ્યાસ, સાધના, ભજન, તપ, દાન, પુણ્ય વગેરે કરીએ છીએ તે કેવું અને કેવી રીતે કરવું તે સમજાવવામાં આવ્યું છે.

‘સ તુ દીર્ઘકાલ નૈરન્તર્યસહારા સેવિતો દૃઢભૂમિઃ ॥

અર્થ : લાંબા સમય સુધી, અખંડપણે અને આદરંપૂર્વક તેનું આચરણ કરવાથી તે પરિપક્વ - દૃઢ થાય છે.

તપના અનેક પ્રકાર જણાવ્યા છે. કોઈ પંચધૂની તાપે છે, કોઈ એક પગે ઊભા રહે છે, કોઈ હાથ ઊંચા રાખે છે, કોઈ અમુક રીતનો આહાર-વિહાર કરે છે. કોઈ પ્રહાર્યવ્રત તો કોઈ મૌનવ્રત લે છે. અન્નદાન, વિદ્યાદાન, વસ્ત્રદાન, ભૂમિદાન, સોનારૂપાના દાનનું વ્રત લે છે. આ સર્વે તપનો, અર્થાત્ ત્યાગનો જ પ્રકાર છે. આ સર્વેની અલગઅલગ મહત્તા છે અને તેની પરિપક્વતાએ જીવનમાં અલગઅલગ પ્રાપ્તિ થાય છે.

જેના થકી સંયમની પ્રાપ્તિ થાય, મન તથા ઈન્દ્રિયો ઉપર કબૂ પ્રાપ્ત થાય, આત્મતિક સુખને પામવા માટેના જ્ઞાનમાં, સમજણમાં વધારો થાય તે માટે જેનો પણ ત્યાગ કરીએ, જે કોઈ વ્રત, નિયમનું પાલન કરીએ તે સર્વે તપ ગણાય. તપના અનેક પ્રકાર છે. તે સર્વેમાં પ્રાણાયામરૂપી તપને સૌથી મોટું તપ ગણવામાં આવે છે. પ્રાણાયામ તપનું વિશેષ મહત્ત્વ દર્શાવતો શ્લોક છે :

દૃઢન્તે ધ્યાયમાનાનં ધાતૂનાં હિ યથા મલાઃ ।

તથેન્દ્રિયાણાં દૃઢન્તે દોષાઃ પ્રાણસ્ય નિગ્રહાત્ ।

અર્થ : જેવી રીતે ધાતુને તપાવવાથી તેના સઘળા મળો નાશ પામે છે, તેવી રીતે પ્રાણનો નિગ્રહ કરવાથી એટલે કે પ્રાણાયામથી ઈન્દ્રિયોના સઘળા મળો નાશ પામે છે.

કોઈ પણ પ્રકારના તપમાં કાંઈક અને કાંઈક ત્યાગવાનું હોય છે. આમ, પ્રાણાયામરૂપી તપમાં શેનો ત્યાગ કરવાનો છે? પ્રાણનો ત્યાગ કરવાનો છે. પ્રાણ એ તો આપણા સૌના જીવનનો મુખ્ય આધાર છે. પ્રાણાયામરૂપી તપમાં જીવનનો જે મુખ્ય આધાર છે. તે પ્રાણનો નિગ્રહ કરવાનો છે, ત્યાગ કરવાનો છે. અને તેથી જ સર્વે તપમાં પ્રાણાયામરૂપી તપનું વિશેષ મહત્ત્વ છે. જ્યારે આપણે

પ્રાણાયામ કરીએ છીએ ત્યારે શું થાય છે ? શ્વાસ લઈ થોડી વાર માટે રોકીએ છીએ, પછી પ્રશ્વાસ બહાર કાઢી થોડી વાર માટે રોકીએ છીએ. ફરી પાછા શ્વાસ લઈ રોકીએ, પ્રશ્વાસ બહાર કાઢીએ રોકીએ. આ ક્રિયા સતત ચાલતી હોય છે. આ ક્રિયા દરમિયાન આપણે જેટલો સમય શ્વાસ અંદર કે બહાર રોક્યો તેટલો સમય આપણે શ્વાસ વગર અર્થાત્ પ્રાણ લીધા વગર રહ્યા. તેટલા સમય માટે આપણે ઓમ્ પરમાત્માના નામ પર આપણા પ્રાણનો ત્યાગ કર્યો, અર્થાત્ પ્રાણનું દાન કર્યું કહેવાય. યોગશાસ્ત્રમાં જણાવ્યું છે કે, સામાન્ય રીતે સ્વસ્થ માણસ એક દિવસ, અર્થાત્ ચોવીસ કલાકમાં કુલ એકવીસ હજાર છસો (૨૧,૬૦૦) વાર શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા કરે છે. આ રીતે જોઈએ તો વ્યક્તિ દર એક મિનિટે પંદર શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા કરે છે. હવે પ્રાણાયામ દરમિયાન બે, ચાર, છ એમ જેટલા પણ શ્વાસ ઓછા લીધા-કાઢ્યા તેટલો સમય પ્રાણ વગર રહ્યા. તેટલો સમય પ્રાણનો ત્યાગ - નિગ્રહ કર્યો કહેવાય. તો જેના વિના એક ઘડી પણ ન ચાલે અને જીવન માટે મુખ્ય આધારરૂપ એવા પ્રાણનો પરમાત્માના નામે ત્યાગ પ્રાણાયામમાં કરીએ તે કેટલું બધું મોટું તપ ગણાય! તેની કેટલી બધી મહત્તા અંકાય તે સમજી શકાય છે.

ધ્યાન કેવી રીતે કરીશું?

પ્રાણાયામથી શું પ્રાપ્ત કરવાનું છે? ધ્યાનની પ્રાપ્તિ કરવાની છે. અષ્ટાંગયોગનું છઠ્ઠું અને સાતમું અંગ અનુક્રમે ધારણા અને ધ્યાન છે. સાધકને ધ્યાનમાં સ્થિર થવા માટે શરૂઆતમાં ધારણા કહેતાં કોઈ એક માધ્યમની આવશ્યકતા હોય છે. સાધક તેની ઉપર ધ્યાનનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં મન અને ઈન્દ્રિયોને અંતર્મુખ કરી ધ્યાનમાં સ્થિર થતો જાય છે. એક વાત સૌએ બરાબર જાણી-સમજી લેવાની છે કે ધ્યાન તેનું જ થઈ શકે કે જેને ઓછામાં ઓછું એક વાર પ્રત્યક્ષ રીતે જોયેલ હોય. આપણે ભગવાનને તો ક્યારેય જોયા નથી. આમ, જેમને ક્યારેય જોયા જ નથી તેનું ધ્યાન કઈ રીતે કરી શકાય ? માતા, પિતા, નદી, પર્વત, સૂર્ય, ચંદ્ર, ગુરુ, સંત વગેરેને તો જોયાં છે તો તેમનું ધ્યાન થઈ શકે, પરંતુ જેમને ક્યારેય જોયા જ નથી તેનું ધ્યાન શક્ય જ નથી. પછી પુરાણો,

શાસ્ત્રો, વિદ્વાનો વગેરેએ પોતપોતાની કલ્પના પ્રમાણે ભગવાન-દેવ-દેવીનાં જુદાં જુદાં સ્વરૂપ દર્શવિતાં કલ્પનિક ચિત્રો સૌ સમક્ષ મૂક્યાં. દરેક પોતપોતાની શ્રદ્ધા પ્રમાણેના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરે. પરંતુ ભગવાન, દેવ, દેવી ત્રણ મસ્તકવાળાં, પાંચ મુખવાળાં, ચાર હાથવાળાં કે અષ્ટભુજવાળાં કોઈ થોડાં જ છે. તે તો બધી માત્ર કલ્પના જ છે.

સૌને ધ્યાનમાં સુગમતા રહે, સરળતા રહે તે માટે એક સરળ અને સરસ ધ્યાનવિધિ વિશે આજે પરમાત્માની કૃપાથી આપણે વાત કરીશું, સમજીશું.

આપણા પેટની નીચે અને પેઢીની ઉપર આપણી નાભિ, જેને આપણે દૂંટી કહીએ છીએ તે આવેલી છે. તેનો પણ ધ્યાનમાં એકાગ્રતા પ્રાપ્ત કરવા માટે માધ્યમ તરીકે ઉપયોગ કરી શકાય. તે કેવી રીતે કરી શકાય ? આપણે બાથરૂમમાં સ્નાન કરવા જઈએ ત્યારે બાથરૂમમાંના અરીસામાં આપણે આપણી નાભિને થોડી વાર જોવાની. પછી આંખો બંધ કરી દેવાની અને બંધ આંખે તેને થોડી વાર જોવાની. પછી આંખો ખોલી અરીસામાં જોવાની. પછી આંખો બંધ કરીને જોવાની. આમ, રોજ કરવાથી થોડા દિવસમાં મહાવરો થઈ જશે. પછી અરીસાની જરૂરત રહેશે નહીં. આંખો બંધ કરીએ એટલે આપણને આપણી નાભિ અરીસામાં જોયા વગર જ દેખાવા લાગશે. આમ, આપણે આપણી નાભિ કે જેને આપણે બરાબર જોઈ છે તેનું ધ્યાન કરવાનો પ્રયત્ન-અભ્યાસ કરવાનો. પછી આ ક્રિયાને આગળ વધારી રાત્રે સૂતી વખતે પથારીમાં આંખો બંધ કરી, પલાંઠી વાળી બેસીને નાભિ જોવાની, તેનું ધ્યાન કરવાનું. નાભિ દેખાય એટલે ધ્યાન કરવા માટેનું એ માધ્યમ-સ્થાન નક્કી થયું. પછી નાભિમાં ઓમ-ઐ ઉપર જે લાલ બિંદુ છે તેની સ્થાપના કરવાની, તે બિંદુને જોવાનું. આપણો શ્વાસ-પ્રશ્વાસ તો ચાલતો જ હોય છે. શ્વાસ લઈએ ત્યારે પેટ થોડું ઊંચું આવે, નાભિ ઊંચી આવે. પ્રશ્વાસ સમયે પેટ નીચું થાય, નાભિ પણ નીચી થાય. તે સાથે મનમાં ઓમ્ના જાપ કરવાના. તો, આમ શ્વાસ લઈએ ત્યારે પેટ ઊંચું થાય, નાભિ ઊંચી થાય, પ્રશ્વાસ સમયે પેટ અને નાભિ નીચે જાય. તે સાથે નાભિમાં ઓમ્ની ઉપરના ગોળ બિંદુને જોવાનું, સાથે સાથે ઓમ્ના જાપ સતત ચાલતાં

હોય. આમ આ ક્રિયા સતત ચાલતી હોય તેથી અનાયાસે જ પ્રાણાયામ થાય, ઓમ્ના જાપ થાય, દર્શન થાય. આપણું ચિત્ત તેમાં રોકાય. પ્રાણાયામ, જાપ, ઓમ્ના દર્શનમાં લાગી જાય. આ ક્રિયામાં ધીરે ધીરે શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા લંબાતી જાય તેમ તેની સંખ્યા પણ કુદરતી રીતે જ ઘટતી જાય. આનો અભ્યાસ રાત્રે પથારીમાં સૂતાં સૂતાં પણ થઈ શકે. અભ્યાસ કરતાં કરતાં ઊંધ આવે ત્યારે ઊંધી જવાનું.

તો, આજે પરમાત્માની કૃપાથી અંતઃસ્ફુરણા થઈ, પ્રેરણા થઈ અને તમારી સમક્ષ અમોઘ ધ્યાનનો અતિ સરળ પ્રયોગ રજૂ કર્યો. સૌ પોતપોતાની રુચિ પ્રમાણે તેનો અભ્યાસ કરશે. આજ સુધી આ વિધિ અમે જાહેરમાં ક્યારેય રજૂ કર્યો નથી. આજે પ્રથમ વાર જ તમને સૌને અમારા સ્વમુખે તે પ્રાપ્ત થયો.

ચતુષ્ચિકોણી પ્રણવયંત્ર

ઓમ્ પરમાત્માની કૃપાથી અમને જે અંતઃસ્ફુરણા થઈ તેને 'પ્રણવયંત્ર' તરીકે ઉમરેઠમાં શિવરાત્રિ નિમિત્તેના કાર્યક્રમમાં પ્રથમ વાર જ તમારા સૌની સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવેલ. પ્રણવયંત્રના સુંદર લેખિનેશન કરેલ ફોટા આપણા પુસ્તકોના સ્ટોલ ઉપર વેચાણ માટે રાખેલ છે. ઉમરેઠમાં પણ રાખેલા. તેને સૌ કોઈએ ખરીદી પોતાના ઘરમાં-પૂજામાં કે સૌ કોઈની નજર પડે તેમ રાખવાના છે. ઉમરેઠમાં જે લોકોને મળેલ ન હોય તે આજે ખરીદી લે. આ પ્રણવયંત્રમાં તે ધ્યાન માટેનું એક માધ્યમ છે. તેમાં ગુરુજીની કાયમી શુભેચ્છા છે. તથા જીવ-જગતનાં સુખ-શાંતિ માટે સૌને સૂત્રો છે. સૌ કોઈએ તેનો વધુમાં વધુ પ્રચાર કરવાનો પ્રયત્ન કરવાનો છે. પરદેશમાં આ પ્રણવયંત્રને હાલમાં ઈ-મેઈલ મારફતે ભક્તોને મોકલાવી રહ્યા છીએ.

આજે પરમ ભક્ત શ્રી ગોવિંદભાઈની યાદમાં તેમના પરિવાર વતી સૌ કોઈને ઓમ્ નારાયણ અંકિત સુંદર ખેસરૂપી પ્રસાદી મળવાની છે. સૌ કોઈએ કુટુંબદીઠ એક ખેસની પ્રસાદી લેવાની છે. આ ખેસનો સદુપયોગ કરવાનો છે.

બીજી આનંદની વાત તમને સૌને જણાવવાની કે, ગોવિંદભાઈના પુત્ર શ્રી અનિલભાઈએ હિમાલયમાં જોષીમઠમાં હોટલ ખરીદી છે. તેનું ૧૭, મે, ૨૦૧૦ના રોજ ઉદ્ઘાટન છે. તેઓ સમગ્ર ઓમ્ પરિવારને ઉદ્ઘાટનમાં ઉપસ્થિત રહેવા આમંત્રણ પાઠવે છે. તેઓએ આ એક સાહસ કર્યું છે. તેમાં તેમને સફળતા પ્રાપ્ત થાય તે માટે આપણા સૌની તેઓને શુભેચ્છા તથા સહકાર છે. તેઓ હાલમાં ઘણું જ પ્રવૃત્તિમય જીવન જીવી રહ્યા હોવા છતાં પણ દરરોજ સવારે પાંચ વાગે ઊઠે છે. જમવામાં પણ સંયમ-નિયમ રાખે છે. એક ટાઈમ ખાખરા અને મગનું પાણી અને સાંજે ફળ જમવામાં લે છે. લગભગ ચોવીસ કિલો વજન ઉતારી નાખ્યું. આ વાતો તેમની ખુશામત કરવા માટે નથી કરતા, પરંતુ તેમાંથી સૌ કોઈએ પ્રેરણા લેવાની છે, જીવનમાં અપનાવવાની છે. ગમે તેટલા પ્રવૃત્તિમય હોઈએ છતાં પણ જળક્રમણવત્ જીવવાનું છે. આપણી તંદુરસ્તીનું પૂરેપૂરું ધ્યાન રાખવાનું છે. જો તંદુરસ્તી સારી હશે, તો બધી પ્રવૃત્તિ સારી રીતે કરી શકીશું. પરંતુ જો તંદુરસ્તી સારી નહીં હોય, તો પછી શું કરી શકીશું? કાંઈ જ નહીં થાય. તેથી સૌ પ્રથમ તંદુરસ્તીની જાળવણી કરીએ. નિરોગી શરીર રહે તેને જ મોક્ષ-પુણ્ય સમજવાનું છે. 'પહેલું સુખ તે જાતે નયા'. સૌ કોઈ માટે તંદુરસ્ત-નિરોગી શરીર એ સૌથી પ્રથમ મોટું સુખ છે. તો શરીરની જાળવણી માટે, જે કોઈ સંયમ-નિયમ પાળવા પડે, જે કાંઈ ત્યાગવું પડે તેને જ મોટું તપ સમજવાનું છે. આપણા અને ઘરના સૌ કોઈની સુખ શાંતિ તેમાં જ રહેલી છે. તો, પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ કે, સૌ નિરોગીપણું અને સાચાં સુખ-શાંતિ પામે.

ફરી ફરી સૌને વંદન-અભિનંદન-આશિષ.
સત્યધર્મગુરુદેવની જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને તેમની જય તો જ આપણી જય.
સર્વને જયનારાયણ - જય ઓમ્ ગુરુદેવ.
ઓમ્... ઓમ્... ઓમ્...

પુરુષોત્તમ માસ નિમિત્તે ટેલિફોન પર પ.પૂ. શ્રી ગુરુદેવનાં આશીર્વચન

સંકલન : પ્રવીણભાઈ શાહ / ભાવેશભાઈ રાવલ

(૧) અધિકમાસ એટલે અધિક મેળવવાનો માસ

(તા. ૧૮-૪-૨૦૧૦, રવિવાર)

સાત્યધર્મગુરુદેવકી જય. સાત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય. આજે અધિક મહિનાનો પહેલો સ્વાધ્યાય. અધિકમાસ-પુરુષોત્તમ માસ, કંઈક અધિક મેળવવાનો મહિનો - ઉત્તમપુરુષ બનવા માટેનો મહિનો. અહીં પુરુષ એટલે નર કે નારી, સ્ત્રી કે પુરુષ અર્થમાં નહીં, પણ પુરુષ એટલે પુરમાં વસે તે - નગરમાં વસે તે પુરુષ. આ શરીરમાં જે રહ્યો છે તે. આ શરીરમાં જેનો વાસ છે તેને ઉત્તમ બનાવવાનો છે. આ મહિનામાં એવાં કાર્યો કરીએ કે ઉત્તમ પુરુષ થવાય. એ થઈને આપણે શું કરવાનું છે? આપણે તો ઉત્તમ થઈએ, પણ આપણી સાથે બીજાઓને પણ ઉત્તમ બનાવીએ. એકલા એકલા ગુલાબજંબુ ના ખાઈએ. આપણને મળ્યાં હોય તો આપણી સાથે બીજાઓને પણ લાભ આપીએ. આપણા કલ્યાણ માટે આપણે જે પ્રયત્નો કર્યાં અને સફળ થયા, તો આપણી નજીકનાં બધાંનું કલ્યાણ થાય એવું વિચારવાનું - પ્રયત્ન કરવાનો. એમનું પણ કલ્યાણ થાય એવો આપણે પ્રયત્ન કરીએ.

તો આમ જુદાં જુદાં નિમિત્તો. અધિકમાસ આવે, પુરુષોત્તમ માસ આવે કે શ્રાવણ માસ આવે. શ્રાવણ માસ એટલે શ્રવણ કરવાનો મહિનો. સારું-સારું, સાત્ત્વિક-સાત્ત્વિક, પવિત્ર-પવિત્ર સાંભળતા રહીએ, પચાવતા રહીએ, બાર મહિના સુધી તેને વાગોળતા રહીએ. બીજો શ્રાવણ માસ આવે ત્યાં સુધી તે ચાલે.

આ બધો સાત્ત્વિક આહાર કહેવાય. આહારના પણ જુદા જુદા પ્રકારો ! જેમકે, અપણો ચાલુ આહાર-અન્નનો આહાર, દરરોજ જમવામાં જે લેતા હોઈએ તે એક પ્રકારનો આહાર થયો કહેવાય. બીજો, સૂક્ષ્મ આહાર! આંખ દ્વારા આહાર થાય. કાન દ્વારા આહાર થાય. નાક

દ્વારા આહાર થાય. પાંચ કર્મેન્દ્રિય દ્વારા “પુરુષ” ના હૃદયમાં જે કંઈ જાય છે તે બધા સૂક્ષ્મ આહારો છે. આ બધામાં આંખ દ્વારા જે અંદર-હૃદયમાં ગયું તે પછી કેવી હલચલ મચાવે છે? કાનને ઊંચાનીચા કરે, નાકને, સ્પર્શને ઊંચાં-નીચાં કરે.

તો આ બધી ઈન્દ્રિયો ઉપર કાબૂ મેળવવા માટે એકાદશી કરવાની. પાંચ કર્મેન્દ્રિયો + પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો + એક મન એ અગિયાર ઉપર કાબૂ મેળવવા - એમને સંયમમાં રાખવા માટે એકાદશી કરવાની. પણ આપણે તો અગિયારસ કરીએ છીએ ને પેટમાં અગિયાર રસ નાખીએ છીએ. દરરોજ જમતાં હોઈએ તેના કરતાં વધારે - પાચનશક્તિ ઉપર બોજ પડે એટલું બધું જમીએ છીએ. ઘોડીક રબડી ને, બાસુદી ને, ફલાણાની ખીચડી ને ફલાણાનો શીરો ને, સૂકી ભાજી, દહીં, કેળાને બપોરે આટલું ને રાત્રે આટલું !

અગિયારસ - અધિકમાસ - પુરુષોત્તમ માસ વગેરે નિમિત્તો ઊભાં કર્યાં- લોકોનું આરોગ્ય જળવાય, જીવન પવિત્ર રહે, સૌનું કલ્યાણ થાય એવી ગોઠવણી અનુભવીઓએ કરી; પણ, આપણે તો ચીલાચાલુ રીતે વર્તીએ છીએ. બધામાં વિકૃતિઓ આવી ગઈ !

પરંતુ, આપણે તો ઓમ્પરિવાર ! એક પગથિયું ઉપર થઈને આપણે આપણા ગુરુસંતો પાસેથી જે કંઈ સાંભળવા મળે છે તેનો જીવનમાં જેટલો બને તેટલો ઉપયોગ કરીને એ પ્રમાણે આચરણ કરવાનો, એ પ્રમાણે વર્તવાનો પ્રયત્ન કરીએ અને ઊર્ધ્વગતિ કરતા જ રહીએ, કરતા જ રહીએ. બાકી તો -

ઝીણી માયા છાની છરી, મીઠી થઈને મારે ખરી,
વળગી પછી અળગી નવ થાય, ક્ષાની પંડિતને માંહીથી ખાય,
અનેક રૂપે માયા રમે, જ્યાં જેવું ત્યાં તેવું ગમે,
અખા માયાના ઘણા છે ઘાંટ, જ્યાં જુઓ ત્યાં માયાના જ હાંટ

આ તો અખા ભગતના ચાબખા ! અખા ભગત સોનીનો ધંધો કરતા હતા. અખા ભગતનો એક ચાબખો વાગે તો સાચો જિજ્ઞાસુ હોય તે ચેતી જાય, સાવધાન થઈ જાય. યોગભિશુજનાં લખાણ વાંચીને 'જીવનસ્મૃતિ'ના તંત્રી શ્રી મનુભાઈ પંડિત કહેતા : આ તો યોગભિશુજના ચાબખા!

તમો, સ્વયંસેવકો બહુ ઉત્સાહી છો. તમે બે-ચાર જણા આગળ પડીને કરો છો તેથી આ બધું થાય છે. અહીં ધર્મમેઘમાં પણ રવિવારનો સ્વાધ્યાય કરવા ભક્તો-મહેમાનો આવેલ છે. તમે બધા ત્યાં આરતી પતાવીને, પ્રસાદી લઈને આવો. અહીં બેઠેલાં સૌને પણ લાભ મળે. સત્યધર્મગુરુદેવકી જય.

(૨) ઉત્તમ પુરુષ થવાનો માસ - પુરુષોત્તમ માસ

(તા. ૨૫-૪-૨૦૧૦, રવિવાર)

સત્યધર્મગુરુદેવકી જય. સૌનું સ્વાગત. પુરુષોત્તમમાસ નિમિત્તે તમે સૌ સત્સંગનો સરસ લાભ લઈ રહ્યાં છો. સૌને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ.

પુરુષોત્તમ માસ એટલે શું ?

કૌન બઢાઈ ચઢે શ્રૃંગ પર અપના એક બોજ લે કર કૌન બઢાઈ પાર ગએ યદી અપની એક નૌકા ખેકર શુધા-ગરલવાલી યહ ધરતી ઉસકો શીશ જૂકાતી હે ખુદ ભી ચઢે સાથ-લે જૂક કર ગીરતોં કો બાહે દે કર કવિ આટલી ઉચ્ચ ભાવનામાં પોતાના વિચારો રજૂ કરે છે. કૌન બઢાઈ ચઢે શ્રૃંગ પર? પોતાનો જ ભાર લઈને પર્વત ઉપર ચઢી ગયા એમાં કઈ મોટી વાત હતી. સમુદ્રમાં પોતાની નૌકા ચલાવીને પેલે પાર પહોંચી ગયા તો એમાં શું મોટી વાત હતી? મોટી વાત તો શેમાં છે? 'ખુદભી ચઢે ઔર કાંખ લે જૂક કર ગીરતોં કો બાહે દે કર' પોતે તો ચઢે પણ બીજાઓને સહારો આપીને ઉપર સાથે ચઢાવે.

શુધા-ગરલવાલી યહ ધરતી ઉસકો શીશ જૂકાતી હે - શુધા એટલે અમૃત અને ગરલ એટલે ઝેર - વિષ. અમૃત અને વિષથી ભરેલી આ ધરતી એને જ વંદન કરે છે, એને જ સલામ કરે છે, એને જ પ્રણામ કરે છે કે જેઓ નીચા નમીને વાંકા વળીને બીજાઓને ઉપર ઊઠવામાં -

ઉપર ચઢવામાં મદદ કરે છે. મનુષ્ય જન્મની આ જ ખરી વિશેષતા છે.

પુરુષોત્તમ મહિનો - ઉત્તમ પુરુષ બનવા માટેનો મહિનો. ઉત્તમ કેવી રીતે થવાય? આ રીતનાં આચરણ કરીને : ગીરતોં કો બાહે દે કર - આપણે ઉત્તમપુરુષ બની શકીએ.

આપણે આપણું પોતાનું તો કરી લીધું. એ બધું આપણી ફરજ હતી એટલે કર્યું. એ તો કરવું પડે એમ હતું. ના છૂટકે પણ કરવું પડ્યું. આપણી ફરજ હતી. આનંદથી કરીએ કે આનંદ વગર કરીએ. એ ના કરીએ તો વહેવાર બહારના કહેવાઈએ, નગુણા કહેવાઈએ.

આજે આટલું જાણીને એનો અમલ કરવા પ્રયત્ન કરીશું, આચરણમાં મૂકવા પ્રયત્ન કરીશું. સત્યધર્મગુરુદેવકી જય.

(૩) સદ્ગુરુ મિલે સુનાર

(તા. ૨-૫-૨૦૧૦, રવિવાર)

સૌનું સ્વાગત. સૌને અભિનંદન. વર્ષો સુધી માણસ ગુરુસંતોના સંગમાં રહે તોયે કંઈ ફરક પડતો નથી. કોઈમાં તો બિલકુલ ફરક પડતો નથી. કોઈમાં થોડો ફરક પડે છે અને કોઈમાં ઘણો બધો ફરક પડે છે. એના અનુસંધાનમાં અનુભવીઓએ કહ્યું છે કે -

પારસમણિ કે સ્પર્શ સે કંચન ભયી તલવાર,
તુલસી તીનો ના ગયે, ધાર, માર, આહાર.

લોઢાની તલવારને પારસમણિનો સ્પર્શ થયો અને તે સોનાની થઈ ગઈ. પણ એનાં ધાર, માર અને આકાર ગયાં નહીં, એનાં એ જ રહ્યાં ! તલવાર લોઢાની મટીને સોનાની થઈ ગઈ. એના લોહત્વને પારસમણિએ સોનાનું કરી નાખ્યું, પણ એનાં ધાર, માર અને આકારમાં કંઈ ફરક પડ્યો નહીં. એમ માણસ પણ પોતાનો ગુણધર્મ, સ્વભાવ છોડતો નથી. એટલે અનુભવીઓએ કહ્યું છે કે -

હરદમ હથોડી હાથ ધરી સદ્ગુરુ મીલે સુનાર

કામ-ક્રોધ કો કૂટી મારે કર દે આપ સમાન

પારસમણિ તો બીજું કંઈ ના કરી શક્યો, તલવારને સોનાની બનાવી દીધી. ગમે ત્યારે સ્પર્શ થઈ ગયો અને એટલો લાભ મળી ગયો. સોનાની થઈ ગઈ.

પણ ‘‘હરદમ હથોડી હાથ ધરી’’ ઘાટ ઘડતાં-ઘડતાં, રોજેરોજ ટપારતાં-ટપારતાં, ક્યારેક ક્યારેક કે પ્રસંગોપાત - એમ નહીં, પણ હરદમ હથોડી હાથ ધરી. જેમકે, ઘસત ઘસત રાસડિયા પથર પર કરત નિશાન.

એમ સદ્ગુરુ મળી જાય તો રોજેરોજ થોડું થોડું સાંભળતાં સાંભળતાં અને એ પ્રમાણેનું આચરણ કરતાં કરતાં ક્યારેક એવો સમય આવી જાય કે, ગુરુ શિષ્યને ‘‘કર દે આપ સમાન’’. તલવારને માગ સોનાની જ બનાવી દે એમ નહીં, પણ પારસમણિ બનાવી દે.

સદ્ગુરુ અને સત્સંગની આટલી મોટી મહત્તા છે. આપણી ચાલુ ભાષામાં કહ્યું છે ને કે, ‘‘નત્ય વળી’’ નત્ય એટલે નિત્ય. રોજેરોજ જે કંઈ થાય તેની ઘણી મોટી મહત્તા છે. રોજેરોજ જે કામ થાય તે ઘણું મોટું છે.

પતંજલિમુનિએ યોગશાસ્ત્રમાં આજ વાત સંસ્કૃત ભાષામાં સમજાવી છે :

॥ સ તુ દીર્ઘકાલનૈરંતર્ય સત્કારા સેવિતો દંઢભૂમિઃ ॥

ભાવાર્થ : લાંબા સમય સુધી, અખંડપણે અને આદરપૂર્વક પાલન કરવાથી (અભ્યાસ) પરિપક્વ થાય છે.

દીર્ઘકાળ સુધી, લાંબો સમય સુધી - વચ્ચે અંતર પાડ્યા વગર અને સત્કારપૂર્વક - ભાવપૂર્વક અભ્યાસ કરીએ તો તે પરિપૂર્ણ થાય. જે કંઈ કરીએ તે લાંબો સમય સુધી તો ખરું જ, અને નિરંતર કરીએ તે પણ ખરું, પણ એ બધું ભાવપૂર્વક થવું જોઈએ - પ્રેમપૂર્વક થવું જોઈએ. આ સવારે વહેલા ઊઠવું પડ્યું એટલે પાંચ વાગે ઊઠ્યા. નાહવું જોઈએ એટલે નાહ્યા, ને પછી ધ્યાનમાં બેઠા કે પૂજામાં બેઠા. એમ નહીં. રાત્રે સૂતી વખતે જ નક્કી કરી લઈએ કે ક્યારે સવાર પડે ને ઊઠી જાઉં! ક્યારે સવાર પડે ને ઊઠીને નાહી-ધોઈને પૂજામાં બેસી જાઉં કે ધ્યાનમાં બેસી જાઉં ! એવો ભાવ થવો જોઈએ, એવી લાગણી રહે તો એને કહેવાય સત્કારા સેવિતો દંઢભૂમિઃ

આપણા નૈષઠ્યભાઈને આ સૂત્ર બહુ જ ગમતું.

તો આમ યોગની ભાષામાં કહેવાયું : સ તુ દીર્ઘકાલનૈરંતર્ય સત્કારા સેવિતો દંઢભૂમિઃ.

આપણી ભાષામાં કહેવાયું :

પારસમણિ કે સ્પર્શ સે ક્યંચન ભયી તલવાર તુલસી તીનો ના ગયે ધાર, માર આકાર

હરદમ હથોડી હાથ ધરી સદ્ગુરુ મીલે સોનાર કામ, કોષ કો કૂટી મારે કર દે આપ સમાન.

હવે તો આપણી પાસે કોમ્પ્યુટર પણ છે. એમાંથી રહીમ કે દોહા, કબીર કે દોહા અને ગુરુનાનકનાં પદો - બધું મળી જાય છે. આખેઆખા પુસ્તકસ્વરૂપે પણ મળી જાય. કબાટમાંથી પુસ્તક ગોતવું ના પડે. કંઈ જોઈએ તો કોમ્પ્યુટરમાંથી મળી જાય. કોમ્પ્યુટરમાં બધું જ છે. જેને જે જોઈએ તે લઈ લે. કોને શું જોઈએ છે તે એણે પોતે નક્કી કરવાનું.

તો આજે આપણે આ ગુરુસંતો સાથે કેવી રીતે રહેવું જોઈએ, શું પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ તો એમની સાથે રહ્યા તે સાર્થક થયું કહેવાય એ બધી વાતો તમે સાંભળી. તેના ઉપર વિચાર કરજો, તેને આચરણમાં મૂકવાનો પ્રયત્ન કરજો.

સત્યધર્મગુરુદેવકી જય. ઓમ્ નમઃ પાર્વતીપતયે હર હર મહાદેવ... હર...!

(૪) મહામૂલો મનુષ્ય જન્મ

(તા. ૯-૫-૨૦૧૦-૨વિવાર)

સૌને વંદના, અભિનંદન, આશિષ. સત્યધર્મગુરુદેવકી જય.

મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત કરીને શું કરવાનું હતું ? ચોર્યાસી લાખના ચક્કરમાંથી નીકળી જવાનું હતું. એટલે એના માટે જો કંઈ પ્રયત્ન ના કર્યો, તો આપણો મનુષ્યજન્મ એળે ગયો કહેવાય. અને એટલા માટે આવા કાર્યક્રમો ગોઠવવા જોઈએ, એમાં રસ લેવો જોઈએ, એમાં હાજરી આપવી જોઈએ. ગુરુસંતો પાસે બેસીને આપણા કલ્યાણની વાતો સાંભળવી જોઈએ.

હમણાં અમેરિકાથી ગોપાલભાઈ અને પૂર્વીબહેનનો ફોન આવ્યો હતો. કહે કે, ગુરુજી ! મે મહિનો ચાલે છે. અમદાવાદમાં બહુ જ ગરમી પડતી હશે. બાપુને થોડો ટાઈમ અમેરિકા બોલાવીએ. અહીંયાં ગરમી ઓછી લાગે. અમે કહ્યું : ભાઈ ! તમારી ભાવના ઘણી સારી છે. આપણા અનિલભાઈ પ્રજાપતિ અમને ઘણો આગ્રહ કરે છે. એમણે હિમાલયમાં જોષીમઠ પાસે હોટેલ લીધી છે. અને અમને કહે કે, બાપુ ! ત્યાં પધારો. આપણે

અમદાવાદથી પ્લેનમાં જઈશું અને ત્યાંથી હેલિકોપ્ટરમાં હોટેલના સ્થળે જઈશું.

એમને પણ અમે એ જ કહ્યું કે, અમારી ઉંમર ૮૨ વર્ષ જેટલી થઈ. ઘરની બહાર નીકળવાનું ઓછું બને. તમા બધા ભક્તો-પ્રેમીઓ ગુરુસંતો તરફ આટલો અઢળક પ્રેમ રાખો છો તે સારી વાત છે. ગુરુપ્રેમ-ગુરુનિષ્ઠા હોવાં એ મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવા માટે ખૂબ જરૂરી છે, ખૂબ ઉપયોગી છે.

આ આખી દુનિયા ગુણ અને દોષથી ભરેલી છે. સદ્ગુણીએ તો શું પ્રભાવ કરવાનું?

કબીરા તેરી ઝોપડી ગલકઢેકે પાસ

કરેગા સો ભરેગા તું ક્યો ભયા ઉદાસ?

કબીર સાહેબ કહે છે કે, કબીરા તેરી ઝોપડી - તારું ઘર, તારો નિવાસ - ગલકઢેકે પાસ - કસાઈઓની નજીક છે. કસાઈઓની પગેશમાં તું રહે છે એટલે રોજરોજ

જે હિંસા થાય છે તે તારે જોવી પડે છે અને તું દુઃખી દુઃખી થઈ જાય છે, ઉદાસ થઈ જાય છે. આ તો રોજનું થઈ ગયું. તારા સમજાવવાથી પણ એ લોકો ન સમજે તો, તારે ઉદાસ થવાની જરૂર નથી, તે તારું કર્તવ્ય પૂરું કર્યું.

વિષ અમૃત ગુણદોષમય વિશ્વ કિન્હ કિરતાર

સંત-હંસ ગુણ પય પીવ પરહરી વારિ વિકાર

સદ્ગુણીએ તો ગુણ-દોષથી ભરેલી આ દુનિયામાંથી સારું-સારું લેવાનું, સારું સારું પ્રહણ કરવાનો પ્રયત્ન કરવાનો, બાકી તો 'કરેગા સો ભરેગા' એવો ભાવ રાખવાનો.

આજે પુરુષોત્તમ મહિનાનો છેલ્લો રવિવાર. જેટલું સાંભળ્યું તેનો અમલ કરીએ, આચરણમાં મૂકીએ તો વધુમાં વધુ લાભ થાય.

સત્યધર્મગુરુદેવકી જય.

જ્યાં સુધી પ્રાણવાયુ સુષુપ્તજ્ઞાના માર્ગમાં પ્રવેશે નહીં, અને પ્રાણવાયુના દૃઢ બંધનથી બિંદુ સ્થિર ન થાય, તેમજ જ્યાં સુધી ચિત્ત ધ્યેયાકાર વૃત્તિવાળું ન થાય ત્યાં સુધી 'મને જ્ઞાન થઈ ગયું છે' એમ કહેવું તે દંભ છે, મિથ્યા પ્રલાપ છે.

(હ.પ્ર.) - વર્ષાભિનંદન-૧૯૮૦)

★ ★ ★

મૃત્યુ સમયે સૌ રડે છે, તો તો જન્મસમયે પણ રડવું જોઈએ. કારણ કે જન્મ મૃત્યુ માટે છે અને મૃત્યુ જન્મ માટે છે. તાત્વિક દૃષ્ટિએ જોતાં જન્મ-મૃત્યુ બંને સમયે રડવું જોઈએ. જે જન્મ પછી મૃત્યુ ન હોય અને જે મૃત્યુ પછી જન્મ ન હોય, ખરેખર તો તે જ હસવાનો પ્રસંગ કહેવાય.

-યોગભિક્ષુ

★ ★ ★

વસ્સાદ ગમે ત્યાં વરસે, તે અનેક અને અનંત રૂપે સમુદ્રમાં પહોંચી જાય છે. તેવી જ રીતે ગુરુસંતોને કરેલા શ્રદ્ધાપૂર્વકના નમસ્કાર સાક્ષાત્ પરમાત્માને પહોંચી જાય છે. તેમની (ગુરુસંતોની) કરેલી સેવા અને સમર્પણ પરમાત્માને પહોંચી જાય છે.

-યોગભિક્ષુ

★ ★ ★

જેટલી ઝડપથી ટેકરીની ટોચે ચઢી જઈએ છીએ તેટલી જ ઝડપથી નીચે ઊતરવાનું આવે છે. તે જ પ્રમાણે જેટલી ઝડપથી ભૌતિક શોધો રૂપી ટેકરી પર પહોંચી જઈશું તેટલી જ ઝડપથી નીચે ઊતરવાનું આવશે.

-યોગભિક્ષુ

સાચી સમજણની વાતો

સંકલન : પ્રવીણભાઈ શાહ

(૧) સમય મારો સાધજે...

તારીખ ૪ એપ્રિલ ૨૦૧૦ને રવિવારના રોજ હનુમાન જયંતી નિમિત્તે એક કાર્યક્રમ નારણપુરામાં ઊજવાયો. કાર્યક્રમની શરૂઆતમાં ડોક્ટર સદ્ગુરુ સમર્પણ ત્રિશુલજીએ દમાભાઈ અને કંચનબહેનને 'સમય મારો સાધજે વા'લા' ભજન ગાવાનું કહ્યું.

સમય મારો સાધજે વા'લા, કરું હું તો કાલાવાલા
અંત સમય મારો આવશે જ્યારે, નહીં રહે દેહનું ભાન... ભાન
એવે સમય મુખે તુલસી દેજો, દેજો યમુના પાન... પાન

શ્યામ સુંદર તારીઝાંખી કરીને, ભક્તો છોડે પ્રાણ... પ્રાણ
સમય મારો સાધજે વા'લા, કરું હું તો કાલાવાલા.

ડોક્ટર ત્રિશુલજીએ કહ્યું : દમાભાઈનાં બા - સંતોકબાને આ ભજન ખૂબ ગમતું. આજથી લગભગ ૨૫-૩૦ વરસ પહેલાં પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ ગામડે સત્સંગ કરવા પધારે ત્યારે રાતના વાણુપાણી કરીને પછી ભજનમંડળી જામે. એક પછી એક તળપદી ભજનોની રમઝટ બોલે. ઢોલક હોય, મંજીરા હોય, ક્યારેક હાર્મોનિયમ પણ હોય. એવી મજા આવે! પૂ. સંતોકબાને ભજન ગાવાનું કહેવામાં આવે ત્યારે આ જ ભજન ગાય : સમય મારો સાધજે વાલા...

ભજનના બોલ જ કેવા સૂચક છે! માણસનું મૃત્યુ તો નિશ્ચિત છે. જે જન્મ્યો તેનું મૃત્યુ તો થવાનું જ... પણ એ મૃત્યુ કઈ ઘડીએ આવશે તેની ખબર નથી! કોઈનાય મરણની તિથિ- તારીખ-વાર-ઘડી કે પળની કોઈનેય ખબર હોતી નથી. અંત સમયે શું થશે, શરીર કેવી રીતે છૂટશે કે કઈ ક્ષણ અંતિમ હશે તેની કોને ખબર છે?

એક દિવસ ગોવિંદપુરામાં આવી રીતે ભજનોની પૂન ચાલતી હતી; વિકલભાઈને ત્યાં ચોકમાં ૨૦-૨૫ માણસો ભેળાં થયાં હતાં; શ્રી ગુરુદેવ પણ બિરાજેલ હતા. સંતોકબાએ ભજન ઉપાડ્યું : સમય મારો સાધજે વાલા...

અને ભજન ગાતાં ગાતાં તેઓ ભાવવિભોર થઈ ગયાં. ગુરુદેવની કૃપા આને કહેવાય! છેલ્લો સમય આપણને માયામાં ન રાખે. માયાની બહાર લઈ જાય. આપણી વાસના અધૂરી ના રહી જાય. આપણી અંદરની ઈચ્છાઓ અંદર ને અંદર અટવાઈ ના રહે. કારણ કે પછી તો એ વાસનાઓ પૂરી કરવા માટે જીવ ભટક્યા કરે, સદ્ગતિ ના થાય.

આપણી પાસે આપણા ગુરુજીની છત્રછાયા છે જ. આપણે પૂજ્ય ગુરુદેવશ્રીને વિનંતી કરીએ કે, જ્યારે અંતઘડી આવે ત્યારે એમનું જ સ્મરણ રહે. એમની સ્થૂળ કે સૂક્ષ્મ હાજરી રહે.

આપણા ઓમ્ પરિવારમાં શ્રી લાખાણીભાઈ ગુરુજીના ખૂબ જ પ્રેમી હતા. અમારા પેશન્ટ હતા. ઉંમર ખાસી થઈ હતી. અગાઉ બે વખત હાર્ટ એટેક આવી ગયા હતા. છેલ્લે જ્યારે દવાખાનામાં દાખલ કર્યા ત્યારે અમે તેમની સાથે હતા. છાતીમાં અસહ્ય દુઃખાવો થતો હતો. તેમણે મને કહ્યું કે, ડોક્ટર, છાતીમાં સખત દુઃખે છે - સહેવાતું નથી. ત્યારે અમે કહ્યું કે, દવાઓ તો ડોક્ટરે બધી આપી જ છે. બીજું તો આપણે શું કરી શકીએ? બની શકે તો આપણા ગુરુજીને યાદ કરો. એમણે આપણને ઓમ્ ગુરુ ઓમ્નો મંત્ર આપ્યો છે તેનું રટણ કરો. મનને થોડું કાઠું કરો અને ઓમ્ ગુરુ ઓમ્નો મંત્ર બોલો. તેમણે મંત્ર બોલવાનું ચાલુ કર્યું: ઓમ્ ગુરુ ઓમ્... ઓમ્ ગુરુ ઓમ્... ચાર કે પાંચ વખત બોલ્યા અને શરીર છૂટી ગયું!

(૨) પુરુષાર્થ

હનુમાન જયંતીના કાર્યક્રમમાં પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવે કેટલીક ઉપયોગી વાતો કરી. આપણા યોગેશભાઈનો બાબલો - દર્શન, અમારી સાથે એણે અહીં કાર્યક્રમમાં આવવાનું હતું. અમે સવારે તૈયાર થઈને અહીં આવવા નીકળ્યા ત્યારે એ તો હજુ ઊઘતો હતો. આપણા આ કાર્યક્રમ કરતાં સવારની મીઠી નીંદર તેને વધારે સારી લાગી! એનાં

મમ્મી તો અહીં આવી જ ગયાં છે.

આપણા અનિલભાઈ પ્રજાપતિ રોજ સવારે પાંચ વાગ્યે ઊઠી જાય. એમના માથે કેટલી બધી જવાબદારીઓ છે. ખાવામાં પણ ખૂબ સંયમી. મગના ખાખરા અને મગનું પાણી. વચમાં શરીર ખૂબ જ વધી ગયું હતું. સંયમ-નિયમથી રજાકિલો વજન ઉતાર્યું. આ બધું એમની ખુશામત કરવા માટે નહીં, પણ બીજાઓને પ્રેરણા મળે એટલા માટે કહી રહ્યા છીએ. ભગવાને તો આપણને ઘણુંબધું આપી દીધું છે. પન-દોલત-તંદુરસ્તી હવે એનો સદ્ઉપયોગ કરવો એ આપણા હાથની વાત છે. ભગવાન કંઈ હાથ જાલીને ના કહે કે, તું આ કર, તારે આ કરવાનું અને આટલી આટલી પ્રવૃત્તિઓ કરવા છતાંયે રહેવાનું તો જળકમળવત્! તંદુરસ્તી જળવાઈ રહે એની કાળજી પણ રાખવાની. કામના બોજા હેઠળ તબિયત બગડે તે પણ ના ચાલે. એક તંદુરસ્તી લાખ નિયામક ગમે તેટલું હોય તે શું કામનું? માટે તંદુરસ્તી એ જ મોક્ષ એ વાત બચાવર સમજી લેવાની અને તંદુરસ્તી જાળવવા માટે જે કંઈ ત્યાગવું પડે તેને ત્યાગ કહેવાય અને જે છોડવું પડે એ તપ કહેવાય.

શ્રી ગુરુદેવે વાત આગળ ચલાવતાં કહ્યું કે, આજે તમને સૌને બીજી એક વાત કરવાની છે. હમણાં અમે કોમ્પ્યુટર શીખવાનું ચાલુ કર્યું છો! (કોઈએ તાળી તો પાડી નહીં!... બધાએ તાળીઓ પાડીને શ્રી ગુરુદેવની વાતને વધાવી લીધી.) નાનું નોટબુક જેવું કોમ્પ્યુટર છે. (૨૨૨ જીબી) અને અમે એ શીખી રહ્યા છીએ ત્રણચાર ભક્તો અમને શીખવવા માટે આવે છે. અમને ટ્યૂશન આપે! આ એક પ્રકારનું સાત્ત્વિક મનોરંજન કહેવાય! નવું નવું જાણવાનું મળે - નવું નવું શીખવાનું મળે અને સમય પણ પસાર થઈ જાય. અનુકૂળતા પ્રમાણે રોજ બે કલાક, ત્રણ કલાક કે ક્યારેક ચાર કલાક બેસીએ. સમય ક્યાં પસાર થઈ જાય તેની ખબર જ ના પડે. થોડા સમય પછી ઈન્ટરનેટ લેવા અંગે પણ વિચાર્યું છે.

ડોક્ટરસાહેબનો નાનો દીકરો જિગર. એ બધી બાબતોનો નિષ્ણાત. દરરોજ નારણપુરાઈની ખાસ આવે. અમારી રૂમમાં અમે અમારી ખુરશીમાં બેસીએ. સામે એક ટેબલ ઉપર કોમ્પ્યુટર શીખીએ. જિગરભાઈ ઊભડક પગે

બેસીને કોમ્પ્યુટર ઓપરેટ કરે કે ઓપરેટ કરવા અંગેની અમને સૂચનાઓ આપે. અમે કહીએ : ભાઈ! આમ તો તું થાકી જઈશ. આ નાનકડું સ્કૂલ છે તેના ઉપર બેસ, જેથી તને કામ કરવાની સુગમતા રહે. પણ કોઈ હિસ્સાબે એ સ્કૂલ ઉપર બેસે જ નહીં. ગુરુજીના સામે સ્કૂલ ઉપર કે ઊંચા સ્થાને ના બેસાય એટલી આમન્યા - એટલી મર્યાદા રાખે. મારી રૂમમાં હું પંખો બંધ રાખું - મને શરદી ના થાય એટલા માટે. એટલે એને પરસેવો ચાલુ થઈ જાય. એક હાથમાં ફોન હોય, એક હાથ કોમ્પ્યુટરની ચાવીઓ ઉપર ફરતો હોય, એક ફોન કાને માંડેલો હોય, મોઢેથી સૂચના આપતો હોય - આમ કરો - અહીં કનેક્ટ કરો, વચ્ચે વચ્ચે પરસેવો લૂછતો હોય. એક સાથે કેટલાં કામ કરવાનાં! ચતુર્ભુજ થઈ જાય! એક તો દૈવ્યણિયા ભેર બેઠો હોય એટલે હનુમાન આસના! અને પાછું ચતુર્ભુજ! કેવું કહેવાય?

ઈન્ટરનેટનું કનેક્શન બરાબર લાગી ગયું એટલે ઈન્ટરનેટ પર અમેરિકામાં ડોક્ટર કાન્તિભાઈ પટેલ સાથે વાત કરી. દેખાય પણ ખરું અને વાત પણ થાય. કેવો આનંદ થાય. કેટલું આશ્ચર્ય થાય! ગુજરાતીમાં અમે આને દશ્ય-શ્રાવ્ય-ક્રિયાત્મક એવું નામ આપ્યું.

આ બધી વાતો આપણે શા માટે કરીએ છીએ? આપણને પ્રેરણા મળે, આપણા બાળકોને પ્રેરણા મળે. જિગરભાઈના નિમિત્તે બીજાઓ પણ તૈયાર થાય. બીજાઓને પણ કામની ધગશ થાય!

પુરુષાર્થ કો કરો સદા નર, કર્મ કર્મ તૂ ક્યા ગાવે?
એસી વસ્તુ નહીં દુનિયા મેં, પુરુષાર્થ સે નહીં પાવે?
કર્મન કી બાત જો વેદ-પુરાણ મેં ગાઈ હું
વહ તો મન કી સોચ-ફિકર કરે રોકન કો સમજઈ હું
તુમરે કારન પરમાત્માને બાગ-બગીચા બનાયા હું
કિસમ કિસમ કે ફૂલ ફૂલ સે બહુત ખૂબ સજાયા હું
પુરુષાર્થ કો કરો સદા નર, કર્મ કર્મ તૂ ક્યા ગાવે?
એસી વસ્તુ નહીં દુનિયા મેં, પુરુષાર્થ સે નહીં પાવે?

(૩) સ્વાધ્યાય-સત્સંગ એ પણ તપ જ છે.

ઉમરેકમાં ચૈત્ર સુદ-૧૧ના રોજ હોમ-હવનનો એક કાર્યક્રમ જયશ્રીબહેનને ત્યાં થયો. તેમનાં માતૃશ્રી

સ્વ. સુશીલાબાના જન્મદિવસ નિમિત્તે ઘરમાં હવન કર્યો હતો. પૂજ્ય શ્રી ગુરુદેવે અમદાવાદથી ફોન પર આશીર્વાદ આપ્યા હતા.

પૂજ્યશ્રીનાં આશીર્વચન : ઉપસ્થિત સૌ ધર્મપ્રિમીઓને વંદન-અભિનંદન-આશિષ. તમારાં માતૃશ્રી ઘણાં વરસોથી સત્સંગમાં જોડાયેલાં હતાં. આપનું આખું કુટુંબ પણ સત્સંગથી તરબોળ છે. જેમ સાકર તેનો ગુણધર્મ છોકતી નથી, તેમ તમે બધા પણ સત્સંગમાં ખૂબ જ રંગાયેલા રહો છો.

આજે એકાદશી છે. એકાદશી અને અગિયારશમાં ઘણો ફરક છે. અગિયારસ એટલે અગિયાર રસ પેટમાં નાખીને ઉપવાસ કરવાનો. જ્યારે એકાદશી એટલે પાંચ કર્મેન્દ્રિયો + પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો + એક મન એ અગિયાર ઉપર કાબૂ મેળવવાનો. એકાદશીમાં ફક્ત એક જ વાર ફળ ખાઈને કે સાહુ ફરાળ કરીને વ્રત કરવાનું. આ પણ એક પ્રકારનું તપ છે.

હમણાં શિવરાત્રી નિમિત્તે ઉમરેઠમાં આપણા ઓમ્ પરિવારનો એક કાર્યક્રમ થયો હતો. ત્યારે ડાકેરવાળા મહારાજે કહેલું કે, પૂજ્ય ગુરુદેવની ગેરહાજરીમાં પણ તમો સૌ આવો સસ્સ કાર્યક્રમ કરી શકો છો એ જ આપ સર્વેની તપસ્યા બતાવે છે.

ભરબપોરે હોમ-હવન કરવો, ઉપરથી સૂર્યની

ગરમી તેમજ સામે યજ્ઞકુંડની ગરમી, આવી ધોમધખતી ગરમીમાં ધુમાડામાં બેસીને હોમ-હવન કરવો એ કંઈ સહેલું નથી. કેટકેટલી મુશ્કેલીઓ સહન કરવી પડે! એ પણ એક પ્રકારનું તપ જ છે.

આપ સર્વે સ્વાધ્યાય-સત્સંગ કરો છો તે પણ આ મોટું તપ છે. તમારો માતાપિતા અને તમારું આખું કુટુંબ વરસોથી સત્સંગ કરતાં આવેલ છો અને તમે બધાંએ પણ તેમની જ રાહ પકડી લીધી છે. જે તપ નહીં તો બીજું શું? આ બધું પરમકૃપાળુ પરમાત્માની દયા હોય તો જ થઈ શકે.

અમે સ્થૂળ રીતે હાજર રહી શકતા નથી, પણ સૂક્ષ્મ રીતે આપની પાસે હાજર છીએ જ.

આ અમે જે કંઈ બોલ્યા એ પરમાત્માની કૃપાથી બોલ્યા. બાકી અમો શું બોલ્યા એ અમોને યાદ પણ નથી. તમોએ ટેપ કે કેસેટ મૂકેલી હોય તો અમે શું બોલ્યા તે સાંભળી શકાય.

આપણા મહેન્દ્રભાઈ પટેલ અમને, અમારી દવાઓ આપવા અત્રે આવ્યા હતા અને અનાયાસે જ અમને આ બધી વાતો સાંભળવાનો લાભ મળ્યો. “જબ રઘુનાથજી કૃપા કરે તો ખડી ખડી હલાવે કાન!” એમણે આ બધું લખી લીધું છે. સાત્યધર્મગુરુદેવકી જય. ઓમ્ નમઃ પાર્વતીપતયે હર હર મહાદેવ... હર.

આ સંસારમાં આત્મસાક્ષાત્કારને વધુ મૂલ્યવાન ગણવામાં આવે છે, પરંતુ મારી માન્યતા એથી જુદી છે. મારી માન્યતા પ્રમાણે જીવનમાં ગુરુદેવનું પ્રાપ્ત થવું એ જ આત્મસાક્ષાત્કાર છે. તેથી મનુષ્યજીવનમાં વધુમાં વધુ ક્રીમતી ગુરુદેવની પ્રાપ્તિ છે.

- ગુરુપ્રેમભિક્ષુ (દિવાળી - ૧૯૮૦)



દિવાળીમાં ફટાકડા તો ખૂબ ફૂટશે. ચોમાસામાં દૂષિત થયેલા વાતાવરણને ફટાકડાના ભયંકર ધ્વનિઓ તથા તેની તીવ્ર ગંધ પરિશુદ્ધ કરશે. પણ અનાહત ધ્વનિ સિવાય અંદરના વાતાવરણને સંશુદ્ધ અને સુગંધમય કોણ કરશે કે જે અનંતકાળથી ‘તારું-મારું’ના ઉગ્ર કીટાણુઓથી ખદબદીને ગંધાઈ ઊઠ્યું છે.

આંતર-જ્ઞાનજ્યોત અને આંતર-ધ્વનિ વિશે આપણે કદી વિચાર નથી કર્યો તે અતિદુઃખદ આશ્ચર્ય છે!

- યોગભિક્ષુ

॥ तस्य वाचकः प्रज्ञवः ॥

श्रद्धांजलि

प्रति

मेनेजरश्री -

श्री पुनितधाम, रतनपुर, राजकोट

प.श्री. दादाश्री लालशंकर शुक्लजीना
देहविसर्जनથી કલ્યાણકારી કાર્યકર્તાઓ માટે એક ન પુરાય
તેવી ખોટ પડી ગઈ છે. દંતચિકિત્સા ક્ષેત્રે તેમનું પ્રદાન
અભૂતપૂર્વ હતું. માત્ર માનવોના જ નહીં, પરંતુ તેઓશ્રી
જીવમાત્રના સક્રિય હિતેચ્છુ હતા.

તેઓશ્રીએ આદરેલાં અને અધૂરાં રહેલાં તમામ
કલ્યાણકારી કાર્યોને પૂર્ણ કરવા આપણે તન-મન-ધન અને
વિચારી-વાણી-વર્તનથી પ્રમાણિક પ્રયત્ન કરીને જ
તેઓશ્રીને દિવ્ય શ્રદ્ધાંજલિ, પ્રેમ-પુષ્પાંજલિ આપવાનો
લહાવો લઈ શકીએ.

વંદન

અભિનંદન

આશિષ

યોગભિશુ

આધ્યાત્મિક વડા

ઓમ્ પરિવાર

અમદાવાદ

પત્રાંશ

(૧)

સમસ્ત ઓમ્પરિવારનાં ભાઈઓ-બહેનો,
આપની પત્રિકા અને 'રૂતમ્બરા' બરાબર
વાંચતો રહી સંપર્કમાં રહું છું. પૂ. ગુરુદેવને સ્નેહવંદન
પાઠવશો.

મનું પંડિતના વંદન

(૨)

॥ શ્રી હરિ: ॥

સુકલ મનોરથ હોઉ તુમ્હારે

પ્રિય સ્વજન,

જયશ્રી કૃષ્ણ

આપકે યહાં હો રહે મંગલ પ્રસંગ પર હાર્દિક

અભિનંદન ઔર હૃદય કી શુભકામના.

આશિષ

ભાઈ.

(રમેશભાઈ ઓઝા - ભાઈશ્રી)

પોરબંદર-સૌરાષ્ટ્ર

જીવન પાથેય

યુવાનીનો લ્હાવો

યુવાનીમાં અમેરિકા જેવા દેશમાં રહેવા મળે એ એક લ્હાવો ગણાય. કેમકે અમેરિકા અતિ પરિશ્રમ
કરનારો દેશ છે. યુવાનીમાં કાંઈક કરી છુટવાની - ખૂબ પરિશ્રમ કરવાની તંમત્રા હોય છે. એ તંમત્રાને 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 લઈ-લઈને યુવાની ધાકી-કંટાળી-ઉભી ગઈ હોય છે. તે વખતે તેને ઠરેલ આધ્યાત્મિક વાતાવરણમાં
રહેવાની ભૂખ પણ હોય છે. તે બધું ભારત દેશ જ પુરું પાડી શકે. તેથી પચાસ વર્ષની ઉંમર પછી ભારતમાં રહેવા
મળે તો તે મહાસદ્ભાગ્યની નિશાની ગણાય.

- યોગભિશુ

जीश्वर का बोधक (नाम) प्रणव/ओम् है ।



(समाधिपार के घुमों का माषानुवाद)

- (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 ।

● द्रस्टना उद्देशो :-

(१) सर्वव्यापक परम सूक्ष्म चेतन तत्त्व के जेनुं नाम प्रणव (ओम्-ॐ) छे तेनी प्रतीति ञहुवनसमाजने कराववा प्रयत्न करवो. (२) 'योग'नो प्रचार, प्रसार अने संशोधन करवा प्रयत्न करवो. (३) समाजनुं नैतिक धोरण छियुं लाववा माटे आध्यात्मिक ज्ञाननो साहित्य द्वारा प्रचार अने प्रसार करवानो प्रयत्न करवो. (४) आ उपरांत 'अहुवनहिताय-अहुवनसुभाय'ने लगता कार्यों जेवां के केजवणी, तनीनी सारवार वगेरे करवा माटे प्रयत्न करवो.

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

આંધ્રસંસ્થાનક તથા આર્યાભિક્ષુ વસી

પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી

PRINTED & PUBLISHED BY :-

Dr. S.S. Bhikshu for

AUMGURURU PREMSAMARAPANDHYANBHIKSHU PARIVAR TRUST
(Reg. No. E/4416 Date 11-5-81)

From :- 3/B, Palladnagar Society, Nararpura, Ahmedabad
Printed at : Shree Graphics, Navrangpura, Ahmedabad.

Hon. Editor : Naishadh Vyas

I.T. Exe. DIT(E)/80G(5) / 252 / 2008-09 (Up to MARCH 2009)

લવાજમ દર :-

ત્રિવાર્ષિક સભ્ય (ભારતમાં) ... રૂ. ૧૦૦-૦૦
આજીવન સભ્ય (ભારતમાં) ... રૂ. ૫૦૦-૦૦
વાર્ષિક સભ્ય (પરદેશમાં) ... રૂ ૧૫.૦૦
આજીવન સભ્ય (પરદેશમાં) ... રૂ ૧૫૧.૦૦

લવાજમ મોકલવાનું તથા
"રતબ્બરા"ને લગતો પત્રવ્યવહાર
કરવાનું સ્થળ :-

- (૧) ડૉ. સોમાભાઈ એ. પરેલ
૩/બ, પલિયડનગર
સેન્ટ એવિયર્સ હાઇસ્કૂલ રોડ,
નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩
- (૨) નૈપથભાઈ સી. વ્યાસ
"સ્વાત્રય",
૩, ગંગાધર 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 વ્યવસ્થાપત્રોને અંક મોકલવામાં સરખતા રહે.

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



LL-1448 SS
PUBLIC LIBRARY
AT & PO : DAVARA
TA : PODEL
VADODARA

