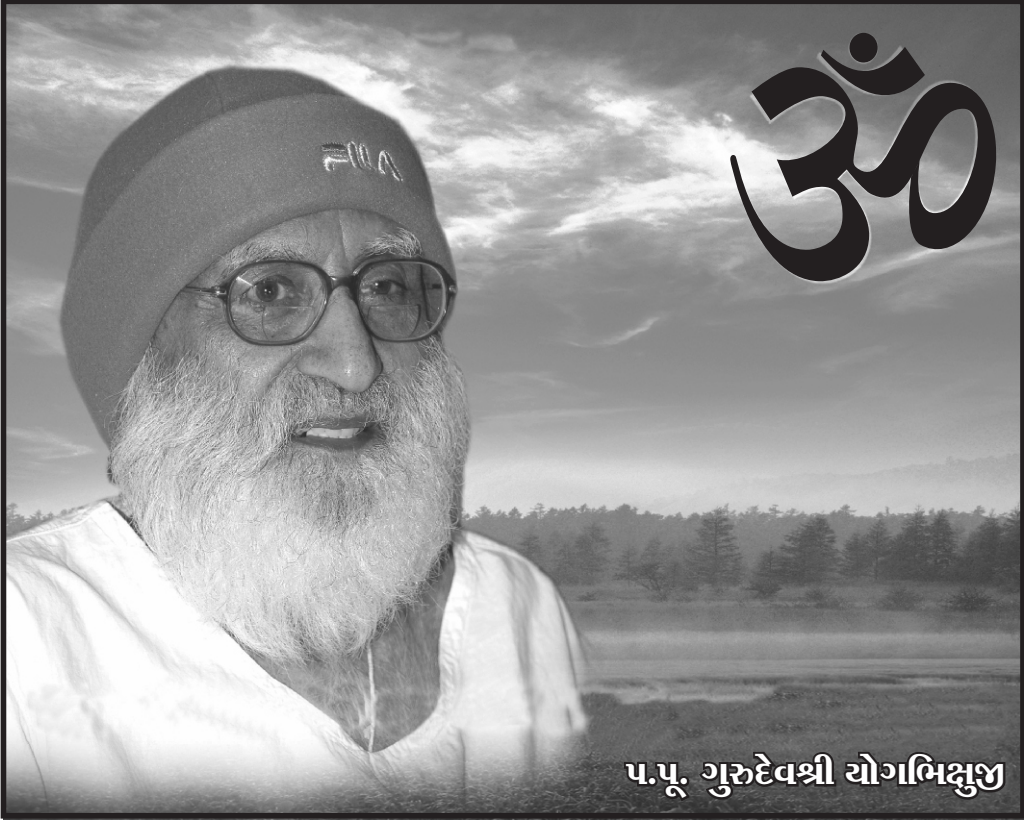


ॐ

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

रुतम्भरा

आत्मनो हिताय जगतः सुभाय



प.पू. गुरुदेवश्री योगभिक्षुञ्ज

वर्ष - 31 (जुलाई, अगस्त, सप्टेम्बर)

VOL - XXXI 2015-16

ISSUE-I

मानद तंत्री : नेषध व्यास

संकलन : डॉ. स. स. भिक्षु

‘योग’ भिक्षा लावीओ, ‘भिक्षु’ जनी गुरुद्वार;
मुमुक्षु जउर पामशे, सौतो मुजमां भाग.

ઘરમાં મંદિર

હરેશભાઈ દમાભાઈ પટેલ - કેનેડા



રામ દરબાર

પ્રથમ દર્શન કરે અને આરતી-પ્રાર્થના-જપ વગેરે-તેમને જે ઠીક લાગે તે કરે એટલે અમારા મનથી પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થઈ ગઈ. એટલે જો આપ સ્વીકૃતિ આપતા હો તો અમે મૂર્તિઓ લઈને આપના ત્યાં આવીએ.” એટલે ગુરુજીએ સહર્ષ સ્વીકૃતિ આપી દીધી. થોડા સમયમાં તેઓ સૌ મૂર્તિઓ લઈને ગુરુજીના ત્યાં આવી ગયા. ગુરુજીના રૂમમાં એક ટિપાઈ ઉપર લાલ સ્થાપન પાથરીને મૂર્તિઓને પધરાવી. તેમનાં ચરણોમાં ફૂલ ઈત્યાદિ ચડાવ્યાં. પછી થોડીવાર બધાએ ભેગા થઈ બધા દેવોનો જપ કર્યો. ખૂબ ભાવપૂર્વક હનુમાનચાલીસા પણ બોલાયા. પછી ગુરુજીએ (યોગભિક્ષુજીએ) આશીર્વચનમાં કહ્યું કે, “તમારી ઈચ્છા પૂર્ણ થઈ. આપણે ‘શુભેચ્છા પ્રાણપ્રતિષ્ઠા’ની વિધિ કરી. આ સ્થાપનનું લાલ કપડું પણ મૂર્તિઓની સાથે જ કેનેડા મોકલી આપજો. ત્યાં મંદિરમાં આ લાલ કપડું પાથરીને તે ઉપર મૂર્તિઓ પધરાવજો. આ મૂર્તિઓ દ્વારા પરિવારના સભ્યોને સતત પવિત્ર-ઉત્તમ-સાત્ત્વિક અને સંયમ-નિયમ યુક્ત પ્રેરણા મળતી રહેશે. આપણે ગુરુ-સંતોની હાજરીમાં પણ કેટલી બધી મર્યાદાઓમાં રહીએ છીએ! તો, આ તો ભગવાનની મૂર્તિઓ, આપણા ઘરમાં જ, સતત આપણી હાજરીમાં જ. તો આપણે ખૂબ જ સંયમ-નિયમ અને મર્યાદામાં વર્તવું જોઈએ. આ નાનકડા મંદિરથી પરિવાર જનોને તો લાભ મળશે જ, પણ આંગણે જે કોઈ મહેમાનો વગેરે આવશે તેમને પણ મંદિરના પવિત્ર-સાત્ત્વિક વાતાવરણનો લાભ મળશે.”

પાંચે દેવમૂર્તિઓ અને ગુરુજીનો મોટો ફોટો કેનેડા પહોંચી ગયાં. અને ત્યાર પછી થોડા દિવસોમાં દમાભાઈ અને કંચનબેન પણ કેનેડા પહોંચી ગયાં. કેનેડાથી દમાભાઈનો ફોન હતો કે ભગવાનની મૂર્તિઓને મંદિરમાં પધરાવી દીધી છે. ગુરુજીએ કહ્યું કે, “શુભેચ્છા-આશિષ”.

ઘરમાં મંદિર રાખવું એ એક મોટી જવાબદારી છે. પછી તો ઘર અને મંદિર બંને વાતાવરણને અનુરૂપ સૌએ રહેવું-વર્તવું પડે. મંદિરમાં સમયસર પૂજા-આરતી પણ થવાં જોઈએ. ઘરના એક સભ્યે તો કાયમ ઘરે જ રહેવું જોઈએ. આ એક પ્રકારનું કલ્યાણકારી બંધન કહેવાય. ઘરમાં મંદિર એ આપણને સતત જાગ્રત રાખે અને આપણા પવિત્ર-સાત્ત્વિક ગુણોને પ્રોત્સાહન આપ્યા કરે.

“રઘુકુલ રીત સદા ચલી આઈ; પ્રાણ જાય અરુ બચન ન જાઈ.”

“એક પત્ની - એક બાણ - એક વચન”

॥ ॐ ॥

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

रुतम्भरा (ऋतम्भरा) એટલે અનુભવયુક્ત સત્યથી ભરેલું બહુજનહિતાય-બહુજનસુખાય

“ધ્વજારોહણ મહોત્સવ તથા ભિક્ષુબોધોત્સવ”

તા. ૨૮-૧૨-૨૦૧૪

સંકલન : શશિકાન્ત પટેલ

દર વરસની જેમ આ વરસે પણ તા. ૨૮-૧૨-૨૦૧૪ને રવિવારના રોજ “ધ્વજારોહણ મહોત્સવ તથા ભિક્ષુબોધોત્સવ”ના અલૌકિક આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમનું આયોજન “નિર્વિકલ્પ મુક્તિધામ” અમથાબાપાનું ખેતર, મુ. પલિયડ (વેડા), તા. કલોલ, જિ. ગાંધીનગર મુકામે ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજનાં કૃપાઆશીર્વાદથી કરવામાં આવેલ. આ દિવ્યાતિદિવ્ય પ્રસંગે પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવે ટેલિફોનના માધ્યમ દ્વારા ઉપસ્થિત સર્વે કલ્યાણકામી ભક્તો ઉપર જે અસીમ કૃપાની અને અમીવર્ષારૂપી આશીર્વાચનની હેલી વરસાવી તેને નીચે મુજબ રજૂ કરવાનો નમ્ર પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજનાં આશીર્વાચન

સત્ય-ધર્મ ગુરુદેવની જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને તેમની જય, તો જ આપણી જય.

સર્વેનું સ્વાગત-વંદન-અભિનંદન-આશિષ.

આજે આપણા સૌ માટે ખૂબ જ શુભ અવસરનો દિવસ છે. દર વરસની જેમ આ વરસે પણ તમે સૌ “નિર્વિકલ્પ મુક્તિધામ”ની અતિપાવનકારી - પવિત્રભૂમિ ઉપર છત્રીસમા ધ્વજારોહણ મહોત્સવ તથા ભિક્ષુબોધોત્સવના અલૌકિક કાર્યક્રમની ઉજવણીમાં ઉપસ્થિત રહી, કલ્યાણપથમાં આગળ વધી મોક્ષને પામવા માટેનું ભાથું બાંધી રહ્યા છો તે માટે તમે સૌ ખૂબ જ ધન્યવાદને પાત્ર છો. તમે સૌ તો ધન્યવાદને પાત્ર છો જ પરંતુ તેથી વિશેષ ધન્યવાદને પાત્ર તો આવો લાભ છેલ્લા છત્રીસ વરસથી દર વરસે સૌને નિષ્કામભાવે સતત આપી રહે છે તે પરિવારને છે. કેમકે પરિવારના સર્વે સદસ્યોની આ

માટે કેટલી ઊંચી સમજ હશે, કેવી ભવ્ય ભાવના હશે કે જેથી તેઓ સૌ અતિ પ્રેમ-આનંદ-ઉત્સાહપૂર્વક એક બીજાના ખભે ખભો મીલાવી વરસોથી આ કાર્યક્રમનું આયોજન નમ્રતા- પૂર્વક કરી રહ્યા છે. કોઈપણ કાર્ય બે રીતે થઈ શકે છે. એક તો માથે આવી પડ્યું છે અને કરવું પડે છે એટલે કરીએ છીએ એમ વેઠપૂર્વક થઈ શકે છે. અને બીજું આ તો રૂડો અવસર પ્રાપ્ત થયો છે તેને વધાવી લઈએ એમ પ્રેમપૂર્વક પણ થઈ શકે છે. પરમાત્માની કૃપાથી “નિર્વિકલ્પ મુક્તિધામ” માં દર વરસે જે કાર્યક્રમનું આયોજન થાય છે તેના આયોજકો “આ તો એક રૂડો અવસર પ્રાપ્ત થયો છે કે જેનો લાભ ભાગ્યશાળીને જ મળે છે”. એવા ભાવથી પ્રેમપૂર્વક નિષ્કામ ભાવે કરી રહ્યા છે. આમ કરી તેઓ તો કલ્યાણપથમાં આગળ વધી જ રહ્યા છે, સાથે સાથે સૌ કલ્યાણકામીઓને તે માટેની અમૂલ્ય તક આપી રહ્યા છે. પરમાત્માની કૃપા હોય તો જ આ શક્ય બને, આવા કાર્યક્રમોનું આયોજન થઈ શકે.

તમે સૌ અત્યારે જે ભૂમિ ઉપર કાર્યક્રમની ઉજવણી માટે ઉપસ્થિત થયા છો ત્યાં આજથી સાડત્રીસ વરસ પહેલાં સં. ૧૯૭૮ના ડિસેમ્બર માસમાં પરમાત્માની કૃપાથી “ગાયત્રી અનુષ્ઠાન સાધના શિબિર” નું દિવ્ય આયોજન થયું હતું. શિબિરના સ્થળને “નિર્વિકલ્પ મુક્તિધામ” નામ આપવામાં આવેલ હતું. ત્યાં ઘાસની એકસો સ્વતંત્ર કુટીર બનાવવામાં આવી હતી. બીજી એટલી જ કુટીર એવી બનાવી હતી કે જે સ્વતંત્ર ન હતી, પરંતુ બે કુટીરની વચ્ચેની દીવાલ સહિયારી રાખવામાં આવી હતી. દરેક કુટીરનું ભોંયતળિયું છાણ-માટીથી લીંપીને તૈયાર

કરવામાં આવ્યું હતું. દરેક કુટીરમાં સૂવા માટે ખાટલો-ગાદલું-રજાઈ-ઓશીકું તથા પીવાના પાણી માટે માટલી-ગ્લાસ રાખવામાં આવેલ હતાં. સૌકોઈને સવારે સ્નાન કરવા ગરમ પાણીની સગવડ પણ કરવામાં આવી હતી. વળી, સૌને સવારે દૂધ-નાસ્તો, બપોરે અને રાત્રે ભોજનની વ્યવસ્થા પણ આયોજકોએ સુંદર કરી હતી. દરરોજ બપોરે ભોજનમાં એક મિષ્ટાન્ન આપવામાં આવતું હતું. શિબિરનું આયોજન સોળ વીઘાના ખેતરમાં કરવામાં આવ્યું હતું. શિબિર પરિસરને ઓમ્ ભગવાનની ધજા-પતાકાથી શણગારવામાં આવ્યું હતું. ક્યારેક સવારે, તો ક્યારેક બપોરે, તો ક્યારેક સાંજે ધૂન બોલતાં બોલતાં ફેરી કાઢવામાં આવતી હતી. વળી, સભામંડપમાં રોજ રાત્રે પાતંજલ યોગદર્શન ઉપર સત્સંગ થતો હતો, તેમાં ઘણાં જ યૌગિક રહસ્યોને તાત્ત્વિક રીતે સમજાવવામાં આવતાં હતાં. શિબિરની મુખ્ય લાક્ષણિકતા એ હતી કે કોઈપણ શિબિરાર્થી પાસેથી એક પણ રૂપિયો શિબિરમાં ભાગ લેવા માટે લેવામાં આવ્યો ન હતો. શિબિર પરિસરમાં ઠેરઠેર સૂચના બોર્ડ મૂકવામાં આવેલ, તેમાં લખ્યું હતું કે કોઈએ ક્યાંય પણ રૂપિયા-પૈસા મૂકવા નહીં. શિબિરમાં ઉપસ્થિત શિબિરાર્થીઓ માટે મુખ્ય શરત એ રાખવામાં આવી હતી કે નક્કી કરેલ સમયે સૌએ પોતાની કુટીરમાં સવારસાંજ, ત્રણત્રણ કલાક ગાયત્રીમંત્રના જપ ફરજિયાત કરવા, તથા બીજા નક્કી કરેલ કાર્યક્રમમાં નિષ્ઠાપૂર્વક ભાગ લેવો. જુદાંજુદાં સામાયિકોમાં તે સમયે શિબિર માટે ‘સતયુગની શિબિર’ એ રીતનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવેલ. શિબિરમાં ઉપસ્થિત સૌ કોઈએ નવ-નવ દિવસ ખૂબ જ સાત્ત્વિક આનંદનો લાભ લીધો હતો. આમ, લોકકલ્યાણના શુભ આશયથી જે ભૂમિ ઉપર નિષ્કામ ભાવે જે આવું દિવ્ય અલૌકિક સત્કાર્ય થયેલ તેનાં સ્પંદનો હજી પણ ત્યાંની ભૂમિના તથા વાતાવરણના અણુ-અણુમાં ફેલાયેલાં હોય તે સ્વાભાવિક છે. આવી પવિત્ર ભૂમિ ઉપર તમે સૌ એકત્રિત થયાં છો તેથી ત્યાંના વાતાવરણમાં રહેલી સાત્ત્વિકતાનો - પવિત્રતાનો લાભ અનાયાસે જ સૌને મળી રહ્યો છે. વળી, સ્થળ પણ બિલકુલ નૈસર્ગિક છે, સહેજ પણ પ્રદૂષણ નથી. તેથી સૌને વિપુલ માત્રામાં પ્રાણતત્ત્વ

અને ઓક્સિજનનો લાભ સહજ રીતે જ પ્રાપ્ત થઈ રહ્યો છે. તદુપરાંત દર વરસની જેમ આ વરસે પણ કાર્યક્રમની આમંત્રણપત્રિકા અનેક સંતો-મહંતોને મોકલી છે. તેઓ સાચી સમજણના પ્રચાર-પ્રસાર દ્વારા સમાજમાં સાચા અર્થમાં સુખ-શાંતિ ફેલાય, સમાજનો ખરા અર્થમાં વિકાસ થાય, સૌનું કલ્યાણ થાય તે માટેના પ્રયાસરૂપ પત્રિકાનું લખાણ વાંચી ભાવવિભોર થઈ આપણા પ્રત્યે સદ્ભાવ વ્યક્ત કરે છે. સાથે સાથે તેઓ અતિહર્ષથી કાર્યક્રમને હૃદયપૂર્વક ખૂબ ખૂબ આશીર્વાદ પાઠવે છે. આમ, એક તો દિવ્ય-સાત્ત્વિક-પવિત્ર ભૂમી, બીજું સંપૂર્ણ નૈસર્ગિક વાતાવરણ અને ત્રીજું સંતો-મહંતોના આશીર્વાદ. આમ, આધ્યાત્મિકતાની ચરમ સીમારૂપ ત્રિવેણીસંગમમાં તમે સૌ તરબોળ થઈ મોક્ષમાર્ગમાં આગળ ધપવા સાચી સમજણપૂર્વક ઉપસ્થિત થયા છો તે માટે સૌને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ. ધ્વજરોહણના કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહેવાથી સૌને એક સાથે બે લાભ અનાયાસે જ પ્રાપ્ત થાય છે. એક તો, આ સ્થળ સાધનાશિબિરની તપોભૂમિ હોવાથી પવિત્રતા-સાત્ત્વિકતાનો લાભ પ્રાપ્ત થાય છે. બીજો લાભ પ્રદૂષણ રહિત નૈસર્ગિક વાતાવરણમાં વિપુલ માત્રામાં ઓક્સિજન અને પ્રાણતત્ત્વ રહેલ હોય છે જેનો લાભ સૌને ભરપૂર પ્રમાણમાં મળી રહ્યો છે. શુદ્ધ ઓક્સિજન અને પ્રાણતત્ત્વ તાજગીભર્યા સ્ફૂર્તિલા સ્વસ્થ-તંદુરસ્ત-નિરોગી શરીરને જાળવી રાખવા માટે અત્યંત જરૂરી છે. એક વાત સૌએ બરોબર સમજવાની છે કે, પ્રાણતત્ત્વમાં ઓક્સિજન રહેલ છે, પરંતુ ઓક્સિજનમાં પ્રાણતત્ત્વ હોતું નથી. તો સ્વસ્થ-નિરોગી શરીર માટે, જીવન માટે તે બન્નેની અનિવાર્યતા રહેલી છે. પરંતુ તે બંનેમાં પ્રથમ પ્રાણતત્ત્વની અને પછી ઓક્સિજનની અનિવાર્યતા રહેલી છે. એ વાત તો નક્કી જ છે કે, શરીરના માધ્યમ દ્વારા જ ધર્મકાર્ય-સત્કાર્ય થઈ શકે છે. તેથી તો કહ્યું છે: “શરીરમાઘમ્ ખલુ ધર્મસાધનમ્”. જન્મ-મૃત્યુ અને તે દરમિયાન જીવનમાં આવતાં સુખ-દુઃખ-હર્ષ-શોક આ બધાનું મુખ્ય કારણ આદિ-અનાદિ કાળથી પરમાત્માનિર્મિત ચાલી આવેલ અફર-અટલ કર્મનો સિદ્ધાંત છે. સત્કાર્ય-ધર્મકાર્ય સારી રીતે થઈ શકે તે માટે સ્વસ્થ-નિરોગી શરીર હોવું અત્યંત આવશ્યક છે. તે માટે શરીરને

પ્રદૂષણ રહિત સ્વચ્છ પ્રાણતત્ત્વ અને ઓક્સિજન પૂરતી માત્રામાં મળી રહે તે ઘણું જરૂરી છે. તે આપણને પ્રદૂષણ રહિત નિસર્ગમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી સૌ કોઈએ શક્ય હોય તો દર એક-બે મહિને ગીચ-પ્રદૂષિત શહેરી વાતાવરણમાંથી અનુકુળતા મુજબ બે-ચાર દિવસ બહાર જવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. પરંતુ, એ વાતનું ખાસ ધ્યાન રાખવાનું કે શહેરમાંથી બીજી જે પણ જગ્યાએ જઈએ ત્યાં પણ જો ગીચ શહેર જેવું જ વાતાવરણ હોય તો આપણને નિસર્ગનો લાભ મળે નહીં. આપણો આશય જળવાય નહીં. તેથી આપણે એવી જગ્યાએ જવું જોઈએ કે જ્યાં ઓછી વસ્તી હોય, નાનું ગામ હોય, ખેતર હોય કે ઊંચાઈવાળી જગ્યા હોય, જેથી ત્યાં આપણને નિસર્ગનો-પ્રાણતત્ત્વનો-ઓક્સિજનનો વધુ લાભ પ્રાપ્ત થાય. જેથી આપણું શરીર સ્વસ્થ-નિરોગી રહે. આપણે સત્કાર્ય-ધર્મકાર્ય સારી રીતે કરી શકીએ. અત્યારે તમને સૌને સાત્ત્વિકતાનો અને નિસર્ગનો એમ બેવડો લાભ સહજ રીતે જ ખૂબ ખૂબ મળી રહ્યો છે. સામાન્ય સંજોગોમાં તો તમે સૌ એકબીજાને જવલ્લે જ મળી શકતા હોય છો. પરંતુ, અત્યારે તમે સૌ એક જ સ્થળે ભેગા થયા હોવાથી પરસ્પર મળવાનો લાભ મેળવી શક્યા છો. તેથી એકીસાથે એક બીજાના ખબરઅંતર પૂછી શકાય, એકબીજા સાથે નજદીક અવાય, પરસ્પર પ્રેમભાવ વધે, આત્મીયતા વધે. સાથે સાથે કલ્યાણપથમાં આગળ વધવામાં સહાયરૂપ સ્વાધ્યાય-સત્સંગનો સાત્ત્વિક લાભ પણ મેળવી રહ્યા છો. કલ્યાણપથમાં આગળ વધી મનુષ્યજીવન સાર્થક કરવા માટે જીવનમાં સ્વાધ્યાય-સત્સંગનું ઘણું જ મોટું મહત્ત્વ રહેલું છે. તુલસીદાસે સત્સંગનું મહત્ત્વ સમજાવતાં કહ્યું છે કે—

“સાત સ્વર્ગ અપવર્ગ સુખ, ધરી ઈક તુલા અંગ;
તુલસી તાહી સકલ મીલી, તુલે ન લવ સત્સંગ”

તુલસીદાસે કહ્યું છે કે, જો સાત સ્વર્ગનું તથા મોક્ષથી પ્રાપ્ત થતાં સુખ ત્રાજવાના એક છાબડામાં મૂકવામાં આવે અને તેના બીજા છાબડામાં એક ક્ષણભરના સત્સંગથી પ્રાપ્ત થતું સુખ મૂકવામાં આવે તો બીજું છાબડું નીચું નમી જશે. એટલે કે એક ક્ષણના સત્સંગથી પ્રાપ્ત થતું સુખ સાત સ્વર્ગ અને મોક્ષના સુખ કરતાં વધી જશે. જીવનમાં આટલી

બધી મોટી મહત્તા સત્સંગની રહેલી છે. તેથી આવા સાત્ત્વિક કાર્યક્રમમાં શક્ય હોય તો આપણાં બાળકોને પણ સાથે લાવીએ તો તે ઘણું જ ઉત્તમ છે. કેમકે, બાળકના માનસપટમાં બચપણથી જ સાત્ત્વિક સુસંસ્કારનાં બીજ રોપાય છે. તેથી જ્યારે તે મોટા થાય છે, ત્યારે તેમના જીવનનું ઘડતર સાત્ત્વિકતાના સુસંસ્કારરૂપી દૃઢ પાયા ઉપર થતું હોય છે. તેમના વિચાર-વાણી-વર્તન સાત્ત્વિકતાના રંગે રંગાયેલાં હોય છે. તેથી તેમને કુસંગની અસર થતી નથી, તેનાથી તેઓ દૂર જ રહે છે. તેમનું જીવન સુખશાંતિથી હર્યુભર્યું બની રહે છે. તો, આજના ધ્વજારોહણના સાત્ત્વિક કાર્યક્રમમાં તમે સૌ પરમાત્માના પ્રતીક સ્વરૂપ જે ઓમ્ પરમાત્માની ધ્વજ ફરકાવવાના છો તેને લઈને ગઈ કાલે રાત્રે હેતાંગ આવ્યો હતો. વરસોથી ધ્વજ તૈયાર કરવાની જવાબદારી ઉષાબેન તથા પરિવારે પ્રેમપૂર્વક ઉપાડી લીધી છે. વરસો પહેલાં ઓમ્ પરિવારના ઉપક્રમે કુલ ચાર અલગ-અલગ સ્થળે ઓમ્ પરમાત્માના ધ્વજારોહણના કાર્યક્રમનું આયોજન થતું હતું.

(૧) ખંડેરાવપુરા (તા. કડી, જિ. મહેસાણા) અમારી યોગસાધના કુટીર ઉપર દર દેવદિવાળીના દિવસે.

(૨) શિવરાત્રી નિમિત્તે, અંબાલાલ એસ્ટેટ, ઘોડાસર, અમદાવાદ.

(૩) હનુમાનજયંતી નિમિત્તે હનુમાનિયા (તા. કડી, જિ. મહેસાણા) ભવાનભાઈના આંબાવાડિયામાં.

(૪) ગાયત્રી અનુષ્ઠાન સાધનાશિબિર નિમિત્તે “નિર્વિકલ્પ મુક્તિધામ” અમથાબાપાનું ખેતર મુ. પલિયડ, (વેડા) તા. કલોલ, જિ. મહેસાણા.

સંજોગો - પરિસ્થિતિને આધીન કારણસર પ્રથમ ત્રણ ધ્વજારોહણના કાર્યક્રમોનું આયોજન હવે થતું નથી. પરંતુ પરમાત્માની કૃપાથી છેલ્લાં છત્રીસ વરસથી ગાયત્રી અનુષ્ઠાન સાધના શિબિર નિમિત્તે નિર્વિકલ્પ મુક્તિધામમાં ઓમ્ પરમાત્માની ધ્વજારોહણનું આયોજન, આયોજકો તથા તમારા સૌના સમજણપૂર્વકના ઉત્સાહના કારણે નિયમિત થઈ રહ્યું છે તે સૌ માટે ગર્વની વાત છે. અહીં ગર્વનો અર્થ અભિમાન નહીં, પરંતુ ગૌરવ-નિરભિમાનતાપૂર્વકની સાચી સમજણ એમ સમજવાનો છે.

પહેલાં તો અમારી તબિયત સારી હોવાથી અમે કાર્યક્રમમાં રૂબરૂ ઉપસ્થિત રહી સૌની સાથે ધ્વજરોહણ તથા ભિક્ષુબોધોત્સવના કાર્યક્રમનો સાત્ત્વિક આનંદ લેતા હતા. પરંતુ, અવસ્થાના કારણે અમારી તબિયત નરમ-ગરમ રહેતી હોવાથી રૂબરૂ ઉપસ્થિત રહી શકતા નથી, તેથી તેઓ ધ્વજરોહણના આગલા દિવસે ધજા લઈને અમારી પાસે આવે છે. અમે ધજા લઈ મસ્તકે લગાવીએ છીએ, પછી તે ધજા કાર્યક્રમમાં લાવવામાં આવે છે. પહેલાં તો ધ્વજરોહણના કાર્યક્રમ પહેલાં અમે તેમના ઘરે જઈ અનુકૂળતા પ્રમાણે બે-ત્રણ દિવસ રોકાતા અને અમે જાતે ધજા તૈયાર કરતા કે જે કાર્યક્રમના દિવસે અમારી ઉપસ્થિતિમાં ચડાવવામાં આવતી. પરંતુ, હવે અમે તેમ કરી શકતા નહિ હોવાથી તે લોકો આગલા દિવસે ધજા અમારી પાસે એવી ભાવનાથી લાવે છે કે, ધજાને પહેલાં ગુરુજી હાથ અડકાડે, પછી તે ચડાવવામાં આવે. હેતાંગ ધજા લઈને આવ્યો તે સમયે અમેરિકામાં ગોપાલભાઈ તથા તેમના પરિવાર સાથે અમે ઈન્ટરનેટના વીડિયો કોન્ફરન્સના માધ્યમથી વાત કરી રહ્યા હતા. તો તેઓને પણ ધજા ખોલીને બતાવી. તેઓ કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહી શકે તેમ ન હતા, પરંતુ ધજાનાં દર્શન કરી ખૂબ જ આનંદમાં આવી ગયા અને થોડીવાર માટે ગાયત્રી મંત્ર બોલ્યા. આના ઉપરથી જણાઈ આવે છે કે સૌના હૃદયમાં ગુરુજી પ્રત્યે પ્રેમ-આદર-પૂજ્યભાવ છલકાઈ રહ્યો છે. સૌ ગુરુજીને પોતાના જીવનનું અને પરિવારનું અભિન્ન અંગ માની રહ્યા છે. આ બધું કહેવા પાછળ મુખ્ય આશય એ રહેલો છે કે તેના ઉપરથી બીજાને પ્રેરણા મળે. આ બધું શક્ય ત્યારે જ બને કે, જ્યારે આપણે પાછલા જન્મોનું ખૂબ ખૂબ સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક ભાથું આ જન્મે સાથે લઈને આવ્યા હોઈએ. તો જ ગૃહસ્થાશ્રમમાં રહી તેની ફરજો સંપૂર્ણ રીતે નિભાવતાં કલ્યાણપથમાં આગળ વધવા સત્કર્મો કરી શકાય. તે માટે ગુરુ-સંતો પ્રત્યે પ્રેમ-આદરનો ભાવ હૃદયમાં દૃઢપણે ભરેલો હોય અને દિન-પ્રતિદિન વધતો જ રહે તે જરૂરી છે, જેથી આવા કાર્યક્રમોમાં ઉમંગભેર ઉપસ્થિત રહી શકાય. પરમાત્માની કૃપાથી તમે સૌ સમજણપૂર્વક આવું જીવન જીવી, કલ્યાણપથમાં આગળ વધી, મનુષ્યજીવન સાર્થક કરી રહ્યા છો તે માટે ખૂબખૂબ

ધન્યવાદ. બાકી તો હાલના જમાનામાં મોટાભાગનાં સૌ કોઈ માત્ર સંસાર-વહેવારમાં ગળાડૂબ રહીને જીવી રહ્યા છે. તેમના માટે તો આ ભૌતિક જગત, ભૌતિક જગતનાં ભોગો-સુખ-સગવડ પ્રાપ્ત કરવામાં જ સર્વસ્વની પ્રાપ્તિ રહેલી છે. તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે આવી ભ્રમણામાં રાચતા લોકો રાત-દિવસ બેફામ બની આંધળી દોટ લગાવી રહ્યા છે. અજ્ઞાનતાવશ પોતાની આવી અકલ્યાણકારી લાલસાને પૂરી કરવા માટે તેઓ વિવેક ગુમાવી કૂડ-કપટના સહારે પોતાના સ્વાર્થની પૂર્તિ માટે બીજાનું અહિત કરતાં પણ ખચકાતા નથી. અજ્ઞાનતાવશ મોહ-માયામાં લપેટાયેલા આવા અજ્ઞાની લોકો મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા જેમાં રહેલી છે તે મોક્ષરૂપી મુખ્ય અને અંતિમ ધ્યેયને પામવા માટેના પુરુષાર્થથી વિમુખ થઈ ગયેલ હોય છે. તેઓ ભૌતિક જગતનાં ભ્રામક-ક્ષણભંગુર સુખ-શાંતિ પામવાની વેલછામાં અકલ્યાણરૂપી કાદવમાં ઊંડાને ઊંડા ખૂંપતા જાય છે. તેઓના જીવનમાં આવા કલ્યાણકારી સાત્ત્વિક કાર્યક્રમોની તથા મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવા અંગેની સાચી સમજણ આપતા ગુરુ-સંતોનું કોઈ જ મહત્ત્વ હોતું નથી. તે પ્રત્યે તેઓ સતત ઉદાસીન ભાવે જ વર્તતા હોય છે. આવા લોકોનો મનુષ્યજન્મ એળે જાય છે. મનુષ્યજન્મ એળે ન જાય તે માટે વહેવારધર્મ અને પરમાર્થધર્મ બન્નેને બરાબર નિભાવવાના છે. એક પણ પ્રત્યે ઉદાસીનતા રાખવાની નથી. એટલે કે ગૃહસ્થાશ્રમની ફરજો બરાબર નિભાવવાની છે અને સાથે સાથે કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધવા માટે તેને અનુરૂપ જીવન જીવવાનો સભાનતાપૂર્વક સંનિષ્ઠ પ્રયત્ન કરવાનો છે. આ વાત સમજાવતાં શ્રી કૃષ્ણે અર્જુનને કહ્યું છે કે—

“સંસારમાં સરસો રહે, તેનું મનડું મારી પાસ;

શ્રી કૃષ્ણ અર્જુનને કહે, તેને સમજું મારો દાસ.”

જેમ સંસારવહેવારનાં કાર્યો - ફરજો નિભાવવામાં તત્પરતા દાખવીએ છીએ તેમ, મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવા માટે નિષ્કામ સત્કર્મોના આચરણમાં પણ તત્પરતા દાખવવી અત્યંત આવશ્યક છે. જીવનમાં એવું ક્યારે પણ નહીં વિચારવાનું કે સંસારવહેવારનાં આટલાં કાર્યો પતાવું પછી સત્કર્મો કરીશ. હજી તો હું ઘણું જીવવાનો છું. આમ આપણે

જ ઊભી કરેલી મિથ્યાવિચારોની માયાજાળમાં ફસાઈ સત્કર્મોના આચરણમાં ઢીલાશ રાખી પાછાં ઠેલવાં જોઈએ નહીં. કેમકે, કાલે શું થશે તેની આપણને કાંઈ જ ખબર નથી. આપણે જે શ્વાસ બહાર કાઢીએ છીએ તે પાછો લઈ શકીશું કે કેમ તેની પણ જો આપણને ખબર નથી, તો પછી કાલે શું થશે તેની ખબર ન હોય તે સ્વાભાવિક છે. વળી, કાલે કોઈ એવી વિપરીત પરિસ્થિતિ ઊભી થાય અને આપણે સત્કાર્ય ન કરી શકીએ. તેથી જ વિચાર આવતાંની સાથે જ સત્કર્મના આચરણને અમલમાં મૂકી દેવું જોઈએ. તેથી જ અનુભવીઓએ કહ્યું છે કે—

“કલ કરે સો આજ કર, આજ કરે સો અબ;
પલ-પલ બીતા જાત હૈ, ફીર કરેગા કબ,”?

તો આ કેવાં કર્મો વિચાર આવતાંની સાથે અમલમાં મૂકવાની વાત કરવામાં આવી છે? સત્ય અને ધર્મમય નિષ્કામ કર્મ કરવાની વાત કરી છે. અસત્ય અને અધર્મમય કર્મ કરવાની વાત કરવામાં આવી નથી. કેમકે સત્ય અને ધર્મમય નિષ્કામ કર્મ જ આપણને કલ્યાણપથમાં આગળ વધારી મોક્ષની નજદીક લાવે છે. જન્મમરણના ચક્રવામાંથી છોડાવે છે. શાશ્વત સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે. જ્યારે અસત્ય અને અધર્મમય કર્મનું આચરણ આપણને મોક્ષથી દૂર લઈ જાય છે. અકલ્યાણરૂપી ઊંડી ખાઈમાં ધકેલી દે છે. જન્મ-મરણના ચક્રાવે ચડાવે છે કે જેમાં માત્ર દુઃખ અને અશાંતિ જ મળે છે. તેથી અનુભવીઓએ સત્ય વિષે સુંદર સમજણ આપતાં કહ્યું છે કે—

“સાય બરાબર પુણ્ય નહીં, જૂઠ બરાબર પાપ;
જાકે હદીયે સાય હૈ, તાકે હદીયે આપ.”

જીવનમાં સૌથી મોટા-ઉત્તમ સુખની પ્રાપ્તિ સત્યમય જીવન જીવવામાં રહેલી છે. જીવનમાં ઉદ્ભવતી સુખદ-દુઃખદ-અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ દરેક પરિસ્થિતિમાં સહેજ પણ વિચલિત થયા વગર સદા-સર્વદા સત્યમય જીવન જે જીવે છે, તે માટે તેને જીવનમાં જે કાંઈ ત્યાગવું પડે કે સહન કરવું પડે તો હસતેમુખે તેમ કરવામાં સહેજ પણ ખચકાટ અનુભવતો નથી અને વિચાર-વાણી-વર્તનથી સદાય સત્યમય જીવન જીવે છે, તો આવું જીવન જીવનાર મહાપુણ્યશાળી છે, તેને ઉત્તમ પૂણ્યની પ્રાપ્તિ થાય છે. તેના

હૃદયમાં પરમાત્માનો વાસ હોય છે. જેના હૃદયમાં પરમાત્મા વસતા હોય તેનું સદાય કલ્યાણ જ થાય છે. તે જીવનપર્યંત શાશ્વત સુખ-શાંતિને અનુભવે છે. આનાથી વિપરીત જે અસત્યનો સહારો લઈ જીવન જીવે છે, સત્યથી સદાય દૂર ભાગે છે, પોતાના સ્વાર્થની પૂર્તિ માટે છળ-કપટ કરે છે તેનાથી પરમાત્મા દૂર રહે છે. પરિણામે તેનું અકલ્યાણ જ થાય છે. તેને જીવનમાં ક્યારે પણ સુખ-શાંતિનો અનુભવ થતો નથી. તેનું જીવન સદાય અજંપાભર્યું જ રહે છે. આવું જીવન જીવવું તે મોટું પાપ છે.

આજ રીતે ધર્મ અને અધર્મ વિષે સમજાવતાં અનુભવીઓએ કહ્યું છે કે—
“પરહિત સરીખો ધરમ નહીં ભાઈ, પરપીડા સમ નહીં અધમાઈ.”

વિવશ-દુઃખી-લાચાર-મજબૂર લોકોને તન-મન-ધનથી શક્ય હોય એટલી વધુમાં વધુ નિરભિમાનતા અને પ્રેમપૂર્વક મદદરૂપ થવા સદાય તત્પર રહેવું જોઈએ. તે માટે જીવનમાં જો કાંઈ મુશ્કેલી આવે તો તેનો મક્કમ બની સામનો કરવા તૈયાર રહેવું જોઈએ. તેમ કરવામાં સહેજ પણ પાછી પાની કરવી જોઈએ નહીં. બીજાના દુઃખમાં ભાગીદાર બની તેને હૂંફ આપવાનો નિષ્કામ ભાવે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આવું જીવન જીવી શકાય તો તે મોટામાં મોટો ધર્મ છે. આનાથી બિલકુલ વિરુદ્ધ અથવા અધર્મમય જીવન જે જીવે છે તે અધર્મી છે. તેનું જીવન કેવું હોય છે? પોતાના સ્વાર્થ ખાતર કૂડ-કપટ કરી પોતે સુખી થવાનો ભ્રામક પ્રયત્ન કરે છે. તે માટે બીજાનું અહિત કરવામાં, તેને દુઃખ પહોંચાડવામાં સહેજ પણ ક્ષોભ અનુભવતો નથી. તેને તો આમ કરવામાં આનંદ આવે છે. તે પોતાને ખૂબ જ ચતુર સમજે છે. આવું જીવન જીવવું તે મોટામાં મોટો અધર્મ છે. આવું જીવન જીવનાર અધર્મી છે. ધર્મી હંમેશાં સંતોષી હોવાથી જીવનમાં સુખ-શાંતિ પામે છે, તેનું કલ્યાણ જ થાય છે. અધર્મી હંમેશાં અસંતોષી હોવાથી જીવનમાં ક્યારે પણ સુખ-શાંતિનો અનુભવ કરતો નથી, પરિણામે તેનું અકલ્યાણ જ થાય છે.

સંતો આવી કલ્યાણકારી, મોક્ષની નજદીક લઈ જનારી તાત્વિક વાતોને કેટલી સરળ રીતે સહેજમાં સમજાવી દેતા હોય છે, તેને જો યથાયોગ્ય રીતે જીવનમાં ઉતારીએ

તો આપણું કલ્યાણ જ થાય. પરંતુ તે માટે આપણે સંતજનોના-ગુરુજનોના પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ સાંનિધ્યમાં વધુમાં વધુ રહીએ તથા આવા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમોમાં પ્રેમપૂર્વક ઉપસ્થિત રહી શકીએ, તો આવું કલ્યાણકારી સમજણનું ભાથું આપણે મેળવી શકીએ. તમે તેમ કરી રહ્યા છો તે ખૂબ જ આનંદની વાત છે. આથી સૌ કલ્યાણપથમાં તો આગળ વધી જ રહ્યા છો, સાથે સાથે એક જ સ્થળે એક બીજાને મળી શકાય છે, એકબીજા સાથે નજદીક આવી શકાય છે, પરિણામે પરસ્પર આત્મીયતામાં વધારો થાય છે. એકબીજાનાં સુખ - દુઃખથી માહિતગાર થવાય છે. તેથી એકબીજાનાં સુખ - દુઃખમાં ભાગીદાર થઈ શકાય છે. એક વાત સૌએ બરાબર યાદ રાખવાની છે કે કોઈના સુખમાં ભાગીદાર થઈ ન શકાય તો વાંધો નહીં, પરંતુ દુઃખમાં ભાગીદાર થવા માટે યથાશક્તિ પ્રેમ, નમ્રતા અને આત્મીયતાપૂર્વક પ્રયત્ન કરવો અતિઆવશ્યક છે. આવું આપણે એવી સાવધાનીપૂર્વક કરવું જોઈએ કે જેથી જે દુઃખી છે તેને એવું ન લાગે કે આપણે તેની ઉપર ઉપકાર કરી રહ્યા છીએ, જેથી તેને આપણી મદદ લેવામાં શરમ-સંકોચ થાય. તેને આપણા સાથ-સહકારથી હુંફ મળે. દુઃખમાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે ખોટા માર્ગે જવાનો વિચાર ન કરે. આપણે જે કાંઈ કરીએ તે સહજ રીતે નિષ્કામ ભાવે કરીએ તો તેથી આપણું પણ કલ્યાણ જ થાય છે. પરંતુ આજના જમાનામાં મોટા ભાગે સૌ કોઈ માયાના રંગે રંગાયેલા હોવાથી આવી કલ્યાણકારી સમજણ બહુ ઓછા લોકોમાં જોવા મળે છે. સૌ કોઈ સુખમાં ભાગીદાર થવા માટે સુખની આસપાસ ધૂમરાતા હોય છે. તેમ કરી પોતાનાં જૂતાં પણ ઘસી નાંખે છે. આમ કરવા પાછળ સુખીજન પાસેથી કાંઈક ભૌતિક સાધન-સંપત્તિ પડાવી લેવાનો તેમનો મલિન ઈરાદો છુપાયેલો હોય છે. આવા લોકો દુઃખીજનના દુઃખમાં ભાગીદાર થવાથી દૂર ભાગે છે. તેઓની માનસિકતા એવી હોય છે કે પોતાની પાસે જે કાંઈ સાધન-સંપત્તિ હોય છે તે માત્ર પોતાના માટે જ ખર્ચાવી જોઈએ. તેમાંથી સહેજ પણ બીજા માટે ખર્ચવા તૈયાર હોતા નથી.

તમારા સૌની વિચારધારા લોકોના દુઃખમાં શક્ય એટલા વધુમાં વધુ ભાગીદાર-મદદરૂપ થવાની છે, કેમકે

તમે સૌ ઓમ્-પરિવારના છો. જોકે આપણે ઓમ્ પરિવાર એટલે સમસ્ત જીવ-જગતનો તેમાં સમાવેશ થઈ જાય છે તેમ સમજીએ છીએ, માનીએ છીએ. પરંતુ, અમે પરમ ગુરુદેવ ઓમ્ પરમાત્માના પ્રેમી-ઉપાસક અને તમે સૌ ભક્તો અમારા તથા ઓમ્ પરમાત્માના પ્રેમી, તેથી તમારા સૌના સમૂહને ઓળખવા માટે ઓમ્ પરિવાર એવું સંબોધન કરવામાં આવે છે. તમે સૌ કલ્યાણપથના પથિક હોવાથી આવી સાચી સમજણની વાતો સાંભળવા-સમજવા-તેવું જીવન જીવવા સદા તત્પર રહો છો. તેથી તમને આવા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમની જાણ થતાં પ્રેમપૂર્વક ઉપસ્થિત થઈ જાઓ છો. તે માટે આમંત્રણની રાહ જોતા નથી. કેમકે કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધવામાં સહાયરૂપ આવા કાર્યક્રમોની અને તેમાં થતા સત્સંગની, મનુષ્ય-જીવનની સાર્થકતા માટે સાચી અગત્ય તમે સૌ સારી રીતે સમજી શક્યા છો. તમને એ વાતની પાકી સમજણ છે કે આવા કલ્યાણકારી આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમના આમંત્રણની કાંઈ જરૂર હોતી નથી. કોઈ કારણસર આમંત્રણ મળ્યું ન હોય, પરંતુ કોઈની મારફતે માત્ર જાણ થાય તો પણ વિના વિલંબે કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત થઈ જાઓ છો. જેમ કે, આપણને કકડીને ભૂખ લાગી હોય તો જમવા માટે આમંત્રણની રાહ જોતા નથી. પરંતુ સામે ચાલીને જમવા બેસી જઈએ છીએ. તેવું જ સાત્ત્વિક-કલ્યાણકારી સત્સંગની ભૂખનું છે. જો આપણને કલ્યાણ સાધવાની લગની બરાબર લાગી હોય તો વગર આમંત્રણે ત્યાં પહોંચી જવું જોઈએ. જેમ કે, કોઈ મોંઘી ભૌતિક વસ્તુની સાચી કિંમતની આપણે જાણ થાય, તે વહેંચાતી હોવાની ખબર પડે તો વગર બોલાવ્યે તે લેવા પહોંચી જઈએ છીએ, દોડી જઈએ છીએ, કોઈની પણ રાહ જોતા નથી. કેમકે, સંસાર વહેવારમાં તે મોંઘી વસ્તુની ઉપયોગિતાની આપણને ખબર હોય છે. તેવી જ રીતે આવા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમનો લાભ લેવામાં કેટલા બધા અમૂલ્ય સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે તેની જાણકારી હોય તો વગર આમંત્રણે ત્યાં પહોંચી જઈએ.

ભૌતિક જગતનું સુખ તો ક્ષણિક-ભ્રામક અને અંતે દુઃખદાયક જ છે. જ્યારે આધ્યાત્મિક જગતનું સુખ શાશ્વત-અવિનાશી છે. તેથી તે પામવા સદાય તત્પર રહેવું જોઈએ.

આ બધી સમજણની તાત્વિક વાતો તમારા માટે નવી નથી. તમે સૌ તે જાણો જ છો. પરંતુ, કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં તેની વિસ્મૃતિ ન થાય અને કાયમ તાજ રહે તે માટે વારંવાર કરવામાં આવે છે. કેમ કે, જીવનમાં આધ્યાત્મિક-સાત્વિક કાર્યો માટે જૂજ સમય જ આપતા હોઈએ છીએ. પરંતુ સંસારવહેવારની પ્રવૃત્તિમાં જ મોટા ભાગનો સમય આપતા હોઈએ છીએ, આપવો પડતો હોય છે. જેમકે, સવારે થોડો સમય દીવો-અગરબત્તી-પૂજા-પાઠ કરીએ, પણ પછી બાકીનો આખો દિવસ સંસારવહેવારની પ્રવૃત્તિઓ પાછળ ક્યાં પસાર થઈ જાય છે તેની પણ ખબર પડતી નથી. વળી, ચોક્કસ કલાકોમાંથી આખી રાત તો ઊંઘમાં જ જાય છે. આમ, જીવનનો ઘણો ભાગ તો ઊંઘમાં જ જતો રહેતો હોય છે. જોકે દરેકને વધતા-ઓછા પ્રમાણમાં ઊંઘની જરૂર હોય છે. ઊંઘમાં આપણામાં પ્રાણની માત્રાનો સારા પ્રમાણમાં વધારો થાય છે. પ્રાણતત્ત્વ એ શરીરની સ્વસ્થતા-તાજગી-સ્ફૂર્તિ જાળવી રાખવા માટે ઘણું જ આવશ્યક પરિબળ છે. તેથી સારી રીતે ઊંઘીને ઊઠીએ છીએ ત્યારે સ્વસ્થ અને તાજગીભર્યા હોઈએ છીએ. પરંતુ રાત્રે જો બરાબર ઊંઘ આવે નહીં તો સવારે ઊઠીએ ત્યારે સ્વસ્થતા-તાજગી-સ્ફૂર્તિ નથી અનુભવાતી, પરંતુ સુસ્તી લાગે છે, તેથી સૌએ રાત્રે સારી ઊંઘ આવે તે માટે યોગ્ય પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તે માટે સૌએ રાત્રે પ્રમાણમાં ઓછો ખોરાક જમવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. વળી, દિવસે આળસ રાખ્યા વિના શરીર ખમી શકે તેટલા પ્રમાણમાં સારી રીતે શ્રમ કરવો જોઈએ, તો રાત્રે ઊંઘ સારી આવે, જેથી આપણમાં પ્રાણતત્ત્વની વૃદ્ધિ થાય. આપણે આખી રાત કાંઈ જ ખાતાપીતા કે દવા લેતા નથી, પરંતુ તોય સવારે ઊઠીએ છીએ ત્યારે તાજગી-સ્ફૂર્તિનો અનુભવ થાય છે. જ્યારે દિવસ દરમ્યાન ખાવું-પીવું જરૂરી હોય તો દવા લેવી એમ બધું જ કરતા હોવા છતાં રાત પડતાં-પડતાંમાં તો થાકીને લોથપોથ થઈ જઈએ છીએ. કેમકે, દિવસે પ્રવૃત્તિને કારણે આપણી બધી જ ઈન્દ્રિયો કાર્યરત હોય છે, તેથી આપણામાંનો પ્રાણ તેમાં સતત વપરાતો હોય છે. તેથી આપણામાંના પ્રાણની માત્રા ઓછી થઈ જાય છે. પરિણામે થાકી જઈએ છીએ. પરંતુ રાત્રે ઈન્દ્રિયો શાંત થઈ ગઈ

હોવાથી આપણામાં રહેલો પ્રાણ ઓછો વપરાય છે. તેથી પ્રાણમાં વધારો થાય છે. પરિણામે સવારે ઊઠીએ છીએ ત્યારે તાજગી અનુભવીએ છીએ. સારી ગાઢ ઊંઘથી આપણા શરીરને આટલો બધો ફાયદો થાય છે. તો એ પ્રાણતત્ત્વ આપણા શરીરને સ્વસ્થ-નિરોગી-તંદુરસ્ત-તાજગીભર્યું-સ્ફૂર્તિભર્યું રાખે છે, કે જે આપણને કુદરતમાંથી-વાતાવરણમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે. તો પછી અત્યારે તમે સૌ જે સ્થળે ઉપસ્થિત થયા છો ત્યાંના સંપૂર્ણ નૈસર્ગિક, પ્રદૂષણ રહિત વાતાવરણમાં કે જ્યાં વિપુલ પ્રમાણમાં સ્વચ્છ પ્રાણનો જથ્થો મળે છે ત્યાં થોડો સમય પણ રહેવાથી કેટલો બધો ફાયદો થાય તે સમજી શકાય છે. જો શરીર સ્વસ્થ-તંદુરસ્ત હશે તો બધું જ થઈ શકશે. કલ્યાણમાર્ગમાં પણ સારી રીતે આગળ વધી શકાશે. તેથી તો કહ્યું છે કે, “શરીરમાઘમ્ ખલુ ધર્મ સાધનમ્”. કલ્યાણકામીઓએ આ વાત બરાબર સમજી લેવાની જરૂર છે.

મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા જેમાં રહેલી છે તે મોક્ષરૂપી મુખ્ય અને અંતિમ ધ્યેય પહોંચવાનો રાજમાર્ગ નિષ્કામ કર્મયોગ છે. આ નિષ્કામ કર્મયોગ શરીરના માધ્યમ દ્વારા જ શક્ય છે. તેથી આપણું શરીર સ્વસ્થ-નિરોગી-તંદુરસ્ત હોવું ખૂબ જ જરૂરી છે. તો જ આપણે મનુષ્ય-જન્મને વધુ સારી રીતે નિર્વિઘ્ને, ઉત્સાહપૂર્વક સાર્થક કરવાનો પુરુષાર્થ કરી શકીએ. મોક્ષરૂપી મુખ્ય અને અંતિમ ધ્યેયને પામી શકીએ, આત્યંતિક સુખને પામી શકીએ. આત્યંતિક સુખ એટલે એવું સુખ કે જે શાશ્વત છે, જે કદી પણ દુઃખમાં પરિણમતું નથી. જો શરીર સ્વસ્થ ન હોય તો આપણી તીવ્ર ઈચ્છા હોવા છતાં પણ મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા માટે જરૂરી પુરુષાર્થ કરવામાં શરીર સાથે આપતું નથી. આપણે તેમ કરવામાં પાછા પડીએ છીએ, હતોત્સાહ થઈ જઈએ છીએ, આપણામાં શિથિલતા આવે છે. તેથી જ અનુભવીઓએ કહ્યું છે કે, “પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા” અર્થાત્ “જાત નરવી.” તો, મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા જેમાં રહેલી છે તે મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખને પામવા માટે સંતોષકારક સ્વસ્થ-નિરોગી-તંદુરસ્ત શરીર હોવું જરૂરી છે, પરંતુ તેટલું પૂરતું નથી. શરીરની સાથે મન પણ સ્વસ્થ હોવું એટલું જ જરૂરી છે. તેથી તો કહ્યું છે કે, “મન હોય તો માળવે જવાય.”

મન સ્વસ્થ હોવું એટલે મોક્ષરૂપી મુખ્ય-અંતિમ ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવા માટે જરૂરી પુરુષાર્થના આચરણમાં પ્રેમ-ઉત્સાહપૂર્વક દૃઢ હોવું, મક્કમ હોવું એમ સમજવાનું છે. જેથી જીવનમાં ઉદ્ભવતી પ્રત્યેક પરિસ્થિતિમાં અડગ રહેવાય, ડગી જવાય નહીં. જો મન સ્વસ્થ નહીં હોય તો ગમે ત્યારે જીવનમાં કોઈ વિપરીત પરીસ્થિતિ ઊભી થતાં આપણે મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા માટે જરૂરી પુરુષાર્થના આચરણમાંથી ડગી જઈશું, વિમુખ થઈ જઈશું. તેથી જ તનની સાથે મનની પણ સંતોષકારક સ્વસ્થતા હોવી એ અત્યંત આવશ્યક છે. આમ, જો આપણાં તન-મન સંતોષકારક સ્વસ્થ હશે તો જ મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખ કે જે ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખ છે તેને પામવા માટે જરૂરી નિષ્કામ કર્મયોગરૂપી પુરુષાર્થના આચરણમાં વિચાર-વાણી-વર્તનથી તેને અનુરૂપ યથાયોગ્ય જીવન દૃઢતા-મક્કમતાપૂર્વક જીવી તેને પામી શકીશું.

પતંજલિમુનિએ ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખની પ્રાપ્તિ માટે સાધનપાઠના સૂત્ર નં. ૪૨માં જણાવ્યું છે કે—

“સંતોષાદનુત્તમઃ સુખલાભઃ”

પતંજલિમુનિ જણાવે છે, કે સંતોષથી ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે કે જેનાથી વધુ ઉત્તમ સુખ બીજું કોઈ હોઈ શકે નહીં. આવા સુખની પ્રાપ્તિ તો મોક્ષ-કૈવલ્ય-પરમપદ કે જેને આત્યંતિક સુખ કહેવામાં આવે છે તેને પ્રાપ્ત કરવામાં જ રહેલી છે. તે માટે જીવનમાં નિષ્કામ કર્મયોગનું વધુમાં વધુ અને સતત આચરણ કરવું અતિ-આવશ્યક છે. તે આચરણ સંતોષકારક સ્વસ્થ તન-મનના માધ્યમ દ્વારા જ થઈ શકે છે. તેથી કલ્યાણપથમાં મક્કમતાથી આગળ વધવા માટે સંતોષકારક સ્વસ્થ-તન-મનની આવશ્યકતા મુખ્ય છે. હવે, જો આપણે તે પ્રત્યે ઉદાસીન રહી, ગમે તેટલો સંતોષનો ભાવ કેળવીએ તોપણ મોક્ષરૂપી ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખની પ્રાપ્તિ થતી નથી, આપણે તેનાથી વંચિત રહીએ છીએ. તેથી જ મોક્ષરૂપી ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખને પ્રાપ્ત કરવામાં તન-મનની સ્વસ્થતારૂપી પાયાની

જરૂરિયાત મુખ્ય છે. તેના દ્વારા જ સરળતા અને મક્કમતા-પૂર્વક કલ્યાણપથમાં આગળ વધી શકાય છે.

કલ્યાણપથમાં દૃઢતાથી આગળ વધી મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખ, અર્થાત્ ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખને પ્રાપ્ત કરવા માટે અત્યંત આવશ્યક એવી જીવનમાં ખૂબ જ ઉપયોગી તાત્ત્વિક સમજણની તદ્દન નવી જ વાત પરમ કૃપાળુ પરમાત્માની કૃપા-પ્રેરણાથી આજે પહેલી જ વાર તમારા સૌ સમક્ષ થઈ. મોક્ષરૂપી ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખને પામવા માટે તન-મનની સંતોષકારક સ્વસ્થતા જળવાઈ રહે તે માટે તેને અનુરૂપ જીવન જીવવામાં જરૂરી સાવધાની રાખવાની સમજણ ગુરુજનોના સાંનિધ્યમાં પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી આપણે આપણા પોતાના કલ્યાણ માટે પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રીતે ગુરુજનોના સાંનિધ્યમાં તથા આવા આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમોમાં શક્ય એટલા વધુમાં વધુ ઉપસ્થિત રહેવાનો પ્રયત્ન, પ્રેમ અને નિષ્ઠાપૂર્વક કરવો જોઈએ, જેથી અવાર-નવાર આવી કલ્યાણકારી સાચી સમજણની વાતો સતત સાંભળવાનો લહાવો મળે, પરિણામે તેની વિસ્મૃતિ ન થાય. આપણે સતત સાવધાન રહી તે માટે જરૂરી પુરુષાર્થ જીવનમાં કરતા રહી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી શકીએ.

પરમકૃપાળુ પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ કે સૌનું તન-મન ખૂબ જ સ્વસ્થ-તંદુરસ્ત-તાજગીભર્યું રહે, જેથી જીવનમાં અથાકપણે સતત પુરુષાર્થ કરી મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખ કે જે ઉત્તમમાં ઉત્તમ સુખ છે તેને પામી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી શકીએ. સૌએ એ વાતને બરાબર યાદ રાખવાની છે કે મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખની પ્રાપ્તિમાં જ સઘળી પ્રાપ્તિ સમાયેલી છે.

ફરી ફરી સર્વેને ખૂબ ખૂબ શુભેચ્છા - આશિષ.

સત્ય-ધર્મ ગુરુદેવની જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને તેમની જય, તો જ આપણી જય.

સર્વેને જયનારાયણ-જય ઓમ્ ગુરુદેવ

ઓમ્... ઓમ્... ઓમ્...

● કેદીને આપણે સળિયા પાછળ જોઈએ છીએ એજ સમયે કેદી આપણને સળિયા પાછળ જૂએ છે.

● અતિ સંગ્રહ એ પણ એક પ્રકારનું બંધન જ છે પણ અતિ મોહના કારણે તે સમજાતું નથી.

- યોગભિક્ષુ

મું. ખંડેરાવપુરા ગામે, તા. કડી શ્રી રામજીમંદિરની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા પ્રસંગે પ.પૂ. શ્રી યોગભિક્ષુએ આપેલા આશિર્વાદ :

॥ ઝું ॥

॥ તસ્ય વાયકઃ પ્રણવઃ ॥

ગામશ્રી ખંડેરાવપુરા, તાલુકો કડી. (શ્રીરામજી મંદિર નવનિર્માણ સમિતિ)

પ્રતિ,

શ્રી રામજી મંદિર પ્રાણપ્રતિષ્ઠા મહોત્સવ પ્રસંગે.

ઉપસ્થિત સર્વે આદરણીય સંતો-મહંતો અને ભક્તજનો. અમદાવાદથી લી. યોગભિક્ષુનાં વંદન-અભિનંદન-આશિષ.

“રઘુકુલ રીત સદા ચલી આઈ; પ્રાણ જાય અરુ વચન ન જાઈ.”
“એક પત્ની - એક વચન - એક બાણ”.

આવો મહાન જેમનો આદર્શ હતો તેવા શ્રીરામના મંદિરનો અતિભવ્ય પુનરુદ્ધાર થયો તે આપણા સૌ માટે અતિઆનંદનો પ્રસંગ છે. ગામમાં આવું મર્યાદાપુરુષોત્તમ શ્રી રામનું મંદિર સૌ ગામવાસીઓને મર્યાદામાં રહેવાની સતત પ્રેરણા આપતું રહેશે.

આપણે શ્રી રામના ભક્તો ત્યારે જ કહેવાઈએ કે જ્યારે તેઓ ખૂબ રાજી થાય તેવાં કાર્યો કરીએ, અને તેઓ ત્યારે જ રાજી થાય કે જ્યારે આપણે પણ મર્યાદામાં રહી એકવચન - એક પત્નીવ્રતનું ચુસ્તપણે પાલન કરીએ અને સૌને તેવી પ્રેરણા આપીએ, તથા શ્રી હનુમાનજી અને શ્રી લક્ષ્મણજી જેવી સેવાભાવના આપણા જીવનમાં ઉતારીએ.

શ્રી હનુમાનજી મહાશક્તિશાળી હતા, પણ તેમણે પોતાની શક્તિનો ઉપયોગ, શ્રીરામ દ્વારા જનતાની સેવા કરવામાં કર્યો. શ્રીરામ એતો માતા-પિતા-બ્રાતા તથા જીવામાત્રની સેવાના સાકાર સ્વરૂપ હતા.

ગામમાં આવું ભવ્ય શ્રીરામ મંદિર હોય એ ખૂબ જ આનંદની વાત છે, પણ સાથે-સાથે ઘણી મોટી જવાબદારીની વાત પણ છે. ગામની જવાબદાર

વ્યક્તિઓએ આખા ગામને શ્રીરામનાં આદર્શોવાળું બનાવવાના અથક પ્રયત્નો કરતા રહેવું પડે.

“શ્રી રામ ઉપનિષદ”માં લખ્યું છે કે ‘રામ’ શબ્દની આગળ અને પાછળ “ઝું” લગાવીને તેનો (“ઝું” રામ “ઝું”) જપ કરવાથી પચાસ લાખ જપ, છઠ્ઠ (૮૬) કરોડ જપ બરાબર થઈ જાય છે. આ રહસ્ય બરાબર યાદ રાખીને તેનો લાભ જરૂર લેવો.

આપણામાં કહેવત છે કે હલાવ્યા વિના દાઝે. સારા કામમાં આગળ પડીને કોઈ કામ કરનાર હોય તો, તેને મદદગાર તો ખૂબ મળી રહે છે. પણ, આગળ પડીને કામ કરવું તે ઘણી શૂરવીરતાનું કામ છે. આ મંદિરના કામમાં આગળ પડીને જેમણે - જેમણે કાર્ય કર્યું છે તેમને સૌને અમારા હાર્દિક અભિનંદન અને આશીષ છે. કોણે કોણે આગળ પડીને તન-મન-ધનથી કાર્ય કર્યું છે તેમને સૌને અમારાં હાર્દિક અભિનંદન અને આશીષ છે. કોણે કોણે ? તો, તમે સૌ જાણો જ છો. તેઓનાં નામ લખવાની કાંઈ જરૂર જણાતી નથી. ઓમ્ પરમાત્મા તેમને સૌને આવાં કલ્યાણકારી કાર્યો કરવાની તન-મન-ધનની અને વિચાર-વાણી-વર્તનની ખૂબ શક્તિ આપે તેવી તેમને પ્રાર્થના.

મહોત્સવની નિમંત્રણપત્રિકા પણ અતિઆકર્ષક અને ખૂબ વ્યવસ્થિત છે. પત્રિકા, સર્વધર્મ-સમભાવને ખૂબ સારી રીતે રજૂ કરે છે. પત્રિકાના આયોજકોને પણ ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ.

અત્યારે સત્યાસીમું વર્ષ ચાલે છે તેથી શરીર નરમ-ગરમ રહેવાના કારણે, મહોત્સવનો દરસ-પરસનો લાભ નથી લઈ શકાતો તેનું દુઃખ છે. બોલ્યુ - ચાલ્યુ માફ.

યોગભિક્ષુના જયનારાયણ,

જય શ્રીરામ.

(ઓમ્ પરિવાર - અમદાવાદ)

ઈન્ટરનેટ : એક આધુનિક વ્યસન

વ્યસનોમાં એક વ્યસનનો વધારો થયો છે. એ વ્યસન 'ઈન્ટરનેટ'નું વ્યસન છે. ખાસ કરીને બાળકો અને કિશોરોમાં તેનો ફેલાવો ઝડપથી થઈ રહ્યો છે. ચીનમાં તો વ્યસનમુક્તિ સંસ્થાઓ છે જે તેને માટે કામ કરે છે. પ્રગતિશીલ દેશોમાં આ વ્યસન ફેલાયેલ છે. જોકે આપણા દેશમાં મોટાં શહેરો સિવાય હજુ તેનો વ્યાપ થયો નથી.

અલબત્ત, આપણા દેશમાં બીજાં વ્યસનો પ્રચલિત છે. શરાબનું વ્યસન તો પરાપૂર્વથી પ્રચલિત છે. વધુ પડતા શરાબનું સેવન કરવાથી માણસને ચિત્તભ્રમ થઈ જતો હોય છે. શરાબના નશામાં તે ભાન ભૂલી જાય છે. લવારો કરે છે. પોતાના શરીરનું સમતોલન જાળવી શકાતું નથી. અતિસેવનથી તેને લીવરની બીમારી થાય છે. પેન્ક્રિયાસની બીમારી થાય છે. હૃદયની બીમારી થાય છે. કેન્સર થાય છે. આ બધું જાણવા છતાં તે તેના વ્યસનને છોડી શકતો નથી. આવી વ્યક્તિ બરબાદ થઈ જાય છે અને તેનું કુટુંબ પણ બરબાદ થઈ જાય છે. આવા લોકોને વ્યસન છોડાવવા 'વ્યસનમુક્તિ કેન્દ્ર' જેવી કેટલીક સંસ્થાઓ સરકારી ધોરણે કે બિનસરકારી ધોરણે કામ કરતી હોય છે.

આ ઉપરાંત નશીલી દવાનું વ્યસન વધતું જાય છે. કેટલાક યુવાનો અને યુવતીઓ તેને રવાડે ચઢી પોતાની જિંદગી બરબાદ કરતાં હોય છે. ગાંજો, હશીશ, અફીણ, હેરોઈન, મેરીજુઆના વગેરે દવાઓ નશીલી દવાઓ હોય છે. આ દવાઓ ચોરીછૂપીથી દેશમાં ઘુસાડવામાં આવે છે. કેટલીક તો દેશમાં જ ઉત્પન્ન થાય છે. આવી દવાના નશાની મુક્તિ માટે પણ કેન્દ્રો હોય છે. આવાં બધાં વ્યસનોને રવાડે ચઢેલાને એટલી બધી તલપ હોય છે કે તે રોકી શકતો નથી. તેના માટે માથાં પછાડે છે. અંગ્રેજીમાં તેને Craving કહે છે.

આ વ્યસનોમાં એક નવા વ્યસનનો ઉમેરો થયો છે. કોઈ બાળક, કિશોર કે યુવાન ઈન્ટરનેટ ચાલુ કરી

કમ્પ્યુટર સામે બેસી રહે છે. તેમાં પાશ્ચાત્ય સંગીત, ઉન્માદ પ્રેરે તેવાં ગીતો અને નૃત્યો, તમે પોતે ભાગ લઈ શકો તેવી રમતો, સારા અને નરસા જોક્સ - એવા કાર્યક્રમો આવતા હોય છે. આ અવનવા કાર્યક્રમો જોવા માટે અને માણવા માટે સતત કમ્પ્યુટર કે લેપટોપ સામે બેસી રહેતા હોય છે. આમાં કાંઈ ખાવાનું કે પીવાનું હોતું નથી. ઊલટાનું તે ભૂલી જવાનું હોય છે. આમાંથી મુક્ત થવાનો ઉપાય શું?

જે બાળકો ઓનલાઈન લાંબો સમય વિતાવતાં હોય છે. તેમના પર દેખરેખ રાખવી જોઈએ. તમારાં બાળકોને તમે 'ઉપચાર' માટે મોકલી શકો છો.

ચીનમાં બેજિંગસ્થિત ઈન્ટરનેટ વ્યસન ઉપચાર કેન્દ્રમાં બાળકોને મિલિટરી પ્રકારની પ્રવૃત્તિ કરવી પડતી હોય છે. તેમાં ડ્રીલ જેવી કસરતો કરવી પડતી હોય છે. દેશભક્તિનાં ગીતો ગાવાં પડતાં હોય છે. તેઓને ઈન્ટરનેટના ઉપયોગની મનાઈ હોય છે. સૌથી પહેલાં ઉમેદવાર જે અનુભવ કરે છે તેના મગજની ચકાસણી કરવી પડે છે. તે માટે 'ઇલેક્ટ્રોએન્સેફલોગ્રાફી' (EEG)નો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. જેવી રીતે હૃદયની ચકાસણી માટે ઈસીજી (Electro Cardio Gram)નો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેવી રીતે મગજની ચકાસણી માટે ઈઈજીનો ઉપયોગ થાય છે. તેના ઈલેક્ટ્રોડ મગજમાં જુદા જુદા સ્થાને લગાડવામાં આવે છે. તેનો પ્રોગ્રામ કાર્યાન્વિત કરનાર માનસશાસ્ત્રી 'તાઓ રાન'નો દાવો છે કે મગજ ઈન્ટરનેટ અને હેરોઈનના વ્યસનીનું ડિસ્પ્લે એકસરખી સમરૂપતા બતાવે છે.

આ કેન્દ્રોની સંખ્યામાં વધારો થતાં એવા અહેવાલો છે કે કેટલાંક કેન્દ્રોના અહેવાલોમાં સારવાર સાથોસાથ પાશવતા દાખવવામાં પણ આવે છે. હેનાન પ્રાંતના એક કેમ્પની હમણાં આકરી ટીકા કરવામાં આવી હતી. ત્યાં પાશવતાને કારણે એક ૧૮ વર્ષની યુવતી મૃત્યુ પામી હતી. કારણ કે અધિકારીઓ તરફથી તેને શારીરિક દંડ કરવામાં

આવ્યો હતો. આ ફોટોગ્રાફ ફર્નાન્ડો મોરાલેએ લીધો હતો. તે ચાર દિવસ બેજિંગના કેન્દ્રની મુલાકાતે જૂન, ૨૦૧૪માં પત્રકાર ઝિગોર એડામાં સાથે ગયા હતા.

એવી પણ વાત આવી છે કે જે સજા કરવામાં આવે છે તેમાં ઇલેક્ટ્રિક શોક, શારીરિક ત્રાસ અને કેદ કરવામાં આવે છે, પણ તેની સાબિતી મળી નથી.

બાળકોને જ્યારે ખબર પડે કે, તેમને કેન્દ્રમાં પૂરી દેવામાં આવનાર છે ત્યારે, સામાન્યતઃ તેઓ ગુસ્સો કરે

છે. જ્યારે માતાપિતા તેમને અગાઉથી જાણ કર્યા વિના, સમજાવ્યા વિના કેન્દ્રમાં મૂકી આવે ત્યારે, તેમને વ્યસન છે તે તેઓ સ્વીકારતા જ નથી. પરંતુ, સમય પસાર થતાં તેઓ વધારે ને વધારે મળતાવડા અને શાંત થઈ જાય છે. તેઓને ત્યાં રમતગમતની તાલીમ આપતા હોવાથી તેમના શરીરનો આકાર વધારે સારો થાય છે.

સૌજન્ય : ‘આજની વાત’ લેખક વિહારી છાયા વિશ્વ વિહાર - માર્ચ ૨૦૧૫માંથી સાભાર

પુરુષોત્તમ માસ એટલે ઉત્તમ પુરુષ થવાનો માસ

પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગલ્લિક્ષ્ણુ રચિત ‘પ્રેરણાસિંધુ’ પુસ્તકમાંથી સાભાર

મંદિર જાય ત્યારે ખોરી સોપારી, પોતે સારી ખાય, અભાગણી પુરુષોત્તમ મહિનો નહાય!

શું પુરુષોત્તમ માસ આવી રીતે નહાવાનો ? પોતે સારું સારું ખાવું પીવું, પહેરવું ઓઢવું અને મંદિરના ભગવાનને અને કથા વાંચનાર મહારાજને ખોરું ખોરું ધરાવવાનું અને આપવાનું ? અન્યોને છેતરવામાં પોતે જ છેતરાઈએ છીએ તેવી ઉત્તમ સમજણ ઉત્તમ મહિનામાં પ્રાપ્ત નહીં કરવાની ?

“પુરુષોત્તમ માસની કથા” નામના પુસ્તકમાં તો જાતભાતની ચિત્રવિચિત્ર વાતો કહેવાયેલી છે. પણ તે બધાંયનો સાર છે ઉત્તમ કાર્યો કરીને ઉત્તમ બનવાનો. નિર્ધારિત સમયે નિર્ધારિત પર્વો આવે છે. પુરુષોત્તમ માસ દર ત્રીજા વર્ષે આવે છે. આ માસને અધિક માસ પણ કહે છે. અધિક માસનો અર્થ જ એ છે કે તે માસમાં કાંઈક અધિક - કાંઈક વિશિષ્ટ કાર્ય કરવું જોઈએ.

કોઈ પણ ભોગે સુખી થવા માટેની જે આંધળી દોટ મનુષ્યે મૂકી છે તેમાં “રુક જાવ અને આત્મનિરીક્ષણ કરો”ની બ્રેક પુરુષોત્તમ માસ લગાવે છે. દર ત્રણ વર્ષે આ માસ એ વિચારવાનો મોકો આપે છે કે ઉત્તમ કાર્યો કરીને તમે કેટલા ઉત્તમ બન્યા? ‘માને એમ લાગે છે કે દીકરો મોટો થઈ રહ્યો છે, પણ દીકરો મૃત્યુ તરફ ઘસી રહ્યો છે’ તે કહેવત જેવું આપણું જીવન છે. આ જન્મે તો થોડું સુખ

પ્રાપ્ત થયું છે પણ આવતા જન્મે પણ સુખશાંતિપ્રાપ્ત થાય એવું કાંઈ કર્યું ? કે પછી ધુમાડાને જ બાયકા ભરતા રહ્યા અને સમય પૂરો થઈ જવા આવ્યો ?

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં યજ્ઞની ઘણી મોટી મહત્તા છે. યજ્ઞ એટલે અન્યો માટે કાંઈક ત્યાગવું. વધુમાં વધુ પ્રિય વસ્તુને ત્યાગવી તે ઘણો મોટો યજ્ઞ ગણાય છે. “ત્યાગને જ ભોગ સમજ” એ સૂત્ર ભારતીય સંસ્કૃતિનો પ્રાણ છે.

ગીતામાં કહ્યું છે કે, યજ્ઞોમાં જપયજ્ઞ હું છું. જપયજ્ઞને આટલો શ્રેષ્ઠ શા માટે ગણ્યો હશે? કારણકે જપયજ્ઞ સાવ સહેલો, સસ્તો અને બહુમૂલ્ય છે. અન્યો માટે શુભ ભાવના રાખવી કે વહાવવી તેને ઋષિઓ યજ્ઞ સમાન લેખે છે. મનુષ્ય વિચારે છે કે, હું તો સાવ ગરીબ છું, કઈ રીતે યજ્ઞ કરી શકું? ગરીબ અને તવંગર સહુ કોઈ જપયજ્ઞ કરી શકે છે, જીવમાત્ર તરફ શુભ ભાવનાઓ વહાવી શકે છે.

શુભ ભાવનાઓનું, શબ્દોના માધ્યમથી રટણ કરવું તે જપયજ્ઞ કહેવાય છે. ઉપલક દૃષ્ટિએ, શુભ ભાવના રાખવાની વાત બહુ મહત્ત્વની નથી લાગતી, પણ સૂક્ષ્મ રીતે જોતાં તેની મહત્તા જરૂર સમજાય છે. મનુષ્ય જેના સંગમાં સતત રહે છે તેવો તે બને છે. મનુષ્ય વધુમાં વધુ પોતાના વિચારોના - પોતાની ભાવનાઓના સંગમાં રહે છે તેથી જેવું તેનું વિચારસાતત્ય હશે તેવો તે બનશે. પોતાની સારી-માઠી ભાવનાઓ પ્રમાણે પોતે તો બને જ છે, પરંતુ

અન્યો ઉપર પણ તેની ઘણી જોરદાર અસર થતી હોય છે. કોઈની આપણે નિંદા-પ્રશંસા કરીએ તેની સારી-માઠી અસર તેના ઉપર જરૂર થાય છે. શબ્દશક્તિ અમોઘ છે.

જેમની ભાવના ખરેખર જ યજ્ઞ કરવાની છે તેમના માટે અનેક મોકા છે, પણ જેમને બહાનાં બતાવીને છટકી જવું છે તેમના માટે “આખિર ધૂલ કી ધૂલ જ” રહેવાની છે.

વર્તમાન કાળમાં પાણીની કેટલી હાડમારી છે? પાણીની કાળજી માટે અનેક વખત સાવધાન કરે છે, પણ જાણે કોને કહે છે! આપણા નળો તો બેફામ ચાલુ. બાલટી છલકાઈને પાણી બહાર ધસમસી રહ્યું છે, આપણે બાજુમાં જ બેઠા છીએ, પણ નળને બંધ કરવા જેટલી પણ આળસ છોડતા નથી ! જ્યાં સુધી આપણા ગોળામાં પાણી છે ત્યાં સુધી પાણીની હાડમારીની વાત આપણને સાચી જ ના લાગે તે કેટલું જડપણું કહેવાય ? આ જડપણું ના છૂટે તો પછી ભલેને ગમે તેટલા પુરુષોત્તમ મહિના નહાઈએ એથી શું ?

ઉત્તમ મહિનામાં આપણે ક્યું ઉત્તમપણું મેળવ્યું ? અરે ! આપણે ત્યાં નીકળતો એઠવાડ કે શાકભાજી કે ફળાદિનાં છોતરાં પણ જો ભેગાં કરીને ઢોરને મોઢે જાય એવી વ્યવસ્થા કરીએ તોય સાવ મફતમાં જ કેટલાય જીવોને મરતા બચાવી શકીએ.

આવી ઉત્તમોત્તમ વાતોને પુરુષોત્તમ માસમાં આપણે કદી યાદ કરીએ છીએ? પુરુષોત્તમ માસની સાચી કથા તો આવી વાતોમાં રહેલી છે. કેટલા બધા પુરુષોત્તમ માસ પસાર થઈ ગયા અને આપણાં વર્ષો પણ પસાર થઈ ગયાં તોય ઉત્તમપણું પ્રાપ્ત ના થયું. હોશિયાર વ્યક્તિ દરેક માસને ઉત્તમ માસ બનાવી દે છે અને મારા જેવો જડભરત પુરુષ અનેક ઉત્તમ માસ નાહીને પણ જડભરત અને મળભરત જ રહે છે - અણઉત્તમ પુરુષ જ રહે છે !

કહની મિસરી ખાંડ હૈ, કરની તત્તા લોહ;
કહની કહે અને રહની રહે, ઐસા વીરલા કોક.

શ્રાવણ માસનાં એકટાણાંમાં આરોગ્યરક્ષાનું વૈજ્ઞાનિક રહસ્ય છુપાયું છે

(પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી રચિત ‘પ્રેરણાસિંધુ’ પુસ્તકમાંથી સાભાર)

આમ તો રહસ્યને જાણીએ તો બારે માસનું ભિન્ન ભિન્ન અતિ ઉપયોગી રહસ્ય છે જ. કોઈ માસનું આધ્યાત્મિક, તો કોઈ માસનું આધિદૈવિક, તો કોઈ માસનું આધિભૌતિક. દરેક માસનું હવામાન ભિન્ન ભિન્ન હોય છે તેથી દરેકનું મહત્ત્વ પણ ભિન્ન ભિન્ન છે, શોધનારને જરૂર મળે છે. ‘જિન ખોજા તિન પાઈયા, ગહરે પાની પૈઠ.’ અહીં શ્રાવણ માસ અને તેમાં કરાતાં એકટાણાં (એક વખત ભોજન) વિષે થોડું જાણીએ.

શ્રાવણ માસ ચોમાસાની ઋતુમાં આવે છે. ચોમાસામાં ખૂબ વરસાદ પડે છે. આકાશ વાદળોથી છવાયેલું હોય છે. સૂર્યનારાયણ લપક-ઝપક દેખાય છે. ક્યારેક તો આઠ આઠ દિવસની હેલી થાય છે, તે વખતે સૂર્યનારાયણ બિલકુલ અદૃશ્ય રહે છે. વરસાદના કારણે એક તો ઠંડું વાતાવરણ અને સૂર્યકિરણોનો અભાવ - આ બંનેની અસર

પાયનશક્તિ ઉપર થાય છે. પાયનશક્તિ ખૂબ મંદ થઈ જાય છે, ખાવાનું પચતું નથી. તેમાંથી ગણ્યા ગણાય નહીં એટલા રોગો ફાટી નીકળે છે. અનુભવીઓ કહે છે કે સર્વ રોગોની જનની મંદ પાયનશક્તિ છે.

વિશ્વમાં સમસ્ત પ્રાણધારીઓને મુખ્ય પ્રાણ પૂરો પાડનાર સૂર્યનારાયણ ગણાય છે. ઝાડ અને વનસ્પતિનાં પાંદડાંઓ ઉપર સૂર્યમાંથી વરસતા પ્રાણ પોષણની અસર સૌ કોઈથી જોઈ શકાય એવી હોય છે. પાંદડાંઓનો ઉપરનો ભાગ કે જે સૂર્ય બાજુ રહે છે તે ચમકતો, ઘેરો, લીલો અને મજબૂત હોય છે અને પાંદડાંનો નીચેનો ભાગ કે જ્યાં સૂર્યકિરણો સીધાં નથી પહોંચતાં તે, ચમક વિનાનો, ફિક્કો, લીલો અને કોમળ હોય છે. આ એક દૃષ્ટાંતથી વિશ્વનાં તમામ પ્રાણધારીઓ ઉપર થતી સૂર્યપ્રાણના પોષણની અસરની કલ્પના કરી શકાય છે.

ગાયત્રીની ઉપાસનામાં પણ મુખ્ય, સવિતા અર્થાત્ સૂર્યનારાયણ છે. ઉપ અને આસના એટલે સમજપૂર્વક પાસે બેસવું - આસન લગાવીને પાસે બેસવું વગેરે. ગાયત્રી ઉપાસનામાં સવિતા પાસે સમજપૂર્વક આસન લગાવીને બેસવાનું છે. આકાશમાં જે સવિતા દેખાય છે તે તો અતિ ઉષ્ણ અને અતિ દૂર છે. તેની પાસે કઈ રીતે આસન લગાવવું? આવી રીતે તેમની પાસે નથી બેસવાનું, પરંતુ તેમનામાંથી વરસતો પ્રાણ વધુમાં વધુ લઈ શકાય તેનું રહસ્ય જાણવું અને તે મુજબ આચરણ કરીને વધુમાં વધુ પ્રાણ આપણામાં લેવાનો અને પચાવવાનો છે. ફળો સૂર્યની ગરમીથી જ પરિપક્વ થાય છે તેથી તે સૂર્યપ્રાણથી ભરપૂર હોય છે, ફળોને વિકૃત કર્યા સિવાય સીધાં જ દાંતથી બટકું ભરીને ખાવાથી તેમાંના સૂર્યપ્રાણને વધુમાં વધુ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. આવી રીતે ફળો ખાઈને અમુક સમય રહેવું તે પણ અનંત ગાયત્રી-ઉપાસનાના પ્રકારોમાંનો એક પ્રકાર છે. ગાયત્રી-ઉપાસનાના અનંત પ્રકારોમાંના કોઈપણ એકનો સહારો લઈને, સૂર્યનારાયણ પણ જેમના નિયમનમાં રહે છે તે (નારાયણ)ની ઓળખ કરી લેવાની છે. આ બે દૃષ્ટાંતો, ચાલતા વિષયને સમજવામાં સહાયક છે તેથી આપ્યાં.

સૂર્યનારાયણ કે સૂર્યભગવાન એવું સંબોધન સૂર્ય માટે થાય છે તે સાર્થક છે. તેઓ જ વિશ્વના જાગતા અને પ્રત્યક્ષ દેવ છે. તેમને માનવાવાળાઓમાં કોઈ અપવાદ નથી. તે સાકાર પણ છે અને નિરાકાર પણ છે. તેમના પ્રાણથી જ આપણે સૌ પ્રાણવાન છીએ. અસ્તુ.

આવા પ્રાણદાયક સૂર્યનારાયણ ભગવાન ચોમાસામાં વાદળોથી ઢંકાયેલા રહે છે. તેથી તેમનો પ્રાણપ્રવાહ અતિ અલ્પ માત્રામાં આપણા સુધી પહોંચે છે. તે કારણે આપણી પાચનશક્તિ મંદ થઈ જાય છે. મંદ પાચનશક્તિમાં હંમેશના ક્રમ મુજબ ભોજન પેટમાં પધરાવવાથી ઝાડા, ઊલટી, મરડો, પેટપીડા વગેરે અસંખ્ય રોગો થાય છે. આમાંથી અનાયાસે જ બચાવી લેવા માટે પરમકૃપાળુ ઋષિ-મુનિઓએ-અનુભવીઓએ યુક્તિ રચી. તેમણે શ્રાવણ માસમાં ઉપવાસ-એકટાણાં કરવાનો આદેશ આપ્યો - રિવાજ સ્થાપ્યો. આપણી જડ બુદ્ધિ વૈજ્ઞાનિક

રહસ્યને જલદી ન સમજી શકે માટે તેઓએ કહ્યું કે, શ્રાવણ માસમાં - ચાતુર્માસમાં ઉપવાસ-એકટાણાં કરવાથી પુણ્ય થાય અને તેથી સ્વર્ગ જવાય અને તેમ ન કરવાથી પાપ થાય અને નર્ક જવાય. આરોગ્ય જળવાય અને તેથી સુખશાંતિ રહે તે જ પુણ્ય અને સ્વર્ગ; તથા રોગ થાય અને તેથી દુઃખ-અશાંતિ આવી પડે એ જ પાપ અને નર્ક.

કરુણાકરોએ તો કરુણા કરીને સુખશાંતિ પ્રદાન કરવા યુક્તિપૂર્વકનાં સાધનો આપ્યાં, રસ્તા બતાવ્યા. પરંતુ આપણે બુદ્ધિશાળીએ(!)એ જ્યાં બુદ્ધિ દોડાવવી જોઈએ ત્યાં ન દોડાવી અને ઉપવાસ-એકટાણાંમાં દોડાવી! ઉપવાસ તો કર્યા, પણ ફલાહારથી નહીં, પરંતુ બરફી, ગુલાબજાંબુ, રબડી અને શીખંડ ખાઈને કર્યા ! એકટાણાં તો કર્યા પણ મંદ પાચનશક્તિને ધ્યાનમાં રાખીને, પહેલાં કરતાં અડધો અને શીઘ્ર પચે એવો ખોરાક ખાઈને નહીં, પરંતુ એકટાણાંમાં ચાર ટાણાંનો સીસા જેવો ભારે ખોરાક પેટમાં પધરાવીને કર્યા. અને પાછી રાત્રે તો “ફરાળી” (ફલાહારી નહીં) ચીજો દબાવવાની જ ! “ઊંટિ કર્યા ઢેકા તો માણસે કર્યા કાઠા”ની જેમ અનુભવીઓએ રોગોમાંથી બચાવવા યુક્તિ આપી તો પોતે માલ-મલીદા ખાઈને રોગોમાં સપડાવાની બુદ્ધિ દોડાવી!

આપણામાં પશુપક્ષી જેટલી પણ બુદ્ધિ નથી. પશુપક્ષીઓ પણ બીમાર અવસ્થામાં ખાવાપીવાનું છોડી દે છે, તેઓ અંતઃપ્રેરણાને અનુસરે છે. આપણે બુદ્ધિશાળીઓ જ અંતઃપ્રેરણાને ગાંઠતા નથી તેથી મજબૂરીની છેલ્લી સ્થિતિએ પહોંચી જઈએ છીએ.

ચોમાસામાં ઘાસ ખાઈને ઊલટી કરતા કૂતરાને આપણામાંના ઘણાએ જોયું હશે. કૂતરું બિચારું પશુ છે. તે ચોમાસામાં એકટાણું કરવું જોઈએ તે જાણતું નથી તેથી વધુ ખાઈ તો લે છે પરંતુ અસ્વસ્થતા જણાતાં જ ખાધેલો ખોરાક ઊલટી કરીને બહાર કાઢી નાખે છે. ઊલટી કરવાનું તેનું અમોઘ સાધન છે ઘાસ. ચોમાસામાં ઊગેલું લીલું લીલું ઘાસ તે ખાય છે અને પછી થોડી જ વારમાં ઊલટી કરીને પેટ ઉપર ગુજારેલા અત્યાચારની સજામાંથી મુક્ત થાય છે. મનુષ્ય શું એક કૂતરા કરતાં પણ ઊતરતો છે? અનુભવીઓ તો કહે છે કે, ધારે તો મનુષ્ય દેવ બની શકે છે. તો પછી મનુષ્ય શા માટે ધારતો નહીં હોય ?

શ્રાવણ એટલે શ્રવણ કરવું. શ્રાવણ માસ એટલે શ્રવણ કરવાનો માસ. અગિયાર માસ સુધી પેટ ઉપર અત્યાચાર કરી કરીને જે ઉધાર પાસું થયું હોય તેને શ્રાવણ માસના ઉપવાસ-એકટાણાંથી જેમ જમા-પાસામાં પલટાવી નાંખીએ છીએ તેમ અગિયાર માસ સુધી જે અયોગ્ય અને અકલ્યાણકારી સાંભળી સાંભળીને ઉધાર પાસું થયું હોય તેને પણ શ્રાવણ માસમાં યોગ્ય અને કલ્યાણકારી સાંભળી સાંભળીને જમા પાસામાં ફેરવી નાખવાનું છે. અન્ન સ્થૂળ આહાર છે અને શ્રવણ સૂક્ષ્મ આહાર છે. આ બંને આહાર વિના મનુષ્યને ચાલે નહીં. શ્રાવણ માસમાં એટલું જમા કરી લેવાનું છે કે ગયા વર્ષના અગિયાર માસમાં

થયેલું ઉધાર જમા થાય અને આવતા વર્ષના અગિયાર માસ માટે પણ આગળથી જમા થાય. તેમ છતાં જે ઉધાર થાય તે વર્ષમાં આવતાં બીજાં ઉપવાસ-એકટાણાં અને સત્સંગ-વાર્તા દ્વારા જમા કરતા જવાનું છે.

આ રીતે શ્રાવણ માસમાં સાચાં ઉપવાસ-એકટાણાં કરીને પેટનો અને અણસમજનો કચરો કાઢીને પુણ્ય પ્રાપ્ત કરીને સુખ-શાંતિ અને આરોગ્યનાં સ્વર્ગને મેળવી લેવાનો પ્રયત્ન કરવાનો છે.

પરમાત્મા સૌને સાચાં ઉપવાસ-એકટાણાં કરવાની સમજ અને શક્તિ આપો તેવી પ્રાર્થના.

“ગોચરી”, અગોચરીમાં પહોંચવા માટેનું એક અમોઘ સાધન છે

(પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી રચિત ‘પ્રેરણાસિંધુ’ પુસ્તકમાંથી સાભાર)

જૈન સંપ્રદાયમાં ભિક્ષા માટે ગોચરી શબ્દ વપરાય છે. ભિક્ષા અને ગોચરી બંને શબ્દો પોતપોતાના ક્ષેત્રમાં ગૌરવવાળા છે.

ગોચરી શબ્દ ઘણું બધું કહી જાય છે, પરંતુ તે એવો રૂઢ અને એટલો પ્રચલિત થઈ ગયો છે કે તેથી તેના વિશદ અર્થગાંભીર્યના જ્ઞાનથી વંચિત રહી જવાયું છે. અહીં તેના રહસ્યને અતિ અલ્પ માત્રામાં ખોલવાનો નમ્ર પ્રયત્ન કર્યો છે.

હઠયોગશાસ્ત્રમાં અમુક મુદ્રાઓનાં ખેચરી, ભૂચરી, ચાચરી, અગોચરી વગેરે નામો છે. ખેચરીનો અર્થ, ખે એટલે આકાશ અને ચરી એટલે ચરવા-વિચારવાવાળી; ચાલન, દોહન, છેદન અને ઘર્ષણ વગેરે યોગશાસ્ત્રાનુસાર ક્રિયાઓ કરીને જીભને પાછી વાળીને કપાલકુહરમાં સ્થિર ઊભી રાખીને બ્રહ્મરંધ્રરૂપી આકાશમાંથી ટપકતા અમૃતરસનો આસ્વાદ માણતાં માણતાં ધ્યાનસ્થ થવું તેને અને વૃત્તિને બ્રહ્મરંધ્રરૂપી આકાશમાં અથવા બહારના આકાશમાં સ્થિર કરીને ધ્યાનસ્થ થવું તેને ખેચરી મુદ્રા કહેવામાં આવે છે. ખેચરી એટલે આકાશમાંથી ચારો મેળવવાવાળી અથવા આકાશમાં-અવકાશમાં ચરવા-વિચરવાવાળી.

ગોચરી, ગો એટલે ઈન્દ્રિયો અને ચરી એટલે ચરવા-વિચારવાવાળી (વૃત્તિ-વૃત્તિઓ).

વૃત્તિઓ સતત ઈન્દ્રિયોમાં જ ફર્યા-ભમ્યા-રમ્યા કરે છે. ભૂખ-તરસ ઈત્યાદિ દેહના સ્વાભાવિક ધર્મો છે. જ્યારે કકડીને ભૂખ લાગે ત્યારે વૃત્તિઓ ભૂખની ઈન્દ્રિયોમાં ચરવા-વિચારવા લાગે છે. અર્થાત્ જ્યાં સુધી ભૂખ સંતોષવામાં નથી આવતી ત્યાં સુધી ભૂખ સાથે તદ્દુપ થઈ જવાય છે. ભૂખની તદ્દુપતામાંથી મુક્ત થવા માટે ભોજન કરીએ છીએ. આ માટે સૌ પોતપોતાની રીતે ભોજન-સામગ્રી આરોગે છે. આમ, સ્વચ્છંદ રીતે અને સ્વાદ માણવાની વૃત્તિથી જે પદાર્થો પેટમાં પધરાવાય છે તે “ભોજન-સામગ્રી” કહેવાય છે. પરંતુ, જે ભોજનસામગ્રી શાસ્ત્રોના નિયમોનું પાલન કરીને, નક્કી કરેલા નિયમે, સમયે અને નક્કી કરેલા પદાર્થો લેવાય છે અને દેહને ટકાવી રાખવાના ઉદ્દેશ્યથી લેવાય છે તે ગોચરી છે. ખરેખર તો ગોચરી, અગોચરીમાં પહોંચવા માટેનું સાધનમાત્ર છે. ભૂખના સમયે જે વૃત્તિઓ-ઈન્દ્રિયો ક્ષુધામય થઈ ગઈ હોય તેને તેમાંથી “ગોચરી” દ્વારા મુક્ત કરાવીને પુનઃ પોતાના સાધનમાર્ગમાં-કલ્યાણમાર્ગમાં રમમાણ કરાવી દેવી તેનું નામ અગોચરી; અર્થાત્, દેહધર્મનો જ સહારો લઈને દેહધર્મમાંથી

મુક્ત થવું અને પછી આત્મધર્મમાં તદ્દુપ થવું તે અગોચરી; અર્થાત્, સર્વકર્મ ખપાવીને, સંપૂર્ણ નિર્વાસનિક બનીને મોક્ષ-મુક્તિમાં સ્થિર થવું તેનું નામ અગોચરી.

“ભિક્ષા માટે જાઉં છું” અથવા “ભોજન લેવા જાઉં છું” આમ કહેવાને બદલે “ગોચરી વહોરવા જાઉં છું” એવો શબ્દપ્રયોગ રોજના વહેવારમાં યોજીને તે શબ્દ દ્વારા તેના પ્રેરક અર્થની સ્મૃતિ હંમેશાં તાજી રાખવાની સુયુક્તિ અજમાવવામાં આવી છે. જે ઉદ્દેશ્યથી સાધુ-જીવન અપનાવ્યું છે તે ઉદ્દેશ્યની વિસ્મૃતિ ન થાય તેની ખેવના રાખવા માટે આ એક અમોઘ પ્રયુક્તિ છે. ગોચરી શબ્દની યોજના કરનાર મુનિઓની દીર્ઘદર્શિતા અને ક્રાંતદષ્ટિતા ઉપર વારી જવું પડે.

“વહોરવું”ના જે થોડા અર્થો થાય છે, તેમાંનો એક અર્થ ખરીદવું, અને એક અર્થ માથે જોખમ લેવું એવો પણ થાય છે. આ બંને અર્થો સૂચક છે. કોઈ પણ વસ્તુ ખરીદીએ છીએ ત્યારે તેના બદલામાં કાંઈ પણ કિંમત ચૂકવવી પડે છે. જેના ઘરની ગોચરી વહોરીએ છીએ તેને તેના બદલામાં આપણા તપમાંથી કાંઈક પણ જવાનું-આપવાનું છે જ એ વાત ભૂલવા જેવી નથી. અને ગોચરી બાબતના જે નિયમો છે તેના પાલનમાં જો સાવધાન નહીં રહેવાય અર્થાત્, તે બાબતમાં બેપરવા રહેવાશે તો તે એક મોટું “જોખમ વહોરી રહ્યા છીએ”. આ જાણકારીથી અજાણ રહેવું પાલવે નહીં.

ગોચરી વહોરવા માટે જેમ બને તેમ દૂર જવું એટલા માટે સારું છે કે થોડું ચાલવાથી ભોજનઆહુતિ ગ્રહણ

કરવા માટે જઠરાગ્નિ યથાયોગ્ય પ્રદીપ થઈ રહે. ગોચરી માટે દૂર જવાનો બીજો ફાયદો એ કે તેથી અપરિચિત જનસમાજમાં જવાનું થાય, નજીકમાં પરિચિત જન-સમાજ હોય. મુનિ પતંજલિએ કહ્યું કે,

સ્થાન્યુપનિમંત્રણે સંગસ્મયાકરણં પુનર્ અનિષ્ટ પ્રસંગાત્ ભાવાર્થ : સ્થાનવાળાઓના નિમંત્રણથી જો તેમનામાં મોહ થઈ જાય અને સ્થાનવાળાઓ તરફથી મળતા માન-સન્માનથી જો અહંકાર આવી જાય તો ફરીને અનિષ્ટનો પ્રસંગમાં આવી જવાય છે, અર્થાત્, કલ્યાણમાર્ગ-સાધુમાર્ગ અપનાવ્યો ત્યાર પહેલાં જેવું જીવન હતું તેમાં ફેંકાઈ જવાય છે.

આમ, ગોચરી શબ્દમાં અનુભવી મહાન તપેશ્વરીઓએ એટલું બધું કલ્યાણકારી ભાથું ભરી દીધું છે કે તેને સમજવા માટે જેટલું લખીએ તેટલું ઓછું જ છે. માટે ગોચરીનો મુખ્ય અને ન ભૂલવા જેવો અર્થ એટલો જ છે કે ગોચરી, અગોચરીમાં પહોંચવા માટેનું એક અમોઘ સાધન છે. તેથી ગોચરીને-ભિક્ષાને જરૂરતથી વધુ મહત્ત્વ ન આપવું જોઈએ. જેમ કાન, આંખ વગેરે ઈન્દ્રિયોથી અકલ્યાણકારી સામગ્રી અંતરમાં પેસી જાય છે, તેમ જિહ્વા-ઈન્દ્રિયથી પણ પેસી શકે છે. ખરેખર તો, તાત્ત્વિક રીતે જોતાં તો જિહ્વા-ઈન્દ્રિયને જ બીજી ઈન્દ્રિયો અનુસરે છે. માટે કેવળ સાધુ-સાધ્વીઓએ જ નહીં, પરંતુ તમામ કલ્યાણપ્રેમીઓએ “ગોચરી”ને અપનાવીને સાવધ થઈ જવા જેવું છે. તે માટે આપણા ઉપર મુનિભગવંતોના આશિષ ઊતરો.

ઓમ્ પરિવારના ઉત્સવ

ગુરુપૂર્ણિમા	શ્રી કામનાથ મહાદેવ મંદિર ટ્રસ્ટ હોલ, સેન્ટ ઝેવિયર્સ (લોંયેલા) સ્કૂલની સામે, મેમનગર રોડ, નવરંગપુરા, અમદાવાદ.	૩૧-૭-૧૫ શુક્રવાર સવારે ૮ થી ૦૨
--------------	---	--------------------------------------

નોંધ : ગુરુપૂર્ણિમા મહોત્સવના કાર્યક્રમ માટેનું સ્થળ બદલાયું છે તો સૌ ગુરુ ભાઈ બહેનોએ નોંધ લેવા વિનંતી.

ડૉ. સ.સ. ભિક્ષુના જયનારાયણ - જય ઓમ્ગુરુદેવ

પરમાત્મા સર્વવ્યાપક શાથી છે ?

- યોગભિક્ષુ

જેવાં કર્મ કરીએ તેવાં ફળ મળે છે. ફળ આપનાર કોઈ તત્ત્વ છે. તેને જુદા જુદા નામે સંબોધાય છે. આપણે તેને અહીં પરમાત્મા કહીશું. કર્મનાં ફળ આપવાની તેમની રીત સ્થૂળ નથી. તેમની હાજરી માત્રથી યથાયોગ્ય કર્મફળ મળ્યે જતાં હોય છે.

પરમાત્મા સારાં-ખોટાં કર્મોનાં, સારાં-ખોટાં ફળો આપે છે. તેમને તે બધાં કર્મોની ખબર પડી જાય છે. તેમને તે બધી ખબર પડી જવાનું કારણ તેઓ સર્વજ્ઞ છે. તે તેઓ સર્વજ્ઞ હોવાનું કારણ તેઓ સર્વવ્યાપક છે તે છે. પરમાત્મા સર્વવ્યાપક શાના કારણે છે ? કારણ કે,

પરમાત્મા અતિસૂક્ષ્મ છે. બ્રહ્માંડનો કોઈપણ પદાર્થ પરમાત્મા જેટલો સૂક્ષ્મ નથી. પૃથ્વી, પાણી, તેજ, વાયુ અને આકાશ તે ક્રમપૂર્વક એકબીજાથી વધુ સૂક્ષ્મ છે. તે

પાંચેયમાં આકાશ વધુ સૂક્ષ્મ છે, તે કારણે તેનો વ્યાપ પણ ઘણો છે. એક શેર પાણીનો વ્યાપ-વિસ્તાર ઘણો મર્યાદિત છે, પણ તે જ્યારે વરાળ રૂપે સૂક્ષ્મ થાય છે ત્યારે તેનું વ્યાપકપણું ખૂબ વધી જાય છે. જે પદાર્થ જેટલો સૂક્ષ્મ વધુ તેટલો તેનો વિસ્તાર અને તેની શક્તિ વધારે. આધુનિક વિજ્ઞાન પણ આ વાતને સમર્થન આપે છે.

પરમાત્મા વર્ણનાતીત-કલ્પનાતીત સૂક્ષ્મ છે. તેથી તેમને નિરાકાર, અર્થાત્, કોઈપણ પ્રકારના સ્થૂળ આકાર વિનાના કહેવામાં આવે છે. જો એમ કહીએ કે, જેનું અસ્તિત્વ છે તેનો આકાર હોવો જોઈએ, તો પરમાત્માના આકારને દિવ્ય આકાર-અલૌકિક આકાર કહી શકાય. તેથી એમ કહેવું અયોગ્ય નથી કે, દિવ્ય આકારનો -અલૌકિક આકારનો અનુભવ અલૌકિક અને દિવ્ય સમજ દ્વારા જ થઈ શકે.

અનાહત નાદ, આદિધ્વનિનું બીજ છે

- યોગભિક્ષુ

મહાપ્રલયકાળે સ્થૂળ જગત ક્રમપૂર્વક લય પામતું પામતું, સૂક્ષ્મ થતું થતું છેવટે સંપૂર્ણ લય-પ્રલય પામી જાય છે. - પૂર્ણસૂક્ષ્મ થઈ જાય છે. શ્રી પતંજલિએ આ અવસ્થાને અલિંગ અવસ્થા કહી છે. મહાપ્રલયકાળ પૂરો થતાં, અર્થાત્, અલિંગ અવસ્થા પૂરી થતાં, અર્થાત્, ત્રિગુણની સામ્યાવસ્થા પૂરી થતાં, અર્થાત્, સૂક્ષ્મ અવસ્થાનો કાળ પૂરો થતાં, સ્થૂળ જગતના નવસર્જનનો જે પહેલો સ્ફોટ-વિસ્ફોટ થાય છે તે વિશ્વનો આદિ ધ્વનિ છે અને તે વખતની તેની જે સૂક્ષ્માતિ-સૂક્ષ્મ આકૃતિ તે જ વિશ્વની આદિ આકૃતિ છે. આકૃતિનું સર્જન થવાથી ધ્વનિ થયો કે ધ્વનિ થવાથી આકૃતિ સર્જાઈ કે બંને એકીસાથે અસ્તિત્વમાં આવ્યાં તે બાબતમાં જે મગજમાં ઊતરે તે માનવું. અસ્તુ.

આ આદિધ્વનિ અને આદિઆકૃતિ તે જ પ્રણવધ્વનિ અને પ્રણવઆકૃતિ. વર્તમાન વિશ્વનાં તમામ

સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ સ્વરૂપો તે આ બેનાં જ વિકસિત-વર્ધિત રૂપો છે. તેથી આ બંને આદિઆકૃતિ અને આદિધ્વનિ વર્તમાન વિશ્વની તમામ આકૃતિઓ અને ધ્વનિઓમાં અનુસ્થૂત પરોવાયેલાં છે. ઝાડમાં જેમ બીજ જ વિકાસ અને રૂપાંતર પામીને રહેલું છે તેમ દરેક શરીરમાં પણ તે બંને બીરૂપે રહેલાં છે.

મનુષ્યશરીરમાં બીરૂપે રહેલો તે ધ્વનિ અનાહત નાદના નામથી ઓળખાય છે. અનાહત એટલે આહત-ટક્કર-આઘાત લાગ્યા સિવાયનો ધ્વનિ-નાદ. આ ધ્વનિનો અનુભવ કરવા માટે જુદી જુદી સાધનાઓ-યુક્તિઓ અનુભવીઓ બતાવતા હોય છે. આ ધ્વનિના જુદા જુદા પ્રકારો અને તેનાં જુદાં જુદાં ફળો વિષે વર્ણનો ગ્રંથમાં જોવા મળે છે. આ ધ્વનિઓ અતિકર્ષણપ્રિય હોય છે અને અખંડપણે થયા કરતા હોય છે.

आश्वर का बोधक (नाम) प्रणव/ओम् है।



(समाभिपाद के घमो का भावानुवाद)

- (२४) क्लेश, कर्म, कर्मफल और वासना जिसमें नहीं है असा पुरुषविशेष/चेतनविशेष आश्वर है।
- (२५) आश्वर संपूर्ण सर्वज्ञ है।
- (२६) आश्वर पूर्वकाल के गुरुओं के भी गुरु है और काल की मर्यादा से (जन्म-मृत्यु से) पर है।
- (२७) आश्वर 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।

● दृस्टना उद्देशो

(१) सर्वव्यापक परम सूक्ष्म चेतन तत्त्व के जेनुं नाम प्रणव (ओम्-ॐ) छे तेनी प्रतीति ञहुषनसमाञने करायवा प्रयत्न करवो. (२) 'योग'नो प्रचार, प्रसार अने संशोधन करवा प्रयत्न करवो. (३) समाञनुं नैतिक धोरण छिंचुं लाववा माटे साहित्य द्वारा आध्यात्मिक ज्ञाननो प्रचार अने प्रसार करवानो प्रयत्न करवो. (४) आ उपरांत 'अहुषनहिताय-अहुषनसुभाय'ने लगतां कार्यो, जेवां के, केणवणी, तणीणी सारवार वगरे करवा माटे प्रयत्न करवो.

Registrar of News Papers of India under Regd. No. 48770/90

L-5/131/OTY./34/90-91

To,

આદ્ય સંસ્થાપક તથા આધ્યાત્મિક વડા પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગાભિક્ષુજી

PRINTED & PUBLISHED BY :-

Dr. S. S. Bhikshu for

AUMGURU PREMSAMARAPANDHYANBHIKSHU PARIVAR TRUST

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

From :- 3/B, Paliadnagar Society, Naranpura, Ahmedabad-13

Printed at : Shardul Printing Press

Hon. Editor : Naishadh Vyas

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

પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગાભિક્ષુજી
સાથેનાં સંસ્મરણોના તથા પ્રેરક
પ્રસંગોના લેખો આવકાર્ય છે.

લવાજમદર :

ત્રિવાર્ષિક સભ્ય(ભારતમાં) ...	₹	૧૦૦-૦૦
આજીવન સભ્ય (ભારતમાં) ...	₹	૫૦૦-૦૦
વાર્ષિક સભ્ય (પરદેશમાં) ...	\$	૧૫-૦૦
આજીવન સભ્ય (પરદેશમાં) ...	\$	૧૫૦-૦૦
છૂટક નકલની કિંમત ...	₹	૧૦-૦૦

લવાજમ મોકલવાનું કે

“રુતમ્બરા”ને લગતો પત્રવ્યવહાર

કરવાનું સ્થળ :

(૧) ડૉ. સોમાભાઈ એ. પટેલ (સ.સ. ભિક્ષુ)

૩/બ, પલિયડનગર,
સેન્ટ ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલ રોડ,
નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩

(૨) નેષદભાઈ સી. વ્યાસ

“સ્વાશ્રય”,
૩. ગંગાધર સોસાયટી,
રામબાગ પાછળ, મણિનગર,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૮

સૂચના :-

- (૧) લવાજમ ચેક દ્વારા અથવા મનીઓર્ડર દ્વારા “ઓ. પ્રે. પ. ટ્રસ્ટ” ના નામે મોકલવું. સાથે આપનું પૂરું નામ, સરનામું શુદ્ધ અક્ષરોમાં લખી મોકલવાં.
- (૨) જે સભ્યના રહેઠાણનું સ્થળ બદલાયું હોય તેમણે તેમના નવા રહેઠાણનું પૂરું સરનામું લખી મોકલવું, જેથી વ્યવસ્થાપકો દ્વારા અંક મોકલવામાં સરળતા રહે.

Web : www.aumparivar.com
E-mail : aumparivar@yahoo.com

Web : www.yogabhikshu.org
Facebook : yogabhikshu.aumparivar