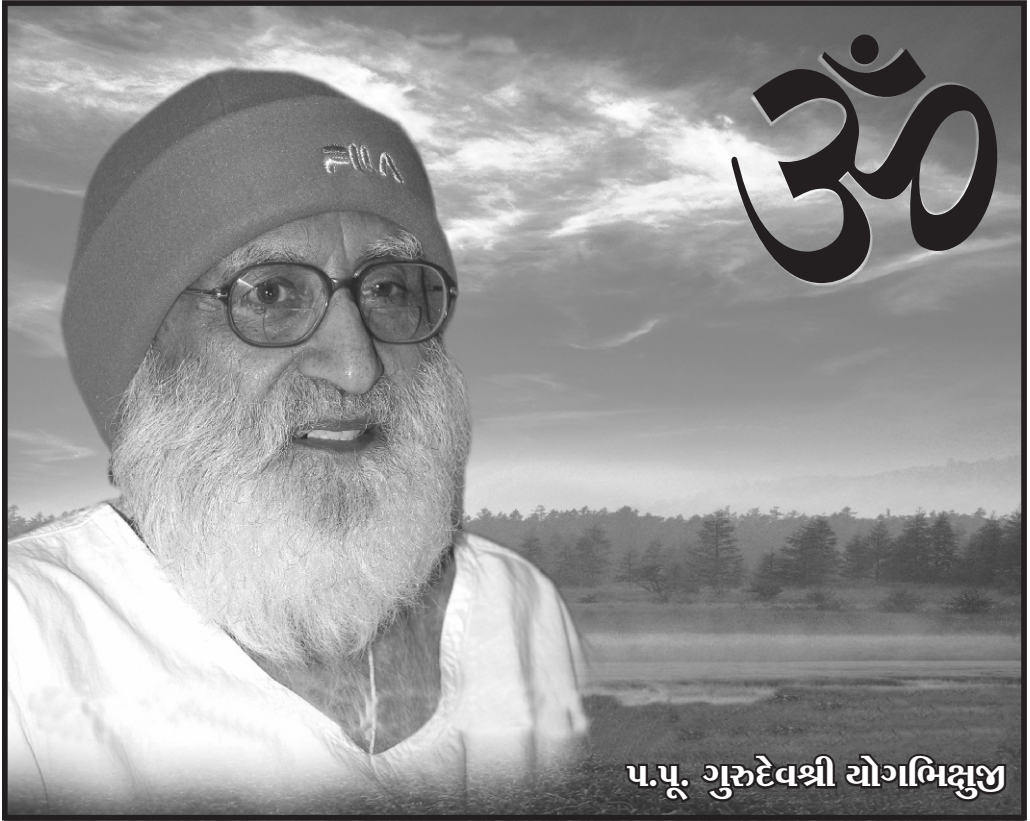


ॐ

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

रुतम्भरा

आत्मनो हिताय जगतः सुभाय



प.पू. गुरुदेवश्री योगभिक्षुञ्ज

वर्ष - 31 (ओक्टोबर, नवेम्बर, डिसेम्बर)

VOL - XXXI 2015-16

ISSUE-II

मानद्वंती : नेषध व्यास

संकलन : डॉ. स. स. भिक्षु

‘योग’ भिक्षा लावीओ, ‘भिक्षु’ जनी गुरुद्वार;
मुमुक्षु जरुत पामशे, सौनो मुजमां लाग.

- કુદરતસર્જિત ભૂકંપોને રોકવા એ મનુષ્યના હાથની વાત નથી. પણ, મનુષ્યસર્જિત ભૂકંપોને રોકવા એ તો મનુષ્યના હાથની વાત છે. પણ તોયે, મનુષ્ય સ્વસર્જિત ભૂકંપોને રોકવાનો પ્રયત્ન કરતો નથી અને કુદરતી ભૂકંપોને રોકવાનાં ઝાવાં નાખે એ કેટલું મોટું દુઃખદ આશ્ચર્ય !
- જગત, શક્તિકો હી ભગવાન માનતા હૈ, ચાહે સહનશક્તિ હો (ઈદ્મુષ્મિત્), યા શાસકશક્તિ હો (શ્રીકૃષ્ણ).
- દરેક જીવ જન્મતાંની સાથે જ મૃત્યુ તરફ ખેંચાવા લાગે છે. સૂરજ ઊગીને આથમે એટલે આવરદાનો એક દિવસ પૂરો. અઠવાડિયું, પખવાડિયું, માસ અને વર્ષ કરતાં કરતાં ઘડપણ અને મરણ તરફ ખેંચાતાં-ખેંચાતાં છેવટે મૃત્યુ.
- ખૂબ નાચ્યા કુદા - ખૂબ ધમાયકડી મચાવી, ખૂબ ખરાં-ખોટાં વ...વ..વ... ખૂબ કર્યા પણ આખર ધૂલકી ધૂલ. માટે જ, સમયસર ચેતી જઈને માનવજન્મ સફળ કરીએ.
- ઉપવાસ અને ભૂખમરામાં જેટલો તફાવત છે તેટલો લોભમાં અને કરકસરમાં છે. કરકસર માટે બુદ્ધિને સારી રીતે કસવી પડે છે. બુદ્ધિ જેમ જેમ વધુ કસાશે તેમ તેમ તેમાંથી વધુ ને વધુ તેજકિરણો બહાર ફેંકાશે. આરપાર સોંસરવાં નીકળી જનાર એ તેજકિરણોથી અનંત જન્મોના અંધકારના ડુંગરો ભેદાઈ જશે.
- પારસમણિ તો પોતાના સંપર્કમાં આવનાર દરેક લોભંડને સોનું બનાવી દે છે, પણ તેને પારસમણિ બનાવતો નથી. જ્યારે, ગુરુજનો તો પોતાના સંપર્કમાં આવનાર સૌ કોઈને ગુરુ બનાવી દે છે. ગુરુ બનાવે છે એટલે સાચી સમજણમાં ગુરુ બનાવી દે છે એમ સમજવાનું છે.
- ‘સુવર્ણમૃગની પ્રાપ્તિની વિચિત્ર ઈચ્છા’ જો સીતાજીને ન થઈ હોત, તો કદાચ ‘રામાયણ’ ન લખાઈ હોત.
- “આંધળાના તો આંધળા જ હોય ને” આવી કટુવાણી જો દ્રોપદીજી ન બોલ્યાં હોત તો કદાચ મહાભારત લખાયું જ ન હોત.
- આત્મા-પરમાત્માની સમજણ જેઓ આપે તેઓ “સદ્ગુરુ”. ભૌતિક વિદ્યાઓ જેઓ શિખવાડે તેઓ “ગુરુ”. સદ્ગુરુ એક હોય, ગુરુ અનેક હોઈ શકે.

- અબલા જીવન હાય ! તેરી કરુન કહાની,
આંચલમેં હૈ દૂધ ઔર આંખોમેં હૈ પાની. — મૈથિલીશરણ ગુપ્ત
- પ્રબલા જીવન વાહ ! તેરી અમર કહાની,
આંચલ મેં બુદ્ધ ઔર આંખો મેં મહાકાલી. — યોગભિક્ષુ
- કેવળ જડ નિયમોથી બંધાઈને કરાતા પૂજા-પાઠમાં જ્યાં સુધી પ્રેમ જાગતો નથી, ત્યાં સુધી પ્રતીતિ થતી નથી ને ત્યાં સુધી આધ્યાત્મિક લાભ થતો નથી. — (સુવિચાર અંક પર, જુલાઈ-૦૮)
- કામ, ક્રોધ, મદ, લોભકી જબ લગ મનમેં ખાન,
તબ લગ પંડિત મૂરખો કબીરા એક સમાન. — સંત કબીર

કુદરતની કરુણા

કુદરત પણ કેવી કરુણાલુ છે! ભયંકર બહિર્મુખ થઈ ગયેલા માનવીને અંતર્મુખ કરવા તેની ઈન્દ્રિયોને શિથિલ કરી નાખે છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં આંખ, કાન, પગ વગેરે એવાં નિર્બળ થઈ જાય છે કે ઘરમાં જ રહેવું પડે. પણ, તોય મનુષ્ય જંપતો નથી અને વૃત્તિઓ દ્વારા ભાગંભાગી કરવા લાગે છે, કારણ કે તે એ સમજી શક્યો નથી હોતો કે ઈન્દ્રિયોની શિથિલતા તે તો અંતર્મુખ થવા માટેનું કુદરતનું વરદાન છે. તેથી તે ખાટલામાં પડ્યો પડ્યો હાથબળતરા કરતો કરતો કુદરતને કોસ્યા કરે છે, પણ તેથી કાંઈ ઈન્દ્રિયો સબળ નથી થઈ જતી, પરંતુ જીવનપાથેય ભેગું કરવાનો મહામૂલો સમય વેડફાઈ જાય છે.

એક સંન્યાસી મહારાજ કહેતા કે, પહેલાં તો ધ્યાન વખતે હું કર્ણમુદ્રાનો ઉપયોગ કરતો જેથી બહારના અવાજો વિક્ષેપ ન કરે, પણ હવે તો એવો બહેરો થઈ ગયો છું કે કર્ણમુદ્રાની જરૂર જ નથી પડતી, ભગવાને મારા ઉપર ખૂબ દયા કરી.

સંન્યાસી મહારાજની જેમ આવી બધી બાબતોમાં જો કુદરતની કરુણા કલ્પવાની કુશાગ્રતા કેળવાઈ જાય તો તેને પછી મૃત્યુનો ભય કેવો!

ઉંમર પાકવા લાગે છે તેમ તેમ વાળ સફેદ થતા જાય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં શરીર શિથિલ થતું જાય છે પણ બુદ્ધિ અને અનુભવ પક્વ થતાં જાય છે, તોય કોણ જાણે કેમ કઈ કમજોર કડી, એ રહસ્ય સમજવા નથી દેતી કે સફેદ વાળ એ તો ગૌરવ અનુભવવાનું ચિહ્ન છે, લજાવવાનું કે શરમાવવાનું નહીં. મનુષ્ય તો સફેદ વાળને ફરીને કાળા કરવા અનેક

પ્રકારનાં ઓસડિયાંયુક્ત તેલો માથામાં ઝીંક્યે રાખે છે! વૃદ્ધાવસ્થાના કારણે અનેક અનુભવોમાંથી પસાર થઈને પરિપક્વ થયેલી બુદ્ધિ પણ બહેર મારી જાય એવાં એસિડયુક્ત તેલ માથામાં ઝીંકવામાં મનુષ્ય જરાય અચકાતો નથી. પરિણામ શું આવે? દુવિધામેં દોનોં ગયે, માયા મિલી ન રામ. નથી તો વાળ પૂરા ધોળા રહેતા કે નથી તો વાળ પૂરા કાળા થતા. ગરોળીની પૂંછડી જેવાં લટૂરિયાં તરત ચાડી ખાય છે કે વાળમાં કલપ નાખ્યો છે. તેથી નથી તો તેના મુખ ઉપર વૃદ્ધાવસ્થાનું ગૌરવ દેખાતું કે નથી તો તેના ગાલ ઉપર યુવાનીની ટશરો દેખાતી. ન વૃદ્ધ, ન યુવાન; ન સ્ત્રી, ન પુરુષ! સ્ત્રી કે પુરુષ જેવો ન દેખાય તેને લોકો શું કહે?

જેમ મંદિરના શિખર ઉપર ધોળી ધજા ફરકીને શાંતિ અને પવિત્રતાનો સંદેશ આપે છે તેમ દેહમંદિરના મસ્તકરૂપી શિખર ઉપર ધોળા વાળની ધજા ફરકીને વૃત્તિઓને શાંત અને પવિત્ર રાખવાનો સંદેશ આપે છે.

ઘડપણમાં પાચનશક્તિ મંદ પડે તેને કુદરતની કરુણા માની શકાતી નથી. ઊલટાનો મનુષ્ય ઘડપણમાં ખૂબ ખાવાની ઈચ્છા કરતો હોય છે. ઘરના ઘરઈડિયાઓ તો નાનેરાને એમ કહેતાંય સાંભળવા મળે કે, “અમારે હવે ક્યાં વધુ જીવવું છે? બહોત ગઈ અને થોડી રહી, માટે સારું સારું ખાઈપી લેવા દો!” જે દુઃખ નક્કી થયેલું છે તે તો આવે જ છે, પણ ઓછી અથવા ખોટી સમજણને કારણે તે અનેકગણું થઈ જાય છે.

કુદરતની કરુણાને કરુણા તરીકે સમજી શકીએ તેવી કરુણા તે કરે તેવી તેને પ્રાર્થના.

ઓમ્ પરિવારના ઉત્સવ

ઓમ્ ગુરુદેવ જયંતી	શાંકુતલ બંગલોઝ, કોમન પ્લોટ, સત્તાધાર, બીઆરએસટી બસસ્ટેન્ડ પાસે, સોલા રોડ, અમદાવાદ-૬૧ મો. ૯૮૭૯૧૧૦૧૩૦	૬-૧૧-૨૦૧૫ શુક્રવાર ૪-૩૦ થી ૮
બેસતુ વર્ષ	શ્રી નૈષધભાઈ વ્યાસ ૩, ગંગાધર સોસાયટી, સરદાર પટેલ હાઈસ્કૂલની સામે, મણિનગર, અમદાવાદ-૮	૧૨-૧૧-૧૫ ગુરુવાર સવારે ૭ થી ૮

॥ ॐ ॥

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ, જયનારાયણ
મીનાના સા.દ. પ્રણામ

આગામી ગુરુપૂર્ણિમા-મહોત્સવ, ઓમ્ પરિવાર નિમંત્રણ
મળ્યું.

પત્રિકા ખોલતા જ પુ. ગુરુદેવનો તસ્વીરસહ સંદેશ
'ઈર્ષ્યાની સર્વ વ્યાપકતા' સાંપ્રતસમાજમાં સમજવા જેવો
સંદેશ છે. માણસ ઈર્ષ્યાની આગમાં પોતાનું તથા સમાજનું
નુકસાન કરતો હોય છે.

**'ખાઈમાં પડેલા માણસને બચાવવો સહેલો છે પણ
અદેખાઈમાં પડેલાને બહાર કાઢવો મુશ્કેલ છે.'**

ગુરુદેવની પ્રસાદી, તથા પૂર્ણિમાનું મહત્ત્વ લેખો ખૂબ જ
ગમ્યા, મહાવીરજયંતીની ઉજવણી પ્રેરણાસિંધુ પુસ્તકનો લેખ
તથા 'મા'નું મહત્ત્વ, આજનું ભાથુંમાં 'વિચિત્ર ઈચ્છા' સીતાને
ના થઈ હોત તો ! દ્રૌપદીનો વાણી વિલાસ લેખો ખૂબ જ
ગમ્યા...

કવરના પાછળના ભાગે... કમ ખાઓ... ગમ
ખાઓ....

દરેક માણસ જો આ લીટીઓને અનુસરે તો તેની
જિંદગીમાં ક્યારેય પણ, તનથી (શરીર), મનથી તથા ધનથી
દુઃખી થતો નથી... અસ્તુ

પ્રણામસહ...

મીના જોષી

★ ★ ★

તા. ૨૯-૭-૨૦૧૫

પ્રતિ,

શ્રી ઓમ્ પરિવાર,
મણિનગર, અમદાવાદ

પૂ. મહોદયશ્રી,

આપશ્રીએ મોકલેલ ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે ભાવભીનું
આમંત્રણ મળ્યું. પરંતુ તા. ૩૧-૭-૨૦૧૫ના રોજ ગાયત્રી
પરિવાર ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટીઓ, પરિજનો તથા માતાજી અને
મિશનમાં માનનાર વ્યક્તિ સાથે ગાયત્રી પરિવાર ટ્રસ્ટે સવારે

જાપનો કાર્યક્રમ, પ.પૂ. ગુરુજી તથા માતાજીનું પૂજન યજ્ઞ
વિ.નું આયોજન કરેલ છે અને તે સંજોગોમાં ગાયત્રી પરિવાર
ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટીઓનું રોકાણ હોઈ આવી શકાય તેમ નથી તેથી
ક્ષમા યાચીએ છીએ.

મા ગાયત્રીની કૃપાથી આપનો કાર્યક્રમ ખૂબ-ખૂબ
સફળ થાય તે મા પ્રત્યે પ્રાર્થના અને અભ્યર્થના.

ફરીથી આપના આમંત્રણ બદલ અંતઃકરણપૂર્વક
આભાર માની વિરમીએ છીએ.

લિ. ચંદુભાઈ કે. મોદી,

પ્રમુખશ્રી- ગાયત્રી પરિવાર ટ્રસ્ટ, બીલિમોરા

★ ★ ★

જીવન સ્મૃતિ સ્વાધ્યાય મંદિર

મણિનગર, અમદાવાદ

રથયાત્રાદિન

તા. ૧૮-૭-૨૦૧૫

ૐ પરિવારના ગુરુભક્તો-સ્નેહીઓ,

સૌને જયનારાયણ

ગુરુપૂર્ણિમાનું નિમંત્રણ મળ્યું. આવવાનું મન થયું!

પરંતુ શારીરિક મર્યાદાને કારણે પ્રત્યક્ષ હાજર રહી શકાતું
નથી. તમે સૌ ગુરુસત્સંગ કરી તેમની પ્રેમ-પ્રસાદી - આશિષ
મેળવશો. અમે તો જીવનમાં ઘણા મહાનુભાવોને ગુરુસમ
લેખીએ છીએ. જ્યાં જે વખતે આપણું જીવન અટક્યું અને
જ્ઞાનદીપ દર્શાવે એ જ ગુરુ. આ સંબંધમાં કબીરદાસની વાણી
અમે સદા યાદ કરતા હોઈએ છીએ.

ગુરુ તો એસા કીજિયે જેસો પૂનમ ચાંદ,

તેજ દિયે, તપે નહીં, ઉપજાવે આનંદ.

આજકાલ મંદિરોની વહીવટી શિથિલતા જોઈ,
સાંભળી આપણે લજવાઈ જઈએ. વડતાલના મંદિરમાં
હરિભક્તોને આમરણાંત ઉપવાસ કરવા જેવી સ્થિતિ આવે,
ત્યારે પણ બીજા સમાજના સાધુસંતો કોઈ માર્ગ કાઢવા હરફ
ઉચ્ચારતા નથી, જે ધર્મ લોકોને સાચા માર્ગે દોરે એ જ ધર્મ -
આપણી આસ્થા ડગાવનારમાંથી આપણે બચવાની વેળા
આવી છે.

સૌને જયનારાયણ - મનુપંડિતના વંદન

ઓક્ટોબર-૨૦૧૫

રુતમ્બરા

૧૭

નિષ્ફળતા સ્વીકારવાને બદલે દોષનો ટોપલો પોતાનાં ભાઈ કે બહેન પર ઢોળી દઈને એને જ ગુનેગાર સાબિત કરતા હોય છે.

મોટી ઉંમરે પણ આ ટેવ યથાવત્ રહી જાય છે. ધીમે-ધીમે એવું જોવા મળે છે કે વૈમનસ્ય, ઈર્ષ્યા અને અહંકાર આવી વ્યક્તિઓના વ્યક્તિત્વનો અભિન્ન હિસ્સો બની જાય છે. કોઈની પણ વાત કાપી નાખવી, ટૂંકાવી નાખવી, કોઈ બીજી વ્યક્તિનાં વખાણ થતાં હોય તે જ વખતે એના વિશે ઘસાતું બોલવું કે જાણીજોઈને ઉપજાવી કાઢેલી વાતો દ્વારા પોતાની સારાઈ, મોટાઈ કે આવડત દેખાડવાનો પ્રયાસ કરતી આવી વ્યક્તિઓ સમાજમાં આપણી આસપાસ જ જોવા મળે છે.

આત્મવિશ્વાસ કોઈ પણ વ્યક્તિ માટે અનિવાર્ય ગુણ છે. તમે જે ધારો છો તે કરી શકો છો, એવું માનવામાં કશું જ ખોટું નથી. બલકે ખરેખર તો જે લોકો સપનાં જુએ છે તે જ એને પૂરાં કરી શકે છે. આત્મવિશ્વાસ એટલે પોતાની જાતમાં વિશ્વાસ. પોતાની આવડતમાં શ્રદ્ધા. એ ખરું, પરંતુ એની સાથે-સાથે વિનમ્રતા, સરળતા અને સહજતા હોવાં અનિવાર્ય છે.

તમે કરી શકો છો એમ માનવામાં કશું જ ખોટું નથી, પરંતુ માત્ર તમે જ કરી શકો છો, એમ માનનારા હંમેશાં ખોટા પડે છે. બીજાની લીટી ટૂંકી કરવાથી તમારી લીટી મોટી

થશે, એમ માનનારા લોકો વધુ પડતા આત્મવિશ્વાસની બીમારીથી પીડાય છે. સતત ‘હું’, ‘મને’, ‘મારું’ વિશે કહ્યા કરતા લોકો બીજાની નજરમાં હાસ્યાસ્પદ અને અણગમો ઉપજાવનારા બની જાય છે. મોટી-મોટી વાતો કરતા માણસોને આખરે મશ્કરીનું પાત્ર બનવું પડે છે.

તમે ખરેખર ખૂબ વગવાળા કે આવડતવાળા હો તો પણ એ વિશેનાં વખાણ બીજાને કરવા દેવા જોઈએ. જો સાચે જ તમારામાં ગુણો હશે તો બીજા એનાં વખાણ કર્યા વગર રહી શકતા નથી. પોતે જ પોતાનાં વખાણ કર્યા વગર કે પોતે જ પોતાની બડાઈ કર્યા કરવી એના જેટલું હાસ્યાસ્પદ વર્તન ભાગ્યેજ બીજું કોઈ હોઈ શકે. તમે જે ન કરી શકતા હો એ વિશેની બડાઈ મારવાથી તમે બીજાની નજરમાં તમારા આત્મગૌરવને નુકસાન પહોંચાડો છો એટલું સમજી લેજો.

આ જગતમાં દરેકને ઈશ્વરે સ્પેશિયલ બનાવ્યા છે. સાવ સામાન્ય વ્યક્તિ પાસે પણ એકાદ એવો ગુણ હોય છે જે એને ખાસ અથવા સ્પેશિયલ બનાવે છે. સામેની વ્યક્તિમાં ગુણો શોધવાનો પ્રયાસ તમને દરેકની નજરમાં સ્પેશિયલ અથવા ખાસ બનાવશે. પરંતુ જો તમે સામેની વ્યક્તિના અવગુણો શોધીને તમારા ગુણો વિશે શેખી માર્યા કરશો, તો તમે સામાન્ય વ્યક્તિની નજરમાં અતિસામાન્ય બની જશો, એ નક્કી. (‘જનકલ્યાણ’માંથી સાભાર)

પત્રાંશ

રમેશભાઈ ઓઝા (ભાઈશ્રી), પોરબંદર

॥ શ્રી હરિઃ ॥

‘સુફલ મનોરથ હોઝ તુમ્હારે’

પ્રિય સ્વજન,

જયશ્રીકૃષ્ણ ।

आपके यहाँ हो रहे मंगल

प्रसंग पर हार्दिक अभिनंदन और हृदय की शुभकामना ।

आशिष... भाई ।

★ ★ ★

॥ ૐ ॥

॥ શ્રી સ્વામિનારાયણો વિજયતેતરામ્ ॥

પ્રતિ,

પ.પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિશ્વજી,

આપે પાઠવેલ ગુરુપૂર્ણિમા-મહોત્સવની પત્રિકા મળી છે.

વિ. આપનું સ્વાસ્થ્ય ખૂબ સારું રહે તે માટે પ્રાર્થના કરી છે.

હિન્દુધર્મનો પ્રચાર પૂરા વિશ્વમાં થાય તેવું બળ અને આશીર્વાદ આપવા વિનંતી. રાજી રહેશો.

સાધુ સ્વયં પ્રકાશદાસ (ડૉ. સ્વામી)ના જય સ્વામિનારાયણ, જયસીતારામ, જયશ્રીકૃષ્ણ.

તા. ૫-૮-૧૫

શિકાગો

વ્યક્તિઓ મિત્રો બનાવી શકતી નથી, સંબંધ બાંધે તોપણ બહુ જ આસાનીથી સંબંધો ગુમાવી બેસતી હોય છે.

મોટા ભાગે આવા વધુ પડતા આત્મવિશ્વાસના કિસ્સા સિંગલ ચાઈલ્ડ અથવા કુટુંબના એકમાત્ર સંતાનમાં વધારે પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. એ સિવાય સૌથી નાનું સંતાન, બે-ત્રણ કે વધુ બહેનો પછી જન્મેલો ભાઈ અને જેના પિતા સફળ અને પાવરફુલ હોય એનાં સંતાનોમાં વધુ પડતા આત્મવિશ્વાસના આવા કિસ્સાઓ ભયજનક રીતે આકાર લેતા હોય છે.

વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ અથવા સુપિરિયારિટી કોમ્પ્લેક્સ ધરાવતી વ્યક્તિઓની એક બીજી નબળાઈ એ છે કે એમનાથી હાર અથવા નિષ્ફળતા સહન થતી નથી. એમણે પોતાના જ મનમાં પોતાની જ એટલી મોટી છબી બનાવી હોય છે કે એ છબી એમને પોતાની હાર કે નિષ્ફળતા સ્વીકારતા રોકે છે. એ માત્ર એવું દેખાડતા નથી. એ સાચે જ એવું માને છે કે પોતે બીજાઓથી શ્રેષ્ઠ છે. પોતાનામાં બીજા કરતાં વધારે આવડત છે, તેથી જ કોઈની સામે હારી જવું કે નિષ્ફળ થવું એમને માટે અસહ્ય અને અત્યંત અપમાનજનક બાબત હોય છે.

મોટા ભાગના લોકો પોતાની પોઝિશન કે ખુરશીને પોતાના વ્યક્તિત્વનો ભાગ ગણી લેતા હોય છે. એમને ખબર નથી હોતી કે એમની ખુરશી અથવા પોઝિશન કે સત્તા એમની સાથે જીવનભર નથી રહેતી. જ્યારે પણ એ ખુરશી કે સત્તા એમની પાસે નહીં હોય, ત્યારે એમણે બાંધેલા સંબંધો કે ઊભી કરેલી સુવાસ જ એમને કામે લાગશે. સત્તાના મોહમાં કે મદમાં કેટલાક લોકો સાવ અંગત વ્યક્તિઓને પણ અવગણીને જીવવા લાગે છે, પરંતુ જ્યારે એમની એ સત્તાનો સમય પૂરો થાય છે, ત્યારે એમને સમજાય છે કે એ કેટલા એકલા અને અધૂરા રહી ગયા છે.

સુપિરિયારિટી કોમ્પ્લેક્સની એક બીજી નવાઈની અને મજાની વાત એ છે કે ઘણી વાર તો આ વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ, પોતાની પાસે આત્મવિશ્વાસ ન હોય એવા અભાવમાંથી જન્મે છે. એક કહેવત છે કે, 'ઉપરની તરફ જતી વખતે રસ્તામાં મળતા માણસો સાથે સારી રીતે વર્તવું, કારણ કે પાછા ફરતી વખતે એ જ માણસો તમને ફરીથી

મળવાના છે.' ઘણી વ્યક્તિઓ આ ભૂલીને સત્તાના અહંકારમાં સંબંધો બગાડે છે. પછી જ્યારે સત્તા ન રહે કે શક્તિ-સંપત્તિ ઘસાય ત્યારે એ એકલા પડે છે. એમને સત્ય સમજાય છે, પરંતુ ઘણું મોડું. આત્મવિશ્વાસનો અભાવ ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની એ નબળાઈ છુપાવવા માટે વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ હોવાનો ડોળ કરે છે. બીજાને નીચા દેખાડવાથી કે ઉતારી પાડવાથી પોતે મોટા છે, મહાન છે અથવા વધુ હોશિયાર છે એવું સાબિત કરવાની એક પણ તક આવી વ્યક્તિઓ છોડતી નથી. ઘણી વાર હાસ્યાસ્પદ રીતે પણ એ પોતાની મોટાઈ સાબિત કરે છે. જેમાં બીજાની નજરમાં એ મૂર્ખ સાબિત થાય છે. નાનીનાની વાતમાં જૂઠું બોલીને કે મોટાઈ દેખાડીને આવી વ્યક્તિઓ પોતાના આત્મવિશ્વાસના અભાવને છુપાવે છે. ન આવડતી બાબતમાં પણ પોતે બધું જાણે છે, એવું દેખાડીને કે વધુ પૈસા ખર્ચાને મૂર્ખ બન્યા છતાં પોતે એ વસ્તુ સાવ ઓછા ભાવે ખરીદી છે, એવું દેખાડીને બીજાને મૂર્ખ બનાવવાનો પ્રયાસ કરતી આવી વ્યક્તિઓ ઘણી વાર મોટા નુકસાનમાં ઊતરી જાય છે.

ઓછી આવડત હોવા છતાં જ્ઞાતિ કે બીજી લાગવગને આધારે ઊંચા સ્થાને ગોઠવાઈ ગયેલી વ્યક્તિઓ પોતાની સાથે કામ કરતી વધુ આવડતવાળી વ્યક્તિઓને સહન કરી શકતી નથી, તેથી એ વારંવાર એવું દેખાડવાનો પ્રયાસ કરે છે કે આસપાસની બીજી વ્યક્તિઓ એમના કરતાં કેટલી ઊંચી ઊતરે છે.

આ જ સ્થિતિ પરિવારમાં પણ થતી હોય છે. વારંવાર સરખામણી કરવામાં આવતી હોય એવાં બે ભાઈ-બહેનમાં ઓછી આવડતવાળું કે ઓછું હોશિયાર બાળક ક્યારેક આત્મવિશ્વાસના અભાવને કારણે વધુ પડતા આત્મવિશ્વાસનો ડોળ કરતાં કરતાં સુપિરિયારિટી કોમ્પ્લેક્સથી પીડાવા લાગે છે. મનઘડંત કે બનાવેલી વાતો કરીને કે મોટા પ્રસંગો ઉપજાવી કાઢીને આવું સંતાન માતાપિતા કે શિક્ષકનું ધ્યાન ખેંચવા પ્રયાસ કરતું હોય છે. ધીમેધીમે એની એ સમસ્યા એટલી તીવ્ર થઈ જાય છે કે બે બાળકોમાં ઈર્ષા અને હરીફાઈ વધતાં જાય છે. આવાં બાળકો હાર કે

એવું સમજાયું નહીં કે એની ઓછી મહેનત અને આળસને કારણે જ એના માર્ક્સ ઓછા આવ્યા છે. આખરે બારમા ધોરણમાં એ નાપાસ થઈ !

પેપર આપીને આવી ત્યાં સુધી એ એમ જ કહ્યા કરતી હતી કે ૮૦ %થી ઓછા માર્ક્સ નહીં જ આવે, પરંતુ રિઝલ્ટ આવ્યું, ત્યારે સમજાયું કે શ્વેતાના કુલ માર્ક્સ ૪૨ ટકા કરતાં પણ ઓછા હતા અને બે વિષયમાં નાપાસ હતી !

મોટા ભાગનાં માતાપિતા પોતાનાં સંતાનોને સાચી જગ્યાએ ટોકવાને બદલે એમને છાવરીને કે એમની ભૂલને સંતાડીને એમનું જ નુકસાન કરે છે. માતાપિતાની ફરજ છે કે પોતાનાં બાળકોને સત્ય સમજાવે અને એમની ભૂલ દેખાડીને ફરીથી એ ભૂલ કરતાં રોકે.

કેટલાંક માતાપિતા સંતાનને એવું શીખવતાં હોય છે કે સાચું ન બોલવું. પિતાના કોપથી બચવા માટે ક્યારેક માતા આવું શીખવે છે, તો ક્યારેક માતાની કચકચ કે ચીડથી બચવા માટે પિતા પોતે પણ આવું કરે છે અને સંતાનને પણ એવું કરવાની શીખ આપે છે. શરૂઆતમાં તો આ ઉપાય ખૂબ જ કારગત લાગે છે. ઘરમાં શાંતિ જળવાય છે અને કોઈ પ્રકારનો ગુસ્સો કે બૂમાબૂમ થતી નથી. પરંતુ સમય સાથે આ છુપાવવાની, જૂઠું બોલવાની કે છટકબારી શોધવાની ટેવ માણસને મોટી મુશ્કેલીમાં મૂકે છે. આવાં સંતાનો માતાપિતાની સામે મોટી-મોટી વાતો કરે છે, પોતે તદ્દન ભોળાં કે ઈનોસન્ટ છે, એવું દેખાડે છે. માતાપિતાને જ્યારે ખ્યાલ આવે છે કે પાણી માથાથી ઉપર નીકળી ગયું છે, ત્યારે પ્રમાણમાં મોડું થઈ ગયું હોય છે.

સંતાનના પ્રેમમાં આંધળાં માતાપિતા પોતાના જ બાળકનું ભવિષ્ય જાણે-અજાણ્યે બરબાદ કરી નાખતાં હોય છે. આવાં માતાપિતા બાળકને વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ અથવા સુપિરિયારિટી કોમ્પ્લેક્સ આપતાં હોય છે. પોતાનું બાળક દરેક મા-બાપને હોશિયાર લાગે જ... બીજાથી જુદું લાગે જ... એમાં કોઈ શંકા નથી, પરંતુ સમાજમાં રહેનાર દરેક વ્યક્તિએ અમુક પ્રકારનું સત્ય ખુલ્લી આંખે જોવું જ પડે છે. જ્યારે-જ્યારે બાળકનાં તમે બિનજરૂરી વખાણ કરો છો અથવા એની ભૂલને નજરઅંદાજ કરીને કે જૂઠું બોલીને

એને બચાવો છો, ત્યારે તમે તમારા પ્રેમનું નહીં, પણ માતાપિતા તરીકેની તમારી અણઆવડતનું પ્રદર્શન કરો છો.

વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ આવા જ પ્રકારના ઉછેરમાંથી સર્જાય છે. જ્યારે તમે બાળકને સત્ય જોવા જ ન દો, ત્યારે એને જિંદગીના કેટલાક અનુભવો થતા નથી. એને પોતાની ભૂલ સમજાતી નથી અને એને સુધારવાનો મોકો પણ મળતો નથી. પોતાનાં માતાપિતાને ખૂબ જ ચાહતું બાળક માતાપિતાની વાત સાચી માનીને પોતાની જાતને સ્પેશિયલ માનવા લાગે છે. સમય સાથે એને પણ આ દંભ કે ખોટા વખાણની ટેવ પડી જાય છે. એ પછી જો એના વખાણ ન થાય કે સામેની વ્યક્તિ એને જેટલું જોઈએ તેટલું મહત્ત્વ ન આપે, તો એ ખોટી-ખોટી વાતો બનાવીને મહત્ત્વ લેવાનો પ્રયાસ કરતા શીખી જાય છે.

આપણા સમાજમાં આપણે આવી ઘણી વ્યક્તિઓને મળતા હોઈએ છીએ, જેમને ખોટી-ખોટી વાતો કરીને પોતાનું મહત્ત્વ વધારવાની ટેવ હોય છે. એમની ઉંમર અને મોભાને કારણે ઘણી વાર કોઈ એમને મોઢે કશું કહેતું નથી, પરંતુ એમની પીઠ પાછળ એમની હાંસી થાય છે. આવી વ્યક્તિઓ દરેક વાતમાં પોતાની પાસે વધુ માહિતી છે અથવા પોતાની પાસે વધુ આવડત છે અથવા પોતે બીજા કરતાં ચડિયાતા છે; આવું સાબિત કરવા માટે કોઈ પણ હદ સુધી જઈ શકે છે.

કોઈ એમની ભૂલ કાઢે કે એમને સલાહ આપે એ એમનાથી સાંખી લેવાતું નથી. બહુ નવાઈની વાત એ છે કે આવી વ્યક્તિઓ સામાન્ય રીતે બીજાની ટીકા કરવામાં એક ક્ષણ અચકાતી નથી, પરંતુ કોઈ જો એમની ટીકા કરે તો ઝઘડો કરવા લાગે છે. વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ માણસને નુકસાન કરે છે એ તો ખરું, પરંતુ સૌથી મોટી તકલીફ એ છે કે વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ ક્યારેક વિકાસ સાધી શકતી નથી. પોતે બીજાથી અલગ અને વધુ હોશિયાર છે - પોતાને બધું જ આવડે છે એમ માનતી આવી વ્યક્તિઓ વારંવાર પછડાટો ખાય છે અને નકારાત્મક બનવા લાગે છે. કશું પણ નવું શીખવા કે સ્વીકારવા તૈયાર ન હોવાને કારણે આવી વ્યક્તિઓ એક જગ્યાએ ફીઝ થઈ જાય છે. પોતે જે માને છે અને કરે છે એ શ્રેષ્ઠ છે એમ માનીને જીવતી આ

આવ નહીં, આદર નહીં, નહીં નયનો મેં નેહ,
તુલસી વહાંના જાઈએ ભલે કંચન વરસે મેહ.

બાપના ગામમાં પણ સન્માન મળે, તો એ સારી વાત કહેવાય. પણ કદાચ ન મળે તો પણ ખોટું લગાડવા જેવું ન કહેવાય. માતાપિતા સન્માન ન આપે એ તો વહાલની નિશાની ગણાય.

આપણાં વખાણ દુનિયાભરમાં ભલે થતાં હોય પણ જ્યારે આપણું ગામ અને આપણો પરિવાર પણ આપણાં વખાણ કરે, ત્યારે તે વખાણ સાચોસાચ સાચાં.

ઊંઘ અને આહાર :

ઊંઘ અને આહાર વધાર્યાં વધે અને ઘટાડ્યાં ઘટે.

ઘડપણમાં અશક્તિને કારણે શ્રમ ન કરી શકાય અને તેથી આહાર ઓછો થઈ જાય, આમ થવું સ્વાભાવિક

છે- તેથી તેની ચિંતા છોડીને સહજભાવે પ્રસન્નભાવે જીવ્યે જવું જોઈએ. કાલાવાલા કરીએ ને રામ રાખે તેમ રહીએ, સ્વાભાવિકને સહજ સ્વીકારી લઈએ અને અસ્વભાવિકથી સો ગાઉ છેટા રહીએ. જેથી અણ જોઈતી ઉપાધિઓમાંથી બચી જવાય.

પુરુષાર્થ :-

ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ એમ ચાર પુરુષાર્થ કહ્યા છે. આનો ક્રમ જ અતિ સૂચક છે. ધર્મનું પાલન કરીને અર્થ-દ્રવ્ય મેળવવાનું છે; તે દ્રવ્યથી કામ-ઈચ્છાઓની પૂર્તિ કરવાની છે અને તો મોક્ષ આપોઆપ મળવાનો છે.

એક પુરુષાર્થ એ છે કે જે પુરુષ, અર્થાત્ આત્મા અર્થે કરવામાં આવે અને બીજો એ કે જે શરીર અર્થે કરવામાં આવે.

વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ

કાજલ ઓઝા-વૈદ્ય

રાત્રે સાડા બાર વાગે અમારા ઘરનો બેલ વાગ્યો. અમે ગભરાઈને દરવાજો ખોલ્યો તો નીચેવાળાંનાં રીનાબહેન હતાં. એમની આંખોમાં આંસુ હતાં અને ઉશ્કેરાટમાં એમનો શ્વાસ ફૂલી ગયો હતો, ‘જલદી ચાલો... શ્વેતાએ ઊંઘની ગોળીઓ ખાધી છે.’ બોલતાં-બોલતાં એ ફરી રડવાં લાગ્યાં. આજે શ્વેતાનું રિઝલ્ટ આવ્યું હતું. બારમા ધોરણમાં એ નાપાસ થઈ હતી. અમે એને ખૂબ સમજાવી હતી. આખી બપોર એની સાથે બેઠાં હતાં, તેમ છતાં ફરી પાછું એ છોકરીને શું થયું હશે ! એમ વિચારતી હું નીચે ઊતરી.

રીનાબહેન અને મૂકેશભાઈનું એકનું એક સંતાન, શ્વેતા ! લગ્નનાં સાત વર્ષે જન્મેલી દીકરી એટલે સાત-ખોટની ! ખૂબ લાડકોડથી ઉછેરી. હંમેશાં એનો પડ્યો બોલ ઝીલવામાં આવ્યો. અને ક્યારેય ઊંચા સાદે કશું કહેવાનું નહીં, એની દરેક ઈચ્છા પૂરી કરવાની, એના ગેરવર્તન અંગે પણ એને ટોકવાની નહીં...

ધીમે-ધીમે શ્વેતા મોટી થઈ. શ્વેતામાં એક પ્રકારનો વિચિત્ર અહમ્ એની ઉંમરની સાથે-સાથે વધતો ગયો. એનાં માતાપિતાએ એનામાં એવી માન્યતા દઢ કરી નાખી કે એ

બીજાઓ કરતાં તદ્દન જુદી છે. બીજા કોઈ પણ બાળક કરતાં વધારે બુદ્ધિશાળી, બીજી છોકરીઓ કરતાં વધારે સુંદર અને એની ઉંમરના કોઈ પણ બાળક કરતાં વધુ હોશિયાર અને આવડતવાળી.

શ્વેતા હોશિયાર હતી એની ના નહીં, ચબરાક પણ હતી, પરંતુ વારંવાર મળતાં બિનજરૂરી પ્રોત્સાહન અને વધુ પડતા લાડને કારણે શ્વેતા ધીમે-ધીમે બગડતી ચાલી. કોની સામે કેટલું બોલાય એ ભાન ધીમે-ધીમે ભુલાઈ ગયું. બીજાને ફટ દઈને જવાબ આપી દેવો, કોઈને ઉતારી પાડવા કે, નાની-નાની વાતમાં મોટાઈ દેખાડવી એ શ્વેતાની ટેવ બની ગઈ. લોકો એનાથી દૂર ભાગવા લાગ્યા. એની પીઠ પાછળ એની મશ્કરી કરવા લાગ્યા. દીકરીના પ્રેમમાં અંધ મૂકેશભાઈ અને રીનાબહેનને ક્યારેય સમજાયું નહીં કે એ લોકો એમની જ દીકરીનું ભવિષ્ય બરબાદ કરી રહ્યાં છે.

દસમા ધોરણમાં શ્વેતાના ૬૦ ટકા માર્ક્સ આવ્યા. જે ઘણા ઓછા કહેવાય, પરંતુ મૂકેશભાઈ અને રીનાબહેને વાતને વારંવાર છાવરતાં કહ્યાં કર્યું, ‘એ તો માંદી હતી એટલે... બારમા ધોરણમાં જોજો...’ શ્વેતાને પોતાને ક્યારેય

સંતોષ :-

પગે ચાલતાં હતાં ત્યારે સાઈકલવાળાને જોઈને એમ થતું હતું કે સાઈકલ મળે તો કેવું સારું ! સાઈકલ મળી, થોડો સમય ચલાવી આનંદ લીધો. હવે મોટરસાઈકલવાળાને જોયો, થયું કે સાઈકલમાં તો પેડલ મારી-મારી, મરી ગયા. મોટરસાઈકલ હોવી જોઈએ, તે પણ મળી. પછી તો થયું આના કરતાં મોટર સારી - પ્લેન સારું વિગેરે વિગેરે...

એક વખત ઊંડો વિચાર કરતાં જણાયું કે જ્યારે પગે ચાલતો હતો, ત્યારે જેટલો અસંતોષ હતો તેટલો જ અસંતોષ અત્યારે પ્લેન મળ્યું ત્યારે પણ છે જ. જો આ બધામાં સંતોષ નથી, તો સંતોષ ક્યાંક બીજે જ છે.

પા.યો.દ.માં કહ્યું છે કે સંતોષથી ઉત્તમ એવું બીજું એકેય સુખ નથી.

એવું ઉત્તમ સુખ કેવળ માત્ર કેવલ્યમાં, મોક્ષમાં છે અને મોક્ષ મેળવવા યોગસાધના કરવાની છે.

જિજ્ઞાસાપૂર્તિ :-

- કર્મમાં કુશળતાયોગ છે.
- સમત્વને યોગ કહે છે - ગીતા
- સમાધિ યોગ છે - યો.સા.
- ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ યોગ છે. પા.યો.દ.
- શંકરાચાર્યની યોગતારાવલીમાં સદાશિવે સવા લાખ પ્રકારના લયયોગ કહ્યા છે.
- સ્વાત્મારામજીની હ.પ્ર.માં આદિનાથે સવા કરોડ પ્રકારના લયયોગ કહ્યા છે.

ષટ્ક્રિયા :

- નેતિથી નાકની શુદ્ધિ
- ધોતિથી પેટ અને અન્નનળીની શુદ્ધિ
- બસ્તિથી મોટા આંતરડાની શુદ્ધિ.
- નૌલિની પેટના નળની શુદ્ધિ
- કપાલભાતિથી કપાળની શુદ્ધિ
- ત્રાટકથી આંખોની શુદ્ધિ થાય છે.

ઉપર છએ ક્રિયા ખૂબ સાવધાની અને અનુભવી પાસેથી કરવી - શીખવી જોઈએ, નહિ તો દેખાદેખીની સાથે યોગ, છીજે કાયા, બાદે રોગ, જેવું થાય. વળી, આ શુદ્ધિક્રિયાઓને

‘ગુપ્ત રાખવી’ એવી સૂચનાને પણ ભૂલવી નહીં.

● નથી તેને રોગ, ઘડપણ કે મૃત્યુ, જેણે યોગાગ્નિમય શરીર પ્રાપ્ત કરી લીધું છે - ઉપનિષદ ઉપર સંસ્કૃત શ્લોકોના ભાવાર્થ આપ્યા છે.

ઉપરના બંને ગ્રંથોમાં સવા લાખ અને સવા કરોડ પ્રકારના લયયોગ છે, એવો ઉલ્લેખ કર્યો છે.

બ્રહ્મચર્ય :-

- બ્રહ્મચર્યરૂપી તપથી દેવોએ મૃત્યુને મારી નાખ્યું. ઉ.
- બિંદુનું પતન એ મરણ અને બિંદુનું ધારણ એ જીવન (હ.પ્ર.)

સંત સમાગમ :-

સુત, દારા અરુલક્ષ્મી, પાપી ઘર ભી હોય;

સંતસમાગમ હરિકથા તુલસી દુર્લભ દોય.

પુત્ર, પત્ની અને લક્ષ્મી તો પાપીના ઘરે પણ હોય છે; પણ, તેના ત્યાં સંતસમાગમ, હરિકથા વિ. નથી હોતા; તે તો ફક્ત પુણ્યશાળીના ત્યાં જ હોય છે. આ બંનેમાં આ જ મોટો તફાવત છે.

મનુષ્ય યોની :-

મનુષ્ય પશુ અને પક્ષી એ ત્રણ યોનીમાં મનુષ્યને શ્રેષ્ઠ ગણ્યો છે. આહાર, નિદ્રા, ભય અને મૈથુન એ ચારેય પ્રવૃત્તિ તો ત્રણે યોનીમાં બરાબર-બરાબર છે, છતાંય મનુષ્ય-યોનીને શ્રેષ્ઠ એટલા માટે ગણી છે કે મનુષ્ય જ સનાતન સુખ માટેના પ્રયત્નો કરી શકે છે. જો ધારે તો.

જો મનુષ્ય, દુઃખની પ્રતિક્રિયા વિનાના સુખને-મોક્ષને પ્રાપ્ત કરવાના પ્રયત્નો ન કરે, તો મનુષ્ય અને પશુમાં ફર્ક શું? તો મનુષ્ય પણ શિંગડા-પૂછડાં વિનાનો પશુ જ ગણાય.

પરમગુરુ પ્રણવ પરમાત્માને પ્રાર્થાએ કે આપણો મનુષ્યજન્મ સફળ-સાર્થક થાય.

તુલસીદાસ :-

તુલસી વહાઈ ન જાઈએ, જહાં બાપકો ગાંવ;

દાસ ગયો તુલસી ગયો, રહ્યો તવસિયો નામ.

સંત તુલસીદાસજી કહે છે કે બાપના ગામમાં ન જવું, કેમકે ત્યાં આપણું સન્માન જળવાતું નથી, તુલસીદાસમાંથી તળસિયો નામ થઈ જાય છે.

આસન :-

જીવ-યોની ચોર્યાસી લાખ પ્રકારની ગણવામાં આવે છે. દરેક યોનીની બેસવાની જે પદ્ધતિ તે આસન. તેથી ચોર્યાસી લાખ પ્રકારનાં આસનોની ગણતરી છે. ચોર્યાસી લાખમાંથી ચોર્યાસી આસન મુખ્ય અને તેમાંથી ત્રણ-સિદ્ધ, પદ્મ અને સ્વસ્તિક આસન મુખ્ય ગણાય છે અને તે ત્રણમાંથી સિદ્ધાસનને મુખ્ય ગણે છે, કારણ કે તે સિદ્ધોનું આસન અને સિદ્ધિ આપનારું આસન મનાય છે.

યોગ :-

ગ્રંથોમાં સવા લાખ પ્રકારના યોગોનો ઉલ્લેખ છે. તેમાં મુખ્ય હઠ, રાજ, લય, ભક્તિ, જ્ઞાન તથા કર્મયોગનાં નામ પ્રચલિત છે. બધા જ યોગનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય આત્યંતિક સુખની પ્રાપ્તિ અર્થાત્ મોક્ષ અર્થાત્ એવા સુખની પ્રાપ્તિ છે કે જે સુખની પ્રતિક્રિયા દુઃખ ન હોય.

મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા ત્યારે જ કહેવાય કે જે આત્યંતિક સુખને પ્રાપ્ત કરી લઈએ.

બે બાજુ :-

એક સિક્કાની બે બાજુની જેમ જો પ્રસંશક છે તો નિંદક જરૂર છે જ છે.

ચિત્તની પ્રસન્નતા :-

સુખીઓ તરફ મૈત્રી, દુઃખીઓ તરફ કરુણા, પુણ્યવાનો તરફ આનંદ અને પાપીઓ તરફ ઉદાસીનતાનો ભાવ રાખવાથી ચિત્ત પ્રસન્ન રહે છે.

સુખીઓ તરફ આપણે મૈત્રીભાવ રાખવાનો છે, જેથી તેમના તરફ આપણને ઈર્ષ્યા ન થાય. તેઓ આપણને મિત્ર સમજે છે તેમ જો માનીશું, તો તેમના તરફ આપણને ઘણી અપેક્ષાઓ થશે અને તે પૂરી નહીં થાય, ત્યારે ચિત્તમાં અપ્રસન્નતા જન્મશે.

મનુષ્યના મનમાં :-

મનુષ્યના મનમાં અનંત ભાવો ભરેલા છે પણ તેની મનુષ્યને ખબર હોતી નથી, પણ જ્યારે તે પ્રગટ થાય છે ત્યારે જ તેની ખબર પડે છે. તેમ –

મનુષ્યના શરીરમાં પણ અનંત રોગો ભરેલા છે જેટલાં રૂંવાડાં છે તેટલા રોગ છે, પણ તે પ્રગટ ન થાય ત્યાં સુધી તેની ખબર પડતી નથી. અસ્તુ.

ઈર્ષ્યાનું પ્રબળપણું :-

- (૧) પરિવારનો એક સભ્ય જો અતિભૌતિક વિકાસ કરે તો તે, તે પરિવારના અન્ય સભ્યોની ઈર્ષ્યાનો ભોગ બને છે.
- (૨) રાજ્યનું એક શહેર જો અતિભૌતિક વિકાસ કરે, તો તે, તે રાજ્યની ઈર્ષ્યાનો શિકાર બને છે.
- (૩) રાષ્ટ્રનું એક રાજ્ય જો અતિભૌતિક વિકાસ કરે, તો તે, તે રાષ્ટ્રની ઈર્ષ્યાને પાત્ર બને છે.
- (૪) વિશ્વનું એક જ રાષ્ટ્ર જો અતિભૌતિક વિકાસ સાધે તો તે, તે વિશ્વની ઈર્ષ્યાનો ભોગ બને છે, અને એ રીતે વિશ્વયુદ્ધોનો જન્મ થાય છે.

ઈર્ષ્યા મહા બળવાન છે, તે ઇશ્વરપે અંતરમાં પેસીને, જીવનમાત્રને ખળભળાવી નાખે છે.

આધ્યાત્મિક વિકાસ અતિ ઘણો કરીશું તોપણ તેની કોઈને ઈર્ષ્યા નહિ થાય, કારણ કે આધ્યાત્મિક વિકાસની બીજા કોઈને પણ ખબર જ નહીં પડે.

નિંદક :-

નિંદક નિયરે રાખીએ, આંગન કૂટિ છવાય,
બિન પાની બિન સાબુન કે, નિર્મલ કરે સુભાય.

અનુભવીઓ કહે છે કે, નિંદકોને તો આપણી આસપાસમાં જ અને આપણા આંગણમાં જ રાખવા, તેથી તેઓ આપણી નિંદા કરી શકે. જેથી આપણો સ્વભાવ, પાણી કે સાબુ વિના જ નિર્મલ શુદ્ધ થઈ જાય.

પુરુષોત્તમ માસ :-

પુરુષોત્તમ માસ એટલે ઉત્તમ પુરુષ થવાનો માસ. અન્ય માસમાં તો ભલે સ્વચ્છંદ રીતે વર્ત્યા પણ પુરુષોત્તમ માસમાં તો એવી રીતે વર્તીએ-જીવીએ કે મનુષ્યજન્મ સફળ થઈ જાય.

પુરુષ એટલે નર નહીં પણ પુરમાં-શરીર રૂપી પુરમાં રહેનારો આત્મા. પરમકલ્યાણ પ્રાપ્ત કરવા માટેનો પુરુષાર્થ કરવા માટેનું આ માસ તો એક નિમિત્ત માત્ર છે.

ત્રણ યોનીમાં મનુષ્યયોની ઉત્તમ ગણી છે, માટે ઉત્તમ માસમાં, ઉત્તમ યોની દ્વારા, ઉત્તમ સ્થાન મોક્ષને પ્રાપ્ત કરવા માટે ભરપૂર પ્રયત્નો કરીએ. આપ સૌને જયશ્રી પુરુષોત્તમ નારાયણ

પા.દ.યો.માં. બીજા કોઈ આસન વિષે ઉલ્લેખ નથી. આસન પણ ત્રીજું અંગ છે. તેની પહેલાં યમ અને નિયમ છે, તેનું પાલન આસન પહેલાં કરવાનું કહ્યું છે.

જીભ મારે અને જીભ જિવાડે :-

ખોટું ખાવામાં આવે કે ખોટું-કડવું બોલવામાં આવે તો જીભ મારે અને પથ્ય ખાવામાં અને મીઠું બોલવામાં આવે, તો જીભ તારે.

કડવું બોલવાથી વિશ્વયુદ્ધ પણ થઈ શકે અને મીઠું બોલવાથી વિશ્વશાંતિ થઈ શકે.

ઝીણી માયા :-

ઝીણી માયા છાની છરી, મીઠી થઈને મારે ખરી, વળગી પછી અળગી ન થાય, જ્ઞાની પંડિતને માંહીથી ખાય.

અનેક રૂપે માયા રમે, જ્યાં જેવું ત્યાં તેવું ગમે,

અખા માયાના ઘણા છે ઘાટ,

જ્યાં જુઓ ત્યાં માયાના જ હાટ.

સૂક્ષ્મ અહંકાર કેટલો બળવાન છે. તેનું હૂબહૂ ચિત્ર ઉપરના કાવ્યમાં દોરેલું છે.

કેકેયી :-

જો કેકેયી ન હોત તો શ્રીરામનો વનવાસ ન હોત અને તો રામ હનુમાન મિલન ન હોત અને તો રાક્ષસોનો સંહાર ન હોત અને તો ?...

તો રામાવતારનું કાર્ય અપૂર્ણ રહી જાત.

ટેવ :-

સ્વાદ ટેવમાં રહેલો છે. સાવ નાના બાળકને ખાટું, ખાટું કે કડવું કે તીખું ખવડાવશો, તો નહીં ખાય. પરંતુ તે જ બાળક મોટું થશે અને તેને તેની ટેવ પડશે પછી, તે રસો વિના તેને નહીં ચાલે. એ જ પ્રમાણે દારૂ, અફીણ, તમાકુ વગેરે જેવી કડવી, ગંધાતી ચીજો પણ ટેવના કારણે જ મીઠી લાગે છે. માટે જો સ્વાદ ટેવમાં રહેલો હોય તો શા માટે એવી ટેવ ન પાડવી જે સંપૂર્ણ લાભદાયી હોય ?

ખેતરોમાં જ્યારે તમાકુ થાય છે, ત્યારે બધા સાપ નાસીને ગામમાં ચાલ્યા જાય છે.

યોગ કોણ કરી શકે ? :-

યુવાન, વૃદ્ધ, અતિવૃદ્ધ, બીમાર, દુર્બલ અને બધાં

જ જો આળસનો ત્યાગ કરીને યોગનો અભ્યાસ કરે, તો સફળતા મેળવે છે.

યોગની સફળતાનાં ચિહ્નો :-

શરીર દુબળું, મુખ પર પ્રસન્નતા, નાદની અભિવ્યક્તિ, નયનો નિર્મલ, બ્રહ્મચર્યના પાલનમાં સફળતા, અગ્નિનું પ્રદીપ્ત થવું અને નાડીઓનું વિશુદ્ધ થવું, તે હઠયોગનાં લક્ષણો છે. (હ.પ્ર.)

પા.યો.દ.માં કહ્યું છે કે :-

વિવેકીજનોની દૃષ્ટિએ જગતનાં તમામ સુખો આ ત્રણ રીતે - પરિણામ તાપ, સંસ્કાર અને ત્રિગુણના ઘર્ષણના લીધે થતું દુઃખ, તે બધાં દુઃખ જ છે.

સામાન્ય મનુષ્યને માટે જે સુખો છે તે, વિવેકીજનો માટે દુઃખો જ છે.

પહેરેલું ઊજળું વસ્ત્ર મેલું થયે તેને ધોવાનું દુઃખ તે 'પરિણામદુઃખ', પ્રાપ્ત સુખને સુરક્ષિત રાખવા માટે જે સંઘર્ષ તે 'તાપદુઃખ', સુખભોગના જે સંસ્કાર ચિત્ત પર પડે અને તેની વાસના બંધાઈને ફરી-ફરી તે સુખો ભોગવવા આકર્ષ્યા કરે તે 'સંસ્કારદુઃખ' અને ચિત્તમાં જે ગુણની પ્રધાનતા હોય તેની સાથે બીજા બે ગૌણતાવાળા ગુણ સંઘર્ષ કરતા હોય ત્યારે જે દુઃખ અનુભવાય તે 'ત્રિગુણયુક્ત દુઃખ' છે. સતોગુણ 'રજોગુણ' અને 'તમોગુણ' આ ત્રણ ગુણોનાં નામ છે.

તમામ દુઃખોથી સંપૂર્ણ મુક્ત થવા માટે મોક્ષ કૈવલ્ય છે અને મોક્ષ માટે યોગ છે.

જગનાં તમામ સુખો, દુઃખની પ્રતિક્રિયાવાળાં છે :-

જેમકે જમવાનું સુખ લીધું તો પછી હાથ ધોવાનું અને જાજર જવાનું દુઃખ આવવાનું જ છે. ઊજળાં વસ્ત્રો પહેરવાનું સુખ લીધું, તો પછી તેને મેલાં થયે તેને ધોવાનું દુઃખ આવવાનું જ છે. આ પ્રમાણે બધાં સુખોને સમજી લેવાનાં છે.

ફક્ત મોક્ષ જ એવું સુખ છે જે દુઃખની પ્રતિક્રિયા વગરનું છે; જેને પતંજલીએ કૈવલ્ય કહ્યું છે. કૈવલ્ય એટલે કેવળ આત્મા જ, કેવળ સુખ જ - સનાતન સુખ જ.

યોગથી ઘણું બધું પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. પણ દુઃખની પ્રતિક્રિયા વગરના સુખ સિવાય જે કાંઈ લઈએ તે બધું કાંચનના બદલે કાચ લીધા બરાબર છે.

સમજણપૂર્વક જીવન જીવવું જોઈએ કે જેથી ભૌતિક જગતની મોહ-માયામાં લપેટાઈ જન્મ-મરણના ચક્રાવે ચડી જવાય નહીં. તમે સૌ એકબીજાની હુંફમાં સ્વાર્થ કે જે તાત્વિક રીતે પરમાર્થ જ છે, તે માટે ગર્વ રહિત નિષ્કામ સત્કર્મો પ્રેમથી કરી રહ્યા છો તે માટે સૌ ધન્યવાદને પાત્ર છો. સૌએ એવી સમજણને દ્રઢ કરવાની છે કે જીવનમાં નિરાભિમાનતાપૂર્વક નિષ્કામ સત્કર્મો કરતા રહી અને તેમ કરવા બીજાને સતત પ્રેરણા-હુંફ આપીએ, સહાયક બનીએ. મનુષ્યજીવનને સાર્થક કરવા માટે આ ખૂબ જ અગત્યની વાત છે. તમે સૌએ આવી કલ્યાણકારી વાતો સાંભળવાની, પચાવવાની યોગ્યતા કેળવી છે. તેથી જ આવી ઊંચી સમજણની ગુહ્ય વાતો પરમકૃપાળુ ઓમ્ભગવાનની કૃપા-

પ્રેરણાથી થાય છે. અત્યારે અમને સત્યાસીમુ વર્ષ ચાલે છે, તેથી કાર્યક્રમમાં પ્રત્યક્ષ રૂપે ઉપસ્થિત રહી શકતા નથી. પરંતુ પરમાત્માની કૃપા થકી જ ટેલિફોન દ્વારા આટલું બોલી સાત્વિક આનંદ લઈએ છીએ અને તમને સૌને આનંદિત કરીને રૂબરૂ મળ્યા જેટલો સંતોષ પ્રાપ્ત કરીએ છીએ.

અંતમા ચંદ્રિકાબાના આરોગ્યની શુભેચ્છા.

તુષારભાઈ તથા જ્યોતિબહેનને આશિષ.

ઉપસ્થિત સર્વેને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન-આશિષ.

સત્ય-ધર્મ ગુરુદેવની જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ

આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય.

સર્વેને જયનારાયણ - જય ઓમ્ ગુરુદેવ

ઓમ્ નમઃ પાર્વતિ પતયે હરહર મહાદેવ હર.

જીવનપાથેય-જીવનનું ભાથું

- યોગભિક્ષુ

યોગ :- નેતિ, ધોતી, બસ્તી, નૌલી, કપાલભ્રમણ અને ત્રાટક, આ છએ ક્રિયાઓ શરીરશુદ્ધિ માટે કહી છે. કપાલભ્રમણની ગણના પ્રાણાયામમાં નથી.

હઠયોગમાં ચોરાસી પ્રકારનાં આસનોની ગણના છે, તેમાં સિદ્ધ, પદ્મ અને સ્વસ્તિક, એ ત્રણ આસનોને મુખ્ય ગણ્યાં છે.

યોગદર્શનમાં ઈશ્વર વિશે :-

- (૧) કલેશ, કર્મ, કર્મફળ અને વાસનાથી મુક્ત એવું વિશેષ ચૈતન્ય ઈશ્વર છે.
- (૨) ઈશ્વર, સંપૂર્ણ સર્વજ્ઞ છે.
- (૩) ઈશ્વર, ત્રિકાલીન ગુરુઓના પણ ગુરુ છે; તેમને કાળ છેદી-ભેદી શકતો નથી.
- (૪) ઈશ્વરનું નામ પ્રણવ (ઓમ્-ૐ) છે.
- (૫) પ્રણવનો જપ, અર્થની ભાવના સાથે કરવો.
- (૬) તેમ કરવાથી વિઘ્નોનો નાશ અને આત્મ-સાક્ષાત્કાર થાય છે.

ઉપર્યુક્ત છ સૂત્રોમાં ઈશ્વરનું નામ અને તેમની ઓળખ આપવામાં આવ્યાં. ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે

જ-તેમનામય બની જવા માટે જ સર્વપ્રકારની યોગસાધના કરવાની છે.

પા. યોગદર્શનનાં આઠ અંગ :-

મુનિ પતંજલિના યોગદર્શનમાં આઠ અંગ કહ્યાં છે. યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ. યમનાં પાંચ ઉપાંગ છે. અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહ. યમને સાર્વભોમ મહાવ્રત કહ્યું છે. એટલે કે તે મહાવ્રતનું દરેક જાતિએ, દરેક દેશે, દરેક કાળમાં અને દરેક સમયે ચુસ્તપણે પાલન કરવાનું છે.

શૌચ, સંતોષ, તપ, સ્વાધ્યાય અને ઈશ્વર પ્રણિધાનને નિયમ કહે છે.

ઉપરોક્ત યમ-નિયમના પાલન કર્યા પછી આસન આવે. સ્થિરતા અને સુખ આપનાર આસનમાં અમુક સમય સુધી બેસી શકવાનો જ્યારે અભ્યાસ થઈ જાય પછી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ પ્રારંભ થાય.

આસન :-

‘પાતંજલ યોગદર્શન’માં આસન માટે કહ્યું છે કે, ‘સ્થિર સુખં આસન’ = સ્થિરતા અને સુખ આપે તે આસન.

પાસાં હોય છે, વહેવારિક અને પરમાર્થિક જીવનમાં સ્વાર્થ અને પરમાર્થ આ બેયને બરાબર જાળવવાના છે, તે માટેની દરેકદરેક ફરજ અદા કરવાની છે. પરંતુ સાવધ રહેવાનું છે કે બેમાંથી ગમે તે એકને પ્રાધાન્યતા આપી તે તરફ ઢળવાનું નથી. વહેવારિક અને પરમાર્થિક બન્ને પ્રકારનું જીવન એક બીજાને સહાયક બને તે રીતનું જીવી કલ્યાણ માર્ગમાં આગળ વધવાનું છે. મોક્ષ પામવાનો પુરુષાર્થ જીવનભર સભાનતાપૂર્વક સતત કરતા રહેવાનું છે. બન્નેમાંથી એક પણ પ્રત્યે ઉપેક્ષિત રહી પાછા ન પડીએ તે માટે સતર્ક રહેવાનું છે. આમ, જીવનમાં સ્વાર્થ અને પરમાર્થ બન્નેને બરાબર જાળવવાના છે. તાત્વિક રીતે સમજીએ તો સ્વાર્થ પણ પરમાર્થ જ છે. સ્વાર્થ શબ્દને છૂટો પાડીએ તો સ્વ+અર્થ. જે કાંઈ કરવામાં આવે તે એમ અર્થ થાય. અહીં સ્વ એટલે પંચમહાભૂતથી બનેલું આ શરીર નહીં પરંતુ તેમાં રહેલ ચૈતન્યસ્વરૂપ આત્મા એમ સમજવાનું છે. આમ, સ્વાર્થ એટલે સ્વ અર્થે અર્થાત્ આત્મા માટે જે કાંઈ કરવામાં આવે તે એવો અર્થ થાય. આપણે આત્મા માટે જે કાંઈ કરીએ છીએ, તે બધું જ મોક્ષને પ્રાપ્ત કરવા માટે જ કરવામાં આવે છે. તેથી સ્વાર્થને તાત્વિક રીતે સમજતા તે પરમાર્થ જ છે. પરમાર્થ એટલે પરમ્ અર્થે જે કાંઈ કરીએ તે એવો અર્થ થાય. પરમ્ એટલે ચૈતન્ય-આત્માએ ચૈતન્યનું જ સ્વરૂપ છે. આમ, ચૈતન્યસ્વરૂપ આત્મા માટે જે કાંઈ કરવામાં આવે તે પરમાર્થ છે. આમ, સ્વાર્થ અને પરમાર્થ બન્ને તો તાત્વિક રીતે એક જ અર્થ થાય છે.

તમે સૌ પ્રેમ-ઉત્સાહપૂર્વક એકસંપથી આ કરી જ રહ્યા છો, તે ખૂબ જ આનંદની વાત છે. વર્ષોથી ઓમ્ પરિવારનો જ્યાં પણ કાર્યક્રમ હોય ત્યાં ઊલટભેર પહોંચી જાવ છો. કેમકે તમે સૌ ગુરુજીમય છો. તમે સૌ ગુરુજીમાં એકાકાર થઈ ગયા છો. તેથી જ છેલ્લા કેટલાય સમયથી અવસ્થાના કારણે તબિયત નરમ-ગરમ રહેવાથી તમારા ગુરુજીની અર્થાત્ અમારી પ્રત્યક્ષ હાજરી નથી હોતી છતાં પણ દરેકદરેક કાર્યક્રમ ચૂક્યા વગર સુવ્યવસ્થિત રીતે કરી શકો છો. કેમકે તમારી સમજણ ખૂબ જ ઊંચી અને દીર્ઘજીવી છે. તે દૂધના ઊભરા જેવી ક્ષણિક નથી. તમે સૌ કોઈને કોઈ

નિમિત્ત ઊભું કરી નિષ્કામભાવે આવા લોકકલ્યાણના કાર્યક્રમોનું આયોજન કરો છો, તેનો અમૂલ્ય લાભ ઘણા બધાને મળે છે. આમ, આવા કાર્યક્રમોનું આયોજન કરનાર અને તેમાં ઉપસ્થિત રહેનાર બંનેને સહજ રીતે જ કલ્યાણપથમાં આગળ વધવા માટે સત્કર્મોનાં ફળસ્વરૂપ પૂન્યની પ્રાપ્તિ થાય છે. જેમના તન-મનમાં સાત્ત્વિકતા રહેલી છે, તેવા કલ્યાણકામી સજ્જનો આવી તક શોધતાં જ હોય છે. અને જ્યારે પણ તક મળે છે, ત્યારે તક ઝડપી લેતાં હોય છે, પરંતુ જે કમબુદ્ધિ છે, જે ભાગ્યહીન છે, તે મળી તક ઝડપવાના બદલે તેના પ્રત્યે ઉપેક્ષિત રહી તેને ગુમાવી દે છે. પરિણામે અકલ્યાણરૂપી ઊંડી ખાઈમાં ધકેલાઈ જાય છે. પરમકૃપાળુ પરમાત્માની તમારા સૌ ઉપર અસીમકૃપા વરસી રહી છે જેથી આવી તક મળતાની સાથે જ વિનાવિલંબે તે ઝડપી લઈ સાત્ત્વિક લાભ લેવાનો અને આપવાનો લહાવો પ્રેમપૂર્વક લઈ રહ્યા છો. સૌ પરસ્પર દેવોભવના ઉમદા ભાવથી એકઠા થાવ છો. એકબીજાની હુંફમાં કલ્યાણમાર્ગમાં પગલાં ભરી રહ્યા છો, મોક્ષમાર્ગના પંથે આગળ વધી રહ્યા છો. કોઈ ઝડપથી તો કોઈ ધીમે પોતપોતાની ક્ષમતા મુજબ પંથ કાપી જ રહ્યા છો. આમ, સૌ સાચા માર્ગે આગળ વધી રહ્યા છો, તો એક સમય એવો આવશે કે મોક્ષરૂપી મંજીલે અચૂક પહોંચાશે. ચાહે આ જન્મે નહીં, તો આવતા જન્મે કે પછીના જન્મે પરંતુ પહોંચાશે અવશ્ય. જો આપણે કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધવામાંથી પરોઠનાં પગલાં નહીં ભરીએ, તો અંતે કૈવલ્યની પ્રાપ્તિ થશે જ. તેમાં કોઈ જ શંકા નથી. કૈવલ્ય એટલે કેવળ આત્મા, બીજું કાંઈ જ નહીં. કૈવલ્યને જ મોક્ષ અથવા આત્યંતિક સુખ કહેવામાં આવે છે. આત્યંતિક સુખ એટલે એવું સુખ કે જે ક્યારે પણ દુઃખમાં પરિણમતું નથી. માત્ર ને માત્ર શાશ્વત સુખની જ અનુભૂતિ થાય છે. પાતાંજલ યોગદર્શનનાં ચાર પાદ છે. તેમાં ચોથો પાદ કૈવલ્યપાદ છે. તેમાં માત્ર મોક્ષની જ સમજણ આપવામાં આવી છે. સૌ કોઈએ મોક્ષને પ્રાપ્ત કરવાનો જીવનમાં સાવધાનીપૂર્વક સતત પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સૌ કોઈના જીવનનું તે જ મુખ્ય ધ્યેય હોવું જોઈએ. તે માટે ખૂબ જ સાવધાની અને

ખૂબ જ ફેલાયેલો છે, તેથી તેની ઝપટમાં આવી જઈએ નહીં તેની પૂરેપૂરી સાવધાની સૌ કોઈએ રાખવી જોઈએ. તેનાથી બચવા માટે આયુર્વેદના ઈલાજનો ખૂબ જ પ્રચાર થઈ રહ્યો છે. ઈન્ટરનેટ ઉપર પણ તે દર્શાવવામાં આવેલ છે. ઈલાજ બાબતે કહ્યું છે કે કપૂર, ઈલાયચી અને લવિંગને સમભાગે લઈ તેના ભૂકાની બારિક વચ્ચમાં પોટલી બનાવી દિવસમાં પાંચથી સાત વાર થોડીવાર માટે સૂંઘવાથી તેમાં બચાવ થાય છે. ઈલાજ સાવ નિર્દોષ છે. તેથી સૌ કોઈએ સાવચેતી માટે તેને અપનાવવો જોઈએ. પરિણામે શરીર સ્વસ્થ રહે અને મોક્ષમાર્ગમાં આગળ વધવામાં રુકાવટ ઊભી થાય નહીં. તેથી જ કહ્યું છે કે “શરીરમ્ આદ્યમ્ ખલુ ધર્મ સાધનમ્”. સારી રીતે ધર્મ મય જીવન જીવવા માટે - પામવા માટે તંદુરસ્ત શરીરની જરૂર રહેલી છે. જ્યારે સ્વસ્થ-નીરોગી શરીરના માધ્યમ દ્વારા ખૂબ જ ઉત્સાહ-પ્રેમ-નિષ્ઠા-ધીરજ દ્વારા લોકકલ્યાણની ભાવનાથી પ્રેરાઈ નિષ્કામ સત્કર્મોનું આચરણ કરવામાં આવે છે, ત્યારે ગુરુસંતો પણ આવા સદ્ધર્મ પ્રેમીઓનો ઉત્સાહ વધારવા હર્ષપૂર્વક આશીર્વાદ આપવા પધારતા હોય છે. તો ઉમરેઠમાં ઓમ્ પરિવારના ઉપક્રમે શિવરાત્રી નિમિત્તે માત્ર લોકકલ્યાણની ભાવનાથી યોજાતા કાર્યક્રમમાં દર વર્ષે ઉમરેઠ સંતરામ મંદિરના મહંતશ્રી ગણેશદાસજી મહારાજ તથા ડાકોરના સંતો આશીર્વાદ આપી સૌનો ઉત્સાહ વધારવા શક્ય હોય ત્યાં સુધી અવશ્ય પધારે છે, તે ખૂબ જ આનંદની વાત છે. આજના કાર્યક્રમમાં પણ તેઓ પધાર્યા છે. પ.શ્ર. એવા તેઓશ્રીને અમારા નમો નારાયણ. સાથેસાથે આશા રાખીએ કે આવી રીતે કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહી સર્વે કલ્યાણકામિયોને કલ્યાણપથમાં આગળ વધવા પ્રેરણા આપી ઉત્સાહિત કરશો, જેથી તેઓ મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી શકે.

તો, મુખ્ય વાત છે મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાની એટલે કે મોક્ષને પામવાની. આ માટે જીવનમાં વધુ ને વધુ નિષ્કામ સત્કર્મોના આચરણ દ્વારા પૂન્યનું ભાથું ભેગું કરવું જોઈએ. નિષ્કામ સત્કર્મોનું આચરણ અનેક રીતે થઈ શકે છે. આપણે કોઈના માટે નિષ્કામભાવે સાચા મનથી, પ્રેમ પૂર્વક સહાનુભૂતિ વ્યક્ત કરીએ, તેનું દુઃખ - તકલીફ દૂર

થાય તે માટે પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ તો તે પણ એક જાતનું સત્કર્મ જ છે. આ બધુ આપણે સદ્ભાવપૂર્વક કરવું જોઈએ. તો, આમ આપણે કોઈના પણ પ્રત્યે સહાનુભૂતિ વ્યક્તિ કરતા પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ, તો ત કદી વ્યર્થ જતી નથી. પરમાત્મા આપણી પ્રાર્થના સાંભળે છે. સામેની વ્યક્તિ ઉપર તેની વધતાઓછા અંશે અસર અવશ્ય થતી હોય છે. આ વાતને આ રીતે સમજી શકાય. આપણે જે કંઈ બોલીએ છીએ તે બાવન અક્ષરના માધ્યમ દ્વારા જ બોલતા હોઈએ છીએ. છતાં પણ આપણી વાણીની અસર સાંભળનાર ઉપર સારી અને માઠી એમ બે રીતે થતી હોય છે. સારી અસરના પરિણામે તેને આપણા પ્રત્યે પ્રેમ-માન પેદા થાય છે. તેનું મન આનંદિત થાય છે. તેને શાંતિની લાગણી થાય છે. જ્યારે માઠી અસરના પરિણામે તેને આપણા માટે તિરસ્કાર-ઘૃણા થાય છે. તેના મનમાં ગુસ્સો-દુઃખ ઊપજે છે. આમ થવાનું કારણ શું? આપણી વાણી બાવન અક્ષરના માધ્યમથી બનેલી છે. માત્ર તે અક્ષરોની આવી અસર ઊપજતી નથી, પરંતુ તેની સાથે આપણા મનમાં રહેલા સારા-નરસા ભાવ ભળેલા હોય છે. આવી ભાવયુક્ત વાણીની અસર થતી હોય છે. તેથી સૌ કોઈએ જીવનમાં પૂરેપૂરા સાવધ રહેવાનું છે કે કોઈના પણ માટે આપણા મનમાં કટૂતા ન રાખતા માત્ર સદ્ભાવ રાખવા જોઈએ. આપણે જાણીએ છીએ કે તુષારભાઈનાં બા ખુબ જ બીમાર છે. તો તેઓને બીમારીમાં રાહત મળે, શક્ય એટલી વધુમાં વધુ તેમની તકલીફ દૂર થાય, તેવી સદ્ભાવના સાથે પરમાત્માને પ્રાર્થના કરતા અગિયાર વખત ગાયત્રીમંત્ર બોલીએ. (ઉપસ્થિત સર્વેએ નિષ્કામ શુભેચ્છાના સદ્ભાવથી અગિયાર વખત ગાયત્રીમંત્ર બોલી ચંદ્રિકાબાના સુઆરોગ્ય માટે પરમકૃપાળુ પરમાત્માને પ્રાર્થના કરી.)

આમ કરવાથી આપણને સંતોષ અને આનંદ થશે કે આપણે ચંદ્રિકાબા માટે બીજું કંઈ કરી શક્યા નહીં, પરંતુ તેમના સુઆરોગ્ય માટે પરમાત્માને હૃદયપૂર્વક પ્રાર્થના કરી નિષ્કામભાવે શુભેચ્છા તો વ્યક્ત કરી. એ વાત સતત યાદ રાખવાની છે કે આપણે આપણા સમગ્ર જીવનકાળ દરમિયાન વધુ ને વધુ નિષ્કામ સત્કર્મોના આચરણવાળું જીવન જીવી કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધવાનું છે. સૌ કોઈના જીવનના બે

વિશ્વાસ હોવાથી તેમના માર્ગદર્શન નીચે ખભેખભો મિલાવી કાર્ય કરતા હોય છે. તો, આ તુષારભાઈનાં માતૃશ્રી ચંદ્રિકાબા આજના આ કાર્યક્રમના લગભગ એક અઠવાડિયા પહેલાં એકદમ બીમાર પડી ગયાં. જોકે ઉંમરના કારણે છેલ્લા કેટલાય સમયથી તેઓ બીમાર તો હતાં પરંતુ તબિયત વધુ બગડી તેથી નડિયાદ હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવા પડ્યાં. તુષારભાઈ માટે આ એક કસોટીરૂપ પરિસ્થિતિ સર્જાઈ હતી. એક બાજુ દવાખાનાની દોડાદોડી, વળી, દવાખાનામાં વધુમાં વધુ હાજરી આપવી પડે. બીજી બાજુ કાર્યક્રમ નજદીકના દિવસમાં હોવાથી તેના આયોજનની જવાબદારી બંને પરિસ્થિતિને બરોબર સાચવવી પડે. એક પણ પ્રત્યે સહેજ પણ ઢીલાશ મૂકવી પરવડે નહીં. તેમની બાના બીમારીના સમાચાર જાણ્યા એટલે ટેલિફોન કરી તુષારભાઈને પૂછ્યું કે ભાઈ બાની આવી સ્થિતિ છે, તો કાર્યક્રમનું શું કરીશું ? તો તેઓએ ખૂબ જ ઊંચી સમજણપૂર્વકનો સુંદર જવાબ આપ્યો. તેમણે કહ્યું કે બાની બીમારીને અને આધ્યાત્મિક કાર્યને પરસ્પર કાંઈ જ લેવાદેવા હોય નહીં. કાર્યક્રમ તો દર વરસની જેમ ઉત્સાહભરે ઊજવવાનો જ છે. તેઓએ કાર્યક્રમના બે દિવસ બાકી હતા ત્યારે બાને હજુ થોડા દિવસ દવાખાનામાં રાખવાં પડે તેમ હોવા છતાં પણ ઘરે લઈ આવ્યા, જેથી દવાખાનાની દોડાદોડ કરવી પડે નહીં અને કાર્યક્રમનું આયોજન સુવ્યવસ્થિત થઈ શકે. તેમની આવી ઊંચી સમજણના કારણે આજે તમે સૌ કાર્યક્રમનો સાત્ત્વિક આનંદ લઈ રહ્યાં છો. તેમનાં બા ખૂબ જ બીમાર છે, છતાં આવી પરિસ્થિતિમાં પણ તેઓ સતત ગુરુજનું જ રટણ કરી રહ્યાં છે. તેમનું મન તો સતત ગુરુજમાં જ લાગેલું છે. સૂતાં-સૂતાં પણ થોડીથોડી વારે “ગુરુજ પધાર્યા છે— ગુરુજ પધાર્યા છે” એમ બોલતાં હોય છે. તેથી તેમને ગુરુજનો ફોટો આપ્યો છે. ગુરુજના ફોટાને પોતાની પાસે પથારીમાં રાખીને સુતાં હોય છે. બોલતા હોય છે કે ગુરુજ મારી પાસે છે. આટલી બીમારીમાં પણ તેમની આવી ગુરુમય સ્થિતિ છે. તુષારભાઈના પિતાજી પણ આવા જ ગુરુનિષ્ઠાવાળા હતા. પહેલા અમે જ્યારે પણ ઉમરેઠ જતા ત્યારે શાંતિપ્રસાદભાઈના ઘરે ઊતરતા હતા. તેમને ખબર પડે કે અમે ઉમરેઠમાં શાંતિપ્રસાદના ઘરે છીએ. એટલે તેઓ

તરત જ હાજર થઈ જતા. તેઓ ભજન ખૂબ જ સુંદર ગાતા. તેમને શ્વાસની તકલીફ હતી તોપણ તેની દરકાર કર્યા વગર અમારી પાસે બેસી, ખૂબ જ ભાવવિભોર થઈ મસ્ત બની બે-ત્રણ ભજન ગાય. આમ કરતા તેમને શ્વાસ ચડી જતો તોપણ ભજન ગાયા વગર રહેતા નહીં. આ બધું અમે જે કાંઈ કહી રહ્યા છીએ, તે તેમની પ્રસંશા કરવા કહેતા નથી, પરંતુ આ સાંભળી સૌને તેમાંથી પ્રેરણા મળે તે માટે કહી રહ્યા છીએ તો આમ આખું કુટુંબ વર્ષોથી ગુરુજ સાથે સમજણપૂર્વકની પ્રેમ-નિષ્ઠાથી એકાકાર થઈ ગયું છે. આખું કુટુંબ નિષ્કામભાવે ગુરુજમય છે. તો, કલ્યાણપથમાં આગળ વધવાની ખેવના જેમના જીવનનું મુખ્ય ધ્યેય છે, તેવા આખા કુટુંબનું જીવંત દ્રષ્ટાંત આપણા સૌ સમક્ષ છે. તેના ઉપરથી સૌ કોઈએ પ્રેરણા લેવી જોઈએ. પોતાના પરિવારનું શાંતચિત્તે ધ્યાનપૂર્વક નિરીક્ષણ કરવું જોઈએ. પરિવારમાં જો જરા પણ કલ્યાણપથમાં આગળ વધવા માટેના પુરુષાર્થ પ્રત્યેની નિષ્ઠામાં ઢીલાશ લાગતી હોય, તો શક્ય તેટલી વધુ જલદીથી તે દૂર કરવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જોકે તમે સૌ આવી નિષ્ઠા-પ્રેમ રાખી કલ્યાણપથમાં આગળ વધી રહ્યા છો, તે બદલ સૌ ધન્યવાદને પાત્ર છો. સૌએ એ વાત સતત સ્મરણમાં રાખવાની છે કે કલ્યાણપદને પામવા માટે પોતાના સદ્ગુરુમાં-પોતાના ઈષ્ટમાં પૂરેપૂરી શ્રદ્ધા-નિષ્ઠા રાખી સત્ય અને ધર્મના માર્ગે સાત્ત્વિક જીવન જીવવાનો સતત પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, જેથી પુરુષાર્થમાં પાછા પડીએ નહીં. આપણી નિષ્ઠા ડગે નહીં. આવા કાર્યક્રમોમાં હાજર રહેવાથી આ વાતની યાદ સતત તાજી રહે છે. તેનું વિસ્મરણ થતું નથી, તેથી કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી શકીએ.

મનુષ્યજન્મ સાર્થક ત્યારે જ કર્યો કહેવાય કે જ્યારે મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખને પામીએ. તેને પામવા માટે જે કાંઈ પુરુષાર્થ કરવો પડે છે તે શરીરના માધ્યમ દ્વારા જ કરી શકાય છે. શરીર જેટલું વધુ સ્વસ્થ-નીરોગી હોય તેટલો વધુ સારી રીતે પુરુષાર્થ કરી શકાય છે. તેથી જીવન જીવવામાં એટલી સાવધાની રાખવી જોઈએ કે જેથી શરીર વધુમાં વધુ સ્વસ્થ-નીરોગી રહે. કોઈ પણ પ્રકારની બીમારીમાં આવી જઈએ નહીં. હાલમાં સ્વાઈન ફ્લુનો રોગચાળો ચારેબાજુ

ને વધુ અર્થ-ઉપાર્જનના લોભને વશ થઈ તે માટે ખોટું-અધર્મયુક્ત કાર્ય કરી બેસીએ છીએ. પરિણામે મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા જેમાં રહેલી છે, તે મોક્ષ પ્રાપ્તિના પુરુષાર્થમાં પાછા પડીએ છીએ. તેથી આ સાવધાન નામ આપણને એ વાતની સતત યાદ અપાવે છે કે આપણે આવું અસત્ કર્મ કરીએ નહીં, આપણને તેમ કરતા અટકાવે છે. આમ, આપણને સત્યધર્મના માર્ગે ચાલવા માટે આ નામ સદા સાવધાન રાખે છે, જાગૃત રાખે છે. આ તો થઈ વહેવારિક-સાંસારિક જીવનની વાત. આવી જ રીતે પરમાર્થિક-આધ્યાત્મિક જીવનમાં પણ આપણે સતત સાવધાન રહેવું જરૂરી છે. આપણે જે કાંઈ સાધન-ભજન કરતા હોઈએ, સંયમ-નિયમવાળું સદાચારી સાત્ત્વિક જીવન જીવતા હોઈએ, પરહિત માટે સદાય તત્પર રહેતા હોઈએ તો, આપણે આવું પરમાર્થિક જીવન માત્ર દૃષ્ટા ભાવથી સહજ રીતે પ્રભુપ્રીતિ અર્થે જીવી રહ્યા છીએ. એવું અભિમાન રહિત જીવન જીવવામાં સતત સાવધાન રહેવું જોઈએ. જો એમાં ગાફેલ રહ્યા અને અહમ્ભાવ આવી ગયો તો આપણે ભટકી જઈએ. પરિણામે મોહ-મમતા-અહંકારના રૂપે માયા આપણને તરત જ ઝડપી લે છે. તેથી આપણે કલ્યાણપથમાં આગળ વધી મોક્ષ પામવાના આપણા મુખ્ય ધ્યેયથી અળગા થઈ જઈએ. આવું ન થાય તે માટે પરમાર્થિક-સાત્ત્વિક જીવન જીવવામાં પણ પૂરેપૂરા સાવધાન રહેવું જોઈએ, જેથી

**“પુનરપિ જનનમ્, પુનરપિ મરણમ્;
પુનરપિ જનની, જઠરે શયનમ્.”**

આમ, જન્મ-મરણના ચક્રાવામાંથી સદાય માટે મુક્ત થઈ જઈએ. પરિણામે જગતનાં તમામે તમામ સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ દુઃખોમાંથી મુક્ત થઈ આત્યંતિક સુખને પ્રાપ્ત કરી શકીએ. જગતમાં સૌ કોઈ સમજણા થતા દુઃખમાંથી મુક્તિ મેળવી સતત સુખનો અનુભવ કરવા જ ઈચ્છતા હોય છે. બાળક જ્યારે નાનું હોય અને તે માતાના ખોળામાં રમતુ હોય ત્યારે અણસમજના કારણે તેને સુખ-દુઃખનું ભાન ન હોય તે સ્વાભાવિક છે. પરંતુ બાલ્યાવસ્થામાંથી મોટા થતા તેને સુખ-દુઃખની સમજણ આવતી હોય છે. પરંતુ અજ્ઞાનતાના કારણે સમજણા થયા પછી મૃગજળ સમાન

ક્ષણિક ભૌતિક સુખને સાચું સુખ માની તેની પ્રાપ્તિ માટે રાત-દિવસ આંધળી દોટ લગાવતા હોય છે. જો આપણે સમજણા થયા પછી પણ સાચું સુખ જેમાંથી મળે છે, તેવા સાત્ત્વિક જીવન પ્રત્યે ઉપેક્ષિત રહી જગતનાં ક્ષણભંગુર-આભાસી ભૌતિક સુખો કે જે અંતે દુઃખમાં જ પરિણમે છે તેના પ્રત્યે લાલાચીત થઈ તે મેળવવા આંધળી દોટ મૂકીએ તો આપણને સાચા સુખની તો પ્રાપ્તિ થતી નથી, પરંતુ દુઃખ જ પ્રાપ્ત થાય છે. તો, મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત કરીને મુખ્ય શું કરવાનું છે? સુખની પ્રાપ્તિ કરવાની છે. એવું સુખ કે જે સદા-સર્વદા સુખ જ રહે, કદી પણ દુઃખમાં પરિણમે નહીં. આવા સુખને આત્યંતિક સુખ કહેવામાં આવે છે. આત્યંતિક સુખની પ્રાપ્તિ એટલે મોક્ષની પ્રાપ્તિ, પરંતુ આપણે મોક્ષરૂપી આત્યંતિક સુખના બદલે જગતના ક્ષણભંગુર-આભાસી સુખને જ સાચું માનીએ છીએ. પરિણામે જન્મ-મરણના રેંટમાં ફસાઈ સતત દુઃખ જ પામીએ છીએ. આવું ન થાય તે માટે આપણે સંસાર-વહેવારની આપણી ફરજો બરાબર બજાવવાની છે, પરંતુ તેને જ જીવનનું મુખ્ય ધ્યેય ન માનતા મોક્ષપ્રાપ્તિના પુરુષાર્થને જ મુખ્ય ગણી તે માટે જીવનમાં વધુ ને વધુ નિષ્કામ સત્કર્મનું આચરણ સદા-સર્વદા કરતા રહેવાનું છે.

આજના આપણા આ કાર્યક્રમની જ વાત કરીએ. તો, તમે સૌ જાણો જ છો કે દર વર્ષે શિવરાત્રિ નિમિત્તે તે પછીના રવિવારે ઉમરેઠ મુકામે ઓમ્ પરિવારના ઉપક્રમે સ્વાધ્યાય-સત્સંગ-ભજનના કાર્યક્રમનું આયોજન ઘણાં વર્ષોથી નિયમિત કરવામાં આવે છે. ઉમરેઠ ઓમ્ પરિવારનાં સૌ સ્વયંસેવક ભાઈ-બહેનો ભેગાં મળી ખૂબ જ આનંદ-ઉત્સાહ અને સંપથી કાર્યક્રમનું આયોજન કરતાં આવ્યાં છે. તેમનો આ કાર્યક્રમના આયોજન પાછળ મુખ્ય આશય એ રહેલો છે કે શક્ય તેટલા વધુ ને વધુ લોકો આ કાર્યક્રમનો લાભ લઈ કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધે. આવી લોકકલ્યાણની ભાવનાથી પ્રેરાઈ નિષ્કામભાવે આયોજન કરે છે. આ કાર્યક્રમનું આયોજન તુષારભાઈના માર્ગદર્શન નીચે કરવામાં આવે છે, જેથી કરીને કાર્યક્રમ વધુ સુવ્યવસ્થિત રીતે થાય. જોકે બધાં જ સ્વયંસેવક વ્યવસ્થિત રીતે આયોજન કરવા સક્ષમ જ છે. પરંતુ સૌને તુષારભાઈમાં ઘણો પ્રેમ તથા તેમની કાર્યક્ષમતામાં

વળી આપણે આ તકને ત્વરિત ઝડપી લઈ તે માટે યોગ્ય પુરુષાર્થ કરવામાં સહેજ પણ ઢીલાશ રાખવી જોઈએ નહીં. કેમકે આપણું આયુષ્ય કેટલું છે તેની આપણને ખબર નથી. ક્યારે કાળ આપણને ભરખી જશે તે આપણે જાણતા નથી. તેથી આપણે જીવનકાળ દરમિયાન કર્મો કરવામાં પૂરી સાવધાની રાખી તેનો હિસાબ રાખવો જોઈએ કે જીવનમાં નિષ્કામ સત્કર્મો કરી મોક્ષમાર્ગમાં આગળ વધવા કેવો અને કેટલો પ્રયત્ન કર્યો-પૂન્યનું કેટલું ભાથું બાંધ્યું. આમ સતત સાવધાન રહી એવું સાત્ત્વિક જીવન જીવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ કે જેથી જન્મ-મરણના ચક્રાવવામાંથી મુક્ત થઈ જઈએ. ફરીફરી ગભાવસ્થામાં આવવું પડે નહીં અને નરક સમાન દારુણ યાતના ભોગવવી પડે નહીં. વળી, આપણે ત્યાગી નહીં પરંતુ સંસારી છીએ. તેથી સાંસારિક અને સાથે, સાથે આધ્યાત્મિક જીવન જીવવામાં ખૂબ જ સાવધાની રાખવી જોઈએ. કેમકે ચાહે આપણે સાંસારિક એટલે કે વહેવારિક જીવન જીવતા હોઈએ કે પછી ચાહે આધ્યાત્મિક અર્થાત્ પારમાર્થિક જીવન જીવતા હોઈએ પરંતુ જીવન જીવીએ છીએ તો કર્મ કરવાં જ પડશે. પછી ચાહે તે સત્કર્મ હોય કે અસત્કર્મ હોય. જો આપણે કર્મ કરીશું તો કર્મના અફર સિદ્ધાંત મુજબ કર્મનાં બંધન લાગશે. પરિણામે યથાયોગ્ય સમયે તેના ફળ ભોગવવા જ પડશે. સત્કર્મોનાં ફળસ્વરૂપ સુખ અને દુષ્કર્મનાં ફળસ્વરૂપ દુઃખ આવશે જ. આ કર્મફળ આ જન્મે ભોગવવાં પડે છે એવું નથી. અમુક સંચિત કર્મફળ એવાં હોય છે કે જે ભોગવવા માટે ફરી જન્મ લેવો પડે છે. તેમાં પાછા નવાં કર્મ અને તેને ભોગવવાનાં કર્મફળનો ચક્રાવો ચાલ્યા જ કરે છે. પરિણામે પરમાત્માની કૃપાથી જે મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત થયો છે, તેમાં મોક્ષપ્રાપ્તિના મુખ્ય ધ્યેયથી વંચિત રહીશું. મનુષ્યજન્મ એળે જશે. તો, મનુષ્યજન્મ એળે જાય નહીં અને મોક્ષને પમાય તે માટે કર્મ કરવામાં એવી સાવધાની રાખવાની કે જેથી કર્મનાં બંધન લાગે નહીં અને જો લાગે તો તે આ જન્મે જ સમાપ્ત થઈ જાય. કદાચ જો આ જન્મે કર્મનાં બંધન પૂરાં ન થાય તો પછીના જન્મે સાત્ત્વિક જીવન જીવી કર્મોનાં બંધન પૂરાં કરવાનો પુરુષાર્થ કરી શકીશું. મોક્ષને પ્રાપ્ત કરી શકીશું. કેમકે આ જન્મે વધુ સાત્ત્વિક જીવન જીવ્યા હોઈશું, તો તેના

ફળસ્વરૂપ પછીનો જન્મ મનુષ્યનો જ મળશે એ વાત સુનિશ્ચિત છે. તો, મોક્ષને પામવા માટે કેવું જીવન જીવવું જોઈએ કે જેથી કર્મનાં બંધન સમાપ્ત થઈ જાય એની સમજણ આપણામાં બરાબર દ્રઢ થઈ જવી જોઈએ. આપણે જે કાંઈ કર્મ કરીએ તે નિષ્કામભાવે પ્રભુપ્રીતિ અર્થે કરીએ. તો કર્મના બંધનમાંથી મુક્ત થઈએ. નિષ્કામકર્મ એટલે એવું કર્મ કે જેમાં બદલાની ભાવના લેશમાત્ર ન હોય. જે કર્મમાં બદલાની ભાવના ન હોય, પરંતુ માત્ર સાક્ષીભાવે કરવામાં આવે તો તેવા કર્મનાં બંધન લાગતાં નથી. ખરેખર તો ખૂબ જ ઊંડાણપૂર્વક તાત્ત્વિક રીતે વિચારીએ, તો નિષ્કામ સત્કર્મનું આચરણ ત્યારે જ કર્યું કહેવાય કે જેમાં મોક્ષપ્રાપ્તિની ભાવના પણ ન હોય છતાં પણ મોક્ષની પ્રાપ્તિ સહજ રીતે પ્રાપ્ત થાય. જેમ સૂર્યની સાથે પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા જોડાયેલાં છે, તેમ નિષ્કામકર્મના આચરણવાળા જીવન સાથે મોક્ષ સહજ રીતે જ જોડાયેલ છે. જેમકે હનુમાનજીએ જીવનમાં દરેક કાર્ય પોતાના સ્વામી-પ્રભૂ શ્રી રામચંદ્રજીની પ્રેરણાથી તેમના ઉદ્દેશ્યની પૂર્તિ માટે અને તેમના માટે જ કરી રહ્યાનો ભાવ સતત રાખ્યો. સહેજ પણ બદલાની ઈચ્છા રાખી નહીં. વળી, બધું જ કાર્ય નિરાભિમાનતાપૂર્વક કર્યું. પરિણામે હનુમાનજી અમર થઈ ગયા. કહેવાનો આશય એ છે કે જીવન એવું જીવવું જોઈએ કે જેથી આ જન્મે જ મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય. કદાચ જો આ જન્મે તે પ્રાપ્ત ન થાય તો તેની વધુમાં વધુ નજદીક તો પહોંચી જવાય કે જેથી પછીના જન્મમાં તે પ્રાપ્ત કરી શકાય. આ વાતને ધ્યાનમાં રાખી સાવધાનીપૂર્વક જીવન જીવવું જોઈએ.

હમણાં અમેરિકાથી એક ભક્તનો ફોન આવ્યો હતો. તેઓ કહેતા હતા કે ગુરુજી નવો ધંધો ચાલુ કર્યો છે તો દુકાનનું નામ શું રાખું? અમે તેમને કીધું કે 'સાવધાન' નામ રાખો. આ નામ સૂચવવા પાછળનો મુખ્ય આશય એ હતો કે- આપણે ધંધો શા માટે કરીએ છીએ? અર્થ-ઉપાર્જન માટે કરીએ છીએ. જેના દ્વારા આપણી સાથે સંકળાયેલ આપણા આશ્રિત એવા આપણાં પરિવારજનોનું ભરણ-પોષણ સારી રીતે થઈ શકે, સાથે-સાથે સમાજ-વહેવારનાં કાર્યો પણ સારી રીતે થઈ શકે. પરંતુ આપણે એટલાથી સંતોષ ન માનતા વધુ

॥ ॐ ॥

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

रुतम्भरा (ऋतम्भरा) अेटले अनुभवयुक्त सत्यथी ભરેલું બહુજનહિતાય-બહુજનસુખાય

“સ્વાધ્યાય-સત્સંગ સમારોહ, કુસુમ હરનાથ મંદિર-ઉમરેઠ”

તા. ૨૨-૦૨-૨૦૧૫

સંકલન : શશિકાન્ત પટેલ

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ શિવરાત્રિ નિમિત્તે શિવરાત્રિ પછીના રવિવારે પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજના કૃપા-આશીર્વાદથી ઓમ્ પરિવારના ઉપક્રમે તા. ૨૨-૨-૨૦૧૫ને રવિવારે દિવ્ય સ્વાધ્યાય-સત્સંગ સમારોહનું આયોજન કુસુમ હરનાથ મંદિરના પ્રાંગણમાં ઉમરેઠ મુકામે કરવામાં આવેલ. તે પ્રસંગે ઉપસ્થિત સર્વે કલ્યાણકામીઓ ઉપર અનહદ કરુણાની હેલી વરસાવતા પ.પૂ. ગુરુદેવે પરમપદને પામવામાં ખૂબ જ સહાયક તાત્વિક સમજણરૂપી આશીર્વાચનમાં સૌને તરબોળ કર્યા તેને નીચે મુજબ રજૂ કરવાનો નમ્ર પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજનાં આશીર્વાચન
સત્ય-ધર્મ ગુરુદેવ કી જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય.

સર્વેનું સ્વાગત-વંદન-અભિનંદન-આશિષ.

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ આપ સૌ ઉમરેઠ ઓમ્ પરિવાર તરફથી આયોજિત કલ્યાણકારી મહોત્સવનો લાભ લેવા અતિ આનંદ-ઉત્સાહપૂર્વક કુસુમ હરનાથ મંદિરના પવિત્ર પ્રાંગણમાં ઉપસ્થિત થઈ તેનો લાભ લઈ રહ્યા છો, તે બદલ સૌને ખૂબખૂબ ધન્યવાદ-અભિનંદન. આપણા દરેક કાર્યક્રમમાં આપણે પ્રસંગોપાત્ત સતત મોક્ષની વાત કરી રહ્યા છીએ. પરમકૃપાળુ ઓમ્ ભગવાનની કૃપાથી તથા આપણાં સંચિત સત્કર્મોના ફળસ્વરૂપ આપણને મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત થયો છે. તો, પ્રાપ્ત થયેલ મનુષ્યજન્મમાં મુખ્ય શું કરવાનું છે ? નિષ્કામ સત્કર્મોનું ખૂબખૂબ ભાથું ભેગું કરી, કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધી, આ જન્મે જ મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવાનો સતત પુરુષાર્થ

કરવાનો છે. આવો પુરુષાર્થ પ્રેમ અને નિષ્ઠાપૂર્વક કરી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાનો છે. આ વાતની વિસ્મૃતિ ન થાય અને તેની સતત યાદ રહે તે માટે મોક્ષની વાત સતત કરી રહ્યા છીએ કે જેથી આપણે સતત સાવધ રહીએ. હવે જો આપણે આ મુખ્ય ધ્યેયને પામવાની વાતને આપણી પોતાની જ અસાવધાનીને કારણે ભૂલી જઈ આ ભૌતિક જગતના રંગ-રાગ-એશોઆરામના મોહમાં ગળાડૂબ ગરકાવ થઈ જઈએ, તો આપણી કેવી ગતિ થાય ? આપણે અધોગતિ રૂપી ઊંડી ખાઈમાં ધકેલાઈ જઈ જન્મ-મરણના ચક્રાવે ચડી જઈએ. પરમકૃપાળુ ઓમ્ પરમાત્માએ આપણને આપેલી તક આપણા અજ્ઞાનના કારણે ઝડપી લેવાના બદલે ગુમાવી દઈએ. આપણો મનુષ્ય-જન્મ એળે જાય. આપણે મહાકમનસીબ કહેવાઈએ. શાસ્ત્રોમાં કુલ ચોર્યાસી લાખ યોની જણાવવામાં આવી છે. તેમાં મુખ્ય ચોર્યાસી યોની ગણવામાં આવી છે. તેમાં પણ ત્રણ યોની વિશેષ કહેવામાં આવી છે. આ ત્રણ યોની છે મનુષ્ય-પશુ અને પક્ષીની યોની. આ ત્રણેય યોનીમાં ભય-મૈથુન-આહાર અને નિદ્રારૂપી કાર્યો તો સમાન રૂપે થતાં હોય છે. તેમ છતાં મનુષ્યયોની - મનુષ્યજન્મને શ્રેષ્ઠ કહ્યો છે. કેમકે જો મનુષ્ય ધારે તો મોક્ષ માટેની ઈચ્છા કરી તેને પ્રાપ્ત કરવા પુરુષાર્થ કરી શકે છે. હવે જો મનુષ્ય જન્મે આપણે તેમ ન કરી શક્યા તો આપણું જીવન પણ પશુ-પક્ષી જેવું જ ગણાય. આપણામાં અને તેમનામાં કાંઈ જ ફરક રહે નહીં. આપણું મનુષ્યજીવન એળે ગયું કહેવાય. પરમાત્માએ કૃપા કરી આપણને જે તક આપી તેને આપણે ઝડપી ન શક્યા. આમ, આપણે મહાકમનસીબ કહેવાઈએ.

- કુદરતસર્જિત ભૂકંપોને રોકવા એ મનુષ્યના હાથની વાત નથી. પણ, મનુષ્યસર્જિત ભૂકંપોને રોકવા એ તો મનુષ્યના હાથની વાત છે. પણ તોયે, મનુષ્ય સ્વસર્જિત ભૂકંપોને રોકવાનો પ્રયત્ન કરતો નથી અને કુદરતી ભૂકંપોને રોકવાનાં ઝાવાં નાખે એ કેટલું મોટું દુઃખદ આશ્ચર્ય !
- જગત, શક્તિકો હી ભગવાન માનતા હૈ, ચાહે સહનશક્તિ હો (ઈદ્મુષ્મિત્), યા શાસકશક્તિ હો (શ્રીકૃષ્ણ).
- દરેક જીવ જન્મતાંની સાથે જ મૃત્યુ તરફ ખેંચાવા લાગે છે. સૂરજ ઊગીને આથમે એટલે આવરદાનો એક દિવસ પૂરો. અઠવાડિયું, પખવાડિયું, માસ અને વર્ષ કરતાં કરતાં ઘડપણ અને મરણ તરફ ખેંચાતાં-ખેંચાતાં છેવટે મૃત્યુ.
- ખૂબ નાચ્યા કુદા - ખૂબ ધમાયકડી મચાવી, ખૂબ ખરાં-ખોટાં વ...વ..વ... ખૂબ કર્યા પણ આખર ધૂલકી ધૂલ. માટે જ, સમયસર ચેતી જઈને માનવજન્મ સફળ કરીએ.
- ઉપવાસ અને ભૂખમરામાં જેટલો તફાવત છે તેટલો લોભમાં અને કરકસરમાં છે. કરકસર માટે બુદ્ધિને સારી રીતે કસવી પડે છે. બુદ્ધિ જેમ જેમ વધુ કસાશે તેમ તેમ તેમાંથી વધુ ને વધુ તેજકિરણો બહાર ફેંકાશે. આરપાર સોંસરવાં નીકળી જનાર એ તેજકિરણોથી અનંત જન્મોના અંધકારના ડુંગરો ભેદાઈ જશે.
- પારસમણિ તો પોતાના સંપર્કમાં આવનાર દરેક લોભંડને સોનું બનાવી દે છે, પણ તેને પારસમણિ બનાવતો નથી. જ્યારે, ગુરુજનો તો પોતાના સંપર્કમાં આવનાર સૌ કોઈને ગુરુ બનાવી દે છે. ગુરુ બનાવે છે એટલે સાચી સમજણમાં ગુરુ બનાવી દે છે એમ સમજવાનું છે.
- ‘સુવર્ણમૃગની પ્રાપ્તિની વિચિત્ર ઈચ્છા’ જો સીતાજીને ન થઈ હોત, તો કદાચ ‘રામાયણ’ ન લખાઈ હોત.
- “આંધળાના તો આંધળા જ હોય ને” આવી કટુવાણી જો દ્રોપદીજી ન બોલ્યાં હોત તો કદાચ મહાભારત લખાયું જ ન હોત.
- આત્મા-પરમાત્માની સમજણ જેઓ આપે તેઓ “સદ્ગુરુ”. ભૌતિક વિદ્યાઓ જેઓ શિખવાડે તેઓ “ગુરુ”. સદ્ગુરુ એક હોય, ગુરુ અનેક હોઈ શકે.

- અબલા જીવન હાય ! તેરી કરુન કહાની,
આંચલમેં હૈ દૂધ ઔર આંખોમેં હૈ પાની. — મૈથિલીશરણ ગુપ્ત
- પ્રબલા જીવન વાહ ! તેરી અમર કહાની,
આંચલમેં બુદ્ધ ઔર આંખોમેં મહાકાલી. — યોગભિક્ષુ
- કેવળ જડનિયમોથી બંધાઈને કરાતા પૂજા-પાઠમાં જ્યાં સુધી પ્રેમ જાગતો નથી, ત્યાં સુધી પ્રતીતિ થતી નથી ને ત્યાં સુધી આધ્યાત્મિક લાભ થતો નથી. — (સુવિચાર અંક પર, જુલાઈ-૦૮)
- કામ, ક્રોધ, મદ, લોભકી જબ લગ મનમેં ખાન,
તબ લગ પંડિત મૂરખો કબીરા એક સમાન. — સંત કબીર

આઇ સંસ્થાપક તથા ઓધ્યાત્મિક વડા
પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગભિક્ષુજી

PRINTED & PUBLISHED BY :-

Dr. S. S. Bhikshu for

AUMGURU PREMSAMARAPANDHYANBHIKSHU PARIVAR TRUST

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

From : :-3/B, Palitadnagar 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 યોગભિક્ષુજી
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

“રુતબરા”ને લગતો પત્રવ્યવહાર

કરવાનું સ્થળ :

(૧) ડૉ. સોમાભાઈ એ. પટેલ (સ.સ. ભિક્ષુ)

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

(૨) નૈષઘભાઈ 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](https://www.facebook.com/yogabhikshu.aumparivar)