॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

ઋતમ્ભરા

આત્મનો હિતાય જગતઃ સુખાય

પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગભિક્ષુજી

વર્ષ - ૩૬ (ઓક્ટોબર, નવેમ્બર, ડિસેમ્બર) માનદ્ તંત્રી : મિનિષ પટેલ

VOL - XXXVI 2020-21 ISSUE-II

‘યોગ’ ભિક્ષા લાવીઓ, ‘ભિક્ષુ’ બની ગુરુદ્વાર;
મુમુક્ષુ જરૂર પામશે, સૌનો મુજમાં ભાગ.

॥ ॐ ॥

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

કેનેડા પ્રવાસ

ચાર્તુમાસ

ડાકોર કાર્યક્રમ

ગલતેશ્વર ચાર્તુમાસ

ગલતેશ્વર

ગાયત્રી શિબિર

કર્નાલી

આબુ

॥ ॐ ॥

॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

રુતમ્ભરા (ઋતમ્ભરા) એટલે અનુભવયુક્ત સત્યથી ભરેલું બહુજનહિતાય-બહુજનસુખાય

તંત્રીસ્થાનેથી

અત્યારે આપણે સૌ એક ખરાબ સમયમાંથી પસાર થઈ રહ્યા છે, જેને બધાં કોરોનાકાળ કહે છે, આ કોરોનાકાળમાં ઘણા બધાં પરિવારોએ તેઓનાં સ્વજનો ગુમાવ્યાં છે. ઓમ્પરિવારે પણ સ્વજનો ગુમાવ્યાં છે. પૂ.ગુરુજી દ્વારા ફેસબુકમાં તે સર્વેને શ્રદ્ધાંજલિ આપેલ છે. આપણે ભગવાનને પ્રાર્થના કરીએ કે તે સર્વે આત્માઓને શાંતિ અર્પે અને તેઓની ખોટ પૂરવા આપણને શક્તિ આપે.

આ કાળે, છેલ્લા લગભગ છ મહિનાથી આપણાં સૌનાં જીવન જીવવાની રીતને બદલી કાઢી છે. સકારાત્મક વિચારીએ તો એક મનુષ્યએ જે નિયમોનું પાલન કરતાં રહેવું જોઈએ, તે નિયમો આપણે પાળવા લાગ્યા છીએ. આપણા પૂર્વજો અને વડીલો જે નિયમાનુસાર જીવન જીવતાં હતાં તે આપણે ભૂલી ગયા હતા, તેને ફરીથી યાદ દેવડાવવા માટે જ પરમાત્માએ આ કાળ મોકલ્યો હશે.

સ્વચ્છતા, પૂરતી ઊંઘ, સાત્ત્વિક ભોજન, ઘરઘથ્થું ઉપચાર તથા કસરત અને યોગ-પ્રાણાયામ આ બધું આપણામાંથી ઘણા બધા ભૂલી ગયાં છીએ. આ કોરોનાકાળે ફરીથી આ ક્રિયાઓની યાદ અપાવી સૌને નિયામનુસાર જીવવા માટે પ્રેર્યા છે.

પહેલાંના સમયમાં શહેરો કરતાં ગામડાંઓમાં લોકોનું જીવન ધબકતું હતું, ત્યારે આ બધા નિયમો પળાતા હતા. સંધ્યાકાળ પહેલાં જમી લેવું, રાત્રે વહેલાં સૂવું, સૂર્યોદય પહેલાં ઊઠીને ઘર સ્વચ્છ કરવું અને ચાલતાં-ચાલતાં ખેતરોમાં ખેતીનાં કામે જવું, બહારથી આવ્યા પછી હાથ-પગ-મોં ધોઈને જ ઘરમાં પ્રવેશ કરવો વગેરે, જ્યારે અત્યારે શહેરોમાં મોટા ભાગનું જીવન એકદમ વિરોધી થયું છે, પણ આ છેલ્લા છ મહિના દરમિયાન ઘણા બધા લોકોએ આ પ્રકારના નિયમોનું પાલન શરૂ કરી દીધું છે, જે ખૂબ જ સારી વાત છે.

કોઈ પણ 'કાળ'નો એક અવધિ હોય છે. તેમ આ કાળનો પણ એક અવધિ હશે જ. તે અવધિને સૌએ ધીરજપૂર્વક, સમજણપૂર્વક તથા નીડરતાથી પસાર કરવો જ પડશે. એક અદશ્ય દુશ્મન સાથે લડવામાં, તેને શાંત કરવામાં સમય તો લાગશે જ, પણ આ સમયને આપણે સૌએ સાથે મળીને શાંતિથી પસાર કરવો જ રહ્યો અને સાદું જીવન જીવવાના નિયમોનું પાલન નિરંતર કરતાં જ રહેવું પડશે કે જેથી આ કોરોનાકાળ પણ સ્વસ્થ રહીને પસાર થાય અને ભવિષ્યમાં આવનારી આવી કોઈ પણ મહામારીને પણ રોકી શકાય.

'રુતમ્ભરા'ના આ અંકમાં પ.પૂ. ગુરુજીના અમુક દુર્લભ ફોટાં મૂકવામાં આવ્યાં છે. પૂ.ગુરુજીની અમેરિકા યાત્રા સમયના તથા તેઓશ્રીનાં કેદારેશ્વર, આબુ, ડાકોર, ગલતેશ્વરનો આધ્યાત્મિક પ્રવાસ દરમિયાનાં દુર્લભ ફોટોગ્રાફ્સ મૂકવામાં આવ્યા છે. ઓમ્પરિવારનાં કાર્યક્રમોમાં પૂ.શ્રીનાં આશિર્વચનની સાથે તેઓ દ્વારા ફેસબુકમાં મૂકાતી પોસ્ટ અને તેમનાં દ્વારા રચેલ પુસ્તક 'મંત્ર વિજ્ઞાન અને ધ્યાન'નાં અમુક અંશો પણ આ અંકમાં છપાવેલ છે.

પ.પૂ. સદ્‌ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજના નેવુમા વર્ષમાં શુભપ્રવેશ નિમિત્તે સર્વજીવ હિતાય-સુખાય ઉજવાયેલ આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમમાં પૂજ્યશ્રીનાં આશીર્વચન

તા. ૧૨-૨-૨૦૧૮, રવિવાર, મુ. ગોવિંદપુરા, તા. કડી **સંકલન - શશિકાંત પટેલ**

(ગતાંકથી ચાલુ.....)

એક નાનું બાળક હોય, તે ચાલવાનું શીખવા માટે ત્રણ પૈડાંની ચાલણગાડીનો સહારો લે. પરંતુ બરાબર ચાલતાં શીખી ગયા પછી તે ચાલણગાડીને મૂકી દેવી જોઈએ. પરંતુ તેને છોડે નહીં તો કેવી વિષમસ્થિતિ સર્જાય ? સગવડતાના બદલે અગવડતા ઊભી થાય, વળી, સૌ કોઈ આપણી મૂર્ખામી ઉપર હાંસી ઉડાવે. આપણી ચાલવાની ગતિમાં રુકાવટ ઊભી થાય. પરંતુ જેણે ચાલણગાડી છોડી દીધી છે, તેને ચાલવામાં કોઈ જ અડચણ ચાલવામાં પડતી નથી. સહજ રીતે જ તે ચાલીને પોતાનું કાર્ય કરી શકે છે. આમ, તેની ચાલવાની ઝડપ નિર્વિઘ્ને વધુ હોય છે. તે ઝડપથી ગતિ કરી શકે છે.

આ દૃષ્ટાંત ઉપરથી સમજી લેવાનું છે કે સમાજ-દુનિયાદારીના વહેણમાં સ્થિર થવા માટે અત્યાર સુધી સતત બહિર્મુખ જીવન જીવ્યા પરંતુ સંસારિક જીવનમાં એક વાર બરાબર સ્થિર થઈ ગયા પછી મનમાં નક્કી કરી લેવું જોઈએ કે અત્યાર સુધી જે જીવન જીવ્યા તે સાચું જીવ્યા નથી. જે માટે જીવન જીવ્યા તે મનુષ્યજન્મનું મુખ્ય લક્ષ નથી. મુખ્ય લક્ષ તો બીજું જ છે. અજ્ઞાનતાવશ આપણે જેને લક્ષ સમજતા હતા તે તો જન્મ-મરણના ચકરાવે ચડાવનારું અને માત્ર દુઃખદાયક જ છે. મુખ્ય લક્ષ તો છે તેનાથી મુક્ત થઈ સદાય માટે સનાતન-શાશ્વતસુખની જ પ્રાપ્તિ થાય છે, તે મોક્ષને પામવાનું છે. તેથી જ બહિર્મુખ જીવન જીવતા હતા, તેને શૂરવીરતા અને સમજણપૂર્વક છોડી દેવાનું છે. તે માટે જન્મ-મરણના ચકરાવામાંથી છૂટી સનાતન શાશ્વતસુખરૂપી મોક્ષને પામવા માટે તેને અનુરૂપ-યથાર્થ જીવન જીવવાના પરમ્‌પુરુષાર્થમાં લાગી જવું જોઈએ. તે માટે જીવનમાં મક્કમ દૃઢ નિર્ણય શક્તિ હોવી જરૂરી છે, કે જે ગુરુ-સંતોના સાનિધ્યમાં જ પ્રાપ્ત થાય છે તે માટે આપણે જીવનમાં જે સાધન-ભજન કરીએ તે ગુરુ સંતોના અનુભવયુક્ત ચીંધ્યા રાહે સાચી સમજણ અને વિવેકપૂર્ણ રીતે કરવું જોઈએ.

આપણે સૌ એકાદશી કરીએ છીએ, તેને અગિયારસ પણ કહેવામાં આવે છે. મોટા ભાગે સૌકોઈ એકાદશી નહીં, પરંતુ અગિયારસ જ કરે છે. આમ કરીને કાંઈક કર્યાનો સંતોષ માને છે. અગિયારસના દિવસે અગિયારસ કરનાર ભોજન પ્રસાદમાં અગિયારરસયુક્ત વ્યંજન આરોગે છે. સામાન્ય દિવસોમાં જે ભોજન-પ્રસાદ આરોગે છે, જેમકે તે દિવસે રબડી, સીંગના લાડુ, સૂકીભાજી, શીરો, રાજગરાના લોટની પૂરી, મોરૈયો વિગેરે-વિગેરે. આમ, જાતજાતનાં પચવામાં ભારે ભોજન જમતા હોય છે. અગિયારસના દિવસે આવું ભોજન કરવાથી શરીર બગડે છે, તેથી સૌએ બરાબર ધ્યાન રાખવાનું છે કે અગિયારસનું નહીં, પરંતુ એકાદશીનું વ્રત કરવું જોઈએ. એકાદશી એટલે દશ અને એક અગિયાર. આ અગિયાર કોણ છે ? પાંચ કર્મેન્દ્રિય, પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિય અને મન આમ અગિયાર સમજવાનાં છે. એકાદશીના દિવસે આ અગિયાર ઉપર કાબૂ રાખીએ, તો એકાદશીનું વ્રત સાચા અર્થમાં કર્યું ગણાય. તે દિવસે પચવામાં ભારે વ્યંજન નહીં જમતા માત્ર ફળાહાર કરવો જોઈએ. જો ફળાહાર કરીએ, તો શરીરમાં સુસ્તી-આળસ આવે નહીં. તેથી સારી રીતે જપ-તપ-ભજન કરવામાં રુચિ વધે. તેમાં એકાગ્રતા વધે. પરિણામે પેલા અગિયાર ઉપર કાબૂ રાખી શકાય. તો જ ખરો એકાદશી ઉપવાસ કર્યો ગણાય. ઉપવાસના તાત્ત્વિક અર્થને સમજવાનો છે. અત્યાર સુધી સત્ય-ધર્મમય કલ્યાણકારી જે સાચી સમજણની-ઉપદેશની વાતો સાંભળી હોય, તેનું તે દિવસે તો ખાસ સતત ચિંતનમનન કરી તેની પાસે વસવું. આમ કરીયે તો જ સાચો ઉપવાસ કર્યો કહેવાય. આપણો બધો જ સમય સાત્ત્વિક રીતે પસાર થાય. પરંતુ જો અગિયારસ કરીએ

તો પચવામાં અતિ ભારે વ્યંજન બરાબર ઠાંસીઠાંસીને આરોગ્યાં હોય, તો પછી સાધન-ભજન થાય નહીં. તે માટેનો પ્રયત્ન કરીએ કે તરત જ ઝોકાં આવે તંદ્રા-નિંદ્રામાં સરી જવાય. પછી કોઈ કહે કે મને તો ભગવાને દર્શન દીધા. અરે ભાઈ ! એ તો સપનું હતું. સાચા દર્શન ન હતા. આમ, જાતજાતની ભ્રમણાઓ થાય. માટે અગિયારસ નહીં, પરંતુ એકાદશી કરવી જોઈએ, તો તેનો સાત્ત્વિક લાભ પ્રાપ્ત થાય. આવી સાચી સમજણની વાતો માત્ર સાંભળવાથી તેનો લાભ ન મળે, તે માટે યથાર્થ પુરુષાર્થ કરવો જ પડે - જેમકે રસોઈનું પુસ્તક વાંચવાથી રસોઈ તૈયાર ન થાય. પરંતુ તે મુજબ રસોઈ બનાવીએ, તો જ રસોઈ તૈયાર થાય અને તેનો લાભ મળે.

વર્ષોથી આવી પરમ્‌કલ્યાણકારી સાચી સમજણથી વાતો પરમ્‌કૃપાળુ ઓમ્‌પરમાત્માની કૃપાથી અમે તમને સતત સંભળાવીએ છીએ. તમે સો તે સતત સાંભળો છો. તેને યથાયોગ્ય જીવનમાં ઉતારીને તેનો અમોઘ લાભ લેવાનો નિષ્ઠા-પ્રેમપૂર્વક સતત પ્રયત્ન કરવામાં આવે, તો આ બધું અમે સંભળાવ્યું અને તમે સાંભળ્યું લેખે લાગે. મહામોંઘેરો મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત થયો છે, તો તેને એળે જવા દેશો નહીં. અત્યાર સુધી અણસમજમાં જીવન જીવ્યા અને દુનિયા જોઈ લીધી કે શું સાચું-નિત્ય છે અને શું ખોટું-અનિત્ય છે, તો હવે ચેતી જઈએ. અત્યાર સુધી કંચનના બદલે કાચ લેવા જ હવાતિયાં માર્યાં, તો હવે એવું જીવન સમજણપૂર્વક શીઘ્રતાથી છોડી દઈએ. તે માટે ખૂબ જ સાવધાન થઈ જઈએ. આપણા માનસપટરૂપી અરીસા ઉપર જે અજ્ઞાનતાની રજોટી બાજેલી છે તેને દૂર કરી માનસપટ રૂપી અરીસાને ચોખ્ખો કરવા માટે જ આવા સાત્ત્વિક - આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમોનું આયોજન થાય છે. ઓમ્‌પરિવારના સૌ ભક્તો કોઈ ને કોઈ નિમિત્ત ઊભું કરી સર્વજીવ હિતાય-સુખાયના આવા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમોનું આયોજન સતત કરતા આવ્યા છે, તો સૌ કલ્યાણકામી તેનો પ્રેમપૂર્વક લાભ લઈ, સદ્‌ઉપયોગ કરી અજ્ઞાનતાની રજોટી દૂર કરવા પ્રેમ-નિષ્ઠા-સમજપૂર્વક સતત પુરુષાર્થ કરી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરો, તેવી પરમાત્માને પ્રાર્થના. આપણે હનુમાનચાલીસા બોલીએ છીએ, તેમાં તુલસીદાસે પ્રારંભના પ્રથમ દોહામાં જ કહ્યું છે કે—

"શ્રી ગુરુચરણ સરોજ રજ, નિજ મન મુકુર સુધાર;
બરનઉ રઘુવર બીમલ જશ, જો દાયક ફલ ચાર."

તુલસીદાસ કહે છે કે મારા સદ્‌ગુરુદેવનાં ચરણકમળ ધૂળથી મારા મનરૂપી અરીસાને સાફ કરું, જેથી શ્રીરામના નિર્મળ યશગાન ગાઈને તે થકી આ જન્મે જ ચાર ફળ કે જે છે ધર્મ-અર્થ-કામ અને મોક્ષને પ્રાપ્ત કરી શકું. આ તો દોહાનો શાબ્દિક અર્થ થયો પણ તેને તાત્ત્વિક રીતે સમજી જીવનમાં ઉતારવાનો પરમ્‌પુરુષાર્થ કરવાનો છે. ગુરુદેવની ચરણ-કમળની ધૂળ એટલે શું ? તેને એ રીતે સમજવાની છે કે સદ્‌ગુરુદેવ કૃપા કરી મોક્ષરૂપી આત્યંતિક - સનાતનસુખને પામી જન્મ-મરણના દારુણ દુઃખદાયક ચક્રાવામાંથી છૂટવા માટે જે સાચી સમજણનો સદ્‌બોધ આપે છે, તેને સદ્‌ગુરુદેવનાં ચરણકમળની ધૂળ સમજવાની છે. આપણે અત્યાર સુધી ભૌતિકતા પ્રદાન બહિર્મુખ જીવન જ જીવી રહ્યા હતા. અજ્ઞાનતાવશ નિત્યાનિત્યના વિવેકને ભૂલી માત્ર ભ્રામક-મૃગજળ સમાન ભૌતિક સુખને જ પામવામાં રચ્યાપચ્યા રહ્યા કે જે સુખ અને તેને પ્રાપ્ત કરવાની આંધળી દોટ જન્મ-મરણના ચકરાવે ચડાવી માત્ર ને માત્ર દારુણ દુઃખ જ આપે છે. આપણા મનરૂપી અરીસા ઉપર આવી ભ્રામક સમજણની રજોટી જામી ગઈ છે. તેને સદ્‌ગુરુદેવના મોક્ષદાયી સદ્‌બોધને બરાબર સમજી મક્કમતાપૂર્વક જીવનમાં ઉતારવાનો પરમ્‌પુરુષાર્થ કરી તે અજ્ઞાનતારૂપી રજોટીને દૂર કરવાની છે. ફળસ્વરૂપ જગતના વ્યવહાર-પ્રપંચમાંથી મુક્ત થઈ સત્ય અને ધર્મની રાહે નિષ્કામ સત્‌કર્મમય સાત્ત્વિક જીવન જીવવા રૂપી પરમાત્માની ભક્તિ કરી શકાય. જો આવું જીવન જિવાય તો ચાર ફળ ધર્મ-અર્થ-કામ અને મોક્ષને પ્રાપ્ત કરી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી શકાય.

આપણા સૌ ઉપર પરમાત્માની અહૈતુકી પરમકૃપા વરસી રહી છે, તેથી મનરૂપી અરીસા ઉપરની અજ્ઞાનતારૂપી રજોટી દૂર કરવા માટે આવા સાત્ત્વિક કાર્યક્રમોનો લાભ સતત મળી રહ્યો છે, તે અમૂલ્ય લાભ લેવાનું ચૂકીએ નહીં. કેમકે મોટા ભાગે આપણે ચોવીસ કલાક વહેવારપ્રપંચમાં જ જીવતા હોઈએ છીએ. તેમાંથી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાની પ્રેરણા આપતા આવા સાત્ત્વિક કાર્યક્રમો આપણને પાછા વાળી

સાત્ત્વિક જીવન જીવવા માટે પ્રેરે છે. તેમાં પ્રેમપૂર્વક ઉપસ્થિત રહેનારને તેનો અમોઘ લાભ પ્રાપ્ત થાય છે. તો આવા નિમિત્ત ઊભા કરી સત્‌કાર્યક્રમોનું આયોજન કરનાર તથા તેમાં ઉપસ્થિત રહેનાર સર્વેને ધન્યવાદ - આશિષ. તમે સૌ પ્રેમ અને સમજણપૂર્વક સત્ય-ધર્મમય સાત્ત્વિક જીવન જીવી મનુષ્ય જન્મ સાર્થક કરો, તેમાં જ અમારી પ્રાપ્તિ અને ખુશી છે. તે સિવાય તમે સૌ ગમે તેટલું ભૌતિક સામર્થ્ય પ્રાપ્ત કરો, તેમાં અમારી બહુ ખુશી નથી. તમે સૌ મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરો તે નિષ્ફળ જાય નહીં, તેવી પરમાત્માને પ્રાર્થના.

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

સર્વેને જય નારાયણ - જય ઓમ્ ગુરુદેવ

ઓમ્... ઓમ્.... ઓમ્....

સ્વસ્થ-સુખી જીવન માટેના બાર સંકલ્પ

સંકલન - ડૉ. આરતીબહેન તથા ડો. વિનુભાઈ પટેલ

૧. નવલું વર્ષ એટલે "रिस्तों को ताजा और मीठा करने का अवसर". આ તક ઝડપી લઈ કુટુંબીજનો, સગાં-સંબંધી, પડોશી, મિત્રો, સહકાર્યકરોને સસ્મિત પ્રેમથી મળીશું. શ્વાસે-શ્વાસે સૌને સ્નેહ કરીશું. ભૂલ બદલ ક્ષમા માગીશું - ક્ષમા આપીશું.

૨. રોજ સવારે વહેલા ઊઠી તાંબાના વાસણમાં ભરેલ શુદ્ધ પાણીમાંથી અડધો લિટર પાણી નરણાંકોઠે પીશું અને દિવસભર ૧૨થી ૧૪ ગ્લાસ પાણી પીશું.

૩. 'કરો કસરત, રહો તંદુરસ્ત'ના ન્યાયે રોજ સવારે ચાલવા, દોડવા કે તરવા જેવી ગમે તે મનગમતી કસરત નિયમિત કરીશું અને નજીકના ગાર્ડનમાં ચાલતી હાસ્યક્લબમાં જોડાઈ લાફીંગ, બ્રિધિંગ અને હોલ બૉડી ઍક્સરસાઇઝ કરીશું. સૌ સભ્યો સાથે મળી મઝા કરીશું.

૪. ટાઇમ-મૅનેજમેન્ટ શીખી ૨૦ મિનિટ યોગાસનો અને ૧૦ મિનિટ પ્રાણાયામ કરીશું. થોડી મિનિટ ઊગતા સૂર્યનાં દર્શન કરીશું.

૫. દવાનો ખર્ચ બચાવવા રોજ સવારે નાસ્તામાં ૩ અંજીર, ૬ ખજૂર-પેશી, ૩ બદામ, ૩ કાજુ ખાઈશું અને કુટુંબના દરેક સભ્યને ખવડાવશું. આજથી જ ઘરમાં સ્વાસ્થ્યપ્રદ એવું ગાયનું દૂધ અને ગાયનું ઘી જ વાપરીશું.

૬. ભોજનમાં ૫૦% લોહતત્ત્વસભર આહાર લઈશું, (જેથી હિમોગ્લોબીન ૧૫ ગ્રામ થાય) તથા ભોજનમાં ૨૫% સલાડ અને ૨૫% ફળફળાદિ ફરજિયાત લઈશું (જે ઍન્ટિ ઑક્સિડન્ટ તરીકે કામ કરે છે). આહારમાં કેમિકલયુક્ત સજીવ ખેતીથી ઉગાડેલ અનાજ, લીલાં શાકભાજી, ગોળ, ફળફળાદિ લઈશું.

૭. ગાંધીગીરી અપનાવી સાચા વૈષ્ણવજન બની સત્ય-અહિંસાના ઉપાસક બનીશું. ટૅરેલિન કે ટૅરિકોટનને બદલે આપણી આબોહવાને અનુકૂળ સ્વાસ્થ્યપ્રદ ખાદી જ પહેરીશું, જે ગરીબોને રોજગારી પણ આપે છે.

૮. જરૂર પડે બધી પથીઓમાંના શ્રેષ્ઠ ઉપાયો અજમાવીશું. પરંતુ પ્રાકૃતિક આરોગ્યશાસ્ત્રને અગ્રતા આપીશું.

૯. લોકો શું કહે છે, તેની પરવા કર્યા વગર આપણી પાસે જે શ્રેષ્ઠ છે, તે આપીને સમાજસેવા થકી સમાજનું ઋણ અદા કરીશું. કટાઈ જવા કરતાં ઘસાવાથી ઊજળા થવાય છે માટે તન-મન-ધનથી ગરીબોની સેવા કરીશું. કન્યાકેળવણી, સ્ત્રી-ભ્રૂણહત્યાનિવારણ અને યોગશિક્ષણ ક્ષેત્રે પ્રદાન આપીશું.

૧૦. દુઃખની યાદિ બનાવવાનું છોડી હંમેશાં હકારાત્મક બની ઈશ્વરે કેટલું બધું આપ્યું છે, તેની યાદી બનાવી તેનો અહેસાસ કરીશું, સંતોષી બનીશું, દુઃખના નહિ, સારા સુખના પ્રસંગો યાદી કરી આનંદિત રહેવાની ટેવ પાડીશું. મીઠી-મધુરી વાણી જ બોલીશું, કડવી-કર્કશ વાણી તો કદિ નહીં.

૧૧. હંમેશાં હસતાં રહી, હસાવતાં રહીશું, રમૂજી બની ફિકરની ફાકી કરીશું.

૧૨. સૃષ્ટિના સર્જનહાર ઈશ્વરને સંપૂર્ણ સમર્પિત થઈ ''ઈશ્વરને ગમ્યું તે સાચું અને તે મને સહજસ્વીકાર્યની ફિલસૂફી જીવનમાં અપનાવીશું. હંમેશાં શુભ-શુભ જ વિચારીશું.

થોડી ઈચ્છાશક્તિ કેળવી નવા વર્ષથી આ બાર સંકલ્પ અનુસરીએ, તો આજના ધમાલિયા, તાણ-તણાવયુક્ત જીવનને બદલે આરોગ્યપ્રદ, શાંતિમય અને સુખમય જીવન જીવી શકાશે. આમ સ્વસ્થ-સુખી જીવન જીવવું એ શું આપણા પોતાના હાથની વાત નથી ?

સ્વાધ્યાય-સત્સંગ (નડિયાદ)

તા. ૨-૩-૨૦૧૮ **સંકલન - શશિકાંત પટેલ**

(શ્રી જ્યોતિષભાઈ પંડ્યાના ઓમ્‌પુરીવાસ નિમિત્તે નડિયાદ મુકામે તેમના નિવાસ-સ્થાને ઓમ્‌પરિવારના ઉપક્રમે સર્વજીવહિતાર્થે યોજાયેલ આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમમાં પ.પૂ. સદ્‌ગુરુદેવ શ્રીયોગભિક્ષુજીમહારાજના આશીર્વચન

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

શ્રી જ્યોતિષભાઈ પંડ્યા પરિવાર સહિત નડિયાદ મુકામે રહેતા. પરિવારના મોભીશ્રી જ્યોતિષભાઈનો બીમારીના કારણે હમણાં જ ઓમ્‌પુરીવાસ થયો. હાલમાં પણ તેમનો પરિવાર નડિયાદ મુકામે જ રહે છે. સમગ્ર પરિવાર સમજણપૂર્વક ખૂબ ધર્મનિષ્ઠ છે. પ.પૂ.સદ્‌ગુરુદેવશ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજ પ્રત્યે સમગ્ર પરિવારને ઘણો જ પ્રેમ તથા શ્રધ્ધાભક્તિ રહેલાં છે. સામાન્ય રીતે કોઈ પણ પરિવારમાંથી સદસ્યનો સ્વર્ગવાસ થાય, તો તેના આત્માની શાંતિ માટે લૌકિક વિધિ-વિધાન કરતા હોય છે. પરંતુ જ્યોતિષભાઈનો ઓમ્‌પુરીવાસ થતા તેમનાં પરિવારજનોએ કોઈ લૌકિક વિધિ-વિધાન કરવાને બદલે ઓમ્‌પરિવારના ઉપક્રમે સર્વજીવહિતાર્થે ધાર્મિક-આધ્યાત્મિક-સાત્ત્વિક કાર્યક્રમનું આયોજન તા. ૨-૩-૧૮ ને શુક્રવારના રોજ તેમના નિવાસસ્થાને કર્યું. તેઓએ ઓમ્‌પરિવારનાં સર્વે ગુરુભાઈ-બહેનોને આમંત્રિત કરી તેમના સાથ-સહકારથી સ્વાધ્યાય-સત્સંગ-પર્યાવરણ પરિશુધ્ધિ તથા ગાયત્રી-મારુતિયજ્ઞ તથા પ.પૂ. સદ્‌ગુરુદેવના આત્મોન્નતિદાયક પરમ કલ્યાણકારી આશીર્વચનનું આયોજન કર્યું. તે પ્રસંગે પ.પૂ.સદ્‌ગુરુદેવે અહેતુકી કૃપા વરસાવતા મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવા માટે અનિવાર્ય સાચી સમજણનાં પ્રેરણાદાયી આશીર્વચનની જે હેલી વરસાવી. તેને નીચે મુજબ ગુરુકૃપાએ રજૂ કરવાનો નમ્રપ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છેઃ)

(આશીર્વચન)

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

ઓમ્ નમઃપાર્વતીપતયે હરહર મહાદેવ હર.

સર્વેનું સ્વાગત-વંદન-અભિનંદન-આશિષ.

તમે સૌ જાણો છે કે વિક્રમસંવત ૨૦૭૩ની આસો વદ દશમના દિવસે અમને નેવ્યાસી વર્ષ પૂરાં થયાં અને નેવુંમું વર્ષ શરૂ થયું. તે નિમિત્તે તમે સૌ ઓમ્‌પરિવારના સદ્‌ધર્મ પ્રેમીઓએ અમારા સમગ્ર નેવુંમા વર્ષને સર્વજીવહિતાર્થેના વિવિધ આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમોના આયોજન દ્વારા ઊજવવાનું નિર્ધારેલ. તેમાં કાર્યક્રમમાં સ્વાધ્યાય-સત્સંગ-પર્યાવરણ શુધ્ધિ તથા ગાયત્રી-મારુતિયજ્ઞ અને તમે જેમને ગુરુજી માનો છો એટલે કે અમારા આશીર્વચનના કાર્યક્રમનું આયોજન મુખ્યપણે કરાઈ રહ્યું છે. ઓમ્‌પરિવાર સદ્‌ધર્મપ્રેમી એવા તમારાં સૌનો એટલો બધો ઉત્સાહ છે કે જેના કારણે દર મહિને ત્રણ-ચાર આવા કાર્યક્રમોનું આયોજન પરમાત્માની કૃપાથી થઈ રહ્યું છે. નેવુંમા વર્ષ દરમિયાન હવે પછીના મહિનાઓ માટે પણ કાર્યક્રમો અગાઉથી નોંધાઈ ગયા છે, પરંતુ આજના કાર્યક્રમ પાછળનું નિમિત્ત જુદું છે. અમારામાં

ખૂબ જ પ્રેમ-નિષ્ઠા-શ્રદ્ધા રાખતા અને ઓમ્પરિવારના સર્વેના આત્મીય એવા શ્રી જ્યોતિષભાઈ પંડ્યાનો થોડા દિવસ પહેલાં જ ઓમ્ પુરીવાસ થયો, તે નિમિત્તે તેમનો પરિવાર કે જે પણ સદ્ધર્મપ્રેમી અને અમારામય છે, તેમણે સર્વજીવહિતાર્થેના ઉમદા ભાવથી આજનો કાર્યક્રમ રાખ્યો છે. તેમાં તમે સૌ ઉપસ્થિત થઈ તેનો ખૂબ જ ઉત્સાહ-ઉમંગપૂર્વક લાભ લઈ રહ્યાં છો. આની ઉપરથી સમજાય છે કે જ્યોતિષભાઈ કેટલા સદ્ધર્મનિષ્ઠ હતા તથા મનુષ્યજન્મની મહત્તા બરોબર સમજતા હતા. આવા સત્સંસ્કારોનો સંપૂર્ણ વારસો તેમણે પોતાના પરિવારમાં પણ આપેલ, તેથી પૂરો પરિવાર પણ સમજણપૂર્વક અમારામાં ઓતપ્રોત છે. તો જ આવા નિમિત્તે પણ સર્વજીવહિતાર્થેની ઉમદા ભાવનાથી આવા આધ્યાત્મિક-સાત્ત્વિક કાર્યક્રમનું આયોજન કરવા પ્રેરાય. પહેલાં જ્યારે અમારી તબિયત સારી રહેતી હતી ત્યારે ભક્તોના પ્રેમપૂર્વકના આગ્રહને વશ થઈ તેમની ભાવના સંતોષવા અમે તેમના ઘરે અનુકૂળતા મુજબ રહેવા જતા. તે જ રીતે જ્યોતિષભાઈના ઘરે પણ ત્રણેક દિવસ રહેવા ગયેલા. તે સમયે સમગ્ર પરિવારે ખૂબ જ પ્રેમ અને ઉમંગથી અમારી સેવા કરેલ. પહેલાં તો અમે ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે યોજાતા દરેક કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહેતા. જ્યોતિષભાઈ પણ ગુરુપૂર્ણિમા-મહોત્સવમાં કાર્યક્રમમાં અચૂક હાજર રહેતા. તે પ્રસંગે અમે ભક્તોને ઓમ્પરમાત્માની પ્રસાદી રૂપે વસ્ત્ર ઓઢાડતા. અમે કાયમ કહેતા કે વસ્ત્ર રૂપે ઓઢાડવામાં આવેલ પ્રસાદી તે કોઈ સામાન્ય વસ્ત્ર સમજવાનું નથી પરંતુ તેને અભેદ સૂક્ષ્મ કવચરૂપી પ્રસાદી સમજવાનું છે. પછી સમજાવતા કે જેને પણ આ સૂક્ષ્મ કવચરૂપી વસ્ત્રની પ્રસાદી ઓઢાડવામાં આવે છે, તેની અંદર રહેલી દૈવીસંપત્તિ બહાર નીકળી ન જાય અને બહારની આસુરી શક્તિ તેની અંદર પ્રવેશી જાય નહીં. હાલમાં અવસ્થાના કારણે અમે કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહી શકતા નથી તેથી અમારા પ્રતિનિધિ સ્વરૂપે ડૉ.સ.સ.ભિક્ષુ ઓમ્પરમાત્માની પ્રસાદી ઓઢાડે છે. અમે હાલમાં પણ ટેલિફોનના માધ્યમ દ્વારા સૂક્ષ્મ અભેદ કવચની વાત કાયમ કહીએ છીએ, ભક્તો પ્રત્યેની અમારી શુભભાવના વ્યક્ત કરીએ છીએ. તો અમે ગુરુપૂર્ણિમાએ સૌપ્રથમ જ્યોતિષભાઈને સૂક્ષ્મ કવચરૂપી વસ્ત્રની પ્રસાદી ઓઢાડતા, પછી બીજા ભક્તોને ઓઢાડતા. જ્યોતિષભાઈના આવાં તો સત્સંભારણાં પુષ્કળ છે. મનુષ્ય હાજર ન હોય, પરંતુ તેના જીવનમાં સત્કર્મોનાં સંભારણાં કાયમ રહે તે શું બતાવે છે? તેની મનુષ્યજીવનની સાર્થકતા બતાવે છે. જ્યોતિષભાઈ આપણી વચ્ચે ભલે પ્રત્યક્ષ રૂપે હાજર નથી. પરંતુ તેમનાં આ સત્કર્મોના સંભારણાં રૂપે આપણી વચ્ચે સદાય હાજર જ છે. તે જ બતાવે છે કે તેમણે મનુષ્યજન્મ સાર્થક કર્યો. તેમની સાથેની આત્મીયતાના કારણે તેઓ આપણી વચ્ચેથી પ્રત્યક્ષ રૂપે કાયમ માટે દૂર થઈ ગયા. તેનું મનમાં દુઃખ લાગે તે સ્વભાવગત છે, પરંતુ તે સમયે આપણે સત્સંગમાં જે સતત સાંભળતા આવ્યા છીએ, તે સાચી સમજણનું ચિંતન-મનનપૂર્વક સતત રટણ કરી તે આઘાતમાંથી કાયમ માટે મુક્ત થવાનો યથાર્થ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

આપણે બરોબર સમજી લેવાનું છે કે શરીર શેનું બનેલુ છે ? આપણું સ્થૂળ શરીર પ્રકૃતિનાં જે ચોવીસ તત્ત્વો છે તેમાંના પ્રથમ પાંચ સ્થૂળભૂત-તત્વથી બનેલુ છે. તે તત્વો કયાં છે? પૃથ્વી જળ, અગ્નિ, વાયુ અને આકાશતત્ત્વથી તે ઓળખાય છે. પ્રકૃતિને તો નિયમ જ છે કે તે સતત એક સ્વરૂપમાં રહેતી નથી. તે સતત પરિવર્તનશીલ છે. આ સૃષ્ટિ પ્રકૃતિનાં ચોવીસ તત્ત્વોથી બનેલી છે. આ કારણે સૃષ્ટિમાં સર્જન-વિસર્જનની પ્રક્રિયા સતત ચાલતી જ હોય છે. આપણી એક કહેવત છે કે **"નામ તેનો નાશ"**. આ કહેવત પણ પ્રકૃતિના આ અફર સિદ્ધાંતનું જ પ્રતિપાદન કરે છે. આમ જેનું સર્જન થયું છે તેનું વિસર્જન કાળક્રમે અવશ્ય થાય જ છે. આપણું શરીર પણ પ્રકૃતિનાં જ પાંચ સ્થૂળ તત્ત્વથી બનેલું છે, તેથી પ્રકૃતિના સર્જન-વિસર્જનના અટલ નિયમનુસાર તેનું પણ સર્જન-વિસર્જન અર્થાત્ જન્મ-મૃત્યુ અવશ્ય થાય જ છે. સમય આવે પંચમહાભૂતનું શરીર છૂટી જવાનું જ છે. આ નિયમમાંથી કોઈ જ બાકાત રહેતું નથી. ચાહે તે મોટો ભૂપ હોય કે સામાન્ય પ્રજાજન હોય. ખૂબ જ ધનવાન હોય કે ગરીબ હોય. મોટો જ્ઞાની પંડિત હોય કે અભણ હોય. મોટો યોગી હોય કે સામાન્ય સાધક હોય. મહાત્યાગી હોય કે સંસારીજન હોય. ચાહે પછી રામ-કૃષ્ણ જેવા યુગપુરુષ હોય

તે સૌને આ નિયમ અચૂક લાગે જ છે. તેમાંથી કોઈ જ બાકાત રહેતું નથી. જન્મ-મરણના ચકરાવામાંથી મુક્તિ ત્યારે જ મળે કે જ્યારે મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય, જન્મ-મરણના ચકરાવામાંથી સદાયના માટે મુક્ત થઈ જવાય. મોક્ષપ્રાપ્તિ પછી સ્થૂળ શરીર જ ન હોય, તેથી જન્મ અને મૃત્યુ પણ ન હોય તે સ્વાભાવિક છે. જન્મ-મરણનો નિયમ માત્ર પંચ મહાભૂતથી બનેલ સ્થૂળ શરીરને જ લાગુ પડે છે. બીજું શરીર સૂક્ષ્મ અથવા ચિન્મય શરીર છે, આ સુક્ષ્મ શરીર પ્રકૃતિના સર્જન-વિસર્જનના નિયમથી પર છે. તે સદા નિત્ય છે. તેનું સર્જન-વિસર્જન થતું નથી. મોક્ષપ્રાપ્તિ પછી માત્ર આ સૂક્ષ્મ-ચિન્મય શરીર જ હોય છે કે જે આત્મા સાથે જોડાયેલું હોય છે. તે જન્મ-બચપન-જુવાની-બુઢાપો-રોગ-મૃત્યુ-હર્ષ-શોક-સુખ-દુઃખ વિગેરે બધા જ દેહભાવથી મુક્ત હોય છે. ચિન્મય શરીર માટે શ્લોક છે કે—

''ન તસ્ય રોગો, ન જરા ન મૃત્યુ;
પ્રાપ્તસ્ય યોગગ્નિમયમ્ શરીર.''

તો મુખ્ય વાત છે આ જન્મે જ મોક્ષને પ્રાપ્ત કરી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાની. ગત્ જન્મમાં આપણે કરેલ સત્કર્મોનાં ફળસ્વરૂપ પરમ્ કૃપાળુ ઓમ્ પરમાત્માની કૃપાથી આપણને મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત થયો છે. તો આ જન્મે પાછલા જન્મોના સંચિત તથા આ જન્મે વીતી ગયેલ આયુષ્યમાં કરેલ સત્-અસત્ કર્મોના ફળસ્વરૂપ જીવનમાં જે સુખ-દુઃખ આવે તેને પ્રભુપ્રસાદી રૂપે સ્થિરતા અને ધૈર્યપૂર્વક ભોગવી લઈએ. સુખમાં છકી ન જઈએ કે દુઃખમાં હરેરી ન જઈએ. સુખ અને દુઃખમાં માત્ર દૃષ્ટાભાવથી પ્રેમપૂર્વક તે ભોગવીએ. હાલનું જીવન એવું જીવીએ કે જેથી નવાં કર્મ બંધાય નહીં, જેથી પાછાં કર્મફળ ભોગવવાં ન પડે. કર્મ બંધાય નહીં તો પછી શરીર ધારણ ન કરવું પડે. તે માટે જીવનમાં નિષ્કામ સત્કર્મોનું એટલું તો ભાથું ભેગું કરીએ કે જેથી ફરી જન્મ ધારણ ન કરવો પડે. એટલે કે મોક્ષગતિને પ્રાપ્ત કરી લઈએ, તો જ મનુષ્ય જન્મ સાર્થક થયો કહેવાય. આપણે જીવનમાં જે કાંઈ સારાં-નરસાં કર્મ કરીએ છીએ, તે પરમાત્માના ચોપડે અવશ્ય નોંધાય છે. પરમાત્મા પાસે શું નથી? બધું જ છે. તેમની પાસે કશાયની કમી નથી. તે સંપૂર્ણ સમર્થ છે, તેથી તો પરમાત્મા માટે કહ્યુ છે કે પરમાત્મા કેવા છે?

''કર્તુમઅકર્તુમ અન્યથા કર્તુમ સમર્થ''.

પરમાત્મા શક્યને અશક્ય અને અશક્યને શક્ય આમ બધું જ કરવા સમર્થ છે પરંતુ દરેકને તેના કર્માનુસાર જ જીવનમાં સઘળી પ્રાપ્તિ થતી હોય છે. આ વાતને નીચેના દોહામાં સરળ રીતે સમજાવી છે.

''સાહબ કે દરબાર મેં, કમી કછુ કી નાહીં;
કર્મહીન નર પાવત નાહીં, ચૂક ચાકરી માહીં''.

સમજણપૂર્વકનું કેવું જીવન જીવવું જોઈએ? જો નિષ્કામ સત્કર્મોનું ઘણું બધું ભાથું કરીશુ, તો પરમાત્મા અવશ્ય મોક્ષ આપશે જ એ અટૂટ નિષ્ઠાથી જીવન જીવીશું તો અવશ્ય મોક્ષ પ્રાપ્ત કરી શકીશું, પરંતુ તેમાં નિષ્ઠા જ નહીં હોય, તો કર્મના અફર સિધ્ધાંતને અવગણી જીવનમાં અસત્કર્મોનું આચરણ કરીશુ તો ફળસ્વરૂપ જન્મ-મરણના દારુણ દુઃખદાયક ચકરાવામાં પડીશું. મુખ્ય એ સમજણનું સતત સ્મરણ રાખવાનું કે છે કે પરમાત્મા બધું જ આપવા સમર્થ છે, પણ તે દરેકને તેનાં કર્માનુસાર જ આપે છે.

જેમકે એક વ્યક્તિ પાસે ધન-ધાન્યના ભંડાર ભરેલા હોય અને ભાતભાતનું નિત્ય ભોજન જમતો હોય. બરોબર તેની બાજુમાં રહેનાર વ્યક્તિ મહામહેનતે એક ટંકનો રોટલો મેળવી શકતો હોય. આ શું બતાવે છે? પહેલો ચાકરીમાંથી ચૂક્યો નથી. એટલે કે નિષ્કામકર્મના આચરણ યુક્ત જીવન જ જીવ્યો છે. કેમકે તેને કર્મના અટલ સિદ્ધાંતમાં નિષ્ઠા રાખી ખૂબ જ સત્કર્મનું ભાથું ભેગું કર્યું છે. જ્યારે બીજો ચાકરીમાંથી ચૂક્યો છે. તેને કર્મના અટલ સિદ્ધાંતમાં સહેજ પણ નિષ્ઠા નહીં હોવાથી જીવનભર અસત્કર્મનું આચરણ જ કર્યા કર્યું. અસત્કર્મોનું ભાથું ભેગું કર્યું. પરિણામે પહેલી વ્યક્તિને સુખની અને બીજી વ્યક્તિને દુઃખની પ્રાપ્તિ થઈ.

મુખ્ય વાત એ છે કે આ દોહ્યલો મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત થયો છે, તો તેને સાર્થક કરી લઈએ. આ જન્મે માતા-પિતા-ભાઈ-બહેન-દીકરો-દીકરી-પતિ-પત્નિ-સગાં-સ્નેહી વગેરે જે કોઈ આપણા જીવન સાથે જોડાયેલાં છે, તે માત્ર વહેવારના સંબંધે ઋણાનુંબંધથી જોડાયેલાં છે. ઋણાનુંબંધ એટલે સંચિતકર્મોનું ભાથું. ઋણાનુંબંધના કારણે પરસ્પરના બાકી રહેલાં લેણદેણને પૂરા કરવા તેને અનુરૂપ કર્માનુસાર જુદી

જુદી જાતિ-વર્ણ-દેશ-સગાં-સંબંધીની યોગ્ય સમયે પ્રાપ્તિ થાય છે. તેથી કોઈ જન્મની સાથે જ આપણી સાથે અને કોઈ બે-પાંચ-પચ્ચીસ વરસ પછી આપણી સાથે જોડાય છે. ગત જન્મમાં આપણે જે સત્કર્મોનું ભાથું ભેગું કરેલું તેના ફળ સ્વરૂપ મનુષ્યજન્મનું પ્રાપ્ત થયો છે. આ જન્મમાં સુખ-સગવડ-સંસ્કારી પરીવારજનો તથા સગાં-સ્નેહીની પ્રાપ્તિ થઈ છે, તો તેનો સદ્ઉપયોગ કરી આ જન્મે એટલાં તો સત્કર્મોનું ભાથું ભેગું કરી લઈએ કે જેથી ફરી જન્મ ધારણ કરવો પડે નહીં. આપણને જે તક મળી છે તેને સભાનતાપૂર્વક, પ્રેમ-નિષ્ઠાથી ઝડપી લઈએ. આવી કલ્યાણકારી સમજણ કોણ આપે ? સદ્ગુરુદેવ. જો આપણે સમજણપૂર્વક સદ્ગુરુના સાંનિધ્યમાં કલ્યાણકામના અર્થે યાચક બની પ્રેમ-નિષ્ઠા-ભક્તિ-ભાવપૂર્વક નિરંતર રહીએ, તો તેમની કૃપાસ્વરૂપે તે પમાય છે. તેને બરાબર સમજી જીવનમાં ઉતારી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી લઈએ.

પરમ્કૃપાળુ ઓમ્પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ કે હે દયાળુ અમને એવી શક્તિ-ભક્તિ-મતિ-નિષ્ઠા આપો કે જેથી મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાની દરેક તકને અપૂર્વ ઉત્સાહ-ઉમંગ-પ્રેમપૂર્વક ઝડપી લઈ આ જન્મે જ મોક્ષ પ્રાપ્ત કરી લઈએ.

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

ઓમ્ નમઃપાર્વતીપતયે હરહરમહાદેવ હર.

સર્વેને જય નારાયણ ખૂબ ખૂબ આશિષ.

ઓમ્...ઓમ્... ઓમ્...

શ્રાવણ માસ પૂર્ણાહૂતિ કાર્યક્રમ

સંકલન - શશિકાંત પટેલ

વિક્રમસંવત ૨૦૭૫ના શ્રાવણમાસમાં ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે આયોજીત "ઓમ્ નમઃશિવાય ઓમ્" પંચાક્ષર કલ્યાણમંત્રના જપયજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે પ.પૂ.સદ્ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજીમહારાજના આશીર્વચન

(સત્ય-ધર્મ ગુરુદેવની જય. સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય.

દર વરસની જેમ આ વરસે પણ પરમકૃપાળુ ઓમ્પરમાત્માની અહૈતુકી કૃપાથી તથા પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજના અનંત આશીર્વાદથી ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે વિક્રમ સંવત ૨૦૭૫ના શ્રાવણ માસમાં સર્વજીવહિતાર્થે "ઓમ્ નમઃશિવાય ઓમ્" કલ્યાણદાયી પંચાક્ષર કલ્યાણમંત્રના જપયજ્ઞનું આયોજન અમદાવાદમાં બે સ્થળે કરવામાં આવેલ. એક આયોજન ઘાટલોડિયા ઓમ્પરિવારની ટ્રસ્ટની ઑફિસે કરવામાં આવેલ. ત્યાં આખા શ્રાવણમાસ દરમિયાન દરરોજ રાત્રે ૮ થી ૧૦ બે કલાકનો જપયજ્ઞ રાખેલ. તથા બીજું આયોજન મણિનગરમાં સરદાર પટેલ સ્કૂલની સામે ગંગાધર સોસાયટીમાં શ્રી નૈષધભાઈ વ્યાસના નિવાસસ્થાને કરવામાં આવેલ. ત્યાં શ્રાવણમાસના દર સોમવારે રાત્રે ૮થી ૯ એક કલાકનો જપયજ્ઞ રાખેલ. આખા શ્રાવણમાસ દરમિયાન સૌ કલ્યાણવાંચ્છુ ભાઈ-બહેનોએ ખૂબ જ પ્રેમ-ઉત્સાહ-નિષ્ઠા પૂર્વક તેનો ખૂબ ખૂબ લાભ લીધો. આ જપયજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ બન્ને સ્થળે અલગ-અલગ સમયે કરવામાં આવેલ, જેથી બન્ને સ્થળે લાભ લઈ શકાય. મણિનગર મુકામે પૂર્ણાહુતિ તા. ૩૦-૮-૧૯ ને શુક્રવારના રોજ રાખવામાં આવેલ જેમાં રાત્રે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦ જપયજ્ઞ, ત્યાર બાદ સ્વાધ્યાય પછી પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવના આશીર્વચન અને અંતે અલ્પાહારનો કાર્યક્રમ રાખેલ. જ્યારે ઘાટલોડિયા મુકામે તા. ૩૦-૮-૧૯ ને શુક્રવારે રાત્રે ૮ થી તા. ૩૧-૮-૧૯ને શનિવારે સવારે ૮ સુધી એમ બાર કલાકનો જપયજ્ઞ રાખેલ. ત્યાર બાદ સ્વાધ્યાય પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવનાં આશીર્વચન અને અંતે ભોજનપ્રસાદના કાર્યક્રમનં આયોજન કરવામાં આવેલ. આ બંને કાર્યક્રમની પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે પ.પૂ. સદ્ગુરુદેવે નિરોગી-સ્વસ્થ શરીર રાખવા માટે જરૂરી યોગ્ય આહાર—વિહારની તાત્ત્વિક

સમજણ આપી તથા કલ્યાણપથમાં સારી રીતે ઉત્સાહપૂર્વક આગળ વધવા માટે તેની અનિવાર્યતા ખૂબ જ વિગતવાર સમજાવી. આમ, સ્વસ્થ નીરોગી શરીરનું આધ્યાત્મિક જીવન સારી રીતે જીવવા માટે કેટલી આવશ્યક છે તે ખૂબ જ ઊંડાણપૂર્વક સમજાવ્યું. પ.પૂ. સદ્‌ગુરુદેવના આ પરમ્‌કલ્યાણકારી આશીર્વચનને નીચે મુજબ રજૂ કરવાનો નમ્ર પ્રયત્ન કરેલ છેઃ)

આશીર્વચન

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

સર્વેનું સ્વાગત-વંદન-અભિનંદન-શુભેચ્છા-આશિષ.

શ્રાવણમાસ નિમિત્તે તમે સૌ ખૂબ જ ઉત્સાહપૂર્વક અતિ પ્રેમથી લોકકલ્યાણના ઉમદા ભાવથી પ્રેરાઈ પંચાક્ષર કલ્યાણમંત્રના જપયજ્ઞનું આયોજન કરી તેનો અલૌકિક સાત્ત્વિક લાભ લો છો અને અન્યોને આપો છો , તે બદલ ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ. એક વરસમાં કુલ બાર માસ આવે છે. તે પૈકી શ્રાવણમાસનું વિશેષ આધ્યાત્મિક મહત્ત્વ આપણાં શાસ્ત્રોમાં જણાવેલ છે. શ્રાવણ માસ એટલે શ્રવણ કરવાનો માસ. શ્રાવણમાસમાં કેવું શ્રવણ કરવાનું? પવિત્ર, સારુ, કલ્યાણકારી, સાત્ત્વિકભાવોને વધારે એવું શ્રવણ કરવાનું. બાકીના અગિયાર માસ દરમિયાન તો આપણે માત્ર ને માત્ર સંસારવહેવારના પ્રપંચમાં રચ્યાપચ્યા રહેતા હોવાથી માત્ર આપણા શરીર અને પરિવારના ક્ષુલ્લક સુખ માટે વહેવાર પ્રપંચની વાતો જ સતત સાંભળતા હોઈએ છીએ. આ બધું તો કાળક્રમે નાશવંત છે. તે કાયમ સાથે રહેવાનું નથી. છતાં પણ અજ્ઞાનતાવશ જીવનમાં તેને જ મહત્ત્વ આપી તેના માટે સતત પુરુષાર્થ કરતા હોઈએ છીએ. જ્યારે આત્મા કે જે અવિનાશી છે, તેના માટે બહુ જ ઓછો પુરુષાર્થ કરતા હોઈએ છીએ, તેના અંગેની સાચી સમજણની વાતો પણ ઓછી જ શ્રવણ કરતા હોઈએ છીએ. તો શ્રાવણ માસમાં સ્વ એટલે કે આત્માના કલ્યાણ માટે જરૂરી સાચી સમજણની વાતોનું વધુમાં વધુ શ્રવણ કરવું આવશ્યક છે. માત્ર શ્રવણ જ કરવું એમ નહીં પરંતુ આપણા રોજિંદા જીવનમાં તેનો વધુમાં વધુ સમાવેશ કરવા દૃઢ સંકલ્પિત થવુ અતિ આવશ્યક છે, જેથી બાકીના અગિયાર માસમાં જે દુન્યવી વહેવાર-પ્રપંચની જ માત્ર વાતો સાંભળવારૂપી આપણી અંદર જે કચરો ઠલવાયો હોય, તેને શ્રાવણમાસમાં સારું-સાચું સાંભળી દૂર કરીએ. આમ-શ્રાવણ માસમાં સાત્ત્વિક-કલ્યાણકારી ભાથું વધુમાં વધુ ભેગું કરી તેનો મહત્તમ ઉપયોગ બાકીના અગિયાર માસ દરમિયાન જીવનમાં કરીએ. પરભવના પૂન્યપ્રતાપે આ જન્મે મનુષ્યઅવતાર પ્રાપ્ત થયો છે, તો આ જન્મે વધુ ને વધુ સાત્ત્વિક જીવન જીવવાનો પુરુષાર્થ નિષ્ઠા અને ધૈર્યપૂર્વક કરતા રહેવાથી આ જન્મે જે સુખ પ્રાપ્ત થયુ છે, તેનાથી વધુ સુખ આવતા જન્મે પમાય. તે જન્મે પણ સદાચારી જીવન જીવતાં જીવતાં અંતે એક સમય એવો આવે કે જેમાં જન્મ-મરણના ચકરાવામાંથી છૂટી આત્યંતિક-શાશ્વતસુખરૂપી મોક્ષને પામી શકીએ.

આપણે આત્મકલ્યાણ અર્થે જે કાંઈ પુરુષાર્થ કરીએ છીએ, તે શરીરના માધ્યમ દ્વારા જ કરીએ છીએ. આ પુરુષાર્થ પ્રેમ, ઉત્સાહપૂર્વક સતત કરવા માટે સ્વસ્થ-નીરોગી શરીરની અતિ અનિવાર્યતા છે. આપણે વરસના અગિયાર માસ તો અજ્ઞાનતાના કારણે સુઆરોગ્ય અંગેના આવશ્યક નિયમો પ્રત્યે લાપરવાહ રહી માત્ર જીભના સ્વાદ અને આનંદ માટે બિનઆરોગ્યપ્રદ, અસમતોલ, ગરિષ્ઠ ગમે તેવું ભોજન કરતા રહી પેટ ઉપર અર્થાત્ પાચનતંત્ર ઉપર અત્યાચાર કરતા રહ્યા હોઈએ છીએ, તેથી આપણું આરોગ્ય એટલુ સૂક્ષ્મ નથી હોતું કે જેથી આપણે આત્મકલ્યાણઅર્થેનો પુરુષાર્થ આનંદ, ઉત્સાહ, પ્રેમપૂર્વક સતત કરતા રહીએ. આપણે સુસ્તી, આળસ, પ્રમાદથી ઘેરાયેલા હોઈએ છીએ. રોજિંદા જીવનનાં વહેવારનાં કામ કરતા જ થાકનો અનુભવ કરતા હોઈએ છીએ, તેથી આત્મકલ્યાણ અંગેનો પુરુષાર્થ કરવાની તો ઇચ્છા જ થાય નહીં તે સમજી શકાય છે તેથી બાર માસમાં એક શ્રાવણમાસમાં સારું ભોજન કરવું જોઈએ. સારું એટલે જીભને સારું લાગે તેવું નહીં, પરંતુ આરોગ્યપ્રદ, સુપાચ્ય સપ્રમાણ ભોજન કરવું એમ સમજવાનું છે. બાકીના અગિયાર માસ

તો પાચનતંત્ર ઉપર ખૂબ અત્યાચાર કર્યો, તેને બિલકુલ આરામ આપ્યો નહીં તેની ક્ષમતા કરતાં વધુ બોજો પડવાના કારણે તેના કાર્યમાં પણ શિથિલતા આવી ગઈ હોય છે. તો શ્રાવણમાસમાં તેને આરામ આપવો જોઈએ, જેથી બાકીના અગિયાર મહિના તેની કાર્યશક્તિમાં વાંધો આવે નહીં, તે માટે સુપાચ્ય, સાત્ત્વિક, આરોગ્યપ્રદ, માપસરનું ભોજન કરવું જોઈએ. ખરેખર તો શ્રાવણમાસમાં ફલાહાર કરવો વધુ આવકારદાયક છે. કેમકે તેનું જલદીથી પાચન થઈ જાય છે અને શરીરને પુષ્ટિ આપે છે પરંતુ અત્યારે મોટા ભાગે સૌ કોઈ ફલાહારના બદલે ફરાળ કરીએ છીએ. ફરાળમાં ભોજનમાં સૂકીભાજી, કઢી, મોરૈયો, રાજગરાના લોટની પૂરી, શીરો, ગુલાબજાંબુ, બફવડા એમ જાતજાતનાં પચવામાં ભારે ગરીષ્ઠ વ્યંજન બરોબર દબાવીને જમીએ છીએ. અને મિથ્યા સંતોષ માનીએ છીએ કે આજે તો ફરાળ જમ્યા. આવું ભોજન જમવાથી પાચનતંત્રને આરામ આપવાના બદલે વધુ શ્રમ આપી તેનો બોજો વધારીએ છીએ. પરિણામે આરોગ્યને ફાયદો થવાના બદલે નુકસાન પહોંચાડીએ છીએ. આત્મકલ્યાણના પુરુષાર્થને સારી અને સતત રીતે ઉત્સાહપૂર્વક કરવાનો મુખ્ય હેતુ જળવાતો નથી. વળી, શ્રાવણમાસમાં આકાશ સતત વાદળ-આચ્છાદિત રહેતું હોવાથી સૂર્યપ્રકાશ પૂરતા પ્રમાણમાં પૃથ્વી ઉપર આવતો નથી, તેથી સૂર્યપ્રકાશની સાથે આવતી પ્રાણશક્તિની માત્રા પણ ઘટી જાય છે કે જે પ્રાણ શક્તિ સૃષ્ટિનો જીવન-આધાર છે. પછી ચાહે તે મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, કીટ, પતંગ કે વનસ્પતિ હોય. તે સર્વેની કાર્યક્ષમતા પ્રાણ શક્તિ સાથે જોડાયેલી છે. તેથી પ્રાણશક્તિની માત્રામાં ઘટાડો થતા તેની વિપરીત અસર કાર્યક્ષમતા ઉપર થાય છે, તેથી આપણી પાચનશક્તિ પણ વિશેષ રૂપે મંદ પડી ગઈ હોય છે. તેમાં આપણે ખોટા તર્કનાં જાળાં ગૂંથી ફરાળના રૂપે ગરિષ્ઠ ભોજન જમીએ તો તેનું યોગ્ય રીતે પાચન થાય નહીં તે સ્વાભાવિક છે. સર્વે રોગોનું મૂળ પેટ છે એ ઉક્તિએ આપણે અનેક રોગના ભોગ બની જઈએ. પરિણામે આપણી પાસે ગમે તેટલું ઐશ્વર્ય હોય પણ તે ભોગવી શકીએ નહીં, જીવનમાં સુખ-શાંતિનો અનુભવ કરી શકીએ નહીં. તેથી જ અનુભવીઓએ કહ્યું છે કે પહેલું સુખ તે જાતે નર્યાં''. જો શરીર નિરોગી હશે, તો બધું જ સારું થશે, સુખ-શાંતિનો અહેસાસ કરી શકીશુ.

શ્રાવણમાસમાં એકટાણાં કરવાનો વિશેષ મહિમા કહ્યો છે. આ એકટાણાંના વ્રતને બરોબર સમજવાની જરૂર છે, તો તેનો પૂરો લાભ પ્રાપ્ત કરી શકીએ. પરમાત્માની કૃપા-પ્રેરણાથી અમારા દ્વારા રચાયેલ, ક્રાંતિકારી ભજન તથા ગરબા ઓમ્‌પરિવારના કાર્યક્રમમાં ગવાતાં હોય છે. જેમ અખા ભગત દ્વારા જે પદો રચવામાં આવ્યાં છે કે જે અખાના ચાબખા કહેવાય છે તેમ અમારા દ્વારા રચાયેલાં ગરબા-ભજનોના સૌ ભક્તસમૂહ ગુરુદેવ યોગભિક્ષુજીના ચાબખા એમ કહે છે. આ ભજનોમાં સંયમ-નિયમ-વિવેક-મર્યાદાપૂર્વક જીવન જીવવાની, યોગ્ય આહાર-વિહાર થકી સ્વસ્થ-નીરોગી શરીરની જાળવણી અંગેની, અજ્ઞાનતાવાશ કુટેવો-સ્વચ્છંદતા-અંધશ્રદ્ધા-દેખાદેખી-હુંશાતુંશી-આડંબરયુક્ત જીવન જીવનારને માઠાં પરિણામો ભોગવવાં પડે છે, તેની ચેતવણી આપતી તથા મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા માટેની કુશાગ્રતા કેળવી જીવનમાં સાચા-શાશ્વત સુખશાંતિને પામવા અંગેની સાચી સમજણને ખૂબ જ સરળ, લોકાભિમુખ શૈલીમાં ઉજાગર કરવાનો સચોટ પ્રયત્ન કરેલ છે. તે ભજનો પૈકી એક ભજનમાં એકટાણાના ઉપવાસ અંગે સમજાવેલ છે કે—

''બરફી, જાંબુને, રબડી દબાવે, કેસરિયાં દૂધ ગટકાવે;
એને એ તો ઉપવાસ સમજે, હું-હું માં શરીર બગાડે.
શ્રાવણમાસમાં કરે એકટાણાં, એક ટંકે અધમણ ખાયે.
મનડું હું-હું મા શરીર બગાડે''.

આવાં એકટાણાં-ઉપવાસ કરવાથી તેનો કોઈ જ લાભ આપણને મળતો નથી. સ્વસ્થ, આરોગ્યપ્રદ શરીરની જાળવણીનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય ફળીભૂત થતો નથી. ઉપરથી આપણું શરીર અસ્વસ્થ અને રોગો યુક્ત થઈ જાય છે. કેમકે આપણે રોજિંદા જીવનમાં સમગ્ર દિવસ દરમિયાન જે ભોજન જમતા હોઈએ, તેટલું ભોજન એકટાણાંમાં એક ટંકે ઠાંસીઠાંસીને કરીએ, તો આરોગ્ય સુધરવાને બદલે બગડે. જેમકે આપણે દરરોજ સવારે ચાર રોટલી અને સાંજે ત્રણ રોટલી જમતાં હોઈએ, પરંતુ એકટાણાંમાં તો આપણે એક જ વખત જમવાનું હોય, તેથી એક ટંકે જે સાત રોટલી જમી લઈએ, તો પેટ

ઉપર-પાચનતંત્ર ઉપર અત્યાચાર કર્યો કહેવાય. પાચનતંત્રની ખોરાક પચાવવાની ક્ષમતા કરતાં વધુ ખોરાક તેમાં જવાથી તેની ઉપર વધુ બોજ પડે છે. તેથી તેની ખોરાક પચાવવાની ક્ષમતામાં શિથિલતા આવી જાય છે. ખોરાકના પાચનનું કાર્ય યોગ્ય રીતે થઈ શકતું નથી, તેથી પેટમાં ભરાવો થાય છે. નહીં પચેલો ખોરાક પેટમાં પડી રહેવાથી તે સડે છે. પરિણામે અનેક રોગના ભોગ થઈ જવાય છે. આ વાતને એક દૃષ્ટાંત દ્વારા સમજીએ:—

આપણે તાપણું કરવા ચૂલામાં અગ્નિ પ્રગટાવવો હોય. ચૂલામાં એક નાની પ્રજ્વલિત અગ્નિની કણી પડી હોય. તેની ઉપર આપણે છાણાની નાની કટકી મૂકીએ, થોડી વાર પછી બીજી કટકી મૂકીએ, એમ કરતાં જઈએ, તો ચૂલામાં અગ્નિ બરાબર પ્રગટે, પરંતુ જો તે કણીની ઉપર આખું છાણું મૂકી દઈએ, તો છાણું તો પ્રજવલિત થાય નહીં અને પેલી અગ્નિની કણી પણ બુઝાઈ જાય. આપણો ચૂલામાં અગ્નિ પ્રગટાવી તાપણું કરવાનો ઉદ્દેશ્ય ફલિભૂત થાય નહીં. કેમકે ચૂલામાં રહેલી અગ્નિની કણીમાં છાણાની નાની કટકીને પ્રજવલિત કરવાની ક્ષમતા હતી તેથી તેને તે પ્રજવલિત કરી શકે. પરંતુ આખા છાણાને પ્રજવલિત કરવાની ક્ષમતા ન હોવાથી છાણાને પ્રજવલિત કરી શકે નહીં અને ઉપરથી પોતે પણ બુઝાઈ જાય.

આવું જ આપણા પાચનતંત્રનું છે. તેની ખોરાકને પચાવવાની ક્ષમતા જેટલો પ્રમાણસર ખોરાક તેમાં જાય, તો તે ખોરાકનું સારી રીતે પાચન કરી શકે, જેથી આપણું શરીર પુષ્ટ અને સ્વસ્થ રહે, પરંતુ ક્ષમતા કરતાં વધુ ખોરાક તેમાં જવા દઈએ તો તેની ક્ષમતામાં શિથિલતા આવે. પરિણામે પાચન પૂરું થાય નહીં. ફળસ્વરૂપ આપણું આરોગ્ય કથળે, રોગોના ભોગ બની જઈએ.

આપણા ઋષિમુનિઓએ આરોગ્યના આ નિયમને લક્ષમાં રાખી આપણી ઉપર અહૈતુકી કૃપા વરસાવતાં એક ટાણાંને ધર્મ સાથે વણી લીધો છે. જેથી લોકો ધાર્મિક ભાવનાથી પ્રેરાઈ સાચાં એકટાણાં કરી નીરોગી-સ્વસ્થ રહે કે જે મનુષ્ય-જન્મની સાર્થકતા માટે જરૂરી પુરુષાર્થ કરવામાં અતિ સહાયક થાય. આપણે સાચાં એકટાણા કરીએ, તો પાચનતંત્રને તો આરામ મળે જ છે, સાથે-સાથે આપણું તન અને એની જોડાયેલું મન હલકું અને પ્રફુલ્લિત રહે છે. આપણું તન-મન આળસ-પ્રમાદ રહિત બની અતિ ઉત્સાહિત રહે છે. પરિણામે આવા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યક્રમોમાં ઉત્સાહપૂર્વક ઉપસ્થિત રહીએ છીએ. તેમાં ગુરુસંતો દ્વારા મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવા અંગેની સાચી સમજણની જે કાંઈ વાતો થાય છે તેને સારી રીતે ધ્યાનપૂર્વક સાંભળી-સમજી જીવનમાં ઉતારવા માટે આપણું તન-મન ઉત્સાહિત રહે છે. બાકીના અગિયાર માસમાં વહેવાર-પ્રપંચમાં રહેતાં હોવા છતાં પણ તે સદ્બોધથી વિમુખ થતાં નથી.

આપણે શ્રાવણમાસમાં એકટાણાં કરીએ, તો બીજા ટંકનું ભોજન બચે છે જે બીજા ભૂખ્યા ગરીબને આપીએ, તો તેની આંતરડી ઠરે છે. આપણને તેના આશીર્વાદ પ્રાપ્ત થાય છે. પરિવારમાં ચાર-પાંચ વ્યક્તિ એકટાણું કરતી હોય અને એવા અનેક પરિવાર હોય, તો કેટલું બધું ભોજન બચે, તેનાથી કેટલા બધાં ગરીબ ભૂખ્યાંજનોને આપણે જમાડી શકીએ તે સમજી શકાય છે. આમ કરીને આપણે અનાયાસે જ સમાજમાં સુખ-શાંતિ-સંતોષ ફેલાવવામાં મદદરૂપ થઈએ છીએ. કેવી રીતે ? આ વાતને વિગતે સમજીયે.

જગતમાં ત્રણ અગ્નિ મુખ્યપણે જણાવવામાં આવ્યા છે, તેને જો બુઝાવવામાં ના આવે, તો જગતમાં અશાંતિનો અતિરેક થઈ જાય. આ ત્રણ અગ્નિ છે વડવાગ્નિ, દાવાગ્નિ અને જઠરાગ્નિ. દરિયાના પેટાળમાં આગ લાગે છે તેને વડવાગ્નિ કહેવામાં આવે છે. જો તે બુઝાય નહીં તો દરિયામાં રહેતા કેટલાય નિર્દોષ જળચર જીવોનો સંહાર થાય છે. તેવી જ રીતે વનમાં આગ લાગે, તેને દાવાગ્નિ કહેવાય છે. તે પણ જો બુઝાય નહી તો વનમાં રહેતાં કેટલાંય નિર્દોષ પશુ-પક્ષીનો સંહાર થાય છે, તેથી અશાંતિ અને અજંપાભરી સ્થિતિ પેદા થાય છે, માટે વડવાગ્નિ અને દાવાગ્નિ બુઝાવવો અત્યંત જરૂરી છે. ત્રીજો મુખ્ય અગ્નિ છે જઠરાગ્નિ. જઠરાગ્નિ એટલે ભૂખ. જો કોઈને કકડીને ભૂખ લાગી હોય અને તે સંતોષાય નહીં તો તે ભૂખ્યો જીવ તેને સંતોષવા માટે વિવેક મર્યાદા ભૂલી રઘવાયો થઈ નિમ્નસ્તરનાં અનીતિનાં કર્મ કરવામાં સહેજ પણ ખચકાતો નથી. પરિણામે સમાજમાં ચોરી,

લૂંટફાટ, છેતરપિંડી વગેરે અનૈતિકતાનો બહોળા પ્રમાણમાં વ્યાપ ફેલાઈ જાય છે. સમાજમાં અશાંતિ-અજંપાની સ્થિતિ વ્યાપક પ્રમાણેમાં સર્જાય છે. ભૂખ્યાજનનું મુખ્ય લક્ષ ભૂખ સંતોષવાનું હોય છે. તે માટે તે જે કાંઈ કરે છે તેમાં સારા-નરસાનો સહેજ પણ વિચાર કરતો નથી, પરંતુ જો ભૂખ્યાજનની ભૂખ સંતોષાય અર્થાત્ તેનો જઠરાગ્નિ શાંત થાય, તો સમાજમાં અધર્મ-અસત્યયુક્ત અનૈતિક કર્મો અને તેનું આચરણ કરનારનું પ્રમાણ ઓછું થાય. સમાજનું સ્તર ઊંચુ આવે. સાથે સાથે સમાજમાં સુખ-શાંતિ-આનંદનું વાતાવરણ સર્જાય. તો આપણે એકટાણાં કરી બચેલું ભોજન ભૂખ્યાજનોને જમાડવાથી સમાજનું સ્તર ઊંચું આવે છે. આમ અનાયાસે સમાજને તેમાં રહેનારાને સહાયરૂપ થઈએ છીએ. કર્મનો તો સિદ્ધાંત જ છે કે જાણ્યે-અજાણ્યે જે કાંઈ કર્મ કરવામાં આવે તેનું ફળ અચૂકપણે ભોગવવું જ પડે છે. આપણે પણ એકટાણાં કરી બચેલું અનાજ ભૂખ્યાને જમાડીને સત્કર્મ જ કરીએ છીએ. ફળ સ્વરૂપ જીવનમાં સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે.

તો શ્રાવણમાસમાં એકટાણાં દેખાદેખી, હુંશાતુંશી, હરીફાઈના ભાવથી કે કોઈની શરમે-ભરમે સારું દેખાડવાના માટે કરવાનાં નથી. પરંતુ સ્વ-આત્માના કલ્યાણ અર્થે કરવાનાં છે. તમે સૌ આ બધું સારી રીતે સમજી શકો છો. તમે સાચા અધિકારી છો, તેથી તમારી સમક્ષ મનુષ્ય જન્મ સાર્થક કરવાની સાચી સમજણની વાતો કરવા ઓમ્‌પરમાત્મા અમને પ્રેરે છે. અને અમે તમને તે વાતો સતત સંભળાવીએ છીએ. તમે સૌ તેને પ્રેમથી શ્રદ્ધાપૂર્વક સાંભળી જીવનમાં ઉતારવાનો નિષ્ઠાપૂર્વક પુરુષાર્થ કરો છો તે માટે ખૂબ ખૂબ આશિષ.

પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ કે મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરવાની પ્રેરણા આપતા આવા નિષ્કામભાવે સર્વજીવહિતાર્થનાં સત્કાર્યો કરવા માટે સૌને ખૂબ-ખૂબ શક્તિ-મતિ આપો, જેથી પોતાનું અને અન્યોનું કલ્યાણ કરવા ખુબ જ ઉત્સાહ-પ્રેમ-સંપથી અથાકપણે આવા સાત્ત્વિક કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવા સતત પુરુષાર્થ કરી શકીએ. તમારા સૌ કોઈની આવી ઉચ્ચભાવના દિન-પ્રતિદિન સતત વધતી જ રહે કે જેની સુવાસ ચારે દિશામાં દૂર-દૂર સુધી ફેલાય.

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

ઓમ્ નમઃપાર્વતીપતયે હરહરમહાદેવ હર.

સર્વેને જય નારાયણ

ઓમ્... ઓમ્.... ઓમ્...

આજનું ભાથું

(પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રીનું ફેસબુક પર આવતું 'આજનું ભાથું'માંથી સાભાર)

વર્ષગાંઠની ઊજવણી :

વર્ષગાંઠ શબ્દ જ કેટલો સૂચક છે! તે દિવસે એ વાતની બરાબર ગાંઠ બાંધવાની છે કે વીતેલા સમયમાં જે નહોતું કરવાનું તે થઈ ગયું છે. તે હવે નથી કરવાનું અને આવતા સમયમાં જે-જે કરવાનું છે, તે વીસરાય નહી, તે બરાબર ગાંઠે બાંધી રાખવાનું.

સર્જન-૩૦૯૯

બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ એ ત્રણ છે સર્જન, પોષણ અને વિસર્જનનાં પ્રતીક.

જો સર્જન જ ન હોય, તો પોષણેય ન હોય અને વિસર્જનેય ન હોય. જેમ-

દિવસ ન હોય તો રાત ન હોય, તો પોષણેય ન હોય અને વિસર્જનેય ન હોય.

મહાસત્તા એક જ છે પણ તે ત્રણ જુદાં-જુદાં કામ કરે એટલે જુદાં નામ પડે. જેમ-

શરીરમાં પ્રાણ એક જ છે, પણ તે શરીરના જુદાં-જુદાં ભાગમાં હોય, તેથી તેના પ્રાણ-અપાન, વ્યાન વગેરે જુદાં નામ પડે.

સર્જન સૌને ગમે પણ વિસર્જન ન ગમે, પણ સર્જન-વિસર્જન એ અનિવાર્ય, અફર નિયમ છે કુદરતનો.

૮-૧૬-૪૦૦૦

ગૅસમાં રાહત માટે એક વિધિ, જેને કહે છે ૮-૧૬-૩૨. તે આ પ્રમાણે—

જમ્યા પછી ચત્તા સૂવું, આઠ શ્વાસોચ્છ્‌વાસ લઈએ ત્યાં સુધી. પછી જમણા પડખે સૂવું, સોળ શ્વાસ લઈએ, ત્યાં સુધી. પછી ડાબા પડખે બત્રીસ શ્વાસ લઈએ ત્યાં સુધી.

આમ, બે-ત્રણ આવૃત્તિઓ કરવી. આમ કરવાથી અપાનવાયુ છૂટશે અથવા અધોભાગમાં સરકી જશે, જે થોડીવારે છૂટી જશે.

શ્વાસને ફેફસાંમાં ભરીને કાઢીએ, એટલે એક ગણવો.

પ્રતિકુળતા-૪૦૦૨

હર પ્રકારની પ્રતિકૂળતા અને પરિસ્થિતિઓમાંથી પણ અનુકૂળતા શોધી કાઢીને આનંદમાં રહી શકે તે ખરો બુદ્ધિમાન, તેણે જ 'યોગઃકર્મષુ કૌશલમ્' મંત્ર સાધી લીધો કહેવાય. કારણ કે—

જીવન ચડતીપડતીથી જ બનેલું છે, પડતીમાં જ ચડતીને જોવાની કુશળતા પ્રાપ્ત કરી લેવાની છે.

ચડતી અને પડતી બંને સાથે જ હોય છે, એક ગૌણ હોય છે અને એક પ્રધાન હોય છે.

વિવેકી-૪૦૦૩

જગત તો ગુણદોષથી, ફૂલ અને કાંટાથી, અમૃત અને ઝેરથી, સત્ય અને અસત્યથી, હર્ષ અને શોકથી, સંપ અને કુસંપ વગેરેથી ભર્યુંપડ્યું છે; તેમાંથી વિવેકીજનો તો હિતકારીને જ ગ્રહણ કરે છે. અહિતકારીને ત્યાગી દે છે.

અહિતકારીને ત્યાગી દે તે જ વિવેકી ગણાય.

વિવેકી-૪૦૦૪

॥ સાપેક્ષવાદ - થિયરી ઑફ રિલેટીવિટી ॥

હું મારાથી વધુ સુખીને નજરમાં રાખું, તો હું મને દુખિયો લાગુ, અને—

હું મારાથી વધુ દુખીને નજરમાં રાખું, તો હું મને સુખિયો લાગુ,

આપણાં શાસ્ત્રોએ આ વાદને 'જ્ઞાનમુદ્રા'માં દર્શાવ્યો છે.

જો સાપેક્ષવાદને જીવનમાં ગોઠવવાની કળા હસ્તગત થઈ જાય, તો ઘણી બધી જટિલ સમસ્યાઓમાંથી આસાનીથી મુક્ત થઈ શકાય.

પચાવ્યું-૪૦૦૫

ખાધું એટલું આપણું નહિ પણ પચાવ્યું એટલું આપણું. પચાવવા માટે શ્રમ-કસરત-વ્યાયામ કરવો જ જોઈએ.

ભોગવ્યું એટલું આપણું નહિ પણ ત્યાગ્યું-સત્કર્મ કર્યું એટલું આપણું, તે જ સનાતનસુખની પ્રાપ્તિ કરાવે-માનવ-જન્મ સફળ કરાવે.

પરણવાનું-૪૦૦૭

માનવ-વંશ-તંતુ ચાલુ રાખવા માટે પરણવાનું છે. આપણાં માતા-પિતાએ આપણને ઉત્પન્ન કરીને પોતાની જવાબદારી પૂરી કરી, હવે આપણે પણ પ્રજા ઉત્પન્ન કરીને આપણી જવાબદારી પૂરી કરીએ. (આજીવન કૌમાર-વ્રતીઓ આમાં અપવાદ છે.)

સંતાન પ્રાપ્ત થયા પછી પતિએ પત્નીમાં માતા, પુત્રી કે બહેન જેવો ભાવ રાખવો જોઈએ અને પત્નીએ પતિમાં પિતા, પુત્ર કે ભાઈ જેવો ભાવ રાખવો જોઈએ.

આવા ગૃહસ્થાશ્રમને આર્ષપ્રણાલીએ આદર્શ ગૃહસ્થાશ્રમ ગણ્યો છે.

એકટાણાં-૪૦૦૮

નાહવા-ધોવાના નિયમ રાખને, મોળું-ફિકું ખાયે; શ્રાવણમાસમાં કરે એકટાણાં, એક ટંકે અધમણ ખાયે! આ બધું કોણ તમને સમજાવે? મનડું હું-હુંમાં શરીર બગાડે.

ધારો કે ચોવીસ કલાકમાં બાર રોટલી ખાતા હોઈએ તો એકટાણાંમાં, ચોવીસ કલાકમાં છ જ રોટલી ખાઈએ, તો એકટાણું સાચું. પણ આપણે તો એક ટાઇમે જ બાર રોટલી ખાઈએ અને પછી કાંઈ ન ખાઈએ તેને કહીએ એકટાણું! પછી પેટમાં દુખે કે ઝાડા થઈ જાય, તો કહીએ કે મેં એકટાણું કર્યું હતું તોય કેમ આમ થયું? આપણી વિવેકહીનતાને કારણે દુખી થઈએ અને વાંક કાઢીએ એકટાણાંનો!

મૂલાધાર-૪૦૦૯

યોગશાસ્ત્રમાં જે છ ચક્રોની વાત છે તેમાં પહેલું ચક્ર તે મૂલાધાર, તેનું સ્થાન ગુદાસ્થાન. તેમાં ગણપતિનો વાસ. ગણપતિને પ્રથમ પ્રસન્ન કરવા જોઈએ.

'મૂલાધાર'

આખા શરીરની તન્દુરસ્તીનો મૂલ આધાર છે ગુદાસ્થાનની શુદ્ધિ.

શાસ્ત્રોમાં પણ ગણપતિને 'પ્રથમ પૂજ્ય' ગણ્યા છે.

યોગશાસ્ત્રમાં તો મૂલાધાર વિષે તેનાં દેવ, દેવી, દલ અને અક્ષરો વગેરે ઘણું બધું કહેવાયું છે પણ તેના મૂળ રહસ્યને જ્યાં સુધી ન સમજીએ ત્યાં સુધી 'લોલ મારી બહુચરા' જેવું થાય. એટલે કે સાચો લાભ ન પમાય.

યુદ્ધ-૪૦૧૦

બસ, જન્મ ધારણ કર્યો એટલે જાણે યુદ્ધના મેદાનમાં પ્રવેશ કર્યો. પછી પરોઠનાં પગલાં ન પરવડે. પછી તો, હસતાં કે રોતાં યુદ્ધ કર્યે જ છૂટકો, ઓખલી મેં શર, ફિર મૂશલો ક્યા ડરની જેમ.

જ્યાં સુધી શરીર ટકે ત્યાં સુધી ઉત્સાહ-ઉમંગ ટકાવી રાખ્યે જ છૂટકો.

... ચલો જીતવા જંગ
બ્યુગલો વાગે,
યાહોમ કરીને પડો,
ફતેહ છે આગે...

પાચકરસ-૪૦૧૧

દાળભાતને ૩૨ વખત ચાવીએ છીએ? ના. પછી ક્યાંથી પચે? ૩૨ દાંતનો અર્થ એ છે કે ૩૨ વખત ચાવો, તો જ ખોરાકમાં વધૂ થૂંક ભળે. થૂંક ઉત્તમ પાચકરસ છે. મુખમાંથી જ પચવાની શરુઆત થાય છે.

નિસર્ગોપચારમાં કહ્યું છે કે 'ખોરાકને પીઓ અને પ્રવાહીને ચાવો'.

આ બધું વાંચવાથી નહિ પણ વર્તનમાં મૂકવાથી લાભ થાય.

ઓમ્કાર અને ગાયત્રી મંત્રનું ગુહ્ય રહસ્ય

''મંત્રવિજ્ઞાન અને ધ્યાન'' પુસ્તકમાંથી સાભાર

ઓમ્ (ૐ) ને ઈશ્વરવાચક કહ્યો છે. તસ્યવાચકઃ પ્રણવઃ (તે (ઈશ્વર)નું નામ ઓમ્ (ૐ) છે). જેને શબ્દ બ્રહ્મ પણ કહ્યો છે. સંસ્કૃતના તમામ મૂળાક્ષરો કે જેની સંખ્યા બાવન છે, તેની ઉત્પત્તિ ઓમ્માંથી થઈ છે. દુનિયાની કોઈ પણ ભાષા કરતાં સંસ્કૃતનું મૂલ્ય ઊંચું આંકવામાં આવ્યું છે. એનું મુખ્ય કારણ એ છે કે દુનિયાની બીજી બધી ભાષાઓથી જેની સમજ નથી આપ શકાતી તેની સમજ સંસ્કૃત ભાષાથી સારી રીતે આપી શકાય છે.

સંસ્કૃત ભાષાના બાવન અક્ષરોમાંથી અમુક ચોક્કસ અક્ષરોને જ્યારે વિશિષ્ટ રીતે ગોઠવીને બોલવામાં આવે છે, ત્યારે તેમાંથી અમુક ચોક્કસ પ્રકારનાં સ્પંદનો ઉત્પન્ન થાય છે અને એ મંત્ર બોલતી વખતે તેનો જે લય નક્કી થયો હોય એ લય-રિધમથી સહેજ પણ ફેરફાર કર્યા વગર અમુક ચોક્કસ સમય (અનુષ્ઠાન) સુધી બોલવાથી, એની સાધકના શરીર પર તથા આજુબાજુના વાતાવરણમાં જોરદાર અસર થાય છે અને એ રીતે વાતાવરણમાં પણ સાત્ત્વિક સ્પંદનો દ્વારા સાત્ત્વિકતા ફેલાવી શકાય છે.

અખંડ જપયજ્ઞ તથા હવન-યજ્ઞ આદિ ક્રિયાઓ કરવા પાછળનું મુખ્ય કારણ વાતાવરણમાં સાત્ત્વિકતાનો વધારો કરવાનું છે. પરંતુ જો મંત્ર એકસરખો, એક,લય કે રિધમથી ના બોલાય તો તેના કારણે જે સાત્ત્વિક સ્પંદનો ઉત્પન્ન થાય છે, તે એકસરખાં નથી હોતાં, પરંતુ તે તૂટક-તૂટક હોય છે, તેથી તે ધારી અસર ઉપજાવી શકતાં નથી. અખંડ જપયજ્ઞથી વાતાવરણમાં ઉત્પન્ન થતાં સાત્ત્વિક આંદોલનો ઘણે દૂર સુધી સચોટ અને જોરદાર અસર ઉપજાવે છે. આ આંદોલનો કેટલાં શક્તિશાળી હોય છે, તે સમજવા માટે એક ઉદાહરણ લઈએ.

લશ્કર જ્યારે પરેડ કરતું હોય અથવા કૂચ કરતું હોય, ત્યારે લશ્કરના જવાનો એક તાલથી ચાલતા હોય છે. આમ, એકતાલથી ચાલવાથી એક ચોક્કસ પ્રકારનો અવાજ આપણે સાંભળી શકીએ છીએ. એ જ લશ્કરને જ્યારે કોઈ નદી ઉપરના પુલ ઉપરથી પસર થવાનો પ્રસંગ આવે છે, ત્યારે તેનો કમાન્ડર હુકમ કરે છે કે એકતાલ તોડીને સામાન્ય

ચાલે ચાલી પુલ પસાર કરો. આમ કેમ? એકતાલથી ચાલતું લશ્કર જો પુલઉપર પણ તે જ રીતે ચાલે, તો તેના કારણે જે સ્પંદનો વાતાવરણમાં ઉત્પન્ન થાય છે, તેનાથી ક્યારેક ઘણા મજબૂત પુલ પણ તૂટી જવાની સંભાવના હોય છે. આ તો ભૌતિક સ્પંદનોની અસર કેટલી જોરદાર થાય છે, તે સમજાયું. તે જ રીતે કોઈ પણ મંત્રને ચોક્કસ લયથી અખંડ રીતે જપવામાં આવે, તો તેની કેવી અસર થાય તે સમજી શકાશે.

મંત્રના પ્રકાર

અનેક જાતના મંત્રો પ્રચલિત છે. એના મુખ્ય ત્રણ વિભાગ પાડી શકાયઃ (૧) કામમંત્ર, (૨) કામ-કલ્યાણમંત્ર, (૩) કલ્યાણમંત્ર. ગાયત્રીમંત્ર કામ-કલ્યાણમંત્ર છે. પ્રણવ(ઓમ્)મંત્ર કલ્યાણમંત્ર છે. એ સિવાયના બીજા તમામ મંત્રોને કામમંત્રો કહી શકાય. કામ કહેતાં કામના અને કામના એટલે ઇચ્છા. જે મંત્રના જાપ કે અનુષ્ઠાનથી માત્ર ઇચ્છિત સંકલ્પો જ સિદ્ધ થાય પણ કલ્યાણ ન થાય, તેને કામમંત્ર કહેવાય.

જેઓ શરીરભાવમાં જ રાચે છે, જેમની તાદાત્મ્યતા પંચમહાભૂત સાથે જ છે, એમની બુદ્ધિ પણ કેવી અને કેટલી હોય? ભૌતિક પ્રાપ્તિ તરફની જ હોય. આપણી બધી જ ઇચ્છાઓ, કામનાઓ આપણું કલ્યાણ જ કરશે, એવું નથી હોતું. કેટલીક ઇચ્છાઓ એવી પણ થતી હોય છે કે જેનાથી આપણે આપણું જ અકલ્યાણ કરી બેસતા હોઈએ છીએ. વેપારીને ત્યાંથી ખરીદેલી વસ્તુથી આપણને નુકસાન થશે કે ફાયદો તેની સાથે વેપારીને કાંઈ નિસબત નથી હોતી. તેવી જ રીતે કામમંત્રથી કામનાઓની પૂર્તિ થાય પણ તે કામનાપૂર્તિ સાધકને માટે કલ્યાણકારી હોતી નથી. ઇચ્છા પૂરી થવી એ એક વસ્તુ છે અને કલ્યાણ થવું તે બીજી વસ્તુ છે. મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરવામાં છે, મોક્ષનાં દ્વાર ખોલવામાં છે. મોક્ષ માટે યોગશાસ્ત્રમાં 'કૈવલ્ય' શબ્દ પ્રયોજાયો છે.

ગાયત્રીમંત્ર એ કામ-કલ્યાણમંત્ર છે. તે, ઇચ્છાઓની પૂર્તિ કરતો જાય અને સાથે-સાથે કલ્યાણમાર્ગમાં પણ આગળ લેતો જાય. ગાયત્રીમંત્ર શ્રેષ્ઠ મંત્ર છે, કારણ કે એનાથી ઇચ્છાપૂર્તિ અને કલ્યાણ એમ બંને કાર્ય થાય છે. મનુષ્યના મનમાં રહેલી ઇચ્છાઓની જ્યાં સુધી પૂર્તિ થતી નથી, ત્યાં સુધી એ દુખી રહે છે અને ત્યાં સુધી તે કલ્યાણમંત્ર માટેનો અધિકારી નથી બની શકતો અને જ્યાં સુધી અધિકારી નથી થયો, ત્યાં સુધી એ પ્રણવ(ઓમ્) મંત્રને નથી જપી શકતો. કારણ કે પ્રણવમંત્રના જાપથી ઇચ્છિત કામનાઓ પૂર્ણ થશે જ એવું કાંઈ નક્કી નહીં, પરંતુ એનાથી કલ્યાણ જરૂર થાય. આપણી અકલ્યાણકારી કામનાને, જે કામનાથી આપણું અકલ્યાણ થતું હોય તેને પ્રણવમંત્ર પૂરી ન થવા દે. આ વાતને એક દૃષ્ટાંતથી સમજીએ.

પગારમાં વધારો કરવાની ઇચ્છાથી પ્રણવમંત્રના જપ કરતા હોઈએ. તે દરમિયાન જો નોકરી છૂટી જાય, તો ખૂબ દુઃખ થાય અને તેથી નાસ્તિક બની જઈએ. પરંતુ ભવિષ્યમાં ખબર પડે કે નોકરી છૂટી જવાનું અણગમતું ફળ આપીને પ્રણવજાપે આપણું કલ્યાણ જ કર્યું.

કામમંત્રથી ભલે ઇચ્છાની પૂર્તિ થાય, પરંતુ તે એ પૂર્તિથી સાધકનું અકલ્યાણ પણ થઈ શકે, એનાથી મોટું દુઃખ પણ આવી પડે. ગાયત્રીમંત્રથી પ્રણવમંત્રનો અધિકાર પ્રાપ્ત થાય. પ્રણવ માટે અધિકારી થવું પડે. અધિકીપણું એટલે એવી સમાધાનવૃત્તિ કે "જે કાંઈ પણ થઈ રહ્યું છે, તે સારા માટે થઈ રહ્યું છે. પરમાત્મા જે કાંઈ કરે છે એ સારા માટે જ કરે છે" એવી માન્યતા જ્યારે થઈ જાય, ત્યારે પ્રણવ(ઓમ્-ૐ)મંત્રના જપના અધિકારી થયા કહેવાઈએ.

ગુરુજાપ

ગુરુજાપને બેત્રણ રીતે સમજવાનો છેઃ (૧) એક તો શિવ, શિવ, શિવ અથવા કૃષ્ણ, કૃષ્ણ, કૃષ્ણ અથવા ગુરુ, ગુરુ, ગુરુ કે ઓમ્ ગુરુ ઓમ્, ઓમ્ ગુરુ ઓમ્‌ના જાપ કરીએ, તો એ ગુરુજાપ થયો કહેવાય. (૨) બીજા પ્રકારના જાપમાં ગુરુ તરફથી જે મંત્રની પ્રાપ્તિ થાય અને તેનો જાપ કરવામાં આવે, તેને પણ ગુરુજાપ કહેવાય. (૩) ત્રીજા પ્રકારના જાપમાં બે પ્રકારમાંથી એકેયનો સમાવેશ થતો નથી. નથી તો શિષ્ય પોતાની સૂઝ પ્રમાણે જાપ કરતો કે નથી એને કોઈ જાપ ગુરુ તરફથી પ્રાપ્ત થતો. એણે તો સત્સંગમાં ગુરુનો જે ઉપદેશનો પોતે પોતાના વર્તુળમાં સતત પ્રચાર કરતો રહે છે, તો આ રીતે સદ્‌ગુરુના ઉપદેશમાંથી કાંઈક ગ્રહણ કરી એનો પ્રચાર કરવો એ પણ 'ગુરુજાપ' કહેવાય છે.

આમ, ત્રણ પ્રકારના ગુરુજાપ છે. ગુરુજાપ એટલે લઘુજાપ નહીં. ગુરુજાપ એટલે ભારે જાપ, વજનદાર-મૂલ્યવાન જાપ, જે કરવાથી પરમતત્ત્વની કંઈક સમજ પ્રાપ્ત થાય એ ગુરુજાપ; જેમાં આત્મા અને પરમાત્માનું જ્ઞાન ઠસોઠસ ભરેલું હોય, તે ગુરુજાપ.

મંત્રદાતા પ્રાણવાન હોવા જોઈએ

મંત્રની સફળતાનો આધાર, તે કોની પાસેથી પ્રાપ્ત થયો છે તેના પર રહે છે. પુસ્તકોમાં છાપેલા મંત્રોના જાપથી બરાબર સફળતા મળતી નથી. તેવી જ રીતે ગમે તેની વાતની આપણા ઉપર કાંઈ જ અસર થતી નથી પરંતુ એ જ વાત, એ જ શબ્દોમાં જ્યારે બીજી વ્યક્તિ પાસેથી સાંભળીએ છીએ ત્યારે એની અસર મન ઉપર જબરજસ્ત થાય છે તેવી જ રીતે **પ્રાણવાન મનુષ્ય પાસેથી લીધેલો મંત્ર સફળ થાય છે કારણકે પ્રાણવાન મનુષ્યના હૃદયમાંથી નીકળેલ શબ્દો કે મંત્રો પ્રાણથી લપેટાઈને નીકળે છે. આનું મુખ્ય કારણ એ છે કે એ મનુષ્યે ઘણાં વર્ષોની સાધના બાદ, પ્રાણની પ્રબળતા, પ્રાણનું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત કરી લીધું હોય છે. તેમની વાતોમાં કે તેમના દ્વારા આપવામાં આવેલા મંત્રોમાં કે તેમના દ્વારા ઉચ્ચારાયેલા કોઈપણ શબ્દોમાં પ્રાણ ખૂબ જ સક્રિયરૂપે રહે છે.**

દા.ત. ઘઉંની બનેલી બધી રોટલી સ્વાદ અને પોષણમાં એક સરખી હોય છે. પરંતુ આ રોટલીને જ્યારે દૂધ, કે ઘી કે કેરીના રસમાં બોળીને ખાવામાં આવે છે. ત્યારે સ્વાદ અને પોષણ દરેકનાં અલગ-અલગ થઈ જાય છે. સાદી રોટલી કરતાં દૂધ, ઘી અને રસનું પડ ચડેલી રોટલી સ્વાદ અને પોષણમાં વધી ગઈ. તેવી જ રીતે તમામ પ્રકારના મંત્રો (શબ્દો) શબ્દો જ છે. પરંતુ એ શબ્દો ત્યારે જ મંત્ર બને છે કે જ્યારે એ સમર્થ પ્રાણવાન મનુષ્ય દ્વારા ઉચ્ચારાઈને તેનું પ્રદાન થાય છે. આ રીતે શબ્દો ગુરુજનોના પ્રાણનો સ્પર્શ પામી પ્રાણવાન થઈ જાય છે અને આવા પ્રાણવાન મંત્રના જાપથી અમોઘ ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. ઘણા ગહન અર્થો સમજાય છે અને સૂક્ષ્મ સમજની ઘણી દિશાઓ ખૂલી જાય છે.

ગાયત્રીમંત્રનું ગુહ્યતમ રહસ્ય

મનુષ્યને બુદ્ધિની જરૂર હરહાલતમાં હોવાથી ગાયત્રીમંત્ર કે જે ઈશ્વરની પ્રાર્થના, સ્તુતિરૂપે છે તે ગમે ત્યારે કરી શકાય છે. સ્નાન કર્યું હોય ત્યારે કરી શકાય, સ્નાન ન કર્યું હોય ત્યારે કરી શકાય, સ્ત્રીથી કરી શકાય, પુરુષથી કરી શકાય. દિવસે કરી શકાય, રાત્રે કરી શકાય. અમારી અંગત અને વ્યક્તિગત માન્યતા તો એવી છે કે, દિવસ કરતાં પણ બુદ્ધિની શુદ્ધિની જરૂર રાત્રે વધુ છે. કારણ કે દિવસે તો સૂર્યના સ્વરૂપમાં પ્રાણનો વિશાળ ગોળો હાજર હોય છે. પરંતુ, રાત્રે જ્યારે એની ગેરહાજરી હોય છે - ગેરહાજરી એટલે પ્રત્યક્ષરૂપે આપણે એને જોઈ શકતા નથી - એ ઓઝલ થાય છે ત્યારે આ (ગાયત્રી) મંત્રની વધુ જરૂર છે. તેથી રાત્રે ગાયત્રીમંત્રના જાપ થઈ શકે. તાત્ત્વિક રીતે સૂર્યાસ્ત થતો જ નથી. એક વીજળીના ગોળાની આડે એક પડદો મૂકી દઈએ તો ગોળાનો પ્રકાશ આપણને મળતો બંધ થાય છે. સૂર્યાસ્ત વખતે પણ લગભગ આવું જ થાય છે.

શ્રદ્ધેયો, વિદ્વાનો, પુરાણી માન્યતાને આધીન સજ્જનો કે જેમને ગાયત્રીમંત્રનો જાપ બધા કરે એ પસંદ નથી; અથવા તો જેઓ એવું માને છે કે, ગાયત્રીમંત્રનો અધિકાર અમુકને જ છે. છતાં શા માટે બધાને આપી રહ્યા છો? શા માટે બધાય ગાયત્રીમંત્ર બોલે? પણ, એમને પોતાને પણ ખબર નથી કે ખરો ગાયત્રીમંત્ર કયો છે? જે ગાયત્રીમંત્ર અપાઈ રહ્યો છે તે ગાયત્રીમંત્ર છે જ ક્યાં? તમે શા માટે ચિંતા કરો છો? ખરો ગાયત્રીમંત્ર કયો છે એની જેમને ખબર નથી એ જ "ગાયત્રીમંત્ર અનધિકારીને અપાઈ રહ્યો છે."ની બૂમ પાડી રહ્યા છે. માટે, જેઓ તેના અધિકારી નથી તેની પાસે ગાયત્રીમંત્ર ચાલી જશે કે ચાલી ગયો છે તેની કોઈ ચિંતા ના કરશો.

ગાયત્રીમંત્ર તો સાચા અધિકારી છે એની પાસે જ છે. જે પોતાને અધિકારી માની બેઠા છે અને બીજાની પાસે આ મંત્ર ચાલ્યો ન જવો જોઈએ એવી માન્યતાવાળા છે, અને પોતે ગાયત્રીમંત્રના જ જાપ કરી રહ્યા છે તેઓ એમ માને છે કે એમની પાસે પણ (અવિનાશી) ગાયત્રીમંત્ર તો નથી જ. એ તો જુદો જ છે. એ તો જેને અધિકાર પ્રાપ્ત થયો નથી એની પાસે આવે જ ક્યાંથી? એ તો એનો અધિકાર પ્રાપ્ત કરો ત્યારે એની સાચી ખબર પડે.

ईश्वर का बोधक (नाम) प्रणव/ओम् है।

(समाधिपाद के सूत्रों का भावानुवाद)

(२४) क्लेश, कर्म, कर्मफल और वासना जिसमें नहीं है ऐसा पुरुषविशेष/चेतनविशेष ईश्वर है।

(२५) ईश्वर संपूर्ण सर्वज्ञ है।

(२६) ईश्वर पूर्वकाल के गुरुओं के भी गुरु है और काल की मर्यादा से (जन्म–मृत्यु से) पर है।

(२७) ईश्वर 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।

● ટ્રસ્ટના ઉદ્દેશો

(૧) સર્વવ્યાપક પરમ સૂક્ષ્મ ચેતન તત્ત્વ કે જેનું નામ પ્રણવ (ઓમ્–ૐ) છે તેની પ્રતીતિ બહુજનસમાજને કરાવવાનો પ્રયત્ન કરવો. (૨) 'યોગ'નો પ્રચાર, પ્રસાર અને સંશોધન કરવા પ્રયત્ન કરવો. (૩) સમાજનું નૈતિક ધોરણ ઊંચું લાવવા માટે સાહિત્ય દ્વારા આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનો પ્રચાર અને પ્રસાર કરવાનો પ્રયત્ન કરવો. (૪) આ ઉપરાંત 'બહુજનહિતાય–બહુજનસુખાય'ને લગતાં કાર્યો, જેવાં કે, કેળવણી, તબીબી સારવાર વગેરે કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો.

● પ.પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગભિક્ષુજી મહારાજશ્રી સાથેનાં પ્રેરક પ્રસંગો - સંસ્મરણો સંક્ષિપ્તમાં આવકાર્ય છે.

● "ઓમ્ પરિવાર"ની કલ્યાણકારી પ્રવૃત્તિઓ વિશેની માહિતી પણ સંક્ષિપ્તમાં આવકાર્ય છે.

નોંધ : જગ્યા-મર્યાદાને કારણે અન્ય કૃતિ-સામગ્રી સ્વીકારી શકાતી નથી.

- ઋતમ્ભરા સંપાદન સમિતિ

લવાજમદર :

ત્રિવાર્ષિક સભ્ય (ભારતમાં)	...	₹	૧૦૦-૦૦
આજીવન સભ્ય (ભારતમાં)	...	₹	૫૦૦-૦૦
ત્રિવાર્ષિક સભ્ય (પરદેશમાં)	...	$	૫૦-૦૦
આજીવન સભ્ય (પરદેશમાં)	...	$	૧૫૦-૦૦
છૂટક નકલની કિંમત	...	₹	૧૦-૦૦

લવાજમ મોકલવાનું કે રુતમ્ભરાને લગતો પત્રવ્યવહાર કરવાનું સ્થળ :

ડૉ. સોમાભાઈ એ. પટેલ (ડૉ. સ.સ. ભિક્ષુ)
૩/બ, પલિયડનગર, દર્પણ સર્કલ પાસે,
સેન્ટ ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલ રોડ,
નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩
☎ ૦૭૯ ૨૭૯૧૧૧૯૫ ૯૮૨૫૪૪૩૬૪૨

સૂચના :-

(૧) લવાજમ ચેક, ડ્રાફ્ટ અથવા મનીઓર્ડર દ્વારા "ઑમ્ગુરુ પ્રેમસમર્પણધ્યાનભિક્ષુ પરિવાર ટ્રસ્ટ" ના નામે મોકલવું. સાથે આપનું પૂરુ નામ, સરનામું શુદ્ધ અક્ષરોમાં લખી મોકલવાં.

(૨) જે સભ્યના રહેઠાણનું રુતમ્ભરા અંક મોકલવાનું સ્થળ બદલાયું હોય તેમણે તેમના નવા રહેઠાણનું પૂરુ સરનામું L.M. નંબર સાથે લખી મોકલવું, જેથી વ્યવસ્થાપકો દ્વારા અંક મોકલવામાં સરળતા રહે.

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

આદ્ય સંસ્થાપક તથા આધ્યાત્મિક 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, Paliadnagar Society,
Naranpura, Ahmedabad-13
Printed at : Shardul Printing Press
Hon. Editor : Minish Patel
I.T.Exe. DIT (E)/80G(5) / 252 / 2008-09

To,

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

Facebook : yogabhikshu.aumparivar
Playstore App. : Guru Vatsalya