

ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ



गुरुपूर्णिमा

તા. ૧૩-૭-૨૦૨૨

બુધવાર

આંતરમનની શક્તિને જગાવીએ

વહાલા આત્મીયજનો,

ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પ્રસંગે આપ સર્વે પ્રેમીજનોને મારી ભાવવંદના છે. આપ સર્વેની આધ્યાત્મિક ઉર્જાશક્તિ ઉર્ધ્વગામી બને, વિકાસની ક્ષિતિજો સર કરતી રહે તેવી મારી શુભ ભાવના છે.

ગુરૂ શિષ્યનો આપણો આધ્યાત્મિક સંબંધ સુડતાલીસમાં વર્ષમાં પ્રવેશી રહ્યો છે. મારા વહાલા આત્મીયજનો હવે તો આપનામાં આત્મિક અને આધ્યાત્મિક પરિપક્વતા આવી જ ગઈ હશે.

આપે જીવનને સાત્વિકતા, સકારાત્મકતા, સંવેદનશીલતા, સહનશીલતા અને સંયમથી સજાવી દીધું હશે જ. માનવજીવનમાં વ્યવહાર અને આધ્યાત્મિકતા એકબીજાના પૂરક છે. સાત્વિકતાનો અર્ક આપીને વ્યવહાર અને અધ્યાત્મના આકાશમાં ઉડ્યન કરતાં આવડી જાય તો જીવનને દિવ્ય બનાવી શકાય.

તત્વદર્શનના અને મનોવૈજ્ઞાનિકના મત અનુસાર “વ્યક્તિ પ્રાપ્ત થયેલ પરિસ્થિતિને શુભ સાત્વિક સંકલ્પોથી સજાવી લેતાં શીખી જાય તો પોતાના આખા વિશ્વનું નવસર્જન કરી શકે.” પરિસ્થિતિને સાનુકૂળ બનાવતા, અપનાવતાં, અનુભવતાં શીખવાની જરૂર છે. આપણા શુભ વિચારો, શુભ ભાવનાઓ, શુભ સંકલ્પો ગમે તેવી વિપરીત ઘટનાઓ, પરિસ્થિતિને, સમગ્ર જીવનને પલટી નાખવાની શક્તિ ધરાવે છે.

આજના ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પર્વે આપણે આપણા પૂજનિય માતા-પિતા, વડીલો, ગુરૂજનોના આશીર્વાદ લઈએ છીએ. વડીલોની પ્રેમસભર મંગલ ભાવનાના આંદોલનથી વહેતી પ્રેમધારા આપણા સમગ્ર અસ્તિત્વને પુલકિત કરી દે છે.

મારા મત મુજબ દરેક વ્યક્તિ શુભ વિચારો, શુભ સંકલ્પો, સકારાત્મક અભિગમ અપનાવીને પોતાના આંતરબાહ્ય વાતાવરણને નિર્મળ, પ્રેમસભર બનાવી શકે. આપણે જડચેતન પદાર્થોમાં આશિષની અમીધારા વર્ષાવી શકીએ. આશિષનો આ પ્રયોગ તો આપણે આપણા પોતાના પર કરી શકીએ. આધુનિક મનોવિજ્ઞાનના મત અનુસાર આપણે જાતે જ આપણા દુઃખતા, રોગિષ્ટ અંગોને આશીર્વાદ આપી દુઃખમુક્ત, રોગમુક્ત કરી શકીએ.

આપણો આત્મા પરમાત્માનો અંશ છે. પરમના પ્રેમના આંદોલનો આત્માના માધ્યમથી સમગ્ર શરીરમાં પ્રસરાવી શકાય. આપણું મન આપણા શરીરનો ડોક્ટર છે. આપણું શરીર એક હાલતી ચાલતી લેબોરેટરી છે. આપણે આપણી જાતને અને અન્યને આશીર્વાદ આપવાને પાત્ર ત્યારે જ બનીએ, ક્ષમતા ત્યારે જ કેળવી શકીએ જ્યારે આપણું મન આત્માના નિયંત્રણમાં રહે. મન આંતરમુખી બને, નિર્મળ, નિર્દોષ, વિવેકી બને.

ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ

ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ

ॐ
मा
ॐ

Self Healing કે Auto Suggestion ની રીત અપનાવતી વખતે આપણે આશિષ આપતાં પહેલાં કે દુઃખતા, રોગિષ્ટ અંગો પર હસ્ત મૂકીને, મનથી કે મોટેથી કહેવાનું કે “હું તને આશિષ આપું છું કે પરમની ચેતના કાર્ય કરી રહી છે, દુઃખ, રોગ મટી રહ્યો છે, દૂર થઈ ગયો છે.”

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

આ પ્રયોગ કરતાં ડોક્ટર નોર્મન પીલનો અનુભવ જોઈએ. તેઓ જણાવે છે કે તેઓશ્રી નાના હતા ત્યારે પેટમાં સખત દુઃખતું હતું. એમના પિતાજીએ કહ્યું, “નોર્મન તારે પોતે જ તારા ડોક્ટર બનવાનું છે. તારે જાતે જ દવા કરવાની છે.” “આ કેવી રીતે શક્ય બને પિતાજી?”

ॐ
મા
ॐ

પિતાજીએ કહ્યું, “તારા મન દ્વારા તારા પેટને તું સંદેશો આપ, શુભ સંકલ્પ કરજે, દુઃખાવો મટી જશે.”

ॐ
મા
ॐ

આપણા દૈનિક જીવનમાં વારેવારે ડોક્ટર અને દવાના આશ્રિત થવાના બદલે આપણે આપણા મનની શક્તિનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. મનોવિજ્ઞાનનું એક આગવું વિજ્ઞાન વિકસી રહ્યું છે. મનની ઉંડી અગાધ શક્તિનો ઉપયોગ કરીને અસાધ્ય રોગો દૂર કરી શકાય છે.

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

મનની શક્તિનો સાત્વિક ઉપયોગ માનવતાના કાર્યોમાં, સેવા કાર્યોમાં ઉપયોગ કરીને જીવનને સાર્થક કરવું જોઈએ.

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

મનની શક્તિને પરમાત્માના દિવ્ય શક્તિ સ્ત્રોત સાથે જોડવા માટે મનને અંતરાત્માના નિયંત્રણમાં રાખવું પડે. મનને મંત્રમય બનાવવા માટે પરમાત્મા સાથે ઉપાસનાના માધ્યમ દ્વારા અનુસંધાન સાધતા રહેવું પડે. મનમાં પડેલા જન્મજન્માંતરના વિવિધ શક્તિબીજોને અંકુરીત કરવા, વિકસિત કરવા પ્રેમ ભક્તિની, સાત્વિકતાની, દયા, કરુણા અને સેવાની અમીધારાથી તેને પોષણ આપતા રહેવું પડે. સાત્વિક, સાનુકૂળ વાતાવરણ નિર્માણ કરવું પડે.

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે.

ॐ
મા
ॐ

ॐ મા ॐ

રાજયોગી નરેન્દ્રજી

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

ॐ
મા
ॐ

ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ