ગુરૂ પર્વ

ભાગ ૧

ગુરૂપર્વ

ભાગ ૧

પરમ પૂજ્ય સદગુરુદેવ રાજયોગી નરેન્દ્રજીના
ગુરૂપૂર્ણિમાના
આશીર્વચનોનું સંકલન.

(સન ૧૯૮૫ થી ૨૦૦૭ સુધીનાં)

પરમશક્તિ મા ગાયત્રી

પરમ પૂજ્ય સદગુરુદેવ રાજયોગી નરેન્દ્રજી

નવ સિધ્ધાંત

૧. ઇષ્ટમાં સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ રાખવી

૨. નિ:સહાયને સહાય કરવી

૩. દુ:ખીઓના દિલનાં આંસુડાં લુછવાં

૪. કોઇની ઈર્ષ્યા કરવી નહિ

૫. કોઇની સાથે વિશ્વાસઘાત કરવો નહિ

૬. પરનિંદાથી દૂર રહેવું

૭. પુરૂષાર્થને અગ્રતા આપી સતત કાર્યશીલ રહેવું

૮. નિ:સ્વાર્થ સેવા કરવી

૯. અહમનો ત્યાગ કરવો

પૂજ્ય રાજયોગી નરેન્દ્રજી

પ્રાર્થના

હે મા ભગવતી,

મને બાળક જેવો નિર્મળ અને નિર્દોષ બનાવજો.

મારા હૃદયમાં હંમેશા અપનો જ વાસ કરજો.

મારી બુધ્ધિમાં આપનું જ જ્ઞાન સ્થિર કરજો.

મન, વચન, કર્મથી મને પવિત્ર રાખજો.

મારા સમસ્ત અસ્તિત્વ અને વ્યક્તિત્વનું આપ જ નિયંત્રણ કરજો.

ૐ મા ૐ

અનુક્રમણિકા – ગુરૂપર્વ ભાગ-૧

અનુક્રમણિકા – ગુરૂપર્વ ભાગ-૧ 6

૧. ગુરૂપૂજા અને મંત્રદીક્ષા 8

૨. તલવારની ધાર પર વિહરતી આધ્યાત્મિકતા 19

૩. વૈશ્વિક મંત્ર પ્રદાન 26

૪. ભક્તિ અને સેવા 38

૫. શિવ-જીવનું મિલન 41

૬. પૂજન અને પવિત્રતા 55

૭. તમારી દુનિયાદારી 73

૮. માનવતા વ્રત 74

૯. ગુરૂપૂર્ણિમા- અમૃતવાણી 82

૧૦. ગુરૂપૂર્ણિમા 84

૧૧. યોગ 90

૧૨. માનવતાની માસ્ટર કી 104

૧૩. સ્વર્ગનું નિર્માણ કરવાનું આપના જ હાથમાં છે. 116

૧૪. કર્તાપણાનો ભાવ ભૂલશો તોજ… 123

૧૫. જીવન સરિતાના પ્રવાહને આનંદ સાગરમાં વહાવીએ 137

૧૬. સાત્વિક સૃષ્ટિ નિર્માણમાં આપનું યોગદાન..144

૧૭. વાસંતી બહાર..147

૧૮. માનવ જીવનની પૂર્ણિમા - ગુરૂપૂર્ણિમા 149

૧૯. સાત્વિક પુરૂષાર્થથી જ સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરી શકાય........168

૨૦. પરમાત્માને તમારા જીવનરથના સારથી બનાવી દો.....................182

૨૧. પરમાત્મા તમને સર્વસ્વ આપશે જ… 199

૨૨. કર્મયોગી બનીએ...212

૨૩. અમૂલ્ય શક્તિ સંપત્તિ..225

૧. ગુરૂપૂજા અને મંત્રદીક્ષા

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૮૫

ગુરૂની પરંપરા આપણે ત્યાં પરાપૂર્વથી - ઋષિમુનિઓના કાળથી અસ્તિત્વમાં આવેલી છે. વિદ્યાર્થી ઋષિના આશ્રમમાં રહીને જ વિદ્યાભ્યાસ કરતો. વિદ્યાર્થી તેની વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવામાં પૂરેપૂરો પારંગત થાય ને ઋષિની પરીક્ષામાં તે પૂરેપૂરો સફળ થાય પછી જ તેને પોતાના જીવનમાં આગળ વધવાની ગુરૂની આજ્ઞા મળતી. ઋષિઓ વિદ્યાર્થીઓને અનેક રીતે જ્ઞાન આપતા. આશ્રમની વિદ્યાપ્રાપ્તિ કેવળ વેદશાસ્ત્રો પૂરતી જ મર્યાદિત નહોતી, જીવન, સંસાર ને વ્યવહારનું બહોળું જ્ઞાન પણ પ્રાપ્ત થતું. એટલું જ નહીં, ગુરૂની અનેક રીતે સેવા-સુશ્રુષા કરીને, તપશ્ચર્યા કરીને ચોક્કસ સજ્જતા, જ્ઞાન, યોગ્યતા મેળવતા ને આશ્રમમાંથી પાછા ફરતા. આ પરંપરા આપણને સૌને સુવિદિત છે જ. એ ભારતીય સંસ્કૃતિની આધ્યાત્મિકતાની પરમ ને ચરમ અવસ્થા છે. આધ્યાત્મિકતાની જેમ ગુરૂની પરંપરાનું

પણ અવમૂલ્યન અને અવગણના થતાં રહ્યાં છે. ઈશ્વરના અસ્તિત્વ વિશે જેમ અનેક વિવાદો સર્જાતા રહ્યા છે, તેમ ગુરૂની પરંપરા વિશે પણ અનેક વિવાદો અને વિતંડાવાદ સર્જાતા રહ્યા છે. એના પર સત્ય હકીકતોનો પ્રકાશ પાથરવો આવશ્યક છે. ગુરૂપ્રણાલીના મૂળભૂત રહસ્યને જોવા-સમજવાનું વિશેષ ઉચિત લાગે છે. એ પ્રણાલીના ઊંડાણને, તથ્યને સમજવાનો પ્રયાસ કરવો જરૂરી લાગે છે.

જો કે ગુરૂના નામે અને પદે આજે અનેક ધતિંગો-ગેરરીતિઓ આચરાતાં જોવા મળે છે, તેથી ગુરૂ-પરંપરા પ્રત્યે એક વિવાદ જાગે, ઉહાપોહ થાય તે સ્થિતિ પણ સમજી શકાય તેમ છે. પણ દરેકમાં અપવાદ હોય એટલે એ અપવાદોમાંથી સાર ગ્રહણ કરીને, વિવેકબુદ્ધિપૂર્વક ગુરૂની પરંપરાનો સ્વીકાર કરી મૂલવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, જે વિશેષ આવકારદાયક છે.

ત્યારે ગુરૂ એટલે કોણ એવો પ્રશ્ન સહેજે થાય.

ગુરૂ એટલે લોકોત્તર - સર્વ સામાન્ય જનથી સર્વ રીતે ઉચ્ચ-ઉત્તમ, વિલક્ષણ ને વિશેષ એવો પુરુષ, વિરલ વિભૂતિ, વિશિષ્ટ વ્યક્તિ, જેનામાં સાક્ષાત પરમાત્મા બિરાજેલ છે તે. ત્યારે કદાચ બીજો પ્રશ્ન એ થાય કે પરમાત્મા તો દરેકમાં રહેલો છે. આત્મા સો પરમાત્મા. તો દરેક વ્યક્તિ ગુરૂ ન કહેવાય ? ગુરૂ ન બની શકે ? બની શકે. એ કઈ રીતે તે આગળ સમજાવ્યું છે. પણ અત્રે જે અભિપ્રેત છે તે એ કે જેણે પોતાના આત્મામાં

રહેલા પરમાત્માનાં સાક્ષાત રૂપે-પ્રગટ રૂપે દર્શન કર્યાં છે, જેણે આત્મદર્શન- આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યાં છે તે. એટલું જ નહીં, ગુરૂ એટલે એવી વ્યક્તિ છે જેણે પોતાનામાં સર્વ સદગુણોને સંપન્ન કર્યાં છે, જે જીતેન્દ્રિય છે, જેણે શરીર ને મનના સઘળાં વિકારોને વાસનાઓનો પરિત્યાગ કરીને તેના પર વિજય મેળવ્યો છે, જેણે પરમતત્વના પોતાને ઇષ્ટ એવા સ્વરૂપની ઉપાસના આદરીને તે સ્વરૂપનો-પરબ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર મેળવ્યો છે, ભવ્ય અને દિવ્ય એવા પરમતત્વના ગુણોને પોતાના અસ્તિત્વમાં એકાકાર- આત્મસાત કરી લીધા છે, જેણે જીવન, જગત ને સંસારના સઘળાં રહસ્યોનો તાગ મેળવી લીધો છે, જે રહસ્યોનું નિદર્શન-માર્ગદર્શન જગત સમક્ષ, લોકો સમક્ષ ધરી શકે છે એવો પૂર્ણ પુરુષ. જેમણે દિવ્ય અને ભવ્ય એવી ઈશ્વરીય લીલાઓનો પાર પામી લીધો છે તેવી જ વ્યક્તિઓ ગુરૂપદના અધિકારી બની શકે છે ને જગતનાં માનવીઓનો ઉદ્ધાર કરી શકે છે. માનવીને સ્વ-કર્તવ્યની કેડીનું નિદર્શન કરીને આત્મવિકાસને માર્ગે વાળે છે. ગુરૂપદનું આ એક ઉદાર, ઉદાત્ત ને ઉત્તમ કર્તવ્ય છે, જે જગત માટે વંદ્ય ને આદરણીય છે. એટલે જે તે વ્યક્તિની વિલક્ષણતાને-વિશિષ્ટતાને-ઉત્તમતાને આવકારીને ગ્રહણ કરવાની છે. ગુરૂ-પરંપરાનું આ એક મુખ્ય હાર્દ-રહસ્ય છે.

ગુરૂ - શિષ્યની પરંપરાનો આવિર્ભાવ આપણને શ્રીમદ્ ભગવદ-ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ અને અર્જુનમાં સરસ રીતે જોવા મળે છે. તેમનામાં

ગુરૂ-શિષ્યનો એક આદર્શ, એક સ્પષ્ટ વિભાવના ચરિતાર્થ થતા જોવા મળે છે. રણસંગ્રામમાં કૃષ્ણે અર્જુનને સત્ય, સનાતન, પવિત્ર ને સાત્વિક જ્ઞાનનો બોધ આપ્યો, યુદ્ધમાં પ્રેર્યો અને સ્વ-કર્તવ્યનું ભાન કરાવ્યું, તેનું શ્રેય ને પ્રેય સમજાવ્યું, વિવેકભાન જગાડ્યું. ગુરૂનું આ કર્તવ્ય છે. આ જગતમાં દેહ ધારણ કરીને આવતા જ મનુષ્યને સ્વકર્તવ્યનું વિસ્મરણ થાય છે. જીવન ને સંસારની મોહ-માયા-મમતામાં આવતો માનવી મોટે ભાગે એક યા અન્ય મિષે અર્જુનની જેમ કિંકર્તવ્યમૂઢ દશાનો અનુભવ કરે છે ત્યારે કૃષ્ણ ભગવાન માત્ર અર્જુનને જ નહીં, પણ જગત સમસ્તનાં માનવીને પોતાને શરણે આવવા કહે છે. પોતાની દિવ્ય લીલા અને ગુણોનાં ગાન, ધ્યાન, મનન, ચિંતન માટે પોતાના દૂતોને-સંદેશવાહકોને પૃથ્વી પર મોકલે છે. તેઓ ઈશ્વરીય લીલાઓનું જગતને દર્શન કરાવે છે.

જીવનમાં ગુરૂ પ્રાપ્ત થવા જેટલી મહાન ઘટના બીજી કોઈ ન હોઈ શકે. પણ એટલેથી જ કાર્ય પતતું નથી. ગુરૂપ્રાપ્તિ પછી કોઈપણ મનુષ્ય કે ઉપાસકનું એક નવું જીવન, નવી આચારસંહિતાનો પ્રારંભ થાય છે. એનું મહત્વ અદકેરું છે. ગુરૂપ્રાપ્તિ ને ગુરૂપૂજા વિશાળ અર્થમાં લેવાની છે. કુમકુમ, અક્ષત (ચોખા) પુષ્પ ને આરતીથી કરાતી પૂજા એ કેવળ સ્થૂળ પૂજા છે. એ કેવળ એક બાહ્ય પ્રક્રિયા, વિધિવિધાન છે. આપણે એ બાહ્ય પ્રક્રિયામાંથી બહાર નીકળી આંતર ગૂઢતાને, તેની સૂક્ષ્મતાને, તેના હાર્દને સમજવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. સર્વસામાન્ય

મનુષ્યો-ઉપાસકોને માર્ગદર્શક નીવડે એ આશયથી અત્રે કેટલાક પ્રશ્નોત્તરો રજુ કરીએ છીએ, એમાંથી દરેકને કોઈ ને કોઈ પ્રેરણા પ્રાપ્ત થશે જ એવી આશા છે.

(૧) ગુરૂ મેળવવા શું કરવું ? ગુરૂ ક્યારે મળે ?

સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને શરણાગતિથી કોઈપણ પ્રકારની અપેક્ષા વિના નિરંતર પરમતત્વની - પરમાત્માની - પોતપોતાને ઇષ્ટ દેવ-દેવીની ઉપાસના કર્યા કરવાથી ઈશ્વર સાધકને આપમેળે જ યથાયોગ્ય સમયે, જરૂર પડ્યે, ગુરૂ પ્રાપ્ત કરાવી આપે છે. ગુરૂ પ્રાપ્ત થવાનો કોઈ નિશ્ચિત સમય નથી.

નિર્ગુણ નિરાકાર બ્રહ્મ સાથે માનસિક તાદાત્મ્ય સાધીને સાધક કેવળ બ્રહ્મને પણ ગુરૂપદે સ્થાપી શકે છે.

માનવી પોતે પણ પોતાનો ગુરૂ થઈ શકે છે. કઈ રીતે ? શ્રધ્ધા અને શરણાગતિથી જેમ જેમ નિરંતર ભક્તિ કરતા જઈશું તેમ તેમ આપણે મનથી પ્રભુની સંનિકટ પહોંચી શકીશું. તેની સાથે એક નાતો-સંબંધ બંધાતો જશે. આપણા મનના સઘળા વ્યાપારો-સ્પંદનો તેનામય થતા જશે. આ એક ખૂબ જ સૂક્ષ્મ પ્રક્રિયા છે, જે કેવળ અનુભવે જ સમજાય છે. એટલે તેનામય થતા, તેની સાથે માનસિક અનુસંધાન સધાતાં જીવન વ્યવહારમાં આપણને કોઈક દોરવતું હોય, રસ્તો દેખાડતું હોય તેવો અનુભવ થાય છે. દરેકના આત્મામાં-પરમાત્મા રહેલો છે. તેને

જાગ્રત કરી તેની સાથે અનુસંધાન સાધી શકાય તો પ્રભુ સ્વયં અને પ્રભુ જ્યાં બિરાજમાન છે તે આપણો આત્મા એટલે કે આપણે ખુદ આપણા ગુરૂ બની શકીએ છીએ.

(૨) ગુરૂમંત્ર એટલે શું ?

ગુરૂદેવે જે મંત્રને સિદ્ધ કર્યો છે તે.

(3) મંત્રદીક્ષા એટલે શું ?

ગુરૂદેવે જે મંત્ર સિદ્ધ કર્યો છે તે મંત્રની સિદ્ધિના આંદોલનો, પ્રવાહને ગુરૂની વાણી દ્વારા ઝીલીને અપનાવવો ને આચરણમાં મૂકવો તેને મંત્રદીક્ષા કહેવામાં આવે છે.

(૪) ગુરૂમંત્ર લેવો જરૂરી છે ?

ગુરૂમંત્ર લેવો કે નહીં, તે દરેક વ્યક્તિનો પોતાનો સવાલ છે. દરેકની પસંદગી, રૂચિ ને માન્યતા પર તેનો બહુ મોટો આધાર રહેલો છે.

પણ, એક વાત સ્પષ્ટ લાગે છે કે, આપણા કોઈ પણ ઈષ્ટ દેવ-દેવીનું નામસ્મરણ કે જપ કરવાથી માનવીની માનસિક ને શારીરિક શક્તિ કેળવાય છે. વૈચારિક શક્તિને એક પ્રકારનું પોષણ મળે છે, જેનાથી માનવીના વિચારો ઉત્તમ, ઉદાત્ત ને ઉદાર બને છે. જેમ માનવીને હવા, પાણી ને ખોરાકની મૂળભૂત જરૂરિયાત છે, તેમ ઇષ્ટનું

નામસ્મરણ ને જપ પણ માનવીની માનસિક સ્વસ્થતા માટે જરૂરી બની રહે છે. એ પ્રત્યે માનવી વધતું-ઓછું લક્ષ આપે કે દુર્લક્ષ સેવે તે જુદી વાત છે. પણ નામસ્મરણ ને જપથી માનવીના મન, વચન ને કર્મમાં આપોઆપ સાત્વિકતા, પવિત્રતા ને નિર્મળતાનો આવિર્ભાવ થવા માંડે છે. કેટલાક એને વહેલાં સિદ્ધ કરી શકે છે, કેટલાક મોડાં, પણ વધતે-ઓછે અંશે માનવીને તે પવિત્ર ને સાત્વિક બનાવે જ છે, તે નિ:શંક છે.

પણ બને છે એવું કે, તેના પર ધ્યાન ઓછું અપાય છે. માનવી જીવન ને સંસારથી પળોજણમાં અટવાય છે ને ગુરૂ મંત્રદીક્ષા પ્રાપ્ત કર્યાંના કેવળ સ્થૂળ સ્વીકારથી જાતને કૃતાર્થ માનીને ફરે છે ને તેને જ પોતાના જીવનની ઇતિશ્રી માને છે પણ તે બરાબર નથી. મનુષ્યની-સાધકની ફરજ અને જવાબદારી મંત્રદીક્ષાને ચરિતાર્થ કરવાની, એને અનુસરવાની ને અનુકૂળ થવાની બની રહે છે.

જ્યારે કોઈક સિદ્ધ ગુરૂ દ્વારા મંત્રદીક્ષા પ્રાપ્ત કરાય છે ત્યારે તેમની સિદ્ધિ ને શક્તિ, તેમની સાત્વિકતા ને પવિત્રતાનો સંસ્પર્શ આપણને થતાં કોઈક અલૌકિક આનંદનો અનુભવ થઇને એક અનેરા ભાવાવેશથી આપણે ઈશ્વર પ્રતિ વળીએ છીએ. શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ એ કોઈપણ ઉપાસનાનો પાયો છે. જ્યારે આપણે કોઈક ગુરૂ દ્વારા મંત્ર-દીક્ષા પ્રાપ્ત કરીએ છીએ ત્યારે તેમના આદેશ અને માર્ગદર્શન આપણને વિશિષ્ટરૂપે સહાયભૂત બને છે.

કોઈપણ મનુષ્ય કે સાધક માટે ગુરૂનું વચન મંત્રરૂપ બની રહે છે. ગમે તે સંજોગોમાં પણ શ્રધ્ધા-નિષ્ઠા-પ્રેમપૂર્વક એને વળગી રહેવાથી ગુરૂકૃપા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. જીવનનું શ્રેય ને પ્રેય ઉભય ગુરૂના વચનોમાં સમાયેલાં દેખાય છે. મંત્ર- મૂલં ગુરોર્વાક્યમ- ગુરૂનું વચન સઘળા મંત્રોનું મૂળ છે. એટલે કેવળ મંત્ર જપવાથી કે લેવાથી વાત પૂરી થઇ જતી નથી. ગુરૂ દ્વારા પ્રાપ્ત થયેલ મંત્રના જપ ઉપરાંત ગુરૂના વચનોનું કડક પાલન પણ એટલું જ જરૂરી બની રહે છે. ત્યાં આપણી ઇચ્છા- અનિચ્છાનો પરિહાર કરવાનો રહે છે. મંત્રદીક્ષાનું સાચું ને મૂળ રહસ્ય આ છે, તે આપણે સૌએ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે.

બાકી, શ્રધ્ધા અને શરણાગતિથી કોઈ પણ પ્રકારના વિધિવિધાન કે બાહ્ય પળોજણોમાં પડ્યા વિના, નિરપેક્ષતાથી નામસ્મરણ કે મંત્ર જપવા માંડીએ તો ગુરૂમંત્રની એટલી બધી આવશ્યકતા નથી રહેતી.

(૫) ગુરૂમંત્ર લેવા માટે શું શું સાથે લાવવું જરૂરી છે ?

એવો પ્રશ્ન અનેકવાર પૂછાય છે. અનન્ય શ્રધ્ધા અને શરણાગતિની સાથે નિર્મળ હૃદય અને નિખાલસ હાસ્ય.

(૬) ગુરૂમંત્ર અમારાથી લઈ શકાય?

એવા પ્રશ્નો અનેક ભાઈ-બહેનો પૂછે છે.

સર્વ ભાઈ-બહેનોને જણાવવાનું કે, ગુરૂમંત્ર ગમે તે વ્યક્તિ લઈ શકે છે. ગુરૂ એ માનવીના આધ્યાત્મિક જનેતા છે. જગતના સૌ મનુષ્યો

તેના સંતાન છે. તેથી સૌ કોઈ વ્યક્તિને ન્યાત, જાત, ધર્મ કે સંપ્રદાયના બંધન વિના તે જનેતાને શરણે-છત્રછાયામાં આવવાનો અધિકાર છે.

ગુરૂમંત્ર લેવા માટે ગુરૂદેવના સંનિષ્ઠ શિષ્ય બનવાની યોગ્યતા કેળવવી પડે. મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રહેવાની યોગ્યતા કેળવવાથી ગુરૂદેવના સંનિષ્ઠ શિષ્ય ને પ્રીતિપાત્ર બની શકાય છે.

કોઈપણ વ્યક્તિ માટે મન દ્વારા ઈર્ષ્યા, દ્વેષ કે વેરભાવ રાખવો નહીં. અનૈતિક વિચાર કરવા નહીં કે આચરણ કરવું નહીં. મનમાં સર્વ માટે સમભાવ, સહિષ્ણુતા, સમતા ધારણ કરવા.

કોઈ પણ વ્યક્તિનું અંગત, સામાજિક, કૌટુંબિક કે આર્થિક રીતે અહિત થાય તેવું બોલવું કે કરવું નહીં. સૌનું હિત સધાય, સૌને શાંતિ મળે, સમાધાન થાય તેવા વાણી-વર્તન કેળવવા. વિશ્વબંધુત્વની ભાવના કેળવવી. પ્રાણીમાત્ર-જીવમાત્રની રક્ષા કરવી. પરદુઃખભંજક બનવા યથાશક્તિ-મતિ પ્રયત્ન કરવો.

ગાયત્રી મહામંત્રની ત્રણ માળાને અનિવાર્ય દૈનિક કાર્યક્રમમાં વણી લેવી.

જેઓ આ નિયમ ન સાચવી શકતા હોય તેઓએ ગુરૂમંત્ર ન લેતા નિયમિત મંત્રજપ કરવાની આદત પડ્યા પછી જ ગુરૂમંત્ર લેવો.

ગુરૂદેવના આદર્શો અને કાર્યોને જીવનમાં ઉતારવા પ્રયત્નશીલ રહેવાથી ગુરૂમંત્ર અને ગુરૂકૃપાશિષને ગ્રહણ કરવાની યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

ગુરૂની પૂજા અને ગુરૂની મંત્રદિક્ષા ગ્રહણ કરવા તન, મન, પ્રાણ ને સમગ્ર અસ્તિત્વના વલોવણાનો પ્રશ્ન છે. દાળના ચડી ગયેલા દાણાને વલોવણીથી વલોવવાથી દાળ એકરસ થાય છે, એમાં મસાલો નાખવાથી એ ખાદ્ય (ખાઈ શકાય) એવી વાનગી બને છે, તેમ આ જીવનને પણ સાત્વિક ગુણોથી વલોવવાથી તેમ જ ગુરૂકૃપા ને આશિષનો મસાલો ભેળવવાથી જીવન ભોગ્ય, જીવંત ને સુવાસિત બની શકે છે.

આપણે આજથી જ પ્રારંભ કરીએ.

ૐ મા ૐ

૨. તલવારની ધાર પર વિહરતી આધ્યાત્મિકતા

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૮૭ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાનાં વહાલાં બાળકો,

"આજે ગુરૂપૂર્ણિમાના પર્વે આપ સૌ અહીં આવ્યા છો, રોકાયાં છો, દિવસભર તાપમાં શેકાયાં છો તે બદલ તમે સૌ ધન્યવાદને પાત્ર છો. હું તો તમને એટલું જ કહીશ કે આજથી શ્રધ્ધા ને શરણાગતિપૂર્વક મા બાળકનો સંબંધ કેળવી ત્રિપદા ગાયત્રી મહામંત્રની ત્રણ માળાને જીવનના દૈનિક કાર્યક્રમમાં વણી લેજો. મારા આપ સૌને આશીર્વાદ છે. જેઓ મારા આદેશનું પાલન કરશે તેઓ જરૂર સુખી થશે. તેમની જીવનનૈયા સરળ ને સલામત રીતે ચાલે તે હું જોતો રહીશ.

તમે જોઈ શકતા હશો કે હિંચકે બેઠાં બેઠાં મારી આંખો બંધ થઈ જાય છે. તમને થતું હશે કે ગુરૂદેવ ઊંઘી ગયા, પણ ના, એવું નથી. મને ભક્તોની યાદ આવે છે. તે કોઈ પણ ખૂણે હોય, તેની મને ખબર પડે છે. તેની કંઈ તકલીફ છે, તેની શી મૂંઝવણ છે, તેનું નિવારણ કઈ રીતે થઈ શકે તે હું જોતો રહું છું ને તેને મદદ કરતો રહું છું.

મારી મુલાકાત વેળા ઘણાને તેમના પ્રશ્નના અનુસંધાનમાં હું તેમને કહું છું કે, 'પ્રયત્ન કરીશ', 'જોઈએ' 'થઈ જશે' એ માટે મારે કાર્યરત રહેવું પડે છે. એના સુલઝાવ માટે હું વિચારમાં સરી જાઉં છું. ઘણા માણસો પોતાની વિટંબણાઓથી નિ:સહાય થઈ જાય છે, પ્રશ્નો

કહેવાતા નથી ને સહેવાતા નથી. તે વેળા મારા પગમાં માથું મૂકી તેઓ અશ્રુધારા વહાવે છે. તેથી હું દ્રવી જાઉં છું અને મને થાય છે કે તેના આંસુ ક્યારે મોતી બનાવીને પરત કરું. જો કે કર્મનું ફળ તો દરેકે ભોગવવું જ પડે છે. પરંતુ સદગુરૂના સથવારે તે ભોગવવાની-જીરવવાની ક્ષમતા કેળવાય છે.

અહીં ભાઈ-બહેનો કેવા લયબધ્ધ ગરબા ગાતા હતા. કેટલું શિસ્ત વર્તાતું હતું. સ્વામી વિવેકાનંદે પરદેશમાં તેમના એક વક્તવ્યમાં ગરબાને ‘Well self decipline’ કહ્યો હતો; એટલે કે આત્મશિસ્ત - જાતે કેળવેલું શિસ્ત. એ જ રીતે આપણી બહેન-દીકરીઓને પરણીને પારકે ઘેર ગોઠવાવું પડે છે. અજાણ્યા વાતાવરણમાં ઘર, સમાજ ને રીતરિવાજમાં ગોઠવાઇ જવું પડે છે. શિસ્ત, સહનશીલતા ને સંયમ તેમના જીવનમાં વણાઈ ગયા હોય છે.

મને એક પ્રસંગ યાદ આવે છે. એક વાર એક ભાઈ સ્વામી વિવેકાનંદ પાસે આવ્યા. તેમણે વિવેકાનંદને કહ્યું, ‘મારે તમને ગુરૂ બનાવવા છે’. વિવેકાનંદે તે ભાઈને તાપમાં ઊભા રહેવા કહ્યું. પાંચ મિનિટ, દસ મિનિટ, પંદર મિનિટ થઈ પણ વિવેકાનંદે પેલાં ભાઈને બોલાવ્યાં નહીં. ભાઈને થયું કે સ્વામીજી મને ભૂલી ગયાં લાગે છે. તેણે વિવેકાનંદ પાસે જઈને કહ્યું : ‘સ્વામીજી, અહીં હું પંદર મિનિટથી ઊભો છું’. ‘હજી ઊભો રહે’ કહી વિવેકાનંદે એક કલાક સુધી તેને બોલાવ્યો નહીં. તાપથી તપેલો, ધુંવાપુવાં થતો તે સ્વામીજી પાસે

આવ્યો ને કહે કે 'મારે આપને ગુરૂ નથી બનાવવા'. 'કેમ ભાઈ, આટલા તાપમા ને આટલી વારમાં તું થાકી ગયો?' સ્વામીજીએ પૂછ્યું. આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે પ્રવેશવા માટે તપવું પડે છે. આધ્યાત્મિક પંથ તો તલવારની ધાર જેવો છે. સોનાની પરખ કરવા તેને અગ્નિમાં તપાવવું પડે છે. હીરાને પાસા પાડવા માટે એરણ પર ઘસવું પડે છે તેમ ગુરૂની કસોટીમાંથી પણ પાર ઉતરવું પડે છે. આરંભે શૂરા એવા કઈ કેટલાયે શિષ્યો વચમાં બેસી પડે છે. અધવચથી ભાગી જાય છે યા સહેલો માર્ગ શોધવા ફાંફા મારે છે. આધ્યાત્મિક માર્ગ સહેલો નથી. જો આવી જ પરીક્ષા હું આપની લઉં તો ? તે આપ જ વિચારી શકો છો.

આ વખતે કેનેડાની મુલાકાત વેળા બે-ત્રણ બહેનો મારી મુલાકાતે આવ્યાં. મને કહે, '૫૦ માઈલ દૂરથી પ્રવચન સાંભળવા આવ્યાં છીએ.' મેં કહ્યું, 'ભલે બેસો. પ્રવચન સંભળાવું : શ્રધ્ધા અને શરણાગતિપૂર્વક નિયમિત તમારા ઇષ્ટદેવની ઉપાસના કરજો.' આટલું બોલી હું ચૂપ થઇ ગયો.

મને પૂછે, 'બસ, પ્રવચન પૂરું થયું ?'

'હા, પ્રવચન પૂરું થયું.'

'બસ, આટલું જ પ્રવચન ?'

મેં કહ્યું, 'હા. આ તો આખો સાગર ગાગરમાં ભરાવી દીધો છે, ગમે તે ધાર્મિક પુસ્તક વાંચો કે પ્રવચન સાંભળો તેનો સાર આ એક જ છે.'

'મારે તમારી પાસેથી દાન લેવું છે. મારે તન, મન, ધનનું દાન નથી જોઈતું. મારે તો તમારી કુટેવો-વ્યસનોનું દાન જોઈએ છે. તમારા ડાબા હાથને પણ ખબર ન પડે તેમ તમારા દુષણો જમણી મુઠ્ઠીમાં ભરી દઈ મુઠ્ઠી બંધ કરી દો અને આ ઝોળી ફેલાવું છું તેમાં તમારા દુષણો મને દાનમાં આપી દેશો ને આ ઝોળી છલકાવી દેશો. એની કિંમત મારે મન અબજો રૂપિયાની છે. આ દાન પાછું લેવાશે નહીં તે યાદ રાખશો અને મને કે કોઈને પણ એ જણાવવાની જરૂર નથી.' એમ કહી અચાનક ગુરૂદેવ હિંચકા પરથી ઊભા થઇ થોડાક આગળ આવી ઊભા રહી ગયાં અને કહે કે, 'દાન માગનારે ઊભા થઈને દાન માંગવું જોઈએ.'

એક વખત હું ટ્રેનમાં સૂરત જઈ રહ્યો હતો. ફર્સ્ટ ક્લાસના રીઝર્વેશન કોચમાં બે ભાઈઓ બેઠાં હતા. ટી.ટી. એ કહ્યું કે તેઓ વડોદરા ઊતરી જશે. મને થયું કે ભલે બેઠાં. ટ્રેન ચાલુ થઇ. ટી.ટી. એ કહ્યું હતું કે આ ગાયત્રી- ઉપાસક છે. તેથી તેઓએ પ્રશ્નો પૂછવા શરૂ કર્યા.

મને પૂછ્યું, 'તમે શું કરો છો ?'

'અહીં બેઠો છું.' મેં કહ્યું.

'ના, એમ નહીં, શી પ્રવૃત્તિ કરો છો ?'

'લોકોની સેવા કરૂં છું.' મેં કહ્યું.

'તમારી પાસે કોઈ સાહિત્ય છે ?' તેઓએ પૂછ્યું.

મેં કહ્યું, ‘અત્રે ઉપલબ્ધ નથી. પણ હવે આપ વ્યર્થ સવાલો પૂછવાના રહેવા દો તો સારૂં. મારો વ્યર્થ સમય શા માટે બગાડો છો ?’

‘વ્યર્થ સમય ક્યાં બગાડું છું ? આ તો એમ કે વડોદરા સ્ટેશન આવે ત્યાં સુધી વાતો કરૂં, ગપ્પા મારૂં.’ પેલા ભાઈએ કહ્યું.

મેં કહ્યું, ‘મને વ્યર્થ વાતો કરવી પસંદ નથી. મને મારામાં વ્યસ્ત રહેવા દો. હું મારા ગાયત્રી મંત્રમાં લીન થઇ જઇશ.’

“ગપ્પા મારવા, કારણ વિના વ્યર્થ વાતો કરવી એ પણ એક પ્રકારની કુટેવ જ છે...”

‘આપ સૌને મારા આશીર્વાદ છે.’

ૐ મા ૐ

૩. વૈશ્વિક મંત્ર પ્રદાન

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૨ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાના વ્હાલા બાળકો,

"આજે ગુરૂપૂર્ણિમા છે...

ગુરૂપૂર્ણિમાનું પર્વ એટલે ગુરૂની આધ્યાત્મિક જન્મજયંતિ. ગુરૂનાં લૌકિક જીવનના જે વર્ષો વીત્યાં - તેની બાલ્યાવસ્થા - યુવાવસ્થા તે આધ્યાત્મિકતામાં પ્રવેશ્યા ન હોય ; પરંતુ જ્યારથી આધ્યાત્મિક જીવન શરૂ કર્યું હોય ત્યારથી જ તેમના જીવનના વર્ષો ગણાય અને આધ્યાત્મિક જીવનમાં જેટલા વર્ષો પુરા કરે તેની જન્મજયંતિ ગુરૂપૂર્ણિમાના દિવસે ઉજવાય છે. આમ, ગુરૂપૂર્ણિમા એટલે ગુરૂની આધ્યાત્મિક જન્મ જયંતિ.

શિષ્યો માટે ગુરૂપૂર્ણિમા એટલે શું ? તેમને માટે ગુરૂપૂર્ણિમા એટલે તેમનું March-ending Year. એક ગુરૂપૂર્ણિમાથી તે બીજી ગુરૂપૂર્ણિમા સુધી તેમણે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે શું શું હાંસલ કર્યું, કેટલા આગળ વધ્યા, મેં જે નવ સૂત્રો આપ્યાં છે એ નવ સૂત્રોનો કેટલો અમલ કર્યો તે તરફ નજર નાખવાની અને સરવૈયું કાઢવાની દરેક શિષ્યની ફરજ થઈ પડે છે. આ રીતે જો દરેક શિષ્ય પોતાનું સરવૈયું કાઢતો રહે તો ખરેખર તે પોતાના જીવનમાં પ્રગતિ આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ સાધી શકે છે.

હવે, ગુરૂનું ઉત્તરદાયિત્વ શું છે? જેમ એક ઘરમાં વડીલ કે દાદા પોતાના કુટુંબ પ્રત્યે નજર રાખે છે, પોતાના કુટુંબીજનોનું સતત ધ્યાન રાખે છે, તેમના સુખ-સમૃધ્ધિ-આરોગ્ય જળવાઈ રહે, તેમને કોઈ પણ પ્રકારની તકલીફ ન પડે એ જે-તે જવાબદાર વડીલ જોતો હોય છે, એ જ રીતે ગુરૂ પોતાના શિષ્ય-સમુદાય તરફ નજર રાખીને તેમના ઉત્કર્ષ માટે, તેમની શારીરિક સુખાકારી માટે, આર્થિક રીતે પણ તેમને મુશ્કેલી ન પડે તેનું અવશ્ય ધ્યાન રાખે છે. પરંતુ તે માટે દરેક શિષ્યે પોતે પણ પ્રયત્ન કરવો આવશ્યક છે. આ માટે હું પણ તમારી પાસે એક જ માગણી કરીશ – મારે બીજી કોઈ ચીજ નથી જોઇતી – માત્ર મારે તમારો પ્રેમ જોઈએ... એ પ્રેમ પણ કેવો ? લૌકિક નહીં, દિવ્ય પ્રેમ ! આધ્યાત્મિક પ્રેમ ! બસ, એ પ્રેમ મને આપો; પછી તમે ગમે ત્યાં હો અને મને પુકાર કરો, હું ચોક્કસ તમારી પાસે આવી પહોચીશ અને તમારા માથા પર એક છત્રી ધરીને ઊભો રહી જઈશ !

ઘણા ભક્તો કહે છે કે ગાયત્રીમંત્ર મોટો પડે છે, અમને ગાયત્રી મંત્ર કરતા ઘણો સમય લાગે છે, વગેરે. વળી, ઘણાં નિરક્ષર ભાઈ બહેનોને ગાયત્રી મંત્ર આવડતો ન હોવાથી ફક્ત માતાજીને પગે લાગીને ‘ગાયત્રીમાતા, ગાયત્રીમાતા’ કરે છે... પણ એમ કરવું યોગ્ય નથી. ‘ગાયત્રીમાતા’ એ બરાબર છે, પરંતુ તે તો આપણે પૃથ્વી પર આપેલું એક લૌકિક નામ છે. સ્વયંભૂ જે શક્તિ છે તેને – તે શક્તિને 'ગાયત્રી' એમ લૌકિક નામ અપાયું. જેમ સરસ્વતી, મહાલક્ષ્મી, ચામુંડા, નવદુર્ગા

વગેરે જે માતાજીના, શક્તિના નામ આપ્યા છે તે લૌકિક નામ આપ્યા છે. શ્રીકૃષ્ણ, શ્રીરામ વગેરે પણ પરમાત્મા લૌકિક જગતના નામ છે. તેથી, ગાયત્રીમાતા એ પણ એક લૌકિક નામ જ છે.

છેલ્લા છ મહિનાથી હું વિચારતો હતો કે મારે એક ટૂંકો મંત્ર આપવો જે દરેક ધર્મને, સંપ્રદાયને અને વિશ્વભરના માનવબંધુને આવકાર્ય હોય. પછી તે માનવ ભલે ગમે તે કોમ, ધર્મ કે સંપ્રદાયનો હોય – તે મનુષ્ય હોવો જોઇએ. હું છેલ્લા છ મહિનાથી આવા કોઈ મંત્રની શોધ માટે મનોમંથન કરતો હતો. માતાજી સાથે પણ (મારે ન કહેવું જોઈએ છતાં) ઘણી વાર મેં વિચાર વિમર્શ કર્યો કે એક ટૂંકો મંત્ર મૂકવો જે દરેકને આવકાર્ય હોય, સ્વીકાર્ય હોય અને આખા જગત ઉપર તેનું આધિપત્ય જન્માવે. વળી તેમાં લૌકિક જગતનું કોઈપણ દેવી દેવતાનું નામ ન આવે.

એ મંત્ર હું તમને આપું છું આજે. તેના ફક્ત ત્રણ જ અક્ષર છે :

॥ ૐ મા ૐ ॥

આ મંત્ર વિશે વાત કરું તો એક 'મા' માં સમગ્ર જગત – સમગ્ર બ્રહ્માંડ સમાયેલું છે ! આખા ગાયત્રી મંત્રનું નિરૂપણ આ 'મા' શબ્દમાં આવી ગયું. કારણ કે, કોઈ પણ શક્તિ - મા સ્વરૂપે પ્રગટે છે તેથી એક મા શબ્દમાં અત્યારે શક્તિના જે - જે મંત્રો છે તે સર્વનું સિંચન થયેલું છે તેથી આપણે આ નવો મંત્ર કરીશું.

‘ૐ મા ૐ’ બોલો, ‘ૐ મા ૐ’. (ઉપસ્થિત શિષ્યગણ હર્ષાવેશમાં ભાવ વિભોર થઈ પ્રસ્તુત મંત્રને ઝીલી લે છે... જય જયકાર થાય છે.)

આ મંત્ર દરેક ધર્મ, કોમ અને સંપ્રદાયને સ્વીકાર્ય હશે. આ મંત્ર કોઈ ચોક્કસ ધર્મ કે સંપ્રદાયનો નથી. ૐ આદિ-અનાદિ કાળથી ચાલ્યો આવે છે. મા શબ્દ તો વૈશ્વિક છે. માટે, આ મંત્ર “ૐ મા ૐ” છે; મા એ શક્તિ રૂપે છે. લૌકિક રીતે જોઇએ તો મા બાળક ને જન્મ આપ્યા પછી તેની પાછળ કેટલું-કેટલું કરે છે ! તેની દેખભાળ, તેને મોટો કરવો, ભણાવવો, આગળ વધારવો ઉપરાંત તેનો ઉત્કર્ષ થાય તે સર્વ દેખરેખ મા રાખે છે... તો પછી આ તો જગતની મા ! જગતજનની... ! એને પોતાના દરેક બાળક માટે ઈચ્છા હોય કે મારુ બાળક આગળ વધે, તેનો ઉત્કર્ષ થાય અને તે સર્વ રીતે સુખી થાય. તેથી, આ મંત્ર તમે કરી જોજો. કરશો તો ખૂબ ખૂબ ફાયદો થશે. આ મંત્ર મેં માતાજી સાથે ખૂબ ખૂબ વિચાર વિમર્શ કર્યા બાદ તેમની પ્રસન્નતાપૂર્વકની અનુમતિથી જ આપ્યો છે... આ મંત્ર મારો વ્યક્તિગત મંત્ર નથી, વૈશ્વિક મંત્ર છે.

મારી તો એવી ઈચ્છા છે કે આખું જગત – બધાં જ સુખી રહે, આનંદમાં રહે.

હું પરમતત્વને-માતાજીને પ્રાર્થના કરું છું કે કરોડો વર્ષો બાદ પૃથ્વી પ્રલય પામે અને પુનઃ નવી સૃષ્ટિનું સર્જન કરવાનું હોય ત્યારે તેની સમિતિમાં તું મને બોલાવજે ! મેં હજુ મોક્ષની માગણી કરી નથી.

એટલે હું જ્યાં હોઉં ત્યાંથી મને બોલાવી લેજે; હું મારા સૂચનો આપીશ. મા જે સમિતિ બનાવશે તેમાં મારા વિચારો મુકીશ અને જો એ સૂચનોનો અમલ થાય તો સ્વર્ગસમી એક આનંદદાયક સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન થાય !

એક દિવ્ય, રમ્ય અને આનંદમય સૃષ્ટિ વિશેના મારા જે વિચારો છે તે હું રજૂ કરું છું.

❖ પ્રથમ તો પૃથ્વી પર કોઈ પણ બાળકનો જન્મ થાય ત્યારે તેના મગજમાં જન્મથી જ મેં આપેલા નવ સિદ્ધાંતોનું નિરૂપણ થયેલું હોય... જન્મ પામનાર બાળકને તે નવ સિદ્ધાંતોનો પહેલેથી જ ખ્યાલ હોય કે મારે આ સિદ્ધાંતો પ્રમાણે જ જીવન વિતાવવાનું છે. બસ, પછી તો કોઈને કોઈની સાથે ઈર્ષ્યા, જૂઠ, વેર-ઝેર, અદેખાઈ – કશું જ ન રહે. સૌ પોતાના આનંદમાં રહે.

❖ બીજું, જે બહેનો બાળકોને જન્મ આપે છે તેમને માટે એ નવ માસનો સમય બહુ કષ્ટદાયક હોય છે. તેથી એ સમય સત્યાવીસ દિવસનો કરી દેવામાં આવે. એક મહિનો બરાબર ત્રણ દિવસ. ગર્ભસ્થ શિશુનો જે એક મહિનામાં વિકાસ થતો હોય તે ત્રણ દિવસમાં થાય; સત્યાવીસ દિવસે તે જન્મ ધારણ કરેં. જન્મ પછીના સત્યાવીસ દિવસે દરેક બાળક બોલતું ને ચાલતું થઇ જવું જોઈએ... તમે જોશો કે ગાયનું વાછરડું જન્મતાની સાથે જ બોલતું-ચાલતું થઇ જાય છે; તો મનુષ્યનું બાળક કેમ ન થાય ? થઇ શકે ! વળી, આમ થવાથી માતા પણ તે સમયમાં બાળકનું ધ્યાન રાખી શકે અને તેને સારી રીતે કેળવી શકે.

❖ ત્રીજૂ, વિશ્વના દરેકે દરેક મનુષ્યને પોતાની જરૂરિયાત મુજબ બધું મળવું જ જોઈએ. તે પ્રમાણે આર્થિક ઉપાર્જનનું આયોજન થવું જોઈએ. મનુષ્યને કોઈની પાસે કોઈ લાચારીનો અનુભવ કરવો ન પડે. 'મારે આ જોઈએ–તે જોઇએ' એ પ્રમાણે ક્યારે કહેવુ ના પડે. 'મારી પાસે આ નથી, તે નથી' એવું લાધવ તેને પીડે નહી તે માટે એવી રીતે વહેચણી થવી જોઈએ કે તેને સરળતાથી બે ટંકનું ભોજન, સૂવું-બેસવું, રહેવાનું ઘર વગેરે મળી જાય. એટલે મનુષ્યમાં પરસ્પર ઈર્ષ્યા-અદેખાઈ રહે નહીં. આ વ્યવસ્થા સમસ્ત વિશ્વ માટે હોવી જોઈએ... એકલા હિંદુસ્તાન માટે નહીં !

❖ નવી સૃષ્ટિમાં વિશ્વનો મારો કોઈ પણ માનવબંધુ અંધ ન હોવો જોઈએ. આંખો પર હાથ ફેરવી દ્રષ્ટિ આપવાની શક્તિ મને માતાજી આપે કે ન આપે પરંતુ મારી આ ખાસ વિનંતી છે કે ફરીથી જ્યારે જગત ઉત્પન્ન થાય ત્યારે કોઈપણ માનવબંધુ અંધ ન હોય. દરેક મનુષ્ય દેખતો હોવો જોઈએ.

❖ બીજી એક બહુ મહત્વની બાબત છે : આખા વિશ્વની ભાષા અને ધર્મ એક જ હોવા જોઇએ ! આખા વિશ્વ પર એકચક્રી ભાષા અને ધર્મ ! એટલે કોઈ ધર્મના વિતંડાવાદ નહિ. કોઈપણ ધર્મના ઝઘડા નહીં, ભાષાના ઝઘડા નહિ... આખું જગત શાંત. આપણા હિંદુસ્તાનમાં પણ કેટલી ભાષાઓ છે! ગુજરાતી મદ્રાસમાં જાય તો ત્યાંની ભાષા ન આવડે, મદ્રાસીને ગુજરાતી ભાષા ન આવડે... એટલે એક જ ધર્મ અને ભાષા

સમગ્ર વિશ્વ પર હોય તો માનવ સરળતાથી ગમે ત્યાં જઈ-આવી શકે, હરી ફરી શકે, પોતાનું કાર્ય કરી શકે. આ બહુ મહત્વની વાત છે.

❖ આપણે મનુષ્યની વાત કરી પણ પશુઓ ને પક્ષીઓ ય ઉત્પન્ન કરવાનાને! તે વખતે ખાસ જોવાનું કે કોઈ હિંસક પ્રાણી ઉત્પન્ન ન થાય. એટલે કોઈ પ્રાણી કે પશુ અન્યને ઇજા ન કરી શકે. વાઘ, સિંહ, સર્પ વગેરે હિંસક વૃત્તિવાળા પ્રાણીઓ ન હોય. સ્થળચર, નભચર અને જળચર જેટલા પ્રાણી-પક્ષીઓ હોય તેમનામાં હિંસકવૃત્તિ કે આસુરી તત્વ ન હોવું જોઈએ.

હવે જો પ્રાણી પશુ હિંસક ન હોય તો શસ્ત્રોનું ઉત્પાદન પણ ન કરવું પડે.... અને દુનિયામાં એવું થવું જોઈએ કે કોઈપણ શસ્ત્રની ફેક્ટરી જ નહીં, કોઈ પણ હથિયાર-બંદૂક, રિવોલ્વર, રાઈફલ, ઘાતક કોઈ ચીજ જ નહીં! ફક્ત શાકભાજી સમારવાના કે લાકડા કાપવાના ઓજારો જ હોય, મનુષ્યને મારવા માટે ના નહીં.

❖ અત્યારે પૃથ્વીના ત્રણ ભાગમાં પાણી અને એક ભાગમાં જમીન છે, તેને બદલેં બે ભાગ પાણી અને બે ભાગ જમીન હોવી જોઈએ; જેથી માનવજાતને જમીન વધારે મળે તો તે વિકસાવી શકે. વળી જે સમુદ્ર ખારો છે તે ખારો નહીં પણ મીઠો હોવો જોઈએ ! ભલે મીઠા (લવણ) માટે અન્ય ખડકો ઉત્પન્ન થાય ને ત્યાંથી મીઠું ખોદી લવાય. જેમ જમીનમાંથી મેંગેનિઝ, કોલસો વગેરે નીકળે છે તેમ ભૂગર્ભમાંથી મીઠાનું ઉત્પાદન થાય... પણ સમુદ્ર તો મીઠો હોવો જોઇએ જેથી પાણીની અછત

ન રહે. સ્ટીમર દસ દિવસ સમુદ્રમાં ચાલતી હોય તો તેને પીવાનું પાણી ભરવું ન પડે. દરિયામાંથી જ પાણી લઇ શકાય.

❖ બીજી એક મહત્વની વાત – ગાયકો અને સંગીતકારોને ખૂબ ગમશે કે અત્યારે પશુ પક્ષીઓને જે અવાજ કુદરતે આપ્યા છે તેને બદલેં તેમને સંગીત અપાય. કાગડો 'કા...કા' કરે છે તે 'કા....કા' કરવાને બદલે ૐ બોલે ! દરેક પક્ષીઓ સંગીતના જુદા-જુદા સૂર કાઢે... કોયલ, મોર વગેરે ટહુકા કરે છે, ચકલી ચીં... ચીં... કરે છે, ગધેડા હોંચી... હોંચી... કરે છે તેને સ્થાને દરેક પશુ પક્ષી સંગીતના જુદા જુદા સાજ વગાડે ! કોઈ સારંગી વગાડે, કોઈ તબલું તો કોઈ હાર્મોનિયમના સૂરો વગાડે, ગધેડો સા રે ગ મ પ ધ ની સા બોલે... એ રીતે સુમધુર સંગીતના સૂર જે-તે પશુ-પક્ષીના મુખેથી રેલાય... બિલાડી, કુતરો બધાજ પ્રાણીઓ અને પક્ષીઓને કર્ણપ્રિય સંગીત આપી દેવું જોઈએ... એટલે આખી દુનિયા સંગીતમય – સંગીતમય દુનિયા !

❖ મને તો હજુ આગળ એવી ઇચ્છા છે કે કોઈ હોસ્પિટલ ના હોવી જોઈએ દુનિયામાં ! દરેક મનુષ્ય તંદુરસ્ત હોવો જોઇએ... છેક સુધી! બસ, એને જવાનો સમય-મૃત્યુ-આવે ત્યારે હસતો-બોલતો-હસતો-ફરતો જ ચાલ્યો જાય ! હા, સમય નિશ્ચિત હોય તેના આયુષ્યનો; પણ એ રીબાય, હોસ્પિટલમાં જાય નહીં. અહીં કોઈ ડોક્ટર હાજર હોય તો માઠું ન લગાડશો, આતો હાજરો વર્ષ પછીની વાત છે – પણ રિબાવાનું,

હોસ્પિટલમાં જવાનું વગેરે ન હોય, કોઈ શારીરિક તકલીફ થાય નહી અને બધાં સ્વસ્થ અને સુખી રહે.

આટલી પરમતત્વને-માતાજીને મારી અરજ છે. જો કે બીજા પણ ઘણાં નિયમ-ઉપનિયમ ને વિચારો છે પરંતુ મુખ્ય-મુખ્ય જે વિચારો હતાં કે જો આટલું પરમતત્વ કરે તો બસ, દુનિયામાં રામરાજ્ય-સ્વર્ગ ખડું થઇ જાય... વિશ્વમાં ક્યાય વિષાદ ન હોય, દુઃખ ના હોય, કોઈને પીડા ન હોય...

પુનઃ એક વાર આપ સૌના દિવ્ય અને આધ્યાત્મિક પ્રેમની હિમાયત કરીને કહું છું કે આપ સૌ સુખમાં રહો, આનંદમાં રહો... આપનું આરોગ્ય પણ જળવાઈ રહે... અને ફિકર ના કરશો – કરોડો વર્ષ બાદ પ્રલય પછીની નવી સૃષ્ટિમાં આપણે ભેગા થઈશું...

મારા આપ સૌને આશીર્વાદ છે."

ૐ મા ૐ

૪. ભક્તિ અને સેવા

"શ્રધ્ધા તણી કુટીરે જામ્યો માનવમેળો,

બાળ તણા બાગમાં માત છૂપું છૂપું વહાલ કરે."

ગાયત્રી માતાના વ્હાલાં બાળકો,

ગુરૂપૂર્ણિમાની પૂર્વ સંધ્યાએ આપ બધાં અત્રે પ્રેમભાવથી પરિશ્રમ વેઠીને અને જેમ દરિયાના મિલન માટે નદી ધસમસતી, પૂરા વેગથી દોડે તેમ મારા મિલન માટે એટલા વેગથી જ બલકે વધારે વેગથી અત્રે ઉપસ્થિત છો, તેની પડખે ગુરૂભક્તિનો ભાવ છે.

મીરાં, નરસિંહ, પ્રહલાદ વગેરેનો ભક્તિભાવ આપ બધાં જાણો છો. તેઓ તેમની ભક્તિથી પ્રભુને તરબોળ કરી દેતા, ને સાદ પડચે પ્રભુને હાજરી આપવી પડતી. માટે આપણાં બધાંની ભક્તિ પણ એવી હોવી જોઈએ કે સાદ કરે ને આવી જાય; પણ તેના માટે તપવું પડે. પરિશ્રમ કરવો પડે. તેનો ભેખ ધારણ કરવો પડે. હીરો એરણ પર ચઢ્યા પછીથી જ તેજ ધાર બને છે, સોનું કસોટીના પથ્થરે ઘસાયા બાદ ચળકે છે. ખીલાને હથોડીના ફટકા પડયા બાદ જ તે ભીતમાં ઠોકાઈ જાય છે અને સજ્જડ રીતે તેમાં સોંસરો ઉતરીને તેની સાથે ચોંટી જાય છે અને પોતાનું અસ્તિત્વ તેને અર્પણ કરી દે છે. આવીજ રીતે માનવજાત પ્રભુ પ્રત્યે ચોંટી જાય તો તેનો બેડો પાર થઇ જાય.

ઉપરોક્ત વાત ભક્તિની કરી.

હવે સેવાની વાત. મારી જાણમાં તો સેવા તો ઘણાંએ કરી છે અને કરતા રહે છે પરંતુ અત્યાર સુધીમાં મારી જાણ મુજબ તો એક હનુમાનજી જ સેવાવૃત્તિનું ઉદાહરણ છે. તેણે કદી માળા હાથમાં લીધી નથી, તેણે કદી ધૃતદીપ કર્યા નથી. તેણે કદી રામની છબી અને દર્ભનું આસન રાખ્યું ન હતું; કારણકે તેના શ્વાસેશ્વાસમાં રામનું રટણ હતું. તે પોતાના હૃદયમાં દીવાને પ્રગટ કરતો હતો, તે પોતાની સેવાવૃત્તિની સુગંધ ફેલાવતો હતો. તેના સમગ્ર અણુએ અણુમાં રામનું નામ હતું; ખડે પગે સેવા, તે તેનું આસન હતું. આવી સેવાવૃત્તિ હતી, સાથે તે સેવા નિ:સ્વાર્થ હતી. તેને કોઈ સ્વાર્થ ન હતો. તેનું લક્ષ્ય અહર્નિશ રામ જ હતા. નિ:સ્વાર્થ સેવાનું પ્રતીક એટલે હનુમાનજી.

"લક્ષ્મણ મૂર્છિત બન્યા, રામ ચિંતિત બન્યા,
સેવા હનુમાન થકી, રામ આનંદમાં....
આનંદ જોઈ રામનો, હનુમંત બહુ હરખાય
આનંદ જોઇ પરમેશ્વરીનો બાળ બહુ હરખાય."
"હૈયું ચીર્યું હનુમાનનું નિહાળી રામની મૂર્તિ,
સમગ્ર અસ્તિત્વ જોઈલે અરીસો તારો જ છે."

જો નિ:સ્વાર્થ સેવાની પ્રેરણા લેવી હોય તો તે સૂર્ય અને ચંદ્ર છે. જરા શાંતિથી બેસીને વિચારી જોજો. તે બદલાની જરા પણ આશા રાખતા નથી, છતાં બદલામાં માનવજાત તેને શું આપે છે ?

“સૂર્ય ચંદ્ર અહર્નિશ પુરૂષાર્થ કરે,

માનવી અહર્નિશ ભેટ ધરે પ્રદૂષણની.”

આ છે માનવજાતના સ્વભાવનું દર્શન અને આ દર્શન ઠેર ઠેર દુનિયા પર જોવા મળે છે.

છે હાથમાં માળા, છે કપાળે ત્રિપુંડ,

છે આસન દર્ભનું, છે અખંડ દીપ,

છે સ્વાર્થ માત પાસે બેસીયાં, છે મન શિયાળ તણું

છે ભક્તિ દેખાદેખી રસવિહીન, એનો જન્મારો એળો ગયો.

આ બધું સાંભળ્યા બાદ તમને થશે અમારે શું કરવું ? અમે મૂંઝવણમાં મુકાઈ ગયાં ! ગભરાશો નહિં, ચિંતા ન કરો; આ તમારા મૂંઝવતા પ્રશ્નોનો ઉકેલ અને જવાબ મળશે, પી. જી. મહેતા હોલમાં તા. ૩-૭-’૯૩ ને શનિવાર, બપોરના ૧:૩૦ વાગે, ત્યાં સુધી પ્રતીક્ષા કરો.

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે.”

[ગુરૂપૂર્ણિમાની પૂર્વ સંધ્યાએ તારીખ ૨-૭-’૯૩ ના રોજ 'શ્રધ્ધા' કુટિરમાં પૂજ્ય રાજયોગી નરેન્દ્રજીએ રજુ કરેલું વક્તવ્ય]

૫. શિવ-જીવનું મિલન

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૩ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાના વહાલાં બાળકો,

વીજ ઝબૂકી, મેઘ ગર્જ્યો, મોર ટહુક્યો,
અષાઢી પૂનમે ભક્ત સમુદાય ઉમટ્યો,
ભક્તગણ પ્રેમ થકી વંદન કરે,
પરમશક્તિ પ્રેમથી આશિષની વર્ષા કરે.

આજે મારા આધ્યાત્મિક જીવનનાં ૧૮ વર્ષ પૂરાં કરી ૧૯ મા વર્ષમાં પ્રવેશ કરું છું. આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે હવે હું યૌવનમાં પ્રવેશ્યો છું. આ યૌવન શારીરિક દૃષ્ટિએ નહિ, પણ બ્રહ્મરૂપી રસનું પાન કરવા માટે અને એનો આસવાદ માણવા માટે.

'અહાહા! જેણે ચાખ્યો અતિ અજબ એ બ્રહ્મ રસને,
સંસારો તણી માયા, શૂન્ય સમી ભાસે,
નથી વહાલાં માનવો, જગત મહીં સાર જરીએ,
સત્કૃત્યોનાં કર્મોથી પરમતત્વને પ્રાપ્ત કરીએ.'

"કંઈ આધિ વ્યાધિ થકી સતત કાયા ક્ષીણ થતી,
ધજા ધોળી ઘડપણની માથે ફરકતી,
શ્રીમંતોના હૈયે નિશદિન વસે ચોર ભય છે.
નાશવંત સંસારમાં ભયરહિત પરમતત્ત્વ છે."

આજે અત્રે હું જે કંઈ કહીશ, બોલીશ તેને કોઈ શાસ્ત્ર સાથે અથવા આપણા કોઈ પણ ધાર્મિક ગ્રંથો સાથે સંબંધ નથી. મેં જે જોયું, જાણ્યું, અનુભવ્યું તેનો નિચોડ રજૂ કરૂં છું:

"જણાતા'તા લાંબા દિવસો જે દુ:ખભર્યાં,
જણાતા'તા ટૂંકા દિવસો જે સુખ ભર્યાં."

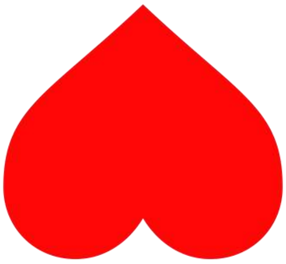
ભાષાની દૃષ્ટિએ અગર વ્યાકરણની દૃષ્ટિએ મારું દ્રષ્ટિબિંદુ જૂદું હશે. આજે આપને અમુક ગૂઢ રહસ્યો જણાવું છું:

૧. શિવ અને જીવ વિષે, શિવ-જીવના મિલન વિષે અને આપણા શરીરમાં શિવ અને જીવ કયાં રહેલા છે!
૨. 'ૐ મા ૐ' મંત્રને ગૂઢાર્થ.
૩. મારા આપેલા નવ સિદ્ધાંતોનો મનુષ્યના શરીરના ભાગો સાથે સંબંધ.

શિવ અને જીવ વિષે

શિવ અને જીવ મનુષ્યના શરીરમાં જ સમાયેલા છે. તેને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરવો જરૂરી છે.

"પરમતત્ત્વે યંત્રો અર્પયા, મનુષ્ય શરીરને,
એ યંત્રોમાં શિવ-જીવનું નિરૂપણ કર્યું,
પ્રવાસ શિવ-જીવનો, ભવસાગર મહીં,
સાગરના મંથન થકી મળિયાં નવ સૂત્રો."



મનુષ્યના શરીરને પરમતત્વે સુંદર બનાવ્યું છે. તેની રચના અજોડ છે. **શરીરની અંદર જે હૃદય છે તે શિવ છે અને જે મગજ છે તે જીવ છે.** સામેની આકૃતિમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે જ્યોતિસ્વરૂપ શિવનું લિંગ ઊંધી રીતે રહેલું છે.

અને તે રીતે શિવ આપણા મગજ-જીવ તરફ દ્રષ્ટિ રાખે છે. હવે આપણે જોઈએ કે આપણું મગજ આપણા શરીરની બધી જ ક્રિયાઓનું નિયંત્રણ કરે છે અને શિવ આ જીવની દરેક ક્રિયાઓ પ્રત્યે સતત નજર રાખે છે.

શિવ અને જીવના મિલન વિષે

શિવ અને જીવના મિલન અને વિયોગ વિષે હું આપને દ્રષ્ટાંતથી જણાવું.

એક શેઠ હતા. બાળપણમાં ગરીબીમાં ઉછર્યા હતા. પૂર્વજન્મનાં સંચિત્ કર્મોથી લક્ષ્મી પ્રાપ્ત કરી શકયા. તેમની પાસે કહેવાતા ભૌતિક સુખનાં સાધનો ઉપલબ્ધ હતા અને સંસાર પણ સુખી હતો. શેઠ ચોવીસ કલાક મોહમાયાથી વિંટળાયેલા રહેતા અને ઈશ્વરસ્મરણ વચ્ચે હિમાલય જેટલું અંતર હતું.

“મનુષ્યો જે વ્રત તપ અને દાન કરતા,
બીજા જન્મે તેઓ વિષ્ણુપત્નીને પ્રાપ્ત કરતા;
પ્રભુને વિસારી સુખભોગો કરી કરી,
પડે ચક્રાવામાં જનમ-મરણે ફરી ફરી.”

એક દિવસ શેઠ ઓસરીમાં બેસીને હિસાબના ચોપડા લખતા હતા. તેવામાં એક ભિક્ષુકે આવીને ભિક્ષાની માગણી કરી, શેઠે તિરસ્કારથી તેને ચાલ્યા જવા કહ્યું. ભિક્ષુક ચાલ્યો ગયો. શેઠે એક કોડીનું પણ દાન ન કર્યું. દાન કરવા માટે પણ પૂર્વજન્મનાં કર્મ જરૂરી છે. દાન તન, મન અને ધનથી થઈ શકે છે. તનનું દાન માણસ પોતાની જાતે કરી શકે છે. દા. ત. કોઈ પણ મનુષ્યને કોઈ પણ જાતની મદદ કરવી જેવી કે આંધળાને રસ્તો ઓળંગાવવો, તરસ્યાને પાણી પાવું, પીડિતની સેવા કરવી.

મનનું દાન માનસિક રીતે વ્યથિત વ્યક્તિને લાગણી અને સહાનુભૂતિ આપે અને દરેક રીતે સાથ, સહકાર, પ્રેમ, હૂંફ આપે.

ધનનું દાન વ્યક્તિની કીર્તિ, તકતી કે નામ સાથે જોડાયેલું હોય તો તે સાચું દાન નથી. સાચું દાન ત્યારે જ કહેવાય કે તમે જાતે જઈને જ પીડિતને પોતાના હસ્તે મદદ કરો અને તે પણ નિઃસ્વાર્થ સેવા ભાવનાથી. અહમરહિત સેવા ભાવનાથી કરેલું દાન જ સાચું દાન કહી શકાય.

ભિક્ષુકના ચાલ્યા ગયા પછી થોડી જ વારમાં શેઠાણી શેઠ માટે ચા-નાસ્તો લાવીને બેઠાં. શેઠે ચોપડો લખવાનું બંધ કરીને ચા-નાસ્તો કરવા બેઠા. ઓચિંતુ એક કૂતરું આવ્યું. કૂતરાએ નાશ્તા પર તરાપ મારી પરંતુ નાસ્તાના બદલે શેઠનો માનીતો અને લાડીલો ચોપડો મોઢામાં આવી ગયો અને ચોપડો લઈને દોડવા માંડયું. આ જોઈને શેઠ સફાળા તરત

જ કૂતરાની પાછળ દોડવા લાગ્યા. આગળ કૂતરો અને પાછળ શેઠને ભરબજારે દોડતા જોઈતે લોકો આશ્ચર્યથી જોવા લાગ્યા. કૂતરો દોડતો દોડતો ગામ છોડી સીમમાં આવ્યો અને ખેતરોનો અટપટો માર્ગ લીધો. દોડતા દોડતાં રસ્તામાં એક અવાવરુ કઠેરા વગરનો કુવો હતો તેમાં કૂતરો પડયો અને પાછળ શેઠ પણ સમતોલપણું ગુમાવતાં કુવામાં પડયા આ તો એવું થયું કે,

"આગળ દોડે શ્વાન પાછળ દોડે શેઠ,
સંસારના મૃગજલળ મહીં દોડે અનેકાનેક."

કૂવામાં કેડ સમાં પાણી હતાં તેથી શેઠ અને કૂતરો ડૂબ્યા નહીં પરંતુ શેઠનો ચોપડો પલળી ગયો અને આકાશ જેવો સ્વચ્છ થઈ ગયો. શેઠ કુવામાં કૂતરાને મારવાનો પ્રયાસ કરતા હતા પરંતુ ગામ લોકોએ કહ્યું, "શેઠ કૂતરાને મારશો નહીં, નહિતર કૂતરું તમને કરડશે." શેઠ કહે, "ભાઈ, મને બહાર કાઢો !" ગામલોકો કહે, "શેઠ, અમોને રસ્તો બતાવો કે અમે તમને કેવી રીતે બહાર કાઢીએ !" કારણકે શેઠના મનમાં એવો અહમ્ હતો કે બુદ્ધિનો ખજાનો તેમની પાસે જ છે. અને બીજા બધાનો ઉપલો માળ ખાલી છે. શેઠે કહ્યું, "ભાઈ તમને જેમ યોગ્ય લાગે તે રીતે મને બહાર કાઢો" અહીં શેઠનો અહમ્ ઓગળતો લાગ્યો.

ગામલોકોએ લાકડાની નાની ચારપાઈ બાંધીને કૂવામાં ઊતારી અને શેઠ અને કૂતરો તેમાં બેસીને બહાર આવ્યા. બહાર આવતાંની સાથે

જ કૂતરાએ શેઠના પગે બચકું ભર્યું અને દોડી ગયું. શેઠે ચોપડો ગુમાવ્યો અને કૂતરું કરડવાનું બેવડું દુ:ખ લઈને વ્યથિત હૃદયે ઘરે આવ્યા.

આનો આધ્યાત્મિક અર્થ એવો થાય કે મનુષ્ય આખી જિંદગી ભોગ, વિલાસ, મોહમાયા પાછળ દોટ મૂકે છે અને તેની પાછળ જિંદગી વેડફી નાખે છે. જ્યારે અંતકાળ નજીક આવે છે ત્યારે ખબર પડે છે કે મેં કોઈ સત્કાર્ય કર્યું નથી કે ઈશ્વરસ્મરણ કર્યું નથી પરંતુ તે વખતે બહુ જ મોડું થઈ ગયું હોય છે. શેઠે મોહમાયામાં જિંદગી વિતાવી અને અંતે અંધકારરૂપી કૂવામાં પડયાં.

આવા સમયે સાચા સદગુરૂનો ભેટો થાય તો જ તે તમને બચાવી શકે.

શેઠ આ બનાવ પછી છ મહિના સુધી જીવ્યા, પરંતુ આ સમય દરમિયાન પણ ઈશ્વરસ્મરણ કે દાન-ધર્મ કર્યાં નહિ અને અંતે તેઓ આ ફાની દુનિયા છોડીને ચાલ્યા ગયા. જ્યારે આ શરીરમાંથી શિવ તેમને છોડીને જઈ રહ્યો હતો ત્યારે કહેતો ગયો કે,

“સલામ મારા સંસારી જીવને,
તુજ પાસથી આજ જાઉં એકલો,
નવ કરશો કોશિષ ત્યાં પ્રવેશવાની,
હાથ નથી સરનામું તમ પાસ,
તમ પાસ સંસારી તણું નામું.”

શિવ, આખી જિંદગી ચેતવતો રહ્યો કે સત્કર્મો કરો, પરંતુ જીવ ષડરિપુમાં અટવાઈ ગયો હતો. જેથી શિવની વાત તેને ગળે ઊતરી નહિ, જેથી શિવ એકલો ચાલ્યો ગયો અને શિવ-જીવનું મિલન થઈ ન શક્યું.

શિવ-જીવના મિલન માટે મન, વચન, કર્મથી પવિત્ર બની નવ સિદ્ધાંતોનું પાલન થાય અને ષડરિપુઓને નાથવામાં આવે તો જ શિવ-જીવનું મિલન થાય.

બીજું દૃષ્ટાંત :

એક ખેડૂત હતો. ખાધેપીધે સુખી હતો. મન, વચન અને કર્મથી પવિત્ર રહેતો હતો. ષડરિપુઓને તેણે કાબૂમાં લીધા હતા અને તેના જીવનમાં નવ સિદ્ધાંતોનો અમલ કરતો હતો. મહેનત અને પુરૂષાર્થ કરવામાં આનંદ માણતો હતો. આ સંસારમાં મધમાખી કરતાં વધુ ઉદ્યમી કોઈ નથી. એ પોતાના કર્તવ્યમાં ઓતપ્રોત થઈ જાય છે કે જેના થકી આ ધરતી પર અમૃત સમાન મધ ઉત્પન્ન કરી શકે છે. દીવો પોતે બળશે પરંતુ પોતાના ભોગે બીજાને પ્રકાશ આપશે. અગરબત્તી પોતે સળગી જશે પરંતુ વાતાવરણને સુગંધી બનાવશે. સુખડ પોતે કપાઈ જશે પરંતુ કુહાડીને સુગંધિત કરી દેશે. ફૂલ પોતે હોમાઈ જશે પરંતુ તે સુવાસ આપી જશે. જેવી રીતે વાદળમાંથી મુક્ત થયેલા સૂર્ય-ચંદ્ર જગતને પ્રકાશ અર્પે છે તેવી જ રીતે આ દુનિયાના મોહમાયામાંથી મુક્ત થયેલ

તે ખેડૂત પોતાના જીવનને શોભાવતો હતો અને તેને કારણે તેનામાં શિવ અને જીવનું ઐકય-મિલન સધાયા હતા. જ્યારે તે ખેડૂતનો અંતઃ સમય નજીક આવે છે ત્યારે શિવ જીવને કહે છે કે,

"જગત તણા સંસારે સાથે રહ્યા, સાથે કર્મો કરીયા.

અનંતની સફરમાં નિશ્ચય સાથે રહીશું."

અહીં શિવ-જીવનું મિલન થાય છે અને તે થકી શિવ-જીવને અનંતની સફરમાં પોતાની સાથે લઈ જવાનું કહે છે. આપણે જાણી લીધું કે શિવ-જીવ આપણામાં રહેલાં છે અને તેમનો સંયોગ કે વિયોગ કરવો તે આપણા હાથની વાત છે. જેમકે,

"ચાવી છે ખજાનાની તમ પાસ

સત્કર્મથી ખોલો ખજાનો, મિલન છે શિવ જીવનું."

કુંડલિની જાગૃતિના ચક્રો

હવે નવ સૂત્રો એટલે કુંડલિની જાગૃતિના નવ ચક્રો. નવ ચક્રોમાં પાદચક્રથી જીવચક્ર સુધીનાં હોય છે. કુંડલીની જાગૃતિ માટે આ નવ ચક્રોને ગતિશીલ બનાવવા પડે ને તેના માટે ઘણો પરિશ્રમ કરવો પડે ને સાચા જાણકાર-સદગુરૂ હોય તો જ આ નવચક્રોને ભેદી શકાય અથવા તો પરમ તત્વની મીઠી નજરથી કુંડલિની જાગૃતિ શક્ય બને. પરંતુ આ કાર્ય ઘણું જ કઠિન છે. તેના બદલે હું તમને કુંડલીની જાગૃતિ કરવા માટે મારા નવ સિદ્ધાંતો આપું છું અને તે સિદ્ધાંતોનું આચરણ કરવાથી, અમલમાં મૂકવાથી અવશ્ય કુંડલીની જાગૃતિ થઈ શકશે. મારા માનવા મુજબ શિવ અને જીવનું મિલન એ કુંડલિની જાગૃતિ જ છે.

'ૐ મા ૐ' મંત્રનો ગૂઢાર્થ

માતાજીએ પરમશક્તિ મંત્ર 'ૐ મા ૐ' આપ્યો છે તે ખરેખર તેની અનહદ કૃપા છે. આ મંત્રમાં બે શિવ અને બે જીવનું મિલન થયેલું છે તે સ્પષ્ટ જણાઈ આવે છે.

'ૐ' પરમતત્વનું જ્યોતિસ્વરૂપ છે, જેથી તેને આપણે શિવ કહીએ.

'મા' જીવ છે. પરંતુ તે એક છે, પણ 'મા' માં જે કાનો (|) આવે છે તે કાનો એટલે યશોદાનો કાનો અને કાનો એટલે બાળક એટલે 'હું' (રાજયોગી નરેન્દ્રજી) માનો બાળ. હવે આ 'મા' શબ્દથી અંદર મા+બાળક એમ બે જીવ આવ્યા અને બીજો 'ૐ' પરમતત્વ સ્વરૂપ શિવ છે. આમ આ પરમશક્તિ મંત્ર 'ૐ મા ૐ' માં બે શિવ અને બે જીવનું

મિલન થયેલું છે. આ મંત્રને આત્મસાત કરી તેનું અહર્નિશ રટણ-સ્મરણ કરી જીવનને સાર્થક કરી લેવું જરૂરી છે.

'ૐ મા ૐ' મંત્રનો ભાવાર્થ

"હે પરમશક્તિ દાતા, 'ૐ'કાર સ્વરૂપ મા ભગવતી, મારા મન, વચન, કર્મનું આપ નિયંત્રણ કરો."

નવ સિધ્ધાંતો સાથે શરીરના નવ ભાગો

મારા નવ સિદ્ધાંતો બધા કહે છે કે જીવનમાં ઉતારવા બહુ કઠિન છે, પરંતુ જો તમે જાતે પ્રયત્ન કરશો તો તે બહુ આસાન છે. હું આપણા નવ ભાગોની વાત કરું તો-

૧. હૃદય	૪. આંખ	૭. પગ
૨. મસ્તક- મગજ	૫. ગરદન	૮. મુખ
૩. હાથ	૬. કાન	૯. નાક

પરમતત્વે જે આ અંગોની ભેટ મનુષ્યને આપેલી છે તેની અંદર જ આ નવ સૂત્રોને સાંકળી લીધા છે. મારે તો ફક્ત તે બતાવવાના જ રહેશે:

(૧) ઇષ્ટમાં સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ રાખવી.	હૃદય
(૨) નિ:સહાયને સહાય કરવી	મસ્તક-મગજ
(૩) દુ:ખીઓના દિલના આંસુ લૂછવા	હાથ
(૪) કોઈની ઈર્ષ્યા કરવી નહીં	આંખ
(૫) કોઈની સાથે વિશ્વાસઘાત કરવો નહીં	ગરદન

(૬) પરનિંદાથી દૂર રહેવું	કાન

(૭) પુરૂષાર્થને અગ્રતા આપી સતત કાર્યશીલ રહેવું	પગ

(૮) નિ:સ્વાર્થ સેવા કરવી	મુખ

(૯) અહમનો ત્યાગ કરવો	નાક

આ નવ સૂત્રોને ઓળખવા માટે તમારા શરીરના નવ ભાગોની અંદર એક એક સૂત્ર વહેચી નાખો અને તમે 'નાક' યાદ કરો એટલે તરત જ અહમનો ખ્યાલ આવે. 'આંખ' ને યાદ કરો એટલે 'ઈર્ષ્યા કરવી નહીં' તેનો ખ્યાલ આવે. આવી રીતે આ નવ સૂત્રો તમને યાદ રહેશે અને શરીરના કયા ભાગે તેનું પાલન કરવાનું છે તે યાદ રહેશે અને તેનો અમલ કરી શકાશે.

"નવ સૂત્રો તણો સહારો છે અમ જીવનમાં,
જંગ જીતશુ જીવનના નવ સૂત્રો તણા સહારે."

આજે મેં જે કાઈ કહ્યું તેનું ઘરે જઈ મનન કરજો, ચિંતન કરજો અને તેને અમલમાં મુકવા પ્રયાસ કરજો.

ધગધગતા સૂર્યને જોઈને ડરી જવાનું નથી. ચંદ્રની શીતળતા આવવાની જ છે. રાત-દિવસ, સુખ-દુઃખ, ચડતી-પડતી, જય-પરાજય, સમુદ્રની ભરતી-ઓટ જીવનની અંદર આ બધાનો સમન્વય તો છે જ પરંતુ તેને કેવી રીતે પાર પાડવો તે જવાબદારી આપણી પોતીકી છે.

"નથી જડતો કિનારો, મઝધાર પર બેઠો છું,
પુરૂષાર્થના હલેસાં થકી કિનારો તમ પાસ."

મારો આપ સર્વને આદેશ છે કે–

મન-વચન-કર્મથી પવિત્ર બનો, ષડરિપુનો સંહાર કરો, મારા નવસૂત્રોને જીવનમાં અપનાવો.

અંતમાં માતાજીને મારી વિનંતી છે કે –

“રાજયોગી બાળ ભાવે માને પ્રાર્થના કરે,
સર્વ દુ:ખ હરો સકળ આ સંસારના;
આનંદની હેલી કરો, પ્રેમની લ્હાણી કરો.
સ્વાસ્થ્યની રક્ષા કરો, લક્ષ્મીની બક્ષિસ કરો.”

[તા. ૩-૭-'૯૩ ના ગુરૂપૂર્ણિમાના પર્વ નિમિત્તે પૂજ્ય રાજયોગી નરેન્દ્રજીએ રજૂ કરેલું વક્તવ્ય]

૬. પૂજન અને પવિત્રતા

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૪ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાના વહાલાં બાળકો,

આપ બધા સંગીતની સુરાવલિમાં તરબોળ થઈ ગયા એક કલાક માટે. એ સંગીતના સૂર હતા. એમાં તમે આનંદમાં તરબોળ થઈ ગયા. જ્યારે મારૂ જે કહેવાનું છે એનો છેડો જુદો છે. આ સંગીતમાં તમે તરબોળ થયા, સંગીતની અંદર તમારું હૃદય એકદમ નાચી ઊઠયું. જ્યારે હું જે કહીશ તે થોડું અઘરું પડશે. કડવું પડશે. કારણ કે એ બે છેડા છે. સંગીતના અને આધ્યાત્મિકતાના. એટલે એ જરા ધીરે ધીરે પણ આવી જશે.

જે ભાઈઓએ સંગીત રજૂ કર્યું તે બહુ સુંદર રજૂ કર્યું. પણ એમાં એક ટકોર કરી કે 'રંગાઈ જવું છે.' શેનાથી રંગાઈ જાવું છે ? કંઈ ચીજથી રંગાવું છે ? ભક્તિથી રંગાવું છે. ભક્તિના રસથી ડૂબી જવું છે એટલે એમાં પણ ભક્તિનો સૂર છે. સંગીતની અંદર પણ ભક્તિ આવી શકે છે.

અને છેલ્લે મુંજાલભાઈએ કહ્યું કે અમે તમારા છીએ ને ધ્યાન રાખજો ને બહુ કર્યું છે તે થોડું ઘણું સમજો. પણ હું કહું છું કે તમે જે રજૂ કર્યું છે તેના ભાર નીચે તો હું દબાઈ જાઉં છું. અત્યારે જે જે રજૂ કર્યું એનાથી સુંદર રજૂઆત કરી છે ને જે ટીમે કામ કર્યું છે તે પણ સુંદર છે.

હવે જે હું કહીશ અત્યારે તેમાં ભાષા, વ્યાકરણ ને શાસ્ત્ર એ મારું અંગત હશે. તમને કોઈ જગાએ જડશે નહીં.

“આવિયાં સર્વ પ્રેમથી ગુરુપૂજન કાજ,
કીધું ગુરુપૂજન નિજ ગૃહે પરત
ચીલાચાલુ પૂજન કીધું, આવ્યું ન કાંઈ પાસ,
મનન કીધું, શું લાધ્યું પૂજન થકી?”

આ મેં ગઈ કાલે સાંજે કહ્યું હતું કે ઘરે જઈ મનન કરજો. વિચાર કરજો. કર્યો હશે વિચાર. મનન પણ કર્યું હશે પણ હું જણાવું છું.

આપ બધા પ્રેમ થકી અત્રે આવ્યા પૂજન કર્યું અને પરત થયા. પરંતુ આ પૂજન તો ચીલાચાલુ વર્ષોથી થતું આવ્યું છે. તમે પોતે કદી વિચાર કર્યો કે આ પૂજનમાંથી શું મેળવ્યું ? અને શું મેળવવાનું છે, શું સમજવાનું, વગેરે.

પહેલાં તો હું એ જણાવું કે ગુરુ એટલે શું ? ગુરુનું શું કાર્ય હોઈ શકે?

ગુરુનો અર્થ મારી મુજબ-

ગ – ગંગા. ગંગાનાં નીર જેવું સ્વચ્છ અને પવિત્ર જેનું જીવન હોય તે.

ઉ – ુ નો આકાર સાત જેવો થાય, એટલે તેનો અર્થ સાત થાય. સૂર્ય નિરંતર ફરે છે. તેના રથમાં સાત અશ્વો છે. તે સાત અશ્વોને એક જ

હાથમાં કાબૂમાં રાખે છે. તેવી જ રીતે જે પોતાની સાત ઇન્દ્રિયોને કાબૂમાં રાખી શકે.

અત્યાર સુધીમાં આપણે પાંચ ઇન્દ્રિયો જાણતા હતા પરંતુ મારા મત મુજબ સાત ઇન્દ્રિયો છે. જે નીચે મુજબ છે:

નેત્રેન્દ્રિય, શ્રવણેન્દ્રિય, ધ્રાણેન્દ્રિય, સ્વાદેન્દ્રિય, જનનેન્દ્રિય અને વધારાની બે તે હસ્તેન્દ્રિય અને પાદેન્દ્રિય, આમ કુલ સાત ઇન્દ્રિયો થાય, એ સાત ઇન્દ્રિયોને આપણે વશ કરવાની છે. એક લગામમાં રાખવાની છે.

હું હાથને પણ ઇન્દ્રિય કહીશ. કારણ કે હાથને પણ સ્પર્શ છે. તમને ઠંડુ લાગ્યું. ગરમ લાગ્યું. એ સ્પર્શ થાય છે. ને હાથ તમારી બધી જ ક્રિયાઓ કરે છે. માટે હાથને પણ ઇન્દ્રિય કહી શકીએ છીએ. અને પગ આપણા. પગને પણ આપણે ઇન્દ્રિય તરીકે ગણી શકીએ. એને પણ સ્પર્શ છે. ઠંડું લાગે છે. ગરમ લાગે છે. સ્પર્શ કરી શકીએ છીએ અને હાથ-પગથી આપણે ઘણાં કાર્યો કરી શકીએ છીએ. અમુક કાર્યો આપણી શ્રવણેન્દ્રિય કરે છે, પણ એને સ્પર્શ નથી. એટલે આપણા હાથને અને પગને પણ આપણે ઇન્દ્રિય ગણીશું આજથી. એટલે આપણે પાંચ ઇન્દ્રિયો નહિ, પણ સાત ઇન્દ્રિયો ગણવાની અને સાતે ય ઇન્દ્રિયોને કબજામાં રાખવાની છે.

૨ – રક્ષણ કરનાર. આધ્યાત્મિક રક્ષણ કરનાર.

ઉ – ુ નો અર્થ ઊર્ધ્વગતિ – એટલે આધ્યાત્મિક રક્ષણ કરીને ઊર્ધ્વગતિમાં જવું.

ગુરુનો અર્થ જેનું જીવન ગંગા જેવું હોય અને જે તમોને આધ્યાત્મિક રક્ષણ આપે ને આધ્યાત્મિક ઊર્ધ્વગતિ કરે.

મારા મત મુજબ ગુરુ એટલે રક્ષક. આધ્યાત્મિક ચોકીદાર. જે સતત તમારી આગળ-પાછળ અંતરિક્ષમાં રહીને સદાય તમારી ચોકી કરે, રક્ષણ કરે. તમે કોઈ પણ કાર્ય સારું અગર નરસું કરતાં પહેલાં ગુરુને યાદ કરો. સતકર્મ કરો ખરા, પરંતુ ખોટું કામ કરતાં પહેલાં ગુરુ તમારા મનને-બુદ્ધિને રોકશે કે આ કાર્ય થાય નહિ. પણ કયારે ? તમે યાદ કરો ત્યારે. ઘણાને આ વાતનો અનુભવ હશે અને ન હોય તો કરી જોજો. દરેક વખતે તમને માર્ગદર્શન મળતું રહેશે.

મારી પાસે થોકબંધ દાખલાઓ મોજૂદ છે. દા. ત. કોઈ આપઘાત કરવા ગયા. કોઈ ચોરી કરવા ગયા. કોઈ કોઈનું અહિત કરવા ગયા. કોઈ કોઈની છેતરપિંડી કરવા ગયા. કોઈને બહેનો પ્રત્યે કુબુદ્ધિ સૂઝી. આ બધામાં કોઈને ફક્ત યોગાનુયોગ ગુરુના ફોટાનાં દર્શન થઈ ગયા અને અંતરમાંથી અવાજ આવ્યો કે આ કાર્ય મારાથી થઈ શકે નહિ અને તે બધા રોકાઈ ગયા. ફક્ત દર્શન કરવાથી અને યાદ કરવાથી ગુરુ ચોમેર તમારું રક્ષણ કરે છે. માટે ગુરુ એક રક્ષક છે. આધ્યાત્મિક ચોકીદાર છે. આ ગુરુની વ્યાખ્યા.

યાદ કરો ગોવર્ધન પર્વત ઊંચકીને શ્રીકૃષ્ણે જનસમુદાયનું રક્ષણ કર્યું હતું. શ્રીરામે રાક્ષસોનો સંહાર કરી ઋષિ-મુનિઓનું રક્ષણ કર્યું હતું. એટલે ગુરુ એક ભેદી કવચ છે. જે તમારી આગળ-પાછળ ચોવીસ કલાક સતત જાગૃત હોય છે. તમારો પડછાયો તો તમોને સૂર્યના પ્રકાશમાં તમારી સાથે જણાશે. જ્યારે ગુરુને યાદ કરતા રહો તો તમોને માર્ગદર્શન મળતું રહે.

ગુરુપૂજન એટલે શું?

પૂ-પુણ્ય,

જ-જશ, સમૃદ્ધિ, સંપત્તિ વગેરે.

ન-નફકરા, કોઈ પણ જાતની ફિકર નહિ.

એટલે પૂજનનો અર્થ એવો કે હે ગુરુ, અમે તમારું પૂજન કરીએ છીએ. અમોને પુણ્ય આપો. અમારાં પાપોને બાળી નાંખો. અમને સુખ-સમૃદ્ધિ આપો અને સંસારમાં કોઈ પણ જાતની ફિકર-ચિંતા ન રહે એવું કરો. આ પૂજનનો અર્થ.

યાદ કરો કેવટનો શ્રીરામ સાથેનો પ્રસંગ. રામાયણમાં રામના પાદ-પ્રક્ષાલનનું પૂજન એક જ વખત થયું છે. અને કેવટે કેટલું બધું મેળવી લીધું. રામાયણમાં એક જ જણે રામનું પૂજન કર્યું છે. આખા રામચરિત્ર માનસમાં કેવટ એકલો જ નસીબદાર નીકળ્યો કે તેને શ્રીરામના પાદ-પ્રક્ષાલન કરવાને મોકો મળ્યો.

હવે પ્રશ્ન આવે છે કે શા માટે ગુરુના પાદ-પ્રક્ષાલન કરવામાં આવે છે ? હાથ નહિ, મસ્તક નહિ ને પાદ-પ્રક્ષાલન –

શા માટે પાણીથી પાદ-પ્રક્ષાલન કરવામાં આવે છે ?

શા માટે ચંદન લગાડવામાં આવે છે ?

શા માટે કંકુ લગાડવામાં આવે છે ?

શા માટે ફૂલ ચડાવવામાં આવે છે ?

શા માટે અત્તર લગાડવામાં આવે છે ?

આ બાબતનો કદી વિચાર કર્યો છે ?

પાદ-પ્રક્ષાલન એટલે શિષ્યની શરણાગતિની ભાવના. કોઈના ચરણ ક્યારે પકડાય કે જયારે સંપૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારી હોય અને હું તમારે શરણે આવ્યો છું. તમારે જે કરવું હોય તે કરો. અને શરણે આવનારનું કદી ય અહિત થતું નથી. પરંતુ જે કાંઈ ગતિ થાય છે તેના ગર્ભમાં કાંઈ છુપાયું હોય છે.

પાણીથી પાદ-પ્રક્ષાલન કરવામાં આવે છે. પાણી પોતે પવિત્ર છે. આ તેનો ગુણધર્મ છે. પાણી એટલે – પા-પાણી, ણી-પુણ્ય. પાણીમાં બે ભેગા થાય પાપ અને પુણ્ય.

આપના ચરણકમળમાં હું પાણી ચઢાવું છું. તો મારામાં જે કાંઈ પાપો હોય તેનો નાશ કરી મને પવિત્ર બનાવો ને મારાં પુણ્યનો ઉદય કરો.

ચંદન શા માટે લગાડવામાં આવે છે ?

ચંદનનો અર્થ – ચ - ચંચળ, દ - દમન, ન - નાથવું.

આજના શુભ દિને અમો આપને ચંદન લગાવીએ છીએ. અમારી ચંચળ વૃત્તિઓનું, ચંચળ મનનું દમન કરો ને ચંચળ વૃત્તિઓને તમો નાથો. જેથી કરીને અમો નિર્મળ બની જઈએ.

શા માટે કંકુ લગાડવામાં આવે છે ?

કંકુનો અર્થ — ક - કમળ, કુ - કુકર્મ, ખરાબ કર્મો.

કુંકુનો રંગ લાલ એ ભયની નિશાની છે. ભયની ચેતવણી છે. શા માટે બહેનો, માતાઓ કંકુનો ચાંલ્લો કરે છે ? જ્યારે જ્યારે તેઓ પોતે આયનામાં જુએ અને લાલ રંગ કપાળમાં દેખાય ત્યારે એ રંગ ભયસૂચક છે. જેથી બહેનો અને માતાઓને ખ્યાલ રાખવાનો કે કંકુના ચાંલ્લાનો અર્થ એવો કે તે ચાંલ્લાનું મારે રક્ષણ કરવાનું છે. કારણકે તે સૌભાગ્યનું પ્રતીક છે. બહેનો ને માતાઓને ભય તો પોતાના શરીરનો હોય છે જેથી તે ભયની ચેતવણી રૂપ કુમકુમનો ચાંલ્લો છે. પોતાના શરીરના ભયની ચેતવણી માટે છે. એ જ્યારે જ્યારે અરીસામાં જુએ ત્યારે લાગે કે આ ભય છે, આ ચેતવણી છે મારા શરીર માટે. બહેનોએ-માતાઓએ એ ચાંલ્લાના પ્રતીકને યાદ કરીને પોતાના પતિ પ્રત્યે જ વફાદારી દર્શાવવાની છે. તેની જિંદગીમાં પોતાનો પુરુષ એ જ શ્રેષ્ઠ છે અને તેના પ્રત્યે જ પોતાના તનની ન્યોછાવરી હોવી જોઈએ. અન્ય માટે નહિ.

આ આપના ચરણને કંકુનો ચાંલ્લો કરું છું. હું કમળ જેવો પરમ તત્વથી છૂટો પડી તમારે શરણે આવ્યો છું. મારાથી જે કાંઈ અત્યાર સુધીમાં જાણ્યે-અજાણ્યે જે કાંઈ ભૂલ થઈ હોય તેને મિટાવી દો ને કમળ જેવો સ્વચ્છ બનાવો. તમારા ચરણ પકડી લીધા છે, માટે બધી ભૂલોમાંથી મુક્તિ અપાવીને શુદ્ધ કરો ને નિર્મળ બુદ્ધિ આપો.

ફૂલ ચડાવવામાં આવે છે. અત્તર લગાડવામાં આવે છે. એનો અર્થ એ થાય કે ઉપરોકત બધી બાબતોથી અમે મુક્ત થઈ ગયા. નિર્મળ બની ગયા. અમારા સર્વ દોષો નાબૂદ થઈ ગયા.

ફૂલનો ગુણધર્મ સુવાસ ફેલાવવાનો, અત્તરનો ગુણધર્મ પણ સુવાસ ફેલાવવાનો. આમ આ બંનેના ગુણધર્મ એક જ છે.

આપના ચરણમાં અમો આ ફૂલ ને અત્તરને ધરીએ છીએ, જેથી અમોને એવું જીવન આપો કે અમારા સંસાર સાગરમાં સતત દરેક પથ પર ફૂલો જ આવી મળે. અને સંસાર સાગરની મહેક મહેકતી જ રહે તમારા જીવનમાં દરેક રસ્તા પર તમને ફૂલો જ મળતા રહે અને તમારું જીવન મહેકતું જ રહે. કેટલું બધું માંગી લીધું !

આ ગુરુપૂજનનો અર્થ મારી દ્રષ્ટિએ તમોને સમજાવી દીધો. તમોએ ગુરુપૂજન કરીને કેટલું કેટલું મેળવી લીધું તેનો શાંતિથી બેસીને વિચાર કરજો. મનન કરજો અને તે પ્રમાણે વર્તવા પ્રયત્ન કરજો.

શરૂઆતની પંક્તિઓમાં મેં કહ્યું હતું: "મનન કીધું શું લાધ્યું ગુરુપૂજન થકી ?" આપના બધાનો જવાબ:

પૂજન થકી
લાધ્યું અમોએ રક્ષા કવચ
લાધ્યું અમોએ તન-મન-ધન તણી પવિત્રતા.
મુજ શીખ;
પ્રાપ્ત કીધું રાખજો હૃદયમાં
અન્યથા કમળ તણી પાંખડીઓ ખરી જાશે.

ગુરુપૂર્ણિમા એટલે શું ?

ગુરુનો અર્થ ઉપર સમજાવ્યો કે આધ્યાત્મિક ચોકીદાર, રક્ષણ કરનાર.

પૂર્ણિમા એટલે શીતળતા, પ્રકાશ.

હે ગુરુ, અમારા જીવનમાં તમો રક્ષક બનીને પ્રકાશ આપો, શાંતિ આપો.

પૂર્ણિમાનો બીજો અર્થ મારી દ્રષ્ટિએ. **પૂ – એટલે મર્યાદા પુરુષોત્તમ રામ.**

મર્યાદા પુરુષોત્તમ રામ કેવા હતા ? કેમ એ મર્યાદા પુરુષોત્તમ કહેવાયા ?

એક દાખલો હું તમને આપું.

જ્યારે રામ લંકા જીતી પાછા આયોધ્યામાં આવ્યા. આવીને રાજ્યાભિષેક હજી નહોતો થયો. પરંતુ તે વખતે રાવણ વંશનો એક રાક્ષસ જીવતો રહી ગયો હતો અને એણે કાળભૈરવની સાધના કરી હતી. ખૂબ કઠિન સાધના કરી ને કાળભૈરવને સાધ્યો. કાળભૈરવ પ્રસન્ન થયો ને રાક્ષસે કહ્યું : તું મને એક જ ચીજ આપ. શું ? રામનું મૃત્યુ. રામનું મૃત્યુ મને આપ. કાળભૈરવ કહે, મારી એ તાકાત નથી. રામ કદાપિ મૃત્યુ પામી શકે નહિ. રાક્ષસ કહે, તમારે આપવું જ પડશે. ખૂબ જીદ કરી. મેં તમારી સાધના કરી ને શા માટે મને વચન નહિ આપો. કાળભૈરવે વિચાર કરી કહ્યું કે જો રામમાં કોઈ પણ જાતની અપવિત્રતા સ્પર્શી જાય તો હું રામનું મૃત્યુ કરી દઉં. પણ એ મર્યાદા પુરુષોત્તમ છે. હજુ સુધી એ બધી રીતે પવિત્ર છે. માટે એને અપવિત્ર બનાવે તો તેનું મૃત્યુ આપું. બાકી મારાથી એનું મૃત્યુ ન થઈ શકે. તો શું કરું ? તો કહે, બે દિવસની વાર છે. રામે સીતાને મળતાં પહેલાં કહેવડાવ્યું છે કે આપણું જ્યારે પહેલું મિલન થાય- તે મિલન બાગમાં ગોઠવ્યું હતું સીતાજીને મળવા માટે અયોધ્યાની અંદર, તો સીતાજીને કહેવડાવ્યું હતું કે જે કંચુકી માટે આ યુદ્ધ થયું તો તે દિવસે તું મારી પાસે કંચુકી પહેરીને આવજે મળવા માટે. હવે પેલા રાક્ષસને કહ્યું કે આ સમયે સીતા આવવાનાં છે. તું સીતાનો વેશ ધારણ કરીને આગળ જા. જો રામજી સીતાને ભેટી પડે તો તરત હું એમનું મૃત્યુ આપી દઉં. પરંતુ જો એ નહિ

ભેટે તો હું તને ભસ્મ કરી દઈશ. તો કહે બરાબર છે. રાક્ષસ તૈયાર થઈ ગયો. આબેહુબ સીતાનું રૂપ ધારણ કર્યું. કપડાં પહેર્યાં, બધું કર્યું. અને આ બાજુથી રામ આવે છે. આ બાજુથી સીતા બનીને રાક્ષસ આવે છે ને છેક નજીક આવે છે. આવીને પાસે જવાની તૈયારી હોય છે ને રામ બે ડગલાં દૂર હટી જાય છે. આ ન હોય. આ સીતા ન હોય. તેમણે પારખી લીધું કે જે કંચુકી માટે તેમણે કહેવડાવ્યું હતું કે સીતા કંચુકી પહેરીને આવે. એ કંચુકી નથી પહેરી. એટલી રાક્ષસની ભૂલ થઈ ગઈ હતી ને તરત જ ત્યાં જ આગળ રાક્ષસને ભસ્મીભૂત કરી દીધો કાળભૈરવે ને રામ જીવિત રહ્યા. માટે મર્યાદા પુરુષોત્તમ આવા હતા. માટે એ મર્યાદા પુરુષોત્તમ કહેવાયા.

ર્ણિ - એટલે કૃષ્ણનો ણ, મા - એટલે માતાજી–શક્તિ.

આમ પૂર્ણિમા શબ્દની અંદર રામ + કૃષ્ણ + માતાજી ત્રણેનો સંગમ થયેલો છે. જેથી ત્રણેના ગુણધર્મો પૂર્ણિમા શબ્દની અંદર આવી જાય છે. પૂર્ણિમાની અંદર રામ આવ્યા, કૃષ્ણ આવ્યા, માતાજી આવ્યા માટે એ પૂર્ણિમા.

તમારા ગુરુ તમારું કયારે રક્ષણ કરે, કયારે શીતળતા, શાંતિ અર્પે કે તેમનામાં આ ત્રણેના ગુણોને સંચય થયો હોય ત્યારે. આ બહુ સૂચક છે. એટલે જ્યારે પણ તમારે તમારા ગુરુ તરીકેની પસંદગી કરવાની હોય ત્યારે વિચાર કરજો કે તેમનામાં રામ + કૃષ્ણ + માતાજીના

ગુણધર્મો સમાયેલાં છે કે કેમ ? અને જેનામાં તમે આ ગુણોના દર્શન કરો તેને તમો આંખો મીંચીને ગુરુ તરીકે સ્વીકાર કરી લેજો. પછી તમારી ગુરુપૂર્ણિમા અને તમો ધન્ય બની જશો.

મન, વચન ને કર્મની પવિત્રતા

હવે મન, વચન ને કર્મની પવિત્રતા પર આવું છું.

મન, વચન અને કર્મની પવિત્રતા એટલે શું ? એનું પાલન કઈ રીતે થઈ શકે ?

પહેલા મન વિશે...

જ્યારે જ્યારે આપણે કોઈ પણ કાર્યની શરૂઆત કરીએ ત્યારે પહેલાં મનમાંથી વિચાર ઉપસ્થિત થાય છે. મનમાં એટલા બધા વિચારો સારા, નરસા અને ન ધાર્યા હોય એવા વિચારો આવે છે. આ વિચારો કેમ આવે છે ? શું કરવા આવે છે ? મનુષ્યે જન્મ લીધો ત્યારથી જ તેના વિચારો શરૂ થાય છે. આ વિચારે સારા હોય તો સત્કર્મ થાય અને નરસા હોય તો દુષ્કૃત્ય થાય. ખોટા વિચારો એટલે કોઈના અહિતના, કોઈને હેરાન કરવાના, સામા માણસને દુઃખ ઉત્પન્ન થાય એવું વિચારવાનો, એ વિચાર માત્ર પણ પાપ છે.

મનનો અર્થ મારી દૃષ્ટિએ : **મ - મનુષ્ય, ન - નાગ.**

આ નાગ મનુષ્યને તેના મનમાં પાપરૂપી વિચારોમાં ડોલાવે છે. પરંતુ મનુષ્યનું કર્તવ્ય છે કે ડોલતા નાગને નાથવાનું છે. જો તમે આ વિચારરૂપી નાગને નાથી લીધો. પછી તમારામાં કોઈ પણ જાતનો ખોટો-હલકો વિચાર નહિ આવે. અને કોઈ પણ જાતનું પાપકર્મ થઈ શકશે નહિ. સત્કર્મો જ થતા રહેશે. ફક્ત તમારે મનની પવિત્રતા માટે તમારા વિચારોરૂપી નાગને નાથો. તેના માટે સદ્ વિચાર, સદ્ વાચન, સત્સંગ, અહમનો ત્યાગનો આશરો લેવો જોઈએ.

વચનની પવિત્રતા એટલે તમે પોતે કોઈ પણ વચન મુખરૂપી બારી વાટે બહાર કાઢો તે પહેલાં તેને સો ગળણે ગાળી જુઓ, તે પછી વચનને વહાવો.

વિચાર કરી જુઓ કે મારા વચનથી કોઈને વિશ્વાસઘાત થતો નથી ને. કોઈનું અહિત તો થતું નથી ને. કોઈની લાગણી દુભાતી નથી ને. કોઈને દુઃખ ઉત્પન્ન થતું નથી ને. કોઈની માનહાનિ થતી નથી ને. અગર તો મારે વચનથી સમાજને, રાષ્ટ્રને કંઈ હાનિ પહોંચતી નથી ને. કારણ કે એવા ઘણા દાખલા છે કે વચન થકી યુદ્ધો ખેલાયા છે. યાદ કરો દ્રૌપદીના વચન થકી મહાભારતનું યુદ્ધ ખેલાયું. સીતાજીના વચન થકી રાવણ સાથે યુદ્ધ થયું.

દ્રૌપદીએ એટલું જ કહ્યું, આંધળાનાં આંધળા. આ વચન ઉપર જ દુર્યોધને યુદ્ધ આદર્યું.

સીતાજીએ વચન થકી સુવર્ણ મૃગની કંચુકી પહેરવાની માગણી કરી અને પછીને ઈતિહાસ તમારી સમક્ષ મોજૂદ છે.

આજ વચનને લઈને ઘણાંને ઘેર ઘેર યુદ્ધો ખેલાય છે.

વચનનો અર્થ મારી દ્રષ્ટિએ નીચે મુજબ છે :

વ - વરસાદ રૂપી અમૃત પાણી,

ચ - ચાંચડ, મચ્છર, જે ડંખ મારે છે, કરડે છે.

ન - નર-નારી

આને અર્થ એમ સમજવાનો કે જે નર-નારી છે તેમણે અમૃતરૂપી પાણી, પોતાના મુખરૂપી બારીમાંથી વરસાવવું, જેથી કરીને જગતમાં પોતાના મુખમાંથી અમૃતરૂપી વાણીનું પાન જગત કરે, પરંતુ જે વચનથી ચાંચડ રૂપે કરડતા વાણીના બાણ નીકળે ને વચનની પવિત્રતા ન જળવાય તેને ચાંચડ કહી શકાય.

કર્મની પવિત્રતા :

આમ તો મન, વચન અને કર્મમાં પવિત્રતાના ગુણધર્મો સરખા જ છે. મનની પવિત્રતા એટલે અમૃતરૂપી વાણીનું ઉચ્ચારણ.

કર્મની પવિત્રતા એટલે જે કાંઈ સત્કર્મ કર્યું હોય તે.

મનની, વચનની પવિત્રતા વિશે આગળ જણાવ્યું.

કર્મની પવિત્રતામાં તમારે જાતે જ તે કાર્ય કરવાનું રહે છે. જેથી કરીને જે કાંઈ કર્મ કરો તેનું ફળ ભોગવવાનું છે.

દા. ત. તમે નક્કી કરો કે મારે ચોરી કરવી છે ને તમે ચોરી કરી. તો તે પાપકર્મ માટે તમે બંધાયા. તમે જાતે કોઈને પથ્થર માર્યો તે પણ એક પાપકર્મ છે. કર્મની અંદર તમે જેટલાં સારાં કર્મો એટલે સુકૃત્ય કરો તેમાં જ તમારી પવિત્રતા જણાશે.

કર્મનો અર્થ મારી દ્રષ્ટિએ : **ક – કલમ, મ - મનુષ્ય.**

મનુષ્ય જે કાંઈ કર્મ કરે છે, સુકૃત્ય અગર તો દુષ્કૃત્ય, તેની નોંધ પરમ તત્વના ચોપડામાં થઈ જાય છે. તે મુજબ બીજા જન્મમાં ફળ મળે છે. માટે કોઈ પણ જાતના કર્મ કરતાં પહેલાં રોકાઈ જઈને સુકૃત્ય થાય તેવાં જ કર્મો કરવાં જોઈએ. આમ આ આખી મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા શી રીતે જાળવવી તે જણાવ્યું. આનું સતત સ્મરણ કરતા રહો, તો ધીરે ધીરે મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા મેળવી શકશો.

મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા તમોને કહી. હવે પાપના પ્રકાર તમોને જણાવું.

પાપના ચાર પ્રકાર :

(૧) આધ્યાત્મિક પાપ (૨) માનસિક પાપ,

(૩) સામાજિક પાપ અને (૪) શારીરિક પાપ.

(૧) આધ્યાત્મિક પાપ એટલે અપ્રેમ, નિષ્ઠુરતા, નીચતા વગેરે.

(૨) માનસિક પાપ એટલે કામ, ક્રોધ, અહમ્ ઇત્યાદિ માનસિક પાપ છે.

(૩) સામાજિક પાપ એટલે ચોરી, વ્યભિચાર, છેતરપિંડી, શારીરિક ઈજા પહોંચાડવી.

(૪) શારીરિક પાપ એટલે શરીરમાં કોઈ પણ જાતનો રોગ થયો હોય તે શારીરિક પાપ કહેવાય.

આ ચાર પાપના પ્રકાર છે. તેમાંથી પણ કેમ બચવું અને શી સાવધાની રાખવી તે તમારે વિચારવાનું છે.

આજ રોજ મેં જે કંઈ કહ્યું અને તમે સાંભળ્યું, સાંભળ્યાં પછી શું કરવાનું ? જ્ઞાન તો એવું છે કે એક અગાધ સાગર છે. તેમાંથી તમો જેટલું પ્રાપ્ત કરો તેટલું ઓછું છે. પણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યા પછીથી શું ? જે કાંઈ કરવાનું છે તે તમારે કરવાનું છે. સંત તો તમોને રસ્તો બતાવે, તે રસ્તા પર ચાલવાનું શીખવાડે, આંગળી પકડીને તમને ચલાવે, પરંતુ તમારા બદલે સંત ચાલે તે શક્ય ન બને. ચાલવાનું તો તમારે જ છે.

શું સમજાવું તમોને
મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા તણા પાઠો,
માનું છું, તમો સમજુ અને જ્ઞાની
સંસાર સાગરે જ્ઞાન અને સમજ
ઝાંઝવા તણાં નીર સમાન.

રે બંધુઓ, તૈયાર થાઓ
પરમ તત્વને સત્કારવા
હમણાં જ એ આવશે
તપાસશે મન, વચન, કર્મ તણી પવિત્રતા
પાસ થાશો કસોટીમાં
હૃદયકમળમાં સ્થાન ગ્રહણ કરશે.

[તા. ૨૨-૭-'૯૪ના રોજ 'ગુરુપૂર્ણિમા'ના પર્વ નિમિત્તે પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજીનું સંબોધન.]

૭. તમારી દુનિયાદારી

પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી

ગાયત્રી માતાના વ્હાલાં બાળકો,

સર્વે જનો પૂજન કાજ આવિયાં,
કામ છોડી ઘર છોડી દૂર દૂરથી આવિયાં
ઉરમાં આશ ગુરુદેવના પ્રત્યક્ષ દર્શન તણી.
[આ તમારા મનની વાચાને પ્રદર્શિત કરું છું.]

પૂજન કરી દર્શન કરી શાતા પામતા,
હર્ષમાં ને હર્ષમાં ખુદ ખોવાઈ જાતા,
કુટુંબ ને સંસારને ભૂલી જાતા,
[અહીં તમે બેઠા છો ત્યાં સુધી કુટુંબ શું, સંસાર શું, એ બધું તમે ભૂલી જશો.]

આ હોલ છે, હાજર છે ગુરુદેવ, નથી યાદ આવતી દુનિયાદારી,
હોલમાંથી બહાર આવીયાં, રાહ જુએ તમારી દુનિયાદારી,
હું કહું છું રટો અહર્નિશ પરમ શક્તિ મંત્ર, આનંદ પ્રાપ્ત થાશે.

[ગુરુપૂર્ણિમાની પૂર્વ સંધ્યાએ તા. ૧૧-૭-'૯૫ ના રોજ અમદાવાદ ખાતેના પી.જી મહેતા મેમોરિયલ હોલમાં ઉપસ્થિત ભક્તો સમક્ષ પૂજ્ય રાજયોગી નરેન્દ્રજીએ ઉપરોક્ત વચનો ઉચ્ચાર્યા હતા.]

૮. માનવતા વ્રત

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૫ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગુરૂપૂર્ણિમાના પર્વે તારીખ ૧૨-૭-'૯૫ ના રોજ પૂજ્ય રાજયોગી નરેન્દ્રજીએ પી. જી. મહેતા હોલમાં ઉપસ્થિત ભક્તોને સંબોધતા જણાવ્યું હતું:

આવ્યા બધાં ભેગા મળી મંદિર મહીં

[આ હોલને મેં મંદિર કહ્યો છે.]

સાથમાં પ્રેમપુષ્પો લાવિયાં

[અહીં તો પ્રેમપુષ્પોની જ જરૂર છે.]

ચરણે ધરી પ્રેમપુષ્પો કૃતાર્થ થાતાં

[તમે જે પ્રેમપુષ્પો ચરણે ધરો છો, એ ધરીને કૃતાર્થ થઈ જાઓ છો. પછી એ પ્રેમપુષ્પોને હું શું કરૂં છું?]

ચરણો તણાં પ્રેમપુષ્પો ધારણ કરુ હૃદયમંદિરમાં

[તમારા પ્રેમ પુષ્પોને હું મારા હૃદયમંદિરમાં મુકું છું.]

હૃદય મંદિર થકી વહાવું પ્રેમતણું ઝરણું જીવનજળરૂપે

[તમે જ પ્રેમનાં પુષ્પો મૂક્યાં, મારા હૃદયમાં સંગ્રહ્યા ને મારા હૃદયમાંથી ઝરણાં રૂપે, જીવનજળ રૂપે હું તમને પરત આપું છું.]

જેના થકી એક એક માનવી એક એક રાજયોગી.

પરમ તત્વના રસ્તે કેમ જવું તે હું તમને કહું છું :

ચીંધ્યો રાજમાર્ગ પરમ તત્વ તણો

[મેં તમને સીધો પરમ તત્વનો રાજમાર્ગ બતાવી દીધો છે. એ રાજમાર્ગ પર તમે ચાલ્યા જાવ.]

રસ્તો બનાવી, સંહાર કરો ષડરિપુ તણો

[મેં રાજમાર્ગ ચીંધ્યો, પણ એના પર તમે પોતાનો રસ્તો બનાવો. જેમ સિમેન્ટ કોન્ક્રીટને ઠોકીને ફીટ કરે છે એ રીતે રસ્તો બનાવી ષડરિપુનો સંહાર કરી એ સિમેન્ટ કોંક્રીટને ઠોકી રસ્તા પર ચાલ્યા જાવ.]

સિંચન કરો, મન, વચન, કર્મની પવિત્રતાતણું નીર.

[પરમ તત્વના રસ્તે જવા માટે મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા તણા નીરનું સિંચન કરો.]

આચરણ કરો રાજયોગી તણા નવ સિદ્ધાંતો

[તો પછી શું થશે?]

રાજમાર્ગ પર દોડયા જાશો, પરમ તત્વ તણા આવાસમાં,

[એના ઘર સુધી પહોંચી જશો]

સ્થાન મળશે, માન મળશે, પરમ તત્વને પામી જશો.

[તમે આટલું કરો. બહુ થઈ ગયું. બધું જ પામી જશો. બધું મળી જશે તમને.]

હવે આપણી આર્ય સંસ્કૃતિ વિશે વાત કરું :

આપણી આર્ય સંસ્કૃતિનો વિકાસ વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંત પર રચાયો છે અને તેનું હાર્દ આધ્યાત્મિકતા છે. જ્ઞાન, વિજ્ઞાન અને ધર્મ પર જ આપણી સંસ્કૃતિનું બંધારણ છે. ધર્મ અને વિજ્ઞાન એક સિક્કાની બે બાજુ છે.

સાંપ્રત સમયમાં આપણે સુવ્યવસ્થિત અને સંસ્કારયુક્ત કુટુંબ અને સમાજ જોઈતો હોય તો આપણે આપણી આર્ય સંસ્કૃતિના પ્રણેતા ઋષિમુનિઓના ગૃહસ્થાશ્રમ તરફ દ્રષ્ટિપાત કરવો જ પડશે.

કુટુંબના સભ્યો એકબીજા પ્રત્યે માન, આદર અને પ્રેમનું વાતાવરણ જન્માવે, આત્મીયતા કેળવે, ભૂલી જવું અને માફ કરવું **(Forget and Forgive)** ની ભાવના કેળવે તો જ વર્તમાન અને ભાવિ પેઢીમાં સુખ, શાંતિ અને સમૃદ્ધિનું વાતાવરણ જન્મી શકશે. આપણે આપણા કુટુંબથી જ શરૂઆત કરીએ. લંડન-અમેરિકામાં થઈ છે. અહીં હું આજે જાહેર કરું છું.

પત્ની પોતાના પતિ પ્રત્યે માન, આદર અને પૂજ્યની ભાવના કેળવે, પતિને પરમેશ્વર સમજી તેની ચરણવંદના કરે. આ પ્રમાણેની પ્રથા ચાલુ રાખવાથી ઘરમાં સંપ અને સુલેહનું વાતાવરણ પ્રસરશે. ચરણવંદના પામનાર વડીલને માન-આદરની લાગણી પામવા માટેની પાત્રતા કેળવવાની ફરજ પડશે. તમને કોઈ પગે લાગે તો તમારે પણ તમારી પાત્રતા કેળવવી પડે કે મારે આ પાત્રતા કેળવવાની છે. માણસ

જાતે જ સુધરશે. તેમ જ કુટુંબના સભ્યોને પ્રેમ, રક્ષણ અને પોષણ આપવાને લાયક બનવું પડશે. આવા સુખ, શાંતિ અને આનંદના વાતાવરણમાં જ કુટુંબ જીવનની ઘણી સમસ્યાઓ આપમેળે જ ઉકલી જશે.

લંડન-અમેરિકામાં એવું કર્યું છે કે પતિ પત્ની સવારે ઊઠે ત્યારે પત્ની પહેલા પતિને પગે લાગે, બાળકોના દેખતા જ પગે લાગે. જેથી બાળકો તેના મા- બાપને પગે લાગે. પતિએ પણ તેની ફરજ નિભાવવા એને લાયક બનવા તૈયાર રહેવું પડે. બાળકોએ વડીલોને પગે લાગવાનું શરૂ કરી દેવું જોઈએ.

દરેક ઘરમાં પોતાના ઇષ્ટ દેવ-પરમતત્વનો વાસ છે તેવી શ્રધ્ધા અને ભાવના કેળવવી. કુટુંબના જ એક વડીલ સભ્ય પરોક્ષ-અગોચર હોવા છતાં પ્રત્યક્ષ-ગોચરમાં છે તેમ માની, આપણા ઘરમાં અને કુટુંબમાં આપણી શક્તિ મર્યાદા પ્રમાણે સ્થાન આપવું. દરેક ઘરમાં પૂજા સ્થાન હોવું જ જોઈએ. પરમતત્વ હાજર છે એ રીતે વર્તન કરવું. કુટુંબના દરેક સભ્યોએ દરરોજ દિવસમાં એક વખત રાતે સૂતા પહેલા સાથે બેસી ૧૦-૧૫ મિનિટ સત્સંગ કરવો જોઈએ. મંત્રજપ, ધૂન, ભજન, આધ્યાત્મિક વાચન વગેરે કરવું જોઈએ. પરમતત્વની પરોક્ષ હાજરીમાં તમને પ્રત્યક્ષતાનો અનુભવ અવશ્ય થશે જ. જો દરરોજ આમ કરશો તો બાળકોનું પણ ભાવિ ઘડાશે.

દરેક સંપ્રદાયમાં વ્રતનો મહિમા હોય છે. મન અને ઇન્દ્રિયોનો વિગ્રહ અને ઇષ્ટની ભાવપૂર્વકની ઉપાસના એ કોઈ પણ વ્રતની આધારશીલા છે. આજે હું આપ સર્વને એક નવું જ વ્રત કરવાનું સૂચવું છું. એ વ્રત છે માનવતા વ્રત.

આ વ્રતનો મહિમા મનુષ્યના હૃદયમંદિરને સ્વચ્છ કરવાનો, માનસિક શાંતિ અને આત્મસંતોષ મેળવવાનો છે.

વ્રતની પદ્ધતિ

આ વ્રત મહિનામાં બે વખત બીજા અને ચોથા રવિવારે કરવાનું, જેથી બધા જ ઘરમાં હોય.

૧. સ્નાન-શૌચાદીથી પરવારી અડધો કલાક પરમ શક્તિ મંત્ર "ૐ મા ૐ" ના જપ કરવા.

૨. શુદ્ધ સાત્વિક ઘરનો જ બનાવેલો ખોરાક એક વખત જમવો.

૩. મનમાં દ્રઢ સંકલ્પ કરવો કે આજે મારા વાણી, વર્તન અને વ્યવહારથી કોઈને પણ દુઃખ ન પહોંચે. આ વ્રત માનવતાનું વ્રત.

૪. આખા દિવસ દરમ્યાન આપણાથી શક્ય હોય તે રીતે તન, મન અને ધનના ત્રિવેણીસંગમ વડે અન્યને મદદરૂપ થવાય તેવું આયોજન કરી અમલ કરવો. પોતાની પરિસ્થિતિ મુજબ કરવાનું. દા.ત. નિઃસહાયને સહાય કરવી, નિરક્ષરને અક્ષરજ્ઞાન આપીને, બિછાને પડેલ બિમાર દર્દીને દવા લાવી આપવી, શુશ્રુષા કરવી, જમાડવી વગેરે.

૫. માનવતા વ્રતનું પાલન કરવા માટે નીચે દર્શાવેલ સંયમ કેળવવાની જરૂર છે :

મનનો સંયમ : મારાથી કોઈનો ખરાબ વિચાર ન આવી જાય-કોઈનું ખરાબ ન ઇચ્છું.

વાણીનો સંયમ : મારાથી કોઈનું ખોટું ન બોલાય. કોઈનો તિરસ્કાર ન થાય. કોઈ સાથે ઝઘડો ન થાય.

નયનોનો સંયમ: નયનો એવા છે કે ઘણી વખત માણસ કોઈને જુએ ને એને ઉન્માદ આવી જાય છે, કોઈને જુએ તો ખુશ થાય, કોઈને જુએ તો નાખુશ થાય. એટલે સંયમ રાખવો પડે. દરેક વ્યક્તિને પ્રેમથી જોવી. ભલે ગમે તે વ્યક્તિ હોય. આપણી પાસે આવે એટલે એને પ્રેમથી રાખવી, પ્રેમથી જોવી. સ્વાગત કરવું.

કર્ણનો સંયમ : જે મારે સાંભળવાનું છે તે સારી વસ્તુ જ સાંભળું છું. ખોટી વસ્તુ નહીં. જે સારું છે તેટલું જ ગ્રહણ કરે ને ખોટું છે તે ગ્રહણ ન કરે.

૬. રાતે સૂતા પહેલા પરમ શક્તિ મંત્રના જપ ૧૦ મિનિટ કરી આખા દિવસના કાર્યનું સરવૈયું કાઢી જોજો. ખૂબ જ શાંતિ અને સંતોષનો અનુભવ થશે. સંતોષનો અનુભવ થશે.

મને જે માનતા હોય, મારામાં વિશ્વાસ ધરાવતા હોય તેઓએ આ વ્રત કરવું જરૂરી છે.

આ માનવતા વ્રતનું ચુસ્તપણે નિયમિત પાલન કરશો તો કુટુંબ અને સમાજમાં તમે સૌના પ્રીતિપાત્ર બની શકશો. આ વ્રત કરશો તો જીવનમાં ઘણી શાંતિ મળશે.

જીવનજળ બંધ

તા. ૧૦-૭-'૯૫ ને સોમવારે રાતે સ્વપ્નમાં માતાજી પધાર્યા અને મને જણાવ્યું કે તા. ૨૫-૯-'૯૫ થી જીવનજળ આપવાનું બંધ કરવાનું ને વધુ માહિતી રૂબરૂમાં આપીશ ! આટલું કહીને માતાજી ચાલ્યા ગયા.

હવે તા ૨૫-૯-'૯૫ સોમવારથી જીવનજળ આપવાનું બંધ કરવાનું, પણ પછી શું વિકલ્પ ? વિકલ્પ તો માતાજી જ આપી શકે. વિદ્યાર્થી હોશિયાર થાય એટલે તેની વધુ ભારે કસોટી થાય એવું લેસન વર્ગના ગુરૂ આપે. હવે મારા ગુરૂજી રૂબરૂમાં શું કહે છે, શું આદેશ આપે છે તેની પ્રતીક્ષા કરવાની રહી.

હતો અમૃતકુંભ જીવનજળ રૂપી, પરત ચાલ્યો અસલી સ્થાને.
મહોર મારી ૨૫ સપ્ટેમ્બર ૧૯૯૫ સુધીની,
સેઇફ ડીપોઝીટ વોલ્ટ તણી થાપણ મૂળ માલિક પરત લઈ ગયાં.
બે દાયકાનો મહાવરો જીવનજળ તણો, એ મહાવરો સ્વપ્નમય બની જશે.

જેમ પંખી માળામાંથી ઉડી, અવકાશને આંબી જતું,
તેમ જીવનજળ મુજ હસ્તમાંથી ઊડી જાશે,
નજર સમક્ષથી હટી જાશે, જીવનજળ તણી બોટલો.
આ નાજુક અંગુલીઓને, વનવાસ જીવનજળ તણો.
જીવનજળ તણી બોટલોનું ને હસ્તનું, મિલન વિસરી જવાનું.
હૃદય તલપતું તલપતું રહેશે.
આદેશ સેનાપતિનો, સૈનિક બિચારો શું કરે ?
રૂબરૂ મુલાકાત સેનાપતિ તણી, પ્રાપ્ત થાશે સર્ટિફાઇડ ગેઝેટ.

જેમણે નવો મંત્ર લેવાનો છે તેમને માટે મારું એવું મંતવ્ય છે કે પરમ શક્તિ મંત્રનો જપ બે વર્ષ સુધી તમે પોતે કરો ને આચરણમાં મૂકો ને પછી દીક્ષા લો. પછી ગુરૂ મંત્ર લેવા તમે આવજો.

મારા આપ સર્વને આશીર્વાદ છે.

ૐ મા ૐ

૯. ગુરૂપૂર્ણિમા- અમૃતવાણી

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૬ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

"આવી ગુરૂપૂર્ણિમાં તમો બધાં હાજર, હાજરની હાજરી.

માત તણી પોથીમાં, માત યાદ કરે તમોને,

આ જીંદગી સફળ થઈ, ગુરૂપૂર્ણિમાના પર્વ પરે."

ગાયત્રી માતાજીના વહાલા બાળકો,

તમો બધાને મેં માનવતા વ્રત કરવાનું જણાવેલ. માનું છું કે તમો બધા આ વ્રત કરતા હશો. માનવતા વ્રતની અંદર મનનો સંયમ, કર્ણનો સંયમ, નયનોનો સંયમ, વાણીનો સંયમ ને સદાચારને સદવર્તનથી પરમતત્વની પાસે પહોંચી શકાય. મારી જાણમાં આવ્યું છે કે ઘણાં ભક્તોને એક વખત જમવામાં તકલીફ પડે છે, ભૂખ્યા રહેવાતું નથી; તો માનવતાવ્રતના હેતુને સાકાર કરવા માટે તે દિવસે બે ટાઈમ શુધ્ધ, સાદો સાત્વિક, ઘરનો બનાવેલો ખોરાક ખાવાની છુટ આપવામાં આવે છે. જેથી લોકો જમવા માટે આ વ્રત કરતા ન હોય તો અત્રેથી પરત થઈને સંકલ્પ કરજો માનવતાવ્રતતણું. અનુભવશો આત્માનંદનો આનંદ.

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ.

ॐ મા ॐ

૧૦. ગુરૂપૂર્ણિમા

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૬

તારીખ 30 જુલાઈ ૧૯૯૬, ગુરૂપૂર્ણિમાના પવિત્ર, પાવનકારી દિવસે પી. જી. મહેતા હોલ, પાલડી, અમદાવાદનું પ્રાંગણ માનવ મહેરામણથી નવપલ્લવિત થઈ ગયું હતું. આ પવિત્ર દિવસે ખોબલે ખોબલે પુણ્ય એકઠું કરવા અને દિવ્ય આંદોલનોને હૃદયમંદીરમાં ઝંકૃત કરવા માટે ભાવથી, ભીંજાતા ભક્તોનો પ્રવાહ અવિરતપણે વહ્યા કરતો હતો.

આ મહાનપૂર્ણિમાની પૂર્વ સંધ્યાએ, ૨૯મી તારીખ, સોમવારે ગુરૂપુજનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ભક્તોએ પૂજ્ય ગુરૂદેવના બીન આચ્છાદિત ચરણોની ભાવપૂર્વક પૂજા કરી, અડસઠ તીરથમાં સ્નાન કર્યાનો લ્હાવો માણ્યો હતો. સતત ત્રણ કલાક સુધી ભક્તોએ નાના નાના સમૂહમાં પાદપ્રક્ષાલન કરી પૂજ્યશ્રીની દિવ્ય ઉર્જાને પોતાની ઉર્જામાં પ્રવાહિત કરી ધન્યતા અનુભવી. ગુરૂપૂજન પછી પ્રસાદ આરોગી, એ ધન્ય પળોને વાગોળતા છુટાં પડયા.

ભક્તોની ભાવનાને હૃદયમાં ભરીને પૂજ્યશ્રી શ્રધ્ધા નિવાસે પહોંચ્યા. સ્નાન, ભોજન અને નિત્ય કર્મથી પરવારી રાત્રે સવાનવ વાગે પૂજ્યશ્રી તેમના રૂમમાં પલંગમાં પગ લંબાવીને આરામથી બેઠા.

પરંતુ આ શું ! ભાવવિભોર બહેનજી બોલ્યાં, "માવડી આવી ગઈ"! પૂજ્યશ્રીના બન્ને ચરણના તળિયામાં સંધ્યાની ગુલાબી લાલીમા પથરાઈ ગઈ હતી. ચરણ કંકુવાળા થઈ ગયાં હતાં. મંદારની મહેંકથી સમગ્ર વાતાવરણ મહેંકી રહ્યું હતું. સંધ્યાની લાલીમો દૈવી ચિન્હો ૐ, 卐 વિગેરે અંકિત થયેલાં દેખાતા હતાં.

ગામ, પરગામ અને દેશ વિદેશથી નિર્ભેળ, ભાવ ભરીને ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પ્રસંગે ગુરૂદેવના દર્શન, પૂજન અને આશીષ મેળવવા પધારેલા ભક્તોને પણ માતાજીની આ દિવ્યપ્રસાદીના દર્શનનો લાભ મળે અને સર્વેભક્તોનો પ્રેમ અને ગુરૂપૂજનની નોંધ માતાજીએ લીધી છે અને આશીર્વાદ આપ્યા છે તેવો અહેસાસ થાય તે હેતુથી પૂજ્યશ્રીને પ્રાર્થના કરી આ દિવ્યતાને ફોટોગ્રાફી અને વીડીઓગ્રાફીમાં કંડારી લીધી.

ગુરૂપૂર્ણિમાના દિવસે ગુરૂદેવના દર્શન કરવા માટે પોતાના પ્રેમપુષ્પો અર્પણ કરવા માટે શિસ્તબધ્ધ રીતે લાઈનમાં ઉભા રહી, મનમાં મંત્ર જાપ કરતા, ટેલીવીઝન પર પ્રસારીત થતી પૂજ્યશ્રીની

વીડીયો કેસેટ જોતા ધન્યતા અનુભવતા હતા. સતત ચાર કલાક સુધી ફક્ત દર્શન અને ચરણવંદના કરતો ભક્તોનો પ્રેમપ્રવાહ અવિરત પણે ચાલ્યા કર્યો. પુષ્પોની ગેરહાજરી હોવા છતાં પણ મંદાર, મોગરોને સુખડની સુવાસનો પમરાટ સમગ્ર વાતાવરણમાં પ્રસરી રહ્યો હતો. માતાજીની સૂક્ષ્મ હાજરીનો અહેસાસ સહુને થતો હતો. માતાજીને ભાવતાં ભોજનના પ્રસાદમાં પણ અનેરી મીઠાશ હતી. ભક્તોએ પ્રેમથી ખીચડી, કઢી, શાક અને મોહનથાળનો પ્રસાદ આરોગ્યો. આજે મેઘરાજાએ અમીછાંટણા કરી વાતાવરણને આલ્હાદકતાથી ભરી દીધું હતું.

બપોરના અર્ધા કલાકના વિરામ બાદ ભક્તોએ પોતાની ભાવોર્મિઓ વ્યક્ત કરી હતી, જેનો મુખ્ય ધ્વની સુર હતો કે.....

(૧) અમને આપનાજ શરણમાં રાખજો.

(૨) અમે સાચા શિષ્ય બનીએ અને આપના આદર્શોને જ જીવન મંત્ર બનાવીએ.

(૩) અમે આપના આદેશોનું અક્ષરશ: પાલન કરી માનવ બની, મહામાનવ બનવા પ્રયત્નશીલ રહીએ.

(૪) અમે મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા કેળવીએ;

(૫) ષડરિપુનું નિયંત્રણ કરીએ.

(૬) નવ સિધ્ધાંતોને જીવનમાં આત્મસાત કરીએ.

(૭) માનવતા વ્રતનું આચરણ કરીએ.

પૂજ્ય ગુરુદેવે માનવતાવ્રતના પાલન અંગેનું મૂલ્યાંકન કરીને એક વખત જમવામાં છૂટછાટ કરીને બે વખત ઘરનું જ બનાવેલું સાત્વિક ભોજન જમીને પણ માનવતાવ્રત દરેક ભાઈબહેનોને કરવા માટે આગ્રહ રાખ્યો હતો. વ્યક્તિ, કુટુંબ, સમાજ અને રાષ્ટ્રના ઘડતર અને ચણતર માટે માનવતાવ્રતનાં આચરણની આવશ્યક્તા પર વિશેષ ભાર મૂક્યો હતો. ભક્તોની પ્રેમભરી પ્રાર્થનાને વશ થઈને પૂજ્ય ગુરૂદેવે તેમના કંકુવર્ણા ચરણના દર્શન સહુ ભક્તોને કરાવ્યા હતા. તેમજ વિડિયો દ્વારા ટી.વીમાં આ દૃષ્યને પ્રસારિત કર્યું હતું.

સાંજે ૬-૩૦ વાગે મંત્રજાપ અને નિત્ય સ્મરણ કરી આનંદના ઉદધિમાં ભીંજાતા સહુ ભક્તો આવતા વર્ષની ગુરૂપુર્ણિમાને યાદ કરતા અલવિદા કરી છૂટા પડયાં.

૧૧. યોગ

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૭ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાના વ્હાલા બાળકો,

આજે આપણે 'યોગ' વિષે જાણવા અને સમજવા પ્રયત્ન કરીએ.

યોગ મીટાવે ભોગ ને રોગ

યોગ મીટાવે માયાની મલિનતા

યોગ કરાવે ભવસાગર પાર

યોગ સધાવે પરમનો વિયોગ

યોગ એટલે જીવાત્માનું પરમાત્મા સાથે સંયોજન થાય સાયુજય સધાય.

યોગ દ્વારા મનુષ્યને પોતાના ઇષ્ટદેવના સ્વરૂપમાં પરમાત્માના દર્શન થાય.

પરમાત્મા સાથે ઐક્યતા સાધી શકાય, તેનામાં એકાકાર થઈ જવાય તે જ યોગની સાચી ફળશ્રુતિ.

આવી પરિસ્થિતિ ક્યારે સર્જાય ?

આપણી ઉપાસનાનો પાયો (base) મજબૂત અને નક્કર કરીએ ત્યારે જ.

ઘણા ઉપાસકોને મનની સ્થિરતા જ રહેતી નથી. ઉપાસના દરમિયાન, જપ કરતાં, ધ્યાન કરતાં, આનંદ આવતો નથી. બગાસા આવે છે. નિરસતા લાગે છે, મનની એકાગ્રતા સાધી શકાતી નથી.

આવું કેમ બને છે તેનો આપણે કદી વિચાર કર્યો છે ખરો ?

ઈમારત ચણવા માટે મજબૂત પાયાની જરૂર પડે છે. ઈમારતની ઊંચાઈ પ્રમાણે તેના પાયાની ઊંડાઇ અને સંગીન નક્કરતાની જરૂર રહે છે. તેવી જ રીતે ઉપાસનાની ઈમારત ચણવા માટે મજબૂત અને નક્કર પાયાની આવશ્યકતા છે.

પહેલું ધોરણ કે બાળપોથી ભણ્યા વગર આપણે યુનિવર્સીટીની પદવી પ્રાપ્ત કેવી રીતે કરી શકાય ?

આપણે તો ઉપાસનાની બારાક્ષરી ભણતાં પહેલાં જ માતાજીના પરમાત્માના દર્શન કરવાં છે એ કેવી રીતે બને ?

ઉપાસનાની ઈમારત ચણતાં પહેલાં આપણે સદાચારી અને સદગુણી બનવું પડે. ધ્યેય નિષ્ઠ અને કર્તવ્ય નિષ્ઠ બનવું પડે. ઉપાસનાની ઈમારતના પાયાને મજબૂત અને સંગીન બનાવવા માટે

ષડરિપુનું નિયંત્રણ

મન, વચન, કર્મની ઐક્યતા

માનવતા વ્રતનું આચરણ

નવ સિધ્ધાંતોને જીવનમાં આત્મસાત કરવાં પડે.

આ ચાર પાયાના મજબૂત સ્થંભો છે તેના પર ઉપાસનાની ઈમારત ઘણી ઊંચાઈ સુધી ચણી શકાશે. આનંદ, શાંતિ ને સુખનો સાત્વિક ખજાનો આપણી અંદર જ છે. આપણે ફક્ત શુધ્ધ આંતરદૃષ્ટિ જ કેળવવાની જરૂર છે.

યોગના માધ્યમ દ્વારા ઉપાસક ઉપાસનાના શિખર સુધી પહોંચી શકે છે. અને પરમાત્માના દર્શન કરી શકે છે, ઐક્યતા સાધી શકે. માયાના આવરણમાંથી પરમાત્માના મંગલમય આવરણમાં સહેલાઇથી પહોંચી શકે છે.

યોગી થાવું છે મારે યોગી થાવું છે.
યોગી થઈ મારે પરમમાં સમાવું છે.
જ્ઞાન, ભક્તિને કર્મ યોગને
મારે રાજમાર્ગ બનાવવો છે. મારે યોગી...
માયાના મહાસાગરને તરવા
મારે યોગની નાવમાં બેસવું છે
ભાવનાનું ભાથું સાથે લઇને
મારે પરમના ધામમાં પહોંચવું છે મારે યોગી...

પ્રારબ્ધ કર્માનુસાર જીવાત્મા સંસારમાં જન્મ ધારણ કરે છે. પ્રારબ્ધ અનુસાર દેહનો આકાર, શરીર સંપત્તિ, સ્વાસ્થ્ય માતાપિતા, સગાસહોદર, પતિ કે પત્નિ, ધન, સંપત્તિ, વૈભવ વિગેરે પ્રાપ્ત થાય છે.

પ્રારબ્ધ અને પુરૂષાર્થના સહિયારા પ્રયાસથી વ્યક્તિ જીવનમાં ઉન્નતિ કે અવનતિના માર્ગે પ્રયાણ કરે છે - કરતો રહે છે.

બાળપણ વિત્યા પછી - જીંદગીના પાંચ વર્ષ પછી જીવાત્મા ધીમે ધીમે માયાના આવરણમાં અટવાતો જાય છે. કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સરનો પ્રવેશ જીવનમાં ધીમે ધીમે થતો જાય છે અને મન પર તેનું નિયંત્રણ જમાવતો જાય છે. આ છ આસુરી વૃત્તિઓને આપણે ષડરિપુ તરીકે જાણીએ છીએ.

લોભ, અસંતોષ, ઇર્ષ્યા અને અહમનું આવરણ ઘટ્ટ બનતું જાય છે. સંસારની માયા અને ક્ષણિક સુખો ભોગની પાછળ માણસ મૃગજળની જેમ દોડે છે. અંતે હારી જાય છે, થાકી જાય છે શારીરિક અને માનસિક અસ્વસ્થતાથી તે બેચેન-નિઃસહાય બની જાય છે. આવે સમયે જ મનુષ્યના પ્રારબ્ધ કર્મો સાત્વિક હોય તો સાચા સંત કે સદગુરૂનું શરણ તેને મળે છે. જો અસત્ કર્મો પ્રારબ્ધ રૂપે મળ્યાં હોય તો સંસારની અસાત્વિક, દુર્ગુણોની માયાજાળમાં તે વધારે ફસાતો જાય છે અને અધોગતિ પ્રાપ્ત કરે છે.

સત્સંગથી મનુષ્યને સાત્વિક આચરણમાં રૂચિ જાગે છે. સજ્જન બનવા તે પ્રયત્નશીલ બને છે. સંતનો સમાગમ, સદગુરૂનું માર્ગદર્શન તેને ક્રમે ક્રમે પરમના પંથે, સાત્વિક પંથે દોરે છે. પરમાત્મા સાથે સંયોગ કરવાના, આત્માનુસંધાન કરવાના પ્રયત્નોમાં તેને રૂચિ જાગે છે.

પરમાત્માના પોતાના ઇષ્ટદેવના દર્શનની, અનુભૂતિની, ઐક્યતા સાધવાની તેને ઉત્કંઠા જાગે છે, અને જીવનને ઉર્ધ્વગામી, સાત્વિક બનાવવા તે પ્રયત્નશીલ બને છે.

પરમાત્મા સાથે સંયોગ કરવાના વિવિધ માર્ગો- વિવિધ સાધનો છે તે આપણે જોઇએ.

(૧) કર્મ

(૨) જ્ઞાન

(૩) ભક્તિ

(૪) રાજ

કર્મયોગ :-

મનુષ્ય પોતાના ક્ષેત્રમાં - મર્યાદામાં રહીને તન, મન, ધનથી જે કંઈ સાત્વિક, જનહિતાર્થે કર્મ કરે તે સઘળું કર્મ નિઃસ્વાર્થ ભાવે, પ્રભુપ્રિત્યર્થે, દાસ્યભાવે કરેલું હોવું જોઇએ. નિઃસ્વાર્થભાવે, નિષ્ઠા અને પ્રેમભાવથી જનહિતાર્થે કરવામાં આવતાં આવાં કાર્યોમાં આપણને કોઈકની અણધારી મદદ મળી જાય છે. ઇશ્વરનો અવાજ, માર્ગદર્શન આપણને આંતરસ્કુરણા દ્વારા મળી જાય છે.

કર્મયોગ દ્વારા વિવેક, વિનય, નમ્રતા, સમજદારી, સહનશીલતા, સત્યનિષ્ઠા અને સત્યપાલનના ગુણો કેળવવા જોઇએ જેથી આપણા

વાણી, વર્તન વ્યવહારથી અન્યને શાન્તિ મળે, આનંદ આવે, વિશ્વાસ બેસે. કર્મયોગી થવા માટે સંસાર છોડવાની કે સન્યાસ ધારણ કરવાની જરૂર નથી. જરૂર છે ફક્ત અનાસક્ત ભાવ કેળવવાની. સંસારમાં રહીને જ સંસારના બધા જ કર્મો ફરજની રૂએ પરંતુ નિર્લેપ ભાવે ઉત્સાહથી કરવા જોઇએ. કર્મયોગીએ પોતાનું ચારિત્ર્ય નિર્મળ- પારદર્શક રાખવું જોઇએ. સંસારના કે સેવાના કાર્યો કરતાં કરતાં પણ ચિત્ત પરમાત્મા સાથે સધાયેલું જ રહેવું જોઈએ. નામ સ્મરણ, મંત્રજાપનો પ્રવાહ અવિરતપણે આપણી ભીતર વહેતો જ રહેવો જોઈએ, જેથી મનના આવેગો, તરંગોનું શમન થાય, મનોબળ મજબુત થાય અને મનની શક્તિ એટલી બધી સાત્વિક અને ઉર્ધ્વગામી બને કે તે પરમાત્મામાં- પોતાના ઇષ્ટદેવમાં ઓતપ્રાત થઇ જાય.

ગોકુળની ગોપીઓને મહીં વેચતાં પણ માધવનું નામ જ હોઠ પર રહેતું, વ્યક્તિને દરેક કાર્યમાં અને દરેક જગ્યાએ પરમાત્માની ઉપસ્થિતિની-હાજરીની પ્રતીતિ થાય, પરમાત્માની ઇચ્છા જ સર્વોપરી માને ત્યારે જ તે સાચો કર્મયોગી બની શકે અને તેનું દરેક કર્મ પ્રભુનો સંયોગ કરાવવામાં સક્રિય બની જાય.

જ્ઞાનયોગ :-

પરમાત્માના દર્શન કરવા માટે, તેની સાથે સાયુજય સાધવા માટે, તેનામાં ઓતપ્રોત થઇ- ઓગળી જવા માટે મનુષ્યે જીવ-જગત અને

સંસારની ઉત્પત્તિ અને તેના હેતુ વિષે જાણકારી મેળવવી જોઇએ. મનુષ્યે,

હું કોણ છું,

મારૂં અસ્તિત્વ શાને માટે છે ?

મારે જગતમાં શું કરવાનું છે ?

આ બધી જાણકારી મેળવવા માટે તેણે આધ્યાત્મિક જગતમાં પ્રવેશવું પડે, આંતરમુખ થવું પડે, સદવાંચન, સત્સંગ, સદગુરૂ-સાચાસંતનો સમાગમ, મનુષ્યને જ્ઞાનના પ્રવાહમાં સહેલાઇથી, સાહજીકતાથી વહેતો કરે છે. તેની આંતરચેતના પ્રજ્વલિત થાય છે. તેનામાં પડેલી સુષુપ્ત શક્તિઓ પ્રવૃત્ત થાય છે. મનુષ્ય સદગુણી બને છે. દરેક આત્મામાં પરમાત્માના અંશના દર્શન કરે છે. તેનો અહમ્ ઓગળી જાય છે. તેનું વ્યક્તિત્વ પ્રભાવશાળી અને પ્રતિભા સંપન્ન બને છે. તેનામાં મન, વચન, કર્મની ઐક્યતા સધાય છે જેથી તેનુ જીવન એક પ્રેરણા સ્ત્રોત બની રહે છે.

ઇશ્વરની ઉપસ્થિતિનો, અસ્તિત્વનો, સર્વવ્યાપકતાનો અહેસાસ અને અનુભૂતિ તેને થવા લાગે છે. ષડરિપુઓ નિયંત્રણમાં આવી જાય છે. દૈવી ગુણોથી તે સભર બને છે. તેનું જ્ઞાન અને કર્મ પ્રભુ પ્રિત્યર્થે જ હોય છે જેથી તે કર્મબંધનમાં લેપાતો નથી.

ભક્તિયોગ :-

ભક્તિ એ અધ્યાત્મ જીવનનું હૃદય છે. ભક્તિ હંમેશા જીવનમાં ધબકતી-વહેતી જ રહેવી જોઇએ. ભક્ત અને ભગવાનનું ઐક્ય સાધવા માટે ભક્તિયોગ સરળ અને નક્કર રાજમાર્ગ છે. ભક્તિયોગમાં શ્રધ્ધા અને શરણાગતિનું અદકેરું મહત્ત્વ છે.

સેવા, પૂજા, મંત્રજાપ, નામસ્મરણ, ધ્યાન, ભજન, કીર્તન, પ્રાર્થના, સત્સંગ, સ્વાધ્યાય વિગેરે પરમાત્માનો સંયોગ કરાવનારાં સાધનો છે. પરમાત્માને અંતરના ઊંડાણથી, પ્રેમથી, ભાવથી, આત્મિયતાથી, પ્રાર્થનાની, પુકારવાની, યાદ કરવાની એક પ્રક્રિયા છે.

નિર્મળ હૃદય, નિર્લેપ વ્યક્તિત્વ, અહમ્, ઇર્ષ્યા, લોભનું નિર્મૂલન હોય તો જ પરમાત્મા સાથે ઐક્યતા સાધવાનો આ રાજમાર્ગ વધુ સ્પષ્ટ,

સ્વચ્છ અને સરળ બને છે. ભક્તનું ભોળપણ- બાળસહજ નિર્દોષતા અને પ્રેમ નીતરતું હૃદય ભગવાનને ભીંજવી જાય છે.

પરમાત્મા સિવાય અન્યમાં ચિત્ત સ્થિર ન થાય, સંસારના કાર્યો ફરજની રૂએ કરવા છતાં તેમાં આસક્તિ ન જન્મે, પરમાત્માનું દર્શન, શ્રવણ અને મનન જ સમસ્ત અસ્તિત્વમાં છવાયેલું રહે. આવા પ્રેમ નીતરતા ભક્તો સાથે પરમાત્મા સ્વયમ્ તાદાત્મ્ય સાધે છે. આવા ભક્તોના સઘળાં જીવન અને જગતના કાર્યો પરમાત્મા સ્વયમ્ આવીને કરે છે. આવા શરણાગત ભક્તોનો આપત્તિકાળ પરમાત્માની કૃપાથી સહેલાઇથી પસાર થઈ જાય છે. ભક્તિયોગ દ્વારા જ નરસિંહ મહેતા, મીરાંબાઇ સખુબાઇ વિગેરે ભકતોએ જીવનમાં પરમાત્માનો અનુગ્રહ પ્રાપ્ત કર્યો હતો.

રાજયોગ :-

રાજયોગ એ યોગની સાધનાનો એક પ્રકાર છે. રાજયોગમાં મુખ્યત્વે ચિત્તની શુધ્ધિ, મનોનિગ્રહ, ધ્યાન, ઉપાસના, સમાધિ દ્વારા પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો મુખ્ય ધ્યેય છે.

સંસારમાં રહીને બધી જ જાતના સુખસાહ્યબી, વૈભવની વચ્ચે જીવવા છતાં તેમાં લેશમાત્ર આસક્તિ ન હોય, અને ચિત્ત સદાય પરમાત્મા સાથે જ અનુસંધાન કરતું હોય તેવી વ્યક્તિ રાજયોગી

કહેવાય. તેનામાં કર્મયોગ, જ્ઞાનયોગ અને ભક્તિ યોગનો ત્રિવેણી સંગમ સદાય છે.

યોગની પુષ્ટિ માટે જરૂરી સાધનો, પરમાત્મા સાથે સાયુજ્ય સાધવા માટે સાનુકૂળ આરોગ્ય પ્રદ શરીર અને તંદુરસ્ત મનની આવશ્યકતા છે. શરીરનું તંત્ર સુવ્યવસ્થિત અને નિયંત્રણમાં રહે તે માટે સાત્વિક, સમતોલ, શુધ્ધ, પૌષ્ટિક આહાર જ રૂચિ અનુસાર લેવો આવશ્યક છે, જેથી પંચમહાભૂતોનું બનેલું આ શરીર રૂપી યંત્ર યોગ સાધના માટે ક્ષમતા કેળવી શકે. ખોરાક એ પરમાત્માનો પ્રસાદ પરમાત્મા આરોગી રહ્યાં છે તેવી ભાવના સાથે સાત્વિક, આહ્લાદ્ક અને આનંદની પળોમાં જમવો જોઇએ જેથી તેનું યોગ્ય પાચન થઈ શકે.

નિયમિત કસરત, પ્રાણાયામ, યોગાસનો, સ્વાધ્યાય, ધ્યાન વિગેરે દ્વારા શરીર અને મનનું નિયંત્રણ કરી શકાય છે. જેથી પરમાત્મા સાથે સંયોગ સાધવામાં શરીર અને મનની એકાગ્રતા સરલ બની શકે. શરીર સ્વાસ્થ્ય જળવાઈ રહે અને રોગમાંથી મુક્તિ મળી શકે. આપણી અંદર જ રહેલા શિવ-પરમાત્માની સાથે જીવનું અનુસંધાન સાધી આત્માનંદની અનુભૂતિ કરી શકાય.

યોગમાં આવતા અંતરાયો-વિધ્નો -

મનુષ્યની તમસ અને રજસ પ્રકૃતિ
તેના યોગના માર્ગમાં અવરોધ રૂપ નીવડે છે.

"હું યોગમાં આગળ વધેલો છું"

"મારી પાસે ઘણી બધી યોગિક સિધ્ધિઓ આવી ગઈ છે"

"હું ધારું તે કરી શકું છું"

આવો અહમ્ ભાવ, ક્રોધ તેને યોગમાં આગળ વધતો અટકાવે છે. પ્રભુનો સંયોગ થવાના રાજમાર્ગ પર અધવચ્ચે જ તે અહમ્ માં અટવાઈ જાય છે.

ઘણી વખતે યોગ માર્ગે ગતિ કરતા ઉપાસકની પ્રભુ પરીક્ષા પણ કરે છે. નિરાશા, વિષાદ, માંદગી, આળસ, ઉત્સાહભંગ, પ્રલોભનો, જેવા અંતરાયો તેને આગળ ગતિ કરતા અટકાવે છે.

પરંતુ પરમાત્મામાં સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ રાખીને યોગ માર્ગના યાત્રીએ "એક ધ્યેય" "એક લક્ષ્ય" - પરમાત્માનું સાયુજય, પરમાત્માનું દર્શન, મિલન ને જ વળગી રહેવું જોઇએ. આ બધા ક્ષણિક બાહ્યાવરોધોથી ચલિત થવું જોઇએ નહિ. ધ્યેય નિષ્ઠાને વળગી રહેવાથી પરમાત્માનું અણધાર્યું બળ, માર્ગદર્શન મળતું રહેશે, રાગદ્વેષ નાશ પામશે અને પરમાત્માની કસોટીમાંથી પાર ઉતરી જવાશે.

યોગમાર્ગે ચાલતા મનુષ્યને જગતના આંતરિક અને બાહ્ય અવરોધો ઉપરાંત અન્ય જગતના અવરોધો પણ નડે છે. ગાંધર્વ, યક્ષ દેવલોકના પ્રલોભનોમાં ને અનુભવોમાં તે અટવાઈ જાય છે. આવા અંતરાયોમાંથી બચવા માટે તેણે મનોનિગ્રહ કરી ધ્યેયસિધ્ધિને લક્ષમાં

રાખીને પરમાત્માનું દર્શન થાય, ત્યાં સુધી અને ત્યાર પછી પરમાત્મા સાથે સતત સાનિધ્યમાં રહી શકાય તેવો યોગ સાધનાનો પુરૂષાર્થ અવિરતપણે ચાલુ રાખવો. પોતાના શરીર-મનના આવેગોનું નિયંત્રણ કરવા માટે પરમાત્માનું સતત નામસ્મરણ મંત્રજાપ, અને સાનિધ્ય અતિ આવશ્યક બની રહે છે. નહિતર અન્ય લોકના બાહ્ય આવરણોમાં-પ્રલોભનમાં મનુષ્ય ફસાઈ જાય છે પછી યોગની સીડીની ટોચ પરથી તે પટકાઇ જાય છે અને ફરીથી ટોચ પર પહોંચવુ તેના માટે અતિ દુષ્કર-મુશ્કેલ બની જાય છે.

પ્રબળ વિવેક શક્તિ ધરાવતો મનુષ્ય અન્ય લોક તરફથી આવતા પ્રલોભનો-અવરોધોને દૂર કરી આધ્યાત્મિક પથ પર નિડરતાથી ડગ માંડી પરમાત્માનું દર્શન કરવા માટે નિર્વિકલ્પ સમાધિ અવસ્થા પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી પ્રયત્નશીલ રહે છે.

અર્વાચીન જગતમાં ઇન્દ્રિય સુખ-આનંદ માટેના અનેક પ્રલોભનો સાધનો ઉપલબ્ધ છે પરંતુ બધા જ ક્ષણિક છે. તેમાં સંસ્કારિતાનું, આધ્યાત્મિકતાનું વિજ્ઞાન નથી.

જે વ્યક્તિ પાસે પ્રબળ વિવેકશક્તિ અને દૃઢ મનોબળ હશે તે જ વ્યક્તિ જીવનના સાત્વિક, ઉચ્ચતમ લક્ષ્ય- પરમાનંદ પામી પરમનું ઐક્ય સાધી શકશે.

પરમાત્મા સાથે ઐક્ય સાધવા માટે આપણે ઇશ્વર રચિત પ્રત્યેક વસ્તુમાં, જીવમાં, સારી બાજુ, સદગુણ, ઉપયોગિતાને જોવાના આગ્રહી બનીએ, "Positive attitude" કેળવીએ. ઇશ્વર નિર્મિત બધી જ પરિસ્થિતિમાં ઇશ્વરનાં જ દર્શન કરવા. જો આપણે આપણા મનની નકારાત્મકતાને દૂર કરી શકીશું, અને હકારાત્મક વલણને વિકસાવીશું તો જ બધા જ સ્વરૂપોમાં આપણને ઇશ્વરનાં દર્શન થશે.

ૐ મા ૐ

૧૨. માનવતાની માસ્ટર કી

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૮ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

પરમશક્તિ મા ગાયત્રીના વ્હાલાં બાળકો,

મને ગુરૂપદે સ્થાપી ગુરૂપૂર્ણિમા ઉજવતા મારા શિષ્યો, સાચા અર્થમાં માનવ બને અને માનવતાને મહેકાવે તો જ સાચું શિષ્યત્વ પ્રાપ્ત કરી શકે.

તમારી નિયમિત ઉપાસના કે મંત્રજાપ યંત્રવત ન બની જાય તે માટે તમારે તમારી આધ્યાત્મિક ઉર્જાને સદાયે સચેત રાખવી પડશે. સાત્વિક જીવન, સત્સંગ અને મંત્રજાપ કે નામસ્મરણ તમારી ઉપાસનાની આધ્યાત્મિક ઉર્જાને પ્રજ્જ્વલિત રાખવામાં મદદરૂપ થઈ શકશે.

સાચા માનવ બની માનવતા મહેંકાવવા માટે તમારે પરમાત્માનું - માતાનું સતત સાનિધ્ય કેળવવું પડે અને તેના માટે તમારે પરમાત્માના - માતાજીના બાળ, આત્મિય કે આત્મજ બનવું પડે.

શાસ્ત્રોમાં વર્ણવ્યા પ્રમાણે પરમાત્મા પ્રેમ સ્વરૂપ છે, સત્ય સ્વરૂપ છે, આનંદ સ્વરૂપ છે, સુંદર છે અને કલ્યાણકારી છે. પરમાત્માના આ મહાન સદ્ગુણોનો વારસો આત્મામાં સ્થિત થાય તો જ આપણે પ્રિય, પ્રીતિ પાત્ર બાળક બની શકીએ.

આપણે જીવાત્માઓ શિવ પરમાત્માના અંશ છીએ. આપણા બાળપણાના વર્ષો આપણું બાળપણ પરમાત્મા સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ અને

ગુણોથી વિભૂષિત જ હતું, પરંતુ સંસારમાં માયાનું આવરણ ઘટ્ટ બનતા, અન્ય માયાવી દુવૃત્તિઓએ પ્રવેશ કર્યો અને ભૌતિક જિજીવિષાઓએ પરમાત્માનું છેટું પાડી દીધું. આત્મિક સંબંધનું અંતર વધારી દીધું.

પરમપિતા પરમાત્મા સાથેના આત્મિક સંબંધનું અંતર ઘટાડવા માટે, આત્મામાં ઓતપ્રોત થવા, ઐક્યતા સાધવા માટે, તમારે ફરીથી બાળસહજ નિર્દોષતા કેળવવાનો પ્રયત્ન કરવો પડશે. સાચા ભક્ત બની ભાવ જગતમાં ખોવાઈ જવું પડશે. પરમાત્માની સકળ જડ ચેતન સૃષ્ટિમાં તેના જ દર્શન કરી, પ્રેમભાવ પ્રદર્શિત કરી આત્મિયભાવ કેળવવો પડશે.

પરમનો આત્મિયભાવ આપણે આપણા ઘર આંગણેથી જ શરૂ કરીએ તો કેવું ? મારી વ્યક્તિગત મુલાકાત દરમિયાન કુટુંબ અને સમાજમાં પ્રવર્તતી વિસંવાદિતાનું વિષ મને બેચેન બનાવી દે છે. વિષના આ વહેણને, અમૃતમાં, પ્રેમામૃતમાં, પ્રેમગંગામાં પલટાવવાની મારી મહેચ્છા છે. આપ સર્વેનો સાથે, સહકાર અને પુરૂષાર્થ હશે તો આપણા સામૂહિક પુરૂષાર્થથી વિષના વહેણને પ્રેમ ગંગામાં પલટાવી શકીશું. આપણે અનુભવી રહ્યા છીએ કે, અર્વાચીન કુટુંબ જીવન, સમાજ જીવન, કેટલું બધું કલુષિત બની ગયું છે. ધાર્મિક સંસ્થાઓ, સામાજીક સંસ્થાઓ, રાજકિય સંસ્થાઓ વિગેરે બધીજ જગ્યાએ વિષના વાદળો છવાઈ ગયાં છે. વિશ્વના કોઇપણ ક્ષેત્રમાં શાંતિમય, સહઅસ્તિત્વ જાળવવામાં અને નૈતિક મૂલ્યોને સાચવવામાં આપણા પ્રયાસો ઘણા જ

વામણા અને પાંગળા પૂરવાર થઇ રહ્યા છે. આપણી આર્ય સંસ્કૃતિના આદર્શો અને મૂલ્યો કેટલા ઉંચા હતા ? સમયના પ્રવાહમાં આ ઉચ્ચ આદર્શો અને મૂલ્યો લુપ્ત થતા જાય છે.

આપણા કુટુંબની દશા દયાજનક છે. જૂની અને નવી પેઢી વચ્ચેનું અંતર અને ઘર્ષણ વધતું જાય છે. આધુનિક જીવનશૈલી, શહેરીકરણ, શિક્ષણ પ્રણાલિ અને દૂરદર્શન જેવા આધુનિક સાધનોથી ઘરનું વાતાવરણ ઘોંઘાટ ભર્યું અને માનમર્યાદા વગરનું બની ગયું છે. લાજ શરમ નેવે મૂકાઇ ગયા છે.

પતિ અને પત્નિના સુખી દાંપત્ય અને સહજીવનથી બાળકો પેદા થાય છે. બાળકોની સાર સંભાળ અને માતૃવાત્સલ્યમાં ઓતપ્રોત પત્નિ પતિ પ્રત્યે દુર્લક્ષ સેવે જેથી પતિનું મન દુ:ભાય, બાળકો મોટા થતાં પુત્રવધુનો પ્રવેશ થતાં પુત્ર ખોવાઇ જાય કે પુત્રી હોય તો સાસરે જાય, એટલે ઘડપણમાં વળી પાછાં પતિ પત્નિ એક બીજાનો સહારો શોધતા રહે.

'હું' અને 'તું'
'તું' માંથી ત્રણ થયા
'હું' ના ભાવ ગયાં
ત્રણમાંથી ચાર થયા
'હું' અને 'તું' એક થયાં

દામ્પત્ય જીવનની શરૂઆતથી જ અને ઘડપણમાં તન અને મનની સ્વસ્થતા સારી રહે તો સહારો સુખમય નીવડે પરંતુ જીવનની શરૂઆતથી ઉત્તરાવસ્થા સુધીના સમયના ચઢતા ઉતરતા વહેણ જીવનને વિસંવાદિતાથી ભરી દે છે.

અપવાદ બાદ કરતાં સામાન્ય રીતે પુત્રવધુનો પ્રવેશ થતાં ઘરની રીત રસમ બદલાવા માંડે છે. પુત્ર પરાયો લાગવા માંડે છે. લોહીની સગાઈ ન હોવાથી અરસપરસ આત્મિયતા, સહૃદયતા કેળવી શકાતી નથી અને સાસરિયાં પરાયાં લાગવા માંડે છે. પત્નિની શેહ શરમ અને દબાણને વશ થઈ પુત્ર સાસરિયાનું સગપણ વધારે છે. માતા પિતા, દાદા દાદી, ભાઈ બહેન આડખીલી રૂપ બોજા રૂપ લાગવા માંડે છે. વસ્તુ અને વાતોમાં પોતાનું અને પરાયા પણાનો ભેદ વર્તાવા લાગે છે. કુટુંબ કલેશની વિષવેલ પ્રાંગરે છે. સંયુક્ત કુટુંબની ભાવના અને વ્યવસ્થા તૂટવા માંડે છે. વળી યંત્રયુગ, શહેરી કરણ અને વ્યક્તિ સ્વાતંત્ર્યને કારણે પ્રાચીન કુટુંબ પ્રણાલિ, માન મર્યાદા અને રીત રિવાજો ઘસાતા જાય છે. અર્વાચીન યુગમાં તો માતા પિતા અને બાળકો (૨૧ વર્ષ સુધીના કે અપરિણિત હોય ત્યાં સુધી) નું જ કુટુંબ ગણાય. વડીલો માટે ઘરમાં માન નથી, સ્થાન નથી વૃધ્ધાશ્રમો તેમની ઉત્તરાવસ્થાનો આશરો અને આશ્રય સ્થાન બની રહે છે. આવા કલુષિત સમાજ અને કુટુંબનું નવ સર્જન કરવા માટે અને આર્ય સંસ્કૃતિને પુનઃર્જીવિત કરવા માટે આપણે કટિબધ્ધ થઇએ.

તમારો પ્રશ્ન હશે કે અમે કેવી રીતે કટિબધ્ધ થઇએ ? અમે શું કરીએ? કેવી રીતે આપના નવ સર્જનના કાર્યમાં ભાગીદાર થઇએ ?

આજથી જ તમે સહુ સાચા અર્થમાં માનવ બનવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરો. તમે બધા મનુષ્ય છો પરંતુ સાચા અર્થમાં માનવ બનવા માટે માનવીય ગુણો ઓછાવત્તા અંશે કેળવવાના બાકી છે. માનવીય ગુણો કેળવવા માટે માનવતાના મૂલ્યોને અપનાવવા પડે.

પરમાત્મા આ સૃષ્ટિના સર્જક છે. આપણે સહુ તેનું સર્જન છીએ. જડ ચેતન સૃષ્ટિમાં તે વ્યાપ્ત છે. વિલસી રહ્યા છે, તેથી પરમાત્માના અંશ એવા આપણે પરમાત્માની સૃષ્ટિના પ્રત્યેક સર્જનમાં એક રૂપ થઈ જઈએ.

આપણો સંસાર તો પરમાત્માનું સાકાર સ્વરૂપ છે. તેના મૂળમાં દેવત્વ રહેલું છે. સંસારની પ્રત્યેક વ્યક્તિ માતા, પિતા, ભાઈ, બહેન, પતિ, પત્ની સમાજના નજીકના અને દૂરના સગાં, મિત્રો, સહકાર્યકર્તાઓ વિગેરેની સાથે પ્રેમભાવ રાખીએ, સહૃયતા કેળવીએ. સંસારની પ્રત્યેક

વસ્તુ પરમાત્મામય છે તેમ સમજી તેની સાથે પ્રેમાળ, મૃદુ વર્તાવ કરો અને પછી તમે જાતે જ અનુભવશો કે તમારા માટે બધા જ આત્મિય છે અને તમે બધાના આત્મિયજન છો. તમારા માટે બધાને માન અને પ્રેમ ઉદ્ભવશે. તમારી પ્રેમમય ભાવનાની ભવ્યતાને લીધે તમારી ઉપસ્થિતિથી જ સમગ્ર વાતાવરણમાં દિવ્યતા પ્રગટશે.

આવો પ્રેમાળ સ્વભાવ અને જીવન ઘડતર મારો પ્રત્યેક શિષ્ય કેળવે અને આચરણમાં મૂકે તો જીવનમાં સાચી માનવતા પ્રગટે.

મારે તો સંસારને સરળતા, સહૃદયતા, સહકાર અને સમભાવથી તરવા માટે 'માસ્ટર કી' આપવી છે. આપ કોઈપણ 'માસ્ટર કી' અપનાવો અને આપની માનવતા મહેંકી ઉઠશે.

'માસ્ટર કી'

(૧) પ્રેમાળ વર્તન	:-	પ્રેમ માર્ગ.
(૨) સમજણ ભર્યું વર્તન	:-	જ્ઞાન માર્ગ.
(૩) સહનશીલતા ભર્યું વર્તન	:-	સહન માર્ગ.
(૪) ક્ષમાશીલ વર્તન	:-	ક્ષમા માર્ગ.

(૧) પ્રેમાળ વર્તન :- પ્રેમ માર્ગ

તમારા સંપર્કમા આવતી પ્રત્યેક વ્યક્તિને નિ:સ્વાર્થ, નિર્મળ, નિર્દોષ પ્રેમથી સભર કરી દો. બદલામાં તમને પ્રેમ જ મળશે. થોડી રાહ જોવી પડે તો ધીરજ રાખજો, નાસીપાસ ન થશો.

(૨) સમજણ ભર્યું વર્તન :- જ્ઞાન માર્ગ

તમે જો પ્રેમાળ વર્તન દાખવી શકતાં ન હો, પ્રેમ કરવાનું તમને પરવડે તેમ ન હોય તો સામી વ્યક્તિ કે જે તમારા સંપર્કમા આવે તેના વાણી, વર્તન, વ્યવહારને સમજવાનો પ્રયત્ન કરો. તેના દ્રષ્ટિકોણને સમજો. તેના ભાવને સમજવાનો પ્રયત્ન કરો. તમારી સાચી અને રાગદ્વેષ રહિતની સમજણથી વાતાવરણમાં કલુષિતતા પ્રવેશતી અટકી જશે. તમારી સમજણથી સબંધો સંધાઈ જશે, વિખરાઈ જતા, તૂટી જતા અટકી જશે.

(૩) સહનશીલતા ભર્યું વર્તન :- સહન માર્ગ.

આપ આપના સાંસારિક અને દુન્યવી સબંધોમાં સમજણનો માર્ગ પણ ન અપનાવી શકતા હો તો, તમારે સહનશીલ બનવું પડે. સંપર્કમાં આવતી વ્યક્તિઓની તમને લાગતી કે સ્પર્શતી હકીકતોને સહન કરતા શીખો. આવા પ્રસંગે શબ્દોની સોદાબાજી, વાણીનો વિલાસ કે ભાષાની ભવાઇ કરવાને બદલે મૌન રહેવાનું પસંદ કરો. મૌન રહી, ઇન્દ્રિયોને આંતરમુખ કરી માનસિક મંત્રજાપ, ભગવત્ સ્મરણમાં તે સમયને પસાર કરો. સામે કોઈ પણ પ્રતિકાર ન કરો. બને તો વાતાવરણને બદલી નાખો. એકપક્ષીય કટુ વ્યવહારની અવધિ બહુ જ ઓછી હોય છે.

(૪) ક્ષમાશીલ વર્તન :- ક્ષમા માર્ગ

તમારા કુટુંબીજાનો કે સંપર્કમાં આવતી અમુક વ્યક્તિઓના અશિષ્ટ વાણી, વર્તન અને વ્યવહારને મૌન રહીને સહન કરવાની

ક્ષમતા પણ ન ધરાવતાં હો તો તમે તેમની હરકતોને અવગણીને માફ કરી દો. "ક્ષમા વીરસ્ય ભૂષણમ", એ ઉક્તિ અનુસાર તમે ક્ષમાનો ગુણ કેળવી લો.

સંસારની કોઈપણ સમસ્યાઓને ઉકેલવા માટે કોઇપણ એક કે વધુ 'માસ્ટર કી' નો ઉપયોગ કરો. માનવતા પ્રગટાવવા અને પ્રસરાવવા માટે જીવનમાં પ્રત્યેક પળે અને પ્રસંગે "માસ્ટર કી" નો ઉપયોગ કરો.

વિશ્વ બંધુત્વની ભાવના વિકસાવવાના મારા અભિયાનમાં આપ સહુના સહકારથી જ માનવતાની મહેક પ્રસરાવી શકાશે, માનવતાની સાંકળને વિસ્તારી શકાશે. આજના ગુરૂપૂર્ણિમાના પર્વે આપ સહુ સંકલ્પ કરો કે, જીવન અને સંસારની કલુષિતતાને મીટાવી પ્રેમ અને સદ્ભાવનાનું વાતાવરણ પ્રસ્થાપિત કરીએ.

ૐ મા ૐ

ॐ मा ॐ

ॐ મા ॐ

`

૧૩. સ્વર્ગનું નિર્માણ કરવાનું આપના જ હાથમાં છે.

ગુરૂપૂર્ણિમા ૧૯૯૯ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાના વ્હાલા બાળકો,

ગુરૂપૂર્ણિમાનું પર્વ સાચા, સંનિષ્ઠ શિષ્યોના જીવનનો આધ્યાત્મિક જન્મદિવસ ગણાય. સાત્વિક જ્ઞાનની જ્યોતને પ્રગટાવવાનો અને સતેજ કરવાનો આ મંગલ દિવસ છે. શિષ્યોમાં સાત્વિક, આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનો ઉદય થાય, પ્રેમ પ્રગટે, પ્રેમ પ્રકાશે, વિવેક વિકસે, વૈરાગ્ય એટલે કે અનાસક્ત ભાવ જાગે તો જ માનવતાને મહેંકાવી શકાય.

ગુરૂપૂજન, ગુરૂદેવનું દર્શન અને મંત્રદીક્ષાનું હાર્દ જીવનની સપાટી પર જ ન રહેતાં, જીવનની ભીતર, જીવનના ઊંડાણમાં ઉતરવું જોઈએ.

મારા શિષ્યો અને શ્રધ્ધાળુ શ્રોતાઓ સાચા માનવ બને, માતાજીએ ચીંધેલા મારા નવ સિધ્ધાંતોનું આચરણ કરે તેવી મારી અંતરની ઈચ્છા છે, મારો આદર્શ છે. મારા સેવાકાર્યનું કેન્દ્રબિંદુ માનવતા અને વિશ્વબંધુત્વનો પ્રચાર અને પ્રસાર છે.

ગયા વર્ષે ગુરૂપૂર્ણિમાના દિવસે માનવતા મહેંકાવવા માટે મેં ચાર "માસ્ટર કી" નો ઉપયોગ કરવા માટે ચાર માર્ગો દર્શાવ્યા હતા.

૧. પ્રેમભર્યા સ્નેહાળ વર્તન માટે પ્રેમમાર્ગ

૨. સમજણભર્યા વર્તન માટે જ્ઞાનમાર્ગ

૩. સહનશીલતાભર્યા વર્તન માટે સહનમાર્ગ

૪. ક્ષમાશીલ વર્તન માટે ક્ષમામાર્ગ

મને આશા છે અને માની લઉં છું કે, આ માર્ગો પર પ્રયાણ કરવાનું અને 'માસ્ટર કી' નો ઉપયોગ કરવાનું આપે ચાલુ કરી જ દીધું હશે. તમારા જીવનમાં અને ગ્રાહસ્થ્યમાં અને કુટુંબ પરિવારમાં સુખ, શાંતિ અને આનંદનું વાતાવરણ સર્જાયું હોય તો તમારો પ્રયત્ન સફળ થયો ગણાય. કદાચ સફળતાનો સીમાડો દૂર હોય તો પણ નાસીપાસ ન થતાં પ્રયત્ન ચાલુ જ રાખશો, ઉપર દર્શાવેલા માર્ગ પર ચાલીને જીવન સફળ કરવા માટે આપણે આપણી વ્યક્તિગત ક્ષમતા તો કેળવવી પડશેને ?

આપણી વ્યક્તિગત ક્ષમતા કેળવવા માટે હૃદયની પવિત્રતા, નિખાલસતા અને વિશાળતાની પ્રથમ આવશ્યકતા છે. આ પાયાની આવશ્યકતાની પૂર્તિ અર્થે આપણે આપણી જાતને આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે કેળવવી પડશે.

૧. આપણે આપણા વાણી, વર્તન, વ્યવહારના તટસ્થ વિવેચક બનવું પડશે અને વિવેચનાને અંતે ઉદભવતી ક્ષતિઓ સુધારવા પ્રયત્ન કરવો પડશે અને ઉપયોગી વિવેચનાને ઉર્ધ્વગામી, વધુ ઉપયોગી બનાવવા નમ્રભાવે, નમ્રતાપૂર્વક પ્રયત્ન ચાલુ રાખવો પડશે.

૨. સાત્વિક, સ્વચ્છ જીવન વ્યવહાર અપનાવવો પડશે, સદગુણો કેળવવા પડશે. વેર, રાગદ્વેષ, ઈર્ષ્યા અને નિંદાના આસુરી, અસાત્વિક તરંગો જ્યારે જ્યારે મનમાં ઉદભવે ત્યારે ત્યારે ઈષ્ટદેવના નામસ્મરણ, કે 'ૐ મા ૐ' મંત્રજાપના રક્ષા કવચથી તે તરંગોને સમાવવા, શાંત કરવા, મહાત કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જેથી મનના આ ઉદ્વેગી તરંગો, પ્રવાહો, પ્રેમમાર્ગ, જ્ઞાનમાર્ગ, સહનમાર્ગ અથવા ક્ષમાના માર્ગ પર વળી જશે, પરિવર્તિત થઈ જશે.

કુટુંબ, સમાજ, મિત્રો કે સહકાર્યકર્તાઓ સાથે ક્યારેય પણ વાદવિવાદ કે મતભેદનું વાતાવરણ સર્જાય ત્યારે આ મતભેદનો પ્રવાહ મનભેદમાં ન પલટાઈ જાય તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવુ જોઈએ. ક્રોધ અને ધૃણાનો પ્રવેશ ન થાય, સંબંધો તુટી કે વિખેરાઈ ન જાય, તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવું. આવા નાજુક પ્રસંગોએ પણ મનનો ઘાવ અવગણીને, અહમને અળગો કરીને આ ચારેય 'માસ્ટર કી' નો ઉપયોગ કરીને તમે જ પહેલ કરો. મિત્રતાનો હાથ લંબાવો, વ્હાલપની વર્ષા કરો, સજ્જનતા દાખવો અને સંબંધ સુધારો. પરિણામ જરૂર સુખદ આવશે.

૩. વ્યક્તિગત રીતે જીવનમાં શિસ્ત અને સંયમ કેળવવાં જોઈએ. વિવેકી બનવું જોઈએ.

૪. સમતા કેળવવી પડે એટલે કે પરમાત્મા દરેક વ્યક્તિમાં ચૈતન્ય સ્વરૂપે બિરાજી રહ્યો છે, પ્રકાશી રહ્યો છે તેવો ભાવ કેળવાય તો

આપણામાં સમતા-સમાનભાવ આવે. કોઈના પ્રત્યે રાગદ્વેષ, ઈર્ષ્યા જાગે નહિ.

સમબુધ્ધિ રાખવી પડે. **કોઈપણ સંજોગોમાં ચંચળ, અવિવેકી કે ઉગ્ર બની ભાન ભૂલવું જોઈએ નહિ. મનની સ્થિરતાને ટકાવી રાખવી જોઈએ. પક્ષપાતી ન બનતાં તટસ્થ ભાવ રાખવો જોઈએ. જીવનસાગરમાં આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ, સુખ, દુ:ખ, હર્ષ, શોક, નિંદા કે સ્તુતિ જેવાં અનેક ભરતી ઓટના મોજાં ઉદભવ્યા જ કરે અને જીવનની શાંતિને, સ્થિરતાને ડગાવી મૂકવાનો પ્રયાસ કરે ત્યારે વિવેકબુધ્ધિ વાપરીને સ્થિર રહેવાનો, સ્થિતપ્રજ્ઞ રહેવાનો પ્રયાસ કરવાનો. ધીરજ અને સહનશીલતા કેળવવાથી ઘણો લાભ થશે.**

પરમાત્મા સૃષ્ટિના પ્રત્યેક સર્જનમાં બિરાજીત છે. બધા જ મનુષ્યોમાં તેનો વાસ છે તેવી સમજ કેળવી, સતત સભાનપણે તેવો ભાવ કેળવવાથી આપણામાં સમભાવ આવવા લાગશે, પ્રેમનો પ્રવાહ વધુ વેગીલો બનશે. આપનુ સમસ્ત અસ્તિત્વ અને વ્યક્તિત્વ આપને પ્રેમમય, આનંદમય લાગવા માંડશે.

૫. સત્સંગ, સંતસમાગમ, સદગુરૂનું શરણ અને સતત મંત્રજાપ, નામસ્મરણથી વ્યક્તિના જીવનમાં સાત્વિકતા આવે છે. સાત્વિક આચરણ તેનો વિષય બની જાય છે, તેની આદત બની જાય છે.

વ્હાલા આત્મિયજનો, સંસારમાં સમાજમાં જગતમાં સ્વર્ગનું નિર્માણ કરવાનું આપના જ હાથમાં છે, આપની જ બુધ્ધિમાં છે. પરમાત્માના આનંદસ્વરૂપ, સત્યમ્ શિવમ્ સુંદરમ્ સ્વરૂપના દર્શન કરવા બીજે ક્યાંય નહિ જવું પડે !!

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે.

ૐ મા ૐ

૧૪. કર્તાપણાનો ભાવ ભૂલશો તોજ...

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૦ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ગાયત્રી માતાનાં વ્હાલા બાળકો,

અમેરિકામાં, યુનીયન સીટી, ન્યુજર્સીમાં મારા કાર્યયજ્ઞ દરમિયાન કયુબન પરિવારના કેટલાક સભ્યો તેમના પ્રશ્નો લઈને મારી મુલાકાતે આવ્યા હતાં. મુલાકાતના અંતે આ પરિવારના એક ભાઈએ મને તેમના ગુરૂ બનાવવા માટે વિનંતી કરી. મેં તેમને પરમશક્તિ મંત્ર 'ૐ મા ૐ' ના જાપ અર્ધો કલાક કરવા માટે જણાવ્યું. શિષ્યત્વની સીડી ચઢવા માટેનું પ્રથમ સોપાન મંત્રજાપ દ્વારા આંતરિક શુધ્ધિ કરવાનું છે.

આ કયુબન ભાઈની જીજ્ઞાસા વિશ્વના અન્ય માનવીઓની પણ હોઈ શકે. વળી જીજ્ઞાસા જાગે તો જ જ્ઞાન મેળવવાનો પરિશ્રમ કરવા મન પ્રેરાય. "જીજ્ઞાસા તો જ્ઞાનની જનની છે." શિષ્ય બનવા ઇચ્છતી વ્યક્તિ જયારે સાચા ગુરૂની શોધમાં હોય ત્યારે તેને પોતાને આત્મવિકાસ કરવાની અદમ્ય ઈચ્છા હોવી જોઈએ, સત્યના પંથે પ્રયાણ કરવાની ખેવના હોવી જોઈએ, પરમાત્માને જાણવાની, માણવાની અને પામવાની અંતરની આરત હોવી જોઈએ.

મારા અનુભવ પ્રમાણે સાંપ્રત સમયમાં માણસને ગુરૂ મેળવવાનાં પોતાના અંગત કારણો હોય છે.

(૧) બહુ જ થોડા માણસોને ખરેખર આત્મિક ઉન્નતિ કરવી હોય છે, પરમના પંથને પહેચાનવો હોય છે, પરમના પંથે પ્રયાણ કરવું હોય છે, પરમને પ્રાપ્ત કરવા છે, જીવનમાં સ્થિતપ્રજ્ઞતા કેળવી માયાના વમળમાં અટવાઈ જતા બચવું છે. આ હેતુ માટે તેઓ પુરૂષાર્થ કરવા તૈયાર હોય છે. ગુરૂના આદેશો અને આદર્શોને આત્મસાત કરવા કૃતનિશ્ચયી હોય છે. ગુરૂની નિઃસ્વાર્થભાવે સેવા કરવા તત્પર રહે છે. અહંને અળગો કરવા પ્રયત્નશીલ રહે છે.

(૨) દુનિયાના મોટાભાગના માણસોને સંસારની સમસ્યાઓ સુલઝાવવા માટે સ્વાર્થી, દંભી અને બાલીશ, ક્ષણિક હેતુઓ હાંસલ કરવા માટે માર્ગદર્શક, પથદર્શક અને સહાયકના રૂપમાં ગુરૂની કૃપા, આશીર્વાદ મેળવવાનો હોય છે. ગુરૂની સેવાની પાછળ તેમનો અંગત સ્વાર્થ રહેલો હોય છે. અહમ્ પોષવાની તેમની ખેવના હોય છે.

(૩) અમુક વ્યક્તિઓને વ્યક્તિગત, માનસિક, સામાજિક, આર્થિક અને વ્યાવસાયિક-ધંધાકીય બાબતોમાં **Assurance** - ખાત્રીપૂર્વક આશીર્વાદ મેળવવા માટે, જીવનને સુપેરે જીવવા માટે, સંસારની સમસ્યાઓમાંથી ઊગરવા માટે વડીલ, માર્ગદર્શકના રૂપમાં ગુરૂની આવશ્યકતા રહે છે.

(૪) ઘણા માણસો શાસ્ત્રોક્તિ પ્રમાણે ગુરૂ કરવા ખાતર ગુરૂ મંત્રદીક્ષા લઇ આત્મસંતોષ માણે છે અને ગુરૂના દર્શન કરી ધન્યતા અનુભવે છે.

આત્મવિશ્વાસ, દ્રઢ મનોબળ, ધ્યેયસિધ્ધિ માટે શારીરિક, માનસિક અને બૌધ્ધિક પુરૂષાર્થ કરવાની તૈયારી સાથે વિવેકનો વીંઝણો હોય તો જ માણસ અધ્યાત્મ માર્ગમાં પદાર્પણ કરી શકે, સાત્વિક વિકાસના ઊત્તુંગ શિખર સર કરી શકે, આત્માની ઓળખ મેળવી પરમાત્માને પામી શકે.

વ્હાલા આત્મિયજનો, પરમશક્તિ મા ગાયત્રી મારા પરમ ગુરૂ છે. માતાજીના આદેશો અને આદર્શો જ મારી જીવનનાવના પથદર્શક છે. માતાજીની મરજી તે જ મારી મરજી છે. મારૂં સમસ્ત અસ્તિત્વ મેં મારા પરમગુરૂ મા ભગવતીમાં મેળવી દીધું છે, ઓગાળી દીધું છે, તેથી જ તો જીવનનાવ સંસાર સાગરમાં સુપેરે સહેલ કરી રહી છે.

વ્હાલા ચાહકો, ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવનકારી દિવસે ગુરૂજી પાસે મંત્રદીક્ષા લેવાની, જીવનમાં ગુરૂ મેળવ્યાનો સંતોષ માણવાની ઈચ્છા તો ઘણા ભાવિકોને હોય, પરંતુ સાચા સંનિષ્ઠ શિષ્ય બનવા માટે આપણી પણ તૈયારી તો હોવી જોઈએ ને ! આપણે પણ ક્ષમતા તો કેળવવી પડે ને ! છેલ્લા પચ્ચીસ વર્ષમાં ઘણા ભાઈબ્હેનો અને યુવાનો, બાળકોએ ગુરૂ પૂર્ણિમાનાં દિવસે મંત્રદીક્ષા લઇ મને ગુરૂપદે સ્થાપી સંતોષ મેળવ્યો હશે. વ્હાલા શિષ્યો, તમે મારા આધ્યાત્મિક બાળકો બનવાની દીક્ષા લીધી. મંત્રદીક્ષાનું હાર્દ સમજી મંત્રજાપ ચાલુ રાખજો. શારીરિક સ્વચ્છતા માટે જેમ શુધ્ધ જળથી સ્નાન કરવું જરૂરી છે, જેમ શરીરની સ્વસ્થતા માટે શુધ્ધ, સાત્વિક ખોરાક પ્રસન્નતાથી, પ્રભુનો પ્રસાદ સમજી આરોગવાની જરૂર છે તેવી જ રીતે **આંતરિક મન અને બુધ્ધિની શુધ્ધિ**

માટે મંત્રજાપ અને મન બુધ્ધિની સ્વસ્થતા માટે સત્સંગ આવશ્યક છે. મન અને બુધ્ધિ પર વ્યાપી રહેલાં દુર્વૃત્તિઓના મેલને, મંત્રજાપરૂપી શુધ્ધ, સાત્વિક ગંગાજળથી જ સાફ કરી શકાય અને સત્સંગથી સાત્વિક સંસ્કારોને વિકસાવી શકાય. મંત્રજાપની માત્રા ભાવપૂર્વક અનુકૂળતા પ્રમાણે વધારતા જજો અને ઋષિ, રાજર્ષિ, દેવર્ષિ અને બ્રહ્મર્ષિ પદ પામવા પ્રયત્ન કરતાં રહેજો. સાત્વિક પદની આભા, દિવ્યતા તમારા અસ્તિત્વમાં નિખરતી રહેશે.

વ્હાલા બાળકો, આજે મારે આપની ફરજ પ્રત્યે નિષ્ઠા અને વફાદારી નિભાવવા અંગે અનુરોધ કરવો છે. **"Duty is Deity"** ફરજ તે જ ધર્મ છે. તે હકીકત હંમેશાં સ્મરણમાં રાખીને જ જીવન જીવવું જોઈએ. કામચોરી, સમયચોરી, વિશ્વાસચોરી, પ્રમાદ વિગેરે અસાત્વિક વૃત્તિઓ માનવને દાનવ બનાવે છે.

દરેક વ્યક્તિએ પોતાના અંગત કૌટુંબિક, સામાજિક અને વ્યવસાયિક ક્ષેત્રમાં અગત્યની અને ઉપયોગી ભૂમિકા ભજવવાની હોય છે. આપ આપની આવી વિવિધ ક્ષેત્રની ભૂમિકાઓ નિષ્ઠાપૂર્વક, પ્રેમથી નિભાવો અને સ્વધર્મનું પ્રેમપૂર્વક પાલન કરો. પુત્ર માતાપિતા પ્રત્યે, માતાપિતા બાળકો પ્રત્યે, પતિપત્નિ ઉભય પ્રત્યે, વ્યવસાયિક ક્ષેત્રમાં સાથી કર્મચારિઓ પ્રત્યે, વ્યાપારક્ષેત્રે ગ્રાહકો પ્રત્યે તેમજ માનવતાના મૂલ્યો અદા કરીને પ્રત્યેક માનવ પ્રત્યે તેમજ પરમની સૃષ્ટિના પ્રત્યેક સર્જન પ્રત્યે નિષ્ઠાપૂર્વક ફરજ અદા કરવી જોઈએ.

મારા કાર્યયજ્ઞ દરમિયાન મારી મુલાકાતે આવતી અમુક વ્યક્તિઓ ઘણી વખતે તો એવી મૂંઝાઇ ગયેલી હોય છે કે, આપઘાત કરવાનો નિર્ણય કરી મારી પાસે આશીર્વાદ લેવા આવે છે. આપઘાતના તે વળી આશીર્વાદ આપી શકાય ? આવી મૂંઝાયેલ વ્યક્તિઓના મન પર અવિવેકનું વાદળ છવાઈ ગયું હોય છે. સાચી સમજનો રસ્તો રૂંધાઇ ગયો હોય છે. આવી નિ:સહાય વ્યક્તિઓના મનમાં વ્યાપેલા વિષાદ અને અવિવેકના વાદળો હટાવવાનો પ્રયત્ન કરવા હું તેમને પ્રેરૂં છું. સમયનું વહેણ અને સંતનો સથવારો, સધિયારો, સત્સંગ તેમની મૂંઝવણમાં દીવાદાંડી સમાન બની રહે છે.

વ્હાલા બાળકો, જીવનમાં અંતરાયો, અડચણો તો આવવાનાં જ, સમસ્યાઓ, મૂંઝવણો તો ઉદભવવાની જ છે. દ્વંદ્વોથી તો જીવન ભરેલું છે. સુખ દુ:ખ, જીવન મૃત્યુ, નફો નુકસાન, આ તો જીવનની ખાટી મીઠી છે. ખટાશ ન હોય તો જીવનની મીઠાશની મઝા માણી જ ન શકાય. દુ:ખ હોય તો જ સુખની કિંમત આંકી શકાય. વળી જીવનમાં કોઈપણ પરિસ્થિતિ એક સરખી કાયમ માટે રહેતી જ નથી. જીવન તો પરિવર્તનશીલ છે. આજે સુખ અનુભવતી વ્યક્તિને કાલે વધુ સુખ સગવડની એષણા જાગે ત્યારે આજનું સુખ હોવા છતાં તેનું મન કંઈક ઉણપ, દુ:ખ, ઉદ્વેગ અનુભવે છે. માણસના જીવનમાં સમસ્યાઓ તો રહેવાની જ. સમયના વહેણમાં સમસ્યાઓની માત્રામાં વધઘટ થયા કરે વળી વ્યક્તિની સહનશક્તિ પણ કેળવાતી જાય અને આવી સમસ્યા જીવનમાં એક અંતરંગ ભાગ જેવી બની જાય. દા.ત.

એક વ્યક્તિને અકસ્માતમાં પગ કપાઈ ગયો. જીવનમાં દુ:ખ આવી પડ્યું, હતાશા વ્યાપી ગઈ, પરંતુ સમયના વહેણમાં આવી ખોડ સાથે પણ માણસ જીવન માણવાનું શરૂ કરી દે છે.

જીવનમાં સુખ એ અમૃત સમાન છે અને દુ:ખ એ વિષ સમાન છે. અમૃતની જ અભિલાષા અને અભિપ્સા માણસને હોય પરંતુ મર્દાનગીથી, હિંમતથી વિષને-દુ:ખને જીરવી જનારા સાચે જ મહામાનવ બની શકે. વિવેક અને વૈરાગ્યનો ભાવ ને, જો ત્યાગની ભાવના મનમાં જાગે, Forget and forgive "ભૂલી જવું અને માફ કરવું" આવો સ્વભાવ કેળવાય તો જ આપણે સંસારના વિષને પચાવી શકીએ, જીરવી શકીએ. વિષાદના વાદળ જયારે જીવનમાં ઉમટી આવે ત્યારે ધીરજ ધારણ કરો. મૌન ધારણ કરી મનને મંત્રજાપમાં, નામ સ્મરણમાં કે પ્રભુ પ્રાર્થનામાં પરોવી દો, પ્રવૃત્ત કરી દો. મનની મૂંઝવણ મંદિરમાં કે પૂજા રૂમમાં પરમાત્મા પાસે કે ગુરૂદેવ પાસે, પ્રત્યક્ષ હાજર હોય તેવા ભાવ સાથે રજૂ કરો. આંસુઓને વહેવા દો. મુંઝવણનો અવરોધ હટી જશે. માર્ગ મોકળો થઇ જશે. મનનો ઘોંઘાટ, વિચારોના વમળો શમી જશે. અંતરાત્માનો અવાજ સંભળાશે, પ્રેરણા મળશે, નવી દિશા સુઝશે. જીવનના અંધકારમાં પ્રકાશનું કિરણ દેખાશે. વિવેકનો સૂર્ય પ્રકાશી ઉઠશે.

તમારી જીવન નૈયાના ખેવૈયા પરમાત્માને, મા ભગવતીને બનાવી દો. સાચી શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ સ્વીકારો. મૂંઝવણો, સમસ્યાઓ, ઝંઝાવાતો પાણીના પરપોટાની જેમ શમી જશે. સામનો કરવાની શક્તિ

તમારામાં આવી ગઈ હશે. કારણકે પીઠબળ માતાજીનું, સદગુરૂનું સાથે જ છે.

પોતાની જાત પ્રત્યે ફરજ અદા કરવા પાછળ મારો આશય વ્યક્તિએ પોતાનું શારીરિક, માનસિક અને બૌધ્ધિક સ્વાસ્થ્ય જાળવવા હંમેશા પ્રયત્નશીલ રહેવું. અનીતિમય જીવન, અઘટિત વ્યવહાર અને વ્યસનોથી દુર રહેવું. પોતાની જાત ઉપરાંત કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને વિશ્વ માટે પોતાનું સાત્વિક યોગદાન આપવા હંમેશા તત્પર રહી જીવન જીવવાનો આનંદ માણવો જોઈએ.

પોતાના કુટુંબમાં, ઘરમાં, સુસંસ્કારોનું સિંચન થાય, સુસંસ્કૃતિનું પાલન થાય, નિર્માણ થાય, સાત્વિક રચનાત્મક વિચારોનું વાતાવરણ પ્રસરતું રહે, કુટુંબના દરેક સભ્યની બૌધ્ધિક અને આત્મિક શક્તિનો વિકાસ થાય તેવો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, તેવા વાતાવરણનું નિર્માણ થાય તેવો પુરૂષાર્થ કરવો જોઈએ. કુટુંબના સભ્યો પ્રત્યે માન, આદર, પ્રેમ અને આત્મીયતા કેળવવી જોઈએ.

માણસ જીવનમાં પ્રેમ, શાંતિ અને સમભાવ રાખી વિવેકપૂર્વક જીવનના કોઈપણ ક્ષેત્રમાં કાર્ય કરે તો સફળતા તેને વરે જ છે. જીવનના ઝેરને અમૃતમાં પરિવર્તિત કરવાનો આ જ તો રામબાણ ઈલાજ છે, સાચો માર્ગ છે.

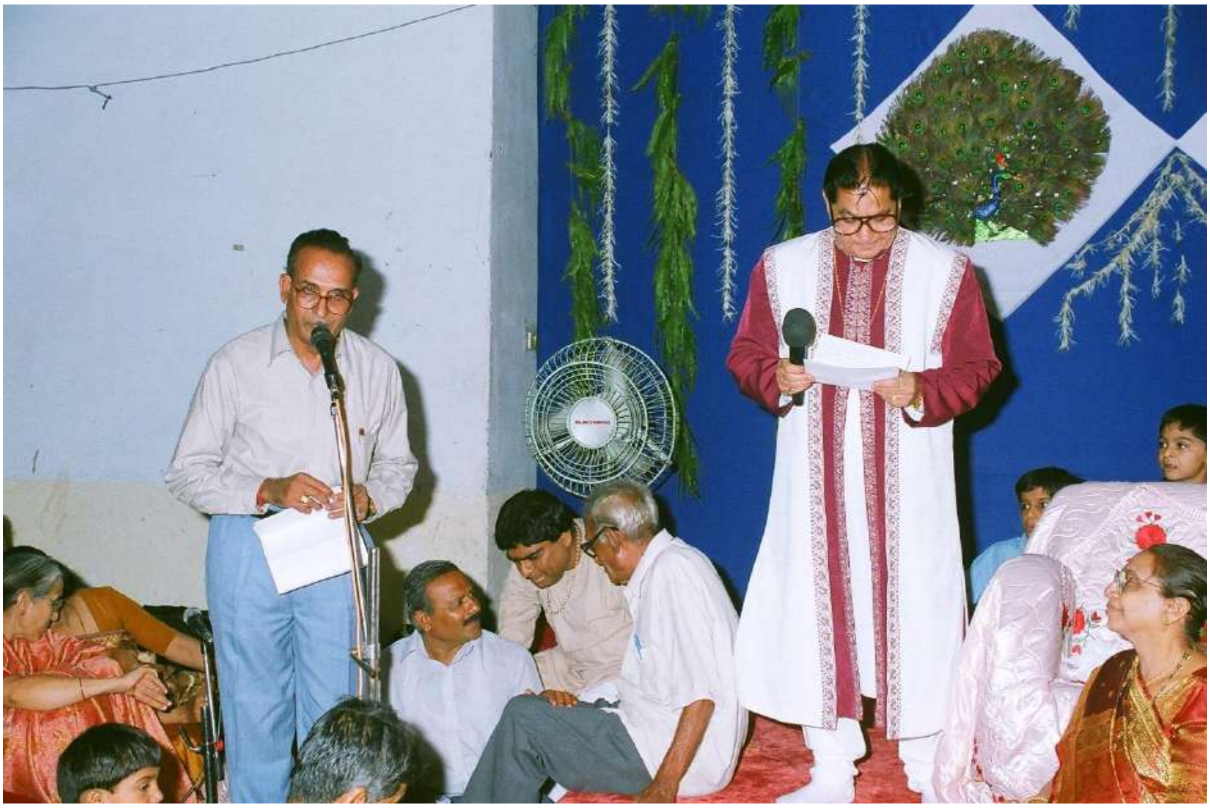
તમારી સફળતાના તાજમાં અહંતા, અભિમાન ન પ્રવેશે તે માટે સતત સાવધ રહેવાની જરૂર છે. પોતાની જાતને જીવનના કોઈપણ પુરૂષાર્થમાં એક સાધનમાત્ર, નિમિત્તમાત્ર ગણી અનાસક્ત ભાવે કાર્ય કરજો. સફળતાનો તાજ પરમાત્માને જ પહેરાવવાની પ્રથા રાખશો તો જીવનમાં હંમેશા હિતેચ્છુઓ જ મળશે.

પરમાત્માએ જ્ઞાન, બુધ્ધિ અને પુરૂષાર્થ દ્વારા સફળતા હાંસલ કરાવી પદ, પ્રતિષ્ઠા અને પૈસો પ્રાપ્ત કરાવી આપ્યો હોય તો તેને પરમની પ્રસાદી સમજીને પરમાર્થ માટે જ વાપરજો. પદ, પૈસો ને પ્રતિષ્ઠાના મદમાં પરમાત્માના પ્યારા સંતો અને પરમાત્માની આરાધના કરવા નિર્માણ પામેલા દેવસ્થાનો પર, મંદિરો પર, આશ્રમો પર પ્રતિષ્ઠા જમાવવાનો પ્રયત્ન ક્યારેય ન કરશો, અહમ્ ને ન પોષશો. પરમાત્માની સૃષ્ટિમાં વિસંવાદિતા ક્યારેય ન પ્રસરાવશો. કર્તાપણાનો ભાવ ભૂલશો તો જ ભગવાનના ભાવિક ભક્ત બની શકાશે.

વ્હાલા બાળકો, મને જો તમે ગુરૂપદે વિરાજીત કર્યો હોય તો મારા આ આદર્શો છે, આદેશો છે. શિષ્યનું કર્તવ્ય, ફરજ, ધર્મ સમજી તેને જીવનમાં આત્મસાત કરજો અને જગતમાં પ્રસરાવજો. માનવતાનું વર્તુળ વિકસાવજો.

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે.

ૐ મા ૐ



૧૫. જીવન સરિતાના પ્રવાહને આનંદ સાગરમાં વહાવીએ

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૧ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા આત્મીયજનો,

આપ સર્વે આધ્યાત્મિક પંથના પ્રવાસીઓ છો. આપને પરમનો દિવ્ય પ્રકાશ અનુભવાય ત્યાં સુધી અવિરતપણે થાક્યા હાર્યા વગર તમારી યાત્રા, પ્રયત્ન ચાલુ રાખજો, પંથ કાપતા રહેજો.

છેલ્લા ૨૬ વર્ષથી પરમના પંથે પ્રવાસ કરી, પરમ પ્રકાશ અને શાંતિ, આનંદનો અનુભવ કરવાનો અનુરોધ હું કરતો આવ્યો છું, માર્ગદર્શન આપતો રહું છું. પુરૂષાર્થ તમારે કરવો જ રહ્યો.

વિશ્વમાં કેટલાય ઉત્સુકો, ભાવિકો, મુમુક્ષોઓએ આધ્યાત્મિક પંથે પ્રયાણ આદર્યું છે, આગળ વધવા પ્રયત્ન કરી રહ્યા છે. કેટલાક અધવચ્ચે અટવાયા છે, પરંતુ રસ્તો છોડ્યો નથી. કેટલાક અન્ય સરળ રસ્તાની શોધમાં પડ્યા છે. વ્હાલા બાળકો, તમારૂં લક્ષ્ય નક્કી કરી તેને વળગી રહો. મન બુધ્ધિની ચાલમાં અટવાશો નહિ.

ભૌતિક જગતના માતાપિતા સાથે તમારો લોહીનો, દેહનો સબંધ છે. લાગણીનો સબંધ છે. આ માતા પિતા તમારા જીવનમાં અમુક વર્ષો સુધી- તમે પગભર થાવ ત્યાં સુધી તમારો શારીરિક, સંસ્કારિક, શૈક્ષણિક

અને આર્થિક વિકાસ થાય, સ્વનિર્ભરતા આવે તેવો લાગણી સભર પુરૂષાર્થ કરતા રહે છે. માતા પિતાનો આ ભાવ લાગણી નિઃસ્વાર્થ નિર્વ્યાજ છે. તમે તેની કિંમત કોઈપણ કાળે અદા કરી શકશો નહિ, પરંતુ તેમના જીવનની ઢળતી સંધ્યાએ શારીરિક, માનસિક અને આર્થિક નિઃસહાયતામાં તન, મન અને ધનથી, તમારા સંપૂર્ણ સામર્થ્યથી તમે પુત્ર હો કે પૂત્રી, સંપૂર્ણ સહાયક બની સેવા કરવાની નૈતિક અને આત્મિક જવાબદારી, ફરજ સમજવાનું અને અદા કરવાનું રખે ચૂકતાં. તમારી ફરજમાં ભાવનું, લાગણીનું મિશ્રણ અવશ્ય કરજો.

શાળા મહાશાળાઓના શિક્ષકો તમારૂં બૌદ્ધિક ઘડતર અને ચણતર કરે છે. જીવનના પંદર કે વીસ વર્ષ દરમિયાન પોતાની વ્યક્તિગત રૂચિ, અને ક્ષમતા અનુસાર શિક્ષણ મેળવી યુવાન આર્થિક ઉપાર્જનના ક્ષેત્રમાં સ્વાવલંબી બની વિકાસ કરવા પ્રયત્ન કરે છે, પુરૂષાર્થ કરતો રહે છે.

અહિંયાથી જ તમારી ઉન્નતિ કે અધોગતિનો માર્ગ કંડારાય છે, આર્થિક ઉપાર્જનની શરૂઆત અને પધ્ધતિ તમારી જો સાત્વિક અને પુરૂષાર્થ સભર હશે તો તન મન ધનની સ્વસ્થતા, નિર્મળતા, ટકી રહેશે. કુટુંબ પરિવારમાં સંસ્કાર અને આનંદનું વાતાવરણ પ્રસરી રહેશે. શુભ લક્ષ્મી તમારો સર્વાંગી વિકાસ કરશે. આર્થિક ઉર્પાજનનો પુરૂષાર્થ અને પધ્ધતિ જો અસાત્વિક, અનૈતિક હશે તો વિકારોની વણથંભી વણઝાર તમારા જીવન પ્રવાહને ડહોળી નાખશે, સૂકવી નાખશે, રૂંધી નાખશે,

અધઃપતનના માર્ગે વાળી દેશે. અનૈતિક પુરૂષાર્થથી સાંપડેલી સંપત્તિ અશુભ લક્ષ્મી છે. તમારૂં અને કુટુંબ પરિવારનું સર્વાંગી સ્વાસ્થ્ય જોખમાશે. અનીતિ, વિકારો અને કુસંસ્કારો, અશાંતિ, અસંતોષ અને દુઃખ રોગ, શોકનું વાતાવરણ સર્જશે, તમારી નવી પેઢી માટે ખતરા રૂપ પૂરવાર થશે.

વ્હાલા બાળકો, બાળપણ અને કિશોરાવસ્થા સુધીનું જીવન ખળખળ વહેતા નિર્મળ ઝરણા જેવું છે. તેમાં નથી કોઇ મલિનતા, નથી કોઇ રૂકાવટ. યુવાનીમાં પ્રવેશ થતાં જ જીવન ઝરણાંનો પ્રવાહ સરિતામાં પરિવર્તિત થઇ જાય છે. સ્વનિર્ભરતા, આત્મવિકાસ, પરોપકારવૃત્તિ અને સાગરને મળવાનું તેનું લક્ષ્ય માર્ગમાં આવતા અવરોધોને દૂર કરે છે વટાવી જાય છે કે અન્ય નવો માર્ગ કંડારી પ્રવાહને આગળ વધવા દે છે. આ છે યુવાનીનો નૈતિક પુરૂષાર્થ ! યુવાનીની ખુમારી !

ગુરૂ મંત્ર દીક્ષા પામેલા પ્રિયજનો, આપની જીવન સરિતાનું વહેણ અવિરત વહેતું રહે, સાગર મિલનનું લક્ષ્ય સિધ્ધ કરે તેવો પ્રયત્ન અને પુરૂષાર્થ આપે આદર્યો છે? તમે કયા સાગરમાં વિલીન થવા ઇચ્છો છો? સંસાર સાગરમાં કે આનંદ સાગરમાં? સંસારસાગરમાં વિલીન થવાનું લક્ષ્ય તમારી જીવન સરિતાના પ્રવાહને મલિન બનાવશે, સૂકવી નાખશે થંભાવી દેશે, અસ્તિત્વ ઓગાળી દેશે. તમારી જીવન સરિતાનો પ્રવાહ કેવી રીતે રૂંધાઇ જાય છે તેની તમને ખબર છે? નથીને?

તમારી યુવાનીના ધસમસતા જીવન પ્રવાહને ઉત્સાહથી યોગ્ય માર્ગે વાળવા, આગળ ધપાવવા માટે તમારી પાસે સાચા, સંનિષ્ઠ, નિર્લોભી માર્ગદર્શક નથી અથવા તમારું મનોબળ મજબૂત કરનાર આધ્યાત્મિક પથદર્શક નથી અથવા તમારો પોતાનો સાત્વિક પૂરૂષાર્થ નથી તેથી તમારી યુવાનીના શક્તિ સામર્થ્યનો લાભ લેવા, તેને બહેકાવવા માટે તમારૂં આંતરિક અને બાહ્ય જગત તમને પ્રલોભનો આપી પ્રવૃત્ત કરે છે, ક્ષણિક સુખ માટે લલચાવે છે.

તમારા આંતરિક જગતમાં, "**હું બધું જ કરી શકું તેમ છું, મારી પાસે શરીર બળ, બુધ્ધિબળ છે, મને કશું જ થવાનું નથી**" આવું અભિમાન, અહમભાવ, ખોટો આત્મવિશ્વાસ તમને અસાત્વિક વિષયો તરફ ધકેલે છે. હિતેચ્છુઓની રોકટોક, સલાહ સૂચન તમને અઘટિત લાગે છે. તમે મન અને ઇન્દ્રિયોનાં ગુલામ બની જાઓ છો. મનોબળ નબળું બની જાય છે. તમારા વિકાસના નિર્ણયોને તમારૂં મન અને ઇન્દ્રિયો ફેરવી નાંખે છે. આળસ, ઊંધ, કુટેવો, મન બુધ્ધિ ઈન્દ્રિયોને બહેકાવતી, ડોલાવતી, ગિરાવતી, પાંચ ઈન્દ્રિયોના આસ્વાદ જેવાકે સ્વાદ, શ્રવણ, દૃશ્ય, ગંધ, અને સ્પર્શ જેવા ક્ષણિક વિકારી સુઃખ માણવા પ્રવૃત્ત થઈ જાય છે. પાંચ કર્મેન્દ્રિયોનો મન, બુધ્ધિ, અહંકાર, સાથેનો બહેકાવ તમારી યુવાનીના પ્રવાહને મલિન અને રોગિષ્ટ કરી નાખે છે. રોગના જીવાણુંઓ અને મલિન વિચારોના આંદોલનો તમારા શરીર અને મનને નિર્બળ બનાવે છે. નિર્ણાયક શક્તિ કુંઠિત થઈ જાય છે. યુવાનીનું જોમ, ખુમારી, તમન્ના

ધીમે ધીમે ઓસરી જાય છે. જીવનમાં ધારેલું શારીરિક, બૌધ્ધિક, આર્થિક અને સામાજિક વિકાસનું લક્ષ્ય હાંસલ કરી શકાતું નથી. યુવાની વેડફાઈ ગયાનો અહેસાસ જીવનને હતાશ, નિરાશ, અને રોગોથી ભરી દે છે.

યુવાનીમાં તમારા બાહ્યજગતના લોભી, સ્વાર્થી મિત્રો, સગાસબંધી ઉપરાંત બાહ્ય પ્રલોભનો ઉત્પન્ન કરનારા સાધનો જેવા કે, સિનેમા, ટેલિવિઝન પર આવતા અશ્લીલ, અસંસ્કારી દ્રષ્યો, સ્વાદિષ્ટ લાગતી, અશુધ્ધ, અસાત્વિક આહારની વાનગીઓ અને સ્વાદિષ્ટ આહાર બનાવનાર અસાત્વિક રોગીષ્ટ તન, મનના અશુધ્ધ માણસો, પ્રસાધનોના વિવિધ સાધનો, અઘટિત પહેરવેશ, અને મોજ શોખના અશ્લીલ વ્યવહારોથી ઉભરાતાં સ્થળો તમારા જીવનને રૂંધવાના, બહેકાવવાના, બુઝાવવાના નર્કાગારો છે. તમારૂં જીવન અધઃપતનની ઊંડી ખાઈમાં ધકેલાઈ જાય છે. સંસ્કારી માતા પિતા અને પૂર્વજોનો સંસ્કારી વારસો અને તમારૂં સાત્વિક પ્રારબ્ધ જ તમને બાળપણથી જ સાત્વિક સંસ્કારનું સિંચન કરી શકે, સાત્વિક વાતાવરણ નિર્માણ કરી શકે. જીવન પ્રવાહને યોગ્ય માર્ગે વાળી શકે.

સંસાર સાગરમાંથી તમારા જીવન પ્રવાહને આનંદ સાગરમાં વહાવવાનો પુરૂષાર્થ તમારે જ કરવો પડે. તમારું પ્રારબ્ધ અને તમારો સાત્વિક પુરૂષાર્થ જ તમને તમારા આંતર બાહ્ય જગતમાં સાનુકૂળ, સાત્વિક વાતાવરણ, સાત્વિક હિતેચ્છુઓ, માર્ગદર્શક મેળવી આપે.

વ્હાલા બાળકો, તમારી જીવન સરિતાના પ્રવાહને ગંગાના પ્રવાહ જેવું નિર્મળ, ગુણકારી અને પવિત્ર બનાવવા માટે તમે ગમે તે ઉંમરના હો આજે જ દ્રઢ નિશ્ચય કરો અને આનંદ સાગરમાં જ સમાવિષ્ટ થઇ જવા તમારી જીવન સરિતાના વહેણને વહાવવા પ્રયત્નશીલ બનો, દ્રઢ સંકલ્પ કરો. તમારો સંનિષ્ઠ પ્રયત્ન હશે અને અંતરની આરઝૂ, પ્રાર્થના હશે તો પરમની કૃપા અને સંત સદગુરૂના આશીર્વાદ, માર્ગદર્શન, સાથ, સહકાર હંમેશાં મળતાં રહેશે જ.

સંત સદગુરૂના પાદ પ્રક્ષાલન કરવાથી, ફૂલહાર કરવાથી, ભેટ સોગાદ આપવાથી કે તમારી બૌધ્ધિક અને ભૌતિક સંપત્તિ ન્યોછાવર કરવાથી આત્મિક સુખ મળ્યાનો, પુણ્યકાર્ય કર્યાનો સંતોષ તમે અનુભવી શકો પરંતુ સંત સદગુરૂની આંતરિક ખુશી, આનંદ, કૃપા, આશીર્વાદની અભિવ્યક્તિ તો ત્યારેજ મળે જ્યારે તમે તેમના અતિસમૃધ્ધ આદેશો અને આદર્શોને અનુસરો, જીવનમાં અપનાવો. તમારા જીવન સરિતાના પ્રવાહને તેમની પદયાત્રાના પ્રવાહમાં વહેવા દો. તેમના જેવું સાત્વિક જીવન જીવવા પ્રયત્ન કરો. તમે પણ સંત બની શકો અને જગતને સત્સંગ, સેવા અને પ્રેમ પીરસી શકો. જીવનના પ્રવાસમાં હરિને સમાવો. પરમશક્તિ મંત્ર 'ૐમાૐ' નું માનસિક સ્મરણ, પરમનું ચરણ શરણ મેળવી આપશે.

વ્હાલા બાળકો, જેની ઊર્મિઓ યુવાન છે. જેની ભાવનાઓ નિર્મળ અને પ્રેમાળ છે, તેવા કોઈપણ ઉંમરના પરમના પ્રેમીઓ આપ પણ

આપની જીવન સરિતાના પ્રવાહને આનંદ સાગરમાં વહાવવાનો પૂરૂષાર્થ કરતા રહેજો જ.

જીવનમાં સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ પરમનો અનુભવ કરવાના મારા અનુભવગમ્ય નીચે દર્શાવેલા અમૃતમય આચરણનો અનુભવ આપ પણ આપના જીવનમાં અપનાવો અને ચારે દિશાએથી પરમનો પ્રેમાળ સ્પર્શ, આલિંગન, પ્રકાશ અને ઐક્યતાનો - અદ્વૈતનો અનુભવ કરો.

વ્હાલા બાળકો,

(૧) આપનું જીવન બનાવો પવિત્ર, પ્રેમાળ, પુરૂષાર્થી.
(૨) આપનું વ્યક્તિત્વ બનાવો નિર્ભય, નિર્મળ, નિરહંકારી.
(૩) આપ સ્વયમ્ બનો સરળ, સદાચારી, સ્થિતપ્રજ્ઞ.
(૪) આપનું અસ્તિત્વ બનાવો વિનમ્ર, વિવેકી, વિશ્વાસુ.

આપના સંનિષ્ઠ અને સાત્વિક પુરૂષાર્થ માટે મારા આપને આશીર્વાદ છે.

ૐ મા ૐ

૧૬. સાત્વિક સૃષ્ટિ નિર્માણમાં આપનું યોગદાન

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૧ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા બાળકો,

મારી કલ્પનાની પાંખે ઉડવાનું આજે આપ સર્વેને હું નિમંત્રણ આપું છું. મારી કલ્પનાઓને સાકાર કરી વિશ્વમાં વહેતી કરવાની મને ખ્વાહિશ છે. આપના નિસ્વાર્થ યોગદાનની આવશ્યક્તા છે.

નવી સૃષ્ટિ નિર્માણની અનેકવિધ કલ્પનાઓમાંની એક કલ્પનાને હું આજે સક્રિય અને સાકાર રૂપ આપું છું.

નવી સૃષ્ટિમાં મારી ક્લ્પના એવી હતી કે, બાળક જન્મે ત્યારથી જ તેના મગજમાં મેં સૂચવેલા નવ સિધ્ધાંતો સ્થિર રહેલા જ હોય. આ તો ભવિષ્યની વાત થઈ. સાંપ્રત સમયમાં વિશ્વમાં સાચી શાંતિ અને સાત્વિકતાના વાતાવરણને પ્રસ્થાપિત કરવા માટે પ્રત્યેક બાળ માનસને સાત્વિકતાથી સભર કરવું પડે. આ બાબત કેવી રીતે શક્ય બને ? આ તો જુની નિર્માણ પામેલી સૃષ્ટિ ચાલી રહી છે. દુષણોથી ખદબદતા વાતાવરણને કેવી રીતે સાત્વિકતામાં પરિવર્તિત કરી શકાય ?

શક્ય બની શકે ! જરૂર છે- આપ સર્વેના સંનિષ્ઠ, સામુહિક, સાત્વિક, નિસ્વાર્થ પુરૂષાર્થની. યાદ હશે આપને મારી નવી સૃષ્ટિ નિર્માણની કલ્પનાઓ અને ઇચ્છાઓ. અનેક કલ્પનાઓમાંની એક કલ્પના એ હતી

કે માનવ બાળક આ પૃથ્વી પર જન્મ ધારણ કરે ત્યારે સકળ શાસ્ત્રના સાર સમાન મારા નવ સૂચવેલા સિધ્ધાંતો તેના મગજમાં સક્રાંત થયેલા જ હોવા જોઈએ. આ હતી ભાવિ સૃષ્ટિ નિર્માણની એક કલ્પના. આ ભવિષ્યની કલ્પનાને મારે વર્તમાનમાં ઘટિત કરવી છે.

જ્ઞાતિ, જાતિ, ધર્મ, સંપ્રદાય, ભાષા, દેશ, વિદેશના સીમાડાઓ વીંધીને મારે દરેક નવજાત બાળકના અણુએ અણુમાં સાત્વિકતાના આંદોલનો પ્રસરાવવા છે. બાળકના સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીરમાં સાત્વિકતા, માનવતા, આધ્યાત્મિકતા વ્યાપી રહે, દૂષણો-દુર્વૃત્તિઓને મનમાં પ્રવેશવાનો માર્ગ જ ન મળે. મારી આ કલ્પના મેં વાયુ મંડળમાં વહેતી કરી દીધી છે. પરિણામ પરમની મરજી પર અવલંબિત છે.

વર્તમાન સમયમાં દરેક બાળક વિશ્વનું એક આધ્યાત્મિક અંગ બની રહે તે હેતુથી દરેક નવજાત બાળકના જન્મના પ્રથમ દિવસે જ તેની જીભ પર તુલસીપત્રની દાંડીથી પરમશક્તિ મંત્ર 'ૐ મા ૐ' નું ઉચ્ચારણ કરતાં કરતાં આ મંત્ર લખવો પછી બાળકના જમણા કાનમાં શબ્દ સહ નવ સિધ્ધાંતોનું પઠન કરવું. દુનિયાની અન્ય કોઈ દૂષિત હવાના આંદોલનો તેના સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરમાં પ્રવેશે તે પહેલાં જ પરમશક્તિ મંત્ર અને નવ સિધ્ધાંતોના શ્રવણ રૂપી કવચથી બાળક સુરક્ષિત થઈ જાય અને બાળકના અણુઅણુમાં સાત્વિક આંદોલનો ગુંજી ઉઠશે.

આપ સર્વે આ શુભ સંકલ્પ યુક્ત કાર્યમાં આપનું સાત્વિક અને સંનિષ્ઠ યોગદાન આપો. કલિયુગમાં વ્યાપી રહેલા દૂષિત આંદોલનોને મિટાવવાનો આ એક સરળ ઉપાય છે. આપનું યોગદાન આપો. આપ સર્વે આપના સામાજિક વર્તુળમાં આ સંદેશાને પ્રસરાવો. બીજુ, પાંચ વર્ષ સુધીના પ્રત્યેક બાળક પર આ ઉપાય અજમાવવો જોઈએ.

ૐ મા ૐ

પા પા પગલી ચાલતા શીખવું પડે,
ચાલ્યા પછીથી એકલા દોડવું પડે.
મંદિરે જાવા ટેવાવું પડે.
પછીથી ઘરમાં મંદિરને લાવવું પડે,
આ પ્રક્રિયા સાકાર રહી,
સંસારમાં સ્વર્ગ આવી મળે.

૧૭. વાસંતી બહાર

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૧ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

ખજાનો વસંતોનો ભરીને આવ્યો છું.
રણમાં વસંતો હરરોજ ખીલાવું છું .
નથી હોતા વસંતોને સીમાડા કે કિનારા,
જિંદગીમાં વસંતો એ જ સાચો શણગાર છે.

માફૂં આ પૃથ્વી પર અવતરણ થયું ત્યારથીજ માતાજીએ મને તેમના અમૃતનું પયપાન કરાવીને મારી જિંદગીમાં વસંતોનો ખજાનો ભરી દીધો છે. વસંતનો પમરાટ મારા સમસ્ત અસ્તિત્વમાં વ્યાપી રહ્યો છે.

મારા સેવાયજ્ઞ વેળાએ નિલોષા પર કે અન્ય કોઈ સ્થળે આવતા મુલાકાતીઓની રણમય બનેલી જિંદગીમાં દરરોજ વસંતો ખીલાવી જાણું છું.

વસંતોને પૂરબહાર ખીલવવામાં કોઈ મર્યાદા નથી. જેટલી સાત્વિકતા જીવનમાં વધારે તેટલી તે પૂરબહારમાં ખીલી ઊઠે છે. જિંદગીમાં સદાય વસંતો રહે એજ જીવનનો સાચો શણગાર પરંતુ વસંતો ક્યારે રહે ?

જિંદગીમાં સદાય વાસંતી બહાર માણવી હોય તો તેનો ઉપાય પણ આપના હાથમાં જ છે. ફક્ત દ્રઢ મનોબળ અને પુરૂષાર્થ દ્વારા

(૧) શરીરનું સ્વાસ્થ્ય ટકાવી રાખો. નિયમિત અને સમતોલ આહાર વિહાર દ્વારા જ શરીરનું સ્વાસ્થ્ય ટકાવી શકાય.

(૨) મનને શુભ, સાત્વિક આનંદમાં જ ઝૂમવા દો. સત્સંગ, સેવા અને સંતોષ દ્વારા જ મનમાં સાત્વિક આનંદના આંદોલનો પ્રસરાવી શકાય.

(3) હૃદયમાં પરમાત્માને પ્રસ્થાપિત કરો. પરમના પ્રેમથી હૃદયને ભરી દો. આમ શરીર, મન અને હૃદયનું સાત્વિક ભાવોનું સંમિશ્રણ જીવનમાં વાસંતી બહાર લાવી શકે છે. શરીર સ્વસ્થ હોય, મન આનંદ અને સંતોષમાં હોય, હૃદયમાંથી પ્રભુ પ્રત્યેના પ્રેમનો પ્રવાહ સતત વહેતો હોય ત્યારેજ જીવનમાં વસંતી શણગાર સજાવી શકાય.

ૐ મા ૐ

૧૮. માનવ જીવનની પૂર્ણિમા - ગુરૂપૂર્ણિમા

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૨ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા આત્મીયજનો,

પૂર્ણિમાનું ચંદ્રદર્શન સહુ કોઈને મનભાવન લાગે છે. પૂર્ણ ચંદ્રમાંથી નીકળતા કિરણો આપણા ચર્મચક્ષુને મનને, અરે સમસ્ત અસ્તિત્વને શાંતિનો, આનંદનો, શીતળતાનો અનુભવ કરાવે છે. ચંદ્રની ચાંદની સમસ્ત વાતાવરણમાં શીતળતા અને આહ્લાદકતા પ્રસરાવે છે. જડ ચેતન સૃષ્ટિ આનંદથી મલકી ઉઠે છે.

કૃષ્ણ પક્ષમાં ચંદ્રનું તેજ ધીમે ધીમે ક્ષીણ થતું જાય છે. અમાસની રાતે ચંદ્ર સ્વયમ્ આપણી દૃષ્ટિ સમક્ષથી પૃથ્વીપરના આકાશમાંથી વિલિન થઈ જાય છે. શુક્લપક્ષ અને કૃષ્ણપક્ષના ચંદ્રના પૂર્ણોદય અને પૂર્ણાસ્તની ઘટમાળ અવિરતપણે ચાલતી જ રહે છે.

જીવનનો પણ શું આ જ ક્રમ નથી ?

માનવજીવનનો પૂર્ણોદય એ યૌવન છે. શુક્લપક્ષના ચંદ્રની જેમ ક્રમશઃ બાળપણ, કિશોરાવસ્થાના જીવન કાળનો વિકાસ થઈ યુવાન વયે પૂર્ણોદય પામે છે. કૃષ્ણપક્ષની જેમ જીવન ક્રમશઃ પ્રૌઢાવસ્થા અને વૃધ્ધાવસ્થામાં ઢળીને શરીર પંચમહાભૂતમાં વિલીન થઈ જાય છે. માનવ જીવનની જન્મ મૃત્યુની ઘટમાળ કર્મના સિધ્ધાંત અનુસાર ઘટતી જ રહે છે.

વ્હાલા બાળકો, **માનવજીવનની પૂર્ણિમા યુવાની છે. યુવાનીમાં જ જીવનનો પૂર્ણોદય કરી શકાય. વળી પૂર્ણોદયને પૂણ્યોદયમાં મેળવીએ તો જીવન ગુરૂપૂર્ણિમા જેવું બની જાય.** માનવજીવનમાં યુવાનોનું આજ લક્ષ્ય હોય તો યુવાનો ક્રાંતિ સર્જી શકે. આધ્યાત્મિક ક્રાંતિ, વૈચારિક ક્રાંતિ, સામાજિક ક્રાંતિ અને વૈશ્વિક ક્રાંતિમાં પૂર્ણોદયને વરેલા પુણ્યશાળી યુવાનો પોતાનું યોગદાન આપી શકે, માર્ગદર્શક બની શકે.

યુવાનીને પૂનમના ચંદ્ર જેવી કેવી રીતે બનાવી શકાય ? પશ્ચિમની અશ્લિલ સંસ્કૃતિનું આંધળું અનુકરણ કરતું યુવા માનસ, અરે, સાત્વિકતાના પંથે પ્રયાણ કરવા ઇચ્છતા વિશ્વના કોઈપણ દેશના યુવાનો અનૈતિક, અંધકારમય, ભ્રષ્ટાચારી વાતાવરણમાંથી કેવી રીતે બચી શકે ?

માનવજીવન પ્રારબ્ધ અને પુરૂષાર્થના પ્રવાહમાં પ્રવાહિત થતું જ રહે છે. પ્રારબ્ધ પ્રમાણે જ આપણને દેહાકૃતિ, લિંગ (સ્ત્રી કે પુરુષ), શરીરની સૌષ્ઠવતા અને સુંદરતા, અંગ ઉપાંગો, શરીરના સ્ત્રાવોનુ સંતુલન વિગેરે જન્મ સમયે જ પ્રાપ્ત થાય છે, જોડાયેલું હોય છે.

આપણું સૂક્ષ્મ શરીર જેમાં મન, બુધ્ધિ, ચિત્ત એટલે કે સ્મૃતિઓનું સંગ્રહાલય અને અહંકારનો સમાવેશ થાય છે. સૂક્ષ્મ શરીર પણ માનવજન્મની સાથે જ જોડાયેલું રહે છે.

આપણું કારણ શરીર અથવા અધ્યાત્મ શરીર જેમાં સાત્વિક ગુણો, જ્ઞાન, ધાર્મિક વૃત્તિઓ, શ્રધ્ધા અને ભક્તિનો સમાવેશ થાય છે. તે પણ જન્મની સાથે જ જોડાયેલું હોય છે. સૂક્ષ્મ શરીર અને અધ્યાત્મ શરીર જન્મજન્માંતરથી જોડાયેલું હોય છે. દરેક જન્મે વ્યક્તિના બાળપણથી જ તેના સ્વભાવ, ગમો અણગમો દ્વારા તેના વ્યક્તિત્વની પ્રતિતી થાય છે. પ્રારબ્ધ કર્મ અને ઋણાનુબંધ પ્રમાણે જ માતા-પિતા, ભાઈ-બહેન, પતિ-પત્નિ, બાળકો, કુટુંબના સભ્યો, લોહીના તેમજ પ્રેમના સગપણ, સબંધો, મિત્રો, શત્રુઓ મળે છે. આમાં વ્યક્તિની પોતાની પસંદગી હોઈ શકે નહીં.

પૂર્વજન્મના આસક્તિયુક્ત ફળની, લાભની એષણાથી કરાયેલા સાત્વિક, રાજસિક કે તામસિક કર્મોનો વારસો, અધૂરી રહી ગયેલી એષણાઓની માયાજાળ આ જન્મમાં જોડાયેલી જ રહે છે.

ગત જન્મના કે જન્મજન્માંતરથી વારસામાં મળેલા પ્રારબ્ધમાંથી છૂટવા શું કરવું જોઈએ ?

આવતા જન્મમાં પ્રારબ્ધકર્મનો વારસો ન મૂકી જવો હોય કે પ્રારબ્ધ ન જમા કરવું હોય તો શું કરવું જોઈએ ?

આપણને વારસામાં મળેલ માતાપિતાની કે વડીલો પાર્જિત મૂડી, સ્થાવર જંગમ મિલકતનો વિનિયોગ તો આપણે કરવો જ પડે, પરંતુ વિનિયોગ કેવી રીતે કરવો તે આપણા સાત્વિક, રાજસિક કે તામસિક

પુરૂષાર્થ પર આધારિત છે. આપણી વારસાગત મિલકતનો વિનિયોગ કુટુંબ, સમાજ, શૈક્ષણિક અને કલ્યાણકારી પ્રવૃત્તિઓમાં સમષ્ટિના શ્રેયાર્થે **અહમને પોષ્યા વગર માલિક નહીં પણ નિ:સ્વાર્થ વહીવટકર્તાના ભાવથી કરીએ તો આપણને શાંતિ, સુખ અને સંતોષનો અનુભવ થાય, સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરી શકે તેમજ પ્રારબ્ધ કર્મમાંથી છૂટી શકાય.** અનાસક્ત ભાવે, સારા માઠા, નફો નુકસાન રૂપી ફળને ઈશ્વરની ઇચ્છા અને પ્રસાદી સમજી અહમને પોષ્યા કે લાગણીને દુભવ્યા વગર ભોગવી લઈએ તો આ જન્મમાં કરેલું કોઈપણ કર્મ બંધનકર્તા બને નહિ તેમજ પ્રારબ્ધરૂપે વારસામાં પણ ન મળે. **આપણું કર્મ કર્મયોગ બની જવું જોઈએ.** આપણો પુરૂષાર્થ, સંત સદગુરૂના આશીર્વાદ અને પરમાત્માની કૃપાનો ત્રિવેણી સંગમ સધાય ત્યારેજ આપણે આપણા પ્રારબ્ધ રૂપે મળેલ કર્મરૂપી વારસાનો વિનિયોગ જનકલ્યાણ અર્થે કરી શકીએ. ઈશ્વરની કૃપા વિના પ્રારબ્ધ મિટાવી શકાતું જ નથી.

પ્રારબ્ધરૂપે મળેલ દુ:ખ, રોગ, અસુવિધા, ગરીબી, ખોડખાંપણ, પરમાત્માની શરણાગતિ સ્વીકારી કોઈને પણ દોષ દીધા વગર જાતે જ ભોગવી લેવું, સહન કરી લેવું. **સંત સદગુરૂનું શરણ, માર્ગદર્શન, સત્સંગ, સ્વાધ્યાય અને આશીર્વાદ માનવીનું મનોબળ મજબૂત કરવામાં મદદ કરે છે. સહનશક્તિમાં વધારો કરે છે.** પ્રારબ્ધરૂપે મળેલ સુખ સુવિધાનો વિનિયોગ પરમાત્માની કૃપાપ્રસાદી સમજી, મર્યાદામાં રહી યોગ્ય રીતે વિવેકપૂર્વક સાત્વિકતાથી જ કરવો જોઈએ. આપણા સુખમાં અન્યને

સહભાગી બનાવો. દુર્વૃત્તિઓ, દુષણો પ્રત્યે સતત જાગૃત રહો. **સુખમાં સહુ સગાં થાય ત્યારે અનીતિનો પ્રવેશ ન થાય તેની કાળજી રાખવી જોઈએ.**

વ્હાલા યુવાન ભાઈ બ્હેનો, અનૈતિક ભ્રષ્ટાચારી વાતાવરણમાંથી આપના જીવનને આપ પોતે જ બચાવી શકશો. આપનું જીવન સુંદર, સુવ્યવસ્થિત, સુશિક્ષિત અને સુનિયંત્રિત, શિસ્તબધ્ધ કરવાનો પુરૂષાર્થ આપ અત્યારથી જ શરૂ કરી દો. કોઈપણ નિર્ણય લેતા પહેલાં તમારું ચારિત્ર્ય અને મનોબળ મજબૂત કરો. **સંકલ્પ શક્તિ વધારો, સંકલ્પ શક્તિ વધારવા માટે શિસ્ત, સંયમ, સહનશક્તિ, સ્વાધ્યાય અને સત્સંગનો આગ્રહ રાખો.** અશ્લીલતાથી દૂર રહો, સાવધાન રહો.

જેનું જીગર જુવાન છે તેવા કોઈપણ ઉંમરના આત્મીયજનો, આપ આપના વર્તમાન પ્રારબ્ધનો આદર કરો. ભાવિ પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવાનો પુરૂષાર્થ અત્યારથી જ શરૂ કરી દો. **જીવનની રેખા ભલે ટૂંકી થતી જતી હોય, જીગરને, હૃદયના સ્પંદનોને સદાય વસંતમાં વહેવા દેજો. જીવનની હરપળને પ્રસન્નતામાં જ પસાર થવા દેવી તે આપણા જ હાથની વાત છે.**

દિશાશૂન્ય, ધ્યેયશૂન્ય યુવાનોના જીવનનો મુખ્ય આનંદ આહાર, વિહાર, આળસ અને નિદ્રામાં જ સીમિત થઈ જાય છે. આ હકીકતની સમજ કદાચ યુવાન માનસમાં હોય તો પણ મનોબળ મજબૂત ન

હોવાને કારણે પુરૂષાર્થ પાંગળો બની જાય છે. અસાત્વિક, અશુધ્ધ અને અસમતોલ ઉત્તેજનાયુક્ત આહાર માનસિક અને શારિરીક રોગોને નોંતરે છે, રોગોને બહેકાવે છે. નોકરી-ધંધા કે અન્ય કારણોસર ઘરબહાર જમવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે મિત્રો, સાથીઓની શેહ શરમમાં આવ્યા વગર શાકાહારી અને સાત્વિક ખોરાક અને પીણાંનો આગ્રહ જ રાખો. જમતાં પહેલાં પરમાત્માને યાદ કરીને તેનો પ્રસાદ સમજીને આરોગો.

ક્ષણિક ઉત્તેજનાયુક્ત શોખ, સ્થળો, સાધનો, સંગતિ, દ્રષ્યો, વાતાવરણ યુવાશક્તિને ક્ષીણ કરી નાખે છે. અસાધ્ય રોગોમાં સપડાઈ જવાય છે.

આળસ એ શત્રુનું ઘર છે.

"An Idle Mind Is Devil's House"

ઉક્તિ અનુસાર આળસુ મન અસુરનું નિવાસસ્થાન છે. અણગમો આળસને બહેકાવે છે. આળસ, સ્થૂલતા, શિથિલતા ને નોંતરે છે. **આળસુ મન અને શિથિલ શરીર રોગોનું ઘર બની જાય છે.**

વધુ પડતી ઉંઘ, નિંદ્રા જીવનના વિકાસને અટકાવે છે, રૂંધે છે. શરીર તેમજ મનને શિથિલ બનાવે છે. શરીરના સ્ત્રાવોમાં અનિયમિતતા પેદા કરે છે. યુવાનીનું ખમીર, શક્તિ, ઓજસ અકાળે ઓસરી જાય છે. "અતિરેક સર્વત્ર વર્જ્યતે" કોઈપણ વસ્તુનો અતિરેક – અતિઉપયોગ, અતિ લગાવ ઉચિત નથી.

વ્હાલા યુવાન ભાઈ-બ્હેનો, આપ જાગૃત થાવ. પૂર્ણતાને પામવાની પાત્રતા કેળવો. પ્રવૃત્ત થાવ, સંકલ્પ સહિત, દ્રઢ મનોબળથી આપના **સાત્વિક પુરૂષાર્થનું એક કદમ બઢાઓ, આપને ધ્યેય સિધ્ધિની દિશા મળી રહેશે, દિશા સૂઝાડનાર માર્ગદર્શક પણ મળી રહેશે.** આપનું ભવિષ્ય, આપનું જીવન આપ જ ઉજ્જવળ બનાવી શકશો. **પુરૂષાર્થના વારિથી પ્રારબ્ધના બીજને અંકુરિત થવા દો.**

પરમાત્માની સૃષ્ટિના સર્જન, સંવર્ધન અને વિકાસમાં આપનું યોગદાન આપો. આપનું વ્યક્તિત્વ ઉપસાવવા માટે આપે પુરૂષાર્થ કરવો જ પડશે. આપે જોયું હશે કે, અમુક વ્યક્તિઓનું વ્યક્તિત્વ અતિ તેજસ્વી હોય છે. આત્મજ્ઞાની સાત્વિક સંતોના મુખારવિંદની આભા કેટલી તેજસ્વી હોય છે ! તેમના આભામંડળથી, તેજસ્વિતાથી સામાન્ય માણસો પ્રભાવિત થઈ જાય છે, આકર્ષાય છે. જ્ઞાની, વિવેકી, પ્રેમાળ, સંતોષી, સત્સંગી સજ્જનોનું આભામંડળ પણ તેજસ્વી હોય છે. સાત્વિકતા, નૈતિકતાનો નિખાર તેમના સમસ્ત અસ્તિત્વમાં વર્તાયા કરે છે.

આપ આપનું વ્યક્તિત્વ પ્રભાવશાળી અને તેજસ્વી બનાવવા માંગતા હો તો આપ સતત જાગૃત રહો, પ્રયત્નશીલ રહો, સદવૃત્તિઓને વિકસાવો, દુર્વૃત્તિઓને દૂર કરો. મારી આ સલાહને આપ કેવી રીતે સાકાર કરી શકશો, તેની થોડી રીતો આપને બતાવું છું. પ્રમાણિકપણે પ્રયત્ન કરશો તો પરિણામ શુભ આવશે જ.

૧. જીવનમાં નિયમિતતા કેળવો, સમયનું ટાઈમટેબલ ગોઠવો અને તેને વળગી રહેવા પ્રયત્ન કરો.

૨. નિયમિત શુધ્ધ, સાત્વિક, સમતોલ આહાર પરમાત્માનો પ્રસાદ સમજીને પ્રેમથી આરોગો, છાંડો નહિ, જમતી વખતે સાત્વિક, મધુર, હળવા, પ્રસન્ન વાતાવરણનો જ આગ્રહ રાખો. મધુર સંગીત, હાસ્ય વિનોદથી વાતાવરણમાં આનંદના આંદોલનો પ્રસરશે, ખોરાક જમવામાં મીઠાશ અને પચવામાં હળવાશ અનુભવાશે.

૩. વ્યાયામ, કસરત, યોગાસનો, ખુલ્લી હવામાં ચાલવાનું, દોડવાનું, તરવાનું જે કઈ અનુકૂળ હોય તે નિયમિત કરવાથી શરીરની સૌષ્ઠવતા જાળવી શકાય છે.

૪. તમારામાં છુપાયેલી કળાઓ, શોખ, શક્તિઓને જેવી કે સંગીત, વાંચન, લેખન, ચિત્રકામ, સર્જનાત્મક શક્તિને વિકસાવો.

૫. પરમાત્માની જડ ચેતન સૃષ્ટિમાં વિહાર કરો. ઉદ્યાન, સરિતા, સરોવર, સમુદ્ર, ખળખળ વહેતાં ઝરણાં, પર્વતમાળાઓ, ગુફાઓ, પશુપંખીઓ, નિર્દોષ બાળકોની કાલીમીઠી વાણી, પ્રેમાળ વર્તન, સૂર્યોદય અને સૂર્યાસ્તની લાલિમાં, કુદરતની સૃષ્ટિનું સાનિધ્ય તમારામાં નૂતન ચેતનાનો સંચાર કરશે, તમારી સુષુપ્ત શક્તિઓ જાગૃત થશે.

૬. તમારી ફરજ, તમારા કર્તવ્યને જ તમારો ધર્મ સમજો. DUTY IS DEITY ફરજ તેજ દેવ છે ઉક્તિ અનુસાર નિષ્ઠાપૂર્વક ફરજ - કર્તવ્ય નિભાવો.

૭. તમારા વાણી વર્તન અને વ્યવહારમાં એકરૂપતા રાખો. જેથી તમારા સામાજિક વર્તુળમાં વિશ્વાસ સંપાદન કરી શકશો.

૮. તમારા સર્વાંગી વિકાસ માટે મારા નવ સિધ્ધાંતોને જીવનમાં અપનાવો.

૯. દિવસનો દસ ટકા એટલે કે બે કલાક અને ચાલીસ મીનીટ ઓછામાં ઓછી પરમાત્માનું સાનિધ્ય અને પરમાત્માની સૃષ્ટિમાં તમારી નિઃસ્વાર્થ સેવાનું યોગદાન આપો. તમારી કમાણીનો દસ ટકા ભાગ જરૂરતમંદોને મદદ કરવામાં અવશ્ય વાપરો, સાત્વિક પુરૂષાર્થથી મેળવેલી શુધ્ધ અને શુભ લક્ષ્મીને જ અપનાવો.

૧૦. વિવેક, વિનય, શિસ્ત, સંયમ અને સમત્વના ગુણોથી જીવનને શોભાવો.

જીવનમાં ફરજ એટલે કે ધર્મ, સંસ્કાર અને નૈતિક મુલ્યોને પોષવાથી આત્માનું ઓજસ વધે છે. તમારૂં તેજોવલય, આભામંડળ પ્રકાશિત બને છે.

જીવનને સાત્વિક માર્ગે જ વહેવા દો. ઉચ્ચ આદર્શોને અપનાવો. **આપના ચારિત્ર્યથી જ આપનું વ્યક્તિત્વ ચીતરો.** આપ ભલે કોઈ ધર્મ સંપ્રદાયમાં ન માનતા હો, દેવદર્શન ન કરતા હો, તીર્થયાત્રાઓ ન કરી

હોય છતાં પણ આપની સાત્વિકતાથી આપ પરમાત્માની નજીક જ છો. અંતરમાં બિરાજેલા અંતરાત્માના અવાજને, સંકેતોને આપ સ્પષ્ટ પહેચાની શકો, સમજી શકો, અનુભવી શકો તો પછી બાહ્ય દેખાવની કોઈ જ આવશ્યકતા નથી. તમારા વિચારોમાં, તમારી વાણીમાં, તમારા કાર્યોમાં શક્તિ અને સામર્થ્ય વર્તાશે.

તમારો વિશ્વાસ તમારા હૃદયમાંથી પ્રગટે છે. હૃદયમાં શિવનું, પ્રેમનું સ્થાન છે. **તમારો વિશ્વાસ એ જ શિવ છે.**

તમારી શ્રધ્ધા મનમાંથી, મસ્તકમાંથી પ્રગટ છે. શ્રધ્ધામાંથી જ શક્તિનો સ્ત્રોત વહે છે. **એટલે શ્રધ્ધા જ સ્વયં માતા - શક્તિ - જગદંબા છે.** શ્રધ્ધા અને વિશ્વાસના સાયુજ્યથી જ એટલે કે **શિવ અને શક્તિના સાયુજ્યથી જ આપ આપનું લક્ષ્ય, ધ્યેય સિધ્ધ કરી શકો.**

વ્હાલા બાળકો,

જગતને તમારી જરૂર છે. સદગુરૂ પાસેથી મંત્રદીક્ષા લીધી, ગુરૂ બનાવ્યા આટલેથી જ જીવન ધર્મમય બની જતું નથી. મંત્રદીક્ષા આપી સદગુરૂ આપનામાં રહેલી સાત્વિકતાને, સદવૃત્તિઓની વાટને સંકોરે છે, સતેજ કરે છે, દિશા સૂઝાડે છે. સત્યને, નૈતિકતાને, સદગુણોને જીવનમાં અપનાવવાનો અનુરોધ કરે છે. શિક્ષા ગુરૂ આપને શિક્ષણ આપે છે. સાથે સાથે લેસન કરવાનું પણ આપે છે. જે તમારે જાતે ઘરે જઈને પોતાના સમયમાં કરવાનું હોય છે. શિક્ષકના આદેશનું પાલન કરનાર અને

નિયમિત લેસન કરી લાવનાર વિદ્યાર્થી પર શિક્ષકની મીઠી નજર રહે છે.

હું આપને લેસન આપવા માંગું છું, કરશો ને ?

આપને આજે અને અગાઉ આપેલા આદેશો અને આદર્શોને મુખપાઠ કરી આચરણમાં મૂકવાનો સંકલ્પ કરો. સ્વમૂલ્યાંકન કરતા રહો. આપને જીવનની પરીક્ષામાં ઉચ્ચ શ્રેણીમાં પાસ થવું હોય તે પ્રમાણે લેસન કરવાનો પુરૂષાર્થ કરજો, આપને શાંતિ અને સંતોષનો અનુભવ જરૂર થશે જ.

વિશ્વમાં સાત્વિકતાનું વાતાવરણ પ્રસરાવવા માટે, માનવતાને મહેંકાવવા માટે અનેક રાજયોગી નરેન્દ્રજીની, સદગુરૂઓની, સાચા સંતોની, સજ્જનોની જરૂર છે. આપ આપના વર્તુળમાં, આપના સંસર્ગમાં આવતા સ્નેહીઓ, મિત્રો, બૂરી આદતોમાં અટવાઈ ગયેલાઓના, દિશા શૂન્ય બનેલાઓના સાચા રાહબર બનો. નિ:શુલ્ક, નિર્મળ, નમ્ર, નિરાભિમાન ભાવથી જ, આપ સાચા માર્ગદર્શક બનો. તમારૂં કર્મ કર્મયોગ બની જશે.

આપ સંનિષ્ઠ શિષ્ય, સેવક ભાવ કેળવી માનવતાના માર્ગદર્શક બનો. પરમાત્માની સૃષ્ટિમાં વ્યાપી રહેલી માનસિક, સામાજિક અને ધાર્મિક અંધશ્રધ્ધાની કલુષિતતાને દૂર કરવામાં વિકારોની વિષવેલને નિર્મૂળ કરવામાં આપનું યોગદાન આપો.

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે. **ૐ મા ૐ**

૧૯. સાત્વિક પુરૂષાર્થથી જ સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરી શકાય

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૩ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા આત્મીયજનો,

મારી પાસે વ્યક્તિગત મુલાકાતમાં આવતા વિવિધ ક્ષેત્રના માણસો તેમના જીવનને સ્પર્શતા વિવિધ પ્રશ્નો સુલઝાવવા, માર્ગદર્શન મેળવવા માટે આવે છે. ત્રસ્ત માણસો ઉભરો ઠાલવે છે. આંસુઓ વહાવે છે, શરણાગતિ સ્વીકારી માર્ગદર્શન મેળવે છે. "કરિષ્યે વચનમ્ તવ" આપ કહેશો તે પ્રમાણે જ કરીશું અને વર્તીશું તેવો નિર્ણય કરીને મારી પાસેથી જાય છે. દરેક વ્યક્તિને તેમના સ્તરના જીવન સાથે જોડાયેલા પ્રશ્નો હોય છે. વ્યક્તિગત પ્રશ્નની ભીતર તેનું તનાવગ્રસ્ત માનસ પ્રગટ થતું જાય છે. તનાવમાંથી મુક્તિ મેળવવા અને શાંતિનો શ્વાસ લેવા વ્યક્તિ ઝંખે છે. સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ ભાવથી મારા માર્ગદર્શન અનુસાર આચરણ કરવામાં આવે, પુરૂષાર્થ કરવામાં આવે તો પરમની કૃપા તેના પર વરસે જ છે. કેટલાક નિર્બળ મનોબળ વાળા મુલાકાતીઓ માયાની માયાજાળમાં અટવાઈ જાય છે. કેટલાક દ્રઢ મનોબળ વાળા મુલાકાતીઓના પ્રશ્નો સુપેરે સુલઝાઈ જાય છે.

અર્વાચીન યુગમાં માનવીએ જીવનની સુવિધાઓ મેળવવામાં વિકાસ જરૂર કર્યો છે. વિજ્ઞાનની ક્ષિતિજો વિસ્તારી સૃષ્ટિના વિવિધ

રહસ્યો શોધી સુખનું સામ્રાજ્ય સ્થાપવા પ્રયત્ન કરી રહ્યો છે. ચંદ્રલોકની સફર કરી ત્યાંની માટી લાવી શક્યો છે. પરંતુ ચંદ્રની શીતળ ચાંદની જીવનમાં અને જગતમાં પાથરી શકતો નથી. ચંદ્રની કર્તવ્ય નિષ્ઠા, જીવનમાં અપનાવી શકતો નથી.

તનાવગ્રસ્ત જીવનમાંથી છૂટવા માણસ હવાતિયાં માર્યા કરે છે. નશીલા પદાર્થોથી ક્ષણિક તનાવ શમી શકે પરંતુ શાંતિ મેળવવાનો સ્વાસ્થ્યમય જીવન જીવવાનો આ સાત્વિક, શુધ્ધ, સરળ ઉપાય તો નથી જ ને !

કોમ્પ્યુટર અને સેલફોનના જમાનામાં દુનિયા એટલી બધી નજીક આવી ગઈ છે કે, માણસ પૃથ્વીના કોઈપણ વિભાગની, વસ્તુની કે વ્યક્તિની માહિતી, મુલાકાત કે મંત્રણાં પોતાની બેડરૂમમાં કે લિવીંગરૂમમાં બેઠા બેઠા મેળવી શકે છે. માણસ બહારની વસ્તુઓ, વ્યક્તિઓ અને વ્યવહારમાં એટલો બધો વ્યસ્ત રહે છે કે, ઘરની વસ્તુઓ, વ્યક્તિઓ અને વ્યવહાર માણવામાં, સાચવવામાં તેની પાસે સમય, શક્તિ અને સ્નેહ રહેતો નથી. સ્વજનો સાથે હસીમઝા કરવાનો, રમવાનો, જમવાનો અને આત્મીયતાથી વાતો કરવાનો, પોતાની સિધ્ધિઓમાં સહભાગી થવાનો, ગૌરવ અનુભવવાનો અવકાશ રહેતો નથી, જેથી ઘરથી, સ્વજનોથી તે છૂટતો જાય છે. તૂટતો જાય છે. અલિપ્ત થતો જાય છે. અસંતોષ, અશાંતિ અને અસુખનું વાતાવરણ સર્જાતું જાય છે. પ્રેમ, લાગણી, આત્મીયતાનો ભાવ ઘસાતો જાય છે.

પૈસા અને પ્રતિષ્ઠા જ માણસના જીવનમાં ક્ષણિક સુખનો અહેસાસ કરાવી શકે પરંતુ પ્રેમ અને પ્રસન્નતા ઉભય પક્ષે એટલે કે વ્યક્તિ અને કુટુંબના સભ્યો પ્રત્યે હોય તો જ જીવનમાં શાંતિનો, સુખનો સંતોષનો અને સ્વાસ્થ્યમય જીવનનો ચિરકાળ અનુભવ કરી શકાય.

જગતમાં ઘણાય એવા માણસો છે જેઓ જાગૃત અવસ્થામાં હોવા છતાંય સુતેલા જ છે. વિવેક, વિનય અને વિનમ્રતા જેમના જીવનમાં નથી તેઓ અંધારામાં જ અટવાયા કરે છે. સ્વકેન્દ્રીય વિચારસરણી ધરાવતી વ્યક્તિઓ પોતાના સુખ અને સ્વાર્થમાં જ રચ્યાપચ્યા રહે છે. અન્યનાં સુખ દુઃખમાં સહભાગી થવાનો વિચાર સુધ્ધાં તે કરી શકતા નથી. ખાવું, પીવું, સંસાર વ્યવહાર ચલાવવો આમ સંસારની આંટી ઘૂંટીમાં જ ઘાણીનાં બળદની જેમ જીવન પૂરું કરી નાખે છે. ભૌતિક સંપત્તિનું પોટલું આ જગતમાં છોડીને પોતે કરેલા સંચિત કર્મોનું પોટલું લઈને સંસારમાંથી વિદાય થાય છે. બીજા જન્મે સંચિત કર્મો, પ્રારબ્ધરૂપે સાથે જ આવે છે. પ્રારબ્ધરૂપે મળેલ સાત્વિક, રાજસિક અને તામસિક કર્મોનો પરિપાક ક્રમશઃ આ જન્મ અને અનેક જન્મો, જન્મજન્માંતર સુધી ભોગવવાં પડે છે. આપણા પ્રારબ્ધ કર્મો જ આપણું સુખ, દુ:ખ, સ્વર્ગ, નર્કનું નિર્માણ કરે છે. આસક્તિ યુક્ત, નફા નુકસાનની ગણતરીથી, ફળની અપેક્ષાથી કરેલું કોઈપણ કર્મ વ્યક્તિને બંધનકર્તા રહે છે. આમ કર્મબંધનના પરિપાકરૂપે માણસ જન્મ મરણના ચક્રમાં અટવાયા જ કરે છે.

સુખ, શાંતિ અને સંતોષયુક્ત જીવન જન્મજન્માંતર સુધી જીવવાનો દરેક વ્યક્તિને અધિકાર છે. દરેક વ્યક્તિ સુખ શાંતિની ખોજમાં તો જીવન પસાર કરે છે. પરંતુ સાચું સુખ અને શાંતિ કેવી રીતે મળે તેની તેને સાચી સમજ નથી. ના સમજને કારણે જ Trial and Error માં જ જન્મજન્માંતર સુધી અટવાયા કરે છે, ભટક્યા કરે છે. સુખશાંતિની શોધ માટે જીવનનો કિંમતી સમય ન વેડફવો હોય તો, અને સાચો, સરળ રસ્તો અપનાવવો હોય તો થોડી ધીરજ, હિંમત અને વિશ્વાસ લઈને મારી પાસે આવજો. સુખ, શાંતિ અને સંતોષનો સરળ રસ્તો, સરળ દિશા, સરળ માર્ગદર્શન આપને મળી રહેશે.

૧. આપ એક સ્પષ્ટ સમજ કેળવી લ્યો કે, આપનું શરીર એક શિવાલય છે, સ્થૂળ મંદિર છે અને શિવ પરમાત્મા, કે આપના મનગમતા કોઈપણ ઇષ્ટદેવ આત્મારૂપે શિવાલયના એક ગોખરૂપી હૃદયમાં બિરાજમાન છે.

૨. આ શરીરમાં વ્યાપી રહેલો જીવ તમારૂં સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીર છે. આ જીવથી જ જીવન બને છે. આ જીવને શિવ તરફથી, એટલે કે આત્મા તરફથી કાર્ય કરવાની શક્તિ મળે છે. પ્રારબ્ધ કર્માનુસાર જીવ સુખ દુઃખ ભોગવે છે. આ જન્મના સાત્વિક, રાજસિક કે તામસિક આસક્તિયુક્ત કે અનાસક્તભાવે કર્મ કરવાનો પુરૂષાર્થ તેના સાત્વિક કે અસાત્વિક વાતાવરણ પર અવલંબે છે.

વળી તેના ક્રિયામાણ, સંચિત કે પ્રારબ્ધ કર્મનો ભોગવટો તેના આ જન્મના વાતાવરણ અને પુરૂષાર્થ દ્વારા જ નિર્માણ થાય છે.

3. તમારો જન્મ અને તેની સાથે જોડાયેલા સુખ દુ:ખ, સુવિધા, સંસ્કાર, સગાં સહોદર, તમારા પ્રારબ્ધ કર્મની પૂંજી છે. તમારે મને કે કમને, હસતાં કે રડતાં, સુખી થઈને કે દુ:ખી થઈને તેને અપનાવ્યા વગર, ભોગવ્યા વગર છૂટકો જ નથી, એટલે સુખમાં છકી ગયા વગર અને દુ:ખમાં દુ:ખી થયા વગર પ્રસન્ન વદનથી તેને ભોગવી લ્યો, રડો નહિ કે વ્યથિત થાવ નહિ.

આટલી મહત્વની હકીકત અને જ્ઞાન મગજમાં સ્થિર થઈ જાય તો પ્રારબ્ધને ક્યારેય પરમાત્માની સજા સમજીને દુ:ખી નહિ થઈએ, પરમાત્માથી વિમુખ નહી થઈએ કે આપણી શ્રધ્ધાને વિભાજીત નહિ થવા દઈએ.

વર્તમાન જીવનમાં સુખ, શાંતિ અને સંતોષ મેળવવા અને ભવિષ્યના જન્મનું સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવા માટે આપણે આટલું તો અવશ્ય કરીએ જ.

૧. આપણી અંદર જ વિરાજિત શિવતત્વ સાથે સતત અનુસંધાન કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ પરમાત્મા આ જડચેતન સૃષ્ટિના માલિક છે તેમાં આપણે પણ આવી જઈએ. માનવદેહમાં રહેલ આત્મા જીવનકાળ દરમિયાન આ દેહનો માલિક છે. માલિકની ઈચ્છા, આજ્ઞા, આદેશ, આદર્શ અને નિયમ અનુસાર જ જીવન જીવાવું

જોઈએ તો જીવનમાં કોઈપણ રોગ, શોક કે વિસંવાદિતા ઉદ્ભવે જ નહિં.

૨. આ શરીરરૂપી શિવાલયમાં કોઈપણ અશુધ્ધિ જેવી કે કુટેવો, ખોટી આદતો, દુર્વૃત્તિઓને પ્રવેશ ન આપો અને જો હોય તો મંત્રજાપ, નામસ્મરણ અને સત્સંગના સતત વારિથી તેને સાફ કરી નાખો. શિવાલયના માલિક શિવજીને આનંદ પ્રસન્નતા, સાત્વિકતા અને સદગુણો જ અભિપ્રેત છે. માલિકના આદર્શો પ્રમાણે જ જીવન જીવીએ તો જ જીવનમાં સાચું સુખ, શાંતિ અને સંતોષનો અનુભવ કરી શકાય. તણાવમુક્ત થવા માટે સંયમ સભર જીવન જીવવાનો જ આગ્રહ રાખો.

૩. સંસારના માયાના પ્રલોભનો, મોહ, માયા, મમતા, રાગ, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ, ઈર્ષ્યા, નિંદા, અહંકારને દેહરૂપી મંદિરમાં, મનમાં પ્રવેશ ન આપો. પ્રવેશબંધી ફરમાવો.

૪. જીવનના વિવિધ ક્ષેત્રોમાં વિવિધ સ્વરૂપે બજાવવી પડતી જવાબદારી, ફરજને, નિષ્ઠાપૂર્વક, પ્રસન્નતાથી, પ્રેમથી સ્વીકારો અને અદા કરો. એ જ તો સાચો ધર્મ છે. પરમાત્માને સાક્ષી ભાવે રાખી અંતર આત્માના અવાજને અનુસરી નીતિમય જીવન જીવવાનો જ આગ્રહ રાખો.

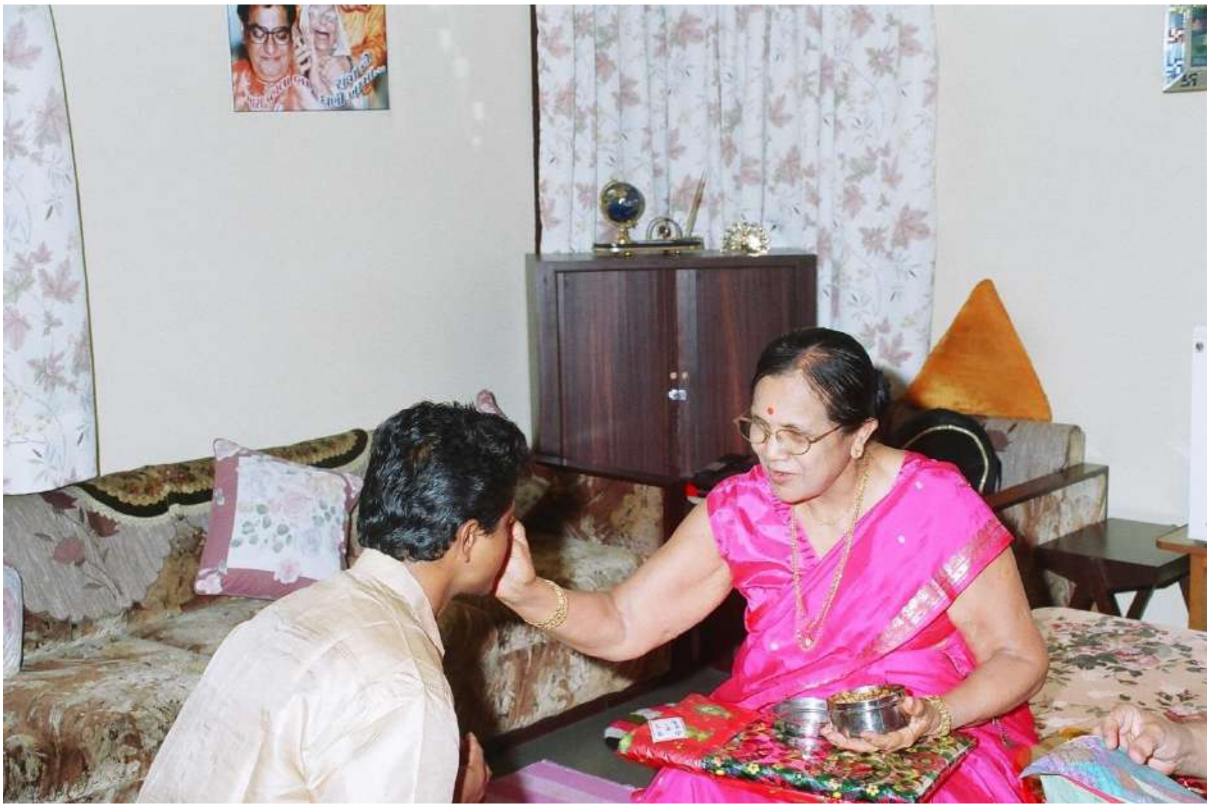
૫. નિયમિત સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, સદગુરૂનું માર્ગદર્શન આપણા જીવનના અંતરાયો, અવરોધો દૂર કરવામાં સરળ કરવામાં મદદ કરે છે.

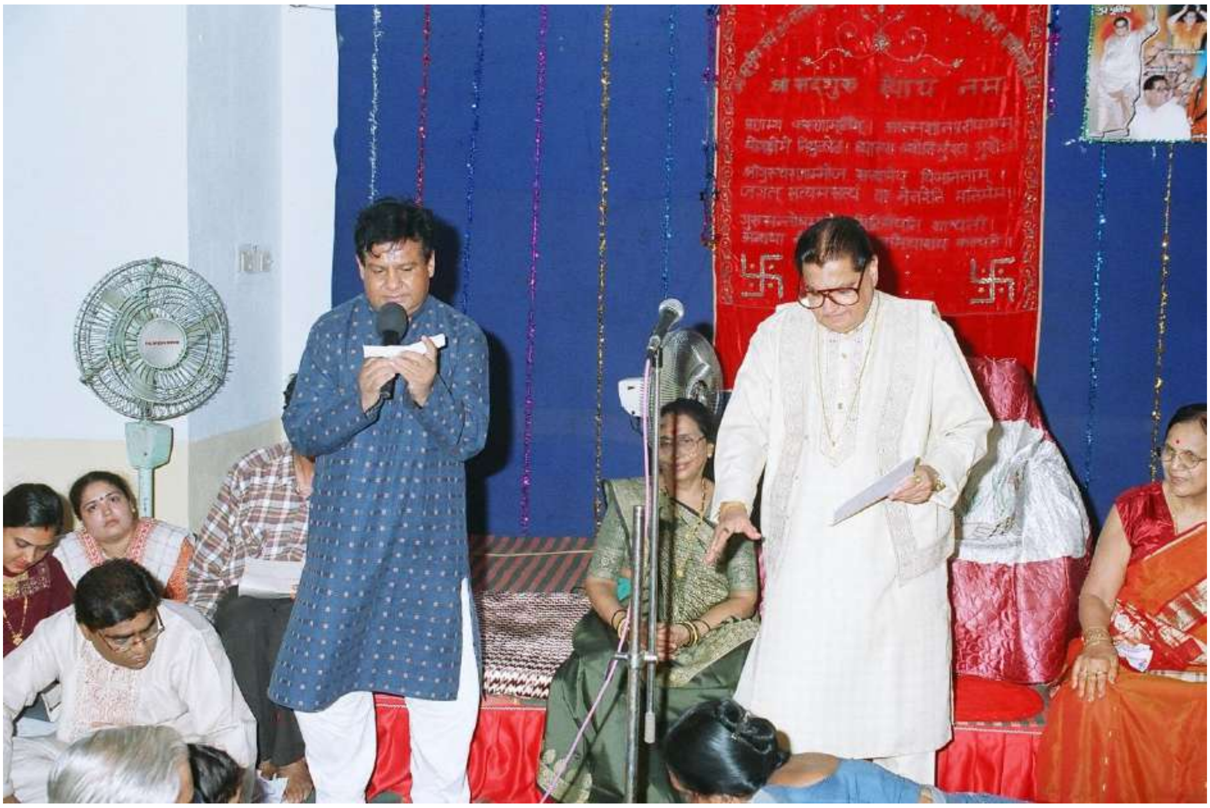
૬. નિયમિત ચિંતન, મનન, પ્રાર્થના અને પરમાત્મા સાથે ગોષ્ઠી કરવાથી, નૂતન નિર્માણ કરવાની, નૂતન વિકાસ કરવાની પ્રેરણા, સ્ફૂરણાનું વહેણ અંતરમાંથી વહેવા માંડે છે. જ્ઞાનનો પ્રકાશ આપોઆપો જ પરમની કૃપાથી પ્રકાશિત થવા લાગે છે. નૂતન ચેતનનો સંચાર થતો અનુભવાય છે.

૭. સાત્વિક જ્ઞાનની, સમજની અભિવ્યક્તિ થવા લાગે એટલે જીવનમાં સુખ, શાંતિ, સંતોષ માટે ક્યાંય જવું ન પડે, આપ મેળે જ અનુભવી શકાય.

આપ સર્વેનું જીવન સુખ, શાંતિ અને સંતોષથી હર્યું ભર્યું બની રહે તેવો સાત્વિક પુરૂષાર્થ કરવાનું બળ આપને મળતું રહે તેવા આશીર્વાદ.

ૐ મા ૐ





૨૦. પરમાત્માને તમારા જીવનરથના સારથી બનાવી દો

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૪ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા આત્મીયજનો,

આજે ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પર્વે ભાવિકો ગુરૂ ચરણ શરણ પ્રાપ્ત કરવા માટે ઉત્સુક થાય છે. ગુરૂદેવના આદર્શો અને આદેશોનું આચરણ કરીને, ગુરૂતત્વને જીવનમાં ધારણ કરનાર વ્યક્તિ જ ગુરૂચરણની સેવા પૂજા કરવાના સાચા અધિકારી બની શકે છે. ગુરૂ એક વિશિષ્ટ વ્યક્તિત્વ છે, સાત્વિક પંથના સહેલાણી છે. શ્રધ્ધાળુઓના જીવનબાગમાં સાત્વિકતાનાં સુમન સજાવનાર શ્રદ્ધેય, પૂજનીય, પરમના પનોતા પુત્ર છે.

સાંપ્રત સમયમાં માનવ જીવનનો વિકાસ સમાજ અને રાષ્ટ્રના કથળતા નૈતિક સ્વાસ્થ્ય અને યુવાનોની દિશાહીન દયનીય પરિસ્થિતિ મારા મનને ક્ષુબ્ધ બનાવી રહી છે.

"બલિયસિ કેવલમ્ ઈશ્વરેચ્છા" આમ તો ઈશ્વરની ઇચ્છા જ બળવાન છે; છતાં પણ પરમના દિવ્ય આદેશો, સંકેતોને સમાજમાં વહાવવાનો, પ્રસરાવવાનો અને માનવજીવનમાં અપનાવવાનો નમ્ર પ્રયાસ કરી રહ્યો છું. આપના સહકારની અપેક્ષા છે, **માનવ જીવન પરમાત્માનું હેતુપૂર્વકનું આયોજન છે. આપણે જીવનની અવગણના કરીએ અને સમયના વહેણમાં નિષ્ક્રિયપણે વહેવા દઈએ તે યોગ્ય નથી.**

માનવ શરીર જ એવું છે કે, જેમાં પરમની પહેચાન, પરિચય અને પ્રાપ્તિ શક્ય બની શકે છે.

આપણે માનવ સર્જનને સમજીએ. માનવ સર્જનના મુખ્ય ત્રણ ઘટકો છે :-

૧. શરીર - જે યોગ પ્રધાન છે.

૨. મન - જે માનવતા પ્રધાન છે.

૩. આત્મા - જે દિવ્યતા પ્રધાન છે.

શરીરમાં જ્યારે ભોગવૃત્તિનું પ્રાધાન્ય હોય ત્યારે તે પાશવતા તરફ ઢળે છે. સંયમની, વિવેકની સીમાઓ વળોટી જાય છે. અંતરાત્માના અવાજને અવગણે છે. ઈન્દ્રિયોના સહારે ભોગો ભોગવી રોગ, યાતનાઓ અને અશાંતિને નોંતરે છે. આત્માનું પવિત્ર મંદિર બનવાને બદલે રોગ અને ભોગનું આશ્રયસ્થાન બની જાય છે. **દેહને સંયમ, વિવેક અને સત્સંગથી જ યોગનું આશ્રયસ્થાન બનાવી શકાય છે. આત્માનું નિવાસસ્થાન બનાવવા માટે દેહને સત્સંગના વારિથી દરરોજ સ્નાન કરાવવું જોઈએ.** શુદ્ધ શરીરમાં આત્માનું દિવ્ય તેજ તેજસ્વી આત્મારૂપે, વર્તાય છે. આત્મ વિકાસ માટે તપથી તપેલા અને યોગથી વિભૂષિત થયેલા શરીરની પ્રાથમિક આવશ્યકતા છે.

માનવ મન માનવતા પ્રધાન છે. સાત્વિક ગુણોથી વિભૂષિત મનમાં જ માનવતા પ્રગટે છે. દુવૃત્તિઓ, દૂષણો સમા કામ, ક્રોધ, લોભ,

મોહ, ઈર્ષ્યા, અભિમાન જેવા દુર્ગુણોનો બહેકાવ વધી જાય છે ત્યારે મનમાંથી માનવતા વિસરાઈ જાય છે અને દાનવતાની જમાવટ થતી જાય છે. ચોરી, લૂંટફાટ, આતંકવાદ, હિંસા જેવી દુવૃત્તિઓ, દૂષણો, અને કુટેવોના આવરણથી મન ઘેરાઈ જાય છે, મનમાં દાનવતા વ્યાપી જાય છે. આત્માનો અવાજ અવગણવામાં આવે છે. મન માનસિક તણાવ અને રોગોમાં સપડાઈ જાય છે. હાઈબ્લડ પ્રેશર, ડાયાબિટીસ, હૃદયરોગ, અનિંદ્રા, ડીપ્રેશન, ગાંડપણ જેવાં અનેક રોગો શરીર અને મનને ઘેરી લે છે. કૌટુંબિક અને સામાજિક સંબંધો વણસે છે. રોગોને કારણે કાર્યશક્તિ, વિચારશક્તિ, સહનશીલતા, વિવેક હણાઈ જાય છે. વેપાર-ધંધામાં, વ્યવસાયમાં, કાર્યનિષ્ઠા જળવાતી નથી. અર્થ ઉપાર્જન પર તેની અસર પડે છે, આર્થિક ભીંસ અનુભવાય છે, કુટુંબ, સમાજ અને મિત્રવર્તુળમાં સંબંધો બગડે છે, કુટુંબ અને બાળકોના સ્વાસ્થ્ય અને શિક્ષણ પર પણ તેની અસર વર્તાય છે.

મનને માનવતાપ્રધાન રાખવા માટે સાત્વિક અભિગમ, સાત્વિક જીવનશૈલી અપનાવવી જોઈએ. જીવનમાં નૈતિક મૂલ્યોને પ્રાધાન્ય આપવું જોઈએ. સદ્ગુણોની સંપત્તિ વિકસાવવી જોઈએ. સાત્વિક, શુદ્ધ અને સરળ આહાર વિહાર અને સંસ્કાર સંગતના આગ્રહી બનવું જોઈએ. સ્વાધ્યાય, સેવા, સત્સંગ અને સંતસમાગમ, સદગુરૂના શરણથી જ મનમાં માનવતાના અંકુરોને પોષી શકાય છે. જપ, તપ, ઉપાસના, ભાવસભર ભક્તિ, ધ્યાન દ્વારા પરમની નિશ્રામાં રહેવાથી મન

પરમાત્મામાં જ પરોવાયેલું રહે છે. મનમાં દૈવી ગુણોનો સંચય થવા લાગે છે. સ્વસ્થ મન સંયમી બની શકે છે. વિવેકી બની શકે છે. આત્માના અવાજને ઓળખી શકે છે, અનુસરી શકે છે અને પરમાત્માની કૃપાના અનુરાગી બની શકે છે.

માનવ શરીરમાં વિરાજીત આત્મા દિવ્યતા પ્રધાન છે. શરીર અને મન સાત્વિક ગુણોથી વિભૂષિત, હોય તો આત્માની દિવ્યતા સમગ્ર અસ્તિત્વમાં તેજસ્વી આભારૂપે, તેજસ્વી પ્રતિભારૂપે પ્રગટી રહે છે. આત્માની દિવ્યતાને અખંડિત રાખવા માટે પ્રેમથી તેને સજાવવી જોઈએ. ક્ષમા, દયા, અહિંસા, સમતાભાવ, આત્મીયભાવ, સત્યપ્રિયતા, મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા વગેરે પ્રેમપુષ્પની સુગંધિત પાંખડીઓ છે. પ્રેમ એ તો સમસ્ત અસ્તિત્વમાંથી વહેતી પવિત્ર ગંગા છે.

માનવ જીવનનો વિકાસ શરીર, મન અને આત્માની સ્વસ્થતા, સાત્વિકતા અને ઐક્યતાથી જ થઈ શકે છે. સત્યાચરણ જીવન વિકાસમાં પાયાની જરૂરિયાત છે. કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને વિશ્વનાં સર્વાંગી વિકાસ માટે માનવ જીવનનો સાત્વિક વિકાસ અતિ આવશ્યક છે.

વ્હાલા આત્મીયજનો, આપ સર્વે આપના જીવનને સંસ્કાર, સુસંસ્કૃતિ, સત્ય અને આધ્યાત્મિક વિકાસની કેડી પર જ ચાલવાનું, વિકસાવવાનું લક્ષ્ય નક્કી કરજો, આપના વર્તમાન જીવન અને પરિસ્થિતિનું તટસ્થપણે મૂલ્યાંકન કરી, નબળી કડીઓને નાબૂદ કરી,

સબળી કડીઓને મજબૂત બનાવી, સાત્વિકતાની સાંકળને મજબૂત બનાવજો.

આપણે આપણી જાતને તટસ્થપણે જાણવી જોઈએ. આપણી શક્તિ અને ક્ષમતાઓને પહેચાનવી જોઈએ. આપણામાં રહેલા સારા નરસાં ગુણોનું તટસ્થપણે મૂલ્યાંકન કરીને આપણા જીવનનું ધ્યેય નક્કી કરવું જોઈએ. આપણાં સ્વપ્ન સિદ્ધ કરવા માટે સાત્વિક પુરૂષાર્થ કરવો જોઈએ. આપણે જે ક્ષેત્રમાં વિકાસ સાધવો હોય તેને નિષ્ઠાથી વળગી રહેવું જોઈએ. આપણાં વાણી, વર્તન, વિચાર, લાગણી અને કાર્યને શક્ય એટલાં રચનાત્મક બનાવવા જોઈએ. આપણી ધ્યેયનિષ્ઠા હશે તો અવરોધો આપોઆપ સંકેલાઈ જશે, દૂર થઈ જશે અને માર્ગદર્શક પણ મળી રહેશે.

જો આપણું જીવન સુકાનવિહોણી નૌકા જેવું લાગે તો જિંદગીને એક નવા દૃષ્ટિકોણથી નિહાળીએ, તેને પ્રેમથી પકડીએ, આપણા વ્યવહારને બદલીએ. રચનાત્મક વિચારો કરીને કાર્યની નવી પદ્ધતિ અપનાવીએ. આપણો સાત્વિક પુરૂષાર્થ હશે તો સર્વ દિશાઓ સાનુકૂળ બનવા લાગશે. સફળતાના શિખરો સર કરી શકાશે.

આપણા જીવનને સફળતાની કલગીથી શણગારવું હોય તો જીવનને સમૃદ્ધ અને સુંદર બનાવનારા તત્વોમાં રુચિ દાખવવી જોઈએ. રસ લેવો જોઈએ. સફળતાની દિશામાં જો આપણે દોરવાઈશું તો

સફળતા આપણી તરફ ખેંચાઈ આવશે જ, આ એક કુદરતી નિયમ છે. પરમની સૃષ્ટિમાં દરેક વ્યક્તિ સફળ થવાને જ સર્જાઈ છે. આવશ્યકતા છે ફક્ત સાત્વિક, સંનિષ્ઠ પુરૂષાર્થની. જીવનમાં સફળતા મેળવવાની અમૂલ્ય ચાવી છે - સ્વભાવની નમ્રતા, શાંતિ, સંતોષ અને સમાધાનથી જ જીવનને સારી રીતે માણી શકાય છે, ઝળકાવી શકાય છે.

વ્હાલા યુવાનો, વ્હાલા ચાહકો, આપ જીવનના કોઈપણ ક્ષેત્રમાં ઝંપલાવવા માગતા હો, કે તમારા મનગમતા ક્ષેત્રમાં ઝંપલાવી દીધું હોય તો પણ તમારા કાર્યક્ષેત્રમાં પરમાત્માને, તમારા ઈષ્ટ દેવને જ તમારા માલિક ગણજો. પરમાત્માની સાથે વત્સલ ભાવે પરામર્શ, પ્રાર્થના કર્યા પછી જ તમારા કાર્યની શરૂઆત કરજો. પરમાત્માની પ્રેરણા, માર્ગદર્શન, ગેબી સહાય, સુઝાવ મળી જ રહેશે. પરમાત્માને તમારી જીવન નાવના ખેવૈયા બનાવી દેજો, તમારા જીવન રથના સારથિ, સખા, બનાવી દેજો.

જીવનમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવાના કેટલાક અનુભવગમ્ય સૂચનો આપને જણાવું છું. અપનાવી જોજો, સફળતા અવશ્ય મળશે જ.

૧. આપ શું કાર્ય કરવા માંગો છો ? કાર્યની સ્પષ્ટતા સમજી લઈને પછી જ કાર્ય કરવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરી લો. ધ્યેય - લક્ષ્ય નક્કી કરી લો.

૨. આપની આંતરિક શક્તિઓ અને ક્ષમતાને પહેચાનો, તેના પર શ્રધ્ધા કેળવો અને શક્તિનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરો.

૩. આપના કાર્યક્ષેત્રના વિવિધ પાસાંઓ, સાધનોની સંપૂર્ણ માહિતી મેળવી લો.

૪. "હું સફળ થઈશ જ" એવી દૃઢ શ્રધ્ધા અને હકારાત્મક વલણ અપનાવીને જ કાર્યનો પ્રારંભ કરો.

૫. સમય, શક્તિ અને સાધનોનો યોગ્ય અને કરકસરયુક્ત ઉપયોગ કરો.

૬. દૃઢ નિષ્ઠાપૂર્વક કાર્ય કરવું, અવરોધો, અડચણોને ઓળંગવાનો, ઓગાળવાનો કે હટાવવાનો પ્રયત્ન કરતાં રહેવું, નાસીપાસ કે હતાશ થવું નહીં. પરમાત્માને પ્રાર્થના કરો, માર્ગદર્શન મળી જ રહેશે.

૭. કાર્યક્ષેત્રના વિકાસમાં નવીનીકરણમાં આવતી પ્રત્યેક તકનો લાભ લો.

૮. એકી સમયે એક જ કામમાં એકાગ્રતા કેળવવાથી સમય, શક્તિ અને બુદ્ધિનો સદ્ઉપયોગ કરી શકાય છે.

૯. ઉત્સાહપૂર્વકના આનંદયુક્ત વાતાવરણમાં સહકારની ભાવનાથી કાર્ય કરવાથી ઉત્પાદન શક્તિ વધે છે.

૧૦. વિવેકથી વાત કરનાર, આયોજન કરનાર, સિફતથી કામ કરાવી અને કામ કઢાવી શકે છે. સહકાર મેળવી શકે છે.

૧૧. આપના વ્યાવસાયિક આયોજનમાં જનસેવાનો ખ્યાલ અવશ્ય રાખવો જોઈએ.

વ્હાલા આપ્તજનો, આપ આપના કોઈપણ આર્થિક, સામાજિક કે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં સફળતા મેળવવાના મારા ઉપરોક્ત સૂચનોને જીવનમાં અપનાવશો તો સફળતા મળશે જ અને જીવન જીવવાની મઝા પણ આવશે. આશીર્વાદ.

ૐ મા ૐ

श्री सद्गुरु देवाय नमः

श्री सद्गुरु देवाय

श्री सद्गुरु देवाय नमः

श्री सद्गुरु देवाय

૨૧. પરમાત્મા તમને સર્વસ્વ આપશે જ...

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૫ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા આત્મિયજનો,

ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પર્વે મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે. માર્ચ ૧૯૭૫ થી માતાજીની કૃપા અને આશીર્વાદથી મારા મન, વચન અને કર્મ દ્વારા વિશ્વ માનવબંધુઓની સેવા નિ:સ્વાર્થભાવે કરી રહ્યો છું. વિશ્વના પ્રત્યેક માણસમાં માનવતા પ્રગટે, માણસાઈની જ્યોત ઝળહળી રહે તેવો પ્રયત્ન હું અવિરતપણે કરતો રહું છું.

માનવતાનું મિષ્ટાન મારા આત્મીયજનોમાં પીરસી રહ્યો છું. આપ સર્વેનો સર્વાંગી વિકાસ થાય, આત્મિક ઉત્કર્ષ થાય તેવો પ્રયત્ન હું વિવિધરૂપે કરી રહ્યો છું. મારા પ્રયત્નમાં આપનો પુરૂષાર્થ ભળવો જોઈએ. મેં પીરસેલા માનવતાના મિષ્ટાન્નની મઝા માણવી હોય તો તમારે જાતે જ તેનો સ્વાદ ચાખવો પડે, આરોગવું પડે અને પચાવવું પડે. જીવન સમરાંગણમાં મારે તમને વિજયી થયેલા જોવા છે. સંસાર સાગરમાં મારે તમને કુશળતાથી તરતા અને આનંદથી કિનારે પહોંચતા જોવા છે. હું તમને સંસાર સાગર તરતાં શીખવાડું, રાહ બતાવું, સરળ રીત બતાવું પરંતુ હાથ પગ તો તમારે જ હલાવવા પડશે ને! પુરૂષાર્થ તો તમારે જાતે જ કરવો પડશે ને?

લાયબ્રેરીના કબાટમાં વિવિધ વિષયના પુસ્તકો ગોઠવેલાં હોય, સંસારભરનું જ્ઞાન તેમાં સંગ્રહાયેલું હોય પરંતુ કબાટને એ પુસ્તકોમાં છુપાયેલું જ્ઞાન મળતું નથી.

મારા એક વડીલ સંબંધી હતા. દુનિયાભરનું જ્ઞાન એમના મગજમાં સંગ્રહાયેલું હતું. અન્યને સલાહ સૂચન આપવામાં તે બહુ પાવરધા હતાં. પરંતુ આ જ્ઞાનને પોતાના વિકાસ માટે, અર્થોપાર્જન માટે આચરણમાં મૂકી શક્યા ન હતા. વાતોના વડા કરવામાં જ તેમની સઘળી શક્તિ અને સમય વેડફાઈ જતાં હતાં. સમય અને શક્તિનો સદઉપયોગ નહિ કરી શકવાથી પોતે સ્વ અને કુટુંબના શ્રેયાર્થે કંઈ જ કરી શક્યા નહિ. પુરૂષાર્થ વગરનું, આચરણ વગરનું, જ્ઞાન એટલે ગધેડા ઉપર ચંદનનો ભાર લાદવામાં આવ્યો હોય તેમ લાગે. ગધેડાને ચંદનની શીતળતા કે સુગંધનો અનુભવ થતો નથી.

વ્હાલા સ્વજનો, આપ મારી અમૃતવાણી સાંભળીને તાળીઓથી મને વધાવશો, ક્ષણભરનો આનંદ માણશો પરંતુ એટલાથી તમારો વિકાસ નહીં થાય. મારા આદેશો, અમૃતવાણીને સાંભળો, સમજો, પચાવો અને આચરણમાં મુકો ત્યારે જ તમારો આત્મિક વિકાસ થવાની શક્યતા છે. સંસારની મઝધારમાંથી નીકળીને કિનારે આવો. સંસારની મઝા માણો, ફરજ બજાવો પરંતુ તેમાં લપટાઈ ન જાવ, ડૂબી ન જાવ, વમળમાં ફસાઈ ન જાવ તેની તકેદારી રાખો. માખી મધ કે સાકરની ચાસણી ભરેલા વાસણમાં કિનારે બેસીને મીઠાશની મઝા માણે ત્યાં સુધી

તે સલામત છે. પેટ ભરાઈ જતાં તે સહેલાઈથી ઉડી શકશે કારણકે તેના પગ મધ કે ચાસણીમાં લપટાઈ ગયા નથી, પરંતુ લોભથી આ માખી ચાસણીના વાસણમાં વચમાં બેસીને મીઠાશની મઝા માણવા જશે તો પેટ ભરાઈ જવા છતાંય તે ઉડી શકશે નહિ. કારણ કે તેના પગ લપટાઈ ગયા છે.

મારી આપ સર્વેને સલાહ છે કે, સંસાર સાગરના કિનારે રહીને જ સંસાર ને માણો. રાગદ્વેષના વમળમાં, લોભ મોહની આંધીમાં અટવાઈ જશો તો પછી બહાર નીકળવું મુશ્કેલ થઇ પડશે. ઘર ગૃહસ્થી ચલાવી, પરિવાર વિસ્તાર્યો, બાળકોને સંસ્કાર અને સુશિક્ષણ આપી, પગ ભર કરી, પરણાવી તેમનો સંસાર ગોઠવાય ત્યાં સુધીની જવાબદારી અદા કરવી તે દરેક માતાપિતાની ફરજ છે. યુવાન વયે પહોંચેલા અને સંસારમાં સ્થિર થયેલા બાળકોની વ્યક્તિગત બાબતોમાં ચંચુપાત કરવો, વણમાંગી સલાહ આપવી, સૂચનો કરવા કે ચિંતા કરવી તે સંસાર સાગરમાં અથડાવા જેવું, ડૂબવા જેવું થાય. બાળકોના પરિવારની તેમના સંતાનોની જવાબદારી લઈને તેમાં સમય ફાળવવાની ચેષ્ટા તમારા આત્મિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસને રૂંધી નાખશે.

કિનારે રહીને સંસારની ફરજો માનવતાની રૂએ અદા કરવાની સતર્કતા રાખશો તો જ તમે સહેલાઈથી સંસારમાંથી નિવૃત્ત થઇ શકશો અને આત્મિક કલ્યાણનો માર્ગ પકડી શકશો. સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવામાં સમય અને શક્તિ ફાળવી શકશો.

પૌત્ર, પૌત્રીની જવાબદારી લઈને તેના ઉછેરમાં સમય ફાળવવાની ચેષ્ટા તમારા આત્મિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસને રૂંધી નાખશે. કિનારે રહીને સંસારની ફરજો માનવતાની રૂએ અદા કરવાની સતર્કતા રાખશો તો જ તમે સહેલાઈથી સંસારમાંથી નિવૃત્ત થઇ શકશો. સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવામાં સમય અને શક્તિ ફાળવી શકશો.

સાંપ્રત સમયમાં સંસારના પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં આપણને એવા માણસોની જરૂર છે કે જેઓ જ્ઞાનનો, સમજણનો, સમયનો અને શક્તિનો સદઉપયોગ કરી શકે, આચરણમાં મૂકી શકે. આચરણ વગરના જ્ઞાનનો સંગ્રહ વ્યક્તિને માનસિક બીમારીનો ભોગ બનાવે છે.

ભણેલો, શિક્ષિત કે જ્ઞાની માણસ તો એ કહેવાય કે, જેના વાણી વર્તન અને વ્યવહાર વિવેકી, વિનયી અને નમ્ર હોય, તેનું વ્યક્તિત્વ સદગુણોથી અલંકૃત હોય, તેની આભા અને પ્રતિભા તેજસ્વી હોય. બગીચામાં ખીલેલા ગુલાબ, મોગરો કે રાતરાણીની સુવાસની જેમ તેના જ્ઞાનની, વ્યક્તિત્વની સુવાસ ચોતરફ પ્રસરી રહે.

જ્ઞાનની પરિપક્વતા થઇ હોય તો તમારા મનમાંથી દુષણો, દુર્વૃત્તિઓ રૂપી ઉકરડાની દુર્ગંધ દૂર થવી જ જોઈએ. વિચારો ઉદ્દાત્ત અને ઉર્ધ્વગામી થવા જોઈએ. તમારો આત્મવિશ્વાસ વધવો જ જોઈએ. તમારા પ્રશ્નોને સમજવાની અને સુલઝાવવાની ક્ષમતા, ધીરજ અને સહનશીલતા તમારામાં આવવી જ જોઈએ. સ્વમૂલ્યાંકન કરી તમારા

વિચારો, આદતો, સ્વભાવને વિવેકના ગરણે ગાળતા રહેજો. અહમ્, ઈર્ષ્યા, લોભ, મોહ, નિંદા, ક્રોધ રૂપી કચરાને સત્સંગના સેવનથી અને તપના તાપથી નામશેષ કરી નાખજો.

છેલ્લા ત્રીસ વર્ષથી તમારા ત્રિવિધ તાપથી ઉદભવતા પ્રશ્નોને સુલઝાવવાનો, માર્ગદર્શન આપવાનો અને આપને સ્વનિર્ભર કરવાનો પ્રયત્ન હું કરતો રહું છું. સામાન્ય રીતે માનવજીવનમાં અભ્યાસકાળ પણ ૧૫-૨૦ વર્ષનો જ હોય છે. શિક્ષણની સાથે સમજણ મેળવી વ્યક્તિ સ્વનિર્ભર થવા પ્રયત્ન કરે છે. સ્વતંત્ર રીતે પોતાનો વિકાસ કરે છે.

તમારામાંના મોટાભાગના ભાઈ-બહેનો તો હજુ પણ ભૌતિક પ્રશ્નો માટે મારી આંગળીએ વળગેલા રહે છે. આવું ક્યાં સુધી ચાલશે? સ્વનિર્ભર બનો, આત્મવિશ્વાસ કેળવો મુસીબતોથી મૂંજાઈ ન જાવ. શાંતચિત્તે પરમાત્માને પ્રાર્થના કરો, તમારા જ્ઞાનનો ઉપયોગ કરો, મારા આદેશો અને આદર્શોને અનુસરો, સમયનો સદઉપયોગ કરો.

સૃષ્ટિનું સર્જન કર્યા પછી પરમાત્માએ સમયનો વારસો સહુને સરખો ચોવીસ કલાકનો આપ્યો છે. શરીરનો વારસો-શરીરના અંગો પણ વિશ્વના માનવોને સરખો જ આપ્યો છે. સમય અને શરીર રૂપી અમૂલ્ય વારસો, અમૂલ્ય સંપત્તિ આપણે કેવી રીતે વાપરીએ છીએ, વધારીએ છીએ કે વેડફીએ છીએ તે આપણા પર નિર્ભર છે.

સામાન્ય રીતે પરમાત્માએ મનુષ્યને સો વર્ષની જિંદગી બક્ષી છે, સાથે સાથે સાત્વિક જીવનશૈલી અને નૈતિક મૂલ્યોને અપનાવવાની અને આચરવાની શીખ પણ આપી છે. પરમની શીખનો અનાદર જીવનને કલુષિત અને કુંઠિત કરી નાખે છે. આપણા જન્મદિવસની ઉજવણી કરતી વખતે આપણે પસાર કરેલા ત્રણસો પાંસઠ દિવસના સમય દરમિયાન પ્રત્યેક દિવસના પ્રત્યેક સમયનો કેવો ઉપયોગ થયો, કેવી રીતે વ્યતીત થયો તેનો હિસાબ રાખી સરવૈયું કાઢવું જોઈએ. સાત્વિક, રચનાત્મક સમયનું જમા પાસુ વધવું જોઈએ. આળસ, પ્રમાદ, અસાત્વિક, ખંડનાત્મક સમયનું ઉધાર પાસું શૂન્ય હોવું જોઈએ. અથવા ઉધાર પાસું નામશેષ કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સંકલ્પ કરવો જોઈએ. સુખી જીવનના આયોજન અને સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવા માટે જન્મદિવસની ઉજવણી વેળાનું સરવૈયું વધુ ઉપયોગી થઇ પડશે. મીઠાઈ ખાવા અને ખવરાવવા પાછળનો આશય વાણી, વર્તન અને વ્યવહારમાં મીઠાસ રાખવાનો છે. સમયનું સુંદર આયોજન કરવું જોઈએ. જેથી જીવનની પ્રત્યેક પળ “સત્યમ્ શિવમ્ સુન્દરમ્” બની રહેવી જોઈએ.

સામાન્ય રીતે દિવસ રાત્રિના ચોવીસ કલાકનું આયોજન કેવી રીતે કરવું તેનો વિચાર કરીએ. ગૃહસ્થી, વિદ્યાર્થી, યુવાન, નોકરિયાત કે વેપારી વર્ગના સોળથી અઢાર કલાક અભ્યાસ, નોકરી ધંધામાં, ગ્રહકાર્યમાં, ઊંઘ આરામ તેમ જ દૈનિક કાર્યો જેવાં કે નહાવા, ધોવા, જમવામાં પસાર

થઇ જાય છે. બાકીના છ થી આઠ કલાકના સમયનું આયોજન એવી રીતે કરવું જોઈએ કે આપણા શરીરનું સ્વાસ્થ્ય, મન વિચાર અને બુધ્ધિનો વિકાસ, આત્મિક શક્તિઓના વિકાસ માટે ત્રણ થી ચાર કલાકનો સમય ફાળવવો જોઈએ. કસરત, પ્રાણાયામ, યોગાસન, સાત્વિક વાંચન, ચિંતન, રચનાત્મક કાર્યોમાં ત્રણથી ચાર કલાકના સમયનું આયોજન પોતાની ક્ષમતા અનુસાર કરવું જોઈએ. આત્મવિકાસ, સેવા અને સાત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવા માટે બાકીના ત્રણ થી ચાર કલાકનું આયોજન કરવું જોઈએ. જપ, તપ, પૂજા, પાઠ, પ્રાર્થના, નામસ્મરણ, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, સેવા, તેમજ માનવતાસભર કાર્યોમાં સમય ફાળવવાથી સુખ, શાંતિ અને સંતોષનો અનુભવ કરી શકાશે.

પરમાત્માએ આ ચોવીસ કલાકનો સમય આપણને વિનામૂલ્યે, વણમાગ્યો આપ્યો છે. એટલે સામાન્ય માણસોને તેનું આયોજન કરી યોગ્ય રચનાત્મક ઉપયોગ કરવાનું મૂલ્ય સમજાતું નથી. વળી મફતમાં મળેલી વસ્તુની કિંમત હોતી નથી તેથી તે વેડફાઈ જાય છે. આંધળાને આંખની કિંમત અને રણમાં પાણીની કિંમત અંકાય છે. તેવી જ રીતે આયુષ્યની પૂર્ણાહૂતિનો સમય નજીક આવતો જાય છે ત્યારે જ સમયનું આયોજન ન કરનાર વ્યક્તિને, આળસ, પ્રમાદ અને કુટેવોમાં જિંદગી વેડફાઈ ગયાનો અહેસાસ થાય છે.

મારી તો આપ સર્વે ને વિનંતી છે કે જીવનના પ્રત્યેક દિવસની પ્રત્યેક પળને માણો, વર્તમાનને ઉજ્જવળ બનાવો, ભૂતકાળને ભૂલી

જાઓ, ભવિષ્યની ચિંતામાં સમયને વેડફો નહિં. માનવતાને મહેંકાવો અને માનવ હૃદયમાં તમારૂં સ્થાન અંકીત કરો. અનન્ય શ્રધ્ધા અને શરણાગતિભાવથી પરમાત્માની ઉપસ્થિતિનો અહેસાસ કરો. પરમાત્માની સાથે આત્મીયભાવ કેળવો, પ્રાર્થના કરો, માર્ગદર્શન મળશે જ, પ્રેમ, આનંદની અનુભૂતિ થશે. તમે પરમાત્માને તમારો સમય આપો, પરમાત્મા તમને સર્વસ્વ આપશે.

મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે. ॐ મા ॐ

પ્રેમી બનીને આવ્યો છું, પ્રેમ કરતો રહીશ.

દુનિયાના સર્વ દુખોને, દૂર કરતો રહીશ.

ખેલતો રહીશ, કૂદતો રહીશ, આધ્યાત્મિક ક્રાંતિ સર્જતો રહીશ,

દુનિયાના સર્વ દુખોને, દૂર કરતો રહીશ.

૨૨. કર્મયોગી બનીએ

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૬ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

પરમના વ્હાલા પ્રેમીજનો,

ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પ્રસંગે મારા આપ સર્વેને આશીર્વાદ છે. આપના આધ્યાત્મિક પંથની જીવનયાત્રામાં આપે મને આપના પથદર્શક, માર્ગદર્શક અને સદગુરૂપદે સ્થાપીને આપના હૃદયમાં ભાવભીનું સ્થાન તો આપ્યું છે પરંતુ મારો પ્રેમભાવ, મારી પ્રસન્નતા અને મારા આદર્શો અને અપેક્ષાઓને પણ આપે સમજવા અને અપનાવવા તો પડશે જ ને !

આપનું જીવન પ્રકાશના પંથે જ પ્રયાણ કરે, ઉર્ધ્વગામી બને, શારીરિક, બૌધિક અને ભૌતિક સંપત્તિના વિકાસની સાથે સાથે આપનો આધ્યાત્મિક વિકાસ થાય તેવી મારી ઈચ્છા છે, મારી ભાવના છે. આપનો વ્યક્તિગત સર્વાંગી વિકાસ થાય તો જ કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને સમષ્ટિનું શ્રેય સાધી શકાય. મારે આપને પરમના પ્રેમી બનાવવા છે. આપનો સહયોગ અને પુરૂષાર્થ ભળશે તો જ મારી ઈચ્છા પરિપૂર્ણ થશે.

ગભરાશો નહિં, તમે જે સ્થાને, જે કક્ષાએ અને જે પરિસ્થિતિમાં જીવન વહાવી રહ્યાં છો ત્યાંથી જ આપણે ક્રમશ: એક એક ડગ-કદમ

મક્કમ રીતે પાડીને જ આગળ વધવાનું છે. જીવન અને જીવનના ધ્યેયને સમજવાનું છે, માનવ જીવનને સાર્થક કરવાનું છે.

જુઓ, હું પંડિત નથી કે પંડિતાઈ કરી શકું
નથી જ્ઞાન શાસ્ર, ઉપનિષદ કે વેદાંતનું
ન જાણું વ્યાખ્યાંતર તણી ભાષા
જાણું છું ફકત માત તણી ભાષા

પહેલાં આપણે સ્પષ્ટ સમજી લઈએ કે, પરમના પ્રીતિપાત્ર બનવા માટે, પરમની નિગાહમાં રહેવા માટે, પરમની સૃષ્ટિના ચમકતા તારલા બનવા માટે આપણે શું કરવું જોઈએ ? તમને લાગશે કે, આ બહુ મોટી અને ગહન વાત છે પરંતુ ગભરાવવાની જરૂર નથી.

"પરમાત્મા મારી સાથે જ છે, હું એકલો - એકલી નથી."

તેવો ભાવ કેળવવાથી અવરોધો અટકી જશે. આગળ વધી શકાશે, સાત્વિક પુરૂષાર્થ કરવાની પ્રેરણા મળી રહેશે. દ્રઢ મનોબળ, શક્તિ, સંયમ અને વિવેકથી વિકાસના પંથે પ્રયાણ કરવાનો પ્રારંભ કરીએ.

માનવ જીવન એટલે જન્મથી મૃત્યુ પર્યંતની યાત્રાનો સમય. સમયના પ્રવાહમાં, શ્વાસના વીંઝણાની સાથે જીવન ગતિ કરે છે. સુખ, દુ:ખ, શાંતિ, અશાંતિ, પ્રસન્નતા, ગ્લાનિ જેવા વિવિધ દ્વંદ્વોની અનુભૂતિ જીવનકાળ દરમિયાન થતી રહે છે. સદાય આનંદ, પ્રસન્નતા અને સુખનો માહોલ સર્જાતો રહે, અનુભવાતો રહે તેવો પ્રયત્ન આપણે કરતા રહીએ છીએ.

જીવનની અમુક ક્રિયાઓ સ્વયમ્ સંચાલિત છે. અમુક ક્રિયાઓ પ્રકૃતિજન્ય છે. જેવીકે શ્વસનક્રિયા, પાચનક્રિયા, ઉત્સર્ગક્રિયા, ભૂખ લાગવી, પાણી પીવું વિગેરે પ્રકૃતિ સાથે વણાયેલાં છે. જીવનને ધબકતું, સરકતું રાખવા માટે સ્વયમ્ સંચાલિત ક્રિયાઓની આવશ્યકતા છે. જો સ્વયમ્ સંચાલિત ક્રિયાઓમાં અવરોધ આવે તો જીવનયાત્રા વસમી બની જાય છે.

પ્રાણીઓ, પશુઓ, પંખીઓ અને અન્ય જીવો પોતાના ખોરાક મેળવવા માટે હિંસા આચરે છે. જે ક્રિયા તેમની પ્રકૃતિજન્ય ક્રિયા છે. આવી પ્રકૃતિજન્ય ક્રિયાઓ શરીર અને ઈન્દ્રિયો દ્વારા જ થાય છે. તેમાં મન કે ઈચ્છા ભળતા નથી. દરકે વ્યક્તિ ક્રિયા તો કરે જ છે. જીવનના ધબકારની સાથે જ ક્રિયાઓ શરૂ થઈ જાય છે.

ક્રિયા કર્મ કયારે બને ?

જે ક્રિયાઓમાં શરીર અને ઈન્દ્રિયોની સાથે મન, બુધ્ધિ અને હૃદયનો ભાવ ભળે ત્યારે તે ક્રિયા કર્મ બની જાય છે. ભૂખ લાગે અને જમવું તે ક્રિયા છે. પરંતુ જરૂરિયાત કરતાં સ્વાદ લાગ્યો કે ગમતી વાનગી વધારે જમવી, ભોજનમાં આસક્તિનો, રાગનો ભાવ ભળ્યો એટલે જમવાની ક્રિયા કર્મ બની ગઈ. તરસ લાગે એટલે પાણી પીએ તે સહજ ક્રિયા છે પરૂંતુ મોહવશ ઠંડાપીણા, આઈસ્ક્રીમ કે અન્ય પીણું પીવાથી તૃષાની સહજ ક્રિયા કર્મ બની જાય છે.

આપણું કર્મ એ બીજ છે. દરેક બીજને ઊગવાની અને પાકવાની પ્રક્રિયા અને સમય જુદા જુદા હોય છે. બીજ પરિપક્વ થયા પછી જ ફળ આપે છે. આપણા જુદા જુદા કર્મોના પરિણામનો સમય પણ જુદો જુદો હોય છે. કોઈક કર્મ તાત્કાલિક પરિણામ આપે તો કોઈક કર્મ અમુક સમય પછી, વર્ષો પછી કે જન્મો પછી પાકે અને ફળ આપે છે.

કર્મ એટલે શું ?

કર્મ એટલે આપણી ફરજ આપણો ધર્મ, આપણે કોઈપણ ક્ષેત્રમાં હોઈએ, ગૃહસ્થી માંડીને વ્યવસાયના, વેપારના કે શિક્ષણના ક્ષેત્રમાં હોઈએ, રાષ્ટ્રની રક્ષા કાજે ફરજ નિભાવવાની - બજાવવાની હોય, આપણે આપણી ફરજ પૂરી નિષ્ઠાથી, સજાગતાથી, વિવેકપૂર્વક, જવાબદારી પૂર્વક અને પૂરા પુરૂષાર્થથી બજાવીએ ત્યારે તે કર્મનું પરિણામ કે ફળ સુખદાયી, લાભદાયી અને સંતોષકારક જ હોય છે.

અપેક્ષિત ફળ - પરિણામ માટે કર્મનું આયોજન

કોઈ પણ કર્મ શરૂ કરતાં પહેલાં તેનું આયોજન પ્લાનીંગ કરવું જરૂરી છે. આયોજન કરતી વખતે જ અપેક્ષિત પરિણામ નક્કી કરી લેવું જોઈએ. આપણી શારીરિક, બૌધિક, આર્થિક અને ભૌતિક ક્ષમતાને લક્ષમાં રાખીને જ કાર્યનું આયોજન કરવું જોઈએ અને તે પ્રમાણે પરિણામની અપેક્ષા રાખવી જોઈએ.

આયોજન પ્રમાણે કાર્યના આરંભથી પૂર્ણાહૂતિ સુધી પ્રમાણિકપણે સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને પુરૂષાર્થથી, એકાગ્રચિત્તે કાર્ય કરવું જોઈએ. ફળની ચિંતામાં મનને વિભાજીત કરવું નહિં.

આત્મવિશ્વાસને કયારેય ડગવા દેવો નહિં. કર્મ કરતી વેળા એ પરિણામને નહીં, પરંતુ પરમાત્માને જ કેન્દ્રમાં રાખીને પુરી નિષ્ઠાથી કર્મ કરવાથી ઉત્તમ પરિણામ મેળવી શકાય છે.

કાર્ય પૂર્ણ થઈ ગયા પછી પરમાત્માને અર્પણ કરી જે કંઈ પરિણામ આવે કે ફળ મળે તેને પરમની પ્રસાદી સમજીને પ્રસન્ન વદને તેનો સ્વીકાર કરી લ્યો. અપેક્ષા કરતા પરિણામ વધારે સારૂ કે ઓછું આવે તો માનસિક સમતુલા જાળવી રાખવી જોઇએ. પરમાત્માની મરજીને જ સર્વોપરી ગણીને પ્રસન્નતા જાળવી રાખવી જોઇએ.

વિધાર્થી હોય કે વેપારી દરેક વ્યક્તિએ પોતાના કર્મોનું પરિણામ ઉત્તમ કોટિનું જ આવે તેવી અપેક્ષા તો હોય છે જ. ફળની અપેક્ષા રાખવાનો અધિકાર કર્મ કરનાર વ્યક્તિને હોય એ જ સ્વાભાવિક છે. કર્મ કરતી વખતે દરેક તબક્કે આપણે આપણા કર્મનું, આયોજનનું મૂલ્યાંકન, ઈવેલ્યુએશન કરવું જોઈએ. કાર્ય અધુરૂં લાગે કે અટકી જવાય ત્યારે પરમાત્માની સાથે અનુસંધાન સાધી, પ્રાર્થના દ્વારા પ્રેરણા માર્ગદર્શન મેળવો.

“God is with me, He is guiding me. I am not alone”

આવો ભાવ મનમાં સતત રાખવાથી પરમાત્મા આપનો પડછાયો બની આપની રક્ષા કરશે, માર્ગદર્શન કરશે, સહાય કરશે.

કર્મમાં ત્રણ ઘટકોનો પ્રભાવ

આપણે જ્યારે કર્મ કરીએ છીએ ત્યારે આપણા ત્રણ ઘટકો શરીર, હૃદય અને મસ્તક કાર્યાન્વિત થાય છે. આ ત્રણે ઘટકોની માત્રા દરેક વ્યક્તિમાં એક સરખી ન હોય.

શરીરના ઘટકની માત્રા પ્રબળ હોય તો વ્યક્તિ, કર્મ પ્રધાન શ્રમજીવી બને.

હૃદયના ઘટકની માત્રા પ્રબળ હોય તો વ્યક્તિ લાગણી પ્રધાન બને.
મસ્તકના ઘટકની માત્રા પ્રબળ હોય તો વ્યક્તિ, બુધ્ધિ પ્રધાન બને.

કર્મ પ્રધાન વ્યક્તિ હંમેશા કર્મમાર્ગને જ પ્રાધાન્ય આપે.
લાગણી પ્રધાન વ્યક્તિ હંમેશા ભક્તિ માર્ગને અપનાવે.
બુધ્ધિ પ્રધાન વ્યક્તિ હંમેશા જ્ઞાન માર્ગને અપનાવે.

કોઈપણ વ્યક્તિમાં એક ઘટક પ્રબળ હોય તો પણ બીજા બે ઘટકોની જરૂર તો તેમાં પડે જ છે. બીજા બે ઘટકોના સાથ સહકાર વગર વ્યક્તિ કોઈપણ માર્ગમાં આગળ વધી શકે જ નહિં. વિકાસ સાધી શકે નહિં. આ ત્રણે ઘટકો હેન્ડ, હાર્ટ અને હેડ વ્યક્તિમાં જન્મજાત હોય છે. આ ઘટકોને વિકસાવી શકાય પરંતુ જીવનકાળ દરમિયાન ઉપજાવી કે ઉત્પન્ન કરી શકાય નહિં.

શ્રમજીવી વ્યક્તિઓનો માર્ગ એ આમજનતાનો સહજ અને સરળ માર્ગ છે. કોઈપણ વ્યક્તિ માટે સહેલાઈથી અપનાવી શકાય તેવો માર્ગ છે. આપણે આ માર્ગ અપનાવીને કર્મયોગી બનવા પ્રયત્ન કરવાનો છે.

સાત્વિક કર્મ કોને કહેવાય ?

આપણે કોઈપણ ક્ષેત્રમાં કોઈપણ ભૂમિકામાં કામ કરતાં હોઈએ, ત્યારે આપણે આપણી ફરજને આપણો ધર્મ સમજીને પૂરી નિષ્ઠાથી, નૈતિક મૂલ્યોને લક્ષ્યમાં રાખીને પોતાના આત્મિક વિકાસ અને સમષ્ટિના કલ્યાણ માટે કામ કરીએ ત્યારે તે કર્મ સાત્વિક કર્મ કહેવાય. સ્વનો વિકાસ અને સમષ્ટિનું કલ્યાણ સાત્વિક કર્મના આધાર સ્થંભો છે.

અસાત્વિક કર્મ કોને કહેવાય ?

આપણા કામમાં સ્વાર્થનો ભાવ ભળે અને સમષ્ટિના કલ્યાણનો ભાવ ભૂલાઈ જાય ત્યારે તે કર્મ અસાત્વિક બને. રાગદ્વેષ, લોભ, લાલચ, ઈર્ષ્યા, નિંદા, હિંસા અને કપટના અશુધ્ધભાવથી ફરજ નિભાવવામાં આવે, કામચોરી, સમય ચોરી અને સાધન ચોરી કરીને કામ કરવામાં આવે, પોતાના જ લાભ માટે વ્યક્તિ કર્મ કરે તે કર્મ અસાત્વિક - પાપકર્મ બની જાય છે.

પોતાની પાસે શારીરિક, બૌધ્ધિક, આર્થિક અને અન્ય ભૌતિક સંપત્તિ, સુવિધા, સાધનો હોવા છતાં પણ વ્યક્તિ અહમ્, આળસ, પ્રમાદ કે અન્ય કારણોસર પોતાની શક્તિ, સંપત્તિ, બુધ્ધિ અને જ્ઞાનનો ઉપયોગ

સમષ્ટિના કલ્યાણ માટે ન કરે અને ફક્ત પોતાનો જ સ્વાર્થ સજાવ્યા કરે તો તેવું કર્મ પણ અસાત્વિક કર્મ બને છે.

કર્મ બંધનકર્તા કયારે બને ?

આસક્તિ સહિત ફળની લોલુપતા સાથે કરેલું કોઈપણ સાત્વિક કે અસાત્વિક કર્મ, કર્મ કરનાર વ્યક્તિ માટે બંધનકર્તા બને છે. કર્મથી નીપજેલું પરિણામ કે ફળ વ્યક્તિએ જાતે જ ભોગવવું પડે છે.

સાત્વિક કર્મનું ફળ સુખ સુવિધા, સંપત્તિ આપે અને અસાત્વિક કર્મનું ફળ દુ:ખ, અસુવિધા, દરિદ્રતા આપે.

કર્મફળ કે કર્મનું પરિણામ કેવી રીતે મળે અને ક્યારે ભોગવાય ?

કર્મ ત્રણ પ્રકારે ફળ આપે છે.

ક્રિયમાણ કર્મ :- જે કર્મ કરતાંની સાથે જ કર્મનું ફળ મળી જાય છે. દા.ત. - કામ કર્યું ને વેતન મળી ગયું. ઈન્ટરવ્યુ આપ્યો અને નોકરી મળી ગઈ. પરીક્ષામાં ચોરી કરી પકડાઈ ગયા અને પરીક્ષામાંથી કાઢી મૂકયા.

કર્મ કરતાની સાથે જ પરિણામ મળી જાય છે. ફળ અનુભવી શકાય છે.

સંચિત કર્મ :- કેટલાય કર્મોનું ફળ વર્તમાન જીવનકાળ દરમિયાન જ પરંતુ અમુક દિવસો, મહિનાઓ કે વર્ષો પછી મળે છે. દા.ત. માર્ચ

મહિનામાં પરીક્ષા આપી અને વિદ્યાર્થીને તેનું પરિણામ જૂન માસમાં મળે છે.

ખેડૂત ખેતરમાં અનાજ કે શાકભાજી, ફળ, ફૂલ વિગેરેનાં બીજ વાવે અને અમુક સમય પછી જ ક્રમશઃ પરિપક્વ થયા પછી જ પાકે છે.

શ્રવણના માતાપિતાનો શ્રાપ, દશરથરાજાને રામજીના વનવાસ વેળાએ, તેમના જીવનકાળ દરમિયાન જ ભોગવવો પડ્યો હતો. રામજીના વિયોગમાં મૃત્યુ પામ્યા હતા.

આમ કર્મ કર્યા પછી તે કર્મ સંચિત થઈને રહે છે. ક્રમશઃ તેમાં વિકાસ અને પરિવર્તન થયા પછી સમયાંતરે પરિણામ આપે છે.

પ્રારબ્ધ કર્મ - કેટલાંક કર્મોનું ફળ આ જીવનકાળ દરમિયાન પાકે નહીં, પરંતુ વર્તમાન જીવન સમાપ્ત થયા પછી એક કે અનેક જન્મો પર્યંત ક્રમશઃ પાકતું જાય, પરિણામ મળતું જાય અને ભોગવાતું જાય. જન્મજન્માંતરથી સંચિત થયેલાં સાત્વિક અને અસાત્વિક કર્મો વ્યક્તિનું પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરે છે. આ જન્મમાં અને વર્તમાન જીવનકાળ દરમિયાન આપણને કોઈપણ જાતના પુરૂષાર્થ વગર ધનસંપત્તિ, સગા સહોદર, શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સંપત્તિ, બૌધ્ધિક અને આધ્યાત્મિક સંપત્તિ મળી છે. અને અનાયાસે મળતી રહે છે તે આપણા પ્રારબ્ધ કર્મનો જ પરિપાક છે. દા.ત. એક જ માતાપિતાના બાળકોનો ઉછેર, સંસ્કાર અને સગવડો એક સરખા હોવા છતાં જીવનકાળ દરમિયાન બાળકોના

શારીરિક, બૌધ્ધિક, આર્થિક અને આત્મિક વિકાસ તેના પ્રારબ્ધ કર્મ અનુસાર જ થાય છે.

ભીષ્મપિતામહ્ ને બાણશૈયા પર સૂઈ રહીને પ્રાણ ત્યાગ કરવાનું દુ:ખ ભોગવવું પડ્યું હતું. અગાઉના તોત્તેર જન્મના કર્મનું ફળ આ જન્મે આ સમયે પરિપક્વ થતા બાણશૈયા પર સૂઈ રહી ને ભોગવવું પડ્યું હતું.

રાવણ અને વિભીષણ સગા ભાઈઓ હતાં છતાં એક રામનો શત્રુ અને બીજો રામ ભક્ત બન્યો. સાત્વિક કર્મ હોય કે અસાત્વિક કર્મ, કર્તાએ કર્મનું ફળ તો ભોગવવું જ પડે છે. સાત્વિક કર્મ સુખી પ્રારબ્ધ અને અસાત્વિક કર્મ દુ:ખી પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરે છે.

મનુષ્ય જન્મમાંજ આપણે પ્રારબ્ધ ભોગવીએ છીએ અને પ્રારબ્ધનું નિર્માણ પણ કરી શકીએ છીએ કારણકે મનુષ્યમાં બુધ્ધિનો વિકાસ થયેલો છે. તેથી સારા નરસાનો વિવેક જાળવી શકે છે. મનુષ્યેત્તર અન્ય પશુપંખી, પ્રાણીઓ, જીવ જંતુઓ તેમના જીવનકાળ દરમિયાન તેમનું પ્રારબ્ધ ભોગવે છે, વર્તમાન જીવનનું કર્મ તેમનું પ્રકૃતિજન્ય, સ્વભાવગત હોય છે. તેથી વર્તમાન જન્મનું કર્મ બંધનકર્તા નથી.

કર્મ બંધનમાંથી કેવી રીતે મુક્ત થવાય ?

કર્મબંધનમાંથી મુક્ત થવા માટે આપણા સાત્વિક કર્મમાંથી અહમ્, આસક્તિની બાદબાકી થઈ જાય ત્યારે જ આપણું કર્મ બંધનમુક્ત -

યોગયુક્ત બની જાય. સ્વનો સબંધ કર્મમાંથી છૂટી જાય અને પરમાત્માની પ્રીતિ અર્થે જ કર્મ થાય. પરમાત્મા સાથે જોડાઈ જવાય. કર્તાભાવ ઓગળી જાય. પરમાત્મા માટે જ અને પરમાત્મા થકી જ કર્મ થાય છે. આપણે એક સાધન માત્ર છે. તેવો ભાવ કર્મબંધનમાંથી છૂટી શકાય. મુક્ત થઈ શકાય. મુક્ત રહી શકાય.

પરમાત્મા માટે જ કર્મ કરવાની ભાવના સમસ્ત અસ્તિત્વમાંથી જાગે અને તે ભાવના સાથે જ ફરજ નિભાવાય ત્યારે જ કર્મ યોગ બની જાય, યજ્ઞ બની જાય, કર્તા બની જાય. કર્તા ફક્ત સાધનમાત્ર, નિમિત્ત માત્ર જ બની રહે. આવો અનાસક્ત ભાવ કેળવાય ત્યારે જ કર્મ બંધનમાંથી છૂટી શકાય.

સાત્વિક કર્મ કરતી વખતે આપણે આટલી સતર્કતા સજાગતા કેળવીએ -

(૧) મારો અહમ્, સ્વાર્થ મારા કર્મોમાં ભળ્યો નથી

(૨) મારું સાત્વિક કર્મ કેવળ પરમાત્માની પ્રીતિ અર્થે અને સમષ્ટિના કલ્યાણ માટે જ થાય છે

(૩) મારું પ્રત્યેક કર્મ પરમાત્માની પૂજા અર્થે જ થાય છે

આવી ઉદાત્ત ભાવના સાથે બાળસહજ નિર્દોષતા, નિર્મળતા વ્યક્તિત્વમાંથી નિરખવી જોઈએ. પરમાત્મામાં જ પોતાના અસ્તિત્વને

ઓગાળી નાખીને સર્વત્ર અને સર્વમાં પરમની ઉપસ્થિતિ અનુભવાય, પોતાના જીવનની સર્વ ક્રિયાઓ પરમાત્મા માટે જ કરાતી ક્રિયાઓ અનુભવાય, માલિકભાવ મટીને દાસભાવ, બાળભાવ ઉદભવે ત્યારે જ કર્મબંધનમાંથી છૂટી શકાય. કર્મયોગી બની શકાય.

ચાલો, આજથી જ અને અત્યારથી જ આપણે આપણા કર્મોને યોગ બનાવવાનો દ્રઢ સંકલ્પ કરીએ અને કર્મયોગી બનવાનો પુરૂષાર્થ કરીએ.

પરમાત્માની સૃષ્ટિના ચમકતા તારલા બનીએ.

(૧) પરમાત્માને પ્રિય હોય તેવું જ સ્વના ઉત્કર્ષનું અને સમષ્ટિના કલ્યાણનું જ કામ કરીશું

(૨) પરમાત્મા જ મારા માલિક, મારા પિતા, અને સર્વસ્વ છે. પરમાત્મા માટે જ અને પરમાત્મા થકી જ કર્મ થઈ રહ્યું છે, ફરજ બજાવાઈ રહી છે, તેવો પરમની પૂજા કરવાનો ભાવ અને સતર્કતા મનમાં સતત જાગતો રાખીશું

(૩) આપણું પ્રત્યેક કામ, ફરજ ધર્મ પરમાત્માની પ્રીતિ અર્થે જ પરમની પૂજા સમજીને કરીએ

(૪) અનન્યભાવે, પૂરી નિષ્ઠાથી અને ઉત્સાહથી, પ્રસન્નતાથી કર્મ કરીએ

(૫) પરમાત્માની સંપૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારીને, એકરસ બની જઈને, આપણા કર્મોને, તાજાં મધમધતાં સુવાસિત ફૂલ બનાવી દઈને પરમના ચરણમાં સમર્પિત કરીએ, ગળાનો હાર બનાવી દઈએ

આપના જીવનનું પ્રત્યેક કર્મ સાત્વિક અને યોગમય બની જાય. આપ કર્મયોગી બની જાવ અને આપનું જીવન યજ્ઞમય બની જાય તેવા આશીર્વાદ.

ૐ મા ૐ

- ❖ કામ અને કારણ વગર વાણીને વહાવવી નહિં
- ❖ રાગ, દ્વેષ, દંભ, ધૃણા, નિંદા અસત વૃત્તિઓ ઉપાસનામાં આડખીલી રૂપ છે
- ❖ ભક્તિ માટે કેવળ પ્રેમ, શ્રધ્ધા અને શરણાગતિની આવશ્યકતા છે

૨૩. અમૂલ્ય શક્તિ સંપત્તિ

ગુરૂપૂર્ણિમા ૨૦૦૭ **પૂ. રાજયોગી નરેન્દ્રજી**

વ્હાલા આત્મિયજનો,

ગુરૂપૂર્ણિમાના પાવન પ્રસંગે આપ સર્વેનું અંત:કરણથી સ્વાગત છે. આપ સર્વેના પ્રેમ, લાગણી અને અહોભાવને હું બિરદાવું છું. ગયા વર્ષે ગુરૂપૂર્ણિમાના પ્રસંગે મેં આપ સર્વેને જણાવ્યું હતું અને આદેશ આપ્યો હતો કે, આપના માતાપિતાની ચરણવંદના કરી આશીર્વાદ મેળવી ને પછી જ આપના પૂજય ગુરૂદેવના દર્શન વંદન કરજો, માતાપિતા પ્રથમ આપણા ગુરૂ છે. બાળકના જીવન વિકાસના હિતેચ્છુ છે. બાળકનો સર્વાંગી વિકાસ કરવામાં મહત્વનું યોગદાન આપે છે. માતાપિતાની ભાવપૂર્ણ સેવા કરવી અને અંત:કરણના આશીર્વાદ મેળવવા એજ માનવજીવનનું મહામૂલું નજરાણું છે.

સદગુરૂ આધ્યાત્મિક માતાપિતા છે. આધ્યાત્મિક પંથના ભોમિયા - જાણકાર - માર્ગદર્શક છે. ગુરૂદેવ તો ઈષ્ટદેવને મળવા માટેનું પ્રવેશદ્વાર છે. સદગુરૂના સામ્રાજ્યમાં હંમેશા સત્યનો, આનંદનો, કલ્યાણનો, જ્ઞાનનો અને દિવ્યતાનો દીપક અખંડ જલતો રહે છે. આપણે દ્રઢ સંકલ્પ અને અનન્ય શ્રધ્ધા સાથે ગુરૂપ્રદેશમાં પ્રવેશ પામી જીવનયાત્રાને દિવ્ય પ્રકાશના પંથે ગતિ કરાવવી જોઈએ. સદગુરૂદેવનાં આદેશોનું પાલન

કરીને સદગુરૂસમ, સદગુરૂમય અને પરમના પ્યારા બનવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આપણા પુરૂષાર્થમાં પરમની કૃપા અવશ્ય ભળશે જ.

માનવ જન્મની સાથે જ પરમાત્માએ અમુક શક્તિઓનો સંચય આપણામાં કર્યો છે. જીવનયાત્રા દરમિયાન આપણી આ વિવિધ શક્તિનો વિકાસ અને વિસ્તાર થતો જાય છે.

આપણી વિશિષ્ટ વિવિધ શક્તિઓ આ પ્રમાણે છે.

(૧) મનની શક્તિ
(૨) બુધ્ધિની શક્તિ
(૩) સદગુણોની શક્તિ
(૪) પ્રેમની શક્તિ
(૫) શ્રધ્ધા
(૬) જ્ઞાન
(૭) હિંમત - બળ
(૮) હૃદયના ભાવ
(૯) વિવેક, વિનય

આ બધીજ શક્તિનો સંચય શરીરની અંદર થયેલો છે. એટલે પ્રથમ તો શરીરના પંચ મહાભૂતો પૃથ્વી, જળ, તેજ, વાયુ અને આકાશ તત્વોને સમતોલ રાખવાથી શરીરનું સ્વાસ્થ્ય નિયંત્રણમાં અને નિયમમાં રહે છે. શરીરના વિવિધ અવયવો સ્વચ્છ, સ્વસ્થ અને સ્વાસ્થ્યયુક્ત રહે તે માટે આપણા આહાર, વિહાર અને જીવનવ્યવહાર નિયમિત, સંયમિત અને સાત્વિક રાખવા જોઈએ.

"શરીર માધ્યમ્, ખલુ ધર્મ સાધનમ્"

શરીરના માધ્યમથી જ ધર્મનું આચરણ કરી શકાય છે. વળી શરીર એ આત્માનું મંદિર છે, અટેલે એ પરમાત્માનું પણ નિવાસ સ્થાન છે.

શરીરની સ્વસ્થતા અને પવિત્રતા ટકાવી રાખવા માટે સમજણની ઉંમરથી જ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સંત, સદગુરૂ, સત્સંગ અને સ્વાધ્યાયના માહોલમાં જ તેને રાખવું જોઈએ. અપવિત્ર, અશિષ્ટ આચાર વિચાર અને આહાર તેને અભડાવી ન જાય તેની કાળજી અને સતર્કતા રાખવી જોઈએ.

આપણી વિવિધ શક્તિઓનો વિકાસ કેવી રીતે થાય છે? તેને ઉર્ધ્વગામી કેવી રીતે બનાવી શકાય અને પરમના પ્રદેશમાં જ વિહાર કરાવી શકાય તે વિષે વિચારીએ અને આચરણમાં ઉતારીએ.

(૧) મનની શક્તિ :- મન એ વિચારોનું વહન કરે છે. આપણા વિચારો કાર્યનું બીજ છે. પરિપક્વ અને તંદુરસ્ત વિચારો જ ફળદ્રુપ વિચાર બીજ નિર્માણ કરી શકે. મનને તંદુરસ્ત, પવિત્ર, સાત્વિક અને સર્જન શીલ બનાવવા માટે મનને સેવા, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ અને સાત્વિક વાતાવરણમાં જ પ્રવૃત્ત રાખવું જોઈએ. મનની એકાગ્રતા લાવવા માટે ઉપાસના, મંત્રજાપ અને ધ્યાનનો માર્ગ અપનાવવો જોઈએ. મજબુત, દ્રઢ મનોબળથી મનની શક્તિ, નિર્ણય શક્તિ વધારી શકાય છે. આનંદ, શાંતિ અને પ્રસન્નતા અનુભવી શકાય છે. પરમના પ્રદેશમાં વિહરવા માટે, પરમાત્માના સાત્વિક કાર્યમાં સહભાગી થવા માટે એકાગ્ર, પવિત્ર અને તંદુરસ્ત મનની આવશ્યકતા છે.

(૨) બુધ્ધિ :- મનના વિચારોને બુધ્ધિની એરણ પર ચઢાવીને ચકાસવા જોઈએ પછી જ તેને કાર્યાન્વિત કરી શકાય. જીવનમાં સફળતા મળવી એ બુધ્ધિનો માપદંડ છે. બુધ્ધિની સમૃધ્ધિ વધારવા માટે રચનાત્મક વિકાસના કાર્યોમાં બુધ્ધિને જોતરવી જોઈએ. પરમની સૃષ્ટિના રહસ્યોને જાણવામાં, શોધવામાં, ઉકેલવામાં અને અનુભવવામાં બુધ્ધિનો ઉપયોગ કરવાથી પરમની નજદીક અનુભવવાનો આનંદ મળે છે. સેવાના સ્વરૂપમાં નિ:સ્વાર્થભાવે વ્યક્તિગત કે સામાજિક સમસ્યાઓ સુલઝાવવા માટે બુધ્ધિની શક્તિ કામે લગાડવાથી બુધ્ધિને તીક્ષ્ણ - ધારદાર બનાવી શકાય.

(3) સદગુણો :- દયા, કરૂણા, ધીરજ, પ્રમાણિકતા, સદભાવ, સમતાભાવ, સહનશીલતા, અહિંસા, નિર્ભયતા, ક્ષમાના ગુણો વધતા ઓછા અંશે દરેક વ્યક્તિમાં જન્મજાત હોય છે જ. આ સદગુણોનો વ્યાપ વધારવાથી તેમજ માનવતાના કાર્યોમાં, સેવાના કાર્યોમાં તેનો યથાશક્તિ તન, મન, ધનના માધ્યમ દ્વારા ઉપયોગ કરવાથી આનંદ અને શાંતિનો અનુભવ થાય છે. સત્સંગ, સદગુરૂનું શરણ, સ્વાધ્યાય, સંત સમાગમ અને સેવા કાર્યોથી સદગુણોનો વ્યાપ વધારી શકાય છે. સદગુણો આપણા જીવનને ઉજ્જવળ અને પવિત્ર બનાવે છે. સદગુણોથી પરમાત્માના પ્રદેશના યાત્રી બની શકાય છે.

(૪) પ્રેમ :- પ્રેમની પૂંજી પરમાત્માએ આપણને જન્મની સાથે જ આપેલી છે. બાળ સ્વરૂપ કેટલું પ્રેમાળ અને મીઠું લાગે છે. સંસારની પળોજણમાં

અટવાઈ જતાં પ્રેમનું સ્વરૂપ પાંગળું, ધૂધળું બની જાય છે. ઈર્ષ્યા, ક્રોધ, રાગ, દ્વેષ, લોભ, નિંદા અને અહમ્ ભાવ તેમજ કુટેવો, દુર્વૃત્તિઓના વાદળો પ્રેમના પ્રકાશને ઢાંકી દે છે.

નિ:સ્વાર્થ પ્રેમની ભાગીરથીને વહેતી રાખવા માટે અહમભાવને અળગો કરી પરમની સૃષ્ટિના પ્રત્યેક જડ ચેતન સર્જનને આત્મીય ગણીને પ્રેમની હૂંફ આપીએ. પ્રેમની શક્તિમાં વૃધ્ધિ કરવા માટે પહેલાં તો પોતાની જાતને પ્રેમ કરવો જોઈએ. આપણામાં રહેલા કે વિકસતા દુર્ગુણોને દૂર કરવા, મીટાવવા હંમેશા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

જ્યોત સે જ્યોત જગાતે ચલો,

પ્રેમ કી ગંગા બહાતે ચલો,

રાહમેં આયે જો દીન દુ:ખી

ઉનકો ગલેસે લાગાતે ચલો.......પ્રેમકી ગંગા.........

પ્રેમથી સમસ્ત અસ્તિત્વને છલકાવી દઈએ તો પ્રેમસ્વરૂપ પરમાત્માના અને પરમના પ્યારા સંતોના હૃદયમાં સ્થાન પ્રાપ્ત કરી શકાશે.

(૫) શ્રધ્ધાની શક્તિ :- શ્રધ્ધા અને વિશ્વાસ ઉપર જ જીવન ગતિ કરે છે. અને વિકાસની ક્ષિતિજો ઉઘાડી આપે છે. બાળકનો માતાપિતા પરનો વિશ્વાસ-શ્રધ્ધા, શિષ્યની સદગુરૂ પર શ્રધ્ધા, દરદીની ડોકટર પરની શ્રધ્ધા વ્યક્તિના જીવનમાં આમૂલ પરિવર્તન લાવી શકે છે. પરમાત્માને

નજરે નિહાળ્યા ન હોવાં છતાં આપણા ઈષ્ટદેવમાં અનન્ય શ્રધ્ધા રાખવાથી જીવનમાં આનંદ અને શાંતિનો અનુભવ થાય છે.

"શ્રધ્ધાથી શિવત્વને જાગૃત કરી શકાય છે."

માનવીના ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક જીવનનું અવલંબન શ્રધ્ધા છે. આપણા ઈષ્ટદેવની ઉપાસના, પ્રાર્થનાનો આધાર આપણી શ્રધ્ધા જ છે. શ્રધ્ધાની શક્તિઓનો વિકાસ કરવા માટે આપણી શ્રધ્ધામાં આપણને શ્રધ્ધા હોવી જરૂરી છે. શાસ્ત્રોનો અભ્યાસ, સંતોનો સંગ, સત્સંગ અને સજ્જનોના અનુભવોમાંથી પ્રેરણા મેળવીને આપણી શ્રધ્ધાને દૃઢીભૂત, મજબૂત કરી શકાય છે. અશકયને શકયમાં પરિવર્તન કરવાની શક્તિ શ્રધ્ધામાં છે. શ્રધ્ધા વડે જ શ્રધ્ધાનો આવિર્ભાવ થાય છે અને આપણા સમસ્ત અસ્તિત્વમાં શાંતિ અને સંતોષનો અહેસાસ થાય છે. મીરાની મોહનમાં શ્રધ્ધાએ વિષને અમૃત બનાવી દીધું. નરસિંહ મહેતાની "નટવરમાં" શ્રધ્ધાએ તેની હૂંડી સ્વીકારી દીકરી કુંવરબાઈનું મામેરું અને દીકરા શામળશાના વિવાહ પરમાત્માએ સ્વયમ્ પધારીને સાંસારિક પ્રસંગો પાર પાડી આપ્યા.

શ્રધ્ધાની શક્તિથી જ પરમની પ્રાપ્તિ, અનુભૂતિ, પ્રેરણા અને પ્રેમ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

(૬) જ્ઞાનની શક્તિ :- માનવ મનમાં - મગજમાં જન્મોજન્મના જ્ઞાનનો સંચય, સંગ્રહ થતો રહે છે. સુષૂપ્ત રીતે સંગ્રહાયેલા આ જ્ઞાનનો ખજાનો

લઈને જ બાળક જન્મે છે. સમય, સંજોગો, યોગ્ય શિક્ષણ અને વાતાવરણથી સુષૂપ્ત રીતે સંગ્રહાયેલા જ્ઞાનને ઉજાગર કરી શકાય છે. વિકાસ કરી શકાય છે. જ્ઞાનમાં વૃધ્ધિ કરી શકાય છે. બાળકોનો સ્વભાવ, આવડત, રૂચિ, ગમા અણગમાની વૃત્તિ વિગેરે તેના પૂર્વજન્મના કર્મ અને જ્ઞાનનો પડછાયો છે.

વર્તમાન જીવનમાં સાત્વિક જ્ઞાનના વિકાસ માટે યોગ્ય શિક્ષણ, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ અને સદગુરૂના શરણની સાથે સાથે, નિયમિત ઉપાસના, પ્રાર્થના, મંત્રજાપ, શિસ્ત, સંયમ અને સાત્વિક વાતાવરણ અતિ આવશ્યક છે. માનવ કલ્યાણ, સમષ્ટિના શ્રેયાર્થે અને “સ્વ”ની ઉર્ધ્વગતિ માટે જ્ઞાનનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. પરમાત્મા “જ્ઞાનનો ભંડાર” છે. પરમના જ્ઞાન સાગરના અમૃતને નિયમિત પીવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

(૭) હિંમત બળ :- સ્વરક્ષણ, સ્વબચાવ કરવાની શક્તિ લઈને જ બાળક જન્મે છે. શિક્ષણ અને પ્રેકટીસથી હિંમતનો વિકાસ કરી શકાય છે. વિષમ પરિસ્થિતિમાં ડર્યા વગર, હિંમતથી પરિસ્થિતિનો સામનો કરી શકીએ, સુલઝાવી શકીએ, ભય અને સમસ્યાની હિમશીલાને હિંમત અને બળના અંગારથી ઓગાળી દઈએ. સફળતાની સીડીઓ હિંમતથી જ ચઢી શકાય છે. હિંમત નબળાઈને નસાડી મૂકે છે. અન્યાયને ન્યાયમાં પરિવર્તન કરી શકે છે. હિંમતે મર્દા તો મદદે ખુદા. હિંમતથી ગભરાયા

વગર એક ડગ માંડો, પરમના પ્રકાશના ઝબકારે અનેક ડગ મંડાઈ જશે નિર્ભય બનીએ અને નીડરતા કેળવીએ.

(૮) હૃદયની ભાવના :- પ્રેમ, પ્રકાશ અને પ્રસન્નતા સ્વરૂપે વિલસી રહેલ આત્મતત્વ એ માનવજીવનની અમૂલ્ય મૂડી છે. હૃદયનો ધબકાર જીવન ટકાવી રાખે છે. પ્રાણતત્વના સુમેળથી જીવન ગતિ કરે છે. વિકાસ પામે છે. હૃદયનો પ્રેમ, ભાવ, લાગણી, આનંદ, પ્રસન્નતા અત્મીયતાનો નાતો બાંધી આપે છે. આત્મીયતાનો ભાવ જીવનમાં અને વિશ્વમાં શાંતિ અને સદભાવ પ્રસરાવી શકે છે.

હૃદયના ભાવ, લાગણીની શક્તિને સમૃધ્ધ કરવા માટે સદગુણોનો વિકાસ કરવો જોઈએ. મનની મલિનતાને મંત્રજાપના વારિથી સતત સાફ કરતાં રહેવું પડે. સેવા, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ અને પ્રાર્થનાથી સમસ્ત અસ્તિત્વને સભર કરી દેવું પડે, વાણી, વર્તન અને વ્યવહારની પવિત્રતા, એકરૂપતા રાખવાથી હૃદયના પ્રેમની લાગણીની સમુધ્ધિમાં, શક્તિમાં વધારો કરી શકાય છે. અંતરાત્માના અવાજને અનુસરવાની ક્ષમતા કેળવી શકાય છે. પરમની સુષ્ટિમાં પ્રેમની રસલ્હાણ કરી શકાય છે.

(૯) વિવેક વિનય :- વિવેક વિનય અને વિનમ્રતાના ગુણો આપણી અંદર પડેલા જ છે. વાતાવરણની કલુષિતતા અને પ્રદુષણરૂપી અસંસ્કારિતાનો આવરણ હેઠળ આપણા આ ગુણો ઢંકાઈ ગયા છે. જેથી

સારાસારનો, સદવર્તનનો વિચાર કરવાનું ચૂકી જાય છે. આધુનિક જીવન પ્રણાલિ, શિક્ષણપ્રથા, મીડિયાનો વ્યાપ અને દુરઉપયોગ, ઈલેકટ્રોનીક સાધનોનો અસંયમિત ઉપયોગ વ્યક્તિના ભાવ જગતને અવરોધે છે. બુધ્ધિને ઉધ્ધત બનાવી દે છે.

માતાપિતાના સાત્વિક સંસ્કાર પ્રદાનની ભાવના, માતાપિતા કુટુંબના સભ્યોના સબંધો તેમજ વાણી વર્તન વ્યવહારમાં આત્મીયતા, લાગણીસભર અને પ્રેમાળ સામાજિક સબંધો, સર્વાંગી વિકાસ થાય તેવી સાત્વિક શિક્ષણ પધ્ધતિની સાથે સાથે આધ્યાત્મિક વાતાવરણ, સંત સમાગમ, નિયમિત ઉપાસના, પ્રાર્થનાની આદતથી વિવેક અને વિનયને વિકસાવી શકાય. વિવેકથી આપણામાં સારાસારની બુધ્ધિ ખીલે છે, જીવન સાત્વિક અને ઉર્ધ્વગામી બનાવી શકાય છે. વિવેક અને વિનયથી વિશ્વેશ્વરના પ્યારા બની શકાય છે.

આપણી આ અમૂલ્ય શક્તિ સંપત્તિનો વિકાસ કરીને સ્વ અને સમષ્ટિના શ્રેયાર્થે તેનો ઉપાયોગ કરીએ. વ્હાલા બાળકો, આપ સર્વે આપની અમૂલ્ય શક્તિ સંપત્તિને પહેચાનો, તેનો વિકાસ કરો અને પરમના પ્રદેશમાં આપની શક્તિનો ઉપયોગ કરો તેવા આશીર્વાદ.

ૐ મા ૐ

માનવ જીવનના લક્ષ્યને હાંસલ કરવા રાજગીતાના અઢાર તત્ત્વોને અનુસરીએ

૧. નવ સિદ્ધાંત - ૯

૧. ઇષ્ટમાં સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા અને શરણાગતિ રાખવી
૨. નિ:સહાયને સહાય કરવી
૩. દુ:ખીઓના દિલનાં આંસુડાં લુછવાં
૪. કોઇની ઈર્ષ્યા કરવી નહિ
૫. કોઇની સાથે વિશ્વાસઘાત કરવો નહિ
૬. પરનિંદાથી દૂર રહેવું
૭. પુરૂષાર્થને અગ્રતા આપી સતત કાર્યશીલ રહેવું
૮. નિ:સ્વાર્થ સેવા કરવી
૯. અહમનો ત્યાગ કરવો

૨. મન, વચન, કર્મની પવિત્રતા - ૩

૩. જીવન સાફલ્યની માસ્ટર કી - ૪

પ્રેમ માર્ગ, જ્ઞાન માર્ગ, સહન માર્ગ, ક્ષમા માર્ગ

૪. ઉપાસના અને સત્સંગ - ૨