

ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ



ગુરુ પૂર્ણિમા

'મન'



તા. ૨૯-૦૭-૨૦૨૬
બુધવાર

પરમાત્માના વહાલા શિશુઓ,

[આજે ૫૧મી ગુરુપૂર્ણિમા છે. ૫૧ વર્ષમાં, મેં છેલ્લા ૨૦ વર્ષમાં જે તમને જ્ઞાન આપ્યું છે, જે આપ્યું છે એ વાંચો, મનન કરો તો ચોક્કસ તમને ઘણો ફાયદો થશે ને જીવન જીવવાની શૈલી ભી મળી શકશે. હવે આજે હું "મન" ઉપર કહું છું અને એ મન માટે મારા કહ્યા મુજબ વિચાર કરજો ને એને અનુસરજો.]

મન એ શરીરનો રાજા છે. રાજાને જેમ અંકુશમાં રાખવા માટે દરબારમાં રાજગુરુ હોય છે, તેમ મનરૂપી રાજાને અંકુશમાં રાખવા માટે 'ૐ મા ૐ' મંત્ર છે.

જીવમાંથી શિવ થવું હોય તો, નીચાણમાંથી ઊંચે ચઢવું હોય તો આપણે આપણી ભૂલો, નબળાઈઓ, ઊણપો, દુર્વૃત્તિઓને જાણવી જોઈએ. તટસ્થભાવે નિરીક્ષણ કરતા રહેવું જોઈએ. દૃઢ નિશ્ચય કરીને આ બધાનો પરાભવ કરવો જોઈએ. આપણી નાની-શી ભૂલ કે પાપ આપણા મનમાં ખટકવાં જોઈએ.

મન પર જાપ્તો રાખવો જરૂરી છે. ધ્યેયસિદ્ધિને હાંસલ કરવી હોય, 'નરમાંથી નારાયણ' બનવું હોય તો જીવનયાત્રાના માર્ગમાં આવતા નાના-મોટા અવરોધો, સમસ્યાઓ, અનેકવિધ અડચણોને દૂર કરવા, વળોટવા માટે હંમેશાં તૈયાર રહેવું જોઈએ. દરરોજ થોડો સમય એકાંતમાં એકલા જ બેસવાની આદત પાડીએ. આપણે આપણું INTROSPECTION-આત્મનિરીક્ષણ કરતા રહેવું જોઈએ.

આપણા વર્તન વિષે વિચાર કરતા રહેવું જોઈએ. આપણું વર્તન પશુવત્, માનવવત્ કે દેવવત્ છે તેનું તટસ્થભાવે નિરીક્ષણ કરવું જોઈએ. આપણું વર્તન આપણા પરમપિતા પરમાત્માના નામને દીપાવે. આપણા માતા-પિતા અને કુળની આબરૂ વધે તેવું હોવું જોઈએ. આપણે આપણા મનના ચોકીદાર બનવું જોઈએ. આપણા વર્તનના અરીસામાં આપણે આપણા મનને જોવું જોઈએ. મનમાં વ્યાપેલા દુર્ગુણો, દુર્વૃત્તિઓના મેલને ધોઈ નાખવા જોઈએ. મંત્રજાપ, સ્મરણના વારિથી આ મેલને ધોઈ શકાય અને સદ્ગુણોથી સજાવી શકાય. પશ્ચાતાપના વારિથી અસત્ કર્મોને ધોઈ નાંખવા જોઈએ અને ફરીથી અસત્ કર્મોનો પ્રવેશ ના થાય એવો દૃઢ સંકલ્પ કરવો જોઈએ.

બગીચામાં કામ કરતો માળી ફૂલ-છોડની માવજત કરવાની સાથે સાથે નકામાં છોડવાં, ઘાસ, કાંટા, ઝાંખરાં સાફ કરે છે. એવી જ રીતે માનવમનના બગીચાની પણ માવજત કરવી પડે છે. માનવમનમાં કેટલાંય નકામાં જાળાં બાઝી ગયાં હોય છે. દુર્ગુણો, દુર્વૃત્તિઓ જેવા નકામા કાંટા, ઝાંખરાંને દૂર કરવા માટે સતત

ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ

[illegible]

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