

नमो जिज्ञासुं

SCIENCE OF LIVING

(त्रिमासिक पत्रिका)



अंक : ०१ ,

१५, अगस्त - ०८

मुल्य : १५.०० रुपिया



તંત્રી સ્થાને થી,

જીવન એક પ્રકૃતિનું નિયોજીત સંગીત છે, અને પ્રકૃતિનું આ નિયોજન સમસ્ત જીવને ચૈતન્ય તરફ લઈ જવા માટેનું છે. આ system માં માનવને વિશિષ્ટ શક્તિઓ અર્પણ થઈ છે, એનો ઉપયોગ આગળની ભવ્ય યાત્રા "સ્વભાન" અવસ્થામાં કરવા માટે છે. આ પ્રસ્થાન અશક્ય નથી, હાં જરૂર અંધકારમય, મુંઝવણ મય, અટકાવમય, લાગે પણ શ્રી પંકજ ભાઈ શેઠે પોતના અનુભવ થી અગોચર યાત્રા નો આ રાજપથને સ્પષ્ટ પણે પ્રકાશિત કર્યો છે.

આ ક્ષણમાં અત્યારે અને અંહિ સભાન નહિ રહિ શકાય તો કદીય અને ક્યારેય ભાનમાં નહી રહી શકાય. જીંદગીમાં કુટુંબ ક્ષેત્રે, સામાજિક ક્ષેત્રે, આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે "સ્વ" ના ઉત્કર્ષ માટે કરવું એજ આધ્યાત્મ છે, આજ સ્વભક્તિ છે. આમ કરવાથી જીવનની વિંટબલાઓ પણ ગમવા લાગશે, પરિણામે રાજપથ ઉપર આનંદનો અનુભવ થશે. જીવન ની દરેક પળને એ પ્રમાણે પ્રસન્નતાથી ભરવી એજ પ્રકૃતિનું નિયોજન છે.

વાંચવા પૂરતુ આ મેગેઝીન બુદ્ધિગમ્ય જરૂર લાગશે પરંતુ થોડુ ઉંચુ વાંચન, ભાવનાત્મક દૃષ્ટિ નિર્માણ કરશે. જરા વધુ ઉંડે જશો તો જ્ઞાન પ્રકાશ પ્રગટશે અને માર્ગ દર્શક બનશે. એક વખત નહી વારંવાર પ્રાર્થનાની જેમ વાંચો જે આપણી અંદરની જાતને બદલવા માટે છે, આ અવશ્ય તમારો જીવનું રૂપાંતર કરશે. મેગેઝીનનું હાર્દ તમને આગળ ઉપર સમજાવશે કે તમારી આગળ કે તમારી પાછળ કરતા તમારી અંદર રહેલી વિપુલ સચંતિ શું છે તે અનુભવો.

નાના દિપક ની સહાયે વિશ્વ આખામાં જાગૃતિ ફેલાવવાનો ભગીરથ પ્રયાસ એજ સ્વપ્ન છે. આ સ્વપ્ન સાકાર કરવામાં તમારા યોગદાનની આવશ્યકતા છે.



નમ્ર નિવેદન

આ પત્રિકાના ખર્ચને પહોંચી વળવા આપ સૌના સહકારની અપેક્ષા છે, એના ભાગરૂપે પત્રિકામાં કલર advertisement ના કવાટર પેજ ના રૂ. ૩૦૦૦/-, હાફ પેજના રૂ. ૬૦૦૦/-, તેમજ ફુલ પેજ ના રૂ. ૧૨૦૦૦/- નિર્ધારિત કર્યા છે. એનો અવશ્ય લાભ લેશો. અત્યારના ૧૦૦૦ પરિવારને આ પત્રિકા જઈ રહી છે.

નમો જિણાણું
science of living
(ત્રિમાસીક -પત્રિકા)

અંક : ૦૧, વર્ષ : ૨૦૦૮
તા. : ૧૫, ઓગસ્ટ - ૦૮
મુલ્ય : ૧૫.૦૦ રૂપિયા

સંપાદક : મયુરી વોરા
મુદ્રક :

માલિક અને પ્રકાશક :
પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર
૧૬/૫૨, વેલ્ફેર વિલા, ટી. વી. ચીદમ્બરન
માર્ગ, સાયન(ઇ), મુંબઈ - ૨૨.

સંપર્ક : પ્રમોદ શાહ, મયુર વોરા
Mailing address:
Sunil Plastics,

Tel: 022 - 6581 9390
022 - 2293 9469
Fax : 022 - 2874 9085
E : namojinanam@gmail.com

૧. પ્રભુવાણી	હું કોણ ?	૦૪
૨. આહાર-વિહાર	ચાલો વર્ષાઋતુ માણીએ!	૦૫
	ચોમાસાના રોગથી બચો	૦૭
૩. જિજ્ઞાસા તમારી - જવાબ પ્રભુના		૦૮
	સ્વાધ્યાયી મિત્રોના મનમાં ઉદભવતા પ્રશ્નો - શંકાઓ ના યથા-યોગ્ય જવાબો.	
૪. વાચકમિત્ર.....	અનુભવે ઉદભવેલા ઉદબોધ	૦૯
૫. પ્રભુવાણી	ગુરૂ તત્વ !	૧૦
૬. બાળજગત	બાળ માનસ ને મનગમતા વિષયો	૧૧
૭. સંબંધોના સથવારે	જોજો સંતાન નિ:સંતાન ન બની જાય.....	૧૩
૮. ન્યુઝલાર્ઇન		૧૪
૯. પરમ આનંદ સતસંગ પરિવાર		
	પરિવારના સભ્ય બનવાનું જાહેર આમંત્રણ.....	૨૦
૧૦. ઝલક		૨૩

ઉપર બતાવેલ બધા વિષયો ને લગતા તમારા મહા મુલ્ય લેખોની ખાસ આવશ્યકતા છે. જેથી આવનાર પછીના અંકોમાં એનો સમાવેશ કરી શકાય. તો Fax , Courier, E-mail થી ત્વારીત mailing address પર લેખ મોકલવા વિનંતી.

Send me information on : (mail this cut-out with your complete name & address)

- Part - I, Practical workshop on navkar mantra.
- Part -II, Practical workshop on navkar mantra.
- MP3 CD's, DVD's, Audio Cassettes and Books.
- Sponsorship for all our activities.
- Activities of Paryusan anubhavamala.
- Activities of Sadharmic Bhakti at Hospitals, Anath -Ashram, Vrudh - Ashram.
- Activities of Param Sukh Jivan Vikas Kendra.
- Activities of Param Anand Satsang Parivar

આયોજક : પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર

તમે કોણ છો ?

માનવ દેહ

આ માનવ દેહ કોનો છે ?

પ્રમોદનો

પ્રમોદ આ દેહનું નામ છે ?

પણ એ જેનો છે એને આપણે શું કહીએ ?

આત્મા

સૌથી મોટો ભ્રમ

આ આત્મા શબ્દ confusion ઉભો કરે છે. ભૂલ આપણી છે કે આપણે આપણી જાતને પણ ઓળખતા નથી જો આપણે આપણી જાતને ઓળખતા નથી તો દુનિયા ને ક્યાંથી ઓળખવાના આદત પડી ગઈ છે બહાર તરફ દૃષ્ટિ કરવાની, બીજાઓને ઓળખવાની અને આજ તોફાનમાં "હું કોણ છું" એની જ ખબર નથી. જીવનના વાવાઝોડામાં એવા ખેંચાઈ ગયા કે હું કોણ છું, ક્યાં જાઉં છું, શું કરું છું. શા માટે કરું છું, આ કોઈના જવાબો નથી, એક ક્ષણ નો સમય નથી છતાં શું જોઈએ એની સમજ નથી. આવી તો આપણી અવસ્થા છે.

"શોધ શું છે" એની ખબર નથી તો શોધ શુ કરીશ. આખું જગત ફરીને આવીશ તો પણ હાથમાં કંઈ નહી આવે અને એટલે આવતુ પણ નથી માટે સૌથી પહેલા "હું કોણ છું" નો વિચાર થાય તો એ માથી બીજા જવાબો આવશે.

આપણે કહ્યું આ શરીર છે. એની અંદર એક વસ્તુ છે, એનું નામ "આત્મા" પાડ્યું. આત્મા શબ્દ સંસ્કૃત છે અને એનો અર્થ થાય છે "હું છું", એનાથી આગળ કંઈ નહી આ "હું છું" હોય તો જ અર્થ છે, આ જગત છે, અને નથી તો કંઈ નથી.

આત્મા શું છે ?

જોઈ શકે, જાણી શકે અને અનુભવી શકે એવું જે તત્વ છે. એનું નામ "આત્મા" એનું સ્વતંત્ર અસિતત્વ છે અને એની સ્વતંત્રતા પણ છે. જોવું, જાણવું, અનુભવવું, એ પોતાની મિલકત છે, ગુણ છે એ અસિતત્વ સાથે જોડાયેલું છે અને આ મૂળભૂત ગુણ જેની અંદર છે એનું નામ "આત્મા".

આ "આત્મા" ની ક્યારેય શરૂઆત નથી થઈ અને ક્યારે એનો અંત નહી થાય. ક્યારેય જનમ્યો નથી એટલે મૃત્યુનો પ્રશ્નજ નથી. આનું કોઈએ અસિતત્વ આપ્યું નથી, પોતાનામાં જ એણે અસિતત્વ પ્રાપ્ત કરેલું છે, સનાતન છે, અખંડ આવું જે અસિતત્વ છે, એનું

નામ આત્મા.

આપણા અસિતત્વ ઉપર એવું કોઈ દબાણ નથી કે આવું જ જોવું, આવું જ જાણવું અથવા આવું જ અનુભવવું- આ સ્વભાવ છે. પણ શામાટે જોવું છે, શા માટે જાણવું છે, શા માટે અનુભવવું છે, એનો જવાબ નથી. જાણીને કરવું છે શું, કેટલું અત્યાર સુધી જાણ્યું, એ જાણીને શું અનુભવ કર્યો? આવી અસંખ્યા જાણકારી થી અસ્તિત્વમાં એક પરીણામ થાય છે. "હેરાન ગતિ"

જેની જે પ્રકૃતિ છે, જે જોવા ટેવાયેલા છે એજ પ્રમાણે દ્રષ્ટિ નિર્માણ થશે અને એજ પ્રમાણે જોશે જે એને જોવું છે. આ જે પ્રકૃતિ છે, આદત છે એના ઉપર દૃષ્ટિ જ નથી જતી અને દોષ એમાંથી ઉભા થાય છે, અને જેને પણ જોવે એને દોષી માને છે.

દરેક ક્ષણે આપણે જોવાની દિશા બદલતા રહીએ, એકજ પરિસ્થિત માટે અલગ અલગ જાણકારી મેળવી અલગ અલગ અનુભવોને સમજીએ, પણ આ અલગ અલગ બદલાવ ક્યાંથી થયો? આપણી અંદર જે data ભર્યો છે એની સાથે, સતત એકધારી સરખામણી કરતા રહેવાથી આખી દુનિયાને આપણે એ data પ્રમાણે નિહાળીએ. બસ મુસીબત અહીંજ છે.

જીવ માત્રનો ગુણ છે, લક્ષણ છે જોવું, જાણવું અને અનુભવવું પણ પહેલેથી સંગ્રહિત data ઓમાં મુશ્કેલી જડાયેલી છે. જેમ છે એમ જોવાની તૈયારી નથી. આપણી સમજના gogles પહેરીને જોઈએ અને જે આપણને સમજવું છે એમ જ સમજીને પ્રત્યાઘાતો નિર્માણ કરી લઈએ, મનુષ્ય હેરાન થાય છે પોતાની અંદર રહેલા પૂર્વ વિગતોના સંગ્રહથી જેના દ્વારા જુએ છે, સમજે છે, અનુભવે છે. આ ફક્ત મંતવ્યો છે, જેને મનુષ્યે બહારના data માંથી પ્રાપ્ત કર્યા છે, પરંતુ એની જાણકારી બાબત સ્વયંનો અનુભવ એકદમ ક્ષુલ્લક છે, અથવા છે જ નહી. આમ ને આમ અજાણતામાં હેરાન ગતિની સાંકળથી પોતે બંધાતો જાય છે.

સ્વયંના મંતવ્યોથી બહારની પરિસ્થિતમાં બદલાવ આવતો નથી, તેમજ બદલાવ થતો નથી, એટલે પ્રત્યાઘાતો જન્મ લે છે. આવા પ્રત્યાઘાતોના ચક્રમાં નવા અને નવા data ફરી આપણી અંદર ભેગા થાય છે. જીવનમાં આમ જ ચાલતુ રહે છે, અને હેરાનગતીની તલવાર સતત વીંઝાતી રહે છે.

ચાલો વર્ષાઋતુ માણીએ



આ મૌસમ છે કાળા ઘનઘોર વાદળો સાથે ઠંડા પવનમાં વહેવાનો.....

ભીની સાંજની વરસતી વરસાદની ઘારમાં ભીજવવું.....

આ મૌસમ છે સગડી પર સેકેલી લીંબુ, મસાલા યુક્ત મકાઈની લહેજત માણવાની....

કોઈ પ્રીતમની યાદે લાગણીઓના હિંડોળે મસ્તીમાં જુમતુ.....

રંગબેરંગી છત્રી નીચે પ્રણયમીલનની ઊર્મિઓને ખીલવતી.....

પાણી નીતરતી જુન્સ અને પગ નીચે ચીકલમાં ચિચિયારી પાડતી ચપ્પલનો કલરવ.....

છેને ન્યારી, સૌની પ્યારી, મૌસમ અલગારી

મેઘ મહાર



વરસાદનું વિજ્ઞાન :

ઉનાળામાં સૂર્યના ઘન ઘનતા તાપમાં મુંબઈ તટ ગરમ થતા જમીન પર નીચા દબાણનું ક્ષેત્ર ઉભુ થાય છે. ઉત્તર ભારતીય મહાસાગર પરથી ઠંડી હવા આ ક્ષેત્ર તરફ ફૂંકાય છે. જે સમૂદ્રના જળ-કણ ને સાથે લાવે છે, આથી વાદળો ભરાય છે, હવા માં ભેજનું પ્રમાણ વધતુ જાય છે એ સાથે ભારતીય મહાસાગરના પાણીનું ભાષ્પીભવન થતા હવામાં ભીનાશ અને ગરમાશ ભેળવે છે, જે ચોમાસાને નોતરૂં આપે છે.

ચોમાસા દરમ્યાન સ્વસ્થ રહો :

આર્યુવેદમાં વર્ષા ઋતુને વિસર્ગકલા અથવા દક્ષીણાયન (વિષવવૃત્તથી દક્ષીણમાં સૂર્ય નું પ્રયાણ) કહેવાય છે. ઉનાળામાં ગરમીને કારણે શરીરમાં સંગ્રહાયેલી વાત-પ્રકૃતી ભૂખને ઘટાડી દે છે. અને આવા સમયે સમતોલ આહારની સાવચેતી ન રાખીએ તો પાચનતંત્રની બીમારીઓ (ગેસ્ટ્રીક બીમારી) ઉભી થાય છે. આને કારણે પિત્તદોષમાં ઉમેરો થાય છે, અને કફ દોષ પણ ઉછાળો મારી તાવ, શરદી, ખાંસી જેવી બીમારીઓ ઉભી કરે છે.

નિતરતા ચોમાસામાં આર્યુવેદ

દ્વારા આરોગ્ય જાળવો :

- ♦ વાત દોષને ઘટાળવા ખારું, મીઠાવાળું ગળ્યા ખાધ-પદાર્થો જમવા સાથે લો.
- ♦ આદુનો વપરાશ રોજુંદા આહારમાં વધારી દો, આનાથી પાચન શક્તિ તેજ બનશે.

- ◆ હલકો અને સહેલાઈથી પચી શકે તેવો આહાર લેવો.
- ◆ પીવાનું પાણી ગરમ કરીને વાપરવું.
- ◆ આ સીઝનની શાકભાજી માં દૂધી અને ભીંડાનો વપરાશ ફાયદાકારક છે.
- ◆ ફાગાવેલા અને શેકેલા કઠોળ, બાફેલી મકાઈ આવા સમયે શ્રેષ્ઠ છે.
- ◆ આર્યુવેદ શાસ્ત્રોનું સાર શ્રાવણમાસ દરમ્યાન દૂધનો ઉપયોગ ન કરવો હિતાવહ છે.
- ◆ ભાદરવા માસ દરમ્યાણ છાસનો ઉપયોગ ન કરવો. દહીનો ઉપયોગ સંપૂર્ણ ચોમાસા દરમ્યાન ન કરવો.



ભારતીય સંગીતકલા પ્રાચીન કાળથી વર્ષા મહોત્સવ ઉજવે છે.

રાગીણી મલ્હાર વર્ષા ઋતુમાં શ્રેષ્ઠ ગવાય છે. રાગ મેઘ મલ્હાર, સારંગ અને માલકોષ રાગીણી વર્ષાઋતુની રજૂઆત કરે છે. કાળા ઘનઘોર વરસતા વાદળો નીચે કૃષ્ણ-રાધાની પ્રેમનૃત્ય મનમોહનીય છે. પંખ ફેલાવીને નૃત્ય કરતો મોર, વરસતા વાદળો તરફ ઉડતા સારસ પક્ષીની કલાછબી ભાવવિભોર કરી દે તેવી છે.

ભારતના કવિઓએ ન ગણાય એટલી અવિસ્મરણીય કવિતા અને ગીતો વર્ષાઋતુ પર લખી છે.



ફરી ફરીને પ્રિતની નોક ઝોંકથી ટંકાયેલી પંક્તિઓ, પ્રાચીન યુગના કાલીદાસની મેઘદૂતમ્ થી લઈ હિંદી ફિલ્મોના ગીતો સુધી, પ્રિત મીલનના ઉર્મિસભર ગીતો તન-મનને ભાવવિભોર કરી દે છે.

ભીની માટીની અર્વણનીય મહેકથી મનમાં અપ્રતીમ ભાવ નો અહેસાસ થાય છે. યુગો- યુગોથી અતર બનાવનારાઓ ભીની માટીની આ સુગંધને અતર બનાવવા મથી રહ્યા છે, પણ આજ દિવસ સુધી નાકામીયાબ રહ્યા. "ઈતર" એક એવી વસ્તુ છે, કે જે આ સુગંધથી લગભગ મળતુ આવે છે. જેને અનાયાસે "મીઝી" કહેવાય છે.

નોંદ: આહાર- વિહાર વિષયોને લગતા તમારા મહામુલ્ય લેખોની ખાસ આવશ્યકતા છે. Fax, Courier, e-mail થી ત્વરિત લેખ મોકલવા વિનંતી.



ચોમાસાના રોગથી બચો: (આર્યુવેદ માંથી)

જોજો, ચોમાસુ બરોબર શરૂ થઈ, જામી રહ્યું છે. ઉનાળુ સીઝનમાં માણેલા લગ્નની ખાણીપીણી, ઠંડા પીણાં, આઈસ્ક્રીમ, તળેલા ફરસાણો, મીઠાઈઓ, ફીઝનાં પાણી, બરફના પાણી, વગેરે અનેક ખાધ-પેય ચીજોથી માણેલી ગરમીની સીઝન અને લગ્ન ગાળામાં જમણના જલસાઓથી શરીર માં છુપાયેલો વાયુ અને કફ, આ વરસાદની સીઝનમાં બેદરકારી રાખીશું તો થોડો ઘણો હેરાન કર્યા વિના નહીં રહે અને વારંવાર થઈ જતી શરદી, અવાર-નવાર શ્વાસ, દમના હુમલા, ઉધરસ, અજીર્ણ, મંદાગ્નિ, ગેસ કે જેઓનું પાચન મંદ હોય તેવા લોકોએ તો આ સીઝનમાં પૂરી તકેદારી રાખવી પડશે. ભેજવાળા વાતાવરણને લઈને મોટી ઉમરના લોકોની અને બાળકોની કુદરતી રીતે જ આંતરડાની પાચન શક્તિ મંદ થઈ ગઈ હોય છે.

આયુર્વેદમાં વારંવાર બહુ ભાર દઈને કહેવામાં આવે છે કે રોગ થયા પછી દવા કરાવવી પડે તેના કરતા પહેલેથી જ રોગ ન થાય તેવી તમારી દિનચર્યા હોય તો કેટલીય જાતની મુશ્કેલી, ફિકર અને વેડફાતા દવાના ખર્ચમાંથી તમે બચી શકશો.

આ સીઝનમાં દાબીને ખાવાની ટેવ ખોટી છે. પેટ ને હમેશા ઉણું રાખવું. નહિતર ગમે ત્યારે અજીર્ણ થવાનો સંભવ ખરો. એટલા ખાતર આપણી સંસ્કૃતિમાં બહેનોનાં વ્રત, ઉપવાસ, એકટાણાં, પર્યુષણ, શ્રાવણ માસનાં એકટાણા, આ બધું આપણા બાપદાદા એ સમજીને ગોઠવેલ છે. ઉપવાસ એકટાણા બહુ જરૂરી છે પણ તેમાં વધારે પડતી ફરાળી વાનગીથી દુર રહેજો. એક બાજુ વ્રત કરવા અને બીજી બાજુથી ફરાળની મદદથી પેટને ફૂલ ટેન્ક કરી નાખવું, તેનો કોઈ અર્થ સરતો નથી.

આ ઋતુમાં સૂંઠ નાખેલ દૂધનો ઉકાળો, તુલસીના પાન અને ગરમ મસાલા વાળી ચા, બાજરાની ગોળવાળી, સૂંઠવાળી રાબ, વગેરેનો ઉપયોગ હિતાવહ છે. લીંબુનો ઉપયોગ દાળ શાકમાં, કે અથાણા રૂપે આ સીઝનમાં કરવો. લીંબુની ખટાશ પાચનતંત્ર માં એકદમ ઉપયોગી છે અને આ ઋતુમાં મંદાગ્નિને જીવંત રાખી વાયુ, ગેસ કે અજીર્ણ થવા દેતા નહીં. સૂંઠ, તુલસી, હિંગ, અજમો એ વસ્તુનો ઉપયોગ ચોમાસા માં છુટ થી કરવો.

જેમ શિયાળામાં ઠંડી થી બચવા સ્વેટર, મફલર, ગરમ બંડી, ગરમ કોટ કે એવી જાતના ગરમ કપડાંનો ઉપયોગ કરીએ છીએ એમ આ સીઝનમાં પણ ભેજવાળા વાતાવરણથી બચવા સૌએ ગરમ કપડાંનો જરૂરી ઉપયોગ કરવો જોઈએ. નાના બાળકો તો અબોલ પ્રાણી છે, તેઓને ભેજવાળી હવાથી બચાવવા ખાસ તકેદારી જરૂરી છે.

ટીપ્સ :

ચોમાસામાં નાના - મોટાઓને શરદી અવરનવાર થઈ જાય છે. ૧૦ પાન તુલસીના, ૧૦ પાન કુદીના અને નાનો ટૂંકડો આદૂ, ત્રણેયને મીક્સ કરી રસ કાઢવો, તેને પાતળા કપડાથી ગાળી તેમાં થોડો મધ નાખીને સવાર તથા સાંજે એમ બે ટાઈમ આપવો. તેનાથી શરદી જલ્દી થી મટી જશે (અજમાવી જોજો).

નોંધ: આહાર- વિહાર વિષયોને લગતા તમારા મહામુલ્ય લેખોની ખાસ આવશ્યકતા છે. Fax, Courier, e-mail થી ત્વરિત લેખ મોકલવા વિનંતી.



પ્ર-૧ : પર્યુષણ શું છે, શા માટે છે એનું આટલું બધું મહત્વ શા માટે છે ?

જ-૧ : વિધિ, ક્રિયા, તપ, જપ, વ્રત, નિયમ આ બધા તો ધર્મમાં સહાયક છે. એ સ્વયં ધર્મ નથી, ધર્મ એ છે જે જીવનની સાથે વણાય, જીવનની સાથે ચાલે જો તપ, જપ, વિધિ, ક્રિયા, વ્રત, નિયમ સહાય નથી કરતા તો એમાં ક્યાંક અપણી ભૂલ છે. આપણી સમજણમાં ભૂલ છે. ભગવાનનો આખો માર્ગ રોજીંદા જીવન માટે છે.

પ્ર-૨ : પર્યુષણ એ અજ્ઞાન જીવનની બ્રેક કરી રીતે ?

જ-૨ : ભગવાને ૩૬૫ - દિવસમાં ૮ દિવસની રજા આપી છે. આઠ દિવસનું વેકેશન લઈ, અને પોતાની જાતને જોવાનું. બહારની બાબતોથી ધ્યાન હટાવી પોતાની સામે જોવું, તે આપણા અજ્ઞાન જીવનની બ્રેક છે.

પ્ર-૩ : ભગવાન શુ છે ? કેવો છે ?

જ-૩ : ભગવાન બીજું કંઈ નથી, પણ એવું અસિતત્વ છે જેમણે આ પ્રકૃતિના નિયંત્રણ અને સંયોજનો સમજ્યા છે અને એ પ્રકારે પોતાને એની અંદર ઢાળી દીધા છે. અને એ ઢાળવાથી એમનું જીવન એકદમ સરળ, અને smooth બની ગયું. એમને કોઈ પણ જાતનું ઘર્ષણ, અડચણ, વિરોધ, રહેતો જ નથી. જેને આવું નથી રહેતું એને જ આપણે ભગવાન કહીએ છીએ. ભગવાન એ છે જે આ આખા સૃષ્ટિના નિયમનને જણે છે, Law of Nature ને જણે છે. અને નિયમો અનુસાર પોતાની જાતને ઢાળી અને એ પ્રકારે જે જીવે છે એનું જીવન day to day, moment to moment existence એ પ્રકારે બનાવી દે છે. જેથી કરીને જીવનમાં કોઈ જાતનું friction કે ગરમી રહેતી જ નથી, એજ ભગવાન છે.

પ્ર-૪ : ભગવાન કઈ રીતે બનાય ?

જ-૪ : મનુષ્યની ત્રણ ખાસિયત છે. ૧) સ્વતંત્ર વિચાર, ૨) સ્વતંત્ર નિર્ણય અને ૩) સ્વતંત્ર અમલ. આપણે આ ત્રણે સ્વતંત્રતાનો અમલ કરી રહ્યા છીએ, પણ એ સ્વતંત્રતા દિશાહીન છે. કોઈ લક્ષ્ય, હેતુ, ગોલ છે જ નહીં. જો ધ્યેય લક્ષ્ય માં હોય, ખ્યાલમાં હોય, ભાનમાં હોય, જાણમાં હોય, જ્ઞાનમાં હોય તો આજ સ્વતંત્ર વિચાર, સ્વતંત્ર નિર્ણય, સ્વતંત્ર અમલ ભગવાન બનાવી દે.

ભગવાન બનવાનો ધ્યેય હાજર હશે તો એક એક ક્ષણે સ્વતંત્ર વિચાર ભગવાન બનવામાં લાગશે, એ એક ક્ષણે સ્વતંત્ર નિર્ણય ભગવાન બનવામાં લાગશે, એ એક ક્ષણે સ્વતંત્ર અમલ ભગવાન બનવામાં લાગશે, કારણ કે ક્ષણે ક્ષણે ભગવાન બનશું તો complete ભગવાન બનાશે.

પ્ર-૫ : પર્યુષણનું લક્ષ્ય શું છે ?

જ-૫ : મારા અંતિમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવું છે, આવું લક્ષ્ય નક્કી નહીં થાય ત્યાં સુધી આગળ જઈ નહીં શકાય. આપણે વારંવાર જે ભૂલો કરી છે એજ ભૂલો થયા કરશે.

પ્ર-૬ : ભગવાન કોને કહેવાય ?

જ-૬ : જે કોઈનાથી પણ હેરાન ન થાય, અને કોઈ પણ પ્રકારે હણી ન શકાય એજ ભગવાન, એજ અરિહંત, એજ કેવલી.

પ્ર-૭ : પર્યુષણના આઠ દિવસો માં કરવાનું શું ?

પ્ર-૭ : વ્યાખ્યાન, પ્રવચન આપણી અંદર જતું નથી, એનું કારણ નવા શબ્દો, નવી વાતો સાંભળી જુના data ની સાથે compare કરી, અને નવા data તરીકે store થતું જાય, પણ એમાંથી convert કાંઈ જ ન થાય. એટલે store માંથી આગળ ન ગયું. આમ જીવન દરમ્યાન store થતું જાય પણ એમાંથી convert કાંઈ જ ન થાય. પ્રક્રિયામાં action માં conversion કાંઈ જ નહીં, એટલે જ્યારે બીજો શબ્દ આવે એટલે store માંથી બહાર આવે, compare થાય અને નવું store થાય, એટલે જીવનમાં કાંઈ આવતું નથી. આપણે અધૂરા છીએ. ભૂલ ક્યાં થાય છે, આવી ભૂલ શોધવા માટે આઠ દિવસ છે.

પ્ર-૮ : માન્યતા અને શ્રદ્ધામાં શું ફરક ?

જ-૮ : સાંભળેલું માની લેવું એનું નામ માન્યતા. સાંભળેલું માની અને જીવનના અનુભવમાંથી જે અર્ક નીચોવાય. એનું નામ શ્રદ્ધા. આમાંથી હટવું હોય તો, માન્યતાને બાજુ ખસેડવી પડશે. અનુભવને લાવવો પડશે, ત્યારબાદ શ્રદ્ધા શરૂ થશે. ભગવાને પણ સૂચવ્યું છે, જ્યાં સુધી સ્વયંના અનુભવમાં ન આવે ત્યાં સુધી માનવું નહીં. જીવનના દોરમાંથી પસાર થયા પછી જ સ્વિકાર કરવો.

હું પુર્ણ છું સંપૂર્ણ છું, પરિપુષ્ટ છું, હું આત્મા,
મારે કશું જોઈતું નથી, પરિપુર્ણ છું પરમાત્મા.
...હું પુર્ણ

હું જ્ઞાની છું, વળી દર્શની, વિતરાગી છું, વિર્યાત્મા,
અજરામર છું અરૂપી, અગુરૂલઘુ પરમાત્મા
...હું પુર્ણ

અનંત ગુણોનો સ્વામી છું, શાશ્વત સુખી હું આત્મા,
અનંતમાંનો એક હું, અનંત છે પરમાત્મા,
...હું પુર્ણ

અશુદ્ધ છું આજે છતાં, હું બની શકું શુદ્ધ આત્મા,
અપૂર્ણ છું આજે છતાં, હું બની શકું પૂર્ણાત્મા,
...હું પુર્ણ

શીખવી દીધી આપે કળા, હું બની શકું સિદ્ધાત્મા,
પાળી ગુરૂની આજ્ઞા, હું બની રહ્યો છું પરમાત્મા
...હું પુર્ણ

સતસંગી

રહ્યો રઝળતો જનમ જનમ
ઘન-રૂપ-મોહ, ઝંજાળમાં,
પથ ભૂલ્યો ને અંધ થયો,
ભટક્યો ભ્રમિત સંસારમાં,

મળત ન ગુરૂવર આપ જો
ધર્મ ગંગોત્રી ને તીર
તો બસ ગંગા પૂજા તો
કદી ન પી શકતો નીર

અહોભાગ્ય મુજ અજ્ઞાનીનું
કર્યો ધર્મ જ્યોત પ્રભાત
ધન્ય ધન્ય ગુરૂવર આપે
સ્વનો કરાવ્યો છે સાક્ષાત...

સતસંગી

"ગુરૂ" એ તત્ત્વ છે. કોઈ વ્યક્તિ વિશેષ નથી. એ તત્ત્વ જ્યારે અંદર પ્રગટ થઈ જાય પછી પત્થરને પણ સામે રાખીને એમાં ભાવ આરોપિત કરો તો એ પણ જીવંત થઈ જાય.

વ્યક્તિ તો અધૂરો છે, એની અંદર છદમસ્તતા હોવાથી લાગણીનો કોયળો છે. એ ક્યારે ખોવાઈ જશે એનું ભાન નહીં રહે, આપણને રવાડે ચડાવી દેશે.

ગુરૂ શિષ્યના સંબંધની અંદર ખાલી માર્ગદર્શન આપવાની શક્તિનું મહત્ત્વ નથી. સૌથી પહેલું મહત્ત્વ ઋણાનુંબંધ છે. ગુરૂ શિષ્યનો સંબંધ ફક્ત આના ઉપર આધારિત છે, ત્યારબાદ એનો વિકાસ સામે જે વ્યક્તિ બેઠી છે એને મહત્ત્વ આપવાનું નથી, વ્યક્તિને ગૌણ બનાવી દેવાનું છે. તત્ત્વ શું જોઈએ, સીધું એના ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું. લાગણીવેડાઓને બાજુએ મુકીશું ત્યારે જ આધ્યાત્મમાં દાખલ થવાને સક્ષમ થશું. એનો મતલબ એમ નથી કે લાગણી ન દેખાડવી, પરંતુ એનો મતલબ છે વિવેક પૂર્વક લાગણીઓનો ઉપયોગ કરવો. ક્યાં કઈ લાગણીને કેટલા સ્થાન સુધી, કઈ રીતે કઈ મર્યાદામાં લઈ જવી અને ક્યાં એનો યથાચોગ્ય ઉપયોગ કરવો, ક્યાં કઈ રીતે પ્રદર્શિત કરવી, ક્યાં એને સંકોચી લેવી. આ આખું જ્ઞાન ઉભું કરવું.

ગુરૂ શિષ્યના સંવાદની અંદર સંબંધ થવો બહુ મહત્ત્વનું છે. આ ભાન થવું, આ ભાન સહિત ઝુકી જવું એજ 'ગુરૂવંદના' છે. અનુકુળતાનો સ્પર્શ કરવો, અનુકુળની અંદર દાખલ થઈ આખી વસ્તુ ગ્રહણ કરવી એ શિષ્યત્વ છે. અનુકુળ સાહજિક મળે અને ન હોય તો અનુકુળ ઉભું કરવું, પ્રસન્નતા ઉભી કરવી. વંદનમા પણ આજ વસ્તુ છે. આમા જવાબદારી લેનાર ની છે. એની કાબેલીયતની છે.

જેમ જેમ આપણી લાક્ષણિકતા ઉભી કરશું, એમ એમ વસ્તુ પ્રાપ્ત થતી જશે. જે પ્રશ્ન લઈને બેસશું એનો ઉકેલ મળી જશે. અલબત્ત આ સામર્થ્ય શિષ્યે ઉભું કરવું પડે. ઇચ્છાશક્તિ ઉભી કરો એની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરો. આવું સ્થાપિત પણ બહુ અગત્યનું છે. આમાં ગુરૂની હેસિયત નથી ફક્ત શિષ્યની લાયકાત છે. શિષ્યના ભાવથી એ ગુરૂ રૂપી દ્રવ્યની સ્થાપના થાય છે. એટલે એ દ્રવ્ય ને આપ્યે જ છૂટકો થાય. આ આખું વિજ્ઞાન છે અને ત્યારે જ અનાહત થી અનાહત જોડાઈ જાય. 'નમો ઉવજઝાયાણં' પદની અંદર અનાહત ચક્ર અને એનો વર્ણ આવું આખું વાતાવરણ ઉભું કરે છે.

સદગુરૂ શુદ્ધ છે, નિર્મળ છે, અહમભાવનું વિલીનીકરણ થયું છે તો એ ચેનલ છે, conscious છે, માધ્યમ છે. દ્રવ્ય ગુરૂનો રોલ ટીવી જેવો છે. આ ગુરૂ જીવંત છે, consciousness છે, એની આંતરિક

નિર્મળતા છે. અને જે સ્થાને ઉપર બેસે છે એ સ્થાન એવી દિવ્યતા ઉભી કરે છે. એક જવાબદારી ઉભી કરે છે. એ જવાબદારીની ભાવના ઉભી થવાથી channel બની જાય છે. બસ શિષ્ય ને બટન દબાવતા આવડવું જોઈએ. ગુરૂ વ્યાસપીઠ ઉપર બેઠા એટલે એમણે તો પોતાને set કરી લીધા છે. એમનું દ્રવ્ય એકદમ નિર્મળ છે, એ નિર્મળતા માંથી જે શબ્દનો સ્ફોટ થાય અને શિષ્ય ગ્રહણની સ્થિતિમાં હોય એટલે બ્રહ્માંડ માંથી વહેવાનું શરૂ થાય.

આ ગ્રહણની શક્તિ, ગ્રહણની ધારણા, ઇચ્છા સામર્થ્ય સ્વયં પ્રગટ કરવાનું છે. અને આ પ્રગટીકરણ રાતોરાત નથી થવાનું, આ પ્રગટીકરણની અંદર જબરદસ્ત પુરૂષાર્થની જરૂરીયાત છે, કારણકે આપણા જે જૂના અવાજો, પૂર્વ કર્મના ઉદયભાવો છે, ઇચ્છા સામર્થ્ય સાથે જોડાય છે. જો સામર્થ્ય રૂપે હશે તો ઉદયભાવ ખતમ થઈ જશે અને સામર્થ્ય નહીં હોય તો ઉદયભાવ હેરાન કરી જશે, ઉંધે રવાડે ચડાવી દેશે અથવા વિષયોને લગતા વિચારોમાં ઘુસાડી દેશે, અથવા ગુરૂ પ્રત્યે પ્રતિભાવ ઉભા કરશે. જેવા પ્રતિભાવ ઉભા થયા એટલે શિષ્યની ચેનલ બંધ થઈ. જેવા પ્રતિભાવ આવ્યા કે, એ નીકળી જશે, બસ ત્યાં વાત પતી ગઈ. એ ફરી ક્યારે આવશે એનો ભરોસો નથી.

નિર્દોષ ભાવે જેટલો સ્વિકાર ભાવ હશે એટલો સ્વિકાર રૂપે અંદર ઉતરશે. જેટલો પ્રતિક્રિયાત્મક ભાવ હશે, શ્રદ્ધા હટાવીને ગ્રહણ કરવાની કોશિશ હશે તો પ્રાપ્ત કંઈ નહીં થાય. ગુરૂ, ગુરૂ ની રૂપે હાજર છે. એમની સાથે જોડાણ કરવાનો અધિકાર છે.

આપણને જોઈતું હોય તો એ આપણું સામર્થ્ય છે નહીં કે સામેવાળાનું. એનું દ્રવ્ય સ્વરૂપ, એનું નીજી જીવનું શું છે એ આપણા માટે મહત્ત્વનું નથી. આ ભાવથી બેસવું એનું જ નામ 'સમર્પણ'.

એક જ માર્ગના બે ગુરૂઓને પકડવા નહીં. કોઈ એક જ ગુરૂને પકડવા, નહીં તો બન્ને વચ્ચે ખોવાઈ જશું જે હિતની વિરૂદ્ધ છે. આંતર ઢંઢ ઉભો થવાની શક્યતા છે કારણ કે આપણે એટલા નિર્મળ નથી થયા કે અભિપ્રાયોને ફેંકી દેતા આવડે. આપણી આદત અભિપ્રાયોને પકડવાની છે, એની સાથે રમવાની છે અને આ ટેવ આપણું અજ્ઞાન છે. અહિત કારક છે. આપણે આપણી સીમામાં રહી જેટલું સમજીએ એટલે સામેવાળામાંથી લઈ લેવું, એને અમલમાં મુકી એમાંથી આનંદ કેટલો મળે છે એ જોવું. જો આનંદ મળ્યો તો તમારા માટે ગુરૂ અને આનંદ નથી મળતો તો ક્યાં તમારી સમજભૂલ છે અથવા તમારા માટે એ લાયક નથી.



MY ART -E-FACTS (paper mosaic)



THINGS YOU WILL NEED :

- ☺ Old magazines or Photos
- ☺ Scissors
- ☺ Glue.
- ☺ Paper (Cardboard works best)
- ☺ Colours (Optional)

HOW TO DO :

- ☺ Take the old magazine or photos and cut them into small pieces.
- ☺ Segregate these pieces into colours that are similar to see each other.
- ☺ Draw a Picture or design on to the paper.
- ☺ With the help of the glue, begin sticking the pieces of the magazine or photos to create a mosaic.

Creating paper mosaic can be time consuming and messy, so take your own time when doing it.

GAME - TIME

Take your time off on days that you can't go out to play cricket or foot ball and play this colourfull indoor game.

- ☺ You'll need at least three players, sheets of paper, crayons or markers and your imagination! For each round you'll need a "chief" . Take turns to become the chief. The Chief gives drawing orders such as : **four Straight lines**, **Six circles** fill them with some red, green yellow & blue colours on the page. Fill up the page with whatever shape and colour you like.
- ☺ The chief gives up to 25 drawing orders while the players follow his orders on their sheets of paper
- ☺ After the last order, drawings are compared. It is wonderful to see how the same set of orders can create different designs.

The best Design wins the prize.



My Nature around (House Sparrows)

I'm just a little Sparrow, I have no pedigree
 I'm rarely ever noticed, But the Lord is watching me
 He gave me a coat of feathers, 'its very plain I know
 Without a speck of colour,
 For it wasn't made for show
 It keeps me warm in winter,
 protects me from the rain
 were it trimmed in gold or silver,
 perhaps, would make vain
 I have no barn or store house,
 I neither sow nor reap
 God gives me my daily portion,
 with not a seed to keep
 There are many other Sparrows,
 All over the world they're found
 And my Father always knows,
 when one of us falls to the ground
 I'm only a little sparrow, A bird of low degree
 But I know my Father loves me,
 Dost thou know His love for Thee ?

A Sparrow's Faith



The Little house sparrow has been part of indian folklore and civilization for a long

time. But it is stepping towards extinction and these are some probable reasons.

- ☺ Lack of native plants where they can rest, clean and sleep.
- ☺ Modern building structures provide no nesting places.
- ☺ Shortage of insects as food for young sparrows due to insecticides and disinfectants.
- ☺ Lack of open muddy patches for the sparrows to bath.
- ☺ The criss -crossing cable wires and the flow of electromagnetic waves from cell phone towers injure the sparrows.

OPTICAL ILLUSION

What do you see in the centre of these figures, a Letter B or a number 13?



Is This Seal or a Donkey ?



MY NET - WORTH

Website for children to explore and magnify their mind skills.

www.justriddlesandmore.com

gives you the whole world of riddles to play with.

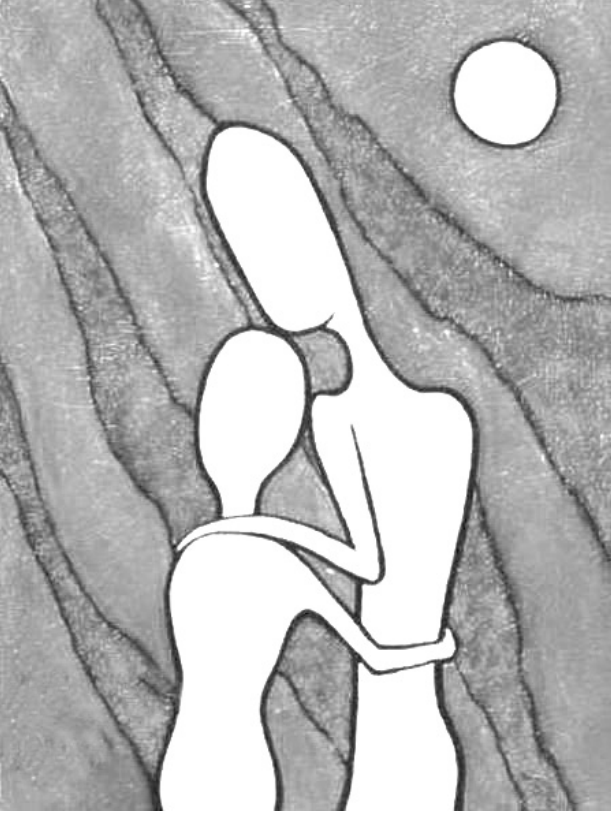
www.exploratorium.edu

explore topics like sports, science & after school activities.

www.sciencewithme.com

helps children to develop love for the subject & enjoy the process of learning.

જો જો સંતાન નિ: સંતાન ન થઈ જાય !



જે બાળકને સ્નેહ મળે, તે બાળક સ્વસ્થ બને તેનું શિક્ષણ સારૂ થાય. આપણા બાળકને એટલી અનુભૂતિ તો થવી જોઈએ કે મારા મા-બાપ મને ચાહે છે.

પ્રેમ ફક્ત કરવા પૂરતો જ નહીં, પરંતુ નિ:સ્વાર્થ પ્રેમથી બાળકની દરેક ક્રિયાને જાણી તે અંગે, તે સમયે યોગ્ય રીતે વર્તી, તમારા પ્રેમથી બાળકને પરિચિત થવા દો.

બાળકને મુક્ત, સ્વતંત્ર પણે ખીલવા દો. તેના વિકાસમાં આપણું ધ્યેય ન ડોકાઈ જાય તેનો ખ્યાલ રાખો. સ્વતંત્રપણે ખીલતા અટકી, રાત દિવસ મા-બાપને રાજી કરવા પ્રયત્ન કરતા હોય છે. પરંતુ તે કાર્ય સિદ્ધ ન થતાં મા-બાપ રાજી ન થતાં, બાળક બધાજ કાર્યો પડતાં મૂકે છે. બાળકની નિષ્ફળતા ખરેખર મા-બાપની નિષ્ફળતા છે, જે સમય-સર બાળકને માન-પ્રોત્સાહન ન આપી શક્યાં.

બાળકને સ્વતંત્રપણે આગળ લાવવાથી તે પોતાના જીવનની મહત્તા સમજશે. અને ત્યારે જ તે પોતાની

આસપાસના બંધુ, મિત્ર, વડીલોની પણ મહત્તા સમજશે. પરંતુ આજે બહુદા બાળકો પરતંત્ર જીવી પોતાને ધિક્કારતા હોય છે, તે ખુબજ દુ:ખજનક વાત છે. આવી ગ્રંથિને કારણે બાળક શરમાળ અને બીકણ બને છે. અથવા તો હુમલાખોર અને દુશ્મનાવટ સ્વભાવનો બને છે. પોતાની આસપાસની દુનિયા પરત્વે પણ સંકુચિત દ્રષ્ટિ ધરાવતો બને છે.

આપણા કાર્યમાં રત થઈ આપણે બાળકની માંગણીને, ઘચ્છાને ઘણીવાર અવગણી હશે. આવી ભૂલોને તથા તે બાળકની માંગણીને, ઘચ્છાઓને આપણે ક્યારનાય ભૂલી ગયા હોઈશું. પરંતુ બાળકને તે ક્યારેય નથી ભૂલતો. તેણે અનુભવેલી હીણપત તેના જીવનમાં એક મોટો અવરોધ ઉભો કરી જાય છે. ત્યારે યાદ રાખવું જરૂરી છે કે આપણા બાળકોની પ્રગતિ, સમયના દરેક તબક્કા ઉપર આધારિત છે અને આથી જ આપણી સતત માવાજત જરૂરી છે. ક્યારેય તેની લાગણી ન દુભાઈ જાય તેની કાળજી રાખવાની જરૂર છે.

દરેક વ્યક્તિ પોતાની પ્રતિભા વિશે લાગણીશીલ હોય છે. તેને કોઈ પ્રશંસે તેવી સતત ઘચ્છા રહેતી હોય છે. બાળકને પ્રેમ આપવાથી જ આમ બની શકે. મા-બાપના પ્રેમની સાથે જેમ જેમ બાળક મોટો થતો જશે, તેમ તેમ નવા સમૂહમાં તે ભળતો થશે, નવા સાહસ નોતરતો થશે. તે સાર્થકલ ચલાવશે, વૃક્ષો પર ચઢશે, નદીના પૂર જોવા જશે અને ક્યારે ખાબકશે પણ ખરો, આવે વખતે આપણને બીક લાગશે. ક્યાંય પડી જશે, વાગી જશે, ડૂબી જશે. તો આ અહીં આપણી વધુ પડતી લગાણીને સંયમમાં રાખવી જરૂરી છે. આપણા અતિશય લાડકોડથી બાળક સ્વતંત્રપણે કઈપણ કરતાં ડર અનુભવશે અને જીવનની વાસ્તવિકતા ઓથી ભાગતો ફરશે.

કહેવાય છે કે ધુર્યોધન એટલો બધો ખરાબ નહતો, પરંતુ ધૃતરાષ્ટ્રે તેને ખોટું કરતા અટકાવ્યો નહીં અને આખરે વાત મહાભારત સુધી પહોંચી.

નોંધ : મનુષ્ય સંબંધો ના વિષયોને લગતા તમારા મહામુલ્ય લેખોની ખાસ આવશ્યકતા છે. Fax, Courier, e-mail થી ત્વારીત લેખ મોકલવા વિનંતી.



પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રનો ઇતિહાસ

શ્રીયુત પંકજભાઈ શેઠે છેલ્લા ૩૦ વર્ષથી આધ્યાત્મની ખોજમાં ઘણી સાધનાઓ કરી છે, પારખી છે, એમાંથી પસાર થયા છે. Profession થી Electronics Engineer અને BARC માં વૈજ્ઞાનિક હતા, એટલે દ્રષ્ટિ વૈજ્ઞાનિક હતી. અને એ દ્રષ્ટિકોણથી ધર્મ ને સમજવાનો પ્રયત્ન હતો.

પ.પૂ.શ્રી. ભૂવનભાનુસૂરીશ્વરજી મહારાજ સાહેબ પ્રથમવાર ભારતમાં શિબીરનો concept લઈ આવ્યા જેમાં youth generation ને આધ્યાત્મની, ધર્મની સમજ આપવા પોતાનું તનમન લગાવી જ્ઞાન પીરસતા, એમની આવી અદભૂત આધ્યાત્મ શિબીર પંકજભાઈએ પણ કરી અને આયોજનમાં સહકાર્ય આપ્યું અને શરૂ થઈ ધર્મની યાત્રા જેમાં અન્ય એક સતાવધાની, મંત્ર સાધક, ગણિતજ્ઞ એવા અદભૂત હસ્તી પૂ.શ્રી. ધીરજલાલ ટોકરશી શાહનો મિલાપ થયો. પૂ.શ્રી. મહારાજ સાહેબ અને શ્રી. ટોકરશીભાઈની નિશ્રામાં સતત ૭ વર્ષ, દિવસના ૧૪ કલાક નવકાર મંત્રની સાધના કરતા અને સાથે સાથે અભ્યાસ કરતા. Engineer બનતા બનતા એમના દ્રષ્ટિકોણમાં મંત્ર કેવી રીતે છે, ધર્મ અને મંત્ર શું છે, ધર્મ નું મંત્ર સાથે શું connection છે, બીજા લોકો જે સાધના કરાવડાવે છે. એ શું છે, એ સમજાણુ.

કોઈ કહેતુ કે અહીં શિબીર છે તો એમાં જોડાઈ જતા, જે ગુરૂજી તરીકે હોય એમને સમર્પણ કરી દેતા. એમની જે યર્થાથ વાતો હોય તે step by step, perfect કરતા અને તે practice પ્રમાણે કરી જીવનમાં ઉતારવાનો પ્રયોગ કરતા, એનો અર્ક લેતા એનો આનંદ લેતા. આ રીતે દુનિયાના ૧૫ ધર્મોનું અધ્યયન કર્યું અને સેકડો process કર્યા. અત્યારના એમનું જે પ્રસ્તુત થઈ રહ્યું છે તે અનુભવની દ્રષ્ટિ એ બધામાંથી તારવેલુ અમૃતમંથન છે.

આધ્યાત્મના જેટલા પ્રયોગો કર્યા એમાં ગહન વસ્તુઓ હતી પણ ક્યાંય જીવન અને પ્રક્રિયાઓ ભેગી મળતી ન હતી. ધર્મ અને આધ્યાત્મ આ બે મોટા ભ્રમ અત્યારના એમને એમ ઉભા છે, વહેંચાય છે પણ સુવ્યવસ્થિત વૈજ્ઞાનિક રીતે એને બહાર પાડવામાં

આવતુ નથી. અંતરની ઝંખના હતી કે જીવનની અંદર આધ્યાત્મનો મૂળ સાર connect થાય તો સ્વતંત્રતા અને સર્જન શક્તિનો વિકાસ થાય.

આધ્યાત્મ એજ છે જે જીવન સાથે જોડે, ધર્મ પણ એજ છે જે જીવન સાથે જોડાય. પ્રભુ મહાવીરે એવો scientific ધર્મ આપ્યો છે એનો પહેલો પ્રયોગ ૧૯૯૬માં શ્રીયુત ડૉ. બીપીનભાઈ દોશી સંગાથે જૈન કોર્સની રચના કરી યુનિવર્સિટીમાં દાખલ કર્યો અને સન્ ૨૦૦૦માં stabilize કરી permanent course તરીકે સ્થાપિત કર્યો. જૈન તત્વજ્ઞાન ગરુડ કે સંપ્રદાયથી પર છે, પણ આ બંનેના ગુંચવાડામાં ધર્મ એટલો ખોવાઈ ગયો છે કે ખરેખર ધર્મ શું છે, એ સમજ નથી પડતી સામાન્ય જન માટે મોટી દુવિધા ઉભી થઈ ગઈ છે. જેને ખરેખર કંઈ જોઈએ છે એના માટે મોટુ ધર્મ સંકટ છે એટલે University સ્તરે અભિયાન શરૂ કર્યું.

ભગવાનનો માર્ગ day to day life, હરક્ષણના જીવન માટે છે. ભગવાનની વાણી સાધારણ જીવો માટે છે અને સાધારણ જીવન સાધારણ વાતથી connect થશે. અલંકારી વાતો અને શબ્દો થી ખોવાઈ જવાશે. જૈન સાહિત્યમાં ઘણુ બધુ પડેલું છે. જો બધુ કરવા જશુ તો confuse થવાશે એટલે માત્ર એક ‘મહામંત્ર નવકાર’ નો આધાર લીધો. આજની તારીખમાં તત્વ માત્ર મંત્ર રૂપે છે. અને એ નવકાર મંત્ર અને ગાયત્રી મંત્ર રૂપે છે. આ બે મંત્રો આપણા જેવા જીવોનું કલ્યાણ કેવી રીતે કરી શકે એનું આખુ યોગ પદ્ધતી દ્વારા કોર્સ નિર્માણ કર્યો અને ત્યારબાદ સન્ ૨૦૦૫ માં પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રની સ્થાપના થઈ.

સન્ ૨૦૦૦ માં પ.પૂ.શ્રી. અજીત શેખર મહારાજ સાહેબની નિશ્રામાં પહેલી નવકારની જાહેર શિબીરમાં ૪૦૦ જણ જોડાયા, ધીમે ધીમે સંખ્યા ઘટતી ગઈ કારણકે ભાગ લેનારનું કોઈ commitment ન હતુ. એટલે આ commitment ઉભુ કરવા માટે અર્પણભાવ donation રૂપે નક્કી કર્યું, માત્ર હેતુ હતો લોકો dedication થી આવે અને ઝંખનાથી જોડાય. આવા ઉમદા હેતુથી સન્ ૨૦૦૬

માં પરમાંઆનંદ સતસંગ પરિવારની સ્થાપના કરવામાં આવી.

નવકાર સ્વાધ્યાયની પ્રવૃત્તિઓ મુંબઈમાં central લાઈનમાં મુલુંડ તેમજ સાયન/માટુંગા તેમજ western લાઈનમાં પાર્લા અને મલાડ ખાતે ચાલે છે. લોકોમાં જાગૃતી ઉભી કરવા સન્ ૨૦૦૭ થી બિન સાંપ્રદાયિક પર્યુષણ અનુભવમાળાનું સળંગ ૯ દિવસનું આયોજન આદર્યું. આ વિજ્ઞાન કેવું અદભૂત છે, લોકો એમાં જોડાય એ ભાવથી ૨૦૦૮ થી જાહેર શિબીર ના કાર્યક્રમની શરૂઆત કરી. આવા આયોજનની સાથે સાથે હોસ્પિટલ અને અનાથ આશ્રમમાં જઈ સાધર્મિક ભક્તિ, દરેક પરમાં સતસંગ પરિવાર, વર્ષમાં બે ત્રણ વાર આનંદની અનેરી પાર્ટીઓ, નિસર્ગના અનુભવ માટેની પિક્નિક, ભાવ આરાધનાઓ જેવી પ્રવૃત્તિઓ થઈ રહી છે.

પ.પૂ. ભુવન ભાનુસૂરી મહારાજ સાહેબે સમજાવ્યું હતું કે ભગવાનના કંઠની મહત્તા શું છે અને ખરેખર ૮ વર્ષ સુધી કંઠની વિશિષ્ટ પૂજા કરતા, ભાવ કરતા, કે મુખમાંથી સરતી સહજ વાણી રહે અને જગતના કલ્યાણનું કારણ બને. એનો જ પ્રતાપ થઈ રહ્યો છે, અને જે વાણી વહી રહી છે એ પ્રભુની વાણી બોલાય છે, એને પકડી લેજો, દ્રષ્ટા પંકજભાઈને નહીં.

પ્રભુ વાણીનું રહસ્ય :

પરમ પૂજ્ય ભુવનભાનુ સૂરીશ્વર મહારાજ સાહેબ અષ્ટ પ્રકારી પૂજાના રહસ્ય સમજાવતા, ભગવાનના નવ અંગ પૂજા કરતા પ્રભુના ગુણ આપણી અંદર કેમ પ્રગટ થાય એ સમજાવ્યું હતું. એનું આઠ વર્ષ અનુશીલન કરતા અને પ્રભુની સાથે કલાકો વાતચીત ચાલતી. આ સાધનાના નીચોડ માંથી આજે એમની વાણી જે નીકળી રહી છે, એ નિસર્ગ છે, સહજ છે. બુદ્ધિની ગોઠવણ વગરની છે, સર્વ જીવ હિતકારી છે એમ એમના સાનીધ્યમાં આવીને અનુભવાય છે.

એમના સાનિધ્યથી આજે **પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર** અને **પરમ આનંદ સત્સંગ પરિવાર** પૂર જોશે પ્રવૃત્તિ કરી રહ્યો છે.

સન્ ૨૦૦૭ - ૦૮ પરમસુખજીવન વિકાસ કેન્દ્રની પ્રવૃત્તિઓનો અહેવાલ :

તા. ૦૨, જુલાઈ ૨૦૦૭ થી શરૂ થયેલા સહજ નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ (Part-1) માં મુલુંડ (વે) ખાતે આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સવારનો ૯.૦૦ થી ૧૨.૦૦ ના સમય દરમ્યાન કાલીદાસ હોલ, આર્ટ ગેલેરી, મુલુંડ (વે) માં શરૂ થયેલું Part-1 ના નવા સત્રમાં આશરે ૯૫-૧૦૦ સ્વાધ્યાયીઓએ ભાગ લીધો હતો. મુલુંડ સેન્ટરની સંચાલન વ્યવસ્થા ભુપેન્દ્ર ગાલા, મીના ગાલા, વિભવ શાહ અને સરલા મોતા એ લોકોએ વ્યવસ્થિત રીતે સંભાળેલું હતું. પછી એજ રવિવારના તા. ૦૨, જુલાઈ ૨૦૦૭ ના બપોરના ૨.૩૦ થી ૫.૩૦ વાગે વૈષ્ણવ સેવા સમાજ હોલ, ગુરૂકૃપા હોટલની સામે, સાયન (વે) માં સહજ નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ Part-1 શરૂ કરવામાં આવેલું હતું. આ સેન્ટરના સંચાલન વ્યવસ્થાપક નીતીન બુરીયા, ધીરજ શાહ, કેસરબેન, ખુશાલભાઈએ વ્યવસ્થિત રીતે સંભાળેલું હતું. સાયન (વે) બપોરના એ સત્રમાં આશરે ૮૦-૯૦ લોકોએ લાભ લીધો હતો. મુલુંડ (વે), સાયન (વે) બેઉ સેન્ટર એકજ રવિવાર માં સવારના અને બપોરના એમ તા. ૨-૦૭-૦૭ થી ૨૧-૧૦-૦૭ સુધી alternate રવિવારના એમ આઠ સેશન કરવામાં આવેલા હતા.

રવિવાર તા. ૦૮ જુલાઈ ૨૦૦૭ થી western line માં માલીની કિશોર સંઘવી વૈયાવચ્છ કેન્દ્ર, પાર્લા (વે) માં સવારના ૯.૦૦ થી ૧૨.૦૦ ના સમયે સહજ નમસ્કાર મહામંત્ર (Part-1) કોર્સ નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. પાર્લા (વે) ના સંચાલન વ્યવસ્થા ડિપલ શાહ, મનીષા છેડા, કમલેશભાઈ શાહ એ વ્યવસ્થિત રીતે સંભાળીયું હતું અને આશરે ૯૫ સ્વાધ્યાયીઓએ ભાગ લીધો હતો. એજ રવિવારના બપોરના ૨.૩૦ થી ૫.૩૦ કલાકે ભાનુભાઈ ટ્રસ્ટ, માતૃ સ્મૃતિ મંદિર બિલ્ડીંગ હોલ, જકરીયા રોડ, મલાડ (વે) મધ્યે Part-1 નો કોર્સ રાખવામાં આવ્યું હતું, અને આશરે ૧૧૦ -૧૨૦ જણાએ ભાગ લીધો હતો. મલાડ સેન્ટરની સંચાલન

સન્ ૨૦૦૭ - ૦૮ પરમસુખજીવન વિકાસ કેન્દ્રની પ્રવૃત્તિઓનો અહેવાલ :

વ્યવસ્થા પ્રમોદ શાહ, ચંદ્રકાન્ત શાહ, સંજય નાણાવટીએ સંભાળી હતી. Western line માં તા. ૯.૭.૦૭ થી ૨૮-૧૦-૦૭ સુધી એમ alternate રવિવારના આઠ સેશનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતુ. Central અને Western Zone નુ નવમું સેશન (છેલ્લુ સેશન) એ સવારના ૭.૦૦ થી બપોરના ૨.૦૦ વાગ્યા સુધી રાખવામાં આવ્યુ હતુ. એ સેશન આનંદ, ઉમંગ, ઉત્સવનું હતુ . એ દિવસે પાર્ટીનું આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ. ચારેય સેન્ટરના સ્વાધ્યાયી ઓને એક ફૂલ એક ફળ, એક મીઠાઈ લાવવાનું કહેવામાં આવ્યુ હતુ. બધા સ્વાધ્યાયીઓને કુટુંબ અને મિત્ર મંડળ સહિત આવવાનું આમંત્રણ આપવામાં આવ્યું હતુ. સવારના સાત વાગ્યે જુદુ બીચ પર શિવાજીના પુતળા પાસે મળવાનું નક્કી કરવામાં આવ્યુ હતુ અને ૭.૦૫ ભેગા થયેલા બધા સ્વાધ્યાયી ઓ દરીયા કિનારે પામ-ગ્રોવ હોટલની દિવાલને અડીને બધા સર્કલમાં આવીને ગોઠવાઈ ગયા. નિસર્ગમાં રહી, શરીર મૈત્રી કરી અને છેલ્લે શુદ્ધાત્મ નમસ્કાર (બીચની રેતીમા એકમય થઈ) સૂર્ય નારાયણની સાક્ષીએ કરવામાં આવ્યું. દરીયા કિનારે સવારના લટાર મારતા લોકોને આ જોઈને આનંદ આવ્યો. એમાંથી ઘણા લોકોને ગમ્યુ અને તે લોકોએ થોભીને આતુરતાથી જોવા લાગ્યા. શુદ્ધાત્મ સ્વરૂપ કર્યા બાદ, બધા સ્વાધ્યાયીઓએ જે એક - એક ફૂલ લાવેલા તે એકબીજાને આપ-લે કરતા બધા સાથે "નમો જિણાણં" કહેતા, દરેકની અંદર ભગવાન સ્વરૂપના દર્શન કર્યા. ત્યારબાદ બે - ત્રણ રમત રમ્યા. રમત રમતા નાના -મોટા સોએ નિસ્પૃહ બાળકની જેમ બની ગયા હતા. કુદરતના ખોળામાં હર્ષ, ઉલ્લાસ સાથે નૈસર્ગિક આનંદ માણ્યા બાદ બધા પોત પોતની રીતે પાર્લા સેન્ટર પર પહોંચી ગયા.

સ્વાધ્યાયીઓ તેમના પરિવાર, મીત્રોએ સેન્ટર પર આવીને ઠંડુ નાળીયેર પાણી અને સ્વાદીષ્ટ ગરમ ઉપમા, નાસ્તા રૂપે ગ્રહણ કર્યુ. પછી હોલમાં સ્વાધ્યાયીઓ અને મહેમાનો બધા ભેગા થયા, જ્યાં પંકજ સર (સાહેબે) પાટ પર બેસી અને તેમણે

સંબોધન કર્યુ, "કે આજે હું મૌન રહીશ, તમારો અનુભવ સાંભળીશ". મારી સાથે Part -1 માં ચાર મહિના (આઠ સેશન) રહીને, મને સાંભળીને, તમારા જીવનમાં એનો અમલ કર્યા પછી જે અનુભવ રસ મેળવ્યો છે એનું વર્ણન કરવા કહ્યુ. જેથી કરીને સ્વાધ્યાયીઓ સાથે આવેલ એમના પરિવાર જનો અને મિત્રોને આ ભક્તિ માર્ગ, જીવનમાં સહજ રીતે કેવી રીતે ઉતારી શકાય તેની પ્રેરણા મળે. વારાફરતી એક-એક કરીને જે સ્વાધ્યાયીઓ સહજ નમસ્કાર મહામંત્રને પોતાના day to day life માં અમલ કરીને જે અનુભૂતી મળી છે, એનું વર્ણન કરતા ગયા. એ દ્રશ્ય અવિસ્મરણીય હતુ. જ્યાં ઘણા વડીલ સ્વાધ્યાયીઓના અનુભવ એવા હતા કે ઘણું, જીવન વીતી ગયા, ઘણું ધર્મનું જ્ઞાન મેળવ્યા બાદ આ ઉંમરે સમજ પડી કે નવકાર મહામંત્ર દ્વારા કેવી રીતે ધર્મને જીવનમાં ઉતારી શકાય, જીવનના દયેયને સાર્થક કરી શકાય. પોતાનો અનુભવ કહેતા કહેતા તે ભાવૂક થઈ જતા છેલ્લે તેઓ કહેતા ગયા કે આ માર્ગમાં આવ્યા બાદ એમને લાગે છે.કે આ જીવન વહી ગયું. સમયના અભાવે ઘણાને સાહેબે વિનંતી કરી કે તેમનો અનુભવ શબ્દોમાં લખી મોકલાવે, જેથી કરીને એને પત્રીકા "નમો જિણાણં" મા છાપીને બીજાને એમાથી પ્રેરણા મળી શકે.

ત્યારબાદ ડાન્સ, મ્યુઝીક, મસ્તીની સાથે બધા જ ભક્તિ રસમાં તરબોળ થઈ ગયા. જેમ મીરા ભક્તિ રસમા લીન થઈ, કૃષ્ણમય બની જતા એ વો ઉત્કૃષ્ટ ભક્તિ રસનો અહીયા આવેલાને અનુભવ થયો. આ પ્રસંગમાં આવેલ લોકોએ જીવન ઉત્સવનો જે રંગ માણ્યો તે એમના જીવનની એક અવિસ્મરણીય અનુભૂતી હતી. જેનું વર્ણન શબ્દોમાં કરાય એટલું ઓછુ છે, કારણએ દરેકનો "સ્વનો" અનુભવ હતો. જે લોકો આ ભક્તિરસના આનંદથી વંછીત રહી ગયા તે લોકો પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર દ્વારા આયોજીત સહજ નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ માં જોડાઈ સ્વાધ્યાયી બનીને લાભ લે એવી પ્રેરણા.

તે દિવ્ય નૃત્ય બાદ બધાએ મળીને પ્રસાદ લીધો.



સન્ ૨૦૦૭ - ૦૮ પરમસુખજીવન વિકાસ કેન્દ્રની પ્રવૃત્તિઓનો અહેવાલ :

બધાએ લાવેલી મીઠાઈથી આવેલ લોકોએ મોઢુ મોઢું કર્યું અને રોટલી, શાક, દાળ, ભાત, કચુંબર, છાશ, પાપડ, ફરસાણ નું મન ભરીને સ્વાદ માણ્યો. એ પછી બધા છુટા પડયા. અને આ રીતે part-1 ની પૂર્ણાહૂતી થઈ.

તા. ૦૮, સપ્ટેમ્બર ૨૦૦૭ થી પર્યુષણ પર્વાધિરાજ શરૂ થતુ હતુ. તે નિમીત્તે બિનસાંપ્રદાયીક પર્યુષણ અનુભવમાળાનુ આયોજન કરવાનો નિર્ણય કર્યો, એટલે તા. ૮-૯-૨૦૦૭ થી તા. ૧૬-૦૯-૨૦૦૭ એમ ૯ દિવસનું (આખો દિવસ) પર્યુષણ અનુભવમાળાનું આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ. જ્યાં માત્ર સાંભળવાનું ન હતુ પણ સમજણ પૂર્વક, નિગ્રંથ બનવાનો (practical & scientific) process શીખવવામાં આવ્યો અને એને આપણા જીવનનું એક અંગ બનાવવાની method શીખવવામાં આવી. રોજના ત્રણ કલાકના એવા ત્રણ સેશન (સત્ર) રાખવામાં આવ્યા હતા. રોજ સાંજે ત્રીજુ સેશન અતિ વિશિષ્ટ હતુ. જ્યાં આપણે પ્રતિક્રમણ, ભાવના અને આરતી, અર્થ, ભાવ અને ગીત-સંગીત સાથે કરવામાં આવ્યું હતુ.

આ પર્યુષણ અનુભવમાળા શ્રી કિશોર ભીમજી સંઘવીજીના નેજા હેટળ ઋતમ્બરા કોર્મસ કોલેજ, એમ કે. સંઘવી હોલ, જુહુ સર્કલ, જુહુ બસ ડેપોની બાજુમાં ચંદન ટોકીઝ નજીક , જે. વી. પી.ડી. સ્કીમ. જુહુ, મુંબઈ. એ સ્થળે આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ. રોજના આશરે બસો થી અઢીસો શ્રાવકોએ આખા દિવસનો લાભ લીધો હતો. એકાસણા, બેસણા ચોવિહાર તથા ભોજનની સગવડ રાખવામાં આવી હતી, જેથી આવનાર શ્રાવકોને અડચણ ન પડે, સાથે પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર દ્વારા બસની વ્યાવસ્થા પણ રાખવામાં આવી હતી. સેન્ટ્રલ લાઈનમાં ઝવેર રોડ દહેરાસર, મુલુંડ (વે) થી રોજ સવારના આઠ વાગે બસ નીકળતી હતી. સાયન સુધી રસ્તામાં નિયોજિત જગ્યાએથી શ્રાવકોને લઈ ત્યાંથી ઋતમ્બરા કોલેજ પહોંચતી હતી, અને વેસ્ટન લાઈનમાં અંધેરી (વે)

સ્ટેશનેથી ૮.૩૦ કલાકે હોલ પર જવા મોટ બસની વ્યવસ્થા રાખવામાં આવી હતી. આ રીતે શ્રાવકો ૯ દિવસ સુધી નિશ્ચીત પણે પર્યુષણ અનુભવમાળાનો લાભ લઈ શક્યા.

આમ ૨૫ સેશન દરમ્યાન પર્યુષણ અનુભવમાળામાં ભક્તિનું સ્વરૂપ, વગર મહેનતે તપ કઈ રીતે કરાય ? ભગવાનનો જન્મ મહોત્સવ, તત્વ સ્વરૂપ, દેવવંદન, અરિહંત વંદનાવલી, જગતનું સ્વરૂપ, મોબાઈલ પ્રતિક્રમણ વગેરેનું વિસ્તારપુર્વક સમજાવવામાં આવ્યુ. પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રનો આ પ્રથમ પ્રયાસ આદરણીય રહ્યો.

નવેમ્બર ૨૦૦૭ દરમ્યાન મુલુંડ (વે) ખાતે 'સહજ નવકાર મહામંત્ર' Part-2 નું આયોજન કરવામાં આવ્યુ . અને તા. ૧૮-૧૧-૦૭, રવિવારના પાર્લા (વેસ્ટ) ખાતે સહજ નમસ્કાર મહામંત્ર Part-2 નો કોર્સ કરવામાં આવ્યો. Part-2 નો કોર્સ ૧૨ સેશનનો છે, જેમાં નવકાર મંત્ર દ્વારા Scientific life management ના ૯ steps ની સમજણ વિસ્તારપૂર્વક આપવામાં આવી હતી. સંગીત કલર અને યોગ પદ્ધતિ (ચક્રો સાથે) દ્વારા દરેક પદની ત્રણ પ્રક્રિયા practical સમજણ સાથે કરાવવામાં આવી હતી. મુલુંડ (વે), સેન્ટરમાં આશરે ૬૦ સ્વાધ્યાયીઓએ લાભ લીધો હતો, અને પાર્લા સેન્ટરમાં આશરે ૮૦ સ્વાધ્યાયીઓ એ લાભ લીધો હતો. નવકાર મહામંત્ર યોગ Part-2 એ advance કોર્સ હોઈ Part-1 કર્યા પછી જ કરી શકાય છે.

(કમશ બાકી આવતા અંક માં)

આ વર્ષના આગામી કાર્યક્રમ :

તા. ૨૭ - ૮-૦૯ થી આ વર્ષ માટેના પર્યુષણ મહાપર્વનું સળંગ ૯ દિવસનું પર્યુષણ અનુભવમાળા નુ કાર્યક્રમ આયોજીત કરવામાં આવ્યુ છે. જેનો લાભ લેવા આપ સોને આમંત્રણ.

શ્રી કિશોર ભીમજી સંઘવી
Scientific બિન સાંપ્રદાયિક પર્યુષણ અનુભવમાળા
નમો જિણાણં....

પર્યુષણ એ નિગ્રંથ બનવાનું મહાપર્વ છે. નિગ્રંથ એટલે ગ્રંથીઓથી (મનની ગાંઠોથી) મુક્ત થવું. જીવનમાં જાગૃત ન રહેવાથી આવી ગાંઠો હર ક્ષણે બંધાયા કરે છે, અને એજ આપણી હેરાનગતી નું કારણ છે. જાણતા કે અજાણતા આ ગાંઠો જ આપણું જીવન કલેશવાળું બનાવી દે છે, અને જીવન જીવવું દુષ્કર બની જાય છે. આજ કારણે જિન માર્ગમાં વર્ષ માં એકવાર પર્યુષણ મહાપર્વની ગોઠવણ છે.

આપણા જીવનમા આવા કેટલાય પર્યુષણ આવ્યા અને ચાલી ગયા પણ આપણી દશા જેવી હતી તેવીજ છે. હર ક્ષણે આપણે હેરાનગતી થી મથીએ છે, પણ છુટાતુ નથી. તો ચાલો આપણે જોડાઈએ આ પર્યુષણ ના મહાયજ્ઞ માં અને જીવનને શાંત, સુખી અને નિરાકુળ બનાવીએ.

આયોજન ખાસિયત :

જૈન શાસન માં આ ઘણા અર્સા પછી આવું ભવ્ય આયોજન થઈ રહ્યું છે. જ્યાં ભગવાને એમની હયાતીમાં જે રીતે પ્રેક્ટીકલી (Practically) સાયંટીફીકલી Scientifically નિગ્રંથ બનવાનો જે Process બતાવ્યો છે, બીલકુલ એજ રીતે આ પર્યુષણ અનુભવમાળાનું આયોજન કરેલ છે. જ્યાં માત્ર સાંભળવાનું નથી પણ સમજણપૂર્વક (On the spot) નિગ્રંથ બનતા શીખવાનું છે અને એને જીવનનું એક અંગ બનાવવાની method શીખવાની છે. દરેક સેશનમાં (સત્રમા) practical જીવનમા અમલ કરવાની method શીખશુ.

રોજ સાંજે ત્રીજુ સેશન (સત્ર) અતિ વિશિષ્ટ છે, જ્યાં આપણે પ્રતિક્રમણ, ભાવના અને આરતી practically પ્યોર ગુજરાતીમાં અર્થ, ભાવઅને સંગીત સાથે કરશું એ આખા પર્યુષણનો સાર છે.

જાહેર આમંત્રણ :

સમસ્ત જૈન તથા અન્ય સમાજને આ ભગવાનના મહાયજ્ઞમા, ધર્મ, સંપ્રદાય અને વાડા બંધીની ગ્રંથી તોડીને જોડાવાનું આપ સહુને સહર્ષ આમંત્રણ છે.

સ્થળ : ઋતમ્બરા કોર્મસ કોલેજ, એમ કે. સંઘવી હોલ, જુહુ સર્કલ, જુહુ બસ ડેપોની બાજુમાં ચંદન ટોકીઝ નજીક, જે. વી. પી. ડી. સ્કીમ. જુહુ, મુંબઈ.

ભોજન વ્યવસ્થા : એકાસણા, બેસણા, ચૌવિહાર તથા ભોજનની વ્યવસ્થા રાખવામાં આવેલી છે.

બે દિવસ પહેલા નામ નોંધાવી પાસ લેવું આવશ્યક છે, એટલે વ્યવસ્થાની ખબર પડે.

કેંદ્ર દ્વારા બસ વ્યવસ્થા : નામ નોંધાવી બસ પાસ (Free Pass) લેવા આવશ્યક છે.

બોરીવલી (વે.) થી : રાજમહલ હોટેલ, લીના ચંદાવરકર રોડ, બોરીવલી (વે) સવારે ૮.૦૦ વાગે બસ ઉપડશે.

સંપર્ક : પ્રમોદ શાહ : ૬૫૮૧૯૩૯૦ / ૨૮૮૯૩૫૮૪, ડિપલ શાહ : ૯૮૩૩૧૩૩૨૬૬

મુલુંડ (વે) થી : ઝવેર રોડ દેરાસરથી સવારે ૮.૦૦ વાગે બસ ઉપડશે.

સંપર્ક : કિશોર વોરા : ૯૯૩૦૦૩૯૪૬૬, ભુપેંદ્રભાઈ : ૯૮૬૯૮૬૨૩૭૩

સાયનથી : હનુમાન હોટલ, ફલાય ઓવર નીચે, સાયન સર્કલ. સવારે ૮.૨૦ વાગે બસ ઉપડશે.

સંપર્ક : નીતીનભાઈ : ૯૮૬૯૦૫૨૫૦૭, ધીરુભાઈ : ૯૮૦૨૦૫૬૪૫૦૫, કેસરબેન : ૨૪૦૯૧૭૧૬

હોલ સુધી આવનારી BEST બસ (બસ સ્ટોપનું નામ જુહુ ડેપો, જુહુ સર્કલ)

ભાયંદરથી : ૭૦૭,

બોરીવલી (વે) : ૨૦૩, ૨૨૪, ૨૨૯, ૭૦૭

ગોરેગાંવ (વે) : ૩૩, ૨૫૩,

અંધેરી સ્ટેશન (વે) : ૨૦૩, ૨૫૩, ૨૫૭,

શીવાજી પાર્કથી : ૭૯,

બાબુલનાથથી : ૮૦ (લિમીટેડ)

મુલુંડથી : ૪૨૪,

મુલુંડ-વાશી-ઘાટકોપરથી અંધેરી (વે) : ૫૩૩

દેવનાર વાયા સાયન : ૩૫૮,

વડાલા વાયા સાયન : ૨૮૧, ૨૫૫,

ભાયખલાથી : ૨૦૦,

વિ.ટી.થી : ૨૮,

આયોજક : પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર

કાર્યક્રમની રૂપરેખા

દરેક દિવસના દરેક સેશનના ઘાતા બની લાભ લેવા આમંત્રણ
નોંધ : ઘાતાઓએ તારીખ પ્રમાણે નામ અને અવસર નોંધવવા વિનંતી.

એક સેશન -	રૂ. ૫૦૦૦/- નકરો	સંવત્સરી પ્રતિક્રમણ -	રૂ. ૯૦૦૦/- નકરો
આરતી -	રૂ. ૫૦૦૦/- નકરો	સંવત્સરી દિવસે આરતી -	રૂ. ૯૦૦૦/- નકરો
મંગલ દિવો -	રૂ. ૫૦૦૦/- નકરો	સંવત્સરી દિવસે મંગલ દિવો -	રૂ. ૯૦૦૦/- નકરો

મહાવીર જન્મ કલ્યાણક મહોત્સવ તા. ૩૧-૦૮-૦૮ રવિવાર, સમય : ૯.૦૦ થી ૧.૦૦
૬૪ ઘંટ તથા ઘંટાણી બનવાનો અમૂલ્ય અવસર. ઘંટ, ઘંટાણી દીઠ રૂ. ૧૦૦૦/-નકરો.

૫૬ દીપ કુમારી બનવાનો અમૂલ્ય અવસર. દીપ કુમારી દીઠ રૂ. ૫૦૦/- નકરો.

ત્રીશ્લા માતા બનવાનો રૂ. ૫૦૦૦/-નકરો

તારીખ/વાર	સેશન-૧ : ૯ થી ૧૨	સેશન-૨ : ૨ થી ૫	સેશન-૩ : ૭થી ૯.૩૦
૨૭.૮.૦૮/બુધવાર	પર્યુષણ નો ઇતિહાસ, ભુમિકા, મહત્વ અને હેતુ, જીવનમા અનુસંધાન	ભગવાનને બતાવેલ ૬ Process ની સમજણ અને એને જીવનમા ઉતારવાની Method	૨૪ કલાકનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૧) તથા આરતી
૨૮.૮.૦૮/ગુરુવાર	ભક્તિ નુ સ્વરૂપ, જિન માર્ગમાં એની ગોઠવણ	ભક્તિ જીવનમા કઈ રીતે પરિણમે, ધારેલ કાર્ય પાર પડે.	૨૪ કલાકનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૨) તથા આરતી
૨૯.૮.૦૮/શુક્રવાર	તપનુ સ્વરૂપ, જીવનમા હરક્ષણે, હરક્ષેત્રમાં વગર મેહનતે તપ કેમ થાય એની મેથડ	દેવ વંદન (સંગીત સાથે) અરિહંત વંદનાવલી અવસ્થા ચિંતન અને આપણું જીવન	અઠવાડિયાનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૩) તથા આરતી
૩૦.૮.૦૮/શનીવાર	મંત્રનુ સ્વરૂપ, નવકાર મંત્રનુ વૈજ્ઞાનિક સ્વરૂપ અને અનુસંધાન	જગતનુ સ્વરૂપ અને એનો જીવનમાં નિષ્કર્ષ	અઠવાડિયાનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૪) તથા આરતી
૩૧.૮.૦૮/રવીવાર	ભગવાનનો જન્મ મહોત્સવ (સ્નાત્ર)એમના જન્મનું આપણા જીવનમાં જોડાણ (સંગીત સાથે)	દ્યેય, સ્વરૂપ, લક્ષ સ્વરૂપ જીવનમાં કેવી રીતે ગોઠવણ	ચાર મહિનાનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૫) તથા આરતી
૧.૯.૦૮/સોમવાર	તત્વ સ્વરૂપ-૧ આપણુ અસ્તિત્વ	તત્વ સ્વરૂપ-૨ આપણા અસ્તિત્વમા અન્ય સાથે જોડાણ	ચાર મહિનાનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૬) તથા આરતી
૨.૯.૦૮/મંગળવાર	તત્વ સ્વરૂપ-૩ કર્મ સ્વરૂપ	તત્વ સ્વરૂપ-૪ કર્મ ભેદ, કર્મયોગ ભેદ અભેદ યોગ	ચાર મહિનાનુ પ્રતિક્રમણ ભાવના-(૭) તથા આરતી
૩.૯.૦૮/બુધવાર	સંવત્સરી નું સ્વરૂપ પાર્ટ (૧)	ટાઈમ ૨.૩૦ થી ૬.૩૦ સંવત્સરી આલોચના, પ્રતિક્રમણ, ભાવના -૮ તથા આરતી	
૪.૯.૦૮/ગુરુવાર	સંવત્સરી નું સ્વરૂપ પાર્ટ (૨)	ટાઈમ ૨.૩૦ થી ૬.૩૦ સંવત્સરી આલોચના, પ્રતિક્રમણ, ભાવના-૮ તથા આરતી	

આયોજક : પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર

પરમ આનંદ સતસંગ પરિવારનો ધ્યેય :

દુનિયાના દરેક દેશમાં, શહેરમાં, ગામડાઓમાં આવા આદર્શ આનંદ પરિવારોની સ્થાપના.

૯ લાખ પરિવારો બનાવવાનો ધ્યેય.

આજની જૈન વસ્તી કરતા બમણું.

સભ્ય બનવા માટે ના ત્રણ પ્રયોજન :

૧) રૂ. ૯૦૦૦/- અર્પણ કરી ૯ જણને Part -I ના સ્વાધ્યાય માં મફત દાખલ કરાવી શકો.

૨) રૂ. ૬૦૦૦/- અર્પણ કરી Part -I ના એક સત્ર (Session) ના દાતા બની સભ્ય બનો.

૩) રૂ. ૯૦૦/- અર્પણ કરી સામાન્ય સભ્ય બની શકાય.

આ ઉપરાંત આપ જે રકમ આપી આ પરિવારના સાથી બનવા આવકાર.

પરમ આનંદ સતસંગ પરિવાર (વેસ્ટર્ન ઝોન)

S.NO	NAME	RESI. AREA	LAND LINE NO.	MOBILE NO.
01.	Ms. Harsha Haria	Vasai Rd.		9320604386
02.	Dr. Narendra Shah	Bhayander	022-28191873	9869544820
03.	Ms. Taraben Shah	Bhayander	022-28191873	-
04.	Mr. Kamlesh Tolia	Mira Road		9324441964
05.	Ms. Nirmala Chheda	Dahisar	022-28284374	9224629200
06.	Mr. Jagdish Gada.	Dahisar	022-28958266	9322657420
07.	Mr. Alkesh Shah	Borivali	022-65129316	9221024148
08.	Ms. Bhavna Doshi	Borivali	022-28717938	
09.	Mr. Dilip Shah	Borivali	022-28332529	9324532529
10.	Mr. Jayantilal Savla	Borivali	022-28832225	9821683896
11.	Ms. Jayaben Visaria	Borivali	022-28063665	
12.	Ms. Kalpana Savla	Borivali	022-28703581	9869902024
13.	Ms. Madhuben Jani	Borivali	022-28945438	9987078770
14.	Ms. Maunaben Shah	Borivali	022-28934903	9870734505
15.	Ms. Meena Shah	Borivali	022-28067642	9867886539
16.	Ms. Nitaben Dalal	Borivali	022-28338146	022-28749085
17.	Mr. Sanjay Nanavati	Borivali		9821564995
18.	Mr. Bharat Kothari	Kandivli	022-28545363	9322400019

परम आनंद सतसंग परिवार (वेस्टर्न जोन)

19.	Ms. Madhuben Jagani	Kandivli	022-28871549	9833665333
20.	Ms. Madhuri Mehta	Kandivli		9867024178
21.	Ms. Mayuri Vora	Kandivli	022-22939469	-
22.	Mr. Mayur Vora	Kandivli	022-28693014	9869084314
23.	Mr. Chandrakant Shah	Malad	022-28820370	9867320370
24.	Mr. Hitendra Zaveri	Malad	022-28884815	9321854515
25.	Ms. Jyotiben Shah	Malad	022-28893584	
26.	Ms. Meena Lakhani	Malad		9323967239
27.	Mr. Nilesh Chaudhry	Malad	022-28075082	9324096530
28.	Mr. Nilesh Chheda	Malad	022-28074848	9323739739
29.	Ms. Naina Chheda	Malad	022-28074848	-
30.	Mr. Pramod Shah	Malad	022-28749085	022-65819390
31.	Mr. Raman Karani	Malad	022-28807453	9869031882
32.	Ms. Rupal Shah	Malad	022-28812248	9323121507
33.	Mr. Shripal Chaudhry	Malad	022-28075082	9323859535
34.	Ms. Vimal Savla	Malad	022-65844521	-
35.	Ms. Vimla Shah	Malad		9920925689
36.	Mr. Bharat Chheda	Goregaon	022-28782311	9821246565
37.	Ms. Dimpleben Doshi	Goregaon		9833133266
38.	Mr. Kamlesh Shah	Goregaon	022-28755577	9820831311
39.	Ms. Meena Savla	Goregaon	022-26865176	-
40.	Ms. Shilpa Gala	Goregaon	022-28778077	-
41.	Mr. Ashok Jain	Andheri		9821281523
42.	Ms. Kasturben	Andheri	022-26280264	-
43.	Ms. Manisha Chheda	Andheri	022-32449212	9820731252
44.	Mr. Prakesh Patel	Andheri		9820735136
45.	Mr. Shantilal Gada	Andheri	022-66964347	
46.	Ms. Chetna Haria	Parle	022-26042817	022-26451645
47.	Ms. Deviben Shah	Parle	022-26188506	9819064367
48.	Mr. Harish Shah	Parle	022-26108583	9820794906
49.	Mr. Bipin Shah	Santacruz	022-26044080	9820051653
50.	Ms. Shruti Shah	Parle	022-26613795	-

परम आनंद सतसंग परिवार (सेंट्रल जोन)

S.NO	NAME	RESI. AREA	LAND LINE NO.	MOBILE NO.
01.	Mr. Deepakbhai	Ambernath	95251-65844521	9324605858
02.	Ms. Veenaben Gala	Ambernath	95251-2605731	9423356099
03.	Mr. Jayesh Gala	Dombivali	95251-2483019	9821907621
04.	Mr. Kishore Vora	Dombivali	95251-2488271	9930039466
05.	Mr. Paresh Nagda	Dombivali	95251-2481925	9869685414
06.	Mr. Virendrabhai	Dombivali	95251-2863711	9821139391
07.	Ms. Sarlaben	Vasi		9920250150
08.	Ms. Meenaben Gala	Thane	022-25362564	9819401266
09.	Mr. Amrutlal Gosar	Mulund	022-32950150	
10.	Mr. Bhupendra Maru	Mulund	022-25643611	9869862373
11.	Ms. Chainikaben Shah	Mulund	022-25615194	9833283911
12.	Ms. Induben	Mulund	022-25619779	
13.	Ms. Jigna Dedhia	Mulund	022-21633554	9920867772
14.	Mr. Kirit Mehta	Mulund	022-25907866	9833529194
15.	Mr. Naresh Daftary	Mulund	022-25683689	9821105327
16.	Mr. Pravin Mehta	Mulund		9819716639
17.	Ms. Saroj Gada	Mulund	022-21638084	9821854370
18.	Mr. Vibhav Shah	Mulund	022-25615194	9820121962
19.	Dr. Harakhchand Shah	Bhandup	022-25947773	9967850843
20.	Dr. Veenaben Shah	Bhandup	022-25947773	9259477773
21.	Mr. Dipesh Dedhia	Ghatkopar		9322030859
22.	Ms. Hemlataben Shah	Ghatkopar	022-25161408	
23.	Ms. Neetaben Gogri	Ghatkopar	022-25121485	9869547240
24.	Mr. Nemjibhai Shah	Ghatkopar	022-25161408	9322511547
25.	Mr. Parag Shah	Ghatkopar		9820448839
26.	Mr. Dhirubhai Shah	Sion	022-24043274	9820564505
27.	Ms. Harsha Kampani	Sion	022-24031321	9821313813
28.	Ms. Kesarben	Sion	022-24091716	
29.	Mr. Khusal Haria	Matunga		9322229566
30.	Ms. Lataben Vora	Matunga	022-24142863	
31.	Ms. Madhuri Shah	Matunga	022-24095903	-
32.	Ms. Neena Gala	Matunga	022-24129600	-
33.	Ms. Pushpa Gala	Matunga	022-24129600	9820302355
34.	Mr. Umesh Gala	Matunga	022-24129600	9322252060
35.	Ms. Jayaben Dedhia	Sandhurst Rd.	022-23719391	9820274305
36.	Mr. Mahesh Gala	Masjid Bndr.		9820046576
37.	Ms. Shilpa Savla	Shivaji Park	022-24228254	9323938483
38.	Mr. Nitin Buricha	Prabhadevi	022-24361211	9869052507
39.	Mr. Sanjay Savla	Worli		9820085943

AUDIO Mp3 CD / માધ્યમ હિંદી

- ૧) નવકાર મંત્ર યોગ : (નવકાર કા વિજ્ઞાન, અર્થ, સંગીત ઓર ભાવ સહીત)
- ૨) વિઘ્નહર્તા પંચ સ્મરણ : (મંગલાચરણ, આત્મરક્ષા મંત્ર, નવકાર મંત્ર, ઉવસગ્ગહર સ્તોત્ર, સંતિકરં સ્તોત્ર, ભક્તામર સ્તોત્ર, બૃહદ્ શાંતિ સ્તોત્ર, સંગીત, અર્થ ઓર ભાવ સહીત)
- ૩) સ્તુતિ વૈભવ : (ભગવાન કો વિનંતિ ઓર ભાવ સભર સ્તુતિયા, સંગીત સુરાવલી કે સાથ)

AUDIO Mp3 CD / ગુજરાતી

- ૧) પ્રાર્થના સભા : (પ્રાર્થના, યોગ, સંગીત સાથે)
Vol. 1 (૨ કલાક) Vol. 2 (૨ કલાક) Vol. 3 (૧ ૧/૨ કલાક)
- ૨) ભક્તિ સંધ્યા (૨૦૦૭) : (ભક્તિયોગ ના રહસ્ય) (સંગીત સાથે ભક્તિ ગીતો અને ધુનો)
- ૩) મૂર્તિ પૂજના રહસ્ય : (સંપૂર્ણ live અષ્ટપ્રકારી પૂજા) (સંગીત અર્થ અને ભાવ સહિત) જિન પ્રતિમા, દહેરાસર, જિન ની દ્રવ્ય તથા ભાવ પૂજના રહસ્ય
- ૪) મોબાઇલ પ્રતિક્રમણ : (સંપૂર્ણ સમજણ, અર્થ, ભાવ અને સંગીત સાથે માત્ર ગુજરાતી માં)
- ૫) મોબાઇલ દેવનંદન : (ભગવાનની ૬ અવસ્થાઓ, વંદન અને ચિંતન સંગીતની સુરાવલી સાથે)
- ૬) વિઘ્નહર્તા/કષ્ટ વિનાશક પંચ સ્મરણ : (સંગીત, અર્થ અને ભાવ સહિત)(મંગલાચરણ, આત્મરક્ષા મંત્ર, નવકાર મંત્ર, ઉવસગ્ગહર સ્તોત્ર, સંતિકરં સ્તોત્ર, ભક્તામર સ્તોત્ર, બૃહદ્ શાંતિ સ્તોત્ર)
- ૭) તિર્થકર વંદનાવલી : (અર્થ, ભાવ અને સંગીત સાથે) સકલાઈત સ્તોત્ર (હેમચંદ્રાભાઈ રચીત, ગુર્જર ગીત, રાજરત્ન સુરીશ્વર રચીત)
- ૮) અરિહંત વંદનાવલી : (સંગીત સુરાવલી સાથે) ભગવાનની છ અવસ્થા અને આપણા જીવનનું એની સાથે જોડાણ. Vol. 1 (૩ કલાક) Vol. 2 (૩ કલાક)
- ૯) સ્તુતિવંદના : (ભગવાનની ભાવવાહી સંગીત સાથે સ્તુતિઓ) (પન્યાસ કલ્પરત્ન વિજય રચીત)
- ૧૦) પર્યુષણ અનુભવમાળા (૨૦૦૭) : માં લેવાએલી સંગીત સાથે ભાવવાહી સ્તુતિઓ/સંવેદના સંગ્રહ
- ૧૧) ભક્તિ ગીતો, સ્તવનો, ધૂનો, આરતી તથા મંગલ દીવો : (સંગીત અર્થ અને ભાવ સહીત)
Audio Mp3 CD રૂા. ૧૦૦/-ડોનેશન Video/VCD/DVD-રૂા. ૨૦૦/-ડોનેશન

પ્રવચનો ગુજરાતી / પર્યુષણ અનુભવમાળા ૨૦૦૭

- ૧) પર્યુષણ નો ઇતિહાસ, ભુમિકા, મહત્વ અને જીવનમાં અનુસંધાન.
- ૨) ભગવાનના સુખી, સમુદ્ધ, આનંદમય જીવન બનાવવાના 6 Scientific Process.
- ૩) ભક્તિનું સ્વરૂપ : જિન માર્ગમાં એની ગોઠવણ, દૈનિક જીવનમાં ધારેલ પરિણામ લાવવાની યાવી.
- ૪) તપનું સ્વરૂપ : જીવનમાં હરક્ષણે, હર ક્ષેત્રમાં વગર મહેનતે કેમ થાય એની method.
- ૫) મંત્રનું સ્વરૂપ : નવકાર મંત્રનું વૈજ્ઞાનિક સ્વરૂપ અને જીવનમાં અનુસંધાન.
- ૬) જગતનું સ્વરૂપ અને આપણા જીવન સાથે નિષ્કર્ષ.
- ૭) તત્વ સ્વરૂપ : ભગવાનની જગત નિરૂપણની scientific દ્રષ્ટિ, આંતરિક physics અને chemistry. ૬ દ્રવ્ય, ૯ તત્વ, કર્મનું સ્વરૂપ અને એમાંથી છુટવાનો ઉપાય. ભેદ/અભેદ યોગ
- ૮) સંવત્સરીનું સ્વરૂપ : Audio Mp3 CD રૂા. ૧૦૦/-ડોનેશન Video/VCD/DVD-રૂા. ૨૦૦/-ડોનેશન
- ૯) સંપૂર્ણ પર્યુષણ અનુભવ માળા : (૯ દિવસ / ૨૫ session) Audio MP3/CD Set Rs. 1000/- (4CD's), Video DVD Set Rs. 4000/- (26 DVD's)

પ્રાપ્તિ માટે સંપર્ક

- ૧) નીતીન બુરીયા : ૯૮૬૯૦૫૨૫૦૭ ૩) પ્રમોદ શાહ : ૬૫૮૧૯૩૯૦
- ૨) ડીપલ શાહ : ૯૮૩૩૧૩૩૨૬૬ ૪) મનીષા છેડા : ૯૮૨૦૭૩૧૨૫૨ ૫) ભુપેન્દ્ર મારૂ : ૯૮૬૯૮૬૨૩૭૩

પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રનો ધ્યેય

સહજ નવકાર મહામંત્ર યોગનુ વિજ્ઞાન આખા વિશ્વના સર્વ મનુષ્ય સુધી પહોંચાડવુ.
ધર્મ, સંપ્રદાય, પંથ અને જ્ઞાતિથી પર, નવા યુગનો **Balanced life style** યોગ

વર્ષ દરમ્યાનની પ્રવૃત્તિઓ:

- ૧) જનજાગૃતિ માટે નવકાર મંત્રની જાહેર શીબીરોનુ આયોજન (આખા વિશ્વમાં)
- ૨) સહજ નમસ્કાર મહામંત્ર યોગના પ્રેક્ટિકલ વર્કશોપ
Part -I 9 sessions (વર્ષમાં બેવાર) ૪ સેન્ટર
Part -II 12 sessions (વર્ષમાં એકવાર)
- ૩) બિન સાંપ્રદાયિક પર્યુષણ અનુભવમાળા ૮/૯ દિવસનુ આયોજન (દર વર્ષે)
- ૪) હોસ્પિટલ અને આશ્રમોમાં સાધર્મિક ભક્તિ.
- ૫) વર્ષમાં ૨/૩ વાર નિર્દોષ આનંદ ઉત્સવની Party
- ૬) વર્ષમાં ૧/૨ વાર નિસર્ગ અનુભવની પિક્નિક.
- ૭) પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રની ત્રીમાસિક પત્રિકા.
- ૮) ઘરના સારા/નરસા પ્રસંગોમાં નીચે જણાવેલ કાર્યક્રમોનું આયોજન.

મહોત્સવ કાર્યક્રમ (સંગીત સાથે)

વિગત	નિમિત્ત	સમય અવધિ
સ્નાત્ર મહોત્સવ	જન્મદિન/વાસ્તુ	૪ કલાક
અષ્ટ પ્રકારી પૂજા	સામૂહિક કાર્યક્રમ	૩ ૧/૨ કલાક
અરિહંત વંદનાવલી	ભાવ આરાધના	૩ કલાક
તિર્થંકર વંદનાવલી	ભાવ આરાધના	૩ કલાક
સ્તુતિ વંદના	ભક્તિ આરાધના	૩ કલાક
નવપદ જાપપૂજન (ચંત્ર સાથે)	નવપદ ઓળી	૪ કલાક
પંચ સ્મરણ	શાંતિ મંગલકાર્ય	૩ કલાક
શાંતિ સ્મરણ	ગ્રહ શાંતિ	૩ કલાક
નવકાર મંત્રયોગ(Introductory)	જાહેર કાર્યક્રમ	૩ કલાક
પ્રાથના યોગ	સાધર્મિક કાર્ય	૩ કલાક
પ્રાથના સભા	મરણ/દેહ વિલય પ્રસંગ	૧ ૧/૨ કલાક
સંધ્યા ભક્તિ	શુભ પ્રસંગ	૨ કલાક

આપના સંઘમાં, સમાજમાં, ગ્રુપમાં, સંસ્થામાં આવી શિબીરો/ પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવુ હોય તો નીચે જણાવેલ નામ /નંબર પર સંપર્ક કરવા વિનંતી.

ડિમ્પલ શાહ - 9833133266

નીતીન બુરીયા - 9869052507

પ્રમોદ શાહ - 65819390

ભુપેન્દ્રમારૂ - 9869862373