



૧. પંચામૃત	તંત્રી સ્થાનેથી	૦૧
૨. ન્યુઝ લાઈન - અહેવાલ	New year party, શરીર મૈત્રી (Part-1A) શિબિર	૦૨
	Central line (મુલુંડ) સત્સંગ, અખાત્રીજનુ મહાત્મય/અહેવાલ	૦૩
	આગામી કાર્યક્રમ		
	નવકાર મહામંત્ર યોગ (Part-1)		
	શિબિર, પર્યુષણ અનુભવમાળા	૦૪
૩. અનુભવનું અતર	નવકાર મંત્રયોગની પ્રક્રિયાઓ દ્વારા થયેલા અનુભવો	૦૫
૪. પ્રભુવાણી	વિશ્વ કલ્યાણ ભાવના દ્વારા પુર્ણતા	૦૯
૫. આહાર - વિહાર	What am I going to do after eating ???	૧૧
૬. જિજ્ઞાસા તમારી - જવાબ પ્રભુના	સ્વાધ્યાયી મિત્રોના મનમાં ઉદ્ભવતા પ્રશ્નો - શંકાઓના યથા - યોગ્ય જવાબો	૧૨
૭. વાચકમિત્ર	ખાલીપો, Just said it !!!	૧૩
૮. સંબંધોના સથવારે	સ્ત્રી શક્તિ	૧૪
૯. બાળ જગત	બાળ માનસને મનગમતા વિષયો	૧૫
૧૦. પ્રભુવાણી	નવકાર મહામંત્ર દ્વારા જ્ઞાનસત્તાની જાગૃતિ	૧૭
૧૧. પરમ આનંદ સત્સંગ પરિવાર	સત્સંગ એટલે શું ?	૧૮
	પરમ આનંદ સત્સંગ પરિવારના નવા સત્સંગીઓ	૧૯

April Month Theme for Daily Practice :

- મંત્ર જાપ** : (Day 1 to 30) ॐ નમો આચરીયાણં નો ગુણ જાપ. (Part-2 માં શીખવ્યા મુજબ) આ જાપ જીવનમાં જબરદસ્ત આંતરીક બળ પ્રગટાવે છે અને અદ્ભૂત પરિણામ લાવે છે.
- અંતર ઔચિત્ય** : (Day 1 to 15) Video અથવા audio દ્વારા Part - I/II તથા પર્યુષણ અનુભવમાળાનું દરરોજ લગભગ અડધાથી એક કલાક ધર્મ શ્રવણ કરવું.
(Day 16 to 30) થયેલા સત્સંગોનું વાંચન કરવું તથા જીવનમાં practical live સત્સંગ કરવાં.
- બાહ્ય ઔચિત્ય** : (Day 1 to 15) દરેક પ્રવૃત્તિમાં relax રહેવાની જાગૃતી રાખવી.
(Day 16 to 30) ચોવીસે કલાક દરેક ઘટનામાં મુક્ત રહેવામાં પ્રવૃત (active) રહેવું. એટલે કે કોઈ પણ ઘટનામાં ગમા-અણગમાની લાગણીને carry forward કરવાથી મુક્ત રહેવું.

May Month Theme for Daily Practice :

- મંત્ર જાપ** : (Day 1 to 31) ॐ નમો અરિહંતાણ (Part-2 માં માર્ગદર્શન પ્રમાણે) આ જાપ જીવનમાં જબરદસ્ત અંતરાયો, વિઘ્નો, દોષો તથા કર્મોનો નાશ કરાવે છે.

June Month Theme for Daily Practice :

- મંત્ર જાપ** : (Day 1 to 30) રોજ સવારના આંખ ખુલતાની સાથે, પથારીમાં સૂતા સૂતા પ્રભુ સાથે talk / chat પોતાની ભાષામાં કરવું. (લગભગ ૫ થી ૭ મીનીટ) ત્યારબાદ “નમો જિણાણં, જીય ભયાણં” ની ભાવ ધુન / કિર્તન ૫ થી ૭ મિનીટ બોલીને કરવું. (Part - 1 માં માર્ગદર્શન પ્રમાણે)
- ઔચિત્ય** : (Day 1 to 30) જેને મળીએ એને “નમો જિણાણં” કહેવું. (આખો દિવસ) જેને પણ મળીએ ત્યારે મનોમન નિર્ણય લેવો “મારે નથી થવું હેરાન”. (આખો દિવસ)



તંત્રી સ્થાનેથી

સૂર્યનો પ્રકાશ આપણા ઘરમાં આવે ત્યારે એ પ્રકાશનો ઉપયોગ કેમ કરવો એની જવાબદારી આપણી છે. પ્રકાશનો આનંદ મેળવવા માટે પ્રકાશની અંદર રહેવું પડે. આપણા ઉપર પ્રકાશ પડે એનું ધ્યાન રાખવું પડે. પ્રકાશની હાજરીમાં જવું પડે. જે મનુષ્ય પોતાને પ્રકાશથી છૂપાવે છે. એના જીવનમાં સતત ભયની લાગણીઓ જન્મે છે અને આમાંથી જ બધા દૂષણો ઉભા થાય છે. આ સનાતન સત્ય છે.

પ્રકાશનો સત્સંગ એ કાગળિયાનો વિષય નથી. આપણી વાસ્તવિકતા કાગળિયાની નથી. બુદ્ધિની નથી, જે છે એ સ્વયં પોતાની છે. “હું” સમયનો પ્રવાસી છું. પ્રવાસ કરી રહ્યો છું. પ્રવાસની હર ક્ષણમાં જે વાસ્તવિકતાઓ છે એ બધા પણ સમયના પ્રવાસી છે. આનો અહેસાસ રહેવો, ભાન રહેવું awareness રહેવી એ જ સત્સંગ છે. ખુલ્લી આંખે જ્ઞાન, ધ્યાન, ભાનમાં રહ કલાક રહેવું એનું જ નામ મહા સત્સંગ.

“હું” સૃષ્ટિમાં એકલો છું. મારા જેવા બીજા અનંત છે. એ બધા અને મારા આનંદ માં ફરક છે. “હું” આનંદ છું. એની જાગૃતિમાં Variation છે. સત્નો સંગ કરવો એ Result ની વાત છે અને ફરક અહિંયા જ છે.

એકલા ઘરમાં બેસીને કોઈ દિવસ સત્સંગ શક્ય નથી, સંભવ નથી. કારણ કે આપણો સતત જાગૃતિમાં નથી. આવી જાગૃતિ રહેવી એજ સત્ છે. આવા સત્થી જ આનંદ પ્રગટ થશે.

આ પકડમાંથી છૂટવા, ચિત્તને એક લક્ષ motivation આપવા માટેનો ભગીરથ પ્રયાસ શ્રી. પ.પૂ. પંકજભાઈ શેઠે આદર્યો છે. સમયના પ્રવાસમાં એમની સાથે જોડાઈ આ મનુષ્ય station નું ઉત્કૃષ્ટ ભવિતવ્ય નિર્માણ કરવાનું સ્વપ્ન સાકાર બનાવો.



નમ્ર નિવેદન

આ પત્રિકાના ખર્ચને પહોંચી વળવા આપ સૌના સહકારની અપેક્ષા છે, એના ભાગરૂપે પત્રિકામાં દરેક પેજમાં નીચે શુભેચ્છક બની રૂા.૧૦૦૦/- આપી શકે છે. એમનું નામ બોક્સ માં આપવામાં આપશે. કલર advertisement ના ક્વાટર પેજ ના રૂા. ૩૦૦૦/-, હાફ પેજના રૂા. ૬૦૦૦/-, તેમજ ફુલ પેજ ના રૂા. ૧૨૦૦૦/- નિર્ધારિત કર્યાં છે. એનો અવશ્ય લાભ લેશો. અત્યારના ૧૦૦૦ પરિવારને આ પત્રિકા જઈ રહી છે.

નમો જિણાણં
science of living
(ત્રિમાસીક -પત્રિકા)

અંક : ૦૭, વર્ષ : ૨૦૧૦
તા. : ૧૫, જૂન-૧૦
મુલ્ય : ૩૦.૦૦ રૂપિયા

મુદ્રક : ગોગરી ઓફસેટ પ્રિન્ટર્સ
૧૧, રાજ મહલ શોપિંગ સેન્ટર, અંબેરી કુર્લા રોડ,
તેલી ગલ્લેની સામે, અંબેરી (પૂર્વ), મુંબઈ - ૬૯.
ફોન : ૨૬૮૩૦૦૫૭

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



સંપાદક : મયુરી વોરા

09757259752

E : namojinanam@gmail.com

શુભેચ્છક :

પ્રભુની પરીક્ષા ન થાય, પ્રભુની પ્રતિક્ષા જ થાય.



New Year Party

પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર દ્વારા પાર્ટીનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેનો હેતુ નિર્દોષ આનંદ જીવનમાં લેવાનો અને સૌને વહેંચવાનો હતો. આગળના Programme માટેનું આયોજન કરવા ૫.૦૦ વાગે પાર્લા સેન્ટર ખાતે મીટીંગ રાખવામાં આવી હતી. જેમાં jito માં રાખવામાં આવેલ કાર્યક્રમની રૂપરેખા સમજાવવામાં આવી હતી. દરેક સત્સંગી કઈ રીતે સેવાનો મોકો ઝડપી શકે પોતાની જાતને વિસ્તૃત કરી શકે તે માટેની પ્રેરણા કરવામાં આવી હતી. નાના - મોટા સૌએ પોતપોતાની રુચી અનુસારનું કાર્ય ઝડપી લીધું હતું.

સાંજના ૬.૦૦ થી ૭.૩૦ સુધી ગૌતમ પ્રસાદી ગ્રહણ કરવામાં આવી હતી. અલગ અલગ જાતના 'છપ્પન ભોગ' (વાનગીઓ) સત્સંગીઓ તરફથી લાવવામાં આવી હતી. તે બધી વાનગીઓને ભેગી કરી અને બુફે પાર્ટીની લીજવત માણી હતી. હોટેલમાં પણ ન મળે એટલી વાનગીઓ અહીં હાજર હતી. Seven star સૌએ ભોજનનો આનંદ માણ્યો.

૭.૩૦ વાગ્યાથી શરૂ થઈ New Year Party જેમાં બધું જ આવરી લેવામાં આવ્યું હતું. જાન્યુઆરીમાં જે સત્સંગીઓના જન્મદિવસ હતા, તેમને ગીત ગાઈ, શુભેચ્છાથી વધાવવામાં આવ્યા હતા. તેમનું જીવન સુમધુર અને તેની પ્રાર્થના કરવામાં આવી હતી. ત્યારબાદ તાલીઓના તાલે, સંગીતના સુરે, ગીતોના ગુંજનથી ગરબાની રમઝટ કરવામાં આવી હતી. દરેક નાના - મોટા સૌએ મન મૂકીને તેમાં ઓત-પ્રોત થઈ Dance નો અનેરો આનંદ માણ્યો હતો. પછી શરૂ થઈ પંચ પરમેષ્ઠી યાત્રા. પંચ પરમેષ્ઠી એટલે પાંચ મહાત્વો અને તેમને આપણા જીવનમાં આહવાન આપવાથી આપણા દરેક ક્ષેત્રના Problem solve થઈ જાય છે. જેમ કે અરિહંત પ્રભુ પાસે દુઃખોનો અંત, સિદ્ધ ભગવંતો પાસે દરેક કાર્યોમાં Success (સફળતા), આચાર્ય ભગવંતો પાસે દરેક કાર્યમાં પરિણામ પ્રગટ કરવાની પ્રાર્થના, ઉપાધ્યાય પ્રભુ પાસે ક્ષણે ક્ષણે માર્ગ સુઝાડવા માટે, સાધુ ભગવંતો પાસે બળ, શ્રમ, પુરૂષાર્થની પ્રાર્થના કરવામાં આવી હતી. તેમની કૃપા માંગવામાં આવી હતી. જેમની પાસે કવિતાઓ રચનાઓ હતી. તેમણે પોતાની રચના સંભળાવી લોકોને મુગ્ધ કર્યા હતા.

ત્યારબાદ 'ગુણપ્રમોદ' ની ગાથા કરવામાં આવી હતી. અંદર અને બહાર એમ બે સર્કલ કરવામાં આવ્યા હતા. ૫.૫૦. પંકજભાઈ ગીત લલકારી રહ્યા હતા અને ગીત પુરું થાય એટલે સામે જે પાર્ટનર આવે તેને નમો જિણાણ કરી તેનો ગુણપ્રમોદ કરવાનો હતો. આજ પરિસ્થિતિને આપણા જીવનમાં પણ Convert કરવાનો આ Message હતો. આપણી આ યાત્રામાં જે પાર્ટનર મળે છે તેને દરરોજ 'નમો જિણાણ' કરી તેનો ગુણપ્રમોદ કરવો તેથી તે ગુણ આપણી અંદર Reflect થાય અને પતિ-પત્ની વચ્ચેના સંબંધોમાં સુમેળ રહે. ગુણપ્રમોદ થકી આપણા ગુણોની વૃદ્ધિ થતી રહે.

ગુણપ્રમોદ પછી શરૂ થઈ Solo Dance Party. દરેકને પોતાની કળા પ્રદર્શીત કરવાનો મોકો મળ્યો હતો. સૌએ વારાફરતી તેમાં ભાગ લઈ તેનો આનંદ રસ માણ્યો હતો.

છેલ્લા પ્રયાણમાં ચોવીસ તિર્થંકર એટલે ચોવીસ આનંદના option. તેમની એક-એક ખાસિયત અને મહત્વતા સાહેબના મુખેથી

ગીત, સંગીત દ્વારા મધુર રસપાન કરાવ્યું હતું. સમયના અભાવે તે પુરું ન કરી શક્યા પણ ફરી વધારે ટાઈમ લઈ આવવાના Commitment સાથે છૂટા પડવાનો નિર્ધાર કર્યો.

પૂ. પંકજભાઈના માતા-પિતાએ પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રનું આમંત્રણ સ્વીકારી આ પાર્ટીમાં પધારી તેમાં ચાર ચાંદ લગાવી દીધા હતા. દરેકના ચહેરા પર આનંદ ઉભરાતો હતો. ફરી આવી પાર્ટીઓ થકી નિર્દોષ આનંદ જીવનમાં મળતો રહે તે જ કામના સાથે

શરીર મૈત્રી પાર્ટ-I A શિબિરનો અહેવાલ

નમસ્કાર મહામંત્ર શિબિરના પાર્ટ-I માં સાતમું અને આઠમું સેશન શરીર મૈત્રી અને પ્રાણમૈત્રી છે. આપણે શરીર સાથે રહીએ છીએ પણ એની સાથે friendship કરી નથી, મૈત્રી બાંધી નથી. તેને હંમેશા abuse કર્યું છે. આપણા શરીરના દરેક સાંધાઓમાં (Joints) લાગણીના દોષ ભરાઈ અને રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. જે કચરો Already શરીરમાં અને પ્રાણમાં ગાંઠ રૂપે જમા થયો છે, તેમાંથી મુક્ત કઈ રીતે થવું તેનું સવિસ્તાર વર્ણન આ સેશનમાં કરવામાં આવે છે. પરંતુ આ એક દિવસના સેશનને છ દિવસ વધારે detail માં લેવા માટે "શરીરમૈત્રી Part I A" નું આયોજન પરમ પૂ. પંકજભાઈએ કર્યું હતું અને તેના Incharge શ્રી નીતીનભાઈ બુરીયા છે, જે યોગા માસ્ટર છે. છેલ્લા પંદર વર્ષથી યોગાના ક્લાસીસ ચલાવે છે. આઠ વર્ષથી પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર સાથે જોડાયેલા છે. નમસ્કાર મહામંત્રની શિબિરના દરેક કાર્યમાં તેમનો સાથ અને સહકાર આપે છે. દરેક સેવાના કાર્યમાં તત્પર હોય છે.

Part - I A પાર્લા સેન્ટર તથા મુવુંડ સેન્ટર બન્ને જગ્યાએ આ શિબિર કરાવવામાં આવી હતી. આ શિબિર વધારે detail માં હતી. તેમાં simple આસનોને છ સેશનમાં divide કરવામાં આવ્યા હતા. જેમને શારિરિક problem હતા તેમને તે Related easily કરી શકે તેવી રીતે બતાવવામાં આવ્યા હતા. જેમાં આસન, પ્રાણાયમ, બંધ, મુદ્રા, free movement, walking, ભૂજંગાસન, વક્રાસન, સેતુ-બંધાસન, પવન મુક્તાસન, ભસ્ત્રીકા, ઓમકાર, શુદ્ધિ ક્રિયા, જલનેતી, સૂત્રનેતી, આઈ-વોશકપ, Dental flors, દંડધોતી, આવી ઘણી ક્રિયા કરાવી લેવામાં આવી હતી.

શરીર શાસ્ત્ર અને શરીર વિજ્ઞાનનો અભ્યાસ કરી અને આ શિબિરને ઓપ આપવામાં આવ્યો હતો. શિબિરના પહેલા ભાગમાં free movement, બીજા ભાગમાં Simple આસન, ત્રીજા ભાગમાં પ્રાણાયમ એ રીતે કરાવવામાં આવતું હતું. બીજી શિબિરમાં પહેલી શિબિરનું Total Revision અને એજ Practice આગળ કઈ રીતે કરવું તેમાં મુદ્રા બંધ add થતા હતા. ચોથી શિબિરમાં જલનેતીનો પ્રયોગ કરાવવામાં આવ્યો હતો, તે દરેક શિબિરાર્થીએ successfully કર્યો જે મોટી સફળતા હતી. પાંચમી શિબિરમાં ચોથી શિબિરની ક્રિયા Repeate કરાવવામાં આવી, જેમને Practice દરમ્યાન problem હતા. તેમને સામે બેસાડીને કરાવવામાં આવતું હતું. છેલ્લી શિબિરમાં પાંચ શિબિરનું Revision હતું.

પાર્લા અને મુવુંડના લગભગ ૧૦૦ શિબિરાર્થીએ આ શિબિર માણી આનંદ વિભોર થઈ ગયા હતા. દરેક શિબિરાર્થીનો ભાવ છે કે આવી શિબિર વારંવાર થતી રહે અને નવું નવું શીખવા મળતું રહે અને લોકોના doubt clear થાય. પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર દ્વારા આવી various શિબિર થતી રહે અને લોકોને એનો લાભ મળતો રહે.



Central Line સત્સંગ (મુલુંડ)

પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રના central line ના સત્સંગીઓની ઝંખનાને માન આપી હવેથી દર મહીને મુલુંડ સેન્ટર ખાતે Bank holiday ના દિવસે Monthly સત્સંગ નું આયોજન પ.પૂ. પંકજભાઈએ શરૂ કર્યું હતું અને તેની શરૂઆત ૭/૩/૨૦૧૦ થી કરવામાં આવી હતી. Central line ખાતેના દરેક સત્સંગીઓને આ લાભ મળે તે હેતુથી મુલુંડ કાલીદાસ હોલ ખાતે સત્સંગ કરાવવામાં આવશે.

પ્રથમ સત્સંગમાં અંબરનાથ થી વી.ટી. સુધીના પરાના ભાઈ-બહેનો હાજર હતા. સત્સંગના આ પ્રથમ પ્રયાસને સારો પ્રતિભાવ મળ્યો હતો. લગભગ ૧૦૦ જણાની હાજરી હતી. Western line ના ૨૦ સત્સંગીઓ આ પ્રભાવનાને માણવા પધાર્યા હતા.

સત્સંગની ખરી ભૂમિકા શું છે ? શા માટે છે ? તેનાથી શું લાભ થાય તેનું સવિસ્તારપૂર્વક વર્ણન પ.પૂ.પંકજભાઈએ કર્યું હતું. વોશીંગ મશીન દ્વારા કપડાની ધુલાઈ અને સત્સંગ દ્વારા 'સ્વ' ની ધુલાઈ કઈ રીતે કરી સ્વચ્છ થવું તેનું step by step વર્ણન કરવામાં આવ્યું હતું.

જાન્યુઆરી ૨૦૧૦ થી પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રએ નવો પ્રયાસ શરૂ કર્યો છે. જેમાં 'Divine shop' તથા 'Divine message' ની શરૂઆત કરવામાં આવી છે. નવકાર મંત્રના દરેક શીખીરાથીઓને સાપ્તાહિક Divine message મોકલવામાં આવે છે. આ મેસેજને જીવનમાં વણવાથી આપણા જીવનના ઘણા મોટા Problem solve થઈ જાય છે. જે શીખીરાથીઓને આ મેસેજ ન મળતા હોય અથવા મોબાઈલ નંબર change થઈ ગયા હોય તેમણે સેન્ટર સંચાલકનો સંપર્ક કરવા વિનંતી.

Divine Shop માં CD/DVD/MP3 ભક્તિ, સ્તુતિ, પર્યુષણ અનુભવમાળા, અરિહંત વંદનાવલી આવી અનેક CD નું various collection રાખવામાં આવ્યું છે. તેની સાથે સત્સંગીઓ માટે T-Shirt, Apron, Cap, શ્રી સિમંદરસ્વામીના સુંદર Photograph, નમો જિણાણ મેગેઝીનનું Collection રાખવામાં આવ્યું છે. પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રની Web site તૈયારી ચાલુ છે. તે પણ થોડા જ સમયમાં બહાર આવશે. Web site ને develop કરવા, maintain રાખવા જેમણે સેવા આપવાની ઈચ્છા હોય તેમણે સંપર્ક કરવા વિનંતી.

દરેક શીખીરાથીના સાથ-સહકારથી પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર ઉત્તરોત્તર પ્રગતિ કરી રહ્યું છે. આપ દરેકની સેવાથી આ સંસ્થા આકાશની ઊંચાઈઓ પર ઝડપથી જ પહોંચી જશે.

“ભાગ્ય - ભરોસે ભાંગ્યો બેસે, નવરો નસીબ ભાખે મહેનતકશ તો મરજીવો થઈ, દરિયો ખેડી નાખે.”

અક્ષય તૃતીયા (અખાત્રીજ) નું મહાત્મ્ય/અહેવાલ

'અક્ષય તૃતીયા' એક એવો તહેવાર છે કે જેનું મહત્વ બહુ મોટું અને વ્યાપક છે. હિંદુ, વૈદિક અને જૈન પરંપરાઓમાં 'અક્ષય તૃતીયા' નું મહત્વ ખૂબ જ માનવામાં આવ્યું છે. એની જિજ્ઞાસા થવી સ્વાભાવિક છે કે આ પર્વનું નામ 'અક્ષય તૃતીયા' પડ્યું ? અ-ક્ષય મતલબ કે જેનો ક્ષય નથી. એટલે કે દરેક સંજોગોમાં યથાવત. વૈશાખ મહિનાની આ ત્રીજનો ક્યારેય ક્ષય હોતો નથી. એટલે જ એને અક્ષય તૃતીયા કહેવામાં આવે છે. ભારતીય જ્યોતિષ શાસ્ત્ર મુજબ તિથિઓ ચંદ્રમા અને નક્ષત્રોની ગતિ મુજબ બને છે. જેમ જેમ ચંદ્રમાની કળા વધે ને ઘટે તેવી જ રીતે તિથિઓ વધે કે ઘટે છે. એકમથી લઈ અમાવસ્યા, પુનમ વિગેરે બધે જ તિથિઓમાં વધ-ઘટ

થતી રહે છે. પરંતુ વૈશાખ સુદ ત્રીજ એટલે કે અખાત્રીજ તિથિ હજારો વર્ષોથી આજ દિન સુધી ક્ષય તિથિ નથી બની. એમાં ક્યારેય વધ-ઘટ આવે જ નહીં. એટલે જ એને અક્ષય તિથિ કહી છે અને અખાત્રીજ પણ કહેવાય છે.

જૈન પરંપરામાં અક્ષય તૃતીયાની સાથે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ ઘટના જોડાય છે. એટલે જૈનોમાં પણ આ દિવસનું અધિક મહત્વ છે. પહેલા તિર્થંકર આદિનાથ ભગવાનની એક વર્ષની કઠિન તપસ્યાને અંતે આજ દિવસે શ્રેયાંસકુમારે શેરડીના રસ દ્વારા પારણું કરાવ્યું હતું. આ તિથિને અક્ષય પૂણ્ય પ્રદાન કરવાવાળા હોવાથી આ કારણે અક્ષય બની ગયું. આજના દિને જૈન સાધુ-સાધ્વી, શ્રાવક-શ્રાવિકાઓ વર્ષના વ્રતનું પારણું કરે છે. (એક દિવસ ઉપવાસ અને બીજે દિવસે બેસણું) અને અંતમાં અખાત્રીજના દિવસે શેરડીના રસ દ્વારા પારણું કરે છે. એ દિવસે રસ પીવો અને મંદિરમાં ગોળ ચલાવવો શુભ મનાય છે. તપ અને દાનના દિવ્ય મહિમાથી અખાત્રીજનો દિવસ પવિત્ર બન્યો છે.

વૈશાખ શુક્લ ત્રીજના પૂર્વાર્ધમાં જો યજ્ઞ, દાન, તપ, વિ. પૂણ્ય કાર્યો કરવામાં આવે તો તેનું ફળ અક્ષય હોય છે. એટલે જ આ દિવસનું મૂર્હત સર્વ શ્રેષ્ઠ છે. આજ હેતુ થી પરમ પૂ. પંકજભાઈના ઘરે એ દિવસે “શ્રી સિમંદર સ્વામીની” પ્રતિષ્ઠા ઈ.સ. ૨૦૦૪ માં કરવામાં આવી હતી અને તે વર્ષે “પરમ આનંદ સત્સંગ પરીવાર” ની સ્થાપના કરવામાં આવી હતી. આ બે ઘટના એક જ વર્ષમાં થવાથી એ દિવસે પૂ. પંકજભાઈના ઘરે “મહાસત્સંગ” તથા “ભક્તિ સંધ્યા”નું આયોજન દર વર્ષે કરવામાં આવે છે. જે આ છઠ્ઠા વર્ષમાં પદાર્પણ કરે છે.

મહાસત્સંગ દ્વારા નવો વિષય, નવો ઓપ, નવા લોકો આમાં જોડાય છે. નવી જ્ઞાન ગંગા વહે છે. લોકો ની Extra જાગૃતિ વધે છે. તે પથથકી લોકોના જીવન શુભ અને શુદ્ધ બને છે. સન ૨૦૦૪ થી અખાત્રીજ ના શુભ દિવસે પૂ. સાહેબના ઘરે મહાસત્સંગ તથા ભક્તિનું આયોજન કરવામાં આવે છે. સત્સંગ દ્વારા આપણી ભાવધારા સ્થિર થાય છે. આપણા જીવનના તોફાનો નો કોઈ અંત નથી. એક પછી એક વાવાઝોડા આવતા જ રહે છે. આ ધારા ક્યારેય પતતી જ નથી આવા સત્સંગ દ્વારા જ જીવનમાં સ્થિર, શાંત રહી શકશું.

હર ક્ષણે જે ઘટના બની રહી છે. 'તે ઘટનાનો as it is સ્વિકાર' એ જ સત્સંગ છે. આપણે સ્વિકારતા નથી એ foolishness છે. 'સત્સંગ એટલે મારો પોતાની સાથેનો પોતાનો પ્રવાસ'. આપણે alert ન હોઈએ તો બીજા પર દોષ રાખશું અને સ્વિકાર ન કરીએ એટલે બેચેની શરૂ થાય છે અને આ રીતે આપણે સતત હેરાન થઈએ છીએ. આપણે દરેક ઘટનાને ઘસડીને કલાકો, મહીનાઓ અને વર્ષો સુધી વાગોળીએ છીએ જેનાથી ભાવ પરંપરા વધતી જાય છે. આમાંથી બહાર કેમ નીકળવું ? તેનો સરળ અને સચોટ ઉપાય બતાવવામાં આવ્યો હતો.

મહાસત્સંગ એટલે આપણા જીવનના મહા પાત્રોની સાથે કેવી રીતે tackle કરવું. આ શીખી જઈએ તો હરક્ષણમાં સત્સંગ થાય છે. હરક્ષણે કંઈક વેદના થઈ રહી છે એ વેદના ને પકડી ને કરનાર કોઈ વ્યક્તિ નથી હું પોતે જ નિમિત્ત છું અને એ વેદના ફરી કરવી કે નહીં ? તીવ્ર વેદનામાંથી મુક્ત થવાની ગોળી (દવા) બતાવી. 'બોલ મનવા બોલ મારે નથી થવું હેરાન' થકી ચિંતાની, શંકાની, ઘર્ષણ



અને મારા મારી માંથી stop થઈ ચિત્ત શુદ્ધિ નિર્મળ કરવાની પ્રક્રિયા બતાવી.

આપણા જીવનમાં ઘટનાઓ થાય છે અને થતી રહેવાની છે મક્કસદ અને લક્ષ્યને ધ્યાનમાં રાખી જીવનને કઈ રીતે માણવું તેની formula બતાવી. મહાસત્સંગ દ્વારા જિન તત્ત્વ કઈ રીતે પ્રગટ કરવું તે સરળતાથી સમજાવ્યું. આપણા જીવનના પ્રશ્નોનું સમાધાન મૈત્રીપૂર્વક શૂરવીરતાથી કરી બંધનની ભવધારામાં મુક્ત કેમ થવું તે ઉદાહરણ દ્વારા તેની ઝાંખી કરાવી.

વારંવાર આવા સત્સંગમાં જોડાવવાથી પરિસ્થિતિને સંભાળી Divine Beauty સાથે connect થઈ, track માં રહી શકીશું. સત્સંગના આવા અમૂલ્ય અવસરોમાં હાજરી આપી પોતાનું જીવન ધન્ય દિવ્ય બનાવી શકાય.

મહાસત્સંગ બાદ ચોપાટીની ચાટની લહેજત માણી હતી. ભેળપૂરી, સેવપૂરી, રગડાપેટીસ ને દરેકે પૂરો ન્યાય આપ્યો હતો. desert માં કેરીનો રસ માણ્યો હતો. ત્યારબાદ ભક્તિરસમાં ડૂબવા તેયાર થઈ ગયા.

ભક્તિ સંધ્યામાં તિર્થકરના જીવન કથન અને તેમની યાત્રાનું તબલાના તાલે, તાળીઓની રમઝટથી શ્રી પંકજભાઈના મુખેથી રસપાન કરાવ્યું હતું. આકાશના વાદળો પણ ગળગળાટથી ભક્તિમાં સાથ પૂરાવી રહ્યા હતા. તિર્થકરોની ભક્તિ કરતા ચોથા આરામાં પહોંચી ગયા હતા. ભક્તિમાં અલગ અલગ તિર્થની યાત્રા કરી અને તેમની અંદર બીરાજમાન તિર્થકર પરમાત્માની સાથે થોડી દિલ-દરીયામાં ગરકાવ બની વાતો કરી.

પ્રથમ પંચ પરમેષ્ઠીનું ગુણ કિર્તન કર્યું. ત્યાર બાદ Hot favourite શંખેશ્વર પાર્શ્વનાથ ના રસ દરીયામાં ડૂબી પ્રભુની અંદર રહેલા ગુણો આપણી અંદર પ્રગટ થાય તે માટે પ્રભુના સૂર સાથે સૂર પૂરાવ્યો હતો. ત્યારબાદ પાર્શ્વનાથના જીવનનું કવન પ્રગટ કર્યું. Favourable અને difficult character નું Balance તેમણે કઈ

રીતે કરી અને આપણને નવો રસ્તો, નવી દિશા સુઝાડી છે. મહાવીર પોતાના અભિપ્રાયોનો પરિગ્રહ છોડીને જાય છે તેની Chemistry નું સુંદર વર્ણન ભક્તિ સભર કરાવ્યું. મહાવીર તનની સાથે રહી તનનો પૂરો ઉપયોગ કરી Maximum benefit લઈ, અભિપ્રાયોનો સમાગમ છોડી જંગલની વાટ પકડી એકાંતની સાધનામાં લીન બની જાય છે અંદરના મહાવીરને પકડી આ સફરનો રસ્તો short cut બનાવી દીધો. હસતા મુખે જે પણ વાસ્તવિકતા આવે છે તેનો સ્વિકાર કરી મહાવીર બનવાની કેડીઓ બતાવી દીધી. મહાવીરે ચંદનબાળાને પ્રથમ સાધવી બનાવી ઉચ્ચતમ સ્થાન આપ્યું તો ચંડકોષીકના પણ ઝેર ઉતાર્યા અને એમનું શરણ ગ્રહણ કરતા આપણે પણ સંસાર સાગર પાર તરી શકીએ. ત્યારબાદ નેમનાથ પ્રભુને શ્રીકૃષ્ણની લીલાનો રાસ રચાવ્યો. શરણાર્થના સૂર, સાજન માજન સાથે સૌ હરખપદ્ડા થઈ નેમજીની જાનમાં જોડાયા. જાદવકુળની જાન માણવાનો મોકો મળ્યો. વરણાગી નેમ રાજા રાજુલના દ્વારે પહોંચે છે અને આનંદ ઉત્સવ વચ્ચે કારમી ચીસ, પશુઓના પોકારોની વેદના સાંભળી નેમનાથ રથ ને પાછો વાળે છે. સુખદુખના ઓછાયા માંથી મુક્ત બની મુક્તિની વરમાળા પહેરે છે. નેમ એટલે 'લક્ષ' અને જે લક્ષ એકવાર નક્કી કરે છે એ લક્ષથી પાછા વળતા નથી. તે ઘટના દ્વારા ચોથા આરાની મુલાકાત કરાવી. મીરાની કૃષ્ણ પ્રત્યેની ઉત્કૃષ્ટ ભક્તિ અને રાણા પ્રત્યેનો સદ્ભાવ પ્રગટ કર્યો. ગુરૂને શોધવાનો ગુરૂભક્તિ દ્વારા શોર્ટકટ રસ્તો બતાવ્યો. અંત સમયે પ્રભુ દર્શન તથા સાચી સમજ મળે તે માટે પ્રભુને પ્રાર્થના કરી આ ભક્તિરસની પૂર્ણાહૂતિ કરી.

અટી કલાકની ભક્તિ સંધ્યા બાદ સૌ ભાવવિભોર બની ગયા હતા. અંતરમાં આનંદની ઉર્મીઓ હીલોળે ચાલી હતી. સૌ સત્સંગી આનંદ સભર સંતોષ દીલમાં ભરી પોતાના ઘરે જવા નીકળ્યા.

આગામી કાર્યક્રમ

H નવકાર મહામંત્ર યોગ (Part - 1) શિબિર : (વેસ્ટન અને સેન્ટ્રલ એમ ચારેય સેન્ટરો પર)

સેન્ટર	મુલુંડ (વેસ્ટ)	માટુંગા (સેન્ટ્રલ)	પાર્લા (વેસ્ટ)	કાંદિવલી (વેસ્ટ)
તારીખ	૧૧ જુલાઈ ૨૦૧૦ થી	૧૧ જુલાઈ ૨૦૧૦ થી	૧૮ જુલાઈ ૨૦૧૦ થી	૧૮ જુલાઈ ૨૦૧૦ થી
સંપર્ક	9833283911	9821313813	9833133266	9757259752
સરનામું	કાલિદાસ હોલ, સ્કેટીંગ હોલ, મુલુંડ (વેસ્ટ)	શ્રી માટુંગા ગુજરાતી સેવા મંડળ, તેલંગ રોડ, રામ મંદિરની બાજુમાં, માટુંગા (સેન્ટ્રલ)	માલીની કિશોર સંઘવી વૈયાવચ્ચ કેન્દ્ર, રસરાજ હોટલની ગલ્લીમાં, પાર્લા (વેસ્ટ)	હિતવર્ધક હોલ, એસ.વ્હી.રોડ, બાલભારતી સ્કુલની સામે, કાંદિવલી (વેસ્ટ)
Minimum Donation - રૂ. ૬૦૦/- (રજીસ્ટ્રેસનની સાથે)				

ખાસ નોંધ : અગાઉ નવકાર મહામંત્ર યોગની શિબિર કરી ચૂકેલા શિબિરાર્થી / સત્સંગી ફરી નવા થતા આ વર્ષની Part - 1 શિબિરમાં વગર ડોનેશન જોડાઈ શકે છે.

H પર્યુષણ પરિણામ અનુભવમાળા : (ચોથા વર્ષમાં ભવ્ય પદાર્પણ)

તા. ૪.૯.૧૦ થી ૧૨.૯.૧૦ (૯ દિવસ) દરમિયાન ઋતુમ્બરા કોર્મસ કોલેજના A/C હોલમાં શ્રી. કિશોર ભીમજી સંઘવી બિન સાંપ્રદાયિક પર્યુષણ પરિણામ અનુભવમાળાનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે, જે દર વર્ષની જેમ સવારે ૯.૦૦ થી રાતના ૯.૩૦ સુધી રહેશે. ચોથા વર્ષમાં પદાર્પણ આ પર્યુષણ પરિણામ અનુભવમાળા, અતિ દિવ્ય અને ભવ્ય થઈ રહેલ છે જેનો લાભ લેવા સમસ્ત લોકને ભાવભર્યું જાહેર આમંત્રણ આપીએ છીએ. આ કાર્યક્રમનો કેબલ નેટવર્ક પર લાઈવ ટેલીકાસ્ટ થવાની ધારણા છે. આ કાર્યક્રમની સંપૂર્ણ માહિતી ઓગસ્ટ અંક માં આપવામાં આવશે.

શુભેચ્છક :

છરીનો દુરુપયોગ થોડાને મારે, બુદ્ધિનો દુરુપયોગ ઘણાને મારે.



બાળપણથી હંમેશા અનુભવ્યું છે કે આપણી કે બીજા અબોલ જીવની તકલીફમાં નવકારમંત્રના રટણથી શાતા મળે છે. પરંતુ તેના પાછળનો ગૂઢ અર્થ શિબિરમાં જોડાયા પછી સમજાયો અને શક્તિનો અનુભવ થયો.

જૈન ધર્મ વિષે સમજવાની ઉત્કંઠા હતી પરંતુ સંતોષકારક જવાબો ભૂતકાળમાં નહોતા મળ્યા જે પૂ. સર (સદ્ગુરુ) પાસેથી મળ્યા. તેમના ચરણોમાં નત મસ્તક પ્રણામ ।

પર્યુષણ અનુભવમાળા નો અનુભવ કરવાનો પૂ. સરના આહવાન તથા આમંત્રણનો સ્વીકાર કર્યો અને અવર્ણનીય તથા અલૌકિક અનુભવ થયો.

શ્રી સીમંધર સ્વામીની સતત હાજરી તથા અલગ-અલગ સ્વરૂપના દર્શન પામીને ધન્યતા અનુભવી.

પૂ. સરની વાણી તો જાણે પ્રભુ સ્વયં તેમના દ્વારા આપણા જેવા પામર જીવોને સમજાવતા હોય તેવું અનુભવ્યું. ગુરુ પ્રત્યેનો ભાવ કેવો હોય તે પણ પૂ. સરના મુખેથી ગુરુપદની સ્તુતી (સંગીત સાધનાની ચરમસીમા) સાંભળી અને હજી પણ ગૂંજયા કરે છે. તેના માટે એટલું જ કહીશ. “માણ્યું તેનું સ્મરણ કરવું તેહ છે એક લ્હાવો.”

શિબિરમાં જોડાઈ ત્યારે જૈન ધર્મને જાણવા તથા માણવા આવી હતી. પરંતુ, પૂ. સરની ત્રીપદીનો ડગલેને પગલે ચમત્કારીક અનુભવ થયો. પૂ. સદગુરુના ચરણોમાં શત્ શત્ પ્રણામ. તેઓ શ્રી નું માર્ગદર્શન તથા કૃપા દ્રષ્ટિ સતત મળતી રહે તથા પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર સમસ્ત વિશ્વમાં ફેલાય તેવી ભાવનાસહ.

- મોના શાહ

This was the 1st time I ever have attended a shibir like this and I realized that what I believed in was not wrong. People used to make me realize that not going to temple not doing puja and the other rituals in the temple was wrong. But I never wanted to just do it for the sake of it. After coming here I have understood what actually is praying to God. What Navkar Mantra means. There's no point receiving it without knowing the value of it. Jainism is known to me now in a whole new way. It has helped me in my day to day activities. I always wanted to know if it was really authentic to go to temple & pray to God. But now I know the path to reach there.

Thank You so much Sir for showing the path.

Guddhi Chaudhary - 9819915278

Part-I was really very much interesting & powerful session. I feel it is must for each & every individual to know themself. Personally, I have learnt lot of things, like what is our goal in our life. How to achieve that goal also to know the ultimate stage.

I am doing morning & night Prakriya. Not daily, but 4-5 times in a week. It has helped me in my daily life, to meet the person with selfless love & respect them as god is તમે ગમે એવા હો. I love you. નમો જિણાણં જીવ ભયાણં. આ બોલવાથી ઘણા problems જે actually problems નથી પણ એ problem તરફ જોવાની દ્રષ્ટિ બદલાઈ ગઈ. Actual now I dont have any problem & I am fearless as now I look at solutions. This solutions are guide sent by the Divine God. I have now realised, how to look at person, things & situations. I would continue to be the part of the session throughout as long as it takes me to. Thanks to Mr. Pankaj Sheth for showing this path & guiding me to know who I am ? & what I want ?

Thanks to bringout & open up my inner strength.

Darshana Gandhi - 9819004389

પાર્ટ-૧ કરવાથી મન અને મગજ ની અકડામણ થતી દૂર થઈ ગઈ. બીજા માંથી દોષ કાઢવાનું ભૂલી પોતાનું મગજ ને પરિસ્થિતી સમજવાની સમજણ પડી. હજી પણ મન અને મગજ ની અથડામણ થાય, પણ તરત જ alert થઈ જવાય છે.

Rather Searching & Thinking about the future.

I started to be in present and to accept the situation.

તમે ગમે તેવા છો, I love you ની formula is one of the Best Solution now in my life.

Taruna Gosar - 981932683

નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ, પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્રમાં જોડાયા પછી મને જે જ્ઞાન અને અનુભવ મળ્યું. તે પ્રભુનો ખૂબ ખૂબ આભાર.

પરમ પૂજ્ય શ્રી પંકજ ભાઈએ નવકાર મંત્ર યોગ દ્વારા સત્ ચિત્ આનંદ દ્વારા મોક્ષ માર્ગ બતાવ્યો. આનાથી આપણને મળેલ જીંદગીનો સદ્ઉપયોગ કરવો. જે સારી રીતે જાણવા મળ્યું.

નવકારમંત્રમાં ખૂબ પ્રભાવ રહેલા છે.

૧) નમો જિણાણં

૨) મારે નથી થવું હેરાન

૩) તમે ગમે તેવા હો I love you.

આ મંત્ર ખૂબ ગમ્યા, જીંદગી માં ખૂબ બદલાવ આવે છે. અમલ મૂકીએ તો ?

“નમો જિણાણં જીવભયાણં” મહામંત્ર નું રટણ કર્યા કરીએ છીએ ત્યારથી ડરપોક પણ, સાવ જ જતું રહ્યું છે. મારે નથી થવું હેરાન. મનમાં નિશ્ચય કરવાથી મારી ખૂબ વિપરીત પરિસ્થિતિ પણ easy થઈ ગઈ છે.

મને ડીપ્રેશન રહેતું હતું, અને ડર પણ રહેતો હતો તે બિલ્કુલ જતો રહ્યો. Confidence Power વધી ગયો છે.

ગુસ્સો જતો રહ્યો.

પંકજભાઈનો ખૂબ જ આભાર, ભગવાન પાસે પ્રાર્થના કરું છું. નવકાર યોગ દ્વારા ખૂબ જ આગળ વધતો રહે.

Dipti P. Gala

मैंने पुरा सेशन तो नहीं किया पर आज की जो पार्टी थी वो बहुत ही अच्छी लगी । एक तो शरीर की शुद्धि व अपने आप को आसमान व धरती को समर्पित करना व खेलते समय अपना बचपन याद आ गया । मन को शांती मिली व दिमाग एकदम हल्का हो गया एक दुसरे से मिलना कही पर जाओ तो अकेला महसूस नहीं होगा । इसके पहले का सेशन किया था “मने नथी थवुं हेरान ।” वह भी एकदम सही है । ऐसे सोचने से काफी कुछ बदल जाता है । जैसे सोचने का, बात करना बल्कि, अपने आप में काफी बदलाव । शारीरीक क्रिया से शरीर स्वस्थ, शरीर बराबर तो आप सब कुछ अच्छे से कर पाओगे, मन शांत होना । आखिर में सब कुछ बहुत अच्छा लगा अगर में इसे आचरण में लूंतो बहुत अच्छा है ।

प्रिया जैन - 9819923709

આ શિબિર દ્વારા મને જીવનમાં નવો વળાંક, નવો રસ્તો મળ્યો છે. જે હું હજી સુધી શોધી રહી હતી તે મનની શાંતિ મળી છે. જીવનના ઘણા સવાલોના જવાબ મળ્યા છે. લોકો તરફ જોવાની દ્રષ્ટિ, વર્તન, વ્યવહાર બદલાઈ ગયો છે. હવે કોઈ ઝઘડો કરે છે, ગમે તેમ બોલે તો પણ ખરાબ લાગતું નથી અને ક્રિયા અને પ્રતિક્રમણ અને પ્રભુ કૃપાથી બધું જ ભૂસાઈ જાય છે. તે વ્યક્તિ પાછી નવી જ લાગે છે.

હમણાં સુધી જાણતાં તો ઘણું જ હતા, પણ આ શિબિર દ્વારા પ્રભુનો સાચો અને “સરળ” રસ્તો મળ્યો છે. આ સ્ટેશનનો સાચો ધ્યેય મળ્યો છે. આજ સુધી બધા સાથે મૈત્રી કરી પણ આ શિબિર દ્વારા આપણા પોતાના શરીર સાથે મૈત્રી કરી. યોગ, સામાયિક, ધ્યાન, પ્રતિક્રમણનો સાચો અર્થ સમજાયો. હમણાં સુધી ખાલી પ્રભુની પ્રતિમાને જોઈને નમો જિણાણં બોલતા હતા, પણ હવે બધા જ પ્રભુ છે અને બધાને જોઈને નમો જિણાણં બોલાય છે. જીવનમાં જે થાય છે તે બધું સ્વીકારવાની શક્તિ મળી છે. હવે કોઈ કાંઈ બોલે તો કાંઈ ફરક પડતો નથી પણ વધારે જલસા પડે છે.

નવકાર મંત્રને, પ્રભુએ બતાવેલા રસ્તાને, બધી ક્રિયા - પ્રક્રિયાઓને અને બધું જ જીવનમાં સરળ રીતે જીવનમાં ઉતારી લીધું છે અને ઉતારી ગયું છે. આ શિબિર દ્વારા જીવન બદલાઈ ગયું છે. જીવનમાં ઘણાં બધા અનુભવો થાય છે.

પાર્ણવ કનેયા છેડા - 9892791133



નમો જિણાણં જિય ભયાણં' એ સ્તુતિથી જે આનંદ થાય છે, તે વર્ણવવું શક્ય નથી. આ એક જ મંત્રથી જીવનનું લક્ષ્ય નક્કી થઈ ગયું. ઈશ્વરની પરમકૃપા માથા ઉપર થઈ રહી છે, એવી અનુભૂતિ થાય છે. આ શિબિરથી ઘણા ખોટા વિચારો દૂર થઈ ગયા. મનુષ્ય જીવનની સાર્થકતા શેમાં છે, તે સમજાઈ ગયું અને હવે મને મારું જીવન, જન્મ સમજાય છે. તેથી હું મારામાં ખોવાઈને જીવન લક્ષ્ય સુધી પહોંચી શકીશ.

સરલા શાહ - 9322505446

“પરમસુખ જીવન-વિકાસ કેન્દ્ર” માં જોડાવાથી જૈન-ધર્મની સાચી સમજણ, અર્થ સાથે જાણવા મળી છે. “જૈન-ધર્મ ખૂબ અઘરો છે આપણાથી ન થાય” એ સમજણ હવે ખોટી પડી છે. જૈન-ધર્મ જીવન વિરોધી નથી, પણ જીવન-જીવવાની સાચી પદ્ધતી છે. સૃષ્ટિના નિયમ સાચી, સારી અને રમૂજ દ્રષ્ટિથી જાણવા મળે છે. સાથે સાથે આધ્યાત્મિક સર્કલ બને છે. Social group બને છે અને જીવન મનોરંજન પૂર્વક વ્યતિત થાય છે. ગમત સાથે જ્ઞાન. સૃષ્ટીના નિયમો સાચી સરળ ભાષામાં પંકજભાઈ પાસેથી જાણવા મળે છે. જ્યારે પણ પરિસ્થિતિ વિકટ થઈ જાય અથવા મુશ્કેલી આવે ત્યારે “નમો-જિણાણં જિઅભયાણં” બોલવાથી અચૂક નિર્ભયતા અને પરમાત્માનો પ્રેમ મળે છે. વારંવાર રિપીટેશનથી જે ન સમજાયું હોય તે સમજાય જાય છે. “મારે નથી થવું હેરાન” એ મહામંત્રની સતત જાગૃતી હેરાન થવામાં મુક્તિ અપાવે છે. દરેક ધર્મની વિચારધારાને સંયુક્ત રીતે સાંકળી લેવામાં આવે છે “અને સર્વ ધર્મ સમન્વય” ની ભાવના ભાવવામાં આવે છે. ગૌતમ-ભક્તિ, કૃષ્ણની રાસલીલા, મીરાની ભક્તિ, મહાવીર વાણી, ઓશોના ધ્યાન બધું જ આવરી લેવામાં આવે છે. કોઈ પણ ધર્મ કોઈ પણ ગુરુ માનતા હો તો પણ અહીં આવી શકો છો કારણ કે અહીં બધું જ સ્વીકૃત છે.

ઉમાબેન સુરેશભાઈ (સાયન) - 9324568062

આ શિબિરનો અનુભવ ખૂબ જ સરસ રહ્યો. જીંદગીને જીવવાની ચાવી મળી ગઈ. હંમેશા એમ વિચારતી હતી કે જીવનમાં બીજાને લીધે હું શા માટે દુઃખી થાઉં ? દુઃખ આપવાવાળા તો એની જીંદગીમાં મસ્ત થઈને રહેતા હોય છે. દુઃખી ન થવાના પ્રયત્નો પણ કરતી હતી છતાંય આ વસ્તુની શિબિર દરમિયાન જે છણાવટ કરવામાં આવી કે “મારે નથી થવું હેરાન” એ અદ્ભૂત હતી.

ઈશ્વરની કૃપા પણ આપણે માંગતા જ હોઈએ છીએ. પણ ઘણી વાર એ કોઈ Particular વસ્તુ માટે ચાચના કરતા હોઈએ છીએ એના બદલે પ્રભુકૃપા માગવાની અને પ્રભુને સમર્પિત થવાની જે રીત છે એમાં પ્રભુ પાસે માંગતા હોવા છતાંય માગવાનો અહેસાસ નથી થતો.

જૈન ધર્મની કેટલીય માહિતી ન હતી અથવા અમુક વસ્તુઓ શા માટે કરીએ છીએ એ ખબર ન હતી. એમાંની ઘણી બધી વસ્તુઓ પર પ્રકાશ પડ્યો અને મનનું સમાધાન થયું.

શરીર મૈત્રી અને પ્રાણ મૈત્રી કઈ રીતે થાય એ સમજ પડી.

દક્ષા શાહ - 9892017620

ખરેખર સરસ લાગી આ શિબિર. હકીકતમાં ખૂબ જ મનથી અહીં આવવાનું મન થાય છે. કારણ બસ એક જ અહીં બધી સમજણ, સાચી દિશા મળી છે. આટલા વખતથી જૈન ધર્મમાં પરંપરાની જેમ ગાડરિયા પ્રવાહની જેમ ચાલતા હતા. પણ હવે વિચારસરણી જ બદલાઈ ગઈ.

બીજું ગુસ્સો, જે અત્યંત ખરાબ છે એના પર કાબુ આવી ગયો. ઘરમાં જ જ્યારે જ્યારે એવી ઘટના થાય તો તરત જ યાદ આવી જાય કે “મારે નથી થવું હેરાન,” આમ ગુસ્સાને કાબુમાં રખાય છે. જેથી વાતાવરણ પણ ખૂબ જ બદલાઈ ગયું છે.

અદ્ભૂત છે નમો જિણાણં. આ શબ્દો તો નસેનસમાં રંગાઈ ગયા છે. વેરભાવના, જેના પ્રત્યે હતી તે ભૂંસાઈ ગઈ, મન હળવું કુલ બની ગયું છે.

ટૂંકમાં જીવન સરળ - સમજણ ભરેલું બની ગયું છે. ડર રહિત બની ગયું. હું નિર્દોષ બની ગઈ. આંતર જગતના બારણા ખૂલી ગયા.

સોનામાં સુગંધ ભણે તેમ શરીર મૈત્રી અને પ્રાણ મૈત્રી અતિ ઉત્તમ,

સૂવાનું, બેસવાનું કેમ એની તો ક્યારેય કલ્પના નહોતી આવી, એની પણ સમજણ મળી. તેમજ સૂર્યનમસ્કારના ભાવ તો એવા ઊંડાણથી મનમાં ઘૂસી જ ગયા કે, સૂર્યનમસ્કાર તો યોગામાં ઘણીવાર કરતા, પણ આવો ભાવ જાણીને અતિ આનંદ થયો. સમજણ આપવાની શૈલી ખૂબ જ નિરાલી છે.

આમ મન શુદ્ધિ, શારીરિક શુદ્ધિ, આ શિબિરમાં થઈ ગઈ. નૈસર્ગિક સત્સંગ મળ્યો.

બસ પ્રભુકૃપા આમ જ વરસતી રહે એજ અભ્યર્થના.

કંચન રમેશ વિસરીયા - 9324001515

Thanks to sir (Pankajbhai), due to him my whole life style has been changed. I used to have so much fear & confusion before going forward in every step of my life, but after joining this part-I session my all kind of fear has gone out & I have become more & more confident in my life. One more thing, I used to have so much high temper mind that even in small small things I would get hyper. But after following these 5 steps (i) Prabhu Krupa (ii) Namu Jinanam Jiya bhaiyanam to God (iii) Namu Jinanm Jiya bhaiyanam for other people (iv) Target i.e. Mare Nathi thawo heran (v) I Love You. I Have forgot what is tension, high temper & every kind of problem in my day to day life.

Very Very thanks to Pankajbhai (Sir) & following steps showed by him to become Mahavir (Tirtahankar). Also thanks to increase & give me faith in my life. I dont know what to say more but I only want to say that these type of living life is great & fantastic. I even liked the anubhav paryusan mala, pratikraman method, sharir Maitri & Pran Maitri.

Chirag Choudhary - 9322709600

શ્રી સાહેબ,

આ સાથે હું મારા 1st session ના પૂર્ણ થયેલ course દ્વારા મને થયેલા અનુભવ તમારી સાથે share કરૂ છું.

આ course આજથી ત્રણ વર્ષ પહેલા હું start કરવાનો હતો. તમારા course નું કાગળ મને ત્યારે મળ્યું હતું ત્યારે તેમા જણાવેલ વિગતો પ્રમાણે હું તેમાં joint થવા માંગતો હતો અને મેં Phone પણ કર્યો હતો પણ ત્યારે course ચાલુ થઈ ગયો હતો અને પછીથી phone કરવા જણાવેલ

અને અચાનક એક દિવસ Diamond Market ના Hall ની બહાર તમારા course start થવાનો છે અને free session ના કાર્યક્રમની વિગતો જણાવેલ. જે જાણીને મને ખૂબ જ આનંદ થયો અને મે આ રીતે તમારો Part - I course start કર્યો.

હવે મારા અનુભવની વાત કરૂ તો જ્યારથી મેં કોર્સ start કર્યો છે મે “નમો જિણાણં” અને “મારે નથી થવું હેરાન” ના વિચારો મારા મનથી અનુસરવા નું શરૂ કર્યું, ત્યારથી હું એટલો બધો ખોટા વિચારોથી દૂર થયો છું કે ન પૂછો વાત. કારણકે પહેલા જ્યારે પણ મને કોઈ ખરાબ કે ખોટું કહે કે મને ધુત્કારે તો હું એના પ્રત્યે એટલો બધો નફરતથી જોતો હતો કે હું કોઈ પણ દિવસ એ માણસ સાથે વાત ન કરૂં. અને હું મારી જાત સાથે એ માણસ પ્રત્યેના ખોટા વિચારોની વાતો કરીને વધુ પડતો વીહવળ બની જતો હતો, અને હું મારી આંતરિક શાંતી ગુમાવતો. અને આ રીતના વર્તનથી હું મારી family life અને social life થી દૂર જઈ રહ્યો હતો.

જ્યારથી મે તમારા “નમો જિણાણં” અને “મારે નથી થવું હેરાન” ના વિચારોનો અમલ શરૂ કર્યો છે. ત્યારથી મારા મનના બધા જ ખોટા વલણો દૂર થયા છે અને દૂર થઈ રહ્યા છે.

અને આ સાથેના અનુભવથી હું તમારા session - II માં જોડાવાની પ્રેરણા કરી રહ્યો છું.

આપનો ખૂબ ખૂબ આભાર.

કલ્પેશ શાહ (પાર્લા) - 9821036933



Prabhu

I was totally Ignorant and avoided about the thing which you teach in Part-I Sibir. That made the difference between buddhi & Nirdosh bhav, my feeling about buddhi is when I have use buddhi I was unsuccessful and lost lot.

જીવનમાં સરળ બનવું બહુ અગત્યનું છે. મારે ઘાસની જેમ નરમ અને સરળ બનવું છે. જેમ ઘાસ જે બાજુની હવા આવે તે બાજુ નમી જાય છે. તે માટે તે ક્યારે Damage થયું નથી. પણ અક્કડ વસ્તુ માણસને થપ્પડ પડે છે. પ્રભુ સાથે મિલન ૧૦૦% શક્ય છે. એ તમારા સંપર્કમાં આવ્યા પછી લાગે છે. બાકી મારે નથી થવું હેરાન નું મનન અનંત ચાલે છે તે મારા જીવનના બધા Problem Solve કરે છે. મારો જીવન જીવવાનો અને જીવન જીવવાનો નજરીયો બદલાઈ ગયો છે. Station ની વાત બહુ ગમી. તે મગજમાં બેસે એવી વાત છે. બાકી વૈદ દર્શન, યોગ દર્શન, જૈન દર્શન ની વાત બહુ ગમી તે સત્ય જ છે.

બધાને પ્રભુ અને આત્મા સમજાવે છીએ તેમાં ભાવ બદલાઈ જાય છે.

જીવન સંગીત છે. તેનો ખરેખર મને અહેસાસ થયો. જીવનમાં આનંદ અને હસમુખ ચહેરો સહેજે આવી જાય છે. અભય અને નિર્ભય વચ્ચેનો તફાવત તો તમે જે સમજાવ્યો દિલ Garden Garden થઈ ગયું.

બાકી

ગમે તેવા છો, I love you.

નમો જિણાણં જીવ ભયાણં

એ જ

Bharat Saiya - 9322828272

મैंने सही निर्णय लिया जो Part I session से ही जुड़ गया । पहले मुझे योगा के बारे मे इतना ही पता था की यह शारीरिक क्रिया है । लेकिन Part I Attend करने के बाद ऐसा अनभव हुआ कि यह Yoga नमस्कार महामंत्र योग द्वारा क्रिया से भी बहुत कुछ है ।

It is different, I cant express in word.

अभी से मैं रोज practice करूंगा और ज्यादा अनुभव करना बाकी है ।

आपके साथ सत्संग से जीवन में बहुत परिवर्तन महसूस हो रहे हैं । सब कुछ सहज रूप से हो जाता है । हर क्षण सुख की अनुभूती होती है । जीवन सरल हो गया है ।

Rajesh Jain - 9820281650

નવકાર મંત્ર part I શિબિરમાં જોડાઈ ત્યારે એમ લાગતું હતું કે જૈન ધર્મ શું છે તે સમજાશે. પરંતુ, “સર્વ ધર્મ સમભાવ” તથા જીવન જીવવાની જડી બુટી મળી ગઈ તેવું અનુભવ્યું.

જીવન સંગીતના સૂરો કેમ ફેલાય તે પૂ. સદગુરુના મુખેથી માણ્યું. વૈજ્ઞાનિક જેમ પોતાની શોધ સિદ્ધ કરવા કટી બદલે તેમ પર્યુષણમાં સ્વયં પ્રભુની હાજરી અનુભવી તથા પૂ. સરના પણ અલગ-અલગ રૂપના દર્શન કર્યાં. અનંત પાસેથી સદગુરુમાં મેળવીને હસતા હસતા વિતરાગ કેમ બનાય તે આજે જણાયું તથા તેમ બનવાની પ્રયત્ન કરીશ.

પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર સતત મંગલ કાર્યો કરતા રહે અને વધારેને વધારે લોકો સુધી આ ચેતના આપણે પહોંચાડીએ એવી મંગલ ભાવના સાથે.

Mona Shah - 9323395171

નવકાર મહામંત્રની શિબિરમાં જોડાઈને મને ખૂબ ફાયદો થયો. શિબિર દરમિયાન મારી ડાબી આંખમાં તકલીફ થઈ ગઈ હતી. ડોક્ટરે કહ્યું હતું “તમે મોડા આવ્યા છો.” જ્યારે ડોક્ટરે મારી જમણી આંખ બંધ કરી અને મને અક્ષરો વાંચવા કહ્યું ત્યારે મારી જીવનની મોટી આઘાત લાગ્યો હતો. અક્ષરો તો દૂરની વાત મને ડોક્ટરનો ચહેરો પણ ઘૂંઘળો દેખાતો હતો. ડોક્ટરે મને દવા તથા ટીપા આપ્યા અને બે દિવસ રહીને મળવા બોલાવી. મેં શ્વેત પ્રકાશ ની પ્રક્રિયા જે હું ત્યાં સુધી ક્યારેક ક્યારેક કરતી હતી તે હવે સવારે શરૂ કરી. મને ખાતરી હતી કે તેનાથી મને ફરક પડશે જ અને જ્યારે તેમાં આંખમાં શ્વેત પ્રકાશ આવે ત્યારે મેં કહેવા માંડ્યું. “મારી દ્રષ્ટિ clear છે. મારું vision

clear છે. હું બંને આંખોથી વાંચી શકું છું” અને બે દિવસ દરમિયાન Positive thinking પણ કર્યું અને આ બાબતમાં પણ કંઈક ઈશ્વરીય સંકેત છે અને આ મુશ્કેલ કંઈક નવું લાવશે મારી જીવનમાં એમ પ્રભુને કહ્યું. બે દિવસ પછી ડોક્ટર પાસે ગઈ તો ડોક્ટરે કહ્યું હવે ઘણું Improvement છે. તેમણે મને focal lense ની મદદથી વાંચવા કહ્યું અને ડાબી આંખથી હું 4 lines વાંચી શકી. ડોક્ટરે પણ એટલું expect કર્યું ન હતું. આજે ૧ મહિના પછી મારા ટીપા ઓછા થયા છે અને ખૂબ સારો પ્રોગ્રેસ છે અને શ્વેત પ્રકાશ દરમિયાન હું મારા કુંટુંબીજનો ને શ્વેત પ્રકાશ મોકલી એમને આરોગ્યની પ્રાર્થના કરું છું. નમો જિણાણં જીવભયાણં પણ ખૂબ મદદરૂપ છે. પણ રાતનો પ્રોગ્રેસ મને લાંબો લાગે છે. ક્યારેક હું ફક્ત સૂત્ર બોલીને સૂઈ જાઉં છું. પ્રક્રિયા જો થોડી નાની થાય તો ઉત્તમ. જીવનમાં ઘણો positive change આવ્યો છે.

Purnima Shah - 9833514085

જીવન માટેનો એક મહામંત્ર છે નવકાર અને બીજો મંત્ર, “નમો જીણાણં જીવભયાણં,” અહીં જીવન જીવવાની કળા શીખી છે. મને આ 9 sessions માં જીવન નો સચ્ચિદાનંદ શું છે ? તેની સમજણ પડી છે.

ગમે તેવી પરિસ્થિતિ હોય પણ તેમાંથી માર્ગ મેળવવાની રીત અહીંથી શીખી છે.

સિમંધર સ્વામીને મળવાનો શોર્ટકટ જણાયો છે.

એ શ્વેત પ્રકાશ મારી સાથે, સર્વ જગતને શાંતી, સમતા આપે છે.

બસ, મારાં મનમાં તો હવે એક જ મંત્ર રમે છે.

Hitendra Dedhia - 9821474746

“Namo Jinanm Jiyabhayanam” and “Mare Nathi Thavu Herran” is the ultimate mantra I have received from this shibir. Everytime I carried fear for everyhing big or small, but with Ji Abhayanam, I feel lot more confident and fearless in different aspects. I have benefited a lot of from it. Things that I felt were never possible & I did not accept in life, I was able to take circumstances and situations as and when. Atleast the awareness of what is “divine” has made me lot lighter & happier.

Another very important thing that this shibir has given me is the true meaning and true importance of Namokar Mantra. Why we say it ? Why is it “Maha Mantra”. Now I am convinced and always resort to it in problems. I have learnt to believe, trust in the importance of our mantra. Before I recited it but never attached the meaning or feelings to it. Now I am able to recite it with the true meaning Pankaj bhai (Guruji) has taken the Dharma so close to science & nature. Realising how all this is in sync has given me the excitement & urge to do Part II. I want to implement this in my life & everyone around me. Thanks to our guru for getting me through one big milestone in my life by form of this shibir.

Jasmin Dedhia - 9322492973

Firstly I would like to thank Sir and the person who send me to this Seminar. In first 2-3 Sessions I was boared and planning to step back, but somehow I did not feel like missing the days. Later from the 4-5 day it got interesting.

Its giving me some kind of strength or cofidence, security and surity as the words “યશ” “જ” keep on coming in my mind when some kind of negativity creeps in my head. I have become more clear of things and priorities. And have noticed that minor things get more complicated just out of fear or doubt.

I see myself evolving as a good and better human.

Dharul Shah - 9322230332

શુભેચ્છક :

છલકાયા વિના સભર રહેવું એ ઐશ્વર્યને જાળવવાનો રસ્તો છે.



હરક્ષણમાં આનંદ રહે છે. મુડ સારો રહે છે. ટેન્શન ઝીરો રહે છે. બધા પ્રત્યેના ભાવ સરખા રહે છે. કોઈપણ ચીજમાં હાસ્ય ભાવ રહે છે. આત્મા પોતાના જ આનંદમાં મસ્ત રહે છે. કોણ શું કહેશે કે ખરાબ લાગશે. તેવા ભાવ નથી રહેતા હું જે કરું છું તે મારી રીતે ખરાબર છે. એટલે કે આત્મ વિશ્વાસ વધ્યા છે. દ્રષ્ટિકોણ નજીરીયા પહેલા કરતા બદલાઈ ગયા છે. થોડા બિન્દાસ બની ગયા છીએ. કોઈને કંઈ પણ કહેતા ભય કે સંકોચ થતા નથી. મનમાં જે હોય તે કહેવાઈ જાય છે. કોઈ પ્રત્યે દોષભાવ રહેતા જ ક્ષણભાવ વધારે રહે છે. મારે શું કરવું છે તેનું મહત્વ વધી જાય છે. પહેલા જે વીવરિંગ માર્બન્ડ હતું. તે હવે પોઈન્ટને જ પકડી લે છે. દરેક જીવ પ્રત્યે મમતા ભાવ રહે છે. કોઈનું ખરાબ બોલવાનું ખોટું બોલવાનું લગભગ છુટી ગયું છે. પોઝીટીવ થીકીંગ વધી ગયું છે. નેગેટીવીટી નહીંવત થઈ ગઈ છે. કુદરત વધારે ગમવા મંડી છે. કોઈનો દોષ જ દેખાતા નથી. કોણ શું કરે છે તે નહીં પણ મારે શું કરવાનું છે. તે જ વિચાર આવે છે. ખરું કહું તો હવે જ જીવન જીવવા જેવું લાગે છે.

- ઉષા ચંદ્રકાંત પારેખ (મુલુંડ) - 25680730

નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ પ્રક્રિયાની CD ફક્ત ૧ વખત જ સાંભળી છે અને તેની પ્રક્રિયા કરેલ છે. આમ છતાંય સવારની પ્રક્રિયા

- 1) "Thank you God".
- 2) નમો જિણાણં જીઅભયાણં
- 3) મારે નથી થવું હેરાન,
- 4) તમે ગમે તેવા હો | Love U.

આ ત્રણેનું રટણ હર ઘડી સાથે રહે છે અને તેથી જીવનની દુનિયા તરફ જોવાની દૃષ્ટિ બદલાઈ ગઈ છે. અંતે એક જ પ્રભુને પ્રાર્થના કે સંપૂર્ણ પ્રક્રિયા હું કરું એવી મને શક્તિ આપે.

- મુલચંદ મારૂ (મુલુંડ) - 98190 55066

નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ - પાર્ટ ૧.

- આ શિબિરમાં શરૂઆતમાં ફક્ત એક ઉત્સુકતાથી જ જોડાઈ હતી. (નવકારમંત્રમાં અખૂટ શ્રદ્ધા હોવાને લીધે)

- પણ જોડાયા પછી અને પ્રક્રિયાઓ કર્યા પછી ઘણા જ સુખદ અનુભવો થયા.

It's just Excellent.

લખવા જાવ તો ઘણાં જ શબ્દો જોઈએ અને આમ શબ્દોમાં વર્ણવવું પણ મુશ્કેલ છે. But its an experience. One has to get it by himself, by joining & doing & following all kriyas.

- પરિંદા શાહ 9821035835

This is the only "SHIBIR" which combines religion, body & soul. We just need blessings from pankajbhai that we can implement what he has taught us.

- Maulik Shah - 9821435835

ધર્મમાં રૂચી તો ઘણા વખતથી જ હતી પણ જૈન ધર્મનું મૂળ લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કેમ કરવું તેની સમજણ નહોતી. પાર્ટ - 1 શરૂ કર્યા પછી ઘણી મુંઝવણો દૂર થઈ ગઈ, મન શાંત થઈ ગયું. ગુસ્સા પર કાબુ આવી ગયો. મન આનંદિત અને પ્રફુલ્લિત રહે છે.

હવે પાર્ટ - 2 જોઈન્ટ કરવું છે. મનમાં નક્કી કર્યું છે. મારે નથી થવું હેરાન, જેથી ઘણા પ્રોબ્લેમ Solve થઈ જાય છે.

- જયંત એચ. દેદિયા - 9987558730

નમો નો અર્થ સમજાયો.

નમો નો અર્થ ગહનતાથી સમજાયો.

નમો નો જીવન સાથે જોડાણ સમજાયું.

નમો થી અરિહંત પ્રતિ પ્રગતિનો માર્ગ દેખાયો.

નમો થી આત્મ શુદ્ધી / મન શુદ્ધી / પ્રાણ શુદ્ધિ અને શરીર શુદ્ધીનો માર્ગ સમજાયો.

- રમેશ વસંતલાલ ગાંધી 9324213136

આત્માના શુદ્ધ ભાવ સાથે મારો સ્વ અનુભવ પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર ના સંપર્કમાં આવ્યા પછી તો જણાવતા આનંદ અનુભવું છું કે મારી જીવન શૈલીમાં એક system ની ગોઠવણ થઈ છે. જેના લીધે સામાજિક, સાંસારીક, આર્થિક કાર્યક્રમો જેનો કોઈ મેળાપ અથવા તો ગોઠવણ નહોતી તે એકદમ શિસ્તબદ્ધ રીતે ગોઠવાઈ ગઈ છે. અત્યારે પહેલા મારી પાસે સમય જ નહોતો. હવે માત્ર સમય જ સમય છે.

- સહદય સાથે હું સુરેશ કુંવરજી છેડા (મુલુંડ) - 9320401239

Before coming here, I have attended various seminars/shibirs on self-development, personality development, spiritual development and spent lots of money. Travelled through 13 countries of the world, and heard international speakers also.

However the knowledge that I got over here is unparallel and in one word it is the ULTIMATE. Gurudev you are our "Mahaprabhu".

Pankaj Ajmera - 9833732031

પૂજ્ય ગુરુદેવ,

પરમ સુખ માં આવ્યા પછી જીવન ગુરુદેવ ચરણો રહી પુલકિત બની ગયું. ગુરુદેવ ગુણોની જ આવે એ જ અંતર માં ઈચ્છા તેમની અમૃત વાણી વરસે અને જીવન અંજલિ બની જાય. તેમની વાણીથી મન માં જ્યોતિ જલે છે.

નવકાર અને યોગ ના જોડાણથી નાની વસ્તુઓ, સમજ આપી નીતીન સર નું યોગા કરાવ્યું નાની ટીપ્સ આપવી અને બન્ને જોડાણથી જીવનમાં મનમાં હૃદયના દ્વારા માં પરમ આનંદ છવાઈ જાય છે. યોગમાં personally બધાને ધ્યાન આપવું બધાની નજીક આવવું અને યોગા શિખાડવું સંગીત એ તો જીવન તરંગ ઉભો કર્યો છે. સંગીતે આચાર અને વિચાર બન્ને બદલી નાખ્યા.

Chetna A. Haria - 9322361998

પ. પાર્ટ - ૧ કર્યા પછી કેટલીક મુંઝવણો દૂર થઈ ગઈ છે. આર્થિક રીતે સુધારો જોવા મળે છે. કેટલીક અકલ્પનીય ઘટનાઓ બનતી જાય છે. જીવનને કંઈ દિશા તરફ લઈ જવું એનું લક્ષ્ય હજી નક્કી થવું નથી મને લાગે છે પાર્ટ ૨ કર્યા પછી એનો પણ રસ્તો મળી જશે.

P. B. Chheda

શુભેચ્છક : મન સ્વસ્થ હોય તો દુઃખમાંય દિવાળી છે, અને મન અસ્વસ્થ હોય તો સમુખમાંય હોળી છે.



પહેલી વિશ્વ કલ્યાણ ભાવના 'શીવમસ્તુ સર્વ જગત'

આ જગતમાં જેટલા પણ જીવ છે એ સર્વ શીવ સ્વરૂપ છે, પરમાત્મા સ્વરૂપ છે. એના અને મારા મૂળભૂત ગુણમાં કોઈ અંતર નથી, માટે આપણે 'નમો જીણાણાં' બોલીએ છીએ. સામે વાળામાં શીવના દર્શન કરશું, તો દોષ જોવાની ટેવ માંથી છૂટી શકીશું. શીવ ભગવદ્ સ્વરૂપ હોય તો ભગવાન કોઈ દિવસ ખોટું કરે નહિ, તો દોષ છે જ નહિ.

વિશ્વકલાયાણાની બીજી ભાવના પરહિત નીરતા ભવંતુ ભુત ગણા : શિવ સ્વરૂપ એટલે શુદ્ધ સ્વરૂપ. એ સર્વજીવના પરહિત માટે હું હંમેશા તત્પર રહું. સેવા એ શબ્દથી ખોવાઈ જશું. જ્યારે પરહિતમાં અંદરથી હિત આવે, મૈત્રીની ભાવના આવે કે એમનું ભલુ થાય, અને પછી જે પ્રક્રિયા થાય એ પરહિત. મને મોકો મળ્યો છે હિત કરવાનો, એનો મને ઉત્સાહ છે. સેવામાં આપનાર કરતાં લેનારનું સ્થાન ઉંચું છે. આ મોકો મળ્યો કે હું મદદરૂપ થઈ શકું. સેવા એ ચેરીટી છે, એમાં માનસિક અવસ્થા અલગ હોય છે. જ્યારે પરહિતમાં ભાવની વાત છે. મને આવો મોકો મળ્યો કે જેના વડે જીવો પામી શકે. મારા અસ્તિત્વને લીધે કાંઈક મેળવી શકે એવા ભાવ છે.

ત્રીજી ભાવના છે 'દોષા પ્રયાન્તુ નાશમ્'. આ જગતમાંથી સર્વ દોષોનો નાશ થાઓ. જગતમાં હું પણ આવી ગયો આમાં ભાવના છે કે સામે દોષ દેખાય તો એ મારો દોષ છે અને એટલે જ મને એ દોષ સ્વરૂપે દેખાય છે. દોષ Reflection of my ownself એટલે સૌ પ્રથમ હું નિર્દોષ થાઉં અને જે હું નિર્દોષ થઈશ તો આખું જગત નિર્દોષ દેખાશે. આ લક્ષ, આ દ્રષ્ટિકોણ, આ ભાવ કરશુ તો એ રીતે એની ઉપજ મળશે. આ રીતે બીજ રોપશું તો એવી જ કલ્યાણ ભાવના

નીકળશે. આપણી સમક્ષ સારામાં સારી વસ્તુ, વ્યક્તિ કે તત્વ આવીને ઉભી રહે પણ મારામાં દોષ ભરેલો હશે ખબર નહિ પડે કે હું શું કરી રહ્યો છું. દ્રષ્ટિ જ એવી કેળવાયેલી છે કે દોષ જોવાઈ જાય છે. આનું કારણ છે આપણી અંદર ભરપૂર દોષ ભર્યા છે. આ દોષ જોવાની દ્રષ્ટિનો નાશ થશે તો હું નિર્દોષ બનું, તો આખું જગત નિર્દોષ દેખાશે. પ્રાથમિક ભૂમિકામાં આપણે બેઠા છીએ ત્યારે ભાવના કરવાની કે દોષોનો નાશ થાઓ જેમાં હું આખો નિર્દોષ છું અને આખું જગત છે. એટલે સર્વની અંદર દોષો નો નાશ થાઓ.

ચોથી ભાવના છે સર્વત્ર સુખી ભવંતું લોક :

પહેલી ભાવનામાં કહ્યું સર્વ જીવ શીવ સ્વરૂપ શુદ્ધ આત્મ સ્વરૂપ છે પણ અત્યારના પર્યાયમાં શીવસ્વરૂપ નથી, તો એની અંદર સર્વને સુખ અને શાંતિ ઉપજે. સૌથી પહેલા મારી અંદર શાંતિ હશે તો આજુબાજુ શાંતિ ઉપજાવી શકીશ. વિશ્વકલ્યાણ ભાવનામાં સૌથી પહેલા પોતાને include કરી પછી વિશ્વને સંબોધવાનું છે. શાંતિ અને સુખ અંદર હશે તો એ બીજાને આપી શકાશે.

આ ભાવનાઓમાં આજ રહસ્ય સમાયેલું છે. આપણી day to day life માં આ ભાવનાઓથી અલગ માહોલ ઉભો થાય છે.

દરેક ક્ષણમાં આપણે ઈર્ષ્યા, કોઈને પાડવાની વૃત્તિ, નુકસાન પહોંચાડવાની આદત, ખોડખાપણ કરવાની મનોવૃત્તિ, પોતાની વિશેષતા વધારે બતાવવાનું મન આવી આપણી story છે. આ ભાવનાઓથી શુદ્ધિની શરૂઆત થાય છે. આપણી અંદર space create થાય છે. આ space creation થી આપણા ભાવમંડળમાં જાગૃતિ નિર્માણ થાય છે, automatic તરંગો ઉભા થાય. આપણા શરીરનું અસ્તિત્વ તરંગોનો સમૂહ છે એની સાથે આ ભાવનાઓ joint થાય ત્યારે જે સુખાકારીનો અનુભવ થાય એવા તરંગોની સ્થાપના કરીએ છીએ.

આ સ્થાપના કરવાનું કારણ આપણે ટેવાયેલા નથી. કામ એવા કરીએ, વિચાર એવા કરીએ જેનાથી ચિંતા ન થવાની હોય તોય થાય. આપણી મનોવૃત્તિ એ રીતે ટ્રેન થયેલી છે કે unconsciously એ મુજબ જ થાય, અને આજ કર્મસત્તા કહેવાઈ.

કર્મ સત્તા ક્યારે કામ કરે ?

આપણા શરીરમાં કર્મ સત્તા અને જ્ઞાનસત્તા બેઉ ચાલે છે. જ્ઞાન સત્તા એટલે જે હું જોઈ શકું. જેને હું જાણી શકું. જેને આપણે શુદ્ધ સ્વરૂપ કહીએ છીએ. જ્યારે આ જ્ઞાનસત્તાનો માલિક સૂઈ જાય ત્યારે કર્મસત્તાનું રાજ ચાલે. માલિકનું સૂઈ જવું એટલે અજ્ઞાનતા. આપણે જે પ્રક્રિયા શીખીએ છીએ એ જાગૃતિનો રસ્તો છે. જાગવાનો રસ્તો છે.

પૂર્ણ કોને કહેવાય. પૂર્ણ સ્વરૂપ જ એ છે કે જે હંમેશા જાગૃત હોય. જે હંમેશા જાગૃત હોય એના ઉપર બીજી સત્તા ચાલી ન શકે.

ભગવાન પણ આપણા જેવા શરીરધારી હતા. આપણી જેમ જીવન જીવતા હતા. એમનો પણ સંસાર હતો. એ પૂર્ણ સ્વરૂપને પામી ગયા તો આપણા અને એમના જીવનમાં ફરક શું થયો. કર્મસત્તા તો ત્યાં પણ ચાલતી હતી. પરંતુ એમની જ્ઞાનસત્તા જાગી ગઈ. અને આપણે હજી સુતા ને સુતા. જે કાંઈ પણ કર્મસત્તા દ્વારા થઈ રહ્યું છે એને કોઈ અટકાવી શકવું નથી પણ એના તરફ કેવો, કયો પ્રતિભાવ કરવો એની સત્તા મારી પાસે છે. કોઈ પણ અસર ન થવી એનું નામ જાગૃતિ, એનાથી ઉપર થવું એ આપણો power છે. આજ જ્ઞાનસત્તા છે.



જીવનમાં જે કંઈ પણ થાય એની ઉપર મારી કોઈ સત્તા નથી. એની ચિંતા કરીને અટકાવી શકવાનો અને ચિંતા કરી solution મળવાનું નથી છતાં આપણે આવું જ કરીએ.

અહીં સત્તા કોની ચાલી.

કર્મની આને કર્મની સત્તા કહેવાય.

આપણે જાણી જોઈ એને આમંત્રણ આપીએ છીએ આપણી life માં exactly આવું જ થાય છે.

જ્યારે હેરાન થવા જેવું લાગે એટલે સૌથી પહેલો વિચાર કરવાનો કે કોઈ મને હેરાન કરી જ કેમ શકે. કોઈની સત્તા છે જ નહિ કે કોઈ અન્યને હેરાન કરી શકે. આ જગતની વ્યવસ્થા જ આખી એવી છે કે હેરાનગતિ ત્યારે થાય જો હું એનો સ્વિકાર કરું entry આપું. No entry ત્યારે જ થાય જો હું જાગૃત હોઉં. આ No entry નું બોર્ડ ઉભું કરવાની આ ભાવનાઓ છે.

સૌથી પહેલા કહું 'મંગલમ્ ભગવાન વીરો'

'હે પ્રભુ મારે આપના જેવું વીર બનવું છે, ભગવાન બનવું છે.'

કર્મસત્તા ને challenge છે કે હું જાગું છું. તારાથી જે થાય એ કરીલે હું તો મારી મસ્તીમાં મસ્ત છું. તારે ને મારે કોઈ સંબંધ નથી.

જીવનમાં જે સંબંધો બંધાય છે એના સ્થાપનાર આપણે પોતે જ હોઈએ તો મિત્ર અને શત્રુ સંબંધ પણ આપણે સ્થાપીએ છીએ. આ મારી સ્વતંત્રતામાં છે કે હું બધાને મિત્ર બનાવી દઉં તો મને કોણ હેરાન કરી શકે. આ આપણી સ્વતંત્રતાનો ઉપયોગ છે.

સૌથી પહેલો ભાવ શું કર્યો.

"ભગવાન મારે તારા જેવું બનવું છે. આવ મારી અંદર અને પ્રકાશ ખોલ. મેં નક્કી કર્યું છે. મારે તમારા જેવું બનવું છે."

રીતસર આ રીતે વિનંતી કરવાની, ભાવથી કરવાનું

'તું જે રીતે ભગવાન થયો છે એ રીતે ભગવાન થવું છે, કારણ કે હું ભગવાન નહીં થાઉં ત્યાં સુધી મારા problems છે એનો અંત આવવાનો નથી.

જે problem થી હણાય નહિ એનું જ નામ ભગવાન

એ પ્રગટ થઈ જાય તો એનો કોઈ guide જોઈશો, એવો દેખાડનારો જોઈશો, એનો Representative જોઈશો.

એવો Representative મને મળે કે જે તું થયો છે એ થવાનો જે કીમીયો બતાવે, એવું તત્વ મારી અંદર જાગે એ ભાવના કરવાની.

મારે હંમેશા એની અંદર depend ન થવું પડે એવું તત્વ મારી અંદર ઉજાગર થાવ. આ એટલે 'ગુરૂ ગૌતમ.'

ગૌતમ પ્રભુ આજે નથી છતાં એ માર્ગ ચાલુ છે. એ માર્ગની રચના સ્થાપિત થઈ ચૂકી છે. એક જ્યોત બીજી જ્યોતને પ્રગટાવતી જાય એ રીતે ધારા ચાલતી જાય છે.

મેં ભગવાન બનવાનું નક્કી કરી લીધું છે અને એ માટે માર્ગ બતાવે એ મારા માટે ગુરૂ ગૌતમ, અને એની અંદર જે ટકાવી શકે, એવું મારી અંદર 'ગુરૂ તત્વ' જાગે. 'તત્વ' ની જરૂર છે કારણ કે ultimately બહારની હસ્તી એ temporary છે તો એવું 'તત્વ' મારી અંદર પ્રગટ થવું જોઈએ ત્યારે જ હું ભગવાન બની શકીશ.

ગુરૂ ગૌતમની અંદર ભાવના એ કરવાની છે કે મને એજ સુઝવા માંડે, એવો સૂઝાડનારો મળે. આપણા આખા અસ્તિત્વથી આવી વિનંતી કરશું તો એ ગુરૂ રૂપી વ્યક્તિ સામે આવીને ઉભો રહી જશે, અને ત્યાંથી શરૂઆત માર્ગની થશે.

શ્રીજો માર્ગ પરિવર્તન ભાવનો છે. 'મંગલમ્ સ્થૂલ ભદ્રાધ્યા.'

સ્થૂળતામાંથી ભદ્રતામાં પરિણમવું. ભદ્રતા એટલે સરળતા + નમ્રતા + સજગતા. આ ત્રણ ભેગા થાય ત્યારે ભદ્રતા create થાય જેવી વ્યક્તિની અંદર સરળતા, નમ્રતા અને સજગતા create થાય. એટલે સ્થૂળતામાંથી બહાર automatic આવે. આ Natural છે, એની અંદર ગુરૂ તત્વ આવ્યા વગર રહેશે જ નહિ. એને ભગવદ્ બનતા વાર લાગશે નહિ.

આ આપનાર છે 'જૈન ધર્મોસ્તુ મંગલમ્.'

જીવન પ્રભુએ જે ધર્મ બતાવ્યો, માર્ગ બતાવ્યો એ મંગલમય માર્ગ મારી અંદર પ્રગટો, જેથી હું સ્થૂળતામાંથી ભદ્રતામાં આવું. એવા મને ગુરૂ મળે અને હું ભગવાન રૂપે પ્રગટ થાઉં.

હવે બીજો ભાવ, એ પ્રગટ કરવા માટે ની તૈયારી.

"જામેમી સવ્વે જીવા. સવ્વ જીવે ખમંતુ મેં"

જે નમ્ર હોય એ જ ક્ષમા માંગી શકે, પાત્રતા develop કરવા, ભગવાન બનવા, સ્થૂળતામાંથી ભદ્ર બનવા માર્ગ મળ્યો. આ માર્ગ ઉપર ચાલતા સર્વ જીવને કહું છું કે મારાથી જે કંઈ થઈ ગયું તે થઈ ગયું, હવે આપ સૌની ક્ષમા માંગુ છું અને ભાવપૂર્વક ક્ષમા આપું છું. ક્ષમા આપવાની ઉદારતા ક્ષમા માંગવી અને ક્ષમા આપવી જે કરી શકે એનું નામ વીર. આ વીરતાની જાગૃતિ હંમેશા જે maintain કરી શકે એનું નામ 'મહાવીર'. ક્ષમા આપવી અને ક્ષમા લેવી એનું confirmation એટલે "મીતી મેં સવ્વ ભુએસુ." મારે બધા સાથે મૈત્રીભાવ છે, કોઈની સાથે વેરભાવ નથી. આ ચાર ભાવ મારી સ્વતંત્રતા છે. irrespective of any thing in world. આમાં કોઈની અપેક્ષા નથી. આ ભાવ માટે કોઈની પાસે જવું નહિ પડે. Physically હિમ્મત ન થતી હોય તો અત્યારના આ માત્ર ભાવ કરવાના છે. જે દિવસે એ ભાવ તૈયાર થશે એ દિવસે ઝુકવા જવું નહિ પડે ઝુકાઈ જશે.

કોઈ પણ વ્યક્તિ, વસ્તુ, પરિસ્થિતિ તરફ આપણી જે દુઃખાવના હોય, Negativity હોય, ઘર્ષણ હોય એ આપણને શાંત રહેવા દેતા નથી. આવા ભાવને કારણે જ આપણને જીવનમાં અશાંતી લાગે છે. જેવા આપણે મૈત્રીના ભાવમાં સ્થિર થશું તો નફરત શું છે એ ખબર જ નહીં પડે.

આટલું બધું કરવા છતાં ખૂટે છે શું ?

સમ્યક ચારિત્ર ખૂટે છે,

સમ્યક જ્ઞાન-સમજ, સમ્યક દર્શન-શ્રદ્ધા હોવા છતાં અનંતભવ જીવ રખડે છે.

શું કામ ?

ચારિત્ર ના અભાવથી.

મુક્તિ જોઈતી હોય તો આ ત્રિવેણી સંગમ હશે તો જ શક્ય છે. નહિતર હજી કેટલા ભવ નીકળી જશે એ કોણ જાણે.

આપણો process છે એ પરિણામનો process છે. પરિણામ જ્યાં સુધી નહિ આવે ત્યાં સુધી બીજું બધું નકામું છે. અહીં ત્યાં વારંવાર જવાનો અને end લાવાનો છે. બહુ ભટક્યા, વળી ભટકીને એના કીડા બની જઈએ પણ આ બધું કરવામાં છેવટે ઉપલબ્ધી શું થઈ. જો ઉપલબ્ધી છે જ નહિ તો આટલી બધી ભાગાદોડ નો અર્થ શું સર્વો. હવે conversion લાવવાનું છે. જ્યાં સુધી આ નથી થતું ત્યાં સુધી પરિણામ નથી અને પરિણામ વગર ચારિત્ર નથી.

આ ભાવનાઓને સમર્પિત થઈ જવાનું છે. એજ ultimate માર્ગ છે.



DON'T ACT THE 7 ACTIONS BELOW AFTER YOU HAVE A MEAL



* **Don't smoke** - Experiment from experts proves that smoking a cigarette after meal is comparable to smoking 10 cigarettes (chances of cancer is higher).

* **Don't drink tea** - Because tea leaves contain a high content of acid. This substance will cause the Protein content in the food we consume to be hardened thus difficult to digest.

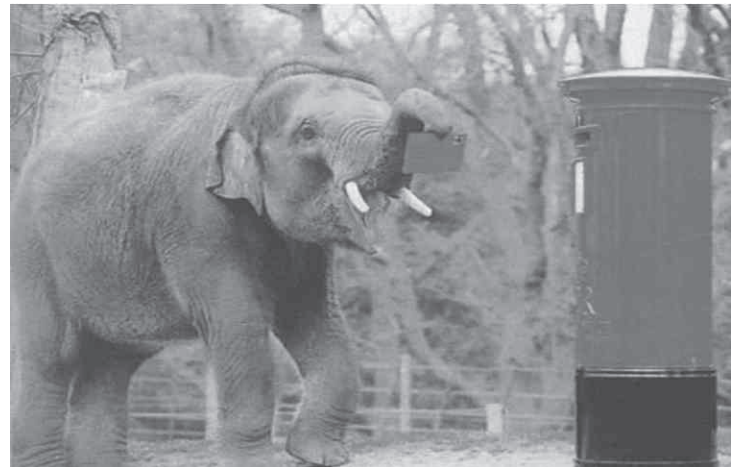


* **Don't loosen your belt** - Loosening the belt after a meal will easily cause the intestine to be twisted & blocked.

* **Don't bath** - Bathing will cause the increase of blood flow to the hands, legs & body thus the amount of blood around the stomach will therefore decrease. This will weaken the digestive system in our stomach.



* **Don't sleep immediately** - The food we intake will not be able to digest properly. Thus will lead to gastric & infection in our intestine.



FINALLY DONT JUST KEEP THIS PAGE ...
PLEASE FORWARD IT TO YOUR FRIENDS.
LET THEM BE AWARE!!!

Compiled by : Mayur Vora



- પ્ર.૧. આપણા જીવનમાં ક્ષણે ક્ષણે પ્રતિક્રમણની જરૂરત શા માટે છે ?
- જ.૧. જગતના દોષ જોઈને આપણે પોતાની અંદર કચરો ભર્યો છે. already કચરો છે. એ કચરાથી દોષ દેખાય છે. દોષ દેખાવાથી કચરો ડબલ થાય છે. કચરો નીકળવાને બદલે ડબલ થઈને store થાય છે. આ storage સૌથી ખતરનાક છે. અત્યાર સુધી ટેવ પડી છે કચરો જમા કરવાની, શરીરને અશુદ્ધ બનાવવાની, જગતના દોષ જોવાની. માટે ક્ષણે ક્ષણે પ્રતિક્રમણ કરી શુદ્ધ બનવા માટે જરૂરત છે.
- પ્ર.૨. પ્રતિક્રમણ આપણા જીવનમાં શું કાર્ય કરે છે ?
- જ.૨. જીવન એ ઘટનાઓનો ક્રમ છે અને આપણી અંદર ઘટનાઓ સતત ચાલે છે. એક ઘટના પૂરી થાય, બીજી ઘટના ઉભી થાય. બધી જ ઘટનાઓમાં બેની સતત હાજરી હોય, વ્યક્તિ અને વસ્તુ. આવી ઘટનાઓમાં આપણી પાસે મગજમાં એક data, માન્યતા કે belief system ભરેલી છે એટલે એ વ્યક્તિને આપણે ભરેલા data થી જોઈએ છે એવી ટેવ પડી છે. આવું કરવું પડવું નથી automatic થાય છે. આવી રીતે જોવાની બે ખાસિયત હોય, કાં તો ગમતો data હોય કાં અણગમતો data હોય. એ data દ્વારા વ્યક્તિ ગમતી હોય અથવા ન ગમતી હોય. આમ આપણો વ્યવહાર ગમવા કે ન ગમવાથી શરૂ થાય. ગમવાના data થી ગમવાનો વ્યવહાર કરીએ અને અણગમવાના data થી અણગમો કરીએ. જે વધારે સારૂ થાય એ store કરતા જઈએ એટલે એક દિવસ એનો વિસ્ફોટ થાય અને આપણા સંબંધોમાં ભંગાણ આવે. આ રીતે ભૂલ કરવાની ટેવ automatic પડેલી છે. આ ભૂલને change કરવા માટે પ્રતિક્રમણ છે. એક વ્યક્તિને જે રીતે જોવાની ટેવ પડેલી છે એ delete કરી (ભૂલી) અને fresh રીતે જોવું એ પ્રતિક્રમણનું કાર્ય છે.
- પ્ર.૩. પ્રતિક્રમણના Process દ્વારા હેરાનગતિથી મુક્ત કઈ રીતે થવું ?
- જ.૩. જે દિવસથી સમજમાં આવશે કે વ્યક્તિ-વસ્તુ-પરિસ્થિતિ innocent છે. હું પોતે પણ નિર્દોષ છું. મારી દ્રષ્ટિમાં જે photo છે એ મને image દેખાડે છે. એ image ને પકડી રાખીએ એટલે એની સાથે આપણું ઘર્ષણ ઉભું થાય. જેવું આ image છોડી દેશું તો ઘર્ષણ શું, દુઃખન શું, દોસ્ત શું ? આ દોસ્તી પણ image માંથી ઉભી થાય છે. દોસ્ત કાયમનો દોસ્ત નથી અને દુઃખન કાયમ માટે નથી. આ બધી આપણી માન્યતા છે, આપણી image છે. આપણો પ્રેમ, લગાવ એ image સાથે છે, માટે કોઈ દિવસ આપણે Pure વ્યક્તિ સાથે Pure Relationship બંધાતી નથી, હકીકતમાં આપણે આપણા image ને પ્રેમ કરીએ છીએ, વ્યક્તિને નહીં. આ રીતે પ્રતિક્રમણ દ્વારા હેરાનગતિ માંથી મુક્ત થઈ શકાય છે.
- પ્ર.૪. પ્રતિક્રમણ દ્વારા આપણા પાડેલા Photo ને Delete કઈ રીતે કરવા ?
- જ.૪. અસ્તિત્વ એટલે existence, મારૂં એટલે 'My' નું. આપણું જે નામ હોય એ નામ સાથે છે. નામ સાથે જોડાઈ જઈએ છીએ.

- આંખથી Photo પાડે અને અંદર store કરી દે. બીજીવાર વ્યક્તિ જ્યારે સામે આવે ત્યારે સાચો Photo ન પાડે પણ જુના Photo થી જોઈએ. Photo એક જ વાર પાડે, એમાં જે આવ્યું તે સાચું માને. આ Photo પાડવાની ટેવ એ જ ભૂલ છે. ફોટા પાડવાની આદત છે એટલે store થઈ જાય તો એનો રસ્તો છે Delete કરી એમાંથી મુક્ત થવું.
- પ્ર.૫. આપણે આપણી 'સ્વતંત્રતા' બીજામાં ગોતીને કઈ રીતે હેરાન થઈએ છીએ ?
- જ.૫. આપણે હર ક્ષણમાં સુખ અને શાંતિની શોધમાં છીએ, પણ ખરેખર આપણો સ્વભાવ એની શોધ વ્યક્તિ, વસ્તુમાં કરીએ એમ વિચારીને કે મારી સ્વતંત્રતા 'પર' ને આધિન છે. આમ સુખ અને શાંતિના નામે અન્યમાં શોધ ચાલુ છે અને હાથ લાગે છે હેરાનગતિ. આ રીતે બીજામાં સ્વતંત્રતા ગોતીને હેરાન થઈએ છીએ.
- પ્ર.૬. નાહવાની ક્રિયા અને પ્રતિક્રમણની પ્રક્રિયામાં સામ્યતા કઈ રીતે છે ?
- જ.૬. નાહવાની ક્રિયા બાથરૂમમાં પહેલું કામ કપડા કાઢવાનું કરીએ, એ જ પ્રમાણે આપણે માન્યતાના કપડા ઉતારવાના છે. આપણા જીવનમાં Opinion બહુ છે, એ જ આપણને રવાડે ચઢાવે છે. Opinion થી જગતના ઝગડા થાય છે. આપણા બાથરૂમમાં આપણે દ્રવ્ય કપડા ઉતારીએ તે રીતે ભગવાનના બાથરૂમમાં માન્યતાના કપડા ઉતારવાના છે. માન્યતાના કપડા જેવા ઉતારશું એટલે હૃદયના દ્વાર ઉઘડે. હૃદયનો દરવાજો ખોલવો હોય તો માન્યતાના કપડા ઉતારવા પડશે. તો ભગવાન અંદર જઈ શકે, સફાઈ કરી શકે. કપડા ઉતારીને પહેલું કામ શરીરને પાણીથી ભીનું કરીએ એટલે ઠંડક વળે, એ જ પ્રમાણે જેવી માન્યતા ઉતરે એટલે ઠંડા થઈ શકાય. પાણી શરીર અને સાબુ વચ્ચે Lubrication નું કામ કરે. વગર પાણીએ સાબુ ઉપયોગી જ નથી. શુદ્ધિનું કામ કરવું હોય તો પહેલાં ઠંડા થવું પડે અને આપણી અંદર Smoothness લાવવી પડે. જેમ સાબુથી મેલ નીકળે એવી જ રીતે આપણા ચિત્તની અંદર Photo ના data સંગ્રહીત છે. પ્રતિક્રમણના સાબુથી આ Photo રૂપ ડાઘા, મેલ કાઢવાનો Process કરવાનો છે. સાબુ લગાડયા પછી ensure કરી લઈએ કે ડાઘ રહ્યો નથી, અને પછી પાણીથી મેલ કાઢી શરીર લૂછી નવા fresh કપડા પહેરીએ. પ્રતિક્રમણ કરીએ તો હર વ્યક્તિને, હર ટાઈમે fresh જોવાય અને તો જ મેલ ન થાય. આ રીતે દુનિયાનો આનંદ લઈ શકાય.
- પ્ર.૭. સામાયિક દ્વારા સમતા કઈ રીતે ઉભી કરવી ?
- જ.૭. પ્રથમ તો આપણે નિર્ભય લેવો કે હવેથી હું Photo પાડવાનું બંધ કરીશ અને જો પડી જશે તો on the spot તરત ભૂસી નાખીશ અને એ પ્રકારે દુનિયાને જોઈશ. નિર્દોષપણે સમતાપૂર્વક એમની સાથે વર્તન કરીશ. એ નિર્દોષ છે, હું પણ નિર્દોષ છું એ ધ્યાનમાં રાખી વ્યવહાર કરવો. આનાથી જ આપણા જીવનમાં સમતા ઉભી થશે. 'મારે નથી થવું હેરાન' એ મહામંત્રને જીવનમાં ક્ષણે ક્ષણે practically ઉતારી Mobile સામાયિક થાય છે જે મહાવીરે ભગવાન બનવા માટે કહી હતી.

ખાલીપો

આપણે દરેક જણ બધી જાતની સંપન્નતા હોવા છતાં સતત ક્યાંક ખાલીપો અનુભવતા હોઈએ છીએ. આપણી આસપાસ આટલાં બધાં છતાં “પોતીકું” કોઈ જ નહીં ? આપણાં જ ઘર - પરિવારમાં સતત આત્મીયતાની ખોજ શા માટે ? કહેવાના સ્વજનોના સહવાસમાં ભીડની ભીંસ કેમ અનુભવાય છે ? ખાલીપાનો ખખડાટ અને ભાર શા માટે ? તાપ આટલો કેમ છે ? ભીતરની આગ અવિશ્વાસની છે કે અસૂયા અથવા અદેખાઈની છે ? આપણે અંદરથી ભડભડ બળતા હોઈએ છતાં કોઈને તેનો અણસાર પણ ન આવે તેવું મહોરું જીવવાનો ભાર વેંટારીએ છીએ.

આજની પળમાં કરવા જેવું એક કામ હોય તો તે શુદ્ધ આત્મીયના અહેસાસ વડે હસતો ચહેરો રાખી સૌના ચહેરા હસતા થાય તેવું કરી છુટવાનું. દુઃખના રોંદણા રડવામાં એક પ્રકારની કાયરતા છે. તેનાથી ઉગરવાનું છે. કોઈને આપણા દુઃખે દુઃખી કરવાના નથી પણ આપણા સુખે સુખી કરવાનો સંકલ્પ લેવાનો છે. સૌની સાથે જે પણ સુંદર અને ઉત્તમ હોય તેનું પરસ્પર આદાન પ્રદાન કરીએ અને ખુશીની વહેંચણીમાં “ગમતાનો ગુલાલ” કરીએ.



આપણું જીવન કેવું ખુશીના ખજાનારૂપ છે. તેની ‘સ્વ’ ની ઓળખ મેળવીએ. ભગવાને આપણને માણસ બનાવ્યા તે ખુશીની બાબત છે. ભગવાને આપણને માણસ બનાવીને શબ્દ - રસ - રૂપ - સુગંધ અને સ્પર્શની રોમાંચક સૃષ્ટિની બક્ષિસ આપી તે પણ ખુશીની વાત છે. વિવિધ રસ માણવા પંચેન્દ્રિયોની અજબ ભેટ આપી તે પણ અહોભાગ્ય છે. પરમાત્માની ખુશીમાં આપણી ખુશી અને તેમના પ્રત્યે સમર્પણ ભાવમાં ખુશી જ સમાયેલી છે. આપણામાં રહેલ પ્રેમના મહાસાગર ને ઘુઘવાટ કરતો વહેવા દઈએ. આપણી આખોમાં શુભ અંજન કરીએ. આપણી દ્રષ્ટિને ઔદાર્ય અને કરૂણાથી વિસ્તૃત કરીએ. આપણા જીવન બાગને મૈત્રી - પ્રેમ - કરૂણાનાં પુષ્પોથી મધમધતો રાખીએ અને ક્ષમાભાવનું સતત ચિંતન કરીએ. આપણી જડતા રૂપી પાષાણમાંથી એવી પ્રાણ પ્રતિભાને પ્રગટાવીએ કે જેને પુષ્પો અર્પણ કરીને જીવન મંગલ થઈ જાય. આવી ચિંતન યાત્રા શરૂ થાય પછી ‘ખાલીપા’ ને અલવીદા અલવીદા અલવીદા.

લી. કિરીટ મહેતા (મુલુંડ)

Just said it!!!

Someone's comment is a fleeting wave of thought, or energy, which came and went away.

They won't even have that opinion later on. But you keep that in your mind as though:

"This is the opinion so-and-so has about me for all the time." which is, not true.

This is one example of ignorance.



Compiled by : Mahesh Vira

**શક્તિ સકલની અને જો સવિતા !
તો કલેશ મટે, જગ પ્રગટે કવિતા !**



સ્ત્રીના તન અને મનની સંકુલતા સર્જીને સર્જનહાર પણ પછીથી ગૂંચવાઈ ગયા હશે. એમણે સર્જેલી આ સૃષ્ટિમાં સૌથી અદ્ભૂત સર્જન ‘સ્ત્રી’ છે. એનું આ બહુ પરિમાણીય વ્યક્તિત્વ ભૂલ ભૂલામણી જેવું છે. નારી ને સમજવામાં નારાયણ પણ હારી જાય છે.

સ્ત્રી એટલે પ્રેમની મૂર્તિ, વાત્સલ્યનો ભંડાર, પ્રેરણાની શક્તિ. માધવે ગોપીઓના સંગે ગોકુળમાં ક્રાંતિ કરી, મહાવીરે સ્ત્રીને મુક્તિની અધિકારી ઠેરાવી તો મહાત્મા ગાંધીએ પણ સ્વાતંત્ર્ય સંગ્રામમાં સ્ત્રીઓને સહભાગી બનાવી. સંઘર્ષ વખતે સ્ત્રીની ખરી તાકાત ખીલી ઉઠે છે. કોઈ પણ સ્ત્રી સંઘર્ષ વખતે ખૂબ શક્તિશાળી સાબિત થતી હોય છે. પુરુષ આવા સમયે ભાંગી જાય છે. તે દુર્ગા, કાલિકા અને ચંડિકા બનીને જીંદગીના પડકારોનો સામનો કરે છે અને સફળ પણ થાય છે.

નાનપણમાં જે પૌત્રી બની દાદા-દાદીને કાલીઘેલી ભાષામાં રીઝવ્યા કરે છે. દિકરી જે વ્હાલનો દરિયો બની માતા-પિતાના ઘરને નંદનવન અને સુગંધિત રાખે છે. બહેન બની ભાઈની રક્ષા માટે હંમેશા ભગવાનને પ્રાર્થના કરે છે. પરણીને પતિગૃહે હસતા હસતા સૌનો પડયો બોલ ઝીલે છે. પતિના સુખ-દુઃખમાં સહભાગી બને છે અને જ્યારે માતૃત્વ ગ્રહણ કરે છે ત્યારે તો તેના પ્રેમની ચરમસીમા હોય છે. સંતાનો પર અપાર સ્નેહ, પ્રેમ લુંટાવી દે છે. ત્યારબાદ સાસુ નહીં પણ ‘સાસુમા’ બની પારકી પુત્રીને પણ પોતાના દિલની અંદર સમાવી લે છે. દાદી બની પોતાના પૌત્રો તથા પૌત્રીઓ પર અગાધ પ્રેમ વ્યોષાવર કરવા તો તે તત્પર જ હોય છે. સ્ત્રી તેના દરેક તબક્કામાંથી તે સફળ પૂરવાર થાય છે.

જે ઘરમાં સ્ત્રીનું માન, સ્વમાન તે ઘરમાં લક્ષ્મીનો વાસ રહે છે. જ્યાં પત્ની, માતા, બહેનના મન સમજાય છે ત્યારે તે ઘરમાં સાક્ષાત્કાર દેવો વાસ કરે છે, તે ઘર મંદિર બની જાય છે. ઘરને કેમ કરકસરથી ચલાવવું તે કળા તેનામાં અદ્ભૂત હોય છે અને તે ઘરમાં વસંત પૂર બહારમાં ખીલેલી રહેશે. મેઘધનુષના રંગો એમાં આપોઆપ આવશે અને હંમેશા રહેશે.

પુરુષ સમોવડી સ્ત્રી નહીં, પુરુષથી તો ક્યાંય વધુ સામર્થ્ય ધરાવતી સ્ત્રીનું આ રૂપ જ જગતનું પરમ મંગલમય દર્શન છે. સ્ત્રીને સ્વીકારવાની લડાઈ લડવાની છે ત્યારે એને દેવી બનાવીને ગોખલે બેસાડી દઈ કેદ કરી દેવાનો ભાવ અહીં નથી. ગોખલેથી ઉતરે તો પુરુષને ક્યાંય પાછળ રાખી દેવાના એના સામર્થ્યને જાણનારાઓની

રચેલી જાળ પણ હવે ધીરે ધીરે તૂટવા લાગી છે. હકીકતમાં સમાજના દરેક સ્તરે આ શક્તિ વિકસાવવાની જરૂર છે. અત્યારે સ્ત્રીની આ શક્તિનો ઉપયોગ પૂરેપૂરો કરતા જ નથી. ઘરના બધા નિર્ણયોમાં સ્ત્રી પોતાની તમામ શક્તિ કામે લગાડી દેતી હોય છે. એમ જો એને બહારના જગતનું સંચાલન કરવા આપી જુઓ, પરિણામ ચમત્કારિક હશે એમાં શંકા નથી. તે દરેક ક્ષેત્રમાં આંતરિક, માનસિક, પારિવારિક, સામાજિકને Balance કરીને નિર્ણયો લે છે. અત્યારે સ્કૂલોની પરીક્ષાના મેરિટ-લિસ્ટમાં છોકરીઓની સંખ્યા વધુ હોય છે અને મેનેજમેન્ટનું ભણવામાં પણ સ્ત્રીઓ આગળ હોય છે. જો સ્ત્રીને અનુકૂળ સંજોગો પ્રાપ્ત હશે અને વધુ ભણતર મળશે તો એ પોતાના ઘરની જેમ સમાજની કાળજી પણ લેશે અને આ કાળજી પુરુષે લીધેલી કાળજી કરતાં બહેતર હશે એમાં કોઈ શક નથી.

પોતાના બાળકો સાથે નારી ઉઠવાનું સામર્થ્ય કેવળ સ્ત્રીમાં જ છે. બાળક માટે મા જ એવી છે જે બાળકના ઈશારે નારી રહે છે. આમ કરીને બાળકનું મન રાખવા એના ગરિમાને ઓછો નથી કરતી અને માતૃત્વ હિલોળે ચડે છે. તે પળે પળે Share + Care કરે છે. સ્ત્રી ઘરની સાથે સાથે બાળકો, ઓફિસ, ધંધો બધા જ ક્ષેત્રને એક સાથે નીભાવી જાણે છે. ઘરના દરેક સદસ્યને પ્રેમના તાંતણામાં બાંધી રાખે છે. માતામાં માફ કરી દેવાની કવોલિટી પણ જબરદસ્ત હોય છે. આ એક એવી તાકત છે જે સંતાનને અંદરથી શાંત બનાવે છે.

સ્ત્રીની સહનશીલતા એ જ એની સાચી શક્તિ છે. લેટ-ગો, કોમ્પ્રોમાઈસ, એડ્જસ્ટમેન્ટ જેટલી સ્ત્રીઓ કરે છે, એની તુલનામાં પુરુષો કાંઈ જ કરતા નથી. સ્ત્રીનો પ્રેમ અદ્ભૂત હોય છે. કારણ કે પુરુષ પ્રેમ આપે છે સેક્સ મેળવવા માટે જ્યારે સ્ત્રી સેક્સ આપે છે પ્રેમ મેળવવા માટે. સ્ત્રીમાં સ્વીકારી લેવાની જે તાકાત છે એ ગજબની છે. જે પણ કંઈ હોય, જેવું પણ કંઈ હોય એ સ્ત્રી જેટલી સમજણથી સ્વીકારી લે છે, એ એની સાચી શક્તિ છે. છોકરી પરણીને એક નવા જ માહોલમાં જતી હોય છે ત્યારે સરળતાથી એ માહોલને અપનાવી સ્વીકારી લેતી હોય છે. છોકરી જે ઘરમાં જન્મીને વીસ-પચ્ચીસ વર્ષ સુધી ઉછરી હોય એ માહોલ કરતાં સાસરાનું વાતાવરણ સાવ જુદું હોય છે તો પણ એ પોતાની જાતને એમાં ઢાળી શકે છે. નવી વ્યક્તિને, નવા સંબંધોને, નવા રીતિ-રિવાજોને સમજણથી સ્વીકારી લેવાની શક્તિ અકલ્પનીય છે. આ ઉપરાંત વંશવેલો ચલાવવાથી માંડીને ઘરની જવાબદારી બેખુબી નીભાવે છે. આવું માત્ર સ્ત્રી જ કરી શકે છે પુરુષ માટે આ અઘરી ચેલેન્જ છે.

સંસારના પોત પર જ્યારે સળ પડ્યા હોય છે. ત્યારે એ સળને ભાંગવાનું કામ સ્ત્રી ઈસ્ત્રી થઈને કરે છે. સંસાર જ્યારે ચીથરેહાલ થઈ ગયો હોય ત્યારે ચીથરાને સાંધવાનું કામ સ્ત્રી સોય થઈને કરે છે. સહનશીલતા, સાહસ, વાત્સલ્ય અને પ્રેમમાં પોતે ચઢીયાતી છે તથા સમાજનું અનિવાર્ય અંગ છે એટલું સરળ સત્ય સ્વીકારીને સ્વમાનથી જીવે એમાં જ એની શક્તિ રહેલી છે સ્ત્રીએ માણસ છે કોઈ નિર્જીવ જણાસ નથી એવું પુરુષોને સમજાઈ જાય તો સમાજની વેદના ન રહે અને સમાજ નિરામય થઈ જશે.

**“નારી તું નારાયણી થઈ જાય આ સમજ આપો
સંકટમાં જે સાથ રહે અને સાહસમાં દે સાથ
વાળે અવળા માર્ગથી એ જ મિત્ર સંગથ”**

સંકલન : મયુરી વોરા

શુભેચ્છક : પદાર્થને ચાહનારો પદાર્થ પણ ગુમાવે છે, જ્યારે પરમાત્માને ચાહનારો ખુદ પરમાત્મા બની જાય છે.



A Life without Complaints

Sometimes, we take our trials, our sufferings, our ordeals too seriously.

The message below will make you think twice before complaining again.

Let's make the best out of what we have.

Be Deliberate, Be Positive and **STAY COMMITTED!**

Heavenly day's for everyone.

If you think you are **HAPPY**, look at them ?



If you think your **SALARY** is low, how about her?



If you think you don't have many **FRIENDS**?



If you think study is a **BURDEN**, how about her?



When you feel like giving up, think of this man!



If you think you suffer in life, do you suffer as much as he does?



શુભેચ્છક : અલ્પ દ્રવ્યોનું સેવન પેટને હળવું રાખે છે, અલ્પ અપેક્ષાઓ મનને પ્રસન્નતા સભર રાખે છે.



If you complaint about your transport system, how about them?



If your society is unfair to you, how about her?



Enjoy life how it is and as it comes.
Observe around you and be thankful for all that have in this transitory lifetime.
Things are worse for others and are a lot better for us.
There are many things in our life that will catch our eye, but only a few will catch our heart..... Pursue those
Compiled by: Mayur Vora.

MY NET- WORTH

Website for children to explore and magnify their mind skills.

www.kidsrgreen.org

interactive site for children who love exploring, investigating and discovering the world we live in.

www.crayota.com

provides innovative ideas, games and fun activities which can be done at home.

www.kineticcity.com

kids can play games based on science.

FAMILY

Are you aware that if we died tomorrow, the company that we are working for could easily replace us in a matter of days.

But the family we left behind will feel the loss for the rest of their lives.

And come to think of it, we pour ourselves more into work than into our own family,

an unwise investment indeed, don't you think?

So what is behind the story?

Do you know what the word FAMILY means?

FATHER
AND
MOTHER
I
LOVE
YOU



Pass this message to 7 people except you and me.

You will receive a miracle. Don't ignore, God will bless you.

Compiled by : Girish Vira



જગતમાં ત્રણ પ્રકારના મનુષ્યો હોય છે. બુદ્ધિબળ, શારિરીક બળ અને ભાવબળ. આ ત્રણેનું balance ‘સમ’ છે. ભગવાને આખો સમનો માર્ગ દેખાડ્યો અને આ ત્રણનું balance થશે ત્યારે સમમાર્ગ ઉભો થશે. આ આખો સમમાર્ગ નવકારમાં ગર્ભાયેલો પડ્યો છે.

આ નવકાર મહામંત્ર વિષે થોડું જાણીએ.

મનને જે માર્ગ બતાવે એ મંત્ર. મન માટે સાધન રૂપ જે વસ્તુ બને એનું નામ મંત્ર.

આ નવકારને મહામંત્ર કહ્યો છે. હરીભદ્રસુરીએ “યોગ સમૂચ્ચય” ગ્રંથમાં એમને મૃત્યુંજય મંત્ર કહ્યો.

મૃત્યુ ઉપર વિજય પ્રાપ્ત કરાવી શકે એવું જે સામર્થ્ય ધરાવે એવો જે મંત્ર એટલે નવકાર. હરદ્વણે જે દુઃખ દ્વારા મૃત્યુનો ભય થઈ રહ્યો છે એના ઉપર જે વિજય અપાવે એ મૃત્યુંજય. શરીરથી જે વિદાય પામે છે મૃત્યુ ની વાત નથી, પણ એના ભયની જે વેદના છે એમાંથી મુક્ત કરાવે. આ એક જ મંત્રને સાધવાથી, આરાધવાથી, અંતર્ગત કરવાથી કોઈ પણ જીવને મુક્તિ પમાડે છે. એ જીવનું જે ધ્યેય હોય એ ધ્યેય સુધી પહોંચાડી શકે, એવી શક્તિ અને સામર્થ્ય નવકાર ધરાવે છે.

મંત્રની દુનિયામાં, મનને બતાવનારો માર્ગ, તો મનને કેટલું બધું જોઈવું હોય તો અલગ અલગ મંત્ર જાણવા પડે પણ નવકારને એ બધા મંત્રનો અધિષ્ઠાયક કહ્યો, રાજા કહ્યો કારણ કે મંત્રની master key છે. આ key હાથમાં આવી જાય તો દરેક મંત્રનું કામ આ એક જ મંત્ર કરી દે, એટલે એને મહામંત્ર કહ્યો.

જીવનમાં જે સાર્થક છે. જે ઉપયોગી છે એની પ્રાપ્તિ કરાવી આપનાર જો કોઈ હોય તો આ મહામંત્ર કરાવી શકે. કોઈપણ સમસ્યા હોય, એનું નિદાન, એનો ઉપાય, એનો ઈલાજ આ મંત્રની અંદર મળી શકે. સાધક વ્યવસ્થિત રીતે એની અંદર જોડાઈ જાય તો પરિણામ પરિણમે.

૧૨ ભાવનાઓ આની પૂર્વ તૈયારીઓ છે. જો માસ્ટર કી ને અંદર ઉતારવી હોય તો લાયકાત કેળવવી જ પડે. તો મંત્રધિરાજ એનું પરિણામ પરિણામને આપણુ હિત સાધવા આપણે ઉચ્ચાર સુધી પહોંચવું પડશે. ઉચ્ચાર ત્રણ પ્રકારે થાય. શબ્દથી, expression, ક્રિયા દ્વારા expression ભાવ દ્વારા અને મન દ્વારા થાય. મંત્રમાં સૌથી મહત્વનું મન છે. સૂક્ષ્મ, સૂક્ષ્માતી સૂક્ષ્મ જે ઉચ્ચાર છે આપણે ત્યાં પહોંચવાનું છે.

શારીરીક કાચીક પણ ઉચ્ચાર છે. હાસ્ય, ક્રોધ આવાજ કાચીક ઉચ્ચાર છે. દરેક જણ આનો ઉપયોગ કરે છે. આપણું આખું જીવન નો control વચનથી, મનથી અને કાચાથી થાય છે. આપણે કહેવામાં મન-વચન-કાચા વાપરીએ છીએ. મન પહેલા બોલીએ કારણ કે મન વ્યવસ્થિત હશે તો વચન અને કાચા આપમેળે ઠેકાણે

આવી જશે. મંત્રને પકડવાનું કારણ એટલું છે મનને ઠેકાણે પાડી દે, ઉપચાર કરી દે, એનું solution થઈ જાય. મંત્રધિરાજ નો પહેલો શબ્દ છે ‘નમો.’

નમો એટલે શું ?

મારી અંદર રહેલું જે attachment, જે મોહ છે એનાથી હું હટુ છું. હું મારાપણાથી હટુ છું. હું કાઈ નથી.

નમો માં ‘હ’ silent છે, એટલે ‘હું’ જે છું એ ‘હું’ ને side માં મુકીને નમુ છું. અને ‘હું’ જે ક્રિયા કરૂ છું એના પરિણામ રૂપે કહું છું.

વ્યક્તિ ‘હું’ કાંઈ છું એનાથી જે છૂટો પડે છે એ અવસ્થાનું નામ ‘નમોહ’ જીવન વચન અને આગમનો સાર ‘નમોહ’ છે. વિતરાગ બનવું હોય તો પણ ‘નમોહ’ ચૌદપૂર્વનો સાર પણ ‘નમોહ’. આટલા બધા ગ્રંથો આટલા બધા સૂત્રો નું complication ને અંતે ટૂંકાણામાં કહી દીધું કે ‘નમોહ’ થઈ જા એટલે આખો સાર એની અંદર આવી ગયો.

જીવનમાં જ્યાં જ્યાં successful થયા હોય ત્યાં જોજો. જ્યારે હું કાંઈ નથી એમ સમજી સામેવાળાનો સ્વિકાર કર્યો છે ત્યારે એ success થયા વગર રહેશે જ નહિ.

આ ભક્તિમાર્ગ Base છે. ભક્તિ, જ્ઞાન અને કર્મ આ ત્રણેનું નવકારમંત્રમાં જબરદસ્ત balance છે. સર્વજ્ઞ જ્યારે કોઈ પણ મંત્ર આપે એ master key હોય, અને successive હોય.

Success એટલે ધાર્યું તે થાય અને જીવનનો અર્થ કાંઈ પણ જીતી શકે, દરેક તત્વોને જીતી શકે.

આ જીવનનારનો માર્ગ successful બનવાનો જ હોય એટલે જ પહેલા શબ્દમાં આખા success નું રહસ્ય આપણા હાથમાં આપી દીધું. સુખી થવું હોય તો નમોહ માં સ્થિર થા, પોતાની જાતને હું કાંઈ નથી અને અનંતને સમર્પિત થઈ જા તો અનંત થઈ જઈશ.

અરિહંત અને સિદ્ધ અનંત છે.

આપણે day to day માં કે પર્યુષણ પર્વમાં મિચ્છામી દુક્કડમ માંગીએ, પણ એનો ગર્ભિત અર્થ શું ?

અર્થ છે, મારૂ તારી સાથે જે કાંઈ દુષકૃત્ય થયું છે એ હું મન-વચન-કાચાથી પાછું લઉં છું. મારી ભૂલનો સ્વિકાર કરું છું.

આ ચિત્તની શુદ્ધિ કરી અને મહામંત્ર પણ ચિત્તની શુદ્ધિનું સાધન છે, મનને શુદ્ધ વિશુદ્ધ કરવા માટેનું સાધન છે.

આપણુ મન શુદ્ધ હશે તો જીવન વિશુદ્ધ બનશે.

આપણું સામાન્ય જીવન મનમાં રહેલા data પ્રમાણેનું છે. શાસ્ત્રીય ભાષામાં આને કર્મ કહીએ છીએ. આ data જે સંસ્કાર રૂપે આપણી અંદર ધરબાયેલા છે. એ મન દ્વારા બહાર આવે છે. આપણું મન પૌંદગલિક છે અને એને માર્ગદર્શન આપનાર છે ચિત્ત. આ ચિત્તનો controller આત્મા છે. આત્મા અને મનની વચ્ચેનો Mediator ચિત્ત છે. આત્માનો પ્રકાશ આ ચિત્ત છે.

કર્મના પ્રભાવો, વાસનાઓ, સંસ્કારો એ બધું મન દ્વારા પ્રગટ થાય છે પણ એના pictures ચિત્તમાં છે જે મન દ્વારા Express કરે છે. Express એટલે ઉચ્ચાર કરે છે. જ્ઞાન સત્તા જ્યારે સૂતી હોય સુસુપ્ત હોય ત્યારે કર્મસત્તા power માં આવે અને એ ઉદભવે એટલે કામ કરી જાય જેનું પરિણામ આપણે ભોગવીએ અને હેરાન થઈએ.

આનો જવાબ માત્ર ‘નમોહ’ માં છે. સૌથી પહેલા તો હું સ્વિકાર કરૂ કે I am nothing. મારે જે બનવું છે એના ગુણોનો સ્વિકાર કરવો. એની અંદર શ્રેષ્ઠતમ જે હોય એ ગુણ છે. એ શ્રેષ્ઠતાનો, એ ગુણનો સ્વિકાર કર્યા વગર એ હું કેવી રીતે એના જેવો બની શકું.

શુભેચ્છક : ઘરમાં મોકળાશ જેટલી વધુ એટલી રહેવાની હળવાશ વધુ, હૃદયમાં મોકળાશ જેટલી વધુ એટલી મનમાં પ્રસન્નતા વધુ.



આપણી અંદર ભાવના નથી, અહો ભાવ નમો, Respect નથી અને જો દંભ હશે તો એ તત્ત્વ સુધી પહોંચી જ નહીં શકાય.

‘નમોહ’ નું સૌથી પહેલું પગથિયું અહોભાવ, ગુણો પ્રત્યેનો Respect, ગુણોનો સ્વિકાર. આ સ્વિકાર ભાવ હાજર નહિ હોય તો ગુણનો સ્પર્શ થવા દેશે નહિ અને નમોહ ની પ્રક્રિયા જીવનમાં શરૂ થશે નહિ.

આપણી intellectual બુદ્ધિ જલ્દીથી આ સ્વિકારવા દેતુ નથી. જીવનમાં કંઈ પણ પ્રાપ્ત ન કરવા દેનાર આપણી આ ચાંડાળ બુદ્ધિ છે. મોટામાં મોટો અવરોધ છે.

બુદ્ધિની જરૂર છે પણ જ્યાં સુધી એમાં સમ્યક્ તત્ત્વ પ્રગટ થતુ નથી ત્યાં સુધી એ નકામી છે. અપરિપક્વ બુદ્ધિ ગમે તેટલી highly intellectual હોય પણ જો એની અંદર સ્વિકાર ભાવ નહિ હોય તો જીવનમાં અમુલ્ય કંઈ પ્રાપ્ત કરવાને પાત્ર નહી રહે.

જે ગુણ પ્રાપ્ત કરવા છે એના પ્રત્યેનો આદર એટલે નમન. આદર સહીત જે નમન છે એ ‘નમોહ’ નું પહેલું પગથિયું. આદર, Respect, અહોભાવ ભક્તિમાર્ગનું પહેલું પગથિયું છે.

‘હું કંઈ છું જ નહિ’ એને ચરમ કક્ષા સુધી પહોંચાડવાનું નામ ભક્તિ જ્યાં સાધ્ય અને સાધક એક થઈ જાય, આરાધક અને આરાધ્ય એક થઈ જાય. બીજું પગથિયું છે સ્વિકાર ભાવ. (શરણ ભાવ)

મને જે કહેવામાં આવશે એનો સ્વિકાર છે. આ સ્વિકાર ભાવ વગર જીવનું કલ્યાણ નથી એજ સરળ ભાવ. Obeying without any condition total unconditional બનવું ૯૯% લોકોનો અટકાવ અહીંયા છે. ૧% એમાંથી આગળ નીકળે છે એમનો સમર્પણનો stage હોય છે. એટલે જે જેનો સ્વિકાર એનો અમલ.

જ્યારે complete unconditional total surrender થાય એ આત્મ સમર્પણ. અહિ સાધ્ય સાધક એક થઈ જશે.

આ ચાર stage માં હું ક્યાં ચૂકુ છું. ભૂલ ક્યાં થાય છે એ check કરવાનું છે. અટકાવ પહેલા ત્રણમાં છે એટલે સ્વ આત્મનિરિક્ષણ બહુ જરૂરી છે.

જે આ ત્રણ પાર કરી ગયો એ પામી ગયો.

આ ભક્તિનો માર્ગ આટલો સરળ છે.

આમાં બુદ્ધિનું કામ ક્યાં આવ્યું ?

બુદ્ધિનું કામ વિશ્લેષણમાં, self analysis માં આવે.

ભક્તિ જો આંધળી બની જશે તો એનીય ખબર નહિ પડે.

અહિં બુદ્ધિના સદ ઉપયોગની જરૂર પડે. (સદ્વિવેક)

હું ક્યાં ઉભો છું એ વિશ્લેષણ માટે બુદ્ધિની જરૂર છે નહિ તો ગાંડા બનીને આખો દિવસ - રાત ધમાલ કરે તો એ સ્થૂળ ભક્તિમાં આખું જીવન નીકળે તો પણ વ્યર્થ જ છે.

સત્સંગ એટલે શું ?

સતસંગ એટલે શું ?

સતસંગ એટલે પોતાની સાથેનો સંગ. પોતાએ પોતાની સાથે રહેવું. જીવનમાં જે કંઈપણ Implement કરો છો તે Implement માં ક્યાં અટકીએ છે એના માટેના માર્ગદર્શનનું માધ્યમ એટલે સતસંગ.

હું છું અને જગત છે એ જેમ છે એમ બન્નેનો પ્રવાસ ચાલુ છે. પ્રવાસમાં variation આવતું રહેશે પણ આપણે એ variation નો સ્વીકાર કરી શકતા નથી, કરતા નથી અને આ હકીકત છે. બન્નેનું સમ્મલન થતુ નથી પણ અસ્વિકાર થાય છે. સ્વીકારભાવ આવતો નથી એટલે Repulsion થાય છે. આવું Repulsion હર ક્ષણે થયા કરે છે. If we are not clear તો ઘેટા બકરાના ટોળા સમાન આપણી અવસ્થા ધીમે ધીમે થતી જાય છે. સતત animal instinct આપણી અંદર જાગૃત રહે છે.

પશુત્વ એટલે જડતા. જેને હિત શું કહેવાય એનીજ ખબર નથી. હિત એટલે તેને જાણવાની તાલાવેલીનો જેની અંદર સદંતર અભાવ હોય એવા મૂઠ. આ જડતાની extreme condition છે.

જડતા એટલે જે જેમ છે એમ સ્વીકાર કરવાનો ભાવજ નથી. લક્ષનું લક્ષ નથી. વાર્દેઘડીએ આપણે આપણી જડતામાં ઘૂસી જઈએ છે. આપણે આપણી life exactly આ રીતે જીવીએ છે. પૈસા કમાવવા, personal life માં બધા જ મહેનત મજૂરી કરે છે. કમાવવું અને બચાવવું આ બે કામ સતત ચાલતા હોય છે અને આ કામમાં એટલા બધા involve થઈ જાય છે કે કમાવે છે શા માટે અને બચાવે છે શા માટે એજ ભૂલી જાય છે. આનું નામ જડતા. લક્ષનું લક્ષ હાજર ન હોય એ highest level ની જડતા છે.

જડતા એ દરિયા ઉપરના મોજા જેવી છે. every moment માં એક મોજુ આવે છે. જો લક્ષ ભૂલી જવાશે તો જડતાનું મોજુ ક્યારે આપણને લપેટમાં લઈ લેશે એની ખબર પણ નહી પડે અને જીવનના

ઝંઝાવાતમાં ફેંકાઈ જશું.

વારંવાર આપણે ભૂલી જઈએ છે કે આપણો પ્રવાસ continuous process માં છે જેમાં આપણા હાથમાં 20% જ છે. 80% નથી. હું પ્રવાસમાં છું એ દરમ્યાન કોણ મળવાનું છે, શું બનવાનું છે એની ખબર નથી. આમાં option ફક્ત જાગૃત રહેવાનું છે. આ 20% માં સત્સંગની જાગૃતી રાખવાની છે. જ્ઞાન-ધ્યાન-ભાન એજ જાગૃતિ છે. જાગૃતિને જાગૃત રાખવા માટે સત્સંગ છે.

અત્યારે આપણે જે કરી રહ્યા છીએ તે વ્યવહાર સત્સંગ છે. વ્યવહાર સત્સંગ એટલે એક આયોજન જ્યાં બધા એક સાથે એક દિવસે ભેગા મળે અને પોતાને ઝંજોડે. આમાં જવાબદારી સંપૂર્ણ મારી છે એ awareness ની પહેલી જાગૃતિ છે. કોઈ આપણને ફક્ત માર્ગદર્શન આપી શકશે. પરંતુ સત્સંગ તો મારે જ મારો કરવો પડશે. સત્સંગના માહોલમાં એ spark, life માં convert થઈ શકે અને જ્યાં બધાનો મક્કસદ એક હોય ત્યારે એનો power અનંત ઘણો વધી જાય છે અને લક્ષમાં રાખી માહોલ બનાવવામાં આવે છે અને વ્યવહાર સતસંગનું આયોજન થાય છે.

આપણે બધા પ્રવાસ કરી રહ્યા છે, બધાનો મક્કસદ એકજ છે, બધાએ જાગૃત રહેવું જરૂરી છે. જ્યારે જાગૃતિની સંભાવના હોય અને અજાગૃત મનથી અસ્વીકાર ભાવ કરીએ તો સત્સંગમાં આવીને જબરદસ્ત વિધ્વંસ ઉભુ થાય છે. સત્સંગમાં આવવાથી પોતા વિશે પોતાના દ્વારા જાગૃતિ વધે છે. આ બધાની અંદર અજાગૃતિ એ છે કે કોઈ મને સત્સંગ કરાવે છે. આમ આપણે જવાબદારી બીજા ઉપર ટોળી દઈએ. ખરેખર સત્સંગ સ્વયંની જાગૃતિનો અવસર છે.

પ્રવાસની અંદર લક્ષ ઉભુ થાય. એ લક્ષ ઉભુ થયા પછી લક્ષપૂર્વક હુ જીવું છું કે નહિ એમાં ઓતપ્રોત થવુ બહુ આવશ્યક છે. આવી habit pattern develop કરવા માટે વ્યવહાર સત્સંગનું આયોજન થાય છે.

શુભેચ્છક : જીવન સામે જેને ઓછામાં ઓછી ફરીયાદ છે, એ જ માણસ આ જગતમાં વધારેમાં વધારે સુખી છે.



परमआनंद सत्संग परिवारना नवा सत्संगीओ (०१.०१.२०१० थी)



S.No	Name	Resi. Area	Land line No.	Mobile No.	Do Birth	Mar. Ann
01	Miken. P. Ajmera	Borivli		09819302191	17.02.84	
02	Sarita. N.Chaudhary	Malad (W)				
03	Vatsal. A. Maru	Malad		09987594081	30.07.97	
04	Ramila Gala	Andheri	26792771	09221050099		
05	Navin Gada	Dahisar	28940122	09819094795		
06	Madhuri. N. Gada	Dahisar	28940122	09833491088	16.11.57	06.04.83
07	Bharat. H. Gangar	Matunga	24152430	09820773677	23.03.57	17.05.81
08	Kalyanji. Gada	Andheri		09833593633	22.12.49	18.03.71
09	Kiran. M. Pasad	Mulund	21636138	09324612597	16.11.70	
10	Chandan. Aamde	Malad		09869019249	30.03.68	
11	Laxmichand J Gala	Matunga			12.01.46	09.03.72
12	Vinod K Dedhia	Malad (W)		09699965576	19.02.56	19.01.87
13	Viren Shah	Goregaon		09833377501		
14	Chirag Dagli	Mulund	32440045	9323980045	19.10.64	07.12.90
15	Surendra Haria	Ambarnath		9322214832	03.01.60	26.12.80
16	Manilal R Nandu	Matunga	65394581	9987052153	25.09.54	06.06.79
17	Kasturi K Shah	Santacruz	26125183	9819085353	08.10.55	10.04.79
18	Hemant Gala	Borivli		9820619814	20.01.62	06.02.90
19	Suresh Vora	Malad		9987006500	26.08.61	09.03.89
20	Saroj Shah	Andheri	26826821	9324271871	25.03.68	12.12.85
21	Kanhaiyalal Chheda	Andheri		9820815151	31.05.84	08.07.07
22	Parul Chheda	Andheri		9892791133	09.02.85	08.07.07
23	Naresh D Gangar	Dombivli	02512870996	9320309292	27.12.70	18.02.93
24	Leharchand Sangoi	Dombivli	9820904600	9819642214	07.02.57	31.07.79
25	Gemendra Gala	Mulund	25622448	9322286566	17.07.65	23.05.89
26	Ramesh Gogri	Mulund (W)	25652959	9833160553	26.05.53	19.12.77
27	Pramila R Gogri	Mulund (W)	25652959		24.09.57	19.12.77
28	Leharchand Vora	Sion		9820610660	07.06.64	01.04.89
29	Chetna Maru	Mulund	25647003	9324565166	14.01.78	02.12.03
30	Sarla Shah	Mulund	32180111	9322505454	03.06.53	20.12.73
31	Vasanti Maru	Mulund	25917874		30.01.50	19.02.70
32	Darshana Gandhi	Mulund	25924502	9819004389	06.05.67	18.05.93
33	Praful Mehta	Dombivli		9322270770	04.08.44	19.04.70
34	Dharmesh Dharamshi	Ghatkopar	25121526	9833872899	29.12.73	04.07.02
35	Rekha Gada	Mulund		9833362443		
36	Naval Gada	Mulund		9323537965		
37	Rajul Mota	Dombivli		9321420727		
38	Bharat Mota	Dombivli		9324781388		
39	Tarla Gosar	Mulund (W)		9870319109	22.06.72	16.05.97
40	Neeru Sangoi	Ghatkopar	25165916	9224166055	17.11.55	26.05.84

शुभेच्छक :

आंभमां अभी दुनिया गमी, जुलमां अभी दुनिया नमी.