



1. પંચામૃત	પ્રિય સ્વજન	..... 0૨
2. અવસર આંગણિયે	દિવ્ય જીવન વ્યવસ્થા	
	Science of Divine Living / નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ શિબિર	..... 0૩-0૪
	દિવ્ય જીવન વ્યવસ્થા	
	Science of Divine Living / નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ શિબિર	..... 0૪-0૫
3. અહેવાલ	૧) શ્રી શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના	
	શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર જાપ પૂજન શાહપુર	..... 0૫-0૭
	શ્રી શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના	
	શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર જાપ પૂજન - શાહપુર	..... 0૭-0૮
	૨) મહાશિવરાત્રી- મોક્ષ પંચગીની	..... 0૯
	મહાશિવરાત્રી - મોક્ષ પંચગીની	..... ૧0
	૩) સમ્યક જ્ઞાન અગ્નિ હોળી મહોત્સવ - ૨0૧૮	..... ૧૧
	સમ્યક જ્ઞાન અગ્નિ હોળી મહોત્સવ - ૨૦૧૮	..... ૧૨
	૪) શ્રી ચૈત્રી નવરાત્રિ શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના	
	શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર પૂજન અનુષ્ઠાન - પાર્લા	..... ૧૨-૧૩
	શ્રી ચૈત્રી નવરાત્રિ શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ સાધના	
	શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર પૂજન અનુષ્ઠાન - પાર્લા	..... ૧૪-૧૫
	૫) મહાવીર જન્મ કલ્યાણક - ૨0૧૮	..... ૧૫-૧૬
	મહાવીર જન્મ કલ્યાણક ૨૦૧૮	..... ૧૬
4. અનુભવનું અતર	૧) આનંદમય જીવનના વિકાસની અદ્ભૂત શિબિર	
	નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ/Science of Divine Living	..... ૧૭
	૨) શ્રી શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ સાધના with	
	શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર જાપ પૂજન, શાહપૂર	..... ૧૮-૧૯
	૩) શ્રી ચૈત્રી નવરાત્રી આરાધના - શ્રી નવપદ સાધના	
	શ્રી સિદ્ધચક્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન	..... ૧૯
	૪) મહાશિવરાત્રી પંચગીની	..... ૨0
5. આગામી કાર્યક્રમોની વિશેષ રુપરેખા		..... ૨૧-૨૨
6. પ્રભુવાણી (Hindi)	જતના માર્ગ (સમી જીવોની જતના કા માર્ગ)	..... ૨૩
7. પ્રભુવાણી (English)	Jatna Marg (Path of Care for all Jivas)	..... ૨૪
8. જિજ્ઞાસા આપકી - જવાબ પ્રભુકે		..... ૨૫
9. જિજ્ઞાસા તમારી - જવાબ પ્રભુના		..... ૨૬
10. પરમ આનંદ પરિવાર સત્સંગ	ભગવદ્ ગીતા ઓર મેરા જીવન	..... ૨૭-૨૮
11. પરમ આનંદ પરિવાર સત્સંગ	ભગવદ્ ગીતા અને મારું જીવન	..... ૨૮-૩0
12. આહાર વિહાર	વરિયાળી	..... ૩૧
13. બાલ જગત		..... ૩૨
14. Vision 2025		..... ૩૩-૩૪
15. ૧૨ આવશ્યક સ્ટેપ્સ		..... ૩૫-૩૬

## આગામી કાર્યક્રમની રૂપરેખા

આગામી કાર્યક્રમોની વિસ્તૃત રૂપરેખા માટે જુઓ Page No. 21 to 22

**શુભેચ્છક :** યદિ કોઈ ટુર્બલ માનવ તુમ્હારા અપમાન કરે તો ઉસે ક્ષમા કર દો, ક્યોંકિ ક્ષમા કરના હી વીરોં કા કામ હૈ। પરંતુ યદિ અપમાન કરને વાલા બલવાન હો તો ઉસકો અવશ્ય દણ્ડ દો। - ગુરુ ગોવિન્દસિંહ



પ્રિય સ્વજન,

“ જે તરણતારણ સુગતિ કારણ દુઃખ નિવારણ મંત્ર છે,  
સંસારરૂપ સમુદ્રમાં નૈયા સુકાની મંત્ર છે,  
દુઃખોના દાવાનલ મહી જલ સિયનારો મંત્ર છે,  
એવા શ્રી મહામંત્રને ભાવે કરું હું વંદના...”

આપણે નિગોદમાંથી નીકળી સિધ્ધની કૃપાથી ટ ઠ લાખ યોનિ કરી આ ધરતી પર આવ્યા છીએ. પરંતુ આપણને પોતાને સમજ નથી કે આ ધરતી પર શરીર રૂપે આવ્યાં છીએ તો શા માટે? શા માટે જીવીએ છીએ એનું જ ભાન નથી. આ દુનિયામાં શા માટે છીએ? ભગવાન મહાવીરનો માર્ગ મળ્યો છે. મંત્રાધિરાજ નમસ્કાર મહામંત્ર મળ્યો છે. નમસ્કાર મહામંત્રમાં રહેલ રહસ્યને સમજાવનારા સદ્ગુરુ મળ્યા છે પરંતુ અત્યારના આપણી હાલત કેવી છે? આપણા મૂળ અસ્તિત્વને જ ભૂલી ગયા છીએ. ઘર, પરિવાર, સમાજ, નોકરી, ધંધાની જવાબદારી પૂરી કરતાં કરતાં એમાં જ અટવાઈ ગયાં છીએ. સૌથી મોટી ચિંતા ભવિષ્યની કરીએ છીએ. જીવન એવી રીતે જીવીએ છીએ જાણે ગેરન્ટી છે. બીજો દિવસ પણ મળશે. ભગવાન કહે છે બધી જવાબદારી પૂરી કરતાં કરતાં આપણે જેના માટે આ ધરતી ઉપર આવ્યા છીએ એ પણ પુરૂ કરી શકીએ છીએ. બસ... જરૂર છે જાગૃત થવાની... ભગવાને બતાવેલ માર્ગ પર ચાલવાની...!

એનાં માટે બે સરળ અને સચોટ માર્ગ છે. ૧) નમસ્કાર મહામંત્રનું શરણ, ૨) શ્રી સિધ્ધચક્ર મહાયંત્ર સાથે કાયમનો નાતો બાંધવો જે આપણાં ભવોભવના સાથીદાર છે. જેમના શરણમાં રહીને આપણે આપણાં પરમલક્ષ... પરમ મંગલપદને પામી શકીએ છીએ.

આ પરમલક્ષને પામવા માટે “વિશ્વવિદ્યા જીવન વિકાસ કેન્દ્ર” દ્વારા “પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી પંકજભાઈના” સાનિધ્યમાં બે અવસરનું

૧) "Science of Divine Living through નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ શિબીર"

૨) શ્રી શક્તિ આરધના શ્રી નવપદ સાધના with શ્રી સિધ્ધચક્ર મહાયંત્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન, આંબેસરી

**Date : 10 June 2018, Sunday**

આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. પ્રભુની અસીમ કૃપા મેળવી જીવનને દિવ્ય બનાવો.

આવો... આપણે સૌ જોડાઈ જીવનને દિવ્ય બનાવીએ.



આપનો પ્રિય મિત્ર  
નમો જિણાણં

‘નમો જિણાણં’ મેગેઝીનના આ અંક થી લવાજમ લેવામાં આવશે. જે શિબિરાર્થી / સત્સંગી ભાઈ-બહેનોને આ મેગેઝીન રેગ્યુલર મળે એવી ઈચ્છા હોય તો આજીવન સદસ્યના રૂ. ૧૫૦૦/- સાથે આપના સેન્ટર સંચાલકને તમારું નામ, સરનામું તથા ફોન નંબર લખી આપવા વિનંતી. (Subscription Form to be filled & sent with Amount).

**98698 62373 • 99875 03512 • 98331 33266 • 98202 12816**

**પરમ સુખ 24 X 7 HELPLINE**

**MISSED CALL NO. : 09920202756**

**WHATSAPP NO. : 09920203965**

जीवन की किसी भी समस्या के उपाय और AUDIO CD/VIDEO CD या MAGAZINE, POSTER  
के लिए उपर बताए हुए नंबर पर संपर्क करें। यह सेवा २४ घंटे और सातों दिन उपलब्ध है।

**‘નમો જિણાણં’**

The Science of Divine Living  
(ત્રિમાસિક પત્રિકા)

મુદ્રક :

ગોગરી ઓફસેટ પ્રિન્ટર્સ

માલિક અને પ્રકાશક :

પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર (મુંબઈ)



E-mail : enquiry.namojinanam@gmail.com  
Website : www.namojinanam.org

અંક : ૪૦, વર્ષ : ૨૦૧૮

મુલ્ય :

તા. : ૧૦, જૂન - ૨૦૧૮

૩૦.૦૦ રૂ.

शुभेच्छक : मन ही मनुष्य को स्वर्ग या नरक में बिठा देता है। स्वर्ग या नरक में जाने की कुंजी भगवान ने हमारे हाथ में दे रखी है। – स्वामी शिवानन्द



## દિવ્ય જીવન વ્યવસ્થા Science of Divine Living નમસ્કાર મહામંત્ર યોગ શિબિર

“ચત્તારિ મંગલં, અરિહંતા મંગલં,  
સિદ્ધા મંગલં, સાધુ મંગલં....!”

અરિહંત, સિદ્ધ, સાધુ અને ધર્મતત્વ આ ચારે મંગલકારી છે : ચાર શરણાંથી પ્રભુકૃપા, પાંચ ધૂન (પંચામૃત) તથા પાંચ પ્રક્રિયા - આ નમસ્કાર મહામંત્ર યોગની વિશિષ્ટતા છે.

એનાં માટે બે સરળ અને સચોટ માર્ગ છે. ૧) નમસ્કાર મહામંત્રનું શરણ, ૨) શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર સાથે કાયમનો નાતો બાંધવો જે આપણાં ભવોભવના સાથીદાર છે. જેમના શરણમાં રહીને આપણે આપણાં પરમલક્ષ... પરમ મંગલપદને પામી શકીએ છીએ.

### Prabhu Krupa is the heart of Namskar MahamantraYog.

Prabhu ઈશ્વરને સમર્પણ - વાણી, વર્તન અને વિચાર થી. ઈશ્વર is nothing but Law of Nature, Divinity જે આપણાં સૌની અંદર છે. કોઈ એનાથી બાકાત નથી. સ્વયં અરિહંત પરમાત્મા પણ એનાથી બાકાત નથી. એમણે સૃષ્ટિના નિયમો પર ચાલીને જ કર્મો પર વિજય મેળવ્યો છે અને એ ભગવાન છે. તેઓ પણ આપણી જેમ દેહધારી છે. સત્પુરુષાર્થ દ્વારા આજે તેઓ પરમગતિ પ્રાપ્ત કરવાના રસ્તા પર છે. અને આપણે મનુષ્ય ? સિદ્ધ એ દેહરહિત અવસ્થા છે. અસંગ દશા છે.

કર્મ નિર્જરા કરી અરિહંત જ્યારે દેહ ત્યાગે છે ત્યારે સિદ્ધ ગતિને પ્રાપ્ત કરે છે. આપણું પણ Final Destination આ જ છે. આપણે સૌ ઈચ્છીએ છીએ આ જ પરંતુ લક્ષની જાગૃતિ નથી. અજ્ઞાન છે, ભય છે, એક બીજા પર, વસ્તુઓ પર, પરિસ્થિતી પર શંકા છે. એનો રામબાણ ઈલાજ છે પંચામૃત શાંતિકળશ. પ્રભુકૃપાથી શરૂઆત કરીને જ્યારે આ પાંચ ધૂનનો ગુંજારવ કરીએ છીએ ત્યારે Dynamic Meditation ની શરૂઆત થાય છે.

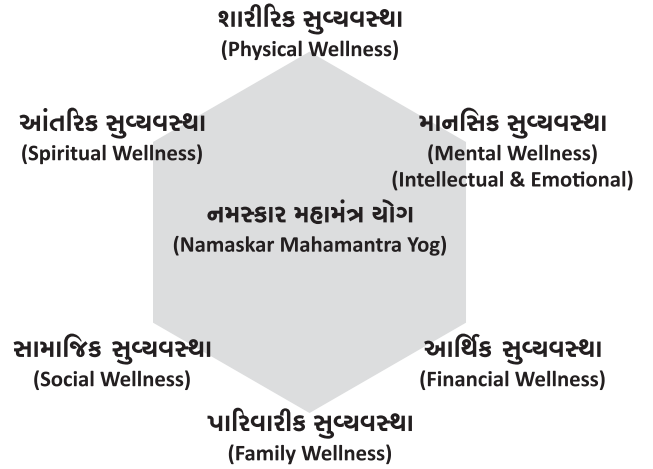
- ૧) “નમો જિણાણં... જિઅ ભયાણં”
- ૨) “મારે નથી થવું હેરાન”
- ૩) “તમે ગમે તેવા હો, I Love You”
- ૪) “તમે છો અમારા, અમે છીએ તમારા,  
સંગીત આપણું મજાનુ મજાનુ...”
- ૫) “હું સમયનો પ્રવાસી છું.”

આ રીતે આ પાંચ ધૂન શાંતિ કળશ પંચામૃત સમાન પાંચ ધૂન રોજ સવારે છોડવાનીજ છે પરંતુ જ્યારે પણ આપણે માયુસ (ઉદાસ) થઈએ છીએ અને આ માયુસીને આવવા પહેલા જ ભગવાવવી છે તો આ પ્રમાણે આપણો નિત્યક્રમ બનાવીને ચાલવું પડશે. આ છે Divine Lifestyle Training.

આજનો યુગ Modern, Fast paced છે. એમાં Love = Care + Share નો અભાવ જોવા મળે છે. આપણે પ્રેમની શરૂઆત સ્વયં થી કરવાની છે. શરીર મૈત્રી, પ્રાણ મૈત્રી અને શુદ્ધાત્મ યોગ - આ છે શરીર, પ્રાણ અને ચિત્ત શુદ્ધિના માધ્યમ.

જ્યારે આપણે યોગ કરીએ છીએ ત્યારે ઈશ્વર થી Connect થઈએ છીએ. મૈત્રી દ્વારા શરીરથી શરૂઆત કરીને સ્વયંની જતનાથી બીજાની જતના કરવાનો માર્ગ ભગવાને બતાવ્યો છે. નિયમિત Simple Stretching & talking to your body with care through શરીર મૈત્રી. પ્રાણ મૈત્રી આપણાં શ્વાસને કેન્દ્રિત કરે છે. તેનાથી Negativity દૂર થાય છે. વિવેક બુદ્ધિ ખીલે છે. માનસિક અને શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સૂધરે છે. રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધે છે, જાગૃતિ વધે છે અને આપણે નિર્ણય લેવામાં સક્ષમ બનીએ છીએ. નિયમિત શુદ્ધાત્મ નમસ્કાર યોગ ભાવસહિત કરવાથી ચિત્તશુદ્ધિ થાય છે. મન પ્રસન્ન રહે છે. પંચ પરમેષ્ઠિની કૃપા માંગીને નમન, શરણ, સમર્પણ દ્વારા આત્મ સમર્પણ સુધી લઈ જનારી આ પ્રક્રિયા છે.

આ ઉપરાંત સવારની મંત્ર પ્રક્રિયા અને રાતની મંત્ર પ્રક્રિયા - 40 થી 45 મિનિટની પ્રક્રિયામાં ચાર શરણા, નવપદ સ્તુતિ, મંત્રજાપ (સવારની પ્રક્રિયા) અને બાર ભાવના, પંચ પરમેષ્ઠિ ગુણગાન તથા મંત્ર જાપ (રાતની પ્રક્રિયા) થી વિશ્વ કલ્યાણ ભાવના કરવામાં આવે છે.



આ રીતે જીવનના દરેક છ ક્ષેત્ર પર Direct પ્રભાવ જોવા મળે છે. ઈશ્વરનું શરણ હશે તો સદ્બુદ્ધિ મળશે. સદ્બુદ્ધિ થી સત્ પુરુષાર્થ દ્વારા Dynamic Meditation પંચામૃત દ્વારા થશે તો Energetic બનશું. નવચેતના, ઉર્જા આવશે. પાંચ પ્રક્રિયા દ્વારા આત્મ કલ્યાણ અને આત્મરક્ષણ થશે. અર્થ વ્યવસ્થા સાત્વિક બનશે અને પરિવારમાં સામંજસ્ય હશે. આરતી, મંગલદિપક અને પરિવાર મૈત્રી સભાથી વિશુદ્ધ થશે. એકબીજા માટે Care અને Share ની ભાવના વધશે અને Mistake rectify થઈ લક્ષ્યપૂર્વક જીવન સરલતા અને સહજતાથી જીવશે. ત્યારે જ એક સ્વસ્થ સમાજ અને સ્વસ્થ દેશ નિર્માણ થશે અને પૂરા વિશ્વમાં Divine Vibrations નું પ્રસરણ થશે.

શુભેચ્છક : अपनी नम्रता का गर्व करने से अधिक निर्दनीय और कुछ नहीं है। - मारकस औरैलियस



सृष्टिना नियमो पर यादीने आपणो पण भगवान बनवा आव्यां छीअे अने बनी शकीशुं अेवो विश्वास Develop थरो. आ Practically समज पडशे. Problem ने Front on Face करी शकीअे. सद्बिचय तथा सद्बिचक द्वारा 24 x 7 प्रतिक्रमण करीने Practically result oriented life जूवी शकीशुं. अरिहंत पद प्राप्त करी सिध्द पद सुधी अवश्य परभगति, परम उद्दृष्ट अेवो मुक्ति पदना मंगलने पामशुं अेवो आ संकल्प छे.

आ कारण सद् अरिहंत त्रिपदी “नमो जिण्णसुं” जे भणे तेने कही, मारे नथी थुं हेरान, तमे गमे तेवा हो, I Love You भाव निर्णय लईने गुण प्रभोद द्वारा व्यवहार शुद्धिकरणो मार्ग बताव्यो छे. सौ प्रथम सवारना आंभ भुलतानी साथे ईश्वरने नमो जिण्णसुं कहीने 3 whatsapp नी CC परमात्मा, गुरुजन, माता पिताने भाव सहित भोक्लवाना छे.

- १) It is a wonderful Day (आजनो दिवस अद्भूत छे.)
- २) Come What may, I will Enjoy (कई पण थाय, हुं आनंदमां रहीश.)
- ३) Come what may, I will always Smile (कई पण थाय, हुं हुंमेशा हसतो रहीश.)

आ निर्णय लेवानो छे - प्रभु समक्ष जाहेर करवाना छे. त्यारे जवन Valuable बनशे. अने भरेभर दिवस अद्भूत बनाववानो आ मार्ग छे. आ रीते मन हुंमेशा आनंद उद्लासमां रहेशे. अने Pure Divine Energy आपणी आसपास तथा आपणी अंदर डेलाशे.

“मंगलं भगवान वीरो, मंगलं गौतम प्रभु,  
मंगलं स्थूलीभद्राध्याय, जैन धर्मोस्तु मंगलं....!”

ईश्वर मंगल करवावाणा छे. अज्ञान अंधकार दूर करे छे अने करता रहे. स्थूलताथी भद्रता तरङ्ग हुं आगण वधु अे ज मंगलभावना छे. आ ज छे मानवजवननुं परम लक्ष.

“सेवा अे परभो धर्म, मानवता प्रथमो धर्म”

उपथी बदलाता High Tech युगमां जेनी अत्यारना आपणुं घर, परिवार, समाजमां, देशमां, विश्वमां ताती जश्रियात छे अेवी आ दिव्य जवन व्यवस्था... Divine Life Style नमस्कार महामंत्र योगनी शिबिरो शत्रु थई रही छे. मुंभईमां विविध स्थणे “परम सुभ जवन विकास केन्द्र”ना नेजा हेठण प. पू. गुरुदेव श्री पंकजभाईना सान्ध्यमां

**Date : 24 June 2018 थी**

विविध संस्था, मंडण, Social Groups, स्कुल, कोलेजना विद्यार्थीओ सर्वने आ शिबिरमां जोडाववा सप्रेम आमंत्रण छे. अवश्य जोडाईने प्रभुनी दिव्य कृपा भेणवी जवनने आनंदमय बनाववानो अवसर यूकशो नही.

नमो जिण्णसुं

## दिव्य जीवन व्यवस्था Science of Divine Living नमस्कार महामंत्र योग शिबिर

“चत्तारी मंगलं, अरिहंता मंगलं,  
सिद्धा मंगलं, साहू मंगलं....!”

अरिहंत, सिद्ध, साधू और धर्म तत्व यह चारों मंगलकारी है । चार शरणा प्रभुकृपा, पांच धुन (पंचामृत) तथा पांच प्रक्रिया यह नमस्कार महामंत्र योग की विशिष्टता है । प्रभुकृपा is the heart of Namaskar Mahamantra योग और ईश्वर को समर्पण : वाणी, वर्तन तथा विचार से, इस में किया जाता है। ईश्वर is nothing but Law of Nature, Divinity जो हम सबके भीतर है। कोई इससे परे नहीं है। स्वयं अरिहंत परमात्मा भी इससे बाकाद नहीं है। उन्होंने सृष्टि के नियमों से चलकर ही जीवन में कर्मों पर विजय पाई थी और वे भगवान हैं। वे भी देहधारी थे हम सब की तरह। सत्पुरुषार्थ द्वारा आज वे परम गति को प्राप्त होने के रास्ते पर है और हम मनुष्य? सिद्ध यह देह रहित दशा हैं। असंग दशा है। अरिहंत जब अपना देह त्यागते हैं तब सिद्ध गति को प्राप्त होते है कर्म निर्जरा द्वारा। हमारा भी परम लक्ष, Final Destination यही है। हम सब चाहते तो यही है लेकिन लक्ष की जागृति नहीं है। अज्ञान है, भय है, एक दुसरे पर, वस्तुओंपर, परिस्थिती पर शंका है। इसका रामबाण उपाय है पंचामृत शांतिकलश। प्रभु कृपा से शुरुआत कर जब यह पांच धून को गुंजाते हैं तो Dynamic Meditation की शुरुआत होती है।

- १) “नमो जिण्णसुं... जिअ भयाणं”
- २) “मुझे नहीं होना परेशान”
- ३) “आप कैसे भी हो, I Love You”
- ४) “आप हो हमारे, हम हैं तुम्हारे,  
संगीत अपना, सुहाना सुहाना....”
- ५) “मैं समय का प्रवासी हूँ”

इस प्रकार यह पाँच धून शांतिकलश पंचामृत हमें रोज सुबह तो छेडनी ही हैं लेकिन हम जब मायूस होते हैं और यदी मायूसी को आने से पहले ही भगाना है तो इस प्रकार का नित्यक्रम हमें बनाकर चलना होगा। यह है Divine Lifestyle Training.

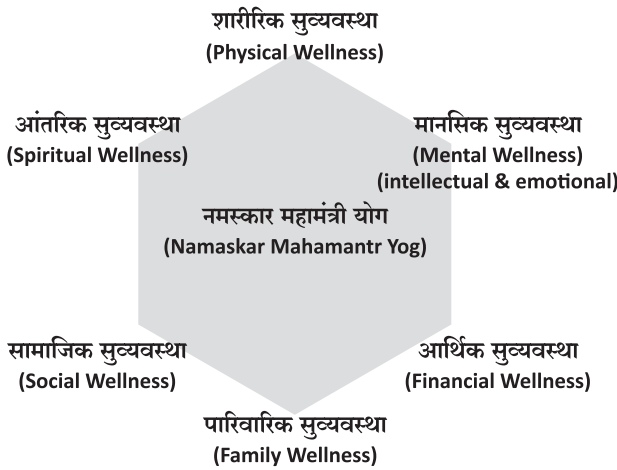
आज का युग Modern, Fast paced है। ऐसे में Love = Care + Share का अभाव देखने को मिलता है। हमें प्रेम की शुरुआत स्वयं से करनी है। शरीर मैत्री, प्राण मैत्री और शुद्धात्म योग यह है शरीर, प्राण और चित्त विशुद्धि के माध्यम। योग तब होता है। जब हम ईश्वर से Connect होते हैं। मैत्री द्वारा शरीर से शुरुआत कर स्वयं की जतना से दुसरों की जतना कर मार्ग बताया है ईश्वर ने। नियमित Simple Stretching & talking to your body with care through

शुभेच्छक : मनुष्य तो दुर्बलताओं की प्रतिमा है जिसमें देवत्व और दानवत्व दोनों का ही समावेश है।



शरीर मैत्री। प्राण मैत्री हमारी साँसो को केंद्रित करता है और इससे Negativity दूर होती है। विवेक बुद्धि खिलती है। मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य बढ़ता है। रोग प्रतिकारक शक्ति बढ़ती है, जागृति बढ़ती है और हम निर्णय लेने में सक्षम बनते हैं।

इसके उपरांत सुबह की मंत्र प्रक्रिया और रात की मंत्र प्रक्रिया 40-45 mins. each का क्रम भी बताया गया है। इसमें चार शरणा, नवपद स्तुति और मंत्र जाप (Morning Prakriya) और बारह भावना, पंच परमेष्ठी गुणगान एवं मंत्र जाप (Night Prakriya) से विश्व कल्याण भावना की जाती है।



इस प्रकार जीवन के सभी (६) क्षेत्र पर इसका Direct प्रभाव देखने को मिलता है। ईश्वर का शरण होगा तो सद्बुद्धि मिलेगी। सद्बुद्धि से सत्पुरुषार्थ द्वारा Dynamic Meditation पंचामृत द्वारा होगा तो Energetic बनेंगे। नवचेतना, उर्जा होगी और पाँच प्रक्रिया द्वारा आत्म कल्याण और आत्मरक्षण होगा। अर्थ-व्यवस्था सात्विक बनेगी और परिवार में सामंजस्य होगा। आरती मंगल दीपक एवं परिवार मैत्री सभा से विशुद्धि होगी। एक दुसरे से Care और Share की भावना बढ़ेगी और Mistake rectify होकर लक्षपूर्वक जीवन सरलता और सहजता से जीया जा सकेगा। कर्म जनित पनौती से मुक्त होने के द्वार खुलेंगे। तब जाकर एक स्वस्थ समाज और स्वस्थ देश निर्माण होगा और पूरे विश्व में Divine Vibrations फैलेंगे।

सृष्टि के नियमों से चलकर हम खुद भी भगवान बनने आए हैं और बन सकेंगे इसका विश्वास Develop होगा। यह Practically पता चलेगा। Problem को Front on Face कर सकेंगे। और सद्विनय एवं सद्विवेक द्वारा 24 x 7 प्रतिक्रमण कर Practically result oriented life जीएँगे। अरिहंत पद को प्राप्त कर सिद्ध पद तक अवश्य परम गति, परम उत्कृष्ट ऐसे मुक्ति पद के मंगल को पाएँगे ऐसा यह संकल्प है।

इसके लिए अरिहंत त्रिपदी “नमो जिणाणं” जिसे मिलें उसे कहकर, मुझे नहीं होना परेशान और आप कैसे भी हो I Love You के भाव निर्णय लेकर, गुण प्रमोद द्वारा व्यवहार का शुद्धिकरण मार्ग प्रयोग बताया गया है। और सबसे पहले सुबह आँख खुलते ही ईश्वर को नमो जिणाणं कहकर, 3 whatsapp की CC परमात्मा, गुरुजन एवं माता पिता को भाव सहित –

- १) It is a wonderful Day (आज का दिन अद्भुत है।)
- २) Come What may, I will Enjoy (कुछ भी हो जाए, मैं आनंद में रहूँगा।)
- ३) Come what may, I will always Smile (मैं हमेशा मुस्कुराता रहूँगा।)

यह Conscious निर्णय लेने है। Declare करने है प्रभू को। तब हमारा जीवन Valuable बनेगा। दिन वाकही अद्भुत बनाने का यह सरल मार्ग है। इस प्रकार मन हमेशा आनंद उल्लास में रहेगा और Pure Divine Energy हमारे आस पास और हमारे अंदर फैलेगी।

“मंगलं भगवान वीरो, मंगलं गौतम प्रभू,  
मंगलं स्थूलीभद्रादयाय, जैन धर्मोस्तु मंगलं...!”

ईश्वर मंगल करने वाला है। अज्ञान अंधकार मिटाता है और मिटाता रहे, स्थूलता से भद्रता की ओर मैं आगे बढ़ूँ यही है मंगल भावना। यही है मानव के जीवन का लक्ष।

“सेवा ए परमो धर्म, मानवता प्रथमो धर्म”

जल्दी से बदलते हुए High Tech युग में जिसकी अभी हमे हमारे घर परिवारमें, समाज में, देश में, विश्व में ताती जरूरियात है ऐसी यह दिव्य जीवन व्यवस्था... Divine Life Style नमस्कार महामंत्र योग शिबिर शुरु होने जा रही है। मुंबई में विविध स्थल में “परम सुख जीवन विकास केन्द्र” के नेजे में प.पू. गुरुदेव श्री पंकजभाई के सानिध्य में,

**Date : 24 June 2018 से**

समाज की विविध संस्था, मंडळ, Social Groups, महिला मंडळ, स्कूल-कोलेज के छात्रो.. सभी को इस शिबिर में जुडने के लिए सप्रेम आमंत्रण है।

अवश्य जुडकर प्रभु की दिव्य कृपा पाकर जीवन को आनंदमय बनाने का अवसर चूकना मत।

नमो जिणाणं

शुभेच्छः : भगवान ने मनुष्य को अपने ही समान बनाया, पर दुर्भाग्य से इन्सान ने भगवान को अपने जैसा बना डाला। – महात्मा गांधी



### श्री शक्ति आराधना - श्री नवपद ज्ञान साधना श्री सिध्दयज्ञ महायंत्र जाप पूजन - शाहपुर

आसो नवरात्री અને ચૈત્રી નવરાત્રીમાં પંદર દિવસ આરાધના સાધના કરી આંતરવિકાસ યાત્રા એક Step આગળ વધારી.

" It is a Wonderful Day.  
Come what may, I will Enjoy,  
Come what may, I will Smile."

આ ત્રણ નિર્ણય લીધા. હંમેશા Smile અને Enjoy કરવા માટે. પરમાત્મા પાસે શક્તિ મેળવવા માટે ભગવાને કહ્યું છે કે સૌને વિના કારણ પ્રેમ કરો. જે પણ મળે એને પ્રેમની શક્તિ આપો. આ પ્રેમની શક્તિ વહેંચવાનું શીખવા માટે “પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર” દ્વારા એક દિવસ માટે શાહપુર - માનસ મંદિરે પ.પૂ. ગુરૂદેવ શ્રી પંકજભાઈના સાનિધ્યમાં “શ્રી શક્તિ આરાધના, શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના with શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન”નું આયોજન 11 June 2017 ના કર્યું હતું. માનસ મંદિરમાં પ્રેમને Expand કરવા માટે મુંબઈથી બોરીવલી, અંધેરી, સાયન, મુલુંડ એમ અલગ અલગ સ્થળોથી બસની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી હતી. દર વર્ષની જેમ પરમ આનંદ પરિવારના સેવકો આગલા દિવસે બધી તૈયારીઓ કરવા પહોંચી ગયા હતાં. હોલમાં પ્રતિમા સ્વરૂપ પ્રભુજીની સાક્ષાત હાજરી થઈ. પ્રભુજી સમક્ષ સેવકો દ્વારા મંડલાકાર શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર માંડલો રચવામાં આવ્યો. સેવકોના ભાવ સાથે અદ્ભૂત માંડલો રચાતો ગયો. હોલમાં પંચ પરમેષ્ઠિની ઘજા પતાકા લગાડવામાં આવી.

સવારે લગભગ 7.30 વાગે બધી બસો આવી પહોંચી. નવકારશી કર્યા બાદ બધા આરાધકો હોલમાં પહોંચી ગયા. જેમની પાસે યંત્ર છે તેઓ પોતાના યંત્ર Recharge કરવા લઈ આવ્યાં હતાં. સૌ પોતાનું યંત્ર ગોઠવી પોતાના સ્થાન પર બિરાજમાન થયા. અનુષ્ઠાનની શરૂઆતમાં ભાવનાબેન શેઠ પરિવારે દીપ પ્રગટીકરણ કર્યું. ત્યારબાદ પ.પૂ. ગુરૂદેવે “નમો જિણાણં... જિઅ ભયાણં” ધૂન સાથે જીવિત તીર્થંકર પરમાત્મા શ્રી સીમંધર સ્વામીને આહવાન આપ્યું. પ્રભુજીની હાજરી થઈ. પ.પૂ. ગુરૂદેવે પ્રેમને Expand કરવા માટેની ચાવી આપી... વગર કારણે જગતને પ્રેમ કરવો અને જગત સાથે મૈત્રી કરવી. મારા પ્રેમને અનંત બનાવે અને મારી Smile ને કાયમ બનાવે એવી શક્તિ જનરેટ કરવા પ્રેમનો Process શરૂ કર્યો આ ધૂન દ્વારા,

“મૈત્રી ભાવનું પવિત્ર ઝરણું મુજ હૈયામાં વહ્યા કરે”, જેમ પહાડ પર ચડવા બેઝ કેમ્પની તૈયારી કરવી પડે છે એ જ રીતે પરમ પદ પ્રાપ્ત કરવું હોય તો એના માટે ભગવાને મંત્ર આપ્યો, અને આ નિર્ણય લેવાનો છે, ૧) “બોલ મનવા બોલ, મારે નથી થવું હેરાન”

૨) “હું સ્વતંત્ર જરૂર બનીશ.”

૩) “હું નિગ્રંથ જરૂર બનીશ.”

૪) “હું શ્રમણ જરૂર બનીશ.”

૫) “હું ભગવાન જરૂર બનીશ.”

૬) “હું સિધ્ધ જરૂર બનીશ.”

ઘર ઘરમાં ઉદાસી, ઝઘડા, કંકાસ છે. એમાંથી બહાર નીકળવા માટે પ્રથમ નિર્ણય લીધો અને શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર પર વાસક્ષેપ પૂજન કર્યું. જે લોકો પાસે યંત્ર ન હતું તેમણે ભાવપૂજન કર્યું.

પ્રથમ પરમ મંત્ર દ્વારા - “મારે નથી થવું હેરાન”.

ત્યારબાદ આપણી અંદર રહેલ નકારાત્મક ઉર્જા દૂર કરવા મહાકાલી માતાનું શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર પર વાસક્ષેપ પૂજન કર્યું. “ૐ હૌં ક્લીં મહાકાલી દેવ્યાયે નમઃ”

ત્યારબાદ પ.પૂ. ગુરૂદેવે પરમાત્માની કૃપા મેળવવા કૃપા મંત્ર આપ્યો. “નમો જિણાણં... જિઅ ભયાણં”

માયુસી, ઉદાસી આવે ત્યારે પ્રભુની કૃપા લઈ દૃઢ્યની આસપાસ રહેલ Negativity ને ભગાવવા માટે મંત્ર આપ્યો, અને દુર્ગામાતાનું શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર પર વાસક્ષેપ પૂજન તથા ભાવ પૂજન કર્યું. “ૐ હૌં ઈં ક્લીં દુર્ગાયે નમઃ”

ત્યારબાદ ત્રીજા Step માં પૂ. ગુરૂદેવે કહ્યું - રોજ સવારે ઉઠીને સિંહ ગર્જના - જે પણ તમારાથી નારાજ છે તેને આ Message મોકલવા - “બોલ મનવા બોલ, મારે નથી જીવું હેરાન”

“નમો જિણાણં... જિઅ ભયાણં”

“તમે ગમે તેવા હો, I Love you”

ચોથા પગથિયામાં આપણાં પોતાના માનસની અંદર લીલા-લહેર કરવા માટેની આ માનસ મંદિરની Picnic માં હંમેશા ગજ ગજ આનંદમાં રહેવા માટે, “શ્રી ગજાનન જય ગજાનન જય જય ગણેશ મોરયા” ની ધૂન ગજાવી.

ત્યારબાદ રોજ જે ઘરમાં આરતી, દીવો થતા હોય ત્યાં આનંદ આનંદ જ હોય ને એના ઘરે મહાલક્ષ્મી મા પધારે છે. જીવનને આનંદમય, જાહોજલાલીવાળું બનાવવા માટે મહાલક્ષ્મી માતાનું શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર પર પૂજન કર્યું. “ૐ હૌં શ્રી મહાલક્ષ્મી દેવ્યાયે નમઃ”

ત્યારબાદ સરસ્વતી માતાનું પૂજન કરી જ્ઞાનનું અવધારણ કર્યું. “ૐ શ્રી સરસ્વતી દેવ્યાય નમઃ”

ત્યારબાદ પરમાત્માએ બતાવેલ માર્ગ પર ચાલવાની શરૂઆત કરી. જ્ઞાન પદ અષ્ટકનો ગુંજારવ કરીને, આપની સૌની અંદર સમ્યક્ જ્ઞાન પ્રગટે, પરમાત્માની ઉર્જા પ્રગટે અને અમે સૌ કેવળજ્ઞાની બનીએ એવી કૃપા માંગીને શ્રી સિધ્ધયજ્ઞ મહાયંત્ર પર વાસક્ષેપ પૂજન કર્યું. “ૐ નમો નાણસ્સ”

ત્યારબાદ હંમેશા Smile અને Enjoy કરવા માટે તપપદ

શુભેચ્છક : માનવ का दानव होना उसकी हार है। मानव का महामानव होना उसका चमत्कार है और मनुष्य का मानव होना उसकी जीत है। - डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन



अष्टकनो गुंजारव करी श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर वासक्षेप पूजन कर्तुं.  
“ॐ नमो तवस्स”

त्यारबाद सम्यक् दर्शन पद अष्टकनो गुंजारव कर्तो अने श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर वासक्षेप पूजन कर्तुं. “ॐ नमो दंशारस्स”

त्यारबाद प.पू. गुर्देवे सेवा विशे समजणु आपी आनंदमां रहेवा माटे शुं करवुं जोईअे तेनी समजणु आपी. त्यारबाद सम्यक् यारित्र पद अष्टकनो गुंजारव करीने श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर वासक्षेप पूजन कर्तुं. “ॐ नमो यारितस्स”

आ रीते दस पगथिया पूरा थया. प्रथम छ शक्ति आराधनाना, त्यारपछी यार गुण्णात्मक विकासना. हुवे पंय परमेष्ठिनी साधनाना पांय पगथिया... साधुपद थी लईने सिद्धपदनी साधना... परम मुक्तिपदना पगथिया.


योवीसे कलाक लक्षमां जगृत रहे तेने साधु कहेवाय. साधुना गुणु कया छे ते पू. गइदेवे समज्या. आपणे पाणु अेवा भावगुणु साधु बनीअे अने अेमना शरणामां रही अेमना मार्ग पर यालीअे अेवा भाव साथे श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर पूजन कर्तुं. “ॐ नमो लोअे सव्व साहूणुं”

बधानी साथे भित्ता पूर्वक व्यवहार करतां, चिंतन, मनन करतां अने सौनी साथे विनयभावमां रहेतां परम विनयी अने Solution Provider अेवा उपाध्याय पदनुं अष्टक गुंजारव करी वासक्षेप पूजन कर्तुं. “नमो उवज्जायाणुं”

अरिहंत समान आचार्य भगवंत मार्ग प्रकाशक छे. अेमनी अंदर सतत प्रभुनी धारा वहेती होय, बधा ज Level पर आपणी रक्षा करतां होय अेवा आचार्य भगवंतना गुणगान करी श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर वासक्षेप पूजन कर्तुं. “नमो आयरियाणुं”

त्यारबाद अरिहंत परमात्मा जे तीर्थकर स्वरूप छे अने अेमनी कृपा सतत आपणुं पर वरसी रही छे. करोडो करोडो वर्षो सुधी अेमनुं शरणु अने कृपा मण्वा ज करशे. अेवा अरिहंत परमात्माना गुणगान करी श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर वासक्षेप पूजन कर्तुं. “नमो अरिहंताणुं”

त्यारबाद सिद्धपद - परम भंगल मुक्तिपद... अंतिम Destination... जेमनी कृपाथी आपणे अही छीअे अेमना जेवा आपणे बनीअे, अेमनी कृपा मणती रहे अने सर्वनी अंदर आनंद भरता रहीअे अने अेमनो मार्ग अमने मणतो रहे अेवा भाव साथे श्री सिद्धयुक्त महायंत्र पर वासक्षेप पूजन कर्तुं. “नमो सिद्धाणुं”

आ रीते हंमेशु Smile मां अने Enjoy मां रहेवा अने आंतरविकासनी आ 15 Step नी यात्रा संपन्न थई. त्यारबाद गौतमप्रसादी वापरी भीजा सत्रमां पू. गुर्देवे श्री सिद्धयुक्त यंत्र समक्ष धरे कई रीते साधना करवी तेनी समजणु आपी. आदिनाथ दादाना दर्शन करी सौ मुंभई आववा रवाना थया. 

## श्री शक्ति आराधना - श्री नवपद ज्ञान साधना श्री सिद्धचक्र महायंत्र जाप पूजन - शाहपुर

आसो नवरात्रि और चैत्री नवरात्री में पंद्रह दिन की आराधना - साधना करके आंतरविकास यात्रा को एक Step आगे बढ़ाया।

**" It is a Wonderful Day.  
Come what may, I will Enjoy,  
Come what may, I will Smile. "**

यह तीन निर्णय लिए। हंमेशा Smile और Enjoy करने के लिए परमात्मा के पास शक्ति प्राप्त करने के लिए भगवानने कहा है कि सबको बिना कारण प्रेम करो। जो भी मिले उसे प्रेम की शक्ति दो। यह प्रेम की शक्ति बाटने की Formula सीखने के लिए “परम सुख जीवन विकास केन्द्र” द्वारा एक दिन की शाहपुर-मानस मंदिर में प.पू. गुरुदेव पंकजभाई के सानिध्य में “श्री शक्ति आराधना-श्री नवपद ज्ञान साधना with श्री सिद्धचक्र महायंत्र जाप पूजन” का आयोजन 11 June 2017 को किया गया। मानस मंदिर में प्रेम को Expand करने हेतु मुंबई के बोरीवली, अंधेरी, सायन, मुलुंड - अलग अलग स्थान से बस की व्यवस्था की गई थी। हर साल की तरह परम आनंद परिवार के सेवक अगले दिन सभी तैयारी करने के लिए पहुँच गए थे। होल में प्रतिमा स्वरूप प्रभुजीकी हाजरी हुई। प्रभुजी समक्ष सेवको द्वारा मंडलाकार श्री सिद्धचक्र महायंत्र का मांडला रचाया गया। सेवको के भाव के साथ अद्भुत मांडला बनता गया। होल में पंच परमेष्ठि की धजा पताका लगाई गई।

सुबह लगभग 7.30 बजे सभी बसे आ पहुँची थी। नवकारशी करके सभी आराधक होल में पहुँच गए। जिनके पास यंत्र है वे अपने यंत्र Recharge करने के लिए ले आए थे। सभी अपने यंत्र के साथ अपने स्थान पर बिराजमान हुए। अनुष्ठान की शुरुआत भावनाबेन शेट परिवार ने दीप प्रगटीकरण करके की। तत्पश्चात प.पू. गुरुदेवने “नमो जिणाणं.. जिअ भयाणं” धून के साथ जीवित तीर्थकर परमात्मा श्री सीमंधर स्वामी को आवहान किया। प्रभुजी की हाजरी हुई। पू. गुरुदेवने प्रेम को Expand करने के लिए चावी दी। “बिना कारण जगत को प्रेम करना और जगत के साथ मैत्री करनी। मेरे प्रेम को अनंत बनाएँ और मेरी Smile कायम रहे” ऐसी शक्ति जनरेट करने के लिए प्रेम का Process शुरु हुआ इस धून के साथ,

“मैत्री भावनुं पवित्र झरणुं, मुज हैयामा वहा करे”, जैसे पहाड पर चढ़ने के लिए Base Camp की तैयारी करनी पडती है वैसे ही परम पद प्राप्त करने के लिए भगवान ने दिया मंत्र और यह निर्णय लेना है,  
१) “बोल मनवा बोल, मुझे नहीं होना परेशान”  
२) “मैं स्वतंत्र जरूर बनूंगा।”

शुभेच्छक : माँ के ममत्व की एक बूंद अमृत के समुद्र से ज्यादा मीठी है। - जयशंकर प्रसाद



३) “मैं निग्रंथ जरूर बनूंगा।”

४) “मैं श्रमण जरूर बनूंगा।”

५) “मैं भगवान जरूर बनूंगा।”

६) “मैं सिद्ध जरूर बनूंगा।”

घर घर में उदासी, मायूसी, झगडा, कंकास है। उसमें से बाहर निकलने के लिए पहले निर्णय लिया और फिर श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। जिनके पास यंत्र नहीं था उन्होंने भावपूजन किया।

प्रथम परम मंत्र द्वारा, “मुझे नहीं होना परेशान”।

तत्पश्चात अपने अंदर रही हुई नकारात्मक ऊर्जा दूर करने के लिए महाकाली माता का श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ ह्रीं क्लीं महाकाली देव्याये नमः।”

फिर प. पू. गुरुदेवने परमात्मा की कृपा पाने के लिए कृपा मंत्र दिया। “नमो जिगाणं... जिअ भयाणं”

मायूसी, उदासी आती है तब प्रभु की कृपा लेकर हृदय के आसपास रही हुई Negativity को भगाने के लिए मंत्र दिया और दुर्गा माता का श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन तथा भाव पूजन किया। “ॐ ह्रीं एं क्लीं दुर्गाये नमः।”

तत्पश्चात प. पू. गुरुदेवने कहाँ - रोज सुबह को उठकर सिंह गर्जना - जो भी आपसे नाराज है उन्हे यह Message भेजना है -

“बोल मनवा बोल, मुझे नहीं होना परेशान”

“नमो जिगाणं... जिअ भयाणं”

“आप कैसे भी हो, I Love you”

तत्पश्चात हमारे खुद के मानस के अंदर लीला लहेर करने के लिए इस मानस मंदिर की Picnic में हमेशा गज गज आनंद में रहने के लिए, “श्री गजानन जय गजानन जय गणेश मोर्या” धून का गुंजारव किया।

हररोज जिन घरों में आरती, मंगल दिपक होते हैं वहाँ आनंद ही आनंद है। और उनके घर महालक्ष्मी मा पधारती हैं। जीवन को आनंदमय, समृद्धिमय बनाने के लिए महालक्ष्मी माता का श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ ह्रीं महालक्ष्मी देव्याये नमः।”

तत्पश्चात सरस्वती माता का पूजन करके ज्ञान का अवधारण किया। “ॐ श्री सरस्वती देव्याय नमः।”

तत्पश्चात परमात्माने बताये हुए मार्ग पर चलने के लिए ज्ञान पद अष्टक का गुंजारव करके शुरुआत की।

हम सबके अंदर सम्यक् ज्ञान प्रगट हो, परमात्मा की ऊर्जा प्रगट हो और हम सब केवलज्ञानी बने ऐसी कृपा मांगकर श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो नाणस्स”

तत्पश्चात हमेशा Smile और Enjoy करने के लिए तप पद

अष्टक का गुंजारव करके श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो तवस्स”

फिर सम्यक दर्शन पद अष्टक का गुंजारव किया और श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो दंशणस्स”

फिर प. पू. गुरुदेवने सेवा के बारे में समजाया। आनंद में रहने के लिए क्या करना चाहिए उसकी समझ दी। तत्पश्चात सम्यक चारित्र पद अष्टक का गुंजारव करके श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो चारितस्स”

इस तरह दस Steps पूरे हुए। पहले छह शक्ति आराधना के फिर चार गुणात्मक विकास के। अब पंच परमेष्ठि की साधना के पाँच Steps साधुपद से लेकर सिद्धपद की साधना... परम मुक्ति पद के चरण।

चोबीसो घंटे लक्ष में जागृत रहे उसे साधु कहते है। साधु के गुण कौन से है, यह पू. गुरुदेवने समजाया। हम भी ऐसे भाव गुण साधु बने और उनके शरण में रहकर उनके मार्ग पर चले ऐसे भाव के साथ श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो लोए सव्व साहूणं”

सबके साथ मित्रता करते करते, चिंतन मनन करते और सबके साथ विनयभाव में रहते परम विनयी और Solution Provider ऐसे उपाध्याय पद का अष्टक गुंजन करके श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो उवज्झायाणं”

अरिहंत समान आचार्य भगवंत मार्ग प्रकाशक है। उनके अंदर सतत प्रभु की धारा बहती है, सभी Level पर हमारी रक्षा करते है, ऐसे आचार्य भगवंत के गुणगण करके श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो आयरियाणं”

तत्पश्चात अरिहंत परमात्मा जो तीर्थंकर स्वरूप है और उनकी कृपा सतत हम पर बरस रही है। करोडो करोडो सालो तक उनका शरण और कृपा मिलती रहेगी ऐसे अरिहंत परमात्मा के गुणगण करके श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो अरिहंताणं”

तत्पश्चात सिद्धपद - परम मंगल मुक्तिपद... अंतिम Destination... जिनकी कृपा से हम यहाँ पर है। उनके जैसे हम बने, उनकी कृपा मिलती रहे और सबके अंदर आनंद भरते रहे और उनका मार्ग हमें मिलता रहे ऐसे भाव के साथ श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर वासक्षेप पूजन किया। “ॐ नमो सिद्धाणं”

इस तरह हमेशा Smile और Enjoy में रहने के लिए आंतरविकास की यह 15 Step की यात्रा संपन्न हुई। गौतमप्रसादी ग्रहण करके दुसरे सत्र में प. पू. गुरुदेवने घर पर श्री सिद्धचक्र यंत्र समक्ष कैसे साधना करनी है यह बताया। आदिनाथ दादा के दर्शन करके सभी बस में मुंबई आने के लिए रवाना हुए।

नमो जिगाणं

शुभेच्छः : तुम ये कभी मत सोचो कि आत्मा के लिए कुछ असंभव है। ऐसा सोचना तो सबसे बड़ा अधर्म है। अगर कोई पाप है, तो वो यही है; की, ये कहना तुम निर्बल हो या अन्य लोग निर्बल हैं। - स्वामी विवेकानंद





## महाशिवरात्री - मोक्ष पंथगीनी

“नमस्कार नमस्कार शून्य पूर्ण शीव दाता,

नमः कोडवारी प्रभु विश्वरूपम्,

प्रभु शांतिनाथाय, श्री सीमंधर स्वामी,

पिता-मात, भ्राता, गुड्रु ज्ञान दाता... शिवोहम्... शिवोहम्”

(ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय नी साथे...)

मंगलमय ભક્તિ શીવના ગુણગાન કરતાં કરતાં મહાશિવરાત્રીની શરૂઆત રંગમંડપ સજાવીને કરવામાં આવી. ત્યારબાદ પ. ગુરૂદેવે સૌને પ્રશ્ન પૂછ્યો કે મુંબઈ થી આટલે દૂર અહીં આપણે સૌ શા માટે આવ્યાં છીએ? શીવ એટલે શું? સૌએ પોતાની સમજ પ્રમાણે જવાબ આપ્યો. આ પ્રશ્નોત્તરીનો સત્ર પૂ. ગુરૂદેવે શિવરાત્રીને જ્ઞાનાત્મક રીતે સમજવા અને હંમેશા Smile માં રહેવા માટે પ્રયોજ્યુ હતું.

સૌના ઉત્તરો સાંભળ્યા પછી પૂ. ગુરૂદેવે સમજાવતા કહ્યું કે શિવ એ આપણી વિચારોની મદિલનતા થી મુક્ત અવસ્થા છે. આપણી માન્યતાઓ, ભાવનાઓની પકડ ને કારણે આપણે જીવનમાં વહેવાનું જ ભૂલી ગયા છીએ. ભારતીય પરંપરામાં આજના મોડર્ન યુગમાં આખરે મહાશિવરાત્રીનું શું મહત્ત્વ છે? Transparency ન રાખતા, દિલના અરમાનોને દબાવવા એ શિવરાત્રી નથી. આપણે સ્ત્રી હોય કે પુરૂષ.. એક બીજા પર કંટ્રોલ કરીએ છીએ. Space નથી આપતા. એમના Natural ગુણાત્મક રૂપને સ્વીકારતા નથી. આ જ કારણ છે આપણી પરેશાનીનો. વેલેન્ટાઈન એ Care અને Share નું સ્વરૂપ છે. સેવા છે. Care લેવી એ જ સેવા છે. જ્યારે આપણે શુદ્ધ સ્વરૂપમાં જે આપણું વાસ્તવિક સ્વરૂપ છે તેમાં જાગૃત રહીએ છીએ, વગર કારણે લોકોને ઉપયોગી બનીએ છીએ ત્યારે આનંદ જ આનંદ... અવર્ણનિય આનંદ, Unconditional Peace & Happiness આપણી અંદર પ્રગટે છે. આ છે શિવત્વ.

આ આનંદને પ્રગટ કરવા માટે, ભાવનાઓના વમળ માંથી નીકળવાનો ઉપાય છે પ્રવૃત્તિ. એવી પ્રવૃત્તિ જે આપણને અંદરથી આનંદ આપે. આ List તૈયાર કરવું અને ગીતગુંજન ‘મેરી મદિલનતા સે મુક્ત હોના...’ આ હતું પ્રથમ દિવસનું Homework... Practical પ્રયોગ. બીજું Homework - વગર કારણે આપણે બીજાને કઈ રીતે ઉપયોગી બની શકીએ અને ત્રીજું “નમો અરિહંતાણં... નમો જિણાણં... જિઅ ભયાણં” ના મનસ જાપ દ્વારા સૌને અલવિદા, Bye-Bye કહેવું. આ જાપથી આપણાં બધા અંતરાય ટૂટે છે અને સહજાનંદનું પ્રગટીકરણ થાય છે.

“ૐ નમઃ શિવાય” જાગરણ=અજ્ઞાન, અંધકારથી બહાર નીકળવું.

“મૈં તન ભી નહીં હું, નહીં તન ભી મેરા,

નહીં સપ્તધાતુ, મૈં હું અવિચલ,

શિવોહમ, શિવોહમ, ૐ નમઃ શિવાય...”

આ ભક્તિ કરતાં સૌએ “હું કોણ છું” તેનો આનંદ મનાવ્યો.

LiveWeb Casting ની વ્યવસ્થા હોવાથી જે લોકો દ્રવ્ય સ્વરૂપ હાજર ન હતા તેઓએ Facebook ના માધ્યમથી સત્સંગ ભક્તિનો આનંદ લીધો. પૂ. ગુરૂદેવની ભાવના છે કે પ્રભુનો આ માર્ગ બધા જીવોને મળે અને પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ હાજરી હોય તો અવશ્ય આ નિર્ણય લે.

આપણે પોતાની Energy થી આપણને નીચા પાડીએ છીએ. બીજા પ્રત્યે ગમા-અણગમાની ભાવના જ આપણને પરેશાન કરે છે. એટલા માટે વૃત્તિમાં બદલાવ લાવવા માટે ત્રણ Whatsapp ની ગોળી જ્યાં સુધી Result ન મળે ત્યાં સુધી વારંવાર લગાતાર લેતા રહેવાની છે. આ ઉપાય છે જે આપણી વિચારોના બદલાવ લાવશે. વિચારોથી વાણી, વાણીથી વર્તન (વ્યવહાર) અને વ્યવહારથી Finally સંસ્કારમાં પરિણમિત થાય છે. ત્યારે નવી વૃત્તિ આવે છે. આ Cycle Repeat થશે ત્યારે આપણે નવા શુદ્ધ સ્વરૂપે શિવસ્વરૂપ બની જશું. જ્યારે પણ પરાધીન બનીએ છીએ ત્યારે ઈર્ષ્યા આવે છે, નકારાત્મક વિચાર આવે છે ત્યારે હું કેવી રીતે ઉપયોગી બની શકું, સેવા કરી શકું, એ જ વૃત્તિમાં ફીટ કરવાનું છે. ત્યારે આપણી હીન ભાવના વિતરાગ ભાવનામાં Convert થશે. ઉપયોગી બનવાથી, સલાહ આપવાથી આપણને આપણી ભૂલો બખર પડે છે, શા માટે પરેશાન છું તે બખર પડે છે.

“તૂ હી તૂ તૂ હી તૂ તવ નામ સ્મરણં” આ જ કરવાનું છે.

મેમ્બો ગાર્ડનમાં સેંડવિચ અને Ice Cream થી ટેબલલેડ અને મંદિરોના દર્શન કરી પ્રકૃતિનો આનંદ લીધો. સ્તવના અને જાપથી શરૂઆત. શ્રી સીમંધર સ્વામીના આગમનનો આનંદ ઝુમતા ઝાડો અને પક્ષિઓના કલશોરે થી પ્રતીત થઈ રહ્યો હતો. હવાનો વાયરો વહી રહ્યો હતો. જંગલના વાનરે આરતીને હાથ આપી પ્રભુની પ્રદક્ષિણા કરી. આ વાસ્તવિક પ્રત્યક્ષ Proof છે કે પ્રભુની દિવ્યત્વ વાતાવરણમાં વહી રહી હતી, અમારી અંદરના વાતાવરણમાં વહી રહી હતી. ભોજનની વ્યવસ્થા અતિ સુંદર હતી... પૌષ્ટિક અને સ્વાદિષ્ટ...! આ રીતે જગદિશભાઈ અને દિપીકાબેને સૌની આગતા સ્વાગતા કરી.

પ્રશ્નોત્તરીનું સત્ર પણ રોમાંચક Campfire સાથે થયું. આ સત્રમાં જીવનનું Time Table, Doubts, Goal, Setting, બાળકો સાથે માતા-પિતાનો વ્યવહાર કેવો હોવો જોઈએ અને Practically કેવી રીતે Changes લાવવા, આધ્યાત્મિક પ્રશ્નો જેમ કે, સીમંધર સ્વામી જ કેમ? સ્થિરતા ન હોવાનું શું કારણ, કેવી રીતે ભાવ જાગૃતિ અને પુરૂષાર્થથી શ્રદ્ધા સાથે Result મેળવવાનું છે.... વગેરેનું સમાધાન મેળવ્યું. અંતમાં ચોકલેટ દૂધ માણ્યું. બન્ને દિવસ સવારે દિલીપભાઈએ શરીર મૈત્રી તથા પ્રાણ મૈત્રી કરાવી. ત્યારબાદ નવકારશી કરતાં.

આ રીતે No Time Pass પરંતુ દુઃખો ને બાય પાસ કરીને Target Set કરી દુઃખથી મુક્ત... શિવ અવસ્થામા પ્રગટીકરણ માટે Stage ને સેટ કરી અને મહાશિવરાત્રીનો ઉત્સવ મનાવ્યો.

વર્ષમા ફક્ત એકવાર નહીં પરંતુ દર મહિનાની શિવરાત્રીને Celebration ની પ્રતિજ્ઞા... નિર્ણયાત્મક I will Enjoy શિવત્વમ, નમો જિણાણં કહીને જીવનનો આનંદ મનાવ્યો, અનુભવ લીધો. સુખ અને દુઃખ થી મુક્ત અવસ્થા, આ જ છે શિવત્વ.

જીવન

શુભેચ્છક : નિરંતર વિકાસ જીવન का एक नियम है। और जो भी व्यक्ति खुद को सही दिखाने के लिए अपनी रूढ़िवादिता को बरकरार रखने की कोशिश करता है वो खुद को एक गलत स्थिति में पहुंचा देता है।



## महाशिवरात्री – मोक्ष पंचगनी

“नमस्कार नमस्कार शून्य पूर्ण शीव दाता,

नमः क्रोडवारी, प्रभु विश्वरूपक,

प्रभु शांतिनाथाय, श्री सीमंधर स्वामी,

पिता-मात, भ्राता, गुरु ज्ञान दाता... शिवोहम, शिवोहम”

(ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय नी साथे...)

मंत्रयुक्त भक्ति से शिव का गुण गान करते हुए महाशिवरात्री की शुरुआत रंगमंडप सजाकर की गई। पू. गुरुदेवने प्रश्न पूछा की, आखिर हम सब यहाँ, मुंबई से इतनी दूर क्यों आए हैं? और शिव याने क्या? सभी ने अपनी समझ के मुताबिक इसका जवाब दिया। यह Interactive Session पू. गुरुदेव ने शिवरात्री को In a new and wonderful way, to always smile in ज्ञानात्मक Way के लिए आयोजा था।

सभी के उत्तरो को सुनते हुए पू. गुरुदेव ने समझाया अंत में की शिव यह हमारी विचारों की मल्लिनता से मुक्त अवस्था है। हम जीवन में बेहना ही भूल गए हैं अपनी मान्यताओं, भावनाओंकी पकड से। भारतीय परंपरा में आज के Modern World में आखिर महाशिवरात्री का महत्व क्या है? और Transparency न रखते हुए दिल के अरमानों को दबाना यह शिवरात्री नहीं है। हम स्त्री हो या पुरुष, एक दुसरे को कंट्रोल करते हैं, Space नहीं देते, स्वीकारते नहीं है उनके Natural गुणात्मक रूप में। यही वजह है हमारी परेशानी का। Valentine यह Care and Share का स्वरूप है। सेवा है। Care लेना यही सेवा है। इस जागृति में रहेते हैं, बिना कारण लोगों को उपयोगी होते हैं तो आनंद..., अवर्णनिय आनंद, Unconditional Peace & Happiness हमारे अंदर से खिलता है। यही है शिवत्व।

और इस आनंद को प्रकट करने के लिए, भावनाओं के बहाव से बाहर निकलने का उपाय है प्रवृत्ति। वह प्रवृत्ति जो हमें अंदर का आनंद देती है। यह List तैयार करना और गीत गुंजन द्वारा मेरी मल्लिनता से मुक्त होना यह था पेहले दिन का Homework... Practical प्रयोग। दूसरा Homework - बिना कारण हम दूसरोंको किस तरह से उपयोगी हो सकते हैं और तिसरा “नमो अरिहंताण... नमो जिणाणं... जीअ भयाणं” के मनस जाप द्वारा सब को अलविदा, Bye-Bye कहना प्रभू का शरण लेना। इस जाप से हमारे सभी अंतराय टूटते हैं और सहजानंद का प्रकटीकरण होता है। “ॐ नमः शिवाय” जागरण = अज्ञान, अंधकार से बाहर निकलना।

“मैं तन भी नहीं हूँ, नही तन भी मेरा, नही सप्तधातू,

मैं हूँ अविचल, शिवोहम... शिवोहम, ॐ नमः शिवाय”

इस भक्ति में स्वयं “मैं कौन हूँ” इसका सभी ने आनंद लिया।

Live Web Casting की व्यवस्था भी थी। जो लोग द्रव्य स्वरूप प्रस्तुत नहीं थे उन्होंने Facebook के माध्यम से सत्संग किया।

गुरुदेव की यह भावना है की प्रभु का मार्ग सभी जीवों को मिले और प्रत्यक्ष और परोक्ष हाजरी से अवश्य उपस्थित होना यह निर्णय सभी लें।

हम अपने आपको अपनी Energy से गिराते हैं। दूसरों के प्रती अच्छे बुरे की भावना ही हमें परेशान करती है। इसलिए, वृत्ति में बदलाव लाने के लिए 3 Whatapp की गोली बार बार लगातार जब तक की Result प्रकट न हो तब तक लेते रहेनी है। यही उपाय है जो हमारे विचारोंका बदलाव, विचारोंसे वाणी, वाणी से वर्तन (व्यवहार) और व्यवहार से Finally संस्कार में परिणामित होगा। तब नई वृत्ति खडी होती है और यह Cycle Repeat होकर हम नए जैसे, शुद्ध स्वरूप, शिव स्वरूप बन जाएंगे। जब भी पराधीन बनते हैं, इर्षा आती है, नकारात्मक विचार आते है तब मै कैसे उपयोगी बन सकूँ, सेवा कर सकू यही Fit करना है वृत्ति में। तब हमारी हीन भावना, वितराग भावना में Convert होगी। उपयोगी होने से, सलाह देने से हमें हमारी गलती पता चलती है, की मैं क्यों परेशान हो रहा हूँ।

“तू ही तू, तू ही तू, तव नाम स्मरण” यही करना है।

प्रकृती का आनंद मॅपरो गार्डन में Sandwich और Ice Cream से, टेबल लेंड एवं मंदीरो की सैर करके लिया। स्तवना और जाप की शुरुआत, सिमंधर स्वामी के आगमन का आनंद झूलते हुए पेड पौधों, पशु पक्षिओं के किल्लोल से प्रतीत हो रहा था। हवा का रूख बह रहा था और कोई कोलकता से, तो कहीं जंगल से आए हुए बंदर ने आरती को हाथ देते हुए प्रभु की प्रदक्षिणा की। यह वास्तविक, प्रत्यक्ष Proof की दिव्यता बह रही है वातावरण में, हमारे अंदर के वातावरण में। भोजन की व्यवस्था भी अति सुंदर थी। पौष्टिक और स्वादिष्ट। इस प्रकार जगदीशभाई और दिपिकाबेन ने सभी का स्वागत आवागत किया।

प्रश्नोत्तरी का शॅशन भी रोमांचक Campfire के साथ हुआ। इस दौरान जीवन का Time Table, Doubts, Goal, Setting, बच्चों के साथ माता पिता का व्यवहार कैसा हो और Practically कैसे Changes लाना, साथ ही साथ अध्यात्मिक प्रश्न जैसे सीमंधर स्वामी ही क्यों? और स्थिरता न होने का कारण और कैसे भाव जागृती और पुरुषार्थ से श्रद्धा बढ़ाते हुए Result achieve करने है यह Discuss हुआ। अंत मे Chocolate Milk ग्रहण करते हुए सुबह मैत्री का Session हुआ करता था जिसमे दोनों दिन शरीर और प्राण के साथ मैत्री दिलीपभाई ने सभी के साथ नवकारशी के पूर्व अपने अंदाज में करवाई।

इस प्रकार No Time Pass but दुःखो का By Pass करके Target Set कर दुःख से मुक्त यही शिव अवस्था का प्रकटिकरण के लिए Stage को Set कर महाशिवरात्री का उत्सव मनाया और न केवल साल मे एक बार (महाशिवरात्री) बल्की हर माह (शिवरात्री) की Celebration की प्रतिज्ञा, निर्णयात्मक I will Enjoy शिवत्वम, नमो जिणाणं कहते हुए जीवन के आनंद को मनाया, अनुभव लिया। सुख और दुःख से मुक्त अवस्था, यही है शिवत्व।

ॐ नमः शिवाय

शुभेच्छः : जब तक हम खुद पे विश्वास नहीं करते तब तक हम भागवान पे विश्वास नहीं कर सकते। – स्वामी विवेकानंद



### सम्यक् ज्ञान अग्नि होली महोत्सव - २०१८

पोताना बिन उपयोगी भूतकाणने पंच परमेष्ठिनी कृपाथी होणीनी सम्यक् ज्ञान अग्निमां बाणवानी कृपा मांगीने प.पू. गुरुदेवे सम्यक् ज्ञान अग्नि महोत्सवनी शरुआत करी. साथे साधक नवकार मंत्रनुं उच्यारण कर्तुं अने “भक्ति हमारी स्वीकारो भगवंत, मेरे मन मंदिर में पधारो भगवंत” आ भाव साथे आगण वधता कहुं के, केसरियो ज केम? होणी ना दिवसे अग्निनो रंग पण केसरियो शां माटे होय छे? होणीनो मतलब शुं छे?”

‘हो - णी’ अटले जे थई गयुं ते थई गयुं. आपणे आपणुं जवनमां व्यक्ति प्रत्ये, वस्तु प्रत्ये, परिस्थिती प्रत्ये गमो अणुगमो प्रगट करीअे छीअे. आ आपणुं सौथी भोटु अज्ञान छे. अनाथी ज शंका निर्माण थाय छे अने पछी पराधीनता. जे मनुष्य पोताना पर ज भरोसो नथी करतो ते कयांयनो नथी रहैतो. पराधीनता चिंतामां निर्माण थाय जे Starting Point of Depression छे. जवनमां अंधकार...! परंतु आ अंधकारने Practically भतम करवानो छे. केवी रीते? आपणे स्वनी अंदर पोताना प्रत्ये तथा बीजा प्रत्ये जे शंका छे ते सम्यक्ज्ञान द्रव्य स्वरूप अग्निनी होणीमां दहन करवानुं छे. पांच स्तर : विचार वाणी (कंठ), दृष्टि, हृदय तथा पूर्ण शरीर थी आ कार्य करवानुं छे.

आपणे भाव करवाना छे अने आज्ञा यक, कंठ माटे विशुद्धि यक, हृदय माटे अनाहत यक, मण्डीपूर यक तथा पूर्ण शरीरथी “ॐ सम्यक् ज्ञान अग्नि सर्भपयाभी स्वाहाः” नुं त्राटक ना माध्यमथी आपा शरीरमा जागृतिनी अग्नि स्थापित करवानी छे. जाप करता करतां विचार थी भाव करवाना छे के सहुने उपयोगी बनीश. सेवा अे ज मारो धर्म छे अने अने हुं बभूषी निभावीश. आ ज मारा जवननुं लक्ष छे अेभ परमात्माअे आपणुने ज्ञान आप्युं छे. आ रीते पू. गुरुदेवे Tratak नी प्रक्रिया करावी अने अग्नि स्थापित करावीने कहुं के ज्यारे पण बीजा प्रत्ये दोषयुक्त भावना थाय त्यारे तेने “ तुं निर्दोष, हुं निर्दोष, मात्र मारा अभिप्रायमां दोष” आ भाव साथे सम्यक् ज्ञान चिरागमां तेने दहन करवानो छे. हृदयमां “तमे गमे तेवा छे, I Love You” अने मनथी आपने परमात्मा स्वरूप स्वीकारुं हुं - अेनी जागृति हर क्षण राभवानी छे. आ ज होणी उत्सव छे. अमारी अंदर सत्व जागे अने पंचाग्निना माध्यमथी शरण ग्रहण करीअे.

आपणी मनोवृत्तिमां बयपणथी जे Manipulation नी वृत्ति ईट थई गई छे तेने आ रीते Front on face करवानी छे. स्व प्रत्ये तथा बीजा प्रत्ये जे शंका छे ते कई छे, कयां छे ते नाम सहित रोज Exercise Homework स्वरूपे करवा माटे पू. गुरुदेवे कहुं.

पू. गुरुदेवे कहुं के जैनोनी दृष्टिअे होणी अे संवत्सरी छे. पूरा वर्षना दुःख दर्द ने जलाववानो अवसर छे. पू. गुरुदेवे कहुं के भारतीय परंपरा प्रमाणे अधा ज तहेवारो वैज्ञानिक छे.

अग्नि पवित्रता अने शुद्धिकरणनुं प्रतिक छे. अग्नि साथेनो आपणो संबंध जन्म थी मृत्यु सुधीनो छे. अग्नि न इक्त भोजनमां मिंडास वधारे छे परंतु मन अने व्यवहार संबंधोने पण पवित्रताथी बांधे छे. निमित्तने न पकडता जो आपणे कारणने पकडशुं तो जडभूणथी समस्याओनो समाधान थई शके छे.

“होली आई रे, होली आई रे, आई रे” ना गीत साथे गरबा नृत्य शरु थया. जे मनुष्य अभिप्रायोने जलावी शके छे ते Celebration करी शके छे. होणीना प्रथम दिवसे आ रीते मननी जलनने जलावीने ज बीजे दिवसे रंग पंचमी रभी शकाय छे. केसरियो रंग Red + Yellow नुं Combination छे - Red (Energy) अने Yellow (उजस, उभंग)नुं Combination, Enlightened Energy छे. आ छे केसरियो रंग अने आपणे तेने ज्ञानीपुरुष केसरिया “परमात्मा” नुं आवाहन करी बालम स्वरूप परमात्माने आपणु आज्ञायक अने हृदययकमां आमंत्रण आपवानुं छे.

अंतमां अरिहंत नगर Vision 2025 अने Wellness Centre नी स्थापना विशे वात करी अने सत्संग तथा महावीर जन्म कल्याणक अवसर माटे योगदान आपवा माटे प्रेरण करी. पू. गुरुदेवे सहुने होणीनी शुभकामना “नमो जिण्णाणुं” कहीने आपी. “भुशीथी करेल दरेक कार्य सम्यक् ज्ञान छे.” - आ छे सम्यक् ज्ञान अग्नि होणी महोत्सवनुं Centre Point.

नमो जिण्णाणुं

### सम्यक् ज्ञान अग्नि होली महोत्सव २०१८

१ मार्च २०१८ अपने अनउपयोगी भूत काल को पंच परमेष्ठि की कृपा से होली की सम्यक् ज्ञान अग्नि में जलाने की कृपा मांगते हुए गुरुदेव ने होली महोत्सव की शुरुआत की। साथ ही साधक नवकार मंत्र उच्चार और “भक्ति हमारी स्वीकारो भगवंत, मेरे मन मंदिर में पधारो भगवंत” इस भाव से आगे बढ़ते हुए यह कहा की केसरिया ही क्यों? होली के दिन अग्नि का रंग भी केसरिया ही क्यों? होली का मतलब क्या है?

‘हो - ली’ याने जो हो गया सो हो गया। हम अपने जीवन में लोगों के प्रति, वस्तु के प्रति एवं परिस्थितीयों के प्रति Likes और Dislikes carry forward करते हैं। यह हमारा सबसे बड़ा अज्ञान है। इसी से शंका (Doubt) का निर्माण होता है और फिर पराधीनता। जो मनुष्य स्वयं पे भरोसा नहीं करता वह कहीं का नहीं रहता। पराधीनता चिंता में परिणमित होती है और यही है Starting Point of Depression...Black, जीवन में अंधकार! लेकिन इस अंधकार को Practically समाप्त कैसे करना है? हमें खुद के अंदर स्वयं के प्रति एवं दूसरों के प्रति क्या शंका है यह सम्यक् ज्ञान द्रव्य स्वरूप होली की अग्नि में दहन करना है।

पाँच स्तर पर : विचार, वचन, दृष्टि, हृदय एवं पूर्ण शरीर से यह कार्य करना है। हमें भाव करने है और आज्ञा चक्र, कंठ के लिए विशुद्धि

शुभेच्छक : जो पुत्र पैदा ही न हुआ हो अथवा पैदा होकर मृत हो अथवा मुर्ख हो। इन तीनों में पहले दो ही बेहतर हैं। न की तीसरा, कारण यह है की प्रथम दोनों तो एक बार ही दुःख देते हैं। जबकि तीसरा पद-पद दुःखदायी होता है। - हितोपदेश.



चक्र, हृदय के लिए अनाहत चक्र (Heart Centre), मणीपूर चक्र एवं पूरे शरीर से “ॐ सम्यक् ज्ञान अग्नि समर्पयामी स्वाहाः” के माध्यम से पूरे शरीरमें जागृति की अग्नि को स्थापित करना है। जाप करते करते विचार से यह भाव करने है कि मैं सभी को उपयोगी बनूंगा। सेवा ही मेरा धर्म है और इसे मैं बखूबी निभाऊंगा यही मेरे मानव जीवन का लक्ष और Purpose है ऐसा परमात्मा ने हमें ज्ञान दिया है। इस प्रकार Tratak की प्रक्रिया पूज्य गुरुदेव ने करवाई। अग्नि स्थापित करवाई और कहा की जब भी दूसरों के प्रति दोष-युक्त भावना हो। तो उसे इस भाव से सम्यक ज्ञान का चिराग, “तू निर्दोश, मैं निर्दोश, मात्र मेरे अभिप्राय मे दोष” यह ज्ञान में रखते हुए जलाना है। हृदय में “आप कैसे भी हो, I Love You” और मन से आपको परमात्मा स्वरूप स्वीकारता हूँ इसकी जागृति हर क्षण रखनी है। यही होली उत्सव है। हमारे अंदर सत्त्व जागे और हम पंचाग्नि के माध्यम से शरण ग्रहण करें।

हमारी मनोवृत्ति में जो बचपन से Manipulation की वृत्ति हो गई है उसे इस प्रकार Front on face करना है। Doubts, स्वयं के प्रति और दूसरों के प्रति नाम सहित, कौनसे है और क्या है यह Exercise Homework स्वरूप करने को कहा।

पू. गुरुदेव ने कहा की जैनों के दृष्टिकोण से होली संवत्सरी है। पूरे साल के दुःख दर्द जलाने का अवसर है। पू. गुरुदेव ने यह भी कहा की भारतीय परंपरा अनुसार सभी त्यौहार वैज्ञानिक है। अग्नि यह पवित्रता और शुद्धिकरण का प्रतिक है। अग्नि से हमारा नाता जन्म से मृत्यु तक का है। अग्नि न केवल खाने की मिठास बढ़ाता है लेकिन मन और व्यवहार, संबंधों को भी पवित्रता से बांधती है। निमित्त को न पकड़कर यदी हम कारण को पकड़ेंगे तो जड से समस्या का समाधान हो सकता है।

“होली आई रे, होली आई रे, आई रे” के साथ गरबा नृत्य की शुरुआत हुई। वह मनुष्य जो अभिप्रायों - Self-Doubt को जलाता है वही Celebrate कर सकता है। होली के पहले दिन इस प्रकार ज्ञानात्मक रूप से मन की जलन को जलाकर ही दूसरे दिन रंगपंचमी खेली जा सकती है। केसरीया रंग Red + Yellow का Combination है। Red (Energy) और Yellow (उजास, उमंग) का Combination, Enlightened Energy है। यही है केसरीया (Orange)। और हमें ऐसे ज्ञानीपुरुष केसरीया “परमात्मा” का आवाहन, बालम स्वरूपी परमात्मा को अपने आज्ञा चक्र और हृदय चक्र में आमंत्रण देना है। आनंद उत्सव मनाने के लिए।

अंत में अरिहंत नगर, Vision 2025 और Wellness सेंटर की स्थापना स्वप्न का जिक्र करते हुए, सत्संग एवं महावीर जन्म कल्याणक में योगदान देने के लिए गुरुदेव ने प्रेरणा करते हुए सभी को होली की शुभकामना “नमो जिणाणं” केहते हुए दी। “खुशी से किया हुआ हर कार्य सम्यक ज्ञान है”, यही था सम्यक् ज्ञान अग्नि होली महोत्सव का Centre Point.

नमो जिणाणं।

## श्री यैत्री नवरात्रि शक्ति आराधना - श्री नवपद ज्ञान साधना श्री सिद्धयंकर महायंत्र पूजन अनुष्ठान - पाल्हा

समस्त जिवसृष्टिमां मनुष्य स्टेशन Top Most Hill Station છે. મનુષ્ય સ્ટેશન પર જ ભગવદ્ સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થાય છે. આ જીવન એક વિકાસ યાત્રા છે. કુદરતે આપણને મનુષ્ય સ્ટેશન પર વિશિષ્ટ શક્તિઓ આપી છે. આ શક્તિઓનો ઉપયોગ કરીને મનુષ્યે પોતાની આગળની યાત્રા સભાનપણે કરવાની છે. અરિહંત પરમાત્મા આ યાત્રાના માર્ગ પ્રકાશક છે. અરિહંત પરમાત્મા દ્વારા પ્રકાશિત આ માર્ગના બે મુખ્ય આધાર છે. નમસ્કાર મહામંત્ર અને શ્રી સિદ્ધયંકર મહાયંત્ર જે આપણને શિવપદ સુધી પહોંચાડે છે.

આજના શંકા, ભય અને અનિશ્ચિતતાના વાતાવરણમાં ભગવાને બતાવેલ માર્ગને જ્વલંત અને જીવિત રાખવા “પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર” દ્વારા પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી પંકજભાઈના સાનિધ્યમાં 15 દિવસીય “શ્રી યૈત્રી નવરાત્રિ શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના - શ્રી સિદ્ધયંકર મહાયંત્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન” નું આયોજન ચૈત્ર સુદ એકમ થી ચૈત્ર સુદ પૂનમ સુધી પાલ્હા સેંટર પર કરવામાં આવ્યું હતું. આ આરાધના સાધના દરરોજ સાંજે 7.30 થી 10.30 દરમિયાન કરવામાં આવી હતી. પંદર દિવસની આ આંતર વિકાસ યાત્રામાં પ્રથમ છ દિવસ “શક્તિ આરાધના” કરવામાં આવી જેમાં બહુ બારિકાઈથી આંતરિક શુદ્ધિકરણ કર્યું સાથે સાથે વીર્યબળ નિર્માણ કર્યું. ત્યાર પછીના નવ દિવસ જ્ઞાન સાધનાના હતા. આ સાધના દ્વારા શિવત્વ કેવી રીતે પ્રાપ્ત થાય તે સમજાવ્યું.

આવો આપણે સહુ સાથે મળીને સંક્ષિપ્તમાં આ દિવ્ય યાત્રાનો અનુભવ કરીએ.

આંતર વિકાસની આ યાત્રામાં અમે સૌ પ્રથમ આપણી અંદર બહારથી આવતી નેગેટીવીટીને Stop કરી. શંકા, ભય, ધર્ષણ, ચિંતા, Differences વગેરે નકારાત્મક સ્વરૂપને દૂર કરવા માટે ત્રણ Whatsapp શીખ્યાં.

- 1) It is a Wonderful Day.
- 2) Come what may, I will Enjoy.
- 3) Come what may, I will Smile.

આંતર સ્વરૂપમાં પરમ લક્ષ નક્કી કર્યું “મુજે નહી હોના પરેશાન” અને બાહ્ય સ્વરૂપમાં મહાકાલી મા ના જાપ કર્યાં.

“ૐ હાં કલીં મહાકાલી દેવ્યાય નમઃ”

યાત્રાના બીજા ચરણમાં આપણી અંદર રહેલ Negativity ને Remove કરી. નેગેટીવીટીને હટાવવા સાત તત્વોની “નમો જિણાણં... જિઅ ભયાણ” મંત્ર દ્વારા કૃપાનો સ્વીકાર કર્યો અને Negativity ને Zero કરવા મા દુર્ગા ના જાપ કર્યાં.

“ૐ હાં હૈં કલીં દુર્ગાયે નમઃ”

ત્રીજા ચરણમાં અમે અમારી Energy ને Balance કરી. સત્ત્વ,

શુભેચ્છક : મૃત્યુ વહ સોને કી ચાખી હૈ, જો અમરત્વ કે ભવન કો ખોલ દેતી હૈ - મિલ્ટન



रजस અને તમસ આ ત્રણ Energy નું Balancing ત્યારે જ સંભવ છે જ્યારે આપણે ગ્રંથિઓથી મુક્ત થશું અને એનાથી મુક્ત થવાનો એક જ મંત્ર છે, “તમે ગમે તેવા હો, I Love you” આ મંત્ર અંગીકાર કરી મા અંબેના મંત્ર જાપ કર્યા.

“ૐ હૌં ક્લીં અંબે માતાયે નમઃ”

યાત્રાનો ચોથો દિવસ હતો Celebration નો દિવસ. જ્યારે બધા જ પ્રકારની નકારાત્મકતા મલિનતા દૂર થાય છે તો સહજ રૂપથી આનંદ પ્રગટ થાય છે. નિસ્પૃહ અને ગજ ગજ આનંદ પ્રગટ કરવા માટે

“શ્રી ગજાનન જય ગજાનન, જય જય ગણેશ મોરયા” ની ધૂન કરાવી. સાથે સાથે “ૐ હૌં શ્રી નમઃ” ના મંત્ર જાપ કર્યા.

યાત્રાનો પાંચમો ચરણ એટલે Rectification અને Purification નો. નકારાત્મક કામ કરો છો તો એને Stop કરો. જો ખોટા માર્ગે થી આપણી પાસે સંપત્તિ, સાધન અને સામગ્રી આવી હોય તો ભગવાન કહે છે કે આ સાધન સામગ્રીને Share it with others. Relieve Yourself માનસિક પ્રાયશ્ચિત કરીને એ નિર્ણય લેવાનો છે કે હવે આગળ હું ખોટો માર્ગ નહીં અપનાવું.

“ૐ હૌં શ્રી મહાલક્ષ્મી દેવ્યાયે નમઃ” મંત્ર જાપ કર્યા.

યાત્રાના છઠ્ઠા ચરણમાં - Purification of સત્તા. સત્તા એટલે Independent Power. સર્વ જીવ પાસે સત્તા છે. મનુષ્ય પોતાની સ્વતંત્રતાથી Negative સત્તા તોડી શકે છે. Use the Satta to change Yourself according to circumstances. ભગવાને સત્તા આપી છે તો સૌનું મંગલ થાય એવી ભાવના સાથે,

“ૐ નમો ભગવતે શ્રી વાસુદેવાય નમઃ” ના મંત્ર જાપ કર્યા.

સાતમા દિવસ થી શરૂ થઈ જ્ઞાન સાધના. સાધ્ય છે માટે એ સાધના કહેવાય. સાધનાની આ યાત્રામાં જ્ઞાન સાધના એ પહેલું Step છે. અજ્ઞાન જ બધા દુઃખ અને દર્દનું કારણ છે. અજ્ઞાન થી શરૂ થાય છે આ ચક્ર-શંકા-ભય-ચિંતા-મારામારી-કોર્ટ-કચેરી આદિ. આપણું મૂળભૂત ગુણ છે ‘જ્ઞાન’. Information is Food અને એને હજમ કરો તો એ જ્ઞાન છે.

Managing Energy with સમ્યક્ જ્ઞાન According to Law of Nature.

સમ્યક્ જ્ઞાન - “મારે નથી થવું હેરાન” એમાં સ્થિર થવા માટે “ૐ નમો નાણસ્સ” ના મંત્ર જાપ પૂજન શ્રી સિદ્ધયુક્ત મહાયંત્ર પર કર્યા.

સાધનાની આ યાત્રાનું બીજું ચરણ છે ‘તપ’. Tap is the Process of Implementation of Samyak જ્ઞાન.

“મારે નથી થવું હેરાન”, “તમે ગમે તેવા હો, I Love You” - એનું જે ચોવીસે કલાક પુરુષાર્થ કરે છે ને પુરુષાર્થ જ “તપ” કહેવાય. તપ એટલે કર્મ સત્તાના Power ને ખતમ કરવો. Tap is the Purification of intention. Tap = Care + Share. Tap Itself is a Balance.

જે વ્યક્તિ આવું કરે છે એની આંતર શક્તિ વધે છે.

“ૐ નમો તવસ્સ” ના મંત્ર જાપ પૂજન કર્યા.

તપ પછી સાધનાનું આગલું ચરણ છે સમ્યક્ દર્શન.

સમ્યક્ દર્શન = Scientific Vision. સમ્યક્ દર્શનના પાંચ લક્ષણ છે. ક્ષયોપશમ, ઉપશમિક, ક્ષાયિક, વેદક અને રોચક. આપણે ક્ષાયિક બનવાનું છે. ક્ષાયિક એટલે- Permanent, always Elevating. I always Enjoy. This is સમ્યક્ દર્શન.

“ૐ નમો દંશણસ્સ” ના મંત્ર જાપ કર્યા.

સાધનાને ચોથો ચરણ છે ચારિત્ર સમ્યક્ જ્ઞાન, સમ્યક્ તપ, સમ્યક્ દર્શન પુરુષાર્થ છે. સમ્યક્ ચારિત્ર પરિણામ છે. સર્વ વિરતી જેની અંદર Flow થાય છે એ સમ્યક્ ચારિત્રનું પરિણામ છે.

“ૐ નમો ચારિતસ્સ” ના મંત્ર જાપ કર્યા.

સાધનાની આ યાત્રામાં અહિંથી ગુણાત્મક વિકાસની શરૂઆત થાય છે. પંચ પરમેષ્ઠિની કૃપા લેવાથી એમના ગુણ આપણી અંદર આવે છે. 24 કલાક જાગૃત રહી ચોવીસે કલાક તપમાં રહી Negativity ને Stop, Remove અને Balance કરીને બધા સાથે મૈત્રી કરવાથી સાધુત્વ પ્રગટ થાય છે. સાધુત્વ પ્રગટ કરવા માટે

“નમો લોએ સવ્વ સાહુણં” ના મંત્ર જાપ કર્યા.

સાધુ જ્યારે પરમ વિવેક ની પરાકાષ્ટા અને જાગૃતિની ચરમસીમા પ્રગટ કરે છે ત્યારે તેનો ગુણાત્મક વિકાસ થાય છે અને તો ઉપાધ્યાય લેવલમાં પ્રવેશ કરે છે. આ Solution Provider છે. દરેક Problem નો રામબાણ ઈલાજ છે. તેના માટે

“નમો ઉવજ્જાયાણં” મંત્ર પદ જાપ કર્યા.

તીર્થંકર પરમાત્માની ગેરહાજરીમાં આચાર્ય ભગવંત તીર્થંકર પરમાત્માનો રોલ ભજવે છે. અંતર સ્વરૂપે આચાર્ય તીર્થંકર હોય છે.

“નમો આચરિયાણં” પદના મંત્ર જાપ કર્યા.

ભાવથી કરેલ અરિહંત પદના જાપ ભવ રમણને ખતમ કરવા નિમિત્ત બને છે. આ મંત્ર ફક્ત બાહ્ય દોષો જ નહીં પરંતુ આંતરિક દોષો, દુઃખો, અંતરાયોને દૂર કરવાનો રામબાણ ઈલાજ છે. આ “All in One, One in All” મંત્ર છે.

“ૐ હૌં ૐ નમો અરિહંતાણં” પદના મંત્ર જાપ કર્યા.

જ્યાં સુધી શરીર છે ત્યાં સુધી વેદના નિશ્ચિત છે. કેવળી ભગવંતોને શરીર હોય છે ત્યારે ભલે અંદરથી વેદના ન હોય પરંતુ શરીરની વેદના હોય છે. સિદ્ધપદ પ્રાપ્ત થતાં જ વેદનારહિત અવસ્થા... સર્વ કર્મ થી મુક્તિ મળે છે. સિદ્ધપદ એટલે Freedom From Pain & Suffering. Ultimate Goal is દેહરહિત અવસ્થા, સર્વ કર્મથી મુક્તિ. સિદ્ધપદ પ્રાપ્ત કરવા માટે, “નમો સિદ્ધાણં” પદના મંત્ર જાપ કર્યા.

એક સામાન્ય જીવનમાંથી પરમ સિદ્ધ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાની આ આરાધના સાધના બધાના જીવનમાં પરિણામ લાવે તથા લક્ષ તરફ પ્રગતિ કરતા રહે... સર્વનું મંગલ હો... સર્વનું કલ્યાણ હો... આ મંગલ ભાવના સાથે આંતરવિકાસની આ યાત્રા પૂર્ણ થઈ.



शुभेच्छक : मेरी खुद की अनुमति के बिना कोई भी मुझे ठेस नहीं पहुंचा सकता। - महात्मा गांधी



### श्री चैत्री नवरात्रि शक्ति आराधना-श्री नवपद ज्ञान साधना श्री सिद्धचक्र महायंत्र पूजन अनुष्ठान - पार्ला

समस्त जीव सृष्टि के क्रम में मनुष्य स्टेशन Top Most Hill Station हैं। मनुष्य स्टेशन पर ही भगवद् स्वरूप प्राप्त होता है। यह जीवन एक विकास यात्रा है। कुदरत ने हमें मनुष्य स्टेशन पर विशिष्ट शक्तियाँ प्रदान की है। इन शक्तियों का उपयोग करके मनुष्य को अपनी आगे की यात्रा अपने सभान प्रयत्नो द्वारा करनी है। अरिहंत परमात्मा इस यात्रा के मार्ग प्रकाशक हैं। अरिहंत परमात्मा द्वारा प्रकाशित इस मार्ग के दो मुख्य आधार है। नमस्कार महामंत्र और श्री सिद्धचक्र महायंत्र जो हमें शिव पद तक पहुँचाते है।

आज के शंका, भय और अनिश्चितता के वातावरण में भगवान के बताए हुए इस मार्ग को ज्वलंत और जीवित रखने के लिए “**परम सुख जीवन विकास केन्द्र**” द्वारा **परम पूज्य गुरुदेव श्री पंकजभाई** के सानिध्य में 15 दिवसीय “**श्री चैत्री नवरात्रि शक्ति आराधना - श्री नवपद ज्ञान साधना - श्री सिद्धचक्र महायंत्र जाप पूजन**” का आयोजन चैत्र सुद एकम से चैत्र सुद पूनम तक पार्ला सेंटर पर किया गया था। यह आराधना साधना हर दिन शाम 7.30 से 10.30 बजे के दरम्यान की गई थी। पंद्रह दिन की इस आंतरविकास की यात्रा में प्रथम छः दिन ‘**शक्ति आराधना**’ की गई जिसमें बहुत ही बारीकी से आंतरिक शुद्धिकरण किया साथ ही वीर्यबल का निर्माण हुआ। बाद के नव दिन ज्ञान साधना के थे और इस साधना द्वारा कैसे शिवत्व प्राप्त कर सकते है यह समझाया। आओ हम सब मिलकर संक्षिप्त में इस दिव्य यात्रा का अनुभव करें।

आंतरविकास की इस यात्रा में हमने सबसे पहले हमारे अंदर बाहर से आनेवाली Negativity को Stop किया। शंका, भय, चिंता, घर्षण, Differences आदि Negative स्वरूप को दूर करने के लिए तीन Whatsapp सीखे।

- १) **It is a Wonderful Day.**
- २) **Come what may, I will Enjoy.**
- ३) **Come what may, I will Smile.**

आंतर स्वरूप में परम लक्ष्य तय किया “मुझे नहीं होना परेशान” और बाह्य स्वरूप में महाकाली माँ का जाप किया।

“ॐ ह्रीं क्लीं महाकाली देव्याय नमः।”

यात्रा के दूसरे चरण में हमने हमारे अंदर रही हुई Negativity को Remove किया। Negativity को हटाने के लिए सात तत्वों की “**नमो जिणाणां... जिअ भयाणां**” मंत्र द्वारा कृपा स्वीकार की, साथ ही Negativity को Zero करने के लिए माँ दुर्गा के जाप किये।

“ॐ ह्रीं ऐं क्लीं दुर्गायै नमः।”

तीसरे चरण में हमने हमारी Energy का Balancing किया।

सत्व, रजस और तमस इन तीन Energy का Balancing तभी संभव है जब हम ग्रंथियों से मुक्त होंगे और इससे मुक्त होने का एक ही मंत्र है “**आप कैसे भी हो, I Love you**” इस मंत्र का अंगीकार किया साथ ही माँ अंबे के मंत्र जाप किये। “**ॐ ह्रीं क्लीं अंबे माताये नमः**”

यात्रा का चौथा दिन था - Celebration Day. जब सभी प्रकार की नकारात्मकता, मलिनता दूर होती है तो सहज रूप से आनंद प्रकट होता है। निस्पृहः और गज गज आनंद प्रकट करने के लिए

“**श्री गजानन जय गजानन जय जय गणेश मोर्या**” की धून करवाई। साथ ही “**ॐ ह्रीं श्री नमः**” के मंत्र जाप किये।

यात्रा का पाँचवा चरण था Rectification और Purification का। नकारात्मक काम करते है तो उसे Stop कर दो, जो गलत रास्ते से संपत्ति, साधन और सामग्री हमारे पास आयी हो तो भगवान ने कहा है कि वह साधन सामग्री को Share it with others, Release Yourself. मानसिक प्रायश्चित कर के यह निर्णय लेना कि आगे से यह गलत रास्ता नही अपनाऊंगा। साथ ही

“**ॐ ह्रीं महालक्ष्मी देव्यायै नमः**” के मंत्र जाप किए।

यात्रा का छठा चरण था Purification of सत्ता। सत्ता याने Independent Power. सब जीव के पास सत्ता हैं। मनुष्य अपनी स्वतंत्रता से Negative सत्ता तोड सकता है। Use the 'Satta' to change Your Self According to Circumstances. भगवान ने कहा है - ‘मैत्रीय परमो धर्म’ You are Responsible to create Friendship. ‘सेवा यही मानव धर्म हैं।’ जब हम दुसरो के लिए उपयोगी बनते है तो Divine सत्ता का निर्माण होता है। भगवान ने सत्ता दी है तो सबका मंगल हो ऐसी भावना के साथ “**ॐ नमो भगवते श्री वासुदेवाय नमः**” के मंत्र जाप किए।

सातवे दिन से शुरु होती है ज्ञान साधना। साध्य होने के कारण यह साधना कहलाती है। साधना की इस यात्रा में ज्ञान साधना is the first Step of Sadhna. अज्ञान ही सब दुःख और दर्द का कारण है। अज्ञान से शुरु होता यह चक्र - शंका-भय-चिंता-मारामारी-कोर्ट कचहरी... आदि। हमारा मूलभूत गुण ज्ञान है। Information is Food और इसे हजम करो तो यह ज्ञान है। Managing Energy with सम्यक् ज्ञान According to Law of Nature “सम्यक् ज्ञान = मुझे नहीं होना परेशान” इसमें स्थिर होने के लिए “**ॐ नमो नागस्स**” के मंत्र जाप करते हुए श्री सिद्धचक्र महायंत्र पर पूजन किया।

साधना की इस यात्रा का दुसरा चरण है ‘तप’। Tap is the Process of Implementation of सम्यक् ज्ञान। “मुझे नहीं होना परेशान”, “आप कैसे भी हो, I Love You” इसका जो 24 घंटे पुरुषार्थ करता है, यह पुरुषार्थ ही तप कहलाता है। तप याने कर्म सत्ता के Power को खत्म करना। Tap is the Purification of intention.

शुभेच्छः : मौन वार्तालाप की एक महान कला है। - हैजलट



Tap = Care + Share. Tap Itself is a Balance. जो व्यक्ति ऐसा करता है उसकी आत्मशक्ति बढ़ती है।

“ॐ नमो तवस्स” मंत्र के जाप किये।

तप के पश्चात साधना का अगला चरण है सम्यक् दर्शन। सम्यक् दर्शन = Scientific Vision. सम्यक् दर्शन के पाँच लक्षण हैं - क्षयोपशम, उपशमिक, क्षायिक, वेदक, और रोचक। हमे क्षायिक बनना है। क्षायिक = Permanent, always Elevating. I always Enjoy. This is सम्यक् दर्शन।

“ॐ नमो दंशणास्स” मंत्र के जाप किये।

साधना का चौथा चरण है चारित्र। सर्व विरति जिसके अंदर Flow होती है वह ‘सम्यक् चारित्र’ का परिणाम है।

“ॐ नमो चारितस्स” मंत्र के जाप किये।

साधना की इस यात्रा में यहाँ से गुणात्मक विकास की शुरुवात होती है। पंचपरमेष्ठि की कृपा लेने से उनके गुण हमारे अंदर आते हैं। 24 घंटे जागृत रह कर, 24 घंटे तप में रह कर Negativity को Stop, Remove और Balance करके सभी के साथ मैत्रि करने से साधुत्व प्रकट होता है। साधुत्व प्रकट करने के लिए

“नमो लोए सव्व साहूणं” मंत्र के जाप किये।

साधु जब परम विवेक की पराकाष्ठा और जागृति की परम सीमा प्रकट करता है तब उसका गुणात्मक विकास होता है और उपाध्याय Level में प्रवेश करता है। यह Solution Provider पद है। हर Problem का रामबाण इलाज है। इसके लिए

“नमो उवज्झायाणं” मंत्र पद के जाप किये।

भाव से किये गए अरिहंत पद के जाप भवरमण को खत्म करने का निमित्त बनते हैं। यह मंत्र न सिर्फ बाह्य किन्तु आंतरिक दोषो, दुःखो, अंतरायों को दूर करने का रामबाण इलाज है। यह “All in One, One in All” मंत्र है।

“ॐ ह्रीं ॐ नमो अरिहंताण” मंत्र पद के जाप किये।

जब तक शरीर है तब तक वेदना निश्चित है। केवली भगवंतो को शरीर होता है तब भले ही अंदर से वेदना नहीं होती है किन्तु शरीर की वेदना होती है। सिद्धपद प्राप्त होते ही वेदना रहित अवस्था, सर्व कर्मों से मुक्ति मिलती है। ‘सिद्धपद’ याने Freedom From Pain & Suffering. Ultimate Goal is देहरहित अवस्था, सर्व कर्म से मुक्ति। सिद्ध पद को प्राप्त करने के लिए “नमो सिद्धाणं” मंत्र पद के जाप किये।

एक सामान्य जीव मे से परम सिद्ध अवस्था पाने की यह आराधना साधना की यात्रा सभी के जीवन मे परिणाम लाए तथा लक्ष की ओर प्रगति करते रहे... सबका मंगल हो... सबका कल्याण हो... इसी मंगल भावना के साथ... यह यात्रा यहाँ पूर्ण हुई।

ॐ

## महावीर जन्म कल्याणक २०१८

आपणी अंदर रहेल महावीरने प्रगट करवानो दिवस अेटले “महावीर जन्म कल्याणक” कंठक अनोभी रीते उजवीने आपणी अंदर रहेल महावीरने जगाडवा माटे “परम सुभ जुवन विकास केन्द्र” द्वारा “प. पू. गुड्डेव श्री पंजलभाई” ना सानिध्यमां दर वर्षनी जेम आ वर्षे पाण “महावीर जन्म कल्याणक” ता. 29 मार्च 2018 ना दिवसे सायन होस्पिटल तथा Salvation Army Girl's आश्रमनी मुलाकात लईने उजववामां आव्यो.

अपोरना २.३० वागे Sion Hospital ना ७ नं. ना गेट पासे सौ भेगा था. सौने सेवकश्री अल्पेशभाईअे समजव्यु के वॉर्डमां जई शुं करवानुं छे. त्यां रहेल दर्दीओने अलग अलग टीम स्वजन बनी मण्वा. प्रेमथी तेमनी साथे तेमना दुःख दर्द Share कर्या अने इणनी थेली तेमने अर्पण करी. त्यां बेसी सौअे तेओ जल्दी जल्दी साज्ज थाय अने तेमनी पीडा दूर थाय ते माटे मंगल भावना करी, सौअे साथे बेसी ज्ञाप कर्या. दरेक वॉर्डमां १५ थी २० जणानी अलग अलग टीम गई छती. अहीं आवेला धण्णा यंगस्टरोने अेवो अहेसास थयो के आपणे केटला लक्की छीअे? आपणी पासे तो बहु ज छे. छातां रडीअे छीअे. त्यार बाद प.पू. गुड्डेवे होस्पिटलना परिसरमां रहेल जुवो, स्टाइ, डेक्टर, नर्सो तथा दर्दीआ अने तेमना स्वजनो... सर्व माटे मंगलभावना करी तथा ज्ञाप कर्या.

त्यारबाद अहींथी सौ Salvation आर्मी गर्ल्स आश्रममां गया. अहीं रहेती बालिकाओ आ दिवसनी भास राइ जौती होय छे. कारण दर वर्षे आ दिवसे परम आनंद परिवार तेमने मणवा तेमनी साथे तेमनी वातो Share करवा जाय छे. आ बालिकाओ साथे बेसीने तेमना मित्र, स्वजन बनी आनंदमां समय विताव्यो. तेमनी साथे वातो शेर करी. गीतो गाया. आ बालिकाओअे पाण आनंदथी जुमता गीतो गाया. प.पू. गुड्डेवे तेमने आनंदमां रहेवानो मंत्र आप्यो.

दररोज सवारना प्रभु साथे वातचीत करी त्राण Whatsapp करवा माटे कहुं.

- १) It is a Wonderful Day.
- २) Come what may, I will Enjoy.
- ३) Come what may, I will Smile.

त्यारबाद आश्रमनी आ बालिकाओने रोजबरोजनी वस्तुओनी अेक Kit परम आनंद परिवारना सभ्योना हस्ते आपवामां आवी. जेमां दांतियो, टेलकम पावडर, टुथपेस्ट, टुथब्रश, हेर ओईल, बाथसोप (साबु), कपडा धोवानो साबु, वॉशिंग ब्रश, शैम्पु, नेपकीन, हेर बेंड, हेर क्लीप, बकल छत्यादी सामग्री आपवामां आवी. त्यारबाद आमरसनुं रसपान कराववामां आव्युं.

शुभेच्छा : अपने रहस्य को किसी को मत बताओ, ये आदत आपको खत्म कर देंगी। - चाणक्य



आश्रमनी आ बालिकाओना यहेरा परनो आनंद जेठे सौने ओभे लायुं के कंठे पार न होवा छतां आ बालिकाओ केटली मुश छे? ज्यारे आपणे भुधु होवा छतां नानी नानी वस्तुओ माटे रीओ छे. त्यारबाद त्यां आवेल दरेकने नास्ताना पेकेट आपवामां आव्यां. आ रीते सौनी अंदर रहेल महावीरनो जन्म थई यूक्यो उतो.

नमो जिष्णां.

## महावीर जन्म कल्याणक २०१८

हमारे अंदर रहे हुए महावीर को प्रगट करने का दिन यांने “महावीर जन्म कल्याणक”। कुछ अलग अनोखे स्वरूप से मनाके हमारे अंदर रहे हुए महावीर को जगाने के लिए “परम सुख जीवन विकास केन्द्र” द्वारा प. पू. गुरुदेव श्री पंकजभाई के सानिध्यमें हर साल की तरह इस साल भी “महावीर जन्म कल्याणक” ता. 29 मार्च 2018 के दिन सायन अस्पताल तथा Salvation Army Girl's Ashram की मुलाकात लेकर मनाया गया।

दोपहर 2.30 बजे सायन अस्पताल के ७ नं. गेट के पास सभी इकट्ठे हुए। सभी को सेवक श्री अल्पेशभाई ने बताया की वॉर्ड में जाकर हमे क्या करना है। सभी अलग अलग टीम बनाके सायन अस्पताल के सभी वॉर्ड में जाकर वहा रहे हुए मरीजो को स्वजन बनके मिले। प्रेम से मिलकर उनके दुःख दर्द Share किए और उनको फल की थेली अर्पण की। वे जल्द से जल्द अच्छे हो जाए और उनकी पीडा दूर हो इसी भाव के साथ सभी ने वहाँ बैठकर मंगल भावना और जाप कीए। सभी वॉर्ड में 15-20 लोगों की अलग अलग टीम गई थी। यहाँ आये हुए कई यंगस्टरो को अहेसास हुआ की हम कितने लक्की है। हमारे पास तो सबकुछ है फिर भी हम रोते है। तत्पश्चात प. पू. गुरुदेव ने अस्पताल के परिसर मे रहे हुए जीवो, स्टाफ, डॉक्टर, नर्स एवं दर्दीओ और उनके स्वजन... सभी के लिए मंगल भावना की और जाप किए।

तत्पश्चात यहाँ से सभी Salvation Army Girl's Ashram में गए। यहाँ रहती हुई बालिकाएँ इस दिन की राह तकती है क्योंकि हर साल इस दिन परम आनंद परिवार उन्हे मिलने, उनसे बाते Share करने जाता है। यह बालिकाएँ यहाँ आश्रममे इतनी खुश है कि लगता है कि ईशु का दरबार यहाँ है। यहाँ पर सभी इन बालिकाओ के साथ बैठके उनके मित्र, स्वजन बनकर आनंदमें समय बिताया। उनके साथ बाते Share की। गाने गाए। प. पू. गुरुदेवने उनको आनंद में रहने का मंत्र दिया।

हररोज सुबह प्रभु के साथ बातचीत करके तीन Whatsapp करने को कहाँ।

- १) It is a Wonderful Day.
- २) Come what may, I will Enjoy,
- ३) Come what may, I will Smile.

तत्पश्चात आश्रम की इन बालिकाओ को रोज बरोज की चीजे की एक Kit परम आनंद परिवार के सभ्यो द्वारा दी गई जिसमे कंगी, टेलकम पावडर, टुथपेस्ट, टुथब्रश, हेर ऑईल, बाथ सोप, Washing Soap, Washing Brush, शॉम्पू, नेपकीन, हेर बेंड, हेर क्लीप, बकल इत्यादी चीजे दी गई। तत्पश्चात आमरस का रसपान करवाया गया।

आश्रम की इन बालिकाओ के चेहरे पर आनंद देखकर ऐसा लगा कि कुछ भी न होते हुए यह बालिकाएँ कितनी खुश है। हमारे पास सब कुछ होते हुए भी हम छोटी छोटी चीजोंके लिए रोते है। फिर वहाँ पधारे हुए सभी को नाश्ते के पेकेट दिये गए। इस तरह आज हम सभी के अंदर महावीर जन्म हो चूका था।

नमो जिणाणं।



महावीर जन्म कल्याणक आश्रम सेवा का एक आंतरंग भाग, आमरस की तैयारी में जुटे हुए सेवक



तचन सेवा द्वारा सायन अस्पताल में मरीजों के परिवार संग परम आनंद परिवार

शुभेच्छक : आप अगर ऐसा सोचते हो, की सब कुछ अच्छ होगा, तो जरूर वाही होगा।





## आनंदमय ज्वनना विकासनी अद्भूत शिबीर नमस्कार महामंत्र योग Science of Divine Living

First of all would like to thank you all the Sevaks, Guruji Pankajbhai and my Mummy. I really enjoyed the Shibir. It was more Practical so bordem doesnt Strike. However i Experienced 'N' Number of Experiences which all was like Miracle. I would like to show one of the experience i.e. I daily started following the "3 Golden Phrase" Which helped me a lot in my daily life. In my office in and my relation was not good but after following the steps said by Guruji it helped me a lot in my office life. Atmosphere at my place was also not good like fights, tension which was affecting me but then We sit a while & talked about each Problem & now it very reflecting. It is very useful Shibir, I joined of my mama's force but how very like i will join the next one for my betterment. Thank you Everyone.

- Palak Pankaj Shah 99695 40288

पंकजभाई गुरुजना सत्संगमां आववाथी मडावीर प्रभुअे बतावेलां मार्ग नुं मार्गदर्शन मणवाथी आपाणी डेईली लाईफ स्टार्डलमां सुधारो आवे छे अने अंतरनी शुद्धिकरणनी प्रक्रिया यालु थाय छे. मारे नथी थवुं परेशान याद करवाथी आपणु मन शांत थाय छे. सवारनी प्रक्रिया रात्री प्रक्रिया करवाथी शान्ती मणे छे.

- अनिल अेस. शाह 93204 07815

नमो जिज्ञासुं जअ भयासुं, मारे नथी थवुं डेरान, तमे गमे तेवा डो, हुं तमने यालुं छुं. आ त्रिमंत्र मने भूषज गम्यां छे. ज्वन जववा माटे भूष भूष प्रोत्साहन मणे छे. योगा अने कसरत थी शारिरीक - मानसीक स्ट्रेसमां भूष भूष राहत मणे छे. सारी रीते जंडगी जववा माटे आ भधु भूष जररी छे.

- निर्मला अे. दोलकीया 82862 10887

अहु सारो अनुभव थयो. मारामां Negativity जे हती ते हवे धीरे धीरे ओछी थती जाय छे. मारा स्वभावमां पण थोडु परिवर्तन आव्युं छे. माराथी नीयेना माणसो साथे पण हुं हवे सारी रीते प्यारथी वातो कडुं छुं. कोठना पर अयानक गुस्सो आवी जाय तो तरत मारी Self ने कंट्रोल कडुं छुं. भुशामां रडेवानी कोशिप कडुं छुं अने साथे रहुं छुं. in Short : Now I am giving & Enjoying myself. बिमारीनो विचार करीने जंडगी जे नकामी बनावी दीधेवी तेमां हवे अहु सुधारो आव्यो छे.

- डेनी करकरीया 98924 71104

नमो जिज्ञासुं. गुरुज, सेवाभावीको ने प्रणाम.

आ शिबीरमां जोईन थया पछी मने पोताने शांती अहु ज मणी. अेनु कारण मारे माथुं दुभतुं हुतुं तयारे मारे M.R.I. करवानुं हुतुं तेनी मने जर न पडी ने स्वभावमां पण इरक पडी गयो. पर्युषण नो आनंद अेटलो अलग ज हुतो के भगवान पण लीधा पांय धून, पांय प्रक्रिया, पांय परमेष्ठिमां. ते भधु अद्भुत छे. सांजना दिवसे अेनाथी अनेरो लाव्यो. कारण के सवारनी प्रक्रिया पछी शरीर मैत्री भधु करीने ज वागी गया तो पण भूष, तरसनी कांई भभी न पडी. कांई भूल थती होय तो माइ करजो.

- भिनाक्षी दिनेश भालदे 99307 30113

नमो जिज्ञासुं. मारो आजनां अनुभव लभता मने भूषज आनंद थई रह्यो छे. शरीर मैत्री, प्राण मैत्री जे पू. गुरुजअे अमने शीभववाडी छे अे शरीरना प्रत्येक अवयव साथे केवी रीते मित्रता स्थापित करी रोग मुक्त थई जाओ. अने प्रत्येक अवयव साथे आंभो बंध करी अने आत्मिक आनंद मणे छे जे भूष ज अद्भूत छे. भूष भूष आभार. धन्यवाद के प्रभु कृपाअे अमने आवा गुरुज भय्या छे. जेभाणे अमने पांय परमेष्ठिना पांय पांय पढो केवी रीते आपाणी मुश्केलीओ दूर करे छे ते समजव्युं. अेना माटे मारी पासे शब्दो नथी. मे मारा ज्वनना घणु Problems आ पढो द्वारा दूर कर्या छे. अने आत्मिक आनंद नो अनुभव करी रही छुं. भूष भूष धन्यवाद पू. गुरुज.

- विमला अेय. शाह 99209 25689

आज का सत्र मुझे बहुत अच्छा लगा। जैसे ही सत्र चालू हुआ और जो मुझे आलश, सुस्ती आ रही थी वो खत्म हो गया। मैं प्रभु की भक्ति में खो गई। मेरी प्यास भूख सब मिट गई। समय का भी पता नहीं चला और एकदम रिलेक्स हो गई। प्रभु की भक्ति में लीन हो गई। पू. गुरुजी पंकजभाई ने जो समझाया वो मेरे मन, चित्त और बुद्धि में एकाग्र हो गया और बहुत ही अच्छा लगा। हमारे दिल में किसीके प्रति नेगेटीव प्रवृत्ति रखनी नहीं चाहिये। जिससे हम मन, बुद्धि, चित्त को फ्री रख सके और कोई झमेला न हो। पांच धून का मैं स्वीकार करती हूँ तो बहोत ही बिन्दास रहती हूँ, खुश रहती हूँ। शरीर मैत्री से दोस्ती और मित्रता करके मैं एनर्जेटिक हो गई। नींद भी अच्छी आने लगी। ब्रह्म मुहूर्त मे उठने लगी। धन्यवाद! नमो जिज्ञासुं.

- मंजुला विमलचंद राजावत 96196 80755

Very Nice, Heart touching & Very useful in our Day to Day Life. After this Shibir we know how to Divine Living, I understand to Free from our Karmas.

"Namo Jinanam"

- Pankaj Shah 96996 33472

शुभेच्छक : वह जो अपने प्रियजनों से अत्यधिक जुड़ा हुआ है। उसे चिंता और भय का सामना करना पड़ता है। क्योंकि सभी दुखों कि जड़ लगाव है। इसलिए खुश रहने कि लिए लगाव छोड़ दीजिये। - चाणक्य



## શ્રી શક્તિ આરાધના - શ્રી નવપદ સાધના with શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર જાપ પૂજન, શાહપુર શ્રી શક્તિ આરાધના - નવપદ સાધના with શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર જાપ પૂજન, શાહપુર

નમો જિણાણં. શ્રી સીમંધર સ્વામી દાદાની કૃપાથી સદ્ગુરુદેવની કૃપાએ સાચો માર્ગ શુ છે? મને શુ કરવુ છે એની મને અહીથી સમજ પ્રાપ્ત થઈ છે. હું ડિપ્રેશનમાં હતી મારો આખો પરિવાર વિખરાઈ ગયો હતો. આ માર્ગમાં આવ્યા પછી મને આનંદ આનંદ થઈ રહ્યો છે. નમસ્કાર મહામંત્ર અને નવરાત્રી સાધના શ્રી સિદ્ધચક્ર યંત્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન માં જોડાણ પછી દ્રઢત્વ, બળવાન પણ આવ્યુ છે. પહેલા હું ભયભીત હતી. હું કેમ કરીશ? કેવી રીતે આગળનું મારુ જીવન પાર પડશે? એમ મને મારી કલ્પનાથી ભય લાગતો હતો. અહી આવ્યા પછી એવો અનુભવ થાય છે આનંદ આનંદ! અને મને એક પરિવાર મળ્યો છે. પરમસુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર મારો એક પરિવાર છે. હવે મારે આમાજ જોડાવુ છે. ભક્તિ, સત્સંગ એમાં જ રહેવું. આજે હું ભાવથી સિદ્ધચક્ર યંત્ર મારા ઘરે લઈ ગઈ છું. મારો એવો ભાવ અને પ્રેરણા બધા માટે છે. ખરેખર આ અદભૂત સાધના છે જીવન જીવવાની સાથે પરમાર્થ Stepwise સીડી ચડવાની નવપદ આરાધના. ભક્તિ અને શક્તિ આરાધના છે સહુને એક જ પ્રેરણા છે. શ્રી સિદ્ધચક્ર યંત્ર દિલમાં, ઘરમાં, ઓફિસમાં હોવો જ જોઈએ. આ Tower અને Power House છે.

- નંદા એચ. શાહ 93211 79307

ખૂબ જ સરસ વ્યવસ્થા અને જીવનમા રહેલા કોઈપણ ટેન્શનમાંથી મુક્તિ મળી જાય એવું પૂ. ગુરુદેવનું પ્રવચન ખરેખર અસરકારક છે. લોકોના જીવનમાંથી Negativity કાઢી નાખવાની આ એક ખૂબ જ સુંદર પ્રયત્ન છે. આગળ પણ આવા પ્રવચનો તેમ જ શિબિર અને પૂજન વડે લોકોના અંધકારમય જીવનમાં એક નાની એવી પણ દિવ્યજ્યોત પ્રગટે એવી પૂ. ગુરુદેવને નમ્ર પ્રાર્થના. અમારુ અહોભાગ્ય કે અમે આવા કાર્યક્રમના સહભાગી બની શક્યા.

- શિતલ શાહ 90049 05806

આજના આ શાહપૂર તીર્થના શ્રી સિદ્ધચક્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાનમાં પ્રથમવાર આવવાનું થયું. આપનું સાનિધ્ય અને આરાધકોની સ્થિરતા જોઈને ખરેખર આશ્ચર્ય થયું. અરિહંત ચેનલ ઉપરનો આપનો નિયમિત આવતો પ્રોગ્રામ જોઈને જ આવવાનું મન થયું. મનને પ્રસન્ન રાખવાની યાવીઓ ખરેખર આપની લાજવાબ છે. એકવાર તો એમ કહેવાનું મન થઈ જાય છે કે આપનું હંમેશા પ્રસન્ન રહેતું વદન અમને પણ પ્રાપ્ત થઈ જાય તો કેટલું સારું? આપની આરાધના - સાધના - ચિંતનનું આ સમ્યક્ પરિણામ છે. હું આદેશ્વર ભગવાનને પ્રાર્થના કરું છું કે મને પણ

આપની પ્રસન્નતાનું એક અંશ મળી જાય. સળંગ ૬-૭ કલાકનો પ્રોગ્રામ આ રીતે માણવાનો આ મારા જીવનનાં પહેલો પ્રસંગ છે. આપના સારા સ્વાસ્થ અને લાંબા આયુષ્યની મંગળ કામના સાથે વિરમું છું. ખૂબ ખૂબ ભૂરિ ભૂરિ અનુમોદના સાથે ધન્યવાદ.

- બનવારીલાલ ઓસવાલ 022-2538 8077

પહેલી વખત આવી છું, પણ શ્રી સિદ્ધચક્ર મંત્ર માં ખૂબ જ આનંદ આવ્યો. અનુભવ બહુજ સારો રહ્યો. આખો દિવસ આનંદમય, પ્રભુમય વિત્યો. નકારાત્મકતા દૂર થઈ. સકારાત્મકતાનો અનુભવ થયો. દિવસ ધન્ય બની ગયો.

- પુષ્પા એ પંચાલ 92222 00320

નમો જિણાણં, ગુરુજીના શબ્દોનું સામર્થ્ય જીવમાત્રનું જીવન ઉર્ધ્વગામી બની શકે એટલુ અદ્ભૂત છે. માત્ર લેવાની વૃત્તિ કરતા આપવાની વૃત્તિનું જીવનમાં કેટલું અને કેવું મહત્વ છે તેનું વર્ણન ખરેખર આંખો ઉઘાડનારૂં બની રહ્યું. અત્યારે જે સદ્કાર્યમાં હું જોડાયેલો છું તેમાં ઉત્તરોત્તર વધારો થતો રહે તેવી કૃપા માટે પ્રાર્થના કરું છું.

આજનો આંતરિક અનુભવ જે અનુભવ્યો તે માત્ર અનુભવનો વિષય છે. શબ્દો દ્વારા વર્ણન શક્ય નથી. ગુરુકૃપા અને શ્રી સીમંધર સ્વામીની અસીમ કૃપા હંમેશા જીવમાત્ર પર વરસતી રહે એ ભાવવંદના.

- સંજય કોઠારી 98696 31075

હું પહેલી વખત આવી છું, મારી લાઈફમાં ઘણી બધી વસ્તુ બની ગઈ છે. હું આવી ત્યારે મને એકલું એકલું લાગતુ હતું અને અત્યારે લાગે છે મારું બહુ મોટું ફેમિલી છે. અને હું અહિં આવીને ઘણું બધુ શીખીને જાઉં છું. મારી પૂરે પૂરી કોશિષ રહેશે કે એ જ એક માર્ગ પર હું ચાલું કારણ જ્યારે આટલુ સાંભળીને આટલો ફર્ક પડ્યો તો એ રસ્તે ચાલીશ એટલે ચોક્કસ માર્ગ મળતો રહેશે અને પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર થી ઉમીદ કરું છું કે બીજી વાર આવું કાંઈ હોય તો ચોક્કસ જણાવજો. હું અને મારો બાબો ચોક્કસ આવશું. અમારી ફેમિલીમાં હું અને બાબો જ છીએ. પણ હવે એકલું નથી લાગતું. મન ખુશ થઈ ગયું છે અને પોતાને નસીબદાર માનું છું કે આ આયોજનનો મે લાભ લીધો. મારા તરફ થી પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર ની પૂરી ટીમને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ.

- કોમલ કલ્પેશ ચૌહાણ

આજના શુભદિને શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના શ્રી સિદ્ધચક્ર યંત્ર પૂજન અનુષ્ઠાન માં બહુ જ આનંદ થયો. બહુ જ શાંતી મળી. આજના કોમ્પ્યુટરના યુગમાં આજના નવયુવકો તથા બહેનો હોંશથી આરાધના કરે છે એ ખરેખર અરિહંત પરમાત્મા તથા સીમંધર સ્વામી ની અનહદ કૃપાથી. મને ઘણોજ આનંદ થયો છે.

- ભાનજી એમ. ગાલા 99873 01919

શુભેચ્છક : સુંદર વિચાર જિનકે સાથ હૈં વે કમ્બી ઇકાંત મેં નહીં હૈં - સર પી. સિડની



નમો જિણાણં. આજ હમારા સૌભાગ્ય હૈ કિ આપકે યહા શ્રી સિદ્ધચક્ર મહાયંત્ર પૂજન મેં શામિલ હોને કા મૌકા મિલા। યે મેરા પહલા અનુભવ હૈ। કાફી ટાઈમ સે T.V. પર આપકે પ્રવચન સુનતા આ રહા હૂં આજ સાક્ષાત ડર્શન કા મૌકા પ્રાપ્ત હુઆ। કુછ જિંદગી મેં અલગ સે જીને કા તરીકા પ્રાપ્ત હુઆ ઓર કોશિષ મી હમારી યહી રહેગીં કિ યહાં સે કુછ સીખ કર જાણ।

સમી આનેવાલે મહાનુભાવોં કા સ્વભાવ નમ્ર શાલીનતા પૂર્વક રહા। 100% જીને કા સહી તરીકા પ્રાપ્ત હુઆ। આગે મી હોતા રહેગા એસી મેરી આશા.

- રામેશ્વર મહેતા 93226 60851

આવી દોડાદોડી વાળી લાઈફમાં બહુ જ સારી રીતે બહુ જ સાડું શીખવા મળ્યું છે. એક શિબિર થાણામાં થઈ હતી એ કરી હતી. એના પછી એવું લાગ્યું કે ખરેખર આ બધા પ્રોગ્રામ કરવા જેવા છે. બાળકોના લીધે બધી જગ્યાએ જઈ શકતા નથી. આજે ટાઈમ કાઢીને આવ્યો. ખરેખર આવું ક્યાંય શીખવા નથી મળ્યું. Thanks to પૂ. પંકજભાઈ. લાઈફમાં આ બધું કરશું તો ખરેખર આપણી લાઈફ ચેન્જ થઈ શકે છે. છોકરાઓને પણ સારા સંસ્કાર આપી શકશું એવી શક્તિ આપો. ક્યાય તમારો પ્રોગ્રામ હોય તો. અમે આવી શકીએ અને આવતા પણ રહેશું. ક્યારેય પણ આવો પ્રોગ્રામ નથી જોયો. લાખો ખર્ચ કરીએ તો પણ આવો પ્રોગ્રામ જોવા નહી મળે.

- અંજના વોરા 999871 18123 / મિતલ શાહ 98201 82292

પૂજ્ય પંકજભાઈના ચરણોમાં કોટી કોટી વંદન.

આમ જન્મે તો હું વૈષ્ણવ છું, પરંતુ જૈન ધર્મ પ્રત્યે નાનપણથી જ લગાવ અને ભાવ રહ્યો. નવકાર મંત્ર, ઉવસ્સગહરમ્ સ્ત્રોત, પદમાવતી માતા અને શંભેશ્વર દાદાના મંત્રોનું અનુષ્ઠાન પણ કરેલું છે અને તેનું રિઝલ્ટ પણ મળ્યું છે. પૂ. પંકજભાઈ, આ મારો છેલ્લો જન્મ થાય અને આજ જન્મે મોક્ષ પ્રાપ્તિ થાય તે માટેનો આપે આજે રસ્તો બતાવ્યો તે અદ્ભૂત છે. પરંતુ મારી એક અરજ છે. હું હજુ અધ્યાત્મમાં ઘણો કમજોર છું. ચારે તરફ અવરોધ, વિષય, વાસનારૂપી તાંડવ છે. તો તેમાં માફ જોર ચાલે તેમ નથી. આપ જેવા સમર્થ પુરુષ જો મારો હાથ પકડે તો જ શક્ય છે. તો હું આજે વર્તમાન તીર્થંકર ભગવાન શ્રી સીમંધર સ્વામીના ચરણોમાં પ્રાર્થના કરુ છું, મને આપના યુગ કાર્યમાં નિમિત્ત બનાવે અને સેવા કરી શકુ તેવો યોગ બનાવે. પુનઃ આપના ચરણોમાં વંદન કરી આશીર્વાદ માગું છું. મારો હાથ પકડી મને ભવપાર કરશોજી.

- હસમુખ સી. વાલંદ 81081 54460

Namo Jinanam. Thank you GURUDEV for blessing us to do STHAPNA of such a precious gift in the form of SHRI SIDDHCHAKRA MAHAYANTRA in our office, After its arrival the entire aura of our office has changed. It has become more cool with continuous flow of divine energy.

GURUDEV please keep on showering Your blessings on all of us.

- Alpesh Shah 98202 12816

શ્રી ચૈત્રી નવરાત્રી આરાધના - શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના  
શ્રી સિદ્ધચક્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન  
શ્રી ચૈત્રી નવરાત્રી આરાધના - શ્રી નવપદ જ્ઞાન સાધના  
શ્રી સિદ્ધચક્ર જાપ પૂજન અનુષ્ઠાન

I feel very Great. I Got direction. in every Stage I find Negativity which automatically stops me. Negativity ..... and start ..... Namō Jinanam Jia Bhayanam. મારે નથી થવું પરેશાન.

જે વાતની અત્યારસુધી ખબર જ ન હતી કે જેટલું ખરાબ વિચારશું, બોલશું, અભિપ્રાય આપશું તેટલું અમારું જ નુકસાન થાય છે.

મેં ૧૫ દિવસમાં ૧૩ દિવસ જ કરી શક્યો જેમાં પહેલે દિવસે ખબર જ ન હતી પણ દિલીપભાઈની કૃપાથી બીજે દિવસે સવારે મને વાત કરી અને હું જોડાઈ ગયો. મને ખૂબ જ આનંદ આવ્યો છે અને Scientific Divine ની ખબર જ ન હતી તે આ પંદર દિવસમાં જાણવા મળી.

- Nilesh R. Shah

‘નમો જિણાણં’

સ્થાનકવાસી ઉપાશ્રયની બાજુમાં બેનર વાંચીને હું પ્રથમ વખત અહીં આવી. પ્રથમ દિવસે જ નેગેટીવીટીને દૂર કરવાનું, હટાવવાનું અને શુદ્ધિકરણ કરવાનું શીખવ્યું. વ્યક્તિ, વસ્તુ, પરિસ્થિતિ, ધન-સંપત્તિ આ દરેકમાં તથા કોઈપણ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં આર્ત-રોદ્ધ્યાનને ખતમ કરવાનું કહ્યું એમાં ક્યાંય ભળવાનું નથી એ મને ખૂબ જ ગમ્યું. “બોલ મનવા બોલ, મુજે નહીં હોના પરેશાન” અને “આપ કેસે ભી હો, I Love You” આ બે વાક્ય તો આખો દિવસ મનમાં ગુંજ્યા કરે છે. અને પ્રેક્ટીકલી પણ એમાં હું સફળ થઈ છું. શ્રી નવરાત્રી નવપદ આરાધનાના ચોથે કે પાંચ મે દિવસે ઘરમાં જરા કલેશ જેવું વાતાવરણ થયું હતું. પરંતુ એ વાતાવરણની મને જરાપણ અસર ન થઈ ત્યારે મનમાં એક જ વસ્તુ લાવી કે “મુજે નહીં હોના પરેશાન”. બીજું એક વ્યક્તિ પ્રત્યે મને ક્યારેક દુર્ભાવ થતો હતો. પરંતુ હવે એ બેન સામે મળે છે તો એમના પ્રત્યે પણ મૈત્રીભાવ થાય છે. પૂ. ગુરૂજી પંકજભાઈનો ખૂબ ખૂબ આભાર. નવપદ ખૂબજ વિસ્તારથી અર્થપૂર્વક સમજાવે છે. ખૂબ આનંદ આવે છે. અને અંતરમાં શાંતિ મળે છે. Stop, Remove, Balance, મૈત્રી રોજ યાદ આવે છે. અને એ પ્રમાણે કરું પણ છું. સાયન્ટીફીકલી બેઝથી જિન આજ્ઞા પ્રમાણે અમારું જીવન બને એવી કૃપા ઈચ્છીએ છીએ.

- ભદ્રીકા એન. સંગોઈ 2611 3881

શુભેચ્છક : વિદ્યા કે અલાવા ઓર કોઈ જ્ઞાન નહીં હૈ - થામસ ફુલર



### મહાશિવરાત્રી પંચગીતી

નમો જિણાણું

ૐ નમઃ શિવાય

અને મહાભળેશ્વરમાં શિવરાત્રીની આરાધના કરવા આપ્યા. અહીંના ટાઈમટેબલ પ્રમાણે અનુસરતા આરાધનામાં ખૂબ મગ્ન રહ્યાં. અહીંનું વાતાવરણ સાધના કરવા માટે ઉત્તમ રહ્યું. ભોજન પણ સાત્વિક હતું. તેથી આરાધના કરવામાં સફળ રહ્યું. શિવ એટલે શું એ જાણવા મળ્યું. શિવ એ તત્ત્વ છે. શિવ સત્ય છે. જગત શિવમય છે. તેનો અનુભવ પૂ. ગુરુજીએ સારી રીતે કરાવ્યો. ખૂબ ખૂબ જાણવા મળ્યું. જ્ઞાનની સમજણ મળી. સવારે ઉઠીને શરીર મૈત્રી, પ્રાણમૈત્રી વગેરેથી શરીર અને મન શાંત થયા. આત્મિક શાંતિ મળી. આનંદમય વાતાવરણ રહ્યું. હું આનંદસ્વરૂપ આત્મા છું. એનો અનુભવ થયો. પૂ. ગુરુજીએ ખૂબજ સરળતાથી સાચી સમજણ આપી.

- જયા નંદુ

ૐ નમઃ શિવાય

‘શિવ’ એક તત્ત્વ છે જે ન તો અતિ સુખમાં હરખાય છે કે ન અતિ દુઃખમાં ડરી જાય છે. તે તો આત્માનો આનંદ સ્વરૂપ છે. સત્ય, શિવનું એક પાસુ છે.

Shiva is bliss. It is equivalent in both cases of life's Happiness & Sorrow.

Sir explained to us to love all beings on this planet, which impressed me the most.

All is well. All the best, Thank You.

- Preeti Vajani

નમો જિણાણું

અહા ધન્ય ધરા ધરતી પંચગીતી ના પ્રાણમાં મોક્ષ બંગલામાં દીપીકાબેન, જગદીશભાઈ, મેહુલભાઈને Thank you very much તેઓ એ આટલી જ કરી તા. ૧૩/૨/૨૦૧૮ મહાશિવરાત્રી તા. ૧૪/૦૨/૨૦૧૮ વેલન્ટાઈન ડે બન્નેનું સરસ કોબ્બીનેશન... કોમ્પોપેક પ્રેમરસ, આનંદ રસ, જીવમાંથી શિવ બનવાનું ભક્તિરસ માં ભિજાયા. પ્રેમરસમાં ખોવાઈ ગયા. શિવોહમ... શિવોહમ બીજુ કાંઈ જ નહીં. શિવમાંથી કેમ શિવત્વ પ્રગટ કરવું? વિના કારણ બધાને પ્રેમ કરવું? બારે માસ આવી મહાશિવરાત્રી, વેલન્ટાઈન મારામાં ચાલતી રહે. બસ બીજુ કાંઈજ નહીં. “શિવોહમ” “શિવોહમ”

- નંદા હેમંત શાહ

પરમ સુખ જીવન વિકાસ કેન્દ્ર

જય જિનેન્દ્ર નમો જિણાણું

મહાભળેશ્વરમાં મંદિર જોવાની મજા આવી. પંચગીતીમાં દીપીકાબેન, જગદીશભાઈ અને મેહુલભાઈ એ પોતાના આત્મભાવને ઉપયોગમાં મૂકી અમને સાચવેલ હતા. આ ત્રણેય જણના અહોભાવ જોઈને ખ્યાલ આવ્યો કે પૈસાને વાપરવો જરૂરી છે. બંગલો તો જાણે આપણે પોતાનો જ હોય એમ અમે રહેતાં હતાં. સત્સંગ અને મંત્રજાપ Touchy છે.

- ભાવનાબેન પંકજભાઈ શેઠ 90043 65653

નમો જિણાણું

અહીં આ શીબિરમાં આવ્યા પછી કેશરને સાડા શીખવાનું મળ્યું. જાણવા મળ્યું છે. આનંદ આવ્યો છે. પાછી જાગૃત થઈ ગઈ છે. નવું જીવન શરૂ કરવાથી જાગૃતિ આવી છે. અહીં આવવી માટે સાધનાનો કાર્યક્રમ અતિ ઉત્તમ હતો. કેશરને બહુજ ગમી ગયું છે. વ્યવસ્થા સારી હતી.

- કેશરબેન ખેરાજ શાહ

સૌથી પહેલા તો ભક્તામર તીર્થમાં ભગવાનના દર્શન કરતાં ભમતીમાં શાંતીનાથદાદાના દર્શન કરતાં અંદરથી આનંદ-આનંદ થયો. મહાશિવરાત્રી મહોત્સવમાં જીવમાંથી શીવ કેવી રીતે બનાય તેનો અહેસાસ થયો તે જ ક્ષણથી પ્રેકટીકલી જીવનમાં મક્કવાની શરૂઆત કરી. શ્રી સીમંધર સ્વામીને વિનંતી કરી કે હું ભુલી જઉં તો યાદ અપાવજો.

મારા હસબન્ડ પંકજને આવી પહેલા ટેન્શનમાંથી દૂર કરવા આ માર્ગમા ગમે તેમ કરી લઈ આવવાનો અવરણીય આનંદ છે.

- મીના પી. શાહ 99697 00742

નમો જિણાણું

ગઈ કાલે પંકજભાઈનું વ્યાખ્યાન સાંભળીને હું ખૂબજ Light Feel કરું છું. તેમની બે મુખ્ય વાત મને ખૂબ જ ગમી. મારા હૃદયને સ્પર્શી ગયેલ છે.

એક તો વિના કારણે હસતુ રહેવું અને મુસ્કુરાતા રહેવું અને તે પણ સ્વાર્થ વગર... તે મને ખૂબજ ગમે. આપણે વગર સ્વાર્થે ક્યારેય ખુશ રહેતા નથી. કાલે આ વાત મને ખૂબ જ ગમી.

બીજું આપણે અંદરથી Clear થવાનું છે. અને નકામો કચરો કાઢી નાખવો. હું તે કડુ છું પણ તે વ્યક્તિ સાથે તેને બહાર કાઢી નાખું છું. પણ મેં કાલે એક વાત શીખી છે, કે તે વ્યક્તિને નહિ પણ તેનાથી દુભાયેલ વાતને કાઢવાની છે. તેનું હું જરૂરથી અનુકરણ કરીશ અને આ બંને વાત લઈને હું કોલકતા જાઉં છું અને પોતાને Light Feel કરું છું.

- નિષા શાહ

શુભેચ્છક : जैसे सूर्य सबको एक-सा प्रकाश देता है। बरसात सबके लिए बरसती है। उसी तरह विद्यावृष्टि सब पर बराबर होनी चाहिए। - महात्मा गांधी



## अरिहंत T.V. CHANNEL (दररोज सुबह 8.20 और रात को 11.40 बजे)

प.पू.गुरुदेव श्री पंकजभाए के श्रीमुख से साक्षात अरिहंत परमात्मा, तीर्थकर परमात्मा की दिव्यवाणी सरल और सचोट शैली में अनुभव करके आनंद उठाने और जीवन में अद्भूत परिणाम पाने के लिए देखिए... हररोज सुबह 8.20 बजे तथा रात को 11.40 बजे।

पूरे भारत में ३ करोड़ लोग (जैन-अजैन) लोकल केबल के SETTOP BOX, VIDEOCON D2 H तथा TATA SKY, AIRTEL के माध्यम से अरिहंत टी.वी. चैनल पर प.पू. गुरुदेव श्री पंकजभाई की वाणी को ग्रहण करके अपने जीवन में अद्भूत परिणाम प्राप्त कर रहे हैं।

हम सभी को इसी तरह यह अमृतस मिलता रहे, इसके लिए अरिहंत टी.वी. चैनल पर प्रसारित हो रहे इस कार्यक्रम के आप सौजन्य दाता बन सकते हैं। आप का नाम जितने दिन का सौजन्य होगा उतने दिन प्रसारित किया जाएगा। अवश्य लाभ ले।

## Science of Divine Living through नमस्कार महामंत्र योग शिबिर

(FREE SHIBIR) Alternate Sunday

आज के युग की सबसे बड़ी समस्या Tension, Stress, Depression... हरकोई हर वक्त परेशानी से घिरा रहता है, फिर शारीरिक, मानसिक रोग के शिकार होते हैं। संबंधों में सुमेल नहीं रहता और न जाने क्या? क्या आपको इन सब से बाहर निकलना है? अपने जीवन को सार्थक करना है? जीवन को लक्ष्मय बनाना है? हमेशा आनंद में रहना है?

तो... आईए... इस मंत्रयोग की शिबिर में सहपरिवार जुड़े और अपना और अपने परिवार का जीवन आनंदमय, मंगलमय बनाए? शिबिर की शुरुआत 24th June 2018 से

(Western Line - Alternate Sunday) (Central Line - Alternate Sunday)

इस प्रकार की शिबिर का आयोजन आप अपने ओरिया में भी करवा सकते हैं। आपकी भावना ऐसी शिबिर करवाने की हो तो अधिक जानकारी हे नीचे दिए हुए नंबर पर संपर्क करें। स्थल और समय की जानकारी के लिए

संपर्क : 99875 03512 / 98209 44517 / 98331 33266

## गुरुपूर्णिमा – दि. 27 जुलै 2018

समय और स्थल की जानकारी SMS, Whatsapp के माध्यम द्वारा दी जाएगी।

## श्री कृष्ण जन्म महोत्सव (श्री कृष्ण जन्मोत्सव) दि. 2 Sept. - 2018

Negative का अंत और Positive का जन्म (स्थल और समय की जानकारी SMS द्वारा दी जाएगी)

## 15 अगस्त 2018 स्वतंत्रता दिन

स्व को स्वतंत्र बनाने का प्रारंभ दिन। खुद की स्वतंत्रता का ध्वज लहराने अवश्य सहपरिवार पधारे।

Divine Scientific Practical सम्यक् पर्युषण अनुभवधारा

6 Sept. 2018 से 13 Sept. 2018 (आठ दिन)

स्थल: ऋतुंभरा कॉलेज

शुभेच्छः : कृत्रिम सुख की बजाये, हमेशा ठोस उपलब्धियों के पीछे समर्पित रहिये। – अब्दुल कलाम



# आगामी कार्यक्रमों की विशेष रूपरेखा



## उत्सव सत्संग (समय : शाम 7.00 से 10.30)

अरिहंत मेले में जीवे अरिहंत नाद गजाने के बाद अब हर घर में, हर जन में अरिहंत नाद गूंजे और सभी प्रभुवत्सल अरिहंत परमात्माने बताए हुए मार्ग पर चले ऐसी दिव्य भावधारा के साथ उत्सव सत्संग ने एक नया स्वरूप धारण किया है। हमारे सभी शिबीरार्थीओ, सत्संगीओ और सेवको और सभी के घर पर उत्सव सत्संग Celebration.

“जीवे जीवे अरिहंत नाद घर घर – जन जन में भगवान महावीर की अंतिम वाणी

श्री उत्तराध्ययन सूत्र श्री कृष्ण वाणी – श्री भगवद्गीता और मेरा जीवन”

सोने पे सुहागा... सत्संगीओ के BIRTHDAY और MARRIAGE ANNIVERSARY CELEBRATION, MONTHLYTHEME अनुसार जाप...! सत्संगीओ जीवन की व्यक्तिगत समस्याओ का पूर्ण रूप से निराकरण...।

आप सभी को ऐसे दिव्य उत्सव सत्संग का लाभ लेने का सप्रेम आमंत्रण...! आइए... हम सब ऐसे दिव्य उत्सव सत्संग का लाभ ले और हमारा, हमारे परिवार का, अड़ोस-पड़ोस का, सगे-संबंधीओ का, मित्रो का... सबका मंगल करे। प्रभु की हाजरी में... प्रभु के साथ जुड़ आए। आप सभी को ऐसे दिव्य उत्सव सत्संग अपने घर पर करवाने के लिए आमंत्रण है। जिन्हे भी ऐसे दिव्य सत्संग करवाने की भावना हो, अवश्य नीचे दिए हुए Phone पर Contact करे।

998750353512 / 9820944517 / 9820933647 / 9930765652

## परम सुख HELPLINE 24X7 No. 09920202756

जीवन की किसी भी समस्या के उपाय के लिए 24 घंटे की HELPLINE सेवा पर सिर्फ एक Missed Call करें – No. 9920202756 तथा WHATSAPP No. 9920203965. यह नंबर आप अपने मोबाईल में Save कर लें और अपना नाम, Area और नंबर लिखकर Message भेज दे ताकि आप रोज पू. गुरुदेव की दिव्य वाणी Audio और Video स्वरूप में सुन सकेंगे और आनेवाले Programmes के Updates भी आपको मिलते रहेंगे।

सीमंधर स्वामी की असीम कृपा से बहती हुई प. पू. गुरुदेव की दिव्य वाणी का लाभ आप

[Youtube.com / paramsukhtvnamojinanam](https://www.youtube.com/paramsukhtvnamojinanam) तथा

[https://www.facebook.com / paramsukhjivanvikaskendra](https://www.facebook.com/paramsukhjivanvikaskendra)

पर भी ले सकते हो।

VISIT WEBSITE : [www.namojinanam.org](http://www.namojinanam.org). Twitter : @nam\_jinanam

शुभेच्छा : आप अभी वो हैं जो आप रह चुके हैं। आप बाद वो होंगे जो आप अभी करेंगे। – भागवान बुद्ध



### जतना मार्ग (सभी जीवों की जतना का मार्ग)

#### Practice of पाँच समिति

प्रेम का अभ्यास याने जतना। दैनंदिनी जीवन में जतना का मार्ग महावीर ने बताया है। महावीर ने दैनिक जीवन की पाँच मूलभूत प्रवृत्तियों के लिए पद्धति बताई है, प्रेम एवं जतना की वृत्ति के विस्तार के लिए

(1) **इर्या समिति** – हमें जतनापूर्वक चलना चाहिए। चलते समय हमारी दृष्टी जागरूक और रास्ते पर होनी चाहिए। हमें ध्यानपूर्वक चलना चाहिए ताकी जाने या अनजाने में किसी भी छोटे या बड़े जीव की हिंसा न हों। यद्यपि कोई जीव को चोट पहुंचती हो, तो हमें पूरी कोशिश करनी चाहिए उसे बचाने की, मदद करने की। इस प्रकार सूक्ष्म जतना निर्धारित की है महावीर भगवान ने। चलते समय, प्रेम और जतना की वृत्ति का विस्तार करना, सब के लिए

(2) **भाषा समिति** – बोलते समय पेहले ध्यान रखना चाहिए कि – कोई जीव की हानी न हो और इसलिए एक कपड़े का टुकड़ा मूँह पर बांधा या मूँह के सामने रखा जाता है। हमारा सुर, दूसरी बात- बोलते समय, सुखदायक, समझौते पूर्वक और आदरपूर्वक होना चाहिए। हमारे शब्द ऐसे हों जो सच्चे, उपयोगी और दोनों सुनने और सुनाने वाले को रास्ता दिखा सकें। बोलते समय हमें एक अच्छा श्रोता भी बनना चाहिए। दूसरे का नजरिया समझकर उसके प्रति आदर, सम्मान व्यक्त करना चाहिए।

इस प्रकार भगवान महावीर ने भाषा द्वारा जतना की वृत्ति के विस्तार का मार्ग बताया है।

(3) **एसना समिति** – विनम्रता एवं जताना वृत्ति विस्तार भीक्षा माँगते समय तपस्वियों के लिए और गृहस्थों के लिए भगवान ने बताया है की कैसे खाना खरीदने से लेकर संचय, पकाने, परोसने और खाते समय हर जीव के प्रति कृतार्थ भाव रखना चाहिए। उसके योगदान का हमारी तृप्ति के लिए। किसानों एवं गृहस्थों के लिए बताया है की कैसे प्रकृति के तत्वों, पृथ्वी, आप, तेज, वायू और वनस्पती पर प्रेम न्योछावर करना चाहिए। शुक्रिया मानकर, प्रेम और जतनापूर्वक बातचीत करके।

आज के जीवन में भी जो व्यक्ति ऐसे कदम लेता है, वह न केवल अपने आप को हर्ष और प्रसन्नता से भर देता है बल्कि आसपास और प्रकृति को भी, मानो जैसे पूरी सृष्टी ही वातावरण को समर्थ बना रही हो हर्ष और प्रसन्नता से।

(4) **आदानप्रदान समिति** – दैनिक जीवन में हम कई वस्तुओं, निर्जीव चीजों का उपयोग करते हैं। भ. महावीरने बताया है कैसे पूर्ण जतना से इन चीजों को उठाना, पहुँचाना और रखना चाहिए उचित जगह पर, व्यवस्थित प्रकार से मानो जैसे उसमें जीवित अस्तित्व

हो। जहाँ यह चीजें रखी जाती हैं उन जगहों को भी समय समय पर साफ सुथरा रखना चाहिए। घर भी साफ सुथरा रखना चाहिए, ताकि किसी जीव जंतू की हिंसा या हानी न हो पुरानी वस्तुएँ साफ करने की भी जतना पद्धति बताई गई है ताकि एकद्विज से लेकर पंचिंद्रिय तक किसी भी जीव की हानी न होगी। इस प्रकार बताया है कि कैसे प्रेम और जतना करनी है वस्तुओ घर का उपयोग करते समय।

(5) **परिथा निखेवना समिति** – यह प्रक्रिया है ---- को निपटाने की। शरीर के मल, मूत्र, पसीना, थूँक, उल्टी और बचे हुए खाने को बहुत ही सावचेती से निपटाना चाहिए कि जिससे जीव की उत्पत्ति एवं मरण न हो, हमारी बेदरकारी से, एक साफ सुथरे बरतन में निकालकर खाने के उपयोग के बाद।

इस प्रकार की सूक्ष्म जतना भ. महावीर ने बताई है सारे जीव और अजीव तत्वों के लिए, सृष्टि के संतुलन स्वास्थ्य, स्वच्छता, साफ सुथरेपन और सुहानेपन के लिए आगे हरेक व्यक्ति के विचार, वाणी, और वर्तन की जतना दैनंदिनी कार्यों में कैसे लेनी है यह बताया है। गुप्ति कहा है।

गुप्ती याने :-

- (a) प्रेम, जतना और योगदान के विचार
- (b) प्रेम, जतना और योगदान की वाणी
- (c) प्रेम, जतना और योगदान का वर्तन

ऊपर बताई हुए जीवनशैली से हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि वैज्ञानिक रूप से दैनंदिनी कार्य करते हुए हम पर्यावरण का ध्यान एवं सृष्टी के साथ समरसता से जी सकते हैं। हम यह आसानी से कह और पर्याय भी दे सकते हैं कि महावीर एक “संपूर्ण पर्यावरण पारिस्थितिक मानवी वैज्ञानिक” है।

कैसे इन्सान न केवल स्वयं लेकिन सबकी जतना याने ‘परस्परपग्रह जीवानाम’ की भावना से, सदैव प्रेम, योगदान और जतना की सावचेती और सतर्कता रखते हुए पूरी तरह अहिंसक, शांत और सब के साथ समरसता से जी सकता है।

१०८४

शुभेच्छः : युद्ध के लिए तैयार रहना शांति स्थापित रखने के लिए एक बहुत प्रभावशाली साधन है। – वाशिंगटन



### Jatna Marg (Path of Care for All Jivas)

(Love = SHARE + CARE) Path of Love, Care & Share for all Jivas.

#### Practice of Five Samitis (Five activities with care)

Practice of Love is Care. Mahavir has shown the method of taking care for all Jivas in day to day activities.

To develop the Attitude of love & care in daily life, he showed the method of taking care while doing five basic activities of human life.

- (1) **IRYA SAMITI** : Taking care while walking. While walking our vision should be down on the road and we should be vigilant. While walking take care so their no small or big Jiva is hurt by our walk, knowingly or unknowingly. If while walking any Jiva is found hurt then see to it that whatever we can do best to help / save life, help it. This type of minute care is prescribed by Mahavira, while walking, to develop the attitude of Love & Care for all.
- (2) **Bhasa Samiti**: While talking first care should be taken - no Jiva gets hurt, for which, a piece of cloth is either tied on mouth or kept in front of mouth. Secondly tone of talking has to be soothing, conciliatory & respectful. The content of talk has to be truthful, useful & fruitful for both the listener as well as the speaker. While talking one also has to be a good listener of other's view point and show regards and respect for the same. This is how Mahavira showed path of developing attitude of care through speech activity.
- (3) **Esana Samiti** : Developing attitude of humility & care while begging for food for Ascetics. For householders, he has shown how care has to be taken right from the stage of buying, storing, preparing, serving and eating food. Care for each Jiva, thanking each Jiva for their contribution in satisfying our need for food. For farmers and householders he has shown how to shower love on nature elements like earth, water, air, fire & vanaspati. Thank them, communicate with them with love & care.

In today's world also the one who implements these steps in day to day activities, he fills himself with full of joy and cheer in his life and in everyone around him including all natural elements, as if the whole of nature is enabling an atmosphere of joy & cheerfulness.

- (4) **Adan Pradan Samiti** : In day to day life, we handle lots of objects, things, inanimate items. Mahavir has shown how carefully it has to be lifted, carried and kept with right care in proper place in systematic manner with complete care as if it is a living entity. The place where these items are kept are to be kept neat and clean them from time to time. Even in case of house it has to be kept properly cleaned & neat. Such that there is no infestation of insects or harm to any insects. While cleaning old items, proper care procedure has been shown such that no Jivas right from one sense to five senses are hurt. This is how he showed how to incorporate love & care while handling objects/items & house.

- (5) **Paritha Nikhevna Samiti**: This is the activity of disposing the waste products from human body like urine, faeces & perspiration, spitting, vomiting, disposing food in utensils carefully where no Jivas take birth & die due to our negligence of disposal of such waste products in utensils after using food consumption.

This is how minutely Mahavira has shown care for each & every living / non living being by which whole Ecology and Environment is kept in balance, healthy & hygienic, clean & neat & in a pleasant Environment.

Further he has shown while performing these day to day chores how care has to be taken by every individual by thoughts, speech & action i.e. called 3 Guptis. 3 Guptis means :

- (a) **Thoughts of Love, Care & Share.**
- (b) **Speech of Love, Care & Share.**
- (c) **Action of Love, Care & Share.**

From above lifestyle shown by Mahavira how Scientifically in day to day activities one can remain in harmony with nature and environment & take care of all concerned in it. Hence, it can be easily said and proved that **Mahavira is the complete Environmental Ecological Human Scientist** by showing how each Jiva & human being can take care of self & all fulfil the spirit of परस्परपग्रह जीवनाम & be ever vigilant and alert about Love, Care & Share for self & all, be total non violent, peaceful & harmonious with self and all.

ॐ

शुभेच्छक : शिक्षा का महानउद्देश्य ज्ञान नहीं, कर्म है।





नमो जिणाणं



**प्र.१ हमारे अंदर रही हुई कमजोरी पर कैसे विजय पाना है?**

**ज.** हमारे अंदर कमिया है और इस कमियों की पूर्णता कौन देगा? भगवान देंगे। वो आज हमें, इस अपूर्णता को पूर्ण बनाने के लिए पराक्रम नंबर २ करना है। मेरी जिम्मेदारी तय हो गई है कि मेरा काम मुझे ही करना है। और उसके बाद हमने तय किया की अभी रोज एक नया दिन होगा, नया दिन नए तरीके से जीऊंगा या जीएँगे और उसको मेरा सुवर्ण दिन बनाऊँगा। इसी प्रकार हमे दिन की शुरुआत करनी है। उसके बाद प्रभु की कृपा लेनी है 'नमो जिणाणं'। और फिर एसी प्रभु की कृपा लेकर दिन शुरु करना है। फिर पांच धून करनी है। पांच धून बजाकर, पंचपरमेष्ठी का शरण लेना है। पंच परमेष्ठी का शरण यानि Tonic। अगर दिन अच्छी तरह गुजारना है, तो tonic चाहिए की नहीं? Yes! क्योंकि हम सब कमजोर इन्सान है, संपत्ति से कमजोर है, भाग्य से कमजोर है, हर प्रकार से कमजोर है। यानि, इतनी सारी कमजोरियाँ, 40-50% कमजोरियाँ है। है की नहीं? इस कमजोरी पर विजय पाने के लिया क्या करना पडेगा? Formula is very simple and that formula is प्रभुकृपा। प्रभुकृपा यानी अमृतरस कौन देगा, प्रभु देंगे, वो अमृतरस क्या करेगा? हमारे अंदर Energy भरेगा, दुसरा काम, जो योग्य काम है, उसी के अंदर हमारी दृष्टी जाएगी और फिर वही होगा जो हमारे उपयुक्त है, Useful बरसत बरसत, प्रभु की कृपा, पीउ पीउ पीउ प्रभु की कृपा।

**प्र.२ मंत्र का Power क्या है?**

**ज.** हमें बोलने की बहुत आदत होती है। हमें लगता है कि कोई बोले और हम सुनते रहे, बिना बोले भी हम बहुत कुछ कर सकते है। यही है मंत्र की ताकद और शक्ति। हम जब तक फोन पे बोलते नहीं है, कुछ सुनाते नहीं है तब तक टंडक नहीं पहुँचती। है कि नहीं? लेकिन आज आप कुछ ऐसा सिखके जानेवाले है कि बोलोगे नहीं फिर भी सब कुछ हो जाएगा ऐसा है यह मंत्र का रास्ता। होता है वास्तविक लेकिन हमारा करने का तरीका अलग है। Result वास्तविक होगा लेकिन कार्य करने का तरीका बदल जाएगा। और जो कार्य होगा उसका परिणाम Permanent होगा। वो परिणाम हमारे साथ हमेशा चलेगा। यह चाय की चुसकीवाला परिणाम नहीं है कि चाय पिया अभी चुसकी ली, कीक लगी अभी और स्फूर्ति लगी, गरमी रही, एक घंटे के बाद उसकी असर उतर गई। वापस उसी जगह पर। यह ऐसा रास्ता नहीं है। यह ऐसा रास्ता है, कि एक बार कीक लग गई तो लगती रहेगी। बस निर्णय लेना है, Technique परमात्मा बताएँगे।

**प्र.३ हमें हररोज भगवान को Thank you क्यों कहना है?**

**ज.** जब भी आप अपने जीवन में कोई भी कारणसर चिंतायुक्त बन जाए। शंका आए किसी पर तब यह आपकी Weakness है। शंका भयभीत कराती है। भयभीत वह होता है जिसे अपने आप पर भरोसा नहीं है। और जिसे अपने आप पर भरोसा नहीं है उसे अपना सारा भरोसा 100% भगवान पर छोड देना चाहिए। जिस दिन यह कार्य करोगे तब Tremendous Energy ये पूरे अनंत ब्रह्मांड से मिलेगी। हमारी औकात ही नहीं है। हमारी औकात यह शरीर के अंदर से है, बाहर से नहीं। और जब ऐसी हस्तिओं को हम आमंत्रण देते है पूरे Cosmoss से सब हमारे लिए जो भी उपयुक्त है वह कहाँ से कैसे आएगी हमे पता नहीं। यह हमारा विषय नहीं है, हमारा विषय है मात्र कृपा मांगना। वे चौबीसो घंटे बैठे है कृपा देने के लिए। हमारा काम मात्र कृपा मांगना है। क्यों मांगना है? वो चौबीसो घंटे बैठे है कृपा देने के लिए। हमारा काम मात्र कृपा मांगना है। क्यों मांगना है? क्योंकि ये सारी झंझटों से मुक्त होने के लिए। अपने आपको गुमराह होने से बचाने के लिए क्या मांगना है? जो ऐसा रोज सुबह ईमानदारी से करेगा... आँख खुलने के साथ भगवान को नमो जिणाणं, thank you... thank you... thank you... कहना है। रोज ऐसा कहना कि जैसे आपको एक नई gift मिल गई है। Yes, Every day is a new Gift... ये वरदान है। हमारा हो गया एक दिन का। हम जब सोते है तब हमारा मरण हो गया है लेकिन हम भ्रम में है कि हमारा मरण नहीं हुआ है। हम जब सोते है तब Total unconscious होते है। हमे पता ही नहीं की आँख बंद करने के बाद क्या होता है। पता है क्या? That means we are Dead. सुबह अगर हमारी आँख खुलती है तो यह चमत्कार है और यह चमत्कार किसका है? उनका ... परमात्मा का...! वो हमे रोज एक नया जीवन देते है। उनकी कृपा है? इसलिए रोज परमात्मा को thank you कहना है। आपने मेरा एक दिन extend किया। लायक समझा। Thank you... Thank you जब कोई Gift देता है तो कितने खुश होते है तो ये पूरा दिन भगवान देते है। तो उसे तो रोज thank you कहना है। Start day with Krupa. जिसने हमे एक दिन का extension दिया। यह जो शरीर मिला है वह भी उनकी कृपा से मिला है। कोई पूछनेवाला नहीं था, निगोद में, सिद्ध परमात्मा की कृपा हुई और हमारी लॉटरी लग गई। वहाँ से लेकर यहाँ हम उनकी कृपा से आ गए। इसलिए रोज सुबह उनकी कृपा का स्वीकार करके Thank you नमो जिणाणं... कहना है।

१०८८

**शुभेच्छः** : सज्जनों का यह लक्षण है कि वे सदैव दया करनेवाले और करुणाशील होते हैं। - महाभारत



નમો જિણાણં



## પ્ર. ૧ આપણી અંદર રહેલ નબળાઈ પર કઈ રીતે વિજય પ્રાપ્ત કરવો?

જ. આપણી અંદર ખામીઓ છે અને આ ખામીઓને પૂર્ણતા કોણ આપશે? ભગવાન આપશે. તો આજે આપણને આ અપૂર્ણતાને પૂર્ણ બનાવવા માટે પરાક્રમ નં. ૨ કરવાનું છે. મારી જવાબદારી છે કે મારું કામ મારે જ કરવાનું છે. ત્યારબાદ આપણે નક્કી કર્યું કે હવે રોજ એક નવો દિવસ હશે અને એ નવો દિવસ નવા સ્વરુપે હું જીવીશ અને એને મારો ગોલ્ડન દિવસ બનાવીશ. આ રીતે આપણને દિવસની શરૂઆત કરવાની છે. ત્યારબાદ પ્રભુની કૃપા લેવાની છે. 'નમો જિણાણં' અને પછી પ્રભુની કૃપા લઈને દિવસની શરૂઆત કરવાની છે. ત્યારબાદ પાંચ ધૂન કરવાની છે. પંચ પરમેષ્ઠીનું શરણ એટલે કે tonic જો દિવસ સરસ રીતે પસાર કરવો હોય તો tonic.. જોઈએ કે નહીં? Yes...! કારણ આપણે સૌ નબળા માણસો છીએ. શરીરથી નબળા, દિમાગથી નબળા, હૃદયથી નબળા, સંપત્તિથી નબળા, ભાગ્યથી નબળા... દરેક પ્રકારે નબળા છીએ. એટલે કે આટલી બધી નબળાઈઓ ૪૦-૫૦% નબળાઈઓ છે. છે કે નહીં? આ નબળાઈઓ પર વિજય પ્રાપ્ત કરવા શું કરવાનું છે. Formula is very simple and that formula is પ્રભુકૃપા. પ્રભુકૃપા એટલે અમૃતરસ. કોણ આપશે? પ્રભુ આપશે. એ અમૃતરસ શું કરશે? આપણી અંદર Energy લાવશે. બીજું કે યોગ્ય કામ છે તે તરફ જ આપણી ટ્રેષ્ટી જશે અને પછી એ જ કામ થશે જે આપણને ઉપયોગી છે.

બરસત બરસત પ્રભુ કી કૃપા.... પીઉ પીઉ પીઉ પ્રભુ કી કૃપા....

## પ્ર. ૨ મંત્ર નો Power શું છે?

જ. આપણને બોલવાની બહુ આદત છે. આપણને લાગે છે કે કોઈ બોલે અને આપણે સાંભળતા રહીએ. વગર બોલે પણ આપણે બહુ વધુ કરી શકીએ છીએ. આ જ છે મંત્રની તાકાત અને શક્તિ. જ્યાં સુધી આપણે ફોનમાં બોલતા નથી અને કોઈને સાંભળાવતા નથી ત્યાં સુધી ઠંડક નથી પહોંચતી. છે ને...? પરંતુ આજે તમે કંઈક એવું શીખીને જશો કે બોલશો નહીં છતાં પણ બધું જ બોલશો. કંઈપણ કરશો નહીં તો પણ બધું જ થઈ જશે. એવો છે આ મંત્રનો માર્ગ. છે વાસ્તવિક પણ આપણી કરવાની રીત અલગ છે. Result વાસ્તવિક હશે પણ એ કાર્ય કરવાની રીત બદલાઈ જશે. અને જે કાર્ય થશે તેનું પરિણામ permanent હશે. એ પરિણામ આપણી સાથે હમેશા ચાલશે. આ ચાલની યુસકીવાળો પરિણામ નથી કે હમણા ચાલ પીધી, યુસકી લીધી, કીક લાગી, હમણાં અને સ્ફૂર્તિ આવી ગઈ, ગરમી આવી ગઈ. એક કલાક પછી એની અસર ઉતરી જશે. ફરી પાછા એ જ જગ્યા પર... પરંતુ આ રસ્તો એવો નથી. આ રસ્તો એવો છે કે એકવાર કીક લાગી ગઈ તો હમેશા માટે લાગી ગઈ. બસ, નિર્ણય લેવાનો છે. Technique પરમાત્મા બતાવશે.

## પ્ર. ૩ દરરોજ ભગવાનને Thank You શા માટે કહેવાનું છે?

જ. જ્યારે પણ તમે તમારા જીવનમાં કોઈપણ કારણથી ચિંતાયુક્ત બની જાવ છો, કોઈના પર શંકા જાય, ત્યારે એ તમારી Weakness છે. શંકા ભયભીત કરાવે છે. ભયભીત એ થાય છે જેને પોતાના પર ભરોસો નથી અને જેને પોતાના પર નથી તેણે પોતાના ભરોસો ૧૦૦% ભગવાન પર છોડી દેવો જોઈએ. જે દિવસે આ કાર્ય કરશો તે દિવસથી Tremendous Energy પૂરા બ્રહ્માંડમાંથી મળશે. આપણી ઓકાત જ નથી. આપણી ઓકાત આ શરીરની અંદર છે. બહાર નથી અને જ્યારે આવી હસ્તિઓને આપણે પૂરા Cosmoss માંથી આમંત્રણ આપીએ છીએ ત્યારે આપણાં માટે જે ઉપયોગી છે તે ક્યાંથી કેવી રીતે આવશે તે આપણને ખબર નથી. એ આપણો વિષય નથી. આપણો વિષય છે માત્ર કૃપા માંગવાનો. એ ચોવીસે કલાક બેઠા છે કૃપા આપવા માટે. આપણું કામ માત્ર માંગવાનું છે કેમ? કારણ કે આ બધી ઝંઝાવાટોથી મુક્ત થવા માટે. પોતાને ગુમારહ થતો બચાવવા માટે કૃપા માંગવાની છે. જે આવું રોજ સવારના ઈમાનદારીથી કરશે.. આંખ ખુલતા જ ભગવાનને નમા જિણાણં... Thank You નમો જિણાણં Thank You... Thank You... કહેવાનું છે. રોજ એવી રીતે કહેવાનું છે કે જાણે તમને એક એવી Gift મળી હોય. હા... Everyday is a new Gift. આ વરદાન છે. આપણને extension મળી ગયું એક દિવસનું. આપણે જ્યારે સૂઈએ છીએ, ત્યારે આપણું મરણ થઈ જાય છે પરંતુ આપણે ભ્રમમાં છીએ કે આપણું મરણ નથી થયું. આપણે જ્યારે સૂઈએ છીએ ત્યારે Total unconscious હોઈએ છીએ. આપણને ખબર જ નથી કે આંખ બંધ કર્યા પછી શું થાય છે. ખબર છે શું? That means we are Dead. જો સવારે આપણી આંખ ખુલે છે તો એ ચમત્કાર છે. આ ચમત્કાર કોનો છે? એમનો.. પરમાત્માનો...! એ આપણને એક નવું જીવન આપે છે. એમની કૃપા છે. એટલા માટે રોજ પરમાત્માને Thank you કહેવાનું છે. તમે મારો એક દિવસ extend કર્યો. લાયક સમજ્યો. Thank you... Thank you...! જ્યારે કોઈ આપે છે ત્યારે કેટલા ખુશ થઈએ છીએ... તો આ તા ભગવાને એક પૂરો દિવસ આપ્યો છે. તો પછી એમને તો રોજ Thank you કહેવાનું છે! Start day with krupa. જેમણે આપણને એક દિવસનું extension આપ્યું. આ જે શરીર મળ્યું છે એ પણ એમની કૃપાથી જ મળ્યું છે. કોઈ પૂછવાવાળું ન હતું નિગોદમાં. સિદ્ધ પરમાત્માની કૃપા થઈ અને આપણી લોટરી લાગી ગઈ. ત્યાંથી લઈને અહીં આપણે એમની કૃપાથી જ આલ્યાં છીએ. એટલે જ રોજ સવારના આંખ ખુલતા જ એમની કૃપાનો સ્વીકાર કરીને Thank you... thank you... નમો જિણાણં કહેવાનું છે.

જીવન

શુભેચ્છક : સજ્જન પુરુષ કી વાસ્તવિક પરિભાષા યહી હૈ કિ વહ કમ્બી કિસી પુરુષ કો પીઢીક નહીં કરતા। - સી. ન્યૂમેન



## भगवद् गीता और मेरा जीवन

नमो जिणाणं

अब भगवान बनना हो तो हमने अभी क्या बात की? कर्म व्यवस्था। मैं जो करूँगा वो भुगतुँगा। Cause and Effect Relationship. Cause and Effect इसका नाम है कर्मव्यवस्था। महाभारत की यह पूरी रचना किसके base पर है? कि मैं मनुष्य हूँ। कुछ कर्म करके आया था और यहाँ कर्म का विकास कर रहा हूँ। अब इस विकास में मैं ज्यादा अंदर डूब रहा हूँ। ज्यादा परेशान हो रहा हूँ। ज्यादा जानकर अनजान बन रहा हूँ इसलिए कर्म की बात आई। जो कुछ भी यह बात है, हमारा संयोजन ईश्वर का है। इस सृष्टि के जो नियम है वह ईश्वर है। मैं सृष्टि का एक अंश हूँ। वह भी ईश्वर है। यही संपूर्णता है। सारी सृष्टि की जो संपूर्णता है उस संपूर्णता का नाम है ईश्वर और ये संपूर्णता Automatic चलती है। ये wholesomeness जो है वह संपूर्णतः Scientific है और Mathematical है। एक वस्तु, एक पदार्थ एक दूसरे पर Dependent है। सभी पदार्थ स्वयं से Independent है फिर भी एक दूसरे पर Dependent है। यही व्यवस्था है। इस व्यवस्था के अंदर हम भी आ गये। एक मनुष्य रूपसे एक जीव रूप से एक Consciousness रूप से, एक आत्मा रूप से हम भी इसके अंदर आ गये। इसमें आने से हम भी ईश्वर के एक भाग हैं। ब्रह्म मतलब क्या? ब्रह्मांड मतलब जहाँ जीव सृष्टि है। जीव और अजीव सृष्टि है। इस सृष्टि का नाम है ब्रह्मांड। असल में मैं कौन? किस तरह यह सब Terms आनेवाली हैं भगवद्गीता के अंदर Chapter wise! इसलिए हम अभी ये Terms आर्ये, ये सब व्याख्याये आर्ये तभी समज लें तो परेशानी नहीं होगी। अब तक हमने क्या क्या समजा? बहोत कुछ समज लिया। याद भी नहीं है। आधा भूल भी गये। ये कर्म की बात हुई अब धर्म की बात। कर्म मतलब क्या? Cause and Effect Relation याने मैं जो करूँगा उसे भुगतुँगा, बुरा करूँगा तो बुरा भुगतुँगा। Natural करूँगा तो Natural भुगतुँगा। भगवान और वितराग कैसे होते है? हरदम Natural होते हैं। इसलिये उन्हे भुगतना मतलब मस्ती जैसा है। वितराग मतलब मस्ती, भगवद् मतलब मस्ती। कृष्ण महाराजा इतनी सारी गोपीयाँ को लेकर घुमते थे और हमें एक सहेली हो तो! लीला है सारी। बहोत आनंद आणा। यह हम आगे समजेंगे। यह लीला किस तरह है। हमें यह लीला सीखनी है। हमारे जीवन में यह लीला बहोत उपयोगी है। यह लीला किस तरह है। जिसको भगवान बनना हो और जो भगवान बन जाये वो ही एसी लीला करते है। वो हमारी तरह ही सब करते हैं। जोक्स करते हैं। मजाक करते है। हमे लगेगा क्या ये भगवान है। क्या इसे भगवान कहते हैं। अरे मूर्ख के जाम चमड़े की नजर से देखेगा तो तुझे कुछ नहीं दिखेगा। इसके लिए भगवद् दर्शन चाहिये तो तुझे भगवान दिखेंगे। अर्जुन को कृष्ण ने कहा मेरे मुँह में देख तभी उसे विश्व के दर्शन हुए। तब तक हुआ था? जब लायकात प्रकट होती है तो एसे दर्शन होते

है अन्यथा नहीं। तो हमें ऐसी लायकात प्रकट करनी है। ये धर्म की बात हुई। कर्म मेंसे मुक्त होना है तो, कर्म की Cause and Effect Relationship में से मुक्त होना हो तो, धर्म का सहारा लेना पड़ेगा। धर्म मतलब क्या है? धर्म मतलब जैन धर्म, बौद्ध धर्म, ख्रिश्चन धर्म, मुस्लिम धर्म, हिन्दू धर्म। हिन्दू धर्म लोगों ने बनाया है, हिन्दू नामका कोई धर्म नहीं है। वैष्णव धर्म को वैष्णव धर्म कह सकते है। लेकिन हिन्दू नामका कोई धर्म नहीं है। ये तो मुसलमानों को सीधा बोलना आता नहीं था इसलिये वो हिन्दू बोलते थे। स बोलना आता नहीं था इसलिये हिन्दू बोलते थे और हमने इसे पकड़ लिया। वो हिन्दू बोलते है तो हम हिन्दू धर्म जैसा कुछ है ही नहीं। ये आपको नई नई बातें सुनने को मिल रही है न। हिन्दू धर्म जैसा कोई धर्म है ही नहीं। ये तो धर्मोंके नाम की बात हुई। लेकिन यहाँ जो धर्म कहा महाभारत और भगवद्गीता के अंदर उस धर्म की बात की व्याख्या नहीं है। कर्म में से मुक्त होना हो तो जिसे हम धर्म कहते है उसका सहारा लेंगे तो धर्म उपजने वाला नहीं है। आज धर्म के नाम पर मारामारी हो रही है। उसमें भी अगर जैन है तो जैनों के दस-पच्चीस पंथ, वैष्णव के पचास पंथ शिववाला है तो उसके पचास पंथ, वैष्णव के पचास पंथ शिववाला है तो उसके पचास पंथ! इसमें हमारा शिव बनने का side में रह गया। कृष्ण की वाणी जीवन में उतारने की side में रह गयी। तीर्थंकर की वाणी, आगम की वाणी side में रह गयी। ये झगडे और महाभारत, जहाँ देखे वहाँ महाभारत। मंदिर में महाभारत, उपाश्रय में महाभारत, घर में भी महाभारत, धंधे में महाभारत, नोकरी में महाभारत, वहाँ भी Politics, नोकरी करते करते भी जहाँ देखो वहाँ महाभारत। इससे महाभारत की Value बढ़ गयी जहाँ देखो वहाँ महाभारत है। इसलिये धर्म की जरूरत है। मूलभूत रूप से धर्म क्या है? मैं मानव तो बाहर के स्वरूप से हूँ, लेकिन अंदर के स्वरूप से मैं क्या हूँ? कैसा हूँ? किस तरह हूँ? इसे समजने के लिये धर्म की जरूरत पड़ेगी। धर्म मतलब मूलभूत स्वभाव। इसका मूलभूत स्वभाव क्या है? पानी का मूलभूत स्वभाव क्या है? शीतलता। किसी को भी पूछो आज से दस हजार वर्ष पहले पूछो के दस हजार वर्ष बाद पूछो। इसका मूलभूत स्वभाव बदलेगा भाई! अग्नि का मूलभूत स्वभाव क्या है? गरमी तो दस हजार वर्ष पहले ठंडी थी भाई यह बदलेगा। आगे जाके भी यही रहने वाला है। इसका नाम है धर्म। धर्म मतलब मूलभूत स्वभाव। क्यों हमने धर्म की इस तरह बात की क्योंकि मेरा मूलभूत स्वभाव क्या है। मैं बाहर से मानव हूँ लेकिन मेरा मूलभूत गुणधर्म क्या है? क्योंकि जब मेरे दर्शन के अंदर मूलभूत धर्म नहीं आणा तब तक मुझे मेरे जीवन में महाभारत ही दिखेगा। इसलिए पूरी भगवद्गीता दुसरा कुछ नहीं परन्तु कर्म में से धर्म में लाने का पूर्ण प्रयोग है। ये योग जितने है सब कर्मयोग करते करते ज्ञान योग प्रगट करते हैं, और ज्ञान योग ही मेरा मूलभूत धर्म है। ये थोडी पंडित की भाषा है वो आपको नहीं समजेगी। इस विषय में जब आएँगे तभी वहाँ आएँगे। इसलिए थोडा बारिकाई से विशेष बता रहा हूँ। मूलभूत हमारा धर्म मतलब हमारे मूलभूत स्वभाव में स्थिर होना, स्थितप्रज्ञ होना। स्थितप्रज्ञ जो होगा वही लीला कर सकता है। उसका ही नाम कृष्ण है।

शुभेच्छः : हम यहाँ किसी विशेष कारण से हैं। इसीलिए अपने भूत का कैदी बनना छोड़िये। अपने भविष्य के निर्माता बनिए। - रोबिन शर्मा



बोलो कृष्ण बनना है? Yes, It is Possible. सभी गोपीयाँ आयेंगी Bonus में ! गोपीयाँ याने कौन भाई? लड़कियाँ ! इस जगत के पदार्थ जिसके पीछे हम अभी दौड़ रहे है वही पदार्थ हमारे पीछे आयेंगे। हाँ इसका नाम कृष्णलीला। Yes कृष्ण बनना आना चाहिये बस! ये Technique आ जाये तो दुनिया हमारे पीछे आएगी। फिर हमें उसके पीछे जाने की जरूरत नहीं है। गोपी मतलब अभी का हमारा आकर्षण क्या है? पुरुष का आकर्षण क्या है? स्त्री जहाँ दिखी वहाँ जाना। भागते है हम लड़की दिखी और दोस्ती करने। यही वास्तविकता है। ये कोई छूपाने की वस्तु नहीं है। अब तो इस वास्तविकता के अंदर जाना है। क्यों जाना है कि ऐसा क्यों होता है? ऐसा होता है सबको। एक को होता है ऐसा नहीं है। सिर्फ स्त्रियों को होता है ऐसा नहीं है। सिर्फ पुरुषों को होता है ऐसा नहीं है। दोनो को होता है। तो धर्म में जाएँगे। धर्म में जाना मतलब Scientist बनना। तीर्थंकर, केवली, पुरुषोत्तम ये Complete Scientist है। Ultra Modern Science and Science of becoming भगवान। भगवान बनना है? Scientist बनना है? Complete Scientist बनना है? दुनिया हमारे पीछे दौड़े ऐसा बनना है। हाँ, Yes its Possible, Very easy. हमने अभी जो धंधा किया है वो थोड़ा मुश्किल है। इसलिये परेशान हो रहे हैं। आडेधड यहाँ वहाँ हाथपैर मारे है और परेशान हुये हैं। मार खाना पड़ा। नहीं तो समजेंगे नहीं के रास्ता कितना सरल है। इसलिये ये सब स्वरूप आयेंगे इसके अंदर। वेद में छः Philosophy आती है। वैशेषिक, न्यायीक, सांख्ययोग, उत्तर और पूर्व मिमांसा। इन सबका योग इसके अंदर आता है। ये सब थोड़ा समज में न आये तो कोई बात नहीं। गभराइये मत धीरे धीरे समाज आ जायेगा। यह एक पध्धति है पुराने जमाने की शास्त्रीय पध्धति है। गीता को समजाना जो लोंगो के पल्ले ज्यादा पडती नहीं है। हमें तो जो Point जो मुद्दे की बात है उसे पकडना है। जो हमारी Life के साथ Connect करता है। ऐसा ही करना है न। इसके अंदर सब धर्म समा जाते है। दुनिया का कोई भी धर्म देखो और उसे भगवद्गीता के साथ Tally करो तो tally हो जायेगा। क्योंकि इसके अंदर आगम की वाणी हैं। बाईसवें तीर्थंकर नेमनाथ भगवान और कृष्ण का इतिहास बनाना है कि ये दोनों कौन थे, Cousin थे। इसलिये जैना का कहना है कि पूरी मूलभूत भगवद्गीता है ये दूसरा कुछ नहीं नेमजी की वाणी है। ओरे जिसकी हो उसकी। हमें किसकी है महत्व का नहीं हैं। मेरे काम की है यही महत्व का है। मुझे भगवान बनना है। मुझे नेमजी बनना है। नेमजी का अर्थ क्या होता है मालूम है? अर्जुन ! इसका नेम है न। ये अर्जुन और नेम दोनो एक ही बात हैं। वो नेमनाथ हो गये। नाथ बन गये। अर्जुन आखिर में कृष्ण बन गया। ये सब आनंददायी बाते हैं धीरे धीरे आगे पचायेंगे। आज के लिए इतना ही, नहीं तो नहीं पचेगा। अब इसे पचाना। अब जब हम वापस मिलेंगे तब तक एक ही धून लगानी है, कौन सी धून लगानी है “मुझे भगवान बनना है।” “मैं कृष्ण बनूंगा”, “मैं महावीर बनूंगा”। ये Practical है, यह यज्ञ है। यह व्याख्यानमाला नहीं है, यह

यज्ञ है। यज्ञ में Practicality होती हैं। जीवन में अमल करने की बात होती है। Commitment होता है। यज्ञ मतलब commitment, I am committed to become भगवान। ठीक है। We are committed भगवान। भगवान बनना सरल है। अभी जो जीवन में धमाल कर रहे है वो बहोत कठिन है। और इसके परिणाम की जानकारी हैं। एक बार भगवान बनके देखो। जो मुश्किल लगे तो पीछे हट जायें। लेकिन इसके लिये हमारा Next शनीवार कब आता है। हम एक काम करते हैं Second Saturday रखते हैं। First के बदले में, First थोड़ा जल्दी आ जाता है। हम मुलुंड के लिए Second Saturday रखें। आज Second Saturday है न। अब Next Second Saturday कौन सी तारीख है भाई। १३ Aug. Independence day के पहले। मतलब भगवान बनना है न Independence तीन Holiday आ रहे है। रक्षाबंधन तो हम करेंगे न रक्षाबंधन नाम आया तो change तो 6 Aug. को वापस Original पर आ गये। तय कर लेते हैं आज। कौन सी तारीख ६ Aug. को वापस हम फिर मिलेंगे। कृष्ण बनने, भगवान बनने। मैं भगवान बनूगाँ, मैं भगवान बनूगाँ।

नमो जिणाणं जिय भयाणं..... नमो जिणाणं जिय भयाणं

हे परमात्मा ! हे ईश्वर, हे जिन परमात्मा तेरे चरणों का मैं शरण ग्रहण करता हूँ। मुझे भगवान बनना है। मुझे भयमुक्त होना है। बस एसी कृपा करो, कृपा करो, कृपा करो। आपके मार्ग के अंदर मैं बहता रहूँ बस एसी कृपा करें, कृपा करें, कृपा करें।

ॐ

### भगवद् गीता અને મારુ જીવન

હેવે ભગવાન બનવું હોય તો આપણે હમણા શું વાત કરી? કર્મ વ્યવસ્થા. હું જે કરીશ એ ભોગવીશ. Cause and Effect Relationship. Cause and Effect એનું નામ છે કર્મવ્યવસ્થા. મહાભારતની આખી આ મંડાણ કેના base ઉપર છે? તો કે હું માનવ છું, કંઈ કર્મ કરીને આવ્યો હતો અને અહીં કર્મનો વિકાસ કરું છું. હવે આ વિકાસમાં હું વધારે અંદર ડુબું છું. વધારે ઠેરન થાઉં છું. વધારે ગાંઠલાંને ગંઠલાંમાં પડું છું એટલે કર્મની વાત આવી. આપણુ સંયોજન છે ઇશ્વરનું. આ સૃષ્ટિના જે નિયમો છે એ ઇશ્વર છે. હું એક સૃષ્ટિનું ભાગ છું એ પણ ઇશ્વર છે. એટલે આ સમગ્રતા છે. આખી સૃષ્ટિની જે સમગ્રતા છે એ સમગ્રતાનું નામ છે ઇશ્વર અને આ આખી સમગ્રતા Automatic ચાલે છે. આ Wholesomeness જે છે આખી એ Scientific છે અને Mathematical છે. એક વસ્તુ, એક પદાર્થ એકબીજા ઉપર Dependent છે. સર્વ પદાર્થ પોતાની રીતે Independent છે. પણ છતાંય dependent છે એકબીજા ઉપર. આજે ગોઠવાણ છે. આ ગોઠવાણની અંદર આપણે પણ આવી ગયા. એક મનુષ્ય તરીકે, એક જીવ તરીકે, એક Consciousness તરીકે, એક આત્મ તરીકે આપણે પણ

શુભેચ્છક : जो लोंग मन को नियंत्रित नहीं करते। उनके लिए मन शत्रु के समान कार्य करता है। - श्रीमद्भगवद्गीता



એની અંદર આવી ગયા. અને એ આવવાથી આપણે પણ એ ઈશ્વરના એક ભાગ છીએ. બ્રહ્મ સ્વરૂપ છીએ. બ્રહ્મનો એક અંશ છીએ. એટલે બ્રહ્મ શબ્દ નવો શબ્દ આવ્યો. બ્રહ્મ શબ્દ આવ્યો એટલે નામ પડ્યું બ્રહ્માંડ. બ્રહ્માંડ એટલે શું? બ્રહ્માંડ એટલે જ્યાં જીવસૃષ્ટિ છે, જીવ અને અજીવની સૃષ્ટિ છે, એ સૃષ્ટિનું નામ છે બ્રહ્માંડ. એટલે મૂળમાં હું કોણ? કેવી રીતે? આ બધી Terms આવવાની છે, ભગવદ્ગીતાની અંદર Chapter wise એટલે આપણે અત્યારના આ સમજી લઈએ. આ બધી વ્યાખ્યાઓ આવે ત્યારે સમજી લીધી હોય તો તકલીફ ન થાય. એટલે અત્યાર સુધી આપણે શું શું સમજયા? ઘણુંબધું સમજી લીધું. યાદ પણ નથી. અડધુ ભૂલી પણ ગયા. હવે કર્મની વાત થઈ હવે ધર્મની વાત. કર્મ એટલે શું? Cause and Effect Relation. એટલે કે હું જે કરીશ તે ભોગવવેજ છૂટકો. જે હું કરીશ, સારું કરીશ તો સારું ભોગવીશ. ખરાબ કરીશ તો ખરાબ ભોગવીશ. Neutral કરીશ તો Neutral ભોગવીશ. તો ભગવાન અને વિતરણ શું હોય છે? Neutral હોય છે. હમેશાં એટલે એને ભોગવવા જેવું, એને મસ્તી જ હોય. વિતરણતા એટલે મસ્તી. ભગવદ્ એટલે મસ્તી. ક્રિષ્ણ મહારજા આટલી બધી ગોપીઓને લઈને ફરતા હતા અને આપણે એક બેનપણી હોય તો! લીલા છે આખી. મસ્ત મજા આવશે. એ આગળ સમજશું આપણે આ લીલા કઈ રીતે છે? અને આ લીલા આપણે શીખવાની છે. આપણા જીવનમાં આ લીલા બહુ ઉપયોગી છે. આ લીલા કઈ રીતે છે. ભગવાન જેવું બનવું હોય અને ભગવાન જે બની જાય એ આવી લીલા કરે. એ આપણી જેમજ બધુ કરતા હોય. જોકસ કરતા હોય. મશ્કરી કરતા હોય. આપણને થાય કે આ ભગવાન છે. આને શુ ભગવાન કહેવાય? અરે મૂરખના જામ ચામડાની નજરથી જોઈશ તો તને કંઈ નહીં દેખાય. એના માટે ભગવત્ દર્શન જોશે તો તને ભગવાન દેખાશે. અર્જુનને કીધું કે મારા મોઢામાં જો ત્યારે તેને વિશ્વનું દર્શન થયું. ત્યાં સુધી થયું હતું? તો જ્યારે લાયકાત પ્રગટ થાય તો એવા દર્શન થાય બાકી ન થાય. તો આપણે એવી લાયકાત પ્રગટ કરવાની છે. તો ધર્મની વાત થઈ તો આ કર્મમાંથી મુક્ત થવું હોય તો આ કર્મની જે Cause and Effect Relation માંથી મુક્ત થવું હોય તો ધર્મનો સહારો લેવો પડશે. આ ધર્મ એટલે શું? ધર્મ એટલે જૈન ધર્મ, બૌદ્ધ ધર્મ, ક્રિશ્ચન ધર્મ, મુસ્લીમ ધર્મ, હિન્દુ ધર્મ, એ ઇને લોકો એ બનાવી નાખ્યું. હિન્દુ નામનો કોઈ ધર્મ નથી. હજી વૈષ્ણવ ધર્મને ધર્મ કહી શકાય પણ હિન્દુ નામનું કોઈ ધર્મ નથી. આ તો મુસલમાનોને સીધુ બોલતા આવડે નહીં એટલે એ હિન્દુ બોલતા હતા. સ બોલતા આવડતું નહોતું. એ હિન્દુ બોલતા હતા ને આપણે પકડી લીધું. એ હિન્દુ કહે છે એટલે આપણે પણ હિન્દુ ને આ હાલ્યુ ગાડરિયું પ્રવાહની જેમ કે આ હિન્દુ ધર્મ પણ આ હિન્દુ ધર્મ જેવું કંઈ છે જ નહીં. આ તમને એક એક નવી વાતો સાંભળવા મળેને. હિન્દુ ધર્મ જેવો કંઈ ધર્મ છે જ નહીં. હવે એ તો ધર્મના નામોની વાત છે. પણ ધર્મ અહીંયા જે કીધો મહાભારત અને ભગવદ્ગીતાની અંદર એ ધર્મની વાત વ્યાખ્યા નથી. કર્મમાંથી મુક્ત થવું હોય તો જેને આપણે ધર્મ કહીએ છીએ એનો સહારો લેવાનું તો ધર્મ ઉપજવાનું નથી. તો તો આજે ધર્મના નામે મારામારી થાય છે. અને એમાય

પાછા જૈન હોય તો જૈનના દશ ફાટા પરચીસ ફાટા ઓલા, વૈષ્ણવના પચાસ ફાટા. શિવવાળો હોય તો એમાંય પચાસ ફાટા. એમા ક્યાં આપણો આરો આવે. આ શિવ બનવાનું તો side માં રહી ગયું. ક્રિષ્ણની વાણી જીવનમાં ઉતરવાની side માં રહી ગઈ. તીર્થંકરની વાણી, આગમની વાણી, side માં રહી ગઈ. આ ઝઘડાને મહાભારત જ્યાં જુઓ ત્યાં મહાભારત મંદિરમાંય મહાભારત. ઉપાશ્રયમાં મહાભારત ઘરમાંય મહાભારત. ઘંધામાં મહાભારત. નોકરીમાંય મહાભારત. ત્યાંય Politics. નોકરી કરતા કરતા પણ જ્યાં જુઓ ત્યા મહાભારત. એટલે તો મહાભારતની દફ્ફીય વધી ગઈ. એટલે જ્યાં જોઈએ ત્યાં મહાભારત છે. એટલે ધર્મની જરૂરત છે. એટલે ધર્મ મૂળભૂત શું છે? મૂળભૂત એ છે કે હું માનવ તો બહારના સ્વરૂપથી હું પણ અંદરના સ્વરૂપથી હું શું છું? કેવો છું કેવી રીતે છું? એને જો સમજવો હોય તો ધર્મની જરૂર પડે. ધર્મ એટલે મૂળ સ્વભાવ. એટલે કે એનો મૂળ સ્વભાવ શું છે? પાણીનો મૂળ સ્વભાવ શું હોય? ઠંડક. કોઈને પણ પૂછો આજથી દસ હજાર વર્ષ પહેલા પૂછો કે દસ હજાર વર્ષ પછી પૂછો એનો મૂળભૂત સ્વભાવ બદલાશે ભાઈ. અન્નિનું મૂળભૂત સ્વભાવ શું છે? ગરમી. તો દસ હજાર વર્ષ પહેલા ઠંડી હતી ભાઈ તે બદલાવાનું છે. આગળ જઈને એજ રહેવાનું છે. આનું નામ ધર્મ. ધર્મ એટલે મૂળભૂત સ્વભાવ. શા માટે આવી રીતે ધર્મની વાત કરી કારણ કે મારો મૂળભૂત સ્વભાવ શું છે? ભલે હું બહારથી માનવ છું પણ મારો મૂળભૂત ગુણધર્મ શું છે? કારણ કે જ્યાં સુધી મારા દર્શનની અંદર મૂળભૂત ધર્મ નહીં આવે ધર્મ નહીં આવે ત્યાં સુધી મને મારા જીવનમાં મહાભારત જ દેખાશે. એટલે આખી ભગવદ્ગીતા બીજું કંઈ નથી પણ કર્મમાંથી ધર્મમાં લાવવા માટેનો આખો પ્રયોગ છે. આ યોગો જેટલા છે એ બધા કર્મયોગ કરતા કરતા જ્ઞાન યોગ પ્રગટ કરતા અને જ્ઞાન યોગ એજ મારો વિષયમાં આવશું ત્યારે ત્યાં આવશું. એટલે થોડી છણાવટ કરીને વિશેષથી બતાવું છું. એટલે મૂળભૂત આપણો ધર્મ એટલે કે આપણા મૂળભૂત સ્વભાવમાં સ્થિર થવું. સ્થિત પ્રજ્ઞ થવું. સ્થિતપ્રજ્ઞ જે હોય એજ લીલા કરી શકે. એનુંજ નામ ક્રિષ્ણ છે. બોલો ક્રિષ્ણ બનવું છે. Yes! It is Possible, બધી ગોપીઓ આવશે. Bonus માં ગોપીઓ એટલે કોણ ભાઈ? છોકરીઓ આ જગતના પદાર્થો જેના પ્રત્યે અત્યારના આપણે એના તરફ દોડીએ છીએ એ પદાર્થો આપણી પાછળ આવશે. હા આનું નામ ક્રિષ્ણ લીલા. Yes ક્રિષ્ણ બનતા આવડવું જોઈએ બસ. એ technique આવડી જાય એટલે દુનિયા આપણી પાછળ આવે. પછી આપણે એની પાછળ જવાની જરૂર નથી. ગોપી એટલે અત્યારનું આપણુ આકર્ષણ શું? પુરૂષનું આકર્ષણ શું? સ્ત્રી જ્યાં દેખાય ત્યા જવાનું. ભોગીઓને આપણે છોકરી દેખાય એટલે દોસ્તી કરવા. પછી આગળ તો કોને ખબર. આ જાતનું ગમે એ હોય આ વાસ્તવિકતા છે. આ કાંઈ છૂપાવવાની વસ્તુ નથી. હવે આ વાસ્તવિકતાની અંદર ઉતરવાનું છે. શું ઉતારવાનું છે. તો આવું થાય છે કેમ? આવું થાય છે બધાને, એકને થાય છે એવું નથી. ખાલી સ્ત્રીને થાય છે એવું નથી. ખાલી પુરૂષને થાય છે એવું નથી. બેયને થાય છે. તો ધર્મમાં જશું. ધર્મમાં જવું એટલે Scientist બનવું. ને તીર્થંકર, કેવળી, પુરૂષોત્તમ એ Complete

શુભેચ્છક : બઢા સોચો, જલ્દી સોચો, સવસે આગે સોચો, વિચારોં પર કિસી કા ખી ઇકાધિકાર નહીં હૈ। - ધીરૂખાઈ અંબાની

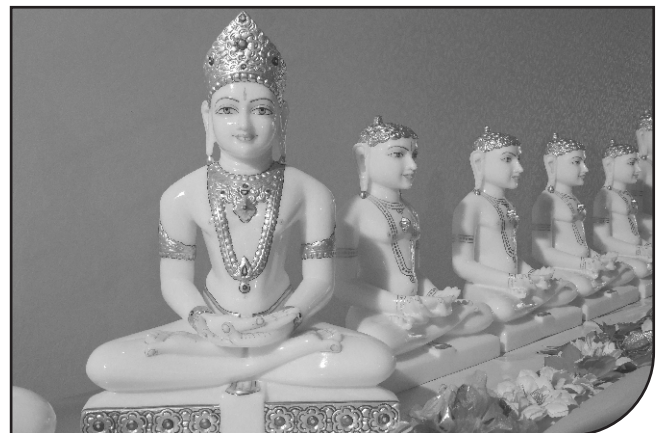


Scientist છે Ultra Modern Science and Science of becoming ભગવાન. બનવું છે ભગવાન? Scientist બનવું છે? Complete Scientist બનવું છે? દુનિયા આપણી પાછળ દોડે એવું બનવું છે? હા! Yes! Its Possible, Very easy. અત્યારના આપણે જે ધંધો કર્યો છે તે અઘરો છે. એટલે હેરાન થયા છીએ. આડા અવળા જ્યા ત્યાં હાથ, પગ નાખ્યા છે એટલે હેરાન થયા. માર ખાવો પડ્યો છે. નહી તો સમજાશે નહી કે રસ્તો કેવો સહેલો છે. એટલે આ બધા સ્વરૂપો આવશે એની અંદર. વેદની અંદર છે Philosophy આવે છે. વૈશેષિક, ન્યાયક, સાંખ્ય યોગ, ઉત્તર અને પૂર્વ મિમાંસા. આ બધાનો યોગ આની અંદર આવે છે. આ બધુ થોડુંક ન સમજાય તો કંઈ વાંધો નહી. ગભરાતા નહીં. આસ્તે આસ્તે સમજાઈ જશે. આ એક પદ્ધતિ છે જૂના જમાનાની શાસ્ત્રીય પદ્ધતિ છે. ગીતાને સમજાવાની જે લોકોને પલ્લે બહુ પડતી નહોતી. આપણને તો જે Point, જે મુદ્દાની વાતો છે તે પકડવાની છે. જે આપણી Life સાથે જે Connect કરવું હશે તે. એવુંજ કરવું છેને? આની અંદર સર્વ ધર્મ સમાઈ જાય છે. જગતનો કોઈપણ ધર્મ ઉપાડો અને ભગવદ્ગીતાની સાથે Tally કરો તો tally થઈ જશે. કારણ કે આની અંદર આગમ વાણી છે. તીર્થંકરની, બાવીસમાં તીર્થંકર નેમનાથભગવાન અને ક્રિષ્ણ, ઇતિહાસ બતાવે છે કે એ બે કોણ હતા? Cousin હતા. એટલે જૈનોનું કહેવું છે કે આ આખી મૂળભૂત જે, આખીજે ભગવદ્ગીતા છે એ બીજું કંઈ નથી પણ નેમજીની વાણી છે. અરે જેની હોય એની. આપણે કોની છે એ મહત્વનું નથી. મારા કામની છે એ મહત્વનું છે મને ભગવાન બનવું છે. મારે નેમજી બનવું છે. નેમજીનો અર્થ શું થાય ખબર છે? અર્જુન એનું નેમ છે ને. આ અર્જુનને નેમ બે એકજ વાત છે. ઓલા નેમનાથથઈ ગયા. નાથબની ગયા. આ અર્જુન છેવટે ક્રિષ્ણ બની ગયો. એટલે આ આખી બહુ સરસ મજાની લહેરડીઓ છે, આસ્તે આસ્તે આપણે આગળ પચાવતા જશું. આજ માટે આટલું બસ. નહી તો નહી પચે. હવે આને પચાવજો. આ બધા હવે આપણે પાછા મળીએ ત્યાં સુધી એકજ ધૂન લગાવાની કંઈ ધૂન લગાવાની 'મારે ભગવાન બનવું છે.' હું ક્રિષ્ણ બનીશ. હું મહાવીર બનીશ. આ Practical છે. આ યજ્ઞ છે. આ વ્યાખ્યાન માળા નથી, આ યજ્ઞ છે. યજ્ઞમાં Practically હોય. જીવનમાં ઉતારવાની વાત હોય. Commitment હોય. યજ્ઞ એટલે Commitment. I am committed to become ભગવાન. બરાબર છે? We are committed ભગવાન. બનવું સહેલું છે. અત્યારના જીવનની ધમાલ કરીએ છીએ ઇ બહુ અઘરી છે. અને એના પરિણામ ખબર છે. એકવાર ભગવાન બનીને જુઓ. જો તકલીફ થાય તો પાછી નીકળી જજો.

નમો જિણાણં જિઅ ભયાણં નમો જિણાણં જિઅ ભયાણં હે પરમાત્મા, હે ઈશ્વર, હે જિન પરમાત્મા તારા ચરણોનું હું શરણ ગ્રહણ કરું છું. મારે ભગવાન બનવું છે. મારે ભય મુક્ત થવું છે. બસ એવી કૃપા કરો. કૃપા કરો. કૃપા કરો. આપના માર્ગની અંદર હું હવે વહેતો બનું બસ એવી કૃપા કરશો. કૃપા કરશો. કૃપા કરશો.

જીવન

“मैं तेरे भीतर ही हूँ, मुझे बहार कहाँ ढूँढ रहा है बंदे”  
इसका एहसास दिलाते हुए जिवित  
तीर्थंकर श्री सीमंधर स्वामी ।



શુભેચ્છક : अपना बौद्ध दुसरे पर न लादना और बिना संकोच दान करना बड़े साहस का काम है। - जुनैद



### વરીયાળી

તમે રોજ સાદું દૂધ પીવો છો તો તેને બદલે જો તમે દુધમાં અડધી ચમચી વરીયાળી નાખીને પીશો તો તમે ઘણી બીમારીઓથી બચી શકો છો. હેલ્થએક્સપર્ટ મુજબ દૂધ અને વરીયાળી આ બન્નેમાં એવા ન્યુટ્રીએન્ટ્સ હોય છે જે ઘણી બિમારીઓથી શરીરને બચાવે છે. વરીયાળી એક ખુબ સુગંધિત મસાલો છે અને તેમાં ઉડનશીલ તેલ મળી આવે છે જે તેના ઔષધીય ગુણો માટે નું કારણ છે. તે ભોજનમાં એક વિશિષ્ટ સુંગધ આપે છે જેને લીધે તેનો હમેશા ભારતીય ભોજન બનાવવામાં ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. અને ગુજરાતનું ઊંઝા છે વરીયાળી નું મોટું માર્કેટ.

વરીયાળી સ્વાદમાં મધુર, કડઠી, કડવી અને તીખી છે. તેમાં ઘણા પોષક તત્વ, ખનીજ અને વિટામીન છે જે સ્વાસ્થ્ય માટે ફાયદાકારક છે. તે અપચાને દૂર કરે છે અને તેનો ઉપયોગ દસ્ત પેટના રોગ અને શ્વાસની બીમારીઓની સારવાર માટે કરવામાં આવે છે. તે આંખોની તકલીફમાં ફાયદાકારક છે. સૌથી ઉત્તમ રીત વરીયાળી ને દૂધ સાથે લોકે પછી ભોજન કર્યા પછી સેવન કરો.

**વરીયાળી વાળુ દૂધ બનાવવાની રીત :** વરીયાળી વાળુ દૂધ બનાવવા માટે એક ગ્લાસ દૂધમાં અડધી ચમચી વરીયાળી ભેળવીને દૂધને ઉકાળી લો પછી તેને બરોબર ગાળીને પીવો. તેનાથી વરીયાળીનું અર્ક દૂધમાં ઉતરી જશે. તો આવો જાણીએ રોજ દૂધમાં વરીયાળી ભેળવીને પીવાથી થતા ૭ ફાયદા વિષે.

**વરીયાળી વાળુ દૂધ પીવાના ફાયદા :** તેમાં કેલ્શિયમ હોય છે તેનાથી હાડકા મજબુત બને છે અને સાંધાના દુખાવાથી રાહત થાય છે. તેનાથી શરીરમાં મેટાબોલીઝમ વધે છે. તે પીણું વજન નિયંત્રિત કરે છે અને મોટાપાથી બચાવે છે. આ પીણામાં એન્ટી બેક્ટેરીયલ પ્રોપર્ટીઝ હોય છે. તેનાથી ખીલ ઠીક થાય છે અને ચહેરા ઉપરની ચમક વધે છે.

તેમાં એસ્પાર્ટિક એસીડ હોય છે. તેનાથી કબજિયાત, એસીડીટી જેવી તકલીફ દૂર થાય છે અને ડાઇજેશન ઠીક રહે છે. તેનાથી આંખો હેલ્થી રહે છે. તે મોતિયાબિદુ જેવી આંખોની તકલીફ થી બચાવે છે. તેનાથી કોલેસ્ટ્રોલનું લેવલ જળવાઈ રહે છે અને હાર્ટની બીમારી થી બચાવે છે.

તેનાથી શરીરના ટોક્સીન દુર થાય છે અને યુરીન ઇન્ફેક્શન થી બચાવે છે. આ પીણામાં પોટેશિયમનું પ્રમાણ વધુ હોય છે. તેનાથી બ્લડ પ્રેશર કન્ટ્રોલમાં રહે છે. તેમાં આયરન હોય છે. તે એનીમિયા એટલે કે લોહીની ઉણપ થી બચાવે છે.

#### વરીયાળી ના ૧૫ ફાયદા :-

**ગેસ અને કબજિયાત :** વરીયાળી ખાવાથી પેટ અને કબજિયાતની તકલીફ થતી નથી. વરીયાળી ને સાકર કે ખાંડ સાથે વાટીને ચૂર્ણ બનાવી લો, રાત્રે સુતા સમયે લગભગ ૫ ગ્રામ ચૂર્ણને હળવા હુફાળા પાણી સાથે સેવન કરો. પેટની તકલીફ થશે નહીં અને ગેસ અને કબજિયાત દુર થશે.

**આંખોની દ્રષ્ટિ :** આંખોની દ્રષ્ટિ વરીયાળી ના સેવન કરવાથી વધારી શકાય છે. વરીયાળી અને સાકર સરખા ભાગે લઈને વાટી લો. તેની

એક ચમચી સવાર સાંજ પાણી સાથે બે મહિના સુધી લો. તેનાથી આંખોની દ્રષ્ટિ વધે છે.

**અજીર્ણ :** ડાયરિયા થાય તો વરીયાળી ખાવી જોઈએ. વરીયાળી ને બેલના ગરભ સાથે સવાર સાંજ ચાવવાથી અજીર્ણ દુર થાય છે અને અતિસારમાં ફાયદો થાય છે.

**ઉત્તમ પાચક :** ખાદ્યા પછી વરીયાળીનું સેવન કરવાથી ખાવાનું સારી રીતે પચે છે અને તે કુદરતી માઉથફેશનર છે. વરીયાળી, જીરું અને કાળું મીઠું ભેળવીને ચૂર્ણ બનાવી લો. ખાદ્યા પછી હુફાળા પાણી સાથે આ ચૂર્ણ લઈ લો, તે ઉત્તમ પાચક ચૂર્ણ છે.

**ખાંસી :** ખાંસી થાય તો વરીયાળી ખૂબ ફાયદો કરે છે. વરીયાળી ના ૧૦ ગ્રામ અર્ક ને મધ સાથે ભેળવી લો, તેનાથી ખાંસી આવવાનું બંધ થઈ જશે.

**પેટમાં દુઃખાવો :** જો તમને પેટમાં દુઃખાવો રહે છે તો શેકેલી વરીયાળી ચાવવી. તેનાથી તમને રાહત થશે. વરીયાળી ની ઠંડાઈ બનાવીને પીવો. તેનાથી ગરમી શાંત થશે અને જીવ ગભરાવાનું બંધ થઈ જશે.

**ખાટા ઓડકાર :** જો તમને ખાટા ઓડકાર આવી રહ્યા હોય તો થોડી વરીયાળી પાણીમાં ઉકાળીને સાકર નાખીને પીવો. બે ત્રણ વખત ઉપયોગ કરવાથી રાહત મળી જશે.

**હાથપગમાં બળતરા :** હાથ-પગમાં બળતરા થવાની ફરિયાદ થાય તો વરીયાળી સાથે સરખા પ્રમાણમાં કોથમીર વાટી-ગાળીને, સાકર ભેળવીને ભોજન પછી ૫ થી ૬ ગ્રામ ના પ્રમાણમાં લેવાથી થોડા જ દિવસોમાં રાહત મળે છે.

**ગળામાં ખરાશ :** જો ગળામાં ખરાશ થઈ જાય તો વરીયાળી ચાવવી જોઈએ. વરીયાળી ચાવવાથી બેસેલું ગળું પણ સાફ થઈ જાય છે.

**ત્વચામાં ચમક :** રોજ સવાર સાંજ ખાલી પેટ વરીયાળી ખાવાથી લોહી ચોખ્ખું બને છે અને ત્વચા માટે ખૂબ ફાયદાકારક છે. ત્વચામાં ચમક આવે છે.

**પેટનો સોજો :** વરીયાળી પેટના સોજાની સારવાર માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે. વરીયાળી ના બીજ ખાસ કરીને જઠરશોથલક્ષણના ઉપચાર માટે કરવામાં આવે છે. તે ગૈસ્ટ્રીક એસીડનો સ્ત્રાવ વ્યવસ્થિત કરે છે અને પ્લેક્ષિક કલાના શોથમાં કામ કરે છે.

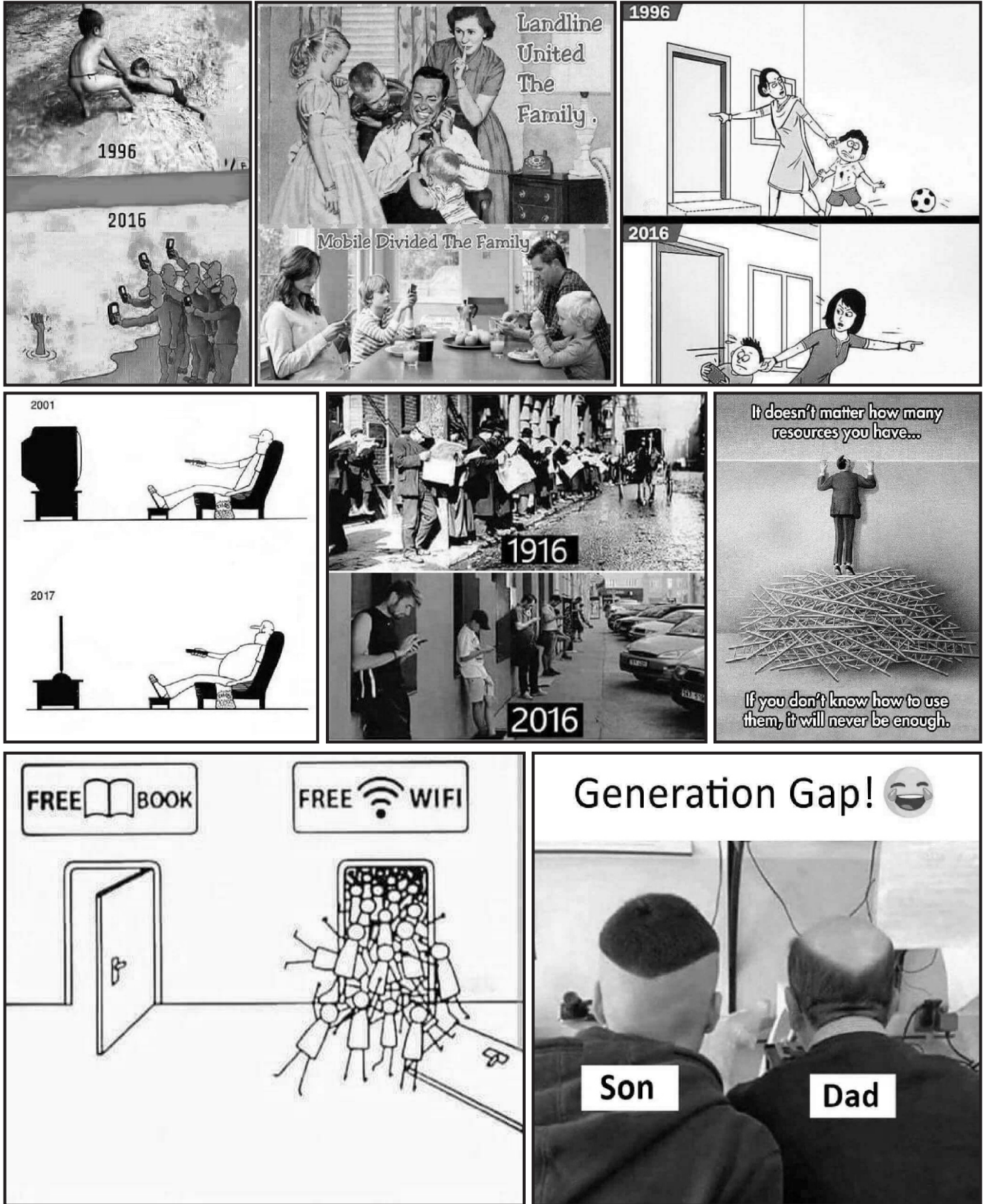
આપચો અલ્સર, અમલપિત્ત, ખાટા ઓડકાર, ગેસ અને બીજા રોગોના ઉપચાર માટે વરીયાળીનો ઉપયોગ ઉત્તમ માનવામાં આવે છે. તે પેટમાં તેજાબનો સ્ત્રાવ વ્યવસ્થિત કરે છે, તેની તીવ્રતા ઓછી કરે છે. આમાશય શોથ કે દૂર કરે છે, અને આમાશય રોગ દૂર કરે છે.

**ઉબકા અને ઉલટી :** વરીયાળીનું વમનરોધી હોવાને કારણે ઉબકા અને ઉલટી ની સારવારમાં મદદ કરે છે. તે ગૈસ્ટ્રીક સ્ત્રાવ ને વ્યવસ્થિત કરીને અલ્મીય સ્વાદ અને મોઢાના ખાટા સ્વાદને દુર કરવામાં મદદ કરે છે.

**વજન ઘટાડવું :** વરીયાળી યથાપચન ક્રિયા વધારવામાં ઉપયોગી છે. વરીયાળી ચરબીના ચયાપચનને વધારી દે છે. અને ચરબી વધવાના ભયથી બચાવે છે. તે વજન ઓછું કરવામાં મદદ કરે છે.

જીવન

**શુભેચ્છક :** છોટી चीजों में बरे हमेशा वफादार रहिये क्योंकि इन्ही में आपकी शक्ति निहित होती है। - मदर टेरेसा



शुभेच्छक : बेहतर यही होगा कि आप कोशिश करें शायद इसमें आप नाकामयाब हो जाएं और उससे कुछ सीखें बजाये इसके की आप कुछ करें ही नहीं। - मार्क जकरबर्ग





## NAMO JINANAM

### Param Sukh Jivan Vikas Kendra - Vision 2025

#### Project - 1 :

परम सुख Divine Wellness Centres in every suburb of Mumbai & Other Cities.

#### Features of Wellness Centres :

- A)** 1) Physical Fitness Wellbeing & Counselling.  
2) Mental Fitness Wellbeing & Counselling  
(a) Intellectual  
(b) Emotional  
3) Financial Fitness Wellbeing & Counselling  
(Careers, Jobs, Business & Investments)  
4) Family Wellbeing & Counselling  
(Kids, Parents, Youth, Married Couples - Age beyond 50 years)  
5) Social Relationship Wellbeing & Counselling.  
6) Spiritual Fitness Wellbeing & Counselling.  
7) Country, Global & Universal Wellness & Counselling.  
8) Fitness Wellbeing & Counselling for subjects right from Womb of Mother till death.
- B)** 1) Divine Medical Diagnostic Centre.  
2) Medical Counselling.  
3) Diet & Food Counselling.
- C) Divine Shop**  
1) Divine Food & Medicine Centre.  
2) Divine Literature Centre.  
(a) Audio / Video CD/DVD  
(b) Magazine & Books  
(c) Different Posters, Cards, Mantra Kits, Satsangi Kits etc.
- D) Multi Utility Hall**  
For Conducting :  
(a) Satsang & Festival Celebrations.  
(b) Workshops & Shibirs.  
(c) Seminars & Conferences

#### Project - 2 :

परम सुख Divine Arihant Nagar –

मुंबई के आसपास एक से दो घंटे की दूरी पर एक ऐसे परम सुख Divine Village की स्थापना करना जहाँ....

- ☞ श्री सीमंधर स्वामी समवसरण मंदिर और आराधना साधना केन्द्र (36000 लोगों के लिए )
- ☞ Divine Life University & Training Centre – जहाँ नई पिढ़ी (New Generation) को Divine जीवन जीने की Training देने में आएगी । अध्यापकों, प्राध्यापकों के द्वारा दिव्य जीवन व्यवस्था के शिक्षण, संस्कार और संस्कृति का ढांचा पूरी University में खड़ा किया जाएगा ।
- ☞ Divine Food and Medicine Centre होगा ।
- ☞ Divine आरोग्य केन्द्र होगा ।  
जहाँ (a) आर्युवेदिक (b) नेचरोपेथिक (c) Alternative Medicine & Day Care Centre.
- ☞ Divine आवास योजना ।

ऐसे परम सुख Divine Nagar में श्री सीमंधर स्वामी के शरण में रहकर हर जीव का परम मंगल और कल्याण हो ऐसी परम सुख जीवन विकास केन्द्र की मंगल भावना है और अरिहंत परमात्मा श्री सीमंधर स्वामी का शरण हर जीव को मिले और जन जन में इस मार्ग का प्रसार हो यही दिव्य भावना के साथ परम सुख Divine Wellness सेवा केन्द्र और परम सुख Divine Nagar का निर्माण 2025 तक करना यह हमारा Vision है ।

**2018 तक Project - 1 : परम सुख Divine Wellness सेवा केन्द्र शुरू करने की भावना है ।**

**2023 तक Project - 2 : परम सुख Divine Arihant Nagar शुरू करने की भावना है ।**

आओ... अरिहंत बनने के इस Divine विराट कार्य के निर्माण कार्य में हम सब जुड़ जाएँ और परम मंगल पाएँ ।

**मंगल... मंगल... मंगल...**

**नमो जिणाणं ।**

**CT : 9322235233/9833133266/9820212816  
9987503512/9820944517/9820933647**

**शुभेच्छा :** गरीबों की सेवा ही ईश्वर की सेवा है। – सरदार वल्लभभाई पटेल



## नमो जिणाणं

### Param Sukh Jivan Vikas Kendra द्वारा की जानेवाली ७ क्षेत्र की सेवा प्रवृत्तियाँ

- (1) होस्पिटल सेक्टर - GOVERNMENT HOSPITAL को उपयुक्त साधन सामग्री उपलब्ध करवाई जाती है। गरीब मरीजों और CRITICAL PATIENTS को HIGH VALUE MEDICAL सुविधा उपलब्ध करवाई जाती है।
- (2) EDUCATION SECTOR - PRIMARY, SECONDARY और उच्च शिक्षण के लिए जरूरतमंद विद्यार्थियों को SCHOOL, COLLEGE, TUITION FEES उपलब्ध करवाई जाती है।
- (3) आश्रम सेक्टर - GOVERNMENT आश्रमों तथा अन्य आश्रमों में जरूरी साधन सामग्री तथा खाद्यान्न, GROCERY ITEMS उपलब्ध करवाई जाती है।
- (4) पू. साधु-साध्वी भगवंत वैयावच्य - जिस प्रकार जरूरत है, उस प्रकार सेवा की जाती है।
- (5) SCIENCE OF DIVINE LIVING - समाज उपयुक्त सामाजिक, धार्मिक और आध्यात्मिक कार्यक्रमों का आयोजन तथा प्रचार प्रसारण की सेवा की जाती है।
- (6) पशु पक्षी जीवदया तथा वृक्षारोपण
- (7) जीवन की किसी भी समस्या के उपाय के लिए 24 x 7 HELPLINE सेवा तथा जन्म से लेकर मृत्यु तक की सारी समस्याओं के हल (SOLUTIONS) के COUNSELLING CENTRES

## जीवे जीवे अरिहंत नाद - घर घर में सत्संग - नगर नगर में शिबीर

अरिहंत मेले में जीवे जीवे अरिहंत नाद गजाने के बाद अब हर घर में, हर जन में अरिहंत नाद गुंजे और सभी प्रभुवत्सल अरिहंत परमात्माने बताए हुए मार्ग पर चले ऐसी दिव्य भावधारा के साथ उत्सव सत्संग ने एक नया स्वरूप धारण किया है। हमारे सभी शिबीरार्थियों, सत्संगियों और सेवकों और सभी के घर पर उत्सव सत्संग Celebration.

“जीवे जीवे अरिहंत नाद

घर घर - जन जन में भगवान महावीर की अंतिम वाणी

श्री उत्तराध्ययन सूत्र

श्री कृष्ण वाणी - श्री भगवद्गीता और मेरा जीवन”

सोने पे सुहागा... सत्संगियों के BIRTHDAY और MARRIAGE ANNIVERSARY Celebration, Monthly Theme अनुसार जाप...! सत्संगियों के जीवन की व्यक्तिगत समस्याओं का पूर्ण रूप से निराकरण...।

आप सभी को ऐसे दिव्य उत्सव सत्संग का लाभ लेने का सप्रेम आमंत्रण...! आइए... हम सब ऐसे दिव्य उत्सव सत्संग का लाभ ले और हमारा, हमारे परिवार का, अड़ोस-पड़ोस का, सगे-संबंधीओं का, मित्रों का... सबका मंगल करे। प्रभु की हाजरी में... प्रभु के साथ जुड़ जाए।

आप सभी को ऐसे दिव्य उत्सव सत्संग अपने घर पर करवाने के लिए आमंत्रण है। जिन्हें भी ऐसे दिव्य सत्संग करवाने की भावना हो, अवश्य नीचे दिए हुए Phone पर Contact करें।

9987503512/9930765652/9833133266/9820933647/9892756649/9324903057



आयोजक : परम सुख जीवन विकास केन्द्र, मुंबई -  
WATCH ARIHANT TV CHANNEL DAILY 8.20am & 11.40pm

अरिहंत टी.वी चैनल भारत में CABLE SET TOP BOX, VIDEOCON D2h,

TATASKY, AIRTEL और WORLDWIDE [www.yupptv.com](http://www.yupptv.com) पर देख सकते हो।

Visit : [Youtube.com/Paramsukh TV namojinanam](https://www.youtube.com/ParamsukhTVnamojinanam)

[Facebook.com/Science of Divine Living](https://www.facebook.com/ScienceofDivineLiving)

आपके जीवन के कोई भी प्रश्न हो, परम आनंद परिवार में जुड़ना चाहते हो, AUDIO CD, VIDEO DVD या MAGAZINE के लिए इस नंबर पर MISSED CALL करें : 09920202756 & WHATSAPP NO. 9920203965

शुभेच्छा : सेवा से शत्रु भी मित्र हो जाता है। - वाल्मीकि



## नमो जिणाणं

### **DIVINE LIFESTYLE FOR STUDENTS PROFESSIONALS ,BUSINESSMEN & OTHERS**

#### **दिव्य जीवन व्यवस्था के 12 Steps**

रोज सुबह आंख खुलते ही...

- (१) प्रभुकृपा : ईश्वर को **THANK YOU**. आपने मुझे नया जीवन जीने का अवसर दिया है । **You have given me new Birthday, Thank you very much**
- (२) माता-पिता को **Thank you.** : माता पिता ईश्वर का अवतार है (**LIVE GOD**) वे बिना कारण हमारे लिए सबकुछ समर्पित करते है ।
- (३) सद्गुरु और गुरुजन को **Thank You..** : ये हमारे अंदर रहे हुए अज्ञान को मिटाते है । हमे सही मार्ग पर चलने के लिए मार्गदर्शन करते है ।  
(सद्गुरु जीवन का मार्गदर्शन देते है और गुरुजन **Special** विषय का मार्गदर्शन देते है)
- (४) **All Living & Non-living beings** को **Thank You.-**  
जिनके अनंत अनंत उपकार हमारे उपर है ।

#### **3 Whatsup Messages to GOD**

- (१) **It is a wonderful Day-** आज का दिन अद्भूत है ।
- (२) **Come what may I will Enjoy** - कुछ भी हो जाए मै हमेशा आनंद मे रहूंगा/रहूंगी ।  
हर व्यक्ति, हर वस्तु, हर परिस्थिति सब के साथ मै आनंद मे रहूंगा/रहूंगी ।
- (३) **Come what may I will always Smile** - कुछ भी हो जाए मै हमेशा मुस्कुराता रहूंगा/रहूंगी ।

#### **सब के साथ व्यवहार के 5 STEPS**

- (१) जो भी मिले , उनसे हमारा व्यवहार नमो जिणाणं से शुरु करना है ।  
नमो जिणाणं का अर्थ है - आपके अंदर रहे हुए परमात्मा का मे दर्शन करता हूं, उसका मै स्वीकार करता हूं और मेरे हृदय मे स्पेशियल स्थान देता हूं ।  
(उसके बाद मन मे दो निर्णय लेने है)
- (२) मुझे नही होना परेशान ।
- (३) आप कैसे भी हो **I LOVE YOU.**
- (४) गुण प्रमोद (**Appreciation**) - नमो जिणाणं और मन मे दो निर्णय लेने के बाद सामनेवाले के दो गुण बताकर उनकी प्रशंसा करनी है, फिर बातचीत शुरु करनी है ।
- (५) बिदा होते समय **I LOVE YOU, I THANK YOU, GOD BLESS YOU** कहेकर बिदा होना है ।

(इस तरह यह 12 STEPS को जीवन मे अपनाते से हमारा जीवन सदा आनंद मे रहेगा । हमारे सारे कार्य मे सरलता होगी ।)

शुभेच्छः : दानी कभी दुःख नहीं पाता, उसे कभी पाप नहीं घेरता। - ऋग्वेद



# १२ आवश्यक स्टेप्स



## नमो जिणाणं

परम पूज्य पंकजभाई के सानिध्य मे **Science of Divine Living** की शिबीरें, Wokshops का आयोजन सभी Age Groups के लिए किया जाता है लोकपर्वो का Celebration, सत्संग का भी आयोजन होता है ।

आप सभी से प्रेरणा है ,अवश्य हमारे परम आनंद परिवार से जुड़ें ।

**Watch P.Puja Pankajbhai on ARIHANT TV Channel  
Daily 8.20am & 11.40pm**

**Visit : Youttube.com/Paramsukh TV namojinanam**

**Visit : Facebook.com/Science of Divine Living**

**Twitter : @namo\_jinanam**

नमो जिणाणं - **SCIENCE OF DIVINE LIVING** त्रिमासिक मेगेड्रिन के आजीवन सदस्य बनकर आप हमसे जुड सकते है ।

## **Paramsukh 24 X 7 HELPLINE SEVA**

जीवन की किसी भी समस्या के उपाय के लिए सिर्फ **9920202756** पर **MISSED CALL** करें ।

## **Paramsukh WhatsApp Seva**

हमारे **WhatsApp No. 9920203965** आपके Mobile मे save करके आपका नाम और Area लिखकर एक Message WhatsApp करें - ताकि आपको रोज पूज्य पंकजभाई की दिव्य वाणी की Video Clips, Audio Clips , Posters & Programmes updates मिलते रहे । अवश्य जुडे ।

## **जाहिर आमंत्रण**

संस्थाएँ, Associations, महिला मंडल, Youth Groups, Social Groups ,Educational Institute, व्यापारी मंडल, जैन संघ, अन्य संघ, सोसायटी सभी को विधिविध प्रकार के Scientific & Practical Workshops शीबीरें अपने यहाँ करवाने के लिए हार्दिक आमंत्रण है ।

**CT : 9987503512/9930765652/9833133266  
9820944517/9820933647/9892756649**

**अवश्य लाभ लें । Life Stressfree, Tensionfree बन जाएगी । हमेशा आनंद का अनुभव करेंगे ।**

नमोभाव - अहोभाव - मैत्रीभाव - सेवाभाव - पंचपरमेष्ठि शरणभाव

**आयोजक : परम सुख जीवन विकास केन्द्र, मुंबई .**

शुभेच्छः : क्षमा से क्रोध को जीतो, भलाई से बुराई को जीतो, दरिद्रता को दान से जीतो और सत्य से असत्यवादी को जीतो।