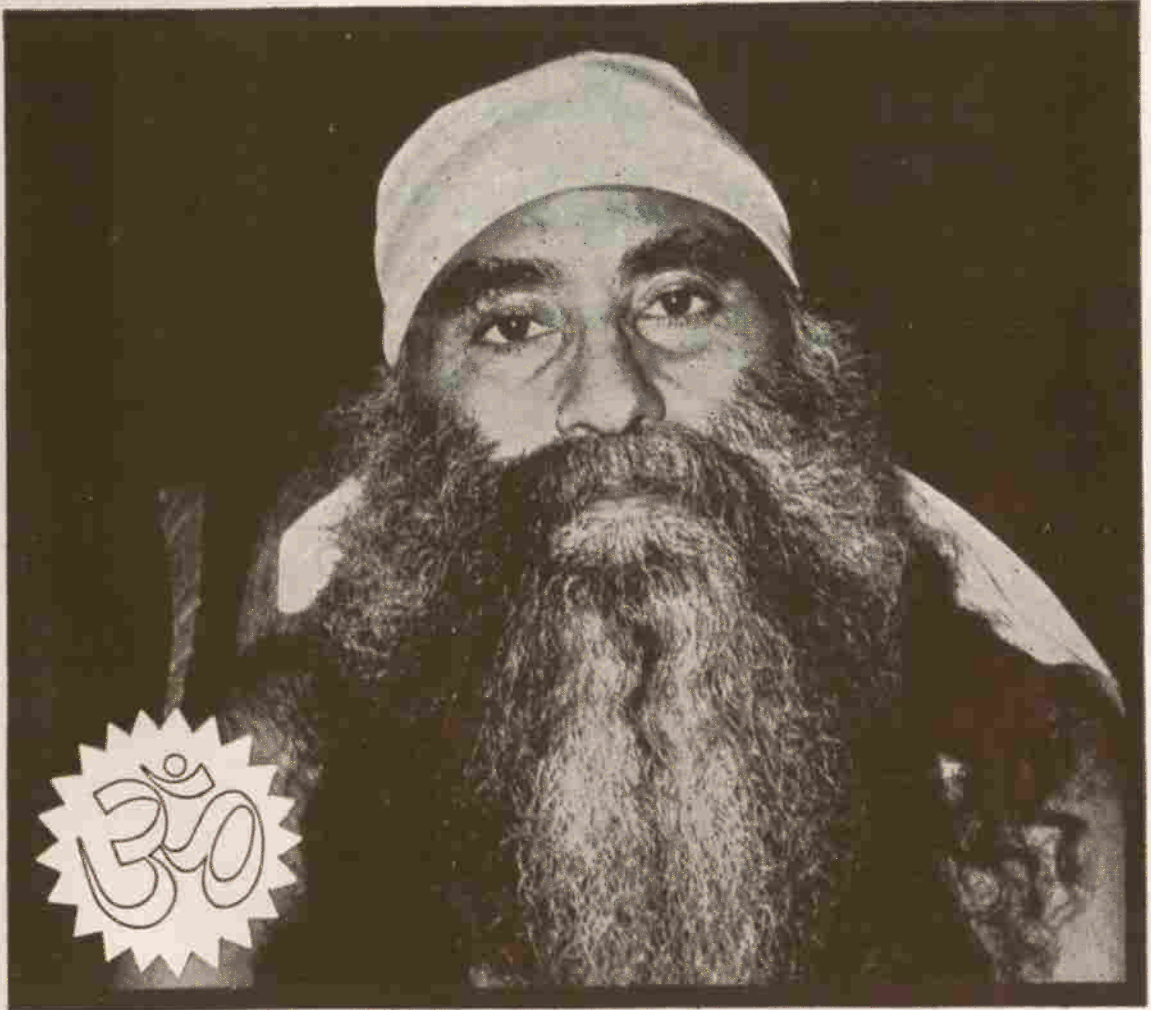


॥ तस्य वाचकः पणवः ॥

रुतभर

आत्मनो हिताय जगतः सुखाय.



'योग'लिक्षा लावीओ, 'लिक्षु'जनी गुरुद्वार;
मुमुक्षु ज३२ पामशे, सौनो मुजमां लाज.

* ઓમ્-પરિવારના ઉત્સવ-૧૯૯૩ *

ક્રમ	કયા પ્રસંગ નિમિત્તે	સ્થળ	તારીખ અને સમય
૧	મહાશિવરાત્રી નિમિત્તે	અમરેશ્વર મહાદેવ, હાલ ઠરવાળ પાસે, ઉમરેઠ, તા. આણંદ, જી. ખેડા, પીન ૩૮૮૨૨૦.	૨૧-૨-૯૩ રવિવાર સવારે ૧૦ થી ૩
૨	હનુમાન જયંતી નિમિત્તે	શ્રી હરખલભાઈ પટેલ મુ. પો. જયદેવપુરા, તા. કડી, જી. મહેસાણા.	૧૪-૪-૯૩ રવિવાર સવારે ૧૦ થી ૩
૩	ગુરુપૂર્ણિમા	ઈન્છાબેનની વાડી, પુષ્પકુંજ પાસે, કાંકરીયા, મણીનગર, અમદાવાદ.	૩-૭-૯૩ શનિવાર સવારે ૭ થી ૩
૪	ઓમ્ ગુરુદેવ જયંતી	અશોક એપાર્ટમેન્ટ, સેન્ટ્રલ બેંકની સામેની ગલીમાં, સી. એન. વિદ્યા. પાસે, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૬.	૬-૧૧-૯૩ મંગળવાર સાંજે ૪ થી ૮
૫	બેસતું વર્ષ	૩, ગંગાધર સોસાયટી, સરદાર પટેલ હાઈસ્કૂલની સામે, મણીનગર, અમદાવાદ - ૮.	૧૪-૧૧-૯૩ રવિવાર સવારે ૭ થી ૮
૬	દેવકિવાળી નિમિત્તે	મહાદેવનગર સોસા.ના મહાદેવમાં, ગોલ્ડન ટ્રાયએંગલ સામે, સ્ટેડિયમ પાસે, સ્ટે. રોડ, નવરંગપુરા, અમ.	૪-૧૨-૯૩ રવિવાર સવારે ૧૦ થી ૩
૭	શ્રી ગાયત્રી અનુષ્ઠાન સાધના શિબિર નિમિત્તે	“નિર્વિકલ્પ સુક્રિયામ” નાથાભાઈ પટેલના ખેતરમાં, મુ. પલિયડ (વેડા), તા. કલોલ.	૨૬-૧૨-૯૩ રવિવાર સવારે ૧૦ થી ૩

નોંધ : ઓમ્ ભગવાનની કૃપાથી, આધ્યાત્મિક સ્મૃતિની ભગૃતિ અને આધ્યાત્મિક સંગઠનની ભાવનાથી ઉત્સવ મનાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. તો ઉત્સવ વિષેની વિગત ઉત્સવના આઠ-દસ દિવસ પહેલાં મેળવી લેવી જરૂરી છે. અમદાવાદની બહાર ઉજવાતા ઉત્સવોના સ્થળે પહોંચવા માટે લકઝરી કે એસ. ટી. બસની વ્યવસ્થા કરવામાં આવે છે. તો જે તે સમય માટે નક્કી થયેલ સમય પહેલાં પૈસા ભરી નામ નોંધાવી દેવું જરૂરી છે.

● શ્રી ગાયત્રી અનુષ્ઠાન સાધના શિબિર નિમિત્તે ચોદમો ધનરોહણ અને બિશુબોધ-દિવસ.

તા. ૨૭-૧૨-૯૨ રવિવાર

સ્થળ : નિર્વિકલ્પ સુક્રિયામ, નાથાભાઈ પટેલના ખેતરમાં, મુ. પલિયડ (વેડા).

ઋતમ્બરા

(ઋતમ્બરા એટલે અનુભવયુક્ત સત્યથી ભરેલું)

(બહુજનહિતાય - બહુજનસુખાય)

જાન્યુ. - ફેબ્રુ. - માર્ચ

VOL-II (92 - 93)

ISSUE-III

માનદ્ તંત્રી : નૈષઠ વ્યાસ

તંત્રીસ્થાનેથી

ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણે જ્ઞપયજ્ઞનો મહિમા ગાતાં કહ્યું છે કે 'યજ્ઞાનાં જ્ઞપયજ્ઞોસ્મિ' અર્થાત્ યજ્ઞોમાં જ્ઞપયજ્ઞ હું છું. યજ્ઞોમાં શ્રેષ્ઠ એવા જ્ઞપયજ્ઞ વિષે મૌલિક શૈલીમાં સમજાવતાં પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિશુભુ કહે છે —

“સ્થૂળ સાત્ત્વિક કાર્યોનો પ્રારંભ સૂક્ષ્મ સાત્ત્વિક કાર્યો (સાત્ત્વિક વિચારો) થી થાય છે અને સાત્ત્વિક વિચારોને બળ મળે છે મંત્રના જ્ઞપથી. કલિયુગમાં જ્ઞપનો ઘણો મોટો મહિમા છે. જ્ઞપને યજ્ઞની સમાન ગણવામાં આવે છે. જ્ઞપયજ્ઞમાં નથી પૈસાની જરૂર કે નથી અગ્નિની જરૂર; નથી આહુતિની જરૂર કે નથી વિદ્વાતાની જરૂર. જ્ઞપ હરદમ અને દરેક જગ્યાએ થઈ શકે છે માટે કલિયુગમાં જ્ઞપયજ્ઞનો જરૂર લાભ લેવો.”

ઓમ્-પરિવારના ઉપક્રમે પૂજ્યશ્રીના સાંનિધ્યમાં આખંડ જ્ઞપયજ્ઞના કાર્યક્રમો અવારનવાર યોજાય છે; તે દરમ્યાન થતાં પૂજ્યશ્રીનાં પ્રવચનો દ્વારા સાધકોને જ્ઞપયજ્ઞ વિષેની તાત્ત્વિક અને વૈજ્ઞાનિક સમજ પ્રાપ્ત થતી રહે છે અને તેથી સાધક સ્થૂળ જ્ઞપમાંથી સૂક્ષ્મ જ્ઞપમાં પ્રવેશે છે.

“ઋતમ્બરા”ના આ અંકમાં મંત્ર અને મંત્રજાપ વિષય ઉપર થયેલાં પ્રવચનોને આવરી લેવામાં આવ્યાં છે. દરેક લેખ અદ્વિતીય છે તેનો ખ્યાલ વાંચકોને ધ્યાનપૂર્વક વાંચવાથી આવશે. મંત્રજાપના સાધકો માટે “ઋતમ્બરા”નો આ અંક નવી દિશાઓ ખોલશે એવી શ્રદ્ધા છે.

“પરિવાર પત્રિકા” વર્ષ-૧, અંક-૩ માંના કેટલાક લેખો અહીં રજૂ થયેલ છે.

વિશ્વાસની મહામૂડીનો આશરો લઈ સમગ્ર જડ-ચેતનને સમાવતી, અહમ્ને ત્યાગી, ત્યાગ (પ્રેમ) દ્વારા છુપાયેલી શક્તિઓને કાર્યાન્વિત કરવા તથા ઓમ્ જૈનું નામ છે તે ઈશ્વરના આશિષ મેળવી લઘુમાંથી ગુરુ બનાવવનાર સંસ્થા.

ઓમ્કાર અને ગાયત્રી મંત્રનું ગુહ્ય રહસ્ય - યોગભિક્ષુ

ઓમ્ (ૐ) ને ઈશ્વરવાચક કહ્યો છે. તસ્ય વાચકઃ પ્રણવઃ (તે ઈશ્વર)નું નામ ઓમ્ (ૐ) છે જેને શબ્દબ્રહ્મ પણ કહ્યો છે. સંસ્કૃતના તમામ મૂળાક્ષરો કે જેની સાંખ્યા બાવન છે, તેની ઉત્પત્તિ ઓમ્માંથી થઈ છે. દુનિયાની કોઈપણ ભાષા કરતાં સંસ્કૃતનું મૂલ્ય ઊંચું આંકવામાં આવ્યું છે. એનું મુખ્ય કારણ એ છે કે દુનિયાની બીજી બધી ભાષાઓથી જેની સમજ નથી આપી શકાતી તેની સમજ સંસ્કૃત ભાષાથી સારી રીતે આપી શકાય છે.

સંસ્કૃત ભાષાના બાવન અક્ષરોમાંથી અમુક ચોક્કસ અક્ષરોને જ્યારે વિશિષ્ટ રીતે ગોઠવીને બોલવામાં આવે છે ત્યારે તેમાંથી અમુક ચોક્કસ પ્રકારનાં સ્પંદનો ઉત્પન્ન થાય છે અને એ મંત્ર બોલતી વખતે તેનો જે લય નક્કી થયો હોય એ લય-રીધમથી સહેજ પણ ફેરફાર કર્યા વગર અમુક ચોક્કસ સમય (અનુક્રમ) સુધી બોલવાથી, એની સાધકના શરીર પર તથા આજુબાજુના વાતાવરણમાં જોરદાર અસર થાય છે. અને એ રીતે વાતાવરણમાં પણ સાત્ત્વિક સ્પંદનો દ્વારા સાત્ત્વિકતા ફેલાવી શકાય છે.

અખંડ જ્વયજ્ઞ તથા હવન-યજ્ઞ આદિ ક્રિયાઓ કરવા પાછળનું મુખ્ય કારણ વાતાવરણમાં સાત્ત્વિકતાનો વધારો કરવાનું છે. પરંતુ જો મંત્ર એકસરખો, એક-લય કે રીધમથી ના બોલાય તો તેના કારણે જે સાત્ત્વિક સ્પંદનો ઉત્પન્ન થાય છે તે એકસરખાં નથી હોતાં પરંતુ તે તૂટક-તૂટક હોય છે. તેથી તે ધારી અસર ઉપજાવી શકતાં નથી. અખંડ જ્વયજ્ઞથી વાતાવરણમાં ઉત્પન્ન થતાં સાત્ત્વિક આંદોલનો ઘણે દૂર સુધી સચોટ અને જોરદાર અસર ઉપજાવે છે. આ આંદોલનો કેટલાં શક્તિશાળી હોય છે તે સમજવા માટે એક ઉદાહરણ લઈએ.

લશ્કર જ્યારે પરેડ કરતું હોય અથવા ફૂચ કરતું હોય ત્યારે લશ્કરના જવાનો એક તાલથી ચાલતા હોય છે.

આમ એક તાલથી ચાલવાથી એક ચોક્કસ પ્રકારનો અવાજ આપણે સાંભળી શકીએ છીએ. એ જ લશ્કરને જ્યારે કોઈ નદી ઉપરના પુલ ઉપરથી પસાર થવાનો પ્રસંગ આવે છે ત્યારે તેનો કમાન્ડર હુકમ કરે છે કે એક તાલ તોડીને સામાન્ય ચાલે ચાલી પુલ પસાર કરો. આમ કેમ? એક તાલથી ચાલતું લશ્કર જો પુલ ઉપર પણ તે જ રીતે ચાલે તો તેના કારણે જે સ્પંદનો વાતાવરણમાં ઉત્પન્ન થાય છે તેનાથી ક્યારેક ઘણા મજબૂત પુલ પણ તૂટી જવાની સંભાવના હોય છે. આ તો ભૌતિક સ્પંદનોની અસર કેટલી જોરદાર થાય છે તે સમજાવ્યું. તે જ રીતે કોઈપણ મંત્રને ચોક્કસ લયથી અખંડ રીતે જાપવામાં આવે તો તેની કેવી અસર થાય તે સમજી શકાયે.

મંત્રના પ્રકાર

અનેક જાતના મંત્રો પ્રચલિત છે. એના મુખ્ય ત્રણ વિભાગ પાડી શકાય. (૧) કામ મંત્ર (૨) કામ-કલ્યાણ મંત્ર (૩) કલ્યાણ મંત્ર. ગાયત્રી મંત્ર કામ-કલ્યાણ મંત્ર છે. પ્રણવ (ઓમ) મંત્ર કલ્યાણ મંત્ર છે. એ સિવાયના બીજા તમામ મંત્રોને કામ મંત્રો કહી શકાય. કામ કહેતાં કામના અને કામના એટલે ઈચ્છા. જે મંત્રના જાપ કે અનુક્રમથી માત્ર ઈચ્છિત સંકલ્પો જ સિદ્ધ થાય પણ કલ્યાણ ન થાય તેને કામ મંત્ર કહેવાય.

જેઓ શરીરભાવમાં જ રાચે છે, જેમની તાદાત્મ્યતા પંચમહાભૂત સાથે જ છે એમની બુદ્ધિ પણ કેવી અને કેટલી હોય? ભૌતિક પ્રાપ્તિ તરફની જ હોય. આપણી બધી જ ઈચ્છાઓ, કામનાઓ આપણું કલ્યાણ જ કરશે એવું નથી હોતું. કેટલીક ઈચ્છાઓ એવી પણ થતી હોય છે કે જેનાથી આપણે આપણું જ અકલ્યાણ કરી બેસતા હોઈએ છીએ. વેપારીને ત્યાંથી ખરીદેલી વસ્તુથી આપણને નુકસાન થશે કે ફાયદો તેની સાથે વેપારીને કાંઈ નિસ્ખત નથી હોતી. તેવી જ રીતે કામ મંત્રથી કામનાઓની પૂર્તિ

ભલે થાય પણ તે કામના પૂર્તિ સાધકને માટે કલ્યાણકારી છે કે અકલ્યાણકારી, એની સાથે કામ મંત્રને કાંઈ નિસ્ખત હોતી નથી. ઈચ્છા પૂરી થવી એ એક વસ્તુ છે અને કલ્યાણ થવું તે બીજી વસ્તુ છે. મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરવામાં છે, મોક્ષનાં દ્વાર ખોલવામાં છે. મોક્ષ માટે યોગશાસ્ત્રમાં 'કેવલ્ય' શબ્દ પ્રયોજાયો છે.

ગાયત્રીમંત્ર એ કામ-કલ્યાણ મંત્ર છે. તે, ઈચ્છાઓની પૂર્તિ કરતો જાય અને સાથે-સાથે કલ્યાણમાર્ગમાં પણ આગળ લેતો જાય. ગાયત્રી મંત્ર શ્રેષ્ઠ મંત્ર છે કારણકે એનાથી ઈચ્છાપૂર્તિ અને કલ્યાણ એમ બંને કાર્ય થાય છે. મનુષ્યના મનમાં રહેલી ઈચ્છાઓની જ્યાં સુધી પૂર્તિ થતી નથી ત્યાં સુધી એ દુઃખી રહે છે અને ત્યાં સુધી તે કલ્યાણમંત્ર માટેનો અધિકારી નથી બની શકતો. અને જ્યાં સુધી અધિકારી નથી થયો ત્યાં સુધી એ પ્રણવ (ઓમ) મંત્રને નથી જાપી શકતો. કારણ કે પ્રણવ મંત્રના જાપથી ઈચ્છિત કામનાઓ પૂર્ણ થશે જ એવું કાંઈ નક્કી નહીં, પરંતુ એનાથી કલ્યાણ જરૂર થાય. આપણી અકલ્યાણકારી કામનાને, જે કામનાથી આપણું અકલ્યાણ થતું હોય તેને પ્રણવ મંત્ર પૂરી ન થવા દે, આ વાતને એક દૃષ્ટાંતથી સમજાવે.

પગારમાં વધારો કરવાની ઈચ્છાથી પ્રણવ મંત્રના જાપ કરતા હોઈએ. તે દરમ્યાન જે નોકરી છૂટી જાય તો ખૂબ દુઃખ થાય અને તેથી નાસ્તિક બની જઈએ. પરંતુ ભવિષ્યમાં ખબર પડે કે નોકરી છૂટી ગઈ હતી તે તો સારું થયું હતું. જે મકાનમાં આપણે નોકરી કરતા હતા તે મકાન તૂટી પડવાથી તેમાં કામ કરનારા બધા જ દટાઈને મરી ગયા હતા. જે આપણી નોકરી ચાલુ હોત તો આપણે પણ દટાઈને મરી ગયા હોત. પ્રણવ મંત્રના જાપના કારણે જ નોકરી છૂટી ગઈ અને તેથી બચી ગયા. પરંતુ જ્યારે નોકરી છૂટી ગઈ હતી ત્યારે આ રહસ્ય સમજાયું નહોતું. નોકરી છૂટી જવાનું અણગમતું કૃષ્ણ આપીને પ્રણવ-જાપે આપણું કલ્યાણ જ કર્યું.

કામ મંત્રથી ભલે ઈચ્છાની પૂર્તિ થાય પરંતુ એ જાન્યુ. ૯૩

પૂર્તિથી સાધકનું અકલ્યાણ પણ થઈ શકે, એનાથી મોટું દુઃખ પણ આવી પડે. ગાયત્રી મંત્રથી પ્રણવ મંત્રનો અધિકાર પ્રાપ્ત થાય. પ્રણવ મંત્ર માટે અધિકારી થવું પડે. અધિકારીપણું એટલે એવી સમાધાનપૂર્તિ કે "જે કાંઈ પણ થઈ રહ્યું છે તે સારા માટે થઈ રહ્યું છે. પરમાત્મા જે કાંઈ કરે છે એ સારા માટે જ કરે છે." એવી માન્યતા જ્યારે થઈ જાય ત્યારે પ્રણવ (ઓમ-ૐ) મંત્રના જાપના અધિકારી થયા કહેવાઈએ.

ગુરુ-જાપ

ગુરુ-જાપને બેત્રણ રીતે સમજવાનો છે. (૧) એક તો શિવ, શિવ, શિવ અથવા કૃષ્ણ, કૃષ્ણ, કૃષ્ણ અથવા ગુરુ, ગુરુ, ગુરુ કે ઓમ્ ગુરુ ઓમ્, ઓમ્ ગુરુ ઓમ્ના જાપ કરીએ તો એ ગુરુ-જાપ થયો કહેવાય. (૨) બીજા પ્રકારના જાપમાં ગુરુ તરફથી જે મંત્રની પ્રાપ્તિ થાય અને તેનો જાપ કરવામાં આવે તેને પણ ગુરુ-જાપ કહેવાય. (૩) ત્રીજા પ્રકારના જાપમાં પહેલા બે પ્રકારમાંથી એકેયનો સમાવેશ થતો નથી. નથી તો શિષ્ય પોતાની સૂઝ પ્રમાણે જાપ કરતો કે નથી એને કોઈ જાપ ગુરુ તરફથી પ્રાપ્ત થતો. એણે તો સત્સંગમાં ગુરુનો જે ઉપદેશ સાંભળ્યો અને એમાંથી પોતાને જે સારું લાગ્યું એને એ પોતાના જાપનમાં ઉતારવાની કોશિષ કરે છે અને સાથે સાથે એ ઉપદેશનો પોતે પોતાના વર્તુળમાં સતત પ્રચાર કરતો રહે છે. તો આ રીતે સદ્ગુરુના ઉપદેશમાંથી કાંઈક ગ્રહણ કરી એનો પ્રચાર કરવો એ પણ 'ગુરુ-જાપ' કહેવાય છે.

આમ ત્રણ પ્રકારના ગુરુજાપ છે. ગુરુજાપ એટલે લઘુજાપ નહીં. ગુરુજાપ એટલે ભારે જાપ, વજનદાર - મૂલ્યવાન જાપ, જે કરવાથી પરમતત્ત્વની કંઈક સમજ પ્રાપ્ત થાય એ ગુરુજાપ; જેમાં આત્મા અને પરમાત્માનું જ્ઞાન ઠસોઠસ ભરેલું હોય તે ગુરુજાપ.

મંત્રજાપનું સૂક્ષ્મ વિજ્ઞાન

આપણા ઋષિમુનિઓએ, ગુરુજનોએ, સંતજનોએ અસીમ કૃપા કરીને જે મંત્રો, ધાર્મિક ક્રિયાઓ, સ્વાધ્યાયો

આપણને આપ્યા છે તે ખૂબ જ વિચારીને, ચિંતન-મનન કરીને આપ્યા છે; તેમાં લોક-કલ્યાણના ખૂબ જ સૂક્ષ્મ વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતોને આવરી લેવામાં આપ્યા છે. સામાન્ય જીવો અમૂલ્ય લાભથી વંચિત રહી ન જાય એ માટે વૈજ્ઞાનિક રહસ્યો અને સિદ્ધાંતોને ધાર્મિક વિધિમાં આવરી લીધાં છે. જેથી સામાન્ય જીવો પણ ધાર્મિક પ્રવૃત્તિમાં રસ લે અને તેના આચરણથી શારીરિક તથા માનસિક ઉન્નતિ સાધે.

દા.ત. વાચિક જાપ. કોઈપણ સાધક પ્રાણાયામની પદ્ધતિથી પૂરેપૂરો વાકેફ ના હોય અને પ્રાણાયામ કરવા માંડે તો પ્રાણાયામથી જે ફાયદો થવાનો હોય તે તો ના જ થાય પરંતુ તેના બદલે યોગ્ય રીતે પ્રાણાયામ ન થવાને કારણે શરીરમાં વિકૃતિ ઉત્પન્ન કરી બેસે. પ્રાણાયામના અનેક લાભો છે પરંતુ મનુષ્ય આપમેળે પ્રાણાયામ કરી શકતો નથી. આજના યુગમાં લાંબા સમયની ધીરજ તથા શ્રદ્ધાની જે જરૂર છે તે સર્વ કોઈ માટે સુલભ નથી. વળી પ્રાણાયામના પ્રખર અભ્યાસી, પ્રાણાયામના પૂરેપૂરા જાણકાર શ્રદ્ધેયજનો મળવા પણ મુશ્કેલ છે, કે જેમની પાસે શાંતિથી બેસી, ખૂબ જ ધીરજ રાખીને પ્રાણાયામની ક્રિયાને બરાબર શીખીને તે પ્રમાણે પ્રાણાયામ કરી શકાય. આવા પ્રકારની અનેક મુશ્કેલીઓની વચ્ચે પણ વત્તાઓછા પ્રમાણમાં પ્રાણાયામનો લાભ વાચિકજાપથી અભયપણે મેળવી શકાય છે.

આપણા પૂજ્યજનોએ આપણી ઉપર કૃપા કરીને, અનંત કૃપા વરસાવીને આપણી સમક્ષ અમુક મંત્રો મૂક્યા. તે મંત્રોનો યોગ્ય રીતે વાચિક જાપ કરવાથી, યોગશાસ્ત્રમાં વર્ણિત બહિરકુંભક આપોઆપ જ થાય છે. કોઈપણ વાચિક જાપ યોગ્ય રીતે થાય છે ત્યારે બહિરકુંભક તથા ઉડુયાન બંધ સંપૂર્ણપણે અનાયાસે જ થાય છે. જે મંત્રજાપના ઉચ્ચારો તથા લય યોગ્ય ન હોય તો તેથી તેટલો લાભ ઓછો મળે છે. પણ વાચિક જાપથી ઓછોવત્તો લાભ તો થાય જ, નુકસાન તો થતું જ નથી.

આમ વાચિક મંત્રજાપથી પ્રાણાયામની તથા

ઉડુયાન બંધની પ્રાપ્તિ થાય છે. મૂલ બંધ, જલંધર બંધ અને ઉડુયાન બંધ; આ ત્રણ બંધોમાં ઉડુયાનબંધને મૃત્યુરૂપી હાથીને હણનાર કેસરી-સિહની ઉપમા આપી છે. 'મૃત્યુ માતંગ કેસરી', મૃત્યુ પણ દૂર ભાગે એવી તેનાથી શારીરિક શુદ્ધિ થાય છે તેમજ તંદુરસ્તી વધે છે. શારીરિક તંદુરસ્તી હોય તો જ આધ્યાત્મિક માર્ગમાં આગળ વધી શકાય છે. આમ વાચિક જાપથી અલ્પજા પણ મૂળ લાભને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જે આપણી સમજશક્તિની બહારની વાત છે તેને આ રીતે અનાયાસે પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ.

મંત્રદાતા પ્રાણવાન હોવા જોઈએ.

મંત્રની સફળતાનો આધાર, તે કોની પાસેથી પ્રાપ્ત થયો છે તેના પર રહે છે. પુસ્તકોમાં છાપેલા મંત્રોના જાપથી બરાબર સફળતા મળતી નથી. તેવી જ રીતે ગમે તેની પાસેથી લીધેલા મંત્રથી પણ સફળતા નથી મળતી. જેમ અમુક માણસ પાસેથી સાંભળેલી વાતની આપણા ઉપર કાંઈ જ અસર થતી નથી પરંતુ એ જ વાત, એ જ શબ્દોમાં જ્યારે બીજી વ્યક્તિ પાસેથી સાંભળીએ છીએ ત્યારે એની અસર મન ઉપર જબરજસ્ત થાય છે. તેવી જ રીતે પ્રાણવાન મનુષ્ય પાસેથી લીધેલો મંત્ર સફળ થાય છે કારણ કે પ્રાણવાન મનુષ્યના હૃદયમાંથી નીકળેલ શબ્દો કે મંત્રો પ્રાણથી લપેટાઈને નીકળે છે. આનું મુખ્ય કારણ એ છે કે એ મનુષ્યે ઘણાં વર્ષોની સાધના બાદ, પ્રાણની પ્રબળતા, પ્રાણનું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત કરી લીધું હોય છે. તેમની વાતોમાં કે તેમના દ્વારા આપવામાં આવેલા મંત્રોમાં કે તેમના દ્વારા ઉચ્ચારાયેલા કોઈપણ શબ્દોમાં પ્રાણ ખૂબ જ સક્રિયરૂપે રહે છે.

દા. ત. ઘઉંની બનેલી બધી રોટલી સ્વાદ અને પોષણમાં એકસરખી હોય છે. પરંતુ આ રોટલીને જ્યારે દૂધ, ઘી કે કેરીના રસમાં બોળીને ખાવામાં આવે છે ત્યારે સ્વાદ અને પોષણ દરેકનાં અલગ-અલગ થઈ જાય છે. સાદી રોટલી કરતાં દૂધ, ઘી અને રસનું પડ ચડેલી રોટલી સ્વાદ અને પોષણમાં વધી ગઈ. તેવી જ રીતે

તમામ પ્રકારના મંત્રો (શબ્દો) શબ્દો જ છે. પરંતુ એ શબ્દો ત્યારે જ મંત્ર બને છે કે જ્યારે એ સમર્થ પ્રાણવાન મનુષ્ય દ્વારા ઉચ્ચારાઈને તેનું પ્રદાન થાય છે. આ રીતે શબ્દો ગુરુજનોના પ્રાણનો સ્પર્શ પામી પ્રાણવાન થઈ જાય છે અને આવા પ્રાણવાન મંત્રના જાપથી અમોઘ ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે, ઘણા ગહન અર્થો સમજાય છે અને સૂક્ષ્મ સમજની ઘણી દિશાઓ ખૂલી જાય છે.

મંત્રદેશ

ઋષિઓને મંત્રદેશ કહેવામાં આવે છે, મંત્રસૂત્રા નહીં. મંત્રનું કોઈ સર્જન નથી કરી શકતું. તે તો સ્વયંભૂ છે. તેને તો જોવાનો, અનુભવવાનો છે. અધિકાર પ્રાપ્ત કરીશું એટલે તે દેખાશે, અનુભવાશે. એ કોઈ આપી શકતું નથી. એ પુસ્તકમાં છપાઈ શકે? એ તો દ્વંદ્વની વાત છે. જ્યારે ગાય પાસે વાછરડું આવે ત્યારે જ ગાય પારસો મૂકે, નહીં તો ગાય દૂધ બંધું પાછું ખેંચી લે. ગુરુ પાસેથી કે સંત પાસેથી જોરજુલમથી કે શામ, દામ, દંડ, ભેદથી કોઈ કંઈ ઈચ્છે તો પ્રાપ્ત કરી શકે? એ તો દ્વંદ્વના ઉમળકાની વસ્તુ છે. એમને મારી નાખી શકીએ પણ એમની પાસેથી જબરજસ્તી કંઈ લઈ ના શકીએ. એમની પાસે જે વાછરડું થઈને જાય એને માટે જ તેઓ પારસો મૂકે, નહીં તો દૂધ પાછું ચડાવી જાય.

ગુરુમહિમામાં સવજી દાસે કહ્યું —

શ્વાસોશ્વાસ સ્મરણ ચલે, નહીં પુણ્ય કે પાપ;
પૂર્ણાનંદ પ્રગટ ભયો, બિના મંત્ર કો જાપ.

શ્વાસ અંદર લેવાય ત્યારે અને પ્રશ્વાસ બહાર કાઢીએ ત્યારે, એમ બંને ક્રિયામાં સ્મરણ થતું રહે. શાનું સ્મરણ? ગુરુજનો પાસેથી જે પ્રાપ્ત થયું છે તે જ્ઞાનનું સ્મરણ; જેથી એ જ્ઞાન દ્વારા આપણી રક્ષા થતી રહે. જો એ જ્ઞાન આપણે ભૂલી જઈએ તો ફરીથી માયાના-પ્રપંચના ચક્કરમાં પડી જઈએ, ભૌતિક પ્રલોભનોમાં સપડાઈ જઈએ. પરંતુ શ્વાસોશ્વાસમાં ગુરુજ્ઞાનનું સ્મરણ ચાલતું રહે તો “નહીં પુણ્ય કે પાપ”. એ એવા પ્રકારનું સ્મરણ છે જેમાં પુણ્ય જાન્યુ. ૯૩

કે પાપ નથી થતું. જો પાપ થાય તો એના ફળસ્વરૂપે દુઃખ ભોગવવું પડે, પુણ્ય થાય તો એના ફળસ્વરૂપે સુખ ભોગવવું પડે. પરંતુ જ્યાં પુણ્ય કે પાપ નથી ત્યાં મોક્ષ, આત્મતિક સુખની પ્રાપ્તિ છે.

શ્વાસોશ્વાસરૂપી સ્મરણ ચાલતું હોય ત્યાં કોઈપણ પ્રકારના મંત્રજાપ વગર જ પૂર્ણ આનંદની પ્રાપ્તિ થાય છે.

કોઈ સાધક અનુષ્ઠાનમાં બેસે તો એને માટેની સમયમર્યાદા એ નક્કી કરે છે. મહિનો, બે મહિના, એક વર્ષ; કોઈ સવા લાખ મંત્રજાપનું અનુષ્ઠાન કરે, તો કોઈ ચોવીસ લાખનું કરે, પણ જ્યાં એ અનુષ્ઠાનની સમયમર્યાદા અથવા નક્કી કરેલા જાપની સંખ્યા પૂર્ણ થાય એટલે એ સાધક પાછો એના દૈનિક જીવનમાં આવી જાય છે. પરંતુ સંસારમાં રહ્યા છતાં જે શ્વાસપ્રશ્વાસને જ મંત્ર બનાવી લે છે એને તો ચોવીસ કલાકમાં ૨૧,૬૦૦ (એકવીસ હજાર છ સો) જાપ થયે જ જાય છે.

શ્વાસોશ્વાસને મંત્ર કઈ રીતે બનાવી શકાય?

શ્વાસોશ્વાસને મંત્ર કઈ રીતે બનાવી શકાય એ બહુ ગહન વાત છે. તે માટે આટલું સ્મરણમાં રાખીશું.

શ્વાસાસે સોહમ્ બના, સોહમ્ સે ઓમ્કાર;
ઓમ્કારસે રામ બના, સાધો (સાધુ) કરો વિચાર!

‘શ્વાસા’ એટલે આ જે શ્વાસ-પ્રશ્વાસ ચાલી રહ્યો છે તે. જ્યાં ક્રિયા ત્યાં ધ્વનિ એવો નિયમ છે. સ્વરોદય શાસ્ત્ર કહે છે કે શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા સમયે પણ એક અતિ સૂક્ષ્મ ધ્વનિ થાય છે. પરંતુ તે ઈન્દ્રિયાતીત હોય છે, સાંભળી શકાતો નથી. જેમકે હાથને હલાવીએ તો ધ્વનિ સંભળાય નહીં પણ ત્યાં ધ્વનિ તો છે જ, તે ધ્વનિ સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ છે જેને આપણા કર્ણ ગ્રહણ ના કરી શક્યા. અમે (પૂ. યોગભિશુજી) જે કાંઈ બોલી રહ્યા છીએ તે તમે સૌ સાંભળી રહ્યા છો, પરંતુ અહીંથી ઘણું દૂરથી પસાર થતા માણસને તેજન સંભળાય; પરંતુ તેથી કાંઈ ધ્વનિ નથી તેમ તો ન જ કહી શકાય. ધ્વનિ તો છે જ પણ તે દૂરની વ્યક્તિ માટે સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ છે. જો દૂરની

વ્યક્તિની કર્ણેન્દ્રિય ખૂબ શક્તિશાળી હશે તો તેને ગ્રહણ કરી શકાશે, સાંભળી શકાશે. યોગનો મતલબ શો છે? ઈન્દ્રિયોની શક્તિને વધારી દેવી કે જેથી સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ વસ્તુને, અતીન્દ્રિય વસ્તુને ગ્રહણ કરી શકાય.

વાત શું ચાલતી હતી? કોઈપણ ક્રિયાનો ધ્વનિ છે. શ્વાસ અંદર લઈએ તેને પણ ધ્વનિ છે; શ્વાસ બહાર કાઢીએ તેને પણ ધ્વનિ છે. જ્યારે શ્વાસ અંદર જાય ત્યારે 'સો' અને બહાર નીકળે ત્યારે 'હમ્'. શ્વાસની ક્રિયા વખતે 'સો' અને પ્રશ્વાસ વખતે 'હમ્'. 'સો' કહેતાં તે (આત્મા) અને 'હમ્' એટલે અહમ્; અર્થાત્ તે હું, તે હું, તે હું. આપણે દિવસ-રાત સતત, નિરંતર શ્વાસપ્રશ્વાસ ચાલુ જ રાખીએ છીએ અને તેથી સો... હમ્, સો... હમ્; તે હું, તે હું એમ થયા જ કરે છે. હું આત્મા, હું બીજું કોઈ નહીં. આને જ અજ્ઞા-જ્ઞાપ કહેવામાં આવે છે. જ્યાં વગર જે જાપ થયા કરે તે અજ્ઞા.

તો આમ, 'શ્વાસાસે સોહમ્ બના'. સોહમ્ થી બીજા બધાં મંત્રો ઊતરતા છે. સોહમ્ પ્રાકૃતિક છે. તે જાપ જ્યાં વગર પણ ચાલ્યા કરે છે. 'સોહમ્ સે ઓમ્કાર' સોહમ્નું બીજું સ્વરૂપ શું થયું? ઓમ્ થયો. સો બોલીએ ત્યારે તેમાં શું શું બોલાય છે? 'સ' અને 'ઓ' બોલાય છે. સ+ઓ = સો. 'સો'માંથી 'સ' ને કાઢ્યો તેથી રહ્યો 'ઓ' અને 'હમ્' માંથી 'હ' ને કાઢ્યો તેથી રહ્યો 'મ્'. આ અતિ ગુપ્ત રહસ્ય છે. આ રહસ્યને જાણવા માટે સાધકો કેટલું ભટકતા રહે છે અને જાણ્યા પછી બસ તૃપ્ત થઈ ગયા. દોહરામાં પાછળ શું કહ્યું? પાછળ પ્રશ્ન છે. 'સાધો કરો વિચાર?' સાધુઓને પણ વિચારવાનું કહ્યું. સંસારીઓની તો શી વિસાત? સંસારી તો સમજી જ ક્યાંથી શકે? વિચાર જ ક્યાંથી કરી શકે?

'ઓમ્કાર સે રામ બના'. ર+અ અને પછી મ્ જોડી દીધો, ઉમેરી દીધો. કારણકે આપણે આગળ વાત થઈ તે મુજબ ઓમ્ને, પ્રણવ મંત્રને જ્ઞવાનો અધિકાર બધાને નથી હોતો, તેના માટે અધિકારી થવું પડે છે. રામનામનો

જાપ કરતાં કરતાં, રામની સાધના કરતાં કરતાં તેમાં 'અ' અને 'મ' નો જાપ થતો રહ્યો. આમ રામના જાપ થતાં થતાં અધિકાર પ્રાપ્ત થયો અને પછી અધિકારી થતાં ગુરુજીની પ્રાપ્તિ થઈ જાય અને ગુરુજી ઓમ્માં, પ્રણવ મંત્રમાં લઈ જાય. આ બધી કુદરતી યોજના છે. પરમાત્માની કૃપાથી જ તે બન્યા કરે છે. તેથી જ્યાં સુધી ઓમ્ના અર્થાત્ પ્રણવ મંત્રના અધિકારી નથી થયા ત્યાં સુધી રામનો જાપ ચાલુ રાખી શકાય.

મંત્રજાપની શરીર પર અસર

આપણા શરીરના દરેકે દરેક અંગ સાથે, દરેકે દરેક નાડી સાથે સ્વર અને વ્યંજનો સંકળાયેલા છે. જેમકે કોઈ વ્યક્તિ 'રામ, રામ, રામ' એવો જાપ કરતી હોય છે ત્યારે અજાણપણે જ 'રામ' શબ્દનો ઉચ્ચાર કરતી વખતે ઝડપને કારણે 'મ' નો ઉચ્ચાર 'મ્' કરે છે તે ખોટો છે. 'રામ' શબ્દમાં જે 'રા' અક્ષર છે તે અગ્નિતત્ત્વ છે. ખોટા ઉચ્ચાર સાથે રામનામના જાપ કરીએ છીએ ત્યારે શરીરમાં અગ્નિતત્ત્વની વૃદ્ધિ થાય છે અને તેથી શારીરિક મુશ્કેલીનો સામનો કરવો પડે છે. પણ જ્યારે ગુરુજનોની અહેતુકિ કૃપા આપણા ઉપર વરસે છે ત્યારે આપણને તેના (મંત્રના) યોગ્ય ઉચ્ચારો અને તેની અસરોનો ખ્યાલ આવે છે. ત્યારબાદ 'રામ' શબ્દના ખોટા ઉચ્ચારોને કારણે ઊભી થયેલી શારીરિક તકલીફને દૂર કરવા ગુરુજનો જણાવે છે કે હવે 'રામ' શબ્દના ઉચ્ચારમાં 'મ' અક્ષરનો દીર્ઘ ઉચ્ચાર કરી 'રા' અક્ષરનો લઘુ ઉચ્ચાર કરો ત્યારે અગ્નિતત્ત્વનો ઘટાડો થતાં શરીર સમશીતોષ્ણ બને છે અને શારીરિક તકલીફ દૂર થાય છે.

ઉષ્ણતા અને શીતળતાની સમાનતાને કારણે જ આપણી જુવાની અને આયુષ્ય ટકી રહે છે. જેમ જેમ તે વિષમ બને છે તેમ તેમ શરીરમાં વિકૃતિઓ ઉત્પન્ન થવા લાગે છે.

દીર્ઘ પ્રણવોચ્ચાર - સુપ્તશક્તિનું જાગરણ

'ઓમ્' શબ્દ બે અક્ષરો 'ઓ' અને 'મ્' નો બનેલો છે, જેમાં 'મ્' ખોટો (અડધો) છે. જ્યારે ઓમ્નો ઉચ્ચાર

કરીએ ત્યારે અડધો શ્વાસ ચાલે ત્યાં સુધી 'ઓ' ને લંબાવો અને અડધો શ્વાસ પૂરો થાય એટલે હોઠ બંધ કરી દેજો અને 'મ્' હોઠ બંધ રાખીને જ ખોલજો. હોઠ ખોલવાના નહીં. 'મ્' ખોલતી વખતે હોઠને ખોલીએ તો 'મ્'ની સાથે 'અ' આવી જાય; અને તો આખા 'મ્'નો ઉચ્ચાર થાય. 'મ્'નો ઉચ્ચાર તો અડધો કરવાનો છે. બંધ હોઠથી જ ગુંજારવ કરવાનો છે. એમ કરવાથી મેરુદંડમાં એક વિશિષ્ટ પ્રકારનું કંપન થાય છે અને તેની અસર સુષુમ્ણાનાડીમાં રહેલ ચિત્રા, વજ્ર અને બ્રહ્મનાડી ઉપર થાય છે. તેથી શક્તિનું જાગરણ થાય છે. અને શક્તિના જાગરણથી, બુદ્ધિની તીવ્રતા અને તેથી અગમ્ય, ઈન્દ્રિયાતીત વિષયો સમજી શકવાની તાકાત, બળ, શક્તિ આવે છે. દીર્ઘ પ્રણવોચ્ચારથી આખા શરીરમાં સ્પંદનોનો અનુભવ થાય છે, જે ધ્યાન માટે ઘણાં સહાયકારી છે. ધ્યાનમાં બેસતાં પહેલાં ઓમ્નો ઉપર કહ્યા મુજબ ઉચ્ચાર કરીએ તો ગહેરું ધ્યાન થઈ શકે છે. કારણ કે ઓમના દીર્ઘ ઉચ્ચારણથી જે સ્પંદનો થાય છે તે સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ નાડી સુધી પહોંચી, પ્રાણને ત્યાં સુધી પહોંચાડે છે. આથી નાડીની શુદ્ધિ થાય છે અને સુપ્તશક્તિ જાગૃત થાય છે. આ રીતે શરીરમાં રહેલ પ્રાણ સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ નાડી સુધી પહોંચે છે અને નાડીઓનું શુદ્ધિકરણ થાય છે. નાડીની જેટલી શુદ્ધતા વધુ એટલું ધ્યાન વધુ સમય સુધી અને ગહેરું થાય છે; જે દીર્ઘ પ્રણવોચ્ચારથી શક્ય બને છે.

ગાયત્રી મંત્રનું ગુહ્યતમ રહસ્ય

મનુષ્યને બુદ્ધિની જરૂર હર હાલતમાં હોવાથી ગાયત્રી મંત્ર કે જે ઈશ્વરની પ્રાર્થના, સ્તુતિરૂપે છે, તે ગમે ત્યારે કરી શકાય છે. સ્નાન કર્યું હોય ત્યારે કરી શકાય, સ્નાન ન કર્યું હોય ત્યારે કરી શકાય, સ્ત્રીથી કરી શકાય, પુરુષથી કરી શકાય, દિવસે કરી શકાય, રાત્રે કરી શકાય. અમારી અંગત અને વ્યક્તિગત માન્યતા તો એવી છે કે દિવસ કરતાં પણ બુદ્ધિની શુદ્ધિની જરૂર રાત્રે વધુ છે. કારણ કે દિવસે તો સૂર્યના સ્વરૂપમાં પ્રાણનો વિશાળ ગોળો હાજર જ હોય છે. પરંતુ રાત્રે જ્યારે

એની ગેરહાજરી હોય છે - ગેરહાજરી એટલે પ્રત્યક્ષરૂપે આપણે એને જોઈ શકતા નથી, એ ઓઝલ થાય છે - ત્યારે આ (ગાયત્રી) મંત્રની વધુ જરૂર છે. તેથી રાત્રે પણ ગાયત્રી મંત્રના જાપ થઈ શકે. તાત્ત્વિક રીતે સૂર્યાસ્ત થતો જ નથી. એક વીજળીના ગોળાની આડે એક પડદો મૂકી દઈએ તો એ ગોળાનો પ્રકાશ આપણને મળતો બંધ થાય છે. સૂર્યાસ્ત વખતે પણ લગભગ આવું જ થાય છે.

શ્રદ્ધેયો, વિદ્વાનો, પુરાણી માન્યતાને આધીન સજ્જનો કે જેમને ગાયત્રી મંત્રનો જાપ બધા કરે એ પસંદ નથી, અથવા તો જેઓ એવું માને છે કે ગાયત્રી મંત્રનો અધિકાર અમુકને જ છે છતાં શા માટે બધાને આપી રહ્યા છો? શા માટે બધા ય ગાયત્રી મંત્ર બોલે? પણ એમને પોતાને પણ ખબર નથી કે ખરો ગાયત્રી મંત્ર કયો છે? જે ગાયત્રી મંત્ર અપાઈ રહ્યો છે તે ગાયત્રી મંત્ર છે જ ક્યાં? તમે શા માટે ચિંતા કરો છો? ખરો ગાયત્રી મંત્ર કયો છે એની જેમને ખબર નથી એ જ "ગાયત્રી મંત્ર અનઅધિકારીને અપાઈ રહ્યો છે" ની બૂમ પાડી રહ્યા છે. માટે, જેઓ તેના અધિકારી નથી તેની પાસે ગાયત્રી મંત્ર ચાલી જાય કે ચાલી ગયો છે તેની કોઈ ચિંતા ના કરશો.

ગાયત્રી મંત્ર તો જે સાચા અધિકારી છે એની પાસે જ છે. જે પોતાને અધિકારી માની બેઠા છે અને બીજાની પાસે આ મંત્ર ચાલ્યો ન જવો જોઈએ એવી માન્યતાવાળા છે અને પોતે ગાયત્રી મંત્રના જ જાપ કરી રહ્યા છે એમ માને છે એમની પાસે પણ ગાયત્રી મંત્ર તો નથી જ એ તો બુદ્ધો જ છે; એ તો જેને અધિકાર પ્રાપ્ત થયો નથી એની પાસે આવે જ ક્યાંથી? એ તો એનો અધિકાર પ્રાપ્ત કરો ત્યારે એની સાચી ખબર પડે.

સાચો ગાયત્રી મંત્ર

જે મંત્ર કોઈપણ ગ્રંથમાંથી પ્રાપ્ત કરીએ છીએ તે સ્થૂળ છે, કોઈ મહાપુરુષ પાસેથી પ્રાપ્ત મંત્રના અતિ જપ-અનુકાન દ્વારા જ્યારે તે આંતર્યશુદ્ધી પ્રકાશ સ્વરૂપે દેખાવા લાગે છે ત્યારે તે તેનું

અવૌકિક સ્વરૂપ છે. પરંતુ જ્યારે મંત્રના આત્મારૂપી તેની સાચી સમજણને પ્રાપ્ત કરીને તેને જીવનમાં અમંડપણે ધારણ કરી શકીએ ત્યારે તે, મંત્રનું સત્ય (કદી નાશ ન પામવાવાળું) ચૈતન્ય સ્વરૂપ છે.

ગાયત્રી મંત્રના જપથી બુદ્ધિની શુદ્ધિ થઈને એક એવી દિવ્ય સમજણની પ્રાપ્તિ થવી જોઈએ કે જીવનમાં જે કંઈ થઈ રહ્યું છે તે બધું સારું જ થઈ રહ્યું છે. લૌકિક વ્યાખ્યામાં નુકસાનકારક લાગતું હોય તે પણ દિવ્ય સમજણની દૈષ્ટિએ લાભકારક જ લાગવું જોઈએ. આવી દિવ્ય સમજણની પ્રાપ્તિ થાય ત્યારે જ જીવનમાં અવિનાશી શાંતિ અને સમાધાન પ્રવર્તે, અને ત્યારે જ સાચો (અવિનાશી) ગાયત્રી મંત્ર પ્રાપ્ત થયો કહેવાય. તેના સ્થૂળ કે સૂક્ષ્મ સ્વરૂપથી જો આગળ જ વધી ના શકીએ તો તેના સત્ય સ્વરૂપથી અને પુણ્યલાભથી વંચિત જ રહ્યા કહેવાઈએ.

ગાયત્રી મંત્રના ચોવીસ અક્ષરો છે. તેને તે પ્રમાણે અને શુદ્ધ ઉચ્ચારો તથા અર્થની ભાવના સાથે જપાય તો પૂર્ણ લાભ મળે, નહીં તો ઓછો લાભ મળે પણ નુકસાન તો થાય જ નહીં.

ગાયત્રી મંત્રની ઊંચામાં ઊંચી અને છેલ્લી પ્રાપ્તિ છે જીવનમાં અમંડ, અવિચળ સમાધાન. આવી પ્રાપ્તિ ના થાય ત્યાં સુધી તે દ્વક્ત સૂર્યમંત્ર-પ્રાણમંત્ર (પ્રાણમંત્ર = ભૌતિક બળ, શક્તિ, સુખ, સમૃદ્ધિ આપનાર) જ રહે છે, ગાયત્રી મંત્ર (ગાયત્રી મંત્ર = ગાન કરનારનું મૃત્યુભયથી અને ત્રિતાપથી રક્ષણ કરનાર) નથી બનતો. ગાયત્રી મંત્રને મહામંત્ર કહે છે. આ 'મહામંત્ર' શબ્દની સાર્થકતા પણ દિવ્ય સમજણની પ્રાપ્તિથી જ થાય છે.

મંત્રના નિચોડરૂપી સાચી, દિવ્ય સમજણને જીવનમાં પચાવી લીધા પછી સ્થૂળ શબ્દાત્મક મંત્રના જપ કરીએ તોય ભલે અને ન કરીએ તોય ભલે. જો કે રોજ અમુક જપ કરવાનો નિયમ રાખવો તે સારું જ છે.

ગાયત્રી મંત્ર બુદ્ધિની શુદ્ધિનો મંત્ર છે

હાલનો સમય બુદ્ધિયુગનો છે. બુદ્ધિ-મગજ અતિ વધી ગયાં છે, શ્રદ્ધા-દ્વંદ્વય પાછળ પડી ગયાં છે. ખરેખર તો બુદ્ધિની વૃદ્ધિ કરતાં બુદ્ધિની શુદ્ધિની વધુ જરૂર છે. ગાયત્રી મંત્રને બુદ્ધિની શુદ્ધિનો મંત્ર માનવામાં આવે છે. ગાયત્રી મંત્રના જપથી શુદ્ધ બુદ્ધિશાળી માનવોની વૃદ્ધિ થતી રહે અને એ રીતે સાચો કલ્યાણનો શહ પકડાતો રહે તો વિશ્વશાંતિના લક્ષ્ય તરફ ખૂબ ઝડપથી આગળ વધી શકાય.

મંત્ર એટલે જેનું મનન થતું રહે, જેનું મનન કરવું પડે; જેનું જેમ જેમ વધુને વધુ મનન થાય તેમ તેમ તેમાંથી કલ્યાણનાં છૂપાં રહસ્યો સમજાતાં રહે. મનુષ્ય આખરે કેવો બને છે? એ સતત જેના નિકટના સંગમાં રહે છે તેવો. તે સતત કોના નિકટના સંગમાં રહે છે? તે સતત પોતાના વિચારોના નિકટના સંગમાં રહે છે. કોઈપણ સ્થૂળ કાર્યોનો પ્રારંભ પણ વિચારોથી જ થાય છે. આ જોતાં ગાયત્રી મંત્રનો ભાવ કે "હે પરમાત્મા! અમે તમારું ધ્યાન કરીએ છીએ, તમે અમારી બુદ્ધિને પ્રેરો" એનું મનન-સાતત્ય કેટલું કલ્યાણપ્રદ સિદ્ધ થાય?

ગાયત્રી મંત્ર સાધન છે અને ઓમ્ સાધ્ય. ગાયત્રી મંત્ર સાધના છે અને ઓમ્ તેની સિદ્ધિ છે. ગાયત્રી મંત્ર પ્રયત્ન છે અને ઓમ્ તેની પ્રાપ્તિ છે. ગાયત્રી મંત્રના જપથી થયેલ શુદ્ધ બુદ્ધિ દ્વારા "તસ્ય વાચકઃ પ્રણવઃ" ના વાચ્યને સારી રીતે સમજી શકવાની ક્ષમતા પ્રાપ્ત થાય છે. જીવમાત્ર જાણ્યેઅજાણ્યે ઓમ્ (અ-ઉ-મ્) નો જ ઉપાસક છે. એ વાતની જાણકારી પ્રાપ્ત થતાં અન્ય દરેક જીવમાં આત્મીયતા પ્રગટે છે. પરમ સત્તા ઈશ્વર વિષે સાચો ખ્યાલ આવી જતાં જીવનમાં સંપૂર્ણ સમાધાન પ્રગટે છે.

ગાયત્રી મંત્ર અગ્નિ સમાન છે

જિજ્ઞાસુ : મારે ગાયત્રી મંત્રના જપ કરવા છે પણ મારી અપવિત્ર અવસ્થા છે તો જાપ કરાય?

યોગભિક્ષુ : ગાયત્રી મંત્ર એ મહામંત્ર છે. એ સામાન્ય મંત્ર નથી, એ અગ્નિ જેવો છે; અતિ પ્રજ્વલિત મંત્ર છે. જેમ અગ્નિમાં જે કાંઈ નાખવામાં આવે છે એને એ સ્વાહા કરી નાખે છે, વસ્તુનું સ્વૂળ રૂપ ખતમ કરીને સૂક્ષ્મ રૂપ કરી નાખે છે. અગ્નિમાં તમે ઘી હોમો તો ઘીને પણ પોતાનું સ્વરૂપ આપી દે, એમાં તમે લાકડું નાખો તો લાકડાને પોતામય બનાવી દે, એમાં અમૃત નાખો તો તેને પોતામય બનાવી દે, એમાં ઝેર નાખો તો ઝેરને પણ પોતામય બનાવી દે, અગ્નિમાં તમે વિષ્ટા નાખો તો વિષ્ટા પણ અગ્નિમય બની જાય. ઊંચામાં ઊંચું અને નીચામાં નીચું, જેને આપણે પવિત્ર કહીએ છીએ તે પવિત્રને અને અપવિત્ર કહીએ છીએ એ અપવિત્રને; એ તમામને અગ્નિ પોતાનું સ્વરૂપ આપી દે છે, પોતામય કરી નાખે છે. કોઈપણ વસ્તુ અગ્નિને પોતામય બનાવી શકતી નથી.

ગાયત્રી મંત્ર એ અગ્નિ જેવો છે. એના જાપ પવિત્રતા કે અપવિત્રતાનો વિચાર કરીને મુલતવી ન રાખો. કોઈપણ સંજોગોમાં એનો જાપ કરો. ગાયત્રી મંત્ર અપવિત્રને પવિત્ર બનાવી દે છે; પરંતુ ગાયત્રી મંત્રને કાંઈ થતું નથી. તમારા અપવિત્રપણાથી એ અપવિત્ર નહીં બની જાય; તમને પવિત્ર બનાવી નાખશે.

ગાયત્રી મંત્રનો સામાન્ય અર્થ છે, “હે સર્વવ્યાપક પરમાત્મા! અમે તમારું ધ્યાન ધરીએ છીએ. તમે અમારી બુદ્ધિને પ્રેરો, અમારી બુદ્ધિમાં વસો”. અમે જ્યારે કાર્ય કરીશું તે વખતે તમે અમારી બુદ્ધિમાં વસેલા હશો અને તેથી તે કાર્યો તમારાથી પ્રેરિત થયેલી અમારી બુદ્ધિ દ્વારા થયેલાં હશે. તેથી એ કાર્ય દ્વારા અમારું કલ્યાણ થશે. અસ્તુ.

જેમની પ્રેરણાથી ઉપરોક્ત જે બધું કહી શકાયું છે તેમની કૃપાથી જ તેમના સાચા સ્વરૂપને પ્રાપ્ત કરીએ.

“ઓમ્ ગુરુ ઓમ્” અતિ ચૈતન્ય મહામંત્ર છે.

- યોગભિક્ષુ

સંકટમોચન મંત્ર

કૌનસો સંકટ મોર ગરીબકો ?
જો તુમસો નહીં જાત હૈ ટારો,
વેગી હરો હનુમાન મહાપ્રભુ,
જો કછુ સંકટ હોય હમારો.

બધી જ આધ્યાત્મિક સાધનાઓમાં કુંડલિની-જાગરણ અનિવાર્ય સમજવામાં આવે છે. ભલે પ્રયાસે થાય કે અનાયાસે, ભલે જાણતાં થાય કે અજાણતાં, કે પછી ભલે કૃપાથી થાય કે પુરુષાર્થથી; પણ તેની જાગૃતિ આવશ્યક છે. કદ્યું છે કે -

કંદોર્ધ્વકુંડલીશક્તિઃ સુપ્તા મોક્ષાય યોગિનામ્
બંધનાય ચ મૂઢાનાં પરતાં વેતિ સ યોગવિત્ ॥

અર્થાત્ કંદના ઉપરના ભાગમાં સૂતેલી કુંડલિની યોગીજનોના મોક્ષ માટે અને અજ્ઞાનીજનોના બંધન માટે હોય છે. કુંડલિનીને જગાડીને યોગીજનો મુક્ત થઈ જાય છે અને તેને નહીં જાણનારા મૂઢ, અજ્ઞાની લોકો બંધનમાં પડ્યા રહે છે. કુંડલિનીને જે જાણે છે તે જ યોગનો જાણકાર છે કારણ કે સંપૂર્ણ યોગતંત્ર કુંડલિનીને આધીન છે તેથી બધા પ્રકારની સાધના કરવા છતાં પણ જો કુંડલિનીની જાગૃતિ ન થઈ શકે તો સફળતા મળતી નથી.

બધા જ પ્રકારની સાધનાઓમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવાનું જેટલું કુંડલિનીની જાગૃતિ પર અવલંબિત છે એટલું જ કુંડલિની-જાગરણ ઊર્ધ્વબિંદુ-ઊર્ધ્વરેતસુ ઉપર અવલંબિત છે. બધાં શાસ્ત્રો ઊર્ધ્વરેતસના મહિમાગાનથી ભર્યાં પડ્યાં છે. જેમકે -

બ્રહ્મચર્યેણ તપસા દેવાઃ મૃત્યુમપાધ્નત

(અથર્વ ૧૧-૪-૧૯)

અર્થાત્ બ્રહ્મચર્યરૂપી તપથી દેવોએ મૃત્યુને મારી નાખ્યું.

પાતંજલ યોગદર્શનમાં સૂત્ર છે કે -

બ્રહ્મચર્યપ્રતિષ્ઠાયાં વીર્યલાભઃ

એટલે કે બ્રહ્મચર્યના પાલનથી વીર્યનો લાભ થાય છે.

ઊર્ધ્વરેતા ભવેદ્યાવત્ તાવત્ કાલભયઃ કુતઃ

અર્થાત્ જ્યાં સુધી વીર્ય ઊર્ધ્વગામી છે ત્યાં સુધી મૃત્યુનો ભય શાનો? તથા -

મરણં બિંદુપાતેન જીવનં બિંદુધારણે
તસ્માદતિપ્રયત્નેન કુરુતે બિંદુધારણમ્

અર્થાત્ બિંદુનું પતન એ જ મૃત્યુ અને બિંદુનું ધારણ એ જ જીવન છે માટે અતિ પ્રયત્નથી બિંદુને ધારણ કરવું જોઈએ.

“અહંબિંદુ” હું (શિવ) બિંદુ છું, અને

ઈશત્વં યત્પ્રસાદેન મમાપિ દુર્લભં ભવેત્
સિદ્ધે બિદૌ મહાયત્ને કિં ન સિદ્ધયતિ પાર્વતિ

અર્થાત્ હે પાર્વતિ, મહાયત્નથી જ્યારે બિંદુ સિદ્ધ (સ્થિર) થઈ જાય છે ત્યારે શું સિદ્ધ નથી થતું? ત્યારે બધું જ સિદ્ધ થઈ જાય છે. મને જે ઈશત્વ પ્રાપ્ત થયું છે તે પ્રતાપ બિંદુનો છે. શિવસંહિતામાં ઊર્ધ્વરેતસનું આવું મહિમા-વર્ણન છે.

પરંપર ઊર્ધ્વરેતસનો મહિમા અનંત છે. ઊર્ધ્વરેતા બનવા માટે જાતજાતનાં સાધનો અને સાધનાઓ શાસ્ત્રોમાં બતાવવામાં આવ્યાં છે. જેમકે આસન-પ્રાણાયામનો અભ્યાસ, બંધ-મુદ્રાઓનો અભ્યાસ તથા મંત્રસાધના, ગુરુકૃપા અને ઈશ્વરકૃપા વગેરે. તેમાંથી અહીંયાં મંત્ર દ્વારા ઊર્ધ્વરેતસની સાધના ઉપર થોડો પ્રકાશ ફેંકવાનો પ્રયત્ન થઈ રહ્યો છે.

કોઈપણ મંત્રનો વાચિક જપ દીર્ઘ ઉચ્ચાર સાથે કરવો જોઈએ. વીસેક સેકન્ડ સુધી મંત્રોચ્ચાર લંબાય તો સારું. એ રીતે મંત્રનો પ્રારંભ થતાંની સાથે જ ઉડુયાન બંધ અને મૂલ બંધ લાગવાનું અનાયાસે જ શરૂ થઈ જાય છે. મંત્ર પૂરો થતાં સુધીમાં ઉપરોક્ત બંને બંધો સંપૂર્ણ લાગી જાય છે. મૂલ બંધ દ્વારા જેમ જેમ પ્રાણ બ્રહ્મરંદ્ર તરફ જવા લાગે છે તેમ તેમ બિંદુ પણ ઉપરની બાજુએ આકર્ષિત થવા લાગે છે.

હઠયોગપ્રદીપિકામાં કહ્યું છે કે —

પ્રાણપ્રાણૌનાદબિંદુમૂલબંધેન ચૈકતામ્
ગત્વા યોગસ્યસંસિદ્ધિ વચ્ચન્તો નાત્ર સંશયઃ

અર્થાત્ મૂલબંધ કરવાથી અપાન, પ્રાણ સાથે એક થઈને સુષુમ્ણામાં પ્રવેશી જાય છે જેનાથી નાદ પ્રગટે છે. પછી નાદની સાથે પ્રાણ-અપાન દ્વયની ઉપર જઈને નાદ અને બિંદુની એકતા કરીને મસ્તકમાં ચાડ્યા જાય છે ત્યારે નિઃસંશય યોગની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે.

મૂલ બંધ અને ઉડુયાન બંધ સાચી રીતે લાગવાથી વીર્યવહા નાડીઓ ઉપર એક એવું રહસ્યમય દબાણ પડે છે કે જે નીચેના છેડાઓથી ઉપરની બાજુ વધતું જાય છે. જેથી બિંદુ ક્રમિક ગતિથી મસ્તક તરફ જવા લાગે છે. એ સમયે મંત્રોચ્ચારણથી થયેલ સ્વરતંત્રિકાઓનું કંપન વીર્યવહા તંતુઓ સુધી પહોંચી જાય છે જેથી વીર્યનો અમુક અંશ ઓજ-વિદ્યુતમાં પરિવર્તિત થઈ જાય છે. હવે આટલો વીર્યાંશ અધોગામી સીમાની બહાર થઈ જાય છે. મંત્રોચ્ચાર પૂરો થાય છે ત્યારે શ્વાસ લેવાનો થોડો સમય મળી રહે છે. જે વીર્યવહા તંતુઓ ઉપર દબાણ પડ્યું હતું તે, તે વખતે ઝડપથી ઢીલા પડે છે. જે વીર્યાંશ ઓજ-વિદ્યુતમાં પરિવર્તિત થયું હતું તે, તે વખતે તીવ્ર ગતિથી ઉપરની બાજુ ફેંકાય છે. પાણીનો સ્વભાવ છે નીચે વહેવાનો અને ઓજ-વિદ્યુતનો સ્વભાવ છે ઉપર જવાનો. વીર્યને ઊર્ધ્વમાં પહોંચાડવા માટે ઓજ-વિદ્યુતમાં પરિવર્તિત કરવું જ પડશે, ભલે જે ઠીક લાગે તે સાધના દ્વારા પરિવર્તિત કરાય.

વાચિક દીર્ઘ મંત્રોચ્ચાર વખતે મૂલ બંધ અને ઉડુયાન બંધ એવી શાસ્ત્રીય રીતે અને ક્રમિક ગતિએ લાગે છે કે તેમાં કદી 'અતિ' નો ભય નથી રહેતો. આ મંત્રોચ્ચારની સાધના સામૂહિક રૂપે અને બે ટુકડીઓ દ્વારા વારાફરતી કરવાથી તેમાં આળસ અને પ્રમાદરૂપી ચિત્તવિભ્રેષ્ટ પણ આવવાનો ડર નથી રહેતો.

આ રીતે મંત્રજાપ કરવાથી સાચા મૂલ બંધ અને ઉડુયાન બંધ થાય છે અને તેથી બાલ્કુલક પ્રાણાયામ

થાય છે અને તેથી તેની સંમિશ્રિત, રહસ્યમયી ગુદ્ય ક્રિયા-પ્રતિક્રિયા થાય છે. આના કારણે પ્રાણવહા નાડીઓમાં અલૌકિક સ્પંદન થાય છે. આ બધું મળીને સાધકને અમોઘ વીર્યવાન બનાવી દે છે. જેઓ ઊર્ધ્વેતાની સિદ્ધિને પ્રાપ્ત કરીને સિદ્ધ થઈ ગયા છે તેઓ કોઈપણ પ્રકારના રહસ્યમય ઢંગથી સાધકને ઊર્ધ્વેતા બનાવીને કલ્યાણમાર્ગમાં અત્રસર કરી દે છે. તેઓ આપણા કલ્યાણનો કયો ઉપાય ક્યારે કરશે તે કેવળ તેઓ જ જાણતા હોય છે. શાસ્ત્રસંમત મિત આહાર-વિહારનું પાલન કરતા રહીને અને સિદ્ધ-સાંનિધ્યનો મહદ્-લાભ લેતા રહીને બિંદુજથી બનવું કઠિન નથી.

મંત્રોચ્ચારણ વખતે આસન અડોલ અને અભંગ રહેવું જોઈએ. એ વખતે વૃત્તિઓની ધારણા મસ્તકમાં કરવાથી જલદી સફળતા મળે છે. તે વખતે આજુબાજુ શું થઈ રહ્યું છે તેમાંથી મનને હટાવી લેવું જોઈએ. એક મંત્ર પૂરો થાય ત્યારે બીજો મંત્ર બોલવા માટે જે શ્વાસ લેવો પડે તે નાકથી લેવો જોઈએ. ટુકડે ટુકડે મંત્ર બોલવાથી પૂરો લાભ નથી મળી શકતો. યુક્ત આહારવિહારમાં રહીને જે સાધકો પ્રામાણિક ઢંગથી ઉપરોક્ત રીતે મંત્રસાધના કરે છે તેમને એકાદ માસમાં જ બિંદુજ્યના અદ્ભુત ચમત્કારનો અનુભવ થાય છે.

જેને નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચારી થવું છે તે ઉપરોક્ત સાધનાથી નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચારી બની શકે છે. ગૃહસ્થાશ્રમીઓ સાધનાથી સીમાબદ્ધ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરીને, ધર્માનુરૂપ સુસંતતિ પ્રાપ્ત કરીને ગૃહસ્થાશ્રમને સફળ કરી શકે છે. કહ્યું છે કે —

સંસારને સુધારવો હોય તો પહેલાં સંતતિને સુધારો, તો સંસાર આપોઆપ સુધરી જશે.

બધા જ પ્રકારના મંત્રો દ્વારા લાભ ઉઠાવી શકાય છે. જરૂર છે મંત્રજ્ઞાતાઓ દ્વારા મંત્રોચ્ચારણની પ્રયોગાત્મક વિધિ જાણવાની અને પછી તેને નિષ્ઠાપૂર્વક સાધવાની.

જ્ય-તપ દ્વારા એકઠી થતી

ઉષ્ણતાને શરીરમાં જ પચાવી લ્યો

સંકલન - નૈષધ વ્યાસ

જીજ્ઞાસુ : મારી પત્ની ઘણીવાર ભારે આવેશમાં આવી જાય છે, તેને ઘણી બધી ક્રિયાઓ થાય છે. તો આમ થવાનું કારણ શું? તે માટે શું કરવું?

યોગભિક્ષુજી : આપણે જ્યારે જ્ય, તપ, ધૂન, ધ્યાન વગેરે સાત્ત્વિક કાર્ય કરીએ છીએ ત્યારે આપણા શરીરમાં એક પ્રકારની ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે. આ ઉષ્ણતાનું શરીરમાં ઉત્પન્ન થવું તે, આપણે જે સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્ય કરી રહ્યા છીએ તે યોગ્ય રીતે, બરાબર કરી રહ્યા છીએ કે નહીં તેની નિશાની-પ્રમાણ છે. જેમ જેમ સાત્ત્વિક કાર્યની માત્રા વધે છે તેમ તેમ આ ઉષ્ણતા શરીરમાં વધુ ને વધુ પ્રસરે છે અને ધીમે ધીમે તે આપણા સમગ્ર શરીરની અંદર એકે એક સૂક્ષ્મ કોષમાં, નાડીમાં પ્રસરી જાય છે. યોગશાસ્ત્રના મત મુજબ આપણા શરીરમાં ખોંતર કરોડ નાડીઓ છે; તેમાં આ સાત્ત્વિક ઉષ્ણતા પ્રસરે છે અને નાડીઓને શુદ્ધ કરે છે. આમ થવાથી આપણે આપણા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યમાં વધુ દૃઢ થઈને આગળ વધી શકીએ.

આ સાત્ત્વિક ઉષ્ણતા શરીરની અંદર સંઘરાઈ રહે તો જ તે આધ્યાત્મિક-સાત્ત્વિક કાર્યમાં ઉન્નતિદાયક બની શકે. ઘણીવાર એવું બનતું જોવા મળે છે કે શરીરમાં ઉત્પન્ન થતી સાત્ત્વિક ઉષ્ણતા એટલી માત્રામાં વધી જાય છે કે તે બહિર્મુખ થઈ જાય છે. જે અંતર્મુખ રહેવી જોઈએ તે જ્યારે આપણી અજ્ઞાનતાના કારણે બહિર્મુખ થાય છે ત્યારે આપણામાં એક પ્રકારનો આવેશ આવે છે અને એ આવેશમાં અમુક ક્રિયાઓનો અનુભવ થાય છે. આમ થતાં શરીરમાંની આ સાત્ત્વિક ઉષ્ણતા શરીરની બહાર નીકળી જાય છે, વહી જાય છે. આપણી પાસે, આપણી અંદર શું રહે છે? કાંઈ જ રહેતું નથી. આપણે ખાલી થઈ જઈએ છીએ. ઘણા જ્ય-તપ પછી જે પ્રાપ્ત થયું તે ગેરસમજને લીધે આવેશમાં અને ક્રિયાઓમાં ખોઈ બેઠા.

એક સ્થૂળ દૃષ્ટાંતથી આ વાતને સમજાવે. જંતુરહિત

કરવા માટે દૂધને આપણે તપેલીમાં મૂકી ગરમ કરીએ છીએ. અગ્નિની ગરમીથી તપેલીમાંનું દૂધ ધીમે ધીમે ગરમ થવા લાગે છે. અમુક સમયે તેમાં ઊભરો આવવાનું શરૂ થાય છે. દૂધ ઊભરાતું ઊભરાતું તપેલીના કાંઠે આવી જાય તે સમયે આપણે તપેલીને અગ્નિ પરથી લઈ લઈએ છીએ. તપેલીને ગરમીથી દૂર કરીએ કે ગરમીને તપેલીથી દૂર કરવાથી તેમાં આવેલો ઊભરો સમાઈ જાય છે; દૂધ બહાર ઊભરાઈ જતું નથી. જો તેમ ન કરીએ તો દૂધ ઊભરાઈ જાય અને છેલ્લે ખાલી તપેલી આપણને જોવા મળે. તેવી જ રીતે,

આપણા સાત્ત્વિક-આધ્યાત્મિક કાર્યોથી આપણા શરીરમાં ઉત્પન્ન થતી ઉષ્ણતા જ્યારે સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ નાડીઓને શુદ્ધ કરી બહિર્મુખ બને તે પહેલાં આપણે જાગૃત થઈ જવું જોઈએ. કારણકે એ ઉષ્ણતાને વેડફી નાખવાની નથી; શરીરમાં પચાવી લેવાની છે જેથી આધ્યાત્મિક ઉન્નતિમાં તેના સહારે આગળ વધી શકાય.

એ ઉષ્ણતારૂપી શક્તિ-તત્ત્વ આપણા શરીરમાંથી બહાર નીકળી ના જાય, વહી ના જાય, આપણે ખાલીના ખાલી ના રહીએ તે માટે જાગૃતિની જરૂર છે. આપણે આપણા સાત્ત્વિક કાર્યો એવી રીતે બદલી નાખીએ કે જેથી એ ઉષ્ણતા બહિર્મુખ ન થતાં અંતર્મુખ જ રહે.

જેમ દૂધને ગરમ કરવા પાછળનો હેતુ તેને જંતુરહિત કરી આરોગ્ય તેમજ પોષણને યોગ્ય બનાવવાનો હતો, નહીં કે ઊભરાવી દઈને વેડફી નાખવાનો. તે જ રીતે જ્ય-તપ દ્વારા શરીરમાં ઉત્પન્ન થતી ઉષ્ણતાને પણ બહિર્મુખ થવા દેવાની નથી. આ સાથે એ પણ નોંધવું જરૂરી છે કે તાવના કારણે ઉત્પન્ન થતી ઉષ્ણતા અને સાત્ત્વિક કાર્યના કારણે ઉત્પન્ન થતી ઉષ્ણતાને કાંઈ જ સંબંધ નથી. એક, શરીરમાં થયેલા બગાડનો નિર્દેશ કરે છે, જ્યારે બીજી, શરીરમાં થયેલ શુદ્ધિનો, અસ્તુ.

અનુષ્ઠાનકાળમાં જ્યમંત્રો ગણવાના હોય છે તેથી માળાની જરૂર પડે છે. માળા વિના જ જ્યમાં સ્થિર થઈ શકતા હો તો તમારે માળાની જરૂર નથી. પરંતુ જેનું મન અનતાત્ર છે, અતિ ચંચળ છે તેને તો માળા ઉપકારી છે, સહાયક છે, તે પણ એક ધ્યાનનો જ પ્રકાર છે. જ્ય વખતે મન સતત તલ્લીન રહેતું નથી. મન એટલી સહજતાથી વહેવારમાં, પ્રપંચમાં સરકી જાય છે કે તેની બિલકુલ ખબર રહેતી નથી અને પછી —

પ્રપંચમાં લાગેલું મન અતિ ઘાકીને તંદ્રા-નિદ્રાના ઝોકે ચડી જાય છે અને તેમાં સ્વપ્નો પણ જોવા લાગે છે, અને આ રીતે અસાવધાન સાધકને અહોભાવમાં (!) ડૂબકાં ખવડાવે છે. પરંતુ જો જ્ય વખતે માળા રાખી હોય તો આવી સ્થિતિ આવવાની સંભાવના ખૂબ ઓછી થઈ જાય છે કારણ કે માળા ફેરવતી વખતે એકવિધતા તૂટી જાય છે તેથી

શિથિલતાજનિત તંદ્રાનિદ્રાની સંભાવના અતિશય ઘટી જાય છે. જેમકે —

મનમાં જ્ય ચાલુ છે, એક મંત્ર પૂરો થાય એટલે આંગળીઓ માળાનો એક મણકો ફેરવે છે. આખી માળા પૂરી થાય એટલે માળાને પલટાવવી પડે છે. મંત્ર પૂરો થાય ત્યારે માળા-મણકો ફેરવવાનું ધ્યાન રાખવું પડે છે અને માળા પૂરી થાય ત્યારે માળાને પલટાવવાનું ધ્યાન રાખવું પડે છે. આ રીતે સતત ધ્યાન થતું રહે છે; ભલે ધ્યાન-સ્થાન બદલાતું રહે. જો મન તંદ્રા-નિદ્રાને વશ થાય કે પ્રપંચમાં બીજે ભાગે તો ઉપરોક્ત ત્રણેય ક્રિયાઓ કમબલ્ક ન થઈ શકે. તે માટે બરાબર જાગૃત રહેવું જ પડે. તો, આ રીતે જ્ય વખતે માળા ખૂબ જરૂરી છે. જ્ય વખતે માળા એકાત્ર થવામાં ખૂબ સહાય કરે છે.

ધ્યાન વખતે મનની અતિ ચંચળતા સંકલન - નૈષધ વ્યાસ

પ્રશ્ન : ધ્યાનમાં બેસીએ ત્યારે, સામાન્ય સ્થિતિ કરતાં પણ મન વધુ ભાગભાગ કરે છે. એવું કેમ બનતું હશે? તે માટે શું કરવું?

ઉત્તર (યોગભિક્ષુજી દ્વારા) : તમારી વાત સાચી છે. ધ્યાન વખતે થોડી થોડી એકાગ્રતા થવા લાગે છે ત્યારે એમ જ લાગે છે કે મન ખૂબ ભાગભાગ કરે છે. પરંતુ હકીકતમાં તેમ નથી હોતું. મનની વધુ ભાગભાગ લાગવી એ, મન થોડું સ્થિર થઈ રહ્યું છે તેની સાબિતી છે. ધ્યાન-અવસ્થા કરતાં સામાન્ય-અવસ્થામાં મન ઓછું ભાગભાગ કરતું લાગે છે. એ વખતે એવું લાગે છે એટલું જ ખરેખર તો તે વખતે મનની ભાગભાગ અનંત ગણી હોય છે તેથી તેની થોડી પણ નોંધ રાખી શકાતી નથી. મનની ભાગભાગી આપણી પકડમાં જ નથી આવી શકતી. જેમ કોઈ અતિશય ગતિમાન વસ્તુ સ્થિર લાગે છે; આંખ નોંધ લઈ શકે તેટલી તેની ગતિ ઓછી થાય છે ત્યારે જ તે ગતિશીલ લાગે છે.

ધ્યાનમાં ના હોઈએ ત્યારે મન અનંતાત્ર હોય છે. જેથી તે નોંધ રાખી શકવાની હદની બહાર હોય છે.

તેથી તેવી સ્થિતિ આપણને અતિ ચંચળ નથી લાગતી. ધ્યાનમાં બેસીએ છીએ ત્યારે મન ધીમે ધીમે અમુકાત્ર થાય છે, તેની ચંચળતાને આપણે લક્ષમાં લઈ શકીએ છીએ અને તેથી મન અતિ ચંચળ લાગે છે. ધ્યાન વખતે મન અતિ ચંચળ લાગે છે ત્યારે તો તે સ્થિરતા તરફ હોય છે. અમુકાત્ર થતું થતું મન છેવટે એકાત્ર થઈ જાય છે. નિયમિત અભ્યાસના મહાવરાથી જે મન લાખો સ્થાનમાં ભટકતું હતું તે ધીમે ધીમે સેંકડો સ્થાનમાં અને તેમાંથી સો, પચાસ, પચીસ અને દસ-પાંચ સ્થાનોમાં આવીને એકાત્ર થઈ જાય છે. મન જ્યારે હજારો-લાખો સ્થાનોએ ભટકતું હોય ત્યારે તો તેની નોંધ લઈ જ કઈ રીતે શકાય? નોંધ લઈ શકવાની આપણી અસમર્થતાના કારણે મનને અચંચળ કઈ રીતે કહી શકાય? પણ જ્યારે મન પચીસ-પચાસ જગ્યાએ ભમતું હોય ત્યારે તેની ગણતરી આપણે કરી શકીએ. તેની ગણતરી કરી શકવાની આપણી સમર્થતાના કારણે તેને ચંચળ અને અસ્થિર કઈ રીતે કહી શકાય?

(પ. પૂ. યોગભિક્ષુ રચિત "મુક્તા" પુસ્તકમાંથી સાબાર)

જ્યાં સુધી આપણે ભ્રમણામાં અર્થાત્ બ્રાંતિદર્શનમાં હોઈએ ત્યાં સુધી શાંતિ પ્રાપ્ત કરી કે કરાવી શકતા નથી. તેથી તેને સમજીએ.

(૧) જ્યાં કાંઈ જ ના હોય ત્યાં કાંઈક દેખાવું, તે 'મિથ્યાજ્ઞાન'રૂપી બ્રાંતિદર્શન છે; જેમકે મૃગજળ.

(૨) હોય કાંઈ અને દેખાય કાંઈ, તે 'બ્રાંતિજ્ઞાન'રૂપી બ્રાંતિદર્શન છે; જેમકે ઝાડને બદલે પહાડ દેખાય.

(૩) જે હોય તેનાથી વિપરીત દેખાય, તે 'વિપરીતજ્ઞાન' રૂપી બ્રાંતિદર્શન છે; જેમકે દિવસ હોય અને રાત દેખાય.

બ્રાંતિદર્શન જીવનવ્યવહારમાં પણ આવે છે અને જીવનસાધનામાં પણ. સાધનામાં આવતા બ્રાંતિદર્શનને સમજીએ.

ધ્યાનમાં ઊંઘની એક સૂક્ષ્મ અવસ્થા આવે છે. જાગૃત અવસ્થા હજી પૂરી છૂટી ના હોય અને નિદ્રામાં હજી પૂર પ્રવેશ્યા ના હોઈએ ત્યારે જાગૃત અને નિદ્રાનો સંધિકાળ આવે છે. હજુ તો પૂરો સંધિકાળ પણ ના આવ્યો હોય તેવી અવસ્થા કે જેને તંત્રી કહી શકાય, તંદ્રા નહીં; તંદ્રાથી પણ નીચેની અવસ્થા. તંત્રીથી આગળ જઈએ ત્યારે તંદ્રાવસ્થા અને ત્યાર પછી નિદ્રાવસ્થા આવે. જાગૃતમાંથી હજુ તંત્રીમાં જ પ્રવેશ્યા હોઈએ ત્યારે નિદ્રાવસ્થાની જેમ સ્વપ્નો આવે છે. આસન લગાવીને બેસીએ કે તંત્રી શરૂ થઈ જાય અને સ્વપ્નોની જેમ વિધિવિધ દેશ્યો દેખાવા લાગે. લાંબા થઈને ઊંઘતા હોઈએ તે વખતના દેશ્યોને તો સમજીએ કે તે સ્વપ્નો જ છે. પરંતુ બેઠેલી સ્થિતિમાં પણ આવાં દેશ્યો દેખાય છે. અને તેથી, તેને સાચાં માની લેવાની ભૂલ કરી બેસીએ છીએ અને કહીએ છીએ કે મને તો અમુક દેવનાં દર્શન થયાં, મને તો અમુક મંત્ર મળ્યો, આમ થયું અને તેમ કહું! આ રીતે વર્ષો સુધી બ્રાંતિમાં જ રહીએ છીએ અને પછી તેની ટેવ પડી જાય છે. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ધ્યાનમાં

બેસતાં જ તંત્રી શરૂ થઈ જાય છે અને તંત્રીમાં દેશ્યો. આ કાંઈ એકાગ્રતાનાં કે સમાધિનાં દેશ્યો કે દર્શનો નથી હોતાં પણ તંદ્રાનિદ્રાજનિત સ્વપ્નો કે દર્શનો જ હોય છે, જેને આપણે સાચાં માનીને વર્ષો અને જન્મો સુધી છેતરાતાં રહીએ છીએ. આ બ્રાંતિમાંથી આપણને બહાર કાઢવાની કોઈને લાગણી થાય તો તેનામાં આપણને વિશ્વાસ જ નથી હોતો. તેથી હમદર્દ અનુભવીઓ કશો પ્રયત્ન જ નથી કરી શકતા. આપણે તો એમ જ માનતા રહીએ છીએ કે મને જે કાંઈ દેખાય છે તે સાચું જ છે, મારો કક્કો જ સાચો. દીર્ઘ સમયની આદતના કારણે આ બ્રાંતિમાંથી નીકળવું પણ નથી ગમતું.

કૃપા અને કોશિષ દ્વારા બ્રાંતિને ભગાડીએ.

જે શરીરને બાળી નાખવામાં આવે છે તે સ્થૂળ શરીર છે; પરંતુ તે સ્થૂળ શરીરમાં એક સૂક્ષ્મ શરીર પણ છે. તેનો કદી નાશ નથી થતો. મનુષ્ય જે કાંઈ સત્-અસત્ કર્યો કરે છે તેનાં ફળો આ જન્મમાં ભોગવતાં ભોગવતાં જે કાંઈ બચી રહે છે તે બીજા જન્મમાં સૂક્ષ્મ શરીર સાથે સૂક્ષ્મરૂપે આવે છે.

*

મૃત્યુ પણ એક અવસ્થા છે. જાગ્રતાવસ્થામાંથી નિદ્રાવસ્થા અને સ્વપ્નાવસ્થામાં જતાં ડર નથી લાગતો, શોક નથી થતો તો મૃત્યુ અવસ્થામાં જતાં ડર કેમ લાગે છે? શોક કેમ થાય છે? અજ્ઞાનને કારણે આમ બને છે.

(એક દિવ્ય રહસ્ય)

આપણા બધાં ધાર્મિક પર્વો દિવસના હોય છે પરંતુ શિવરાત્રી, નવરાત્રી વગેરે રાત્રી પર્વો છે. નવરાત્રી, શક્તિ-ઉપાસનાનું - શક્તિને પ્રાપ્ત કરવાનું સામૂહિક દેશવ્યાપી પર્વ છે. તે નવે રાત્રીઓમાં, યોગશાસ્ત્ર કથિત, શરીરસ્થ નવ ચક્રો સ્થિત, તેની અધિષ્ઠાત્રી દેવીનું - શક્તિનું ઉદ્દીપન-માર્જન કરવાનું હોય છે કે જેથી શરીર-દુર્ગને આવતી નવરાત્રી સુધી સંપૂર્ણ અને સુચારુ રીતે યોગ-ભ્રમ ચાલ્યા કરે. તેમ શિવરાત્રીમાં કલ્યાણની ઉપાસના કરવાની હોય છે. શિવનો અર્થ જ થાય છે "કલ્યાણ". અન્ય રાત્રીઓ તો નાટક, સનેમા, ગપસપ, નિદ્રા-ભોગ વગેરેમાં પસાર કરી નાખીએ છીએ. પરંતુ શિવરાત્રી તો કલ્યાણ-યોગમાં, કલ્યાણ-પ્રાપ્તિના ચિન્તન, મનનમાં પસાર કરવાની છે.

જીવમાત્રની ઉપાસના મુખ્યતઃ બે ભાગમાં વહેંચી શકાય (૧) શિવ ઉપાસના અને (૨) શક્તિ ઉપાસના. કોઈ તો ભિન્ન ભિન્ન નામે - બાળ-તાકાત (શક્તિ)ને ઈચ્છે છે, તો કોઈ જુદી જુદી રીતે પોતાનું કલ્યાણ (શિવ) પ્રાપ્ત કરવા મથે છે. કલ્યાણનો ઉપાસક ક્રમે-ક્રમે અનાયાસે જ શક્તિ પ્રાપ્ત કરી લે છે અને શક્તિનો ઉપાસક ક્રમે-ક્રમે કલ્યાણ-માર્ગમાં આગળ વધતો જાય છે. આ રીતે જોતાં શિવ અને શક્તિ, શક્તિ અને શિવ બંને એક જ તત્ત્વની, એક જ પ્રાપ્તિની બે બાજુઓ - બે નામો છે.

શક્તિ એટલે ક્રિયાશક્તિ અને શિવ એટલે કલ્યાણકારી આત્મ-પરમાત્મ-સર્વવ્યાપક ચૈતન્ય તત્ત્વ. સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ, લૌકિક-અલૌકિક ક્રિયાઓની સહાયતા લઈને શિવતત્ત્વ પ્રાપ્ત કરીને નિષ્ક્રિય, સ્થિર, અચંચળ થઈ જવાનું હોય છે.

શિવ ભોળા છે, શક્તિ ચંચળ છે. શિવ સ્થિર છે કેમ કે તેઓ શક્તિશાળી છે. શક્તિ ચંચળ છે કેમ કે તે અશક્તિશાળી છે. સ્થિરત્વ શિવત્ત્વનું ઘોતક છે અને લોલત્વ બલ્લાભાવનું સૂચક છે. દરેકે દરેક શરીરમાં શિવ અને શક્તિ બંને રહેલાં છે. શક્તિ-બીજ રજ છે અને શિવ-બીજ વીર્ય છે. દરેક શરીરમાં રજ અને વીર્ય બંને રહેલાં છે. એક શરીરમાં રહેલાં જે રજ અને વીર્ય તે બંનેનું તે જ શરીરમાં સંમિલન થવું તે જ વજ્રેલી મુદ્રાની સિદ્ધિ અથવા તેનું રહસ્ય છે.

જાન્યુ. ૯૩

બીજા મંદિરોમાં તો મૂર્તિઓ હોય છે પણ શિવમંદિરમાં કલ્યાણ-મંદિરમાં કોઈ મૂર્તિ હોતી નથી. તેમાં તો કલ્યાણ-તત્ત્વના પ્રતીકરૂપે કેવળ વિગાકૃતિ હોય છે. તે લંબગોળ આકૃતિ દ્વારા તેના અસીમપણા અને અમેર્યાદપણાને બતાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. લંબગોળ કે ગોળ આકૃતિની ફરતે આંગળી ફેરવીશું તો આંગળી ક્યાંય અટકશે નહીં. તે તેના અસીમપણાનું સૂચક છે.

તે વિગાકૃતિ નિરૂપવયવ છે તેથી તે વિંગ શરીરનું પણ પ્રતીક છે. તેના ઉપર સર્પાકૃતિ લપેટાયેલી છે તે યોગશાસ્ત્રનું ગુહ્ય રહસ્ય છે. તે સર્પાકૃતિથી વિંગને ત્રણ કુંડલ (લપેટ) લગાવ્યાં છે અને ફેણનો જે ભાગ વિંગને છાયા કરી રહ્યો છે તે અર્ધું કુંડલ, અર્ધો આંટો ખૂલેલો છે. આ રીતે જોતાં સર્પાકૃતિ સહિતનું વિંગ તે જાગૃત કુંડલિનીનું પ્રતીક છે. કુંડલિની શક્તિ એટલે સુખ શક્તિ. એટલે કે જે શક્તિથી હજુ આપણે કામ નથી લઈ શકતા, જે અનામત રૂપે પડેલી છે. કુંડલિની શક્તિને "સાર્ધત્રિવલયામ્" એટલે કે સાડા ત્રણ આંટા (કુંડલ) વાળી માનવામાં આવે છે. સર્પાકૃતિ સહિતનું વિંગ તે જાગૃત કુંડલિની કે જેનો અર્ધો આંટો ખૂલી ગયો છે અને ત્રણ આંટા હજુ ખૂલવાના બાકી છે તેનું પ્રતીક છે. જ્યારે કુંડલિનીનું પૂર્ણ જાગરણ થઈ જાય છે ત્યારે વિંગ ઉપર એક પણ આંટો બાકી રહેતો નથી. કયાળમાં ભસ્મની જે ત્રણ રેખાઓ કરવામાં આવે છે તે પણ કુંડલિનીનું સૂચક છે. કોઈપણ લંબગોળ વસ્તુ ઉપર જાડા દોરડાના ત્રણ આંટા લગાવીએ અને તેને દૂરથી જોઈએ તો તે કયાળમાં કરાતી ભસ્મની ત્રણ રેખાઓ જેવા જ દેખાય છે.

સર્પાકૃતિ વિંગ ઉપર જળાધારી (ગળતી) લટકાવેલી હોય છે કે જેમાંથી ટીપું ટીપું પાણી વિંગ ઉપર પડ્યા કરે છે. તે બતાવે છે કે વિંગને-જનન-અવયવોને સતત મંદ-શીતળ શામવા જોઈએ. તેમાં ઉષ્ણતા ન આવવી જોઈએ, ગંદકી ન રહેવી જોઈએ. શિવને-કલ્યાણને પ્રાપ્ત કરવામાં તે અંગોની શીતળતાની અતિ આવશ્યકતા છે. જે જ્ઞાનામાં ઘડિયાળો નહોતી ત્યારે જળાધારી ઘડિયાળની ગરજ સારતી. સવારમાં

ચડાવેલી પાણી ભરેલી જળાધારી (તળિયામાં સુક્ષ્મ છિદ્રવાળી પાણીનો ઘડો) સાંજે નિશ્ચિત સમયે ખાલી થઈ જાય એટલે પૂજારી સમજે કે સંધ્યા સમય થઈ ગયો, આરતીની વેળા થઈ ગઈ. એ વખતે મંદિરમાં અનેક પ્રકારના કર્ણમધુર ધ્વનિઓ સાથે આરતીની શરૂઆત થાય, જે આજુબાજુમાં બધે જ સંભળાય, જેથી ગામ લોકોને પણ ખબર પડે કે સાંજ પડી ગઈ. આ રીતે તે જળાધારી સમયનો અંદાજ આપીને ઘડિયાળનું કામ પણ સારતી. આરતી વખતે થતા ધ્વનિઓ નાદાનુસંધાનનું પણ પ્રતીક છે. સાંધનાકાગમાં સાક્ષાત્કાર પૂર્વે શરીરમંદિરમાં જે ધ્વનિ, પ્રકાશ વગેરેની દિવ્ય અદ્ભુત અનુભૂતિઓ થાય છે તેનું બાહ્ય સ્થૂળ પ્રતીક તે મંદિરોમાં થતી આરતી છે.

શિવને મહાદેવ પણ કહે છે. બીજા બધા દેવ અને શિવ તે મહાદેવ-મોટા દેવ. શાના કારણે તેઓ મોટા દેવ? કારણ કે તેઓ નીલકંઠ છે. અન્યોને અમૃત આપીને વિશ્વનું હળાહળ જેર પોતે પી ગયા! તેમણે જે જેર પીધું તે પેટમાં ન ઊતરવા દીધું, કંઠમાં જ સેકી રાખ્યું. તેથી કંઠ નીલવર્ણ થઈ ગયો. તેમના કંઠ ઉપર નીલા-વાદળી ડાઘનું દૂષણ લાગી ગયું. પણ તે જ તેમના માટે ભૂષણ બની ગયું! કારણ કે તે ડાઘ તેમને લોકકલ્યાણ કરવાના પ્રયત્નમાં લાગેલો હતો ને? શ્રી કૃષ્ણ લડાઈમાંથી રણ છોડી છોડીને ઘણી વખત ભાગ્યા તે તેમના માટે દૂષણ હતું પણ તે લડાઈ જનકલ્યાણ માટે હતી તેથી તે “રણછોડ” રૂપી ભૂષણ બની ગયું.

જેરને પેટમાં ન ઊતરવા દેવું જોઈએ. જો પેટમાં ઊતરે તો મરી જવાય. જેરને મોઢામાં પણ ન રખાય. જો મોઢામાં રખીએ તો ક્યારેક પણ બહાર નીકળી પડે. તેથી સદાશિવે જેરને કંઠમાં જ થંભાવી દીધું.

જનકલ્યાણના ભેખધારીઓએ લોકોની ટીકાટિપ્પણીથી કે નિંદા-કુથલોથી વિચલિત થઈને પોતાનું ક્ષેત્ર છોડી ન દેવાય. છોડી દઈએ તો તેનું નામ જ જેર પેટમાં ઊતરી ગયું કહેવાય. લોકોની નિંદા-પ્રશંસાના જ્વાબો આપવાની પણ જરૂર નહીં. જો આપીએ તો તેનું નામ જ જેર મોઢામાંથી બહાર ફેંકાઈ ગયું કહેવાય. બધાં જ જેરને પોતાના કંઠમાં સેકી રાખીને પોતાના કાર્યક્ષેત્રમાં જ મગ્ન-મસ્ત રહેવું જોઈએ.

શિવે તો આખા વિશ્વનું જેર પીધું તો શિવભક્તો પોતાની આસપાસનું જેર કેમ ન પીવે? તો જ સાચા શિવભક્ત કહેવાઈએ. ભાંગ, ધતૂરો કે ગાંજો પીવો એ કાંઈ મોટી વાત નથી. ખરું જેર પીધું તો તે કહેવાય કે “બહુજનહિતાય

બહુજનસુખાય” ના પ્રયત્નોમાં જે કાંઈ સહન કરવું પડે તે આનંદપૂર્વક, તપ સમજીને સહન કરીએ.

શિવરાત્રીએ ભાંગની પ્રસાદી વહેંચાય છે. શિવે ત્રીજા નેત્ર દ્વારા કામને ભાંગી નાંખ્યો હતો. જેના-જેનાથી ખટવિકારો, ભ્રમો, વહેમો, પ્રમાદ, ભય વગેરે ભાંગે-ભાંગે તેનું નામ “ભાંગ”. તેનું “ભાંગ” નામ જ કેટલું બોધક છે? ભાંગ=ભાંગી નાખ, ભાંગ=નશીલી ચીજોથી દૂર ભાગ. દયાનંદ સરસ્વતી ભાંગની પ્રસાદી લઈને તન્દ્રામાં આવી ગયા. તન્દ્રામાં સ્વપ્નમાં પોતે શિવ-પાર્વતિને જુએ છે. પાર્વતીજી દયાનંદ તરફ લાંબો હાથ કરીને શિવને કહે છે કે આ તમારા દીકરાને પરણાવો. શિવજી જ્વાબ આપે છે કે શું પરણાવું? તમે જોતાં નથી તે ભાંગ પીને બેકો છે તે? એટલામાં તો દયાનંદજી જાગી જાય છે અને સંકલ્પ કરે છે કે ભગવાનનો પ્રસાદ હશે તો પણ હવે કદી નશીલી ચીજ નહીં લઉં. તેજણને ટકોર અને ગધેડાને ડફણાં!

શિવાલયની રચનામાં યોગનાં આઠે અંગોને આવરી લેવામાં આવ્યા છે. શિવાલયમાં પ્રવેશતાં જ બંને બાજુએ જે હનુમાનજી તથા ગણપતિજીની મૂર્તિઓ હોય છે તે યમ-નિયમનું પ્રતિક છે; ત્યાંથી આગળ વધીએ એટલે નંદી (પોઠિયો) આવે છે, જે આસન-પ્રાણાયામનું પ્રતીક છે. તેથી આગળ કાચબો હોય છે તે ઈન્દ્રિય-સંકોચરૂપી પ્રત્યાહારનું સૂચક છે; યોન્યાકાર થાળું કે જેમાં લિંગ સ્થિત-સ્થિર છે તે અને લિંગ તે ધારણા-ધ્યાનનું સૂચક છે; લિંગ ઉપરની સર્પાકૃતિ તે કુંડલિની જાગૃત થઈને પ્રાણ બ્રહ્મરંધ્રમાં પહોંચાડીને થતી સમાધિનો સંકેત છે.

શિવરાત્રી અને શિવાલયનાં આવાં તો અનંત ગુપ્ત-ગૂઢ-ગુહ્ય રહસ્યો છે જે બધાંને પ્રગટ કરવા જઈએ તો એક ગ્રન્થ થાય. આટલાથી આપણે શિવરાત્રીનો તાત્ત્વિક અર્થ સમજ્યા કે શિવરાત્રી એટલે મહાદેવ પ્રાપ્ત કરવાની રાત્રી, કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરવાની રાત્રી, આત્માનંદ-નિજનંદ-સહજાનંદ પ્રાપ્ત કરવાની રાત્રી.

શિવભગવાનની કૃપાથી આપણે સૌ સાચા અર્થમાં શિવરાત્રી-મહાશિવરાત્રી ઊજવીને મહાકલ્યાણ, એટલે કે આત્યંતિક સુખ, એટલે કે જે સુખની પ્રતિક્રિયા દુઃખ નથી એવું સુખ, એટલે કે મુક્તિ-કેવલ્યને પ્રાપ્ત કરીએ; કેમ કે બીજાં બધાં જ ભૌતિક સુખો દુઃખની પ્રતિક્રિયાવાળાં છે. જેમકે-“પરિણામ, તાપ, સંસ્કાર દુર્મેર્ગુણવૃત્તિવિરોધાશ્ચ-દુઃખમેવ સર્વમ્ વિવેકિનઃ” ઈતિ શિવમ્.

जीश्वर का बोधक (नाम) प्रणव/ओम् है।



(समाधिपद के शब्दों का अन्वयार्थ)

- (२४) क्लेश, कर्म, कर्मफल और वासना जिसमें नहीं है जैसा पुरुषविशेष/चेतनविशेष जीश्वर है।
- (२५) जीश्वर संपूर्ण सर्वज्ञ है।
- (२६) जीश्वर पूर्वकाल के गुरुओं के भी गुरु हैं और काल की मर्यादा से (जन्म-मृत्यु से) पर है।
- (२७) जीश्वर का नाम प्रणव/ओम् है।
- (२८) अर्थ के चिन्तन सहित ओम् का जप करना।
- (२९) चिन्तन सहित जप करने से अन्तराशयों का अभाव और आत्मसाक्षात्कार होता है।

अभिरामान् ओम् प्रीति, १/अ, प्रतिबन्धन, वास्तु, अन्तःकरण-२८० ०१६१

● द्रष्टव्य उद्देश्य :-

- (१) सर्व व्यापक परम सूक्ष्म चेतन तत्त्व के जेनुं नाम प्रणव (ओम्-ॐ) छे तेनी प्रतीति अदुर्जन सभाजने कराववा प्रयत्न करवो। (२) 'योग'नो प्रचार, प्रसार अने संशोधन करवा प्रयत्न करवो। (३) सभाजनुं नेतिके धारणु अच्युं लाववा भाटे आध्यात्मिक ज्ञाननो साहित्य द्वारा प्रचार अने प्रसार करवानो प्रयत्न करवो। (४) आ उपरांत 'अदुर्जनहिताय-अदुर्जनसुभाय'ने लगतां कार्यो जेवां के केणवणी, तभीभी सारवार वगेरे करवा भाटे प्रयत्न करवो।



PRINTED & PUBLISHED BY :-

Dr. S. S. Bhikshu for

AUMGURU PREMSAMARPANDHYANBHIKSHU PARIVAR TRUST

1/A, Palladnagar Society, Naranpura, Ahmedabad - 380 013.

Printed at : Navprabhat Printing Press, Ahmedabad - 1.

Hon. Editor : Naishadh C. Vyas

{ (Reg. No. E/A416 Date 11-5-81)

{ I. T. E. U. 80-g No. H. Q. 11133-117189-90 Up To March 1992 }

Registrar of News Papers of India under Regd. No. 48770/90

PRINTED BOOK

To,

આદ્યત્તરંસ્થાપક તથા
આધ્યાત્મિક વહી પ. પૂ.
ગુરુદેવ શ્રી યોગલિક્ષ્ણ

લવાજમ દર :-

વાર્ષિક સભ્ય (ભારતમાં)	રૂ. ૧૨-૦૦
આજીવન સભ્ય ,,	રૂ. ૨૫૦-૦૦
વાર્ષિક સભ્ય (પરદેશમાં)	૧૨ ડોલર
આજીવન સભ્ય ,,	૨૫૦ ડોલર

* લવાજમ મોકલવાનું સ્થળ *

(૧) ડૉ. સોમાભાઈ એ. પટેલ

૧/અ, પલિયડનગર,
સેન્ટ ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલ રોડ,
નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩.

(૨) નૈપધભાઈ સી. વ્યાસ

“સ્વાશ્રય”
૩, ગંગાધર સોસાયટી, રામબાગ પાછળ,
મણીનગર, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૮.

* સૂચના *

(૧) લવાજમ ચેક દ્વારા અથવા મનીઓર્ડર દ્વારા “ઓ. પ્રે. પ. ટ્રસ્ટ” ના નામે મોકલવું. સાથે આપનું પૂરું નામ, સરનામું શુદ્ધ અક્ષરોમાં લખી મોકલવું.

(૨) જે સભ્યનાં રહેઠાણનાં સ્થળ બદલાયાં હોય તેમણે તેમના નવા રહેઠાણનું પૂરું સરનામું લખી મોકલવું જેથી-વ્યવસ્થા-પકોને અંક મોકલવામાં સરળતા રહે.

(૩) “રત્નભરા” ને લગતો પત્રવ્યવહાર નીચેના સરનામે કરવો.

નૈપધભાઈ સી. વ્યાસ
“સ્વાશ્રય”
૩, ગંગાધર સોસાયટી, રામબાગ પાછળ,
મણીનગર, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૮.

પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગલિક્ષ્ણ સાથેનાં સંસ્મરણો તથા પ્રેરક પ્રસંગો આવકાર્ય છે.

Pin Code