

“હું તે જોગી ને જોગી તે હું !”
~ બ્રહ્મસ્વરૂપ સ્વામીશ્રી શાસ્ત્રીજી મહારાજ

“જોગી મહારાજ તો અનંત કોટિ બ્રહ્માંડનો વહેવાર ચલાવે એવા છે...!”

“યજ્ઞપુરુષ ઉપનિષદ” સદ્ગ્રંથમાં નીચે ઉલ્લેખ કર્યો છે તે એક પ્રસંગનું અત્યંત પ્રેરણાદાયી અને મહિમાસભર વર્ણન છે.

બ્રહ્મસ્વરૂપ સ્વામીશ્રી શાસ્ત્રીજી મહારાજ અમદાવાદમાં બિરાજમાન હતા. રઢુના તુલસીભાઈ, રેવાશંકર શુક્લ, મગનભાઈ નરસિંહભાઈ પટેલ વગેરે હરિભક્તો સ્વામીશ્રીનાં દર્શન કરતાં સામે બેઠા હતા. સ્વામીશ્રીની નાદુરસ્ત તબિયતથી સૌ ચિંતિત હતા. તુલસીભાઈએ પ્રશ્ન પૂછ્યો, “સ્વામી, આપ આ લોકમાંથી ઉદાસ થઈને અક્ષરધામમાં જવાનો સંકલ્પ કરો છો, તો પછી અમારું શું ? વળી, કેટલાક એમ કહે છે કે, શાસ્ત્રીજી નહીં હોય પછી બધું પડી ભાંગશે. તેનું અમારે કેમ સમજવું ?” આ વાત અને પ્રશ્ન સાંભળી સ્વામીશ્રીની આંખો ચમકી ઊઠી અને તેમની અસ્ખલિત વાકુધારા તેજના પ્રવાહની જેમ વહેવા માંડી : “આ સંસ્થા શ્રીજી મહારાજની છે તો એમને ચિંતા છે. અને મારા પછી જોગી મહારાજ તો છે જ ને ! જોગી મહારાજમાં તમારે પતિવ્રતાની ટેક રાખવી. હું તે જોગી ને જોગી તે હું. વ્યાસજીએ સંતમાં ભગવાનને અખંડ રહેવાનાં જે લક્ષણો ભાગવતમાં લખ્યાં છે તે કરતાં વિશેષ લક્ષણો હું જોગી મહારાજમાં ટેખું છું.” ભાવિની ભીતર નીરખતા સ્વામીશ્રીનાં આ વચનોએ સૌને અવાકુ કરી દીધા.

પરંતુ, યોગીજી મહારાજના સાધુતાસભર વ્યક્તિત્વમાં કેટલાયને ભારોભાર ભોળપણ જણાતું હતું. આથી શાસ્ત્રીજી મહારાજના વિરાટ કાર્યના ભાવિ સુકાની તરીકે યોગીજી મહારાજને નીરખવાનું કેટલાકને માટે અઘરું હતું.

તેથી, એકવાર અમદાવાદના હરિભક્ત કોઠારી બબુભાઈએ સ્વામીશ્રીને કહ્યું, “આ જોગી તો ભલા-ભોળા છે, તો તમારી પાછળ સંસ્થા ચલાવે તેવો કોઈ સાધુ ઊભો કરો.” આ વાત સાંભળીને વેધક નજરે તેમની સામું જોતાં સ્વામીશ્રીએ કહ્યું, “બબુભાઈ, જોગી મહારાજને તમે કેવા જાણો છો ? એ તો અનંતકોટિ બ્રહ્માંડનો વહેવાર ચલાવે એવા છે. કામિલ, કાબિલ, સબ હુત્રર તેરે હાથ - એવા સર્વદેશી પુરુષ છે.”

ઉપરોક્ત બંને પ્રસંગો ઉપરથી અને વિશેષ કરીને બ્રહ્મસ્વરૂપ સ્વામીશ્રી શાસ્ત્રીજી મહારાજ દ્વારા યોગીજી મહારાજ વિશે કહેવાયેલાં દિવ્ય અને અમૃત વચનો દ્વારા બ્રહ્મસ્વરૂપ ગુરુદેવ યોગીજી મહારાજના મહિમાની અલ્પ ઝાંખી થાય છે. બસ, થોડાંક જ વાક્યોમાં બ્રહ્મસ્વરૂપ સ્વામીશ્રી શાસ્ત્રીજી મહારાજે યોગીજી મહારાજના વિરાટ આધ્યાત્મિક સ્વરૂપનાં કેવાં અદ્ભુત દર્શન કરાવ્યાં છે ! બ્રહ્મસ્વરૂપ શાસ્ત્રીજી મહારાજના એ પ્રત્યેક શબ્દો તે પછીનાં વર્ષોમાં સાકાર થયા એ ઘરાતલ પર આજે આપણે સૌ તેનાં પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ દર્શન કરી કેવી ધન્યતા અનુભવીએ છીએ ! ૧૯૫૧થી ૧૯૭૧ દરમિયાનના માત્ર બે જ દાયકામાં બ્રહ્મસ્વરૂપ યોગીજી મહારાજે આ પૃથ્વી ઉપર જે અનુપમ અને અદ્વિતીય આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિ (Spiritual Evolution) સુફલ બનાવી છે તેના ઉઘાડને પામવા ઓછામાં ઓછી બે શતાબ્દીઓ લાગશે.

બ્રહ્મસ્વરૂપ ગુરુદેવ યોગીજી મહારાજે પોતાનાં સંકલ્પ અને કૃપાશિષથી સાકાર કરેલી એ આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિનું એક દિવ્ય પરિમાણ એટલે ભગવા હૃદયના સાધુનાં સર્જન ! ભારતીય અધ્યાત્મનાં સર્વમાન્ય શાસ્ત્રોમાં જે ઉચ્ચતમ્ આધ્યાત્મિક દિવ્ય સ્થિતિ અને અવસ્થાની પરિકલ્પના કરવામાં આવી છે, તેને શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમ ઉપાસનાનાં આચરણ દ્વારા આ જ સંસારમાં સહજ જીવન જીવતાં જીવતાં પ્રત્યેક મનુષ્ય સિદ્ધ કરી શકે તેવો સુલભ ઉપાસનાપથ બ્રહ્મસ્વરૂપ ગુરુદેવ યોગીજી મહારાજે ઉપલબ્ધ કરાવ્યો. શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમના અદ્વૈય તત્ત્વના સાંગો પાંગ અને સાકાર ધારક પ્રગટ ગુરુહરિ સંતભગવંત સાહેબજીના દિવ્ય સ્વરૂપની ગુરુહરિ યોગીજી મહારાજે સ્વયં ઝાંખી કરાવી, પોતાનાં અપાર રાજીપા અને હેત વરસાવી અનુપમ મિશનરૂપી એક આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિના પરિમાણને તેઓએ સુફલ અને સુલભ બનાવ્યું છે. આજે સમગ્ર વિશ્વમાં અનુપમ મિશન અને સવિશેષરૂપે સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયના આદર, અહોભાવ અને જયઘોષ થઈ રહ્યા છે, તેમાં બ્રહ્મસ્વરૂપો ગુરુહરિ શાસ્ત્રીજી મહારાજ તથા યોગીજી મહારાજનાં અનન્ય પ્રદાન છે. સંભવતઃ, કારણ કે આપણે હજુ આ આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિના સૂર્યોદયનાં માત્ર પ્રથમ કિરણોનાં જ દર્શન કરી રહ્યા છીએ તેથી આપણને તેનાં વિરાટ સ્વરૂપ તથા અપાર સંભાવનાઓના અણસાર સુદ્ધાં નથી. પરંતુ, એક સમય એવો પણ અવશ્ય આવશે જ્યારે વિશ્વના સમગ્ર અધ્યાત્મસાધકો બ્રહ્મસ્વરૂપ યોગીજી મહારાજને સહસ્ત્રાબ્દીઓના આધ્યાત્મિક યુગપુરુષરૂપે નતમસ્તકે પરમ ધન્યભાવયુક્ત હૃદયે શતશત કોટિ પ્રણામ ધરશે. એવા દિવ્ય ગુરુદેવ યોગીજી મહારાજના શ્રી ચરણોમાં તેઓશ્રીના ૧૩૩મા પ્રાગટ્યમંગલે અનંતકોટિ સાષ્ટાંગ દંડવત્ પ્રણામ !

~ શ્રી... ~ સાધુ મનોજદાસ





સંતભગવંત સાહેબજીની
**૬ માહાત્મ્યસભર
વાલી સદા...**

શિબિર : જીવનમાં સત્સંગના ચાર પાયા : માહાત્મ્ય-નિશ્ચય-આશરો-સેવા.
સ્ટેઝ્યુ ઓફ યુનિટી, એકતાનગર, રાજપીપળા, નર્મદા : ૨ ડિસેમ્બર ૨૦૨૩

બે દિવસથી ખૂબ સુંદર શિબિર ચાલી રહી છે. વળી, તેમાં યુવાનો વિશેષ ભેગા થયા છે કે, જેઓને પોતાનો આદર્શ સ્થાપિત કરવો છે. યુવાનો સમૃદ્ધિ પ્રાપ્ત કરે, સમૃદ્ધિ દ્વારા બધા સંબંધો વિકસાવે પણ એનો ઉપયોગ એક ભગવાનને જ રાજી કરવા માટે કરે એ આદર્શ જીવન જીવનારા કહેવાય. યુવાનોએ આવા આદર્શ તરફ જવાનું છે. એટલે કે, મારે મારા જીવનમાં મારા ઈશ્ટદેવ અને મારા ગુરુને જ રાજી કરતા થકા બધું કરવું છે.

ભારતવર્ષના અને પરદેશમાં રહેતા આપણા યુવાનો પર મોટામાં મોટો પ્રભાવ બે જણાનો હોય છે, એક ફિલ્મના એક્ટરોનો પ્રભાવ અને બીજો રમતવીરોનો-ક્રિકેટરોનો પ્રભાવ. પણ એ આપણા આદર્શ ના બનવા જોઈએ. આપણા જીવનનું ધ્યેય આપણા ઈશ્ટદેવને, આપણા ગુરુને, આપણાં માતા-પિતાને-એ ત્રણને રાજી કરવાનું હોવું જોઈએ. દરેક યુવાનને એક વાત કરું કે, તમારા દિલમાં ત્રણ મૂર્તિ રાખજો - એક ઈશ્ટદેવ શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનના, શાસ્ત્રીજી મહારાજ-યોગીજી મહારાજ અને ગુરુ અશ્વિનભાઈ-શાંતિભાઈના અને ત્રીજા મા-બાપના. આ ત્રણ આપણાં આદર્શ, તેઓને રાજી કરવાનો ભાવરાખજો.

ક્રિકેટરો ખોટા છે એવું નથી, તેમની રમતને ધન્ય છે, પણ એમને ફોલો કરવા જેવું એમનું જીવન નથી. એક્ટરો એક્ટિંગ સરસ કરે છે, પણ એમનાં જીવનમાંથી તમને કશું મળે નહીં. કેટલાક ક્રિકેટરો પોતાની સ્કિલથી બેસ્ટ બેટ્સમેન થાય છે. શાથી ? તો એ ક્રિકેટની પ્રેક્ટિસ તો કરે જ છે, પણ જિમમાં જઈને વેઈટ લિફ્ટિંગ કરે છે, લાથ-પગ મજબૂત કરે છે, દોડે છે, સ્થિર ઊભા રહેવાની પ્રેક્ટિસ કરે છે. રગડબૂટ મહેનત કરીને દેલને એવો બનાવી દે કે, બેટ ઉઠાવીને સિક્સર મારી શકે. અને આપણે એમ કરવા જઈએ તો દડો અહીં જ પડે. એમ કરવા માટે તેઓ દેલની કેટલી બધી કસરત કરતા હોય છે એ આપણે નથી જોતા અને ગ્રાઉન્ડ ઉપર સિક્સર મારે છે એ આપણે જોઈએ છીએ. ફિલ્મ એક્ટર પણ જિમમાં જઈને શરીર પાછળ રગડબૂટ મહેનત કરતા હોય છે; એ મહેનત આપણે નથી જોતા. જોવા જેવું તો એ છે. આપણા આદર્શ સખત મહેનત કરીને ભણનારા છોકરાઓ, સિન્સિયરલી

અને ઓનેસ્ટલી નોકરી કરનારા, પૂરો ઉદ્યમ કરી ખેતી કરનારા હોવા જોઈએ. યુવાનોએ અત્યારથી આવા આદર્શને લઈને જીવન જીવવું. અને આપણા માટે મોટામાં મોટો ફાયદો હોય તો આપણને તો ભગવાનનું બળ છે.

ગુણાતીતાનંદ સ્વામીએ ‘સ્વામિનારાયણ’ મંત્રનો અપરંપાર મહિમા ગાયો છે. શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનને શ્રી રામાનંદ સ્વામીએ ગાદીએ બેસાડ્યા ત્યારે સ્વામિનારાયણ ભગવાને બે વરદાન માંગ્યાં કે, ‘મારા ભક્તને પ્રારબ્ધમાં રામપત્તર હોય એટલે કે ભિક્ષા માંગીને ખાવાનું હોય તો અમારા ભક્તને એ ના આવે - અમારા ભક્તને ખાવા-પીવાનું, કપડાં ને ઘર આટલું તો મળે, મળે ને મળે. અને બીજું, અમારા ભક્તના પ્રારબ્ધમાં એક વીંછી કરડ્યાનું દુઃખ આવતું હોય તો અમારા ભક્તને એટલુંય દુઃખ આવે નહીં.’ આપણા માટે સ્વામિનારાયણ ભગવાને ખાધાં પીધાંનાં સુખ માંગ્યાં અને આપણાં પ્રારબ્ધનાં દુઃખને કાઢ્યાં. બે વરદાન માંગ્યાં એમાં આપણે નિશ્ચિંત થઈ ગયા. તેથી એની તો કોઈ તકલીફ જ નથી, પણ બીજાં પ્રારબ્ધ ઊભાં ના થાય એનું ધ્યાન આપણે રાખવાનું.

તમે જુઓ, ક્રિકેટરો ક્રિકેટ રમવા જાય ત્યારે માથે હેલમેટ પહેરે છે કે જેથી માથામાં વાગે નહીં, હેલમેટ એ પ્રોટેક્શન છે. એમ આપણે રહેવાનું માયામાં, ફરવાનું માયામાં, કામ કરવાનું માયામાં. આપણે એનાથી બચવું છે, માયામાં રહેવા છતાં આપણે ભક્તિમય જીવન જીવવું છે, આનંદમય-સુખમય-શાંતિમય જીવન જીવવું છે, આપણે તો સરખા રહેવું હોય, પણ આજુબાજુ ઘણા હેરાન કરવાવાળા હોય; એની સામે જો આપણે પાવર વાપરવો હોય તો સ્વામિનારાયણ ભગવાને ફરેણી ગામમાં કહ્યું, ‘તમને આજથી પ્રોટેક્શન મળે એવું શસ્ત્ર આપું છું.’ અને તેઓ બોલ્યા ‘ૐ સ્વામિનારાયણ’. શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને ‘સ્વામિનારાયણ’ મંત્ર આપ્યો અને તેનો મહિમા ગુણાતીતાનંદ સ્વામીએ ગાયો કે, ‘સ્વામિનારાયણ’ મંત્ર એટલો મહાબળિયો છે કે, તમને કાળો નાગ કરડ્યો હોય અને ‘સ્વામિનારાયણ’ મંત્રનો જાપ કરો તો એ ઝેર તમને મારી શકે નહીં એવો રેઝિસ્ટન્સ પાવર ઊભો થાય અને ઝેરને બહાર ફેંકી દે.

હવે તો બહુસાપકે નાગરહ્યા નથી એટલે આવતા નથી. તો હવે ક્યા સાપ ? હવે ખટપટ, નિંદા અને માથાકૂટરૂપી સાપ. એટલા માટે ‘સ્વામિનારાયણ’ મંત્રનો જાપ કરો. દરેક યુવાનોએ અડધો કલાક ભજન અવશ્ય કરવું જોઈએ. તમે બ્રશ કરો છો, શાવર લો છો, સરસ કપડાં પહેરવામાં ટાઈમ કાઢો છો, ફિઝિકલ બોડી માટે આટલું કરો છો તો અંદર રહેલો આત્મા પ્રકૃષ્ટિત રહે, આનંદિત રહે, ઉત્સાહ-ઉમંગમાં રહે એના માટે, આત્માને બળ આપવા માટે અડધો કલાક ભજનની ટેવ પાડજો. ભજનનું માહાત્મ્ય રહે એટલા માટે અઠવાડિક સત્સંગસભામાં જવાનું કહ્યું છે. અને એ બળ ઓછું ના થઈ જાય એ માટે કોઈની ખટપટ, નિંદા, માથાકૂટમાં આપણા યુવાનો પડે જ નહીં. ભગવાનથી દૂર લઈ જાય એવો સંગ એ કુસંગ. અમલિમા, માથાકૂટ, ખટપટ, નિંદા એમાં પડવાનું નહીં. અને એમાં કોઈ પડતો હોય, ખટપટિયો હોય એની પડખે ચડવું જ નહીં, એનો સંગ જ નહીં રાખવાનો. પછી તો એને પણ ખ્યાલ આવે કે, આ મારી જોડે આવતો નથી તો મારે સુધારો કરવો પડશે. તો એટલું ધ્યાન રાખીએ. યુવાન અવસ્થામાં ભણતાં દીકરા-દીકરીઓને મારી પ્રાર્થના કે, રોજ ૬ કલાકનું વાંચન કરવું. ભણવા સિવાય રમતગમતની પ્રવૃત્તિ કરવી, પણ તે સિવાય બીજી કોઈ પ્રવૃત્તિમાં રસ ના લેવો. બધા યુવાનો ખરેખર એક આદર્શ સિદ્ધ કરવા માટે તમે ભજન-પ્રાર્થના કરજો અને ખટપટ-નિંદાથી દૂર રહેજો. યુવાનોને વ્યસન ના હોવું જોઈએ અને લસણ-ડુંગળી પણ ના ખાવાં.

સ્વામિનારાયણ ભગવાન આપણાં કલ્યાણ માટે અને આપણને સુખી કરવા આવ્યા છે. એમને આપણને સુખિયા કરવા છે. આપણે સ્કૂલમાં ભણવા જઈએ અને સ્કૂલે જતાં રસ્તામાં પાનના ગલ્લે ઊભા રહીએ તો આપણી માતા રાજી થાય ? ના થાય. મા કહે, ‘ત્યાં નહીં ઊભું રહેવાનું-સીધા સ્કૂલે જવાનું.’ આપણને મા માટે હેતુ છે એટલે થાય કે, મારી મા મારા સારા માટે મને ના પાડે છે, એટલે ગલ્લે ઊભા રહેવાનું બંધ કરી સીધા સ્કૂલે જઈએ, ધ્યાન રાખીને સારું ભણીએ, ડોક્ટર થઈએ. પછી મોટા થઈને મોટર-ગાડીમાં ફરતા થઈએ ને બંગલામાં રહેતા થઈએ. ત્યારે માને

પગે લાગીને કહીએ કે, મા, ‘તેં મને ગલ્લે ઊભો ના રહેવા દીધો એટલે હું સુખી થઈ ગયો.’ પછી ખબર પડેને ! એમ, ભગવાન આપણને કહે છે કે, ભગવાનને માર્ગે ચાલવું છે, ભગવાનના થઈને જીવન જીવવું છે, સારા બનવું છે તો એમાં અમુક વસ્તુ વિધનરૂપ છે એ ના કરશો. કેમ ના કરશો ? એનું મેન્ટલી કે લૉજિકલી સમાધાન ના હોય, ના એટલે ના !

તમે જુઓ, જે થાંભલા પરથી ઈલેક્ટ્રિસિટીનો ૪૪૦ વોલ્ટનો કરંટ પસાર થતો હોય ત્યાં નીચે બૉર્ડ માર્યું હોય કે, તારમાંથી ૪૪૦ વોલ્ટનો કરંટ પસાર થાય છે એટલે થાંભલે ચડવું નહીં. પછી કોઈ થાંભલા પર ચડે ? ‘આ ગપ્પાં તો નથી મારતાને ? લાવો જોઈ આવું’-એવો પ્રયોગ કરવાનું કોઈને મન થાય ? હજુ તારમાંથી વીજળી ચાલુ ના થઈ હોય તો પણ એને અડાય જ નહીં, એ મરવાના ઘંઘા છે. એમ, લસણ-ડુંગળી ના ખાઈએ તો મરી ના જવાય, પણ એ તમોગુણી પ્રકૃતિ કરે. તમોગુણ એ જડતાનો ગુણ છે, આપણને દયાવિહીન બનાવે, સંવેદના રહિત બનાવે. અને લસણ-ડુંગળીથી એવો તમોગુણ વધારે ખીલે છે, એટલે સ્વામિનારાયણ ભગવાને ના પાડી કે, તમારે સારા માણસ બનવું હોય, સુખી થવું હોય, સારા માર્ગે ચાલવું હોય, કુટુંબમાં સરસ રહેવું હોય તો આ વસ્તુ તમારે માટે નકામી છે, તો એ છોડી દેવું. એટલા માટે લસણ-ડુંગળી ખાવાની ના પાડી અને માંસાહાર પણ નહીં કરવાનો. તમાકુ-દારૂને તો અડવાનું જ નહીં.

આપણે ભગવાનનાં દીકરા-દીકરીઓ છીએ, સામાન્ય નથી. સામાન્ય દીકરા-દીકરીઓને જે કરવું હોય એ કરે, આપણે એમનો વાદ ના કરવો. આપણે અહીંથી સરસ લઈને જવું છે, નિયમિત ભજન કરવું છે. પ્રાર્થના એ કે, કુસંગ-વ્યસનનો ત્યાગ રાખી, સંપ-સુહૃદભાવ-એકતા રાખી, કુટુંબમાં, મંડળમાં ને સત્સંગમાં ભક્તિ અદા કરવાની આપણને તક આપી છે ; એ ઝડપી લઈએ એવી જાગ્રતતા આપણને આવે, એવું વર્તવાનું બળ આપણને સૌને મળે તેવી પ્રભુચરણે-ગુરુચરણે સૌ વતીથી પ્રાર્થના છે !

સહજાનંદ સ્વામી મહારાજની જય !



આત્મા પ્રકૃષ્ટિત રહે, આનંદિત રહે,
ઉત્સાહ-ઉમંગમાં રહે એના માટે,
આત્માને બળ આપવા માટે
અડધો કલાક ભજનની ટેવ પાડજો.



હે વ્હાલા સાહેબ...!

આજે યોગી જયંતી. આપના રોમે રોમે યોગી વસ્યા છે !
આપને યોગી સાથે અદ્વૈત છે... તેવું જ શ્રીજી સાથે છે !
આપ પ્રતિપળ યોગી પ્રસન્નતાર્થે જીવો છો.
આપ અમારા યોગી છો.
આપ અમ અંતરે અહોનિશ વસો, આપ અમ રોમરોમ પાવન કરો.
આપ અમ જીવનનો ધબકાર બનો !
યોગીએ અમને સ્વીકારી આપને સોંપ્યા
અમને યોગીભાવ આપનામાં તેઓએ કરાવ્યો
તે ભાવની દઢતા પણ તેઓએ કરાવી.
હવે, આપ જ અમારું સર્વસ્વ છો,
આપ જ અમ આધાર છો, આપ યોગીમાં... યોગી આપમાં...
આપ બંને એકરૂપ
તેવો ભાવ અમને આપમાં અખંડ રહે !
આપની અનુવૃત્તિ જીવન બને, આપને પ્રસન્ન કરવા પ્રવૃત્તિ રહે.
અમારાં મન, તન, બુદ્ધિ આપમાં એકાકાર રહે
અમારું પોતાનું કંઈ જ ન રહે - આપ જ, કેવળ આપ જ રહો !
તે ભાવે પ્રતિપળ જીવવા બળ દેજો,
આપ રાજી રહો તેવું અમ જીવન બનાવજો !
યોગી જયંતીની આ પ્રાર્થના અમ સૌની છે.
સ્વીકારજો... આશિષ દેજો... સહજાનંદ દેજો. ◆



સાધુ શીખમદાસજી
જય સ્વામિનારાયણ.

અનુપમ મિશન, યુ.એસ.એ.

યોગી જયંતી, ૨૪.૫.૨૦૦૬, પ્રાતઃ પૂજાની પ્રાર્થના.

સાધુ હૃદયની પ્રાર્થનાગંગા

સ્વામિશ્રીજી



અનુપમની હે અમૃતધારા...!

~ સદ્ગુરુ સાધુ પરમ પૂજ્ય અધિનાદાદા

શિબિર : જીવનમાં સત્સંગના ચાર પાયા : માહાત્મ્ય-નિશ્ચય-આશરો-સેવા.
સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટી, એકતાનગર, રાજપીપળા, નર્મદા : ૨ ડિસેમ્બર ૨૦૨૩

હસતાં-રમતાં ને આનંદ કરતાં પ્રગટ ગુરુદરિ સાહેબદાદા આપણાં જીવનમાં કેવી અદ્ભુત પ્રગતિ અને પ્રાપ્તિ કરાવી રહ્યા છે એની પ્રતીતિ આપ સર્વની વાતો સાંભળીને થઈ ! ગુણાતીતાનંદ સ્વામીએ એક વાતમાં કહ્યું છે કે, 'જ્ઞાન મુખ્ય થાય અને સત્પુરુષ ગૌણ ના થઈ જાય એનું ધ્યાન રાખજો.' જે કંઈ છે એ આ પ્રગટ સત્પુરુષની પ્રાપ્તિને કારણે છે. તેઓ કૃપાસિંધુ છે અને કૃપાનિધિ પણ છે. સાહેબદાદા સાથેનો આપણા સંબંધ, સંપર્ક અને સત્સંગના પરિણામે કેટલી બધી આધ્યાત્મિક પ્રાપ્તિ તરફ આપણે સહજતાથી આનંદપૂર્વક આગળ વધી રહ્યાં છીએ !

પહેલાંમાં પહેલું તો, સાહેબદાદામાં આપણને આપણા ઈષ્ટદેવ ભગવાનનાં દર્શન થાય એ બહુ આવશ્યક બાબત છે. એક બહુ સુંદર વાત સાહેબદાદા હંમેશાં કહે છે કે, 'સાધુ એ ભગવાન નથી, પણ સાધુ એ ભગવાનને પામવા માટેનું સાધન છે.' ગુરુદરિ સાહેબદાદા આ વાત સમજાવતાં એમ કહે છે કે, 'જ્યારે તમારી મૂર્તિનાં દર્શન કરું છું ત્યારે મને મારા ઈષ્ટદેવ ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણની સહજ સ્મૃતિ થાય છે. જ્યારે તમારા શ્રીમુખે જ્ઞાનની વાત સાંભળું છું ત્યારે જાણે કે સાક્ષાત્ ગુણાતીતાનંદ સ્વામી વાત કરી રહ્યા હોય તેવો ભાવ થાય છે.' - 'રૂડી તારી મૂર્તિમાં શ્રીજી દેખાય, મીઠી તારી વાતડીમાં સ્વામી સંભળાય...' ભજનમાં પણ આજ કહ્યું છે.

શ્રી અક્ષર અને શ્રી પુરુષોત્તમને ધારક પરમતત્ત્વ મને આ પ્રગટ સત્પુરુષ દ્વારા મળ્યું છે અને આપણે જ્ઞાનની જે બધી વાતો કરીએ છીએ

એ જ્ઞાન આપણને એમના થકી જ જીવનમાં હસતાં રમતાં પ્રાપ્ત થાય છે. હવે આપણે આધ્યાત્મિક રીતે એટલા આગળ વધ્યાં છીએ તો સાહેબનાં દર્શન કરીને આપણને આનંદ થાય છે એવો જ આનંદ સાહેબના સંતોનાં દર્શન કરીને પણ થાય છે - જાણે કે, તેઓમાં આપણને સાહેબનાં દર્શન થાય છે ! એનાથી આગળ સાહેબના સંબંધવાળા ભક્તોનાં દર્શન કરીએ અને એમનામાં પણ સાહેબનાં દર્શન થાય, 'સંબંધવાળામાં મહારાજને જોવા' એમ જોતાં થઈએ ત્યાં સુધીનું આધ્યાત્મિક જ્ઞાન આપણી પ્રેક્ષિતસમાં આવે છે. આપણે આજે આ બોલીશું તો કાલે જીવન-આચરણમાં આવશે. આ જ્ઞાન, આ બારાખડી, આ એકડો-બગડો-ત્રગડો આપણે સમજ્યાં તો હવે એ આપણા જીવન-આચરણ અને વર્તનમાં આવશે. એટલે મહિમા ને ગુણગાનની વાત ગાવામાં-બોલવામાં સહેજેય કચાસકે શરમ રાખવી નહીં.

બીજી આધ્યાત્મિક પ્રગતિ સર્વએ નોંધી હશે કે, દરેક મુક્તોએ પોતાના મંડળના મુક્તોનાં ગુણાનુગાન ગાયાં; આ બહુ મોટી વાત છે ! ભગવાનના, સંતના મહિમાની વાત એ કથા કહેવાય, જ્યારે પોતાની સાથે જીવન જીવતા પોતાના જેવા જ, પોતાના બરોબરિયા અને ક્યારેક અથડાતા અને ક્યારેક નહીં ગમતા એવાનાં પણ મહિમા ને ગુણગાનની વાત આપણે જ્યારે કરીએ ત્યારે ખરેખર ગુણાતીત જ્ઞાનની વાતને આપણે સમજ્યા કહેવાય. એવી વાતો આપણે કરતાં થયાં છીએ તો હવે આપણે ગુરુકૃપાથી, પ્રભુકૃપાથી એને આચરણમાં-પ્રેક્ષિતસમાં પણ લાવતાં થવાનાં જ છીએ.



દરેક મંડળના મુક્તોએ આપણને ઉપદેશ કે કથા નથી કરી, પણ પોતાના જીવનની વાત કરી છે, પોતાના મંડળની વાત કરી છે, પોતાના સાથીદારોની વાત કરી છે. પોતાના સાથીદારોના ગુણ જોયા હોય અને મહિમા સમજ્યા હોય તો જ એમની વાત થઈ શકે છે. અને આ તો શિબિર છે ને શીખવા માટે આપણે આવ્યાં છીએ એટલે સારું લગાડવા માટે કશું બોલવાનું નથી. સારું જીવવા માટે આજે બોલ્યાં છીએ તો કાલે સારું જીવતાં પણ થઈશું. જે બોલીએ છીએ તે જિવાશે, કારણ કે, આપણને સાહેબદાદામાં શ્રદ્ધા છે, વિશ્વાસ છે, દઢપણે આશરો છે, નિષ્ઠા છે ! બધું જ્ઞાન એમાં આવી જાય છે. આપણે જે માંગીશું તે મળશે નહીં, પણ એમની જે ઈચ્છા હશે એમ જ થશે અને એ જ મળશે. આપણે ઈચ્છીએ, માંગીએ એ મળતું નથી, પ્રભુની જે ઈચ્છા હોય એ જ થાય છે તો એનો અર્થ એમ થયો કે, પ્રભુએ જે આપ્યું છે એને સહજતાથી ને આનંદપૂર્વક સ્વીકારી લેવું, એ એમનું કર્તા-હર્તાપણું માન્યું કહેવાય, એ એમની સત્તા, સામર્થ્ય, ઐશ્વર્ય-પ્રતાપનું દર્શન છે.

બીજી બહુ અગત્યની ને મહત્વની વાત કે, આ સંબંધવાળા મુક્તોને વિશે કોઈ દિવસ આપણા મનથી કોઈ જજમેન્ટ આપવું નહીં. સંબંધવાળા મુક્તોમાં મને મળ્યા એ પ્રગટ ગુરુહરિ જ કામ કરી-કરાવી રહ્યા હોય છે. તેમને તો તેઓ નિમિત્ત બનાવે છે, કામ તો તેઓ જ કરે છે. અને જે દિવસે એમ માન્યું કે, આ હું કરું છું, તે દિવસે જેને આપણે પ્રસંગ કહીએ છીએ, કસોટી કહીએ છીએ એ આપણા જીવનમાં આવીને ઊભી રહે છે.

ક્યારેય કોઈના વિશે કશું જજમેન્ટ આપણે આપણી બુદ્ધિ કે માન્યતા પ્રમાણે બાંધી દેવું નહીં. આવું માનીએ એનો અર્થ એમ થયો કે, આપણા ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણને આપણે કર્તા માન્યા. કારણ કે, શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને 'વચનામૃત'માં એમ કહ્યું છે કે, 'આ મારા સંબંધવાળાં જે ચૈતન્યો છે તે પ્રગતિ કરતાં ચૈતન્યો છે.' એટલે મેં આજે કોઈ વ્યક્તિ વિશે કાંઈ પૂર્વગ્રહ કે જજમેન્ટ બાંધ્યું તો એ જગ્યા ઉપર - એ સમયકાળમાં હું અટકી ગયો. શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાન તો એમ કહે છે કે, 'આ બધાં પ્રગતિ કરતાં ચૈતન્યો છે.' અને કર્તા-હર્તા તો મને જે શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમના પરમતત્ત્વને ધારક પ્રગટ સત્પુરુષ - ગુણાતીત સત્પુરુષ મળ્યા છે એમની શક્તિ કામ કરી રહી છે ; તો મારી બુદ્ધિનું ચોક્કું મને ભગવાન ને ભગવાનના સંતોને, ભગવાનના ભક્તોને દિવ્ય અને નિર્દોષ માનવામાં અટકાવે છે તે વાતનો મારે સ્વીકાર કર્યો છૂટકો છે.

અને આપણે જો સારાનો સંગ રાખીશું, સાધુનો સંગ રાખીશું તો આજે અડચણ છે, જે અટકાવત છે એમાંથી પણ ગુરુ, પ્રભુ કૃપા કરીને આપણને પાર પાડી દેશે. સંગ એ બહુ મહત્વની બાબત છે. તો એવા બળિયાનો સંગ રાખીએ, ચડતાનો સંગ રાખીએ. મોળી વાત કોઈ દિવસ ના ઉચ્ચારવી. શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને 'વચનામૃત'માં પોતાના અનુયાયીઓને ત્યાં સુધી આજ્ઞા કરી છે કે, 'જે દિવસે મોળી વાત થાય, અભાવ - અવગુણ - ખટપટ - નિંદાની વાત થાય તે દિવસે શિક્ષા સ્વરૂપે પોતે ઉપવાસ કરવો.' એટલે ચઢતાનો સંગ કરવો, સંતોનો સંગ કરવો.

મંડળ કાર્યકર્તા, મંડળ સંચાલકની સેવા છે કે, મંડળના મુક્તોને સંતોની સાથે જોડી દેવા, જેઓ એમને સદ્માર્ગ તરફ અને સત્પુરુષ સાથે જોડવામાં મદદરૂપ થશે. આપણે બીજું કાંઈ નથી, માધ્યમ છીએ. ગુણગાન ને મહિમા ગાવાની સેવા આપણા ભાગે આવી છે તો પોતાનો મહિમા વધારવાને બદલે, મુક્તોનો-સંતોનો મહિમા ગાઈને મંડળના સૌ મુક્તોને સંતો સાથે જોડીએ. અને સંતો પણ પોતાની સાથે જોડી રાખવાના બદલે પ્રગટ સત્પુરુષની સાથે જોડી દેશે. અને પ્રગટ સત્પુરુષ પણ આપણને સર્વને ભગવાનમાં જોડવા માટે રાત-દિવસ ઉદ્યમ કરતા હોય છે. આપણી પાસે એવાં સેવાનાં માધ્યમો ને ક્ષેત્રોનાં માધ્યમ દ્વારા આપણને ભગવાનના સુખે સુખિયા થવાના માર્ગે ચલાવે છે.

આવી આધ્યાત્મિકતા જ્યારે આપણે સૌ જીવનમાં વણી લઈને જીવવાનો પ્રયત્ન કરીએ ત્યારે મોટા પુરુષ આપણી ઉપર રાજી થાય છે. પ્રગટ ગુરુહરિ કૃપા કરીને આપણા ઉપર આશીર્વાદ વરસાવે તેવી મંગલ પ્રાર્થના !

જય શ્રી સ્વામિનારાયણ !



સંતભગવંત સાહેબજી સાથે સંતો-ભક્તો દ્વારા લોકશાહીના રાષ્ટ્રીય પવે મતદાન રૂપી ફરજ અર્પણ

A Candle of Comfort lit by Sahebada!

~ Saheli Sheth (Peoria, USA)

“Let's begin with an activity today,” said my supervisor, taking a sip of her Starbucks with a warm smile. Around the table, the mental health therapists from our clinic gathered for our weekly meeting, eager to see how it would unfold.

My supervisor asked, “What phrases or reminders do you use to stay centered when working with children?”

We leaned in closer as she continued, “For example, with my 13-year-old daughter, I tell myself 'All kids really want to be good.' If she refuses to do her homework, instead of seeing her as 'disobedient' or 'stubborn,' I try to remember that maybe she just doesn't have the skills or resources at that moment to finish the work. What other helpful perspectives do you keep in mind about kids?”

We all took a moment to reflect, and then the answers came flowing one after another.

A colleague shared, “I remind myself that every single person is always doing the best they can.”

Another therapist added, “A kid's behavior shows me how they're feeling on the inside. So, a kid who is having tantrums may be communicating that they are feeling frustrated, anxious, or overwhelmed inside.”

As we shared, my supervisor listened intently, her smile growing wider. “Wonderful. We can keep these reminders and perspectives in mind when we are with kids, to reconnect to that calm, centered place within us.”

I invite us all to reflect on which personal reminders help us stay centered and calm. Pause and set this article aside. What key points stood out

as most meaningful for you? What other phrases allow you to shift back into a curious, open mindset?

During times of conflict or stress, how can we easily reconnect with these supportive phrases? Could we say them silently to ourselves, set them as a phone background, or find another way to make them readily available?

Later that day, I began wondering about the perspectives Sant Bhagwant Sahebada brings when engaging with youth. Sahebada values fun, play, and quality time, through the stories I've heard from older youth leaders about him playing volleyball, cricket, and cards with them when they were kids. Sahebada also consistently praises each youth's strengths and encourages them to use their talents for seva, bringing the perspective that every child has endless God-given potential.

As for me, my self-reminder is, “We can give the love that we have received.” Sahebada has poured so much profound love into me, allowing me to channel that same love toward my clients. This helps me feel in tune with my most caring, nurturing self - because even if I'm unsure how to help a child through a particular struggle, I sure know how to love them.

I find solace in remembering that my clients will one day exude respect and love if I first give them that unconditional love today. And from whom did I learn this love? I am only able to be a candle of comfort because Sahebada has been the flame that lit me.

May we all take a moment to reflect on the reminders or guiding words that help us reconnect to our inner wisdom when engaging with our children. ◆

અસ્ખલિત વહેતો પ્રેમનો ધોધ : બાળઉછેર માટે સાહેબજીનો બોધ

~ ભાવાનુવાદ સંકલન : સંગીતાબહેન મોદી (અમદાવાદ)

જ્યારે મારી બહેન ચાર વર્ષની હતી, ત્યારે તેને રૂમના ખૂણામાં પહેલું એક નાનું બોક્સ મળી આવ્યું. રસપૂર્વક એ બોક્સને ખોલતાં, તેમાં તેણે એક કેસેટ ટેપ જોઈ કે જેની પર મારા પપ્પાનું નામ અને ‘મનપસંદ ગીતો’ એવું લખેલું હતું. એ ટેપમાં મારા પપ્પાની યુવાનીના સમયનાં ને યૂટ્યૂબના જમાના પહેલાંનાં પ્રસિદ્ધ ઉત્તમ ગીતોનો સંગ્રહ હતો. કુતૂહલવશ મારી બહેને એ ટેપની અંદરની ફિલ્મને પૂરેપૂરી બહાર કાઢી નાખી અને નિર્દોષતાથી નવા પોશાકની જેમ પોતાના શરીર પર વીંટાળી દીધી.

જ્યારે મારા પપ્પા રૂમમાં આવ્યા ત્યારે તેમની આંખો પોતાની દીકરી, મ્યુઝિકનું બોક્સ અને કેસેટ ટેપ કે જે હવે સંગીત વગાડી શકવા યોગ્ય રહી નહોતી તેને ઝડપથી જોવા લાગી. તેમણે ફરી મારી બહેન તરફ જોયું, તો તે હવે આખા શરીર પર વીંટાળેલી ફિલ્મ સાથે આનંદપૂર્વક નાચતી હતી. મારા પપ્પાને ગુસ્સાની સાથે દુઃખ પણ થયું, કારણકે, તેમણે તેમના અત્યંત પ્રિય ગીતોનો સંગ્રહ કાયમ માટે ગુમાવ્યો હતો. પણ અમારા આશ્ચર્યની વચ્ચે, ત્યારે તેઓ એક કેમેરો લઈ આવ્યા અને મારી બહેનની સાથે હસતા-આનંદ કરતા તેના ફોટા પાડવા લાગ્યા. આજની તારીખે પણ આ પ્રસંગની સ્મૃતિ કરતાં તેઓ હંમેશાં કહે છે કે, “તે એટલી નિર્દોષ અને એટલી ખુશખુશાલ લાગતી હતી કે, સહેજે જ હું તેના પર ગુસ્સે થઈ શક્યો નહીં.”

આપણે કદાચ, દરેક વ્યક્તિમાં ભગવાનને જોવાના મહત્ત્વ વિશે સાંભળ્યું હશે, પણ તે ક્ષણે મેં આ સિદ્ધાંતને મારી નજર સમક્ષ પ્રત્યક્ષ અનુભવ્યો. મારા પપ્પાએ મારી બહેનમાં ૪ વર્ષની ધમાલ કરતી દીકરી જોવાને બદલે ભગવાનના સહજ-આનંદસ્વરૂપની પ્રતિકૃતિરૂપ પ્રકૃષ્ટિત બાળક જોવાનું પસંદ કર્યું. આપણે પણ આવા પ્રસંગે જરા થોભીને આપણી જાતને યાદ કરાવીએ કે, ‘ભગવાન જ દરેકમાં કાર્ય કરી રહ્યા છે’ તો પછી ગુસ્સો પણ પ્રેમમાં પરિણમી શકે છે.

મને યાદ છે કે, વર્ષો પછી એક નિર્ભીક કિશોરી એવી મેં, મારી મમ્મીને સીધું જ પૂછ્યું કે, તમે અને પપ્પાએ અમને કેમ કોઈ દિવસ શારીરિક શિક્ષા નથી કરી ? ત્યારે મમ્મીએ અત્યંત મુદ્દતાથી જવાબ આપ્યો કે, ‘તમે તો ભગવાને મોકલેલી અમારી હ્લાવી પરીઓ છો. અમે તમારી સાથે એવું ક્યારેય ના કરી શકીએ.’ હું માનું છું કે, દરેક બાળક ભગવાને આપેલી ભેટ છે, અને તેઓ પ્રેમ તથા કાળજી મેળવવાના અધિકારી છે. અને તે માટે દરેક માતાપિતા અને વાલી હંમેશાં પોતાનો ઉત્તમ પ્રયત્ન કરતાં હોય છે. મને આશા છે કે, દરેક માતા-પિતા અને વાલીઓ આ બાબતને ધ્યાનમાં રાખીને અત્યંત પ્રેમ અને લાગણીથી બાળકનો ઉછેર કરશે અને સાથે એ વાત પણ ધ્યાનમાં રાખશે કે, બાળકને ઉછેરવાની અનેક રીતો હોય છે તેમજ પ્રેમ અને લાગણી વ્યક્ત કરવાની દરેકની રીત પણ અલગ-અલગ હોઈ શકે છે.

બાળકોના ઉછેર માટે મારાં માતા-પિતાનો અભિગમ સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. શાંતિદાદા દ્વારા આપવામાં આવેલ સમજ : ‘બાળકોને આપણે માત્ર પ્રેમ, પ્રેમ ને

પ્રેમ જ આપવાનો, બાકી બધું ભગવાન સંભાળી લેશે.’ દ્વારા મળેલ માર્ગદર્શનને કારણે હતો. હતાશાની પળોમાં તેઓ થંભી જતાં અને શાંતિદાદાએ કહેલી વાતો પર વિચાર કરતાં. આવી ઘર્ષણની પળોમાં થોડી ક્ષણો ધીરજ રાખવાથી આપણે પણ શાંતિદાદાએ આપેલ શીખને મનમાં તાજી કરી શકીએ છીએ અને આપણા સંબંધોની માવજતમાં સહજતાથી તેને અપનાવી શકીએ છીએ.

આજે એક વયસ્ક યુવતી તરીકે, જ્યારે હું વીતેલા સમયમાં થયેલા મારા ઉછેર અને વિકાસને જોઈ છું ત્યારે પૂ. શાંતિદાદાએ મારાં માતા-પિતાનું મારી અને મારી બહેન સાથેના પ્રેમભર્યા વ્યવહાર માટે કેવું ઘડતર કર્યું તે હવે મને સમજાય છે. પરિણામે, હું જે યુવાઓ સાથે માનસિક સ્વાસ્થ્ય ચિકિત્સક તરીકે કામ કરું છું, તેમની સાથે માધુર્યભર્યા વ્યવહાર કરી શકું છું. આ જ તો અસ્ખલિત વહેતા પ્રેમના ધોધની અલૌકિક અસર છે ! જેવો પ્રેમ આપણે પામીએ છીએ, તેવો આપણે આપી શકીએ છીએ.

આપણે અન્યને પ્રેમ આપવાની આપણી ક્ષમતા કેવી રીતે વધારી શકીએ ? આ માટે સંતભગવંત સાહેબદાદા આપણને એક સરળ ટેવ પાડવાનું સૂચવે છે : ‘દરરોજ રાત્રે સૂતાં પહેલાં આપણે આપણાં બાળકો અને પરિવારજનોના સકારાત્મક ગુણોના વિચાર કરીએ.’ આવી ટેવ ન માત્ર આપણી ઊંઘની ગુણવત્તામાં સુધારો કરશે, પણ સાથે આપણાં બાળકોના સકારાત્મક ગુણો પર સક્રિય રીતે ધ્યાનકેન્દ્રિત કરવા માટે આપણા મનને વિકસિત કરશે.

સંતભગવંત સાહેબજીએ અદ્ભુત વાત કરી હતી કે, “વિશ્વની તમામ શાળાઓમાં આપણું ઘર એ સર્વોત્તમ શાળા છે અને આપણાં માતા-પિતા એ સર્વશ્રેષ્ઠ શિક્ષકો છે.” આપણે આપણી જાતને હળવેથી પૂછીએ કે, “ઘર”ની શાળામાં કયા પાઠ ભણાવાઈ રહ્યા છે ?

આપણું વર્તન અને વ્યવહાર એ બાળકોના અભ્યાસક્રમ બની જાય છે. શું તેઓ આપણને બીજા સાથે આદરપૂર્વક વાત કરતાં જુએ છે ? શું જ્યારે આપણાથી ભૂલો થાય ત્યારે તેઓ આપણને નમ્રતાથી માફી માંગતાં સાંભળે છે ? શું તેઓ આપણને બીજાની ખટપટ-માથાકૂટથી દૂર રહેતાં જુએ છે ? શું તેઓ નોંધે છે કે, આપણે નિત્ય પૂજા કરીએ છીએ અને આપણી આવરદામાં વધુ એક નવો દિવસ આપવા બદલ ભગવાનનો આભાર માનીએ છીએ. તેમનામાં જે સદ્ગુણોની આપણે અપેક્ષા રાખીએ છીએ તેને અનુરૂપ આપણે જીવીએ છીએ ?

ઘરમાં આપણે જેવું જીવીશું, તે જ પછીથી આપણો વારસો બની રહેશે. આજે હું ભગવાન સ્વામિનારાયણને પ્રાર્થના કરું છું : સાહેબજીના બાળઉછેરના આવા અલૌકિક બોધમાંથી પ્રેરણા લઈને પહેલાં તો આપણે એવું જીવન જીવીએ કે જેથી ઘરમાં સંવાદિતા સ્થપાય. અને આ વાંચનાર દરેક માતા-પિતા અને વાલી પોતાની પાછળ દિવ્ય પ્રેમના ધોધનો વારસો આપીને જાય. ◆

(સહેલી શેઠના ‘બ્રહ્મનિર્ગર’-એપ્રિલ, ૨૦૨૪ના અંકમાં પ્રકાશિત મૂળ અંગ્રેજી લેખનો ભાવાનુવાદ)

યોગીબાપાએ જશુભાઈને ‘સાહેબ’ કેમ કહ્યા ?

~ બારીન્દ્રભાઈ પટેલ

આજે ૨૬ માર્ચ ૨૦૨૪, મંગળવારની અઠવાડિક સભામાં જવાનું હતું. બિંદુબાએ કહ્યું કે, ‘તેમને આજે સભામાં પૂ. સાહેબના મહિમા વિશે વાત કરવાની છે, પણ અવાજ બેસી ગયો છે તો તમે જ વાત કરજો’ની આજ્ઞા આપી. હું વિચારવા લાગ્યો કે, શી વાત કરીશ ? કારણ કે, ‘ગુરુ’નો મહિમા તો અનંત છે અને પંદર મિનિટમાં તે કહેવો એટલે ગાગરમાં સાગર ભરવા જેવી વાત થઈ.

જ્યારે પૂ. સાહેબજીનાં પ્રથમ દર્શન ૨૦૦૨માં થયાં ત્યારે મને ‘સાહેબ’ નામ ખૂંચ્યું હતું; પરંતુ, જ્યારે તેનો ઇતિહાસ જાણ્યો કે, બ્રહ્મસ્વરૂપ પ.પૂ. યોગીબાપાએ આ નામ આપ્યું છે એટલે આપોઆપ સમાધાન થઈ ગયું. આજે ફરી હું વિચારવા લાગ્યો કે, યોગીબાપાએ જશુભાઈને ‘સાહેબ’ કહી કેમ સંબોધ્યા હશે ? યોગીબાપા એટલે તો ‘દાસત્વ’નું સ્વરૂપ અને ભક્તોને પણ દાસના દાસ થવાની વાત કરે. અને સાહેબજી પણ સામાન્ય માનવીના મનમાં ‘સાહેબ’ની કલ્પના કે અર્થ હોય તેવું તો તેઓ જીવતા જ નથી. યોગીબાપાની વાણી ખૂબ જ સરળ હતી, પણ તેમની વાતોમાં ખૂબ જ ગૂઢાર્થ હતો.

જ્ઞાનજીવનદાસજી સ્વામી ખૂબ જ જ્ઞાની હતા. પૂ. સાહેબ એક પ્રસંગ ટાંકીને ઘણી વખત વાત કરે છે. જ્યારે તેઓ સંસ્થામાંથી વિમુખ થયા બાદ આણંદ મંદિરે બાપાનાં દર્શન કરવા ગયા અને છેક પાછળ બેઠા હતા. બાપાની નજર પડી એટલે તેઓ એટલું જ બોલ્યા કે, ‘ગુરુઆજ્ઞાનું પાલન એ જ સાચું ગુરુદર્શન !’ બસ આટલામાં ઘણું કહ્યું અને પૂ. સાહેબ તે સમજી ગયા અને ત્યારથી એનું જ પાલન કરતા આવ્યા છે. તો હવે પ્રશ્ન થાય કે, બાપાએ જશુભાઈને ૨૧ સપ્ટેમ્બર ૧૯૬૫, ૫૨મી વર્ષની ઉંમરે ‘સાહેબ’ કહી કેમ સંબોધ્યા હશે ? ‘સાહેબ’ કયા અર્થમાં કહ્યું હશે ? અથવા તો જશુભાઈમાં તેમણે શું જોયું હશે ? કયા ગુણો જોઈને કહ્યું હશે ? જેનાં આપણે ધીમે ધીમે દર્શન કરી રહ્યાં છીએ. જેમ મંત્રના દરેક શબ્દ અને અક્ષરમાં અર્થ સમાયેલો હોય છે તેમ ‘સાહેબ’ શબ્દમાં પણ દરેક અક્ષરનો ગૂઢાર્થ છે. બાપાએ તે દરેક અક્ષરના ગુણના જશુભાઈમાં દર્શન કરીને ‘સાહેબ’ નામ આપ્યું હશે તેમ માની હું મારી સમજ અને મારી બુદ્ધિની મર્યાદામાં રહી આજે તેની ચર્ચા કરું છું. :

સાહેબના ‘સા’થી બાપાએ પ્રથમ જશુભાઈમાં સાધુતાનાં દર્શન કર્યાં હશે અને સાધુ કોને કહેવાય ? તો સાધુ પૂ. મનોજદાસજી રચિત ભજનમાં વિદિત થાય છે.

‘સા’ : સાદાઈ, સરળતા, સહજતા; જેનાં આપણે હરક્ષણે દર્શન કરીએ છીએ. ‘સા’થી સમર્થ, બાપાને પાકી ખાતરી હતી કે, જશુભાઈને તેઓ કાંઈ પણ આજ્ઞા કે કાર્ય સોંપશે તે સંપૂર્ણ કરવામાં સમર્થ છે.

‘સા’ : ‘સાથી’ અને ‘સારથી.’ વડીલ સંતોને પૂછીએ તો તેઓ તરત જ કહેશે કે, ‘સાહેબ’ અનુપમ, અદ્વિતીય અને અનંત સાથી છે.’ જેમના સાથી બન્યા છે તેઓને પૂછીએ તો તરત જ કહેશે કે, જિંદગી તૂટાન સે ભી લડ જાતી હૈ, અગર ‘સાહેબ’ કા સાથ હો. બડે સે બડા ગમ ભી સહ જાતી હૈ, અગર ‘સાહેબ’ કા સાથ હો. યું તો જીતે હૈ, સભી દુનિયા મેં, મગર જિંદગી જત્રત બન જાતી હૈ, અગર ‘સાહેબ’ કા સાથ હો.

‘સા’ : સાગર. સાગર એટલે રત્નોનો ભંડાર અને તે મેળવવા માટે ‘સાગર’રૂપી સાહેબજીમાં સંપૂર્ણ વિલીન થઈ જવું પડે. સાહેબ સાગર જેવા ભવ્ય, સ્થિર ને અનંત છે અને એટલા જ ગૂઢ છે. અને આપણી જીવનનૈયાને સંસાર-સાગરને પેલે પાર ‘સાહિલ’ એટલે કે કિનારે સલામત પહોંચાડવાનું સામર્થ્ય ધરાવે છે.

‘સા’ : ‘સાહસ’. સાહસ એ વીર પુરુષનું લક્ષણ છે. વગર ભગવાંએ સાધુ થવું તે સહેલું નથી. હૃદયને ભગવું કરવું એટલે સાધુતાના ગુણ તેમનાં કાર્યો અને વર્તન દ્વારા દેખાઈ આવે. તે પછી શિક્ષણ, સ્વાસ્થ્ય કે પછી ૨૦૦૧માં ધરતીકંપમાં અનાથ બનેલાં બાળકો માટે ‘ધર્મભક્તિ નિકેતન’ જેવી સંસ્થા ઊભી કરવાની હોય કે પછી કેવડિયા કોલોનીમાં જઈ ત્યાંની આદિવાસી પ્રજાનો ઉદ્ધાર કરવાનો હોય કે પરદેશમાં અશક્ય સંજોગોમાં નવા મંદિર કે હિન્દુ Crematorium ઊભું કરવામાં તેમના ‘સાહસ’ સાથે સામર્થ્યનાં દર્શન થાય છે.

‘સા’ : સંગીત, સંગીતના સાત સૂર ‘સા’થી જ શરૂઆત થાય છે. ‘સાહેબ’ એટલે જ સંગીત. જો જીવનમાં તાલ અને લય હોય

તો જ ભક્તિ સરળ બને, સાહેબ ભક્તોનાં જીવનમાં દિવ્યતા સાધના, શ્રદ્ધા અને બ્રહ્માનંદનું સંગીત ભરી દે છે.

‘સા’ : સાતત્ય, સાકાર, અને સાક્ષાત્; ઉપરના સર્વ ગુણનું દર્શન પ્રભુનું સાક્ષાત્, સાકાર સ્વરૂપ જ કરાવી શકે. જેની આપણને સર્વને હંમેશાં અનુભૂતિ થઈ રહી છે.

‘સાહેબ’માં બીજો અક્ષર છે - ‘હે’. હે બોલતા હેત જ બોલાઈ જાય, હેત એટલે પ્રેમનું ઉત્કૃષ્ટ સ્વરૂપ; જે માયાથી પર છે, દિવ્ય છે, જે સર્વને વિપુલ પ્રમાણમાં મળતું રહે છે.

‘હે’ : હેમ. હેમ એટલે સોનું. એક સોનું જ એવું છે કે કસોટીમાં હંમેશાં શુદ્ધ થઈને જ પ્રગટે. પૂ. સાહેબજીના સાધુજીવન અને વિદ્યાર્થીજીવનમાં તેઓ કેટકેટલી કસોટીમાં શુદ્ધ સોના જેવા થઈને બહાર આવ્યા છે.

‘હે’ : હેલ્પ. આપણા સર્વનો અનુભવ છે કે જ્યારે જીવનમાં હેલ્પ એટલે કે મદદ માટે સર્વ પ્રયત્ન નિષ્ફળ જાય ત્યાં છેલ્લું શરણું ‘સાહેબ’ બની રહે છે. જેઓ કદી પણ કોઈને નિરાશ નથી કરતા.

‘હે’ : હેવન - Heaven એટલે કે અક્ષરધામ. સાહેબનું સાંનિધ્ય એટલે જ છતીદેહે અક્ષરધામની અનુભૂતિ.

સાહેબમાં ત્રીજો અક્ષર છે ‘બ’.

‘બ’ : એટલે બળવંત. મહાબળવંત માયા તમારી, જેણે આવરિયાં નરનારી.

‘બ’ : એટલે બધે જ અને બધાના. વિશ્વના દરેક ખૂણે ભક્તોને સાહેબના સર્વવ્યાપી અને સમભાવનાનાં દર્શન થાય છે.

‘બ’ : બચાવે, બનાવે. જે કોઈ સાહેબના શરણમાં આવે છે તે સૌ પાપ, પતન, અધોગતિમાંથી બચી જાય છે અને તેને પ્રભુનો ઉત્તમ ભક્ત બનાવે છે.

‘બ’ : બંધનમુક્ત. પૂ. સાહેબજી જ આપણને બંધનમુક્ત કરી શકે. કારણ કે, પોતે બંધનમુક્ત છે. અને બંધનમુક્તિ એટલે ફક્ત પ્રભુમાં જ પ્રીતિ ! પ્રભુનું કાર્ય, પ્રભુની રીતે, પ્રભુને રાજ કરવા જીવવું એટલે જ દુનિયાનાં બંધનોમાંથી મુક્તિ.

યોગીબાપાએ આપેલી અમૂલ્ય ભેટ એવા પૂ. સાહેબના ચરણોમાં જ્યારે મસ્તક ધરું છું ત્યારે પૂ. સાહેબના સર્વ ગુણોની અનુભૂતિ કરી ધન્યતા અનુભવું છું. ◆

TOTAL WELLNESS MANAGEMENT THE IMPORTANCE OF PROPER BREATHING

~ Lt. Gen. Mohinder M. Walia (Retd.)

Concept

Human life is sustained by *Prana*, an unseen life force. Oxygen in the air that we inhale is the food for *prana*. To remain activated, the *prana* requires an adequate quantum of oxygen. For this purpose, the right way of breathing is of utmost importance.

TECHNIQUE

The right way of breathing in simple terms just means full inhalation of air full of oxygen and complete exhalation of carbon dioxide filled air from the lungs.

Of course, we should inhale as also exhale through the nose.

When we fully breathe in air into our lungs, not only the chest gets inflated, but the diaphragm just below the ribs also pushes out the abdomen. That is why it is called 'abdominal breathing'.

Duration of inhalation/exhalation process is not so important as it may vary a little from person to person, with his age and general health.

Since most of us are habituated to shallow breathing, change to deep breathing will require a conscious practice for a few days.

Needless to say, this sort of breathing is not possible when one is talking, eating, or drinking.

Benefits

- * With enhanced quantity of air filled with oxygen inhaled, the *prana* gets very powerful to make life very healthy.
- * Activated oxygenated blood circulates in the body to do effective repair and maintenance of various organs.
- * Immune system gets stronger.
- * Speedier recovery from diseases.
- * The ageing process gets mellowed down.

Putting in a nut shell, right breathing is the key to better and stress-free living.

Let's resolve to change our shallow breathing habit to deep abdominal breathing. ◆



શ્રી હેલજીની પદ્મમણીની ઘડીઓ રખિયામણી



૧ એપ્રિલ, સોમવાર... તપોભૂમિ બ્રહ્મજ્યોતિ પર સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘાર્યા. ત્યારબાદ શ્રી ઠાકોરજી સમક્ષ કીર્તનભક્તિનો આનંદ માણી ઉપસ્થિત સૌ ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. યુ.કે. પરત પઘારતા સતીશભાઈ ચતવાણીને વિદાયની શુભેચ્છા-આશિષ પાઠવી. સાંજે ખંભાત પઘારી મીરાંબહેન શાસ્ત્રીના નિરામય સ્વાસ્થ્ય માટે ધૂન-પ્રાર્થના કરી. ખંભાત મંદિરે દર્શન કરી, અ.નિ.કે. બી. પટેલની પ્રાર્થનાસભામાં પઘારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. રાત્રે 'પારમિતા' સભાખંડમાં 'સહજનંદ કલાસાધના તીર્થ' દ્વારા આયોજિત સંતભગવંત સાહેબજી પ્રાગટ્યોત્સવ અને સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. વિઠ્ઠલભાઈ (ડૉ. વી.એસ.)ના પ્રાગટ્યપર્વની સભામાં પઘારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૨ એપ્રિલ, મંગળવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘારી ઉપસ્થિત ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું.

૩ એપ્રિલ, બુધવાર... સાંજે 'તીરથ'માં વ્રતઘારી સંતોની સભામાં પઘારી અદ્ભુત સત્સંગલાભ આપ્યો. 'અક્ષરમહોલ'માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પઘારી અંગ્રેજી તારીખ પ્રમાણે ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણના પ્રાગટ્યપર્વ નિમિત્તે મહિમાગાન કરી આશીર્વાદ આપ્યા.

૪ એપ્રિલ, ગુરુવાર... તપોભૂમિ બ્રહ્મજ્યોતિમાં નિવાસ કરી દર્શનાર્થે પઘારેલ સૌ ભક્તોને સત્સંગ-ગોષ્ઠિનો લાભ આપ્યો.

૫ એપ્રિલ, શુક્રવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘાર્યા. ત્યારબાદ ઉપસ્થિત ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. ચારુતર આરોગ્ય મંડળના નિવૃત્ત થતા સેક્રેટરી શ્રી જગૃતભાઈ ભટ્ટને સન્માનિત કરી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. 'અક્ષરમહોલ'માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પઘારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૬ એપ્રિલ, શનિવાર... સવારે શ્રી ભાઈકાકા યુનિવર્સિટીના ઓડિટોરિયમમાં શ્રી જગૃતભાઈ ભટ્ટના વિદાય સમારંભમાં પઘારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. બ્રહ્મજ્યોતિ પર દર્શનાર્થે પઘારેલ ભક્તોને સત્સંગનો લાભ આપ્યો. 'અક્ષરમહોલ'માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પઘારી આશીર્વાદ આપ્યા.

૭ એપ્રિલ, રવિવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘારી સૌ ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. બારડોલીથી પઘારેલ શ્રી ભીખાભાઈ ઝવેરભાઈ પટેલ અને શ્રી રમણભાઈ પટેલને સત્કાર્યા. બ્રહ્મસ્વરૂપ પ.પૂ. કાકાજી મહારાજની સ્મૃતિમાં યોજેલ કીર્તન આરાધનામાં પઘારી કીર્તનભક્તિનો આનંદ માણ્યો તેમજ ઉપસ્થિત સૌને આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૮ એપ્રિલ, સોમવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘારી સૌ ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. શ્રી ભીખુભાઈ પટેલ (ચેરમેન, સરદાર પટેલ ઍજ્યુકેશન ટ્રસ્ટ-આણંદ)ને સત્કારી, તેઓ યુ.એસ.એ. જતા હોવાથી શુભેચ્છાઓ તેમજ આશીર્વાદ પાઠવ્યાં.

૯ એપ્રિલ, મંગળવાર... સવારે કરમસદ શ્રી કૃષ્ણ હોસ્પિટલમાં રુટિન સ્વાસ્થ્ય ચેકઅપ માટે પઘાર્યા.

૧૦ એપ્રિલ, બુધવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘાર્યા. સાંજે 'તીરથ'માં વ્રતઘારી સંતોની સભામાં પઘારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. સંઘ્યા આરતી તેમજ નિત્ય રાત્રિસભામાં પઘારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૧૧ એપ્રિલ, ગુરુવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘાર્યા. ત્યારબાદ કરમસદ બારીન્દ્રભાઈ-બિંદુબાના ઘરે સૌ સંતો-ભક્તોને સાથે લઈ જઈને પઘરામણી કરી, ધૂન-પ્રાર્થના કરી આશીર્વાદ આપ્યા.

૧૨ એપ્રિલ, શુક્રવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઘાર્યા. સાંજે 'પારમિતા' સભાખંડમાં યોજેલ



‘બ્રહ્મનિર્ઝર’ની સેવામાં જોડાઈ સૌ કાર્યકર્તાઓને સેવા-ભક્તિમાં બળપૂર્વા.

૧૩ એપ્રિલ, શનિવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઢાર્યા. ત્યારબાદ ઉપસ્થિત સૌ ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું.

૧૪ એપ્રિલ, રવિવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઢાર્યા. ત્યારબાદ સભામાં ખૂબ મોટી સંખ્યામાં પઢારેલ સૌ ભક્તોને નજીકના દિવસોમાં આવી રહેલ શ્રીજી મહારાજના પ્રાગટ્ય-માહાત્મ્યની અદ્ભુત વાતો કરી.

૧૫ એપ્રિલ, સોમવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઢાર્યા. ત્યારબાદ સહાય્યાથી-યુ.એસ.એ.નિવાસી રવીન્દ્રભાઈ ભક્તા સહપરિવાર પઢાર્યા, તેઓને સત્કારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. સાંજે આણંદમાં અમૃતભાઈ-ભગવતીબહેનના નવીનીકરણ થયેલ ઘરે નૂતન મંદિરમાં મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા નિમિત્તે યોજેલ મહાપૂજામાં પઢારી આશીર્વાદ આપ્યા. ત્યાંથી યોગેશભાઈ વડવાલાના ઘરે તથા નીરવભાઈ-ઝરણાબહેનના ઘરે પઢારામણી કરી આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૧૬ એપ્રિલ, મંગળવાર... સવારે મંદિરજીમાં દર્શન કરીને આણંદ પઢાર્યા. આગામી લોકસભાની ચૂંટણી માટે ઉમેદવારી ક્ષેત્ર ભરવા જઈ રહેલા સાંસદ શ્રી મિતેશભાઈ પટેલને આશીર્વાદ આપ્યા. આ પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી ભૂપેન્દ્રભાઈ પટેલ અને સંતો પઢાર્યા. સાંજે બ્રહ્મજ્યોતિમાં મંદિરજીમાં શ્રી ઠાકોરજીનાં દર્શન કરી સુરત તરફ પ્રયાણ કર્યું. મોડી સાંજે સુરત મંદિરે પઢાર્યા. શ્રી ઠાકોરજી મહારાજનાં દર્શન કરી સ્વાગતસભામાં આશીર્વાદ પાઠવ્યા. રાત્રે હેમંતકુમાર-તૃપ્તિબહેનના નૂતન આવાસમાં પઢારી રાત્રિરોકાણ કર્યું.

૧૭ એપ્રિલ, બુધવાર... સવારે શ્રી હરિજયંતી-શ્રી રામનવમીના શુભ દિને હેમંતકુમાર-તૃપ્તિબહેનના નૂતન આવાસના નૂતન ઘરમંદિરમાં યોજેલ મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા-વાસ્તુ મહાપૂજામાં પઢારી ઉપસ્થિત સૌ મુકતોને બ્રહ્માનંદ કરાવી આશીર્વાદ આપ્યા. સાંજે બાવચંદભાઈ, પૂનાભાઈના ઘરે પઢારામણી કરી. પ્રાગજીભાઈ રામોલિયાના ઘરે પઢારામણી કરી.



રાત્રે સુરત મંદિરે શ્રી હરિજયંતી-શ્રી રામનવમી ઉત્સવસભામાં પઢારી મંડળના સૌ મુકતોને આશીર્વાદ આપ્યા અને શ્રી ઠાકોરજીને જન્મોત્સવની આરતી અર્પણ કરી. રાત્રિરોકાણ માટે હેમંતકુમાર-તૃપ્તિબહેનના ઘરે પઢાર્યા.

૧૮ એપ્રિલ, ગુરુવાર... સવારે હેમંતભાઈના ઘરે ઉપસ્થિત સૌને બ્રહ્માનંદ કરાવ્યો. પડોશી રમેશભાઈ કુકડિયાના ઘરે પઢારામણી કરી. સૌની ભાવભરી વિદાય લઈ બપોરે અતુલ-વલસાડમાં રામસિંહભાઈ-ભાવનાબહેનના ઘરે પઢારામણી કરી તેઓના નિરામય સ્વાસ્થ્ય માટે ધૂન-પ્રાર્થના સાથે આશીર્વાદ પાઠવ્યા. ફાલ્ગુનીબહેનના ઘરે પઢારામણી કરી. ત્યાં પઢારેલ વલસાડ મંડળના સૌ સ્થાનિક મુકતોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. સૌની વિદાય લઈ સાંજે અંકલેશ્વર પઢાર્યા. ત્યાં શ્રી સિદ્ધિ બ્રહ્મ રુદ્ર સમાજની વાડીમાં યોજેલ સભામાં પઢારી સૌ ભક્તોને આશીર્વાદ પાઠવ્યા. રોહનભાઈના ઘરે પઢારામણી કરી ઉપસ્થિત સૌ સ્થાનિક ભક્તોને ગોષ્ઠિનો લાભ આપી મોડી રાત્રે બ્રહ્મજ્યોતિ પઢાર્યા.

૧૯ એપ્રિલ, શુક્રવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઢાર્યા. મુંબઈથી પઢારેલ દુબઈ નિવાસી રાજશ્રીબહેન ઠક્કર અને તેઓનાં મિત્ર ડૉ. સ્મૃતિબહેન મ્હાત્રેને સત્કાર્યા. સાંજે ‘પારમિતા’ સભાખંડમાં ડૉ. સ્મૃતિબહેન મ્હાત્રે પાસેથી સૌએ સ્વાસ્થ્યલાભ માટે આરોગ્યલક્ષી માર્ગદર્શન મેળવ્યું.

૨૦ એપ્રિલ, શનિવાર... બપોરે શ્રી રાજશ્રીબહેન ઠક્કર અને તેઓનાં મિત્ર ડૉ. સ્મૃતિબહેન મ્હાત્રેને વિદાય પાઠવી. ‘અક્ષરમહોલ’માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પઢારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૨૧ એપ્રિલ, રવિવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઢાર્યા. ઉપસ્થિત સૌ ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. સાંજે ‘અક્ષરમહોલ’માં યુ.કે.થી પઢારેલ જાનકીબહેન અને પરિવારજનોને સત્કાર્યા. ‘અક્ષરમહોલ’માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પઢારી આશીર્વાદ આપ્યા.

૨૨ એપ્રિલ, સોમવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પઢાર્યા. ઉપસ્થિત સૌ ભક્તોને દર્શન-સમાગમનું સુખ આપ્યું. ‘અક્ષરમહોલ’માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પઢારી

સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. ડૉ. સનંદભાઈ (ડૉક્ટરસાહેબ)ની ૧૦મી વાર્ષિક નિર્વાણતિથિ નિમિત્તે આશીર્વાદ આપ્યા.

૨૩ એપ્રિલ, મંગળવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પધાર્યા. ત્યારબાદ શ્રી ઠાકોરજી સમક્ષ કીર્તનભક્તિનો આનંદ માણ્યો. સાંજે શ્રી હનુમાનજયંતી તથા બ્રહ્મસ્વરૂપ પ.પૂ. યોગીજી મહારાજની સ્મૃતિમાં યોજેલ કીર્તન આરાધનામાં પધારી કીર્તનભક્તિનો આનંદ માણ્યો તથા ઉપસ્થિત સૌને અદ્ભુત સત્સંગલાભ આપ્યો.

૨૪ એપ્રિલ, બુધવાર... બપોરે નૂતન સાધક નિવાસ નિર્માણ માટે સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. અશ્વિનદાદા, પ.પૂ. મનોજદાસજી, આર્કિટેક્ટ અમિતભાઈ-માધવીબહેન અને અનુપમ મિશનની બાંધકામ કમિટીના સંતો-ભક્તો સાથે 'શ્રી યોગી વિદ્યાપીઠ'માં યોજેલ મીટિંગમાં પધારી માર્ગદર્શન આપ્યાં. સાંજે 'તીરથ'માં વ્રતધારી ભાઈઓની સભામાં પધારી સૌને આશીર્વાદ પાઠવ્યા. 'અક્ષરમહોલ'માં નિત્ય રાત્રિસભામાં પધારી આશીર્વાદ આપ્યા.

૨૫ એપ્રિલ, ગુરુવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પધાર્યા. ત્યારબાદ શ્રી ઠાકોરજી સમક્ષ કીર્તનભક્તિનો આનંદ માણ્યો. રાત્રે વદ્ધભવિદ્યાનગરમાં સંજયભાઈ-મુત્રીબહેનના ઘરે પધરામણી કરી પરિવારનાં સૌ મુકતોને આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૨૬ એપ્રિલ, શુક્રવાર... સવારે મંદિરજીમાં રાજભોગ આરતીમાં પધાર્યા. મોરબીથી પધારેલ મનીષભાઈના ઘરમંદિરની મૂર્તિઓનાં તથા નવી ગાડીનું પૂજન કરી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. રાત્રે 'પારમિતા' સભાખંડમાં દુબઈ ધર્મયાત્રામાં પધારતા સંતો-ભક્તોની વિદાય-મિલનસભામાં પધારી અદ્ભુત આશીર્વાદ પાઠવ્યા.

૨૭ એપ્રિલ, શનિવાર... સવારે મંદિરજીમાં શ્રી ઠાકોરજી મહારાજનાં દર્શન કરી બ્રહ્મસ્વરૂપ કાકાજી મહારાજ અને પ.પૂ. સોનાબાનાં સમાધિસ્થાને પધારી દર્શન કર્યાં. ત્યારબાદ સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. શાંતિદાદાના સમાધિસ્થાને પુષ્પાંજલિ અર્પણ કરી, સૌની ભાવભરી વિદાય લઈ દુબઈ જવા માટે અમદાવાદ એરપોર્ટ પધાર્યા. અમદાવાદ મંડળ દ્વારા યોજેલ વિદાય-મિલન સભામાં



પધારી આશીર્વાદ પાઠવ્યા. દુબઈ એરપોર્ટ પર રાજશ્રીબહેન, દર્શનાબહેન, ભાવિશાબહેન, રોહિતભાઈ, ધવલભાઈ આદિ ભક્તોએ ભાવથી સત્કાર્યા. ત્યારબાદ નયનભાઈ-રાજશ્રીબહેનના ઘરે પધાર્યા, તેઓએ ખૂબ ભાવથી સૌનાં સ્વાગત કર્યાં. સાંજે નયનભાઈ-રાજશ્રીબહેનના ભાવ ગ્રહણ કરી બોટમાં ધૂન-પ્રાર્થના સાથે કીર્તનસંઘ્યા-સભા કરી દુબઈ મુલાકાતનો આનંદ માણ્યો.

૨૮ એપ્રિલ, રવિવાર... સવારે મંગલ પૂજામાં સૌને લાભ આપ્યો. આશિષ-ઈલા, હાર્દિક-રિમાના ઘરે પધરામણી કરી સત્સંગનો લાભ આપ્યો. સાંજે રાજશ્રીબહેન-નયનભાઈના ઘરે યોજેલ મહાપૂજામાં આશીર્વાદ પાઠવ્યા. મહાપૂજા બાદ કીર્તનભક્તિનો આનંદ માણ્યો તથા અઠવાડિક સત્સંગસભામાં પધારેલા સૌ અક્ષરમુકતોને આશીર્વાદ પાઠવ્યા. સભા બાદ સૌને ગોષ્ઠિનો લાભ આપી આનંદબ્રહ્મ કરાવ્યો.

૨૯ એપ્રિલ, સોમવાર... આખો દિવસ ઘરે રહી ઉપસ્થિત મુલાકાતે આવતા સ્થાનિક ભક્તોને સત્સંગલાભ આપ્યો.

૩૦ એપ્રિલ, મંગળવાર... સવારે ભારતથી પધારેલ સૌ સંતો-ભક્તો તેમજ દુબઈનિવાસી સૌ અક્ષરમુકતો સાથે અબુધાબી સ્થિત બી.એ.પી.એસ. હિન્દુ મંદિરનાં દર્શન માટે પધાર્યા. સંતોએ સૌનાં સ્વાગત કરી મંદિર વિશે વિગતે માહિતી આપી તથા પ્રત્યેક ભગવાનની મૂર્તિ સમક્ષ પધારી દર્શન કરાવ્યાં. શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમ મહારાજની મૂર્તિ સમક્ષ પધારી ધૂન-પ્રાર્થના કરી. શ્રી નીલકંઠવર્ણીની મૂર્તિની અભિષેકવિધિનો લાભ લીધો. અદ્ભુત મંદિરનાં દર્શન કરી, સાથે પ.પૂ. બ્રહ્મવિહારી સ્વામી-સંતોની પ્રભુ અને પૂજ્ય પ્રમુખ સ્વામીજી, પ.પૂ. મહંત સ્વામીજી તરફની અદ્ભુત દાસત્વભક્તિનાં દર્શન કરી સૌ ભાવવિભોર બની રહ્યા. ધન્ય છે આ દિવ્ય સંતોને ! ધન્ય છે પ્રભુને ! ધન્ય છે ગુરુજનોને ! ત્યાંથી શ્રી અશોકભાઈ દોશીના ઘરે પધારી પરિવારનાં સૌને સત્સંગ-ગોષ્ઠિનો લાભ આપી આનંદ કરાવ્યો. બૈજુભાઈ-મિતલબહેન, નીરજભાઈ-ભારતીબહેનના ઘરે પધરામણી કરી, ગોષ્ઠિનો લાભ આપી, ધૂન-પ્રાર્થના કરી સૌને આશીર્વાદ પાઠવ્યા. સાંજે નયનકુમાર-રાજશ્રીબહેનના ઘરે પધારી ઘરમંદિરમાં આરતી અર્પણ કરી સભામાં સૌને બ્રહ્માનંદ કરાવ્યો. ◆

શ્રી હરિ જયંતી - શ્રી રામ નવમી

અનુપમ દ્વારા વિવિધ બાળશિબિરોનાં આયોજન

૧૭ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ તપોભૂમિ બ્રહ્મજ્યોતિ ખાતે ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણના ૨૪૪મા પ્રાગટ્યપર્વને અત્યંત ભક્તિભાવે ઉજવવામાં આવ્યું. આ પવિત્ર પર્વે મંદિરજીમાં બિરાજમાન મૂર્તિઓને પૂજારીઓએ ખાસ પુષ્પનાવાઘા ધરાવ્યા, અનેક સંતો-ભક્તોએ પાંચેય આરતીનો લાભ લીધો તેમજ અનેક નાનાં બાળકોથી લઈને વડીલોએ નિર્જળા ઉપવાસ કર્યા, આમ સૌએ પ્રભુ પ્રતિના પોતાના ભક્તિઅર્ધ અર્પણ કર્યા. સંતભગવંત સાહેબજીએ સૌ પર અત્યંત પ્રસન્નતા વરસાવી આશીર્વાદ પ્રદાન કર્યા. સાંજે 'પારમિતા' સભાખંડમાં પ્રાગટ્યોત્સવની સભા યોજાઈ. અનુપમ સૂરવૃંદના સંતો-યુવાનોએ ભગવાન શ્રી રામ અને ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણનાં માહાત્મ્યનાં કીર્તનો પ્રસ્તુત કરી સૌને પરમ ભક્તિભાવમાં લીન કર્યા. સાધુ પૂ. હરસુખદાસજી અને સાધુ પૂ. રમેશદાસજી (દયાળુ)એ પૂજન-પુષ્પમાળા અર્પણ કરી. અમેરિકા પરત પધારતા સાધુ પૂ. કૌશિકદાસજીને શુભેચ્છાઓ આપવામાં આવી તથા તેઓએ પ્રાસંગિક ઉદ્બોધન કરી માહાત્મ્યગાન કર્યા. આ પ્રસંગે લોસએન્જલસ-યુ.એસ.એ. મંદિરે સેવામાં પધારતા સાધુ પૂ. ધનશ્યામદાસજી અને સાધુ પૂ. ગિરીશદાસજીને પણ વિદાયની શુભેચ્છાઓ આપવામાં આવી. અંતે સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાએ આશીર્વાદ વરસાવી ભક્તવત્સલ અને કરુણાનિધાન ભગવાનના જીવન પ્રસંગોનાં વર્ણન કરી પ્રભુના અનન્ય આશરા અને ભક્તિની સુંદર સમજણ આપી. પ્રભુના પ્રાગટ્ય સમયે રાત્રે ૧૦:૧૦ વાગ્યે આરતી અર્પણ કરી સૌએ પ્રાર્થનાભાવ ધર્યા. ◆

અનુપમ પરિવારનાં સૌ બાળ અક્ષરમુક્તોનાં ઘડતર અને સંસ્કારસિંચન માટે 'અનુપમ યોગી બાળવૃંદ' દ્વારા એપ્રિલ માસમાં અનુપમ મિશનનાં વિવિધ કેન્દ્રોમાં-મંડળોમાં એકદિવસીય બાળશિબિરનાં સુંદર આયોજન થયાં. ૧૪ એપ્રિલના રોજ ભીંગરાડ તેમજ કાનમ પ્રદેશ આદિ કેન્દ્રોમાં, ૨૧ એપ્રિલના રોજ અમદાવાદ, મુંબઈ, ચરોતર, કચ્છ આદિ કેન્દ્રોમાં તથા ૨૮ એપ્રિલના રોજ સુરત, મોરબી, માણાવદર, સૌરાષ્ટ્ર, વડોદરા આદિ મંડળોમાં બાળશિબિરો યોજાઈ. આ બાળશિબિરોમાં જે-તે મંડળના સૌ કાર્યકર્તાઓ દ્વારા બાળકો માટે આનંદબ્રહ્મ રમતો, નિત્યપૂજા, ધૂન-ભજન-ભક્તિ-સત્સંગનું સામાન્ય જ્ઞાન, ક્રિએટિવ સ્કિલ્સ વગેરે વિષયો પર સમજ આપતાં સત્ર યોજાયાં. દરેક કેન્દ્રો-મંડળોની બાળશિબિરમાં પ્રાદેશિક અને સ્થાનિક સંતો તથા વડીલ અક્ષરમુક્તોએ ઉપસ્થિત રહી સૌનો ઉત્સાહ વધારી પ્રોત્સાહન અને માર્ગદર્શન આપ્યાં. સંતભગવંત સાહેબજી અને સદ્ગુરુ સંતોએ આ બાળશિબિરોનાં વિડિયો દર્શન દ્વારા સમગ્ર અહેવાલ જાણી અત્યંત પ્રસન્નતા વરસાવી અને નિયમિત અઠવાડિક બાળસભાઓ કરવા પ્રેરણા આપી. ◆

ઉપાસના ધામ-ખારઘર મંદિરનો ૧૭મો પાટોત્સવ

મહારાષ્ટ્રમાં નવી મુંબઈના ખારઘર સ્થિત ઉપાસના ધામના મંદિરની મૂર્તિઓનો ૧૭મો પાટોત્સવ સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદા અને સંતોના દિવ્ય સાંનિધ્યમાં મુંબઈ પ્રદેશના સૌ સ્થાનિક ભક્તો દ્વારા ભક્તિભાવે ઉજવાયો. આ પ્રસંગે સ્થાનિક સંતો સાધુ પૂ. દિનેશદાસજી અને સાધુ



ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણ અને ભગવાન શ્રી રામચંદ્રજીના પ્રાદુર્ભાવ પ્રસંગે યોજિત ઉત્સવસભામાં સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાના આશીર્વાદ

પૂ. હરિકૃષ્ણદાસજી તેમજ પ્રાદેશિક વડીલ સાધુ પૂ. ઉમેશદાસજી, સાધુ પૂ. યજ્ઞેશદાસજીનાં માર્ગદર્શને મુંબઈ પ્રદેશના યુવાઓએ સુંદર સેવાઓ કરી સમગ્ર ઉત્સવની ભક્તિસભર તૈયારી કરી.

૨૭ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ સવાર અને સાંજ બંને સત્રોમાં સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાએ ‘જીવનભાવના અને જીવન શૈલી’ વિષય પર અનેક પ્રસંગો તેમજ માર્મિક વાતો દ્વારા સુંદર સત્સંગલાભ આપ્યો અને સારું વર્ષ તેનું અનુસંધાન રાખી ભક્તિભાવે જીવન જીવવા તથા પ્રગટ સત્પુરુષના આશરે જીવન ધન્ય બનાવવાની રાહ પર ડગ માંડવાં અનેરાં માર્ગદર્શન પ્રદાન કર્યાં. તેઓની લાક્ષણિક શૈલીમાં પ્રગટ થયેલી વાતોએ અનેક ભક્તોના પ્રશ્નોનાં નિરાકરણ કર્યાં અને હૈયે શાતા પમાડી.

૨૮ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ સવારે સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાની નિશ્રામાં સ્થાનિક બહેનો માટે વિશેષ સત્ર યોજાયું. બહેનોએ પોતાના જીવનમાં આવતા પ્રશ્નોની નિષ્કપટભાવે સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદા સમક્ષ રજૂઆત કરી અને તેઓ પાસેથી સમાધાન, માર્ગદર્શન તથા આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કરી સૌએ ધન્યતા અને વિશેષ આનંદની અનુભૂતિ કરી.

૩૦ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાની આશિષ પરાવાણીમાં કીર્તન ‘મંજિલને ઢૂંઢવા દિશા’ના નિરૂપણ સ્વરૂપે અલૌકિક માર્ગદર્શન પ્રાપ્ત થયાં. હૃદયસ્પર્શી આ પરાવાણીમાં જીવનને સાર્થક કરવાનો અલૌકિક મર્મ તેઓએ સમજાવ્યો. અને શ્રદ્ધાથી ગુરુના સાંનિધ્યે સાધના કરવાનું તેમજ આપણી માન્યતા અને મનથી નક્કી કરેલા પૂર્વગ્રહ છોડીને ગુરુ કહે તેમ કરી ખરા અર્થમાં ભક્તનું જીવન અને તો ભગવાનની પ્રસન્નતા સહજમાં પ્રાપ્ત કરી શકાય તે અનુસંધાને તલસ્પર્શી સુંદર વાતો કરી. સાંજની સભામાં સ્થાનિક દીકરા-દીકરીઓએ નૃત્યભક્તિ અદા કરી શ્રી ઠાકોરજીના શ્રી ચરણે ભક્તિભાવ ધર્યાં. ત્યારબાદ અનુપમ સૂરવૃંદ દ્વારા અદ્ભુત ભજનસંધ્યા અર્પણ થઈ, જેમાં સૌએ બ્રહ્માનંદ પ્રાપ્ત કર્યો.

૧ મે ૨૦૨૪ના શુભ મંગલકારી દિને મોટી સંખ્યામાં ભક્તો પાટોત્સવ વિધિ માટે પધાર્યા. સાધુ પૂ. અશોકદાસજી તથા સાધુ પૂ. સરજુદાસજીએ આચાર્યપદે બિરાજી સમગ્ર વિધિ સંપન્ન કરાવી. પાટોત્સવ વિધિમાં ૨૮ અક્ષરમુક્તો યજ્ઞમાનપદે બિરાજમાન થયા. ખારધર મંદિરે અત્યંત દિવ્ય વાતાવરણ પ્રસરી ગયું. મંદિરમાં બિરાજિત શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાન, શ્રી ગુણાતીતાનંદ સ્વામી, શ્રી ગોપાળાનંદ સ્વામી, શ્રી ભગતજી મહારાજ, શ્રી જાગાસ્વામી, શ્રી શાસ્ત્રીજી મહારાજ, શ્રી યોગીજી મહારાજ, શ્રી ગણપતિજી દેવ, શ્રી હનુમાનજી દેવ સમક્ષ સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદા, સાધુઓ પૂ. દિનેશદાસજી, પૂ. હરિકૃષ્ણદાસજી, પૂ. ઉમેશદાસજી, પૂ. રમેશદાસજી દયાળુ, પૂ. અશ્વિનદાસજી ગાંધી, પૂ. પરેશદાસજી, પૂ. પંકજદાસજી, પૂ. યજ્ઞેશદાસજી આદિ સંતો ઉપસ્થિત થયા અને અને અદ્ભુત પાટોત્સવ પૂજનવિધિમાં જોડાયા. મંડળના વડીલો જગતભાઈ, ત્રંબકદાદા, કે. સી. સિંગ, આર.પી. સિંગ, હેતનભાઈ, બાલકૃષ્ણભાઈ સહિત અનેક મહેમાનો અને આમંત્રિતોએ આ પ્રસંગે ઉપસ્થિત રહી ધન્યતા માણી.

પાટોત્સવ વિધિ બાદ શ્રી ઠાકોરજી મહારાજના શણગારનાં દિવ્ય દર્શન સૌને પ્રાપ્ત થયાં. સાહેબજીના ૮૫મા પ્રાગટ્યપર્વ નિમિત્તે શ્રી ઠાકોરજી અને સ્વરૂપો સમક્ષ ૮૫ વાનગીઓનો ભાવથી અન્નકૂટ ધરાવાયો. ત્યારબાદ યોજિત પાટોત્સવસભામાં સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાના દિવ્ય સાંનિધ્યમાં કીર્તનગાન થયાં. આ ઉત્સવસભામાં પવઈ મંદિરેથી પૂ. રાજુભાઈ ઠક્કર અને સંત બહેનો, પૂ. સ્વામિની સ્વપ્રભાનંદા, પનવેલ મ્યુનિસિપલ કમિશ્નર શ્રી ગણેશજી દેશમુખ આદિ પણ દર્શન-સત્સંગ ને આશીર્વાદનો લાભ લેવા પધાર્યા. આ પ્રસંગે જગતભાઈ કિલ્લાવાલા, કે. સી. સિંગ, પારસભાઈ દેસાઈએ પ્રાસંગિક મહિમાગાન કરી આનંદ વ્યક્ત કર્યો. સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. અશ્વિનદાદાએ આશીર્વાદ વરસાવી સૌ ભક્તોને



ખારધર મંદિરે નૃત્યભક્તિ સાથે યુવાઓ દ્વારા સંતોનાં સ્વાગત



ખારધર મંદિર પાટોત્સવની પૂર્વસંધ્યાએ કીર્તનભક્તિની રમઝટ

કૃતાર્થ કર્યા. પરમ ભક્તિભાવ સાથે આ પર્વની ઉજવણી થઈ, જેની દિવ્ય સ્મૃતિ સૌનાં હૈયે અનેરા આનંદની અનુભૂતિ આપી ગઈ. ◆

સંતભગવંત સાહેબજીની યુ.એ.ઈ.ની ધર્મયાત્રા

યુનાઈટેડ આરબ અમીરાત્સના અબુધાબી સ્થિત હિન્દુ સનાતન ધર્મનાં ગૌરવ સમાન શ્રી સ્વામિનારાયણ મંદિરજીનાં નિર્માણ તથા આ મંદિરજીમાં સર્વ દેવી-દેવતાઓની મૂર્તિઓનાં પ્રાણપ્રતિષ્ઠાવિધિ પરિપૂર્ણ થયાં પછી સંતભગવંત સાહેબજી યુ.એ.ઈ.ની પ્રથમ ધર્મયાત્રાએ તારીખ ૨૭ એપ્રિલથી ૪ મે દરમિયાન પધાર્યા.

યુ.એ.ઈ.ના દુબઈમાં નિવાસ કરતાં અત્યંત સંનિષ્ઠ અને ભક્તિભાવસંપન્ન રાજશ્રીબહેન-નયનકુમારનાં ભાવભર્યા નિમંત્રણને સ્વીકારી સંતભગવંત સાહેબજી પાંચ સંતો સાથે યુ.એ.ઈ.ની ધર્મયાત્રાએ પધાર્યા. સદ્ગુરુ સાધુ પૂ. મનોજદાસજી, સાધુ પૂ. બિમલદાસજી, પૂ. અર્પિતદાસજી, પૂ. ઉત્પલદાસજી ને પૂ. પીટરદાસજીને આ ધર્મયાત્રા દરમિયાન સંતભગવંત સાહેબજીની સેવા તથા તેઓનાં દિવ્ય આધ્યાત્મિક કાર્યનાં દર્શનના અદ્ભુત લાભ પ્રાપ્ત થયા. આ ધર્મયાત્રામાં સંતભગવંત સાહેબજીની આજ્ઞાથી ડૉ. અમીબહેન-દિવ્યેશભાઈ, અનુપમભાઈ તથા કિશોરવયના અક્ષરમુક્ત હેમચંદ્ર પણ સંમિલિત થયાં. વળી, આ યાત્રામાં સંતભગવંત સાહેબજીની આજ્ઞાનુસાર ઈંગ્લેન્ડથી ભાવિશાબહેન, વિજયકુમાર-દર્શનાબહેન તથા તેઓના સુપુત્ર રોનકભાઈ પણ સહભાગી થયાં.

૨૭ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. શાંતિદાદાની માસિક પુણ્યતિથિ નિમિત્તે તેઓની સમાધિએ શ્રદ્ધાવંદન તથા પુષ્પાંજલિ અર્પણ કરી સંતભગવંત સાહેબજી સાથે સૌ સંતો અને અક્ષરમુક્તો તપોભૂમિ બ્રહ્મજ્યોતિથી અમદાવાદ એરપોર્ટ પધાર્યા. એરપોર્ટ પર અમદાવાદના અક્ષરમુક્તો, સંતો તથા યુવાઓએ સંતભગવંત સાહેબજી અને સૌનાં ભાવભર્યા સેવા-સત્કાર કર્યા. ૨૭ એપ્રિલના મધ્યાહ્ને સંતભગવંત સાહેબજી અને સંઘ દુબઈ સ્થિત રાજશ્રીબહેન-નયનકુમારના નિવાસસ્થાને પહોંચ્યા, ત્યાં તેઓએ ખૂબ ભક્તિભાવપૂર્વક સૌનાં પૂજન-અર્ચન અને સ્વાગત કર્યા.

આ જ દિવસે સાંજની સભામાં દુબઈમાં નિવાસ કરતા આશરે ૫૦ જેટલા યુવાઓ તથા અક્ષરમુક્તો રાજશ્રીબહેન-નયનકુમારના નિવાસસ્થાને યોજિત સત્સંગસભામાં પધાર્યા. આ પ્રસંગે સૌ શ્રી ઠાકોરજી મહારાજની મહાપૂજામાં, કીર્તનભક્તિમાં સંમિલિત થયાં અને સત્સંગસભામાં સંતભગવંત સાહેબજીએ સત્સંગના મહિમાને

સમજાવતાં અનેક પૌરાણિક ઉદાહરણો આપી સૌનાં હૃદયમાં ભગવાનધારક સાધુના સમાગમ તથા સત્સંગના મહિમાને દઢ કર્યાં.

સંતભગવંત સાહેબજીની યુ.એ.ઈ.ની ધર્મયાત્રા દરમિયાન અબુધાબી સ્થિત નવનિર્મિત મંદિરજીમાં શ્રી ઠાકોરજી મહારાજ તથા સર્વ દેવી-દેવતાઓનાં દર્શન કરવા સંતભગવંત સાહેબજી અને સંતોની સાથે આશરે ૬૦થી ૭૦ યુવાઓ અને અક્ષરમુક્તો જોડાયા. અબુધાબી સ્થિત આ દિવ્ય મંદિરજીમાં સ્વયં પ.પૂ. સ્વામીશ્રી બ્રહ્મવિહારીદાસજીએ સંતભગવંત સાહેબજીનાં પરમ સન્માન સાથે ભાવભર્યા સ્વાગત કર્યા. પ.પૂ. સ્વામીશ્રીએ પોતાનાં અત્યંત વ્યસ્ત સેવાકાર્યોમાંથી સમય ફાળવીને સંતભગવંત સાહેબજી તથા તેઓ સાથે દર્શનાર્થે આવેલા સૌ સંતો-અક્ષરમુક્તોને નવનિર્મિત મંદિરજીની દિવ્ય સંકલ્પના અને સર્જનની વિસ્તૃત માહિતી આપી. આ પ્રસંગે બંને સંસ્થાઓના સંવાદિતાપૂર્ણ દિવ્ય અને મધુર સંબંધોનાં દર્શન કરી સૌને પરમ ધન્યતાના અનુભવ થયા.

યુ.એ.ઈ.ની ધર્મયાત્રા દરમિયાન અશોકભાઈ, યોગેશભાઈ, રોહિતભાઈ-પ્રવીણાબહેન, પુનિર, જ્વાહરભાઈ, નીરજ, આશિષ, ધવલ, હર્ષ, બૈજુ સહિત અનેક યુવાઓ તથા અક્ષરમુક્તોને સંતભગવંત સાહેબજીનાં દર્શન-સત્સંગ-સેવા તથા તેઓના નિવાસસ્થાનમાં પધરામણી કરાવવાના લાભ પ્રાપ્ત થયા. સંતભગવંત સાહેબજીની આ દિવ્ય ધર્મયાત્રાથી સમગ્ર યુ.એ.ઈ. સત્સંગપરિવારમાં અને વિશેષતઃ દુબઈ સત્સંગમંડળમાં એક નવા ઉમંગ-ઉત્સાહ સાથે સત્સંગ, સેવા, અઠવાડિક સભા તથા ભક્તિના દિવ્ય ભાવ જાગ્રત થયા હોય તેવાં દર્શન થયાં. સૌનાં આશ્ચર્યની વચ્ચે આ ધર્મયાત્રા દરમિયાન કેટલાંક મુસ્લિમ, ખ્રિસ્તી તથા આરબ અક્ષરમુક્તો પણ સંતભગવંત સાહેબજીનાં દિવ્ય દર્શન પ્રાપ્ત કરીને પરમ શાંતિ, આનંદ અને ધન્યતાનો



પર્થ-ઓસ્ટ્રેલિયામાં સાહેબજી પ્રાગટ્યોત્સવની ભક્તિભાવે ઉજવણી

અનુભવ કરી રહ્યા હોય તેવાં દિવ્ય દર્શન પણ થયાં. રાજશ્રીબહેન-નયનભાઈના પ્રેમસભર ભક્તિભાવથી આયોજિત આ ધર્મયાત્રા સર્વથા સર્વાંગ સુકલ રહી અને અનેક ચૈતન્યોને સંતભગવંત સાહેબજીના દિવ્ય સંબંધ આપનારી બની રહી તેનાં દર્શન કરી સૌ સંતો-અક્ષરમુક્તોએ પરમ આનંદ અને ધન્યતા અનુભવ્યાં. ◆

પર્ય-ઑસ્ટ્રેલિયામાં સંતભગવંત સાહેબજી પ્રાગટ્યોત્સવ

ઑસ્ટ્રેલિયાના પર્ય કેન્દ્રમાં સંતભગવંત સાહેબજીના ૮૫મા પ્રાગટ્યપર્વની ઉજવણી ૬ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ ભક્તિભાવે સંપન્ન થઈ. આ નિમિત્તે સ્વામિનારાયણ મહામંત્રના જાપ, સંતભગવંત સાહેબજીનું આપેલું સૂત્ર ‘થિંક પોઝિટિવ, રેસ્ટ વિલ ફોલો’ના માહાત્મ્યને વિસ્તારતા સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમનું આયોજન થયું. મંડળના યુવા નેતાઓનાં માર્ગદર્શને બાળમંડળે આ કાર્યક્રમમાં ભક્તિ અદા કરી. ત્યારબાદ માહાત્મ્યગાન સ્વરૂપે સૌએ સંતભગવંત સાહેબજી પ્રતિના પૂજ્યભાવ-આદરભાવને વ્યક્ત કર્યો. મોટી સંખ્યામાં ભક્તોએ જોડાઈ સુશોભન, થાળ, આરતી અને ઉત્સવ સંલગ્ન સઘળી સેવાઓ ભક્તિભાવે કરી. ◆

તીર્થસ્થાન માણાવદર મંદિરમાં ભક્તિઉત્સવ

ગુરુદેવ યોગીજી મહારાજે પોતાના દિવ્ય વરદ્ હસ્તે માણાવદરમાં શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમ મહારાજની મૂર્તિઓ પધરાવી અક્ષરદેરીની દેન સમસ્ત સૌરાષ્ટ્ર પ્રદેશના ભક્તોને આપી. આ પ્રાસાદિક સ્થાનનાં નવીનીકરણ સંતભગવંત સાહેબજીએ ગત વર્ષે કરાવ્યાં. આ નવીનીકરણને એક વર્ષ પૂર્ણ થતાં ૩૦ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ સંતો-ભક્તોએ ભેગા મળી દિવ્ય મહાપૂજા દ્વારા શ્રી પ્રભુચરણે પ્રાર્થનાઓ ધરી. સાંજે અક્ષરદેરી, માણાવદરનાં અક્ષરનિવાસી મહંત સાધુ પૂ.

રણછોડદાસજીના ૭૦મા પ્રાગટ્યપર્વની ઉજવણી કરવામાં આવી. આ બંને પ્રસંગોમાં ધારીથી સદ્ગુરુ સાધુ અરુણદાદા, અમદાવાદથી સાધુ પૂ. ગૌતમદાસજી અને મોગરીથી સાધુ પૂ. રમેશદાસજી, સાધુ રાજુદાસજી, સાધુ સંદીપદાસજી પધાર્યા. આ સંતો અને સ્થાનિક સંતોનાં સાંનિધ્યે મોટી સંખ્યામાં અક્ષરમુક્તોએ ઉપસ્થિત રહી ભક્તિભાવ ધર્યા, મહિમાગાન કર્યા. સાધુ પૂ. રણછોડદાસજી સાથેનાં સંસ્મરણો વાગોળી દિવ્ય ગુણોનાં ગાન કર્યા. ◆

અનુપમ મિશન, શિણાય કેન્દ્રમાં ૧૫૦મી કીર્તનઆરાધના

સંતભગવંત સાહેબજીની પ્રેરણા અને આશીર્વાદથી અનુપમ મિશનના શિણાય કેન્દ્રમાં અ.નિ. વડીલ સાધુ પૂ. રણછોડદાસજીએ માસિક કીર્તન આરાધના ભક્તિયજ્ઞના પ્રારંભ કરાવ્યા. ૫ મે ૨૦૨૪ના રોજ ઉપાસના ધામ મંદિરના હોલમાં યોજાયેલ ૧૫૦મી કીર્તન આરાધના સાધુઓ પૂ. ગૌતમદાસજી, પૂ. અશોકદાસજી, પૂ. રમેશદાસજી, પૂ. મુકેશદાસજી, પૂ. ભરતદાસજી, પૂ. હરેશદાસજી, પૂ. જિજ્ઞેશદાસજીનાં દિવ્ય સાંનિધ્યે અ.નિ. સાધુ પૂ. રણછોડદાસજીને ભાવાંજલિ સ્વરૂપે અર્પણ કરાઈ.

કીર્તન આરાધનામાં અનુપમ સૂરવૃંદના સંતો સાથે યુવાનો અને ભક્તોએ સુંદર ભજનોનાં ભક્તિભાવે ગાન કર્યાં. કીર્તન આરાધનાના અંતે સાધુ પૂ. રમેશદાસજીએ અનુપમ સૂરવૃંદના સૌના ખેસ અર્પણ કરી અભિવાદન કર્યાં. આ પ્રસંગે સાધુ પૂ. હરેશદાસજીએ સુંદર પ્રાસંગિક ઉદબોધન કર્યું અને સાધુ પૂ. રમેશદાસજી, પૂ. અશોકદાસજી અને પૂ. ગૌતમદાસજીએ રૂડા આશીર્વાદ આપ્યા. સૌ સંતોએ શ્રી ઠાકોરજીને આરતી અર્પણ કરી ! ખૂબ મોટી સંખ્યામાં પધારેલ ભક્તોએ સત્સંગ-ભક્તિનો અદ્ભુત લાભ લઈ ધન્યતા માણી. ◆



તીર્થસ્થાન માણાવદર મંદિરે શ્રી ઠાકોરજી સમક્ષ મહાપૂજા-ભક્તિ અર્પણ



અનુપમ મિશન, શિણાય કેન્દ્રમાં સંતોનાં સાંનિધ્યે ૧૫૦મી કીર્તન આરાધના

Airway
Alveoli
Fibrosis
(scarring)

॥ सर्वे सन्तु निरामयाः ॥

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ



~ ડૉ. પાર્થિવ મહેતા (M.D.)

(શ્વસન રોગ અને ક્રિટિકલ કેર નિષ્ણાત, સિનિયર પલ્મનોલોજિસ્ટ, અમદાવાદ)

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ - આ શબ્દ કોરોના કાળ પછી આપણાં સૌનાં મન-મગજમાં ફેફસાંના ગંભીર ગણાતા રોગ તરીકે બેસી ગયો છે. પલ્મોનરી એટલે ફેફસાં અને ફાઇબ્રોસિસ એટલે ડાઘ/જાળાં જામવાં. તેથી, 'પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ' નામનો અનુવાદ 'ફેફસાંમાં જાળાં જામવાં' થાય છે. આપણે અહીં આ રોગ વિષે જાણીશું.

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ શું છે ?

તબીબી દૃષ્ટિએ, ફાઇબ્રોસિસનો અર્થ થાય છે આપણા કોષો - પેશીઓનું જાડું થવું. ફેફસાંના કિસ્સામાં, ફેફસાંમાં લવાની કોશિકાઓની દીવાલ જે સામાન્ય રીતે પાતળી અને સ્થિતિસ્થાપક -



ઇલાસ્ટિક હોય છે તે પાતળી રહેતી નથી, પરંતુ જાડી, સખત અને ડાઘવાળી થઈ જાય છે, જેને ફાઇબ્રોટિક પણ કહેવાય છે. આ જાડી દીવાલો સાથેના ડાઘ, ફેફસાંના કોષોને સખત બનાવે છે અને સામાન્ય રીતે સહેલાઈથી ફૂલી શકે તેવા કુમળા કોષો ધરાવતાં ફેફસાંમાં ફાઇબ્રોસિસને કારણે થતી પેશીઓની જડતાને કારણે ફૂલવા - સંકોચાવાની ક્રિયા કરવી વધુ મુશ્કેલ બનતી જાય છે. ફેફસાંને લોહીના પ્રવાહમાં પ્રાણવાયુ - ઓક્સિજન પહોંચાડવામાં જોર પડે છે - શ્વાસ લેવામાં વધુ પ્રયત્નો કરવા પડે છે. આગળ જતાં ઓક્સિજન ઘટવાથી શરીરનાં બીજાં અંગો પણ અસર દેખાતી જાય છે.

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસનું કારણ શું છે ? પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસનાં ઘણાં કારણો છે :

- * પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ ઘર અથવા કાર્યસ્થળમાં ફૂગ જેવી વસ્તુઓના સંપર્કમાં આવવાના પરિણામે, જેવા કે એસ્બેસ્ટોસ, કોલસાની ધૂળ અથવા સિલિકા, સિમેન્ટ કે ઈન્ડસ્ટ્રિયલ પેઈન્ટ્સ જેવાં તત્ત્વોના સંપર્કમાં આવવાથી થઈ શકે છે. અરે, રસોડામાં રાંધવામાં વપરાતાં ઈંધણકે તળવા - સાંતળવામાંથી બનતા ધુમાડાના સતત સંપર્કથી પણ થઈ શકે છે.
- * અમુક દવાઓ (એમ્બિયોટેરોન, બ્લિઓમાર્થસિન, નાઈટ્રોફ્યુરેન્ટોઈન જેવી)ની આડ-અસર તરીકે થઈ શકે છે.
- * ઓટો ઈમ્યુન ડિસીઝ તરીકે ઓળખાતા રોગો - લ્યુપસ, સ્કલેરોડર્મા, રુમેટોઈડ - સંધિવા, શોગ્રેન્સ સિન્ડ્રોમ અને અન્ય રોગોથી થઈ શકે.
- * ઘણા કિસ્સાઓ એવા હોય છે જેમાં કારણ ઓળખી શકાતું નથી અને તેથી તેને 'ઈડિયોપેથિક' પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ કહેવામાં આવે છે.

* અને હા, ફક્ત કોરોના જ નહીં, એવા અનેક વાયરસ, બેક્ટેરિયા, ટી.બી. કે ફૂગના ચેપ પછી પણ ફેફસાંમાં રૂઝાવાની ક્રિયા દરમિયાન ચેપ પછીનું - એટલે કે - પોસ્ટ ઈન્ફેક્ટિવ ફાઇબ્રોસિસ થતું હોય છે. જે આગળ વધતું કે વકરતું નથી. ભારત જેવા દેશમાં આ પ્રકારનું ફાઇબ્રોસિસ સામાન્ય રીતે જોવા મળતું હોય છે - જે સામાન્ય રીતે જાન લેવા હોતું નથી.

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ સાથે જીવતા લોકો માટે જીવન કેવું હોય છે ?

આપણાં ફેફસાં ચા ગાળવાની ગરણીની જેવી રચના સાથે સરખાવી શકાય તેવાં હોય છે. જેવી રીતે ગરણીમાં ચોંટેલી મલાઈ - ચાના ભૂકાને કાઢવા માટે પછાડવી પડે તેવી જ રીતે, ફેફસાંમાં અંદર ગયેલાં - ચોંટેલાં કે જામેલાં કોઈ પણ કણ - ફાઇબર - તંતુ - જાળાંને કાઢવા માટે ફેફસાં ખાંસીની શરૂઆત કરે છે. એટલે કે, શરૂઆતનાં લક્ષણોમાં લાંબી સૂકી ઉઘરસ હોય છે. અને તે રોગ જેમ જેમ આગળ વધે છે તેમ તેમ, શ્રમ કરતા સમયે શ્વાસ લેવામાં તકલીફ શરૂ થાય છે. ધીરે ધીરે લવામાંથી ઓક્સિજન ખેંચવાની ક્ષમતામાં ઘટાડો થવાના કારણે કામ અને કસરત કરવાની શક્તિમાં ઘટાડો થઈ શકે છે. અને આગળ જતાં વધુ બેઠાડુ જીવનશૈલીને પ્રોત્સાહન મળી શકે છે. જેને કારણે આપણા સ્નાયુઓ ધીરે ધીરે નિષ્ક્રિય બનતા જાય છે. સ્નાયુઓની નિષ્ક્રિયતાની આ લાંબી અવસ્થા ડિકન્ડિશનિંગ તરફ દોરી જાય છે. જેથી દર્દી વધુ સરળતાથી થાકી જાય છે અને કંઈ પણ કામ કરવાનું આવે તો શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થાય છે.

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ ધરાવતા દરેક વ્યક્તિને આ રોગનો અનુભવ અને લક્ષણોની તીવ્રતા જુદી જુદી હોય છે. કેટલાંક લોકો વર્ષો સુધી સ્થિર સ્થિતિમાં રહે છે, જ્યારે અન્ય લોકો ઝડપથી બગડતાં લક્ષણો અને એકંદરે ખરાબ આરોગ્યનો અનુભવ કરી શકે છે. ખાસ અગત્યનું એ છે કે, કોઈ પણ રીતે નિદાન સમયેથી જ રોગની વધવા - વકરવાની ઝડપ કે તીવ્રતાની ચોક્કસ આગાહી કરી શકાતી નથી. માટે, ક્યારે ઓક્સિજન લેવાની જરૂર પડશે અથવા પથારીવશ થઈ જવાશે તેની પૂર્વસૂચના આપવી પણ મુશ્કેલ બની જાય છે. ખાસ કરીને જેમનું વજન વધારે હોય, હૃદય - લિવર - કિડની વગેરેમાંથી કોઈ અંગની બીમારી હોય, ડાયાબિટીસ પર કાબૂ ન રહેતો હોય, કેન્સર થયેલું હોય; જેવા કિસ્સાઓમાં ખાસ વધુ કાળજી લેવી પડતી હોય છે. આપણે તંદુરસ્ત જીવનશૈલી જાળવીને અને ફેફસાંના નિષ્ણાત ડોક્ટરો - હૃદયકેર ટીમ સાથે સંકલનથી કામ કરીને આપણી જાતને મદદ ચોક્કસ કરી શકીએ છીએ.



પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ કેટલું સામાન્ય છે ? સામાન્ય રીતે પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસની ઘટનાઓનો ચોક્કસ આંકડો કે આકલન કરવું મુશ્કેલ છે. કારણ કે તે અન્ય પરિસ્થિતિઓ સાથે સહઅસ્તિત્વ ધરાવે છે. ઈડિયોપેથિક પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસ અથવા IPF, એક દુર્લભ રોગ માનવામાં આવે છે. યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સમાં ૨,૫૦,૦૦૦ જેટલા લોકો અસરગ્રસ્ત છે અને દર વર્ષે લગભગ ૫૦,૦૦૦ જેટલા નવા કેસોનું નિદાન થાય છે. તે સ્ત્રીઓ કરતાં પુરુષોમાં વધુ સામાન્ય છે, અને મોટે ભાગે ૫૦ વર્ષથી વધુ ઉંમરના લોકોને અસર કરે છે. આપણા દેશમાં આવા ચોક્કસ આંકડાઓની નોંધણી થતી નથી પણ તે અસામાન્ય તો નથી જ.

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસનું નિદાન કેવી રીતે કરવામાં આવે છે ? ખૂબ જ સરળતાથી થઈ શકે એવી તપાસો નિદાનમાં મદદ કરે છે :

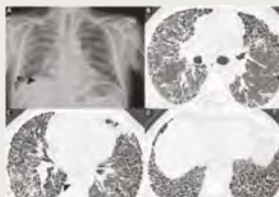
૧. પલ્મોનરી ફંક્શન ટેસ્ટ (PFTs) : આ ટેસ્ટ આપણાં ફેફસાંનું કદ અને તે હવાને અંદર અને બહાર કેટલી સારી રીતે લઈને કાઢી શકે છે તે માપે છે. તેના ઉપરથી ફેફસાંની સંકોચાવાની ક્રિયા જે શરૂ થઈ ગઈ હોય, તો તે પકડાઈ જાય છે અને તેની તીવ્રતાનો પણ ખ્યાલ આવે છે. એમાં પણ આગળના તબક્કાઓમાં DLCO નામની એક તપાસ થાય છે જે ફેફસાંના વાયુકોષોની ઓક્સિજન ગાળવાની ક્ષમતાનો ચોક્કસ ખ્યાલ આપે છે.

૨. પલ્સ ઓક્સિમેટ્રી (SpO2) : આપણાં ફેફસાં કેટલી સારી રીતે કામ કરી રહ્યાં છે તે જોવા માટે પલ્સ ઓક્સિમેટ્રી આપણા લોહીમાં ઓક્સિજનના સ્તરને માપવામાં મદદ કરે છે. કોરોના સમયથી આપણે જાણતાં થઈ ગયાં છીએ કે, ૯૫%થી વધુ ઓક્સિજન હોય તો નોર્મલ કહેવાય. ફાઇબ્રોસિસમાં તે ઘટવાની શરૂઆત થાય છે.



૩. આર્ટેરીઅલ બ્લડ ગેસ (ABG) અને બિસિસ : ધમનીના રક્ત વાયુ પરીક્ષણમાં સામાન્ય રીતે આપણા કાંડાની ધમનીમાંથી લોહી લેવામાં આવે છે. તેમાંથી ઓક્સિજન અને કાર્બન ડાયોક્સાઈડનું સ્તર માપવામાં આવે છે.

૪. છાતીનાં એક્સ-રે અને સીટી સ્કેન : આવા ટેસ્ટ આપણા ડોક્ટરને આપણાં ફેફસાંમાં કોઈ ડાઘ છે કે નહીં તે જોવા માટે મદદ કરી શકે છે. ફાઇબ્રોસિસ ધરાવતા ઘણાં લોકોના રોગના પ્રારંભિક તબક્કામાં છાતીના એક્સ-રે સામાન્ય હોઈ શકે છે. સીટી સ્કેન, એ પણ એક પ્રકારના એક્સ-રે છે, જે છાતીના સાદા એક્સ-રે કરતાં



વધુ વિગતવાર માહિતી પ્રદાન કરે છે અને ફાઇબ્રોસિસનું નિદાન કરવા માટે એક મહત્વપૂર્ણ ટેસ્ટ છે.

૫. ઈકો કાર્ડિયોગ્રામ (ECHO) : હૃદય અને ફેફસાંની જુગલબંધી પતિ-પત્ની જેવી છે. એકમાં રોગ કે નબળાઈ હોય તો બીજા પર પણ તેની અસર આવે છે. આ પરીક્ષણ આપણા હૃદયના કાર્યને જોવા માટે છે. ડોક્ટરો આ પરીક્ષણનો ઉપયોગ હૃદયના કાર્ય પર ફાઇબ્રોસિસની અસર અથવા પલ્મોનરી હાયપરટેન્શન (PAH) - જે ફાઇબ્રોસિસ સાથે હોઈ શકે છે તેને શોધવા માટે કરે છે.

૬. ફેફસાંની બાયોપ્સી : જ્યારે ફાઇબ્રોસિસના પ્રકાર વિશે શંકા હોય ત્યારે તેની ચોક્કસ તપાસ એટલે ફેફસાંની બાયોપ્સી. જે દૂરબીન-એન્ડોસ્કોપી અથવા બહારથી સોય મારીને પણ થઈ શકે છે.

પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસની સારવાર કેવી રીતે કરવામાં આવે છે ? સામાન્ય રીતે કોઈ કારણ કે રોગની સાથે થતા ફાઇબ્રોસિસની સારવાર એટલે તે રોગ માટે થતી સારવાર એ જ છે. પહેલાં ફક્ત સ્ટિરોઈડ એ જ ફાઇબ્રોસિસની સારવાર ગણાતી હતી પરંતુ હવે વિવિધ એન્ટિ ફાઇબ્રોટિક દવાઓ પણ મળે છે. કોઈ પણ કારણ વગર થતા એટલે કે ઈડિઓપેથિક પલ્મોનરી ફાઇબ્રોસિસનો સામાન્ય રીતે એવું કહી શકાય કે કોઈ ચોક્કસ ઈલાજ નથી.



કોઈ પણ પ્રકારનું ફાઇબ્રોસિસ હોય, તેની સારવારનો હેતુ ફેફસાંના વધુ ફાઇબ્રોસિસ - ડાઘને રોકવા, લક્ષણોમાં રાહત આપવા અને દર્દીને સક્રિય અને સ્વસ્થ રહેવામાં મદદ કરવાનો હોય છે. ડોક્ટર દવા, ઓક્સિજન ઉપચાર, પલ્મોનરી રિલેબિલિટેશન, ફેફસાંના ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને/અથવા જીવનશૈલીમાં ફેરફારની ભલામણ કરી શકે છે. કોઈ પણ સારવાર શરૂ કરતાં પહેલાં થઈ ચૂકેલા ફેફસાંના ડાઘને ઠીક કરી શકાતા નથી. આવાં ફેફસાં ધરાવતા દર્દીઓની રોગ પ્રતિકાર શક્તિ ઓછી હોવાથી હવામાંથી આવતા વાઈરસ કે બેક્ટેરિયાનો ચેપ લાગી શકે છે. તેનાથી બચવા માટે વેક્સિન લેવી હિતાવહ છે.

આ રોગની સારવારમાં ડોક્ટર સાથે સારો સંપર્ક-સંવાદ જાળવવો મહત્વપૂર્ણ છે. જો આપણે કોઈ પણ નવાં અથવા ચિંતાજનક લક્ષણો અનુભવી રહ્યાં છીએ જે મ કે ઉધરસ અથવા શ્વાસની તકલીફમાં વધારો થવો - તો ડોક્ટરને મળીને ખાતરી કરાવીએ. જેથી આપણા માટે શ્રેષ્ઠ સારવાર યોજના પર સાથે મળીને કામ કરી શકાય.

જાગૃત રહીએ, સ્વસ્થ રહીએ, સલામત રહીએ. ◆

અનુપમ મિશન સંચાલિત અને સંલગ્ન શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં પ્રવેશ માટે સંપર્ક માહિતી

મોગરી, જિલ્લો : આણંદ

આનંદ બાલવાડી

(નર્સરી તથા કે.જી.)
સંપર્ક : ૭૦૬૯૦ ૬૩૦૮૧/૮૨

જ્ઞાનયજ્ઞ વિદ્યાલય

(ઘોરણ ૧થી ૧૦ તથા ૧૧-૧૨ આર્ટ્સ, કોમર્સ)
સંપર્ક : ૭૦૬૯૦ ૬૩૦૮૩/૮૪

યોગીહૃદય હોસ્ટેલ

(કુમાર છાત્રાલય)
સંપર્ક : ૯૯૦૯૨ ૫૪૫૮૧

પ્રજ્ઞાનતીર્થ સર્વાંગી શિક્ષણ સંસ્થાન મોગરી-આણંદ જૂના રસ્તા, મોગરી-૩૮૮ ૩૪૫

અક્ષરપુરુષોત્તમ ટેકનિકલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ

(ટેકનિકલ શિક્ષણ નિયામકશ્રી દ્વારા માન્ય
વ્યવસાયલક્ષી અભ્યાસક્રમ)
સંપર્ક : ૯૮૨૪૪ ૧૫૧૦૦

ઈન્ફર્મેશન ટેકનોલોજી સેન્ટર

(અદ્યતન કોમ્પ્યુટર ટેકનોલોજીનું
શિક્ષણ અને તાલીમ)
સંપર્ક : ૯૮૨૪૩ ૭૨૬૩૩

સહજાનંદ કલાસાધના તીર્થ

(ગાયન, વાદન, નૃત્ય આદિ
ભારતીય કળાઓનું પ્રશિક્ષણ કેન્દ્ર)
સંપર્ક : ૯૬૨૪૨ ૩૪૨૦૫

બ્રહ્મજ્યોતિ, યોગીજી માર્ગ, મોગરી-૩૮૮ ૩૪૫

ધારી, જિલ્લો : અમરેલી

શ્રી ભીમાણી પ્રાથમિક શાળા

(ઘોરણ ૧થી ૮માં ગુણવત્તા સભર શિક્ષણ)
સંપર્ક : ૭૨૦૩૯ ૨૯૦૯૫
સ્ટેશન પ્લોટ, તાલુકા પંચાયતની બાજુમાં
ધારી - ૩૬૫ ૬૪૦

યોગીજી મહારાજ મહાવિદ્યાલય

(મહિલા આર્ટ્સ, કોમર્સ અને કોમ્પ્યુટર કોલેજ)
સંપર્ક : ૯૪૨૮૬ ૨૧૭૦૦
કુ. મણિબહેન વલ્લભભાઈ પટેલ
(કન્યા છાત્રાલય)
સંપર્ક : ૭૨૦૩૯ ૨૯૦૯૫
યોગી નગર, ધારી - ૩૬૫ ૬૪૦

શ્રી વી.પી.જી. ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલ

(માધ્યમિક અને ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળા)
સંપર્ક : ૯૪૨૭૭ ૨૦૮૨૯
સ્ટેશન પ્લોટ, તાલુકા પંચાયતની બાજુમાં
ધારી - ૩૬૫ ૬૪૦

શિણાય, જિલ્લો : કચ્છ

નીલકંઠવર્ણી બાલવાડી અને વિદ્યાલય

(નર્સરી, કે.જી. તથા પ્રાથમિક અને માધ્યમિક શાળા)
સંપર્ક : ૯૯૭૯૯ ૨૩૪૪૮
અરવલ્લી સોસાયટી રોડ, શિણાય-આદિપુર - ૩૭૦૨૦૫

વેમાર, જિલ્લો : વડોદરા

ભક્તિનંદન બાલવાડી અને ભક્તિનંદન વિદ્યામંદિર

(નર્સરી, કે.જી. તથા પ્રાથમિક શાળા)
સંપર્ક : ૯૪૨૭૪ ૫૭૧૧૧
વેમાર - ૩૯૧૨૪૦

નડિયાદ, જિલ્લો : ખેડા

શારદા મંદિર

વિમુબહેન દિનકરરાય પંડ્યા પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણ સંકુલ
દિનકરરાય બી. પંડ્યા પ્રાથમિક શિક્ષણ સંકુલ
(કે.જી., પ્રાથમિક શાળા)
સંપર્ક : ૯૮૨૫૮ ૯૭૦૧૨
માઈમંદિર પાછળ, નડિયાદ - ૩૮૭૦૦૧

શારદા મંદિર

અનિતાબેન દેવાંગભાઈ પેટલ (ઈષ્કોવાળા)
ડે સ્કૂલ
(માધ્યમિક તથા ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળા)
સંપર્ક : ૯૭૧૪૨ ૭૫૪૩૨
માધવભાગ પાછળ, ડાકોર રોડ, નડિયાદ - ૩૮૭૦૦૧

BRAHMASWARUP
Yogiji Maharaj



SANT BHAGWANT
Sahebji Maharaj

SAVE THE DATE



AUGUST 24-27, 2024

REGISTER NOW

www.anoopam.org/mpmpm



ઉપાસના ધામ, ખારઘર મંદિરમાં બિરાજમાન શ્રી મુક્ત-અક્ષર-પુરુષોત્તમ મહારાજ અને ગુણાતીત સ્વરૂપોની મૂર્તિઓનાં પાટોત્સવ પૂજન પ્રસંગે ઉપસ્થિત સંતો-યજ્ઞમાનો



ખારઘર મંદિરના પાટોત્સવ પ્રસંગે સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. અશ્વિનદાદા અને સંતો દ્વારા પાટોત્સવ આરતી અર્પણ... સદ્ગુરુ સાધુ પ.પૂ. અશ્વિનદાદાનાં આશીર્વાદન



સ્થાનિક ભક્તો દ્વારા દુબઈ એરપોર્ટ પર સંતભગવંત સાહેબજી અને સંતોનાં સ્વાગત



રાજશ્રીબહેન-નયનકુમાર પર સંતભગવંત સાહેબજીના પ્રસન્નતાના આશીર્વાદ સ્વરૂપે મૂર્તિ અર્પણ



દુબઈ મંડળની સત્સંગસભામાં સંતભગવંત સાહેબજીનાં આશીર્દાન



દુબઈમાં આરબ યુવાનોએ સંતભગવંત સાહેબજીને બિશ્ત અર્પણ કરી અભિવાદન કર્યાં-આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કર્યાં



BAPS દ્વારા યુ.એ.ઈ.ના અબુધાબી ખાતે નવનિર્મિત મંદિરજીનાં દર્શનાર્થે સંતભગવંત સાહેબજી

Regd. News Paper / Air Mail / Book Post

Brahmanirzar Monthly R.N.I. New Delhi No.: 69476/86 * Po. Regd. No. AND/303/2024-26

* Date of Publication : 14th of each Month

* Date of Posting : 15th of each Month * Posted at: Vallabh Vidyanagar Post Office

"Brahmanirzar" Monthly Postal Reg. No. RO - VDR/AND - 303 * Date of Dispatch : 15-5-2024 * Office of Origin : Vallabh vidyanagar

Founder Editor : Shantibhai F. Patel * Editor : Sandipbhai R. Shah

Published by : Dilipbhai V. Desai on behalf of Anoopam Mission. * Published at : Mogri 388 345, Gujarat

Printed by : Pradip S. Giri * Printed at : Prizam Printers and Publishers Ltd., Amdavad 380 008

If Undelivered Please return to :

Anoopam Mission, Brahmajyoti, Yogiji Marg, Mogri-388 345. Gujarat, India

Phone : (02692) 230483, 230544

email : amindia@anoopam.org * website: www.anoopam.org