માર્ચ મહિનાનો પરિચય

૧ માર્ચ, ૨૦૨૧

આત્મીય પાઠક,

માર્ચનો મહિનો આપણા માટે વર્ષની સૌથી મંગલમય રાત્રિ લઈને આવે છે — મહાશિવરાત્રી, ‘‘ભગવાન શિવની મહારાત્રિ.’’ આ વર્ષે ૧૧ માર્ચના રોજ જ્યારે ચંદ્રની કળા ઘટીને સુંદર અર્ધચંદ્રાકાર થશે, ત્યારે આપણે એક એવી રાત્રિના મહોત્સવમાં ભાગ લઈ શકીશું જે એટલી પરમ પાવનકારી છે કે આ સમય દરમ્યાન આપણે જે પણ આધ્યાત્મિક અભ્યાસો કરીશું તેનાં ફળ એક હજારગણા વધી જશે.

આ મહોત્સવ માટે આપણને તૈયાર કરવા, સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર આપણા માટે અનેક સાધનો ઉપલબ્ધ રહેશે, જેના દ્વારા આપણે ભગવાન શિવ વિશે જાણી શકીશું અને તેમના દિવ્ય આશીર્વાદો પ્રાપ્ત કરવા માટે સ્વયંને ગ્રહણશીલ બનાવીશું. સિદ્ધયોગ પથ પર આપણે એ સમજ સાથે ભગવાન શિવની આરાધના કરીએ છીએ કે આપણે જેમનું આવાહન કરી રહ્યાં છીએ તે પરમ પુરુષ છે. તેઓ આદિગુરુ છે. તેઓ એ બ્રહ્માંડીય ચેતના છે જે સંપૂર્ણ સૃષ્ટિમાં વ્યાપ્ત છે, જે દરેક પ્રાણી અને દરેક વસ્તુમાં નિવાસ કરે છે. તેમની કૃપા દ્વારા આપણે તેમને — પરમશિવને — આપણા અંતરતમ આત્મા રૂપે ઓળખી શકીએ છીએ.

ભગવાન શિવની આરાધના કરવા માટેની અનેક રીતોમાંથી હું વિશેષરૂપે ‘શ્રીરુદ્રમ્’ના પાઠ તરફ આકર્ષિત થતો રહ્યો છું. આ સ્તોત્ર ભારતના એક પ્રાચીન ગ્રંથ ‘કૃષ્ણ યજુર્વેદ’માંથી છે. ‘શ્રીરુદ્રમ્’માં ભગવાન શિવનું આવાહન તેમના રુદ્ર સ્વરૂપે કરવામાં આવે છે, જેઓ આપણી સીમિતતાઓનો નાશ કરીને આપણા બોધને શુદ્ધ કરે છે, આપણા માટે માર્ગ ખોલી દે છે જેથી આપણે આપણી અંદર અને સંપૂર્ણ સૃષ્ટિમાં ભગવાનની ઉપસ્થિતિને ઓળખી શકીએ.

લગભગ છ વર્ષ પહેલાં, મેં સિદ્ધયોગ બુકસ્ટોરમાંથી ‘શ્રીરુદ્રમ્’ની એક સી.ડી. ખરીદી અને આ સ્તોત્રમાં નિપુણતા પ્રાપ્ત કરવાના દૃઢ નિશ્ચય સાથે હું બેસી ગયો. તે મને પડકારતું હતું અને એટલા માટે તેણે મારું ધ્યાન આકર્ષિત કર્યું. મને તેનો ધ્વનિ ખૂબ જ ગમતો હતો અને જે શક્તિશાળી રીતે તે મારા શ્વાસપ્રશ્વાસમાં ઉતારચઢાવ લાવતો હતો, તેના કારણે મારા શરીરમાં અદ્ભુત શક્તિનો અને મનમાં સ્પષ્ટતાનો અનુભવ થતો હતો. મને સમજાયું કે આ કાર્ય એ રૂપાંતરણકારી શક્તિનું છે જે સિદ્ધયોગ ગુરુઓ દ્વારા આપણને પ્રદાન કરવામાં આવેલા દરેક આધ્યાત્મિક અભ્યાસમાં પ્રવાહિત થાય છે. ત્યારથી હું ‘શ્રીરુદ્રમ્’નો પાઠ દરરોજ કરી રહ્યો છું.

ભલે મારા મનની કે શરીરની સ્થિતિ જે પણ હોય, ‘શ્રીરુદ્રમ્’ના પાઠથી મને ઊર્જા મળે છે. આ સ્તોત્ર મારો મહાન મિત્ર છે, જેને દરરોજ મળવા માટે હું આતુર રહું છું. મેં અનુભવ કર્યો છે કે મારું કેન્દ્રણ વધુ ગહન થયું છે, મારા

શ્વાસપ્રશ્વાસ વધુ ઊર્જાવાન થયા છે, મારું આંતરિક બળ વધ્યું છે. મારા સ્વરનો રણકાર બદલાઈ ગયો છે જે મારા માટે ખૂબ જ મહત્ત્વપૂર્ણ છે કારણકે મારી આજીવિકા માટે હું ઑડિયોબુક સંભળાવું છું. પાઠ કર્યા પછી મારું ધ્યાન સહજ થઈ જાય છે. અને મને લાગે છે કે જે રૂમમાં હું પાઠ કરું છું ત્યાંનું વાતાવરણ પ્રકાશિત થઈ જાય છે.

મને લાગે છે કે 'શ્રીરુદ્રમ્'નો મારો પાઠ એક યોગદાન છે, સંસાર માટે સદ્ભાવના અને આશીર્વાદોની એક ભેટ છે, અડધા કલાકનો એવો વિશુદ્ધ આનંદ અને ઉત્સવ છે જે બહાર પ્રવાહિત થાય છે.

માર્ચ મહિના દરમિયાન જ્યારે આપણે બધાં આપણી સાધનાના દૈનિક અભ્યાસો કરવાનું ચાલું રાખીએ તો આપણે નિમ્નલિખિત વર્ષગાંઠો અને મહોત્સવોની પણ આતુરતાથી રાહ જોઈ શકીએ છીએ.

વર્ષગાંઠો

ઑસ્ટ્રેલિયાની નામસંકીર્તન યાત્રા : ૨૨ માર્ચ – ૧૯ એપ્રિલ (૨૦૧૪)

આ વર્ષે સિદ્ધયોગ ઇતિહાસની મહત્ત્વપૂર્ણ ઘટના, સિદ્ધયોગ નામસંકીર્તન યાત્રા : ઑસ્ટ્રેલિયા ૨૦૧૪ની સાતમી વર્ષગાંઠ છે. ગુરુમાઈજીએ આ યાત્રાને નામ આપ્યું હતું, 'સત્યં શિવં સુંદરમ્'.

નામસંકીર્તન યાત્રાના માધ્યમથી સિદ્ધયોગ સંગીતની રૂપાંતરણકારી શક્તિએ ઑસ્ટ્રેલિયાના વિભિન્ન સ્થળોમાં હજારો સાધકોનાં જીવનને રૂપાંતરિત કર્યું હતું.

ઉત્સવો અને મહત્ત્વપૂર્ણ ઘટનાઓ

મહાશિવરાત્રી : ૧૧ માર્ચ

સિદ્ધયોગ પથ પર, ભગવાન શિવની આરાધના આદિગુરુના રૂપમાં કરવામાં આવે છે, તેઓ દિવ્ય જ્ઞાનના પ્રદાતા છે, જે સૌથી સાધારણ ભક્તિપૂર્ણ કાર્યો દ્વારા સરળતાથી પ્રસન્ન થઈ જાય છે.

આ મહિને સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર તમને ભગવાન શિવ તેમજ મહાશિવરાત્રી વિશેની તમારી સમજ અને અનુભવને ગહન કરવાની અનેક રીતો જોવા મળશે. સિદ્ધયોગ પથનો દીક્ષામંત્ર, 'ૐ નમઃ શિવાય', ભગવાન શિવની કૃપાનું કોઈપણ સમયે અને ખાસ કરીને મહાશિવરાત્રીના સમય દરમિયાન આવાહન કરવાનું એક શક્તિશાળી માધ્યમ છે. આપણે અંતરમાં બિરાજમાન ભગવાન પર ધ્યાન કરી શકીએ છીએ અને ભગવાન શિવ તેમજ તેમના ''નિરાકાર સ્વરૂપ'' શિવલિંગની પૂજા વિશેની શાસ્ત્રોક્ત વાર્તાઓ વાંચી શકીએ છીએ. આપણે 'શિવમહિમ્નઃ સ્તોત્રમ્', 'શિવ આરતી' અને 'શિવ માનસપૂજા' જેવા સ્તોત્રનો પાઠ કરીને અથવા 'જય જય શિવ શંભો' અને 'સાંબ સદાશિવ' જેવી ધૂનનું નામસંકીર્તન કરીને પણ ભગવાન શિવના ગુણગાન કરી શકીએ છીએ અને તેમના સાન્નિધ્યની અનુભૂતિ કરી શકીએ છીએ.

અર્થ અવર (ધરતી માતાને સમર્પિત એક કલાક) : ૨૭ માર્ચ

વેદોમાં ધરતી માતાનું સન્માન એક દેવી રૂપે કરવામાં આવે છે જે માનવતા પર તેજ અને શક્તિની વર્ષા કરે છે. તેના બદલામાં આપણે તેમને શું આપી શકીએ? વર્લ્ડ વાઇલ્ડલાઇફ ફંડ નામની સંસ્થા દર વર્ષે ૨૭ માર્ચના રોજ પૃથ્વી તરફથી એક વૈશ્વિક અનુષ્ઠાન પ્રાયોજિત કરે છે, જેમાં આપણે એ દિવસે રાત્રે ૮:૩૦ થી ૯:૩૦ વાગ્યા સુધી એક કલાક માટે અનાવશ્યક લાઇટ બંધ રાખીને પૃથ્વી ગ્રહ માટે આપણો સહકાર દર્શાવીએ છીએ. આવું કરવાથી આપણને એક શાંત સમય મળે છે જેમાં આપણે ધરતી માતા પાસેથી જે અદ્‌ભુત ભેટ પ્રાપ્ત કરીએ છીએ તેના પર મનન કરી શકીએ છીએ.

હોળી : ૨૮-૨૯ માર્ચ

પૂર્ણિમાથી આરંભ થતો હોળીનો તહેવાર, સમગ્ર ભારતમાં બે દિવસ મનાવવામાં આવે છે અને આ તહેવાર પર આપણે હર્ષોલ્લાસ સાથે વસંતઋતુના રંગીન પુનરાગમનનું સ્વાગત કરીએ છીએ. નૃત્ય-ગાયન, હસીમજાક સાથે મિત્રો અને પ્રિયજનો પર મસ્તીથી રંગો ઉડાડીને મનાવવામાં આવતો આ જોશીલો તહેવાર સૌહાર્દની ભાવનાથી ભરેલો છે, એ બધાંનાં હૃદયને આનંદથી ભરી દે છે.

***

માર્ચનો આ મહિનો આપણી પાસે આપણી પરિકલ્પનાને વિસ્તૃત કરવાનો અને આપણી સમજને પોષિત કરવાનો નવીન સુઅવસર છે. મનનચિંતન અને અભ્યાસ દ્વારા સિદ્ધયોગની શિખામણોનું અન્વેષણ કરવાથી આપણે આપણા જીવનનાં ઉતારચડાવમાં ભગવાન શિવની શાશ્વત અને કલ્યાણકારી ઉપસ્થિતિને ઓળખી શકીએ છીએ. મેં મહસૂસ કર્યું છે કે બે કાર્યોની વચ્ચે મંત્ર જપવા માટે અથવા માત્ર મારા શ્વાસપ્રશ્વાસ પ્રત્યે જાગ્રત રહેવા માટે; સિદ્ધયોગના કોઈ પુસ્તકમાંથી એક ફકરો વાંચવા માટે અથવા વેબસાઇટ જોવા માટે; શિખામણોનાં સંરક્ષણ, આશ્વાસન અને પ્રેરણામાં સ્નાન કરવા માટે; ઓળખવા અને યાદ રાખવા માટે એક ક્ષણ હંમેશાં હોય જ છે. મારી શુભકામના છે કે માર્ચ મહિનો તમારા માટે સુરક્ષિત અને આનંદમય રહે!

આદર સહિત,

જૂલિયન

© ૨૦૨૧ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.