

ડર કે અજ્ઞાત ભયમાંથી મુક્ત થવું છે? આ રહી ગુરૂચાવી

- ઝૂં ઋષિ પ્રિતેશભાઈ

મનુષ્ય જન્મજાત ડર અને ભયની પરિસ્થિતિમાં જીવતો હોય છે. દુનિયામાં દરેક મનુષ્યમાં ઓછા અથવા તો વધારે અંશે ડર રહેલો જ હોય છે. ડર અને અજ્ઞાત ભય એ મનુષ્યનાં જીવનનું નિર્બળ પાસું છે. ડર અને અજ્ઞાત ભય અલગ અલગ પ્રકારનાં હોય છે. ઉદાહરણ તરીકે જોઈએ તો સૌથી મોટો અને વધારે મૃત્યુનો ડર, પરિક્ષામાં નાપાસ થવાનો ડર, પૈસા જતા રહેવાનો ડર, માથે દેવું થઈ જવાનો ડર, જવાબદારી નીભાવવાનો ડર, મને જેલ થશે એવો ડર, ઇન્કમટેક્ષની રેડ પડશે એવો ડર, મારા સંતાનોનાં લગ્ન નહીં થાય એવો ડર આવા કેટલાય પ્રકારનાં ડર મનુષ્યનાં મનમાં સવાર રહેતા હોય છે. મનુષ્યનાં ડરનાં કારણે જ નાનામાં નાની વાતને મનુષ્ય પોતાના મનથી મોટું સ્વરૂપ આપી દે છે. એની આનંદથી જીવન જીવવાની પ્રક્રિયા માનવી ભૂલી જાય છે. મારી જ લખેલી ચાર પંક્તિઓ અહીંયા ટાંકુ છું.

“ડર ડર કે નહીં જીના,

હાર સે ના ગભરાના

જીત હૈ ડર કે આગે,

ભૂલો સે ડર મત જાના”

ડિસેમ્બર, 2009 ની એક સત્ય ઘટના આપની સામે રજુ કરુ છું. એક સજ્જન મારી પાસે આવ્યા. એ સજ્જને પોતાની સાથે અવાર-નવાર બનતી ઘટનાઓ વિશે મને કહેવાનું ચાલું કર્યું. ગુરૂજી હું આર્થિક સદ્ગર અને સંસ્કારી પરિવારનો સભ્ય છું. મારો સ્વભાવ છેલ્લા 10 વર્ષથી ખૂબ જ ડરપોક બની ગયો છે. હું જીવનમાં થતી દરેક ઘટના જે નકારાત્મક છે તે મારી સાથે જ થશે એવું માનીને ચાલુ છું. જેમકે ન્યુઝ પેપરમાં વાંચ્યું હોય કે કોઈ જગ્યાએ બોમ્બ ધડાકા થયા તો મારું મૃત્યુ બોમ્બ ધડાકાથી થશે તો? કોઈ સગાવહાલાની માંદગીનાં સમાચાર સાંભળી તેમની હોસ્પિટલમાં કે ઘરે ખબર કાઢવા જવું ત્યારે એ દર્દીને જે રોગ થયો હોય તે રોગ મને થશે તો? મારી છાતીમાં સ્નાયુઓનો દુઃખાવો ઉપડે તો મને એમ થાય કે મને હાર્ટએટેક આવશે તો? અને જ્યાં સુધી હું ડોક્ટર પાસે નિદાન ન કરાવી લઉં અને ડોક્ટર જ્યાં સુધી એમ ના કહે કે તમને કોઈ રોગ નથી ત્યાં સુધી મારા મનને શાંતિ મળે નહિ.

મારી ઉંમર અત્યારે 40 વર્ષ હોવા છતાં 60 થી 70 વર્ષની અનુભવવા લાગ્યો છું. હું મનથી એટલો ડરપોક અને નિર્બળ બની ગયો છું કે ઘણીવાર લગ્નજીવનનાં 15 વર્ષ પછી પણ મને એવું લાગ્યા કરે છે કે મારી પત્ની એક દિવસ મારી જોડે છૂટાછેડા લઈ લેશે. કેમકે મેં 10 વર્ષ પહેલા એની જોડે ઝઘડો કર્યો

હતો અને એ ઝઘડાનાં કારણે એ આજે કોઈ એક દિવસ મારી જોડે છૂટાછેડા લેશે એવો એક ડર રહે છે. જ્યારે હું વાહન ચલાવતો હોવું છું ત્યારે મારાથી કોઈ વ્યક્તિને અકસ્માત થઈ જશે અને એ વ્યક્તિ મૃત્યુ પામશે અને મને ફાંસીની સજા થશે એવો ડર મને લાગે છે. આવા અનેક ડરનાં સંક્રાંતિમાં હું સપડાયેલો છું.

આપનું નામ સાંભળી ડરતા ડરતા તમારી પાસે આવ્યો છું. કારણ કે મારા મનમાં એવો ડર છે કે તમારી પાસે એનું નિદાન નહિ હોય તો હું શું કરીશ? પછી મેં એ સજ્જનને હસતા હસતા કીધું કે આપ ચિંતા ન કરો. આપ સુજિત્રાનાં દોષમાં સપડાયેલા છો. આ દોષ મનુષ્યને માનસિક રીતે નિર્બળ બનાવી દરેક સપડાયેલા છો. આ દોષ મનુષ્યને માનસિક રીતે નિર્બળ બનાવી દરેક નકારાત્મક ઘટનાઓ જે જુએ જે વાંચે કે જે સાંભળે એ બધી ઘટનાઓ એની જોડે થશે તેવું જડબેસલાક રીતે માની લે છે. હું તમને મંત્રશાસ્ત્રનાં સમુદ્રમાંથી મંત્રરૂપી એક એવું મોતી આપું છું કે જે મંત્ર કરવાથી તમારી પરિસ્થિતિમાં 5 મહિનામાં સંપૂર્ણ સુધારો થઈ જશે.

બે મહિના પછી એ સજ્જન મને ફરીવાર મળવા આવ્યા. એ સજ્જને મને કીધું કે ગુરુજી આ મંત્રથી મને ચમત્કારિક ફળ મળે છે. આ મંત્ર હું દિવસમાં એકવાર તો કરું જ છું પરંતુ જ્યારે મને ડર કે ભય લાગે ત્યારે પણ આ મંત્ર ગણુ છું. જેનાથી મને ઘણીબધી રાહત દેખાઈ છે. પાંચ મહિના પછી એ સજ્જન ડર નામનાં રોગમાંથી મુક્ત બની ગયા અને એમની માનસિક પરિસ્થિતિ સ્થિર થઈ ગઈ. દુનિયામાં ડરનો ઇલાજ એ ફક્ત ને ફક્ત મંત્રશાસ્ત્ર પાસે જ છે. મેડિકલ સાયન્સ પાસે એવી કોઈ દવા નથી કે જે તમને ડરમાંથી મુક્તિ અપાવી શકે. પરંતુ તપસ્વી ઋષિમુનિઓની સાધના અને ઉપાસનાનાં તપોબળથી સિદ્ધ થયેલા બીજામંત્રોનાં માધ્યમથી મનુષ્ય ડરમાંથી મુક્તિ પામી શકે છે. ઇશ્વરે આપણને પુષ્કળ અને અખૂટ તાકાત આપી છે. પરંતુ મનુષ્ય એ તાકાતનો સદુપયોગ કરવાને બદલે આંતરિક ભય અને અજ્ઞાત ડરમાં જ જીવતો રહે છે. અહીં મારી લખેલી ચાર પંક્તિઓ ટાંકુ છું.

“જીના હૈ તુજકો તુજકો

લડના હૈ તુજકો તુજકો

સંતાન હૈ તુ કુદરત કા

જીતના હૈ ડર તુજકો તુજકો”

હવે આપને હું આપુ છું ડર અને અજ્ઞાત ભયને ભગાડવાનો ગુરુચાવી રૂપી ચમત્કારિક મંત્ર.

મંત્ર: || ॐ સુકવલ્ય સુકવલ્ય વૃજાંશુ વૃજાંશુ મુક્તિ નમઃ ||

આ મંત્ર રોજ 27 વખત ગણવો. આ મંત્ર ગણતી વખતે તુલસીનાં નવ પાન હાથમાં રાખવાના અને મંત્ર થઈ ગયા પછી એ 9 પાન ચાવી જવાના. આ પ્રક્રિયા સવારે 6 થી સાંજના 5 વાગ્યા સુધી ગમે તે સમયે

કરવી. આ મંત્ર ગણતી વખતે તુલસીનાં પાન જો ન મળે તો એના બદલે અભિમંત્રિત જળ પણ ચાલે. (અભિમંત્રિત જળ એટલે છેલ્લી ટચલી આંગળીની આગળની આંગળી એટલે કે પૂજાની જમણા હાથની આંગળી પાણીમાં મુકવી અને મંત્ર બોલવો. એનાથી મંત્ર બોલતા બોલતા જે જળ મંત્રિત થાય એને અભિમંત્રિત જળ કહેવાય) આ મંત્ર દિવસમાં એકવારથી વધારે પણ કરી શકાય.

આ મંત્રથી તમારા જીવનમાં એક નવો આનંદ અને એક નવો પ્રકાશ ફેલાશે. આપ ડરની પરિસ્થિતિમાંથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત થઈ જશો.

|| ॐ નમઃ ||