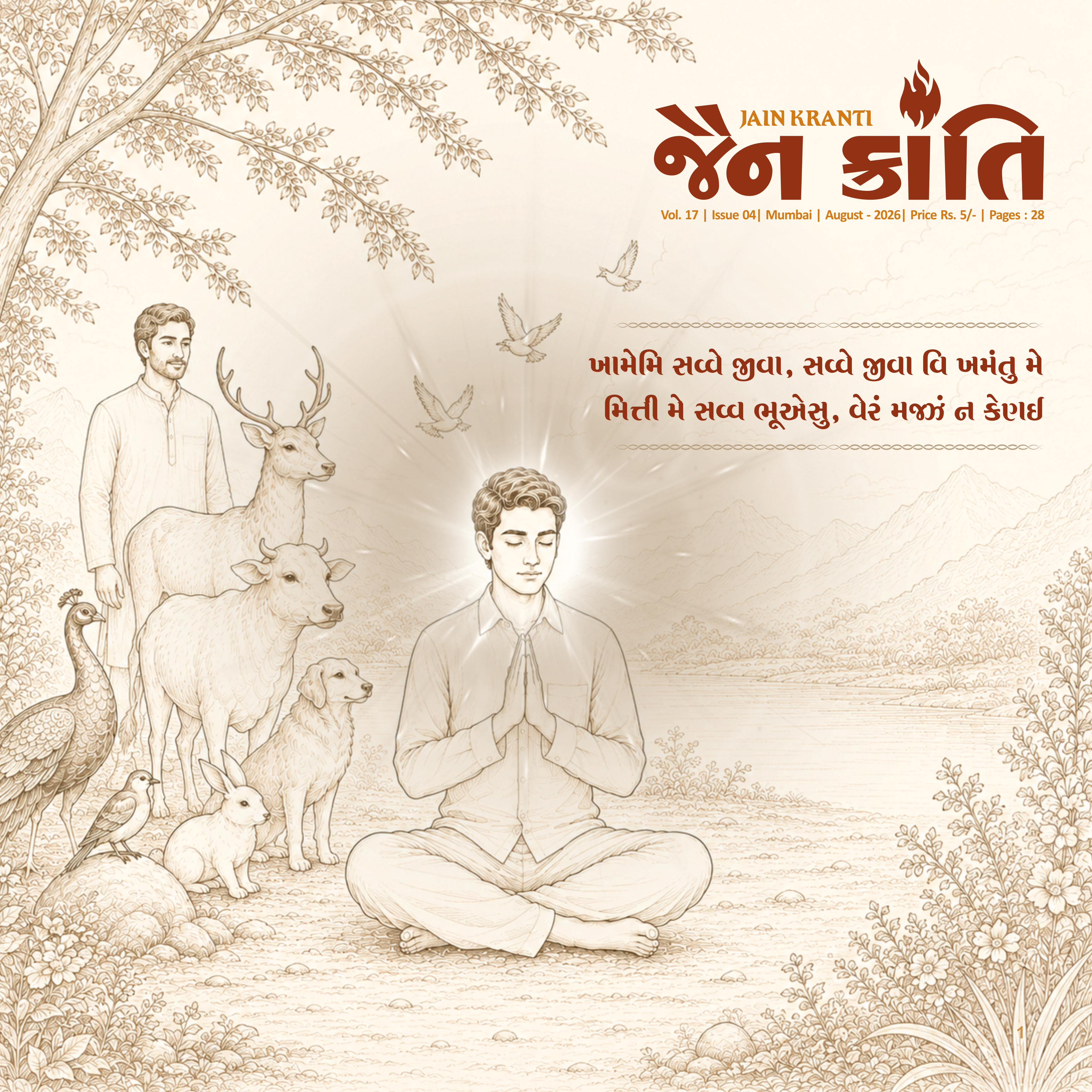


JAIN KRANTI

જૈન ક્રાંતિ

Vol. 17 | Issue 04| Mumbai | August - 2026| Price Rs. 5/- | Pages : 28

ખામેમિ સવ્વે જીવા, સવ્વે જીવા વિ ખમંતુ મે

મિત્તી મે સવ્વ ભૂએસુ, વેરં મજ્ઝં ન કેણઇ

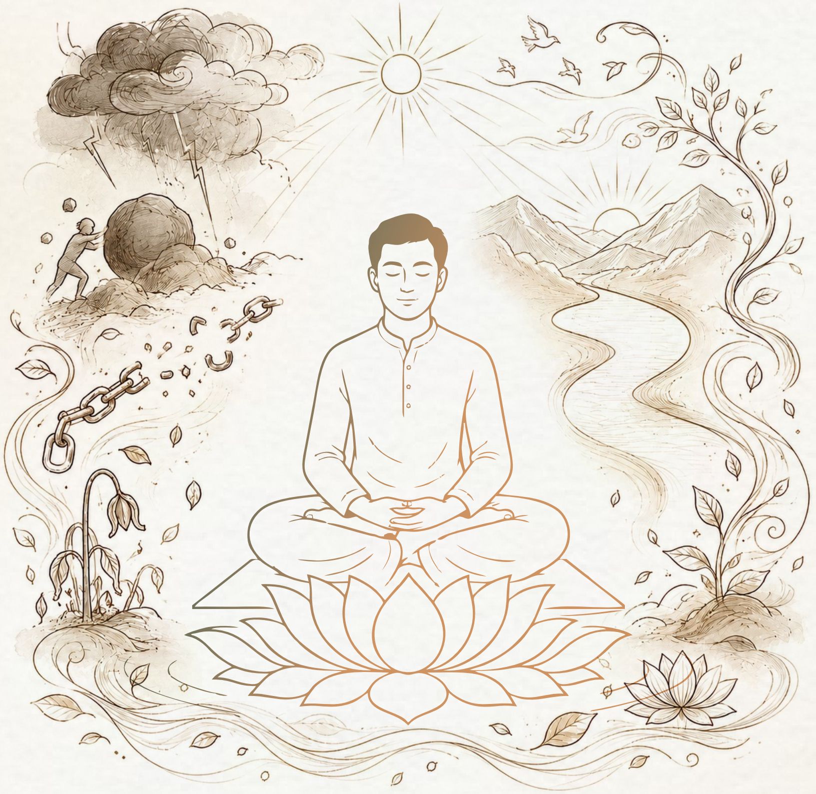
પ્રતિક્રમણથી શું લાભ થાય?

पडिक्कमणेणं भंते! जीवे किं जणयइ?
पडिक्कमणेणं वय-छिद्दाणि पिहेइ, पिहिय-वयछिद्दे
पुण जीवे णिरुद्धासवे असबलचरित्ते अट्ठसु
पवयणमायासु उवउत्ते अपुहत्ते सुप्पणिहिए विहरइ।।

- શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર ભાગ - 2 અધ્યયન 29, બોલ - 13

હે ભંતે!
પ્રતિક્રમણ કરવાથી જીવને શું લાભ થાય છે?

પ્રતિક્રમણ કરવાથી પોતે સ્વીકારેલા વ્રતોમાં લાગેલા દોષોથી નિવૃત્ત થવાય છે. વ્રતના દોષોથી નિવૃત્ત થયેલો જીવ આશ્રવનો નિરોધ કરે છે. સંયમવાન બની પાંચ સમિતિ અને ત્રણ ગુપ્તિની આરાધનામાં સતત સાવધાન રહે છે. સંયમ ભાવમાં લીન-તલ્લીન થઈ જાય છે અને ઈન્દ્રિયવિજેતા બની, સમાધિયુક્ત થઈ, સંયમ માર્ગમાં વિચરણ કરે છે.



પાપથી પાછા ફરવું
પ્રતિક્રમણ છે
અને પાપથી પાછા ફરી,
પરમાત્મા તરફ જવું,
એ **સમ્યક્ પ્રતિક્રમણ** છે!

JAIN KRANTI
જૈન ક્રાંતિ
5th August 2026, YEAR: 25, ISSUE - 305
PAGES : 24 + 4 • RETAIL PRICE : ₹ 5

પ્રતિક્રમણ શેનું કરવાનું હોય?

પાપનું, દોષોનું અને ભૂલોનું!
આ તો અનેકવાર સાંભળ્યું પણ છે અને અનેકવાર કર્યું પણ છે!

પણ... શું ક્યારેય સાંભળ્યું છે?
ભાવ અને **સ્વભાવ**નું પણ પ્રતિક્રમણ અવશ્ય કરવાનું હોય?

નહીં ને!!

તો...વાંચો જૈન-ક્રાંતિના આ અંકમાં
રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબે સ્વયંના
આત્મચિંતનના અર્કને... સ્પષ્ટ રીતે... નવા દૃષ્ટિકોણ સાથે સમ્યક્ રીતે સમજાવ્યો છે!

: PUBLISHER :
SHREE DEEPAKBHAI BHAYANI

: CONTACT :
PARASDHAM
VALLABH BAUG LANE, TILAK ROAD
GHATKOPAR (E) MUMBAI - 400077
PH: +91-22-25015152

: EMAIL :
connect@parasdham.org
website: www.parasdham.org

: JOIN US ON :
www.facebook.com/ParasdhamIndia
www.youtube.com/ParasdhamTV

Printed, Published, Edited and Owned by
DEEPAK K. BHAYANI

: SUBSCRIPTION :

LIFE TIME (WITHIN INDIA)	:	₹ 2500
FOR 2 YRS. (WITHIN INDIA)	:	₹ 500
LIFETIME (INTERNATIONAL)	:	₹ 20000
FOR 1 YR. (INTERNATIONAL)	:	₹ 2500

આપશ્રીને 'જૈન ક્રાંતિ'ને અનુદાન આપવું હોય તો
સંપર્ક : +91-9324808181

TO KNOW MORE ABOUT
PUJYA GURUDEV
CONTACT ON: +91-9860905678

શ્રી આવશ્યક સૂત્ર

- પરમ ગુરુદેવ

જૈન દર્શનના ઉપદેશ ગ્રંથ એટલે 32 આગમ! આગમ ગ્રંથ એટલે તીર્થંકર પરમાત્માએ એમનાં કેવળદર્શનમાં જે જોયું એનો દૃષ્ટિબોધ!

આગમ એટલે પ્રભુની પ્રગટેલી પ્રજ્ઞાનો અર્ક!

32 આગમમાં, 32મા આગમનું નામ છે ; શ્રી આવશ્યક સૂત્ર અર્થાત્ અવશ્ય કરવા યોગ્ય સૂત્ર!

શ્રી આવશ્યક સૂત્રમાં આવે છે - સામાયિક અને પ્રતિક્રમણ!

પ્રભુના followers માટે સામાયિક અને પ્રતિક્રમણ કંઠસ્થ કરવા, એના એક-એક શબ્દના ભાવાર્થ સમજવા અને નિત્ય તેની આરાધના કરવી એ પ્રભુની આજ્ઞા છે અને અવશ્ય કરવા યોગ્ય શ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય છે.

સામાયિક એટલે આત્માને મલિન કરતાં કર્મોને આવતા અટકાવવાની process અને પ્રતિક્રમણ એટલે આવી ગયેલાં કર્મોનો ક્ષય કરવાની process!

સંસારમાં હોવાના કારણે પાપ કરવા પડે, તે સંસારની પરિસ્થિતિ છે, પણ એ પાપોને આપણે પ્રતિક્રમણ અને પ્રાયશ્ચિત દ્વારા શુદ્ધ કરી શકીએ છીએ. માટે જ, શ્રી આવશ્યક સૂત્ર ભાવ વિશુદ્ધિનું સૂત્ર છે.

જે પાપનો પસ્તાવો થાય, જે પાપનું પ્રતિક્રમણ થાય, તે પાપ છૂટી જાય, તે પાપ repeat ન થાય.

'પસ્તાવા સાથેનું પાપ,' એ જૈનત્વની નિશાની છે, એ પ્રભુ મળ્યાંની પ્રતીતિ છે અને એ ધર્મની સમ્યક્ અનુભૂતિ છે.

શ્રી આવશ્યક સૂત્રના બે શ્રેષ્ઠ અવશ્ય કરવા યોગ્ય કર્તવ્યો :

1. સામાયિક 2. પ્રતિક્રમણ

1. સામાયિકઃ

સામાયિક એટલે 48 minutes સુધી, એક સ્થાને સ્થિર થઈ, સંસારની પાપમય પ્રવૃત્તિથી નિવૃત્ત થઈ, સ્વયંની વૃત્તિઓનું અવલોકન કરવું, અનુપ્રેક્ષા કરવી.

સામાયિક એટલે 'સ્વ' થકી, સ્વયંને મળવાની process!

સામાયિક એટલે 48 minutes brainને rest આપવો. મનની ચંચળતાને શાંત કરવા, સાધુત્વનો અહેસાસ કરવો.

2. પ્રતિક્રમણઃ

પ્રતિક્રમણ એટલે wrong track પર ગયેલાં મન, વચન અને કાયાના યોગોને 'I am sorry,' 'તસ્સ મિચ્છામિ દુક્કડમ્', ખામેમિ, ખમેહ અવરાહ મે, ખમાવું છું, જેવા ક્ષમાયાચક શબ્દોચ્ચાર દ્વારા reverse લાવવા! પાપમય પ્રવૃત્તિથી પાછા ફરવું એ પ્રભુના સાધકની સમજ અને વિવેક હોય.

જેમને પળે-પળે પ્રતિક્રમણ કરતાં આવડી જાય, તેને art of living આવડી જાય!

પ્રતિક્રમણ એટલે આત્મા સાથે connect થયેલાં અશુભ કર્મોને disconnect કરવા!

ઘણા કહેતાં હોય છે કે,
ગુરુદેવ! અમને પ્રતિક્રમણ આવડતું નથી,
એના શબ્દો સમજાતાં નથી, એની
પ્રાકૃત ભાષાની અમને કોઈ ઓળખ નથી,
તો પછી પ્રતિક્રમણ કેમ કરવાનું?
એવા પ્રતિક્રમણથી અમને શું benefit થાય?

મારો પ્રશ્ન....
પરમનો પ્રત્યુતર

ગુરુદેવ: તમને જ્યારે maleria થયો હતો, high fever હતો અને Doctor એ કહ્યું હતું કે, તમારે આટલાં injections લેવા પડશે તો જ તમારો maleriaનો રોગ મટશે.

ત્યારે તમે શું કર્યું તરત જ injection લીધું કે Doctorને કહ્યું, Doctor! આ injectionના contentની મને ખબર નથી, એ ક્યાં અને કેવી રીતે બન્યાં છે એની સમજ નથી. એ જે laboratoryમાં તૈયાર થયાં છે એ laboratoryને, હું એ બનાવનાર personને ઓળખતો નથી તો હું કેવી રીતે આ injections લઉં? ના!

તમે તો Doctorને કહ્યું, જે injection આપવાનું હોય, તે આપો. જેટલાં આપવાના હોય, એટલાં આપો.

તમને Doctor પર વિશ્વાસ હતો કે, Doctor જે injection આપશે, એનાથી મારો Maleriaનો રોગ અવશ્ય મટી જશે.

તમને જેટલો વિશ્વાસ એક Doctor પર છે, એટલો વિશ્વાસ સર્વજ્ઞ તીર્થંકર પરમાત્મા પ્રત્યે હોય તો પ્રતિક્રમણની સાધના સાર્થક થઈ જાય!

પરમાત્માએ પણ કહ્યું છે; "હે વત્સ! પ્રતિક્રમણ એ injection છે, જે તારા ભવરોગને મટાડી દેશે. તારા આત્માને જે પાપ-દોષો અને ભૂલોના રોગ થયાં છે, તે મટાડી દેશે. તારા આત્માને નિરોગી અને સ્વસ્થ બનાવી દેશે.

ભલે તમને પ્રતિક્રમણના શબ્દોની સમજ નથી પણ જો પરમાત્મા પર વિશ્વાસ હોય, પરમાત્માએ બતાવેલી પ્રતિક્રમણની સાધના પર શ્રદ્ધા હોય તો એની effect થાય જ!

Injectionના contentની ખબર નથી, છતાં તમે તે લેવાનું છોડતાં નથી, તો પ્રતિક્રમણના શબ્દોની ખબર નથી એટલાં માત્રથી પ્રતિક્રમણની શ્રેષ્ઠ સાધના, અવશ્ય કરવા યોગ્ય કર્તવ્યને કેમ છોડી દેવાનું?

સમજાય કે ન સમજાય પણ પરમાત્મા પર વિશ્વાસ રાખી પ્રતિક્રમણની સાધના અવશ્ય કરવી જ જોઈએ અને એના એક-એક શબ્દને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. પ્રયત્ન કરવાથી આજે નહીં તો કાલે જરૂર સમજાશે.

આજે જગતના કરોડો-કરોડો લોકોને પોતાની ભૂલ realise નથી થતી અને ભૂલોનું પ્રતિક્રમણ કરી શકાય એવી સમજણ નથી ત્યારે તમારા કેવા શ્રેષ્ઠ good luck છે કે તમને શ્રેષ્ઠ સાધના દર્શાવનાર પરમાત્માનો ધર્મ મળ્યો છે, સાધનાની સમજ આપનાર સમર્થ ગુરુ મળ્યાં છે, સાધનાથી થતાં benefitsની સમજ મળી છે, ત્યારે એક માત્ર શબ્દો ન સમજવાના કારણે શ્રેષ્ઠ સાધનાથી વંચિત કેમ રહેવાનું?

આ નાનકડી વાત પર આત્મચિંતન કરજો, પ્રતિક્રમણની સાધના કરવાનું મન અવશ્ય થશે!

જે સમજાવે અલગ દૃષ્ટિકોણ - તે પ્રતિક્રમણ!

- પરમ ગુરુદેવ

પ્રતિક્રમણ એટલે પાપથી અટકવું, પાપથી પાછા ફરવું, ભૂલોની માફી માંગવી, ભૂલને realise કરવી, એ ભૂલ ફરી ન થાય એવી સાવધાની રાખવી, આ છે પ્રતિક્રમણની સામાન્ય વ્યાખ્યા અને સામાન્ય માન્યતા! પણ પ્રતિક્રમણના હાર્દ સુધી પહોંચવા, પ્રતિક્રમણના ગૂઢાર્થ સુધી પહોંચવા અમે અલગ-અલગ દૃષ્ટિકોણથી એ એક શબ્દનું વિશ્લેષણ કર્યું છે:

1. પ્રતિક્રમણ- આત્માનું reverse gear

માનો કે, તમે રાજકોટથી ગિરનાર જઈ રહ્યાં છો, 15-20 Km સુધી તમારી car ગયાં પછી તમે એક Sign board જુઓ છો અને તમને realise થાય છે કે, અરે! મારી car તો wrong track પર જઈ રહી છે, તમે શું કરશો?

તમે તરત જ તમારી carને reverse gearમાં નાંખી, U-turn લઈ, right track પર લઈ જશો.

એવી જ રીતે,

અતિક્રમણમાં ગયેલાં આત્માને reverse gearમાં લાવી, right directionમાં લઈ જવા માટે હોય છે, પ્રતિક્રમણની શ્રેષ્ઠ સાધના!

મારામાં રહેલી મારી ભૂલો, મારા અવગુણો, મારી ક્ષતિઓ એ મારા માટે અતિક્રમણ છે. તેને ક્ષમાપના દ્વારા, પ્રભુ સમક્ષ એકરાર દ્વારા, મારાથી અલગ કરવા, તે હોય છે પ્રતિક્રમણ!

આપણામાં રહેલું આપણા સિવાયનું બહાર કાઢવું, તે હોય છે પ્રતિક્રમણ!

'પર' ને 'સ્વ' બનાવવું, તે હોય છે અતિક્રમણ અને 'પર' ને 'પર' કરવું, એ હોય છે, પ્રતિક્રમણ !

માનો કે, તમારે 3rd floorના flatમાં, તમારા ઘરે જવાનું છે. તમે mobile જોતા-જોતા દાદરા ચઢી રહ્યાં છો. 2nd floor આવે છે અને એ flatના doors open છે. તમે તમારી ધૂનમાં એ flatને પોતાનો માની આરામથી અંદર જાવ છો. Fridgeમાંથી પાણી પીને drawing roomમાં આવો છો અને ત્યાં બેઠેલાં બહેનને જોઈને તમને realise થાય છે, અરે! આ તો હું 'પારકા' ના ઘરમાં આવી ગયો છું! તમે તરત જ ત્યાંથી reverse થઈ જશો.

સંસાર એ પારકાનું ઘર છે અને મોક્ષ એ આપણું શાશ્વત ઘર છે. સંસારથી મોક્ષ તરફ જવા માટે હોય છે પ્રતિક્રમણની શ્રેષ્ઠ સાધના!

એક સાધક જ્યારે આત્મશુદ્ધિની આરાધના કરતાં હોય, ત્યારે આત્મશુદ્ધિની આરાધના કરતાં-કરતાં જ્યારે તે ક્રોધના, મોહના,

રાગના, દ્વેષના, કષાયના ઘરમાં ચાલ્યો જાય છે, ત્યારે તે આત્માને reverse લાવવા માટે હોય છે પ્રતિક્રમણની શ્રેષ્ઠ સાધના!

2. પ્રતિક્રમણ- Mistakesનું rectifier

Mistakes તો બધાંથી થાય, પણ mistakesને rectify બહુ ઓછા કરે!

જે પોતાની mistakesને સુધારી લે છે, તેને કર્મોની સજા મળતી નથી. જે પોતાની mistakesને સુધારતા નથી, તેને કર્મોની સજા મળ્યાં વિના રહેતી નથી.

જે પોતાની mistakesને rectify કરી લે છે, તેનું future bright હોય છે.

બાહુબલીને યુદ્ધના મેદાનમાં નાના ભાઈ ભરત પર મુષ્ટિ પ્રહાર કરતી વખતે પોતાની mistakes realise થાય છે અને એમના પર મુષ્ટિ પ્રહાર કરવાના બદલે કેશ લૂંચન કરી લે છે. બાહુબલી પોતાની ભૂલને સુધારી લે છે અને પૂજનીય અને વંદનીય બની જાય છે.

માટે જ, everyday તમારી mistakesને સ્વયં observe કરવી જોઈએ અને એને સુધારવાની process એટલે કે પ્રતિક્રમણ કરવું જોઈએ.

જો તમને તમારી ભૂલ realise ન થતી હોય, ન દેખાતી હોય તો તમારા આદર્શ પાત્ર અથવા ગુરુને વિનંતી કરવી જોઈએ કે, કૃપા કરી, 'મારી પ્રવૃત્તિઓને નિહાળી જ્યાં-જ્યાં મારી mistakes હોય તે મને બતાવશો, જી!'

જેમના પ્રત્યે respect હોય, એમના દ્વારા બતાવેલી ભૂલ સ્વીકાર્ય થઈ જાય છે.

ક્યારેક કોઈ અન્ય વ્યક્તિ પણ તમારી ભૂલનું ધ્યાન દોરે ત્યારે તેમના પર ગુસ્સે ન થતાં એમનો ઉપકાર માનવો જોઈએ કેમ કે, એ ભૂલને તમે હવે પ્રતિક્રમણ જેવી શ્રેષ્ઠ સાધના દ્વારા સુધારી શકશો.

Mistakesને rectify કરવાની processને પ્રતિક્રમણની શ્રેષ્ઠ સાધના કહેવાય છે.

૩. પાપની ઉપેક્ષાનું speed breaker!

ભૂલ થવી એ મનુષ્યત્વનું લક્ષણ છે અને ભૂલને ભૂંસવી એ મનુષ્યનું કર્તવ્ય છે.

પણ મોટાભાગની વ્યક્તિઓ ભૂલને જાણ્યા પછી પણ એની ઉપેક્ષા કરે છે, neglect કરે છે.

ઉપેક્ષા કરવાથી, આજની નાનકડી ભૂલ એક દિવસ બહુ મોટી ભૂલ બની જાય છે, આદત બની જાય છે અને પછી એને clear કરવી બહુ difficult થઈ જાય છે.

ભૂલની ઉપેક્ષા ભવ બગાડે છે.

જે નિયમિત પ્રતિક્રમણ કરતાં હોય છે, તેઓ ભૂલની ઉપેક્ષા કરતાં નથી.

પ્રતિક્રમણની સાધના એ ભૂલની ઉપેક્ષાનું speed breaker છે, તમને ઉપેક્ષા કરતાં અટકાવે છે.

ભૂલની ઉપેક્ષા કરનાર અનંતાનુબંધી પાપનો બંધ કરે છે. અનંતાનુબંધી પાપનો બંધ કરનાર વ્યક્તિ મોટા ભાગે તિર્યંચ ગતિમાં જાય છે. તિર્યંચમાં પણ બે પ્રકારના જીવો હોય છે. ક્રૂર તિર્યંચ એટલે સિંહ, વાઘ, મગરમચ્છ આદિ અને કોમળ તિર્યંચ એટલે rabbit, Pigeon આદિ.

માનો કે, તમે રસ્તામાં વાત કરતાં-કરતાં જઈ રહ્યા છો, ત્યાં એક જગ્યાએ ice creamના ખાલી cupમાં ઘણી બધી કીડીઓ ice cream ખાઈ રહી છે અને એના ઉપર જ તમારો પગ પડે છે અને એક સાથે એ બધી કીડીઓ કચડાઈ જાય છે. તમે એ જુઓ છો અને neglect કરી આગળ વધો છો. તમને તમારી ભૂલ realise નથી થતી કે, મેં નીચે જોઈને ચાલ્યું હોત તો આ બધી કીડીઓ બચી જાત!

આને કહેવાય ભૂલની ઉપેક્ષા, હિંસાની ઉપેક્ષા!

જો તમે regular પ્રતિક્રમણ કરતાં હોત, તો તમને હિંસા, ક્રૂરતા, જતનાની સમજ હોત તો તમે હંમેશા જતનાપૂર્વક ચાલતા હોત.

માટે જ, પ્રતિક્રમણને ઉપેક્ષાનું speed breaker કહેવાય છે.

જે મનુષ્ય ભવની છે, BEST GIFT - તે પ્રતિક્રમણ!

- પરમ ગુરુદેવ

તીર્થંકર પરમાત્માએ અનંતી કરુણા કરી, આપણા futureનું planning કરવા આપણને આપેલી best gift એટલે પ્રતિક્રમણની શ્રેષ્ઠ સાધના!

પ્રતિક્રમણ સૂત્ર એટલે ભાવવિશુદ્ધિનું શ્રેષ્ઠ સૂત્ર!

આપણે એક ભવથી બીજા ભવમાં આપણા ભાવોની memories અને એ ભવના સંસ્કાર લઈને જતાં હોઈએ છીએ. માટે જ, બે સગા ભાઈઓ હોવા છતાં એક cockroachને જોઈને સુરક્ષિત સ્થાને મૂકી આવે છે અને એક પગ નીચે ચગદી નાંખે છે.

પ્રતિક્રમણની આરાધના કરવાથી શું થાય છે?

સંસારમાં રહેવાના કારણે પાપ કરવા પડે એ એક પરિસ્થિતિ છે પણ પ્રતિક્રમણની આરાધના એ પાપની તીવ્રતાને મંદ કરાવે છે, એ પાપ પછી પસ્તાવો કરાવે છે અને કર્મબંધને ઘટાડે છે.

જે પ્રવૃત્તિ ગમવા લાગે, તે પ્રવૃત્તિ વારંવાર થાય અને જે પ્રવૃત્તિ અયોગ્ય લાગે, 'કરવી પડે છે,' એવી લાગે, જેનો પસ્તાવો થાય, તે પ્રવૃત્તિમાં involvement ઓછું થાય એટલે કર્મબંધ પણ ઓછા થાય.

આપણા ભાવો, ઘટનાઓ, સંજોગો આપણી memoriesમાં save થતાં હોય છે અને Memories આ ભવમાંથી next ભવમાં carry forward થતી હોય છે.

પ્રતિક્રમણ શું કરે છે?

પ્રતિક્રમણ, પાપ કર્યાં પછી જે ખુશી થઈ હોય, એનો પશ્ચાતાપ કરાવી, એ memoriesને weak કરી દે છે. Memories weak થાય એટલે next birthમાં એની effect ઓછી થઈ જાય, slow થઈ જાય. કેમ કે, આ ભવમાં જ એ ભાવો મંદ થઈ જવાના કારણે, એની તીવ્રતા મંદ થઈ જવાના કારણે, auto process next ભવમાં એ ભાવો બહાર આવતાં નથી.

પ્રતિક્રમણની સાધના best gift શા માટે છે?

પ્રતિક્રમણની સાધના તીવ્ર પ્રકારની સ્મૃતિઓને મંદ કરે છે, તીવ્ર પાપવૃત્તિને શાંત કરે છે, લાંબા સમયના બાંધેલા કર્મો અલ્પ સમયના થઈ જાય છે. જે કર્મો તીવ્રતાથી ભોગવવાના હોય, તે કર્મો મંદ પડી જાય છે.

માનો કે, તમે કોઈને એવી પીડા આપી છે, દુઃખ આપ્યું છે, જેના

કારણે તમને multiple fractures થાય એવા કર્મો બંધાયા છે પણ તમને તરત જ તમારી mistake realise થાય છે, તમે તેનું પ્રતિક્રમણ કરી લ્યો છો, તમને મનમાં અત્યંત પસ્તાવો થાય છે, જેના કારણે તમારા કર્મોની intensity એટલી ઓછી થઈ જાય છે કે તમને multiple fractures ના બદલે માત્ર hairline crack થાય છે અને તમારા કર્મો ભોગવાઈ જાય છે.

પ્રતિક્રમણ એટલે ભવિષ્યમાં આવનારી પીડાને આજે ઘટાડવાનો best ઉપાય! ભવિષ્યમાં આવનારા problemsને આજે ઓછા કરવાનો best ઉપાય!

પાપ છૂટે નહીં, એ પરિસ્થિતિ છે પણ પસ્તાવો ન છોડવો એ ધર્મ આરાધના છે, એ પ્રતિક્રમણની સાધના છે, એ પરમાત્માની આજ્ઞા છે અને એ શ્રાવકનું અવશ્ય કરવા યોગ્ય કર્તવ્ય છે.

સવારે ભયંકર કક્ષાનો ગુસ્સો કર્યો પણ સાંજે ઉત્કૃષ્ટ ભાવથી પસ્તાવાના અશ્રુ સાથે પ્રતિક્રમણ કરી લીધું, multiple fracturesના કર્મો, hairline crackના કર્મો થઈ જશે.

પ્રતિક્રમણ મનુષ્યભવની best gift છે.

પાપને અટકાવવું અને જે પાપ અટકે નહીં, તેનો પસ્તાવો કરી તે પાપને મંદ કરી, futureનું planning કરવું. મારે મારા પાપોને આવતા ભવમાં carry forward કરવા નથી. જેને પાપ, પાપ લાગે છે, તે જ પાપનો પસ્તાવો કરે છે.જેને અયોગ્ય, અયોગ્ય લાગે છે તે જ અયોગ્યનું પ્રતિક્રમણ કરી શકે છે.

પ્રતિક્રમણ આપણને અયોગ્ય પર 'અયોગ્ય' ની મહોર મારતાં શીખડાવે છે.

જે અયોગ્ય પ્રવૃત્તિ યોગ્ય લાગે, તે પ્રવૃત્તિ ક્યારેય છૂટતી નથી. ગુસ્સો કર્યાં પછી જેને ગુસ્સો કરવા જેવો લાગે, તે ગુસ્સો આદત બની જાય છે, અને એ repeat થયાં કરે છે.

ભગવાન મહાવીરના followers હોય એ પાપ કરે નહીં અને કરવા પડે તો એની પાપની તીવ્રતા મંદ અથવા અતિ મંદ categoryની હોય.

અતિ તીવ્ર categoryનું પાપ એટલે પત્થરની લકીર જેવું પાપ અને અતિ મંદ categoryનું પાપ એટલે પાણીની લકીર જેવું પાપ! પાણીમાં આ બાજુ લીટી કરો, એ તરત જ ભૂંસાઈ જાય!

અતિ મંદતામાં કરેલાં પાપનું જો સમયસર પ્રતિક્રમણ થઈ જાય, તેનો પશ્ચાતાપ કરી લેવામાં આવે તો તે પાપ carry forward થતાં નથી. તેવા પાપ સામાયિક અને નવકારશી જેવી નાનકડી સાધના દ્વારા પણ ક્ષય કરી શકાય છે.

જૈન એ હોય, જે આવતા ભવમાં પુણ્ય લઈ જાય પણ પાપ ન લઈ જાય.

ભગવાનનો આદેશ છે, શ્રાવક એ હોય, જે મહત્તમ પુણ્યનો બંધ કરે અને બાંધેલા મહત્તમ પાપને આ ભવમાં જ તપસ્યા, સાધના અને પ્રતિક્રમણ-પ્રાયશ્ચિત દ્વારા ક્ષય કરી નાંખે!

આ હોય એક શ્રાવકનું, પ્રભુના ઉપાસકનું future planning!

શ્રાવકનો ધર્મ એટલે long termનું planning અને long termના planningનો એક જ નિયમ હોય, મારે આવતા ભવમાં પાપ લઈને નથી જવું અને એટલે મારે નિત્ય પ્રતિક્રમણની આરાધના કરવી છે. આજના પાપ આજે જ ક્ષય કરી નાંખવા છે.

માટે જ, પ્રભુનો શ્રાવક એ હોય, જે ચતુર હોય!

શ્રાવકને સંસારમાં હોવાના કારણે પાપ કરવા પડે પણ ચતુર શ્રાવક એ હોય, જેને પાપ ભોગવવા ન પડે!

પ્રભુનો શ્રાવક પળેપળનું પ્રતિક્રમણ કરવાવાળો હોય!

વિચાર કરો, પ્રતિક્રમણની સાધના કેવી best gift છે! જે તમારા પાપોનો ક્ષય કરાવે છે અને તમારા futureને bright બનાવે છે. તમારા પાપોને carry forward થતાં અટકાવે છે.

પ્રતિક્રમણની સાધનાને એવી આત્મસાત્ કરી લ્યો કે, next birthમાં કોઈ પૂછે, શું લઈને આવ્યા છો? તો તમે confidence સાથે કહી શકો કે, હું તો પ્રભુનો ઉપાસક છું એટલે માત્ર ને માત્ર પુણ્ય અને good luck લઈને જ આવ્યો છું, નિત્ય પ્રતિક્રમણ કરીને બધાં પાપ એ જ ભવમાં ક્ષય કરીને આવ્યો છું.

જે DELETE કરે મારા દોષોને - તે પ્રતિક્રમણ!

- પરમ ગુરુદેવ

પ્રતિક્રમણની સાધના એ સંસારથી પ્રતિમુખ થવાનો પરમ પુરુષાર્થ છે.

પ્રતિક્રમણ પાપનું પણ હોય અને પ્રતિક્રમણ દોષોનું પણ હોય.

પાપ આજનું અને અત્યારનું હોય, જ્યારે દોષ pastની વૃત્તિ હોય છે. પાપ આ ભવ પૂરતું હોય છે, જ્યારે દોષ વૃત્તિ સંસ્કાર બનીને ભવોભવ સાથે આવે છે. પાપ એ actionsની process છે, જ્યારે દોષ એ emotionsની process છે.

માનો કે, તમે હમણાં શાકભાજી સુધાર્યાં, એટલે તે એક પ્રકારની હિંસાની process થઈ ગઈ. હવે તમે સામાયિક કરવા બેસી ગયાં, તો શું થયું ? હિંસાના પાપથી મુક્ત થઈ ગયાં.

પાપ મુક્તિ સહજ છે, કેમ કે તે મન, વચન અને કાયાના યોગોથી થાય છે, જ્યારે દોષ મુક્તિ અતિ કઠિન છે કેમ કે, તે આત્મા પર પડેલાં સંસ્કારોથી થાય છે.

પાપમુક્ત થવું તે સાધના છે અને દોષ મુક્ત થવું તે સિદ્ધિ છે.

પાપ મુક્તિ temporary solution છે, જ્યારે દોષમુક્તિ permanent solution છે. માટે જ, પાપ અને દોષોનું બંનેનું પ્રતિક્રમણ કરવું જોઈએ.

દોષોને જે delete કરે તે સમ્યક્ પ્રતિક્રમણ હોય !

પાપ જ્યારે વારંવાર repeat થાય છે, ત્યારે તે મનોવૃત્તિ બની જાય છે, તે સંસ્કાર બની જાય છે, તે memory બની જાય છે. એટલે ઘણીવાર તે આપણે માળા કે જાપ, સાધના આદિ કરતાં હોઈએ ત્યારે પણ આપણા પર attack કરે છે.

નિમિત્ત મળે અને જે attack કરે, તે પાપ કહેવાય અને નિમિત્ત વિના પણ જે attack કરે, તે દોષ કહેવાય.

ભૂતકાળમાં પાપોનું પ્રતિક્રમણ તો લાખો વખત કર્યું છે પણ દોષોનું પ્રતિક્રમણ નથી કર્યું એટલે ફરી અતિક્રમણ કરવા લાગીએ છીએ. અતિક્રમણ જ્યારે સંસ્કાર બની જાય, ત્યારે તે દોષ કહેવાય છે. માટે જ, દોષોને સમજવા અને દોષોનું પ્રતિક્રમણ કરી દોષોને delete કરવા અત્યંત આવશ્યક છે.

જ્યારે આત્મામાંથી દોષોના કાદવ સંપૂર્ણપણે ખાલી થઈ જાય છે, આત્મા દોષમુક્ત થઈ જાય છે, ત્યારે સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. પાપના intentionને, પાપના કારણને દોષ કહેવાય છે. જ્યાં સુધી દોષોનું પ્રતિક્રમણ નથી થતું, દોષ મુક્તિ નથી થતી અને ત્યાં સુધી સાધના-વિરાધના, અતિક્રમણ-પ્રતિક્રમણનું ચક્કર ચાલુ રહે છે.

પાપનું પ્રતિક્રમણ એટલે actionsનું પ્રતિક્રમણ અને દોષોનું પ્રતિક્રમણ એટલે emotionsનું પ્રતિક્રમણ !

પાપનું પ્રતિક્રમણ યોગ્ય છે અને આવશ્યક પણ છે પણ જ્યાં સુધી દોષોનું પ્રતિક્રમણ ન થાય, ત્યાં સુધી એના જે benefits મળવા જોઈએ, તે મળતાં નથી.

પ્રતિક્રમણ કરવું છે, તો પછી પાપ અને દોષ બંનેનું કેમ નહીં? શ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય કરવું છે તો શ્રેષ્ઠ benefits કેમ ન મેળવીએ?

પાપનું પ્રતિક્રમણ તો બધાં કરે છે અને બધાંને ખબર છે, પણ દોષોનું પ્રતિક્રમણ કરવા, એનું planning કરવું પડે!

દરરોજ અનુકુળતા પ્રમાણે પ્રતિક્રમણના એક-એક પાઠને, એના એક-એક શબ્દના અર્થને વાંચવા જોઈએ, સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ અને એના પર અનુપ્રેક્ષા કરવી જોઈએ. જેમ કે, જ્ઞાનના અતિચાર જાણ્યા પછી ચિંતન કરી, અનુપ્રેક્ષા કરવી જોઈએ, ક્યાં ક્યાં મારી અંદરમાં જ્ઞાન સંબંધી દોષ વૃત્તિઓ પડી છે અને એ કાઢવા મારે શું કરવું જોઈએ! એવી રીતે દર્શનના, ચારિત્રની, અણુવ્રતોની, શ્રમણસૂત્રમાં આવતાં દોષોની અનુપ્રેક્ષા કરવી જોઈએ.

અનુપ્રેક્ષા કરવાથી દોષો realise થાય છે, એનું પ્રતિક્રમણ થાય છે અને દોષમુક્ત થવાનો પુરુષાર્થ થાય છે. પાપ મુક્ત અલ્પ સમયમાં થઈ શકાય, પણ દોષોને કાઢવા લાંબો સમય જોઈએ.

આજથી selfને challenge કરો, મારે પણ મારા પરમાત્માની જેમ દોષમુક્ત થઈ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવી છે અને આજથી એનું planning અને પુરુષાર્થ કરવો છે. જે પળે પાપ, એ પળે પ્રતિક્રમણ કરી, મારે મારા પાપને વૃત્તિ અને સંસ્કાર બનવા નથી દેવા અને જે દોષોનું સેવન થઈ ગયું છે, એ એક-એક અવગુણોનું અવલોકન અને અનુપ્રેક્ષા કરી, અત્યંત ભાવપૂર્વક, સમજણ સાથે પ્રતિક્રમણ કરી, દોષોનો કાય કરવો છે.

પાપ એ સંસારની પરિસ્થિતિ છે પણ એ પાપમાં emotionsને જોડવા કે ન જોડવા એ સ્વયંની મનઃ સ્થિતિ છે.

પરિસ્થિતિ સાથે જ્યારે emotions જોડાઈ જાય છે ત્યારે તે પાપ, દોષમાં convert થઈ જાય છે અને દોષોનું પ્રતિક્રમણ થોડું કઠિન હોય છે.

પાપ દોષમાં કેવી રીતે convert થાય છે?

એક મમ્મીને એના દીકરા પર ગુસ્સો આવે છે અને તે દીકરાને બે લાફા મારે છે. દીકરો રડવા લાગે છે. મમ્મી એનું કામ કરવા લાગે છે પણ મનમાં વિચારો ચાલે છે. આખો દિવસ મસ્તી કરે છે, ભણવામાં ધ્યાન નથી, કેટલી વાર ધ્યાન રાખું મારે કેટલાં કામ હોય છે. વગેરે..

થોડીવાર પછી મમ્મી ફરી એ રૂમમાં આવે છે અને જુએ છે કે દીકરો હજુ રડી રહ્યો છે. ફરીથી બે લાફા મારે છે અને કહે છે, એક તો તોફાન કરવા અને ઉપરથી રડવું છે!

બન્યું શું?

પહેલીવાર લાફા માર્યા ત્યારે પાપની action હતી પછી એમાં emotions ભળ્યાં એટલે એ દોષ બની ગયો. પહેલી વાર લાફો માર્યા ત્યારે action finish થઈ ગઈ હતી. જો મમ્મી એ વાત ભૂલી ગઈ હોત તો તે માત્ર પાપની action જ રહેત!

તમે જ્યારે પ્રતિક્રમણ સૂત્રના પાઠો બોલી એમાં બતાવેલી વંદના-વિધિ આદિ કરો છો, ત્યારે actionsનું પ્રતિક્રમણ થાય છે પણ જે સમયે તમને તમારા દોષો યાદ આવે છે, ભૂલો realise થાય છે અને ભયંકર પસ્તાવો થાય છે, ઉત્કૃષ્ટ કક્ષાનું પ્રાયશ્ચિત થાય છે, ત્યારે emotionsનું પ્રતિક્રમણ થાય છે, જે દોષોને delete કરવા માટે સક્ષમ હોય છે.

Qualitiesને improve કરવા, mistakesને clear કરવી બહુ જરૂરી છે.

પ્રતિક્રમણ માત્ર આત્માની શુદ્ધિ માટે નથી, lifeને peaceful બનાવવા માટે પણ છે. જ્યારે દોષોનું પ્રતિક્રમણ થાય છે, ત્યારે તે દોષો anger, ego, jealousy, રાગ-દ્વેષ repeat નથી થતાં અને repeat નથી થતાં એટલે પાપની actions ઓછી થાય છે અને peace વધી જાય છે.

દોષ, પાપની mother હોય છે.

પાપના પ્રતિક્રમણ સાથે planning પૂર્વકનું દોષનું પ્રતિક્રમણ પણ થાય તો દોષોને delete કરતાં વધારે સમય ન લાગે અને પ્રતિક્રમણની સાધના, સિદ્ધિ સુધી લઈ જાય!

જે સુધારે
મારા સ્વભાવને - તે પ્રતિક્રમણ!

- પરમ ગુરુદેવ

એક હોય છે, સ્વતંત્રતા અને એક હોય છે, પરતંત્રતા!

સ્વયંનો સ્વયં પર self control એ હોય છે, આત્માની સ્વતંત્રતા અને એ ધર્મ કહેવાય છે.

મોટા ભાગની વ્યક્તિઓનો પોતાના પર self control હોતો નથી.

ઘણી બધી વ્યક્તિઓએ સાંભળ્યું હશે કે, 'તું તો હમેશાં તારા મનનું ધાર્યું કરે છે. તું તારી મનમાની કરે છે.' અને ઘણી બધી વ્યક્તિઓએ બીજાને કહ્યું હશે કે, 'તું હંમેશા તારું ધાર્યું કરે છે!'

જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ પોતાના મનનું ધાર્યું કરે છે, ત્યારે તેને feel નથી થતું કે હું મારા મનનું ધાર્યું કરું છું, પણ તે સામેવાળી વ્યક્તિને hurt કરે છે, disturb કરે છે, હેરાન કરે છે. કોઈને hurt કરવું, તે ધર્મ કહેવાય કે અધર્મ? અધર્મ કહેવાય અને અધર્મ એટલે પાપ !

આપણને નાનપણથી ખબર છે, કીડીને મારવી એ હિંસા છે, પાપ છે. અસત્ય બોલવું, એ પાપ છે. ચોરી કરવી એ પાપ છે. પરિગ્રહ રાખવો એ પાપ છે. પણ ક્યારેય ખબર નથી હોતી કે, પોતાની મનમાની કરવી એ પણ એક પ્રકારનું પાપ છે.

આપણે હિંસા, ચોરી, અસત્ય, પરિગ્રહ, ભૂલો, દોષોનું પ્રતિક્રમણ કરીએ છીએ પણ ક્યારેય મનમાની કરીને એનું પ્રતિક્રમણ કરતાં નથી. કેમ કે, એ પાપ દેખાતું નથી. 'એ પાપ છે,' એ સમજ નથી.

જે આપણને અયોગ્ય ન લાગે, તે આપણને જીંદગીભર યોગ્ય લાગે!

જે યોગ્ય લાગે, તે ધીમે-ધીમે સ્વભાવ બની જાય, nature બની જાય.

મનનું ધાર્યું કરવું, મનમાની કરવી, એ પાપ કેવી રીતે કહેવાય?

જ્યારે તમે મનમાની કરો છો, ત્યારે તમે સામેવાળી વ્યક્તિની ઉપેક્ષા કરો છો, એમને ignore કરો છો. ઉપેક્ષા સામેવાળાને hurt કરે છે, દુઃખી કરે છે. કોઈને દુઃખી કરવા એ પણ પાપ છે.

સંસારના ક્ષેત્રનો એ સ્વભાવ જ્યારે ધર્મક્ષેત્રમાં વ્યક્તિ લઈને આવે છે, ત્યારે ત્યાં પણ તે પોતાના મનમાની કરવાના સ્વભાવથી ઘણા બધાંને disturb કરે છે, ઘણી બધી systemને disturb કરે છે.

મનમાની કરવી એટલે પોતાની વાતની પક્કડ રાખવી.

તમારી પક્કડ, બીજા માટે પીડા બની શકે છે.

તમારી અક્કડ, બીજાને disturb કરવાવાળી બની શકે છે.

તમારો ego, બીજાના egoને hurt કરવાવાળો બની શકે છે.

માનો કે, તમે ધર્મક્ષેત્રમાં ગુરુના સાંનિધ્યમાં અડધા કલાકથી first lineમાં બેઠાં છો. તમને ત્યારે વિચાર આવે કે, પાછળવાળાને પણ ગુરુદેવના દર્શન કરવા હશે, એમને કાંઈ સમાધાન જોતું હશે, તો હું પાછળ જાઉં અને બીજાને આગળ આવવા દઉં! ના!

આને કહેવાય micro ego, micro પક્કડ, micro લોભવૃત્તિ અને micro પરિગ્રહ વૃત્તિ...મને મળે, હું મેળવી લઉની વૃત્તિ!

આ વૃત્તિ આવે ક્યાંથી?

આને directly કે indirectly મનનું ધાર્યું કહેવાય કે નહીં?

જ્યારે મનનું ધાર્યું થઈ જાય, ત્યારે જ તેને હિંસાના પાપની જેમ પાપ માનીને પ્રતિક્રમણ કરી લ્યો તો, મનમાની કરવાનો સ્વભાવ સુધરી શકે ને!

પ્રતિક્રમણની સાધનામાં તમારા સ્વભાવને સુધીરવાની ક્ષમતા છે.

મનમાની કરવાના natureને સુધારવા માટે પરિસ્થિતિને સમજવાનો વિવેક હોવો જોઈએ.

મનમાની કરવા પક્કડ રાખવી, ઉપેક્ષા કરવી, ignore કરવા, વિવેક ન રાખવો, આ બધાં અવગુણો શરૂઆતમાં બહુ નાના લાગતા હોય પણ ક્યારે બહુ મોટા થઈ જાય, ખબર જ ન પડે!

માટે જ, સમયે-સમયે તેનું પ્રતિક્રમણ કરવું જોઈએ.

ભગવાન મહાવીર વિહાર કરીને જઈ રહ્યાં હતાં, એ જ રસ્તામાં એક કબૂતર એનું ભોજન કરી રહ્યું હતું. ભગવાન પોતાના મનનું ધાર્યું કરી આગળ જઈ શકતાં હતાં પરંતુ પ્રભુએ એ કબૂતરની સંવેદનાઓને અનુભવી, વિચાર્યું, 'જવું મારે છે, એ પણ જરૂરી છે અને જમવું એને છે, એ પણ જરૂરી છે.'

યોગ્ય શું કહેવાય?

હું અટકી જાઉં એ કે એને જમતાં અટકાવું તે?

અટકાવવા કરતાં અટકવું સારું છે.

પ્રભુએ જ્યાં સુધી એ કબૂતરે પોતાનું ભોજન પૂરું ન કર્યું અને ઊડી ન ગયું, ત્યાં સુધી દૂર ઊભા-ઊભા મૈત્રીભાવનું પવિત્ર ઝરણું વહાવતાં રહ્યાં, કરુણાભાવ અને વાત્સલ્યભાવની ગંગા વહાવતાં રહ્યાં! 'મારાથી કોઈને hurt ન થાય' એવા પરમ અહિંસાભાવને પ્રગટાવતા રહ્યાં.

ઘટના બહુ નાની છે પણ સ્વભાવને સુધારવા માટેની બહુ મોટી પ્રેરણા છે.

મન કહે છે, મનનું ધાર્યું કરવું છે. આત્મા કહે છે, કોઈને hurt નથી કરવા! કોનો આવાજ સાંભળવો? કોની વાત માનવી?

યાદ રાખો, મન હારે કે જીતે, આત્મા હંમેશા જીતવો જોઈએ. મારા મનનું ધાર્યું, બીજા માટે અણધાર્યું દુઃખ ન બનવું જોઈએ. મારી પક્કડ, બીજાની પીડા ન બનવી જોઈએ. મારો આગ્રહ બીજાની અશાંતિ ન બનવો જોઈએ. માટે, મારે આજે 'As you say'. 'OK', 'જી' કહી accept કરતાં શીખવું છે. મનધાર્યું કરવું એ મારો અહંકાર છે, અધર્મ છે અને માની લેવું એ મારો વિનમ્રતાનો, સદ્ભાવનો ધર્મ છે.

યાદ કરો, તમે જ્યારે-જ્યારે મનનું ધાર્યું કર્યું છે, ત્યારે ઘરનું વાતાવરણ બગડી ગયું છે. સંબંધોમાં કડવાશ આવી ગઈ છે, સામેવાળાના દિલમાં દ્વેષના બીજ વાવી દીધાં છે!

આજે તમારી selfને check કરો અને change કરો.

સ્વભાવનું પ્રતિક્રમણ કરતાં શીખી જાવ. પાપનું પ્રતિક્રમણ તો હંમેશાં કરો છો, આજથી સ્વભાવનું પ્રતિક્રમણ કરતાં શીખી જાવ.

પ્રતિક્રમણ સ્વભાવને સુધારવાની શ્રેષ્ઠ સાધના છે.

જ્યારે-જ્યારે મનનું ધાર્યું થઈ જાય, ચહેરા પર ચમક આવી જાય, મન ખુશ થઈ જાય, Selfને કહી દો... મનનું ધાર્યું થઈ ગયું. Sorry! મિચ્છામિ દુક્કડમ્! સામેવાળાને hurt થઈ ગયું, મિચ્છામિ દુક્કડમ્! સામેવાળાની ભાવનાને તરછોડી, મિચ્છામિ દુક્કડમ્!

સ્વભાવનું પ્રતિક્રમણ સ્વભાવને સુધારે છે અને સ્વભાવ ભવોભવ સાથે આવે છે.

સ્વભાવનું પ્રતિક્રમણ એ મન ઉપર તમારો વિજય છે.
સ્વભાવનું અતિક્રમણ એ મનની તમારા પર જીત છે!

જે શુદ્ધ કરે મારા ભાવોને - તે પ્રતિક્રમણ!

- પરમ ગુરુદેવ

ભાવોને વિશુદ્ધ કરવા એ એક આત્મિક કર્તવ્ય સાથે એક શ્રેષ્ઠ સાધના છે.

આ સાધના એ જ વ્યક્તિ કરે, જેને feel થાય કે મારામાં ક્યાંક ભૂલો છે, ખામીઓ છે, ક્ષતિઓ છે જે મારી આત્મયાત્રામાં અવરોધક છે.

પ્રતિક્રમણ એ ભાવોને શુદ્ધ કરવાની શ્રેષ્ઠ સાધના છે.

સર્વજ્ઞ પરમાત્માએ પ્રતિક્રમણના અલગ-અલગ પાઠમાં અલગ-અલગ પ્રકારની ભૂલો બતાવી, એ ભૂલોને શુદ્ધ કરવા 'तस्स मिच्छामि दुक्कड़म्' જેવો મહામંત્ર બતાવ્યો છે. ભગવાને કહ્યું છે, આવા પ્રકારની ભૂલ હોય અને આવી ભૂલ પણ થઈ શકે અને આ સ્થિતિને પણ ભૂલ કહેવાય.

પ્રતિક્રમણ દ્વારા આપણે, આપણને જે ભૂલ ન લાગતી હોય, તેવી ભૂલોને પણ શોધી શકીએ છીએ અને તેનું પ્રાયશ્ચિત અને ' तस्स मिच्छामि दुक्कड़म्' કરી શકીએ છીએ.

ઘણાનું thinking હોય છે, કે પ્રતિક્રમણના પાઠના શબ્દો સમજાતા નથી તો એના કરતાં better છે, ભાવ પ્રતિક્રમણ કરી લેવું ! No!

ભગવાને પ્રતિક્રમણ સૂત્રમાં જે-જે પાઠ બતાવ્યાં છે, એમાં વર્તમાનના પાપના પ્રતિક્રમણ સાથે pastમાં થઈ ગયેલાં પાપોનું પ્રતિક્રમણ પણ બતાવ્યું છે અને ભવિષ્યમાં આવા-આવા પાપ થઈ શકે છે, તે માટે જાગૃત અને સાવધાન રહેવાની સમજ પણ આપી છે.

ભાવ પ્રતિક્રમણમાં જે ભૂલો યાદ હોય, એનું પ્રતિક્રમણ કરી શકો પણ પ્રતિક્રમણ સૂત્રના પાઠમાં આવે છે, जं संभरामि, जं च न संभरामि અર્થાત્ જે ભૂલો મને યાદ છે અને જે ભૂલો મને યાદ નથી તેનું પણ હું પ્રતિક્રમણ કરું છું. जं पडिक्कमामि, जं च न पडिक्कमामि અર્થાત્ જેનું પ્રતિક્રમણ થઈ ગયું છે અને જેનું પ્રતિક્રમણ નથી થયું, તે બધાંનું હું ભાવથી પ્રતિક્રમણ કરું છું.

ભગવાને પ્રતિક્રમણના એક-એક પાઠમાં ઘણા બધાં secrets બતાવ્યાં છે. માટે જ, પ્રતિક્રમણની સાધના કરતી વખતે, એમાં બતાવેલી ભૂલો સાથે, સ્વયંના જીવનમાં થયેલી ભૂલોને compare કરવી જોઈએ. ભગવાને આમ કહ્યું છે અને મારાથી પણ આવું થઈ ગયું છે.

જેમ કે, ભગવાને કહ્યું છે, કુડ તોલે, કુડ માણે અર્થાત્ ઘણીવાર વ્યક્તિ માપ અલગ બતાવે અને આપે અલગ માપનું! તમે આ શબ્દોને તમારા businessના વ્યવહાર સાથે compare કરી, તમારી ભૂલોને realise કરી શકો અને સાચા ભાવથી પ્રતિક્રમણ કરી શકો

જ્યારે તમે પ્રભુના વચનો સાથે તમારી સ્વયંની actionsને compare કરો છો, ત્યારે તમે તમારા ભાવોને વિશુદ્ધ કરી શકો છો.

ભાવોને વિશુદ્ધ કોણ કરી શકે ?

જેને પાપનો ભાર લાગે, તે પાપના ભારથી હળવા થવાનો પુરુષાર્થ

કરે છે. જેને પાપનો ભાર લાગે, તેને ભાવ શુદ્ધિ કરાવતા પ્રતિક્રમણની સાધના કર્યાં પછી હળવાશ લાગે.

જેને પાપ, પાપ ન લાગે, એ ક્યારેય પ્રતિક્રમણ કરી શકતાં નથી.

ભાવોની શુદ્ધિ ક્યારે થાય ?

પ્રતિક્રમણ એ કર્મોના કારણને કાઢવાની process છે.

માનો કે, રસ્તે ચાલતાં તમારા પગમાં એકાદ કાંટો ખૂંચી જાય, ત્યારે તમારો ચહેરો કેવો હોય? વેદનાગ્રસ્ત હોય! તમારી ચાલ painful હોય. તે સમયે તમે ગમે તેમ કરી તે કાંટાને કાઢવાનો પુરુષાર્થ કરો છો. કેમ કે, એ તમને ખૂંચી રહ્યો છે, ખટકી રહ્યો છે, ભારરૂપ લાગે છે, pain આપે છે. થોડીવારના પુરુષાર્થ પછી એ કાંટો નીકળી જાય છે ત્યારે સૌથી પહેલાં તમારા મુખમાંથી શબ્દ નીકળે છે, હાશ! તમે relax feel કરો છો, તમારા ચહેરા પર પ્રસન્નતા આવી જાય છે.

આત્મામાં પણ આવા પાપના, કર્મોના, અવગુણોના, ભૂલોના કાંટા ખૂંચી ગયાં છે. પ્રતિક્રમણ કરતાં-કરતાં જો એક-એક ભૂલો, એક-એક પાપ, એક-એક હિંસા, એક-એક દુર્ગુણો યાદ આવે, realise થાય અને **તસ્સ મિચ્છામિ દુક્કડમ્** બોલતી વખતે આંખોમાંથી પસ્તાવાના અશ્રુઓ વહે, તો સમ્યક્ પ્રતિક્રમણ થાય આવા પ્રતિક્રમણ પછી જો આત્મામાં હળવાશનો અહેસાસ થાય અને ચહેરા પર પ્રસન્નતા આવી જાય તો સમજજો કે તમે ભાવથી પ્રતિક્રમણ કર્યું છે અને ભાવોને વિશુદ્ધ કર્યાં છે.

કેટલીક વ્યક્તિને પ્રતિક્રમણ પૂરું થાય તો 'હાશ' થાય અને કેટલીક વ્યક્તિઓને આત્માથી ભાવથી પ્રતિક્રમણ પૂરું થાય તેની 'હાશ' થાય!

પ્રતિક્રમણ એ સમ્યક્ હોય, જે ભાવોને શુદ્ધ કરે, પણ ભાવો શુદ્ધ ક્યારે થાય ?

इच्छामिणं भंते!

'ભંતે' શબ્દનો ઉચ્ચાર કરતી વખતે સમસ્ત અસ્તિત્વ, મારા પાપ-દોષોનો અંત કરવામાં સહાયરૂપ પૂજનીય ઉપકારી ભગવંત પ્રત્યે અહોભાવથી વંદિત થાય, ત્યારે !

હે ભંતે ! હે ગુરુભગવંત !

જો આપની આજ્ઞા હોય તો, મારે આખા દિવસ દરમ્યાન મારાથી થયેલી ભૂલોને યાદ કરી, મારા પાપોને realise કરી, પ્રતિક્રમણ દ્વારા મારા આત્માને, મારા ભાવોને શુદ્ધ કરવા છે.

આ એક વાક્ય વિનયપૂર્વક, ઉપકાર ભાવે, અંતરના અહોભાવથી અને શુદ્ધિના લક્ષ્ય સાથે બોલાય તો ભાવો શુદ્ધ થાય કે ન થાય ? અવશ્ય થાય.

પ્રતિક્રમણ કરતી વખતે હાથ તો જોડાય પણ સાથે હૈયું પણ જોડાય, મસ્તક તો ઝૂકે પણ સાથે-સાથે અહંકાર પણ ઝૂકે, ભૂલો તો યાદ આવે પણ સાથે-સાથે પ્રભુ સાથે ભૂલોનો એકરાર પણ થાય, તો ભાવોની વિશુદ્ધિ સહજતાથી થવા લાગે.

જેમ બીજાની ભૂલો બતાવો છો, તેમ પ્રભુ સમક્ષ સ્વયંની ભૂલોને બતાવો.

પ્રભુ! મારા આત્માએ ભૂલ કરી છે, આ સ્થિતિમાં મારો આત્મા દોષિત થયો છે, આ વ્યક્તિ સામે અસત્ય બોલાઈ ગયું છે, અહીંયા cheating થઈ ગઈ છે.

પોતાના દોષોની જે પ્રભુ સમક્ષ કબૂલાત કરે છે, તેના દોષો delete થઈ જાય છે અને repeat થતાં નથી.

બીજાના દોષ તરફ આંગળી ચીંધવી, એ પોતાનો દોષ છે અને પોતાના દોષ તરફ આંગળી ચીંધવી, એ નિર્દોષ થવાનો ઉપાય છે. પ્રતિક્રમણ કરીને જ્યારે feel થાય કે હું નિર્દોષ થઈ ગયો છું, ત્યારે સમજજો, ભાવો શુદ્ધ થઈ રહ્યાં છે.

પ્રભુનો શ્રાવક ક્યારેય પ્રતિક્રમણ વિહોણો ન હોય.

પ્રતિક્રમણ કરતાં-કરતાં pastની પાંચ એવી ભૂલોને યાદ કરો અને પ્રતિક્રમણ કરતાં-કરતાં એવા ઉત્કૃષ્ટ ભાવે પ્રાયશ્ચિત કરો કે એ ભૂલો ધોવાઈ જાય અને પછી પ્રભુને કહો, પ્રભુ! આજે મને pastની આ ભૂલો યાદ આવી અને મેં એ ભૂલોથી વિશુદ્ધ થવાનો પુરુષાર્થ કર્યો છે. આ પ્રયોગ દરેક પ્રતિક્રમણ વખતે થાય તો ચહેરા પર કેવી હળવાશ આવી જાય! કેવી ચમક આવી જાય!

પ્રતિક્રમણ એવું સમ્યક્ અને ઉલ્લાસભાવવાળું હોવું જોઈએ કે એક કલાકના પ્રતિક્રમણની effect બાકીના 23 કલાક સુધી feel થાય.

પ્રતિક્રમણનું શ્રેષ્ઠ સૂત્ર

तस्स मिच्छामि दुक्कड़म्

- પરમ ગુરુદેવ

પ્રતિક્રમણ એ અવશ્ય કરવા જેવું શ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય છે. પ્રતિક્રમણ કરવાથી પાપની તીવ્રતા મંદ થાય છે.

પરમાત્માએ કહ્યું છે; શ્રાવક એ હોય જે નિત્ય સવારે અને સાંજે પ્રતિક્રમણ કરે. સવાર - સાંજ ન થાય તો સાંજે કરવું, દરરોજ સાંજે ન થાય તો આઠમ-પાખીના કરવું, આઠમ પાખીના ન થાય તો ચોમાસી પાખીના અર્થાત્ ચાર મહિને એકવાર કરવું અને તે પણ ન થાય તો અંતે સંવત્સરીના દિવસે તો અવશ્ય કરવું જ જોઈએ, જેથી આખા વર્ષના પાપોનું પ્રાયશ્ચિત થઈ જાય. જે વર્ષમાં એકવાર પણ પ્રતિક્રમણ નથી કરતાં, તેના પાપો અવશ્ય ભોગવવા પડે એવા નિકાચિત થઈ જાય.

પ્રતિક્રમણની સાધનામાં એક શ્રેષ્ઠ સૂત્ર આવે છે; 'तस्स मिच्छामि दुक्कड़म्!'

આ એક એવો મહામંત્ર છે, જેમાં પાપની તીવ્રતાને મંદ પાડવાની સૂક્ષ્મ શક્તિ સમાયેલી છે.

આ એક નાનકડો મહામંત્ર બોલવો સહેલો કે અઘરો? સાવ સહેલો છે, છતાં કેટલીવાર બોલાય છે બહુ ઓછી વખત!!

કોઈ સ્થાન કે કોઈ સમય એવો નહીં હોય, જ્યાં આપણને મન, વચન, કાયાથી સંસારની કોઈ પ્રવૃત્તિ ન કરતાં હોઈએ! સંસારની પ્રવૃત્તિ હોય એટલે એમાં પાપ કર્મનો બંધ તો થાય જ!

એ પાપની તીવ્રતાને મંદ કરવા, એ પાપને દોષમાં convert ન કરવા, એ પાપને સંસ્કાર ન બનાવવા અને એ પાપનો ક્ષય કરવા માટેનો મહામંત્ર છે;

तस्स मिच्छामि दुक्कड़म्! અર્થાત્ મારા આ પાપ મિથ્યા થાઓ... મિથ્યા થાઓ... મિથ્યા થાઓ!

હવે આ મહામંત્ર ક્યાં-ક્યાં બોલશો, ક્યારે-ક્યારે બોલશો?
દરેક સમયે અને સંસારની દરેક પ્રવૃત્તિ પછી!

તમે સવારે પથારીમાંથી બહાર આવ્યાં, તરત જ પ્રભુને કહી દો...

હે પ્રભુ!
સ્વપ્નમાં અને શય્યા સંબંધી
જે કોઈ પાપ-દોષનું સેવન થયું હોય,
તેનું આપની સાક્ષીએ ભાવપૂર્વક
तस्स मिच्छामि दुक्कड़म् !

Washroomમાંથી બહાર નીકળ્યાં, પ્રભુને કહી દો...

હે પ્રભુ!
Washroomમાં પાણીના
જેટલાં જીવોની હિંસા કરવી પડી,
તે સર્વ જીવોને મારા ભાવપૂર્વક
तस्स मिच्छामि दुक्कड़म् !

Breakfast, Lunch, ચૌવિહાર કરીને ઊભા થયાં, તરત જ કહી દો...

હે પ્રભુ! મારા ભોજન માટે,
છ કાયના જેટલાં જીવોને વેદના આપી,
એમની આજ્ઞા વિના, એમની ઈચ્છા વિના,
મારા જીવન નિર્વાહ માટે એમનું મૃત્યુ થયું,
તે સર્વ જીવોને મારા ભાવપૂર્વક
तस्स मिच्छामि दुक्कड़म् !

જેવા cupboardમાંથી પહેરવા માટે વસ્ત્રો લીધાં, તરત જ કહી દો...

હે પ્રભુ!
મારા વસ્ત્રો માટે
જેટલા જીવોની હિંસા થઈ છે,
તે સર્વ જીવોને મારા ભાવપૂર્વક
तस्स मिच्छामि दुक्कड़म् !

તમે car લઈને બહાર ગયાં, આવીને car park કરીને કહી દો...

હે પ્રભુ!
રસ્તામાં મારી car નીચે જેટલાં પણ
દેખાતાં - ન દેખાતાં જીવોની હિંસા થઈ છે
અને જે પાપ લાગ્યું છે, તેનું ભાવપૂર્વક
तस्स मिच्छामि दुक्कड़म् !

તમે રસોઈ બનાવી kitchenમાંથી બહાર આવ્યાં, તરત જ કહી દો...

હે પ્રભુ!
kitchenમાં મારાથી
છ કાયના જીવોની જે હિંસા થઈ છે,
તે હિંસાના પાપનું ભાવપૂર્વક
तस्स मिच्छामि दुक्कड़म् !

આ એક વાક્ય સાચા હૃદયથી અને પશ્ચાતાપના ભાવથી
બોલતાં કેટલી વાર લાગે? અને આપણને કેટલાં પાપથી બચાવે?
આજથી શરૂઆત કરો, એક દિવસ સહજ બની જશે અને સહજતાથી જ દરેક પ્રવૃત્તિ પછી
મુખમાંથી નીકળી જશે... પ્રભુ! **तस्स मिच्छामि दुक्कड़म्** !

WHAT IS PRATIKRAMAN?

Cleaning the Mirror of Our Soul

Imagine...

Your soul is like a beautiful mirror.

When it's clean, it reflects your real qualities... Kindness, Peace, Honesty, Compassion, etc.

But every day...

We get angry. We speak harshly. We make mistakes. Sometimes we unknowingly hurt tiny living beings.

Slowly, tiny layers of anger, pride, carelessness and mistakes settle on our soul... just like dust settles on a mirror.

If we don't clean it, the mirror loses its shine.

That's Why We Do Bhaav Pratikraman!

Every day, we quietly... Look at our mistakes.

- Say Sorry
- Forgive others
- Promise to become a little better everyday.

Just like we brush our teeth and take a bath every day... BHAAV PRATIKRAMAN KEEPS OUR SOUL CLEAN EVERYDAY.

REMEMBER

A clean mirror reflects light.
A clean soul reflects kindness.

DID YOU KNOW ?

PRATIKRAMAN contains of Six Aavashyaks - the six daily practices that help our soul become pure and stronger.

THE MAGIC 5 STEPS OF PRATIKRAMAN

SAY SORRY (Confession)

If you hurt someone...
Say Sorry with your heart.

LOOK WITHIN
(Introspection & realisation)

Ask yourself...
"What mistake did I make?"

MAKE A NEW PROMISE
(Pratyakhyan)

Tell yourself... "I'll try
to become better everyday."

FIND INNER PEACE
(Kayotsarg)

Close your eyes.
Let go of anger. Feel calm.

FORGIVE (Michchhami Dukkadam)

Forgive others and ask forgiveness too.
Because... A peaceful heart is
the brightest mirror of all.

TODAY'S SOUL CHALLENGE

BEFORE SLEEPING...
CAN YOU ANSWER
THESE THREE QUESTIONS?

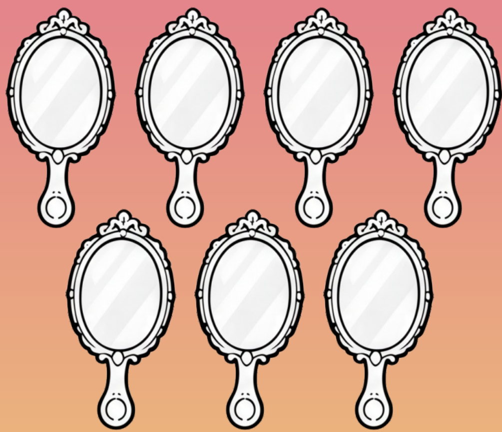
1. What mistake did I do?

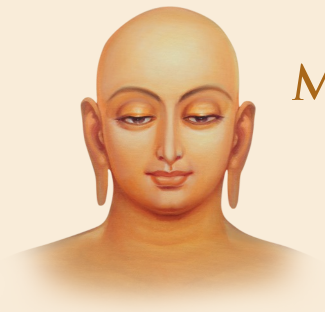
2. Who should I ask forgiveness from?

3. What will I improve?

MY SOUL MIRROR

Colour one mirror each day
after Bhaav Pratikaman!





Modern Psychology Explains it.
Pratikraman Resolves it.

2600 Years Ago, Bhagwan Mahavir Gave this Practice.
Today, Science Explains Why It Works.

THE MODERN CHALLENGE : TODAYS REALITY

- **1 in 8 people** live with a mental health disorder.
- **280+ Million** experience depression.
- **300+ Million** struggle with anxiety.
- **94%** experience unwanted thoughts.
- **83%** report stress.

WHAT SCIENCE DISCOVERED

The Zeigarnik Effect: The brain keeps unfinished emotions, guilt and regrets mentally active until they are acknowledged and resolved. Without psychological closure, people often experience:

- **Overthinking**
- **Emotional reactivity**
- **Poor sleep**
- **Lack of focus**

PRATIKRAMAN

A Complete Process of Inner Cleansing. The mind finds closure. The heart finds peace. The soul moves towards transformation.

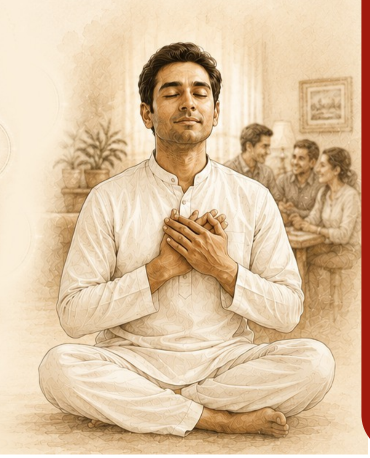
- Observe
- Repent
- Resolve
- Accept
- Forgive
- Purify

BENEFITS FOR EVERY AGE GROUP

CHILDREN
- Develop honesty
- Responsibility
- Kindness

TEENAGERS
- Improve emotional balance
- decision-making

ADULTS
- Release guilt
- Reduce stress
- Strengthen relationships



HAVE A UNIQUE RESEARCH ON JAINISM & SCIENCE?

Send it to us on number +91 84606 50535 Selected research will be published in our next edition

OUR READERS SPOKE

પ્રશ્ન આપનો... સમાધાન પરમ ગુરુદેવનું!

MOST VOTED	
A) Anger Control	3%
B) Success in Life	56%
C) Time Management	32%
D) Past Memories	9%

As per Readers' Choice...

PARAM GURUDEV ANSWERED

સફળ લોકો શું અલગ કરે છે?

• બે રસ્તા • બે પરિણામ!

KNOWLEDGE FOLLOWS.
VISION LEADS.

જેટલા પણ સફળ લોકો છે, એ પોતાના Visionથી ચાલે છે અને જેટલા સામાન્ય લોકો છે, એ કોઈના બનાવેલા રસ્તા પર ચાલે છે.

KNOWLEDGE (કોઈના બનાવેલા રસ્તા)

- કોઈ શીખવે છે.
- તમે શીખો છો.
- યાદ રાખીને ઉપયોગ કરો છો.

Knowledge =
Learn + Remember + Apply

VISION (પોતાનો બનાવેલો રસ્તો)

- વિચાર અંદરથી જન્મે છે.
- વિચારને દિશા આપો છો.
- પોતાનો માર્ગ બનાવો છો.

Vision =
Think + Create + Lead

Knowledge તમને રસ્તો બતાવે છે, Vision તમને નવો રસ્તો બનાવતા શીખવે છે.

માણસ મોટું વિચારતા કેવી રીતે શીખી શકે?

"તમે જે વિચારી શકો, એ તમે બની શકો."

પરમ ગુરુદેવની MASTER KEY

- Respect
- Ego Dissolves
- Vision Opens
- Success

જૈન દર્શન કહે છે...

"Respect થાય એટલે Ego less થાય છે.
Ego less થાય એટલે Vision ખુલે છે."

"Respect તમને નમાવે છે, અને Vision તમને શિખર સુધી પહોંચાડે છે."

હે! પરમ ઉપકારી ગુરુદેવ!.. શું અર્પણ કરું આપને?...
અર્પણ કરું સર્વસ્વ, જેમને મળાવ્યું મને મુજને,

કાંઈ નથી લઈને આવ્યા, તો મારું શું આ જગમાં,
આ અવસ્થા તો બદલાતી રહે, અસ્તિત્વ સોંપું આપના ચરણમાં,

પહેલા ક્રોધનો તણખલો લગાવી દેતો આગ રોમરોમમાં,
આજે સમજનો તે છાંટણો વ્યાપી ગયો છે ભીતરમાં,

આપી છે સંસ્કારોની, ગુણોની ચાવી જેમણે,
સેવા, સાધના અને પ્રભુથી જોડ્યા અમને,
શું અર્પણ કરું આપને,જેમણે આપ્યું છે બધું જ મુજને!

વહેતી સરિતા કહે, જાવું છે સમુદ્રમાં ભળવા,
કહે હર શિષ્યગણ, આવ્યા મારા ગુરુ મને તારવા,

છેલ્લે! એક બાળપ્રભુ કરે વિનંતી પ્રભુના ચરણમાં,
આરોગ્ય, આયુષ્ય અને આનંદ ભરાય ગુરુના પ્રત્યેક શ્વાસમાં,
જેમના દિવ્ય માર્ગદર્શનથી વધતો રહે ધર્મનો પ્રકાશ આ સંસારમાં!
કરું હું એટલી જ પ્રાર્થના પ્રભુને, મળી જાય પ્રભુનું ઘર મારા ગુરુને!

- Shree Kanandidi Bhayani, Powai

મારી અર્પણતા...

WhatsApp દ્વારા મળેલા selected ગુરુચરણોમાં અર્પિત, ગુરુપ્રતિના પ્રેમ, કૃતજ્ઞતા અને સમર્પણથી ભરેલા ભાવિકોના હૃદયસ્પર્શી ભાવો..

ગુરુદેવ અમે તમારા જેવા બનશું,
તમારી જેમ ભક્તિમાં ડૂબશું,
તમારી જેમ ધ્યાનમાં ખોવાશું,
અમે તમારી જેમ હસતા - હસતા સહન કરશું,
ગુરુદેવ હવે અમે તમારા જેવા બનશું.

તમારી જેવી કરુણા પ્રગટાવશું,
તમારી જેવી અલિપ્તતા લાવશું,
અમે તમારી જેમ સાધના કરશું,
ગુરુદેવ હવે અમે તમારા જેવા બનશું.

તમારી જેવી સરળતા લાવશું,
તમારી જેવો વિનય પ્રગટાવશું,
અમે તમારી જેમ સર્વમાં ગુણ જોશું,
ગુરુદેવ હવે અમે તમારા જેવા બનશું.

તમારી જેમ અમે ગુરુના બનશું
તમારી જેવો પ્રભુને પ્રેમ કરશું
અમે તમારી જેમ અલિપ્ત રહેશું
ગુરુદેવ હવે અમે તમારા જેવા બનશું.

- Shree Mehulbhai Shah, Lokhandwala

This Gurupurnima, I promise you... I may not be like you today, but one day I will become like you. Bless me to awaken the right knowledge within me and keep me on the path of spiritual development. I pray that in every life I meet you, and you continue to guide me until my soul attains Moksh.

– Shree Vanditbhai Timbadia, Kandivali (W)

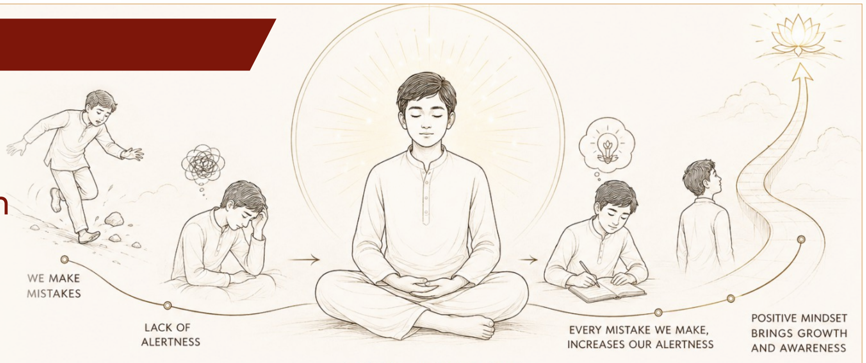
અમેરિકામાં દીક્ષાર્થી શ્રી જાનવીબેન શાહ અને શ્રી યશ્વીબેન મહેતાના સન્માન સાથે ગૂંજ્યો જિનશાસનનો જયકાર

30th June, 2026 - 8th July, 2026

- અહો જિનશાસનમ્!
  Young Jains of Americaના એકસાથે 1200થી વધુ યુવાનો સત્યનો બોધ પામી ધન્ય બન્યાં.
- Washington DC, New Jersey અને Dallas ક્ષેત્રના અનેક ભાવિકોના ઘરે પાવન પગલાં કરીને દીક્ષાર્થીઓએ પમાડ્યો પ્રભુનો બોધ.
- લાઈવ પ્રયોગો, PPT presentation અને talk show દ્વારા સત્ય પામનારા યુવાનોનો અંતર આત્મા બોલી ઉઠ્યો, "ohh! is that so, we never knew."
- તન ભલે અમેરિકામાં, પણ ભાવિકોના મનને સંયમ ભાવ યાત્રામાં લીન કરી રહ્યાં દીક્ષાર્થીઓ.
- દીક્ષાર્થીઓના શ્રીમુખેથી attachment to detachmentની master key પામીને શાંતિ સમાધિનું secret પામ્યા ભાવિકો.

THE ART OF POSITIVITY PRATIKRAMAN!

We make mistakes because of lack of our alertness but every mistake we make, increases our alertness, if we look at it with a positive mind set - this is the art of **POSITIVE PRATIKRAMAN!**



એક તરફ વાદળોની વર્ષા,બીજી તરફ પરમ ગુરુદેવની બોધવર્ષા અને ત્રીજી તરફ માનવતા અને ભક્તિની વર્ષામાં ભીંજાયો મુલુંડ નગરમાં

The Soul FESTIVAL

3rd - 5th July 2026

"આ સાઈકલની ચાવી - તમારા વિકાસની ચાવી" વિદ્યાર્થીઓને અર્પણ કરતાં શ્રી સંઘ પ્રતિનિધિઓ

" હે આત્મન્! સમજી જા" બોધ વચન ફરમાવતાં પરમ ગુરુદેવ

પરમ ગુરુદેવને રિઝવવા, LNL બાળકો કરી રહ્યાં પરમ મહાનાદ

શ્રી જયભાઈ થાડેશ્વરના પ્રશ્નો અને
પરમ ગુરુદેવના candid જવાબો સાથેના સમાધાનનો યોજાયો બેજોડ Podcast

"એક અદભૂત પ્રયોગ,
જે આપી ગયો જીવનનો બોધ"

"તું હી તું" symphonyની ભક્તિની ક્ષણો

"તપસમ્રાટ રતિગુરુ શાંતિદાતા યોજના" નું લોકાર્પણ શ્રી સંઘ પદાધિકારીઓ અને શ્રી ભાયાણી પરિવાર દ્વારા

સુવિખ્યાત ગાયક કલાકારોના કર્ણપ્રિય ગીતો, સાધર્મિક સહાયનું સત્કાર્ય અને ઊર ઊરની ઉછળતી ભક્તિનું સાક્ષી બન્યું કાલિદાસ Auditorium

પરમ મહાનાદ બન્યો, વિશાળ ભક્તજનોનો અંતરનાદ

રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ
શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબના ચરણ - શરણમાં
મુમુક્ષુ શ્રી યશ્વીબેન જલ્પાબેન નિલેશભાઈ મહેતાને
મળી દીક્ષાની મંજૂરી

પ્રસન્ન વદને મુમુક્ષુના કલ્યાણનો દસ્તાવેજ વાંચી રહ્યાં પરમ ગુરુદેવ

વ્હાલી દીકરીને અર્પણ કરવા પધારી રહ્યાં મહેતા પરિવાર

"પ્રભુ પંથે સિધાવો હે દીકરી! છે અમારી મંજૂરી" માતા- પિતાના આલેખન

સંયમ મહાનાદે પ્રસરાવ્યાં સંયમ ભાવ તરંગ

મુમુક્ષુને શ્રીફળ અર્પણ કરી રહ્યાં શ્રી માનસીબેન પરાગભાઈ શાહ,
શ્રી જિગરભાઈ શેઠ

પરમ ગુરુદેવના શ્રીમુખેથી

29 નવેમ્બર, 2026 દીક્ષા મુહૂર્તની ઉદ્ઘોષણા થતાં,

દીક્ષા મહોત્સવના પુણ્યવંતા લાભાર્થી જાહેર થયાં

માતુશ્રી કંચનબેન રમણિકલાલ શેઠ પરિવાર

IN SANIDHYA OF
PARAM NAMRAMUNI GURUDEV

AATMA AARADHYA CHATURMAS

SHRI SHAH PARIVAR, GHATKOPAR - 2026

LABHARTHI PARIVAAR

**Dharmavatsala
Shri Mansiben Paragbhai
Shah Parivar**

QR CODE FOR SHIBIR REGISTRATION

AUGUST SHIBIRS

5TH-7TH AUGUST 2026
MASTER YOUR ANGER PROGRAMME

12TH-13TH AUGUST 2026
KNOW YOUR ROOTS PROGRAMME

19TH-21ST AUGUST 2026
ART OF PARENTING PROGRAMME

26TH-28ST AUGUST 2026
EKATVAM
THE FAMILY RETREAT

SUNDAY SPECIAL

**MAHAPRABHAVAK
SHRI UVASAGGAHAR STOTRA JAPP SADHNA**

AND

SPECIAL YOUTH PROGRAMME
(OPEN FOR ALL)

9TH AUGUST 2026

16TH AUGUST 2026

23RD AUGUST 2026

30TH AUGUST 2026

રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ

શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબ

આત્મ આરાધ્ય ચાતુર્માસ

મંગલ પ્રવેશ અને ગુરુપૂર્ણિમા મહોત્સવ

25th - 26th જુલાઈ, 2026

Supreme Courtના Former Chief Justice
શ્રી ભૂષણજી ગવઈ, Mumbaiના Mayor શ્રી રિતુ તાવડે
સહિતના મહાનુભાવો તથા હજારો ભાવિકોની પાવન ઉપસ્થિતિ

સેંકડો વિદ્યાર્થીઓને Bicycle, 50 દિવ્યાંગ ભાવિકોને
E-bike અને 5 Arham Animal Ambulancesનું લોકાર્પણ

શ્રી સામાયિક-પ્રતિક્રમણ સૂત્ર કંઠસ્થની અર્પણતા તથા
ગુરુપ્રાણ આગમ બત્રીસીની 5મી આવૃત્તિ અને 4 પુસ્તિકાઓનું વિમોચન

જીવનપરિવર્તનની પ્રસ્તુતિ, શ્રી ઐશ્વર્યજી નિગમની
ભક્તિ સ્તવના અને The Unseen Hands નાટિકાની હૃદયસ્પર્શી રજૂઆત

AATMA AARADHYA CHATURMAS
SHRI SHAH PARIVAR, GHATKOPAR - 2026

માત્ર 4 મહિનાનો
પ્રવાસ નહીં, પરંતુ દરેક
હૃદયમાં ધર્મના પ્રવેશનો
અવસર તે ચાતુર્માસ હોય!
- પરમ ગુરુદેવ

Printed & Published by : Deepak K. Bhayani on behalf of Jain Kranti, Chandresh Bhavan, Rambaug, Nr. Hotel Highway Residence, Chakala Marg, Andheri (E), Mumbai - 400 069.
Printed at : Arihant Printing Press, B/4, 310, Trikal Bldg., Pant Nagar, Ghatkopar (E), Mumbai - 400 075, Maharashtra.
Edited by : Deepak K. Bhayani, Chandresh Bhavan, Rambaug, Nr. Hotel Highway Residence, Chakala Marg, Andheri (E), Mumbai - 400 069.