



॥ ॐ અખંડાનંદ કી જય ॥

॥ ॐ પરમપદ્ નિવાસી જ્ઞાનદાતા સદ્ગુરુશ્રી વલ્લભરામ મહારાજ કી જય ॥
॥ ॐ પ્રણવાધિવક્તા મોક્ષમાર્ગચાર્ય સદ્ગુરુશ્રી રમુજીલાલ મહારાજ કી જય ॥
॥ ॐ મોક્ષમાર્ગ ધર્મ કી જય ॥



કષ્ટ નિવારણ – દેહરક્ષણ પ્રયોગ

મોક્ષમાર્ગ ધર્મ પરિવારના ભાઈઓ તથા બહેનો જય પરમાત્મા.

હમણાં કોરોના મહામારીનો વાયરસ આખી દુનિયામાં ફેલાય રહ્યો છે. ત્યારે તેમાંથી બચવા માટે અને આપણાં સર્વ મુમુક્ષુઓનું રક્ષણ થાય તે માટે દરેક મુમુક્ષુઓએ પરમ પૂજ્ય ગુરુમહારાજશ્રીની આજ્ઞાનુસાર કષ્ટ નિવારણ – દેહરક્ષણનો પ્રયોગ પોત પોતાના ઘરે જ કરવાનો રહેશે. આ પ્રયોગ કરવા માટે પ્રભુ સદ્ગુરુ મુમુક્ષુઓને સદ્બુધ્ધિ આપે, ભક્તિ આપે અને શક્તિ આપે તેમજ સર્વનું રક્ષણ કરે એવી પ્રભુ સદ્ગુરુશ્રી ને પ્રાર્થના કરીએ છીએ.

આ પ્રયોગ લઘુમંત્રથી કરવાનો રહેશે.

આ પ્રયોગ માટે નીચેના નિયમોનું ચુસ્તપણે પાલન કરવાનું રહેશે.

૧. ઉપરોક્ત જણાવેલ પ્રયોગ કારતક અને ભાદરવા માસ સિવાય ગમે તે મહિનામાં વદી ચૌદશ (વદી-૧૪), અમાસ અને શુક્રવાર સિવાયના દિવસોએ શુભ, લાભ અને અમૃત યોગડિયામાં પ્રયોગ આરંભ કરવાનો રહેશે.
૨. પ્રયોગ આરંભ કરવાના દિવસે શ્રી ૐકાર દાઢા તથા પરમ પૂજ્ય સદ્ગુરુશ્રીઓના ફોટા તથા સૂર્યનારાયણની પૂજા કરીને (અને જેની પાસે ચાંદીના ૐકાર, પાદુકા અને ગુરુમૂર્તિઓ હોય તેની પણ પૂજા કરવી). ત્યાર પછી નીચે પ્રમાણેના આશીર્વાદના શબ્દો બોલી પ્રયોગ આરંભ કરવો.

“ મારો કષ્ટ નિવારણ – દેહરક્ષણનો પ્રયોગ ૭ દિવસ / ૧૪ દિવસનો નિર્વિદને પાર પડે અને ઉત્તમ રીતે સફળ થાય એ રીતે સદ્ગુરુશ્રી વલ્લભરામ અને સદ્ગુરુશ્રી રમુજીલાલ પાસે આશીર્વાદ માંગીને પ્રયોગ આરંભ કરવો. ”

સવાલક્ષ લઘુમંત્રના ૭ દિવસના પ્રયોગમાં આસન દીઠ ૬૦ માળા એટલે ત્રણ આસન મળીને કુલ ૧૮૦ માળા કરવી. અને ૧૪ દિવસના પ્રયોગમાં આસન દીઠ ૩૦ માળા એટલે ત્રણ આસન મળીને કુલ ૯૦ માળા કરવી.

ખાસ નોંધ:- ઘણા પ્રયોગાર્થીઓ પહેલાં આસનમાં વધારે માળા કરે છે અને પછીના બીજા આસનમાં ઓછી માળા કરે છે તે યોગ્ય નથી. માટે તેમ કરવું નહિ. જે લઘુમંત્ર આપવમાં આવેલ છે. તે મંત્રમાં આપેલ શબ્દ દ્વારા જ માળા કરવી. લઘુમંત્ર લઘુમંત્ર બોલી માળા કરવી નહિ.

૩. એક ભુક્તા ભોજન કરવું. અર્થાત અન્નનું ભોજન આખા દિવસમાં એક જ વખત કરવું. અન્નના ભોજન સિવાય ચા, દૂધ, કોફી, તાજા ફળો ગમે તેટલી વાર ખાવા પીવામાં હરકત નથી. અપચો થાય તેમ અગર દબાવીને ન જમતાં મિતાહાર - અલ્પાહાર કરવો. એક દિવસની રાત્રિના ૧૨ વાગ્યાથી બીજા દિવસની રાત્રિના ૧૨ વાગ્યા સુધી ૨૪ કલાકનો એક દિવસ ગણવો.

૪. પ્રયોગ દરમ્યાન પરાન્ન ખાવું નહિ અર્થાત પોતાના ઘરે યા પોતાના ખર્ચે તૈયાર થયેલ ખોરાક સિવાય પારકા પૈસાનું અન્ન ખાવું નહિ. ચા-પાણી પીવા નહિ. આમ છતાં જો ખવાય - પીવાય તો નાણાં ચૂકવી આપવા.

૫. પ્રયોગ ચાલુ હોય ત્યારે સુતરાઉ ગોઢડા ઉપર કે કોચ, પલંગ ઉપર સૂવું નહિ. પરંતુ લાકડાની પાટ યા હિંડોળા ઉપર, કાથી ભરેલા ખાટલામાં અને કામળા ઉપર કે સાદડી ઉપર કે કોથળા ઉપર શયન કરવું. અને તે જ પ્રમાણે બેસવા માટે કામળો કે કોથળાનું અગર દર્ભનું આસન લેવું.

૬. પ્રયોગ આરંભના પહેલા બે દિવસ અને પ્રયોગ પૂર્ણ કર્યા પછી એક દિવસ “બ્રહ્મચર્ય” અવશ્ય પાળવું. અર્થાત મનથી કલ્પનાઓ કરીને અગર વાણી વડે બોલીને અગર કર્મ દ્વારા પોતાનું બ્રહ્મચર્ય કોઈ પણ પ્રકારે ખંડિત ન થાય તેમ શુદ્ધ રીતે વર્તવું. અને મનને વિકાર ઉત્પન્ન કરે તેવા પદાર્થો-દ્રશ્યો યા શ્રોતાઓ, નાટક-સિનેમા-નૃત્યો વગેરે જોવા નહિ. પ્રેમ વિષયના પુસ્તકો વાંચવા તથા વંચાવવા નહિ. પંચવિષયોના પ્રેમમાં બને તેટલો વિશેષ અભાવ રાખીને સત્કર્મ કરવું. પ્રયોગ કરનારે વિકારભાવના ઉપર સખત કાબૂ રાખી પવિત્ર વિચાર રાખવા. આમ છતાં જો કોઈને શ્રાવ થઈ જાય તો બીજા દિવસે જમવું નહિ. પણ શ્રાવ થવાથી પ્રયોગ તૂટતો નથી, તેથી પ્રયોગ ચાલુ રાખવો. અને શ્રાવ થઈ ગયેલ વ્યક્તિએ બીજા દિવસે ફક્ત પાણી પીને ઉપવાસ કરવાનો રહેશે.

૭. સશક્ત માણસે ઠંડા અને અશક્ત માણસે અગર વૃદ્ધ માણસે ગરમ જળથી સ્નાન કરવું. તથા

શરીર ભ્રષ્ટ થયેલું હોય ત્યારે સ્નાન કરવું. વિશેષ ઠંડીના સમયે ગરમ જળથી સ્નાન કરવામાં હરકત નથી.

૮. પ્રયોગ પૂર્ણ થતાં સુધી કોઈએ હજામત કરાવવી નહિ.

૯. માયિક વિચારોને અંતઃકરણમાં બિલકુલ ઉત્પન્ન થવા દેવા નહિ. છતાં કદાચ ઉત્પન્ન થાય તો તે વિચારો ઉપર પ્રેમ રાખી તેને વધુ વખત લંબાવવા નહિ. પ્રયોગ શરૂ થાય ત્યારથી પૂર્ણ થતાં સુધી માયામાં લક્ષ ગુંથાય તેમ કરવું નહિ. અર્થાત પ્રયોગનું કાર્ય, માયા પ્રત્યેની ત્યાગ વૃત્તિથી થવું જોઈએ.

૧૦. સુંદર વસ્ત્રો અને શણગાર સજવા નહિ. આકર્ષક અને રંગબેરંગી વસ્ત્રાભૂષણો પરિધાન ન કરતાં સ્વચ્છ અને સફેદ વસ્ત્રો પહેરવાં.

૧૧. પ્રયોગ આરંભ કર્યા પછી વૃદ્ધિસૂતક કે મરણસૂતકનો બાધ આવતો નથી. પરંતુ પોતાના ઘરમાં જ્યાં જમતાં હોય ત્યાં જો તેવું સૂતક આવ્યું હોય અને ઘરમાં ખાવા-પીવામાં આવતું હોય તો પ્રયોગ તૂટ્યો ગણાશે.

૧૨. બહેનોને પ્રયોગ આરંભના દિવસે જો ઋતુધર્મ આવે તો પ્રયોગ તૂટે છે. પરંતુ પ્રયોગ આરંભ કર્યા પછી એક દિવસ બાદ જો ઋતુધર્મ આવે તો પ્રયોગ તૂટતો નથી. માટે તે ચાર દિવસોએ પ્રયોગ નિયમોનુસાર ચાલુ રાખવો. પરંતુ પ્રયોગના પૂરા થતાં દિવસે પ્રયોગ બંધ ન કરતાં જેટલા દિવસનો પ્રયોગ કર્યો હોય તેમાં બીજા ચાર દિવસો ઉમેરવા (૭+૪=૧૧ અને ૧૪+૪=૧૮) તે પછી પ્રયોગ પૂર્ણ થયો ગણવો.

૧૩. પ્રયોગ ૭ દિવસનો કર્યો હોય તો ૭મા દિવસે અને જો પ્રયોગ ૧૪ દિવસનો કર્યો હોય તો ૧૪માં દિવસે (ઋતુ ધર્મમાં આવનાર બહેનોએ ૭ દિવસનો પ્રયોગ કર્યો હોય તો ૧૧માં દિવસે અથવા ૧૪ દિવસનો પ્રયોગ કર્યો હોય તો ૧૮માં દિવસે) ત્રીજા આસને (છેલ્લા આસને) પાણી લઈ બેસવું. છેલ્લું આસન પૂર્ણ થાય પછી જગ્યા ઉપરથી ઊભા થયા વગર હાથમાં પાણી લઈ નીચે પ્રમાણેના શબ્દો બોલવાં.

“ હે સદ્ગુરુ દેવ, હે કુંકરદાદા મેં આપની સંપૂર્ણ કૃપા અને દયાથી કષ્ટ નિવારણ-દેહરક્ષણનો ૭ દિવસ / ૧૪ દિવસનો પ્રયોગ પૂર્ણ કર્યો છે, તો તેની પૂર્ણાહુતિ હું વર્ષ સવામાં કરાવીશ. ”

૧૪. કષ્ટ નિવારણ-દેહરક્ષણ પ્રયોગની સંકલ્પિત પૂર્ણાહુતિ હોવાથી તે પૂર્ણાહુતિ કરાવવા કોઈએ જાતે આવવાની જરૂર હોતી નથી. પણ પૂર્ણાહુતિ કરાવનારે પોતાનું નામ ગ્રામ

પ્રતિનિધિને અવશ્ય નોંધાવવાનું રહેશે.

૧૫. જે પ્રયોગાર્થી પોતાના ઘરે રહે અને તેની સંકલ્પિત પૂર્ણાહુતિ મંદિરે થવાની હોય તો તેવા પ્રયોગાર્થીઓએ ઘરે એટલે પૂર્ણાહુતિના દિવસે સાંજે ૬.૦૦ વાગ્યા પછી જ ભોજન કરવું. તે પહેલા ચા, દૂધ, કોફી અને તાજા ફળો લઈ શકાશ છે.

૧૬. કષ્ટ નિવારણ-દેહરક્ષણ પ્રયોગની પૂર્ણાહુતિ થયા બાદ જેટલા દિવસનો પ્રયોગ કર્યો હોય તેટલી પ્રદક્ષિણા મંત્ર જાપ કરતાં કરતાં **ૐ** કાર દાદાના મંદિરની કરવાની રહેશે.

ખાસ નોંધ:- જ્યારે **ૐ** કાર દાદાના મંદિરે જાવ ત્યારે આ પ્રદક્ષિણા ભૂલ્યા વગર કરવાની રહેશે.

૧૭. કષ્ટ નિવારણ-દેહરક્ષણ નો પ્રયોગ ચાલુ હોય ત્યાં સુધી નિત્ય-નિયમની માળાઓ દરરોજ પ્રયોગના ત્રણ આસનો પૂર્ણ કર્યા પછી કરવી. અથવા પહેલા કરવી હોય તો પ્રથમ આસન પૂર્ણ કર્યા પછી કરી શકાશે.

૧૮. આ પ્રયોગ કોઈને અર્પણ કરી શકાશે નહિ.

લિ.

વલ્લભ માનવોદ્ધારક મંડળ તથા

જન્મ શતામૃત મહોત્સવ સમિતિના

જય પરમાત્મા

મુ. પો. અનાવલ, તા. મહુવા જી. સુરત