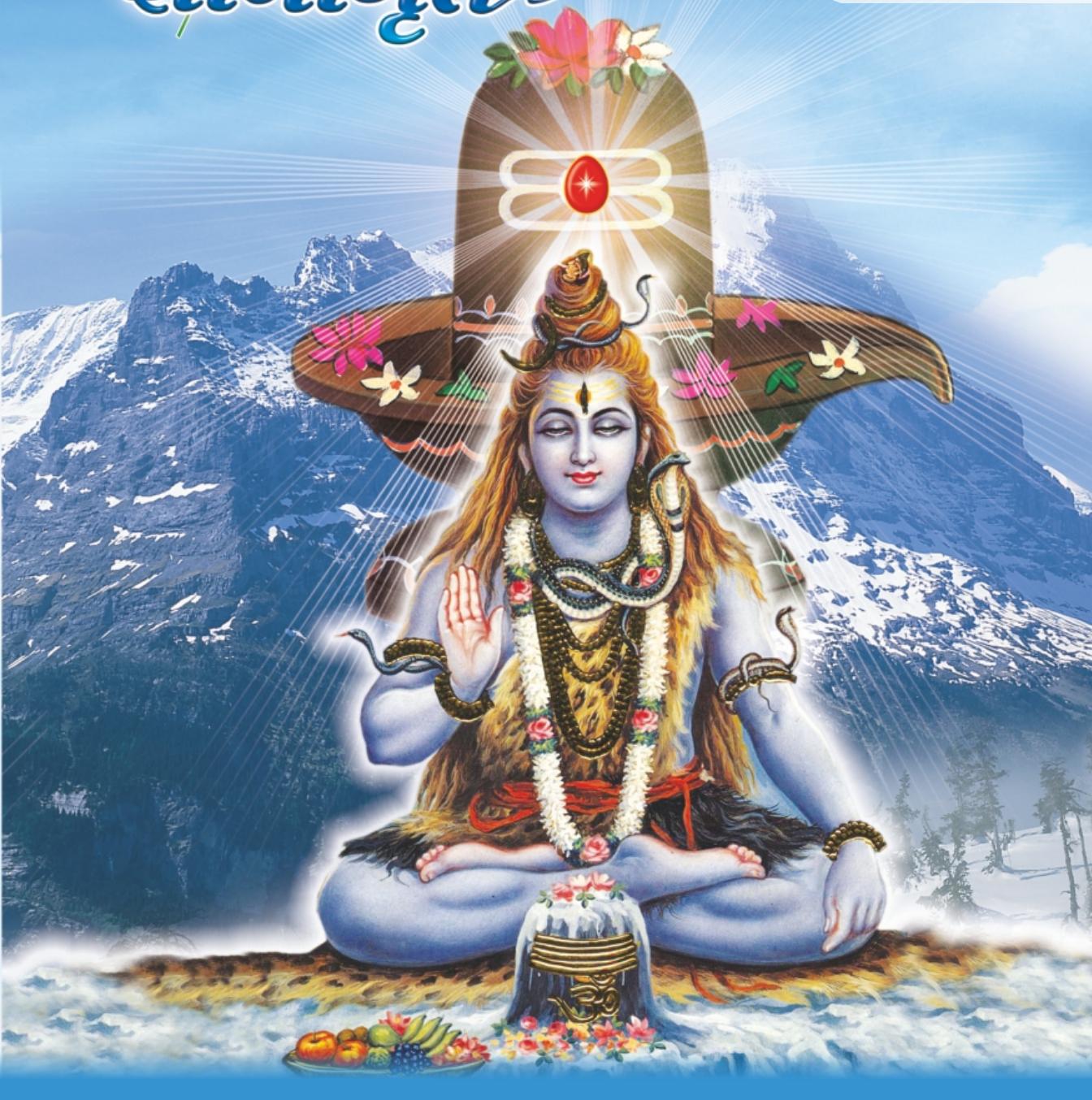


Gyan Amrit

ਗਿਆਨ ਅਮਰਿਤ

Vol.8 - Issue 2
February 2015
Retail Price 10/-





ભાવનગરમાં 'સ્વહિત સંસ્કૃતિ જગૃતિ અભિયાન'માં MLA વિભાવરીબેન, બ્ર.કુ. તૃતીબેન,
મેયર ભાતા બાબુભાઈ, બ્ર.કુ. દયાલભાઈ, બ્ર.કુ. સતીશભાઈ, સુપ્રસિદ્ધ કલાકારો તથા અભિયાણા.



મુંબઈ બોરીવલ્લીમાં 'ફ્યુચર ઓફ પાવર' કાર્યક્રમનું ઉદ્ઘાટન કરતાં ભાતા નિગર ગુમા,
ડૉ. બ્ર.કુ. નિર્મલાદીદી, બ્ર.કુ. દિવ્યાબેન તથા અભિયાણા.



અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કમિશનર કચેરીની વાર્ષિક મીટિંગમાં 'Secret of Success'ની Tips આપતાં
બ્ર.કુ. નેહાબેન સાથે મ્યુ. કમિશનર શ્રીમતી ડી. થારા (IAS) તથા ઉચ્ચ અધિકારીઓ.



વડોદરા GIDC સેવાકેન્દ્રનાં બ્ર.કુ. ધીરજબેનનાં 'સન્માન સમારોહ'માં રાજ્યોગિની સરલાદીદી, BJP મહિલા
પાંખના પ્રમુખ વિધાબેન, MLA ભાતા જીતુભાઈ સુખડીયા, બ્ર.કુ. રાજબેન તથા અભિયાણા.



Gyan Amrit

શાન્મલ

વર્ષ ૮

ફેબ્રુઆરી-૨૦૧૫

અંક : ૨

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખ્યપત્ર

અમૃતસૂચિ

● જીવનની પુનઃખોજ	તંત્રી સ્થાનેથી	04
● પ્રસંગીતાના પથ પર	બ્ર. કુ. શિવાનીબેન	06
● જીવન દાડતર માટે આવશ્યક શિસ્ત ...	બ્ર. કુ. ઉમેશ	09
● શિવરાત્રિનું સ્વરૂપ	બ્ર. કુ. ભારતીબેન	12
● સ્મૃતિઓનો ચમત્કાર	બ્ર. કુ. સૂર્ય	16
● એકસો વર્ષ જીવવા માટે શું કરશો?	ભાતા મુકુંદ પી. શાહ	19
● સમર્થ્યાઓનું સમાધાન કરતા	બ્ર. કુ. અનિલ	22
● દુઃખનું મૂળ 'અજ્ઞાન'	બ્ર. કુ. મોતીભાઈ	23
● બ્રહ્મચર્ય	ગાંધીજી	25
● દૃઢતા : પરિવર્તનનો આધાર	બ્ર. કુ. અણ્ણિ શાહ	27
● કાવ્યકુંજ	બ્ર. કુ. બાલુભાઈ	28
● ચુવા શોર શિવ !	બ્ર. કુ. વિવેકાનંદ	29
● કાઉન્સિલીંગનો સુખદ અનુભવ	બ્ર. કુ. અરુંધતી	31
● સાચી દિશાનો પુરુષાર્થ	બ્ર. કુ. બકાભાઈ	33

આવશ્યક સૂચના

જાન્યુઆરી, ૨૦૧૫થી જ્ઞાનામૃતના ભારતના વાર્ષિક લવાજમાં વધારો થયો છે. નવો દર અંક રૂપિયા ૧૦૦/- (સો રૂપિયા) રહેશે. છૂટક નકલના દસ રૂપિયા રહેશે. ભારતના આજીવન સભ્ય તેમજ વિદેશોના લવાજમાં કોઈ ફેરફાર કર્યો નથી.

લવાજમના નવા દર

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	રૂ. ૧૦૦-૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ. ૨૦૦૦-૦૦
છૂટક નકલ	રૂ. ૧૦-૦૦

વિદેશમાં

એરમેઇલ વાર્ષિક	રૂ. ૧૦૦૦-૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ. ૧૦૦૦૦-૦૦

કૃતિઓ તથા સેવા સમાચાર

મોકલવાનું સરનામું
બ્ર.કુ. ડૉ. કાલિદાસ પ્રજાપતિ
તંત્રી : જ્ઞાનામૃત
જી-૨, ૨૨ શિવમ એપાર્ટમેન્ટ,
નવા વાડજ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૩.

Phone : 079 - 27621551

મુદ્રક : રાજ્યોગિની સરલાદીદી

પ્રકાશક : બ્રહ્માકુમારી ઉપાબેન

આવશ્યક નોંધ

લવાજમની રકમનો ડ્રાફ્ટ નીચેના નામે લખશો.

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય (ગુજરાતી જ્ઞાનામૃત)

લવાજમ મોકલવાનું, સરનામું બદલાયાની જાણ કરવાનું તથા પૂછપરછનું સરનામું નીચે મુજબ છે.

ગુજરાત ઝોન મુખ્યાલય :

બ્રહ્માકુમારીઝ, સુખશાંતિ ભવન, ગામડીવાળા ડેરી સામે,
ભુલાભાઈ પાર્ક રોડ, કાંકરિયા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૨૨

Phone : 079 - 25324160, 25324460, 25324660

રાજ્યોગ ભવન, ૧, ચતુર્ભુજ કોલોની,
ગોરધનવાડીનો ટેકરો, કાંકરિયા, અમદાવાદ-૨૮

Ph : 079 - 25431676

Email : gyanamrit.guj@gmail.com; maninagar.amd@bkvv.org

તંત્રી સ્થાનેથી

જીવનની પુનઃખોજ

માનવજીવન એક મહાસાગર જેવું છે. મરજીવા બનીને એનાં રહ્યો પામી શકીએ છીએ. ભક્તિ-માર્ગના ભિન્ન ભિન્ન મઠ, પંથો, સંપ્રદાયોમાં વિભાજિત થતી મતિને ઈશ્વરીય ઝાનનો પ્રકાશ મળે છે ત્યારે જ વાસ્તવમાં જીવનની પુનઃખોજનો પ્રારંભ થાય છે.

જીવન મળ્યું છે એટલે સૌ પોતપોતાના દૃષ્ટિકોણ, માન્યતાઓ, દયેયો, પુરુષાર્થના આધારે જીવન જીવે છે. ક્યારેક બાહ્યરૂપે દેખાતું જીવન અને આંતર જગતમાં વિરોધાભાસ જોવા મળે છે.

જીવનની ચથાર્થ સમજ કેળવવી, જીવનમાં આવતી વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં ધૈર્ય, ઈશ્વર પ્રત્યે શ્રદ્ધા રાખી પુરુષાર્થની તીવ્રતાથી વિપરીત પરિસ્થિતિને સાનુક્ષળ બનાવવી, કદી હતાશ, નિરાશ થયા વગર આગળ ધપતું એ જીવનને મૂલવવાનું યોગ્ય પગલું છે.

વૈજ્ઞાનિકની જેમ જો આપણે આપણા જીવનનું પૃથક્કરણ કરી શકીએ, તો જીવનની કેટલીયે મહત્વપૂર્ણ બાબતો આપણી સામે આવે છે. આપણો આત્મખોજ કરીને આપણી વિશેષતાઓ, યોગ્યતાઓ, ગુણો અને શક્તિઓને ઓળખવાનાં છે. આપણી આંતરિક સંપદાને આપણે ઓળખીએ અને એના વિકાસમાં લાગી જઈએ તો આપણાને તેનાં અદ્ભુત પરિણામો સંપદે છે. ધરતીના પેટાળમાં કેટલી મૂલ્યવાન ધાતુઓ પડી છે. તેનું સંશોધન થાય છે અને તેને કાર્યમાં લેવામાં આવે છે ત્યારે કેટલી પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ થાય છે.

માનવને પોતાના ગુણો, વિશેષતાઓ અને યોગ્યતાઓનું ગાયન થાય તે ગમે છે. ક્યારેક

આપણે એના વિશે સભાન પણ હોઈએ છીએ પણ આપણે તટસ્ય બનીને આપણું મૂલ્યાંકન કરીએ. જો આપણાને આપણી ખામીઓ, દોષો કે શ્રુટિઓ દેખાય, આપણે તેનો એકરાર કરી શકીએ અને તેના પરિવર્તન માટે સઘન પુરુષાર્થ કરી શકીએ તો જીવનબાગને ખીલવવાની પૂર્ણ તકો છે. શ્રુટિઓનું ઉભ્યલન અને વિશેષતાઓનું સંવર્દ્ધન થાય, તો વિકાસની, પ્રગતિની, ઉર્ધ્વગતિની શક્યતાઓ વધતી જાય છે.

જીવનની સંપદાને કાર્યશીલ બનાવવાથી તેનો ગ્રાફ ઊંચેને ઊંચે જતો હોય છે. તેનો પ્રવૃત્તિઓમાં વિનિયોગ થતાં તેનાં મીઠાં ફળોની શરદાત થાય છે. કેટલાંક બીજ તરત જ ફળ આપે છે. તો કેટલાકને સમય લાગે છે પણ કરેલું ઉત્તમ કાર્ય કદી નિરર્થક જતું નથી. એવાં કેટલાંયે મહાન સ્ત્રી પુરુષો છે તેઓ જીવનસંદ્યાની પળોમાં પણ કાર્યશીલ છે અને ઉમંગ ઉત્સાહસભર અન્યને પ્રેરણાદાયી થાય તેવું જીવે છે.

પિતા પરમાત્માએ જીવન જીવવાની એવી શ્રેષ્ઠ કળા શીખવી છે કે જેનાથી જીવનની વિભિન્ન પરિસ્થિતિઓમાં માનસિક સમતુલા જાળવી શકાય છે. અનુભવી યોગીઓ, ઝાનીઓ છારા જીવનને સુંદર રીતે જીવવાની પ્રેરણા મળે છે. એમના હૃદયસ્પર્શી અનુભવો જીવનના કંટકોને ગુલાબોમાં પરિવર્તિત કરે છે.

રાજ્યોગ છારા મળતી એકાગ્રતાની શક્તિએ દૃઢ મનોબળ કેળવવામાં અવર્ણિનીય મદદ કરી છે. બ્રહ્માપિતા સમાન નિરાકારી, નિર્વિકારી, નિરહંકારી જીવન જીવવાનું અણમોલ ભાયું મળ્યું છે. જ્યારે આત્માની જ્યોતિ ચથાર્થ

સ્વરૂપમાં જગી જાય છે ત્યારે તમસનાં પડળો આપોઆપ દૂર થઈ જાય છે. જીવનની પુનઃ ખોજ અધરી, અશક્ય ન બનતાં એટલી સરળ બને છે કે આપણે પણ આશ્રયચક્રિત થઈ જઈએ છીએ.

જીવનની પુનઃ ખોજ ઈશ્વરીય પ્રેરણાથી મૂલ્યવાન બની છે. તેમાંથી માત્ર આટલી બાબતોને પ્રાધાન્ય આપીએ, તો નિર્ણતર પ્રાપ્તિનો અનુભવ થાય.

જ્ઞાનયોગથી સભર ઇનચર્ચર્ચ : રાજ્યોગી જીવન જ્ઞાનયોગની નિયમિતતાથી સભર બને. ઈશ્વરીય જ્ઞાનના સર્વ નિયમો અને મર્યાદાઓનું સૂક્ષ્મતાથી પાલન થાય.

સ્થાયી ખુશી : જ્ઞાનયોગની શક્તિથી જીવનબાગને સદાયે મધ્યમધતો રાખીએ. ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ ખુશી ગાયબ ના થાય. મીઠા બાબાએ વરિષ્ઠ દાઈઓ, દીદીઓએ, ભાઈઓએ આપણને પોતાના જીવનથી એ સિદ્ધ કરી બતાવ્યું છે. તેઓને આપણે હરહાલતમાં પ્રસન્નચિત્ત જોઈએ છીએ.

હકારાત્મક જીવનશૈલી : આપણી જીવનશૈલી હકારાત્મક હોય. બાબા તો કહે છે કે ગાલી દેનેવાલે કો ભી ગલે લગાઓ. ભૂલમાં પણ ભલુ જોવાનો દસ્તિકોણ હોય તો હકારાત્મક જીવન વરદાની જીવન બની જાય.

સમયની સંપત્તિ : સમય પણ એક સંપત્તિ છે. તેનો સમુચ્ચિત ઉપયોગ કરનાર જીવનને સફળ બનાવે છે. સમય અતિ મૂલ્યવાન છે. તેનું મૂલ્ય સમજુને જેઓ તેનો સદૃપ્યોગ કરે છે તેઓ મૂલ્યવાન બની જાય છે. વીતેલો સમય એના એજ સ્વરૂપે પાછો મળતો નથી. સમય અને ભરતી કોઈની રાહ જ જોતાં નથી. કોઈપણ પ્રકારના બેદભાવ વિના સમય સૌને સરખો મળ્યો છે.

સંતુષ્ટતા : જે ગમે તેવી સ્થિતિમાં પણ સંતુષ્ટ રહી શકે છે તે મહાન આત્મા છે. જેઓ

જીવનમૂલ્યોને, દિવ્યગુણોને, આદર્શોને પ્રાધાન્ય આપે છે તેઓ અભાવની પરિસ્થિતિમાં પણ સંતુષ્ટ રહી શકે છે. સંતુષ્ટતા માનસિક સ્થિતિ પર આધારિત છે. સમજણશક્તિ પર આધારિત છે.

સંબંધોનું સુખ : કોઈપણ વ્યક્તિ, સમાજ કે સંસ્થા તેના આદર્શ તંદુરસ્ત સંબંધોથી વિકાસ પામે છે. સંબંધોનું સુખ સહયોગ, સંગઠન, સેવાભાવ દ્વારા નવપત્રલિંગ થાય છે. પરમાત્માનાં હજારો સંતાનો વિશ્વમાં પરમાત્મ પ્રત્યક્ષતા કરી શકે છે. સારા સંબંધો એ તંદુરસ્ત અને સુખી જીવનની આધારશિલા છે.

સ્વાસ્થ્ય સુખ : માનવ જીવનના આદિથી અંત સુધી શરીરના માધ્યમથી સદળું કાર્ય કરે છે. એટલે સંસ્કૃતમાં કહ્યું છે કે ‘શરીરમાદ્ય ખલુ ધર્મસાધનમ्’ શરીર જ સર્વ સિદ્ધિઓના કેન્દ્ર સ્થાને છે. તેથી પ્રારંભકાળથી અને વચ્ચે વધતાં શરીરના પણ આદર્શ ડોક્ટર બની આપણે તેનું જતન કરવાનું છે. આત્માની વિકાસયાત્રામાં સ્વાસ્થ્યનો પણ મહિતવપૂર્ણ ફાળો છે. ખડતલ, કસાયેલું નિર્વસની સ્વાસ્થ્ય સિદ્ધિઓનાં દ્વાર ખોલે છે. તેથી શરીર પ્રત્યે પણ બેદરકાર રહેલું પાલવે નહીં. નામાંકિત મહારથીઓ પણ શરીર પ્રત્યે યોગ્ય દ્વારા આપી શક્યા નહીં ત્યારે રોગોના શિકાર બન્યા.

જીવનની પુનઃ ખોજ એટલે જીવનને તેના સાચા અર્થમાં સમજવું. ઈશ્વરસ્ત જીવન જીવવાની કળાને સાકાર કરવી. દિવ્યગુણોથી જીવન મધ્યમધતું બને, વિશ્વકર્માણ માટે સદા અગ્રેસર રહે. વસુદૈવ કુટુંબકર્મની ભાવનાને સાર્થક કરીએ તો જીવન ધન્ય ધન્ય બને.

॥ ઊં શાંતિ॥

- વ્ર. કુ. કાલિદાસ



પ્રસંગિતાના પથ પર

બ. કુ. શિવાલીબેળ

આપણે સ્વયં ખુશીના રચયિતા

પ્રશ્ન : જ્યારે હું ઘેર આવી ત્યારે મારા પતિ છે અમેની સાથે તો સંબંધમાં મને કોઈ સમસ્યા નહોતી. એ સમયે તો હું મારી ખુશી જોતી નહોતી.

ઉત્તાર : સ્થિરતા શું છે? એકવાર જે અનુભવ કર્યો તે સ્થાયી હોતો નથી. પરિસ્થિતિ નિશ્ચિત હોતી નથી. કારણ કે સ્થિરતા સ્થાયી નથી. એક વાર આપણે સ્થિર રહેવાનું શીખી લીધું તો પછી આપ મારી સાથે છો. અહીં છો. ત્યાં છો. કોઈની પણ સાથે છો, તો આપણી સ્થિરતા સ્થાયી છે કારણ કે તે કોઈના ઉપર આધારિત નથી. પણ આધારિત હતા તો આપણે સર્વ પર આધારિત હતા.

જો આપ ખુશ છો તો આપ સદા સ્વયંને ખુશ અનુભવશો. જો આપ પરેશાન છો તો આપ સ્વયંને વધારે પરેશાન અનુભવશો. આપે મારી સાથે સારી રીતે વાત કરી તો હું થોડા સમય માટે ખુશ થઈ શકું છું અથડ્ટ હું આપના ઉપર આધારિત થઈ ગઈ. આપ મારી સાથે સારી રીતે વાત કરશો, તો હું ખુશ રહીશ. પછી તે નિર્ભરતા આપણા સંબંધોમાં શું નિર્માણ કરશો? આપ સદા મારી સાથે સારી રીતે વર્તો.

આ પ્રક્રિયામાં હું આપણી પાસે બીજા પ્રકારની ઉર્જ મોકલું છું. તો આપણે વિચારીએ છીએ કે જો આપણે સ્થિર રહીશું તો લોકો મને બીજાઓથી અલગ સમજશે. ના. અમે સમજુએ છીએ કે સ્થિરતાનો મતલબ છે કે આપણો જે મૂળ સ્વભાવ છે - ખુશી, પ્રેમ અને શાંતિ. આ સ્વભાવિક રીતે જ પ્રવાહિત થશે. આપણે એને નિર્મિત કરવી નહીં પડે. એના માટે આપણે અલગથી કંઈ કરવું પડશે નહીં. આ એવી ચીજ છે કે જે સામાવાળા પાસે સૌથી પહેલાં પહોંચે છે.

હવે મને એ સ્પષ્ટ થઈ ગયું કે આપણો ઉદ્દેશ્ય કયો છે. બીજાઓ દ્વારા રહેવામાં આવતી વાતો હવે આપણે વિચલિત નહીં કરે. કારણ કે તે હીનતા ઉર્જની સાથે ગઈ જ નહીં.



આપણે ઘણા જલદી સ્વયંને દુઃખી શા માટે અનુભવીએ છીએ? કારણ કે આપણાને જે બોલનારા છે, તે પોતાની સમજથી કદાચ એવી ઉર્જ આપી રહ્યા નથી પણ આપણી પાસે હીનભાવવાળી ઉર્જ છે એટલે આપણે જલદી લાગી આવે છે. જો મારામાં ભયની ઉર્જ છે તો હું કંઈ પણ બોલ્યા પહેલાં એ વિચારીશ કે ક્યાંક એમને ખરાબ ન લાગે. જો હું ઘણા ધ્યાનપૂર્વક એ પ્રયાસ કરીશ કે મારે ખોટું બોલવું નથી છતાં પણ મારા મુખમાંથી નીકળી જ જશે કારણ કે ભય અને દર્દની ઉર્જ નકારાત્મક ઉર્જ હોય છે.

જ્યારે આપ શાંત રહો છો તો સ્વયંને એ રહેવું નહીં પડે કે આપે સાવધાન રહેવાનું છે. એમને શું બોલું, કઇ રીતે બોલું, ક્યાંક એમને ખરાબ તો નહીં લાગે ને? જ્યારે આપણે સાચા પ્રકંપનની સાથે બોલીશું તો એમને ખરાબ શા માટે લાગે. આપણે સાહજીક રીતે રહીએ છીએ એને રહેવાય છે આપણો સ્વભાવ. સ્વભાવ એટલે - તે જે આપણું સ્વરૂપ છે શાંતિનું, ખુશીનું, પ્રેમનું એનો અનુભવ કરવો પછી આપ જે સંબંધમાં જશો તો તે પ્રકંપન સ્વભાવિક રીતે પ્રભાવશાળી રહેશે.

પ્રશ્ન : આપણે તે તપાસવું પડશે કે આપણે કેટલા સ્વભાવિક (સહજ) છીએ?

ઉત્તાર : જ્યારે આપણે કોઈના ઉપર નિર્ભર હોઈશું

નહીં ત્યારે સહજ હોઈશું. પોતાની એક એક નિર્ભરતાને ચકાસો. આ પણ એક સરળ તપાસ છે કારણ કે કચારેક આપણાને એ ખબર હોતી નથી કે આપણે કેટલા લોકો અને કેટલી ચીજો પર નિર્ભર છીએ. આપે પહેલાં કહ્યું હતું કે સ્વતંત્રતા અર્થાત સ્વતંત્રતા. આપ એ વાત સમજુ લો કે જ્યાં નિર્ભરતા હશે ત્યાં સ્વતંત્રતા નહીં હોય. આ બંને એક સાથે રહી શકતાં નથી. સ્વતંત્ર અર્થાત એના પ્રભાવથી, એ વાતના પ્રભાવથી મુક્ત થવું.

પ્રશ્ન : એવું બને છે કે ધણી ચીજો એક બીજા સાથે લોડાયેલી છે? આપ મારા બોસ છો તો હું આપની ખુશીનું એટલા માટે દ્વારા રાખ્યું છું કે મારી ધણી બાબતો આપની સાથે લોડાયેલી છે અને મારે આખો દિવસ આપની સાથે રહેવાનું છે. આપ મારા પતિ છો ધણી બાબતો આપની અને મારા વચ્ચે બરાબર ચાલતી નથી કારણ કે અંદરથી ભય છે.

ઉત્તાર : આ કહેવું બરાબર છે પરંતુ સંબંધોને નિભાવવા માટે શું જોઈએ? ઉચિત ઉર્જા જોઈએ. કાર્યાલયમાં જે કરવાનું છે તે કરવાનું છે જો મારી ઉર્જા યોગ્ય હશે તો હું જે કરી રહી છું તે કેવું હશે? એવું બની શકે કે હું અંદરથી ખુશ રહું, સ્થિર રહું તો જે હું બહારથી કરી રહી છું ચાહે ઓફિસ યા ધરમાં તો એની ક્ષમતા ઓછી થતી જશે. આ સંભવ જ નથી?

પ્રશ્ન : એમાં એવું થાય છે કે પતિ તરીકે હું આપની દરેક વાત જાણવા છીતાં આપની સમક્ષ રાખી શકતી નથી? કારણ કે એવી ધણી વાતો છે જે આપ પર નિર્ભર છે.

ઉત્તાર : જ્યારે તે નિર્ભરતા સમાપ્ત થઈ જશે ત્યારે આપણે આપણી વાત સારી રીતે કહી શકીશું. ત્યારે આપ નારાજ થયા સિવાય યા દુઃખી થયા સિવાય પણ આપની વાતને સામેવાળાને કહી શકો છો. આજે મોટાભાગના લોકોની સમસ્યા શું છે? અંદર ધાણું બદ્યું ભરેલું છે પણ કહી શકતાં નથી અને કહી

ના શકવાને કારણે અંદર દૂંટાઈ રહ્યાં છે અને આપણે કહીએ છીએ શા માટે આપણે ખુશ નથી? કારણ કે આપણે આપણી વાતને કહી શકતાં નથી. વાસ્તવમાં એનાથી આપનો અને એમનો સંવાદ સમાપ્ત થયો નથી. હવે મેં કંઈક કહ્યું તો આપ અસંમતિ પ્રગટ નહીં કરો, આપ નારાજ થશો નહીં. આ ભય મારા અંદરને અંદર દૂંટાઈ રહે છે. તો હું ખુશ કર્ય રીતે રહી શકું. આપણે એ નક્કી કરેલું પડશે કે આ બદ્યું અસ્વાભાવિક છે. આ બધો ભય છે અને તે બહારના કારણે નહીં પણ મેં સ્વયં નિર્મિત કર્યો છે.

પ્રશ્ન : જો આપણે આવી અસ્થિરતામાં, આ દુઃખમાં, ગુરુસામાં છીએ એ સ્થિતિમાં જઈને વાત કરીશું?

ઉત્તાર : ત્યારે આ કામ નહીં થાય. સમજો કે આપણી કેટલીક સમસ્યાઓ છે જે મારે મારા ઢંગથી કહેવી છે. મારે આપને નીચા બતાવવા છે સ્વયંને શ્રેષ્ઠ બતાવવા છે. મારે આપની ટીકા કરવી છે તો આપ ગમે તેટલી સારી રીતે એ વાતને મૂકો પણ તે ઉર્જા તો મારી સાથે આવવાની છે. જો આપણે આ ભાવનાઓથી પ્રેરિત થઈને કોઈ વાત કરીશું, તો તે કામ નહીં કરે. કારણ કે ઉર્જા માત્ર શબ્દોના માદ્યમથી જ જતી નથી પણ આપણા હાવભાવથી પણ જાય છે. આપણે કહીએ છીએ કે મેં તો ધણી સારી રીતે કહ્યું હતું. પણ કોણ જાણો કેમ નારાજ થઈ ગયા. એમને એ વાત ખરાબ કેમ લાગી. તેઓ જે દૃષ્ટિકોણથી જોઈ રહ્યા છે તે સાચું છે. જો મારી કહેલી વાતથી સામેવાળી વ્યક્તિને દુઃખ લાગ્યું તો મારે સ્વયં તપાસવું જોઈએ કે આપણે કયા ભાવથી બોલ્યા. હું એને તપાસી શકતી નથી કે તેને બદલી શકતી નથી. પણ હું સ્વયંનું નિરીક્ષણ કરી શકું છું. તો એની ઉર્જા સામેવાળી વ્યક્તિ પાસે પહોંચી જાય છે. એમાં એ મહત્વપૂર્ણ છે કે કંઈક ઉર્જા સૌથી પહેલાં પહોંચે છે? એક છે કે આપણે સંકલ્પ નિર્મિત કરીએ છીએ અને એક છે આપણે શબ્દ મોકલીએ છીએ. આપણે પહેલેથી જ વિચારીએ છીએ કે ખબર નહીં

કેવા દેખાય છે. આજે શું પહેર્યું છે. ઉપરથી તો બોલ્યા હા, આજ તો આપ જોવામાં ઘણા સારા લાગી રહ્યા છો. તો એનું પરિણામ શું છે? હું કહું છું કે મેં તો એમની સાથે ઘણી સારી રીતે વાત કરી પણ કોણ જાણે મારી વાત એમને પસંદ પડી નહીં. પછી આપણે કહીએ છીએ કે હું આપણે સમજુ શકી નથી. આવું એટલા માટે થાય છે કે હું વિચારું છું એક અને બોલું છું બીજું. વિચારો અને એને નકારાત્મકમાં બદલો પછી બહાર મોકલો. પછી આશા રાખો કે સામેવાળાએ તો માત્ર આજ ગ્રહણ કર્યું છે. પરંતુ મેં જે કહ્યું તે તો ઘણું સારું હતું. એમને સારું જ લાગવું જોઈએ. પછી આપણે પ્રશ્નચિન્હ કરીએ છીએ કે તેઓ સારા નથી. મેં એમની સાથે સારી રીતે વાત કરી છીતાં પણ એમને સારું લાગ્યું નહીં.

પ્રશ્ન : આપણે તપાસવું જોઈએ કે બીજુ વ્યક્તિ આવું કેમ અનુભવે છે? આપણે એમની પ્રતિક્રિયા જોઈએ છીએ કે જે સત્ય પણ છે. જો કોઈ મારી વાતથી નારાજ થયું છે યા કોઈ દુઃખી થયું છે, તો આપણે તપાસવું જોઈએ કે આપણે કેવું બોલ્યા હતા.

ઉત્તાર : આખો દિવસ કેવી ઉર્જા મોકલી હતી.

પ્રશ્ન : આ આપણા દરેક સંબંધોમાં આવી જાય છે? આજે આપણી સામે નિર્ભરતાની વાત આવી. આપણી ખુશી વારંવાર ઉપર નીચે થઈ રહી હતી એને કારણે હું સંબંધો પર નિર્ભર થઈ ગઈ હતી. જ્યારે આપણા લોકોને પરેશાન થતા જોઈએ છીએ તો એ વાત મને પ્રભાવિત કરે છે.

ઉત્તાર : જેવી એ વાતો આપણાને પ્રભાવિત કરે છે તો આપણે શું કરીએ છીએ? એથી વધારે નકારાત્મક ઉર્જા મોકલીએ છીએ હું અત્યારે સ્થિર છું, મેં આપણે નકારાત્મક ઉર્જા મોકલી નથી પણ આપ દુઃખી થઈ ગયા. પણ પછી આપ એ સમજુ ગયા. એ પ્રતિક્રિયાનો પ્રભાવ આપણા ઉપર તરત પડે છે. કારણ કે નિર્ભરતા છે. પછી મેં તરત જ આપણે કેવી ઉર્જા મોકલી. તો આ રીતે એકબીજાની ઉર્જા અદલાબદલી થઈ ગઈ.

પ્રશ્ન : ખરેખર, આ એટલું જડપી બને છે કે આપણે ખરેખર પણ પડતી નથી પરંતુ આપણે જગૃતિ સાથે એને તપાસવાની જરૂર છે? દરેક વખતે કહીએ છીએ કે જે પણ વિચાર કરીએ છીએ એના વિશે વિચારીએ છીએ તો કયાંકને કયાંક આપણા અવચેતન મનમાં તે બેસે છે.

ઉત્તાર : જ્યારે આપણે મૌનમાં બેસીએ છીએ તો આપણા મનની વ્યવસ્થા કરીએ છીએ. આપણે એને માત્ર સાંભળવું જ નથી પણ અપનાવાનું છે. જ્યારે આપણે મેડીટેશન (દ્યાન) કરીએ છીએ તો એને સાંભળો. આખો કાર્યક્રમ જોતા હોઈએ તે રીતે આપણા વિચાર સાથે આપણા અંદરના વિચારો સારા લાગ્યા, તો આ વિચારવાનો ઉપાય છે. એને પોતાના વિચારો સાથે જોડવાનો છે તે પછી પરિવર્તન લાવવું, સરળ બનશે.

દ્રિલ

આપ આરામથી શાંત થઈને બેસો અને સ્વયંને જુઓ. આજ દિવસ સુધી ઘણી જગાએ ખુશીને શોધી. લોકોમાં... વસ્તુઓમાં... પરિસ્થિતિઓમાં... સર્વ જગાએ શોધતા જ રહ્યા. રાહ જોતા રહ્યા કે કંઈક થશે... તો આપણે ખુશ રહીશું. હવે હું આત્મા સમજુ ગયો છું કે હું ખુશ છું. ખુશી મારો પોતાનો સ્વભાવ છે. હું કોણ છું એની ખુશી છે. મેં શાની રચના કરી એ વાતની ખુશી છે. મારી ખુશી કોઈના ઉપર આધારિત નથી. હું સંદાય ખુશ છું. આજે જે મેળવ્યું અને કાલે કામ કરીશ. પહેલાં દ્યાનમાં વિચારી લો કે હું ખુશ છું. આ ખુશીની સાથે ચાલી રહી છું જ્યારે આ વિચારની સાથે હું સદા ખુશ છું તો પછી ખુશી માંગવાની ચીજ નથી પણ બીજાઓને આપવાની, બીજાઓ સાથે વહેંચવાની શક્તિ બની જાય છે. કાલે ખુશીને કયાંક બહાર શોધી રહ્યા હતા હવે ખુશી પ્રદાન કરી રહ્યા છીએ. આપણી પાસે જે છે તે આપણે આપી શકીએ ખુશી મારી રચના છે. મારી સંપત્તિ છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

ચુવા વિભાગ

જીવન ધડતર માટે આવશ્યક શિસ્ત અને પુરુષાર્થ

બ્ર.કુ. ઉમેશ, સુરત

આ સૂચિમાં જેટલાં પણ પ્રાણી છે, એ સૌમાં શ્રેષ્ઠ મનુષ્યને માનવામાં આવે છે. એનું કારણ એ છે કે અન્ય પ્રાણીઓની સરખામણીમાં મનુષ્ય પાસે વિવેકશક્તિ છે. પોતાનાં મન, બુદ્ધિ અને વિવેકનો સમુચ્ચિત ઉપયોગ કરીને મનુષ્ય પોતાના જીવનનું ધડતર કરી જાએ છે. અન્ય પ્રાણીઓના કિસ્સામાં જીવન-ધડતર જેવું કંઈ હોતું નથી. જીવન ધડતરના આ ભગીરથ કાર્યમાં તેને શિસ્ત અને પુરુષાર્થ જેવા સંદર્ભુણો સહાય કરે છે.

આ સૂચિનાં બધાં સાધનો અને પદાર્થો મનુષ્યને સુર્ખી બનાવવા માટે જ નિર્માણ પામ્યાં છે. તો પછી શું કારણ છે કે મનુષ્ય એ બધાની વર્ચે રહેવા છતાં, એમનો ઉપયોગ કરવા છતાં દીનતા, દયનીય અવસ્થા, દુઃખ અને અશાંતિથી ઘેરાયેલો છે ? ઊંડાણપૂર્વક વિચાર કરતાં માલૂમ પડે છે કે એનું મૂળ કારણ છે - મનુષ્યનો અસંયમ, કેટલાક નીતિનિયમો પ્રત્યેનો તેનો વિદ્રોહ એટલે કે તેની અશિસ્ત.

શું શાળા, શું લશકર, શું બજર, શું જાહેર રસ્તા કે શું ધર દરેક સ્થળ પર એક વિશેષ પ્રકારની શિસ્તની આવશ્યકતા હોય છે. શિસ્તનું માત્ર સમાજની એટલે કે સમૂહની દૃષ્ટિએ જ નહીં, વ્યક્તિગત જીવનની દૃષ્ટિએ પણ ખૂબ મહિંદ્ર છે. માનવસમાજમાં અથવા માનવજીવનમાં શિસ્તના મહિંદ્રને જાણતું અને સમજતું હોય તો ક્ષણમાત્ર એ કલ્પના કરવી પડે કે શિસ્ત નામના ધર્તકને મનુષ્યથી અલગ કરી દેવામાં આવે તો માનવસમાજની અને માનવજીવનની શું દશા થાય? આ કલ્પનાના પ્રત્યુત્તરરંપે જે દૃશ્ય આપણી સામે આવે છે તે શિસ્તના મહિંદ્રને સિદ્ધ કરી દે છે. ચિત્ર કંઈક ઊંલટું જ છે. આજે ધરની બહાર નીકળીને

બજારમાં કે માનવ-સમૂહની વર્ચે જઈએ તો આપણાને શિસ્તના કયારેક જ દર્શન થાય છે. માર્ગ પર વાહનચાલકો શિસ્તને કોરાણે મૂકીને બેફામ વાહનો હંકારે છે. ચુવાનો શિસ્તના અભાવે રાષ્ટ્રીય સંપત્તિને નુકસાન પહોંચાડે છે. વિદ્યાર્થીઓ શિસ્તપ્રિય નથી. વિવિધ ક્ષેત્રના નેતાઓ અનૈતિક ફૂત્યો આચારે છે. ગેરશિસ્તમાં રાચતાં લોકો જાણતાં નથી કે તેથી વિકાસનો માર્ગ અવરોધાય છે.

એ તો નિર્વિવાદપણે સત્ય હકીકત છે કે શિસ્ત અને પુરુષાર્થ વિના કોઈ કાર્ય સારી રીતે થઈ શકે નહીં, ન કોઈ ઉપલબ્ધ હાંસલ થઈ શકે, ન જીવનનું ધડતર થઈ શકે, ન સમાજ સુવ્યવસ્થિત રીતે ચાલી શકે. મનુષ્યનો વ્યવહાર તેના ભલા માટે બનાવવામાં આવેલા કેટલાક નીતિનિયમો અનુસાર હોવો જોઈએ. સમાજને કે જીવનને સુવ્યવસ્થિત રૂપમાં રાખવા માટે જે પ્રકારના કાર્ય-વ્યવહારની આવશ્યકતા લાગી તેને અનુરૂપ નિયમ-આચાર-વિચાર નક્કી કરવામાં આવ્યા અને દરેક વ્યક્તિ પાસે એવી અપેક્ષા રાખવામાં આવી કે તે આ નિયમોનું અનુસરણ કરે. અને મનુષ્યોનો આ આદર્શ વ્યવસ્થાઓને અનુરૂપ કાર્ય-વ્યવહાર કરવો એને શિસ્ત કરેવામાં આવી. પરંતુ વ્યવહારુ શિસ્ત એટલે બાબુ શિસ્ત. બાબુ શિસ્ત અમલી બનાવા માટે મનુષ્યમાં આંતરિક શિસ્ત જોઈએ. આંતરિક શિસ્તની સાદી વ્યાખ્યા આપીએ તો આંતરિક શિસ્ત એટલે મન અને બુદ્ધિ, કામ, કોઈ, લોભ, મોહ, અહંકાર અને આળસ એ પડચિપુથી મુક્ત હોય. આપણે ઈચ્છીએ ત્યાં મન-બુદ્ધિ એકાગ્ર કરી શકીએ. મનના ભટકવામાંથી છૂટી શકીએ એનું નામ આંતરિક શિસ્ત. મનુષ્યનો

વ્યવહાર તેના મન, બુદ્ધિ અને સંસ્કાર પર જ પૂર્ણતઃ નિર્ભર હોય છે. શિસ્ત બહારથી ઠોકી બેસાડી શકાતી નથી. આજે કાચદાના પુસ્તકોથી લાઈબ્રેરીઓ ભરાયેલી છે. પરંતુ જોઈ શકાય છે કે કાચદો પણ મનુષ્યને શિસ્તબદ્ધ નથી બનાવી શકતો. નિત્ય નવા નવા કાચદાઓ બનવા છતાં સમસ્યાઓ વધુ ને વધુ જટિલ બનતી જાય છે. બહારનો અંકુશ, સમાજ કે દેશ-કાળનો અંકુશ સફળ ન થાય પરંતુ પોતાની સ્વેચ્છાએ સમજપૂર્વક અપનાવેલો અંકુશ જરૂર સફળ થાય. આથી જ મુખ્ય જરૂરિયાત મનુષ્ય આંતરિક શિસ્ત કેળવે તેની છે. આ માટે મનુષ્ય પોતાને જડ શરીર ન માનતાં ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા સમજે અને પરમ ચેતના-સત્તા સાથે અનુસંધાન કરે તો તેનામાં એક વિશેષ પ્રકારના આત્મબળનો સંચાર થવા માંડે છે. દિવ્યતા અને પવિત્રતાની શક્તિઓ જાગૃત થતી જાય છે અને જીવન મજબૂત રીતે ઘડાતું જાય છે. શિસ્તને અનુશાસન પણ કહેવામાં આવે છે. અતિ સૂક્ષ્મ અણુ સમાન આત્મા શરીર પર શાસન કરે છે. શરીરનું સંચાલન કરે છે એ સત્ય હકીકતની વિસ્મૃતિને કારણે નિર્ભળ બનેલ આત્મા ઈચ્છિવા છતાં બૂરી આદતોને છોડી શકતો નથી.

શિસ્તબદ્ધ જીવન જીવવાની એક નિશ્ચિત તેમ જ નિયમિત પદ્ધતિ છે, જેનાથી મનુષ્યનાં બધાં કર્તવ્યો કુશળતાપૂર્ણ, વ્યવસ્થિત તેમ જ સુંદરતામય હોય છે. એવું જીવન જીવતી વ્યક્તિ હંમેશાં પ્રસન્ન રહે છે, આનંદથી ભરપૂર રહે છે. તેનામાં અદ્ભુત આત્મશક્તિ હોય છે. શિસ્તબદ્ધ પાંચ પાંડવો સો કૌરવો કરતાં વધુ શક્તિશાળી હિતા.

શિસ્તની વ્યાખ્યામાં કેટલાક ઈશ્વરીય નિયમો પણ સમાવિષ્ટ થાય છે. જો મનુષ્ય પોતાને શિસ્તથી બાંધેલો રાખે તો જીવનનું એવું ઘડતર થતું જાય છે કે જીવનપથમાં આવનારી અનિશ્ચિત ઘટનાઓ, અસહનીય આધાતો, પ્રચંડ તોફાનો,

વિમાસણમાં મૂકી દેતી સમસ્યાઓમાં પણ સંપૂર્ણ સુરક્ષા, શાંતિ, ધીરજ અને વિશ્વાસ સાથે તે નિરંતર આગળ વધતો રહે છે અને આંતરિક સમૃદ્ધિ તથા વિકાસ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જીવન અધોગતિને તો નથી જ પામતું પરંતુ ગતિહીન પણ નથી બનતું. જીવનનો અર્થ જ છે. સદા આગળ વધવું. એટલો પુરુષાર્થ હોવો જોઈએ કે આગળ વધવામાં કોઈ અંતરાય ન આવે. અંતરાય આવે અને આપણી પ્રગતિ અટકી જાય એને મૃત્યુ જ સમજવું રહ્યું, તેથી જીવનમાં સૌથી મોટી સાવધાનીની, દ્યાનની કે પુરુષાર્થની આવશ્યકતા હોય તો એ જ કે કોઈ પથ્થર, કોઈ શિલા કે કોઈ ઢેકું આપણા વિકાસનો રસ્તો રોકી ન લે. બસ મનમાં એ દૃઢ વિશ્વાસ હોય કે કોઈ રસ્તો નીકળશે જ.

પુરુષાર્થ એટલે પુરુષનો સાચો અર્થ જાણવો અને તે અનુસાર વર્તવું. પુરુષ તેને જ કહી શકાય, જે હંમેશાં ઉદ્યમી હોય. ઉદ્યમ વિનાનો એદી અને આરામપ્રિય મનુષ્ય જીવનનું શું ઘડતર કરી શકે ? પુરુષાર્થ વિનાના જીવનને જીવન જ ન કહી શકાય. જીવનના કયા ક્ષેત્રમાં પુરુષાર્થની જરૂરિયાત નથી વર્તતી ? એકની એક સ્થિતિમાં ચરાપાટ પડ્યા પડ્યા કંટાળી જઈને નાનું શિશુ છાતીભેર થવાનો પુરુષાર્થ કરે છે. ત્યાંથી આગળ વધીને ધૂંટળોભર ગતિ અનુભવવાનો અને ત્યાર પછી ઊભા ઈધ પહેલાં ‘પોતાના પગ પર ઊભા રહેવાનો’ અને પછી જીવનને માપવાનો પુરુષાર્થ કરતું જાય છે. આ જ સિલસિલો જારી રાખીને તે ચુવાન થતાં પોતાના પગ પર ઊભા રહેવાનો એટલે કે જીવનનિવિહ માટેનો પુરુષાર્થ કરતો રહે છે. એક વિદ્યાર્થી પણ પુરુષાર્થ વિના પરીક્ષામાં અગ્રક્રમ કેવી રીતે મેળવી શકે ? જળહળતી સફળતા માટે પહેલાં તો દ્યેય નક્કી કરવું પડશે અને ત્યાર પછી દ્યેયલક્ષ પુરુષાર્થ આદરવો પડશે. અભ્યાસપૂર્ણ કર્યો બાદ વ્યવસાયના ક્ષેત્રમાં પણ પ્રચંડ પુરુષાર્થ જ નામ અને

દામ કમાવી આપે છે. ઉર્યા આસનો પર બેઠેલ વ્યક્તિઓને જોઈને તેમની ઈચ્છા કર્યા કરવાથી શું મળે? જો કે કેટલાંક આ માર્ગ આગળ વધીને ઈચ્છાવિશ ટાંટિયાખેંચ પ્રવૃત્તિમાં લાગી પડે છે. અને કોઈનું પતન થતું નિહાળી રાજુપો અનુભવે છે. અધિમ કક્ષાની આ પ્રવૃત્તિ એ કોઈ પુરુષાર્થ નથી. પુરુષાર્થ તો હંમેશાં ઉર્યા ઘેયલક્ષી જ હોય.

વળી પરીક્ષાઓ વિદ્યાર્થીકાળમાં જ આવે છે એવું નથી. જીવનપથમાં અવારનવાર વિભિન્ન પ્રકારની પરીક્ષાઓ આવતી જ રહે છે. જીવન-સંઘર્ષથી નાસીપાસ થઈને કેટલાંક પુરુષાર્થ છોડી દે છે, કેટલાંક ઊલટા રસ્તે ચાડી જાય છે, તો કોઈ આપદાત કરી લઈ જીવન ટૂંકાવી નાખે છે. પરંતુ શિસ્ત અને પુરુષાર્થમાં માનનાર વ્યક્તિ તો સમજ્ઞપૂર્વક કામ લઈ ધીરજ તેમ જ સહનશીલતા વડે પરીક્ષાને સફળતાપૂર્વક પાર કરી જાય છે. તે જાણે છે કે સંઘર્ષથી તો જીવન વધુ નીખરી ઊંઠે છે. એક પથ્થર ટીપાઈ ટીપાઈને પૂજનીય મૂર્તિમાં પર્ચિણમે છે, દરિયાનાં મોખાંની થપાટ ખાઈ ખાઈને કદરૂપા પથ્થર શિવલિંગનો આકાર ધારણ કરે છે. સાચો માનવી તોફાનને તોહફા એટલે કે નજરાણું સમજુને તેને આવકારશે. તે જાણે છે કે પરીક્ષા તેનો માર્ગ અવરોધવા નહીં પણ તેને આગળ વધારવા માટે આવે છે.

જ્યારે આપણે જાણીએ છીએ કે મનુષ્ય પુરુષાર્થ વિના નથી રહી શકતો, કારણ કે પુરુષાર્થ જ તેની ચૈતન્યતાનું વ્યક્તતરપ અથવા પ્રત્યક્ષ સાભિતી છે, તો એ વાત પણ જાણી લેવી જોઈએ કે પ્રત્યેક કર્મની પ્રેરણા બુદ્ધિમાંથી મળે છે. બુદ્ધિના આદેશ વિના કોઈ કર્મ થઈ ન શકે. તેથી આવશ્યકતા છે બુદ્ધિને શિસ્તબદ્ધ બનાવવાની. શિસ્તબદ્ધ બુદ્ધિ શક્તિશાળી અને અર્થ સહિત કર્મો એટલે કે પુરુષાર્થ કરવાનો આદેશ આપશે.

પુરુષાર્થ કરતી વખતે તેના ફળ વિશે ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. દરેક ક્રિયાની પ્રતિક્રિયા હોય

જ છે. આપણો પુરુષાર્થ સાચી દિશાનો હશે તો તેનું સારું ફળ મળવાનું જ છે. કર્મનું ફળ બે પ્રકારનું હોય છે. એકને આપણે તાત્કાલિક પ્રભાવ કહી શકીએ. ભોજન કરવાથી જીભનો સ્વાદ મળે છે અને ભૂખ સંતોષાય છે. ઉપરાંત કેટલાક કલાક સુધી કામ કરવાની શક્તિ અને સ્કૂર્ટિ રહે છે. આ ભોજનનો તાત્કાલિક લાભ છે. તેનો દીર્ઘકાળીન પ્રભાવ એ છે કે એનાથી સ્વાસ્થ્ય બને છે. તે જ રીતે એક વિદ્યાર્થીને અભ્યાસના તાત્કાલિક ફળરૂપે નવી ભાષા આવડે છે, નવા વિષયોની જાણકારી પ્રાપ્ત થાય છે અને ડિગ્રી મળે છે. પરંતુ સ્થાયી રૂપમાં શિક્ષણથી તેનો બૌદ્ધિક અને સાંસ્કૃતિક વિકાસ થાય છે. આ જ પ્રમાણે દરેક પુરુષાર્થનું તાત્કાલિક ફળ તો હોય જ છે. સાથે જ દીર્ઘકાળીન ફળના રૂપમાં જીવનનું ધડતર થાય છે.

પુરુષાર્થ વિના શ્રેષ્ઠ પ્રારંભની આશા રાખવી નકામી છે. ભોજનની થાળી સામે આવીને પડી હોય પછી તેમાંથી વાનગીને તો આપણા હાથથી ઉઠાવીને જ મોંમાં મૂકવી પડશે ને? એટલો પુરુષાર્થ પણ ન કરીએ તો? મહાન કાર્યો સિદ્ધ થવાનું લક્ષ્ય રાખવું એ આપણો હક્ક જરૂર છે પરંતુ તેની સાથે તે માટેનો ઉધિમ કરવો આપણી ફરજ છે. પ્રાચીન સંસ્કૃત સુભાષિતમાં કહ્યું છે.

**‘ઉધમેન હિ સિદ્ધયન્તિ કાર્યાણિ ન મનોરથે:
નહીં સુપ્તસ્ય સિંહસ્ય પ્રવિશન્તિ મુખે મૃગાઃ।’**

આમ મનુષ્યના જીવન-ધડતરમાં શિસ્ત અને પુરુષાર્થનું સ્થાન મહિત્યનું છે. શિસ્ત-સંયમ વિનાનો માણસ એટલે સુકાન વિનાનું વહાણ. અને પુરુષાર્થહીન માણસ એટલે સામે પાર જવા માટે દરિયો સૂકાવાની રાહ જોતો ખલાસી.

(‘આકાશવાણી’ સુરતના સૌજન્યથી)



શિવરાત્રિનું સ્વરૂપ

બ્રહ્માકુમારી ભારતીબેન, રાજકોટ.

ધાર્મિક ઉત્સવ શા માટે ઉજવવામાં આવે છે? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર શોધવા જતાં બે વિચાર આવે છે. એક તો એ કે જેવી રીતે કહેવામાં આવે છે 'જેવો વિચાર તેવો વહેવાર' હોય છે. વિચાર શ્રેષ્ઠ હશે તો આચરण પણ શ્રેષ્ઠ અને પવિત્ર બનશે. એટલા માટે સર્વના વ્યવહારની શુદ્ધિ માટે સૌ પ્રથમ તો વિચારો ઉપરના નિયંત્રણને આવશ્યક સમજવામાં આવે છે. એના ફળ સ્વરૂપે ઉત્સવો પણ ક્યાંક વિવેકશૂન્ય આનંદનું સાધન ન બની જાય અને લોકો નીતિની લક્ષ્મણ રેખા બહાર ન ચાલ્યા જાય એ ખ્યાલથી ઉત્સવોને ધર્મના રંગમાં રંગવાનો અર્થાત ધર્મનું પીઠબળ આપવાનો સુંદર પ્રચાસ આપણા પૂર્વજોએ કર્યો છે. આ રીતે ધાર્મિક ઉત્સવોની ઉજવણી શરૂ થઈ. બીજું જે પણ વ્યક્તિ આ વિશ્વમાં કોઈ જનકલ્યાણ અથવા સમાજ સુધારણાનું કાર્ય કરીને જાય છે અથવા જેનું જીવન સમાજ માટે આદર્શ હોય છે તેવી વ્યક્તિની પાછળ તેની સ્મૃતિ કાયમ રહે એ ખ્યાલથી પણ તેવી વ્યક્તિઓના જન્મ દિવસ ઉજવવામાં આવે છે કે જેથી તે દિવસે મનુષ્ય તેમના જીવનની સારી વાતોને યાદ કરીને એનું અનુકરણ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત થાય. દાખલા તરીકે ચાચા નહેઢુંજુને

બાળકો પ્રત્યે ખૂબ પ્રેમ હતો તેથી તેમના જન્મ દિવસને ખાસ 'બાલદિન' તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. આપણા ધાર્મિક ઉત્સવો જેવા કે શ્રીકૃષ્ણાની યાદમાં જન્માઘ્રમી, રામની યાદમાં રામનવમી વગેરે પણ આ પ્રકારે તે દેવતાઓના શ્રેષ્ઠ જીવનની યાદગાર માટે ઉજવવામાં આવે છે કે જેથી તેમની યાદથી મનુષ્યોનું જીવન પુષ્પસમાન સદા ખીલેલું અને સુગંધિત બની રહે.

પૌરાણિક કથા

આવી રીતે શિવરાત્રિનો ઉત્સવ પણ આપણા દેશમાં દર વર્ષે ઉજવવામાં આવે છે. તે દિવસે મનુષ્ય શિવના મંદિરમાં જઈને ત્યાં બીલીપત્ર ચઢાવી, ઉપવાસ, વ્રત, નિયમ, જગરણ વગેરે કરે છે. આ ઉત્સવની પૂર્વ ભૂમિકાના સાચા પરિચયની આજે ઘણા લોકોને ખબર નથી. એક પુરાણ કથા આ પ્રમાણે છે કે એક શિકારી જંગલમાં શિકાર કરવા ગયો હતો. ત્યાં તેણે એક હરણ અને હરણીને જોયાં અને તેમના ઉપર તીર ચલાવવા માટે તેણે નિશાન તાકવાની તૈયારી શરૂ કરી. એટલામાં જ હરણ અને હરણીએ તેને કહ્યું કે, હે શિકારી ! તું અમારો શિકાર કરવા દરછે છે. પણ થોડીવાર થોભી જા. અમે અમારા દેર જઈ અમારાં બાળકોને મળીને કાલે સવારે આ સ્થળે જ પાછાં આવી જઈશું. પછી ભલે તું અમારો શિકાર કરજે. શિકારીએ અમની વાત માની લીધી અને અમને એક રાત માટે ઘર જવાની રજા આપી. હરણ અને હરણી તો ચાલ્યાં ગયાં અને શિકારી એક વૃક્ષ ઉપર ચઢીને, આખી રાત સવાર થવાની રાહમાં બેસી રહ્યો. વૃક્ષ ઉપર બેઠાં બેઠાં તે વૃક્ષનાં પાંદાં તોડી તોડીને નીચે ફેંકતો રહ્યો. બીજુ બાજુ હરણની તે જોડીએ પોતાની ઈમાનદારી બતાવી.



એમણે રાત્રે જ પોતાના સમાજમાં પહોંચીને બદી વાત જણાવી અને સવારે બદાની વિદાય લેવાનું પણ કહી દીધું. પછી તો બદાં જ હરણ એક બીજા માટે પોતાનો જાન આપવા તૈયાર થઈ ગયાં. અને છેવટે આખો હરણ સમાજ સવારે, જે ઝાડ ઉપર શિકારી બેઠો હતો તે ઝાડ નીચે આવીને જમા થઈ ગયો. એમાં આશ્વર્યની વાત એક એ બની હતી કે રાત્રે શિકારી દ્વારા તોડેલાં ઝાડનાં પાંડાં, જ્યાં નીચે પડતાં હતાં, બરાબર તેજ જગ્યાએ શિવલિંગની પ્રતિમા હતી અને આમ અજાણે જ શિકારી દ્વારા શિવની પૂજા થઈ ગઈ હતી. બીજુ બાજુ હરણ ચુગલની પાછળ આખો સમાજ મરવા માટે તૈયાર થઈ ગયો હતો. એમના આવા ત્યાગને જોઈને પણ શિકારીના દિલમાં પણ પરિવર્તન આવ્યું. અને તે વિચારવા લાગ્યો કે હું એમને મારવાનું પાપ શા માટે કરું ? તો શિકારી અને હરણોની આ ભક્તિ અને ત્યાગના એ પરિણામ સ્વરૂપ તે જ સમયે ખુદ શિવજુ પ્રગટ થયા અને તેમને પોતાના વિમાનમાં બેસાડીને લઈ ગયા. કહેવામાં આવે છે કે ત્યારથી જ લોકો શિવરાત્રિ ઉજવે છે. અને એ આશા રાખે છે કે એ રીતે એમનું વ્રત વગેરે કરવાથી શિવ પિતા કલ્યાણ કરી દેશે. આવી કથા પ્રચલિત છે. પરંતુ સાચોસાચ શું આવી કોઈ પ્રસંગ કથા જ આવડા મોટા ઉત્સવની ઉજવણીની શરૂઆત કરવાનું કારણભૂત બની હશે ? આ પ્રશ્નનો સાચો ઉત્તર જાણવા માટે શિવનો વાસ્તવિક પરિચય જાણવો પડશે કે જેનાથી એ નિર્ણય ઉપર આવી શકાય કે શિવરાત્રિ મહોત્સવનો આધાર પેલી કથા હશે કે શિવનું કલ્યાણકારી કર્તવ્ય ?

શિવનો વાસ્તવિક પરિચય

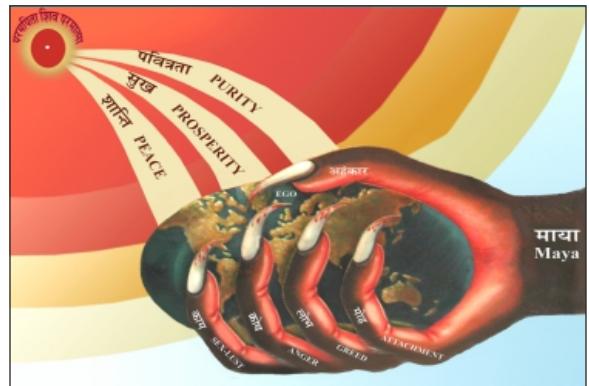
એટલું તો લગભગ બદા માને છે કે, ‘શિવ’ નામ પરમાત્માનું છે. જ્યારે દેવીદેવતાઓની મહિમા ‘દેવીદેવતાય નમઃ’ કરીને કરવામાં આવે

છે ત્યારે શિવની પૂજા ‘ઓમનમો શિવાય’ અથવા ‘શિવ પરમાત્માય નમઃ’ કહીને થાય છે. એટલું જ નહીં પરંતુ ખુદને પરમાત્મા સમજવાવાળા મિથ્યા જ્ઞાની લોકો પણ શિવને જ પરમાત્માનું નામ માની શિવોહમ, શિવોહમનું રટણ કરતા રહે છે. પરમાત્મા શિવની પ્રતિમા ‘શિવલિંગ’નું પૂજન પણ સર્વત્ર પ્રખ્યાત છે. રામેશ્વર અને ગોપેશ્વરના મંદિર પરમાત્મા શિવની, શ્રીરામ અને ફૃષ્ણ દેવતાના પણ શ્રીપરમપૂજ્ય પરમ પિતા હોવાની ચાદ અપાવે છે. રામાયણમાં શ્રીરામનાં એ વાક્યોનો ઉલ્લેખ છે કે ‘શિવદ્રોહી ભમદાસ કહાવા, સો નર મોહી સપને હું નહીં ભાવા’ પણ આજ સત્યની તરફ સંકેત કરે છે. કાશ્મીરમાં અમરનાથનું શિવ મંદિર ખૂબ પ્રસિદ્ધ છે. જ્યાં બરફનું શિવલિંગ બનાવેલું છે. ભારતના ખૂણે ખૂણે સોમનાથ, વિશ્વેશ્વરનાથ, મહાકાળેશ્વર વગેરે મંદિર પણ પરમાત્મા શિવની મહિમાનાં ચાદગાર છે. એજ રીતે નેપાળમાં ‘પશુપતિનાથ’નું મંદિર પણ પરમાત્મા શિવનું જ સ્મરણસ્થાન છે. જાપાની લોકો પણ શિવના આકારવાળી પ્રતિમા અથવા મીણબર્તી સળગાવી એની જ્યોત ઉપર પોતાની નજર ટેકવી, દ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. મુસલમાનોના મક્કામાં પણ ‘ખાના એ કાબા’ના સ્થાને શિવલિંગના આકારનો જ એક પથ્થર રાખવામાં આવે છે. જેને ‘સંગે અસવદ’ કહે છે અને હજ ઉપર જવાવાળા મુસલમાન એનું સન્માન કરે છે. રોમમાં ઈસાઈ લોકો પણ શાપથ (પ્રતિજ્ઞા) લેતી વખતે શિવલિંગ જેવા જ પથ્થરને હાથમાં રાખીને પછી જ શાપથ લે છે. હજરત મુસાને પણ ઝાડીમાંથી જ્યોતિના સાક્ષાત્કાર થયા હતા. નાનકજીએ પણ ‘એક ઓમકાર’ કહીને શિવનો જ મહિમા ગાયો છે. શિવના એક પ્રસિદ્ધ મંદિરનું નામ ‘ઓમકારેશ્વર’ પણ છે, જે નાનકજીના ઓમકારેશ્વરથી અલગ નથી. ગોવિંદસિંહે પણ વરદાન માગતી વખતે પરમાત્માનું નામ શિવ જ બતાવ્યું છે કે ‘દે શિવા

વર મોહેં, શુભ કર્મોસે કબહુ ન ડરુ' આ પ્રકારે દરેક ધર્મોમાં શિવને જ પરમાત્મા માનવામાં આવે છે. વાસ્તવમાં શિવલિંગની પ્રતિમા પરમાત્મા શિવના 'જ્યોતિ સ્વરૂપ'ની ચાદગાર છે. એટલે તો ભારતના આઠ પ્રસિદ્ધ શિવમંદિર 'જ્યોતિલિંગ મઠ' તરીકે ઓળખાય છે. સોમનાથના શિવ મંદિરમાં પણ પહેલાં હીરાનું શિવલિંગ રાખવામાં આવ્યું હતું, જે પરમાત્મા જ્યોતિ સ્વરૂપ હોવાનું જ પ્રતીક હતું (કારણ હીરો ચમકતો રહે છે.) પરંતુ અને મહામદ ગાઝનવી લૂંટીને લઈ ગયો હતો. 'શિવ' શાબ્દનો અર્થ થાય છે કલ્યાણકારી બિંદુને પણ શિવ કહેવાય છે. એ જાણવું ખૂબ જરૂરી છે કે શિવ અને શંકર બન્ધે એક નથી પણ તેમાં ફરક છે. શિવ નિરાકાર પરમાત્મા છે જ્યારે મહાદેવ શંકર આકારી દેવતા છે. પરમાત્મા શિવને ત્રિમૂર્તિ પણ કહેવામાં આવે છે. કારણ કે તે બ્રહ્મા વિષ્ણુ અને મહાદેવ શંકરના પણ રચયિતા છે. દેવતા શંકરને સૂક્ષ્મ શારીર છે જ્યારે શિવ પરમ આત્મા અર્થાત પરમાત્મા છે. જેમનું અવ્યક્ત સ્વરૂપ છે જે ચર્મચક્ષુઓથી જોઈ શકાતું નથી. અમના જ્યોતિ સ્વરૂપના સાક્ષાત્કાર દિવ્યદ્રષ્ટિ દ્વારા જ થઈ શકે છે. આમ પરમાત્મા શિવનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ જ્યોતિ બિન્દુ જ છે.

શિવની રાત્રિ શા માટે ઉજવવામાં આવે છે !

હવે પ્રશ્ન ઉઠે છે કે શિવ જે કલ્યાણકારી છે એમની રાત્રિ શા માટે ઉજવાય છે ? આમ તો દરરોજ દિવસ પછી રાત્રિ તો થાય જ છે. ચૌદશની રાત્રિ પણ દર માસે આવે છે પરંતુ અહીં રાત્રિ શબ્દ પરમાત્મા શિવની અજ્ઞાનરૂપી રાત્રિના સમયે આવીને બધા જ આત્માઓના કલ્યાણ કરવાના કર્તવ્યની સૂચયક છે. બ્રહ્માના દિન અને બ્રહ્માની રાત જેને શુક્લપક્ષ અને કૃષ્ણપક્ષ પણ કહેવામાં આવે છે તે બજ્જેને ભેગાં કરતાં સૃષ્ટિ ચક્રનું એક કલ્ય થાય છે. આ કલ્પનું આચ્યુત્ય ૫,૦૦૦ વર્ષ છે.



જેવી રીતે રાત્રિના સમયે ભોગ-વિલાસ, પાપ,
ચોરી વગેરે ખરાબ કર્મ થાય છે તેવી જ રીતે આ
સૂષ્ટિયક્ષણા એક કલ્યમાં પણ દ્વાપર કળિયુગરૂપી
બ્રહ્માની રાત્રિના સમયે બધા જ મનુષ્યાત્માઓ
અજ્ઞાન નિદ્રામાં સૂતેલા હોવાને કારણે પાપકર્મ
કરતાં કરતાં તમો પ્રધાન બનતાં જાય છે. પરંતુ
સત્યયુગરૂપી બ્રહ્માના દિવસની શરૂઆતમાં તો
આત્માઓ સતોપ્રધાન હોય છે. અર્થાત્ કળિયુગ
અંત સમયના આત્માઓને સતોપ્રધાન બનાવવાનું
જે દિવ્ય કર્તવ્ય પરમાત્મા શિવે કર્યું. તેની જ
યાદગાર વાસ્તવમાં આ શિવરાત્રિ છે. પરમાત્મા
શિવ દરેક કલ્યના કળિયુગના અંત અને
સત્યયુગના આદિના વરયેના કલ્યાણકારી
પુરુષોત્તમ ‘સંગમ’ના સમયે પોતાનું અલોકિક
કર્તવ્ય કરે છે અને એ દ્વારા જ સત્યયુગની પુન:
સ્થાપનાનું કાર્ય સંપણ્ણ થાય છે. આ પુનિત પાવન
પ્રસંગની યાદમાં ‘શિવરાત્રિ’ ઉજવવામાં આવે છે.

શિવરાત્રિ પર ઉપવાસ

વર્તમાન સમયે તો લોકો ભાંગની એક ખ્યાલી પીને ઉપવાસ કરે છે. કારણ કે તેઓ સમજે છે કે કદાચ શિવ પણ ભાંગ પીતા હતા અને તે નશામાંજ તેઓ મર્યાદ રહેતા હતા. પરંતુ ખરેખર શિવ તો નિરાકાર અને નિરાહાર છે અને તેથી એવી નશાવાળી ગંદી વસ્તુના સેવન કરવાની વાત વિવેકસંગત નથી. પછી આવા એક દિવસના

ઉપવાસથી શું લાભ ? જેમ કે લોકો કહે છે કે શ્રાવણ માસમાં રીંગણ ખાવાં ન જોઈએ તેવી આ વાત થઈ. પરંતુ તે માસમાં રીંગણ ન ખાવાનો નિયમ સાચવીને બાકીના મહિનાઓમાં તો પાછાં એટલાં રીંગણ ખાતા રહે છે કે જેથી સરવાળે હિસાબ પૂરો થઈ જાય છે. આમ બહારના રૂપથી જ માણસો શારીરિક ઉપવાસ શિવરાત્રિ ઉપર કરે છે. પરંતુ ચથાર્થ શું છે તે ન તો જાણો છે. ન તે મુજબ કરે છે. ઉપવાસ શાષ્ટનો સાચો અર્થ છે 'ઉપ' અર્થात् સમીપ અને 'વાસ' એટલે રહેવું, એટલે કે સમીપ રહેવું. બીજા શાષ્ટોમાં કહીએ તો પોતાના આત્માને જગ્યત કરી પોતાનો બુદ્ધિયોગ શિવ પરમાત્મા સાથે લગાડી એના સમીપ અથવા સંગમાં રહેવું એનું જ નામ ઉપવાસ અથવા સતસંગ કરવો કહેવાય.

આમ સ્પષ્ટ છે જ કે શિવરાત્રિનો ઉત્સવ આત્મા અને પરમાત્મા વર્ચેના સાચા સંબંધની ચાદગાર છે. અર્થાત् આ દિવસે આપણે બહારના મૌનની જગ્યાએ માનસિક મૌન રાખવું જોઈએ. અનુભવ એવું કહે છે કે ભૂખથી તો શારીરિક ક્રમજોરી પણ આવી જાય છે. જેને લીધે મનુષ્યનો સ્વત્ભાવ ચીડિયો અથવા કોઈ થઈ જાય છે અને ઘણી વખતે દાક્તરની પણ શરણ લેવી પડે છે. આજે મનુષ્ય કર્મકાંડ તો કરે છે પણ આ તહેવારનું સાચું આદ્યાત્મિક રહસ્ય તે ભૂલી ગયો છે. જેવી રીતે શિવરાત્રિ નવા દિવસના આરંભ અને જૂની રાત્રિના અંતની સૂર્યક છે તેવી રીતે આપણે પણ આપણા જીવનમાંથી જૂના તમો ગુણી આસુરી સંસ્કારોનો અંત લાવી નવા સતોગુણી દૈવી સંસ્કારો જીવનમાં લાવવાની પ્રતિજ્ઞા કરવી જોઈએ. પાછલી શિવરાત્રિથી લઈને વિતેલા એક વર્ષમાં શું ગુણ ધારણ કર્યા અને કચા અવગુણોનો ત્યાગ કર્યો એનો આદ્યાત્મિક હિસાબ કાઢવો જોઈએ. એમ કરવાથી શિવરાત્રિનો ઉત્સવ ફક્ત

એક દિવસનો ઉત્સવ ન રહેતાં, જીવનને બદલવા માટે એક માપદંડ પ્રદાન કરનાર ઉત્સવ બની રહેશે. આ શુભ પર્વ ઉપર આપણે હિસાબ કાઢવો જોઈએ કે

- (૧) આપણામાં દરેક પ્રકારની શ્રેષ્ઠતા કેટલી આવી?
- (૨) સર્વગુણ સંપદી તથા પોતાની સંપૂર્ણ અવર્સ્થાની નજુક કેટલા પહોંચ્યા?
- (૩) બીજાઓ સાથેના સંબંધમાં આપણે કેટલા સંતુષ્ટ રહીએ છીએ?
- (૪) મારાથી બીજા કચાં સુધી સંતુષ્ટ રહે છે? વગેરે...

જેવી રીતે દિવાળીના દિવસે બદા વહેપારી પોતાના સ્થૂળ દંધાના નફા નુકશાનનો હિસાબ કાઢે છે તેવી રીતે શિવરાત્રિના આદ્યાત્મિક તહેવાર ઉપર આપણે આપણા આદ્યાત્મિક અને વ્યવહારિક જીવન ઉપર દૃષ્ટિપાત કરી તેને શુદ્ધ અને શ્રેષ્ઠ બનાવવાનો દફ સંકલ્પ લઈએ. ઉપવાસના સાચા અર્થને સમજુને આપણે કામ, કોઇ, લોભ, મોહ અને અહંકાર આ પાંચ વિકારોઝીપી ઝેરનું રસપાન કરવાનું બંધ કરીને એમનો ત્યાગ કરવાનું વ્રત લઈએ. ત્યારે જ આપણે બુદ્ધિયોગ (બુદ્ધિનો દોર) પતિતપાવન પરમાત્મા શિવની સાથે લાગી શકશે. અને ત્યારે જ આપણાને આપણા જીવનમાં સફળતા અને સાચી ખુશી પ્રાપ્ત થઈ શકશે. તેથી આપણે શિવરાત્રિના સાચા સ્વરૂપને ફક્ત ઓળખવાનું જ નથી પરંતુ ઓળખીને આપણા જીવન વ્યવહારને આખું વર્ષપવિત્ર બનાવી રાખવો જોઈએ.

॥ ઓમ શાંતિ ॥



સ્મૃતિઓનો ચમટકાર

બ્ર.કુ. સૂર્ય, માઉન્ટ આબુ

કોઈ મનુષ્ય વીતેલા દિવસોની સ્મૃતિઓમાં ખોવાયેલો રહે છે. તો કોઈ ભવિષ્યની કોઈ કલ્પનામાં ખોવાયેલો રહે છે. સ્મૃતિ મનુષ્યના માનસપટ પર અમીટ છાપ પાડે છે. કેટલીક સ્મૃતિઓ દબાઈને લુપ્ત થઈ જાય છે અને કેટલીક સદા તાજુ રહે છે. ‘સ્મૃતિ’ મનુષ્યના ભવિષ્ય નિર્માણમાં પણ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે અને ચિંતનને પણ નવીન દિશા આપે છે. મોટે ભાગે મનુષ્ય એક જ જન્મની કેટલીક સ્મૃતિઓ રાખે છે પરંતુ આ સંગમયુગ પર સ્વયં બિકાલદર્શી ભગવાને આપણને જન્મ જન્મની સ્મૃતિ અપાવી. અહીં ગીતાના ચોથા અદ્યાયના એ મહાવાક્યો તરફ હું આપણું દ્વાન ખેંચું છું. જેમાં ગીતાકાર કહે છે કે ‘હે અર્જુન, તારા અને મારા અનેક જન્મો થઈ ચૂક્યા છે. તું એને નથી જાણતો પરંતુ હું એને જાણું છું.’ તો સ્વયં ભગવાન, જે આપણને જાણે છે, જે આપણી શક્તિઓને તથા મહાનતાને જાણે છે તે આપણને એમની યાદ અપાવે છે. સ્વયં ભગવાને આપણને, આપણા આદિકાળની, મદ્ધયની અને હવે વર્તમાન સંગમયુગ પર પ્રાપ્ત વરદાનોની સ્મૃતિ અપાવી. આ સ્મૃતિઓ આપણા મૂળ સંસ્કારોને જાગૃત કરે છે. આપણને પોતાની શક્તિઓની યાદ અપાવે છે તથા આપણા મોહને નષ્ટ કરે છે. જ્ઞાન સાગરે આપણને યાદ કરાવ્યું કે તમે આદિમાં સંપૂર્ણ પવિત્ર દેવીદેવતા હતા. તે યાદ આવતાં જ આપણા પવિત્રતાના સંસ્કાર જાગૃત થયા. એમણે આપણને યાદ અપાવ્યું કે જે શક્તિઓની મંદિરોમાં પૂજા થઈ રહી છે, તે તમે જ છો. તો આપણને આપણી વિશ્વીત શક્તિઓ યાદ આવી ગઈ. અને આપણે વિશ્વકર્માણના કાર્યમાં જોડાઈ ગયા.

જેવી સ્મૃતિ તેવી સ્થિતિ

આપણે સર્વ જાણીએ છીએ કે જો કોઈને એના જીવનની દસ વર્ષ પહેલાંની કોઈ દુઃખદ ઘટના યાદ આવી જાય, તો એનું વર્તમાન સ્વરૂપ પણ તેવું જ બની જાય છે. આ રીતે વીસ વર્ષ પહેલાંની કોઈ સુખદ ઘટના યાદ આવતાં જ જીવન ખુશીથી ભરપૂર બની જાય છે.

રોજની દિનચયમાં પણ મનુષ્ય એ વિચારીને દુઃખી થાય છે કે કાલે એણે મને આમ કહ્યું. સ્મૃતિ મનની સ્થિતિનું નિર્માણ કરે છે. જો કોઈ પોતાની સ્થિતિને મહાન બનાવવા દરછે છે, તો એણે સ્મૃતિઓને મહાન બનાવવી જોઈએ.

જેવી સ્મૃતિ તેવી સમર્થી

સ્મૃતિ શક્તિશાળી છે તો સ્થિતિ પણ શક્તિશાળી છે. પરંતુ જો ‘સ્મૃતિ’ પણ યાદ અપાવવાથી જ ક્યારે ક્યારે આવે છે તો સમર્થી પણ અનુભવી શક્તાતી નથી. જો સ્મૃતિ રહે કે સર્વશક્તિવાન બાપ સદા મારી સાથે છે તો નિર્બળતા યા ભય કદ્દી ના આવે. તો જે આત્માઓ સ્વયંને શક્તિશાળી બનાવવા દરછે છે. તેઓ પોતાની સ્મૃતિને નિરંતર તથા સમર્થ બનાવે.

આપણને અનેક પ્રકારની સ્મૃતિ આવી ગઈ છે એ સર્વનો પ્રભાવ અદ્વિતીય છે. ઉદાહરણ તરીકે આપણે અહીં છ સ્મૃતિઓનું વર્ણન કરી રહ્યા છીએ જેના અભ્યાસથી આપણે જીવનને શ્રેષ્ઠ બનાવી શકીએ છીએ.

૧. સફળતા મારો જન્મસિદ્ધ અધિકાર છે :

જ્યારથી આપણે ઈશ્વરીય સંતાન બન્યા, ત્યારથી આપણાને સફળતાનું વરદાન મળી ગયું છે. કર્મોમાં સફળતા અને પુરુષાર્થમાં સફળતા સરળતાથી

અનુભવવા લાગ્યા.

આપણા સર્વ માટે આ દીક્ષારીય વરદાન છે. આપણે એના પ્રયોગથી સફળતાનું આવાહુ કરીએ. કોઈ પણ કર્મ શરૂ કરતાં પહેલાં એક મિનિટ યોગયુક્ત બનીને આ વરદાનને સ્મૃતિમાં લાવો, તો સફળતા સહજ રીતે મળશે.

આના અનેક પ્રયોગ અનેક આત્માઓએ વીતેલા દિવસોમાં કર્યા અને ઘણી જ સફળતા મળી. પરંતુ આપણે એ ન ભૂલીએ કે આ વરદાનની સ્મૃતિની સાથે સાથે ચથાર્થ પુરુષાર્થ કરવો પણ અનિવાર્ય છે.

૨. હું વિજયી રલ્ન છું : આ ગણન સ્મૃતિ આપણામાં ગુપ્ત રહેલી શક્તિઓને જાગૃત કરી દે છે અને આપણા વિજયના માર્ગમાં જે તકલીફો છે એને નષ્ટ કરી દે છે. પરિણામ સ્વરૂપે આપણી હાર પણ જીતમાં બદલાય છે.

‘કલ્ય કલ્ય મેં જ વિજય મેળવ્યો છે. હું વિજયી નહીં બન્નું, તો બીજું કોણ બનશે. ધૈજયંતીમાળા મારી જ યાદગાર છે. મારી સાથે ભગવાન છે, એમનું સર્વશ્રેષ્ઠ જ્ઞાન છે. તો વિજય તો મારા ગળાનો હાર છે.’ આ પ્રકારના સંકલ્પ ‘વિજયી ભવ’નો રસ્તો ખોલી દે છે.

‘જ્યાં ભગવાન છે, ત્યાં વિજય છે, જ્યાં ધર્મ છે ત્યાં વિજય છે, જ્યાં સત્ય છે ત્યાં વિજય છે.’ આ સ્મૃતિઓની સાથે આપણે સ્વયંમાં વિશ્વાસ વધારવો જોઈએ. તેનાથી દરેક જગાએ, દરેક ક્ષણે આપણો વિજયનો માર્ગ ખુલ્લો રહેશે. અને આ પ્રકારે રોજ વારંવાર આ સ્મૃતિ રાખવાથી વારંવાર વિજયનો અનુભવ થશે. હારની તથા નિરાશાની પળો આભિક શક્તિને નબળી નહીં બનાવે તો છેવટે આપણે વિજયી રલ્ન તરીકે પ્રસિદ્ધ થઈશું.

૩. હું વિદ્ધન વિનાશક છું : સંસારમાં મોટે ભાગે લગભગ સર્વ મનુષ્યોને કોઈને કોઈ વિદ્ધનનો

સામનો દરરોજ જ કરવો પડે છે. અને વિદ્ધન મનુષ્યને કદ્દુ અનુભવ આપીને, શક્તિઓ તથા ખુશી છિનવી લે છે. કોઈ વિદ્ધન સ્વાભાવિક રીતે જ વિદાય લે છે અને કોઈ જુવનને જ હલાવી નાખે છે.

દરેક મનુષ્યની એ દીક્ષા રહે છે કે એનું જીવન વિદ્ધનોથી મુક્ત રહે. કારણ કે વિદ્ધન રહિત જીવનમાં જ મનુષ્ય જીવનનું સંપૂર્ણ સુખ અનુભવી શકે છે. પરંતુ તે વિદ્ધનોથી મુક્ત થવા માટે તન, મન, ધન, બુદ્ધિ, સંબંધ-સંપર્કની શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે ત્યાં યોગી જનો માટે ‘હું વિદ્ધન વિનાશક છું.’ - આ સ્મૃતિ વિદ્ધન મુક્ત બનવામાં સંપૂર્ણ ઉપયોગી છે.

વિદ્ધનો તો ચારે બાજુ છે જ પરંતુ મનુષ્ય પોતાના નિર્બળ સંકલ્પોથી ચા વધારે વિચારવાની આદતથી એમાં વૃદ્ધિ કરે છે. વાસ્તવમાં નબળી સ્થિતિ, ખોટા સંકલ્પો અને અશુભ ભાવનાઓ અનેક વિદ્ધનોને જન્મ આપે છે. એટલે જો આપ વિદ્ધનોથી ધેરાયેલા છો તો ગભરાશો નહીં. શાંતિથી અડધો કલાક યોગ કરો. સ્વયંને સારા સંકલ્પોનું ભોજન ખવડાવો. આમ કેમ થયું? શા માટે થયું? કઈ રીતે થયું? વગેરે સંકલ્પોથી પોતાને શાંત કરી દો અને આ સ્મૃતિમાં સ્થિત થઈ જાઓ કે ‘હું એક વિદ્ધન વિનાશક આત્મા છું. મંહિરમાં આવેલી ગણેશની મૂર્તિ મારી જ યાદગાર છે. મારા દર્શનથી જ ભક્તોનાં વિદ્ધનો દૂર થઈ જાય છે. તો મારી સામે વિદ્ધન કઈ રીતે આવી શકે? સ્વયં વિદ્ધન વિનાશક સર્વશક્તિવાનની મારા ઉપર છથણાયા છે. હું તો અનેક આત્માઓનાં વિદ્ધનો નષ્ટ કરનાર છું.’ આ પ્રકારે યોગયુક્ત થઈને સ્મૃતિ લાવો, અને ચયમલ્કાર જુઓ. વિદ્ધન કઈ રીતે વાદળોની જેમ છિંબિન્ન થઈ જાય છે.

૪. હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું : નબળા આત્માના મનમાં નબળા સંકલ્પો ઉઠવા સ્વાભાવિક છે. નબળા મનુષ્ય પર ભૂત પ્રેતોનો

પ્રભાવ પડવો સંભવ છે. જ્યાં નિર્બંધતા છે ત્યાં તકલીફો અવશ્ય છે.

સ્વયં સર્વશક્તિવાને આપણાને વરદાન સ્વરૂપે પોતાની સર્વશક્તિઓની ભેટ આપી છે. પોતાનું બાળક બનાવતાં જ તેઓ આપણાને સર્વશક્તિઓની ભેટ આપે છે. અર્થાત् પ્રત્યેક બ્રહ્મા વત્સની પાસે સર્વશક્તિઓનાં શાસ્ત્રો છે. આપણે આ સત્ય જાણીને તેનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ.

જો આપ આ સત્યને જાણીને આ સ્મૃતિમાં રહો છો કે ‘હું માસ્ટર સર્વ શક્તિવાન છું.’ તો સ્વયંને શક્તિશાળી અનુભવી શક્ષાંતિ. જેને સ્વયંને સંપૂર્ણ શક્તિશાળી બનાવવા છે એણે વારંવાર આ સ્મૃતિમાં સ્થિત રહેવું જોઈએ.

ઈશ્વરીય મહાવાક્ય યાદ રહે, ‘જ્યાં સર્વશક્તિવાન તથા શિવશક્તિ કમ્બાઈન્ડ (સંયુક્ત) છે, આ કમ્બાઈન્ડ સ્વરૂપની સામે સંસારની કોઈપણ શક્તિ ટકી શકૃતી નથી.’ બીજું મહાવાક્ય ‘જે આત્માઓ સદા આ સ્મૃતિમાં રહે છે કે હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું, તેઓ પોતાની સંકલ્પ શક્તિથી જે ઇચ્છે તે કરી શકે છે.’ આ વરદાનનો લાભ પોતાના રોજના જીવનમાં ઉઠાવવો જોઈએ.

યાદ રહે, શક્તિશાળી આત્માની સમક્ષ ભૂતપ્રેતોની શક્તિ કામ કરતી નથી, આસુરી શક્તિઓ સ્વયં શક્તિ નથી, નિર્બંધ છે. જે આત્માઓ માસ્ટર સર્વ શક્તિવાનની સ્મૃતિમાં રહે છે, એનાથી તો ભૂત ડરીને દૂર ભાગી જાય છે. તો જો કોઈના ઉપર આ પ્રકારનો પ્રભાવ હોય, તો તેઓ યા એમના સાથી આ સ્મૃતિનો અભ્યાસ કરે. આ નશામાં સ્થિત આત્માની દૃષ્ટિ પડતાં જ, ભૂત નીકળીને ભાગી જશે.

તો આ સર્વશ્રેષ્ઠ સ્મૃતિમાં અનંત શક્તિઓ છે. એના પ્રભાવને જાણીને દિવસમાં વારંવાર

એનો અભ્યાસ કરો, તો જીવન તથા સર્વ કાર્ય ખેલ સમાન બની જશે અને આપણે સંકલ્પશક્તિથી જ પોતાનો સર્વ કારોબાર ચલાવી શકીશું.

૫. હું માસ્ટર શાંતિદાતા છું : આજે ઘર ઘરમાં અશાંતિ તથા પરેશાનીનું વાતાવરણ છે. પ્રત્યેક ઘરમાં કોઈને કોઈ વ્યક્તિ અશાંતિનું કારણ બની જ રહે છે. સમજાવવાથી તો કામ થતું નથી પરંતુ શ્રેષ્ઠ વાયબ્રેશન (અંદોલન) ફેલાવીને પોતાના ઘરમાં શાંતિ સ્થાપિત કરી શકાય છે.

‘હું પીસ હાઉસ (શાંતિ સદન) છું.’ યા ‘માસ્ટર શાંતિદાતા છું.’ - સર્વ પ્રથમ તો આ સ્મૃતિથી સ્વયંમાં ગહન શાંતિનો અનુભવ થશે. આપણી સ્મૃતિ અનુસાર જ આપણાં વાયબ્રેશન ફેલાશે. અને આ રીતે ઘરમાં શાંતિ ફેલાવા લાગશે. અશાંતિ ફેલાવનારાઓ પોતાના કટુ સ્વભાવનો સ્વીકાર કરશે અને તેઓ પોતાનો સ્વભાવ બદલવા માટે તૈયાર થશે. તો જો આપના ઘરમાં અશાંતિ છે તો એ ઘરમાં ઓછામાં ઓછો અડધો કલાક યોગ કરો અને એ સ્મૃતિમાં રહો કે ‘હું માસ્ટર શાંતિદાતા છું.’ તો આપના ઘરમાં શાંતિ સ્થાપન થવા લાગશે.

૬. હું પરમ પવિત્ર આત્મા છું : કલિયુગના કામ પ્રધાન વાતાવરણમાં સૃષ્ટિને પાવન કરવાવાળા શિવે પવિત્રતાની રણભેરી વગાડી છે. જે આત્માઓ પવિત્ર બનાવા ઇચ્છે છે, એને અપવિત્રતાનાં વાઈબ્રેશન અનુભવાય છે. અંતર મનમાં કામ વાસનાની વૃત્તિને નષ્ટ કરવી તે સાધારણ ખેલ જેવું કાર્ય નથી. કામ એક અભિન બનીને મનુષ્યને હેરાન કરે છે. કર્મબિંદ્ર્યોની ઉતેજના એને વ્યાખ્યાત કરી દે છે અને તે વિવશ બનીને વાસના તરફ બઢે છે.

‘હું પરમપવિત્ર આત્મા છું.’ આ સ્મૃતિના બળથી શરીરને પણ નિરોગી બનાવી શકાય છે.

(અનુસંધાન પેજ નં. ૨૧ પર)

એકસો વર્ષ જીવવા માટે શું કરશો ?

ભાતા મુકુંદ પી. શાહ, અમદાવાદ

માનવીનું આયુષ્ય સામાન્ય રીતે એકસો વર્ષનું હોવું જોઈએ. શતં જીવ શરદઃ એવો આશીર્વદ પણ આ કથનને સમર્થન આપે છે.

કેટલાક મનુષ્યો સો વર્ષ ઉપરાંતનું પણ આયુષ્ય ભોગવતા આવ્યા છે, પણ એમની સંખ્યા જૂજ છે. જો કે દુનિયાભરના આંકડા તપાસીએ તો સો વર્ષ ઉપરના માનવીઓની સંખ્યા પણ ઓછી સંતોષકારક નથી.

જો કે મોટા ભાગના માનવીઓ સો વર્ષનું આયુષ્ય પૂરું કરી શકતા નથી એની પાછળ તેમનો અચોગ્ય આહારવિહાર રહેલો છે.

માનવી ધારે તો સો વર્ષ જીવવું એને માટે બિલકુલ અધારું નથી.

માત્ર સો વર્ષ જીવવું પૂરતું નથી પણ એ સો વર્ષ સ્વસ્થ, નીરોગી, સંપણ્ણ, ક્ષિયાશીલ અને પ્રસણ્ણ રહીને જીવાય તો જીવનનો આનંદ માણી શકાય અને જીવ્યું સાર્થક પણ ગણાય.

સો વર્ષ કેવી રીતે જીવવું? (હાઉં ટુ લીવ હન્ડ્રેડ ઈચર્સ) લેખક લુગી કોરનોરો ટ્પ વર્ષની ઉંમર સુધી સ્વસ્થ રહ્યા હતા. એમણે એમના પુસ્તકમાં લખ્યું છે કે, ૪૦ વર્ષની ઉંમર સુધી મારું ખાનપાન બિલકુલ અનિયમિત હતું. અત્યંત ખાવુપીવું મારું જીવન હતું. પરિણામે કેટલાયે પ્રકારના રોગો મને લાગુ પડ્યા હતા. હું મરતાં મરતાં બચ્યો હતો. તેઓ આગળ લખે છે : રોગ અને જ્લાનિમાંથી છુટકારો મેળવવા માટે મેં મારી ખાનપાનની ટેવો સુધારી અને મારી રહેણીકરણી, આચારવિચાર તથા જીવન જીવવાની રીતમાં પરિવર્તન લાવવું શરૂ કર્યું. મેં સાદગી, સરળતા, સાત્ત્વિકતા, સંયમ, આત્મનિયંત્રણ અને

આત્માનુશાસનને જીવનનો આધાર બનાવ્યો અને હું નિયમિત, સંચિત અને સરળ જીવન જીવવા લાગ્યો.

ઉપરોક્ત કથન પર વિચારીશું તો જણાશે કે, શતાયુ બનવાનો મૂળ મંત્ર છે - ખાનપાન, રહેણીકરણી તથા આચારવિચારમાં સાત્ત્વિકતા, નિયમિતતા, સંયમ અને આત્માનુશાસન.

શરીર કાર્યરત રહે એ માટે ભોજન અનિવાર્ય છે. કામકાજથી ખરચિયેલી શક્તિ ખોરાક લેવાથી પુનઃ આવે છે, પણ ખોરાક કેવો લેવો જોઈએ તે જાણી લેવું જરૂરી છે.

ખોરાકના બે પ્રકાર છે. એક તો એમાં રહેલાં તત્ત્વો અને બીજું પ્રમાણ.

ખોરાકમાં શરીરના પોષણ અને વૃદ્ધિ માટે જે પૌષ્ટિક તત્ત્વોની જરૂર પડે છે તે તત્ત્વો શરીરનાં બધાં જ અંગોને પૂરાં પડે તેવો ખોરાક પસંદ કરવો જોઈએ. ભોજન સ્વાદિષ્ટ, રૂચિકર અને સુપાદ્ય હોવું જોઈએ.

ભોજનમાં પ્રમાણાભાન પણ જળવાવું જોઈએ. કેટલાક લોકો ખાવાના ખૂબ જ શોખીન હોય છે. મનભાવતું ભોજન તેઓ ઠાંસી ઠાંસીને જમે છે. પહેલાંનું ખાદ્યેલું પૂરું પચ્યું ન હોય ત્યાં તો બીજુ વાર પેટમાં કાંઈને કાંઈ નાંખે છે. આચરકૂચર ખાવાની તેમને ટેવ પડી ગઈ હોય છે. પરિણામે પાચનશક્તિ બગડી જાય છે. અને અપચો, ગોસ વગેરે બીમારીઓ લાગુ પડે છે. પરચા વગરનો ખોરાક ‘આમ’ના રૂપમાં શરીરમાં રહી જાય છે. તે સાંધારોમાં દુઃખાવો ઉત્પદ્ધ કરે છે, વાના રોગો લાગુ પડે છે. વળી, અજીર્ણને લઇને કબજીયાત લાગુ પડે છે અને કબજીયાત અનેક

રોગોનું મૂળ હોય છે. એથી જેટલું પચી શકે તેટલું જ ભોજન કરવું જોઈએ.

બે વાર પેટ ભરીને જમવા કરતાં દિવસમાં અણાથી ચાર વાર થોડું થોડું જમવાનું રખાય તો પણ તંદુરસ્તી જળવવામાં તે મદદરૂપ થાય છે. હુંમેશાં થોડી ભૂખ બાકી રહે ત્યારે ભોજનના ટેબલ ઉપરથી ઉઠી જવું જોઈએ. એક કહેવત છે કે, આંખે ત્રિફળા, દાંતે લૂણા, પેટ ન ભરીએ ચારે ખૂણા. જરૂર કરતાં વધુ ખોરાક શરીરમાં માંદગી લાવે છે. ખોરાક પર નિયંત્રણ રાખવાથી શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ જળવાઈ રહે છે.

રાત્રિના ભોજનમાં હલકો ખોરાક જેવો કે દૂધ, ફળો, ભાજુઓ, ખીચડી હોવાં જોઈએ. ખોરાકમાં વધુ પડતું ગળપણ કે ખારાશ ત્યજવી જોઈએ.

વૃદ્ધાવસ્થામાં ચરબીવાળા પદાર્થો ઘટાડવા જોઈએ, કારણ કે ચરબીયુક્ત પદાર્થોથી છુદયરોગ, લોહીનું દબાણ, મધુપ્રમેહ વગેરે રોગ થાય છે. શરીરને સ્વસ્થ રાખવા માટે લોહ, ક્રેખીયમ, ખનીજ તત્ત્વો, ફોસ્ફરસ જરૂરી છે. ફળ, ફળાગાવેલાં કઠોળ, લીલાં શાકભાજુમાંથી આ તત્ત્વો મળી રહે છે. ખોરાકમાં કચુંબરનું સ્થાન પણ હોવું જોઈએ. એક જ વાક્યમાં કહી શકાય કે, ખોરાક સમતોલ હોવો જોઈએ.

શરીરને સ્વસ્થ રાખવા માટે હુંમેશાં કાર્યરત રહેવું જોઈએ. વાચન, લેખન, ફરવા જવું, બાગકામ વગેરેથી શરીરની ઈન્જિયો સક્રિય રહે છે અને એ લાંબું જીવવામાં મદદરૂપ નીવડે છે.

સ્વચ્છ હવા, પૂરતું ચોખ્યું પાણી, વ્યાયામ, આરામદાયક નિદ્રા, સ્વરચ્છતા, કુદરતી આવેગોથી દૂર રહેવું, પ્રસંજતા, કેફી દ્રવ્યોથી અળગા રહેવું, મિતાહાર અને ઈશ્વર પરની શ્રદ્ધા દીઘાયુ બનાવે છે. મનુષ્યને મુખ્ય પ્રણ પ્રકારની ઈચ્છાઓ ઉદ્દિગ્નન બનાવે છે: માન સંન્માન

મેળવવું, પૈસા કમાવવા અને કામવાસના.

આ અણોય પ્રકારની ઈચ્છાઓની પૂર્તિ માટે સંચયમ, મિતાહાર અને સંતોષ જરૂરી છે. જો આપણે સંચયમ અને નિયમને તિલાંજલિ આપીશું તો ન તો આપણી ઈચ્છાઓ પૂરી થશે કે આપણે સુખ અને સંતોષપૂર્વક જીવી શકીશું.

ખાનપાનની સાથોસાથ સૂદું-ભગવું, હંચવું-ફરવું, ભોગ-વિલાસ, ઘર તથા બહારનું કામકાજ તથા પૂર્ણ વ્યવહારમાં સંચયમની આવશ્યકતા છે. આપણે જીવનનાં બદાં જ ક્ષેત્રોમાં સંચયમ અને નિયમિતતાનું પાલન કરીશું તો સો વર્ષ તો શું એથી થોડાં અધિક વર્ષ વધુ પણ જીવી શકીશું.

દીઘાયુ થવા માટે જીવનને ચાહીતાં શીખવું જોઈએ. વિવિધ વિષયોમાં રૂચિ કેળવવી જોઈએ. એવું જોવામાં આવ્યું છે કે, નિવૃત્ત થયા પણી કોઈ બાબતમાં રૂચિ કેળવી ન હોવાથી જીવન કંટાળાયુક્ત બની જવાથી કિંદગીનો વહેલો અંત આવે છે. માટે વિવિધ વસ્તુઓમાં રસ કેળવજો, એથી મનમાં શક્તિનો સંચાર થશે.

શતાયુ વ્યક્તિઓ સાથેની મુલાકાતમાંથી એવું તારણ નીકળ્યું છે કે, તેઓ તેમની સંભાળ જાતે જ લેતી હતી. મૃત્યુના ડર કરતાં જીવવાનો આનંદ તેમને વધુ હતો. જીવનના પ્રત્યેક કાર્યમાંથી આનંદ પ્રાપ્ત કરવાની તકને તેઓ ઝડપી લેતી હતી. પ્રત્યેક સમસ્યાને તે હળવી રીતે જોતી. ઈશ્વર પર શ્રદ્ધા રાખતી. નિવૃત્ત થવાનો તો તે વિચાર જ કરતી નહીં : નવું નવું શીખવાની તે ઈચ્છા રાખતી અને શીખતી આ વ્યક્તિઓ જીવનના અંતિમ શ્વાસ સુધી કાંઈ ને કાંઈ પ્રવૃત્તિઓ કરતી. કશું કામ ન હોય તો છેવટે બાગકામ પણ કરતી.

ઉમર વધવા છતાં પોતે વૃદ્ધ થયા છે, આ કામ છવે પોતાનાથી કેવી રીતે થઈ શકે ? છવે મારે કેટલાં વર્ષ જીવવું છે? આ અને આવા પ્રકારના

નિરાશાજનક વિચારોથી આ વ્યક્તિઓ દૂર રહેતી. પોતે ચુવાન જ છે એવી લાગણી તેઓ મનમાં રાખતી. નિરાશા કે હતોત્સાહને તેમની પાસે દુંકવા દેતી નહિં. આવેગોને વશ થતી નહિં તથા કુદરતી આવેગોને રોકતી નહિં. પદ્ધિશ્રમ કરતી, આશાવાદી રહેતી અને પૂરતી ઊંઘ પણ લેતી. વ્યસનોથી દૂર રહેતી. તેમના ખોરાકમાં દૂધ, છાશ, ફળો, ભાજુઓ, સલાડનું પ્રમાણ વિશેષ રહેતું. નાની નાની માંદગી વેળા ડોક્ટર પાસે ઢોડી જતી નહિં. બને ત્વાં સુધી દવાઓ લેવાને બદલે કુદરતી ઉપચાર કરતી.

એકસો વર્ષ જીવવા ઈરદ્ધતી વ્યક્તિઓ માટે દુંકમાં જ કહેવું હોય તો :

સ્વરદ્ધ હવાપાણી, આહારવિહારમાં નિયમિતતા તથા મિતાહારપણું, વ્યસનોનો ત્યાગ, પૂરતો આરામ, ઊંડા શાસોશ્વાસ, ચાલવાની ટેવ, હળવાં આસનો, કુદરતી આવેગોને રોકવા નહિં, સંચયી, સંતોષી, ઈશ્વર પ્રત્યે શ્રદ્ધાળું અને પ્રસન્નતાપૂર્વકનું જીવન અપનાવવું જોઈએ.

॥ ઓમ શાંતિ ॥



(પેજ નં. ૧૮નું અનુસંધાન)

આવો પ્રયોગ કેટલાયે આત્માઓએ કર્યો છે. કારણ કે દૈહિક વ્યાધિઓથી મુક્ત થવા માટે એ અભ્યાસ કરો કે ‘હું પરમ પવિત્ર આત્મા છું.’ મારાથી ચારે બાજુ પવિત્ર વાર્ષિક્રેશન્સ ફેલાઈ રહ્યાં છે. હું પવિત્રતાના સાગર પાસેથી પવિત્રતાનાં કિરણો પ્રાપ્ત કરી રહ્યો છું અને મુજ આત્મામાંથી એ પવિત્ર વાયબ્રેશન શરીરના એ અંગ ઉપર આવી રહ્યાં છે જ્યાં દર્દ છે ચા કોઈ બીમારી છે. અને મારાં પવિત્ર વાયબ્રેશન એ બીમારીને દૂર કરી રહ્યાં છે.’ આ પ્રકારે બીમારીઓથી મુક્ત થઈ શકાય છે.

આ રીતે વિભિન્ન સ્મૃતિઓ દ્વારા જીવનને સંપૂર્ણતાના રાહ ઉપર લઈ જઈ શકાય છે. ખરેખર સ્મૃતિઓમાં જાહુ છે. એના અનેક અનુભવ કરવામાં આવ્યાં છે. એટલે યોગયુક્ત બનીને વારંવાર એ અભ્યાસ કરો તો જીવનની ચાંપ્રા એક ખેલ બની જશે અને દરેક પણે નવા નવા અનુભવો દ્વારા જીવન અનુભવોની ખાણ બની જશે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥



(પેજ નં. ૨૨ નું અનુસંધાન)

આજે માણસે નિખાલસ બનવાની જરૂર છે. આંતર અને બાહ્ય પવિત્રતાની જરૂર છે. સારી ટેવોની અને શુદ્ધ આહાર વિહારની જરૂર છે. મન, વાણી અને કર્મની એકરૂપતા તેને હળવો બનાવશે. આત્મસંચયમ તેની કર્મબંધ્ર્યોને જીતશે. અનાસક્તિ અને અહિસા તેને પાપકર્મામાંથી બચાવશે. પછી ગમે તે જ્ઞાતિમાં જન્મ થયો હોય. ઈશ્વરનું સાનિદ્ય તેને પહાડતુલ્ય સમસ્યાઓનું સમાધાન કરાવશે. મનુષ્યના જીવનમાં આ પ્રકારની નૈતિક વ્યવસ્થા, જીવનની હતાશાને દૂર કરી આશાનો સંચાર કરાવશે. પરમાત્માના સંતાન બનવા માટે ઈશ્વરીય જ્ઞાન સ્વરૂપ બનવું એ એની પહેલી શરત છે. પાચાની દંડ છે. તેના આધારે દિવ્ય જીવનની સુંદર ઈમારત ખડી થશે. આમ પરમપિતા પરમાત્મા દ્વારા મળતા રાજ્યોગના ચથાર્થ અભ્યાસ દ્વારા સર્વ સમસ્યાઓનું સમાધાન અવશ્ય શક્ય બનશે.

મિત્રો આવો, એનો અનુભવ કરવા પ્રયોગી આત્મા બની પ્રયોગ કરીએ.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

સમર્થ્યાઓનું સમાધાન કરતા શિખી લઈએ

બ.કુ. અનિલ, સુરત

સવાર થતાં જ ઈનિક પત્રના વાચનથી લોકોની જિંદગીની શરૂઆત થાય છે. ઈનિક પત્રોનાં પાનાં ફેરવાય છે. કચાંક ખૂનના, ચોરી, લૂટફાટના, નૈતિક અધ્યપતનના, અભાવના, ભાવ વધારાના, રાજકીય ખટપટોનાને હડતાલના સમાચારો વાંચી કંઈક જાણ્યાની અનુભૂતિ કરતો માનવ હતાશા, નિરાશા, ચિંતાજનક સમાચારોથી ઈનિક પ્રવૃત્તિઓનો આરંભ કરે છે. ઓફિસે જવાના રઘવાટમાં ખુદ તથા પરિવારનાં બધા સભ્યો જોડાઈ જાય અને આમ ચંત્રવત્ત પ્રવૃત્તિનો પ્રારંભ થાય છે.

આજે સમાજના તમામ વર્ગમાં અંખ્યો છે. અસંતોષ છે, અસલામતીની ભાવના છે. તે સૌને ચિંતિત બનાવે છે. મનને શાંતિ નથી, તનને ચૈન નથી. આવી વિકટ પરિસ્થિતિમાં જે વસ્તુ પ્રત્યે સૌનું દ્યાન જવું જોઈએ ત્યાં જતું નથી. અને જાય છે તો માત્ર બાહ્યાચાર તરીકે, આજે સર્વ સમર્થ્યાઓના ઉકેલનું એક માત્ર સાધન છે આધ્યાત્મિકતા. મનુષ્ય ખુદને કે ખુદાને - પરમાત્માને જાણ્યા સિવાય જ્યારે તેની શક્તિઓ ખર્ચે છે ત્યારે તે સમય, શક્તિ અને નાણાંનો વ્યય કરે છે, જિંદગીનો વ્યય કરે છે. ધર્મનું ચથાર્થ સ્વરૂપ જાણવાનો પ્રયત્ન જ તેના જીવનમાં સુખ, શાંતિનો સંદેશ લઈને આવશે. ધર્મ શરૂ દૂ (ધારયતિ) સંસ્કૃતમાંથી ઉત્તરી આવ્યો છે. ધર્મ અર્થાત ધારણા. આજે ધર્મને નામે ચાલતી સર્વપ્રવૃત્તિઓમાં ધારણા કેટલી છે તે વિચારણીય પ્રશ્ન છે. ધર્મમાત્ર બાહ્યાચારનું સાધન બને તો તે ફળદારી ન નીવડે. સમાજમાં ધાર્મિક વૃત્તિના કહેવાવવાની છાપ ચથાર્થ આચરણ વિના ટકતી નથી. સર્વપલ્લી ડૉ. રાધાકૃષ્ણાનના મતે ‘સદ્વર્તનનો નિયમ એટલે ધર્મ’. તે વાસ્તવિક સ્વરૂપમાં હોવો જોઈએ.

આજે રાષ્ટ્રના વિકાસ માટે અનેક યોજનાઓ કરવામાં આવે છે, પણ ભ્રાટાચારી મનુષ્યોને કારણે તે સફળ થતી નથી. કાયદાઓ ઘડાય છે પણ તેમાં છટકબારીઓ રહી જાય છે યા તો શોધી કઢાય છે. વાસ્તવમાં રાષ્ટ્રના ઉત્કર્ષ માટે પાચાનું કામ વ્યક્તિ પરિવર્તનનું છે. વ્યક્તિ પરિવર્તનથી સૂચ્ચિ પરિવર્તન શક્ય છે.

રાજ્યોગના શિક્ષણથી આજના મનુષ્યને પોતાનો ચથાર્થ પરિચય (આત્મિક) થતાં તેની દ્રષ્ટિમાં દિવ્યતા આવશે. તે છારા તેના જીવનના માપ દંડો બદલાશે. ભૌતિક દુનિયા, દેહની દુનિયા કરતાં પણ કંઈક સવિશેષ, વિશ્વનું નાનામાં નાનું એકમ એટલે વ્યક્તિ.

આધ્યાત્મિકતાનું પહેલું સોપાન છે, પરમાત્મા સાથેના સંબંધમાં તાદાત્મપણું. એક પરમાત્મા શિવ સિવાય કોઈમાં પણ આસક્તિ નહીં. દુન્યવી સંબંધો, વ્યક્તિ, વૈભવ, સંપર્ક વગેરેમાં ચિત્ત જવાથી પરમાત્મા સાથેનું સતત અનુસંધાન તૂટી જાય છે. તેમ ચથાર્થી વિકારો તેના સ્થૂળ સૂક્ષ્મરૂપે યોગીના મન ઉપર કબજો જમાવે છે. ધરગૃહસ્થમાં રહીને યોગી જીવન જીવનારને ભૌતિક સંપત્તિ સાધનોનો વહીવટ કરવાનો હોય છે પણ તેમાં સાક્ષીભાવની દ્રષ્ટિ રાખવાથી મારાપણાનો ભાવ ચાલ્યો જશે. જ્ઞાનને ચથાર્થ સ્વરૂપે જાણવાથી તે પોતાનું બની જશે. બુદ્ધિમાં જ્ઞાન તો છે પણ જ્ઞાન સ્વરૂપ બનવાનું છે. જ્ઞાન સ્વરૂપ બનવું એટલે કર્મન્દ્રયોમાં જ્ઞાન સમાઈ જવું જોઈએ. જેમ ખોરાક ખાવો એટલેથી કામ પતતું નથી. તેને પચાવવો પણ પડે છે તે રીતે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનને જીવનના દરેક ક્ષેત્રોમાં વણી લેવાથી સમર્થ્યાઓ, સમર્થ્યાઓ લાગશે નહીં.

(અનુસંધાન પેજ નં. ૨૧ પર)

દુઃખનું મૂળ 'અજ્ઞાન'

બ્ર.કુ. મોતીભાઈ અંજાર (કરણ)

સામાન્ય રીતે દુઃખના બે મૂળભૂત ઉદ્ગામો કે કારણો માની શકાય. જો કે આમ તો જીવનમાં અનેક પ્રકારના દુઃખોનો સામનો કરવો પડતો હોય અને આજે તો ડગલે ને પગલે દુઃખનાં પરિબળો પ્રગટેલાં જ છે. છતાં એને મુખ્ય બે રીતે વિભાજિત કરી શકાય. (૧) આર્થિક (૨) માનસિક

જીવનની પ્રાથમિક જરૂરિયાતો પૂરી કરવા માટે કરવો પડતો પુરુષાર્થ એ દુઃખનું પ્રથમ કારણ હોઈ શકે. તેમાં પણ જ્યારે દિવસભરની મહેનત પછી માણસ જ્યારે તેની પોતાની પ્રાથમિક જરૂરિયાતો જેવી કે અષ્ટ, વસ્ત્ર, મકાન, આદિની યોગ્ય સવલતો નથી મેળવી શકતો ત્યારે ઊભું થાય છે અને એમ કહેવાય કે બિચારો દુઃખી છે. પરંતુ આ આર્થિક કારણ એટલું સંદર્ભ નથી. જો એમ જ હોય તો અમેરિકા જેવા સમૃદ્ધ દેશમાં કોઈ દુઃખી ન હોવું જોઈએ. પરંતુ ઊંડાણથી જોયું છે તો એનાથી ઊલટું જ જેવા મળ્યું છે. દિવસભરના શ્રમને અંતે પોતાની અતિ પ્રાથમિક જરૂરિયાતો પણ માંડ પૂરી કરી શકતો માણસ જાણે સુખદુઃખની અનુભૂતિથી પર થઈ ગયો છે. મહેનત ઊદ્ઘારા જે કાંઈ મળ્યું એનાથી કુદાપૂર્તિ કરીને જે મીઠી ઊંઘ એ માણી રહ્યો છે તેવી નિશ્ચિંતતા ભાગ્યે જ એ રકન્ડીશન ફ્લેટમાં આરામ કરનારને હશે. એટલે ગરીબાઈ એ કંઈ દુઃખનું મૂળભૂત કારણ નથી. કારણ સામે એક એવો પણ વર્ગ છે જેની પાસે સામાન્ય જરૂરિયાતો પૂરતું તો છે જ પણ એ હમેશાં વધુ ને વધુ આશાઓ અને અપેક્ષાઓ સેવીને દિવસ રાત સંદર્ભમાં રહે છે. પોતાને વધુને વધુ સમૃદ્ધને સંપન્નતાની હરોળમાં મૂકવાના પ્રયત્નોમાં સતત તાણ અનુભવી દુઃખી

થતો રહે છે.

આર્થિક પરિબળ સિવાય દુઃખનું બીજું કારણ હોય તો માનસિક તનાવ છે. દુઃખી થવું અથવા દુઃખી હોવાનો ડોળ કરવો એ પણ એક ફેશન બની ગઈ છે. માનસિક દુઃખનાં કારણોનું મુખ્ય પરિબળ પારસ્પરિક સંબંધો છે. આપણે એકબીજાના સંબંધોમાં બીજાઓ દ્વારા જે અપેક્ષાઓ રાખીએ છીએ તે પૂર્ણ ન થતાં સંબંધોમાં તિરાદ પડે છે ને માનસિક દુઃખો ઊભાં થાય છે. પરંતુ વ્યક્તિએ બીજાઓને કારણે શા માટે દુઃખી થવું જોઈએ ? જો હું અન્યની સર્વ અપેક્ષાઓને સંતોષી ન શકું તો બીજાઓથી એવી આશા કેમ રાખી શકું ? 'ફલાણી વ્યક્તિએ મારી સાથે આવું વર્તન કર્યું. મેં એમનાથી છેક આવી તો આશા નહીં રાખેલી.' અને આવા વ્યર્થ સંકલ્પોની ઘટમાણ પછી દુઃખોના કુંગર ઊભા કરી દે છે અને આવા તો અનેક પ્રસંગોએ ઊભા થતા માનસિક સંદર્ભમાં માનવ પોતાની સર્વ શક્તિઓને ગુમાવી બેસે છે. આને કઈ રીતે નિવારી શકાય ?

આની પાછળ જો મુખ્ય કારણ હોય તો તે છે અજ્ઞાનતા. સ્વયં વિશેની. સૃષ્ટિચુદ્ધિને દ્રામાના અલોકિક જ્ઞાન વિશેની. સૃષ્ટિરૂપી નાટકનું જ્ઞાન બુદ્ધિમાં સ્પષ્ટ થવાથી આપણે દરેકના પાઈને સાક્ષી બનીને જોઈશું, કે દરેક વ્યક્તિ પોતાની પ્રકૃતિના પાઈ પ્રમાણે કર્મ કરવા સ્વતંત્ર છે. તો પછી હું કોઈથી એવી અપેક્ષા રાખું કે તમારે હું ઈચ્છાનું તેમજ કરવું જોઈએ અથવા અમુક રીતે જ વર્તવું જોઈએ એ તો મારી જ ભૂલ કહેવાય ને ? આ સૃષ્ટિરૂપી રૂપમંચ પર આપણે સૌ પાઈ ધારી પાત્રો છીએ. દરેક પોતાની રીતે પોતાનું પાત્ર ભજવે છે. એમાં હું મારા પોતાના પાત્રને કેમ ભજવવું એ વિશે

વિચારી શકું. પરંતુ અન્યના પાત્રમાં ડખલ કરવાનો મને શો અધિકાર ? અરે ખુદ પોતાના પાત્રમાં પણ વ્યક્તિ સંપૂર્ણ સ્વતંત્ર નથી તો બીજાઓએ શું કરવું ને કેમ કરવું એ બધી ચિંતા કરવી વ્યર્થ જ છે ને. અને એમાંથી જ તો માનસિક પર્ચિતાપ ઊભા થાય છે ને? આપણે સૌ તો નાટકના પાત્રો છીએ. દરેકે પોતાને મળેલો પાર્ટ પૂર્ણ ન્યાયથી ભજવવાનો છે પછી એ રાજાનું પાત્ર હોય કે રંકનું, એ જેટલી સાહજિકતાથી ભજવીશું તેટલી વધુ વાહુ વાહુ મળશે. ને વધુ સારો એકટર એ લેખાશે જે પોતાના પાત્રને આબેહૂલ ભજવશે. આ સહજ જ્ઞાનને એટલી જ સહજતાથી જે સ્વીકારી લઈએ તો પરસ્પર સંબંધોમાં ઊભી થતી અથડામણો ટાળી શકાય. એકબીજાને યોગ્ય રીતે સમજું ન શકવાને કારણે જ આપસમાં શંકા કુશંકાના વાદળો સર્જાય છે અને એ વ્યક્તિગત સપાટી પરથી સમાજ દેશ અને દુનિયા સુધી વિસ્તરતા જાય છે. અને આ રીતે એકબીજાને એકબીજા પ્રત્યે ઊભા થતા ભય અને શંકાના વાદળ જ રચિયા અમેરિકાને કરોડો ડોલરના સ્ટાર વોર્સ જેવા વિનાશક કાર્યક્રમો માટે પ્રેરી રહ્યાં છે. યોગ્ય જ્ઞાન વિના સમાજમાં અનેક વ્યક્તિઓ કુરિવાજોની ચુંગાલમાં ફસેલી છે. યોગ્ય સમજણના અભાવે અનેક જગ્યાએ ધર્મના નામ પર યુદ્ધો ખેલાઈ રહ્યાં છે. ટૂંકમાં એમ કહી શકાય કે અજ્ઞાનતા એ સર્વનાશનું કારણ છે. સર્વ દુઃખોનું મૂળ છે.

અહીં અજ્ઞાનનો અર્થ નિરક્ષરતા તો ન જ કહી શકાય. હા સાક્ષરતા એ અજ્ઞાન હટાવવામાં મદદરૂપ બની શકે પણ છેક જરૂરી જ ન ગણાય. તો જ્ઞાન એટલે શું? જાણવું-કોનું જાણવું શું

જાણવું? તો એમ કહી શકાય કે સહુ પ્રથમ પોતાને જાણવું. ત્યારબાદ જેમાં જુવી રહ્યા છીએ એ વિધમાન જગતને જાણવું અને જગતકર્તાને જાણવું. સૃષ્ટિ નિયંતા સૃષ્ટિકર્તાને જાણવું.

હવે આ પ્રણેને અલગ, જાણવાનો પુરુષાર્થ કરવાને બદલે જે જગતનિયંતા, જગતકર્તા, જગતપિતાને જાણવાથી બાકી બંનેનું જ્ઞાન આપોઆપ થઈ જશે, અને જ્ઞાન થકી ચાચિત્રનું નિર્માણ સ્વચં થઈ જશે. આજે દુનિયામાં સહૃથી મોટી ગરીબી હોય તો તે શુદ્ધ ચાચિત્રની છે, ને એ ચાચિત્રની દીનતાને મિટાવવી હોય તો ઠેર ઠેર જ્ઞાન ગંગાઓ વહેડાવવી પડશે. એટલે મને લાગે છે કે ‘ગરીબી હટાવ’નું જે સૂખ આચ્યું છે તેને બદલે ‘અજ્ઞાનતા હટાવ’. અંદ્યકાર મિટાવનો કાર્યક્રમ ઘડવો જોઈએ.

જ્ઞાનનું અવિનાશી ધન લોકોને વહેંચવા માટે જ્ઞાન-બેંક ખોલવાની વધુ જરૂર છે. જેમ આર્થિક રીતે પગભર થવા માટે સરકાર ગરીબોને લોનરૂપે મદદ કરે છે. તેમ આવી જ્ઞાન બેંક દ્વારા લોકોને જ્ઞાનનું ધન આપવું જોઈએ જેથી ફરી હપ્તા ઉઘરાવવાની ચિંતા તો ન રહે. અને હા, પરમાત્મા શિવ ખારા પિતાએ સર્વ મનુષ્યાત્માઓ માટે આ ઈશ્વરીય જ્ઞાન બેંક ખોલી જ છે જેમાં વગર વ્યાજે આપ ચાહો તેટલું જ્ઞાન-ધન દાન મેળવી શકો છો. ભારતમાં તેમજ વિદેશમાં આવી ૮૫૦૦થી વધુ શાખાઓ કાર્ય કરી રહી છે. એનું નામ છે પ્રજાપિતા બલાકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિધાલય. જ્ઞાનદાન એ જ સર્વોત્તમ દાન છે. આથી આપ સૌને અમારું ખુલ્લું નિર્માણ છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥



બ્રહ્મચર્ય

ગાંધીજી

આપણાં વતોમાં શ્રીજીનું વત બ્રહ્મચર્યનું છે. ખરું જોતાં બીજાં બદાં વતો એક સત્યનાં વતમાંથી જ ઉત્પન્ન થાય છે ને તેને જ અર્થે રહ્યાં છે. જે મનુષ્ય સત્યને વરેલ છે, તેની જ ઉપાસના કરે છે તેનાથી બીજી કોઈ પણ વસ્તુની આરાધના કર્યાંથી જ કરાય? જેની પ્રવૃત્તિમાત્ર સત્યનાં દર્શન કરવાને અર્થે છે તે પ્રજોત્પત્તિકાર્યમાં કે ગૃહસંસાર ચલાવવામાં કેમ જ પડી શકે? ભોગ વિલાસથી કોઈને સત્ય જડ્યાનો આજ લગી આપણી પાસે એકે દાખલો નથી.

અથવા અહિસાના પાલનને લઈને તો તેનું પૂર્ણ પાલન બ્રહ્મચર્ય વિના અશક્ય છે. અહિસા એટલે સર્વવ્યાપી પ્રેમ. જ્યાં પુરુષે એક શ્રીને કે શ્રીએ એક પુરુષને પોતાનો પ્રેમ આચ્યો ત્યાં તેની પાસે બીજાને અર્થે શું રહ્યું? એનો અર્થ જ થયો, ‘અમે બે પહેલાં ને બીજાં બદાં પછી.’ પતિવ્રતા શ્રી પુરુષને સારું અને પત્નીવત પુરુષ શ્રીને સારું સર્વસ્વ હોમવા તૈયાર થશો, એટલે તેનાથી સર્વવ્યાપી પ્રેમનું પાલન ન જ થઈ શકે એ સ્પષ્ટ છે. એનાથી આખી સૃષ્ટિને પોતાનું કુટુંબ ન જ બનાવી શકાય, કેમ કે તેની પાસે ‘પોતાનું’ માનેલું એક કુટુંબ મોજૂદ છે અથવા તૈયાર થઈ રહ્યું છે. તેની જેટલી વૃદ્ધિ તેટલો સર્વવ્યાપી પ્રેમમાં વિક્ષેપ થાય છે. આવું થતું આપણે આખા જગતમાં જોઈ રહ્યા છીએ. તે થી અહિસાવતનું પાલન કરનારથી વિવાહ થઈ ન શકે, વિવાહની બહારના વિકારનું તો પૂછું જ શું?

ત્યારે જે વિવાહ કરી બેઠાં છે તેમનું શું? તેમને સત્ય કોઈ દહાડો નહીં જડે? તે સર્વપિણા કદી નહીં કરી શકે? આપણે તેનો રસ્તો કાઢ્યો જ છે, વિવાહિતે અવિવાહિત જેવાં થઈ જવું. આ દિશામાં આના જેવું સુંદર મેં બીજું કશું અનુભવ્યું નથી. આ સ્થિતિનો રસ જેણે આચ્યો છે તે સાક્ષી પૂરી શકશે. આજે તો આ પ્રયોગની સફળતા સિદ્ધ થઈ કહી

શકાય. વિવાહિત શ્રીપુરુષ એકબીજાને ભાઈ-બહેન ગણતાં થઈ જાય એટલે બદી જંજળમાંથી તે મુક્ત થયાં. જગતમાં રહેલી શ્રીમાત્ર બહેન છે, માતા છે, દીકરી છે એ વિચાર જ માણસને એકદમ ઊંચે લઈ જનાર છે, બંધનમાંથી મુક્તિ આપનાર થઈ પડે છે. આમાં પતિ-પત્ની કંઈ ખોતાં નથી, પણ પોતાની પૂજુમાં વધારો કરે છે, કુટુંબ વધારે છે, પ્રેમ પણ વિકારરૂપી મેલ કાઢવાથી વધારે છે. વિકાર જવાથી એક-બીજાની સેવા વધારે સારી થઈ શકે છે. એકબીજા વચ્ચે કંકાસના પ્રસંગ ઓછા થાય છે. જ્યાં સ્વાર્થી, એકાંગી પ્રેમ છે ત્યાં કંકાસને વધારે સ્થાન રહે છે.

ઉપરનો પ્રધાન વિચાર કર્યા પછી ને તે હૃદયમાં ઠસ્યા પછી બ્રહ્મચર્યથી થતા શારીરિક લાભ, વીર્યલાભ વગેરે બહુ ગૌણ થઈ પડે છે. ઈરાદાપૂર્વક ભોગવિલાસ ખાતર વીર્યહાનિ કરવી અને શરીરને નિયોવવું એ કેવી મૂખ્યાઈ ગણાય? વીર્યનો ઉપયોગ બંનેની શારીરિક અને માનસિક શક્તિ વધારવાને સારું છે. તેનો વિષય ભોગમાં ઉપયોગ કરવો તે તેનો અતિ દુસ્સુપયોગ છે. અને તેથી તે ઘણા રોગોનું મૂળ થઈ પડે છે.

આવું બ્રહ્મચર્ય મન, વચન અને કાયાથી પાળવાનું હોય. વતમાત્રનું એમ જ સમજવું. જે શરીરને કાબૂમાં રાખતો જણાય છે પણ મનથી વિકારને પોષ્યા કરે છે તે મૂઢ મિથ્યાચારી છે એમ આપણે ગીતામાં જોયું છે, સહુએ એ અનુભવ્યું હોય છે. મનને વિકારી રહેવા દેવું ને શરીરને દાબવાનો પ્રયત્ન કરવો તેમાં નુકશાન જ છે. જ્યાં મન છે ત્યાં શરીર છેવટે ઘસડાયા વિના નહીં જ રહે. અહીં એક ભેદ સમજુ લેવાની આવશ્યકતા છે. મનને વિકારવશ થવા દેવું એ એક વાત છે, મન પોતાની મેળે, અનિરણાએ, બળાત્કારે વિકારી થાય કે થયા કરે એ જુદી વાત છે. એ વિકારમાં આપણે

સહાયભૂત ન થઈએ તો છેવટે જુત જ છે. શરીર હાથમાં રહે છે પણ મન નથી રહેતું, એવું આપણે ક્ષાણે ક્ષાણે અનુભવીએ છીએ. તેથી શરીરને તો તુરત કબજે લઈ મનને કબજે લેવાનો નિત્ય પ્રયત્ન કરવો, એટલે આપણે કર્તવ્યપાલન કરી ચૂક્યા. મનને વશ થયા એટલે શરીરને મનનો વિરોધ થયો, મિથ્યાચારનો આરંભ થયો. મનોવિકારને દબાવ્યા જ કરીએ ત્યાં લગી બંને સાથે જનાર છે એમ કહેવાય.

આ બ્રહ્મચર્યનું પાલન બહુ મુશ્કેલ, લગભગ અશક્ય માનવામાં આવ્યું છે. તેનાં કારણ શોધતાં એમ જોવામાં આવે છે કે, બ્રહ્મચર્યનો સાંકડો અર્થ કરવામાં આવ્યો છે. જનનેન્દ્રિય વિકારનો નિરોધ એટલે જ બ્રહ્મચર્યનું પાલન એમ ગણાયું. મને લાગે છે કે આ અધૂરી ને ખોટી વ્યાખ્યા છે. વિષયમાત્રનો નિરોધ એ જ બ્રહ્મચર્ય છે. જે બીજુ ઈન્દ્રિયોને જ્યાં ત્યાં ભમવા દઈ એક જ ઈન્દ્રિયને રોકવાનો પ્રયત્ન કરે છે તે નિષ્ફળ પ્રયત્ન કરે છે એમાં શો શક છે? કાનથી વિકારની વાતો સાંભળો, આંખથી વિકાર ઉત્પન્ન કરનારી વસ્તુ જુએ, જુભથી

વિકારોતેજક વસ્તુનો સ્વાદ કરે, ને છતાં જનનેન્દ્રિયને રોકવાનો ઈરાદો રાખે, એ તો અનિન્માં હાથ નાખ્યા પછી ન દાઝવાનો પ્રયત્ન કર્યા બરોબર થયું. તેથી જે જનનેન્દ્રિયને રોકવાનો નિશ્ચય કરેલો હોવો જ જોઈએ. બ્રહ્મચર્યની સંકુચિત વ્યાખ્યાથી નુકસાન થયું છે. મારો તો દૃઢ અભિપ્રાય છે ને અનુભવ છે કે જો આપણે બર્ધી ઈન્દ્રિયોને એકસાથે વશ કરવાનો અભ્યાસ પાડીએ તો જનનેન્દ્રિયને વશ રાખવાનો પ્રયત્ન તુરત સફળ થઈ શકે. આમાં મુખ્ય વસ્તુ સ્વાદેન્દ્રિય છે, અને તેથી જ એના સંયમને આપણે નોખું સ્થાન આપ્યું છે. તે હવે પછી વિચારશું.

બ્રહ્મચર્યનો મૂળ અર્થ સહુ ચાદ કરે, બ્રહ્મચર્ય એટલે બ્રહ્મની-સત્યની-શોધમાં ચર્ચા એટલે તેને લગતો આચાર. આ મૂળ અર્થમાંથી સર્વેન્દ્રિય સંયમ એ વિશેષ અર્થ નીકળે છે. માત્ર જનનેન્દ્રિય સંયમ એવો અધૂરો અર્થ તો ભૂલી જ જઈએ.



(પેજ નં. ૩૦નું અનુસંધાન)

એ માત્રને માત્ર હિંમતની કમાલ છે કે લોકો બ્રહ્માકુમારીઝનું નામ સાંભળતા જ આજે ગૂકી જાય છે, નતમસ્તક થઈ જાય છે. લોકો એ વાતને સ્વીકારતા થયા છે કે જે વાત કોઈ સાધુ-સંત, મહાત્મા-પુણ્યાત્મા-ધર્મિત્મા કરી શક્યા નથી તે સાધારણ દેખાતા માતા-બહેનો કે કન્યાઓએ કરી બતાવ્યું. એ પ્રત્યક્ષતા બ્રહ્માબાબાની હિંમતના પ્રારંભનો પડદ્યો છે.

વહાલા ચુવા ભાઈ-બહેનો, આ લેખ દ્વારા માત્ર એક જ વાત સ્પષ્ટ કરવા માંગુ છું કે આપણા જીવન થકી બાબાના કાર્યને પ્રત્યક્ષ કરવાનું છે. લોકોના કાનમાં ચુવા શોર્ઝ શિવ શાઢોને ગુંજતા કરવાના છે. તો નિશ્ચયબુદ્ધિ, પવિત્રતા અને હિંમતને આપણા જીવનના પાસા બનાવવા પડશે. કારણ કે કહેવાય છે -

૧. નિશ્ચયબુદ્ધિ વિજયંતિ
૨. પવિત્રતા સર્વ ગુણોની જનની છે.
૩. હિંમતે મર્દા તો મદદે ખુદા.

દુદ્રતા : પરિવર્તનનો આધાર

બ્ર.કુ. અષિ શાહ, કારેલીબાગ, વડોદરા

૧૯૬૮થી શરૂ થયેલ અવ્યક્ત પાઈમાં ઘણીવાર બાપદાદા દ્વારા દુદ્ર સંકલ્પના મહિંઠબને સમજાવવામાં આવ્યું છે. હવે સમય પ્રમાણે સંકલ્પ નહિ પણ દુદ્ર સંકલ્પની આવશ્યકતા છે. આપણે દુદ્ર સંકલ્પ કર્યો અને પરિવર્તનની વિધિ શરૂ. બાપદાદાએ ખાત્રી(ગેરંટી) આપી છે. ‘બર્ચે હિમત કરે ઓર બાપકી મદદ ન મિલે યે અસંભવ હૈ’ એટલે કે જ્યારે આપણામાં પરિવર્તનની ચાહ છે અને દુદ્ર સંકલ્પ કરવાની હિમત છે તો બાપદાદાની મદદ સદા આપણી સાથે છે.

સફળતાની વિધિ : પહેલા સ્વનું દર્શન કરી આપણે નિશ્ચય કરવાનો છે કે મારામાં પરિવર્તનની જરૂર છે. નિશ્ચય એટલે પૂર્ણ રીતે સ્વીકાર કરવો. નિશ્ચય પછી કરવાનો છે. દુદ્ર સંકલ્પ અને તેનાથી થશે પરિવર્તન. દુદ્ર સંકલ્પ જ પરિવર્તનનો આધાર છે. અને પરિવર્તનથી મળશે સફળતા.

કોઈ સમય નક્કી ન કરો : જે ક્ષણે આપણને સંકલ્પ આવે ‘હા મારે પરિવર્તન કરવું છે.’ તે જ ક્ષણે તેનો દુદ્રતાપૂર્વક અમલ શરૂ કરીએ. આ સંકલ્પ નવા વર્ષથી અમલમાં મૂકીશું કે ગુરુવારથી કે પછી આવતી કાલ સવારે અમૃતવેલાથી આમ વિચારવાથી તે સંકલ્પના નિશ્ચયમાં કમી આવી જાય છે. સંકલ્પ રૂપી બીજને દુદ્રતારૂપી પાણી તુર્ણત ન મળવાથી મોટેભાગે તે નાશ પામે છે. જે ક્ષણે આપણને પરિવર્તનનો વિચાર આવે તે ક્ષણે તે વિચારના બળમાં અને પછી તે વિચારના બળમાં બહુ જ અંતર પડી જાય છે. એટલા માટે જ દુદ્ર સંકલ્પ કરવા માટે આવતીકાલ અમૃતવેલા સુધીના સમયની પણ રાહ ન જુઓ. બાપદાદાએ તો કહ્યું છે ‘સંગમની

હદેક ક્ષણ અમૃતવેલા સમાન છે.’ માટે જે ક્ષણે વિચાર આવે કે ‘હા મારે પરિવર્તન કરવું છે.’ તે ક્ષણે પોતાને દુદ્ર સંકલ્પ દ્વારા ઈશ્વરીય બંધનમાં બાંધી દો.

કોઈ બાળક જે રીતે પોતાના પગ પર ચાલવાની કોશિષ કરે છે ત્યારે તેના અચેતન મનમાં આ સંકલ્પ હોય છે કે મારે મારા પગ પર ચાલવાનું છે. પણ તે વખતે પોતાના પગથી ચાલવાનો તેને અનુભવ ન હોવાને કારણે તે ઘણીવાર પડી જાય છે પછી જ્યારે માં તેની આંગાળી પકડી ચાલતા શીખવે છે ત્યારે બાળક ધીરે ધીરે પોતાના પગ પર ચાલવા-દોડવા લાગે છે.

એવી જ રીતે આપણે દુદ્ર સંકલ્પ રૂપી બીજમાં રોજ અમૃતવેલાએ બળરૂપી પાણી આપવું જોઈએ. ત્યારે સંકલ્પરૂપી બીજ સફળતારૂપી જાડમાં પરિવર્તિત થઈ જશે.

સંગમ પર બાપદાદા દ્વારા બાળકોને વિશેષ વરદાન છે. ‘હિમતે બર્ચે મદદે બાપ’ એ વરદાનનો આપણે પૂરો ફ્લાયદો લેવાનો છે. આપણે હિમત કરી બાપની ભરપૂર મદદનો અનુભવ કરી સ્વ પરિવર્તનથી વિશ્વપરિવર્તક બનવાનું છે.

તો આવો ચાલીએ દુદ્ર સંકલ્પ દ્વારા સ્વ પરિવર્તનથી વિશ્વ પરિવર્તન તરફ

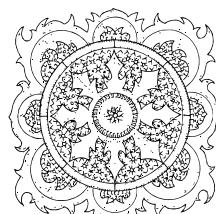
॥ ઓમશાંતિ॥



કાવ્યકુંજ

બ્ર.કુ. બાલુભાઈ પોશિયા, ચકડરગાઠ

- કાંટાવાળા કુળમાં મેં કળી સાંજે દીઠી,
જાગીને જોયું ત્યાં કૂલની ફોરમ આવી.
કોણે એને ખીલવ્યું, કોણે સુવાસભરી,
પાંખડીઓમાં રંગભરી કોણે ગોઠવી.
પ્રભુ તમારી કળાનો પાર કોણ પામે,
તમારી કળા તો જોયા જેવી.
- પુરાણી સ્મૃતિ, વૃત્તિને દસ્થિ તારે,
અણે બદલવી પડશે.
પ્રભુ પિતાને પામવા માટે તારે
પવિત્ર બનવું પડશે.
દિવ્ય ગુણોને ધારણ કરવાથી,
જીવન જીવવાની મજા કેવી.
- હુંકાર મને ન હળવો બનવા દે,
મનમાં સદા રહું મુંજાતો.
મારું મારું મનમાંથી ન જતું,
પછી પેટ ભરી પસ્તાતો.
હું ને તું માં બદલી જો એકવાર,
ટ્રસ્ટીપણામાં મજા કેવી.
- વિનય અને વિવેક ન સમજે,
ગાતો એનું જ તે ગાણું.
પુણ્યની પરિભાષા ન જાણો,
વ્યર્थ વેડફક્તો 'તો નાણું.
શાણપણાથી શ્રીમતને સમજે તો,
જિંદગી મહેંકથી મહેંકે કેવી.
- ભણેલો જ્યારે ભાન ભૂલે છે,
સારો સંસાર ઉજજડ કરે છે.
શ્રીમત છોડીને શ્રીમંત બનવા,
પાપકર્માનું આચરણ કરે છે.
હજારોની હાય હોળી બનીને,
જીવતા જીવને દર્ઝાડે કેવી.
- મોત કોઈને કહેતું નથી,
તારું કામ પત્યું હોય તો આવું.
કરવાનું હતું તે કર્યું નહીં,
પછી મારે ખોટી શું થાવું.
અચાનક આવી ઊભું રહેશે,
બચવાની પછી બારી કેવી.
- પરચિંતન અને પરદર્શન,
પાકા પાપના મૂળ,
કામ અને કામનાઓ,
જીવનમાં સદા ઊભા કરે શૂળ.
સાચા સંબંધી મારા શિવ પિતા,
બીજા બધા ઓળધોળ,
સ્વસ્થિતિમાં સ્થિત બનતા,
મનમનાભવમાં મજા કેવી.



ચુવા શોર શિવ !

બ્ર.કુ. વિવેકાનંદ, મહાદેવનગર, અમદાવાદ

જાન્યુઆરી માસ એટલે બે વિશેષ મહાનુભાવોને આપણા માનસપટ ઉપર દૃષ્ટિપાત કરવાનો માસ. એક છે આપણા પરમપિય બ્રહ્માબાબા અને બીજા છે ચુવાઓના પથ પ્રદર્શક સ્વામી વિવેકાનંદ. આ બંને મહાનુભાવો આધ્યાત્મિકતા સાથે સંકળાયેલા છે અને બંને વિશ્વવિખ્યાત છબી ધરાવે છે. આજે મારી કલમ ચુવાઓને સદા દિશાનિર્દેશના પથ પર તત્પર એવી બે મહાન હસ્તિઓને આપણા સમક્ષ પ્રસ્તુત કરવા માટે આતુર છે.

નિશ્ચયબુદ્ધિ : સ્વામી વિવેકાનંદ અને બ્રહ્માબાબા બન્ધે પોતાના ક્ષેત્રે ઘણી બાબતોમાં નિશ્ચયબુદ્ધિ હતાં. સ્વામી વિવેકાનંદ હમેશા એ વાતમાં નિશ્ચયી હતાં કે ભારતીય ચુવામાં એટલી બધી તાકાત છે કે જો માત્ર ૧૦૦ ચુવા એવા તેઓને મળી જાય કે જેઓ બ્રહ્માર્થનું પાલન કરે, દૃઢતા અને આત્મવિશ્વાસ જેમની બે ભૂજાઓ હોય, જેમનું મન હમેશાં પોલાઈ હોય તો તેઓ સમગ્ર વિશ્બનું પરિવર્તન સહજતાથી કરી દેશે. તેઓ ભારતીય સંસ્કૃતિની શ્રેષ્ઠતા, ભારતીય નારીઓમાં રહેલી શક્તિઓ અને ભારતીય ચુવાઓ માટે હમેશા નિશ્ચયી હતાં અને તેઓ ચુવાઓને હમેશા કહેતા કે હે ચુવા, નિશ્ચય ક્યારે ગુમાવશો નહીં. જ્યાં સુધી સ્વયંમાં નિશ્ચય ન હોય ત્યાં સુધી ભગવાનમાં પણ નિશ્ચય હોઈ ન શકે. પોતાની અંદર રહેલી શક્તિઓને જાણવા, સમજવા અને કાર્યમાં લગાડવા માટે તેઓ ચુવાઓને સદા પ્રેરીત કરતા આવ્યાં છે.

એજ રીતે બ્રહ્માબાબાની નિશ્ચયબુદ્ધિની પરાકાણા પણ તેઓના દરેક કર્મમાં અનુભવ કરી

શકાય છે. બ્રહ્માબાબાનો બાલ્યકાળ અને ચુવા કાળ કેટલો સંધર્ષમય હશે ? તે ખરેખર વિચારવા જેવું છે. તેઓનો ચુવાકાળ પણ ચુવાઓને માર્ગદર્શક બની રહેશે એ નિશ્ચિત છે કારણ કે બ્રહ્માબાબાના માતા-પિતાએ બાળપણમાં જ આ સંસારમાંથી વિદાય લઈ લીધી હતી. તેઓનું બાળપણ બીજાના સહકાર ઉપર આધારિત જ કહેવાય. વળી તેમની દયા ભાવનાને કારણે તેઓને જ ઘર અને દુકાન છોડવા પડ્યા હતા. ખરેખર તેઓના ચુવાકાળને સ્મૃતિપટલ ઉપર ચિન્તિત કરીએ તો અનુભવાશે કે તેઓએ પોતાની જાતને એટલા હદ સુધી તૈયાર કર્યા કે તેઓ એક સાધારણ માનવથી છેક સંપણ જવેરી સુધી ચાંપા કર્યું? દરેક પરિસ્થિતિમાંથી શીખી તેઓએ પોતાની જાતને આગળ વધાર્યા? વળી એ બધું હોવા હતાં પોતાના સિદ્ધાંતને જાળવી રાખવા, સંપૂર્ણ સાત્ત્વિક જીવન જીવવું એ તો તેમનામાં રહેલી નિશ્ચયની પરાકાણા જ કહેવાય.

બીજું બ્રહ્માબાબાએ ૧૨ ગુરુ કર્યા એ ખરેખર ભગવાનને મેળવવાની જિજાસાવૃત્તિને સાબિત કરે છે. એ અડગ નિશ્ચયને દર્શાવે છે કે આ જન્મમાં ભગવાનને મેળવીને જ જંપીશ. તે તેઓના દિલમાં પ્રગટેલી જબરદસ્ત આગને પ્રત્યક્ષ કરે છે, જે ભગવાનને પ્રાપ્ત કર્યા પછી જ હંડી પડી.

વળી ૧૦ બહેનોનું દ્રસ્ત બનાવી પોતાની સમગ્ર મિલકત તેમને સૌંપી દીધી. એ બાબત તો મહિલાઓ, કન્યાઓમાં રાખેલો નિશ્ચય એ નિશ્ચયની પરમ-સીમાની બહારનું પગલું હતું.

તેઓના જીવન થકી પરમાત્મા શિવ, સમય અને દ્રામાના અટલ ભાવિ માટેના અતૂટ નિશ્ચયના દર્શન થાય છે.

પવિત્રતા : સ્વામી વિવેકાનંદનું જીવન પવિત્રતા અર્થાત् બ્રહ્મચર્ય માટે વિખ્યાત છે. સ્વામીજીના જીવનના અનેક પ્રસંગો તેઓની બ્રહ્મચર્ય માટેની કટીબદ્ધતા દર્શાવે છે. કહેવાય છે કે એક મહિલાએ સ્વામીજી સામે પોતાના દિલની વાત રજુ કરી કે તેણી સ્વામીજી જેવા તેજસ્વી પુઅની મા બનવા માંગે છે અર્થાત તેણી સ્વામીજી સાથે લગ્ન કરવા ઈચ્છે છે. સ્વામીજીએ મહિલાના દિલનો ભાવ ઓળખી સમયસૂચકતા વાપરી અને જવાબ આયો કે કેમ નહીં? આપ મને જ આપના પુત્ર તરીકે સ્વીકારી લો. આ પ્રસંગ માત્ર પવિત્રતા માટેની કટીબદ્ધતા દર્શાવતી નથી પરંતુ મહિલા પ્રત્યેની શ્રેષ્ઠ ભાવનાની પણ અનુભૂતિ કરાવે છે.

બ્રહ્માબાબાની વાત કરીએ તો તેઓની જીવન કહાની પવિત્રતાના પાચા ઉપર જ ટકેલી છે. કોઈએ બાબાને સલાહ આપતા કહ્યું કે બાબા આપનું ઝાન તો ખૂબ શ્રેષ્ઠ છે, સર્વને ખૂબ જ ઉપયોગી થાય એવું છે. પણ તમે પવિત્રતા એટલે કે બ્રહ્મચર્ય માટેનો આગ્રહ છોડી દો તો આપના ત્યાં માણસોની લાઈન લાગી જશે. ત્યારે બાબાએ જવાબ આપતા કહ્યું કે હે મીઠા બાળક, બાપને પાચા વગરની ઈમારત ચણાવા માટેની સલાહ આપે છે. અરે પવિત્ર દુનિયાની સ્થાપના કરવાની છે અને પવિત્રતા રૂપી પાચો જ ખસેડી દઉં એ કેવી રીતે શક્ય છે? યાદ રાખો, બાબાને સિંહ, વાઘ જોઈએ છે, નહીં કે ઘેટા-બકરાનું ટોળું.

બાબાનું જીવન અને પવિત્રતા એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ હતી. એટલે જ તો યજ્ઞ સામે ખૂબ સંદર્ભ હોવા છતાં તે દિવસે બેગણો અને રાત્રે ચાર ગણો વિકાસ પામી શક્યો છે. આજે યજ્ઞ માત્ર વિશ્વ વિખ્યાત છે એવું નથી પણ બ્રહ્માકુમારીજી

શાંદ પવિત્રતાનો પર્યાયવાચક બની ગયો છે.

હિંમત : સ્વામી વિવેકાનંદે હિંમતને વિકસાવી હતી. કહેવાય છે કે તેઓ ઘણી બાબતોથી ડરતા પણ હતાં. તેઓના પ્રસંગમાં એક વાત નોંધાયેલી છે. એક વાર વારાણસીમાં તેઓ દુગાના મંદિરથી નિકળતા હતા ત્યારે મંદિરની આસપાસ ઘણા બધા વાંદરા હતાં. વાંદરાઓએ સ્વામીજીને ઘેરી લીધા. સ્વામીજી ખૂબ જ ભયભીત થઈ ગયા. પોતાની જાતને બચાવવા ત્યાંથી દોડવા લાગ્યા. વાંદરા પણ સ્વામીજીની પાછળ દોડવા લાગ્યા. ત્યારે એક વૃક્ષ સંન્યાસીએ સ્વામીજીને રોક્યા અને સલાહ આપી કે થોભી જ અને વાંદરાનો સામનો કર. એ વાત સાંભળી સ્વામીજીએ વાંદરાનો સામનો કર્યો કે તરત જ વાંદરા ત્યાંથી નાસી ગયા. સ્વામીજીના મનનો ડર પણ ભાગી ગયો. સ્વામીજીએ હિંમતને પોતાનો સાથી બનાવી લીધો. એટલે જ તેઓ સુવર્ણ દત્તિહાસ રચી શક્યા.

બ્રહ્માબાબા અને હિંમત એકબીજાના પર્યાયી શાંદો છે. સમાજની રૂદ્ધિઓ, ધર્મમાં રહેલી અંદશ્રેષ્ઠા, પતિત દુનિયાનો સો ટકા પ્રભાવ અને અનેક ઇદિયુસ્ત માન્યતાવાળો દેશ એવી તદ્દન વિપરિત પરિસ્થિતિ હોવા છતાં શિવબાબાએ આપેલા ઝાનને પચાવવું, માતા, બહેનો અને કન્યાઓને શિવશક્તિ બનાવી દુનિયાભરમાં પ્રચાર-પ્રસાર કરવા મોકલવાં એ કોઈ સાધારણ વાત નથી. લોકો લાકડીઓ લઈને મારવા આવે, બંદૂક-તલવાર કાઢી જાનથી મારવાની ધમકી આપે, આખું ઘર સળગાવી દે તેમ છતાં એક બલ એક ભરોસા રહી હિંમતથી સામનો કરે, એ સ્વર્ણિમ દત્તિહાસની પોથીમાં સ્વર્ણિમ અક્ષરોથી લખાયેલી ગાથા કહેવાય.

(અનુસંધાન પેજ નં.૨૬ પર)

કાઉન્સિલીંગનો સુખદ અનુભવ

બી.કે. અરુંધતી, કોલકાતા

મારું નામ બી.કે. અરુંધતી છે. મે. બી.કોમ., એલ.એલ.બી., એલ.એલ.એમ., એમ.બી.એ.ની પદવીઓ મેળવેલી છે. મારી ઉંમર ૩૮ વર્ષ છે. હું ઘરમાં સૌથી મોટી છું. મારે બે ભાઈ છે. એક સોક્ટવેર અનેજુનીયર છે અને એમ.બી.એ. છે. ફ્લોરિડા, અમેરિકામાં મોટી કમ્પ્યુટર કંપનીમાં ચીકું એક્ઝાઇક્યુટિવ ઓફિસર છે. બીજે ભાઈ લેકેશાયર, ઇંગ્લેન્ડમાં હાઇકાંનો ડોક્ટર છે. બંને ભાઈઓનો સુખી સંપણું પરિવાર છે.

મારી મા કોલેજમાં પ્રિન્સીપાલ છે. કોલેજેનાં પુસ્તકોની લેખિકા છે. મારા પિતાજી બીજનેસમેન છે. થોડું ભણેલા છે. મારી માનો સ્વભાવ ઘણો કડક છે. કોલેજમાં પણ સૌ એનાથી ડરે છે. મારી માનો ઘરમાં હુકમ એટલે હુકમ. તે માનવો જ પડે. જાણે કે મીલીટરીરાજ. જે ચીજ જ્યાંથી લીધી હોય તે ત્યાં જ મૂકવી પડે. મારા પિતાજીનો સ્વભાવ મારી મા કરતાં તદ્દન જુદો. જેને કારણે બંને વચ્ચે જગાડા થતા રહે છે. પિતાજી બીજનેસમેન હોવાથી પાર્ટીઓમાં જરૂરું, દાર પીવો, મોજ મસ્તી કરવી, પૈસા ઉડાવવા એમને માટે સ્વાભાવિક લાગે. આ કારણે પણ વર્ષથી એક જ મકાનમાં રહીએ છીએ.

બાળપણથી જ પોતાનાં મા-બાપને લડતાં જગડતાં જોતાં મારો સ્વભાવ પણ ચીડિયો, કોઢી, અશાંત બની ગયો. વાસ્તવમાં ઘર પરિવારના સભ્યો માટે મંદિર છે, કારણ કે શાંતિ મળે છે, સુખ મળે છે, પ્રેમ મળે છે. જીવનની સમસ્યાઓ સામે લડવાની શક્તિ મળે છે. સહારો મળે છે પરંતુ મારી જીવન કહાની સર્વથી અલગ છે. ઘરના અશાંત વાતાવરણને કારણે બાળપણથી જ હું દુઃખમાં ઉછરી છું. ડીપ્રેશન (હિતાશા)ના દરદીને પ્રેમ જોઈએ. મારા ઘરમાંથી જ મને પ્રેમ મળતો નથી.

કોઈ મારું સાંભળતું નથી. મારું ઘર નર્ક સમાન બની ગયું છે. હું ડર, એકલાપણાનો અનિદ્રાનો અનુભવ કરું છું. રાતના સમયે મને એમ લાગે છે કે કોઈ મારું ખૂન કરી રહ્યું છે. મને મારી રહ્યું છે. હું આત્મહત્વા કરી રહી છું. કોઈ બુરખો પહેણીને મારી પાછળ પડયું છે. હું કાળા, ઝેરી સાપોની વચ્ચે છું. આવાં ભયાનક સ્વાનો આવતાં હતાં. જે મારી રાતની ઊંઘ હરામ કરી દેતાં હતાં. આ સર્વ વાતોથી કંટાળીને પાંચ માળવાળા મકાનની છત ઉપર જઈ આત્મહત્વા કરવાનો પ્રયાસ કર્યો. મને બચાવી લેવામાં આવી.

બાળપણથી હું ભણવામાં હોંશિયાર હતી. મારું લક્ષ્ય હતું કે હું નામીગ્રામી ડોક્ટર બન્નું. એટલે હું અભ્યાસમાં સખત મહેનત કરતી હતી. ૬૨ % માર્ક્સ લાવવાને કારણે શિક્ષકો, મિત્રોનો પ્રેમ મળતો હતો. ઘરના અશાંત વાતાવરણને લીધે હું આહમા ધોરણમાં નાપાસ થઈ. આવા દુઃખ સમયે મારી માતાએ એક દિવસ માટે ખાવાનું પીવાનું બંધ કરી મને મારી. હું સતત ત્રણ દિવસ સુધી રડતી રહી. મને ઘરવાળા તરફથી સાંત્વના, હિંમત, ઉંમંગ-ઉલ્લાસના બોલ સાંભળવા ના મહ્યા. અમારા ઘરના પાછળથી ઉપનગરીય ગાડીઓ ચાલે છે. મેં આત્મહત્વા કરવાનો પ્રયાસ કર્યો. પોલીસે મને બચાવી. જુદી જુદી રીતે આત્મહત્વાના પ્રયાસો કર્યો પણ ભગવાનને તે મંજૂર નહીં હોય. હું બચી ગઈ.

મારે ડોક્ટર બનવું હતું પણ માએ ચીસ પાડીને કહ્યું હું તને વકીલ બનાવીશ. તારા ચારે મામા વકીલ છે. મારે વકીલની પદવીઓ લેવી પડી. મેં મારી વ્યથા મારી બહેનપણી પ્રિયાને સંભળાવી. તે મને પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ

વિધાલયમાં લઈ ગઈ.

અહીં મેડીટેશન શીખવાથી મને શાંતિ મળી. સારું લાગ્યું. ૧૦ વર્ષથી હું સેન્ટર પર જાઉં છું. હું દર વર્ષે બાબાને મળવા શાંતિવન જાઉં છું. ૧૫ માર્ચ, ૨૦૧૪ના રોજ શાંતિવનના તપસ્યાધામમાં બાબાને પત્ર લખ્યો.

એક બહેને મને શાંતિવનની પાસે આવેલ જી.વી.મોટી હોસ્પિટલના મનોચિકિત્સક બ્રિક્ઝ. સુધાકર દવેનો પરિચય આપ્યો. એમને ફોન કર્યો. રવિવાર હતો છતાં મને મળ્યા. મેં એમને મારી મુશ્કેલીઓ વર્ણવી. એમણે કાઉન્સિલીંગ દ્વારા મારી ટ્રીટમેન્ટ શરૂ કરી.

સુધાકરભાઈએ પૂછતાં મેં મારી સમગ્ર પારિવારિક તકલીફો એમને સંભળાવી. એમણે મારી સર્વ વાતોને દ્યાનપૂર્વક સાંભળી. અને વચ્ચે વચ્ચે કેટલાક પ્રશ્નો પણ પૂછ્યા. આ દરમિયાન મારો એમની સાથે ચાર કલાક વાર્તાલાપ ચાલ્યો. પછી એમણે બીજા દિવસે મને બોલાવી. હું પ્રથમ દિવસથી જ લાણે હળવી બની ગઈ હતી. મને ઊંઘ પણ સારી આવી. બીજા દિવસે એમણે મને માનસિક વિશ્લેષણ સંબંધી પુસ્તિકા આપી. જેના દ્વારા વ્યક્તિવન. વ્યક્તિવનને સમજવાનું કાઉન્સેલરને સરળ બની જાય છે. કાઉન્સિલીંગના છ દિવસ સતત ચાર ચાર કલાક સુધી મારાં સારું ચાલ્યાં. એમણે દરેક પ્રકારે મારું માનસિક વિશ્લેષણ કર્યું. અને કહ્યું કે આપ બાબાનાં પુન્ની છો. આપે લોમાં માસ્ટર ડીગ્રી મેળવી છે. આપનું લક્ષ્ય વિશેષ ડોક્ટર બનવાનું હતું. પરંતુ આપની માતાએ એમાં અડચણો નાંખી. જબરદસ્તી કરી. એના માટે તમે તમારી માતાને દોષિત કરશો નહીં. બાબા કહે છે કે દ્રામા અવિનાશી છે, નક્કી છે. ભગવાન પણ તેમાં પરિવર્તન કરી શકતા નથી. જોવામાં આવે તો આ નાટકમાં કોઈ દોષિત નથી. દરેક આત્માને પોતાનો રોલ મળેલો છે જે દરેક

આત્મા શરીરના માદ્યમથી તેને નિભાવી રહ્યો છે. એમણે બાબાની શ્રીમત અને દરેક પ્રકારનાં ઉદાહરણો આપીને સમજાવ્યું. આ પ્રકારના કાઉન્સિલીંગથી મારાં ઇવાડાં ખડાં થઈ ગયાં. હું આશ્ર્યચિકિત્સા બનીને આનંદિત બનવા લાગી. પહેલાં હું સ્વયંને શક્તિહીન સમજતી હતી. પણ આ કાઉન્સિલીંગ પછી મારામાં શક્તિનો સંચાર થયો. મને લાગ્યું કે હું કોઈપણ કારણ વિના સ્વયંને પરેશાન કરી રહી હતી. હું એક રીતે દિશા હીન હતી. મારા જીવનને એક નવી દિશા મળી. જેને કારણે મારી ધારણાઓ વધુ મજબૂત થવા લાગી. હું સ્વયંને બાબાની નજુક અનુભવી રહી છું.

સુધાકરભાઈએ મારી માતા સાથે ફોન ઉપર વાત કરી અને બ્રહ્માકુમારી આશ્રમ, શાંતિવન, આબુરોડ આવવાનું નિમંત્રણ આપ્યું. એમણે ફોન પર બાબાની ધણી સારી મીઠી મીઠી વાતો સંભળાવી. જેને કારણે માને સારું લાગ્યું. એનામાં પરિવર્તન આવ્યું. આ રીતે મારી માને પણ પોતાની ભૂલોનો એકરાર થયો. મારી માતા ફોન ઉપર વાત કરતાં કરતાં રડી પડી અને મને કહ્યું બેટા, મને માફ કર. મેં તને ધાણું દુઃખ આપ્યું છે. વાહ, મારા બાબા વાહ ! બાબાએ ખરેખર મારો પોકાર સાંભળ્યો. મારી સર્વ સમસ્યાઓનું પૂર્ણ સમાધાન કર્યું. બાબાનો આભાર માનવા માટે મારી પાસે શાંદો નથી. હવે હું ઉર્જવાન, આત્મવિશ્વાસથી સ્વયંને ભરપૂર અનુભવી રહી છું. આજથી હું સદા મુક્ત પંખી બની ગઈ છું. કાઉન્સિલર સુધાકરભાઈનો પણ ખૂબ ખૂબ આભાર.

(નોંધ : નામ અને સ્થળ બદલેલાં છે.)



સાચી દિશાનો પુરુષાર્થ

બ.કુ. બકાભાઈ પટેલ, કાલીપુરા

માનવ જીવન અમૂલ્ય છે. એવી જ રીતે પસાર થતી વર્તમાનની પ્રત્યેક ક્ષાળા પણ અતિમૂલ્યવાન છે. પરંતુ સમયના પ્રવાહ સાથે સતત વહેતી જીવન-નૈયાને સાચી દિશા નહિ મળે તો એ આમથી તેમ અટવાઈ જાય છે. જીવનમાં સુખ, શાંતિ અને આનંદની પ્રાપ્તિ સૌ કોઈને ગમે છે, પરંતુ કોઈ ચોક્કસ દ્વેય સાથેની ગતિ નહિ હોય તો એ કોઈ પ્રાપ્તિ પણ કરી શકતો નથી. જીવનમાં સુખની પ્રાપ્તિ માટે આજનો મનુષ્ય વ્યર્થ મથામણ કરતો રહે છે. જીવને ટાટક મળે એવી શાંતિ એ સતત ગુંઘતો હોય છે. ડિંડા અંધારેથી, પ્રભુ પરમ તેજે તું લઈ જા.... એવી પ્રાર્થના પ્રભુને સતત કરતો રહે છે, પરંતુ સાચા અર્થમાં એ કશું પ્રાપ્ત કરી શકે છે ખરો? ના, અભ્યક્તાળના આનંદ કે સુખ સિવાય બીજુ કશું જ નહિ. શાસ્ત્રો, યાત્રાઓ કે કર્મકાંડ જેવી ભક્તિમાર્ગની રીત રસમોના સહારે દ્વાપર અને વર્તમાન - કળિયુગના અંત સુધી માનવજીવન યાઓ સતત ચાલતી જ રહી, ઇતાં પણ આજે જીવનમાં સાચું સુખ અને શાંતિની પ્રાપ્તિ થઈ હોય એવી અનુભૂતિ થાય છે ખરી! આમાં જ ગુઢ રહ્યા છુપાયું છે. આ બદ્યું સૃષ્ટિયક્ષ પ્રમાણે બનવાનું હતું એ પ્રમાણે બન્યા કરે છે.

આજનો માનવી જીવનના લગભગ તમામ કોષે સાવ નિમનસ્તરે પહોંચી ચૂક્કયો છે. જીવનપથને આદ્યાત્મિક સુવાસથી મહેંકતો બનાવવા માટે તો માત્ર એક સાચી દિશાનો પુરુષાર્થ જ યથાર્થ નીવડી શકે. આજે દુનિયામાં અનેક લોકો ટૂંકા રસ્તે ઝાઝુ સુખ પ્રાપ્ત થાય એવું શોદ્ધી રહ્યા હોય છે. પરંતુ એ તો કચારેચ શક્ય બનવાનું નથી. જીવનમાં શાશ્વત સુખની ખેવના રાખનારે

શિવપિતા પરમાત્મા દ્વારા સાચી દિશાના પુરુષાર્થ વડે ઈશ્વરીય જ્ઞાનમાર્ગ મક્કમ મને સ્વ પરિવર્તન કરવાથી જ પ્રાપ્તિ શક્ય બને છે.

પ્રજાપિતા બ્રહ્માબાબા દ્વારા શિવપિતા પરમાત્માની જ્ઞાનગંગામાં પવિત્ર સ્નાન કરવાનું સૌભાગ્ય તો કોઈક વીરલાને જ પ્રાપ્ત થાય છે. પરમાત્મા સાથેની ઓળખ દ્રદ થતાં જીવનપથની તમામ દિશાઓ ખુલી જાય છે. આ એક એવી જ્ઞાનસરિતા છે કે જ્યાં દૂબકી મારવાથી આવનાર ૨૧ જન્મો માટેના સ્વર્ગીય સુખની પ્રાપ્તિ કરી શકાય છે. અને આજ સાચી દિશાનો પુરુષાર્થ છે. જગતના લોકો સુખ-શાંતિ માટે અનેક હુદના રસ્તો બસ દોડતા જ રહે છે, પરંતુ જ્યાં સુધી પરમાત્મ-પ્રાપ્તિની સાચી દિશા નહિ જડે ત્યાં સુધી અંધારામાં ભૂસકા મારવા જેવી સ્થિતિ બની રહે છે.

સમગ્ર સૃષ્ટિના સર્જનહાર એક માત્ર કલ્યાણકારી ‘શિવ’ છે. જેમને એકાગ્ર ચિત્તે, સહજ સાધના દ્વારા ચાદ કરતા રહેવું અને રોજેરોજ મળતા રહેવું એ જ આ જ્ઞાનનું મૂળ હાઈ છે. ભગવાનને અનેક સ્વરૂપે ભજવા કે સર્વવ્યાપી સમજવા એ સાચી દિશા નથી. કારણ કે તેનાથી અસ્થિર મન એકાગ્ર સ્થિતિને પામી નહીં શકે, ઉલટાનું સુખ-શાંતિની શોદ્ધમાં મન આમથી તેમ ભિંન ભિંન દિશા તરફ ભટક્યા જ કરશે, પરિણામ સ્વરૂપ એક દ્વેય પ્રાપ્તિ માટેનો પુરુષાર્થ નિરર્થક બની રહેશે. એટલે જ વન ગોડની વિચારદારાને દ્રષ્ટિ સમક્ષ રાખી પુરુષાર્થ કરવાનાર મનુષ્ય જ સાચી શાંતિને પામવા સમર્થવાન બને છે. પરમાત્માનું સત્ય જ્ઞાન પાખ્યા સિવાય ચંચળ મનને શાંત કરવાનું કામ અતિ મુશ્કેલ છે. અને એ માટે

સહજ રાજ્યોગને આદ્યાત્મિક પ્રગતિનો આધારસ્થંભ સમજુને અને અમૃતવેળાના સોનેરી સમયે નિત્યક્રમ સાથે વળી લઈ જીવનબાગને મહેકતો કરી શકાય છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં યોગનું મૂલ્ય ખૂબ ઊંચું અંકાચું છે. વળી હમણાં સંચુક્ત રાષ્ટ્રસંધની મહાસભામાં વિશ્વના ૧૭૭ જેટલા દેશોએ પ્રતિવર્ષ ૨૧મી જૂનને 'વિશ્વ યોગ દિન' તરીકે ઉજવવા સમર્થન આપ્યું છે. પરંતુ આપણા માટે તો યોગ એ કોઈ નવી વરસુ નથી, પરંતુ ૫૮ વર્ષ પૂર્વેથી સાકાર બ્રહ્માબાબાએ આરંભેલા આ અવિરત જ્ઞાન-યજ્ઞના પાયામાં 'સહજ રાજ્યોગ' ને સાધનાના મુખ્ય અંગ તરીકે સ્વીકારીને વિશ્વના માનવોને જીવન ઉજ્ઝવિના માર્ગે આગળ વધવા આજ પર્યન્ત શ્રેષ્ઠ શ્રીમત આપતા રહ્યા છે. આમ યોગ, સ્વર્ણતા અને નારી સંભાન જેવી પ્રવર્તમાન સમયની આવશ્યકતાઓ તો આ બ્રાહ્મણ પરિવારને ગળથૂથીમાંથી જ પ્રાપ્ત થઈ છે.

નીજ આત્માના અસલ સ્વરૂપને જ્ઞાનના પ્રકાશ વડે પારખવાનું કામ અહીં અગ્રસ્થાને છે. 'હું એક આત્મા છું.' એવી અનુભૂતિ અંતરમનમાં પ્રગટ થાય તો જ જીવનમાં આદ્યાત્મિક ઉજાસ પથરાય. જ્યોતિબિંદુ સ્વરૂપ, શાંત સ્વરૂપ અને પરમદ્યામ નિવાસી આત્માની સાચી ઓળખથી જ શિવપિતા પરમાત્મા પાસે સહજ રાજ્યોગ દ્વારા પહોંચી શકાય છે. સ્વ આત્મા સાથેની પાકી મૈત્રી થકી મન શાંત બને છે, દેહભાન છૂટે છે, જીવનમાં સદગુણોનું ઝરણું વહે છે. વિકારોરહિત જીવન માર્ગની દિશા ખુલે છે, આત્મા-આત્મા, ભાઈ-ભાઈનો દ્રષ્ટિકોણ વિકસે છે. આમ, આ ઉપરાંતની અનેક પ્રાપ્તિઓ એ મનુષ્ય કરી શકે છે જેને બાપ-દાદાના જ્ઞાન રત્નો દ્વારા આત્માની જ્યોતને પ્રજ્વલિત કરવાનો સાચી દિશાનો પુરુષાર્થ કર્યો છે.

આજના આ કળિયુગી રાવણ રાજ્યમાં કે જ્યાં સર્વત્ર સ્વાર્થ, અશાંતિ અને અમાનવીય પ્રવૃત્તિઓએ માગ્રા મૂકી હોય ત્યાં 'રણમાં મીઠી વીરડી'ની જેમ સંગમ યુગના સુવર્ણકાળનાં આ સાચા પુરુષાર્થ થકી જ કમળની જેમ નિરામય અને શ્રેષ્ઠ જીવન બનાવી શકાય છે. જે છેવટે સત્યાગી દેવી-દેવતાઓના પદની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.

આજે જગતમાં ગુરુઓ તો ધણા છે, પરંતુ ભગવાનનો સત્ય પરિચય કરાવી મનુષ્ય જીવનને સર્વોત્તમ બનાવવાની દિશાનો અંગળી પકડીને પુરુષાર્થ કરાવે એવા સદગુરુની પ્રાપ્તિ થવી. એ તો સાગરમાંથી મોતી શોધવા જેવું કપડું કામ છે, પરંતુ એક બાપ, શિક્ષક કે સદગુરુ જે ગણો તે, જેના સહારે જીવન નૈયા સૌંપીને નિર્ભય બની જશો તો સમજો અપાર ખુશી તમારા હાથમાં જ છે. નીજ આત્માની સાચી ઓળખ કરાવી પથદર્શક બની રહેનાર બ્રહ્માબાપે આપેલ શિવબાબાની શ્રેષ્ઠ શ્રીમત ઉપર ચાલીને જીવન પરિવર્તન કરવાની આ એક સોનેરી તક સાંપડી છે. જેને અલબેલાપણામાં વ્યર્થ ગુમાવવા જેવી નથી.

મનુષ્ય પોતે જ પોતાનો ભાગ્યવિધાતા છે. પ્રવર્તમાન યુગની અનેક સમસ્યાઓ વચ્ચે ભવસાગર તરવા માટેના શિવ પરમાત્માના આ ઊંચામાં ઊંચા જ્ઞાનના સહારે ભાગ્યને પલટાવી શકાય છે. જે મનુષ્ય જેટલો પુરુષાર્થ કરે, એટલું એ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. પરમાત્માની નિરંતર ચાદમાં રહીને સાચા સેવાધારી બની દ્રઢ મનોબળ સાથે પુરુષાર્થ કરનારને જીવનમાં સુખ, શાંતિ, સમૃદ્ધિ, સંસ્કાર, સ્વાસ્થ્ય અને સફળતાની પ્રાપ્તિ અવશ્ય થાય છે અને આ જ જીવનની સર્વોત્તમ પ્રાપ્તિ માટેનો સાચો પુરુષાર્થ છે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥





વલસાડમાં '7 Billion Acts of Goodness' કાર્યક્રમનું ઉદ્ઘાટન કરતાં MP ભાતા ડૉ. કે.સી.પટેલ, ડાંગના BJP પ્રમુખ ભાતા કનુભાઈ, મૌલાના અધ્યક્ષ અંગીર, પ્ર.કુ. રામપ્રકાશભાઈ તથા પ્ર.કુ. રંજનબેન.



ગાંધીનગરમાં ગુજરાત વિધાનસભાના નવનિયુક્ત અધ્યક્ષ ભાતા ગણપતભાઈ વસાવાને શુભેચ્છા આપતાં પ્ર.કુ. કૈલાસબેન.



'7 Billion Acts of Goodness' કાર્યક્રમમાં પ્રતિભાવ આપતાં માણીયા-હાટીનાની તિરનાર શાળાનાં આચાર્ય ભાતા અશોકભાઈ, સાચે પ્ર.કુ. મીતાબેન.



ખંભાતમાં '7 Billion Acts of Goodness' કાર્યક્રમમાં લાયોનેસ કલબનાં પ્રમુખ સ્નેહલબેન, લાયન્સ કલબનાં પ્રમુખ ડૉ. સી.કે. પ્રભુભાઈ, MLA ભાતા સંજયભાઈ, ભાતા રામપ્રકાશભાઈ તથા પ્ર.કુ. કિરણબેન.



કેશોદમાં 'યાત્રા ખુશનુમા જીવન તરફ' કાર્યક્રમમાં પ્રતિભાવ આપતાં ડૉ. ગાજેરાભાઈ, લાદુગાર ચિરાગભાઈ, યોગાચાર્ય દુષ્યંતભાઈ, પ્ર.કુ. સવિતાબેન તથા પ્ર.કુ. રંપાબેન.



નવસારી જીવલા ન્યાયાલયમાં '7 Billion Acts of Goodness' યોજનાની માહિતી આપતાં પ્ર.કુ. ભાનુબેન, પ્ર.કુ. ગીતાબેન



અમદાવાદ ગુજરાત યુનિવર્સિટીના VC ડૉ.એમ.એન.પટેલ અને પ્રોફેસરોને '7 Billion Acts of Goodness' ની માહિતી આપતાં પ્ર.કુ. જયશ્રીબેન, પ્ર.કુ. સુનિતાબેન તથા પ્ર.કુ. પાયલબેન.



છોટાઉદેપુરમાં ઝાનચાર્યા બાદ નગરપાલિકા પ્રમુખ અવ્યાબેન શાહ, ચીફ ઓફિસર કુમારી નીતાબેન, કોર્પોરેટર નેહાબેન સાચે પ્ર.કુ. મોનિકાબેન.



અમદાવાદ સુખશાંતિ ભવનમાં 'સ્મૃતિ દિવસે' સર્વધર્મ સ્નેહભિલનમાં રાજ્યોભિની સરલાદીદી, સ્વામી શ્રી સંવિત ચૈતન્યજી (સન્યાસ આશ્રમ), ભગ્નાની આરેફા પરવીન અને ફાતીમા તન્બીર (જમાઅતે ઈરલામ હિન્દ) તથા ફાધર જોસેફ અપાઉ (કારીયા સોશીયલ સર્વિસ). સ્વામી શ્રી સંવિત ચૈતન્યજીનું સન્માન કરતા સરલાદીદી.



મહિનગાર ચુપ સેવાકેન્દ્રોની સંગાઠિત ભણીનું ઉદ્ઘાટન કરતાં રાજ્યોભિની સરલાદીદી, રાધે ઉપવનનાં ઓંનર ભાતા ધરમશીભાઈ, પ્ર.કુ. રાણીબેન તથા બ્રહ્માવલ્સો.



USA લોસ એન્જેલસમાં કોન્સ્યુલેટ જનરલ પાર્કિસ્ટાન ભાતા હમીદ અસગારખાન તથા વિવિધ ધર્મોનાં નેતાઓ સાથે પ્ર.કુ. ગીતાબેન તથા પ્ર.કુ. હેમાબેન.