

Gyan Amrit

ਗਿਆਨ ਅਮਰਿਤ



Vol.8 - Issue 7
July 2015
Retail Price 10/-



ਰਾਜਯੋਗਿਨੀ ਦੀਪੀ ਮਨਮੌਹਿਨੀ
ਸਮੁਤਿ ਦਿਵਸ - 28 ਜੁਲਾਈ 1963





નવસારીમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' રાજ્યોગનું મહત્વ બતાવતાં ખ્ર.કુ. ગીતાબેન, પર્યાવરણ મંત્રી શ્રી મંગુલાર્થ પટેલ, ખ્ર.કુ. ભાનુભેન.



અમદાવાદ કુલેનગરામાં 'વિશ્વ યોગ દિવસ' કાર્યક્રમમાં ખ્ર.કુ. નીતાબેન, ડૉ. મૂકેશભાઈ, MLA ડૉ. નિર્મલા વાધવાની, ડૉ. સુનીલભાઈ.



સુરત સરસાણામાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' મેયર ભાતા નિરંજનભાઈ ગંગમેરાને 'હીલીગ રાજ્યોગા'નું પોસ્ટર આપતાં ખ્ર.કુ. ફાલુનીભેન.



કલોલમાં ૨૧ જુન 'વિશ્વ યોગ દિવસે' ઈશ્વરીય સંદેશ આપતાં ખ્ર.કુ. અરણાબેન સાથે ખ્ર.કુ. કીર્તિભેન.



વલસાડમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસ' કાર્યક્રમમાં મેયર સોનલભેન, ભગીની વિમળાભેન, ખ્ર.કુ. રંજનભેન, MLA ભરતભાઈ તથા ખ્ર.કુ. રામનાથભાઈ.



કેશોદમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસ' કાર્યક્રમમાં ખ્ર.કુ. રાપાભેન, કેદ્યુટી કલેક્ટર ભગીની મીતાભેન, MLA અરવિંદભાઈ, આચાર્ય રમાભેન.



ધનપુરામાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' કાર્યક્રમમાં ખ્ર.કુ. મનીષાભેન, ખ્ર.કુ. હીરિશભાઈ, પ્રમુખ લાયન્સ કલબ આર.ડી.પટેલ, યોગા ટ્રેનર શૈલેશભાઈ.



ગાંધીનગર સેક્ટર-૩ દ્વારા ૨૧ જુન 'વિશ્વ યોગ દિવસે' રેલી દ્વારા રાજ્યોગનો સંદેશ આપતાં ખ્ર.કુ. સુનીતાભેન તથા પ્રક્ષાવત્સો.



Gyan Amrit

શાળામૃત

વર્ષ ૮

જુલાઈ-૨૦૧૫

અંક : ૭

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખ્યપત્ર

અગ્રણીય

- ગૃહસ્થ વ્યવહાર અને ઈશ્વરીય વ્યવહારતંત્રી સ્થાનેથી04
- તીવ્ર પુરુષાર્થીની ચાચાનાબી.કે. ચંદ્રવદન ચોકસી07
- જીવન સંદ્યાબ્ર.કુ. ભારતીદીટી11
- યોગ વિયોગબી.કે. ગોવિંદભાઈ12
- યોગી જીવનબી. કે. મહેશ13
- યોગની પરિભાષાબ્ર.કુ. કાંતિભાઈ ઠક્કર16
- યૌગિક ખેતીબી.કે. લીલાબેન17
- યોગનું ધૈશ્વિકરણબ્ર.કુ. બકાભાઈ18
- યોગ-પ્રયોગબી.કે. કરમશીભાઈ20
- અનુભવ-જીવનશૈલીનું પરિવર્તનબી.કે. ફાલ્ગુની22
- રંગાઈ જા(ને) રાજ્યોગમાંબી.કે. કિશોર23
- યોગના પ્રયોગ હારા સિદ્ધિસ્તવરૂપ24
- બીજરૂપ સ્થિતિ26
- સુખી થવા સજજ થાઓભાતા. વિજય ભાટકર28
- સમર્પિત આત્માઓની ઓળખ30
- કામ, ક્રોધ નર્કના હારબી.કે. મધુબેન32

લવાજમના નવા દર

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	રૂ.	૧૦૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૨૦૦૦.૦૦
ઇંડિયન 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 : ફાનામૃત

જી-૨, ૨૨, શિવમ એપાર્ટમેન્ટ,
નવા વાડજ, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩.

Phone : 079 - 27621551

મુદ્રક : રાજ્યોગિની સરલાદીટી

પ્રકાશક : બ્રહ્માકુમારી ઉષાબેન

સ્થાનિક સેવાકેન્દ્ર

આવશ્યક નોંધ

લવાજમની રકમનો ડ્રાફ્ટ નીચેના નામે લખશો.

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય (ગુજરાતી ફાનામૃત)

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

ગુજરાત ઝોન મુખ્યાલય :

બ્રહ્માકુમારીઝ, સુખશાંતિ ભવન, ગામડીવાળા ડેરી સામે,
ભુવાની પાર્ક રોડ, કાંકરિયા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૨૨.

Phone : 079 - 25324160, 25324460, 25324660

પ્રકાશન સ્થળ :

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

Phone : 079 - 25431676

Email : gyanamrit.guj@gmail.com, maninagar.amd@bkivv.org

તંત્રી સ્થાનેથી

ગૃહસ્થ વ્યવહાર અને ઈશ્વરીય વ્યવહાર

જ્યારે આપણે ઈશ્વરીય જ્ઞાન અને રાજ્યોગનું શિક્ષાણ મેળવીને એક વિદ્યાર્થી તરીકે એમાં ઊડા ઉત્તરતા જઈએ છીએ તેમ તેમ પરમાત્માના મહાન જ્ઞાનની ગાણિમા સમજાતી જાય છે. મારા માનસપટમાં એક છાપ સ્પષ્ટ છે કે માત્ર બાબાના જ્ઞાનમાં જ સવર્ગી સંપૂર્ણતા, ભરપૂરતા, શ્રેષ્ઠતા છે. જેનો દુનિયામાં ક્યાંયે પણ જોટો જડવો મુશ્કેલ છે. અથ થી ઈતિ, એ ટુ ઝેડ અને ટોપ ટુ બોટમ - જે શાણ્દોમાં કહેવું હોય તે કહી શકાય. આપણે સૌ બ્રહ્માવત્સો પદ્માપદ્મ ભાગ્યશાળી છીએ. સ્વયં પરમાત્માએ શોદેલાં એવાં આપણે સૌ આણમોલ રલ્યો છીએ. માળાના છેલ્લા મણાકા સુધી એની મહાનતા છે.

અદ્યાત્મ, ધર્મ, સત્સંગ, સાધના, તપ, સન્યાસ જેવા શાણ્દોની આંટીઘૂંઠીઓ સમજવી જ્યારે કપરી હતી. ભારેખમ શાણ્દો અને શાસ્ત્રોની વાતોથી એને એવા વાદા સભાવવામાં આવ્યા હતા કે સામાન્ય માણસ તો તે તરફ ડગ માંડી શકતો નહોતો. મીઠા બાબાએ ઉપરોક્ત સૌ વાતોને એટલી સરળતાથી, એટલી સહજતાથી અને આ બાલવૃદ્ધ સુધી સૌ માટે એટલી સરળ અને હળવી બનાવી દીધી કે જાણે કરોડો રૂપિયાની લોટરી લાગી હોય એનાથી પણ અનેક ગણા આનંદથી આત્માઓ પરમાત્માના અધણી બની ગયા. પ્રજાપિતા બ્રહ્મા, માતેશ્વરી જગંબા સરસ્વતીજી તેમજ એવાં મહાન આદિ રલ્યોને પરમાત્માએ આદર્શ ઉદાહરણ તરીકે ચૈતન્ય સ્વરૂપમાં રજૂ કર્યા. જેથી કથની અને કરણી સમાન બની શકે. પુરુષાર્થની પ્રેરણા મળી શકે.

ઈશ્વરીય સંતાન બનતાં મરજ્જવા જન્મ થયો. જ્ઞાન મળ્યું તે પહેલાંની વાતો ભૂતકાળ બનીને

ભૂલાવા લાગી. સ્વભાવ, સંસ્કાર, આચારવિચાર, દિનચર્યામાં કાંતિકારી પરિવર્તનો આવ્યાં. બ્રહ્માવત્સ તરીકેનું જીવન સ્વાભાવિક જીવન બનવા લાગ્યું. જળ વિના માછલી જીવી ના શકે તેમ બ્રહ્માવત્સો જ્ઞાનવારિ વિના રહી ના શકે તેવી પરિસ્થિતિ થઈ. આ છે ઈશ્વરીય જ્ઞાનનો ચમત્કાર. જેને પ્રારંભમાં લોકો જાદુનું નામ આપતાં હતાં.

છે આપણે ઘર ગૃહસ્થમાં રહીને કમલપુષ્પ સમાન પવિત્ર જીવન જીવનાર ગૃહસ્થી છીએ. તો જ્ઞાનના સંબંધને લીધે ઈશ્વરીય વ્યવહાર સાથે જોડાયેલા છીએ. મીઠા બાબાએ આપણાને કેટલી મહાન શીખ આપી છે તે જોઈએ !

બાબા કહે છે, “સર્વ બાળકોને શરીર નિવાહ અને આત્મનિવાહની ડબલ સેવા મળેલી છે, પણ બંનેય સેવાઓમાં સમયનું, શક્તિઓનું સમાન એટેન્શન (દ્વારા) જોઈએ. જે શ્રીમતનો કાંટો બરાબર છે તો બંને બાજુ સમાન હશે. પણ ગૃહસ્થ શાણ બોલો છો તો ગૃહસ્થી બની જાઓ છો. તેથી બહાનાંબાજુ શરૂ થઈ જાય છે. એટલે ગૃહસ્થી નહીં ટ્રસ્ટી છો. આ સ્મૃતિથી ગૃહસ્થ વ્યવહાર અને ઈશ્વરીય વ્યવહાર બંનેમાં સમાનતા રાખો તો સદા હળવા અને સફળ રહેશો.”

જે બ્રહ્માવત્સો બાબાની ઉપરોક્ત શીખને આચ્યોજનપૂર્વક, નિષ્ઠાપૂર્વક, શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ તેમજ દૃઢતાથી અમલમાં મૂકે છે. તેઓનું જીવન દિવ્ય ગુણોના ગુલદસ્તાથી મહેકતું બને છે. તેઓ અનેક આત્માઓ માટે પ્રેરણારૂપ બને છે.

ગૃહસ્થ વ્યવહાર અને ઈશ્વરીય વ્યવહારને સુચારુ રીતે ચલાવવા આપણે આચ્યોજન કરીએ.

દિનચર્ચા : આપણી દિનચર્ચા શ્રીમત અનુસારની હોય. કેટલાક કિસ્સાઓમાં નોકરી, વ્યવસાયના કાર્યમાં સમયની વિભિન્નતા હોય ત્યારે વિવેકપૂર્વકનું આયોજન કરીએ. જેમાં બંનેની સમતુલા જળવાઈ શકે. પરિવારના સભ્યોના સહકારથી આ શક્ય બને. આવશ્યકતા અનુસાર સમયનું એવું સેટોંગ કરીએ જેથી બંને કાર્યો સરળતાથી પાર પડે.

શક્તિ : આપણાં તન, મન, ધન, સાધનો વગેરે બાબાની સેવામાં સક્રાન થાય. સાથે સાથે પરિવારની જવાબદારીને પણ નિભાવીએ. બાબાએ ગૃહસ્થીને બદલે ટ્રસ્ટીની વાત કહી છે તે ઘણી ગહન અને સૂચક છે. આપણો ગૃહસ્થાશ્રમ હ્યે આપણો નથી પણ બાબાનો છે. આપણે તો માત્ર ટ્રસ્ટી બનીને સેવાકેન્દ્રની જેમ ગૃહસ્થ-વ્યવહાર નિભાવવાનો છે. આપણે જે કંઈ ખાઈએ છીએ, પીએ છીએ, સાધનો, સંપત્તિનો ઉપયોગ કરીએ છીએ તે બાબાની છે. આપણે તો માત્ર ટ્રસ્ટી છીએ. ટ્રસ્ટી એટલે ઈશ્વરીય મર્યાદાની વિરુદ્ધ કોઈ ખર્ચ ના થાય. બ્રહ્માબાબાએ આપણાને ટ્રસ્ટીશીપનું શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું છે. સૌ નંબરવાર, પુરુષાર્થ અનુસાર ટ્રસ્ટીશીપની ભાવનાને નિભાવે છે.

ઈશ્વરીય સેવા : ક્યારેક ગૃહસ્થજીવનના પ્રસંગોમાં રજાઓ લઈને તેને નિભાવીએ છીએ. તે રીતે કેટલાક બ્રહ્માવત્સો ઈશ્વરીય સેવા માટે રજાઓ પણ લે છે. સેવાના કાર્યમાં આપણો સહયોગ અવશ્ય હોવો જોઈએ. તે રીતે પરિવારના સભ્યોની માંદગી, પ્રવાસ, પ્રસંગો વખતે પણ એટલા જ પ્રેમથી તેને જ્યાય આપીએ. બંને પત્લાંની સમતુલા જળવાશે, તો અસંતોષની ભાવના જન્મશે નહીં.

સર્વાંગી વિકાસ : પરિવારના સર્વાંગી વિકાસ માટે પુરુષાર્થ જરૂરી છે. બાળકોનાં શિક્ષણ,

ઘડતર, તાલીમ તેમજ તેને લગતી ફરજો તર્ભ્યતાથી નિભાવીએ. જો એમના તરફ બેદરકાર રહીશું, તો એમને સંસ્થા પ્રત્યે, બાબાના જ્ઞાન પ્રત્યે નારાજગી જન્મશે. તેથી આવી ફરજો પ્રસંન્નતાથી નિભાવીએ. તે રીતે બાબા ભિલન, સેવાના કાર્યક્રમો, ભણી વગેરેની જે સેવાઓ છે તે આપણા સર્વાંગી વિકાસ માટે, આધ્યાત્મિક ઉત્થાન માટે છે. તેનું પણ અગાઉથી આયોજન કરીને વાહનવ્યવહાર, સાધનો, સુવિધાઓનું દ્યાન રાખીએ. આત્માની બેટરીને ચાર્જ કરે તેવી તક ગુમાવીએ નહીં.

સંબંધો - સંપર્કો : આપણા સંપર્ક, સંબંધમાં વિશિષ્ટ પ્રતિભાઓ હોય છે. આપણા પરિવારના કાર્યો માટે આપણે એમનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. તે રીતે સેવાકેન્દ્ર, યજા, ઈશ્વરીય સેવા માટે ભિન્ન ભિન્ન કાર્યોમાં વિશિષ્ટ પ્રતિભાઓના સહયોગની જરૂર પડે છે. ત્યારે આપણે જ્યાં જરૂરી જણાય ત્યાં શ્રીમતપૂર્વક માર્ગદર્શન મેળવી એમના પદ, પ્રતિષ્ઠા, સત્તાનો ઈશ્વરીય કાર્યમાં ઉપયોગ કરીને એમને બાબાના બાળક બનાવીએ યા સેવાકેન્દ્રની નજુક લાવીએ. તો તેનાથી તેવા આત્માઓનું પણ કલ્યાણ થાય છે. બાબાનાં ભવનોના નિર્માણમાં ભિન્ન ભિન્ન યોગ્યતાઓ ધરાવતી પ્રતિભાઓ સહયોગી બનીને શ્રેષ્ઠ જીવનના રાહ પર ચાલવા લાગી છે.

એટેન્શન (દ્યાન) : આપણે જ્યારે ગૃહસ્થ આશ્રમ અને ઈશ્વરીય વ્યવહાર સાથે જોડાયેલા છીએ ત્યારે આપણે પણ એક વિશિષ્ટ પ્રતિભા છીએ. આપણો સમય મૂલ્યવાન છે. આપણે ડાયરી બનાવીને લૌકિક-અલૌકિક કાર્યોની નોંધ રાખીએ. જેથી તેને સમયસર પૂર્ણ કરી શકીએ.

આપણે લૌકિક-અલૌકિક જે પણ જવાબદારીઓ સ્વીકારી હોય તેને સમયસર, યોગ્ય સ્વરૂપમાં, સફળતાથી પૂર્ણ કરીએ. આપણે

કોઈપણ બહાનાબાજુ કરીને જવાબદારીથી છટકી ના શકીએ. તેવું જો બને, તો આપણા વ્યક્તિત્વ ઉપર તેની અસર થાય. તેથી આપણી ક્ષમતા, શક્તિ, સમય વગેરેનો કચાસ કાઢીને જવાબદારી સ્વીકારીએ. સ્પષ્ટવક્તા બનવું પણ જરૂરી છે. તેથી વિશ્વસનીયતાનું વાતાવરણ બને.

દિવ્યજીવન : આપણે ગૃહસ્થાશ્રમી બાળકો સમાજને દિવ્યજીવનની પ્રેરણા આપવા માટે નિમિત બન્યાં છીએ. તેથી આપણા મુખારવિંદ અને વ્યવહારમાં દિવ્યતાની જલક દેખાવી જોઈએ.

તે રીતે નોકરી, વ્યવસાય કે કાર્યક્ષેપના સ્થળે ગુણવાન, ચારિભ્રવાન, નિષ્ઠાવાન તરીકેની છાપ હોવી જોઈએ તેવું આચરण હોવું જોઈએ. જ્યાં કથની અને કરણી સમાન હશે, ત્યાં દિવ્યતાનો પ્રભાવ અચ્યુત પડશે.

તો બાબાએ આપણને ગૃહસ્થ વ્યવહાર અને ઈશ્વરીય વ્યવહારની સમતુલાની જે પ્રેરણા આપી છે તેને ચથાર્થ સ્વરૂપમાં સાકાર કરીએ એજ શુભકામના. ॥ॐ શાંતિ॥

- વ્ર. કુ. કાલિદાસ



(પેજ નં. ૧૦નું અનુસંધાન)

અનેક આત્માઓના દુઃખ, દર્દ, પીડા, વેદનામાં સહાયક બનાવનારી વિહેંગ માર્ગની આ મનસા સેવા ઊંચ પદની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.

આ માટે સતત જાગૃતિ (અટેન્શન) ન હોય તો આકાશમાં ઊડતો પતંગ કપાઈને ભોંચ પર પટકાય છે, તેમ સાધક ઊતરતી કલાની ભૂમિ પર પટકાઈને - ફિલીંગવશ ફેલ થયા કરે છે.

પોતાના પુરુષાર્થી જીવનમાં સંતુષ્ટિનો ભાવ પેદા થતો ન હોય તો તીવ્ર પુરુષાર્થી કહી શકાય નહીં. માન-શાનની અપેક્ષા, સ્વભાવ, સંસ્કારના ઘર્ષણ, સૂક્ષ્મ ઈંગોને કારણ સંબંધ - સંપર્ક અને સેવાક્ષેપમાં થતી નારાજી, માયાનો સૂક્ષ્મ અવરોધ યા પ્રહારો તીવ્ર પુરુષાર્થીના માર્ગમાં પરીક્ષાઓ છે. તીવ્ર પુરુષાર્થી સદા પ્રસંગચિત, સદા સંતુષ્ટ અને પ્રશ્નોથી પરે સ્થિતિનો આનંદ અનુભવતો હોય છે. તેને કોઈને માટે કમ્પલેઇન હોતી નથી.

તીવ્ર પુરુષાર્થી અર્થાત દિયલ રાજ્યોગી જીવન માટે અવ્યક્ત બાપદાદા એ આપેલ ત્રણ અમૂલ્ય શીખ

(૧) અપને કો ઈસ પુરાની દેહ ઔર દુનિયા મેછેમાન સમજો.

(૨) સંકલ્પ ઔર કર્મ મેં મહાન અંતર કો બુદ્ધિ મેં રખો.

(૩) બાપ ઔર હર આત્મા કે ગુણ વા શ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય કી મહિમા કરતે રહો.

મહેમાન, મહાન અંતર અને મહિમા.

મહેમાન સમજવાથી મમત્વ (મારાપણું) મટી જશે. મહાન અંતર ને સમજુ લેવાથી દેહઅભિમાન કે કોદના અંશ-વંશ વિદાય લેશે. દરેકની મહિમા કરવાથી સ્વભાવ સંસ્કારના ઘર્ષણ કે ફીલીંગ વશ નહીં થવાય.

આ પ્રણે સ્મૃતિથી તીવ્ર પુરુષાર્થની રફતાર નિર્વિઘ્ન રહેશે. જેને પણ જુઓ, સ્મૃતિમાં રહે કે આ આત્મા સત્યાંગી ચૈતન્યદેવી અને દ્વાપરની પૂજ્ય મૂર્તિ હતી તો તેના પ્રતિ દૃષ્ટિ કદાપિ અપવિશ નહિં બને.

॥ ઓમશાંતિ॥

રાજ્યોગી - તીવ્ર પુરુષાર્થીની યાત્રાના સાત કદમ

બી.કે. ચંદ્રપદન ચોક્સી, આણંદ

માન સરોવરની કથાનું રહુસ્ય

પ્રાચીન કથાઓમાં હિમાલયના ઉત્તુંગ શિખરો પર આવેલ માનસરોવરનો ઉલ્લેખ આવે છે. આ દિવ્ય સરોવરની મહિમા એવી છે કે જે કોઈ ભાગ્યવંત આ સરોવરમાં ર્નાન કરશે તે બહાર નીકળતાં જ પરી બની જશે. વળી, ભગીરથ રાજાએ ઘોર તપસ્યા કરી સ્વર્ગેથી ઉતારેલી પતિત પાવની ગંગા નદીમાં ર્નાન કરવાથી સગરરાજાના સાઠ હ્યાર વંશજોનો મોક્ષ થયો. તેઓએ કરેલાં પાપો ધોવાઈ ગયાં. આ કથામાં શ્રદ્ધા ધરાવતાં શ્રદ્ધાળુઓ આજે પણ ગંગારનાન કરી પાવન બનવા જાય છે ! મૃત્યુની છેલ્લી ઘડીએ ગંગાજળના બે ટીપાં મરનારના મુખમાં પડે તો તેનો મોક્ષ થઈ જાય અથવા સીધા સ્વર્ગ પહોંચી જાય છે. એવી માન્યતા ધરાવતાં શ્રદ્ધાળુઓ ગંગાજળની નાનકડી પેક કરેલી લોટી ખરીદીને ધરમાં આજે પમ રાખે છે !

જન્મોજન્મથી કરેલાં પાપ આટલા શોર્ટકટથી ધોવાઈ જવાની વાત બુદ્ધિ ચલાવતાં માણસોને સ્વીકારવામાં તકલીફ પડે છે. આમ છતાં પરંપરાથી ચાલી આવતી કથાઓ કે ધાર્મિક તહેવારોમાં કોઈને કોઈ ગુણ રહુસ્ય જરૂર સમાયેલું હોય છે. માન સરોવરને સ્થાને જ્ઞાન સરોવર શાબ્દ સમજુ લઈએ તો રહુસ્ય ખોલવાની ચાવી હાથવગી થઈ શકે. જ્ઞાનરૂપી સરોવરમાં જે કોઈ આત્મા ર્નાન કરતો રહે તેની મનોવૃત્તિ ધીરે ધીરે સંસારના ક્ષુદ્ર આકર્ષણો અને આસક્તિઓથી પરે અર્થાત્ મુક્ત થતી જતી હોય છે. પરીનો અર્થ પરે અર્થાત્ વ્યારા (ડીટેચ) કરવાથી આખું રહુસ્ય ખુલ્લું થઈ જશે.

રાજ્યોગ શા માટે જરૂરી છે ?

અમીર કે ગરીબ, રાજી કે રંક - કોઈપણ મનુષ્યને જુવન નિર્વાહ માટે ત્રણ જ ચીજોની જરૂરિયાત હોય છે. એક ખાવા માટે અણ્ણ, પહેરવા માટે વસ્ત્ર અને રહેવા માટે ઘર. રોટી, કપડાં અને મકાન - આ ત્રણોની પ્રાપ્તિ પછી પણ માનવજીવનમાં બીજુ ચાર ચીજોની આવશ્યકતા રહે છે. એ વિના તેનું જુવન અધૂરું કે નિર્બન્હ રહી જાય છે. આ ચાર ચીજો બજારમાંથી ખરીદી શકાતી નથી, કોઈ કોઈને આપી શકતું નથી. ભલેને કરોડોપતિ હોય, આલીશાન મહેલાતોમાં સાહુબી હોય, સત્તા કે વૈભવનો માલિક હોય - પણ આ ચાર ચીજો નથી તો તે ભિખારી સમાન છે. મંદિરમાં જરૂર મૂર્તિ પાસે ચા ગુરુ પાસે જરૂર તે આ ચાર ચીજોની માંગણી કરે છે. આ ચાર અમૃત્ય રત્નો એ જ તો માનવજીવનની સારી સંપત્તિ છે. ખુશી, શાંતિ, નિર્ઝવાર્થ - નિર્મણ પ્રેમ અને સંતોષ.

જેમ શરીર માટે શ્વાસ કે ઓક્સિજનનું જે મૂલ્ય છે, એવું જ મૂલ્ય આત્મા માટે ખુશી ચા પ્રસંગતાનું છે. ખુશી એ આત્માનું ભોજન છે. ખુશી નથી તો જુવન ખાલી ખાલી છે. જેના ચહેરા પર પ્રસ્ક્રિતાની ચમક હોતી નથી એ ચહેરો લોઈ કોઈ પ્રસંગ થતું નથી. ભલેને મેકઅપ કરો કે અતાર કે પરફુમનો છંટકાવ કરો, પણ અંતરમન ઉદાસ રહેશે. માનવીની બીજી ઝંખના છે - શાંતિની. શાંતિ માટે મનુષ્ય વલખાં મારે છે. સંપત્તિ, સંસાર, સત્તા અને કીર્તિ માટે જુવનભર મથનાર માનવ અંતે શાંતિ શોધે છે. ધરમાં નથી તો બહાર ભટકે છે - હોટેલ, સિનેમા, કલબો અને ડાન્સિંગ બારમાં - મુગજળ માટે ભટકતાં હરણા

જેવી તેની દર્શા હોય છે. શ્રીજી ઘ્યાસ છે - સ્નેહની. હૃદયપૂર્વકના સાચા સ્નેહની. જે માટે તે સંસાર રચે છે. પતિ-પત્ની અને સંતાનોના સંબંધોમાં જુવનભર તે સ્નેહની આકાંક્ષા રાખ્યે લાય છે. અંતે હૃતાશ, ભગ્રાશ, દુઃખી અને વિક્રિક બની તૂટી જાય છે. વિવિધ સંબંધોના અનુભવોને અંતે તેને સંસાર અસાર લાગે છે ! છેતરાચાની વેદનાનો બોજ વેંટારી આખરે વિદાય લે છે.

હૃદયમાં ખુશી, શાંતિ કે સાચા સ્નેહની સરવાણીઓ ફૂટતી ન હોય પણી સંતૃપ્તિ તો થાય જ ક્યાંથી? સંતોષ તો સર્વોપરિ રતન છે. આત્માનો ખજાનો છે. કહેવત છે - ‘સંતોષી નર સદા સુખી.’

સુખ-શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ અને સંતોષ - એ આત્માનું અર્થાત् જુવનનું સૌંદર્ય છે. મંહિરમાં રહેલી રાધા-કૃષ્ણાની, લક્ષ્મી-નારાયણાની, સરસ્વતી કે અંબાજીની મૂર્તિના દર્શન માટે ભક્તો શા માટે દોડે છે ? મૂર્તિના દર્શનમાં અર્થાત્ તેઓ ગદ્ગાદિત અને ધન્ય થઈ જતાં હોય છે. તેમનાં નયનમાંથી અશ્વ સરી પડતાં હોય છે. શા કારણે ? જડ મૂર્તિમાંથી તેમને પ્રસંગતા, શાંતિ, પ્રેમ અને પવિત્રતાની અનુભૂતિ થાય છે. જો જડ મૂર્તિઓ આત્માની આ સંપત્તિની ઝાંખી કરાવી શકતી હોય તો ચૈતન્ય આત્મા સ્વયં આ ચારે ખજાનાઓની પ્રાપ્તિ કરીને કરાવી ના શકે ? દેવી-દેવતાઓની જડ મૂર્તિઓ - એ તો પૂર્વે થઈ ગયેલ ચૈતન્ય દેવાત્માઓની ચાદગાર માત્ર છે - તસ્વીરો યા ચિત્રો છે - છતાં પૂજનીય છે. તેઓએ કચારે, શી રીતે દેવી સંપત્તિની પ્રાપ્તિ કરી હશે ? કોણે કરાવી હશે ? આવા પ્રશ્નો એ રહ્યું અર્થાત् રાજ સુધી લઈ જઈ શકે, કે એ કયો રાજમાર્ગ છે જે જુવનને શ્રેષ્ઠ, દેવીગુણયુક્ત, સભર, સાત્વિક અને ગુલાબના ફૂલ સમાન મધ્યમધ્યતું બનાવી શકે છે.

રાજ્યોગ - અન્ય યોગમાર્ગથી શ્રેષ્ઠ શા માટે ?

આસન અને પ્રાણાચામ શરીરનું સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરાવે છે. મનનું સ્વાસ્થ્ય, સંબંધોની મધ્યરતા, જુવનને શ્રેષ્ઠ અને સાર્વક બનાવતા સદગુણોની પ્રાપ્તિ અને જન્મોજન્મના પાપકર્મોને ભર્મ કરવાની વિદ્યા શીખવી આત્માને પુણ્યાત્મા બનાવી શકે એને રાજ્યોગ કહે છે. રાજ અર્થાત् રહ્યસ્થથી સભર અને શ્રેષ્ઠ દેવતાઈ પદે પહોંચાડનાર, રાજસ્ત્વી પદ પ્રાપ્ત કરાવે તેવો યોગ. આત્માનું પરમચેતના સાથે સાક્ષીદ્ય (મિલન) પ્રાપ્ત કરાવી આપે એ છે રાજ્યોગ. રસાયણ શાસ્ત્રમાં બે તત્ત્વોનાં સંયોજન માત્રથી ચમલ્કાર પેદા થવાના કેટ કેટલા ઉદાહરણો છે ! હાઈન્ડ્રોજન.... અને ઓક્સિજન.... નામના બે વાયુ ભેગા થતાં જ પાણીમાં રૂપાંતર થાય છે.... NA + CL નામના બે તત્ત્વોનું સાક્ષીદ્ય 'નમક'માં પરિણામે છે. આત્મા... અને પરમચેતના.... નું જોડાણ કેવો ચમલ્કાર પ્રગાટ કરે છે ! - નરમાં દેવત્વ પ્રગટાવી નારાયણ સ્વરૂપ અર્થાત્ દેવપદની પ્રાપ્તિ કરાવતા રાજ્યોગથી અભાગ રહીએ તો જન્મોજન્મના શ્રેષ્ઠ ભાગથી વંચિત જ રહી જવાય કે નહિ ?

રાજ્યોગ શીખતાં પૂર્વેના સાત જ્ઞાન બિંદુઓ

પ્રત્યેક જિજ્ઞાસુને રાજ્યોગની સમજ આપતાં પૂર્વે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનના સાત પાઠ શીખવાના હોય છે. (૧) આત્મા વિશે. જેમાં મારા આ દેહ અને ઈન્દ્રિયોને ચલાવવનાર માલિક - જે દિવસભર સદા 'હું' બોલે છે - પણ જોઈ શકાતો નથી - એ ચેતન તત્ત્વ વિશેનું જ્ઞાન. ગીતા જ્ઞાન મુજબ આ આત્મા અદ્રશ્ય, અવ્યક્ત, અસ્પર્શ્ય, અજર, અમર, નિત્ય, શાશ્વત અને અવિનાશી છે. દેહ તો વિનાશી છે. સ્વયમ્ભના સત્ય સ્વરૂપને જાળવાનો પ્રથમ પાઠ. (૨) સર્વ આત્માઓના

પરમપિતા - સુપ્રિમ ગોડ ફાધર વિશે. સર્વ ધર્મના એક ઈશ્વર, અલ્લાહ યા પરમાત્મા કોણ ? તેઓનું સ્વરૂપ કેવું છે ? ક્યાં રહે છે ? કર્તવ્ય કયું કરે છે ? જ્ઞાન દાતા, સુખ-શાંતિ-આનંદ-પ્રેમના સાગર, સદગુણો અને દિવ્યશક્તિઓના ભંડાર એવા પરમાત્મા સાથે મિલન શી રીતે થાય? (૩) તેમના સાંભિદ્યથી પ્રાપ્તિ શી થઈ શકે ? એ પછીના પાઠ આધ્યાત્મિક જ્ઞાનના ગુણ રહુસ્યોનું ઉદ્ઘાટન કરે છે. (૪) જેમ કે સૃષ્ટિઝી રંગમંચ પર જન્મોજન્મથી નિરંતર ચાલતા વિશ્વનાટક તથા તેમાં સત્યાગ્રથી કળિયુગ પર્યન્ત આત્માઓના પાર્ટ વિશે (૫) આત્માઓની સતોપ્રદાન પાવન સ્થિતિથી આરંભ થઈ તમોપ્રદાન - પતિત અવરથા સુધીની ઉત્થાન અને પતનની ગાથા (૬) પરમાત્માના અવતરણ અને દિવ્ય કર્તવ્યનું ગુણ રહુસ્ય તથા (૭) કર્મ અને ફળના ગુણ રહુસ્યો વિશે જે જ્ઞાન સાંભળવા મળે છે તે કદી કોઈ પયાંબર યા ધર્માત્મા પાસેથી સાંભળવા મળ્યું નથી. એવી પ્રતીતિ થયા વિના રહે નહિ. જ્ઞાન સાગર પરમપિતા પરમાત્મા સ્વર્યાં આ સર્વ રહુસ્યો બ્રહ્મામુખ દ્વારા પ્રગટ કરે છે - એ નિશ્ચય થયા પછી જ જ્ઞાનપિપાસુ આત્માઓની યાત્રા અર્થાત્ રાજ્યોગીના પુરુષાર્થની સદ્ગતિના પંથે પ્રયાણ કરતી યાત્રા બને છે.

આ સૃષ્ટિઝી રંગમંચ પર આપણે સૌ પાર્ટદારી છીએ, એ રીતે પરમાત્માનો પણ પાર્ટ પણાહોય કે નહીં ? જ્ઞાન ના સાગર, પતિત પાવન, દુઃખહર્તા, સુખહર્તા, વિશ્વ કલ્યાણકારી, સર્વના રક્ષક - તારણહાર વગેરે વિશેષણો તેઓને લાગુ પડતાં હોય તો એવાં કર્તવ્યો તેઓએ અગાઉ કર્યા હોય એને સમય આવ્યે ફરી કરવાનાં હોય ને ?

આ વાતની પુષ્ટિ શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના જ્લોકમાં મળે છે - 'જ્યારે જ્યારે અતિ ધર્મ ગલાનિ થાય છે, ત્યારે સત્યધર્મની સ્થાપના માટે અને

પાપાત્માઓના વિનાશ અર્થે હું અવતરિત થાઉં છું.' આ વચન અનુસાર જ્ઞાનસાગર પરમાત્માએ શિક્ષક સ્વરૂપે આધ્યાત્મિક જ્ઞાન આપીને, રાજ્યોગનો માર્ગ શીખવીને, તથા તમોપ્રદાન કળિયુગી સૃષ્ટિનો વિલય કરીને નૂતન દિવ્ય સૃષ્ટિનું સર્જન કરવાનું કર્તવ્ય કરવું પડે. જે કર્તવ્ય ગુપ્ત રીતે ચાલી રહ્યું છે.

હવે વાત કરવાની છે તીવ્ર પુરુષાર્થ માટેના સાત કદમ વિશેની.

જ્ઞાનના સાત લેશનાનું રસપૂર્વક શ્રવણ કરીને, કે રોજ પરમાત્માના મહિબાક્યો સાંભળીને જ્ઞાની જરૂર કહેવડાવી શકાય. પણ જ્ઞાન સ્વરૂપ અર્થાત્ પરમાત્માએ આપેલ જ્ઞાનને હર સંકલ્પ, બોલ અને કર્મમાં ધારણ કરવું. સ્વભાવ, સંસ્કાર અને વ્યવહારમાંથી જ્ઞાન પ્રત્યક્ષ થાય, જ્ઞાનની સ્થિતિનો અન્યને અનુભવ કરાવી શકીએ. સ્નેહ, સમાધાન, ક્ષમા અને દૃષ્ટિ-વૃત્તિમાં રૂહાનિયતના દર્શન થાય એ છે જ્ઞાન સ્વરૂપ પરિસ્થિતિ, દરેક પરિસ્થિતિમાં સ્થિર રહે, દ્યાન કે યોગમાં બેસવું એ સફળ છે. અમૃતવેળાએ પણ ઊઠી જઈ યોગમાં બેસવું પણ પ્રયત્ન સાધ્ય છે. પરંતુ પરમાત્મા સાથે આપણું જોડાણ થવું એ અલગ વાત છે. સાજન-સાજનીનું મિલન દુન્યાવી ભાવ કે સ્થાન ભુલાવી દે છે. એવી એકરસ સ્થિતિ, લવલીન અવરથા અને ભરપૂર બન્યાની અનુભૂતિ થાય ત્યારે જોડાણ થયું એમ આત્માઓની યાત્રા, રાજ્યોગી પુરુષાર્થની સદ્ગતિના પંથે પ્રયાણ કરતી યાત્રા બને છે.

તીવ્ર પુરુષાર્થ માટેના સાત કદમ :

(૧) સમર્થ સ્મૃતિ : હું આત્મા, શાંત સ્વરૂપ, પવિત્ર સ્વરૂપ છું, સત્યાગ્રહ દિવ્ય પાર્ટદારી, પરમાત્મા પિતાનું સંતાન છું... આ સંકલ્પો જ્ઞાન બિંદુઓ છે. એના રટણ માત્રથી, જ્ઞાનની સ્મૃતિ કે

સંગીતથી એકરસ, લવલીન સ્થિતિ બની નથી જતી. એ માટે સ્મૃતિમાં સામર્થ્ય જોઈએ... બુદ્ધિની લગન જોઈએ. મનની એકાગ્રતા જોઈએ. સંબંધોની અનુભૂતિ જોઈએ. કેવળ સ્મૃતિ પર્યાપ્ત નથી.

(૨) જ્યાં સુધી નિશ્ચયબુદ્ધિ યા સમર્પિત ભાવ પ્રગટે નહિ ત્યાં સુધી દૃષ્ટિમાં દિવ્યતા યા અલોકિકા પ્રગટ થતી નથી. તીવ્ર પુરુષાર્થની દૃષ્ટિ અર્થાત્ પવિત્ર અને આભિક હોય. સમભાવ હોય. ન લગાવ, ન ગુજાવ, ન પક્ષપાત. સર્વપ્રતિ આત્મીય હોવાની, અપનાપનની ભાવના અને વ્યવહાર હોય. કોઈ પ્રતિ વિશેષભાવ, કોઈ પ્રતિ ઉપેક્ષા - એ તીવ્ર પુરુષાર્થીના લક્ષણ નથી.

(૩) વૃત્તિમાં વિલપાવર હોય, વૃત્તિ ચંચલ યા અસ્થિર ન બને, કોઈપણ પરિસ્થિતિ હલચલ પેદા ન કરે. માન-હાનિ, જ્યા-પરાજ્ય, યશ-અપયશ, સફળતા-નિષ્ફળતા કે પ્રકૃતિ દ્વારા થતી પરેશાનીમાં પણ અચલ, અડોલ, નિર્મલ, નિશ્ચિત અને ઉપરામ યા પ્રસન્ન રહી શકે એવો વિલપાવર. એવી વૃત્તિ દ્વારા શાંતિ, પ્રેમ, આનંદ અને પવિત્રતાનું વાતાવરણ આસપાસ, દૂર-સુદૂર પર્યાત સર્જય છે. અગર વૃત્તિ ચલાયમાન થતી રહે તો એકાગ્રતામાં વિક્ષેપ પડે છે. પરિણામે એકરસ અર્થાત્ પ્રભુપ્રેમની મસ્તીનો રસ ખંડિત થાય છે. વિશ્વાભિત્ર અધિનો અષ્ટરા દ્વારા તપોભંગ- એ ચંચલ વૃત્તિનું ઉદાહરણ છે.

(૪) આભિક સ્વરૂપ યા નિરાકારી અવસ્થામાં રમમાણ થવાનો અભ્યાસ જેને લવલીન અવસ્થા કહીશું. જેમાં આત્મા સ્વધામ અર્થાત્ પરમદ્યામની સોનેરી લાલ પ્રકાશની નિરાકાર દુનિયામાં, પરમાત્માની શીતળ છાગાયાની તેમજ સતોપ્રધાન નિર્મલ સ્થિતિની અનુભૂતિ કરી ભરપૂર બને છે. એવો વારંવારનો અભ્યાસ અર્થાત્ બિંદુ સ્વરૂપ સ્થિતિના

અભ્યાસથી આત્માના જન્મોજન્મના રજો-તમો પ્રધાન સંસ્કારોનું દહન થાય છે. આ સ્થિતિ માટેનું એટેન્શન ઓછું હોવાને કારણે દેહઅભિમાન વશ કામ, કોઇ, લોભ યા દેહધારીઓના સંબંધોના આકર્ષણમાં પુરુષાર્થી લપસી જાય છે. લપસવાની વારંવાર આદત પડ્યા પછી તેનામાં ઊડવાની શક્તિ રહેતી નથી.

(૫) સંગઠન, સંબંધ, સંપર્ક યા વાયુમંડળના પ્રભાવથી જ્યારી (ડીટેચ) અવસ્થા યા ઉપરામ અવસ્થા. તીવ્ર પુરુષાર્થીને માચાવશ થતાં કે પ્રભાવવશ થતાં બચાવે છે. સેકન્ડ સેકન્ડ એટેન્શન, નિરંતર સ્વર્ણતિ, સ્વધામની સ્મૃતિ, ભવિષ્ય દૈવીપદની સ્મૃતિ, પરમાત્મા શિવપિતા દ્વારા મળેલ આદેશ અને સંદેશની સ્મૃતિ, તીવ્રપુરુષાર્થીની યાત્રામાં દોરા પર ખેલ કરતા નટ જેવી સાવધાની માંગી લે છે. ચાટે તો ચાખે અમૃતરસ, ગિરે તો... !

(૬) ફરિશ્તા સ્ટેજની સ્મૃતિ અર્થાત્ જૂના દેહ અને જુની દુનિયાની વિસ્મૃતિની સ્થિતિ. પ્રકાશમય આકાર અર્થાત્ લોહ-માંસ-હંકી વિનાની આકારી, એકદમ હંકી સ્થિતિ, વાદળથી પણ હંકી - ડબલ લાઈટ સ્વરૂપ. ઊડતી કલા અર્થાત્ એક સેકન્ડમાં કર્મની ભૂમિથી ઉપર આકારી દુનિયામાં યાત્રા. આ સ્થિતિ દ્વારા મનસા દ્વારા જેના પ્રતિ શાંતિ, શક્તિ, ખુશી, પ્રેમ, વહાવવા ચાહો, વહાવી શકાય છે.

(૭) દેહ, દેહભાન, દેહના સંબંધો તથા પુરાની દુનિયા - સર્વની વિસ્મૃતિ, બોજમુક્ત (લાઈટ) - પવિત્રતાની લાઈટ, ઉપરામ, સાક્ષી-દૃષ્ટાની સ્થિતિ - આ અવસ્થાને હાઈજંપ યા ઊડતી કલા કહી શકાય. મન-બુદ્ધિ બોજમુક્ત થવાથી વિશ્વભરના આત્માઓ પ્રતિ શુભભાવના દ્વારા શાંતિ, શક્તિ અને ખુશીની લહેરો મોકલી શકે છે. કર્મયોગી કરતાં આ ઊંચી અવસ્થા છે.

(અનુસંધાન પેજ નં. ૦૬ પર)

જીવન સંદ્યા

બ્રહ્માકુમારી ભારતીદીપી, રાજકોટ

માનવજીવન ઈશ્વર તરફથી વિનામૂલ્યે મળેલ મૂલ્યવાન ભેટ છે, ઉપહાર છે, બક્ષીસ છે. દરેક તબક્કામાં જીવનનું મહિંત્વ સમજુ તેની યોગ્ય સંભાળ કરી જીવનચાચાને સફળ બનાવવી તે આપણા સૌની ફરજ છે.

જીવન એ પ્રણ પાનાનું નાનકડું પુસ્તક છે. જીવનરૂપી પુસ્તકના પ્રથમ પાનાનો પહેલો પાઠ એટલે બાળપણ. નિર્દોષ મન, નિખાલસ ભાવ, ચહેરા પર મુસ્કુરાહુટની સાથે હસતા, રમતા, ખેલતા ... મર્સ્તીની સાથે બચપનના પાઠને સૌ કોઈ ખૂબ સારી રીતે ભણી ચાદગાર બનાવે છે. જેમ ઉંગતા સૂર્યના પ્રથમ કિરણો ચારેબાજુ અંધકારને દૂર કરી તાજગીનો અહેસાસ કરાવે છે, જે સુવર્ણપ્રભાતનો અનેરો આનંદ લૂંટવા જેવો હોય છે. તેવી જ રીતે જીવનની સોનેરી સવાર સમાન બાળપણ પણ જાણવા અને માણવા જેવું હોય છે. માટે જ કહેવાચું છે કે - “બચપન કે દિન ભૂલા ન દેના, આજ હુંસે કલ ઝલા ન દેના.....”

જીવનરૂપી પુસ્તકના બીજા પાનાનો પાઠ એટલે બપોરના ધોમધખતા તાપની ભરજુવાનીનો સમય. શરીરમાં જોશ, મનમાં હોશ, કંઈક કરી છુટવાની ભાવનાઓ, ઉંચે-ઉંચે આકાશના તારલાઓ સુધી પહોંચવાની તમજીાઓ... વ્યક્તિત્વને પ્રભાવશાળી બનાવવાની ઈરછાઓ... અનેક અપેક્ષાઓને પૂરી કરવાની હોડ... ખરેખર અનેકોના દિલ જુતી દુઆઓને પાત્ર બનવાનો સુવર્ણ કાળ એટલે જ ચુવાની. પરંતુ જરૂર છે માત્ર કદમ-કદમ પર સાવધાનીપૂર્વક ચાલવાની.

જીવનરૂપી પુસ્તકના ત્રીજા પાનાનો ત્રીજો પાઠ એટલે જ વયોવૃદ્ધ અવસ્થા... જીવનની

સંદ્યાનો સુમય. સુખ, દુઃખના અનેક પ્રસંગોમાંથી પસાર થતા.... સારા-નરસા અનુભવોના ખજાનાની ખાણ એટલે જ બુઝર્ગ અવસ્થા. જેમ ટળતા સૂર્યને ખબર જ છે કે મારે આવતીકાલે ફરીથી ઉદ્ય થઈ ચોમેર પ્રકાશ ફેલાવવાનો છે માટે તો સૂર્યાસ્ત પણ મનોરંજન અપાવે છે. તેમ... હાય રે બુઢાપો... કહી જીવનના સંદ્યાકાળને કપરો, કઠિનકાળ ન સમજતા... વાહ રે બુઢાપો... કહી.... જીવન સંદ્યાનું સ્વાગત કરીએ.

ચાદ રાખીએ... સંસાર ચક પરિવર્તનશીલ છે અને તે પરિવર્તનની ગતિ આપણને સ્વીકાર્ય પણ છે. ખૂબ સુંદર, સુશોભિત નવું મકાન.... નવું કચ્ચાં સુધી ? કીંમતી, નવાં વસ્ત્ર પણ આખરે જૂના થતા એક દિવસ છોડવાનાં જ છે. ત્યારે તો ફરીથી નવા વસ્ત્રની ખરીદી કરીશું. બાળ અવસ્થામાંથી તરુણાવસ્થા... અને તરુણાવસ્થાથી ચુવા અવસ્થામાં કેવો તરવરાટ... દબદબાપૂર્ણ જુંદગી જીવ્યા ... ! તો પછી ચુવાકાળમાંથી પ્રોટાવસ્થાની ચાચાનું કેમ ન આગમન કરીએ ?

સૃષ્ટિ પરના જરૂર કે ચેતન જીવોએ સતો, રજો અને તમો સ્થિતિમાં પસાર થવું જ પડે છે. સર્જનહારે સર્જલા સૃષ્ટિના સત્ય સિદ્ધાંતોને હસતા-હસતા સ્વીકારી.... સર્જનહારના સાથનો અનુભવ કરીએ, અને દરેક અવસ્થાની પૂર્વ તૈયારી કરીએ. જેમ કોઈપણ શુભ પ્રસંગની પહેલેથી જ તૈયારી કરીએ છીએ તેમ વૃદ્ધાવસ્થાના આગમન પૂર્વ જ તેની તૈયારી કરવી જોઈએ. મૃત્યુ વિશે આપણને કંઈ જ ખબર નથી કે મૃત્યુ કચારે અને કેવી રીતે આવશે પરંતુ એ ખબર છે કે આવશે જરૂર. આ અંતિમ અને સનાતન સત્ય છે. જો આ વાત હુંમેશા ચાદ રહે તો મૌતનો ડર ન રહે.

જુવનચાત્રાના અનેક પડાવો પસાર કરતાં અંતમાં બુટાપો સૌની પાસે આવશે જ. જુવનનો આ સંદ્યાકાળ એ કોઈ રોગ કે અભિશાપ નથી પરંતુ શરીરની સ્વાભાવિક પ્રક્રિયા છે. જેમાં ડર, ભય, દુઃખ, શોક કે રોવા-ધોવાની કોઈ વાત નથી. આ કાળમાં કંઈક શારીરિક બીમારી તો થોડું સંબંધોના બંધનનું દુઃખ તો વળી... મોહ - મમત્વની માચાભાળનો સંતાપ... આ બધું આવશે જ. મારી સાથે જ આવું શા માટે થયું ? આ પ્રશ્નના જવાબ માટે આપણે કર્માની ગહન ગતિને જાણવી પડશે. સારા કર્માના સારા ફળથી અને ખરાબ કર્માના ખરાબ ફળથી કોઈ છૂટી નથી શકતા. ‘જેવું કરીશું, તેવું જ મળશે.’ ‘ઈશ્વરના દરબારમાં દેર છે પરંતુ અંદેર નથી.’ આ નિયમોને જાણી ભૂતકાળમાંથી પાઠ ભાણી આગળની તૈયારી કરીએ.

આપદાઓ, બુટાપો અને મૌત... આ સૌની સમક્ષ આવશે જ પરંતુ વૃદ્ધાવસ્થામાં વિઘ્નોની વચ્ચે પણ કષ્ટ ઓછું થાય, તેના માટે પહેલેથી જ તૈયારી કરી જુવનના સંદ્યાકાળને શાપ નહીં પરંતુ વરદાન બનાવીએ.

ચાલીસ વર્ષની આયુની આસપાસ સ્વાસ્થ્ય પર પૂર્ણ દ્યાન આપીએ,

- ફળ અને શાકભાજુનું વધારે સેવન કરીએ.
- પ્રકૃતિ અને પરમાત્માની સમીપતાનો આનંદ લઈએ.
- સમાજ ઉપયોગી સેવાકીય કાર્યોમાં નિઃસ્વાર્થભાવે જોડાઈએ વગેરે વગેરે...

વિશ્વનિયંતા પરમશક્તિના આદેશ અનુસાર - આપણાને મળેલ દરેક જવાબદારી પૂર્ણ કરવાની છે પરંતુ એ સમજુને કે પરમાત્માએ જ મને આ કાર્યો માટે ધરતી પર મોકલેલ છે. હું તો માર નિભિત છું. જેવા મારા કાર્યો, જવાબદારી પૂર્ણ

થશે... મારે આગળની ચાત્રા પર જવાનું છે. અહીં મોહમાં ફુસાવાનું નથી. નિરંતર આ અભ્યાસ જુવન સંદ્યાને સુવર્ણ પથ પ્રદાન કરશે.

(આકાશવાણી, રાજકોટ પરથી પ્રસારિત)

॥ ઓમશાંતિ॥

યોગ - વિયોગ

બી.કે. ગોવિંદભાઈ, મેમનગર, અમદાવાદ.

વિયોગથી છુટો પડી, હું યોગથી જોડાઈ ગયો, ગઈ છતાશાને નિરાશા મુજથી ભાગી હવે.

નવ પ્રેમ અંકુરો કૂટયાં, તૂટેલ હૈયે મુજ તણા, આનંદ આવ્યો દોડતો ને, થનગનાટ થયો દિલે.

આ મન મનકું નાચી ઉઠ્યું, પહેલાં હતું મર્કટ સમુ એક દિવ્ય પુંજ આવી મળ્યો,

અજ્ઞાન અંદકાર ચિરતો.

જ્યાં જ્યાં ફરું, ત્યાં ત્યાં બદે, હર કાર્યો સ્મૃતિ રહે, હું આ નથી, તું તે નથી, અહીં જે દિશે તે વ્યર્થ છે.

આ ચર્મ ચક્ષુની દણ્ણિ વડે, મેં દીઠાં દૃશ્યો બધાં, તે તે બધાં ને ભુંસતો, હું કંઈ અગોચર ભાગતો.

જે હોય ના તે નિરખી અજ્ઞાન અંદકાર ઉલેચતો ખુદ શક્તિ બની છાઈ ગયો,

અશક્તિ ફુગાવીને બધી.

અસમર્થ ત્યજી સમર્થ બન્યો,

ઝોળીઓ ભરપૂર બની, એ આપતો રહ્યો બધું, હું વહેંચતો જતો રહ્યો.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

યોગી જીવન

બી. કે. મહેશ, રાજુલા

યોગનો અર્થ જોડાવું, સાંઘવું અને આધ્યાત્મિક ભાષામાં મિલન કરવું કે મેળાપ કરવો. યોગ શબ્દ ખરા અર્થમાં આત્મિક દુનિયામાં જોડાઈ જવાના સંદર્ભમાં વપરાયેલ છે. આત્મિક દુનિયામાં જોડાઈ જવાની જે ક્રિયા કરે તેનું નામ યોગી કહેવાય છે અને જે આત્મિક દુનિયાને ભૂલવાની ક્રિયા કરે તેનું નામ વિયોગી છે. આત્મિક દુનિયામાં જોડાવવાની સમજણાનું નામ આધ્યાત્મિકતા છે અને આત્મિક દુનિયામાં જોડાઈને જે તાકાત પ્રાપ્ત થાય છે તેનું નામ આધ્યાત્મિક શક્તિ છે. ખરું કહીએ તો શારીરિક અશક્ત વૃદ્ધો પણ આધ્યાત્મિક શક્તિથી સંશક્ત હોય શકે છે. યોગી જીવન એ સંજીવનની તાકાત આપે તેવી સંજીવની બુઝી જેવું કામ કરે છે. જીવનની અનેકવિદ્ય પરિસ્થિતિઓ, સમસ્યાઓ, ઘટનાઓ અને પ્રશ્નોમાંથી માર્ગ કાઢવાની તથા તેમાંથી સફળતાપૂર્વક બહાર નીકળવાની જે ક્રિયા થાય છે ત્યારે જે તાકાત વાપરવી પડે છે તેનું નામ યોગશક્તિ છે. યોગી જીવન કેવું હોવું જોઈએ ?

યોગી જીવન એટલે શું ? એક યોગીનું જીવન ખરેખર કેવું હોવું જોઈએ, એક સાચા યોગીએ જીવનમાં શું કરવું જોઈએ અને શું ન કરવું જોઈએ ? સફળ યોગીજીવન માટેની સંજીવની કઈ છે ? સામાન્ય વ્યક્તિની જીવનશૈલી અને સાચા યોગીની જીવનશૈલીમાં શું તફાવત હોવો જોઈએ ? આપણું જીવન યોગી જેવું બનાવવું હોય તો આપણે શું કરવું જોઈએ ? આપણે કેવી રીતે બનવું સાચા રાજ્યોગી ? આવા ઘણાં બધા પ્રશ્નો આપણાં મનને એક નવી દિશા તરફ વિચારવા ઉત્સુક કરે છે. દરેક વ્યક્તિને પોતાનું જીવન કેવી રીતે ઉત્સ્વ બનાવવું, કેવી રીતે શ્રેષ્ઠ

બનાવવું. પોતાના જીવનને સામાન્ય બનાવનારી બાબતોથી કેવી રીતે દૂર રાખવું આવા ઘણા વિચારો સતત આવ્યા કરતા હોય છે. વિચારોના વૃંદાવનમાં રાસ કરતાં-કરતાં અચાનક જ ખ્યાલ કૂટથો કે ખરેખર કેવું હોય સાચું યોગીજીવન ?

આમ તો આ વિષય પર ઘણા શ્રેષ્ઠીઓએ માર્ગદર્શન આપ્યું જ છે. આપણી પાસે ઘણું બધું સાહિત્ય ઉપલબ્ધ છે. દરેક ગુજરાતીને સરળતાથી સમજાઈ શકે તેવી સરળ શૈલીમાં જ્ઞાન પીરસવાનો અહીં નમ્ર પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

જો આપણે આપણા જીવનમાં પરિવર્તન કરવું હોય તો સર્વપ્રથમ દ્વારા આપવા જેવી કોઈ વાત હોય તો એ છે આપણી વિચારશૈલી. એક યોગીની વિચારશૈલી હંમેશા શ્રેષ્ઠ હોય છે. જેમાંથી હંમેશા ઉત્સ્વ વિચારોના જ તરંગો વહેતા હોય છે. તનની શુદ્ધિ સાથે મનની શુદ્ધિને હંમેશા પ્રથમ સ્થાન આપવું જોઈએ. જો આપણે યોગીજીવનના પથ પર ચાલી રહ્યા હોઈએ અને અંદરથી આપણાં વિચારો પર આપણો કાબુ ન હોય તો આપણે માત્ર બાહ્યાચાર કરીએ છીએ તેમ જ કહેવાય. આપણને તેનાથી સાચો લાભ મળવાનો નથી. જેમ સૂર્યમુખી હંમેશા સૂર્યની સામે જ મીટ માંડીને રિથર રહે છે તેમ યોગીનો પ્રત્યેક વિચાર જ્ઞાનસૂર્ય પરમાત્મા તરફ જ આકર્ષિત રહેવો જોઈએ. આ ખૂબ જ જરૂરી છે. આજની ભૌતિકવાદી દુનિયામાં મનને વિચારિત કરી નાખનારા હજારો આકર્ષણો ઉપલબ્ધ છે. એક વખત આ માચાવી દુનિયામાં અંજાઈ ગયા તો પાછું ફરવું અશક્ય સમાન બની જાય છે. તેની શરદાત માત્ર એક અલબેલા વિચારથી જ થાય છે. આ સૌઓ અનુભવેલ વાત છે. સ્વપરિવર્તનથી લઈને વિશ્વપરિવર્તન સુધીના

દરેક પરિવર્તન માટે સંકલ્પ શક્તિ જ બીજસમાન છે. સંકલ્પશક્તિનું બીજને ઉચ્ચ વિચારોની પોષણ મળે તો જ તે અંકુરિત થઈને વટવૃક્ષ બનવા સુધીની સફરમાં ટકી શકે છે. વ્યર્થ વિચારોથી ભરેલું મન ઉજ્જવલ જમીન સમાન હોય છે. જેમાં સંકલ્પશક્તિનું બીજ અંકુરિત થાવું ખૂબ જ કઠિન છે. તેથી જ પરિવર્તન માટે જે પહેલી આવશ્યકતા છે તે ઉચ્ચ વિચારશૈલીનું નિર્માણ જ છે. પોતાને વ્યર્થ વિચારોથી બચાવીને સતત સંકલ્પ શક્તિને બળ આપવાથી કોઈ પણ પરિવર્તન કરી શકાય છે. આ જ છે રાજ્યોગ. બ્રહ્માકુમારીજ વિદ્યાલય દ્વારા આ જ યોગનું જ્ઞાન, સમજ અને અભ્યાસ કરાવવામાં આવે છે.

સાચા યોગી જીવનમાં વિચાર એટલે સંકલ્પ શક્તિનું ખૂબ જ મહિંદ્ર છે. મન એટલે વિચારનું જન્મ સ્થળ. મનમાં વિચારો કર્યા પ્રકારના આવે છે? સંસારી વિચારો યોગીજીવનને ભ્રષ્ટ - અશુદ્ધ કરે છે. સાચું કહીએ તો યોગી આત્માઓ આવા સાંસારિક વિચારોને જીવનમાં સ્થાન દેતા નથી. અને તે છતાંચ આવે તો ત્યાં જ નષ્ટ કરવાની તાકાત ધરાવે છે. તેનું નામ જ યોગશક્તિ છે. આત્મા યોગમાં આત્મા સાથે સાચો આત્મિક સંબંધ રાખે છે. એટલે કે રાજ્યોગ તો ગૃહસ્થ જીવનમાં રહીને કરવામાં આવતા યોગનું નામ હોવાથી ગૃહસ્થી મટીને સંસારના તમામ કાર્યોથી ઉપરની અવસ્થામાં મનને જાગૃત રાખવાની કળા જાણાનાર જ ખરા રાજ્યોગી બને છે. આ રાજ્યોગીને જીવનમાં, વ્યવહારમાં ઘણી શુદ્ધિઓ પ્રત્યે જાગૃત રહેલું અતિ આવશ્યક છે.

(૧) વિચારશુદ્ધિ : ગૃહસ્થી જીવનમાં આવતાં અતિ સામાન્ય વિચારોમાં ઉચ્ચતમ વિચારના ઉમેરણથી કરવામાં આવતાં તમામ વિચારો મનને શાંત, પ્રકુલ્પિત, એકાચ તથા સંતુષ્ટ કરે છે. આવા વિચારોમાં કેટલું શુદ્ધિકરણ

જોઈએ. જેમ કે આત્મિક ગાળણ ક્રિયામાંથી પસાર થયેલ દરેક વિચાર શુભ, શુદ્ધ, શાંતિ, શક્તિ તથા દ્રઢતાવાળો હોય છે. જીવનની દરેક ઈનિક, વ્યવહારિક ક્રિયામાં શુદ્ધિકરણભર્યા વિચારો જ પ્રગટ કરવામાં જ સારપ ઈચ્છાનારો સાચો યોગી છે. અથવા તો આવા વિચારો સ્વબળે પ્રગટાવવામાં પ્રયત્નશીલ છે તે યોગમાર્ગ પર છે.

(૨) આહારશુદ્ધિ : જીવન આપણું આહાર પર નિર્ભર છે. આહાર સાત્ત્વિક અને તામસિક એમ બે પ્રકારના હોય છે. સાત્ત્વિક આહાર યોગી માટે છે. તામસિક આહાર યોગી જીવન માટે પરહેજ-ત્વાજ્ય છે. જે આહાર યોગી માટે છે તેનું નામ સાત્ત્વિક સતોગુણી આહાર છે. સંપૂર્ણ શાકાહારી જ સંપૂર્ણ યોગનિષ્ઠ બની શકે. આહારનું મન સાથે ખૂબ સંયોજન છે. તામસિક આહાર તમોગુણી વિચારોને ઉતેજુત કરનાર તથા તામસિક ક્રિયાને પ્રેરણા આપનારા છે. જેમાં માંસ, મદિરાપાન, દુંગારી-લસણ, વ્યસનો આવી જાય છે. દિવ્યતાના પથ પર ચાલવા માટે તૈયાર થયેલ યોગી આવા ભ્રષ્ટ પ્રકારના આહારો ખાવાથી બચી શકે તો જ સંપૂર્ણતાના પથ પર રહે છે. તામસિક આહારમાં હિંસાત્મક વ્યવહાર સમાયેલ છે. જેથી વિચારોમાં મલીનતા સરળતાથી આવે છે. જેથી સતોપ્રદાનતાના પગથીયા ચટા યોગીઓ સાત્ત્વિક અન્ન સ્વીકારે છે. સાત્ત્વિકતાથી ઉત્પન્ન કરેલ, સાત્ત્વિકતાથી કમાયેલ તથા સાત્ત્વિકતાથી પકડેલ અન્ન સ્વીકાર્ય છે. બાકી બધા અન્ન ત્વાજ્ય છે.

(૩) આચારશુદ્ધિ : યોગીજીવનનું આગળનું પ્રગતિ કરાવનારું સોપાન હોય તો તે છે આચારશુદ્ધિ. દિવસભરની ઈનિક ક્રિયાઓમાં જો યોગ ન હોય તો સ્વાભાવિક ક્રિયાઓમાં અવગુણ પ્રવેશ થાય છે. જેથી યોગી તેના આચારમાં કર્મશુદ્ધિમાં અથર્ત કર્મમાં યોગ. દરેક સ્થિતિમાં

ગુણ ઉત્પણ્ણ કરવા.

(૪) વ્યવહાર શુદ્ધિ : યોગીજીવન સંપૂર્ણતાના પ્રતીક સમું છે. દેવીદેવતાઓએ તેમના ખૂબ સમયમાં યોગને સંપૂર્ણ ફ્લીભૂત કરી અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી લીધી. જેથી તેમનું જીવન કુલોમાં ગુપ્ત સુગંધ જેવું, પાણીમાં ગુપ્ત શીતળતા જેવું છે. જેમાં યોગ વડે શુદ્ધિકરણ ગુપ્ત રૂપમાં સમાચેલ છે. વિચારોમાં એટલે કે મનમાં આત્મિકભાવ આવવાથી વ્યવહારમાં દેહભાવ નાણ થતો હોવાથી પવિત્રતા એટલે કે બ્રહ્મચર્યનું પાલન સરળ અને સહજતાથી આવે છે. ગૃહસ્થજીવનમાં આવતાં વિકૃતભાવને સમાપ્ત કરવાનો એકમાત્ર ઉપાય વ્યવહાર શુદ્ધિ છે. વ્યવહારશુદ્ધિથી સમાજશુદ્ધિ આવે છે. આમ યોગીજીવનની ફલશ્રુતિ ખૂબ જ શુદ્ધ, ગુપ્ત, શ્રેષ્ઠ અને સફળતાના પાયા રૂપ છે.

સાચા યોગીજીવનનો પાયો છે રાજ્યોગનો સતત અભ્યાસ. જેમાં બહારની ભૌતિક દુનિયાના બધા જ વિચારોને સંકેલી લઈ ને પોતાની સર્વ વિચારશક્તિને, બૌદ્ધિકક્ષમતાને એક જ્ઞાનસૂર્ય પરમાત્મામાં એકાગ્ર કરવામાં આવે છે. પરમાત્માની સતત અને અવિરત યાદ સંકલ્પ શક્તિનું પોષણ કરે છે. આપણે આ સંકલ્પશક્તિ વડે ધારીએ તેવું પરિવર્તન આ દુનિયામાં પ્રત્યક્ષ કરી શકીએ છીએ. કારણ કે રાજ્યોગમાં સંકલ્પશક્તિને ઈશ્વરીય શક્તિનું બળ મળે છે. આ કળિયુગી નર્કને સત્યયુગી સ્વર્ગમાં ફેરવવાનું ઉચ્ચકાર્ય આ જ શક્તિ વડે થાય છે. જે પરમાત્મા ખુદ આ રાજ્યોગ શીખવીને કરે છે.

દરેક વ્યક્તિએ અહીં ચેક કરવું જરૂરી છે કે મારી સંકલ્પશક્તિ કેટલી મજબૂત છે ? શ્રેષ્ઠ યોગીજીવન તેનું જ કહેવાય જેની સંકલ્પશક્તિમાં દમ હોય. જો આપણે યોગના પથ પર સારી ચાલી રહ્યા હોય તો પણ આપણે એ જાણી લેવું જોઈએ કે આપણે શું કરવું અને શું ન કરવું. આજના

ટેકનોલોજીના યુગમાં સાધનાના પથમાં સાધનનું ખૂબ જ મહિંતા વધી ગયું છે. પરમાત્માપિતાનું આ ઉચ્ચ જ્ઞાન દરેક વ્યક્તિને પહોંચવા માટે આજે સૌ આધુનિક ટેકનોલોજીના ઉપયોગ દ્વારા સેવા કરી રહ્યા છે. જેમાં મોબાઇલ, ઇન્ટરનેટ અને સોશિયલ મિડિયાનો ખૂબ જ ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે. આ અણે સાધનો સેવા માટે તો ખૂબ જ હાથવગા બન્યા છે પણ તેનાથી સંપૂર્ણ યોગીજીવનના પાયા હૃદયમચી જવાની ભીતી છે. આ સાધનોની લત અને આકર્ષણ આપણાને વ્યર્થ વિચાર અને વ્યર્થ સમયરૂપી ખાઈમાં ખૂબ જ સરળતાથી ઘકેલી શકે છે. આધુનિક સમયના આ માયાના વિકરાળ સેનાપતિઓ છે જે આપણાને ખૂબ જ ઝડપથી હપ કરી શકે છે. સંકલ્પશક્તિનો નાશ કરી શકે છે. અર્થાત્ બુદ્ધિનું તાજું બંધ કરી દેશો. એટેન્શનરૂપી પહેરેદાર જો ઠીક નહિ હોય તો અતીન્દ્રિય સુખરૂપી ખજાનો ખોવાઈ જશે. યોગીજીવનનું પ્રત્યક્ષકુણ પ્રસંગતાને તે ખતમ કરી દેશે.

સાચા રાજ્યોગીનું જીવન પવિત્રતા, શાંતિ અને આનંદની સતત ધારાઓથી ભરપૂર હોવું જોઈએ. યોગીજીવનમાં ઈશ્વરીય શક્તિ, અતીન્દ્રિય સુખ, ચુણાની મસ્તીનો સતત અનુભવ કરવો સરળ હોવો જોઈએ. તેનો માનસિક સંબંધ સતત પરમાત્મા સાથે જોડાયેલો હોવો જોઈએ. અરે, રાજ્યોગ તો એવી શક્તિ છે જેના પ્રયોગથી માનવ વિદેહી અવસ્થા એટલે કે અશરીરી અવસ્થા, આત્મિક સભાનતાથી ભરપૂર સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આવા સાચા રાજ્યોગીજીવન બનાવવારા શ્રેષ્ઠ આત્માઓ દ્વારા સંપૂર્ણ શાંતિ, પવિત્રતા, સુખ-સમૃદ્ધ સંપન્ન સૂચિની પુનઃસ્થાપના થઈ શકે છે. તો શું આપણું જીવન આવું શ્રેષ્ઠ છે ? જો નહિ તો આજસને ખતમ કરી મુંજવણો સમાપ્ત કરી, અચલ બની, શ્રેષ્ઠ યોગી જીવનના પથ પર પ્રયાણ કરો. ||અ૦મશાંતિ||

યોગની પરિભાષા

બ્ર.કુ. કાંતિમાઈ ઠક્કર, રાજ્યોગ ભવન, અમદાવાદ

યોગ શબ્દ ઉટ્સાહપ્રેરક છે. યોગ શબ્દ સાંભળતાં જ યોગ વિશે જાણવાની દરેકને ઈરદ્ધા થાય તે સ્વાભાવિક છે. જ્યારે વિશ્વસંસ્થા ચુનો દ્વારા ૨૧ જૂનના દિવસને આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ તરીકે જાહેર કરવામાં આવ્યો છે ત્યારે તો દરેકને યોગ વિશે જાણવાની ખાસ ઈરદ્ધા થાય જ. હાલમાં અનેક ઠેકાણે યોગના વર્ગો, શિબિરો ચાલે છે. જે જુદી જુદી સંસ્થાઓ, વ્યક્તિઓ, સન્યાસીઓ, સ્વામીઓ દ્વારા ચલાવવામાં આવે છે. તેમાં સામાન્ય રીતે શારીરિક કસરતો (યોગાસનો) કરાવવામાં આવે છે. લોકો માને છે કે યોગાસનો દ્વારા શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સારું થાય છે અને મનની શાંતિ મળે છે.

ભિજ્ઞ-ભિજ્ઞ શબ્દકોશોમાં યોગના અર્થ આપવામાં આવ્યા છે. વિશેષ પ્રચલિત શબ્દ સંસ્કૃતનો 'યુજ' શબ્દ છે. જેનો અર્થ જોડવું થાય છે. આમ આત્મા પરમાત્મા સાથે બુદ્ધિયોગથી જોડાય છે. તેને યોગ કહેવામાં આવે છે. યોગની અનુભૂતિ આપણા વ્યક્તિત્વનો સર્વાંગી વિકાસ કરે છે.

'યોગ: કર્મસુ કૌશલમ्' અર્થાત્ કર્મોમાં કુશળતા એજ યોગ છે. યોગથી પ્રાપ્ત થતી એકાગ્રતાની શક્તિ આપણાને વિશેષ બળ આપે છે. જેનાથી વ્યર્थથી મુક્તિ મળતાં આપણે સમર્થ સંકલ્પો તરફ અગ્રેસર બનીએ છીએ. જે આપણાને કાર્યોની સફળતામાં મદદરૂપ બને છે.

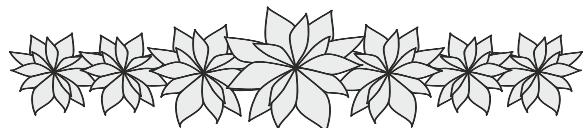
યોગની અવસ્થામાં હક્કારાત્મક, કલ્યાણકારી, શ્રેષ્ઠ વિચારોના અંદોલનો જન્મે છે. યોગમાં આત્માનું, પરમાત્માનું જે ચિંતન ચાલે છે તેનાથી પ્રસન્નતાની અનુભૂતિ થાય છે.

પાતંજલ યોગસૂત્રમાં યોગચિત્તવૃત્તિ નિરોધ: કહેવામાં આવ્યું છે. જે નકારાત્મક વૃત્તિઓ ઉપર નિયંત્રણ કરવાનું સૂચાવે છે. યોગના અભ્યાસ માટે વિકારો ઉપર વિજય મેળવવો તે અનિવાર્ય છે. જ્યાં સુધી કર્મબંદ્ર્યો ઉપર આધિપત્ય ના સ્થપાય ત્યાં સુધી મનની ચંચળતા દૂર થતી નથી. મન સ્થિર, એકાગ્ર બને, તો જ યોગની સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ શકાય.

યોગની પરિભાષામાં જ યોગની મહાનતા દૃષ્ટિગોચર થાય છે. રાજ્યોગ શબ્દનો વિશિષ્ટ અર્થ છે. જે સર્વ યોગોમાં રાજી છે. વળી રાજ્યોગ સ્વયં નિરાકાર જ્યોતિબિંદુ પરમપિતા શિવ પરમાત્માએ પ્રજાપિતા બ્રહ્માના માદ્યમથી શીખવાડેલો છે. જેથી આજે દેશ અને વિદેશોમાં તે લોક પ્રિય બન્યાં છે.

રાજ્યોગ કર્મબંદ્ર્યો ઉપર રાજી પ્રાપ્ત કરાવે છે. આપણે જુતેબંદ્રીય બનીએ છીએ. સંગમયુગના શ્રેષ્ઠ પુરુષાર્થના પ્રારંભરૂપે સત્યાગ્રહમાં દેવતાપદના અધિકારી બનીએ છીએ. આજની આ તમોપ્રધાન દુનિયામાં જ્યાં વિકારો, વ્યસનો, ખરાબવૃત્તિઓનો પ્રભાવ વિશેષ જોવા મળે છે. ઠેર ઠેર લડાઈ, ઝગડા, હિંસા, આત્મકાંપાદમાં વૃદ્ધિ થતી જોવા મળે છે. ત્યારે રાજ્યોગ જ સર્વ સમર્સ્યાઓનો નિવારણનો શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે. રાજ્યોગ વિના મૂલ્યે બ્રહ્માકુમારીઝનાં સેવાકેન્દ્રોમાં શીખવાડવામાં આવે છે.

॥ ઓમ શાંતિ॥



યોગિક ખેતી

બી.કે. લીલાબેન ચૌહાણ, કારેલીબાગ, વડોદરા

ખેતી અને તે પણ યોગિક ખેતી ? નવાઈ લાગે એવી વાત છે ને ? હા, પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય આ ભગીરથ કાર્ય કરી રહ્યું છે.

સંસ્થાની વિભિન્ન સેવાઓ અંતર્ગત અનેક વ્યાવસાયિક વર્ગોની રચના કરવામાં આવી છે જે ભિન્ન ભિન્ન વીંગ તરીકે ઓળખાય છે. જેવી કે..

(૧) મહિલા વીંગ (૨) સાચન્ટીસ્ટ અને એન્જીનીરીંગ વીંગ (૩) રાજકીય સેવા વીંગ (૪) પ્રશાસક સેવા વીંગ (૫) વેપાર-ઉદ્યોગ વીંગ (૬) શિક્ષણ વીંગ (૭) ગ્રામ વિકાસ વીંગ વગેરે વગેરે અટાર વીંગ કાર્યરત છે.

આપણો ભારતદેશ ખેતી પ્રધાન દેશ છે. પરંપરાથી ખેતીને ઉત્તમ વ્યવસાય અને નોકરીને કનિષ્ઠ વ્યવસાય માનવામાં આવે છે. ખેડૂતને જગતનો તાત માનવામાં આવે છે. એવા તાતને ખેતી માટે સંપૂર્ણપણે કુદરત પર આધાર રાખવો પડે છે. કચારેક અતિવૃદ્ધિ તો કચારેક અનાવૃદ્ધિ. ખેતી માટે આપણી સરકાર તરફથી મળતી સહાય પણ પૂરતી નથી. ખેતી કાર્ય માટે સિંચાઈ યોજનાઓ પણ અપૂરતી છે.

આવા કપરા સંજોગોમાં આપણી સંસ્થાનો ગ્રામવિકાસ વિભાગ અત્યંત પ્રશંસનીય કાર્યપ્રણાલી અપનાવી રહ્યો છે જે 'યોગિક ખેતી' તરીકે ખેડૂત વર્ગમાં પ્રચલિત થતી જાય છે.

યોગિકખેતી અંતર્ગત સો પ્રથમ ખેડૂત પોતાનું બિયારણ નજીકનાં સેન્ટર પર મોકલે છે, જ્યાં બી.કે. બહેનો યોગશક્તિ દ્વારા પવિત્ર પ્રક્રિયાનો બિયારણ પર છોડે છે. આ પવિત્ર થયેલું બિયારણ ધરતીમાં રોપવામાં આવે છે. આ અગાઉ

ધરતીને પણ ખેડૂત પોતાની રાજ્યોગ શક્તિ વડે પાવન બનાવે છે. પછી તેમાં ખાતર તથા પાણી આપવામાં આવે છે. ખાતરથી ધરતીની જે ગુણવત્તા ઓછી થઈ ગઈ હતી તે ગાયનાં છાણ જેવા ખાતરથી ફરી સમૃદ્ધ થાય છે. છોડ થોડા મોટા થતાં તેની પર ગૌમૂરનો છંટકાવ કરવામાં આવે છે. હાલના સમયમાં છંદદર તથા લીમડાની પેટનટની માફક ગૌમૂરનો પણ આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે સ્વીકાર થવા લાગ્યો છે. ગૌમૂરના ગુણ વિષે લોકોમાં જાગૃતિ આવી ગઈ છે. વળી રાસાયણિક ખાતર કરતાં દેશી ખાતર સસ્તુ પણ પડે છે. એનાથી જમીનમાં નાઈટ્રોજનનું પ્રમાણ વધે છે. તથા ધરતીની નીચે રહેલાં ઉપયોગી બેકટેરીયા અંદર રહેલા અળસિયા વગેરેને જમીનની ઉપલી સપાઠી પર લાવવાનું કાર્ય કરે છે. ફલ સ્વરૂપ મીઠાં-મધ્યુર ફળ-કૂલ તેમજ અનાજ પાકે છે અને એ પણ વિપુલ પ્રમાણમાં.

બી.કે. બહેનો ખેતરોમાં બાબાનો ધવજ લહેરાવે છે. ધવજમાં રહેલો પીળો તથા કેસરી રંગ જીવજંતુથી પાકનું રક્ષણ કરે છે. તેમજ છોડને વધુ શક્તિશાળી બનાવે છે.

યોગિક ખેતીના ફાયદા

૧. સર જગદીશચંદ્ર બોઝે કહ્યું હતું કે વનસ્પતિમાં પણ જીવ છે. એ પણ વેદના-સંવેદના સમજુ શકે છે ને એનો સ્વીકાર પણ કરે છે. ખેડૂત રોજ બાબાના આદ્યાત્મિક ગીતો વગાડી, રાજ્યોગ દ્વારા પવિત્ર તેમજ સકારાત્મક પ્રક્રિયાનો જાડ-પાનને આપે છે. જેથી જાડપાન સ્વસ્થ તથા તંદુરસ્ત રહે છે.
૨. યોગશક્તિ દ્વારા જ્ઞાનસૂર્યનું આદ્વિતીન (અનુસંધાન પેજ નં. ૧૮ પર)

યોગનું વૈશ્વિકરણ

બ્ર.કુ. બકામાઈ પટેલ, કાલીપુરા

યોગ વિશે લખવું ધાર્યું દુષ્કર છે. વાસ્તવમાં યોગ એ વર્ણનનો નહીં પણ અનુભવનો વિષય છે. યોગનો વિષય શાબ્દાતીત છે. આમ છતાં પ્રત્યાયન માટે એને શાબ્દ વડે સમજાવવો પણ જરૂરી છે. યોગ એ ધારો ઊંચો શાબ્દ છે. એક અર્થમાં એ ઊં જેટલી ઊંચાઈ ધરાવે છે. યોગમાં આધ્યાત્મિકતા નિહિત છે. ભલું થજો આપણા વડાપ્રધાન નરેન્દ્રભાઈનું કે આ યોગની ક્રિયાને જન સામાન્ય માટે સુલભ કરી દીધી. ચુ.એન. માં ધારદાર રજુઆત કરીને ભારતની આ સાંસ્કૃતિક વિરાસતને ર૧ મી જૂનને 'યોગ વિશ્વાદિન' તરીકે પ્રસ્થાપિત કરવાનું શ્રેય નરેન્દ્રભાઈને મળે છે. આપણા આ પ્રાચીન વારસાને એમણે વિશ્વ કક્ષાએ ગૌરવ પ્રદાન કર્યું છે. નરેન્દ્રભાઈને લાખ-લાખ અભિનંદન !

યોગનો શાબ્દિક અર્થ છે - જોડાવું, એકરૂપ થવું, ભળી જવું, તન્મય થવું, સમર્પિત થવું. ટૂંકમાં સામાજિક, સાંસ્કૃતિક, આર્થિક, રાજકીય કે આધ્યાત્મિક કાર્ય કરતાં-કરતાં તે કાર્યમાં તદ્વૂપ થઈ જવાની પ્રક્રિયા એટલે યોગ. આવા કાર્યનો આનંદ અનુપમ હોય છે. રોમ-રોમ પુલકિત બની જાય. ચિત્તની પ્રાસાદિકતા ચરમસીમાચે પહોંચી જાય. યોગમાં વ્યક્તિગત વિકાસની સાથે સમગ્ર સમાજજીવનમાં પણ નૈતિકતાનો પાયો નંખાય છે. વ્યક્તિગત વિકાસની સાથે સમાજનો વિકાસ પણ થાય છે. યોગ મારફતે એક જવાબદાર, સમજદાર અને ઈમાનદાર નાગરિકનું નિર્માણ થાય છે. આવા નાગરિકનો સમૂહ જ સમાજને એક આદર્શ સમાજની ઊંચાઈ આપે છે.

મિત્રો, ભારત સમગ્ર વિશ્વમાં એક વિશેષ પ્રકારની સંસ્કૃતિ ધરાવતો દેશ છે. અહીં શક, કુષાળ, હૂણ, અંગ્રેજો, ફેંચો અને મુસલમાનો

આવ્યાં અને ગચ્યાં. છતાં પણ આપણી સંસ્કૃતિ અડીખમ રહી છે. સમરસતા એ ભારતની સંસ્કૃતિની વિશેષતા છે. આ યોગની સંસ્કૃતિનાં મૂળ વેદો અને પુરાણો જેટલાં જ ઊંડાં છે. આપણા અધ્યિ-મુનિઓ યોગની શક્તિથી પ્રાણ ટકાવી રાખતા. યોગ મારફતે આવી વિલક્ષણ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરતા આપણા અધ્યિ-મુનિઓની આ આધ્યાત્મિક સાધનાનો ઈતિહાસ સાક્ષી છે.

ભગવદ્ગીતામાં યોગની વ્યાખ્યા આપતાં વેદ વ્યાસજી કહે છે : 'યોગ: કર્મસુ કૌશલમ्' અર્થાત્ કર્મમાં કુશળ થવું એનું નામ યોગ. કોઈપણ કામ મન રેડીને પૂરી નિષ્ઠાથી કરવામાં આવે છે ત્યારે એ કામ ઝળકી ઊંડે છે. વ્યક્તિનું મન અને કામ એકરૂપ થઈ જાય છે. આ પણ યોગની જ અવસ્થા છે. નરેન્દ્રભાઈએ ગુજરાતના તમામ વહીવટી કર્મચારીઓની ચિંતન શિબિરો ચોજુને તમામને કર્મયોગી બનાવવાનું સ્તુત્ય કાર્ય કર્યું હતું. કર્તવ્યનિષા કામની જ ભક્તિ કરવાનું એમનું આહ્વાન એ વહીવટી ગતિશીલતાનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે. 'Work is Worship' એટલે કે કામ એ જ પૂજા. શિક્ષક, વકીલ, ઈજનેર, તબીબ, નેતા, કલાકાર, કારીગર, મજૂર કે વિદ્યાર્થી પોતાનું કામ મન લગાવીને પૂરી નિષ્ઠાથી કરે છે ત્યારે તે સમાજનું આગવાપણું ઊડીને આંખે વળું છે. સંસ્કૃતિનો ઈતિહાસ કહે છે કે જે સમાજ કામથી વિમુખ થાય છે તેનું શીદ્ધ પતન થાય છે.

યોગ એ ઈન્ડિયોની કેળવણી કરતું મનનું વિજ્ઞાન છે. મનની શક્તિ અગાધ છે. મન માનવીને ઊંચકે પણ ખરું અને પટકે પણ ખરું. મનને યોગ વડે નિયંત્રિત કરી શકાય છે. મનને કેન્દ્રમાં રાખી અનેક લોકોકિતાઓ સાંભળવા મળે

છે. જેમ કે ‘મન ચંગા તો કથરોટમાં ગંગા’, ‘મન હોય તો માળવે જવાય’, ‘મન કે જુતે જુત હૈ મનકે હારે હાર’, ‘મન મળ્યું એટલે બદ્યું જ મળ્યું’, ‘એ નાના મનનો છે, એનું મન મોટું છે’, સંશય મન પતનની ખાણ, મન વડે જ માણસ બંધાય છે અને મન વડે જ છૂટે છે. મન તો માંકડા જેવું છે, આ બદ્ધ મનની જ મોંકાણ છે. વગેરે વગેરે... આવા બહુરૂપી મનની કેળવણી કરવા યોગ એક અમોદ શર્ટ છે. મનને જો સારી દિશા ન મળે તો એ અનેક અનિષ્ટો પેદા કરે છે. કાન, જુભ, ચામડી, આંખ અને નાક - આ પાંચ ઝાનન્દ્રયોને મનની કેળવણી વડે નિયંત્રિત કરવા યોગ અનિવાર્ય છે. નિત્ય પદ્ધતિસર યોગ મારફતે મનને અપાર શાંતિ મળે છે. જેમ સ્નાન પછી શરીરની સ્કૂર્ટિ અને તાજગીનો અનુભવ થાય છે તેમ યોગ થી મનની પ્રસંનતા અને પ્રકૂલ્લિતતાનો અનુભવ થાય છે. શરીરમાં આદ્યાત્મિક ઊર્જા પેદા થાય છે. રોમ-રોમ પુલક્કિત બને છે. ભૌતિક સાધનો દ્વારા પ્રાપ્ત થતા આનંદની એક સીમા હોય છે. આજે આખું વિશ્વ અસ્ત છે. ભૌતિક સાધનો મેળવવા માટેની આંદળી દોટથી માણસે માણસાઈને પણ નેવે મૂકી છે. આવા થાકેલા-હારેલા સમાજ માટે યોગ એક રામબાળ ઈલાજ છે. યોગ વડે પ્રાપ્ત થતી આદ્યાત્મિક શાંતિ ચિંતણ અને સ્થાયી હોય છે. પણ્ણમના દેશો પણ ભારતની આ યોગ સંસ્કૃતિથી આકર્ષિત એ તરફ ટળ્યા છે.

યોગમાં ઝાનયોગ, દ્વાનયોગ, કર્મયોગ અને ભક્તિયોગ વગેરે જેટલાં પણ સાધન છે. તેમાંથી કોઈપણ સાધન પોતાની શ્રદ્ધા-રુચિ અને યોગ્યતા અનુસાર કરવાથી જીવનમાં બદલાવ આવે છે. દ્વાન, પ્રાણાચામ અને વિવિધ આસનો મારફતે લાખો લોકોને યોગીઓએ રોગમુક્ત કર્યા છે. વળી છેલ્લા ૭૮ વર્ષથી પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારીજી

દ્વારા કાર્યરત તું શાંતિની વિચારધારા હેઠળ સહજ રાજ્યોગને મુખ્ય આધાર બનાવીને હૈન્દ્રિક સ્તરે ‘સ્વપરિવર્તન સાથે વિશ્વ પરિવર્તન’નું એક ઉમદા સેવાકાર્ય અવિરત ગતિએ ચાલે છે. યોગ એ માત્ર હિન્દુ ધર્મનો ઈજારો નથી. વ્યક્તિ નિર્માણનું આ સાધન હૈન્દ્રિક ફલક પર ફેલાઈને વિશ્વ શાંતિનું ઉત્તમ સાધન બની રહેશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. ૧૭નું અનુસંધાન)

કરવાથી છોડ પરની કૂગ નષ્ટ થઈ જાય છે, છોડ રોગમુક્ત બની જાય છે.

3. આદ્યાત્મિક વાતાવરણને કારણે ખેડૂતો નશામુક્ત બન્યા છે.
4. મોંદા રાસાયણિક ખાતરના ઉપયોગથી ખેડૂતો જે દેવાદાર બની ગયા હતા અને શેઢશાહુકારના દેવા નીચે દબાઈ આત્મહંત્યા કરતાં હતાં એ બદ્ધી નબળાઈએ દૂર થઈ છે.
5. પહેલાં કરતાં પાકનું પ્રમાણ વધતાં ખેડૂતની આર્થિક સ્થિતિ પણ સુધૃતે છે અને આત્મવિશ્વાસ પણ વધે છે.
6. રાસાયણિક ખાતરદ્યુક્ત અનાજના સેવનથી લોકોનાં શરીરમાં જે રોગો પ્રવેશી ગયા હતાં તેનાથી બચી શકાય છે.
7. યૌગિક ખેતી એ સંપૂર્ણ પ્રાકૃતિક ખેતી છે. પ્રકૃતિ સાથે જોડાયેલી હોવાથી લાભદાયી છે.

જગતનો તાત ખુશ તો આપણે પણ ખુશ ‘જ્યોતિના જ્યોતિના જ્યોતિના’.

દાન્ય છે બ્રહ્માકુમારી બહેનોને / કુમારોને જેમણે લોકોની ન કેવલ આંતરિક શક્તિ જ જગાડી છે પણ લોકોને વ્યવસાયિક સામાજિક તેમજ આર્થિક સ્તરે પણ ઉપર ઉઠાવ્યા છે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

યોગ-પ્રયોગ

બી.કે. કરમશીભાઈ, રાજ્યોગ ભવન, અમદાવાદ.

અમારા રહેઠાણની આસપાસ એક સાધારણ પરિવાર રહે. જો કે સામાન્ય રીતે મારે કોઈને ત્યાં બેસવા જવાની આદત નહીં. આવા એક સમયે, કાળજીમે ઉક્ત સાધારણ પરિવારનો એકનો એક દીકરો કે જે સાતમા ધોરણમાં અભ્યાસ કરતાને કોઈ ગંભીર બીમારી લાગુ પડી. ઘણા તબીબોની ખૂબ જ સારવાર કરવા છતાં બીમારીનું મૂળ કારણ ન મળતાં, આ દર્દને દવાખાને દાખલ કરવામાં આવ્યો. મને આવા સમાચાર પાડોશીએ આપતાં વધુમાં એ પણ જાણ કરી કે ‘તબીબોના અભિપ્રાય અનુસાર, આ દીકરાને બચવાની કોઈ સંભાવના પણ નથી જ.’

ઉપર્યુક્ત માહિતી મળતાં, ગમે તેમ, મને એક સંકલ્પ આવ્યો લાવને તેની ખબર પૂછવા દવાખાને જાઉં!

આ સંકલ્પ કેમ આવ્યો ? આ એક પ્રશ્ન છે !! કેમ વિચાર આવ્યો એ તો ડ્રામા જ તો ...!! બીજા જ દિવસે દવાખાને જવા પોગ્રામ શક્ય ન બન્યો.... એટલે પછીના દિવસે ઘેરથી દવાખાને જવા નિકળ્યો કે તરત જ સામે ત્યાંના જ એક રહીશ મળ્યા. તેણે મને પૂછ્યું ‘અત્યારના પહોરમાં ક્યાં ઉપડ્યા ?’ મેં ઉત્તર આવ્યો પેલા છોકરાને દવાખાને દાખલ કર્યો છે ને ? તેની ખબર પૂછવા જાઉં છું. આ ભાઈએ મને કહ્યું તે છોકરાને તો ગઈકાલે સાંજે જ દવાખાનેથી રલ આપી દીધી છે. વધુમાં એ પણ જણાવ્યું કે તબીબોએ કહ્યું છે કે આ છોકરો હવે થોડા જ દિવસનો મહેમાન છે. માટે બધું જ ખાવા પીવાની છૂટ આપી દીધી છે. દવા પણ આપવાની બંધ કરાવી દીધી છે.

નુમાશામ યોગ અને રાત્રી ભોજન બાદ હું આ પરિવારને ત્યાં ગયો. આસપાસના લોકોને

અચરજ થઈ. આ ભાઈ તો આમ પણ કોઈને ત્યાં જતાં પણ નથી. અહીં કેમ ગયા હશે !! વગેરે વગેરે.. મેં આ દીકરાના મા-બાપને પૂછ્યું ક્યાં છે તમારો દીકરો ? ઉપર એકરમ છે ત્યાં... તેઓની સાથે હું ઉપર આવ્યો, મેં પાંચેક મિનીટ પરમપિતા પરમાત્મા શિવ (બાબા)ની ચાદ સંચ, તે આત્માને રૂહાની દ્રષ્ટિ આપી અને ત્યારબાદ તેમના માતા-પિતા પાસેથી વિગતવાર બધી જ માહિતી મેળવી.... બંને જણ રડી પડ્યા. રડતા-રડતા બોલ્યા હવે તેને બચવાનો કોઈ આરો જ નથી. શુભ બોલો એમ મેં કહ્યું....

સુખ કે દુઃખ કાયમી નથી. કેમ સારું ન થાય !! ભગવાન જેવો સમર્થ દ્યાણી બેઠો છે. તમોએ એ કહેવત તો સાંભળી હશે જ. ‘હિંમતે મર્દા તો મદદે ખુદા.’ હિંમત રાખો.... બધું જ સારું થશો... ૧૦૦% થશો... હવે સાંભળો હું કહું તેમ કરશો ? તેઓએ હા પાડી. જેમ ઝૂબલો તરણું પકડે તેમ !!!

હવે આ રૂમાં આ આસપાસ પડેલો ભંગાર, લાકડા, કચરો વગેરે અહીંથી દૂર કરો. બીજું એક મરછરદાની લાવી આ પલંગ પર બાંધો. બ્રીજુ એક અગરબટીનું પેકેટ લાવો... અને રૂમનું વાતાવરણ સ્વરદ્ધ, સુધાર અને સુગંધીત બતાવો. દિન રાત અગરબટી સુવાસ ફેલાવતી રહે કેમ ખરું ને !!!

ખાવા-પીવા અને ખોરાક વગેરે માટે તબીબોની શી સલાહ છે ? મેં પૂછ્યું. કોઈ ચીજવસ્તુની મના નથી. આ તો થોડા દિવસનો મહેમાન છે કહી બંને મા-બાપ પુનઃ રડી પડ્યા. સાંભળો આજથી દર્દને ઉકાળેલું પાણી, આ પાણીમાં જ બનાવેલા ફળફળાદિ વગેરેના રસ કે ઉકાળેલા દૂધ સિવાયની કોઈપણ ચીજ-વસ્તુ

આપવાની નથી... સંદર્ભ બંધ સમજયા?
બરાબરને ? ભલે !!!

આ દર્દીને બીમારી પહેલા, બાજુના શિવાલયમાં દૂધની કે પાણીની લોટી લઈ જતાં મેં જોયેલો. મેં દર્દીને સમજાણ આપી. તું પહેલા પરમપિતા પરમાત્મા શિવજી પર દૂધ ચડાવવા જતો હતો ને ? તેણે માથું નમાયું. તેને તારે ચાદ કરવાના છે. તારે સાથોસાથ મારા કપાળ પર નજર રાખી આત્મિક સ્થિતિમાં રહેવાનું છે. તારે બેસી શક્કાય તો બેસાયું, નહીંતર સૂતા-સૂતા ચાદમાં રહેવાનું. નિદ્રા આવે તો સૂઈ જવાનું... એમ કહી પહેલા દિવસે અર્દો કલાક યોગ સહ દ્રષ્ટિ આપી. તેમના મા-બાપે મને પૂછ્યું, અમે તમારી સાથે અહીં બેસી શકીએ ?? 'હા' કેમ નહીં આપણે બધાએ સાથે મળી આ આત્માને શુભભાવના / શુભકામનાની દુઆ જ આપવાની છે. તેઓ પણ મારા સહયોગી બની યોગમાં બેસવા લાગ્યા.

હવે આને નિત્ય કુમ બનાવ્યા પ્રમાણે બીજા દિવસે ત્યાં જઈ પૂછ્યું દીકરાને કેમ છે ? જવાબ મળ્યો તાવ તો ઉત્તરતો જ નથી ને !! બાજુમાં પડેલા ફળ-ફળાદિ જોઈને મેં કહ્યું આવા ફળ દર્દી માટે ના ચાલે મોટા, તાજ અને સારીગુણવત્તા વાળા ફળ-ફળાદિ જ આ દર્દી માટે લાવવાના છે.

રોજ-બરોજ (નિત્ય) આ યોગનો પ્રયોગ ચાલુ કર્યો... રાત્રીના ૮.૦૦ વાગ્યા પછી બેસવાનું નક્કી કર્યું. અર્દો કલાકથી શરૂ કરી યોગની માત્રા દ કલાક સુધી પહોંચાડી. બાબા (ભગવાન)ની કમાલ, ન થાક, ન કંટાળો ન દિવસે પણ ઊંઘ કે બગાસુ !!!

સાતમા દિવસે તાવ એકાંતરિયો થયો. એક દિવસ નહીં ને બીજા દિવસે તાવ આવે. પંદર દિવસ પછી બે દિવસ તાવ ન આવે. એક દિવસ તાવ આવે આમ તાવની માત્રા દિન-પ્રતિદિન ઘટવા

લાગી અને એકવીશ (૨૧)માં દિવસથી તાવ સંદર્ભ ગાયબ (બંધ) થઈ ગયો. ત્રૈવીસમાં દિવસથી થોડું મગનું પાણી અને ધીમે ધીમે છલકું પ્રવાહી અને છલકો ખોરાક આપવાની સલાહ વગેરે આપી ત્યાં જવાનું બંધ કર્યું.

ખરેખર પ્રભુએ પુનઃપ્રાણ પૂર્યા છે. એમ કહું તો અતિશયોક્તિ નહીં જ. નવજીવન પ્રાપ્ત થયું છે. દવાની જગ્યાએ દુઆની આ કમાલ છે. હાલ બિલકુલ તંદુરસ્ત જીવન વ્યતીત કરી રહ્યો છે. આ છે યોગનો અદ્ભુત અનોખો પ્રયોગ.

કરન કરાવનહારની કરામત કહો, કે પછી કુદરતની કરામત કહો. કે પછી કર્મની કહાની કે કઠળાઈ કહો. હકીકતે આ છે ભાગ્યની ભવાઈ જ તો. પ્રાણોનો પ્રાણ પૂરનાર પણ પ્રભુ જ તો... યોગનો આ છે અદ્ભુત પ્રયોગ જ તો..

વાહ પ્રભુ વાહ,

॥ ઓમશાંતિ ॥



“જે તલવાર જાલે છે તે તલવારથી જ મરે છે.’ આ કહેવતમાં ગંભીર સત્ય રહેલું છે. વિશ્વનો ધર્તિહાસ આજ હકીકતને ચરિતાર્થ કરે છે. છતાં વિશ્વના તખ્તા પર એકબીજા પર આકમણ કરવાની પ્રવૃત્તિઓ નજરે ચઢે છે. ચુદ્ધોમાં અનેક નિર્દોષોની ખુવારી થાય છે. છતાં માનવ ચુદ્ધ, આકમણો, ભાંગફોડ, હિસામાં શા માટે વિશ્વાસ ધરાવે છે ? પોતાની આહુતિ માટે શા માટે આટલો તત્પર બન્યો હશે ?

અનુભવ - જીવનશૈલીનું પરિવર્તન

બ્ર.કુ. ફાળુની, આંબાવાડી, અમદાવાદ

મીઠા ખ્યારા બાબાનો ખૂબ-ખૂબ આભાર જેને કારણે આજે આપ સમક્ષ અનુભવની અભિવ્યક્તિ કરવાનો મોકો મળ્યો.

વ્યવસાયથી સી.એ.ની પ્રેક્ટીસમાં છું. ચુગાલ પણ ૨૩ વર્ષથી સી.એ.ની પ્રેક્ટીસમાં છે. એક દીકરી છે ફોરમ ૧૫ વર્ષની. ત્રણેય સાથે જ્ઞાનમાર્ગમાં ઉડી રહ્યાં છીએ. આઠ વર્ષથી જ્ઞાનમાર્ગમાં છીએ. બાબાએ ઝાટકુ પરિવારમાં સામેલ કર્યા છે.

કોર્ષ દરમિયાન જાતે બનાવેલું જમવું એ ધારણા પર આવી ગયા. પહેલા વીકમાં જનરલી ચાર-પાંચ વખત બહારનું જમતા હતા. દીકરી ત્યારે ૭ વર્ષની હતી પરંતુ એ પણ ફેન્ડની પાર્ટી વગેરેમાં બહારનું નહોતી લેતી... પરિવારમાં બધા જ ખુશ. જેના પણ ઘરે જઈએ બાબાની ચાદમાં બનાવીએ અને એમને પણ જમાડીએ. એટલે બધા જ સહયોગી થઈ ગયા.

દીકરી આવી ત્યારથી પવિત્રતાની ધારણા પર હતા પરંતુ બાબાના જ્ઞાન પછી એ સ્મૃતિ મળી. જાણે જીવન ધન્ય બન્યું. બસ ભગવાન મારા સાથીનો નશો ચડવા લાગ્યો.

મોટાઓના - વડીલોના આશીર્વદ શું કહેવાય ? જીવનની દિવ્યતા શું છે ? એનો અનુભવ થવા લાગ્યો. પ્રકાશમહિદાઈને સાકારમાં નહોતા મળી શક્યા. અમે જ્ઞાનમાં આવ્યા ને થોડા દિવસોમાં દાઈએ શરીર છોડ્યું. દિલમાં એક અફ્સોસ હતો. થોડુંક પુણ્ય ઓછું પડ્યું કે દાઈને ન મળાયું. પરંતુ બાબા કહે છે ને કે દાઈ તો ધણાં બધાં ચક્કર લગાવે છે. બસ દાઈએ મારો આ અફ્સોસ દૂર કર્યો.

એક વખત દિવસે ઘરમાં હું ઓફિસનું કામ કરી રહી હતી. જાણે દાઈ મને મળવા આવ્યાં. દાઈએ ખૂબ સુંદર ભાસના આપી, ત્યારથી ક્યારેય અફ્સોસ નથી થતો. એક દિવ્ય મા મને સામેથી મળવા આવ્યા. વાહ બાબા વાહ.

આવું જ બાબા માટે થતું. હું બાબા સાથે કેમ નથી રહી ? શરૂ શરૂમાં એવા સવાલો મનમાં ઉઠતા અને એક દિવસ સવારે અમૃતવેલેથી પહેલા બાબાએ ભાસના આપી. હું અને બાબા. હું ૩-૪ વર્ષની ઉંમરમાં અને બાબાનો હાથ પકડ્યો છે. નૃત્યની મુદ્રામાં છીએ. બાબા સામેથી મને મળી ગયા. બસ એ દિવસથી બાબાને સવાલ નથી કર્યો.

બાબા મળ્યા પછી તો જાણે એક બાબા દુલાર ન કોઈ.

ઇશુદાઈને પહેલી વખત દાઈ કોટેજમાં મળી. ખોળામાં માથું મૂક્યું અને બસ વિકારો અશ્રુમાં વહેવા લાગ્યા. એક મા .. દિવ્ય મા.. અલોકિક માના ખોળામાં સુખનો અનુભવ. માનો ખોળો ભીનો કર્યો અને માએ મારા માથા પર એક દુલાર - પ્રારની જાણે વર્ષનો અનુભવ કરાવ્યો. મીઠી દાઈ દ્વારા બાબાએ ખૂબ દુલાર આપ્યો. દાઈને કહ્યું ‘દાઈ માટે અહ્યિં જ રહેવું છે. આપની પાસે’ બદ્યું જ ભૂલાઈ ગયું કે હું સી.એ. છું દીકરીની મા છું. આ કમાલ છે ઈશ્વરના સુખની અનુભૂતિની.

૨૦૦૭માં જ્ઞાનમાં આવ્યા અને તરત પરમ આદરણીય ગુલગારદાઈ પાસેથી અમને ત્રણેય આત્માને લાસ્ટ સો ફાસ્ટ, ફાસ્ટ સો ફસ્ટનું વરદાન મળ્યું. અહો ભાગ્ય. શુક્રિયા બાબા.

એ દૃશ્યને ક્યારેય ન ભૂલી શકું એ અનુભૂતિ ક્યારેય ન ભૂલાય જ્યારે દાઈ કોટેજમાં અલોકિક મા એવા શારદાઈએ ગુલગારદાઈ

સાથે મુલાકાત કરાવી. દાઈએ મીઠી દૃષ્ટિ આપી માથા પર મોટા પર હાથ ફેરવી એ દુલાર આપ્યો. એ દિવ્યતાભર્યો સ્નેહ-ચાર જાણે આત્માના પાપ ભરમ થઈ રહ્યા. બાબા મને દુલાર કરવા સાકારમાં આવ્યાં. આજ તો પ્રાપ્તિ છે. શાઢો પણ વામણા લાગે. બાબા બસ સાથી બની સાથ આપી રહ્યા છે. જીવન જીવવાનું ખૂબ સુંદર લાગે.

જ્ઞાનમાં આવ્યા પણીનો પહેલો લોકિક બર્થ ડે. દાઈ રતનમોહિની, લચ્છદાઈ વગેરે દિવ્ય આત્માઓના આશીર્વદ મળ્યા. ધન્ય ધડી. ધન્ય ભાગ્ય, આવો અનુભવ તો ઈશ્વર જ કરાવી શકે.

અમારી ઘ્યારી અલોકિક મા એવા શારદાદીદી સાથે એક વખત મધુબન (શાંતિવન)માં રક્ષાબંધન કરાવવાનો મોકો મળ્યો.

પરમ આદરણીય મીઠી મીઠી દાઈઓ. ચૈતન્ય દૈવીઓ પરદાદી, નિર્મલશાન્તા દાઈ, રતનમોહિની દાઈ, શાન્તામહિદાઈ, ઈશ્વરાદી, મોહિનીદીદી અને મુણ્ણી દીદી પાસે રક્ષારૂપી કુંગન બંધાવ્યું, મીઠી ઘ્યારી દૃષ્ટિ, સ્વરાજ્ય અધિકારી તિલક, મધુરતાના સંદેશરૂપી ટોલી મેળવવી. સાચે જ એ દિવ્ય અનુભૂતિ માટે બાબા અને નિમિત્ત દીદીનો આભાર માટે શાઢો બહુ નાના પડે.

અનુભવનો ખજાનો જેટલો લઈએ એટલો ઓછો. તો વાયક મિત્રો ભાઈ-બહેનો એટલું જરૂર કહીશ કે

આજે એક પ્રોફેશનલ લાઈફમાં રૂ વર્ષની પ્રેક્ટીસમાં બાબાએ સાથી બની આ દિવ્ય અનુભૂતિઓના સ્ટોક હારા જીવન જીવવાની કલાએ જીવનશૈલીનું સ્વરૂપ બનાવી લીધું છે.

જીવનશૈલી દી દિવ્ય બનવા લાગી. સુમધુરતાનો અહેસાસ થવા લાગ્યો. સંપર્કમાં આવતા લોકો પણ બાબાનો મેસેજ લઈને જાય છે.

ઘરમાં તરત જ યોગરૂપ બન્યો. બાબાને બજે સમય ભોગ લગાવીએ છીએ. ભાઈ-બહેનોને અનુરોધ છે કે... શુભ ભાવના છે. કામના પણ છે કે જીવનમાં નાના પરિવર્તન જીવનને સહજતાથી મૂલ્યવાન બનાવે છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

રંગાઈ જ(ને) રાજ્યોગમાં

બી. કે. કિશોર મહેતા, ધોરાજી

રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં, તું રંગાઈ જ એના રંગમાં, શિવજી કેરા સત્સંગમાં, બ્રહ્મા કેરા તું રંગમાં...

રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં...

આ દુનિયામાં આવીને, બે કામ કરતો જા...(૨)

પાંચ વિકારો છોડી દઈને, દેવતા બનતો જા...(૨)

બાકી શું છે આ દુનિયામાં ?(૨)

રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં...

પાંચ વિકારો છોડવાને, રાજ્યોગ કરતો જા..(૨)

રાજ્યોગ કરવા શિવની, વાણી સાંભળતો જા.(૨)

એ વિના કોઈ આરો નથી જાયાં (૨)

આગસ છોડતો જા..

રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં...

દેવતા બનવા કાજે, અંતર્મુખી બનતો જા..(૨)

રોજ જીવનમાં દેવતા કેરા, ગુણલા ધરતો જા (૨)

એ વિના કેમ દેવતા બનાય ?(૨)

કાંઈક સેવા કરતો જા...

રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં...

શિવજી કેરા સત્સંગમાં બ્રહ્મા કેરા તું રંગમાં..

રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં ...

હવે રંગાઈ જ રાજ્યોગમાં ...

॥ ઓમ શાંતિ ॥

યોગના પ્રયોગ દ્વારા સિદ્ધસ્વરૂપ બનો

(૧) વિજ્ઞાન કામમાં આવે છે એટલે સમજુએ છીએ કે વિજ્ઞાન સારું કામ કરે છે. એ રીતે શાંતિની શક્તિનો પ્રયોગ કરો. એના માટે એકાગ્રતાનો અભ્યાસ વધારો. એકાગ્રતાનો મૂળ આધાર છે. મનની કન્દ્રોલિંગ શક્તિ. જેનાથી મનોબળ વધે છે.

(૨) આપ પોતાની આત્મિક દૃષ્ટિથી પોતાના સંકલ્પોને સિદ્ધ કરી શકો છો. તે ચિદ્ધિ સિદ્ધ છે. અલ્યકાલ. પરંતુ યાદની વિધિથી સંકલ્પો અને કર્મની સિદ્ધ છે અવિનાશી. તેઓ ચિદ્ધિ સિદ્ધનો ઉપયોગ કરે છે અને આપ યાદની વિધિથી સંકલ્પો અને કર્મની સિદ્ધ પ્રાપ્ત કરો.

(૩) યોગની શક્તિ જમા કરવા માટે કર્મ અને યોગનું બેલેન્સ વધારતા જાઓ. કર્મ કરવા છતાં યોગની શક્તિશાળી અવસ્થા રહે. એનો અભ્યાસ વધારો. જેમ સેવા માટે શોધ કરો છો તે રીતે આ વિશેષ અનુભવોના અભ્યાસ માટે સમય કાઢો અને નવીનતા લાવીને સૌની સમક્ષ ડિદાહરણમૂર્ત બનો.

(૪) વર્તમાન સમય પ્રમાણે સર્વ આત્માઓ પ્રત્યક્ષફળ અથવા પ્રેક્ટિકલ સાબિતી જોવા ઈછે છે. તો તન, મન, કર્મ અને સંપર્ક-સંબંધમાં શાંતિની શક્તિનો પ્રયોગ કરીને જુઓ. શાંતિની શક્તિથી આપના સંકલ્પ વાયરલેસ કરતાં પણ ઝડપી કોઈપણ આત્માને પહોંચી શકે છે. આ શક્તિનું વિશેષ યંત્ર છે. ‘શુભ સંકલ્પ’ આ સંકલ્પના યંત્ર દ્વારા જે ઈચ્છો તે સિદ્ધ સ્વરૂપમાં જોઈ શકો છો.

(૫) શાંતિની શક્તિનો પ્રયોગ પહેલાં સ્વપ્રતિ, તનના રોગ ઉપર કરીને જુઓ. આ

શક્તિ દ્વારા કર્મબંધનનું રૂપ મીઠા સંબંધના રૂપમાં બદલાઈ જશે. આ કર્મભોગ, કર્મનું ભારે બંધન શાંતિની શક્તિથી પાણીના લિસોટાની જેમ જણાશે. ભોગનાર નહીં, ભોગના ભોગવી રહેલ છું. એમ નહીં પણ સાક્ષીદૃષ્ટા બનીને આ હિસાબ કિંતાબનું દૃશ્ય જોતા રહેશે.

(૬) યોગનો પ્રયોગ અર્થાત્ પોતાના શુદ્ધ સંકલ્પોનો પ્રયોગ તન પર, મન પર, સંસ્કારો પર અનુભવ કરીને આગળ વધતા જાઓ. એમાં એક બીજાને જોશો નહીં. આ શું કરે છે, આ નથી કરતાં. જૂનાઓ કરે છે યા નથી કરતા આ જુઓ નહીં. પહેલાં હું આ અનુભવમાં આગળ જાઉં. કારણ કે આ આપણા આંતરિક પુરુષાર્થની વાત છે. જ્યારે આ રીતે વ્યક્તિગત રૂપે આ પ્રયોગમાં જોડાઈ જશે, તો વૃદ્ધિ થતી રહેશે. ત્યારે એક એક શાંતિની શક્તિનો સંગાઠિત રૂપમાં વિશ્વ સામે પ્રભાવ પડશે.

(૭) જેમ વાણીની પ્રેક્ટિસ કરતાં કરતાં વાણીના ઉપયોગમાં શક્તિશાળી બની ગયા છો એ રીતે શાંતિની શક્તિના પણ અભ્યાસી બનતા જાઓ. સમય જતાં વાણીના સ્થૂલ સાધનો દ્વારા સેવાનો સમય મળશે નહીં. આવા સમયે શાંતિની શક્તિનાં સાધન આવશ્યક બનશે કારણ કે જેટલા જે મહાન શક્તિશાળી હોય છે તે અતિસૂક્ષ્મ હોય છે.

(૮) જ્યાં વાણી દ્વારા કોઈ કાર્ય સિદ્ધ થતું નથી તો કહી છો આ વાણીથી નહીં સમજશે. શુભ ભાવનાથી બદલાશે. જ્યાં વાણી કાર્યને સફળ કરી શકતી નથી, ત્યાં શાંતિની શક્તિના સાધન શુભ સંકલ્પ, શુભ ભાવના, નયનોની ભાષા દ્વારા રહેમ અને સ્નેહની અનુભૂતિ કાર્ય સિદ્ધ કરે છે.

(૯) કોઈપણ ખજાનો ઓછો ખર્ચને વધારે પ્રાપ્તિ કરી લેવી એ યોગનો પ્રયોગ છે. મહેનત ઓછી સફળતા વધારે આ વિદ્યિથી પ્રયોગ કરો. જેમ સમય તથા સંકલ્પ શ્રેષ્ઠ ખજાના છે, તો સંકલ્પનો ઉપયોગ ઓછો હોય પણ પ્રાપ્તિ વધારે હોય. સાધારણ વ્યક્તિ જે બે ચાર મિનિટ સંકલ્પ ચલાવીને વિચાર્યા પછી સફળતા મેળવી શકે છે તે આપ એક બે સેકેન્ડમાં કરી શકો છો. તો એને કહેવાય છે ઓછા ખર્ચમાં વધુ પ્રાપ્તિ. ખર્ચ ઓછો કરો પણ પ્રાપ્તિ ૧૦૦ ગણી હોય. એનાથી સમય તથા સંકલ્પની બચત થશે અને તેને બીજાની સેવામાં લગાવી શકીશું. દાન પુણ્ય કરી શકીશું. આ યોગનો પ્રયોગ છે.

(૧૦) પ્રયોગ કરનાર આત્મા સંસ્કારો ઉપર, પ્રફૂટિ દ્વારા આવનારી પરિસ્થિતિઓ પર અને વિકારો પર સદા વિજયી બનશે. યોગી અને પ્રયોગી આત્માની સામે આ પાંચ વિકાર રૂપી સાપ ગળાની માળા અથવા ખુશીથી નાચવાનો મંચ બની જશે.

(૧૧) જેમ વિજ્ઞાનની શક્તિનો પ્રયોગ લાઈટના આધારે થાય છે જો કમ્યુટર ચાલે છે તો કમ્યુટર માઈટ છે પરંતુ આધાર લાઈટ છે. તે રીતે આપની શાંતિની શક્તિનો પણ આધાર લાઈટ છે. જ્યારે પ્રકૃતિની લાઈટ અનેક પ્રકારના પ્રયોગ પ્રેક્ટિકલમાં બતાવે છે તો આપની અવિનાશી પરમાત્મ લાઈટ, આત્મિક લાઈટ અને સાથે સાથે પ્રેક્ટિકલ સ્થિતિ લાઈટ, તો એનાથી કયો પ્રયોગ નહીં થઈ શકે ?

(૧૨) જેમ કોઈ પણ વિજ્ઞાનના સાધનનો ઉપયોગ કરશો તો પહેલાં એ ચેક કરશો કે લાઈટ છે કે નહીં ? એ રીતે જ્યારે યોગનો, શક્તિઓનો, ગુણોનો પ્રયોગ કરો છો, તો પહેલાં એ ચેક કરો કે મૂળ આધાર આત્મિક શક્તિ, પરમાત્મ શક્તિ તથા લાઈટ (હળવી) સ્થિતિ છે ? જો સ્થિતિ અને

સ્વરૂપ ડબલ લાઈટ છે તો પ્રયોગની સફળતા ઘણી સહજ રીતે મળી શકે છે.

(૧૩) આ અભ્યાસને શક્તિશાળી બનાવવા માટે પહેલાં પોતાના ઉપર પ્રયોગ કરીને જુઓ. દરેક માસ યા દરેક ૧૫ દિવસ માટે કોઈને કોઈ વિશેષ ગુણ યા કોઈને કોઈ વિશેષ શક્તિનો સ્વપ્રતિ પ્રયોગ કરીને જુઓ. કારણ કે સંગઠનમાં તથા સંબંધ સંપર્કમાં પેપર તો આવે જ છે તો પહેલાં પોતાના ઉપર પ્રયોગ કરીને ચેક કરો. કોઈપણ પેપર આવ્યું તો કોઈ ગુણ યા કોઈ શક્તિનો પ્રયોગ કરીને જુઓ કેટલા સમયમાં સફળતા મળી ? જ્યારે સ્વપ્રતિ સફળતાનો અનુભવ કરશો તો આપના દિલમાં બીજાઓ પ્રતિ પ્રયોગ કરવાનો ઉમંગ ઉત્સાહ સ્વાભાવિક રીતે વધતો જશે.

(૧૪) યોગનો પ્રયોગ કરવા માટે દૃષ્ટિમાં પવિત્રતા ઉપર વિશેષ ભાર મૂકો. મૂળ ફાઉન્ડેશન પોતાના સંકલ્પને શુદ્ધ, જ્ઞાન સ્વરૂપ, શક્તિ સ્વરૂપ બનાવો. કોઈ ગમે તેટલા ભટકીને, પરેશાન, દુઃખની લહેરમાં આવે, ખુશીમાં રહેવાનું અસંભવ, સમજતા હોય પરંતુ આપની સામે આવતાં જ આપની મૂર્ત્ત, આપની વૃત્તિ, આપની દૃષ્ટિ આત્માનું પરિવર્તન કરી દે. આ છે યોગનો પ્રયોગ.

(૧૫) અભ્યાસની પ્રયોગશાળામાં બેસીને યોગનો પ્રયોગ કરો તો એક બાપનો સહારો અને માયાના અનેક પ્રકારના વિઘનોથી મુક્તિનો અનુભવ કરશો. અત્યારે જ્ઞાનના સાગર, ગુણોના સાગર, શક્તિઓના સાગરમાં ઉપર ઉપરની લહેરોમાં લહેરાઓ છો એટલે અલ્પકાળની તાજગીનો અનુભવ કરો છો. પરંતુ હવે સાગરના તળિયે જાઓ તો અનેક પ્રકારના વિચિત્ર અનુભવ કરી રળપ્રાપ્ત કરશો.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

બીજરૂપ સ્થિતિ

(૧) બીજરૂપ અવસ્થા સૌથી શક્તિશાળી અવસ્થા છે. આ અવસ્થા લાઈટ હાઉસ, માઈટ (શક્તિ) હાઉસનું કાર્ય કરે છે. જેમ બીજ દ્વારા સ્વાભાવિક રીતે જ સમગ્ર વૃક્ષને પાણી મળે છે એ રીતે જ્યારે બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત રહો છો એ અનાચાસે વિશ્વને લાઈટનું પાણી મળે છે.

(૨) જેમ લાઈટ હાઉસ એક જ સ્થાન ઉપર હોવા છતાં ચારે બાજુ પોતાની લાઈટ ફેલાવે છે એ રીતે લાઈટ હાઉસ બનીને, વિશ્વ કલ્યાણકારી બની વિશ્વ સુધી પોતાની લાઈટ ફેલાવવા માટે શક્તિશાળી અવસ્થા જોઈએ. જે રીતે સ્થૂળ લાઈટનો બલ્બ તેજ પાવરવાળો હશે, તો ચારે બાજુ લાઈટ ફેલાશે. જુરો પાવર સીમા સુધી રહેશે. તો હવે લાઈટ હાઉસ બનો. બલ્બ નહીં.

(૩) અત્યાર સુધીના પરિણામમાં માસ્ટર સૂર્ય સમાન ઝાનની લાઈટ આપવાના કર્તવ્યમાં સફળ થયા છો પરંતુ હવે કિરણોની માઈટથી દરેક આત્માના સંસ્કારરૂપી કીટાણુને નાશ કરવાનું કર્તવ્ય કરવાનું છે. એવો અભ્યાસ હોવો જોઈએ કે ચાલતાં ફરતાં આપના મર્સ્ટિષ્કથી લાઈટનો ગોળો દેખાય અર્થાત् બીજ દેખાય. માસ્ટર બીજરૂપ, લાઈટ અને માઈટના ગોળા બનો ત્યારે સાક્ષાત્ યા સાક્ષાત્કારમૂર્ત બની શકશો.

(૪) કોઈપણ હિસાબ - પછી તે આ જન્મનો હોય, યા પાછલા જન્મનો લગનની અભિન સ્વરૂપ સ્થિતિ વિના ભર્મ નહીં થાય. સદા અભિનસ્વરૂપ સ્થિતિ અર્થાત् શક્તિશાળી યાદની સ્થિતિ. બીજરૂપ લાઈટ હાઉસ, માઈટ હાઉસ સ્થિતિ આના ઉપર વિશેષ દ્વારા આપો, તો સર્વ હિસાબ કિતાબ પૂરા થશે.

(૫) જ્યારે વૃક્ષનું રચયિતા બીજ, જ્યારે વૃક્ષની અંતિમ અવસ્થા આવે છે ત્યારે ફરીથી તે ઉપર આવી જાય છે. એ રીતે બેહદના માસ્ટર રચયિતા સદા પોતાને આ કલ્યવૃક્ષની ઉપર ઊભા સમજો. બાપની સાથે સાથે વૃક્ષની ઉપર માસ્ટર બીજરૂપ શક્તિઓની, ગુણોની, શુભ ભાવના - શુભ કામનાની, ર્ણેહની, સહયોગનાં કિરણો ફેલાવો. જેમ સૂર્ય ઊંચો છે તો સમગ્ર વિશ્વમાં સ્વાભાવિક રીતે કિરણો ફેલાય છે. એ રીતે માસ્ટર રચયિતા યા માસ્ટર બીજરૂપ બનીને સમગ્ર વૃક્ષને કિરણો યા પાણી આપી શકો છે.

(૬) જ્યારે વિશેષ યાદમાં બેસો છો તો પોતાના કોઈને કોઈ શ્રેષ્ઠ સ્વમાનની સીટ ઉપર બેસો. ક્યારેક માસ્ટર બીજરૂપની સ્થિતિના આસન પર, ક્યારેક અવ્યક્ત ફરિસ્તાની સ્થિતિની સીટ ઉપર સ્થિત થાઓ તો શક્તિશાળી યાદનો અનુભવ કરશો.

(૭) આપ જ્યારે બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત રહેશો તો અનેક આત્માઓને સમયની અને બાપની ઓળખાણનું બીજ પડશે. જો બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત ના રહ્યા માત્ર વિસ્તારમાં ચાલ્યા ગયા તો વિસ્તારથી કિંમત રહેશે નહીં, વ્યર્થ જશે. એટલે બીજરૂપ સ્થિતિમાં, બીજરૂપની યાદમાં સ્થિત થઈને પછી બીજ નાંખો. પછી જોજો એ બીજનું ફળ કેટલું સારું અને સહજ નીકળે છે.

(૮) વિશેષ અમૃતવેળાએ શક્તિશાળી સ્થિતિની સેટિંગ કરો. પાવરકુલ સ્ટેજ અર્થાત્ બાપ સમાન બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત રહેવાનો અભ્યાસ કરો. જેવો શ્રેષ્ઠ સમય છે, તેવી શ્રેષ્ઠ સ્થિતિ હોવી જોઈએ. સાધારણ સ્થિતિમાં તો કર્મ

કરીને રહી શકો છો પરંતુ આ વિશેષ વરદાનનો સમય છે. આ સમયનો યથાર્થરૂપે ઉપયોગ કરો આખા દિવસની ચાદની સ્થિતિ પર એનો પ્રભાવ પડશે.

(૬) બીજરૂપને સદા સાથે રાખો તો માચાનું બીજ એવું ભસ્મ થઈ જશે કે પછી કદી પણ એ બીજમાંથી અંશ પણ નીકળી શકશે નહીં. આમેય આગથી સળગેલા બીજથી કદી ફળ નીકળતું નથી એટલા માટે બીજને છોડીને માત્ર ડાળીઓને કાપવાની મહેનત ના કરો. બીજરૂપ દ્વારા વિકારોના બીજને ખતમ કરી દો તો વારંવાર મહેનત કરવાથી સ્વાભાવિક રીતે છૂટી જશો.

(૧૦) એકાંતવાસી અર્થાત् કોઈપણ એક શક્તિશાળી સ્થિતિમાં સ્થિત થવું. બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ જાઓ. ચાહે લાઈટ હાઉસ, માઈટ હાઉસ સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ જાઓ અર્થાત् વિશ્વને લાઈટ માઈટ આપવાવાળા - આ અનુભૂતિમાં સ્થિત થઈ જાઓ. તો આ એક મિનિટની સ્થિતિ પણ સ્વચંની અને બીજાઓને પણ ઘણો લાભ આપી શકે છે.

(૧૧) બીજરૂપ સ્થિતિનો અનુભવ કરવા માટે એક તો મન અને બુદ્ધિ બંનેને શક્તિશાળી બેક જોઈએ અને વાળવાની શક્તિ પણ જોઈએ. એને જ ચાદની શક્તિ અથવા અવ્યક્તિ શક્તિ કહેવામાં આવે છે. જો બેંક નથી આપી શકતા તો તે પણ યોગ્ય નથી. જો વળાંક નથી આપી શકતા તો તે પણ યોગ્ય નથી. તો બેંક લગાવવાની અને વાળવાની શક્તિથી બુદ્ધિની શક્તિ વ્યર્થ જશે નહીં. જેટલી શક્તિ જમા થશે એટલી જ પારખવાની, નિર્ણય કરવાની શક્તિ વધશે.

(૧૨) બીજરૂપ સ્થિતિમાં રહેવાનો અભ્યાસ તો કરો પણ ક્યારેક લાઈટ હાઉસના રૂપમાં, ક્યારેક માઈટ હાઉસના રૂપમાં, ક્યારેક વૃક્ષ ઉપર

બીજના રૂપમાં, ક્યારેક સૃષ્ટિચકના ઉપર ટોચ ઉપર ઊભા રહીને સર્વને શક્તિ આપો. કદી મર્સ્ટકમહિં બની, કદી તપ્તનશીન બની, ભિન્ન ભિન્ન સ્વરૂપોનો અભ્યાસ કરો. વિવિધતા કરો તો રમણીકતા આવશે, બોર નહીં થાઓ.

(૧૩) બીજરૂપ સ્થિતિ યા શક્તિશાળી ચાદની સ્થિતિ જો ઓછી રહે છે તો તેનું કારણ હજુ સુધી લીકેજ (ભૂલો) છે. બુદ્ધિની શક્તિ વ્યર્થની તરફ વહી જાય છે. કદી વ્યર્થ સંકલ્પ ચાલશે કદી સાધારણ સંકલ્પ ચાલશે. જે કામ કરી રહ્યા છે એના સંકલ્પમાં બુદ્ધિનું વ્યસ્ત રહેવું એને કહેવાય છે સાધારણ સંકલ્પ. ચાદની શક્તિ યા મનન શક્તિ જે હોવી જોઈએ તે નથી હોતી એટલે શક્તિશાળી ચાદનો અનુભવ થતો નથી એટલે સદા સમર્થ સંકલ્પોમાં, સમર્થ સ્થિતિમાં રહો, તો શક્તિશાળી બીજરૂપ સ્થિતિનો અનુભવ કરી શકશો.

(૧૪) મોટાભાગના ભક્તોની ઈરણા માત્ર એક પળ માટે લાઈટ જોવાની છે. આ ઈરણાને પૂર્ણ કરવાનું સાધન આપ બાળકોનાં નયન છે. આ નયનો દ્વારા બાપના જ્યોતિ સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થાય. આ નયન, નયન નહીં પણ લાઈટનો ગોળો દેખાય.

(૧૫) અત્યારે સંગઠિત રૂપમાં લાઈટ હાઉસ, માઈટ હાઉસ બની શક્તિશાળી વાયબ્રેશન ફેલાવવાની સેવા કરો. અત્યારે પોતાની વૃત્તિને, વાયબ્રેશન, વાયુમંડલ શક્તિશાળી બનાવો. ચારે બાજુનું વાયુમંડલ સંપૂર્ણ નિર્વિદ્ધન, રહેમદિલ, શુભ ભાવના, શુભ કામનાવાળું બને ત્યારે લાઈટ માઈટ પ્રત્યક્ષતા માટે નિમિત્ત બનશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

સુખી થવા સજ્જ થાઓ !

ભાતા વિજય ભાટકર

(જીવનની રમત સૌને રમવી છે. એ આનંદથી રમવી કે વેચથી એ આપણી પસંદગી પર છે. પહેલી રીત પસંદ કરનારને થોડીક સૂચના....)

નિરાંતમાં કેવી શાંતિ છે! વૃક્ષની માફક વિકસવામાં કેવો આનંદ છે! આ વિષે ઘડીભર વિચારો.

યાદ રાખો કે જીવનરમતમાં તમે એક ખેલંદા છો. રમતના એ મેદાનમાં બીજા અનેક ખેલાડીઓ છે. આ રમત તમે બદલી શકો એમ નથી. તમે રમો કે ન રમો તો પણ એ રમત સદા ચાલુ રહેવાની છે. માટે રમત સમજુ લો. એના નિયમોનો આદર કરો. પરિણામ શું આવશે તેની ચિંતા ન કરો. જેમ જેમ રમત રમાતી જશે તેમ તેમ તેનાં સ્વરૂપ અને પરિણામ નિશ્ચિત થતાં જશે. બાળક હતા ત્યારે જેવા શોખથી રમતા હતા તે આનંદથી આ રમત રમો અને નહિ કે ધંધાદારી ફરજથી.

તમે જે વ્યવસાય કે પ્રવૃત્તિમાં છો તેમાં તમારી અપેક્ષાઓ વિષે સ્પષ્ટ બની જાઓ. એ પ્રવૃત્તિ ગમે તેટલી સામાન્ય હોય તો પણ તેમાં તન્મય બની રહો. તમારે માટે એ વ્યવસાય યોગ્ય છે. બીજાની સાથે સરખામણી કરશો નહિ. બીજાના પગરખામાં પગ મૂકી તેની સંપત્તિ ઝૂંટવી લેવાનો તમને અદિકાર નથી.

સદૈવ કાર્યરત રહો. કાર્ય આનંદસ્વરૂપ છે. પરિણામની ચિંતા કરવાનું છોડી દો. તમને તમારા કાર્યથી સંતોષ અને તૃપ્તિ હોય તો બીજાના અભિપ્રાયથી દોરવાઈ ન જાઓ. તેની ઉપેક્ષા કરો. તમે પ્રતિદિન જે કામ કરો છો તે તમારું જીવન છે, આખરે મળતું પરિણામ નહિ. વહે છે તે સરિતા છે. સાગરમાં વિલીન થઈ જતી વેળાનો જળરાશિ નદી નથી.

તમારાં શક્તિ-મર્યાદા સ્પષ્ટતાથી સમજુ લો. શરણે થવાની વાત ન કરશો. ચર્ચતી-પડતીમાં સ્થિર રહો. સ્વમાનને ભોગે સમાધાન કરશો નહિ. આ અભિગમ તમારું બળ બની રહેશે.

સ્વસ્થતા અને સ્પષ્ટતાથી સત્ય બોલો. બીજાની વાત બરાબર સાંભળો, પછી ભલે ને તે ગમે તેટલી નીરસ ને નિરર્થક હોય. તેમાં પણ કદાચ સત્ય હશે. તમારી વાણી નિર્ભળ બને એવા ભારેખમ શાઢો, જૂઠાં વિશેષણો, નિરર્થક વચનો અને બિનજરુંદી મંતવ્યોથી મુક્ત રહો. તમારી યોજના અને સિદ્ધિમાં રાચો. ખોટા માણસો સમક્ષ તેનું પ્રદર્શન કરી તેને વેદફી ન દેશો, તમારી ભૂલો તરફ સમભાવથી જુઓ. બીજાની સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરી તેની પ્રશંસા કરો. બીજા સાથે તમારી સરખામણી કરી અભિમાની કે રાંક બનશો નહિ. તમારા કરતાં ચઢતા ને તમારાથી ઊતરતા માણસો હોવાના જ. તમારી પ્રગતિકુચમાં આત્મસંતોષ અવરોધક ન બને તે જોબે.

તમે ધંધો કે નોકરી કરો છો તે સાચું પરંતુ તેની બેડીમાં બંધાઈ જશો નહિ. ખુશામતખોરી કે ચમચાગીરી ગુલામ બનાવે છે જે હ્યાતીનું નકારાત્મક સ્વરૂપ છે. નોકરીધંધા સાથે સંકળાયેલી આ નિર્ભળતામાં ફસાઈ ન જવાય તે માટે જાગૃત અને પ્રયત્નશીલ રહો.

જગલે ને પગલે સાવધ રહો. જગતમાં પ્રપંચનાં જાળાં પથરાયેલાં છે. પરંતુ તેથી કાયર બની જશો નહિ. મહાન આદર્શો સિદ્ધ કરવા અનેક સજ્જનો પ્રયત્નશીલ છે. જગતમાં ભલાઈ, સાહસ, પ્રયત્ન અને પરાક્રમ છે. દૃઢનિશ્ચયી બનો. બુદ્ધિપૂર્વક નિર્ણય કરી તેને વળગી રહો. નિજીયતા કરતાં પ્રવૃત્તિ સારી.

મનને કદાપિ ટાંકેલું રાખશો નહિ. તમારા વિચારો પ્રગટવા દો. બુદ્ધિનો દુરુપયોગ કરી કોઈને છતરશો નહિ. આખરે તો છેતરવા જનારો છેતરાઈ જતો હોય છે.

તમારા દંદામાં તમે સર્જનાત્મક બનો. આ સર્જકતા બીજાં પ્રાણીથી માનવીને જુદો પાડનારું તત્ત્વ છે. તમારા નોકરી-દંદાના કામમાં સર્જકતાનો ઉપયોગ કરી તેને વેઠ, એકદારું અને કંટાળાજનક થઈ જતું અટકાવો. તેને રચનાત્મક અને રસિક બનાવો. બડાઈખોર અને મતલબી માણસોની ઉપેક્ષા કરો. તેઓ તમારા ઉત્સાહને ઠંડો પાડે છે. દુષ્ટોથી બે વેંત દૂર રહો.

મહેનતું, નિષ્ઠાવાન અને ભલા સજજનોને નમરકાર કરો. આમ કરી તમે તમારી આજુબાજુનું વાતાવરણ સુંદર, સ્વચ્છ અને નિરામય રાખી શકશો.

મહાત્મા અને મહામાનવોને ઓળખો. તેમના કાર્યને સમજુ તેમને સહાયભૂત બનો. મહાપુરુષો સ્વપ્રયત્નથી મહાન બને છે કે તેઓ જન્મથી મહાન હોય છે તેની ખટપટમાં ન પડો. તેઓ ઈતિહાસ રચે છે. તેઓ પ્રગતિના પ્રેરક છે.

બળતણ માટે વૃદ્ધાનું નિકંકન કાઢશો નહિ. અંગત લાભ માટે બળવો કરશો નહિ. સમાજના કચ્ચાણ ખાતર સૌ સાથે મળી અવાજ ઉઠાવો. નિર્થક સાહસ, ને વ્યર્થ સંઘર્ષથી વિસંવાદ જન્માવશો નહિ. આવેશ-આવેગ અળગાં રાખી, શિસ્ત જાળવી છાંતિ કરો. તમે તમારી જાત તરફ માયાળુ બનો. ખોટી મહિત્વાકાંક્ષા અને કાલ્પનિક દુઃખથી તમારી જાત પર પ્રાસ ન ગુજારો. શિસ્ત-નિયમનું બુદ્ધિપૂર્વક પાલન કરો પણ જાત તરફ વધુ પડતા આકરા થશો નહિ. સૌ સાથે સ્નેહ સદ્ભાવ રાખો. મતભેદ સમજપૂર્વક દૂર કરો. ઈર્ધા, વેરઝેર, ધૂણાથી છેટા રહો.

તમારા જીવનના સાથીદારો સાથે તમારા સુખ, સમૃદ્ધિ અને સિદ્ધિની વહેંચણી કરો. તમારાં દુઃખ, ગમગીનીમાં તેમની સહાય મેળવો, તેમની પ્રેરણા મેળવો. કોઈના ઉપર પ્રેમ-ર્નેહ-માયા મમતા વર્ષાવવા એ કેવું આહુલાદક છે તેનો સ્વાનુભવ કરો.

સ્નેહી સ્વજનો, મિત્રો સહકારીઓની ઉપેક્ષા કરશો નહિ. તમારું કુટુંબ તમારું સર્વસ્ત છે. ઘર જેવું સ્વર્ગ બીજે ક્યાંય નથી. તમારું આંતરિક અને બાહ્ય સુખ, તમારાં માનસ્વમાન અને તમારી સિદ્ધિ-સમૃદ્ધિ, તમારા સ્વજનને કારણે છે એ ન ભૂલો.

કરુણા વર્ષાવો. આજુબાજુના દીનદુઃખી પ્રત્યે અનુકૂંપા રાખી તેમની યાતનાઓ હળવી કરવા પ્રયત્ન કરો. સુખનું સદ્ભાગ્ય તમને મળ્યું હોય તો બીજાનું દુઃખ દૂર કરવાની તમારી ફરજ છે. મળે છે તેથી વધારે આપો. તમારી મહિત્વકાંક્ષા તમારા સુખ પૂરતી મર્યાદિત રાખો નહિ. સૌના સુખને સમાવી લો.

સ્વકેન્દ્રિત બની ઉભય બનશો નહિ. તમારો દંધો કે નોકરી તમારા જીવનનું એક પાસું છે. જીવનમાં એ ઉપરાંત બીજી અગત્યની બાબતો છે. પુષ્પોની સૌરભ, મેધધનુષ્ણના રંગો, સાગરની અનંતતા, શિશુનાં રિસ્મિત, દૂર દૂર પ્રકાશતા તારલાનું તેજ અને માડીની મીઠી મમતા માણો.

પ્રારંભને કંઈ દોષ દેશો નહિ. ભૂતકાળમાં વૃથા રાચશો નહિ. જીવન એ ગઈકાલ નથી, આવતીકાલ નથી, પણ આજ છે. ગઈકાલના આનંદને યાદ રાખો અને આવતીકાલની આશાને વધાવવા આજને ઉભાળીએ.

તમે એકાકી રહેવા, દુઃખી થવા કે રિબાવા જન્મયા નથી એ સ્મરણમાં રાખો. ખુશ રહો અને સુખી થવા સજજ રહો. ||અમેમશાંતિ||

સમર્પિત આત્માઓની ઓળખ

સમર્પિત આત્માઓની ઓળખ

- સમર્પિત અર્થાત् તન-મન, વસ્તુ પછી જે સાધનના રૂપમાં યા ધનના રૂપમાં હોય, એ સર્વ પિતા પરમાત્માને અર્પિત થઈ ગઈ. એમાં જરા પણ કદી ભૂલથી પણ મારાપણાનો અંશ ના આવે. મારા તો એક બાબા બીજું ના કોઈ.
- સમર્પિત અર્થાત् સાકારરૂપમાં કર્મમાં બ્રહ્માબાપ સમાન અને નિરાકારી શ્રેષ્ઠયોગની સ્થિતિમાં નિરાકાર શિવપિતા સમાન.
- સમર્પિત આત્માઓએ ચાર સર્ટિફિકેટ લેવાનાં છે. એક સ્વયંને સાક્ષી-દૃષ્ટા બનીને સર્ટિફિકેટ આપો. બીજું જે સાથીઓ સાથે કાર્ય કરીએ છીએ એમનું સર્ટિફિકેટ હોય. બીજું દાદીઓનું અને ચોથું પિતા પરમાત્માનું સર્ટિફિકેટ હોય.
- દરેક જે પણ સેવા માટે નિમિત હોય એમાં સેવામાં રહેતાં વાયુમંડળ એવું દેખાય કે ફરિસ્તા કર્મયોગી બનીને કર્મ કરી રહ્યા છે. કારણ કે આપ સૌ વિશ્વના મંચ ઉપર છો. મંચ પર સ્વાભાવિક રીતે સૌની નજર લાય છે.
- જેમ મોટાભાગનાને સેવામાં સર્ટિફિકેટ મળેલું છે એવું બાપ સમાન બનવાનું પણ સર્ટિફિકેટ લો. બાપ જેવી વર્તિણૂંક, ચહેરો છશે, તો બાપ પ્રત્યક્ષ થશે. દરેક સંકલ્પ, બોલ, કર્મ, પરસ્પરના સંબંધ સંપર્કમાં સૌમાં સમાનતા જોઈએ. અત્યારે સાધારણતા છે. સમાનતા લાવવાની છે.
- સમર્પિત અર્થાત् જે સર્વ વિષયોમાં બાપ સમાન હોય.

- સમર્પિત અર્થાત् જેમાં હદનું હું પણું ના હોય. ના હદનું મારાપણું હોય. સદા બેહદની સ્થિતિનો અનુભવ થતો રહે.

તે માટે ચેક કરો કે

- સેવાનું બળ ચાલી રહ્યું છે યા ચાર વિષયમાં બાપ સમાન સર્ટિફિકેટ છે ?
- કઈ કઈ વાતમાં બાપ સમાન છીએ ? શામાં હજુ થોડું બાકી રહી ગયું છે ?
- સદા ખુશ રહો છો યા વર્ચે વર્ચે થોડા નારાજ થઈ જાઓ છો ?
- ચાલતાં ચાલતાં આત્મઅભિમાનીની અનુભૂતિ થાય છે ? હું જે છું, જેવો છું તેવો અનુભવ કર્યો છે ?
- સંસ્કારોનું માત્ર જ્ઞાન છે કે સંસ્કારોનું પરિવર્તન થયેલું છે ?
- જે પિતા પરમાત્મા ઈશ્છે છે તે હું કરી રહ્યો છું ?
- સંબંધ - સંપર્કમાં સર્વ પ્રત્યે શુભભાવના, શુભકામના છે ?
- સંપન્ન બનીને બાપની સાથે ચાલનારા છો કે વર્ચે અટકી જશો ?
- હવે આ એકરાર કરવાની શક્તિનો કોર્સ કરી એક એક વાતનો અનુભવ કરો. હવે એમ કહીને પોતાને ચલાવશો નહીં કે આ તો ચાલે. ચાદ રાખો સમય દગો ના દે.

આના આધારે ચેક કરો

- મુજ માસ્ટર સર્વશક્તિવાન આત્માને કોઈ કર્મબંધ્ય આકર્ષિત તો નથી કરતીને ?
- પળમાં સર્વ બંધનોથી મુક્ત થઈ શકો છો ?

- કોઈપણ નાનીશી કર્મબ્ધિય બંધનમાં તો નથી બાંધતીને ?
- અત્યાર સુધી કચ્ચું બંધન રહેલું છે ?
- જ્યાં, જેવી રીતે મન બુદ્ધિને લગાવવા દ્યાંથીએ ત્યાં પળમાં લગાવી શકીએ છીએ ? હલચલમાં તો આવશે નહીં ને ?
- લાઈટ માઈટ હાઉસ બની સ્મૃતિના સંકલ્પની સ્વીચ ઓન કરી આત્માઓને પળમાં લાઈટ માઈટ આપી શકો છો ?
- ઓર્ડર મળે કે એક પળમાં અશરીરી બની શકો છો ? યા ચુદ્ધ કરવું પડશે ? કર્મ કરતાં અશરીરી બનવાનો અભ્યાસ ચાલે છે ?
- કન્ટ્રોલિંગ પાવર દ્વારા મન કન્ટ્રોલમાં આવી ગયું છે ?

પરમાત્મા સ્નેહી બનો

- જે દિલથી બાબાને ચાદ કરે છે તે સ્નેહી બાળકો છે. તેઓ બાપના દિલતખ્તનશીન બને છે.
- એમને અમૃતવેળાએ બાબા કોઈને કોઈ વરદાન આપે છે.
- એમનું જીવન સદા મોજમાં હોય છે.
- સ્નેહની શક્તિ બાબાની ઘણી નજીક લાવે છે.
- સ્નેહની શક્તિ સદા એવો અનુભવ કરાવે છે કે જાણે બાબાના વરદાનનો હાથ મસ્તક પર છે.
- બાબાનો સ્નેહ સદાચે છજછાયા બની જાય છે.
- સ્નેહી આત્મા સદા રમણિક હોય છે, શુષ્ણ નહીં.
- તેઓ સદા નિશ્ચિત (નક્કી) અને નિશ્ચિંત રહે છે.
- તેઓ પોતાને સહજ્યોગી અનુભવે છે.

- જ્ઞાન રૂપી બીજને સ્નેહનું પાણી મળે છે. તો સર્વ પ્રાપ્તિઓના ફળનો અનુભવ કરાવે છે.
- સ્નેહી આત્માને કોઈ પ્રશ્નો ઉઠા નથી તેઓ સદા સ્નેહના સાગરમાં લવલીન રહે છે.
- સ્નેહી આત્માઓ માટે એક બાબા જ સંસાર છે તેઓ સદા શ્રીમતનો હાથ પોતાના મર્સ્તક પર અનુભવે છે.
- અવિનાશી સ્નેહ સમગ્ર કલ્પના સ્નેહી બનાવી દે છે.
- સ્નેહીને પુરુષાર્થમાં ચુદ્ધ તथા મહેનત કરવાં પડતાં નથી. પ્રેમ મહેનતને સમાપ્ત કરી દે છે.
- નિરંતર ઈશ્વરીય પ્રેમમાં લીન રહેનાર આત્મા સદા પહોંચને રાઈ બનાવનાર હોય છે.
- આવો આત્મા દરેક પ્રાપ્તિના અનુભવની સત્તા હોવાને લીધે દરેક પરિસ્થિતિમાં અચલ-અડોલ રહે છે. હલચલમાં આવતો નથી.
- તે જે સમયે જે શક્તિનું આવાદ્ધ કરે છે એ સમયે તે શક્તિ પળમાં સહયોગી બની જાય છે.
- સ્નેહી આત્મા એક પળમાં મારા બાબા, મીઠા બાબા ચાદ કરતાં જ એમાં સમાઈ જાય છે.
- એમનું જીવન દરેક શ્રીમતથી સ્વાભાવિક સહજ સંપન્ન હોય છે.
- સ્નેહ બાધણ જીવનમાં સહયોગ આપે છે અને ચાદ ભૂલાય નહીં તેવી સહજ બની જાય છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

મીઠાં બાળકો, સર્વશ્રેષ્ઠ મનસા શક્તિ છે. મનસા શક્તિ દ્વારા ભલે કોઈ આત્મા સભૂખ હોય, સમીપ હોય અથવા તો દૂર હોય તો પણ એક સેકન્ડમાં એ આત્માને શક્તિની અલુભૂતિ કરાવી શકો છો.

કામ, કોદ નર્કના દ્વાર

બી.કે. મધુબેન, બાંટવા

કહેવાચ છે કે ભગવાને જ્યારે આ સૃષ્ટિ જગતની રચના કરી ત્યારે ખૂબ સુંદર શ્રોષ જગતની રચના કરી હતી અને ભગવાને આત્માઓને આ સૃષ્ટિ જગતમાં મોકલ્યા ત્યારે પોતાના બદા જ ગુણો ભરીને મોકલ્યા હતા. સાથે - સાથે ભગવાને આત્માઓને કહ્યું હતું કે તમે સ્વર્ગનું સુખ ભોગવજો, સુખ શાંતિથી રહેજો, સંપૂર્ણ નિર્વિકારી બનાવીને મોકલ્યા હતા. સાથે - સાથે ભગવાને આત્માઓને કર્યું હતું કે તમે સ્વર્ગનું સુખ ભોગવજો, સુખ શાંતિથી રહેજો, સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, જુવન વ્યતિત કરજો પરંતુ પાંચ ફળ ન ખાતાં. એ પાંચ ફળ ક્યાં ? કામ, કોદ, લોભ, મોછ, અહંકાર. પરંતુ સમયની વહેતી ધારા સાથે આ સંસારમાં ધીરે-ધીરે પરિવર્તન આવ્યું અને ભગવાને સુંદર શ્રોષ સૃષ્ટિ અર્થાત્ સ્વર્ગીય સૃષ્ટિની રચના કરી હતી પરંતુ ધીરે-ધીરે પરિવર્તન થતા-થતા આત્માઓ આ સંસારમાં રહેતા-રહેતા દેહ અને દેહના સંબંધોમાં આવતા-આવતા દેહ અને દેહના સંબંધોમાં આસક્ત થઈ ગયા અને દેહઅભિમાનમાં આવી જતાં પાંચ ફળ ખાઈ લીધાં. કામ, કોદ, લોભ, મોછ અને અહંકાર. જેના કારણે આ સૃષ્ટિ સ્વર્ગમાંથી નર્કમાં પરિવર્તન થઈ ગઈ. જેને કારણે આજની દુનિયાને સત્યુગ કે સ્વર્ગ નહીં પણ કલ્યુગ નર્ક કહેવાચ છે અને અત્યારે તો કલ્યુગ નહીં પરંતુ ઘોર કલ્યુગ આવી ગયો છે. પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વો મનુષ્યના સુખ માટે છે પરંતુ આજે પ્રાકૃતિક પ્રકોપને કારણે મનુષ્ય અનેક પ્રકારનાં દુઃખ અને કષ્ટ સહન કરી રહ્યો છે. આનું કારણ શું ? મનુષ્યના કર્મ. કહે છે કે જ્યારે મનુષ્ય પોતાની મર્યાદાઓનું ઉત્ત્વલંઘન કરે છે ત્યારે મનુષ્યને પ્રાકૃતિક આપદાઓનો સામનો કરવો પડે છે. મનુષ્યના કર્મ વિકારોને વશીભૂત હોવાને કારણે પાપકર્મ થઈ રહ્યા છે અને

એના કારણે મનુષ્ય દિન પ્રતિદિન દુઃખી અને અશાંત થઈ રહ્યો છે.

આત્મિક દૃષ્ટિથી કામવાસના પર વિજય

આજે કામવાસનાને વશીભૂત મનુષ્ય પોતાના કર્તવ્યને ભૂલી ગયો છે. દરેક મનુષ્ય આત્માઓ ભગવાનના બાળકો છે. પરમાત્માના સંતાન છે. દરેક મનુષ્ય આત્મા આપસમાં આત્મા-આત્મા ભાઈ-ભાઈ છે. પરંતુ આજનો મનુષ્ય પવિત્ર દૃષ્ટિ રાખી નથી શકતો. ત્રી પુરુષનું અંતર તો સૃષ્ટિનો નિયમ છે. આ અંતર ત્રી અને પુરુષને સંસારમાં રચના પેદા કરવા માટે બનાવ્યા છે. પરંતુ આજે આપણે જોઈ રહ્યા છીએ રચના ઉત્પન્ન કરવી જેને અંગ્રેજીમાં Procreation કહે છે. જેમના માટે મનુષ્ય કામવાસનાનો આધાર લે છે. એ Procreation ના બદલે Recreation નું રૂપ બની ચૂક્યું છે. અર્થાત્ મનુષ્ય ઈન્જિન્યન્સના અભ્યક્તાના સુખ માટે કામવાસનાને વશીભૂત થઈ ગયો છે. કામવાસનાની અતિનું ફળ એ છે કે આજની દુનિયામાં બળાત્કારની ઘટના વધતી જઈ રહી છે. આજની સ્ત્રીની યા નારી જાતની સુરક્ષા નથી અને માનવ પોતાની ઈન્જિન્યો યા આસુરી વૃત્તિઓને વશ બની પશુથી પણ બદલતર હાલતમાં પહોંચી ગયો છે. પશુઓમાં તો બુદ્ધિ નથી પરંતુ મનુષ્યમાં તો બુદ્ધિ છે.

કામવાસનાને વશીભૂત બુદ્ધિભાષ મનુષ્ય એ ભૂલી ગયો છે કે આ સંસારમાં હું આત્મા શા માટે આવ્યો છું ? મનુષ્ય આત્મા આ સંસારમાં ખુદનું અને ઈશ્વરનું નામ રોશન કરવા આવ્યો છે. સુંદર અને શ્રોષ પાત્ર ભજવવા આવ્યો છે. સતકર્મ પુણ્યકર્મ કરવા આવ્યો છે. પરંતુ એ પોતાને

પોતાના કર્તવ્યને પોતાના સત્યપિતા પરમાત્માને ભૂલી ગયો છે. વાસ્તવમાં આપણે આપણી દૃષ્ટિને પવિત્ર બનાવવાની આવશ્યકતા છે. દૃષ્ટિ કામવાસનાની અભિનમાં સળગી રહી છે. જ્યારે કોઈ સ્ત્રીને જોઈએ તો શું આપણાં મનમાં એ ભાવ ઉત્પદ્ધ થાય છે કે એક દેવી છે. આ એક શક્તિ છે. આ પણ એક ઈશ્વરની રચના છે. ભગવાને એમની રચના કરી છે. માટે આપણે દરેક સ્ત્રીને પવિત્ર દૃષ્ટિથી જ જોવાનો પ્રયત્ન કરીએ. હવે પ્રક્રષ્ટ એ છે કે દૃષ્ટિમાં પરિવર્તન કેવી રીતે આવે એમના માટે એક જ ઉપાય છે કે આપણે દરેક સ્ત્રીને એક આત્માના રૂપે જોઈએ. સંસાર એક પરિવાર છે. વસુદૈવ કુટુંબકર્મની ભાવના આપણી વૃત્તિમાં જાગવી જોઈએ. આપણી દૃષ્ટિમાં પવિત્રતા જોઈએ. ત્યારે જ આ સંસારમાંથી કામવાસનાનું ભૂત સમાપ્ત થશે.

કામવિકારથી કોઇની ઉત્પત્તિ

કહે છે કામેષુ કોઇદેષુ, કામવાસનાને વશીભૂત મનુષ્યને તૃપ્તિ નથી થતી, તો એમના કારણે કોઇની ઉત્પત્તિ થાય છે. કોઈ મનુષ્ય અભિનની જેમ બળે છે અને બીજાને પણ બાળે છે. જેમ અભિનો ગુણ છે બળવાનું અને બાળવાનું. કોઈ વ્યક્તિના ઘરના માટલાનું પાણી પણ સુકાઈ જાય છે. એ જ રીતે કહીશું કે સૌથી પહેલાં કોઈ વ્યક્તિનું લોહી સુકાઈ જાય છે. કોઈ વ્યક્તિ કોઇમાં આવી જાય છે. ત્યારે જરા પણ વિચારતો નથી કે આનું પરિણામ શું આવશે એનાથી મને શું ફળ મળશે.

કોઇ ભૂત સમાન છે. જેના કારણે મનુષ્યની બુદ્ધિ ભષ્ટ થઈ જાય છે. આજે મનુષ્ય કોઇમાં આવી જઈ આપદાત કરે છે. જુવનમાં અનેક પ્રકારની નાની મોટી પરિસ્થિતિ સહન ન થતા આત્મધાત કરી લે છે. પરંતુ કહેવાચ છે. આત્મધાત ચા આપદાત મહિપાપ છે. આપદાત

કરવાથી મનુષ્યની દુર્ગતિ થાય છે. જુવાત્માને ભટકવું પડે છે. સદ્ગતિ થતી નથી. કોઈ કોઇમાં આવી જઈને આપદાત કરે છે. તો કોઈ કોઇમાં આવી બીજાની હત્યા કરે છે. કોઇનું ભયાનક સ્વરૂપ આપદાત અને હત્યા. આજે એક બાળકનો જરૂર થાય છે. કાલે એ કળી બને કુલ બને પરંતુ કુલ બનતા પહેલા જ હત્યા કરી દેવામાં આવે છે. આજે તો ભૂણ હત્યા ગર્ભમાં જ કરી દે છે. શું આપણાને હત્યા કરવાનો અધિકાર છે? કોઈ મનુષ્ય જ્યારે કોઇમાં આવે છે. ત્યારે મનુષ્યને કાંઈ જ સુઝું નથી. એક મા પોતાના બાળકની હત્યા કરે છે. એ સમયમાં એ ભૂલી જાય છે. કે મે આ બાળકને જરૂર આપ્યો છે. એક દીકરો પોતાના પિતાની કઠલ કરી નાખે છે. ત્યારે એ દીકરો એ ભૂલી જાય છે કે આ મારા પિતા છે. એક પતિ પતિ પોતાની પત્નીને મારી નાખે છે. એક પત્ની પતિને પણ મારી નાખે છે ત્યારે એ ભૂલી જાય છે કે મારો પતિ - પત્નીનો સંબંધ છે. ખરેખર આવી હત્યા કરવાનો અધિકાર આપણાને નથી. ભગવાને આપણાને હત્યા કરવાનો અધિકાર નથી આપ્યો. ભગવાનનો સર્વના પરમ પ્રિય છે. પરમ પિતા છે. આપણે સર્વ મનુષ્ય ઈશ્વરની રચના છીએ. આ સૃષ્ટિ ભગવાનની સૃષ્ટિ પર આપણે અધિકાર જમાવી બેઠા છીએ અને એના ફળ સ્વરૂપે પ્રકૃતિ દ્વારા આપણે આપણા કર્મના દંડ ભોગવીએ છીએ.

શાંતિની શક્તિથી કોઇ પર વિજય

કોઇ કયાંથી ઉત્પણ્ણ થાય છે? વાસ્તવમાં કોઇની ઉત્પત્તિ તો મનથી જ થાય છે. જેવી રીતે શાંતિની ઉત્પત્તિ મનથી થાય છે. કોઇનો સંકલ્પ પહેલાં મનમાં આવે છે. વાણીમાં આવે છે અને પછી કર્મમાં આવે છે. જેમ વૃક્ષને ખતમ કરવા માટે પહેલા બીજાને ખતમ કરવાની આવશ્યકતા છે. એ જ રીતે કોઇના બીજાને ખતમ કરવું પડે છે. કોઇનું

બીજ છે નકારાત્મક સંકલ્પ. કોદ્યમાં મનુષ્ય અંધળો થઈ જાય છે. જેવી રીતે અંધકારને સમાપ્ત કરવા માટે રોશનીની આવશ્યકતા છે. એજ રીતે કોદ્ય રૂપી અંધકારને સમાપ્ત કરવા માટે જ્ઞાનનો પ્રકાશ મનમાં લાવવાની આવશ્યકતા છે. જ્ઞાન પ્રકાશ છે કે “હું શાંત સ્વરૂપ આત્મા છું.” આ સંકલ્પ કરતાં બીજ સમાપ્ત થઈ જાય છે. મનમાં શાંતિની અનુભૂતિ થાય છે. તો આ કામ કોદ્ય વાસ્તવમાં બને નર્કના દ્વાર છે. આજે મનુષ્ય આ બંને વિકારને વશીભૂત થવાને કારણે જ આ સૃષ્ટિ નર્ક બની ગઈ છે. આ બંધે વિકારોનું કારણ દેહઅભિમાનને ખતમ કરવાની આવશ્યકતા છે. અગર આપણે આ સંસારમાં આપણા જીવનમાં શાંતિની સુખની અનુભૂતિ કરવા માગતા હોય તો

જ્યાં નબળાઈ છે ત્યાં માચા વ્યાપક છે અંશમાત્ર પણ નબળાઈ માચાના વંશને નિમંત્રણ આપે છે. તેથી સમય પહેલાં સર્વ નબળાઈઓ સમાપ્ત કરીને સંપન્ન બનો. સમય રૂપી શિક્ષકના આધાર ઉપર ચાલનાર સમયથી છેતરાઈ જાય છે. તેથી સર્વ શક્તિવાન શિક્ષકના શિક્ષાધારી (શિક્ષણાંદ્રા કરનારા) બનો. સમય રૂપી શિક્ષકના શિક્ષણાધારી નહીં. તમે વિશ્વપરિવર્તક છો. આપને સંપન્ન, શ્રેષ્ઠ સમયનું આવાહન મળેલું છે. આપ સોનેરી સવારનો સમય લાવવા માટે નિભિત છો, તેથી આપ એ બોલ ક્યારેક ન બોલી શકો કે સમય આવશે ત્યારે બધું ઠીક થઈ જશે, યા એ સમયે ઠીક કરી લઈશું. ના. આ પણ સાધારણ બોલ છે.

કામ અને કોદ્ય વિકારને સમાપ્ત કરીએ તો જ આપણાને લાભ થશે. કામ અને કોદ્યના વિકારે મનુષ્યના જીવનને નર્ક બનાવી દીધું છે. જેના ફળ સ્વરૂપે મનુષ્ય પોતાની મનની શાંતિ અને શક્તિને ખોઈ બેઠો છે. તો આપણે દૃઢ સંકલ્પ કરીએ કે કામ કોદ્યને હું સમાપ્ત કરીશ અને એની જગ્યાએ આત્મિક પ્રેમ શાંતિ મનમાં જગાવીશ. આત્મિક પ્રેમ અને શાંતિ મનમાં જગાવવા માટે માત્ર એક ઉપાય છે. આધ્યાત્મિકતા, આધ્યાત્મિક જ્ઞાન અને ઈશ્વરની યાદ્યી જ આત્મિક પ્રેમ અને શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. આત્મિક પ્રેમ અને શાંતિ દ્વારા જ આ સંસારમાં કામ કોદ્યની સમાસ્થિ થશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પરિસ્થિતિ ગમે તેવી સર્જાય, નિરાશ તો ન જ થશો. મેરના મહાસાગરમાં તરતાં તરતાંય અંતરમાં તો દિવ્ય આશાના અમૃતકુંભને છલકવા દેજો. કંઈક નવીન સર્જનાત્મક પ્રવૃત્તિ કરજો. એમાં જ તમારું કલ્યાણ છે. પરિસ્થિતિથી ગભરાયે આપણાને ન પાલવે. સહેજ પણ દુઃખી ન થશો. નિરાશાવાદી ન બનશો. ઉજાજળ જીવનની કેટલી બધી તકો તમારી રાહ જોઈ રહી છે. એનો તો વિચાર કરો! તમને એવી કટ્યાના આવે તોય ખુશ થઈ જાઓ. સિમિત, સનોછ અને આનંદની ઘારાઓને આપણે કદીય વહેતી ન અટકાવીએ. એ ત્રિવેણી ભલે સર્વદા વહેતી જ રહે. એની વર્ણે આવતા અવરોધોને કદી ટકવા દેવા ન જોઈએ.



અમદાવાદ સુખશાંતિ ભવનમાં આયોજુત 'દિવ્ય દર્પણ શીટ્રીટ' માં આશીર્વચન આપતાં રાજ્યોગિની સરલાઈટી સાથે ચુવા પ્રભાગાનાં ટ્રેનર બ્ર.કુ. ઈશિતાબેન, બ્ર.કુ. વિનુભાઈ, બ્ર.કુ. નેહાબેન, દિવ્ય દર્પણ શીટ્રીટમાં ભાગ લેનાર કુમાર અને કુમારીઓ.



અમદાવાદ સુખશાંતિ ભવન ખાતે પદ્ધારેલા ગુજરાત સરકારના નવનિયુક્ત મુખ્ય સચિવ ભાતા જી.આર.અલોરીયા (IAS), ભગિની મીનાબેનનું સભાન કરતાં રાજ્યોગિની સરલાઈટી બાજુમાં બ્ર.કુ. ડૉ. સુનિતાબેન.



વલસાડમાં 'વાહ જુંદગી વાહ' કાર્યક્રમનું ઉદ્ઘાટન કરતાં SP ભાતા રાપિરસિંહ, બ્ર.કુ. રંજનબેન, ભાતા ઈ.વી. ગીરીશભાઈ, રોટરી પ્રમુખ ભાતા પરેશભાઈ સટ્રુરાણી તથા બ્ર.કુ. રેહિતભાઈ.



દાહોદમાં 'વિશ્વ વ્યસન મુક્તિ દિવસ' DHO ભાતા જે. જે.પંડ્યા, નાયબ જીલ્લા શિક્ષણાધિકારી ભાતા કીર્તનભાઈ, ભાતા દિલીપભાઈ, ગાયત્રી પરિવારના સંચાલક ભાતા યોગેશભાઈ, બ્ર.કુ. કપિલબેન.



આણંદમાં 'સંગીત સાથે યોગ' શિબિરનું ઉદ્ઘાટન કરતાં દશનામ આશ્રમના મહિંત શ્રી વિશ્વાનંદ સરસ્વતીજી, એકચુપ્યાર નિષ્ઠાત ડૉ. જયદટભાઈ, યોગાચાર્ય ભાતા દુષ્યંત મોદી, બ્ર.કુ. ગીતાબેન.



ગાંધીનગરમાં 'નારીત્વ દર્શન' ફિલ્મનાં નિર્દેશિકા બ્ર.કુ. ડૉ. સુનિતાબેનનું મોમેન્ટો દ્વારા સંભાળ કરતાં મંત્રી શ્રીમતી વસુબેન તથા બ્ર.કુ. કૈલાસબેન.

મુંબઈ-મીરાંરોડ સેવાકેન્દ્રના 'રજત જ્યંતી મહોક્ષવ'માં ટી.વી. કલાકાર ભગિની સ્વાતિ શાહનું સ્વાગત કરતાં બ્ર.કુ. હેમાબેન.



શાહ્પુરમાં 'કિસાન સશક્તિકરણ દિવ્ય મહોત્સવ'નું ઉદ્ઘાટન કરતાં BJPનાં રાષ્ટ્રીય ઉપાધ્યક્ષ ભાતા પુરુષોત્તમ રૂપાલા, રાજ્યોગિની સરલાદીદી, બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન, ગ્રામવિકાસ પ્રભાગના રાષ્ટ્રીય સંયોજુકા બ્ર.કુ. સરલાબેન, બ્ર.કુ.શારદાબેન, જુલ્લા પંચાયતનાં પ્રમુખ હીનાબેન, આત્મા સમિતિનાં ડાયરેક્ટર ભાતા આર.આ.સરેસીયા. મહોત્સવમાં ઉપસ્થિત કિસાન ભાઈઓ અને સંદેશાત્મક નાટકનું દર્શય.



અમદાવાદ સાબરમતી શીવરફણ ગાર્ડન ખાતે ૨૧ જુન 'વિશ્વ યોગ દિવસે' મહિનગાર થ્રૂપ દ્વારા આયોજુત 'રાજ્યોગ અનુભૂતિ કાર્યક્રમ'માં રાજ્યોગિની સરલાદીદી, બ્રહ્માકુમારી બહેનો તથા બ્રહ્માવલ્સો.



મહેસાણામાં ૨૧ જુન 'વિશ્વ યોગ દિવસે' કાર્યક્રમનું ઉદ્ઘાટન કરતાં બ્ર.કુ. સરલાબેન, દૂધસાગર ડેરીનાં ભાતા અને.જે.બક્સી, એકીશનલ કલેક્ટર ભાતા વી.જે.રાજ્યૂત તથા બ્ર.કુ. કુસુમબેન.



સુરતમાં સરદાર સ્વૃતિ ભવનમાં ૨૧ જુન 'વિશ્વ યોગ દિવસે' રાજ્યોગની સમજૂતી આપતાં બ્ર.કુ. તૃપિતબેન, દિવ્ય યોગ સંસ્થાના યોગાચાર્ય ભાતા મહેશભાઈ.