

Gyan Amrit
ਗਿਆਨ ਅਮ੍ਰਿਤ

Vol.8 - Issue 11
November 2015
Retail Price 10/-

HAPPY
Diwali





પોરબંદરના પોલીસ અધિક્ષક ભ્રાતા ડૉ. ગીરીશભાઈ પંડયા IPS, શ્રીમતી પીનલબેન પંડયાને ઈશ્વરીય સૌગત આપતાં પ્ર.કુ. લીનાબેન.



વડોદરા મંગલવાડી દ્વારા જમનાભાઈ જનરલ હોસ્પિટલનાં સીવીલ સર્જન ડૉ. મહેતાભાઈને રક્ષાસૂત્ર બાંધ્યા બાદ સાથે પ્ર.કુ. હેમાબેન.



દાહોદના પોલીસ અધિક્ષક (DSP) ભ્રાતા મયંકસિંહ ચાવડા IPSને રક્ષાબંધન કરતાં પ્ર.કુ. કપીલાબેન, DYSP ભ્રાતા દેસાઈભાઈ.



અમદાવાદ ચાંદલોડિયા ખાતે 'બેટી બચાવો-બેટી પઢાઓ' કાર્યક્રમનું ઉદ્ઘાટન કરતાં MLA ભ્રાતા અરવિંદભાઈ પટેલ, પ્ર.કુ. રંજનબેન.



સુરેન્દ્રનગરમાં RPFના જવાનોની રાજયોગ શિબિર બાદ Asst. Comdt. એમ.કે. આર્ય, Dy. Comdt. એ.કે. શુક્લ સાથે પ્ર.કુ. હર્ષાબેન.



નવસારીમાં RPFના જવાનોને રાજયોગની સમજ આપતાં પ્ર.કુ. ગીતાબેન, Asst. Comdt. એમ.કે. આર્ય, Dy. Comdt. એ.કે. શુક્લ.



ભરુચ ઝાડેશ્વરમાં 'અલવિદા તનાવ શિબિર'નું દીપ પ્રજ્વલન કરી ઉદ્ઘાટન કરતાં પ્ર.કુ. પુનમબેન, ભ્રાતા ખુમાનસિંહ વાંસિયા, નાયબ કલેક્ટર ભ્રાતા ડાંટલભાઈ, ડૉ. નવિનભાઈ મોદી તથા પ્ર.કુ. પ્રભાબેન તથા આમંત્રિત ભાઈ-બહેનો.

Gyan Amrit ज्ञानामृत

વર્ષ ૮

નવેમ્બર-૨૦૧૫

અંક : ૧૧

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખપત્ર

અમૃતશ્રુતિ

- શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદી.....તંત્રી સ્થાનેથી...05
- ગતિ અને પ્રગતિ મંદ શા માટે ?પ્ર. કુ. જગદીશચંદ્ર...08
- પ્રસન્નતાના પથ પરપ્ર.કુ. શિવાનીબેન...10
- પંચામૃત.....પ્ર.કુ. સૂર્ય...13
- સશક્ત નારી - સશક્ત સમાજપ્ર.કુ. સરલાદીદી...17
- એકાન્ત, અંતર્મુખતા અને એકાગ્રતા.પ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન...19
- દીપાવલી : જ્ઞાન રોશનીનું મહાપર્વ...પ્ર.કુ. ગાયત્રીબેન...22
- યુવા શોઝ શિવ !.....પ્ર.કુ.. વિવેકાનંદ...23
- શિક્ષણની ક્ષિતિજે - જ્ઞાનપ્ર.કુ. નીતા...25
- પ્રોત્સાહન.....પ્ર.કુ. જયુભાઈ . 27
- રાજયોગપ્ર. કુ. ધ્રિજમોહનભાઈ...29
- ગીતપ્ર. કુ. ગોદાવરીબેન...30
- ઉર્મિમંત્રપ્ર. કુ. ભારતીબેન...31
- આપણી જિંદગીનો વિરોધાભાસ.....પ્ર. કુ. ગોપ...32

લવાજમના દર

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	રૂ.	૧૦૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૨૦૦૦.૦૦
છૂટક નકલ	રૂ.	૧૦.૦૦

વિદેશમાં

એટમેઈલ વાર્ષિક	રૂ.	૧૦૦૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૧૦૦૦૦.૦૦

કૃતિઓ તથા સેવા સમાચાર
મોકલવાનું સરનામું

પ્ર. કુ. ડૉ. કાલિદાસ પ્રજાપતિ
તંત્રી : જ્ઞાનામૃત

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

Phone : 079 - 27621551

મુદ્રક : રાજયોગિની સરલાદીદી

પ્રકાશક : બ્રહ્માકુમારી ઉષાબેન

સ્થાનિક સેવાકેન્દ્ર

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-૩૮૦ ૦૨૨.
Phone : 079 - 25324160, 25324460, 25324660

પ્રકાશન સ્થળ :

રાજયોગ ભવન, ૧, ચતુર્ભુજ કોલોની,
ગોરદનવાડીનો ટેકરો, કાંકરિયા, અમદાવાદ-૨૮.
Phone : 079 - 25431676



મુન્દ્રા-કચ્છમાં અદાણી સ્કીલ ડેવલપમેન્ટ સેન્ટર દ્વારા આયોજીત કાર્યક્રમમાં ઈશ્વરીય સંદેશ આપતાં પ્ર.કુ. સુશીલાબેન, બી.એડ કૉલેજનાં આચાર્ય પ્રોફેસર ડૉ. લાલજીભાઈ, કૉમોર્ડિનેટર ભગિની શીતલબેન પટેલ, ડૉ. વિભાબેન તથા ટ્રેનીંગમાં ભાગ લેનાર કુમારીઓ.



અમદાવાદ રામનગર દ્વારા આયોજીત 'મહિલા સેમીનાર'માં મહિલા સશક્તિકરણની ચર્ચા કરતાં પ્ર.કુ. કાજલબેન, પ્ર.કુ. મંજુબેન તથા શ્રોતાગણ.



ધંધુકામાં 'કૃષ્ણ જન્મોત્સવ ઝાંખી'નું ઉદ્ઘાટન કરતાં PSI ભ્રાતા ઝાલાભાઈ, વેપારી મહામંડળનાં પ્રમુખ ભ્રાતા આર.એ.પટેલ તથા પ્ર.કુ.વંદનાબેન તથા કૃષ્ણ જન્મોત્સવ ઝાંખી.



સોનગઢમાં 'જન્માષ્ટમી મહોત્સવ'નાં બાળ કલાકારો સાથે આધ્યાત્મિક રહસ્ય સમજાવતાં પ્ર.કુ. અરુણાબેન તથા શ્રોતાગણ.

તંત્રી સ્થાનેથી ત્રીજા નેત્રની પ્રસાદી

આધ્યાત્મિક જીવન પૂરી નિષ્ઠા, ધ્યેયલક્ષી, પરમાત્મામાં પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને સમર્પણભાવથી જીવવામાં આવે તો તેનાથી થનારી પ્રાપ્તિઓ અદ્ભુત, દિવ્યાનંદ સભર અને અવર્ણનીય હોય છે ! શાસ્ત્રો જેને છઠ્ઠી ઈન્દ્રિયની દિવ્યશક્તિ તરીકે બિરદાવે છે. તેને બ્રહ્માવત્સો ત્રીજાનેત્રની પ્રસાદી તરીકે મૂલવે છે. જેઓ ધારણાની સૂક્ષ્મતામાં જઈને યોગીજીવનની સર્વ મર્યાદાઓનું ગહન, તલસ્પર્શી, સાંગોપાંગ પાલન કરે છે. તેની કુંડલિની જાગૃત થવાની ઘટના પણ કહી શકાય.

પવિત્રતાની સૂક્ષ્મ, ગહન અને સંપૂર્ણ પ્રભાવશાળી ધારણા દિવ્યગુણો ભિન્ન ભિન્ન કલાઓ અને વિશેષતાઓના સંવર્ધનમાં પ્રેરણારૂપ બને છે. આંતરવિશ્વ સમૃદ્ધ થતું જાય છે એવી અનુભૂતિ આત્મા કરે છે. ક્યારેક તો એવો જાદુઈ અનુભવ થાય છે કે આ ગુણો અને શક્તિઓનો વિકાસ એ માત્ર મારા પુરુષાર્થનું જ ફળ નથી પણ દિવ્યચેતનાનું વરદાન છે એવી અનુભૂતિ થાય છે.

બાબા કહે છે કે એક આંખમાં મુક્તિ અને બીજી આંખમાં જીવનમુક્તિ. બ્રહ્માવત્સોનો વિશાળ સમુદાય જ્ઞાન યોગ દ્વારા આ વાતની અનુભૂતિ કરી જીવનને જ્ઞાન રત્નો અને યોગ ક્વચથી શક્તિશાળી બનાવે છે. સેના યુદ્ધ લડે છે, જીતે છે પણ તેના યશના અધિકારી સેનાની સાથે સેનાપતિઓ, ઉચ્ચ પદવીધારીઓ બને છે. આવી વિશિષ્ટ પ્રતિભાઓ ઉલ્લેખનીય પ્રતિભાથી સંપન્ન હોય છે. તેમની કોઠાસૂઝ, આંતરસૂઝ, નિર્ણયશક્તિ, પરખશક્તિ પરિણામલક્ષી બને છે.

જે સાધકો ઘણાં વર્ષોથી રાજયોગની સાધનાના પથ પર અગ્રેસર છે. જેઓએ આદિ

રત્નો - દાદીઓ, દીદીઓ, વરિષ્ઠ ભાઈઓની સઘન પાલના અને પથ પ્રદર્શન મેળવ્યાં છે, મેળવતા રહે છે. જેઓ યજ્ઞના ઝંઝાવાતી સમયમાં, વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં પણ પરમાત્માના એકબળ અને એક ભરોસા પર રહીને અચલ, અડોલ સ્થિતિમાં એકરસ થઈને જીવે છે. તેઓની દિવ્યશક્તિઓનો ગ્રાફ સતત ઊંચેને ઊંચે ગતિ કરતો જાય છે.

‘પરમાત્મા કે ઘર દેર હૈ, અંદેર નહીં હૈ’ આ ન્યાયે જે આત્માઓ પોતાની સ્થિતિ અને અવસ્થાની પરિપક્વતાથી સુશોભિત બને છે. ગુણો અને વિશેષતાઓથી ભરપૂર બને છે. ડ્રામા જ તેમને યોગ્ય મંચ, સ્થાન આપી તેઓની પ્રત્યક્ષતા માટે નિમિત્ત બને છે. તેઓની વિશેષતાઓ અને યોગ્યતાઓ ગુપ્ત રહી શકતાં નથી.

અમૃતવેળા, સંધ્યાકાળના સમયે, ભઠ્ઠીઓ દરમિયાન કે સમય નક્કી કરી શાંત, એકાંત, વાતાવરણમાં યોગની ગહન અનુભૂતિ કરનાર સાધકો પોતાની અવસ્થાને દિવ્ય, પ્રભાવશાળી બનાવે છે. ભિન્ન ભિન્ન સાધકો અવનવી અનુભૂતિઓ દ્વારા ત્રીજા નેત્રની પ્રસાદી પામે છે યથા પુરુષાર્થ તથા પ્રાપ્તિના ન્યાયે અમૃતરસની અનુભૂતિ સાધકો કરે છે.

ક્યારેક ભવિષ્યમાં બનનારી ઘટનાઓ સ્વપ્નરૂપે, અણસારરૂપે કે આંખો સમક્ષ આકાર પામે છે. તેમાંથી અગમચેતીરૂપે સાવધાની મળતી હોય છે. જેમ બાબાની સાકારવાણીઓમાં, અવ્યક્તવાણીઓમાં આવનાર સમયના સંકેતો વર્ણવાતા હોય છે. યજ્ઞ તરફથી મળતા પત્રપુષ્પ, દિવ્યસંદેશાઓમાં પણ ત્રીજાનેત્રની પ્રસાદીરૂપે તે

અભિવ્યક્ત થાય છે. બ્રહ્માવત્સોનો એ અનુભવ છે કે આવું બધું બને છે ત્યારે બાબા પ્રત્યે અહોભાવ જન્મે છે. બાબાએ એડવાન્સમાં બ્રહ્માવત્સોને ઘણું બધું કહી દીધેલું છે જેથી આપણને નર્થીંગ વ્યુ નો અનુભવ થાય છે.

સેવાની ભિન્ન ભિન્ન યોજનાઓ, ભવનોના નિર્માણમાં, વિશિષ્ટ વ્યક્તિઓની સેવામાં શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદી ફળદાયી બને છે ભિન્ન ભિન્ન આત્માઓ પોતાના જે હૃદયસ્પર્શી અનુભવો વર્ણવે છે તેમાં શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદી જોવા મળે છે. **જ્યારે શક્તિ બહારનું ભગીરથકાર્ય થાય છે ત્યારે શ્રીજાનેત્રની પ્રસાદીને સમર્થન મળે છે.**

બાબા કહે છે કે દિલકી બાત દિલાવરકો કહો. સ્વયં પિતા પરમાત્મા આપણી વાતોને, અરમાનોને, અપેક્ષાઓને સાંભળતા હોય છે. વળી તેઓ ટર્ચીંગ, કેચીંગ પાવર દ્વારા જે તે સમસ્યાઓનો ઉકેલ પણ આપતા હોય છે. મનસા સેવામાં પણ અદ્ભુત તાકાત છે. ત્યારે **ફરિયાદી બની સંઘર્ષોનાં, સમસ્યાઓનાં બીજ વાવવાં તે અધૂરા આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થની ફલશ્રુતિ છે.**

એવા અનેક આત્માઓનો એ અનુભવ છે કે ઈશ્વરીય સંતાન બન્યા પહેલાં જે વિશેષતાઓ, યોગ્યતાઓ, કલાઓ સ્વયંમાં નહોતી. યા માત્ર અંકુર સ્વરૂપે જ હતી. બ્રહ્માવત્સ બન્યા પછી દિનોદિન એમાં વૃદ્ધિ થતી રહી. સમય જતાં એમાં ઉલ્લેખનીય પ્રગતિ થાય છે. આ જાદુ શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદીનો છે. **જો તમે સ્વયં યોગ્ય બનશો, તો તમને તમારી યોગ્યતાનું ફળ અચૂક મળશે.**

ક્યારેક શ્રોતાગણમાં વિશિષ્ટ પ્રતિભાઓ, બુદ્ધિશાળી પ્રતિભાઓ હોય છે. તેની તુલનામાં વક્તા પ્રભાવશાળી હોતો નથી. પણ તેને સ્વયંમાં, પરમાત્મામાં અતૂટ નિશ્ચય છે. સ્વયંના આત્મ-વિશ્વાસ અને પરમાત્મા સાથેના બુદ્ધિયોગના જોડાણમાં શક્તિઓનો એવો સ્ત્રોત વહે છે કે એજ

વક્તાથી શ્રોતાઓ પ્રભાવિત થાય છે. વક્તાને પણ એ સમજાતું નથી કે વિચારોનો આ અદ્ભુત પ્રભાવશાળી પ્રવાહ ક્યાંથી આવ્યો ? જરૂર એ બાબાની કમાલ છે. શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદી છે.

વર્ષોની એકરસ સાધનાના ફળસ્વરૂપે ટેલીપથીના ભિન્ન ભિન્ન અનુભવો થાય છે. જેને યાદ કરતા હોઈએ, જેને મળવા ઈચ્છતા હોઈએ, તે વ્યક્તિ આપણો સંપર્ક કરે, આપણને મળે ત્યારે આપણા વિચારો સામેના આત્માને સ્પર્શી જાય છે તેવો અનુભવ થાય છે. આપણા મુખમાંથી કોઈને બિરદાવતા, સિદ્ધિઓની સફળતા માટે વરદાની બોલ નીકળતા હોય છે તે સાકાર થતા હોય છે ત્યારે તેવા આત્માઓ આપણી સમક્ષ આવીને તે વર્ણવતા હોય છે. ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદીના વરદાનનો અનુભવ થાય છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિ વડીલો, મોટાઓ, નિમિત્ત આત્માઓ પ્રત્યે સન્માન, આદર આપવાનું શીખવે છે. જ્યારે આપણે દિલના પૂરા આદરથી તેઓ પ્રત્યે, નિમિત્ત આત્માઓ પ્રત્યે આદર અભિવ્યક્ત કરીએ છીએ ત્યારે તેઓના આશીર્વાદ સ્વાભાવિક રીતે આપણને મળે છે. આપણું પારદર્શી વ્યક્તિત્વ એ સંબંધોને મજબૂત બનાવે છે. એમાંથી શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ પ્રગટે છે. જે આપણને ભિન્ન ભિન્ન સેવાઓ માટે વરદાનરૂપ બને છે. તેઓને આપણા માટે વિશેષપ્રેમ પ્રગટે છે. તેઓના રાઈટહેન્ડ તરીકે આપણે સ્થાન બનાવી શકીએ છીએ. આ પણ શ્રીજા નેત્રની પ્રસાદી છે.

વિશેષ પુરુષાર્થના ફળસ્વરૂપે બાબા આપણી પ્રજ્ઞાને પ્રભાવશાળી બનાવે છે. જેથી વિશિષ્ટ સંજોગોમાં આપણી નિર્ણયશક્તિ, પરખશક્તિ અસરકારક બને છે. સાહિત્યસેવામાં આવેલી ભિન્ન ભિન્ન પરીક્ષાઓ વખતે બાબા સાથે જોડાયેલો બુદ્ધિયોગ સચોટ માર્ગદર્શન આપી સમસ્યાઓનું નિવારણ કરે છે. બાબા આપણી

પ્રજ્ઞાને ટચ કરીને અદ્ભુત કાર્યો કરાવે છે.

આ વિષય ઘણો ગહન અને વ્યાપક છે. અહીં માત્ર તેનો સંક્ષિપ્તમાં ઉલ્લેખ છે. **સાધનાપથ એ પ્રયોગશાળા સમાન છે.** સાધનાપથનો યાત્રિક રાજયોગના ભિન્ન ભિન્ન પ્રયોગો દ્વારા પોતાની ચેતનાનો વિકાસ કરીને અદ્ભુત પરિણામો મેળવી શકે છે. તે માટે હાર્દિક શુભકામનાઓ પાઠવું છું.

॥ ઐ શાંતિ ॥

- ધ્ર. કુ. કાલિદાસ

(પેજ નં. ૨૨નું અનુસંધાન)

અવતરિત થઈને આત્માઓને ઈશ્વરીય જ્ઞાન આપી વિકારો રૂપી નરકાસુર અર્થાત આસુરીવૃત્તિનો અંત લાવી, સૌને બંધનમુક્ત કરે છે. અને પછી સતયુગનો પ્રારંભ થતાં નવા સૃષ્ટિચક્રના શુભારંભ સમયે સૃષ્ટિ પર શ્રીલક્ષ્મી અને શ્રી નારાયણનું સામ્રાજ્ય શરૂ થાય છે. આસુરીવૃત્તિવાળા કલિયુગનો અંત પછી દૈવીવૃત્તિવાળા સતયુગનો પ્રારંભ થાય છે, જેની પુશાલીમાં દીપાવલીનું પર્વ ઉજવવામાં આવે છે. કેટલાક લોકોના મતે રાવણ પર રામના વિજયનો તથા મર્યાદા પુરુષોત્તમ શ્રીરામના રામરાજ્યના પ્રારંભનો આ સ્મરણોત્સવ છે. આસુરી શક્તિ પર ઈશ્વરીય શક્તિના વિજયનું તથા અજ્ઞાન રૂપી અંધકાર પર જ્ઞાન રૂપી રોશનીના વિજયની યાદગારનું આ મહાપર્વ છે.

આ પર્વ પર લોકો પોતાના ઘરના અંધકારને દૂર કરવા દીપ પ્રગટાવે છે તથા રોશની કરે છે. તેનું આધ્યાત્મિક રહસ્ય એ છે કે મનના અંદરના અંધકારના મેલને મીટાવવા આધ્યાત્મિક જ્ઞાન રૂપી દીપક પ્રગટાવી અંતર્મનને જાગૃત કરવું જોઈએ. ભગવાનને પણ પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે

‘તમસો મા જ્યોતિર્ગમય.’ હે પ્રભુ, અમને અંધકારમાંથી પ્રકાશ તરફ લઈ જા. પ્રાર્થનામાં ગવાય છે કે ‘ઊંડા અંધારેથી પ્રભુ ! પરમ તેજે તું લઈ જા.’

શ્રી લક્ષ્મીજીને કમળના પુષ્પ પર બિરાજેલા દર્શાવવામાં આવે છે. આપણા ઘરગૃહસ્થને કમળના ફૂલની જેમ પવિત્ર બનાવવાથી અંતરની જ્યોતિ જાગે છે, અને શ્રી લક્ષ્મીજીનો પ્રવેશ થાય છે. પરિણામે સુખ, સામર્થ્ય અને સમૃદ્ધિ જીવનમાં આવે છે. વેરભાવ છોડી પ્રેમભાવ રાખવો.

દીપાવલીના પર્વ પર લોકો શરીરની અને ઘરની સફાઈ કરે છે. સ્થૂલ બાહ્ય સફાઈની સાથે આત્માની આંતરિક સફાઈ અતિ જરૂરી છે. મનનો મેલ જે પાંચ વિકારોને લીધે ચઢેલો છે, તે કાઢવા માટે યોગનો અગ્નિ પ્રગટાવવો જોઈએ. ઘરની સફાઈની સાથે મનમંદિરની સફાઈ કરવા રાજયોગનો અભ્યાસ આવશ્યક છે. યોગને અગ્નિ કહેવામાં આવે છે, જે વિકારોને તથા પાપોને બાળે છે, દગ્ધ કરે છે. અને આત્મા શુદ્ધ પાવન બને છે. આ પર્વ પવિત્ર બનવાનું તથા યોગાભ્યાસ કરવાનું સૂચવે છે.

વેપારીઓ દીપાવલી પર હિસાબ-કિતાબનું જૂનું ખાતું બંધ કરી નવું ખાતું ખોલે છે. આ રિવાજ કોની યાદગાર છે ? ભોલેનાથ શિવપિતા સાથે વેપારનો સોદો કરવાવાળા આધ્યાત્મિક સાધકો દ્વારા આસુરી અવગુણોનું ખાતું બંધ કરી દૈવી ગુણોની લેણદેણનું ખાતું ખોલવાની યાદગાર છે. આમ મનનો મેલ કાઢી, વિકારો પર વિજય મેળવી, અજ્ઞાન અંધકારને દૂર કરી આત્મજ્ઞાનનો દીપ પ્રગટાવી દીપાવલીનું પર્વ મનાવવું જોઈએ. આત્મામાં ઈશ્વરીય જ્ઞાનનો દીપ જગાવ્યા વિના દીવાળી મનાવવી નિરર્થક છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

ગતિ અને પ્રગતિ મંદ શા માટે ?

બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર, દિલ્હી

જીવન એક યાત્રા છે. દરેકે પોતાની મંઝિલે પહોંચવાનું ધ્યાન તો અવશ્ય રાખવું જ જોઈએ. બીજી રીતે કહીએ તો એમ કહી શકીએ કે દરેકે પોતાના લક્ષ્ય સુધી પહોંચવા માટે તદ્દનુસાર લક્ષણ તો ધારણ કરવાં જ જોઈએ અથવા વાંછિત સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવા યા સિદ્ધિ સ્વરૂપ બનવા માટે દરેકે સાધના તો કરવી જ જોઈએ.

જ્યારે માનવે સંસારની અગણિત પ્રાપ્તિઓને ઠોકર મારીને યોગી જ બનવાનું વ્રત લીધું હોય તો એણે યોગની સૂક્ષ્મતા, ગહનતા, ઊંચાઈ યા સિદ્ધિ સુધી પહોંચવાનો પૂરો પુરુષાર્થ તો કરવો જ જોઈએ. (દેહ અભિમાનથી) અડધા મરીને કામ કરવાથી શો લાભ ? જો જીવનમાં ઉત્સાહ અને ઉમંગ ના રહે તો એક કિલો વજન પણ એક કિલો લાગે છે, તેથી પરિસ્થિતિઓની સામે લડવામાં જ વીરતા છે અને કમર કસીને કામ કરવામાં જ સફળતા છે.

યોગથી થનારા ફાયદાઓની જો યાદી બનાવવા ઈચ્છીએ તો તે બનાવવી શક્ય નથી. એના બદલે ‘યોગી જીવનથી પ્રાપ્ત ન થાય એવી કોઈ શ્રેષ્ઠ પ્રાપ્તિ જ નથી.’ એમ કેમ ના કહીએ. જે પ્રારબ્ધ બને છે તે તો અનુપમ છે જ પરંતુ વર્તમાનમાં યોગની સ્થિતિથી જે પ્રાપ્તિઓ થાય છે તે અવર્ણનીય છે.

ગતિ મંદ શા માટે ?

પરંતુ આ સર્વ જાણવા છતાં પણ યોગી પોતાના પથ ઉપર ચાલતાં ચાલતાં સ્વયં પ્રગતિ કેમ કરી શકતો નથી ? એની ગતિ મંદ શા માટે થઈ જાય છે ? અપાર પ્રાપ્તિના માર્ગથી વિમુખ થઈને તે શા માટે અટકી જાય છે ? તે ક્યારેક ક્યારેક કેમ પાછો પડે છે? યોગી જીવનનો જે

શ્રેષ્ઠ અને રસીલો અનુભવ છે એનો અભાવ કેમ અનુભવે છે? પ્રભુ તરફ આગળ વધતાં વધતાં તેનો માર્ગ કેમ ભૂલી જાય છે ? તેનાથી તો ઘણું નુકસાન

થાય છે. પુરુષાર્થી પોતાની મંદગતિનાં કારણો જ જણાવ્યા કરે છે. પોતાની પ્રગતિ ધીમી થવાનું સ્પષ્ટીકરણ જ આપ્યા કરે છે પરંતુ એનાથી એવું અપાર નુકસાન થાય છે કે પસ્તાવો કરવાથી ભરપાઈ કરી શકાતું નથી. લોકો યોગીને ચમ, નિયમ... અને પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, સમાધિનો અભ્યાસ કરવાનું કહે છે અને યોગી પણ મનમાં પરમપિતા પરમાત્માનું ‘ધ્યાન’ કરવા તથા ચમ-નિયમોનું પાલન કરવાનો પુરુષાર્થ કરવાનું ધ્યાન રાખે છે. પરંતુ બે-ત્રણ વાતોનું ધ્યાન ન રાખવાથી ધીરે ધીરે ચમ-નિયમ ટીલાં પડવા લાગે છે અને પરમપિતા પરમાત્મામાં પણ ધ્યાન લાગતું નથી. તેથી મનમાં પરમાત્માનું ‘ધ્યાન’ કરવાની સાથે સાથે બે-ત્રણ મહત્વપૂર્ણ વાતો તરફ ધ્યાન આપવું પણ જરૂરી છે. તે વિના સ્થિતિ પરિપક્વ બની શકતી નથી.

કોઈએ કહ્યું છે ‘આયા કુતા ખા ગયા તૂ બૈઠી ઢોલ બજા.’ એક માતા પોતાની પડોસણો સાથે ઢોલ વગાડીને કીર્તન કરીને શાંતિ મેળવવાના પ્રયત્નમાં વ્યસ્ત હતી. એનું ધ્યાન ચૂકાવીને ફૂતરું એની બધી રોટલીઓ ખાઈ ગયું. આ પ્રમાણે મનુષ્ય તો ટેપ રેકોર્ડર અને કેસેટ રૂપી આધુનિક ઢોલ પર ગીત વગાડીને પરમાત્માનું ધ્યાન કરવાનો પ્રયત્ન કરી રહે છે પરંતુ વ્યર્થ



સંકલ્પરૂપી ‘કૂતરું’ આવીને એની બનાવેલી ધારણાને નષ્ટ કરી દે છે તેથી મનુષ્ય જે રીતે પરમપિતા પરમાત્માનું ધ્યાન કરે છે. તેની સાથે તત્સંબંધી જરૂરી વાતો પર ધ્યાન આપે તે જરૂરી છે. માત્ર યોગાભ્યાસી જ ન બને પણ ‘યોગીજીવન’ વાળો પણ હોય. એટલે નીચે જણાવેલી બે-ત્રણ વાતો પર ધ્યાન આપવું જરૂરી છે.

શીખવાની પ્રવૃત્તિ અને નમ્રતા

ધીરે ધીરે શીખવાની પ્રવૃત્તિ મંદ પડી જવી તે આધ્યાત્મિક જીવનમાં પ્રગતિ અટકી જવાનું એક ઘણું મોટું કારણ છે. જ્યારે વ્યક્તિ યોગી જીવનના પથ ઉપર પગ મૂકે છે ત્યારે પ્રારંભમાં તો ધૂન લાગે છે. જીવનને બદલી દેવા માટે તે ઉત્સાહી બને છે. યોગના ઉચ્ચ શિખર પર ચઢી જવું છે તેવો સંકલ્પ સમર્થ બની જાય છે. પરંતુ જ્યારે તે કંઈક શીખી જાય છે, અન્ય લોકો કરતાં થોડો આગળ વધી જાય છે ત્યારે એને યોગના સારા અનુભવ થવા લાગે છે ત્યારે તે સ્વયંને અનુભવી ત્યાં યોગમાં શિક્ષિત સમજીને ચાલવા લાગે છે. વધુ શીખવા માટે એની પહેલા જેવી રુચિ રહેતી નથી. એનું એક કારણ એ પણ હોય છે કે તે બીજા યોગાભ્યાસીઓમાં કોઈ વિશેષતા જોતો નથી. પણ એમને તે ક્યાંય ને ક્યાંય અટકેલા જુએ છે ત્યાં તે પોતાને સમજદાર સમજીને બીજાઓ સાથે યોગ ચર્ચા કરવામાં, અનુભવની લેણ દેણ કરવામાં, એમની પાસેથી પોતાની પ્રગતિ માટે કંઈક પ્રકાશ મેળવવાની ઈચ્છા રાખતો નથી. સૂક્ષ્મરૂપમાં એનામાં અહંકાર આવે છે જેની એને પણ ખબર પડતી નથી. હવે આ શરીર છૂટી જાય, તો પોતાની શી ગતિ થશે એ પણ તે વિચારતો નથી. શા માટે કોઈ વરિષ્ઠ યોગીઓ પાસેથી કંઈક વધુ વધુ ન શીખીએ ? જીવનના કાર્યક્ષેત્રમાં તે પણ કાર્યકુશળ હોવાથી સ્વયંને સર્વ પ્રકારે કુશળ જ માનવા લાગે છે. અને પોતાની ખામીઓને છૂપાવીને, દબાવીને ત્યાં એમ

જ એકબાજુ રાખી દે છે. તે વિચારે છે કે ‘ખામીઓ તો સર્વમાં છે.’ આ પ્રમાણે સ્વયંને ‘તીસ માર ખાન’ સમજીને તે એટલો તો ગર્વના કળાણમાં ખૂંપી જાય છે કે જો કોઈ એનું ભલું ઈચ્છીને એને દલદલમાંથી કાઢવા ઈચ્છે પણ તે એને પોતાનાથી ઓછી કક્ષાનો ત્યાં સમાન કક્ષાનો સમજીને એની શુભભાવનાઓને ઠોકર મારે છે. પરિણામ એ આવે છે કે તેનાથી વરિષ્ઠ હોય તે પણ તેના કલ્યાણની વાત કરતાં સંકોચ પામે છે અને જો કોઈ કહે તો તે તેને ‘હસ્તક્ષેપ’, ‘અનાધિકાર ચેષ્ઠા’, ‘અનુચિત’, ત્યાં ‘નકામી વાત’ માને છે. તે તો સમજે છે કે આ વાતની તો મને પણ જાણ છે. આ ક્યાં કોઈ નવી વાત છે ! અથવા ‘આ નબળાઈ તો સર્વમાં છે, માત્ર મારામાં જ થોડી છે’, ત્યાં ‘માત્ર મને જ આ ઉપદેશ શા માટે આપવામાં આવે છે. મને સમજાવનાર પહેલાં પોતાની ભૂલ તો સુધારે.’ આ પ્રકારની બધી પ્રતિક્રિયા સૂક્ષ્મ અભિમાનની જ કૂંપળો, કાંટા અને ઝેરી પાંદડાં જ છે. પરંતુ તે એને જ પોતાની બુદ્ધિમત્તા સમજીને સદ્ બુદ્ધિના માર્ગ પર આગળ અનુભવ મેળવવાથી વંચિત રહી જાય છે.

એટલે કહેવાય છે કે નમ્રતા વિના મનુષ્ય શીખી શકતો નથી. જે શીખવા જ નથી ઈચ્છતો તે જાણે વૃદ્ધ થઈ ગયો છે. એની યુવાવસ્થા જ સમાપ્ત થઈ ગઈ છે. જો કોઈ શીખવાનું જ બંધ કરી દે છે તો એનો વિકાસ કઈ રીતે થશે ?

તેથી અધ્યાત્મના પુરુષાર્થોનું સૌથી પહેલાં એ વાત ઉપર ધ્યાન હોવું જોઈએ કે હજુ ઘણું બધું શીખવાનું છે. જેની પાસેથી જે કંઈ સારી વાત મળે તેને અવશ્ય ધારણ કરવી જોઈએ. આ સમગ્ર જીવન જ અંત સુધી શીખવા માટે છે.

ગુણ ગ્રાહક વૃત્તિનો અભાવ

શીખવાનો એક રસ્તો એ છે કે ગમે તેના
(અનુસંધાન પેજ નં. ૧૨ પર)

પ્રસન્નતાના પથ પર

બ્ર.કુ. શિવાલીબેન

અતીતને વર્તમાન ન બનાવો

આજે આપણે વાત કરીશું વીતી ગયેલી વાતોના સંબંધમાં. કેટલીક વાતો એવી હોય છે જે વીતી ચૂકેલી હોય છે અને આપણે આપણો અતીત છોડી શકતા નથી. ભલે આપણે કહેતા હોઈએ કે હું ભૂતકાળની સર્વ વાતો ભૂલી ગઈ છું. પણ જ્યારે કોઈ પરિસ્થિતિ આવે છે તો તે સંબંધી બધી વાતો આપણી સ્મૃતિમાં આવી જાય છે. અને તે આપણી ખુશીને પ્રભાવિત કરે છે. આવું શા માટે થાય છે અને એનું સમાધાન કઈ રીતે થઈ શકે એ વિષય ઉપર વાત કરીએ છીએ.

પ્રશ્ન : બ્રહ્માકુમારી શિવાની, ગઈ વખતે આપણે અપેક્ષાની વાત કરી હતી તો તે ચર્ચાનાં ઘણાં સારાં પરિણામ આવ્યાં હતાં મને લાગે છે કે આપણા અતીત સાથે જોડાયેલી વાતો આપણને યાદ આવે છે?

ઉત્તર : વીતેલી વાતો યાદ આવતાં આપણો અતીત આપણો વર્તમાન બની જાય છે. વીતેલા સમયમાં કંઈક એવી વાતો બની કે જેથી આપણે દર્દનો અનુભવ કર્યો હતો. વીતેલી વાતો યાદ આવતાં આપણે સ્વયં માટે દુઃખ દર્દ ઉત્પન્ન કર્યું. હવે જેટલીવાર વીતેલી વાતો યાદ આવે છે તેટલો સમય મને દર્દનો અનુભવ થાય છે. જેથી તે અતીત ના રહેતા વર્તમાન બની જાય છે. તો આ અતીત પણ એક અવધારણા છે, એક માન્યતા છે. અતીત તો વાસ્તવમાં કંઈ છે જ નહીં. અતીતનો અર્થ છે જે વીતી ગયું છે તે. આપણે અતીતની વાત કરીએ છીએ પણ અતીતમાં જઈને કંઈપણ કરી શકતા નથી. પોતાની ખુશીને આપણે અતીતમાં શોધીએ છીએ યા ભવિષ્યમાં મળવાની આશા રાખીએ છીએ.

આજે મનોવૈજ્ઞાનિક પણ જણાવે છે કે આજે આપણે મોટે ભાગે ૮૦-૨૦માં જીવીએ છીએ. ૮૦ ટકા આપણે ભૂતકાળની વાતો વિશે વિચારીએ છીએ જ્યારે ૨૦ % વાતો



આપણે આવનાર ભવિષ્ય બાબત વિચારીએ છીએ. આપણે કહીએ કે આવું કઈ રીતે બને ? પણ આપણામાં આ માટેની જાગૃતિ જોઈએ. ક્યારેક આપણે સાવધાન હોતા નથી. આપણા વિચારો પ્રત્યે જાગૃત હોતા નથી. આપણને એ પણ ખબર પડતી નથી કે આખો દિવસ આપણે કેવા વિચારો જન્માવીએ છીએ.

બીજું પગલું. પોતાના વિશે વિચારો કરતાં પણ જાગૃત રહેવું. એક દિવસ આપ પોતાના વિચારોને તપાસશો તો ખબર પડશે કે તેમાં વીતેલી પળોની વાતો હોઈ શકે છે. છેલ્લે જે પળો પસાર થઈ તેમાં ૧૦-૨૦ વર્ષ જૂની વાતો યા આવનાર સમયની વાતો હોઈ શકે છે. આવું એટલા માટે બને છે કે આપણે વર્તમાનમાં હોઈએ છીએ. સમયની અવધારણા શું છે. એક એક દ્વારા, એક એક પરિસ્થિતિ, એક એક ઘટના જે વીતે છે તે અતીત બની જાય છે, આ વર્તમાન સમયમાં હું કાંતો વીતી ગયેલી ઘટના વિશે વિચારું છું. યા આવનાર સમય વિશે વિચારું છું. જેટલી પળો મેં આવનાર સમયના વિશે ચિંતનમાં વીતાવી તેનાથી તો મારો વર્તમાન સમય વીતી ગયો. એટલી પળમાં તો હું અહીંથી ત્યાં પહોંચી ગઈ અને અહીં આવ્યા પછી પણ આપણે વીતેલા સમય વિશે

વિચારવાનું શરૂ કરી દર્દએ છીએ. આ એક બોક્સ સમાન છે. જેમ કે આ ત્રણ બોક્સ છે. પહેલો ડબ્બો અતીત છે. બીજો વર્તમાન છે અને ત્રીજો ભવિષ્ય છે. સમજો કે હું અત્યારે વર્તમાનવાળા ડબ્બામાં ઊભી છું. પરંતુ હું ભૂતકાળવાળા ડબ્બા માટે વિચારું છું ત્યાં પછી ભવિષ્યના વિશે વિચારું છું. વર્તમાન ઉપર આપણું ધ્યાન જ જતું નથી. ભૂતકાળનાં દસ વર્ષો વિશે વિચાર્યું તો વર્તમાનમાં હોવા છતાં પાછલાં દસ વર્ષોના અતીતમાં ચાલ્યાં ગયાં. આપણે એવું વિચારીએ છીએ કે વિચાર કરવો તે આપણા હાથમાં નથી. ઘણીવાર આપણે આવી અનુભૂતિ કરીએ છીએ.

પ્રશ્ન : આપણે દિવસભરની યોજનાઓ પણ બનાવીએ છીએ તો તેની સંભાવના પણ રાખવી જોઈએ ?

ઉત્તર : સંભાવના તો છે જ. આપણે જે કરવાનું છે તે માટે વિચારીએ. એ પળમાં જીવીએ. પણ વર્તમાન પળોને બદલે અતીત ત્યાં ભવિષ્ય તરફ ગયા તો આપણો એટલો સમય નકામો ગયો.

પ્રશ્ન : આ પળે એવું કંઈક બની ગયું. આગ લાગી ત્યાં બીજું કંઈ થયું તો મારી સ્થિરતા ?

ઉત્તર : મારી દૃઢતા સમાપ્ત થશે નહીં. જે આગ લાગી હોય તો એને બુઝાવવા તરફ મારું પૂરું ધ્યાન હોય. તો આપ અશાંત થશો નહીં. પણ હવે શું થશે, એનાથી કેટલું નુકસાન થશે તો સ્વાભાવિક રીતે આપણે વર્તમાનમાંથી બીજા તબક્કામાં પહોંચી જઈશું. જેના કારણે આપણને વધારે નુકસાન થાય છે. વર્તમાન સમયમાં પરિસ્થિતિનો સામનો કરવાની તાકાત હોય છે. બીજા તબક્કામાં આપણે ભયભીત બનવાનું શરૂ કરીએ છીએ.

જ્યારે આપણે યોગાભ્યાસ કરીએ છીએ ત્યારે યોગ આપણા મનની ગતિને ધીમી કરવામાં

તથા જાગૃત થવામાં મદદ કરે છે. જેના ઉપર નિયંત્રણ થઈ શકે તેવી બાબતો ઉપર નિયંત્રણ કરવાનું યોગ આપણને શીખવે છે. જો કોઈ આ ચીજોને વશમાં કરવા પ્રયત્ન કરે છે પણ તે એના વશમાં નથી તો એનું પરિણામ કેવું આવશે ? આપને કેવું લાગશે ?

ભૂતકાળના વિષયમાં વિચારવું ત્યાં ભવિષ્યના વિષયમાં વિચારવું બંને કેસમાં આપણે એવી રીજા વિશે વિચારીએ છીએ જે આપણા વશમાં નથી. તો મનની સ્થિતિ કેવી હશે ? તો તે સ્વાભાવિક રીતે અશાંત થઈ જશે. આપણામાં ગહન જાગૃતિની જરૂર છે કે આપણે તે પળમાં કંઈ રીતે રહીએ. એ પળમાં આપણે છીએ કે નહીં એની નિશાની છે સ્થિરતા. જ્યારે મન અશાંત થાય ત્યારે વિચારો કે આપણે શાના વિશે વિચારીએ છીએ. કંઈ અતીતની વાત હતી કે ભવિષ્યની વાત હતી. પછી મનને પ્રેમથી બંને જગાએથી દૂર કરીને વર્તમાનમાં લઈ આવો. વીતેલી વાતોથી આપણે શીખીએ છીએ કે વીતેલી વાતોને યાદ રાખવી જોઈએ. અતીતને યાદ કરવાથી તેમાંથી શીખવા મળે છે. અતીતને યાદ કરવાથી છેતરાઈશું નહીં. આ બધી માન્યતાઓ આપણા વીતેલા સમયની હતી.

હવે આ માન્યતાને આપણે થોડી ચકાસીએ. પહેલી વાત એ કે આપણે અતીતને યાદ કરીએ છીએ એનો અર્થ આપણે પુનરાવૃત્તિ કરીએ છીએ. આપણે વીતેલી નકામી વાતને યાદ કરવાની કોશિશ કરીએ છીએ. મામૂલી વાતને આપણે મોટી વાત બનાવીએ છીએ. કોઈએ મારી સાથે ઘંઘામાં દગો કર્યો, કોઈએ મારી સાથે સંબંધોમાં દગો કર્યો. આ વાતોથી આપણા પરિવારમાં નાની મોટી વાત બની જાય છે. અતીતને યાદ કરવો એટલે વીતી ગયેલી વાતોને યાદ કરવી.

પ્રશ્ન : હમેશા જ આપણો વર્તમાન બની રહ્યો છે ?

ઉત્તર : આપણો વર્તમાન બનતો જઈ રહ્યો છે. જે દૃશ્યો ઘણા સમય પહેલાંના છે એના વિશે વિચારવાથી કે બોલવાથી કંઈ થવાનું નથી.

પ્રશ્ન : આગળના સમય માટે મારા ધ્યાનમાં આવ્યું છે કે હું લોકોને બદલી શકતી નથી, ના તો પરિસ્થિતિને બદલી શકું છું. પરંતુ સ્વયંને બદલી શકું છું ?

ઉત્તર : આપણે કહ્યું કે સ્થિરતા સ્વાભાવિક છે. અત્યારે આપ અનુભવ કરો કે હું શાંત સ્વરૂપ છું. મન બિલકુલ શાંત છે. પણ વીતેલી કોઈ ઘટનાને લઈને તમે ચર્ચા કરવા બેસો, તો શું થાય ?

પ્રશ્ન : જો આ ચર્ચા અલિપ્તતાવાળી હોય તો ?

ઉત્તર : ત્યારે પણ આપણને યાદ રહેતું નથી અને આપણે આપણી ખુશીને, આપણી સ્થિરતાને જલ્દીથી સમાપ્ત કરીએ છીએ. જેથી આપણે પૂરી રીતે ખાલી થઈ જઈએ છીએ. આપણે ચેક કરીએ કે અતીતના વિશે વિચારવું, વીતેલી ઘટના વિશે ચર્ચા કરવી, વર્ણન કરવું આ સર્વ આપણી શક્તિને નષ્ટ કરવા બરાબર છે. હવે આપણે એના પ્રત્યે જાગૃત રહેવાની જરૂર છે. તેનાથી આપણને કેટલું નુકસાન થાય છે તેનો અંદાજ આવતો નથી. જે વીતી ગયું છે તેમાંથી મને શું શીખવા મળ્યું ?

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. ૦૯નું અનુસંધાન)

પાસેથી આપણને કોઈ સારી વાત સાંભળવા અને સમજવા મળે તો આપણે અભિમાનમાં આવીને યા ગમે તેવું અર્થઘટન કરીને એનો તિરસ્કાર ન કરીએ પણ એ જણાવનારનો હાર્દિક આભાર માનતાં કહેવું જોઈએ કે અમે એ વાત ઉપર ધ્યાન આપીશું અને ખરેખર એ વાતો ઉપર ધ્યાન આપીએ. બીજો રસ્તો એ છે કે જો કોઈ આપણને મૌખિક રીતે કોઈ એવું જ્ઞાનમોતી યા ગુણ રત્ન ન આપે તો પણ આપણે વ્યવહારમાં દરેક પાસેથી ગુણ લઈએ અને એના ગુણની ચર્ચા પણ કરીએ. જો આપણે ગુણ નહીં લઈશું તો અવગુણ લઈશું અને એનાથી તો પતન થશે. પ્રગતિ તો થશે નહીં. કોઈના અવગુણ જોવાથી આપણે ખરાબ શીખીશું એનાથી પુરુષાર્થની ગાડી આગળ વધવાને બદલે પાછળ જ પડશે.

ટાળવાની આદત

આપણી પ્રગતિ ન થવાનું એક કારણ એ પણ છે કે આપણે એ માનીને ચાલીએ છીએ કે આગળ જતાં આપણા સંસ્કારોને બદલીશું. પરિસ્થિતિઓ જ એવી આવશે કે બધા બદલાશે. ત્યારે આપણે પણ બદલાઈ જઈશું. કેટલાક સમય પછી, જ્યારે અમારી આ પરિસ્થિતિ બદલાઈ જશે ત્યારે અમે ખૂબ યોગ કરીશું. અમે એવો તીવ્ર પુરુષાર્થ કરીશું કે બધાં જોતા જ રહી જશે. આ પ્રકારના વિચારથી મનુષ્ય પુરુષાર્થને સ્થગિત અથવા મુલતવી રાખે છે અને પરિણામ એ આવે છે કે સમય હાથમાંથી ચાલ્યો જાય છે. તેથી સમય ચાલ્યો ન જાય તે વાત ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. જે કરવાનું છે તેને ટાળીએ નહીં નહીંતર આળસ અને અલબેલાપણું ઘણું નુકસાનકારક છે. જો આપણે આ વાતો ઉપર ધ્યાન આપીશું, તો પરમપિતા પરમાત્મા સાથે આપણું 'ધ્યાન' લાગશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. ૧૬નું અનુસંધાન)

યોગનો આધાર છે. એના બળથી જ બુદ્ધિ એકાગ્ર થાય છે. તમારે સ્વયં પવિત્રતાની શક્તિ ભરીને સમગ્ર વિશ્વને પવિત્રતાનું દાન આપવાનું છે. એટલે તમારામાં સહેજ પણ અપવિત્રતા નહીં હોવી જોઈએ. એ નશો રહે કે ભગવાન મારા પ્રિયતમ છે મેં મારું દિલ એમને આપી દીધું છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પંચામૃત

બી.કે. સૂર્ય, માઉન્ટ આબુ

ઘન વિશે ચિંતન

ઘન મનુષ્યજીવનમાં સુખો મેળવવાનું એક આવશ્યક અંગ છે. આજના યુગમાં ઘનવાનોની બોલબાલા છે. એમને સન્માન મળે છે. તેઓ પોતાનાં કાર્ય સરળતાથી પૂર્ણ કરી શકે છે.

પરંતુ ઘન જ જીવન નથી. ઘન જ સર્વસ્વ નથી. ઘન એક સાધન છે, તેથી જીવનની સુખ-શાંતિ હણાઈ જાય તેટલી હદે ઘનપ્રાપ્તિ માટે વ્યસ્ત બનવું જોઈએ નહીં. ઘન માટે જીવનના શાશ્વત સિદ્ધાંતો-જીવનમૂલ્યોને છોડી ન શકાય.

ઘન તો આવે છે અને જાય છે. કઠોર પુરુષાર્થના બળે તમે ઘન પણ મેળવી શકો છો. આળસુ માનવને કંઈ જ પણ પ્રાપ્ત થતું નથી. જો આજના સંસારમાં ઘન પ્રાપ્તિને જ ઉન્નતિનો માપદંડ ગણવામાં આવે છે તો કાંઈ વાંધો નહીં. તમે સાચા મનથી કાર્ય કરો. ઘન પડછાયાની માફક તમારી પાછળ-પાછળ આવશે.

પોતાને ઘનનો અભાવ છે તેથી તેને ભાગ્ય સમજીને આળસુ બનીને બેસી ના રહેશો. ઊઠો, કંઈક કરો. લાજશરમ છોડીને પરિશ્રમ કરો. તમને સર્વકાંઈ પ્રાપ્ત થશે. પણ સખત પુરુષાર્થ પછી પણ તમને જો કંઈ પણ ન મળે, તો તેને પૂર્વ જન્મોના કર્મોનું પરિણામ સમજીને ધીરજ રાખીને મહેનત ચાલુ રાખો.

મનને કદી ઉદાસીના પાંજરામાં ફસાવા ન દેશો. લાભ હાનિ બંને અનાદિ નિયમ છે. લાભમાં અતિ પ્રસન્ન તથા હાનિમાં અતિ ઉદાસ થઈને તમે પોતાના મનોબળને ક્ષીણ ના કરશો.

જો તમારી પાસે ઘન વધારે પ્રમાણમાં છે, તો એનો સદુપયોગ કરો, એનાથી પોતાના

પારિવારિક જીવનને પણ સુખી બનાવો તથા બીજાઓને પણ સહયોગ આપો. તેનાથી તમને ઘનનું સાચું સુખ મળશે. ઘનવાન તો સંસારમાં ઘણા છે, પરંતુ ઘનનું સુખ સર્વને મળતું નથી. કારણ કે તેઓ ઘનનો સદુપયોગ કરવાનું જાણતા નથી.

પોતાના ઘનનો કદી પણ ગર્વ ના કરો. ઘનનો ગર્વ તમને પતનના માર્ગ તરફ લઈ જશે. ઘનથી વ્યસન કરવાની ભૂલ કદી પણ ના કરતા. જો વ્યસનોથી બચશો તો તમારું જીવન અંતિમ સમયે ઘણું સુખદાયી હશે. ઘન વિનાશી છે અને તમે અવિનાશી છો. વિનાશી પાછળ અવિનાશીએ પાગલની જેમ દોડવું જોઈએ નહીં. ઘનને શ્રેષ્ઠ કાર્યોમાં વાપરો, તો સંસાર તમારા ઘનની મહિમા કરશે.

રાજયોગી જીવન માટે પ્રેરણાદાયી ચિંતન

ખાનપાન રહેણીકરણી માત્ર આ જ તમારા જીવનનું લક્ષ્ય નથી. એટલે એમાં જ પોતાનો સમગ્ર સમય, શક્તિઓ લગાડવાં તે બુદ્ધિમાની નથી. જે યોગી આની પાછળ પોતાની સંકલ્પશક્તિને વ્યર્થ ગુમાવે છે તે ખરા સમયે સ્વયંને નિર્બળ બનાવે છે. તમે મહાન છો, આ વિશ્વની શાન છો. તમને સમગ્ર સંસાર જોઈ રહ્યો છે. તમે અહીં કંઈક જોવામાં વ્યસ્ત ન બની જશો. એક દિવસ એવો આવશે કે તમારા દર્શનથી જ લોકોને શાંતિ મળશે.

તમારા ગુણોની સુગંધ સંસારના દુર્ગુણોને દૂર કરશે. તમે ભગવાનનાં બાળકો જો ગુણમૂર્તિ નહીં બનો, તો કોણ બનશે ? ગુણોથી પોતાનું જીવન એવું મહેકાવો જેથી સંસાર મહેંકી ઊઠે.

સહનશીલ બનો અને નમ્રચિત બનો તો તમે સર્વને પ્રિય લાગશો. તમારું જીવન બીજાઓને સત્યદિશા પ્રદાન કરશે. તમારું આચરણ સર્વનાં મન મોહી લેશે. ગુણોના ચેતન ગુલદસ્તા બનીને સ્વયંને શિવબાબા પર અર્પણ કરો.

એક બાપના પ્રેમમાં મગ્ન બનવું તે જ સંપૂર્ણ જ્ઞાન છે. કારણ કે તે માટે સ્વયંને સર્વ આકર્ષણોથી તથા ચિંતાથી મુક્ત કરવાના છે. એકના પ્રેમમાં સર્વ રીતે અનાસક્ત હોય તે જ મગ્ન રહી શકે છે. જો વ્યક્તિ, વૈભવ, યા કોઈ ઈચ્છા, સંસ્કાર તમારી બુદ્ધિને ખેંચી રહ્યા છે તો મગ્ન સ્થિતિ બનશે નહીં. બાપના પ્રેમના પાત્ર બનો તો એનો પ્રેમ તમને પ્રેમમાં મગ્ન કરી દેશે.

ક્રોધ વિશે ચિંતન

ક્રોધ એક અગ્નિ છે જેનાથી મનુષ્યના સર્વ સદ્ગુણ બળીને રાખ થઈ જાય છે. ક્રોધ મનુષ્યનો મહાન દુશ્મન છે. એનાથી વિવેકશક્તિ નષ્ટ થઈ જાય છે. વળી મનુષ્ય દુઃખ તથા ચિંતાઓના ચક્રવ્યૂહમાં ફસાઈ જાય છે.

ક્રોધી વ્યક્તિ સ્વયં તો બળે જ છે સાથે સાથે બીજાઓને પણ બાળે છે. આવા માનવ પાસે શાંતિ અને શીતળતા ક્યાંથી આવે ? ક્રોધ જીવનમાં દુઃખોનું આહ્વાન કરે છે તથા આસુરીપણાનાં બીજ વાવે છે.

ક્રોધી વ્યક્તિ સ્નેહનો તરસ્યો બની જાય છે. ક્રોધી વ્યક્તિના ઘરના આંગણાનું વાતાવરણ ભય યુક્ત બનીને બાળકો તથા સાથીઓના વિકાસને રોકે છે. ક્રોધ મનુષ્યની આંતરિક શક્તિઓને ખાઈ જનાર કીડો છે.

જો તમે ક્રોધના અભિશાપથી મુક્ત થવા ઈચ્છો છો તો ધીરજ અને ક્ષમાભાવ રાખો. તમે બીજાઓ સાથે જેવું વર્તન કરશો, તેવું વર્તન બીજાઓ તમારી સાથે કરશે. ક્રોધીને બીજાઓના

ક્રોધનો સામનો અવશ્ય કરવો પડે છે.

ક્રોધ કમજોર પદ્મની નિશાની છે. ક્રોધ એ તમારી હારની શરૂઆત છે. ક્રોધનો આરંભ મૂઢતાથી અને અંત પશ્ચાતાપથી આવે છે. ક્રોધી વ્યક્તિ જલ્દીપણામાં કોઈ પણ કાર્ય કરી લે છે પછી જીવનભર પસ્તાય છે.

જો કોઈ તમારી સામે ક્રોધ કરે તો તમે એને દયાની દૃષ્ટિથી નિહાળો કે આ બિચારો સળગી રહ્યો છે એના ઉપર નમ્રતાના શીતળ જળનો છંટકાવ કરો. ક્રોધની સળગતી અગ્નિમાં કટુવચન રૂપી તેલની આહુતિ ન આપો. તેમ કરવાથી આગ વધારે ભડકી ઊઠશે. કોઈ તમારી નિંદા કરે છે. તો પ્રત્યુત્તર આપવામાં ઉતાવળ ન કરો. એને પોતાનો ભંડાર ખાલી કરવા દો. એવું પણ બની શકે કે એનો ભંડાર ખાલી થતાં જ એનો ક્રોધ પણ શાંત થઈ જાય અને તમારે કંઈ પણ કરવું ન પડે. રોજ સવારે આંખ ઉઘડતાં જ ચિંતન કરો કે હું આ દેહથી ભિન્ન એક ચૈતન્ય આત્મા છું. મારો સ્વભાવ શાંતિ છે. મારો સ્વધર્મ શાંતિ છે. આ પ્રથમ સંકલ્પથી જ મન શાંત થઈ જશે.

શુભભાવના વિશે ચિંતન

સંસારને વહેંચી શકો તેટલા પોતાની શુભ ભાવનાઓના ભંડાર ભરો. તમારી શુભભાવનાઓ દુઃખ-અશાંતિમાં બેચેન આત્માઓને રાહત આપશે, અનેકોના જીવનમાં આશાઓના દીપ પ્રગટાવશે. નશો રહે કે હું પૂર્વજ આત્મા છું. મારે પોતાની શુભ ભાવનાઓથી સર્વની પાલના કરવાની છે.

જેનો અહીં કોઈ સહારો નથી, તેના તમે સહારા છો. તમારી શુભ ભાવનાઓ અનાથોને સનાથ બનાવશે. તમારી સ્નેહની ભાવનાઓ એમને ઈશ્વરીય સ્નેહની અનુભૂતિ કરાવશે. તમારી શુભભાવનાઓ સંસાર તથા યજ્ઞને માટે

ઘણો મોટો સહયોગ છે.

તમે પોતાની શુભભાવનાઓ દ્વારા પોતાના શત્રુને પણ મિત્ર બનાવી શકો છો. શુભભાવનાનો પ્રહાર કદી ખાલી જતો નથી. જેટલું આપણી અંદર પવિત્રતા અને યોગનું બળ હશે, તેટલો આપણી શુભભાવનાનો પ્રભાવ બીજાઓ ઉપર પડશે. નશો રહે કે આપણે વિશ્વ કલ્યાણકારી છીએ. આપણે આખા વિશ્વને પોતાના શ્રેષ્ઠ વાયબ્રેશનનું બળ આપવાનું છે.

આપણી શુભભાવનાઓ બીજાઓ માટે વરદાન બનીને એમને નવજીવન પ્રદાન કરે છે અને એમના મનનો બોજો હળવો કરે છે. એની સાથે આપણે બીજાઓની શુભ ભાવના પણ જીતવાની છે. તે માટે સર્વને સુખ આપવાનું છે તથા સ્વયંમાં પવિત્રતાનું બળ ભરવાનું છે. તમે દાતાનાં બાળકો માસ્ટર દાતા છો. તમારે નિરંતર આપવાનું છે.

જેણે પોતાના મનને શુભભાવનાઓનો ભંડાર બનાવ્યું છે એ બ્રહ્માવત્સનું જીવન પૂર્ણ સફળ છે. શુભ ભાવનાઓ રાખવી તે મહાન આત્માઓની સુંદરતા છે. ઈજેક્શન જેમ રક્તમાં જઈને શક્તિ પ્રદાન કરે છે, તેવું કાર્ય શુભભાવના કરે છે. તેથી પોતાનું મન શીતળ તથા શાંત રહે છે. હું બાપ સમાન છું. આ નશામાં રહીને સર્વને પવિત્ર વાયબ્રેશન આપો.

જેનું મન સદા શુભભાવનાઓથી ભરેલું છે તે ચંદ્રમાની જેમ આ કલિયુગી રાતમાં સર્વને શીતળતા અર્પે છે. જેનું મન શુભચિંતનથી ભરેલું છે તેનામાં જ શુભભાવનાનાં બીજ અંકુરિત થાય છે. બીજાઓ પ્રત્યે શુભભાવનાઓ રાખવાથી તમારું જીવન નિષ્કંટક બની જશે.

જે કાર્યને તન અને ઇનની શક્તિ કરવામાં અસમર્થ છે એ કાર્યને તમારી શુભભાવનાઓ

સરળતાથી સંપન્ન કરી દેશે. અપકારીઓ ઉપર ઉપકાર કરનારા જ મહાન હોય છે. તમારું યોગયુક્ત રહેવું એ જ સંસાર પર સૌથી મોટો ઉપકાર છે.

તમારી ભયંકર બીમારીઓમાં શુભભાવનાઓ દુવાઓ બનીને ઘણી મદદ કરે છે. પોતાની સેવાઓ તથા મદદ દ્વારા બીજાઓની ભાવનાઓને જીતો. જે મનુષ્ય બીજાઓ માટે શુભભાવનાઓ રાખે છે એને પણ આવશ્યકતા વખતે બીજાઓની શુભભાવનાની મદદ મળે છે.

જે પિતા પરમાત્માના પ્રેમને તમે દિલમાં સમાવ્યો છે તે આજે તમારા સૌભાગ્યનો સિતારો ચમકાવવા માટે સ્વયં આવી ગયા છે. તમારી શુભ ભાવનાઓ અમૃતતુલ્ય છે. જે તમને શક્તિઓ પ્રદાન કરે છે. દુર્ભાવનાઓ ઘાતક વિષ છે જે તમારા મનમાં કડવાશ જન્માવે છે તથા તમારી શક્તિઓને પણ નષ્ટ કરે છે તથા બીજાઓની ઉન્નતિના માર્ગને રોકે છે. તેથી શુભભાવનાઓની અમૃતવર્ષા સર્વ પર કરતા રહો.

તમે ભક્તોના ઈષ્ટદેવ છો. ભક્તિમાં તમારી જડમૂર્તિઓમાંથી સર્વને શ્રેષ્ઠ વાયબ્રેશન્સ મળે છે. ભક્તો માટે તમારી શુભભાવના વરદાન છે. હવે તમે તૃપ્તિ આત્માઓને સર્વ ભાવનાઓનાં વાયબ્રેશન્સ નહીં આપો તો બીજું કોણ આપશે ? સવારે ઉઠતાં જ સર્વને પોતાની શુભભાવનાઓ આપો કે સર્વ આત્માઓને સુખ-શાંતિ પ્રાપ્ત થાય.

જે આત્માએ બીજા આત્માઓ માટે શુભભાવના રાખવાનું શીખી લીધું છે એણે સમજે જન્મ-જન્મના શીતળ સંસ્કાર બનાવવાની ચાવી મેળવી લીધી છે. તમારે ફરિશ્તા બનવાનું છે અને ફરિશ્તા વિશ્વ કલ્યાણકારી હોય છે. બીજાઓ પ્રત્યે શુભભાવનાઓ રાખવી અર્થાત્ નેચરલ મનસા સેવા દ્વારા વિશ્વ કલ્યાણ કરવું. તેથી

પોતાની શુભભાવનાઓની શીતળ સરિતાથી આ સળગતી વસુંધરાને શીતળ કરો.

બાબાની સર્વઆત્માઓ પ્રત્યે શુભભાવનાઓ રહે છે કે, એમનું કલ્યાણ થાય. આગળ વધે. એટલા માટે તેઓ સર્વને પ્રિય લાગે છે. તમારે પણ બાપ સમાન બનવાનું છે અને સર્વને શુભભાવનાઓની દુવાઓ આપવાની છે, ત્યારે જ તમે સર્વને પ્રિય લાગશો.

પવિત્રતા વિશે ચિંતન

પવિત્રતા તમારા નયનોનો શૃંગાર છે. પવિત્રતાના સાગર બાપે તમને પવિત્રતાનું બળ પ્રદાન કર્યું છે. આ બળથી તમારે આ વસુંધરા પર સુખ-શાંતિની સરિતા વહાવવાની છે. તમારા મનમાં થોડી પણ દુઃખ અશાંતિની લહેર હોવી જોઈએ નહીં. તમારાં નયન જેના પર પણ પડે એને પવિત્રતાનું બળ પ્રાપ્ત થાય એવો અભ્યાસ કરો.

પવિત્રતા સંસારની સૌથી મોટી શક્તિ છે. પવિત્રતા ધર્મ તથા રાષ્ટ્ર માટે બળ છે. જે ધર્મની પાસે પવિત્રતાનું બળ છે, તે ધર્મ એટલો જ શક્તિશાળી હોય છે. તમે સાંસારિક મનુષ્ય નહીં પવિત્રતાના ફરિશ્તા છો. તમારા ઉપર સંસારને બદલવાની જવાબદારી છે. પોતાની જવાબદારીઓને ભૂલશો નહીં.

તમારા પવિત્ર વાયબ્રેશન્સ વાતાવરણને પણ શુદ્ધ કરી દે છે. પોતાના આ સ્વમાનમાં રહો તો તમારો પ્રભાવ અનેક આત્માઓને પવિત્ર વાયબ્રેશન્સની અનુભૂતિ કરાવશે. પવિત્ર આત્માઓ આ સૃષ્ટિ માટે રોશની છે. પવિત્ર આત્મા પોતાની સંકલ્પશક્તિથી જે ઈચ્છે, તે કરી શકે છે. તમારે સંપૂર્ણ પવિત્રતાનું બળ તમારામાં ભરવાનું છે. એટલે અશરીરી બનવાનો વારંવાર અભ્યાસ કરો.

તમે ભગવાન સમક્ષ સંપૂર્ણ પવિત્રતાની

પ્રતિજ્ઞા કરેલી છે અને ભગવાનને વચન આપીને નિભાવવું તે તમારું પરમ કર્તવ્ય છે. જો તમે તમારું વચન નહીં પાળો, તો તમે ભગવાનને દગો કર્યો કહેવાશે, પરિણામ સ્વરૂપે સમગ્ર કલ્પમાં કોઈ પણ તમારા પર વિશ્વાસ નહીં કરે. એટલે પોતાની પ્રતિજ્ઞા પર એટલા દૃઢ બની જાઓ કે તમારી દૃઢતા સામે માયાને મસ્તક ઝુકાવવું પડે.

સંપૂર્ણ પવિત્ર આત્માઓ જ અષ્ટરત્ન બને છે. જેમણે મન, વાણી તથા કર્મની સંપૂર્ણ પવિત્રતા, ધારણ કરેલી હશે તે બાપને પ્રત્યક્ષ કરવા માટે નિમિત્ત બનશે. તમારી પવિત્રતા તમને મહાનતાના પથ પર લઈ જશે. સદા એ નશો રહે કે હું એ જ પવિત્ર આત્મા છું. જેની પૂજા મંદિરોમાં થઈ રહી છે. સંપૂર્ણ પવિત્રતા તમારી એ મંઝિલ છે જેના ઉપર ચઢીને તમારે સમગ્ર તત્ત્વોને પાવન દૃષ્ટિ આપવાની છે. સંપૂર્ણ પવિત્રતા અર્થાત્ માયાની સંપૂર્ણ અવિદ્યા. કામજીત અર્થાત્ કામનાજીત અને ક્રોધ જીત. જેનું ચિત્ત પૂર્ણરૂપથી શીતળ બની ગયું હોય, જેની બુદ્ધિ પૂર્ણરૂપથી શીતળ બની ગઈ હોય, જેના સંસ્કાર નિર્મળ બની ગયા હોય, તે સંપૂર્ણ પવિત્ર આત્મા છે. આવો પવિત્ર આત્મા ધર્મને વિશેષ બળ પ્રદાન કરે છે.

સંપૂર્ણ પવિત્ર બનવા માટે ભાઈ-ભાઈની દૃષ્ટિનો એટલો અભ્યાસ કરો કે તે સ્વાભાવિક બની જાય. આ દેહ જરા પણ આકર્ષિત ના કરે. તમારે સ્વયંને બાપ સમાન પવિત્ર બનાવવાના છે. પોતાની દૃષ્ટિમાં પવિત્રતાનું એટલું બળ ભરો કે જેના ઉપર તમારી દૃષ્ટિ પડે તે દેહભાન ભૂલી જાય. એમની વૃત્તિ શુદ્ધ થઈ જાય અને એને નિર્વિકારી સ્વરૂપની સ્મૃતિ આવી જાય.

પવિત્રતા સુખ-શાંતિની જનની છે. જ્યાં પવિત્રતા છે ત્યાં સુખ-શાંતિ સ્વાભાવિક રીતે આવી જાય છે. પવિત્રતા જ રુહાનિયત તથા

(અનુસંધાન પેજ નં. ૧૨ પર)

સશક્ત નારી - સશક્ત સમાજ

રાજયોગિની સરલાદીદી, સુખ શાંતિ ભવન, અમદાવાદ

મહિલા સશક્તિકરણ પખવાડિયાની ઉજવણી નિમિત્તે ગુજરાત રાજ્યના રમતગમત, યુવા અને સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓના વિભાગ, જિલ્લા વહીવટી તંત્ર અને પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયના સંયુક્ત ઉપક્રમે આજનો આ કાર્યક્રમ ઉજવાઈ રહ્યો છે તે આનંદની વાત છે.

આજે આપણે **મહિલા શારીરિક સૌખ્ય દિવસ** ઉજવી રહ્યા છીએ. આજના સમાજની પરિસ્થિતિ જોતાં ભિન્ન ભિન્ન સમસ્યાઓનો સામનો કરવા સૌથી પ્રથમ જરૂર શારીરિક સૌખ્ય કેળવવાની છે. સમાજમાં મહિલાઓ ઉપર વધતા જતા અપરાધો, છેડતી, દોરા, ઘરેણાંની ચોરી, વગેરે કિસ્સાઓ જોતાં આપણે શરીરની કસરતો, જુડો, અન્ય વ્યાયામ વગેરે દ્વારા શરીરનું પણ સશક્તિકરણ કરવું પડશે. રક્ષણની ભિન્ન ભિન્ન તાલીમો લઈ પ્રતિકાર શક્તિ કેળવવી પડશે. ભિન્ન ભિન્ન સંસ્થાઓ આ દિશામાં કાર્ય કરી રહી છે. મહિલાઓ પણ આ માટે આગળ આવી રહી છે. મહિલાઓની જાગૃતિ અને હિંમતને કારણે ગુનેગારો પકડાઈ જવાની ઘટનાઓ બને છે જે અખબારોમાં, ઈલેક્ટ્રોનિક મીડિયામાં આવે છે તે આનંદની વાત છે. મહિલાઓ પણ શારીરિક સશક્તિકરણ જરૂરી છે તેવી પ્રવૃત્તિઓમાં અગ્રેસર થઈ રહી છે તે ગૌરવ લેવા જેવી વાત છે. કોલેજોમાં પણ એન.સી.સી.ની તાલીમ આપવામાં આવે છે. ભિન્ન ભિન્ન રમતો પણ શરીરને ખડતલ બનાવવામાં ઉપયોગી થાય છે.

આજે મહિલાઓને ધ્યાનમાં રાખીને અનેક કાયદાઓ બન્યા છે. મહિલા સુરક્ષા માટેના તંત્રો બન્યાં છે. ફોન દ્વારા, ભિન્ન ભિન્ન માહિતી

ટેકનોલોજીના ઉપયોગ દ્વારા મહિલાઓમાં જાગૃતિ લાવવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે. સેમીનારો, વાર્તાલાપો, ચર્ચાઓ, લેખો, સાહિત્ય પ્રકાશન દ્વારા આ



દિશામાં કાર્ય થઈ રહ્યું છે. અન્યાય, શોષણનો પ્રતિકાર કરવા માટે, ન્યાયી વાતને સિદ્ધ કરવા માટે સતત પ્રયાસોની, દૃઢ મનોબળની જરૂર છે. સ્વાસ્થ્ય કેન્દ્રો, કાનૂની સલાહકેન્દ્રો દ્વારા પણ મહિલા સશક્તિકરણના પ્રયાસો થઈ રહ્યા છે. સરકાર અને સેવાભાવી સંસ્થાઓ પણ આ દિશામાં સક્રિય છે તે ગૌરવ લેવા જેવી વાત છે મીડિયા પણ રચનાત્મક ભૂમિકા નિભાવે છે.

સમાજમાં મહિલાઓ પુરુષ સમોવડી બની શકે, આર્થિક દૃષ્ટિએ પગભર થઈ શકે તે મહત્વપૂર્ણ વાત છે. મહિલા આર્થિક દૃષ્ટિએ પણ શક્તિશાળી હશે, તો પરાધીનતા, ગુલામી, અત્યાચાર જેવા દૂષણોથી બચી શકશે. તેનામાં સ્વમાન, સ્વાવલંબનની ભાવના જાગૃત થશે, તો તે આજનાં અનિષ્ટોથી બચી શકશે. મહિલા પોતાના વિચારો, આદર્શો અને ભાવનાઓ અનુસાર પોતાના વ્યક્તિત્વનો વિકાસ કરી શકશે. ભિન્ન ભિન્ન સંસ્થાઓમાં, નોકરીઓમાં, રાજકીય પદોમાં, ચૂંટણીમાં, મહત્વના હોદ્દાઓ ઉપર મહિલાઓ અગ્રેસર બનશે, તો વાસ્તવમાં તે સમાજ માટે હિતકર છે. સશક્ત સમાજથી મહિલા પણ સશક્ત બનશે. મહિલાઓની પ્રતિભાના વિકાસની જરૂર છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં મહિલાઓને આદર,

સન્માનથી જોવામાં આવે છે. નારી પ્રેમ, ત્યાગ અને બલિદાનની સાક્ષાત્ મૂર્તિ છે. 'યત્ર નાર્યસ્તુ પૂજ્યન્તે, રમન્તે તત્ર દેવતા' અર્થાત્ જ્યાં નારી પ્રત્યે પૂજ્યભાવ હોય છે ત્યાં દેવતાઓ પણ પ્રસન્ન રહે છે. ભારતમાં ભિન્ન ભિન્ન ક્ષેત્રોમાં પ્રભાવશાળી મહિલાઓ થઈ ગઈ છે. શ્રીમતી પ્રતિભા પાટીલ મહિલા હોવા છતાં રાષ્ટ્રપતિના પદે પહોંચ્યા હતાં. શ્રીમતી ઈન્દિરા ગાંધીએ શક્તિશાળી પગલાંઓ લઈ પોતાને અમર બનાવી દીધાં છે.

એની બેસન્ટ, સરોજિની નાયડુ, વિજયા લક્ષ્મી પંડિત, ઝાંસીની રાણી લક્ષ્મીબાઈ, સુચેતા કૃપલાની, કિરણ બેદી જેવી મહિલાઓએ જવલંત કારકિર્દી દ્વારા નારીને ગૌરવ આપ્યું છે. ઋષિ પરંપરામાં મૈત્રેયી, અનસૂયા, ગાર્ગી જેવી વિદુષી, તપસ્વિનીઓ હતી. તો મીરાં, પાનબાઈ જેવી મહિલાઓ ધાર્મિક ક્ષેત્રે ઝળકી. રાજયોગિની દાદી પ્રકાશમણિજીએ વિશ્વના ૧૩૭ દેશોમાં બ્રહ્મકુમારીઝની સ્થાપના કરી. યુનો દ્વારા પીસ મેડલ, પીસ મેસેન્જર એવોર્ડ મેળવ્યા. વર્તમાન મુખ્ય પ્રશાસિકા દાદી બનકીજીને અમેરિકામાં વૈજ્ઞાનિકોએ વિશ્વનાં અત્યંત સ્થિર મનનાં મહિલા ઘોષિત કર્યાં. આ નારી ગૌરવ છે.

સમાજના ઘડતરમાં નારીનું મૂલ્ય અમૂલ્ય

છે. ભિન્ન ભિન્ન સંબંધો દ્વારા તે બહેન, માતા, પત્ની જેવી ભિન્ન ભિન્ન જવાબદારીઓ નિભાવે છે. સુખમય સંસારના નિર્માણમાં નારીનું પ્રદાન અતિ મૂલ્યવાન છે. સમાજ ત્યારે જ પ્રગતિ કરી શકે છે જ્યારે તેના પાયામાં મહિલા શક્તિ છે. ભિન્ન ભિન્ન ઈતિહાસો રચાયા છે, ગૌરવવંતી નોંધો લેવાઈ છે તેમાં નારીશક્તિનું પ્રદાન અમૂલ્ય છે. માટે માત્ર સાંકેતિક ઉજવણી કરીને અટકી જવાનું નથી પણ મહિલા સશક્તિકરણની પ્રવૃત્તિઓ સતત ચાલતી રહેવી જોઈએ.

મહિલાઓ પોતાના વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં ફેશન, વસ્ત્રો, ભિન્ન ભિન્ન સાધનોનો ઉપયોગ કરે છે. પણ મહિલાઓએ ત્યાગ, તપસ્યા, સેવા દ્વારા દિવ્યગુણોથી પોતાના જીવનને સદાચારી, વ્યસનમુક્ત બનાવવાનું છે. એક સુશિક્ષિત માતા સો શિક્ષકોની ગરજ સારે છે. મહાન પુરુષોનું ઘડતર કરનાર નારીશક્તિ જ હતી. તે સ્વાવલંબી, સ્વમાની, સદાચારી, દિવ્યગુણ સંપન્ન બનશે, તો સમાજ પણ સુખમય બનશે. તો મહિલા સશક્તિકરણ દ્વારા સુખમય સંસારનું નિર્માણ કરીએ. આજના કાર્યક્રમની સફળતા માટે અંતરમનની શુભકામના પાઠવું છું.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પોતાની શુભભાવના, શ્રેષ્ઠ કામના, શ્રેષ્ઠ વૃત્તિ, શ્રેષ્ઠ વાયબ્રેશન દ્વારા કોઈપણ સ્થાન પર રહેવા છતાં મનસા દ્વારા અનેક આત્માઓની સેવા કરી શકો છો. એની વિધિ છે લાઈટ હાઉસ, માર્ફટ હાઉસ બનવું. એમાં સ્થૂલ સાધન, તક યા સમયની સમસ્યા નથી. માત્ર લાઈટ માર્ફટથી સંપન્ન બનવાની આવશ્યકતા છે.

આજકાલની દુનિયામાં રાજનીતિની હલચલ, વસ્તુઓના મૂલ્યની હલચલ, નાણાંની હલચલ, કર્મભોગની હલચલ, ધર્મની હલચલ એવી સર્વ પ્રકારની હલચલથી દરેક તંગ થઈ ગયા છે. એનાથી બચવા માટે એકાગ્રતાને અપનાવો. એકાંતવાસી બનો. એકાંતવાસીથી એકાગ્ર સહજ જ બની શકશો.

એકાંત, અંતર્મુખતા અને એકાગ્રતા

બ્રહ્માકુમારી ચંદ્રિકાબેન, મહાદેવનગર, અમદાવાદ

એકાંતની વ્યાખ્યા બાબાએ આપી છે કે એકના અંતમાં રહો. ઘરબાર છોડીને ચાલ્યા જવું, દૂર જતા રહેવું એને લોકો એકાંત કહે છે. એકાંત બે પ્રકારનાં છે. એક અંદરનું અને બીજું બહારનું. એકાંતમાં વાતચીત થાય છે. એકના અંતમાં જઈએ છીએ અને સ્વયં, સ્વયંનો અંત (સાર) મેળવીએ છીએ. એકલવાયું લાગે છે તેને એકાંત સારું લાગતું નથી. આપણે જેને પામવા ઈચ્છતા હતા તેની સમજ મળી ગઈ હવે શું કરવું છે ? આવી રીતે સંતુષ્ટ થઈ જવાથી વધારે મંથન ચાલતું નથી. એકાંતનો સમય મળે છે તે એકાંત છે પણ વાસ્તવમાં તે એકાંત છે ? સંન્યાસીઓ તો જંગલમાં જાય છે. આપણે એકાંતવાસી છીએ તે કેમ કહેવાય ? પણ વાસ્તવમાં જોઈએ તો અમૃતવેળાથી આપણી દિનચર્યાની શરૂઆત થાય છે ત્યારે એકાંત મેળવી શકીએ છીએ. દા.ત. સ્નાનાદિ વગેરે ક્રિયાઓ વખતે મળતો સમય અને એકાંત. આ વખતે એકાંતમાં રહો અર્થાત્ નિરંતર એક પરમપિતા શિવ પરમાત્માની યાદમાં રહો. પરમપિતા પરમાત્મા સુપ્રીમ છે. પરમાત્મા કહે છે કે હું જે છું, જેવો છું તેવો મને જાણનાર અષ્ટરત્ન જ છે. કહેવાય છે કે ખાંડની બનેલી પૂતળી સાગરમાં સમાઈ ગઈ. જેથી તેનું સ્વરૂપ પણ ન રહ્યું. આપણે પણ પરમાત્માની યાદમાં એવા તો ખોવાઈ જઈએ કે આપણા દેહભાનનું અસ્તિત્વ જ ન રહે. સાગર એવા પરમાત્મામાં સમાઈ જઈએ. પરમાત્મા સમાન બની રહીએ.

પરમાત્માની વાતો તો દરેકને પ્રિય લાગે છે. જે જીવનને ઊર્ધ્વગામી બનાવે છે. જ્ઞાન મસ્તિષ્કમાં ટપકતું રહે, વરસતું રહે, અને એનાં વાઈબ્રેશન ચાલતાં રહે. હમણાં મધુવનમાં

બાપદાદાની નયન મુલાકાત થઈ. તે પરમાત્માની દૃષ્ટિનો અંત સૌ પોતાની સમજ અનુસાર પામ્યાં. આપણે સમજીએ છીએ કે બુદ્ધિને સાકાર લોકમાં લાવ્યા વિના કામ કઈ રીતે થાય ? પરમાત્મા કહે છે બાળકો ! તમે દુન્યવી ચિંતા છોડીને તમારા લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ વચ્ચે રહી ગયેલું અંતર દૂર કરો. આ કામ મારા વગર થશે જ નહીં એવું દેહભાન ન રાખો. નિમિત્તપણાનો પણ ભાવ ન રહે. પરમાત્માએ જે જ્ઞાન આપ્યું છે તેને આધારે સ્વતંત્ર પક્ષી બનીએ. શંકર દ્વારા આસુરી સૃષ્ટિનો વિનાશ કરાવનાર પરમાત્મા કેવળ આપણા ગુણોનું વર્ણન કરીને જ આપણી ખામીઓ દોષો દૂર કરે છે. જો બુદ્ધિમાં કોઈનું પણ ચિંતન ચાલતું હશે તો બુદ્ધિ એકાંતપ્રિય નહીં બને. બુદ્ધિમાં જો ચિંતન ચાલે તો તે પોતાની ઉન્નતિ માટેનું, બ્રહ્માબાબાનું અને શિવબાબાનું જ ચાલે. વ્યર્થ વાતોમાં બુદ્ધિને દોરવાની કોઈ જરૂર નથી. એકાંતમાં જઈને પરમાત્મા પ્રત્યે પ્રેમના ગુણ ગાઓ. ‘અપને આપ સભી કુછ કરકે અપને આપ છિપાયા’ એવા પરમાત્માનું કાર્ય કેટલું વિરાટ અને દિવ્ય છે. આપણે ગુણોના અહોભાવમાં પણ ન આવીએ. કારણ કે જેમ ગ્લાનિ આપણી અવસ્થાને નીચે લાવે છે તેમ તે રીતે મહિમા પણ નીચે લાવે છે. જે રીતે ખીલાએ પ્રાણીને બાંધીએ છીએ તે રીતે મારી બુદ્ધિ પરમાત્મા સાથે બંધાયેલી છે. કોઈ મારા એકાંતમાં ખલેલ તો પહોંચાડતું નથી ને ? વાસ્તવમાં કોઈની તાકાત ન હોય કે મને ખલેલ પહોંચાડી શકે. એ વિશે મંથન ચાલે. બિન્દુ રૂપ પરમાત્માને સૌ આટલો બધો પ્રેમ કેમ કરે છે. તે જાણવા માટે પરમાત્મા પોતાનાં બાળકોને કેવી સૂક્ષ્મ વિધિથી ચલાવે છે તે જાણવું પડે. આ રીતે વિચાર કરવાથી એકાંત સુખ,

શાંતિ અને શક્તિનું પ્રદાન કરશે. સંગઠનના અનુભવમાં અને એકાંતના અનુભવમાં ફરક છે. સાચો અનુભવ એકાંતમાં થાય છે. યાદમાં વિઘ્નરૂપ બાબતો કઈ છે તેનો પણ ખ્યાલ રાખવો જરૂરી છે. આપણે આપણા પુરુષાર્થની આત્મસ્વાધા ન કરીએ. કાર્ય વ્યવહાર કરતી વખતે પરમાત્મા જે રીતે શરીરનો આધાર લઈને કાર્ય કરીને જતા રહે છે તે રીતે આપણે પણ અનુભવ કરીએ. સ્વયંને નિર્બંધન, સ્વતંત્ર, પવિત્ર આત્મા અનુભવીએ. આપણે એ પ્રતિજ્ઞા કરીએ કે મારે જે મેળવવાનું હતું તે મને મળી ગયું છે. હવે મારે એ પુરુષાર્થ કરવાનો છે કે પરમાત્માનું સાન્નિધ્ય સદા કાળે રહે. તે કોઈ છિનવી ન શકે. આપણે ખ્યાલ રાખીએ કે આપણી કોઈ એવી ચાલચલગત ન હોય જે પરમાત્માને પસંદ ન પડે. અનેક વાતો માટે પ્રતિજ્ઞારૂપી રાખી બાંધવી પડશે. પોતાની જાત સાથે નક્કી કરી લઈએ કે મારે વધારેમાં વધારે સમય એકાંતવાસમાં રહેવાનું છે. મનસામાં પણ કોઈ દેહધારીનું સ્વરૂપ યા સંકલ્પ ન આવે.

આ રીતે એકાંતનું સ્વરૂપ બનાવવાથી અંતર્મુખતાનું સ્વરૂપ સ્વાભાવિક રીતે બનશે. અંતર્મુખતા આત્મા અને પરમાત્માના અંતરને સમાપ્ત કરે છે. અંતર્મુખતા દ્વારા પરમાત્માના ગુણ શક્તિ વગેરેની અનુભૂતિ થાય. આપણે જ ૮૪ જન્મોના અનુભવી છીએ તો મસ્તિષ્કમાં કોનું મનન ચાલશે ? બર્હિમુખી બનીએ છીએ એટલે સંબંધ, સંપર્કવાળી વ્યક્તિઓનું મનન ચાલે છે. અંતર્મુખી સદા સુખી, પરમાત્મા સાથે જ સર્વસંબંધો સ્થાપિત કરેલા હોવા જોઈએ. એક પણ સંબંધ કોઈ પણ દેહધારી વ્યક્તિ સાથે હશે તો બર્હિમુખી બની જવાશે. આપણે હૃદયમાં પરમાત્માના ગુણ ગાઈએ. પરમાત્માએ આપણને જે જ્ઞાન ખજાનાઓ અને વરદાનો આપ્યાં છે. તેનું સ્મરણ કરીએ. તો

સુખની અનુભૂતિ થશે. આ રીતે બુદ્ધિ વધારે સમય અંતર્મુખી બની રહેશે. કોઈએ આપણું અપમાન કર્યું. આપણી સાથે ખરાબ વ્યવહાર કર્યો તો આપણે નારાજ બની જઈશું. પણ જો તે વખતે બુદ્ધિમાં પરમાત્માની યાદ હશે તો તેવું નહીં બને. જ્યારે આપણે દેહધારીઓની યાદમાં ખોવાઈ જઈએ છીએ ત્યારે પરમાત્માને તે ગમતું નથી. અંતર્મુખી થવા આપણે વિચારીએ કે મારા સર્વ સંબંધો પરમાત્મા સાથે છે ? હું શા માટે અન્ય આત્માઓ સમક્ષ મારા દુઃખોનું - વ્યથાઓનું વર્ણન કરું ? જો કોઈ આત્મા સ્વભાવ-સંસ્કારવશ આપણી સાથે દુર્વ્યવહાર કરે તો આપણે તેના પ્રત્યે શુભ સંકલ્પો કરવા જોઈએ. કોઈ પણ સમસ્યા હોય પણ તે પરમાત્મા સામે રાખી દઈએ. તેનું સમાધાન કરવા આપણને ઈશ્વરીય જ્ઞાન મળેલું જ છે. તે માટે એકાંતમાં બેસીને ઈશ્વરદત્ત જ્ઞાન ખજાનાઓને યાદ કરીને વ્યવહારમાં લાવવાના છે. અંતર્મુખતા એવી હોવી જોઈએ કે કોઈ આપણને એમાંથી ચલિત ન કરી શકે, સમસ્યા આવે તો તેને વિદાય કરીને આગળ ધપતા રહો. ડ્રામા આવી વાતો માટે થોભતો નથી તો આપણે શા માટે થોભવું જોઈએ. આપણે પ્રગતિ પથ ઉપર ડગ માંડતાં જ રહીએ. જેથી અંતમાં પસ્તાવું ન પડે, અત્યારે જ્યારે કર્મોના હિસાબ કિતાબ ચુકતે કરવાનો સમય છે ત્યારે આપણે નવા બનાવવા ન જોઈએ. કોઈ પણ આત્માને જોઈએ ત્યારે તેના આદિ અનાદિ સ્વરૂપને, દેવતાના સ્વરૂપને જ જોઈએ.

જેટલી જેટલી અંતર્મુખતા વધતી જશે તેટલી તેટલી એકાગ્રતાની શક્તિ પણ વધતી જશે. જ્ઞાનસાગર પરમાત્મામાં ડૂબી જવાથી એકાગ્રતા વધે છે. એકાગ્રતા લક્ષ્યને સિદ્ધ કરવા માટે આવશ્યક છે. આપણે રાજયોગનું શિક્ષણ મેળવી રહ્યા છીએ. આપણે જ્ઞાન મુરલીનું એકાગ્રતાથી

મનન કરવું જોઈએ. આપણે જે તે પદની પ્રાપ્તિ આપણા પુરુષાર્થના આધારે જ કરીશું. એકાગ્રતાથી કોઈ પણ વાત સાંભળીએ છીએ તો તે બુદ્ધિને સ્પર્શી જાય છે. અવ્યક્તવાણીમાં પરમાત્માનો ઈશારો છે કે આપણે જ્યારે ઈચ્છીએ, જેટલા સમય માટે ઈચ્છીએ, ગમે તે સ્થિતિમાં ઈચ્છીએ તેમાં સ્થિત થઈ શકીએ એટલી એકાગ્રતા ધારણ કરવી જોઈએ. પરમાત્માના એક એક મહાવાક્યને આધાર બનાવી એકાગ્રતાથી તેનું મનન કરીએ. આત્માનો પરિચય મળ્યો. તો આપણે આત્માના ભિન્ન ભિન્ન સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાની એકાગ્રતા ધારણ કરી આત્માના પરિચયની ગહનતામાં જઈ તેનો અનુભવ કરવો જોઈએ. કોઈ આત્માને દુઃખ પહોંચાડનારી વાત વારંવાર કહેવામાં આવે તો તે રડી પડશે. પણ સારી વાત કહેવામાં આવે તો પરિણામ સારું આવશે. એટલે આપણે હવે સમાવવાની શક્તિનો સ્ટોક સારા પ્રમાણમાં ધારણ કરવો પડશે. ગમે તેવી પરિસ્થિતિ હોય પણ આપણે તેને સમાવી લઈએ. પરમાત્માએ પણ આપણી ભૂલોને, વિકર્મોને, ગ્લાનિને પણ સમાવી દીધાંને ? હવે પરમાત્મા અશરીરીપણાનો ચમકતો પોશાક પહેરીને અમૃતવેળાએ મળવાનું કહે છે. પોતાનું સંતાન પોતાનું કહ્યું માને નહીં ત્યારે કેવું દુઃખ થાય છે. તો આપણે બીજાઓ માટે પણ આવી સમાવવાની શક્તિને ધારણ કરવાની છે. કોઈ પણ સંકલ્પોની સૃષ્ટિમાં ન જતાં સમેટવાની શક્તિનો પ્રયોગ કરવાનો છે. કોઈ પણ સમસ્યાઓ કે વિઘ્નો આવે તો તેને દૂર કરવા માટે સજ્જ થવાનું છે. હાલ ૯૦ % સ્વ સ્થિતિમાં રહીએ અને ૧૦ % ઈશ્વરીય સેવામાં ઉપસ્થિત રહીએ. જ્યારે આપણી સ્વસ્થિતિ ૯૦ % હશે તો સ્વાભાવિક રીતે તેનો ઈશ્વરીય સેવામાં પ્રભાવ પડશે. ત્યારે આપણે વિશેષતાઓ સાથે ઈશ્વરીય સેવામાં વ્યસ્ત રહી

શકીશું. આપણી આખરી મંત્રિલ બીજરૂપ બનવાના પુરુષાર્થની હોવી જોઈએ. જ્યારે આપણા કોઈ પણ ગુણ અને શક્તિમાં ટકાવારી હોય છે ત્યારે આપણે સ્વસ્થિતિથી નીચે આવી જઈએ છીએ. તો ગુણ અને શક્તિની ટકાવારી વધારવાનો પુરુષાર્થ કરીએ. અત્યારે આપણે ઊર્ધ્વગામી બનવાના પુરુષાર્થમાં છીએ ત્યારે એકાગ્રતાની ઘણી જ જરૂર છે. કારણ કે ઊંચાઈ પરથી પડતાં જીવનની ભયંકર ચોટ લાગે છે. માટે એકાંતવાસી બની અંતર્મુખી બનીએ. તે દ્વારા એકાગ્રતાને ધારણ કરીએ. આપણે નિશ્ચય કરીએ કે મારી અને પરમાત્માની વચ્ચે કોઈ આત્મા ન આવે. મારે જે કંઈ મેળવવું છે તે હું પરમાત્મા પાસેથી મેળવું. પરમાત્મા સાથેની લેણદેણ કેટલી સરળ છે તે અનુભવથી સમજી શકાય છે. આપણો બુદ્ધિયોગ પરમાત્માની સાથે હશે તો આપણને જીવનભર સહયોગ મળશે. પરમાત્મા આપણો સાથ નિભાવે છે. પણ પરમાત્માની સંપૂર્ણ ઓળખ માટે બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત થઈને અનુભવ કરવાનો છે. જેટલી એકાગ્રતા વધશે. તેટલી સફળતા મળશે. વિજય આપણો જન્મસિદ્ધ અધિકાર છે. આપણે પ્રતિજ્ઞા કરીએ કે પરમાત્મા આપણી પાસે જે અપેક્ષા રાખે છે તે સાકાર કરીને જ રહીએ. આ બધી ધારણાઓમાં મુખ્ય છે. એને પોતાનું વ્રત યા સંચમનો નિયમ બનાવીએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

મનસા સેવા બેહદની સેવા છે. જેટલા આપ મનસાથી, વાણીથી સ્વયં સેમ્પલ બનશો. તો સેમ્પલને જોઈને સ્વાભાવિક રીતે આકર્ષિત થશો. માત્ર દૃઢસંકલ્પ રાખો તો સહજ સેવા થતી રહેશે.



દીપાવલી : જ્ઞાન રોશનીનું મહા પર્વ

બી.કે. ગાયત્રીબેત, કોલાબા, મુંબઈ



દર વર્ષે આસો મહિનાની અમાસે દીપાવલીનું મહાપર્વ મનાવવામાં આવે છે. ભારતમાં આ પર્વથી નૂતન વર્ષનો શુભારંભ થાય છે. સર્વ પર્વોમાં દીવાળી મહાન પર્વ ગણાય છે. દીપાવલી પર ભારતભરમાં ઘેર ઘેર પ્રકાશના દીપક ઝગમગી ઉઠે છે. લોકો ફટાકડા ફોડી આનંદ મનાવે છે, ઘરની સફાઈ કરે છે, શરીરનો મેલ ઉતારે છે. અને ઘનની દેવી લક્ષ્મીની પૂજા કરે છે. વેપારીઓ વર્ષના હિસાબનું લેણદેણનું સરવૈયું કાઢી નવા ચોપડાનું શુભ મુહૂર્ત કરે છે. લોકો પરસ્પર એકબીજાને ઘેર જઈ હળેમળે છે તથા મીઠાઈથી મ્હોં મીઠું કરાવે છે. શ્રદ્ધાથી દેવ દર્શને જાય છે. આબાલવૃદ્ધ સૌ હર્ષ ઉલ્લાસથી પાંચ દિવસ ઘનતેરશ, કાળી ચૌદશ, દીવાળી, ખેસતું વર્ષ અને ભાઈબીજના તહેવારોની ઉજવણી કરે છે.

દીપાવલી પર્વનું સાચું આધ્યાત્મિક રહસ્ય શું છે તે જાણવું અત્યંત જરૂરી છે, જેથી તેની સાચી ઉજવણી કરી શકાય. દીવાળીના તહેવારનો પ્રારંભ ક્યારે કેવી રીતે થયો ? આ બાબતમાં કેટલીક પૌરાણિક કથાઓ પ્રચલિત છે. એક કથા મુજબ પ્રાચીન કાળમાં એક સમયે નરકાસુર નામના રાક્ષસે સમગ્ર સૃષ્ટિ પર પોતાનું આધિપત્ય જમાવી કાળો કેર વર્તાવ્યો હતો. ત્યારે ભગવાને નરકાસુરનો નાશ કરી સૃષ્ટિને તેના ભયમાંથી મુક્ત કરી અને દેવતાઓને બંધનમાંથી છોડાવ્યા હતા. તેથી દીવાળીના આગલા દિવસની રાત્રિને કાળી ચૌદશને ‘નરક ચતુર્દશી’ તરીકે મનાવવામાં આવે છે. જેને નાની દીવાળી પણ કહે છે. પછીનો અમાવસ્યાનો દિન ‘મોટી દીવાળી’ કહેવાય છે.

બીજી કથા મુજબ રાક્ષસોના રાજા

બલિરાજાએ પૃથ્વી પર પોતાનું વર્ચસ્વ જમાવી દીધું હતું. આસુરીપણું સર્વત્ર ફેલાવી દીધું હતું. ધર્મપરાયણતાને નષ્ટ કરી દીધી હતી, શ્રીલક્ષ્મી તથા અન્ય દેવોને જેલના બંદી બનાવ્યા હતા ત્યારે ભગવાને તેના પર વિજય મેળવી મનુષ્યો તથા દેવોને ચાતનાઓમાંથી છોડાવ્યા હતા. તેથી આ પ્રસંગને અનુલક્ષીને લોકો દીપાવલીની રાત્રિએ અંધકાર રૂપી આસુરીપણાના નાશ માટે પ્રકાશ ફેલાવવા દીપક પ્રગટાવે છે. અને લક્ષ્મીનું આહવાન કરે છે. શ્રીજી દંતકથા મુજબ શ્રીરામે રાવણનો વધ કરીને અયોધ્યામાં પ્રવેશ કર્યો ત્યારે લોકોએ વિજયના આનંદમાં દીપ પ્રગટાવીને આ દિવસની ઉજવણી કરેલી.

આ વૃત્તાંતોને રૂપક દ્વારા વર્ણવેલ છે. એક વ્યક્તિ દ્વારા બધા દેવતાઓ તથા સૃષ્ટિને બંદી બનાવવાનું કાર્ય અસંભવિત છે. આ પર્વનું આધ્યાત્મિક રહસ્ય સમજવા જેવું છે. જ્ઞાનચક્ષુથી જોતાં નરકાસુરએ માયા અર્થાત વિકારોનું પ્રતીક છે. રાવણ અર્થાત્ રડાવનાર. રાવણના દશાનનના દશ શીશ એ પાંચ વિકાર પુરુષના અને પાંચ વિકાર સ્ત્રીના દર્શાવેલ છે. કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, અહંકાર એ પાંચ મુખ્ય વિકારોને ગીતામાં નર્કના દ્વાર કહ્યા છે. હાલ સૃષ્ટિ વિકારગ્રસ્ત નર્ક બની ગયેલ છે. આ વિકારો જીતવામાં બળવાન હોવાથી બલિની ઉપમા આપી છે. સૃષ્ટિ ચક્રમાં કલિયુગના અંતના સમયમાં હરેક નર-નારીના મન ઉપર વિકારો રૂપી નરકાસુરનું રાજ્ય ચાલે છે. પરિણામે લોકો પ્રાહિમામ પોકારે છે. આવા ધર્મગ્લાનિના સમયે પરમ જ્યોતિ પરમાત્મા જ્યોતિર્લિંગમ્ શિવ

(અનુસંધાન પેજ નં. ૦૭ પર)

યુવા વિભાગ યુવા શોઝ શિવ !

બ્ર.કુ. વિવેકાનંદ, મહાદેવનગર, અમદાવાદ

ઓમશાંતિ !

વહાલા યુવા ભાઈ-બહેનો, ગતાંકમાં સત્યતાના મહીન ભાવને જાણવા હાથમાં કલમ લીધી હતી. અત્રે એ જ વિષયના બીજા પાસાઓને ચકાસતા આગળ વધારીએ.

સેવામાં સચ્ચાઈ - મનસા, વાચા અને કર્મણા સેવાના વિશેષ ત્રણ પ્રકાર પ્રસિદ્ધ છે. બ્રાહ્મણોને વાચા સેવા સૌથી પ્રિય વિષય છે. વાચા એટલે કે બોલવું, શબ્દ, વચન. ભક્તિમાર્ગમાં ગાયન છે - સત્વચન મહારાજ. એ આપણા જ વચનની યાદગાર છે. બ્રાહ્મણના વચનમાં રહેલી તાકાતની યાદગાર છે. માટે યજ્ઞમાં એક સ્લોગન પ્રસિદ્ધ છે - કમ બોલો, ધીરે બોલો, મીઠા બોલો. ઘણીવાર આપણે જ્યારે મોટા અવાજે બોલીએ છીએ તો ઘણા ખરાને એવું લાગે છે કે અહીં ઝગડો થઈ રહ્યો હોય અને જ્યારે આ બાબત માટે કોઈનું ધ્યાન ખેંચીએ તો તરત જ જવાબ મળે છે કે મારો અવાજ જ મોટો છે, હું ઈચ્છતો નથી પણ મારો અવાજ મોટો છે શું કરું ? પરંતુ પરમાત્મા કહે છે કે મોટા અવાજે બોલવું એ પણ ડિસ-સર્વિસ છે. કારણ આપણા કારણે કોઈ ડિસ્ટર્બ થતા હોય છે. બીજું વાચા સેવા માટે મનનો ભય હોવો એ પણ સચ્ચાઈ નથી. હું બાબાનો પરિચય આપીશ તો ખબર નહીં તેઓ શું વિચારશે ? તેઓ ધમાલ તો નહીં કરે ને ? તેઓ સાંભળશે નહીં તો હંગામો કરી દેશે, તેઓ બગડશે તો ? હલચલમાં આવી જશે તો ? તેઓ તો વીઆઈપી છે, તેઓ તો શાસ્ત્રના જાણકાર છે, તેઓ તો દલીલ કરશે વગેરે વિચાર કરી સેવામાં જવું એ અસત્યતા છે. વાસ્તવમાં શિવપિતાને બાળકો માટે ગર્વ છે કે આપણે સત્ય બાબના

સત્યતાધારી બાળકો છીએ. સત્યતાના ઓથોરીટી છીએ. પરમાત્માએ આપેલું જ્ઞાન સત્ય છે, પરમાત્મા સત્ય છે, પરમાત્માએ શીખવેલો રાજયોગ સત્ય છે. એ વાતને પ્રત્યક્ષ કરવા માટે સત્યતા, સમ્યતા અને નિર્ભયતા જોઈશે જ. એ છે સત્યતા. વાચા સેવામાં બીજું વિઘ્ન છે કે કોઈને શાપ આપવો. ઘણીવાર આપણા મુખેથી શબ્દો સરી પડતા હોય છે કે આ આત્મા તો જ્ઞાન મેળવી જ ન શકે. આ આત્મા તો સંશયી છે. આ તો એવો જ છે. એના ભાગ્યમાં જ્ઞાન છે જ નહીં. એ તો એકદમ વિકારી છે, એ તો મહાપાપી છે, એવા આત્માઓને શું જ્ઞાન આપવું ? એ તો પરમાત્માને ઓળખી જ ન શકે. એ તો ફુલાણી જગ્યાએ જાય છે તેઓ તો એકદમ ચુસ્ત હોય છે તેઓને જ્ઞાનમાં લાવવા એટલે લોટાના ચણા ચાવવા સમાન છે. વગેરે-વગેરે શબ્દો આપણા કાનમાં અથડાતા હોય છે. ભગવાન એવા શબ્દોને શાપ કહે છે, જે સેવામાં વિઘ્નો પેદા કરે છે. આપણે તો રહેમદિલ બાબના માસ્ટર રહેમદિલ આત્માઓ છીએ. આપણા શબ્દોમાં તાકાત છે. આપણા શબ્દોમાં જાદુ સમાયેલો છે. આપણે પણ આપણા વરિષ્ઠ ભાઈ-બહેનોના શબ્દોથી જ પ્રોત્સાહિત થયા છીએ. પ્રેરિત થયા છીએ. આગળ વધવા તાકાત મેળવી છે. ઉમંગ-ઉત્સાહમાં આવ્યા છીએ. **આપણાં શબ્દો પણ કોઈને પ્રેરિત કરવાવાળા હોય, પ્રોત્સાહિત કરવાવાળા, શુભભાવના - શુભકામના જનીત હોય, ઉમંગ - ઉત્સાહ પેદા કરવાવાળા હોય, હિંમત આપવાવાળા હોય, નાઉમ્મિદવારમાં ઉમ્મિદ જગાડવાવાળા હોય. એ છે સત્યતા.**

કર્મણા સેવામાં સચ્ચાઈ : સ્ત્રી અને પુરુષ

એવા સંસારના બે સ્તંભો છે. ડ્રામા અનુસાર બંનેની વિશેષતા મુજબ તેઓને પાર્ટ મળ્યો છે. એ જ રીતે યજ્ઞમાં પણ શિવશક્તિ અને પાંડવ એવા બે સ્તંભો છે. ડ્રામામાં પણ વિશેષતા મુજબ બંનેને પાર્ટ મળ્યો છે. જો આ પાર્ટને સારી રીતે સમજી લઈશું તો કર્મણા સેવામાં ચાર ચાંદ લાગી જશે. સોનામાં સુગંધ ભળે એવું શ્રેષ્ઠ કાર્ય અને પરિણામો જોવા મળશે. વિશેષતાને કાર્યમાં લગાડવી એ કર્મણા સેવામાં સચ્ચાર્યનો મતલબ છે. ડ્રામા અનુસાર શિવશક્તિ પાસે સ્નેહ અને શક્તિ તેમજ પાંડવને પ્લાનિંગ બુદ્ધિ અને કર્મઠતા એવી મૂળભૂત બે વિશેષતા પ્રાપ્ત છે. જો શિવશક્તિ પાંડવની અને પાંડવ શિવશક્તિની વિશેષતાને સન્માન આપે અને આદર કરે તો ચમત્કારિક પરિણામો આવી શકે છે. વળી બાબાની સેવા કરવાની રીતભાત તો વ્યારી અને પ્યારી છે. તે તો અશક્યને શક્ય બનાવવાવાળો જાદુગર, દિલવાળા સાથે સોદો કરવાવાળો સૌદાગર, અને તેણે નક્કી કરેલા સમયે પરિણામ લાવવાવાળો શ્રેષ્ઠ સમય પ્રબંધક છે. તે સૌને સમાન તક આપે ખરા પરંતુ કોઈની વાત જોતો નથી અને જોવાનો પણ નથી. ડ્રામાની આ વિશેષતા જાણી લઈએ તો કર્મણા સેવામાં સત્યતા આવી જશે. દરેક સેવામાં દિમાગની જગ્યાએ દિલ કામ કરતાં થઈ જશે. દરેક સેવાના પરિણામના અંતે અનેકોનું કલ્યાણ જોવા મળશે. બેહદની પ્રાપ્તિનો અનુભવ થવા લાગશે. અનેક ઈચ્છાઓ અચ્છાર્યમાં લુપ્ત થઈ જશે. **મારી વિશેષતા, મારી બુદ્ધિ, મારો પ્લાન, મારું**

નામ, મારી શાન, મારું ક્ષેત્ર, મને ચાન્સ, જેવી અનેક અસ્વચ્છતા ભુંસાઈ પરમાત્માની સેવા, પરમાત્માનું નામ, યજ્ઞની સાખ, ઈશ્વરીય પ્લાન, અનેક આત્માનું ભાગ્ય જેવી સત્યતા કર્મણા સેવામાં છલકાશે.

મનસા સેવામાં સચ્ચાર્ય : મનસા સેવામાં સચ્ચાર્યનો ભાવ છે દરેક મનુષ્યાત્મા માટે શુભભાવના - શુભકામના. સર્વ માટે કલ્યાણની ભાવના. **મનસા સેવામાં મનની શુદ્ધતા, સચ્ચાર્ય, સરળતા, બેહદની વૈરાગ્ય વૃત્તિ, નિઃસ્વાર્થ સેવાની ભાવના, ન્યારાપણું, સાક્ષીભાવ વગેરે મનની અવસ્થા જ મનસા સેવાની નીંવ છે અને એજ સત્યતા છે.** પરંતુ મનમાં કોઈ વિશેષ વ્યક્તિ માટે લગાવ, ઝુકાવ કે મોહને વશ થઈ કે અલ્પકાળની પ્રાપ્તિના લોભને વશ થઈ કરાચેલી મનસા સેવા એ અસ્વચ્છતા કે અસત્યતા છે. આ સેવા, સેવા નહીં પણ બંધનમાં ફસાવવા નિમિત્ત બને છે. પરિણામે અલ્પકાળના સુખ પછી માત્ર નેમાત્ર આપણને દુઃખ આપે છે. અનેક પ્રાપ્તિઓથી વંચિત રાખે છે.

વહાલા યુવા ભાઈ-બહેનો સેવાનું ક્ષેત્ર દુઆઓનું ક્ષેત્ર છે. સેવાના આધારે પદ નિશ્ચિત થવાનું છે. સેવાના ક્ષેત્રમાં જેટલી સત્યતાથી આપણે આગળ વધીશું તેટલી જ આપણી ઉન્નતિ છે. અને એ સચ્ચાર્ય જ યુવા શોઝ શિવના ટાઈટલને પ્રત્યક્ષ કરશે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

પરમાત્મા પ્રેમમાં એવા સમાચેલા રહો તો કદી હદનો પ્રભાવ પોતાની તરફ આકર્ષિત ના કરે. સદા બેહદની પ્રાપ્તિઓમાં મગ્ન રહો જેથી રુદાનિયતની ખુશ્બુ વાતાવરણમાં ફેલાઈ જાય.

મનસા સેવા કરવા માટે સદા એકાગ્રતાનો અભ્યાસ જોઈએ. એના માટે વ્યર્થ સમાપ્ત થાય. સર્વ શક્તિઓનો અનુભવ જીવનનો ભાગ બની જાય. જેમ બાપ સંપૂર્ણ છે તે રીતે બાળકો પણ બાપ સમાન હોય. કોઈ ખામી ના રહે.

શિક્ષણની ક્ષિતિજે

જ્ઞાન - Knowledge

બ્ર.કુ. નીતા, પાટણ

જ્ઞાન એ શક્તિ છે. તો જ્ઞાન ધન પણ છે. જ્ઞાનને દવા પણ કહેવામાં આવે છે. જ્ઞાન એ પ્રકાશ પણ છે. તો જ્ઞાનને રતન કહેવામાં આવે છે. જ્ઞાન તલવાર પણ છે. તો ઢાલ પણ છે. જ્ઞાન કલમ પણ અને ક્યારેક રખર પણ બની જાય છે. જ્ઞાન ખજાનો છે. જ્ઞાન છત્રછાયા બની જાય છે. તો જ્ઞાન સંજીવની ખૂટી છે.

જ્ઞાન રતન - Knowledge is Jewve

જ્ઞાનને રતન શા માટે કહેવામાં આવે છે ? રત્નોની કીંમત ઘણી ઉંચી હોય છે. એક એક રતન કેટલાં કીંમતી હોય છે. કોઈ હીરાની કીંમત ૧૦૦, ૧૦૦૦, ૧૦૦૦૦ તો કોઈ લાખો અને કોઈ હીરો કરોડનો પણ હોય છે. એવી રીતે જ્ઞાન પણ રતન છે. તેનું મૂલ્ય ઘણું ઉંચું છે. આપણા જીવનમાં કોઈ એવા સમયે આપણને મળી જાય જેથી સારી દિશા મળે. નિરાશ હતાશ જીવનને ઉમંગ ઉત્સાહ આપે છે. જ્ઞાનનું એક રતન જીવનમાં ધારણ કરવામાં આવે તો જીવન મૂલ્યવાન બની જાય છે. દા.ત. ખોટું બોલવું નહિં, ચોરી કરવી નહિં, હિંસા ન કરો. આવાં અનેક જ્ઞાન રત્નો જીવનમાં જાદુઈ ચિરાગની જેમ કામ કરે છે. જીવન રૂપી હીરાને ચમકાવવામાં ખૂબ મદદ કરે છે. વાલિયા લૂંટારાને નારદ મુનિ પાસેથી મળેલું એક વાક્ય વાલિયામાંથી વાલ્મીકી બનાવી ગયું. બુદ્ધને અંગૂલીમાલ નામના ડાકુનું જીવન પરિવર્તન કરાવવામાં સફળતા મળી. આવાં તો અનેક જીવનને મહાન બનાવવાનું કામ જ્ઞાન રત્ને કર્યું છે. જ્ઞાનના એક એક રતનનું મૂલ્ય ઘણું છે.

જ્ઞાન ધન - Knowledge is Money

જ્ઞાન ધન છે. ધન ખર્ચ કરવાથી ખૂટી પડે છે. પરંતુ જ્ઞાન વાપરવાથી વધે છે. અને દાન કરવાથી તો બમ્બર વધારો થાય છે. ધનની તિબેરી ખાલી થઈ શકે છે પરંતુ જ્ઞાન રૂપી ધન દાન કરવાથી વધતું જાય છે. ખાલી નથી થતું. જ્ઞાન રૂપી ધન જીવનને ખજાનાથી ભરપૂર કરે છે. જ્ઞાન ધનના એક એક વાક્યો મૂલ્યવાન છે.

જ્ઞાન દવા - Knowledge is Medicine

જ્ઞાન એ દવા છે. જીવનમાં આવતી દુઃખ રૂપી બીમારીના સમયે કામ આવે છે. મન અશાંત હોય કે પછી ક્રોધ હોય એવા સમયે જ્ઞાન જ દવાનું કામ કરે છે. અને દુઃખના ઘા રુઝવવાનું કામ કરે છે.

જ્ઞાન પ્રકાશ - Knowledge is Light

જ્ઞાન એ પ્રકાશ છે. આપણે રોજ મંદિરે જઈને ગાતા આવ્યા કે 'ઉંડા અંધારેથી પ્રભુ પરમ તેજે તું લઈ જા.' અજ્ઞાનતાના અંધકારને દૂર કરવાનું કામ જ્ઞાનના પ્રકાશ સિવાય બીજું કોણ કરી શકે ? જ્ઞાનથી જ આપણને સ્વયંના પિતા પરમાત્માનો પરિચય મળે છે. ઘરનો રસ્તો પણ જાણવા મળે છે.

જ્ઞાન શક્તિ - Knowledge is Might

જ્ઞાન એ શક્તિ એટલા માટે છે કે ઘણીવાર મંજિલ વિશે જાણ્યા પછી ત્યાં પહોંચવાની શક્તિ નથી હોતી. જ્ઞાન એ પાવર છે. શ્રેષ્ઠ વિચાર આપણા નિરાશ જીવનને ઉમંગ ઉત્સાહ આપે છે. ઘણાં એવાં કામો કરવાની શક્તિ આપણી પાસે નથી હોતી પરંતુ જ્ઞાનનાં બે વાક્યો આપણને ફરીથી બેઠા કરી દે છે.

જ્ઞાન તલવાર - Knowledge is Sword

જ્ઞાન તલવાર બનીને આપણા ખરાબ વિચારોને કાપી નાંખે છે. ખરાબ વિચાર આપણને કંઈપણ નુકસાન કર્યા વિના રહેતા નથી. વ્યર્થ અને નકારાત્મક વિચારોના ચક્રને કાપી નાંખે છે. આમ જ્ઞાન તલવાર બનીને આપણા જ આસુરી સંસ્કારોને મારવાનું કામ કરે છે.

જ્ઞાન ઢાલ - Knowledge is Shield

જ્ઞાન ઢાલ બનીને આપણું રક્ષણ કરે છે. ગમે તેવી કપરી, કઠિન મુશ્કેલીઓના સમયે જ્ઞાનનું એક વાક્ય પણ આપણી સામે ઢાલ બનીને આવી જાય તો આપણે સુરક્ષાનો અનુભવ કરીએ છીએ. જેમ દુઃખમય પરિસ્થિતિના સમયે એવું વિચારો કે ‘આ દિવસો પણ ચાલ્યા જશે.’ આ જ્ઞાનનું એક વાક્ય જોરદાર અસર કરે છે. ગીતામાં વર્ણિત ‘જે થયું સારું થયું. જે થઈ રહ્યું છે તે પણ સારું છે. અને જે થવાનું છે તે પણ સારું જ થવાનું છે.’ આમ જ્ઞાન ઢાલ બનીને જીવનમાં આવતી પરિસ્થિતિ રૂપી યુદ્ધના સમયે બચાવવાનું કામ કરે છે.

જ્ઞાન છત્રછાયા - Knowledge is Aegis

જ્ઞાન એ દુઃખના વાદળો ફાટે ત્યારે છત્રછાયા બનીને આપણું રક્ષણ કરે છે. કોઈ

ગુસ્સામાં અપશબ્દોનો વરસાદ વરસતો હોય કે પછી અપમાનોની ઝડી વરસતી હોય જ્ઞાન છત્રછાયા બનીને દરેક પરિસ્થિતિમાં સેફ રાખે છે.

જ્ઞાન રબર - Knowledge is Erasier

જ્ઞાન રબર બનીને જીવનમાં થયેલી ભૂલોને ભૂસી શકે છે. ઘણીવાર આપણે થયેલી ભૂલોને વારંવાર વાગોળીને દુઃખની છાપ ને ઘૂંટતા રહીએ છીએ. એવા સમયે જ્ઞાનનાં મહાવાક્યો આપણા જીવન પર લાગેલા ખરાબ દાગને સાફ કરવાનું કામ કરે છે.

જ્ઞાન કલમ - Knowledge is Pen

જ્ઞાન એ કલમ બનીને શ્રેષ્ઠ ભાગ્ય લખવાનું કામ કરે છે. ભગવાન ભાગ્ય લખવાની કલમ આપણા જ હાથમાં આપે છે. આપણે જ આપણું ભાગ્ય કેવું લખવું તે આપણા ઉપર છે.

જ્ઞાન સંજીવની બૂટી - જ્ઞાનનું એક એક

વાક્ય આપણા જીવનમાં આવેલી બેહોશીમાં સૂરજીત કરવાનું કામ કરે છે. નિઃશ્વાસ થયેલા જીવનમાં ચેતના જગાવવાનું કામ કરે છે. જ્ઞાનનાં એક એક રત્નો નિરાશ, હતાશ જીવનમાં ખુશી, ઉમંગ, ઉત્સાહ લાવવાનું કામ કરે છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પ્રહ્લાદકુમારીજાનાં શિક્ષા પ્રભાગ દ્વારા અન્નામલાઈ યુનિવર્સિટી દ્વારા ચાલતાં મૂલ્ય શિક્ષા અને આધ્યાત્મનાં વિવિધ અભ્યાસક્રમોની માહિતી:

૧. Bsc અભ્યાસક્રમ : ધોરણ ૧૨ પછી, સમય-૩ વર્ષ
૨. ડિપ્લોમા અભ્યાસક્રમ : ધોરણ ૧૨ પછી, સમય-૧ વર્ષ
૩. P G ડિપ્લોમા મૂલ્ય શિક્ષા અને આધ્યાત્મ અભ્યાસક્રમ : ગ્રેજ્યુએટ પછી, સમય-૧ વર્ષ
૪. P G ડિપ્લોમા વેલ્યુઝ ઈન હેલ્થકેર અભ્યાસક્રમ : ગ્રેજ્યુએટ પછી, સમય-૧ વર્ષ
૫. P G ડિપ્લોમા કારિન્સીલીંગ અને હીલ્થોથેરાપી અભ્યાસક્રમ : ગ્રેજ્યુએટ પછી, સમય-૧ વર્ષ
૬. Msc ઈન મૂલ્ય શિક્ષા અને આધ્યાત્મ અભ્યાસક્રમ : ગ્રેજ્યુએટ પછી, સમય-૨ વર્ષ
૭. MBA ઈન સેલ્ફ મેનેજમેન્ટ અભ્યાસક્રમ : ગ્રેજ્યુએટ પછી, સમય-૨ વર્ષ

પ્રવેશ મેળવવાની છેલ્લી તારીખ
૩૦ નવેમ્બર, ૨૦૧૫

વધુ માહિતી માટે સંપર્ક સૂત્ર

Cell : 09426708448 / 09426708447 Email : sukhshanti.bk@gmail.com

પ્રોત્સાહન

બ્ર.કુ. જયુભાઈ રહેવર, મહાદેવનગર, અમદાવાદ

એકવાર બ્રહ્માકુમારીઝની યુથ વિંગના નેશનલ કોઓર્ડિનેટર આદરણીય રાજયોગિની બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેનને એક કાર્યક્રમમાં મીડિયાની એક વ્યક્તિએ પ્રશ્ન કર્યો કે આજના યુવાઓને જીવનમાં બળ મળે એવી વાત માત્ર એક શબ્દમાં કહેવી હોય તો આપ શું કહશો ? ત્યારે એમણે તુરંત પ્રત્યુત્તર આપતા કહ્યું appreciation ! અને આ ખૂબ જ સાચી વાત છે.

થોડા સમય પહેલા મારે નેરોબી, કેન્યા (આફ્રિકા) એક ઇન્ટરનેશનલ બી.કે. ગુજરાતી રીટ્રીટમાં જવાનું થયું. જેનો વિષય હતો appreciating my life. આ વિષયના પરિપ્રેક્ષમાં જીવનમાં appreciation ના મહત્ત્વને સમજવાનો અવસર મળ્યો. આ સાથે વ્યક્તિને જીવનમાં સમય પ્રતિ સમય આવીજ રીતે ક્યારેક motivation તો ક્યારેક encourage-ment ક્યારેક તો inspiration મળે તો આત્માના પુરુષાર્થમાં બળ મળે. પરંતુ આવું બળ કેવી રીતે પૂરું પાડી શકાય ? કોણ આવું બળ આપી શકે ? અને એની વિધિ શું હોઈ શકે એવા ઘણા સવાલોએ આ વાતને મંથન કરવા પ્રેરણા આપી.

આપણા મહાદેવનગર સેવાકેન્દ્ર પર બાબાના જ્ઞાનને સમજવા સાપ્તાહિક કોર્સ માટે એક નિશ્ચિત સ્થાન ફાળવેલ છે. તેની સાથે-સાથે એક સ્થાન કાઉન્સેલિંગ માટે પણ અલગ છે. જ્યાં જીવનમાં હતાશ, નિરાશ, ઉદાસ અને ચિંતિત વ્યક્તિઓ આવે છે અને આશાના કિરણ સાથે નવી જાગૃતિ લઈ પ્રસન્ન અને ખુશ થઈને જાય છે. તેમના ચહેરાની રેખાઓ બદલાયેલી જોવા મળે છે અને આમાં ઉપરની ચાર પ્રક્રિયાઓ જ મદદ રૂપ નિવડે છે. જ્યાં વ્યક્તિના જીવનમાં નવો પ્રકાશ

મળે છે, મને લાગે છે આ સાચા અર્થમાં રુહાની સેવા છે. કમજોર, નિર્બળ આત્માને કરાવે તો કેટલી દુઆઓ મળે અને આપણા પુણ્યનું ખાતું જમા થાય. આત્માને સાચું સુખ આપ્યાનો આપણને સંતોષ થાય એ વધારાનો. હવે આ પ્રકારની સેવા કરવાનો સમય પાકી ગયો છે. ચારે બાજુ અશાંત દુઃખી આત્માઓની સંખ્યા દિન પ્રતિદિન વધતી જ જઈ રહી છે. નવી - નવી બીમારી, રોગો, સમસ્યાઓએ અને પરિસ્થિતિઓએ તેઓના જીવનને પ્રસ્ત બનાવી દીધું છે. તેમની આંખો આસરો શોધી રહી છે. તેમના મનમાં ઘણી મુંઝવણો છે. એક કેદીની જેમ આ બંધનમાંથી મુક્ત થવા કાગડોળે કોઈની રાહ જોઈને ઉભી છે. જેમના ચહેરાનું હાસ્ય સુકાઈ ગયું છે. ચિંતિત અને વ્યથિત છે.

માટે આપણે appreciate કરવાની, motivation કરવાની, encourage કરવાની અને આત્માઓને inspire કરવાની કળા શીખવી પડશે. વગર પ્રેરણાએ આપના જીવનમાં કોઈ સારી વાત આવી હોય તો એક દૃષ્ટાંત બતાવો ! ક્યાંક ને ક્યાંક, કોઈએ ને કોઈએ તમને પ્રેરણા જરૂર આપી છે. બ્રહ્માબાબા અને આદરણીય દાદીઓના જીવનથી આપણે આ શીખી શકીએ. બાબાએ પણ મુરલીઓ દ્વારા આ જ શિક્ષણ આપ્યું છે. આપણે આપણી બધી જ શક્તિઓને કામે લગાડવી પડશે. આપણા જીવન અને કર્મથી આપણે આ કાર્ય કરી શકીએ. રીટ્રીટ દરમિયાન આદરણીય વેદાંતીબેનની પાલના અને તેમના કાર્યે સર્વને ખૂબ જ inspire કર્યાં. સંભાળ લઈને, ઉપયોગી બનીને, મદદ કરીને, સહયોગ આપીને, સર્વને સુખ આપ્યું. સમર્પણ ભાવને વાચા દ્વારા

સમજાવું ન પડ્યું. પ્રત્યક્ષને પ્રમાણની જરૂર ન હતી. શું આપણા વાણી કે વર્તનમાં કંઈક એવું છે કે જે બીજાના જીવનમાં પ્રકાશ પાથરી શકે ? અન્યના જીવનને કુલની જેમ મહેંકાવી શકે ? આશાનો દીપક જગાવી શકે ?

અન્યને પ્રોત્સાહિત કરતાં પહેલા આપણે આપણી જાતને કેવી રીતે પ્રોત્સાહિત કરવી એ શીખવું પડશે. અન્યની કદર કરતા પહેલાં શું આપણને આપણી કદર છે ? આપણે ખુદને પારખી શકીએ છીએ ? સ્વયંને ઉત્તેજન અથવા પ્રોત્સાહન આપીએ શકીએ છીએ. સ્વયં પર ગૌરવ અનુભવી શકીએ એવું આપણી પાસે શું છે ? કોઈ પ્રેરણા લઈ શકે એવું તમારી પાસે શું છે ? આ સ્વના ચેંકિંગનો વિષય છે. મુરલી દ્વારા બાબા રોજ સ્વમાન અને વરદાનોથી આપણને આ બધી જ બાબતો વિષે ઘણું શીખવે છે. બાબા ઇચ્છે છે કે તમે જ મારા લાડલા બાળકો છો જે આ કાર્ય કરી શકો છો. અનેક આત્માઓના અને વિશ્વના પરિવર્તન માટે નિમિત્ત છો. જરૂર છે દિલના સાચા સ્નેહની અને પ્રેમની. તમારા શ્રેષ્ઠ સંકલ્પ, મધુર બોલ, હર્ષિત ચહેરો અને શ્રેષ્ઠ કર્મ વિશ્વને સ્વર્ગ બનાવશે. જ્યાં કોઈ દુઃખી નહીં હોય, અશાંત નહીં હોય. નિરાશ નહીં હોય, હતાશ નહીં હોય. તો ચાલો આજથી જ દૃઢ સંકલ્પ કરીએ અન્યના જીવનને પુલકિત કરવાનો. બાબા કહે છે કે માસ્ટર દુઃખહર્તા બની દુઃખને પણ સુખમાં પરિવર્તન કરવું એ તમારું શ્રેષ્ઠ રુહાની કર્તવ્ય છે. આત્માના નાનામાં નાના કાર્યને બિરદાવીએ મહિમાના બે બોલથી તો આત્મા ઉમંગ-ઉત્સાહમાં આવી જાય. સમય પર મદદ કરી, સહયોગ આપી તેમાં શક્તિઓનો સંચાર કરી શકીએ. સમસ્યા કે પરિસ્થિતિમાં તેને થોડો સાથ આપીએ ખભા પર હાથ મૂકી હતાશ કે નિરાશ વ્યક્તિને સાંત્વના આપીએ, ક્યારેક માફ કરી કે ક્ષમા આપીને તેના મનના બોજને હળવો

કરીએ. આમ કરવાથી સામેના વ્યક્તિને દિલાસો મળશે. તેના દિલમાં લાગણીના ભાવ જાગૃત થશે. ક્યાંક પોતાની ભૂલ હશે તો તેને સમજાશે. સાચા દિલનું પ્રાયશ્ચિત થશે. એનાથી પણ વિશેષ લાભ તો આપણને થશે. જીવનમાં સારું કાર્ય કરવાનો આત્મસંતોષ મળશે. આ રીતે કર્મ દ્વારા અનેક આત્માઓ માટે પ્રેરણા રૂપ બની જઈશું.

સમય પ્રસિદ્ધ થવાનો નહીં પ્રોત્સાહન આપવાનો છે. સ્વ-પ્રશંસાનો નહીં કોઈની કદર કરવાનો છે. બાવડાના જોરે નહીં દુઆઓના બળે શક્તિશાળી બનવાનો છે. ઉત્તેજીત થવાનો નહીં અન્યને ઉત્તેજન આપવાનો છે. જીવનમાં આવી તકો ઝડપતાં શીખવું જોઈએ. પ્રેરક બની સાચો રાહ ચીંધી અન્યના જીવનને મહેંકવું કરીએ. આપણી પાસે જે છે તેને વેચવાને બદલે વહેંચીએ. ત્યારે તેનું અનેક ગણું મૂલ્ય આપણને પ્રાપ્ત થશે. જીવન ધન્ય બનશે. અતીન્દ્રિય સુખની અનુભૂતિ થશે. માટે સહનશીલ બનીએ. સ્નેહશીલ બનીએ અને સંવેદનશીલ બનીએ. સંગઠનમાં સ્નેહ, સહયોગ, સહાનુભૂતિ આપવાની સેવા કરો. કરાવનહાર બાબા હકથી આપણા દ્વારા સેવા કરાવે છે.

સર્વ આત્માઓમાં શ્રેષ્ઠ સંકલ્પો દ્વારા બળ ભરવાની સેવા કરો જેનાથી વૃત્તિમાં શક્તિ આવે છે. ત્યારે આ સેવાથી લાભાન્વિત આત્માના મુખે આ શબ્દો આવ્યા વગર રહેતા નથી...

કિસીને અપના બનાકે

મુઝકો મુસ્કરાના શીખા દિયા,

અંધેરે ઘરમેં કિસીને હસકે

ચિરાગ જેસે જલા દિયા.

॥ ઓમશાંતિ ॥

રાજયોગ

બ્ર.કુ. બ્રિજમોહન પંડિત, ઉત્તરસંડા, તડીયાદ

ભારત દેશ યોગીઓની, તપસ્વીઓની ભૂમિ છે. ભારત દેશ અને વિશ્વમાં પ્રાચીન યોગ માટે પ્રખ્યાત છે. યોગનો વિષય ખૂબ જ ગહન છે. ભારતમાં મુખ્યત્વે ભક્તિયોગ, જ્ઞાનયોગ, હઠયોગ, કર્મયોગ, રાજયોગ એવા યોગના અનેક પ્રકાર છે.

યોગ શબ્દ સમગ્ર વિશ્વમાં વ્યાપક બન્યો છે. સમગ્ર વિશ્વના લોકોને ખરેખર યોગની મહતા સમજાવા લાગી છે. 'યોગ' શબ્દ સાથે અનેક નામ અને અર્થ સંકળાયેલા છે. યોગ શબ્દ યુજ ધાતુ પરથી આવેલો છે. યોગ એટલે યાદ કરવું. યોગ એટલે આત્મા પરમાત્માનું મિલન. યોગ એટલે યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા અને સમાધિ વગેરે.

પાતાંજલ યોગસૂત્ર મુજબ યોગ એટલે ચિત્તવૃત્તિનો નિરોધ. યોગ એટલે ઈશ્વર સાથેની એકતા. ગીતામાં કહ્યું છે કે 'યોગઃ કર્મસુ કૌશલમ' અર્થાત્ દરેક કર્મ નિર્લેપભાવે અને ઈશ્વરાર્પણ બુદ્ધિથી કરવું. યોગ એટલે જોડાણ અથવા મિલન. યોગ એટલે સંધાન.

અત્યારનો સમય ખૂબ જ નાજુક છે. માણસનું દિલ આવેગમય, આવેશમય, તનાવયુક્ત બન્યું છે. ભૌતિક સુખ સુવિધાઓની પાછળ આંધળી દોડ લગાવી દરેક એકબીજાને પછાડવા તત્પર બન્યો છે. માનવ માણસાઈ ગુમાવી રહ્યો છે. એટલે જ તો સુંદરમે કહ્યું છે કે 'હું માનવી માનવ થાઉં તો ઘણું' આવા માનસિક અશાંતિના સમયમાં શાંતિ મેળવવા, આનંદ મેળવવા, નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ મેળવવા રાજયોગનો અભ્યાસ જરૂરી છે.

રાજયોગ એટલે જે યોગ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની સર્વ સૂક્ષ્મેન્દ્રિય, જ્ઞાનેન્દ્રિય અને કર્મેન્દ્રિયોનો રાજા બને. રાજયોગ દ્વારા જ રાજા જેવું ઐશ્વર્ય પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. રાજયોગ એટલે મન અને બુદ્ધિથી પરમાત્મ સાથેનું મિલન. આ રાજયોગ સ્વયં પરમપિતા શિવ પરમાત્મા આ ધરતી પર અવતરિત થઈ મનુષ્ય આત્માઓને શીખવે છે.

રાજયોગના ફાયદાઓ

૧. મનને સાચી શાંતિનો અનુભવ થાય છે.
૨. મનની સંકલ્પ કરવાની ગતિ ઘટાડે છે.
૩. મનમાં આવતા વ્યર્થ સંકલ્પોની ગતિમાં ઘટાડો થાય છે, વધારે અભ્યાસથી વ્યર્થ સંકલ્પોથી મુક્ત થઈ શકાય છે.
૪. મનમાં આવતા નકારાત્મક વિચારોમાંથી ધીરે-ધીરે મુક્ત થઈ શકાય છે.
૫. મનમાં હકારાત્મક વિચારોનું પ્રમાણ વધારી શકાય છે.
૬. મનમાં આવતા વિચારો શુભ ભાવના અને શુભ કામના યુક્ત થાય છે.
૭. શ્રેષ્ઠ વિચારોને કારણે રાગદ્વેષ, ઈર્ષા, અદેખાઈ, અહંકાર, અલગ-અલગ પ્રકારના ભેદભાવમાંથી મુક્ત થઈ શકાય છે.
૮. સમભાવ વિકસે છે એટલે કે ભાઈચારાની ભાવના વધે છે.
૯. યોગના અભ્યાસથી શરીર નિરોગી બને છે.
૧૦. વધારે અભ્યાસથી પરમાનંદનો અનુભવ કરી શકાય છે.
૧૧. રાજયોગથી જ અતીન્દ્રિય સુખનો અનુભવ કરી શકાય છે.

૧૨. આ યોગથી એકાગ્રતાની શક્તિ વધે છે.
 ૧૩. અંતર્મુખી બની અંતર્જગતની યાત્રા કરી શકાય છે.
 ૧૪. મનની મક્કમતા વધે છે.
 ૧૫. બુદ્ધિ શુદ્ધ, વિશાલ અને તીવ્ર બને છે.
 ૧૬. અષ્ટ શક્તિઓનો પ્રાદુર્ભાવ થાય છે. સહન શક્તિ, સમાવવાની શક્તિ, પારખવાની શક્તિ, ન્યાય/ નિર્ણય કરવાની શક્તિ, સામનો કરવાની શક્તિ, સહયોગ કરવાની શક્તિ, વિસ્તારને સારમાં લાવવાની શક્તિ અને સમેટવાની શક્તિ.
 ૧૭. આ રાજયોગના અભ્યાસથી આત્માનુભૂતિ શક્ય બને છે.
 ૧૮. સૌથી મોટો ફાયદો પરમાત્માનુભૂતિ કરી શકાય છે.
 ૧૯. ધીરે-ધીરે ક્રમેન્દ્રિય શીતળ-શાંત બને છે.
 ૨૦. વસ્તુ, વૈભવ, વ્યક્તિમાંથી આસક્તિ ઓછી થાય છે.
 ૨૧. પોતાની સ્થિતિ ઉપરામ બને છે.
 ૨૨. રાજયોગી હંમેશા હર્ષિતમુખ રહેશે.
 ૨૩. રાજયોગી કદી કોઈને દુઃખ નહીં આપે.
 ૨૪. ધૈર્યતા, નમ્રતા, સહનશીલતા જેવા ગુણો આવતા રાજયોગી ગુણવાન બને છે.
- આમ તો રાજયોગથી ઘણાં ફાયદા થાય છે, જેમાંથી મુખ્ય ફાયદાઓનું વર્ણન ઉપર બતાવેલ છે. આ રાજયોગની પ્રક્રિયા ખૂબ જ સહજ અને કુદરતી છે. જો આપ પણ રાજયોગ શીખવા ઈચ્છુક છો તો તમારા ગામ કે શહેરના નજીકના સેવા કેન્દ્રનો સંપર્ક કરવા વિનંતી છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

ગીત

બ્ર.કુ. ગોદાવરીબેત, મુલુંદ, મુંબઈ

જ્યોતિસ્વરૂપ નિરાકાર છો,
 સર્વે આત્માઓનાં આધાર છો.
 આપો સુખ બેહદનું સદા, તમે જ્ઞાનના ભંડાર છો.
 જ્યોતિસ્વરૂપ

અંતરમનને જાગૃત કરીને, શક્તિ અનોખી આપી છે,
 જન્મોજન્મનાં પાપ મિટાવી, અજ્ઞાનતાને હટાવી છે,
 સત્કર્મોની શિક્ષા આપી, શાંતિ હૃદયે સ્થાપી છે.
 કેમ ભૂલું શિવબાબા તમને,
 કર્યા અપકારો પર ઉપકાર છે.
 જ્યોતિસ્વરૂપ

પાંચ તત્વોથી પાર લઈ જઈ, અનુભવ અનોખા કરાવ્યા છે.
 સૂરજ ચાંદતારાઓથી પાર, દિવ્ય દર્શન કરાવ્યાં છે.
 મારા તારાનો ભેદમિટાવી, મનને સ્થિર બનાવ્યું છે.
 યોગશક્તિ દ્વારા ખીલાવ્યું જીવન,
 દેખાડ્યો સુંદર દરબાર છે.
 જ્યોતિસ્વરૂપ

કાંટા સમાન વિકારો હતાં, જે દૂર કર્યા આ દિલથી છે.
 અનેક દુર્ગુણોથી દૂર કરીને, હટાવ્યા તકલીફોથી છે.
 માયાજીત બનાવી બાબા, અપનાવ્યા તમે દિલથી છે.
 ત્યાગ, તપસ્યા, સેવા દ્વારા, મિટાવ્યો દેહઅહંકાર છે.
 જ્યોતિસ્વરૂપ

અતીન્દ્રિય સુખનાં ઝુલે ઝુલાવી, આનંદ આપ્યો અપાર છે.
 મહિમા કદું શું બાબા તમારી, તમે આપ્યો સ્વર્ણમ સંસાર છે.
 સંગમચુગમાં સાક્ષાત આવી, બેડો કર્યો અમ પાર છે.
 ડગલે પગલે હિંમત આપી, બન્યા સાચા મદદગાર છો.
 જ્યોતિસ્વરૂપ

॥ ઓમશાંતિ ॥

ઊર્મિ મંત્ર

બ્રહ્માકુમારી ભારતીબેન, રાજકોટ

પુરુષ, પ્રકૃતિ અને પરમાત્માનો બનેલ આ વિશાળ સંસાર છે. પુરુષ અર્થાત્ મનુષ્યાત્માઓ, જેમાં કોઈ લિંગભેદની વાત નથી, પ્રકૃતિ અર્થાત્ આકાશ, જલ, વાયુ, અગ્નિ અને ધરા... આ પંચ મહાતત્ત્વો અને પરમાત્મા અર્થાત્ સમસ્ત સૃષ્ટિની સર્વોચ્ચ, સર્વોપરી, સર્વ શક્તિમાન અને સર્વજ્ઞ સત્તા. વર્તમાન સંસારની પરિસ્થિતિઓ નિહાળતાં કોઈ કહે છે કે સંસાર અસાર બની ગયો એટલે કે કોઈ સાર જ નથી. તો કોઈએ વળી કહ્યું સંસાર એટલે સંઘર્ષનું સ્થળ. કોઈની નજરમાં સંસાર હર્યોભર્યો ઉપવન છે તો કોઈની નજરમાં વેરાન વન છે. આમ... માનવમનમાં ઉત્પન્ન થતી ઊર્મિઓ અર્થાત્ લહેરોના સાર સ્વરૂપે જોઈએ તો....

સંસાર ઘૂંઘવતો સમંદર છે. જેમાં ચઢતી કલા અને ઉતરતી કલાની ભરતી અને ઓટ આવ્યા જ કરે છે. વળી, જેમ નદી, તળાવ, ઝરણામાંથી ખળ-ખળ વહેતું પાણી જંગલો, પહાડોમાંથી પસાર થતા અંતે સમુદ્રમાં સમાય છે. માટે સમાવવાની શક્તિનું પ્રેરક ઉદાહરણ સમુદ્ર છે. પરંતુ ધીર, ગંભીર, શાંત સમંદર પ્રાકૃતિક આપદાઓના કારણે ક્યારેક અચાનક પોતાનું વિકરાળ, ચૌદ્ર, ભયંકર સ્વરૂપ ધારણ કરતા અતિ હાનિકારક બને છે. એક ખુંદથી તડપતા આત્માઓ માટે સમુદ્રના પ્રચંડ મોજાઓ, લહેરો વિનાશકારી, વિધ્વંસકારી સાબિત થાય છે. જે લહેરોને શાંત કરવા, કંટ્રોલ કરવા અનેક વિધિ-વિધાનો, ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

ઘૂંઘવતા સમંદર સમાન સંસારમાં માનવ જીવનરૂપી નૌકા પણ ક્યારેક સ્થિર, સંતુલિત તો ક્યારેક વળી હિલોળે ચડી જાય છે. અંતર જગતના શાંત, શીતળ, ઘૈર્યવત સ્વરૂપ પર

દેહભાન અને અભિમાનના આવરણ... જોશ અને આવેશનો અગ્નિ... વ્યર્થ વિચારોના વંટોળનું વાવાઝોડુ... ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, નફરતના ભાવ... જાગ્રત કે અર્ધજાગ્રત અવસ્થામાંથી પ્રવાહીત થતા આ આવેગોના તરંગો વાતાવરણને નકારાત્મક બનાવે છે.

શું આ નકારાત્મક, તમોપ્રધાન કે વ્યર્થ વિચારો, આવેગો કે ઊર્મિઓને કંટ્રોલ કરી શકાય ખરા? તેના નિયંત્રણના કોઈ ઉપાય.... કોઈ વિધિ વિધાન... કોઈ સાધન કે સાધના... કોઈ સચોટ મંત્ર ખરો ?

પ્રાચીન ઋષિમુનિઓએ શીખવેલ તથા શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં વર્ણિત યોગ સાધનાના વિવિધ સોનેરી સૂત્રો જ મનના આવેગોને નિયંત્રણ કરનાર ખરા મંત્ર છે. તે મંત્ર અર્થાત્ ‘મનમનાભવ’ ‘મધ્યાજીભવ’ તથા ‘ઓમ શાંતિ’. પરંતુ અહીં આ મંત્રને કોઈ જપવાની કે રટણ કરવાની વાત નથી. ‘મંત્ર’ શબ્દના અર્થને સમજી તે સ્વરૂપમાં મનને સ્થિત કરવાની વાત છે. મંત્ર શબ્દ મંત્રણા પરથી આવ્યો. મંત્રણા અર્થાત્ વાર્તાલાપ. આત્મા માલિક છે. મન એ મંત્રી છે. માનવમનની સ્વાભાવિક પ્રકૃતિ શાંત, શુદ્ધ અને પવિત્ર છે. પરંતુ ક્રોધ, લોભ, મોહ, અભિમાન, ઈર્ષ્યા વગેરે આસુરી તત્ત્વોના પ્રભાવથી મનના વિચારો વ્યર્થ, નકારાત્મક બનતા મન કમજોર અને નબળું થયું. આ કમજોર મનને પુનઃ સશક્ત બનાવવાની વિધિ અર્થાત્ આત્મા માલિક મનરૂપી મંત્રી સાથે મંત્રણા કરે અર્થાત્ વાર્તાલાપ કરે....

હે મન.... તું સ્વાભાવિક સ્વરૂપે શાંત છે, શુદ્ધ છે, સાત્વિક છે, સતોપ્રધાન છે. વર્તમાન સમાજને જરૂર છે તારા એક શક્તિશાળી

વિચારની. તારી પાસે સંકલ્પ શક્તિનો મૂલ્યવાન ખજાનો છે. આ ખજાનાનું દાન કરી પુણ્યની પુંજી જમા કરી લે. હે મારા મનરૂપી મીઠા મંત્રી... તું તો મારો પરમ મિત્ર છે, સાથી છે, મદદગાર છે.

આત્મા માલિક અને મન મંત્રી વચ્ચેનો આ સુંદર સંવાદ અંતર જગતમાં વ્યાપ્ત દુર્ગુણો, અવગુણો તથા માનસિક પ્રદુષણને સ્વતઃ સમાપ્ત કરે છે. પરિણામે ‘ઓમ’ અર્થાત્ અહમ આત્માનો નાદ મનોવૃત્તિને સાચી શાંતિની અનુભૂતિ કરાવે છે. ‘ઓમ શાંતિ’ નો મંત્ર ત્રણ બાબતની યાદ અપાવે છે.

૧. હું એક ચૈતન્ય, પ્રકાશપુંજ, જ્યોતિરૂપ.... શાંત સ્વરૂપ આત્મા છું.
૨. હું આત્મા આ સાકારી દેહ, દેહના અંધનોથી મુક્ત... પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વોથી પણ પર... સૂર્ય, ચંદ્ર, તારાગણથી પણ દૂર... પ્રકાશની દુનિયા, શાંતિધામ નિવાસી છું.
૩. મુજ આત્માના પિતા શાંતિ સાગર, નિરાકાર, સર્વ મનુષ્યાત્માઓના પરમ પિતા પરમાત્મા છે.

રોજિંદા કાર્યવ્યવહારની ઘટમાળમાં આ મંત્રના સ્વરૂપની યાદ આસુરી તત્ત્વોના આકર્ષણ તથા નકારાત્મક આવેગોથી સ્વયંની રક્ષા કરે છે. પરિણામે સ્વસ્થિતિ શક્તિશાળી બનતા પરિસ્થિતિઓ ખેલ અને મનોરંજન બની જાય છે. જેને હસતા-ખેલતા સામનો કરી શકીએ છીએ. ફળ સ્વરૂપે જીવન પુનઃ સુખ, શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ, સદ્ભાવના દેવી મૂલ્યોરૂપી કુલોથી ખુશબુદાર બનતા ચોતરફ વાતાવરણમાં તાજગીનો અહેસાસ થાય છે. જીવનની સફળતાના દર્શન થાય છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

આકાશવાણી, રાજકોટ પરથી પ્રસારિત

આપણી જિંદગીનો વિરોધાભાસ

બી.કે. ગોપ, નિકોલ

- ઘર વિશાળ થઈ ગયાં છે,
પણ કુટુંબ નાનું થઈ ગયું છે.
- પહેલા કરતા સુખ-સગવડનાં સાધનો ઘણાં વધી ગયા છે,
પણ એને માણવા સમય રહેતો નથી.
- આપણી પાસેની વસ્તુઓ વધારી છે,
પણ આપણી પોતાની કિંમત ઘટાડી છે.
- બોલીએ છીએ ખૂબ જ,
પણ ધીરજથી બીજાને સાંભળવાની શક્તિ ખોઈ બેઠા છીએ.
- વેક્યુમ ક્લીનરથી ઘર અને ઓફિસને સાફ-સુથરું રાખીએ છીએ,
પણ આત્મા પર ચડી ગયેલો અવગુણો રૂપી મેલ દેખાતો નથી.
- અણુંવું વિભાજન કરી એના ભુક્કા બોલાવી શક્યા છીએ,
પણ ઈર્ષ્યા, રાગ, દ્વેષ, ક્રોધ વગેરે દુર્ગુણોની એક કાંકરી પણ ખેરવી શક્યા નથી.
- સંખ્યાબળ બહુ વધ્યું છે,
પણ ગુણવત્તા ઘટી ગઈ છે.
- આવકનો ગ્રાફ ઉંચો ગયો છે,
પણ નૈતિકતાનો ગ્રાફ નીચે ઉતર્યો છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥



વલસાડમાં જીલ્લા મહિલા હોમગાર્ડની ઓફિસમાં રક્ષાબંધન બાદ પ્ર.કુ. રંજનબેન, પ્ર.કુ. મધુસ્મિતાબેન તથા પ્ર.કુ. રોહિતાબાઈ.



વડીયા પોલીસ સ્ટેશનમાં રક્ષાબંધન બાદ પી.આઈ. તથા સ્ટાફ સાથે જ્ઞાન ચર્ચા કરતાં પ્ર.કુ. મંજુબેન.



ખેડપ્રહા સેવાકેન્દ્રમાં નગરપાલિકાના ઉપપ્રમુખ ભ્રાતા ગોપાલભાઈ રાવલને રક્ષાબંધન કરતાં પ્ર.કુ. જ્યોતિબેન સાથે પ્ર.કુ. વિરલબેન.



વડનગરમાં મામલતદાર ભ્રાતા ડી.એમ. ચૌહાણને રક્ષાબંધન કરતાં પ્ર.કુ. શિલાબેન.



અમદાવાદ ઓટવ પોલીસ સ્ટેશનમાં પી.એસ.આઈ. ભ્રાતા એસ.એમ.પટેલને રક્ષાબંધન કરતાં પ્ર.કુ. કોકિલાબેન.



અમદાવાદ નવરંગપુરા સેવાકેન્દ્ર ખાતે આયોજીત 'વ્યસન મુક્તિ અભિયાન' કાર્યક્રમમાં વ્યસનીઓ સાથે કાઉન્સિલીંગનું દર્શ્ય.



અમદાવાદ સારંગપુર સેવાકેન્દ્ર દ્વારા વિશ્વ હિન્દુ પરિષદના આંતરરાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ ભ્રાતા પ્રવિણભાઈ તોગડીયાને સૌગાત આપતાં પ્ર.કુ. ઉમાબેન.



અમદાવાદ રામોલમાં ઇલેક્ટ્રોથમ ઈન્ડીયા લી. કંપનીના સ્ટાફને રક્ષાસૂત્ર બાંધતા પ્ર.કુ. ટિવંકલબેન સાથે પ્ર.કુ. સંગીતાબેન.



સંખેડામાં 'સંગીતમય સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય શિબિર'ના કાર્યક્રમમાં ડૉ. મિતેષભાઈ, સરપંચ અમરસિંહભાઈ, પ્ર.કુ. જ્યોતિબેન, પ્ર.કુ.નીતાબેન.



વડોદરા GHRCCનાં ૨૨મા વાર્ષિક ઉત્સવે અહેવાલ સંભળાવતા પ્ર.કુ. ડૉ. સતીષભાઈ, ડૉ. પ્રવીણભાઈ પટેલ, પ્ર.કુ. સારિકાબેન.



બારેજા વાસુદેવાનંદ આશ્રમશાળામાં ઈશ્વરીય સંદેશ આપ્યા બાદ સર્વ સ્ટાફ, આચાર્ય મધુબેન સાથે પ્ર.કુ. વીણાબેન.



બાલાગામમાં 'સ્વચ્છતા અભિયાન'માં પટેલ સમાજના પ્રમુખ લાખાભાઈ, નટવરસિંહભાઈ, BJP મહિલા પ્રમુખ પ્રવીણાબેન, પ્ર.કુ. ગીતાબેન.



મુંબઈ વસઈમાં વિશ્વ પર્યટન દિને ભગીરથ ટ્રાન્સપોર્ટના ડાયરેક્ટર મનોહર સત્યાલકર, અરિહંત ગુપ્તા નીતાબેન શાહ, પ્ર.કુ. મીતાબેન.



ધોરાજીમાં માધ્યમિક શાળામાં પ્રેક્ટીકલ રાજયોગ મેડીટેશનની સમજૂતી આપતાં પ્ર.કુ. વિજયાબેન.



ગોંડલમાં 'વિશ્વ શાંતિ દિવસે' મહારક્તદાન કેમ્પનું ઉદ્ઘાટન કરતાં આસ્થા બલ્ડ બેંકના પ્રમુખ નરોત્તમભાઈ, પ્ર.કુ. ભાનુબેન.



વાસદ સેવાકેન્દ્રમાં 'અલૌકિક રોહમિલન' કાર્યક્રમમાં પ્રવચન કરતાં પ્ર.કુ. અમરબેન સાથે પ્ર.કુ. ઉષાબેન, પ્ર.કુ. દીપાબેન.



રાજુલાની નર્મદા સિમેન્ટ કંપનીમાં ઇશ્વરીય સંદેશ આપતાં પ્ર.કુ. અનુબેન, યુનીટ હેડ ભ્રાતા સંજીવભાઈ, HR હેડ ભ્રાતા કપૂરભાઈ.



સુરત મજુરાગેટમાં અલ્ટ્રાટેક સિમેન્ટ કંપનીના અધિકારીઓના 'તનાવમુક્ત જીવન' સેમીનાર બાદ ગ્રુપ સાથે પ્ર.કુ. સોનલબેન.



કેશોદમાં 'ગણેશ આધ્યાત્મિક બોધકથા' ઝાંખીના કાર્યક્રમમાં ગણેશનું આધ્યાત્મિક રહસ્ય સમજાવતાં પ્ર.કુ. રુપાબેન તથા પ્ર.કુ. દક્ષાબેન.



રાજકોટ રવિરત્ન સેવાકેન્દ્ર દ્વારા ગણેશ ચતુર્થી નિમિત્તે આયોજીત ચૈતન્ય શ્રી ગણેશ અને શંકર-પાર્વતીની ઝાંખીનું દશ્ય.



અમદાવાદ નારોલ સેવાકેન્દ્ર દ્વારા જીવનધારા વૃધ્ધાશ્રમમાં સંદેશ આપ્યા બાદ વડીલો સાથે પ્ર.કુ. રંજનબેન તથા પ્ર.કુ. સંધ્યાબેન.



રાજકોટ પંચશીલ સેવાકેન્દ્રમાં બાળકોના 'મેડિકલ કેમ્પ'માં ડૉ. તેજસભાઈ, ડૉ. મહાવીર ગઢવી, પ્ર.કુ. અંજુબેન અને બાળકો.



વડોદરા અટલાદરા ખાતે 'સંગીત સંધ્યા'માં મ્યુ. સેક્રેટરી ભ્રાતા પીનાકીનભાઈ, કેળવણી વિદ્યાલયના આચાર્ય ભ્રાતા શૈલેશભાઈ, ડૉ. રજનીકાંતભાઈ, પ્ર.કુ. અવિનાશભાઈ તથા પ્ર.કુ. અરુણાબેન.



અમદાવાદ ન્યુ મણિનગરના કાર્યક્રમમાં દૂન સ્કુલનાં ટ્રસ્ટી ભ્રાતા હરગોવિંદભાઈ, ડૉ. રવિન્દ્રભાઈ, સદ્ગુરુ સાનિધ્યના ચેરમેન ધૂળાભાઈ, પ્ર.કુ. સોનલબેન, પ્ર.કુ. નંદિનીબેન.



છોટાઉદેપુર ખાતે ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી ભગિની આનંદીબેન પટેલને રક્ષાબંધન કરતાં પ્ર.કુ. મોનીકાબેન સાથે આદિજાતિ વિકાસ મંત્રી શ્રી કાંતિભાઈ, સંસદ સભ્ય શ્રી રામસિંહ રાઠવા, MLA જયંતીભાઈ.



અમદાવાદમાં GCCCIના કાર્યક્રમમાં પ્ર.કુ. શિવાનીબેન, વાઈસ પ્રેસીડેન્ટ બિપીનભાઈ પટેલ, માનદ મંત્રી સંજીવ ઇશ્વર, યુવા પાંખના પ્રમુખ ચિરંજીવ પટેલ, કાર્યક્રમ આયોજક ભગિની અદિતી પારેખ.



અમદાવાદ ખાતે રોટરી ક્લબ ઓફ અમદાવાદના કાર્યક્રમમાં પ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ડિસ્ટ્રીક્ટ ગવર્નર લલિત શર્મા, ડિસ્ટ્રીક્ટ સેક્રેટરી હાર્દિક શાહ, રોટરી પ્રમુખ અલકેશભાઈ, સેક્રેટરી ગોપાલભાઈ, પ્રોજેક્ટ ચેરમેન સંદેશભાઈ મુંડડા, સહાયક ગવર્નર પ્રેમભાઈ, દિનેશભાઈ મહેતા.



અમદાવાદ મહાદેવનગરમાં 'રાજયોગ દ્વારા ખુશનુમા જીવન' કાર્યક્રમમાં પ્ર.કુ. શિવાનીબેન, પ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન, પ્ર.કુ. ડૉ. કોકિલાબેન, ભ્રાતા રવિન્દ્રભાઈ, ડૉ. વિપુલભાઈ, ભ્રાતા ભરતભાઈ ભ્રાતા વિસાભાઈ, ભ્રાતા નટુભાઈ, ભ્રાતા વસંતભાઈ.



અમદાવાદમાં AMA દ્વારા આયોજીત 'ર૩મા યોગ સપ્તાહ' કાર્યક્રમમાં મુખ્ય વક્તા પ્ર.કુ. શિવાનીબેન તથા કાર્યક્રમમાં ભાગ લેનાર યુવા ભાઈ-બહેનો.



અમદાવાદમાં પ્ર.કુ. શિવાનીબેન સાથે મીડીયા ગ્રુપ - રાજસ્થાન પત્રિકાના સંપાદકીય ઈન્ચાર્જ ભ્રાતા રાજેન્દ્રસિંહ નરુકા, GTPL ચેનલના બ્યુરો ચીફ દેવાંગભાઈ, સમભાવ ગ્રુપના ભ્રાતા પ્રશાંતભાઈ.