Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

HAPPY
NAVRATRI

Vol.10 - Issue 09
September 2017 - Price 10/-

અમદાવાદમાં અદાણી ગ્રુપના ચેરમેન ભ્રાતા ગૌતમભાઈ અદાણીને રક્ષાબંધન કરતાં રાજયોગિની સરલાદીદી સાથે ભગિની પ્રીતિબેન અદાણી તથા બ્ર.કુ. અમરબેન.

અમદાવાદમાં નિરમા ગ્રુપના ફાઉન્ડર તથા ચેરમેન ભ્રાતા ડૉ. કરસનભાઈ પટેલને રક્ષાસૂત્ર બાંધતા રાજયોગિની સરલાદીદી.

ન્યુઝીલેન્ડના નેશનલ એમ. પી. ભગિની નિક્કી વેગનરને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. ભાવનાબેન.

આણંદના જીલ્લા કલેકટર ભ્રાતા ડૉ. ધવલભાઈ પટેલ IASને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. ચેતનાબેન.

અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કૉરપોરેશનના મેયર ભ્રાતા ગૌતમભાઈ શાહને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. વીણાબેન, સાથે AMTSના ચેરમેન ભ્રાતા ચંદ્રપ્રકાશભાઈ દવે અને કમિટીના સભ્યો.

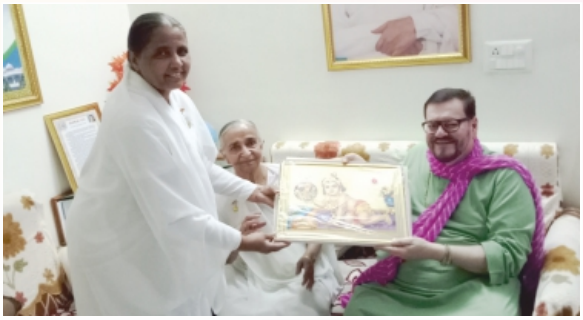
અમદાવાદમાં બાબા સાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટીના કુલપતિ ડૉ. પંકજભાઈ જાનીને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. સુનીતાબેન, બાજુમાં રજીસ્ટ્રાર ભગિની ડૉ. અમીબેન ઉપાધ્યાય.

નવસારીની એગ્રીકલ્ચર યુનિવર્સિટીના કુલપતિ ભ્રાતા ડૉ. સી.જે. ડાગરીયાને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

સુરતના સંસદ સભ્ય ભ્રાતા સી.આર.પાટીલને રક્ષાબંધન કર્યા બાદ ઈશ્વરીય સંદેશ આપતાં બ્ર.કુ. સોનલબેન.

ખંભાતના નવાબ ભ્રાતા એમ. એમ. ઝાફર અલીખાનને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. કિરણબેન.

અમદાવાદ લોટસ હાઉસ સેવાકેન્દ્ર દ્વારા જેટ એરવેઝના સ્ટાફને રક્ષાબંધન કર્યા બાદ સમૂહચિત્રમાં બ્ર.કુ.ભાવિકાબેન, બ્ર.કુ.રેખાબેન.



અમદાવાદ મેમનગર સેવાકેન્દ્ર પર પધારેલ પ્રખ્યાત ગાયક ભ્રાતા નીતિન મુકેશને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતા બ્ર.કુ. કમલબેન.

પાવી-જેતપુરના ધારાસભ્ય ભ્રાતા જયંતિભાઈ રાઠવાને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. મોનિકાબેન સાથે બ્ર.કુ. દક્ષાબેન.

અમદાવાદ આંબાવાડી સેવાકેન્દ્ર દ્વારા વિકાસ જૈન એન્ડ એસોશીએટસ્‌નાં કાર્યાલયમાં રક્ષાબંધન કર્યા બાદ સમૂહચિત્રમાં CA ભ્રાતા વિકાસ જૈન સાથે બ્ર.કુ. શારદાબેન, બ્ર.કુ. વીણાબેન.

પોરબંદરમા કોસ્ટગાર્ડ ખાતે આયોજીત રક્ષાબંધન કાર્યક્રમ બાદ 'સમુદ્ર પવક'ના DIG ભ્રાતા વેણુ રાજન અનવરસેન સાથે જ્ઞાનચર્ચા કરતાં બ્ર.કુ. લીનાબેન અને બ્ર.કુ. હંસાબેન.

વડોદરા મંગલવાડી સેવાકેન્દ્રના બ્ર.કુ. રાજબેન એન.બી.સી. કંપનીના પ્લાટ હેડ ભ્રાતા મનીષ પાંડેને રક્ષાસૂત્ર બાધતાં.

અમદાવાદના રાજ્ય વિમા યોજનાના ડાયરેકટર ભ્રાતા અક્ષય કેલ્લાને આત્મસ્મૃતિનું તિલક કરતાં બ્ર.કુ. નંદાબેન, બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

અમદાવાદમાં ગુજરાત સમાચારના માલિક ભ્રાતા શ્રેયાંસભાઈ શાહને રક્ષાસૂત્ર બાંધી ગુજરાતી જ્ઞાનામૃતની ચર્ચા કરતાં બ્ર.કુ. નંદિનીબેન.

અમદાવાદમાં નવગુજરાત સમયના તંત્રી ભ્રાતા અજયભાઈ ઉમટને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. નંદિનીબેન.

અમદાવાદમાં ટાઈમ્સ ઑફ ઈન્ડીયાના નિવાસી તંત્રી ભ્રાતા ભરતભાઈ દેસાઈને આત્મ સ્મૃતિનું તિલક કરતાં બ્ર.કુ. વીણાબેન.

ભૂજના મુખ્ય સમાચાર પત્ર કચ્છ-મિત્રના તંત્રી ભ્રાતા દિપકભાઈ માંકડને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. દિનાબેન અને બ્ર.કુ. બીનાબેન.

વડીયા સેવાકેન્દ્ર દ્વારા પત્રકાર ભ્રાતા જીતુભાઈને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. મંજુબેન.

અમદાવાદ રામનગર દ્વારા મ્યુનિસિપલ કૉરપોરેશનનાં પૂર્વ ઝોન કાર્યાલયમાં રક્ષાબંધનનો ઇશ્વરીય સંદેશ આપતાં બ્ર.કુ. મંજુબેન.

ડીસા સેવાકેન્દ્ર દ્વારા ઉત્તર ગુજરાતનાં પૂર પીડિતો માટે રાહતસામગ્રી તૈયાર કરી મોકલાવતાં બ્ર.કુ. સુરેખાબેન, બ્ર.કુ. લાલાભાઈ અને ટીમ.

વડનગર સેવાકેન્દ્ર દ્વારા વૃધ્ધાશ્રમમાં રક્ષાબંધન નિમિત્તે સંદેશ આપ્યાં બાદ સમૂહચિત્રમાં બ્ર.કુ. જ્યોત્સ્નાબેન, બ્ર.કુ. ઉજ્જવલબેન.

Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

વર્ષ ૧૦ સપ્ટેમ્બર-૨૦૧૭ અંક : ૦૯

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખપત્ર

અમૃતસૂચિ

- પરિવર્તન .....તંત્રી સ્થાનેથી ..06
- પ્રસન્નતાના પથ પર..... બ્ર.કુ. શિવાનીબેન ..08
- પદાર્થોના ઉપભોગથી આત્મતેજ ..... બ્ર.કુ. સૂર્યભાઈ ..12
- આધ્યાત્મિક જીવનમાં સફળતા .... બ્ર.કુ. રામનાથભાઈ ..16
- આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થી માટે ..... બ્ર.કુ. હેમંત ..19
- મનના વિચારો ..... બ્ર.કુ. કુંવરસિંહ ..21
- સંચાલન અને વ્યવસ્થા ..... બ્ર.કુ. જયુભાઈ ..22
- વિશ્વની બાદશાહીનો આધાર મુરલી..... બ્ર.કુ. વિજય ..24
- સમય ..... બ્ર.કુ. કાન્તિભાઈ ..25
- મન અને જીવન..... બ્ર.કુ. મયુર .28
- બાબાની છત્રછાયાનો અનુભવ ..... બ્ર.કુ. વિનોદભાઈ ..30
- માનવીની તનમનની તંદુરસ્તી..... બ્ર.કુ. અનિલ ..31

લવાજમના દર

ભારતમાં

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

વિદેશમાં

એરમેઈલ વાર્ષિક	રૂ.	૧૦૦૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૧૦૦૦૦.૦૦

કૃતિઓ તથા સેવા સમાચાર મોકલવાનું સરનામું

બ્ર. કુ. ડો. 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, ગોરધનવાડીનો ટેકરો, કાંકરિયા, અમદાવાદ-૨૮.

Phone : 079 - 25431676

Email : gyanamrit.guj@gmail.com

તંત્રી સ્થાનેથી

પરિવર્તન

જેના શબ્દો ઉપર વિશ્વાસ રાખી શકાય, જેનું અનુકરણ કરી શકાય તેવા નેતાઓ આંગળીને વેઢે ગણી શકાય તેવા છે. તેઓ પણ સર્વગ્રાહી પરિવર્તન લાવવામાં સક્ષમ બની શક્યા નથી. આવા સંજોગોમાં દેશ અને દુનિયાનું પરિવર્તન કોણ કરી શકે ? સુખમય સંસાર અર્થાત્ સત્યુગની સ્થાપના કોણ કરી શકે ? તો તેનો એક માત્ર ઉત્તર છે. સર્વશક્તિમાન પરમપિતા પરમાત્મા.

આમૂલ સમાજ પરિવર્તન માત્ર સત્તા અને કાયદાઓથી શક્ય નથી. પણ તે માટે આંતરિક સદ્ભાવ, શુભ ભાવનાઓ, શુભ કામનાઓ પ્રગટાવવાની જરૂર છે. માનવ જો સ્વયં પોતાની ભૂલો ખામીઓનો સ્વીકાર કરીને સ્વયંના સંસ્કારોનું પરિવર્તન ના કરે ત્યાં સુધી દુઃખ, અશાંતિ, ભ્રષ્ટાચારને નિર્મૂળ કરી શકાય નહીં. **જેના જીવનમાં નૈતિક ચારિત્ર્યિક મૂલ્યોનું બળ હોય એ જ સમાજને કંઈક આપી શકે છે. સમાજનું પરિવર્તન કરી શકે છે.**

વ્યક્તિ પરિવર્તનથી જ વિશ્વ પરિવર્તન થઈ શકે છે. તે માટે આધ્યાત્મિક તાકાતની જરૂર છે. જેમ પાવરહાઉસમાંથી વીજળી મેળવીને સર્વત્ર તેનો સદ્ઉપયોગ કરી શકાય છે તે રીતે આત્મા રૂપી બેટરીના તારને પરમાત્મા રૂપી પાવરહાઉસ સાથે જોડીએ તો આત્મા શક્તિશાળી બને છે. સતત ઈશ્વરીય જ્ઞાન, રાજયોગ, આધ્યાત્મિકતાથી સંસ્કાર પરિવર્તન થાય છે. **જેમ જેમ સંસ્કાર પરિવર્તન થતું જશે તેમ તેમ વ્યસનો, વિકારો, કુટેવો, બુરાઈઓ, ભ્રષ્ટાચારને નિર્મૂળ કરી શકાશે. આ માટે સમાજના તમામ વર્ગોના સહકારથી સઘન પ્રયાસો કરવાની જરૂર છે.**

દિવ્યતા અર્થાત્ દિવ્ય ગુણોનું આગમન અને વિકારોનું ઉન્મૂલન. દિવ્યતા એ દેવી-દેવતાઓની ભાસના કરાવતા શ્રેષ્ઠ માનવની તસવીર છે. મંદિરોમાં પૂજાતી પથ્થરની મૂર્તિઓનો પ્રભાવ માનવજીવન ઉપર પડી શકે, તો જેણે મન, વાણી, કર્મની પવિત્રતા ધારણ કરી, સ્વયંના દેહને મંદિર અને આત્માને દેવ સમાન દિવ્ય ગુણોથી સંપન્ન બનાવ્યો હોય તેવા ચૈતન્ય દેવાત્મા સમાન શ્રેષ્ઠ માનવનો પ્રભાવ કેટલો પ્રભાવશાળી નીવડે તે કહેવાની જરૂર નથી, અનુભૂતિ કરવાની જરૂર છે.

સમાજની સર્વ સમસ્યાઓનો ઉકેલ દિવ્ય આચરણ જ લાવી શકે. બાળકો, નારીજીવન પ્રત્યે પ્રેમ, સદ્ભાવના, આદરભાવથી જ તેને સુરક્ષિત, પૂજનીય બનાવી શકાય છે. નારી તું નારાયણી છે. બાળક પ્રભુનો પયંગબર છે. પણ તેઓને એવા બનાવવા સમાજે વાતાવરણ પૂરું પાડ્યું છે ? આ શક્ય બનશે તો કાયદાઓ કરતાં સત્વરે સુખમય સંસારનું સ્વપ્ન સાકાર થઈ શકે છે.

દિવ્યતાને કોઈ હદ નથી, કોઈ બંધન નથી. કોઈ પણ વય, કોઈ પણ દેશની વ્યક્તિ, જ્ઞાતિ, જાતિ, ભાષાભેદ, વર્ગભેદ કે અન્ય કોઈ બંધનો વિના દિવ્યતાનાં દ્વાર સૌને માટે ખુલ્લાં છે. દિવ્યતાથી જ વસુધૈવ કુટુંબકમ્‌ની ભાવનાનો જન્મ થશે. તેના ફળસ્વરૂપે જ ધર્મ, જાતિ, સમાજ કે વર્ગભેદની દીવાલો સમાપ્ત થઈ શકશે.

દેવી-દેવતા સમાન બનવા માટે સર્વ દિવ્ય ગુણોને, દિવ્ય શક્તિઓને ધારણ કરવાનો સતત પુરુષાર્થ કરવો પડે. આમ, સતત જ્ઞાનશ્રવણ, યોગાભ્યાસ, ઈશ્વરીય સેવાથી દિવ્ય ગુણોનો ઉદય થાય છે. જ્યારે જીવનમાં દિવ્યતા આવે છે ત્યારે

હદનાં માનશાન, પદ-પ્રતિષ્ઠા, ભૌતિક સુખો, ઈચ્છાઓથી આત્મા ઉપરામ બને છે. દિવ્ય આત્મા કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા ભોગવાતાં સુખોનો ત્યાગ કરી અતીન્દ્રિય સુખની અનુભૂતિ કરે છે. આવું દિવ્યતાસંપન્ન જીવન જ સૃષ્ટિમાં સુખમય સંસાર લાવી શકશે.

આશા એ જીવનનો શ્વાસ છે. ધબકાર છે. આશાવાદી અંધકારમાં પણ પ્રકાશનાં દર્શન કરે છે. તે માટે કવિના શબ્દો છે. 'કંઈ લાખો નિરાશામાં એક અમર આશા છુપાઈ છે.' દેશ-વિદેશોમાં એવાં કેટલાંય દૃષ્ટાંતો મળે છે કે સાધુ-સંતો, પીર પયગંબરો, ધર્મસ્થાપકોએ કદી કોઈનામાંથી આશા ગુમાવી નથી. જુલમી, ઘાતકી પતિત, લૂંટારા-એવા કેટલાયે મનુષ્યોનાં જીવન પરિવર્તન થયાં છે.

તોરલના સંગમાં જેસલ બહારવટિયાનું જીવન પરિવર્તન થાય છે. વાલિયો વાલ્મીકિ ઋષિ બને છે. કલિંગના વિજય પછી સમ્રાટ અશોક શાંતિદૂત બને છે. આમ્રપાલી પાછલા દિવસોમાં બુદ્ધની શિષ્યા બને છે. ડાકુ પંચમસિંહ બ્રહ્માકુમાર બને છે. ઈશ્વરીય જ્ઞાનથી કડવા માનવો પણ મીઠા બને છે. આજની પતિત, ભ્રષ્ટાચારી, વિકારી દુનિયા બદલાશે અને જરૂર આ ધરતી પર સ્વર્ગ આવશે એવી આશા રાખવી તે માનવનો ઈશ્વરીય સંતાનનો ધર્મ છે, ધારણા છે, શ્રીમત છે.

સુખની પરિભાષા અતિગુહ્ય છે. વ્યક્તિ, વસ્તુ કે પદાર્થ કદી શાશ્વત સુખ આપતાં નથી. ભવ્ય ભવનો, અદ્યતન વાહનો, આધુનિક ફર્નિચર, સુખ સગવડનાં મોંઘાંદાટ સાધનો જો સુખ આપતાં હોત તો અમેરિકા જેવો દેશ સુખી હોત. તે સમૃદ્ધ છે પણ સુખી નથી. ત્યાં માનસિક રોગીઓની સંખ્યા વધારે છે. હત્યા, છૂટાછેડા જેવી ઘટનાઓ બનતી જ રહે છે. ઊંઘવા માટે ગોળીઓ કે વ્યસનોના શિકાર બને છે. આ સુખ-સગવડનાં અદ્યતન સાધનોના અભાવમાં પણ ભારતમાં લોકો સંતુષ્ટતાથી, શાંતિથી, પ્રેમ, એકતા અને ભાઈચારાથી જીવે છે.

પરિવર્તન માટે અવ્યક્તવાણીનાં મહાવાક્યો

- **શુભભાવના, શુભકામનાની સોનેરી ભેટ સાથે હોય તો કોઈપણ આત્માનું પરિવર્તન કરી શકો છો.**
- **અન્ય આત્માઓના વ્યર્થભાવનું શ્રેષ્ઠ ભાવમાં પરિવર્તન કરવું એજ સાચી સેવા છે.**
- **પોતાના પરિવર્તન દ્વારા સંકલ્પ, બોલ, સંબંધ, સંપર્કમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવી એજ સફળતામૂર્ત બનવું છે.**
- **આત્મ અભિમાની સ્થિતિનું વ્રત ધારણ કરી લો, તો વૃત્તિઓનું પરિવર્તન થઈ જશે.**
- **સ્વ પરિવર્તનના તીવ્ર પુરુષાર્થી બાળકોને જ બાપની દુઆઓની મુબારક મળે છે.**
- **જે સ્વપરિવર્તનથી વિશ્વ પરિવર્તન કરવા માટે નિમિત્ત બને છે તે પરોપકારી છે.**

જીવનનો અર્થ છે ગતિ. **પરિવર્તન એ સંસારનો નિયમ છે.** વ્યર્થ, નકારાત્મક બાબતો, વિકારોનાં સ્થૂલ, સૂક્ષ્મ અંશોને સ્વાહા કરી સતત આગળ વધતાં રહેવું એ પરિવર્તનનો ભેખ છે. ઈશ્વરીય સંતાનનું સદ્ભાગ્ય સાંપડવું એ જીવનની અણમોલ લોટરી છે. જ્ઞાન, યોગ, ગુણો, શક્તિઓમાં સતત વૃદ્ધિ થતી રહે. રુહાની સેવા દ્વારા અનેક આત્માઓની દુઆઓ મેળવવા ભાગ્યશાળી બનીએ. જીવનની યાત્રા સતત ઊર્ધ્વગામી બનતી રહે. જીવનની મંઝિલને શ્રેષ્ઠ સ્થિતિએ પહોંચાડવા માટે સતત, અભ્યાસપૂર્ણ આયોજન, ત્રિકાલદર્શી સ્થિતિ દ્વારા ધ્યેય સિદ્ધિને પામીએ એવી શુભકામનાઓ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- બ્ર. કુ. કાલિદાસ

પ્રસન્નતાના પથ પર

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

સંસ્કારનું પરિવર્તન

એક સાધારણ ફીલ્મમાં પણ આપણે જોઈએ છીએ કે, જો કોઈ કલાકાર પોતાની ભૂમિકા ભૂલી જાય તો છે તો બાકીના કલાકારો, જે મંચ પર હોય છે તેમની પણ ભૂમિકા ખરાબ થવાની.

પ્રશ્ન : તે ક્યારેય પણ કોઈને ખબર જ પડવા દેતા નથી કે આવું થયું, ફટાફટ બનાવટ કરી લે છે.

ઉત્તર : તે શું કરે છે. તે પોતાની ભૂમિકામાં જો મનને સારી રીતે એકાગ્ર કરે જેથી મને તેના રોલ અને બોલથી જ એવો ઈશારો મળી જાય કે મારી ક્યાં ભૂલ થઈ રહેલ છે. જો કોઈ આજુબાજુમાં કાંઈ ભૂલ કરી રહેલ છે. ખોટા સંવાદો બોલી રહેલ છે, મારા મતે આ ભૂલ ભરેલ સંવાદ છે કે, ખોટી લાઈન બોલી રહેલ છે, અને બધું જ ભૂલ ભરેલ છે. ત્યારે આપણે આપણા રોલ પર વધુ ધ્યાન દેવું જરૂરી છે. પરંતુ જ્યાં આપણે તે લાઈન ખરાબ કરી નાખી તો તેણે પણ ખરાબ કરી નાખી અને અમે બંને એ આખી લાઈનને અને પૂરા સંવાદને એવી રીતે ઘૂમાવી નાખ્યો કે પૂરું દ્રશ્ય ખરાબ થઈ ગયું. અને પછી આપણને તે નાટક પસંદ આવતું નથી. પછી આપણે કહીએ છીએ કે આ જિંદગી આવી કેમ છે. આ બિન્દુથી આપણને આપણા મનને સાફ રાખવામાં ઘણી મદદ મળશે. કારણ કે, આપણે આપણી ઘણી બધી શક્તિ ખોટી રીતે નષ્ટ કરી દઈએ છીએ.

આપણે દિવસ દરમિયાન એક કે બેની કથા લખીએ છીએ. ચારની લખીએ તે પણ ઠીક છે પણ આપણે દિવસ દરમિયાન કેટલા કલાકારોની કથા લખવાની કોશિશ કરીએ છીએ અને આ આપણી શક્તિનો બગાડ છે.

હવે આપણે તેને એક અભ્યાસના રૂપમાં જોઈએ. આજ આપણે કોશિશ કરીએ કે, કેવો અનુભવ થાય છે જ્યારે આપણે બીજાની કથામાં ડખલ કરવાના બદલે આપણી પોતાની કથા જોઈએ ત્યારે.

પ્રશ્ન : હકીકતમાં આપણે લોકોને વશ કરવા કે તેનું મૂલ્યાંકન કરવાનું બંધ કરી દેવું જોઈએ અને તો પછી તમે ખૂબ જ સારો અનુભવ કરશો.

ઉત્તર : આ જેટલું સરળ લાગે છે તેટલું તે સરળ નથી. જેવી રીતે આજ સવારે તમે મને પૂછેલ કે, મારી ખુશીનો પારો ઉપર નીચે થાય છે કે કેમ ? મેં તો એજ જોયેલ છે કે, ખુશીનું ઉપર નીચે થવાનું સૌથી મોટું કારણ એક જ હોય છે. જેવું આપણું ધ્યાન જાય કે તેણે આમ નહોતું કરવું જોઈતું, તો શું સ્થિરતા છે ? ના, સવારે ઉઠીને મેડીટેશન કર્યું ઘણું જ સારું પણ મન તેણે શું બોલવાનું હતું તે તરફ ગયું, તેણે શું કરવાનું હતું. જો તમે આ એક વસ્તુ પર કામ કરશો તો તમારું મન એકદમ સ્થિર રહેશે. બહારની દુનિયામાં તેના સિવાય કાંઈ જ નથી. જેમાં કાંઈ તકલીફ થવાની નથી. જ્યારે આપણે પરેશાન થઈએ ત્યારે ખૂબજ સાવધાની-પૂર્વક આપણી જાતની ચકાસણી કરીએ. કારણ કે તે બહુ જ ઝડપથી લસરકી જાય છે. જો આપણું મન કોઈના માટે નિર્ણય આપી રહેલ છે તો તમે સચેત થઈ જાવ કે આ શક્તિની બરબાદી છે. આપણે એવી જાગરુકતા સાથે ધ્યાન દઈએ તો

માલૂમ પડશે કે લોકોને વશમાં કરવાની યાદી ઓછી થતી જાય છે અને અંતે તે ખાલી થઈ જશે. અને અંતે આપણને ખબર પડે કે, એવું કાંઈ નથી જે મારા વશમાં હોય. પહેલા આપણે એવું કરતા હતા કે, ગાડી ચલાવતી વખતે આપણે દરેક ડ્રાયવર પર વ્યંગ કરતા હતા કે કેવી રીતે ચલાવે છે. લાઈનમાં ઉભા નથી, ટોલ નાકા પર ઉભા રહી ગયા રોંગ સાઈડમાં ઓવર ટેક કરે છે, હવે તમે તમારા વિચારોને બદલો અને વિચારો કે, એ તો આ બધું કરે છે અને પછી પણ કરશે જ. આ બધું મારા નિયંત્રણમાં ચાલશે નહીં. આપણે તો બસ ખુદ પર નિયંત્રણ રાખવાનું છે. જ્યારે આપણે આવું વિચારીશું તો તેનાથી આપણને વધારે ખુશી મળશે.

પ્રશ્ન : થોડા સમય માટે તે ધ્યાન રાખવાની ખરેખર જરૂર છે અને તે થોડું સ્વાર્થી જેવું લાગશે. જે રીતે તમે કહ્યું કે, બહારથી સતત આત્મસાત કરી રહ્યા છીએ અને આપણે કહીએ છીએ કે, અમો તો મૂક દર્શક છીએ. પરતું આપણે કેટલી બધી વસ્તુ તેના પર લાદી દઈએ છીએ.

ઉત્તર : જો તમો કેટલાક દૃશ્યને તેનાથી અલગ કરીને જોશો તો તમને પરેશાની નહીં થાય. જો તમે વાહન વ્યવહારની ભીડમાં ઉભા છો તો તમને ઘણી બધી ભૂલો નજરે પડશે. કોઈ ખોટી રીતે આગળ નીકળે છે. કોઈ કાંઈ કરી રહેલ છે તો કોઈ કાંઈ. પરંતુ આ બાબતે આપણે કાંઈ વિચારવાની જરૂર નથી. આપણે ફક્ત એટલું જ વિચારવાનું કે, દરેક પોત પોતાની ભૂમિકા પોત પોતાની રીતે નીભાવે છે. આ એક નાટક ચાલી રહેલ છે અને દરેક પોતાની ભૂમિકા ભજવી રહેલ છે. તેમાં કોઈનો વાંક નથી.

તેવી જ રીતે સામેવાળો જે કાંઈ કરી રહેલ છે, ભલે તે ખોટી દિશામાં આગળ જાય છે. લાઈન તોડે છે, અને તે સમયે તેમ કરવા માટેનું કોઈ ને કોઈ કારણ તેની પાસે હશે જ અને જેવું આપણે આ છોડવાનું શરૂ કરીશું તો આપણે આ પરિસ્થિતિનો, લોકોનો સ્વીકાર કરી લઈશું કે દરેક પોતાની રીતે પોત-પોતાની ભૂમિકા નીભાવી રહ્યા છે. દરેક પોતાની ભૂમિકાની સાચી કલા પ્રદર્શન કરી રહેલ છે. જો કોઈ તમારી મદદ માંગે તો તેમને મદદ કરો પરંતુ એટલું યાદ રાખો કે આ દૃશ્યમાં આપણે એટલા વ્યસ્ત નથી થવાનું કે તેમની સંવેદનાની અસર આપણા પર થાય.

હવે શું થશે કે, જેમ તમે કહ્યું કે, આ માતા-પિતાનો રોલ છે, આ બોસનો રોલ છે, આ શિક્ષકનો રોલ છે, કારણ કે આપણો રોલ છે. ગમે તે રીતે કોઈકના નાટકમાં થોડુંક ભળી જવું. કારણ કે આપણે તો પથદર્શક છીએ, મદદગાર છીએ. પરંતુ તે રોલ ક્યાંક થોડોક ખરાબ બનશે કે જ્યાં કલાકારની સંવેદના આપણા પર થોડો વધારાનો પણ પ્રભાવ પાડશે. બાળક દર્દમાં છે, મારો રોલ છે તેની સાથે બેસવું, તેના દુઃખનું કારણ જાણી તેમાં ભાગ લેવો અને તેને સાચી સલાહ દેવી અને એ જોવું કે, ક્યાં તે ખોટો જઈ રહેલ છે. અને તેને બરોબર કરવાનું છે. પરંતુ હું એવું જ દર્દ નિર્મિત કરી લઈશ તો બની શકે કે તે બાળકથી વધારે દર્દમાં જતી રહું અને ત્યારે હું મારી ભૂમિકા બરોબર ભજવી શકીશ નહીં. કારણ કે જ્યારે મનમાં એક વખત દર્દ નિર્મિત થાય છે એ સમજવાની ક્ષમતા ખતમ થઈ જાય છે કે, આપણે કરવાનું શું છે, કેવી રીતે કરવાનું છે એ રીતે તેને ઠીક કરવાનું છે.

પ્રશ્ન : કોઈક વાર આપણે વિચારીએ છીએ કે 'કલા પ્રદર્શન'ની વાત કરે છે તે જરા ટેકનીકલ થઈ જાય છે. આ અવધારણા છે કે, આવી રીતે જીવવાનું છે અને આવી રીતે જ મારે રોલ નિભાવવાનો છે.

ઉત્તર : ભૂમિકા નિભાવવાની છે તે ટેકનીકલ

થવાના બદલે ક્રિયાત્મક બની જાય છે. મશીન માફક અત્યાર સુધી તો ચાલતા હતા. મશીનરી શું હોય છે જ્યાં કોઈ વિકલ્પ નથી કે બાળક દર્દમાં હોય તો એ મશીનરી જ છે કે માતા પિતા એ દર્દમાં જવાનું જ છે. મશીનરી એટલે આપો આપ સમજો કે બટન દબાવ્યું અને થઈ ગયું.

તમે ગુસ્સો કર્યો તો મારું બટન દબાણું, મારે ઉદાસ થવાનું જ છે આ પૂરેપૂરી રીતે મશીન માફક જ થાય છે. હવે આ જાણીએ છીએ કે, મારી પાસે વિકલ્પ છે. તે દુઃખમાં છે, હું દૃઢ રહી શકું છું, હું નિશ્ચલ પણ રહી શકું છું. હું વધુ સકારાત્મક થઈને વધુ રચનાત્મક વિચારી શકું છું પરંતુ પહેલાં તો મારી પાસે કોઈ વિકલ્પ જ ન હતો. ત્યારે આપણે કહેતા હતા કે લગાવ છે. દુઃખની સાથે દુઃખી થવું સ્વાભાવિક છે. આ સ્વાભાવિક હતું. તે પ્રેમની નિશાની છે. જો તે દર્દમાં છે સાથે મને પણ દર્દ થાય તો તેનાથી અમે એક બીજાને કેટલો પ્રેમ કરીએ છીએ તેની ખબર પડે છે.

પ્રશ્ન : ક્યાંક ક્યાંક તો આ પ્રેમ આસક્તિ પણ બની જાય છે.

ઉત્તર : જો હું તમારા દર્દ ને અનુભવી રહી છું. માતા પિતા બાળકની સાથે હોય, બાળકની કાંઈ ભૂલ થઈ ગઈ હોય તો માતા પિતા દુઃખી થઈ જાય છે. જાણે તેમના પિતૃત્વ સામે પ્રશ્નાર્થ લાગી ગયો હોય. પછી આપણે તેમાં એટલા ગૂંચવાઈ જઈએ છીએ. ઈચ્છીએ છીએ કે બસ બાળક ગમે તે રીતે ઠીક થાય. એ જે મારી પર દાગ લાગેલ છે કે, દુનિયા સામે નહીં, મારે માટે મારા પિતૃત્વ પર જે દાગ લાગેલ છે તે ઠીક થવો જોઈએ. એટલે આપણે તેને કહીએ છીએ કે બસ તમો ઠીક થઈ જાઓ અને આપણે તેને સમજવા માટે સમય આપવા પણ તૈયાર નથી હોતા કે તે આ મુજબ શા માટે કરી રહેલ છે. તેની પાછળ શું મૂંઝવણ છે ? તે પાછળ શું દર્દ છે ? શું આતમ ગૌરવના કારણે દુઃખ થયું ? એ કાંઈ નહીં, બસ તમે જલદી ઠીક થઈ જાવ તો હું ઠીક થઈ જઈશ. તો હું મારી ભૂમિકાને યોગ્ય રીતે નથી નીભાવતો અને જેવું આપણે આ મુજબ કરવાનું શરૂ કરીએ છીએ તો આપણે આપણું ધ્યાન રાખવાનું શરૂ કરી દેશું, મનમાં ઘણું જ ઉપર નીચે નહીં થાય ત્યારે આપણું મન પોતાની મેળે જ શાંત થવાનું શરૂ કરી દેશે. તમામ જવાબ, બધું જ સમાધાન, અહીંયાં જ (મનમાં) જ છે. જેને આપણે થાણું કહીએ છીએ. એક શિક્ષક છે જે અંદર બેઠો છે. પરંતુ અંદરનો અવાજ સાંભળવા માટે આપણે બહારના અવાજોને બંધ કરવા પડશે. અત્યારે શું થઈ રહેલ છે એટલો જ અવાજ છે, તે અંદરથી અવાજ કરે જ છે પણ આપણે તે સાંભળતા જ નથી.

પ્રશ્ન : આપણે એટલા ભ્રમીત થઈ જઈએ છીએ કે આપણે આ અવાજને ઓળખીજ નથી શકતા.

ઉત્તર : કારણ કે મેં મારી અંદરના અવાજને સાંભળવાના બદલે બીજાનો અવાજ સાંભળ્યો. એનાથી એવું બને છે કે, જ્યારે વારે વારે તેને દબાવવામાં આવે છે. તો અંદરનો અવાજ અંદર જ દબાઈ જાય છે. પછી તે બહાર નથી આવતો અને તે વીતેલા લાગણીસભર સમય રૂપે આવે છે. આપણને અંતર મનના રૂપમાં એક સારામાં સારો શિક્ષક મળેલ છે જેથી આપણે હંમેશાં સારું કરવાનું શરૂ કરીએ છીએ. મારા જીવનમાં મારા માટે સારું શું છે, તેનો મારી પાસે જવાબ છે તેને માટે આપણે બીજા પાસે જવાની જરૂર નથી. અંદરનો અવાજ શું કહે છે તે સાંભળવા જ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

પ્રશ્ન : પરંતુ અત્યારે તો નાની એવી ઘરની કે ઓફિસની સમસ્યા હોય તો પણ આપણે દશ જણાને પૂછીએ છીએ.

ઉત્તર : કારણ કે આપણે આપણી અંદરના

અવાજને સાંભળતા જ નથી. આપણે તેની વાત સાંભળીએ અને સાંભળતા જ રહીએ તો તે આપણને વધુ ને વધુ સમજ આપતો જ જશે. માની લો કે, તમે મને કોઈ સારી વાત કહી રહેલ છો, હું તે સાંભળતી જ નથી. તો તમે મને બીજી વખત કહેશો તો પણ હું તે સાંભળીશ નહીં તમે મને તે ચાર વખત કહેવા પ્રયત્ન કરશો પાંચમી વાર તમે મારી સાથે વાત કરવાનું જ બંધ કરી દેશો. કારણ કે મેં જે સારો અવાજ હતો તેને સાંભળ્યો જ નહીં અને દાબી દીધો. જો હું તમારી વાત સાંભળીશ તો તમને એમ લાગશે ચાલો મારા કહેવા મુજબ તે કરે તો છે. ને પછી આપણું જીવન ખૂબ જ સામાન્ય થઈ જશે.

આજ આપણે એ પ્રક્રિયામાં છીએ. આપણે કરવાનું શું છે ? જે ધારણાઓ લઈને આપણે ચાલતા હતા તેને છોડવા માટે આપણે સૌથી પહેલા તો લોકોને છોડવા પડશે અને બીજા લોકોની કથા લખવાનું બંધ કરવું પડશે. તેના માટે જે જેવું છે તેને એવું જ રહેવા દો. તેના પર તે આવું કેમ છે. તેવું ચિંતન ન કરો કે તે આવું કરી લેશે, મારા શિક્ષક આવું કરી લેશે, મારા પતિ આવું કરી લેશે, આપણે આ બધું છોડવું પડશે.

બીજી વાત કે આપણે આપણા મનને શાંત કરીને તેની વાત સાંભળવાનું શરૂ કરેલ છે. તો સાચા ખોટાની પરખ આપણને સ્વયં થવા લાગશે. હું તો કહું છું કે, તેને લાગુ ન કરો, તો પણ આ સાંભળીને તેની નોંધ તો કરી લો. જો અહીંયા એ પ્રક્રિયા શરૂ થશે, જે આપણે કહ્યું કે, દરેક કલાકે એક મીનીટની શાંતિ, એ વાતની યાદ અપાવશે કે, તે મારી વાત તેની સાથે સાંભળતા જશે અને પછી જે ટૂંકા ટૂંકા અભ્યાસ છે તે આપણે કરવાનું શરૂ કરી દેવું જોઈએ.

બ્રહ્માકુમારી શિવાનીબહેન, આજે જે વાત થઈ તેમાં બહુ જ સ્પષ્ટ રીતે સમજાઈ ગયું કે, આપણે શું કરવાનું છે. પણ કેટલું કરીશું તે આપણા પર આધાર રાખે છે. પરંતુ એ નક્કી છે કે, કરીશું જરૂર. કારણ કે આ બધું જ કરવાનું અમોને તે સારું લાગે છે.

આજે વાત સમજમાં આવી રહી છે લાગે છે કે સંભવ છે તો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. પહેલાં પણ આપણે આ જ વાતને લાગુ કરતાં હતા. જીવન બદલાયું. આગળ જતાં વધારે બદલાશે, ખુશી આપણી પોતાની સંપત્તિ થઈ જશે.

(અનુ. બ્ર.કુ. રમેશ, ભાવનગર)

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. ૧૫નું અનુસંધાન)... **પદાર્થોના ઉપભોગ**

માંગી લે છે.

૧. બુદ્ધિમાંથી લૌકિકતાને પૂર્ણ રીતે નષ્ટ કરવી પડશે. જેથી મારાપણું પૂર્ણ રીતે નષ્ટ થઈ જાય.

૨. બુદ્ધિને જ્ઞાનથી એટલી ભરપૂર કરવી પડશે કે જ્ઞાનની સરિતા જ સદા મનમાં વહેતી રહે અર્થાત્ જૂના વિચાર પૂર્ણ રીતે લોપ થઈ જાય અને એનું સ્થાન ઈશ્વરીય વિચાર લઈ લે.

૩. સંપૂર્ણ પવિત્રતાની તરફ તીવ્રતાથી આગળ ધપવું પડશે. પવિત્રતાને નશાના રૂપમાં તથા સ્વાભાવિક રીતે સ્વીકારવી પડશે.

૪. જીવનમાં બાબા જ બાબા હોય, એ સિવાય બીજું કંઈ દેખાઈ ના દે. બાબા જ સંસાર બની જાય. બીજાઓ કહે કે આપ યોગી છો અર્થાત્ યોગનો ચાર્ટ ઓછામાં ઓછો આઠ કલાક હોય. પરંતુ આ સર્વની સાથે જીવનમાં સમતુલા પણ રાખવી પડશે. ત્યારે જ આપ લાસ્ટ સો ફાસ્ટ જઈ શકશો.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પદાર્થોના ઉપભોગથી આત્મતેજ નષ્ટ થાય છે.

બી.કે. સૂર્ય, જ્ઞાન સરોવર, માઉન્ટ આબુ

પ્રશ્ન : 'પરમાત્મા (બાબા) જ સંસાર છે' એનો શો અર્થ છે ?

ઉત્તર : આ સંસારમાં બેજ વસ્તુઓ છે. વ્યક્તિ અને વૈભવ. આ બંને દ્વારા મનુષ્યને પ્રાપ્તિઓ થાય છે. તેથી પ્રતિપળ મનુષ્ય તેમાં આસક્ત થાય છે. જે સાધકો યોગનો સુંદર અનુભવ કરવા ઈચ્છે છે તેઓએ આ બંને (વ્યક્તિ અને વૈભવ) વસ્તુઓના પ્રભાવથી મુક્ત થઈ સંપૂર્ણ શક્તિ પરમાત્મા પાસેથી જ મેળવવાની હોય છે. તો યોગીઓ પોતાના સર્વ સંબંધ એક પરમાત્મા સાથે જ જોડી દે. એમણે સ્વયં વચન આપ્યું કે જે સમયે, જે સંબંધથી તમે મને યાદ કરશો ત્યારે હું ઉપસ્થિત થઈ જઈશ. આ રીતે આપણે સર્વ રસ એકથી જ મેળવી શકીએ અને ત્યારે કોઈ મનુષ્ય પાસેથી કોઈ રસ પ્રાપ્ત કરવાની કામના જ રહેશે નહીં. પરંતુ વૈભવોથી બુદ્ધિ દૂર કરવી એ ઈચ્છીએ તે કરતાં અઘરું કામ છે. મનુષ્યોમાં અનાસક્ત થવું એ તો સરળ કામ છે પરંતુ વૈભવોમાં માનવ અટકી જાય છે. તેને તે એટલો જરૂરી માને છે કે તેને તે છોડી શકતો નથી. કેટલાકનું જીવન રહેણીકરણી અને ખાનપાનમાં જ વીતી જાય છે. પરંતુ યોગીએ પોતાને આ જાળમાંથી મુક્ત રાખવા જોઈએ.

જ્યારે એક યોગીનું ધ્યાન આ સર્વ ભૌતિક ચીજોમાં અટવાઈ જાય છે. તો સ્વાભાવિક રીતે જ એનું ધ્યાન શક્તિઓના પરમ સ્ત્રોત પરમાત્માથી દૂર થઈ જાય છે. જેની અનેકવાર ભ્રમવશ તેને જાણ પણ થતી નથી. જેમ જેમ મનુષ્ય સેવાના ક્ષેત્રમાં આગળ વધે છે. મહારથી બને છે યા લૌકિકમાં પ્રગતિ કરે છે. તેમ તેમ એની જરૂરિયાતો પણ વધે છે. તે ત્યાગમય જીવનથી દૂર જવા માગે છે. કારણકે એને ધન તથા વૈભવની પ્રાપ્તિ વધારે થાય છે. એટલે તે એના ઉપભોગનો સાહજિક રીતે સ્વીકાર કરી લે છે. અને અહીંથી તેના પતનની શરૂઆત થાય છે. તો અધ્યાત્મપથના યાત્રીઓએ એ સત્ય યાદ રાખવાનું છે કે વૈભવોના ઉપભોગથી આત્માનું તેજ નષ્ટ થઈ જાય છે. વૈભવોનો ઉપભોગ યોગીઓની દિવ્યતાને નષ્ટ કરી દે છે. તેથી જ્ઞાનયુક્ત યોગીઓએ જેમ જેમ આગળ વધે તેમ તેમ જીવનમાં ત્યાગ તથા તેજ પણ વધારવાં જોઈએ.

આ રીતે આપણા મનમાં વૈભવો પ્રત્યે જ્ઞાનયુક્ત વૈરાગ્ય પણ ઉત્પન્ન થવો જોઈએ. જ્ઞાનયુક્ત વૈરાગ્ય જ સુખદ તથા સ્થાયી હોય છે. જો કોઈ કારણને લીધે વૈરાગ્ય જન્મ્યો હશે, તો તે કારણ સમાપ્ત થતાં વૈરાગ્ય પણ સમાપ્ત થઈ જશે. બીજાઓને વૈભવોમાં મગ્ન રહેતાં જોઈને પોતે પણ તેની આધિનતા સ્વીકારી લે છે. એને પણ વૈભવોમાં આસક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે.

કોઈ એમ પણ કહી શકે છે કે અમે તો અનાસક્ત બનીને જ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. પરંતુ આ વાત એટલી સહેલી નથી. કારણ કે કર્મેન્દ્રિયો જે જે પદાર્થોનો ભોગ કરે છે. એમાં સ્વાભાવિક રીતે એની આસક્તિઓ વધે છે. જે માનવ અનાસક્ત બનીને વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરશે, તેનામાં સંગ્રહશક્તિ નહીં હોય. એનામાં લોભ પણ હશે નહીં. એની જરૂરિયાતો પણ વધારે હશે નહીં.

આ રીતે એક યોગી જ્યારે અન્ય મનુષ્યો પાસેથી સ્નેહ યા કોઈ સહયોગ શક્તિની ઈચ્છા રાખે છે ત્યારે એના મસ્તક ઉપરથી ઈશ્વરીય

સહયોગનો હાથ પાછો ખેંચાય છે. તો આપણે સર્વ કાંઈ એક પરમાત્મા દ્વારા જ મેળવીએ ! એને જ પોતાનું સર્વસ્વ સમજીએ. એના પર જ પોતાનું સર્વસ્વ ન્યોછાવર કરી દઈએ. કોઈ વ્યક્તિ કે વૈભવમાં બુદ્ધિ જાય નહીં. આ અનુભવ છે 'પરમાત્મા જ સંસાર છે.' એ મહાવાક્યનો.

પ્રશ્ન : મેં આપના ત્યાં એક ઘણી સુંદર વાત જોઈ ! સંન્યાસી હોવાને કારણે હું અનેક આશ્રમોમાં રહ્યો છું. અને હવે મારો પણ આશ્રમ છે. પરંતુ મેં અહીં જોયું કે અહીં સર્વ બુદ્ધિશાળી લોકો છે અને એક સંગઠિત યુવાવર્ગ છે. યુવાવર્ગ તથા બુદ્ધિશાળીઓ ઉપર શાસન કરવું અને એમને એકતાના બંધનમાં બાંધવા એ અઘરું કાર્ય છે. છતાં આપના ત્યાં તો સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય પણ છે. આ સર્વ કઈ રીતે શક્ય બન્યું ?

ઉત્તર : જો બુદ્ધિશાળી મનુષ્યોને બુદ્ધિનો અહંકાર ન હોય, જો તેને દિવ્યબુદ્ધિ દાતા પરમાત્મા દ્વારા જ શ્રેષ્ઠ બુદ્ધિ મળેલી છે તો બુદ્ધિશાળી હોવાને કારણે સંઘર્ષનું કોઈ કારણ નથી. અમારે ત્યાં માત્ર બુદ્ધિશાળી લોકોનું જ મહત્ત્વ નથી, પરંતુ કોણે પોતાની બુદ્ધિને દિવ્ય તથા વિશાળ બનાવી છે અને પોતાની બુદ્ધિને સર્વશક્તિવાન સાથે જોડીને સ્થિતિને મહાન બનાવી છે - તે વાતનું મોટું મહત્ત્વ છે. એ શંકા વગરની વાત છે કે ભગવાને ધરતી ઉપર આવીને પોતાના મહાન કાર્ય માટે અનેક બુદ્ધિમાન આત્માઓને જ પસંદ કર્યા છે. અહીં અનેક બુદ્ધિમાન સમર્પિત છે. પરંતુ તેમાં એક તફાવત છે.

આપના આશ્રમોમાં મોટેભાગે સાંસારિક જવાબદારીઓથી અકળાઈ ગયેલા યા સન્યાસી લોકો આવીને રહેતા હોય છે. એટલે એમને આશ્રમ પ્રત્યે કોઈ વિશેષ પ્રેમ કે પોતાપણું હોતું નથી. તેમનામાં કાર્યોમાં કુશળતા વિશેષ પ્રમાણમાં હોતી નથી. પરંતુ અહીં જે લોકો સમર્પિત થયેલા છે તેઓ એક તો સ્વેચ્છાએ સમર્પિત થયા છે. બીજું એમણે અહીંના સંયમ નિયમ દિલથી અપનાવેલાં છે. ત્રીજું એમનામાં કાર્ય પ્રત્યેની નિષ્ઠા છે. તથા રાજયોગે એમને જવાબદારી સંભાળવાની શક્તિ આપેલી છે. ચોથું એઓ એ જાણે છે કે આ યજ્ઞ સેવા દ્વારા જ એમની સાધના પૂર્ણ થશે અને પાંચમું એમનું આ સંગઠનમાં રહીને સ્વયંને ગુણવાન બનાવવાનું લક્ષ્ય છે.

આ વાતોને કારણે તેઓ સ્વયંશિસ્તમાં સ્વેચ્છાએ બંધાયેલા છે. એઓ સર્વ કાંઈ કોઈને બતાવવા માટે કરતા નથી, કે કોઈ મનુષ્ય માટે કરતા નથી. પરંતુ સર્વ કાંઈ ઈશ્વર માટે જ કરે છે. આજ આ સંગઠન શક્તિનું રહસ્ય છે. બીજી વાત યુવાવર્ગની પવિત્રતાની. આ હકીકત ખરેખર આશ્ચર્યજનક છે. સેંકડો યુવકોના આ સંગઠનમાં કોઈપણ વ્યક્તિ સ્વાભાવિક રીતે એમની પવિત્રતાથી પ્રભાવિત થઈ જાય છે. આવી ઘટના વિશ્વમાં અન્યત્ર વિરલ છે. આ માર્ગ એમણે સ્વેચ્છાએ અપનાવ્યો છે. આપ જાણો છો કે બ્રહ્મચર્ય પાલન દબાણ યા હઠથી શક્ય બનતું નથી. તે માટે કેટલીક વાતોની જરૂર છે. જેનું પાલન આ સૌ નિરંતર કરે છે.

- મુખ્યરૂપે અશરીરીપણાનો અભ્યાસ કરી કર્મેન્દ્રિયોને શીતળ બનાવવી.
- અમૃતવેળાએ ઉઠીને યોગઅભ્યાસ કરવો.
- આ ઈશ્વરીય આજ્ઞા છે. ઈશ્વરના આજ્ઞાકારી વત્સ બાળક હોવાને કારણે એનું મનથી પાલન કરવું.
- એમને એ આભાસ થઈ ગયો છે કે તેઓ જ દેવતાઓ હતા.

આ રીતે યોગબળ દ્વારા શારીરિક શક્તિઓને ઊર્ધ્વગામી બનાવીને પરમાત્મ મિલન દ્વારા પરમ આનંદ પ્રાપ્ત કરે છે.

પ્રશ્ન : મારો સ્વભાવ ઘણો કડક છે. કેટલાયે લોકો મારાથી નારાજ પણ રહે છે. મને ખબર નથી પડતી કે આ ગુણ છે કે અવગુણ. આપ જ મને માર્ગદર્શન આપો.

ઉત્તર : આપ આપણે જે ધારણ કરવાના છે તે દૈવીગુણોની યાદી વાંચી જાઓ. તેમાં ક્યાંયે કઠોરતાનો (Strictness) સમાવેશ થયો છે ? તમને તે જોવા નહીં મળે. આ કડક રહેવું તે શું છે? મનુષ્યના અહં તથા ક્રોધનું જ એક અતિ સૂક્ષ્મ સ્વરૂપ છે. લોકો તેને અવગુણ સમજતા નથી. કારણ કે તે અતિસૂક્ષ્મરૂપે કાર્ય કરે છે. જે વ્યક્તિ કડક રહે છે તે પોતાને વધારે સંયમી તથા શિસ્તબદ્ધ સમજે છે. અને બીજાઓને પણ તેવા બનાવવા ઇચ્છે છે. જો કે કડક રહેવું કેટલીક બાબતોમાં ઘણું ઉપયોગી છે પરંતુ તેનાથી સંગઠનમાં કેટલુંયે નુકસાન થાય છે. એમનું પ્રેમ સ્વરૂપ નષ્ટ થઈ જાય છે. બીજાઓ કડક રહેનારથી દૂર રહે છે. કોઈપણ એને દિલથી ઈચ્છતું નથી. સન્માન આપતું નથી. તેનો સેવા પર ઘણો ખરાબ પ્રભાવ પડે છે. બધાં એનાથી ડરતા રહે છે. તેનાથી તેનો વિકાસ થંભી જાય છે. સેવામાં આવા આત્માનો કોઈ મનથી સહયોગી બનતો નથી. આવા આત્માઓ જીવનમાં કેટલાંયે ક્ષેત્રોમાં નિષ્ફળ જાય છે.

આપ જ વિચાર કરો કે જો સ્વયં ભગવાન આપના ઉપર કઠોર (Strict) બની જાય. તો આપની શી હાલત થશે ? અને જો બીજાઓ આપની સાથે કડક રહે, તો આપની શી હાલત થશે ? જો આપને કડક રહેવુ છે તો પોતાની જાત સાથે રહી સ્વયંમાં શ્રેષ્ઠ ધારણાઓ ધારણ કરવામાં કડક બનો. પરંતુ બીજાઓ માટે હળવાં રહો. હા, મર્યાદાઓ માટે આપ બીજાઓની સાથે ની Lawful and loveful સમતુલા રાખો. કેવળ કડક રહેવું એ તો માત્ર Lawful બનવાનું જ છે. પરંતુ સ્નેહ વગર મર્યાદાઓનું પાલન કરાવવું અઘરું બનશે. આવી સ્થિતિમાં જીવનમાં શુષ્કતા આવે છે. તથા ઈશ્વરીય જીવનનો આનંદ સમાપ્ત થઈ જાય છે. તેથી જો આપ બાપ સમાન સંપૂર્ણ નિરહંકારી બનવા ઈચ્છો છો તો કડકપણાને સૂક્ષ્મ અહં સમજીને પોતાના સ્વભાવને વધારે સરળ તથા સાનુકૂળ બનાવો જેથી આપ પરિવારને ઈશ્વરીય સ્નેહના સૂત્રમાં બાંધી શકો અને એમનું આ ત્યાગભર્યું જીવન શુષ્કજીવન ન બનતાં સુખમય જીવન બની જાય. એવું વિચારવાનું છોડી દો કે પોતે ઈચ્છીએ છીએ તેવું જ બીજા લોકો કરે. શ્રેષ્ઠ ભાવનાની સાથે સ્નેહની પણ જરૂર છે.

આ સંસારમાં હંમેશાં આપણે એ સમજીને ચાલવાનું છે કે દરેક પરિસ્થિતિમાં સૌ પ્રથમ દરેક મનુષ્ય બીજાઓના સ્નેહની જ અપેક્ષા રાખે છે. આપણું પ્રથમ હથિયાર સ્નેહ જ હોય. આપણા મનને ઈશ્વરીય સ્નેહથી ભરી દઈએ. કડક રહેવું એ શુષ્ક મનનું જ પ્રતીક છે. ઈશ્વરીય આનંદ જ સ્વભાવને સરળ બનાવે છે.

પ્રશ્ન : હું એક પ્રોફેસર છું. મને આપની બ્રહ્મચર્યની વાત ઘણી ગમે છે. પરંતુ તે માટે આપે ખાન-પાનના નિયમો કડક બનાવી દીધા છે. એની શી જરૂર છે. બ્રહ્મચર્ય અને ભોજનનો પારસ્પરિક શું સંબંધ છે ?

ઉત્તર : બ્રહ્મચર્યની વાત આપને ઉત્તમ લાગી એ આપના શ્રેષ્ઠ વિચારોનું પ્રતીક છે. નિઃસંદેહ આપ દૈવીકુળના વંશજ છો. પરંતુ આવા શ્રેષ્ઠ વિચારોવાળી વ્યક્તિઓને સાત્વિક ભોજનની મહત્તા સ્વીકારવામાં આપત્તિ શી ? કારણ કે આજકાલ મનુષ્ય હદથી વધારે કામી બની ચૂક્યો છે. એટલે તે શારીરિક સામર્થ્ય માટે મદ્યપાન તથા માંસાહારનો સહારો લે છે. પરંતુ એક યોગી માટે એ જરૂરી છે કે તેનું મસ્તિષ્ક શુદ્ધ પણ હોય તથા શક્તિશાળી પણ હોય. શારીરિક શક્તિનો તેને

બ્રહ્મચર્યથી સ્વાભાવિક રીતે જ મળે છે. તામસી ભોજન મસ્તિષ્કને અશુદ્ધ તથા નિર્બળ બનાવે છે. સાત્ત્વિક ભોજન જ મસ્તિષ્ક માટે બળ છે.

એમ કહેવાય છે કે અન્નથી મન બને છે તે ખોટું છે. અન્નથી મન બનતું નથી. પણ મન તો આત્માની સંકલ્પ શક્તિ છે. વાસ્તવમાં અન્નથી મસ્તિષ્ક બને છે. અને અન્નનો મન પર પ્રભાવ પડે છે. વિદ્વાનોને મન અને મસ્તિષ્કના ભેદની ખબર નથી. એમણે માની લીધું છે કે અન્નથી મન બને છે. માંસાહાર, મદ્યપાન, ધૂમ્રપાન, લસણ કાંદા યા અન્ય તીખા પદાર્થો કામ ઉત્તેજક છે. એટલે એનું સેવન પવિત્રતા માટે હિતકારી નથી. જો કે લસણ, કાંદા વિશેષ ઔષધી પણ છે. પરંતુ યોગીએ એનું સેવન કરવું જોઈએ નહીં. પવિત્ર જીવન જીવનાર યોગીએ હલકું ભોજન કરવું જોઈએ. એનું ભોજન વાસી ન હોય, ભારે ન હોય, વધારે મરચાં-મસાલાવાળું ન હોય, તેનાથી બુદ્ધિ ભારે બને છે. એટલે પવિત્રતાના ઉંચા લક્ષ્ય પર પહોંચનારે ભોજન માત્ર જીવવા માટે જ કરવું જોઈએ. જો કોઈ ભરપેટ ખાય છે તો તેણે પરિશ્રમ કરીને સમતુલા જાળવી રાખવી જોઈએ.

બીજી મુખ્ય વાત છે ભોજન પર ભોજન બનાવનારના પ્રભાવની. ભોજન બનાવનારના વિચાર, સંસ્કાર તથા સંકલ્પ ચારે બાજુએ આંદોલનના રૂપે ફેલાય છે. જે ભોજન દ્વારા ગ્રહણ થાય છે. તેના આંદોલનો ખોરાક ખાનાર વ્યક્તિ પણ ગ્રહણ કરે છે. સમજો કે કોઈ ઘરમાં ઘડામાં પાણી રાખેલું છે. આપ તેને પીઓ છો. તો સત્યતા એ છે કે એ પાણીમાં એ ઘરનાં સર્વ મનુષ્યોનાં સારાખોટાં આંદોલનો સમાયેલાં છે. એક ગ્લાસ પાણી પીને આપ સર્વનાં આંદોલનોનો સ્વીકાર કરો છો. જેનો આપના પર સો ટકા પ્રભાવ પડશે. કહેવાનો અર્થ એ છે કે ઘરના સંપૂર્ણ વાતાવરણનો, ત્યાં રહેનારના વિચારો તથા કર્મોનો પ્રભાવ, ત્યાંની પ્રત્યેક વસ્તુ પર પડેલો હોય છે. પછી તે ખાવાની વસ્તુઓ હોય યા સૂઈ જવાની પથારી હોય. એનો ઉપયોગ કરીને આપ એના પ્રભાવથી મુક્ત રહી શકતા નથી. એટલે કલિયુગના આ કામપ્રધાન સમયમાં બ્રહ્મચર્ય અપનાવવું તે ખરેખર કલિયુગને પડકાર આપવા સમાન છે. તેથી પવિત્રતાના અભિલાષીએ યોગયુક્ત ભોજન જ લેવું જોઈએ.

પ્રશ્ન : હું જ્ઞાનમાં ઘણો મોડો આવ્યો છું. તે એવો સમય છે કે શિવબાબા અંતિમ સીટી વગાડી રહ્યા છે. બીજાઓને ઘણા સમયથી આ માર્ગ ઉપર ચાલતાં જોઈને મને એ વિશ્વાસ બેસતો નથી કે હું લાસ્ટ સો ફાસ્ટ (પાછળથી આવેલા પણ ઝડપી પુરૂષાર્થ કરનાર) જઈ શકું. શું મારા માટે સફળતાના ચરમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાની કોઈ ચાવી છે ?

ઉત્તર : જેણે 'લાસ્ટ સો ફાસ્ટ'નું સૂત્ર આપ્યું છે એણે એના દ્વાર પણ ખોલી દીધાં છે. અંત સુધી પણ વિજયમાળાની કેટલીક સીટો અવશ્ય ખાલી રહેશે. જેના ઉપર માત્ર પાછળથી જ્ઞાનમાં આવનારનો અધિકાર રહેશે. કારણ કે વિશ્વનાટકની રચના એટલી સુંદર રીતે બનાવી છે કે તેમાં કોઈ પણ ફરિયાદ કરી શકે નહીં.

તો આપે લાસ્ટ સો ફાસ્ટ જવાની વિધિ પૂછી છે. એનો અર્થ એ કે આપ એ આત્માઓની યાદીમાં આવવા ઈચ્છો છો. જેઓએ પોતાના જીવનનો અધિકતમ સમય આ હેતુ માટે સમર્પિત કર્યો છે. જેઓએ તન, મન, ધનની આહુતિ આપી છે. પોતાનાપણું તથા અભિમાનની હોળી સળગાવી છે અને સંપૂર્ણ ત્યાગ તથા તપસ્યાથી ભરેલા જીવનનો સ્વીકાર કર્યો છે. આપ સમજી શકો છો કે તે માટે આપને કેટલી મહેનત કરવી પડશે. કામ અશક્ય નથી પણ કઠોર પરિશ્રમ

(અનુસંધાન પેજ નં. ૧૧ પર)

આધ્યાત્મિક જીવનમાં સફળતા

બ્ર.કુ. રામનાથભાઈ, માઉન્ટ આબુ

દરેક માણસ જીવનમાં સફળતા ઇચ્છે છે. જીવનને શ્રેષ્ઠ બનાવવા માટે વર્તમાન જીવન પરિવર્તન જરૂરી છે. જીવનમાં પરિવર્તન એટલે સંસ્કારોમાં પરિવર્તન અને સંસ્કારોમાં પરિવર્તન એટલે કર્મોમાં પરિવર્તન. કારણ કે કરેલાં કર્મોની છાપ આત્મામાં રેકોર્ડ થાય છે. જેને સંસ્કાર કહીએ છીએ. અને એ સંસ્કાર પુનઃ મનમાં વિચાર સ્વરૂપે આવે છે. જે કર્મોમાં પરિણમતા સંસ્કાર તરીકે રેકોર્ડ થાય છે. એ પુનઃ સંકલ્પ તરીકે આવે છે જેને રોકી શકતા નથી. કારણ કે આપણી પાસે એટલી શક્તિ નથી. જે વ્યર્થ વિચારોને રોકી શકીએ. આ સૃષ્ટિનો અંતિમ સમય છે. હવે સર્વ આત્માઓએ પાછું (બ્રહ્મલોક) ઘરે જવાનું છે. આત્મા જ્યારે આ સૃષ્ટિ પર આવ્યો હતો ત્યારે સતોપ્રધાન અવસ્થામાં હતો. અને પુનઃ સતોપ્રધાન બનીને જવાનું છે. અપવિત્ર વિચારો કે સંસ્કારો સાથે જઈ શકાશે નહીં. જે પણ અપવિત્રતા, અશુદ્ધ વિચારોનું રેકોર્ડીંગ ભર્યું છે. જે શરીર દ્વારા જ ભર્યું છે. અને ફરીથી શરીર દ્વારા જ એને સાફ-સ્વચ્છ કરવું પડશે. આત્માને સ્વચ્છ સતોપ્રધાન બનાવવાના બે ઉપાય છે.

૧. શરીર દ્વારા કર્મોની સજા ભોગવીને.

૨. યોગ બળ દ્વારા.

જૂના જમાનામાં કોઈ માણસ એવું જોવા મળતું જે ગમે એટલી બીમારીમાં ડોક્ટર પાસે જતાં નહીં. કહે મારે દવા નથી લેવી. હિંમતથી બીમારીનું દર્દ સહન કરતા હતા. જ્યારે ઘણા માણસો જરા પણ કંઈ દર્દ થાય તો તુરત જ ડોક્ટર પાસે જઈને ઇંજેક્ષન મૂકાવે અને દર્દ ગાયબ. તમે તમારા દિલ દર્પણમાં જુઓ. તમે કહેશો કે મારી પાસે એટલી હિંમત છે, શક્તિ છે. કાલ કોણે જોઈ છે. મોજ મજા કરી લો. અગર સહન કરવાની એટલી શક્તિ છે તો તમારે મહેનત કરવાની ભગવાનને યાદ કરવાની જરૂરત નથી. અથવા તમે કહેશો કે મને મારા કરેલાં કર્મો સ્પષ્ટ દેખાઈ રહ્યાં છે. અને એ દર્દ હું સહન કરી શકીશ નહીં તો ભગવાનને યાદ કરો. કરેલાં કર્મોની સજા પાંચ પ્રકારે ભોગવવી પડશે.

૧. અલગ અલગ પ્રકારની બીમારી દ્વારા.

૨. ધરતીકંપ, અનાવૃષ્ટિ, પ્રાકૃતિક આપદા દ્વારા

૩. ગૃહ યુદ્ધ, ધર્મ ઝનૂનીઓ આપસમાં લડે છે. જેમાં નિર્દોષો મરી જાય છે.

૪. આંતરરાષ્ટ્રીય યુદ્ધ થાય છે જેમાં કેટલાક નિર્દોષોનાં જાન જાય છે.

૫. ઘણાં માણસો આપઘાત કરે છે એ આત્માઓ પ્રેતાત્માઓ Evil Soul તરીકે ભટકે છે.

અગર તમારામાં સહનશક્તિ છે અને તમો રાજી હોય તો તમારે ભગવાનને યાદ કરવાની જરૂરત નથી. એને માટેનો કોઈ બીજો ઉપાય છે ? હાં, જરૂર છે. ત્યારે તમારે ભગવાનની જરૂરત છે. જેમ શરીરને ડોક્ટર ઇંજેક્ષન મૂકે છે અને દર્દને ગાયબ કરી દે છે. તેમ પરમાત્માની યાદ દ્વારા આત્માને સતોપ્રધાન બનાવી શકાય છે. પરમાત્માની યાદની પણ વિધિ છે. સ્વયંના સ્વરૂપને જાણીને આત્મસ્થિતિમાં સ્થિત થઈને પરમાત્માને યાદ કરવા. પરમાત્મા કહે છે કે મારી શક્તિ દ્વારા હું તમારાં પાપકર્મોને ભસ્મ કરીશ. એ મારી પ્રતિજ્ઞા છે. એટલે હવે અહીં જરૂરત છે યોગની. યોગ એટલે જોડ. યોગ માટે બે સત્તાનું મિલન અનિવાર્ય છે. આત્મ સત્તા અને પરમાત્મ સત્તા. આત્માનું પરમાત્મા સાથેનું મિલન એ જ

યોગ છે. આત્મા સત છે. ચૈતન્ય છે. આનંદ સ્વરૂપ છે. મન-બુદ્ધિ-સંસ્કારનો પુંજ છે. પરમાત્મા પણ સૂક્ષ્મ જ્યોતિબિંદુ છે. પરમધામના નિવાસી છે. તો સ્વયંને આત્મા સમજીને પરમાત્માને યાદ કરવાના છે. જ્યાં સુધી આત્મિક સ્વરૂપમાં સ્થિત નથી થતાં ત્યાં સુધી પરમાત્માની યાદ ખૂબ જ કઠિન લાગે છે. શરીરમાં સાકારમાં રહીને નિરાકાર પરમાત્માને યાદ કરવા એમાં ખૂબ જ મહેનત છે. એમાં ખૂબ જ વિઘ્ન આવશે. અગર શરીરભાનમાં બેસીને યાદ કરશો તો સાકારી દુનિયાના, સંબંધીઓના, પદાર્થોના વિચારો જરૂર આવશે. એથી જ કહેવામાં આવે છે કે પહેલાં સ્વયંને ઓળખો. ખુદને શરીર નહીં પરંતુ આત્મા નિશ્ચય કરો અને પરમાત્માને યાદ કરો. આપણે કોઈપણ કર્મ કરતાં પહેલાં પ્રાપ્તિને ધ્યાનમાં રાખીએ છીએ. જ્યાં પ્રાપ્તિ નથી તો એ કર્મ આપણે કરતાં નથી. ઈશ્વરને યાદ કરવાથી ચાર પ્રકારની પ્રાપ્તિ થાય છે. જો આ ચાર પ્રકારની પ્રાપ્તિનો અનુભવ આપ કરશો. તો એ યથાર્થ યાદ કહેવાશે. ઘણીવાર ઘણા લોકો કહેતાં હોય છે કે અમારો યોગ લાગે છે કે નહીં તે કેવી રીતે ખબર પડે ? તો નીચે પ્રમાણેની ચાર પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ આપ કરો છો ?

૧. મનમાં ખૂબ જ સુંદર પવિત્ર વિચારો ચાલે છે ?

૨. મનની યાત્રા પરમધામ સુધી જાય છે ?

૩. બુદ્ધિ સ્વચ્છ બની રહી છે ?

૪. પુરાણા પાપ ભસ્મ થઈ રહ્યાં છે ?

ઘણા કહેશે કે પુરાણાં પાપ કર્મ ભસ્મ થાય છે કે નહીં તે કેવી રીતે ખબર પડે ? જેમ તમારા ઉપર ૪૦ કિલોનો બોજ હોય અને ચાલી રહ્યા છો. કોઈ ૨૦ કિલોનો બોજ લઈ લે. તો તમને ઝટ ખબર પડે કે વજન ઓછું થયું છે. તે જ રીતે માથા પર પાપનો બોજ હોય અને યોગબળથી પાપ ભસ્મ થાય તો તરત જ ખબર પડે.

તો આ ચારે પ્રકારની પ્રાપ્તિ જે વિધિથી થાય તે વિધિ યથાર્થ જાણવી. આ ચારે પ્રાપ્તિ રોજ થવી જોઈએ. તો જાણવું કે ઈશ્વરને યાદ કરવાની મારી વિધિ યથાર્થ છે. વિધિથી સિદ્ધિ મળે છે. આપણે ઘણીવાર કહીએ છીએ કે મારા સંસ્કાર બદલાતા નથી. સ્વયં ભગવાન ભણાવે છે અને તમારા સંસ્કારોનું પરિવર્તન થતું નથી. તો જરૂર વિધિમાં ક્યાશ છે. યોગ કરનાર મન-બુદ્ધિ છે. મન-બુદ્ધિનો યોગમાં કેવી રીતે પ્રયોગ કરવો તે જાણવું જરૂરી છે. નહીં તો ઘણીવાર આપણે કહીએ છીએ કે મારી બુદ્ધિ ભટકે છે. બુદ્ધિનો યોગમાં પ્રયોગ કેવી રીતે કરવો જોઈએ ? મન બે પ્રકારે કર્મ કરે છે. યોગમાં બેસીએ છીએ ત્યારે બે પ્રકારનાં વિચારો ચાલે છે. જે પણ કંઈ ભર્યું છે તે વિચાર તરીકે સંકલ્પ ઉત્પન્ન થાય છે. એ મનનું કામ છે. બીજું તમે મનમાં સારા કે ખરાબ વિચારોનું નિર્માણ કરી શકો છો. બંને શક્તિ તમારી પાસે છે. ખરાબ વિચારો જે સંસ્કાર તરીકે રેકોર્ડીંગ થયેલ છે. તે સંકલ્પ તરીકે ઈમર્જ થાય છે અને બીજું સારા વિચારો તમે નિર્માણ કરી શકો છો.

એ જ રીતે બુદ્ધિ પણ ત્રણ પ્રકારે કર્મ કરે છે.

૧. નિર્ણય કરવો.

૨. બુદ્ધિનેત્ર દ્વારા વિચારોને ચિત્ર દ્વારા જોવાં.

૩. બુદ્ધિ દ્વારા અનુભવ કરવો.

સૌ પ્રથમ મનમાં કોઈપણ પ્રકારનાં વિચારો ચાલે છે. તે બુદ્ધિ દ્વારા નિર્ણય કરવામાં આવે છે. બીજું કોઈ વ્યક્તિની સ્મૃતિ આવે છે તો તેનું ચિત્ર બુદ્ધિનેત્ર પટલ પર આવે છે. ભૂતકાળમાં જોયેલું કોઈ સુંદર દૃશ્ય, પદાર્થો બુદ્ધિનેત્ર દ્વારા પુનઃ પુનઃ જોઈ શકાય છે. અને ત્રીજું કોઈ વસ્તુ ખાઈએ છીએ તો એનો સ્વાદ અનુભવ કરીએ છીએ. કોઈની લાગણીઓનો અનુભવ કરીએ છીએ. આમ આ રીતે બુદ્ધિ ત્રણ પ્રકારે કાર્યરત છે. સૌ પ્રથમ મનની અંદર વિચારો આવે છે કે ઈશ્વરને યાદ

કરવા છે તો બુદ્ધિ દ્વારા નિર્ણય લઈએ છીએ. ત્યારબાદ બુદ્ધિનેત્ર દ્વારા પરમાત્માનું ચિત્ર સ્પષ્ટ સામે આવે છે. ત્યાર બાદ બુદ્ધિ દ્વારા એની શક્તિ અને ગુણોનો અનુભવ કરીએ છીએ. આમ આ રીતે બુદ્ધિનાં ત્રણ કર્મ છે.

હવે જોઈએ કે સંસ્કાર કેવી રીતે બને છે. મનના વિચારોને બુદ્ધિ જ્યારે સ્વીકાર કરે છે ત્યારે સંસ્કાર બને છે. બુદ્ધિ સ્વીકાર કરે એનો અર્થ શું છે ? દા.ત. આપ રસ્તા પરથી પસાર થઈ રહ્યા છો. બહાર ખૂબ જ સુંદર ચીજ વસ્તુઓ દૃશ્ય જુઓ છો. કોઈ પણ વસ્તુ જોવાથી મનમાં ત્રણ પ્રકારનાં પ્રભાવ પડે છે. વસ્તુ જોવાથી વિચાર આવે છે કે આ તો ખૂબ જ સુંદર વસ્તુ છે. આપે જોયું વર્ણન પણ કર્યું પરંતુ એક મિનિટ બાદ ભૂલી ગયા. તો સંસ્કાર નથી બનતા. બીજું છે બજારમાં કોઈ ખાવાની વસ્તુ જુઓ છો જોઈને તરત જ મોંમા પાણી આવે છે. ઓહ મારે પણ આ ખાવું જોઈએ. તો બુદ્ધિએ સ્વીકાર કર્યો. જેનાથી એના સૂક્ષ્મ સંસ્કાર બની જાય છે. તમે યોગમાં બેઠા છો. કોઈ વ્યક્તિની યાદ આવે છે. યાદ આવતાંની સાથે ફિલીંગ આવે છે તો તમારા સૂક્ષ્મ સંસ્કાર બની જાય છે. બુદ્ધિ એ વિચારોનો સ્વીકાર કરે છે એટલે સૂક્ષ્મ સંસ્કાર બની જાય છે. અને ત્યાર બાદ સ્થૂલ કર્મમાં એને સ્થાન આપવાથી આપણા સ્થૂલ સંસ્કાર દ્રઢ થઈ જાય છે. સ્થૂલ પાપ આપણે નથી કરતા પરંતુ સૂક્ષ્મ પાપ ઘણા થઈ જાય છે. સંપૂર્ણ પવિત્ર બનવું છે. પાવન બનવું છે. જેથી નાના નાના સૂક્ષ્મ કર્મ પર પણ ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. તમે કહેશો કે સંસ્કારોમાં પરિવર્તન થતું નથી. કારણ કે આપણું એટેન્શન નથી. નાની નાની વાતની ભૂલો કરીએ છીએ. એનો બોજ ચઢી જાય છે. જેથી યોગ લાગતો નથી. અને યોગ લાગતો નથી તેથી પરિવર્તન જોવા મળતું નથી. ભારે ચીજ ઉપર કેવી રીતે ઉડી શકશે ? જ્યારે આત્મા શરીર છોડીને જાય છે તો સાથે સંસ્કાર લઈ જાય છે. એને નવું જીવન પણ સંસ્કાર અનુસાર જ મળે છે. અગર સ્થૂળ સંસ્કાર આવા ગંદા ભર્યા છે. તો નવો જન્મ પણ એવો જ મળશે. સંસ્કારો સારા પવિત્ર ભર્યા છે તો આત્મા પાવન બને છે અને સાથે સાથે પવિત્રતાની આભા હોય છે. ફરિસ્તાઓને પવિત્રતાનું આભામંડળ સાથે જ હોય છે. પરંતુ જેણે અપવિત્ર સંસ્કાર ભર્યા છે તો એને આપણે ભૂત પ્રેત અથવા Evil Soul કહીશું. હવે મનરૂપી દર્પણમાં જુઓ કે મેં કેવા સંસ્કાર ભર્યા છે. એને મેં ભસ્મ નથી કર્યા તો પુનઃ એ સંસ્કાર સંકલ્પ રૂપે ઈમર્જ થાય છે. અને સ્વયં હેરાન થાય છે. તેમજ બીજાને કરે છે. બીજ રૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ જાવ. તો પુરાણા સંસ્કાર ભસ્મ થઈ જશે. જેવી રીતે એક કાગળના ટુકડાને સૂર્ય નીચે મૂકવાથી બળી જતો નથી. પરંતુ કાગળના ટુકડા ઉપર લેન્સ મૂકવાથી એ કાગળ સળગવા માંડે છે. એ છે એકાગ્રતાની શક્તિ, એ જ રીતે મન અને બુદ્ધિને ઈશ્વરમાં એકાગ્ર કરવાથી બીજરૂપ સ્થિતિથી આત્મામાં રહેલા સંસ્કારો બળીને ભસ્મ થઈ જાય છે. હવે નવા સંસ્કાર બનાવવા માટે આપણને જ્ઞાન જોઈએ. જેથી રોજ મોરલી સાંભળવી જોઈએ. જ્ઞાનને યોગ દ્વારા સિધ્ધ કરો. આપણો યોગ જ્ઞાનયુક્ત યોગ છે. યોગનો પ્રયોગ કરો. અનુભવ કરો. અતીન્દ્રિયસુખનો અનુભવ થશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

અનુ. બી.કે. રોહિતભાઈ, વલસાડ

અભ્યાસ અને દૈવી ગુણો ઉપર પૂરું ધ્યાન આપવાનું છે. કોઈની સાથે ગુસ્સામાં આવીને વાત કરવાની નથી. જો કોઈનામાં ક્રોધનું ભૂત પ્રવેશ્યું છે તો એની સામેથી દૂર થઈ જાઓ. આપણામાં ક્રોધનું ભૂત પ્રવેશે નહીં તેનું ધ્યાન રાખવાનું છે.

આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થી માટે માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો

બ્ર.કુ. હેમંત, મણિનગર, અમદાવાદ

આધ્યાત્મિક માર્ગ પર જીવન રથ ચલાવનાર રૂહાની પુરુષાર્થીનું લક્ષ હોય છે. 'સતત સ્વ ઉન્નતિ કરવી, દિવ્ય ગુણોથી સંપન્ન જીવન બનાવવું, સ્વયંમાં ઈશ્વરીય શક્તિઓનો સ્ટોક જમા કરી અન્ય દુઃખી અશાંત આત્માઓને સુખ-શાંતિ-શક્તિનો અનુભવ કરાવવો.' અધ્યાત્મ માર્ગ પર સહજ પ્રગતિ થતી રહે તે માટે રૂહાની પુરુષાર્થીએ દિવસ દરમિયાન સતત સ્વ ચેકિંગ કરવું જરૂરી છે. આ અંગે કઈ કઈ બાબતો પર વિસ્તારપૂર્વક અમલ કરવો જરૂરી છે. તે અંગેના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો નીચે જણાવેલ છે.

૧. સાયલેન્સ શક્તિ - હું ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા શાંતિના સાગર પરમાત્માનું સંતાન, શાંતિધામનો નિવાસી, શાંત સ્વરૂપ છું. શાંતિ મારો સ્વધર્મ છે. મારું પ્રત્યેક કર્મ શાંતિયુક્ત હોવું જરૂરી છે. સાયલેન્સ શક્તિ દ્વારા મારે શાંતિનાં કિરણો ફેલાવી અન્ય આત્માઓને શાંતિનું દાન કરી પ્રાપ્તિનો અનુભવ કરાવવાનો છે.

૨. દિવ્યગુણોની ધારણા - સતયુગી દુનિયામાં હું દૈવીગુણધારી આત્મા હતો. મારે ફરીથી રાજયોગ બળ દ્વારા દિવ્યગુણો જીવનમાં ધારણ કરવાના છે. મારું જીવન નમ્રતા, મધુરતા, નિર્માણતા, સહનશીલતા, આનંદ, પ્રેમ, સત્યતા વગેરે દિવ્યગુણોથી સંપન્ન હોવું જોઈએ.

૩. એક નિરાકાર પરમાત્મા સાથે સર્વ સંબંધ જોડવા - સ્વયંને ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા અનુભવ કરી દિવસ દરમિયાન નિરાકાર જ્યોતિ સ્વરૂપ પરમાત્મા સાથે માતા-પિતા-બંધુ-મિત્ર-ટીચર-સતગુરુ-સાજન-સજની વગેરે સર્વ સંબંધોની અનુભૂતિ કરવી જરૂરી છે. આ સંબંધ અવિનાશી સુખની અનુભૂતિ કરાવે છે.

૪. વાણી પર સંયમ - પરમાત્માએ મને મુખરૂપી વાજીંત્ર આપ્યું છે. જે દ્વારા મારે કર્ણપ્રિય, સુખદાઈ બોલ બોલવાના છે. ધીરે બોલવું, મર્યાદિત શબ્દો બોલવા - સ્નેહયુક્ત મીઠીવાણીથી વ્યવહારમાં આવવું, સર્વ આત્માઓ પ્રત્યે કલ્યાણની ભાવનાથી, શુભચિંતક બની, ગુણગ્રાહી બનીને બોલ બોલવા જોઈએ.

૫. સ્વ ચેકિંગ - પ્રાતઃ સમયથી રાત્રિ સુધીની દિનચર્યા રાત્રે સૂતા પહેલાં ચેક કરવી જોઈએ. દિવસ દરમિયાન મેં કોઈને દુઃખ તો નથી આપ્યું. કોઈ વિકર્મ તો નથી થયું. આજે ઈશ્વરીય મહાવાક્ય સાંભળ્યા-સત્સંગ કર્યો. વિશેષ યોગ કર્યો ? ઈશ્વરીય સાહિત્યનું વાંચન કર્યું ? કોઈ એક પોઈન્ટ પર વિચાર મંથન કર્યું ? કોઈ એક દૈવી ગુણ પર વિશેષ લક્ષ રહ્યું ? મનસા સેવા કરી? જો કોઈ પણ ઈશ્વરીય શ્રીમતનું ઉલ્લંઘન થયું હોય તો ફરીથી તેનું પુનરાવર્તન ન થાય તેણે દ્રઢ સંકલ્પ કરવો જોઈએ. આ રીતે દરરોજ ચાર્ટ દ્વારા સ્વચેકિંગ કરવું જરૂરી છે.

૬. શુદ્ધ સાત્ત્વિક ભોજન - પરમાત્માની યાદમાં બનાવેલ સાત્ત્વિક ભોજન અનાસક્ત ભાવથી પરમાત્માની યાદમાં રહીને સ્વીકાર કરવું.

૭. વિશ્વસેવા - આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થીનું લક્ષ સ્વપરિવર્તન દ્વારા વિશ્વ પરિવર્તનનું હોવું જરૂરી છે. રાજયોગના અભ્યાસ દ્વારા ઈશ્વરીય શક્તિઓ સ્વયંમાં ધારણ કરી, વિશ્વના અન્ય આત્માઓને પ્રભુ પિતાનો પરિચય આપી તેઓના કલ્યાણનો શુભ સંકલ્પ રાખવો જોઈએ. તન-મન-ધનથી ઈશ્વરીય કાર્યમાં સહયોગી બનવું જોઈએ.

૮. પરસ્પરનો વ્યવહાર - દિવસ દરમિયાન અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે નિર્માણતાથી, સ્નેહયુક્ત, આત્મિક દૃષ્ટિવૃત્તિથી વ્યવહાર કરવો જોઈએ. ગુણગ્રાહી બની પોઝીટીવ થીંકીંગ કરવું જોઈએ. અનુમાન - નિંદા - પરચિંતન - ઘૃણા વગેરેથી દૂર રહેવું જોઈએ.

૯. સૃષ્ટિચક્રના જ્ઞાનની સમજ - સૃષ્ટિના આદિ-મધ્ય-અંતનું જ્ઞાન હું કોણ છું. પરમાત્મા કોણ છે ? સૃષ્ટિચક્ર કેટલા વર્ષનું છે. વગેરે બાબતોની સમજ દ્વારા જ્ઞાન સ્વરૂપ બની સહજ રીતે અધ્યાત્મ માર્ગ પર ઉન્નતિ કરી શકાય.

૧૦. સમયનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ - એક એક સેકંડ સ્વયંને આત્મા સમજી, પરમાત્માની યાદમાં રહી, પ્રત્યેક લૌકિક કાર્યને અલૌકિક કાર્યમાં પરિવર્તન કરવાનું લક્ષ રહે. વ્યર્થ દુન્યવી બાબતોમાં સમય બરબાદ ન કરવો જોઈએ. બુદ્ધિ ફ્રી હોય તો ઈશ્વરીય જ્ઞાનના મનન-ચિંતનમાં લગાવી દેવી જોઈએ.

તન-મન-ધનનો સદુપયોગ

૧૧. તન - મને વિશ્વકલ્યાણ અર્થ, અન્ય આત્માઓના ઉદ્ધાર અર્થ આ શરીર પ્રાપ્ત થયું છે. આ શરીર એક મોટર છે. હું ચૈતન્ય આત્મા તેનો ડ્રાઈવર છું. એ ભાવ સાથે તન દ્વારા ઈશ્વરીય કાર્યમાં સહયોગી બની સ્વયંનું શ્રેષ્ઠ ભાગ્ય બનાવવાનું લક્ષ રહે.

૧૨. મન - મનને મિત્ર બનાવી, તેની સાથે વાર્તાલાપ કરો. મન આત્માનું અંગ છે. મન તથા બુદ્ધિના સહયોગથી પરમધામ તથા સૂક્ષ્મવતનમાં પરમાત્મા સાથે - શ્રેષ્ઠ મિલનનો અનુભવ કરી શકાય છે. મનના શ્રેષ્ઠ સંકલ્પો દ્વારા ઈશ્વર સાથે બુદ્ધિનો તાર જોડી સ્વયંમાં ઈશ્વરીય શક્તિઓનો ખજાનો જમા કરી શકાય.

૧૩. ધન - ધનને ઈશ્વરીય કાર્યમાં સહયોગી બની સ્વયંનું શ્રેષ્ઠ ભાગ્ય બનાવી શકાય. સ્થૂળ ધનની પ્રાપ્તિ પાછળ એટલો લોભ ન રાખવો કે જેથી અવિનાશી જ્ઞાન ધનની કમાઈ માટે સમય જ ન રહે. આ માટે જીવનમાં સંતુષ્ટતાનો અનુભવ કરવો આવશ્યક છે.

૧૪. સ્વયંનું શ્રેષ્ઠ લક્ષ - લક્ષ્મીનારાયણ સમાન સંપૂર્ણ જીવન બનાવવાનું શ્રેષ્ઠ લક્ષ હંમેશાં નજર સમક્ષ રહે તથા વર્તમાન સ્વરૂપ અને લક્ષ વચ્ચે કેટલું અંતર છે. તે ચેક કરી, તે અંતર ઘટાડવાનો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ.

૧૫. એકાંત અને એકાગ્રતા - આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ માટે અંતર્મુખી બની, એકાંત તથા એકાગ્રતાની અનુભૂતિ ખૂબ સહયોગી બને છે. સમૂહમાં રહેવા છતાં બુદ્ધિથી ઉપરામ અવસ્થાનો અભ્યાસ કરવાનું લક્ષ રહે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

બાળકો, તમારી નજર કોઈના શરીર પર જવી ન જોઈએ. પોતાને આત્મા સમજીને આત્મા સાથે વાત કરો. આત્મઅભિમાની બનો. કોઈના ઉપર ખરાબ વિકારી દૃષ્ટિ રાખવી તે મોટામાં મોટું પાપ છે. એટલે દરરોજના કાર્યોનો હિસાબ જુઓ કે આખા દિવસમાં એવું કોઈ પાપ તો થયું નથી ને?

પરોઢિયે વહેલા ઊઠવાની ટેવ પાડવાની છે. ભક્ત પણ વહેલા ઉઠીને ભક્તિ કરે છે. તમે અમૃતવેળાએ ઉઠીને જ્ઞાનનું સ્મરણ કરો. પરમાત્મા સાથે મીઠી મીઠી વાતો કરો. સવારે અજપાજાપ કરવાથી આખો દિવસ ખુશી જળવાઈ રહેશે.

મનના વિચારો

બી.કે. કુંવરસિંહ પરમાર, મહાદેવપુરા (પ્રાંતિજ)

માનવીનું મન વિચારશીલ છે, એટલે જાગૃત અવસ્થામાં મન સતત વિચારતું જ રહે છે. પરંતુ આ વિચારો વિશેષ કરીને સકારાત્મક હોય તો માનવ-જીવન ધન્ય બની જાય છે. મનુષ્યના સદ્‌વિચારોથી તેનામાં સંસ્કારોની વૃદ્ધિ થાય છે. સંસ્કારો દ્રઢ બનતાં શિવ પરમાત્માની યાદ સહજ રીતે નિરંતર આવે છે. સદ્‌વિચારોના પ્રભાવથી વ્યક્તિમાં ગુપ્ત રીતે વૈરાગ્ય જન્મે છે, ઉપરાંત ત્યાગ, સમર્પણ, સેવા અને પરોપકાર જેવા સદ્‌ગુણોની વૃદ્ધિ થતાં શિવબાબા આપણા જ બની જાય છે. શિવ પરમાત્માની શ્રીમત પ્રમાણે આપણામાં સદ્‌વિચારોની વૃદ્ધિ થતાં દિવ્ય ગુણો થકી સતયુગ/ ત્રેતાનો બાદશાહી વારસો મળે છે. મનના શુભ વિચારો દ્વારા જ અંત ઘડીએ 'જેવી મતિ, તેવી ગતિ'ને પામીને પરમધામમાં શિવબાબાનું સાનિધ્ય પ્રાપ્ત કરીએ છીએ. વળી સદ્‌વિચારોથી શુદ્ધ આત્મા સમજીને અંદર એટલે કે અંતઃકરણમાં આત્મા દ્વારા અને બહાર એટલે દેહઅભિમાનથી શુદ્ધ બનીએ છીએ.

સ્વામી રામતીર્થે કહ્યું છે - 'માણસના વિચાર જેવા હોય છે, તેવું જ તેનું જીવન બને છે.' સ્વામી વિવેકાનંદના શબ્દોમાં કહીએ તો સ્વર્ગ અને નર્ક બીજે ક્યાંય નહિ, પણ તે આપણા વિચારોમાં છે. બુદ્ધ પણ ભિક્ષુઓને કહેતા 'જે કંઈ પણ બનીશું તે આપણા વિચારોને કારણે જ હશે.'

આજે સંસારમાં જે પરિસ્થિતિ જોવા મળે છે એ માનવીના વિચારોનું જ પ્રતિબિંબ છે. એવું કહી શકાય કે સંસાર એ મનુષ્યના વિચારોનો પડછાયો છે. કોઈના માટે સંસાર સ્વર્ગ છે, તો કોઈના માટે નરક પણ છે. આ સંસાર કોઈના માટે અશાંતિ, ક્લેશ, પીડાથી ભરેલો છે તો કોઈને માટે સુખ-સગવડથી સંપન્ન બગીચો છે. એક સરખાં સુખ, સુવિધા તથા સમૃદ્ધિવાળી બે વ્યક્તિઓમાં પણ પોતાના વિચારોની ભિન્નતાને કારણે ખૂબ અંતર પડી જતું હોય છે. એક માણસ જીવનમાં દરેક ક્ષણે સુખ, સગવડ, આનંદ, ખુશી, શાંતિ અને સંતોષ અનુભવે છે, તો બીજો માણસ પીડા, શોક અને ક્લેશવાળું જીવન જીવતો હોય છે. કેટલાક લોકો અનેક મુશ્કેલીઓ અને અસુવિધાઓ વચ્ચે પણ જીવન આનંદથી ગુજારે છે, તો ઘણા સમૃદ્ધ હોવા છતાં પણ જીવનને નરકસમું સમજે છે. જે આપણા વિચારોનું જ કારણ છે.

સામાન્ય રીતે જોઈએ તો માનવ-જીવનમાં વિચારોનું સ્થાન ખૂબ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. સુખ-દુઃખ, લાભ-હાનિ, સફળતા-નિષ્ફળતા કે પ્રગતિ-દુર્ગતિ, એ બધું આપણા વિચારોને જ આધિન છે. જેવા વિચારો હોય છે તેવું જ જીવન બને છે.

સંસાર એ તો કલ્પવૃક્ષ સમાન છે, જેની છત્રછાયા નીચે બેસીને આપણે જેવા વિચારો કરીશું, તેવાં ફળ મેળવીશું. જે લોકો સારું વિચારે છે એ જીવનમાં સફળતા, સુખ, શાંતિ, પ્રસન્નતા અને સંતોષ પ્રાપ્ત કરે છે. એથી ઉલટું વિચારોથી પતિત થયેલાને તો શિવ પરમાત્માનો પણ સહયોગ પ્રાપ્ત થતો નતી. જે લોકો અંધકારમય વિચારો-કુવિચારો કરે છે. તેમનું જીવન ક્યારે પણ ઉન્નત અને ઉત્કૃષ્ટ બની શકતું નથી. આત્માની ઉન્નતિ સાથે સેવાભાવ અને પરોપકાર જેવા ગુણો જે શુભ વિચારોથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. આપણી ભાષા ઉપર જેમ અલ્પ વિરામ અને પૂર્ણ વિરામ લાગે છે એ રીતે વ્યર્થ વિચારો પર પણ વિરામ લગાડવો જોઈએ, ઈર્ષા અને નફરત જેવા કુવિચારોથી ખુશી

(અનુસંધાન પેજ નં. ૨૩ પર)

યુવા વિભાગ

સંચાલન અને વ્યવસ્થા

બી.કે. જયુભાઈ રહેવર, મહાદેવનગર, અમદાવાદ.

વર્તમાન સમયમાં Administration - સંચાલન અને Management - વ્યવસ્થા આ બે શબ્દોનો બહોળો પ્રયોગ વ્યવહારમાં જોવામાં આવે છે. સંસ્થાની સફળતાના પાયામાં આ બે બાબતો મુખ્ય છે. આ બાબતો સ્વૈચ્છિક કે આધ્યાત્મિક સંસ્થાઓને પણ એટલી જ અસર કરે છે.

આપણા યજ્ઞના અનન્ય એવા મુરબ્બી ભ્રાતા શ્રી રમેશભાઈએ આ વિષયમાં ખૂબ સુંદર માર્ગદર્શના તેમના અનુભવના આધારે કરી છે, જે ખરેખર પ્રેરણાદાયી છે.

આ સંદર્ભમાં થોડા સમય પહેલા બ્રહ્માવત્સો સાથે રુહરિહાન કરતા, બાબાના મહાવાક્ય **વ્યવસ્થાનો આધાર અવસ્થા છે.** એ વાત પર ચિંતન ચાલ્યું, ત્યારે એક બુઝુર્ગ ભાઈએ પોતાના અનુભવના આધારે કહ્યું કે ક્યારેક અવસ્થાનો આધાર વ્યવસ્થા લઈ લે છે. યજ્ઞ નિર્વિઘ્ન ત્યારે ચાલે જ્યારે સંગઠનમાં એકતા હોય અને સંગઠનની એકતાનો આધાર સંગઠનમાં સેવા આપતા સેવાધારીઓની પાલના અર્થાત્ વ્યવસ્થા પર છે. આપણો યજ્ઞ ૮૦ વર્ષની ઉજવણી કરી રહ્યો છે ત્યારે એ માનવું પડે કે આપણા બ્રહ્મા બાબા દાદીઓ અને આદિ રત્નોએ યજ્ઞમાં આ બાબતે દુનિયાને એક શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું છે. આવનારા વર્ષોમાં આપણે ૧૦૦ વર્ષ પણ ધામધૂમથી ઉજવીશું. આપણા બધા માટે એ ગૌરવનો દિવસ હશે.

યજ્ઞના ઈતિહાસ પર નજર દોડાવતા આવી શ્રેષ્ઠ વ્યવસ્થાના આધાર સ્તંભો તરફ આપણે આપણું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂર છે. જે ભવિષ્ય માટે માર્ગદર્શક રૂપ નિવડે. સમર્પિત ભાઈ-બહેનો પછી તે સેવાકેન્દ્ર પર રહી સેવા આપતા હોય કે ટ્રસ્ટી જીવન જીવતા વારસ આત્માઓ હોય. તેમની વ્યવસ્થાનો ખ્યાલ નિમિત્ત આત્માઓએ રાખવો પડશે. જેમાં નીચેની બાબતો સમાવી શકાય.

૧. જીવન જરૂરિયાત - વિશેષ કરીને સમર્પિત ભાઈ-બહેનો જેમની પાલના યજ્ઞ દ્વારા થાય છે. તેમની રહેવા-જમવા, આવવા-જવાની, સ્વાસ્થ્ય સંબંધી બાબતો પર ધ્યાન આપવું જોઈએ. જરૂરી ચીજવસ્તુઓના વિતરણમાં ધોરણ જળવાય એ આવશ્યક છે. તેમના લૌકિક કે ગૃહસ્થ જીવનનો પડછાયો તેના પર ન પડવો જોઈએ.

૨. સગવડ - ત્યાગી તપસ્વી જીવન જીવતા સમર્પિત યજ્ઞવત્સો માટે સગવડ શબ્દ દૂરનો છે. છતાં બાબાએ ન બહું ઉંચું ન બહું નીચું મધ્યમ જીવન જીવવા સૂચવ્યું છે. તેથી સમયાનુસાર તેમની સવલતોનું ધ્યાન રખાવું જોઈએ.

૩. આવશ્યકતાઓ - આનું ધોરણ સેવાઓના પ્રકાર પર અવલંબિત છે. સેવા પ્રવૃતિઓને ધ્યાનમાં લઈ તેમની આવશ્યકતાઓને પૂરી કરવી જોઈએ, કાર્ય અનુસાર જરૂરી સાધનોની પૂર્તિ થવી જોઈએ.

૪. ઉપયોગિતા - અગત્યતા - કેટલીક વિશેષ સવલત અને સાધનોની જરૂરિયાત વ્યક્તિની અગત્યતા અને તેના કાર્યની ઉપયોગિતા પર અવલંબે છે. તેની કાર્યક્ષમતામાં વધારો થાય, કાર્યભાર હળવો થાય તેવા પ્રયોજનો

કરવા જરૂરી હોય છે. જરૂર જણાય તો મદદનીશ વ્યક્તિની પણ વ્યવસ્થા કરી આપવી જોઈએ.

૫. પ્રશિક્ષણ - માર્ગદર્શન - કાર્યને અનુકૂળ સેવાધારીને પ્રશિક્ષણ અને જરૂરી માર્ગદર્શન ઉપલબ્ધ હોવું જોઈએ. સમય પ્રતિ સમય નવીનતમ કાર્યશૈલીને અપનાવવા તે સક્ષમ હોવો જોઈએ, જેથી આવડતના અભાવનો અનુભવ ન થાય અને કાર્ય પ્રત્યે સદા રુચિ જળવાઈ રહે.

૬. સ્વાસ્થ્યની કાળજી - સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત સેવાધારી કાર્યને સંપૂર્ણ ન્યાય આપી શકે છે. તેના પોષણ અને આરોગ્યની સંભાળ રખાવી જોઈએ.

૭. કાર્યમાં બદલાવ - એક જ પ્રકારના જટિલ કામમાંથી મુક્ત કરી કાર્યભારને પ્રવાસ-મનોરંજન જેવા વિકલ્પોથી હલકો કરી તેની સ્ફૂર્તિ અને ઉત્સાહ વધારી શકાય.

૮. કામનો બોજો - યોગ્યતા અને ક્ષમતા મુજબ સેવાઓના કાર્યની સોંપણી થાય તે જરૂરી છે. જેનું સમય-પ્રતિસમય મૂલ્યાંકન કે અવલોકન કરી ધ્યાન રખાવું જોઈએ. સેવાઓની પસંદગી સેવાધારીની રુચિ અનુસાર થાય તે જરૂરી છે.

૯. પાલના - આ સૌથી અગત્યનું પરિબળ છે જે સેવાકાર્યમાં ઔષધ જેવું કાર્ય કરે છે અને ત્યારે વ્યક્તિ મનથી સેવાઓથી જોડાયેલો રહે છે. નિયમિત વફાદારીપૂર્વક વિશ્વાસ રાખી સેવા કરવા માટે પ્રેરાય છે. કાર્યને શ્રેષ્ઠતમ ઓપ આપવા તત્પર થાય છે.

૧૦. પ્રાથમિકતાનું ધોરણ - એક સાથે અનેક કાર્ય સોંપી વ્યક્તિને વ્યસ્ત રાખવાનું વલણ સારું નથી. એક પછી એક કાર્ય પૂર્ણ કરતાં એ સંતોષની લાગણી અનુભવે છે. જે તેને બીજા કાર્ય માટે ઉર્જા પૂરી પાડે છે, ખુશી થાય છે અને બીજા કાર્યને ઉપાડવા તૈયાર થાય છે.

૧૧. આર્થિક બાબતો - નાના-મોટા અંગત ખર્ચ માટે તેને વારંવાર અન્ય પર આધારિત રહેવું પડે, એના કરતાં સ્વતંત્ર રીતે થોડો ઘણો ખર્ચ કરી શકે તેવી સ્વતંત્રતા તેને હોવી જોઈએ, તેનાથી પરાવલંબનનો ભાવ જાગૃત નહીં થાય અને સમર્પિત જીવનમાં તે આધારિત છે તેવો ભાવ જાગૃત નહીં થાય.

ઈશ્વરીય સેવાઓમાં મર્યાદાઓ જરૂર હોય પણ કાયદા / નિયમોનો વધુ પડતો બોજ વ્યક્તિને નિરસ બનાવી દે છે. થોડા સમય ઉપર બ્ર.કુ. શિવાનીબહેને આ જ વિષય અંતર્ગત કહેલી વાત ગમી હતી. એમણે સભામાં પૂછ્યું હતું. સેવાથી ખુશી મળે છે કે ખુશીથી સેવા કરો છો ! આપણા સંગઠનની ચારેબાજુ ખૂબ જ મહિમા અને પ્રશંસા થઈ રહી છે. સાથે સાથે આપણી પાસે તેમની ઘણી અપેક્ષાઓ પણ છે. બ્રહ્માકુમારીઝ પરિવર્તનની દિશામાં ઘણું કરી શકે તેમ છે. તેવી આશા આપણા માનનીય પ્રધાનમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદીજીએ પણ તેમના વીડીઓ પ્રવચનમાં કરી હતી. આપણે સર્વની આશાઓને પૂર્ણ કરવા એક બની દૃઢતાપૂર્વક કાર્ય કરીશું અને વિશ્વમાં બાબાને પ્રત્યક્ષ કરીશું.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. ૨૧નું અનુસંધાન) **.... મનના વિચારો**

દૂર ભાગે છે, જ્યારે પ્રેમ અને શુભ ભાવનાયુક્ત વિચારોથી જીવન આનંદમય બની રહે છે. આપણે અમૃતવેળાએ રાજયોગ દ્વારા મનના વિચારોથી શિવ પરમાત્માના નામ સ્મરણોમાં ખોવાઈ જઈએ તો દિવસ દરમિયાન તેની જાદુ જેવી અસર અવશ્ય રહેવા પામે છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

વિશ્વની બાદશાહીનો આધાર 'મુરલી'

બ્ર.કુ. વિજય રાવત, ભાવનગર

મુરલી બ્રાહ્મણ આત્માઓનો ખોરાક છે. આત્માને તંદુરસ્ત રાખવા માટે દરરોજ મુરલીનું સેવન કરવું જરૂરી છે. મુરલી એક એવું અમરફળ છે કે તેને ખાવાથી આત્મા અમર બની જાય છે. મુરલીને પ્રેમ કરવો અર્થાત્ મુરલીધરને પ્રેમ કરવો. બ્રાહ્મણો માટે મુરલી વર્તમાન પત્ર છે.

આપણે સર્વે સાચી-સાચી ગોપ-ગોપીઓ છીએ જે બાબાની મુરલી પાછળ દિવાની અને મસ્ત છીએ. આપણી ખુશીનો ખોરાક મુરલી છે. મુરલીથી જ અતીન્દ્રિય સુખની પ્રાપ્તિ છે. બાબા વારંવાર કહે છે કે બાળકો મુરલી સાંભળતી વખતે ખુશીથી રુવાડાં ઊભા થઈ જવા જોઈએ. ભાગ્ય વિધાતા ભગવાન સ્વયં આપણને ભણાવે છે.

IASની પરીક્ષા પાસ કરવા માટે કેટલા કલાકો અભ્યાસ કરવો પડે છે ? અને અહીં વિશ્વની બાદશાહી લેવા માટે દરરોજ એક કલાક સારી રીતે ભણવું પડે છે. મુરલીથી જ ભવિષ્ય ૨૧ જન્મો માટે આપણું પદ નક્કી થાય છે. એક જ મુરલીથી કોઈ મહારાજા, કોઈ રાજા, કોઈ પ્રજા અને કોઈ ક્યાંથી ક્યાં પહોંચી જાય છે ! મુરલીથી જ પદ્મા પદ્મ ભાગ્યશાળી બનાય છે. ૨૧ જન્મોની સુખ-શાંતિ માટેની લોટરી છે. સંગમયુગમાં બાબાએ બાળકો માટે સર્વ ખજાનાનો ભંડાર ખુલ્લો મૂકી દીધો છે. 'બાબા કહે છે મારા વ્હાલા બાળકો જેટલું લેવાય એટલું લઈ લ્યો.'

મુરલી આપણને બેગમપુરના બાદશાહ બનાવે છે. વ્યર્થથી મુક્ત કરી દે છે. સર્વ સમસ્યાઓથી મુક્ત કરે છે. આપણા વિચારોને સકારાત્મક બનાવી દે છે. બાબા મુરલી દ્વારા ભાગ્ય વહેંચી રહ્યા છે. મુરલીરૂપી કલમથી ભાગ્યની રેખાને જેટલી ખેંચવી હોય એટલી ખેંચી શકીએ છીએ. મુરલી દ્વારા જ આપણે સ્વરાજ્ય અધિકારીથી વિશ્વરાજ્ય અધિકારી બનીએ છીએ. મુરલી એ એવું શુદ્ધ પેટ્રોલ છે જે આત્મારૂપી રોકેટમાં ભરવાથી તીવ્ર વેગથી ઊડી શકાય છે. દિવસભર અચલ-અડોલ સ્થિતિનો આધાર મુરલી છે. મુરલી સાંભળતાં-સાંભળતાં ત્રણે લોકોની સફર પણ કરી શકાય છે, અને સતયુગની સફર પણ કરી શકીએ છીએ. દેહી અભિમાની અને મનમનાભવ રહેવા માટે એક માત્ર સાધન મુરલી છે. બાબાની સાથે સર્વ સંબંધ જોડવાનો આધાર મુરલી છે. મુરલી દ્વારા માયાનાં અનેક રૂપોને સરળતાથી ઓળખી શકીએ છીએ. મુરલી સંજીવની બુટ્ટી છે. વિકર્મોથી બચાવે છે, વિકર્માજીત બનાવે છે.

હાલના અંતિમ સમયમાં આપણું શરીર પણ સાથ આપે છે. બાબાની પૂરે-પૂરી મદદ મળે છે અને ડ્રામા પણ સાથ આપી રહ્યો છે તો એક પણ દિવસ મુરલીથી વંચિત ન રહેવાય એવું લક્ષ્ય બનાવવું જોઈએ. એક દિવસની મુરલી વિસરાઈ થઈ તો સમજો પદ્મોની કમાણીથી વંચિત થઈ ગયા. કહેવાય છે કે 'કાલ કરે સો આજ કર, આજ કરે સો અબ કર, અબ નહીં તો કબ નહીં.' તો ચાલો આ યુક્તિને સફળ કરીએ.

બાબા તેરી મુરલી દિવ્યગુણોંકી ખાન...

જીસકો સુનકર દિલ યે કહેતા હો જાઉં કુર્બાન..

॥ ઓમશાંતિ ॥

સમય

બ્ર.કુ. કાન્તિભાઈ મેઘપરા, અટલાદરા, વડોદરા

સમય શું છે ? સમય એ જે તે સ્થિતિ કે પરિસ્થિતિનો માપદંડ છે. સાંજ થવી એ પ્રકૃતિની એક સ્થિતિ છે. ૫ વાગ્યા તે સાંજની સ્થિતિનો માપદંડ છે કે જેને સમય કહેવામાં આવે છે. સમયની તુલના એક વિદ્યાર્થી સાથે કરી છે કે સમય એક વિદ્યાર્થી છે. તો પછી વિદ્યાર્થીના શિક્ષક તો હોય ને ! તો એ શિક્ષક કોણ ? મનુષ્ય જ તો ! સમયનો શિક્ષક મનુષ્ય જ છે. જેવી રીતે એક શિક્ષક એક વિદ્યાર્થીને બદલી શકે છે અર્થાત્ પરિવર્તિત કરી શકે છે તેવી રીતે એક શિક્ષક એક વિદ્યાર્થીને બદલી શકે છે અર્થાત્ પરિવર્તિત કરી શકે છે તેવી રીતે મનુષ્ય સમયને બદલી શકે છે. પરિવર્તિત કરી શકે છે. અત્યાર સુધી મનુષ્ય જ સમયને પરિવર્તિત કરતો આવ્યો છે. સતયુગ, ત્રેતાયુગ, દ્વાપરયુગ અને કળિયુગ એ સમયની સ્થિતિનો માપદંડ દર્શાવે છે. અત્યારનો સમય એ કળિયુગી સમય છે. ઉતરતી કળા, ચડતી કળા એ મનુષ્યની અવસ્થાની સ્થિતિ દર્શાવે છે. કળિયુગીરૂપી સમય લાવનાર મનુષ્ય જ છે. જેવી રીતે શિક્ષક ધારે તો વિદ્યાર્થીને સુધારી પણ શકે છે તો બગાડી પણ શકે છે તેવી રીતે મનુષ્ય સમયને સુધારી પણ શકે છે તો બગાડી પણ શકે છે. આ રીતે જોવા જઈએ તો સમય મહાન નથી મનુષ્ય મહાન છે કારણ કે મનુષ્ય જ સમયરૂપી વિદ્યાર્થીનો શિક્ષક છે. ચાણક્યએ સાચે જ કહ્યું છે કે 'શિક્ષક કભી સાધારણ નહીં હોતા, પ્રલય ઔર નિર્માણ ઉસકી હી ગોદ મેં પલતા હૈ'. પરંતુ દુઃખદ તેમજ ટ્રેજેડી Tragedy એ વાતની છે કે આજ કાલનો મનુષ્ય પોતાને પામર તેમજ સાધારણ સમજી સમયને બળવાન સમજવા લાગ્યો. કહે છે 'સમય બળવાન છે' પરંતુ તે એ વાતને ભૂલી ગયો કે સમય તો એક વિદ્યાર્થી છે. વિદ્યાર્થી બળવાન કે શિક્ષક બળવાન ? વળી આજ કાલનો મનુષ્ય એવું પણ કહે છે કે "Time (વિદ્યાર્થી) is money" પરંતુ ના. "Time (વિદ્યાર્થી) is not money but the man (શિક્ષક) is money" જો Money Power અને Man Power આ બંન્નેનો સમન્વય થઈ જાય તો ચોક્કસ સમયનું પરિવર્તન થાય જ. કળિયુગ આ બંન્ને Power થી જ આવ્યો ને ! કેટલાક મનુષ્ય (શિક્ષક)માં એવી અપાર સુષુપ્ત શક્તિ રહેલી હોય છે કે જો તે શક્તિ સકારાત્મક અને રચનાત્મક રીતે ઉપયોગી થાય તો તે શક્તિ દ્વારા તે દૈવી દુનિયાની સ્થાપના કરી શકે છે. વળી કેટલાક મનુષ્ય (શિક્ષક)માં એવી અપાર સુષુપ્ત શક્તિ Merge થયેલી હોય છે કે જો તે શક્તિ નકારાત્મક અને ખંડનાત્મક રીતે Emerge થાય તો તે શક્તિ દ્વારા તે આસુરી દુનિયાની સ્થાપના પણ કરી શકે છે. આસુરી દુનિયા એટલે કળિયુગ. તો પછી મહાન અને બળવાન કોણ ? મનુષ્ય કે સમય? સમયને શિક્ષક ના બનાવો. જો સમયરૂપી વિદ્યાર્થી શિક્ષક બની જાય તો Originally જે શિક્ષક છે તેની શું દશા થાય ? સમયરૂપી વિદ્યાર્થી શિક્ષક બની ગયો એટલે જ તો કળીયુગ આવ્યો. અને તેથી જ સાચે જ કહ્યું છે કે સમયને શિક્ષક ના બનાવો.

જેવી રીતે વિદ્યાર્થી પરિવર્તનશીલ છે તેવી રીતે સમય પણ પરિવર્તનશીલ છે. (પ્રકૃતિ પણ પરિવર્તનશીલ છે. તેની ચર્ચા પછી કરીશું.) પરંતુ તે પહેલા પરિવર્તિત કરનારે પરિવર્તિત થવું પડશે. તો જ તે સમયને પરિવર્તિત કરી શકશે. પરંતુ તેને પરિવર્તિત કોણ કરશે ? શિક્ષકરૂપી મનુષ્ય જ તો ! જેવી રીતે હાઈડ્રોજન એ દહનશીલ પદાર્થ છે પરંતુ

તેના દહન માટે તેના પર જ્યાં સુધી બાહ્ય પરિબળ કામે લગાડવામાં ના આવે ત્યાં સુધી તેનું દહન થઈ શકતું નથી તેવી રીતે પરિવર્તનશીલ એવાં સમયનું પણ પરિવર્તન કરવા માટે તેના પર જ્યાં સુધી બાહ્ય પરિબળ કામે લગાડવામાં ના આવે ત્યાં સુધી સમયનું પણ પરિવર્તન થઈ શકતું નથી.

આપણે તો પુરુષોત્તમ સંગમયુગી બાબાના બાળકો છીએ. સાધારણ મનુષ્ય નથી. બાબા પરમ શિક્ષક છે તો બાબાએ તો આપણને માસ્ટર પરમ શિક્ષક કહ્યા છે. આપણે સાધારણ શિક્ષક નથી. માસ્ટર પરમ શિક્ષકે તો સમય પ્રમાણે ન ચાલતાં માસ્ટર પરમ શિક્ષક પ્રમાણે સમય ચાલે તેવી જાદુગરી આપણે કરી બતાવવાની છે. કારણ કે આપણે માસ્ટર જાદૂગર પણ છીએ. જો આપણે જ સમય પ્રમાણે ના ચાલીએ તો પછી આપણે માસ્ટર પરમ શિક્ષક કહેવાને લાયક જ નથી. બાબાના કેટલાક કેન્દ્રો પર તેમજ મધુવનમાં Time Managementના પ્રોગ્રામ આયોજીત કરવામાં આવતા હોય છે. બ્રાહ્મણ જીવનના કાર્ય કલાપમાં Time Managementનું મહત્ત્વ ઘણું જ અગત્યનું છે. આપણને Time Manage કરે તેવું નહિ પરંતુ Time ને આપણે Manage કરવાનો છે. કારણ કે The time is not our teacher but we are teacher of the time. We are Manager of the time. સતયુગ, વિશ્વ ડ્રામાના Accurate સમય પ્રમાણે આવશે જ. તે કોઈની પણ રાહ નહિ જુએ. Tragedy એ વાતની છે કે કેટલાક સમયની રાહ જુવે છે. જે આપણી રાહ જોતો નથી તેની રાહ જોવાની જરૂર ક્યાં ! વળી, આપણે આ પણ સાંભળ્યું હશે કે 'સમય વર્ત્યે સાવધાન'. આ વિધાન તો સાધારણ મનુષ્યને લાગુ પડે છે. આપણે તો બાબાના બાળકો છીએ. સમય આપણને સાવધાન કરે તેવું નહિ પરંતુ આપણે સમયને સાવધાન કરવાનો છે. પરંતુ તે પહેલાં આપણે સાવધાન થવું પડશે કારણ કે The time is our student. He is not out teacher. સમય આપણને જાગૃત કરે અને પછી આપણે જાગૃત અને સજાગ થઈએ તો પછી આપણે માસ્ટર ટીચર કહેવાઈએ ? પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વ પણ સમયની રાહ જોતા નથી. જેટલી Regularity અને Punctuality સૂર્ય, ચંદ્ર વગેરેમાં છે તેટલી Regularity અને Punctuality આપણામાંના કેટલાકમાં નથી. સૂર્ય યથા સમયે ઉદય તેમજ અસ્ત પામે છે. સૂર્યને કહેવું પડતું નથી કે 'હે, સૂર્ય ! હવે ઉદય થાઓ.' બાબા તો મુરલીમાં કહે છે કે 'બચ્ચે, તુમ પ્રકૃતિજીત આત્મા હો.' શું ખરેખર આપણે પ્રકૃતિજીત આત્મા બની ગયા છીએ ખરા ! અરે ! પ્રકૃતિ પણ સમયજીત છે. અતિવૃષ્ટિ કે અનાવૃષ્ટિ, ધરતીકંપ કે વાવાઝોડું સમયને જણાવીને થતા નથી કારણ કે પ્રકૃતિ સમયજીત છે. હવે તો આપણે પ્રકૃતિ અને સમય બન્નેને જીતવાની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી પડશે. સતયુગમાં પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વો દેવી-દેવતાઓના દાસ હતા, પ્રકૃતિ દેવી-દેવતાઓની સેવા કરતી હતી. પ્રકૃતિના પાંચેય તત્ત્વો દેવી-દેવતાઓના ઓર્ડર પ્રમાણ કામ કરતા હતા. અત્યારે આપણે પ્રકૃતિજીત બનીશું તો સતયુગમાં પ્રકૃતિ આપણી દાસ બની સેવા કરશે. સાથે સાથે સમયજીત પણ બનવું પડશે. સમયજીત, પ્રકૃતિજીત, માયાજીત, જગતજીત.

Regularity - નિયમિતતા

Punctuality - સમયનિષ્ઠા, સમયપાલન

Accuracy - શુદ્ધતા, સત્યતા

ઉપરોક્ત ત્રણેય ગુણ એ સમયના માસ્ટર શિક્ષકના ગુણ છે. આ ત્રણ ગુણથી સમય અને સમયરૂપી વિદ્યાર્થી સફળ થશે તેમજ સફળતા પણ પ્રાપ્ત થશે.

આવેલો સમય કોઈની પણ રાહ જોતો નથી.

આવીને જતો પણ રહે છે અને તે બોલાવવાથી પાછો પણ આવતો નથી. ખુદ સમયને પણ સમયનું મૂલ્ય છે. પરંતુ કેટલાકને સમયનું મૂલ્ય નથી. સમય મૂલ્યવાન છે. કીમતી નથી. સમયની કિંમત હોત તો આજકાલનો મનુષ્ય પૈસા આપીને પણ ખરીદી લેત અને સમય વેચાઈ પણ જાત. ક્રિકેટ ટેસ્ટ મેચમાં ક્રિકેટર કીમતી હોવાથી વેચાઈ જાય છે. તેને ખરીદી શકાય છે. મૂલ્ય અને કિંમતમાં જમીન આસમાન જેટલો તફાવત છે. મૂલ્યનો કોઈ જ ચોક્કસ માપદંડ હોતો નથી. જ્યારે કિંમતના ચોક્કસ માપદંડ હોય છે. તેથી સમય મૂલ્યવાન હોવાથી તેમજ તેને ખરીદી ન શકવાના કારણે તે કોઈની પણ રાહ જોતો નથી. આપણે સમયની રાહ જોઈએ છીએ. તેનો અર્થ એ થયો કે સમય મૂલ્યવાન છે. પરંતુ આપણે મૂલ્યવાન નથી. જો આપણે મૂલ્યવાન હોત તો આપણે સમયની રાહ જોત નહિ. આપણાં ભાવ (કિંમત) બોલાય છે. ભારતીય Tradition પ્રમાણે ક્યાંય Function હોય તો V.I.P. લોકો લગભગ નિશ્ચિત સમય પ્રમાણે ઉપસ્થિત થતાં નથી. પરંતુ સમય તેની રાહ જોતો નથી. કારણ કે સમય મૂલ્યવાન છે. સમયની કદર ન કરવાના કારણે જ મનુષ્યનું અવમૂલ્યન થયું. સમયને અટકાવવાની ચાવી મનુષ્ય પાસે નથી નહિતર મનુષ્ય તેને અટકાવવા અચકાત નહિ. જો કે સમયને અટકાવવાની ચાવી સ્વયં પરમાત્મા પાસે પણ નથી. Time and Tide a wait for none. સમય અને તક કોઈની પણ રાહ જોતા નથી. સમુદ્રમાં આવતી ભરતી અને ઓટ તેના સમય પ્રમાણે આવે જ છે. ભરતી અને ઓટ સમયની રાહ જોતા નથી. ભરતી અને ઓટ એ પ્રકૃતિ છે. જડ છે. નિર્જીવ છે અને છતાં પણ સમયને અનુસરે છે.

કળિયુગની વિદાય અને સતયુગનું આગમન તેનાં નિર્ધારિત સમય પ્રમાણે થશે જ. આ ધરા પર શ્રીકૃષ્ણનું આગમન તેનાં નિર્ધારિત સમય પ્રમાણે થશે જ. તેવી જ રીતે પ્રકૃતિના જડ તત્ત્વ પણ સમયને અનુસરી સમયની બાબતમાં Accuracy આજ દિન સુધી જાળવી રાખી છે. આપણે જડ થોડા છીએ ! આપણે તો જીવાત્મા છીએ. પ્રકૃતિના જડ તત્ત્વોમાંથી આપણે જીવાત્મા એ કમ સે કમ પ્રેરણા મેળવવી જોઈએ. Charity Begins at home. શરૂઆત મારાથી થશે તો મુજે દેખ ઔર કરેંગે. જેમ Follow Father Mother તેમ Follow Time. સમયને અનુસરો. જો કે આ તો ઉલ્ટું કહેવાય. વાસ્તવમાં તો સમય આપણને અનુસરે. આપણે સમયને અનુસરવાનો નથી. અત્યાર સુધી આપણે સમયને અનુસરતા આવ્યા એટલે જ તો કળિયુગ આવ્યો. કારણ કે સમય તો આપણો વિદ્યાર્થી છે. અને આપણે તેના શિક્ષક છીએ. સમયને શિક્ષક થવા ના દઈએ નહિતર સમયની સામે આપણું અવમૂલ્યન થશે.

પુરુષોત્તમ સંગમયુગી સમય એ એક અમૂલ્ય ખજાનો છે જેનું જતન તેમજ સંવર્ધન કરવું જરૂરી છે. આ અમૂલ્ય ખજાનો બાબાએ આપણને વારસામાં આપ્યો છે. આ સમયરૂપી ખજાનાના માલિક બાબાએ આપણને બનાવ્યા છે. આ સમય રૂપી ખજાનાની ચાવીના આપણે માસ્ટર તેમજ માલિક છીએ. એક માલિક હોવાના નાતે સમય આપણા ઓર્ડર પ્રમાણે ચાલવો જોઈએ. પુરૂષોત્તમ સંગમયુગી સમયની એક એક સેકન્ડ અમૂલ્યમાં અમૂલ્ય છે. સમયનું મૂલ્ય સમય જાણે તે પહેલાં સમયનું મૂલ્ય આપણે જાણી લઈએ જે અત્યારે જરૂરી છે. જો કે સમયનું મૂલ્ય સમય તો જાણે જ છે. તેથી જ તો બાબા અવ્યક્ત વાણીમાં 'સમય કી પુકાર હૈ' તે વિષય પર વાણી ચલાવી હતી. ડ્રામા પ્લાન અનુસાર હવે સમયરૂપી વિદ્યાર્થી પણ કળિયુગની વિદાય અને સતયુગનું આગમન ઈચ્છી રહ્યો છે. સમય તો તૈયાર જ છે. પ્રકૃતિ પણ તૈયાર છે. બાબાના બાળકો હજુ તૈયાર નથી.

(અનુસંધાન પેજ નં. ૨૯ પર)

મન અને જીવન

બ્ર.કુ. મયુર પરમાર, બોપલ, બાલેશ્વર, અમદાવાદ

શબ્દોની શક્તિ

'જેઓ રાહ જુએ છે તેમની પાસે સારી વસ્તુઓ આવે છે. જેઓ પ્રયત્ન કરે છે તેમની પાસે વધુ સારી વસ્તુઓ આવે છે અને જેઓ માન્યતા ધરાવે છે તેમની પાસે શ્રેષ્ઠ વસ્તુઓ આવે છે.'

આપણે તે છીએ. જે આપણે વિચારીએ છીએ. આપણે વિચારવા માટે જે વિચારો પસંદ કરીએ છીએ તેની સાથે ક્ષણે ક્ષણે આપણી પોતાની વાસ્તવિકતા સર્જીએ છીએ. આપણું મગજ આપણે કલ્પના કરીએ તેના કરતાં વધારે આપણા શરીર પર અભિવ્યક્ત કરે છે. શબ્દો જે વિચારોનું મૂર્ત સ્વરૂપ છે. તેમની અમાપ શક્તિ છે. ખાસ કરીને જ્યારે આપણે એકાગ્રતાપૂર્વક તેમને બોલીએ ત્યારે.

રોગના નામો સાથે ચિપકવું

જ્યારે એક રોગથી પીડાતા હોઈએ ત્યારે આપણે જરૂરી દવાઓ લેવાનું ટાળવું ન જોઈએ. પરંતુ સમસ્યા તરફ વધારે ધ્યાન આપવાથી પણ કાંઈ ખાસ મદદ મળવાની નથી. માણસની બીમારીની સતત અન્ય સાથે ચર્ચા કરવાથી આપણે માત્ર રોગને વધારે તાકાત પૂરી પાડવામાં જ સફળ થઈએ છીએ. કારણ કે અર્ધચેતન મગજ આપણો ડર અને આપણે જેના તરફ જે ધ્યાન આપીએ છીએ તે નોંધી લે છે. રોગ અને તેના તરફ જે ધ્યાન આપીએ છીએ તે નોંધી લે છે. રોગ અને તેના ચિન્હોનું સતત નામ લીધા કરવાથી આપણે તેમને આપણા પર વધારે સત્તા આપીએ છીએ અને એ રીતે આપણી અંદર રહેલી ઉપચારની ગતિજન્ય ઉર્જાનું દમન કરીએ છીએ.

તમારા વિચારો અને શબ્દો પસંદ કરો

આપણામાંના મોટાભાગના આપણી વિચારવાની રીત કેવી રીતે બદલવી તે જાણતા નથી. અથવા તો તેમ કરવું શક્ય છે તેમ નથી માનતા. આપણે જેટલી સરળતાથી ડીવીડી પ્લેયરમાં નવી સીડી નાખીએ છીએ અને જુદુ પીક્ચર જોઈએ છીએ તેટલી જ સરળતાથી આપણા મગજમાંથી તસ્વીરો તથા વિચારો બદલી શકીએ છીએ. નવા વિચારો તેમની ગુણવત્તા મુજબ નવી ઘટનાઓ સર્જશે અને એ રીતે આપણું જીવન બદલી નાંખશે. મગજમાં રહેલી નકામી વસ્તુઓને ગાળી નાખીને આપણે આપણા વિચારો જે સર્જનાત્મક શક્તિ ધરાવે છે તેને સાચેસાચ અનુભવી શકીએ છીએ.

એમીલી કોએ એક ફ્રેન્ચ મનોવિજ્ઞાની હતા. જેમણે સ્વ-સૂચન પર આધારિત સ્વ સુધારણા અને ઈલાજની માનસ ઉપચારની નવી પદ્ધતિ દાખલ કરી. તેમના જગવિખ્યાત નિવેદન - 'દરરોજ, દરેક રીતે હું વધુને વધુ સારો થતો જાઉં છું.' એ ગંભીર બીમારીવાળા ઘણા લોકોને સાજા કર્યા છે.

સૂચનોની જરૂરિયાત

- સૂચન વડે 'આપણે શું ઈચ્છીએ છીએ' તે અભિવ્યક્ત થવું જોઈએ. 'આપણે શું નથી ઈચ્છતા' તે નહીં. તે બીજી વ્યક્તિઓ અથવા ઘટનાઓને બદલવાને બદલે આપણી જાતને બદલવા તરફ વાળેલું હોવું જોઈએ.
- આપણે એ હકારાત્મક ગુણો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ જે આપણા રોગો તથા અપૂર્ણતાનો ઉકેલ છે.

- ના, નહીં, નથી. જેવા શબ્દો સૂચનનો ભાગ ન હોવા જોઈએ 'મને ઉચ્ચ રક્તચાપ નથી' તેમ કહેવાને બદલે 'મારો રક્તચાપ નિયંત્રણમાં આવી રહ્યો છે.' તેમ કહેવું વધારે સારું છે.
- સૂચન ચાલુ કાળમાં હોવું જોઈએ. એટલે કે તેનામાં એક સ્થિર સૂચનાને બદલે વિકાસાત્મક ગુણ હોવો જોઈએ.
- 'મને એસીડીટી નથી' ને બદલે 'મારી એસીડીટી દિવસે દિવસે ઓછી થતી જાય છે.' એ વધુ પ્રામાણિક છે. અને તેનો ઉપયોગ કરનાર કોઈને પણ માટે તે વધુ સ્વીકાર્ય હશે.

સૂચનોનું પુનરાવર્તન એ સોનેરી નિયમ છે.

જો સ્વ-સૂચનોને મક્કમતા, બળ અને ઊંડા વિશ્વાસ સાથે પુનરાવર્તન કર્યા કરવામાં આવે તો તે ફળ ધારણ કરે છે. છોડની સફળતા બીજની શક્તિ અને માટીની ગ્રહણશીલતા પર આધાર રાખે છે. ઉપચારમાં પરિણામ રીતની શક્તિ અને અર્ધચેતન મનની ગ્રહણશીલતા પર આધાર રાખે છે. આ ગ્રહણશીલતા વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધા સાથે આવે છે. માટે, સ્વ-સૂચન અચોક્કસતા અને શંકાઓથી મુક્ત હોવાં જોઈએ. તેનું વારંવાર ઊંડાણપૂર્વક અને સભાનતાપૂર્વક ઉચ્ચારણ થવું જોઈએ.

તૈયારી

સ્વ-સૂચન કરતાં પહેલાં મન ચિંતાઓ અને વ્યગ્રતાઓથી મુક્ત હોવું જોઈએ. તમારા સ્વ-સૂચનને પસંદ કરો અને દરરોજ નિયમિત રીતે તેને નોટમાં વારંવાર લખો અને વારંવાર તેને માનસિક રીતે દૃઢ પણે બોલ્યા કરો. તેને દૃઢપણે, તીવ્રતાથી અને પ્રમાણિકપણે બોલ્યા કરવાથી તે તમારા મધ્યની અંદર ઉતરી જશે, જ્યાંથી તે પછીથી તમારા ચેતન પ્રદેશને અસર કરવાની શક્તિ સાથે પાછા ફરશે.

(અનુસંધાન પેજ નં. ૩૦ પર)

(પેજ નં. ૨૭નું અનુસંધાન) .... **સમય**

તેઓ સમયરૂપી વિદ્યાર્થીની રાહ જોઈ રહ્યા છે.

અત્યારે સમયની રફતાર તીવ્ર ગતિમાં છે. પરંતુ બાબાના બાળકોનો પુરૂષાર્થ તીવ્ર ગતિમાં નથી. સમય પાણીના રેલાની જેમ ઝડપથી હાથમાંથી સરકી રહ્યો છે. હવે વિશ્વ ડ્રામા પોતાના અંતિમ ચરણમાં છે. જ્યારે કોઈપણ ડ્રામા પોતાના અંતિમ ચરણમાં હોય ત્યારે ડ્રામાનું દરેક દૃશ્ય ઝડપથી Play થતું હોત છે. દિવસ પૂરો થતાં વાર જ લાગતી નથી. સત્ ગુરુવાર આવતાં વાર જ લાગતી નથી. દિવસ દરમિયાન કરવાના થતા કાર્યો ઝડપથી પૂર્ણ કરવા પડે છે. નહિતર અધૂરાં પણ રહી જાય. કહેવાનો ભાવાર્થ સમય ઝડપથી પસાર થઈ રહ્યો છે. તેથી હવે સમયને ઓળખો અને પારખો. કમાનમાંથી છૂટેલું તીર પાછું નથી આવતું તેમ વિતી ગયેલો સમય પણ પાછો નથી આવતો. If the Wealth is lost nothing is lost, If Health is lost something is lost but the Time is lost everything is lost. સમયનું મૂલ્ય તેને જ સમજાય કે જે સમયસર આવેલી ટ્રેઈનને ચૂકી જાય છે. સમયનું આધિપત્ય, પ્રભુત્વ તેમજ વર્ચસ્વ સર્વવ્યાપી છે. આ વિશ્વમાં અમૂલ્યમાં અમૂલ્ય જો કોઈ ચીજ હોય તો તે સમય છે. જેમ માયા જીત જગત જીત તેમ સમય જીત જગત જીત કહેવું અતિશયોક્તિ નથી. સમય સમસ્યાઓને લઈને આવે છે તો વળી સાથે સાથે સમાધાનને પણ લઈને આવે છે. સમય વર્ત્યે સાવધાન એ જ સમાધાન.

॥ ઓમશાંતિ ॥

બાબાની છત્રછાયાનો અનુભવ

બ્ર.કુ. વિનોદભાઈ ઢોલરીયા, રાજકોટ

આપણને પરમાત્મા શિવ દ્વારા આત્મજ્ઞાન મળ્યું ત્યારથી જ એક મોટરના કિસ્સાથી પરિચિત છીએ. સાત દિવસના કોર્સમાં બહેનો મોટરના ઉદાહરણથી આત્માનો પરિચય આપે છે. શરીર એક મોટર છે. અને આત્મા તેનો ડ્રાઈવર છે. શરીર વિનાશી છે. આત્મા અવિનાશી છે. શરીરરૂપી મોટરને નુકસાન થાય કે નાશ પામે પરંતુ આત્મારૂપી ડ્રાઈવર અજર, અમર, અવિનાશી પોતાનું પાત્ર ભજવતો રહે છે. તો એ આત્મારૂપી ડ્રાઈવરના પિતા પરમપિતા પરમાત્મા છે. જીવન સફરમાં એ પરમપિતાની દુઆનો હાથ કહો કે.. વરદાનનો હાથ આત્મારૂપી સંતાન ઉપર હંમેશા રક્ષા કરતો હોય છે. જેના અનેક કિસ્સાઓ અનુભવો આપણે સાંભળ્યા છે. અને સાંભળવાના પણ છીએ. ક્યાંક તોફાનોમાં, ક્યાંક અગન જ્વાળાઓમાં, તો ક્યાંક અકસ્માતોમાં પરમાત્મા દુઆથી થયેલી રક્ષાના અનેક દિવ્ય અનુભવો થતા હોય છે. તેવો જ એક કિસ્સો અમારી કાર સાથે થયેલો.

૨૦-૦૩-૨૦૧૭ ગુજરાત સેવાના ટર્ન બાદ બાબા મિલનના દિવસ પછી બીજા દિવસે સવારે પાંચ વાગ્યે અમે પાંચ બ્રહ્માવત્સો બાબાના કમરામાં જઈ બાબા પાસેથી રજા લઈને મધુવનથી રાજકોટ જવા નીકળ્યા. સવારે ૧૦.૪૫ વાગ્યે અમદાવાદ પહોંચીને યાત્રા ભોજન કર્યા બાદ ૧૧.૩૦ વાગ્યે રાજકોટ જવા નીકળ્યા પરંતુ બાવળાથી સાત કિલોમીટર આગળ ચાલ્યા ત્યાં પુલ પછી વળાંકમાં અમારી કાર સામે એક ગાય આડી ઉતરી. જેને બચાવવા જતાં અમારી કાર ૬૫ થી ૭૦ ફૂટ નીચે ઉતરી ગઈ. ગાડી ટોટલ નષ્ટ થઈ. ચારેય વ્હીલ ફેઈલ થઈ ગયાં. એન્જીન - બોનેટ બધું જ તૂટી ગયું. આજુ-બાજુના ગામના લોકો કહેતા હતા કે આમાંથી કોઈપણ બચ્યું નહીં હોય. જ્યારે ગાડી ટોટલ નષ્ટ થઈ ગઈ તો માણસ તો ક્યાંથી બચે ? બાવળા પાસેના એક્સીડન્ટમાં ભાગ્યે જ કોઈ બચતું હશે.

પરંતુ ... બાબાએ, તેમના પાંચેય પાંડવોને એક જરા પણ ટચ થવા ન દીધું. બાબાએ પહાડને રાઈ નહીં પણ રૂઈ સમાન બનાવીને બચાવી લીધા. સાચા દિલથી કહું છું કે બાબાએ અમારા સાથી બનીને પાંચેય પાંડવોની રક્ષા કરી. ગાડી તો ચાલે તેમ નહોતી. એટલે અમે બે ભાઈઓ બાવળા જઈ ટ્રોલી બોલાવી લાવ્યા અને ગાડીને બહાર કાઢીને રાજકોટ લઈ આવ્યા. ગાડીનો વીમો કદાચ ૧૦૦ % ન મળે પરંતુ અમારો વીમો તો બાબા એ ૧૦૦ % મધુવનથી નીકળ્યા ત્યારે જ ઉતારી લીધો હશે.

આભાર બાબા !

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. ૨૯નું અનુસંધાન).... **મન અને જીવન**

સ્વ-સૂચનના કેટલાંક ઉદાહરણ

- દિવસે દિવસે, દરેક રીતે મારી સમસ્યાઓ નિયંત્રણમાં આવતી જાય છે.
- હું દિવસે દિવસે વધુ સારો થતો જાઉં છું.
- મારી તાકાત અને તંદુરસ્તી દરરોજ સુધરતા જાય છે.
- હું તંદુરસ્ત, સ્વસ્થ, સુરક્ષિત છું.
- મેં સાજા થવાનું પસંદ કર્યું છે. હું સાચા માર્ગ પર છું, મને ઘણું સારું લાગે છે.
- હું જીવનમાં આગળ વધવા તૈયાર છું.

॥ ઓમશાંતિ ॥

માનવીની તનમનની તંદુરસ્તી બગાડતો રાજરોગ - ગુસ્સો

બ્ર.કુ. અનિલ, સુરત

ગુસ્સાની વાત યાદ આવે એટલે આપણી પૌરાણિક કથાના દુર્વાસા મુનિ તરત યાદ આવે. નાની નાની બાબતમાં એમનું મગજ તપી જાય અને તરત જ શ્રાપ આપી દે. આજના જમાનામાં આપણે શ્રાપની વાત ન માનીએ પણ આટલું ચોક્કસ જાણી લેજો કે વાતવાતમાં ગુસ્સે થનારા પોતાની જાતને જાણે અજાણે શ્રાપ આપી રહ્યા છે. ગુસ્સાથી તમને જે ભયંકર નુકસાન થાય છે એની તમને સહેજે કલ્પના નથી.

ગુસ્સો એટલે શું ? એને ગુસ્સો કહો કે મગજની કમાન છટકી ગઈ તેમ કહો. આ ગુસ્સો એ મનના ઉશ્કેરાટની એક પ્રકારની અવસ્થા છે. જ્યારે માનવીને મગજનો કાબૂ નથી રહેતો અને તે વાણીમાં મોટેથી સારું કે ખરાબ બોલી અને વર્તનમાં કોઈપણ પ્રકારની તકલીફ તોડફોડ કે આવેશભર્યું પગલું લઈ લે છે. આવી સ્થિતિ પાંચ મિનિટ ચાલે કે પંદર મિનિટ. વ્યક્તિનું મોં લાલ થઈ જાય છે, આંખો લાલ થઈ જાય, નાડીના ધબકારા વધી જાય. બી.પી. વધી જાય, વ્યક્તિ મોટેથી બૂમો ને જોરથી ઘાંટા પાડે, અને સારા સારનું ભાન ન રહે, મોટાની આમન્યા ન રહે અને આ પરિસ્થિતિ જો વધારે ચાલે તો પોતાનાથી નાનાને દયા રાખ્યા વગર શારીરિક શિક્ષા અને મોટા સાથે મારામારીની નોબત આવી જાય. આ વખતે કોઈ સમજાવટ કે શાંતિ રાખવાના પ્રયત્ન બીજાઓ તરફથી કરવામાં આવે તો તે સફળ ન થાય, ઊલટું વ્યક્તિના ગુસ્સાનું નિશાન આવા બીજાઓ પણ જોઈ જાય. પંદર મિનિટથી વધુ ગુસ્સો ચાલે તો આવી વ્યક્તિ બેભાન પણ થઈ જાય અને મૃત્યુ પણ કોઈક સંજોગોમાં થઈ શકે.

જ્યારે બધું શાંત પડે ત્યારે આવી વ્યક્તિને પોતે આવેશમાં આવીને જે કાંઈ કર્યું હોય તે બાબતનો અફસોસ પણ થાય અને આવી પસ્તાવાની લાગણી ઘણો વખત રહે.

ગુસ્સો શા માટે આવે ? પોતાને ન ગમતી કોઈ વાત બને ત્યારે, જ્યારે આખી દુનિયામાં પોતાને જ અન્યાય થયેલો લાગે ત્યારે અને પોતાનામાં જ્યારે આત્મવિશ્વાસનો અભાવ હોય કે હીણપતની લાગણી હોય ત્યારે ગુસ્સો ખૂબ આવે. બીજી રીતે જોઈએ તો કામકાજમાં વધારે પડતી ચોક્સાઈવાળા, ઘડિયાળને કાંટે કામ કરનારા, કીર્તિને કલદાર મેળવવાની દોડમાં અગ્રેસર હોય તેવા લોકોને ખૂબ જ માનસિક ટેન્શન હોવાથી ગુસ્સો ખૂબ આવતો હોય છે. ગુસ્સો તે દયા, માયા, પ્રેમ કે કરૂણા જેવી લાગણીની પરિસ્થિતિ નથી જે તમે ધીરે ધીરે કેળવી શકો. એને પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિની ભેટ તમે ગણી શકો.

વ્યક્તિમાં જ્યારે અવિશ્વાસની લાગણી હોય ત્યારે તે બીજા દરેક જણને શંકાથી જુએ. અને બધા જ તેના દુશ્મન છે એમ જ ખરેખર એ માનવા લાગે અને આને લીધે તેને સતત ચિંતા રહે અને તેના સંપર્કમાં આવનાર દરેકની સાથે લડાઈ કરવા તૈયાર રહે અને પછી નાની મોટી દરેક વાતમાં ગુસ્સે થાય. કોઈક જ વાર બહાર ગુસ્સો બતાવ્યા વગર આવી વ્યક્તિ પોતાની જાત ઉપર ગુસ્સે થાય અને બધો ગુસ્સો દબાવી રાખે અને જાતે જ દુ:ખી થઈ જાય. ગમે તે કારણ હોય કે ન હોય વારેવારે ગુસ્સો આવે તેવી પરિસ્થિતિ સારી નથી જ. વ્યક્તિના પોતાના જ હાથમાં આનો રસ્તો છે કોઈની મદદની જરૂર નથી.

ગુસ્સો ઈચ્છવા યોગ્ય ખરો ? ક્રોધ કે ગુસ્સો

એક પ્રકારની પાવરફુલ શક્તિ છે, જેને તમે દબાવી રાખો કે છડેચોક બહાર કાઢો. તમને બહુ જ નુકસાન કરી શકે. એનાથી માથાનો દુઃખાવો થઈ શકે. હોજરીમાં ચાંદા પડે, આંતરડાની ગરબડ થાય. ફેફસાની તકલીફ થાય, કેન્સર અને ચામડીના રોગ, સાંધાનો વા અને બી.પી. પણ થાય, હાર્ટ એટેક પણ આવી શકે અને અનેક પ્રકારની માનસિક બીમારીના તમે ભોગ બની શકો. તમારી ઊંઘ હરામ થઈ જાય. તમે સતત ભય અને ચિંતાની લાગણીથી પીડાઓ.

તમને આપઘાત કરવાનું પણ મન થાય. આ બધાની જરૂર ખરી ? તમને ભલે કોઈએ કહ્યું હોય કે ગુસ્સો દબાવી રાખવાને બદલે ગુસ્સાનો ઉભરો કાઢી નાખવાથી તમારું મન શાંત થઈ જશે તો આ વાત બરાબર નથી. ઘણીવાર ગુસ્સાને દબાવી દેવા માટે કોઈક લોકો વધારે પડતો ચા, કોફી, તમાકુ, સિગારેટ અને દારૂની આદત પર ચડી જાય છે. આ બધી જ પરિસ્થિતિ ઘણા બધા રોગને એક સાથે આમંત્રણ આપવા બરાબર છે. આ માટે એક કે વધારે રોગ આવે અને પાછા ફરી તમે તમારા ગુસ્સાવાળા સ્વભાવ ઉપર ફરી ગુસ્સો કરી વધારે હેરાન થાઓ તેને બદલે ગુસ્સે ન થવાના ઉપાય શોધી કાઢો.

ભૂલેચૂકે પણ તમે ગુસ્સે થઈ જાઓ તો એકથી સો ગણવા બેસજો. એથી ગુસ્સાની માત્રા ઘટી જશે. એક ગ્લાસ પાણી પીવાથી પણ પિત્તની શાંતિ થાય છે અને ગુસ્સો નરમ પડે છે. ગુસ્સે થવાથી થતા નુકસાનના વારંવાર વિચાર કરવાથી પણ તમે તેનાથી દૂર રહી શકશો. સ્વભાવ એકદમ બદલાતો નથી પણ નિષ્ઠાપૂર્વકના પ્રયાસથી તેમાં ફેર તો પડી શકે છે જ.

ગુસ્સા પર કાબૂ મેળવવા માટે સૌથી કારગત ઔષધ હોય તો તે છે - આત્મસંયમ. એટલે કે તમારી જાત પર તમે પોતે કાબૂ રાખી શકો તેવી શક્તિ. માનવજીવનમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે, ચારિત્ર્યનું ઘડતર કરવા માટે આત્મસંયમ એ એક મહત્ત્વનું અંગ પૂરવાર થયું છે. તમારી ઈચ્છા વિરુદ્ધ કાંઈ બને, અથવા તો કોઈ એવો પ્રસંગ બની જાય, જેને કારણે ઉશ્કેરાવાનું તમને કારણ મળે ત્યારે લેશમાત્ર મિજાજ ગુમાવશો નહિ, પણ ઊભી થયેલી પરિસ્થિતિ પર શાંત ચિત્તે વિચાર કરજો. આમ કરવાથી તમે આત્મસંયમ કેળવતા જશો અને પછી તમે તમારા સ્વભાવ પર કાબૂ રાખી શકશો.

ગુસ્સાને જીત્યો એટલે જગ જીત્યું એમ જ માનજો. જીવનના લક્ષ્યસ્થાને પહોંચવા માટે પછી તો તમારો માર્ગ એકદમ સરળ થઈ પડશે અને એ સરળ માર્ગે જતાં તમે મનવાંછિત સિદ્ધિ મેળવી શકશો એમાં લેશમાત્ર શંકાને સ્થાન નથી.

પ્રિય આત્મબંધુઓ, આજે આપણે પરમાત્માની સાક્ષીએ દૃઢ સંકલ્પ કરીએ કે ગુસ્સાથી આવતા ગુસ્સાને પણ આપણે પી જઈએ અર્થાત્ આપણા જીવનમાં પરમાત્મા શક્તિ દ્વારા અને ઈશ્વરીય જ્ઞાન દ્વારા આપણા વિચારોને સકારાત્મક દિશામાં વાળીએ અને શાંત ચિત્તે વિચારીને એ ગુસ્સાના સ્થાને પ્રેમ, દયા, કરૂણાના ગુણોથી કેમ ન ભરી દઈએ ? અનુભવ કરીએ કે ખરેખર હવે મારામાં ગુસ્સો છે ખરો ? તમારામાં ગુસ્સાનો અંશ પણ ન રહે એવી શુભ કામના સાથે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

Printed by BK Sarlaben R. Somiya and Published by BK Ushaben B. Vajani for Prajapita Brahmakumaries Ishwariya Vishwa Vidyalaya, Ahmedabad. Printed at Shreedhar Printers Pvt. Ltd., J & K Block No. 4, Ravi Estate, Dudheshwar Road, Ahmedabad - 380 004. Published from Prajapita Brahmakumaries Ishwariya Vishwa Vidyalaya, 1, Chaturbhuj Colony, Rajyoga Bhawan, Kankaria, Ahmedabad - 380 028. Gujarat State, India. Edited by Prof. Dr. Kalidas D. Prajapati.

પાટણ સબજેલનાં સુપ્રીન્ટેડન્ટ ભ્રાતા જગદીશભાઈને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. હેતલબેન સાથે બ્ર.કુ. નીતાબેન.

ભરુચ જીલ્લાના DYSP ભ્રાતા ભરતભાઈ રાઠોડને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. સુનીલાબેન.

ભાવનગર જીલ્લા જેલમાં બંદીવાન ભાઈઓને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. કોમલબેન સાથે બ્રહ્માકુમાર ભાઈઓ.

સિધ્ધપુરમાં સુરક્ષા સેવા સોસાયટી અંતર્ગત તાલીમમાં રક્ષાબંધનનું મહત્વ સમજાવતાં બ્ર.કુ. વિજ્યાબેન સાથે PI ડૉ. જીગરભાઈ પંડિત.

ગોંડલમાં SRPના જવાનોને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. ભાનુબેન તથા બ્ર.કુ. શીતલબેન.

અમદાવાદ ન્યુ મણિનગરમાં ટ્રાફિક પોલીસ ભ્રાતા આઈ.એમ. હૈદર તથા સ્ટાફને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. સોનલબેન, બ્ર.કુ. ગૌરીબેન.

જસદણ પોલીસ સ્ટેશનમાં PI અગ્રવાતજી તથા સ્ટાફને રક્ષાબંધન કર્યા બાદ મહિલા મોરચાના પ્રમુખ આશાબેન સાથે બ્ર.કુ. ભાવનાબેન.

માળીયા હાટીના પોલીસ સ્ટેશનમાં PI ભ્રાતા નરેશભાઈ વિઝુંડાને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. મીતાબેન સાથે બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

અમદાવાદ લોટસહાઉસના 'જન્માષ્ટમી'કાર્યક્રમમાં મ્યુ. સ્કુલબોર્ડના શાસનાધિકારી લગધીરભાઈ, બ્રાઇટ સ્કુલના એસ.કે.રેશમદેસાઈ, યોગાચાર્ય દિલીપભાઈ, રાજયોગિની સરલાદીદી, બ્ર.કુ.ભારતીબેન.

પાટણ સેવાકેન્દ્ર પર આયોજીત 'જન્માષ્ટમી'ના કાર્યક્રમમાં સંદેશ આપતાં બ્ર.કુ. નીતાબેન સાથે બ્ર.કુ. નિલમબેન, બ્ર.કુ. રામનાથભાઈ.

અમદાવાદ મહાદેવનગર સેવાકેન્દ્ર દ્વારા આયોજીત 'શ્રીકૃષ્ણ જન્માષ્ટમી' કાર્યક્રમના બાળકલાકારો સાથે બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન.

રાજકોટ રવિરત્ન સેવાકેન્દ્રમાં 'જન્માષ્ટમી' નિમિત્તે યશોદામૈયાની વેશભૂષા સ્પર્ધામાં સ્પર્ધકો સાથે બ્ર.કુ. ભારતીબેન, બ્ર.કુ. નલિનીબેન.

વ્યારા સેવાકેન્દ્ર દ્વારા 'જન્માષ્ટમી' નિમિત્તે આયોજીત શ્રીકૃષ્ણ-રાધા, ગોપ-ગોપીઓની ઝાંખીના કલાકારો સાથે બ્ર.કુ. અરુણાબેન.

પડધરી સેવાકેન્દ્ર દ્વારા 'શ્રીકૃષ્ણ ગોકુળઅષ્ટમી' નિમિત્તે આયોજીત ઝાંખીમાં દર્શન માટે ઉમટેલ ભાવિક ભક્તગણ.

સુરેન્દ્રનગરમાં 'શ્રીકૃષ્ણ જન્માષ્ટમી મહોત્સવ' નિમિતે આયોજીત ઝાંખી સાથે બ્ર.કુ. હર્ષાબેન સાથે આમંત્રિત મહેમાનો.

ગાંધીનગર સેકટર-૩ ખાતે સરકારી ડ્રેનેજ ઈન્ક્વાયરી કાર્યાલયમાં રક્ષાબંધન કર્યા બાદ સ્ટાફ સાથે સમૂહચિત્રમાં બ્ર.કુ. સુનિતાબેન.

સુરત પસોદરા ઉપસેવાકેન્દ્રના ઉદ્‌ઘાટન પ્રસંગે મેયર ભગિની અસ્મિતાબેન શિરોયાને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતાં બ્ર.કુ. પૂર્ણિમાબેન.

અમદાવાદ ઈસનપુર સેવાકેન્દ્ર પર સ્નેહમિલનમાં રક્ષાબંધનનો સંદેશ આપતાં બ્ર.કુ. જાગૃતિબેન સાથે બ્ર.કુ. રેખાબેન, બ્ર.કુ. રાજેશ્વરીબેન.

સુરત વરાછા સેવાકેન્દ્રમાં 'રક્ષાબંધન' સ્નેહમિલનના કાર્યક્રમમાં કૉરપોરેટર જ્યોતિબેન, કૉરપોરેટર મમતાબેન, ન્યુઝ ૨૪ ચેનલના સાધનાબેન, પ્રમુખ ઈનરવ્હીલ ક્લબ ચેતનાબેન, બ્ર.કુ. જૈમીનાબેન.

વડોદરા અટલાદરામાં 'આંતરરાષ્ટ્રીય ઑલમ્પીક દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં ખેલ મંત્રી ભ્રાતા રાજેન્દ્રભાઈ, કૉરપોરેશનનાં ડેપ્યુટી કમીશનર ભ્રાતા પંકજભાઈ, બ્ર.કુ. અરુણાબેન, બ્ર.કુ. જગબીરભાઈ.

કેશોદમાં કાપડ એસોશીએશનના પ્રમુખ ભ્રાતા અશોકભાઈ રાયચડાને રાખડી બાધતાં બ્ર.કુ. રુપાબેન.

વલસાડમાં રક્ષાબંધન કાર્યક્રમમાં અનુભવ સંભળાવતા ભ્રાતા અઝીઝ મનસુરી, મેયર સોનલબેન, બ્ર.કુ. રંજનબેન, બ્ર.કુ. રોહિતભાઈ.

ખેડબ્રહ્મા આર્ટસ એન્ડ કૉમર્સ કૉલેજનાં આચાર્ય ભ્રાતા નટુભાઈ પટેલ તથા સર્વ પ્રોફેસરોને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. જ્યોતિબેન.

વાસદમાં '૧૫મી ઓગષ્ટે' ધ્વજવંદન કાર્યક્રમમાં મામલતદાર ભ્રાતા જયેશભાઈને સૌગાત આપતાં બ્ર.કુ. દીપાબેન તથા બ્ર.કુ. પ્રીતિબેન.

Gyan Amrit
Vol.10 | Issue 09 | September 2017 | Retail Price - 10/- | RNI No. of RNP is GUJGUJ/2007/21842.
Published on 1st of every month. Registered under Postal Registration No. AHD-C/21/2017-2019 Vaild up to 31st December-2019 Issued by the SSPO's Ahmedabad City Division, permitted to post at Ahmedabad PSO on 4th of every month.

અમદાવાદમાં યુવા પ્રભાગ દ્વારા આયોજીત અખિલ ભારતીય બસ કેમ્પેઇન 'મેરા ભારત સ્વર્ણિમ ભારત'ના ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમમાં રાજયોગિની દાદી રતનમોહિની, નાયબ મુખ્ય મંત્રી ભ્રાતા નીતિનભાઈ પટેલ, પ્લાનીંગ કમીશનના ઉપાધ્યક્ષ ભ્રાતા નરહરિભાઈ અમીન, ફિલ્મ કલાકાર ભ્રાતા ઉપેન પટેલ, ટેક્ષ કન્સલન્ટટ ભ્રાતા મુકેશ પટેલ, ઈન્ડીયન ઓઈલ કૉરપોરેશનના ડાયરેકટર ભ્રાતા પરીન્દુ ભગત, અદાણી ગ્રુપના ડાયરેકટર ભ્રાતા પ્રણવભાઈ અદાણી, રાજયોગિની સરલાદીદી, યુવા પ્રભાગના રાષ્ટ્રીય સંયોજીકા બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન સાથે-સાથે પ્રતિજ્ઞા કરાવતાં બ્ર.કુ. મુકેશભાઈ અને મંચસ્થ મહાનુભાવો.

ગાંધીનગરમાં ગુજરાત રાજ્યના ગવર્નર મહામહિમ ભ્રાતા ઓ.પી.કોહલીને રક્ષાબંધન કરતાં રાજયોગિની સરલાદીદી સાથે બ્ર.કુ. અમરબેન, બ્ર.કુ. કૈલાસબેન.

રાજકોટમાં કર્ણાટક રાજ્યના ગવર્નર મહામહિમ ભ્રાતા વજુભાઈ વાળાને પાવન રક્ષાસૂત્ર બાધ્યાં બાદ સમૂહચિત્રમાં બ્ર.કુ. ભારતીબેન, બ્ર.કુ. દક્ષાબેન, બ્ર.કુ. અંજુબેન.

ગાંધીનગરમાં ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી ભ્રાતા વિજયભાઈ રુપાણીને રક્ષાબંધન કરતાં રાજયોગિની સરલાદીદી સાથે બ્ર.કુ. અમરબેન, બ્ર.કુ. કૈલાસબેન તથા બ્ર.કુ. તારાબેન.

ગાંધીનગરમાં મહેસુલ, શિક્ષણ તથા કાયદા વિભાગના કેબીનેટ મંત્રી ભ્રાતા ભૂપેન્દ્રસિંહ ચુડાસમાને રક્ષાબંધન કરતાં બ્ર.કુ. કૈલાસબેન.