

Gyan Amrit ज्ञानमृत

Vol.12 - Issue 4
April 2019
Price 12/-

रामनवमी
येटी चांढ
गुडी पडवो
चैत्री नवरात्री...





અમદાવાદ લોટસ હાઉસ ખાતે 'મહાશિવરાત્રી'ના કાર્યક્રમમાં પ્ર.કુ. શારદાબેન, HUDCO ગુજરાતના ચેરમેન ભ્રાતા એસ.કે.નંદા IAS, ટાઉન પ્લાનીંગના ડેપ્યુટી એન્જી. ભ્રાતા રમેશભાઈ, પ્ર.કુ.ભારતીબેન.



વડોદરા અલકાપુરીમાં 'શિવરાત્રી'ના કાર્યક્રમમાં ડૉ. મીનુ પટેલ, હુમન રાઈટસના ડાયરેક્ટર મુકેશભાઈ ગુપ્તા, ગાયત્રી પરિવારના મહેન્દ્રભાઈ, પ્ર.કુ. ડૉ. નિરંજનાબેન, ડૉ. અનિલભાઈ.



ભરુચ ઝાડેશ્વર ખાતે 'શિવધ્વજરોહણ' માં પ્ર.કુ. પ્રભાબેન, પીયુષભાઈ નથવાણી (મેઘમણિના VP ઉદ્યોગપતિ), NTPCના GM સુશીલભાઈ.



સુરત વરાછા દ્વારા 'દ્વાદશ જ્યોતિર્લિંગ દિવ્યદર્શન મેળો'ના ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમમાં સ્વાગત પ્રવચન કરતાં પ્ર.કુ. વૃષ્ટિબેન.



શિલોડામાં 'સર્વધર્મના પિતા'ની ચૈતન્ય ઝાંખી સાથે CRPFના DIG ભ્રાતા કે.એમ.ચાદવ, પ્ર.કુ. કૈલાસબેન, પ્ર.કુ. તારાબેન.



સુરેન્દ્રનગરમાં 'દિવ્ય દર્શન મેળો'ના કાર્યક્રમમાં મ્યુ. કોરપોરેશનના પ્રમુખ ભ્રાતા વિપિનભાઈ તોલીયાને સૌગાત આપતાં પ્ર.કુ હર્ષાબેન.



પાટણમાં 'શિવરાત્રી'ના કાર્યક્રમમાં ડૉ. કાંતિભાઈ પટેલ, ડૉ. સુમનભાઈ, ભ્રાતા નટુભાઈ, વન વિભાગના અધિકારી ભ્રાતા વિષ્ણુભાઈ તથા શિવાજીને ફુલહાર કરતાં પ્ર.કુ. નીલમબેન.



રાઈકોટ રવિરત્નમાં 'સુવર્ણ જયંતી વર્ષ' નિમિત્તે વ્લડ ડોનેશન કેમ્પમાં ડૉ. કમલભાઈ, ડૉ. મયુરભાઈ, ડૉ. હેતલભાઈ, કોરપોરેટર શિવાબેન, DySP બી.કે.ઝાલા, પ્ર.કુ.નલિનીબેન, પ્ર.કુ. અંબુબેન.



વડોદરા વાસણારોડ 'પ્રભુ સાનિધ્ય અનુભૂતિ મહોત્સવ'માં ગુજરાત ઉર્જા વિકાસ નિગમના GM ભગિની શૈલજાબેન, મ્યુ. કાઉન્સીલર ભ્રાતા નીતિનકુમાર, ધ્ર.કુ. ડૉ. નિરંજનાબેન, ધ્ર.કુ. મીનાબેન.



શહેરા ખાતે 'શિવજયંતી મહોત્સવ સમારંભ'ના કાર્યક્રમમાં ધ્ર.કુ. સુરેખાબેન, નગર સેવાસદનના પ્રમુખ ભગિની સ્નેહલતાબેન, PI ભ્રાતા એન.એમ. પ્રજાપ્રતિ, ધ્ર.કુ. રતનબેન.



અમદાવાદ સારંગપુરમાં 'શિવજયંતી' કાર્યક્રમમાં શુભેચ્છા આપતાં સાયકલ પર યાત્રા કરી પીસ મિશન ચલાવીને ઘણાં એવોર્ડ મેળવનાર ભ્રાતા તાહિરભાઈ, સાથે ધ્ર.કુ. મંજુલાબેન.



સુરત મોટા વરાછામાં 'મહાશિવરાત્રી' નિમિત્તે આયોજીત 'બરફના અમરનાથની દર્શન ઝાંખી'નું ઉદ્ઘાટન કરતાં ડૉ. ભાગવભાઈ, સમાજસેવક નાગજીભાઈ, પત્રકાર શોભનાબેન, ધ્ર.કુ. મીનાબેન.



કેશોદમાં 'શિવજયંતી' કાર્યક્રમમાં ધ્ર.કુ. રુપાબેન સાથે MLA ભ્રાતા વાલમભાઈ, નગરપાલિકાના પ્રમુખ યોગેશભાઈ તથા અન્ય.



દીયોદરના દેવ દરબાર જહાંગીર મઠના સંત શ્રી ૧૦૦૮ મહંત બલવંતનાથજીને ઇશ્વરીય સૌગાત આપતાં ધ્ર.કુ. સુરેખાબેન.



ભરુચ સીટીમાં 'શિવરાત્રી મહોત્સવ વ્યાપારી સંમેલન'માં વ્યાપારી સંગઠનના પ્રમુખ દિલીપભાઈ, સેક્ટરી ભ્રાતા જૈમિનભાઈ, ખજાનચી અશ્વિનભાઈ, ધ્ર.કુ. હેમાબેન, ધ્ર.કુ. વિજયાબેન, ધ્ર.કુ. સુનિલાબેન.



ગાંધીનગર સેક્ટર-૨ સેવાકેન્દ્ર પર 'શિવજયંતી' નિમિત્તે આયોજીત શોભાયાત્રાને લીલી ઝંડી આપતાં એપોલો હોસ્પિટલના ડૉ. જયંતભાઈ, સીમ્સ હોસ્પિટલના ડૉ. કાશ્મીરાબેન, ધ્ર.કુ. ભાવનાબેન.



ગાંધીનગર સેક્ટર-૩ ખાતે 'શિવરાત્રી' કાર્યક્રમમાં ડૉ. સુરેન્દ્રભાઈ, ડૉ. વિપુલભાઈ, BJP શહેર મંત્રી શંકરભાઈ, કોરપોરેટર્સ ભ્રાતા જયરાજસિંહભાઈ, હીરલબેન, ઉર્મિલાબેન, ધ્ર.કુ. સુનિતાબેન.



અમદાવાદ ન્યુ મહિનગરમાં 'અમરનાથ ઈર્શન'માં સંદેશ આપતાં ધ્ર.કુ. સોનલબેન, BJP બક્ષીપંચ મોરચામંત્રી કિશોરભાઈ, રામોલ વોર્ડ BJPના પ્રમુખ શિવાણુભાઈ, ભ્રાતા ભરતભાઈ, ભ્રાતા ઈન્દ્રવદનભાઈ.



અમદાવાદ કર્ણાવતી પાર્ક દ્વારા 'શિવજયંતી' કાર્યક્રમમાં MLA ભ્રાતા હસમુખભાઈ પટેલને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતાં ધ્ર.કુ. ગૌરીબેન.



અમદાવાદ ઘોડાસર સેવાકેન્દ્ર પર 'શિવપ્રતિજ્ઞા' કરાવતાં ધ્ર.કુ. ભૂમિબેન સાથે PI ભ્રાતા હસમુખભાઈ સીસારા, ધ્ર.કુ. જસુમતીબેન.



પ્રાંતિજ સેવાકેન્દ્ર પર 'શિવધ્વજરોહણ' કાર્યક્રમમાં MLA ભ્રાતા ગજેન્દ્રસિંહ પરમાર સાથે ધ્ર.કુ. મોહિનીબેન, ધ્ર.કુ. લતાબેન.



માળીયામાં 'શિવરાત્રી'ની રેલીમાં સરપંચ નટવરભાઈ, પૂર્વસભાપતિ હમીરભાઈ, ચેમ્બરના પ્રમુખ મહેન્દ્રભાઈ, ધ્ર.કુ.રુપાબેન, ધ્ર.કુ. મીતાબેન.



મોડાસાની બહેરાં મુંગા શાળાના 'સુવર્ણજયંતી' વર્ષમાં આયોજીત રેલીમાં પ્રમુખ ટી.બી.પટેલનું સ્વાગત કરતાં ધ્ર.કુ. ઈન્દિરાબેન.



રાજકોટ રાજનગર સેન્ટર દ્વારા 'બર્કિલા અમરનાથ ઈર્શન' પધારેલ MLA ગોવિંદભાઈ પટેલને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતાં ધ્ર.કુ. રીટાબેન.



Gyan Amrit ज्ञानामृत

वर्ष १२

अप्रैल-२०१८

अंक : ०४

प्रजपिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयनुं मुजपत्र अमृतसूचि

- नजरतंत्री स्थानेथी ..06
- श्रेष्ठ संकल्पोनी कमालप्र.कु. सूर्यभाई ..08
- त्रिवेणीप्र.कु. जगदीशचंद्र ..12
- प्रसन्नताना पथ परप्र.कु. शिवानीबेन ..14
- सुरक्षा कवचप्र.कु. सरलादीदी ..15
- दिव्यदर्शनप्र.कु. नंदिनीबेन ..18
- राजयोग द्वारा संपूर्ण स्वास्थ्यप्र.कु. डी. जयश्रीबेन ..20
- योगथी जेती, जेतीमां योगप्र.कु. केशुभाई ..24
- तंत्रीने पत्रो27
- ये मुश्किलों से कह दो, मेरा जुदा जडा है..प्र.कु. चंद्रवदन ..28

लवाजमना दर

भारतमां

वार्षिक लवाजम	₹.	११०.००
आजुवन सभ्य	₹.	२,०००.००
छूटक नकल	₹.	१२.००

विदेशमां

अरमेईल वार्षिक	₹.	१,१००.००
आजुवन सभ्य	₹.	१०,०००.००

कृतिओ तथा सेवा समाचार

भोकलवानुं सरनामुं

प्र.कु. डी. कालिदास प्रजपति

तंत्री : ज्ञानामृत

जु-२/२२, शिवम अपार्टमेन्ट,

नवा वाडज, अमदावाड - ३८० ०१३.

Phone : 079 - 2762 0866

मुद्रक अने प्रकाशक

राजयोगिनी सरलादीदी

स्थानिक सेवाकेन्द्र

आवश्यक नोंध

लवाजमनी रकमनो ड्राफ्ट नीचेना नामे लजशो.

प्रजपिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय (गुजराती ज्ञानामृत)

Account No. : 032910001801

Bank Name : Dena Bank, Pushpkunj Branch

IFSC Code : BKDN0110329

प्रकाशन स्थल - गुजरात गोन मुप्यालय

ब्रह्माकुमारी, सुजशांति भवन, भुलाभाई पार्क रोड, कंकरिया, अमदावाड - ३८० ०२२.

Phone: 079 - 2543 1676, 2532 4360, 2532 4460

Email : gyanamrit.guj@gmail.com

તંત્રી સ્થાનેથી

નજર

માનવની સર્વ કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા આપણે સુખદ જીવન જીવી શકીએ છીએ. માત્ર તેનો યથાર્થ હકારાત્મક અને કલ્યાણકારી ઉપયોગ થવો જરૂરી છે. સર્વ અંગોમાં આંખનું મહત્વપૂર્ણ સ્થાન છે. **આંખથી સૃષ્ટિનાટકમાં મહત્વપૂર્ણ રોલ અદા કરી શકીએ છીએ. જેને આંખો નથી, અંધ છે એમની જિંદગી કેવી કરુણાભરી, દર્દનાક હોય છે.** આમ છતાં આવી પરિસ્થિતિમાં નામ રોશન કરનાર આત્માઓ પણ છે. પંડિત સુખલાલજી, સૂરદાસ વગેરેનો ઉલ્લેખ કરી શકાય.

આંખ જોવાનું કામ કરે છે. જેને નજર કહે છે. નજર અને નયન સંબંધી સાહિત્યમાં વર્ણનો, લેખો આવે છે. **‘નયનને બંધ રાખીને...** ગઝલ મલ્દઅંશે સૌ ગુજરાતીઓએ સાંભળી છે જેમાં દૈહિક પ્રેમની અભિવ્યક્તિ છે. કવિ કલાપી સૂફીવાદથી પ્રભાવિત હતા. તેમણે ઈશ્વરની અનુભૂતિ કરાવતી ગઝલ લખી છે. **‘જ્યાં જ્યાં નજર મારી પડે યાદી ભરી ત્યાં આપની.’** પરમાત્માને નહીં જાણવાની નહીં ઓળખવાની પશ્ચાતાપભરી વાણી છે. **‘મારા નયણાંની આળસ રે ના નીરખ્યા હરિને જરી.’** વળી બ્રહ્માવત્સોનો બાબા પ્રત્યેનો પ્રેમ આ પંક્તિમાં વ્યક્ત થયો છે. **‘મેરી આંખોમેં તેરી સૂરત હે બાબા’** ભક્તો અડધી પળ માટે પણ ભગવાનની નજર યા દૃષ્ટિ પોતાના ઉપર પડે તે માટે તૃપિત હોય છે.

નજરને ભિન્ન ભિન્ન રીતે અભિવ્યક્ત કરવામાં આવી છે. માની મીઠી નજર. સંતાનો પ્રત્યે માને પ્રેમ હોય છે. તેમાંયે ગુણિયલ સંતાન પ્રત્યે વિશેષ પ્રેમ હોય છે. અજ્ઞાનતા, અંધશ્રદ્ધાવશ નજર લાગી છે એમ કહીએ છીએ. તેને આ વિધિ

જાણનાર પાસે ઉતારે છે તો દૈહિક આકર્ષણને પણ નજર લાગવી કહેવાય છે. સીધી નજર પણ હોય છે. તેમાં સમર્પણભાવ છે. **અર્જુન સીધી, એકાગ્ર નજરથી શ્રેષ્ઠ ધનુર્વીર બની શક્યો હતો.** ભિન્ન ભિન્ન રમતોના ખેલાડીઓને સીધી નજરનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. **શીખધર્મમાં નજરથી નિહાલ કરવાનો ઉલ્લેખ છે.**

કોઈને ત્રાંસી નજર હોય છે. આંખના ડોક્ટરો તેનું ઓપરેશન કરી સીધી નજર બનાવે છે પણ સારી આંખ હોવા છતાં કેટલાકની ત્રાંસી નજર હોય છે. તેમને દરેક વાતોમાં વાંધો પડે છે. તેઓ સારું જોઈ શકતા નથી. કેટલાક નફરત કે જાસૂસી કરવા માટે તીરછી નજરનો ઉપયોગ કરે છે. **ટૂંકી નજર ધરાવનાર લોકો લાંબી દૃષ્ટિ રાખીને વિચારતા નથી. તેઓ આ કારણે પ્રગતિ પણ કરી શકતા નથી.** કેટલાકની નજર કોંઈ હોય છે. નજર દ્વારા તેઓ ગુસ્સો વ્યક્ત કરે છે. માટે કહેવાયું છે **‘દૃષ્ટિ બદલ દોગે, તો સૃષ્ટિ બદલ જાયેગી.’**

નજરને હકારાત્મક દૃષ્ટિથી જોઈએ તો કેટલાકની અમી નજર હોય છે. કોઈનું ભલું, કલ્યાણ કરવાની ભાવના હોય છે. ફાદર વર્ગીસ પોલનું પુસ્તક છે **‘જેની આંખમાં અમી તેને દુનિયા નમી’.** પરમાત્માએ સ્ત્રીઓને વિશેષ વરદાન આપ્યું છે. કોઈ વ્યક્તિ કેવી નજરથી, કેવા ભાવથી તેના તરફ જુએ છે તે સ્ત્રી પકડી પાડે છે અને સાવધ થઈ જાય છે.

દેવતાઓની મૂર્તિઓમાં નયનો દિવ્ય અને પ્રસન્ન બનાવવામાં આવે છે. **બ્રહ્મા બાબાની તસ્વીરોમાં આંખો ભાવપૂર્ણ, જીવંત લાગે છે.**

દીદી મનમોહિનીજીની નજરમાં ચમક હતી. તેમાંથી કરંટનો પણ અનુભવ થતો હતો. **દાદીઓ દીદીઓ સાથેની નયન મુલાકાતમાં બ્રહ્માવત્સોની અવસ્થાની ઓળખ થાય છે. અવ્યક્ત બાપદાદાની દૃષ્ટિ પડતાં બ્રહ્માવત્સો, વિશિષ્ટ પ્રતિભાઓ માલામાલ થઈ જતી હતી.** મધુવનની મુલાકાત લેનાર આત્માઓ દિવ્યસ્નેહની અનુભૂતિ કરે છે. ઈશ્વરીય મહાવાક્ય છે. આપકી નજરોં સે બાબા દેખતા હૈ ફસલિષ આપકી દૃષ્ટિ બહુત શક્તિશાલી હૈ।

સિદ્ધિ સ્વરૂપ આત્માઓની નજર પડતાં જ તે ત્રિકાલદર્શી બનીને ભવિષ્યવાણી ઉચ્ચારે છે. રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ પરાક્રમી રાજા થશે અથવા મહાન તપસ્વી થશે. આ ભવિષ્યવાણી સાચી પડી. રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ મહાત્મા બુદ્ધ બન્યા. રમાના પિતા સ્વામી ગંગેશ્વરાનંદજીના શિષ્ય હતા. તેઓ રમાને પોતાની સાથે સ્વામી ગંગેશ્વરાનંદ પાસે લઈ

ગયા. તેઓ જ્યોતિષ પણ જાણતા હતા. તેમની નજર રમા ઉપર પડી. તેમણે ભવિષ્ય ભાષ્યું કે **આ છોકરી લગ્ન નહીં કરે, મહાન બનશે, આ રમા એટલે રાજયોગિની દાદી પ્રકાશમણિજી.**

રાજયોગમાં ખુલ્લી દૃષ્ટિનું મહત્ત્વ છે. કેટલાક હિખ્નોટીઝમ જાણતા નિષ્ણાતો માનવોને નજરથી સંમોહન સ્થિતિમાં લાવી દે છે. આવી વ્યક્તિ સાથે દાદી જાનકીજીએ લંડનમાં કાર્યક્રમ કર્યો હતો. ક્યારેક કોઈને એમ કહેતા સાંભળીએ છીએ કે મારી પાસે કંઈ નથી. પરમાત્માએ તમને જે કર્મેન્દ્રિયો આપી છે તે કેટલી મહાન, સંપન્ન બનાવનારી છે તેની આપણને અનુભૂતિ થવી જરૂરી છે. **બ્રહ્માવત્સ બનવાનો, ઈશ્વરીય જ્ઞાન, રાજયોગમાં ચાલવાનો કેટલો જદુ છે તે અનુભૂતિનો વિષય છે.**

॥ ઓમશાંતિ ॥

- બ્ર.કુ. કાલિદાસ

(પેજ નં. 14નું અનુસંધાન)...પુશી ચીજેમાં નથી,

આપણે સારી રીતે જીવવું છે તો વર્તમાનને વ્યવસ્થિત કરવો પડશે. આપણે આપણા વિચારોને વ્યવસ્થિત કરવા પડશે.

ક્યારેક એવું વિચારીએ છીએ કે પુશી પરિસ્થિતિઓ પર આધારિત છે. કોઈ ઘણા ગરીબ છે. આજે તેની પાસે ઘન નથી. કાલે એની પાસે ઘન આવી જાય તે ઘણું સારું છે. એનો અર્થ એ નથી કે ઘન આવી જવાથી પુશી આવી જશે. પુશી મનની રચના છે. આપણે તેનો દરેક પળે અનુભવ કરવાનો છે.

ભવિષ્યનાં વધારે સ્વપ્ન જોવાં એટલે વર્તમાનથી દૂર જઈએ છીએ. ચિંતા કરવાની ટેવ

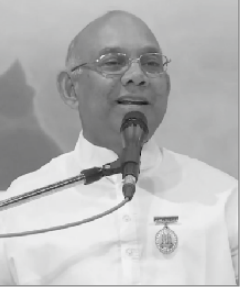
છોડો. તેમ કરવાથી દિવસની સમાપ્તિ પણ ચિંતાથી થશે. જીવનમાં સાવધાની જરૂરી છે. સાવધાની તો પ્રેમ છે, સ્નેહની શક્તિ છે અને ચિંતા ભયની શક્તિ છે. ભય અને સ્નેહ એક સાથે રહી શકતાં નથી.

રાજયોગ આપણને એ શીખવે છે કે બહારની કોઈ ચીજ આપણને પુશી આપી શકતી નથી. બહારની કોઈ વસ્તુથી હું પૂર્ણ બની શકીશ નહીં. હું સદા સંપન્ન છું. સંપૂર્ણ છું. ભરપૂર છું અને બધું સુંદર છે. સ્થાયી પુશી મેળવવા માટે બ્રહ્માકુમારીઝ સંસ્થાની મુલાકાત કરો.

॥ ઓમશાંતિ ॥

શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોની કમાલ

બ્ર.કુ. સૂર્ય, જ્ઞાન સરોવર, માઉન્ટ આબુ



ભગવાનુવાચ - મારે કેવાં બાળકો(બ્રહ્માવત્સો) જોઈએ ?

એવાં બાળકો જેઓ સેકંડમાં મનના સંકલ્પો ઉપર ફૂલસ્ટોપ લગાવી શકે.

ભગવાનુવાચ - વ્યર્થ સંકલ્પોને સમાપ્ત કરો અને શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોની કમાલ જુઓ. જે આત્માઓ સ્વયંને વ્યર્થથી મુક્ત કરશે, એમાં જ શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોનું બળ હશે. એમના શ્રેષ્ઠ સંકલ્પ જ કમાલ કરશે. સર્વશ્રેષ્ઠ સંકલ્પ છે સ્વમાનના સંકલ્પ. આપણે સંકલ્પશક્તિથી જ આપણો કારોબાર ચલાવી શકીએ છીએ. બીજાઓના સંકલ્પોને બદલી પણ શકીએ છીએ. કોઈનું પણ આવાહન કરી શકીએ છીએ. સમસ્યાઓને પણ સમાપ્ત કરી શકીએ છીએ. અહીં શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોના કેટલાક ચમત્કારી ફાયદાઓની ચર્ચા કરી છે.

સ્વયંને વ્યર્થથી મુક્ત કરીએ

આપણે દૃઢ સંકલ્પ કરીએ કે આપણે વ્યર્થ સંકલ્પોમાં રહેવું નથી. આ માટે બાબાની મનાઈ છે. પણ એ માટે જરૂરી છે કે આપણે મનુષ્યોને ના જોઈએ તથા એમના વ્યવહાર, એમના સંસ્કાર, એમના સ્વાર્થ કે એમના શબ્દોને ના જુઓ. જોવું હોય તો માત્ર સ્વયંને અને પોતાના મહાન લક્ષ્યને જુઓ. બીજાઓને તો સદા જોતા આવ્યા, હવે સ્વયંને જોવાનો અને સંપન્ન બનવાનો સમય છે. યાદ રાખો કે જો મનષ્ય સાચા દિલથી સ્વયંને વ્યર્થથી મુક્ત કરવા ઈચ્છે છે તેઓ આ

મહાનસ્થિતિને અવશ્ય જ પ્રાપ્ત કરી શકશે.

મનનો કન્ટ્રોલીંગ પાવર આપણી પાસે છે.

ભગવાનુવાચ - મનનો કન્ટ્રોલીંગ પાવર તથા રૂલીંગ પાવર આપણી પાસે છે એને કામમાં લગાવો. આપણે એ સત્યનો સ્વીકાર કરીએ કે મન આપણું છે, આપણે મનના માલિક છીએ. આપણે હજારો વર્ષથી મનને મુક્ત રાખ્યું હતું એટલે મન અહીં ત્યાં ભટકવા લાગ્યું. જ્યાં એને ક્ષણિક સુખ મળ્યું ત્યાં તે ભાગી ગયું. જેથી હવે તેના ઉપર નિયંત્રણ જ થતું નથી.

સાધના કરો કે હું આત્મા સ્વરાજ્ય અધિકારી છું. મનનો માલિક છું. આ મને મારા કન્ટ્રોલમાં જ ચાલવાનું છે. હું મનને કન્ટ્રોલ કરી શકું છું. હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું. આપણે આપણા મન સાથે વાતો કરીએ કે મારા મન, હવે તું ભટકીશ નહીં. તેં હજારો વર્ષ ભટકીને જોઈ લીધું તને શું મળ્યું ? હવે શાંત થઈ જા. મનને સાધવાની લાંબા સમય સુધી નિરંતર સાધના કરીએ. જો આપણામાં દૃઢ ઈચ્છા હોય તો આપણે આપણા મનને કન્ટ્રોલ કરી શકીએ છીએ.

મનને શાંત કરવાનો પુરુષાર્થ

કેટલાક આત્માઓને તો મન વ્યર્થનો ભંડાર બની ગયું છે. તેઓ વ્યર્થ જ સાંભળે છે. વ્યર્થ જ બોલે છે તથા વ્યર્થમાં રહેવામાં પોતાની બુદ્ધિમતા સમજે છે. આવા આત્માઓનું જીવન વ્યર્થ જ ચાલી જાય છે. એમને ઈશ્વરીય અનુભૂતિઓની જાણ જ નથી. તેઓ ખાલી રહેવા છતાં પોતાને ભરપૂર કરવાનો દેખાડો કરે છે. એમના ભાગ્ય પર તો એમણે અશ્રુધારા વહાવવી પડશે.

પોતાના વ્યર્થને તપાસો. જો આપ પરેશાન છો તો પોતાના વ્યર્થને ચેક કરો. જો આપ સમસ્યાઓથી ઘેરાઈ ગયા છો તો વ્યર્થથી મુક્ત થઈ જાઓ. સ્વયંમાં શ્રેષ્ઠ સંકલ્પો ભરો. આપણી પાસે શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોનો ભંડાર છે. પ્રત્યક્ષ પ્રાપ્ત થયેલાં ભગવાનનાં મહાવાક્યો છે એનું અધ્યયન કરો. શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોનો આનંદ આપને તૃપ્ત કરશે. બીજાઓને દોષ આપો નહીં. જે દુઃખી છે તે જ દોષિત છે.

મનને શાંત કરવા માટે અશરીરી, સ્વમાન, આત્મિકદૃષ્ટિ, સાક્ષીભાવ તથા શુભભાવનાઓને વધારો. આ પાંચ ઘાટણાઓથી મનની ગતિ ધીમી થવા લાગે છે. યાદ રાખો. ખાલી મનમાં જ વ્યર્થનો ભંડાર ભરેલો હોય છે. અમૃતવેળાએ જો આપણે સ્વયંને જ્ઞાનઅમૃતથી ભરી દઈએ. પાંચ સ્વરૂપોનો અભ્યાસ કરીએ. મુરલીથી તો મન ઘણું જ સુખદ અનુભૂતિમાં રહેશે.

જ્ઞાનના બળનો પ્રયોગ કરો

અજ્ઞાને મનને ભટકાવ્યું છે. જ્ઞાન એને સ્થિર કરશે. અજ્ઞાનવશ આત્મા અંધકારમાં પહોંચી ગયો. જ્ઞાન એને પ્રકાશમાં લઈ જાય છે તેનાથી મંઝિલ સ્પષ્ટ જોઈ શકીએ છીએ. આમ તો વ્યર્થ અનેક કારણોને લીધે ચાલે છે. તેમાંથી આપણે માત્ર 5 વાતો જ લઈશું.

(૧) કામવાસના તથા દેહના આકર્ષણવશ આવનારા વ્યર્થ સંકલ્પ. (૨) સમસ્યાઓને કારણે જન્મતા સંકલ્પ. (૩) બાળકોની ચિંતા તથા પોતાના ભવિષ્યની ચિંતાને કારણે જન્મતા સંકલ્પ. (૪) ભયના કારણે ઉઠનારા વ્યર્થ સંકલ્પ. (૫) બીજાઓનાં કટુવચન, વ્યવહાર તથા ટક્કરને કારણ જન્મતા વ્યર્થ સંકલ્પ.

કામવાસના તથા અપવિત્રતાના કારણે

જન્મતા વ્યર્થ સંકલ્પોને આ રીતે શાંત કરીએ. હું સંપૂર્ણ દેવતા હતો, પોતાના દેવ સ્વરૂપને દિવસમાં 5 વખત અવશ્ય યાદ કરો. હું આત્મા મૂળ રૂપથી પવિત્ર છું. તે યાદ કરો.

આ રીતે ચિંતન કરો કે ભગવાન પવિત્ર આત્માઓને જ વિશેષ પ્રેમ કરે છે. મારે હવે આ ઈશ્વરીય આજ્ઞાને પૂર્ણ કરવી છે. જો હું અપવિત્ર સંકલ્પ કરું છું તો હું બાબાના કાર્યમાં વિઘ્નરૂપ છું. મારે તો ઈશ્વરીય કાર્યમાં પવિત્રતાનું યોગદાન કરવું છે. મારે તો પવિત્ર વાયબ્રેશન ફેલાવીને પ્રકૃતિને પાવન બનાવવામાં મદદ કરવાની છે. જન્મ જન્મ તો મેં વિકારોમાં વીતાવ્યા. હવે મારે ભગવાનની શ્રીમત ઉપર ચાલીને પવિત્રતાનું સુખ લેવું છે. મારે પવિત્ર બનીને બાબાની મહાનસેવા કરવાની છે. હું તો પવિત્રતાનો અવતાર છું.

જીવનમાં જ્યારે સમસ્યાઓ આવે છે તો મનુષ્યના મનમાં અનેક સંકલ્પ ઉઠે છે. ક્યારે ક્યારે સમસ્યાઓ અતિઘાતક હોય છે. આવા સમયે મનુષ્યે અતિદૈર્ય અને આત્મવિશ્વાસથી કામ લેવાનું છે. ક્યારેક ક્યારેક તો અનઅપેક્ષિત સમસ્યાઓ આવે છે. તો આ રીતે ચિંતન કરો.

સમસ્યા આવી છે તો જશે જરૂર. આ માત્ર પેપર છે. તેમાં મારે સારો નંબર મેળવવાનો છે. મારી સાથે બાબા છે. હું એમનો સાથ લઈને તથા એમની મદદથી સમસ્યાઓને સહજ રીતે પાર કરી દઈશ.

સમસ્યા છે તો તેનું સમાધાન પણ મારી પાસે છે. જો મારે કંઈક સહન કરવું પડે તો તે હું સહન કરીશ. પરંતુ વિચલિત થઈશ નહીં. બાબાએ મને શક્તિઓ આપેલી છે. એમણે કહ્યું છે કે માસ્ટર સર્વશક્તિવાનના નશામાં રહેવાથી હાથી જેવી સમસ્યા પણ કીડી જેવી થઈ જશે. સ્વયં ભગવાને

કહ્યું છે કે તમે પરિસ્થિતિઓ કરતાં પણ વધુ શક્તિશાળી છો.

સમસ્યાઓ આવે તો પોતાની સાધનાને વધારે ગતિ આપો. અમૃતવેળાના યોગમાં તથા મુરલીમાં સમાધાન મળશે. એને ઢીલું ના છોડશો. નશામાં રહો કે હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું અને સર્વશક્તિવાનની છબ્રછાયા મારા શિર પર છે. તેનાથી વ્યર્થ સંકલ્પ સમાપ્ત થઈ જશે. અલગ અલગ પ્રકારની સમસ્યાના વ્યર્થ સંકલ્પ પણ અલગ અલગ હોય છે. જ્ઞાનનું બળ વધારતા જાઓ તથા નકારાત્મક સંકલ્પોને સકારાત્મક બનાવતા જાઓ.

બાળકોની ભિન્ન ભિન્ન સમસ્યાઓ માત-પિતાનો અલૌકિક શ્રૃંગાર જ બગાડી દે છે. અનેક માતાઓ તો બગડેલાં બાળકોને જોઈને સ્વયં જ બીમાર પડી જાય છે. ભાઈઓને ક્રોધ આવે છે. આ કલિયુગનો અંત છે. ચારે બાજુ તમોપ્રધાનતા છે. યુવકો સંગદોષમાં આવી જાય તેવું વાતાવરણ છે. જે યુવકોનું પોતાનું લક્ષ્ય સ્પષ્ટ હોતું નથી તે જલદી માયાના ચક્રવ્યૂહમાં ફસાઈ જાય છે. આવા સમયે માતાપિતાનું ચિંતિત થવું સ્વાભાવિક છે. ચિંતા ના કરો. શ્રેષ્ઠ ચિંતન તથા સ્વમાનથી પરિસ્થિતિને બદલો. પહેલાં એ વિચારો કે આ દેવકુળના મહાન આત્માઓ છે. અધિકારથી નહીં પણ સ્વમાન તથા પ્રેમથી એમને સમજાવો. સારી ભાષા વાપરો. એમને સારાં વાચપ્રેશન આપો. એવો સંકલ્પ કરો કે બાળકો સુધરી જશે. યાદ રાખો કે જેવું આપ વારંવાર વિચારશો તેવું જ થશે. વિચારો કે મારી શુભકામનાઓમાં એમને બદલવાની શક્તિ છે. તેઓ અવશ્ય બદલાશે.

સમસ્યા બાબાને સોંપી દો. વિશ્વાસ રાખો કે સર્વ કાંઈ સારું થઈ જશે. સાક્ષીભાવ પણ રાખો અને તેમને સમજાવો. મનુષ્ય ડરને કારણે વ્યર્થ

સંકલ્પ કરે છે. મનોવિકારો અને પાપકર્મોએ મનુષ્યમાં ભય ઉત્પન્ન કરી દીધો છે. એવો ભય હોય છે કે મને અસફળતા મળશે તો ? ક્યારેક નાપાસ થવાનો ડર પણ સતાવે છે. ક્યારેક માયાથી હારી ના જવાય તેવા વ્યર્થ સંકલ્પો જન્મે છે. ક્યારેક અંધારાનો ભય તો ક્યારેક જાદુ ટોણાનો ભય, ક્યાંક ભટકતા આત્માઓનો ભય, તો ક્યાંક મૃત્યુ યા વ્યાધિઓનો ભય. અપમાન તથા સમાજમાં નિંદા થવાનો પણ ડર રહે છે. કોઈને પાણીનો, કોઈને કૂતરાનો, કોઈને સાપનો ભય હોય છે.

હું આત્મા અજર અમર અવિનાશી છું. માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું. સર્વશક્તિવાન મારી સાથે છે. હું મહાવીર છું, વિજયી છું. આવી સ્મૃતિઓથી ધીરે ધીરે ભય સમાપ્ત થાય છે.

પોતાના મનમાં શક્તિશાળી સંકલ્પો કરો કે સત્યના સૂર્યને અસત્યનાં કાળાં વાદળો ઢાંકી શકતાં નથી. સત્યને સિદ્ધિ મળે છે. જે સ્વાભાવિક રીતે સિદ્ધ થાય છે. મારી સાથે કંઈપણ ખરાબ થશે નહીં. મારી જવાબદારી સ્વયં ભગવાને ઉઠાવી છે. હું સાચો છું તો મારી કદી હાર થઈ શકતી નથી. મારા માટે ડ્રામા પૂર્ણ કલ્યાણકારી છે. જેને ભગવાન સાથે આપી રહ્યા હોય એને ડર કેવો ? મારે તો નિર્ભય બનીને મહાપરિવર્તન જોવાનું છે. મારો વિજય તો નક્કી છે. આ રીતના વિચારોથી નિર્ભય બનો. કંઈપણ સમજમાં ના આવે, તો વિચારો ડર શા માટે ? જે કંઈ બનશે તેનો સામનો કરીશું.

બીજાઓનાં કટુવચન સાંભળીને સારા માણસોનાં મન પણ વિચલિત થઈ જાય છે. તેમાં પણ જે પોતાનાં છે તે કટુવચન બોલે અથવા જેમને આપણે ઘણો પ્રેમ આપીને ઉછેર્યા છે તે બોલે તો મનુષ્યનું દિલ તૂટી જાય છે. કટુવચન, અપમાન

તથા ટક્કર યોગીઓનાં મનને અસ્થિર કરી દે છે. સ્વયં નમી જઈને ટક્કરથી મુક્ત રહો. ટક્કર જીવનને વેર વિખેર કરી દે છે. નમ્રતાનું ક્વચ પહેરી લો તો કટુવચનરૂપી બાણ આપને લાગશે નહીં. કટુવચનો તરફ ધ્યાન જ આપશો નહીં, હસીને આગળ વધી જાઓ. સ્વમાનમાં રહેશો તો આપનું સન્માન વધશે. વિચાર કરો. જો બીજો મનુષ્ય કટુ બોલવાનું નથી છોડતો તો હું મારી શ્રેષ્ઠ સ્થિતિ શા માટે છોડું ? એના કારણે હું મારી અવસ્થા બગાડીશ નહીં. મારી સ્થિતિ અણમોલ છે અને કટુવચન મૂલ્યહીન છે. કટુવચન કમખેર હોય છે જ્યારે હું શક્તિશાળી છું. મારે એનાં મૂલ્યહીન વચન યાદ રાખવાનાં નથી. મારે તો બાબાના અમૃતબોલ યાદ રાખવાના છે. આ એવો સમય છે જેમાં મારે માન-અપમાન, નિંદા-સ્તુતિમાં સમાન રહેવાનું છે. આ પ્રકારના વિચારોથી વ્યર્થને સમાપ્ત કરો.

વ્યર્થ સંકલ્પ જેટલા જેટલા સમાપ્ત થતા જશે, આત્મામાં શક્તિશાળી સંકલ્પોનું બળ વધવું જશે ત્યારે સંકલ્પોમાં સિદ્ધિ મળશે. કેટલાક લોકોના સુંદર અનુભવ અહીં આપ્યા છે.

પૂનાની એક માતાનો પુત્ર કેટલાય વર્ષોથી ખોવાઈ ગયો હતો. માતા ઘણી દુઃખી હતી. એણે આનો ઉપાય પૂછ્યો. મેં એમને સલાહ આપી કે હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું આ સ્વમાન લઈને 21 દિવસ દરરોજ એક કલાક શક્તિશાળી યોગ કરો તથા છેલ્લે તે આવી જાય તેવા વિચારો કરો. આ પુરુષાર્થનો એવો ચમત્કાર થયો કે 22મા દિવસે એ છોકરાનો ફોન આવ્યો કે મા, હું સારો છું અને તને મળવા આવું છું.

રાઉરકેલા (ઉડીસા)ના એક વ્યાપારીના 5 કરોડ રૂપિયા ઉધારીમાં ફસાઈ ગયા હતા. એને ક્ષમાનું દાન કરવાનું શીખવાડ્યું એને દરરોજ

દુઆઓ આપો તથા માસ્ટર સર્વશક્તિવાનનો અભ્યાસ કરો. માત્ર 12 દિવસમાં જ બધા પૈસા મળી ગયા.

એક MBA થયેલો કુમાર એક અધિકારીની નોકરી માટે ઈન્ટરવ્યુ આપવા જઈ રહ્યો હતો. એણે મને પૂછ્યું કે શું કરું ? મેં કહ્યું મોટો બેજ પહેરીને જાઓ તથા સંકલ્પ કરો કે હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન છું. મને જે પ્રશ્નો આવડે છે તેજ મને ઈન્ટરવ્યુમાં પૂછવામાં આવશે. મારી પસંદગી નક્કી જ છે. આશ્ચર્યજનક રીતે એની નિયુક્તિ ચીફ એક્ઝીક્યુટીવ ઓફિસરના સ્થાને થઈ.

હે વિજયી રત્નો ... આપ વ્યર્થથી મુક્ત થઈ શકો છો. તમારામાં તે સામર્થ્ય છે. પોતાનામાં મુરલીના સ્વમાનમાંથી શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોનું બળ ભરો. ત્યારે આપ સંકલ્પથી જ બધાં કાર્ય કરી શકશો. આપને મૂંઝવણોમાં કે તનાવમાં રહેવાની જરૂર નથી. સ્વમાનમાં સ્થિત થઈને સંકલ્પ કરો અને જુઓ કે તમે જે ઈચ્છતા હતા તે થઈ રહ્યું છે. યાદ રાખો આપણા શ્રેષ્ઠ સંકલ્પોનાં વાયબ્રેશનથી સંસારનું વાયુમંડળ બદલાશે. લોકોનાં દુઃખ દર્દ સમાપ્ત થશે. આપને રોજ નવા નવા અનુભવ થશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- સમય જ જીવન છે. સમયને ગુમાવવો એટલે જીવનને ગુમાવવું.
- ભગવાનમાં વિશ્વાસ રાખવો એટલે ભયથી મુક્તિ મેળવવી.
- બીજાઓ દ્વારા સ્નેહ અને સહયોગ પ્રાપ્ત કરવાનો આધાર છે નમ્રતા.
- દૃષ્ટિમાં રહેમ અને શુભભાવના હોય તો અભિમાન તથા અપમાનની દૃષ્ટિ સમાપ્ત થઈ જશે.

ત્રિવેણી

બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર, દિલ્હી



યંત્રવત્ જીવન

વર્તમાન યુગને 'કલિયુગ' કહેવામાં આવે છે. પણ વાસ્તવમાં આ છે કલયુગ અથવા કલહયુગ. આ કલહયુગ એટલા માટે છે કે જ્યાં ત્યાં કલહ અને

કલેશ ફેલાયેલો છે. આજે મનુષ્ય મોટેથી બોલે છે ધમાલ મચાવે છે બીજી બાજુ મશીનો અને મોટરોના ધ્વનિ તરંગોથી વાતાવરણમાં પણ કોલાહલ છે.

બીજી બાજુ જોઈએ તો આ યાંત્રિક યુગ છે. કલિયુગમાં મનુષ્યનું ખાતું પીવું, રહેણીકરણી સર્વ યંત્રો ઉપર આધારિત છે. યંત્રો મનુષ્યે બનાવ્યાં છે પરંતુ આજે પરિસ્થિતિ એવી બની ગઈ છે કે મનુષ્ય મશીનોનો ગુલામ બની ગયો છે. તેને મશીનો વગર ચાલતું નથી.

મનુષ્યના શરીરની તુલના મશીન સાથે કરવામાં આવે છે. આપણા શરીરમાં જે આંખ, કાન વગેરે છે તે શરીરરૂપી મશીનના પાર્ટ છે. તે જોવાનું, સાંભળવાનું વગેરે કાર્યોનું યંત્ર છે. કલિયુગમાં મનુષ્ય યંત્રોનો ગુલામ બની ગયો છે તે રીતે માનવ શરીરની કર્મેન્દ્રિયોનો ગુલામ બની ગયો છે. એની આંખો જે વસ્તુની સુંદરતા જુએ છે તો વિવેક (ભૂલીને તેનો ગુલામ બની જાય છે. માત્ર આંખો જ દગો નથી દેતી પણ શરીરનાં બીજાં અંગો પણ વિષય વિકારો પ્રત્યે ખેંચાય છે. માનવ કાબુ વગરનો બનીને, હોશ કોશ ભૂલીને એમાં જોડાઈ જાય છે. આજે તો મનુષ્ય સ્વયંને દેહ જ માને છે. તે

સ્વયંને દેહથી ભિન્ન એક આત્મા સમજતો નથી. આજે મનુષ્ય યંત્રવત્ વિંદગી જીવી રહ્યો છે. તેના જીવનમાં પ્રેમ, દયા જોવા મળતાં નથી. તે આત્મા પરમાત્માના વિચારોથી અલિપ્ત બની ગયો છે.

આજે માનવ કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા એવાં કર્મ કરે છે કે તે કર્મેન્દ્રિયોનો ગુલામ બની ગયો છે. તેથી હવે સ્વયંને આત્મા સમજો અને શાંતિ, દયા, પ્રેમ વગેરે ગુણોને પોતાના જીવનમાં ધારણ કરો.

શીખવાની પ્રવૃત્તિ અને નમ્રતા

આધ્યાત્મિક જીવનમાં પ્રગતિ અટકી જવાનું એક મોટું કારણ છે ધીરે ધીરે શીખવાની પ્રવૃત્તિ મંદ થઈ જાય છે. જ્યારે વ્યક્તિ યોગીજીવનના પથ પર ચાલે છે તો પ્રારંભમાં તો એને યોગીજીવનની એક ધૂન લાગે છે. જીવનને બદલી દેવા માટે તે ઉત્સાહી બને છે. એના મનમાં યોગીજીવનના ઉચ્ચ આસને પહોંચવા માટે તે સમર્થ સંકલ્પ કરે છે. જ્યારે તે યોગીજીવન વિશે કંઈક શીખી લે છે, બીજા લોકો કરતાં જ્ઞાનમાર્ગમાં સાધક થોડો આગળ જાય છે. તેને યોગમાં સારા અનુભવ પણ થાય છે ત્યારે તે સ્વયંને અનુભવી સમજીને ચાલે છે. જ્ઞાનમાર્ગમાં વધારે શીખવાની તેની પહેલા જેવી રુચિ રહેતી નથી.

એનું એક કારણ એ છે કે તે બીજા યોગ અભ્યાસીઓને વિશિષ્ટ પ્રાપ્તિમાં જોતો નથી. એમને પણ ક્યાંક થોભી જતા જુએ છે ત્યારે સ્વયંને જ સમજદાર સમજીને બીજાઓ સાથે યોગની ચર્ચા કરવાની, પોતાની પ્રગતિ માટે એમની પાસેથી કંઈક પ્રકાશ મેળવવાની ઈચ્છા જ નથી રહેતી. સૂક્ષ્મ રૂપમાં એનામાં અહંકાર આવી

જાય છે તેની કેટલીયવાર એને ખબર જ પડતી નથી. હવે તે એમ પણ વિચારતો નથી કે તેનું શરીર છૂટી જાય, તો તેની ગતિ કેવી થશે. એને કોઈ વરિષ્ઠ યોગી પાસેથી લાભ લેવાની ઈચ્છા થતી નથી. તે પોતાને સર્વ બાબતોમાં કુશળ માનવા લાગે છે. તે પોતાની ખામીઓ છુપાવીને, દબાવીને એક બાજુ રાખી મૂકે છે. તે વિચારે છે કે ખામીઓ તો બધામાં છે. આ પ્રકારે સ્વયંને નિપુણ સમજીને તે એટલો ગર્વની ગતિમાં ડૂબી જાય છે કે કોઈ એનું હિત સમજીને એને દલદલમાંથી બહાર કાઢવા ઈચ્છે તો તેને એ પોતાનાથી નીચી કક્ષાનો યા સમાન કક્ષાનો સમજીને એની સારી ભાવનાની કદર કરતો નથી. આવા વ્યવહારથી સમર્થ લોકો એના હિત માટે કહેવામાં સંકોચ અનુભવે છે. કોઈ એને કંઈક કહેતો તેને પોતાનામાં ‘હસ્તક્ષેપ’ ‘અનાધિકાર ચેષ્ટા’, ‘અનુચિત’ તથા ‘વ્યર્થ વાત’ માને છે. તે એમ સમજે છે કે આ બધી વાતોની એને ખબર છે. આ કંઈ નવી વાત છે ? તે માને છે કે આ કમજોરી તો સૌમાં છે. માત્ર મારામાં જ થોડી છે. મને જ કેમ શિખામણ આપવામાં આવે છે. મને શિખામણ આપનાર પહેલાં પોતાની ભૂલ તો સુધારે. આમ એનામાં દેહઅભિમાન આવી જાય છે. પોતાને બુદ્ધિમાન માનીને સદબુદ્ધિના માર્ગ પર અનુભવો મેળવવાથી વંચિત થઈ જાય છે.

ક્ષમાદાન

ક્ષમા માગવાની જેમ બીજાઓને ક્ષમા આપવી તે પણ મહત્વપૂર્ણ ટેવ છે. આપણે જો બીજાઓની ભૂલને માનસપટલ પર પથ્થર પર કોતરેલા અક્ષરની જેમ અંકિત કરી દઈએ છીએ તો એને મનમાંથી દૂર કરવા અર્થાત્ ભૂલવાનું નામ નથી લેતા તો પોતાના મનને બોજ પૂર્ણ બનાવી દઈએ છીએ. ભૂલોને મનમાં સંઘરી રાખવી આ

કેવો શોખ છે ? સળગતી રાખ યા સડેલા કચરાને મનમાં કાંટાની જેમ યાદ કરવાથી કાંટાઓની પથારી બનાવવા બરાબર છે. જો આપણે બીજાની ભૂલોને માફ કરી શકતા નથી તો ભગવાન પાસેથી પોતાનાં પાપો અને અપરાધોની ક્ષમા માંગવા માટે આપણે યોગ્ય કઈ રીતે બની શકીએ છીએ ?

તેથી આપણે આપણા મનને વિશાળ અથવા વિરાટ બનાવીએ અને ક્ષમા કરીએ. આ કલિયુગનો અંતિમ સમય છે. ભૂલ તો મોટે ભાગે સૌ કરે છે. થોડી ઘણી ખરાબ ટેવો તો સૌમાં છે. એટલે ક્ષમા કરો. હવે પોતાના જીવનમાં ક્ષમાનો અધ્યાય શરૂ કરો. બીજું કોઈ દાન નથી કરતા તો ક્ષમાનું દાન કરો. ક્ષમા નહીં કરવાથી વ્યક્તિ સ્વયંને કચરાપેટી બનાવી અણસમજુ બની જાય છે. દયાળુ પ્રભુનાં દયાળુ બાળકો બનો.

‘ક્ષમા’નો અર્થ એ નથી કે દગાબાજ, રીઢો ગુનેગાર, અત્યાચારી, દુષ્ટ, નિર્દયી વ્યક્તિને માફ કરી દો. એમ કરવાથી તો તે આપણને જ ગળી જશે. દુષ્ટને વારંવાર દુષ્ટતા કરવાની ખુલ્લી છુટ આપશો નહીં. ક્ષમા કરવાનો એ ભાવ નથી કે આપ તલવાર ઉઠાવીને એને અહીંથી સીધા ધર્મરાજપુરીમાં મોકલી દો. તે હજુ ખુલી નથી. કોઈએ ગમે તેટલી ભૂલ કરી હોય તો કેટલીયેવાર એ ભૂલોનું પુનરાવર્તન કર્યું છે ? એ વ્યક્તિનો ઈરાદો કેવો છે ? તે કેવા સ્વભાવનો છે આ સૌ તપાસીને એને ક્ષમા કરો. નહીંતર તે આપને જ સાફ કરી દેશે. અન્ય પ્રકારના દાનની જેમ ક્ષમાદાન પણ પાત્ર જોઈને કરો. તે તપાસો કે તે ક્ષમા આપવાથી સુધરે છે કે આપણા ઉપર આક્રમણની તૈયારી કરે છે. મનથી ક્ષમા કરી દો પણ પોતાના બચાવનો ઉચિત પ્રબંધ કરો.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પુશી ચીજોમાં નથી, આત્મામાં છે.

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા



એવી કઈ વાત છે જે આપણી પુશી આપણી પાસેથી છીનવી લે છે અથવા આપણે પુશી રહી શકતા નથી. સૌથી મોટી વાત વીતેલા સમયના અનુભવો છે. જે દિવસો વીતી ગયા તેને આપણે યાદ કરી કરીને પકડી રાખીએ છીએ. જેનો આપણી પુશી પર પ્રભાવ પડે છે. જ્યારે આપણે તેને છોડી દઈશું અથવા વર્તમાનમાં તેને આવવા દઈશું નહીં, તો આપણે ફરીથી આપણી પુશી નિર્મિત કરી શકીશું.

ભૂતકાળની જેમ આપણે ભવિષ્યના પણ બહુ વિચારો કરીએ છીએ. ક્યાંકને ક્યાંક આપણે પુશી ભવિષ્યમાં શોધીએ છીએ. આપણે એવું સ્વીકારી લીધું છે કે જ્યારે આપણી પાસે અમુક ચીજો આવશે ત્યારે આપણને પુશી મળશે. આપણું બધું ધ્યાન એના પર હોય છે કે અમુક વસ્તુ બનશે એટલે પુશી મળશે. સાથે એવો વિચાર પણ આવે છે કે જો આમ ના થયું તો ? આ માત્ર ભય છે. જ્યારે આપણી પુશી કોઈ ચીજ પર નિર્ભર થઈ જાય છે ત્યારે ભય સ્વાભાવિક રીતે આવી જાય છે. જ્યાં નિર્ભરતા છે ત્યાં ભયની ભાવના રહેવાની જ.

આપણે ગમે તેટલો વિચાર કરીએ પણ ભયનો વિચાર તો આવી જ જશે. પુશી અને ભય કદી એક સાથે રહી શકતાં નથી. પુશીની સાથે સાથે આપણે ભયના સંકલ્પ કરવાનું શરૂ કરી દઈએ છીએ કે જો આમ નહીં કરી શકીએ તો. સંબંધી મારી સાથે ના રહ્યા તો. આપણને નોકરી

છૂટી જવાનો ભય રહે છે. સંપત્તિ લૂંટાઈ જવાનો ભય રહે છે. પરિવારના કોઈ સભ્યથી જુદા થવાનો ભય થાય છે અને સૌથી મોટો ભય એ હોય છે કે મને કંઈ થઈના જાય.

એતો નક્કી છે કે મેળવેલી ચીજો એકને એક દિવસે જવાની છે પણ એનું સુખ મેળવવાને બદલે આપણે પૂર્વ અનુમાન કરીને ભયમાં જીવીએ છીએ. પરંતુ પુશી આપણી રચના છે, તે ચીજોમાં નથી પણ આપમી અંદર જ છે.

આપણે કહીએ છીએ કે જો આમ થશે તો પુશી મળશે એનો મતલબ એ છે કે આ સમયે આપણે પુશી નથી. આપણે ભયમાં જીવીએ છીએ. જ્યારે આપણે ભવિષ્યની ચિંતા કરીએ છીએ, તો આપણો સમય કેવો જશે. ડરથી. બિંદગીમાં આપણે ભયભીત બનીને ના જીવીએ.

આપણે વિચાર્યું હતું કે એક વર્ષમાં આમ થશે. અલગ અલગ રીતે આપણે ભવિષ્ય વિશે વિચારીએ છીએ. એક દિવસે ચિંતાનું પણ ચિંતન કરો. ચિંતાનો અર્થ કંઈક ખરાબ થવાનું છે. ચિંતામાં સારું બનશે તેવો વિચાર નહીં આવે. કોઈ દુર્ઘટના, કોઈ ગરબડ થવાની ચિંતા રહે છે. ભવિષ્યની કલ્પના કરીને આપણે વર્તમાનમાં દર્દમાં જીવીએ છીએ. આપણા દરેક કાર્યનો પ્રભાવ આપણા જીવન ઉપર પડે છે.

આ બધી ચિંતાઓને દૂર કરવા માટે આપણે ટીવી જોઈએ છીએ, ફરવા જઈએ છીએ. તેથી દર્દના વિચારોમાંથી થોડા સમય માટે મુક્તિ મળે છે. પછી જે તે સ્થિતિમાં આવી જઈએ છીએ. તો
(અનુસંદાન પેજ નં. 07 પર)

સુરક્ષા કવચ

રાજયોગિની બ્ર.કુ. સરલાદીદી, ડાયરેક્ટર, ગુજરાત ઝોન, સુખશાંતિ ભવન, અમદાવાદ.



આજે અદ્યતન વૈજ્ઞાનિક શોધખોળોને પ્રતાપે ભિન્ન ભિન્ન ક્ષેત્રે સુરક્ષાના પ્રયાસો કરવામાં આવે છે. પહેલાં તલવારોથી યુદ્ધ લડતાં ત્યારે ઢાલનો ઉપયોગ

થતો. મુંબઈમાં ચર્ચગેટ વિસ્તારમાં આવેલ પ્રિન્સ વેલ્સ મ્યુઝિયમમાં ઢાલ-તલવારો જોયાં હતાં. આજે ઘરતી ઉપર ચાલતાં વાહનો અને આકાશમાં ઉડતાં વિમાનો વગેરે માટે સુરક્ષાના ઉપાયો કરવામાં આવે છે. તેથી તો હેલમેટનો ઉપયોગ જરૂરી છે. આમ સુરક્ષાના પ્રબંધો હોવા છતાં પણ અકસ્માતો તો થાય છે. આ તો થઈ હદની સુરક્ષાની વાતો.

બેહદની સુરક્ષા

મીઠા મીઠા બાબાએ બ્રહ્માવત્સોને બેહદની સુરક્ષાની વાતો સાકાર - અવ્યક્તવાણીઓમાં કરી છે. જે બ્રહ્માવત્સો તે પ્રમાણે જીવે છે તેઓ સુરક્ષિત રહે છે, સ્વસ્થ મનથી જીવે છે. જ્યારે દેહ અને આત્માની ભિન્નતાની વાતો જાણી. આત્મ અનુભૂતિ કરી ત્યાર પછીથી તો દુનિયાને, સ્વયંને જોવાની આપણી દૃષ્ટિ જ બદલાઈ ગઈ.

અવિનાશી, જ્ઞાનસાગર પરમાત્માએ અટળક જ્ઞાનરત્નો દ્વારા આપણને સજાવ્યા છે. જે સુરક્ષા કવચનું કાર્ય કરે છે. **મરજીવા જન્મ, પરમાત્મામાં દૃઢ નિશ્ચય, એક બળ એક ભરોસા ઉપર જીવવું, બાબાની છત્રછાયામાં રહેવું તે સુરક્ષા કવચ છે. બ્રહ્માબાબા 93 વર્ષ સુધી**

શિવબાબાની છત્રછાયામાં રહ્યા. **અનેક અવરોધો, મુશ્કેલીઓમાં, હલચલવાળી પરિસ્થિતિઓમાં પણ સ્વસ્થ, પ્રસન્ન રહ્યા. તેનું મુખ્ય કારણ શિવબાબાનું સુરક્ષા કવચ, છત્રછાયા છે.**

આ સૃષ્ટિચક્રમાં સૌનો વૈવિધ્યસભર પાર્ટ છે. જે એકબીજા સાથે મળતો નથી. ચહેરા અને વ્યવહારમાં ભિન્નતા દેખાય છે. જ્ઞાન, યોગ, ધારણા અને સેવામાં સૌનું પ્રદાન ભિન્ન ભિન્ન છે. સર્વનો હિસાબ કિતાબ પોતપોતાનો છે. જેવું કર્મ, જેવી ભાવના તેવું તેનું ફળ મળે છે. આમ બાબાના બન્યા પછી એ ચિંતન ચાલે છે કે બાબાએ આપણા જીવનની દરેક સ્થૂળ સૂક્ષ્મ બાબતો અંગે કેટલું ઊંડું જ્ઞાન આપ્યું છે.

આજના વિષયના સંદર્ભમાં મીઠા બાબાએ આપેલા સુરક્ષા કવચોની વાત કરી છે. મુખ્યત્વે છ સુરક્ષા કવચો છે..

સુરક્ષા કવચ કઈ કઈ બાબતોમાં જરૂરી છે?

તનનું - બાબાના બન્યા એટલે સમજાયું કે સંગમયુગમાં તન એ મહત્ત્વપૂર્ણ થાપણ છે. **તનને તંદુરસ્ત રાખવા માટે બાબાએ મનને સ્વસ્થ રાખવાનું જ્ઞાન આપ્યું.** રાજયોગી જીવનના નિયમો અને મર્યાદાઓના પાલનને કારણે 70 વર્ષ વટાવી ચૂકેલા બ્રહ્માવત્સો પણ લૌકિક-અલૌકિક કાર્યોમાં સક્રિય છે. રાજયોગિની દાદી જાનકીજી આપણી સામે શ્રેષ્ઠ દૃષ્ટાંત છે. **મીઠા બાબાએ સાત્ત્વિક અન્નને આપણા જીવનમાં સ્થાન આપીને અનેક પ્રકારના રોગોથી મુક્ત કર્યા.** આમ ઈશ્વરીય જ્ઞાન યોગ તનનું સુરક્ષા કવચ છે.

મનનું - બાબાએ આપણા મનને સ્વૈરવિહારમાંથી દિવ્યવિહાર કરતું બનાવ્યું. **મનમનાભવના મંત્રને લીધે મનને એકાગ્ર રાખવાનું સ્થાન મળી ગયું.** મન જીતે જગત જીતનું જ્ઞાન મળ્યું. મન ઉપર નિયંત્રણ રાખવા માટે બુદ્ધિ રૂપી લગામ આપી. આમ મનની દિશા અને દશા જ બદલી દીધી. મન કન્ટ્રોલ વગરનું હતું તે હવે જ્ઞાન યોગના ક્વચને કારણે પાળેલા પ્રાણી જેવું, કહ્યાગરું બની ગયું. આ છે મનનું સુરક્ષા ક્વચ.

ધનનું - બાબાના બન્યા પછી એ જ્ઞાન મળ્યું કે આપણે ધનના માલિક નથી પણ ટ્રસ્ટી છીએ. આપણું સર્વસ્વ બાબાનું છે. તેથી ઈશ્વરીય શ્રીમત મુજબ જ તેનો ઉપયોગ કરી શકીએ. મીઠા બ્રહ્માબાબાએ ધનના સદુપયોગનું પોતાના જીવન વ્યવહાર દ્વારા શિક્ષણ આપ્યું. પહેલાં ધન ગમે તે માર્ગે જતું. વ્યસનો, વિકારો, લૌકિક ઉજવણીઓ, નામ માન શાન પ્રસિદ્ધિમાં, ભક્તિમાર્ગના કર્મકાંડોમાં જતું. બાબાએ આપણને ધનના ઉપયોગનો વિવેક આપ્યો. સત્યાગ્રે ધનનું મહત્ત્વ સમજાવ્યું. ધનના સદુપયોગથી થતી પ્રાપ્તિઓ અને દુરુપયોગથી થતા નુકસાનનું જ્ઞાન આપ્યું. ધનના સદુપયોગના ભિન્ન ભિન્ન જ્ઞાનયુક્ત રસ્તાઓ બતાવ્યા. **ધનને મનસ્વી રીતે વપરાતું અટકાવી તેના ઉપર ઈશ્વરીય શ્રીમતનું ક્વચ આપ્યું.**

સમય-શ્વાસનું - પહેલાં આપણો સમય ગણત્રી આયોજન વિના વીતી જતો. બાબાએ આપણને સંગમયુગના સમયનું મહત્ત્વ સમજાવ્યું. કોણ કઈ રીતે સમય વીતાવે છે તેના આધારે તેનું મૂલ્યાંકન થાય છે. સંસ્કૃત સુભાષિતનો અનુવાદ છે. ‘બુદ્ધિમાન માણસોનો સમય કાવ્ય શાસ્ત્ર અને વિનોદની ચર્ચામાં જાય છે. જ્યારે મૂખઓનો

સમય વ્યસન, નિદ્રા અને કલહમાં જાય છે.’ સમય કોઈની રાહ જોતો નથી. **સંગમયુગની એક એક પળ મહત્ત્વની છે. તેથી તેના સદુપયોગ માટે આપણું ધ્યાન રહેવું જોઈએ.** ભક્તિમાર્ગની પંક્તિ છે. ‘તારી એક એક પળ જાય લાખની, તું તો માળા રે જપી લે મારા રામની.’ હવે **બાબાએ આપણને પળ પળ ઈશ્વરીય યાદમાં વીતે તે શીખવ્યું છે.** સમય વીતી જાય છે કે વિંદગીમાં કરવા જેવું ના કર્યું. પણ અંતિમ સમયે આપણે કશું કરી શકતા નથી. આપણું ભાગ્ય બદલવાનો સમય આપણા હાથમાંથી સરકી જાય છે.

માનવમૃત્યુ પામે છે ત્યારે કહેવાય છે કે તેણે છેલ્લો શ્વાસ લીધો. માનવજીવનમાં શ્વાસોશ્વાસનું મહત્ત્વ છે. હઠયોગ અને વિભિન્ન સાધના પદ્ધતિઓમાં શ્વાસને મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. આપણો શ્વાસ સફળ થાય તે આપણું લક્ષ્ય હોવું જોઈએ. **આમ સમય અને શ્વાસનું ક્વચ ઈશ્વરીય યાદ છે.**

સંકલ્પનું - માનવજીવન તરંગો, વિચારો અને સંકલ્પો ઉપર ચાલે છે. જ્ઞાનમાર્ગમાં વિચારોનો ઉપયોગ સંકલ્પ તરીકે થાય છે. આપણે જેવું વિચારીએ છીએ તેવા બનીએ છીએ. આપણા વિચારો, સંકલ્પો ઉપર માતાપિતા, પરિવારના સંસ્કારોની છાપ હોય છે. સંગ, અભ્યાસ, વાચન, લેખન, મનન ચિંતન, શ્રવણ વગેરે આપણા સંકલ્પોને પ્રભાવિત કરે છે. આપણે પદ્માપદ્મ ભાગ્યશાળી છીએ. બાબાના બન્યા પછી આપણા સંકલ્પો હકારાત્મક બન્યા. વ્યર્થ, નકારાત્મક સંકલ્પોમાંથી મુક્તિ મળી. તનાવમાંથી મુક્તિ મળી. બ્રહ્મા બાબાના શ્રેષ્ઠ સંકલ્પો સમગ્ર ભારત અને વિશ્વના 140 કરતાં વધારે દેશોમાં વીજળી વેગે ફેલાઈ ગયા. તેનું પરિણામ એટલે લાખો, કરોડો બ્રહ્માવત્સો. આ સંકલ્પોથી જ સતયુગી

સૃષ્ટિની રચના થાય છે. આપણા વિચારો, સંકલ્પો જ આપણા સુખ-દુઃખ માટે નિમિત્ત બને છે. બાબાએ સંકલ્પશક્તિનું ગહન જ્ઞાન આપ્યું છે.

અવ્યક્ત બાપદાદાએ કહ્યું છે, ‘અબ સમય પ્રમાણ શીતલતા કી શક્તિ દ્વારા હર પરિસ્થિતિમેં અપને સંકલ્પો કી ગતિકો, બોલ કો શીતલ ઓર ઘેર્યવત્ બનાઓ. યદિ સંકલ્પ કી સ્પીડ ફાસ્ટ હોગી તો બહુત સમય વ્યર્થ જાવેગા, કન્ટ્રોલ નહીં કર સકેંગે. ઈસલિએ શીતલતા કી શક્તિ ધારણ કરલો તો વ્યર્થ સે વા એક્સીડંટ સે બચ જાયેંગે. વ્યર્થ કે લિએ કન્ટ્રોલીંગ પાવર ચાહિએ. એક વ્યર્થ સંકલ્પકા હિસાબ કિતાબ - ઉદાસ હોના, દિલ શિક્સ્ત હોના વા ખુશી ગાયબ હોના - યહ ભી એક કા બહુત ગુણા કે હિસાબ સે અનુભવ હોતા હૈ.’ (અવ્યક્તવાણી 7-3-84)

સંબંધ - સંપર્કનું - આજે સંબંધ, સંપર્કો ઉપર પૂરતું ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. ફેસબુક, ઈન્ટરનેટ વગેરેના માધ્યમથી થતા સંપર્કો કેટલા દુઃખદાયી નીવડે છે. તે અખબારોના માધ્યમથી જાણવા મળે છે. મીઠા બાબા કહે છે કે સંગ તારે કુસંગ ડૂબાડે. આજના હળાહળ કલિયુગના વાતાવરણમાં સંબંધો, સંપર્કો ઉપર પણ વિશેષ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. લૌકિક જગતની વાત તો બાબુ પર રહી પણ બ્રહ્માવત્સો સાથેના સંબંધ - સંપર્કમાં પણ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. **આપણા સંબંધો - સંપર્કો આપણા જીવનને ઉન્નત બનાવે, તો તે આવકાર્ય છે પણ આપણા જીવનને નીચે લાવે તેવા સંબંધો - સંપર્કો ગમે તેટલા ધન, સત્તા, સમૃદ્ધિ, પ્રસિદ્ધિથી શોભાયમાન હોય તો તે તજવા યોગ્ય છે. તજુ ના શકીએ તો ન્યારા પ્યારા, અલિપ્ત બનીએ.**

મીઠા બાબાએ આપણને દેવી દેવતા

બનવાનું લક્ષ્ય આપ્યું છે. આપણે આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરીને સંપૂર્ણ કર્માતીત બનવાનો પુરુષાર્થ કરીએ. લૌકિક સંબંધીઓને પણ ભિન્ન ભિન્ન કાર્યક્રમોમાં નિમંત્રણ આપીને જ્ઞાન યોગનો તેમને પરિચય આપીએ, સંદેશ આપીએ. જ્ઞાનમાં ચાલવું કે ના ચાલવું તે તેમના નિર્ણય, મનોબળ ઉપર આધારિત છે. બાબાની ભિન્ન ભિન્ન ઈશ્વરીય સેવાઓમાં આ સંબંધોનો રચનાત્મક ઉપયોગ કરીને તેમની આવડતને, ધનને સફળ કરીએ.

મીઠા બાબા કહે છે, ‘બાપદાદા કા હર એક બચે કી વિશેષતા સે પ્યાર હૈ ઓર હર એક મેં કોઈ ન કોઈ વિશેષતા હૈ ઈસલિએ સબસે પ્યાર હૈ તો આપ ભી હર એક કી વિશેષતા કો દેખો. જેસે હંસ રત્ન ચુગતા હૈ, પથ્થર નહીં એસે આપ હોલી હંસ હો આપ કા કામ હૈ હરેક કી વિશેષતા કો દેખના ઓર ઉનકી વિશેષતા કો સેવા મેં લગાના. ઉન્હેં વિશેષતા કે ઉમંગ ઉત્સાહમેં લાકર, ઉન દ્વારા ઉનકી વિશેષતા સેવા મેં લગાઓ તો ઉનકી દુઆએ આપ કો મિલેંગી. ઓર વહ જે સેવા કરેગા ઉસકા શેયર ભી આપ કો મિલેગા.’ (સાકારવાણી 11-12-2018)

બાબાના લાડલા બાળકો જે આ સુરક્ષા ક્વચોમાં રહેશે, તો સલામત રહેશે. આવનારી વિકટ પરિસ્થિતિનો સામનો કરી શકીશું. બાબાએ આપણને એવરેડી બનવાનું કહી જ દીધું છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- યોગ અગ્નિથી વિકારોનાં બીજને ભસ્મ કરી દો તો સમય પર તેનાથી બચી શકશો.
- ઈશ્વરીય યાદ અને ઈશ્વરીય સેવાની સમતુલા જાળવવાથી સર્વની દુઆઓ મળે છે.

દિવ્યદર્શન

મહાત્મા ગાંધી - રાષ્ટ્રપિતાનું સ્વપ્ન -

અનોખી રામનવમી દ્વારા પુનઃ સાચા રામરાજ્યની સ્થાપના

બ્ર.કુ. નંદિની, સુખશાંતિ ભવન, મણિનગર, અમદાવાદ.

આજથી 5000 વર્ષ પહેલાં અર્થાત્ કલ્પ અગાઉ, જે રામનવમીનું પર્વ આપણે સૌએ મનાવ્યું હતું, તે પર્વ પુનઃ હાલ મનાવી રહ્યા છીએ. આ વિશ્વ નાટક દરેક 5000 વર્ષ પછી તે જ પ્રમાણે (હૂબહૂ) પુનરાવર્તિત થાય છે એનો અર્થ એ છે કે પ્રત્યેક ઘટના જેમની તેમ પુનરાવર્તન પામે છે. આજે મનાવવામાં આવી રહેલો રામનવમીનો તહેવાર 5000 વર્ષ અગાઉ પણ આજ રીતે મનાવ્યો હતો. દર 5000 વર્ષે હૂબહૂ રીપીટ થનાર ડ્રામાનું રહસ્ય કોણે આપ્યું ?

કહેવાય છે કે ‘રામ રાજા, રામ પ્રજા, રામ શાહુકાર હૈ, બસે નગરી, જીયે દાતા, ધર્મ કા ઉપકાર હૈ’ સતયુગના પ્રારંભમાં જન્મ લેનાર, શ્રીકૃષ્ણ અને શ્રી રાધા બાળપણ વીતાવ્યા બાદ યુવાવયે તેમનો સ્વયંવર રચાય છે. તે પછી તેમનો રાજ્યાભિષેક થતાં તેમનાં નામ બદલાઈ જાય છે. શ્રી રાધા શ્રી લક્ષ્મીનું નામ ધારણ કરે છે અને શ્રીકૃષ્ણ વિશ્વ મહારાજા બનતાં શ્રી નારાયણના નામથી ઓળખાય છે. લક્ષ્મી નારાયણનું રાજ્ય (ડીનાયસ્ટી) આઠ પેઢી સુધી ચાલે છે. જેમ કે બ્રિટીશ શાસનમાં જ્યોર્જ પાંચમો એડવર્ડ સાતમો કે ફ્રાન્સના શાસનમાં લૂઈ સોળમો, એ રીતે પાછળના એક જ નામવાળા રાજા, તેમના ક્રમ નંબરથી ઓળખાય છે. આ રીતે સતયુગમાં લક્ષ્મી-નારાયણની આ પેઢી (આઠ રાજદાની) ચાલે છે. દા.ત. લક્ષ્મી-નારાયણ સેકન્ડ, થર્ડ ... વગેરે આઠમા લક્ષ્મી-નારાયણ પછી સતયુગ પૂરો

થઈ પછી ત્રેતાયુગ શરૂ થાય છે. ત્યારે નવમી ગાદીએ (નવમી પેઢીએ) શ્રી રામને રાજ્ય તિલક મળતાં, રામસીતાની ડીનાયસ્ટી શરૂ થાય છે. તેથી શ્રી રામની જન્મજયંતીને ‘રામનવમી’ તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. જ્યારે નારાયણ (બાળપણમાં શ્રીકૃષ્ણ)ની આઠ ગાદીને કારણે શ્રીકૃષ્ણની જન્મજયંતીને ‘જન્માષ્ટમી’ તરીકે મનાવવામાં આવે છે. શ્રી નારાયણ સૂર્યવંશી હતા. જ્યારે ત્રેતાયુગના ચંદ્રવંશી દેવતા શ્રીરામને ક્ષત્રિય કહેવામાં આવે છે. જેથી રામના હાથમાં ચોદ્દાની નિશાની તરીકે ‘ઘનુષ્ય બાણ’ દર્શાવવામાં આવે છે. સતયુગ અને ત્રેતાયુગના બંને યુગોના 2500 વર્ષના સ્વર્ગીય સુખોવાળા શાસન (રાજ્ય)ને ‘રામરાજ્ય’ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે, જેની રાષ્ટ્રપિતા મહાત્મા ગાંધી બાપુ ખેવના કરતા હતા. પરંતુ અફસોસની વાત એ છે કે સ્વતંત્રતા મળ્યા પછી, ગાંધી બાપુના મૃત્યુ બાદ કેવું રાજ્ય આવ્યું ? રાવણ રાજ્ય ? ચૈત્ર સુદ એકમથી શરૂ થયેલ ચૈત્રી નવરાત્રિમાં લોકો ઈષ્ટદેવી, કુળદેવી કે જગતજનની માતાની પૂજા-અર્ચના, અનુષ્ઠાન કરે છે. તે ઉપરાંત ઉનાળાની ગરમી શરૂ થતાં શિયાળાની ઠંડી ઋતુમાં વાવણી કરેલ રવિપાકો તૈયાર થઈ જવાથી તથા બજારમાં વેચાવાથી ખેડૂતો, વેપારીઓ તથા અન્ય પ્રજાને સારી આવક મળવાથી રામનવમી ધામધૂમથી ઉજવાય છે.

ભારતમાં રામ અને રામ રાજ્યની ખૂબ જ મહિમા છે. અહીં ભાગ્યે જ કોઈ એવું ગામ કે નગર

હશે કે, જેમાં રામનું રામમંદિર ન હોય તથા જવલ્લે જ એવો કોઈ માનવી હશે કે, જેણે રામકથા અર્થાત્ રામાયણની કથા સાંભળી ન હોય. રામાયણ પર તો ફિલ્મ નિર્માતાઓએ ટી.વી. ધારાવાહિકો (સીરીયલો) પણ બનાવી છે, જે ટી.વી.ના પડદા પર ઘણાં બધા લોકોએ જોઈ પણ છે. પરંતુ જે પ્રકારની રામકથા સાંભળવા મળે છે તથા રામાયણના પાત્રો અને ઘટનાઓ જાણીને આશ્ચર્ય થાય છે કે, આ બધું શું સાચું હશે ? રામાયણના પ્રસંગોની કહાની શું વાસ્તવિક છે ? કેટલાંક વિવેચકોના મતે રામાયણની કથા વાસ્તવિક ઘટના બનેલી નથી. તેના પ્રસંગો વાસ્તવિકતાની એરણ પર સાચા ઠરી શકે તેમ નથી. જેમ કે સીતાના જન્મની ઘટના જોઈએ. રામાયણમાં સીતાનો જન્મ ખેતરમાં હળ ચલાવતાં એક લકીર-અણીથી થયેલાં દશવેલાં છે. આ રીતે કોઈ મનુષ્યનો કે બાળકીનો જન્મ થઈ શકે નહિ. સર્વશક્તિમાન મહાપુરુષ રામની પત્નીની ચોરી થાય ખરી ? અત્યારે કળિયુગના સમયે પણ પત્નીને ઉપાડી જઈ કેદી બનાવવાની ઘટના બને, એવા કમજોર પુરુષ પતિઓ ભાગ્યે જ જોવા મળે. આ ઉપરાંત રાવણને દશ માથા બતાવ્યાં છે. હકીકતમાં દશ માથા લઈને હરતો-ફરતો, ખાતો-પીતો, રાત્રે સૂતો માનવી હોઈ શકે ખરો ? આવા માનવીનું સ્થાન મ્યુઝીયમમાં પ્રદર્શન તરીકે મળે છે કે, તેને દશ માથા કેવી રીતે મળ્યાં તે હકીકતમાં ઉંડા ઉતરીએ તો દંતકથા મુજબ જાણવા મળે છે કે, તેણે તપસ્યા વખતે બ્રહ્માજી પર દશ વખત માથું કાપી કાપીને બલી ચઢાવેલું, જેથી તેને દશ માથાં પ્રાપ્ત થયાં એમ માનવામાં આવે છે. એક વખત માથું કાપીને હોમી દીધા પછી, બીજું માથું કેવી રીતે ઘડ પર પાછું આવી જાય ? આમ 10 શીશવાળો દશાનન રાવણ પ્રેક્ટીકલ (વાસ્તવિક) જીવનમાં

જોવા ન મળે. આથી વિચારકો પણ માને છે કે રામકથા એક ઐતિહાસિક વાર્તા નથી. રામાયણના પાત્રો અને પ્રસંગોનું કોઈક આધ્યાત્મિક રહસ્ય જુદું જ હશે, જેના તથ્ય પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ. આમ રામકથા કરનારા કે રામકથા સંભળાવનાર સૌએ રામાયણને આધ્યાત્મિક રહસ્યોથી ભરેલો ધાર્મિક ગ્રંથ કે આધ્યાત્મિક ગ્રંથ માનવો જોઈએ.

રામરાજ્યનું સ્વપ્ન સેવનાર રાષ્ટ્રબાપુ મહાત્મા ગાંધીજી સ્વયં રામભક્ત હતા. તેઓને ઈ.સ. 1948માં ગોળી વાગતાં, તેમના જીવનની અંતિમ ક્ષણોમાં પણ તેમના મુખેથી ‘હે રામ’ શબ્દ નીકળ્યા હતાં. ગાંધીજી રામાયણને એક ઐતિહાસિક વૃત્તાંતવાળો ગ્રંથ ન માનીને, ધાર્મિક કે આધ્યાત્મિક ગ્રંથ જ માનતા હતા. અનેક મતમતાંતરોથી મનુષ્ય ભ્રમિત થાય છે અને મનમાં પ્રશ્ન ઉઠે છે કે વાસ્તવમાં રામ કોણ હતા ?

નિરાકાર કલ્યાણકારી શિવે આપેલ ઈશ્વરીય જ્ઞાનના આધારે વાસ્તવિક સત્ય રહસ્ય આપણને અત્યારે મળી રહેલ છે. આપ સૌને એ પણ જાણીને ઘણી નવાઈ લાગશે કે રામ ત્રણ છે. એક રામ જે દશરથના પુત્ર રાજા રામ. જે ત્રેતાયુગમાં થઈ ગયા. ત્રેતાયુગમાં રામ-સીતાની ડીનાયરટી હતી જેમના રાજ્યમાં પ્રજા સુખી હતી. યથા રાજા તથા પ્રજા સુખી હતી. સુખશાંતિ તથા સમૃદ્ધિ સભર રાજ્ય હતું. લોકો નિરોગી તંદુરસ્ત હતાં. ચોરીચખારીનો કોઈ ડર ન હતો. ચીનના મુસાફર હયુ એન શાંગે પ્રાચીન ભારતની મુલાકાત લીધેલી ત્યારે વર્ણનમાં લખ્યું છે કે, તે સમયે લોકો ઘરને તાળું મારતા ન હતા. ભારતમાં અઢળક સોનું હતું તથા લોકો ખૂબ જ સુખી હતા. આથી જ લોકો ફરીથી તેવું રામરાજ્ય ભારતમાં આવે તેવું દિલથી ઈચ્છી રહ્યાં છે.

(અનુસંધાન પેજ નં. 23 પર)

રાજયોગ દ્વારા સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય

બી.કે. ડૉ. જયશ્રી વાઢેર, આયુર્વેદ પંચકર્મ ફીઝીશીયન, ઈસનપુર, અમદાવાદ.

વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગેનાઈઝેશન (WHO)ની સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્યની વ્યાખ્યા પ્રમાણે - **સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય એટલે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય, માનસિક સ્વાસ્થ્ય, આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય અને સામાજિક સ્વાસ્થ્ય.**

આ ચારેય પ્રકારનું સ્વાસ્થ્ય એટલે સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય. રાજયોગ સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય મેળવવા માટેનું સર્વોત્તમ માધ્યમ છે. **યોગ** - અર્થાત્ યાદ, સ્મૃતિ, મિલન, સંબંધ, કનેક્શન કે જોડાણ. રાજયોગ અર્થાત્ રાજાઈ પ્રાપ્ત કરવાનો યોગ. **રાજાઈ** એટલે વ્યક્તિ પોતાની ઈન્દ્રિયો પર રાજ્ય કરી શકે. સંયમ જાળવી શકે છે. અધિકાર પ્રાપ્ત કરી શકે છે. તે માટેનો યોગ એટલે જ **રાજયોગ**. રાજયોગ મેડીટેશનમાં વ્યક્તિ સૌપ્રથમ સ્વયંનો સત્ય પરિચય પ્રાપ્ત કરી. સ્વયંની સત્ય સ્વરૂપની અનુભૂતિ કરે છે. સ્વયંના સત્ય ગુણો જેમ કે, શાંતિ, પ્રેમ, આનંદ, સુખ, શક્તિ, પવિત્રતા, જ્ઞાનનો અનુભવ કરી શકે છે. એટલું જ નહિ, વ્યક્તિ પોતાની વિશેષતાને ઓળખી શકે છે. તેને પોતાના પર્સનલ (વ્યક્તિગત) કે પ્રોફેશનલ જીવનમાં તેનો ઉપયોગ કરી પ્રગતિના પંથે આગળ વધી પોતાનું જીવન સુખ-શાંતિમય અને સમૃદ્ધિથી ભરપૂર કરી શકે છે.

દરેક મનુષ્યાત્મા પાંચતત્ત્વો (પૃથ્વી, જળ, અગ્નિ, વાયુ, આકાશ)થી બનેલું શરીર + આત્માનો સંયોગ છે. જેવી રીતે આત્મા પાંચ તત્ત્વોથી બનેલા શરીરમાં રહે છે અને તે પાંચતત્ત્વો (શરીર)ની સભાનતામાં રહે છે. માટે જ 24 કલાક પાંચતત્ત્વોની માંગણી કરતું હોય છે. જેમ કે, જ્યારે પણ આપણને તરસ લાગે છે. આપણે પાણી જ

પીએ છીએ. કારણ કે શરીરનો 25% ભાગ પાણીથી બનેલો છે. તો તેની પૂર્તિ માટે પાણીની જ આવશ્યકતા હોય છે. આપણે પાણી ગણીને નથી પીતા જેથી શરીરમાં પાણીનું લેવલ બેલેન્સ થાય. આપણા મોઢેથી પાણીનો ગ્લાસ આપોઆપ છૂટી જાય છે. એટલે કે તરસ એ શરીરમાં પાણીનો અભાવ અને મોઢેથી પાણીનો ગ્લાસ છૂટવો તે શરીરમાં પાણીનું બેલેન્સ દર્શાવે છે.

તેવી જ રીતે આપણે શ્વાસ લેવા માટે ઓક્સિજન વાયુનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. કાર્બનડાયોક્સાઈડ, નાઈટ્રોજન વગેરેનો નહિ કારણ કે શરીરના અંગોના નિર્માણમાં ઓક્સિજન વાયુ છે. જેથી આપણે હર પળ ઓક્સિજનવાયુ અર્થાત્ શ્વાસ લઈએ છીએ. તેવી જ રીતે જ્યારે શરીરમાં પૃથ્વી તત્ત્વની ઉણપ થાય આપણે ભોજન લઈએ છીએ અને તેને પચાવવા માટે જઠરાગ્નિની આવશ્યકતા હોય છે. જો બે દિવસ ભોજન ન લઈ શકે તો વ્યક્તિ તરત ડોક્ટર પાસે જશે અને કહેશે ડોક્ટર સાહેબ ભૂખ નથી લાગતી દવા આપો. જેથી મને ભૂખ લાગે અને હું જમી શકું.

આમ જેમ પાંચતત્ત્વોથી બનેલું શરીર જે નાશવંત છે. સમય અનુસાર પરિવર્તનશીલ છે. તે 24 કલાક પાંચતત્ત્વોની માંગણી કરે છે. તેમ આ શરીરનાં રહેલ ચૈતન્યશક્તિ આત્મા એ 7 ગુણોનું સ્વરૂપ છે. તે પણ હર પળ આ સાત ગુણોની ઝંખના કરતું હોય છે. માટે જ દરેક વ્યક્તિ શાંતિ, પ્રેમ, આનંદ, શક્તિ, સુખ વગેરે ગુણો કોઈને કોઈ સંબંધ, વ્યક્તિ, વસ્તુ કે વૈભવમાં શોધતો હોય છીએ. તો કોઈ વ્યક્તિ આ ગુણોને પોસ્ટ કે

પોઝીશનના રૂપમાં શોધતો હોય છે.

પરમાત્મા કહે છે કે હે આત્મા! આપ પોતે જ શાંત સ્વરૂપ છો. શાંતિ એ આત્માનો સ્વધર્મ છે. આત્મા પોતે જ સુખ સ્વરૂપ છે. આત્મા પ્રેમ સ્વરૂપ છે. આત્મા શક્તિ સ્વરૂપ છે. આત્મા જ્ઞાન સ્વરૂપ છે. આત્મા આનંદ સ્વરૂપ છે. આત્મા પવિત્ર સ્વરૂપ છે. આત્મા સર્વ શક્તિ સ્વરૂપ છે. માત્ર જરૂર છે. વ્યક્તિ પોતાની સાચી ઓળખ પ્રાપ્ત કરે. સ્વયંના સત્ય સ્વરૂપની અનુભૂતિ કરે. જે વ્યક્તિ રાજયોગ દ્વારા પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને આ જ રાજયોગનું પ્રથમ પગથિયું છે.

જ્યારે વ્યક્તિ રાજયોગ મેડીટેશન કરે છે. ત્યારે તે પરમાત્માના પણ સત્ય સ્વરૂપનો પરિચય પ્રાપ્ત કરી. પરમાત્મા સાથે મનબુદ્ધિથી સંબંધ જોડી અથવા મનબુદ્ધિ દ્વારા પરમાત્માને યાદ કરી ડાયરેક્ટ પરમપિતા પરમાત્મા પાસેથી પરમાત્મ દિવ્યગુણોની અનુભૂતિ સહ પ્રાપ્તિ કરી સ્વયંના આત્માને દિવ્ય ગુણોથી ભરપૂર કરી શકે છે.

યોગ શબ્દ લેટીન ભાષા મેડરીથી આવેલ છે. મેડરી અર્થાત્ ટુ હીલ (To Heal) રૂઝવણું. જ્યારે વ્યક્તિ કોઈ પણ રોગોથી પીડાય છે. શારીરિક, માનસિક કે સામાજિક રીતે બીમાર બને છે. ત્યારે આત્માના કોઈ એક કે વધુ ગુણની ઉણપના કારણે જ જે તે રોગ ઉત્પન્ન થતો જોવા મળતો હોય છે. આજ વૈજ્ઞાનિક રીતે પણ પુરવાર થયેલ છે. આજે 95% થતી બીમારીઓ માનસિક હોય છે. તેનું કારણ મનોબળની ઉણપ કે નકારાત્મક ચિંતન.

મન એ આત્માની સૂક્ષ્મ શક્તિ છે. મનનું કાર્ય છે - વિચારોનું નિર્માણ કરવાનું. જો મન નકારાત્મક વિચારો કરે તો મન નબળું બને છે. જો સકારાત્મક વિચારો કરે તો મન સશક્ત બને છે. મનોબળ વધે છે.

રાજયોગ મેડીટેશનમાં વ્યક્તિ સકારાત્મક (Positive) વિચારોનું નિર્માણ કરે છે. સકારાત્મક (Positive) અનુભૂતિ પણ કરે છે. જેથી કરીને આત્માનું હીલીંગ થાય છે. આત્માના ગુણોની વૃદ્ધિ થાય છે. મનોબળ વધે છે. પ્રત્યેક વિચાર એ આત્માની શક્તિ છે. જો તે વિચાર સકારાત્મક (Positive) હોય તો આત્માની શક્તિ વધે, મનની શક્તિ વધે, મનોબળ મજબૂત બને છે. જો વિચાર નકારાત્મક (Negative) હોય તો આત્મા અને મનની શક્તિ ઘટે છે. મનોબળ ઓછું થાય છે.

જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ સારા કર્મો વારંવાર કરે છે. તો તે સુકર્મોથી વ્યક્તિના સુંદર ચરિત્રનું નિર્માણ થાય છે. તે અનુસાર તે સમાજમાં યોગ્ય પદ કે સન્માનની પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ કરી શકે છે. જેથી સામાજિક સ્વાસ્થ્યનું પાસુ સબળું બને છે.

પ્રત્યેક વિચાર એ આત્માની શક્તિ છે, એનર્જી છે. જો વ્યક્તિ સારા વિચારોનું નિર્માણ હંમેશા કરે અર્થાત્ Positive (સકારાત્મક) વિચારોનું નિર્માણ કરે તો મનની શક્તિ વધે છે, મનોબળ વધે છે.

‘મક્કમ મનના માનવીને હિમાલય પણ નથી નડતો.’ અર્થાત્ જેમનું મનોબળ શ્રેષ્ઠ હોય તેઓને સંસારની નાની-નાની વાતો, તકલીફો, સમસ્યાઓ તેમની મનઃસ્થિતિના આધારે સકારાત્મક ચિંતન કરી દરેક સમસ્યાઓનું સમાધાન ખૂબ જ સરળતાપૂર્વક કરી લે છે અને નિશ્ચિત અને પુશનુમા જીવન જીવી શકે છે. રાજયોગના નિયમિત અભ્યાસથી તેમનામાં સમય અનુસાર વ્યક્તિ, વસ્તુ કે પરિસ્થિતિ સાથે એડજસ્ટ કરવાની કળા વિકસિત થાય છે. સમય અનુસાર અન્ય વ્યક્તિઓને જરૂરિયાત મુજબ, શારીરિક, માનસિક કે આર્થિક સહયોગ આપી તેમને આગળ વધારવાની ભાવના કેળવાય છે.

કોઈના પણ અવગુણોને સમાવી સદાય સર્વના ગુણો તરફ ધ્યાન કેળવવાનો દૃષ્ટિકોણ વધે છે, મનની એકાગ્રતા, યાદશક્તિ વધે છે. જીવનમાં ખુશી અને સ્વાસ્થ્ય વધે છે. જીવન જીવવાનો દૃષ્ટિકોણ સકારાત્મક (Positive) બને છે.

Morden Medical Science (આધુનિક તબીબી વિજ્ઞાન) અનુસાર જ્યારે વ્યક્તિ મનની શાંતિ, ખુશી કે આનંદનો અનુભવ કરે છે ત્યારે તેમના Brainમાં Positive વિચારોને કારણે Positive હોર્મોન્સનું નિર્માણ થાય છે. જેમ કે Serotonin, Dopamine, Epinephrin, Non - Epinephrin - જેવા અંતઃસ્ત્રાવો જો પૂરતા પ્રમાણમાં Brainમાં ઉત્પન્ન થાય તો શરીરમાં સ્વાસ્થ્યનું અનુવર્તન થાય છે.

રાજયોગ મેડીટેશનમાં વ્યક્તિ ખુશી, આનંદ, પરમ સુખ અને શાંતિનો અનુભવ કરે છે. જેથી ઉપરોક્ત બધા જ અંતઃસ્ત્રાવો પૂરતા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થાય છે. વ્યક્તિ શારીરિક અને માનસિક રીતે સ્વસ્થતાની અનુભૂતિ કરે છે. જેમ કે, Serotonin હોર્મોન એ સેન્ટ્રલ નર્વસ સિસ્ટમ (CNS)ને મજબૂત બનાવે છે. જેથી દરેક જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને કર્મેન્દ્રિયો સતેજ બને છે. કરોડરજ્જુ મજબૂત બને છે. ન્યૂરોલોજીકલ સમસ્યાઓ દૂર થાય છે.

વ્યક્તિ જીવનમાં ખુશી, પ્રેમ, આનંદ અને શાંતિનો અનુભવ કરે છે. ખુશી એ સર્વ રોગોની દવા છે. કહેવાય છે કે, 'ખુશી જેસી પુરાક નહીં, ખુશી જેસી કોઈ દવા નહિ.' જેના કારણે પાચનશક્તિ સક્રિય બને છે. કારણ કે સેરોટોનીન અંતઃસ્ત્રાવ GI Tract (Gastro - Intestine tract)માં વધુ પડતો જોવા મળતો હોય છે. જ્યારે વ્યક્તિ ખુશીનો અનુભવ કરે છે ત્યારે આ અંતઃસ્ત્રાવ પૂરતા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થાય છે.

પાચનશક્તિ સક્રિય બને છે. મેદસ્વીતામાં આ અંતઃસ્ત્રાવનું પ્રમાણ અપૂરતું હોય છે. જે રાજયોગના નિયમિત અભ્યાસથી નિવારી શકાય.

Serotonin અંતઃસ્ત્રાવની ખામીને લીધે આજકાલ ડીપ્રેશન ખૂબ જ વધી રહ્યું છે. ડીપ્રેશનથી પીડિત દર્દીઓ માટે રાજયોગ મેડીટેશનનો નિયમિત અભ્યાસ વરદાનરૂપ પુરવાર થયેલો છે.

આ ઉપરાંત Epinephrin અને Non Epinephrin અંતઃસ્ત્રાવ heart function (હૃદયની ગતિ)ને મજબૂત બનાવે છે. હૃદયના સ્નાયુઓને મજબૂતી આપે છે. બ્લડપ્રેશર અને લોહીમાં સુગરને બેલેન્સ કરવામાં મુખ્યત્વે કારણભૂત હોય છે. જે વ્યક્તિઓ જીવનમાં ડર, ગુસ્સો જેવા નકારાત્મક ભાવનાઓથી પીડાતા હોય તેમને બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબીટીશ જેવા રોગ થાય છે અને ખુશી, શાંતિ, પ્રેમના વિચારોથી બ્રેઈનમાં અંતઃસ્ત્રાવો પૂરતા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થાય છે. જેથી હૃદય, પેન્ક્રીયાસ, કીડની જેવા શરીરનાં મહત્વનાં અંગોની સુરક્ષા થાય છે. તે અંગોની કાર્યક્ષમતા સક્રિય બને છે.

Dopamine અંતઃસ્ત્રાવ જીવનમાં ઉમંગ-ઉત્સાહ વધારીને વ્યક્તિને પ્રગતિશીલ બનાવે છે. રાજયોગ મેડીટેશનમાં વ્યક્તિ પરમ આનંદની અનુભૂતિ કરી શકે છે.

આ રીતે રાજયોગના અભ્યાસથી વ્યક્તિ શારીરિક, માનસિક, સામાજિક અને આધ્યાત્મિક દરેક પ્રકારનું સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જો રાજયોગનો નિયમિત વિધિપૂર્વક અભ્યાસ કરવામાં આવે તો આપણે પણ સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ.

એક વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગ અનુસાર - 2014માં

અમેરિકાની હાર્વડ યુનિવર્સિટીમાં એક પ્રયોગ કરવામાં આવેલ હતો. જેમાં એક વ્યક્તિને બોમ્બેમાં બેસાડવામાં આવ્યો અને બીજી વ્યક્તિને 4000 માર્બલ દૂર પેરિસમાં બેસાડવામાં આવી. બંને વ્યક્તિનાં શરીર ઈલેક્ટ્રોડ્સ લગાવી દેવામાં આવ્યા. અને ત્યારબાદ બોમ્બેમાં બેઠેલા વ્યક્તિને કહેવામાં આવ્યું કે તમે પેરિસમાં બેઠેલ વ્યક્તિ માટે વિચાર કરો. તે વ્યક્તિએ પેરિસમાં બેઠેલ વ્યક્તિ માટે વિચાર કર્યો. તે સમયે તે (બોમ્બે વાળા) વ્યક્તિના EEG મશીનમાં જે બ્રેઈન પેટર્ન જોવા મળી. થોડી જ ક્ષણોમાં પેરિસમાં બેઠેલા વ્યક્તિના EEG મશીનમાં પણ તે જ પ્રકારની EEG પેટર્ન જોવા મળી તે પરથી બ્રેઈન ટુ બ્રેઈન કનેક્શન વિચારોથી થાય છે. તે સાબિત થાય છે. પરંતુ આપણે જાણીએ છીએ કે વિચારો Brainમાં નહિ પણ મનમાં ઉત્પન્ન થાય છે. તો mind to mind (મન થી મન)નું જોડાણ શક્ય છે. જો એક

વ્યક્તિનાં વિચાર બીજી વ્યક્તિ સુધી પહોંચી શકે તો વ્યક્તિના વિચાર પરમાત્મા સુધી જરૂરથી પહોંચી શકે જ. પરમાત્મા તો શાંતિના સાગર, પ્રેમના સાગર, આનંદ, ખુશીના સાગર, સુખદાતા પવિત્રતાના સાગર છે.

તો રાજયોગના માધ્યમ દ્વારા જે આત્મા પરમાત્મા સાથે મન-બુદ્ધિથી Connection (સંબંધ) જોડે તો આત્મામાં ઉપરોક્ત દિવ્યગુણોની વૃદ્ધિ અને દિવ્ય ગુણોની અનુભૂતિ નિશ્ચિંત થાય જ. અને પરમાત્મા તો સદાય કલ્યાણકારી, આનંદથી ભરપૂર, શાંતિમય, સુખમય સ્થિતિ સર્વ શક્તિ સંપન્ન છે જ. તો એમની સાથે જ્યારે આત્મા મન-બુદ્ધિથી સંબંધ જોડે છે ત્યારે આત્મા પરમ સુખ-શાંતિ આનંદની પ્રાપ્તિ કરે છે અને મનુષ્યજીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય પણ એ જ છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 19નું અનુસંધાન)... મહાત્મા ગાંધી

બીજા રામ જે ઘટ-ઘટ બિરાજે. અર્થાત્ આપણાં સૌની અંદર રહેલો રામ એટલે કે આપણે આત્મા. આત્માને રામ પણ કહેવાય. ઘણા જાણતાં અજાણતાં શરીરનું નામ આત્મારામ રાખે છે, પણ તેનો વાસ્તવિક અર્થ સમજતાં નથી. તેથી રામનવમીના શુભ અવસર પર અર્થાત્ ત્રેતાયુગી રાજા રામનાં શુભ જન્મોત્સવ પર, આપણે એ જાણવાનો શુભ સંકલ્પ કરીએ કે, શ્રીજા સાચા રામ કોણ છે ? ગાંધીબાપુના રામરાજ્યનાં સ્વપ્નને કોણ સાકાર કરશે ? તો આવો, આ રામનવમીના અવસર પર રામરાજ્યના સ્થાપકને જરૂરથી ઓળખીએ.

ગીત - કી રામરાજ્ય આને વાલા હૈ... કી રામરાજ્ય આને વાલા હૈ....

॥ ઓમશાંતિ ॥

- પોતાની ઝોળી જ્ઞાનરત્નોથી ભરીને એનું દાન કરીને ઘણા આત્માઓના કલ્યાણ માટે નિમિત્ત બનવાનું છે. સૌના પ્રિય બનવાનું છે. અપાર ખુશીમાં રહેવાનું છે.
- ઘણી ધીરજ, ગંભીરતા અને સમજથી પરમાત્માને યાદ કરવા એજ એક્યુરેટ યાદ છે. જે એક્યુરેટ યાદમાં રહે છે એમને વધારે શક્તિ મળે છે. પાપનો બોજ ઉતરી જાય છે. આત્મા સતોપ્રદાત બને છે. એમનું આયુષ્ય વધે છે. એમને પરમાત્મા પિતાની સર્ચલાઈટ મળે છે.
- બીજાઓ દ્વારા સ્નેહ અને સહયોગ પ્રાપ્ત કરવાનો આધાર છે નમ્રતા.

યોગથી ખેતી, ખેતીમાં યોગ

બ્ર.કુ. કેશુભાઈ પટેલ, મહાદેવપુરા, પ્રાંતિજ

આધુનિક વિજ્ઞાને સંશોધન ક્ષેત્રે અનેક સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરી છે. સમય અને ખર્ચમાં બચત થાય અને અધિકતમ ઉત્પાદન થાય, અધિકતમ મૂલ્ય મળે તે માટે અવનવાં ચંપ્રો, સિંચાઈની પદ્ધતિઓ, સંશોધિત બિયારણો વિજ્ઞાને વિકસાવ્યાં છે. સાથે સાથે પાક સંરક્ષણ માટે જંતુનાશક દવાઓ અને ઉત્પાદનવૃદ્ધિ માટે રાસાયણિક ખાતરોનો વપરાશ વધતો જાય છે. ખેતીની જમીન ઘટતી જાય છે. સિંચાઈની વ્યવસ્થા વધતી જાય છે. વધુ ઉત્પાદન લેવા એકની એક જ જમીનમાં વર્ષમાં બે થી ત્રણ પાક લેવા પડે છે, તેથી ખેતી પાકોમાં રોગ વધતા જાય છે. રોગ નિયંત્રણ કરવા રાસાયણિક દવાઓનો છંટકાવ કરવો પડે છે. પરિણામે જંતુનાશક દવાઓનો વપરાશ વધતો જાય છે. રાસાયણિક ખાતરોથી ખેતરોની જમીનની કુદરતી રીતે રહેતી ક્ષમતા અને કુદરતી ફળદ્રુપતા ઘટતી જાય છે. આ બધાના લીધે ખેતરોમાં પેદા થતું અનાજ, શાકભાજી અને ફળોમાં માનવશરીરને હાનિકારક રાસાયણિક દ્રવ્યોના અંશ આવી જાય છે. એવી ખેતીમાંથી પેદા થતા (બાય પ્રોડક્ટ) પશુઓના ઘાસચારામાં પણ જંતુનાશકોના અંશ આવી જાય છે. પરિણામે દૂધ અને દૂધની બનાવટોમાં પણ જંતુનાશક રાસાયણોની હાજરી હોય છે. પરિણામે મનુષ્યોનાં આરોગ્ય બગડે છે. અત્યારે તન અને મનના રોગો વધતા જાય છે. તેના વિકલ્પ તરીકે કેમિકલ મુક્ત ખોરાક, દિવ્ય ગુણયુક્ત અને પવિત્ર ખોરાક માટે યોગથી પકવેલી ખેતી તરફ નજર જાય છે. ખેતીમાં રાજયોગનો ઉપયોગ કેવી રીતે થાય, યોગથી ખેતી કેવી રીતે થાય તેનું ચિંતન આ કૃતિમાં

કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

યોગીએ આ યોગ પોતાના ખેતરમાં કરવો પડે. ખેતરની અંદર અથવા ખેતરના શેડા પર ઝાડ હોય તો ઝાડની શીતળ છાયામાં જમીનનું જ આસન ગ્રહણ કરવું. ઝાડ ન હોય તો ખેતરની ખુલ્લી જમીન પર બેસવું. શક્ય હોય તો ખેતરના મધ્યમાં અથવા ખેતરના ઝાડ પર શિવબાબાનો દવજ લગાવેલો હોય તો સારું. આ શિવ દવજની સામે બેસીને શાંતચિત્તે મન બુદ્ધિને એકાગ્ર કરીને યોગ કરવો ઉત્તમ ગણાશે.

યોગ વિધિ - ઓમશાંતિ ! ઓમશાંતિ ! ઓમશાંતિ !

હું એક શુદ્ધ પરમ પવિત્ર આત્મા છું. પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું. મુજ આત્માએ ધારણ કરેલા દેહના મસ્તિષ્કમાંના ભૂકુટિ સિંહાસન પર બિરાજમાન છું. હું આત્મા સાકારી દેહમાંથી બહાર નીકળી વાયુ મંડળમાંથી પસાર થઈ ચંદ્ર, સૂર્ય, તારાગણમાંથી પણ પાર, ઉંચે અને ઉંચે જઈ સૂક્ષ્મ દુનિયામાંથી પસાર થઈ મુજ આત્માના અને પરમપિતા પરમાત્માના કાયમી નિવાસ સ્થાન પરમધામ પહોંચું છું. હવે હું મારા વતનમાં છું. મારા પોતાના ઘરમાં છું. મારા પિતાની સન્મુખ છું. પરમ પિતા પરમાત્મા શિવબાબા નિરંજન નિરાકાર અજર અમર અવિનાશી જ્યોતિ બિંદુરૂપ છે. પ્રકાશપુંજ છે. શિવબાબા શાંતિના સાગર છે, પવિત્રતાના સાગર છે, સર્વગુણ સંપન્ન છે. જ્ઞાનના સાગર છે. સર્વશક્તિમાન છે, એવા વિશ્વના સર્વોત્તમ શક્તિશાળી, વિશ્વના તમામ દિવ્ય બ્રહ્માનાઓથી

ભરપૂર શિવબાબાની સામે ઉભો છું. શિવબાબા મારા પિતા છે. હું આત્મા, શિવબાબાનું પ્રિય સંતાન છું. બાબાના જ્યોતિબિંદુમાંથી અનેક કિરણો મુજ આત્મા પર વરસી રહ્યા છે. અવિરત વરસી રહ્યા છે. મુજ આત્મા પર, દિવ્ય કિરણોનો ઘોઘ વરસી રહ્યો છે. આ કિરણોમાં બાબાના ખજાનાઓ સમાયેલા છે.

પરમપિતા પરમાત્મા શાંતિના સાગર છે.

શિવબાબાના જ્યોતિબિંદુમાંથી શ્વેત રંગના શીતળ અને શાંતિથી ભરપૂર કિરણો મુજ આત્મા પર વરસી રહ્યાં છે. એક-એક કિરણ શાંતિની શક્તિથી ભરપૂર છે. એક પછી એક અનેક કિરણો મુજ આત્મા પર વરસી રહ્યા છે. હું આત્મા આ બધા જ કિરણોને મારામાં સમાવી રહ્યો છું. મુજ આત્મામાં શાંતિ સમાઈ રહી છે. મારું મન અને બુદ્ધિ ધીરે ધીરે શાંત અને સ્થિર થઈ રહ્યા છે. મારા મન અને બુદ્ધિનું ભટકવું બિલકુલ બંધ થઈ ગયું છે. હું આત્મા શાંતિથી ભરપૂર થઈ રહ્યો છું. હું આત્મા શાંત સ્વરૂપ થઈ રહ્યો છું. (આ આખી ક્રિયા 7 વાર પુનરાવર્તન કરવી) હવે હું આત્મા શાંત સ્વરૂપ છું.

પરમપિતા પરમાત્મા પવિત્રતાના સાગર છે.

શિવબાબાના જ્યોતિબિંદુમાંથી, શ્વેત રંગના શીતળ અને પવિત્ર કિરણો મુજ આત્મા પર પડી રહ્યાં છે. હું આત્મા પવિત્રતાના એક એક કિરણને મારામાં સમાવી રહ્યો છું. એક પછી એક અનેક કિરણો મારા પર વરસી રહ્યા છે. મુજ આત્મામાં પવિત્રતાની શક્તિ સમાઈ રહી છે. મારું મન અને બુદ્ધિ પવિત્ર બની રહી છે. હું આત્મા પવિત્ર બનતો જાઉં છું. મુજ આત્માની આજુ-બાજુ પવિત્રતાનું આભામંડળ રચાઈ રહ્યું છે. હું આત્મા પવિત્ર સ્વરૂપ બની રહ્યો છું. (આ આખી ક્રિયા 7 વાર પુનરાવર્તન કરવી). હું આત્મા પવિત્ર સ્વરૂપ છું.

પરમપિતા પરમાત્મા શિવબાબા સર્વગુણ સંપન્ન છે.

શિવબાબા શાંતિના સાગર છે. પ્રેમના સાગર છે. પવિત્રતાના સાગર છે. જ્ઞાનના સાગર છે. કરૂણાના સાગર છે. સર્વશક્તિમાન છે. અતીન્દ્રિય સુખના સાગર છે. શિવબાબાના જ્યોતિબિંદુમાંથી આવતા આછા લીલા રંગના દિવ્ય ગુણોથી ભરપૂર એવા દિવ્ય કિરણો સમગ્ર વિશ્વ ઉપર ફેલાઈ રહ્યાં છે એજ કિરણો મુજ આત્મા ઉપર પણ વરસી રહ્યાં છે. એક એક કિરણ મુજ આત્મામાં એક એક દિવ્યગુણ સંચિત કરી રહ્યાં છે. હું આત્મા આ દિવ્યગુણોને ધારણ કરી રહ્યો છું. તેમ તેમ મુજ આત્મામાં રહેલા જન્મ જન્માંતરના દુર્ગુણો અને ખરાબ સંસ્કારો આત્મામાંથી બહાર જઈ રહ્યા છે. દિવ્યગુણયુક્ત કિરણોને ધારણ કરતા કરતા મુજ આત્મામાં 7 દિવ્યગુણો સમાઈ રહ્યા છે. ધીમે ધીમે હું આત્મા દિવ્યગુણોને ધારણ કરીને સતોગુણી બની રહ્યો છું. (આ આખી ક્રિયા 7 વાર પુનરાવર્તન કરવી) હવે હું આત્મા ગુણમૂર્ત છું.

પરમપિતા પરમાત્મા સર્વશક્તિમાન છે.

હું આત્મા સર્વશક્તિમાન પિતાનું સંતાન છું. શિવબાબાના જ્યોતિબિંદુમાંથી પાછા લાલ રંગના શક્તિથી ભરપૂર શક્તિશાળી કિરણો મુજ આત્મા પર વરસી રહ્યાં છે. આ કિરણોમાં અષ્ટશક્તિઓ - સમાયેલી છે. હું આત્મા સંગમયુગમાં પાર્ટ બજાવતો હતો ત્યારે મને બાબાએ આ અષ્ટશક્તિઓ - સમેટવાની, સહન કરવાની, સમાવી લેવાની, પરખ કરવાની, નિર્ણય કરવાની, સહયોગ કરવાની, સંકેલવાની અને સામનો કરવાની - આપી હતી. પરંતુ સૃષ્ટિચક્રમાં જન્મ દર જન્મ કલિયુગના અંતે મેં આ શક્તિઓ ગુમાવી દીધી હતી. એ જ અષ્ટશક્તિઓ સંગમયુગે મને બાબા પુનઃપ્રદાન કરી રહ્યા છે. મુજ આત્માની અંદર જ

એક શક્તિકેન્દ્ર છે. આ શક્તિકેન્દ્રમાં આ કિરણોને સંકેન્દ્રિત કરી રહ્યો છું. શક્તિઓને સમાવી રહ્યો છું. શક્તિથી ભરપૂર એવા એક એક કિરણને, હું આત્મામાં સમાવી રહ્યો છું. તેમ તેમ મુજ આત્મામાં અષ્ટશક્તિઓ અને બાબાની અનેક શક્તિઓ સંચિત થઈ રહી છે. હું આત્મા માસ્ટર શક્તિમાન બની રહ્યો છું. (આ આખી ક્રિયા 7 વાર પુનરાવર્તન કરવી) હવે હું આત્મા માસ્ટર સર્વશક્તિમાન છું. હવે હું આત્મા શિવબાબાના શાંતિ, પવિત્રતા, દૈવીગુણો, દૈવીશક્તિઓ અને બાબાના ખજાનાથી ભરપૂર થયો છું. શિવબાબાને કોટિ કોટિ નમન કરી પરમધામથી સાકારી દુનિયામાં પરત જઈ રહ્યો છું. પરમધામથી સાકારી દુનિયા, નક્ષત્રો, તારાગણ, સૂર્ય, ચંદ્ર, પાર કરી સાકારી દુનિયામાં મેં ધારણ કરેલ સાકારી દેહમાં પરત ફરું છું. બે ભૂકુટિ વચ્ચે સ્થિર થઈ દેહનો કારોબાર પુન:સંભાળું છું.

પરમપિતા પરમાત્માએ આ સૃષ્ટિની પાલના કરવા સારુ પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વો - અગ્નિ, પૃથ્વી, વાયુ, જલ, આકાશની રચના કરી છે. તેમાંનું એક તત્ત્વ છે પૃથ્વી અને પૃથ્વીનો એક ભાગ છે જમીન. જમીનનો એક અંશ છે માતું ખેતર. હું આત્મા મેં ધારણ કરેલ દેહસહિત મારા ખેતરની જમીન પર મારા ખુલ્લા પગે, ખુલ્લા ચર્મચક્ષુથી ઉભો છું.

હવે હું આત્મા બાબા પાસેથી મેળવેલ શાંતિ, પવિત્રતા, દૈવીગુણ અને શક્તિઓના પાવરફૂલ વાઈબ્રેશન મારા ધારણ કરેલ દેહના અંગ અંગમાં પ્રવાહિત કરી રહ્યો છું. આ પાવરફૂલ વાઈબ્રેશન ખુલ્લા ચર્મચક્ષુથી દ્રષ્ટિ દ્વારા ખેતરની જમીન પર પ્રવાહિત થઈ રહ્યા છે. અને મેં ધારણ કરેલ દેહના ખુલ્લા ચર્મચક્ષુથી દ્રષ્ટિ આપતાં આપતાં ખુલ્લા પગે ચાલતા ખેતરની પ્રદક્ષિણા (જમીન બાજુએ) કરી રહ્યો છું. દ્રષ્ટિ અને પગના સ્પર્શ દ્વારા શાંતિ,

પવિત્રતા, દૈવીગુણ અને દૈવીશક્તિઓના પાવરફૂલ વાઈબ્રેશન ખેતરની જમીનના કણ કણ સુધી પહોંચી રહ્યા છે. જમીનનો કણ કણ શાંતિ, પવિત્રતા, દૈવીગુણ અને ઈશ્વરીય શક્તિઓથી ભરપૂર થઈ રહ્યા છે. શિવબાબાની યાદમાં રહી શક્તિશાળી પ્રકંપનો પહોંચાડતો પહોંચાડતો મારા ખેતરની પ્રદક્ષિણા પૂર્ણ કરું છું. હવે મારા ખેતરની વચ્ચોવચ ઉભો રહી સમગ્ર ખેતરને દૃષ્ટિ આપી રહ્યો છું. મારા ખેતરની જમીન શાંત બની રહી છે. પવિત્ર બની રહી છે. દિવ્યગુણથી ભરપૂર થઈ રહી છે અને દિવ્યશક્તિઓથી ભરપૂર થઈ રહી છે.

અત્યારે કલિયુગના અંત સમયે પ્રકૃતિના પાંચે તત્ત્વો ગુસ્સાઈત છે. મારા ખેતરની જમીન પણ અશાંત, અપવિત્ર, ગુણરહિત અને ઉપજ પેદા કરવા માટે અશક્ત હતી. પરંતુ શિવબાબાના ખજાનાથી ભરપૂર થઈ મુજ આત્માએ પહોંચાડેલા શાંતિ, પવિત્રતા, દૈવીગુણ અને શક્તિઓના પાવરફૂલ વાઈબ્રેશનથી મારા ખેતરની જમીન શાંત, પવિત્ર, દિવ્યગુણધારી અને શક્તિસંપન્ન થવાથી સતોગુણી બની છે. ઉપજાઉ બની રહી છે. ઘન ધાન્યના ઢગલા કરવા માટે સક્ષમ છે. માતું અને મારા પરિવારનું કલ્યાણ કરનારી બની રહી છે. મારા ખેતરની જમીન જે અન્ન, શાકભાજી, ફળ પકવશે તે મનને શાંતિ આપનાર, પવિત્રતા દિવ્યગુણધારી અને દિવ્ય-શક્તિઓથી ભરપૂર કરનાર હશે.

ઉપરોક્ત યોગ ખેતરમાં વાવણી પૂર્વે કરવામાં આવે તો ઉત્તમ ફળ મળે. ખેતરમાં ખેતી પાક વાવ્યા બાદ અમુક ચોક્કસ દિવસે (દાખલા તરીકે દર રવિવારે) કરવામાં આવે તો પરિણામ સારું મળશે.

યૌગિક ખેતી કરવા માટે રાસાયણિક ખાતરોનો ઉપયોગ અને રાસાયણિક દવાઓનો

છંટકાવ તથા બિચારણ જમીનમાં વાવતી વખતે માત્ર છાણીયું ખાતર કે કંમ્પોસ્ટ ખાતર વાપરવું બોધાયે. શરૂઆતમાં એકાદ બે વર્ષ ખેતી પાકમાં પેદાશ ઘટશે પરંતુ નિરંતર યૌગિક ખેતીથી ઉત્પાદન યથાવત સારું મળશે. એકના એક જ ખેતરમાં આ યૌગિક ખેતી કરનારાઓના અનુભવ સાંભળીએ છીએ કે ઉત્પાદન સારું મળે છે. યૌગિક ખેતી જે ખેતરમાં કરવામાં આવે તે ખેતરમાં વચ્ચે શેઠા પર કે કોઈ ઝાડ પર શિવધ્વજ લહેરાવાથી અને તેની સામે બેસી યોગ કરવાથી પવિત્ર અને શક્તિશાળી વાઈબ્રેશન ખેતરની જમીન પર અને ખેતી પાક પર નિરંતર પહોંચતા રહેશે.

યૌગિક ખેતીની ઉપજ ખાદ્યાન્ન શાકભાજી અને ફળને આહારમાં લેવાથી માનવ શરીરમાં હાનિકારક રાસાયણિક દ્રવ્યો જમા થતા નથી. વળી તે ખોરાકમાં ઈશ્વરીય ગુણ અને શક્તિઓ હોવાથી તમોગુણ ઘટશે સતોગુણ વધશે. આરોગ્ય સચવાશે. શારીરિક કે માનસિક રોગોથી બચી શકાય છે. યૌગિક ખેતીના પાકના પોષણક્ષમ

ભાવ મળી રહેશે. બજારમાં માલની ખપત જલ્દી થશે. યૌગિક ખેતીથી ખેતરની જમીનની ફળદ્રુપતા ઘટશે નહીં. જંતુનાશક દવાઓથી ખેતી પાકમાં થતા કોમ્પ્લીકેશનમાંથી બચી શકાય. યૌગિક ખેતીની સબપેદાશ - ઘાસચારો ખાનાર ગાય (ભેંસના દૂધ અને દૂધની બનાવટો પણ રાસાયણિક દ્રવ્યરહિત હશે.

રાજયોગી મિત્રો ! ખેતીમાં યોગનો ઉપયોગ કરવાથી તમારી જમીન તથા તમારા પરિવારનું આરોગ્ય સુધરશે. દૂધ અને દૂધની બનાવટોના ભોક્તાઓના આરોગ્ય સુધરશે. પવિત્ર અને શુદ્ધ આહાર તનને તંદુરસ્ત અને મનને પવિત્ર બનાવશે. યોગથી પકવેલ ખેતપેદાશને આહારમાં લેવાતી પરમપિતા પરમાત્માની યાદ આવશે. આપ આપના પોતાના ખેતરમાં વાવણીથી લણણી સુધી દર અઠવાડિયે એક દિવસ ગહન યોગ કરી પ્રયોગ તો કરી જુઓ ? આપને ચોક્કસ ફાયદો થશે એવી શુભકામના તથા શુભભાવના સહ ..

ઓમશાંતિ ॥



તંત્રીને પત્રો



જ્ઞાનામૃત 2019ના વર્ષનું લવાજમ ઉઘરાવતી વખતે અમારા ગ્રાહકોનું ખાસ ધ્યાન દોરીએ છીએ કે, 'શાંતિ ઝંખો છો ને ? તો 'શાંતિની દુનિયા' વિષેનો તંત્રી લેખ આ અંકમાં સૌ પ્રથમ શાંતિથી વાંચજો.' આપના આ ઉમદા આર્ટિકલ બદલ આપને એવા જ ઉમદા અભિનંદન પાઠવે છે.

બ્ર.કુ. કિશોર મહેતા, ધોરાજી

જ્ઞાનથી ભરેલા મહાવાક્યોનું મનન-સ્મરણ કરવાથી નકામા (વ્યર્થ) વિચારો આવતા નથી. જ્ઞાનામૃતના લેખોને બે-ત્રણ વાર વાંચી જઈએ તો વાંચતા-વાંચતા પણ થોડા સમય માટે બીન જરૂરી વિચારો આવતા નથી. એને જીવનમાં ઉતારવાથી (ધારણ કરવાથી) આપણે સમર્થ અને શક્તિશાળી બની જઈશું.

બી.કે. જયોત્સના, સરભાણ

ये मुश्किलों से कह दो, मेरा जुदा बडा है...

બ્ર.કુ. ચંદ્રવદન ચોકસી, નડિયાદ

શિયાળાની કડકડતી ઠંડીમાં ઉત્તરદ્યુવ નજીકના સ્થળોએ ખરફના થર જામી જાય છે ત્યારે પાણીની શોધ માટે તથા જીજીવિધાને કારણે ત્યાંના નિવાસી એવાં સફેદ અને રંગબેરંગી ચાંચવાળા સુંદર ચાચાવર પક્ષીઓ ગુજરાતના નળસરોવરના કાંઠે, માનવવસ્તીથી દૂર એકાંત અને શાંત તથા સુરક્ષિત સ્થળે દર વર્ષે આવી પહોંચે છે. કેન, સુરખાબ, ફ્લેમિંગો, કુંજ, ટિલોર, પેલિકન તથા ભાગ્યેજ જોવા મળે તેવા ખડમોર વગેરે પક્ષીઓ હજારો માર્ગલોનો અથક પ્રવાસ કરી સુરક્ષિત સ્થળો શી રીતે શોધી લેતાં હશે ! કુદરતની કૃતિમાનો આ અદ્ભુત નજારો જોવા પ્રકૃતિ પ્રેમીઓ ઊમટી પડે છે.

એ જ રીતે વિવિધ દેશ, બોલી, જીવનશૈલી અને સંસ્કાર ધરાવતાં ડબલ વિદેશી આતમ-પંછીઓ બાબાની અવતરણભૂમિ - મધુવન પર, હંસોની કતારની જેમ આત્માની પ્યાસ બુઝાવવા મિલનમેળામાં આવી પહોંચે છે. બાપદાદાને મળવાની તેઓની તરસ, લગન, ઉત્સાહ અને ઉમંગ પ્રશંસા યોગ્ય હોય છે. હિલસ્ટેશનોએ જઈ મોજમજામાં ભટકવાને બદલે માત્ર મધુવન તપોભૂમિમાં રહી સાધના અને આહ્વાદક શાંતિમાં પોતાનો અમૂલ્ય સમય પસાર કરવામાં પરમ આનંદ સમજે છે.

રંગબેરંગી માયાના ભપકાવાળી દુનિયામાં રહેવા છતાં, બાપદાદાની શ્રીમતનો હાથ અને સ્મૃતિનો સાથ પકડીને ચાલનારાં આ ડબલવિદેશી આતમપંછીઓના ચહેરા ખીલેલાં પુષ્પો જેવાં તાજગીપૂર્ણ લાગશે. તેમની આંખોમાં રુહાની પ્યારની ચમક દેખાશે. મધુવન તપસ્યાભૂમિ પર

ફરિશ્તાની જેમ નિર્લિપ્ત અને ન્યારાં બની હરતાં-ફરતાં આ ડબલવિદેશીઓને જોતાં જ હરકોઈને એવો સંકલ્પ થતો હશે કે આવું અનોખું અને અખેડ જીવન પરિવર્તન એ ઉપરવાળાની નહીં તો કોની કમાલ છે ?

બાપદાદા સાથે મિલન મનાવી એક વિદેશી-યુગલ નડિયાદ ‘પ્રભુશરણમ્’ ભવનમાં પધાર્યું. નિમિત્ત બ્ર.કુ. પૂર્ણિમાબેને મુરલીવાચન બાદ તેમનું ક્લાસ સમક્ષ પુષ્પોથી સ્વાગત કર્યું અને પરિચય આપ્યો. ‘આ છે શાલિનીબેન અને આ છે શાંતુભાઈ. બન્ને શિકાગો, યુ.એસ.એ.માં રહે છે. આપણે એમનો અનુભવ સાંભળીશું.’

શાલિનીબેનનો અનુભવ દમદાર અને પ્રેરણાદાયી હતો. તેઓ ભવન પર જ રોકાયાં હોવાથી તેમની સાથે ચાર-પાંચ વખત બેઠક થઈ. તેમનો અનુભવ અસહ્ય, દુઃખ, વેદના, ચાતના અને હતાશા વચ્ચે બાપદાદાની ગુપ્ત મદદની અનુભૂતિનો તેમજ રસપ્રદ લાગવાથી આપ સૌ સમક્ષ રજૂ કરું છું.

‘29 વર્ષ પહેલાં અમે મુંબઈ, બોરીવલીમાં રહેતાં હતાં. પરિવારમાં ચાર સભ્યો હતાં. હું મારા યુગલ શાંતુભાઈ, 11 વર્ષની દીકરી દિતિ અને 8 વર્ષનો દીકરો કાર્તિક. દીકરી ઘણી ડાહી હતી. દીકરો થર્ડ સ્ટાન્ડર્ડમાં હતો, ખૂબ જ હોશિયાર. અમે અમીર નહોતાં, તો ગરીબ પણ નહોતાં. જીવનમાં કોઈ પ્રોબ્લેમ હતો નહિ. મિડલ ક્લાસ મેન, અમે સુખી હતાં. માયાનગરી મુંબઈમાં મોજથી રહેતાં હતાં.’ વધુ વર્ણન કરે તે પહેલાં મેં કહ્યું, ‘તમારા જીવનમાં આવેલ પેપરની વાત કહો

શાલિનીબેન, એમાં મને રસ છે.’

‘મારા ભાગ્યમાં જે કસોટી આવી, તે ખૂબ જ ભારે હતી. વેઠવાનું મારી એકલીનું ગણું નહોતું. મને એ તો ખબર હતી કે સુખ-દુઃખ જીવનમાં રાત-દિનની જેમ આવે છે ને જાય છે. પરંતુ મારાં દુઃખની તો લાંબી રાત્રિ જ ચાલી. મૃત્યુપર્યંત રહે તેવી ચાતના હતી. થોડીવાર થોભીને વળી બોલ્યાં, પેપર હતું ઈકરા કાર્તિકનું, એ હતો અમારા ઘરનો ચિરાગ. સૌને ખૂબ જ વહાલો. સ્કૂલમાં પણ ટીચર્સનો લાડકો. સદા હસતોને રમતો. ભણવામાં પણ હોંશિયાર. 1991ની 23 ડિસેમ્બરની સાંજે સ્કૂલેથી તાવ સાથે આવ્યો. મને કહે, ‘મમ્મી, ખૂબ જ થાક લાગે છે, ચલાતું નથી.’ એમ કહી પથારીમાં પડ્યો. આ પહેલાં પણ તેને અવારનવાર તાવ તો આવતો રહેતો. ડોક્ટર્સની દવાથી ઠીક પણ થઈ જતું. આ વખતે મેં જોયું, શરીર તો તેનું ઘગઘગતું હતું. બીજે દિવસે સ્કૂલે જવાની તેનામાં શક્તિ નહોતી. ડોક્ટર બોલાવ્યા. સામાન્ય દવા-ઈન્જેક્શનથી કોઈ ફરક ના પડ્યો. એકાએક એવી બીમારી લાગુ પડી ગઈ કે ધીરે ધીરે તેની બોલવાની શક્તિ ઘટી ગઈ. ચાલવાનું બંધ થઈ ગયું. સાંભળવાનું ચ અટકી ગયું...’ શાલિનીબેનની આંખોમાં આંસુ ધસી આવ્યાં. અવાજ ઘુંઘાઈને અટકી ગયો.

એકાદ મિનિટ પછી મેં પૂછ્યું, ‘કાર્તિક તમને ઓળખી તો શક્તો હતો ને?’ મંદ અવાજે તેઓ બોલ્યાં, ‘આંખોની રોશની પણ ઓલવાઈ ગઈ હતી - સંપૂર્ણ રીતે ડિસેબલ. જાતે ખાઈ પણ ના શકે. એક એક અંગ, એક એક ઈન્દ્રિય નિષ્ક્રિય. ચમચીથી ખવડાવું. દિવસ-રાત સતત રડ્યા કરે. તેનું માથું દુઃખતું હશે કે પેટમાં પીડા થતી હશે... બોલે જ નહિ. ખબર શી રીતે પડે? ડોક્ટરે કહ્યું, પ્રવાહી ખોરાક ફેફસામાં જાય છે. તેને ન્યુમોનિયા

છે. સારી હોસ્પિટલમાં ખતાવો. તેના ગળાની નસ સુકાઈ ગયેલી. સાત વાર હોસ્પિટલમાં દાખલ કર્યો. કોઈ ફરક નહિ.’ મેં પૂછ્યું, ‘તમારે રાતભર જાગવાનું થાય...?’ મને અટકાવતાં બોલ્યાં, ‘માથા પર હાથ પસવાર્યા કરું, છાતી પર હાથ પસવારું ત્યારે માંડ ઊંઘે. થોડીવાર શાંતુભાઈ પણ મને સાથ આપે. વારાફરતી અમે બંને રાત્રે તેની સંભાળ રાખતાં, મેં પૂછ્યું, દિવસે તમારે ઘરનાં કામકાજ હોય, બહાર ખરીદવા જવાનું હોય ત્યારે.....? ‘ત્યારે ઈકરી દિતિ તેને સંભાળી લે. ચમચીથી ખવડાવે કે સુવડાવે પણ.’ ‘મુંબઈમાં તો ઘણાં નિષ્ણાત ડોક્ટર્સ હોય છે.’ લાંબો શ્વાસ લઈને તેમણે જવાબ આપ્યો, ઘણાં ન્યુરોલોજિસ્ટોને ખતાવી જોયું. ભૂત-ભુવા, તંત્ર-મંત્ર કશું બાકી રાખ્યું નહોતું. છેલ્લે હિંદુજા હોસ્પિટલના ડોક્ટર ઉદાણીએ કહ્યું, બેન, મગજમાં વ્હાઈટ મેટર (સફેદ પદાર્થ) હોય છે તે ડિસ્ટ્રોય (નષ્ટ) થઈ ગયો છે. તેની બુદ્ધિમાં કોઈ જ મેસેજ પહોંચતો નથી, તેથી તેની કોઈ ઈન્દ્રિય કામ કરતી નથી. આ રોગને મેડિકલ ભાષામાં એડ્રિનલ લ્યૂકો ડિસ્ટ્રોફી’ Adrenal Luce Distrophyના નામે ઓળખાય છે. તેનું ટૂંકું નામ ADL છે. આ રોગની કોઈ દવા શોધાઈ નથી. બચવાની કોઈ આશા નથી. માંડ પંદરેક દિવસ કાઢી શકાશે. આ શબ્દો સાંભળીને હું ભાંગી પડી. આંખો વરસતી અટકતી નહોતી. શાંતુભાઈએ મને સંભાળી લીધી. અમે ઘરે પહોંચ્યા કે તરત જ હું છુટ્ટે મોંએ રડી પડી.

થોડીવારના મૌન પછી મેં પૂછ્યું, ‘ડોક્ટરની આગાહીનું શું થયું? બાબાનો હાથ તમે ક્યારે, શી રીતે પકડ્યો.’ ‘કાર્તિકની દશા અને અમારી દયાજનક હાલતની જાણ પડોશમાં રહેતા રસિલાબેનને હતી. એક દિવસ તેઓએ આવીને કહ્યું, શાલિનીબેન, ડોક્ટરોએ ભલે હાથ ધોઈ

નાખ્યા પણ સર્જનોનો પણ સર્જન એવો ભગવાન, જેને અમે શિવબાબા કહીએ છીએ, એમનો સહારો લો. અહીં બોરીવલીમાં બ્રહ્માકુમારી સેન્ટર પર ચાલો, હું તમને લઈ જઈ. તેઓ તમને રાજયોગ શીખવાડશે. જેનાથી તમારું દુઃખ દૂર થશે. ખૂબ જ શાંતિ મળશે. ભગવાન હાજરાહજૂર છે. શિવબાબા જરૂર તમારી સહાય કરશે. રસિલાબેનના શબ્દોએ મારા હતાશ મનમાં આશાની યિનગારી પ્રગટાવાનું કાર્ય કર્યું. મેં સાત દિવસનો કોર્સ લીધો. રાજયોગના અભ્યાસમાં મન પરોવ્યું. બી.કે. દિવ્યાબેને કહ્યું, તમે તમારા દિલની વાત રોજ અમૃતવેળાએ બાબાને કરો. તેઓ છે જ દુઃખ હર્તા, સુખ કર્તા અને પરમકૃપાળુ આપણાં સૌનાં પરમપિતા. બાબાને દિલથી વાત કરો, તમારું દુઃખ જરૂર હલકું થઈ જશે. તેમના શબ્દો સાચા પડ્યાં. પહાડ જેવું કઠણ મારું દુઃખ પીગળવા લાગ્યું. રોજ મુરલીકલાસમાં જવા લાગી. રાજયોગના અભ્યાસથી, અમૃતવેળાની રુહરિહાનથી કાર્તિકની યાતના ઓછી થવા લાગી. મારી હાલતમાં પરિવર્તન જોઈ શાંતુભાઈ પણ બાબાના બાળક બની ગયા. પંદર દિવસવાળી ડોક્ટરની આગાહી ખોટી પડી.’

‘મારું ના લગાડો તો એક વાત પૂછું બેન ?’ મેં સંકોચ સાથે પૂછ્યું. તેમણે કહ્યું ‘નિઃસંકોચ પૂછો.’ ‘જ્ઞાનમાં આવતાં પહેલાં, કાર્તિકના અસાધ્ય રોગને કારણે હતાશ બનીને તમને કદીક આપઘાત કરવાના વિચારો આવતાં હતાં?’ તેમણે નિખાલસતાથી કહ્યું, ‘હા, ઘણીવાર રેલવેના પાટા પર જઈ જીવનનો અંત લાવવાના કે ઝેર પી લેવાના વિચારો આવતાં હતા. કારણ કે કાર્તિકની બીમારીએ જીવન એવું બરબાદ કરી દીધું હતું કે અમે જીવતાં મડદાં જેવાં, નીરસ થઈ ગયાં હતાં. કાર્તિકને રેટો મૂકીને ક્યાંય જવાય જ નહિ. ન

કોઈના પ્રસંગમાં, ન કોઈની બીમારીમાં ખબર લેવા. પછી વિચાર આવતો કે હું તો મારા જીવનનો અંત લાવી દઉં... પછી કાર્તિકનું કોણ ? એ વિચારે મરવાના વિચારોને દૂર કર્યા.’

આ તો તેમના વીતી ગયેલા ભૂતકાળની વાતો હતી. મારી સામે જે શાલિનીબેન હતાં તેમના ચહેરા પર દુઃખ કે યાતનાની કોઈ રેખા નથી રહી. અત્યારે તો તેઓ બાબાના નિશ્ચયબુદ્ધિ બાળક બની ગયાં છે. એકદમ સ્વસ્થ, સુખી અને પ્રસન્ન.

વાતને આગળ વધારતા મેં પૂછ્યું, ‘કાર્તિકની કેવી સેવા કરવાની જવાબદારી રહેતી હતી?’ ‘એ તો સંપૂર્ણ ડિસેબલ હતો. જાતે કોઈ કામ કરી શકતો નહોતો. સદા પથારીવશ. નવડાવવાનું, રડે એટલે પસવારવાનું, ચમચીથી જમાડવાનું, મળ-મૂત્ર અને વસ્ત્રોને સાફ કરવાનું. તે વખતે મુંબઈમાં ડાયપર નહોતાં મળતાં. અમે 2000ની સાલમાં શિકાગો ગયાં. ત્યારે ત્યાં ડાયપર મળ્યાં.’ મારા મનમાં એક સવાલ ક્યારનો ચ સળવળતો હતો. પૂછું કે ના પૂછું ? પૂછવાની હિંમત ચાલતી નહોતી તો ચે પૂછાઈ ગયો. ‘કાર્તિકને પણ થતી અસહ્ય અને કારમી પીડામાંથી મુક્ત કરી દેવાનો વિચાર કદી મનમાં...’ મેં વાક્ય પૂરું ના કર્યું. તરત જ તેઓ બોલ્યાં, ‘ના, ના, કદી નહિ. ભાઈ, કદી તેનાથી છૂટવાનો મને વિચાર નથી આવ્યો. હું મા છું ને ? કોઈ મા તેના સંતાનની સેવાથી કદી થાકે નહિ. સંતાનને ખાતર તે જાતે જીવ પણ આપી દેશે.’ આ સાંભળીને અગાઉ વાંચેલી એક વાત યાદ આવી ગઈ.

ઉપર, ભગવાનને ત્યાં જીવાત્મા અને ઈશ્વર વચ્ચેનો સંવાદ હતો. ભગવાને કહ્યું, ‘બેટા, તું નીચે ઘરતી પર જન્મ લેવા જા અને જીવનનો મૃત્યુલોકમાં અનુભવ કર.’ જીવાત્માએ કહ્યું, ‘મારે આ અમરલોક અને તમને છોડીને ક્યાંય

જવું નથી. પ્રભો, મને અબાણી દુનિયામાં શા માટે ઘડેલો છો ? અહીં ચેનથી રહેવા દો ને. ત્યાં મારું છે કોણ? કોણ મારી કાળજી રાખશે ? ઈશ્વરે કહ્યું, 'નીચે ઘરતી પર તારી સંભાળ રાખનારની વ્યવસ્થા મેં કરી રાખી છે. એ તને મારી જેમ પ્રેમથી સાચવશે તને જરા પણ ઓછું નહિ આવવા દે.' સાચે જ એક માતાના હૃદયમાં તેના બાળક માટે અપાર પ્રેમ હોય છે. ભગવાન તો દૂર દૂર ઉપર રહે છે પરંતુ વાત્સલ્યની મૂર્તિ માના હૃદયમાં તેમણે પોતાનો ગુપ્ત વાસ અચૂક રાખ્યો હશે.

2000ની સાલમાં અમે યુ.એસ.એ. જવાની તૈયારી કરી. મારી નાની બેન ત્યાં હતી. તેણે અમારી ફાઇલ મૂકી હતી. અમે ચારે સભ્યો અમેરિકન એમ્બસીમાં વિઝા માટે પહોંચ્યા. કાર્તિકને ગોદમાં લીધેલો. 17 વર્ષનો હોવા છતાં વજન અને કદ 3-4 વર્ષના બાળક જેટલું હતું. મનમાં ડર હતો કે કાર્તિકની ડિસેબલ હાલત જોઈને ગોરો અમેરિકન વીઝા આપવાનો ઈન્કાર કરી દેશે તો ? હું, શાંતુભાઈ અને દીકરી ઈન્ટરવ્યુ માટે ઓફિસમાં ગયાં. કાર્તિકને બહાર સુવાડી કોઈકને દેખરેખ રાખવા કહેલું. ઓફિસરે પૂછ્યું. Where is your son ? અમે કહ્યું, તે ડિસેબલ છે તે ફાઇલમાં જણાવ્યું જ છે. તેને બહાર સુવડાવેલો છે. કશું બોલવાનો કે સાંભળવાનો નથી. ગોરા ઓફિસરે કાર્તિકને જોવાનો આગ્રહ ના રાખ્યો. તેણે અમેરિકાના ડોક્ટર મોસરને ફોન જોડી સંમતિ માંગી. ડો. મોસર સાથે ડો. ઉદાણીએ કાર્તિકના કેસની બધી વાત કરી કન્સલ્ટ કર્યા જ હતા. ડો. મોસરે ફોન પર સંમતિ આપી દીધી. હાશ!, ચારેયના વિઝા મંજૂર થઈ ગયા. મનમાં બાબાને લાખ લાખ થેંકસ કહ્યાં. છે ને બાબાની કમાલ ! ગોરા ઓફિસરે કાર્તિકની હાલત નજરે જોઈ હોત તો વીઝા મંજૂર કર્યા જ ન હોત.'

‘શિકાગોમાં આવ્યા બાદ બ્રહ્માકુમારી સેન્ટરનું સરનામું મેળવી લીધું. મુંબઈ, બોરીવલીના સેન્ટરની જેમ રોજ સેવાકેન્દ્ર પર મુરલી ક્લાસ માટે જઈ ના શકીએ પરંતુ બાબાની અમૃતવાણી અને અમૃતવેળાનો યોગ, ભોગ બધું જ વિધિસર કરતાં. 2001માં દાદી જાનકીજી રીટ્રીટ સેન્ટર સાનફ્રાન્સિસ્કો આવ્યાં ત્યારે તેમની મુલાકાત દરમિયાન કાર્તિકનો ફોટો બતાવી તેની હાલતનું વર્ણન કર્યું. દાદીએ એક વિશેષ વાત કહી, ‘તુમ ઈસ આત્મા કો રોજ મુરલી સુનાઓ. ફિર ઉસકે પાસ બૈઠકર યોગ કરો.’ ઘેર આવી દાદીએ આપેલ ભોગ મેં તેને ખવડાવ્યો. રાત્રે બે વાગે ઊઠી બાબા સાથે રુહરિહાન અને યોગ કરતી. ઘરમાં શક્તિશાળી વાયબ્રેશન પેદા થયું. તેનું રડવાનું ધીરે ધીરે બંધ થઈ ગયું. રાત્રે તે પણ ઊંઘતો, મને પણ આરામ મળતો. મુરલી અને યોગના પ્રતાપે તેનું માથું દુઃખવાનું બંધ થઈ ગયું. પહેલાં સખત ફીટ આવતી તે પણ બંધ થઈ ગઈ. તેના બધાં દાંત કાળા પડી ગયાં હતાં, તે એક પછી એક પડીને સફેદ નવા દાંત આવવા લાગ્યા. હતો તે બધિર પરંતુ હું જ્યારે કહેતી કે કાર્તિક બેટા, બાબાની મુરલી સાંભળીશું ? તે મારા તરફ મુખ ફેરવતો. ચહેરો ચમકતો અને ખુશી પણ દેખાતી. બાબાનો હાથ પકડ્યા પછીનું આ પરિવર્તન અનુભવીને અમારી બાબા પ્રત્યેની લગની ઓર વધી ગઈ. મને જોબ મળતી હતી, પણ કાર્તિકને આવી હાલતમાં એકલો મૂકતાં જીવ શી રીતે ચાલે?

‘બાપદાદાની સીઝનમાં એકવાર શાંતિવનમાં બી.કે. સૂરજભાઈને મળ્યાં. તેમણે કહ્યું, ‘બાબા કો ભોગ લગાને કે બાદ, રોજ સાત બાર મન હી મન બોલના - મેં પરમ પવિત્ર આત્મા, માસ્ટર સર્વશક્તિમાન હું, બાબા આપ ઈસ આત્મા કો સકાશ દેના. ફિર ઉસે જલ યા દૂધ દેના.’ મેં એ

પ્રમાણે જઈને કરવા માંડ્યું. કાર્તિકમાં ખૂબ જ ફરક પડી ગયો. શાંતુભાઈ તેને વ્હીલચેરમાં લઈ જઈ સ્નાન કરાવતા. તેના વાળ કાપીને દાઢી પણ કરી આપતા. અમેરિકામાં તો ડાયપર અવેલેબલ હતા, તેથી ખૂબ જ ચોખ્ખાઈ રહેતી. તેની વેદના ઓછી થવાથી નિરાંતે સૂઈ જતો. મારું સમગ્ર ટેન્શન, ચિંતા-ફિકર ને સેવાનો બોજ બધું લાઈટ (હલ્કું) થઈ ગયું.

મુંબઈના ન્યૂરોલોજિસ્ટે તો કહેલું કે કાર્તિકનો રોગ જ એવો છે કે તે પંદરેક દિવસ માંડ કાઢશે. તે પછી પંદર વર્ષ વહી ગયાં. કાર્તિકની હાલત સુધરી ગઈ હતી. વેદના બંધ. રડવાનું બંધ. છે ને બાબાની કમાલ !

ગયા વર્ષે - 2017ની બીજી ફેબ્રુઆરીએ કાર્તિકે દોઢ વાગે અંતિમ વિદાય લીધી ત્યારે હું હોસ્પિટલમાં I.C.U.માં હતી. દીકરીને કાર્તિકની દેખભાળ માટે બોલાવી લીધી હતી. તેનો ફોન આવવાથી હું અને શાંતુભાઈ ઘેર આવ્યાં. તેનામાં ચૈતન્ય ના દેખાયું. એમ્બ્યુલન્સ બોલાવી. તેઓએ કાર્તિકને તપાસી મૃત જાહેર કર્યો.

બે દિવસ બાદ તેની અંતિમ સંસ્કારવિધિ (ક્રિમેશન)માં બ્ર.હુ. બહેનો અને ભાઈઓ તેમજ અન્ય સ્નેહી સંબંધીઓ બસો જેટલાં ભેગાં થયાં હતાં. તેને રાજકુમાર શ્રીકૃષ્ણની જેમ સજાવેલો. લોકોએ તેના પર ફૂલોના હારોનો ઢગ ખડકી દીધો હતો. અજબની શાંતિના વાયબ્રેશન હતાં. મારી આંખ જરા પણ ભીની ન થઈ.

કોઈ સંતમહાત્માની વિદાય જેવું ભવ્ય દૃશ્ય બની ગયું હતું. બ્ર.હુ. બહેને કાર્તિકના આત્માની

શાંતિ અને સદ્ગતિ માટે શુભભાવના દર્શાવી પરમાત્માના વિશ્વપરિવર્તનના કલ્યાણકારી કર્તવ્યની સમજ આપી. હું પોતે પણ સ્વસ્થતાપૂર્વક સ્પીચ આપી શકી. મારી આંખમાં અશ્રુનું ટીપું પણ નહોતું, નહોતો કંઈ રુંદાયો. લોકોને નવાઈ લાગી.'

મેં અનુભવ્યું, શાલિનીબહેને દુઃખનો ગોવર્ધન પર્વત બાબાની સહાયથી સહજ પાર કરી દીધો. 'અહીં પ્રભુશરણમ્' ભવનમાં તમારા દિવસો કેવા જાય છે.' મારા પ્રશ્નના ઉત્તરમાં એમણે કહ્યું, 'કેટલું સુંદર, ભવ્ય અને મધુવનની ભાસના આપતું આ ભવન બન્યું છે ! અહીં ચારે તરફ રુહાની શાંતિ અને ખુશીનો અનુભવ કરું છું. એમ લાગે છે, જાણે સ્વર્ગના સુખનો અનુભવ કરી રહી છું. પૂર્ણિમાબેનનો સ્નેહ, કાળજી અને નાની બહેનોની સેવા મેળવીને હું પોતાને ભાગ્યશાળી અનુભવી રહી છું. લાગે છે આ સુખ મારા પૂર્વજન્મના કોઈ પુણ્યનું જ ફળ હોવું જોઈએ. મેં મારી બન્ને આંખોમાં મોતિયાનું ઓપરેશન કરાવ્યું. બિપિનમામા તેમના જાણીતા નિષ્ણાત ડોક્ટર પાસે મને લઈ ગયા હતા. દિવસમાં પાંચ-છ વખત જુદા-જુદા ડ્રોપ્સ નાંખવાના હતાં. નાની બહેનો મને સ્નેહથી ટીપાં નાંખી આપતી. લાગે છે અહીં મેં બેહદનો મીઠો સંગમયુગી પ્રભુપરિવાર પ્રાપ્ત કર્યો છે. બહારની દુનિયામાં અનેક પ્રશ્નો હશે, અહીં પ્રભુશરણમ્ ભવનમાં ખરેખર હું બાપદાદાની મીઠી ગોદ અને મોજનો અનુભવ કરી રહી છું, જે ચીરકાળ સુધી મારી સ્મૃતિમાં લહેરાયા કરશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥



આણંદમાં 'સર્વધર્મ સમભાવ સ્નેહમિલન' કાર્યક્રમમાં ફાધર વિજય મેક્વાન, જેન મૂર્તિપૂજક ભ્રાતા વિનોદભાઈ શાહ, શીખ ધર્મના ભગિની વિરાજ કૌર, પ્ર.કુ. ગીતાબેન તથા પ્ર.કુ. કુસુમબેન.



નલીયામાં 'શિવરાત્રી'એ શિવ-શંકરની ચૈતન્ય ઝાંખીના ઉદ્ઘાટનમાં જજ ભ્રાતા મહેશભાઈ, લોહાણા સમાજના પ્રમુખ હરેશભાઈ, ક્ષત્રિય સમાજના અગ્રણી ધીરુભા ખાંડેજા, પ્ર.કુ. રીનાબેન.



ગાંધીધામ ભારતનગર દ્વારા 'શિવરાત્રી' નિમિત્તે અતિથિઓને આધ્યાત્મિક ચિત્ર પ્રદર્શન સમજાવતાં પ્ર.કુ. સંગીતાબેન.



દીવરાણા-બાલાગામ ખાતે 'શિવધ્વજરોહણ'માં ગૌશાળાના પ્રમુખ સ્વલ્પભાઈ, સામાજિક કાર્યકર નરશીભાઈ, પૂર્વ સરપંચ લાઘાભાઈ, પ્ર.કુ. ગીતાબેન.



ધાનેરામાં આયોજીત 'શિવદર્શન મેળા' દરમિયાન ચૈતન્ય ઝાંખીના કલાકારો સાથે પ્ર.કુ. રશ્મિબેન તથા પ્ર.કુ. હીનાબેન.



ધારીમાં '૩૫ કિલો ઘીના શિવલીંગ' દર્શને પધારેલ મામલતદાર ભ્રાતા પ્રતાપસિંહ, MLA ભ્રાતા મનસુખભાઈ, પ્ર.કુ. ભારતીબેન.



ઉદવાડામાં 'સ્વાસ્થ્ય શિબિર'માં લાયન કિશોરભાઈ, લાયન બિપીનભાઈ, ડૉ. જૂલીબેન, ડૉ. ઇરાનીબેન, કૃષિ વિભાગના પ્રાધ્યાપકો, વિદ્યાર્થીઓ, પ્ર.કુ. પારુલબેન, પ્ર.કુ. મીનાબેન.



અમદાવાદ વટવા ખાતે 'શિવધ્વજરોહણ'માં ભ્રાતા સુરેશભાઈ, ભ્રાતા સુનિલભાઈ, PI ભ્રાતા હસમુખભાઈ સીસારા, પ્ર.કુ. તારાબેન.



રાજકોટ જાગનાથમાં 'અમરનાથ દર્શન' કરવા પધારેલ BJP શૈક્ષણિક સમિતિના પ્રમુખ ભ્રાતા દેવાંગભાઈ માંકડ સાથે પ્ર.કુ. ભગવતીબેન.



વાંકાનેરમાં 'શિવધ્વજ' લહેરાવતાં BJP શહેર પ્રમુખ ભ્રાતા દિનુભાઈ વ્યાસ, મહેલ અશ્વિનભાઈ, પ્ર.કુ. શૈલાબેન, પ્ર.કુ. સારિકાબેન.



ગાંધીનગર ખાતે 'શિવ શોભાયાત્રા'માં રથમાં બિરાજમાન શિવલીંગની પૂજા કરતાં કોરપોરેટર હર્ષાબા ધાંધલ તથા પ્ર.કુ. કૈલાસબેન.



વડોદરા અટલાદરા દ્વારા 'શિવરાત્રી' નિમિત્તે ચૈતન્ય ઝાંખી સાથે ઈશ્વરીય સંદેશ આપતાં પ્ર.કુ. અરુણાબેન તથા અન્ય મહેમાનો.



અમદાવાદ ઈસનપુરની 'અમરનાથ ઝાંખી'માં મ્યુ. કાઉન્સિલર પુલકિતભાઈ, PA to કલેક્ટર ભ્રાતા એસ.કે.કુંજડીયા, એકઝીક્યુટીવ એન્જીનીયર ભાઈલાલભાઈ, પ્ર.કુ. ડૉ. મુકેશભાઈ, પ્ર.કુ. રેખાબેન.



વાસદમાં 'શિવ ઝંડારોહણ'કાર્યક્રમમાં સ્વામીનારાયણ સંપ્રદાયના સ્વામી કે.કે.શાસ્ત્રીજી, સુંદરકાંડના ભ્રાતા બંસીભાઈ પટેલ, પ્ર.કુ.દીપાબેન, પ્ર.કુ. પ્રીતિબેન, અન્ય મહેમાનો તથા બ્રહ્મવત્સો.



ગોંડલમાં 'શિવ દર્શન મેળા'માં ગોંડલ સ્ટેટના રાજકુમાર જ્યોતિર્મયસિંહજીને ચિત્ર પ્રદર્શનની સમજાવતાં પ્ર.કુ. ભાનુબેન.



વિરમગામમાં '૧૨ જ્યોતિર્લીંગ' ઝાંખીમાં જજ ભ્રાતા મિતુલભાઈ, વ્યાપારી ધ્રુવભાઈ, વીમા કંપનીના મેનેજર જયેશભાઈ, પ્ર.કુ. ધર્મિષ્ઠાબેન.



રાજકોટમાં 'આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા દિવસે' પ્ર.કુ. ભારતીયેનનું ભુક્ષમાન કરતાં ખોડલધામ ટ્રસ્ટની મહિલા પાંખની અગ્રણી મહિલાઓ.



ઓટવમાં 'મહિલા દિવસે' દીપ પ્રજ્વલન કરતાં મ્યુ. કાઉન્સીલર ડૉ. ચંદ્રાવતીબેન, ભગિની રુકમણિબેન, પ્ર.કુ. કોકિલાબેન.



અમદાવાદ વસ્ત્રાપુર ખાતે 'મહિલા દિવસે' હોલીસ્ટીક હેલ્થ વિશે સમજૂતી આપતાં લેખિકા તથા ટીવી કાર્યક્રમના વક્તા ડૉ. પ્રાર્થના મહેતા બાબુમાં ડૉ. પારુલ ભટ્ટ, પ્ર.કુ. નીરુબેન, પ્ર.કુ. જાનકીબેન.



મહેમદાવાદમાં 'મહિલા દિવસે' ભજનમંડળના બહેનોની ગીતોની સ્પર્ધામાં નગરપાલિકાના પ્રમુખ ભગિની મનીષાબેન, નિર્ણાયકગણ ભગિની જયેન્દ્રિકાબેન, ભગિની સરોજબેન તથા પ્ર.કુ. મારુતીબેન.



બાંટવામાં 'મહિલા દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં પ્ર.કુ. મધુબેન, તાલુકા પંચાયત પ્રમુખ દક્ષાબેન, ડૉ. ફાલ્ગુનીબેન, કોન્સ્ટેબલ વિરલબેન, આચાર્ય ડી.એમ.વાલા, હરીઓમ સતસંગ મંડળના ભગિની વેલાબેન.



વ્યારામાં 'મહિલા દિવસે' વનસંરક્ષક વિભાગની મહિલા કર્મચારીઓને ઈશ્વરીય સંદેશ આપ્યા બાદ સમૂહચિત્રમાં CFO ભ્રાતા સોનવણેજી, નાયબ વનસંરક્ષક અધિકારી આનંદભાઈ, પ્ર.કુ. અરુણાબેન.



મુંબઈ વિલેપાર્લા ખાતે પુલવામામાં શહીદ ૪૦ CRPFના જવાનોને શ્રધ્ધાંજલિ માટે શાંતિયાત્રામાં પ્ર.કુ. અનસુલાબેન સાથે પ્રહ્લાવત્સો.



ઉંટામાં ભૂતપૂર્વ શિક્ષકો અને ભૂતપૂર્વ વિદ્યાર્થીઓના સ્નેહમિલનમાં શાળાના ટ્રસ્ટીગણને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતાં પ્ર.કુ. હર્ષાબેન.



અમદાવાદમાં 'આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા દિવસે' R D મ્યુઝીકલ ગ્રુપ દ્વારા આયોજીત 'મિનાકા ગીતમાલા' કાર્યક્રમમાં રાજયોગિની સરલાદીદીનું મોમેન્ટો આપી સન્માન કરતાં મેયરશ્રી ભગિની બિજલબેન પટેલ, સાથે ડ્ર.કુ. અમરબેન.



'ઑલ મીડિયા કાઉન્સીલ' દ્વારા ડ્ર.કુ. નંદિનીબેનને મીડિયા-સામાજિક કટેગરી માટે વર્ષ-૨૦૧૮નો એવોર્ડ આપતાં ઉજ્જૈનનાં ચૈતન્ય મહાપ્રભુ ભગવાનશરણ બાપુ તથા સેક્રેટરી ભગિની ઉષ્મા શાહ, અધ્યક્ષ ભ્રાતા જ્ઞાનેન્દ્ર વિશ્વકર્મા, ધર્માચાર્ય અખિલેશ્વરદાસજી મહારાજ.



અમદાવાદ સુખશાંતિ ભવન ખાતે 'શિવજયંતી' કાર્યક્રમમાં દીપ પ્રજ્વલન કરતાં રાજયોગિની સરલાદીદી, ગુજરાત હાઈકોર્ટના જજ સતીષભાઈ વોરા, અમદાવાદના DDO અરુણ મહેશ બાબુ IAS, AMTSના ટ્રાફિક ડાયરેક્ટર જીતેન્દ્રભાઈ, ડ્ર.કુ. અમરબેન.



કલ્લા પારડીમાં 'હેલ્લો હેપ્પીનેસ મેળા'કાર્યક્રમમાં ભોલીવુડ ફિલ્મ અભિનેત્રી ગ્રેસી સિંહ, નગરપાલિકાના પ્રમુખ ફાલ્ગુનીબેન, ઉદ્યોગપતિ કિશોરભાઈ, ડ્ર.કુ. રંજનબેન, ડ્ર.કુ. પાટલબેન, ડ્ર.કુ. તપસ્વિનીબેન, ડ્ર.કુ. રોહિતભાઈ, ડ્ર.કુ. વિનુભાઈ.



દીવ સેવાકેન્દ્રના 'ત્રિવેણી મહોત્સવ'માં દીપ પ્રજ્વલન કરતાં ડ્ર.કુ. શીલુબેન, કલેક્ટર ભ્રાતા હેમંતકુમાર IAS, જજ જયવંતભાઈ જાદવ, શિક્ષણ નિયામક ભ્રાતા દિલાવરભાઈ, મનસુરી સુક્ષ્મી જમાતના પ્રમુખ ગફરભાઈ, ફાધર રામાદીઓસ, ડ્ર.કુ. દમયંતીબેન.



જલાલપોર સેવાકેન્દ્રના 'દેશાઈ તથા શિવજયંતી મહોત્સવ'માં દીપ પ્રજ્વલન કરતાં ડ્ર.કુ. ગીતાબેન (શાંતિવન), નગર પ્રાથમિક શિક્ષણ સમિતિના અધ્યક્ષ ભ્રાતા મધુભાઈ, અધિક વિકાસ કમીશનર ભ્રાતા લક્ષ્મણભાઈ, ડ્ર.કુ. ગીતાબેન, ડ્ર.કુ. ભાનુબેન.