Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

Vol.13 - Issue 12
December 2020
Price 12/-

અમદાવાદ સુખશાંતિ ભવન ખાતે જમાયતે ઈસ્લામ હિન્દના સેક્રેટરી ડૉ. મોહમ્મદ સલીમ, મહિલા પાંખના પ્રમુખ આરેફા પરવીન, કારોબારી કમીટીનાં સભ્યો સાથે જ્ઞાનચર્ચા બાદ સમૂહચિત્રમાં બ્ર.કુ. નંદિનીબેન.

પોરબંદર સેવાકેન્દ્રમાં પધારેલ પોરબંદર જીલ્લા ભાજપ પ્રમુખ ભ્રાતા કીરીટભાઈ મોઢવાડિયાને સૌગાત આપતાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

મુંબઈ મુલુંદ સેવાકેન્દ્ર દ્વારા દશેરા નિમિત્તે જરૂરિયાતમંદોને અનાજ વિતરણ કર્યા બાદ સમૂહચિત્રમાં બ્ર.કુ. વર્ષાબેન, બ્ર.કુ. પૂજાબેન, નગર અધ્યક્ષ ભ્રાતા જગજીવન તન્નાજી, વ્યાપારી હિરાલાલ મૃગ.

મુન્દ્રા-કચ્છ દ્વારા 'અદાણી વીલમોર' કંપનીમાં આયોજીત સકારાત્મક જીવનશૈલીના કાર્યક્રમમાં વિચારો રજૂ કરતાં બ્ર.કુ. વિજયભાઈ, બાજુમાં બ્ર.કુ. સુશીલાબેન.

વિરમગામમાં કોરોના વૉરીયર્સ બની સેવા આપનાર પૉલીસ સ્ટેશનના PI ભ્રાતા આર.કે.વાણીયાનું સન્માન કરતાં બ્ર.કુ. ધર્મિષ્ટાબેન.

મહેમદાવાદ નગરપાલિકાના નવનિયુક્ત પ્રમુખ ભગિની શીલાબેનને ઈશ્વરીય સૌગાત અર્પણ કરતાં બ્ર.કુ. મારૂતીબેન.

વડોદરા મંગલવાડી દ્વારા 'હીમાલયા મશીનરી પ્રા. લી' કંપનીમાં હેલ્થ કાર્યક્રમ બાદ સમૂહચિત્રમાં ડાયરેક્ટર ભ્રાતા રશ્મીકાંત શાહ, ભ્રાતા અરવિંદ પટેલ, બ્ર.કુ. વસંતાબેન, બ્ર.કુ. વંદનાબેન.

તારાપુર ખાતે રક્તદાન કેમ્પનું ઉદ્‌ઘાટન કરતાં કેળવણી મંડળના પ્રમુખ ભુપેન્દ્રભાઈ સાથે બ્ર.કુ. હસુબેન, સરપંચ ભગિની હીનાબેન, સર્જન ડૉ. આર.બી.બૈસ.

Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

વર્ષ ૧૩ ડિસેમ્બર-૨૦૨૦ અંક : ૧૨

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખપત્ર

અમૃતસૂચિ

- આધ્યાત્મિક જીવન દ્વારા ....તંત્રી સ્થાનેથી ..04
- આભાર અને અપેક્ષા 06
- અમૃતધારા ....દાદી જાનકીજી ..07
- જ્વાલામુખી યોગ દ્વારા ....દાદી હૃદયમોહિનીજી ..08
- મન પર આક્રમણ કરનાર.............બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર ..09
- પ્રસન્નતાના પથ પર ....બ્ર.કુ. શિવાનીબેન ..11
- સુખી જીવનના પથ પર ....બ્ર.કુ. સૂર્યભાઈ ..13
- અંતર્મનનું નવું સોફ્ટવેર ....બ્ર.કુ. ગીતાબેન ..15
- મેરી ક્રિસમસ ....બ્ર.કુ. પાયલ ..17
- ભયનું ભૂત ....બ્ર.કુ. લોકપાલ ..18
- દિવ્યદર્શન ....બ્ર.કુ. નંદિનીબેન ..20
- અધિક માસ - પુરુષોત્તમ માસ ....બ્ર. કુ. લીલાબેન ..22
- હાર્ટ એટેક હાય હાય! ....બ્ર.કુ. કિશોર ..24
- વિવેક બુદ્ધિ સાથે ધર્મ પાલન ....બ્ર.કુ. અનિલ ..26
- પ્રસંગ પરિમલ 27
- યાદની યાત્રા ....બ્ર.કુ. જીવણભાઈ ..28
- સોનાની સાંકળ ....બ્ર.કુ. સતીશ ..32

લવાજમના દર

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	રૂ.	૧૧૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૨,૦૦૦.૦૦
છૂટક નકલ	રૂ.	૧૨.૦૦

વિદેશમાં

એરમેઈલ વાર્ષિક	રૂ.	૧,૧૦૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૧૦,૦૦૦.૦૦

કૃતિઓ તથા સેવા સમાચાર
મોકલવાનું સરનામું
બ્ર.કુ. ડૉ. કાલિદાસ પ્રજાપતિ
તંત્રી : જ્ઞાનામૃત
જી-૨/૨૨, શિવમ એપાર્ટમેન્ટ,
નવા વાડજ, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩.
Phone : 079 - 2762 0866

મુદ્રક અને પ્રકાશક
રાજયોગિની ભારતીદીદી

સ્થાનિક સેવાકેન્દ્ર

આવશ્યક નોંધ

લવાજમની રકમનો ડ્રાફ્ટ નીચેના નામે લખશો.

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય (ગુજરાતી જ્ઞાનામૃત)

Account No. : **032910001801**

Bank Name : **Dena Bank, Pushpkunj Branch** IFSC Code : **BKDN0110329**

પ્રકાશન સ્થળ - ગુજરાત ઝોન મુખ્યાલય

બ્રહ્માકુમારીઝ, સુખશાંતિ ભવન, ભુલાભાઈ પાર્ક રોડ, કાંકરિયા, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૨૨.

Phone: 079 - 2532 4460

Email : gyanamrit.guj@gmail.com

તંત્રી સ્થાનેથી

આધ્યાત્મિક જીવન દ્વારા સુખમય સંસારની સ્થાપના

સાંપ્રત સમયે સર્વત્ર નૈતિક અને ચારિત્રિક અધઃપતનનાં દૃશ્યો જોવા મળે છે. પ્રીન્ટ અને ઈલેક્ટ્રોનિક મીડિયા દ્વારા સતત તેના સમાચારો મળતા રહે છે. એકબાજુ ભિન્ન ભિન્ન ધાર્મિક ચેનલો છે. ભિન્ન ભિન્ન ધર્મો, સંપ્રદાયોના સત્સંગો, મેળાવડાઓ, ઉજવણીઓ થતાં જ રહે છે. મોટી સંખ્યામાં ભક્તો, શ્રદ્ધાળુઓ તેમાં ભાગ લે છે. આમ છતાં નૈતિક, ચારિત્રિક ઊર્ધ્વગમનની માત્રા ઓછા પ્રમાણમાં જોવા મળે છે.

રાજ્ય અને કેન્દ્ર સરકારો તથા સ્થાનિક સ્વરાજ્યની સંસ્થાઓ ભિન્ન ભિન્ન કાયદાઓ, ફરમાનો દ્વારા સમાજમાં સ્ત્રી-પુરુષ સમાનતા, ભ્રષ્ટાચાર નાબૂદી, હિંસા નિવારણ આદિ સમાજને સુખદાયી લાગે તેવાં પગલાં ભરે છે. આમ છતાં કાયદાઓ દ્વારા પણ ઈચ્છીએ તેવું પરિણામ મેળવી શકાયું નથી. તે વાસ્તવિકતા છે.

સાંપ્રત સમાજ જીવનની સર્વ સમસ્યાઓનું સમાધાન માત્ર પરમાત્માએ ચીંધેલી આધ્યાત્મિક જીવનશૈલી દ્વારા જ સંભવી શકે છે. **જ્યાં સુધી વ્યક્તિ પરિવર્તન ન થાય ત્યાં સુધી વિશ્વ પરિવર્તન થવું અઘરું છે.** અનેક કાયદાઓ હોવા છતાં જીવનના સર્વક્ષેત્રે છવાઈ ગયેલા ભ્રષ્ટાચારે અનેક છટકબારીઓ, છીંડાં મૂક્યાં છે. ક્યારેક જેના હાથમાં આ કાર્ય છે ત્યાં પણ ભ્રષ્ટાચાર ફૂલ્યોફાલ્યો છે. **ભારતને રામરાજ્ય બનાવવાનું ગાંધી બાપુનું અધૂરું સ્વપ્ન પૂર્ણ કરવા પરમાત્મા આધ્યાત્મિક જીવનશૈલીનો રાહ ચીંધે છે.**

જ્યાં સુધી વ્યક્તિ જીવનના આદર્શો, મૂલ્યો, શ્રેષ્ઠ ચારિત્ર્ય અને ઉમદા આચરણને મન વાણી અને કર્મથી ના સ્વીકારે ત્યાં સુધી આ કાર્ય કપરું છે. માત્ર આધ્યાત્મિક જીવન દ્વારા જ સમાજ, રાષ્ટ્ર, વિશ્વનું ઉત્થાન થઈ શકે.

રાષ્ટ્રમાં દેહ આધારિત અનેક ધર્મો, સંપ્રદાયો છે. તેની ઓળખ માટે બાહ્ય કર્મકાંડો, આચારસંહિતાઓ, માન્યતાઓ છે. પણ આધ્યાત્મિક જીવન આ સર્વથી પર છે. ત્યાં દેહ કે દેહ આધારિત ધર્મોની વાત નથી. કર્મકાંડ કે હદની ઓળખથી પર થઈને દેહભાન ભૂલી ઈશ્વરીય જ્ઞાન દ્વારા આત્માની અસલ ઓળખની અનુભૂતિ કરવાની છે. આત્માના ગુણો, શક્તિઓ, વિશેષતાઓને ઓળખીને તેના અસલી સત્ત્વને ધારણ કરવાની વાત છે. આત્માની ઓળખ, અનુભૂતિ થતાં સર્વ આત્માઓના પિતા પારલૌકિક પરમાત્મા સાથે બુદ્ધિયોગ દ્વારા અનુસંધાન સાધી આત્માની બેટરીને ચાર્જ કરીને તેને જ્ઞાન, ગુણ, દિવ્યતાથી સશક્ત બનાવવાની છે. જ્યાં હદનાં બંધનો નથી. સંકુચિતતાની દીવાલો નથી. માત્ર સર્વપ્રત્યે આત્મિક દૃષ્ટિ, વૃત્તિ અને કૃતિનો વ્યવહાર કરવાનો છે. વિશ્વના તમામ ધર્મોએ સ્વીકારેલ પરમાત્મ ઓળખ દ્વારા વસુધૈવ કુટુંબકમ્ ભાવનાને જાગૃત કરવાની છે.

આવા શ્રેષ્ઠ પરિણામલક્ષી આધ્યાત્મિક જીવન દ્વારા જ્ઞાન, ગુણ, શક્તિઓનું સંવર્ધન શક્ય છે. આધ્યાત્મિક જીવન દ્વારા જે સુખમય સંસારની સ્થાપના થશે તે સુખમય, કલ્યાણકારી, સંસાર હશે. તેને સતયુગ, સ્વર્ગ, સુખમય સંસારનું નામ આપી શકાય.

બ્રહ્માકુમારીઝ સંસ્થાએ મુખ્યત્વે જીવન

મૂલ્યો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે. તે છે પવિત્રતા, શાંતિ, સહનશીલતા, સંતુષ્ટતા, નમ્રતા, જવાબદારી, પ્રેમ, સન્માન, એકતા, દૃઢતા, ધીરજ, ઈમાનદારી, સહયોગ, આનંદ, સાહસ અને નિર્ભયતા. આ દરેક મૂલ્યોમાં અનેક મૂલ્યો સમાયેલાં છે. આ મૂલ્યોની ગાગરમાં સમગ્ર ગુણોનો સાગર સમાયેલો છે. આ મૂલ્યોની ધારણાના અભાવને કારણે જ આજે અનેકવિધ સમસ્યાઓ જોવા મળે છે. રોગને નિર્મૂળ કરવા માટે રોગ થવાનાં કારણોના મૂળ સુધી પહોંચીને તેને નિર્મૂળ કરી શકીએ તો રોગને નાબૂદ કરી શકીએ. તે રીતે સમાજમાં જોવા મળતી અનેક સમસ્યાઓનું સમાધાન આ મૂલ્યોની ધારણામાં છે.

કોઈને એમ લાગે કે આજના તમોપ્રધાન, કલિયુગી, ભ્રષ્ટાચારી વાતાવરણમાં શું આ શક્ય છે? તો તેનો ઉત્તર છે. હા. પરમાત્મા જ્યારે કોઈ રાહ ચીંધે છે તો તેનાં આદર્શ મોડેલો પણ આપણી સમક્ષ રાખે છે. આજે વિશ્વના 144 કરતાંયે વધુ દેશોમાં 8500 કરતાંયે વધુ સેવા કેન્દ્રો દ્વારા બ્રહ્માવત્સો નંબરવાર પુરુષાર્થ અનુસાર આધ્યાત્મિક જીવન અપનાવીને આ ગુણોની ધારણા કરી રહ્યા છે. એટલું જ નહીં દિનપ્રતિદિન અનેક આત્માઓને ઈશ્વરીય સંદેશ આપી આ પથ ઉપર પ્રયાણ કરવાની પ્રેરણા આપી રહ્યા છે.

આધ્યાત્મિક જીવનનો યથાર્થ અનુભવ પામેલાં અનેક ભાઈઓ, બહેનો, બાળકો, વૃદ્ધોના જીવનમાં જે સુખ, શાંતિ અને દિવ્યતાની સૌરભ અનુભવવા મળે છે તેનો સાક્ષાત્કાર કરવાની જરૂર છે. તેથી આવું શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવાનું બળ મળે છે. મનોબળ દૃઢ બને છે. સૂક્ષ્મ રીતે નિરંતર પરિવર્તન થતું રહે છે. અને આમ આત્માનું ઓજસ પ્રગટતાં તેનાં અજવાળાં દેખાઈ જ આવે છે. ગીતાએ આ માટે બે રાહો ચીંધ્યા છે. દરરોજ આત્મજ્ઞાન, પરમાત્મા સાથે યોગનો નિયમિત અભ્યાસ. અને બીજું દ્વાર છે વૈરાગ્યભાવ કેળવવો. આજના પ્રશ્નો, સમસ્યાઓએ જે બિહામણાં દૃશ્યો રજૂ કર્યાં છે તેની સ્મૃતિ થતાં જ વૈરાગ્ય જન્મે છે. રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ તો જરા, વ્યાધિ, મૃત્યુનાં દૃશ્યો જોઈને જ બુદ્ધના સ્થાને પહોંચ્યા. આજે તો અનેક રોગો, અકસ્માતો, પ્રાકૃતિક આપદાઓ, કલહકલેશ, કોર્ટના, કોર્ટ બહારના ઝઘડાઓ, કુસંપ, હિંસા, અત્યાચાર, શોષણ, કાળા બજાર, ભ્રષ્ટાચાર, વ્યભિચાર, વ્યસનો, ફેશન, વિકારો અનેક જીવલેણ રોગો આદિનાં દૃશ્યો જોવા મળે છે. જેનું સ્મરણ થતાં જ વૈરાગ્યભાવ જન્મે છે.

માનવમાં સ્મશાન વૈરાગ્ય નહીં પણ યથાર્થ સમજપૂર્વકનો વૈરાગ્ય પ્રગટે, તો પણ અનેક પ્રશ્નોનું નિરાકરણ થઈ શકે છે. આજે જીવનમાં કોઈ સલામતી નથી. ક્યારે શું થશે તે કોઈ કહી શકતું નથી, તો પરમાત્માએ, સૃષ્ટિચક્રે આપેલી અમૂલ્ય જીવન ભેટને યથાર્થ રૂપે જીવવા માટે આધ્યાત્મિક જીવન જ શ્રેષ્ઠ રાહ છે.

આ અંગે મળતું સાહિત્ય, નિયમિત સત્સંગ આપણા જીવનને દિવ્યતાના રાહે લઈ જવા સક્ષમ છે. આ યોજના અંગે પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયના આપના વિસ્તારમાં આવેલા સેવાકેન્દ્રની અચૂક મુલાકાત લઈ જીવનને ધન્ય બનાવશો એવી શુભકામના છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- બ્ર.કુ. કાલિદાસ

'જ્ઞાનામૃત' માસિક આભાર અને અપેક્ષા

1972ના જાન્યુઆરીથી નિયમિત રીતે પ્રકાશિત થતી **'જ્ઞાનામૃત'** પત્રિકાનું આ સળંગ 49મું વર્ષ પૂરું થઈ જાન્યુઆરી 2021માં 50મા વર્ષમાં પ્રવેશ કરશે. નવા રજીસ્ટ્રેશન મુજબ 14મું વર્ષ શરૂ થશે.

ઈશ્વરીય પરિવારની અને ગ્રાહકો, શુભેચ્છકોની મદદને કારણે **'જ્ઞાનામૃત'** નિયમિત રીતે પ્રકાશિત કરી શક્યા છીએ. તે માટે સૌને અભિનંદન.

કોરોનાની મહામારીને લીધે ઓનલાઈન જ્ઞાનામૃત મૂકતા હતા. પ્રેસ ચાલુ થતાં આજ સુધીના બધા અંકો પ્રગટ થયા છે.

'જ્ઞાનામૃત'ની વિકાસયાત્રામાં લેખકોએ પણ અમૂલ્ય ફાળો આપ્યો છે. વર્ષ દરમિયાન સહયોગ આપનાર લેખકોનો અમે હાર્દિક આભાર માનીએ છીએ. નવા વર્ષમાં આપ સૌનો ઉષ્માભર્યો સહયોગ મળશે એવી અપેક્ષા છે.

રાજયોગિની સરલાદીદીએ (અવ્યક્ત વતનવાસી તા. 06-06-19) સહયોગ આપ્યો હતો. જે ચિરસ્મરણીય અને સદા યાદ રહેશે.

'જ્ઞાનામૃત'ના ગ્રાહકો નોંધવામાં સહયોગી બનનાર ઈશ્વરીય પરિવારના સભ્યો, શુભેચ્છકોનો પણ હાર્દિક આભાર માનીએ છીએ.

દીદીના અવ્યક્ત થયા બાદ રાજયોગિની બ્રહ્માકુમારી નેહાબેન અમારા માટે પ્રેરણાસ્ત્રોત બન્યાં છે. એમનો નિરંતર સહયોગ અમને મળતો રહે છે. રાજયોગિની બ્રહ્માકુમારી ઉષાબેને ઘણા વર્ષો સુધી પ્રકાશક તરીકે અનન્ય ફાળો આપ્યો છે. અન્ય સેવામાં વ્યસ્ત થઈ જવાથી આ સેવામાંથી મુક્ત થયાં છે. અમારા માટે ખુશીની વાત એ છે કે બ્ર.કુ. નંદિનીબેન ગ્રાહકોની રવાનગી, તેનો હિસાબ વગેરે કાર્ય સફળતાપૂર્વક ઉપાડી લીધું છે. સાથે સાથે **'જ્ઞાનામૃત'**ની તસ્વીરોનું પ્રકાશન કરવાનું પણ સ્વીકાર્યું છે. બ્ર.કુ. નિકુંજભાઈ ટાઈટલની સમગ્ર ડિઝાઈન તૈયાર કરે છે. અંકો રવાના કરવાની સેવા માટે નિમિત્ત બનનાર સેવાધારીઓના પણ અમે આભારી છીએ. બ્ર.કુ. મીનળબેન મોદી સમયસર ટાઈપ સેટિંગ કરી આપે છે. તે બદલ તેમનો અને નિયમિત રીતે **'જ્ઞાનામૃત'** નું પ્રીન્ટીંગ સમયસર કરી આપવા માટે શ્રીધર પ્રીન્ટર્સના પણ અમે આભારી છીએ.

અપેક્ષા

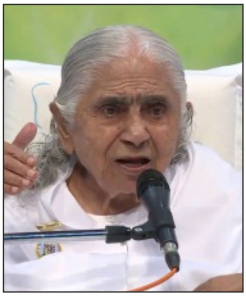
આપણી ગ્રાહક સંખ્યા વધારવાની છે. ગુજરાતમાં સેવાકેન્દ્રો અને ગીતાપાઠશાળાઓ (ઈશ્વરીય જ્ઞાનની)માં વૃદ્ધિ થઈ છે. ગુજરાત બહાર ભારત અને વિદેશોમાં ગુજરાતી ભાષા જાણનાર પરિવારો છે. તો સૌના સહયોગ, દૃઢ મનોબળથી ગ્રાહક સંખ્યામાં નોંધપાત્ર વૃદ્ધિ થાય એવી અપેક્ષા છે. **જ્ઞાનામૃતનું લવાજમ યથાવત રહે છે..** આપ સૌના ઉષ્માભર્યા સહયોગની અપેક્ષા છે.

રાજયોગિની ભારતીદીદી	**રાજયોગિની દમયંતીદીદી**	**બ્ર.કુ. કાલિદાસ**
પ્રકાશક અને ડાયરેક્ટર, ગુજરાત ઝોન	એડીશનલ ડાયરેક્ટર, ગુજરાત ઝોન	તંત્રી

અમૃતધારા

સમાવવાની શક્તિ ધારણ કરો, તો અવગુણ દેખાશે નહીં.

રાજયોગિની દાદી જાનકીજી, પૂર્વ મુખ્ય પ્રશાસિકા, શાંતિવન, આબુરોડ



જ્યારે સાડા સાત વાગે છે કે ‘જહાં હમારા તન હોગા, વહાં હમારા મન હોગા’ તો ચેક કરું છું કે મારું મન ક્યાં છે. ધનમાં છે? સંબંધમાં છે? ક્યાં છે. બાબાની વાણી વાંચું છુ. તો જીવ ઈચ્છે છે જે બાબા કહે છે તે આપણે કરવાનું છે. યજ્ઞ સેવા કરતાં પણ આખી જિંદગીમાં મેં કર્મણા સેવા કહ્યું નથી. યજ્ઞ સેવા છે. કોઈપણ પ્રકારની સેવા હોય તે યજ્ઞ સેવા જ છે. આ કર્મેન્દ્રિયો જે સમયે યજ્ઞ સેવા કરે છે તો હાથ પગથી જ્યાં કદમ, ત્યાં પદ્મોની કમાણી છે.

આ પાંચ આંગળીઓ ઘણી સારી સેવા કરે છે. આ નાની છે. આ મોટી છે. એક સહયોગ આપે છે અને બીજી દૃઢ સંકલ્પ કરે છે પાંચે આંગળીઓમાં પહેલી આંગળી સહયોગની નિશાની છે. થોડો પણ વિજયનું તિલક કરશે અનામિકા આંગળી. આ આંગળી તર્જની બુદ્ધિમત્તાની નિશાની છે. આ એક છે તો સર્વ કાંઈ છે. એ સંકલ્પ કર્યો કે આ કરવાનું છે તેજ થઈ જાય છે. કારણ કે બંને આપસમાં મળી ગયા એક બાબા બીજો આ સંકલ્પ દિલમાં કામ કરવાથી કેટલું સારું લાગે છે.

જ્યારે પહેલાં અમે આબુમાં આવ્યાં તો કહ્યું પોતાનું મંદિર જોયું છે. કારણ કે મન મંદિર છે. કારણ કે મનમંદિરમાં બાબા સિવાય કોઈ યાદ નથી. સંગમયુગ છે. ઝાડના ચિત્રને સારી રીતે જુઓ નીચેથી ઉપર સુધી. ઝાડમાં નીચે આપણે તપસ્યા કરી રહ્યા છીએ. બુદ્ધિમાં છે અમે સતયુગની સ્થાપના માટે પુરુષાર્થ કરી રહ્યા છીએ. જ્યારે ત્યાગવૃત્તિ હોય ત્યારે તપસ્યા સારી લાગે છે. ત્યાગ, તપસ્યા, સેવા. ત્યાગ શા માટે કરીએ છીએ? શું જોઈએ? કામ નહીં, ક્રોધ નહીં, મોહ નહીં, અહંકારનો અંશ નહીં. આ પાંચ વિકાર જે નરકનું દ્વાર હતા, એનાથી મુક્ત થઈ ગયા. દુનિયાને જોઈએ છીએ પછી પોતાને જોઈએ છીએ કે દુનિયા શું કરી રહી છે અને આપણે શું કરીએ છીએ. જેટલા આપણે દુનિયાથી ન્યારા, બાબાના પ્યારા અને કેટલા ખુશ છીએ. ન્યારા છીએ, પ્યારા છીએ. બાબાએ આપણને ક્યાંથી ક્યાં બનાવી દીધા. એટલે દિલ કહે છે મારા બાબા. બાબા શબ્દ દિલથી નીકળે છે. કારણ કે તે આપણા શિક્ષક પણ છે અને રક્ષક પણ છે.

એક તો કહે છે ગુણોને ધારણ કરો ધારણા આચરણથી કરવાની છે. સર્વ ગુણોથી સંપન્ન બનવાનું છે. ગુણોને ધારણ કરવા માટે બાબાની શક્તિ મળે છે. બુદ્ધિથી બાબાને યાદ કરવાથી સમાવવાની શક્તિ આવે છે. જેથી કોઈનો અવગુણ દેખાતો નથી. સંભળાતું પણ નથી એટલે ટોક નો ઈવિલ, હીયર નો ઈવિલ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **ભારતભૂમિ મહાન ભૂમિ છે, દેવભૂમિ છે અને ઈશ્વરની કર્મભૂમિ છે. ઈશ્વરની આજ્ઞાનાં ત્રણ સૂત્ર છે. ‘જ્ઞાની બનો, પવિત્ર બનો અને યોગી બનો.’**

જ્વાલામુખી યોગ દ્વારા...

રાજયોગિની દાદી હૃદયમોહિનીજી, મુખ્ય પ્રશાસિકા, શાંતિવન, આબુ રોડ

પ્રશ્ન - જ્યારે આપણે આદિ અનાદિ પવિત્રતા તરફ વળીએ છીએ તો આપણે પોતાની ઈનોસેન્ટ (ભોળપણ) તરફ વળીએ છીએ. દાદીજી અમને આપની વિશેષતાનો અનુભવ થાય છે. પ્રશંસા પણ કરીએ છીએ. તો કૃપા કરીને અમને ઈનોસેન્ટના વિષય વિશે જણાવો તેથી ધારણ કરી શકીએ.

પ્રશ્ન - હવે અમારે કેટલા સમયની પુરુષાર્થની યોજના બનાવવી જોઈએ? હવે કેટલો સમય બાકી રહ્યો છે?

ઉત્તર - બાબાએ આપણને કોઈ નિશ્ચિત તારીખ જણાવી નથી, એટલે આપણે સદા એવરરેડી બનવું જોઈએ. અંતિમ પેપર જણાવ્યા વગર આવશે અને તે નંબરવાર બનાવી દેશે. એટલે દરેક પળને અંતિમ પળ સમજીને પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ. ભવિષ્યની યોજનાઓ ભલે બનાવો પણ અંદરથી એવરરેડી રહો.

પ્રશ્ન - આપણે સૌ એ પળ માટે પુરુષાર્થ કરી રહ્યા છીએ કે સંસાર બદલાશે, દરેક વ્યક્તિને આ વાતમાં રસ છે કે આ કઈ રીતે થશે? દાદીજીએ એકવાર સાક્ષાત્કાર કર્યો હતો, તે એક ક્ષણ આ સંસારમાં છે અને બીજી પળે નવી દુનિયામાં, જ્યાં ચારે બાજુ સોનાના મહેલ છે. તો આવનારા કેટલાંક વર્ષોમાં આ પરિવર્તન થશે? એમાં થોડો સમય લાગશે યા આ કોઈ જાદુ જેવો ચમત્કાર હશે?

ઉત્તર - કોઈ જાદુની વાત નથી કે દુનિયા જાદુથી બદલાશે. આ એક પ્રક્રિયા છે, એક પરિવર્તન યા એક ક્રાન્તિ આપણે જ અત્યારે કરવાની છે. એના માટે આપણે ન્યારા અને પ્યારા બનવાનું છે. બાબાએ જણાવ્યું છે કે આવનાર સમયમાં ભટકતા ભૂતપ્રેત આત્માઓનો, પ્રકૃતિનો તથા બ્રાહ્મણોના પરસ્પર હિસાબ-કિતાબ ચૂક્તે કરવાનો સમય હશે. મહત્ત્વપૂર્ણ વાત એ છે કે આપણે એ સમયે પ્રેમસ્વરૂપ બનીને જોઈએ કે શું થઈ રહ્યું છે. બ્રાહ્મણોની શક્તિશાળી સ્થિતિનો પ્રકૃતિ પર પ્રભાવ પડશે. એડવાન્સ પાર્ટી એ સમયે પ્રત્યક્ષ થશે અને આપણે અન્ય આત્માઓ ઉપર તેનો પ્રભાવ જોઈ શકીશું. એ સમયે વિભિન્ન પ્રકારનો નકારાત્મક પ્રભાવ જોઈશું અને બીજી તરફ સકારાત્મકનો પ્રભાવ જોઈએ જે પરિવર્તન કરશે તે જોઈ શકશે.

પ્રશ્ન - વર્તમાન સમયે અમારે પોતાના પુરુષાર્થના ક્યા બિન્દુ પર કેન્દ્રિત કરવાનું છે.

ઉત્તર - આપણે જ્ઞાનને પોતાના વ્યવહારિક જીવનમાં લાવીએ જેનાથી આપણા ચહેરા, વ્યવહારમાં પરિવર્તન દેખાય ઉદાહરણ તરીકે બાબાએ જણાવ્યું છે કે આપણે સેકંડમાં ફૂલસ્ટોપ લગાવીએ. કોઈપણ વાતમાં પ્રશ્નચિત ના હોય. બાબા આપણી પાસેથી એ ઈચ્છે કે અન્ય વ્યક્તિ જ્યારે આપણને જુએ તો એમને અનુભવ થાય કે આ સાધારણ લોકો નથી. તેઓ વિશેષ આત્માઓ છે. તે માટે વિશેષ યોગની શક્તિની આવશ્યકતા છે. જેનાથી આપણે જ્ઞાનના બિંદુઓને જીવનમાં પૂર્ણ રૂપથી ધારણ કરી શકીએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

મન પર આક્રમણ કરના આતંકવાદી

બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર, દિલ્હી

જે મનુષ્ય કોઈ બીજા મનુષ્ય પર આક્રમણ કરે છે. એના તનને ચોટ પહોંચાડે છે યા ઘાવ લગાવે છે, તે તો અપરાધી, આક્રમણકારી યા આતંકવાદી કહેવાય જ છે. પરંતુ આ એ વિષયમાં શું કહેશો, જે મનુષ્યના મનને ચોટ પહોંચાડે છે? જો કોઈ બીજાનું ગળું કાપે છે, એની છાતીમાં છરો ભોંકે છે યા એને ગોળી લગાવીને મારી દે છે અથવા મારવાના પ્રયત્નની સાજીશ કરે છે, તો એને જન્મમાં અપરાધ માટે દંડસહિતા અંતર્ગત મોટી સજા આપવામાં આવે છે. પરંતુ જે વ્યક્તિ મુખ દ્વારા એવાં વચન બોલે છે કે બીજાને એ વચનોની ગોળી વાગવાથી પણ વધારે પીડા થાય છે. અને મરવા જેવો અનુભવ થાય છે. તો એના કર્મને કઈ શ્રેણી યા કઈ રીતનું માનશો?

એક અન્ય પ્રકારના આતંકવાદી

આપણે જોઈએ છીએ કે આજે ઘણા લોકો એવો જ ઊતરતી કક્ષાનો વ્યવહાર કરે છે તેઓ બીજાઓનું જીવવું પણ મુશ્કેલ બનાવી દે છે. એનો અવાજ જ નીકળવા દેતા નથી. તેઓ દુર્વ્યવહાર અને દુરાચારથી બીજાઓના મન પર આક્રમણ કરે છે. 'ના દુઃખ લો ના દુઃખ દો' આ ઈશ્વરીય આજ્ઞાનું તેઓ વારંવાર ઉલ્લંઘન કરતા રહે છે. તેઓ ફૂલ યા ફળ બનવાને બદલે કાંટા બનીને જીવન વ્યતીત કરે છે. આવાજ લોકોએ ભગવાનના બગીચાને કાંટાનું જંગલ બનાવી દીધું છે. એમના સંપર્કમાં આવનારા યા એમની સાથે સંબંધ રાખનારા લોકો એનાથી સદા ભયભીત રહે છે. એમને એ ડર લાગેલો રહે છે કે કોણ જાણે આ વ્યક્તિ ક્યારે મન પર આક્રમણ કરશે. આપણા મનને ઠેસ પહોંચાડશે. આપણી સાથે વેરવિરોધ કરીને બદલો લેશે. તેથી આવા લોકોને પણ આતંકવાદી કહીશું. જેઓ મનુષ્યના સંબંધને ભૂલીને પોતાની સ્વાર્થ સિદ્ધિના માટે બીજાઓને ડરાવી ધમકાવીને રોબ જમાવીને હલ્લા ગુલ્લા કરીને વ્યવહાર કરે છે. ભલે તેઓ તન પર આક્રમણ નથી કરતા પરંતુ મન પર તો કરે છે. પોતાના નામ અને પોતાની પાસે ધન, ધામનો આધાર બનાવીને બીજાઓ સાથે નીચી. કક્ષાનો વ્યવહાર કરે છે. બદનામ કરવામાં, યા નિકૃષ્ટ વ્યક્તિની સાથે જાણે કોઈ અજ્ઞાની વ્યવહાર કરે છે. તેવો વ્યવહાર કરવાની ધમકી તો તેઓ આપ્યા જ કરે છે. તેઓ પણ એવા આતંકિત કરી રહે છે. જેથી વ્યક્તિ શાંતિની ઊંઘ લઈ શકતો નથી. પણ સૂતેલા પણ ભયભીત બને છે. આ પ્રકારના લોકો પણ આતંકવાદી, ઉગ્રવાદી યા હિંસાવાદી છે.

હવે આ સંસાર જાણે કે કાંટા જેવા લોકોથી ભરાઈને કાંટાઓની જાળ બની ગયા છે. ત્યારે ભગવાન આવા સમયે ફરીથી ફૂલોનો બગીચો બનાવે છે. તેઓ પોતાની જાદુગરીથી આવા કાંટાઓને કોમળ અને સુગંધિત ફૂલ અથવા સુમધુર ફૂલ બનાવે છે. ઈશ્વરીય જ્ઞાન તથા સહજ રાજયોગમાં તે આધ્યાત્મિક શક્તિ છે કે તે વ્યક્તિ બીજાઓને દુઃખ આપવાને બદલે સુખ આપે છે, અને સ્વયં પણ દુઃખી બનવાને બદલે સુખી બને છે. તે દુખદેવમાંથી બદલાયને સુખદેવ બને છે. એટલે જ કહેવામાં આવે છે. જ્ઞાન યોગ સે જગમેં હૈ આનંદ નિરાલા, યોગી હી પીતા હૈ અમૃત સે ભરા પ્યાલા.

બીજા પ્રકારના આતંકવાદી

પરંતુ યોગી બનતાં બનતાં પણ મનુષ્ય પણ કાંચિડાની જેમ રંગ બદલે છે. મનુષ્યની પોતાની વૃત્તિ ઓ જ એના યોગીજીવનમાં અડચણો ઊભી કરે છે. એના દેહ અભિમાનના સંસ્કાર ક્યારેક એમને 'કામ' ના યા કદી 'ક્રોધી'ના કાંટા બનાવી દે છે. એનો સ્વાર્થ જ એના વિચાર સંકુચિત બનીને મનભેદ પેદા કરે છે. એનો લોભ ઓફિસ યા દુકાનદારીથી નીકળીને હવે નામ, માન, શાન અને આશ્રમ અનુચર પદ, પૈસા વગેરે એકઠા કરવાનું રૂપ લઈ લે છે. એમાં 'કામ' વાસના યા દેહભોગથી નીકળીને ઈચ્છાઓના વૃક્ષનું રૂપ ધારણ કરી લે છે. એનો મોહ દૈહિક સંબંધીઓથી મુક્ત બનીને હવે નવા સંબંધીઓના યુક્ત બનીને હવે નવા સંબંધીઓના રૂપમાં રૂપાંતરિત થાય છે એમનો અહંકાર હવે એમના દ્વારા બનાવેલા આશ્રમો અને અનુયાયીઓની સંખ્યા પર એનું ધ્યાન લાગેલું હોય છે, અને અભિમાનનું નવું રૂપ લઈ લે છે. આ પ્રકારનો ભોગવિલાસ, માન-અભિમાનની વૃત્તિ ઈત્યાદિથી મુક્ત થઈને નિર્વિકારી જીવન જીવવાને બદલે પછી નવારૂપમાં વિકારી જાય છે. એના ખરાબ સંસ્કાર જવાને બદલે નવા રૂપની બીમારી થઈ જાય છે.

પરેશાન વ્યક્તિ દ્વારા બીજાઓને પણ પરેશાની

આજના સંસારનું ચિત્ર એવું છે કે દરેક વ્યક્તિ કોઈને કોઈ માનસિકરૂપથી આતંકિત એની ઉગ્રતા યા ઉગ્રવાદીથી પીડિત છે. એમની હિંસા પ્રવૃત્તિ અને સ્વાર્થ ભાવનાથી કષ્ટ ભોગવી રહ્યો છે. ઈશ્વરીય જ્ઞાન અને યોગ જ એવાં સાધન છે જે મનુષ્યને આ દલદલમાંથી બહાર કાઢે છે. જો એમના દ્વારા બહાર નીકળવાને બદલે કોઈ નવા રૂપથી ના કોઈ નવી ખેંચતાણમાં તણાતો રહે છે તો તે પણ ખરેખર દુર્ભાગ્યશાળી છે.

આપણે ઉગ્રતાનું સૂક્ષ્મ રૂપ પણ છોડીયે

જો કોઈ આપણને આતંકવાદી અથવા ઉગ્રવાદી માનવા યા કહેવા લાગે તો આપણને કેટલું ખરાબ લાગશે. એના બદલે કોઈ આપણને સજ્જન, સુશીલ અથવા સૌમ્ય માને તો કેટલું સારું લાગશે. એનો ભાવ તો એ થયો કે આપણે ઉગ્રતા અને આતંકને, જૂથબાજી અને હિંસાને, મનની કોમળતા અને નિર્મળતાને સારી માનીએ છીએ તો કેમ આપણે સદાને માટે લડાઈ ઝઘડા, ધમકાવવું, આતંક અને સિતમને સમાપ્ત કરી દઈએ અને દેવતુલ્ય યા દેવીતુલ્ય સ્વભાવ બને આપણું પોતાનું જીવન એવું નિર્મળ, મધુર, શાંત, શીતલ હોવું જોઈએ કે આપણા કાર્યવ્યવહારમાં આવનાર વ્યક્તિઓને ઘૃણા યા કટુતાની દુર્ગંધ ના આવે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **આજે વાતાવરણમાં પ્રદૂષણ વધવાને લીધે રોગોમાં વૃદ્ધિ થતી રહી છે. જેથી ખાદ્યપદાર્થોમાં પણ એટલી તાકાત રહી નથી, તે રીતે દવાઓમાં પણ રહી નથી. બહારના પ્રદૂષણની સાથે સાથે મનુષ્યનું મન પણ પ્રદૂષિત થઈ ગયું છે.**
- **સ્વાસ્થ્ય મનુષ્યની અણમોલ સંપત્તિ છે. પરંતુ લોકોની ખોટી જીવનશૈલી, તામસી ભોજન, વ્યસનોના સેવન તથા વ્યાયામ અને ચાલવાના અભાવને કારણે આજે દુનિયામાં રોગો વધી રહ્યા છે.**

પ્રસન્નતાના પથ પર

દિનભર સકારાત્મક રહેવાની વિધિ

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

ધારીલો કે ઘર યા ઓફિસમાં કંઈક ઉપર નીચે થઈ રહ્યું છે, સંબંધોમાં કંઈક સંસ્કાર સ્વભાવની ટક્કર છે. એ સમયે જો આપણે સકારાત્મક સંકલ્પ કરવામાં સક્ષમ છીએ તો એ પરિસ્થિતિને પાર કરી શકીએ છીએ. માત્ર પરિસ્થિતિને જ પાર કરી શકતા નથી. પણ પોતાના સંકલ્પોથી એ પરિસ્થિતિને બદલી શકીએ છીએ કારણકે પરિસ્થિતિ આપણા સંકલ્પોથી જ બને છે અને બદલાય છે. એને ઠીક કરવાની આપણા પોતાના હાથોમાં છે. એના માટે પહેલી વાત આપણે બીજાઓને દોષ દેવાનું બંધ કરીએ કે એમના કારણે આ થયું, એમના કારણે એવું થયું. નહીં. એને બદલે આપણે સ્વયંને ચેક કરીએ કે આ સમયે હું કેવા પ્રકારના સંકલ્પો નિર્મિત કરી રહી છું. એની ગુણવત્તા શું છે? કોઈ કહે છે, પોતાના સંકલ્પોને જોવા તે ઘણું મુશ્કેલ છે. મુશ્કેલ નથી બસ આપણે એમને કદી જોયા જ નથી.

દુનિયામાં આજે સકારાત્મક વિચાર વિશે ઘણી ચર્ચા થઈ રહી છે. એના સંબંધિત પુસ્તકો લોકો વાંચે છે. પ્રવચનો સાંભળે છે છતાં પણ સકારાત્મક વિચારવાનું બનતું નથી. શા માટે? કારણકે વિચારોનો સ્ત્રોત ક્યાં છે તેની તેમને ખબર નથી.

સંકલ્પ એક ઉર્જા છે. જે અંદર નિર્મિત થાય છે. એના માટે જેવી પણ કાચી સામગ્રી અંદર જશે એના આધાર પર તે નિર્મિત થશે. આ સામગ્રી છે માહિતી. આખા દિવસે આપણે કેવી માહિતી આપણી ઈન્દ્રિયોના માધ્યમથી લઈએ છીએ. જેવા જ સવારે ઉઠીએ છીએ તો આપણા સર્વની એ આદત હોય છે સમાચારપત્ર વાંચવાની. ક્યારેક એવું પણ થાય છે કે પથારી પર જ સમાચાર પત્ર વાંચીએ છીએ. એમાં પણ સૌથી પહેલાં પહેલું પાનું વાંચીએ છીએ. તેમાં જાત જાતના સમાચાર હશે. તે પહેલા પાના ઉપર આવશે કે અહીં આ થયું, ત્યાં તે થયું, કોઈ પિતાએ પોતાનાં બાળકોને મારી દીધાં તો સમાચારપત્રના માધ્યમથી આ માહિતી આપણી અંદર ગઈ. ભલે સૂચના નકારાત્મક હોય યા સકારાત્મક માહિતી અંદર જાય છે.

સવારે મન એકદમ શાંત હોય છે. એ સમયે મનમાં જે નાંખીશું તે અંદર ચાલ્યું જશે. આજે વિજ્ઞાને પણ સિદ્ધ કરી દીધું છે કે સવારના લગભગ બે કલાક સુધી આપણા મનની ગ્રહણ કરવાની શક્તિ વધારે હોય છે. એના પછી એની ક્ષમતા ધીરે ધીરે ઘટવા લાગે છે. જેને કારણે તે વધારે ગ્રહણ કરી શકતું નથી.

જ્યારે ચેતન મન શાંત થઈ જાય છે તો અવચેતન મન સક્રિય બની જાય છે. સવારના સમયે આપણે જ પણ માહિતી નાંખીશું તે ક્યાં જશે? તે સીધી ચેતનમનમાં જશે આપણે નકારાત્મક માહિતી નાંખી દીધી જેમ કે અહીં ધરતીકંપ થયો, અહીં આતંકવાદ છે, ત્યાં પૂર આવ્યું, ત્યાં એક્સીડન્ટ થયો. તો આ પ્રકારની માહિતી અવચેતન મનમાં નાંખી દઈએ છીએ જે આપણામાં ઘણાં ઊંડાણ સુધી જાય છે. પછી

એનાથી આપણા સંસ્કાર બનવા શરૂ થાય છે. પછી દિનભર આપણે કહીએ છીએ ડર લાગે છે. કારણ કે આપણે બીજ જ નાંખ્યું હતું હિંસા અને અસુરક્ષાની જેવી માહિતી આપણે સવારે પોતાના મનમાં નાંખીશું તો દિવસભર તે પ્રકારના વિચારો હશે. ભલે આપણે એ દેશ સાથે કંઈ લેવા દેવા ના હોય, જેના વિશે સૂચના વાંચી પણ શબ્દો કયા નાંખ્યા હતા? આ દેશમાં આવું થયું જે શબ્દો આપણા અવચેતન મનમાં સ્થિત થઈ જાય છે, જે દિવસભર તે પ્રકારના વિચારો હશે. ભલે આપણે એ દેશ સાથે કંઈ લેવા દેવા ના હોય, જેના વિશે સૂચના વાંચી પણ શબ્દો કયા નાંખ્યા હતા? આ દેશમાં આવું થયું. જે શબ્દો આપણા અવચેતન મનમાં સ્થિત થઈ જાય છે, જે દિવસભર વિચારોનું નિર્માણ કરે છે. હવે આપ ગમે તેટલી કોશિશ કરો કે સકારાત્મક માહિતી છે આપ વિચારી નહીં શકો. મુશ્કેલ થઈ જશે.

ધારી લો કે આપ સાંજે ઘેર પહોંચ્યા એ સમયે અન્ય કોઈ સમયથી ઘરમાં આવ્યા નહોતા. આપે પણ ફોન પર કોશિશ કરી પણ એમણે ફોન ઉઠાવ્યો નહી. તો એ સમયે આપના મનમાં સૌથી પહેલાં કેવા સંકલ્પ આવે છે? ક્યાંક એક્સીડન્ટ તો નહીં થયો હોય ને. આપે ઘણી સહજતાથી બોલી દીધું કે કદાચ એક્સીડન્ટ થઈ ગયો તો. આ પ્રકારના સંકલ્પ કેમ આવ્યા. કારણ કે આપણે સવારે પોતાના મનમાં શું નાંખ્યું હતું. તે પર નિર્ભર છે. એટલે સવારનો સમય આપણા માટે બહુ મહત્ત્વપૂર્ણ છે.

જ્યારે આપણે બ્રહ્માકુમારીઝ સંસ્થામાં આવીએ છીએ તો મનને સકારાત્મક બનાવવામાં બહુ મહેનત કરવી પડતી નથી. એની સરળ વિધિ છે. સવારે જ્યારે આપણું અવચેતન મન સક્રિય થાય છે ત્યારે ઘણી સકારાત્મક માહિતી મનને આપવામાં આવે છે. પરમાત્મા દ્વારા આપવામાં આવેલું આધ્યાત્મિક જ્ઞાન મનમાં ભરી દેવામાં આવે છે. જેવા એ સકારાત્મક શબ્દો અંદર જશે, તો તે આખા દિવસમાં સકારાત્મક સંકલ્પ જ ઉત્પન્ન કરશે એક છે સવારે આપણે કેવી માહિતી લઈએ છીએ અને બીજું છે, રાત્રે સૂતાં પહેલાં કેવી માહિતી લઈએ છીએ. આ બે વખતે અવચેતન મન માટે ઘણું જ મહત્ત્વપૂર્ણ છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 27નું અનુસંધાન)... પ્રસંગ પરિમલ

આંખોનો શાંતિ અન સાધુતા સાથે શો સંબંધ? મોટા ભાગે તે ભિક્ષુ આનંદભદ્રની સહનશીલતાના મર્મથી અપરિચિત હતો. એને સમજાવવા માટે મહાભિક્ષુએ કહ્યું, જ્યારે હું ઉપર આકાશ તરફ જોઉં છું તો મને સમજાય છે કે આ ધરતીનું જીવન ઘણું જ ક્ષણભંગુર અને સ્વપ્ન જેવું છે. અને સ્વપ્નમાં કોઈએ કરેલો વ્યવહાર મને કઈ રીતે સ્પર્શી શકે? જ્યારે મારી દૃષ્ટિ અંદર જાય છે તો હું સ્વયંને આત્મા અનુભવું છું. જે અવિનાશી છે. એનું કોઈ કંઈપણ બગાડી શકતું નથી.

જ્યારે હું આસપાસ જોઉં છું તો મને દેખાય છે આ દુનિયામાં એવા પણ ભાવનાશીલ મનુષ્યો છે જેમના હૃદયોમાં મારા પ્રત્યે અસીમ કરુણા છે. આ અનુભૂતિ મને ધન્યતાથી ભરી દે છે. પોતાની પાછળ જોતાં અનુભવ થાય છે કે આ સંસારમાં એવા કેટલાંયે પ્રાણીઓ છે જે મારા કરતાં પણ વધુ પીડા ભોગવી રહ્યાં છે. એમને જોઈને મારું હૃદય કરુણા - પ્રેમથી ભરાઈ જાય છે. આ રીતે હું શાંત છું, આનંદિત છું અને પ્રેમ સભર છું. કારણ કે મેં આંખોનો ઉપયોગ કરવાનું શીખી લીધું છે. ખરેખર જ આંખો ખોલવાથી જ જીવન દર્શન મળે છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

સુખીજીવનના પથ પર

બ્ર.કુ. સૂર્ય, જ્ઞાન સરોવર, માઉન્ટ આબુ

સંસારમાં સૌ કોઈ સુખોની શોધ કરે છે. કોઈ સુખ મેળવવા માટે ધનની પાછળ દોડે છે તો કોઈ વૈભવોની પાછળ દોડે છે. કોઈ સફળતા મેળવીને સુખી બને છે તો કોઈ સંબંધોમાં પ્રેમ મેળવીને સુખી થાય છે. કોઈ ને સારું નિવાસસ્થાન મળી જાય તો તે સ્વયંને સુખી સમજે છે. જેના મનની જે ઈચ્છા છે તે સાકાર થતાં મનુષ્ય સુખનો અનુભવ કરે છે. પરંતુ જે સુખ અન્યના આધાર પર મળે છે, તે સ્થાયી રહી શકતું નથી. કારણકે આધાર ચાલ્યો જતાં સુખ, દુઃખમાં પરિણમે છે.

દિવસે દિવસે સંસારમાં દુઃખ વધી રહ્યું છે જેને પણ મળો, તે પોતાના દુઃખની કથા કહેવાનું શરૂ કરી દે છે. વિશેષ રૂપે પરિવારના સંબંધોમાં દુઃખ જલદીથી વધી રહ્યું છે જો કે તેમાં મનુષ્યનાં કર્મ તથા સંસ્કાર જ કારણ ભૂત છે. તો બીજાઓનો સ્વાર્થ તથા દુર્વ્યવહાર પણ એનું મૂળ કારણ છે.

સ્વયંને બદલો

આપણે સુખ ઈચ્છીએ છીએ તો આપણે સ્વયંને બદલવા પડશે. જો આપણે આપણા દુઃખોનું કારણ બીજાઓમાં શોધતા રહીશું, તો કદી પણ સુખી થઈ શકીશું નહીં. આપણે એ યાદ રાખવું જોઈએ કે આપણી સાથે જ કંઈ થઈ રહ્યું છે એના માટે જવાબદાર આપણે જ છીએ.

સ્વયંને સહનશીલ બનાવવા, સ્વયંની વાત કરવાની ઢબ પણ મધુર બનાવવી, સ્વયંના સંસ્કારોને સરળ તથા સુખદાયી બનાવવા આ સુખી રહેવાની વિધિ છે. આપણે બદલીશું, તો બીજાઓ પણ બદલાશે. જો આપણે બીજાઓના બદલવાની રાહ જોઈશું, તો તેઓ પણ આપણા બદલવાની રાહ જોશે. આ રાહ જોવાની ઘટના ક્યારેય પૂરી નહીં થાય. એક માણસ વિચારે છે કે બીજી વ્યક્તિ કડવું બોલે છે તેથી મારું સુખ નષ્ટ થઈ જાય છે. તે મીઠું બોલે, તો હું સુખી રહું. પણ જો તે મીઠું નહીં બોલે, તો શું તમે જીવનભર દુઃખી જ રહેશો. ના તે કડવું બોલતો રહે, આપણે આપણી સહનશક્તિ વધારી દઈએ, તો સુખી બનીશું.

આપણે જેવું બોલીશું, તેવું જ સાંભળીશું. આપણે સુખ આપીશું, તો સુખી બનીશું. આપણે ખુશી વહેંચીશું તો ખુશી બમણી થઈને આપણી પાસે આવશે. દાતા બનીશું તો સુખી રહીશું.

લાગણીશીલ બનો

આજે મનુષ્યનું મન એટલું નિર્બળ થઈ ગયું છે કે તે થોડી થોડી વાતમાં વધારે વિચારે છે. એને લાગણીશીલ સ્વભાવ કહેવાય છે. કેટલીયે કન્યાઓ વિશેષ રૂપે વધારે લાગણીશીલ છે કારણ કે તે બીજાઓ પાસેથી વધારે અપેક્ષાઓ રાખે છે. એને પરિણામે દરેક વાતનો પ્રભાવ એમના મસ્તિષ્ક પર પડે છે. એનાથી તે વધારે દુઃખી રહે છે. તેઓ તૃપ્તિ નજરોથી બીજાઓ તરફ જુએ છે કે કોઈ એને પ્રેમ આપે, સન્માન આપે.

આપણે સ્વયંને એટલા શક્તિશાળી બનાવવાના છે કે કોઈપણ વાત આપણા મસ્તિષ્કમાં ઘૂસે નહીં. એટલા માટે સ્વયંને વિશાળ હૃદયી બનાવીએ. કોઈ આપણને કંઈ પણ ના કહે

એવા નાજુક ના બનો. એનાથી અંદરમાં ડર પણ વધે છે અને વીલપાવર પણ નષ્ટ થાય છે.

એટલા ખુલ્લા દિલના બનીએ કે સંસારમાં કોઈપણ આપણી ખુશી છિનવી ના શકે. હસીને સર્વ વાતને સમાપ્ત કરી દઈએ. એટલા માટે ઈશ્વરીય જ્ઞાન લઈને એનું ચિંતન કરીએ. એનાથી વિચાર વિશાળ બનશે અને આપણે નાની નાની વાતોમાં લાગણીશીલ પણ બનીશું નહીં. સંકલ્પ કરો કે મારે કોઈ વાતથી લાગણીશીલ બનવું નથી. તો સદા સુખી રહીશું.

શક્તિશાળી બનવા માટે શક્તિશાળી સંકલ્પ, સ્વમાન તથા રાજયોગનો અભ્યાસ ઘણો જરૂરી છે. હું સર્વશક્તિવાનનું સંતાન માસ્ટર સર્વ શક્તિવાન છું. આ સ્મૃતિ આપણને શક્તિશાળી બનાવવશે. સર્વ શક્તિવાન મારી સાથે છે આ નશો લાગણીશીલતાને ખતમ કરશે. પરંતુ આ બંને સ્મૃતિઓ આખા દિવસમાં ઓછામાં ઓછી દસ વાર તો કરવી જ પડશે.

સંતુષ્ટ આત્મા બનો

'संतोषम् परम सुखम्' મનુષ્યની અસીમિત ઈચ્છાઓ એના દુઃખોમાં વૃદ્ધિ કરી રહી છે. ઈચ્છાપૂર્ણ કરવા માટે એના ધન, સંકલ્પશક્તિ તથા સમય નષ્ટ થાય છે. એનાથી મહેનત પછી પણ જ્યારે ઈચ્છા અપૂર્ણ રહી જાય છે તો દુઃખમાં વધારે વૃદ્ધિ થાય છે. એટલા માટે યાદ રાખો - જેટલી ઓછી ઈચ્છાઓ એટલું જ વધારે સુખ.

બ્રહ્માવત્સ સ્વયંને પૂછે કે શું ભગવાનને મેળવીને આપણે સંતુષ્ટ થયા? જો કોઈ મનુષ્ય ભગવાનને મેળવીને પણ સંતુષ્ટ ન હોય તો એને શું કહીશું? જે કંઈ આપણી પાસે છે એને સહજ ભાવથી પ્રાપ્ત કરવામાં લાગી જાઓ. જે કંઈ આપણી પાસે છે એનો આનંદ માણો અને સંતુષ્ટ રહો. જે કંઈ આપણી પાસે નથી એને સહજ ભાવથી પ્રાપ્ત કરવામાં લાગી જાઓ. કેટલાક મનુષ્ય વર્તમાનનો પણ આનંદ લઈ રહ્યા નથી અને ભવિષ્ય માટે ભાગે છે કે તેઓ પરેશાન રહે છે.

સ્વીકાર કરીલો

જેમ જેમ સંસારમાં પાપ વધતાં જાય છે તેમ તેમ દુઃખ પણ વધતાં જાય છે. જેનું પુણ્યનું ખાતું વધારે હશે તેટલા તે સુખી રહેશે. આ કલિયુગનો અંત છે. અહીં બીમારીઓનો પ્રકોપ પણ વધતો જાય છે બીમારીઓમાં પણ જેટલા હળવા રહીશું તેટલી બીમારીઓ જલદીથી દૂર થશે.

આપણે મહાવિનાશની તરફ આગળ વધી રહ્યા છીએ. અહીં સામૂહિક મોતની ઘટનાઓ પણ દિવસે દિવસે વધતી જશે. જેનો આપણે સ્વીકાર કરવો પડશે તથા સ્વયંને તૈયાર પણ કરવા પડશે. આપણે ખુશીથી પાપ કર્યા છે. તો ખુશીથી ભોગવવાં પણ પડશે. આ સૃષ્ટિ ઉપર જે કંઈ બનશે એમાં કોઈનું કંઈ ચાલી શકશે નહીં. આપણે એ સદા યાદ રાખવું પડશે કે હવે સર્વ આત્માઓને કર્મોનો હિસાબ કિતાબ ચુક્તે કરીને ઘેર પાછા ફરવાનું છે.

તો આવો, અત્યારથી જ આપણે દુઃખોથી મુક્ત રહેવાનું શીખીએ. ગમે તે થઈ જાય પણ આપણને દુઃખનો સ્પર્શ ના થાય ત્યારે આપણે માસ્ટર દુઃખ હર્તા બની શકીશું. જો દુઃખ દૂર કરનારા જ દુઃખી બનવા લાગશે તો અન્ય આત્માઓનું દુઃખ દૂર કોણ કરશે? ભગવાનુવાચ છે કે સંસારમાં હવે દુઃખોના પહાડ પડવાના છે. એટલે સ્વયંને ઈશ્વરીય સુખોથી અને રાજયોગના બળથી એટલા ભરપૂર કરી લઈએ કે દુઃખ આપણને દુઃખ લાગે જ નહીં.

॥ ઓમશાંતિ ॥

અંતર્મનનું નવું સોફ્ટવેર

બ્ર.કુ. ગીતાબેન, શાંતિવન, આબુરોડ

આપણે સમયના એવા દૌરથી પસાર થઈ રહ્યા છીએ જ્યારે આપણી આસપાસનું વાતાવરણ, સંસાર ઘણી ઝડપથી બદલાઈ રહ્યાં છે અને વ્યક્તિ પણ અંદરથી બદલાય રહ્યો છે.

જૂના સોફ્ટવેર સાથે જિંદગી જીવી રહ્યા છીએ

મોબાઈલ એપ્લીકેશન અને કોમ્પ્યુટરના સોફ્ટવેરનાં નવાં સંસ્કરણ (વર્જન-version) બજારમાં આવતાં જ રહે છે. આપણે એ બદલવા માટે તત્પર પણ રહીએ છીએ. કારણ કે જો આપણે પરિવર્તન ના કરીએ તો આઉટડેટેડ થઈ જાય છે પરંતુ આશ્ચર્યની વાત છે કે આપણે સોળ વર્ષની ઉંમરથી, પૂર્વજન્મોના હિસાબ-કિતાબ, રૂઢિગત માન્યતાઓ, સંસ્કાર વિચાર તથા વર્તમાન શિક્ષણ, સોસ્યલ મીડિયાના પ્રભાવથી જે વિકૃત્તિઓ સ્વયંમાં આવી છે. આવા જૂના સોફ્ટવેયરથી જ જિંદગીને જોતાં, જીવતાં અને એ અનુસાર જ વ્યવહાર કરીએ છીએ.

અંદર પરિવર્તન થયું કે નહીં, આ હિસાબ જોવો જરૂરી

વાસ્તવસમાં આપણે સ્વયંના વર્ષો જૂના વિચાર, વૃત્તિ-વ્યવહારમાં પરિવર્તન આવ્યું કે નહીં, એનો હિસાબ-કિતાબ જોવો જોઈએ. એ વિચારવાની વાત છે કે શું આપણે અંદરના સોફ્ટવેયરને અપડેટ કરવું ના જોઈએ? જ્યારે આપણે ભણીએ છીએ તો એક જ કક્ષામાં ભણતા રહીએ છીએ યા આગળ વધીએ છીએ? આપણી ડીગ્રીનું મૂલ્યાંકન થાય છે ને ? એક અભ્યાસક્રમ આપણે ભણીએ છીએ કે નવા નવા વિષયોના ગહન જ્ઞાનની ઉચ્ચ ડીગ્રી પ્રાપ્ત કરતા રહીએ છીએ? જે કંઈ ભણીએ છીએ, શીખીએ છીએ એને નોકરી, ધંધા યા સંશોધન કાર્યમાં ઉપયોગ કરતાં સ્વયંનું પણ ઘડતર કરીએ છીએ અને સમાજ-દેશના નવનિર્માણમાં યોગદાન આપીએ છીએ ને? કે પછી આજીવન અભ્યાસ કરતા રહીએ છીએ યા રટણ કર્યા કરીએ છીએ?

કથા વાર્તાઓથી માત્ર મનોરંજન યા એના પર આચરણ

પરંતુ આત્મકલ્યાણ યા સ્વઉન્નતિના સંદર્ભમાં આપણે પોતાના પ્રયાસોને જોઈએ તો આપણે બાહ્યજીવન - વ્યવહારિક જીવનમાં જે કરીએ છીએ, એનાથી વિપરીત જ કરીએ છીએ - તે કથા વાર્તાઓ પણ સાંભળતા રહીએ છીએ. શાસ્ત્રો ગ્રંથો, પુરાણો, આત્મકથાઓનો માત્ર વિચારયજ્ઞ જ ચાલુ રાખીએ છીએ? જીવનને નવી દિશા આપવા અને વાસ્તવિક જગતને અનુરૂપ યોજના બનાવીને જીવનને સફળ બનાવવા માટે ચિંતન કરતા નથી. હવે આપણે ગીતા, રામાયણ, ભાગવત, મહાભારત યા જીવનચરિત્રોના સારને તો સમજી ગયા છીએને? તો પછી આ પ્રકારના સત્સંગને જીવનભર પુનરાવૃત કરીને મનોરંજન જ કરીએ છીએ યા એ અનુસાર આચરણ કરી જીવનને શ્રેષ્ઠ - શુધ્ધ બનાવતાં આગળ પણ વધીશું? આવા સત્સંગના આધાર પર જે જ્ઞાન પ્રકાશ, સદ્ વિવેક આપણે પ્રાપ્ત કર્યો છે કે એને

પુનરાવૃત કરતા રહેવા છતાંય જીવનમાં કંઈ નક્કર ઊર્ધ્વગામી પરિવર્તન કરીને ઉચ્ચતા મેળવવી પણ જરૂરી છે. જો જ્ઞાન ક્રિયાકાંડથી આગળ વધીને આચરણ - સ્વરૂપ ધારણ ના કરતા હોય તો માત્ર વિદ્વતા યા પાંડિત્ય કોઈ કામનાં રહેતા નથી. સદ્ જ્ઞાનને અનુરૂપ જીવન જીવવા છતાં આપણે સર્વકર્તવ્ય અદા કરવાનાં છે જ્ઞાન જાણવા છતાં અકર્તવ્ય કરતા રહીશું યા ભૂલો કરતા રહીશું તો અનેક દુ:ખદ પરિણામ આપણે ભોગવવાં પડશે.

ગૌરવગાથાઓમાંથી બોધપાઠ લઈએ

અહીં આપણે આત્મમંથન યા સ્વદર્શન કરવાની જરૂર છે. જેમ વાર્તા છે કે નળ પર બેસીને રોજ રોજ ભીંજાતો હોવા છતાં માલિકે કહ્યું કે મીઠ્ઠુરામ નળ પર ના બેસીશ અને તે પોપટ માલિકની શિખામણનું રટણ કરતો રહ્યો અને નળ પર બેસીને ભીંજાતો પણ રહ્યો - હવે આતો નિરર્થકતા થઈને? આવું આપણે પણ કરીએ છીએ. જરૂરી તો એ છે કે ભૂતકાળની ગૌરવ-ગાથાઓમાંથી સાચો બોધ લઈને યોગ્ય જીવન જીવવાનું શીખી લઈએ.

પ્રકૃત્તિજગત પ્રદૂષણ મુક્ત બને એ પણ જરૂરી છે. પરંતુ આપણું આંતરિક જીવન પ્રદૂષણ મુક્ત બને - આ પણ જરૂરી છે. આ કાર્ય આપણે પોતે જ કરવાનું છે અને જલદી કરવાનું છે. શરીર હાર્ડવેયર છે અને ચૈતન્યશક્તિ આત્મા સોફ્ટવેયર છે. શરીર રૂપી હાર્ડવેયર તો આપણે જન્મે જન્મે બદલતા રહીએ છીએ. નવો જન્મ થયો શરીર સમય અને પ્રકૃતિના સંસર્ગમાં આવતાં જૂનું થઈ જાય છે અને નષ્ટ થઈ જાય છે. પછી આપણે નવું શરીર ધારણ કરીએ છીએ. આ કુદરતી ક્રમ બનેલો છે.

વિકૃત સંસ્કારો રૂપી જૂનું સોફ્ટવેયર

ચૈતન્યશક્તિ પોતાના અનાદિ સ્વરૂપમાં શુદ્ધ, સત્ય, પવિત્ર છે આ સૃષ્ટિ ખેલમાં જ્યારે આપણે પરમધામથી આવીએ છીએ તો આપણે આપણી સતોપ્રધાન સ્થિતિમાં હોઈએ છીએ. પરંતુ સમય અને પ્રકૃતિના પ્રભાવમાં આવીને આપણે આત્મવિસ્મૃત થઈએ છીએ અને પરમાત્માથી વિયોગી થઈ જઈએ છીએ. એનાથી આત્મારૂપી સોફ્ટવેયર પર અજ્ઞાન, મિથ્યાજ્ઞાન, અપૂર્ણ જ્ઞાનનું આવરણ આવવા લાગે છે જે વિકાર, અવગુણ, બુરાઈઓ કમજોરીઓના રૂપમાં વિકસિત થાય છે. આજે આપણે એ વિકૃત, અપૂર્ણ સંસ્કારો રૂપી સોફ્ટવેયરથી જ કર્મ કરીએ છીએ. પરિણામ સ્વરૂપ સંબંધોમાં, પરિવારમાં, સમાજ વ્યવસ્થાઓમાં, કાર્યક્ષેત્રોમાં શાસન-પ્રશાસન ક્ષેત્રમાં અને લગભગ બધી કક્ષાએ આપણે અરાજકતા, અવ્યવસ્થાનો અનુભવ કરી રહ્યા છીએ. એનું પરિણામ બહુ સ્પષ્ટ રૂપથી આપણા સર્વના સામે દુ:ખ, અશાંતિ, વ્યગ્રતા, નિરાશા, તનાવના રૂપમાં આવી રહ્યાં છે. માનવજીવન બોજ-જંજાળ બની રહ્યું છે.

એક બીજા ઉપર કીચડ ઉછાળવાથી કામ થશે નહીં વધુમાં આપણું વિશ્વ આંગણું ગંદુ અને વિકૃત બની જશે. મુસીબતની વાત તો એ છે કે આપણે દુ:ખી - વ્યથિત થઈને પીડા ભોગવી રહ્યા છીએ. પરંતુ સ્વપરિવર્તન કરવા માટે તૈયાર નથી.

પરમાત્મા પિતા લાવ્યા છે નવું સોફ્ટવેયર

યથાર્થ તો એ છે કે આપણે આ જૂના વિકૃત સોફ્ટવેયર અર્થાત આત્મામાં રહેલ અજ્ઞાનતા, અસત્ય વિચારો, ભાવો અને એનો સમજપૂર્વક એક ધકથી ત્યાગ કરી દેવો જોઈએ. જ્યારે સ્વયં પરમાત્મા સત્ય જ્ઞાન અને રાજયોગ દ્વારા

સદ્ગુણોનું, દિવ્ય શક્તિઓનું નવું સોફ્ટવેયર અર્થાત્ નવું સંસ્કરણ (version-વર્જન) લઈને આવ્યા છે અને પોતાના નિમિત્ત માધ્યમ પ્રજાપિતા બ્રહ્મા દ્વારા તથા એમની આધ્યાત્મિક રચના બ્રહ્માકુમારીઓ અને બ્રહ્માકુમારો દ્વારા વિનામૂલ્યે આપી રહ્યા છે. હર કોઈ લઈ શકે, એવી સહજ સ્કીમ એમણે બનાવી છે. અને તે છે 'જૂના, પતિત - ભ્રષ્ટ સોફ્ટવેયર આપીને નવું દિવ્ય, પવિત્ર - શ્રેષ્ઠ સોફ્ટવેયર લઈ લઈએ.

નિશ્ચિત સમય મર્યાદામાં નવું સોફ્ટવેયર ધારણ કરી લઈએ

સમય ઘણો તેજ ગતિથી આગળ વધી રહ્યો છે. સંસાર અતિના અંતની સાક્ષી બનીને, સત્ય અને શ્રેષ્ઠની સમાપ્તિ તરફ આગળ વધી રહ્યો છે. એક બાજુ વિજ્ઞાન સર્વ કાંઈ વિશુદ્ધ, ગુણવત્તાપૂર્ણ સૂક્ષ્મ અને સંગઠિત બની રહ્યું છે, બીજી બાજુ, પરમાત્માનું સત્ય જ્ઞાન પણ આપણને (ચૈતન્યશક્તિ આત્માને) વિશુદ્ધ સતોપ્રધાન બનાવી રહ્યું છે. પરમાત્મ પ્રદત્ત શુદ્ધ સોફ્ટવેયર અપનાવવાથી જૂના, કલિયુગી, ભ્રષ્ટ પોતાની મેળે જ ડીલીટ થઈ રહ્યા છે. પરંતુ એક બાજુ ધ્યાન રાખવાની વાત કહો યા શરત કહો તે એ છે કે આ કાર્ય નિશ્ચિત સમયાવધિ અંતર્ગત કરવાનું છે. સૃષ્ટિ પરિવર્તનના પહેલાં જો આપ સ્વયંને પરિવર્તત કરશો તો મન, વચન, કર્મમાં પરમાત્મા પિતાએ આપેલ દિવ્ય સોફ્ટવેયર ધારણ કરી લેશો તો મહાપરિવર્તનના સૂત્રધાર પણ બની શકશો.

તો ચાલો, વિચારતા ના રહો. જલદીથી સ્વયં પર ધ્યાન આપો. હિંમત આપણી હજારગણી મદદ પરમાત્માની અને ઊર્ધ્વની તરફ વધતા સમયની.

॥ ઓમશાંતિ ॥

મેરી ક્રિસમસ

બ્ર.કુ. પાયલ (ભોલી), ઉપલેટા

નાતાલના દિવસે ધરા પર આવનારી
એ આત્મા હતી વિશેષ,
કુમારી મેરી દ્વારા પાવન જન્મ લઈ,
ઈસુએ આપ્યો પ્રભુ સંદેશ,
રાત ગઈ દુઃખની હવે આવશે, સુખ-શાંતિની સવાર...
ક્રિસમિસથી મીઠા પ્રભરત્નોને ...
ક્રિસમસની મુબારક વારંવાર...

ત્યાગ, દયા, કરૂણા, પ્રેમભાવથી ઈસુએ
હટાવ્યું અજ્ઞાનતાનું આવરણ,
શૂળીએ ચડાવનાર માટે પણ દુવા કરી સ્થાપ્યું,
ક્ષમાનું શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ,
ઈસુ સમ જીવન બનાવવાનો આવો કરીએ દૃઢ નિર્ધાર...
ક્રિસમિસથી મીઠા પ્રભુ રત્નોને...

લાલ વસ્ત્રધારી વૃદ્ધ સાન્તાક્લોઝ,
પ્યારા બાળકોના સ્નેહી,
વૃધ્ધ પ્રજાપિતા બ્રહ્માનાં તનમાં,
પ્રવેશ્યા શિવ લાલ વિદેહી,
બ્રહ્મામુખથી આપ્યો શિવપિતાએ સત્ય જ્ઞાનનો સાર...
ક્રિસમિસથી મીઠા પ્રભુ રત્નોને...

રોશની, ફૂલો સંગ તારલાઓથી,
સહુ ક્રિસમસ ટ્રીને સજાવે,
રાગ-દ્વેષ ભૂલાવી સ્વજનો સાથે,
જમે ને મોજ મનાવે,
ચૈતન્ય આત્માઓ જ છે પરમાત્મ બગીચાનો શ્રૃંગાર...
ક્રિસમિસથી મીઠા પ્રભુ રત્નોને...

મનગમતા ઉપહાર મેળવવા બાળમાનસ,
સજાવે સ્વપ્નોની નગરી,
ધરતી પર સ્વર્ગ સજાવવા કરી રહ્યા,
શિવપિતા અનોખી જાદુગરી,
માનવને દેવ બનાવી શિવ આપે નવયુગનો ઉપહાર...
ક્રિસમિસથી મીઠા પ્રભુ રત્નોને...

॥ ઓમશાંતિ ॥

ભયનું ભૂત

બ્ર.કુ. લોકપાલ, શાંતિવન, આબુ રોડ

આજે દરેક મનુષ્યની અંદર કોઈને કોઈ પ્રકારનો ભય વ્યાપ્ત છે. ભય એટલે ડર, એનાં કેટલાંયે પાસાં છે. ભયનો મોટા ભાગનો હિસ્સો ભય પર આધારિત છે અર્થાત્ કાલ્પનિક હોય છે. બીજું કંઈ પણ કર્યા વિના માત્ર શંકા, અનુમાનના આધાર પર પણ ભય સવાર થઈ જાય છે. જો આ ભયની તીવ્રતા વધી જાય તો આ ગંભીર બીમારી ફોબિયાનું રૂપ ધારણ કરી લે છે. જો કે આ માનસિક બીમારી છે એટલે એનો ઈલાજ એટલો સરળ નથી. એના માટે મનને શક્તિશાળી બનાવવું પડે છે.

બિલાડીને જોઈને આંખો બંધ કરી દેવી

ભય કઈ રીતે આપણી શક્તિઓ અને વિશેષતાઓને પંગુ બનાવી દે છે. તેને આપણે બિલાડી અને કબૂતરના ઉદાહરણથી સમજી શકીએ છીએ. જો બિલાડી અચાનક કબૂતરની સામે આવી જાય તો તે એટલું ભયભીત બની જાય છે કે તે પણ ભૂલી જાય છે કે તે ઉડી પણ શકે છે. ભયને કારણે ઉડવાને બદલે તે આંખો જ બંધ કરી લે છે. અને બીજી જ પળે શિકાર થઈ જાય છે. કબૂતરની પાસે પર્યાપ્ત સમય અને સામર્થ્ય હતું પણ ભય સર્વ કાંઈ ભૂલાવી દીધું. એ રીતે આપણી પાસે પણ પરિસ્થિતિને નિપટવા માટે પર્યાપ્ત સમય અને શક્તિ હોય છે પણ ભયને કારણે સર્વ કાંઈ ભૂલી જાય છે અને હારી જાય છે કે હવે કાંઈ થઈ શકે નહીં.

જેટલો વધારે ભય તેટલી પરિસ્થિતિ મોટી

ભય આપણને કમજોર અને પરિસ્થિતિ-ઓને મજબૂત બનાવી દે છે અર્થાત્ મોટી બનાવી દે છે. એકવાર ગુરુકુળમાં શ્રીકૃષ્ણ અને બલરામને રાત્રિમાં વારાફરતી ચોકીદારના રૂપમાં ભાગ ભજવવાનો હતો. જે રાત્રિએ બલરામ જાગી રહ્યા હતા ત્યારે એક ભયાનક રાક્ષસ આવી ગયો. એને જોઈને બલરામ ભયભીત થઈ ગયા. જેટલા તેઓ ભયભીત બનતા હતા તેટલો રાક્ષસનો આકાર વધતો હતો. છેવટે બલરામ ભયથી મૂર્છિત થઈ ગયા. બીજી રાતે જ્યારે કૃષ્ણની પહેરેદારી પૂરી થઈ ગઈ ત્યારે બલરામે પૂછ્યું, શું આપની પાસે કોઈ રાક્ષસ આવ્યો હતો? એમણે કહ્યું, હા અને ખિસ્સામાંથી કાઢીને એજ રાક્ષસ બનાવ્યો તો રમકડાની જેમ તે લાગી રહ્યો હતો તેનું કદ નાનું થઈ ચૂક્યું હતું. ત્યારે શ્રી કૃષ્ણે જણાવ્યું કે આપ ડરી ગયા એટલે એનો આકાર વધી ગયો. મેં નિર્ભયતાની સાથે એનો સામનો કર્યો તો તે નાનો થતો ગયો.

ભયનાં કારણ

ભયનાં અનેક કારણ હોઈ શકે છે. જેમ કે મૃત્યુનો ભય, પૂર્વજન્મની કોઈ ભયાનક ઘટના જેની સૂક્ષ્મ સ્મૃતિ આ જન્મમાં પણ ભયભીત કરે છે. પાપકર્મનો કાળો પડછાયો પણ માનવને અહીં તહીં ઘૂમતો દેખાય છે અને તેને ભયભીત કરે છે. જૂઠું બોલવું અને જૂઠુ પકડાઈ ના જાય એનો પણ ભય હોય છે. અંદર કંઈ અને બહાર કંઈ એવી વ્યક્તિ સત્યનો સામનો કરવામાં ભયભીત બની જાય છે. લોકલાજનો પણ ભય હોય છે કે લોકો મારા વિશે શું કહેશે અને કઈવાર અધૂરું જ્ઞાન પણ ભયનું કારણ બની જાય છે.

જે ડરી ગયો તે મરી ગયો

કેટલીકવાર વધારે પડતા ભયને કારણે

મૃત્યુ પણ થઈ જાય છે. કારણ કે ભયને કારણે આપણા મસ્તિષ્કની અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથીઓ બહુ પ્રમાણમાં એડ્રેનાલાઈન નામનો ઝેરીલું રસાયણ છોડે છે. જે ઝેરનું કામ કરે છે. આપણું મસ્તિષ્ક સંકલ્પોના આધાર પર સંસારના સૌથી ઘાતક ઝેરનું નિર્માણ પણ કરે છે અને જીવનદાયી અમૃતપણ દુર્ઘટનાઓના સર્વેથી એ વાત સામે આવી કે દુર્ઘટના ગ્રસ્ત લોકો ભયભીત થઈ ગયા અને સાચો નિર્ણય કરી શક્યા નહીં. લગાવવાની હતી બ્રેક પણ ભયને કારણે એક્સીલેટર દબાવી બેઠા. વળવાનું હતું ડાબી બાજુ પણ વળી ગયા જમણી બાજુ જે નિર્ભય રહ્યા એમની બુદ્ધિ સ્થિત રહી અને સ્થિર બુદ્ધિથી સાચો નિર્ણય લઈને પોતાના હજારો લોકોના જીવ બચાવ્યા. યુદ્ધ નીતિઓમાં પણ પહેલાં શત્રુના મનને ભયભીત કરે છે જેને કારણે તેમને હરાવવાનું અને મારવાનું સરળ બની જાય છે. ડાળીથી કોઈ દિવસના પડનાર વાંદરો. સિંહની ત્રાડ સાંભળીને હાથ છોડી દે છે અને ઝાડ ઉપરથી પડી જાય છે. ભયભીત વ્યક્તિ વારંવાર મોતથી મરે છે, નિર્ભીક માત્ર એકવાર.

મનોવૈજ્ઞાનિક ભય

જો કોઈપણ વાતને કારણે આપનામાં ભય છે તો આપ એના જીવનમાં આવાહ્ન કરી શકો છો. પછી તે બીમારી હોય યા અન્ય કોઈ પરિસ્થિતિ, એનાં લક્ષણ આપના શરીરમાં આવવા લાગશે. આપણા અચેતન મનમાં ઘણી શક્તિ છે પરંતુ એનો જૂઠ-સત્ય સાથે મતલબ નથી. એનું કામ છે. જે પણ આપણે વિચાર્યું હોય તેના પર કામ શરૂ કરી દે છે.

કઈ રીતે ભયને ભગાવીએ

(૧) સ્વયંની સ્મૃતિ - જ્યાં સુધી આપણે સ્વયંને દેહ માનીએ છીએ, ત્યાં સુધી અનેક પ્રકારના ભય આપણને વાસ્તવિક સ્વરૂપનો અનુભવ કરીએ છીએ કે હું એક આત્મા છું તો આપણે નિર્ભય બની જઈએ છીએ. આત્મા તો સ્વયંમાં જ શક્તિનો પુંજ છે. એને કોઈ ભૌતિક સહારાની જરૂર નથી. ગીતામાં કહેવામાં આવ્યું છે-

नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावक
न चैनं वलेयदन्तयोपो न शोषयति मारुत

અર્થાત્ આત્માને કોઈ શસ્ત્ર કાપી શકતું નથી ના અગ્નિ એને બાળી શકે છે. ના પાણી એને ભીંજવી શકે છે, ના હવા સૂકી કરી શકે છે.

ગૌતમ બુદ્ધનો સામનો જ્યારે અંગુલિ માલથી થયો તો જરા પણ ભયભીત થયા નહીં. અંગુલિમાલે કહ્યું, હે સંન્યાસી, તને મારાથી ભય લાગતો નથી? મેં અનેક લોકોને મારીને એમની આંગળીઓની માળા બનાવીને પહેરી છે, જુઓ આ સમયે હું ઈચ્છું તો આ સમયે તમારું મસ્તક ધડથી અલગ કરી શકું છું. બુદ્ધે હસતાં કહ્યું, જો તમે આવું કરશો તો મારી ગરદન કપાતાં હું સ્વયં જોઈશ. જે પ્રમાણે તમે જુઓ છો હું નશ્વર શરીર છું જ નહીં. મેં તો અવિનાશી ચેતના છું.

(૨) પરમાત્મ સ્મૃતિ - કહેવામાં આવે છે કે જેનો સાથી છે ભગવાન, એને શું રોકે આંધી અને તોફાન. જો ભગવાનનો સાથ છે તો સંસારરૂપી સાગરમાં કેટલીયે લહેરો આવે પણ ડૂબી શકતા નથી. ઈશ્વર અપને સાથ હૈ તો ડરને કી ક્યા બાત હૈ. આ જીવનસફરમાં ખુદાને પોતાના દોસ્ત બનાવો, પછી જુઓ, આપ મોટામાં મોટા ભયને પણ આસાનીથી ખેલ સમજીને પાર કરી લઈશું અને સંપૂર્ણ નિર્ભય આત્મા બની શકીશું.

॥ ઓમશાંતિ ॥

દિવ્યદર્શન

ઈશુનો જન્મ - એક સંદેશ - નાતાલ પર્વ

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

બે હજાર વર્ષ પહેલાની વાત છે જૂના વર્ષના અંતિમ દિવસો અને નવા વર્ષના શરૂઆતના સંગમમાં તારીખ 25 ડિસેમ્બરના દિવસે પ્રતિ વર્ષે પયગંમ્બર ઈશુ ખ્રિસ્તની યાદગાર નાતાલ પર્વ તરીકે ઉજવાય છે. પયગંમ્બર ઈશુ ખ્રિસ્તની યાદગારમાં ખ્રિસ્તી વર્ષ શરૂ થયું. અત્યારે ઈ.સ. 2020નું વર્ષ ચાલી રહ્યું છે અને આવનારી પહેલી જાન્યુઆરીથી નવું વર્ષ ઈ.સ. 2021નું શરૂ થશે. આવી રીતે જૂના અને નવા વર્ષના સંધિકાળે અર્થાત્ સંગમના સમયે તારીખ 25 ડિસેમ્બરથી 1 જાન્યુઆરી સુધી નાતાલનો તહેવાર સમગ્ર દેશ અને દુનિયાના ખૂણે ખૂણે બધા લોકો ખૂબ ધામધૂમથી ઉજવે છે. આ તહેવારમાં ક્રિસમસ ટ્રી અને શાંતાક્લોઝ દ્વારા અપાતી અનોખી ભેટનું એક આગવું વિશેષ મહત્ત્વ પણ છે.

ઈશુના જન્મની કથા

ઈશુ ખ્રિસ્તના જન્મ પહેલા જ તેમની માતા મરિયમ અને પિતા યુસુફને દેવદૂત દ્વારા ઈશુના જન્મ કેવી રીતે થશે તેના સમાચાર આપવામાં આવ્યા, તેની રસપ્રદ કથા છે. નઝેરેથ નામના એક ગામમાં મરિયમ નામની કુમારી પાસે એક પવિત્ર દૂત (મેસેન્જર) ગાબ્રલેયને મોકલવામાં આવ્યો. રાજા દાઉદના વંશજ એક સુથાર યુવાન યુસુફ સાથે મરીયમની માત્ર સગાઈ જ થઈ હતી. બંનેની સગાઈ થઈ પરંતુ વિવાહ થયા ન હતા. પ્રભુના દૂતે મરિયમ પાસે આવીને કહ્યું, 'મરિયમ તું દેવકૃપાની અધિકારી બની છે, પ્રભુ તારી સાથે છે. તું સુખી રહેજે. તને એક દીકરો થશે અને તું તેનું નામ ઈશુ પાડજે.' મરિયમ તો કુંવારી કન્યા હોવાથી આ સંદેશ સાંભળીને ગભરાઈ ગઈ અને દૂતને કહ્યું કે, 'આવા બાળકનો જન્મ મારી કૂખે કઈ રીતે થઈ શકે?' તો દૂતે ઉત્તર આપ્યો કે, 'મરિયમ તું જરા પણ ગભરાઈશ નહિ દેવ પાસેથી આવેલું વચન ફળીને જ રહેશે. પવિત્ર આત્મા તારે ત્યાં અવતરશે. જે બાળકોના તારા દ્વારા જન્મ થશે તે પવિત્ર પ્રભુનો પુત્ર કહેવાશે.

ત્યાર બાદ દેવદૂત ત્યાંથી તેના પતિ યુસુફ પાસે ગયાં. યુસુફ ખૂબ જ નીતિવાન અને પ્રામાણિક યુવક હતો. દૂતે યુસુફને વાત કરી કે, 'યુસુફ, તારી સગાઈ થઈ છે તે મરિયમ અત્યારે ગર્ભવતી બની છે. પરંતુ તું સહેજપણ ગભરાઈશ નહીં. મરિયમ દ્વારા જે બાળકનો જન્મ થશે તે એક પવિત્ર આત્મા છે. આ પવિત્ર આત્મા તારે ત્યાં દીકરા તરીકે જન્મે, ત્યારે તેનું નામ તમે ઈશુ રાખશો. કારણ તે લોકોને પાપથી તારશે.' આ રીતે પ્રભુના દૂતની આજ્ઞા પ્રમાણે તે મરિયમને પોતાને ત્યાં તેડી લાવ્યાં.

મરિયમને મહિનાઓ પૂરા થતાં ડિસેમ્બર માસની તા. 24-25ની મધરાતે બાર કલાકે (ઈશુના આ જન્મદિવસને નાતાલ તરીકે સમગ્ર વિશ્વમાં ઉજવાય છે.) મરિયમે એક સુંદર પોતાના પ્રથમ દીકરાને જન્મ આપ્યો. તેનું નામ દૂતે આપેલ સંદેશ પ્રમાણે ઈશુ રાખવામાં આવ્યું. જગ્યાના અભાવે બાળક ઈશુને કપડાંમાં લપેટીને ગભાણમાં સુવડાવ્યો. બેથલેહેમમાં ચમત્કારિક પ્રભુપુત્રના જન્મની ખબર દૂર-દૂર સુધી અન્ય લોકો પાસે પહોંચી. તે જગ્યાના ઘેટા પાળનાર ભરવાડો (જેને શેફર્ડઝ કહેવાતાં) રાત્રે ખેતરમાં ઘેટાના ટોળાને

સાચવતા હતા. ત્યાં પ્રભુનો દૂત તેમની પાસે આવ્યો અને કહ્યું કે, 'ડરશો નહીં, ખૂબ આનંદના સમાચાર તમને જણાવું છું કે, રાજા દાઉદના શહેરમાં તમારો તારણહાર ઈશુ ખ્રિસ્ત જન્મ્યો છે. તમને તે બાળક કપડામાં લપેટેલો ગભાણમાં જોવા મળશે.' પછી તો સૌ ઘેટાપાલકોએ બેથલેહેમ જઈને આ હકીકતને નજરોનજર નીહાળીને એકદમ આનંદિત થયાં. આ રીતે પ્રભુપિતાએ પ્રબોધકો મારફતે જે ભવિષ્યવાણી કરાવી હતી તે પૂરી થઈ. પવિત્રતાની શક્તિથી કુંવારી મરિયમને ત્યાં શુદ્ધ આત્મા દેવદૂત સમાન ઈશુનો જન્મ થયો. એટલે માટે જ મધર મરિયમને 'કુમારી માતા મેરી' તરીકે પણ ઓળખાય છે.

ઈશુનો સંદેશ

ઈશુ ખ્રિસ્તે કહ્યું કે, 'I am not God, I am son of God... God is one. God is light. We all are Children of one God Father.' ઈશુએ પોતાને પ્રભુપિતાના પુત્ર ગણીને, પ્રકાશ સ્વરૂપે એક પરમાત્માનો પ્રચાર કર્યો. તેઓ માનવીઓ વચ્ચે રહીને પાપનો નાશ કેવી રીતે કરવો, તે વિશેનું જ્ઞાન (સમજ) આપવા લાગ્યા. તેમને પ્રેમનાં મૂલ્ય વિશે સમજાવતાં કહ્યું કે, પ્રેમ પરમાત્મા છે અને પરમાત્મા પ્રેમ સ્વરૂપ છે. તેથી ક્રાઈસ્ટ પ્રેમના અવતાર ગણાયા. તેઓ પાપ, નિરાશા, સંકટ, બીમારીઓ, અત્યાચારો, હિંસા અને આતંકથી ઘેરાયેલા માનવીઓ માટે મહિસા બની ગયા.

છેવટે તેમના ધર્મપ્રચારના વિરોધીઓ કેટલાંક તો પાદરી બની ગયા. રાજા પાસે ફરિયાદ કરીને તેમને પાખંડી કહી, ઢોંગી ગણાવીને ક્રોસ (વધસ્થંભ) ઉપર ચડાવ્યા. ક્રોસ પર મૃત્યુ વખતે પણ તેમનાં માથા પર કાંટાળો તાજ મૂકીને તેમને અપરાધી કહેવડાવી તેમને હાથે-પગે ખીલા ભોંક્યા. જ્યારે તેમના વિરોધીઓ તેમને ખીલા મારી રહ્યા હતાં ત્યારે પણ તેમણે પ્રભુપિતાને કહ્યું કે, 'આ લોકો શું કરી રહ્યા છે? તેનું તેમને ભાન નથી. માટે તેમના પ્રત્યે દયા દાખવી, પ્રભુ તેમને આ કર્મોમાંથી માફ કરી દેજો' એમ ઈશુએ વિનંતી પણ કરી.

આ રીતે ઈશુએ માનવ જગતના ઉદ્ધાર માટે લોહી વહાવી. સ્વનું બલિદાન આપી વિશ્વને પ્રેમ, દયા, કરુણા અને સત્ય જેવા મુખ્ય ચાર મૂલ્યોનો દિવ્ય સંદેશ આપ્યો. ઈસાઈ ધર્મના ઉપદેશમાં મુખ્યત્વે પ્રેમ, દયા, કરુણા અને સત્યતાનો સૂર રહેલ છે.

બાળકોની નાતાલ

ઈસાઈ ધર્મના લોકો નાતાલ પર્વ ક્રિસમસ ટ્રીને શણગારી તેની આસપાસ ગીફ્ટ મૂકી સુશોભન કરે છે અને તે ભેટ-સોગાદોની એકબીજા સાથે આપલે કરી ખુશી વ્યક્ત કરે છે. ખાસ નાના બાળકોનું આકર્ષણકેન્દ્ર છે. - સાંતાક્લોઝ. બાળકોને ખાસ જણાવવામાં આવે છે કે, મધરાત્રે લાલ અને સફેદ પોશાકમાં, સફેદ લાબા વાળ અને દાઢી સાથે એક વૃદ્ધ હાથમાં ઘંટડી વગાડતા નાચતાં-ગાતાં આવશે, જેમને સાંતાક્રોઝ કહેવાય. તે તેમની ઝોળીમાંથી ચોકલેટ-ભેટ તમારા ઓશીકાની નીચે મૂકી જશે. ખ્રિસ્તી ધર્મમાં આસ્થા રાખનારા સૌ પોતાના ઘરે તથા દેવળોમાં તારો લટકાવી તેમાં લાઈટ કરે છે. રોશનીથી પણ સુશોભન કરાય છે. આ તારો મધરાતે જન્મ લેનારા તારણબહાર ઈશુના જન્મનું પ્રતિક સ્વરૂપે કરાય છે.

આમ, નાતાલ પર્વ અનેક મૂલ્યોનો સંદેશો આપતું આપણને સૌને ઘણું બધું સૂચવી જાય છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

અધિક માસ - પુરુષોત્તમ માસ

બી.કે. લીલાબેન ચૌહાણ, કારેલીબાગ, વડોદરા

પુરુષોત્તમ માસનું મહત્ત્વ અને મહિમા

બાર મહિના પછી વધારાનો એક માસ એટલે અધિક માસ. આ અધિક માસ 32 મહિના, 16 દિવસ અને 4 ઘડીના અંતરે આવ્યા કરે છે. એટલે કે દર ત્રણ વર્ષે એક માસ અધિક માસ તરીકે આવે છે. આ અધિક માસ તેરમો મહિનો હોવાથી જરા જુદો પડી જાય છે. અધિક માસને મળમાસ પણ કહેવામાં આવે છે. મળમાસ એટલે મલિનમાસ. આ સમયગાળા દરમિયાન મકાનનું વાસ્તુપૂજન, ગૃહપ્રવેશ, લગ્ન પ્રસંગ જેવા શુભકાર્યો કરવાનો નિષેધ છે.

અધિક માસ પોતાની આવી અવગણના સહન ન થતાં ભગવાનને શરણે જાય છે. અને પરમપિતા પરમાત્મા તેનો ભક્તિ-ભાવ અને પ્રભુ પ્રત્યેની પ્રીતિ જોઈ તેના પર ખુશ થઈ તેને નવું નામ આપે છે જે 'પુરુષોત્તમ માસ' તરીકે પ્રખ્યાત છે.

સાથે સાથે પરમાત્મા એને વરદાન આપે છે કે જે વ્યક્તિ આ પુરુષોત્તમ-પાવન માસમાં પ્રભુ સ્મરણ કરશે, આત્માઓની સેવા કરશે, દાન-ધર્મ કરશે, સત્સંગ કરશે તેઓ વિકારોથી મુક્ત થઈ પરમધામને પામશે. એક સતકર્મનું ફળ અનેકગણું પામશે.

અધિક માસ - પુરુષોત્તમ માસ- સંગમયુગ

આ અધિક માસ એજ પરમ પાવન પુરુષોત્તમ સંગમયુગ છે. સંગમયુગ એટલે સહજ પ્રાપ્તિનો યુગ. આપણે વરદાની યુગ પણ કહી શકીએ. જે જોઈએ જેટલું જોઈએ લઈ શકો છો. કેમ કે ભાગ્યવિધાતા બાબા એ ભાગ્ય બનાવવાની ચાવી જ બ્રાહ્મણોના હાથમાં આપી દીધી છે. છેલ્લા નંબરવાળા આત્મા પણ ફાસ્ટ ગતિ થકી પોતે ધારે તો ફર્સ્ટ નંબરમાં આવી શકે છે. ફક્ત સેવાઓનાં ક્ષેત્રમાં, સેવાઓનાં વિસ્તારમાં પોતાની સ્થિતિ એકજ સેકન્ડમાં સારરૂપ બની રહે તેનું વિશેષ ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. ઉપરથી ઓર્ડર મળે કે એક સેકન્ડમાં માસ્ટર બીજરૂપ બની જાઓ. તે તેમાં વાર ન લાગવી જોઈએ. આ એક સેકન્ડની બીજી થકી આખા કલ્પની કિસ્મત બનાવી શકાય. ભલે તમે ઈશ્વરીય પરિવાર સાથે બેઠાં હોય, સંગઠનમાં બેઠાં હોય તો પણ એકાંતનો અનુભવ થાય એ સંગમયુગ છે. બાબા એકાંતમાં પણ સાથે જ હોય છે.

સંગમયુગ એટલે દુઃખના દિવસો પૂરાં થયાં અને સુખના શરૂ. ઉત્સાહમાં રહી ઉત્સવ ઉજવવાનો યુગ એટલે સંગમયુગ. બ્રહ્મમુહૂર્તમાં અમૃતવેળાએ શ્રેષ્ઠ જન્મની આંખ ખૂલતાં જ પ્રાપ્તિઓનાં ઢગલાં નજરે ચડે એ સંગમયુગની સૌગાત નહીં તો બીજું શું હોઈ શકે? કેટકેટલાં નજરાણાં મળ્યાં. આંખ ખૂલતાં જ બુઢા બાબાના દર્શન સફેદ - સફેદ, શ્વેત-શ્વેત બાબા નિહાળ્યાં અને શ્વેતમાં પણ પાછા લાલ-લાલ બાબાનાં દર્શન થયાં. સહુથી અમૂલ્ય ભેટ એટલે સ્નેહનાં કંગન મળ્યાં. જાદૂઈ કંગન મળ્યાં. જેનાં થકી જે વસ્તુ જ્યારે ચાહો મેળવી શકો. આહ્‌વાન કર્યું કે પ્રાપ્તિ પ્રત્યક્ષ થઈ ગઈ.

આજ પર્યંન્ત આ ભેટ આપવાની પરંપરા, ગીફ્ટ આપવાની પ્રથા ચાલી રહી છે. દેશ-વિદેશમાં આ બુઢા બાબા અને ભેટ સૌગાતને રૂપકડું નામ આપ્યું છે. 'સાન્ટાક્લોઝ' જે બ્રાહ્મણ જીવન અને સંગમયુગની યાદગાર છે.

સંગમયુગનો વર્તમાન સમય પ્રત્યક્ષ ફળ ખાવાનો સમય છે. સુંદર ફળોની સીઝન છે. ફક્ત એક જ શક્તિશાળી સંકલ્પ થકી હજાર હજાર ગણું ફળ પ્રાપ્ત કરવાનો સમય છે. જો મનગમતું ફળ ન મળે તો જાણવું કે ક્યાંક સંકલ્પ રૂપી બીજમાં ખામી છે. ક્યાં તો બીજ શક્તિશાળી નથી અથવા જેમાં બીજ વાવીએ એ ધરતી અર્થાત વાતાવરણ રૂપી ધરતી ફળદ્રુપ નથી. મૈં-પન, સંગદોષ, પરમત, મનમત જેવાં વ્યર્થ વિચારોનો સરવાળો થતો રહે તો સરવાળે શું બચે? આ તો એવું થયું જાણે ફળ પાકવાની તૈયારીમાં જ હતું ને પક્ષીઓએ એ ફળ કાચે-કાચુ જ ચણી લીધું. અપરિપક્વ અને પક્ષીઓએ બોટેલું ફળ કંઈ કામમાં આવે ખરું? તંદુરસ્ત ફળ માટે તંદુરસ્ત સંકલ્પ બહુજ જરૂરી છે. અલબેલાપન અને આળસ એ બે એવી બારીઓ છે જે જરાક ખુલ્લી રહી જાય તો માયા લપક કરીને ઘૂસી જાય છે. સંકલ્પ ફક્ત શક્તિશાળી અને ઉચ્ચ જ નહીં પરંતુ દૃઢ પણ હોવાં અત્યંત જરૂરી છે. જ્યાં વસે દૃઢતા ત્યાં વસે સફળતા. દૃઢ નિશ્ચય હોય અને સફળતા ન મળે એ વાત જ અશક્ય છે.

માટે જ સંગમયુગને મૌજોનો યુગ કહ્યો છે. કદીક યાદની મૌજ, કદીક રુહાની પ્રેમની મૌજ, તો કદીક જ્ઞાનની મૌજ. આ યુગની મહિમા જ અપરંપાર છે. પરમપિતા પરમાત્માની મહિમા અપરંપાર એટલા માટે જ કહેવાય છે ને કે સાગરની શાહી કરો, આખી પૃથ્વી ને કાગળ ગણો અને સ્વયં દેવી સરસ્વતી એમની સ્તુતિ લખે તો પણ પરમપિતાની મહિમા પૂર્ણ ન થાય. પરમાત્મા સાથે જોડાયેલી દરેક વસ્તુ, ચાહે જ્ઞાન હોય, સંબંધ-સંપર્ક હોય, કે હરિયાળી પ્રકૃતિ હોય કે પ્રકૃતિના પાંચેય તત્ત્વો હોય દરેકની મહિમા અપરંપાર છે. સંગમયુગના અધિકારી આત્મા છે. બીજા બધાં યુગમાં જેટલું કરો એટલું જ ફળ પામો, પરંતુ સંગમયુગમાં પદ્મપદ્મગુણા ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. પુરુષમાંથી ઉત્તમ પુરુષ થઈ દેવતા બનવાનો સમય એ છે પુરુષોત્તમ સંગમયુગ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **આ ધરા પર નારીને સદૈવ શ્રદ્ધા અને પૂજાની પર્યાયવાસી સમજવામાં આવતી હતી પરંતુ જેમ જેમ ધર્મ અને મૂલ્યોની ગ્લાનિ થતી ગઈ તેમ નારી પ્રત્યેનો આદરભાવ ઘટતો ગયો. આજે નારીના શરીરને ભિન્ન-ભિન્ન જાહેરાતોમાં નિર્દયતાથી પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવી રહી છે. તે શરમજનક છે.**

(પેજ નં. 26નું અનુસંધાન)... **વિવેક બુદ્ધિ સાથે** બચાવવાનું સહેલું નથી. વિવેકનો માર્ગ ટૂંકો નથી. રાજમાર્ગ પર જવા માટે જેમ અનેક પગદંડીઓ પાર કરીને જવું પડે છે તેમ વિવેકશીલ બનવા માટે ધર્મિષ્ઠ બનવા માટે અનેક અવરોધોને આંબવા પડે છે એમાં માનવીના પ્રયત્નનો જય થાય છે અને એની વિવેક બુદ્ધિનો વિજય થાય છે.

ધર્મનું આપણે જૂઠના જગતમાં લીલામ કર્યું છે એના સત્યનું ચીરહરણ કરવાનો સતત પ્રયત્ન કર્યો છે પણ ધર્મ તો ધર્મ જ રહ્યો છે. અંધકારના આવરણ અને અસત્યના આટાપાટા પાછળ જીવવા ટેવાયેલા આપણે ક્યારેક આપણી વિવેક બુદ્ધિથી સત્યને શોધી શકીશું ખરાં? ક્યારેક સાચા ધર્મને ધારણ કરી શકીશું ખરાં?

મિત્રો, આપણે આપણી વિવેક બુદ્ધિને દિશા આપીએ અને સાચા ધર્મિષ્ઠ બનવા પા-પા પગલીઓ પાડીએ સાથે સહપરિવારને પણ પ્રેરણા આપીએ એવી શુભ ભાવના સાથે....

॥ ઓમશાંતિ ॥

હાર્ટ એટેક હાય હાય!

બ્ર.કુ. કિશોર મહેતા, ધોરાજી.

એક સર્વે મુજબ ભારતમાં વિવિધ કારણોથી થતાં મોતના આંકડા વાંચવા જેવા છે -

કારણ	દૈનિક સરેરાશ મોત
સામાન્ય ફ્લુ	347
ન્યુમોનિયા	348
કિડની ફેઈલ	372
અકસ્માત	454
ટી.બી.	1369
ભૂખમરો	1643
કેન્સર	1917
હાર્ટ એટેક	6240

ભારતમાં રોજ 25000ના મૃત્યુ થાય છે તેમાં હાર્ટ એટેકનો પહેલો નંબર આવે છે. આ મૃત્યુ દર ઉત્તરોત્તર વધતો જાય છે. હાર્ટ એટેક થવામાં બે પરિબળો ભાગ ભજવે છે. (૧) શારીરિક અને (૨) માનસિક. પ્રથમ શારીરિક પરિબળની વાત કરીએ તો લોહીની નળીઓમાં ચરબી (કોલેસ્ટરોલ) ભરાઈ જવાથી નળી બ્લોક થઈ જાય છે. જેને પરિણામે હાર્ટ એટેક આવે છે.

વર્ષો પહેલાંની વાત છે. ગાંધીનગર ખાતેના ગુજરાતના પ્રથમ નંબરના સંદેશી બહેન બ્ર.કુ. કૈલાસ દીદી પાસે અમે એક બ્રહ્માકુમારના દેહાવસાન પ્રસંગે ભગવાનને ભોગ લગાવવા ગયેલા. આગલે દિવસે દીદીને હાર્ટ એટેક આવેલ તથી અમદાવાદ તબિયત બતાવવા ગયેલ હોઈ દીદી થોડીવાર પહેલાં જ આવેલા. આ બાબતની અમને જાણ નહોતી. દીદી દ્વારા અમને કહેવામાં આવ્યું કે 'કિશોરભાઈને કહો કે, દીદી હાલ થાકેલાં હોઈ આજે બાબાને ભોગ લાગી શકશે નહીં.'

અમે કહ્યું, 'કાંઈ વાંધો નહીં.' ત્યારબાદ અમે આ હાર્ટ એટેક માટે ઘરગથ્થુ ઉપચાર કહ્યો કે મધ અને તજના પ્રયોગથી એકવાર આવેલા હાર્ટ એટેક પછી બીજો એટેક જોજનો દૂર રહે છે. આ સંદેશો દીદીને કહેતાં તેમણે કહેવડાવ્યું કે, 'કિશોરભાઈને રોકો અને કહો કે હું ભોગ લગાવી દઉં છું. કેમકે ભગવાને તેમને અહીં મોકલ્યા છે.' મધ અને તજનું સેવન કઈ રીતે કરવું તે પૂછતાં જણાવ્યું કે દવા તરીકે ઉપયોગમાં લેવાના હોવાથી મધ અને તજ સાચા હોવા જરૂરી છે. તજનો મીક્સરમાં પાવડર કરી નાંખવો. આ એક ચમચો પાવડર લઈ તેમાં ત્રણ ચમચા મધનું મિશ્રણ કરવાથી તે પેસ્ટ જેવું બની જશે. આ પેસ્ટ રોજ સવારે ભાખરી ઉપર કે બ્રેડ ઉપર ચોપડીને નાસ્તામાં ખાવાનું. ખુશીના ખબર છે કે આ પ્રયોગથી દીદીને બીજો એટેક આવેલ નથી.

ગાંધીનગરમાં રહેતા ડી.જી. ચૌધરી ક્લાસ વન સરકારી ઓફિસર છે. તેમના માતૃશ્રીને 1999 કે 2000માં હાર્ટ એટેક આવ્યો. ડોક્ટરે સલાહ આપી કે માજીની ઉંમર જોતાં ઓપરેશન ન કરાવાય. આ સ્થિતિમાં માજી બે પાંચ વર્ષ કે પછી જેટલાં વર્ષ કાઢે તે કાઢવા દેવાના. એવામાં ડાહ્યાભાઈને એક જૂના મિત્ર મળી ગયા. તેમણે એટેક પછી જશલોક હોસ્પિટલમાં ઓપરેશન કરાવેલું. આ હોસ્પિટલના આયુર્વેદિક વિભાગમાંથી તેમને એવી માહિતી મળી કે હૃદયરોગના ઈલાજમાં દૂધી ખૂબ જ ગુણકારી છે. તેમણે ડાહ્યાભાઈને કહ્યું કે માજીને રોજ સવારે

દૂધીનો જ્યુસ પીવડાવો. એવી પણ સલાહ આપી કે જો બી.પી. ઊંચું રહેતું હોય તો જ્યુસમાં મીઠું ના નાખવું. અને બી.પી. નીચું રહેતું હોય તો જ્યુસમાં મીઠું નાંખવું. ડાહ્યાભાઈને આ પ્રયોગ કરવા જેવો લાગ્યો. તેમણે પોતાના માતાને નિયમિત રીતે દૂધીનો જ્યુસ પીવડાવવાનું ચાલુ કર્યું. એકાદ માસ પછી માજીને ડો. જયેશ શાહને બતાવ્યું.

એક માસ સુધી માજીના પેટમાં જે દૂધીનો જ્યુસ ગયેલો તેણે ચમત્કાર કર્યો. ડો જયેશ શાહે માજીના તમામ રિપોર્ટ કર્યા તો તેઓ આભા બની ગયા. રિપોર્ટ નોર્મલ હતા. માજીનું હૃદય સાજું થઈ ગયું હતું. ડોક્ટરે માજીને સાજા કર્યા તેના કરતાં દૂધીએ ઝડપથી સાજા કરી દીધાં હતાં. બેબે એટેકનો સામનો કરી ચૂકેલ વજુબેન આજે 97માં વર્ષે પણ અડીખમ છે.

હવે આ હાર્ટએટેક આવવા માટેનું બીજું જે પરિબળ છે. માનસિક તેનું ઉદાહરણ જોઈએ તો આ બાબતમાં માનસિક આઘાત લાગવાથી હાર્ટ એટેક આવે છે. ધોરાજી ખાતે વર્ષો પહેલાં એક એવો અકસ્માતનો પ્રસંગ બન્યો જેમાં બીજે દિવસે જેના લગ્ન થવાના હતાં એ વરરાજાનું મૃત્યુ થયું. આથી એ પરિવારમાં હૈયાફાટ રૂદન થવા લાગ્યું. જ્યાં લગ્નના ગીતો ગવાતાં હતાં ત્યાં રોકકળ મચી ગઈ! આ જોઈ કોઈ સમજદાર વ્યક્તિએ સૂચન કર્યું કે તાત્કાલિક બ્રહ્માકુમારી બહેનને બોલાવો નહિતર આમાં એક માંથી બીજું થશે. અર્થાત્ કોઈને રખે હાર્ટએટેક આવી જાય. સમયસર બ્રહ્માકુમારીએ આવીને શાંતિ પ્રવચન કર્યું. વાતાવરણ શાંત થઈ ગયું. લોકોને માનસિક આઘાત ન લાગે તેની સમજણ આપી. જેથી હાર્ટએટેકથી બચી જવાયું. બ્રહ્માકુમારી વિદ્યાલયમાં ગીતામાં વર્ણિત રાજયોગનું શિક્ષણ અપાય છે. આ રાજયોગથી મનને શાંતિનો અનુભવ થાય છે. એટલું જ નહિ પણ સર્વ-શક્તિવાન પરમાત્માને મળ્યાનો આનંદ પણ થાય છે. ઈશ્વર અવિનાશી સર્જન છે. જે મનની માવજત કરે છે. તેથી માનસિક આઘાત લાગી શકતો નથી. પરિણામે હાર્ટએટેકથી બચી જવાય છે.

આ ટેન્શનના જમાનામાં સમસ્યાઓનો પાર નથી તેથી માનસિક સ્વસ્થતા ખૂબ જ જરૂરી છે. મનના રોગની દવા તનના ડોક્ટર પાસે ભલા ક્યાંથી હોય? આથી માનસિક રોગો માટે અવિનાશી સર્જન પાસે જવું જરૂરી છે. કેમ કે મન જો માંદુ હોય તો તેની અસર તન ઉપર પડે છે. જેનાથી શરીર માંદું થાય છે. જે માંદગીનું મૂળ માનસિક છે. તેનો ઉપાય કે ઉપચાર કરવા તનના ડોક્ટર પાસે જવાથી તે માંદગી મટતી નથી. તેથી મન માંદુ જ ન પડે અને સદા ખુશખુશાલ પ્રફુલ્લિત રહે તે માટે રાજયોગનો અભ્યાસ જરૂરી છે. આમ તન મનની તંદુરસ્તી માટે પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય એક અજબની હોસ્પિટલનું કામ કરે છે. જ્યાં અદૃશ્ય રુહાની અવિનાશી સર્જન તન મનની અલૌકિક માવજત કરે છે. આ વિદ્યાલયના અભ્યાસીને ખાનપાનની અશુદ્ધિથી થતા રોગો પણ થતા નથી કેમ કે ત્યાં ખાનપાનની શુદ્ધિની પરેજી પાળવાની હોય છે. એટલું જ પરંતુ મનમાં ખોટા ખરાબ વ્યર્થ વિચાર પણ ન આવે તેની તાલીમ અપાય છે. આ વ્યર્થ વિચારો મનને નબળું પાડે છે. આથી ઉલટું ત્યાં શુદ્ધ અને સાત્વિક વિચારો મળતા હોઈ મન શક્તિશાળી બને છે. તેથી તો કહેવાય છે કે નબળા મનના માનવીને સમસ્યા સમયે શું કરવું એનો માર્ગ મળતો નથી. જ્યારે મજબૂત મનના માનવીને હિમાલય જેવી સમસ્યા પણ નડતી નથી. તો ચાલો આ ગજબની માવજત માટે બ્રહ્માકુમારી વિશ્વ વિદ્યાલયમાં જઈએ. ॥ **ઓમશાંતિ** ॥

વિવેક બુદ્ધિ સાથે ધર્મ પાલન

બ્ર.કુ. અનિલ, સુરત

ધર્મ કોઈ વ્યાખ્યામાં સમાતો નથી કે શબ્દોમાં બંધાતો નથી, એ તો શ્રધ્ધામાંથી જન્મે છે અને પ્રેમની ભાષામાં વિવેકબુદ્ધિથી વિસ્તરે છે. એક હૃદયથી બીજા હૃદય સુધી પહોંચવા માટે એને કોઈ ગ્રંથની જરૂર પડતી નથી એને તો વિવેક બુદ્ધિના દર્પણથી જોઈ શકાય છે. વિવેક બુદ્ધિ એટલે વિનય બુદ્ધિ અર્થાત્ સભ્યતાપૂર્ણ બુદ્ધિ. વિવેક તો માનવીના મનના ગર્ભમાં જ રહેલો હોય છે, પણ આપણે તેને પાંગરવા દેવા ઈચ્છતા નથી અને તેથી ધર્મ-અર્થ-કામ અને મોક્ષના લેબલ વડે આપણે બધો જીવન વ્યવહાર ચલાવીએ છીએ.

જે માનવીની શક્તિને સીમિત કરી નાંખે તે ધર્મ નથી. જે માનવીને અંધશ્રદ્ધાના અંધકારમાં લઈ જાય તે ધર્મ નથી. જે સ્થિર છે તે ધર્મ નથી. આ જગતમાં જેટલા માનવીઓ છે એટલા ધર્મો છે. જે સત્યની તુલામાં જોખી શકાય તે ધર્મ. જે ત્યાગની તપોભૂમિનું સર્જન કરી શકે તે ધર્મ. બાકી ધર્મ પુસ્તકોના બે પૂંઠા વચ્ચે સમાયેલો છે એમ માનવું ભૂલ ભરેલું છે. ધર્મની ધરી છે માનવીની સનાતન આસ્થા. ધર્મની ગતિ છે માનવીના કર્મો. ધર્મોનો અર્થ એક એ પણ થાય છે કે ધર્મ એટલે ધારણ કરવું - આચરણમાં મૂકવું.

વિવેક બુદ્ધિથી આપણે જે કોઈ ઈષ્ટદેવને માનીએ છીએ અને તેના તેને આપેલા આજ્ઞા-પાલનના આદેશોને આચરણમાં મૂકીએ ત્યારે જ સાચા અર્થમાં આચરણનો અનુભવ માણી શકીએ છીએ અને જેમ જેમ એ આચરણના અનુભવનો વ્યવહારિક જીવનમાં ગુણાકાર થતો જાય ત્યારે જ સ્વધર્મની પ્રવૃત્તિ પવિત્ર બનતી જાય. જ્યારે આપણે સમસ્યાના વંટોળના ભાર નીચે દબાયેલા હોઈએ ત્યારે વિવેક બુદ્ધિ પણ ધૂંધળાય જાય છે. અશિસ્તની આંધીમાં માત્ર આપણો પોતાનો જ હૃદય ધબકાર સાંભળી શકીએ છીએ ત્યારે આચારના પલ્લાને ન્યાયાધીશની દૃષ્ટએ જોવાની વાત બાજુ પર રહી જાય છે. અસભ્યતાની આંગળી પકડીને આપણે સભ્યતાના જંગલમાં ઘૂમવા ઈચ્છીએ છીએ. આપણને કોઈની સલામ ગમે છે, પણ એનો જવાબ આપવો ગમતો નથી.

ધર્મ રોષની ભાષામાં વ્યવહાર કરવાનો શીખવતો નથી. ધર્મ આપણા પોતાના અસ્તિત્વ કરતાં અન્યના અસ્તિત્વનો વિશેષ ખ્યાલ રાખે છે. ધર્મને કોઈ સાથે વેર નથી-ઝેર નથી. ધર્મને કોઈપણ નામે સંબોધી શકાય છે. સત્ય, સ્નેહ, પ્રેમ કે શ્રધ્ધા તે જાતિ કે કોમના કૂંડાળામાં કદી કેદ થતો નથી અને જો તે કેદ થાય તો તે ધર્મ નથી. ધર્મના મૂલ્યો કદી બદલાતા નથી. ધર્મ તો માનવીને મૂલ્યવાન બનાવે છે. જો આપણે ઈશ્વરના અનુસંધાનમાં જીવન મૂલ્યોને ધારણ કરતાં જઈએ - આચરણમાં મૂકતા જઈએ એને જ વિવેક બુદ્ધિ-વિનય બુદ્ધિવાળો સાચો ધર્મિષ્ઠ કહેવાય.

પ્રભુની પ્રાર્થનામાં અને ઈશ્વરની આરાધનામાં જ મૂલ્યોનું આહ્વાન કરી શકાય છે અને મૂલ્યો જ જીવનને ઊજળું બનાવે છે. આપણે ખુદને ઓળખીએ તો ખુદાદોસ્ત આપોઆપ જ ઓળખાય જશે. ત્યારે એની ખુદાઈ પણ અનુભવાશે. વિવેક બુદ્ધિ એવી સમતુલા છે જે મનુષ્યને અર્થાત્ માનવને મહામાનવ બનાવવામાં સહાયભૂત થાય છે. માનવીમાં રહેલો અહમ વિવેકનું કેન્સર છે અને એ કેન્સરગ્રસ્ત માનવીને

(અનુસંધાન પેજ નં. 23 પર)

પ્રસંગ પરિમલ

સાધનાનો મર્મ

મહાયોગી ગોરખનાથનો એક યુવા શિષ્ય ધ્યાનમાં અસફળતા મળવાની પીડાથી વ્યગ્ર હતો. વેદના એના ચહેરા ઉપર સ્પષ્ટ દેખાતી હતી. એણે ગોરખનાથના ચરણો પર મસ્તક રાખીને પ્રણામ કરતાં કહ્યું, 'ગુરુદેવ, મારી વર્ષોની સાધના નિષ્ફળ કેમ ગઈ? ભગવાન મારાથી આટલા નારાજ કેમ છો?' મહાયોગી હસ્યા અને કહેવા લાગ્યા, 'પુત્ર, કાલે હું એક બગીચામાં ગયો હતો. ત્યાં કેટલાક બીજા યુવકો પણ હતા. એમાંથી એકને તરસ લાગી હતી. એણે ડોલ કૂવામાં નાંખી. કૂવો ઉંડો હતો. ડોલ ખેંચવામાં ઘણો શ્રમ કરવો પડ્યો પણ જ્યારે ડોલ કૂવા બહાર કાઢી તો તે ખાલી હતી. એ યુવકના સર્વ મિત્રો હસવા લાગ્યા.

મેં જોયું, તે કહેવા પૂરતી જ ડોલ હતી. એમાં ઠેર ઠેર કાણાં હતાં. ડોલ કૂવામાં પણ ગઈ. પાણી પણ ભરાયું પણ ઉપર આવતાં આવતાં તે વહી ગયું. વત્સ, સાધકના મનની પણ આજ દશા છે. આ છિદ્રવાળા મનથી ગમે તેટલી સાધના કરો, પણ છિદ્રોને કારણે સિદ્ધિ મળતી નથી. સિદ્ધિ અને તૃપ્તિ મેળવવી હોય તો પહેલાં મનના છિદ્રોને દૂર કરો. પહેલાં સંયમ, પછી સાધના, પછી સિદ્ધિ, આજ સાધનાની સિદ્ધિનો મર્મ છે. પોતાના મનની ડોલ યોગ્ય હશે તો સાધના સિદ્ધિદાયી બને છે. મનની ડોલમાં છિદ્ર હશે તો તપ ખૂબ થાય છે પણ તૃપ્તિ મળતી નથી. ભગવાન કદી કોઈનાથી નારાજ થતા નથી. માત્ર સાધકના મનની ડોલ વ્યવસ્થિત હોવી જોઈ. કૂવો તો સદા પાણી આપવા માટે તૈયાર છે. તે કદી ના પાડતો નથી.'

માની શીખ

તત્વચિંતક ગુર્જિયેફે પોતાની આત્મકથામાં • માતા દ્વારા આપવામાં આવેલી એક મૂલ્યવાન સંપદાનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. જેને કારણે તેઓ અનેક તકલીફોમાંથી બચી ગયા અને આનંદસભર સમગ્ર જીવન જીવી શક્યા.

આત્મકથામાં લખ્યું છે કે મારી માતાએ મરતી વખતે કહ્યું, 'કોઈના ઉપર ક્રોધ આવે તો એની અભિવ્યક્તિ ચોવીશ કલાક પછી કરવી.' મેં આ વાતને જીવનમાં સ્વીકારી લીધી અને જીવનપર્યંત તેને પાળી.

એવા અનેક પ્રસંગો આવ્યા જેમાં મને ઘણો ક્રોધ આવ્યો હતો. પણ પાછળથી ખબર પડી હતી કે તેમાં તથ્ય ઓછું અને ભ્રમ વધારે હતો. ક્રોધના પરિણામો પર વિચાર કરવાની તક મળતી રહેવાને કારણે એને અમલી બનાવવાનો પ્રસંગ જ ના આવ્યો. તેથી જે શત્રુ લાગતા હતા તે આજીવન મિત્ર બની રહ્યા. માતાની શીખ જ મને આ સ્થિતિ સુધી લઈ આવી એમ કહેવું અતિશયોક્તિ નથી.

જીવનદર્શન

ભિક્ષુ આનંદભદ્રના જીવનનો એક માર્મિક પ્રસંગ છે. તેઓ પૂર્વના દેશોમાં ધર્મપ્રચાર માટે ગયા હતા. કેટલાક અજ્ઞાનીઓએ એમને પકડી લીધા અને ઘણી યાતનાઓ આપી. પરંતુ આ યાતનાઓ વચ્ચે પણ એમની શાંતિ અવિચલ હતી. યાતનાઓ વચ્ચે પણ તેઓ પરમ પ્રસન્ન હતા. ગાળોના ઉત્તરમાં એમની વાણી મીઠાશપૂર્ણ હતી. કોઈએ એમને પૂછ્યું, આપમાં આટલી અલૌકિકશક્તિ કઈ રીતે આવી? એમણે હળવી પ્રસન્નતા સાથે કહ્યું, બસ મેં મારી આંખોનો ઉપયોગ કરવાનું શીખી લીધું છે.

પ્રશ્ન કર્તાએ અચરજમાં સામે પ્રશ્ન કર્યો કે

(અનુસંધાન પેજ નં. 12 પર)

યાદની યાત્રા

બ્ર.કુ. જીવણભાઈ, મહાદેવનગર, અમદાવાદ.

યોગનો શાબ્દિક અર્થ છે જોડાણ, સંયોગ કે સંપર્ક. આધ્યાત્મિક શબ્દાર્થ - આત્મા અને પરમાત્માનું મિલન 'યોગ'. શબ્દને સહેલાઈથી સમજવા સરળ શબ્દ 'યાદ'નો પ્રયોગ પણ વર્તમાનમાં કરાઈ રહ્યો છે.

રાજયોગના અભ્યાસથી આત્માને પોતાની કર્મેન્દ્રિયોનો યથાર્થરૂપે ઉપયોગ કરવાની શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. રાજયોગને સહજયોગ કે બુદ્ધિયોગ પણ કહેવામાં આવે છે. આ યોગ દરેક વ્યક્તિ કોઈપણ સમયે અને કોઈપણ સ્થાન પર કરી શકે છે. સ્વયં પરમાત્માએ પોતાનો પરિચય આપીને તેમના સંતાન આત્માઓને યોગ અથવા યાદ કરવાની વિધિ શીખવાડી છે. રાજયોગમાં બુદ્ધિ દ્વારા મનને નિયંત્રિત કરી ઈશ્વરીય જ્ઞાનના આધારે પરમાત્મા સાથે સંપર્ક સાધવામાં આવે છે. એટલે કે પરમાત્માની યાદમાં એકરસ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાની હોય છે.

યોગ-યાદ વિવિધ શ્રેષ્ઠ સંકલ્પ કે વિચારના માધ્યમથી કરી શકાય છે. પરમાત્માની યાદનો પ્રયોગ ચાર સંકલ્પોને ધ્યાનમાં લઈને કરીશું.

પરમાત્માને ધન્યવાદ કે શુક્રિયાથી યાદ

ધન્યવાદ-આભાર-શુક્રિયા કેવી રીતે વ્યક્ત કરીશું?

હે પ્રભુ! હે પરમાત્મા!

- તું રાત-દિવસ મારી સંભાળ લે છે, તેથી જ તો મારા જીવનમાં નિશ્ચિંતતા છે...
- કૃતજ્ઞ છું પ્રભુ! તારા એ પ્રેમ અને રુહાની ઉપકાર માટે..
- કેવી અદ્‌ભુત રચના કરી છે મારા શરીરની... 206 હાડકાઓ, કેટ-કેટલા સાંધાઓમાં, નહીં કોઈ સ્ક્રૂ કે નહીં કોઈ નટ-બોલ્ટ, સાવ છુટ્ટા, છતાં જોડાયેલા, જ કઈ રીતે રહે છે, કંઈ ખબર નથી પ્રભુ....
- આખા શરીરને આ ચામડીનું કવર કેવું ચઢાવ્યું છે પ્રભુ, કેટલું નાજુક, છતાં કેવું સંરક્ષક પડ, ઠંડી, તાપ, વરસાદમાં શરીરનું અદ્‌ભુત રક્ષા-કવચ, વળી, કેવી રહસ્યમય રચના છે ચામડીની, કોઈ સાંધો નહીં, સિલાઈ નહીં... વળી, શરીરનો જેમ જેમ વિકાસ થાય તેમ તેમ ચામડીનું કવર પણ મોટું થતું જાય, શરીર દુબળું થાય તો નાનું પણ થઈ જાય, કઈ રીતે થતું હશે આ, કંઈ ખબર નથી, ચામડી તો એની એ જ... પણ, ઠંડી, ભેજ, ગરમીની સંવેદના અલગ-અલગ, કઈ રીતે થતું હશે ..
- શરીરમાં દોઢ લાખ કિ.મી. જેટલી લાંબી લોહીની નળીઓ દ્વારા લોહીનું સતત પરિભ્રમણ, પ્રભુ તેં મારા પર કેટલી મોટી મહેરબાની કરી છે...
- શરીરમાં 600 અબજ જેટલાં જીવકોષ, જેના દ્વારા 80-100 વર્ષ સુધી શક્તિદાયક પદાર્થ લઈ શકાય, દરેક જીવકોષ શરીરનો અંદરનો, બહારનો કચરો, વ્યર્થ પદાર્થ કિડની અને મોટા આંતરડાં સુધી પહોંચી પેશાબ, મળ, પરસેવાના દ્વારથી સતત બહાર ફેંકાય..
- લોહીના લાલકણનું આયુષ્ય 120 દિવસનું, એક પલકારામાં 12 લાખ કણનો નાશ, એની

જગ્યાએ એટલી જ સંખ્યામાં નવા રક્તકણ શરીરમાં પાંસળીઓ, હાડકાં, કરોડરજ્જુમાં અને મગજમાં ઉત્પન્ન થાય, દરેક રક્તકણ ચાર માસના આયુષ્યમાં હૃદયથી લઈને ભિન્ન ભિન્ન કોષ સુધી 75,000 વખત ફરતા રહે.

- ચાલવાની કસરત વખતે લોહીને તેજ ગતિથી સાફ કરવાનું, સ્વચ્છ કરવાનું કામ શ્વેતકણ કરે છે, તદ્ઉપરાંત શ્વેતકણ શરીરમાં સક્રિય રહીને સચેતન બનાવી રાખવાનું, મન, બુદ્ધિ, પાંચ કર્મેન્દ્રિયો, પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો, 16 ભૌતિક તત્ત્વો અને 19 સૂક્ષ્મ તત્ત્વોનું શરીર પરસ્પર એકબીજાનાં કાર્યમાં હંમેશા તત્પર અને સહાયરૂપ, દરેક તત્ત્વો શુદ્ધ ચૈતન્ય સ્વરૂપના, માનવજીવનને મળેલ આ શ્રેષ્ઠ વરદાન..
- મને એક જ ખબર છે પ્રભુ... તારો મારા પ્રતિ બેહદનો રુહાની પ્રેમ! જેને હું શબ્દોમાં કહેવા માટે અસમર્થ છું... છતાં કૃતજ્ઞ છું... પ્રભુ તારા અનહદભર્યા પ્રેમ માટે... પ્રભુ ! તારા એ પ્રેમને સમજી શકું એવી સમજણ દે, અનુભવી શકું એવું હૃદય દે, એ જ પ્રાર્થના.. ધન્યવાદ પ્રભુ... સંલગ્ન ગીત/ સંગીત -
- હજારો ધન્યવાદ હૈ...
- કૈસે કરે હમ શુક્રિયા...
- કિન શબ્દોમેં આપકા...

સમર્પણભાવથી યાદની યાત્રા

પરમપિતા પરમાત્મા કલ્યાણકારી છે. તેઓ કરુણાના સાગર, પ્રેમના સાગર તથા જ્ઞાનના સાગર છે. નિરાકાર પરમાત્મા તેમના દુઃખી, પીડિત આત્માઓની વેદનાઓ, પ્રાર્થનાઓ, માંગણીઓનો સ્વીકાર કરી તથા આપેલ વચનની જવાબદારી પૂરી કરવા એક શ્રેષ્ઠ પવિત્ર વૃદ્ધ આત્માના દેહમાં અવતરીને જ્યારે સ્વનો પરિચય આપ્યો અને નવી સતયુગી દુનિયાની સ્થાપનાના ભગીરથ કાર્યમાં સંતાન આત્માઓને હિસ્સેદાર બનવાનું આવાહ્ન કર્યું ત્યારે શિવસંતાનોએ તેમના દ્વારા પ્રાપ્ત થયેલ જ્ઞાન દ્વારા પોતાની જીવનયાત્રાનું સુકાન તેમના હાથોમાં સોંપી દઈ અર્થાત સમર્પિત કરી નિશ્ચિંત બન્યા કે સોંપેલ જીવનનૌકા ક્યારે પણ માર્ગભ્રષ્ટ થશે નહીં. ડોલશે પણ કદિ ડૂબશે નહીં. પરંતુ એના માટે એ જરૂરી છે કે આપણે કલિયુગી સર્વ ચિંતા, પીડા, દુઃખોને પરમાત્માને હવાલે કરી દઈને હલકા બની જઈએ. પરમાત્મા આપના માતા-પિતા ઉપર એટલો અતૂટ આત્મવિશ્વાસ રાખીએ, જેટલો એક નાના બાળકનો પોતાની એક મા પર હોય છે.

સમર્પિત વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ પ્રસન્નચિત્ત હોય છે. એનામાં કોઈ આશા, આકાંક્ષા, ઈચ્છાઓ હોતી નથી તેથી તે હંમેશાં નિશ્ચિંતતા અનુભવે છે. પરમાત્માના હાથ અને સાથમાં સ્વને સમર્પિત કરી દેવાથી બધી જ દુઃખદ ઘટનાઓ સુખદ બની જાય છે. મીરાંબાઈ, યજ્ઞમાતા માતેશ્વરીજી જેવા અનેક મહાન આત્માઓએ ઈશ્વરના સાનિધ્યપણાની દૃષ્ટિમાં કર્મ કરતા રહી જીવનયાત્રાને સફળતાપૂર્વક પાર કરી દૃષ્ટાંતરૂપ બની ગયા.

જેમ એક ખેડૂત પોતાની સંતુષ્ટતા મુજબ ખેતરમાં બીજની વાવણી કરે છે તેમાંથી કેવી રીતે અને કેટલું ઉત્પાદન થશે એ એના હસ્તક કે આધીનમાં હોતું નથી. ઠીક, આજ વાત આપણાં કર્મો સંબંધી પણ છે, જેને વિશ્વ ડ્રામા પર છોડીને નિશ્ચિંત બની જવાનું છે. સમર્પણ ભાવમાં આપણે પવિત્ર દિલથી પ્રત્યેક કર્મ નિમિત્ત ભાવથી કરીએ છીએ. પરમાત્મા જ આપણને સ્વયંમાં કંઈપણ કરતા નથી એવી સમજ કે જ્ઞાનથી સ્વમાં રહેલ અહમભાવ પણ દૂર થઈ જાય છે.

સમર્પણ વિધિમાં આપણે શિવબાબાના

સંતાનોએ તન, મન, ધનની દુ:ખદ બાબતો, વ્યર્થ ચિંતન, પરચિંતન, માયાવી ઈચ્છાઓ, સ્વયંની નાની-મોટી ખામીઓ કે નબળાઈઓ જેવી તમામ નકારાત્મકતાઓ શિવબાબાને હવાલે કરી દઈ એકદમ મુક્ત હલકા થઈ જવાનું છે. શિવબાબાનો સાથ અને હાથ મજબૂતાઈથી હંમેશ માટે પકડી રાખવાનો છે, તે સાથે સમર્પણભાવમાં દૂધમાં સાકરની જેમ સમાઈ જઈ હસતાં હસતાં ગાતા રહેવાનું છે. 'સબ સૌંપ દિયા ઈસ જીવન કા, સબ ભાર તુમ્હારે હાથોં મેં...' એ રીતે સમર્પિત જીવન ચરિતાર્થ કરવાનું છે. યાદની યાત્રાના None but One. હવે હું કેવળને કેવળ તમારી યાદમાં જ રહીશ. કલ્પકાળના એક નાનકડા સંગમયુગમાં સ્વયં પરમાત્મા શિવબાબાના સાનિધ્યમાં પાવન બનીને વારસ બનવાની અમૂલ્ય તકની પ્રાપ્તિથી હું મારી જાતને અતિ ભાગ્યવાન ગણી મારું જીવન ધન્ય બની ગયું છે.. શુક્રિયા બાબા... સંલગ્ન ગીત/ સંગીત -

- સબ સૌંપ દો પ્યારે પ્રભુકો...
- જો હો ગયા સમર્પણ....
- જીવન કી નૈયા કર દે પ્રભુ કે હવાલે...

શક્તિઓના પ્રાપ્તિભાવથી યાદ

મનુષ્યોમાં કોઈ વધારે જ્ઞાનવાન, કોઈ ઓછા જ્ઞાનવાન, કોઈ વધારે શાંત, પવિત્ર અને શક્તિમાન તો કોઈ એ દૃષ્ટિકોણથી હજી પણ પાછળ છે. મનુષ્યોમાં આ પ્રકારનાં જ્ઞાન, શક્તિ, શાંતિ વગેરે પ્રમાણોને જોઈને એ સ્પષ્ટ સંકેત મળે છે કે કોઈ એવા પણ પરમ આત્મા હશે કે જેનામાં સર્વગુણોની કે વિભૂતિઓથી સંપૂર્ણમયી હશે. એ સર્વગુણ સંપૂર્ણ પરમ આત્માને પ્રભુ, ભગવાન, ઈશ્વર, ગોડ કે પરમાત્મા કહેવામાં આવે છે.

પરમાત્મા તો આદિકાળથી જ્ઞાન, શક્તિ, શાંતિ, આનંદ વગેરે દિવ્ય લક્ષણોમાં સંપૂર્ણ છે. એમની કલાઓ અનંત છે. જે કદિ ઓછી થતી નથી કે વૃદ્ધિ પામતી નથી. સદા મુક્ત સ્વરૂપ છે. પરમાત્મા જ્ઞાનના સાગર, સદા સાગરસ્થ, શાંતિના સાગર, પ્રેમના સાગર, આનંદના સાગર, પરમપવિત્ર સર્વ શક્તિમાન, અજન્મા અને અભોક્તા છે. એમની યાદમાં આત્માઓના જન્મોજન્મના વિકર્મો નાશ પામે છે. આ જ છે યાદની યાત્રાનું મહત્ત્વ. આ સર્વોત્તમ આત્મા પરમાત્મા, માત્ર એક જ છે. જેમનું દિવ્યનામ છે 'શિવ' - સદા સર્વના કલ્યાણકારી.

પરમાત્મા શિવબાબા પાસેથી સર્વ શક્તિઓની પ્રાપ્તિઓની પ્રાથમિક સમજમાં - જે રીતે વીજળીના ગોળાને વીજકરંટ સાથે જોડવા માટે એની સાથેના વાયર પરના રબર કવરને દૂર કરવું પડે છે તે જ રીતે મનુષ્યના દેહઅભિમાન રૂપી રબર કવરને દૂર કરીને આત્માનું પરમાત્મા સાથે જોડાણ કરી ઈશ્વરીય શક્તિ પ્રવાહને પ્રાપ્ત કરવાનો હોય છે. આત્મા અને પરમાત્માની વચ્ચે સંબંધ જોડવા માટે શ્રેષ્ઠ સંકલ્પ જે આધ્યાત્મિક શક્તિ છે. એના માધ્યમ દ્વારા જ એ શક્ય બની શકે છે. પરંતુ એ પણ એટલું જ જરૂરી છે કે પરમાત્મા સાથે સમાનતા અને સ્નેહના આધારે સર્વ સંબંધો જોડવાના છે.

પરમાત્માના બેહદના - અપાર મહિમાના જ્ઞાન અભ્યાસથી જીવનમાં અન્ય કોઈ દેહધારી મનુષ્યને ગુરુ, સદ્‌ગુરુ બનાવવાની આવશ્યકતા નથી. કેવળ એક સદ્‌ગુરુ શિવબાબા, અન્ય કોઈ નહીં. શિવબાબાની કાયમી યાદથી, સંગ અને સાથથી જ્ઞાનના તરંગો અને સર્વ ગુણોનો પ્રવાહ વધતો જ રહે છે. ફળ સ્વરૂપે અપાર ખુશી-આનંદ, ઉમંગ-ઉત્સાહની અનુભૂતિ થતી જ રહે છે. સંલગ્ન ગીત/ સંગીત -

- ઈશ્વર અપને સાથ હૈ...
- હમકો મનકી શક્તિ દેના...
- યાદ તુમ્હારી કિતની પ્યારી

ક્ષમાભાવ - માફીભાવથી યાદ

ભક્તિમાર્ગમાં ભક્તજનો મંદિરોમાં જઈને, યાત્રાઓના સ્થળે નદીઓમાં સ્નાન કરતાં કરતાં પ્રાર્થનાઓ, ભજનો, આરતીઓમાં ગાતા રહી ભગવાનને અરજ કરતા કે હે પ્રભુ! હે ભોળાનાથ! હે દયાળુ! અમે પાપી, કપટી, દુ:ખી છીએ. અમોને ક્ષમા કરો, માફ કરો. આપના દર્શન કરાવો. ભગવાન ક્ષમાના સાગર તો છે જ. પરંતુ એમની ક્ષમાના હક્કદાર કે અધિકારી એ જ મનુષ્ય બની શકે છે, જે જ્ઞાન દ્વારા સ્વયં ક્ષમાશીલ બન્યા હોય.

સમય પરિવર્તન સાથે જ્યારે મનુષ્ય પરમાત્માથી સંપૂર્ણ રીતે 'વિપરીત બુદ્ધિ' વાળા બની જાય છે ત્યારે ક્ષમાના સાગરનું મન દયા-કરુણાથી ભરાઈ જાય છે અને માનવમાત્રના કલ્યાણ અર્થે ધરતી પર અવતરે છે. પરમાત્મા પોતાની પાવન દુનિયાને છોડીને પતિત સંતાન આત્માઓની દુ:ખી નરક દુનિયામાં પાપાત્માઓની વચમાં ક્ષમાશીલ બનીને આવે છે. આપણે પણ આપણા પિતા શિવબાબાની જેમ જ ક્ષમાશીલ અને કરુણામય બનવાનું છે.

ક્ષમાદાન

બીજાઓને ક્ષમા આપવી એ માફી માંગવાની જેમ મહત્ત્વપૂર્ણ આદત છે. બીજાઓની ભૂલ આપણી યાદનું સાધન બની જાય એ તો એનાથી પણ મોટી ભૂલ છે, આપણે તો બીજાઓનું ભલું કરવાનું છે, મનને વિશાળ કે વિરાટ સ્વરૂપ બનાવીને ખુશીથી ક્ષમા આપી દેવાની છે. વર્તમાન કલિયુગનાં અંતિમ ભયાનક અને વિકરાળ દુ:ખોના સમયમાં ભૂલ તો બધાં જ કરે છે, માટે પ્રેમથી ક્ષમા કરો, સ્વયંને ક્ષમા કરો. બીજાઓની ભૂલોને ક્ષમા કરી ભૂલી જાઓ, જીવનમાં ક્ષમાનો અધ્યાય શરૂ કરો. બીજું કંઈ દાન ના કરો તો ક્ષમાદાન કરી દો. આપણે દયાળુ પિતાના દયાળુ બાળક બનીને રહેવાનું છે. આપણે ક્ષમાદાન આપીને સ્વયં ઉપરનું ગ્રહણ ઉગારી દેવાનું છે. હળવાફૂલ બન્યાની અનુભૂતિથી મહારાજા પણ બનશો.

ક્ષમાથી વધારે મોટું તપ આ સંસારમાં બીજું કોઈ નથી, અપકારી ઉપર ઉપકાર એ જ સાચું દેવત્વ છે. ક્ષમાશીલતા એ સંપૂર્ણતા અને મહાનતાનું પ્રતીક છે.

જ્યારે પણ આપણી વાણીના શબ્દો વડે કે ઈશારાથી ભૂલ થાય ત્યારે સાફ દિલથી શિવબાબા પાસે માફી માંગી લેવી. શિવબાબા ક્ષમાના સાગર છે એમની પાસે માફી માંગી હળવા બની જાઓ. સંસારમાં કોઈ શત્રુ કે દુશ્મન બનશે જ નહીં. સંસારના સર્વ આત્માઓને ભાઈ-ભાઈ સમજી વસુધૈવ કુંટુંબકમના વિચારોથી મન બંધનમુક્ત બની જશે, મન સદા ખુશ મિજાજમાં રહેશે.

આ જ તો છે પિતા શિવબાબાનું મહાન જ્ઞાન.
સંલગ્ન ગીત/ સંગીત -

- પ્રભુ આપ કી ઉદારતા કા ...
- ભૂલ સે બી દેખો મત...
- બાબા તુમ કિતને અચ્છે હો...

અંતમાં આવાજ કી દુનિયા સે...

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **જે ઘણું થોડું અને ધીરેથી બોલે છે એને રોયલ ઘરના સમજવામાં આવે છે. બાળકોના (બ્રહ્માવત્સો) મુખેથી સદા જ્ઞાન રત્ન જ નીકળવાં જોઈએ.**

સોનાની સાંકળ

બ્ર.કુ. સતીશ, માઉન્ટ આબુ

સોનાની સાંકળ બાંધીને પણ શ્વાન (કૂતરો) બદલી જતો નથી. હાથી ધૂળવાળો હોવા છતાં સન્માનિત થાય છે. અધ્યાત્મ પથ ઉપર સાધક જેમ જેમ પોતાની ગતિને પ્રગતિ તરફ લઈ જાય છે ત્યાં ત્યાં એણે પોતાની દૃષ્ટિને ઘણી તીક્ષ્ણ, દૂરદર્શી અને સૂક્ષ્મ રાખવાની જરૂર પડે છે. એ રીતે પથિકને ચારે બાજુએ ધ્યાન રાખવાનું હોય છે. ગતિ વધારતાં પહેલાં સુરક્ષાનો ખ્યાલ રાખવો પડે છે. સાધારણ તથા નીચલા દરજ્જાના વિચાર આપણને ઊંચે જવા દેતા નથી. કારણ કે તે આપણા વિચારોનું જ પ્રતિબિંબ છે.

આપણે જેવું વિચારીએ છીએ તેવા બનીએ છીએ. મહદ્ અંશે મહાન બનવા માટે સ્વયંનું ઘણી સૂક્ષ્મતાથી ધ્યાન રાખવું પડે છે. એવું ના બને કે એકબાજુ ધન સંપત્તિ ઉપર ધ્યાન આપીએ છીએ, બીજી બાજુ ચોર લૂંટારા ડર્યા વિના એ સંપત્તિ લૂંટી જાય છે. લોખંડની સાંકળો તો જોવામાં આવે છે. એમાં કોઈ બંધાવા ઈચ્છતું નથી. કદાચ બંધાય ગયો હોય તો તેનાથી મુક્ત થવા પ્રયાસ કરશે. પણ સોનાની સાંકળ ઘણી આકર્ષિત હોય છે. તે રામાયણના સોનેરી મૃગની જેમ રામગાથા બની જાય છે. લોખંડની સાંકળના મોટા મોટા બંધનોથી મુક્ત થવાનું અઘરું નથી. પણ સોનાની સાંકળ એ મનનું સૂક્ષ્મ બંધન છે તે ઘણી આકર્ષક હોય છે. જેના તરફ ગમે તે માનવ સરળતાથી આકર્ષિત થઈ જાય છે. સાધારણ વ્યક્તિ તો જાણી સમજીને અથવા એની કિંમત ચૂકવીને એને મેળવી લે છે કારણ કે તે સોનાની સાંકળ છે. સાંકળતો સાંકળ જ છે તે પછી લોખંડની હોય કે સોનાની. પહેલાં તો પુરુષાર્થને એને સાંકળ યા બંધન સમજવામાં મુશ્કેલી પડે છે જ્યારે તે તેને સમજી લે પછી ઊંડાણમાં જાય તો એનાથી તે સહજ રીતે મુક્ત થઈ શકે છે. આમ તો એને સાંકળ કહેવી તે જ યોગ્ય રહેશે. કારણ કે આ એક દિવસની પ્રક્રિયા નથી. એની શ્રેણી છે ક્રમિક વિકાસથી પડતી ટેવ છે. જેને મન એક જ દિવસમાં માનવા માટે તૈયાર થતું નથી. આ વાત શરીર અને આત્માને પણ લાગુ પડે છે. લાંબા સમય સુધી શરીરમાં રહીને માનવ આત્મવિસ્મૃત બની જાય છે. તે એને જ સર્વકાંઈ સમજી લે છે. એ પાંજરામાં પાળેલા જૂના પોપટની જેમ પિંજરાને જ પોતાનું ઘર કે અસ્તિત્વ માની લે છે. આ જીવનબંધ અવસ્થા છે. પરંતુ જીવનમુક્ત, વિદેહી બનવા માટે, મુક્ત ગગનમાં ઉડવા માટે ઈચ્છુક આતમ પક્ષી માટે આ માનસિકતાને બદલવી પડશે. આત્મસ્મૃતિને સમજવી પડશે. જૂની પુરાણી સડી ગયેલી માન્યતાઓના પડને સાફ કરવું પડશે તથા પૂર્વગ્રહોને છોડીને ખુલ્લા આકાશમાં ઉડવાનો અનુભવ તો કરવો પડશે.

ઈશ્વરીય મહાવાક્યો (મુરલી)માં વખતો વખત તેનાથી મુક્ત થવાની પ્રેરણાઓ મળે છે પણ તે વાતોને પોતાની સમજીને અભ્યાસ, પ્રયાસ તથા અનુભવની આંખોથી જોવાની જરૂર છે. જ્ઞાનયોગની શક્તિશાળી પાંખોના અભાવમાં તથા દિવ્યબુદ્ધિ તથા દિવ્યદૃષ્ટિની સક્રિયતા વગર સાધક પક્ષી ક્યાંકને ક્યાંક માયાનો શિકાર બની જાય છે. યા તો તે સૂક્ષ્મ કામનાઓની જાળમાં ફસાઈ જાય છે. યા સૂક્ષ્મ લગાવથી સોનેરી ડાળ છોડવા ઈચ્છતો નથી તે કોઈ દેહભાન યા દેહ અભિમાનના પાંજરામાં ફસાઈ જાય છે પછી હું અને મારાના દોરડામાં બંધાઈ જાય છે. સંયોગ અનુસાર

તેને યોગના સહયોગથી ઉડવાના દ્વાર ખુલ્લાં મળી જાય છે છતાં પણ સૂક્ષ્મ સંશયના આત્મહીનતાવશ પાંજરાને છોડવાનું સાહસ કરી શકતો નથી. ક્યારેક ઉડવાની ઈચ્છામાં પોતાની પાંખો પણ ફડફડાવે છે તો નબળા સંકલ્પોને કારણે અશક્ત બનેલી પાંખો જવાબ આપી દે છે. સૂક્ષ્મ વિકારોના બોજથી બોજવાળું બનેલું મન કોમળ પાંખોથી ઉડી શકતું નથી. તે પાછું પોતાના એ જ વર્તુળમાં મળેલાં દુઃખદાયી અલ્પકાલીન સુખોને જ શાશ્વત સુખ સમજીને દુઃખો સાથે સમજૂતી કરી દે છે. પછી તે ફરિયાદ યા પશ્ચાતાપનાં આંસુ પીતાં પીતાં જીવે છે. એની આ દીન દશા પર સહસા હૃદયમાંથી અવાજ નીકળે છે કે 'પિંજરે કે પંછી રે તેરા દર્દના જાને કોઈ.' લોખંડની સાંકળોથી મોટા ભાગે સૌ પરિચીત હોય છે પણ એવાં કેટલાંક સૂક્ષ્મ બંધનો છે જે વગર બાંધે બંધાઈ જાય છે.

લગાવ, ઝુકાવ અથવા પ્રભાવનું પાંજરું

મોટે ભાગે જે વ્યક્તિઓ, વસ્તુઓ, વૈભવો અથવા વાતાવરણમાં આપણે રહીએ છીએ, સંબંધ સંપર્કમાં આવીએ છીએ. એનાથી અદૃશ્ય દોરાઓથી આપણે જોડાઈ જઈએ છીએ. સારું અને ખરાબનું વિશ્લેષણ કરતાં મને એ ધારણા નક્કી કરી લે છે કે મારા માટે હિતકર, અહિતકર, જરૂરી તથા બીનજરૂરી, આવશ્યક તથા અનાવશ્યક, પ્રિય તથા અપ્રિય શું છે. જે વાત મનના પક્ષમાં છે તે લક્ષ્ય તેને યોગ્ય લાગે છે. તે તેની પ્રાથમિકતા બની જાય છે. જ્યાં એના મનમાં પ્રેમ, સ્વાર્થ પૂર્તિ અથવા આત્મીયતા અનુભવે છે ત્યાં જ તે થોભી જાય છે. તેના કારણે તે તેના લક્ષ્યથી દૂર થઈ જાય છે. બહારથી તો એવું લાગે છે કે તેને આપણા ઉપર કોઈ મોહ નથી. પરંતુ વ્યક્તિઓ, વસ્તુઓ, વાતાવરણ બદલાતું અલગપણું અને લાચારીથી આપણને દુઃખી કરે છે. એના પ્રત્યે સંકલ્પ ચલાવવા અથવા એનાથી વૈચારિક હલચલ થવી એ બતાવે છે કે મન ઊંડાણ સુધી જોડાયેલું છે. એની સાથે તાદાત્મ્ય થઈ ચૂક્યું છે. આજ લગાવ, ઝુકાવ છે તેને પ્રભાવિત થયાનું કહેવાય છે.

હું અને મારાપણાની માયાજાળ

હું અને મારું આ બે માયાના દરવાજા છે. આત્મભાન તથા આત્મિકવૃત્તિની ધારણા તો નિરંતર રહેતી નથી. દેહભાનના કીચડમાં લથપથ 'હું' અને 'મારું' આત્માને પણ મલિન કરે છે. હું જ્ઞાનવાન છું, હું સમજદાર છું, હું ત્યાગી છું, યોગી છું, હું ઘણો જૂનો છું, અનુભવી છું. મારા વિના આ કાર્ય થઈ શકે નહીં. મને પૂછ્યા વગર તમે આ કાર્ય કર્યું? જોયું મારું ભાષણ. હું જ એ કાર્યને કરી શકું છું. હું અમુક સ્થાનનો ઈન્ચાર્જ છું. 'હું' અને મારું' વાસ્તવમાં ચિંતાઓ, સંઘર્ષો અને મૂંઝવણોનું દ્વાર છે. તે કષ્ટ આપશે જ. જ્યારે ક્યારેક આપણી ભાવનાઓ તથા વિચારોની કદર થતી નથી ત્યારે આપણે પોતાની ઉપેક્ષા થયાનું અનુભવાય છે. આપણું અપમાન થાય છે ત્યારે ઘવાયેલા સાપની જેમ ફૂંફાડા મારીને મારાપણું જણાઈ આવે છે. વાત આટલા સુધી અટકતી નથી પણ જ્યારે પોતાનાં સ્નેહ, શ્રધ્ધા, સેવા, નિમિત્તભાવ, વિશ્વાસ, નિશ્ચય અને નિરહંકારીપણાનો અહંકાર આવી જાય છે તો સ્થિતિ અવશ્ય વિચારણીય બની જાય છે. 'હું' અને 'મારાપણું' દેહભાન મિટાવવા માટેનું સાધન છે દિશા બદલી દો. હું શ્રેષ્ઠ આત્મા છું, શિવબાબા આત્માભાવના ચશ્માથી તેનો રંગ બદલશે. અહંભાવથી મુક્ત થવાનો ભાવ છે સમર્પણ ભાવ.

રસોની દોરડીઓ

સાધનામાં એકરસ સ્થિતિ અપેક્ષિત છે

કારણકે પ્રત્યેક પુરુષાર્થી ઉત્તમ અને સાધારણ સ્થિતિનો તો અનુભવ કરે છે પણ નિરંતર ચઢતીકલા થાય તે પુરુષાર્થ છે. તમામ રસોમાં રંગાઈ ગયેલું મન એકરસ થવા દેતું નથી. આપણી રુચિઓ પણ કેટલીક બાબતોમાં ઘણી ઊંડી હોય છે તે બદલાતી રહે છે. યોગીજને સર્વ રસોથી મુક્ત થવું છે તો નવી નવી રુચિઓ અને શોખ ના અપનાવે. યોગી એટલે શોક પણ નહીં અને શોખ પણ નહીં. એક વિશેષ મનોગ્રંથી એ છે કે જેમાં ઉચ્ચ કક્ષાના પુરુષાર્થથી રસ લે છે. તે સંભળાવવાની, અભિવ્યક્ત કરવાની. સેવા કરતાં ઉપદેશકવૃત્તિ ના બનવી જોઈએ. તેનાથી અનુભવ કરવાની તથા બુદ્ધિની ક્ષમતા ઓછી થાય છે. વાચા ઘણી રુચિકર બની જાય છે. વાચા રસ સિવાય કર્ણ રસ, રસના રસ, નયન રસ અને મન રસ સૂક્ષ્મ અને શક્તિશાળી છે. જેમાં આત્મા નિરંતર સુખ લે છે. એનાથી મુક્ત થવાનો એક જ ઉપાય છે. અતીન્દ્રિય સુખ, ઈશ્વરીય મિલનનો રસ અને સર્વ સંબંધોનું સુખ એક પરમાત્મા બાપ પાસેથી ગ્રહણ કરવાનો અભ્યાસ તથા પુરુષાર્થ.

રસ લેવાની પ્રવૃતિ માત્ર સારી રુચિકર વિષયોમાં જ હોય. જ્યારે આપણને ખામીઓ, અભાવો, આદતો, દુઃખો તથા દર્દોમાં પણ રસ આવવા લાગે છે. જેનું પણ આપણને તાદાત્મ્ય થઈ જાય છે, મન અને પોતાની સ્થિતિ સમજીને સમજૂતી કરી લે છે.

‘જોઈએ જોઈએ’ની મનોવૃત્તિની સાથે ‘આવું હોવું જોઈએ’ આ પણ પ્રાણઘાતક સોનેરી ડાળ છે એમાં પણ નામ, માન, શાનની અભિલાષા ઘણી ગહનતાથી આત્મામાં પેઠી છે એનું કારણ છે સ્વમાન સ્વાભાવિક રીતે આત્માનો ગુણ છે. પણ દેહભાનવશ એનું રૂપ નામ-માન-શાનમાં થઈ જાય છે. એ સિવાય ત્યાગનો પણ ત્યાગ હોય. દાતાપણાનો અહંકાર ના હોય. સૌ આપણને પોતાના જ કહે, આ કામનાનો ત્યાગ હોય. આ સૌ સૂક્ષ્મ કામનાઓની સોનેરી ડાળ છોડવા માટે આતમ પંછી તૈયાર નથી. સૂક્ષ્મકામનાઓ સૂક્ષ્મ પાપ કરાવે છે. કામનાઓ સાકાર કરવામાં જે બાધક બને છે તેનો આપણે દોષ કાઢવા લાગીએ છીએ. કોઈને પણ દોષિત માનવો એ સૂક્ષ્મ વિકાર છે. તે રીતે સંઘરાખોરીની પ્રવૃતિ પણ ઘાતક છે.

ટૂંકમાં કહીએ તો તેનાથી મુક્ત થવા માટે એકરાર કરવાની શક્તિ વધારવી પડશે. સાક્ષી દૃષ્ટા બનવાનો અભ્યાસ કરવો પડશે. એમાં પુણ્ય તથા દુઆઓના બળથી ઈશ્વરીય શક્તિ તથા સહયોગ મેળવવો પડશે. હવે તો ‘હું-હું’નું પાંજરું છોડો. સોનેરી ડાળ છોડો. તે છોડશો તો છૂટી શકશો.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **મીઠા બાળકો, પાવન બનીને પરમાત્મા પાસેથી પૂરો વારસો મેળવો. એક પરમાત્માની શ્રીમત ઉપર ચાલતા રહો. આ સાચી મિત્રતા છે. કહેવાય છે કે જીવાત્મા પોતાનો જ શત્રુ છે, પોતાનો જ મિત્ર છે. જ્યારે પરમાત્મા આવીને જ્ઞાન આપે છે તો જીવાત્મા પોતાનો મિત્ર બને છે. આત્મા પવિત્ર બને છે અર્થાત્ પોતાનો મિત્ર બને છે.**

Published and Printed by BK Bhartiben R. Somiya 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, Sukh Shanti Bhavan, Bhulabhai Park Road, Kankaria, Ahmedabad - 380 022, Gujarat State, India. Edited by Prof. Dr. Kalidas Dhulabhai Prajapati

સંગમયુગની શબ્દાવલી

આત્મન દૈવી ભાઈઓ અને બહેનો,

નુતનવર્ષથી ગુજરાતી જ્ઞાનામૃતમાં જ્ઞાનવર્ધન હેતુ સંગમયુગની શબ્દાવલી શ્રૃંખલા (નવી કૉલમ) શરુ થઈ છે. નવેમ્બર માસની શબ્દાવલી ભાગ-૧ના જવાબો આ સાથે છે. જ્ઞાન તથા મનન-ચિંતનના આધારે તમારા જવાબોને સાચા જવાબો સાથે સરખાવી ચકાસી શકશો. સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ-૨ અહીં પ્રસ્તુત છે. જેની આડી-ઉભી ચાવીઓને ભરશો. આપને આવતાં અંકમાં સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ-૨ના જવાબો મળશે.

સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ-૨

૧			૨		૩		૪	૫	
			૬			૭			
		૮			૯				
૧૦								૧૧	૧૨
			૧૩		૧૪				
	૧૫	૧૬		૧૭			૧૮	૧૯	
	૨૦			૨૧	૨૨		૨૩		
	૨૪			૨૫					૨૬
૨૭			૨૮				૨૯	૩૦	
૩૧					૩૨			૩૩	

શબ્દાવલી ભાગ-૧ના જવાબોવાળું કોષ્ટક

૧ દિ	પા	વ	૨ લી		૩ જ		૪ જ્યો	ત	
પ			૫ ન	ય	ન			૬ ન	ભ
રા		૭ તા			૮ ક	૯ તા	ર		
૧૦ જ	૧૧ ગ	ત	૧૨ જી	ત		ક		૧૩ વિ	દ્યા
	ફ		મ		૧૪ મ	ત		ર	
૧૫ તિ	લ	૧૬ ક		૧૭ વ	ર		૧૮ મિ	લા	૧૯ પ
	૨૦ ત	લા	શ		જી		લ		વિ
		મ				૨૧ દી	ન		ત્ર
	૨૨ બ			૨૩ સ		ર્ધા		૨૪ દા	તા
૨૫ ક	ળ	શ		૨૬ ન	વ	યુ	ગ		

આડી ચાવીઓ:-

૧. ઈસુ દ્વારા સ્થાપિત ધર્મ (૪)
૪. જ્ઞાન સૂર્ય પ્રગટા, ... અંધેર વિનાશ (૩)
૬. બાબા બાળકોને ડબલ ..... બનાવે (૪)
૮. અલ્લાહ, ઈશ્વર (૨)
૯. નફરત, દ્વેષ (૨)
૧૦. સૂક્ષ્મવતનનો રંગ (૩)
૧૧. બેસવાની સીટ (૨)
૧૪. કડાઈ, એક વાસણ (૨)
૧૫. શિવબાબા પીવડાવે, જ્ઞાન અમૃત (૪)
૧૮. આત્માનો સ્વધર્મ (૨)
૨૦. ગામડું (૨)
૨૧. ઊંચુ ઝાડ (૨)
૨૩. આયી ..... અલીફ કો, હુઆ રેલ કા રાહી (૨)
૨૪. પાંચ .....નું શરીર (૨)
૨૫. આદત, ટેવ (૨)
૨૯. ..... તુમ્હારી ઓ પ્યારે ભગવન (૩)
૩૧. અંગ્રેજી વર્ષનો છેલ્લો મહિનો (૪)
૩૨. ..... કો ગ્રાહને ખાયા (૨)
૩૩. ઉમેરવું, સરવાળો (૨)

ઊભી ચાવીઓ:-

૧. ડિસેમ્બરમાં આવતો ઈસાઈ ધર્મનો તહેવાર (૪)
૨. ભાગ્ય, કિસ્મત (૩)
૩. ભ્રકુટી કે બીચ ચમકતા હૈ અજબ ..... (૩)
૫. ..... માં ડુબકી લગાવવાથી પાપ ધોવાય (૪)
૭. જીવતું ..... (૪)
૮. બાકાત, બાદ (૨)
૧૨. ગરીબ, કંગાળ (૨)
૧૩. રત શબ્દનું ઉંધું (૨)
૧૫. ભેટ, ઉપહાર (૩)
૧૬. મોહ, લગાવ (૩)
૧૭. જવાબનું વિરોધી (૩)
૧૮. નાતાલની રાત્રે ગીફ્ટ આપનાર (૪)
૧૯. બાણ (૨)
૨૨. ..... આયા કી આયા (૪)
૨૬. યુનિટી (૩)
૨૭. ૮૪ જન્મની ..... (૨)
૨૮. .....માંથી નારાયણ (૨)
૩૦. રામનો એક પુત્ર (૨)

Gyan Amrit Vol.13. | Issue 12 | December 2020 | Retail Price - 12/- | RNI No. of RNP is GUJGUJ/2007/21842. Pubished on 1st of every month. Registered under Postal Registration No. AHD-C/21/2020-2022 vaild up to 31st December-2022 Issued by the SSPO's Ahmedabad City Division, LPWP Licence No. PMG/HQ/109/2020-2022 valid up to 31st December-2022, permitted to post at Ahmedabad PSO on 4th of every month.

મણિનગર સબઝોનનાં ટીચર્સ બહેનોના ઈન્દ્રપસ્થ (GGRC) ખાતે 'અલૌકિક દિવાળી ઉત્સવ' કાર્યક્રમમાં દીપ પ્રજવલ્લન બાદ ગુજરાત ઝોન ઈન્ચાર્જ રાજયોગિની ભારતીદીદી, બ્ર.કુ. નેહાબેન અન્ય વરિષ્ઠ બ્રહ્માકુમાર ભાઈ-બહેનો તથા સભામાં ઉપસ્થિત ટીચર્સ બહેનો.

છોટાઉદેપુરમાં ગુજરાતના 'શ્રેષ્ઠ ધારાસભ્ય'નો એવોર્ડ પ્રાપ્ત કરનાર ભ્રાતા મોહનસિંહ રાઠવાના સન્માન સમારોહમાં બ્ર.કુ. મોનીકાબેન, પૂર્વ રેલ્વેમંત્રી નારાયણભાઈ રાઠવા, યુવા સમાજસેવક ભ્રાતા રાજખાનજી તથા શહેરના અગ્રણીઓ.

કેશોદમાં પધારેલ ગુજરાત રાજ્ય સરકારના યોગબોર્ડના ચેરમેન તથા પંતજિલ યોગ સંસ્થાનના ગુજરાતના વડા ભ્રાતા શિશપાલજીને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતાં બ્ર.કુ. રૂપાબેન બાજુમાં બ્ર.કુ. મીતાબેન.

નવસારીમાં ચૈતન્ય દેવીઓની ઝાંખી તથા ઓનલાઈન નવરાત્રી મહોત્સવના ઉદ્દ્ઘાટનમાં સર્વકાલીન ન્યુઝ અખબારના તંત્રી ભ્રાતા ગૌતમભાઈ મહેતાને ઈશ્વરીય સૌગાત આપતાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

આણંદ જીલ્લાના નશાબંધી શપથ કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન, આણંદ પીપલ્સ મેડીકેર સોસાયટીના પ્રમુખ બિપિનભાઈ પટેલ, ડૉ. પાર્થ પટેલ, ભ્રાતા એચ.પી.સીસોદીયા, સબ ઈન્સ્પેક્ટર એચ.જી.મશરાણી.

If Undelivered Please Return To :
BRAHMA KUMARIS, 'Sukh Shanti Bhawan', Opp. Municipal School-6,
Bhulabhai Park Road, Kankaria, Ahmedabad-380022. (Gujarat) INDIA

Phone : 079- 25324460,
Email : gyanamrit.guj@gmail.com