Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

December 2025 - Issue 12
Retail Price 15/-

મહુડી ખાતે ગુજરાત રાજ્યના મુખ્યમંત્રી ભ્રાતા ભુપેન્દ્રભાઈ પટેલને મોમેન્ટો આપતાં બ્ર.કુ. મનીષાબેન, સાથે માણસાના MLA ભ્રાતા જે.એસ.પટેલ, BJP અધ્યક્ષ ભ્રાતા અનિલભાઈ પટેલ તથા અન્ય.

પોરબંદરમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ' પ્રોજેક્ટના ઉદ્દઘાટનમાં કેબિનેટ મંત્રી ભ્રાતા અર્જુનભાઈ મોઢવાડીયા, પૂર્વ મંત્રી બાબુભાઈ બોખીરીયા, જીલ્લા પ્રમુખ ચેતનાબેન, બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

છોટા ઉદેપુરમાં SP ભ્રાતા ઈમ્તિયાઝ શેખ IPS ને 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ' પ્રોજેક્ટની માહિતી આપી શાંતિદાનનું ફોર્મ ભરાવતાં બ્ર.કુ. મોનીકાબેન.

માળીયા હાટીનામાં 'નશામુક્ત ભારત અભિયાન'નું ઉદ્દઘાટન કરતાં MP ભ્રાતા રાજેશભાઈ ચુડાસમા, MLA ભ્રાતા ભગવાનજી કરગઠિયા, BJP જીલ્લા પ્રમુખ જીતુભાઈ સીસોદીયા, બ્ર.કુ. મીતાબેન.

રાજકોટ અવધપુરીમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'નું ઉદ્દઘાટન કરતાં રાજયોગિની ભારતીદીદી, મેયર નયનાબેન પેઢડીયા, MLA રમેશભાઈ, વ્યાપારી બાબુભાઈ, બ્ર.કુ. રેખાબેન.

અમરેલીમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'નું ઉદ્દઘાટન કરતાં આર્ષ અધ્યયન કેન્દ્રના સ્વામી નિત્યસુધાનંદજી, DySP અશોકસિંહ ગોહિલ, ડૉ. વઘાસીયા, બ્ર.કુ. ગીતાબેન તથા અન્ય.

વડોદરા મંગલવાડીમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'નું ઉદ્દઘાટનમાં ગીતા મંદિરના અધ્યક્ષ ભગિની ગીતાબેન શર્માને પીસ પોસ્ટર આપતાં બ્ર.કુ. રાજબેન સાથે અન્ય મહાનુભાવો.

શહેરા ખાતે 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'ના કાર્યક્રમમાં ડૉ. અશ્વિનભાઈ રાઠોડ, ગ્રામીણ બેંક મેનેજર ભ્રાતા કમલેશભાઈ રાણા, બાળવિકાસ અધિકારી ભગિની મધુબેન, બ્ર.કુ. રતનબેન.

Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

વર્ષ ૧૮ | ડિસેમ્બર - ૨૦૨૫ | અંક : ૧૨

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખપત્ર

અમૃતસૂચિ

- યોગ અભ્યાસ માટે ભિન્ન-ભિન્ન સ્થિતિઓ .....તંત્રી સ્થાનેથી ..04
- જ્ઞાનામૃત માસિક આભાર અને અપેક્ષા 08
- બાબાની નજીક આવશો તો શીતળ ....દાદી જાનકીજી ..09
- સૃષ્ટિની રચનાનું આદિ અને અંતનું જ્ઞાન ...બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર ..10
- આપણે કંઈક એવું કરીએ, ...દાદી હૃદયમોહિનીજી ..12
- ડબલ લાઈટ સ્થિતિ શું હોય છે.......................બ્ર.કુ. સૂર્ય ..13
- રાજયોગી બ્ર.કુ. ભૂપાલભાઈ ....બ્ર.કુ. હેમંત ..14
- સંબંધનો મતલબ છે માત્ર આપવું જ ....બ્ર.કુ. શિવાનીબેન ..19
- શાંતિની શક્તિ ....બ્ર.કુ. વિવેકાનંદ ..20
- જાગૃત નાગરિક ....બ્ર.કુ. અનંત ..23
- સહજ રાજયોગ - 3 ....બ્ર.કુ. જગદીશ ..24
- પ્રસંગ પરિમલ 28
- મનજીત ....બ્ર.કુ. મધુબેન ..30
- અનુભવની અભિવ્યક્તિ ....બ્ર.કુ. રનવીર ..32
- તીવ્ર પુરુષાર્થ ....બ્ર.કુ. કિશોર ..33
- એ .... કેમ ....બ્ર.કુ. જૂનાગઢ ..33
- સંગમયુગ શબ્દાવલી 34

2026ના લવાજમના દર

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	રૂ.	૧૩૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૨,૨૦૦.૦૦
છૂટક નકલ	રૂ.	૧૫.૦૦

વિદેશમાં

એરમેઈલ વાર્ષિક	રૂ.	૧,૬૦૦.૦૦
આજીવન સભ્ય	રૂ.	૧૨,૦૦૦.૦૦

કૃતિઓ મોકલવાનું સરનામું
બ્ર.કુ. ડો. કાલિદાસ પ્રજાપતિ
તંત્રી : જ્ઞાનામૃત
D-202, સાગર રેસીડન્સી, PDPU રોડ,
જાન્વી ફાર્મ સામે, રાયસણ,
ગાંધીનગર - 382007 M. 99798 99104

મુદ્રક અને પ્રકાશક
ભારતી રણછોડદાસ સોમૈયા

-:- વિશેષ નોંધ -:-

જાન્યુઆરી, 2026થી જ્ઞાનામૃતનું નવું વર્ષ શરૂ થશે. જેથી સર્વ નિમિત ટીચર્સ બહેનો, બ્રહ્માકુમાર ભાઈ-બહેનો, પ્રિય વાચકોને છેલ્લી તારીખ 10 ડિસેમ્બર, 2025 પહેલા મેમ્બરશીપ રીન્યુ કરાવી નામ નોંધાવી દેવા વિનંતી. જ્ઞાનામૃતના કારોબાર માટે નીચે આપેલ બેંક ખાતાની વિગતોનો ઉપયોગ કરી ઓનલાઈન, રોકડા, ચેક કે ડી.ડી. થી લવાજમ ભરી શકાશે. Gpay, Phone Pay કે મોબાઈલ નંબર ઉપર જ્ઞાનામૃતનું લવાજમ ભરશો નહીં.

જ્ઞાનામૃતના બેંક ખાતાની વિગતો

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય

Account No. : **03290100041261** IFSC Code : **BARB0GITAMA**

Bank Name : **BANK OF BARODA, Geeta Mandir Branch**

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

યોગ અભ્યાસ માટે ભિન્ન ભિન્ન સ્થિતિઓ

સાક્ષી દૃષ્ટા સ્થિતિ

સાક્ષીદૃષ્ટા અર્થાત્ ન્યારા બનીને દરેકના પાર્ટને જોવો. શરીરથી ન્યારા બનીને કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા કાર્ય કરાવતાં સ્વયંને આ ડ્રામામાં વિશેષ પાર્ટધારી સમજીને પાર્ટ બજાવવો. આ છે સાક્ષી-દૃષ્ટાની સ્થિતિ.

હું સાક્ષીદૃષ્ટા છું. આ સ્મૃતિથી જ સમર્થતા આવી જાય છે. જેની પાસે સમર્થતા છે એની સ્વસ્થિતિને કોઈપણ પરિસ્થિતિ ડગમગ કરી શકતી નથી. એને પરીક્ષાઓ એક ખેલ અનુભવાય છે. તેઓ કોઈપણ પ્રકારનું નવું દૃશ્ય કે આશ્ચર્યજનક દૃશ્ય જોતાં મૂંઝાતા નથી. તોફાનોને પણ ડ્રામાની ભેટ સમજીને, સ્વભાવ સંસ્કારોની ટક્કરોને આગળ વધવાનું સાધન સમજે છે. માયાને પારખીને તેને સહજ પાર કરે છે.

સાક્ષીદૃષ્ટાની સીટ પર બેસીને દરેક દૃશ્યને જોવાનો નિર્ણય કરવાની મજા આવે છે, ભય લાગતો નથી. અનેકવાર જોયેલ દૃશ્યને ફરી જોઈ રહ્યા છીએ. તે વાયુ મંડળને પણ ડબલ લાઈટ બનાવી દે છે. એને પહાડ સમાન પેપર રાઈ સમાન લાગે છે.

કર્મ કરતાં પહેલાં ત્રિકાળદર્શી સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ ત્રણેય કાળોને જાણનાર બનીને કર્મના આદિ, મધ્ય, અંતને જાણીને કર્મ કરતાં સાક્ષીદૃષ્ટાનો પાર્ટ ભજવતાં વર્તમાન યા ભવિષ્યમાં પૂજ્ય સ્વરૂપ બનીને અનેક આત્માઓ સમક્ષ દૃષ્ટાંતરૂપ બની જશે.

સાક્ષીદૃષ્ટા બનીને કર્મ કરવાથી કોઈપણ કર્મના બંધનમાં કર્મબંધક આત્મા બનશો નહીં. કર્મનું ફળ શ્રેષ્ઠ હોવાને કારણે કર્મસંબંધમાં આવશો. કર્મ બંધનમાં નહીં. સદા કર્મ કરતાં હોવા છતાં ન્યારા અને બાપના પ્યારા અનુભવ કરશો એવી ન્યારા અને પ્યારા આત્માઓ અત્યારે પણ અનેક આત્માઓ સમક્ષ દૃષ્ટાંતરૂપ બને છે. જેને જોઈને અનેક આત્માઓ પણ કર્મયોગી બને છે.

સાક્ષીદૃષ્ટાની સ્થિતિ અને સાક્ષીપણાની સ્થિતિ એ વિશેષતાથી ડ્રામાના દરેક પાર્ટ બજાવનારા ટેન્શનથી મુક્ત થઈ જાઓ છો. કદી કોઈપણ વાતમાં શું અને શા માટેનો પ્રશ્ન ઉઠશે નહીં. આવા પ્રશ્નો ટેન્શન જન્માવે છે. પરંતુ સંગમયુગી શ્રેષ્ઠ પાર્ટધારી, નોલેજફુલ આત્માઓ જે સાક્ષી સ્થિતિ બનાવી લે છે. તે સર્વ વાતોને જાણવાને કારણે નિશ્ચિંત બની જાય છે. ટેન્શનમાં નથી આવતાં. જો કોઈપણ આત્માનો તમોગુણી અર્થાત્ અજ્ઞાનનો પાર્ટ છે, તો શુભભાવના અને શુભકામનાથી એમના પાર્ટને સાક્ષી બનીને જોવા છતાં શાંતિ અને શક્તિનું દાન આપવાનું છે, ગભરાવાનું નથી. પોતાના સતોપ્રધાન પાર્ટમાં સ્થિત થવાનું છે. નિશ્ચયબુદ્ધિ બનીને સાક્ષી થઈને પોતાનો અને બીજાઓનાં પાર્ટ જોશો તો વિચલિત થશો નહીં.

એક તો દરેકના સંસ્કાર ભિન્ન ભિન્ન છે. બીજું કોઈપણ માયાનું રૂપ લઈને સામે આવે છે. આ તો સમાપ્ત થશે જ નહીં. પણ એમાં સ્વયં કમલપુષ્પ સમાન રહેવા માટે સાક્ષીપણાની સ્થિતિમાં સ્થિત રહેવાથી જ શાંતિ અને શક્તિનાં કિરણો સર્વ આત્માઓને આપી શકીશું.

જેમ કે ડ્રામાની સીટ પર સેટ થઈને જોવાની

મજા આવે છે. એ રીતે સદા સાક્ષીપણાની સ્થિતિમાં સદા સ્થિત રહો તો હાર અને જીતનાં દૃશ્યો જોવા છતાં કદી ડગમગ થશો નહીં. સદા એકરસ રહેશો.

સાક્ષી દૃષ્ટા સ્થિતિ બનાવવા માટે

1. સ્વ ચિંતન ચાલતું રહે.

2. સદા શુભચિંતન અને શુભ ચિંતક હોય.

3. હાલતા ચાલતાં સ્વયંને નિરાકારી આત્મા અને કર્મ કરતાં અવ્યક્ત ફરિશ્તા સમજો. આ દેહની દુનિયામાં કંઈ પણ થતું રહે, ફરિશ્તા બનીને ઉપરથી પાર્ટ જોતાં રહો. સકાશ આપવી એ નિભાવવું છે. જ્યારે આવી સાક્ષી દૃષ્ટાની અવસ્થા રહેશે તો કોઈપણ વાતાવરણની અસર થશે નહીં.

વિઘ્ન વિનાશક સ્થિતિ

આપની યાદગાર વિઘ્ન વિનાશક (ગણેશ)ના રૂપમાં આજ સુધી પણ પૂજા થાય છે. કોઈપણ વિઘ્નનો વિનાશ કરવા માટે શક્તિઓની આવશ્યકતા છે. એટલે સર્વશક્તિઓથી સંપન્ન બનો. વિઘ્નપ્રૂફ ચમકતી ફરિશ્તા ડ્રેસ પહેરીને રાખો. મોટી (દેહભાન)ની ડ્રેસ પહેરી ન રાખો. સાથે સાથે સર્વ ગુણોનાં ઘરેણાંથી સજેલા રહો. વિશેષ અષ્ટશક્તિઓના શસ્ત્રોથી સદા અષ્ટશક્તિ સંપન્નધારી સંપન્નમૂર્તિ બનીને રહો.

અમૃતવેળાએ જ્યારે ચારે તરફ તમોગુણનો પ્રભાવ દબાયેલો રહે છે. વાતાવરણ વૃત્તિને બદલનારું હોય છે. ત્યારે આવા સમયે વિશેષ જ્ઞાનસૂર્યની લાઈટ અને માઈટની કિરણોનો સ્વયં પર અનુભવ કરો. બુધ્ધિરૂપી કળશમાં શક્તિઓનું અમૃત ધારણ કરી લો તો વિઘ્ન સમાપ્ત થઈ જશે. સ્થિતિ વિઘ્ન વિનાશક બનશે.

મનસા સેવાનો અભ્યાસ વધારો. તેનાથી વાયુમંડળ પાવરફુલ બનશે. જે મનસા સેવા કરવાનું જાણે છે. તેઓ સ્વયં પણ વિઘ્નવિનાશક સ્થિતિમાં રહે છે અને સેવાકેન્દ્ર પણ નિર્વિઘ્ન રહે છે. ત્યાં કોઈપણ આત્માની વિઘ્નરૂપ બનવાની હિંમત રહેતી નથી.

માયા શેરના રૂપમાં પણ વિઘ્ન બનીને સામે આવે તો આપ યોગની અગ્નિ પ્રગટાવેલી રાખો. અગ્નિની સામે કોઈપણ ભયાનક શેર જેવી ચીજ પણ પ્રહાર કરી શકતી નથી. સદા યોગ અગ્નિ પ્રજ્વલિત રહે તો માયા કોઈપણ રૂપમાં આવી શકતી નથી.

વિઘ્નવિનાશક સ્થિતિનો અનુભવ કરવા માટે સર્વની દુઆઓ લો. પહેલાં છે માતાપિતાની દુઆઓ અને સાથે સાથે સર્વના સંબંધમાં આવતાં સર્વની દુઆઓ. જેને સર્વની દુઆઓ મળે છે તેને કોઈ વિઘ્ન સ્પર્શી શકતું નથી. પ્રત્યેક બોલ, કર્મ, સંકલ્પમાં સહજ યોગયુક્ત, યુક્તિયુક્ત બનશે.

વિઘ્નવિનાશક સ્થિતિનો અનુભવ કરવા માટે પારખવાની શક્તિને વધારો. માયા કયા રૂપમાં આવી રહી છે અને કેમ મારી સામે વિઘ્ન આવ્યું છે તેનું પરિણામ શું આવશે? આ પારખી લો તો પરીક્ષામાં ફેઈલ થશો નહીં. વિઘ્નોને એક સેંકડમાં સમાપ્ત કરવાનાં છે. તો માત્ર બે અક્ષરો ધ્યાનમાં રાખવાના છે કે જે કહીએ છીએ તે કરવાનું છે. જેટલી યોગબળ અને જ્ઞાનબળ બંનેમાં સમાનતા લાવશો એટલો વિઘ્નવિનાશક સ્થિતિનો અનુભવ થશે. દૃઢ નિશ્ચયની સામે કોઈ અવરોધ આવી શકતો નથી.

વિઘ્નવિનાશક સ્થિતિનો અનુભવ કરવા માટે નિર્ણય શક્તિને વધારો. એટલા માટે બાપદાદાનાં દરેક કર્તવ્ય અને ચરિત્રની કસોટીને સામે લાવો. જે પણ કર્મ યા સંકલ્પ કરો છો અગર

આ કસોટી પર જોશો તો આ યથાર્થ છે અયથાર્થ છે. કે વ્યર્થ છે? કે સમર્થ છે? તો જે પણ કર્મ કરો તે સહજ અને શ્રેષ્ઠ હશે. આ કસોટીને સામે રાખશો તો વિઘ્નવિનાશક સ્થિતિનો અનુભવ કરશો.

વિશ્વ કલ્યાણકારી સ્થિતિ

વિશ્વના સર્વ આત્માઓ આપનો પરિવાર છે. કારણ કે તમે બેહદના બાપના બાળક છો. એટલે રહેમદિલ બનીને સર્વ આત્માઓના કલ્યાણકારી બનવું એજ વિશ્વ કલ્યાણકારી સ્થિતિ છે. એ સ્મૃતિ રહે કે હું વિશ્વના માલિકનો બાળક છું. માસ્ટર રચયિતા બનીને વિશ્વની દેખરેખ રાખવી કે વિશ્વની પરિક્રમા કરવી એ વિશ્વ કલ્યાણકારી સ્થિતિ છે. જેમ કે પહેલાંના યોગ્ય રાજાઓ સદા પોતાના રાજ્યનું ચક્કર લગાવતા હતા. પ્રજાને સદા સુખી અને સંતુષ્ટ રાખતા હતા. એવા માસ્ટર રચયિતા બનીને વિશ્વની દેખરેખ કરવાની છે.

વિશ્વકલ્યાણકારી બાળકો સ્વપ્નમાં પણ ફ્રી હોઈ શકતા નથી. એમને સ્વપ્નમાં પણ સેવા જ દેખાય છે. જે દિનરાત સેવામાં બીઝી રહે છે. એમને સ્વપ્નમાં પણ નવી નવી વાતો, સેવાના પ્લાન અને ઉપાયો દેખાય છે. વિશ્વ કલ્યાણકારીનો અર્થ જ છે વિશ્વના આધારમૂર્ત. તેઓ કદી અલબેલા હોઈ શકતા નથી.

જેવી રીતે બાપની આગળ સ્વયંનું સમર્પણ કરો છો. તે રીતે પોતાનો સમય અને સર્વ પ્રાપ્તિઓ, જ્ઞાન, ગુણ અને શક્તિઓ વિશ્વની સેવા માટે સમર્પણ કરો. જે સંકલ્પ ઉઠે છે એને ચેક કરો કે તે વિશ્વ સેવા પ્રતિ છે. સેવા પ્રતિ સર્વને સંપૂર્ણ સમર્પણ કરો. જે સંકલ્પ ઉઠે છે એને ચેક કરો કે વિશ્વ સેવા પ્રતિ છે? જ્યારે સેવા પ્રતિ સ્વયંને સંપૂર્ણ સમર્પણ કરશો ત્યારે વિશ્વ કલ્યાણકારી સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ શકશો.

વિશ્વ કલ્યાણકારી એ છે જેનો દરેક બોલ રુહાની સાજની સમાન ઉમંગ-ઉત્સાહ અપાવે. ઉદાસ આત્મા ખુશીમાં નાચવા લાગે, જેનું દરેક કર્મ ચરિત્ર સમાન ગાયન યોગ્ય હોય. પ્રત્યેક સેકંડનો સંપર્ક આત્માને સર્વ કામનાઓની પ્રાપ્તિનો અનુભવ કરાવે. કોઈ આત્માને શક્તિનો, કોઈને શાંતિનો, મુશ્કેલીને સહજ કરવાનો, આધીનથી અધિકારી બનવાનો, ઉદાસને હર્ષિત બનવાનો, છત્રછાયાનો અનુભવ કરાવે.

આટલા મોટા વિશ્વનું કલ્યાણ કરવા માટે એક જ સમય પર દરેક સેકંડ મન, વાણી અને કર્મ ત્રણેય દ્વારા સાથે સાથે સેવા કરવાની છે. ત્યારે જ આ સેવાનું કાર્ય સમાપ્ત થશે. એક જ સમયે ત્રણે રૂપોથી સેવા કરનારા વિશ્વ કલ્યાણકારી છે.

વિશ્વ કલ્યાણકારી સ્થિતિમાં સ્થિત રહેવાથી સદા અથક અને નિરંતર સેવાધારી બનશો. સદા એવરરેડી, ઓલ રાઉન્ડર બનશો. ગમે તેવા અવગુણવાળા આત્મા પ્રતિ, ગ્લાનિ કરનારા આત્મા પ્રતિ કલ્યાણકારી અર્થાત્ લોકુલ અને લવફુલ બનશો. એની સામે ગમે તેવો અવગુણવાળો આત્મા હોય, એની બુરાઈ યા કમજોરીઓને કલ્યાણકારી હોવાને લીધે ક્ષમા કરશે, દિલ પર રાખશે નહીં.

જે રીતે બાપના સંકલ્પ યા બોલમાં, નયનોમાં સદા કલ્યાણની જ ભાવના ભરેલી છે. એ રીતે ભલે કોઈ પણ કાર્ય કરી રહ્યા છો. પદની કોઈ પ્રવૃત્તિ હોય કે સેવાકેન્દ્ર ચલાવવા માટે નિમિત્ત હો પરંતુ અંદર સદા વિશ્વ કલ્યાણની ભાવના ભરેલી હોય. સદા આંખો સામે વિશ્વના આત્માઓ ઈમર્જ હોય. ગમે તેટલા દૂર રહેનારા આત્માને પણ પોતાની શ્રેષ્ઠ ભાવના અને શ્રેષ્ઠ કામનાના આધાર પર સેકંડમાં શાંતિ અને શક્તિનાં કિરણો

આપવાં, માસ્ટર જ્ઞાનસૂર્ય બનીને વિશ્વ કલ્યાણની રોશની આપવી એજ કલ્યાણકારી સ્થિતિ છે.

વિશ્વ કલ્યાણકારી સર્વીસેબલ આત્માઓના સંકલ્પ કદી વ્યર્થ જતા નથી. કારણકે આ વિશ્વની સ્ટેજ પર એક્ટ કરનારા હશે, એમની સમગ્ર વિશ્વ કોપી કરે છે. અગર એક પણ સંકલ્પ વ્યર્થ ગયો તો તે પોતાના પ્રતિ નથી થયું પણ અનેકો પ્રતિ નિમિત્ત બની ગયા. જે રીતે આપને સેવા પ્રતિ લીફ્ટની ગીફ્ટ મળે છે. અનેકોની સેવાનું ભાગ્ય મળે છે અગર એવું કોઈ કાર્ય કરો છો જેનાથી અનેકોને વ્યર્થ શીખવાડવા માટે પણ નિમિત્ત બની જાઓ છો એટલે હવે વ્યર્થનું ખાતું સમાપ્ત કરો.

વિશ્વ કલ્યાણકારી સ્થિતિ બનાવવા માટે

પહેલાં સ્વને સ્વકલ્યાણના સેમ્પલ રૂપે બતાવો. મધુરતા અને નમ્રતાનો ગુણ સ્વયંમાં નમ્રતાનો ગુણ સ્વયંમાં ધારણ કરો. વિશ્વકલ્યાણ કરવા માટે પ્રત્યક્ષ પ્રમાણની આવશ્યકતા છે. જે બોલો છો તેને પ્રેક્ટીકલ રૂપમાં સ્વયંમાં જુઓ. જો કહો છો કે આપણે માસ્ટર સર્વ શક્તિવાન છીએ, માયાજીત છીએ તો વ્યર્થ સંકલ્પને સેકંડમાં સમાપ્ત કરો. પહેલાં સ્વયંને સંપન્ન બનાવો. સંપૂર્ણતાના આયનામાં સ્વયંનું સ્વરૂપ જુઓ. ત્યારે કહેવાશે વિશ્વ કલ્યાણકારી.

જે રીતે બીજ દ્વારા સ્વતઃ વૃક્ષને પાણી મળે છે. એ રીતે જ્યારે આપ બીજરૂપ સ્થિતિમાં સ્થિત રહો છો તો ઓટોમેટીકલી વિશ્વને લાઈટનું પાણી મળી જાય છે. જે રીતે લાઈટ હાઉસ એક સ્થાન પર રહેવા છતાં ચારે તરફ પોતાની લાઈટ ફેલાવે છે. આવા લાઈટ હાઉસ બનો તો વિશ્વ કલ્યાણકારી બની જશો.

દરેક સંકલ્પમાં વિશ્વ કલ્યાણની સ્મૃતિ રહે. જ્યારે લક્ષ્ય રહે છે કે અમે વિશ્વકલ્યાણકારી છીએ તો અકલ્યાણનું કર્તવ્ય થઈ ન શકે. જેવું કાર્ય હોય છે તેવી પોતાની ધારણાઓ હોય છે. અગર કાર્ય યાદ રહે તો સદા રહેમદિલ સદા મહાદાની રહેશો. વિશ્વ કલ્યાણકારીની સ્મૃતિથી સ્વયં પ્રતિ પણ દરેક કદમ કલ્યાણકારીની સ્મૃતિ, વૃત્તિથી ચાલશે અને ચલાવશે.

વિશ્વ કલ્યાણકારી બનવા માટે બેહદની સ્થિતિ જોઈએ. સંબંધ, સંસ્કાર, સ્વભાવ, સર્વ બેહદમાં હોય, હદમાં નહીં. હદ નિમિત્ત માત્ર, સમગ્ર એટેન્શન બેહદની સેવા પ્રતિ હોય. તન, મન અને પ્રાપ્ત ધન સદા વિશ્વ સેવામાં અર્પણ હોય. મસ્તક અને નયનોમાં વિશ્વના દરેક આત્માઓ સ્મૃતિ યા દૃષ્ટિમાં રહે. અતૃપ્ત આત્માઓને તૃપ્ત, ભિખારી, આત્માઓને સંપન્ન બનાવવાની ધૂન લાગી રહે. દિનરાત બાપ દ્વારા શક્તિઓનું વરદાન લઈને સર્વને આપનારા દાતા બનો.

॥ ૐ શાંતિ ॥

બ્ર.કુ. કાલિદાસ

જરા વિચારીને અનુભવ કરો કે,

- **ચિત્તનું ભટકન જોઈ લેવું. મન, બુધ્ધિ અને અહંકારના અજંપા જોઈ લેવા. કામના અને વાસનાઓનું જગત જોઈ લેવું. જોતાં થવાશે તો કોઈને પૂછવું નહીં પડે. ભીતર બધું દેખાશે. જુઓ, જાણો અને જાગો. જાણકારી મળે એને માત્ર સ્મૃતિનો ભાગ બનાવવાનો નથી. અનુભૂતિના જગતમાં પ્રયોગાત્મક અનુભવ કરવાનો છે.**
- **વાસના છૂટી નહીં અને બધું છોડી બેઠા. કહે છે ને કે બાવાનાં બેય બગડ્યાં. ના માયા મળી ના રામ.**

‘જ્ઞાનામૃત’ માસિક આભાર અને અપેક્ષા

1972ના જાન્યુઆરીથી નિયમિત રીતે પ્રકાશિત થતી ‘ જ્ઞાનામૃત ’ પત્રિકાનું આ સળંગ 54મું વર્ષ પૂરું થઈ જાન્યુઆરી 2026માં 55મા વર્ષમાં પ્રવેશ કરશે. નવા રજીસ્ટ્રેશન મુજબ 19મું વર્ષ શરૂ થશે.

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

‘ 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.

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

દીદીના અવ્યક્ત થયા બાદ રાજયોગિની બ્ર.કુ. નેહાબેન અમારા માટે પ્રેરણાસ્ત્રોત બન્યાં છે. એમનો નિરંતર સહયોગ અમને મળતો રહે છે.

અમારા માટે ખુશીની વાત એ છે કે બ્ર.કુ. ડો. નંદિનીબેને અંકોની રવાનગી, તેનો હિસાબ વગેરે કાર્ય સફળતાપૂર્વક ઉપાડી લીધું છે. સાથે સાથે ‘ જ્ઞાનામૃત ’ની તસ્વીરોનું પ્રકાશન કરવાનું પણ તેઓ કરે છે. બ્ર.કુ. નિકુંજભાઈ ટાઈટલની ડિઝાઈન બનાવવાનું અને મુદ્રણકાર્ય કરવાનું કાર્ય સુંદર રીતે નિભાવ્યું છે. અંકો રવાના કરવા માટે બ્ર. કુ. હેમંતભાઈ, બ્ર.કુ. જયશ્રીબેન અને ટીમના અન્ય સમર્પિત તથા ક્લાસના ભાઈ બહેનોની ટીમના સભ્યોના આભારી છીએ. બ્ર.કુ. મીનળબેન મોદી નિયમિત ટાઈપ સેટિંગ કરી આપે છે. નિયમિત રીતે ‘ જ્ઞાનામૃત ’નું પ્રીન્ટીંગ સમયસર કરી આપવા માટે ગુજરાત ઓફસેટ પ્રા. લી.ના પણ અમે આભારી છીએ.

અપેક્ષા

આપણી ગ્રાહક સંખ્યા આપણે વધારવાની છે. ગુજરાતમાં સેવાકેન્દ્રો અને ગીતાપાઠશાળાઓ (ઈશ્વરીય જ્ઞાનની)માં વૃદ્ધિ થઈ છે. ગુજરાત બહાર ભારત અને વિદેશોમાં ગુજરાતી ભાષા જાણનાર પરિવારો છે. સૌના સહયોગ, દૃઢ મનોબળથી ગ્રાહક સંખ્યામાં નોંધપાત્ર વૃદ્ધિ થાય એવી અપેક્ષા છે.

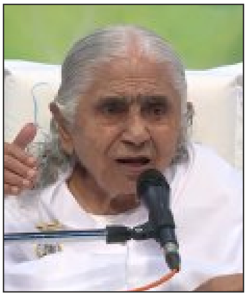
‘જ્ઞાનામૃત’નું લવાજમ જે હાલ છે તે મુજબનું જ છે. જે પ્રથમ પેજ પર જોઈ શકો છો. આપ સૌના ઉષ્માભર્યા સહયોગની અપેક્ષા છે.

રાજયોગિની ભારતીદીદી
પ્રકાશક અને ડાયરેક્ટર, ગુજરાત ઝોન

બ્ર.કુ. કાલિદાસ
તંત્રી

બાબાની નજીક આવશો તો શીતળ બનવાનો અનુભવ થશે

રાજયોગિની દાદી જાનકીજી, પૂર્વ મુખ્ય પ્રશાસિકા, શાંતિવન, આબુ રોડ



શિવપિતાનું ધ્યાન કરવું, એ જ્ઞાન છે. જ્ઞાન કહે છે, પોતાના ઉપર પૂરું ધ્યાન રાખો. બાબાનું ધ્યાન ત્યારે જ રહેશે જ્યારે સ્વયંનું ધ્યાન રહેશે. આપણી યાદ ક્યાં સુધી છે? દરેક પોતાને ટેસ્ટ કરી રહ્યા છે. સૌની ટેસ્ટ ચાલી રહી છે. બુધ્ધિ એક મિનિટ તો શું, એક સેકંડમાં શાંત થઈ જાય. બાબાએ જોયું છે કે બાળકો અત્યારે મિનિટ, મિનિટનું ધ્યાન રાખતાં નથી. સમય થોડો છે એની પાર જવાનું છે. પણ હજુ સુધી કિનારો જ છોડ્યો નથી. તો કઈ રીતે પહોંચશો? નાવ હંમેશા પાણીમાં રખાય છે, ગેરેજમાં નહીં. તે પાણીમાં હલતી રહે છે આપણી નાવ પણ સાગરની વચ્ચે છે. માયાની લહેરો જબરદસ્ત છે. તે કોઈનો સાથ પણ લેવા દેતી નથી. બાબા આ સર્વ અનુભવ કરાવે છે. જેમણે કિનારો છોડ્યો નથી પણ એમ સમજે છે કે અમે જઈ રહ્યા છીએ પરંતુ ત્યાંને ત્યાં જ ઊભા છે. કર્મ બંધનની જે મોટી રસ્સીઓ છે. અહીં આગળ વધવાનું કોઈ લક્ષ્ય જ નથી. એ યાદ જ નથી કે ઘેર જવાનું છે. જેટલું પાર કરીને આવ્યા છીએ, બાકી હવે થોડું રહ્યું છે. શરીર પૂરાણું છે. તન, મન, ધન, જન ચારેય સ્વસ્થ હોય. સ્થિતિ એવી હોય કે ચારેયનો સાથ હોય. આધીનતા ન હોય. જ્યારે નાવ પર બેઠા છીએ તો કોઈ સહારો લઈ શકતા નથી. ડગી જનારનો સાથ કદી લેવો જોઈએ નહીં.

આટલી સારી દવાઓ છે સમય પર લઈ લો. યાદમાં રહેવાની વિધિ કોદરેક સમયે પોતાની છે. સવારે ઉઠતાં જ શાંતિધામ ખેંચે છે. ખેંચનાર શાંતિના સાગર, જ્ઞાનના સાગર, પ્રેમના સાગર જ્યારે અહીં આવે છે, આપણને પોતાના બનાવે છે. સાગરના કિનારે આવો તો શીતળ બનવાનો અનુભવ થાય છે. શીતળતાનો અનુભવ થાય છે જ્ઞાન, પ્રેમ અને શાંતિમાં. સાગરને સમજવો, એની ગહનતામાં જવું બિલકુલ શુધ્ધ બની જઈએ છીએ. ત્યારે જ કહીએ છીએ તે પતિત પાવન છે.

એક પૂજ્ય, બીજા પૂજારી. જે આમાં નથી તે વિકારી છે. તે કદી મંદિર-મસ્જિદમાં જશે નહીં. બસ ખાધું, પીધું, પૈસા બનાવ્યા. પરંતુ બાબા આપણને પૂજારીમાંથી પૂજ્ય બનાવે છે. આપણો ધર્મ પ્રાયઃલોપ થઈ ગયો છે. તેથી તો કહે છે હું ધર્મની સ્થાપના કરું છું. બાબાની સામે આવ્યા તો સ્મૃતિ આવી.

॥ ઓમશાંતિ ॥

જરા વિચારીને અનુભવ કરો કે,

- **ભગવાન તમારા ઉપર રાજી થયા છે. તમારા ભાગ્યની તુલનાની કોઈ આવશ્યકતા નથી. તમે પણ પોતાના ભાગ્યથી રાજી રહો. પોતાના શ્રેષ્ઠ ભાગ્યના સ્મૃતિસ્વરૂપ બનો તો તમારા ભાગ્યશાળી ચહેરાઓ જોઈને અનેકનાં ભાગ્ય ખુલી જશે. જુઓ ભાગ્ય સ્વયં તમારા દ્વારા આવ્યું. શ્રેષ્ઠ ભાગ્ય તમારા ઉપર કુરબાન થયું છે. તમારા ખરાબ ભાગ્યના દિવસો સમાપ્ત થયા. હવે ભાગ્યવિધાતાનાં બાળકો ભાગ્ય વહેંચતા ચાલો. તમારા ભાગ્યનો સિતારો એટલો ચમકી ઉઠે કે જગનો અંધકાર દૂર થઈ જાય.**

સૃષ્ટિની રચનાનું આદિ અને અંતનું જ્ઞાન

બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર, દિલ્હી

આત્માઓ ક્યારે, ક્યાંથી આવે છે, ક્યારે પાછા જાય છે આ પરમાત્મા જ બતાવી શકે છે

કોઈપણ લૌકિક ગુરુ, વિદ્વાન અથવા સ્વયંને પરમાત્માનો અવતાર માનનાર કોઈ વ્યક્તિ જણાવી જ શક્તી નથી કે મનુષ્યાત્માઓ આ સૃષ્ટિમંચ પર ક્યાંથી અને ક્યારે આવવા લાગે છે. મનુષ્યાત્માઓનું રૂપ શું છે, તે ક્યાં ક્યાં ધર્મ-વંશમાં જઈને જન્મ લે છે. આ મનુષ્ય સૃષ્ટિ કઈ રીતે વૃધ્ધિને પામે છે અને પછી આત્માઓ ક્યારે અને કઈ રીતે પોતાના ધામમાં પાછા ફરે છે. તે કોઈ બતાવી શકતું નથી. એક માત્ર ગીતાના ભગવાન જ જણાવી શકે છે કે બ્રહ્માની રાત્રિનો અંત થતાં પરમધામ પરત જાય છે. બ્રહ્માનું સ્વરૂપ કેવું છે, એનો દિવસ અને રાત્રિ સાથે કયો સંબંધ છે, મનુષ્ય આત્માઓ તો એનું વિવેકપૂર્ણ સ્પષ્ટીકરણ આપી શકતા નથી. પરમાત્મા જે બ્રહ્માંડના માલિક છે. આ મનુષ્ય સૃષ્ટિના રચયિતા છે તેઓ જ આ ભેદ બતાવે છે.

વિનાશનું જ્ઞાન અને સાક્ષાત્કાર

કારણકે અધર્મો તથા આસુરી સંપ્રદાયોનો વિનાશ પરમાત્મા જ શંકર દ્વારા કરાવે છે. તેથી વિનાશ ક્યારે, કોનો અને શા માટે કઈ રીતે થાય છે એનું જ્ઞાન અને સાક્ષાત્કાર પણ સ્વયં પરમાત્મા જ અવતરિત થઈને કરાવે છે. મનુષ્યાત્માઓ ના તો વિનાશ કરાવવા માટે નિમિત્ત છે ના તો એનો સાક્ષાત્કાર કરાવી શકે છે અને ના તો જ્ઞાન આપી શકે છે. તેથી કોઈપણ મનુષ્યાત્મા જે પોતાને પરમાત્માનો અવતાર માને છે તેઓ વિનાશનો પૂર્ણ પરિચય કદાપિ આપી નથી શકતા. ગીતાના ભગવાન જ એક એવો આત્મા (પરમાત્મા) છે જે કહે છે કે હું મહાકાલ છું સમગ્ર સૃષ્ટિનો વિનાશ એ મારો અભિપ્રાય છે. વત્સ, જો વિનાશને કારણે કઈ રીતે મનુષ્યાત્માઓ મચ્છરો સદૃશ્ય મારા પરમધામમાં પાછા ફરી રહ્યા છે. હે વત્સ, આ સર્વ આસુરી સંપ્રદાય જે તમોગુણી અને વિકારોના પ્રભાવમાં છે અને જે લોકો પોતાને ભગવાન યા શિવ કહે છે યા ઈશ્વરને નથી માનતા, એનો વિનાશ થવાનો જ છે.

પરમાત્મા યુગલરૂપ રચે છે

આપ જોશો કે અન્ય મનુષ્યાત્માઓ જે પોતાના ધર્મની સ્થાપના માટે નિમિત્ત બનેલા છે તે યુગલરૂપ નથી. માત્ર પરમાત્મા જ એવા છે જે બ્રહ્મા, સરસ્વતી (આદિનાથ - આદિદેવી, એડમ ઈવ અથવા આદમ હૌઉ)નું રૂપ રચીને યુગલ રૂપથી સતયુગી સૃષ્ટિ અથવા ધર્મની સ્થાપના કરાવે છે. એ વાત અલગ છે કે લોકો એ યુગલ શ્રી કૃષ્ણ અને શ્રી રાધેને જ ગીતા જ્ઞાનના નિમિત્ત સમજી લીધા છે. જ્યારે કે બ્રહ્મા, સરસ્વતી જ સતયુગમાં શ્રી રાધે અને શ્રીકૃષ્ણ યુગલ રૂપ રચે છે.

પરમાત્મા ધર્મ સ્થાપનાનું કાર્ય માતાઓ દ્વારા કરાવે છે

એ પણ પ્રસિદ્ધ છે કે ગીતાના ભગવાને અનેક માતાઓ - કન્યાઓને જરાસંઘ ઈત્યાદિની જેલોમાંથી મુક્ત કરાવીને અતીન્દ્રિય સુખ પ્રદાન કર્યું. આ ભારત માતાઓ, શક્તિઓ અથવા ગોપીઓ જ મુખ્ય રૂપથી ભગવાન દ્વારા ધર્મ-સ્થાપનાના કાર્યમાં યોગદાન આપે છે. તેથી

ઓળખની આ પણ એક યુક્તિ છે કે ગીતાના ભગવાન ધર્મગ્લાનિના સમયે અવતરિત થઈને માતાઓ કન્યાઓ દ્વારા જ ધર્મ સ્થાપનાનું કાર્ય કરાવીને માતા-ગુરુની પ્રથા ચલાવે છે. લૌકિક મનુષ્યાત્માઓ અથવા ધર્મ સ્થાપકો તો સ્ત્રીઓને માયાનું રૂપ માને છે અને તેને છોડીને જંગલમાં ભાગી જાય છે. તેઓ પતિઓને જ સ્ત્રીઓના ગુરુ માને છે. એક માત્ર પરમાત્મા જ છે જેઓ માતાઓ-કન્યાઓને સહજ જ્ઞાન આપીને ઉઠાવે છે.

પરમાત્માનું અવતરણ પ્રવૃત્તિ માર્ગના એક સાધારણ વૃધ્ધ મનુષ્ય તનમાં થાય છે

ગીતાના ભગવાન કોઈ સંન્યાસી, મહાત્મા, વિદ્વાન ઈત્યાદિના દેહમાં અવતરિત થતા નથી તેથી તો તેઓ દૈવી પ્રવૃત્તિ માર્ગનો ઉપદેશ આપે છે. તેઓ તો પ્રવૃત્તિમાર્ગના એક સાધારણ, વૃધ્ધ મનુષ્યના શરીરનો આધાર લે છે. જેને બ્રહ્મા કહે છે જેમનું અનેક જન્મોના અંતના પણ અંતમાં જન્મનું અંતિમ ચરણ હોય છે.

પરમાત્મા જ મનમનાભવનો ઉપદેશ આપે છે

કોઈ મનુષ્યાત્માનું એ સામર્થ્ય નથી કે તે કહે કે 'હું તમને પરમધામ લઈ જઈશ. હે વત્સ, તું મારા શરણમાં આવ, હું તને સર્વ પાપોથી મુક્ત કરીશ.' ભગવાનની શરણ લેવાનો શો અર્થ છે. શરણ લેવાની શા માટે જરૂર છે, પાપનાશક શક્તિ એક જ સર્વશક્તિમાન ભગવાનમાં છે, એનાથી પાપ કઈ રીતે સમાપ્ત થાય છે, આ સર્વ ગુહ્ય રહસ્ય સ્વયં પરમાત્મા જ ખોલે છે. મનમનાભવનો આદેશ-ઉપદેશ પણ પરમાત્મા સિવાય કોઈ આપી શકતું નથી. કોઈ મનુષ્યાત્મા પોતાને પરમાત્માનો અવતાર સમજે છે. તે ઉપદેશ કરે છતાં પણ મનમનાભવનો સત્ય અર્થ બતાવી શકતી નથી, ના તો તેની યાદમાં રહેવાથી પવિત્રતા, સુખ-શાંતિની પૂર્ણ પ્રાપ્તિ થઈ શકતી નથી. **॥ઓમશાંતિ॥**

(પેજ નં. 23નું અનુસંધાન)... જાગૃત નાગરિક

મેડમ - જાગૃતિ! તને યાદ હોય તો તું જ આ લોકોને સંભળાવ.

જાગૃતિ - જી, મેડમ. તમે કહેલું કે એક રાજા ગુપ્ત વેશમાં પોતાના નગરમાં ફરી રહ્યો હતો. રસ્તાની બરાબર વચ્ચે એમણે એક પથ્થર જોયો જે આવતા જતા લોકોને નડતો હતો. એક જણને ઠોકર પણ વાગી તો પણ એ બબડતો બબડતો જતો રહ્યો. એવામાં એક બળદગાડી આવી. ચલાવનારે ગાડીને બાજુમાંથી હંકારી લીધી. જે પણ ત્યાંથી પસાર થતા હતા એ એકબીજાને જવાબદાર સમજી ફરિયાદ કરતા જતા રહ્યા. કોઈએ પણ પથ્થર હટાવવાની તકલીફ ન લીધી. અંતે રાજાએ જ પથ્થર ખસેડીને એક તરફ કર્યો.

મેડમ - સરસ! તને તો વાર્તા બરાબર યાદ રહી. ચિંતન, તું કહે આ વાર્તામાંથી શું બોધ મળે?

ચિંતન - જી, મેડમ! આ વાત પરથી એ જ શીખવાનું છે કે આપણે એક જવાબદાર, જાગૃત નાગરિક બની આપણા શહેર, ગામ અને દેશ પ્રત્યેના કર્તવ્યો બજાવવાના છે. એનાથી મોં ફેરવવાનું નથી. બીજા પાસેથી અપેક્ષાઓ રાખવાને બદલે જાતે જ કંઈક નક્કર કાર્ય કરી ઉદાહરણ રૂપ બનવાનું છે.

મેડમ - શાબાશ બાળકો! મને તમારા પર ગર્વ છે. જુઓ આ પ્લમ્બર પણ આવી ગયો. (બધા ખુશ થઈ જતા રહ્યા)

મનન - ભાઈ ચિંતન! હવેથી હું પણ આ બધી જવાબદારીઓ પર ધ્યાન આપીશ અને અન્ય મિત્રોને પણ સાવધાન કરીશ.

ચિંતન - તું મારો સમજદાર અને સારો મિત્ર છે. ચાલ, હવે રમવા જઈએ !

॥ **ઓમશાંતિ** ॥

આપણે કંઈક એવું કરીએ, જેથી

બાબા આપણને સર્ટિફિકેટ આપે કે હા, પરિવર્તન મેં જોયું

રાજયોગિની દાદી હૃદયમોહિનીજી, પૂર્વ મુખ્ય પ્રશાસિકા, શાંતિવન, આબુ રોડ

આપણે સૌએ દૃઢ લક્ષ્ય રાખવાનું છે કે સદાય સ્વમાનધારી રહીએ. સ્વમાન યાદ પણ રહે છે, એવું નથી કે ભૂલી જઈએ છીએ. પણ એક હોય છે માત્ર ધ્યાનમાં રહેવું. આપણે આ છીએ. એક એવું હોય છે કે જ્યારે કોઈ જજ છે ઘરમાં પણ જશે તો પણ એને યાદ રહે છે કે હું જજ છું. પણ જજ જ્યારે ખુરશી ઉપર બેસે છે ત્યારે નશો કંઈક જુદો હોય છે. તો આ રીતે સાધારણ સ્મૃતિમાં તો રહીએ છીએ કારણકે બાબાએ ત્રણ શબ્દો કહ્યા છે. વ્યર્થ, નેગેટીવ અને સાધારણ સંકલ્પ. તો સાધારણ રીતે તો આપણે બ્રાહ્મણ પવિત્ર જીવન જીવનાર છીએ. આ તો યાદ રહેતું જ હશે પણ એ નશામાં રહેવું તે ત્યારે બનશે જ્યારે આપણી સ્મૃતિની સીટ બરાબર હશે. અર્થાત્ સ્મૃતિ સદા ઈમર્જ થતી રહેશે. આત્મિક સ્મૃતિમાં રહીને દરેક કર્મ કરો.

તો આ ખાસ અંડર લાઈન કરવાની વાત છે કે આપણી સ્મૃતિને ઈમર્જ રૂપમાં રાખો. અત્યારે આપણે લોકોએ વચ્ચે વચ્ચે અંડરલાઈન કરવી જોઈએ કે સ્મૃતિ ઈમર્જ રૂપમાં છે? કારણ કે કારબોર તો ચલાવવો પડે છે. કારોબારમાં સ્મૃતિ પણ તેમાં થોડી મીક્ષ થઈ જાય છે. ક્યાંક વધારે ક્યાંક ઓછી હોય છે. તો તે મીક્ષ થવાથી નશો થોડો ઓછો થઈ જાય છે. જો આપણે સર્વ મળીને સંકલ્પ કરીએ કે બાબા જે કહે છે, જે ઈચ્છે છે તે આપણે કરીને બતાવીશું તો સમાનતા અને સંપન્નતા સહજ બની જશે. તેથી આપણા સૌમાં બાબા પ્રત્યક્ષ દેખાશે. કારણ કે જ્યાં સુધી બાળકોની આ સ્થિતિ પોતાનામાં પ્રત્યક્ષ નથી તો બાપ કઈ રીતે પ્રત્યક્ષ થશે? આપણે કંઈક એવું કરીએ કે બાબા આપણને સર્ટિફિકેટ આપે કે હા, મેં પરિવર્તન જોયું છે. બાબા સંકલ્પનું રીઝલ્ટ જોવા ઈચ્છે છે. પ્રત્યક્ષ સંપન્ન અને સંપૂર્ણ મૂર્તિ દેખવા ઈચ્છે છે. આપણે 100 ટકા નહીં પણ કેટલાંક કદમ તો આગળ વધીએ. 60, 70 ટકા સુધી આવીએ તો બાબા પરિવર્તન જુએ.

બ્રાહ્મણોમાં સંકલ્પની શક્તિ તો છે. સારા સંકલ્પોમાં પણ એકસ્ટ્રા દૃઢતા લાવીએ તો શું ન થઈ શકે. તો દૃઢતાને કમજોર બનાવશો નહીં. પોતાનામાં કંઈક પરિવર્તન જરૂર કરો. પરિવર્તનનું લક્ષ્ય ઊંચુ જ હોવું જોઈએ. તો આપણે પરિવર્તન કરવું છે, તો અવશ્ય પરિવર્તન થઈ શકશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 13નું અનુસંધાન)..ડબલ લાઈટ સ્થિતિ

રહીશું તો મન બહુ હળવું રહેશે. તો આપણે બેફિકર બાદશાહ બનવાનું છે. આપણે લાંબા સમય સુધી હલકા રહેવાનો અભ્યાસ કરીએ. બીમારીઓ પણ હલકી થઈ જશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

ડબલ લાઈટ સ્થિતિ શું હોય છે?

બ્ર.કુ. સૂર્ય, જ્ઞાન સરોવર, માઉન્ટ આબુ

ઈશ્વરીય મહાવાક્યોમાં આપણે અનેકવાર સાંભળીએ છીએ કે ડબલ લાઈટ બનીને રહો. ઘણા હલકા ભિન્ન ભિન્ન શબ્દો આવે છે. બધો બોજ મને આપી દો અને તમે હલકા બની જાઓ. આ સંસારમાં વિચરણ કરતા હોવા છતાં તમે બેફિકર બાદશાહ બની જાઓ. વિચાર કરીએ કે ભગવાન આપણને સાથ આપી રહ્યા છે. તે આપણો બોજ લઈ લેવા આવ્યા છે. તો આપણે બોજ લઈને શા માટે ફરી રહ્યા છીએ? ભગવાનની સાથે ગાઢ સંબંધ જોડીને એમને માલિક બનાવી દો. જીવનની નૈયા એમના હાથમાં સોંપી દો. ઘણા હલકા રહીને પોતાની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરો. પોતાનાં સાંસારિક કાર્યોને પૂર્ણ કરો. લોકો જુએ કે આમનો કેટલો મોટો બીઝનેસ છે. પરંતુ એ કેટલા મસ્ત રહે છે. કદી એમના ચહેરા ઉપર ટેન્શન જોવા મળતું નથી. તેઓ કેટલા ખુશનસીબ અને ભાગ્યવાન છે.

ડબલ લાઈટનો ડબલ અર્થ પહેલી સ્થિતિ - હું આત્મા લાઈટ જ્યોતિ સ્વરૂપ અને શરીર પણ લાઈટનું જ્યોતિ સ્વરૂપ અર્થાત્ ફરિશ્તા. આપણું મન હલકું રહેશે જો આપણે આત્મિક સ્વરૂપમાં સ્થિત થઈશું જેટલો જેટલો આત્માનો અભ્યાસ હશે આત્માના સ્વરૂપને જોઈ શકીશું. આત્મિક સ્વરૂપ પર બુધ્ધિને સ્થિર કરી દો. સ્થિતિ બનતી જશે, મન હળવું રહેશે. મન બહુ પાવરફુલ બની જશે. મન પાવરફુલ હોય છે તો એને બધી વાતો હળવી લાગે છે. આ તો ખેલ છે. જેમ કોઈ પાવરફુલ વ્યક્તિ હોય તો એને દોડવું, ભાગવું, કુસ્તી કરવી, બોક્સીંગ કરવું એ તો ખેલ છે. એના માટે એન્જોયમેન્ટ છે. કમજોર વ્યક્તિને કોઈ મારે તો તે પડી જશે, બીમાર પડી જશે. તો આત્મા આત્મિક સ્વરૂપમાં રહેવાથી પાવરફુલ બનશે.

કોઈ વાત જો મનને બોજારૂપ લાગે તો તેને હલકા કરવાના કેટલાયે ઉપાયો છે. પોતાનામાં વિશ્વાસ રાખવાથી મન ઘણું હલકું બની જશે. જ્યારે કોઈ મનુષ્યને વિશ્વાસ હોય છે કે તે આ કામ ઘણું સરળતાથી કરી શકશે. તો તનાવમુક્ત રહેશે. પોતાનામાં વિશ્વાસ હોવો જોઈએ કે અમે આ કામ કરી શકીશું, પુરુષાર્થ કરી શકીશું, અમારું આ કામ સફળ થઈ જશે.

બીજી વાત ભગવાન મને સાથ આપી રહ્યા છે. એમાં વિશ્વાસ રાખવો એ સુંદર વાત છે. વારંવાર પોતાને યાદ અપાવો કે સ્વયં સર્વશક્તિવાન મારા સાથી છે. જેઓ વિશ્વકલ્યાણકારી છે. તેઓ મારા સાથી છે. મારું કલ્યાણ જ થશે. એ એમણે વચન આપ્યું છે. જેટલો અનુભવ વધશે તેટલો વિશ્વાસ વધશે. જ્યારે આપણને દેખાઈ દેશે કે શિવબાબાને બધો બોજ આપવાથી એમણે કાર્યોમાં સફળ કરી દીધો. આ રીતે બાબામાં પણ વિશ્વાસ વધારીશું.

ત્રીજી ચીજ જે આપણને બહુ હળવી રાખે છે તે છે જ્ઞાન. વિશ્વ ડ્રામાનું જ્ઞાન મળ્યું છે. શું થયું ? શું થવાનું છે? તો આપણે પરેશાન થઈશું નહીં કે આ કેમ બની રહ્યું છે જે કંઈ બનવાનું છે તે બનવાનું જ છે. એને કોઈ બદલી શકતું નથી. બની બનાઈ બન રહી. આ સર્વ ચીજો પર ચિંતન કરતાં

(અનુસંધાન પેજ નં. 12 પર)

શાંતિવન નિર્માણના નિમિત્ત નિર્માતા

રાજયોગી બ્ર.કુ. ભૂપાલભાઈજી

બ્ર.કુ. હેમંતભાઈ, શાંતિવન, આબુ રોડ

શાંતિસાગર શિવ, શાંતિની દુનિયા બનાવવા બ્રહ્મા તનમાં પધાર્યા. સન્ 1936 માં સિંધમાં શિવસાગરથી નિકળેલી શાંતિ સરિતા, 1950 પછી આબુ શિખર પરથી વહેવા લાગી. શાંતિ માટે તરસતી આત્માઓ શાંતિનું અમૃતપાન કરવા આબુ આવવા લાગી. ઓમ મંડળીથી શરૂ થયેલ સેંકડો બ્રહ્માવત્સોનો કાફલો ઓમ શાંતિ ભવન પહોંચતા સુધીમાં હજારોમાં પહોંચી ગયો. ત્યારે જરૂરી હતું એક ખૂબ મોટું સ્થાન, જ્યાં લાખો પ્રભુપ્રેમી પરમાત્મ મિલન કરી શકે! આ ઉમદા હેતુ સાથે, વિશાળ શાંતિવન પરિસરનું નિર્માણ થયું, જેના નિમિત્ત બન્યા રાજયોગી બ્રહ્માકુમાર ભૂપાલભાઈજી! શાંતિવનને પવિત્ર તીર્થસ્થાન બનાવવામાં ભૂપાલભાઈએ દધીચી ઋષિની જેમ હાડકે-હાડકું હોમી દીધું. ભૂપાલભાઈજીના ભગીરથ પુરૂષાર્થ દ્વારા જ શાંતિવન, મનમોહિની વન, આનંદ સરોવર, માનસરોવર અને બધેરી વગેરે સ્થાનોની જમીન લેવામાં આવી અને ભવ્ય ભવનોનું નિર્માણ થયું.

ભ્રાતાજીનો જન્મ 9 ઓગસ્ટ, 1946ના શુભ દિવસે ઉત્તર પ્રદેશના મેરઠ શહેરમાં થયો હતો. પિતા 'શિંગરૂસિંહ' અને માતા 'બલદેવી'એ નામ રાખ્યું 'ભૂપાલ'! 'જેવું નામ તેવું કામ' એ ઉક્તિ અનુસાર ભ્રાતાજી શાંતિવનની ભૂમિના પાલનહાર બન્યા. પિતાશ્રી બ્રહ્માબાબા સાથેની પહેલી મુલાકાત દરમિયાન બાબાએ કહ્યું, 'દિકરા, આપ તો બહાદુર સાવજ છો.' ભ્રાતાજીએ ભારતીય સેનામાં પણ સેવા આપી હતી. 1965માં યુવાનીમાં તેઓ બ્રહ્માકુમારીઓના સંપર્કમાં આવ્યા અને જ્ઞાન પ્રાપ્ત થતાં જ તેઓ મેરઠ સેવાકેન્દ્રમાં ઈશ્વરીય સેવામાં જોડાઈ ગયા. સન્ 1970માં, ભાઈજી મધુબનમાં સમર્પિત થયા. મનમોહિની-દીદીની પ્રેરણાથી ભાઈજી કન્સ્ટ્રક્શન - ખરીદીમાં ચંદ્રહાસદાદાના સહયોગી બન્યા. બ્રહ્મભોજન માટે શાકભાજીની ખરીદીમાં ભૂરી-દાદીનાં મદદગાર બન્યા. આબુરોડ પર સંગમભવન બન્યું ત્યારે દાદા આનંદકિશોરજીની પ્રેરણાથી ભાઈજી ત્યાં રહેવા લાગ્યા. 70ના દાયકામાં મુખ્યાલયમાં પરિવહન માટે કાર, ટ્રક, એમ્બ્યુલન્સ ચલાવનાર ભૂપાલભાઈ એકમાત્ર ચાલક (ડ્રાઈવર) હતા.

ભ્રાતા ભૂપાલજી જ્ઞાન માર્ગમાં પદાર્પણની વાત સંભળાવે છે, 'બાળપણથી જ મને ઊંડી શુભભાવના હતી કે દેશ અને સમાજની સેવામાં નિમિત્ત બનું. મને ઘણીવાર બ્રહ્માકુમારીઝનાં સંગઠનના સાક્ષાત્કાર થયા હતા. હું બાળપણમાં જોતો કે એક અલૌકિક સંગઠનમાં સફેદ વસ્ત્રધારીઓની વચ્ચે હું એક દિવ્ય પુરૂષ (પછીથી ખબર પડી કે તે બ્રહ્માબાબા હતા)ની સાથે ચાલી રહ્યો છું. તેમની સાથે જે ભાઈ-બહેનો છે તે ખૂબ જ તપસ્વીમૂરત છે, શાંતમૂરત છે! આ સુંદર દ્રશ્ય વારંવાર મારી આંખો સમક્ષ આવતું તો વિચારતો કે આ સત્ય છે કે સપનું? તે દિવસોમાં મારું મન બેચેન રહેતું હતું, હું તણાવગ્રસ્ત હતો અને અસંતુષ્ટ રહેતો હતો. જ્યારે હું બ્રહ્માકુમારી સેવાકેન્દ્ર પહોંચ્યો, તો મેં જાણ્યું કે હું કોણ છું?

જીવનનું લક્ષ્ય શું છે? મારે જે જોઈએ છે તે કેમ પ્રાપ્ત નથી થતું? પહેલાં, હું પોતાને એક બોડી એટલે કે દેહ સમજતો હતો, અને એવું માનતો હતો કે આ મારા હાથ છે, મારા પગ છે, મારી આંખો છે. જ્ઞાનના પ્રકાશથી સ્વયંની સાચી ઓળખ મળી કે હું દેહને ચલાવનારી એક ચૈતન્ય આત્મા છું. આત્મા અને શરીર વચ્ચેના તફાવતને સમજવાથી દેહભાન નષ્ટ થયું. મન શાંત, તણાવ-મુક્ત બન્યું, અને હું આનંદથી ભરપુર થઈ ગયો.

મને ખબર પડી કે શિવબાબા એક સાધારણ તનમાં આવે છે, ત્યારે મને ઉત્સુકતા થઈ કે પરમાત્મા બ્રહ્માતનમાં કેવી રીતે પધરામણી કરતા હશે! હું શક્ય તેટલી વહેલી તકે બાબાને મળવા માટે ઉત્સુક બન્યો. આખરે, તે ક્ષણ આવી ગઈ. સન્ 1967માં, સાકાર બાબાને મળવા માટે મધુબન પહોંચ્યો. આખા રસ્તામાં મારા મનમાં અનેક ચિત્રો ઉભરતા રહ્યા. તે કેવી મૂર્તિ હશે? જેનાં તનનો આધાર સ્વયં ભગવાને લીધો છે? કેવું હશે તે મહાન વિભૂતિ સાથેનું મિલન? તે સમયે કેવી અનુભૂતિ થતી હશે? મધુબનના આંગણમાં પ્રવેશતાની સાથે જ મારી આંખો તે પવિત્ર પુરુષને જોવા માટે તડપવા લાગી. હું સાંજે પહોંચ્યો અને પછીના દિવસે સવારે 6.00 વાગ્યે તેમને એ સમયે જોયા જ્યારે બાબા હંસની જેમ ચાલતા ક્લાસમાં આવ્યા, તેમને જોતાં જ મારું તન-મન આનંદિત થઈ ગયું અને મારી અંદરથી અવાજ આવ્યો, 'મળી ગયું જે મેળવવું હતું.' બાબા સંદલી પર બેઠા હતા, હું બાબાની મધુર મુરલી સાંભળી રહ્યો હતો. મારૂં પહેલીવારનું પરમાત્મ મિલન, તે પણ બ્રહ્માના સાકાર માધ્યમથી થઈ રહ્યુ હતું, મને ખૂબ જ સુખદ અનુભવ થઈ રહ્યો હતો, એટલી અલૌકિક ખુશી હતી જેનું હું વર્ણન નથી કરી શકતો.

જ્ઞાનમુરલી પૂર્ણ થતાં જ, પ્યારા બાબાએ કહ્યું, 'આજે, ફક્ત તે જ બાળક સભામાં ટોલી વહેંચશે જે મહાવીર હોય' પરંતુ કોઈ ઊભું ન થયું. મારાથી રહેવાતુ નહોતુ. જ્યારે બાબાએ ત્રીજી વાર કહ્યું તો હું ઊભો થઈ ગયો, બધાને ટોલી આપવા લાગ્યો! ટોલી વહેંચ્યા પછી બાબાની સામે ગયો તો બાબાએ મને પોતાની સાથે જ ગાદી પર બેસાડ્યો અને મારી પીઠ થપથપાવતા કહ્યું, 'આ છે મારો સિંહ જેવો બહાદુર દિકરો!' પછી બાબા સિંહના ગુણોનું વર્ણન કરવા લાગ્યા, બાબાએ કહ્યું, 'દિકરા, સિંહ નિર્ભય રાજા જેવો હોય છે, એકલો જ જંગલમાં ફરતો હોય છે. તેના બહાદુરીનાં પગલાં ક્યારેય પાછળ નથી હટતા.' નિર્ભયતા અને નિશ્ચિંતતાનું આ વર્ણન મારા માટે વરદાન બની ગયું. યજ્ઞ સેવાની જવાબદારીઓ નિભાવતી વખતે આ વરદાન હંમેશા મારી સાથે રહે છે.

દાદા વિશ્વકિશોરજી ઓપરેશન માટે મુંબઈની એક હોસ્પિટલમાં હતા, તો એક દિવસ બાબાએ તેમને યોગદાન આપવાનો કાર્યક્રમ ગોઠવ્યો. આ વાત છે એપ્રિલ 1968ની. બાબા પોતે સવારે 6.00 કલાકે સંદલી પર બેઠા, બધા બાળકો બાબાની સામે બેસી ગયા. બાબા બપોરે 12.00 વાગ્યા સુધી એકરસ યોગમાં એ જ આસન પર બેઠા રહ્યા. ન તો બાબા પગ બદલતા હતા કે ન એમનું શરીર હલતુ હતું. બધાને દૃષ્ટિ આપવા માટે બાબાની નજર જ ફરતી હતી. બાબાની આ બેઠકે બધાને આશ્ચર્યચકિત કરી દીધા. આ મહાન દૃશ્ય હંમેશા મારા મનની આંખોની સામે સદાય ફરતું રહે છે બાબા જેવા બનવાની પ્રેરણા આપતું રહે છે.

શ્રીકૃષ્ણના સહયોગથી પાંડવોએ જેમ ખાંડવ વનને ઈન્દ્રપ્રસ્થ બનાવી દીધું, તેવી જ રીતે, ઈશ્વરીય મદદ અને બ્રાહ્મણ પરિવારના સહયોગથી જંગલમાં મંગલ કરી ભૂપાલભાઈ કેવી રીતે શાંતિવન નિર્માણના નિમિત્ત બન્યા, તે વાત

તેઓ સ્વયં સંભળાવે છે, 'મુરલીમાં બાબા કહે છે કે એટલા બાળકો આવશે કે આબુ રોડથી માઉન્ટ આબુ સુધીની લાઈન લાગશે, તો મારૂં ચિંતન ચાલતું કે ઘણા બધા ભાઈ-બહેનો આવશે, પરંતુ પીવાનું પાણી કે રહેવાની કોઈ વ્યવસ્થા તો છે નહિં! ઘણી વખત વર્ષાઋતુમાં પથ્થરો પડવાથી પર્વતનો રસ્તો બંધ થઈ જતો હતો, ઉપરના લોકો ઉપર અને નીચેના લોકો નીચે રહી જતા. મારા મનમાં વારંવાર એ વિચાર આવતો કે પર્વત પર ચઢતા પહેલા, આબુ પર્વતની તળેટીમાં એક એવી જગ્યા હોય જ્યાં આપણા ભાઈ-બહેનો રહી શકે અને ફ્રેશ થઈ નાસ્તો કરી માઉન્ટ આબુ જઈ શકે. દાદી પ્રકાશમણિજીએ એક જગ્યા માટે મંજુરી આપી, પછી બીજી જગ્યા લીધી અને જોતજોતામાં શાંતિવનની 50 એકર અને આસપાસની સેંકડો એકર જમીન બાબાની થઈ ગઈ.

મને ખૂબ ખુશી છે કે શિવબાબા અને બ્રહ્માબાબાએ મારા જેવી આત્માને આ પવિત્ર કાર્ય માટે નિમિત્ત બનાવ્યો. શાંતિવનમાં લાખો બ્રહ્માવત્સો આવે છે, સુખ-શાંતિ-આનંદ અને પવિત્રતાનો અનુભવ કરે છે અને સંતુષ્ટ થઈને જાય છે. સેવા કરતી વખતે (વાહન ચલાવતી વખતે) કેટલીય વાર, 50 વખત મોતનો સામનો કર્યો હશે, પણ બાબાએ મને દરેક વખતે બચાવ્યો. એક વાર અકસ્માત થયો, તે સમયે દિલમાં લાગી આવ્યુ, મેં અવ્યક્ત બાપદાદાને કહ્યું, 'બાબા, મારી સેવા બદલો.' ત્યારે બાબાએ કહ્યું, 'દિકરા, જીવન અને મૃત્યુ કોના હાથમાં છે? તમારા હાથમાં કે બાપના હાથમાં?' બાબાના મહાવાક્યોથી મને ખાતરી થઈ ગઈ કે સ્વયં ભગવાને મારી જવાબદારી લીધી છે. ત્યારથી, હું હંમેશા બાબા અને દાદીઓને આગળ રાખીને સેવા કરું છું.

શાંતિવનમાં બ્રહ્માકુમારીઝના ડાયમંડ જ્યુબિલી વર્ષ દરમિયાન એક વિશાળ ડાયમંડ હોલ બનાવવામાં આવ્યો. આ ભવ્ય સભાગૃહનું ઉદ્દ્ઘાટન 31 ડિસેમ્બર 1996ના શુભ દિવસે સ્વયં અવ્યક્ત બાપદાદાએ કર્યું. 10-10-1997ના રોજ, અવ્યક્ત બાપદાદાએ શાંતિવનને વરદાન આપ્યા- 1. શાંતિવન ઉડતી કલાનું એરપોર્ટ બનશે, 2. તે બ્રાહ્મણોના રૂહરિહાન અને રૂહાની મોજ મનાવવાનું રમણીક વિહાર બનશે, 3. શાંતિવન બ્રાહ્મણોને નમ્બર વનમાં લઈ જવાનું સ્થાન બનશે, 4. શાંતિવન સંબંધીઓ - સહયોગીઓને સ્નેહમાં સમીપ લાવશે, 5. શાંતિવન બ્રાહ્મણોની શ્રેષ્ઠ સાધના અર્થાત્ એકાંતવાસનું સાધન બનશે, 6. આબુ રોડ માટે દર્શનીય સ્થળ બનશે, જેમ ઓમશાંતિ ભવન ટૂરિસ્ટ સ્થળ બન્યું, તેવું જ બનશે, 7. વિવિધ વર્ગોના મોટા-મોટા સેમિનાર, સ્નેહ મિલન દ્વારા એક જ વારમાં આત્માઓને સંદેશ મળશે, 8. બીમાર લોકો માટે આશ્રય સ્થાન (એશલમ) બનશે.

ભ્રાતા ભૂપાલભાઈજીના મનમંદિરમાં દેશ-ભક્તિની જ્યોત હંમેશા જાગતી રહેતી. તેમના હૃદય સાગરમાં દેશપ્રેમની લહેરો ઉછળતી રહેતી અને દિલ દરિયામાં સમાજસેવાની જાણે ભરતી આવતી. તે દિવસોમાં વારંવાર દુષ્કાળની સમસ્યા થતી હતી. જ્યારે પણ દુષ્કાળ કે પૂરની આપદા આવે ત્યારે તેઓ માનવતાની સેવા કરવા હંમેશા તત્પર રહેતા. આબુની આસપાસના વિસ્તારમાં પશુઓ માટે ઘાસચારો અને પાણીની વ્યવસ્થા કરતા, ઉનાળા દરમિયાન શાંતિવન નજીકના ગામોમાં પાણીની વ્યવસ્થા અને અન્ય સમસ્યાઓ દૂર કરવામાં ભ્રાતાજીનું યોગદાન અજોડ હતું, જેનાથી તેઓ અનેક લોકોની દુઆઓના પાત્ર બન્યા. ભાઈજી પૂર્વ મુખ્યમંત્રી અશોક ગેહલોત, પૂર્વ મુખ્યમંત્રી વસુંધરા રાજે અને અન્ય મંત્રીઓ

સાથે મળીને સમાજસેવા કરતા રહ્યા, જેના કારણે તત્કાલીન સરકારે તેમને આપત્તિ વ્યવસ્થાપન સમિતિના સભ્ય તરીકે પણ નિયુક્ત કર્યા હતા.

મુજ આત્મા (લેખક)ને પણ ભૂપાલભાઈજીનું સ્નેહ-સાનિધ્ય મળ્યું, 'ભાઈજી જેટલા શિસ્તપ્રિય હતા એટલા જ સ્નેહસ્વરૂપ પણ હતા. સાચું કહું તો, તેઓ શિવ પર સમર્પિત શ્રીફળ હતા, જે બહારથી કઠોર (લોકૂલ) લાગતા, પણ અંદરથી કોમળ હૃદયી (લવકૂલ) હતા. ભાઈજીને સાદગી અને કરકસર અતિપ્રિય હતા. યજ્ઞના એક રૂપિયાનું કામ 50 પૈસામાં કરી યજ્ઞની બચત કરતા. રૂમમાં ચમક-દમક દેખાડો કે બનાવટ બિલકુલ પસંદ નહોતું. એકવાર મારો મુશ્કેલ પરીક્ષાનો સમય હતો, તેમણે મને એમ કહીને પ્રોત્સાહિત કર્યો, 'હેમંત, શિવબાબા તમારી સાથે છે, ચિંતા નહિં કરો, બધું બરાબર થઈ જશે.' ખરેખર, તેમના સકારાત્મક શબ્દોથી હું પરીક્ષામાં પાસ થઈ ગયો. અમે યુવા વિભાગ દ્વારા સંચાલિત 'ટચ ધ લાઈટ' પ્રોજેક્ટના ભાગ રૂપે શાળાઓમાં સેવાર્થે જતા, તેઓ સેવા સમાચાર સાંભળી અમારો ઉત્સાહ વધારતા. ઈશ્વરીય સેવાઓ ખૂબ ગમતી.'

શાંતિવન રિસેપ્શનના નારાયણભાઈજી, ભૂપાલભાઈજીના ગુણો વર્ણવે છે, 'ભાઈ સાહેબ બાબા અને યજ્ઞ પ્રત્યે અત્યંત વફાદાર હતા. તેમના જેવા રહેમદિલ મેં નથી જોયા! જેમને કોઈ સપોર્ટ ના કરે તેમને ભાઈજી સેવા આપી સેટ કરતા. કોઈનાથી ભૂલ થાય તો તેમની પાસે ભૂલ લખાવતા.' હું પૂછતો, 'ભાઈજી, તેમની પાસે કેમ લખાવ્યું?' તો કહેતા, 'અહેસાસ કરાવવા!' પોતે લખાણ ફાડી નાખતા અને ભૂલી જતા, અને શિક્ષા-સાવધાની આપી સેવા સોંપતા. દિલમાં ક્યારેય કોઈના પ્રત્યે નફરત, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ કે અણગમો નહોતા રાખતા. મુશ્કેલીના સમયે નિઃસ્વાર્થ ભાવે મદદ કરતા. સેવામાં મને સાથે લઈ જતા, પરંતુ ક્યારેય કોઈ એક જગ્યાએ લાંબા સમય સુધી રહેતા નહીં. તેમને આ જૂની-પૂરાણી દુનિયા જોવાનો કે હરવા ફરવાનો કોઈ શોખ નહોતો. સેવાર્થે જતા અને સેવા પૂર્ણ કરી તરત મધુબન પાછા ફરતા. હકીકતમાં, તેઓ સંપૂર્ણ વૈરાગી હતા. કોઈ યજ્ઞ માટે સહયોગ આપે તો તરત તે ઇશુદાદીને મોકલી દેતા. યજ્ઞમાં પહેલા ગાડીઓ નહોતી, એટલે મિલેટરીનાં જૂના ટ્રકો લાવીને ચલાવતા હતા. તેમની દિલની ભાવના હતી કે આબુ રોડથી દિલ્હી જતા માર્ગમાં જ્યાં પણ રોકાય ત્યાં સેવાકેન્દ્ર હોય. આ હેતુથી, ભાઈજી જ પાલી, સિરોહી, જાલોર, ડુંગરપુર, સ્વરૂપગંજ, ફાલના અને અન્ય સ્થળોએ સેવાકેન્દ્રો ખોલવામાં નિમિત્ત બન્યા. સેન્ટરમાં કોઈ વસ્તુ ખૂટતી હોય તો તેઓ પહોંચાડતા હતા.

શાંતિવનના ખોમનભાઈ ભૂપાલભાઈજીની વિશેષતાઓ સંભળાવે છે, 'પ્રેક્ટિકલ યોગી જીવન કેવું હોય છે - એ મેં ભાઈજીને જોઈને જાણ્યું. તેઓ યોગ અને સેવાનું હંમેશા બેલેન્સ રાખતા. તેમના રૂમમાં એક બ્રહ્માબાબાની ટ્રાંસલાઈટ હતી. નૂમાશામના સમયે ભાઈજી અને તેમની સાથે સેવામાં જેટલા ભાઈઓ હતા તે બધા યોગ કરતા અને એક ભાઈ યોગ કરાવતા. તેઓ કહેતા, 'સેવા છે એક્સ્ટ્રા કમાણી! યોગ છે મુખ્ય કમાણી.' તેઓ કહેતા, 'જેટલો મને સેવામાં નિર્વિઘ્ન રાખશો, મારી સેવામાં તમારો હિસ્સો એટલો જ વધશે, જેના કારણે મારી અને તમારી સેવા વધતી રહેશે. હંમેશા વિચારો કે યજ્ઞ સેવામાં છું, નહીં કે મારી સેવામાં! મારી સેવા સમજશો તો ભાગ્ય નહીં બને, યજ્ઞ સેવા સમજશો તો ભાગ્ય બનશે.' અમને સેવામાં વ્યસ્ત રાખતા અને કહેતા, 'સેવામાં છે પદમોની કમાણી! જેટલા સેવામાં વ્યસ્ત રહેશો, તેટલી મન-બુદ્ધિની એકાગ્રતા સારી રહેશે, નહીં

તો વ્યર્થ ચિંતન ચાલશે.'

ભાઈ સાહેબની મુખ્ય વિશેષતા હતી તેમની 'દૃઢતા' જે સંકલ્પ કરતા, જે બોલતા તે ભાઈજી કરીને બતાવતા. યજ્ઞમાં કોઈ સમસ્યા આવતી, ત્યારે દાદી પ્રકાશમણિજી અને ભ્રાતા નિર્વૈરજી ભૂપાલભાઈજીને જ બતાવતા. ભૂપાલભાઈજી પણ તે કાર્ય પૂરૂ કરીને જ જંપતા. સંગઠનમાં માન-અપમાનનો સામનો પણ કરવો પડે છે, પરંતુ ભાઈ સાહેબ માન-અપમાનથી દૂર રહેતા. ક્યારેક કોઈ કાર્યક્રમમાં નિમંત્રણ ન પણ મળે તો પણ પોતાની મેળે જતા. અમે પૂછતા, "ભાઈ સાહેબ, તમે આમંત્રણ વિના કેમ જાઓ છો?" તેઓ કહેતા, "પ્રોગ્રામ કોનો છે? બાબાનો છે ને! તો જો હું નહીં જાઉં, તો હું સેવાથી અળગો થઈ જઈશ." ભાઈજી તેમની નિંદા-સ્તુતિમાં સમાન, હંમેશા એકરસ રહેતા. તેઓ હંમેશા બાબાને જ ધ્યાનમાં રાખીને યજ્ઞ સેવા કરતા.

ભાઈ સાહેબ અદ્ભુત નીંદ્રાજીત હતા. તેઓ રોજ સવારે 2 વાગ્યે ઉઠીને યોગ કરતા, તો ક્યારેક આખી રાત જાગીને તપસ્યા કરતા. કોઈ કાર્યક્રમમાં તેમને જવાનું હોય અને વીસ મિનિટ બાકી હોય તો કહેતા, 'મને વીસ મિનિટ પછી જગાડી દેજો' અને પછી 15-20 મિનિટમાં જ ઉંઘ કરી લેતા. તેમને જગાડવા જતાં તો તેઓ પહેલેથી જ ઉઠી જતા. સૂતા સમયે ક્યારેય મોબાઈલ સ્વિચ ઓફ કરતા નહીં. મારી પાસે રાખીને કહેતા, 'કોઈનો ફોન આવે તો નમ્રતાથી વાત કરજો અને કહેજો કે ભાઈજી આરામમાં છે, એવું નહિં કહેતા કે નીંદર કરે છે.' ભાઈ સાહેબ સમયના ખૂબ જ પાબંદ હતા. તેઓ સમય પહેલા પહોંચવાનો પ્રયાસ કરતા, હંમેશા ઘડિયાળ પાંચ મિનિટ આગળ રાખતા. તેઓ કહેતા, 'કોઈ કામને મોડું કરશો, તો કાર્યમાં વિઘ્ન આવશે.' એટલે તેઓ હંમેશા બિફોર ટાઈમ (સમય પહેલા) નીકળતા હતા.

શરૂઆતમાં, શાંતિવનની જમીન લેવા અંગે ભાઈ-બહેનોની કોઈ સહમતિ નહોતી. બ્રાહ્મણો એવું વિચારતા કે આવા જંગલમાં જમીન લઈને શું કરીશું? બીજી વાત, સરકારી કાયદા પ્રમાણે, અન્ય જાતિના લોકો આદિવાસીઓની જમીન ખરીદી શકતા નથી, પરંતુ આદિવાસી સ્વેચ્છાએ જમીન દાન કરી શકે છે. આથી, ભાઈ સાહેબે ખૂબ જ કુશળતાથી, ઘણા બ્રહ્મવત્સો પાસેથી આર્થિક સહયોગ મેળવી, યજ્ઞનાં ડ્રાઈવરો અને કર્મચારીઓના નામે જમીન ખરીદી અને તેમને યજ્ઞ માટે જમીન દાન કરાવીને તેમનું પણ નસીબ બનાવ્યું. શરૂઆતમાં, મહારથીઓને શાંતિવનમાં થોડું અસહજ લાગતું હતુ. જે પણ ઝોનલ ઈન્ચાર્જ અને વરિષ્ઠ ભાઈ-બહેનો આવતા, ભાઈજી તેમને ફોન કરી સુખાકારી વિશે પૂછતા કે કોઈ તકલીફ તો નથી ને? તેઓ અમને ફળો વગેરે લઈ તેમની પાસે મોકલતા. ભાઈજી દરેકનો દિલથી આદર-સત્કાર કરતા અને બધા ભાઈજીને પણ ખૂબ સન્માન આપતા.

ભાઈ સાહેબ શાંતિવન નિર્માણના નિમિત્ત તથા શાંતિવનના પ્રબંધક પણ હતા. તેમને હંમેશા એ ખ્યાલ રહેતો કે પાણીની અછત ન પડે. ભાઈજી દૂર-દૂરથી ટેન્કરો દ્વારા પાણીનો સંગ્રહ કરાવતા તથા પાણીની વ્યવસ્થા પર પોતે ધ્યાન આપતા. ભાઈજી પ્રકૃતિ પ્રેમી પણ હતા. તેમણે જ શાંતિવન અને અન્ય સ્થળોએ વૃક્ષારોપણ કરાવી હરિયાળી કરાવી હતી. આવા યજ્ઞરક્ષક, સર્વ-સ્નેહી, પ્યારા ભૂપાલભાઈજી 20 ડિસેમ્બર, 2022ના રોજ પોતાનો નશ્વર દેહ ત્યાગી વતનવાસી થઈ ગયા.

॥ ઓમશાંતિ ॥

અનુવાદ - બ્ર.કુ. વિજય પોશિયા,
ઈન્ડિયા કોલોની, અમદાવાદ.

પ્રસન્નતાના પથ પર

સંબંધનો મતલબ છે માત્ર આપવું જ

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

સંકલ્પોનો પ્રભાવ આપણા શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઉપર પડે છે. એનાથી હેલ્થની ફીલીંગ આવે છે. આજે આપણે સંબંધો સાચવવા માટે બહુ મહેનત કરીએ છીએ. આજકાલ ગેરસમજ જલદીથી બની જાય છે. તેથી સંબંધોમાં ગાંઠ બંધાય જાય છે. એ ગાંઠને ખોલતા નથી તો વાતોને પકડી રાખીએ છીએ. ઝૂકવાની શક્તિ નથી. ગેરસમજણને સમાપ્ત કરવાની શક્તિ નથી. ક્ષમા કરવી મુશ્કેલ લાગે છે. એટલે સંબંધો તૂટતા જાય છે. 25-30 વર્ષો પહેલાં છૂટાછેડા ઘણા ઓછા થતા હતા. લોકો પણ તે જણાવતા નહોતા. પણ આજે છૂટાછેડા સામાન્ય વાત બની ગઈ છે. અમારી પાસે યુગલો આવે છે. તેનાથી ખબર પડે છે કે સમાજમાં કેટલું પરિવર્તન થઈ રહ્યું છે.

વીસ વર્ષ પહેલાં નક્કર કારણથી છૂટાછેડા થતા હતા. એમના અલગ થવાનાં જુદાં જુદાં કારણો હતાં. દસ વર્ષ પહેલાં નાનાં નાનાં કારણોમાં જ કહે છે અમારે સાથે નથી રહેવું. આટલી વાતમાં પણ આપણે અનુકૂળ થઈ શકતા નથી. શા માટે સાથે નથી રહેવું? બસ નથી રહેવું. કોઈ કારણ તો હશે ને? તો કહેશે કે મને આ સંબંધમાં એની સાથે રહીને કંઈ નથી મળી રહ્યું. તો સંબંધ શા માટે બંધાયો હતો? માત્ર લેવા માટે જ?

આજે માનવસંબંધો કેવા રસ્તે જઈ રહ્યા છે. સંબંધોનો વળાંક કઈ દિશામાં જઈ રહ્યો છે? આપવા માટે કે લેવા માટે? સંબંધોનો અર્થ છે આપવું, આપવું, આપવું. હંમેશાં બીજાને આપવું. ક્યારેક મનમાં વારંવાર એ સંકલ્પ ઉઠે છે કે મેં એમના માટે આટલું કર્યું, પરિવાર માટે આટલું કર્યું પણ મારી તો કોઈ વેલ્યુ જ નથી. મને તો કંઈ જ મળી રહ્યું નથી. માત્ર હું જ સર્વને આપતી રહું છું.

દા.ત. કોઈએ ગુસ્સો કર્યો. એક મિનિટ આંખ બંધ કરીને એ દૃશ્ય સામે લાવો. ગુસ્સાના દૃશ્યને સાક્ષી બનીને જુઓ. કોના ઉપર અસર વધુ થઈ રહી છે. ગુસ્સો કરનારા ઉપર કે સહન કરનારા ઉપર? યંત્રથી માપો ગુસ્સો કરનારા અને ગુસ્સો સહન કરનારા બંનેના બી.પી.માં કેટલું અંતર છે? ગુસ્સાની મન ઉપર અસર થાય છે જે શરીર પર દેખાય છે. તો એક વાત જાણી લો કે જે ગુસ્સો કરે છે તેને જ વધુ સહન કરવું પડે છે. તો એટલું નક્કી કરો કે સંબંધનો મતલબ છે આપવું.

॥ ઓમશાંતિ ॥

જરા વિચારીને અનુભવ કરો કે,

- **તમે ભગવાનના વત્સ છો. તમે બ્રાહ્મણ (બ્રહ્માવત્સ) કુળની શાન છો. તમે જન્મથી જ પૂજનીય આત્મા છો. તમે વિશ્વના સહારા બનતા આવ્યા છો. લડવું, ઝઘડવું, ખરાબ બોલવું તથા દુઃખદાયી બનવું તમને શોભતું નથી. તમારી દૃષ્ટિ જેના પર પણ પડે એના મનનાં કષ્ટ દૂર થઈ જાય એવા સુખદાયી બનો. તમને યાદ રહે - અંતમાં જ્યારે રીઝલ્ટ આવશે ત્યારે બાપ સાક્ષી થઈ ગયા હશે ત્યારે તમે કંઈ પણ કરી શકશો નહીં. એટલે અત્યારે બાપની ઉપસ્થિતિનો લાભ ઉઠાવો.**

શાંતિની શક્તિ

મનને સ્થિરતા, જીવનને સમતુલા આપતી આંતરિક શક્તિ

બ્ર.કુ. વિવેકાનંદ, મહાદેવનગર, અમદાવાદ

આધુનિક યુગમાં માણસે વિજ્ઞાન, ટેક્નોલોજી અને સુખસગવડમાં ચમત્કારિક પ્રગતિ કરી છે, પણ આંતરિક રીતે તે અશાંત બન્યો છે. મન સતત ચિંતાઓ, સ્પર્ધા, ડર અને અસંતોષમાં ભટકી રહ્યું છે. માટે માનવને સૌથી વધુ શાંતિની શક્તિની જરૂર છે. વળી ગુજરાતમાં શાંતિને કેન્દ્રમાં રાખી વિશાળ પાયા પર કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. **24 ઓક્ટોબરથી બિલિયન મિનીટ્સ ઓફ પીસ અપીલ પ્રોજેક્ટ, 23 નવેમ્બરે શાંતિ યાત્રા અને 21 ડીસેમ્બરના રોજ શાંતિ અનુભૂતિ સમારોહ**. દરેક કાર્યક્રમના આયોજનમાં શાંતિનું મહત્વ રેખાંકિત છે. અનુભવના આધારે કહી શકું છું કે ગુજરાતના દરેક સેવાકેન્દ્ર પર શાંતિના પ્રકમ્પનો તીવ્ર ગતિથી ઉત્પન્ન થઈ રહ્યા છે. ચુંબકીય વાતાવરણ બની રહ્યું છે. બ્રાહ્મણોના દિલ દિમાગમાં શાંતિ, શાંતિના સાગર શિવ પિતા છે અને સૌનું લક્ષ્ય પણ છે કે સમગ્ર વિશ્વમાં શાંતિના પ્રકમ્પનો ફેલાવીએ. જે શાંતિની શક્તિ માટે આપણે સૌ જાગૃત છીએ એ શાંતિની શક્તિ વિશે લખવાનો સંકલ્પ લેખકના મનમાં ઉદ્ભવ્યો છે.

વ્હાલા વાચકો, શાંતિ એ મનની એવી સ્થિતિ છે જ્યાં કોઈ પણ પરિસ્થિતિ આપણું સંતુલન બગાડી ન શકે. વળી આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે **'શાંતિ માત્ર મનનું મૌન નહિ પણ મનની સમતુલા છે, મનની અવસ્થા છે.'** શાંતિની શક્તિ એટલે આંતરિક સ્થિરતા, ધીરજ અને સંયમની તાકાત. તે એવી શક્તિ છે જે મનુષ્યને ક્રોધ, ચિંતા, ઉદ્વેગથી મુક્ત કરે છે. જ્યાં મન સ્થિર છે, ત્યાં બુદ્ધિ નિષ્પક્ષ રીતે વિચારે છે અને આત્મા પ્રકાશમાન બને છે. શાંતિ એ આત્માનો સ્વભાવ છે, તેથી જ પરમાત્મા શિવપિતાની શ્રીમત છે - 'આત્મ-અભિમાની બનો' અર્થાત્ શાંતિ સ્વધર્મમાં રહેવાનો અભ્યાસ કરો. આપણે આત્મઅભિમાની અવસ્થામાંથી વિપરીત દેહ-અભિમાનમાં જ્યારે આવીએ છીએ, ત્યારે અશાંતિ જન્મે છે.

શાંતિની શક્તિનું મહત્વ - શાંતિની શક્તિનું ખુબ જ મહત્વ છે. વ્યક્તિગત સ્તરે વિચારીએ તો શાંતિની શક્તિ મનને સ્થિર રાખે છે અને વિચારોને શુદ્ધ બનાવે છે. તણાવ અને ચિંતા દૂર કરે છે. આત્મવિશ્વાસ, આનંદ અને સ્વાસ્થ્યમાં વધારો કરે છે. પારિવારિક સ્તરે જોઈએ તો શાંતિની શક્તિથી સંબંધોમાં મીઠાશ અને સમજૂતી વધે છે. ધીરજ અને સંવેદનાથી ઘરનું વાતાવરણ સકારાત્મક બને છે. પ્રેમ, સમર્પણ અને એકતાનો ભાવ ફેલાય છે. વૈશ્વિક સ્તરે વાત કરીએ તો શાંત વ્યક્તિઓ શાંત સમાજ રચે છે. સમાજની શાંતિથી વિશ્વમાં સમજૂતી અને સૌહાર્દ મિત્રતા વધે છે.

તેથી જ પરમાત્મા શિવ પિતાએ સ્લોગન આપ્યું છે - **'તમે જે જોવા ઈચ્છો છો તે પોતાની જાતમાં લાવવાનો અભ્યાસ કરો. વિશ્વમાં શાંતિ લાવવી હોય, તો પહેલા પોતાના મનમાં શાંતિ લાવો.'** પરમાત્મા શાંતિના સાગર છે અને સર્વ આત્માઓને શાંતિની શક્તિનું મહત્વ આપી પ્રેરિત કરે છે કે 'હે મીઠા બાળકો, શાંતિની શક્તિ જમા કરો.'

જેટલું પરમાત્માને શાંતિની શક્તિનું મહત્વ

છે એટલું જ મહત્વ સર્વ દાદીઓને પણ હતું. કોરોના કાળ પહેલાની વાત છે. આદરણીય ચંદ્રિકાબેને યુથ વીંગની રાષ્ટ્રીય મિટીંગમાં જાહેર કર્યું કે કોરોન્ટાઈન ભઠ્ઠીનું આયોજન કરવાનું છે. તે વખતે કોરોન્ટાઈન શબ્દ વિશ્વમાં જાણીતો શબ્દ ન હતો. અમોએ પહેલીવાર આ શબ્દ સાંભળ્યો હતો. સૌ એક-બીજા સામે જોવા લાગ્યા હતા. બેને સવિસ્તાર માહિતી આપી. દસ દિવસ સંપૂર્ણતઃ મૌન... કોઈ કોઈના સંબંધમાં પણ નહી... એકાંત... માત્ર હું અને પરમાત્મા... બસ! નિયતિની બલિહારી હતી કે પરમાત્મા પિતાએ ભારતમાંથી માત્ર નવ જણને પસંદ કર્યા... દસ દિવસ દુનિયાથી દૂર.. એકબીજાથી પણ દૂર... મોબાઈલ, મન, મુખ, સંબંધ.. બધાથી મૌન... માત્ર મુરલી ક્લાસમાં સંપર્કમાં આવવાનું... અદ્‌ભુત દસ દિવસ હતા એ... અગિયારમાં દિવસે તો શબ્દોએ મારા મુખમાંથી નીકળવાની ચોખ્ખી રીતે ના પાડી દીધી હતી... મારો કંઠ સુકાઈ ગયો હોય એવો અનુભવ હતો... બોલવા માટે મને પ્રયત્ન કરવો પડતો હતો, તો પણ બોલી શકાતું ન હતું.. અમારા કરતા બેનનો ઉત્સાહ અનેક ગણો હતો... ઉત્સાહમાં આવી બેને મધુબન દાદી જાનકીજીને સમાચાર આપ્યા હતા... પરિણામ સ્વરૂપે દાદીજીએ અમોને મળવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. અમો દાદીજીને મળવા ગયા. દાદીજીના ચહેરા પર અદ્‌ભુત આનંદ હતો. હંસાબેને અમને પ્રેરણા આપવા માટે દાદીજીને રીક્વેસ્ટ કરી... એકવાર... બે વાર... ચાર-ચાર વાર... પણ દાદીજીએ એક શબ્દ પણ ઉચાર્યો નહિ. દાદીજીએ પંદર મિનિટ સુધી પાવરફુલ દૃષ્ટિ આપી... શક્તિશાળી દૃષ્ટિએ શક્તિશાળી વાતાવરણનું નિર્માણ કર્યું હતું.. ટોલી આપી, સોગાત આપી. .... અને છેલ્લે હંસાબેને ફરી દાદીજીને રીક્વેસ્ટ કરી.. દાદીજીએ એક જ શબ્દ ઉચ્ચાર્યો....‘બાબા કે નવ રતન.’ અદ્‌ભુત અનુભવ હતો એ... એ દસ દિવસ મારા જીવનના અસંખ્ય સ્વર્ણિમ દિવસોમાંથી હિરાતુલ્ય સ્વર્ણિમ દિવસો હતા... પરમાત્માએ સાયલેન્સ માટે જે મહાવાક્યો ઉચ્ચાર્યા છે તે અનુભવવાના દિવસો હતા.. એ દિવસોએ અનેક સિદ્ધિઓએ મારા લલાટ પર તિલક કર્યા છે. આત્મવિશ્વાસ, નિશ્ચિંતતા, નિશ્ચિતતા, નિર્ણયશક્તિ, પરખશક્તિ વગેરે શક્તિઓને અનુભવમાં લાવવાની તક હતી એ. દાદીજીએ માર્ગદર્શન આપવાના બદલે સાયલેન્સનો અનુભવ કરવાનો અને કરાવવાનું ઉચિત સમજ્યું. શાંતિની શક્તિનું મહત્વ દાદીજીના જીવનમાં કેટલા હદ સુધી હતું એની પ્રતીતી હતી એ. દસ દિવસના અંતે સાયલેન્સનું મહત્વ મારા મનમાં છે. બધાની વચ્ચે રહેવા છતાં એકાંતમાં રહેવાનો અભ્યાસ વધ્યો. એકાગ્રતા વધી. કાર્યક્ષમતામાં વધારો થયો.

જે શાંતિની શક્તિએ અનેક અનુભવો અને પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ કરાવી છે તેના માટે પરમ-પ્યારા શિવપિતાએ મહાવાક્ય ઉચ્ચાર્યા છે કે...

1. શાંતિની શક્તિ અસંભવ કાર્યને સંભવ કરી દે છે. અર્થાત માસ્ટર સર્વશક્તિમાનની અનુભૂતિ કરાવે છે.

2. શાંતિની શક્તિ દ્વારા મનના સંકલ્પ, વાતોને આત્મસાત કરી શકાશે. દરેક આત્માની અવસ્થાને જાણી શકાશે. પરખ શક્તિ વધશે.

3 . શાંતિની શક્તિ દરેક પ્રકારના આકર્ષણથી મુક્ત કરાવે છે. સાક્ષી ભાવ વિકસિત થાય છે.

4. શાંતિની શક્તિ દ્વારા સુક્ષ્મ વતનની એક્ટીવીટી પણ સ્પષ્ટ રૂપમાં અનુભવ કરી

શકાશે. દુરંદેશી બનાવે છે.

5. શાંતિની શક્તિ ઓછા સમય અને ઓછી મેહનતમાં વધારે સફળતા અપાવે છે.

6. શાંતિની શક્તિ આત્મામાં રહેલા જુના સંસ્કારોને ભૂસી નાખે છે.

7. શાંતિની શક્તિ દ્વારા બીજાને પણ એક સેકન્ડમાં સિદ્ધિ અપાવી શકે છે. સિદ્ધિ સ્વરૂપ બનાવે છે.

8. શાંતિની શક્તિ દ્રષ્ટિ - વૃત્તિનું પરિવર્તન કરે છે.

9. શાંતિની શક્તિ વેસ્ટને બેસ્ટમાં ફેરવે છે. તેથી સુખ-શાંતિનો, રેસ્ટનો અનુભવ થાય છે. પરિવર્તન શક્તિનો વિકાસ થાય છે.

10. શાંતિની શક્તિ થકી વિશ્વની બધી આત્માઓને એક સેકન્ડમાં સહજતાથી મુક્તિ - જીવનમુક્તિ અપાવે છે. નિર્ણય શક્તિ વધે છે.

11. શાંતિની શક્તિ અને પરમાત્માની મદદ દ્વારા દરેક પ્રશ્નોના જવાબ મેળવી શકાય છે.

12. શાંતિની શક્તિ દરેક બાબતોની મહીનતા, ઊંડાણને સમજવાની શક્તિ આપે છે. સમજશક્તિ કેળવાય છે.

13. શાંતિની શક્તિથી 5000 વર્ષ પહેલાના દૈવી સંસ્કાર કેચ થાય છે. કેચિંગ પાવર વિકસિત થશે.

ઉપરોક્ત મહાવાક્યોને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ તો શાંતિની શક્તિનું મહત્વ આપણા જીવનમાં અસાધારણ છે. શાંતિની શક્તિનો વિકાસ કરવા માટે પરમાત્માએ અનેક વિધિઓ બતાવી છે.

દૈનિક અભ્યાસ - આપણે જાણીએ છીએ કે શાંતિ આત્માનો સ્વાભાવિક ગુણ છે, સ્વધર્મ છે. પરંતુ તેને ઉજાગર કરી તેનું જતન કરવું જરૂરી છે. માટે પરમાત્મા કહે છે કે રાતે જાગીને પણ રાજયોગનો અભ્યાસ કરો. આત્મ-ચિંતન, પરમાત્મ-ચિંતન અને પરમાત્મા સાથેના જોડાણથી મન શુદ્ધ અને શાંત બને છે. દૈનિક અભ્યાસ શાંતિની શક્તિને સતત પોષણ આપે છે.

વિચાર સાગર મંથન - શાંતિની શક્તિ વિકસિત કરવા માટે પરમાત્માએ વિચાર સાગર મંથન કરવાની શ્રીમત પણ આપી છે. જેથી દરેક પરિસ્થિતિમાં સકારાત્મક વિચાર રાખવાનો અભ્યાસ થાય છે. કારણ કે વિચારોના આધારે જ અનુભૂતિ છે અને અનુભૂતિના આધારે જીવન છે.

મન અને મુખનું મૌન - કેહવાય છે કે મૌન એ આત્માની ભાષા છે, જે મનને નવી ઉર્જા આપે છે. માટે આધ્યાત્મિકતાના પંથે ચાલતા સાધકો મુખનું મૌન રાખે છે. પરંતુ પરમાત્માએ થોડો સમય મનથી મૌનમાં રહી મનમાં ચાલતા વિચારોને નિરિક્ષણ કરવાની અને વિચારોની દિશા-દશા બદલવાની શ્રીમત આપી છે. પરમાત્માએ દૈનિક આભ્યાસમાં પાંચ ટ્રેફિક કંટ્રોલનો અભ્યાસ ઉમેરો કર્યો છે. દિનચર્યામાં ભોજન કરતી વખતે પરમાત્માની યાદ રહે એ અભ્યાસને પણ રેખાંકિત કરવામાં આવેલ છે.

નિસ્વાર્થ સેવા - પરમાત્માએ સેવાને પણ અન્ડરલાઈન કરી છે. કારણ કે નિઃસ્વાર્થ સેવા, દયા અને સહકારના કાર્યોથી મન શુદ્ધ બને છે. જ્યાં સ્વાર્થ ખતમ થાય છે, ત્યાં શાંતિ જન્મે છે.

શાંતિની શક્તિના પ્રયોગો - પરમાત્માએ શાંતિની શક્તિના પ્રયોગો કરવા માટે પણ શ્રીમત આપી છે.

1. જીવનના નિર્ણયોમાં - શાંત મન યોગ્ય નિર્ણય લે છે. ઉતાવળ વિના સમજૂતીપૂર્વક નિર્ણય

(અનુસંધાન પેજ નં. 27 પર)

જાગૃત નાગરિક

બ્ર.કુ. અનંત, નડિયાદ

પાત્ર પરિચય - મનન અને ચિંતન આઠમા ધોરણના વિદ્યાર્થી છે. જાગૃતિ એમની સહપાઠી છે.

(ચિંતન સ્કૂલના પ્રાંગણમાં ટપકતા નળને બંધ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. એમને જોતા જ મનન એમની પાસે આવે છે)

મનન - હું તને ક્યારનોય શોધું છું અને તું અહીંયા શું કરી રહ્યો છે ?

ચિંતન - હું તો આ નળને ઠીક કરવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું પણ આ પાણી બંધ જ નથી થતું. તું પણ મને મદદ કર.

મનન - છોડને નકામી માથાકૂટ! આપણે મેચ રમવા જવાનું મોડું થાય છે. ચાલ જલ્દી કર.

ચિંતન - તું જોતો નથી પાણીનો બગાડ થાય છે? પાણી બચાવવું એ આપણી ફરજ છે.

મનન - એ કંઈ આપણું કામ નથી. આપણે તો અહીં ભણવા આવીએ છીએ... જેની ફી પણ ભરીએ છીએ. જરા જો તો ખરો.. તારા કપડાં કેટલા બધા ભીંજાઈ ગયા છે ?

ચિંતન - તો શું થઈ ગયું ? સ્કૂલ અને સમાજ પ્રત્યે આપણું કંઈક કર્તવ્ય પણ છે. આપણે સમાજ અને દેશ પાસેથી ઘણું બધું લઈએ પણ છીએ !

મનન - તું આ મોટી મોટી ડાહી વાતો ક્યાંથી શીખી આવ્યો ?

ચિંતન - ભૂલી ગયો? ગયા મહિને જ મેડમે એક જાગૃત નાગરિકના કર્તવ્યો વિશે સરસ વાતો સમજાવી હતી.

મનન -હું તો જલ્દી ભૂલી જાવ છું. એટલે જ તો માંડ માંડ પાસ થાવ છું. તું હોશિયાર વિદ્યાર્થી છે. તું જ યાદ કરાવ.

ચિંતન -મેડમે સમજાવેલું કે રાષ્ટ્રીય સંપતિનું જતન કરવું એ આપણા સૌની ફરજ છે. બગાડ રોકવાનો હોય. ખાસ કરીને પાણી તથા વીજળીનો બચાવ કરવો જરૂરી છે. એમ પણ કહેલું કે રસ્તામાં સળગતી બીડી કે સિગારેટનો ટુકડો નજરે પડે તો પગથી બુઝાવી દેવો જોઈએ જેથી ઉઘાડા પગે ચાલનારને તકલીફ ન થાય.

મનન - હા ! મને પણ યાદ આવ્યું કે મેડમે કહેલું કે વૃદ્ધ અને અંધજનને રસ્તો ક્રોસ કરવામાં સહાયરૂપ પણ બનવું જોઈએ.

ચિંતન - સરસ ! તને પણ યાદ આવ્યું. સ્કૂલના પ્રાંગણમાં કચરો દેખાય તો ઉપાડીને કચરાપેટીમાં નાખવો જોઈએ. (એટલામાં એની સાથે ભણતી જાગૃતિ આવે છે)

મનન - તું ક્યાંથી આવી રહી છે?

જાગૃતિ - થોડીવાર પહેલા મારું ધ્યાન આ બગડેલા નળ પર ગયેલું ...પણ મારાથી પાણી બંધ ન થયું એટલે મેં આપણા મેડમને વાત કરી. એમણે તરત જ ઓફિસમાં જઈને પ્લમ્બરની વ્યવસ્થા કરવા જણાવ્યું. એ આવી ને ઠીક કરી જશે. (ક્લાસ ટીચર પણ આવી પહોંચે છે) ત્રણેય એક સાથે-નમસ્કાર મેડમ !

ચિંતન - મેડમ ! પ્લમ્બર ના આવ્યો ?

મેડમ - હમણાં જ આવી જશે. મને ખુશી છે કે તમે લોકો પાણી બચાવવા મહેનત કરી રહ્યા છો.

મનન - મેડમ! તમે જ તો શીખવેલું ! સાથે સાથે તમે રસ્તા પરના પથ્થરની એક વાર્તા કહેલી પણ મને બરાબર યાદ નથી રહી !

(જાગૃતિ અને ચિંતન હસે છે)

(અનુસંધાન પેજ નં. 11 પર)

જ્ઞાન પરબ

સહજ રાજયોગ - 3

બ્ર.કુ. જગદીશભાઈ પટેલ, ઈસનપુર

ગતાંકમાં આપણે જોયું કે, યોગ એ બીજું કંઈ જ નહીં, પરંતુ મન બુદ્ધિથી જેને પણ આપણે યાદ કરીએ, તેની સાથે આપણો યોગ છે તેમ કહી શકાય. દેવી-દેવતાઓને મળવા માટે આપણે જન્મ જન્માંતર અનેક યાત્રાઓ કરી પરંતુ સ્વયં પરમાત્માને મળવા માટેની યાત્રા, તે આ બુદ્ધિયોગ છે. કોઈપણ વ્યક્તિને મળવા માટે તેમનું નામ, સરનામું, રૂપરંગ, કાર્યસ્થળ વગેરેની સંપૂર્ણ માહિતી હોવી ખૂબ જ જરૂરી હોય છે. ચોક્કસ સરનામું ન હોય તો, તે વ્યક્તિને મળવામાં ખૂબ જ મુશ્કેલી પડે છે. આ વિશ્વમાં અનેક ધર્મ, સંપ્રદાય, મઠ, પંથ, પરિવાર અને સમાજ છે, પરંતુ તે દરેકની પરમાત્માના નિવાસ સ્થાન માટેની માન્યતાઓ અલગ અલગ છે. કોઈ ધર્મમાં આત્માને જ પરમાત્મા માને છે, તો કોઈ ધર્મમાં પરમાત્માને કણ-કણમાં સર્વવ્યાપી માને છે, તો વળી કેટલાક પોતાના ધર્મ પિતા કે ઈષ્ટ દેવતાઓને જ ભગવાન માને છે. કેટલાક લોકો પ્રકૃતિના તત્વ કે બ્રહ્મ મહતત્વને ભગવાન માને છે, જ્યારે કેટલાક લોકો તો પરમાત્માના અસ્તિત્વનો જ અસ્વીકાર કરે છે. આમ પરમાત્માનું સાચું સરનામું કોઈની પાસે પણ નથી.

વાસ્તવમાં પરમાત્મા પૃથ્વીની આસપાસ આવેલ પાંચ તત્વોના આવરણથી દૂર, જ્યાં સૂર્ય, ચંદ્ર, તારા ગણનો પણ પ્રકાશ પહોચતો નથી, એવા પરમધામના નિવાસી છે. જેને સ્વધામ, નિજધામ, નિર્વાણધામ, અક્ષરધામ, સાકેતધામ, મુક્તિધામ, બ્રહ્મલોક, પરલોક જેવા અનેક નામથી ઓળખવામાં આવે છે. પરમધામમાં ચારે તરફ સર્વત્ર લાલ સોનેરી પ્રકાશ ફેલાયેલો હોય છે, જ્યાં પરમાત્મા જ્યોતિ બિંદુ સ્વરૂપે, તારાની જેમ ચમકતા હોય છે. તેમનું નામ શિવ છે, જેમની જ્યોતિર્લિંગના સ્વરૂપે પૂજા કરવામાં આવે છે. તેમનો નથી સ્ત્રી આકાર કે નથી પુરુષ આકાર, નથી દેવી કે નથી દેવતા, પરંતુ જ્યોતિ બિંદુ સ્વરૂપ નિરાકાર છે. સ્વયંભૂ યોગીરાજ શિવ સ્વયં, સાકાર શરીરના માધ્યમનો આધાર લઈને એક સત્ય ધર્મની સ્થાપના કરે છે, તેમજ ગીતા જ્ઞાન આપી સહજ રાજયોગ શીખવાડે છે. આ યોગ કોઈ મનુષ્યએ શીખવાડેલો યોગ નથી. આપણે તેમની ત્વમેવ માતા, પિતા ત્વમેવ, ત્વમેવ બંધુ સખા ત્વમેવ કહીને મહિમા કરીએ છીએ. આમ તેમને માતા, પિતા, સખા, સાજન, ગુરુ કે શિક્ષકના સાકાર રૂપમાં યાદ કરવાથી યોગ સહજ લાગી જાય છે. લૌકિકમાં કોઈની પણ સાથે આપણે સંબંધ જાળવવો હોય તો તેમને સમય પ્રતિ સમય મળતાં રહેવું પડે છે, નહીં તો તે સંબંધ લાંબો સમય ટકતો નથી. પરમાત્માને પણ સતત યાદ અર્થાત બુદ્ધિથી મળતા રહેવું પડે છે, તો જ યોગ સહજ લાગે છે અને સંબંધ ટકી રહે છે.

દ્વાપરયુગથી યોગીઓ તેમજ ઋષિમુનિઓ, યોગસાધનાને સરળ બનાવવા માટે સંસારનો ત્યાગ કરીને પર્વતો પર ગુફાઓમાં કે જંગલોમાં જતા પરંતુ વર્તમાન સમયે કળિયુગના અંતિમ ચરણમાં સ્વયં ભગવાન આવીને બ્રહ્માના સાકાર માધ્યમ દ્વારા, યોગને સરળ બનાવવા માટે આપણને કેટલાક નીતિ નિયમો સમજાવે છે. આ નીતિ નિયમો અર્થાત તેમના શ્રેષ્ઠ મત અનુસાર

ચાલવાથી જ ગ્રહસ્થમાં રહીને મુશ્કેલ લાગતો યોગ પણ એકદમ સહજ બની જાય છે.પરમાત્માને યાદ તો સૌ કોઈ કરે જ છે પરંતુ લાંબા સમય સુધી મન બુદ્ધિને પરમાત્મા પર એકાગ્ર કરવા માટે મનને કેળવવું પડે છે, સતત અભ્યાસ અને સ્વાધ્યાયથી જ આ શક્ય બને છે.જેવી રીતે નાના બાળકને શરૂઆતમાં એબીસીડી, કક્કો કે બારાખડી લખવી ખુબ જ અઘરી લાગે છે પરંતુ વારંવાર તેના ઉપર ઘૂંટવાથી કે તેના અભ્યાસથી તે સરળ બની જાય છે, તેવી જ રીતે પરમાત્માની યાદ પણ સતત અભ્યાસથી સહજ બની જાય છે .

બતાવેલા યોગ માટેના નીતિ-નિયમો જે સ્વયં પરમાત્માએ બતાવ્યા છે, તેને અનુસરવાથી રાજયોગ એકદમ સહજ બની જાય છે.

૧. અમૃતવેળાનો યોગ - વહેલી સવારે ચાર થી પાંચ વાગ્યાનો સમય યોગ માટે અતિ ઉત્તમ ગણાય છે, કારણ કે આ સમયે દુનિયાની તમામ તમોપ્રધાન આત્માઓ નિંદ્રાધીન હોય છે, જ્યારે ભક્તો, પૂજારીઓ, મુનિઓ, યોગીઓ, મહર્ષિઓ, પાદરીઓ, જેવા સતોપ્રધાન આત્માઓ આ સમયે ભગવાનને યાદ કરતા હોવાથી વાયુમંડળ ભક્તિમય સતોપ્રધાન હોય છે. આ ભક્તિમય અને સતોપ્રધાન વાતાવરણનો બુદ્ધિને સહયોગ મળતો હોવાથી અમૃતવેળાએ પરમાત્મા સાથે યોગ લગાવવો એકદમ સહજ બની જાય છે.

૨. નિત્ય સત્સંગ - પરમાત્માના સ્વમુખે ઉચ્ચારાયેલ મહાવાક્યો પ્રતિદિન સાંભળવાથી તેમજ તેનો અભ્યાસ કરવાથી આપણને યોગની નવી-નવી વિધિ જાણવા મળે છે. જ્ઞાનનો ખજાનો બુદ્ધિમાં જમા થતો જાય છે, જે બુદ્ધિને પરમાત્મામાં એકાગ્ર કરવા માટે મદદરૂપ થાય છે, આથી યોગ એકદમ સરળ બની જાય છે.

3. ટ્રાફિક કંટ્રોલ યોગ - દિવસ દરમિયાન મનની અંદર વિચારોનો ટ્રાફિક સતત ચાલ્યા જ કરે છે. આ વિચારોના ટ્રાફિકને રોકવા, દિવસ દરમિયાન ઓછામાં ઓછી પાંચ વાર મન-બુદ્ધિને જ્યોતિ સ્વરૂપ પરમાત્માનું લાલ સિગ્નલ બતાવીને, પરમાત્મામાં એકાગ્ર કરવાથી, રાજયોગ સહજ બની જાય છે. સવારના 7.00 વાગે, 10.30 વાગે, 12.00 વાગે, 5.30 વાગે તથા સાંજના 7.30 વાગે. આ પાંચ સમય, વિચારોના ટ્રાફિકને કંટ્રોલ કરવા માટે નિર્ધારિત કરેલા છે. આ સમયે બધા જ બ્રાહ્મણ ભાઈ-બહેનો યોગમાં રહેતા હોવાથી, વાતાવરણનો સંપૂર્ણ સહયોગ, યોગને સહજ બનાવે છે.

૪. સંધ્યા સમયનો યોગ - કહેવાય છે કે, સંધ્યા સમયે દેવતાઓ અને ફરિશ્તાઓ પણ આકાશમાં વિહાર કરતા હોય છે. આ સમયે મંદિરોમાં તથા ઘરોમાં પણ આરતી, પૂજન કે દીવાબત્તી થતા હોય છે. આ સમયે સૃષ્ટિ પરનું વાતાવરણ સતોપ્રધાન હોવાથી મન બુદ્ધિને પરમાત્મામાં એકાગ્ર કરવું સરળ બને છે અને યોગ સહજ લાગી જાય છે.

૫. ગુડનાઈટ યોગ - દરરોજ રાત્રે સુતા પહેલા, દિવસ દરમિયાન થયેલી તમામ સારી ખોટી ઘટનાઓની પરમાત્મા સમક્ષ રજૂઆત કરી, થયેલી ભૂલોની માફી માગવાથી મન હળવું બની જાય છે.પરમાત્મા સમક્ષ પુરુષાર્થનો ચાર્ટ લખવાથી એકની એક ભૂલો વારંવાર થતી નથી, પરિણામે મન હળવું થવાથી યોગ સરળતાથી લાગી જાય છે.

૬. બ્રહ્મચર્ય વ્રતનું પાલન - વિશ્વામિત્ર જેવા મહાન તપસ્વીઓ અનેક વર્ષો સુધી તપસ્યા કર્યા પછી પણ મેનકા જેવી અપ્સરા તેમની સામે આવવાથી તેમના તપનો ભંગ થાય છે. પ્યારા, મીઠા બાબાએ યોગ શીખવાની શરૂઆતથી જ, આપણી સામે માતાઓ બહેનોને યોગ શીખવવા

માટે નિમિત બનાવ્યા છે જેથી કરીને યોગની સંપૂર્ણ અવસ્થા પ્રાપ્ત થયા પછી પણ મન વિચલિત થાય નહીં.

૭. સાત્વિક આહાર - ભોગ લગાવવાની વિધિ - પવિત્ર બ્રાહ્મણોએ પરમાત્માની યાદમાં બનાવેલ ભોજન પ્રસાદ બની જાય છે, તેમાં કોઈ નકારાત્મક વિચારના વાયબ્રેશન્સ રહેતા નથી. પહેલા પરમાત્માને ભોગ લગાવી તેમને જમાડયા પછી જ પરમાત્માની યાદમાં રહી ભોજન પર દ્રષ્ટિ આપીને ભોજનનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ. ભગવાનને જે ભોજન આપણે ભોગમાં અર્પિત કરી શકતા ના હોઈએ, તેવું ભોજન આપણે ક્યારેય સ્વીકારવું જોઈએ નહી. કહેવાય છે કે અન્ન એવું મન. ઈંડા, ચિકન, માછલી, માંસ, મટન, ડુંગળી, લસણ, દારૂ, ચરસ, ગાંજો, અફીણ, તમાકુ જેવી તામસિક વસ્તુઓ ગ્રહણ કરવાથી મનની સમતુલા બગડે છે અને મન યોગમાં એકાગ્ર રહી શકતું નથી. માટે આવા ભોજનનો નિષેધ કરવાથી જ યોગ સહજ લાગી શકે.

૮. કર્મયોગ - દરેક કર્મની શરૂઆતમાં તેમજ મધ્ય અને અંતમાં પણ પરમાત્માને યાદ કરવાથી કર્મમાં કુશળતા આવે છે. જ્યારે પણ ઘરની બહાર નીકળીએ ત્યારે ભગવાનને યાદ કરીને નીકળવું જોઈએ તથા જયારે પણ પાછા આવીએ ત્યારે ભગવાનને પૂરી દિનચર્યાનો રિપોર્ટ આપવો જોઈએ.

૯. લૌકિકતાનું અલૌકિકતામાં પરિવર્તન કરવું - આમ કરવાથી કર્મયોગ કરવો સરળ બની જાય છે. દાખલા તરીકે સ્નાન કરતાં એવા સંકલ્પ કરી શકાય કે હું દેવઆત્મા આ દેહરૂપી મંદિરમાં બિરાજમાન છું. હું આ આત્મારૂપી દેવમૂર્તિ ઉપર જળ અભિષેક કરી રહી છું. સેવાકેન્દ્ર પર મુરલી ક્લાસ સાંભળવા જતા એ સ્મૃતિ કરી શકાય કે હું ગોડલી સ્ટુડન્ટ છું, પંખો ચલાવતા યાદ રહે કે મારે પણ વિશ્વની તમામ આત્માને શાંતિ અને શીતલતા પ્રદાન કરવાની છે વગેરે.

૧૦. વિચાર સાગર મંથન - પરમાત્મા જે જ્ઞાન સમજાવે છે તે, જ્ઞાનના મુદ્દાઓ લઈને દરરોજ કંઈક વિચાર સાગર મંથન કરવાથી, જ્ઞાનની નવી-નવી પોઇન્ટ બુદ્ધિમાં સ્પષ્ટ થાય છે અને જ્ઞાન વધુ સ્પષ્ટ રૂપે સમજી શકાય છે.

૧૧. પ્રભુને પત્ર લખવો - પ્રભુને પત્ર લખવાથી દિલની સચ્ચાઈ સફાઈ રહેશે અને દિલ હંમેશા દિલારામ બાબાની સાથે રહેશે. આમ કરવાથી ભૂતકાળમાં વીતી ગયેલી વાતોથી મનનો બોજ ઉતરી જાય છે અને યોગ સરળ થઈ જાય છે.

૧૨. ભાગ્યની અને પ્રાપ્તિઓની સ્મૃતિ - આપણા ભાગ્યની સ્મૃતિ અને પ્રાપ્તિઓને યાદ કરવાથી ખુશીનો પારો ચઢેલો રહે છે અને અતીન્દ્રિય સુખના આનંદનો અનુભવ કરી શકીએ છીએ. સુખ અને આનંદની સ્થિતિમાં યોગ સરળતાથી લાગે છે.

૧૩. પરમાત્માને સર્વ સંબંધથી યાદ કરવા - સંસારમાં આપણા કોઈ સંબંધની અપ્રાપ્તિ હોય તો તે સંબંધ આપણને વારંવાર પોતાની તરફ આકર્ષિત કરે છે, માટે જે સંબંધની આપણને ખોટ હોય તે સંબંધથી પરમાત્માને યાદ કરવાથી સંબંધોની પૂર્તિ થવાથી યોગ સહજ લાગે છે. દાખલા તરીકે, કોઈ વિધવા હોય અને તેમનો પતિ ન હોય તો પરમાત્માને પતિ પરમેશ્વર બનાવવાથી બુદ્ધિ યોગમાં સ્થિર રહી શકે છે.

૧૪. જ્ઞાનયોગ - નિત્ય ઈશ્વરીય સાહિત્યનું અધ્યયન કરવું. અવ્યક્તવાણી, જ્ઞાનામૃત, પત્રપુષ્પ, પ્યોરિટી, વરિષ્ઠ દાદીઓ તથા ભાઈઓના ક્લાસીસની પુસ્તકો વગેરે ઈશ્વરીય

સાહિત્ય વાંચવાથી જ્ઞાનની અવનવી વાતોનું સ્પષ્ટીકરણ મળે છે અને તેથી રાજયોગ સરળ બની જાય છે.

૧૫. મધુબનની યાદ - જ્યાં સ્વયં પરમાત્મા સાથે મિલન મુલાકાત થાય છે એવા મધુબનને વારંવાર યાદ કરવાથી તેમજ ચારધામની યાત્રા કરવાથી પરમાત્માના સાનિધ્યનો અનુભવ થાય છે. મધુબનના પવિત્ર વાતાવરણના અનુભવનો સહયોગ યોગને સરળ બનાવી દે છે અને યોગ સહજતાથી લાગી જાય છે.

૧૬. પરમાત્માની મહિમા - પરમાત્માને તેમના ગુણોને યાદ કરવાથી, તેમની મહિમા કરવાથી, તેમના સર્વ ગુણો અને શક્તિઓ ધીરે-ધીરે આપણામાં વિકાસ પામતા જાય છે અને આપણે પણ માસ્ટર સર્વશક્તિવાન બની જઈએ છીએ. પરમાત્મા પ્રેમ, આનંદ, પવિત્રતા અને શાંતિના સાગર છે, તો આ સર્વે ગુણોથી યાદ કરવાથી આ તમામ ગુણો આપણી આત્મામાં ઈમર્જ થાય છે અને યોગ લાગવામાં સરળતા રહે છે.

૧૭. વરદાન અને સ્વમાન - પરમાત્માએ આપણને જે જે વરદાન અને સ્વમાન આપેલા છે તેને યાદ કરવાથી પણ આપણે નિરંતર કર્મયોગી બની શકીએ છીએ.

આ ઉપરાંત ભગવાનનો ધન્યવાદ કરવાથી, તેમની સાથે રુહરિહાન કરવાથી, સ્વદર્શનચક્ર ચલાવવાથી, પાંચ સ્વરૂપને યાદ કરવાથી, કલ્પવૃક્ષ દ્વારા વિશ્વની આત્માઓને સકાશ આપવાથી, ફરિશ્તા સ્વરૂપનો અનુભવ કરવાથી, વરિષ્ઠ ભાઈઓ કે દાદીઓના ક્લાસીસ સાંભળવાથી કે ઈશ્વરીય સાહિત્ય વાંચવાથી પણ મન-બુદ્ધિ સરળતાથી એકાગ્ર બને છે અને રાજયોગ સરળતાથી આપણે કરી શકીએ છીએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 22નું અનુસંધાન)... **શાંતિની શક્તિ**

લેવાય છે. સંબંધોમાં શાંતિપૂર્વક બોલવાથી વિવાદ ટળે છે અને સંવાદ મીઠો બને છે. વાણીમાં શાંતિ એટલે પ્રભાવશક્તિ.

2. કાર્યક્ષેત્રમાં - તણાવ અને દબાણ વચ્ચે પણ શાંત વ્યક્તિ સકારાત્મક રીતે કાર્ય કરી શકે છે. એવી વ્યક્તિ ટીમને પ્રેરિત કરે છે.

3. સામાજિક સ્તરે - શાંતિપૂર્ણ માનસિકતા ધરાવનાર વ્યક્તિ સમાજમાં પ્રેમ, એકતા અને સહકાર ફેલાવે છે. એવા લોકો વિશ્વ પરિવર્તનના દૂત બને છે.

ઉપરોક્ત બાબતોને ધ્યાનમાં લેતા પરમાત્માની શક્તિઓને પ્રત્યક્ષ કરવા માટે શાંતિની શક્તિના વિકાસ માટે સદા જાગૃત રહીએ. પરમાત્મા પિતાએ આપેલા નિર્દેશનને ફોલો કરી દરેક સેવાકેન્દ્ર શાન્તીકુંડ બને, દરેક ઘર શાંતિ શિખર બને તથા આપણે સૌ શાંતિદૂત બનીએ એ લક્ષ્ય સાથે પુરુષાર્થમાં તીવ્રતા લાવીએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

જરા વિચારીને અનુભવ કરો કે,

- **સદા સ્નેહી અને સહયોગી બનવું છે તો સરળતા અને સહનશીલતાને ધારણ કરો. સરળતા અને સહનશીલતાને ધારણ કરવાથી સફળતામૂર્ત બનાશે. જેમ કોઈ ધીરજવાળો મનુષ્ય સમજી વિચારીને કાર્ય કરે છે તો સફળતા પ્રાપ્ત થાય છે. એ રીતે જે સરળ સ્વભાવવાળા સહનશીલ હોય છે તે પોતાની સહનશીલતાની શક્તિથી ગમે તેવા કઠોર સંસ્કારવાળાને શીતળ બનાવી દે છે. કઠણ કાર્યને સહજ કરી દે છે. સમયને અમૂલ્ય સમજીને સફળ કરો તો સમય પર દગો મળશે નહીં.**

પ્રસંગ પરિમલ

બહેનનું માન

ઘટના આજથી લગભગ 50 વર્ષ પહેલાંની છે. મને રાજ્ય સરકારની સેવામાં આવ્યાને પાંચ વર્ષ થયાં હતાં. હવે હું ત્રીજા સ્થાને બદલી થઈને આવ્યો હતો.

હું આયુર્વેદના ચિકિત્સાઅધિકારી તરીકે નિયુક્ત થયો હતો. જ્યાંથી જિલ્લાનું મુખ્ય મથક 14-15 કિલોમીટર દૂર થતું. પરંતુ એ સમયે વાહન વ્યવહારનાં સાધનો ઘણાં સીમિત હતાં. તે પણ સર્વસુલભ નહોતાં. સડકથી અઢી કિલોમીટર દૂર મારી નોકરી હતી. તેથી પગે ચાલીને જવા સિવાય કોઈ છૂટકો નહોતો. ધ્યાન આપવા જેવી વાત એ છે કે ગામથી મુખ્ય સડક સુધી એક સાંકડો, ઊબડખાબડ, ખાડા-ટેકરાવાળો રસ્તો હતો. એની વચ્ચે કેટલાક લોકોની ઝૂંપડીઓ આવેલી હતી. એક નાના વરસાદી નાળાની સાથે સાથે બારે મહિના વહેતી નદી હતી. જેને કારણે અહીંથી ત્યાં જવાનો પાક્કો રસ્તો બનાવ્યો હતો. ગરમી, ઠંડીમાં પણ ગામના એ રસ્તાથી જ જવું પડતું.

સમય મળવાને લીધે મેં એ દિવસે સવારે 9 થી 11 વાગ્યા સુધી ચિકિત્સા કેન્દ્ર પર સેવાઓ આપી. ઘરે આવીને ભોજન કરીને પત્ની તથા દસ માસના પુત્ર સાથે ઘણાં જરૂરી કામો પૂર્ણ કરવા બપોરે દોઢ વાગ્યે જ શહેરમાં પહોંચી ગયો હતો. બાળકને ગામની જ એક સહૃદયા માતાને સોંપીને એવું બોલીને ગયા હતા કે ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં સાંજ પડતાં જ પાછા આવી જઈશું. શહેરમાં જઈને પોતાનાં કામો પતાવવા લાગ્યો. ચોમાસાનો સમય હતો. હું બાળક અને તેથી મા સહિત નિર્ધારિત કાર્યોને પૂર્ણ કરીને બજારમાંથી નીકળી ગયા. છત્રી રીપેર કરવાની હતી. ટોર્ચ સુધારવાની હતી.

- પોતાના તથા પત્નીના વરસાદી જૂતાં-ચંપલ ખરીદવાનાં હતાં. બાળકો માટે જરૂરી કપડાં, દાળ-ચોખા, ગોળ ઈત્યાદિ સિવાય કેટલીક જરૂરી દવાઓની ખરીદી કરવાની હતી. તેથી વિલંબ કર્યા વગર એક દુકાનથી બીજી દુકાન, આ બજારથી બીજા બજાર સુધી ભાગદોડ કરવા લાગ્યા. મને ખબર જ ન પડી કે આની વચ્ચે સમય ક્યારે પાંખો લગાવીને ઊડી ગયો? જ્યારે મન સ્થિર થયું તો ઘડિયાળ પર નજર ગઈ. સાંજના સાત વાગ્યા હતા. વર્ષાઋતુમાં તો સાંજના પાંચ વાગતાં જ અંધારું થઈ જતું. મારે ગામ જવા જે બસમાં મારે બેસવાનું હતું તે છેલ્લી બસ હતી. એ બસ ઉપડવાની માત્ર પંદર મિનિટ જ બાકી હતી.

હું દોડતો - ભાગતો બાળકો અને તેની મા સહિત તરત જ બસ સ્ટેન્ડે જવા ચાલતો હતો. એટલામાં આકાશમાં વાદળો ગરજવા લાગ્યાં. જોતજોતામાં વરસાદની ઝડી પડી. હું બસ સ્ટેન્ડથી એક કિલોમીટર દૂર હતો. બાળકો અને પત્ની સાથે બસસ્ટેન્ડ સુધી પહોંચવાનું મુશ્કેલ બની ગયું. રસ્તો પાણીથી ભરેલો હતો. સાથે સામાનનો થેલો હતો. હું વિચાર શૂન્ય બની ગયો. છેલ્લી બસ ઉપડી જશે તો એ ચિંતા અમને સતાવતી નથી. જેમ તેમ કરીને એક રીક્ષાવાળાને ભાઈબાપા કહીને એ માગે તે પૈસા આપીને બસ સ્ટેન્ડ સુધી મૂકવા આવવા કહ્યું. વિના વિલંબે બસ સ્ટેન્ડ પર પહોંચ્યાં. ત્યાં પહોંચીને બસ તરફ જોવા લાગ્યો તો લોકોએ કહ્યું, બસ તો અડધો કલાક પહેલાં ઉપડી ગઈ છે. સાંજના સાડા સાત વાગ્યા હતા. અંધારું વધવા લાગ્યું. વિચાર્યું કે હવે શું કરવું? પત્ની બોલી બીટ્ટુ (મોટો પુત્ર) રડી રહ્યો છે, પરેશાન થઈ રહ્યો છે.

ચાલો, કોઈ ધર્મશાળા અથવા હોટલમાં જઈએ. મેં નિર્ણાયક સ્વરમાં કહ્યું, ત્યારે પાસે ઊભેલા એક સજ્જન બોલ્યા, થોડી રાહ જુઓ કદાચ કોઈ ટ્રક મળી જાય. આપને જ્યાં જવાનું છે ત્યાં કોઈ ટ્રકવાળો મૂકી પણ જાય.

વીજળી ચમકી રહી હતી. અંધારું વધી રહ્યું હતું. વરસાદની ઝડી તો ચાલુ જ હતી. અમારી દુવિધા એ હતી કે મોટા પુત્રને ગામમાં જે પડોશી ભાઈને ત્યાં મૂકીને આવ્યા હતાં. એની કેવી સ્થિતિ થઈ હશે? કંઈ પણ સમજાતું નહોતું. મેં કહ્યું, કોઈ સાધન મળી જાય તો જોઉં છું. ત્યાં ઊભેલા એક સજ્જને પત્નીને કહ્યું, બાળકો સાથે તમારું ટ્રકમાં સફર કરવાનું ઊચિત નથી, બહેનજી. પછી આપ જાણો. આટલું કહીને સજ્જન ઝડપથી ત્યાંથી ચાલ્યા ગયા. પત્નીએ ટ્રકવાળા સાથે ન જવાનો મને ઈશારો કર્યો. છેવટે બાળકો, પત્નીને ટ્રકમાં બેસાડીને એમની સાથે કેબીનમાં બેસી ગયો. ટ્રકમાં બેસતાં અમે જાણ્યું કે ડ્રાઈવર અને એનો ખલાસી દારૂ પીધેલા હતા. હું ભગવાનને પ્રાર્થના કરવા લાગ્યો. મારા મનમાં નિરંતર પરમેશ્વરનું સ્મરણ ચાલતું હતું.

ટ્રક ડ્રાઈવર અને ખલાસી અમારી લાચારીને જાણી ગયા હતા. તેણે અમને વચ્ચે ઊતરવા ના દીધા. ડ્રાઈવરે પૂછ્યું, આટલા પરેશાન કેમ છો? અમે અમારા સવા બે વર્ષના પુત્રને ગામમાં પડોસીને ત્યાં એકલો મૂકીને આવ્યા છીએ. ડ્રાઈવરે પૂછ્યું, તમે ગામમાં શું કરો છો? હું આયુર્વેદ ડોક્ટર છું. લોકોની સેવા કરું છું. ફરીથી હું પરમાત્માને પ્રાર્થના કરવા લાગ્યો.

ટ્રક ગામના કાચા રસ્તા પર ચાલી રહ્યો હતો. પહેલીવાર પત્નીનો સ્વર સંભળાયો. ભાઈજી, આપની ઘણી કૃપા થઈ કે અમને અહીં સુધી સકુશળ લઈ આવ્યા. આપ ભાડુ લો અને અમને ઉતારી દો. રસ્તામાં દારૂડિયા હતા. ડ્રાઈવરે લોખંડની મજબૂત સાંકળ દારૂડિયાઓને મારી ડ્રાઈવરે કહ્યું જેને જીવ વહાલો ના હોય તે મારી ટ્રકને હાથ અડાડે. ડ્રાઈવરે અમને જ્યાં ઉતરવાનું હતું ત્યાં ઉતાર્યા. ડ્રાઈવરે પત્નીની સામે હાથ જોડીને કહ્યું, આપે મને ભાઈ કહ્યો છે તો મારી પણ ફરજ થાય છે બહેનને સલામત સ્થળે ઉતારું. ડ્રાઈવરે કહ્યું હવે ટ્રકમાં બેસવાની નાદાની ના કરશો. ટ્રક ડ્રાઈવર તો બદનામ છે. ડ્રાઈવરને ભાડાના વીસ રૂપિયા આપ્યા.

હું કહેવા લાગ્યો પ્રભુ આજના સમયમાં નારીઓ પ્રત્યે અત્યાચાર, યૌન શોષણ અને હિંસાની ઘટનાઓ બની રહી છે. આવા સમયે એક ટ્રક ડ્રાઈવરનો આ પ્રકારનો વ્યવહાર સમાજ માટે પ્રકાશ સ્તંભ સમાન છે. બીજાઓની બહેન બેટીઓને પોતાની બહેન બેટી સમજીને તેની સહાયતા કરવી તે આજની મોટી આવશ્યકતા છે. આવી ઘટનાઓ રણમાં ઉદ્યાનની છાયા આપનારી ઘટના છે, આવું વિચારનારા લોકોની સંખ્યા વધી જાય તો આ ધરતી કેટલી સુંદર બની જાય!

॥ ઓમશાંતિ ॥

જરા વિચારીને અનુભવ કરો કે,

- **ભીનાં લાકડાંને સળગાવીએ તો ધૂમાડો થાય. કામના, વાસના, પરિગ્રહ, અહંકાર, વેર-ઝેર માન-શાન, પરચિંતન વગેરે રાખીને સાધના કરીએ તો ભીના લાકડાને સળગાવવા જેવું થાય. અગ્નિ પ્રગટે નહીં, ધૂમાડો થાય અને આંખો બળે.**
- **પૈસા જેમ વપરાય, વેડફાય કે ઈન્વેસ્ટ કરાય. ઈન્વેસ્ટમેન્ટ કરવું હોય તો વધારાના પૈસા હોવા જોઈએ ને?**

મનજીત

બ્ર.કુ. મધુબ ેન, બાંટવા

કહે છે

મન હી મન કો જાનતા હૈ, મન કી મન સે પ્રિત,
મન હી મનમાની કરે, મન હી મનકા મિત,
મન ઝુમે મન બાવરા, મન કી અદભુત રીત,
મન કે હારે હાર હૈ, મન કે જીતે જીત.

કહે છે, જેવી જેમની મતિ એવી એમની ગતિ, જેવા આપણા મનના વિચારો હોય, એવા આપણા કર્મ હોય છે. જેવા કર્મ હોય એવા આપણને ફળ મળે છે. એવી આપણી ગતિ થાય છે.

આપણે બધુ જ કરી શકીએ છીએ, જે આપણે કરવા માંગીએ. અગર આપણું મન આપણાં નિયંત્રણમાં હોય તો. મન મનુષ્ય આત્માનો એક એવો હિસ્સો છે જે જોવામાં નથી આવતો પરંતુ મન ખૂબજ શક્તિશાળી છે.

ગીતામાં ભગવાને કહ્યું છે, કે હે અર્જુન શરીર એક રથ છે. આ શરીર રથનો સ્વામી આત્મા છે. આ શરીરની ઈન્દ્રિયો ઘોડા છે. ઈન્દ્રિયોનો સારથી છે મન, અગર તું તારા મનને આધિન રહીશ. તો એ મન તને માયાના બંધનમાં જકડીને રાખશે અગર મન પર કાબુ મેળવી લઈશ તો એ જ મન તને મોક્ષના દ્વાર સુધી લઈ જશે. પરંતુ મનને દાસ બનાવવું એટલું આસાન નથી, મન વાંદરાની જેમ ઉછલકુદ કરે છે. ક્યારેક ક્યાં મન જાય છે. ક્યારેક ક્યાં મન જાય છે. જેવું મનને ગમે એવું એ કામ કરે છે.

એક ધોબી હતો એમની પાસે એક ગધેડો, એક બકરી અને એક વાંદરો હતો. ધોબી રોજ ગધેડા ઉપર કપડા નાખી ધોબી ઘાટ પર કપડા ધોવા માટે જતો. બાકી વાંદરાને અને બકરીને પોતાના ફળિયામાં બાંધીને જતો. ધોબી જેવો બહાર જાય એટલે વાંદરો પોતાની દોરી છોડી ઉછલકુદ કરે, ઉથલપાથલ કરે, ઘરમાં જે ખાવાનું બનાવ્યું હોય તે પણ ખાઈ જાય, ધોબીનો આવવાનો સમય થાય એટલે વાંદરો બકરીની દોરી છોડી દેતો અને વાંદરો પોતે પોતાને દોરીથી બાંધી દેતો. જ્યારે ધોબી ઘરે આવે જુએ બકરી છુટી છે. ઉથલપાથલ જોઈ ધોબી બકરીની પીટાઈ કરતો.

આત્મા માલિક છે પરંતુ વાંદરા જેવું આપણું મન છે. બકરી આપણું શરીર છે. આપણું મન આપણા નિયંત્રણમાં નથી. એટલે મનમાં જેવા વિચારો આવે છે એ પ્રમાણે શરીર દ્વારા કર્મ કરીએ છીએ અને દેહ દ્વારા કરેલા કર્મ આપણે દેહ દ્વારા જ ભોગવવા પડે છે. સહન કરે છે. આપણી આત્મા, તો આપણું મન ઉછલકુદ કરે છે. વાંદરાની જેમ એને કન્ટ્રોલ કેવી રીતે કરવું?

આપણા મનમાં 60 હજારથી 80 હજાર વિચારો 24 કલાકમાં આવે છે. એમાં આજની પરિસ્થિતિ પ્રમાણે જોઈએ તો 90% વિચાર - વ્યર્થ વિચાર, ફાલતુ વિચાર, બેકાર ન કરવાના વિચારો એટલા બધા ચાલે છે કે જેવી રીતે આપણા શરીરમાં નસેનસમાં ખુન દોડે છે. તેમ આપણા મનમાં વિચારો ચાલતા જ રહે છે. એ સ્વાભાવિક છે એમને આપણે રોકી તો નહીં શકીએ પરંતુ એમને નિયંત્રિત કરી શકીએ છીએ. એના માટે આપણે પોતાને સ્વ સ્વરૂપમાં એટલે કે આત્મિક સ્વરૂપમાં સ્થિત કરીએ, આપણી આત્માનો હિસ્સો છે. મન આત્મા રાજા છે. આત્મા માલિક છે. આપણો આત્મા આપણા મનથી દૂરી બનાવી શકે છે. અને

મનને નિયંત્રણ કરી શકે છે.

જેવી રીતે રસ્તા પર ટ્રાફિક જામ થઈ જાય અને રોડ પર આગળ પાછળ ગાડીઓ જ દેખાય એ સમયે આપણે ગાડીમાં બેઠા બેઠા વિચારો કરીએ છીએ, આ ટ્રાફિક ક્યારે ઓછો થશે કેટલો ટાઈમ લાગશે આપણને મોડુ થઈ જશે, ઘણા બધા મનમાં ખોટા વ્યર્થ વિચારો કરીએ છીએ, એ સમયે આપણે સાક્ષી બનીને વિચારીએ કે પરિસ્થિતિ આવી છે, એ જવાની તો છે જ અત્યારે મારે મારા મનને શાંત રાખવું છે. આવું તો બધુ થતું રહે છે. ઉચું નીચુ વહેલા મોડુ તો થાય મારે શાંતિ રાખી આ પરિસ્થિતિને પાર કરવાની છે. તો મન વળી જાય છે. મન શાંત થઈ જાય છે. મનનો સ્વભાવ છે વિચારવાનો, અનેક પ્રકારના વિચારો કરવાનો પરંતુ આપણે આત્મા રાજા માલિક બની મનને કન્ટ્રોલ કરવાનું છે. મનને સમજાવવાનું છે. મનને શાંત કરવાનું છે. જ્યારે પણ મનમાં ખોટા તારા મારા જગના વિચાર આવે ત્યારે મનને વારેવારે સમજાવીએ સ્વયંને જોઈએ સ્વયં સાથે વાતો કરીએ કે અરે હું આ શું કરું છું. મને ખોટા વિચાર વ્યર્થ વિચાર કે તારા મારા જગના વિચારો કરવાથી મને શું મળશે કાંઈ જ નહી મળે, આમાં તો મારો જીંદગીનો અમુલ્ય સમય વેસ્ટ જાય છે. મારા મનની શક્તિ વેડફાઈ જાય છે. માટે મારે તો મારા મનને શાંત રાખવું છે. મારે કોઈની વાતોમાં જવું જ નથી મારે તો મારું જ વિચારવું છે. કે મારે શું કરવાનું છે.

કહે છે કે જેવું વિચારશો એવા બની જશો. સારું વિચારીશું સારું જ થશે. ખરાબ વિચારીશ તો ખરાબ થશે. આપણે જેવું વિચારીએ છીએ એ બધા જ વિચારો બ્રહ્માંડમાં ફરતા રહે છે. અને ફરતા ફરતા ફરી પૃથ્વી પર આવે છે. એનો પ્રભાવ આત્માઓ પર પણ પડે છે. સાથે સાથે આપણી આત્મા પર પડે છે. અગર આપણે સારા શુભ શ્રેષ્ઠ સુંદર વિચાર કર્યા છે. તો તેનો પ્રભાવ પુરી સૃષ્ટિમાં પડે છે. તેનો પ્રભાવ મારી આત્મા પર પણ પડે છે. જો મેં શ્રેષ્ઠ સુંદર વિચાર કર્યો છે તો તે સમગ્ર સૃષ્ટિ માટે પણ લાભદાયી બનશે અને મારા માટે પણ લાભદાયી બનશે માટે જેવા વિચારો હોય તેવું સામે આવશે.

તો આપણે દૃઢતા પૂર્વક સંકલ્પ કરીએ મારે હંમેશાં શુભ અને શ્રેષ્ઠ વિચારો જ કરવા છે. મનને જેમ વાળો તેમ વળી જશે. મનને વાળવું એ આપણા હાથની જ વાત છે. માટે યાદ રાખીએ, મનજીત તો માયાજીત તો આ જગતજીત હું આત્મા માલિક છું મન મારો દાસ છે. શરીરની ઈન્દ્રિયો ઘોડા છે.

હું આત્મા આ શરીર રૂપી અને ચલાવનાર રથ છું. મારી આત્માનો સ્વધર્મ શાંતિ છે. હું શાંતિધામની વાસી છું. શાંતિના સાગર પરમાત્મા શિવની સંતાન છું. આ અભ્યાસ દિવસના 4 વખત અમૃતવેલાએ બાર વાગ્યે, ચાર વાગ્યે તથા રાત્રે સુતી વખતે કરીશું તો આપણું મન ધીરે ધીરે શાંત થઈ જશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

જરા વિચારીને અનુભવ કરો કે,

- **નિશ્ચયની નિશાની છે સહજ વિજય. જો વિજય નથી તો નિશ્ચયનો અભાવ છે. આપણે કલ્પ કલ્પના વિજયી છીએ. જેને નિશ્ચય હશે તે સહજ જ વિજયી બની શકે છે. નિશ્ચયનાં પેપર આવી શકે છે પરંતુ જેનો નિશ્ચય પરીક્ષાઓમાં ડોલતો નથી ના પરીક્ષાના સમયે પોતાના વિવેકને ગુમાવતા નથી. પરીક્ષાઓ જેને હિંમતહીન બનાવી શકતી નથી તેઓ જ અંતમાં વિજયીરત્ન પ્રસિધ્ધ થશે. હિંમતવાન બનો અને વિજયી બનો.**

અનુભવની અભિવ્યક્તિ

બ્ર.કુ. રનવીરભાઈ, વિશ્વ શાંતિ ભવન, ભરતપુર

અમે 2012થી બ્રહ્માકુમારીઝના રાજયોગના આધારથી જીવન જીવી રહ્યા છીએ. તેનાથી અમને ફાયદો પણ થયો છે. અમારું જીવન પુષ્પોની જેમ મહેંકી ઉઠ્યું છે. આ માર્ગ પર ચાલવાને કારણે ઘરમાં ઘણો વિરોધ હતો. પરિવારમાં પહેલાં બહુ અશાંતિનું વાતવરણ હતું. પરંતુ જેમ જેમ બાબા દ્વારા અમને શાંતિની શક્તિ અને સહનશીલતાનો અનુભવ થતો ગય. તેમ તેમ પરિવારમાં શાંતિનું વાતાવરણ બનવા લાગ્યું.

ત્યાર પછી કેટલીક એવી પરિસ્થિતિઓ આવી જેથી પરિવારમાં નાની નાની વાતોમાં તનાવ વધવા લાગ્યો. એના કારણે પરિવારનો બાળક અભ્યાસથી વિમુખ થવા લાગ્યો. તો મેં તેને મન-બુધ્ધિથી શિવબાબાને સોંપી દીધો. પુત્ર બી.એ. પછી લો ગ્રેજ્યુએટ પણ થઈ ગયો. સાથે એણે સ્ટેનોની પણ તૈયારી શરૂ કરી. સર્વ સંબંધીઓ અને બહારવાળા કહેતા હતા એમના ઘરનું વાયુમંડળ સારું નથી. બાળકનું ભવિષ્ય ખરાબ થઈ જશે. કેટલાક કહેતા કે ઓમશાંતિમાં જવાનું બંધ કરી દો નહીંતર છોકરાનું ભવિષ્ય ખરાબ થઈ જશે. પરંતુ અમને શિવબાબા ઉપર પૂરો ભરોસો હતો. તેથી અમે કોઈની વાતોમાં કે દબાણમાં આવ્યા નહીં.

માત્ર એક શિવબાબા ઉપર ભરોસો રાખીને પુત્રને સ્ટેનોની પરીક્ષાની તૈયારી કરાવતા રહ્યા. બાબાની શક્તિશાળી યાદમાં રહીને પુત્રમાં મનસાશક્તિ ભરી રહ્યા હતા. પરીક્ષામાં પહેલી વખતે પેપર સારા ન ગયાં. તો બીજી વાર પરીક્ષાની તૈયારી કરવા લાગ્યા. ઈ.સ. 2021માં જ્યારે પુત્ર પરીક્ષા આપવા ગયો ત્યારે અમે પૂરા બે કલાક શિવબાબાની એકરસ યોગની સ્થિતિમાં બેસીને સંકલ્પશક્તિ દ્વારા બાબા દ્વારા પુત્રને શક્તિ અપાવતા રહ્યા. પુત્ર પરીક્ષા આપીને આવ્યો તો એના ચહેરા ઉપર ખુશીની ઝલક જોવા મળતી હતી. એણે કહ્યું કે પેપર સારાં ગયાં છે.

પરીક્ષાનું પરિણામ આવતાં તે ફેઈલ થયો. મેં શિવબાબાને મનથી કહ્યું બાબા આ સારું થયું નથી. પરીક્ષામાં ગોટાળો થયાની શંકાથી વિદ્યાર્થીઓ કોર્ટમાં ગયા, તો બીજી વાર પેપર તપાસવાનો આદેશ થયો.

પણ આ વખતે પુત્રનું નામ વેઈટીંગ લીસ્ટમાં આવ્યું. અમારો શિવબાબા પરનો નિશ્ચય અટલ રહ્યો.

પાંચ મહીના પછી પુત્રની ભરતીનો બોર્ડમાંથી ફોન આવ્યો અને ઈન્ટરવ્યુ લેટર પણ આવી ગયો. છેલ્લે પુત્રની સવાઈ માધોપુર જિલ્લા ન્યાયાધીશના સ્ટેનોગ્રાફરના પદ પર નિયુક્તિ થઈ. બાબાની આ કેટલી કમાલ છે પરીક્ષામાં ગોટાળો થવા છતાં સાચું પરિણામ સામે આવ્યું.

આ સર્વ પરિસ્થિતઓને જોઈને સર્વ સંબંધીઓ, સંબંધ - સંપર્કવાળા આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા. તેઓ કહેવા લાગ્યા કે તમારા બાબા તો ચમત્કારી છે. શ્રીમત પર ચાલનારા બાળકોને બાબા કદી પણ નિરાશ થવા દેતા નથી. એટલે સદા સ્મૃતિમાં રહે નિશ્ચયના ફળથી નિશ્ચિંત ફળ મળે છે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

તીવ્ર પુરુષાર્થ

બ્ર. કુ. કિશોર, ધોરાજી

શિવબાબા યાદ કરો, કુછ સેવાભી કરો,
હમ સંગમયુગી બ્રાહ્મણ હૈ, કોઈ ઔર નહીં,
અરે, હમ શિવ પર મરનેવાલે હૈં, કોઈ ઔર નહીં.
શિવબાબા યાદ કરો...
શુકર કરો કિ પડે નહીં હૈ, ધરમરાજ કે ડંડે,
આજ અગર વો પડ જાયે, અરમાન હો જાયે ઠંડે,
અબ ખુદ કો સમજા દો, બસ ઈતના બતા દો.
હમ સંગમયુગી બ્રાહ્મણ હૈ, કોઈ ઔર નહીં,
અરે હમ શિવ પર મરનેવાલે હૈં, કોઈ ઔર નહીં.
શિવબાબા યાદ કરો...
જ્ઞાનયોગ મેં કચ્ચે હોંગે તો માયા હમેં ખાયેગી.
ધારણા હમારી પક્કી હોગી તો માયા સલામ કરેગી.
રોજ મુરલી સુના કરો ઔર યાદ કીયા કરો.
હમ સંગમયુગી બ્રાહ્મણ હૈ, કોઈ ઔર નહીં,
અરે હમ શિવ પર મરનેવાલે હૈં, કોઈ ઔર નહીં.
શિવબાબા યાદ કરો...
માંગને કે સંસ્કારવાલે કૈસે બનેંગે દેવતા?
દાતાપનકે સંસ્કારવાલે હી બનેંગે દેવતા,
ભિખારીપન છોડો, અધિકારીપન ઔર મોડો
હમ સંગમયુગી બ્રાહ્મણ હૈ, કોઈ ઔર નહીં,
અરે હમ શિવ પર મરનેવાલે હૈં, કોઈ ઔર નહીં.
શિવબાબા યાદ કરો...
જ્ઞાન મંથનસે યોગ નહીં તો કૈસે હો શક્તિશાળી?
શક્તિશાલી આત્મા હી બનતી જીવનમુક્તિ વાલી
મંથન કર મખ્ખન ખાઓ, શિવકે પ્યારે બન જાઓ
હમ સંગમયુગી બ્રાહ્મણ હૈ, કોઈ ઔર નહીં,
અરે હમ શિવ પર મરનેવાલે હૈં, કોઈ ઔર નહીં.
શિવબાબા યાદ કરો...

॥ ઓમશાંતિ ॥

એ... કેમ...

બ્ર. કુ. જૂનાગઢ

વળગીને રહીએ આ સંસારને,
તો અળગા રહીએ ઈશ્વરથી,
એ ઈશ્વર આવ્યો તને મળવા,
તો દુર કેમ ભાગે છે?
એ અજવાળું અંદર કરે છે,
તો અંધકારમા ક્યાં ભટકે છે?
એ સમજણનું સુંદર સરોવર બનાવે છે,
તો અણસમજણમાં દુ:ખી કેમ થાય છે?
એ નીતિએ નારાયણ બનાવે છે,
તો અનીતિમાં દાનવ કેમ બને છે?
એવહે છે વાલમના વહેણથી,
તો કાદવમા કેમ ન્હાય છે?
એ ભરે છે આત્મામા જોર,
તો કમજોર કેમ બને છે?
એ શીખવાડે છે કર્મની ગતિ,
તો પરિસ્થિતિથી કેમ ડરે છે?
એ નિશ્ચયથી નશો ચઢાવે છે,
તો ભીડમા કેમ ભમે છે?
એ સુખોની ચાદર બિછાવે છે,
તો કાંટામા કેમ ચાલે છે?
એ કૃપાનો સાગર વહાવે છે,
તો નફરતમા કેમ જીવે છે?
એ માલિક સેવક બની આવે છે,
તો બિચારો થઈ કેમ ફરે છે?
વળગીને રહીએ ઈશ્વરને,
તો અળગા રહીએ આ સંસારથી.

॥ ઓમશાંતિ ॥

Published and Printed by BK Bhartiben R. Somiya for Prajapita Brahmakumaries Ishwariya Vishwa Vidyalaya, Ahmedabad. Printed at Gujarat Offset Private Ltd. 'Offset House', Opp. Jain Ashram, Station Road, Vatva, Ahmedabad – 382 440. 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

દૈવી ભાઈઓ અને બહેનો,

સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ – ૬૧ અહીં પ્રસ્તુત છે. જેની આડી–ઉભી ચાવીઓ ભરશો. જ્ઞાનના ચિંતનના આધારે આપના જવાબોને સાચા જવાબો સાથે સરખાવી શકશો. આપને આવતાં અંકમાં ભાગ – ૬૧ના જવાબો મળશે. આ સાથે નીચે ભાગ – ૬૦ના જવાબો આપેલ છે.

સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ - ૬૧

1		2	3		4		5		
		6							
		7			8	9			
	10				11				
12				13			14		
	15								16
17				18		19			
20						21			
		22	23	24				25	
26								27	

શબ્દાવલી ભાગ - ૬૦ના જવાબોવાળું કોષ્ટક

1 દે	2 વ	3 દી	4 વા	ળી		5 તુ	6 લા		7 અ
8 વ	ર	દા	ન			9 લ	ખ		તિ
તા		10 ર	વા	ના		સી		11 તિ	થી
	12 સં				13 ક	વિ	રા	જ	
	દે		14 બ	15 ક	વા	હ		16 રી	17 તી
18 આ	શી	19 ક		મ		20 હ	કી	ક	ત
	દા	ર		21 લ	22 ત			23 થા	લી
24 દા	દી	મ	25 નો	હ	ર	26 ઈ	ન્દ્રા		
		27 સ	મ	સ્ત	વિ	શ્વ		28 બા	29 ગ
30 મ	દ	દ			31 અ	ર	બ	પ	તિ

આડી ચાવીઓ

૧. નાતાલ (૪)
૪. ૧૩ ડિસેમ્બર યજ્ઞના દાદીનો સ્મૃતિદિવસ (૫)
૬. સતયુગ, સ્વર્ણિમયુગ (૪)
૭. સરોવરને હિન્દીમાં ..... કહેવાય (૨)
૮. એક પ્રકારની દાળ (૫)
૧૦. અવિરત (૩)
૧૧. યુગો મેં પુરૂષોત્તમ ..... (૨)
૧૨. ..... સે પરે મધર સાજ (૩)
૧૩. એક સુંગધી પદાર્થ કે ધૂપસળી (૫)
૧૫. નસ, નાડી (૨)
૧૮. એક વાનગી (૬)
૨૦. ભોળાનાથ (૩)
૨૧. રસમ, રિવાજ (૨)
૨૨. નસીબ, ભાગ્ય (૪)
૨૫. ..... સજનીયા (૨)
૨૬. રહમ, કૃપા (૨)
૨૭. અલગ (૨)

ઊભી ચાવીઓ

૧. સતયુગી પ્રથમ પ્રિન્સ (૨)
૨. મુરલીની એક કહેવત (૯)
૩. સુવિધા, સગવડ (૪)
૪. સૃષ્ટિચક્રનો પાંચમો ભાગ (૫)
૫. નદીને અંગ્રેજીમાં ..... કહેવાય (૩)
૯. ખાંડને અંગ્રેજીમાં ..... કહેવાય (૩)
૧૦. પ્રભાત (૩)
૧૩. અમદાવાદના લોકો (૫)
૧૪. ધનની વૃધ્ધિ (૪)
૧૬. શિવબાબાની એક મહિમા (૫)
૧૭. વડીલો દિલથી ..... આપે (૪)
૧૯. એન્જલને ગુજરાતીમાં ..... કહેવાય (૨)
૨૩. વિશેષતા, આવડત (૨)
૨૪. સૂર્ય, સૂરજ (૨)
૨૫. મેજીકને ગુજરાતીમાં ..... કહેવાય (૨)

રાજકોટ હેપ્પી વિલેજ ખાતે 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'નું ઉદ્દ્યાટન બાદ શાંતિદાનના નાટકના કલાકારો સાથે રાજયોગિની ભારતીદીદી, બ્ર.કુ. નલિનીબેન, બ્ર.કુ. દક્ષાબેન.

ભરૂચ ઝાડેશ્વરમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ' કાર્યક્રમમાં ONGCના મેનેજર ભ્રાતા સુખનંદનસિંહ, SDM ભગિની નેહાબેન, બ્ર.કુ. પ્રભાબેન અને અન્ય બ્રહ્માકુમારી બહેનો.

ભાવનગર ખાતે 'શાંતિદાન'ના શુભારંભે નગર પ્રાથમિક શિક્ષણ સમિતીના શાસનાઅધિકારી મુંજાલભાઈ, રેલ્વેના DCM નીલાબા ઝાડેજા, ગાયત્રી મંદિરના ટ્રસ્ટી નારાયણભાઈ, બ્ર.કુ. તૃપ્તિબેન.

કેશોદમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'માં પૂર્વ MLA ભ્રાતા અરવિંદભાઈ, રોટરી ક્લબના પ્રમુખ ભ્રાતા સ્નેહલભાઈ, લેઉવા પટેલ સમાજના પ્રમુખ ગોપાલભાઈ, બ્ર.કુ. રૂપાબેન તથા અન્ય.

નવસારી ખાતે 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ' કાર્યક્રમમાં હીરાના વ્યાપારી મહાબલભાઈ, સિંધી કેમ્પ ગુરૂદ્વારાના મેનેજર સરદાર સજનસિંહજી, મુખ્ય યુવક મંડળના પ્રમુખ મિહિરભાઈ, બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

ગોધરામાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'માં કોર્મસ કોલેજના આચાર્ય ભ્રાતા અરૂણસિંહ, કોર્ડીનેટર ગાયત્રી પરિવાર શિવાણદાસ, નિવૃત્ત આચાર્ય ન્યુએરા હાઈસ્કુલ રાજેન્દ્રભાઇ, બ્ર.કુ. સુરેખાબેન.

વડોદરા અટલાદરા ખાતે 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ' કાર્યક્રમમાં રાજમાતા શુભાંગીદેવી રાજે ગાયકવાડ, MS યુનિવર્સીટીના VC ભાલચંદ્ર ભાંગે, IMAના પ્રમુખ ડૉ. મિતેષભાઈ, બ્ર.કુ. અરૂણાબેન.

વાસદમાં 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'ના શુભારંભે ટ્રસ્ટી યુનાઇટેડ સ્કુલ રમણભાઈ, ઉદ્યોગપતિ વસંતભાઈ, અધ્યક્ષ મહિલા ઉન્નતિ મીનાબેન, અધ્યક્ષ ખેતીવાડી વિભાગ ભુપેન્દ્રભાઈ, બ્ર.કુ. દીપાબેન.

Gyan Amrit Vol.18 | Issue 12 | December 2025 | Retail Price - 15/- | RNI No. of RNP is GUJGUJ/2007/21842. Published on 1st of every month. Registered under Postal Registration No. AHD-C/21/2023-2025 Vaild up to 31st December-2025 Issued by the SSPO's Ahmedabad City Division, LPWP Licence No. PMG/NG/109/2023-2025 valid up to 31st December 2025, permitted to post at Ahmedabad PSO on 4th of every month.

'ઈન્દ્રપ્રસ્થ – ગુજરાત ગ્લોબલ રીટ્રીટ સેન્ટર' ખાતે નવનિર્મિત 'ઓમશાંતિ ભવન' ઓડીટોરીયમનું શુભ મુર્હત કરતાં બ્રહ્માકુમારીઝના મુખ્ય પ્રશાસીકા રાજયોગિની મોહીનીદીદી, ડાયરેક્ટર બ્ર.કુ. નેહાબેન અને મંચ પર દિપ પ્રાગટ્ય વિધિમાં મણિનગર સબઝોન કમિટીના બહેનો અને મહાનુભાવો અને વિશાળ ઓમશાંતિ ભવનમાં સભામાં ઉપસ્થિત બ્રહ્માવત્સો.

ગુજરાત ઝોન દ્વારા આયોજીત 'બિલીયન મિનિટ ઑફ પીસ અપીલ'ના લોન્ચીંગ કાર્યક્રમમાં દિપ પ્રગટાવતાં ગુજરાત ઝોન ઈન્ચાર્જ રાજયોગિની ભારતીદીદી, અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કૉર્પોરેશનના મેયર ભગિની પ્રતિભાબેન જૈન, ગુજરાત વિદ્યાપીઠના કુલપતિ ડૉ. હર્ષદભાઈ પટેલ, બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન, બ્ર.કુ. શારદાબેન, બ્ર.કુ. રંજનબેન, બ્ર.કુ. પ્રભાબેન, બ્ર.કુ. પુર્ણિમાબેન તથા સભામાં ઉપસ્થિત બ્રહ્માવત્સો.

મેંદરડામાં પધારેલ ભારતના રાષ્ટ્રપતિ મહામહિમ શ્રીમતી દ્રોપદી મુર્મુ સાથે શુભેચ્છા મુલાકાત બાદ અભિવાદન કરતાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન સાથે બ્ર.કુ. ટીનાબેન, બ્ર.કુ. પ્રકાશભાઈ અને બ્ર.કુ. દિપકભાઈ.

અમદાવાદ ખાતે ભારતના ગૃહમંત્રી ભ્રાતા અમિતભાઈ શાહને નુતન વર્ષે શુભેચ્છા પાઠવી ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં થલતેજ સેવાકેન્દ્ર સંચાલિકા બ્ર.કુ. આશાબેન.

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

Publisher : Bharti Ranchhoddas Somaiya
Phone : 079- 25324460,
Email : gyanamrit.guj@gmail.com