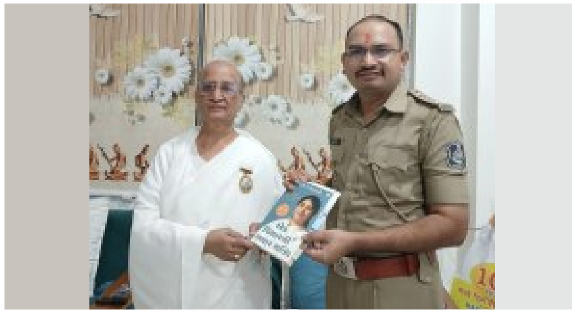
Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

August 2026 - Issue 08
Retail Price ₹ 15/-

મહેસાણામાં 'વર્તમાન શિક્ષણ પધ્ધતિમાં મુલ્ય શિક્ષણ'ના કાર્યક્રમમાં DEOના વિકેશભાઈ, જીલ્લા શાળા સંચાલક મંડળના પ્રમુખ જેઠાભાઈ, બ્ર.કુ. અદિતીબેન, બ્ર.કુ. સરલાબેન, ડૉ. મમતાબેન.

સુરત અડાજણ સેવાકેન્દ્ર પર પધારેલ નવનિયુક્ત મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેટર ભ્રાતા કેયુરભાઈ ચપટવાલા તથા અન્ય કોર્પોરેટરને ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. દક્ષાબેન.

આણંદમાં 'આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસે' આયોજીત યોગ કાર્યક્રમમાં પોસ્ટ ઓફિસના આસીસ્ટંટ સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ ભ્રાતા મોહસીન પઠાણને ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન.


પાટણમાં નવનિયુક્ત Dy.SP ભ્રાતા પરેશ રેણુકા, IPS સેવાકેન્દ્ર પર પધાર્યા ત્યારે ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. નિલમબેન.

પેથાપુરમાં આયોજીત 'શૌર્યયાત્રા'માં MLA ભગિની રીટાબેન પટેલને ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. શિલ્પાબેન તથા બ્ર.કુ. હંસાબેન.

ગાંધીગ્રામ નગરપાલિકાના નવનિયુક્ત મેયર દિવ્યાબેન નાથાનીને ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. સરિતાબેન, સાથે સ્ટેન્ડીંગ કમિટીના ચેરમેન તેજસભાઈ શેઠ, શાસકપક્ષના નેતા ભરતભાઈ મીરાણી.

તારાપુર નગરપાલિકાના નવનિયુક્ત પ્રમુખ રશ્મીબેન, સમાજસેવક ભ્રાતા ધીમંતભાઈ સાથે જ્ઞાનચર્ચા બાદ સમુહચિત્રમાં બ્ર.કુ. અમરબેન તથા બ્ર.કુ. હસુબેન.

વડોદરા માંજલપુરમાં 'માદક દ્રવ્યોંના દુરઉપયોગ – અવૈધ તસ્કરી વિરૂધ્ધ આંતરરાષ્ટ્રીય દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં મ્યુ. કાઉન્સીલર ચેતનભાઈ, કેતનભાઈ, માધવીબેન, બ્ર.કુ. ધીરજબેન, બ્રહ્માવત્સો.

Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

વર્ષ ૧૯ ઓગસ્ટ- ૨૦૨૬ અંક : ૦૮

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખપત્ર

અમૃતસૂચિ

- સાચી સ્વતંત્રતા અને પવિત્ર સંબંધોનો સંદેશ .તંત્રી સ્થાનેથી ..04
- સ્થૂળ ચીજવસ્તુઓ ખુશી-આનંદ ન આપે ...બ્ર.કુ. શિવાની ..06
- રમતગમતમાં નૈતિકતા - આધ્યાત્મિકતા .બ્ર.કુ. સમરજીત ..08
- બાળસરિતા - જીવન પ્રકાશ ....બ્ર.કુ. અનુ ..10
- આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ...................બ્ર.કુ. સંજય ..12
- દીદી પ્રકાશમણિજી ....બ્ર.કુ. હેમંત ..16
- જ્ઞાન બીજ - આત્મબળ ....બ્ર.કુ. મમતા ..21
- દાદી પ્રકાશમણિજીની જ્ઞાનગંગા ....બ્ર.કુ. વિવેકાનંદ ..22
- જ્ઞાન પરબ - મનસા સેવા - 1 ....બ્ર.કુ. જગદીશ ..24
- શાંતિ એ જ સાચી શક્તિ ....બ્ર.કુ. ડો. મુકેશભાઈ ..26
- હવે અંતિમ વેળાએ શું કરવું ....બ્ર.કુ. અજિત ..28
- તુ ખુદ જ બન ....બ્ર.કુ. જૂનાગઢ ..31
- વાચકોના પ્રતિભાવ 30
- સંગમયુગની પ્રશ્નાવલી, ભાગ-6 32

2026 ના 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

મુદ્રક અને પ્રકાશક

ભારતી રણછોડદાસ સોમૈયા

તંત્રી

ડો. નંદિની હર્ષદરાય દ્વિવેદી

માલિક

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય

જ્ઞાનામૃત માટે કૃતિઓ, ફોટા, લેખ, કવિતા, અન્ય પ્રકાશન સામગ્રી તંત્રીશ્રી, જ્ઞાનામૃત કાર્યાલયના નામે - સરનામે મોકલવા અથવા ઈમેઈલ દ્વારા મોકલવા
gyanmrit.guj@gmail.com

~: વિશેષ નોંધ :~

જ્ઞાનામૃતના સભ્ય બનવા નીચે આપેલ બેંક ખાતાની વિગતનો ઉપયોગ કરી ઓનલાઈન, રોકડા, ચેક, ડી.ડી.થી લવાજમ ભરવું. GPay, મોબાઈલ નંબર કે Phone Pay ઉપર લવાજમ ભરી શકાશે નહીં.

જ્ઞાનામૃતના બેંક ખાતાની વિગતો

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય

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

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

જ્ઞાનામૃત કાર્યાલય - પ્રકાશન સ્થળ - ગુજરાત ઝોન મુખ્યાલય

બ્રહ્માકુમારીઝ, સુખશાંતિ ભવન, ભુલાભાઈ પાર્ક રોડ, કાંકરિયા, અમદાવાદ - 380 022.

Mobile : **+91 94267 08448** Phone : **079 - 2532 4460**

Email : **gyanamrit.guj@gmail.com**

તંત્રી સ્થાનેથી

સાચી સ્વતંત્રતા અને પવિત્ર સંબંધોનો સંદેશ

15મી ઓગસ્ટ એટલે ભારતની સ્વતંત્રતાનો પવિત્ર રાષ્ટ્રીય પર્વ. આ દિવસ આપણને દેશભક્તિ, બલિદાન અને રાષ્ટ્રીય ગૌરવની યાદ તાજી કરાવી દે. અનેક વીર શહીદોના ત્યાગ અને સંઘર્ષ પછી આપણો દેશ પરાધીનતાની બેડીઓ-માંથી મુક્ત થયો. આજે પણ એક મહત્વપૂર્ણ પ્રશ્ન મનમાં એ ઉભો થાય છે કે, શું માત્ર રાજકીય આઝાદી જ સાચી સ્વતંત્રતા છે?

ભારતના લોકજીવનમાં 15મી ઓગસ્ટ અને રક્ષાબંધન આ બંને પર્વોનું વિશેષ મહત્વ છે. એક તરફ 15મી ઓગસ્ટ આપણને ભારત દેશને મળેલી સ્વતંત્રતાની યાદ અપાવે છે, તો બીજી તરફ રક્ષાબંધન પવિત્રતા, સુરક્ષા અને આત્મીય સંબંધોની મહત્તાને ઉજાગર કરે છે. જ્યારે આ બંને પર્વો એક સાથે આવે છે, ત્યારે તે માત્ર રાષ્ટ્રીય અને સામાજિક ઉત્સવ નહીં, પરંતુ આધ્યાત્મિક જાગૃતિનો પણ સુંદર સંદેશ આપે છે.

વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિ છતાં પણ હજુ માનવી અંતરમનથી અસ્વતંત્ર જ છે. તણાવ, ચિંતા, અસંતુષ્ટિ અને સંબંધોમાં વધતું અંતર દર્શાવે છે કે આત્માને હજુ સાચી સ્વતંત્રતા મળી નથી. આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિકોણથી જોઈએ તો સાચી સ્વતંત્રતા માત્ર રાજકીય આઝાદીમાં નથી. પણ સાચી સ્વતંત્રતા એટલે મન, બુદ્ધિ અને સંસ્કારોની સ્વતંત્રતા. આજે મનુષ્ય બાહ્યરૂપે સ્વતંત્ર છે, પણ આંતરિકરૂપે અનેક બંધનોમાં ફસાયેલો છે. ક્રોધ, લોભ, અહંકાર, ઈર્ષ્યા, ભય, ચિંતા, નકારાત્મક વિચારો, વ્યસનોના બંધનો આ બધી આંતરિક ગુલામી જીવનમાં માણસને સુખ અને શાંતિથી જોજનો દૂર લઈ જાય છે.

સાચી સ્વતંત્રતા એટલે -

- વ્યસનોમાંથી મુક્તિ
- નકારાત્મક સંકલ્પોથી મુક્તિ
- પરિસ્થિતિઓના ભાર / દબાણથી મુક્તિ
- બીજાની ભૂલો અને અપેક્ષાઓમાંથી મુક્તિ
- મનની અશાંતિમાંથી મુક્તિ

રાજયોગનો અભ્યાસ આત્મસ્વરૂપની ઓળખ આપે છે. જ્યારે મનુષ્ય ‘હું એક આત્મા છું’ આ સત્યને અનુભવે છે, ત્યારે તે દેહભિમાન અને વિકારોના બંધનોથી ધીમે-ધીમે મુક્ત થાય છે. ખરેખર તો આ જ આંતરિક સ્વરાજ્ય છે. જે જીવનમાં સાચી શાંતિ, આનંદ અને આત્મબળનો અનુભવ કરાવે છે.

રક્ષાબંધનનો તહેવાર એ પણ માત્ર કોઈ રાખડી કે દોરો બાંધવાનો તહેવાર નથી. તે પવિત્રતા અને શ્રેષ્ઠ સંકલ્પનો તહેવાર છે. રક્ષાબંધનનો સાચો અર્થ આત્માની પવિત્રતા દ્વારા જીવનની રક્ષા છે. જ્યારે વ્યક્તિ પોતાના વિચારો, વાણી અને વર્તનમાં પવિત્રતાને અપનાવે છે, ત્યારે સંબંધોમાં વિશ્વાસ, સન્માન અને પ્રેમનો વિકાસ થાય છે.

વર્તમાન સમયે આપસી સંબંધોમાં વધતી જતી કડવાશ, અસહનશીલતા અને સ્વાર્થ એ દર્શાવે છે કે માણસે સંબંધોમાં મુલ્યોને નેવે મૂકી દીધા છે. રક્ષાબંધન આપણને સ્મૃતિ આપે છે કે, સાચી સુરક્ષા માત્ર સ્થૂળ સાધનોમાં નહીં, પરંતુ પવિત્ર સંસ્કારો અને પરમાત્મા સાથેના સંબંધમાં સમાયેલી છે. રક્ષાબંધનના પર્વમાં સમગ્ર વિશ્વને એક પરિવાર માનવાનો સંદેશ રહેલો છે. રાખડી માત્ર

ભાઈ-બહેનના સંબંધોની વચ્ચે નહીં, પરંતુ માનવમાત્રને પવિત્રતા અને આત્મીયતાના સૂત્રમાં બાંધવાનો એક સંકલ્પ છે.

આજના આધુનિક આર્ટીફીશીયલ ઈન્ટેલીજન્સ યુગમાં દેશને માત્ર ટેક્નોલોજી અને આર્થિક વિકાસ જ નહીં, પણ ચરિત્રવાન, મૂલ્યનિષ્ઠ અને આત્મિક રીતે સશક્ત સાચા નાગરિકોની પણ આવશ્યકતા છે. જો દરેક વ્યક્તિ પોતાના જીવનમાં સત્ય, અહિંસા, સહનશીલતા, સેવાભાવ, આંતરિક સ્વતંત્રતા અને પવિત્રતા જેવા મુલ્યોને અપનાવે તો જ ઘર-પરિવાર, સમાજ અને રાષ્ટ્રમાં સાચા સુખ-શાંતિ અને સમરસતાનો માહોલ સર્જાય.

આ તહેવારો એક આ સુંદર સંદેશ આપે છે - **'મનને વિકારોથી મુક્ત બનાવો અને સંબંધોને પવિત્રતાથી સજાવો'. જ્યારે મન સ્વતંત્ર બને ત્યારે જ જીવનમાં સાચી ખુશી અને શાંતિનો સૂર્યોદય થાય છે.** તો ચાલો, આ પર્વે આપણે આત્મજાગૃતિ, રાજયોગ અને પવિત્ર સંકલ્પો દ્વારા પોતાના મનને વિકારોના બંધનોથી મુક્ત બનાવી સાચી સ્વતંત્રતા અને દિવ્ય સંબંધોના નિર્માણનો શુભ સંકલ્પ કરીએ.

॥ ૐ શાંતિ ॥

બ્ર. કુ. ડો. નંદિની

(પેજ નં. 29નું અનુસંધાન)...હવે અંતિમ વેળાએ

બુદ્ધિમાં રાખીને અંતિમ દૃશ્યને સાક્ષી બનીને જોવાનું છે.

તેથી હવે સંપૂર્ણ જ્ઞાની, યોગી, અચળ, અડોલ અને સ્થિર બની જઈએ . આત્માભિમાની, નષ્ટોમોહા અને સ્મૃતિલબ્ધા બની "પાસ વિથ ઓનર" થઈને પોતાના ઘેર જવાનું છે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

(પેજ નં. 23નું અનુસંધાન)...અલૌકિક ઓળખ

શ્રીમત મુજબ જ ચાલવું જોઈએ.

સૌ પહેલા સ્વયંને શાંત અને શીતળ બનાવીએ. શીતળ બનવાથી જોશ અને આવેશના સંસ્કાર પણ શાંત થઈ જશે. સાથે-સાથે સ્મૃતિમાં (નશો) રાખીએ કે આપણે કેટલી મહાન ઓથોરિટીના બાળકો છીએ. જ્યારે આ નશો બુદ્ધિમાં કાયમ રહેશે, ત્યારે બીજી અન્ય વાતો બુદ્ધિમાં આવશે નહીં. તે પછી કોઈ પણ પરિસ્થિતિ આવે, બુદ્ધિ દેહ કે દેહના સંબંધોમાં ફસાશે નહીં.

દાદીજીના આવા અનમોલ વચનો આપણા જીવનને નવી રાહ ચીંધશે. પુરુષાર્થની ગતિને વધારવા નિમિત્ત બનશે. સમયની તીવ્ર ગતિને જોતા મન અને બુદ્ધિને સત્વમય બનાવવા માટે વિચારસાગર મંથન જરૂરી છે. લેખ વાંચ્યા પછી વિચારચક્રને ગતિ આપશો, મનોમંથન કરશો. મનોમંથન દ્વારા અનુભવના ઊંડાણમાં ઉતરતા રહેશો, તે દાદીજીને શ્રદ્ધાંજલિ આપી ગણાય. પરમ શ્રદ્ધેય પ્યારા દાદીજીને શત-શત... નમન!

॥ ઓમ શાંતિ ॥

નમ્ર નિવેદન

જ્ઞાનામૃતના સંપાદનનું કાર્ય એડવાન્સમાં થતું હોવાથી, સર્વ લેખકો, કૃતિઓ મોકલનારને નમ્ર વિનંતી છે કે, તેઓ જે તે મહિનાના તહેવારને અનુરૂપ, કોઈ વિશેષ દિવસ કે ઉજવણી અથવા વડીલોના સ્મૃતિ દિવસ માટે આપનો લેખ બે મહિના અગાઉ એડવાન્સમાં જરૂરથી મોકલશો. જેથી સમયસર પ્રકાશિત થાય. સંપાદન કાર્ય પૂર્ણ થયા બાદ મળેલા લેખને સ્થાન આપવાનું મુશ્કેલ બને છે. સહયોગની અપેક્ષા સહ નમ્ર અનુરોધ.

- તંત્રીશ્રી

પ્રસન્નતાના પથ પર

સ્થૂળ ચીજવસ્તુઓ ખુશી-આનંદ ન આપે

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

આજે મનુષ્ય ગમે તેમ કરી જીવનમાં ખુશી મળે તેવો પ્રયત્ન કરે છે. આપણે શાંતિથી પોતાની જાતનું અવલોકન કરવું જરૂરી છે કે, દિવસમાં કેટલીયે વાર મારી ખુશી કેમ જતી રહે છે? તો મારે જીવનમાં ખુશી કાયમ કેવી રીતે રહે? આજે લોકો આખો દિવસ બીજા લોકોને ખુશ રાખવા માટે પ્રયત્ન કરે છે. છતાં સામેની વ્યક્તિ ખુશ થતી નથી ત્યારે એમ સમજે કે, આ મારી અસફળતા છે. અને આ ઘટનાના મન ઉપર બે જાતના પ્રભાવ પડે છે. એક સામેની વ્યક્તિ ખુશ ન થઈ અને બીજું હું તમને ખુશ ન કરી શકી. અર્થાત્ હું મારા ઉદ્દેશ્યમાં અસફળ થઈ. તે વાતનું પણ મને દુઃખ થાય છે. એટલે મારી આંતરિક ખુશી જતી રહે છે.

આપણને જ્યારે કોઈ નવી ચીજવસ્તુઓ ખરીદવાની ઈચ્છા થાય છે. તેના બે પાસા છે. એક ક્યાંકને ક્યાંક આપણે ખુશી તે ચીજવસ્તુઓમાં શોધીએ છીએ અથવા નવી-નવી વસ્તુઓ ભેગી કરવાનો શોખ છે. આપણે ચીજવસ્તુઓ ખરીદી ખુશી મેળવવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. આ એક કારણ છે જે આપણી ખુશીને પ્રભાવિત કરે છે.

બજારમાં આવેલી દુકાનો પાસેથી પસાર થતા, દુકાનોના આકર્ષિત થવાય એ રીતે શણગારેલા શોકેસમાં રહેલી ચીજવસ્તુઓ ઉપર નજર પડે છે. હું તે દુકાને પસાર થઈ આગળ નીકળી જઉં છું, પરંતુ તે ચીજની છબી મનમાં સતત આવતી જ રહે છે. તે ચીજવસ્તુ પ્રત્યેનો વ્યક્તિનો આ લગાવ એટલે આકર્ષણ છે. અને મન વર્તમાનમાં ન રહેતાં ક્યાંક ને ક્યાંક તે ચીજવસ્તુ સાથે જોડાયેલું રહે છે. જયારે તે વસ્તુ આપણે ખરીદીએ છીએ ત્યારે, મનને ઘણું સારું લાગે છે. જેને આપણે સુખ-સુવિધાનું સાધન છે તેમ કહીએ છીએ. આપણે તે સાધન દ્વારા સુખ-સુવિધા મળશે તેમ સમજીએ છીએ. તે સુવિધા ચોક્કસ આપણા માટે આરામદાયક હોય છે, પરંતુ આપણે સુવિધા અને ખુશી બંનેને એક બીજા સાથે મેળવી દીધા છે. જ્યારે મનમાં વિચાર આવે કે, આ ચીજ મારે ખરીદવી છે, હું તે ખરીદીશ એટલે એમ સમજીએ છીએ કે મને ખુશી મળશે.

જો આપણે 40 લાખની ગાડી ખરીદીએ કે, જેમાં A.C સારું છે. મ્યુઝિક સિસ્ટમ પણ ઉત્તમ છે. ગાડીની તમામ સુવિધા આરામદાયક છે. એટલે તે ગાડીથી આપણે બહુ ખુશ છીએ. પરંતુ શું ગાડીમાં બેસતી વખતે કાયમ મને ખુશી હશે? ઉદાહરણ તરીકે હું ઓફિસથી નીકળી ગાડીમાં બેસું છું, પણ આજે ઓફિસમાં બોસ સાથે ઝઘડો થયો છે. તો શું 40 લાખની ગાડીમાં બેઠા પછી મને ખુશીનો અનુભવ થશે? ક્યારેય નહીં. આપણે એમ વિચાર્યું કે, આરામદાયક ગાડીમાં બેસવાથી હું હંમેશા ખુશ રહીશ. પરંતુ તે જરૂરી નથી કે ગાડીમાં બેસતી વખતે કાયમ આપણે ખુશ રહીએ. એવું પણ બની શકે કે, ગાડીમાં બેઠા પછી પણ દુઃખી થઈ જઈએ કે ચિંતામાં રહીએ. ગાડી પાસે એવી કોઈ શક્તિ નથી કે જે જિંદગીની સમસ્યાઓનું નિરાકરણ કરી શકે. આમ આપણે એ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે, ગાડી આરામ આપી શકે પરંતુ ખુશી નહીં. આપણે ગુસ્સામાં હોઈએ ત્યારે આરામદાયક સ્થાન પર વિશ્રામ થોડો લઈ લઈએ તો બની શકે કે આપણો

થોડો ગુસ્સો ઓછો થઈ જાય. પરંતુ મનોમન ગુસ્સાનું ચક્ર તો ચાલતું જ રહે છે.

જ્યારે આપણે પહેલીવાર ગાડી ખરીદીએ છીએ ત્યારે ઘરના બધા સભ્યો ખૂબ ખુશ અને ઉત્સાહમાં હોય છે. પરંતુ આ ઉત્સાહ કેટલા દિવસ સુધી જળવાય છે? એક કે બે મહિના. ત્યારબાદ સામાન્ય રીતે અન્ય વસ્તુઓ ઘરમાં હોય એવી રીતે ગાડી પણ એક વસ્તુ રૂપે પડી રહે છે. ફરી ચિંતા, દુઃખ, પરેશાની-વાળું જીવન બની જાય છે.

ત્યારે આપણે એવું વિચારીએ છીએ, ચલો હવે કોઈ બીજી નવી વસ્તુ ખરીદીએ જેથી ખુશી આનંદ મળે. આમ થોડા થોડા સમયે એવું કામ કરવા જઈએ કે જેમાં શાંતિ અને ખુશી મળે. પરિસ્થિતિ કે સંબંધોમાં ઉતરાવ-ચડાવ તો આવ્યા કરે. જેમાં આપણા સ્વભાવ-સંસ્કારનો ટકરાવ પણ થાય અને દુઃખી પણ થઈ જઈએ. પછી એવો વિચાર આવે કે, હવે શું કરું? જેનાથી શાંતિ અને ખુશી મળે?

ધારો કે ઘરમાં ચાર વ્યક્તિઓ છે. જે એકબીજાથી ક્યાંક ને ક્યાંક અસંતુષ્ટ છે. ઘરનું વાતાવરણ બદલવા કોઈ નવી વસ્તુ ખરીદીએ અને ઘરના તમામ વ્યક્તિઓ ખુશ થઈ જાય છે. ઉત્સાહમાં આવીને કહે કે, ચાલો આજે પાર્ટી કરીએ. આમ ઘરમાં ખુશીનું વાતાવરણ બની જાય છે. બે-ત્રણ દિવસ સુધી નવી વસ્તુનો પ્રભાવ રહે છે. ત્યાર બાદ પહેલાની જેમ બધું સામાન્ય થઈ જાય છે. ફરી થોડા દિવસ પછી વિચારીશું કે હવે શું નવું ખરીદું? ખુશી-આનંદ માટે કેટલી વાર ચીજોવસ્તુઓ ખરીદતા રહીશું? કેટલીવાર ગાડીઓ ખરીદશું? કેટલીવાર TV કે મોબાઈલ ખરીદશું? જે ચીજની આવશ્યકતા ન હોય, છતાં પણ ખરીદવાની ઈચ્છા થાય છે. જ્યાં સુધી નવી ચીજવસ્તુ લાવીશું નહીં ત્યાં સુધી ખુશ રહીશું નહીં. ત્યારબાદ દુઃખ, અશાંતિ, પરેશાની અને ગુસ્સો આવે છે. આપણે જ્યારે વસ્તુ ખરીદીએ ત્યારે એ સ્પષ્ટ સમજ હોવી જોઈએ કે, આ વસ્તુ આરામ-દાયક વ્યવસ્થા માટે છે, મનને ખુશ રાખવા માટે નહીં.

જાહેરાત આપતી કંપનીઓ ગ્રાહકોની ભાવનાઓને જાગૃત કરી મનોવૈજ્ઞાનિક અસર પણ કરે છે. વસ્તુઓની જાહેરાતમાં એમ જણાવે છે કે, જો તમે આ વસ્તુ ખરીદશો તો તમારો પરિવાર ખુશ રહેશે. ગ્રાહકોની માનસિક અવસ્થા પણ એવી હોય છે કે, તેઓ જાહેરાતથી પ્રભાવિત થઈ તે ચીજવસ્તુ ખરીદવા માટે લલચાય છે. આપણે એવું વિચારીએ છીએ કે, હું આ ચીજવસ્તુ ખરીદીશ તો ઘરના સભ્યો ખુશ થઈ જશે. અને આપણે સ્થૂળ ચીજવસ્તુઓ ભેગી કરવા માટે પ્રયત્ન કરીએ છીએ. જે શરીરના સુખ-સુવિધાઓ માટે ઠીક છે, પરંતુ સાથે-સાથે એ પણ યાદ રાખવું જોઈએ કે, આ ચીજવસ્તુ મને ખુશી કે આનંદ નહીં આપે. એકવાર શાંતચિત્તે વિચારવું જોઈએ કે, આજકાલ પરિવારના સભ્યોનું ખુશીનું સ્તર કેવું છે? આપણે એમ વિચારીએ કે સાંજે ઘરે જતા સમયે બાળકો માટે કોઈ વસ્તુ લઈ જઈએ કે બાળકો ખુશ થઈ જાય. પરંતુ આ ચીજવસ્તુ થોડા સમય માટે બાળકોને ખુશી આપશે. પછી તે તેને ભૂલી પોતાના કાર્યમાં વ્યસ્ત થઈ જશે. આમ આપણે બાળકોને તેમની જાતે ખુશી આનંદ મળે તે સ્થાનેથી દૂર કરી દીધા. તેને હવે આપણા દ્વારા એક એવી ટેવ પડશે કે, જેમ-જેમ નવી વસ્તુઓ તેની પાસે આવતી જશે, એટલું બાળક ખુશ રહે. પછી આપણે ઘણીવાર એમ ફરીયાદ પણ કરીએ છીએ કે, બાળકોની માંગણીઓ પુરી જ થતી નથી. દરરોજ નવી ચીજવસ્તુઓની આશા અપેક્ષા રાખે છે. હવે પ્રશ્ન એ થાય છે કે, બાળકોને આવું કોણે શીખવ્યું? આપણે જ તેમને શીખવ્યું કે, નવી-નવી ચીજવસ્તુ આવતા મને ખુશી થશે. આપણો હેતુ ખૂબ શુદ્ધ છે, પરંતુ વિચારવું પડશે કે, શું આ પદ્ધતિ યોગ્ય છે?

॥ ઓમ શાંતિ ॥

રમતગમતમાં નૈતિકતા અને આધ્યાત્મિકતા

બ્ર.કુ. સમરજીતભાઈ, શાંતિવન, આબુ રોડ, રાજસ્થાન

છેલ્લા લેખમાં આપણે પ્રાચીન ભારતીય ઇતિહાસના સુવર્ણ કાળની ગૌરવશાળી રમત પરંપરા અને તેમાં રહેલા નૈતિક મૂલ્યોના સામાજિક મહત્વને ઊંડાણપૂર્વક સમજ્યા. આપણે જોયું કે કેવી રીતે મૌર્ય અને ગુપ્ત યુગમાં રમતોએ ન માત્ર શારીરિક સામર્થ્યને વધાર્યું, પરંતુ સમાજમાં અનુશાસન, ધૈર્ય અને આધ્યાત્મિક સંતુલનનો સંચાર કર્યો. તે સમયની 'સ્વયં પર વિજય' વાળી વિચારધારાએ સિદ્ધ કર્યું કે એક સાચો ખેલાડી એ જ છે જેનું શરીર યોદ્ધા જેવું બલિષ્ઠ અને મન યોગી જેવું શાંત હોય. આ જ વૈચારિક વિરાસતને આધાર બનાવીને, હવે આપણે રમતોના એક અન્ય મહત્વપૂર્ણ પાસા તરફ આગળ વધી રહ્યા છીએ.

Chapter - 3

રમત અને યોગનો અતૂટ સંબંધ
સૂક્ષ્મ ઊર્જા અને સ્મૃતિનો ચમત્કાર

ભારતીય રમત દર્શનમાં શરીરને માત્ર એક યંત્ર નહીં, પરંતુ **'ચૈતન્ય ઊર્જા'** (Soul Power)નું સંવાહક માનવામાં આવ્યું છે. રમત અને યોગના આ અનોખા સંબંધને આપણે **'સંકલ્પની શક્તિ'** (Power of Thought)ના માધ્યમથી સમજી શકીએ છીએ. યોગ વિજ્ઞાન અનુસાર, આપણું દરેક શારીરિક કર્મ પહેલા મનમાં એક સંકલ્પના રૂપમાં જન્મ લે છે. એક ખેલાડી જ્યારે મેદાન પર ઉતરે છે, તો તેની માંસપેશીઓની ગતિ તેના સંકલ્પોની તીવ્રતા પર નિર્ભર કરે છે. જો મનમાં હારનો સૂક્ષ્મ સંશય પણ છે, તો શરીરની ઊર્જા વિખેરાઈ જાય છે. યોગનો **'સંયમ'** ખેલાડીને પોતાના વિચારોને એક જ દિશામાં પ્રવાહિત કરતા શીખવે છે. આને યોગની ભાષામાં **'એકત્વ'** કહેવામાં આવે છે, જ્યાં ખેલાડીનો સંકલ્પ અને તેની શારીરિક પ્રતિક્રિયા વચ્ચેનો સમય **(Reaction Time)** શૂન્ય થઈ જાય છે. આ સૂક્ષ્મ સંતુલન જ તેને એક સાધારણ ખેલાડીમાંથી **'અસાધારણ'** બનાવે છે.

યોગ અને રમતનું એક અન્ય ક્રાંતિકારી પાસું છે **'સ્મૃતિ અને કોષીકીય બોધ'** (Cellular Memory). રાજયોગ આપણને શીખવે છે કે આત્માની સાથે-સાથે શરીરની દરેક કોશિકામાં પણ સ્મૃતિ હોય છે. નિરંતર અભ્યાસ અને યોગિક એકાગ્રતાના માધ્યમથી ખેલાડી પોતાના કૌશલ્યને પોતાની **'માંસપેશીઓની સ્મૃતિ'** (Muscle Memory)માં અંકિત કરી દે છે. યોગની **'ધારણા-શક્તિ'** ખેલાડીને એ ક્ષમતા આપે છે કે તે કઠિનમાં કઠિન ટેકનિકને પણ સહજતાથી દોહરાવી શકે. જ્યારે ખેલાડી રાજયોગના માધ્યમથી સ્વયંને **'અચલઅડોલ'** સ્થિતિમાં ટકાવે છે, તો તેનું શરીર કોઈપણ માનસિક તણાવ વગર સ્વતઃ સ્ફૂર્ત રીતે કાર્ય કરવા લાગે છે. આ તે અવસ્થા છે જ્યાં ખેલાડીને એ વિચારવાની આવશ્યકતા નથી પડતી કે આગળનું ડગલું શું હશે; તેની યોગિક સાધના તેના શરીરને **'દિવ્ય બુદ્ધિ'**ના માર્ગદર્શનમાં લઈ આવે છે.

આધુનિક રમત વિજ્ઞાન આજે **'વિઝ્યુઅ-લાઈઝેશન'** (Visualization) ની વાત કરે છે, જે વાસ્તવમાં યોગની **'માનસિક દિવ્ય દ્રષ્ટિ'**નું જ એક રૂપ છે. મહાન ખેલાડી રમત શરૂ થતા પહેલા જ ધ્યાનની અવસ્થામાં પોતાની જીત અને પોતાની દરેક ચાલનો માનસિક પૂર્વાભ્યાસ કરે છે. યોગનો આ અભ્યાસ ખેલાડીના ચેતાતંત્ર (Nervous System)ને શાંત રાખે છે અને તેને બિનજરૂરી

ઉત્તેજના (Adrenaline Rush)થી બચાવે છે. આનાથી ખેલાડીની ઊર્જાનો ક્ષય થતો નથી અને તે રમતની અંતિમ ક્ષણો સુધી ઊર્જાવાન બનેલો રહે છે. **'ઊર્જા પ્રબંધન'** યોગની એ દેણ છે જે ખેલાડીને લાંબા સમય સુધી પોતાની કારકિર્દીના શિખર પર ટકી રહેવામાં મદદ કરે છે.

અંતે, રમત અને યોગનો આ સૂક્ષ્મ સંબંધ આપણને **'સ્વમાન'** (Self-Respect) અને **'વિનમ્રતા'**ના સંતુલન તરફ લઈ જાય છે. યોગ યુક્ત ખેલાડી એ જાણે છે કે તેની પ્રતિભા વાસ્તવમાં તે **'પરમાત્મા'** (Supreme Soul) ની દેન છે. આ બોધ તેને સફળતાના શિખર પર અહંકારી થવાથી બચાવે છે અને નિષ્ફળતાની ખાઈમાં તૂટતા રોકે છે. તે રમત **'ટ્રસ્ટી'** બની રમે છે, જેથી તેની રમતમાં એક વિશેષ પ્રકારની ચમક અને આકર્ષણ પેદા થાય છે. આ પ્રકારે, યોગ માત્ર રમતની ટેકનિક સુધારતો નથી, પરંતુ ખેલાડીના સંપૂર્ણ **'આભા-મંડળ'** (Aura)ને સકારાત્મક બનાવે છે, જેનાથી તે રમતના મેદાન પર માત્ર એક પ્રતિસ્પર્ધી નહીં, પરંતુ શાંતિ અને શક્તિનો પુંજ પણ બની જાય છે.

ભક્તિ અને શક્તિનો સમન્વય

ભારતીય રમત પરંપરા મધ્યકાળમાં માત્ર આત્મ-સાધના સુધી સીમિત ન રહીને રાષ્ટ્ર અને સમાજની રક્ષાનો સુદ્રઢ આધાર બની. આ યુગમાં **'ભક્તિ અને શક્તિનો સમન્વય'** ભારતીય સંસ્કૃતિની એક અભેદ્ય ઢાલ બનીને ઉભર્યો. જ્યારે દેશ બાહ્ય આક્રમણો અને આંતરિક પડકારો સામે ઝઝૂમી રહ્યો હતો, ત્યારે સંતો અને મહાપુરુષોએ **'શક્તિ'**ને **'ભક્તિ'** સાથે જોડીને સમાજની હતાશાને દૂર કરી. એ સ્પષ્ટ કરવામાં આવ્યું કે સાચી ભક્તિ મનુષ્યને નબળો નહીં, પરંતુ અન્યાય વિરુદ્ધ ઊભા રહેવાનું આત્મિક અને શારીરિક બળ પ્રદાન કરે છે.

પશ્ચિમ ભારતમાં સમર્થ રામદાસે **'શક્તિ'**ની ઉપાસનાનું ક્રાંતિકારી રણશિંગું ફૂંક્યું. તેમણે ગામે-ગામમાં હનુમાન મંદિરોની સાથે અખાડાઓની સ્થાપના કરી અને હનુમાનજીને શૌર્યના સર્વોચ્ચ આદર્શ તરીકે પ્રતિષ્ઠિત કર્યા. અહીં યુવાનોને શીખવવામાં આવ્યું કે, હનુમાનજી જેવું **'અપરિમિત બળ'** અને **'પરમ વિનમ્રતા'** ધારણ કરી કઈ રીતે રાષ્ટ્ર અને ધર્મની રક્ષા કરી શકાય છે. અખાડાઓનું શારીરિક સૌષ્ઠવ માત્ર વ્યક્તિગત પ્રદર્શન કે મનોરંજન માટે નહીં, પરંતુ સમાજની મર્યાદા અને નિર્બળની સેવા માટે એક **'ઈશ્વરીય અમાનત'** માનવામાં આવ્યું.

ઉત્તર ભારતમાં શીખ ગુરુઓએ આ સમન્વયને નવી ઊંચાઈઓ આપી. ગુરુ હરગોબિંદ સાહિબ **'મીરી-પીરી'**ના સિદ્ધાંતથી સ્પષ્ટ કર્યું કે, એક ભક્તને માનસિક શાંતિની સાથે-સાથે શસ્ત્ર વિદ્યામાં પણ નિપુણ હોવું જોઈએ. આ જ કડીમાં ગુરુ ગોબિંદ સિંહ **'હોલા-મહલ્લા'**ની શરૂઆત કરી રમતોને યુદ્ધ-કૌશલ્ય અને **'સંત-સિપાહી'**ની ભાવના સાથે જોડી દીધી, જ્યાં જીતનો અર્થ અહંકાર નહીં પરંતુ 'વાહે ગુરુ કી ફતહ' (પરમાત્માનો વિજય) હતો.

પૂર્વ ભારત તરફ દ્રષ્ટિ કરીએ તો બંગાળ અને મણિપુરની ધરતીએ પણ ભક્તિ અને શક્તિનું અનોખું ઉદાહરણ પ્રસ્તુત કર્યું. બંગાળમાં **'લાઠી-ખેલા'** અને શારીરિક વ્યાયામની પરંપરાઓ મા કાલીની ઉપાસના સાથે જોડાયેલી હતી, જ્યાં બળનો ઉદ્દેશ્ય આસુરી શક્તિઓનો વિનાશ હતો. વળી મણિપુરની **'થાંગ-ટા'**(Thang-Ta) જેવી યુદ્ધ - કળાઓમાં માર્શલ આર્ટને નૃત્ય અને સંગીત સાથે સમન્વિત કરવામાં આવ્યું. અહીંનો ખેલાડી શસ્ત્ર ઉઠાવતા પહેલા ભૂમિ અને પરમાત્માની વંદના કરે છે, જે રમતને એક પાવન **'અનુષ્ઠાન'** બનાવી

(અનુસંધાન પેજ નં. 30 પર)

બાળસરિતા

જીવનપ્રકાશ

બ્ર.કુ. અનુબેન, રાજુલા

ચાલો વાર્તા કરીએ

જુના જમાનામાં એક ભગત તેના પ્રિય પ્રભુ પાસે રોજ વિનંતી કરતો ઉભો રહે, પ્રાર્થના કરે, આજીજી કરે, અને કહે, ‘હે પ્રભુ દર્શન આપો, દયા કરો.’ રોજ રોજ દર્શનની યાચના કરે. એમ એકવાર આખો બંધ કરી યાચના, પ્રાર્થના કરતો હતો ત્યાં કાનમાં અવાજ સંભળાયો, ‘હે ભક્ત, તારી પ્રાર્થના સાંભળી છે, સ્વીકાર કરી છે, પણ મારી એક શરત છે, શરત મંજુર છે?’ ભક્ત ખૂબ પ્રસન્ન થઈ ગયો. વિચાર્યું આંખ ખોલું તો દ્રશ્ય બદલાશે એટલે બંધ આંખે જ જવાબ આપ્યો, ‘બોલો પ્રભુ, બોલો. પ્રભુ શરત મને મંજૂર છે.’

પ્રભુએ કહ્યું, ‘વત્સ એક કામ કરવું પડશે, હું તને ચોક્કસ દર્શન આપીશ. **પ્રથમ -** તારે એકલા જ આવવાનું, કોઈ સાથે ન હોય, **બીજું -** તારે એકાંતમાં આવવાનું, **ત્રીજું -** પ્રકાશ સાથે આવવાનું.’ ભક્તએ પ્રભુની શરત ધ્યાનથી સાંભળી લીધી અને આંખ ખોલી.

ચહેરો ખીલી ગયો. વિચારો ચાલવા લાગ્યા, મારે એકલા જવાનું છે, એકલામાં ઠીક છે, હું એકલો જ જઈશ. પણ એકાંત માણસો વગર ક્યારે હોય? વિચાર આવ્યો, ઘણા સ્થળ વિચાર્યા, છેલ્લે વિચાર્યું નદી કિનારે એકદમ પરોઢિયે કોઈ ન હોય, સાધુ સંતો સ્નાન માટે ન આવ્યા હોય અને પનિહારી પાણી ભરવા નદી કિનારે વિરડો ગાળી પાણી પણ ના ભરતી હોય. તેમાંય પ્રકાશ લઈને આવવાની શરત પણ બરોબર વ્યાજબી છે. થોડું અંધારું તો હોય જ એટલે પ્રકાશ તો જોઈએ.

આખી રાત તે ઊંઘ્યો નહીં. વહેલી સવારે મક્કમ મને ઉપડ્યો. શાંતચિતે આગળ વધવા લાગ્યો. પ્રકાશ માટે ફાનસ સળગાવી હાથમાં પકડ્યુ. મનમાં વિચારોની આંધી ફેલાવવા લાગી, ‘સારું થયું એકલા ને પ્રભુ દર્શન આપશે. પેલો જુઠ્ઠો ભગત એટલો વહેલો નહીં આવે, પેલો લોભી ખોટો સાધુ બનેલો હાલ નહીં આવે, હમણાં આ નહીં આવે, તે નહીં આવે.’ તેમ ગામમાં અનેક લોકોની યાદોની મસ્તીમાં ચાલ્યો. પાછુ યાદ આવ્યું, ‘પેલી રખડેલ હમણાં પાણી માટે થોડી આવશે?’ આમ ગામના અનેક સભ્યોની યાદ કરતો-કરતો આગળ વધતો ગયો અને નદીના કિનારાની નજીક પહોંચવામાં થોડીક જ વાર હતી ત્યાં ઠંડી હવાનો જરાક લહેર આવી અને હવા જરાક વધતા પેલું ફાનસ પ્રગટાવેલું તે બંધ થઈ ગયું.

પ્રકાશ ગુમ થઈ ગયો. ભક્ત મુંજાયો. હવે ફાનસને જોઈને નીચે બેસી ગયો. વિચારવા લાગ્યો, હવે શું કરું? ભગવાને કહ્યું હતું કે પ્રકાશ લઈને આવજે. વિચારતો ગયો કે જો કોઈ મુસાફર નીકળે તો કહું, ઉભો રાખું, માચીસ માંગુ. સમગ્ર ધ્યાન, વિચારો અને તેની નજર ફાનસ પર. ‘હવે શું?’ની યાદ. ત્યાં તેને કોઈનો જરાક પડછાયો દેખાયો. પણ તે ભક્ત એટલો બધો ઉદ્વેગમાં કે ઉપર સામે જોવાની તસ્દી ના લીધી. ચિંતા એટલી બધી વધી ગઈ કે ફાનસ સિવાય કશું ના દેખાય. પેલો પડછાયો નજીક નજીક આવી રહ્યો હતો અને એકદમ ભગતની બાજુમાંથી જ પસાર થયો. ભગતે તો ઉપર સામું જોયા વગર જ પૂછી લીધું, ‘બાકસ (માચીસ) છે?’ અને પડછાયાએ તરત જ

બાકસ આપ્યું અને આગળ વિદાય થઈ ગયું. ભગતે જલ્દી-જલ્દી ફાનસ ફરીથી પ્રગટાવ્યું. પ્રકાશ અજવાળું થઈ ગયું. ફરીથી આગળ ચાલ્યો.

થોડીવારમાં તો કિનારો આવી ગયો. સુંદર જગ્યા, ઠંડો મસ્ત પવન, 'એકાંત, એકલા અને પ્રકાશમાં આવજે' એવા ભગવાને આપેલા આદેશ પ્રમાણે ઉભો રહ્યો. ખૂબ વાર થઈ. ધીરે ધીરે તો સૂર્યનારાયણ પણ ઉદય થયા. લોકોની અવરજવર ચાલુ થઈ ગઈ. દૂર પનિહારી વિરડો ગાળી પાણી ઘડામાં ભરવા આવી ગઈ. લોકો નદીમાં સ્નાન માટે આવવા લાગ્યા.

થોડીવારમાં સ્નાન કરીને જવા પણ લાગ્યા. ભક્ત ઉભો ઉભો થાક્યો, કંટાળ્યો અને વિચારવા લાગ્યો, 'હવે સૂર્યપ્રકાશના અજવાળામાં મારા આ ફાનસનું શું કામ? અને અહીં ચારે તરફ માણસોની અવરજવરમાં એકાંત અને એકલા આવવાનું ભગવાનનું સૂચન શું કામનું?'

વિચાર્યું પાછો જઉં? ફરી પાછો વળ્યો. મંદિરમાં આવ્યો. ચોધાર આંસુઓથી ભગવાનને કહેવા લાગ્યો, 'હે પ્રભુ, તમે માણસોની જેમ આજે મને ઠગ્યોને? મારી સાથે દગો કર્યોને? ન આવ્યાને? ના મળ્યાને?' આંખો બંધ કરી ત્યાં જ પ્રભુએ કહ્યું, 'અરે ભોળા ભગત, હું આવ્યો હતો પણ તમે તો મારી સામે જોયું નહીં અને તમે માંગ્યું હતું તે હું આપીને ચાલ્યો ગયો.'

ભગત થોડીવાર સમજ્યો નહીં, વિચાર આવ્યો, 'મેં શું માંગ્યું?' પ્રભુએ માચીસ (બાકસ) દેખાડ્યું, 'અરે સાચું, પ્રભુ આમ કેમ?' ભગવાને રહસ્ય બતાવ્યું, 'અરે મેં તને કહેલું એકલો આવજે, પણ તું તો કેટ-કેટલાની યાદો, ફરિયાદો, પરચિંતન, વ્યર્થ વાતો લઈને આવ્યો.' મેં કહ્યું, 'એકલો રહેજે, તું એકલો ક્યાં હતો? તે તો દેહના સગાસંબંધીને સાથે રાખેલા.' વળી મેં પ્રકાશમાં આવવાનું કહ્યું હતું. તે પ્રકાશ, ફાનસ, મીણબત્તી, દીવા, જ્યોતિને સાથે રાખી. પણ આત્મપ્રકાશ અને આત્મચિંતન, પ્રભુમસ્તીમાં આવજે એમ કહેલું.' ભગત તો દુનિયાનો સમય એટલે સવારનો સમય, ભગત દુનિયાનું એકાંત એટલે મંદિર, ઓરડો કે જગ્યા સમજી. પ્રકાશ એટલે આંતરપ્રકાશની બદલે બાહ્ય પ્રકાશ સમજ્યો.'

પ્રભુએ કહ્યું, 'ભક્ત હવે આ હદના દેહમાંથી મુક્ત થઈ જા અને અંતરચક્ષુ ખોલ. દેહ અને દેહના સગા સંબંધો વચ્ચે રહીને તેને ભૂલી જા. અંદરના આત્મપ્રકાશને, અંદરની જ્યોતિને જાગૃત કર. પોતાને આત્મપ્રકાશ બિંદુરૂપમાં સ્થિત કર અને મારા રૂપ અને ગુણને યાદ કર તો સામે પ્રભુ પિતા ઉભા છે મદદ કરનારા.' ત્યાં તો દૂર કોઈના ઘરમાંથી ગીતનો અવાજ આવતો હતો, 'ઘૂંઘટ કે પટ ખોલ તુમ્હે પિયા મિલેંગે.'

બોધ-પાઠ - 'પરમાત્મ પ્રાપ્તિ માટે, ગુણ-શક્તિ પ્રાપ્તિ માટે, પરમાત્મ જ્ઞાનપ્રકાશ સાથે રાખવો. પરમાત્મ જ્ઞાનચિંતનમાં રહેવું. સાંસારિક, વ્યવહારિક, કૌટુંબીક, સામાજિક વ્યર્થ વાતોથી મુક્ત થવું. પોતાને દેહથી ઉપરામ, પોતે શુદ્ધ પવિત્ર સ્વરૂપ આત્મા, ચેતના, પ્રાણ, શક્તિના સ્વરૂપને સામે રાખવી.' પરમાત્મા આવી ગયા છે. આ જ્ઞાન નદી કિનારે મનનશક્તિના પ્રકાશમાં આવો અને ઓળખી લો, પામી લો.

બોધપાઠ, પ્રિય બાળકો....

1. પરમાત્મા પ્રાપ્તિ માટે એકાંત - એટલે કે સંસારીક, વ્યવહારિક, સામાજીક, કૌટુંબીક, સગા-સંબંધી મિત્રોની યાદથી મુક્ત થવું. પોતાને માત્ર પરમાત્મા સંતાન સમજવું,

2. એકલા આવવાનું... અર્થાત, પોતાને આ દેહ, શરીર, વસ્ત્રથી પણ અલગ સંપૂર્ણ જ્યોતિ

(અનુસંધાન પેજ નં. 21 પર)

આધુનિક યુગની વૈચારિક અને ટેકનિકલ ક્રાંતિ
આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ (AI)

બ્ર.કુ. સંજય, આર્ટ એન્ડ કલ્ચર વિંગ, શાંતિવન (આબુ રોડ, રાજસ્થાન)

એક નવી બુદ્ધિમત્તાનો ઉદય

બલિહારી એ પરમપિતા પરમાત્માની, જેણે આપણને સૃષ્ટિના આદિ, મધ્ય અને અંતનું સત્ય જ્ઞાન આપ્યું. દ્વાપર યુગમાં જ્યારે ભક્તિ કાળની શરૂઆત થઈ, ત્યારથી અનેક માન્યતાઓ અને અલગ-અલગ વિચારધારાઓનો ઉદય થયો. ધીરે-ધીરે મનુષ્ય પોતાની વાસ્તવિક બૌદ્ધિક ક્ષમતા અને તે સમયની ઉન્નત ટેકનોલોજી (Advanced Technology) ને ખોતો ગયો. આ જ કારણ હતું કે દરેક આવનારી પેઢી એવું માનતી હતી કે તેમનાથી પહેલાના પૂર્વજો વધુ સમજદાર, સુખી અને સંસાધનોથી ભરપૂર હતા. આ પરંપરા કળિયુગના પ્રારંભિક કેટલાક સતકો સુધી ચાલતી રહી. પરંતુ જેમ-જેમ મનુષ્યના જીવનમાં દુઃખ અને અશાંતિ વધવા લાગી, તેમ-તેમ તેણે સમાધાનની શોધ શરૂ કરી. પરંતુ આ શોધમાં મનુષ્ય વાસ્તવિકતાથી દૂર થતો ગયો અને ધીરે-ધીરે આખું જગત બે વિપરીત વિચારધારાઓમાં વિભાજિત થઈ ગયું. એક વર્ગ એવો બન્યો જેણે માત્ર આધ્યાત્મિકતાને પ્રધાનતા આપી અને બીજો તે જે માત્ર વિજ્ઞાનને જ એકમાત્ર પરમ સત્ય માનવા લાગ્યો. ધીરે-ધીરે આ બંને પક્ષોમાં ખૂબ વિરોધ શરૂ થઈ ગયો.

એક તરફ આધ્યાત્મનો અંગરખો પહેરેલા કેટલાક ધર્માવલંબીઓએ વિજ્ઞાનને નકારવાનું શરૂ કર્યું, કારણ કે વિજ્ઞાન તથ્યો અને પ્રમાણોની કસોટી પર તેમની રૂઢિચુસ્ત માન્યતાઓને પરખતું હતું અને અવારનવાર તેમને નકારી કાઢતું હતું. બીજી તરફ, વિજ્ઞાનનો પક્ષ માત્ર તે જ સત્યને સ્વીકારતો હતો જેને પ્રયોગશાળા (Lab)માં સિદ્ધ કરી શકાય. જ્યારે વાસ્તવિકતા એ છે કે આધ્યાત્મિકતા અને વિજ્ઞાન એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે. **'વિજ્ઞાન'**નો વાસ્તવિક અર્થ જ છે **'વિશેષ જ્ઞાન'** અથવા વિસ્તૃત જ્ઞાન. વિજ્ઞાન કોઈ અલગ ક્ષેત્ર નથી, પરંતુ તે કોઈપણ સત્યની ઊંડાઈ સુધી પહોંચવાની એક સચોટ પદ્ધતિ (Process).

આ વૈચારિક ટકરાવ એટલો વધી ગયો કે મનુષ્યની ઉત્પત્તિને લઈને પણ બંનેના મતો એક બીજાંની વિપરીત થઈ ગયા. વિજ્ઞાનના પક્ષે તર્ક આપ્યો કે આપણા પૂર્વજો વાનર હતા અને આપણે **'ઉત્ક્રાંતિવાદ' (Evolutionary Theory)**ની રચના છીએ. આનાથી વિપરીત, ધાર્મિક પક્ષનો એ અતૂટ વિશ્વાસ હતો કે આપણા પૂર્વજો મહાન ઋષિ-મુનિઓ અને દિવ્ય સ્વરૂપ દેવી-દેવતાઓ હતા. જ્યાં એક પક્ષ માત્ર ભૌતિક વિકાસની વાત કરી રહ્યો હતો, ત્યાં બીજો માત્ર આંતરિક.

પરંતુ આ ખેંચતાણમાં મનુષ્ય એક બહુ મોટી વાસ્તવિકતાથી દૂર થઈ ગયો, કે સત્ય આ બંનેના સંગમમાં છુપાયેલું છે. આપણે માત્ર એક વિકસિત શરીર નથી, પરંતુ આ શરીરને ચલાવનારી એક દિવ્ય ચૈતન્ય શક્તિ એટલે કે **'આત્મા'** છીએ. બાબા (પરમાત્મા) કહે છે કે **'એક જ ભૂલ!'** આ એક જ ભૂલ (દેહાભિમાન અથવા પોતાને શરીર સમજવું)ના કારણે તમે તમારી બધી શક્તિઓ અને સુખ ગુમાવી દીધા. સતયુગી દુનિયાની તે ઉન્નત, સતોપ્રધાન અને સુખકારી **'ટેકનોલોજી'** ની આગળ આજની આધુનિક ટેકનોલોજી સુવિધાઓ તો આપી રહી છે, પરંતુ સાચું સુખ અને

શાંતિ આપી શકતી નથી.

સદીઓના સંઘર્ષ અને મંથન પછી આજે આપણે જોઈ રહ્યા છીએ કે વિજ્ઞાન દિન-પ્રતિદિન ઉન્નતિની નવી ઊંચાઈઓને આંબી રહ્યું છે. સ્વયં શિવ બાબાએ પણ મુરલીમાં સ્પષ્ટ કર્યું છે કે **'સંગમયુગ પર વિજ્ઞાનના આ તમામ સાધનો માત્ર ઈશ્વરીય સેવા માટે જ ઈજાદ (શોધ) થયા છે'**; અને આજે આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈ પણ રહ્યા છીએ કે કેવી રીતે યજ્ઞ સેવાના વિસ્તારમાં આપણે નિત્ય નવી ટેકનિકો નો સફળતાપૂર્વક ઉપયોગ કરી રહ્યા છીએ. જો આપણે માનવ ઈતિહાસ પર દૃષ્ટિ કરીએ, તો ઔદ્યોગિક ક્રાંતિ અને ઈન્ટરનેટનો ઉદય એવા મહત્વપૂર્ણ વળાંક રહ્યા છે, જેણે માનવીય સભ્યતાની દિશા જ બદલી નાખી છે. આજે આપણે ફરી એકવાર આવી જ એક વિરાટ ક્રાંતિના ઉંબરે ઊભા છીએ, જેને **'આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ' (AI)** એટલે કે **'કૃત્રિમ બુદ્ધિમત્તા'** કહેવામાં આવે છે, જે આપણા કામ કરવાની અને વિચારવાની રીતને સંપૂર્ણ રીતે પરિવર્તિત કરવાની છે.

સરળ શબ્દોમાં કહીએ તો, **AI**નો અર્થ છે મશીનોને એવી રીતે વિકસિત કરવા કે જે માનવ મગજની જેમ વિચારી શકે, નિર્ણય લઈ શકે, ભાષાને સમજી શકે અને જટિલ સમસ્યાઓનું સમાધાન કરી શકે. આ માત્ર એક સાધારણ ટેકનિક નથી, પરંતુ તે એક એવી **'વૈચારિક વિદ્યુત'** (Electricity) છે, જે આવનારા સમયમાં દુનિયાના દરેક ક્ષેત્રને નવી રોશનીથી પ્રકાશિત કરશે. જ્યાં વિજ્ઞાન મશીનોને **'બુદ્ધિમાન'** બનાવવામાં લાગ્યું છે, ત્યાં જ બાબા આપણને પોતાની **'સુષુપ્ત શક્તિઓ'** ને જાગૃત કરવાનું જ્ઞાન આપી રહ્યા છે, જેથી આપણે આવનારી સતયુગી દુનિયા માટે યોગબળ દ્વારા પ્રકૃતિની સાથે-સાથે આ ટેકનોલોજી ને પણ સુખદાયી બનાવી શકીએ.

આર્ટિફિશિયલ ઇન્ટેલિજન્સ શું છે?
(What is AI ?)

AI કોમ્પ્યુટર વિજ્ઞાનની તે શાખા છે જે બુદ્ધિમાન મશીનોના નિર્માણ સાથે સંબંધિત છે. જ્યાં સાધારણ સોફ્ટવેર માત્ર આપવામાં આવેલા નિર્દેશો (Codes) નું પાલન કરે છે, ત્યાં જ **AI** અનુભવથી શીખે છે (Machine Learning) અને ડેટાના આધારે પોતાની જાતને બહેતર બનાવે છે.તેના ત્રણ મુખ્ય સ્તર માનવામાં આવે છે -

- **Narrow AI (ANI) -** જે કોઈ એક વિશેષ કાર્યમાં દક્ષ હોય (જેમ કે: Google Translate અથવા Alexa). આજનું મોટાભાગનું **AI** આ જ શ્રેણીમાં છે.
- **General AI (AGI) -** જે માનવ સમાન કોઈપણ બૌદ્ધિક કાર્ય કરવા માટે સક્ષમ હોય (અત્યારે સંશોધન ચાલુ છે).
- **Super AI (ASI) -** જે માનવ બુદ્ધિમત્તા કરતા પણ ક્યાંય આગળ નીકળી જાય (આ અત્યારે કાલ્પનિક છે).

ઈતિહાસ અને ક્રાંતિ
(History & Evolution of AI)

ડિજિટલ ટેક્નોલોજીના આ યુગમાં, આપણે **AI** શબ્દ સાંભળ્યો છે, પરંતુ **AI**ની શરૂઆત રાતોરાત નથી થઈ, પણ તેની પાછળ દાયકાઓનું સંશોધન છે -

1950 (એલન ટ્યુરિંગ) - આધુનિક કોમ્પ્યુટર વિજ્ઞાનના જનક એલન ટ્યુરિંગે એક પ્રશ્ન પૂછ્યો, **'શું મશીનો વિચારી શકે છે?'** તેમણે **'ટ્યુરિંગ ટેસ્ટ'**નો પ્રસ્તાવ મૂક્યો.

1956 (ડાર્ટમાઉથ સંમેલન) - જોન મેકાર્થીએ

પહેલીવાર **'Artificial Intelligence'** શબ્દનો પ્રયોગ કર્યો. અહીંથી જ AIને એક સત્તાવાર શૈક્ષણિક ક્ષેત્ર તરીકે ઓળખ મળી.

1960-1980 (ઉતાર-ચઢાવ) - આ દરમિયાન શરૂઆતી ચેટબોટ્સ (ELIZA) બન્યા, પરંતુ કોમ્પ્યુટરની ઓછી ક્ષમતાના કારણે સંશોધન ધીમું પડી ગયું, જેને **'AI Winter'** કહેવામાં આવ્યું.

1997 (ડીપ બ્લુ) - IBMના ડીપ બ્લુ કોમ્પ્યુટરે શતરંજ (ચેસ)ના વિશ્વ ચેમ્પિયન ગેરી કાસ્પરોવને હરાવ્યા. આ **A I** માટે એક ઐતિહાસિક વળાંક હતો.

2010 પછી (બિગ ડેટા અને G P U) - ઈન્ટરનેટના પ્રસાર અને શક્તિશાળી પ્રોસેસર્સના આવવાથી **'ડીપ લર્નિંગ'**નો ઉદય થયો.

2022-2026 (જેનરેટિવ AI) - ChatGPT, Gemini અને એના જેવા અનેક પ્લેટફોર્મ્સ વડે **AI**ને દરેક સામાન્ય માણસના મોબાઈલ સુધી પહોંચાડી દીધું.

AIના મુખ્ય ફાયદા (Benefits of AI)

- **માનવીય ભૂલોમાં ઘટાડો (Reduction in Human Error) -** મશીનો થાકતા નથી અને તેઓ ડેટાનું વિશ્લેષણ સંપૂર્ણ ચોકસાઈથી કરે છે, જેનાથી ગણતરીઓમાં ભૂલની શક્યતા ખતમ થઈ જાય છે.
- **24/7 ઉપલબ્ધતા -** મનુષ્યને આરામ જોઈએ, પરંતુ **AI** ચોવીસે કલાક કામ કરી શકે છે (જેમ કે - બેંકોના કસ્ટમર સપોર્ટ બોટ્સ).
- **જોખમભર્યા કાર્યોમાં સહાયક -** ઊંડા સમુદ્રની શોધ, અંતરિક્ષ મિશન અથવા બોમ્બ ડિસ્પોઝલ સ્ક્વોડમાં **AI** આધારિત રોબોટ્સ માનવીય જીવ બચાવી શકે છે.
- **ઝડપી નિર્ણય લેવા -** મોટા ડેટા સેટને પ્રોસેસ કરીને **AI** સેકન્ડોમાં તે પરિણામ આપી શકે છે જે કરવામાં માણસોને અઠવાડિયા લાગી શકે.

AI એ સમાજના દરેક ખૂણાને પ્રભાવિત કર્યો છે, તેના આવવાથી સમાજમાં અનેક ક્રાંતિકારી પરિવર્તનો (Societal Changes) આવ્યા જેમ કે -

1. **ચિકિત્સા અને સ્વાસ્થ્ય (Healthcare) - AI** હવે ડોક્ટરોનો સહાયક બની ચૂક્યો છે. કેન્સર જેવી બીમારીઓની વહેલી ઓળખ કરવામાં **AI** ઈમેજિંગ ટેકનિક ડોક્ટરો કરતા વધુ સચોટ સાબિત થઈ રહી છે. નવી દવાઓની શોધ (Drug Discovery) જે પહેલા 10 વર્ષ લેતી હતી, હવે **AI**ની મદદથી થોડા મહિનાઓમાં સંભવ થઈ રહી છે.
2. **શિક્ષણ (Education) - AI** એ શિક્ષણને **'પર્સનલાઈઝડ'** બનાવી દીધું છે. દરેક બાળકની શીખવાની ગતિ અલગ હોય છે, **AI** ટુલ્સ વિદ્યાર્થીની નબળાઈને સમજીને તેને તે મુજબ કન્ટેન્ટ પ્રદાન કરે છે. હવે ભાષાની દીવાલ પણ પારદર્શી થઈ ગઈ છે, કારણ કે **AI** રિયલ-ટાઈમ અનુવાદ કરી રહ્યું છે.
3. **અર્થવ્યવસ્થા અને વ્યાપાર (Economy & Business) -** કંપનીઓમાં **'ઓટોમેશન'** આવવાથી ઉત્પાદનનો ખર્ચ ઘટ્યો છે. ફાઇનાન્સ સેક્ટરમાં **AI** છેતરપિંડી (Fraud Detection) ને તરત જ ઓળખી લે છે અને શેરબજારના સચોટ અનુમાન લગાવે છે.
4. **કૃષિ (Agriculture) -** ભારત જેવા કૃષિ પ્રધાન દેશમાં **A I** જમીનની ગુણવત્તા, હવામાનનું પૂર્વાનુમાન અને પાકની બીમારીઓ વિશે સચોટ માહિતી આપીને ખેડૂતોની મદદ કરી રહ્યું છે.

પડકારો અને નૈતિક પ્રશ્નો

જ્યાં **AI**ના અગણિત ફાયદા છે, ત્યાં જ તેની સાથે કેટલાક ગંભીર પડકારો પણ જોડાયેલા છે. જેમ કે મનુષ્યના અંગત જીવનમાં જોઈએ તો વ્યક્તિની વ્યક્તિગત બૌદ્ધિક ક્ષમતા ક્ષીણ થઈ રહી છે; સોશિયલ મીડિયાનું એલ્ગોરિધમ પણ એટલું ઊંડું અવલોકન (Deep Observe) કરવા લાગ્યું છે કે બાળકો, યુવાનો, વૃદ્ધો અને મહિલાઓ તમામ તેના આકર્ષણના ઘેરામાં આવવા લાગ્યા છે. પ્રોફેશનલ ફિલ્ડમાં રોજગારનો ડર (Job Displacement) વધી રહ્યો છે; પછી તે ડેટા એન્ટ્રી, કોડિંગ હોય કે ડ્રાઈવિંગ, ફાઇન આર્ટ હોય કે સિંગિંગ, કોઈપણ ક્ષેત્ર હોય, બધા પર ખતરો મંડરાઈ રહ્યો છે. હવે સમાજને **'Up-skilling'** એટલે કે નવું શીખવાની સખત જરૂર છે. પ્રાઈવેસી અને સુરક્ષા પણ એક મોટો પડકાર છે: આપણા ડેટાનો ઉપયોગ **AI** કેવી રીતે કરી રહ્યું છે, તે એક મોટો પ્રશ્ન છે. Deepfake જેવી ટેકનિકો સમાજમાં ભ્રમ અને અપરાધ ફેલાવી શકે છે. આ ઉપરાંત પક્ષપાત (Biasness)નો ખતરો પણ છે- જો AIને શીખવનારો ડેટા પક્ષપાતી છે, તો **AI**ના નિર્ણયો પણ પક્ષપાતી હોઈ શકે છે (જેમ કે રંગભેદ અથવા લિંગભેદ).

ભવિષ્યની રાહ (The Future of AI)

ભવિષ્યમાં **AI** અને મનુષ્ય વચ્ચે **'સહ-ભાગીતા'** (Collaboration) વધશે. આપણે એક એવા યુગ તરફ આગળ વધી રહ્યા છીએ જ્યાં **'હ્યુમન-સેન્ટ્રિક AI'** વિકસિત થશે. આવનારા સમયમાં સ્વાસ્થ્ય, જળવાયુ પરિવર્તનના સમાધાન અને ઊર્જા સંરક્ષણમાં **AI** સૌથી મોટી ભૂમિકા ભજવશે. તે આપણા મનુષ્યો પર નિર્ભર કરે છે કે આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ જેવી ઉમદા ટેકનોલોજીને વિનાશનું હથિયાર બનાવવું છે કે સ્થાપનાનું માધ્યમ. જેમ પરમાણુ ઊર્જાથી વીજળી પણ બને છે અને બોમ્બ પણ, તેવી જ રીતે **AI**નું ભવિષ્ય આપણા વિવેક પર નિર્ભર છે. જો આપણે તેને સાચી દિશામાં વિકસિત કરીએ, તો તે સમાજની ગરીબી, બીમારી અને અજ્ઞાનતાને મિટાવવામાં સૌથી શક્તિશાળી હથિયાર સાબિત થશે.

અને જો તેને **'યોગબળનું ઘૃત'** (પોષણ) મળી જાય, તો પછી કહેવું જ શું! ત્યારે તો તે એરિફાઈન્ડ ટેકનોલોજીમાં પરિવર્તિત થઈ જશે, જેના માટે બાબા કહે છે કે, **'બચ્ચે ! સતયુગ મેં મહલ બનનેમેં દેર નહીં લગતી, વહાં ફટાફટ મહલ તૈયાર હો જાતે હૈ.'**

॥ ઓમ શાંતિ ॥

નવી કોલમની શરૂઆત

'વાચકોના પ્રતિભાવ'

દૈવી બી.કે. બહેનો, જ્ઞાનામૃતના સૌ વાચકો, ચાહકો અને સભ્યોને જણાવવાનું કે, જ્ઞાનામૃતમાં નવી કોલમ **'વાચકોના પ્રતિભાવો'** શરૂ કરી છે.

આપ સૌ વાચકો જ્ઞાનામૃતના જુદા જુદા અંકોમાં પ્રકાશીત થતા વિવિધ લેખો, લેખોની ગુણવત્તા, વિવિધતા, ભાષા કે અન્ય સામગ્રી, ફોટા, લખાણ, કવરપેજ, ડિઝાઈન કે અન્ય કોઈ નવીન બાબતો અંગે પણ આપના અમૂલ્ય પ્રતિભાવો, સૂચનો ચોક્કસ ગુજરાતી જ્ઞાનામૃતના

ઈ-મેલ gyanamrit.guj@gmail.com

અથવા **whatsapp - 94267 08448**

ઉપર અવશ્ય મોકલશો. તે અમે સહર્ષ સ્વીકારીએ છીએ. પ્રતિભાવો વાચકોના નામ, વિશિષ્ટ હોદ્દો હોય તો હોદ્દા સાથે, શહેર અથવા ગામના નામ સાથે આવનારા અંકોમાં સ્થાન આપીશું.

દિવ્ય-પ્રકાશની તેજસ્વી પારસમણિ રાજયોગિની

દાદી પ્રકાશમણિ જી

બ્ર.કુ. હેમંતભાઈ, શાંતિવન, આબુ રોડ

અમાસની કાળી રાતમાં અંધકારનું સામ્રાજ્ય હોય અને આંધી - તોફાનનો માહોલ હોય તો મન પર ભયનું ભૂત સવાર થશે જ, આવા સમયે પથિક એક ડગલું પણ આગળ કેવી રીતે ભરે? પણ પળભરમાં ચમત્કાર થાય, કોઈ દિવ્યમણિ મળી જાય, તો મણિના પ્રકાશમાં ભટકતો રાહી મંજિલ મેળવી લે, પતિત-દુઃખીને પણ મુક્તિ મળી જાય. હા, આવા જ એક અદભૂત, અલૌકિક, અનમોલ દિવ્ય-પ્રકાશની તેજસ્વી પારસમણિ હતા, 'ડો. દાદી પ્રકાશમણિ જી' આ પારસમણિના સંગના રંગથી દરેક રૂહ (આત્મા) પવિત્રતાના તેજથી ચમકવા લાગતી. અજ્ઞાન રૂપી અંધકારમાં જ્ઞાન - પ્રકાશથી મુક્તિ - જીવનમુક્તિનો રાહ બતાવનાર 'દાદી પ્રકાશમણિજી' અધ્યાત્મ જગતમાં દૈદિપ્યમાન સિતારો બની, સદા સૂર્યની જેમ ચમકતા રહ્યા. 'રત્નપ્રભા દાદીજી'ની આત્મિક આભા (ઓરા) અને પવિત્રતાની પ્રભાથી સમગ્ર સંસાર પ્રકાશિત થતો રહ્યો.

દાદીજીનો દૈહિક જન્મ સિંધ હૈદરાબાદમાં 1 સપ્ટેમ્બર, 1922ના શુભદિને થયો હતો. પિતા 'ગોપાલદાસ હાથીરામાની' તેમજ માતા શ્રીમતી 'હકી' એ પુત્રીરત્નને નામ આપ્યું, 'રામા' તો શિવપિતા તરફથી દાદીજીને અવ્યક્ત નામ મળ્યું, 'પ્રકાશમણિ'. પિતાશ્રી બ્રહ્માબાબા પ્રેમથી દાદીજીને 'કુમારકા' કહેતા. બાળપણથી જ 'રામા' શ્રીકૃષ્ણની દીવાની હતી. નાનપણથી જ જાણે રામાને 'મીરાં' બનવાની લગની લાગી હતી. ઘરની નજીક આવેલા શ્રીરાધા-શ્રીકૃષ્ણના મંદિરમાં રામા સવાર-સાંજ જઈને નિયમિત પૂજા કરતી. રાત્રે શ્રીકૃષ્ણને હિંડોળામાં ઝૂલાવવા, પછી તેમને પલંગ પર સુવડાવવા - આ રામાનો નિત્યક્રમ હતો! તે રોજ ભાગવતમાં વર્ણવેલા શ્રીકૃષ્ણના ચરિત્ર વાંચતી, સાથે 'સુખમણિ અને ગ્રંથસાહેબ' પણ વાંચતી હતી. સ્કૂલમાં રીલિજિયસ પિરિયડમાં રામા હંમેશા ફર્સ્ટ આવતી. રામાને ભણતર પ્રત્યે પ્રેમ હતો, તે ક્લાસમાં સદા પહેલો, બીજો કે ત્રીજો નંબર લાવતી હતી. બાળપણમાં રામા ન તો બજારની વસ્તુઓ ખાતી, ન તો ફેશન કે અન્ય શોખ કરતી, ન ક્યારેય ખરાબ સંગત કરતી, ન ક્યારેય સિનેમા જોવા જતી, જેનાથી ખરાબ વાતોના પ્રભાવથી તે સદાય મુક્ત રહેતી. સહેલીઓ પણ માત્ર ભણવા માટે જ ઘરે આવતી. સુસંસ્કારી રામાએ માતા-પિતા તરફથી ના ક્યારેય ઠપકો ખાધો કે ના માર ખાધો. રામા ત્રીજાથી છઠ્ઠા ધોરણ સુધી વર્ષમાં બબ્બે પરીક્ષાઓ આપતી અને દર છ મહિનામાં તે આગળના ધોરણમાં જતી રહેતી હતી, આ વિધિથી 14 વર્ષની ઉંમરે જ રામાએ મેટ્રિક પાસ કરી લીધું.

દાદીજી પોતાના અલૌકિક જન્મની વાર્તા સંભળાવે છે, 'એક સવારની વાત છે, હું પથારીમાં સૂતી હતી. મેં એક સુંદર શાહી બગીચો જોયો, બગીચામાં લાઈટ જ લાઈટ (પ્રકાશ) હતી, એ પ્રકાશમાં નાનો એવો શ્રીકૃષ્ણ, વાંસળી લઈને નાચતો-કૂદતો મારી નજીક આવ્યો, તેની પાછળ સફેદ વેશધારી ફરિશ્તો ઊભો હતો. સત્ય-નારાયણની કથામાં સાંભળતા હતા કે ભગવાન ઘરડા વેશમાં આવે છે. જ્યારે શ્રીકૃષ્ણની સાથે સફેદ વસ્ત્રધારી ફરિશ્તો જોયો તો લાગ્યું કે હું

સત્યનારાયણ ભગવાનને જોઈ રહી છું, તેમને જોઈને હું ખુશ થઈ રહી હતી, એટલામાં હું જાગી ગઈ. બાળપણમાં સાંભળ્યું હતું કે ભગવાનના દીદાર થાય તો કોઈને કહેવું જોઈએ નહીં, એટલે મેં કોઈને જણાવ્યું નહીં. મારી સહધ્યાયી 'લીલા' ઓમ મંડળીમાં જતી હતી. હું તેના ઘરે ગઈ, તે ધ્યાનમાં બેઠી હતી, પણ તે આંખો જ ખોલતી નહોતી. લીલાની મા બોલી, '2-3 દિવસથી આની આ જ હાલત છે.' બાદમાં લીલાએ આંખો ખોલીને કહ્યું, 'ચાલ રામા, તને શ્રીકૃષ્ણના દીદાર કરાવું.' હું બોલી, શ્રીકૃષ્ણના દીદાર કોઈ માસીનું ઘર થોડું છે.' હું માતા-પિતાની આજ્ઞાકારી હતી, તેમને પૂછ્યા વગર ક્યાંય જતી નહોતી. રાત્રે પિતાજી આવ્યા અને બોલ્યા, 'દીકરી, અહીં એક દાદા ગીતા પર સત્સંગ કરે છે, તારે સ્કૂલમાં રજા છે તો કેમ સત્સંગમાં નથી જતી?' હું બોલી, 'આજે જ મારી સખી લીલાએ પણ ત્યાં જવાનું કહ્યું હતું.' પિતાની મંજૂરીથી હું સત્સંગમાં પહોંચી, ત્યાં બાબા ઓમ ધ્વનિ કરી રહ્યા હતા, ઓમ ધ્વનિ મને ખૂબ જ ગમી. મારી દ્રષ્ટિ બાબાના મસ્તક પર પડી. તેમના મસ્તકમાંથી લાઈટ નીકળી રહી હતી. મેં વિચાર્યું, જેમને સપનામાં જોયા હતા આ એ જ સત્યનારાયણ મહારાજ છે! એવું વિચારતા-વિચારતા હું ધ્યાનમાં ચાલી ગઈ, જે સપનામાં જોયું હતું, તે જ શ્રીકૃષ્ણ, તે જ લાઈટ, તે જ સત્ય-નારાયણને ધ્યાનમાં જોઈ રહી હતી. કેટલીય વાર સુધી હું ધ્યાનમાં બેસી રહી, સત્સંગ પૂરો થયો અને બધા ચાલ્યા ગયા.

હું ઘરે આવી, પણ મને ઊંઘ ન આવે. હું છત પર એકલી બેસી, કલાકો સુધી ધ્યાનમાં ચાલી જતી. માને થતું કે દીકરીને શું થયું છે? ન ખાય છે, ન પીએ છે, જ્યારે જુઓ ત્યારે સમાધિમાં બેસી રહે છે. હું ધ્યાનમાં ક્યારેક શ્રીકૃષ્ણ તો ક્યારેક ગોપ-ગોપીઓનો રાસ જોતી, કેટલાય દિવસો સુધી ખૂબ મસ્તી (આનંદ) છવાયેલી રહી. એ દિવાળીના દિવસો હતા, તેથી હું કહું છું, 'મારો અલૌકિક જન્મ દિવાળી છે.' દિવાળીની રજાઓ પૂરી થઈ, પરંતુ મારું તો સ્કૂલે જવાનું મન જ ન થાય. દિવાળી પછી છમાસિક પરિક્ષા હોય છે, મેં પિતાજીને કહ્યું, મારે પેપર નથી આપવા. હવે મારે સ્કૂલે નથી જવું. પિતાજી જ્યોતિષી હતા, તેઓ પહેલેથી જ જાણતા હતા કે હું મીરાં બનીશ. તો પિતાજી બોલ્યા, 'સારું દીકરી, જેવી તારી ઈચ્છા.' આ પ્રકારે પિતાજી તરફથી મને રજા મળી ગઈ. મનમોહની દીદીજી લૌકિક સંબંધમાં મારા કાકી થતા હતા, હું દીદી સાથે જવા લાગી, તો માતા-પિતા નિશ્ચિંત થયા કે દીકરી કાકી સાથે જાય છે. મને લગની લાગી, મારા માટે તો બસ બાબા, ઓમ મંડળી, બધું એ જ થઈ ગયું.

બાબાનું બજારની વચોવચ ખૂબ મોટું મકાન હતું, તેની ઉપરના રૂમમાં બાબા એકાંતમાં રહેતા હતા. હું નાની હતી, રંગીન કપડાં પહેરતી હતી, સિંધી છોકરીઓ ઘરેણાં પણ પહેરતી હતી. એક દિવસ હું લીલા અને કિકની આ સખીઓ સાથે બજારમાંથી જઈ રહી હતી, બાબા ઉપરના રૂમમાં હતા. બાબાએ અમને ઉપર બોલાવ્યા અને પૂછ્યું, 'દીકરી, તારે પેન્ટ-કોટ વાળા સાથે લગ્ન કરવા છે કે પીતાંબર વાળા સાથે?' અમને કંઈ સમજાયું નહીં. બાબા બોલ્યા, 'તારે કોઈ છોકરા સાથે લગ્ન કરવા છે કે શ્રીકૃષ્ણ સાથે?' મેં કહ્યું, 'મારા તો ગિરધર ગોપાલ સાથે લગ્ન થઈ ગયા.' બાબા બોલ્યા, 'તો પછી આ રંગીન વસ્ત્રો અને ઘરેણાં કેમ પહેર્યા છે?' તે દિવસ અને આજનો દિવસ, અમે ન ક્યારેય ઘરેણાં પહેર્યા, ન રંગીન કપડાં પહેર્યા.

બાબા થોડા દિવસો માટે મમ્માને સત્સંગના હેડ (મુખ્ય) બનાવીને કાશ્મીર ગયા. બાબાએ જ્ઞાનમાં આવ્યા પહેલા લૌકિક સ્કૂલ માટે બિલ્ડિંગ બનાવી હતી. કાશ્મીરથી બાબાએ લખ્યું, 'ઓમ રાધે, હું ત્યારે જ આવીશ, જ્યારે ઓમ મંડળીમાં

આવનારી માતાઓ અને બાળકોના બોર્ડિંગની તમે પૂરી તૈયારી કરી લેશો. કોન્ટ્રાક્ટર પાસેથી પૂરી બિલ્ડિંગ હાથમાં લઈ લો અને મને સમાચાર આપો.' મમ્માએ દીદી મનમોહની અને મારી સાથે મીટિંગ કરી અને બાબાને લખ્યું કે અમે સ્કૂલ ચલાવીશું. બાબા આવ્યા, સ્કૂલની વસ્તુઓ જેમ કે બેંચ, પુસ્તકો, ખુરશી, ટેબલ બધું ખરીદ્યું. સન્ 1937માં વિધિવત બોર્ડિંગનું ઉદ્‌ઘાટન કર્યું. હું તો માત્ર 14 વર્ષની હતી, મારી પાસે કોઈ ડિગ્રી નહોતી, પરંતુ હું ભણાવતી હતી 9-10 વર્ષના બાળકોને. એક વર્ષ પછી બાબાએ આઠ લોકોના નામે સંપત્તિ વિલ (વારસાનામું) કરી દીધુ - મમ્મા, દીદી મનમોહિની, પ્રકાશમણિ, અર્જુનની માં રૂક્મિણી, રૂપવન્તી (મમ્માની મામી), મહેન્દ્ર.. એ વિલ પર જસોદામૈયા, બૃજેન્દ્રાદાદી, બાબાના દીકરા, આ બધાની સંમતિના હસ્તાક્ષરો હતા. બાબાની વિશેષતા જુઓ, વિલમાં લૌકિક પરિવારના કોઈ સભ્યને ના રાખ્યા.'

આબુ આવ્યા પછી બાબાએ દાદીજીને સેવા અર્થે મુંબઈ મોકલ્યા હતા. જાન્યુઆરી 1969માં દાદી મુંબઈથી પાર્ટી લઈને મધુબન આવ્યા હતા. બાબા વધારે દિવસ મધુબનમાં રોકાવા દેતા નહોતા, પણ આ વખતે બાબા બોલ્યા, 'બેટી કુમારકા, પાર્ટીને મોકલી દો, તમે રોકાઈ જાઓ.' બાબાએ દાદીજીને એક-એક ડિપાર્ટમેન્ટનું અવલોકન કરાવ્યું અને યજ્ઞનો કારોબાર સમજાવ્યો. આખરે 18 જાન્યુ-આરીનો દિવસ આવ્યો! બાબા થોડા અસ્વસ્થ હતા, તેથી સવારના ક્લાસમાં ન આવી શક્યા. રાત્રિના ક્લાસમાં બાબાએ બાળકો પાસેથી વિદાય લીધી, પછી રૂમમાં આવ્યા અને દાદીજીના હાથમાં હાથ આપી આત્મા-પક્ષી (બાબા) વતનમાં ઊડી ગયું, દ્રષ્ટિ આપતા આપતા બાબાએ દાદીજીને બધી શક્તિઓ વિલ કરી દીધી. બાબાના દેહના અંતિમ સંસ્કાર પછી, બાપદાદા ગુલઝારદાદીનાં તનમાં પધાર્યા. દાદી પ્રકાશમણિ અને દીદી મનમોહનીના માથા પર બે ગુલાબ રાખી અવ્યક્ત બાપદાદા બોલ્યા, 'દાદી પ્રકાશમણિ મુરલી સંભળાવશે અને દાદી (મુખ્ય પ્રશાસિકા) તથા દીદી (અતિરિક્ત મુખ્ય પ્રશાસિકા) બંને યજ્ઞ સંભાળશે.' દાદીની કમાલ હતી કે જે નાનો એવો છોડ પિતાશ્રી બ્રહ્માબાબાએ દાદીજીને સોંપ્યો હતો, તેને દાદીજીએ વિશાળ વટવૃક્ષ બનાવ્યું.

દાદી જાનકીજી, પ્રકાશમણિ દાદીજીની વિશેષતાઓ સંભળાવતા કહે છે, 'દાદીજી વિશાળ દિલવાળા, રહેમદિલ અને સ્નેહના સાગર હતા. સદા સતગુરૂ બાબાની શ્રીમતને શિરોધાર્ય રાખી દાદી સંપન્ન અને સંપૂર્ણ બની ગયા. દાદી સદાય સાચા, મીઠા અને અતિ પવિત્ર કુમારી રહ્યા. એક સેકન્ડમાં તેઓ દેહ સહિત તમામ સંબંધોથી નષ્ટોમોહા બન્યા કારણ કે નિશ્ચયનો પાયો ખૂબ જ પાકો હતો. ઉંમર નાની હોવા છતાં દાદી બધાની પાલના ખૂબ જ સારી રીતે કરતા હતા, તેથી બધા દાદીને 'મુન્ની મમ્મા' કહેતા હતા. દાદીનો બાબામાં જેવો વિશ્વાસ હતો, તેટલો જ પોતા પર પણ વિશ્વાસ રહ્યો. બાબા વિશ્વસેવાનું ડાયરેક્શન આપતા અને દાદી તરત જ અમલમાં લાવતા. જે બાબાએ કર્યું તે દાદીએ કર્યું અને દાદી 'જય જગજનની, સબ દુખહરની' બની ગયા. દાદી 1977માં લંડન આવ્યા તો બધાને એવો અનુભવ થયો કે જાણે બાબા જ આવ્યા છે.'

દાદી ગુલઝારજી પ્રકાશમણિ દાદીજીના ગુણમોતી સંભળાવતા કહે છે, 'દાદીજી બાપ સમાન હતા. બાબા પ્રેમ પણ ખૂબ આપતા તો શિક્ષા (શિક્ષણ) પણ ભરપૂર આપતા. ભૂલ કરનારને સીધું ન કહેતા, બાબા મુરલીમાં ઈશારો આપતા કે, 'મહારથી બાળકો, આવું-આવું કરે છે', ભૂલ કરનાર સમજી જતા, જો તે હિંમત કરીને બાબાની ખૂબ નજીક આવતા, તો બાબા વધુ પ્રેમ આપતા,

દોહરાવતા નહિં કે આ ભૂલ કરી. દાદીનો સ્વભાવ પણ બાબા જેવો હતો - અગર નાની બહેને દાદીને સંભળાવ્યું કે મને રડવું આવ્યું, ફીલિંગ આવી, તો દાદી મોટી બહેનને ક્યારેય ઠપકો નહોતા આપતા કે તેં નાની બહેનને આવું-તેવું કેમ કહ્યું? પરંતુ નાની બહેનને એટલો પ્રેમ આપીને તેના મનને જ સંપૂર્ણ રીતે ઠીક કરી દેતા, નહિ કે મોટી બહેનને કંઈ કહેતા. દાદી ક્લાસમાં બધા કાયદા-કાનૂન સમજાવતા હતા પણ વ્યક્તિગત મળવા પર સીધું નહોતા કહેતા કે તેં આવું કર્યું. દાદી દિલમાં કંઈ રાખતા નહોતા.'

ભ્રાતા રમેશભાઈ શાહ દાદીજીની સેવાઓનાં વખાણ કરતા કહે છે, 'હું 1952માં દાદીજીના સંપર્કમાં આવ્યો. દાદીજી જાપાન સંમેલનમાં ગયા હતા. મેં દાદીજીને લખ્યું કે તત્વજ્ઞાનના વિદ્વાન પાંડુરંગ શાસ્ત્રી સંમેલનમાં આવ્યા છે, તેમને ભોજન પર બોલાવીને સેવા કરશોજી. દાદીજીએ પાંડુરંગ શાસ્ત્રીજીને 10 દિવસ પવિત્ર ભોજન કરાવ્યું અને વિસ્તારથી યજ્ઞનો ઇતિહાસ સંભળાવ્યો કે કેવી રીતે પુરુષપ્રધાન સમાજે બહેનોની ઉન્નતિમાં અવરોધો ઊભા કર્યા, આ સાંભળીને શાસ્ત્રીજીની આંખો ભરાઈ આવી. અમે 1964માં પ્રદર્શનીનું પહેલું ચિત્ર, 'સાચા વૈષ્ણવ કોણ?' બનાવીને બાબા પાસે મોકલ્યું, બાબાએ લખાણમાં સુધારો કરીને પાછું મોકલ્યું. મેં લખ્યું, 'બાબા, આ તમારા અક્ષર નથી.' બાબાએ લખ્યું, 'કુમારકા દિકરીના અક્ષર છે.' અમે બાબાને દાદીને મોકલવાનો આગ્રહ કર્યો, દાદીના કુશળ માર્ગદર્શનમાં પ્રદર્શની બની, જેનું ઉદ્દ્ઘાટન મહારાષ્ટ્રના રાજ્યપાલ મંગળદાસ પકવાસાએ કર્યું. 24 જૂન 1965ના રોજ મમ્મા અવ્યક્ત થયા તો મેં બાબાને પૂછ્યું, "હવે મુખ્ય સંચાલિકા કોણ હશે? આ નિર્ણય કરીને, તમે લેખિતમાં આપો તો સારું રહેશે!' બાબાએ 1 એપ્રિલ 1966ની સાકાર મુરલીના અંતિમ પેજ પર પોતાના હાથેથી સિંધી અક્ષરોમાં દાદી પ્રકાશમણિજીને મુખ્ય પ્રશાસિકા અને દીદી મનમોહનીજીને અતિરિક્ત પ્રશાસિકાનાં રૂપમાં નિયુક્ત કરી નિયુક્તિ-પત્ર લખ્યો. બાબાએ ડિસેમ્બર 1968થી દાદીજીને મુખ્ય પ્રશાસિકા બનવાની સઘન તાલીમ આપી હતી.'

મધુબનનાં દિવંગત મોહિનીદીદી દાદીજીની ખૂબીઓ જણાવે છે, 'પ્યારા બાબાએ મને અવ્યક્ત સ્વરૂપના દીદાર કરાવીને કહ્યું, 'દિકરી, હું તને લેવા આવ્યો છું' આ સાજભર્યો અવાજ મારા કાનમાં ગુંજતો રહેતો. તે સમયે પ્યારા દાદીજી જાપાન સંમેલનમાં જતી વખતે લખનૌ આવ્યા હતા, ત્યારે મેં તેમને બાબાના અવાજનું રહસ્ય પૂછ્યું, દાદી બોલ્યા, 'ડરતી નહીં, આ પરમ-પિતાનો ઈશારો છે, તમે ખૂબ ભાગ્યશાળી છો, આટલી નાની ઉંમરે (12 વર્ષ) પ્રભુ પોતાના બનાવવા માંગે છે.' દાદીની સરોવર જેવી ઊંડી આંખોમાં મમતાનો સાગર લહેરાઈ રહ્યો હતો, દાદીના એ વાત્સલ્ય અને અપનત્વભર્યા અવાજની મારા મન પર અમીટ છાપ પડી. એક વર્ષ પછી દાદી જાપાન સેવાથી પાછા ફર્યા, પ્યારા બાબાએ ખૂબ જ ઉમંગથી સ્વાગત કર્યું, દાદીજી પ્રત્યે દરેક બ્રહ્માવત્સનો અપાર પ્રેમ જોયો. ખૂબ જ હર્ષિતમુખ, બેપરવાહ બાદશાહ, સેવાની સફળતાથી સંપન્ન દાદીજીએ રૂહાની નજરથી નિહાલ કરી અને મને પૂછ્યું, 'તમે પણ આવ્યા છો?' દાદીજીના સંગના રંગમાં હું ઓલરાઉન્ડર, દરેક સેવામાં દક્ષ બનતી ગઈ. મેં દાદીનો મમ્મા-બાબા પર નિશ્છલ પ્રેમ તથા અતૂટ ભાવના, સેવામાં સમર્પણ, 'હાં જી' નો પાકો પાઠ, 'એક બાપ બીજું કોઈ નહીં' ની દ્રઢ ધારણાથી સદા એકવ્રતા સ્થિતિ જોઈ. દાદી મને સ્નેહથી 'મોહનલાલ' કહેતા હતા.'

મુઝફ્ફરપુરના રાનીદીદી દાદીજીનો પુરુષાર્થ સંભળાવતા કહે છે, 'સન 165માં મેં એક વર્ષ દાદીજીના સાનિધ્યનું સૌભાગ્ય મેળવ્યું, ત્યારે જોયું કે દાદી બાબાને કેવી રીતે નિરંતર યાદ કરે છે! એક

દિવસ તેમને માથાનો દુખાવો થયો તો હું બામ લગાવવા લાગી, દાદીજી બોલ્યા, 'રાની, જો, બાબા મારી સામે ઊભા છે. આખા દિવસમાં કોઈ એવો સમય નથી હોતો, જ્યારે બાબા મારી સામે ન હોય.' મેં પૂછ્યું, 'કયા બાબા?' તેઓ બોલ્યા, 'બંને બાબા (શિવબાબા અને બ્રહ્માબાબા) કમ્બાઈન્ડ છે ને!' આ વાત છે - જ્યારે મુઝફ્ફર-પુરમાં ભવન બની રહ્યું હતું, હું મધુબન આવી હતી, વિચાર્યું બાબાના રૂમમાં બેસીને યાદ કરીશ તો સહયોગ મળશે. એક દિવસ હું હિસ્ટ્રી હોલની બહાર બેઠી હતી. દાદી પાર્ટીઓને મળી રહ્યા હતા, જ્યારે પણ તેઓ બહાર આવતા, મને જોતા. પછી દાદીએ મને રૂમમાં બોલાવીને કહ્યું, 'જેટલી વાર હું બહાર આવી, તને બહાર બેઠેલી જોઈ.' હું બોલી, 'હું એકલી આવી છું ને એટલે બેઠી હતી.' દાદી બોલ્યા, 'ના, તને મકાન બનાવવાની ચિંતા છે ને!' હું બોલી, 'ના દાદી.' ત્યારે મારા માથા પર હાથ ફેરવીને દાદી બોલ્યા, 'બાબાના સહયોગથી ભવન સહજ બની જશે.' દાદીજીના વરદાનની કમાલ! ભવન બની ગયું. એકવાર મેં દાદીજીને પૂછ્યું, "સહનશક્તિ કેવી રીતે આવે?' તેમણે કહ્યું, 'જેમ એક રાજા પોતાના જ ચિંતનમાં મગ્ન રહે છે, આમ-તેમ નથી જોતો, તેવી જ રીતે પોતાના પુરુષાર્થમાં મગ્ન રહો તો સહનશક્તિ વધશે. હંમેશા રાજાની જેમ રહો. માનો કે આપણે લાઈનમાં ઊભા છીએ, કોઈ પાછળથી લાઈન તોડીને આગળ જશે તો તેને બોલીશું ને! જ્યારે તમે આગળ વધો છો, ત્યારે કોઈ કંઈક બોલે, નિંદા કરે તો સહન કરો, શાંત રહો અને આગળ વધો.'

શિવપિતાના દિલતખ્ત પર સદા બિરાજમાન, શિવસાજનની દિલરુબા, બ્રહ્મા- બાબાની અતિ લાડલી તેમજ બ્રાહ્મણ પરિવારના દુલારા હતા દાદી પ્રકાશમણિ! શિવપિતાના દરેક આદેશને શિરોધાર્ય કરી, બ્રહ્માબાબાના આજ્ઞાકારી, વફાદાર, ફરમાનબરદાર બની દાદીએ રુદ્ર યજ્ઞની નિમિત્ત અને નિર્માણ બનીને સંભાળ કરી. તેઓ સદા અભિમાનથી પર નિર્માણ (નિરહંકારી) થઈને, દરેક વય-વર્ગ-ધર્મની આત્માઓ માટે વિવિધ કાર્યક્રમોનું આયોજન કરતા. તેમની કાર્યપ્રણાલી બેમિસાલ હતી. દાદીના માતૃત્વ-પ્રેમના પ્રકાશની કિરણો દરેક દિલને સ્પર્શી જતી, તેઓ દરેકની માં બનીને બધાનું ધ્યાન રાખતા અને રૂહાની પાલના આપીને પોતાના બનાવી લેતા. તેમનું એક ક્ષણનું સાનિધ્ય પણ સુખ-શાંતિ આપી જતું, આત્મા તૃપ્ત થઈ જતી. સાગરની શાહી બનાવીએ, જંગલની કલમ બનાવીએ, ધરતીને કાગળ બનાવીએ અને માં સરસ્વતી લખવા બેસે તો પણ દાદીજીની ગુણમાળાને એક નાના લેખમાં કલમબદ્ધ કરવું શક્ય નથી, કારણ કે દાદીનું જીવનચરિત્ર જ એટલું દિવ્ય અને ભવ્ય, વિરાટ અને વિશાળ હતું. જે પણ તે પારસમણિના સાનિધ્યમાં પળભર માટે આવી જતું, તે નીખરી જતું હતું.

આવી પ્રાણથી પણ પ્યારી, દિવ્ય ગુણોની ખાણ, બ્રહ્માવત્સોના અરમાન પૂર્ણ કરનારી, અતિ મીઠી, અતિ પ્યારી, અતિ મહાન દાદી પ્રકાશમણિ રૂહાની રશ્મિઓથી અજ્ઞાન તિમીરને મિટાવતા, સર્વ પર અથાહ પ્રેમ-દુલાર વરસાવતા, **25 ઓગસ્ટ 2007**ના રોજ સંપૂર્ણ કર્માતીત ફરિશ્તા બનીને વતનમાં ઊડી ગયા. આજે પણ પવિત્રતાની ચૈતન્ય દીપસ્તંભ, પ્રકાશમણિદાદીની સ્મૃતિમાં બનેલો પ્રકાશસ્તંભ, દાદીજી સમાન કર્માતીત વિદેહી ફરિશ્તા બનવાની પ્રેરણા આપી રહ્યો છે, આવી પ્રકાશની તેજોપુંજ પારસમણિ દાદીજીને અમારા શત-શત નમન...

॥ ઓમ શાંતિ ॥

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

જ્ઞાન બીજ

આત્મબળ

બ્ર.કુ. ડૉ. મમતા શર્મા, આચાર્ય વિવેકાનંદ આર્ટસ કોલેજ, અમદાવાદ

જીવનમાં જ્ઞાનનું એટલું જ મહત્વ છે જેટલું જીવનને જીવવું. જો આપણે શ્વાસ ન લઈએ તો શું થાય? એવી જ રીતે જો આપણામાં જ્ઞાન જ ન હોય તો જીવન જીવવું કેવી રીતે? બાળક જન્મે પછી તેનો વિકાસ જ્ઞાન દ્વારા જ થાય છે. બાળકથી યુવા અને પ્રૌઢ બન્યા પછી વૃદ્ધ થાય ત્યાં સુધીની જીવનયાત્રામાં જ્ઞાનના અનેક પડાવમાંથી માનવ પસાર થાય છે. આધ્યાત્મિક જીવનમાં આવા પડાવ પસાર કરવા માટે યોગ્ય દ્રષ્ટિની જરૂર હોય છે. આ દ્રષ્ટિ દિવ્યતા તરફ પ્રયાણ કરવા માટે ચોક્કસ મદદરૂપ બને છે. જેવી રીતે પિતાશ્રી બ્રહ્માબાબાએ આધ્યાત્મિક બનવા માટે સૌ પ્રથમ એક દિવ્ય દ્રષ્ટિ કેળવી. આ દિવ્ય દ્રષ્ટિ એ જ્ઞાનને જાણીને તેને સમજવા માટેની છે. બ્રહ્માબાબાને સૌ પ્રથમ આત્મા વિશે સમજ મળી કે હું કોણ છું? તેમણે સતત તેનો અભ્યાસ કર્યો. તથા વારંવાર અભ્યાસના આધારે અનુભૂતિ પણ કરી. આ જ જ્ઞાનનું બીજ તેમનું આત્મબળ બન્યું. જેવી રીતે બીજને જમીનમાં દાટી દેવામાં આવે ત્યારે આરંભમાં એ બીજ અંધકારની વચ્ચે હોવાનો અહેસાસ કરે છે. પછી તે અંધકારમાંથી બહાર નીકળવાનો પ્રયાસ કરે છે. ત્યારે તે પ્રયાસના આધારે આ બીજ અંકુરિત થઈ છેવટે બહાર નીકળીને એક સુંદર વૃક્ષનું નિર્માણ થાય છે. આત્મા પ્રારંભમાં જ્ઞાનના સિંચનથી જ અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાંથી જ્ઞાનરૂપી પ્રકાશમાં આવે છે. આ બીજની જેમ જ અંકુરિત થઈ, જાગૃત થઈ બહાર આવે છે. સંસારની પ્રત્યેક વસ્તુને, જીવને, આ પ્રક્રિયામાંથી પસાર થવું જ પડે છે. આત્મબળને જાગૃત કરવા માટે આત્મ સંઘર્ષ કરવો જ પડે છે. ત્યારબાદ આંતરિક શક્તિ અને આત્મવિશ્વાસ વધે છે. પરમાત્માની સાથે નિરંતર વાર્તાલાપ કરવાથી સમગ્ર વિચારો એકીકૃત થાય છે. સાથે-સાથે તનને પણ સ્વસ્થ, સ્વચ્છ બનાવવું પડે. અનેક નાના નાના કાર્યોમાં જેમ-જેમ સફળતા મળતી જાય તેમ-તેમ વિચારો શુદ્ધ થતા જાય છે. વિચારોની શુદ્ધિથી આત્મશક્તિ વધે અને મન મજબૂત થાય છે. મન મજબૂત હોય તો કોઈપણ પરિસ્થિતિ આપણને બાંધી શકતી નથી. કહેવાયું છે કે ‘મન એવ મનુષ્યાણાં કારણમ બંધ મોક્ષયો’

જીવનના કાર્યોમાં આત્મબળ એ જ મનુષ્યની ઢાલ છે. આત્મા હી આત્માનો બંધુઃ આત્મારિપુરાત્મનઃ આધ્યાત્મિક વ્યક્તિની સાચી તપસ્યા તેનું આત્મબળ જ છે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

(પેજ નં. 11નું અનુસંધાન)... બાળ સરિતા

સ્વરૂપ, શાંતિ-શક્તિનું પવિત્રતાથી ભરપૂર આત્મા (પ્રાણ) ચેતના સમજવું.

3. અને પ્રકાશ લઈને આવવું અર્થાત્... બુદ્ધિમાં જ્ઞાન, પ્રકાશ, સત્ય, દિવ્ય-ગુણ અને શક્તિથી ભરપૂર રહેવું, ‘હું શક્તિશાળી, શ્રેષ્ઠ દિવ્ય આત્મા, પરમાત્માની સંતાન છું’ આ સ્મૃતિ સાથે રાખવાની.

સમજયાને પ્રિય બાળકો...ચાલો, હવે ફરી બીજા પછીના અંકમાં મનમંદિરનાં ઓટલે મળીશું.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

દાદી પ્રકાશમણિજીની જ્ઞાનગંગા

અલૌકિક ઓળખ અને વિઘ્નોમાં વિજય

બ્ર.કુ. વિવેકાનંદ, મહાદેવનગર, અમદાવાદ

બ્રહ્માકુમારીઝના પૂર્વ મુખ્ય પ્રશાસિકા દાદી પ્રકાશમણીજી એક એવું વ્યક્તિત્વ, કે તેઓની વાણીથી મારા જેવા લાખો વ્યક્તિઓના જીવનમાં પરિવર્તન આવ્યું હોય. એમની સાથેના ઘણાં અનુભવો મારા માટે એક અનમોલ ખજાનો છે. સમયાનુસાર એમના દ્વારા મળેલું જ્ઞાન શ્રેષ્ઠ જીવનની એક પુંજી છે. મને એક વિચાર આવ્યો કે, ઓગસ્ટ મહિનાથી દાદીજીના મુખારવિંદથી વહેલી જ્ઞાનગંગાને અન્ય આત્માઓની બુદ્ધિરૂપી જટામાં ઉતારવાના કાર્યનો આરંભ કરું. અહીં પ્રસ્તુત છે જ્ઞાનગંગાની પહેલી ધારા.

ઘણા લોકો આવી વાતો કહેતા હોય છે કે, અમારા જીવનમાં અવારનવાર વિઘ્ન આવે છે, વાત તો સાચી જ છે. દરેકના જીવનમાં વિઘ્નો તો આવે. પણ અનુભવ કહે છે કે, આ દુનિયા જ વિઘ્નોની છે. દુનિયા એટલે ડગલે ને પગલે વિઘ્ન. જ્યાં જશો ત્યાં વિઘ્ન જ વિઘ્ન હોય છે. વિઘ્નો એટલે કે જાણે કાંટાનું જંગલ. તો જ્યાં પણ ચાલશો ત્યાં કાંટો તો વાગશે જ. વિઘ્નો જાણે આપણા જીવનનો અવિભાજ્ય અંગ બની ગયા છે. વિઘ્નો વિશે દાદીજીના ક્લાસમાંથી જે જ્ઞાનબિંદુ મળ્યાં છે, તે અહીં લખું છું.

લૌકિક જીવન કે સમર્પિત (સેવાકેન્દ્રમાં) જીવનમાં ઘણા લોકો આપણને એવા જોવા મળે છે કે, જે આપણા સહયોગી હોય. પણ દાદીજી કહેતાં કે, તે આત્મા ભલે સહયોગી હોય, પણ તેણે જો પરમાત્મા (શિવબાબા)ને ઓળખ્યા નથી અને તેઓ યજ્ઞમાં સહયોગ આપે, પરંતુ કોઈક વાર તે સહયોગી વિઘ્નરૂપ બની જાય. દાદીજી તેમના અનુભવમાં જણાવતા કે, તેમાં કોઈ ઈશ્વરીય જ્ઞાનની વિરોધમાં બોલશે, કોઈ કહેશે કે 'તમારો જે ઉદ્દેશ છે તે હું માનતો જ નથી.' કોઈ એમ કહેશે કે 'તમારા આત્માના જ્ઞાનને આધારે ભાઈ-બહેનના સબંધને હું સ્વીકારતો નથી.' કોઈ તમારી નીતિમત્તાને પણ સ્વીકારતું નથી. આમ ઈશ્વરીય જ્ઞાનના તત્વજ્ઞાન (ફિલોસોફી)ને ન માને, બીજી રીતે તે સહયોગી હોય પરંતુ આ પણ એક પ્રકારનું વિઘ્ન જ છે. પછી તેઓ ભલે આપણા મા-બાપ હોય, દોસ્ત હોય કે સબંધમાં બીજું કોઈ હોય. આ બધા કોઈક વાર વિરોધી થઈ જતા હોય છે. કોઈ એમ પણ કહે કે 'તમે જો ઈશ્વરીય જ્ઞાનને માનશો, તો અહીં નોકરી નહીં આપીએ.' આવા પણ વિઘ્ન આવે.

કેટલાક લોકો એમ પણ વિચારે છે કે, વિઘ્ન આવે તો શું કરવું? કેટલાકના મનમાં એમ પણ પ્રશ્ન થાય કે, આ જ્ઞાનને અપનાવ્યું અને હવે મુશ્કેલીઓ આવી. શાંતિ માટે તો જ્ઞાન લીધું પણ હવે તો ટકરાવ થાય છે. લોકો શ્વાસ લેવા દેતા નથી. હવે આવા વ્યક્તિઓને શું જવાબ આપવો? આવા વિચારો આવતા હોય તેને દાદીજી કહેતાં, વિઘ્ન આવવું એ આ કળિયુગી સંસારનો નિયમ છે. આ સંસારની રીતભાત છે. તે વ્યક્તિનો વિરોધ કરવો, તેની સાથે ટકરાવવું, વિઘ્ન નાખવું, ગ્લાનિ કરવી, અપશબ્દો બોલવા, દુશ્મનાવટ રાખવી - આ બધું કળિયુગી સંસારનો સ્વભાવ છે.

પરંતુ આપણે કળિયુગી સંસારના આવા નિયમોને અપનાવવાના નથી. હું અસંસારી છું,

કારણ હું ભગવાનનો અલૌકિક બાળક છું. આ સંસારથી હું અળગો (ન્યારો) છું. આવી વાતો જ્યારે દાદીજી પાસે હું સાંભળતો, ત્યારે દાદીજીના મનોમંથનની પરાકાષ્ઠાની પ્રતીતિ થતી. આ તે કેવો વિશાળ દૃષ્ટિકોણ! આ સંસાર પ્રત્યેની કેવી વૈરાગ્યવૃત્તિ! વધુમાં દાદીજીએ કહ્યું છે તે વિચારવા જેવું છે. આ અલૌકિક કુળમાં પણ ક્યારેક કોઈ એકબીજા માટે વિઘ્નરૂપ બની જાય. આજે કોઈ મારા વખાણ કરે અને આવતીકાલે તે મારા અવગુણોનું વર્ણન પણ કરે. કોઈ પ્રગતિ જોઈને ઈર્ષા કરે. જો કોઈ પ્રગતિ ન કરતાં હોય તેના અવગુણ જોઈને કહેશે 'આ તો એકદમ બુદ્ધુ છે.' જો તમે હસશો તો એમ કહેશે કે 'આ તો ચંચળ છે.' અને જો ચુપ રહેશો તો એમ કહેશે કે, 'આ બુદ્ધુ છે.' જો સેન્ટર પર સેવા કરશો તો કહેશે 'આખો દિવસ સેન્ટર પર જ સેવા કરે છે, ત્યાં જ રહે છે, તેને ઘર-પરિવાર કોઈ નથી.' જો સેન્ટર પર નહીં જાઓ તો એમ વાત કહેશે 'આ ક્યાં યજ્ઞ સ્નેહી છે.' જો તમે થોડું તન, મન, ધન સેવામાં અર્પણ કરશો તો એમ પણ કહેશે, 'તારે તારા ભવિષ્યનું પણ વિચારવું જોઈએ.' જો નહીં કરો તો કહેશે 'આ તો કંજુસ છે.' જો જ્ઞાનના નશામાં રહી બધું ભૂલવાનો પ્રયાસ કરશો તો કહેશે 'એટલો બધો નશો હોવો ન જોઈએ.' અને જો જ્ઞાનનો નશો રાખશો નહિ તો કહેશે કે 'એને શિવબાબા પર નિશ્ચય જ નથી.' બંને બાજુ મુશ્કેલી જ છે.

સિંધીમાં કહેવત છે, 'ચક્કી કા પાટ નીચે ઉઠાવો તો પણ ભારે, ઉપર ન ઉઠાવો તો પણ ભારે, અને જો ઉઠાવો નહીં તો પીસાઈ જશો.' જો સાદગીથી રહેશો તો કહેશે 'આ તો સંન્યાસી બની ગયો.' જો અપટુડેટ સરસ વ્યવસ્થિત રીતે રહેશો તો કહેશે 'એને તો કોઈ વૈરાગ્ય જ નથી.' તો હવે અંતે કરવું શું? આવા અનુભવો તો લગભગ દરેક જણાના હશે, કારણ કે દરેકની વિચારધારા જુદી-જુદી છે, દરેકનો દૃષ્ટિકોણ પણ જુદો છે. તેથી આપણને હંમેશા આવા અનુભવો થતા રહે છે.

વધુમાં દાદીજી કહેતાં કે, ક્યારેક મુરલી (પરમાત્માના મહાવાક્યો)માં શિવબાબા કહે છે, 'શું નોકરીની ટોકરી ઉઠાવવાની છે?' જો તમે નોકરી નહીં કરો તો તમને કોઈ કશું પૂછશે નહીં. ગંભીર રહેશો તો એમ પણ કહેશે કે, 'આ તો બહુ સીરિયસ છે.' જો હળવા રહેશો તો કહેશે 'મર્યાદા શીખો.' જો ટીચરબહેનની માનો તો કહે છે 'એ તો એમની જ વાત માને છે.' નહીં માનો તો કહે છે 'આ આત્મા તો મનમાની કરે છે.' આવા અનેક પ્રકારના પ્રશ્નો રોજ જીવનમાં આવે. આવા સમયે આપણે શું કરવાનું છે? એકની વાત સાંભળો તો બીજો વ્યક્તિ નારાજ થાય. મોટાનું સાંભળો તો નાનાં નારાજ થાય. નાનાનું સાંભળો તો મોટા નારાજ થાય. તો શું કરવું? આવા પ્રશ્નો દરેકના જીવનમાં વારંવાર ઊભા થાય છે, અને આ જીવન એક નાવ સમાન છે, તેને ચલાવવા માટે હોશિયાર નાવિક બનવું જરૂરી છે.

દાદીજી કહેતા કે એક વાત હંમેશા યાદ રાખવી, આપણે જેટલા રૂસ્તમ (આત્મબળશાળી) બનીશું, એટલી માયારૂપી રાવણ પણ રૂસ્તમ (બળશાળી) બનશે. રાવણ શું કરી શકે છે? જરા એ વિચારો. ક્યારેક કુદ્રષ્ટિ લાવશે, તો ક્યારેક સંસ્કારોનો ટકરાવ થશે, ક્યારેક ઈર્ષા, મારાપણું કે જુસ્સો આવેશ આવવો. આ પણ રાવણના અનેક સ્વરૂપો છે. પરંતુ આપણે સો ટકા રાવણ સામે જીતવું છે. તેના માટે અતિસૂક્ષ્મ બુદ્ધિ જોઈએ. જેના માટે આપણી પાસે શ્રીમત છે. શિવબાબા શ્રીમતથી જે ઈશારા આપે, અવશ્ય તે ધ્યાનમાં રાખી દરેક ઈશારાનું સ્પષ્ટીકરણ મેળવી, આપણે

(અનુસંધાન પેજ નં. 05 પર)

જ્ઞાન પરબ

મનસા સેવા - 1

બ્ર.કુ. જગદીશભાઈ, ઈસનપુર, અમદાવાદ

આપણી સનાતન ધર્મની સંસ્કૃતિમાં સેવા પરમોધર્મ માનવામાં આવે છે. ગુજરાતીમાં કહેવત છે કે, કરો સેવા તો મળે મેવા. અહીં માતા પિતા, વૃદ્ધો, ગુરુઓ, દર્દીઓ, ગરીબો, વડીલો, અંધજન, અપંગ વગેરેની સ્થૂળ સેવાની વાત છે. આ બધાની સેવા કરવાથી આશીર્વાદ, દુવાઓ, ફંડ-ફાળો, અન્ન, વસ્ત્રો વગેરે રૂપે મેવા તો મળે છે પરંતુ તે એક જન્મ માટે જ ચાલે છે. સેવા એટલે કોઈ પણ પ્રકારના ઇનામ કે વળતરની અપેક્ષા રાખ્યા વગર કરવામાં આવતું કાર્ય. નામ, માન, શાન માટે પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરવા કે સ્વાર્થ વશ, દાતાઓના લિસ્ટમાં પોતાનું નામ આવે તેના માટે કરવામાં આવેલી સેવા સાચી સેવા નથી. નશામુક્ત અભિયાન જેવી સમાજ સેવાથી સામાજિક દુષણો કે મુશ્કેલીઓ દૂર કરી શકાય છે. લોકોને મદદ કરવાનો ઉત્તમ ગુણ, પરોપકારનું કાર્ય કરવું, એ માનવ જીવનનું સર્વોચ્ચ કર્તવ્ય છે.

વિશ્વ કલ્યાણની સેવા એ જ સર્વ શ્રેષ્ઠ અને ઉત્તમ સેવા છે. તન-મન-ધનથી કરેલી નિસ્વાર્થ સેવા જ સાચી સેવા છે. મુખ્ય ત્રણ પ્રકારની સેવા ગણવામાં આવે છે - તનુજા, વિત્તજા અને માનસી. તનુજા સેવા તનથી અને વિત્તજા સેવા ધનથી કરવામાં આવે છે જ્યારે મનથી થતી માનસી સેવા વિશ્વમાં બહુ જ ઓછા લોકો કરે છે. તનથી કરેલી સેવામાં ચક્ષુદાન, રક્તદાન, કીડનીદાન, શ્રમદાન વગેરેનું દાન કરવામાં આવે છે. દાદી પ્રકાશમણીજીએ પણ આબુમાં ઓમશાંતિ ભવન બનતું હતું ત્યારે પથ્થરો ઉઠાવી શ્રમદાન કર્યું હતું. કોઈ પ્રજ્ઞાચક્ષુને હાથ પકડીને રસ્તો પસાર કરવામાં મદદ કરવી તે પણ એક સેવા છે. શિયાળામાં ઘણા લોકો ફૂટપાથ પર ઉંઘતા ગરીબ લોકોને ધાબળાઓનું દાન કરે છે. ઘણા લોકો હોસ્પિટલોમાં દર્દીઓ માટે મફત ટિફિન પહોંચાડવાની ટિફિન સર્વિસ કરે છે. કોઈ કુતરાઓને રોટલા તો વળી કોઈ કીડીઓને લોટ આપવાની સેવા કરે છે. ઘણી દુકાને ગૌશાળાઓને ઘાસ આપવા માટે દાન પેટી મૂકેલી હોય છે. આપણા દરેકના ઘરે પહેલી રોટલી ગાયની અને છેલ્લી રોટલી કૂતરાની બનાવવામાં આવે છે. ઘણા લોકો આશ્રમમાં કે મંદિરમાં ઝાડુ પોતા કરવાની સેવા કરે છે. અમૃતસરના સુવર્ણ મંદિરમાં સેવાધારીઓ દર્શનાર્થીઓના જુતા સાફ કરવાની પણ સેવા કરે છે. વળી કેટલાક લોકો ગરીબોના બાળકોને ભણવા માટે નોટો, કંપાસ બોક્સ, પુસ્તકો અને સ્કૂલ ડ્રેસ આપતા હોય છે. કેટલાક લોકો હોસ્પિટલમાં શબવાહિની દાનમાં આપે છે જ્યારે કેટલાક લોકો હોસ્પિટલ, સ્કૂલ, કોલેજ, યુનિવર્સિટી, વૃદ્ધાશ્રમ કે અનાથ આશ્રમ બનાવી સેવા કરતા હોય છે. ઘણા લોકો સવારે ઊઠીને ભગવાનના ફોટા કે મૂર્તિની પૂજા કરીને ભગવાનની સેવા કરી એમ માને છે. ઘણા લોકો ગરીબો માટે અન્ન ક્ષેત્ર ખોલી મફતમાં જમવાનું આપતા હોય છે, તો કેટલાક ગરીબોને મફત કે રાહત દરે જાત્રા કરાવતા હોય છે.

આમ, તન અને ધનથી તો અનેક પ્રકારની સેવાઓ વિશ્વમાં અવિરત ચાલ્યા જ કરે છે. પરંતુ મનસા સેવા કરવાવાળા બહુ જ ઓછા લોકો છે. બ્રહ્માકુમારીઝ સંસ્થામાં ૨૦ થી વધારે સમાજના

વર્ગોની સેવા કરવા માટે જુદી જુદી શાખાઓ બનાવેલી છે. ઈશ્વરીય જ્ઞાનના ચાર મુખ્ય વિષયોમાં સેવા પણ એક અગત્યનો વિષય છે. મનસા સેવા એટલે મનથી કોઈને દુઆઓ વરદાન કે શુભ આશિષ આપવી, સર્વ પ્રત્યે શુભ ભાવના રાખવી. આ એક એવી સેવા છે જેના ફળરૂપે અનેક જન્મો સુધી ચાલ્યા કરે તેવા ખજાના ભરપૂર થઈ જાય છે. આ સેવાથી કોડી પણ ખર્ચ્યા વગર વિશ્વના મહારાજા પણ બની શકાય છે. આ એક અત્યંત આધુનિક સેવા છે, જે સ્વયં ભગવાને શીખવાડેલી છે. ૧૯૮૦ની સાલ પછીની ઘણી બધી અવ્યક્ત-વાણીઓમાં સ્વયમ ભગવાને અનેક વાર જણાવ્યું છે કે આ સેવામાં કુશળ અને પ્રવિણ બનો.

તા. 30-03-1998 ની અવ્યક્તવાણીમાં મીઠા બાબાએ જણાવ્યું છે કે, એક એવું ગ્રુપ બનાવો જે આ કાર્યમાં રુચિવાળું હોય અને મનસા સેવાનું રીઅર્સલ કરતું રહે અને એટલે જ ગુજરાતના દરેક સેન્ટરમાં અત્યારે ગ્રુપ બનાવીને મનસા સેવાની લહેર ચાલી રહી છે. આપણા દીદીઓ અને વરિષ્ઠ ભાઈઓએ આ અંગે ખૂબ જ સુંદર માર્ગદર્શન આપેલ છે.

મનસા સેવાના ફાયદા

- મનસા સેવા દ્વારા ખુબજ ઓછા સમયમાં, ઓછી મહેનત અને ઓછા ખર્ચમાં અધિક સફળતા મળે છે.
- મનસા સેવા વિશ્વમાં તમામ આત્માઓને પરમાત્માનો સંદેશ પહોંચાડવા તથા બ્રાહ્મણ પરિવારની વૃદ્ધિ માટે ખૂબ જ આવશ્યક છે.
- મનસા સેવા દ્વારા જ પરમાત્માના કર્તવ્યની પ્રત્યક્ષતા થશે.
- મનસા સેવા દ્વારા દૂર-દૂર સુધી ત્યાં ગયા વગર આત્માના આહવાનથી સેવા કરી શકાય છે.
- સ્થૂળ સેવાઓમાં વિઘ્નો, હલચલ, પ્રકૃતિનો અવરોધ, ઈર્ષા, શારીરિક થાક અને વાદવિવાદની શક્યતાઓ રહેલી છે.
- કરનકરાવનહાર ભગવાન પોતે આ ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું સંચાલન કરે છે અને ભણાવે છે તે હજુ સુધી સ્પષ્ટ થયુ નથી, આ સ્પષ્ટીકરણ માટે મનસા સેવા ખૂબ જ અગત્યનો ભાગ ભજવશે.
- મુખનો અવાજ તો અમુક અંતર સુધી જ પહોંચે છે જ્યારે મનનો અવાજ ધારો ત્યાં સુધી પહોંચી શકે છે.
- તા.18-11 97ના રોજ પ્યારા મીઠા બાબાએ જણાવ્યું છે કે, જો બેહદની વૃત્તિથી વિશ્વના ગોળા પર, ઊંચા આસન પર કે પરમધામમાં બાપની સાથે સ્થિર થઈ યોગમાં રહી થોડા સમય માટે પણ સેવા કરો તો તેનું ફળ અનેક ગણું મળે છે.
- આજકાલના સમય અને સંજોગો જોતા લાગે છે કે મનસા સેવા એ જ અંતિમ સેવા છે, આ વિહંગ માર્ગની સેવા છે.
- અવ્યક્ત વાણી તા. 21-11-79માં બાપદાદાએ જણાવ્યું છે કે, જેમ સંગઠિત રૂપમાં અખબારો, ટીવી કે રેડિયો દ્વારા એક જ સમય પર અનેક સ્થાનો પર સંદેશ આપો છો તેમ મનસા સેવાના પણ નવીન પ્રયોગ કરી સેવાની નવી-નવી શોધ કરો. જેમ યુદ્ધમાં અંતિમ સમય પર જે પણ શ્રેષ્ઠ શસ્ત્ર હોય તે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે, તેમ હવે આ સૃષ્ટિચક્રના અંતિમ સમયે અષ્ટ શક્તિઓના પ્રયોગ કરવાની અને સ્થાપનાનું કાર્ય સ્પષ્ટ રૂપે દેખાઈ આવે તેના માટે મનસા સેવા કરવાની ખાસ જરૂર છે. અંતિમ સમયે સાયન્સના બધા સાધનો ફેલ થઈ જશે ત્યારે આ મનસા સેવા જ કાર્ય કરશે, આ ઈશ્વરીય

(અનુસંધાન પેજ નં. 31 પર)

શાંતિ એજ સાચી શક્તિ

બ્ર.કુ. ડો. મુકેશભાઈ પટેલ, GGRC - ઈન્દ્રપ્રસ્થ, ઉજડીયા

પ્રસ્તાવના - મનુષ્ય જીવનમાં શાંતિ ખૂબ મહત્વ ધરાવે છે, જ્યાં શાંતિ છે ત્યાં વિકાસ છે, આપસમાં સ્નેહ અને વિશ્વાસ છે. શાંતિ દ્વારા એકાગ્રતા વધે છે, દુનિયાની બધી જ સમસ્યાઓનું નિવારણ શાંતિ દ્વારા જ જલ્દી થઈ શકે, દુનિયાની તમામ શોધનું મૂળ શાંતિની શક્તિમાં જ રહેલું છે.

આપણી આ મહાન શક્તિ એ મુજ આત્માનું જ સ્વરુપ છે, મારો જ સ્વધર્મ છે, મારી જ સંપત્તિ છે. તો આવો આપણે તેના વિસ્તારમાં જઈ તેને કેવી રીતે મેળવી અનુભૂતિ કરીએ અને કરાવીએ.

'શાંત સ્વરૂપ સ્થિતિ'નો અર્થ - ખૂબ સરળ પણ ખૂબ ઊંડો છે.

મૂળ અર્થ - શાંત સ્વરૂપ સ્થિતિ = પોતાની આત્માનું મૂળ સ્વરૂપ 'શાંતિ' તરીકે અનુભવવું અને એમાં સ્થિર રહેવું. આપણે શરીર નથી, આત્મા છીએ. આત્માનો મૂળ સ્વભાવ છે - શાંતિ, સુખ, પ્રેમ. જ્યારે મન શાંત, નિર્વિકાર અને સ્થિર હોય, ત્યારે એ 'શાંત સ્વરૂપ સ્થિતિ' કહેવાય.

સરળ ભાષામાં સમજીએ - શાંત સ્વરૂપ સ્થિતિ એ અંદરની એ સ્થિતિ છે જેમાં, મનમાં વિચારોનો અવાજ ઓછો હોય. ગુસ્સો, ચિંતા, ડર ના હોય. કોઈની સામે પ્રતિક્રિયા નહિ, પણ સ્થિરતા. અંદરથી હળવાશ અને શાંતિ અનુભવાય. એટલે કે **'હું આત્મા છું, અને હું શાંત સ્વરૂપ છું'** – આ અનુભવમાં રહેવું.

ઉદાહરણ - ધારો કે, કોઈ તમને કોઈ કંઈ ખોટી વાત કરે તો સામાન્ય રીતે ગુસ્સો આવે. પણ જો તમે અંદરથી શાંત રહો, પ્રતિક્રિયા ન આપો. સ્થિર રીતે જવાબ આપો તો તમે **'શાંત સ્વરૂપ સ્થિતિ'**માં છો.

જેમ ખાંડ દૂધમાં ભળી જાય પછી દરેક ઘૂંટડામાં મીઠાશ અનુભવાય છે, તેમ જો આપણે પોતાના શાંત સ્વરૂપમાં સ્થિત રહીએ તો–આપણા મનમાં શાંતિ, દ્રષ્ટિમાં શાંતિ, બોલમાં શાંતિ, ભોજન વખતે શાંતિ, ચહેરા પરથી શાંતિના તરંગો, વ્યવહાર (ચલન)માં શાંતિ અને દરેક કર્મમાં શાંતિનો અનુભવ આપણને અને બીજાને પણ થાય.

કેવી રીતે શાંતિ મળે?

રાજયોગ ધ્યાન. આત્મા - ચેતના, સકારાત્મક સંકલ્પ દ્વારા ભગવાન સાથે જોડાણ.

એક લાઈનમાં કહેવાય કે, જ્યારે હું **'હું શાંતમય આત્મા છું'** એ અનુભવમાં સતત રહું – એ જ શાંત સ્વરૂપ સ્થિતિ છે. હું છું જ શાંત સ્વરૂપમાં. **'શાંતિ મારો સ્વધર્મ છે'**નો અર્થ ખૂબ સુંદર અને ગહન છે.

શબ્દનો અર્થ - શાંતિ, શાંત સ્વભાવ,

મારો સ્વધર્મ - મારો મૂળ સ્વભાવ / નેચર/ પ્રકૃતિ એટલે - **'શાંતિ મારો મૂળ સ્વભાવ છે'**. હું શરીર નથી, હું એક આત્મા છું.

આત્માનું સાચું સ્વરૂપ છે. શાંતિ, સુખ, પ્રેમ. એટલે શાંતિ કોઈ બહારથી લાવવાની વસ્તુ નથી. એ તો મારી અંદર પહેલાથી જ છે.

સરળ ઉદાહરણ ધારો કે, પાણીનો સ્વભાવ છે - ઠંડક, અગ્નિનો સ્વભાવ છે - ગરમી. એ જ રીતે આત્માનો સ્વભાવ - શાંતિ.

જીવનમાં અર્થ - જ્યારે આપણે ગુસ્સે થઈએ,

ચિંતા કરીએ, અશાંત બનીએ ત્યારે આપણે પોતાના સ્વધર્મથી દૂર થઈ જઈએ છીએ અને જ્યારે શાંત, સ્થિર, હળવા બનીએ ત્યારે આપણે સ્વધર્મમાં સ્થિત થઈએ છીએ.

એક લાઈનમાં સાર

'હું મૂળથી જ શાંતમય આત્મા છું – એ જ મારો સાચો સ્વભાવ છે.' **5 મિનિટમાં મન શાંત કરવાની સરળ પધ્ધતિ -** આ પધ્ધતિ તમે ક્યાંય પણ કરી શકો – ઓફિસ, ઘર, મુસાફરીમાં.

પહેલું પગલું - પોઝ (1 મિનિટ) જે કરી રહ્યા છો તે રોકો, આંખ બંધ કરો, શરીરને ઢીલું મૂકો. વિચાર કરો કે, **'હું થોડા સમય માટે બધું છોડું છું'**

બીજું પગલું - ઊંડો શ્વાસ (1 મિનિટ) ધીમે શ્વાસ લો (4 સેકન્ડ), થોડી વાર રોકો, ધીમે છોડો. 5-6 વાર કરો, મનને શાંત થવા દો.

ત્રીજું પગલું - વિચારોને સંયમ - એક શક્તિશાળી વિચાર લો. **'હું શાંત આત્મા છું'** અથવા **'શાંતિ મારી મૂળ પ્રકૃતિ છે' હું શાંતિના સાગરની સંતાન છું.**

આ વિચારને વારંવાર વિચારો. બાકી વિચારોને આવવા દો, પણ પકડી ન રાખો.

ચોથું પગલું - માનસિક ચિત્ર. પોતાની અંદર પ્રકાશ/શાંતિ અનુભવો. કલ્પના કરો કે **શાંતિ આખા શરીરમાં ફેલાઈ રહી છે.**

પાંચમું પગલું - અગાઉની સ્થિતિમાં પાછા ફરો, ધીમે ધીમે આંખ ખોલો, હળવું સ્મિત રાખો. વિચાર કરો કે, **'હવે હું શાંત અને સ્થિર છું' 'હું આત્મા. પરમાત્માની પ્રેમભરી યાદમાં છું'**

સંકલ્પ - **'આજે કોઈ પરિસ્થિતિ મને હલાવી નહીં શકે'**, **'હું સાક્ષીદ્દષ્ટા બનીશ'**

દિવસ દરમિયાન અભ્યાસ

નિયમ 1 - પોતાને શરીર નહીં પણ આત્મા સમજો. **'હું શાંતિની શક્તિ છું'**

નિયમ 2 - મિતભાષી - ઓછું બોલો, ધીમે બોલો, મીઠું બોલો.

નિયમ 3 - ટ્રાફીક કંટ્રોલ (દર 1 કલાકે 1 મિનિટ) શાંતિમાં રહી વિચારો **'હું શાંત પ્રકાશ છું.'**

નિયમ 4 - પ્રતિક્રિયા ના કરો. કોઈ શું પણ કરે.. તરત જવાબ ન આપો. 1 શ્વાસ.. પછી જવાબ

નિયમ 5 - સાક્ષી સ્થિતિ, દરેક સીનને સીનેમાની જેમ જુઓ. **'હું એક્ટર પણ નહીં, સાક્ષીભાવથી જોનાર છું'**

જમતાં સમયે મૌન, ઓછું બોલવું, મનમાં શાંતિ રાખવી. એનર્જી ફૂડ તરીકે લેવું.

નિયમો

1. ગપ્પા મારવા નહીં 2. નકારાત્મક વિચારો નહીં
3. વધારે પડતા વિચારો કરવા નહીં
4. સકારાત્મક અને શાંતિની જાગૃતિ
5. ધીમા અવાજે વાત કરવી.
6. જાગૃતિ માટે સ્વંયમનું ચેકીંગ

ફાઈનલ ફોર્મ્યુલા

આત્મ જાગૃતિ + શાંતિ = નિરંતર શાંતિ

દૈનિક અભ્યાસ

દરરોજ સવારે 4 થી 5 દરમિયાન શક્તિશાળી અમૃતવેળા યોગ કરવો.

દિવસમાં દર કલાકે 1 મિનિટ બાબાની યાદ શક્તિશાળી બનાવશે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

હવે અંતિમ વેળાએ શું કરવું?

બ્ર.કુ. અજિતકુમાર, જૂનાગઢ (ગુજરાત)

પરમપિતા શિવ પરમાત્માએ ઈ.સ. 1937માં પ્રજાપિતા બ્રહ્માના તનનો આધાર લઈ અવતરણ થઈ તેમના મુખ દ્વારા તથા દિવ્ય સાક્ષાત્કારો દ્વારા જણાવ્યું હતું કે નજીકના ભવિષ્યમાં નવી દુનિયા, સ્વર્ગરૂપી સતયુગ આવવાનો છે અને ભારત ફરીથી સ્વર્ણિમ ભારત બનવાનું છે. સાથે જ આ જૂની કલિયુગી દુનિયાનો વિનાશ થવાનો છે. આજે તે તમામ વાતો સ્પષ્ટપણે સામે દેખાઈ રહી છે. હવે જ્યારે સૃષ્ટિની અંતિમ વેળા ચાલી રહી છે, ત્યારે કર્મથી બનેલા આપણે બ્રાહ્મણોએ શું કરવું?

બેગ-બેગેજ સમેટી લો

જ્યારે આપણને ખબર પડી ગઈ છે કે નવી દુનિયા સ્વર્ગમાં જવાનો સમય આવી ગયો છે, ત્યારે હવે આપણું બેગ-બેગેજ સમેટી લેવું જોઈએ. અર્થાત્ નવા સંબંધો હવે બાંધવાના નથી, સંબંધોનો વિસ્તાર કરવાનો નથી અને નવા હિસાબ-કિતાબ ઊભા કરવાના નથી.

નિમિત્તમાત્ર ટ્રસ્ટી બનીને સંબંધો હવે નિભાવવાના છે. ધંધો, નોકરી અને લૌકિક પ્રવૃત્તિઓ માત્ર જીવનનિર્વાહ માટે જ કરવી. રોટી, કપડાં અને મકાન જેવી આવશ્યક જરૂરિયાતો માટે જ ધંધો - નોકરી કરવી. હવે તેને વધુ વધારવાની જરૂર નથી, કારણ કે શિવબાબાએ કહ્યું છે કે જે કંઈ આજે દેખાઈ રહ્યું છે તે બધું વિનાશ પામવાનું છે.

તેથી પેટ માટે કમાવું, પેટી માટે નહીં; ભવિષ્યની પેઢીઓ માટે નહીં, કારણ કે હવે જૂની પેઢી આગળ વધવાની નથી. તેથી દિવસ-રાત માત્ર લૌકિક કારોબાર પાછળ સમય ન ગાળવો. વધુમાં વધુ સમય રૂહાની સેવા અને તપસ્યામાં લગાવીને પુણ્યની પૂંજી જમા કરવી.

સફળ કરો, સફળતા મેળવો

શિવબાબાના મહાવાક્ય આપણે વારંવાર સાંભળીએ છીએ - 'કોઈની ડબ્બી રહી ધૂળમાં, કોઈની રાજા ખાઈ, કોઈની આગમાં બળી જાય, કોઈનું ચોર લૂંટી જાય; સફળ તો તેનું જ થાય જે ધણીના નામે લગાવે.'

હવે આ સમય સ્પષ્ટપણે સામે દેખાઈ રહ્યો છે. તેથી આપણું તન, મન, ધન, સમય, શ્વાસ અને શક્તિ - બધું જ ઈશ્વરીય સેવા અને પુણ્ય કાર્યોમાં અર્પણ કરી દેવું જોઈએ. જો જાણતા હોવા છતાં આપણે તેનો ઉપયોગ ન કરી શકીએ, તો અંતિમ વિનાશના સમયે ભારે પસ્તાવો થશે.

તે સમયે ન ધન કામ આવશે, ન તન કામ આવશે, ન મન કામ આવશે અને ન જન કામ આવશે. તે સમયે માત્ર એક બાબાની યાદ અને દુવાઓ જ કામ આવશે. પોતાના તન-મન-ધનને નષ્ટ થતું જોઈને પસ્તાવાના આંસુ આવશે.

શુક્રિયા કરો

પરમાત્માના મહાવાક્ય અનુસાર આભાર માનવો પણ એક પ્રકારનો યોગ છે. આપણા રક્ષક, ખુદા દોસ્ત, ભોળેનાથ શિવબાબાનો દિલથી આભાર માનીએ, જેમણે કલ્પ-કલ્પ આપણને જ્ઞાન અને યોગ શીખવ્યો, જન્મોજન્મ સુખ-શાંતિ આપી, દિવ્ય બુદ્ધિ આપી અને શ્રેષ્ઠ સંસ્કારો આપ્યા. જેના કારણે આજે પણ આપણે સુખી, સંતોષી અને આનંદમય જીવન જીવી રહ્યા છીએ.

પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વો - પૃથ્વી, જળ, અગ્નિ, વાયુ અને આકાશનો પણ લાખો વખત આભાર માનીએ. સતયુગમાં તેમણે ૨૧ જન્મ સુધી આપણને અપરંપાર સુખ આપ્યું અને આજે તમોપ્રધાન સૃષ્ટિ હોવા છતાં ઘણું બધું આપી રહ્યા છે. આ પાંચ

તત્ત્વોથી બનેલા શરીરનો પણ દિલથી આભાર વ્યક્ત કરીએ.

આપણા લોકિક માતા-પિતા, દાદા દાદી , અલૌકિક માતા-પિતા, બ્રાહ્મણ પરિવાર, દાદીઓ, દાદાઓ અને નિમિત્ત બહેનો - જેમનું આપણા પર ઋણ છે, જેમણે આપણા પર અસંખ્ય ઉપકારો કર્યા છે - તેમનો દિલથી આભાર માની તેમના આશીર્વાદ મેળવીએ.

માફ કરો અને માફી માગી લો

આ અંતિમ બ્રાહ્મણ જન્મમાં કે અગાઉના અનેક જન્મોમાં આપણા દ્વારા જાણતા કે અજાણતા કોઈને દુઃખ પહોંચ્યું હોય, કોઈ આપણાથી નારાજ થયું હોય, તો તેમની નકારાત્મક ઊર્જા આજે પણ આપણો પીછો કરતી હોઈ શકે છે.

તેથી સૌની દિલથી માફી માગી લેવી જોઈએ. અને જો આપણને લાગે કે કોઈ વ્યક્તિના કારણે આપણને દુઃખ કે પરેશાની મળી છે, તો તેને તેના કર્મો પર છોડી દઈને, તેને અજ્ઞાન કે કમજોર આત્મા સમજીને દિલથી માફ કરી દેવું જોઈએ. તેને બદદુઆ ન આપવી કે નફરત ન કરવી, નહીં તો હિસાબ-કિતાબ વધુ વધશે અને જન્મોજન્મ તે આત્માઓ ફરીથી મળીને દુઃખના નિમિત્ત બનશે.

ઘોર તપસ્યા કરો

ઘોર તપસ્યાની અગ્નિ જ આપણા અનેક જન્મોના પાપકર્મો અને વિકર્મોને ભસ્મ કરશે. તે આપણા હિસાબ-કિતાબને હળવા કરશે, અત્યંત સુખનો અનુભવ કરાવશે અને બાબાની નજીક લઈ જશે. તેથી હવે સામાન્ય તપસ્યા નહીં, પરંતુ મમ્મા અને બાબાની જેમ ઘોર તપસ્યા કરવી જોઈએ. મમ્મા અને બાબા રાત્રે બે-ત્રણ વાગ્યે ઊઠીને સમગ્ર વિશ્વને સકાશ આપતા હતા.

સંપૂર્ણ પવિત્રતા

પરમપિતા પરમાત્માના મહાવાક્ય છે કે કામવિકાર મહાશત્રુ છે, જે આદિ, મધ્ય અને અંત દુઃખ જ આપે છે.‘ કામજીત જગતજીત.’

પવિત્રતા માત્ર બ્રહ્મચર્ય નથી, પરંતુ બ્રહ્મા બાબાને સંપૂર્ણ અનુસરીને બ્રહ્મચારી બની મનસા, વાચા, કર્મણા અને સ્વપ્નમાં પણ પવિત્ર બનવું છે.તો તમારો ચહેરો ચાલતું-ફરતું મ્યુઝિયમ બની જશે. પવિત્રતા વિશ્વની સર્વોચ્ચ શક્તિ છે. પવિત્રતા સુખ અને શાંતિની જનની છે. પવિત્રતા સૌથી મોટી પર્સનાલીટી છે. સૌથી મોટી સંપત્તિ છે.

હવે આપણા જીવનમાં પવિત્રતાની પૂર્ણતા આવવી જોઈએ.

કૃપાળુ, દયાળુ અને રહમદિલ બનો

આજે વિશ્વમાં સુખ, શાંતિ અને સંતોષ ઘટી રહ્યા છે. આત્માઓ સુખ અને શાંતિના ભિખારી બની ભટકી રહી છે. બાબા કહે છે કે તેમની પીડાની પોકાર તમને સંભળાતી નથી. તેથી હવે પોતાના કૃપાળુ, દયાળુ, દુઃખહર્તા અને સુખકર્તા પૂર્વજ સ્વરૂપને પ્રગટ કરો. દુઃખી આત્માઓને સુખની અંજલિ આપો. ભગવાનના બાળક બનીને માસ્ટર ભગવાન સ્વરૂપે આત્માઓને મુક્તિ અને જીવનમુક્તિનો માર્ગ બતાવો.

સાક્ષી સ્થિતિ

હવે આપણે અંતિમ સમયના દૃશ્યોમાં પ્રવેશી ચૂક્યા છીએ. અંતિમ દૃશ્ય ચાલી રહ્યું છે. કેટલીક આત્માઓ પોતાના પુણ્યના આધારે સુખ અને શાંતિનો અનુભવ કરશે, જ્યારે કેટલીક આત્માઓ વિનાશની ચક્કીમાં સરસવની જેમ પીસાઈ જશે. કેટલીક આત્માઓ ધર્મરાજની સજા દ્વારા પોતાના હિસાબ-કિતાબ ચૂકવશે.

જેને આપણે પોતાના માનીએ છીએ, તે કદાચ આપણાથી પહેલાં પણ જઈ શકે છે. પોતાના પુરુષાર્થ અનુસાર તેઓ સુખી કે દુઃખી બનશે, અને આપણે તે બધું સાક્ષી બનીને જોવું પડશે.

કર્મોની ગતિ, દરેક આત્માનું ભાગ્ય, ડ્રામા કલ્યાણકારી અને ન્યાયકારી છે.- આ બધું જ્ઞાન

(અનુસંધાન પેજ નં. 05 પર)

વાચકોના પ્રતિભાવ

જ્ઞાનામૃતનો જૂન મહિનાનો અંક વિશેષ રહ્યો. મમ્મા વિશે જુદા જુદા લેખો અને સરલાદીદી સાથેના સમ સ્મરણોના ખૂબ સુંદર લેખ પ્રકાશિત થયા. જેના દ્વારા યજ્ઞની ઘણી નવી નવી વાતો જાણવા મળી. જૂન મહિનાનો અંક વિશેષ પસંદ આવ્યો.

મોકલનાર - નિલેશ આર. શાહ, વડોદરા.
(19-06-2006)

જૂન માસના જ્ઞાનામૃતમાં માતેશ્વરી જગદંબા (મમ્મા)ના અનુભવો વાંચી થયું કે, આ દીદીઓ કેટલા ભાગ્યશાળી છે? કે જેમણે મમ્માને નજરો નજર જોયા. ખેર, આજે અનુભવો વાંચતાં વાંચતાં થયું કે, હું પણ સંગમયુગમાં નસીબદાર છું, આજે પણ સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે મમ્મા મારી સાથે છે.

મોકલનાર - કપિલાબેન પટેલ, વડસર.
(30-06-2026)

સંગમયુગની પ્રશ્નાવલી ભાગ - 6ના જવાબો

1. એક જ બાપ	2. પાંચ વિકારો
3. મુક્તિ-જીવનમુક્તિ	4. સુખ
5. દેહી-અભિમાની	6. વારસો
7. ખુશી	8. શક્તિશાળી
9. વિશેષતા	10. અલબેલા
11. રચયિતા	12. દેવી-દેવતા
13. પવિત્રતા	14. બાપ
15. સતોપ્રધાન	16. નશા
17. સત્ય ધર્મની	18. નોલેજફુલ
19. કર્મેન્દ્રિય	20. સ્વસ્થિતિ
21. પતિત	22. મિરુઆ
23. ઘરે	24. સ્નાન
25. ત્રિકાળદર્શી	

(પેજ નં. 09નું અનુસંધાન)... **રમતગમતમાં**

દે છે.

દક્ષિણ ભારતમાં 'કલારીપયટ્ટુ' અને 'સિલંબમ' જેવી પ્રાચીન વિદ્યાઓને પૂરી રીતે આધ્યાત્મિક અનુશાસનને અધીન રાખવામાં આવી. કેરળની 'કલારી' (પ્રશિક્ષણ કેન્દ્ર)માં પ્રશિક્ષણની શરૂઆત મંદિરની દેરી પર માથું નમાવીને થતી હતી. અહીં યોદ્ધાને શીખવવામાં આવ્યું કે શરીર એક મંદિર છે અને તેની પ્રત્યેક કોશિકામાં ઈશ્વરનો વાસ છે, તેથી આનો ઉપયોગ માત્ર ધર્મની રક્ષા હેતુ થવો જોઈએ.

મધ્યકાળની આ રાષ્ટ્રવ્યાપી વિરાસત આપણને શીખવે છે કે જ્યારે કૌશલ્ય (Skill) ની સાથે સંસ્કાર અને બળની સાથે સાધના જોડાય છે, તો તે શક્તિ કલ્યાણકારી બની જાય છે. વર્તમાન સંગમ યુગમાં આ સંદેશ વધુ ઊંડો થઈ જાય છે. આજે આપણને ફરીથી એ જ હનુમાન સમાન 'અચલ-અડોલ' સ્થિતિ અને 'કરનકરાવનહાર'ની સ્મૃતિની આવશ્યકતા છે. જ્યારે એક ખેલાડી પોતાની કળાને પરમાત્માને સમર્પિત કરી 'સાક્ષી' થઈને રમે છે, તો તે માત્ર પદક નથી જીતતો, પરંતુ વિશ્વ પરિવર્તનના ઈશ્વરીય કાર્યમાં પોતાનું અમૂલ્ય યોગદાન આપે છે.

શક્તિ અને સાધનાનો જ્યારે થાય છે મેળ,
ત્યારે ઈશ્વરીય સેવા બની જાય છે દરેક ખેલ.

મધ્યકાળની આ ગૌરવશાળી વિરાસતને સમજ્યા પછી, હવે આપણે આ યાત્રાના આગામી અને સૌથી મહત્વપૂર્ણ પડાવ તરફ વધી રહ્યા છીએ. આગામી લેખમાં આપણે જોઈશું કે આધુનિક યુગના વ્યાવસાયિક પડકારો, ડોપિંગ અને તણાવપૂર્ણ પ્રતિસ્પર્ધી વાતાવરણમાં 'રાજયોગ' કઈ રીતે એક વૈશ્વિક સંજીવની સાબિત થઈ રહ્યો છે.

॥ ઓમ શાંતિ ॥

(પેજ નં. 25નું અનુસંધાન)... મનસા સેવા-1

સૂક્ષ્મ મશીનરી છે. જેમ ભગવાન ભક્તોની ભાવના પૂર્ણ કરવા તેમની સામે જતા નથી, તેમ છતાંય તેમની મનોકામના પૂર્ણ કરે છે, તેવી જ રીતે બ્રહ્માવત્સો દ્વારા પણ મનસા સેવા દ્વારા સર્વની મનોકામનાઓ પૂર્ણ થશે. આ અંતિમ સર્વિસની રૂપરેખા છે. બાબા કહે છે, હવે મનસા દ્વારા એવું પાવરફુલ યંત્ર શોધો જે એક સેકન્ડમાં અનુભવ કરાવી શકે, કારણ કે હવે અંતિમ સમયમાં થાકેલી, હારેલી, કમજોર આત્માઓ આવશે, તેમને હિંમત આપવી પડશે. મનસા સેવા દ્વારા દાન, વરદાન કે આશિષ આપવાથી સ્વયમના વિઘ્નો પણ સમાપ્ત થઈ જશે. કોઈ પણ ખાલી હાથે ન જાય. જ્ઞાનની આ ભૂખી તરસી આત્માઓને સંતુષ્ટ કરવા અવિનાશી લંગર લગાવવું પડશે.

આપણે માસ્ટર મુક્તિદાતા છીએ ભટકતી આત્માઓને પણ મુક્તિધામ ઠેકાણું આપવા ઘરનો રસ્તો બતાવવો પડશે. મુક્તિ, જીવનમુક્તિ બધાને આપવાની છે. પ્રકૃતિના પાંચ તત્વો, પશુ પંખી તથા વાયુમંડળની પણ સેવા કરવાની છે. આમ, મનસા સેવા એ દરેક પ્રકારની સેવાઓમાં સર્વશ્રેષ્ઠ અને ઉત્તમ સેવા છે. આ સેવા બાળક, વૃદ્ધ, સ્ત્રી, પુરુષ, દર્દી, અપંગ, કોઈપણ જાતિ કે ધર્મના હોય, દરેક જણ કરી શકે છે, માટે દરેક જણે આ સેવામાં લાગી જવાનું છે

॥ ઓમ શાંતિ ॥

તું ખુદ જ બન

બ્ર. કુ. જૂનાગઢ

તું ખુદ જ કૃષ્ણ બન,
જેમાં સૌ સ્વભાવ-સંસ્કાર એકરસ થઈ રાસ અનુભવે,
તું ખુદ જ રામ બન,
જેમાં સૌ મર્યાદા પુરૂષોત્તમ જીવન અનુભવે,
તું ખુદ જ પેગમ્બર બન,
જેમાં સૌ એક ઈશ્વરનાં બાળક અનુભવે,
તું ખુદ જ બુદ્ધ બન,
જેમાં સૌ અહિંસા, સત્ય ને અનુભવે,
તું ખુદ જ ઈશુ ક્રાઈસ્ટ બન,
જેમાં સૌ પ્રેમ ,ક્ષમા અનુભવે,
તું ખુદ જ ગુરુ નાનક બન,
જેમાં સૌ સમાનતા, નિસ્વાર્થતા અનુભવે,
તું ખુદ જ મીરાં બન,
જેમાં સૌ સમર્પિત, આધાર ઈશ્વર અનુભવે,
તું ખુદ જ સ્વામી વિવેકાનંદ બન,
જેમાં સૌ આધ્યાત્મિકતામાં સુખ અનુભવે,
તું ખુદ જ તુકારામ બન,
જેમાં સૌ ખુદનું જીવન મહાન અનુભવે,
તું ખુદ જ તુલસીદાસ બન,
જેમાં સૌ આદર્શ જીવન અનુભવે,
તું ખુદ જ કબીર બન,
જેમાં સૌ એકતાથી સફળતા અનુભવે,
તુ ખુજ બ્રહ્માકુમાર બન,
જેમાં સૌ વિશ્વ પરિવર્તન આધાર અનુભવે.

॥ 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 Dr. Nandini Harshadrai Dwivedi

સંગમયુગની પ્રશ્નાવલી ભાગ - 6

દૈવી ભાઈઓ અને બહેનો,

નવીનતાસભર ઈશ્વરીય જ્ઞાનખજાનો સંગમયુગની પ્રશ્નાવલી ભાગ - 4 જ્ઞાન-ચિંતનના આધારે અહીં આપેલા શબ્દોમાંથી યોગ્ય શબ્દ પ્રશ્નાવલીમાં ભરશો. આ પ્રશ્નાવલીના જવાબો આ જ અંકમાં અંદર આપેલ છે. તમારા જવાબોને સાચા જવાબો સાથે જરૂર ચકાસી જુઓ.

1. સદા સુખી બનાવવાવાળા ________________ છે.
2. જ્યાં સુધી __________ નું દાન ન આપે ત્યાં સુધી દુ:ખનું ગ્રહણ છૂટી ન શકે.
3. મનુષ્યની ગતિ-સદ્દગતિ એટલે________________________.
4. જ્યારે દેવી દેવતા હતાં તો બધા એક-બીજાને__________ આપતા હતાં.
5. ____________________ બનવામાં ખૂબ મહેનત છે.
6. બાપ જીવનમુક્તિનો___________ આપે છે અને રાવણ જીવનબંધનનો શ્રાપ આપે છે.
7. બ્રાહ્મણ-જીવનનો શ્વાસ __________ છે, શરીર ભલે ચાલ્યું જાય પરંતુ ખુશી ન જાય.
8. પોતાની સ્મૃતિને એટલી શ્રેષ્ઠ અને સ્પષ્ટ બનાવો ત્યારે ____________ બનશો.
9. બાપને જાણીને દિલથી બાબા કહેવું આ સૌથી મોટી______________________ છે.
10. કોઈથી પણ લગાવ છે તે લગાવ પુરુષાર્થમાં _______________ અવશ્ય બનાવશે.
11. _____________________ થી જ રચનાને વારસો મળે છે.
12. _____________________ ધર્મ-શ્રેષ્ઠ, કર્મ-શ્રેષ્ઠ હતાં.
13. ભારતમાં________________ હતી તો શાંતિ, સમૃદ્ધિ પણ હતી.
14. આધ્યાત્મિક જ્ઞાન ______________ સિવાય બીજું કોઈ આપી નથી શકતું.
15. સ્વયંને______________ બનાવવા માટે એક બાપને યાદ કરવાનાં છે.
16. ‘અપની ઘોટ તો_____________ ચઢે’
17. બાપદાદાની સાથે _________________ સ્થાપનાનાં કર્તવ્યમાં મદદગાર બનો.
18. ______________________ બની વ્યર્થ પ્રશ્નોને સ્વાહા કરી દો તો સમય બચી જશે.
19. કોઈ એક _____________ ની આકર્ષણ પણ એક બાપનાં બનવા નહીં દેશે.
20. ________________ શક્તિશાળી હોય તો પરિસ્થિતિ એની આગળ કંઈ પણ નથી.
21. બાબા આપણને _____________ થી પાવન બનાવે છે.
22. નિરંતર નશો રહે કે -________________ મોત મલૂકા શિકાર.
23. હવે આ દેહ અને દેહ નાં સર્વ સંબંધ છોડી_________ જવાનું છે.
24. જ્ઞાનનું_____________ અને યાદની યાત્રા કરવાની અને કરાવવાની છે.
25. ________________ ની સીટ પર સેટ થઈને દરેક કર્મ કરો તો માયા દૂર થી જ ભાગી જશે.

(એક જ બાપ, નોલેજફુલ, ઘરે, પતિત, ત્રિકાળદર્શી, સ્વસ્થિતિ, સ્નાન, સત્ય ધર્મની, મિરુઆ, નશા, શક્તિશાળી, બાપ, પવિત્રતા, રચયિતા, દેવી-દેવતા, મુક્તિ-જીવનમુક્તિ, અલબેલા, વિશેષતા, પાંચ વિકારો, સતોપ્રધાન, ખુશી, વારસો, સુખ, દેહી-અભિમાની)

ગોધરા ખાતે 'સમાજ સેવકોના સન્માન સમારોહ'ના કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. ઈ.વી.સ્વામીનાથનભાઈ, બ્ર.કુ. પુર્ણિમાબેન, બ્ર.કુ. સુરેખાબેન, બ્ર.કુ. બિરેન્દ્રભાઈ, બ્ર.કુ. બાબુભાઈ, બ્ર.કુ. રતનબેન.

મરોલી ખાતે આયોજીત 'ફનફેર'માં 'વ્યસન મુક્તિ પ્રદર્શન'માં નવનિર્માણ શાળાના આચાર્ય ભ્રાતા મયુરભાઈ રાણા, ગાયત્રી પરિવારના અગ્રણી ભ્રાતા ભરતભાઈ પટેલ સાથે બ્ર.કુ. મુકેશબેન.

માળીયા હાટીના ખાતે 'દેવાલય સે દેવત્વ કી ઔર' સ્નેહમિલનમાં પુજારીઓના સન્માન બાદ સમુહમાં બ્ર.કુ. રૂપાબેન, બ્ર.કુ. મીતાબેન.

અમદાવાદ ઈન્ડીયા કૉલોનીમાં 'કાનાણી પરિવાર'ના સ્નેહમિલનમાં અગ્રણીઓ સાથે બ્ર.કુ. નેહાબેન, બ્ર.કુ. ભાનુબેન, બ્ર.કુ. બાબુભાઈ.

ભુજ ઐયાનગરમાં 'પારિવારીક મુલ્યોંનું સંરક્ષણ' કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન, કચ્છ ગુર્જર ક્ષત્રિય સમાજના પ્રમુખ કેતનભાઈ, મહિલા મંડળના પ્રમુખ શોભનાબેન, સરપંચ રસીલાબેન, બ્ર.કુ. બાબુભાઈ.

રાજકોટ રણછોડનગરમાં 'કર્મનું ATM' કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. શીતલબેન, બ્ર.કુ. રમાબેન, સોશીયલ વર્કર મનસુખભાઈ, ભ્રાતા કનુભાઈ, ભ્રાતા લાલજીભાઈ શેરડીયા, ભ્રાતા ભરતભાઈ ગજેરા.

સુરત મોટા વરાછા ખાતે 'વિશ્વ યોગ દિવસ'ના ઉપલક્ષ્યમાં 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમ બાદમાં બ્ર.કુ. મીનાબેન, બ્ર.કુ. રૂપલબેન.

અમરોલી સેવાકેન્દ્ર દ્વારા 'ફાધર્સ ડે'ની ઉજવણીમાં બ્રહ્માકુમાર ભાઈઓના સન્માન બાદ સમુહચિત્રમાં બ્ર.કુ. કવિતાબેન.

માતર ખાતે 'વિદ્યાર્થીઓના સન્માન' કાર્યક્રમમાં સ્વામીનારાયણ મંદિરના મહંત ઘનશ્યામદાસજી મહારાજ, BJP મહિલા પ્રમુખ ઉષાબેન, BJP કાર્યકર્તા મેહુલભાઈ, તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓ સાથે બ્ર.કુ. રૂપલબેન.

નખત્રાણા ખાતે અલ્ટ્રાટેક સિમેન્ટ કંપનીમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' યુનિટ હેડ ભ્રાતા ડી.રાણા, HR હેડ અભિજીત જૈન, HRC મેનેજર ભ્રાતા જીતેન્દ્ર રાજપુરોહીત તથા સ્ટાફ સાથે બ્ર.કુ. ટિંન્વકલબેન.

હિંમતનગરમાં 'આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસે' આયોજીત 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. જ્યોતીબેન, બ્ર.કુ. ઈલાબેન, બ્રહ્માવત્સો.

સુરત રાંદેર ખાતે 'આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસે' આયોજીત 'વોક ફોર પીસ'ના કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. લીલાબેન, બ્ર.કુ. ભાઈ–બહેનો.

બાંટવા ખાતે 'વિશ્વ યોગ દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં નગરપાલિકાના પ્રમુખ ભ્રાતા રાજુભાઈ લાલવાણી, યોગા ગ્રુપ સાથે બ્ર.કુ. મધુબેન.

રાજકોટ ગાંધીગ્રામમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' આયોજીત 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમ બાદ સમુહમાં બ્ર.કુ. નયનાબેન, બ્ર.કુ. ભાગ્યાબેન.

રાજકોટ ગાયકવાડીમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમમાં શહેરના રાજમાર્ગ પર યોગ કરતાં બ્રહ્માવત્સો.

ઓલપાડમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' 'વોક ફોર પીસ'ના થીમ સાથે જાહેર સ્થળે યોગાસન કરતાં બ્રહ્માકુમાર ભાઈ–બહેનો.

સુરત વરાછામાં 'ઉઠો જગત કે વાસ્તે' કાર્યક્રમમાં મેયર માયાબેન, જ્ઞાનયોગ વિદ્યાસંકુલના જગદીશભાઈ, કૌશલ વિદ્યાસંકુલ પરબતભાઈ, બ્ર.કુ. જાગૃતિબેન, બ્ર.કુ. તૃપ્તિબેન તથા અન્ય.

કામરેજ ખાતે 'ઉઠો જગત કે વાસ્તે' કાર્યક્રમમાં વાત્સલ્ય ધામના ડાયરેક્ટર ભાનુભાઈ, રામકબીર શાળાના આચાર્ય શૈલેષભાઈ, એન.ડી.દેસાઈ શાળાના આચાર્ય પારસભાઈ, બ્ર.કુ. જાગૃતિબેન.

અમદાવાદ સુખ-શાંતિ ભવન દ્વારા 'વિશ્વ યોગ દિવસે' નિમિત્તે 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. ડૉ. નેહાબેન, બ્ર.કુ. ડૉ. નંદિનીબેન તથા યોગા કરતાં બ્રહ્માવત્સો.

ભાવનગરમાં 'આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસે' આયોજીત 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમમાં મેયર ઉષાબેન, કૉરપોરેટર ભ્રાતા મનિષભાઈ, બ્ર.કુ. તૃપ્તિબેન સાથે બ્રહ્માકુમાર ભાઈ-બહેનો.

સાવલી સેવાકેન્દ્ર દ્વારા 'વિશ્વ યોગ દિવસે' આયોજીત 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. શારદાબેન સાથે બ્રહ્માકુમાર ભાઈ-બહેનો.

સુરત પુણેમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' આયોજીત 'વોક ફોર પીસ' કાર્યક્રમ બાદ સમુહમાં બ્ર.કુ.રેખાબેન સાથે બ્રહ્માવત્સો.

વસો ખાતે 'વિશ્વ શાંતિ મહાયાત્રા'માં બ્ર.કુ. તરૂબેન, સરપંચ દિપકભાઈ દલવાડી, વિઝન સ્કુલના ડાયરેક્ટર હીનાબેન, કસ્તુરબા શાળાના આચાર્ય પ્રિયંકાબેન તથા બ્રહ્માવત્સો.

નવસારીમાં 'વિશ્વ યોગ દિવસે' 'વોક ફોર પીસ' હેતુથી રેલીને લીલી ઝંડી આપતાં પ્રસ્થાન કરાવતાં બ્ર.કુ. ગીતાબેન.

Gyan Amrit Vol.19 | Issue 08 | August 2026 | Retail Price - 15/- | RNI No. of RNP is GUJGUJ/2007/21842. Published on 1st of every month.

અમદાવાદ મહાદેવનગરમાં રાજયોગિની સરલાદીદીના ૭મા સ્મૃતિદિવસે ‘સાનિધ્યના સંસ્મરણો’ના કાર્યક્રમમાં રાજયોગિની ભારતીદીદી, બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન, બ્ર.કુ. શારદાબેન, બ્ર.કુ. સરલાબેન, બ્ર.કુ. ડૉ. નિરંજનાબેન, બ્ર.કુ. રાજબેન, બ્ર.કુ. અમરબેન, બ્ર.કુ. વિજયાબેન.

વડોદરાના મહારાણી હર હાઈનેસ શુભાંગીની ગાયકવાડ સાથે શુભેચ્છા મુલાકાત બાદ ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. ચંદ્રિકાબેન સાથે બ્ર.કુ. શારદાબેન, બ્ર.કુ. સરલાબેન, બ્ર.કુ. અરૂણાબેન.

ગાંધીનગરમાં નવનિયુક્ત DIG ભ્રાતા જી.એસ.મલિક IPSને શુભેચ્છા સાથે ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. કૈલાસબેન, બ્ર.કુ. તારાબેન.

છોટા ઉદેપુરમાં ગુજરાતના સુપ્રસિધ્ધ ગાયક કલાકારા ભગિની ગીતાબેન રબારીને ઈશ્વરીય સોગાત આપતાં બ્ર.કુ. ડૉ. મોનીકાબેન.

વલસાડમાં ‘વિશ્વ યોગ ધ્યાન દિવસે’ આયોજીત કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. રંજનબેન સાથે ગુજરાત યોગ બોર્ડના જીલ્લા કૉઓર્ડિનેટર ભગિની પ્રિતીબેન પાંડે, યોગ શિક્ષક ભગિની કસ્તુરીબેન ભાનુશાળી.

વડોદરા વાસણા રોડ ખાતે ‘પવિત્ર કુમારીઓના સન્માન સમારોહ’ કાર્યક્રમમાં બ્ર.કુ. ડૉ. નિરંજનાબેન, બ્ર.કુ. સરલાબેન, બ્ર.કુ. સુરેખાબેન, ભગિની પ્રીતિબેન IP & TAFS Director Admin, મ્યુ. કાઉન્સીલર ભગિની અવનિબેન સ્ટેમ્પવાલા, ભગિની મમતાબેન વ્યાસ, ભ્રાતા બ્રિજેશભાઈ કાપડીયા, બ્ર.કુ. મીનાબેન.

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