Gyan Amrit
ज्ञानामृत

Vol.15 - Issue 02
February 2022
Price 12/-

75
आजादी का
अमृत महोत्सव

आजादी के अमृत महोत्सव से
स्वर्णिम भारत की ओर

ગાંધીનગરમાં આઝાદીના અમૃત મહોત્સવ અંતર્ગત ત્રિરંગા યાત્રાનો શુભારંભ કરતા બ્ર.કુ. કૈલાસબેન, પ્રદેશ મહિલા મોરચાના સભ્યો.

સુરત મોટાવરાછા ખાતે નાતાલ પર્વ પર કેન્ડલ લાઈટ કરતાં બ્ર.કુ. આશાબેન, બ્ર.કુ. રંજનબેન તથા અન્ય બ્રહ્માકુમારી બહેનો.

મુંબઈ મુંલુદ સબઝોનની સુવર્ણજંયતી સમારોહમાં બ્ર.કુ. બ્રિજમોહનભાઈ, બ્ર.કુ. શીલુબેન, મહારાષ્ટ્ર ઝોન ઈન્ચાર્જ રાજયોગિની સંતોષદીદી, બ્ર.કુ. ડૉ. ગોદાવરીબેન, અભિનેત્રી વર્ષા ઉસગાવકર તથા અન્ય.

સરભાણ સેવાકેન્દ્ર દ્વારા આમોદ ખાતે 'રાષ્ટ્રીય કિસાન દિવસે' સંગીત સંધ્યામાં નગરસેવા સદનના પ્રમુખ મહેશભાઈ, RSSના કાર્યકર્તા મુકેશભાઈ, ગાયિકા બી.કે.હંસાબેન, બી.કે.પ્રીતિબેન.

વડનગર ખાતે 'રાષ્ટ્રીય કિસાન દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં નગરપાલિકાના ઉપપ્રમુખ કાનજીભાઈ, કિસાન સંઘના પ્રમુખ છનાભાઈ, બાંધકામ સમિતિના ચેરમેન ગેમરભાઈ, કનુભાઈ દેસાઈ તથા બ્ર.કુ.ચંદ્રિકાબેન.

સુરત ઓલપાડ સેવાકેન્દ્ર દ્વારા 'રાષ્ટ્રીય કિસાન દિવસ' આયોજીત 'કિસાન સ્નેહમિલન'માં મુખ્ય પ્રવચન કરતાં ગ્રામ વિકાસ પ્રભાગનાં રાષ્ટ્રીય સંયોજિકા બ્ર.કુ.તૃપ્તિબેન સાથે અન્ય મહેમાનો.

રાજકોટ કેવડાવાડીમાં લુઈ બ્રેઈલના જન્મદિવસે અંધજન કલ્યાણ મંડળના ગૃહપતિ ભ્રાતા જયદીપભાઈને બ્રેઈનલીપીમાં પાઠ્યક્રમની ચોપડી આપતાં બ્ર.કુ.પારૂલબેન, બાજુમાં રતિલાલભાઈ, પોમલભાઈ.

કચ્છ-મુદ્રા ટર્મીનલ ખાતે હિન્દુસ્તાન પેટ્રોલિયમ કૉરપોરેશન લિમિટેડમાં સકારાત્મક જીવનશૈલી વિષય પર આયોજીત કાર્યક્રમ બાદ ઉચ્ચ અધિકારીઓ સાથે બ્ર.કુ. હરીશભાઈ, બ્ર.કુ. ચંપાબેન.

Gyan Amrit
જ્ઞાનામૃત

વર્ષ ૧૫ ફેબ્રુઆરી - ૨૦૨૨ અંક : ૦૨

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું મુખપત્ર

અમૃતસૂચિ

- સંગઠનની શક્તિ ....તંત્રી સ્થાનેથી ..04
- દૃઢતા ....દાદી પ્રકાશમણિ ..07
- પાના થા સો પા લિયા ....દાદી હૃદયમોહિની ..08
- પરિસ્થિતિમાં સ્વસ્થિતિ ....બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર ..09
- પ્રસન્નતાના પથ પર ....બ્ર.કુ. શિવાનીબેન ..11
- રાજયોગનો પ્રયોગ ....બ્ર.કુ. સૂર્યભાઈ ..13
- સફળતા - આપણો જન્મસિદ્ધ ....બ્ર.કુ. નરેન્દ્રભાઈ ..16
- કર્મ મારા સાથી ....બ્ર.કુ. ગીતાબેન ..21
- સર્વ સંબંધોની મીઠી સેકરીન ....બ્ર.કુ. હેમંતભાઈ ..22
- યુવાનો નવી ચેતનાના ....બ્ર.કુ. પ્રો. ચંદ્રવદનભાઈ ..26
- વિચારોનો ચમત્કાર ....બ્ર.કુ. રમેશભાઈ ..28
- પ્રસંગ પરિમલ 29
- દિવ્યદર્શન ....બ્ર.કુ. નંદિનીબેન ..30
- માનસિક તાણ-વર્તમાન સમાજ ...બ્ર.કુ. ડો. કોકિલાબેન ..31

લવાજમના દર

ભારતમાં

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

વિદેશમાં

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

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

મુદ્રક અને પ્રકાશક
ભારતી રણછોડદાસ સોમૈયા

-:- વિશેષ નોંધ -:-

જ્ઞાનામૃતના નવા સભ્યો સમગ્ર વર્ષ દરમિયાન પણ બની શકે છે. તેમને જાન્યુઆરીથી ડિસેમ્બર સુધીના દરેક મહિનાના અંક મળશે. જેમનું લવાજમ જમા કરાવવાનું બાકી હોય, તેઓને સત્વરે જમા કરાવીને જાણ કરવા વિનંતી.

આવશ્યક નોંધ

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

સંગઠનની શક્તિ

વિશ્વ પરિવર્તન માટે સંગઠનની શક્તિ જોઈએ. જ્યારે સંગઠિત રૂપમાં એક જ વૃત્તિ હશે ત્યારે વૃત્તિ અને વાયબ્રેશન દ્વારા સમગ્ર વિશ્વનું વાયુમંડલ બદલી શકશો. સર્વ બ્રાહ્મણોનો એક જ વૃત્તિનો સહયોગ જોઈએ. એક જ સંકલ્પનો સહયોગ હોય ત્યારે બેહદ વિશ્વનું પરિવર્તન થશે. જ્યારે સંગઠિત રૂપમાં જૂના સંસ્કાર સ્વભાવ તથા જૂની ચલનના તલ જવ સ્વાહા કરીશું ત્યારે યજ્ઞની સમાપ્તિ થાય છે ત્યારે સર્વ એકઠા સ્વાહા કરી દે છે. જો એક પણ આહુતિ નાંખવામાં ન આવે તો તે યોગ્ય માનવામાં આવતું નથી. તો હવે સંગઠિત રૂપમાં સ્વાહા કરો. જો કોઈના કંઈ જૂના સંસ્કાર રહી ગયા હોય અને તે સ્વયં સ્વાહા નથી કરતા શકતા તો સંગઠિત રૂપમાં સ્વાહા કરવા માટે સહયોગી બનો. કોઈ જૂના સંસ્કાર સ્વભાવને વશીભૂત થઈને કંઈ કરે છે યા બોલે છે તો સાંભળનારા, જોનારા તો સાંભળે નહીં અને જુએ નહીં. તો એનું તે કાર્ય સમાપ્ત થઈ જશે. જેમ કોઈ ગીતગાનારા ગાઈ રહ્યા છે, નૃત્ય કરનારા નૃત્ય કરી રહ્યા છે, પણ સાંભળનારા કે જોનાર કોઈ ના હોય તો તે આપોઆપ બંધ થઈ જશે. તો આવો સહયોગ આપો. એને કહેવાય છે સ્વાહા. જ્યારે આવા સહયોગી બનશો ત્યારે જ સંગઠિત રૂપમાં વિશ્વ પરિવર્તન કરી શકશો. દરેક સંકલ્પ સેવા પ્રત્યે સ્વાહા, દરેક કર્મ પણ વિશ્વ પરિવર્તન પ્રત્યે સ્વાહા. તો પોતાનાપણું અર્થાત્ જૂનાપણું સ્વાહા થી જશે. પોતાના દેહની સ્મૃતિ સહિત સ્વાહા થવાથી એક સેકન્ડમાં વાયબ્રેશન દ્વારા વાયુમંડલને પરિવર્તિત કરી શકશો.

સંગઠન શક્તિ વધારવા માટે

સંગઠનમાં એક બીજા પ્રત્યે સ્નેહ તથા સન્માનની ભાવના હોય. એકે કહ્યું તે બીજાએ માન્યું. એનાથી સર્વના સહયોગની ભાવના જળવાઈ રહેશે. સંગઠન શક્તિશાળી બનશે.

સંગઠનમાં સદા બીજાઓને શિખામણ આપ્યા કરવાની નથી, કોઈને દબાવીને પણ રાખવાના નથી. બીજાઓની વિશેષતાઓ જાણીને એમની સેવા લેવાની છે અને સમાનતાનો ભાવ રાખવાનો છે, એનાથી સ્નેહનું વાતાવરણ જળવાઈ રહેશે અને સંગઠન શક્તિશાળી બનશે.

સંગઠનમાં એક બીજાનો સામનો કરવાનો નથી. પરસ્પર સાથે વ્યવહાર કરવાની ભાષા ઘણી જ રોયલ, સન્માનપૂર્ણ તથા અવ્યક્ત ભાવની રહે, બીજાઓની ટીકાટિપ્પણી કરવાની નથી. કોઈની વાતને કાપવાની નથી.

સંગઠનમાં 'પહેલા આપ'નો મંત્ર પાકો કરવાનો છે. એટલે ભગવાન કહે છે કે હવે આ ગુહ્ય ધારણાને સમજીને ના કોઈને દુઃખ આપો, ના કોઈનું દુઃખ લો. કારણ કે જો આ આજ્ઞાનું પાલન નહીં કરવામાં આવે તો દુઃખનું કર્મબંધન અથવા હિસાબ કિતાબ ચાલતો જ રહેશે. પરંતુ હવે તો સમય વધારે રહ્યો નથી અને સંપૂર્ણ સુખ પ્રાપ્ત કરવાનો આ સોનેરી સમય દિન-પ્રતિદિન ક્ષણ ક્ષણ કરીને વીતતો જાય છે. એટલે પળેપળ સુખ લેતા રહો અને આપતા રહો. કારણ કે સુખદાતા ભગવાનની સાથે સંબંધ જોડીને સંપૂર્ણ સુખ પ્રાપ્ત કરનાર છો. જ્યારે દેહના સર્વ સંબંધીઓ, અજ્ઞાનીઓ અથવા દુઃખી વ્યક્તિઓ સાથેનો

આંતરિક સંબંધ તોડીને પોતાનાં મન અને બુદ્ધિનો સંબંધ સ્થૂલ અને સૂક્ષ્મ રીતે સુખસાગર ભગવાન સાથે જોડીશું તો આપણા જીવનમાં દુઃખ નામ માત્ર પણ રહેશે નહીં.

બીજાઓને દુઃખી કરવાનો સંકલ્પ કરનારા જ દુઃખનો અનુભવ કરે છે

કોઈને દુઃખ પહોંચાડવાનો જો સૂક્ષ્મ પણ સંકલ્પ આપના મનમાં આવ્યો, તો જાણો કે આપ જ્ઞાનની ધારણામાં નિષ્ફળ થઈ રહ્યા છો કારણ કે જ્ઞાની તો કોઈ હાનિકારક કાર્ય કરતો નથી. જ્યારે બીજાઓને દુઃખ પહોંચાડવાનો સૂક્ષ્મ સંકલ્પ કરનાર મનુષ્યને પોતાના જ મનમાં પહેલાં દુઃખનો અનુભવ થાય છે અને પછીથી દુઃખ આપવાને કારણે એને દુઃખ ભોગવવું પડે છે. તો આપ જ જણાવો કે શું કોઈ જ્ઞાની મનુષ્ય કદી પણ દુઃખી થવાની વાત કરશે? શું તે પોતાના દુઃખનાં ચિહ્નો અથવા અનુભવથી બીજાઓને દુઃખી કરેલાનો સંકલ્પ પણ કરશે?

દેવતાઓ સ્થાન મીઠા બનો

દેવતાઓની મૂરત, સૂરત (મુખાકૃતિ) અને સીરત (આચરણ) તો એવાં હોય છે જેનાથી સૌ સુખી થાય. દેવતાઓ તો સર્વને વરદાન આપનારા હોય છે. જ્યારે કોઈ ભક્તને કોઈ દેવતા (જમે કે શ્રીકૃષ્ણ)નો સાક્ષાત્કાર થાય છે તો ભક્તનું મસ્તક ઝૂકી જાય છે કારણ કે દેવતાઓનાં મન, વચન, કર્મ સર્વ સુખથી ભરપૂર હોય છે. એટલે હવે પોતાના સ્વરૂપને ઓળખીને, પછી દેવતા સમાન મીઠા બનો. સર્વને સુખ આપનારા બનો. તમારાથી કોઈ પણ વ્યક્તિ નારાજ ના થવી જોઈએ.

હા, પોતાની ખરાબ દૃષ્ટિ અથવા તમોગુણી વૃત્તિને કારણે કોઈ આપના પ્રત્યે ખોટી ધારણા કરીને દુઃખી થયા કરે, તો એમાં આપનો કોઈ દોષ નથી. પરંતુ પોતાના જ્ઞાનબળથી એ અજ્ઞાની મનુષ્યોની દૃષ્ટિને બદલવાનો પ્રયત્ન તો કરવો જોઈએ.

સુખધામ જવાનો માર્ગ

હવે તો આપ સુખદાતા ભગવાન દ્વારા સુખધામ જઈ રહ્યા છો, હવે દુઃખના દિવસો પૂરા થયા. હવે જેટલાં જેટલાં ડગ અથવા શ્વાસ સુખમાં વીતાવશો તો આપ મંઝિલ (લક્ષ્ય)ની સમીપ પહોંચી જશો. એટલે હવે સુખધામની યાદમાં રહીને ખુશી ખુશીમાં વિઘ્નોને ટાળીને, બીજાઓને પણ સુખધામનો પરિચય આપીને સુખી કરતા રહો તો સુખધામમાં અવશ્ય પહોંચી જશો. અર્થાત્ બીજાઓને આગળ ધપાવવા તે આગળ ધપવા બરાબર છે. જેવું કર્મ આપણે કરીશું તે જોઈને બીજા કરશે. આ સ્લોગન સદા યાદ રાખવાનું છે.

એકબીજામાં ફેઈલ (વિશ્વાસ) રાખવાથી સંગઠનની શક્તિ વધે છે. એકબીજામાં વિશ્વાસ રાખીને એમને જવાબદારી સોંપીને આગળ વધારતા રહો તો સંગઠન શક્તિશાળી બનશે. સર્વ કાર્ય સહજ રીતે પૂર્ણ થશે.

સંગઠનમાં માન-શાનની કામનાનો અંશ ના હોય. સદા બીજાઓને માન આપીને આગળ વધારતા રહો. સ્વયંનું અભિમાન યા બીજાઓનું અપમાન કરવાથી શક્તિ સમાપ્ત થાય છે.

સંગઠનમાં કદી ડિસ્ટર્બ થવાનું નથી કે કોઈને ડિસ્ટર્બ કરવાના નથી.

સંગઠનમાં શ્રીમતનું પાલન કરવાનો દૃઢ સંકલ્પ હોય. 'માલિક સો બાલક'નો પાઠ સંગઠનમાં બળ લાવે છે. આ વિધિથી સ્વયંને મોલ્ડ કરી શકો છો. સંગઠનની એકતા માટે જો સહન કરવું પડે યા પરિવર્તન કરવું પડે તો એને મહાનતા સમજીને કરવું જોઈએ.

સંગઠનમાં યોગનું વાતાવરણ હોય. હોલી હંસ બનીને જ્ઞાનરૂપી મોતીઓની લેણદેણ કરવાની છે. વ્યર્થ ચિંતન યા વ્યર્થ વર્ણનથી દૂર રહેવાનું છે.

સંગઠનમાં કદી નાની વાતને મોટું સ્વરૂપ આપવાનું નથી. વિશાળ અને ઉદારદિલ બનીને સર્વને હળવા બનાવીને, સહયોગ આપીને ઉમંગ ઉત્સાહમાં રાખવાના છે.

સ્વયં તથા સર્વના પ્રત્યે દયાભાવ તથા કૃપાદૃષ્ટિ રાખવાની છે. કદી કોઈનો વિરોધ કરવાનો નથી. સહયોગી બનવાનું છે. વિરોધી નહીં.

સર્વના સંસ્કાર અનાદિકાળથી ભિન્ન છે. આ સ્મૃતિથી નોલેજ ફુલ બનીને ટક્કરથી દૂર રહેવાનું છે. કોઈ ભૂલ કરે છે તો રહેમની દૃષ્ટિથી એનું પરિવર્તન કરવાનું છે. એને વાતાવરણમાં ફેલાવવાની નથી.

સંગઠનમાં સદા નમ્રતાનું કવચ પહેરી રાખો. કોઈ ગાળ આપે યા ઈન્સલ્ટ (અપમાન) કરે તો આપ સેન્ટ (સંત) બની જાઓ. કોઈ ટક્કર લે તો આપ સ્નેહનું પાણી આપો જેથી અગ્નિ પેદા જ ના થાય.

શબ્દ સંયમના હોય, ટીકા, નિંદા, ગ્લાનિ, હસવું મજાકના ન હોય.

પુરુષાર્થમાં રેસ હોય, રીસ ના હોય, ડ્રામામાં દરેકનો ફિક્સ પાર્ટ છે. એટલે કોઈની સાથે તુલના કરવાની નથી.

ભાવનાઓમાં દ્વૈત ભાવને બદલે સદા શુભભાવ હોય.

સદા 'હાંજી'નો પાઠ પાકો હોય. બદલાની ભાવના ના હોય. સ્વયંને બદલવાનું લક્ષ્ય હોય.

ધૈર્યતાનો ગુણ સદા સાથે રાખો. દરેકની પરિસ્થિતિ જોઈને તેની સાથે વ્યવહાર કરો.

દરેકના પ્રત્યે નિ:સ્વાર્થ સ્નેહ હોય. અનુમાન તથા સાંભળેલી સંભળાયેલી વાતોથી સદા દૂર રહીએ. એકબીજા સાથે જ્ઞાન ગોષ્ઠી અવશ્ય કરીએ. રુહાની લેણ-દેણથી સંગઠનને શક્તિ મળે છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- બ્ર.કુ. કાલિદાસ

(પેજ નં. 07નું અનુસંધાન)... દૃઢતા

બાબાને આગળ રાખો. બાબાને આધાર બનાવશો તો કોઈનામાં ફસાશો નહીં.

આપણો સંસાર બાબા છે એટલે કદી પણ એ ભાવના નહીં આવી જોઈએ આ મારા સ્ટુડન્ટ આ તમારા. કોઈપણ પ્રકારનો સ્વાર્થ ના હોય. સ્વાર્થ આધીન બનાવી દે છે. કોઈ દેહધારીમાં સ્નેહ જાય છે તો સ્વાર્થ છે. આ સ્વાર્થથી ઈશ્વરીય મર્યાદાઓનું ઉલ્લંઘન થાય છે. એટલે સાકાર બાબાએ આપણને હમેશાં સ્નેહ આપ્યો પણ સ્વાર્થનો સ્નેહ આપ્યો નહીં. તો બાબા જેવા નિ:સ્વાર્થી બનો. તો સર્વમાં ન્યારા અને પ્યારા બની જશો.

એવું કદી વિચારવાનું નથી કે મારો કોઈ સહારો નથી. વિઘ્નોથી ગભરાશો નહીં. વિઘ્ન ભલે કેટલું મોટું હોય પણ પોતાના સંકલ્પથી તેને મોટું બનાવશો નહીં. એના મૂળને સમજીને બીજને કાપો. એનું મૂળ શું છે તે સમજો.

માયા સાથે ડોન્ટ કેયર કરવું બરાબર છે પણ આપસમાં નહીં. જે આપસમાં ડોન્ટ કેયર કરે છે એની જબાન પર કાબુ રહેતો નથી. જે આવ્યું તે બોલે છે. આ સ્વભાવ પણ ડીસ સર્વીસ કરે છે.

દૃઢતા

બ્ર.કુ. રાજયોગિની દાદી પ્રકાશમણિજી, પૂર્વ મુખ્ય પ્રશાસિકા, શાંતિવન, આબુરોડ

સંગઠનને એકમત બનાવવાનો આધાર છે. ફેઈથ. (શ્રધ્ધા) જ્યારે આપસમાં એકબીજા સાથે ફેઈથ રાખીએ છીએ તો મારું કાર્ય ફેઈથને લીધે હું અને તું, તારું અને મારું સર્વ સમાપ્ત થઈ જાય છે. ફેઈથ રહે તો ક્યારેય અભિમાન આવશે નહીં. આપની મહિમા તે મારી મહિમા. આપની બડાઈ (મોટાપણું) તે મારી બડાઈ. એટલે આપણે પોતાના સમાન સાથીને એટલો રિગાર્ડ (આદર) આપીએ જેથી તે એની મેળે જ આપણને રિગાર્ડ આપે કહેવું ના પડે એ પણ મર્યાદા છે.

દરેકની વિશેષતાઓને જોવાની છે. દરેકમાં બાબાએ કોઈને કોઈ ખૂબી જરૂર ભરી દીધી છે. બડી બડાઈ બાબાની છે. મારી નથી. સદૈવ આપની સમક્ષ બાબાનું લક્ષ્ય હોય બાબાએ આપણને નિમિત્ત બનાવ્યા છે.

કાયદો હાથમાં લેવો ટોન્ટ મારવા, ટોક ટોક કરવું તેમ મારું કામ નથી. હું કદી પણ મારા હાથમાં લો ઉઠાવી શકતી નથી. આપણને બાબા જે સેવા આપે છે તે પ્રાણ પૂરીને કરવાની છે. એ આપણું લક્ષ્ય હોય. ફેઈથને તોડનારા કાંટા છે.

મારે આત્માઓ સાથે રેઈસ કરવાની નથી. રેઈસ કરો તો બાબા સાથે. કારણ કે આપણે બાપ સમાન બનવાનું છે.

ઈર્ષ્યા કરવી એ મંથરાનું કાર્ય છે. એ વાયદો કરો કે હું ક્યારેય મંથરા બનીશ નહીં. ઈર્ષ્યા અથવા વિરોધ બીજાઓની નિંદા કરાવશે. ઈર્ષ્યા કરવી તે રાવણની મત છે. બાપની નહીં.

દરેકની વાતનો ભાવ સમજવાનો છે. કોઈના સ્વભાવને જોવાનો નથી. જો કોઈનામાં કોઈ ખામી દેખાય છે તો બાબાએ આપણને સમાવવાની શક્તિ આપી છે. ક્યારેય એકની વાતનું બીજાની આગળ વર્ણન કરવાનું નથી. ભલે સાંભળો પણ સાંભળ્યું ના સાંભળ્યું કરી દો. ભૂલને અંદર રાખવાથી વાયબ્રેશન ખરાબ થાય છે. બીજાની ભૂલને પોતાની ભૂલ સમજો.

પોતાની સ્થિતિને સદા સુખમય રાખો ક્યારેય તંગ દિલ ઉદાસ દિલ બનવાનું નથી. કોઈ જુઠું અપમાન કરશે કોઈ સાચું. દુનિયાની ટક્કરો અનેક આવશે પણ આપણે ઉદાસ થવાનું નથી. પથ્થર પણ પાણીની લહેરો ખાઈને પૂજનીય બની જાય છે તો આપણે પણ સર્વ કાંઈ સહન કરવાનું છે. હલચલને સમાપ્ત કરવાનું સાધન છે. બાબા સાથે વાતો કરો બાબાની પાસે જાઓ તો બાબા એમની મેળે જ આપણા કદમમાં (ડગલાં)માં બળ ભરી દેશે.

મારે કોઈપણ આત્મા પર આધારિત રહેવાનું નથી. આત્મા પર આધાર રાખવાથી બેલેન્સ બગડી જાય છે. બાબા પર આધાર રાખો. એક બીજાનો આધાર લઈને ચાલવું બિલકુલ ખોટું છે. મારે તો સાથી જોઈએ, સહયોગ જોઈએ નહીં. મારા સાથી એક બાબા છે. બાબા પાસે થી જ સહયોગ લઉં. બીજાઓને સંતુષ્ટ કરવા આ બહુ પુણ્યનું કાર્ય છે. તેનાથી આપણા આત્માને બળ મળે છે. કોઈના ગુણો પર મોહિત થવાનું નથી. સદા

(અનુસંધાન પેજ નં. 06 પર)

પાના થા સો પા લિયા.. યહ ગીત સદા ગાતે રહો

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

ચાલતાં ચાલતાં કેટલાંક બાળકોને માર્ગ મુશ્કેલ અનુભવાય છે. ક્યારેક સહજ સમજે છે ક્યારેક મુશ્કેલ સમજે છે. ક્યારેક ખુશીમાં નાચે છે. ક્યારેક દિલશિકસ્ત બની જાય છે. ક્યારેક બાબાના ગુણ ગાય છે. તો ક્યારેક 'ક્યા ઔર કૈસે'ના ગુણ ગાય છે. ક્યારેક શુદ્ધ સંકલ્પોના સર્વ ખજાનાઓની પ્રાપ્તિની માળાનું સ્મરણ કરે છે, ક્યારેક વ્યર્થ સંકલ્પોના તોફાન વશ મુશ્કેલ છે મુશ્કેલ છે એ માળાનું સ્મરણ કરે છે. તેનું કારણ શું છે? માત્ર પુરુષાર્થી સમજે છે. પ્રારબ્ધને ભૂલી જાય છે. છોડવાનું શું છે એને સામે રાખે છે. અને લેવાનું શું છે એને પાછળ રાખે છે. પણ લેવાની ચીજને આગળ રાખે છે. ક્યારેય લેવામાં પાછળ હટતા નથી આગળ વધવાનું હોય છે. 'લેવાનું' સ્મૃતિમાં રાખવું અર્થાત્ બાપની સન્મુખ રહેવું. છોડવાના ગુણ વધારે ગાઓ છો. આ પણ કર્યું આ પણ કરવાનું છે. આ કરવું પડશે. એનો વધારે વિચાર કરો છો. શું મળી રહ્યું છે યા પ્રારબ્ધ કેવું બની રહ્યું છે. એના વિશે ઓછું વિચારો છો. એટલે વ્યર્થનું વજન ભારે થઈ જાય છે. શુધ્ધ સંકલ્પોનું વજન હળવું બની જાય છે. તો ચઢતી કળાને બદલે બોજ સ્વતઃ નીચે લઈ આવે છે. 'પાનાથા સો પા લિયા' ગાતે રહો અને ખુશીમાં નાચતા રહો. તો ઘુટકે અને ઝટકે સમાપ્ત થઈ જશે. આવા ડબલપ્રુફ પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ દ્વારા બાબાને પ્રત્યક્ષ કરશો. આ છે પ્રત્યક્ષ કરવાની વિધિ જે ચાલતાં ફરતાં પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ રૂપી ચેતન સંગ્રહાલય રૂપ બની જાઓ અને ચાલતા ફરતા પ્રોજેક્ટર બનો. ચરિત્ર નિર્માણ પ્રદર્શની બની જાઓ. તો વિભિન્ન જગ્યાએ પ્રદર્શની અને મ્યુઝિયમ બની જશે. ખર્ચો ઓછો અને સેવા વધુ થશે. સ્વયં જ પ્રદર્શની બનો, સ્વયં જ ગાઈડ બનો. આજકાલ ચાલતી ફરતી લાયબ્રેરી પ્રદર્શનિયાં બનાવે છે ને (દા.ત. મહાદેવનગર સબઝોન દ્વારા પ્રદર્શનીની બસ સમગ્ર ભારતમાં ફેરવવામાં આવી હતી) તો 60 હજાર બ્રાહ્મણ, 60 હજાર ચાલતી ફરતી પ્રદર્શનિયો મ્યુઝિયમ બની જાય તો પ્રત્યક્ષતા કેટલામાં થશે. સમજ્યા આ વર્ષ 60 હજાર પ્રદર્શનિયો અને પ્રોજેક્ટર સમગ્ર વિશ્વમાં ચારે બાજુ ફેલાઈ જાઓ તો ઈકોનોમી અને એડવરટાઈઝમેન્ટ થઈ જશે. ખર્ચને બદલે ઈનામ મળશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 20નું અનુસંધાન)... સફળતા આપણો

શાંતિની પ્રાપ્તિ થાય છે, મન તનાવ મુક્ત બને છે.

આ સર્વના પરિણામ સ્વરૂપે આત્મ અભિમાન - મનમાં, સ્વભાવમાં અને વ્યવહારમાં ઝળકે છે. કર્મ અને સાધના જોડાઈને કર્મયોગ બને છે. અસફળતા ધીમે ધીમે દૂર થઈને સહજ સફળતા મળે છે. પરમાત્માની યાદ અને સાથ દ્વારા સફળતા જન્મસિદ્ધ અધિકારના રૂપમાં પ્રાપ્ત થાય છે. તો ચાલો આપણે સૌ આ માર્ગે અગ્રેસર થઈએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

પરિસ્થિતિમાં સ્વસ્થિતિ

બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર, દિલ્હી

સંસારમાં 'યોગી' અને 'ભોગી' તથા 'જ્ઞાની' 'અજ્ઞાની' મુખ્યતઃ બે પ્રકારના વ્યક્તિ હોય છે જ. કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં આ બંને શ્રેણીઓના લોકોની ભિન્ન ભિન્ન અભિવ્યક્તિ હોય છે. એનાથી દરેક વ્યક્તિને સ્વયં પોતાના વિષયમાં પણ કંઈક બોધ લઈ જાય છે કે એની પોતાની આંતરિક સ્થિતિ કેવી છે. જો એને જીવવાની કંઈક વધારે અવધિ મળે તો એણે શું કરવું જોઈએ. પરિસ્થિતિઓ તો ગણી ના શકાય તેવી હોય છે. પરંતુ અહીં આપણે માત્ર 'વ્યાધિ' યા 'અસ્વસ્થતા'ના રૂપે વિશેષ પરિસ્થિતિમાં થનારી કેટલી વૃતિયો, વિચારો તથા વ્યવહારોની ચર્ચા કરીએ છીએ.

બચી જઈશ યા નહીં બચીશ

જ્યારે વ્યક્તિ પર અનાયાસ જ કોઈપણ પ્રકારની વ્યાધિ ઉગ્ર રૂપથી આક્રમણ કરે છે તો એવું બની શકે કે એના મનમાં એ પ્રશ્ન ઉઠે કે શું હું બચી જઈશ યા નહીં બચું? એની સાથે જ પથારીમાં પડતી વખતે એની સામે પ્રશ્ન ઉઠે છે કે શું મારું જીવન નિર્મળ અને સત્કર્મયુક્ત એક સેવારત વીત્યું છે કે મેં કોઈ ખોટાં કાર્ય કર્યાં છે? જો તેણે કોઈ નીચલી કક્ષાનાં કર્મ કર્યાં હોય તો એના મનમાં ઈચ્છા ઉત્પન્ન થશે કે થોડાં વર્ષ વધારે જીવતો રહું તો સારું જ થશે. જેથી હું પોતાની કૃતિ, વ્યવહાર અને સંબંધોને ઠીક કરી લઉં. આ ઈચ્છાની સાથે બચવા ન બચવાની ચિંતા અને મરવા ન મરવાનો ડર પણ હશે. કારણ કે ઠીક કર્મ ન હોવાને કારણે એને પોતાના ભવિષ્યની ચિંતા અને દંડ પ્રાપ્તિનો ભય થશે. પરંતુ જે યોગી છે, તપસ્વી છે, જ્ઞાન નિષ્ઠ છે નિયમોનું પાલન કરી રહ્યાં છે. લોકકલ્યાણ માટે સેવામાં લાગી રહ્યા છે અને પહેલાંથી જ સાવધાન રહ્યા છે. એને ન તો ચિંતા થશે ના ભય એણે તો પહેલાંથી જ બિસ્તરો તૈયાર કરીને રાખ્યો હશે આવી સ્થિતિ માટે આવશ્યક છે પહેલાથી જ અલબેલાપણું છોડીને પુરુષાર્થ કરવામાં આવે જેથી વ્યાધિ ન પણ આવે, જીવનના અંતનું તો ક્યારેક કોઈ અન્ય કારણ બની શકે છે. એટલે ટાળવાની વૃત્તિને બદલે 'અભી નહીં તો કભી નહીં' ના સૂત્ર દ્વારા દૃઢતા ધારણ કરીને એ ધ્યાન રાખવામાં આવે કે કોઈપણ સમયે પિયા પિયુના દેશથી બુલાવા આવી જાય તો એવા વિચાર ન ચાલે પણ પહેલેથી જ સદા તૈયારી હોય અહીં કોઈને એ પ્રશ્ન થઈ શકે છે કે જ્ઞાનનિષ્ઠ અને યોગી વ્યક્તિના મનમાં જો એ ઈચ્છા હોય કે હું વધુ જીવું જેથી આ સુહાવના સંગમયુગમાં પ્રભુમિલનનો અધિકાધિક આનંદ લઉં અને પોતાના કર્મનું ખાતું પણ યોગબળથી ચૂક્ત કરીને જન જનની આધ્યાત્મિક સેવા પણ કરું તો કઈ આપત્તિ છે ? આ તો સર્વશ્રેષ્ઠ ઈચ્છા છે.

એક દૃષ્ટિકોણથી આવા જીવનની ઈચ્છા સ્વઉન્નતિની ઈચ્છા છે. પરંતુ યોગી જે પરમપિતા પરમાત્મા પ્રતિ પૂર્ણતઃ સમર્પિત છે, એના મનમાં આ ઈચ્છા સમર્પિત ભાવમાં આંશિક કમીની સૂચક છે. યોગીનું ભવિષ્ય તો પરમ પિતા પરમાત્માના હાથમાં છે. પરમાત્મા એ તેને આશ્વાસન આપ્યું છે કે તારું કલ્યાણ હું કરીને જ રહીશ તેથી એ સર્વ સમર્થના આશ્વાસન વચન તથા જવાબદારીને એક

બાજુ રાખીને પોતાનો રાગ આલાપવો તે કંઈક ભિન્ન જ રીતિ-નીતિ છે. પરંતુ જ્યાં પ્રીતિ છે ત્યાં કદાચ આવું ચાલી પણ શકે. વાસ્તવમાં યોગી જ્યારે પોતાનું તન, મન, ધન સર્વસ્વ પરમાત્માને આપી દે છે પછી એના વિષયમાં ફરિયાદ કરવાની શું જરૂર છે? છતાં મોટે ભાગે એવું જોવામાં આવે છે કે વિકરાળ વ્યાધિ આવવા છતાં યોગી અથવા જ્ઞાનીને એક બે અવસર તો મળે છે. લાંબા સમય માટે હોય યા ટૂંકા સમય માટે હોય. તેથી જરૂરત અવધિ માગવાની નથી, તીવ્ર પુરુષાર્થ કરવાની છે.

શું સ્થિતિ દેહથી ન્યારી રહી?

વિકરાળ વ્યાધિના સમયે જે વિશેષ પરીક્ષા સામે આવે છે, તે પોતાની સ્થિતિના વિષયમાં હોય છે. શું દેહથી ન્યારા રહ્યા અને સાક્ષી-દૃષ્ટા તથા ઉપરામ સ્થિતિ બની રહી? પીડાથી પીડાવા બોલવાને બદલે દુઃખ દર્દથી રડવું અને હલ્લા મચાવવાની સ્થિતિ રહી યા સ્વયં ને કરુણાશીલ પરમાત્માની છત્રછાયામાં યા એમની શીતળ અને સુખદ ગોદમાં અનુભૂતિ કરતા રહ્યા? એવા વિચારોમાં રહીએ કે વ્યાધિ કેમ આવી ગઈ અને ક્યારે જશે યા સ્વયંનો સુખદ લીમીટના ઘેરામાં અનુભવ કરતા રહ્યા? વ્યાધિના સમયે થોડું કષ્ટ તો થાય છે પરંતુ સહન કરો છો યા 'ડર' અને ગભરાટનો અનુભવ થતો રહેશે? એ સમયે વ્યવહાર, ચહેરો, બોલ કેવા હોય?

સેવા યા સ્વાસ્થ્ય સમસ્યા

વ્યાધિના સમયે બે વિચાર ચાલવાની સંભાવના છે. એક તો એ કે હું બીમાર છું, કમજોર છું. બીજો એ કે હવે આ નવા પ્રકારથી, નવા સ્થાન પર નવી સેવા છે. વ્યાધિ તો નિમિત્ત બહાનું છે. પરંતુ જે ડોક્ટર, નર્સ, સ્ટાફ, મિત્ર સંબંધી યા લૌકિક - અલૌકિક પરિવારના લોકો આવશે, એમની સેવાનો અવસર છે. લૌકિકને અલૌકિકમાં પરિવર્તન કરીને ઈશ્વર સંદેશ આપવામાં તથા લોકોનું ધ્યાન, યોગની તરફ આકર્ષિત કરવામાં જ લાગી રહે છે. એનાથી એમની પોતાની સ્થિતિ પણ શ્રેષ્ઠ રહેશે અને નવી સૃષ્ટિની સ્થાપનાનો સંદેશ પણ લોકોને નિરંતર મળતો રહે છે. આ સેવા સાહિત્ય દ્વારા, સ્નેહ-ભેટ દ્વારા, પ્રસાદ દ્વારા વ્યવહાર દ્વારા તથા યોગ દ્વારા અને જ્ઞાન-ચર્ચા દ્વારા પણ થઈ શકે છે.

અહીં ધ્યાન આપવાની વાત એ છે કે હવે વ્યાધિ પછી જે જીવન કાળ મળ્યો છે એના વિશેષ મહત્ત્વને જાણવામાં આવે. આ સ્વયં પરમાત્મા દ્વારા મળેલી અમાનત છે. તે સાંસારિક કાર્યોમાં પડી રહેવાથી નહીં મળે. હવે તો આ સોનેરી અવસર છે કે અધિક બળપ્રદ, આનંદપ્રદ રાજયોગનો અભ્યાસ કરવામાં આવે. દિવ્યગુણોની ધારણાનો પુરુષાર્થ કરવામાં આવે અને સંતુષ્ટમણિ બનવા પર પણ ધ્યાન આપવામાં આવે. અદ્‌ભુત વિશ્વલીલાને સાક્ષી થઈ જોતાં સદા હર્ષિત રહેવામાં આવે અને અન્તર્મુખતા, રુહાનિયત ઈત્યાદિને ધારણ કરતાં લક્ષ્યની તરફ તીવ્ર ગતિથી આગળ વધીએ. પરિસ્થિતિમાં સ્વસ્થિતિ બનાવી રાખવાની આ વિધિ છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **મનસા સેવા પણ પુણ્યના ખાતામાં જમા થાય છે. વાણી દ્વારા કોઈ કમજોર આત્માને ખુશીમાં લાવવા, પરેશાનને શાનની સ્મૃતિમાં લાવવા, નાસીપાસ થયેલા આત્માને પોતાની વાણી દ્વારા ઉમંગ ઉત્સાહમાં લાવવા, સંબંધ સંપર્કથી આત્માને પોતાના શ્રેષ્ઠ સંગના રંગનો અનુભવ કરાવવો, આ વિધિથી પુણ્યનું ખાતું જમા કરી શકો છો.**

પ્રસન્નતાના પથ પર

સંબંધો કેવી રીતે શ્રેષ્ઠ બનાવવા?

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

આપણા સૌના જીવનમાં સંબંધો અત્યંત મહત્વના છે. રિલેશનશીપ એટલે કે ઉર્જાનું આદાન-પ્રદાન. આપણા સંબંધોમાં, પરિવારનો સાથ, મિત્રોનો સાથ, આપણા નોકરીના સ્થળે, સાથી કર્મચારીનો સાથ, આપણે જે વિચારીએ છીએ, અનુભવીએ છીએ, બોલીએ છીએ, જે વ્યવહાર કરીએ છીએ, તે આપણું સ્પંદન છે. સામેનો વ્યક્તિ જે વિચારે છે, અનુભવે છે, વ્યવહાર કરે છે, એ તેનું સ્પંદન છે, જે મારા સુધી પહોંચે છે. ઉર્જાના આ આદાન-પ્રદાનને સંબંધ કહે છે. સંબંધ માત્ર એ નથી, જે કોઈ લેબલ દ્વારા હોય. એટલે માત્ર માતા-પિતાનો બાળકો સાથે, મિત્ર-મિત્રનો, પતિ-પત્નીનો, પડોશીનો પડોશી સાથેનો સંબંધ જ સંબંધ નથી. સંબંધ એ આત્માઓ વચ્ચે ઊર્જાનું આદાન-પ્રદાન છે, જેમાં બે આત્માની અલગ-અલગ ભૂમિકા પણ હોઈ શકે છે.

આપણે હંમેશા એવું વિચારીએ છીએ કે, જે બહારથી દેખાય છે તે સંબંધ છે. એટલે કે, એક બીજા સાથે આપણે કેવી રીતે વાત કરીએ છીએ, કેવો વ્યવહાર કરીએ છીએ, એક બીજા માટે શું કરીએ છીએ. કેટલી વખત આપણે પોતાને એમ કહેતા સાંભળીએ છીએ કે, આ સંબંધ માટે તમે શું કર્યું. આ કેટલું મહત્ત્વનું કથન છે. સામેની વ્યક્તિ કહેશે, મેં આ સંબંધ માટે આમ કર્યું.... પેલું કર્યું. મેં દિવસ નથી જોયો કે રાત જોઈ નથી. મેં મારી ક્ષમતાથી વધુ તેમના માટે કર્યું. મેં પોતાના અંગે વિચાર્યું જ નહીં. માત્ર તેમના અંગે જ વિચાર્યું. આપણો ફોકસ આવો જ થઈ જાય છે કે, અમે એક બીજા માટે શું કર્યું. જોકે, તેના કરતાં વધુ જરૂરી છે આપણે એક બીજા માટે શું અને કેવું વિચાર્યું. સંબંધ માત્ર એ નથી, જે આપણે તેમના માટે કરીએ છીએ. સંબંધ એ છે કે, આપણે તેમના અંગે શું વિચારી રહ્યા છીએ. કેમ કે મન પ્રત્યે આપણે મોટાભાગે ધ્યાન આપતા નથી. સમાજ પણ એ વાત પર જ ધ્યાન આપી રહ્યો છે કે, તેમણે શું કર્યું, તેમના માટે શું કર્યું, મારી સાથે કામ કરનારાએ મારા માટે શું કર્યું. કંપની માટે શું કર્યું, એટલે કે આપણે એ વાત પર ફોકસ કરીએ છીએ, જે દેખાય છે. **સંબંધોમાં 'શું કર્યું'ની તુલનામાં 'કેવા વિચાર' સાથે કર્યું, વધુ મહત્ત્વ ધરાવે છે. આપણે આત્માની ઊર્જા પર ધ્યાન આપવું જોઈએ.**

સંબંધ માત્ર 'શું કર્યું' તેનાથી બને તો તે વધુ મજબૂત હોતા નથી. કેમકે આપણે આખો દિવસ જે કરી રહ્યા છીએ. સંબંધો માટે જ તો કરીએ છીએ. પછી તે ઘરના, ઓફિસના સંબંધો માટે હોય કે ઓફિસ માટે આટલું કર્યાં પછી, આટલી મહેનત પછી, પોતાનું આખું જીવન એ સંબંધમાં લગાવી દીધા પછી આપણે એવું અનુભવીએ છીએ કે, આ સંબંધ એટલો મજબૂત નથી. નાનકડી વાતથી જ સંબંધ હચમચી જાય છે. 'આવી નાની-નાની વાતોમાં નારાજ કેમ થઈ જઈએ છીએ.' 'મેં તેના માટે આટલું કર્યું, એ તેમને યાદ રહેતું નથી, નાની-નાની વાતો પકડીને બેસી જાય છે.' 'કર્યું' શબ્દ પર એટલું વધુ ધ્યાન છે કે, આપણને લાગે છે કે, આટલું કર્યા પછી પણ સંબંધ મજબૂત નથી.

એટલે આજે થોડું પરિવર્તન લાવીએ. સંબંધ સૌથી પહેલા આત્મા સાથે હોય છે. કોઈ પણ એક સંબંધને શોધો, જેમાં તમને લાગે છે કે, બે લોકો વચ્ચે જે સામંજસ્ય, સરળતા, ઉર્જાનું સુંદર વહેણ હોવું જોઈએ, તે છે કે નહીં. આપણે પ્રયાસ તો ઘણા કરીએ છીએ, પરંતુ કોઈ ગેરસમજ, કોઈ નારાજગી, કોઈ દુઃખ, કોઈ અધૂરી આશા છે. આ શું છે, તેને ચકાસવાનું છે. તો એ સંબંધમાં જઈને, એ વ્યક્તિ માટે, મન પાસે જાઓ. તમે એ ન જુઓ કે તમે તેમના માટે શું-શું કર્યું છે. પોતાના મનના અંદર આવો. સૌથી પહેલા એ વાત પર ધ્યાન આપો કે, તેમના માટે એ બધું કરતા સમયે આપણા મનની સ્થિતિ કેવી હતી. જેમકે, બાળકો અને માતા-પિતા વચ્ચે એક સુંદર સંબંધ હોય છે. નિઃસ્વાર્થ ભાવ. માતા કે પિતાને બદલામાં કશું જોઈતું નથી. તેઓ બાળકને માત્ર આપે જ છે. આ અત્યંત સુંદર નિઃસ્વાર્થ સંબંધ છે. તો જુઓ કે કોઈના માટે કંઈક કરતા સમયે તમારા મનની સ્થિતિ કેવી હતી. કોઈપણ તમને પૂછે કે તમે આટલી મહેનત શા માટે કરો છો, થોડો આરામ કરો, આખો દિવસ કેટલું દોડતા રહો છો, પરિવાર માટે, ઘર માટે, બાળકો માટે ભાગતા રહો છો, તેમ છતાં બાળકો નારાજ થઈ જાય છે. તેઓ સન્માન કરતા નથી, આપણી સાથે સમય પસાર કરતા નથી, પોતાની જ દુનિયામાં મગ્ન રહે છે, આપણી તરફ ધ્યાન આપતા નથી. નાની-નાની વાતો પર એટલી બધી અપેક્ષાઓ છે કે, તે પૂરી થતી નથી અને આપણે દુઃખી થઈ જઈએ છીએ. આપણે જ્યારે વિચારીએ છીએ કે, મેં આટલું કર્યું, તો પણ તેઓ હજુ મારા પ્રત્યે સંતોષ વ્યક્ત કરતા નથી. તેમને સંતોષ પ્રાપ્ત થાય તેના માટે હજું બીજું શું કરું. આપણે ક્યારેક બોલી પણ નાખીએ છીએ કે, હવે બીજું હું શું કરી શકું છું. ત્યારે આવા સંબંધ પર સવાલ ઊભો થઈ જાય છે. બસ આ સવાલ અને વિચારથી જ આપણે બચવાનું છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 15નું અનુસંધાન)... રાજયોગનો પ્રયોગ

આ રીતે કોઈ વ્યાધિગ્રસ્ત આત્માને રોગમુક્ત કરવા માટે સ્વયંની કોઈ વિશેષ બીમારીને સમાપ્ત કરવા માટે વિશેષ રૂપથી યોગ કરવામાં આવે. પરંતુ આ અભ્યાસ પ્રતિદિન એ સમયે ઓછામાં ઓછો 21 દિવસ માટે કરવામાં આવે. અવશ્ય જ તે રોગથી મુક્ત થઈ જશે. આ વિધિથી કોઈના સંસ્કાર પરિવર્તન કરવાનો પ્રયોગ પણ કરી શકાય છે. જો આપ કોઈ વિશેષ સિદ્ધિ ઈચ્છો છો યા કોઈ વિશેષ કાર્યમાં સફળતા ઈચ્છો છો તો દરરોજ એક કલાક શક્તિશાળી યોગ ઓછામાં ઓછો 21 દિવસ સુધી કરો. યોગમાં પૂર્ણ એકાગ્રતા હોય. તે કાર્ય અવશ્ય જ સિદ્ધ થશે અથવા તે સિદ્ધિ પણ અવશ્ય પ્રાપ્ત થશે. આ રીતે પણ યોગના પ્રયોગ કરી શકાય છે.

મેં જે વાતો લખી છે એના પ્રયોગથી આપણે આપણું જીવન રોગમુક્ત બનાવી શકીએ છીએ. પોતાના તથા બીજાઓના જીવનને નિર્વિઘ્ન પણ બનાવી શકો છો. પોતાના સંબંધોને પણ મધુર બનાવી શકો છો તથા પોતાનાં સર્વ કાર્યોને પણ સફળ કરી શકો છો. જો કોઈ પર કોઈ ભટકતા આત્માનો પ્રભાવ હોય. એને પણ મુક્ત કરી શકો છો. આવશ્યકતા છે તત્પરતાની, દૃઢતાની તથા સ્વયંના વિશ્વાસની તો આ વર્ષમાં આ રીતે ભિન્ન ભિન્ન પ્રયોગ કરીને આપણે અનુભવી મૂર્ત બનીએ જેથી આપણું જીવન યોગી જીવન બની જાય અને આપણે પોતાના તથા બીજાઓના વિઘ્ન નષ્ટ કરનારા બની જઈએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

રાજયોગનો પ્રયોગ - એક તપસ્યા

બ્ર.કુ. સૂર્ય, જ્ઞાન સરોવર, માઉન્ટ આબુ

કોઈ પણ સિદ્ધાંતની સત્યતા એના પ્રયોગ દ્વારા જ કરી શકાય છે. જ્યારે સિદ્ધાંત પ્રયોગશાળામાં સત્યસિદ્ધ થાય છે, તો અતિ પ્રસન્નતા થાય છે. એ સિદ્ધાંત પ્રત્યે વિશ્વાસ વધી જાય છે અને એના મહત્ત્વનો સંપૂર્ણ આભાસ થવાથી વારંવાર એનો પ્રયોગ કરવાનું મન થાય છે. આ વર્ષ પહેલાં જ મને ઈશ્વરીય પ્રેરણા મળી કે આ સમયમાં યોગનો પ્રયોગ કરો. યોગી છો તો પ્રયોગી પણ બનો. કેટલાક અનુભવ યુક્ત પ્રયોગો અહીં રજૂ કર્યાં છે.

અલૌકિક સિદ્ધાંતોના તથા યોગશક્તિના પ્રયોગ કરવાની પ્રયોગશાળા છે. આપણું જીવન, જીવન સમસ્યાઓના ચક્રવ્યૂહમાં ઘેરાતું રહ્યું છે. કર્મક્ષેત્રે મળેલી અસફળતાઓ જીવન પ્રત્યે ઉદાસીનતા જન્માવે છે. તનાવ તથા ચિંતાઓ તો જાણો કળિયુગની ભેટ જ છે. પરસ્પરના સંબંધોમાં વધતી કડવાશ ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, વેર તથા ઘૃણા ઘરઘરમાં તથા પ્રત્યેક સંગઠનમાં અનેક મુશ્કેલીઓ પેદા કરી રહી છે. એટલું જ નહીં. કાળચક્ર જેમ જેમ તેજીથી ફરી રહ્યું છે. ભટકતા ભૂતપ્રેત આત્માઓનો પ્રકોપ પણ વધી રહ્યો છે. આ સર્વ માટે આપણે યોગશક્તિનો પ્રયોગ કરી શકીએ છીએ.

હું અહીં કેટલીક વાતો પ્રયોગ માટે લખી રહ્યો છું. આના પ્રયોગથી આપણે પોતાના જીવનની અનેક મુશ્કેલીઓને સરળ બનાવી શકીએ છીએ. આ સિદ્ધાંત જ સ્વયં એક તપસ્યા પણ છે. એટલા માટે આ રીતે પ્રયોગ કરીને આપણે તીવ્ર પુરુષાર્થી અથવા મહાનયોગી પણ બની શકીએ છીએ. આપણે જાણીએ છીએ કે ભારતદેશમાં કોઈ પણ શુભકાર્ય યા મોટું કાર્ય પ્રારંભ કર્યા પહેલાં સ્વસ્તિક (સાથિયો) બનાવીને પૂજા કરવાની પરંપરા છે અને એવી માન્યતા છે કે આ રીતે કાર્ય પ્રારંભ કરવાથી કાર્યમાં સહજ જ સફળતા મળે છે, એ અલગ વાત છે કે આજે તો લોકો પૂજન કરવા છતાં પોતાના ખાતામાં ખોટાં કાર્ય કરે છે. વાસ્તવમાં સ્વસ્તિકનો અર્થ છે. 'સ્વસ્થિતિ' અને આ રિવાજનો અર્થ છે કે કોઈ પણ કાર્ય પહેલાં જો સ્વસ્થિતિમાં અર્થાત્ યોગયુક્ત સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ જાય તો આ કાર્ય સહજ જ પૂર્ણ થઈ જશે. જે કાર્ય એક કલાકમાં થવાનું હતું તે પોણા કલાકમાં પૂર્ણ થઈ જાય છે. હવે આપણે એનો પ્રયોગ કરીએ. આખા દિવસમાં જે પણ કાર્ય આપણે કરવાનાં હોય છે, તે પહેલાં આપણે કેટલીક પળો માટે યોગયુક્ત બની જઈએ અને એનો કાર્ય પર પ્રભાવ જોઈએ.

પ્રત્યેક મનુષ્યને આખા દિવસમાં ઓછામાં ઓછાં દસ પ્રકારનાં કાર્ય કરવાનાં જ હોય છે. તો આમ એક નિયમ બનાવી લો કે પ્રત્યેક કાર્યની શરૂઆત આપણે યોગયુક્ત બનીને જ કરીએ. એક સેવાધારી રાજયોગીનું જીવન ઘણું જ વ્યસ્ત હતું. એની હંમેશાં એ ફરિયાદ હતી કે અતિ વ્યસ્તતાને કારણે હું યોગ કરી શકતો નથી. કામકાજમાં ઘણી સમસ્યાઓ આવે છે. પરંતુ એમને આ પ્રયોગ જણાવ્યો. હવે એમને કામ એ જ છે પરંતુ તે પ્રસન્ન છે. એમની પાસે સમય છે અને તેઓ પોતાના યોગયુક્ત જીવનથી પૂર્ણ સંતુષ્ટ છે. તો જો આપણને કોઈ કાર્યમાં ઘણી બધી

મુશ્કેલીઓ આવે છે. લોકોનો સહયોગ મળતો નથી તો એના પહેલાં ત્રણ મિનિટ યોગ કરી લો અને તેનું પરિણામ જુઓ.

ઈશ્વરીય મહાવાક્ય છે કે **'સ્વસ્થિતિથી પરિસ્થિતિઓને બદલો'.** પરિસ્થિતિઓનો પ્રભાવ મનુષ્યની સ્થિતિ પર પ્રતિકૂળ પડે છે. મનુષ્ય પરિસ્થિતિઓમાં વહ્યો જાય છે. પરિસ્થિતિઓ મનને પોતાને આધીન કરી લે છે. મન એ સમસ્યાઓમાં ગૂંચવાઈ જાય છે કે હવે હું શું કરું? આમ કરું? કે તેમ કરું? અને જો પરિસ્થિતિ વિકટ છે તો મન પરેશાન થઈને કહે છે આ કંઈ જીવન છે. એના કરતાં તો મોત સારું. પરંતુ સ્વસ્થિતિનો પ્રભાવ પણ પરિસ્થિતિઓ ઉપર પડે છે. વાસ્તવમાં એ કહેવું સત્ય ગણાશે કે આપણા નબળા સંકલ્પ જ વિપરીત પરિસ્થિતિઓનું નિર્માણ કરે છે. પરિસ્થિતિને આવવાને કારણે મન એથી વધારે વ્યર્થ સંકલ્પોમાં ગુંચવાઈ જાય તો પરિસ્થિતિઓ અવશ્ય વિકટ બનશે. આવા સમયે સ્વસ્થિતિથી પરિસ્થિતિઓને બદલવાનો પ્રયોગ કરો. યોગયુક્ત બની જાઓ. સંકલ્પ ઓછામાં ઓછા ચલાવો. બાબા જવાબદાર છે. **'સર્વ શક્તિવાન આપણી સાથે છે.'** આ સ્મૃતિમાં સ્થિત થઈ જાઓ અને જુઓ કે આ શ્રેષ્ઠ સ્મૃતિઓ પરિસ્થિતિઓને કેવી રીતે બદલે છે.

જો આપનું જીવન વિઘ્નોથી ઘેરાયેલું છે યા અચાનક જ કોઈ ગંભીર વિઘ્ને આપને ઘેરી લીધા છે તો આપ સ્વયંને વિઘ્નના વશ થવાના દો. **'હું વિઘ્ન વિનાશક છું.'** આ સ્મૃતિ - નશામાં સ્થિત થઈ જાઓ. વિચાર કરો, હું ભગવાનનું સંતાન વિઘ્ન વિનાશક છું. મને તો બીજાઓનાં વિઘ્નો દૂર કરવાનું વરદાન મળેલું છે. આ રીતે પોતાના શક્તિ સ્વરૂપમાં સ્થિત થઈ જાઓ અને જુઓ કે વિઘ્ન કઈ રીતે સમાપ્ત થાય છે. જો કોઈ મોટું વિઘ્ન આપના જીવન સાથે જોડાઈ ગયું છે તો દરરોજ અમૃતવેળાએ **'હું વિઘ્ન વિનાશક આત્મા છું.'**- આ સ્વરૂપમાં સ્વયંને સ્થિત કરો અને 2 દિવસ સુધી દરરોજ એક કલાક શક્તિશાળી યોગ કરો. પરંતુ આ યોગ એક જ સ્થાન પર એક જ સમયે થવો જોઈએ. આ પ્રયોગથી આપ અવશ્ય વિઘ્નોથી મુક્ત બની જશો. તમને પોતાનામાં વિશ્વાસ હોય, તે વાત ઘણી જરૂરી છે. ઈશ્વરીય શક્તિઓમાં પૂર્ણ વિશ્વાસ રહે. આપ સ્વયંને વિઘ્નોમાં મૂંઝાવા ન દો.

ઈશ્વરીય મહાવાક્ય છે - **'શક્તિશાળી આત્મા પોતાની શ્રેષ્ઠ વૃત્તિથી તથા શક્તિશાળી વૃત્તિથી ગમે તેવા વાતાવરણને પણ બદલી શકે છે.'** જો આપ જોશો કે કોઈ વ્યક્તિ આપના માટે વાતાવરણ બગાડી રહી છે યા ક્યાંક કોઈ પણ કારણ સર અશાંતિ વ્યાપ્ત છે યા ક્યાંય તનાવનું વાતાવરણ છે તો આપ પોતાના શુદ્ધ વાયબ્રેશન ફેલાવીને એ વાતાવરણને ઠીક કરવાનો પ્રયોગ કરો. એના માટે પહેલાં સ્વયંને સ્વમાનમાં સ્થિત કરો કે 'હું એક શક્તિશાળી આત્મા છું. હું વિશ્વપરિવર્તક છું.' અને પછી યોગયુક્ત થઈને એ સ્થાન પર વાયબ્રેશન આપો. નિઃશંક થોડા જ સમયમાં ત્યાંનું વાતાવરણ બદલાઈ જશે. આવા પ્રયોગ આપ પોતાના ઘરમાં પણ કરી શકો છો તથા દૂરના સ્થાન પર પણ એવો પ્રભાવ પાડી શકો છો. એનાથી સ્વયંમાં આત્મવિશ્વાસ વધશે અને પોતાના શ્રેષ્ઠ કર્તવ્યોની સ્મૃતિ તથા સ્વયંની સમર્થીનો આભાસ સ્વયંને ઘણો જ શક્તિશાળી બનાવશે. આપ જો કોઈ વ્યક્તિને સારી વાત સમજાવવા ઈચ્છો છો પરંતુ તે આપની વાત સાંભળતો નથી યા આપ કોઈના વિચારોમાં પરિવર્તન ઈચ્છો છો આપના પોતાના જ સંબંધી આપના માર્ગમાં બાધક છે. એમને આપ સારી વાતો કહેવા ઈચ્છો છો યા કાર્યક્ષેત્ર પર આપનો

કોઈ સાથી યા અધિકારી આપનાથી રિસાયેલો છે એમને આપ કંઈકહેવા ઈચ્છો છો તો અમૃતવેળાએ એ આત્માઓ સાથે રુહરિહાન કરો. એ આત્માઓ પ્રત્યે શુભ ભાવનાઓ રાખતાં એ પણ જુઓ કે આપણી શુભ ભાવનાઓનો બીજાઓ પર શો પ્રભાવ પડે છે. પરંતુ ધ્યાન એ રહે કે આપણી શુભ ભાવનાઓમાં થોડો પણ ઘૃણાભાવ સમાયેલો ના હોય. તો અમૃતવેળાએ યોગયુક્ત બનીને એ આત્માઓને એમના સંપૂર્ણ સ્વરૂપમાં પોતાની સામે પ્રગટ કરો અને તમારી સામે હોય તે રીતે વાતો કરો. એમને સારા તથા શ્રેષ્ઠ સંકલ્પ આપો. આ રુહરિહાન દરરોજ એ સમયે ઓછામાં ઓછા 5 દિવસ કરવી જોઈએ. નિ:શંક એમના વિચારોમાં પરિવર્તન આવશે. આવા પણ પ્રયોગ આપણે કરી શકીએ છીએ. પરંતુ આપણા સંકલ્પોનો પ્રભાવ બીજાઓ પર એટલો પડશે જેટલું આપણામાં યોગબળ હશે.

ઈશ્વરીય મહાવાક્ય છે - **જે આત્મા પોતાના માસ્ટર સર્વશક્તિવાન'ના નશામાં રહે છે તેઓ પોતાની સંકલ્પશક્તિનથી જે ઈચ્છે તે કરી શકે છે.** આ અતિ શ્રેષ્ઠ અભ્યાસ છે. આપણે વિભિન્ન સમય પર એ પ્રયોગ કરીએ. લાંબા સમય તથા દિવસમાં કેટલીયે વાર આપણે આ મહાન સત્યનો સ્વીકાર કરીએ કે સર્વશક્તિવાન બાપે મને સર્વ શક્તિઓ વરદાનના રૂપે આપી છે. હું માસ્ટર સર્વશક્તિવાન આત્મા છું. મારી પાસે સર્વશક્તિવાન જેવી જ શક્તિઓ છે. હું અત્યંત શક્તિશાળી છું. આ સ્મૃતિથી આપણે સહજ જ વ્યર્થ સંકલ્પોથી મુક્ત રહીશું. આપણને સંકલ્પોની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થશે. જો અચાનક જ આપણે કોઈ સંકલ્પ દ્વારા જ કોઈ કાર્ય કરવું યા કરાવવું હોય તો પોતાના 'માસ્ટર સર્વશક્તિવાન'ના નશા તથા સ્મૃતિમાં સ્થિત થઈને આ સંકલ્પનો પ્રયોગ કરો.

આપણી ભાવનાઓનો બીજાઓ પર શો પ્રભાવ પડે છે. એના આપણે વિભિન્ન પ્રયોગ કરીએ. સમજો કે કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે આપણી એ ભાવના છે કે 'આ વ્યક્તિ સારી નથી.' આ ભાવનાનો એના પર શો પ્રભાવ પડે છે. આ ભાવનાનો આપણા સંબંધો પર શો પ્રભાવ પડે છે. એ વ્યક્તિ પ્રત્યે આપણે એ ભાવના રાખીએ કે વાસ્તવમાં આ વ્યક્તિ સારી છે, ભગવાનનું સંતાન છે, હવે તે માયાને આધીન છે. એક દિવસે અવશ્ય જ એનું કલ્યાણ થશે. તો આપણી આ ભાવનાનો એના ઉપર શો પ્રભાવ પડે છે તે આપણે જોઈએ.

સદાય કોઈ પણ વ્યક્તિ માટે આપણા મનમાં એ ભાવના છે કે તે આપણો વિરોધી છે. આ આપણો શત્રુ છે. એનો ક્યો ઉલ્ટો પ્રભાવ પડે છે? તે તથા એ વ્યક્તિ માટે આપણી ભાવનાઓ બદલાઈ જાય કે ના આ તો આપણને સાવધાન રાખનાર છે. તે નિંદક નહીં પણ સુધારક છે. આ વિરોધી નહીં આપણને શક્તિશાળી બનાવનાર છે. આપણે પણ ક્યારેક એનો વિરોધ કર્યો હતો. હવે હિસાબ-કિતાબ ચૂક્તે કરી રહ્યો છે. તો આ રીતે આપણી ભાવનાઓ બદલાવાથી તે વ્યક્તિ કેટલી જલદી બદલાય છે એનો પ્રયોગ કરો.

સમજો કે આપને આપના અધિકારી પાસેથી રજા લેવાની છે. પરંતુ તે કોઈ ધારણાથી આપતો નથી તો આપ પાંચ સેકંડ એને આત્મિક દૃષ્ટિ આપીને પછી પોતાની વાત કરો. તે અવશ્ય રાજી થઈ જશે. કોઈ વ્યક્તિ જ્ઞાનચર્ચામાં આપની સાથે વ્યર્થ વાદવિવાદ કરી રહ્યો છે. આપ સ્વયં આત્મિક સ્વરૂપમાં સ્થિત થઈને એને આત્મિક દૃષ્ટિ આપો. આપ જોશો કે એનું વ્યર્થ વિવાદ કરવાનું સમાપ્ત થઈ જશે અને આપની વાત સમાપ્ત થઈ જશે અને તે આપની વાત સાંભળવા તૈયાર થઈ જશે. એનો પ્રયોગ કરો.

(અનુસંધાન પેજ નં. 12 પર)

સફળતા - આપણો જન્મસિદ્ધ અધિકાર

બ્ર.કુ. નરેન્દ્ર પટેલ, અલકાપુરી, વડોદરા

કેટલાક માનવો બહુ ઓછી મહેનતે સફળતા, શક્તિ, સત્તા, ધન, આબાદી વગેરે મેળવી લેતા જણાય છે, જ્યારે કેટલાકને તે માટે ભારે મહેનત ઉઠાવવી પડે છે. વળી કેટલાકને તો આ બધું મળતું જ નથી. આવું શા માટે? કેટલાકને સહેલાઈથી કે થોડી મહેનતે સર્વ કાંઈ ઉપલબ્ધ થઈ જાય. કેટલાકને અનેક ગણી મહેનતે પણ તે ન મળે એવું શા માટે? આનું કોઈ સ્થૂળ કારણ તો હોઈ જ ન શકે. કારણ કે જો એવું જ હોત તો શારીરિક રીતે મજબૂત માણસ સૌથી સફળ હોત કે ઊંચ બૌદ્ધિકતા ધરાવતો માનવ સૌથી સફળ વ્યક્તિ બની જાત. જરૂર તેની પાછળ કોઈ આંતરિક કારણ - સખત મહેનત, દૃઢતા, સર્જનશીલતા, સમયબદ્ધતા, આધ્યાત્મિકતા વગેરે જરૂરી છે.

જગતમાં સફળતા-નિષ્ફળતાના માપદંડ અલગ-અલગ જોવા મળે છે. આપણે આપણા લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરીએ તો જ સફળ કહેવાય એવું નથી. કેટલાક લોકો King(રાજા) હોય છે તો કેટલાક પોતે King નથી હોતા પણ King maker (રાજા બનાવનાર) હોય છે. એવું બની શકે કે આપણે માપદંડ ખોટા વાપરીએ અને માર્ગમાં આવતી નાની નાની નિષ્ફળતા વારંવાર આવતા જ નિરાશાની ગર્તામાં સરી પડીએ. એવું લાગે કે આ કામ થઈ ગયું હોત તો મને રાહત થઈ જાત. કેટલીક વાર આપણે Comfort Zone (બનાવી બેઠેલા આરામદાયક કોચલા)માંથી બહાર જ નથી નીકળતા.

થોમસ આલ્વા એડિસન વીજળીનો બલ્બનું સંશોધન કરતા કેટલા બધા પ્રયોગો કર્યા. 999 વાર તે નિષ્ફળ થયો. તેના સાથીઓએ પણ કહ્યું કે આ શોધ હવે શક્ય જ નથી, તેને પડતી મૂકો. પણ તે હંમેશા કહેતા કે દરેક નિષ્ફળ પ્રયોગ મને તે ભાન કરાવે છે કે હું ક્યાં ખોટો છું, મારો વિચાર કે શોધનો રસ્તો ક્યાં ખોટો છે અને તે મને સાચા માર્ગ તરફ દોરી જાય છે.

ઊંટની પીઠ પર બેસવા ઈચ્છનાર ઊંટની દરેક વક્રતાનો પૂરો ખ્યાલ રાખીને તેને અનુરૂપ આસન બનાવવું પડે છે. આપણા જીવનની મંઝિલ આ ઊંટ સવારી કે ઊંટ યાત્રા જેવી છે અને રસ્તો પણ રણનો હોવાની પૂરેપૂરી સંભવિતતા છે, પણ તેમાં જતો ઊંટ સવારની આવડતની પરીક્ષા છે અને તે જ તો સફળતા છે.

જૂના સમયની એક વાર્તા છે. જંગલમાં વસેલું એક ગામ હતું. ગામ લોકો બહાર જવા માટે અલગ અલગ રસ્તાનો ઉપયોગ કરતાં. એક સમયે ગામના કુંભારનું ગધેડું એક રસ્તે બહાર પહોંચ્યું અને પછી તે જ રસ્તે પાછું આવ્યું. કુંભાર પણ પછી તેની પાછળ પાછળ બહાર જવા માટે તે જ રસ્તાનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યો. પછી તો ત્યાં કેડી પડી ગઈ. તે રસ્તે બધા આવવા જવા લાગ્યા. તે રસ્તે રેલ્વે સ્ટેશન નીકળતું. વર્ષો વીતી ગયા. હવે ગામવાળા તે રસ્તાનો જ ઉપયોગ કરતા રહ્યા. તે રસ્તો પ્રખ્યાત થઈ ગયો. એક સમયે ગામમાં રસ્તો બનાવવાના સાધનો લઈને કેટલાક માણસો આવ્યા અને કહ્યું કે સ્ટેશનથી ગામનો રસ્તો બનાવી રહ્યા છીએ. તેઓએ રસ્તો બનાવ્યા પછી ગ્રામજનોએ તેનો ઉપયોગ શરૂ કર્યો. ત્યારે ખબર પડી કે સ્ટેશન 5 મિનિટના જ રસ્તે હતું. પણ ત્યાં જવા માટે વર્ષોથી બધા 35 મિનિટ લગાડતા હતા.

આ જ રીતે જીવનમાં પણ આપણે સફળતા માટે અનેકો એ બનાવેલા માર્ગે જ ચાલીએ છીએ અને નિષ્ફળ જઈએ છીએ. આપણે નવો માર્ગ ખોલતા જ નથી. આપણી creativity (સર્જનાત્મકતા)નો ઉપયોગ જ કરતા નથી. વર્ષોથી અન્ય કરતા આવ્યા અને સફળ થયા એમ માનીને તે જ રસ્તે ચાલીએ છીએ. પણ સફળતા માટે તેની સાથે અન્યોએ અજમાવેલા બીજા ઉપાયોની તરફ ધ્યાન નથી દેતા. બસ આપણે તો તે જ ઘેટા ચાલમાં જ જીવન વિતાવી દઈએ છીએ.

સાચે જ કહેવાયું છે કે અત્યાર સુધી કરતા આવ્યા, તે જ કરતા રહીશું તો આપણને તે જ મળશે જે અત્યાર સુધી મળતું હતું. પણ જો કાંઈક વધુ જ મેળવવું હોય તો કાંઈક અલગ જ કરવું પડે. પણ માનવ સ્વભાવ છે કે કોઈ અલગ કરવા જાય ત્યારે તેને સાથ તો નથી જ આવતા પણ વારંવાર કહ્યા કરે છે કે એ રસ્તો જ ખોટો છે. તૂં તારો સમય તથા શક્તિને ખોટા માર્ગે વાપરી રહ્યો છે અને જ્યારે તે વ્યક્તિ સફળ થાય તે પછી પણ તેની ટીકા જ કર્યા કરે છે.

જેમ્સ વોટે સ્ટીમ એન્જીન શોધ્યું. તે એન્જીનનો પ્રયોગ બનાવવા બોટમાં ગોઠવ્યું અને બધાને જણાવ્યું. અનેક લોકો તે જોવા આવ્યા કેટલાક કુતૂહલ વશ તો કેટલાક ઈર્ષ્યા વશ કેટલાક અંદર અંદર વાત કરતા કે જોજોને આ એન્જીન ચાલુ જ નહીં થાય. બોટ થોડી પણ હાલશે પણ નહીં. પણ બોટ તો ચાલુ થઈ જ ગઈ તો તેઓ બોલવા લાગ્યા - હવે તે બંધ જ નહીં થાય. આમ ટીકાકારો તો દરેક જગ્યાએ મળવાના જ છે. પણ આપણે તેમાંથી પર રહીને આપણા માર્ગે આગળ વધવું જ પડશે. તો જ સફળતા મળશે.

સફળતા માટે ચોક્કસપણે આત્મવિશ્વાસની જરૂર પડે જ. આત્મશ્રદ્ધા, આત્મવિશ્વાસ, આંતરિક શક્તિઓ પર, આપણી સકારાત્મક વિચાર ધારા કે - 'મને સફળતા મળશે જ' - પર નિર્ધારિત છે. પરમાત્માનો સાથ બેંક લોન બને છે, જે માર્ગમાં આવતા અનેક વિઘ્નોથી પણ મનને વિચલિત થવા નથી દેતું અને તોફાનોમાંથી પણ પરમાત્મ શક્તિ આપણી જીવન નાવને કિનારે સુરક્ષિત પહોંચાડે છે.

નિરાશા અસફળતાની જનની છે.

અસફળતાથી ડરવાની જરૂર નથી કે અસફળતાના સમયે નસીબનો દોષ કાઢીને નિરાશ થઈને પુરુષાર્થ છોડી ન દેવો જોઈએ. આપણા જીવનમાં અસફળતાનું પણ મહત્વ છે, તેમાંય પ્રારંભમાં મળેલી કે કાર્ય પૂરું કરવાના માર્ગમાં આવતી નાની-નાની અસફળતાઓમાંથી શીખ મેળવીને સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ડર ગયા સો મર ગયા. જેઓ નિષ્ફળ જવા તૈયાર નથી હોતા તેઓ જીવનના અગત્યના કેટલાક પાઠ ક્યારેય શીખી નથી શકતા.

અબ્રાહમ લિંકન અમેરિકાના પ્રેસીડન્ટ બન્યા તે પહેલા બે વર્ષ પૂર્વે સેનેટર તરીકેની ચૂંટણીમાં ઉભા રહ્યા હતા. ખૂબ મોટા માર્જીનથી ખરાબ રીતે હાર્યા હતા. લિંકનની કમનસીબી વિષે એક તંત્રીએ એવી નોંધ લખી હતી કે ઈલિનોયના બધા જ રાજકારણીઓમાં લિંકન સૌથી દુર્ભાગી માણસ છે. તેઓ રાજકારણમાં જ્યાં પણ ઝુકાવે તેટલી વાર નિષ્ફળતા જ મળે છે. લિંકન એટલી બધી વાર નિષ્ફળતા નીચે કચડાયેલા છે કે તેની જગ્યાએ બીજો કોઈ હોય તો છુંદાઈને રોટલો જ થઈ ગયો હોય. રાજકારણ છોડીને ભાગી જ જાય.

આ સેનેટની ચૂંટણીનું પરિણામ જાહેર થવાનું હતું ત્યારે મોડી રાત્રે લિંકન ટેલીગ્રામ ઓફિસમાં બેસીને ચૂંટણીના એરીયા પ્રમાણેના

સમાચાર મેળવતા રહ્યા. આ ચૂંટણી જીતવાની તેમને ખૂબ જ આશા હતી, અને દરેક જગ્યાએ (એરીયા-વિસ્તારમાંથી) હારતા જ સમાચાર મળી રહ્યા હતા. જીતવાની આખરે કોઈ જ આશ ન રહી ત્યારે ભારે હૈયે જિંદગીની વધુ એક નિષ્ફળતાના ભાર સાથે તેમણે ઓફિસ છોડી. રાત અંધારી હતી, વરસાદ પણ પડતો હતો. માર્ગમાં કાદવ-કીચડ હતો. લિંકનનું મન પણ ખૂબ ભારે, વિચલિત હતું, ટેન્શનમાં હતું. જિંદગીમાં જે પણ કાંઈ કર્યું તેમાં સતત નિષ્ફળતા જ મળી હતી. ભવિષ્ય પણ અંધકારમય લાગતું હતું. એકાએક કાદવમાં તેમનો પગ લપસ્યો. એક ક્ષણ માટે સમતુલા જતી રહી. બીજી જ ક્ષણે તેમણે પોતાની જાતને સંભાળી લીધી.

તેમણે કહ્યું - ‘ It's a slip and not a fall ’ - ‘ આ તો માત્ર પગ જ લપસી ગયો છે - પતન નથી, પડી નથી ગયા, હાર નથી.’ જે વ્યક્તિ જિંદગીને એ રીતે મૂલવે તેને કોઈ જ હરાવી શકતું નથી. તેમની દરેક નિષ્ફળતા ભાવિ સફળતાનું પગથિયું બની રહે છે.

સેનેટર તરીકેની ચૂંટણી હાર્યા ના માત્ર બે જ વર્ષ બાદ લિંકન અમેરિકાના પ્રમુખ બન્યા. આપણા એક કવિએ કહ્યું છે કે ‘ નિશાનચૂક માફ, નહીં માફ નીચું નિશાન!’ પશુ પક્ષી ક્યારેય નિરાશ થઈને માથે હાથ દઈને બેસતા નથી. નાનો બાળક પણ ચાલતા શીખે છે. વારંવાર પડે છે, રડે છે .... પણ.... ઉભુ થઈને ચાલવાનો પ્રયત્ન નથી છોડતો. પણ આપણે માનવો - સૌથી બુદ્ધિશાળી પ્રાણી - પણ નિરાશ થઈને પુરુષાર્થ, મહેનત જ છોડી દઈએ છીએ. પશુ પક્ષીઓ પોતાના બચ્ચાઓને શિકાર કરતા, દોડતા, ઉડતા, ઉંચુ ઉડતા શીખવે છે. તેમાં પડે છે તો પણ પ્રયત્ન કરવાનું જ શીખવે છે પણ માનવ પોતાના બાળકોને બહુ જ ઓછું શીખવે છે.

પરમાત્મા - શિવબાબા આપણને વારંવાર યાદ અપાવે છે કે આ હારજીતનો ખેલ છે, નાટક છે, કર્મ - કારણ - પરિણામ પર બનેલું નાટક છે. તેમાં હાર-નિષ્ફળતા આવે તો નિરાશ ન થતાં પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. પુરુષાર્થથી તેના પર વિજય મેળવવાની જરૂર છે. સફળતા તો આપણો જન્મ સિદ્ધ અધિકાર છે.

આ સૃષ્ટિ રૂપી વિરાટ નાટકમાં કેટલીક વાર મળેલી હાર ફક્ત બાહ્ય હોય છે, તેને પ્રગતિનું પગથિયું બનાવતા આવડે તે સફળતાના સિતારા બની જાય છે. તેઓ વારંવાર કહે છે ‘ તૂફાન તો તોહફા (Gift - ઈનામ) હૈં ’

આપણા આપસી સંબંધોને પણ સહજ રાખવા માટે, તૂટવા ન દેવા માટે પણ કેટલીક વાર સહન કરીને, હાર સ્વીકારીને ચાલવું પડે છે. તેનાથી સંબંધો મજબૂત થાય છે. તે હાર-હાર નથી પણ જીત જ છે. યાદ કરો આજ થી થોડા વર્ષ પૂર્વના સમાજને. ભારતમાં મોટા મોટા પરિવારો હતા, એક સાથે રહેતા હતા. અને આજે પરિવારો નાના થતા જાય છે. આપસી ઝગડા, વેરભાવ, દુશ્મનાવાટ વધતી જાય છે. બોલચાલ, વ્યવહાર ઓછા થતા જાય છે, ડાયવોર્સ વધતા જાય છે. પરિવાર, સમાજ, સંસ્થાઓમાં આજે સહન-શક્તિની કમી જ જોવામાં આવે છે. પારિવારિક, સમાજિક, સંસ્થાકીય એકતા અખંડતા રાખવા માટે કેટલીક વાર આ સહનશક્તિ ધારણ કરીને હારને સ્વીકારવી જરૂરી બની જાય છે. આ બાબતે શિવબાબા ઘણીવાર મુરલી (પરમાત્મા શિવબાબાએ બ્રહ્મામુખ દ્વારા ઉચ્ચારેલ મહાવાક્યો)માં કહે છે કે - ‘ યે કોઈ હાર નહીં હૈ, ઐસી હાર હી અનેક જન્મો કે લિયે આપકે ગલે મેં (સફલતા, સુખ, શાંતિ કા) હાર ડાલ દેગી.’

એક વ્યક્તિને પોતાના દીકરાને એન્જીનીયર બનાવવાની ખૂબ જ ઈચ્છા હતી. છોકરો હોંશિયાર પણ ઉતાવળીઓ હતો અને પોતાને બધું જ આવડે છે. એમ માનીને જ ચાલતો. હાઈસ્કૂલમાં નવમા ધોરણની છ માસિક પરીક્ષામાં તે નાપાસ થયો. પિતાને ખૂબ આઘાત લાગ્યો. પોતાના દીકરાને વિજ્ઞાન આવડતું નથી, તે વાત તે માની જ ન શક્યો. છોકરાના વિજ્ઞાન શિક્ષક ને મળીને વાત કરી કે - 'અરે, અત્યારથી જ અમારા ઘરમાં વિજળીનું ઉપકરણ કોઈ બરાબર ન ચાલતું હોય તો શોધી કાઢીને ઠીક કરી દે છે. ઈસ્ત્રી, ગેસનો ચૂલો, સ્કૂટર વગેરે ઠીક કરી દે છે. તેની બુદ્ધિ આટલી શાર્પ છે તો આ વિજ્ઞાન વિષયમાં નાપાસ જ કેવી રીતે થાય. મારે તો તેને એન્જીનીયર જ બનાવવો છે. તે માટે તમારું ટ્યુશન રખાવવા પણ હું તૈયાર છું.'

શિક્ષક ખૂબ જ પ્રામાણિક હતા અને છોકરાની ખામી જાણતા હતા. તેમણે કહ્યું - 'તમારી વાત સાચી છે. તમારો દીકરો ખૂબ જ હોંશિયાર છે. પણ તેની એક ખામી એ છે કે તે કશું જ શીખવા તૈયાર નથી. તેને બધું જ આવડે છે એવું માને છે. એટલે જીવનમાં આગળ વધવા માટે હોંશિયારી કે બુદ્ધિની જરૂર નથી, ધીરજપૂર્વક મહેનત કરવાની પણ જરૂર હોય છે. કોઈ પણ બીજ જમીનમાં નાંખીએ તો ફુટીને મોટો છોડ કે વૃક્ષ બનવા માટે રાહ તો જોવી જ પડે ને. ધીરજના ફળ જ મીઠા હોય છે. દરેક માનવે જીવનમાં કોઈને કોઈ નિષ્ફળતાનો સામનો કરવો જ પડે છે. માટે તમે તેને ટ્યુશન ન કરાવતા નિષ્ફળતાનો સામનો કરવાનું શીખવો જેથી તેના અભ્યાસમાં ક્યાં કચાશ છે, તેનું તેને પોતાને જ ભાન થાય'

પરમાત્માએ શીખવાડેલ રાજયોગથી વ્યક્તિ પોતાના જીવનમાર્ગમાં આવેલ મુશ્કેલીઓ અને તેનાથી ઉદ્ભવતી ચેલેન્જીસ, ભૂલો કે માનસિક વિકૃતિઓને સાચી રીતે પારખીને, સહીરૂપમાં નિર્ણય લઈને સ્વપરિવર્તન દ્વારા આંતરિક શક્તિઓને ખીલવે છે. રાજયોગ એટલે સ્વયંને જાણવું કે - હું એક ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા છું અને પરમપિતા પરમાત્માને પણ નિરાકાર, જ્યોતિ સ્વરૂપ, બિન્દુ રૂપ ચૈતન્ય શક્તિ - સર્વ શક્તિમાન જાણીને તેમની સાથે યોગ લગાવવો.

આ રાજયોગના અભ્યાસથી જ દેહ અભિમાન કે પોતાને બધું જ આવડે છે, કાંઈ જ શીખવાની જરૂર નથી એવા superiority complex (ગુરુતાગ્રંથી) અથવા હું આ દુનિયામાં કાંઈ જ નથી, મને કાંઈ જ આવડતું નથી, મને જીવનમાં કાંઈ જ પ્રાપ્ત નથી થયું. હું હંમેશા નિષ્ફળ જ જાઉંછું, મારું નસીબ જ ખરાબ છે, મારું કોઈ જ માન નથી રાખતું કે મને કોઈ પસંદ નથી કરતું, મને કોઈ આગળ આવવા દેવા નથી માંગતું એવા વિચારો દ્વારા આવતી નિરાશા, ડીપ્રેશન કે inferiority complex (લઘુતાગ્રંથી)થી મનને મુક્ત કરીને જીવનમાં સાહસ માટે પ્રેરે છે, જીવનને સહજ બનાવે છે. ભગવાન જેના જીવનના સાથી કે સારથી છે, તેને માટે કશું જ અશક્ય હોતું નથી. તેઓ શંકા-કુશંકા, આશા-નિરાશા, સફળતા-નિષ્ફળતા, સ્નેહ-તિરસ્કાર, દ્વેષ-વૈર ભાવના - શુદ્ધ વિચાર, નિંદા-સ્તુતિ, ઈર્ષ્યા-સદ્ વિચાર, માન-અપમાન જેવા વિચાર, બોલ કે કર્મમાં હાલક ડોલક થતી જીવન નૈયાને સ્થિર કરીને સહજ પાર લગાવે છે.

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયના આદિ સ્થાપક પ્રજાપિતા બ્રહ્માએ સંસ્થાની શરૂઆત થોડા કહી શકાય એવા 300-400 યજ્ઞવત્સો સાથે સન્ 1936માં કરેલી. એ સમયે સમાજ અનેક અંધવિશ્વાસમાં ઘેરાયેલો

હતો. મહિલાઓની હાલત કફોડી હતી. મહિલા સશક્તિકરણ કરવાના કાર્યની સાથે અનેક વિકારો-વ્યસનોમાં ઘેરાયેલ સમાજને પરમાત્માનો સંદેશ કે - 'સ્વપરિવર્તનથી જ વિશ્વ પરિવર્તન શક્ય બની શકે' અને તે અમલમાં લાવવા અર્થે પરમાત્માએ આપેલો આદેશ કે - 'પવિત્ર બનો, રાજયોગી બનો.' - વિશ્વ સમક્ષ મૂક્યો. આ માર્ગ એકદમ નવીન હતો. ઘરગૃહસ્થમાં રહીને કમળ પુષ્પ સમાન સ્વચ્છ યોગી જીવન ગાળવાનો માર્ગ હતો. કોઈને પણ ગળે ન ઉતરે એવી વાત હતી. આ માર્ગ પર ચાલવામાં માનવ પ્રકૃતિમાં જ છે. અનેક વિરોધ, મુશ્કેલીઓ, ટીકા સાથે આ પ્રવૃત્તિઓને સદંતર બંધ જ કરાવવા માટે થયેલા દુન્યવી પ્રયત્નો હોવા છતાં આ નાનકડા ઈશ્વરીય પરિવારથી શરૂ થયેલ આ નાનકડો છોડ વિરાટ વટવૃક્ષ બનીને પોતાના 140થી વધુ દેશોમાં આવેલા અનેક સેવાકેન્દ્રો અને બુદ્ધિજીવી વર્ગને આવરી લેતી અનેક wings (સેવાપાંખો) દ્વારા અનેકોના જીવનને સુખ-શાંતિમય બનાવી રહ્યું છે. તેઓ હંમેશા કહેતા 'સચ કી બેડી હીલેગી ડુલેગી, પર ડુબેગી નહીં.' નિરાકાર પરમાત્માના સાકાર માધ્યમ હોઈને, વિશાળ વિશ્વના પરિવર્તનના ભગીરથ કાર્યને પાર પાડવાનું કાર્ય કરવા છતાં, હંમેશા તેઓ પોતાને વિશ્વ સેવક જ કહેતા. પોતાની સર્વ સંપત્તિ આ કાર્યમાં લગાવીને તેઓએ બહેનોનું ટ્રસ્ટ બનાવીને તેઓને તેનો વહીવટ સોંપ્યો. તેઓએ પોતાનું જીવન સદા સાદું અને સાત્વિક જ રાખ્યું. નાનકડા એવા રૂમમાં જ જીવનભર રહ્યાં.

કળિયુગમાંથી સતયુગ - સત્યયુગ લાવવાનો, માનવમાં દેવત્વ પ્રગટાવવાનો માર્ગ સહજ નથી. પણ પરમાત્માની યાદ, સાથ દ્વારા, પરમાત્માના આપેલ દરેક આદેશને પૂર્ણ કરવાનો સતત પુરુષાર્થ કરીને, સ્વયં ધારણાઓ કરીને, સર્વ માટે આદર્શ બન્યા. 'મનુષ્ય સે દેવતા કિયે કરત ન લાગી વાર' એ ઉક્તિ દ્વારા નકારાત્મકતા મુક્ત, વિકાર મુક્ત જીવન શૈલી જીવવા તરફ સૌને તેઓએ પ્રેરિત કર્યા. ઘરબાર છોડીને જંગલમાં જઈને યોગસાધના કરવાને બદલે પોતાનું સર્વ કાર્ય કરતા, ઘરગૃહસ્થની જવાબદારી વહન કરતા સ્વપરિવર્તન કેવી રીતે કરી શકાય તે દર્શાવતો વિશાળ સમુદાય તેઓએ તૈયાર કર્યો. તેઓ હંમેશા કહેતા - 'જો કર્મ મૈં કરૂંગા, મુઝે દેખ ઔર કરેંગે.' તેઓનું જીવન અનેકોને માટે પ્રેરણારૂપ બની રહ્યું.

સંસ્થામાં રોજ રાજયોગ સાધના તથા પરમાત્માએ બ્રહ્મામુખ દ્વારા ઉચ્ચારેલ મહાવાક્યો - મુરલી ચાલે છે. આખા દિવસ દરમિયાન તેનું મનન ચિંતન કરવાથી પરિવર્તન કરવાનું સહજ બને છે. રાજયોગથી આંતરિક શક્તિઓનો વિકાર થાય છે, જે જીવનમાર્ગમાં આવતા અનેક પ્રકારના વિઘ્નોને પાર કરવા માટે જરૂરી છે. વળી સંસ્થામાં વારંવાર intense meditation (ગહન યોગ સાધના)નો કાર્યક્રમ યોજાય છે, જેને યોગભઠ્ઠી એવું નામ આપવામાં આવ્યું છે. ભઠ્ઠીની ગરમીમાં જેમ સોનું ગળાઈને વધુ શુદ્ધ બને છે, તેમાં રહેલ એલોય (અશુદ્ધતા) નાશ પામે છે તે જ રીતે આ યોગભઠ્ઠીમાં પકાઈને આત્મા વધુ તેજસ્વી તથા શક્તિવાન બને છે, દેહઅભિમાન ઓગળતું જાય છે. જીવનમાં સ્નેહ, દયાભાવના, સહાનુભૂતિ, સમરસતા સર્જાય છે. ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, અપમાનની ભાવના વગેરે નષ્ટ થતા જાય છે. આત્મા વધુ તેજસ્વી તથા શક્તિમાન બને છે. જીવન સાત્વિક બને છે. સમસ્યાઓની સામે ઝુંઝતી વખતે મન સમરસ, સંતુલીત રહે છે, માનસિક

(અનુસંધાન પેજ નં. 08 પર)

કર્મ મારા સાથી

બ્ર.કુ. ગીતાબેન, શાંતિવન, આબુરોડ

વિશાળ સૃષ્ટિ રંગમંચ પર શરીર ધારણ કર્યા બાદ પ્રત્યેક ચૈતન્યશક્તિ (આત્મા) એક ક્ષણ પણ કર્મ કર્યા સિવાય, પ્રવૃત થયા સિવાય રહી શકતો નથી. ચૈતન્ય અર્થાત્ જ પ્રવૃતિશીલ અને એ રીતે કર્મ એ જ આત્માના હર ક્ષણના સાથી છે. વૈભવ-પદાર્થ તો નાશવંત છે, જડ છે જે આત્મા શરીર છોડી જાય ત્યારે એક ડગલું પણ આત્માની સાથે આગળ જતાં નથી. દેહના મિત્ર સંબંધીઓ સ્મશાન સુધી મૃતદેહને વળાવવા આવે છે. આત્માની જે આગળ ગતિ થાય છે તેમાં તેઓ કોઈ સાથે આવતાં નથી ત્યાં તો જીવનભર કરેલાં કર્મ જ આત્માના સાથી બને છે. કર્મોનો હિસાબ સંસ્કાર સ્વરૂપે આત્માની સાથે આવે છે. એ કર્મની ગતિને આપણે સમજવી જોઈએ.

કર્મ આપણા સાથી ક્યારે બને? જ્યારે કર્મ સૃષ્ટિના સનાતન નિયમ પ્રમાણે સત્ય સ્વરૂપે થાય. આપણા કર્મ જ જો આપણા સાથી ન હોય તો અન્ય કોઈની પણ સાથ સફળ નથી થતો. ચાહે આખી દુનિયા આપણી મદદમાં આવી જાય પરંતુ આપણા કર્મ જો સાચા નહીં હોય તો એ મદદ આપણને તારી નહીં શકે. માટે બીજાના સાથને શોધવા કરતાં, અન્યને સાચા કે વહાલા કરવા કરતાં આપણે આપણા કર્મને આપણા બનાવીએ. આજના આ જૂઠા યુગમાં કદાચ કોઈ જૂઠથી અલ્પ સમય માટે માનવરચિત ન્યાયાલયમાંથી છૂટી જાય. પરંતુ આ જન્મ કે આવતા જન્મમાં કરેલાં કર્મના ફળ એને ભોગવવાં જ પડે છે. કર્મ સારું હોય કે નરસું હોય, કર્મ જાહેરમાં થયું હોય કે ગુફામાં છૂપાયને કર્યું હોય. કરેલાં કર્મનો હિસાબ આત્મામાં રેકોર્ડ થાય છે. એ હિસાબ દરેક આત્માને ચૂકવવો જ પડે છે.

જ્યારે કર્મ સત્યની તરફેણમાં થાય છે, ત્યારે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓ પણ અનુકૂળ થવા માંડે છે. જ્યારે કર્મ આપણી તરફેણમાં નથી થતાં ત્યારે વ્યક્તિ પરિસ્થિતિ બધું જ વિરુદ્ધ જવા માંડે છે અને આપણે બાજી હારવા માંડીએ છીએ. એવા સમયે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનને આધારે આપણે કર્મોનું નિરીક્ષણ કરી ક્ષતિનું નિવારણ કરી નાંખવું જોઈએ અને પ્રભુપિતાની યાદસ્મૃતિ સાથે શક્તિશાળી સ્વસ્થિતિમાં સ્થિત રહેવું જોઈએ. તો જીવનની ડહોળાઈ ગયેલી પરિસ્થિતિ થાળે પડી જાય છે. આમ સત્ય કર્મની અને શ્રેષ્ઠ આત્મ-સ્થિતિની શક્તિ એક એવી જબરદસ્ત શક્તિ છે જે સમસ્ત વિશ્વને વ્યવસ્થિત કરી શકે છે.

વિશ્વનું વિજ્ઞાન પણ એ જ બતાવે છે કે સમગ્ર વિશ્વ એ વ્યક્તિના મનની રચના છે. વ્યક્તિ વિકૃત થાય ત્યારે ક્રમશઃ પ્રકૃતિ, પશુપંખી બધું જ વિકૃત થવા માંડે છે. માટે સ્વામી વિવેકાનંદે પણ કહ્યું છે કે વ્યક્તિની આંતરચેતનાને જાગૃત કરો, દિવ્ય બનાવો તો બાહ્ય વિશ્વ એની મેળે વ્યવસ્થિત થઈ જશે. માનવાત્માનું વ્યવસ્થિત થવું અર્થાત્ અસલી સત્ સ્વરૂપમાં સ્થિત થવું.

આત્મા સત્યસ્વરૂપમાં સ્થિત થઈ જે કર્મ કરે છે એને સત્કર્મ કહેવાય છે. આત્માનું સત્ય સ્વરૂપ એ શુદ્ધ સ્વરૂપ છે જે શુદ્ધતામાં શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ, સુખ, શક્તિ નિહિત છે. શુદ્ધ આત્મા

(અનુસંધાન પેજ નં. 31 પર)

સર્વ સંબંધોની મીઠી સેકરીન - શિવબાબા

બ્ર.કુ. હેમંતભાઈ, શાંતિવન, આબુરોડ.

ગતાંકથી આગળ.....

હે આત્મન, તે સુંદર મુસાફર, પ્રભુ પ્રિયતમ, સલોના શિવ સાજન ધરા પર આવ્યા છે. હજારો હાથ ફેલાવી તમને દિલથી વહાલ કરવા... તમારા પર પ્રેમ વરસાવવા, પ્રેમના માણેક મોતીથી તમારા બગડેલા શ્રૃંગારને સજાવવા... સ્નેહનાં શીતળ ફૂવારાથી તન-મનની ગરમી દૂર કરવા. તે માતા-પિતા, બંધુ-સખા, પુત્ર-પતિ તેમજ ગુરુ-શિક્ષક-રક્ષક આ બહુરૂપોમાં વિવિધ સંબંધોનો સ્વાદ ચખાડવા આતુર છે. ફક્ત એકવાર તેને સાચા હૃદયથી કહી દો 'મારા' તો કાયમ માટે થઈ જશે 'તમારા'... તે હંમેશા સાથ નિભાવશે, છત્રછાયા બની જીવનનો પડછાયો બનશે, કોહિનૂરનો હીરો બનીને માથાના મુગટમાં જડાશે! 'તમે માતા પિતા, અમે બાળકો તારા, તમારી કૃપાથી સુખ ઘનેરા' આ ગીત પણ શિવના સુખદાયી સંબંધોની ગાથા છે. સર્વ સંબંધોની મીઠી સેક્રિન શિવ સાથે સંબંધ જોડવો એ તો સુખના સાગરથી ગાગર ભરવા જેવું.

સંબંધ અર્થાત સમ બંધ એટલે કે સમાન રીતે બંધાઈ જવું. આમ તો જન્મતાં જ આત્મા દેહધારીઓથી સગપણનાં બંધનોમાં સમાન રૂપથી બંધાતો જાય છે. 'એક દિવસ આવવું- એક દિવસ જવું' એ નિયમથી બંધાયેલા બે દિવસના જીવનમાં, વ્યક્તિ માણસો સાથે સુખ-દુઃખ વહેંચે છે. એમાં પણ કોઈ સ્વભાવથી દુઃખ પહોંચાડનાર કોઈ ના પણ હોય તો પણ, કોઈપણ દેહધારી ભગવાનની જેમ ન તો હંમેશા સાથ આપી શકે છે, ન તો દિલની પુકાર સાંભળીને દોડીને ક્યાંય પણ આવી-જઈ શકે છે. માનું જ ઉદાહરણ લઈ લો - કોઈ માતા બાળકને દુઃખ નથી આપતી, પરંતુ જો માતા અકાળે મૃત્યુ પામે, તો તેની ખાલી જગ્યા કોઈ ભરી શકતું નથી, માની મીઠી યાદો વિરહ વેદનાથી દુઃખદાયક યાદોમાં ફેરવાઈ જાય છે. પ્રત્યક્ષરૂપમાં મા દુઃખ આપીને નથી જાતી, પરંતુ તેની ગેરહાજરી મનને દુઃખથી ભરી દે છે.

પરંતુ તે પરમમાતા પરમાત્મા તો ભૌતિક જગતના બંધનથી પર છે - તેને કોઈ કાળ અકાળ નડતો નથી, જે કાળથી અલગ - કાળોનો પણ કાળ એટલે કે તે પોતે અકાલમૂર્ત છે - પોતાની વાયુવેગથી પણ ખૂબ જ ઝડપી ગતિથી બ્રહ્માંડમાં ગમે ત્યાં પહોંચી શકે છે પોતાની ગુપ્ત હાજરીથી તે દરેક સંબંધનો અનુકૂળ અનુભવ કરાવે છે અને ઇચ્છિત સંબંધનો સ્વાદ ચખાડે છે. તો કેમ ના તેમનાથી દિલનો પ્રેમ જાગૃત કરીએ, મધુર મિલનના ગીતો ગાઈએ અને સાચા સ્નેહીની રીત નિભાવીએ ? યાદ રહે કે તે પ્રિયતમને સાચા દિલ, સાફ દિલથી જ ખુશ કરી શકાય છે. તેમને નિર્દોષ મીઠી વાણી સરળતાથી મોહી લે છે. છળ-કપટ-દંભ-દેખાવાથી દૂર બાળકની તોતડી વાતો જ તેને સ્નેહપાશમાં બાંધી શકે છે. બાળક બની પ્રેમથી આમંત્રણ આપો તો હુઝૂર હાજર થઈ જાય છે. જે થોડામાં સંતુષ્ટ થઈ અખૂટ આપે છે, તેને મેળવવા માટે કૃત્રિમતા-કઠોરતા નહીં, પણ નરમ દિલની કરુણ પુકાર જોઈએ. આવા મીઠા માશૂકને મળવા મુશ્કેલ મંત્રોચ્ચાર, કષ્ટદાયક-કર્મકાંડ, તાપદાયક તપ અને જટિલ જપની જરા પણ જરૂર નથી. તેના માટે જોઈએ હૃદયની પ્રામાણિકતા અને મનની નિર્દોષતા.

આ સંદર્ભમાં, ભોલુની ખુદાદોસ્ત સાથેની મિત્રતાની વાર્તા ખૂબ જ રસપ્રદ છે. ભોલુ રોજ

પોતાના ઘેટાં-બકરા ચરાવવા જંગલમાં જતો હતો. તે તેમને મખમલી ઘાસમાં છોડી દેતો અને મસ્તીથી જંગલમાં ફરતો. ખુલ્લા આકાશમાં જોઈ વાદળી છત્રીવાળા સાથે નિર્દોષતાથી વાતો કરતો, 'હે ભગવાન મિત્ર, જરા જમીન પર તો આવો અને મારી સાથે રમો, હું તમને લીલાંછમ વગડામાં ફેરવીશ, વાંસળીના મધુર સ્વરથી મંત્રમુગ્ધ કરીશ' વગેરે વગેરે... અચાનક એક દિવસ રસ્તામાં જતાં પંડિતજીએ ભોલુને ભગવાન સાથે વાત કરતા સાંભળ્યો અને પૂછ્યું, 'હે બાળક, શું બડબડાટ કરી રહ્યો છે?' ભોલુએ નિખાલસતાથી કહ્યું, 'હું તો ખુદા દોસ્ત સાથે વાતો કરતો હતો', એટલે ખિજાઈને પંડિતે કહ્યું, 'ભગવાન સાથે આવી વાત કરાય? ચાલ, હું તને ભગવાન સાથે કેવી રીતે વાત કરવી તે શીખવાડું' અને પંડિતજી તેને સંસ્કૃત શ્લોક શિખવાડીને ચાલ્યા ગયા. પરંતુ બિચારો ભોલુ મંત્ર બોલી બોલીને મુંજાઈને નિરાશ થઈ ગયો. રાત્રે પંડિતજીને સપનામાં ભગવાન આવ્યા અને કહ્યું, 'આજે તે મોટી ભૂલ કરી છે', ત્યારે પંડિતજીએ કહ્યું, 'ના ભગવાન, મેં તો પૂણ્યનું કામ કર્યું છે, મેં એક બાળકને તમારી સાથે વાતો કરતા શીખવ્યું છે.' ત્યારે ભગવાને કહ્યું, 'તે તો તેની બોલતી જ બંધ કરી દીધી, દરેક પોતાના દુઃ ખનું વર્ણન કરે છે, પણ ભોલુ તેના દિલની નિર્દોષ વાતોથી મને લલચાવતો. હવે હું તેની મીઠી મીઠી તોતડી વાતો ક્યારેય સાંભળી શકીશ નહીં.

તાત્પર્ય કે શિવસખા દૈહિક દીવાલોમાં કેદ નથી થતાં, પણ આનંદનું આકાશ બની સુખી સંબંધની ડોલીમાં બેસાડી સુખની યાત્રા કરાવે છે. અનેક નદીઓના નીરને સમાવી લેતા સમુદ્ર સમાન તે શિવસાગર તમામ સંબંધોના સ્નેહરસને સમાવી રાખે છે. સંબંધને સારી રીતે પરિપૂર્ણ કરીને, તે માંગ મુજબ ગુણો અને શક્તિ આપે છે. વરસાદની મોસમમાં વાવેલા બીજ આખું વર્ષ અનાજના ભંડારને ભરપૂર રાખે છે. એવી રીતે ભાગ્ય જગાડનાર સંગમ સમયે શિવ સંગમાં વાવેલા તમામ સંબંધોના બીજ આખા કલ્પ માટે સંબંધ-સુખની ખાણને ભરપૂર કરે છે. એથી ઉલટું, જો એક પણ સંબંધની રેશમી દોરી શિવ સાથે નથી જોડી તો પ્રભુપ્રાપ્તિમાં મોટો અવરોધ ઉભો કરે છે. સ્નેહ સાગર પાસેથી જે સંબંધનું નવનીત (માખણ) લૂંટ્યું, તે જ સંબંધ પોતાની તરફ ખેંચે છે અને તેને મોહમાં બાંધે છે. દૈહિક સંબંધ યોગીને બંધન બની ઉડવા નથી દેતો. તેથી, શાણપણ અને ભલાઈ તો ભોલાનાથને તમામ સંબંધોથી પોતાનાં બનાવવામાં છે.

આમ પણ, જીવનમાં પ્રાપ્તિ કરાવનારા મુખ્ય આઠ સંબંધો છે માતા-પિતા, શિક્ષક-સતગુરુ, ભાઈ-મિત્ર અને પુત્ર તથા પતિ... હાલના હીરાતુલ્ય પુરુષોત્તમ સંગમયુગમાં, સર્વશક્તિવાન આ આઠ સંબંધોથી અવિનાશી પ્રાપ્તિઓ કરાવી રહ્યા છે.

પરમપિતા બનીને સ્વર્ગીય સુખનો વારસો, શિક્ષકના રૂપમાં ઉચ્ચ પદ અને સતગુરુ બનીને મુક્તિ જીવનમુક્તિનું વરદાન આપે છે. તો પરમમાતા બની મમતામય વાત્સલ્ય અને નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ લૂંટાવે છે. ભાઈ બની સહયોગ, મિત્ર બની સાથ, પુત્રના રૂપમાં સહારો આપે છે તથા સાજન બનીને શણગાર કરે છે. આ સંબંધોની વિગતવાર, સચોટ અને જ્ઞાનયુક્ત સમજ પરમ સુખના દ્વાર ખોલે છે.

પરમમાતા - માતા બાળકને પ્રેમ અને સ્નેહ આપે, બાળકની દરેક પ્રવૃતિ સહન કરી- ભૂલ માફ કરે તથા તેનું ચારિત્ર્ય બનાવે છે. એ જ રીતે, ભગવાન પણ બિનશરતી અથાહ પ્રેમ તેમજ હૃદયનો સ્નેહ આપી આત્મારૂપી બાળકોને સાચી

સમજણ આપી બુદ્ધિશાળી એટલે કે દેવતા બનાવે છે. જગતજનનીનાં રૂપે યાદ કરવાથી પ્રેમ, ક્ષમા, કરુણા, દયા જેવા ગુણો અને સહનશક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. જેમ છીણી-હથોડીનો માર સહન કરીને પથ્થર પૂજાવાને લાયક બને છે, તેવી જ રીતે, પરમાત્મામાં સહનશીલતા અને પ્રેમથી ચારિત્ર્યવાન પૂજનીય દેવ બનાવી દે છે.

પરમપિતા - જેમ શારીરિક પિતા આજ્ઞાંકિત પુત્રને જંગમ અને સ્થાવર મિલકતનો વારસદાર બનાવે છે. તે જ રીતે, જે શિવ સાથે પરમપિતાનો સંબંધ જોડી, આજ્ઞાકારી આત્મિક પુત્ર બની 'પવિત્ર બનો, યોગી બનો' ની આજ્ઞાનું પાલન કરે છે, તે ઈશ્વરીય જન્મસિધ્ધ અધિકાર સ્વરૂપ સ્વરાજ્યનું જ્ઞાન તથા ઉદારતા, વિશાળતા, સુખ વગેરે ગુણો તેમજ સમાવવાની શક્તિ મેળવે છે. પ્રભુપિતાના આદેશનું પાલન કરવાથી ભવિષ્યમાં 21 જન્મોના પ્રારબ્ધરૂપે સ્વર્ગીય સ્વરાજ્ય સુખનો વારસાઈ હક (સ્વર્ગનો વારસો) મેળવે છે.

પરમશિક્ષક - શિક્ષક વિદ્યાર્થીને શિક્ષણ આપી ડિગ્રી દ્વારા ઉચ્ચ દરજ્જો આપે છે. તે જ રીતે, પરમ શિક્ષક બની મનુષ્યમાંથી દેવતા બનવાનું જ્ઞાન તથા પારદર્શિતા, દૂરદર્શીતા જેવા ગુણો તેમજ પરખવાની શક્તિ આપીને આપણને દેવપદનાં અધિકારી બનાવે છે. રાજયોગ અને આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની અનુપમ શિક્ષા દ્વારા શ્રી કૃષ્ણ સમાન સર્વગુણ સંપન્ન, સોળે કળા સંપૂર્ણ બનવાની દૈવી ડિગ્રી આપે છે, જેનાથી નારી શ્રી લક્ષ્મી અને નર શ્રી નારાયણ સમાન બને છે.

પરમસદગુરુ - જેમ દેહધારી ગુરૂ "પુત્રવાન-ધનવાન-આયુષ્યવાન ભવ" નું વરદાન આપે છે, તેવી જ રીતે પરમસદગુરુ પણ મુક્તિ-જીવનમુક્તિનું વરદાન આપી અમર ભવનાં આશીર્વાદ આપે છે. પરમસદગુરુ પાસેથી કર્મની ગુહ્ય ગતિનું જ્ઞાન તથા શ્રેષ્ઠતા, દિવ્યતા વગેરે ગુણો અને નિર્ણય કરવાની શક્તિ મળે છે. ખાસ કરીને, જગતગુરુ શિવબાબા દરેક કાર્યમાં શ્રેષ્ઠ આચરણ કરવા માટેની શ્રેષ્ઠ મત (શ્રીમત) આપે છે. આ સર્વસિધ્ધિદાયી શ્રીમતથી પરમ સદગુરુ સતયુગ-ત્રેતાયુગનાં ૨૫૦૦ વર્ષ સુધી દુઃખ-અશાંતિથી મુક્ત જીવન એટલે કે જીવનમુક્તિનું વરદાન આપે છે.

મિત્ર - જો દિલ પર બોજ હોય તો મિત્ર યાદ આવે છે, જે બીજાને કહી ના શકાય તે વાત માત્ર મિત્ર સાંભળે છે અને આપણને હળવા કરે છે. એ જ રીતે, ખુદા દોસ્ત દિલની વાત સાંભળીને હળવા કરવા માટે સદાય હાજર રહે છે. પરમમિત્ર સ્વરૂપે પ્રતિકૂળતામાં ખુશ રહેવાનું જ્ઞાન અને આનંદ, હળવાશ, મિલનસાર જેવા દિવ્ય ગુણો અને સામનો કરવાની શક્તિ આપે છે. જેમ યુદ્ધભૂમિમાં કેશવે મિત્ર રૂપે પાર્થને જ્ઞાન આપી સાથ આપ્યો એમ જ ભયંકર આફતોનો સામનો કરવામાં સર્વશક્તિવાન શક્તિઓથી સાથ આપે છે.

ભાઈ - ભાઈ ધર્મસંકટમાં સહકારનો હાથ લંબાવે તથા સુરક્ષાનું વચન પાળે છે, જેની યાદગાર ભાઈબીજ અને રક્ષાબંધન છે. ભગવાન પણ ભાઈ બની, આત્મ-સ્મૃતિનું તિલક તેમજ પવિત્રતાનાં રક્ષાસૂત્ર દ્વારા વિકારોનાં મારથી સુરક્ષિત રાખે છે. ભાઈ રૂપે આત્મા-આત્મા ભાઈ-ભાઈનું જ્ઞાન તેમજ પવિત્રતા-સ્નેહ-સન્માન-સહયોગ જેવા ગુણો આપે છે તથા સહયોગશક્તિ આપી મદદ કરે છે. જેમ વસ્ત્રાહરણમાં શ્રી કૃષ્ણએ દ્રૌપદીનો પોકાર સાંભળી મદદ આપી રક્ષા કરેલી, તેવી જ રીતે, દિલના આહવાન પર પરમપ્રિય ભાઈ બની, મુશ્કેલીઓનો પહાડ ઉપાડવામાં સહકારના હજાર હાથ ફેલાવે છે.

પુત્ર - વૃદ્ધાવસ્થામાં, જ્યારે તન મન નબળું

થાય ત્યારે પુત્ર ટેકો આપે છે અને પિતાની પાલનાનું ઋણ ચૂકવે છે. જો સંગમયુગમાં એક જન્મમાં ભગવાનને પુત્ર માની તેના ઉપર તન-મન-ધન સફળ કરવાથી તે આજ્ઞાકારી શિવપુત્ર ૨૧ જન્મો સુધી સુખનો સહારો બને છે. પુત્રરૂપે મનોવિકારોના હુમલાઓથી બચવા માટેનું જ્ઞાન તથા નિષ્પાપતા, હર્ષિતમુખતા, પ્રસન્નતા તેમજ ખુશી જેવા સદગુણો અને વિસ્તરણને સંકુચિત કરવાની શક્તિ આપે છે. દિલથી મારા કહેવાથી દરેક કાર્યને સુંદર બનાવવાનું પોતાનું વચન પાળે છે અને બાળક બની ખુશ પણ કરે છે.

સાજન - સાજન સજનીને માટે સૌભાગ્ય-સુહાગનો સુંદર શણગાર છે. તે શિવસાજન, પતિ-પરમેશ્વર બની સૌભાગ્ય તો શું, પરંતુ પદમાપદમ સૌભાગ્યનો સુહાગ આપી સર્વગુણ સંપન્નતાથી શણગારે છે. 16 કળાઓની પૂર્ણતાનો શણગાર કરે છે. પતિના રૂપમાં આત્મા સજનીને આંતરિક સુંદરતાનું જ્ઞાન તેમજ પવિત્રતા, સુંદરતા અને અમરત્વ જેવા શ્રેષ્ઠ ગુણો અને સમેટવાની શક્તિ આપે છે. પરમાત્મા પતિના રૂપમાં અવિનાશી સૌભાગ્ય આપી, તેનો ખોળો સુખથી ભરે છે અને તેને હંમેશા માટે રડવાથી મુક્ત કરે છે.

આ ઉપરાંત, પરમાત્મા કામ, ક્રોધ વગરે... માનસિક બીમારીઓમાંથી મુક્તિ આપનાર વૈદ્યનાથ છે, સાથે સાથે પાપ કર્મોથી મુક્ત કરનાર ધર્મરાજનો સંબંધ જમઘટોની સજામાંથી મુક્ત કરે છે. સર્જન અને ધર્મરાજ, આ બે સંબંધો પણ પુરુષાર્થીને ઘણી મદદ કરે છે. જે પુરુષાર્થી પરમાત્માને પ્રિયતમ બનાવી તેની સાથે તમામ સંબંધો જોડે છે, તે સ્વાર્થ ખાતર ભટકાવતા દેહધારીઓના સંબંધોમાં નથી ફસાતા. જો યોગી જીવનમાં ભગવાન સાથે એક પણ સંબંધ નથી નિભાવ્યો, તો એ જ સંબંધ પુરુષાર્થના માર્ગમાં અને યાદની યાત્રામાં માયાવી રૂપ ધારણ કરી વિઘ્ન બને છે. દૈહિક સંબંધોની યાદો દુ:ખ આપે છે, જ્યારે ઈશ્વરીય યાદો પાપના તાપને ભસ્મ કરી, અતીન્દ્રિય સુખનું રસપાન કરાવે છે. તો હે નિજ આત્મન્, સર્વ સંબંધોની મીઠી સેકરીન શિવબાબા સાથે સર્વ સંબંધો નિભાવો અને તમારી જાતને ધન્ય ધન્ય બનાવો...

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

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **જ્યારે પણ મનસા સેવા યા વાણી દ્વારા તથા કર્મ દ્વારા પણ સેવા કરો છો તો એની પ્રાપ્તિરૂપે આત્મિક ખુશી મળે છે. સેવા કરી અને ખુશી ના મળી, તો તે સેવા યથાર્થ સેવા નથી.**

(પેજ નં. 21નું અનુસંધાન)... કર્મ મારા સાથી

કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા જે કાંઈ અભિવ્યક્ત કરશે, જેને આપણે કર્મ કહીએ છીએ, એ સ્વાભાવિક જ શુદ્ધ હોવાનું. એને શુદ્ધ કર્મ કહીએ છીએ. આવા શુદ્ધ કર્મ-સત્કર્મોનું સામૂહિક બળ આપણે વધારવું જોઈએ. અને એના માટે વધુ ને વધુ શુદ્ધ આત્માઓના સંગઠનો તૈયાર કરવા જોઈએ. વેદોમાં પણ લખ્યું છે કે કર્મ શુદ્ધિ વગર વેદ પણ કાંઈ કરી શકતા નથી. માટે ચાલો, આપણે સૌ સ્વયંશુદ્ધિ કરીએ અને શુદ્ધ આત્માઓના સંગઠનો વધારીએ, વધુ મજબૂત બનાવીએ. જેથી કર્મ આપણા સાચા સાથી બને અને અંતે પ્રભુપિતાની અંતિમ કોર્ટમાં આપણા પોતાના જીવન કેસને જીતવામાં સહજતા રહે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

યુવાનો- નવી ચેતનાના ધ્વજધારી

બ્ર.કુ. પ્રો. ચંદ્રવદન ચોકસી, નડિયાદ

પ્રત્યેક મહાન કાર્ય, મહાન શક્તિનું આવાહ્‌ન કરે છે. હર ક્રાંતિ ચાહે હિંસક હોય કે અહિંસક હોય મહાન બલિદાન યા સમર્પણ માંગી લે છે. આવી પ્રાણોની આહુતિ ખરેખર યુવાનો જ આપી શકે છે.

ચીન અને ફ્રાન્સની સ્વાતંત્ર ક્રાંતિનો ધ્વજ યુવાનોએ જ લીધો હતો. ભારતની આઝાદીના ખપ્પરમાં ભગતસિંહ, ચંદ્રશેખર, ખુદીરામ તથા સુભાષચંદ્ર બોઝ જેવા અનેક ગરમ લોહીવાળા યુવાનોએ પ્રાણની આહુતિ આપી. આમ આઝાદી માટે જાતની બાજી લગાવવાના દૃષ્ટાંતો લો કે પછી એવરેસ્ટને સર કરવા માથાને હાથમાં લઈ ચાલનારા તેનસિંહો કે એડમંડ હિલેરીઓના ઉદાહરણ લો, કે જ્ઞાનની નવી ક્ષિતિજોને શોધનારા ન્યૂટન કે આઈન્સ્ટાઈન જેવા વૈજ્ઞાનિકોની ગળાબૂડ સમર્પણ ભાવનાના દાખલા લો, પ્રતાપની અપાર દૃઢતા જુઓ કે વિવેકાનંદની દેશને બદલવાની ધગધગતી આરઝૂને જુઓ. આ બધાં યુવાનીના ઉદાહરણો જ છે ને? તમન્ના, સરફરોશી, સમર્પણ એ તો જાણે યુવાનોના દિલની તમન્ના. 'મેરા રંગ દે બસંતી ચોલા.' ગીતના શબ્દો સમગ્ર જીવનને વાસંતી રંગમાં ઝબોળીને, 'સરફરોશીકી તમન્ના અબ હમારે દિલ મેં હૈ' - એ જીવનમંત્ર સાથે પ્રાણોની આહુતિ એ તો યુવાનો માટે રમતની વાત છે.

હિંમત ઉલ્લાસ અને આફતોની વચ્ચે પણ અડગ રહેવાની, પ્રાણ કરતાંય લક્ષ્યને મંઝિલને આંબવાની તાલાવેલી ભલે એ કોલંબસમાં હોય કે અબ્રાહમ લિંકનમાં આ સૌ છે યૌવનની વિરાસત. બાળપણને કૌમાર્ય તો નિર્દોષ, ચંચળ ને પરાધીન છે. વૃદ્ધાવસ્થા ભલે સ્વસ્થને શાણપણથી ભરેલી હોય છતાં એ છે ડગમગતી અને ગણતરી ભરેલી જ અને ચીલે ચાલનારી. જ્યારે યૌવન એ તો છે સ્વતંત્ર, મુક્ત અને મસ્તીભર્યો કુરબાનીથી છલકતો વાસંતી રંગ. માટે જ ગાવામાં આવ્યું છે કે, 'યુવા તૂ હૈ સર્વ મહાન, તુ હૈ સારે જગકી શાન.' યુનોએ પણ યોવનને આદર આપીને 1985ના વર્ષને યુવાવર્ષનો મહોત્સવ જાહેર કર્યો હતો. એજ પગલે આજે આપણે પણ હૃદયના પૂરા અને સાચા ભાવથી કહીશું, Youth is the flag bearer of new consciousness.

મનચેતનાના સર્જકનો કહો, યા માનવ્યના નવોન્મેષનો કહો-ધ્વજધારક કોણ હોઈ શકે? ન બાળક, ન કિશોર, ન વૃદ્ધ-માત્ર યુવાન જ હોઈ શકે. પરંતુ યૌવનને શિરે ક્યાંક ક્યાંક લાંછન પણ છે. યૌવન એટલે અસંયમ, યૈવન એટલે વિલાસ, યૌવન એટલે જવાબદારીનો અભાવ, યૌવન 'બેફામ' હોવાના પણ દાખલા સમાજમાં છે. છતાં યુવાન નવી ચેતનાનો ધ્વજરોહક શી રીતે બની શકે? એક શિક્ષણશાસ્ત્રીએ કહ્યું છે કે, 'કોઈપણ દેશની પ્રગતિ કેટલી અને કેવી છે એ જો જાણવું હોય તો તેનું યૌવનધન કયા માર્ગે છે એટલું જ જાણી લો, તેથી બધું જ સ્પષ્ટ થઈ જશે.'

અગર યૌવન ચંચળ, અસ્વસ્થ, વિલાસી અને બેજવાબદાર રહ્યું તો વૃદ્ધાવસ્થા બીજું કયું રૂપ પ્રગટ કરી શકશે? એટલે જ તો સ્વામી વિવેકાનંદે કહ્યું હતું - 'મને એક સો બ્રહ્મચારી આપો, જુઓ હું ભારતની શાન કેવી પલટાવી દઉં છું.' પરંતુ તેઓનું સ્વપ્ન સાકાર ન થયું.

અગર યૌવનને દિશા આપવામાં આવે, અગર યૌવનને સંયમી અને સ્વસ્થ બનાવવાનો રાહ બતાવવામાં આવે, અગર યૌવનને આધ્યાત્મિક સ્પર્શથી ચેતન બનાવવામાં આવે તો વિશ્વભરમાં માનવતાનો ઉન્મેષ, નવચેતનાનું આરોહણ અશક્ય નથી.

આજે જ્યારે ચારે તરફ સ્વાર્થ, કુટિલતા અને વિકારોનું પ્રબળ સામ્રાજ્ય છે અને પરિણામે નિરાશા, હતાશા અને વિનાશ છે, ત્યારે બાકી રહ્યું છે નવસર્જનનું કાર્ય. એ પણ ગુપ્ત રીતે સર્વશક્તિવાન પરમાત્મા કરી રહ્યા છે, માનવીને નવચેતનાથી સભર કરવાનું. આ નવી ચેતના તે કઈ? એ છે દિવ્યમાનવનું સર્જન, નવાયુગનું સર્જન. જે યુગમાં સ્વાર્થ કલેહ, કુટિલતા, નિરાશા, હતાશા અને માનવીને ભરખી જનારા અનિષ્ટોને સ્થાને નિર્વ્યાજ સ્નેહ, શીતલશાંતિ, આનંદ ઉલ્લાહ, ઉમંગસભર નિર્દોષ દૈવીજીવને સ્થાન લીધું હશે. અર્થાત્ અત્યારે આપણે કળિયુગ અને સતયુગના સંધિકાળે ઊભા છીએ. ફરીથી દૈવીસૃષ્ટિ સતયુગી સૃષ્ટિના સર્જનનું મહાન કાર્ય પરમાત્મા રાજયોગના જ્ઞાન દ્વારા ગુપ્ત રીતે કરી રહ્યા છે. એટલે આપણે 'સમયથી સભાન' બનીએ. time Realization કરીએ. નહિ તો સુખની સુંદર, સ્વર્ગીય દુનિયા ખોઈ બેસીશું. પરમાત્માના આ અતિશ્રેષ્ઠ કાર્ય માટે યુવાનો અને યુવતીઓએ ધ્વજધારક બનવાનું છે. વિશ્વભરનાં અનેક યુવક-યુવતીઓએ પરમાત્માના નવચેતનાના સર્જનના કાર્યમાં જાતિ-ધર્મ-રંગ-ભેદ ભૂલીને જીવનનું સમર્પણ કર્યું છે. આપ પણ આવો અને નવચેતનાના સર્જનનો ધ્વજ આપના હસ્તોમાં પણ શોભી ઊઠો એ જ શુભભાવના.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 30નું અનુસંધાન)... દિવ્ય દર્પણ

રાખવી, વ્યર્થ-નકારાત્મક જોવાની, સાંભળવાની, બોલવાની અને વાંચવાની ટેવથી પોતાને બચાવી રાખીને વ્યર્થ ચિંતનથી આપણે સ્વયંને બચાવી શકીએ છીએ.

કહેવાય છે કે, આત્માની નિર્બળતાનાં બે મુખ્ય કારણ હોય છે. એક વધારે બોલવું અને બીજું વધારે વિચારવું. માટે જ આપણે પોતાની વાણીનો ઉપયોગ આવશ્યકતા પ્રમાણે તેમજ સમયને અનુરૂપ કરવો જોઈએ. તેની સાથે આપણે વ્યર્થ ચિંતનને પણ સંપૂર્ણપણે સમાપ્ત કરવા માટે શુભસંકલ્પોની ગતિને વધારવી જોઈએ. આપણે યાદ રાખવું જોઈએ કે આપણું મન એ સેતુ છેજે આત્માને પરમાત્મા સાથે જોડી દે છે અથવા તો વિકારો સાથે. એટલે જો આપણે મનના વિચારો પર ધ્યાન આપીને એને શુભ અને સમર્થ બનાવીશું તો સ્વાભાવિક આપણાં વ્યર્થ વિચારો આપોઆપ સમાપ્ત થઈ જશે. આપણે વ્યર્થથી મુક્ત થઈ જઈશું. આપણા સંકલ્પો જ આપણી વાણી અને કર્મનાં બીજ સ્વરૂપે હોય છે. એટલે જ્યારે આપણે પોતાના સંકલ્પોને શ્રેષ્ઠ અને શક્તિશાળી બનાવીશું તો આપણા બોલ અને કર્મ પણ આપોઆપ શ્રેષ્ઠ અને શક્તિશાળી બની જશે.

ગીત - અપની ચિંતન કી ધારા બદલ દો, રોગ ચિંતા કા મીટ જાયેગા....

॥ ઓમશાંતિ ॥

- **અથક પુરુષાર્થ અને સહનશીલતા જ સફળતાની ચાવી છે.**
- **પ્રસન્ન રહેવું અને અન્યને પ્રસન્ન કરવા એ દુઆઓ આપવી અને દુઆઓ લેવી છે.**
- **મુખનો સર્વોત્તમ શ્રૃંગાર હર્ષિતમુખતા છે.**

વિચારોનો ચમત્કાર

બ્ર.કુ. રમેશ, ફોટોગ્રાફી વિભાગ, માઉન્ટ આબુ

ચમત્કારોનું નામ સાંભળતાં જ માનવ એના તરફ આકર્ષિત થાય છે અને ચમત્કારની પાછળ દોડવા લાગે છે. પરંતુ માનવ થોડું ગહનતાથી વિચારે તો જણાશે કે સ્વયંના વિચારોમાં કેટલો મોટો ચમત્કાર છે. સબળ સંકલ્પવાનને સંસારનું કોઈપણ તોફાન હલાવી નથી શકતું. એની સમક્ષ સમગ્ર સંસાર સ્વાભાવિક રીતે જ ઝુકી જાય છે. સમર્થ સંકલ્પવાળો જેવું વિચારે છે, તેવું કરે છે અને તેવો જ બની જાય છે.

મન હંમેશાં અનેક પ્રકારના સંકલ્પોના પ્રવાહમાં વહેતું રહે છે. સમર્થ સંકલ્પોનો પ્રવાહ હોય છે તો શક્તિનો અનુભવ થાય છે. અને વ્યર્થ સંકલ્પોનો પ્રવાહ હોય છે તો શક્તિનો હ્રાસ થાય છે. માનવની વાતચીતથી ખબર પડે છે કે એના સંકલ્પ નિર્બળ છે યા સબળ ? સમર્થ સંકલ્પવાન બીજાઓને પણ નવજીવન પ્રદાન કરવાની ક્ષમતા ધરાવે છે. જેમ કે બ્રહ્માબાબા દિવ્યતા અને અલૌકિકતાથી સભર હતા. એમની સમક્ષ ગમે તે જતું, એને એવો અનુભવ થતો કે મારામાં કોઈ દિવ્ય શક્તિનો સંચાર થઈ ગયો છે. તે સ્વાભાવિક રીતે બાબા પર પૂર્ણરૂપથી સમર્પણ થવા તૈયાર થઈ જતો હતો. આ છે સમર્થ, દિવ્ય અને પવિત્ર સંકલ્પોનો ચમત્કાર.

જે મનુષ્ય ખરાબ અને હીન વિચારો જ કરે છે તેનું જીવન અંધકારમય છે. તે પરમાત્મા પ્રાપ્તિ થઈ હોવા છતાં કહે છે કે મને તો કંઈ જ પ્રાપ્ત થયું નથી. આ વ્યર્થ વિચારોનું જ પરિણામ છે. પરંતુ આપણા શ્રેષ્ઠ વિચાર ચુંબકની જેમ દિવ્યગુણોને પોતાની તરફ આકર્ષિત કરે છે. ઉત્સાહપૂર્ણ વિચાર સફળતા અને આનંદને પોતાની તરફ ખેંચે છે. એટલે આપણા મનમાં સદા સમર્થ અને સફળતાના જ વિચારો ચાલવા જોઈએ.

આપણું મન આપણા ભાગ્યનું વિધાતા છે. ગાયન પણ છે કે ‘મન કે હારે હાર હૈ, મન કે જીતે જીત.’ એટલે તમે જવા બનવા ઈચ્છો છો તેવા સંકલ્પો મનને આપો. એ રીતે એનું નિરંતર ચિંતન કરતા રહો. પ્રગતિના માર્ગમાં વિઘ્નરૂપ વિચાર - ભય, સંદેહ, નિરાશા, અસંતોષ અને અવિશ્વાસના સંકલ્પોને મનમાંથી કાઢીને ફેંકી દો. પછી જુઓ, આપણું ભાગ્ય ચમકી ઊઠશે. મહાત્મા જેમ્સ એલને કહ્યું છે, ‘વિચારોથી જ આપણે ઉત્કર્ષ કરીએ છીએ અને વિચારોથી જ આપણી અવનતિ થાય છે. એનાથી જ આપણે ઊભા થઈએ છીએ અને એનાથી જ આપણે ચાલીએ છીએ.’

જે વ્યક્તિ પોતાના વિચારોનો સ્વામી બનીને રહે છે, જે પોતાની ઈચ્છાઓને પોતાના વશમાં રાખે છે, તે સત્યના તીક્ષ્ણ તથા સ્પષ્ટ પ્રકાશમાં પોતાના મહાન આદર્શોનું નિર્માણ કરે છે.

માનવના સંકીર્ણ વિચાર એને કૃપણ અને દરિદ્ર બનાવે છે. શંકાશીલ મન કદી બીજાઓની વિશેષતાઓ જોઈ શકતું નથી. સદા એનું મન દરેક વ્યક્તિ માટે અનુમાન લગાવે છે. સ્વયં દુઃખી થાય છે. એને સુખની અનુભૂતિ થઈ શકતી નથી. આવો અનુમાન છોડીને ઉદારદિલ બનો. ઉદાર ચિત્તવાળો સદા સંતુષ્ય અને ખુશમિજાજ રહે છે.

આપણા હીન વિચાર જ પરિસ્થિતિ અને સમસ્યાઓનું નિર્માણ કરે છે. એનું પરિણામ આપણે જ ભોગવવું પડે છે. જેમ કે એક વ્યર્થ સંકલ્પ અનેક વ્યર્થ સંકલ્પોને જન્મ આપે છે અને

(અનુસંધાન પેજ નં. 34 પર)

પ્રસંગ પરિમલ

સાચી મદદ

એક નાનું પક્ષી પોતાના પરિવારથી વિખૂટું પડીને પોતાના માળાથી દૂર ગયું હતું. એ નાના પંખીને તો હજુ ઉડતાં આવડતું નહોતું. એણે ઉડવાનું શીખવાનું હમણાં જ શરૂ કર્યું હતું. બીજી બાજુ નાના પક્ષીના પરિવારવાળા ઘણા પરેશાન હતા. આ બાજુ નાનું પક્ષી કઈ રીતે પોતાના માળાએ પહોંચે તેની ચિંતા કરતું હતું. તેને ઉડવાનું શરૂ કર્યું હતું પણ વધારે ઉડી શકતું નહોતું. વારંવાર ઉડવાનો પ્રયાસ કરવા છતાં તે નીચે પડી જતું હતું.

કેટલીક દૂરથી અજાણ પક્ષી પોતાના મિત્ર સાથે સર્વ દૃશ્ય ઘણા ધ્યાનથી જોઈ રહ્યાં હતાં. તેઓ આ નાના પક્ષી માટે આવ્યાં. નાનું પક્ષી એમને જોઈને પહેલાં તો ગભરાઇ ગયું. પછી એણે વિચાર્યું કદાચ એની મદદ માટે આવ્યાં હશે. જેથી તેને પોતાના ઘેર પહોંચાડી દે.

અજાણ પક્ષી - શું થયું નાના પક્ષી, તું વધારે પરેશાન લાગે છે?

નાનું પક્ષી - હું રસ્તો ભૂલી ગયું છું. મારે સાંજ પહેલાં મારા ઘેર પહોંચવાનું છે. મને હજુ સુધી સારી રીતે ઉડતાં આવડતું નથી. મારા પરિવારવાળાં ઘણાં પરેશાન થઈ રહ્યાં હશે. તમે મને ઉડવાનું શીખવાડી શકો છો? હું ઘણા સમયથી કોશિશ કરું છું પણ સારી રીતે ઉડવા માટે સફળ થયું નથી.

અજાણ પક્ષી હસીને બોલ્યું - જુઓ અમે તો ઉડવાનું જાણીએ છીએ અને પોતાની મરજીથી ગમે ત્યાં જઈ શકીએ છીએ. આટલું કહીને અજાણ પક્ષીએ તે નાના પક્ષીની સાથે પ્રથમ ઉડાન ભરી. તે પછી થોડીવાર પછી પાછા આવીને બે ચાર કડવી વાતો બોલીને ફરી ઉડી ગયું. આવું એણે પાંચ છ વાર કર્યું. જ્યારે તેઓ ઉડીને પાછા આવ્યાં ત્યારે નાનું પક્ષી ત્યાં નહોતું.

અજાણ પક્ષી પોતાના મિત્રને - નાના પક્ષીએ ઉડાન ભરી લીધીને ? એ સમયે અજાણ પક્ષીના ચહેરા ઉપર ખુશી દેખાઈ રહી હતી.

મિત્ર પક્ષી - હા, નાના પક્ષીએ તો ઉડાન ભરી લીધી, પણ તું આટલું ખુશ કેમ થઈ રહ્યું છે? તેં તો એની મજાક કરી હતી.

અજાણ પક્ષી - મિત્ર તે મારી નકારાત્મક વાતો ઉપર માત્ર ધ્યાન આપ્યું છે અને સકારાત્મક વાતો ઉપર વધુ ધ્યાન આપ્યું નથી. એનો મતલબ એ કે એણે મારી મજાક અવગણીને મારી ઉડાન ભરવાની ચાલ ઉપર વિશેષ ધ્યાન ઉડવામાં આપ્યું અને તે ઉડવામાં સફળ રહ્યું.

મિત્ર પક્ષી - જ્યારે તે એને ઉડવાનું શીખવાડ્યું તો મજાક કરીને કેમ શીખવાડ્યું ?

અજાણ પક્ષી - મિત્ર, નાનું પક્ષી પોતાના જીવનની પહેલી ઉડાણ ભરી રહ્યું હતું. અને હું એના માટે નવું હતું. જો હું એને સીધી રીતે ઉડવાનું શીખવાડત તો તે પૂરી જિંદગી મારા ઉપકાર તળે દબાયેલું રહેત. અને આગળ જતાં ઉડવાની વધારે કોશિશ ના કરત. મેં એ પક્ષીની અંદર છુપાયેલી લગન જોઈ હતી. જ્યારે મેં એને કોશિશ કરતું જોયું હતું. ત્યારે જ હું સમજી ગયું કે એને માત્ર થોડી દિશા આપવાની જરૂર છે અને જે મેં અજાણમાં એને ઉડવાની તાલીમ આપી તો તે પોતાની મંઝિલે પહોંચવામાં સફળ થયું હવે તો તે પૂરી જિંદગી કોશિશ કરશે અને બીજાઓની મદદ ઓછી

(અનુસંધાન પેજ નં. 34 પર)

દિવ્યદર્શન

સંકલ્પ દ્વારા સૃષ્ટિ પરિવર્તન

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

ગીત - જૈસા સોચેગે તુમ, વૈસા બન જાઓગે...જૈસા કર્મ હોગા, વૈસા બન જાઓગે...

કહેવતમાં કહ્યું છે કે, માનવી તેના વિચારોથી જ સુખી કે દુઃખી થાય છે. એટલે કે જે વ્યક્તિના સંકલ્પો તેના સ્વયંના કંટ્રોલમાં હોય છે તે કાયમ સુખી રહે છે. અને જે વ્યક્તિ સંકલ્પોને તેના કંટ્રોલમાં રાખી શકતો નથી તે દુઃખી રહે છે. મોટાભાગની આવી વ્યક્તિઓ પોતાના દુઃખનું કારણ હું પોતે છું તેમ ન સમજતાં, તે કોઈ અન્ય વ્યક્તિ, વસ્તુ, ભૌતિક પદાર્થ કે પરિસ્થિતિને કારણે દુઃખી થાય છે તેવું માને છે. આવી ક્રિયા-પ્રતિક્રિયા કરવાને આધુનિક મનોવિજ્ઞાનમાં આરોપણની ક્રિયા અર્થાત્ બ્લેમીંગ કહેવાય છે. એટલે કે દોષ બીજાના પર ઢોળી દેવો. મનોવૈજ્ઞાનિકોના મતાનુસાર, જે વ્યક્તિના વિચારો તેને પોતાને અનુકૂળ હોય છે તે બધા લોકો સંજોગો અને ભાગ્યને પોતાના અનુકૂળ છે તેમ અનુભવે છે. તેનાથી વિપરીત જે વ્યક્તિના વિચારો પોતાને પ્રતિકૂળ હોય તેને પોતાની આસપાસ બધા દુશ્મન જ દેખાય. વિચારોના આ દૂષણને પરિણામે તેની આસપાસનું વાતાવરણ પણ દૂષિત થઈ જાય છે. મિત્રો પણ તેને દુશ્મન જેવા લાગે છે. ધીરે- ધીરે તેની સફળતા પણ નિષ્ફળતામાં બદલાઈ જાય છે. માટે પ્રાચીનકાળમાં આપણા ઋષિ-મુનિઓ, તપસ્વીઓ અને વિદ્વાનો દ્વારા આપણને સદૈવ એવી શિખામણ આપતા, સૌ પહેલા પોતાના ચિંતનની ધારા બદલો, તો ચિંતાનું સ્વરૂપ ખતમ થઈ જશે. અર્થાત્ આપણે ચિંતન જરૂર કરીએ પરંતુ એ વાતનું વિશેષ ધ્યાન રાખીએ કે, તે ચિંતન કોઈ વ્યર્થ કે જેનાથી વાતોમાં ન બદલાઈ જાય. મનોચિકિત્સકોનું માનવું છે કે, નિરર્થક અને વ્યર્થ વિચારો મનમાં કરવા જ નહીં કે જેનાથી તનાવ થાય. તનાવ પેદા કરે તેવા વિચારોને વ્યર્થ વિચારો જ કહેવાય. જેનું પરિણામ ચિંતા, તાણ, ડિપ્રેશન, બ્લડ-પ્રેશર, માથાનો દુઃખાવો, બેચેની, અનિદ્રા વગેરે શારીરિક અને માનસિક બીમારીઓના રૂપે આપણા જીવનમાં છુપી રીતે પ્રવેશ કરી જાય છે.

આપણા મનમાં વિચારોના તરંગો સતત ઉપર-નીચે થતા રહે છે. એટલે વિચારોની અવગણના કરવી શક્ય નથી. કારણ કે આ એક પ્રાકૃતિક પ્રક્રિયા છે. આપણાં કર્મ તથા આંખોથી જે દૃશ્ય દેખાય છે તે અદૃશ્ય પરંતુ અતિસમર્થ વિચારોનું દૃશ્યરૂપ જ છે. આપણે આ વાત પ્રત્યે સંપૂર્ણપણે સાવધ રહેવું જોઈએ કે, આપણા મનમાં કેવા પ્રકારના વિચારોની અવર-જવર થઈ રહી છે. અન્યથા ખરાબ અને નિરર્થક વિચારો મનમાં આવે જે નિરૂપયોગી કાર્યોમાં માનવીને તેવા કામકાજમાં ડૂબાડી દે છે. આવા વિચારોને અટકાવવા કે મનમાંથી બહાર કાઢવાની શરૂઆતમાં આપણને થોડી મુશ્કેલીઓ પડશે, પરંતુ ધીમે-ધીમે થોડો સમય આ પ્રકારનો અભ્યાસ કરવાથી આ કામ સરળ થઈ જશે.

આત્મ-અભિમાની અવસ્થામાં રહેવું, ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવો, દિનચર્યા સુવ્યવસ્થિત કરવી, સંગની સંભાળ રાખવી, વિકારોથી પોતાની જાતને બચાવવી, બધા માટે શુભભાવના

(અનુસંધાન પેજ નં. 27 પર)

માનસિક તાણ-વર્તમાન સમાજ માટે ભયરૂપ

બ્ર.કુ. ડૉ. કોકિલાબેન, મહાદેવનગર, અમદાવાદ.

20મી સદીને માનસિક તાણ અને ચિંતાનો યુગ ગણવામાં આવે છે. આધુનિક જગતમાં કોઈપણ વ્યક્તિ એવી નહિ હોય કે જેના જીવનમાં માનસિક તાણ અને ચિંતાના પ્રસંગો ઉપસ્થિત ન થતા હોય.

હવે પ્રશ્ન ઉત્પન્ન થાય છે કે માનસિક તાણ એટલે શું ? જ્યારે અનેક પ્રતિકૂળ સંજોગોનો સામનો કરતાં કરતાં મનુષ્યના મનમાં ઉત્પન્ન થતા નકારાત્મક, નિર્બળ, નિરાશાના વિચારોનું પ્રમાણ ખૂબ વધી જાય છે ત્યારે તેને એક પ્રકારના માનસિક દબાણનો, અશાંતિનો અનુભવ થાય છે જેને માનસિક તાણ કહી શકાય.

માનસિક તાણના સંદર્ભમાં મૂળભૂત સમસ્યા એ છે કે માનસિક તાણ હંમેશ માટે નુકસાનકારક છે કે પછી ક્યારેક આવકાર્ય પણ છે! ઘણા મનોવૈજ્ઞાનિકોનું એવું મંતવ્ય છે કે જીવનમાં વિકાસ કરવા માટે થોડેઘણે અંશે માનસિક તાણ જરૂરી છે. તેથી હંમેશા એવું માનવું ભૂલભર્યું છે કે માનસિક તાણ હંમેશા નુકસાનકારક છે. પરંતુ જો તાણ ઉત્પન્ન કરનારા પ્રસંગો વ્યક્તિના જીવનમાં ખૂબ ટૂંકા સમયમાં વારંવાર ઉત્પન્ન થતા હોય અથવા તાણની પ્રક્રિયા ચાલુ જ રહેતી હોય અથવા ખૂબ જ વધારે પ્રમાણમાં તાણ ઉત્પન્ન થતી હોય તો આવી માનસિક તાણની ખૂબ જ નુકસાનકારક અસરો મન તથા તન ઉપર થતી હોય છે. માટે માનસિક તાણનો નુકસાનકારક અસરોથી વ્યક્તિને મુક્ત રાખવી ખૂબ જરૂરી છે.

માનસિક તાણ ઉત્પન્ન કરનારાં પરિબળો

(1) જન્મથી મૃત્યુ સુધી તાણ ઉત્પન્ન કરનારાં અનેક પરિબળો આપણી સામે આવે છે. બાળકોનો જન્મ એ પણ એક પ્રકારની માનસિક તાણ છે. જન્મતાંની સાતે જ બાળકનું પ્રથમ રુદન સિદ્ધ કરે છે કે બાળક માનસિક તાણમાંથી પસાર થઈ રહ્યું છે.

જન્મથી મૃત્યુ સુધીની લાંબી મુસાફરી દરમિયાન વ્યક્તિના જીવનમાં અનેક માનસિક તાણ ઉત્પન્ન કરનારા પ્રસંગો અને વળાંકો આવતા હોય છે. જેનો વ્યક્તિએ સામનો કરવો પડે છે અને તેમાંથી બહાર પણ આવવું પડે છે. જેમ જેમ આવી તાણ ઉત્પન્ન કરનારી પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરીને સફળતાપૂર્વક તેમાંથી વ્યક્તિ બહાર આવે છે. તેમ તેનું વ્યક્તિત્વ ઘડાય છે. તે પરિપક્વ બને છે. તેના માનસિક સ્વાસ્થ્યનો વિકાસ થાય છે તથા જીવનમાં આવતી મુશ્કેલીઓનો સામનો સરળતાથી કરી શકે છે.

(2) બાલ્યાવસ્થામાં તથા યુવાન અવસ્થામાં જીવનમાં અનુકૂળ થવા માટેની ઘણી સમસ્યાઓ આવે છે જેનો સામનો કરવો પડે છે અને તે પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થવું પડે છે. ઘણી વ્યક્તિઓ માટે આ સંજોગો વધારે તાણ ઉત્પન્ન કરનારા બને છે. તેમાંથી મુક્ત થવું અશક્ય બની જાય છે. આવી વ્યક્તિઓનું માનસિક વલણ તથા વ્યક્તિત્વ બદલાઈ જાય છે. છેવટે ભવિષ્યમાં જીવનમાં ચિંતાઓ અને સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન કરે છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં પણ અનેક પ્રકારની સમસ્યાઓ આવે છે જે માનસિક તાણ ઉત્પન્ન કરે છે.

(3) વ્યક્તિના જીવનમાં આવતા અનેક નિરાશાના પ્રસંગો, અસલામતી, કોઈ સ્નેહી

વ્યક્તિનું મૃત્યુ, જીવનમાં રાખેલી મહેચ્છાઓની અતૃપ્તિ દા.ત. શિક્ષણક્ષેત્રમાં, લગ્નજીવનમાં રાખેલી ઈચ્છાઓની અતૃપ્તિ પણ માનસિક તાણ ઉત્પન્ન કરે છે.

(4) આધુનિક સમાજમાં દરેક વ્યવસાયમાં દરેક ક્ષેત્રમાં ખૂબ જ હરિફાઈ ચાલી રહી છે. તેથી દરેક વ્યક્તિએ આ સ્પર્ધામાં આગળ વધવું જ પડે છે અને જો ન વધે તો જીવનમાં અનેક નિરાશાઓ અને માનસિક તાણનો અનુભવ થાય છે.

વ્યક્તિના જીવનમાં આવતી નિષ્ફળતા માનસિક તાણ માટે જવાબદાર નથી પરંતુ તે નિષ્ફળતાના પ્રસંગને વ્યક્તિ કેવી રીતે સ્વીકારે છે તે અગત્યનું છે. ઘણી વ્યક્તિઓ નિષ્ફળતાને પણ હસતા મુખે સ્વીકારી લે છે તેને માનસિક તાણનો અનુભવ થતો નથી.

એક વાત યાદ રાખવી જોઈએ કે જો આપણે પરિસ્થિતિઓને નથી બદલી શકતા તો આપણે આપણા માનસિક વલણને એટલે કે સ્વસ્થિતિને બદલવાની જરૂર છે. સ્વસ્થિતિને અચલ અડોલ એકરસ બનાવવાની જરૂર છે.

(5) આધુનિક સમાજમાં વ્યક્તિઓના જીવનમાં ઘણાં સંઘર્ષો ઉત્પન્ન થાય છે. ઘણી વ્યક્તિઓ હંમેશા સંઘર્ષમય સ્થિતિમાં જ રહે છે જેમાંથી ચિંતા અને તાણ ઉત્પન્ન થાય છે.

(6) ઘણી વ્યક્તિઓની અપરાધી વૃત્તિ (Guilt Feeling) હોય છે. સ્વયંના કેટલાક કર્મોને કારણે, કેટલાક વિચારોને કારણે, કુટુંબ પ્રત્યેની અથવા માબાપ પ્રત્યેની અમુક ફરજો ન નિભાવવાને કારણે પણ આવી અપરાધી વૃત્તિ પેદા થાય છે. આવી અપરાધી વૃત્તિ પણ માનસિક તાણને જન્મ આપે છે.

(7) જનસંખ્યાની વૃદ્ધિ-આધુનિક સમાજમાં જનસંખ્યાની અતિશય વૃદ્ધિ પણ તાણ ઉત્પન્ન કરનાર પરિબળ છે. ગીચોગીચ સ્થાનોમાં કે જ્યાં ઘણી વ્યક્તિઓ નાની જગ્યામાં રહેતી હોય ત્યાં માનસિક તાણ ઉત્પન્ન થવાની ખૂબ સંભાવના છે. માટે જ ગામડાઓ કરતાં શહેરોમાં ગીચ વસ્તીમાં માનસિક તાણ વધારે જોવા મળે છે.

(8) શહેરીકરણ, ઔદ્યોગિકરણ, એક સ્થળેથી બીજે સ્થળે સ્થળાંતર વગેરેમાં વ્યક્તિએ ખૂબ અનુકૂળ થવું પડે છે. જેમાં વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ ઉપર આધાર રાખે છે. આવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓની સામે લડવા માટે શરીરના યુદ્ધ કરનારા યંત્રો કાર્યાન્વિત થાય છે. ક્યારેક કેટલીક વ્યક્તિઓ આવી પરિસ્થિતઓને અનુકૂળ નથી થઈ શકતી અને છેવટે તાણ ઉત્પન્ન થાય છે.

(9) સાસ્કૃતિક પરિબળો દા.ત. સંયુક્ત કુટુંબ, સાસુ-વહુના સંબંધો, પિતા-પુત્રના સંબંધો સંયુક્ત કુટુંબમાં રહેવું કે વિભક્ત કુટુંબમાં રહેવું તે અંગેની મુંઝવણ. આવી પરિસ્થિતિઓ પણ માનસિક દબાણ અને સંઘર્ષ ઉત્પન્ન કરે છે.

તાણયુક્ત પરિસ્થિતિ સામેનું વલણ

જ્યારે તાણયુક્ત ચિંતાવાળી પરિસ્થિતિ વ્યક્તિની સામે આવે ત્યારે કુદરતે આપણા શરીરમાં એવી યાંત્રિક રચના કરી છે કે જે પ્રક્રિયા દ્વારા ચિંતા અને તનાવ સામે લડી શકાય. તાણયુક્ત પરિસ્થિતિ સામે વ્યક્તિના આ વલણને General Adaptation Syndrom કહેવાય છે જેમાં વ્યક્તિ ત્રણ પ્રકારની પ્રતિક્રિયા બતાવે છે.

1. પરિસ્થિતિ સામે લડી લેવું.
2. પરિસ્થિતિ તરફથી દૂર ભાગવું.
3. ભયભીત થઈ જવું.

આમ તાણયુક્ત પરિસ્થિતિનો સામનો કરે

છે અથવા આદર્શ રીતે તેને સ્વીકારે છે.

જો સંઘર્ષમય સ્થિતિમાં જ રહેવામાં આવે અને સંજોગોનું નિરાકરણ થાય જ નહિ તો છેવટે માનસિક દબાણ પેદા થાય છે જે શરીરમાં અનેક રોગો પેદા કરે છે. મનોદૈહિક (Psychosometic) રોગો કે જે માનસિક અથવા ભાવનાત્મક અસંતુલનને કારણે ઉત્પન્ન થાય છે. દા.ત. લોહીનું દબાણ, હૃદયરોગ, ચામડીના દર્દો, દમની બીમારી, એસીડીટી, પેટનું ચાંદુ, આંતરડાના રોગો, મધુપ્રમેહ વગેરે રોગો માનસિક તાણના કારણે થઈ શકે. માનસિક તાણના પરિણામે કેટલાક માનસિક રોગો પણ થઈ શકે અને વ્યક્તિનું આખું વ્યક્તિત્વ વિકૃત બની જાય છે.

આપણા મગજમાં આવેલ હાઈપોથેલેમસમાં પિટ્યુટરી એક્સીસમાં આ બધી પ્રક્રિયાઓ થાય છે. આત્માનું સ્થાન હાઈપોથેલેમસમાં આવેલું છે. મનમાં ઉત્પન્ન થતાં દબાણ તથા તાણની અસર હાઈપોથેલેમસ પર થાય છે ત્યાંથી ઉત્પન્ન થતા સ્ત્રાવ પિટ્યુટરી ગ્રંથીને આંદોલિત કરે છે અને છેવટે શરીરની બધી જ ગ્રંથીઓનાં અંત:સ્ત્રાવોનું અસંતુલન થાય છે! જેના પરિણામે શરીરના ઘણા બધા અંગો ઉપર તેની અસર થાય છે અને પરિણામે માણસ રોગનો ભોગ બને છે.

કોઈ ચિંતકે સાચું જ કહ્યું છે કે ઔદ્યોગિકરણ અને આધુનિકરણ માટે ખૂબ મોટી કિંમત ચૂકવવી પડે છે અને તે છે માનસિક રોગો અને મનોદૈહિક રોગો. એટલે કે મન અને તનનો ભોગ આપીને આપણે આધુનિકરણ અને ઔદ્યોગિકરણને પામ્યા છીએ. આધુનિક તબીબી ક્ષેત્રમાં બહુ મોટી ભૂલ એ થઈ રહી છે કે શરીરને એક યંત્રની જેમ સારવાર આપવામાં આવે છે. વ્યક્તિના તનની સાથે તેની ભાવનાઓને અને તેના મનને સારવાર મળતી નથી. તન અને મન એકબીજાના સહયોગથી કાર્ય કરે છે આ વાત વિજ્ઞાને સ્વીકારવી જ પડશે. તન અને મન બંનેને સાથે સારવાર આપવી પડશે.

માનસિક તાણનો આધાર

ઘણી બધી વ્યક્તિઓમાં માનસિક તાણના પ્રસંગો સરખા જ હોય છતાં કેટલીક વ્યક્તિ વધારે માનસિક દબાણ અને ચિંતા અનુભવે છે જ્યારે કેટલાય થોડા પ્રમાણમાં માનસિક દબાણ અનુભવે છે જ્યારે કેટલાકને બિલકુલ તાણની અનુભવ થતો જ નથી. આવું કેમ ? તેનું મુખ્ય કારણ દરેક વ્યક્તિનું જુદું જુદું વ્યક્તિત્વ છે.

આપણો ઉછેર કેવી રીતે થયો, આપણા માનસિક વલણો કેવા કેળવાયેલા છે. મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવાની શક્તિ આપણે ધરાવીએ છીએ કે કેમ ? આપણી સહનશક્તિ સારી છે કે નહિ વગેરે બાબતો પર માનસિક દબાણની આધાર રહેલો છે.

આ બધા પરિબળોની સાથે સાથે એવું શોધાયું છે કે દરેક વ્યક્તિમાં અમુક પ્રકારના રીસેપ્ટર્સ કે જેને 'Benzodiazepine receptors' કહેવાય છે તે આવેલા છે. જો વ્યક્તિમાં પૂરતા પ્રમાણમાં આ રીસેપ્ટર્સ હોય તો તનાવનો સામનો કરવા સમર્થ બને છે. જો ઓછા પ્રમાણમાં રીસેપ્ટર્સ હોય તો નાનામાં નાની મુશ્કેલીનો સામનો પણ ન કરી શકે કેટલીક વખત માનસિક રોગોના દર્દીને તેની ચિંતા અને તાણ ઓછા કરવા માટેની દવાઓ આપવામાં આવે છે ત્યારે એવું જોવા મળ્યું છે કે કેટલીક વ્યક્તિમાં દવા અસરકારક સાબિત થાય છે. કેટલાકમાં દવાની અસર થતી જ નથી અને કેટલાકમાં આડ અસરો તથા નુકસાનકારક અસરો ઉત્પન્ન થાય છે. તેનું કારણ મગજમાં રહેલા આ રીસેપ્ટર્સ છે. જો રીસેપ્ટર્સ ઓછા હશે તો દવાની અસર વધારે થશે. જો રીસેપ્ટર્સ યોગ્ય પ્રમાણમાં હશે તો દવાની અસર નહિ થાય. આવા દર્દીઓ રાજયોગ ખૂબ જ મદદકર્તા છે.

રાજયોગ દ્વારા માનસિક અને શારીરિક વિશ્રામની અવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. આ પ્રક્રિયાથી શરીરના અંતસ્ત્રાવો, લોહીનું દબાણ, કોર્ટીસોન-લેવલ વગેરેનું નિયંત્રણ થાય છે. રાજયોગ દ્વારા 'Benzodiazepine receptors'નું પ્રમાણ વધે છે કે કેમ તેની ઉપર સંશોધન થવું જોઈએ. માનસિક તાણથી થતા રોગોથી બચવા માટે રાજયોગ એ સારામાં સારી દવા છે. દવાઓ કરતાં રાજયોગ વધારે લાભદાયક છે. કારણ કે રાજયોગની કોઈ આડ અસર નથી. ક્યારેક કદાચ ટૂંક સમય માટે દવાઓ આપવી પણ પડે પરંતુ પછી રાજયોગનો અભ્યાસ કરવાથી દવાઓતી મુક્ત થઈ શકાય.

દુનિયામાં ઘણા પ્રકારની, વિશ્રામ અવસ્થા માટેની વિધિઓ શીખવવામાં આવે છે. જેમાં રાજયોગ ખૂબ જ સહજ, શ્રેષ્ઠ અને વ્યવહારિક પદ્ધતિ છે. બીજી બધી વિશ્રામ માટેની પદ્ધતિ શીખવા વ્યવસાયિક વ્યક્તિઓ પાસે જવું પડે તેના કરતાં રાજયોગ ઉત્તમ છે.

રાજયોગના અભ્યાસ દરમિયાન એક અગત્યની વાત ધ્યાનમાં રાખવા જેવી એ છે કે એક પ્રકારનો Syndrom (ઘણા ચિહ્નોનો સમૂહ) કે જેને Relaxation activation Syndrom (R.A.S.) કહેવાય છે. જેમાં રાજયોગ દરમિયાન વ્યક્તિ વિશ્રામનો અનુભવ કરવા પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે મનની કેટલીક પ્રક્રિયાઓ ઉત્તેજિત થાય છે. જેમાં કેટલીક વ્યક્તિઓ ફરિયાદ કરે છે કે તેઓને એકાગ્રતા કેળવવામાં વધારે તનાવ, મુશ્કેલીનો અનુભવ થાય છે. વધારે ને વધારે વિચારો આવે છે. જો વ્યક્તિને આ પ્રકારની મુશ્કેલી આવે તો તે વ્યક્તિને ખૂબ ધીરજથી શીખવવું જોઈએ. અથવા તેને ફક્ત યોગ નહિ પરંતુ બીજાં કાર્યો જેવાં કે સેવા તથા જ્ઞાનમાં વ્યસ્ત કરવા જોઈએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 29નું અનુસંધાન)... પ્રસંગ પરિમલ

માગશે એનાથી એનામાં આત્મવિશ્વાસ પેદા થશે, તે વધશે.

શીખ - પક્ષીઓની આ વાર્તાથી આપણે માનવો માટે પણ એ વિચારીએ છીએ કે આપણે લોકોની મદદ કરીએ પણ કોઈને કહીએ નહીં.

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 28નું અનુસંધાન)..વિચારોનો ચમત્કાર

વ્યર્થ સંકલ્પોની ગતિ તીવ્ર બને છે. જે પોતાની જ શક્તિઓને સમાપ્ત કરી દે છે વ્યર્થ સંકલ્પ વાંસના જંગલ જેવા હોય છે. એક વાંસમાંથી અનેક વાંસ સ્વાભાવિક રીતે ઊગે છે. પરસ્પર ટકરાઈને આગ પ્રગટાવે છે. એ રીતે વ્યર્થ સંકલ્પ પણ એકબીજા સાથે ટકરાઈને કોઈને કોઈ વિકારની અગ્નિ પ્રગટાવે છે. પછી સ્વયં જ એ વિચારોના કારણે દુઃખી, અશાંત, અસંતુષ્ટ થઈ જાય છે. એટલે સદા મનમાં શ્રેષ્ઠ, શુભ, સમર્થ પવિત્ર અને સુખકારી સંકલ્પની જ રચના થાય, જે બીજાઓના જીવનમાં પણ શાંતિની ક્રાંતિ લાવી દે અર્થાત્ સુખમય જીવન બનાવી દે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

Published and Printed by BK Bhartiben R. Somiya for Prajapita Brahmakumaries Ishwariya Vishwa Vidyalaya, Ahmedabad. Printed at Shreedhar Printers Pvt. Ltd., J & K Block No. 4, Ravi Estate, Dudheshwar Road, Ahmedabad - 380 004. Published from Prajapita Brahmakumaries Ishwariya Vishwa Vidyalaya, Sukh Shanti Bhavan, Bhulabhai Park Road, Kankaria, Ahmedabad - 380 022, Gujarat State, India. Edited by Prof. Dr. Kalidas Dhulabhai Prajapati

સંગમયુગની શબ્દાવલી

દૈવી ભાઈઓ અને બહેનો,

સંગમયુગની શબ્દાવલીના વિભાગમાં જાન્યુઆરી–૨૦૨૨ માસની શબ્દાવલી ભાગ–૧૪ના જવાબો આ સાથે છે. જ્ઞાનના ચિંતનના આધારે તમારા જવાબોને સાચા જવાબો સાથે સરખાવી શકશો. સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ–૧૫ અહીં પ્રસ્તુત છે. જેની આડી–ઊભી ચાવીઓ ભરશો. તમને આવતાં માર્ચ–૨૦૨૨ના અંકમાં સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ–૧૫ના જવાબો મળશે.

સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ–૧૫

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				28			29		

શબ્દાવલી ભાગ–૧૪ ના જવાબોવાળું કોષ્ટક

1 જા	2 ન્યુ	3 આ	રી		4 બ્રી	5 જે	ન્દ્રા	6 દા	7 દી
8 ની	ય	ર		9 ઓ	જ	સ		10 તા	લા
11 વા	ર	તી		12 નિ	કો	લ			રા
લી			13 મુ		ઠી		14 સં	15 ગ	મ
16 પી	તાં	17 બ	ર				18 તા	ણ	
ના		19 ગ	લી				20 પ	તં	ગ
રા		લો		21 સં	22 ધ્યા			ત્ર	
	23 ત		24 ગાં	ધી	નિ	ર્વા	ણ	દિ	25 ન
26 સં	પ		ડી					27 વ	ય
ગ		28 લ	વ	કુ	લ		29 લે	સ	ન

આડી ચાવીઓ:–

૧. ૭મી ફેબ્રુઆરીએ સ્મૃતિ દિવસ (૬)
૪. વેદોનો અંત (૩)
૬. પ્રીત બુધ્ધિ (૩)
૭. મહાસુદ પાંચમ એટલે (૬)
૧૧. ..... એવી બરકત (૩)
૧૨. બગીચામાં ફુલોની માવજત કરનાર (૨)
૧૩. ..... દેવ – પિતાશ્રી બ્રહ્મા (૨)
૧૪. ગુજરાતી મેગેઝીનનું નામ, બ્રહ્માકુમારી સંસ્થાનું ગુજરાતી મુખપત્ર (૪)
૧૬. બલિહાર, કુરબાન, ન્યોછાવર (૨)
૧૭. એક દિયા ..... કા (૨)
૧૮. યજ્ઞમાં જવ–.....ની આહુતિ (૨)
૨૦. શરીર ..... – આત્મા ડ્રાઈવર (૩)
૨૨. ભરૂચ જીલ્લાનું એક શહેર (૩)
૨૪. ફ્લોપનું વિરોધી (૨)
૨૫. એક વાદ્ય (૩)
૨૭. એકમ શબ્દનો અંગ્રેજી અર્થ (૩)
૨૮. કાયા (૨)
૨૯. સંગમયુગ એટલે ..... યુગ (૩)

ઊભી ચાવીઓ:–

૧. પોષી ..... (૩)
૨. બ્રહ્માકુમારીઝના એક પરિસરનું નામ (૪)
૩. એક કંપનીનું નામ ..... (૩)
૪. પુરણપોળી (૩)
૫. નંબરનો એક આંકડો (૨)
૬. સૃષ્ટિચક્રમાં કેટલા યુગ (૫)
૮. મહારાષ્ટ્રના એક પ્રખ્યાત મહાન સંત (૬)
૯. પાંચ દ્રવ્યોના મિશ્રણની પ્રસાદી (૪)
૧૦. ભોલેનાથના ભંડારાના દાદી (૪)
૧૧. પુષ્પશાંતા દાદીના લૌકિક નાના બેન (૭)
૧૨. ક્ષમા (૨)
૧૩. જીંજરને ગુજરાતીમાં ..... કહેવાય (૨)
૧૫. તલ અને ગોળની એક મિઠાઈ (૫)
૧૯. બ્રહ્માબાબાનું એક નામ (૪)
૨૧. એક જ અક્ષર ત્રણ વખત લખો (૩)
૨૨. જ્ઞાન ...... સતગુરુ દિયા (૩)
૨૩. ઉદર શબ્દને ઉલ્ટો લખો (૩)
૨૫. મહેનત (૨)
૨૬. બ્રહ્માબાબાની અંતિમ સ્થિતિ .....તીત (૨)

Gyan Amrit Vol:15 | Issue 02 | February 2022| Retail Price - 12/- | RNI No. of RNP is GUJGUJ/2007/21842. Published on 1st of every month. Registered under Postal Registration No. AHD-C/21/2020-2022 Vaild up to 31st December-2022 Issued by the SSPO's Ahmedabad City Division, LPWP Licence No. PMG/HQ/109/2020-2022 valid up to 31st December 2022, permitted to post at Ahmedabad PSO on 4th of every month.

રાજકોટ કેવડાવાડી ખાતે નવનિર્મિત કલ્યાણીભવન સેવાકેન્દ્રનું મંગલ ઉદ્દ્ઘાટન કરતાં ગુજરાત ઝોન ઈન્ચાર્જ રાજયોગિની ભારતીદીદી, સાથે માઉન્ટ આબુથી પધારેલ વરિષ્ઠ રાજયોગી ભ્રાતા સૂર્યભાનુભાઈ, બ્ર.કુ. ગીતાબેન, બ્ર.કુ. જાગૃતિબેન અને સમારોહમાં કેક કટીંગ કરતાં ભારતીદીદી સાથે બ્રહ્માકુમારી બહેનો તથા સેવા સન્માન સમારોહના સન્માનીત બહેનોનું વૃંદ.

રખિયાલના નવનિર્મિત 'જ્ઞાનગંગા ભવન'ના ઉદ્દ્ઘાટન તથા સેવાકેન્દ્ર સંચાલિકા બ્ર.કુ. કૈલાસબેનના સુર્વણજંયતી મહોત્સવમાં મા.આબુથી પધારેલ બ્ર.કુ.ઉષાબેન, ગુજરાત સરકારના અન્ન અને નાગરીક પુરવઠા મંત્રીશ્રી ગજેન્દ્રસિંહ પરમાર, MLA ભ્રાતા બલરાજસિંહ, અગ્રણી વ્યાપારી ભ્રાતા દિલીપભાઈ અને જનકભાઈ, વસંત મસાલાના માલિક ભ્રાતા ચંદ્રકાન્તભાઈ ભંડારી, બ્ર.કુ. નેહાબેન, બ્ર.કુ. કૈલાસબેન, બ્ર.કુ. અમરબેન તથા અન્ય.

મહેસાણામાં આઝાદીના અમૃત મહોત્સવ અંર્તગત 'રાષ્ટ્રીય કિસાન દિવસ'ના ઉપલક્ષ્યમાં આયોજીત 'કિસાન સન્માન દિવસ' કાર્યક્રમમાં સંયુક્ત બાગાયાતના ડાયરેક્ટર ભ્રાતા એફ.કે.મોઢ, કિસાન પ્રશિક્ષણના આસીસન્ટટ ડાયરેક્ટર ભ્રાતા એલ.કે.પટેલ, સંયુક્ત ખેતી નિયામક ભ્રાતા જે.બી.ઉપાધ્યાય, મહેસાણા નગરપાલિકાના ઉપપ્રમુખ ભ્રાતા કાનજીભાઈ દેસાઈ, ગ્રામવિકાસ પ્રભાગના રાષ્ટ્રીય સંયોજીકા બ્ર.કુ. સરલાબેન, બ્ર.કુ. કુસુમબેન.

બારડોલી ખાતે 'ભૂમિપૂજન કાર્યક્રમ'માં દિલ્હીથી પધારેલ બ્ર.કુ.આશાબેન, TDO ભ્રાતા દિપેશભાઈ, તાજપુર કૉલેજના ટ્રસ્ટી ભ્રાતા બાબુભાઈ, બ્ર.કુ. રંજનબેન, બ્ર.કુ. અરુણાબેન.

કાસિન્દ્રા સેવાકેન્દ્ર સંચાલિકા બ્ર.કુ.મીનાબેન તથા બ્ર.કુ. સવિતાબેનના 'રજતજયંતી મહોત્સવ'માં બ્ર.કુ. નેહાબેન, બ્ર.કુ. અમરબેન, બગોદરા મંગલ માનવ મંદિરના ટ્રસ્ટી ભ્રાતા દિનેશભાઈ લાઠીયા, વિહતમાતા મંદિરના સેવક ભ્રાતા વિક્રમભાઈ દેસાઈ.

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