




# Gyan Amrit શાન્તિમૃત



Vol.15 - Issue 07  
July 2022  
Price 12/-



રાજયોગિની દીદી મનમોહિનીજી  
સ્મૃતિ દિવસ - ૨૮ જુલાઈ ૧૯૮૩



રાજકોટ અવધપુરી ખાતે '૩૧ મે - વર્લ્ડ નો ટોબેકો ડે' અંતર્ગત 'વ્યસનમુક્તિ અભિયાન'માં રાજકોટ મ્યુનિસિપલ કમિશનર ભ્રાતા અમીત અરોરા IASને સૌગાત આપતા પ્ર.કુ. રેખાબેન.



નવસારીમાં 'રોડ સેફ્રિટી મોટરસાયકલ યાત્રા'માં પ્ર.કુ. દિવ્યાબેન, ટ્રાફિક એજ્યુ. ટ્રસ્ટના વડા ભરતભાઈ, PSI જોષીભાઈ, મદદનીશ માહિતી નિયમનકાર રાજકુમાર, પ્ર.કુ. કવિતાબેન, પ્ર.કુ. ગીતાબેન.



વડોદરા અટલાદરામાં 'કલ્પતરૂ પ્રોજેક્ટ'ના લોન્ચીંગમાં એમ.એસ. યુનીવર્સિટીના VC ડૉ. વિજય શ્રીવાસ્તવ, CPCBNના રીજનલ ડાયરેક્ટર પ્રસુન ગાર્ગવ, અન્ય મહેમાનો સાથે પ્ર.કુ. અરૂણાબેન.



જૂનાગઢમાં 'કલ્પતરૂ પ્રોજેક્ટ'ના શુભારંભમાં એગ્રીકલ્ચર યુનિ.ના VP ડૉ. એન.કે.ગોટીયા, ફોરેસ્ટ ઓફિસર ભ્રાતા વી.બી.ભેડા, રોટરી કલબના પ્રમુખ ભ્રાતા ગિરીશભાઈ, પ્ર.કુ. દમયંતીદીદી.



વડોદરા મંગલવાડી સેવાકેન્દ્ર ખાતે પધારેલ GNFC યુનિ.ના પ્રોફેસર ચંદ્રવદનભાઈ, ડૉ. હરસુખભાઈને સૌગાત આપતા પ્ર.કુ. રાજબેન.



ગાંધીનગરમાં 'કલ્પતરૂ કાર્યક્રમ'માં યુવા પ્રમુખ જુજેશભાઈ, મ્યુ. કાઉન્સિલર શૌલાબેન, રાધેયાળના માલિક સુનિલભાઈ, પ્ર.કુ.કૈલાસબેન.



આણંદમાં 'કલ્પતરૂ પ્રોજેક્ટ'ના શુભારંભમાં જીલ્લા ખેતીવાડી અધિકારી ભ્રાતા ચિંતનભાઈ, જીલ્લા પશુપાલન અધિકારી ભ્રાતા સ્નેહલભાઈ, નાયબ ખેતી નિયામક ઘનશ્યામભાઈ, પ્ર.કુ. ગીતાબેન.



માળીયામાં 'આત્મનિર્ભર કિસાન અભિયાન'માં સરપંચ જીતુભાઈ, સામાજિક કાર્યકર્તા મહેન્દ્રભાઈ, BJP પ્રમુખ રાજેશભાઈ, જીલ્લા સહકારી સંઘના પ્રમુખ લક્ષ્મણભાઈ, પ્ર.કુ. રૂપાબેન, પ્ર.કુ. મીતાબેન.



# Gyan Amrit ज्ञानमृत

वर्ष १५

जुलाई - २०२२

अंक : ०७

## प्रजपिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयनुं मुजपत्र अमृतसूचि

- ज़ुवननी पुनःओव .....तंत्री स्थानेथी ..04
- श्रेष्ठ कर्मनो मापंडS .....अ.कु. जगदीशचंद्र ..06
- प्रसन्नताना पथ पर .....अ.कु. शिवानी ..08
- दीदी मनमोहिनीजुनी अद्भुत .....अ.कु. डो रामश्लोक ..12
- दीदी मनमोहिनीजुनो संक्षिप्त ज़ुवन परिचय .....16
- संतोष - परमसुप .....अ.कु. आत्मप्रकाश ..19
- गृहस्थ ज़ुवनमां त्यागनुं महत्त्व .....अ.कु. अनिल ..21
- प्रसंग परिमल .....22
- प्रश्नोनी वलथंती वलळार.....अ.कु. लीलाजेन ..24
- सामाजिक ज़ुवन सत्य .....अ.कु. डो. निरंजनाजेन ..26
- मधुरता - अेक नवजुन प्रदान .....अ.कु. हेमंत ..28
- दिव्यदर्शन .....अ.कु. नंदिनीजेन ..30
- तनावमुक्त ज़ुवन माटे अटार .....अ.कु. डो. गिरीश ..32
- संगमयुगनी शष्टावली .....33

### लवाजमना दर

#### भारतमां

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

#### विदेशमां

अेरमेथल वार्षिक	रु.	१,१००.००
आजुवन सभ्य	रु.	१०,०००.००

कृतिओ तथा सेवा समाचार

मोकलवानुं सरनामुं

**अ.कु. डो. कालिदास प्रजपति**

तंत्री : ज्ञानामृत

जु-२/२२, शिवम अपार्टमेन्ट,

नवा वाडज, अमदावाड - ३८० ०१३.

Phone : 99798 99104

### मुद्रक अने प्रकाशक

राजयोगिनी भारतीदीदी

### -- विशेष नोध --

ज्ञानामृतना नवा सभ्यो समग्र वर्ष दरमियांन पल जनी शके छे. तेमने जन्वुआरीथी डिसेम्बर सुधीना दरेक महिनाना अंक मणशे. जेमनुं लवाजम जमा कराववानुं जाकी होय, तेओने सत्वरे जमा करावीने जल करवा विनंती.

### आवश्यक नोध

## प्रजपिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

Account No. : 03290100041261 IFSC Code : BARB0GITAMA

Bank Name : BANK OF BARODA, Geeta Mandir Branch

### प्रकाशन स्थल - गुजरात ङोन मुप्यालय

ब्रह्माकुमारी, सुजशांति भवन, लुलाभाई पार्क रोड, कंडरिया, अमदावाड - ३८० ०२२.

Phone: 079 - 2532 4460

Email : gyanamrit.guj@gmail.com

## જીવનની પુનઃખોજ

માનવજીવન એક મહાસાગર જેવું છે. મરજીવા બનીને એનાં રહસ્યો પામી શકીએ છીએ. ભક્તિ-માર્ગના ભિન્ન ભિન્ન મઠ, પંથો, સંપ્રદાયોમાં વિભાજિત થતી મતિને ઈશ્વરીય જ્ઞાનનો પ્રકાશ મળે છે ત્યારે જ વાસ્તવમાં જીવનની પુનઃખોજનો પ્રારંભ થાય છે.

જીવન મળ્યું છે એટલે સૌ પોત-પોતાના દૃષ્ટિકોણ, માન્યતાઓ, ધ્યેયો, પુરુષાર્થના આધારે જીવન જીવે છે. ક્યારેક બાહ્યરૂપે દેખાતું જીવન આંતર જગતમાં વિરોધાભાસ જોવા મળે છે.

**જીવનની યથાર્થ સમજ કેળવવી, જીવનમાં આવતી વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં ધૈર્ય, ઈશ્વર પ્રત્યે શ્રદ્ધા રાખી પુરુષાર્થની તીવ્રતાથી વિપરીત પરિસ્થિતિને સાનુકૂળ બનાવવી, કદી હતાશ, નિરાશ થયા વગર આગળ ધપવું એ જીવનને મૂલવવાનું યોગ્ય પગલું છે.**

વૈજ્ઞાનિકની જેમ જો આપણે આપણા જીવનનું પૃથક્કરણ કરી શકીએ, તો જીવનની કેટલીયે મહત્વપૂર્ણ બાબતો આપણી સામે આવે છે. આપણે આત્મખોજ કરીને આપણી વિશેષતાઓ, યોગ્યતાઓ, ગુણો અને શક્તિઓને ઓળખવાનાં છે. **આપણી આંતરિક સંપદાને આપણે ઓળખીએ અને એના વિકાસમાં લાગી જઈએ તો આપણને તેનાં અદ્ભુત પરિણામો સાંપડે છે.** ઘરતીના પેટાળમાં કેટલી મૂલ્યવાન ઘાતુઓ પડી છે. તેનું સંશોધન થાય છે અને તેને કાર્યમાં લેવામાં આવે છે ત્યારે કેટલી પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ થાય છે.

માનવને પોતાના ગુણો, વિશેષતાઓ અને યોગ્યતાઓનું ગાયન થાય તે ગમે છે. ક્યારેક

આપણે એના વિશે સભાન પણ હોઈએ છીએ પણ આપણે તટસ્થ બનીને આપણું મૂલ્યાંકન કરીએ. જો આપણને આપણી ખામીઓ, દોષો કે ત્રુટિઓ દેખાય, આપણે તેનો એકરાર કરી શકીએ અને તેના પરિવર્તન માટે સઘન પુરુષાર્થ કરી શકીએ તો જીવનબાગને ખીલવવાની પૂરી તકો છે. **ત્રુટિઓનું ઉન્મૂલન અને વિશેષતાઓનું સંવર્ધન થાય, તો વિકાસની, પ્રગતિની, ઊર્ધ્વગતિની શક્યતાઓ વધતી જાય છે.**

જીવનની સંપદાને કાર્યશીલ બનાવવાથી તેનો ગ્રાફ ઊંચેને ઊંચે જતો હોય છે. તેનો પ્રવૃત્તિઓમાં વિનિયોગ થતાં તેનાં મીઠાં ફળોની શરૂઆત થાય છે. **કેટલાંક બીજ તરત જ ફળ આપે છે. તો કેટલાંકને સમય લાગે છે પણ કરેલું ઉત્તમ કાર્ય કદી નિરર્થક જતું નથી.** એવાં કેટલાંયે મહાન સ્ત્રી પુરુષો છે તેઓ જીવનસંઘ્યાની પળોમાં પણ કાર્યશીલ છે અને ઉમંગ ઉત્સાહસભર અન્વયે પ્રેરણાદાયી થાય તેવું જીવે છે.

પિતા પરમાત્માએ જીવન જીવવાની એવી શ્રેષ્ઠ કળા શીખવી છે કે જેનાથી જીવનની વિભિન્ન પરિસ્થિતિઓમાં માનસિક સમતુલા જાળવી શકાય છે. અનુભવી યોગીઓ, જ્ઞાનીઓ દ્વારા જીવનને સુંદર રીતે જીવવાની પ્રેરણા મળે છે. એમના હૃદયસ્પર્શી અનુભવો જીવનના કંટકોને ગુલાબોમાં પરિવર્તિત કરે છે.

રાજયોગ દ્વારા મળતી એકાગ્રતાની શક્તિએ દૃઢ મનોબળ કેળવવામાં અવર્ણનીય મદદ કરી છે. બ્રહ્માપિતા સમાન નિરાકારી, નિર્વિકારી, નિરહંકારી જીવન જીવવાનું અણમોલ ભાથું મળ્યું છે. જ્યારે આત્માની જ્યોતિ યથાર્થ

સ્વરૂપમાં જાગી જાય છે ત્યારે તમસનાં પડળો આપોઆપ દૂર થઈ જાય છે. જીવનની પુનઃ ખોજ અઘરી, અશક્ય ન બનતાં એટલી સરળ બને છે કે આપણે પણ આશ્ચર્યચકિત થઈ જઈએ છીએ.

જીવનની પુનઃ ખોજ ઈશ્વરીય પ્રેરણાથી મૂલ્યવાન બની છે. તેમાંથી માત્ર આટલી બાબતોને પ્રાધાન્ય આપીએ, તો નિરંતર પ્રાપ્તિનો અનુભવ થાય.

**જ્ઞાનયોગથી સભર દિનચર્યા :** રાજયોગી જીવન જ્ઞાનયોગની નિયમિતતાથી સભર બને. ઈશ્વરીય જ્ઞાનના સર્વ નિયમો અને મર્યાદાઓનું સૂક્ષ્મતાથી પાલન થાય.

**સ્થાયી ખુશી :** જ્ઞાનયોગની શક્તિથી જીવનબાગને સદાયે મધમધતો રાખીએ. ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ ખુશી ગાયબ ના થાય. મીઠા બાબાએ વરિષ્ઠ દાદીઓ, દીદીઓએ, ભાઈઓએ આપણને પોતાના જીવનથી એ સિદ્ધ કરી બતાવ્યું છે. તેઓને આપણે હરહાલતમાં પ્રસન્નચિત જોઈએ.

**હકારાત્મક જીવનશૈલી :** આપણી જીવનશૈલી હકારાત્મક હોય. બાબા તો કહે છે કે ગાલી દેનેવાલે કો ભી ગલે લગાઓ. ભૂલમાં પણ ભલુ જોવાનો દૃષ્ટિકોણ હોય તો હકારાત્મક જીવન વરદાની જીવન બની જાય.

**સમયની સંપત્તિ :** સમય પણ એક સંપત્તિ છે. તેનો સમુચિત ઉપયોગ કરનાર જીવનને સફળ બનાવે છે. સમય અતિ મૂલ્યવાન છે. તેનું મૂલ્ય સમજીને જેઓ તેનો સદુપયોગ કરે છે તેઓ મૂલ્યવાન બની જાય છે. વીતેલો સમય એના એજ સ્વરૂપે પાછો મળતો નથી. સમય અને ભરતી કોઈની રાહ જ જોતાં નથી. કોઈપણ પ્રકારના ભેદભાવ વિના સમય સૌને સરખો મળ્યો છે.

**સંતુષ્ટતા :** જે ગમે તેવી સ્થિતિમાં પણ સંતુષ્ટ

રહી શકે છે તે મહાન આત્મા છે. જેઓ જીવનમૂલ્યોને, દિવ્યગુણોને, આદર્શોને પ્રાધાન્ય આપે છે તેઓ અભાવની પરિસ્થિતિમાં પણ સંતુષ્ટ રહી શકે છે. સંતુષ્ટતા માનસિક સ્થિતિ પર આધારિત છે. સમજણશક્તિ પર આધારિત છે.

**સંબંધોનું સુખ :** કોઈપણ વ્યક્તિ, સમાજ કે સંસ્થા તેના આદર્શ તંદુરસ્ત સંબંધોથી વિકાસ પામે છે. સંબંધોનું સુખ સહયોગ, સંગઠન, સેવાભાવ દ્વારા નવપલ્લવિત થાય છે. પરમાત્માનાં હજારો સંતાનો વિશ્વમાં પરમાત્મ પ્રત્યક્ષતા કરી શકે છે. **સારા સંબંધો એ તંદુરસ્ત અને સુખી જીવનની આધારશિલા છે.**

**સ્વાસ્થ્ય સુખ :** માનવ જીવનના આદિથી અંત સુધી શરીરના માધ્યમથી સઘળું કાર્ય કરે છે. એટલે સંસ્કૃતમાં કહ્યું છે કે ‘શરીરમાદં ખલુ ધર્મસાધનમ્’ શરીર જ સર્વ સિદ્ધિઓના કેન્દ્ર સ્થાને છે. તેથી પ્રારંભકાળથી અને વય વધતાં શરીરના પણ આદર્શ ડોક્ટર બની આપણે તેનું જતન કરવાનું છે. આત્માની વિકાસયાત્રામાં સ્વાસ્થ્યનો પણ મહત્વપૂર્ણ ફાળો છે. ખડતલ, કસાયેલું નિર્વ્યસની સ્વાસ્થ્ય સિદ્ધિઓનાં દ્વાર ખોલે છે. તેથી શરીર પ્રત્યે પણ બેદરકાર રહેવું પાલવે નહીં. નામાંકિત મહારથીઓ પણ શરીર પ્રત્યે યોગ્ય ધ્યાન આપી શક્યા નહીં ત્યારે રોગોના શિકાર બન્યા.

જીવનની પુનઃ ખોજ એટલે જીવનને તેના સાચા અર્થમાં સમજવું. ઈશ્વરદત્ત જીવન જીવવાની કળાને સાકાર કરવી. દિવ્યગુણોથી જીવન મધમધતું બને, વિશ્વકલ્યાણ માટે સદા અગ્રેસર રહે. વસુદૈવ કુટુંબકર્મની ભાવનાને સાર્થક કરીએ તો જીવન ઘન્ય ઘન્ય બને.

॥ ઐં શાંતિ ॥

- બ્ર.કુ. કાલિદાસ

## શ્રેષ્ઠ કર્મનો માપદંડ

બ્ર.કુ. જગદીશચંદ્ર, દિલ્હી



જ્યારે કોઈ જિજ્ઞાસુ આ ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયમાં શિક્ષણ લેવા આવે છે ત્યારે પહેલા બે-ત્રણ દિવસોમાં જ એને એ વાત સ્પષ્ટ રીતે કહેવામાં આવે છે ત્યારે પહેલા બે-ત્રણ દિવસોમાં જ એને એ વાત સ્પષ્ટ રીતે કહેવામાં આવે છે કે પવિત્રતા યા નિર્વિકાર મનોવૃત્તિને ધારણ કરવી અને યોગનો અભ્યાસ કરવો એ અમારા પુરુષાર્થના બે મુખ્ય સ્તંભ છે.

પછી પવિત્રતાની પરિભાષા આપતાં અમે એ સ્પષ્ટ કરીએ છીએ કે મનને નિર્વિકાર અને નિર્મળ બનાવવું યા વિચાર, વ્યવહાર, વ્યાપાર, આહાર વગેરેને સાત્ત્વિક બનાવવા અને જીવનમાં બ્રહ્મચર્ય, સંતુષ્ટતા, સહૃદયતા, શીતળતા અને મધુરતા, અનાસક્તિ અને ઉપરામતા, સાક્ષી સ્થિતિ અને ન્યારાપણું તથા નમ્રતા અને નિસ્વાર્થતા રૂપી દિવ્યગુણોને ધારણ કરવા એ જ પવિત્રતા છે. યોગના વિષયમાં પણ અમે સ્પષ્ટ સમજાવીએ છીએ કે વ્યાવહારિક જીવનમાં આત્માનો સર્વ સંબંધ પરમાત્મા સાથે જોડવો, એ જ્યોતિ સ્વરૂપ પિતાની યાદની લગનમાં મગ્ન થવું અથવા ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં સ્થિત થવું એ જ સહજ રાજયોગ છે.

અમે એ માનીએ છીએ કે પવિત્રતા અને યોગ એ બે મુખ્ય ઈશ્વરીય વરદાન છે. જેમાં સર્વ વરદાન સમાયેલાં છે. આ વરદાનો પ્રાપ્ત કરવાથી કંઈ પણ મેળવવાનું રહેતું નથી. આ બે વરદાન અમારા પુરુષાર્થ રૂપી નાવનાં બે હલેસાં સમાન છે. જેના દ્વારા આપણે આપણી નાવને પાર કરી

શકીએ છીએ. એવું પણ કહી શકાય કે આ બંને પાંખો છે જેનાથી આત્મા રૂપી પક્ષી ઉડવામાં સમર્થ બની જાય છે અને પોતાના ધામમાં જવા માટે યોગ્ય બની જાય છે. આ બંને કાતરનાં બે ભાગ જેવાં છે. જેનાથી આપણે કર્મોના બંધનોને અથવા વિકારોરૂપી દોરીઓને કાપીને એનાથી મુક્ત બની શકીએ છીએ. આ રીતે પવિત્રતા અને યોગના એટલા ફાયદા ગણાવી શકાય છે અને એને એટલી ઉપમાઓ આપી શકીએ છીએ કે જેનાથી એ સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે આ બંનેને સાથે રાખીને કરેલા પુરુષાર્થને શ્રેષ્ઠ પુરુષાર્થ કહેવામાં આવે છે.

આપણ સર્વને એ ખબર છે કે પોતાના જીવનની વ્યવસાયિક યા પારિવારિક જવાબદારીઓ નિભાવવા માટે આપણે સર્વને વિવિધ પ્રકારનાં કર્મોમાં વ્યસ્ત રહેવું પડે છે. કોઈ કાપડનો વેપાર કરે છે તો કોઈ મોટર પાર્ટસનો. કોઈ ઓફિસમાં જાય છે તો વળી બીજું કોઈ દવાની દુકાન કરે છે. પોતાની આજીવિકા - ઉપાર્જન માટે કોઈને પણ વ્યવસાય કરવાની ના તો નથી પરંતુ હા જે કોઈ કર્મ પવિત્રતા અને યોગ રૂપી આપણા પુરુષાર્થમાં વિઘ્નરૂપ બને છે તો એ માટે વિચારવાની અથવા સલાહ મેળવવાની આપણી જવાબદારી થઈ જાય છે જેથી આપણો તે વ્યવસાય આપણને ઈશ્વરીય વરદાન લેવામાંથી વંચિત ના કરી દે. વ્યવસાયને વિઘ્નને બદલે સાધન બનાવવો અથવા પોતાની યોગ સાધનામાં એને સહયોગી બનાવવો એજ આપણું કર્તવ્ય છે. જે તે આપણી પવિત્રતા અથવા આપણા યોગીજીવનની ધારણાઓને ક્યાંક નબળી બનાવતો જણાય તો એ વિઘ્નને દૂર કરવા માટે ઉપાય કરવો જરૂરી છે. આપણે એમ ના કહી શકીએ કે મારો ઇંદો જ

એવો છે. આપણી પવિત્રતા અને આપણા આ પુરુષાર્થમાં તે અડચણરૂપ છે, તો અવશ્ય આપણે એનો ઉકેલ લાવવા તરફ ધ્યાન આપવું જોઈએ.

આ રીતે પવિત્રતા અને યોગ આપણી ધારણાઓનો માપદંડ છે. આપણે શું કરવું જોઈએ અને શું ના કરવું જોઈએ એ પ્રશ્નના ઉત્તર માટે નિર્ણય કરવો એ પરીક્ષા છે. કોઈ એનાથી મુક્ત હોય, નિવૃત્ત જીવન ગાળતા હોય અથવા પ્રભુસમર્પિત જીવન જીવતા હોય એણે પવિત્રતા અને યોગરૂપી પુરુષાર્થમાં તો દરરોજ આગળ વધવાનું જ છે. પોતાના ઘરની પરિસ્થિતિઓને પોતાના પુરુષાર્થ માટે અડચણ માનવી યા સમર્પિત જીવનની કોઈ મુશ્કેલીને કારણ માનવું તે એક રીતે જોઈએ તો પોતાના પુરુષાર્થના ઢીલાપણાના ઔચિત્યને સમર્થન આપવા બરાબર છે. આ સ્વયંને નુકસાન કરે છે અથવા પરમાત્મા દ્વારા મળનારાં અણમોલ વરદાનોથી વંચિત કરે છે. આ ઈશ્વરાનુભૂતિ નથી પણ પરિસ્થિતિ અનુભૂતિ છે. દરેક વ્યક્તિના જીવનમાં આમ બને છે.

જેઓ નબળા અને હતાશ હોય છે તેઓ જ પરિસ્થિતિઓ અને અડચણોનું વર્ણન કરતા રહે છે. તેઓ પોતાની નિષ્ફળતાઓ માટે પરિસ્થિતિને દોષિત બનાવે છે. જે મહાવીર હોય છે તેઓ પરિસ્થિતિ સામે લડીને તેને પાર કરે છે. એમનું વર્ણન સદા સફળતાના પ્રસંગમાં કરવામાં આવે છે. તેથી કોઈ માતા કહે છે કે એનો પતિ પવિત્રતા અને દિવ્યગુણોની ધારણામાં ચાલતો નથી યા કોઈ પતિ કહે છે કે એની પત્ની પવિત્રતા અને યોગની ઈચ્છુક નથી, યા કોઈ યુવક જણાવે છે કે એના ઘરના લોકો એની વાતોની મજાક ઉડાવે છે અને સહયોગી નહીં બનીને એના માર્ગમાં અડચણો નાખે છે તો એણે વિચારવું જોઈએ કે આપણે પવિત્રતા અને યોગ રૂપી વરદાનને તો કોઈ પણ હાલતમાં છોડી શકતા નથી. તેથી અડચણોરૂપી

કારણોનું વર્ણન કરવાને બદલે આપણે ઘરના અન્ય સભ્યોને સહયોગી કઈ રીતે બનાવીએ યા જ્યારે તેઓ સહયોગી બનતા નથી તો એમના દ્વારા નાખવામાં આવતી અડચણોને દૂર કઈ રીતે કરીએ ? ઈશ્વરીય નિશ્ચયની આ નિશાની છે, ચિંતનશીલ વ્યક્તિની આ ઓળખે છે. સાચા પુરુષાર્થીનો આ પુરુષાર્થ છે. રોકાઈ જવું તેનું કામ નથી. આગળ વધવું તેજ તેનું કામ છે.

સેવાના કાર્યમાં રહેલ કોઈ ગૃહસ્થી યા સમર્પિત વ્યક્તિ સેવાના કારણે કોઈ સંઘર્ષમાં પડી જવાના કારણે પોતાની પવિત્રતા અને યોગની સ્થિતિમાં મહાન બનવામાં અડચણો અનુભવે છે તો તેણે પહેલાં પોતાની સ્થિતિને પવિત્રતા અને યોગથી વ્યવસ્થિત બનાવે કારણ કે શ્રેષ્ઠ સ્થિતિ જ બીજાઓની શ્રેષ્ઠ સેવા કરી શકે છે. આ એક નિયમ છે કે મનુષ્યની જેવી સ્થિતિ હોય છે તેવી જ તેની કૃતિ પણ હોય છે. જેવો રચયિતા હોય છે તેવી તેની રચના હોય છે. સેવા પણ આપણી પવિત્રતા અને યોગની સ્થિતિને મહાન બનાવવાનું એક સાધન છે. જે આપણે તેને સાધનના રૂપમાં અપનાવી શકતા નથી તો જરૂર આપણા તરફથી તેમાં કંઈ ખામી રહી ગઈ છે. તેને દૂર કરવી તે આપણા માટે હિતકર છે.

## ॥ ઓમશાંતિ ॥

- વસ્તુ ત્યાગ મારફત મેળવી શકીએ ત્યારે જ એ આપણા અંતરનું યોગ્ય ઘન બની શકે છે. જે કાંઈ આપણે આપણા હાથથી ત્યાગી દઈએ તે જ આપણી સાચી સંપત્તિ. તેને પકડી રાખવાની મહેનત કરવી તે દુર્ભાગ્ય છે, જે માનવી જેટલે અંશે સ્વાર્થ ત્યાગ કરી શકે તે તેટલે જ અંશે તે ચીજ મેળવવા શક્તિમાન બને છે, ત્યાગના પ્રભાવથી નાનામાં નાની ચીજ પણ મોટી બની જાય છે.

## તનાવ દરમિયાન શું કરવું?

બ્ર.કુ. શિવાનીબેન, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા



આત્માનો સ્વભાવ છે શાંતિ, પવિત્રતા, પ્રેમ, ખુશી અને શક્તિ. એ બધું આપણને બહારથી નથી જોઈતું પણ એ તો આપણી અંદર જ છે. આજ તો મારો સ્વભાવ છે. એ યાદ રાખવું

જોઈએ, પહેલા આપણે સમજતા હતા મને ખુશી સાધનોથી જોઈએ. પછી આપણી એ ધારણા સમાપ્ત થઈ જાય છે. કેમ કે આપણે સમજી જઈએ છીએ કે હું પહેલેથી જ ખુશ છું. ખુશ રહેવું એ મારો સ્વભાવ છે, મારે એ માટે બીજા પર આધારીત નથી રહેવાનું. જ્યારે આખો દિવસ આપ એ જ સંકલ્પ સાથે વિતાવશો કે ખુશી અને શાંતિ મારો સ્વભાવ છે તો આખો દિવસ કેવો વિતાવશો ? સારો વિતશે. એ માટે તમારે કોઈ મહેનત નહીં કરવી પડે.

**પ્રશ્ન :** જો તમે તમારા કાર્યાલયમાં હો છો તો એ યાદ રહે છે કે હું સ્કૂલનો પ્રિન્સીપાલ છું.

**ઉત્તર :** તમને જે યાદ છે એ પ્રમાણે જ તમે વર્તશો. હું શાંત સ્વરૂપ આત્મા છું તો એ માટે મારે મહેનત થોડી કરવી પડશે. મારે ગુસ્સો નથી કરવાનો, હું શાંત સ્વરૂપ આત્મા છું, હું શક્તિ સ્વરૂપ આત્મા છું, મારી એ યાદથી જ મારા પર કોઈની ઉર્બનો પ્રભાવ નહીં પડે. પણ જેવું કોઈ સમયે દુઃખ કે પીડા આવશે તો એ સમયે આપણે ખુદને ભૂલી જઈશું કેમ કે આપણને આપણી તાકાતની શક્તિની સ્મૃતિ નથી રહી. તો પછી બીજાની શક્તિ આપણા પર પ્રભાવ પાડશે જ, આપણે આપણા વિષે એ વાતની જાણકારી રાખવાની છે કે ‘હું કોણ છું અને મારો સ્વભાવ શું છે.’ આપણે આ બંને વાતો સમજી લઈશું તો ત્રીજો સવાલ એ આવશે કે મારી જવાબદારી શું છે ? કેમ કે જવાબદારીના નામ ઉપર આજે બહુ જ તણાવ ઉત્પન્ન થાય છે. મારી જવાબદારી છે કામ કરવું, જવાબદારી છે પરિવાર તરફ, મારી જવાબદારી છે ખુશ રહેવું અને ખુશી

ખૂબ જ જરૂરી છે કે હું પહેલેથી જ સુંદર છું. સંપૂર્ણ છું. નિશ્ચિંત છું, આ માટે આપણને કોઈ વસ્તુની જરૂરિયાત નથી અને ન તો આ માટે મારે બહારથી કશું ખરીદવાનું છે, કે કશું લેવાનું છે. જ્યારે આપણને સમજાઈ ગયું છે ‘કે હું કોણ છું.’ તો સુંદર બનવા માટે કોના ઉપર પ્રયાસ કરીશું ? આત્મા ઉપર. હવે માની લો કે, આ મારું શરીર છે. મારે એને સુંદર બનાવવાનું છે. ત્યારે જ આપણને એ સંકલ્પ આવે છે કે હું તેમના જેવી સુંદર નથી. જેવો મેં આવો સંકલ્પ કર્યો તો કોની સુંદરતા પર ઘાગ લાગી ગયો ? મેં એક સંકલ્પ કર્યો ઈર્ષાનો, આલોચનાનો, દુઃખનો, નાનપનો, કેમ ? કેમ કે હું મારા શરીરની સુંદરતાની બીજાના શરીરની સુંદરતા સાથે તુલના કરું છું. જેના કારણે મેં પોતાની જાતને જ ગંદી કરી. જેવું મને સમજાઈ ગયું કે ‘હું એ છું.’ તો કોની સુંદરતાનું ધ્યાન રાખીશ ? આપણે આપણી શરીરની સુંદરતાનો આખો દિવસ ધ્યાન રાખીશું પણ હું જે છું એની સુંદરતાનું કોઈ પણ ધ્યાન નથી રાખતા. પહેલા તો આપણે એ જાણવાનું કે હું એક અવિનાશી આત્મા છું અને બીજું મહત્વનું એ છે મારો સ્વભાવ. જ્યારે આપણે એ યાદ રાખીએ છીએ કે હું એક શાંત સ્વરૂપ આત્મા છું, ખુશમિજાજ છું તો, ખુશી



બીજાને પણ આપવી તો આ બધી જવાબદારીનાં લિસ્ટમાં મારી જવાબદારી શું છે ?

**પ્રશ્ન :** મારી જવાબદારી છે ખુશ રહેવું તો એવું લાગે છે કે આમાં પણ મારો સ્વાર્થ છે. આજે જીવનમાં આમ જોઈએ તો આ બધી જ જવાબદારીની વચ્ચે મારી પ્રાથમિકતા શું છે ? જો હું બધી જવાબદારી વચ્ચે ખુશ રહું છું તો લોકો તો વિચારશે કે, હું ફક્ત પોતાના માટે જ વિચારું છું.

**ઉત્તર :** કેમકે જ્યારે તમે ખુશ રહેશો ત્યારે તમે સ્થિર રહેશો. પછી બીજા માટે જે પણ જવાબદારી ઉઠાવશો એ ખુશીથી નિભાવશો. પણ હજુ પણ તમે તમારી જવાબદારીને પૂરી કરી રહ્યા છો પણ કેવી રીતે ? જેમ કે પાછલા અધ્યાયમાં આપણે વાત કરી કે હું ઓફિસમાં સીનિયર છું, પણ આપણે બીજાને ડરાવીને રાખીએ છીએ, વાત વાતમાં ખીજાઈએ છીએ, જો આજ મારી જવાબદારી છે તો આપણે કરી રહ્યા જ છીએને, ઓફિસને સંભાળી રહ્યા છીએ, કામ કરાવી જ રહ્યા છીએને. પરંતુ કઈ રીતની ઉર્જા સાથે. પરંતુ પહેલા આપણે સમજી લેવું જોઈએ કે ‘હું એક પ્રેમ સ્વરૂપ આત્મા છું.’ હવે હું જેનાથી પણ કામ કરાવીશ એ કઈ રીતે કરાવીશ? પ્રેમથી. આપણે પહેલા પણ કામ કરાવતા હતા પણ પહેલાની ઉર્જા અને આ વિચારની ઉર્જામાં અંતર છે. પહેલા લોકો ડરથી કામ કરતા હતા. હવે પ્રેમથી કરે છે. તો હવે એ ઉર્જામાં અંતર છે. તો હવે એ ઉર્જા કેવી હશે. હવે ઉર્જા પ્રેમપૂર્વક હશે, તો આપણે આપણા સંબંધોમાં, અને જે લોકો સાથે વ્યવહાર કરીશું, એ ઉર્જા કેવી હશે. કામ તો થશે જ પણ સાથે બીજાને પણ ‘પ્રેમ’ અને ‘સકારાત્મક’ ઉર્જાની અનુભૂતિ કરાવીશું. જેનાથી પ્રેરિત થઈને એ જ કાર્યને વધારેને વધારે પ્રેરિત થઈને કરશે. દરેક પાસેથી પ્રેમથી કામ કરાવવું અને સકારાત્મક ઉર્જા આપવી એ તમારી જવાબદારી છે.

**પ્રશ્ન :** એક બોસના રૂપમાં મને એ તો હંમેશા યાદ રહે છે કે મારે કામ કરાવવાનું છે પણ હું એ ભૂલી જાઉં છું કે મેં તમારી સાથે શું કર્યું. મેં ખુદને જ ખુદથી યાતનાઓ આપી, દુઃખ આપ્યું, ખોટું સમજ્યા.

**ઉત્તર :** જેના કારણે આપણે ખુદને અને બીજાને દુઃખ આપતા રહ્યા. આખા દિવસના અંતમાં જો કામ પૂર્ણ થઈ જાય છે તો આપણે ખુદને કહીએ છીએ કે ચાલો આપણે જવાબદારી પૂર્ણ કરી. કઈ જવાબદારી પૂર્ણ કરી ? કામ પૂર્ણ થયું એ કોઈ જવાબદારી નથી, પણ સૂચીમાં સૌથી નીચે છે. આપણી જવાબદારી એ છે કે મેં કેવો અનુભવ કર્યો અને મારી સાથે રહેલા લોકોએ કેવો અનુભવ કર્યો. દરેક આત્માની જવાબદારી છે કે ખુદને સશક્ત કરવું અને પછી એ આત્માઓ જેના સંપર્કમાં આવશે એને પણ સશક્ત કરે. જો હું ખુદ જ શક્તિહીન થઈ રહી છું તો મારા હિસાબે કોઈ બીજા પણ શક્તિહીન થઈ રહ્યા છે, તો આવી સ્થિતિમાં હું એમ સમજું છું કે આ તમારી જવાબદારી છે.

**પ્રશ્ન :** પણ એ તો હું જાણી જ નથી શકતી કે હું તો ખુદને જ પરેશાન કરું છું. મારાથી નીચેના મને એવો વ્યવહાર કરવા માટે મજબૂર કરે છે.

**ઉત્તર :** આપણાથી નીચેના શું હોય છે, આપણા ઘરમાં આપણાં બાળકો છે. એને સંભાળવાની જવાબદારી પણ આપણી જ છે ને. જો તમારા વિચારવાના દૃષ્ટિકોણથી ઘરમાં ખરાબ વાતાવરણ બની રહ્યું છે અને એની અંદર આપણે જે પણ વ્યવહાર કરીશું અને બાળકો એનાથી દિન પ્રતિદિન ભાવનાત્મક રીતે નબળા બની રહ્યા છે. તો એ મારી જવાબદારી ઉપર પ્રશ્નાર્થ ચિન્હ છે. જો હું એમ કહું કે મારી જવાબદારી બાળકોને આગળ વધારવાની છે. તો આનાથી બાળકો ખૂબ

જ ઝડપથી આગળ વધશે. સ્વસ્થ બનશે. શક્તિશાળી બનશે.

**પ્રશ્ન :** હું ફરીથી ભાવનાત્મક બની ગઈ.

**ઉત્તર :** એ તો છે, આપણે આપણા માટે વિચારતા નથી ન તો બીજા માટે વિચારીએ છીએ. તો પહેલાં પોતાનું ધ્યાન રાખો. બીજાનું ધ્યાન રાખવું સરળ બની જશે. આ સ્વાર્થ નથી. આપણે કહ્યું હતું સ્વાર્થ છે ફક્ત પોતાનું ધ્યાન રાખવું એટલે પહેલાં પોતાનું ધ્યાન રાખો. બીજાનું ધ્યાન આપોઆપ રખાઈ જશે. આનાથી આપણું કાર્ય આપમેળે જ થઈ જશે. એની શરૂઆત આપણે ખુદથી કરવી છે.

તો, તમારો સ્વભાવ, તમારી ઓળખાણ અને એનાથી ખુદની જવાબદારી પણ આવી જાય છે. એટલે જવાબદારીની સૂચીમાં સૌ પહેલાં પોતાનું ધ્યાન રાખવાનું રાખીએ. પછી મારી આસપાસ ગમે તે થઈ જાય મારી પ્રથમ જવાબદારી શું છે ? ખુદને સ્થિર રાખવી. પછી પરિસ્થિતિ તો આપ મેળે જ બરાબર થઈ જશે. આ શ્રેણીમાં આપણે આપણી માન્યતાઓ ઉપર વાત કરી રહ્યા છીએ.

ખુદના વિશ્વાસને ઓળખવો, કેમ કે આ જાણવું ખૂબ જ જરૂરી છે. અને આપણે ઘણી બધી ધારણાઓ આ હારમાળામાં લીધી છે પરંતુ દરેકે પોતાની ધારણાઓની ખુદે જ તપાસ કરવી પડશે કેમકે ધારણાઓ આપણા જીવન ઉપર ઉંડો પ્રભાવ પાડે છે. જેમ કે ઘણી ધારણાઓ ખુદ માટે બનાવીએ છીએ કે મારાથી આ નહીં થઈ શકે, હું તો કરી જ ન શકું, આ કરવું મારા માટે અસંભવ છે, આને કહીશું નુકસાનકર્તા ધારણા કે ઘાતક ધારણાઓ.

આ સંબંધે સ્કૂલમાં આપણે બહુ જ સારી વાર્તા સંભળાવીએ છીએ. એક બાળક પાસે માછલીઓની ટાંકી હતી એટલે માછલીની ટાંકીમાં વચ્ચે એક કાચની સ્લાઈડ રાખી દીધી જેનાથી

માછલીઓની ટાંકી બે ભાગોમાં વિભાજીત થઈ જાય. કાચ હોવાથી પારદર્શક હતો. હવે કાચની આ તરફ માછલી અને આ બાળક શું કરે છે, ગ્લાસની બીજી બાજુ દાણા નાખી દે છે. એ માછલી શું કરતી એ દાણા ખાવા જતી અને કાચની સાથે અથડાઈ જતી, પછી એ પાછી જતી રહેતી, એવું એણે ચાર-પાંચ વાર કર્યું, ત્યારબાદ એણે કોશિશ કરવાનું બંધ કરી દીધું, ત્યાર બાદ તે બાળકે પેલી સ્લાઈડ કાઢી નાંખી. હવે ખોરાક અને માછલી વચ્ચે કોઈ વસ્તુ ન હતી તો પણ માછલી બીજી તરફ નથી જતી. માછલી મરી ગઈ. કાચની સ્લાઈડને કાઢી નાખ્યા પછી પણ માછલી બીજી તરફ ન ગઈ કેમ કે એ પોતાની જૂની માન્યતાઓ ઉપર ચાલી રહી હતી કે પેલે પર તો ન જ જઈ શકાય. કેમ કે માછલીની જૂની બિલીકું જ એને સમાપ્ત કરી.

ક્યારેક એવું ન બને કે તમારો પોતાનો જ ભરોસો ખુદને સમાપ્ત કરી દે, આને એક બીજા જ સુંદર ઉદાહરણથી પણ સમજાવી શકાય. સર્કસમાં જ્યારે હાથી હોય છે. તમે જ્યારે પણ બીજી વાર સર્કસ જોવા જાવ ત્યારે જોશો કે હાથીને ખૂબ જ પાતળી દોરી વડે બાંધવામાં આવે છે. એક હાથમાં દોરડું હોય છે, હાથી ક્યારેય પણ વિચારી નથી શકતો કે તે દોરીને તોડી શકે છે. કેમ કે જ્યારે સર્કસમાં હાથીને લાવવામાં આવે છે ત્યારે એક બાળક હાથીને લાવવામાં આવે છે. પરંતુ બાળક હાથીમાં એટલી તાકાત નથી હોતી કે તે દોરડું તોડી શકે. પરંતુ હવે તે મોટો થઈ ગયો છે. તેનાથી તાકાત પણ ખૂબ જ છે તે એક જ ઝટકામાં તોડી શકે છે. પરંતુ એ કોશિશ નથી કરતો, અને ત્યાં જ ઉભો રહે છે કેમ કે એનો જૂનો વિશ્વાસ છે કે એ મારાથી તૂટી નથી શકતી. આ ખૂબ જ પડકાર દેવાવાળી ધારણા છે.

તણાવ થવો સ્વાભાવિક છે, બંધાઈને ઉભા

છે. ગુસ્સો આવવો સ્વાભાવિક ઘટના છે, પાક્કું છે એજ દુઃખને ઉભું કરે છે પ્રયાસ જ નથી કરતા કે બીજા કોઈ વિકલ્પ છે. આપણી માન્યતા જ ક્યાંયને ક્યાં સૌથી મોટી અડચણ ઉભી કરે છે.

**પ્રશ્ન :** મારાથી કમ્પ્યુટર નહીં ચાલે, હું કમ્પ્યુટર ઉપર કામ નહીં કરી શકું, એ મારાથી થતું જ નથી અને હું કોશિશ પણ નથી કરી શકતી.

**ઉત્તર :** આ નુકસાનકારક ધારણા છે. આજ રીતે બીજાના માટે પણ આપણે ધારણાઓનું નિર્માણ કરી લેતા હોઈએ છીએ. જેવું આપણે લેબલ કર્યું. કોઈને આપણે કહીએ છીએ કે અડચણવાળી માન્યતા ઉભી કરી દઈએ છીએ. જેવી આપણે કોઈ માટે ધારણા બનાવી તો આપણા અને તેના સંબંધોમાં ગતિરોધ આવી જાય છે. કોઈવાર આપણે જાતિ વિશે કોઈ માન્યતા બનાવી લઈએ છીએ, પંજાબી. પંજાબી તો આવા હોય છે. ગુજરાતી. ગુજરાતી તો આવા હોય છે. ઉર્જાનું વહન જ રોકાઈ જાય છે. મીડીયા માટે મેં એવી ધારણા બનાવી કે 'મીડિયાકર્મી તો આવાજ હોય છે.' તો પછી શું થશે ? તમને મળીને હું તમારી સાથે બરાબર વાત પણ નહીં કરું. આ બહુ જ ઉંડી ધારણા, આ તો થઈ ખૂબ સાધારણ વાત, પરંતુ કોઈ વિશેષ લોકો માટે પણ આપણા જૂના અનુભવો લઈ શકીએ છીએ છે. લોકો બદલાતા રહે છે. ખુદને બદલી રહ્યા છે. ધારણા કરી લેવાથી એમનું કશું જ નથી જતું પણ મારામાંથી જવાવાળી ઉર્જા જ રોકાઈ (બ્લોક) થઈ જાય છે.

સહુથી ખોટી ધારણા જે મારા જીવનમાં એ છે કે મેં ખુદને શરીર માની લીધું છે. પણ એક ધારણાને કારણે ઘણી ધારણાઓ બનતી જાય છે. રાજયોગ મેડિટેશન આપણી મૂળ ધારણાને જ બદલી નાખે છે, હું શરીર નહીં પણ આત્મા છું, જેમ-જેમ આપણો વિશ્વાસ બદલાતો જાય છે તેમ-તેમ અન્ય બધા જ વિશ્વાસો ઉપર કામ કરવું

આસાન બની જાય છે.

**પ્રશ્ન :** પછી આપણે એ ઉર્જાનો અનુભવ પણ કરી શકીએ છીએ. આજે આપણે આપણી અંદરની ક્રિયાવિધિને સમજી કે, આપણને એક એવી તાકાત મળી છે કે આપણે એના ઉપર કામ કેવી રીતે કરવાનું છે ?

**ઉત્તર :** હવે જે પણ ધારણા આડે આવશે, જોઈએ તો એ કોઈ કાચની દીવાલ હોય કે નાની એવી દોરડી હોય, આપણને સમજાય ગયું તો ખૂબ જ થોડા સમયમાં એને તોડી શકીએ છીએ. આપણે એ કાચની દીવાલ હોવા ન હોવાને પણ પાર ઉતારીશું.

પહેલા તો મારી ઓળખાણ થઈ કે હું કોણ છું જ્યાં આ પરિવર્તન થયું, એક ધારણા તૂટી કે હું શરીર નહીં પણ શાશ્વત ચૈતન્યતા છું, ત્યારબાદ બીજી પણ ઘણી વસ્તુઓ જોઈ તો આપણને નવા અનુભવો માટે તૈયાર કરી લીધા.

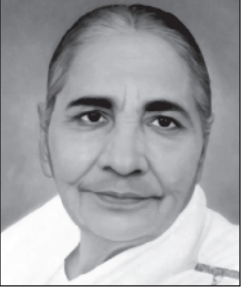
તમે ખચવાટ વગર જરૂરથી પ્રયાસ કરો, અનુભવ કરો, આ નવો અનુભવ તમારા નવા જીવનનો અનુભવ હશે. એ હવે ખુશીથી ભરેલો અનુભવ હશે અને તમારો નવો અનુભવ વધુને વધુ ખુશીઓથી તરબતર અને સારો થતો જશે.

॥ ઓમશાંતિ ॥

- જગત જ્યારે ભયંકર વાવાઝોડા સમાન બને છે ત્યારે પરમાત્મા જ શ્રેષ્ઠ રક્ષક છે.
- જ્યારે દરેક કાર્ય પ્રસન્નતાના ભાવથી કરવામાં આવે તો વિશાળ કાર્ય કરવું પણ મુશ્કેલ નથી.
- જીવન કેટલું જીવ્યા એ મહત્વનું નથી પરંતુ કેવી રીતે જીવ્યા એ મહત્વનું છે.

# દીદી મનમોહિનીજીની અદ્ભુત પાલના

બ્ર.કુ. ડો. રામશ્લોક, શાંતિવન, આબુરોડ



સન્ ૧૯૬૯માં હું ઈશ્વરીય જ્ઞાનના સંપર્કમાં આવ્યો. સત્યની શોધ માટે મેં સર્વ ધર્મોનું અધ્યયન કર્યું હતું એટલે સર્વની મુખ્ય મુખ્ય વાતોને હું જાણતો હતો. મારા

જીવનની શરૂઆત સીદી મુરલી સાંભળવાથી થઈ. બાબાની મુરલીના જ્ઞાનબિંદુ એટલાં જ્ઞાનયુક્ત, યુક્તિયુક્ત તથા તર્કસંગત હોય છે કે હું જે વાત વિચારીને જતો હતો તેનો ઉત્તર મને મુરલીમાંથી જ મળી જતો હતો. જ્ઞાનની આવી વાતોથી પ્રભાવિત થઈને મેં દરરોજ મુરલી સાંભળવાનું શરૂ કર્યું પરંતુ મનને એકાગ્ર કરવામાં ઘણી તકલીફ પડતી હતી. જ્યારે અન્નની શુદ્ધિનું જ્ઞાન મળ્યું અને એને અપનાવ્યું તો મન એકાગ્ર થવા લાગ્યું.

સંદેશી દાદી (મમ્માની મસિયાઈ બહેન) અમારાં શિક્ષિકા હતાં. હું લૌકિક દૃષ્ટિએ વિદ્યાર્થી હતો, ભણતો હતો. સેવાકેન્દ્રની નજીક રૂમ ભાડે રાખીને રહેતા હતા. એટલે વખતોવખત સેવાકેન્દ્ર ઉપર જઈ શકાતું હતું. સેવાકેન્દ્રનો કાર્યવ્યવહાર પણ અમે સંભાળતા હતા. અભ્યાસમાં રજાઓ મળતી ત્યારે માઉન્ટ આબુ આવી જતા હતા.

## પરખ શક્તિમાં નિપુણ દીદીજી

એકવાર અમે મુજફ્ફરપુરથી માઉન્ટ આબુ આવી રહ્યા હતા. એ દિવસોમાં રિઝર્વેશન હતું નહીં. ટ્રેનમાં લગભગ ચાલીસ ક્લાક બેસીને અમે આબુ પહોંચ્યા. જ્યારે ક્લાસમાં ગયા, તો દાદી પ્રકાશમણિજી મુરલી સંભળાવી રહ્યા હતાં. દીદી મનમોહિનીજી બાબુમાં ખુરશી પર બેસીને

મુરલીના મુદાઓ નોંધી રહ્યાં હતાં. વિદ્યાર્થી અવસ્થાનું જ્ઞાન જે શીખવું હોય, તો દીદીજી પાસેથી શીખીએ. દીદી દરેક વાતમાં ઘણાં ચોક્કસાઈવાળાં હતાં. ક્લાસમાં જ એક ભાઈએ દીદીને કહ્યું, પહેરો ભરવા માટે એક ભાઈની જરૂર છે. દીદીએ વર્ગમાં હાથ ઊંચા કરાવ્યા કે કોણ આ સેવા કરશે ? મેં જોયું તો કોઈએ હાથ ઊંચો કર્યો નહોતો, તો મેં હાથ ઊંચો કર્યો. દરેકની પાસે કંઈકને કંઈ સેવા હતી. હું તો નવો હતો. રાતના દસ વાગ્યાથી સવારે પાંચ વાગ્યા સુધી પહેરો ભરવાનો હતો. પછી ઘોબીઘાટના એક ભાઈએ કહ્યું, મારે પણ એક સેવાધારીની જરૂર છે. દીદીએ વર્ગમાં પૂછ્યું કે ઘોબીઘાટની સેવામાં કોણ જશે ? મેં બીજી સેવા માટે પણ હાથ ઊંચો કર્યો. રાતભર પાંડવભવનમાં પહેરેગીર તરીકે સેવા કરી. પછી આઠ વાગ્યાથી દસ વાગ્યા સુધી ઘોબીઘાટમાં સેવા કરી. પછી અગિયાર વાગ્યા પછી છાજલીને રંગવાનું શરૂ કર્યું. રંગ કરતાં કરતાં મને એટલી ઊંઘ આવી કે હાથમાં બ્રશ હતું ને હું ઊભો ઊભો સૂઈ ગયો. દીદી અગિયાર વાગે ટપાલ લખતાં હતાં. એ કાર્યને પૂરું કર્યા પછી દીદી-દાદી બંને શાંતિસ્તંભ તરફ આવ્યાં. બંનેએ જોયું, હું તો સૂઈ રહ્યો હતો. દાદીએ પૂછ્યું, રામશ્લોક શું કરી રહ્યા છો? અવાજ સાંભળીને મારી ઊંઘ ઉડી અને હું ચોંકી ગયો. પછી જણાવ્યું કે હું છેલ્લા છપ્પન ક્લાકોથી સતત સેવામાં છું હવે આત્માની બેટરી ઝીરો સુધી પહોંચી ગઈ છે. બધી વાત સાંભળીને દીદીએ મને પસંદ કર્યો કે આ બાળક યજ્ઞની ઘણી ઈમાનદારી, વફાદારીથી સેવા કરશે. એના પછી મને રજા આપવામાં આવી. ભોજન કરીને મેં આરામ કર્યો. સાંજે પાંચ વાગે મને મ્યુઝિયમમાં

જઈને સેવા કરવાનું કહ્યું.

## દીદીજીમાં હતી પ્રશાસનની ઊંડી સૂઝ

દીદી-દાદી બંને પ્રશાસનના અલગ-અલગ વિભાગોને સંભાળતાં હતાં. દાદીજી ક્લાસ, મુરલી વગેરે સેવા સંભાળતાં હતાં. દીદી ભોજન વગેરે વિભાગની સેવાઓ કરતાં હતાં. આવાસ નિવાસની સેવા પણ દીદી સંભાળતા હતા. દીદીજી દિલ્હી તરફનાં સેવાકેન્દ્રો સંભાળતાં હતાં. દાદીજી મુંબઈ તરફનાં સેવાકેન્દ્રોનું ધ્યાન રાખતાં હતાં. દીદી અને દાદીનું પરસ્પર એટલું સમાયોજન હતું કે અમે કહેતા હતા કે બે શરીરોમાં એક આત્મા છે. એક બોલે, બીજું હા કહે, કેમ ? શા માટે ? એવું એમની વચ્ચે આવતું જ નહોતું. દાદીએ જે કહ્યું, દીદીએ હા જી કર્યું. દીદીએ જે કહ્યું, દાદીએ હાજી કર્યું. દીદીમાં પ્રશાસન સંભાળવાની એટલી સૂઝ અને શક્તિ હતી કે કોઈ એમની સામે મસ્તક ઉઠાવીને વાત કરે, એ સંભવ જ નહોતું. મસ્તક નીચું રાખીને જ અમે દીદી સાથે વાત કરતા હતા.

## ઉર્જસભર વિદ્યાર્થીજીવન

દીદી જ્યારે કોઈને બોલાવવા માટે બેલ વગાડતાં હતાં તો અમે અમારો ચાર્ટ તપાસતા હતા કે અમારાથી કોઈ ભૂલ તો નથી થઈને ? મનમાં પ્રશ્ન ઉઠતો હતો કે શા માટે બોલાવ્યા હશે ? દીદી બોલાવીને જવાબદારી સોંપતાં હતાં. રાત્રિના નવ વાગ્યાના ક્લાસમાં દીદી હાથમાં ડાયરી લઈને વર્ગમાં આવતાં હતાં. રાત્રિના ક્લાસમાં દીદી જ્ઞાનનું બેડમિન્ટન રમતાં અને રમાડતાં. સવાલો પૂછતાં હતાં. અમે જવાબ આપતા હતા. દીદી એવા પ્રશ્નો પૂછતાં કે અમે ઉત્તર આપવામાં અસફળ રહેતાં હતાં. દીદીની એ વિશેષતા હતી કે તેઓ વિદ્યાર્થી બનીને રહ્યાં. આટલી ઉંમરમાં પણ એમનામાં વિદ્યાર્થી ભાવ પ્રબળ હતો. તેઓ ઘણાં ઉમંગ ઉત્સાહ અને ઉર્જાથી ભરપૂર હતાં. દીદી

વિશેષરૂપે યોગ કરાવતાં હતાં. દૃષ્ટિ આપતાં હતાં ને અનુભૂતિ કરાવતાં હતાં.

## કરકસરનો ભાવ

દીદીમાં કરકસરનો ભાવ ઉલ્લેખનીય હતો. એ દિવસોમાં વણાટના ખાટલાઓ હતા. દીદી-દાદી અમારી સાથે બેસીને ખાટલો ભરવાની દોરીનો દડો બનાવતાં હતાં પછી એનાથી ખાટલો ભરતાં હતાં. જ્યારે યોગભવન, જ્ઞાનવિજ્ઞાન ભવન વગેરે બની રહ્યાં હતાં. તો સાંજે અમે સૌ તાર વગેરે બાંધીને સેવિંગ કરતાં હતાં. નાસ્તા પછી ધાબુ ભરતાં હતાં. સીમેન્ટની થેલીઓ ઉપાડતાં હતાં. તગારાં ઉઠાવતા હતા. એ સમયે યજ્ઞમાં મજૂરો રાખીને કામ કરાવવાના પૈસા નહોતા. એટલે બાંધકામ દાદી-દીદીના નિરીક્ષણમાં વિદ્યાર્થીઓ જ કરતા હતા.

કરકસરની એક વાત યાદ આવે છે. એક દિવસ અમને વિચાર આવ્યો કે સંદેશીદાદીને પત્ર લખીએ. એ સમયે પોસ્ટકાર્ડ પાંચ પૈસામાં મળતું હતું. જ્યારે પોસ્ટકાર્ડ માંગ્યું, તો અમને પૂછવામાં આવ્યું કે તેમાં શું લખવાનું છે ? અમે કહ્યું યાદ-પ્યાર રાજીપુશીમાં છીએ તે લખવું છે. એક કાગળના ટૂકડામાં લખીને આપો. અમે જે કવર મોકલીએ છીએ તેમાં તે મૂકી દઈશું. પાંચ પૈસાનો ખર્ચ શા માટે કરવો ? મેં એમ જ કર્યું. ચિઠ્ઠી લખીને દીદીને આપી. દીદીની આવી પાલનાથી અમારી રગરગમાં કરકસરનો ભાવ આવી ગયો છે.

## દીદી દ્વારા અનોખી સજા

હું, વલ્લભભાઈ, રાજુભાઈ, ગોલકભાઈ સર્વ એકઠા લાઈટ હાઉસમાં રહેતા હતા. તે વખતે નાના હતા. ગોલકભાઈને એક દિવસ કેળાં ખાવાનું મન થયું. પચાસ પૈસામાં એક ડઝન કેળાં મળતાં હતાં. અમને વાળ કપાવવાના પચાસ પૈસા મળતા હતા. દર બે મહિને. બે માસ વાળ કપાવ્યે

થયા, તો હું ઈશુદાદી પાસે ગયો. મને વાળ કપાવવાના પચાસ પૈસા મળ્યા. રસ્તામાં ગોલકભાઈ મળ્યા. એમણે પૂછ્યું, ક્યાંથી આવી રહ્યા છો ? મેં કહ્યું, ઈશુદાદી પાસેથી પચાસ પૈસા લઈને આવ્યો છું. એમણે કહ્યું, ખતાવો. મેં હાથ ખોલ્યાં હથેળીમાં પચાસ પૈસા રાખ્યા હતા. એમણે મારા હાથને નીચેથી ઉઠાવ્યો. આઠ આના પડી ગયા. તેઓ આઠઆના લઈને બજારમાંથી એક ડઝન કેળાં લાવ્યા. એમણે કહ્યું થોડા દિવસો પછી હજામત કરાવીશું. જ્યારે કેળાં આવી ગયાં, તો પ્રશ્ન ઉઠ્યો કે ક્યાં બેસીને કેળાં ખાઈશું ? અમે ઓરડામાં બેસીને છુપાઈને કેળાં ખાયાં. પછી પ્રશ્ન થયો કે તેનાં છોતરાં ક્યાં ફેંકીશું ? છોતરાંને અમે એક ડબ્બામાં ફેંકી દીધાં. સફાઈ કરનારી માતાએ ડબ્બામાં કેળાનાં છોતરાં જોયાં. એક ભાઈ પહેરા પર હતો. તેણે છોતરાં લઈને દીદીને ખતાવ્યાં કે આ લોકોએ કેળાં ખાયાં છે. બીજા દિવસે દીદીની સામે અમે હાજર થયા. અમે વિચારમાં પડી ગયા કે અમે કઈ ભૂલ કરી છે. દીદી પાલના કરતાં હતાં તો સંભાળ પણ રાખતાં હતાં. દીદીએ પૂછ્યું, તમે કેળાં લાવ્યા ક્યાંથી ? એના પચાસ પૈસા ક્યાંથી આવ્યા ? અમે બધી વાત સંભળાવી દીધી કે હજામતના પચાસ પૈસામાંથી કેળા ખરીદવામાં આવ્યાં હતાં. દીદી સાંભળતાં રહ્યાં અને અમારા સામું જોઈ પણ રહ્યાં. અમે ડરના લીધે કંપી રહ્યા હતા પણ અમે ચોરી તો કરી નહોતી. જેમણે ફરિયાદ કરી હતી તેઓ પણ જોતા હતા કે હવે એમને કઈ સજા થાય છે ? દીદીનો સજા આપવાનો રસ્તો ન્યારો અને ધ્યારો હતો. દીદીએ એસમયે ભૂરી દાદીને બોલાવ્યાં. ભૂરી દાદી આબુરોડથી શાકભાજી ખરીદીને લાવતાં હતાં. દીદીએ કહ્યું, ભૂરી દાદી, બાળકોને કેળાં ખાવાનું મન થાય છે. દર પંદર દિવસે એક ડઝન કેળાં આ બાળકોને આપજો. અમે લોકો એટલા ખુશ થયા કે મનમાં જ

દીદીનાં ખૂબ ગુણગાન કર્યાં. ત્યારથી દીદીની આજ્ઞા મુજબ અમને કેળાં મળતાં રહ્યાં.

## દોટ રૂપિયાની ઘડિયાળ

દીદીની પાલના અદ્ભુત હતી. કોઈની તબિયત બગડતી તો સ્વયં એની ખબર કાઢવા જતાં. દીદીની લૌકિક માતાનું નામ હતું ક્વીન મધર. અમારા બનિયાન ફાટે ત્યારે ક્વીન મધર એની સિલાઈ કરતાં કહેતાં હતાં કે આ સાંધેલું થોડા દિવસ પહેરો. એક વખત ક્વીન મધરે મને એક ઘડિયાળ આપી હતી. સન્ ૧૯૩૬ની રશિયન ઘડિયાળ હતી. કિંમત હતી દોટ રૂપિયો. અઢાર રૂપિયે ડઝન કિંમત હતી. ઘડિયાળ ચમકદાર અને એકદમ નવી હતી. અમારામાંથી કોઈપણ ભાઈ પાસે ઘડિયાળ નહોતી. ક્વીન મધરે ઘડિયાળ આપી કહ્યું, એને દિવસે ના પહેરશો. મેં પૂછ્યું કેમ? તો કહ્યું, બીજા જોશે તો તેઓ માંગશે. મેં પૂછ્યું ક્યારે પહેરવાની ? તો ક્વીન મધરે કહ્યું રાતે અગિયાર વાગે પહેરવી. સવારે ત્રણ વાગે ખોલીને મૂકી દેવી. મેં કહ્યું દીદી, એનો શો ફાયદો? તો કહ્યું તેને પહેરીને સૂઈ જજો. તે ઘડિયાળ ઘણી સારી હતી. લાંબા સમય સુધી મારી પાસે રહી. ઘડિયાળ ચમકદાર હતી. કોઈ ઘડિયાળી એને ખોલી શકતો નહોતો. કદી બગડી નહોતી. ચાવી ભરતાં સરસ રીતે ચાલતી હતી. દિવસે એને ખિસ્સામાં રાખતો હતો.

## સંગદોષથી સાવધાની

દીદી એટલું ધ્યાન રાખતાં હતાં કે મ્યુઝિયમ જતી વખતે આપની સાથે કોણ છે. કોનો સંગ કર્યો? અમે એકલા નખી તળાવ સુધી જઈ શકતા નહોતા. ગહન તપાસ થતી હતી. દીદી કહેતાં હતાં ક્યાંય પણ જાઓ, બે જણ સાથે જાઓ. દીદી સંગદોષથી બચવાનું ઘણું ધ્યાન રાખતાં હતાં. દીદી-દાદીએ અમારું એટલું ધ્યાન આપ્યું છે કે તેનું

જેટલું વર્ણન કરીએ તેટલું ઓછું છે. અમારી પૂરી માહિતી એમને હતી. મને આવાસ-નિવાસની સેવામાં પણ દીદીએ રાખ્યો હતો. દીદી દ્વારા અમે ઘણી દુઆઓ મેળવી. એમની દુઆઓ અને પાલનાથી અમે આગળ વધ્યા.

### દીદીનો નિર્ણય

એકવાર એકભાઈ સાથે મારો થોડો વિવાદ થઈ ગયો. અમને બંનેને દીદીએ બોલાવ્યા. દીદીને વ્યાય કરવાનો હતો. સચ્ચાઈ જાણવા માટે દીદી પાસે ઘણો સારો ઉપાય હતો. અમે બંનેએ પોતાની વાત જણાવી. દીદીએ કહ્યું, તમે બંનેએ ભૂલ કરી છે. બંને બાબાના ઓરડામાં એક એક કલાક યોગ કરો. સાંજે ફરીથી બોલાવ્યા. અમને પૂછ્યું, બાબાના ઓરડામાં ગયા હતા ? મેં કહ્યું, હા દીદી, દોઢ કલાક યોગ કર્યો. પછી પૂછ્યું એકરાર કર્યો? એકરાર કરાવવાની દીદી પાસે સારી યુક્તિ હતી. મેં કહ્યું, હા દીદી, ભૂલનો એકરાર કર્યો. પછી આ વાત બીજા ભાઈને પૂછી, એણે કહ્યું હું બાબાના ઓરડામાં ગયો નથી. દીદીએ કહ્યું, તમે સાચા નથી. તમારે પણ ભૂલનો એકરાર કરવાનો હતો. એમ જ ફરિયાદ કરતા રહો છો. દીદી-દાદી પાસે એવી યુક્તિ હતી કે જેથી સજાનો અનુભવ થતો નહોતો પણ પોતાની ભૂલ સુધરતી હતી.

### ભોજન વખતે નિરીક્ષણ

દીદીની પરખશક્તિ અને નિર્ણયશક્તિ અદ્ભુત હતી. દીદી મનથી ઘણાં હળવાં અને સાદાં હતાં. બાળકો સાથે બાળક, મોટાઓ સાથે મોટાં બની જતાં હતાં. જ્યારે અમે ભોજન કરતા હતા ત્યારે દીદી નિરીક્ષણ કરતાં હતાં કે કોઈની સાથે વાતો કરીને ભોજન કરતાં નથીને. બાબાએ દીદીને કહ્યું હવું દીદી, ભોજન સમયે ચક્કર લગાવ્યા કરો. દીદી સામે અમે વધારે પ્રશ્નોત્તર કરતા નહોતા. શાંત થઈને સાંભળી લેતા હતા.

અને હાજુ-હાજુ કહીને ચાલ્યા જતા. દીદી-દાદીની પાલના એટલી અદ્ભુત હતી કે કદી અમને અમારું લૌકિક ઘર, યાદ આવ્યું નથી. ઈશ્વરીય કાયદાઓમાં ઘણા ફાયદા છે. આપણે જેટલી સાચા દિલથી સેવા કરીશું તેટલા બાબા આપણને આગળ વધારશે. આપણે કોઈના પગ ખેંચીને, કોઈને ઘક્કો મારીને, આગળ જઈ શકતા નથી. આપણી સેવાથી જ આગળ વધીએ છીએ. અમે દિલથી ગીત ગાઈએ છીએ. ‘વો દિન કિતને પ્યારે થે, યે દિન ભી કિતને પ્યારે હૈ..’

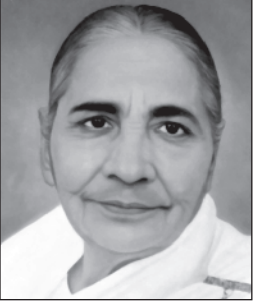
### ॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 21નું અનુસંધાન)... ગૃહસ્થ જીવનમાં ભિક્ષા મેળવવા, જીવન ચલાવવા આખરે તો એને ગૃહસ્થીઓ પાસે જ આવવું પડે છે. શરીરને કષ્ટ આપવાથી સાચો ત્યાગ નથી થઈ શકતો. ત્યાગ જરૂરી છે કારણ કે દરેક પ્રાપ્તિ પાછળ ત્યાગની મહાન ભાવના જ સમાયેલી છે.

સાચો ત્યાગ એટલે ગૃહસ્થ જીવનમાં રહેવા છતાં પવિત્ર જીવન જીવવા માટે મનુષ્યને જે રાત-દિવસ દુઃખ આપનારા કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ અને અહંકારનો ત્યાગ કરી જે અપવિત્ર ગૃહસ્થાશ્રમ છે તેને પવિત્ર ગૃહસ્થાશ્રમમાં પરિવર્તન કરી વિકારોનો સંન્યાસ કરીએ ઘરબાર છોડવાની પણ જરૂર નથી. ઘર-ગૃહસ્થમાં રહીને બુદ્ધિ દ્વારા જે નકારાત્મક વિચારો આવે છે તેને છોડીને આપણી અંદર રહેલી આસુરી વૃત્તિઓનો ત્યાગ કરીએ. જીવનની આ યાત્રામાં પ્રભુને ભોમીયો બનાવી સાથે રાખીએ જ્યાં ભૂલા પડીએ ત્યાં ભોમીયાને પૂછીને યાત્રામાં આગળ વધીએ એ જ સાચી ‘ત્યાગીને ભોગવવાની’ ગૃહસ્થ જીવનમાં મહત્વતા છે.

### ॥ ઓમશાંતિ ॥

## દીદી મનમોહિનીજીનો સંક્ષિપ્ત જીવન પરિચય



આ વિશ્વમાં અનેકવાર પરિવર્તન લાવનારી ક્રાન્તિઓ થઈ છે. વિશ્વકક્ષાએ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં અભૂતપૂર્વ ક્રાંતિ લાવવા માટે નિમિત્ત સ્વયં પરમપિતા દ્વારા પસંદગી

પામેલાં વિલક્ષણ ગુણ સંપન્ન દીદી મનમોહિનીજીનો જન્મ હૈદરાબાદ સિંધના સુપ્રસિદ્ધ અતિ ઘનાટ્ય પરિવારમાં થયો હતો. એમનું બાલ્યકાળનું નામ ગોપી હતું. (હવે આપણે એમને દીદી કહીએ છીએ.) એમનું જેવું નામ હતું તેવું કામ હતું. તેઓ શ્રી કૃષ્ણના અનન્ય ભક્ત હતાં. અને સદા એવી લગની રહેતી હતી ? મારે પણ એવું જ બનવું છે. 10 વર્ષની નાની ઉંમરમાં વિવાહ થઈ ગયો. પરંતુ બાળપણથી જ સમાજસેવાની પ્રવૃત્તિમાં હતાં. સાસરું ઘનાટ્ય હોવા છતાં પોતાની કમાણીથી ગરીબો વગેરેની સેવા કરવાની ભાવનાથી સિવણકામ કરીને સમાજસેવાની પ્રવૃત્તિ કરતાં હતાં.

આ સમાજસેવાની ભાવનાના આધારે જ એમનો સંપર્ક બાબા (પૂર્વાશ્રમમાં દાદા લેખરાજ પછીથી પ્રજાપિતા બ્રહ્મા)ના પરિવાર સાથે થયો. મનમોહિનીજીએ બાબાને જોયા તો એમના મસ્તકમાં એમને અલૌકિક આભાનો આભાસ થયો. બાબાના મુખારવિંદ ઉપર એક દિવ્ય અલૌકિક ક્રાંતિ અને પ્રતિભાનું આકર્ષણ હતું. કેટલાક દિવસો પછી એમનાં લૌકિક માતા રૂક્મણી (કવીન મધર)ને બાબાની પાસે સત્સંગ કરવા જવાની તક મળી. એમણે બાબાને જોયા અને સત્સંગ સાંભળ્યો તો મન પ્રકુલ્લિત થઈ ગયું અને

પરમશાંતિનો અનુભવ કર્યો. બાબા એટલી પ્રસિદ્ધ વ્યક્તિ હતા જેથી સૌ એમનાથી પરિચિત હતા. કવીન મધરે બાબાના જીવનમાં મહાન પરિવર્તન જોયું. એમને જણાયું કે બાબા સાધારણ નથી. એમનામાં હવે પહેલાં ન જોવા મળેલ અલૌકિકતાનો પ્રભાવ હતો. એમણે બ્રહ્માબાબામાં ઈશ્વરીય શક્તિની અનુભૂતિ કરી. દૃષ્ટિ અને ભૂકુટિમાં ભગવાનનું સ્વરૂપ જોયું. આ રીતે બાબાના વ્યક્તિત્વ પરિવર્તન અને સત્સંગથી પ્રભાવિત થઈને એમણે પોતાની લૌકિક પુત્રી ગોપી (દીદી મનમોહિની)ને પણ સત્સંગમાં આવવાનું નિમંત્રણ આપ્યું. દીદીએ બાબાના મુખેથી સાંભળ્યું કે તમે દેહ નથી પણ આત્મા છો, શરીર પાંચ તત્ત્વોનું પૂતળું છે. આપ આત્મા અજર, અમર, અવિનાશી છો. આત્માના રૂપથી જ એક બીજાને જુઓ. આ ઉપરાંત જ્યારે આત્માનો અનુભવ કર્યો અને બાબાના મસ્તક પર ચમકીલા પ્રકાશનો અનુભવ કર્યો ત્યારે એમને લાગ્યું કે પહેલાંના બાબામાં અને અત્યારમાં ઘણું અંતર છે. એમણે બાબા સાથે વ્યક્તિગત રીતે જ્ઞાન ચર્ચા કરી. હિંદુ નારી પતિને જ પરમેશ્વર ગુરુ માને છે પરંતુ બાબા પાસેથી સાંભળ્યું કે અહીં ગુરુ કરવાની વાત નથી પરંતુ આ જ્ઞાન સમજવાનું છે, કે મનુષ્યમાંથી દેવતા કઈ રીતે બની શકાય. તેથી બુદ્ધિ તીક્ષ્ણ હોવાને લીધે બાબાની આ વાત વિવેકસંગત લાગી અને દરરોજ સત્સંગમાં આવવાનું શરૂ કર્યું. અનેકવાર બાબામાં તેમને કૃષ્ણના સાક્ષાત્કાર થયા. સાથે સાથે જ્ઞાન મળતું રહેવાને લીધે મન સંતુષ્ટ બનવા લાગ્યું. ગીતાનું જ્ઞાન હવે સાચી રીતે સમજાયું. ધીરે ધીરે આ રીતે લગની વધતી થઈ. અતીન્દ્રિય સુખનો અનુભવ થવા લાગ્યો. પવિત્રતાની ભાવના દૃઢ બની. વિશ્વાસ અને



નિશ્ચય વધતાં ચાલ્યાં. ઈશ્વરીય લગની અને અનુભવથી ભૌતિક સુખ-સાધનોનો પરિત્યાગ સાહજિકતાથી થઈ ગયો. પોતાના આ નવા અલૌકિક જીવનને ધારણ કરવામાં એમને પરિવાર તથા સમાજ તરફથી અનેક તકલીફો સિતમ સહન કરવાં પડ્યાં. પરંતુ હવે દીદી ભગવાનની સારી ગોપિકા બની ગયાં હતાં.

તેઓ પોતાની વિલક્ષણ બુદ્ધિ, કાર્યક્ષમતા, અતૂટ નિશ્ચય, લગનીને કારણે દરેક ક્ષેત્રમાં અગ્રણી રહ્યાં. 1937માં જ્યારે બાબાએ મેનેજિંગ કમીટી બનાવી તેમાં મુખ્ય સભ્ય તરીકે દીદીજીને લેવામાં આવ્યાં.

દીદીજીની પરખ બુદ્ધિ અને નિર્ણય શક્તિ ઘણાં વિકસિત હતાં. આત્મબળ તથા આત્મવિશ્વાસ તથા સ્વમાનના તેઓ ઉદાહરણમૂર્ત હતા. દીદીજીએ ગીતાના મહાવાક્યો સર્વ ધર્માન્ પરિત્યજ્ય મામેકમ શરણં વ્રજ, દેહ સહિત દેહના સર્વ સંબંધોને ભૂલો... ને વ્યાવહારિક રૂપ આપ્યું હતું. દીદીજી સદાય કહ્યા કરતાં હતાં કે એક બાપ દૂસરા ન કોઈ. એમનું જીવન એકરસ યોગ અને સર્વ સંબંધ બાબાની સાથે જોડીને એને સુંદર રીતે નિભાવવાનું એક પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ હતું. એમના સંપર્કમાં આવનારાં એ અનુભવ કરતાં હતાં કે દીદી કેવું બાલક અને માલિકનું સમતુલન રાખે છે. બાપ, શિક્ષક, સદગુરુના રૂપમાં આજ્ઞાકારી, વફાદાર, ફરમાનબરદાર, ઈમાનદાર તથા ડગલે ડગલે શ્રીમતનું કઈ રીતે પાલન કરી શકાય તે માટે પોતાના જીવનને દર્પણ બનાવીને તેઓએ બીજાઓને બતાવ્યું.

પોતાની આ સર્વ વિશેષતાઓને લીધે દીદીજીએ સર્વનું મન મોઢી લીધું અને બાબાએ નામ રાખ્યું. ‘મનમોહિની’ પ્રેમથી મોટી બહેન

અથવા માના રૂપથી સ્થૂલ સૂક્ષ્મ, સર્વ આત્માઓની પાલના કરવાને લીધે સૌ એમને દીદી કહીને સંબોધતાં હતાં. જે કે દીદી સર્વ પ્રિય હતાં પરંતુ કોઈને પોતાના પ્રભાવમાં આવવા દેતાં નહોતાં પણ સર્વનો બુદ્ધિયોગ શિવબાબા તરફ વાળતાં. દીદી કહેતાં કે ન પ્રભાવ મેં આઓ ન પ્રભાવિત કરો. ગુણદાતા સે હી સર્વ સંબંધ જોડો. જે રીતે સ્વયં સચ્ચાઈ સફાઈવાળાં હતાં એ રીતે જ અનેક આત્માઓને તેવા બનવાની પ્રેરણા આપતાં. તેઓને નાના મોટા, વૃદ્ધ યુવાન, સર્વ વર્ગના આત્માઓ સાથે હળીમળી જતાં કોઈ તકલીફ નહોતી લાગતી. તેથી તેઓ સૌના સખી બની જતાં અને સૌ એમને સખી રૂપથી જ જોતાં.

નેતૃત્વની શક્તિ, તીક્ષ્ણબુદ્ધિ, પ્લાનીંગ બુદ્ધિ, અનુભવીમૂર્ત, દરેકની વિશેષતાઓનો લાભ લેવાની કલાવાળાં, નિર્ભયતા, સ્પષ્ટતા અને ઉદાહરણમૂર્ત હોવાને લીધે બાબાએ 1969માં દીદીને સંયુક્ત મુખ્ય પ્રશાસિકાના પદે સમગ્ર યજ્ઞને સંભાળવા માટે નિમિત્ત બનાવ્યાં. સમગ્ર ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનાં પ્રમુખ હોવા છતાં દીદીજીમાં ઘણી જ નમ્રતા, ગંભીરતા તથા રમણિકતાના ગુણો હતા. દત્તાત્રેયની જેમ સર્વ પાસેથી તેઓ ગુણ ગ્રહણ કરતાં. દીદી કહ્યા કરતાં બડે તો બડે છોટે સુખાન અલ્લાહ. હંસની જેમ ગુણગ્રાહક દૃષ્ટિ હોવાને લીધે તેઓ સર્વ ગુણસંપન્ન બની ગયાં. જ્યાં સુધી જીવવાનું છે ત્યાં સુધી ઈશ્વરીય જ્ઞાન ભણવાનું છે, શીખવાનું છે - એ તેમનું ધ્યેય હતું. તેઓ મહાન શિક્ષિકા, કન્ટ્રોલર અને પ્રશાસિકા હતાં. પરંતુ દીદી કહેતાં કે હું તો પહેલાં રુઠાની વિદ્યાર્થી છું. અંત સુધી ઈશ્વરીય જ્ઞાનના અભ્યાસનો સંપૂર્ણ શોખ હતો. જ્ઞાન, યોગ, ધારણા અને સેવા ચારેય વિષયોમાં તેઓ પરિપૂર્ણ

બન્યાં, ત્યાગ, તપસ્યા અને સેવાની મૂર્તિ બની રહ્યાં.

1937 થી 1951 સુધી 14 વર્ષ યજ્ઞ વત્સોની સેવા, તપસ્વી બનવાની, બનાવવાની સેવા કર્યા પછી જ્ઞાનસાગરમાંથી નીકળેલી જ્ઞાનગંગા પોતાના કેટલાક સાથીઓ સહિત વિશ્વ સેવા માટે નીકળી પડ્યાં. યજ્ઞના ઈતિહાસમાં 1952માં જયારે ઈશ્વરીય સેવાનો અધ્યાય શરૂ થયો તેમાં પણ દીદી અગ્રણી રહ્યાં અને પોતાની ધારણાઓ, મર્યાદાઓ, એકરસ યોગ, ત્યાગ તથા તપસ્યાને કારણે સેવાના ક્ષેત્રને આગળ ઘપાવતાં રહ્યાં. દીદી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનું પ્રથમ સેવા કેન્દ્ર ખોલવા માટે નિમિત્ત બન્યાં. શીખવાની અને અન્યને શીખવાડવાની કલામાં નિપુણ હોવાને લીધે દીદીજી અનેકો માટે પ્રેરણા સ્ત્રોત બન્યાં. દેશવિદેશમાં

સર્વત્ર ખૂણેખાંચરે પથરાયેલા રુઢાની વિદ્યાર્થીઓની દેખરેખ રાખવા માટે તેઓ પ્રવાસ કરતાં રહ્યાં.

દીદીએ આ સાકારલોકના અંતિમ દિવસોમાં ઉડતી કલામાં ઉડવાનો, હવે ઘર (પરમધામ) જવાનું છે, બાપ સમાન બનવાનું છે, વૈરાગ્ય વૃત્તિ, ઉપરામવૃત્તિ, ફોલો ફાધર, કર્મભોગ પર યોગ દ્વારા વિજય કર્ફ રીતે મેળવવો, દવા, દુવા અને યોગબળનું બેલેન્સ કર્ફ રીતે જાળવવું આ સર્વ ધારણાઓનો અનુભવ કરાવ્યો. કદી સ્વાસ્થ્ય ઠીક ન હોવા છતાં પણ જ્ઞાનયોગની ધારણાઓ છોડી નહોતી. દીદીજી આપણી સમક્ષ બાપ સમાન એક મૂર્તિ છે. (દીદીજીએ 28, જુલાઈ, 1983ને સતગુરુવારના દિવસે દેહત્યાગ કર્યો હતો.)

॥ ઓમશાંતિ ॥

(પેજ નં. 20નું અનુસંધાન)... સંતોષ - પરમસુખ

રહીને પુરુષાર્થની તીવ્રતાથી સ્વયંને પુરુષાર્થ માટે યોગ્ય બનાવીએ.

### સંતોષથી પ્રસન્નતા રહે છે

સંતુષ્ટમન સદા હળવું અને ઉમંગોથી ભરપૂર રહે છે. નિયંત્રણમાં રહે છે. જેનાથી આત્મા મૃગતૃષ્ણાના માર્ગથી મુક્ત થઈને ઈશ્વરીય યાદરૂપી સુખદ આનંદનો રસ્તો પકડવામાં અતિ ઉપયોગી બને છે. તેના પરિણામે સદા સ્વયંને ખજાનાઓથી ભરપૂર અનુભવીએ છીએ. આવી વ્યક્તિ અધિક સ્ફૂર્તિવાન અને ક્રિયાશીલ હોય છે. એના ચહેરા ઉપર પ્રસન્નતાનાં ચિન્હો દેખાઈ આવે છે. તે જ્યાં પણ જાય છે. ત્યાં પ્રસન્નતાના પુષ્પો ખિલે છે.

### સંતોષથી અનેકોના સંતાપ દૂર કરવાના છે

સંતુષ્ટમનથી સદા શાંતિ અને શીતળતાનું ઝરણું વહે છે. માનવો આજે અનેક ભ્રમણાઓમાં

અટવાયેલા છે. અનેક સમસ્યાઓમાં પ્રસ્ત છે એવા આત્માઓનો સંતાપ દૂર કરવા માટે એમને શીતળતાનું જળ પ્રદાન કરીએ. સંતોષીમા જેવો સંતોષનો પ્રસાદ વહેંચતા સુખ, શાંતિ, પવિત્રતાના અધિકારી બનાવીએ. સંદૈવ મધુર હાસ્યથી અનેકોનાં દુઃખ દૂર કરીએ.

### સંતુષ્ટ મન જ પરમસુખનો અનુભવ કરે છે

સંતુષ્ટ મન જ સદા સુખના સાગર પરમાત્મા શિવની યાદમાં ખોવાયેલું રહે છે અને પરમસુખ તથા પરમાનંદનો અનુભવ કરે છે. જેનાથી સદા અસીમ સુખદાયિની સ્થિતિ આકાર લે છે. તો આવો, આપણે સૌ આ અદ્વિતીય સુખને ચિરસ્થાયી મૂડી બનાવીને પોતાના જીવનને સંપન્ન અને ધન્ય બનાવીએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥

# સંતોષ - પરમસુખ

## બ્ર.કુ. આત્મપ્રકાશ, માઉન્ટ આબુ

દરેક પ્રાણી દુઃખની નિવૃત્તિ અને સુખની પ્રાપ્તિની ઈચ્છા રાખે છે. ઘણાએ પ્રયત્નો કરવા છતાં પણ દુઃખ દૂર થતું નથી અને સાચું સુખ મળતું નથી. દુનિયામાં ઘણા શક્તિશાળી માનવીઓ થઈ ગયા છે અને અત્યારે પણ છે. જેઓએ દુઃખની નિવૃત્તિ અને સુખની પ્રાપ્તિ માટે તનતોડ પ્રયત્નો કર્યા છે અને હાલ કરી રહ્યાં છે. આમ છતાં ઘણા થોડા જ માણસોને ઈચ્છિત વસ્તુ મળી છે. ચિરકાળ સુધી સુખોની પ્રાપ્તિ એ જ મનુષ્યજીવનનું મુખ્ય લક્ષ્ય રહ્યું છે.

આધુનિક જીવનની સમગ્ર સુખસુવિધાઓ આરામ અને ઐશ્વર્ય, એ વ્યક્તિઓના મસ્તિષ્કની જ વિલક્ષણતાનું પરિણામ છે. ભલે ગમે તેટલી ભૌતિક તથા આધ્યાત્મિક સંપત્તિ વ્યક્તિ પાસે હોય, છતાં પણ ચિરસ્થાયી સુખની પ્રાપ્તિ થતી નથી. એનું મૂળ કારણ છે. સંતોષરૂપી ધનનો અભાવ. આ અંગે એક વાર્તા છે. એક રાજ્યમાં એક ઈમાનદાર અને પરોપકારી વ્યક્તિ પોતાનું સુખી અને સમૃદ્ધ જીવન વ્યતીત કરી રહી હતી. એકવાર એણે ઘણું જ સારું અને પ્રશંસનીય કાર્ય કર્યું. જેથી રાજાએ એને પોણા નવ ઘડા ભરીને હીરામોતી ભેટ તરીકે આપ્યાં. આ મૂલ્યવાન સંપત્તિ મેળવીને એને ઘણો જ આનંદ થયો. પરંતુ કેટલાક દિવસો પછી એના માનસમાં નવમો ઘડો હીરામોતીથી ભરવાની ચિંતા છવાઈ ગઈ. આ મનોવ્યથાથી પીડિત થઈને કંઈપણ વિચારી શકવા માટે અશક્ત બન્યો. એની મનોદશા બદલાઈ ગઈ. એક દિવસ અચાનક એની રાજા સાથે મુલાકાત થઈ. તો રાજાએ એને પૂછ્યું કે ‘શા માટે આટલા ઉદાસ લાગો છો?’ તો પેલા માણસે જવાબ આપ્યો

કે, ‘રાજન, આપે આપેલો નવમો ઊણો ઘડો હીરામોતીથી ભરવાની મને ચિંતા રહે છે.’ તો રાજાએ કહ્યું કે ‘જીવનમાં સ્થૂલ ધન જ સર્વ કંઈ નથી. એનું સુખ મેળવવા માટે સંતોષ રૂપી ધનની જરૂર છે અને સંતોષરૂપી ધન જ સર્વોત્તમ ધન છે.’

### અસંતુષ્ટતા અભિશાપ છે

અસંતુષ્ટ રહેવાથી માનસિક અસમતુલા રહે છે. જે સમગ્ર માનસિક રોગોનું કારણ છે. જેનાથી આવેશ, ચિંતા, ભય, ઈર્ષ્યા, નિરાશા જેવી બાબતો દરેક સમયે બેચેન બનાવી દે છે. અને આ આંતરિક ક્ષમતાઓને નષ્ટ કરીને મનુષ્યને દયાજનક બનાવી દે છે. વાસ્તવમાં અસંતુષ્ટતા ઉન્નતિના માર્ગમાં સૌથી મોટું વિઘ્ન છે. જેને દૂર કરવું અનિવાર્ય છે. જો કોઈ મનુષ્ય દુઃખી છે તો જરૂર એણે કેટલાયે દિવસો પહેલાંથી જ દુઃખી રહેવાનો સ્વભાવ બનાવવાનું શરૂ કર્યું છે. એના પરિણામરૂપે હવે દુઃખી રહેવાની એની આદત બની ગઈ. કોઈપણ જૂની આદતને છોડાવવા માટે એક નવી આદતને વિકસાવવી પડે છે. તેથી દુઃખી રહેવા કરતાં સુખી બનવાને અભ્યાસ કરો. અસંતુષ્ટ રહેવા કરતાં સંતુષ્ટ રહેવાની ટેવ પાડો.

### આત્મસંતોષને અપનાવો

મોટે ભાગે જોવા મળે છે કે જે મનુષ્યના મનમાં જેટલી વધારે તૃષ્ણા હશે તેટલું સંતોષરૂપી ધન એનાથી દૂર જાય છે. કારણકે સંતોષ જેવા સુખકારી ગુણના અભાવમાં જ ઈચ્છાઓ અભિલાષાઓ શક્તિશાળી બને છે. એટલે ધ્યાનમાં રહેવું જોઈએ કે આત્માનો સ્વાભાવિક ગુમ છે. સંતોષપ્રિય એને અપનાવવા માટે નીચેની

બાબતોનો અભ્યાસ કરો.

## હું સંતુષ્ટમણિ છું

એક કહેવત છે કે,

‘લખ ધન, ગજધન, ગાજિ ધન

ઔર રતન ધન ખાન,

જબ ઘર આવે સંતોષ ધન,

સબધન ઘુરિ સમાન.’

કોઈની પાસે ભૌતિક સંપત્તિ ગમે તેટલી હોય પરંતુ સંતોષધનનું સ્થાન ખાલી રહેવાથી બાકી ધન શૂન્ય બરાબર છે. જેમ કે કોઈનૂર હીરો અખૂટ સંપત્તિનું પ્રમાણ છે એ રીતે આપણને એ નિશ્ચય થાય કે વાસ્તવમાં હું સ્વયં એક મણિરૂપ આત્મા છું અને આત્મિકરૂપમાં પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું. જે અખૂટ ખજાનાનો ભંડાર છે. તેથી હું સ્વયં એક કોઈનૂર છું. કારણ કે શિવપિતાના ખજાનાના અધિકારના રૂપમાં જ માલિક છું. એટલે મારાથી અસંતુષ્ટતા કેટલાયે માર્ગો દૂર રહેવી જોઈએ. આવું ચિંતન આપણને સંતુષ્ટ બનાવવામાં મદદ કરશે.

## ઈચ્છા માત્રમ અવિધા

આપણે એ કદી ભૂલવું ન જોઈએ કે ઈચ્છાઓનો કદી અંત આવતો નથી. ઈચ્છાઓ જ અનેક દુઃખોનું કારણ છે, કોઈ વિદ્વાને સાચું જ કહ્યું છે કે ‘જો ઈચ્છા ન હોય, તો મનુષ્ય કદી દુઃખી ના થાય.’ એનું તાત્પર્ય એ નથી કે આપણે જડમતિ બની જઈએ. પણ આપણામાં ભૌતિક ઈચ્છાઓનું સૂક્ષ્મરૂપ પણ ન હોવું જોઈએ કે જે આપણને દુઃખી બનાવે. નામ માન શાનની ઈચ્છાઓ પણ આપણા માર્ગમાં બાધક છે. એટલા માટે સદા એ નશો રહે કે હું ત્રિલોકીનાથ શિવ પરમાત્માનું સંતાન છું. તેથી ત્રણે લોકોની અટળક સંપત્તિના ખજાનાઓની ચાવી મારી મુઠ્ઠીમાં છે. તો પછી મારે માટે કંઈ

અપ્રાપ્ય છે? કોઈ વસ્તુ અપ્રાપ્ય નથી અને એવી જ ઈચ્છાઓ થાય છે. જ્યાં પ્રાપ્તિ છે.

## ડ્રામાના દરેક દૃશ્યનો આનંદ મેળવો

આપણે એ જાણવું જોઈએ કે મનુષ્ય આજે જે સ્થિતિમાં છે તે એના પોતાના જ કર્મોનો વારસો છે. જેને આપણે સાચું સમજીએ છીએ તેમાંથી બોધપાઠ લઈને ભવિષ્યને વધારે ઉજવળ બનાવવાની પ્રેરણા મેળવીએ. તથા જેને આપણે સાચું ગણતા નથી તે પણ વાસ્તવમાં કલ્યાણકારી છે કારણ કે એનાથી આપણે આપણા પૂર્વજન્મોના કરેલાં વિકર્મોના બોજાથી મુક્ત બનીએ છીએ. એટલે ડ્રામાનું દરેક દૃશ્ય આ સૃષ્ટિમંચના પાત્ર માટે રહસ્યયુક્ત અને કલ્યાણકારી છે. એવું સમજીને જીવનને આનંદમય બનાવીએ.

## સદા સંતુષ્ટ રહેવું તે એક કળા છે

આપ થોડીવાર ઠંડી હવામાં ખુલ્લા આકાશની નીચે બેસીને ગંભીરતાથી સૃષ્ટિ પર નજર ફેંકો તો આપને ભાગ્યે જ કોઈ માનવ પ્રાણી કલાવિહિન દેખાશે. આ કલાઓમાં આપણે એ ઉમેરી દઈએ કે દરેક પરિસ્થિતિમાં આપણે સંતુષ્ટ રહેવાની કલાને આપણા જીવનમાં ધારણ કરવી જ છે તો સુખ શાંતિ સ્વભાનિક રીતે જ આપણા જીવનનો હાર બનશે.

## સંતુષ્ટતાને અપનાવી બેદરકાર બનીએ નહીં

ઉપરોક્ત વાતોનો અર્થ એ નથી કે આપણે આપણા વર્તમાન પુરુષાર્થથી સંતુષ્ટ છીએ. ના આ રીતે સંતુષ્ટતાની આડમાં રહીને આપણે પુરુષાર્થ-હીન ન બનીએ. તેમ કરીશું તો આ મહાન ગુણની મજાક ગણાશે. આપણે આ ગુણની ઉપયોગિતાને સમજીએ. તેને સાર્થક બનાવીએ. બીજાઓના પાર્ટને જોઈને ઈર્ષ્યા, હ્રેષાદિ, બુદ્ધિઓમાંથી દૂર

(અનુસંધાન પેજ નં. 18 પર)

# ગૃહસ્થી જીવનમાં ત્યાગનું મહત્ત્વ

બ્ર.કુ. અભિલ, સુરત

ત્યાગ એ ગૃહસ્થ જીવનમાં અતિ મહત્ત્વનો છે. એના માટે ગાયન છે... ‘ત્યાગીને ભોગવ’ અને ‘ત્યાગ ન ટકે વૈરાગ્ય વિના’ ત્યાગનો શાબ્દિક અર્થ લઈએ તો ત્યજવું એટલે ‘ત્યાગ’ યોગી જીવનમાં અર્થાત્ આધ્યાત્મિક માર્ગમાં ત્યાગનું સ્થાન કેન્દ્રમાં છે.

ગૃહસ્થ જીવનમાં રહેવા છતાં કમળ પુષ્પ સમાજ રહેવાનું પણ આપણું ધ્યેય છે, તો મનમાં સહેજે પ્રશ્ન ઉદ્ભવે કે ગૃહસ્થ જીવનમાં ત્યાગ સંભવિત છે?

રાણી ચુડાલાના દૃષ્ટાંતથી એ વાતને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ. જંગલમાં દૂર-દૂર એક ઝૂંપડી બનાવીને એક નવયુવાન સાધુ તપસ્યા કરી રહ્યો છે, ત્યાં એક વૃદ્ધ જણાતો સાધુ આવી ચડે છે. પેલા યુવા સાધુને પૂછે છે કે, હે શ્રધિ તુ શા માટે આવી કઠોર સાધના કરી રહ્યો છે? ઉત્તર મળ્યો, ‘મોક્ષ આનંદ અને મુક્તિ મેળવવા માટે!’ વૃદ્ધ સાધુએ પૂછ્યું તો શું તમે મુક્તિની પ્રાપ્તિ કરી લીધી છે? સાધુએ ઉત્તર આપ્યો, જી, ના હજુ સુધી એ મુક્ત અવસ્થા મને પ્રાપ્ત નથી થઈ, આપ માર્ગ બતાવો. વૃદ્ધ સાધુએ હસતાં હસતાં કહ્યું કે ક્યાંથી થાય? તે ત્યાગ જ ક્યાં કર્યો છે? યુવા સાધુ સમજી ગયો. તે ઝૂંપડી છોડી ઉભો થયો. વૃદ્ધ સાધુએ પૂછ્યું, કેમ ક્યાં જાય છે? ઉત્તર મળ્યો, આજથી હું ઝૂંપડીનો ત્યાગ કરું છું.

વૃદ્ધ સાધુ ફરી હસીને બોલ્યો, હજી તે કંઈ જ ત્યાગ નથી કર્યો. યુવા સાધુની નજર લોટી અને કમંડળ પર પડી, એણે એ પણ ત્યાંજ રાખ્યાં અને ચાલતો થયો. પેલા વૃદ્ધ સાધુએ ફરી હસીને કહ્યું,

યુવાન સાધુ હજું તે કંઈ જ ત્યાગ નથી કર્યો. પેલો યુવા સાધુ પણ મુંઝાયો, હવે તો કંઈ બાકી નથી રહ્યું. તેની દેહ પર દૃષ્ટિ પડી.

બુઝર્ગ સાધુએ કહ્યું હજુ તો તે તારા અહમનો, દેહભાનનો ત્યાગ નથી કર્યો. યુવા સાધુ બોલ્યો સમજી ગયો મુનિવર, હવે હું મારા દેહનો પણ ત્યાગ કરી દઉં છું. એમ કહી ચાલતો થયો ત્યાં થોડે દૂર તેની પત્ની ચુડાલા રાણીને ઉભેલા જોયા તે સમજી ગયો અને જઈને તેની પત્નીને પગે પડ્યો, બોલ્યો તમે અહીં ક્યાંથી, રાણી બોલ્યા, હે રાજન, તમે રાજ્યનો, અમારો ત્યાગ કરીને જતા રહ્યાં પરંતુ હું મારા કર્મમાંથી ચલિત ન થઈ શકી. હું શાંતિથી તટસ્થ ભાવે રાજ કારભાર ચલાઉં છું, પ્રજાજનોનું પ્રેમથી પાલન કરું છું અને પ્રજા અત્યારે સુખી આનંદમાં છે ત્યારે એ રાજન બોલ્યા, ‘રાણી આજે તમે મારી આંખો ખોલી છે, આજે મને સાચો ત્યાગ સમજાઈ ગયો. ચાલો આજથી હું પણ તમારી સાથે રાજ્યમાં આવું છું. રાજા જનકની જેમ ‘આપણે વિદેહી બનીને, સાક્ષી દૃષ્ટા બનીને, ટ્રસ્ટી બનીને આપણે જે કર્મથી બંધાયેલા છે તે ફરજ બજાવશું મને હવે આજે સાચી મુક્તિ મળી ગઈ.’

ત્યાગ ઘણી રીતે થઈ શકે. તન દ્વારા, મન દ્વારા સર્વ શ્રેષ્ઠ ત્યાગ એ બુદ્ધિ દ્વારા કરાયેલી બેહદનો ત્યાગ છે. સાધુ સંન્યાસીઓ પોતાની સાધનામાં બાધકરૂપ સમજતા પરિવાર અને ગૃહનો પણ ત્યાગ કરે છે પરંતુ શું આ પ્રકારનો ત્યાગ જીવનમાં સંભવી શકે? સંન્યાસીઓએ કરેલો ગૃહત્યાગ એ સાચો ત્યાગ નથી કારણ

(અનુસંધાન પેજ નં. 15 પર)

## પ્રસંગ પરિમલ

### બોધપાઠ

એકવાર કંપનીમાં એક નવા મેનેજરને રાખવામાં આવ્યો. મેનેજર યોગ્ય હતો એટલે માલિકે એને પૂરો અધિકાર આપી દીધો. એ મેનેજરથી એક મોટી ભૂલ થઈ ગઈ, જેથી કંપનીને લાખોનું નુકસાન થઈ ગયું. મેનેજર પોતાનું રાજીનામું લઈને માલિકની પાસે પહોંચ્યો અને કહેવા લાગ્યો કે પોતાની ભૂલને કારણે આટલું બધું નુકસાન થયું છે. એટલે એ કંપની છોડી રહ્યો છે. માલિકે તે રાજીનામું ફાડી દેતાં કહ્યું, ‘તમને આ બોધપાઠ શીખવવા માટે કંપનીને હજારો ડોલરનું ખર્ચ થયું છે. હવે અમે સૌ આ બોધપાઠ સાથે તમને કઈ રીતે જવા દઈએ? તમે અહીં જ રહેશો. કારણ કે લાખો ડોલરના નુકસાનથી થયેલા બોધપાઠથી કંપનીને ભવિષ્યમાં લાભ થશે. હું આટલો કીમતી બોધપાઠ લઈને તમને અહીંથી જવા દઈશ નહીં.’

માલિકના વિશ્વાસને જોઈને મેનેજરનો ઉત્સાહ વધી ગયો અને થોડા જ સમયમાં એણે પોતાની કંપનીને હજારો ડોલરનો ફાયદો કરાવ્યો. જે પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરે છે તેને દરેક ભૂલમાંથી બોધપાઠ મળી જ રહે છે. જ્યાં સુધી આપણે બીજાઓને દોષ આપતા રહીશું ત્યાં સુધી બોધપાઠ લઈ આવશે કે તેવી ભૂલો આપણને વારંવાર આવી પરિસ્થિતિઓ સર્જી દેશે. જ્યાં સુધી બોધપાઠ લઈશું નહીં ત્યાં સુધી પરિસ્થિતિઓ બદલાશે નહીં.

### કોણ કેટલું જીવ્યું

સમય જ જીવન અને શ્રમ જ ગૌરવ છે. જન્મદિનથી લઈને મૃત્યુપર્યંત કોણ કેટલું જીવ્યું

તેનો હિસાબ કિતાબ સમય પર આધારિત ન હોય પણ એણે પોતાના સમયનો ઉપયોગ કેટલાં મહત્વપૂર્ણ પ્રયોજનો માટે કર્યો તે મહત્વનું છે. આદ્ય શંકરાચાર્ય માત્ર બત્રીસ વર્ષ જ જીવ્યા. વિવેકાનંદનું આયુષ્ય માત્ર છત્રીસ વર્ષનું હતું. રામતીર્થ તેત્રીસ વર્ષની વયે જ દેહ છોડી ચાલ્યા ગયા. જેને લાંબુ આયુષ્ય ભોગવવાની તક મળી ન હોય એવાં ઘણાં લોકો આ દુનિયામાં થઈ ગયાં પણ એમણે પોતાના સમયનો શ્રેષ્ઠતમ પ્રયોજનો માટે નિષ્ઠાપૂર્વક ઉપયોગ કર્યો એના આધારે જ તેઓ સિદ્ધિઓ મેળવી શક્યા. આવી સિદ્ધિઓ સો બસો વર્ષ જીવીને પણ કોઈ મેળવી ના શકે. કેટલાક લોકોનું આયુષ્ય લાંબુ હોય છે. પણ એમના જીવનકાર્યનો હિસાબ જોવામાં આવે તો તેઓ પેટ ભરવા, પ્રજનની જંજાળમાં વ્યસ્ત રહ્યા તથા દુર્ગુણોના ફલસ્વરૂપે જન્મનાર વિમાસણોમાં જ મોતના મુખમાં ગયા. લગભગ અડધો સમય દુષ્કર્મોની મૂંઝવણમાં અને એટલો જ સમય આળસ-પ્રમાદમાં વીતાવ્યો. આટલું લાંબુ આયુષ્ય ભોગવવા છતાં શું તેઓને લાંબુ જીવવાનો સંતોષ, આનંદ મળ્યા? પ્રમાદની અવસ્થામાં એનું ભાન ન થાય પણ જ્યારે અંતિમ વિદાયનો સમય આવે ત્યારે આંખો ખુલી જાય છે. ત્યારે હાથ મસળતાં, રૂંધાયેલા ગળાની આંસુભરી આંખોથી તેઓ કહે છે કે પોતે જીવનનો બહુમૂલ્ય સમય નિર્લક્ષ્ય કાર્યોમાં વીતાવ્યો. જેના કારણે કાળનો ત્રાસ આપનાર અંધકારભર્યું ભવિષ્ય કમાયા.

### સમસ્યામુક્ત

એક માનવ હંમેશા પોતાની સમસ્યાઓનાં રોદણાં રડતો રહેતો હતો. એક દિવસ તે એક ધર્મગુરુને મળ્યો અને કહેવા લાગ્યો, ‘ક્યાં

સમસ્યા જ ન હોય તેવી જગા મને બતાવો?’ ધર્મગુરુએ કહ્યું કે હું એવી જગા જાણું છું જ્યાં હજારો લોકો રહે છે પણ કોઈનેય કોઈ સમસ્યા નથી. તે માનવ આ સાંભળીને ખુશ થયો. અને ગુરુને વિનંતી કરી કે હું ત્યાં જવા ઈચ્છું છું. મને જલદીથી એ જગા પર લઈ જાઓ. ધર્મગુરુ એને કબ્રસ્તાન લઈ ગયા અને બોલ્યા. ‘અહીં હજારો લોકો કબરમાં સૂતેલા છે. પણ કોઈને કોઈ સમસ્યા નથી, અહીં કોઈ કષ્ટ નથી.’

જીવન છે તો સમસ્યાઓ છે. જ્યાં સુધી જીવન છે ત્યાં સુધી સમસ્યાઓ રહેશે. સમસ્યાઓ હશે, ત્યારે વિકાસ થશે. એનો અર્થ એ નથી કે આપણે સમસ્યાઓને કારણે હસવાનું છોડી દઈએ અને દુઃખી થઈને જીવનભર અજ્ઞાનમાં રહીએ. અજ્ઞાનનો પડદો જ વિવેકને ઢાંકીને દુઃખનો અનુભવ કરાવે છે. જ્ઞાનના પ્રકાશથી પ્રકાશિત માનવ સદા સમાધાન સ્વરૂપ થઈને ખુશ રહે છે.

## આશા છોડશો નહીં

બે રાજાઓ વચ્ચે યુદ્ધ થયું. વિજયી રાજાએ હારેલા રાજાના કિલ્લાને ઘેરી લીધો અને એના સર્વ વિશ્વાસપાત્ર અધિકારીઓને બંદીવાન બનાવીને જેલમાં મોકલી દીધાં. એ કેદીઓમાં પરાજિત રાજાનો યુવામંત્રી તથા એની પત્ની પણ હતી. બંનેને કિલ્લાના એક વિશેષભાગમાં કેદ કરીને રાખ્યાં હતાં. જેલના જેલરે એમને આવીને સમજાવ્યા કે અમારા રાજાની ગુલામી સ્વીકારી લો. નહીંતર જેલમાં જ ભૂખ્યા તરસ્યા તડપી તડપીને મરી જશો. પરંતુ સ્વાભિમાની મંત્રીને ગુલામી સ્વીકારવી નહોતી. તેથી તે ચૂપ રહ્યો. જેલર ચાલ્યો ગયો. એ બંનેને જે ભવનમાં રાખ્યાં હતાં એમાં સો દરવાજા હતા. સર્વ દરવાજાઓ ઉપર મોટા મોટા તાળા મારેલા હતાં. મંત્રીની પત્નીનું સ્વાસ્થ્ય નિરંતર બગડી રહ્યું હતું. તેણી ઘણી

ગભરાઈ ગઈ હતી. પરંતુ મંત્રી ‘નિરાશ થઈશ નહીં. ગાઠ અંધકારમાં પણ પ્રકાશનું કિરણ અવશ્ય હોય છે.’ એમ કહીને તે એક એક દરવાજાને ધકેલીને જોવા લાગ્યો. દરવાજા ખૂલ્યો નહીં. લગભગ વીસ પચીસ દરવાજા જોયા પરંતુ કોઈપણ દરવાજા ખૂલ્યો નહીં.

મંત્રી થાકી ગયો. એની પત્નીની નિરાશા વધી ગઈ. તેણી બોલી તમારું મસ્તિષ્ક તો ઠીક છે ને? આટલા મોટાં મોટાં તાળા લાગ્યા છે. તમારા ઘક્કાથી દરવાજા કઈ રીતે ખૂલશે? પણ મંત્રી હતાશ થયો નહીં તે એજ લગનથી દરવાજા ધકેલતો રહ્યો. એણે નવ્વાણું દરવાજા ધકેલ્યા. પરંતુ એક પણ દરવાજા ખૂલ્યો નહીં. પત્નીએ ચિડાઈને એને બેસાડી દીધો. પરંતુ થોડીવાર પછી તે ફરીથી ઊભો થયો અને સોમા દરવાજાને ઘક્કો લગાવ્યો. ઘક્કો લાગતાં જ નક્કુચા ખૂલવા લાગ્યા. મંત્રીને અંદાજ આવી ગયો કે આ દરવાજા ખૂલી શકે છે. એણે બમણા ઉત્સાહથી દરવાજા ધકેલવાનું શરૂ કર્યું અને થોડીવારમાં જ તે ખુલી ગયો. એની પત્ની બોલી અરે! આ કઈરિતે ખૂલી ગયો? મંત્રીએ શાંતભાવથી જવાબ આપ્યો કે જિંદગીમાં બધાં જ દરવાજા બંધ નથી હોતા એ દરવાજાથી નીકળી જઈને તેઓએ જેલમાંથી મુક્તિ મેળવી.

## સંકટમાંથી મુક્તિ

એક માનવ હંમેશાં મુસીબતોથી ઘેરાયેલો રહેતો હતો. એનું એક કામ સારું થાય, તો બીજું બગડી જાય. એને સુધારવા જતાં ત્રીજા કાર્યમાં અડચણો આવી જાય. ક્યારેક પરિવારમાં કોઈ સંકટ આવે, તો ક્યારેક નોકરીમાં. એમાંથી પસાર થઈ જતો ત્યાં વળી બીજી સમસ્યા સામે આવી જતી. આ વિચારીને તે વધારે પરેશાન થઈ ગયો કે મારી સાથે જ આવું કેમ થાય છે? અને ક્યાં સુધી

આવું ચાલવું રહેશે? શું જીવનમાં કદી સુખ સંતોષ નહીં મળે. તે એટલો નિરાશ થઈ ગયો કે આત્મહત્યા સુધીનો પ્રયાસ કર્યો પરંતુ કિસ્મતે ત્યાં પણ તેને દગો કર્યો. તે બચી ગયો. પરિવાર તથા નજીકના મિત્રોના ગુસ્સાનો શિકાર બન્યો.

એને જવાબદારીઓથી ભાગનાર તરીકે સૌએ ધિક્કાર્યો. એણે બધાંની માફી માગી અને શહેર છોડવાનો નિર્ણય કર્યો. એણે વિચાર્યું કે સ્થાન બદલવાતી કદાચ એનું ભાગ્ય પણ બદલી જાય. એણે કેટલાયે સ્થાન જોયા એમાંથી એક નાનો કસ્બો (નાનું શહેર) પસંદ કર્યો. ત્યાં જવા માટે એણે તથા એના પરિવારે તૈયારી કરી દીધી. સામાન લઈને જેવો એણે ઘર બહાર પગ મૂક્યો તો જોયું - એક મહિલા એનો રસ્તો રોકીને ઊભી હતી. એણે પૂછ્યું - શું ઈચ્છે છે? મહિલાએ કહ્યું - તમારો સાથ. માનવે જવાબ આપ્યો - હું તો શહેર છોડી રહ્યો છું. મહિલાએ હસીને કહ્યું તો શું થયું? તમે જ્યાં જશો ત્યાં તમારી સાથે આવીશ. માનવે કંટાળીને એનો પરિચય પૂછ્યો. તો તે બોલી - હું તમારી કિસ્મત (ભાગ્ય) છું. આ સાંભળીને એ માનવનું મન બેસી ગયું. એણે કહ્યું - જ્યારે તું ક્યાંય પણ મારો સાથ છોડવા તૈયાર નથી. તો બીજા સ્થાન પર જઈને શું કરીશ? એ માણસે નિર્ણય કર્યો કે અહીં રહીને જ મારી કિસ્મત બદલીશ.

નિશ્ચયની દૃઢતા રંગ લાવી, એની સખત મહેનતથી સફળતા એનાં ચરણ ચૂમવા લાગી. હવે તે પણ પ્રસન્ન હતો અને પરિવાર પણ ઉલ્લાસના આ વાતાવરણમાં કષ્ટ આવતા તો એનું ત્વરિત સમાધાન કરવામાં આવતું. હવે સુખ અને સંતોષ એના જીવનનો સ્થાયી ભંડાર બની ગયાં છે.

॥ ઓમશાંતિ ॥



(પેજ નં. 25નું અનુસંધાન)... પ્રશ્નોની વણથંભી

પણ ફરિયાદ કરે છે. બહુ રમુજી લાગે છે, પૂછે છે કે શું મારી સાસુનો ગુસ્સો શાંત થશે? હું બાંધેલી છું, હું ક્યારે મુક્ત થઈશ? મારી સંપૂર્ણપણે સરેન્ડર થવાની ઈચ્છા ક્યારેય પૂર્ણ થશે?

● ચોથા પ્રકારની ક્યુ છે ઉલ્લાહના દેવાવાળાની અર્થાત બાબાને પ્યારભરી ફરિયાદ કરવાવાળાની. બાબા તમે ખરા છો આવા સમયે કેમ આવ્યા? હવે તો હું તદ્દન વૃદ્ધ થઈ ગઈ છું. હવે તો શરીર પણ સ્વસ્થ નથી રહેતું! વહેલા અમને જગાડવા જોઈએ ને, મોડા મોડા કેમ જગાડ્યા? બાબા તમે ભારત છોડીને સિંધ દેશમાં જ કેમ પધાર્યા? પહેલાં ત્યાંની બહેનોને જ પહેલો ચાન્સ કેમ આપ્યો? સંગમયુગમાં જ અમને ગોપ-ગોપી કેમ બનાવ્યાં? પહેલાં માતાઓ-શક્તિઓને કેમ પ્રાધાન્ય આપ્યું? કેવી ગરીબાઈ આપી કે હું ધારું તો પણ સહયોગ રૂપે ધન ન આપી શકું? સાકાર રૂપમાં અમે તમને ન મળી શક્યાં એનો અંતરમાં વસવસો છે. અમને એવો તે કેવો પાર્ટ આપ્યો?

● પાંચમા પ્રકારની ક્યુ છે રોયલ રૂપથી માંગવાની. અત્યારે આનું પ્રમાણ ઘણું ઓછું થઈ ગયું છે. હવે કૃપા કરો, આશીર્વાદ આપો એમ નથી કહેતા પણ અંદરથી ઈચ્છાઓ તો પ્રબળ જ છે.

માસ્ટર નોલેજકુલ અથવા માસ્ટર સર્વ-શક્તિમાનની સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ જાવ તો બધાજ પ્રકારની ક્યુ સમાપ્ત થઈ જશે. અને તમારી આગળ ભાવિ ભક્તો અને ભાવિ પ્રજાની લાંબી લાઈન લાગી જશે. બસ ચાલો સંગમના અલૌકિક મેળાની મઝા માણીયે. લાવલીન થઈ જઈએ.

॥ ઓમશાંતિ ॥





# પ્રશ્નોની વણથંભી વણઝાર

બ્ર.કુ. લીલાબેન ચૌહાણ, કારેલીબાગ, વડોદરા

રોજ સવારે 4 વાગે આકાશમાંથી અમૃતવર્ષા થતી હોય, મંદ મંદ પવન વાતો હોય અને શાંત શીતળ ચાંદનીમાં જ્યારે ફરિશ્તાઓ ભ્રમણ કરવા નીકળ્યા હોય ત્યારે યોગી આત્માઓ નીંદરમાં પડ્યા રહે એવું બને? કદાપિ નહીં.

અમૃતવેળાનો આરંભ થતાં જ બાબાના વહાલા બાળકો બાબાના મિલન માટે, કનેક્શન જોડવા નંબર ડાયલ કરવા લાગી જાય છે. મિલન માટે જ તો. આ મિલનના સમાચાર સ્વયં બાબા ઓડકાસ્ટ કરે છે. ચાલો જોઈએ આપણે કઈ ભૂમિકામાં છે.

● જો લાઈન ક્લીયર હોય તો કોઈકનું કનેક્શન જલ્દી મળી જાય છે.

● કેટલાંક કનેક્શન જોડવામાં વ્યર્થ પુરુષાર્થ કરે છે. સમયનો વેડફાટ કરે છે.

● કોઈ-કોઈ જોડાણ ન મળવાથી દિલ-શિક્ષસ્ત એટલે કે નિરાશ થઈ જાય છે.

● કોઈ-કોઈ એવા પણ હોય છે જે સંપર્ક બાપ સાથે કરવા માંગે છે પણ જોડાણ માયા સાથે થઈ જાય છે પછી તો ધારે તો પણ માયામાંથી મુક્ત નથી થઈ શકતાં. આળસ-અલબેલાપણે એમને કમજોર બનાવી દીધાં છે.

નિર્વિકારી આત્માઓનું કનેક્શન બાબા સાથે સરળતાથી થઈ જાય છે. સંકલ્પની સ્વિચ દબાવી અને કનેક્શન મળી ગયું. પણ કેટલાક આત્માઓ હંમેશા ફરિયાદ કરતા હોય છે. હંમેશા પ્રશ્નાર્થ. પ્રશ્નોની લાંબી વણઝાર. "Que of Question's" સમગ્ર દિવસ દરમિયાન આવી 5

પ્રકારની Que જોવા મળે છે.

● અરજી કરવાવાળા આત્માઓ કહે છે શક્તિ આપો, સહયોગ આપો, હિમ્મત આપો, બુદ્ધિનું તાળું ખોલી દો, ચુક્તિ બતાવો. કદિક બીજા માટે પણ અરજી કરે છે કે મારા પતિ અથવા ફલાણા ફલાણાની બુદ્ધિ શુદ્ધ કરો.

કોઈ-કોઈ વળી યાચના કરતા હોય એમ પૂછે છે કે મને સેવામાં સફળતા મળે એવું કંઈ કરો બાબા. અમે નિરંતર યાદની યાત્રામાં મગ્ન રહીએ, યાદ એકદમ પાવરફુલ થઈ જાય અને જૂના-પુરાણા સંસ્કાર ઝડપથી સમાપ્ત થઈ જાય એવી જુદા-જુદા પ્રકારની અરજી બાબાને કરતા હોય છે.

● બીજી ક્યુ ફરિયાદી બની ફરિયાદ કરવાવાળાની ક્યુ. ક્યાં, કબ, કેસે હોગા. લાંબી લાઈન કદી સમાપ્ત જ નથી થતી. યાદમાં વિઘ્ન કેમ પડે છે? લૌકિક અને અલૌકિક પરિવારમાં સહયોગ કેમ નથી મળતો? વ્યર્થ સંકલ્પ કેમ આવે છે? શરીરમાં રોગો કેમ પ્રવેશે છે?

● ત્રીજા પ્રકારની ક્યુ એવી છે જેમાં આત્માઓ બાબાને જ જ્યોતિષી સમજવા લાગે છે. પૂછે છે શું અમે ફરીથી રોગમુક્ત-સ્વસ્થ થઈ શકીશું? અમને સફળતા મળશે? મારા અમુક અમુક સંબંધી જ્ઞાનમાર્ગમાં જોડાશે? અમે અમારા શહેરમાં સેવાવૃદ્ધિ કરવા માંગીએ છે તો સફળ થઈશું? હું કેવો વ્યવહાર અપનાવું કે સફળતા ચરણ ચૂમે? બિઝનેસ કે સર્વિસ બે માંથી શામાં મને લાભ થશે? શુ હું મહારથીની લાઈનમાં આવી શકીશ? કેટલીક આત્માઓ ગૃહસ્થ વ્યવહારની (અનુસંધાન પેજ નં. 24 પર)

## સામાજિક જીવનસત્ય

બ્ર.કુ. ડૉ. નિરંજનાબેન, અલકાપુરી, વડોદરા

પૃથ્વી પરનું સર્વશ્રેષ્ઠ સર્જન એટલે માનવ. ઉન્નતિ - અવનતિ, સુખ-દુઃખ સંસાર અને સન્યાસ, પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિ, વિરહ-મિલન, યુદ્ધ અને સંધિ એમ અનેકાનેક સ્થિતિઓમાંથી પસાર થતું માનવજીવન ખરેખર અતિગૂઢ છે. સમગ્ર વિશ્વ અને સમાજના સંચાલનમાં માનવ જ કેન્દ્ર છે. અને સમગ્ર વિશ્વનાટકના આદિકાળથી માનવમહેચ્છા હંમેશા દુઃખથી મુક્તિ અને સુખપ્રાપ્તિની રહી છે. માનવ મન હંમેશા શાંતિને જ ઝંખતું રહ્યું છે.

માનવની સમૂહમાં રહેવાની મૂળભૂત ભાવના પણ ખરેખર અજબની છે. માટે કહેવાય છે માનવ સામાજિક પ્રાણી છે. જ્યાં જ્યાં માનવ હશે ત્યાં તેણે જરૂર સમાજની રચના કરી જ છે. જેમ જેમ તે વધુ ને વધુ સભ્ય બનતો ગયો તેમ સમાજ મોટો થતો ગયો છે. માનવ અને માનવને જોડીને સમાજનું નિર્માણ કરનાર કડી છે - પ્રેમ અને વિશ્વાસ. સમાજમાં રહેતો માનવ સતત પ્રેમ અને વિશ્વાસની અભિલાષામાં જ જીવન જીવી જાય છે. સમાજમાં તેના જ એક ભાગ તરીકે જીવતા માનવનું સુખ અને દુઃખ સમાજરચના અને સમાજની સ્વસ્થતા ઉપર અવલંબે છે. તેથી જો માનવે પોતાના જીવનમાં સુખ અને આનંદની અનુભૂતિ કરવી હશે તો વ્યક્તિગત જીવનની સાથે સામાજિક જીવન તરફ દૃષ્ટિપાત કરી તેના મૂલ્યોને પણ સમજવા પડશે.

જ્યાં વ્યક્તિગત જીવન સમજવા માટે વર્ષોના વર્ષો વિતાવવા પડે ત્યાં સામાજિક સત્યો સમજવા ખૂબ જ કઠિન પુરુષાર્થ કરવો પડે પણ આપણે થોડો ચંચુપાત કરીએ.

અત્યારની સ્થિતિ હુબહુ મહાભારતના સમયની જ સ્થિતિ છે. આ કળિયુગમાં અંતનો સમય છે. સ્વસ્થ અને સુખમય સમાજની સ્થાપના કરવાનો અતિયોગ્ય અવસર છે. મહાભારતમાં શ્રી કૃષ્ણનું પાત્ર મુખ્ય છે. ધર્મ સંસ્થાપનના કાર્ય અર્થ તેમનું સમગ્ર જીવન છે. ધર્મ અર્થાત્ યોગ્ય જીવન મૂલ્યો સાથેનું સુખ અને શાંતિમય વ્યક્તિગત જીવન અને સામાજિક જીવનઘોરણ. મહાભારતમાં બતાવેલા એ સમયમાં ચારે તરફ કંસ, જરાસંઘ, શિશુપાળ વગેરેના રાજ્યો બતાવાયા છે. ખૂબ જ શક્તિશાળી અને સાથી રાજાઓ હોવા છતાં કેવળ સ્વાર્થને માટે, સીમિત સ્વાર્થને માટે વ્યક્તિગત માનવજીવન અને સામાજિક મૂલ્યોને હોડમાં મૂકવાથી વ્યક્તિગત સ્વતંત્રતા, ન્યાય, સ્વમાન ખોરવાઈ જાય છે. કર્મ અને ફળના અવિચળ નિયમને અવગણવામાં આવે છે. આંતરિક અને ભયનું વાતાવરણ સર્જાય છે. અસલામતીનો અનુભવ થાય છે. જ્ઞાન અને જ્ઞાની હોવા છતાં સુરક્ષા હોતી નથી. જ્યાં જ્ઞાની સ્વયં પોતાને અસુરક્ષિત માની અજ્ઞાનનો સહારો લેતા હોય ત્યાં, સામાન્ય માનવ સમાજની તો વાત જ ક્યાં? જ્ઞાન કેવળ શબ્દો જ રહી જાય છે શક્તિ અલોપ થઈ જાય છે માટે અજ્ઞાન, સ્વાર્થ, બાહુબળ જ સર્વશ્રેષ્ઠ મનાવા લાગે છે. માનવની કિંમત નૈતિક મૂલ્યોથી નહીં પણ ધન અને સંપત્તિ, કીર્તિ અને માનશાન, સત્તા અને બાહુબળથી જ થાય છે. ધર્મથી માનવ મૂલ્યો અને માનવ હક્કોની રક્ષા થાય છે, ન્યાયનું વાતાવરણ સર્જાય છે.

પિતામહ ભીષ્મ, દ્રોણાચાર્ય, કૃપાચાર્ય, દાનવીર કર્ણ વગેરે ઉત્તમ ચારિત્ર્યવાન પાત્રો છે.

જ્ઞાની અને બળવાન છે. પરંતુ આંતરિક અસુરક્ષિતતાનો ભાવ પોતાની અંદર ઊઠેલા ભાવને પૂર્ણ કરવાનો સ્વાર્થ અને એ સ્વાર્થ માટે લીધેલા શપથ પણ ધર્મ સંસ્થાપના કાર્યને અતિ વિકટ બનાવી મૂકે છે. અસુરોનો વિનાશ તો સહજ સમજી શકાય તેમ છે પરંતુ જ્ઞાની અને ઋષિમુનિઓનો વિનાશ સમજવા માટે બુદ્ધિને કસવી પડે તેમ છે. માટે જ મહાભારતના યુદ્ધ દરમિયાન ભગવાનની નીતિ સમજવી ભલભલા જ્ઞાનીને ગોથું ખવડાવી દે તેવી છે. વ્યક્તિગત જીવન સત્ય સમજવું કદાચ થોડું પણ સહજ હશે. દા.ત. યુદ્ધિષ્ઠિર માટે કેવળ સત્ય બોલવું સહેલું છે, અર્જુન માટે ક્ષત્રિયવીરતા દાખવવી સહેલી છે. દુશ્મન સામે લડવું તો સહેલું જ હતું. પરંતુ ભગવાન જે સમગ્ર વિશ્વનિયંત્રા છે તેની બુદ્ધિમાં વ્યક્તિગત જીવન સત્ય ન હોય તેની બુદ્ધિમાં તો સામૂહિક સામાજિક જીવન સત્ય હતું. તેથી તેની સ્થાપના માટે વ્યક્તિગત જીવન સત્ય હોડમાં મૂકવાનું તેમણે હંમેશા સ્વીકાર્યું છે. તે પણ સત્ય છે. વ્યક્તિગત જીવન સત્યને હોડમાં મૂકીને ફલિત થતું ઉત્તમ સત્ય જ છે. ત્યાં સત્યનો અર્થ છે યોગ્ય, અતિ યોગ્ય અને તેથી જ્યારે ભગવાન એમ કહે છે હું સમગ્ર જીવનમાં સત્ય અને કેવળ સત્ય જ બોલ્યો છું ત્યારે યુદ્ધિષ્ઠિરની જેમ વ્યક્તિગત જીવન સત્યની વાત નથી પરંતુ, ધર્મ સંસ્થાપના કાર્ય અર્થે સામાજિક જીવન સત્યની વાત છે.

આ એ જ મહાભારતનો સમય છે જ્યારે સ્વયં પરમાત્મા, ભગવાન આ સૃષ્ટિ પર આવીને ફરીથી ધર્મ સંસ્થાપનનું કાર્ય કરી રહ્યા છે. મહાભારતમાં વર્ણવેલ યુદ્ધ કેવળ આધ્યાત્મિક ક્રાંતિ જ છે. હવે ફરીથી તેવી ક્રાંતિનો સમય આવી ચૂક્યો છે. આજે પણ ભગવાનના એ મહાવાક્યોને સમજવામાં એટલી જ વાર લાગે તેમ છે - કે

‘સર્વધર્માન્ પરિત્યજ્ય મામેકમ શરણંવજ’. દૈહિક ધર્મોને ત્યજીને ભગવાનનું સાંભળવું કેટલું કઠિન છે? પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય કોઈ અલગ ધર્મ, ધર્મનો વાડો કે પંથ નથી. ભગવાનના કાર્યનું કેવળ માધ્યમ છે. જેના દ્વારા કેવળ માનવધર્મની જ સ્થાપના થાય છે. વ્યક્તિગત જીવન સત્ય અને સામૂહિક સત્યને ભગવાન ફરીથી સમજાવે છે. તેને જીવન આચરણમાં મૂકવા માટેની વ્યવસ્થિત વિધિ શીખવાડે છે. અર્થાત્ રાજયોગ શીખવાડે છે. તો આવો આપણે સૌ મહાભારતના કેવળ પ્રેક્ષક ન બનીએ પરંતુ યથાર્થ યોગ્યાયોગ્યને સમજીને સત્યને પથ લઈ ધર્મ સંસ્થાપનના કાર્યમાં તન, મન, ધનતી લાગી જઈએ.

### ॥ ઓમશાંતિ ॥

- અવગુણ તો નાવડામાં પડેલાં કાણાં જેવા છે. નાવડામાં પડેલું કાણું ભલે નાનું હોય કે મોટું, પણ એ નાવડાને ડૂબાડે છે. અવગુણનું પણ એવું છે. જીવનરૂપી નાવમાં અવગુણરૂપી એક પણ કાણું પડી ચૂક્યું તો સારાય જીવનનો કબજો લઈ જીવનને ઈલ્લ-ભિલ્લ કરી નાખે છે. આવા અવગુણરૂપી કાણાંથી આપણા જીવનને બચાવવું જ રહ્યું.
- સારો સ્વભાવ એ માનવજીવનની સુગંધી છે. એ સુગંધ જ વાતાવરણને ભરી દે છે ને સૌના હૃદયમાં સ્થાન અપાવે છે.
- જો તમે મળેલી તક ગુમાવી હોય તો તમારી આંખ આંસુ વડે ભીંજવશો નહીં. તમારી નજર સાફ રાખો. જેથી કરી આવી પડેલી બીજી તક ગુમાવી ન શકાય.

# મધુરતા - એક નવજીવન પ્રદાન જીવન અમૃત

બ્ર.કુ. હેમંતભાઈ, શાંતિવન, આબુરોડ.

ફારસ દેશ નિવાસી મધુર સ્વભાવ વાળી મહિલાની આ એક બોધકથા છે - ફારસમા એક સુશીલ મહિલા રોજ બજારમાં જઈને મધ (શહદ) વેચતી હતી. સ્ત્રી ખૂબ જ વ્યવહાર કુશળ મધુર ભાષી હતી, એમની વાણીમા એટલી મીઠાશ રહેતી હતી કે જાણે એમના મુખમાં ચીની (ખાંડ) હોય, જાણે મુખમાંથી મધ ટપકે !

એ મહિલા મધુર બોલતી બધાને પોતાની તરફ આકર્ષિત કરતી અને એમના મધુર સમાન મીઠા વ્યવહારને કારણે હંમેશા એમની આજુબાજુ ગ્રાહકોની ભીડ રહેતી. એમના મીઠા બોલમાં કારેલા જેવી કડવી વસ્તુને પણ આસાનીથી વેચવાનો જાદુ હતો. એમની મધુર વાણીથી પથ્થર દિલ ઈન્સાન પણ સહજ પીગળી જતા. મધુર વ્યવહારને કારણે એ મહિલાનું મધ ખૂબ વેચાતું. જેવી એમને ખૂબ ધનની પ્રાપ્તિ થતી.

મધુરભાષી મહિલાના મધુ (શહદ) સમાન વ્યવહારથી થતો લાભ જોઈ એમના પડોશીએ વિચાર્યું - 'હું પણ મધ (શહદ)ની દુકાન ખોલું તો મને પણ ખૂબ લાભ થશે.' એમણે પણ મધ વેચવાનું શરૂ કર્યું પરંતુ એમનું બોલવું, ચાલવું અને મધુર-ભાષી મહિલાનું બોલવામાં જમીન આસમાનનો અંતર હતો.

એ વ્યક્તિની આંખોમાં ગુસ્સો રહેતો હતો જેથી એમનું મધ લેવાનું તો દૂર, પરંતુ ગ્રાહક એમનું ખરાબ મગજ જોઈને દૂરથી જ ચાલ્યા જતા. એમની પાસે તો માખી પણ ફરકતી ના હતી. એક દિવસ એમને ઉદાસ જોઈ એમની પત્નીએ હસીને કહ્યું - 'આપના કડવા વ્યવહારથી મધ પણ કડવું બની જાય છે, જ્યાં સુધી આપ પોતાની અંદર

મધુરતા નહીં ભરો તો વ્યવહારમાં સફળતા નહીં મળે. પત્નીના બોલ તીરની જેમ એમના દિલમાં લાગી ગયા અને કડવાશ મધુરતામાં બદલાતા એમના ઇંધો જોરથી ચાલવા લાગ્યો, એ પણ મધુરભાષી બની ધનથી માલામાલ થવા લાગ્યો. આ હતી મધુરતાની કમાલ.

ખરેખર સુખી સંબંધ અને સફળ જીવનમાં મધુરતાનું ખૂબજ મહત્વ છે. આમ પણ સંબંધોનું સુખ કોણ નથી ઈચ્છતું ? પરંતુ કોઈ કારણથી ક્યારેક ક્યારેક મધુર સંબંધોમાં ખટાશ પડી જાય. સંબંધોમાં કડવાશ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે, બનેલા સંબંધ વિખરાય જાય છે. સંબંધમાં તિરાડ પડી જાય છે અને ઘર પરિવાર વિખરાય જાય છે જેથી જીવવાની મજા ચાલી જાય છે અને જીવનનું સુખ ઈનવાય જાય છે,

જુંદગી બોજ બની જાય છે, પરંતુ જો મધુરતાથી કામ લેવામાં આવે તો ઝડપથી સમસ્યા હલ થઈ શકે છે. કેમકે આ મધુરતા નવજીવન પ્રદાન કરનાર અમૃત છે જે બગડેલા સંબંધોનું ફરીથી નિર્માણ કરે છે. એટલે જ આપસી કડવાશને સહજતાથી ખત્મ કરવા માટે મધુરતા અપનાવો.

વાત્સવમાં વાણીમાં મધુ સમાન મીઠાશ ભરવી એજ મધુરતા છે. સંબંધમાં પ્રેમ ભરવો તથા કડવાશ અને વેરભાવનો ત્યાગ કરવાથી જ સંબંધમાં મધુરતા રહેશે, અભિમાનનો ત્યાગ કરી નમ્રતાથી વ્યવહાર કરવો એજ મધુરતા છે. વિનમ્રતા મધુરતા રૂપી સતગુણની માતા છે તો આ આત્મિક નિસ્વાર્થ પ્યાર મધુરતાનો પિતા છે જેવી રીતે મીઠાશથી ભરેલા મેવા મીઠાઈ અને મિષ્ટાન

કોને સારી ના લાગે ! એવીજ રીતે મધુરવાણી જે વ્યક્તિની છે એ હમેશા સર્વેને પ્રિય લાગે છે મધુરતાથી કોઈનું દિલ જીતવું સહજ સંભવ છે. મધુર બોલ કાનોમાં મીઠાશ ભરી દે છે. સ્વર સામગ્રી લતા મંગેશકરના મધુર ગીતોથી ઘૂન થાકેલા મનને કેટલો આરામ આપે છે અને સાથે સાથે આનંદની અનુભૂતિ પણ કરાવે છે.

પરંતુ એક વાત હંમેશા યાદ રાખવી પોતાનો મતલબ પૂરો કરવા માટે જુઠી પ્રશંસા કરવાની અને મીઠી-મીઠી વાતો કરી ખુશામત કરવી - મધુરતા નથી ચાપલુસી છે. આમ કરવાથી કામ તો બની જાય છે, પરંતુ સચ્ચાઈ સામે આવે ત્યારે ઈજાત ચાલી જાય છે. આવા કામથી બચીને રહેવું. મધુરતા તો ખુશ મિજાજ વ્યક્તિની ઓળખાણ છે બીજી વાત એ કે સદ્ગુણ એક એવું અલૌકિક રુહાની બીજ છે, જેના અંકુરિત થવાથી માનવના આદર્શ વ્યક્તિત્વરૂપી વૃક્ષ પર નમ્રતા, શાલીનતા, સત્કાર, સદ્ભાવના, પ્રસન્નતા, ભાઈચારા રૂપી મીઠા ફળ લાગે છે. ખાંડની ચાસણીમાં ડૂબીને ગુલાબ જાંબુ મીઠાશથી ભરપૂર થઈને મુખ મીઠું કરે છે, ખુશીના મૌકા પર મીઠાઈ ના આપીએ તો ના સહી, પરંતુ પ્રેમના બે મીઠા બોલ બોલવાથી સામેવાળા હર્ષ વિલોર થઈ જાય છે જેવી રીતે કૂલ પર બેસેલા ભમરા મધુ (શહદ)ના આકર્ષણમાં ફૂલમાં કેદ થઈ જાય છે એવી જ રીતે મધુરતાથી ભરપૂર વ્યક્તિ દુનિયાને વશમાં કરી લે છે.

જેની જીભ (જુબાન)માં કુદરતી મીઠાશ હોય છે એ દુશ્મનને પણ મધુરતાની શક્તિથી મિત્ર બનાવી શકે છે. પરંતુ જે વ્યક્તિ મુખમાંથી કડવા ઝેર જેવા શબ્દ જ બોલતા રહેતો મિત્ર પણ શત્રુ બની જાય. આના સંદર્ભની કથા છે - વિનયસિંહ એક શક્તિશાળી રાજા હતા. નામથી વિપરીત ઘમંડી, અહંકારી અને મુખમાંતો જાણે કારેલા

ભરેલા હોય ! એ રાજા કોઈ ને કઈ સમજે નહિ, ના પ્રજાની કદર કરે, એમના કઠોર સ્વભાવથી નારાજ થઈને પ્રજા પણ દુશ્મન સાથે મળીને રાજા પર અચાનક હુમલો કરી દેતા. જેથી રાજા તંગ થઈ જતા એક દિવસ રાજાએ રાજગુરુને પૂછ્યું, ‘ગુરુદેવ, મને ખબર પણ ના હોય અને મારા શત્રુ મારા પર ક્યારે હુમલો કરી દે છે, અને આક્રમણ કરનાર મારીજ પ્રજા છે, તો હું મારી પ્રજાનો મુકાબલો (સામનો) કેવી રીતે કરું’!

રાજગુરુએ કહ્યું, પુત્ર તમે એ ના જુઓ એ રીતે હુમલો કરો, તો રાજા એ આશ્ચર્યથી પૂછ્યું, ‘મારી જ પ્રજા પર હું હુમલો કરું અને એ પણ જુએ નહિ એવી રીતે, આ અસંભવ છે’ ? દુનિયામાં એવું કેવું હથિયાર છે, જે દુશ્મન જોઈ ના શકે અને એમની પર ચલાવી શકે ! રાજગુરુએ કહ્યું, ‘આપ એમને એવા શાસ્ત્રથી મારો, જે લોખંડનું ના હોય, પરંતુ નરમ, કોમલ હોય અને સરળતાથી હૃદય સુધી પહોંચી શકે’ ! ત્યારે રાજાએ ગુરુને પૂછ્યું, ‘એવું કયું શસ્ત્ર છે અને ક્યાં મળે છે ! મેં આવું શસ્ત્ર તો ક્યાંય જોયું નથી.’ ત્યારે રાજગુરુ એ ઉત્તર આપ્યો, ‘એ શાસ્ત્ર છે વ્યક્તિના મીઠા બોલ, એમનો મધુર વ્યવહાર આપ પ્રજાની સાથે સુંદર સંબંધ સ્થાપિત કરો એમની સમસ્યાનું સમાધાન કરો, જરૂરતમંદ છે એને કામ આપો, એમનું સન્માન કરો, મીઠા બોલ અને મધુર વ્યવહાર સમાન સફળતા અપાવનાર બીજુ કોઈ નહીં, એજ સીધું સહજ હૃદયને સ્પર્શ કરે છે અને હુમલો કાર્યા વગર શત્રુને પણ મિત્ર બનાવી દે છે.’ રાજગુરુની આ મધુર વાતોથી રાજાની આંખ ખુલી ગઈ અને હંમેશા માટે બદલાઈ ગયા. મધુર આચરણથી પ્રજા પ્રિય બની ગયા.

॥ ઓમશાંતિ ॥

અનુવાદ : બ્ર.કુ.મૃદુલા કૃતિયાણા (પોરબંદર)

## દિવ્યદર્શન

## વિચાર બદલશો - અવશ્ય વિશ્વ બદલાશે

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

કહેવાય છે કે, મનુષ્યના વિચારો જ મનુષ્યને સુખી અને દુઃખી બનાવે છે. માટે જે મનુષ્યના વિચાર પોતાના નિયંત્રણમાં છે. તે સુખી રહે છે. જે મનુષ્યના વિચાર તેના પોતાના નિયંત્રણમાં નથી રહેતા તે કાયમ દુઃખી રહે છે. આવી વ્યક્તિ મોટેભાગે પોતાના દુઃખનું કારણ પોતાને ન માનીને કોઈ બીજી વ્યક્તિ, વસ્તુ કે બાહ્ય પદાર્થને માને છે. આ પ્રકારની ક્રિયાને આધુનિક મનોવિજ્ઞાનમાં આરોપણની ક્રિયા (બ્લેમિંગ) કહેવામાં આવે છે. મનોવૈજ્ઞાનિકોના મત અનુસાર જે વ્યક્તિના વિચારો તેને અનુકૂળ હોય છે. તે તમામ પ્રકારના લોકો, સંજોગો અને ભાગ્યને પોતાને અનુકૂળ અનુભવે છે. તેનાથી વિપરીત જે વ્યક્તિના વિચારો પ્રતિકૂળ હોય છે એને પોતાની આસપાસ બધા દુઃખન જ દેખાય છે. વિચારોના દૂષણને પરિણામે તેની આસપાસનું વાતાવરણ પણ દૂષિત થઈ જાય છે. મિત્રો પણ તેના દુઃખન બની જાય છે. તેમજ સફળતા પણ નિષ્ફળતામાં પરિવર્તિત થઈ જાય છે. એટલા માટે જ આપણા ઋષિ - મુનિઓ - વિદ્વાનો દ્વારા આપણને સદૈવ આ શિખામણ મળતી રહે છે કે, પોતાના ચિંતનની ધારાને બદલો તો ચિંતાનું રૂપ મટી જશે. અર્થાત્ એમ કે આપણે ચિંતન અવશ્ય કરીએ, પરંતુ એ વાતનું ખાસ ધ્યાન દઈએ કે, તે ચિંતન વ્યર્થમાં પરિવર્તિત ન થઈ જાય. મનોચિકિત્સકોના કહેવા પ્રમાણે એવું ચિંતન ન કરો કે, જેનો કોઈ હેતુ ન હોય અને જેને કરવાથી તણાવ સિવાય બીજું કોઈ અર્થપૂર્ણ પરિણામ સામે ન આવે, એને જ વ્યર્થ ચિંતન કહેવાય છે. એનું જ

પરિણામ ચિંતા, તાણ, ડિપ્રેશન, બ્લડ પ્રેશર, માથાનો દુઃખાવો, બેચેની, અનિદ્રા વગેરેના રૂપમાં સામે આવે છે.

આપણા મનમાં વિચારોના તરંગો નિરંતર ઉછળતા રહે છે, માટે એમની અવગણના કરવી શક્ય નથી. આ એક પ્રાકૃતિક પ્રક્રિયા પણ છે. આપણા કર્મ જે આંખોથી દેખાય છે, તે આ અદૃશ્ય પરંતુ અતિસમર્થ વિચારોનું દૃશ્ય રૂપ છે. અતઃ આપણે આ વાત પ્રત્યે સંપૂર્ણપણે સાવધ રહેવું જોઈએ કે, આપણા મનમાં કેવા પ્રકારના વિચારોની અવર-જવર થઈ રહી છે. અવ્યથા ગંદા અને નિરુપયોગી વિચારો મનમાં લાવીને એવા જ ગંદા અને નિરુપયોગી કામોમાં મનુષ્યને કાર્યરત કરી દે છે. આવા વિચારોને અટકાવવા અને બહાર કાઢી નાંખવામાં શરૂઆતમાં આપણને મુશ્કેલી અવશ્ય પડશે.

આત્મ-અભિમાની અવસ્થામાં રહીને, વારંવાર ધ્યાનનો અભ્યાસ કરીને, દિનચર્યા સુવ્યવસ્થિત કરવાથી, સંગની સંભાળ રાખીને, વિકારોથી પોતાની જાતને બચાવી રાખીને, સર્વ પ્રત્યે શુભભાવના રાખીને, ખરાબ જોવાની, સાંભળવાની, બોલવાની, વાંચવાની ટેવથી પોતાને સજાગ રાખીને વ્યર્થ ચિંતનથી આપણે પોતાની જાતને બચાવી શકીએ છીએ.

કહેવાય છે કે, આત્માની નિર્બળતાના બે મુખ્ય કારણ છે. એક વધુ બોલવું અને બીજું વધુ વિચારવું. અતઃ આપણે પોતાની વાણીનો ઉપયોગ આવશ્યકતા પ્રમાણે તેમજ પ્રસંગને અનુરૂપ કરવો જોઈએ. તેની સાથે સાથે આપણે વ્યર્થ ચિંતનને

પણ સંપૂર્ણપણે સમાપ્ત કરવા માટે શુભ સંકલ્પોની ગતિને ઝડપી કરવી જોઈએ. યાદ રહે, આપણું મન એ સેતુ છે, જે આત્માને પરમાત્મા સાથે જોડી દે છે અથવા તો વિકારો સાથે. માટે જો આપણે મનના વિચારો ઉપર ધ્યાન આપીને એમને શુભ અને સમર્થ બનાવીશું તો સ્વાભાવિક જ વ્યર્થથી આપણે મુક્ત થઈ જશું. આપણે એ ન વિચારીએ કે માટે વ્યર્થને સમાપ્ત કરવું છે, તેના બદલે એમ વિચારીએ કે માટે સદા શુભ અને શ્રેષ્ઠ વિચારો મનમાં લાવવા છે. કારણ કે શુભ-શ્રેષ્ઠ વિચારોની શક્તિ દ્વારા વ્યર્થ આપોઆપ સમાપ્ત થઈ જાય છે. આપણા સંકલ્પો જ વાણી અને કર્મના બીજ હોય છે, માટે જ્યારે આપણે પોતાના સંકલ્પોને શ્રેષ્ઠ અને શક્તિશાળી બનાવીશું, તો આપણા બોલ અને કર્મ પણ આપોઆપ શ્રેષ્ઠ બની જશે.

### ॥ ઓમશાંતિ ॥

- ઉછીનાં અજવાળા લઈને પ્રકાશિત થવાની મહેચ્છામાં રઝળતારા માનવીને કોણ સમજાવે કે આપણે જાતે જ આપણા દીપક બળવાનું છે. શ્રમ વિના પ્રકાશ પ્રગટે ક્યાંથી? ને પ્રગટ્યો લાગે તો ટકે ક્યાંથી? પારકા પાણી વલોવ્યા કરવાથી નિધિના તવનીત સાંપડે જ નહિ. એ માટે તો જોઈએ પોતાની જાતનો શ્રમ.
- રૂપની ઉપાસના કરતાં ગુણ અને પ્રેમની ઉપાસના વધુ શ્રેષ્ઠ છે. રૂપની વધુ પડતી આદત એવી છે કે તે કોઈ પણ ગુણવાન અને ચારિત્ર્યવાનને ઉંચે ચડવા દેતી નથી.

### (પેજ નં. 32નું અનુસંધાન)... તનાવ મુક્ત

એટલે સૂક્ષ્મ અહંકારનો પણ ત્યાગ કરો. યાદ રાખો તમે ખાલી હાથે આવ્યા હતા અને ખાલી હાથે જ પાછા જવાનું છે.

16. દિવસમાં ચાર-પાંચ વખત વિચારોના ટ્રાફિકને રોકવાની ક્ષમતા. ચિંતાઓથી મુક્ત કરવામાં સહાયક બને છે.
17. પોતાની સર્વ ચિંતાઓ પરમપિતા પરમાત્માને સોંપી દો.
18. દરરોજ થોડો સમય પણ ઈશ્વરની સાથે યોગ કરો. યોગના અભ્યાસથી જે માનસિક-શારીરિક પરિવર્તન આવે છે તે માનસિક તાણ દૂર કરીને સ્વાસ્થ્ય વૃદ્ધિ કરે છે.

### ॥ ઓમશાંતિ ॥

- કરકસર એ સમૃદ્ધિના વૃક્ષનું ખાતર છે. જ્યારે ઉડાઉપણું સમૃદ્ધિનો શત્રુ છે. નાની નાની બાબતોની બેદરકારીમાંથી શત્રુ અંતરવેલની જેમ ફાલે છે અને તે સમૃદ્ધિના વૃક્ષને સૂકવી નાખે છે.
- એક નાના સરખા કાંકરાને પણ ઉંચે ઉડાડવો હોય તો મહેનત કરવી પડે છે. તો જીવન જેવા જીવનને ઉંચે ઉડાવવા માટે કશો જ શ્રમ નહીં? ના, જીવન આજે છે ત્યાંથી ઉપર ઉડાવવા માટેનો સખત પુરુષાર્થ એ છે સાધના. જીવન જેવું છે ને જે ભૂમિકાએ ચાલે છે. એવું જ જીવાતું હોય તો એ જીવન જ નથી. જીવન એટલે જ વિકાસ.

# તનાવમુક્ત જીવન માટે અટાર સોનેરી સિદ્ધાંત

બ્ર.કુ. ડૉ. ગિરીશ પટેલ, મુંબઈ

01. જીવનની દરેક ઘટનાઓમાં કોઈને કોઈ રીતે આપને લાભ થાય છે. પરોક્ષ યા અપરોક્ષરૂપે થનારા લાભ બાબતે જ આપ સદૈવ વિચારો.
02. ભૂતકાળમાં કરેલી ભૂલોનો પશ્ચાતાપ ના કરો તથા ભવિષ્યની ચિંતા ના કરો. વર્તમાનને સફળ બનાવવા માટે પૂરું ધ્યાન આપો. આજનો જ દિવસ આપના હાથમાં છે, આજે આપ રચનાત્મક કાર્ય કરશો તો કાલની ભૂલો દૂર થઈ જશે અને ભવિષ્યમાં અવશ્ય લાભ થશે.
03. તમે પોતાના જીવનની તુલના બીજા સાથે કરીને ચિંતિત થશો નહીં. કારણ કે આ વિશ્વમાં આપ એક અનોખા અને વિશિષ્ટ વ્યક્તિ છો. આ વિશ્વમાં આપના જેવું બીજું કોઈ નથી.
04. સદૈવ યાદ રાખો કે આપની ગિંદા કરનારા આપના મિત્ર છે. જે મફતમાં એક મનોવૈજ્ઞાનિકની જેમ આપની ભૂલો અને ખામીઓ તરફ આપનું ધ્યાન ખેંચાવે છે.
05. તમને કષ્ટ આપનારને માફી આપો અને તેને ભૂલી જાઓ.
06. સર્વ સમસ્યાઓને એક સાથે ઉકેલવાનો પ્રયત્ન કરીને મૂંઝાશો નહીં, એક સમય પર એક જ સમસ્યાનું સમાધાન કરો.
07. જેટલું થઈ શકે એટલું બીજાઓને સહયોગી બનવાનો પ્રયત્ન કરો. બીજાઓના સહાયક બનવાથી તમે તમારી ચિંતાઓને અવશ્ય ભૂલી જશો.
08. આવનારી સમસ્યાઓ પ્રત્યેનો તમારો દ્રષ્ટિકોણ બદલો. દ્રષ્ટિકોણને બદલવાથી આપ દુઃખનું સુખમાં પરિવર્તન કરી શકશો.
09. જે પરિસ્થિતિને તમે બદલી ના શકો એના વિશે વિચારીને દુઃખી ના થશો. યાદ રાખો કે સમય એક શ્રેષ્ઠ દવા છે. (દુઃખનું ઓસડ દહાડા)
10. આ સૃષ્ટિ એક વિશાળ નાટક છે. જેમાં આપણે સૌ અભિનેતા છીએ. પ્રત્યેક અભિનેતા પોતાનો શ્રેષ્ઠ અભિનય અદા કરી રહ્યો છે. એટલે કોઈનો પણ અભિનય જોઈને ચિંતિત ન થશો.
11. બદલો ન લો પરંતુ સ્વયંને બદલવાનો પ્રયત્ન કરો. બદલો લેવાની ઈચ્છાથી તો માનસિક તનાવ વધે છે. સ્વયંને બદલવાનું લક્ષ્ય રાખવાથી જીવનમાં પ્રગતિ થાય છે.
12. ઈર્ષ્યા ના કરો પરંતુ ઈશ્વરનું ચિંતન કરો. ઈર્ષ્યા કરવાથી તો મન બળે છે. પરંતુ ઈશ્વરનું ચિંતન કરવાથી મન અસીમ શીતળતાનો અનુભવ કરે છે.
13. ખુશી આપવાથી ખુશી આવે છે એટલે સર્વને ખુશી આપવાનો જ પ્રયત્ન કરો. કદી કોઈને દુઃખ આપવાનો વિચાર પણ ના કરો.
14. જ્યારે તમે સમસ્યાઓનો સામનો કરો છો ત્યારે એવું વિચારો કે આપના ભૂતકાળના કર્મોનો હિસાબ ચુકતે થઈ રહ્યો છે.
15. આપનામાં રહેલો સૂક્ષ્મ અહંકાર આપના મનની સ્થિતિમાં અસમતુલા પેદા કરે છે

(અનુસંધાન પેજ નં. 31 પર)



# સંગમયુગની શબ્દાવલી

દૈવી ભાઈઓ અને બહેનો,

સંગમયુગની શબ્દાવલીના વિભાગમાં જૂન - ૨૦૨૨ માસની શબ્દાવલી ભાગ - ૧૯ના જવાબો આ સાથે છે. જ્ઞાનના ચિંતનના આધારે આપના જવાબોને સાચા જવાબો સાથે સરખાવી શકશો. સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ - ૨૦ અહીં પ્રસ્તુત છે. જેની આડી-ઉભી ચાવીઓ ભરશો. આપને આવતા અંકમાં સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ - ૨૦ના જવાબો મળશે.

## સંગમયુગની શબ્દાવલી ભાગ - ૨૦

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			30					31	
		32						33	

આડી ચાવીઓ -

1. બાબાને ભોગ સ્વીકાર કરાવવાનો ખાસ દિવસ (૪)
4. મોજ (૨)
5. એક મોટું વાહન (૨)
6. શ્રી-શ્રી કી શ્રેષ્ઠ... (૨)
7. ક્ષણ (૨)
8. હમ્મેં ..... યોગ્ય બનના હૈ (૩)
9. .... ની ખીર અને ખીરડી બને (૨)
10. પ્રથા (૩)
12. ભારત, ઈન્ડીયા (૪)
13. વિશ્વ કા માલિક બનના..... કા ઘર નહીં (૨)
14. .... બનો, વરદાની બનો (૨)
16. ૨ જુલાઈ .... નો સ્મૃતિ દિવસ (૪)
18. જેવો .... તેવો રંગ (૨)
20. ઈશ્વર, પ્રભુ (૨)
21. સાક્ષાત્કાર (૩)
24. આંજણ (૩)
27. રથ ચાલક (૪)
29. સ્નેહ (૨)
30. નવમો ગુજરાતી મહિનો (૩)
31. ૮ ઘંટા બાપ કો ..... કરના હૈ (૨)
32. ધનવાન (૩)
33. ગેલ માંનું બીજું નામ (૪)

ઉભી ચાવીઓ -

1. અષાઠ સુદ પૂનમ (૫)
2. ઠીંગણું (૩)
3. લીન (૨)
4. જેમનું લૌકિક નામ ગોપી છે. (૭)
5. મજબૂત (૪)
7. સ્વર્ગ (૪)
11. જનની (૧)
14. પિતાના પિતા (૨)
15. ઈશ્વર, પરમાત્મા (૪)
16. જીયોગ્રોફી શબ્દનું ગુજરાતી ભાષાંતર (૩)
17. વાંચનનું અંગ્રેજી (૩)
19. જીસકો કાલ નહીં ખાતા (૩)
22. પાણીનો ખોર (૨)
23. અષાઠી બીજે નીકળતી જગન્નાથની સવારી (૪)
25. એક ધાન્ય (૨)
26. બરફ, હિમપાત (૩)
28. વા વાયાને, ..... ઉમટીયા (૩)
30. આંખમાં ..... તો દુભિયા ગમી (૨)

## શબ્દાવલી ભાગ - ૧૯ના જવાબોવાળું કોષ્ટક

1	સ	૨	લા	દી	દી		ભા	ઈ	ચા	રો		
8	૨	મ	ણી	ક		ફા		ન્દો		શ		
	સ્વ			10	રી	ચે	સ્ટ	12	૨	ત	ન	
14	તી	લ	ક		રી		માં		કા			
		ક્ષ્મી		17	કું	ટી	યા	19	ખ્રિ	જ		
20	પ	ના	હ				દ	હે	જ	૩		
24	ત	રા	જુ		25	ગં	ગા		શાં			
26	વા	ચ	૨				૨	મ	તા	યો	28	ગી
29	૨	ણ		30	મા	૩			દા		ટા	
			32	શાં	તા	મ	ણી	દા	દી		૨	



શહેરમાં 'પર્યાવરણ દિવસે' વૃક્ષારોપણ બાદ PI આર.કે.રાજપૂત, ડૉ. અજયભાઈ, નર્સીંગ કોલેજના પ્રિન્સીપાલ ગીતાબેન, નર્સીંગ કોલેજના ડાયરેક્ટર મનુસિંહ ચૌહાણ, પ્ર.કુ. રતનબેન.



વાંસદામાં 'સડક સુરક્ષા અભિયાન' અંતર્ગત પોલીસ સ્ટેશનમાં યાત્રી ભાઈ-બહેનો સાથે પ્ર.કુ. ગીતાબેન, પ્રોફેસર પ્રદીપ પાંડે, પોલીસસ્ટેશનના અધિકારી કોકાણીભાઈ, પ્ર.કુ. રીટાબેન.



ખેડા સેવાકેન્દ્રના '૧૪મા વાર્ષિક ઉત્સવ' કાર્યક્રમમાં સન્માનીત રાજયોગિની માતાઓ સાથે પ્ર.કુ. સંધ્યાબેન, પ્ર.કુ. દક્ષાબેન.



મરોલી ખાતે વ્યસનમુક્તિ કેન્દ્રમાં 'તમાકુ નિષેધ દિવસે' સંદેશ આપતા પ્ર.કુ. મુકેશબેન, MD ડૉ.પીયુષ ગોયલ, ઈન્ચાર્જ પલ્લવીબેન.



વિરમગામમાં 'કલ્પતરૂ પ્રોજેક્ટ' અંતર્ગત વૃક્ષારોપણ કરતાં પ્ર.કુ. ધર્મિષ્ટાબેન, ખેતીવાડી સમિતિના ચેરમેન લક્ષ્મણભાઈ, ડૉ. કિંજલબેન ગુપ્તા, વનવિભાગના અધિકારી માતમભાઈ ભરવાડ.



બાંટવા સેવાકેન્દ્ર ખાતે આયોજીત 'બાલ વ્યક્તિત્વ વિકાસ શિબિર'ના બાળકો સાથે પ્ર.કુ. મધુબેન, પ્રોફેસર પ્રીતિબેન, પ્ર.કુ. ચંપાબેન.



રાજકોટ રવિરત્નમાં 'રાજયોગી કિડ્ઝ-સમર કેમ્પ'માં વિવિધ પ્રવૃત્તિના સ્પર્ધકો, અન્ય બાળકો, પ્ર.કુ.ગીતાબેન, પ્ર.કુ.ડિમ્પલબેન.



વલસાડ અગ્રામા ખાતે 'બાલ વ્યક્તિત્વ વિકાસ શિબિર'માં ચિત્રસ્પર્ધા ભાગ લેનાર બાળકો સાથે પ્ર.કુ. સંગીતાબેન.



કેશોદમાં 'સ્વાસ્થ્ય શિબિર'નું ઉદ્ઘાટન કરતાં ડૉ. પ્રેમાંગભાઈ, ડૉ. યુવરાજભાઈ, શશીકાંતભાઈ, પ્ર.કુ.જેમિલાબેન, પ્ર.કુ. રૂપાબેન.



તારાપુરમાં 'કિસાન અભિયાન'નું ઉદ્ઘાટન કરતાં કેળવણી મંડળના પ્રમુખ ભૂપેન્દ્રભાઈ, પ્ર.કુ. રાજેશભાઈ, પ્ર.કુ. હસુબેન તથા અન્ય.



રાજકોટ પંચશીલ પાર્કમાં 'નર્સ ડે'ના દિવસે દોશી હોસ્પિટલના ડાયરેક્ટર ભ્રાતા પાંડાજી, મેટ્રન સવિતાબેન, OT ઈન્ચાર્જ ભ્રાતા ગજેરા સર, નર્સ બહેનો, પ્ર.કુ. અંબુબેન, પ્ર.કુ. કિંજલબેન.



સુરત પરવટ ખાતે સનરાઈઝ શાળાના કાર્યક્રમમાં MLA ભગિની સંગીતા પાટીલ, આહિર સેવા સમાજના પ્રમુખ ભ્રાતા જીતુભાઈ કાછડ, શાળાના ટ્રસ્ટી ભ્રાતા સંજયભાઈ, પ્ર.કુ. સંગીતાબેન.



સુરત કામરેજમાં 'વ્યાપારી સ્નેહમિલન'માં પ્ર.કુ. શ્રેયાબેન, વ્યાપારી મંડળના પ્રમુખ ભ્રાતા કાંતિભાઈ, અંબિકા ઓટો ગ્રુપના અર્જુનભાઈ, રોયલ પ્લાસ્ટીકના ઓનર મનસુખભાઈ, પ્ર.કુ. તૃપ્તિબેન.



જસદણ ખાતે 'સડક સુરક્ષા મોટરસાયકલ અભિયાન' અંતર્ગત કોઠારી ડાયમંડ ફેક્ટરીમાં કાર્યક્રમ બાદ યાત્રીઓ સાથે સમૂહચિત્રમાં મેનેજર ભ્રાતા નીરજ શર્મા, પ્ર.કુ. ભાવનાબેન, પ્ર.કુ. પૂજાબેન.



ગોધરામાં 'વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં મકાઈ સંશોધન કેન્દ્રના વૈજ્ઞાનિક કનુભાઈ, હરેશભાઈ, ફોરેસ્ટ ઓફિસર અશ્રુતભાઈ, આત્મા પ્રોજેક્ટના વિશાલભાઈ, પ્ર.કુ સુરેખાબેન.



વાસદમાં 'આત્મનિર્ભર કિસાન અભિયાન'માં MP ભ્રાતા મિતેશભાઈ પટેલ, ICARના અધ્યક્ષ ડૉ.એ.કે.સીંગ, BJP કારોબારી સભ્ય હંસાબેન, જીલ્લા સભ્ય અલ્પાબેન, પ્ર.કુ.નેહાબેન, પ્ર.કુ. દીપાબેન.



ગુજરાતના પ્રથમ ઝોન ઈન્ચાર્જ રાજયોગિની સરલાદીદીના તૃતીય સ્મૃતિદિવસે સ્મરણાંજલિ સભામાં મા.આબુધી પ્ર.કુ. આત્મપ્રકાશભાઈ, પ્ર.કુ. નેહાબેન, પાનીપતથી એન્જીનિયરીંગ એન્ડ સાયન્ટીસ્ટ વીંગના રાષ્ટ્રીય સંયોજક ભ્રાતા ભારતભૂષણભાઈ, દુબઈથી પ્ર.કુ. જ્યોતિબેન, પ્ર.કુ. અમરબેન તથા અન્ય પ્ર.કુ.બહેનો. સરલાદીદીજીની પુણ્યતિથિના ઉપલક્ષ્યમાં મહારક્તદાન કેમ્પમાં શ્રદ્ધાંજલિ પાઠવ્યા બાદ ઈન્ડિયન રેડક્રોસ સોસાયટીના કન્વીનર ત્રાતા સૂર્યકાંતભાઈ નાયક, મેડીકલ ટીમ સાથે પ્ર.કુ. અમરબેન.



ધિલોડા ખાતે 'વિશ્વ પર્યાવરણ દિને' ગુજરાત સ્તરીય 'કલ્પતરૂ પ્રોજેક્ટ'ના શુભારંભ કાર્યક્રમમાં વૃક્ષારોપણ કરતાં ગુજરાતના રાજ્યકક્ષાના કૃષિમંત્રી ભ્રાતા રાઘવજીભાઈ પટેલ, ગ્રામવિકાસ પ્રભાગના ચેરપર્સન પ્ર.કુ. સરલાબેન, પ્ર.કુ. રાજુભાઈ, પ્ર.કુ. નેહાબેન, પ્ર.કુ. કૈલાસબેન, પ્ર.કુ. તારાબેન.



મહેસાણામાં 'વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસે' શુભેચ્છા આપતાં ગુજરાતના પૂર્વગૃહમંત્રી ભ્રાતા રજનીભાઈ પટેલ, MLA ભ્રાતા કાંતિભાઈ, જીલ્લા વન અધિકારી ભ્રાતા યોગેશભાઈ દેસાઈ, રેન્જ અધિકારી ભ્રાતા અશોકભાઈ વાઘેલા, પર્યાવરણવિદ્ ભ્રાતા દશરથભાઈ પટેલ અને ગ્રામવિકાસ પ્રભાગના ચેરપર્સન પ્ર.કુ. સરલાબેન.



વડોદરા અલકાપુરી દ્વારા 'વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસ'ના કાર્યક્રમમાં એગ્રીકલ્ચર યુનિવર્સિટીના આચાર્ય ડૉ. બી.એચ. પંચાલ, બંબુઘોડાના રેન્જ ફોરેસ્ટ અધિકારી ભ્રાતા મનોજકુમાર તાવિયાડ, ગુજરાત પોલ્યુશન કંટ્રોલ બોર્ડના સાયન્ટીફિક અધિકારી ભગિની વનશ્રી પન્હાલકર, GNFCના એનવાયમેન્ટ કંટ્રોલના સીનીયર મેનેજર સુનીતાસિંગ, પ્ર.કુ.ડૉ. નિરંજનાબેન.



સુરત વરાણા સેવાકેન્દ્રમાં 'જ્યુરીસ્ટ સ્નેહમિલન'નું ઉદ્ઘાટન કરતા સુરત બાર એસોશિએશનના પ્રમુખ રમેશભાઈ કોરાટ, સીટી સર્વે શિરસ્તેદાર ભ્રાતા રૂચીત ઈસરાની, એડવોકેટ ભ્રાતા નૈષદભાઈ જાસોલીયા, ભ્રાતા બકુલભાઈ બોધરા, પ્ર.કુ. વૃત્તિબેન.