મૃત્યુનો ભય નિરર્થક છે

બ્ર.કુ. પ્રફુલચંદ્ર

પ્રસ્તાવના:

અનિશ્ચિતતા, અસુરક્ષા, વધુ પડતી અકસ્માતો તેમજ રોગોની સંભાવના વચ્ચે જીવતો આજનો માનવી અનેક પ્રકારના ડર (phobia) થી પીડાઈ રહ્યો છે. આમાં પણ વ્યક્તિને સૌથી મોટો જો કોઈ ભય હોય તો તે છે મૃત્યુનો ભય. આ ભયનું મૂળ કારણ છે કે આપણે મોટા ભાગે એવું માનીએ છીએ કે મૃત્યુની સાથે જ મારો તેમજ મારા જીવનનો અંત આવી જશે. આ માન્યતાના મૂળમાં આપણી અજ્ઞાનતાથી વિશેષ કઈ નથી. આપણે એટલી હદે ભૌતિકવાદી બની ગયા છીએ કે આપણે આપણી સ્વયંની ઓળખને જ ભૂલી ગયા છીએ અને એટલે જ આપણે આવા ભ્રમ કે ગેરસમજના ભોગ બન્યા છીએ.

આપણે હંમેશા આપણા શરીર માટે મારું શરીર શબ્દ પ્રયોગ કરીએ છીએ. પરંતુ આ મારૂ શરીર કહેનાર હું કોણ? શું આ પ્રશ્નનો સ્પષ્ટ અને સચોટ ઉત્તર આપણી પાસે છે? કદાચ શ્રીમદ્ ભગવત ગીતા કે અન્ય ધર્મ પુસ્તકો વાંચ્યા હોય તો કોઈ કહેશે કે હું એટલે શરીરથી ભિન્ન ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા અને તે કદાચ એમ પણ કહેશે કે આ આત્મા અજર, અમર, અવિનાશી છે, શાશ્વત તેમજ સનાતન છે. પરંતુ શું આટલી સમજ મૃત્યુના ડરને દુર કરવા પર્યાપ્ત છે? સમગ્ર મૃત્યુની ઘટનાને સમજવા આત્મા વિષેના જ્ઞાનની અર્થાત આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની સંપૂર્ણ સમજ હોવી જરૂરી છે. જે વ્યક્તિને આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની સમાજ છે તે વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક રીતે જાગૃત છે અને તેનો આધ્યાત્મિક વિવેક ખુલેલો હોય છે. આવી વ્યક્તિને મૃત્યુનો કોઈ જ ભય હોઈ ન શકે. મૃત્યુની સંકલ્પના કે વિભાવનાને સ્પષ્ટ રીતે સમજવા માટે આપણે અધ્યાત્મ વિજ્ઞાનના એક મહત્વપૂર્ણ ભાગ સમાન આત્મજ્ઞાનની ગહનતામાં જવું પડશે. આત્માના અસ્તિત્વ વિષે, તેની શાશ્વતતા કે સનાતનતા વિષે, તેની કેટલીક લાક્ષણિકતાઓ વિષે ધર્મગ્રંથોમાં ઘણું બધું લખવામાં આવ્યું છે પરંતુ તેના

વૈજ્ઞાનિક અભિગમ તેમજ વૈજ્ઞાનિક પ્રમાણના અભાવને કારણે આપણે આ બધી વાતોનો સહજ સ્વીકાર કરી શકતા નથી તેમજ સમજી શકતા નથી.

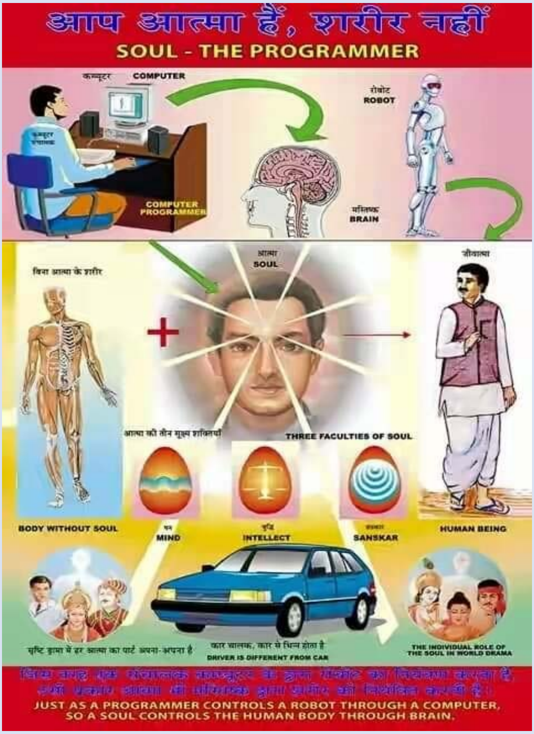
પરંતુ છેલ્લા કેટલાક દશકા દરમ્યાન વિશ્વની કેટલીક અગ્રિમ યુનિવર્સિટીઓમાં મનોવિજ્ઞાન **(Psychology),** પરામનોવિજ્ઞાન **(Parapsychology)**, પારભૌતિક વિજ્ઞાન **(Metaphysics)** તેમજ મનોચિકિત્સા વિજ્ઞાન **(Psychiatry)** ક્ષેત્રે થયેલા સંશોધનોએ આત્મજ્ઞાનની ગહેરાઈઓને વધુ સ્પષ્ટ કરેલી છે. આ ઉપરાંત થીઓસોફીકલ સોસાયટી, બ્રહ્માકુમારીની ભગિની સંસ્થા રાજયોગ એજ્યુકેશન એન્ડ રીસર્ચ ફાઉન્ડેશન, અમેરીકા સ્થિત મેટા સાયન્સ ફાઉન્ડેશન જેવી કેટલીક સંસ્થાઓએ કરેલા સંશોધનોએ અધ્યાત્મ વિજ્ઞાન **(Spiritual Science)**ના રહસ્યોને ખુબ જ વૈજ્ઞાનિક રીતે સ્પષ્ટ કર્યા છે. અત્યાર સુધી ભૌતિકવાદી પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિમાં એમ માનવામાં આવતું હતું કે **“ Birth is an accident and death is certain”** અર્થાત્ જન્મ એ અકસ્માત છે અને મૃત્યુ નિશ્ચિત છે પરંતુ વિજ્ઞાન ક્ષેત્રે થયેલા આ સંશોધનએ તેઓને એ માનવા મજબૂર કર્યા છે કે જન્મ પછી જેમ મૃત્યુ નિશ્ચિત છે તેજ રીતે મૃત્યુ પછી જન્મ પણ નિશ્ચિત છે.

આ સંશોધનો દ્વારા ચેતના વિજ્ઞાન **(Science of consciousness)**ના, પરમાત્માની સત્ય સંકલ્પના **(True Concept of God)** વિષેના તેમજ વિશ્વ નાટકના મૂળભૂત સિધ્ધાંતો વિષેના જે રહસ્યો સ્પષ્ટ થયેલા છે તેની સમજ કેળવવાથી કોઈપણ વ્યક્તિ મૃત્યુના ભયથી મુક્ત થઈ શકે છે. આવો આ રહસ્યોના મુખ્ય બિંદુઓ પર દૃષ્ટિપાત કરીએ.

આત્મદર્શન:

- પાંચ જડ તત્વોના બનેલા આ ભૌતિક શરીરથી ભિન્ન હું એક અતિસૂક્ષ્મ, પ્રકાશ બિંદુ સ્વરૂપ, ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા છું. મારું અસ્તિત્વ તેમજ વ્યક્તિત્વ મુજ બિંદુરૂપ આત્મામાં સમાયેલું છે.

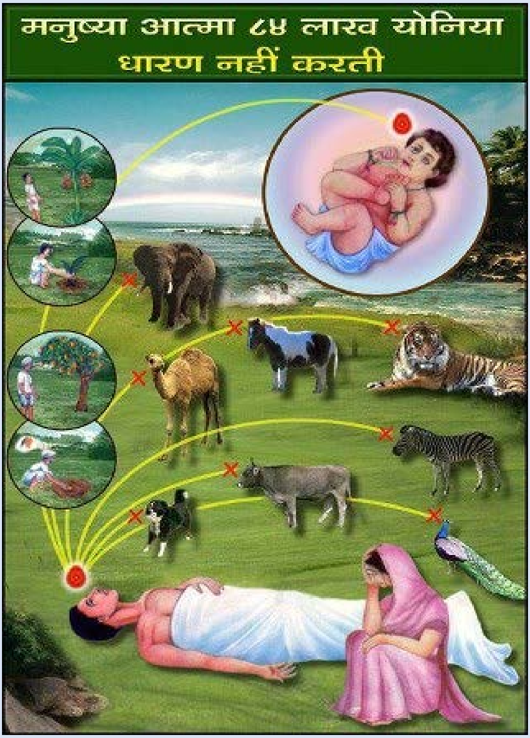
- આ શરીરમાં હું આત્મા મગજના કેન્દ્રબિંદુ પર થેલેમસ, હાઇપોથેલેમસ તેમજ પિચ્યુટરી ગ્રંથિની બાજુમાં બિરાજમાન થઈ સમગ્ર શરીરનું સંચાલન કરું છું. આંખો દ્વારા જોનારી, કાનો દ્વારા સાંભળનારી, મુખ દ્વારા બોલનારી હું ઇંદ્રિઓથી ભિન્ન ચૈતન્ય શક્તિ આત્મા છું
- હું આત્મા અજર, અમર, અવિનાશી છું; શાશ્વત છું; સનાતન છું; અનાદિ સમયથી મારું અસ્તિત્વ છે અને તે અનંત સુધી જળવાઈ રહેશે.
- મન, બુદ્ધિ અને મારું વ્યક્તિત્વ મુજ આત્માની ત્રણ મુખ્ય ક્રિયાત્મક શક્તિઓ અથવા સૂક્ષ્મ ઈન્દ્રીયો છે.



- શરીર જીર્ણ થયે અથવા અન્ય કારણસર બિનઉપયોગી બને ત્યારે હું આત્મા તે શરીર છોડી દઉં છું જે ઘટના માટે મૃત્યુ શબ્દ પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. આ મૃત્યુ મારું નહીં પરંતુ મારા શરીરનું થાય છે.
- શરીર છોડયા બાદ હું નિશ્ચિતરૂપે, નિર્ધારિત સમયે માતાના ગર્ભમાં વિકાસ પામી રહેલાં ભૃણમાં પ્રવેશ કરું છું અને નિર્ધારિત સમયે પૂર્ણ વિકસીત બાળકના રૂપમાં માતાના ગર્ભમાંથી બહાર આવું છું જેના માટે જન્મ શબ્દ પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. આ મારા નવા શરીરમાં નવા જીવનની શરૂઆત છે.
- હું આત્મા શરીર છોડયા પછી પણ મારા વ્યક્તિત્વના વિવિધ પાસા જેવાં કે સંસ્કાર, સ્વભાવ, આદત, અભિગમ, વૃત્તિ, વગેરેને જાળવી રાખું છું, જે મારા

બીજા નવા જન્મમાં પણ મારા વિચાર, વાણી તેમજ વર્તન દ્વારા પ્રત્યક્ષ થતા રહે છે.

- આ સૃષ્ટિ નાટકના ચક્રમાં હું આત્મા અનેક જન્મો લઉં છું. સતયુગ ત્રેતાયુગના શરૂઆતના જન્મોમાં હું સતોપ્રધાન હોઉં છું. મધ્યમાં દ્વાપરયુગના કેટલાંક જન્મો હું રજોગુણમાં પસાર કરું છું અને ચક્રના અંતિમ કળયુગના જન્મોમાં હું તમોગુણી બનું છું. સૃષ્ટિનાટકના કલ્પરૂપી એક ચક્રમાં એક મનુષ્ય આત્મા ઓછામાં ઓછા એક થી માંડીને વધુમાં વધુ 84 જન્મો લે છે.
- હું આત્મા બીજરૂપ છું, મારું બીજ મનુષ્યનું બીજ છે એટલે મારા બધાં જ જન્મો મનુષ્યના રૂપમાં જ હોય છે. પશુ, પક્ષી કે અન્ય યોનિમાં જન્મ લેવાનો પ્રશ્ન જ ઉપસ્થિત થતો નથી. આ સિદ્ધાંત પરામનોવિજ્ઞાનમાં થયેલા અનેક પ્રયોગો દ્વારા સાબિત થયેલો છે



- મારા સર્વ જન્મો કર્મના સિદ્ધાંતને આધિન છે. મારા કર્મોનું પરિણામ સુખ કે દુઃખના રૂપમાં મારે મનુષ્યના રૂપમાં જ ભોગવવાનું છે. સંપૂર્ણ સુખનો અનુભવ હું મારા સતોગુણી જન્મો દરમ્યાન કરું છું અને મારા તમોગુણી જન્મો દરમ્યાન મહ્દ અંશે હું દુઃખનો અનુભવ કરું છું.

- વૃધ્ધા અવસ્થાએ આપણું જીવન પ્રમાણમાં નિષ્ક્રિય, તેમજ નીરસ બની જાય છે. વિષેશ કાંઇ કરવાની ક્ષમતા આપણામાં રહેતી નથી. તેવે સમયે મૃત્યુ આપણા માટે આશીર્વાદ સમાન છે. મૃત્યુ આપણને એક નવું જીવન આપે છે કે જે ઉમંગ, ઉત્સાહ તથા તાજગીથી પરિપૂર્ણ હોય છે.

જીવનની સાર્થકતા તેમજ જીવન સંધ્યાને સુધારવા માટે જેટલું મહત્વ આત્મદર્શનનું છે તેટલું જ મહત્વ પરમાત્મદર્શનનું છે. આવો આપણે પરમાત્મા દર્શનની સંકલ્પનાને સ્પષ્ટ રૂપે સમજીએ અને તેની સાથે સંબંધ જોડીએ અને મૃત્યુના ભયથી મુક્ત બનીએ.

પરમાત્મદર્શન:

વિશ્વમાં સદીઓથી ચર્ચાતો જો કોઈ સૌથી વધારે વિવાદાસ્પદ વિષય હોય તો તે છે પરમાત્માનો સત્ય પરિચય છે. આજે પણ પરમાત્મા વિષે અનેકાનેક માન્યતાઓ, ધારણાઓ, વિચારધારાઓ, આસ્થાઓ પ્રવર્તે છે. તેમાં પણ કેટલિક તો ધ્યાન દોરે તેવી સાવજ વિરોધાભાસી છે.

નાસ્તીક્વાદ-આસ્તીક્વાદ: આજે વિશ્વમાં એવી અનેક વ્યક્તિઓ છે જે પરમાત્માના અસ્તિત્વનો જ સ્વીકારકરતી નથી. બીજી બાજુ વિશ્વમાં આજે મોટાભાગે એવી વ્યક્તિઓ છે, જેને ઈશ્વરના અસ્તિત્વમાં શ્રદ્ધા છે. ભલે પછી તેમને ઈશ્વરનો સત્ય પરિચય ન પણ હોય.

એકસ્વરવાદ-અનેકેશ્વરવાદ : કેટલાક એવું સ્પષ્ટ પણે માને છે કે જગતનિયંતા ઈશ્વર એક જ હોઈ શકે, અનેક નહી. કેટલાક એવા પણ છે જે 'ઈશ્વર અનેક હોઈ શકે' એવું માને છે.

અદ્વૈતવાદ-દ્વૈતવાદ : કેટલાક આત્મા એજ પરમાત્મા છે એવું માને છે. જ્યારે કેટલાક એવું માને છે કે પરમાત્માનું પોતાનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ છે તેથી જીવાત્મા અને પરમાત્મા અલગ છે.

અવતારવાદ-બીનઅવતારવાદ: કેટલાક એવું માને છે કે પરમાત્મા અનેક અવતાર લે છે જ્યારે કેટલાક પરમાત્મા અવતાર લે છે, તેવું સ્વીકાર કરતા જ નથી.

આ ઉપરાંત કેટલાક માને છે કે પરમાત્મા સર્વવ્યાપી છે અને કણ-કણમાં વ્યાપ્ત છે, જયારે અન્ય એવું માને છે કે પરમાત્મા કણ-કણમાં વ્યાપ્ત નથી પરંતુ પરમધામના નિવાસી છે. કોઈ પરમાત્માને નામ રૂપવાળા માને છે, તો કોઈ પરમાત્માને નામ રૂપથી ન્યારા માને છે. કેટલાંક સ્વયંને પરમાત્માનો દાસ માને છે તો કોઈ સ્વયંને "શિવોહમ્ (હું શિવ છું)" અથવા 'અહમ્ બ્રહ્માસ્મિ' (હું બ્રહ્મ છું) કહી પોતાને જ ભગવાન માને છે અને પોતાની પૂજા કરાવે છે. સાર રૂપમાં જોઈએ તો આજે વિશ્વમાં પરમાત્મા વિષે સગુણ સાકરથી લઇ નિર્ગુણ નિરાકાર સુધીની વિચારધારાઓ પ્રવર્તે છે.

ભલે ઈશ્વર વિષે અનેકાઅનેક માન્યતાઓ પ્રવર્તી હોય, પરંતુ એક વાત નિશ્ચિત રૂપે સ્વીકારવી જ રહી કે જેમ દેશના સંચાલન માટે પ્રમુખ અથવા વડાપ્રધાન હોવા જરૂરી છે. તેજ પ્રમાણે આ જગત જે એક બેહદનું નાટક છે, જે અનાદિ સમયથી સચોટ સિધ્ધાંતો પર સુચારુ રૂપે ચાલ્યા કરે છે તેનો નિયામક હોવો અનિવાર્ય છે. એટલે જગતનો નિયંતા છે જ. તેમાં સંશય રાખવો યોગ્ય નથી. સવાલ ફક્ત તેને ઓળખવાનો અને તેનો સત્ય પરિચય પ્રાપ્ત કરવાનો છે. તો આવો વિશ્વના મહાન ધર્મોના સ્થાપકો પરમાત્મા વિષે શું કહે છે

હિન્દુધર્મ :-

સનાતન હિન્દુ ધર્મમાં વૈદિક સમયથી નિરાકાર, જ્યોતિર્બિન્દુ સ્વરૂપ શિવની જ્યોતિર્લીંગના રૂપમાં પૂજા થતી આવી છે કારણ કે જ્યોતીર્બીન્દુ સ્વરૂપમાં શિવની પૂજા-અર્ચના કરવી એ અસંભવ છે, એટલે પૂજા-અર્ચનાની સુવિધા માટે જ્યોતિ લીંગની સ્થાપના કરી એની પૂજા-અર્ચના કરવામાં આવે છે.. પ્રાચીન સમયથી ભારતમાં તેમજ વિશ્વના અન્ય દેશોમાં ઠેર-ઠેર પ્રચલિત શિવ મંદિરો આવેલા છે જે નિરાકાર જ્યોતિર્બિંદુ શિવ પરમાત્માની યાદગાર છે. આ શિવ મંદિરોમાં અમરનાથ, સોમનાથ, વિશ્વનાથ, કેદારનાથ, પશુપતિનાથ વૈદ્યનાથ, ત્રંબકેશ્વર, મહાકાલેશ્વર, નાગેશ્વર વગેરે ઉલ્લેખનીય છે. જેમાં કોઈ

દેહધારીની મુર્તિ નહીં પરંતુ લિંગ ની સ્થાપના કરી છે અને તેનુ જ પૂજન અર્ચન કરવામાં આવે છે.

ભારતમાં શિવ પરમાત્માને બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને શંકર એમ ત્રિદેવોના રચયિતાના રૂપમાં તેમજ તે ત્રણે દેવોના આરાધ્યના રૂપમાં સ્વીકારવામાં આવ્યા છે. શ્રી રામ, શ્રીકૃષ્ણ જેવા દેહધારી મહાન દેવાત્માઓના પણ તે આરાધ્ય રહ્યા છે. શ્રી રામ આટલું શ્રેષ્ઠ તેમજ આદર્શ જીવન કેમ જીવી શક્યાં? કારણ કે શ્રી રામે પોતાના શ્રેષ્ઠ ચરિત્રના નિર્માણ અર્થે તેમજ તેના જતન માટે તેમના આરાધ્ય પરમાત્મા શિવનું હમેંશા પ્રેમ પૂર્વક મનન-ચિંતન કર્યું છે. સીતા સ્વયંવર વખતે પણ શિવ ધનુષ ઉપાડવાની તેમજ તેને તોડવાની ક્ષમતા તેમણે પરમાત્મા શિવની કૃપાથી જ પ્રાપ્ત કરેલી. લંકા વિજયમાં પડેલી મુશ્કેલીના સમયે પણ શ્રી રામે સમુદ્રતટ પર શિવલીંગની સ્થાપના કરી જ્યોતિસ્વરૂપ શિવ પરમાત્માની આરાધના કરી હતી અને પરમાત્મા શિવે તેમના કાર્યને સહજ બનાવ્યું હતું, જે આજે પણ રામેશ્વરમમાં રામેશ્વર જ્યોતિર્લીંગ સ્વરૂપે પૂજાય છે. રામેશ્વર અર્થાત જે રામના પણ ઈશ્વર છે. તેજ પ્રમાણે શ્રી કૃષ્ણે પણ મહાકાલેશ્વરમાં પરમાત્મા શિવાની આરાધના કરી હતી. શ્રી કૃષ્ણ ને સુદર્શન ચક્રની પ્રાપ્તિ પણ ભગવાન શિવ પાસેથી થઈ હતી. આપણા દેશમાં અનેક સ્થળોએ કૃષ્ણેશ્વર, ગોપેશ્વર મહાદેવના મંદિરો પણ આવેલા છે. કૃષ્ણેશ્વર અર્થાત જે કૃષ્ણના પણ ઈશ્વર છે તે કૃષ્ણેશ્વર.

સર્વ શાસ્ત્ર શિરોમણી શ્રીમદ ભગવત ગીતામાં પણ પરમાત્મા પોતાનો પરિચય આપતા કહે છે કે “ હું નિરાકાર છું, ૐ કાર સ્વરૂપ છું, સર્વ જ્યોતિ સ્વરૂપ આત્માઓનો પરમપિતા મહાજયોતિ સ્વરૂપ છું. હું અજન્મા, અકર્તા, અભોક્તા, અવ્યક્ત, અવ્યય, તેમજ અકાય છું. ગીતાના આ શ્લોકો થી ઉપરોક્ત વાતને સમર્થન મળે છે.

नाहं प्रकाश: सर्वस्य योगमायासमावृंत: |

मूढ़ाडयं नाभिजानाती लौको मामजमव्ययम || ---------अध्याय -७ श्लोक-२५

અર્થાત મારી યોગમાયાથી ઢંકાયેલો હું બધાને દેખતો નથી. મૂર્ખ અને અબુધજનો જાણતા નથી કે હું અજન્મા અને અવિનાશી છુ.

પરમાત્મા પોતાના સ્વરૂપ વિષે કહે છે

ज्यातिषामपि तज़्ज्योति स्तमस: परमुच्यते
ज्ञानं ज्ञेयं ज्ञानगम्यं हयदि सर्वस्य विष्टितम ||

પરમાત્મા આત્મારૂપી જ્યોતિઓનો મહાજયોતિ સ્વરૂપ છે, જે અજ્ઞાન અંધકારથી પરે છે. તે જ્ઞાનસ્વરૂપ જાણવા યોગ્ય અને જ્ઞાનથી જ પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય છે. તે બધાના હ્રદયમાં બિરાજમાન છે.

यो मामजमनादि च वेत्ति लोकमहेश्वरम

असम्मूढ स मत्येर्षु सर्व पापै: प्रमुच्यते ||---------अध्याय १० श्लोक ३

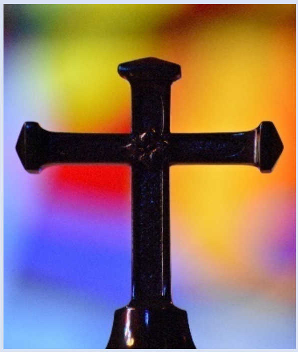
જે મને અજન્મા, અનાદિ અને લોકોના મહાન ઈશ્વરના રૂપમાં જાણે છે એવો મોહ રહિત જ્ઞાનીપુરુષ બધા પાપોથી મુક્ત થઈ જાય છે.

माया ततमिदं सर्व जगद्व्यक्तमूर्तिना

मत्स्थानि सर्व भूतानि न चाहं तेष्ववस्थित: |-------अध्याय ९ श्लोक ४

આ સંપૂર્ણ જગત મુજ પરમાત્માના અવ્યક્ત સ્વરૂપથી જાણકાર છે. ભૂતમાત્ર મારામાં સ્થિત છે, પરંતુ હું તેમનામાં સ્થિત નથી.

ખ્રિસ્તી ધર્મ:-



ઈશુ ખ્રિસ્ત પરમાત્મા વિષે કહે છે : **God is there** –ઈશ્વર છે ; **God is one** ---પરમાત્મા એકજ છે ; **God is light**—પરમાત્મા પ્રકાશ સ્વરૂપ છે ; **God is beyond death & birth**-પરમાત્મા જન્મ-મરણ રહિત છે ; **God is supreme father of all souls**-પરમાત્મા સર્વ મનુષ્ય આત્માનો પારલૌકિક પરમપિતા છે ; **God is the liberator of all** – પરમાત્મા સર્વના મુક્તિદાતા છે ; **God dwells in seventh sky** – પરમાત્મા આકાશની પેલે પાર સાતમા

આસમાનમાં નિવાસ કરે છે ; પરમાત્માના પ્રતિક રૂપે ચર્ચમાં મોમબત્તી જલાવાની પ્રથા ચાલી આવી છે.

ઈસ્લામ ધર્મ :-

ઇસ્લામ ધર્મના સ્થાપક મહંમદ પૈગમ્બર સાહેબ અલ્લાહનો પરિચય આપતા કહે છે : અલ્લાહ છે અને અલ્લાહ એક જ છે ; અલ્લાહ નૂર છે - અર્થાત્ જ્યોતિસ્વરૂપ – પ્રકાશ સ્વરૂપ છે ; લા ઇલાહ ઈલ્લલ્લાહુ અર્થાત્ અલ્લાહથી અલગ કોઈ ભગવાન નથી ; અલ્લાહ હો અકબર - અર્થાત્ અલ્લાહ જ સર્વથી શ્રેષ્ઠ છે, અલ્લાહથી મોટો બીજો કોઈ જ નથી ; અલ્લાહ સર્વના તાલા છે અર્થાત્ બધાંના પિતા છે, માલિક છે. ઇસ્લામ ધર્મમાં નિરાકાર જ્યોતિસ્વરૂપ અલ્લાહને ‘સંગે અસ્વદ’ તથા ‘નૂરે ઇલાહી’ ના રૂપે યાદ કરવામાં આવે છે. તેઓ અલ્લાહને રહેમાન (દયાના સાગર), રહીમ (કરૂણામય), અસ્સલામ (અલિપ્ત), અલ્મુલીન (શાંતિદાતા), અલ જબ્બાર (સર્વ શક્તિવાન), વગેરે રૂપે મહિમા કરે છે. મુસ્લિમ ભાઈઓ પણ મક્કામાં હજ કરવા જાય છે ત્યારે એક અંગુષ્ઠાકાર પથ્થર, જેને ‘સંગ-એ-અસ્વદ’ અથવા કાબાનો પવિત્ર પથ્થર કહેવામાં આવે છે તેને શ્રદ્ધા અર્પણ કરે છે. આ પથ્થરનો આકાર શિવલિંગના આકાર જેવો જ છે.

શીખ ધર્મ :-

શીખ ધર્મના સ્થાપક ગુરૂ નાનક, શીખોના ધર્મગ્રંથ ગુરૂગ્રંથ સાહેબમાં પરમાત્મા વિષે કહે છે કે

इक्क – ओंकार - सतनाम - करता पूरख - निर्मोह - निर्वैर - अकाल मूर्त - अजूनि - सभम - गुरु प्रसाद - आदि सच - जुगाड़ सच - है भी सच

અર્થાત ઈશ્વર એક છે - ઓમ્કાર સ્વરૂપ નિરાકાર છે - સત્ય નામવાળા છે – સૃષ્ટિના કર્તા છે – નિર્ભય - નિર્વૈર છે – અકાલમૂર્ત અર્થાત મૃત્યુંજય છે – અજૂનિ અર્થાત શરીર રહિત છે – આદિથી સત્ય સ્વરૂપ – અનાદિમાં સત્ય સ્વરૂપ – અત્યારે પણ સત્ય સ્વરૂપ છે -----

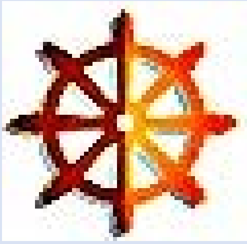
આ પ્રમાણે પરમ જ્યોતિસ્વરૂપ, નિરાકાર, ઓમ્કાર, દેહ રહિત પરમાત્માની શીખ લોકો પ્રાર્થના કરે છે.

યહૂદી ધર્મ :-

યહૂદી ધર્મના લોકો ભગવાનને 'યેહોવા' અથવા 'જેહોવા' ના રૂપે અર્થાત્ પ્રકાશ સ્વરૂપે યાદ કરે છે. યહુદીઓના 'તોરા' ગ્રંથ અનુસાર પયગંબર મોસેસ(મુસો) ને સિનાઈ પર્વત પર પરમાત્માનો જ્યોતિસ્વરૂપે સાક્ષાત્કાર થયા પછી ઈજીઈલ જનતાને તેમણે દશ આદેશો (Ten Commandments)ના રૂપમાં જે સંદેશ આપ્યો તેમાં પરમાત્મા વિષે આ પ્રમાણે જણાવ્યું છે.

હું તારો ઈશ્વર 'યેહોવા' યા 'જેહોવા' છું, મારો પ્રકાશ જ તારી સદા રક્ષા કરે છે. પ્રકાશ સ્વરૂપ એવા, મારા સિવાય બીજા કોઈ દેવતા પર તું વિશ્વાસ કરીશ નહિં. આકાશમાં, પૃથ્વીમાં કે પાણીમાં કોઈપણ રૂપે ભગવાનની મુર્તિ બનાવી તેની આરાધના કરીશ નહિં. પૂજા કરીશ નહિં. તારો પરમેશ્વર હું જ યેહોવા છું, એટલે મને આપવા યોગ્ય સન્માન બીજાને ન આપી શકાય, કારણ કે મારા સમાન કોઈ નથી. હું જ સર્વોત્તમ છું. હું જ સર્વશક્તિમાન છું. મારા નામનો કોઈ અનુચિત કામ માટે ઉપયોગ કરીશ નહિં.

બૌદ્ધ ધર્મ :-



જાપાનમાં બૌદ્ધ ધર્મનો એક પંથ છે, જેના અનુયાયીઓ એક અંગુષ્ઠાકાર પથ્થર પર પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી પરમાત્માની આરાધના કરે છે, જેને તેઓ તેમની ભાષામાં " ચિન કૌન સેકી " (શાંતિદાતા) કહે છે.

પારસી ધર્મ :-

આ ધર્મમાં પણ અગ્નિના પ્રકાશ(આતસ)ને ઈશ્વરનું સ્વરુપ માનવામાં આવે છે. એટલે જ પારસીઓના ધર્મ સથાન અગિયારીમાં અને મોટા ભાગના ઘરોમાં પણ સદા માટે અગ્નિ પ્રજ્વલિત રાખવામાં આવે છે.

ઉપરોક્ત વિગતોથી સ્પષ્ટ થાય છે કે સર્વ ધર્મની આત્માઓના પિતા એક જ પ્રકાશ સ્વરૂપ પરમેશ્વર છે.

સ્વયં પરમાત્માએ આપેલો સ્વયંનો પરિચય :-

પુરુષ, પ્રકૃતિ અને પરમાત્મા વચ્ચે ખેલાઈ રહેલું આ વિશ્વનાટક એક ચક્ર(Cycle)ના રૂપમાં અનાદિ સમયથી ચાલતું આવ્યું છે અને અનંત

સુધી ચાલતું રહેશે. આ ચક્ર સતયુગ-Golden Age, ત્રેતાયુગ-Silver Age, દ્વાપરયુગ-Coper Age અને કળીયુગ-Iron Age એમ ચાર યુગોનું બનેલું છે. આ આખા ચક્ર દરમ્યાન આ નાટક પોતાની શ્રેષ્ઠ અવસ્થામાંથી કનિષ્ઠ અવસ્થામાં પરીવર્તન પામે છે. પરંતુ કનિષ્ઠ કળીયુગના અંત પછી શ્રેષ્ઠ સતયુગની સ્થાપના થાય છે આ બે યુગો વચ્ચેનો સંધિકાળ એ કલ્યાણકારી સંગમ યુગ છે. આ અતિ ધર્મગ્લાનિના સમયે પરમાત્મા, ગીતામાં પોતેજ આપેલા વચન અનુસાર, બ્રહ્માના તનમાં અવતરણ કરી પોતેજ પોતાનો સત્ય પરિચય આપે છે. વર્તમાન સમય પણ સંગમયુગનો જ ચાલી રહ્યો છે. અને આ સમયે સ્વયં જ્યોતિબિંદુ પરમાત્મા શિવ વિશ્વનાટકના પોતાના પાર્ટ અનુસાર બ્રહ્માના તનમાં અવતરણ કરી ચૂક્યા છે અને આત્મા, પરમાત્મા અને સમગ્ર વિશ્વ નાટકનું સ્પષ્ટ સત્ય જ્ઞાન આપી રહ્યા છે. અહીયાં પરમાત્મા પોતેજ પોતાનો જે સ્પષ્ટ સત્ય પરિચય આપી રહ્યા છે તેની તુલના બીજી વિચારધારાઓ સાથે ના થઈ શકે. બ્રહ્માના તનમાં વર્તમાન સમયે અવતરિત થઈ પરમાત્મા પોતાનો પરિચય આપતા કહે છે કે.....

"હું સર્વ ધર્મની મનુષ્ય આત્માઓનો પારલૌકિક પરમપિતા પરમ આત્મા છું. મનુષ્ય આત્માઓની જેમ મારુ સ્વરૂપ પણ અતિ સૂક્ષ્મ જ્યોતિ બિંદુ સ્વરૂપ છે. હું હમેશાં સર્વ મનુષ્ય આત્માઓ માટે કલ્યાણકારી હોવાના કારણે મારુ ગુણવાચક તેમજ કર્તવ્યવાચક નામ શિવ છે. એટલે તમે મને સદાશિવ રૂપે તેમજ સત્યમ શિવમ સુંદરમ રૂપે પણ યાદ કરો છો. જેમ તમે મનુષ્ય આત્માઓ અનેક શરીરરૂપિ વસ્ત્રને ધારણ કરી આ વિશ્વનાટકમાં જન્મજન્માંતરનો પાર્ટ ભજવો છો તે પ્રમાણેના પાર્ટથી હું અલિપ્ત છુ. હું, જન્મ મરણ રહિત, અજન્મા છું. એટલે અકર્તા અને અભોક્તા પણ છું. હું, દેહાતિત હોવાના કારણે, હમેશાં મારી નિરાકારી અવસ્થામાં સ્થિત રહું છું. એટલેજ મારી પૂજા કોઈ દેહધારી સ્વરૂપે નહીં પરંતુ જ્યોતિર્લીંગ સ્વરૂપે થાય છે. મારુ નિવાસ સ્થાન આ પાંચ તત્વોની બનેલી સાકારી દુનિયાથી પાર ઊંચામાં ઊંચું પરમ ધામ છે. આ ધામમાં પાંચ તત્વોનું કોઈ જ અસ્તિત્વ નથી. તે એક નિરાકારી દુનિયા છે. આ સૃષ્ટિ રૂપી નાટકમાં મારુ કર્તવ્ય સૃષ્ટિ પરિવર્તનનું છે. સૃષ્ટિ ચક્રના સંગમ યુગે બ્રહ્માના તનમાં અવતરિત થઈ જ્ઞાન યોગની શિક્ષા આપી, કળીયુગી દુનિયાના વિનાશ બાદ, હું તમારા દ્વારા એક સતયુગી નવી દુનિયાની સ્થાપના કરું છું. એક કલ્પનું બનેનું આ સમગ્ર સૃષ્ટિચક્ર એક વૃક્ષ સમાન છે જેનો ઉલ્લેખ કલ્પવૃક્ષ તરીકે કરવામાં આવ્યો છે. હું આ કલ્પવૃક્ષનો બીજ રૂપ છું."

વર્તમાન સંગમયુગમાં સર્વ ધર્મની આત્માઓના પિતા સ્વયં પરમાત્મા શિવે પ્રજાપિતા બ્રહ્માના સાકાર માધ્યમ દ્વારા સ્વયંનો જે પરિચય આપ્યો છે, તેની સમજ દ્વારા આપણાં સૌના પારલૌકિક પરમપિતા પરમાત્મા વિષેની અનેક વિરોધાભાસી માન્યતાઓ, શ્રધ્ધાઓ, અને મંતવ્યોથી આપણે મુક્ત થઈ શકીશું.

મૃત્યુ વિષે વિશેષ આટલું જરૂર જાણીએ:

- પ્રત્યેક આત્મા જ્યારે શરીર છોડી દે છે ત્યારે, ખાસ કરીને કળયુગમાં, તરત જ એ નવા શરીરને ધારણ કરી સકતો નથી તેને કેટલોક સમય શરીર વિહોણી અવસ્થામાં પસાર કરવો પડે છે જેને અંગ્રેજીમાં period of assimilation કહેવામા આવે છે. મૃત્યુ બાદ મોટાભાગે ૧૩ દિવસ સુધી આત્મા પોતાના પરિવાર તેમજ સંબંધીઓની આસપાસ રહેતો હોય છે. આ સમય દરમ્યાન તે બોલીચાલી શકતો નથી, પણ એ સાંભળે છે, તેમજ જોઈ શકે છે. એટલે આ દિવસોમાં આપણે તેની વિશેષતાઓ તેમજ ગુણ વિશે તેમજ તેને કરેલા ઉત્તમ કાર્યો વિષે વિચાર કરવો જોઈએ. શોક તો બિલકુલ ન કરવો જોઈએ. તેમજ રડવું પણ ન જોઈએ. આ દિવસોમાં તે આત્મા ને ધ્યાન અને પ્રાર્થના દ્વારા શાંતિ અને શક્તિ નું દાન કરવું જોઈએ. તેમજ તેની આગળની સદગતિ માટે કલ્યાણની ભાવના રાખવી જોઈએ. .
- મૃત્યુ અર્થાત આત્માનું શરીરથી અલગ થવું. મૃત્યુ એટલે દેહાંત, દેહનો અંત. આત્માનો નહીં.
- મૃત્યુ એ શરીરરૂપી વસ્ત્ર પરિત્યાગની તેમજ નવ વસ્ત્ર પરિધાની પ્રક્રિયા માત્ર છે.
- મૃત્યુ એ સત્ય, નિત્ય અને સર્વત્ર છે અને અનિવાર્ય પણ છે.
- જે ખીલ્યું, તે અવશ્ય કરમાવાનું, ઉદય અને અસ્ત કાળની ગતિના બે પાસા છે.
- વ્યક્તિ મૃત્યુ પછી પણ તેના ગુણો, વિશેષતાઓ તેમજ કરેલા શ્રેષ્ઠ કર્મો દ્વારા જીવંત રહી શકે છે. મહા પુરુષો સદેહે નહીં પણ સદગુણો દ્વારા હજુ જીવંત છે.
- મૃત્યુ એ જંકશન છે, જ્યાં આત્મા દેહરૂપી ગાડી બદલે છે. એટલે તૈયાર રહો ...ગમે તે ક્ષણે જવાનું થાય.
- જનાર તો જતાં રહ્યા, સદગુણ તેના સાંભરે, લાખ લૂટાવો તોયે, મરનાર પાછા ના વળે.
- મરનારને શીદ રડો છો? રડનારા પણ નથી રહેનારા .
- કોના છોરું કોના વાછરું, કોના માંને બાપ ? અંતે જાવું એકલા, સાથે પુણ્ય ને પાપ.

- પૈસો પ્રાણ સુધી –પત્ની પગથિયા સુધી- સગા સ્મશાન સુધીના જ સાથી હોય તો હે આત્મા – જરા વિચાર કર ધર્મરાજના દરબારમાં જિંદગીનો હિસાબ કોણ આપશે?
- મૃત્યુના ડરનું કારણ છે આત્માનુભૂતિ નો અભાવ.
- દુનિયાના રંગમંચ ઉપર શરીરરૂપી વેશભૂષા ધારણ કરી આત્મા એકટર ૮૪ વિવિધ જન્મને મરણની ભૂમિકાનો અભિનય કરે છે.
- મૃત્યુનો મર્મ – મહત્વ કેટલું નહીં પરંતુ કેવું જીવ્યા તેનું છે.
- ૮૪ કા ચક્ર લગાકર સબકો નિજ ઘર જાના હૈ, હમ પાર્ટ બાજને આયે થે ફિર પાર્ટ બાજને આના હૈ.
- મનુષ્યના કર્મ અને સંસ્કારોના પરિણામે પ્રારબ્ધ પરિવર્તન થાય છે યોનિ પરિવર્તન નહીં.

ઉપરોકત જ્ઞાન બિન્દુઓની પ્રેકટીકલ અનુભૂતિ આપણે સહજ રાજયોગના અભ્યાસ દ્વારા કરી શકીએ છીએ. ચેતનાના આ જ્ઞાનની સમજ તેમજ રાજયોગ દ્વારા કરેલી અનુભૂતિથી આપણો આધ્યાત્મિક વિવેક ખુલે છે. જે આપણને મૃત્યુના ભયથી મુકત કરે છે. આવો રાજયોગનો સંક્ષિપ્ત પરિચય મેળવીએ.

રાજયોગ મેડીટેશન શું છે?

- શારીરિક તેમજ માનસિક શિથિલીકરણની કળા છે.
- સકારાત્મક અને રચનાત્મક ચિંતન તેમજ મનોચિત્રણ (Visualization) ની કળા છે જે વ્યક્તિના અભિગમને સકારાત્મક બનાવે છે.
- મનની સ્થિરતા, એકાગ્રતા અને શાંતિ માટેનો મનોવૈજ્ઞાનિક અભ્યાસ છે..
- આત્માનુભૂતિ, પરમાત્માનુભૂતિ અને વિશ્વાનુભૂતિ દ્વારા સ્વપરિવર્તન કરવા માટેની ઉત્તમ ચાવી છે જે આપણને મૃત્યુના ભાઈથી મુક્ત કરે છે.

મનની શક્તિઓ જેવી કે સહનશક્તિ; સમાવાની, પરખવાની, નિર્ણય

કરવાની, સામનો કરવાની શક્તિઓનો

- **રાજયોગના અભ્યાસના મહત્વપૂર્ણ સોપાનો:**

૧. માનસિક તેમજ શારીરિક શિથિલિકરણ કરવું.

૨. મનને વસ્તુ, વ્યક્તિ, પરિસ્થિતીથી સમેટી લેવું.

૩. મનને સ્થિર તેમજ એકાગ્ર કરવું.

૪. અંતરમુખી બનવું.

૫. આત્મચિંતન – આત્મદર્શન કરી આત્માનુભૂતિ કરવી

૬. આત્મિક સ્મૃતિમાં આત્મા પરિવર્તનનો અનુભવ કરવો.

૭. પરમાત્મા સાથે અનુસંધાન પ્રસ્થાપિત કરવું

૮. પરમાત્મા અનુભૂતિ કરવી.

૯. સ્વયંનું સશક્તિકરણ કરવું તેમજ ગુણ સંપન્ન બનવુ

આ સર્વાંગી રાજયોગના વિશેષ અભ્યાસની પ્રેક્ટિકલ તાલીમ માટે **આપ પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયની મુલાકાત લઈ શકો છો. આ વિદ્યાલયના સંપર્કથી ઘણાં બધા લોકો મહદ્ અંશે મૃત્યુના ભયથી** મુક્ત થયા છે