રાજયોગ

મનોજભાઈ પટેલ

પ્રવીણ પ્રકાશન પ્રા. લિ.
લાભ ચેમ્બર્સ, મ્યુ. કૉર્પો. સામે, ઢેબર રોડ, રાજકોટ
website : www.pravinprakashan.com
E-mail : pravinprakashan@yahoo.com

RAJYOGA
By : MANOJBHAI PATEL
Published by : PRAVIN PRAKASHAN PVT. LTD., RAJKOT - 360 001

: પ્રકાશક :
રાજ્યોગ મેડિટેશન ફાઉન્ડેશન ઑફ કેનેડા
319, PAINTED POST DRIVE,
TORONTO CANADA - M1G 2M4
WWW.RAJYOGA.CA
E-mail : rajyogameditationfoundation@yahoo.com

© મનોજભાઈ પટેલ

પ્રથમ આવૃત્તિ : 2023

ISBN :

કિંમત : ₹ 150

: મુદ્રક :
પ્રવીણ પ્રકાશન પ્રા. લિ.
વેરાવળ (શાપર)
જિલ્લો : રાજકોટ

અર્પણ

પરમપિતા **પરમાત્મા**
અને
આત્માઓને

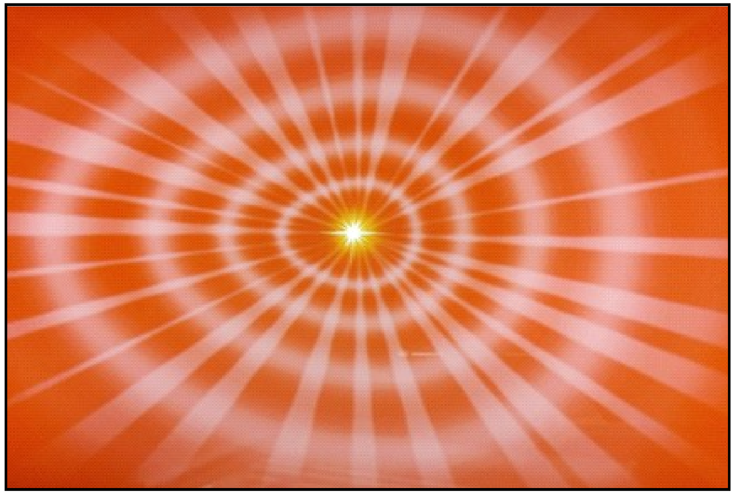
રાજયોગનો અભ્યાસ આપણી વિચારધારાને સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા સાથે જોડાવા માટેનું કલા-કૌશલ્ય છે, જેમાં શારીરિક આસન કે પ્રાણાયામની જરૂર નથી. જેનાથી સ્વ-પરિવર્તન સહજ બને છે, જે વિશ્વ-પરિવર્તનનો આધાર છે.

આપણે રાજ્યોગનો પ્રયોગ અને અનુભવ પાંચ વિભાગો દ્વારા કરી શકીએ :

- **મારી અને મારા મધુર મૌન ઘરની સમજણ**
- **સર્વશક્તિમાન પરમાત્માની સમજણ**
- **રાજ્યોગની સમજણ**
- **વિશ્વ નાટકની સમજણ**
- **રાજ્યોગના આધારસ્તંભ**

દરેક વિભાગમાં પ્રકરણના અંતે રાજ્યોગના પ્રયોગ અને અનુભવ માટે વિવરણ પણ આપેલ છે.

રાજ્યોગનો પ્રયોગ જીવન અને કામના નિયમિત સમયપત્રક દરમિયાન આપણે કરી શકીએ. આપણે આપણી રુચિની પસંદગી પ્રમાણે રાજ્યોગનો પ્રયોગ કરી શકીએ, વ્યવહારુ જીવનમાં અનુભવ કરી શકીએ, સ્વ-પરિવર્તન માટે ચકાસી શકીએ અને બદલી શકીએ, જે વિશ્વ પરિવર્તન તરફ દોરી જાય છે.



રાજયોગ
મનોજભાઈ પટેલ દ્વારા લખાયેલ
બ્રહ્માકુમારી રાજયોગની શિક્ષાઓ પર આધારિત
ઈબુક ૨૦૨૩માં પ્રકાશિત

આ પુસ્તકનું નિર્માણ કેનેડાના રાજ્યોગ મેડિટ્રેશન ફાઉન્ડેશન ઑફ કેનેડા દ્વારા કરવામાં આવ્યું છે, જે એક નોંધાયેલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ છે. જેનો ઉદ્દેશ્ય વ્યક્તિઓ, કુટુંબ, સમુદાય અને વિશ્વના વિકાસ માટે માનવસેવા તરીકે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનને વહેંચવાનો છે.

રાજ્યોગનો અભ્યાસ આપણી વિચારધારાને સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા સાથે જોડાવા માટેનું કલા-કૌશલ્ય છે, જેમાં શારીરિક આસન કે પ્રાણાયામની જરૂર નથી. જેનાથી સ્વપરિવર્તન સહજ બને છે, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે. રાજ્યોગનો અભ્યાસ પ્રાચીન ધ્યાન કલા-કૌશલ્ય છે, જે આપણી વિચારધારા અને કર્મને શ્રેષ્ઠ બનાવે છે, જેમાં શારીરિક હલનચલનની જરૂર નથી. જેમાં સ્વ(આત્મા)નું સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા સાથે આધ્યાત્મિક જોડાણ થાય છે. જે આપણા મનને સદા સ્થિર, શીતળ, શાંત, અચળ અને અડોલ બનાવે છે. આપણી જાતની અનુભૂતિ, પરમાત્મા, આપણું ઘર (પરમધામ), સમયની મુસાફરી અને આપણા રોજિંદા જીવનમાં સ્વ-નિપુણતા તેનું આધ્યાત્મિક પાસું છે.

કાનૂની માહિતી :

આ ઈ-બુક મફત છે. તમારી પાસે જરૂરી જણાય તેટલી નકલો ડુપ્લિકેટ, પ્રિન્ટ અને વિતરિત કરવાની અમારી પરવાનગી છે.

શરતો :

તમે કોઈપણ સંજોગોમાં આ ઈ-બુકને સંપાદિત કરવા, પ્રકાશિત કરવા, લાઈસન્સ આપવા અથવા વેચવા માટે અધિકૃત નથી.

આ કૉપીરાઈટ કરેલું કાર્ય છે અને કેનેડાની રાજયોગ મેડિટેશન ફાઉન્ડેશન ઑફ કેનેડા તમામ હક્કો અનામત રાખે છે. આ કાર્યનો ઉપયોગ ઉપરોક્ત શરતોને આધીન છે. સિવાય કે તમામ આંતરરાષ્ટ્રીય કૉપીરાઈટ કાયદા હેઠળની પરવાનગી અને કાર્યની એક નકલ સંગ્રહિત કરવા અને પુનઃપ્રાપ્ત કરવાના અધિકાર સિવાય, તમે તેના આધારે ડિકમ્પાઈલ, ડિસએસેમ્બલ, રિવર્સ એન્જિનિયર, સંશોધિત કરવા, વ્યૂત્પન્ન કાર્ય બનાવવા માટે અધિકૃત નથી. કેનેડાના રાજયોગ મેડિટેશન ફાઉન્ડેશનની સ્પષ્ટ લેખિત સંમતિ વિના કોઈપણ કાર્ય અથવા તેના કોઈપણ ભાગનું વેચાણ, પ્રકાશિત, લાઈસન્સ અથવા પેટાલાઈસન્સ બનાવવા માટે અધિકૃત નથી.

રાજયોગા મેડિટેશન કેનેડા તમારા અથવા અન્ય કોઈને અચોક્કસતા, ભૂલ અથવા ચૂક માટે, કારણને ધ્યાનમાં લીધા વિના, કાર્યમાં અથવા તેના પરિણામે થતાં કોઈપણ નુકસાન માટે જવાબદાર નથી. કાર્ય દ્વારા ઍક્સેસ કરાયેલ કોઈપણ માહિતીની સામગ્રી માટે તેની કોઈ જવાબદારી નથી. કોઈ પણ સંજોગોમાં રાજયોગ મેડિટેશન ફાઉન્ડેશન ઑફ કેનેડા અથવા તેના પ્રતિનિધિઓ કામના ઉપયોગ અથવા ઉપયોગમાં અસમર્થતાના પરિણામે થતાં કોઈપણ પરોક્ષ, આકસ્મિક, વિશેષ, શિક્ષાત્મક, પરિણામલક્ષી અથવા સમાન નુકસાન માટે જવાબદાર રહેશે નહીં. જવાબદારીની આ મર્યાદા કોઈપણ દાવા અથવા કલમને લાગુ પડશે, પછી ભલે આવો દાવો કરાર, ટૉર્ટ અથવા અન્ય રીતે ઉદ્ભવે.

આ પ્રકાશન આવરી લેવામાં આવેલ વિષયના સંદર્ભમાં સચોટ માહિતી પ્રદાન કરવા માટે રચાયેલ છે. તે સમજણ સાથે ઑફર કરવામાં આવે છે કે લેખક અને પ્રકાશક તબીબી અથવા મનોવૈજ્ઞાનિક સેવાઓ પ્રદાન કરવામાં રોકાયેલા નથી. આ પ્રકાશન ઉપચાર અથવા વ્યાવસાયિક સલાહનો વિકલ્પ નથી.

જો તમે ઉપરોક્ત નિયમો અને શરતોનું પાલન કરવામાં નિષ્ફળ થશો તો કાર્યનો ઉપયોગ કરવાનો તમારો અધિકાર સમાપ્ત થઈ શકે છે.

અનુક્રમ

*** પરિચય**	
૧. મારી અને મારા મધુર મૌન ઘરની સમજણ	૨૬
૧. હું કોણ છું ?	૨૬
૨. મનુષ્યના મનનું વિજ્ઞાન	૩૪
૩. મનુષ્યનું ત્રીજું નેત્ર - બુદ્ધિ	૪૨
૪. મનુષ્યની અમાપ શક્તિ - સંસ્કાર	૪૬
૫. માનવ આત્માનું મૂળ રહેવાનું ઘર	૫૩
૨. સર્વશક્તિમાન પરમાત્માની સમજણ	૫૯
૬. પરમપિતા પરમાત્માનો સત્ય પરિચય	૫૯
૭. પરમાત્માના પરિચયના આધારસ્તંભ	૬૬
૮. પરમાત્માની માન્યતાઓની સમજ	૭૧
૩. રાજયોગની સમજણ	૭૬
૯. આત્મા અને પરમાત્માનું મિલન	૭૬
૧૦. પરમાત્માની યાદથી પ્રાપ્ત શક્તિઓ	૮૧
૪. વિશ્વ નાટકની સમજણ	૮૭
૧૧. મનુષ્ય સૃષ્ટિનું ચક્ર	૮૭
૧૨. મનુષ્ય સૃષ્ટિચક્રના કાયદાઓ	૯૩
૧૩. મનુષ્ય સૃષ્ટિનું કલ્પવૃક્ષ	૯૯
૧૪. મનુષ્યના ઉત્થાન અને પતનનું વૃત્તાન્ત	૧૦૫
૫. રાજયોગના આધારસ્તંભ	૧૧૧
૧૫. પરમાત્માનો સંગ	૧૧૧
૧૬. દિવ્ય ગુણોની ધારણા	૧૧૭
૧૭. શુદ્ધ અન્ન	૧૨૨
૧૮. પરમાત્મા સાથે સર્વ સંબંધ	૧૨૭
૬. પૃષ્ઠભૂમિ	૧૩૩
૧૯. પરમાત્માનું માનવ શરીરમાં અવતરણ	૧૩૩

પરિચય

લેટિન શબ્દ ''મેડેઓર'' પરથી ઊતરી આવેલ મેડિટેશન (ધ્યાન) શબ્દનો અર્થ થાય છે મટાડવું. ધ્યાન કરવું એટલે ઊંડાણપૂર્વક અથવા કાળજીપૂર્વક વિચારવું. તેથી ધ્યાન એ આંતરિક યાત્રા છે, જે વિશ્વની તમામ સંસ્કૃતિઓમાં સ્થિર, શાંત અને શીતળ થવા માટે અને અંતરાત્માને સાજા કરવા માટે અપનાવવામાં આવે છે.

દરેક મનુષ્યમાં બે પ્રકારના શરીર હોય છે. પાર્થિવ અથવા ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ અથવા પ્રકાશમય. આ બંને શરીરોને ચલાવે છે તે અપાર્થિવ, નિરાકાર, આધ્યાત્મિક, અશરીરી, અદૃશ્ય શક્તિ છે જે અમર્યાદિત અથવા અનન્ય પ્રકાશ (આત્મા) અથવા પ્રકાશના બિંદુનો સ્ત્રોત છે, જે શાશ્વત, અમર અને અવિનાશી છે.

આત્માની જેમ, પરમાત્મા પણ પ્રકાશનું સ્વરૂપ અથવા પ્રકાશબિંદુ છે; પ્રેમથી ''બાબા'' એટલે કે સર્વોચ્ચ પિતા કહેવાય છે. સર્વોચ્ચ નિવાસસ્થાનમાં રહે છે. જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો સાગર છે, અને ત્રિમૂર્તિ દ્વારા સ્થાપના, વિનાશ અને નિર્વાહના તેમના દૈવી કાર્યો માટે આ વિશ્વમાં અવતરે છે. આ પરિચયના આધારે, પરમાત્મા એટલે સર્વ ધર્મો દ્વારા સ્વીકૃત, સર્વોપરી, સર્વોચ્ચ, સર્વજ્ઞ અને જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોનો સાગર છે.

રાજનો અર્થ થાય છે રાજા બનવું અને રહસ્ય જાણવું. અર્થાત્ આપણા સ્વ અથવા ઇન્દ્રિયોના રાજા બનવું તેમજ આત્મા, પરમાત્મા અને વિશ્વ નાટકના ચક્રનું રહસ્ય જાણવું, જે સમયનું ચક્ર છે.

યોગ શબ્દ સંસ્કૃત શબ્દ ''યુજ (YUJ)'' પરથી ઊતરી આવ્યો છે. જેનો અર્થ થાય છે મિલન અથવા મેળાપ અથવા સ્વયંનું જોડાણ. અર્થાત્ આત્માનું જોડાણ પરમાત્મા સાથે, જે સર્વશક્તિમાન છે.

તેથી રાજયોગનો અર્થ છે પોતાને આત્મા હોવાનો અહેસાસ કરવો અને પરમાત્માના અમાપ જ્ઞાન, અમર્યાદિત શક્તિઓ અને પરમાત્માના દૈવી ગુણો તેમજ સૃષ્ટિચક્રનું હાલતાં-ચાલતાં, ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતા-પીતા અને દરેક કાર્ય કરતી વખતે ચિંતન કરવું. આ રીતે સ્વયંની તમામ ઇન્દ્રિયોના રાજા બનવું અને સંપૂર્ણ સ્વ-પરિવર્તન લાવવું, જે વિશ્વ પરિવર્તન તરફ દોરી જાય છે.

રાજયોગ

✧

મનોજભાઈ પટેલ

1

મારી અને મારા મધુર મૌન ઘરની સમજણ

૧. હું કોણ છું ?

મનુષ્યે સ્વ કે પોતાની જાતની સ્પષ્ટ અને સત્ય સમજ માટે, તેના વિજ્ઞાનને સમજવું ખૂબજ જરૂરી છે. અર્થાત્ સ્વ કે પોતાની જાતના વિજ્ઞાનનું સંશોધન કરવું. મનુષ્યમાં અનંત, અસીમ, અમર્યાદ શક્તિઓ સિંહ સમાન બહાદુર અને પરાક્રમી છે. પરંતુ સ્વ કે પોતાની જાતને બિલાડી સમાન સમજે છે. માનવ પરમાત્માની શ્રેષ્ઠ ઉત્પત્તિ છે અને પરમાત્માનું સંતાન હોવાથી તેની અમાપ શક્તિઓ અને અનંત સદ્ગુણોનો વારસદાર છે, પણ તે ભૂલી ગયો છે. પોતાની કે ‘‘હું’’ની સત્ય અને સ્પષ્ટ સમજ એ જ પોતાનું મૂર્ત સ્વરૂપ છે, જે સ્વ-પરિવર્તન લાવે છે. આ રીતે આવેલું સ્વ-પરિવર્તન જ વિશ્વ-પરિવર્તનનો આધાર બને છે. સ્વ-પરિવર્તન વગર વિશ્વ-પરિવર્તન શક્ય નથી. તમે ક્યારેય આવું વિચાર્યું કે ખરેખર ‘‘હું કોણ છું ?’’ શું ‘‘હું’’ માત્ર આ આંખોથી

દેખાતું ભૌતિક શરીર છું ? સ્થૂળ આંખોથી તો માત્ર ભૌતિક શરીર જ જોઈ શકાય. આ ભૌતિક શરીર અથવા બાહ્ય શરીરની વાસ્તવિકતા શું છે ?

ભૌતિક શરીર હાડકાં અને માંસનું બનેલું છે, જેનો અર્થ ભૌતિક શરીર પૃથ્વી, પાણી, અગ્નિ, વાયુ અને આકાશ એવા પાંચ તત્ત્વોથી બનેલું છે. આપણા શરીરનાં ઍક્સ-રે દ્વારા માત્ર હાડકાંનું બનેલું શરીર જોઈ શકાય. આપણા શરીરનાં સીટીસ્કેન (કંપ્યૂટેડ ટોમોગ્રાફી) અથવા એમ.આર.આઈ. (મૅગ્નેટિક રેઝોનેન્સ ઇમેજિંગ) દ્વારા માંસ મજ્જાનું બનેલું શરીર જોઈ શકાય છે. શરીર વિજ્ઞાનનાં ડૉક્ટરો અને તજજ્ઞો આ બંને પદ્ધતિઓનો ભરપૂર ઉપયોગ રોગનાં નિદાન માટે કરે છે. અનેક મનુષ્યોના મૃત્યુ નજીકનાં અને ચિત્રમાં જણાવ્યાં મુજબ શરીર બહારનાં અનુભવોને કારણે ડૉક્ટરો અને નિષ્ણાતોને જાણવા મળ્યું કે માનવની અંદર કોઈ અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદૃશ્ય શક્તિ તેમજ અદૃશ્ય શરીર પણ છે, જેને સૂક્ષ્મ શરીર કહેવાય છે. આ અદૃશ્ય કે સૂક્ષ્મ શરીરને પ્રકાશ કે ઓરા(aura) શરીર કહેવાય છે, જે સ્થૂળ શરીર જેવું જ હોય છે. પ્રકાશમય શરીરનો ફોટો પણ લઈ શકાય. આ ઓરા ફોટોગ્રાફીની શોધ રશિયન વૈજ્ઞાનિક કિર્લિઅન દ્વારા ઈ. સ. ૧૯૩૯માં કરવામાં આવી. ત્યાર બાદ તેમાં વિવિધ સંશોધનો પણ થયા. વૈજ્ઞાનિકો દ્વારા વિવિધ પ્રાણીઓ ઉપર પ્રયોગો કરીને સૂક્ષ્મ શરીરનાં પણ ફોટો લેવામાં આવ્યા. માનવશરીર ઉપર પણ કાચની કૅબિનમાં પ્રયોગ કરવામાં આવ્યા. પરંતુ માનવ-શક્તિને બંધ જગ્યામાં કેદ રાખી શક્યા નહીં.

વૈજ્ઞાનિકોનું અનુમાન હતું કે સૂક્ષ્મ શરીર તેજ પ્રકારની યોની કે જાતિમાં ફરી જન્મ લેતું હશે. ડૉક્ટરો અને મનોવિજ્ઞાનીઓ ફોબિયા(Phobia) અર્થાત્ ભય વિષે જાણવા માટે મનુષ્યનાં પૂર્વજન્મ બાબતે સંમોહનવિદ્યા કે વશીકરણ વિદ્યા(Hypnotic Regression)નો ઉપયોગ કરી રહ્યાં હતા. ડૉ. બ્રાયન વેઇસ્સ (Dr. Weiss), કોલંબિયા અને યેલ યુનિવર્સિટી, ઈ. સ. ૧૯૮૦ બાદ, ૨૦૦૦થી વધુ મનુષ્યો

ઉપર હિપ્નોટિક રિગ્રેશન અર્થાત્ સંમોહનવિદ્યા કે વશીકરણ પ્રત્યાગમનની સમીક્ષા કરીને પુનર્જન્મનું તારણ મેળવ્યું. બીજાં કેટલાંક ડૉક્ટરો તેમજ મનોચિકિત્સકો પણ આ તારણ ઉપર આવ્યાં કે મનુષ્ય પોતાની યોનિ કે જાતિમાં જ જન્મ લે છે. માનવ બીજાં પ્રાણીઓની સરખામણીમાં વધુ સંવેદના, લાગણી અને ભાવનાઓ ધરાવે છે. અર્થાત્ કર્મોની સજા ભોગવવા ભિન્ન પ્રાણીઓમાં પુનર્જન્મની જરૂર નથી. વિવિધ યોનિઓમાં પુનર્જન્મની વાતનો તર્ક એ છે કે મનુષ્ય બીજાં મનુષ્યને કે પ્રાણીને કે જીવજંતુને દુઃખ ન આપે કે તેની હત્યા ન કરે. આ રીતે જોતાં માનવ-શક્તિ ફરી મનુષ્ય જન્મ ધારણ કરે છે. અર્થાત્ મનુષ્ય તરીકે પુનર્જન્મ ધારણ કરે છે, જે આપણી ધાર્મિક માન્યતાઓમાં સુધારા સમાન અને તર્કસંગત છે.

મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં અનેક કોયડાઓનો ઉકેલ મેળવે છે અને તેના ફળ સ્વરૂપે ઇનામ પ્રાપ્ત કરે છે. પરંતુ એક નાના એવા કોયડાનો ઉકેલ જાણતાં નથી કે – હું કોણ છું ? આમ તો દરેક માનવી આખો દિવસ ''હું...હું'' કહેતાં રહે છે. પરંતુ જો પૂછવામાં આવે કે આ ''હું'' કહેવાવાળુ કોણ છે, તો કહેશે કે, ''હું'' તો ''અમિરચંદ'' કે ''આનંદીલાલ'' છું. ખરેખર વિચારવામાં આવે કે આ તો શરીરનું નામ છે. જેમ કે મારો હાથ, મારો પગ કે મારો ચહેરો કહેવાય પણ હું હાથ, હું પગ કે હું ચહેરો કહેતા નથી. મારું શરીર કહેવાય. પરંતુ હું શરીર કહેતા નથી. આ નામ પણ માતાપિતા દ્વારા આપવામાં આવ્યું અને નામ પ્રમાણે ગુણ પણ નથી. જેમ કે નામ છે ''અમિરચંદ'' પરંતુ વાસ્તવમાં ગરીબ છે, તેવી જ રીતે નામ છે ''આનંદીલાલ'' પરંતુ હંમેશાં રહે છે ગંભીર. આનંદનો ગુણ બહુ જ ઓછો છે.

કોઈ કહે છે કે હું સ્ત્રી કે પુરુષ છું, પણ હકીકતમાં આ તો શરીરનો લિંગભેદ છે અને શરીરની જ ઓળખાણ છે. કોઈ કહે છે કે હું બાળક, યુવાન કે વૃદ્ધ છું, પણ હકીકતમાં આ તો શરીરની જ વય પ્રમાણે ઓળખાણ છે. કોઈ કહે છે કે હું ભારતીય, કેનેડિયન,

અમેરિકન કે યુરોપિયન છું, પરંતુ હકીકતમાં આ તો શરીરની રાષ્ટ્રીયતા છે અને શરીરની જ ઓળખાણ છે.

કોઈ કહે છે કે, હું હિન્દુ, મુસ્લિમ, ઈસાઈ કે શીખ છું, પણ હકીકતમાં આ તો શરીરનો ધર્મ છે અને શરીરની ઓળખાણ છે. કોઈ કહે છે કે હું મહાત્મા કે ધર્માત્મા છું, પણ હકીકતમાં આ તો શરીરનાં કર્મ પ્રમાણેની ઓળખાણ છે. કોઈ કહે છે કે હું અમીર કે ગરીબ છું, પરંતુ હકીકતમાં આ તો ધન પ્રમાણે શરીરની જ ઓળખાણ છે. કોઈ કહે છે કે હું ડૉક્ટર કે વૈજ્ઞાનિક છું, પણ હકીકતમાં આ તો શરીરની ડિગ્રી કે ધંધો છે અને શરીરની જ ઓળખાણ છે. કોઈ કહે છે કે હું ખેલાડી કે સંગીતકાર છું, પરંતુ હકીકતમાં આ તો પોતાની નિપુણતા પ્રમાણે શરીરની જ ઓળખાણ છે.

જેમ કે મારો હાથ, મારો પગ કે મારો ચહેરો કહેવાય પણ હું હાથ, હું પગ કે હું ચહેરો કહેતા નથી. મારું શરીર કહેવાય. પરંતુ હું શરીર કહેતાં નથી. તો આ મારું કહેવાવાળું છે કોણ ? શરીર તો

મારું છે અને ''હું'' તો શરીરથી અલગ છું. તો આ હું કહેવાવાળું છે કોણ ? માનવજાત અર્થાત્ ઇંગ્લિશ ભાષામાં ''હ્યૂમન બીયિંગ'' (Human Being)માં બે શબ્દો સમાવિષ્ટ છે. ''હ્યૂમન'' શબ્દ લેટિન શબ્દ હ્યુમસ (Humas) ઉપરથી આવેલો છે, જેનો અર્થ થાય છે, ભૌતિક શરીર. જેના વિષે ઉપર વર્ણન કરેલ છે. ''બીયિંગ'' શબ્દ માનવની અંદર રહેલી કોઈ અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદશ્ય શક્તિ છે. જેને આધ્યાત્મિક ભાષામાં આત્મા કહેવાય અને આધ્યાત્મિ-કતાનો અર્થ જ ''આત્માનું અધ્યયન'' થાય છે. આ શક્તિને જ વિવિધ નામ જેવા કે આત્મા, સોલ(Soul), સ્પિરિટ(Spirit), રુહ, જ્ઞાનનું ત્રીજું નેત્ર, બુદ્ધિની આંખ અથવા વિજ્ઞાનની ભાષામાં ચેતના(Consciousness), પાવર(Power) કે શક્તિ કહેવાય. સોલ(Soul) અર્થાત્ અસીમ પ્રકાશનું ઉદ્‌ગમસ્થાન (source of unlimited light), જેને પ્રકાશપુંજ અથવા જ્યોતિબિંદુ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. હિન્દુ ધર્મમાં કપાળ ઉપર બે ભમરની વચ્ચે જે તિલક કરવામાં આવે છે, તે આત્માની જ્યોતિબિંદુ તરીકેની યાદગાર છે. અમુક લોકોની માન્યતા છે કે તિલક સ્ત્રીની સૌભાગ્યની નિશાની છે. પરંતુ મંદિરમાં દેવ-દર્શન માટે જાય છે ત્યારે પુરુષ પણ તિલક બિંદુરૂપે કપાળ ઉપર બે ભમરની વચ્ચે લગાવે છે. અર્થાત્ આ જગ્યા જ્યોતિબિંદુ આત્માનું નિવાસસ્થાન છે.

આ રીતે જોતાં, આત્મા અજર, અમર, અવિનાશી છે અને આપણું શરીર એ આત્માનું વસ્ત્ર કે પોશાક છે. માતાના ગર્ભમાં પાંચેક માસનું બાળક થતાં આત્મા તેમાં પ્રવેશ કરે છે ત્યાર પછી ગર્ભમાં હલન-ચલન માતા અનુભવી શકે છે. જન્મ બાદ શરીર વિવિધ અવસ્થા જેવી કે બાળક, યુવા, પ્રૌઢ, વૃદ્ધ વગેરેથી પસાર થાય છે અને અંતે શરીર છોડીને ફરી નવું શરીર બાળક તરીકે પ્રાપ્ત કરે છે. શેક્સપિયરનાં કથન મુજબ આપણે બધાં જ આ વિશ્વ નાટકના મંચ ઉપર શરીર દ્વારા પોત-પોતાનું પાત્ર ભજવી રહ્યાં છીએ. આપણે આપણી ભૂમિકા ભજવતાં પોતાનો પરિચય, પરમાત્માનો પરિચય અને સૃષ્ટિચક્રની શરૂઆત, મધ્ય અને અંતને ભૂલી ગયા છીએ.

ઉપર જણાવ્યા મુજબ આપણે અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદશ્ય શક્તિ જ્યોતિબિંદુ આત્મા છીએ. જે અજર, અમર, અવિનાશી છે. વૈજ્ઞાનિક ભાષામાં તેને ચેતના (Consciousness) કહેવામાં આવે છે, જેનું નિવાસસ્થાન મગજની અંદર પિટ્યૂટરી અને હાઈપોથેલેમસ ગ્રંથિની વચ્ચે આવેલું છે. મસ્તકનાં ઉપરનાં મધ્યભાગથી અને ચહેરાંનાં મધ્યભાગથી છેદનબિંદુ કરવામાં આવે તો તે સ્થાન બરાબર મગજનાં આ સ્થાને આવે જ્યાં આત્માનું નિવાસસ્થાન છે. આ સ્થાન કે જગ્યા, જ્યાં કપાળ ઉપર બે ભમરની વચ્ચે તિલક કરવામાં આવે છે, તેની પાછળ છે. આત્મા મગજની વચ્ચે બેસીને, જે રીતે વાહન ચાલક જેમ આગળની બેઠક ઉપર બેસીને વાહનનાં ઍન્જિન ઉપર તમામ નિયંત્રણ ધરાવે છે તેમજ વાહનનું સંચાલન કરે છે, તેવી જ રીતે શરીર ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ ધરાવે છે. આત્મા પાંચ કર્મેન્દ્રિયો જેવી કે આંખો દ્વારા જુએ છે, કાન દ્વારા સાંભળે છે, નાક દ્વારા સૂંઘે છે, મુખ દ્વારા સ્વાદ ગ્રહણ કરે છે અને ચામડી દ્વારા સ્પર્શનો અનુભવ કરે છે. આ રીતે આત્મા પાંચેય કર્મેન્દ્રિયોનો રાજા છે, જેને પાંચ ઘોડાવાળા રથનો રથી કે સારથી કહેવામાં આવે છે. આજનો મનુષ્ય મનને વશ થતાં કર્મેન્દ્રિયોનો ગુલામ બની ગયો છે અને ન ખાવાની વસ્તુઓ આરોગે છે, જે તેના સ્વાસ્થ્યને પણ હાનિકર્તા છે. જેમ મોબાઈલ ફોનમાં સિમકાર્ડ ના હોય તો નકામો છે, તેવી રીતે માનવ-શરીરમાં આત્મા ના હોય તો તરત જ તે શરીરને અગ્નિદાહ દેવામાં આવે છે કે દફનાવી દેવામાં આવે છે. આત્માનું સિમકાર્ડ અર્થાત્ આત્માની શક્તિઓ સિમ(SIM) જેવી કે સંસ્કાર, ઇંટેલેક્ટ મતલબ બુદ્ધિ અને માઈન્ડ અર્થાત્ મન છે.

આત્મા અને શરીર વચ્ચેનો સંબંધ ચિત્રમાં જણાવ્યા મુજબનાં કેટલાંક ઉદાહરણ દ્વારા સ્પષ્ટ રીતે આપી શકાય. આત્મા શરીરરૂપી વાહનનું ડ્રાઇવર કે ચાલક તરીકે સંચાલન અને નિયંત્રણ કરે છે. આત્મા ચાલક વગર આ શરીરરૂપી વાહનની કોઈ મહત્ત્વ કે ઉપયોગિતા નથી. શરીર આત્મારૂપી હીરાનાં બૉક્સ કે ખોખા સમાન છે અને હીરાનું

આત્મા અને શરીર વચ્ચેનો સંબંધ

આત્મા	શરીર
ચાલક	વાહન
હિરો	બોક્ષ
દીપક	મહેલ
મૂર્તિ	મંદિર
રથી	રથ
અભિનેતા	વસ્ત્ર

મૂલ્ય હંમેશાં બૉક્સ કરતાં સ્વાભાવિક વધુ જ હોય છે. હીરા વગરનાં બૉક્સનું કોઈ મૂલ્ય નથી. આત્મા શરીરરૂપી મહેલનો દીપક છે, જેનાથી જ ગમે તેવા અંધકારમાં પણ મહેલ શોભે છે. શરીર એ આત્મા મૂર્તિનું મંદિર છે અને મંદિર મૂર્તિથી જ અમૂલ્ય બને છે. મૂર્તિ વિનાનું મંદિર એ મંદિર જ નથી. આત્મા અનેક શરીરનાં વસ્ત્રો ધારણ કરીને પોતાનું પાત્ર અદ્‌ભુત રીતે બજાવે છે. જેમ નાટકમાં એક જ અભિનેતા વિવિધ વસ્ત્રો પહેરીને વિવિધ ભૂમિકાઓ ભજવે છે, તેમ આત્મા પણ વિવિધ શરીર ધારણ કરીને અલગ-અલગ પાત્ર આ અખિલ સૃષ્ટિ ઉપર ભજવે છે. શરીર આત્માનો રથ છે. અર્થાત્ આત્મા રથી છે, તેથી જ્યારે કોઈ શરીર છોડે કે મૃત્યુ પામે ત્યારે ''અરથી'' મતલબ જેમાં રથી આત્મા નથી, તે કહેવામાં આવે છે. ટૂંકમાં હું અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદૃશ્ય શક્તિ છું જેને આધ્યાત્મિક ભાષામાં આત્મા કહેવાય છે.

આપણે આના પર યોગ કે ધ્યાન (Yoga or Meditation) પણ કરી શકીએ છીએ. આપણે બે શરીર છે. એક ભૌતિક કે જે

અસ્તિત્વ ધરાવે છે, જેને જોઈ શકાય અને સ્પર્શ કરી શકાય. બીજું શરીર પ્રકાશનું બનેલું છે કે જેને ભૌતિક અસ્તિત્વ ના હોવાથી જોઈ ના શકાય કે સ્પર્શ પણ કરી ના શકાય. આ ભૌતિક શરીર મારું છે પણ હું શરીર નથી. આપણે બોલીએ છીએ કે મારો હાથ, મારો પગ, મારું શરીર પરંતુ ક્યારેય કહેતા નથી કે હું હાથ, હું પગ કે હું શરીર. આપણે ઓળખાણ પણ શરીરની આપીએ છીએ. નામ શરીરને માતાપિતા કે સંબંધીઓ દ્વારા આપવામાં આવે છે, જે શરીર છોડતાં જતું રહે છે. સ્ત્રી કે પુરુષ શરીરની જાતિ કે લિંગ છે, પરંતુ આપણે શરીર નથી. ઉંમર પણ શરીરની છે. ધર્મ પણ શરીરનો છે. કારણ કે જે કુટુંબનો ધર્મ (હિન્દુ, ઇસ્લામ, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી, શીખ વગેરે) તેવો ધર્મ સ્વીકારી લીધો.

દેશની નાગરિકતા પણ શરીર જ્યાં જન્મ લે તે પ્રમાણે શરીરની છે. ધન-દોલતના આધારે ગરીબ કે અમીર શરીર દ્વારા ઓળખાય છે. શિક્ષણની પદવી કે ડિગ્રી પણ શરીર પ્રાપ્ત કરે છે. આથી તમામ ભેદભાવ કે દીવાલ કે મર્યાદાઓ શરીરના આધારે થાય છે, પરંતુ આપણે શરીર નથી. આપણે જીવાત્મા છીએ, અર્થાત્ જીવ એટલે શરીર અને આત્મા એટલે અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદૃશ્ય શક્તિ. જ્યોતિબિંદુ છીએ કે જે અજર, અમર, અવિનાશી છે. આત્માને રુહ, સોલ(Soul) અને વિજ્ઞાનની ભાષામાં ચેતના(Consciousness), ઊર્જા, શક્તિ, ડહાપણનું ત્રીજું નેત્ર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આથી આત્મા-ચેતના અથવા શક્તિનું ઉદ્‌ગમસ્થાન છે, જે શરીરને ચલાવે છે, જે મગજના મધ્ય ભાગમાં બેસીને શરીર ચલાવે છે. આત્માને કપાળમાં બે આંખોની વચ્ચે તિલક કે બિંદુ તરીકે શરીરની ઉપર દર્શાવવામાં આવે છે. આત્મા શરીરની કર્મેન્દ્રિયોનો રાજા છે, જે આંખ દ્વારા જુએ છે, કાન દ્વારા સાંભળે છે, નાક દ્વારા સૂંઘે છે, મુખ દ્વારા સ્વાદ લે છે અને ચામડી દ્વારા સ્પર્શ કરે છે. આત્મા શરીરનો માલિક છે.

✤

૨. મનુષ્યના મનનું વિજ્ઞાન

દરેક માનવને બે પ્રકારનાં શરીર હોય છે - પાર્થિવ કે ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ કે પ્રકાશમય શરીર. આ બંને શરીરને ચલાવનાર તો અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદૃશ્ય શક્તિ જ્યોતિબિંદુ આત્મા છે. જે અજર, અમર, અવિનાશી છે. જેમ એટમ અર્થાત્ અણુની અંદર પ્રોટોન, ઇલેક્ટ્રોન અને ન્યુટ્રોન હોય છે, તેમજ આત્માની અંદર ત્રણ શક્તિઓ રહેલી છે. આત્માની વિચારવાની શક્તિને મન, નિર્ણય કરવાની શક્તિને બુદ્ધિ અને મન-બુદ્ધિ દ્વારા વિચાર અને નિર્ણય કરીને જે કર્મ કરવામાં આવે છે, તેની છાપ આત્મા પર પડે છે, જેને યાદ રાખવાની આત્માની શક્તિને સંસ્કાર કહેવામાં આવે છે. આત્માની આ ત્રણ શક્તિઓને આત્માનું સિમકાર્ડ અર્થાત્ આત્માની શક્તિઓને સિમ(SIM) કહેવામાં આવે છે. "SIM" અર્થાત્ "S" સંસ્કાર, "I" ઇંટેલેક્ટ મતલબ બુદ્ધિ અને "M" અર્થાત્ મન કહેવામાં આવે છે. આત્માની શક્તિઓને મૅનેજમેન્ટ ઇન્ફર્મેશન સિસ્ટમ અર્થાત્ મિસ(MIS) પણ કહી શકાય જેના દ્વારા આત્મા શરીર ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ ધરાવે છે.

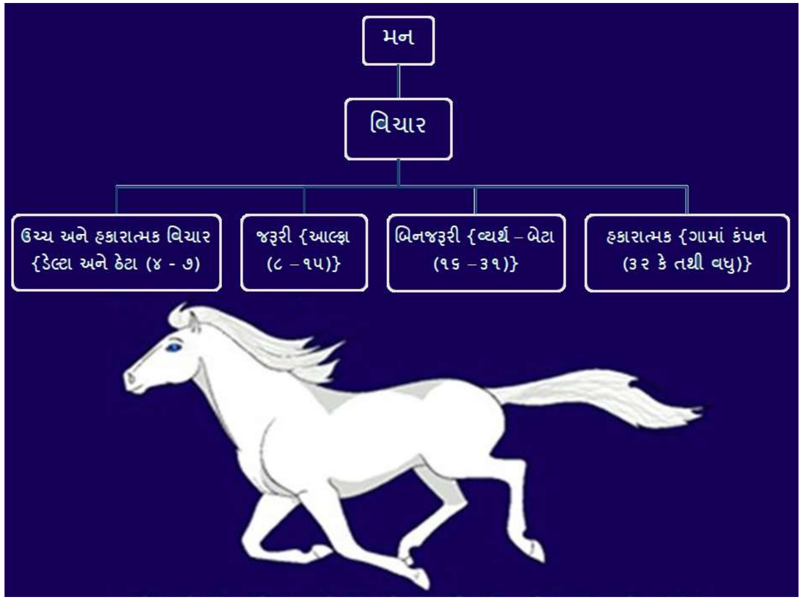
આત્માની વિચારવાની શક્તિને મન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. અર્થાત્ માનવ મન હંમેશાં વિચારો ઉત્પન્ન કરે છે. માનવ મનનો સહજ સ્વભાવ સતત વિચારવાનો છે અને તેની સરખામણી બેકાબૂ ઘોડા સાથે કરવામાં આવે છે. પરંતુ ખરેખર તેવું નથી. મન આપણા બાળક જેવું છે, તેથી તેને પરિવર્તન કરવાની જવાબદારી આપણી છે, જેનાં માટે બીજાને દોષિત ઠેરવી ના શકાય. માત્ર તેના માટે સતત, પ્રામાણિક અને નિયમિત અભ્યાસ કરીને મનને કેળવી શકાય અને પરિવર્તીત પણ કરી શકાય. વિચારવાની શક્તિને સંકલ્પશક્તિ કહેવામાં આવે છે. પરમાત્મા દ્વારા સંકલ્પને આધારે જ વિશ્વ પરિવર્તનનું કાર્ય સંપન્ન બને છે. આ સંકલ્પશક્તિ અથવા વિચારશક્તિનું મહત્ત્વ સમજાવે છે. સંકલ્પશક્તિ સંસારની મહાન શક્તિ છે, જેને વિજ્ઞાન પણ સ્વીકાર કરે છે. દરેક માનવ મન સરેરાશ ૨૫ થી ૩૦ વિચાર પ્રતિ મિનિટ કરે છે. દરરોજ દરેક માનવી સરેરાશ ૪૦ હજાર વિચાર કરે છે.

વિજ્ઞાનની પરિભાષામાં આવા વિચારોની કંપન સંખ્યા હર્ટ્ઝ પ્રતિ સૅકન્ડ માપવામાં આવે છે અને તેવાં કંપનોને વિવિધ નામથી ઓળખવામાં આવે છે. માનવીના મનના કંપન માપવાની શરૂઆત ઈ. સ. ૧૯૨૪માં હેન્સ બર્ગરે (Hans Berger) ઇલેક્ટ્રોએનસેફ્લોગ્રાફી (electroencephalography) દ્વારા કરી. નીચે ચિત્રમાં જણાવ્યા મુજબ માનવીના મનનાં વિચારોને પાંચ પ્રકારમાં વહેંચી શકાય.

૧. નકારાત્મક વિચાર :

માનવીનું મન કોઈના પ્રત્યે ઈર્ષા, દ્વેષ, ઘૃણા, નફરત, ભય, ચિંતા, હું, મારું વગેરેનાં વિચાર કરે તેને નકારાત્મક વિચાર કહેવાય. નકારાત્મક વિચારોમાં ઝેરી અથવા વિષમય વિચારો પણ સમાયેલા છે. ધાર્મિક ભાષામાં દેહ અભિમાન, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, અહંકારને વશ જે વિચાર આવે તેને નકારાત્મક વિચાર કહેવાય.

આથી પાંચ મોટા દુષ્ટ જેવાં કે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, અહંકાર અને પાંચ નાના દુષ્ટ જેવાં કે અતિશય કામનાઓ, વેરઝેર, ભય, ચિંતા,



હું અને મારું. આ દશને વશીભૂત કોઈપણ વિચારને નકારાત્મક વિચાર કહેવાય. માનવમાં રહેલો આ જ દશાનન કે દશ મસ્તકવાળો રાવણ છે, બાકી આવો કોઈ માનવ કે રાક્ષસ હોતો નથી. નકારાત્મક વિચારોનું પ્રતીક રાવણ છે. માનવની મહત્તમ શક્તિનો વ્યય આવા વિચારોમાં જ થાય છે. આવા વિચારોની ગતિ પ્રતિ મિનિટ ૪૦ કે વધારે હોય છે. આને કારણે વિચારોનું યુદ્ધ કે હુમલો થાય છે, જેને બ્રેન હેમ્રેજ કહેવામાં આવે છે. વિજ્ઞાનની પરિભાષામાં આવા વિચારોની કંપન સંખ્યા ૩૨ કે વધુ પ્રતિ સેકન્ડ (હર્ટ્ઝ) હોય છે અને તેને ગામા (Gamma) કંપન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. હાલનાં સંજોગોમાં માનવીનાં મનના નકારાત્મક વિચારો મહત્તમ હોય છે, જે આપણી શક્તિનો મહત્તમ ઉપયોગ જાણ્યે-અજાણ્યે કરે છે. મન પોતાનું છે, આથી આપણે તેને દબાવવાનું નથી, પરંતુ વાળવાનું છે. અન્ય વિચારો તરફ નિરંતર અભ્યાસથી આ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

૨. વ્યર્થ વિચાર :

જે વિચારો ઉપર મનુષ્યનો કાબૂ કે કંટ્રોલ નથી, તેવાં વિચારોને વ્યર્થ કે નકામાં વિચારો કહેવાય છે. આપણો ભૂતકાળ અને ભવિષ્યકાળ ઉપર કોઈપણ પ્રકારનો કાબૂ નથી. આથી તેને લગતાં વધુ પડતાં વિચારો વ્યર્થ છે. દાખલા તરીકે, કોઈ વ્યક્તિ બીજાનું અપમાન ૨૦ વર્ષ પહેલાં કરે છે અને તે વ્યક્તિ વારંવાર તેને યાદ કરીને બદલાની ભાવના પોતાના મનમાં ઊભી કરીને તે પ્રકારના રસાયણ (હોર્મોન - hormone) પોતાના શરીરમાં પેદા કરીને પોતાને નુકસાન કરે છે. તેના બદલે તેને ભૂલવામાં અને માફી આપવામાં પોતાને જ ફાયદો છે. આનો અર્થ એ નથી કે કોઈ કર્મ ન કરવું, પણ જે કર્મ કરવાનું થાય તે શાંત અને સ્વસ્થ ચિત્તે કરવું. કોઈ આપણા વાહનને અકસ્માત કરે તો વ્યર્થ ઝઘડો કરવાને બદલે જે કાર્યવાહી કરવાની થાય તે કરવી, જેવી કે સમાધાન કરવું અથવા કાયદેસરની કાર્યવાહી કરવી. પરંતુ વ્યર્થ વિચારોથી મુક્ત રહેવું, તેમાં જ પોતાની ભલાઈ છે. વ્યર્થ વિચારોથી

મુક્ત થવું સરળ નથી. આથી પ્રથમ વાર કોઈ ભૂલ થાય તો તેમાંથી નવો અનુભવ લઈને ભવિષ્યમાં તેનું પુનરાવર્તન ન થાય તેની કાળજી લેવી. ભૂતકાળમાંથી પાઠ શીખીને વર્તમાનમાં લાગુ કરીને ભવિષ્ય સારું બનાવવું. આવા વ્યર્થ વિચારોની ઝડપ ૩૦થી ૪૦ વિચાર પ્રતિ મિનિટ હોય છે. વિજ્ઞાનની પરિભાષામાં આવા વિચારોની કંપન સંખ્યા ૧૬થી ૩૧ પ્રતિ સેકન્ડ (હર્ટ્ઝ) હોય છે અને તેને બેટા (beta) કંપન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આવા વ્યર્થ વિચારોમાં આપણી ઘણી શક્તિ વ્યય થાય છે. મનુષ્યનાં હાલના સંજોગોમાં ૯૦% વિચારો નકારાત્મક અને વ્યર્થ વિચારો હોય છે, જેને વિજ્ઞાન કહે છે કે મનુષ્ય પોતાની મનની શક્તિનો ઉપયોગ વધુમાં વધુ ૧૦% જ કરે છે, કારણ કે આવાં ૯૦% વિચારોમાં મનની શક્તિનો વ્યય થાય છે. આપણને આવા વિચારોની ટેવ છે અને તે ટેવ કે સંસ્કાર આપણે જ પેદા કરેલાં છે. હવે આપણે આપણા મનને સમજાવીને વિચારોની દિશા પરિવર્તન કરવાની છે, જેને જ સામાન્ય પરિભાષામાં રાજયોગ કહી શકાય.

૩. સામાન્ય કે જરૂરી વિચાર :

આપણા રોજિંદા કામમાં જરૂરી વિચારોને સામાન્ય વિચારો કહી શકાય. સામાન્ય કે જરૂરી વિચારોમાં તટસ્થ વિચારો પણ સમાવિષ્ટ થાય છે. દાખલા તરીકે ઉઠવું, આરામ કરવો, ખોરાક લેવો, ચાલવું, બેસવું, નોકરી કે ધંધો કરવો, બાળકો, જીવનસાથી, માતાપિતા, સગા-સંબંધીઓ, મિત્રો, સહ-કાર્યકારોની કાળજી લેવી વગેરે કાર્યોને લગતા વિચારોને સામાન્ય વિચારો કહેવાય. સામાન્ય વિચારોની ગતિ ૨૦થી ૩૦ વિચારો પ્રતિ મિનિટ હોય છે. જેમાં શક્તિનો ઉપયોગ સામાન્ય થાય છે પણ શક્તિનો વધુ વ્યય થતો નથી. વિજ્ઞાનની પરિભાષામાં આવા વિચારોની કંપન સંખ્યા ૮થી ૧૫ પ્રતિ સેકન્ડ (હર્ટ્ઝ) હોય છે અને તેને આલ્ફા (alpha) કંપન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. સંસારમાં રહેતાં વ્યક્તિઓ માટે આવા વિચારો દૈનિક જીવનમાં જરૂરી

પણ છે. સામાન્ય વિચારો દૈનિક જીવનનો આધાર છે અને રાજયોગ ઘરગૃહસ્થ રહીને કરવાનો છે. આ કોઈ આપણા ઘરનો સન્યાસ કરવાની વાત નથી. આથી સામાન્ય વિચારો આપણા દૈનિક કાર્ય માટે જરૂરી છે.

૪. હકારાત્મક વિચાર :

જે વિચારોમાં પોતાનું અને વિશ્વનું કલ્યાણ સમાયેલું હોઈ તેવા વિચારોને હકારાત્મક વિચાર કહેવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે, હું આત્મા શાંતિ, જ્ઞાન, શક્તિ, પવિત્રતા, સુખ, આનંદ અને પ્રેમથી ભરપૂર છું. વિશ્વની તમામ આત્માઓ પણ પરમાત્માના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોથી ભરપૂર છે. સર્વ આત્માઓ વિશ્વ નાટકમાં પોતાનું પાત્ર ભજવે છે. મારે મારા પાત્ર ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને તેને ઉત્તમ રીતે ભજવવાનું છે. મારે સારું ગ્રહણ કરીને શીખવાનું છે અને મારા પાત્રને સુધારા-વધારા સાથે ભજવવાનું છે. હકારાત્મક વિચારોની ગતિ ૧૦થી ૨૦ વિચાર પ્રતિ મિનિટ હોય છે. જેમાં શક્તિનો સંગ્રહ થાય છે. અર્થાત્ શક્તિનો વ્યય થતો નથી. આપણા વિચારો પ્રકૃતિમાં જાય છે અને પ્રકૃતિ તેવાં જ વિચારો ઉમેરીને પરત કરે છે, જે પ્રકૃતિનો નિયમ છે. દાખલા તરીકે એક વૃક્ષનું બીજ કે અનાજનું બીજ પ્રકૃતિમાં રોપવાથી હજારોની સંખ્યામાં ફળ અને અનાજ પરત મળે છે, તેવી જ રીતે હકારાત્મક વિચારોમાં પ્રકૃતિ તેવાં જ પ્રકારના વિચારો ઉમેરીને પરત આપે છે. જેથી આપણી શક્તિમાં વધારો થાય છે. વિજ્ઞાનની પરિભાષામાં આવા વિચારોની કંપન સંખ્યા ૪થી ૭ હર્ટ્ઝ પ્રતિ સેકન્ડ (હર્ટ્ઝ) હોય છે અને તેને થેટા(Theta) કંપન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

૫. ઉચ્ચ વિચાર :

આ પ્રકારના વિચાર સ્વ-પરિવર્તનનો આધાર છે. બળવાન, પ્રબળ, મજબૂત કે સશક્ત અને દઢનિશ્ચયી વિચારને ઉચ્ચ વિચાર કહેવાય. ઉચ્ચ વિચારોમાં ઉચિત, ન્યાયી કે સાચા વિચારો પણ સમાયેલા છે.

કોઈ વ્યક્તિને ધૂમ્રપાનની ટેવ છે અને તે છોડવા માંગે છે, તે એવા વાતાવરણમાં જાય છે. જ્યાં તેને આ વ્યસન છોડવા માટે પ્રોત્સાહન મળે છે અને પ્રબળ ઇચ્છા-શક્તિને આધારે ત્યાગ કરે છે. આવા ઉચ્ચ વિચાર માનવીમાં આમૂલ પરિવર્તન લાવવામાં મદદરૂપ બને છે. ઉચ્ચ વિચારોની ગતિ ૧૦થી ઓછા વિચારો પ્રતિ મિનિટ હોય છે, જેમાં શક્તિનો ભરપૂર સંગ્રહ થાય છે. અર્થાત્ શક્તિનો વ્યય થતો જ નથી. આપણા વિચારો પ્રકૃતિમાં જાય છે અને પ્રકૃતિ તેવાં જ વિચારો ઉમેરીને પરત કરે છે, જે પ્રકૃતિનો નિયમ છે. જેથી આપણી શક્તિમાં અમાપ વધારો થાય છે. વિજ્ઞાનની પરિભાષામાં આવા વિચારોની કંપન સંખ્યા ૪થી ઓછા પ્રતિ સેકન્ડ (હર્ટ્ઝ) હોય છે અને તેને ડેલ્ટા (Delta) કંપન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

મન આપણું છે અને તે નકારાત્મકતા તેમજ વ્યર્થ વિષે વિચારવા ટેવાયેલું છે. પરંતુ બાળક સમાન છે. તેથી તેને દબાવ્યા વગર સમજાવીને હકારાત્મક અને ઉચ્ચ વિચારો તરફ વાળવાનું છે, જે આપણી જવાબદારી છે. જેવી રીતે માતા પોતાના બાળકને ચપ્પુ છોડાવવા માટે સરસ રમકડું કે ચોકલેટ આપે છે. તેમ આપણા મનને પણ સારા વિચારોના અભ્યાસ દ્વારા ૧૦૦% તાલીમ આપી શકાય. જે રાજયોગનાં નિયમિત અને સતત અભ્યાસ દ્વારા બહુ સરળ રીતે કરી શકાય છે.

ઈ. સ. ૧૯૭૮માં ટેક્શાસ વિશ્વવિદ્યાલયના (University of Texas) મેડિકલ અને સાયન્સ રિસર્ચ સંસ્થાનાં વૈજ્ઞાનિકો દ્વારા બ્રહ્માકુમારી દાદી જાનકી (બ્રહ્માકુમારી સંસ્થાના ઈ. સ. ૨૦૦૭થી ૨૦૧૯ સુધી આધ્યાત્મિક વડા)ને દુનિયામાં "સૌથી સ્થિર મન" (Most Stable Mind) તરીકે જાહેર કરવામાં આવ્યા. જેમણે માર્ચ, ૨૦૧૯માં ૧૦૪ વર્ષની ઉંમરે શરીર ત્યાગ કર્યો. વૈજ્ઞાનિકોએ ઇલેક્ટ્રોએનસેફ્લો-ગ્રાફી(Electroe-ncephalography) દ્વારા તેમના મનના કંપનો હાલતાં-ચાલતાં, ખાતા-પીતા, ઉઠતાં-બેઠતાં, ખાવાનું બનાવતા, ગણિતની ગણતરી

કરતા, ભાષણ આપતા, સૂતા-સૂતા વગેરે તમામ સ્થિતિમાં માપ્યા અને તારણ પ્રાપ્ત કર્યું કે તેમની દરેક સ્થિતિમાં તેમનું મન ડેલ્ટા તરંગોમાં હતું. ડેલ્ટા તરંગો ધ્યાન દરમ્યાન અને સ્વપ્ન વગરની ઊંઘમાં જોવા મળે છે. તેમને પૂછવામાં આવ્યું કે તેમણે આ ''સૌથી સ્થિર મન'' (Most Stable Mind)ની સ્થિતિ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી. તો તેમણે જણાવ્યું કે રાજયોગના સતત અભ્યાસથી આવી સ્થિતિ બની છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ રાજયોગનાં નિયમિત અને સતત અભ્યાસ દ્વારા બહુ સરળ રીતે આવી સ્થિતિ બનાવી શકે. તો ચાલો આપણે પણ આપણા મનને અમન નહીં, પરંતુ સુમન અર્થાત્ સ્થિર, શાંત, ઠંડું, અચળ અને અડોળ બનાવીએ. જેનાથી આપણી સ્થિતિ પણ તેવી બને.

આપણે મન ઉપર યોગ અથવા ધ્યાન ઉપરોક્ત જ્ઞાનના આધારે કરી શકીએ. આપણે એક જ્યોતિબિંદુ સ્વરૂપ આત્મા છીએ, જે ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ શરીરને ચલાવે છે અને નિરાકાર, અમર, અવિનાશી છે. આત્મા તેની ત્રણ શક્તિઓ મન, બુદ્ધિ અને સંસ્કાર દ્વારા પોતાના શરીર ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ ધરાવે છે. આત્માની વિચારવાની શક્તિને મન કહેવામાં આવે છે. આપણું મન સામાન્ય રીતે ૨૫થી ૩૦ વિચાર પ્રતિ મિનિટ કરે છે, જેથી દરરોજ આશરે ૪૦,૦૦૦ વિચાર કરે છે. દરેક વિચાર એક શક્તિ છે, જે વાતાવરણમાં સ્પંદનના સ્વરૂપે પ્રસારિત થાય છે. સતત વિચારવું એ મનનો સ્વભાવ છે. આથી મનને થોડી ક્ષણો માટે વિચારશૂન્ય કરવાને બદલે હકારાત્મક બનાવીને સકારાત્મક રીતે તેની શક્તિનો ઉપયોગ કરી શકાય. આપણે જે વિચારીએ અને કરીએ, તેની છાપ સંસ્કારરૂપે આત્મા ઉપર પડે છે. જે વિચારવા અને કાર્ય કરવાથી ઊભી થાય છે. આપણે આ ભૌતિક શરીરના માલિક છીએ. આપણે પ્રતિ કલાકે આપણા વિચારોનું અવલોકન અને વિશ્લેષણ કરીએ. આશ્ચર્યજનક રીતે આપણા વિચારો મોટા ભાગે નકારાત્મક અને વ્યર્થ છે. આ વિચારો આપણે ઉત્પન્ન કરીએ છીએ. અર્થાત્ તેના ઉપર આપણું નિયંત્રણ છે. હવે આપણે વિચારીશું કે આપણે

માસ્ટર શક્તિશાળી, માસ્ટર ગુણધારી અને સત્ય જ્ઞાન ધારણ કરનારી આત્માઓ છીએ. આપણે જીવનને સકારાત્મક બનાવવા માટે ઉચ્ચ અને હકારાત્મક વ્યક્તિઓ અને વસ્તુઓ વિષે વિચારીશું, વાંચીન કરીશું, શ્રવણ કરીશું અને જોઈશું. આપણી સ્થિતિ વિચારો અને કાર્યના યુદ્ધમાં પણ સ્થિર, શાંત, શીતળ, અચળ અને અડોલ રાખીશું. આપણે શાંત, શક્તિશાળી અને શુદ્ધ મન ધરાવતી આત્માઓ છીએ.

✤

૩. મનુષ્યનું ત્રીજું નેત્ર - બુદ્ધિ

દરેક માનવ આત્માની અંદર ત્રણ શક્તિઓ રહેલી છે. આત્માની વિચારવાની શક્તિને મન, નિર્ણય કરવાની શક્તિને બુદ્ધિ અને મન-બુદ્ધિ દ્વારા વિચાર અને નિર્ણય કરીને જે કર્મ કરવામાં આવે છે, તેની છાપ આત્મા પર પડે છે, જેને યાદ રાખવાની આત્માની શક્તિને સંસ્કાર કહેવામાં આવે છે. મનુષ્ય મન વિવિધ પ્રકારનાં વિચારો કરે છે, જેને રાજયોગનાં નિયમિત અને સતત અભ્યાસ દ્વારા પરિવર્તન કરી શકાય છે. આત્માની બીજી શક્તિને બુદ્ધિ કહેવામાં આવે છે, જે મુખ્યત્વે નિર્ણય લેવાનું કાર્ય કરે છે. ચિત્રમાં જણાવ્યાં મુજબ બુદ્ધિનાં મુખ્યત્વે ૬ કાર્યો છે, જેવા કે દલીલ કે તર્ક કરવો, નિર્ણય લેવો, જોખમ ખેડવું, સમજવું, માનસિક ચક્ષુ વડે જોવું, જાણવું કે ખ્યાલ બાંધવો (visualize) અને અનુભવ કરવો.

૧. દલીલ કે તર્ક કરવો :

બુદ્ધિ અનેક પ્રકારની દલીલ કે તર્ક કરવાની શક્તિ ધરાવે છે. ધારો કે મનુષ્યને કોઈ ઠેકાણે જવું છે, તો ત્યાં પહોંચવાના વિવિધ રસ્તાઓનું મનોવિશ્લેષણ કરે છે. એક રસ્તો ટૂંકો છે, બીજો મિત્રના ઘેરથી જાય છે અને ત્રીજો રસ્તો કોઈ સગાંને ઘેરથી જાય છે. બુદ્ધિ તર્ક કરીને, વિવિધ ફાયદાઓ અને ગેરફાયદાઓનું મૂલ્યાંકન કરીને ચિત્ર રજૂ કરે છે. મિત્રનું થોડું કામ હોવાથી બુદ્ધિ એ રસ્તો થોડો લાંબો હોવા છતાં ત્યાંથી જવાનું નક્કી કરે છે.

૨. નિર્ણય કરવો :

આપણી બુદ્ધિની શક્તિનું બીજું કાર્ય નિર્ણય કરવાનું છે. બુદ્ધિ દલીલ કે તર્કના આધારે વિવિધ વિકલ્પનું મૂલ્યાંકન કરીને દરેક તર્કના ફાયદાઓ અને ગેરફાયદાઓને શોધે છે. ત્યારબાદ જે તર્કમાં વધુમાં વધુ ફાયદા હોય અને ઓછામાં ઓછા ગેરફાયદા હોય, તે તર્ક મુજબ બુદ્ધિ કાર્ય કરે છે. નિર્ણય કરવાનું કાર્ય બુદ્ધિનું મુખ્ય કાર્ય છે.

૩. જોખમ ખેડવું :

બુદ્ધિ વિવિધ વિકલ્પોનાં આધારે નિર્ણય કરે ત્યારે દરેક વિકલ્પનાં જોખમ વિષે પણ વિચારે છે. ઉદાહરણ તરીકે નાણાંનું રોકાણ કરે ત્યારે ભૂતકાળમાં જે અનુભવ થયો હોય તેને પણ ધ્યાનમાં લે છે. બજારની ચડતી અને પડતી પણ ધ્યાને લે છે. ભૂતકાળમાં બજારનાં ઉતરાણ સમયે રોકાણમાં ફાયદો થયો હોય તો ફરી જ્યારે આવો મોકો મળે તો જોખમ લઈને પણ રોકાણ કરે છે.

૪. સમજશક્તિ :

બુદ્ધિ પોતાના અનુભવ અને નવીનતમ માહિતીના આધારે દરેક વિકલ્પ અથવા પસંદગીની સંપૂર્ણ સમજ મેળવે છે. સુખાકારી અને પરિસ્થિતિના આધારે દૈનિક ધોરણે ઘણીબધી માહિતી ઉપલબ્ધ છે, જે વિવિધ તર્ક અને જોખમોના આધારે નિર્ણયો લેવાથી સમજાય છે. સમજશક્તિ માનવ જીવનની મૂડી છે, જેને ડહાપણ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

૫. માનસિક ચક્ષુ વડે જોવું :

માનવ બુદ્ધિની આ શક્તિ સવિશેષ છે, જેને ત્રીજું નેત્ર પણ કહેવામાં આવે છે. બુદ્ધિનાં નેત્રથી માનવ હજારો માઈલ્સ દૂર બેઠેલા માનવને જોઈ શકે છે. માતાનું સંતાન પરદેશ અસ્વસ્થ હોય તો તેને પણ સદા તેનો વિચાર આવે છે અને માનસચક્ષુ વડે જોઈ પણ શકે છે. કોઈ પ્રેમી તેનાં સ્વજનની યાદમાં ખોવાયેલો હોય ત્યારે તેની સામેથી કોઈ અન્ય વ્યક્તિ પસાર થાય તો પણ તેને દેખાતો નથી. તેને પૂછવામાં આવે કે કોઈ વ્યક્તિ અહીંથી પસાર થયું તો તેને કશી ખબર હોતી નથી, કારણ કે તે પ્રેમી પોતાના સ્વજનને માનસચક્ષુ વડે જોવામાં વ્યસ્ત હતો, તેથી સામેથી કોણ પસાર થયું, તેનો ખ્યાલ રહેતો નથી.

૬. અનુભવ :

બુદ્ધિ માનસિક ચક્ષુ વડે જોવે છે, તેનો અનુભવ પણ થાય છે. આપણા ઘરને હજારો માઈલ્સ દૂરથી પણ જોઈ શકાય અને તેનો અનુભવ પણ કરી શકાય.

આ બુદ્ધિશક્તિની વિશેષતા છે, જે માનસિક ચક્ષુ વડે જોવે છે, તેનું ચિત્ર ઉભુ કરે છે અને તેનો અનુભવ કરાવે છે. આ બુદ્ધિની શક્તિનો ઉપયોગ પરમાત્માની યાદ માટે કરીને પરમાત્માનું જ્ઞાન, શક્તિઓ અને દિવ્ય ગુણો ગ્રહણ કરીને ઉચ્ચ જીવન બનાવવું, જે રાજ્યોગનો અભ્યાસ છે. રાજ્યોગનાં નિયમિત અને સતત અભ્યાસથી દરેક મનુષ્ય પોતાનું મન અને બુદ્ધિ શાંત, સ્થિર, ઠંડું અચળ અને અડોલ રાખી શકે છે. જેની યાદગાર ધર્મશાસ્ત્રોમાં યુધિષ્ઠિર છે, અર્થાત્ મન અને બુદ્ધિની અંદર અને બહાર ચાલતાં યુદ્ધમાં પણ સ્થિર.

આપણે દર કલાકે આપણા વિચારોનું અવલોકન કરીને મન અને બુદ્ધિનું ધ્યાન અથવા યોગ કરી શકીએ છીએ. આપણે એક જ્યોતિબિંદુ સ્વરૂપ આત્મા છીએ, જે ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ શરીરને ચલાવે છે અને નિરાકાર, અમર, અવિનાશી છે. આત્મા તેની ત્રણ શક્તિઓ મન,

બુદ્ધિ અને સંસ્કાર દ્વારા પોતાના શરીર ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ ધરાવે છે. આત્માની વિચારવાની શક્તિને મન કહેવામાં આવે છે. આપણે મનથી વિચાર કરીએ છીએ અને બુદ્ધિથી જોઈ શકીએ તેમજ અનુભવ કરી શકીએ. ચાલો આપણે આ બંને શક્તિઓનો ઉપયોગ કરીએ. આપણે આપણા ઘરથી બહુ જ દૂર છીએ અને ઘર યાદ આવે છે. આપણે ઘરની અંદર તાળું ખોલીને પ્રવેશ કરીએ. સામે દીવાલ ઉપર રાખેલી લગ્નની છબી જોઈએ અને ભૂતકાળ યાદ આવે છે. હવે ફ્રીઝ તરફ જઈએ જ્યાં આપણને ભાવતી મીઠાઈ રાખેલ છે. ફ્રીઝનો દરવાજો ખોલીને ભાવતી ચીજ ખાઈએ, સ્વાદ માણીએ અને અંતે સ્વાદ પૂર્ણ કરવા માટે લીંબુને મોમાં થાળું નીચોવીએ. જો આપણે યોગ્ય રીતે ચિત્ર સામે લાવીએ તો મોમાં લાળ આવે છે. આ મન અને બુદ્ધિ શક્તિનો ઉપયોગ આપણે યોગ અથવા ધ્યાનમાં કરી શકીએ કે જેથી સર્વશક્તિમાન પરમાત્માના જ્ઞાન અને શક્તિથી સ્વયંનું પરિવર્તન કરી શકીએ, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે.

✤

૪. મનુષ્યની અમાપ શક્તિ-સંસ્કાર

દરેક મનુષ્ય આત્માની અંદર ત્રણ શક્તિઓ રહેલી છે. આત્માની વિચારવાની શક્તિને મન, નિર્ણય કરવાની શક્તિને બુદ્ધિ અને મન-બુદ્ધિ દ્વારા વિચાર અને નિર્ણય કરીને જે કર્મ કરવામાં આવે છે, તેની છાપ આત્મા પર પડે છે, જેને યાદ રાખવાની આત્માની શક્તિને સંસ્કાર કહેવામાં આવે છે. મનુષ્ય મન વિવિધ પ્રકારનાં વિચારો કરે છે, જેને રાજયોગનાં નિયમિત અને સતત અભ્યાસ દ્વારા પરિવર્તન કરી શકાય છે. બુદ્ધિ મુખ્યત્વે નિર્ણય લેવાનું કાર્ય કરે છે. દરેક માનવ આત્મામાં વિચાર, વાણી અને વર્તનની અમીટ છાપ આત્મા ઉપર સંસ્કારના રૂપમાં પડે છે, જે આત્મા તેની સાથે લઈ જાય છે, જેમાં વિજ્ઞાનની ભાષામાં અર્ધ-જાગૃત મન કહેવામાં આવે છે, જેમાં સુષુપ્ત મન અને પરમ જાગૃત મન પણ સમાવિષ્ટ થાય છે. વિચાર, વચન કે કર્મ જે આપણે વારંવાર કરીએ જેને ટેવ કે આદત કે ચરિત્ર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, તેને જ સંસ્કાર કહેવામાં આવે છે. સંસ્કારના આધારે જ કોઈપણ મનુષ્ય આત્માની ઓળખ પાપાત્મા, મહાત્મા, ધર્માત્મા કે દેવાત્મા તરીકે થાય છે. ચિત્રમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે માનવ આત્મામાં પાંચ પ્રકારના સંસ્કાર હોય છે, જેમાં માતા-પિતાના સંસ્કાર, પૂર્વજન્મના સંસ્કાર, સંગતના સંસ્કાર, ઈશ્વરદત્ત સંસ્કાર અને પ્રેરક બળથી સર્જિત સંસ્કારનો સમાવેશ થાય છે.

૧. માતા-પિતાના સંસ્કાર :

માનવ આત્મા જે માતાની કૂખેથી જન્મ લે, તે માતા-પિતા, ભાઈ-બહેન તેમજ નજીકના કુટુંબના વ્યક્તિઓની રીતભાત, વ્યવહાર, જીવન જીવવાની પદ્ધતિ વગેરેનો ઊંડો પ્રભાવ બાળકના ઉછેર દરમ્યાન પડે છે. બાળમાનસ ઉપર તેની ખૂબ અસર પડે છે અને આ પ્રકારનાં સંસ્કાર માનવ જીવનમાં કુલ સંસ્કારનો આશરે પાંચમો ભાગ હોય છે, અર્થાત્ આશરે ૨૦% સંસ્કાર માનવ જીવનમાં નજીકના કુટુંબના વ્યક્તિઓના હોય છે. બાળક માતાનાં ગર્ભમાં અને પોતે સમજતા

શીખે ત્યાં સુધી નિર્દોષ અર્થાત્ સંપૂર્ણ આત્માભિમાની હોય છે. આથી બાળકને મહાત્માથી પણ ઉચ્ચ માનવામાં આવે છે. આ સમયે બાળકની ગ્રહણ કરવાની શક્તિ અમાપ હોય છે, જેનું શાસ્ત્રમાં પણ વર્ણન છે. અભિમન્યુ માતાના ગર્ભમાં જ તેને સાંભળેલી યુદ્ધ કરવાની કળા શીખી લે છે. આ સમયે માતાની માનસિક અવસ્થા બાળકનાં માનસ ઉપર વિશેષ પ્રભાવ પાડે છે. આથી માતાની માનસિક સ્થિતિ સાનુકૂળ રહે તે માટે પ્રથમ બાળકનો જન્મ તેના માતા-પિતાને ત્યાં થાય તેવી સામાજિક વ્યવસ્થા હતી. આપણા પૂર્વજો વ્યવહારુ રીતે મહાન મનોચિકિત્સક હતા.

૨. પૂર્વજન્મના સંસ્કાર :

માનવ આત્મા પુનર્જન્મ મનુષ્ય તરીકે લે છે, જે વૈજ્ઞાનિક રીતે પણ પ્રસિદ્ધ થયું છે. આંબાના બીજમાંથી સફરજન મળી ના શકે તેવી જ રીતે માનવમાંથી બીજું કોઈ પ્રાણી કે અન્ય યોનિ બની ના શકે. શાસ્ત્રોમાં જે અન્ય પ્રાણીયોનિમાં માનવીના જન્મ બતાવ્યા છે. અર્થાત્ આવા ડર અથવા ભયને કારણે, માનવ બીજાં માનવને દુઃખ ના આપે અથવા બીજાં પ્રાણીઓની હત્યા ના કરે કે તેનું ભક્ષણ ના કરે, તે

હેતુથી કહેવાયેલું છે, જેને સમજવાની જરૂર છે. ડૉક્ટર બ્રાયન વેઇસ્સ (Dr. Bran Weiss) કે જેઓ કોલંબિયા અને યેલ વિશ્વવિદ્યાલયના પ્રાધ્યાપક છે, જેમણે ઈ. સ. ૧૯૮૦ પછી ૨૦૦૦ માનવીઓને સંમોહન નીંદર (Hypnosis Regression)માં તેમના પૂર્વજન્મમાં લઈ ગયા અને વૈજ્ઞાનિક રીતે પ્રસિદ્ધ કર્યું કે માનવ આત્માનો પૂર્વજન્મ પણ માનવીનો હતો. આવી જ હકીકત અમુક માનવીના પૂર્વજન્મના સ્મરણો, શરીર બહારના અને મૃત્યુ નજીકના અનુભવોમાં પણ પ્રસિદ્ધ થઈ. દરેક આત્મા પોતાના સૂક્ષ્મ શરીર સાથે જાય છે. અર્થાત્ પુનર્જન્મ માનવ-શરીરના સૂક્ષ્મ શરીરના આધારે માનવ તરીકે જ થાય છે. આથી આપણા પૂર્વ-જન્મની ટેવ કે આદત કે સંસ્કાર સાથે આવે છે અને તે પ્રમાણે શરીર તથા પરિસ્થિતિ આપણને મળે છે. આપણે સાથે ભૌતિક ચીજો નથી લેતાં પણ સૂક્ષ્મ ચીજ જેને સંસ્કાર કહેવામાં આવે છે, તે સાથે આવે છે. આ સંસ્કારને ઉત્તેજક મળે છે. અર્થાત્ તે મુજબ સંગ મળે છે, ત્યારે જ જાગૃત થાય છે.

૩. સંગતના સંસ્કાર :

બાળક મોટું થાય ત્યાર બાદ પ્રાથમિક શાળા, માધ્યમિક શાળા, કૉલેજ, વિશ્વવિદ્યાલય વગેરેમાં જાય ત્યારે વિવિધ પ્રકારની સંગત મળે છે, જેમાં સંગતના સંસ્કાર પ્રાપ્ત થાય છે. કોઈ વ્યક્તિને ધુમ્રપાનની ટેવ ના હોય અને તેના મિત્રો આમંત્રણ આપે ત્યારે તેનું મન અનેક વિચાર કરે કે શું નુકસાન અને ફાયદો થાય. અંતે તેની બુદ્ધિ નિર્ણય કરે કે એક વાર ટેસ્ટ કરીને અનુભવ પ્રાપ્ત કરીએ. આ ક્રિયા વારંવાર કરવામાં આવે તો એક ટેવ કે આદત બની જાય. ત્યાર બાદ તેમાં મન અને બુદ્ધિની ભૂમિકાની જરૂર રહેતી નથી. માત્ર સંસ્કારમાંથી વિચાર આવે છે અને તે પ્રક્રિયા મન અને બુદ્ધિની કામગીરી વગર જ કર્મમાં પરિવર્તીત થાય છે. વિચારની ઉત્પત્તિનું સ્થાન મુખ્યત્વે તેની

આસપાસની પરિસ્થિતિ, પ્રતિભાવ અથવા પ્રતિક્રિયા તેમજ ભૂતકાળની સ્મૃતિ (જેમાં ભૂતકાળના જન્મના સંસ્કારોનો પણ સમાવેશ થાય છે) ઉપર આધાર રાખે છે. સંગતના સંસ્કાર આત્મા ઉપર આશરે ૨૦% ભાગ ભજવે છે.

૪. ઈશ્વરદત્ત સંસ્કાર :

ઈશ્વરદત્ત સંસ્કારને પાયારૂપ કે મૂળભૂત સંસ્કાર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જે દરેક મનુષ્ય આત્માને ગમે છે. આ સંસ્કાર આત્મા જ્યારે આ સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર પોતાનું પાત્ર ભજવવા પ્રથમ જન્મ ધારણ કરે છે, ત્યારથી સાથે લઈને આવે છે. આ સાત પ્રકારનાં આત્માના ગુણ છે, જે દરેક પસંદ કરે છે. પ્રથમ ગુણ જ્ઞાન છે, આથી માનવ આત્માને નવીન જાણવાની હંમેશાં ઉત્કંઠા રહે છે. આજીવન માનવ નવું શીખતો રહે છે અને પોતાનું જીવન વધુમાં વધુ સુખ, શાંતિ, આનંદથી ભરપૂર કરે છે. માનવ આત્મામાં અમાપ શક્તિ રહેલી છે, જેનાથી પોતાનું શરીર, ઘર, કાર્યાલય વગેરે ચલાવે છે. વડાપ્રધાન કે પ્રમુખ હોય તો રાષ્ટ્ર કે વિશ્વ ઉપર રાજ્ય કરે છે, જે એક જ્યોતિબિંદુ આત્માની શક્તિ કાર્ય કરે છે. માનવ આત્મા પવિત્ર અર્થાત્ સ્વચ્છ અને શુદ્ધ છે, જે પોતે સ્વચ્છ રહે છે અને પોતાની આસપાસ પણ સ્વચ્છતા રાખે છે તેમજ શુદ્ધ અર્થાત્ અંદર-બહાર એક સમાન રહે છે. અર્થાત્ આત્મા જે વિચારે છે તે બોલશે અને તે પ્રમાણે કાર્ય કરશે. દરેક આત્મા કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં માનવને સત્યનો રાહ જ દર્શાવે છે. બાકીના ચાર ગુણ જેવા કે સુખ, શાંતિ, આનંદ અને પ્રેમ પણ દરેક માનવ આત્મા પોતાના જીવનમાં ઇચ્છે છે. આ સાત ગુણ જ્ઞાન, શક્તિ, પવિત્રતા, સુખ, શાંતિ, આનંદ અને પ્રેમ દરેક માનવ આત્માના પાયારૂપ કે મૂળભૂત છે, જેને ઈશ્વરદત્ત સંસ્કાર તરીકે માનવામાં આવે છે, જે આશરે ૨૦% જેટલાં હોય છે.

૫. પ્રેરકબળથી સર્જિત સંસ્કાર :

મનુષ્ય આત્મા પોતાની ઇચ્છાશક્તિ(will power)ને આધારે પણ દૃઢ સંકલ્પથી પોતાના સંસ્કાર બદલી શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે કોઈ આત્માને પોતાની કુટેવ પસંદ ના હોય અને તેને સાનુકૂળ તેમજ ઉત્સાહજનક પરિસ્થિતિ મળે તો તુરંત અથવા તબક્કાવાર તેને છોડે છે. કોઈ વ્યક્તિ મંદિર, મસ્જિદ, ચર્ચ કે ગુરુદ્વારા જાય છે અને આવી સાનુકૂળતા મળતાં જ પોતાની કુટેવ છોડવા દૃઢ સંકલ્પ કરે છે અને છોડે પણ છે. આવા આશરે ૨૦% સંસ્કાર પ્રેરકબળથી સર્જિત સંસ્કાર દરેક માનવ આત્મામાં રહેલા હોય છે.

સંસ્કાર પરિવર્તન કેવી રીતે થાય ?

માનવ મનના વિચાર, વાણી અને કર્મની તમામ છાપ કે યાદ સંસ્કારનાં રૂપે આત્મા ઉપર અંકિત થાય છે, જેની શરૂઆત હંમેશાં વિચારથી જ થાય છે. કહેવત પણ છે, “જેવું વિચારશો તેવાં બની જશો.” માનવ આત્માનો મુખ્ય ખોરાક જ વિચાર છે. તેથી તમારા વિચારો પ્રત્યે ધ્યાન આપો કારણ કે વિચારો જ શબ્દો બને છે. તમારા શબ્દો પ્રત્યે ધ્યાન આપો. કારણ કે તે છેલ્લે કર્મમાં પરિણમે છે. વિચારો તરફ સભાન રહો, કારણ કે વિચારો ચારે તરફ દીવા-દાંડીની માફક પ્રકૃતિમાં ફેલાય છે. પ્રકૃતિનો સામાન્ય નિયમ છે કે, “જેવું વાવો તેવું લણો” અને પ્રકૃતિ અનેકગણું પાછું આપે છે. ઉદાહરણ તરીકે, અનાજનો એક દાણો કે વૃક્ષનું એક બીજ વાવો તો અનેક અનાજનાં દાણાં તેમજ અનેક વૃક્ષનાં ફળ પ્રાપ્ત થાય છે તેવી જ રીતે પ્રકૃતિમાં નકારાત્મક અથવા હકારાત્મક વિચાર સ્પંદન રૂપે પ્રવાહિત કરવામાં આવે છે, તે અનેકગણું ઉમેરાયને પરત ફરે છે. જેમ બેંકમાં નાણાં મૂકવામાં આવે તો બેંક તેના ઉપર વ્યાજ સહિત નાણાં પરત કરે છે, તે જ રીતે પ્રકૃતિ પણ હકારાત્મક કે નકારાત્મક વિચારમાં તેવાજ વિચાર

ઉમેરીને પરત મોકલે છે. આથી જેવો વિચાર વાવો તેવું કર્મ લણો, જેવું કર્મ વાવો તેવી ટેવ લણો, જેવી ટેવ વાવો તેવું ચરિત્ર લણો અને જેવું ચરિત્ર વાવો તેવું ભાગ્ય લણો. અર્થાત્ કેવું ભાગ્ય બનાવવું તે આપણાં જ હાથમાં છે, જેની શરૂઆત વિચારથી જ થાય છે. પરમાત્મા કોઈનું પણ ભાગ્ય લખતા નથી. આથી આપણે આપણા ભાગ્યનું નિર્માણ શ્રેષ્ઠ વિચારરૂપી બીજ વડે કરીએ. દુનિયાની તમામ સંસ્થાઓ કેવી રીતે વાત કરવી, કેવું કર્મ કરવું તે શીખવે છે, પરંતુ પરમાત્મા જ શું અને કેવું વિચારવું તે કળા શીખવે છે. આપણે આપણા બાળકોનું ભાગ્ય લખવું હોય તો તમામનું ભાગ્ય સર્વશ્રેષ્ઠ લખીએ, તેવી જ રીતે પરમાત્મા પણ તેના બાળકોનું ભાગ્ય સર્વશ્રેષ્ઠ જ લખે. કોઈનું ભાગ્ય સારું અને કોઈનું ખરાબ ન લખે.

પરમાત્મા ભાગ્ય લખવાની કલમ આપણા હાથમાં સોંપે છે, જેનું નિર્માણ આપણે શ્રેષ્ઠ વિચારોથી કરવાનું છે, જે આત્માના સંસ્કાર તરીકે સાથે આવે છે. આથી સંસ્કાર પરિવર્તન વિચાર પરિવર્તન દ્વારા જ થઈ શકે અને સ્વ-પરિવર્તનથી જ વિશ્વ-પરિવર્તન લાવી શકાય. તો ચાલો આપણે સૌ વિચાર પરિવર્તનથી સ્વ-પરિવર્તન લાવીએ, જે વિશ્વ-પરિવર્તનનો આધારસ્તંભ બને છે. આપણે વારંવાર ધ્યાન દ્વારા આપણા શ્રેષ્ઠ સંસ્કાર બનાવી શકીએ છીએ. ચાલો આપણે આપણા વિચારોને સકારાત્મક, શક્તિશાળી, શુદ્ધ અને ઉન્નત બનાવીને પરમાત્માની મદદથી આ પૃથ્વી પર સ્વર્ગનું પુનઃસર્જન કરીએ.

આપણે સંસ્કારના જ્ઞાનના આધારે યોગ કરીએ. આપણે શરીર નહીં પણ આત્મા છીએ. આપણે મન અને બુદ્ધિ દ્વારા જે વિચાર કે કર્મ કરીએ તેની છાપ આત્મા ઉપર પડે છે, જેને સામાન્ય ભાષામાં ટેવ કે આદત કહેવામાં આવે છે, જેનું ચારિત્ર્ય બને છે. આ ચારિત્ર્યના આધારે આપણું ભાગ્ય બને છે. અર્થાત્ આપણે આપણા ભાગ્યના

નિર્માતા છીએ. પરમાત્મા કોઈનું ભાગ્ય લખતા નથી, પરંતુ ભાગ્ય લખવાની વિચારરૂપી કલમ આપણને સોંપી દે છે, જેનાથી પોતાનું ભાગ્ય પોતાની પસંદગી મુજબ બનાવી શકાય. આજથી આપણે દરરોજ સમયાંતરે આપણા વિચારો અને કર્મની તપાસ કરીશું અને તેને પરિવર્તન કરીશું કે જેથી આપણું ભવિષ્ય ઉજ્જ્વળ બને. કોઈપણ પરિસ્થિતિ, પ્રશ્નો, પડકારો, વિઘ્નો વગેરેને શાંત, સ્થિર અને સ્વસ્થ રીતે પાર કરીશું. આપણે સ્વ-પરિવર્તન દ્વારા પરમાત્માની શક્તિથી વિશ્વ પરિવર્તન અવશ્ય કરીશું.

✤

૫. માનવ આત્માનું મૂળ રહેવાનું ઘર

માનવ આત્મા પોતાનાં સંસ્કારનાં આધારે માને છે કે આ દુનિયા જે દૃશ્યમાન છે, તે બરાબર નથી. કોઈ એવી દુનિયા છે, જ્યાં સંપૂર્ણ શાંતિ, શક્તિ, પવિત્રતા છે, જે ખરેખર આપણી દુનિયા છે. આપણે આ ભૌતિક દુનિયાનાં મુસાફર અને મહેમાન છીએ. ઘણાં લોકોને આવી દુનિયાના સાક્ષાત્કાર પણ થયાં છે. દરેક ધર્મ શાસ્ત્રમાં આવી દુનિયાનું વર્ણન જુદા-જુદા નામથી કરવામાં આવે છે, જેને પરમધામ, શાંતિધામ, મુક્તિધામ, નિર્વાણધામ, બ્રહ્મલોક કે આત્માઓની દુનિયા તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ આત્માઓની દુનિયા છે, જ્યાં મનુષ્ય આત્મા અને સર્વ આત્માઓનાં પરમપિતા પરમાત્મા નિવાસ કરે છે, જેને નિરાકારી દુનિયા કહેવામાં આવે છે કે જ્યાં ભૌતિક કે સૂક્ષ્મ શરીરનું અસ્તિત્વ નથી.

ઘણાં લોકોને બીજી એક દુનિયાના સાક્ષાત્કાર પણ થયાં છે, જ્યાં માનવ આત્મા સર્વગુણોથી ભરપુર, સર્વશક્તિઓ સંપન્ન, સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, મર્યાદાઓથી ભરપૂર છે, જેને દેવતા અથવા દેવદૂત તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. બીજી આ દુનિયામાં સંપૂર્ણ સુખ, શાંતિ અને પવિત્રતા છે. દરેક ધર્મશાસ્ત્રમાં આવી દુનિયાનું વર્ણન જુદાં-જુદાં નામથી કરવામાં આવે છે, જેને સ્વર્ગ, હેવન(Heaven), બહિસ્ત, પેરાડાયસ (Paradise) કે સુખધામની દુનિયા તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ દુનિયામાં વિજ્ઞાન અને શાંતિની સંપૂર્ણ સમતુલા છે, જેથી માનવ સુખમાં કોઈ ઊણપ નથી. તેઓ આપણાં જેવા માનવીઓ છે, પરંતુ દિવ્ય ગુણ અને શક્તિઓથી ભરપૂર છે અને તેમની દુનિયામાં કોઈ ઊણપ કે ખામી નથી. આવી દુનિયા આ પૃથ્વી ઉપર હતી જ્યાં મનુષ્ય આત્માઓ દેવતા અથવા દેવદૂત હતી જેને સાકારી દુનિયા કહેવામાં આવે છે. સાકારી દુનિયામાં મનુષ્ય શરીર ભૌતિક અસ્તિત્વ ધરાવે છે, જેને આંખોથી જોઈ શકાય.

ઉપર જણાવ્યા મુજબ મનુષ્ય આત્માને સૂક્ષ્મ શરીર પણ હોય છે, જેને આપણે ભૌતિક આંખોથી જોઈ શકતા નથી. એક એવી પણ દુનિયા છે જ્યાં ભૌતિક શરીર નથી, પરંતુ માત્ર સૂક્ષ્મ શરીર ચેતન અવસ્થામાં છે, જેને આકારી દુનિયા કહેવામાં આવે છે. આ દુનિયામાં વાણીનો વ્યવહાર નથી, પરંતુ ઇશારાની ભાષા છે, ચિત્રો અને રંગોની દુનિયા છે. ચિત્રમાં જણાવ્યા મુજબ આ વિશ્વમાં ત્રણ દુનિયા આવેલી છે.

૧. સાકારી દુનિયા :

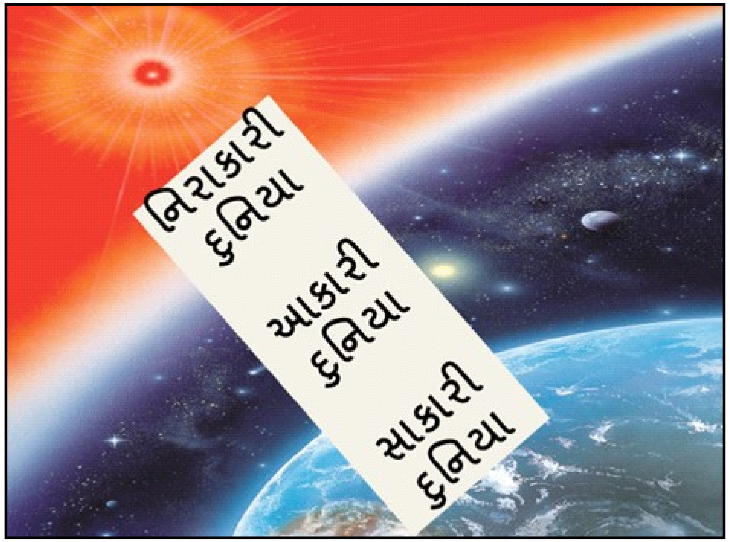
આ દુનિયામાં આપણી પૃથ્વી, તેની આસપાસના ગ્રહો અને ઉપગ્રહો, તારા અને તારામંડળ, આકાશગંગા વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. વિજ્ઞાન પણ આ બધી જગ્યા ઉપર પહોંચવા શક્તિમાન નથી. આ દુનિયાની દરેક વસ્તુ, વ્યક્તિ, પ્રાણી, પશુ, પક્ષી, પદાર્થ વગેરેને પોતાનો આકાર અને પોતાનું અસ્તિત્વ છે. અર્થાત્ તેને જોઈ શકાય, સ્પર્શ કરી શકાય અને અનુભવી શકાય. આકાર અને અસ્તિત્વ ધરાવતી હોવાથી દુનિયા સાકારી દુનિયા તરીકે ઓળખાય છે.

૨. આકારી દુનિયા :

સાકારી દુનિયાની પાર આકારી દુનિયા આવેલી છે, જેમાં આકાર છે પરંતુ અસ્તિત્વ નથી, અર્થાત્ માત્ર પ્રકાશની છાયા છે, જેનો સાક્ષાત્કાર કરી શકાય. આ દુનિયામાં સાકારી દુનિયા જેવો જ આકાર છે, પરંતુ પ્રકાશનો આકાર છે, જેથી તેને સૂક્ષ્મ વતન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ દુનિયામાં દરેક માનવ, પશુ, પક્ષી, વસ્તુ, પદાર્થ વગેરે માત્ર પ્રકાશનો આકાર ધરાવે છે, અર્થાત્ જોઈ શકાય, અનુભવી શકાય પરંતુ સ્પર્શ કરી ના શકાય, કારણ કે તેનું ભૌતિક અસ્તિત્વ હોતું નથી.

૩. નિરાકારી દુનિયા :

આ દુનિયા સાકારી અને આકારી દુનિયાથી પાર અર્થાત્ ઉપર આવેલી છે. આ દુનિયામાં કોઈ પણ પ્રકારનો આકાર કે અસ્તિત્વ



નથી. નિરાકાર અર્થાત્ કોઈ માનવ, પશુ, પ્રાણી, પક્ષી, વસ્તુ કે પદાર્થ જેવો આકાર અથવા સાકાર આ દુનિયામાં નથી, પરંતુ માત્ર આત્માઓ અને આત્માના પિતા પરમાત્મા જ્યોતિર્બિંદુ ચૈતન્ય સ્વરૂપે આ દુનિયામાં રહે છે. આથી આ દુનિયાને નિરાકારી દુનિયા કહેવામાં આવે છે. આ દુનિયામાં આત્માઓ તેમજ પરમાત્મા કે જેઓ એક પરમ આત્મા છે, અર્થાત્ સર્વધર્મ માન્ય, સર્વોપરી, સર્વોચ્ચ, સર્વજ્ઞ અને જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનાં સાગર છે, નિવાસ કરતાં હોવાથી આ દુનિયાને આત્માઓની દુનિયા કહેવામાં આવે છે. આ સાકારી અને આકારી દુનિયાની પણ ઉપર સર્વોચ્ચ સ્થાને આવેલી છે, આથી આ દુનિયાને પરમધામ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ દુનિયા પરમાત્મા કે જેઓ શાંતિના સાગર છે, તેની દુનિયા હોવાથી સદા શાંતિથી ભરપૂર રહે છે, તેથી શાંતિધામ તરીકે પણ ઓળખાય છે. આ દુનિયામાં દરેક આત્મા સ્થૂળ તેમજ સૂક્ષ્મ શરીરથી મુક્ત છે, આથી મુક્તિધામ તરીકે પણ ઓળખાય છે. આ દુનિયામાં વાણીનો વ્યવહાર નથી. આથી આ દુનિયાને નિર્વાણધામ પણ કહેવામાં આવે છે. આ દુનિયા બ્રહ્મ મહાતત્ત્વની બનેલી હોવાથી

તેને બ્રહ્મલોક તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. આ દુનિયા લાલ પ્રકાશથી છવાયેલી રહે છે. જે શક્તિનું પ્રતીક છે, કારણ કે સર્વશક્તિમાન પરમાત્માનું આ ઘર છે.

પરમધામ પરમપિતા પરમાત્માનું શાશ્વત રહેવાનું સ્થાન હોવાથી શક્તિ, શાંતિ અને પવિત્રતાથી ભરપૂર હોય છે. દરેક આત્મા જ્યારે કળિયુગના અંતે પરમધામ પરમાત્મા સાથે જાય છે ત્યારે સંપૂર્ણ બનીને જ જાય છે. દરેક આત્મા પરમાત્માની શ્રીમત મુજબ પુરુષાર્થ કરીને અથવા સજા ખાઈને સંપૂર્ણ બને છે. આથી આપણી આત્મા પોતપોતાનું પાત્ર આ સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ભજવવા માટે પરમધામથી આવે છે, ત્યારે સંપૂર્ણ પવિત્ર અર્થાત્ સતોપ્રધાન(satopradhan) અવસ્થામાં હોય છે. સતયુગમાં આવી આત્માઓ પૂજ્ય દેવી-દેવતા અથવા દેવદૂત સમાન હોય છે. આત્માઓ આ સાકારી દુનિયા ઉપર આવતા પોતાનું મૂળ ઘર પરમધામ અને પરમપિતા પરમાત્માને ભૂલી જાય છે અને પુનર્જન્મના ચક્રમાં સતો, રજો અને તમો અવસ્થામાંથી પસાર થાય છે. અંતે દરેક આત્મા સુખ, શાંતિ અને પવિત્રતા માટે પરમાત્માને પોકારે છે અને પરમાત્માનું આ સૃષ્ટિ ઉપર અવતરણ થાય છે અને પરમાત્મા દરેક આત્માને પોતાના ઘેર પરમધામ ફરી લઈ જાય છે. આત્માઓ અને પરમપિતા પરમાત્માનું આવાગમનનું ચક્ર, આ સૃષ્ટિ અને પરમધામ વચ્ચે સદા આ રીતે ચાલતું રહે છે.

ચાલો આપણે મન અને બુદ્ધિની મદદથી પરમધામની યાત્રા કરીએ, જે ધ્યાન છે. આપણી આત્મા અતિ સૂક્ષ્મ છે, જે આપણા ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ શરીર, બંને શરીરનો માલિક છે. આપણી આત્મા સૂક્ષ્મ શરીરમાં બેસીને ત્રણ ફૂટ ઉપર રહીને માનસિક ચક્ષુથી ભૌતિક શરીર અને આસપાસના વાતાવરણને જુએ છે. આપણું સૂક્ષ્મ શરીર સંપૂર્ણ સફેદ પ્રકાશનું બનેલું છે. આપણી આત્મા સૂક્ષ્મ શરીરના વાહન દ્વારા

ઉપર જાય છે. આપણે આપણા ઘરથી ઉપર, શહેરથી ઉપર, દેશથી ઉપર, દુનિયાથી ઉપર, સૂર્ય, ચંદ્ર, તારામંડળથી પણ ઉપર, ખૂબ જ દૂર કે જે સૂક્ષ્મ વતન છે ત્યાં પહોંચીએ.

અહીં માત્ર સફેદ પ્રકાશનું શરીર છે પણ ભૌતિક શરીર નથી. અહીં તમામ વસ્તુઓને આકાર છે, પરંતુ અસ્તિત્વ નથી અર્થાત્ પ્રકાશ સ્વરૂપ છે. અહીં અવાજ નથી પરંતુ ઇશારાની ભાષા છે. હવે આપણી આત્મા સૂક્ષ્મ શરીરને છોડીને ઉપર, હજુ ઉપર જાય છે કે જ્યાં નિરાકારી પ્રકાશની દુનિયા છે. અહીં સૂક્ષ્મબિંદુ સ્વરૂપ આત્માઓ અને આત્માના પિતા પરમાત્મા રહે છે. અહીં માત્ર લાલ પ્રકાશ છે, જે શક્તિનું પ્રતીક છે કારણ કે આત્માના પિતા, સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા ત્યાં રહે છે. પરમપિતા પરમાત્મા કે જેઓ સર્વ આત્માઓના પિતા, સર્વોપરી, સર્વોચ્ચ, સર્વજ્ઞ, જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના સાગર છે, તેમનું અને સર્વ આત્માઓનું મૂળ રહેવાનું ઘર આ છે. આપણે આત્માઓ તેમના બાળકો હોવાને કારણે તેમની સંપત્તિ પર આપણો અધિકાર છે. આપણે તેમના સ્પંદનો દ્વારા જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના માસ્ટર મહાસાગર બની રહ્યાં છીએ. તે આપણું મધુર અને મૌન ઘર છે, જ્યાંથી આપણે ભૌતિક વિશ્વમાં આપણી ભૂમિકા ભજવવા આવ્યા છીએ.

હવે તેમની શક્તિઓથી ભરપૂર થઈને આપણે સૂક્ષ્મ પ્રદેશમાં પાછા જઈ રહ્યાં છીએ જ્યાં આપણા સૂક્ષ્મ શરીર છે. આપણે તેની તમામ શક્તિઓ સાથે આપણા પ્રકાશના શરીરમાં પ્રવેશીએ અને બધાને મદદ કરવા માટે દેવદૂત જેવા બનીએ. હવે આપણે પાછા નીચે અને વધુ નીચે જઈએ, આપણા ભૌતિક વિશ્વમાં પાછા જઈએ. આપણે આકાશગંગાઓ, તારામંડળો, સૂર્ય, ચંદ્રમાંથી પસાર થઈને આ દુનિયા, દેશ, શહેર, ઘર અને આપણા ભૌતિક શરીરમાં પ્રવેશ કરીએ. મગજની મધ્યમાં બેસીને, કપાળની પાછળની બાજુ, બે ભ્રમરોની વચ્ચે અને

શરીરને નિયંત્રિત કરીએ. આપણે પરમાત્માની શક્તિઓને સ્પંદનો દ્વારા આ ભૌતિક વિશ્વની દરેક આત્માઓ અને તત્ત્વો સુધી પહોંચાડીએ. બધા તેમની શક્તિઓથી શક્તિશાળી, શાંતિપૂર્ણ અને પવિત્ર બને છે. આપણે શક્તિશાળી, શાંતિપૂર્ણ, પવિત્ર અને સુખી આત્માઓ છીએ જે આ વિશ્વને પવિત્ર, શાંતિપૂર્ણ, શક્તિશાળી અને સુખી બનાવે છે.

✤

2

સર્વશક્તિમાન પરમાત્માની સમજણ

૬. પરમપિતા પરમાત્માનો સત્ય પરિચય

દરેક મનુષ્યને પાર્થિવ કે ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ કે પ્રકાશમય અર્થાત્ બે પ્રકારનાં શરીર હોય છે. આ બંને શરીરને ચલાવનાર તો અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદૃશ્ય શક્તિ જ્યોતિબિન્દુ આત્મા છે, જે અજર, અમર, અવિનાશી છે. કોઈ પણ માનવ આત્માનો પરિચય શરીરનાં પાંચ માપદંડનાં આધારે આપી શકાય છે, જેમાં તેનું રૂપ અર્થાત્ સ્ત્રી કે પુરુષ, તેનું નામ, તેનું રહેવાનું સ્થાન, તેનાં ગુણ અને કર્તવ્યનો સમાવેશ થાય છે. પરમાત્મા પણ પરમ આત્મા છે અર્થાત્ એક આત્મા તો છે જ, પરંતુ પરમ છે એટલે કે શ્રેષ્ઠ છે અને સૌથી ઉપર આવેલા પરમધામમાં રહે છે. આથી પરમાત્માનો પરિચય પણ પાંચ માપદંડનાં આધારે આપી શકાય.

૧. પરમાત્માનું સ્વરૂપ :

આપણામાં કહેવત છે કે ''પુત્ર પિતા જેવો અને બાળક તેના માતાપિતા જેવા'' હોય છે. તેવી જ રીતે આત્મા જ્યોતિબિન્દુ સ્વરૂપ છે તો આત્માના પિતા પરમાત્મા પણ આત્માની જેમજ જ્યોતિબિન્દુ

સ્વરૂપ છે. દરેક ધર્મ પરમાત્માને પ્રકાશ કે પ્રકાશપુંજ કે જ્યોતિબિન્દુ તરીકે સ્વીકારે છે. પ્રકાશપુંજ કે પ્રકાશ એક બિંદુ કે પોઇન્ટમાંથી આવે છે. અર્થાત્ પરમાત્મા જ્યોતિબિન્દુ સમાન છે. નવેમ્બર ૨૦૧૮માં ટૉરન્ટો ખાતે ''વિશ્વ ધાર્મિક સંસદ (Parliament of World's Religions)'' મળેલી, જેમાં ૨૦૦ જેટલાં ધર્મના ૧૦૦૦૦ જેટલાં પ્રતિનિધિઓ વિવિધ ધર્મોના વિવિધ પાસાંઓની ચર્ચા કરવા અને વિશ્વશાંતિ માટે મળેલા. આ તમામ ધર્મો પરમપિતા પરમાત્માને પ્રકાશ અર્થાત્ જ્યોતિ અથવા જ્યોતિબિન્દુ સ્વરૂપમાં સ્વીકાર કરે છે. વિશ્વનાં મુખ્ય પાંચ ધર્મોમાં હિન્દુ, ઇસ્લામ, બૌદ્ધ, ક્રિશ્ચિયન અને શીખ ધર્મનો સમાવેશ થાય છે.

હિન્દુ ધર્મમાં પરમપિતા પરમાત્માને શિવ જ્યોતિર્લિન્ગમ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે, જેની પૂજા શિવલિંગમ (શિવ અર્થાત્ કલ્યાણકારી અને લિંગમ અર્થાત્ પ્રકાશનો આકાર) રૂપે કરવામાં આવે છે. ભારતમાં બાર જ્યોતિર્લિંગ આવેલા છે. શિવલિંગની ઉપર એક બિંદુ અને ત્રિપુંડક દર્શાવવામાં આવે છે, જે પરમપિતા પરમાત્માનું રૂપ તેમજ કર્તવ્ય દર્શાવે છે. પરમાત્મા બિંદુસ્વરૂપ છે અને જ્યોતિનું ઉદ્ગમસ્થાન પણ બિન્દુ છે, આથી જ્યોતિર્લિંગ કહેવાય છે. બિંદુની પૂજા કરી શકાય તેથી લિંગ બનાવાયું અર્થાત્ એક આકાર બનાવીને તેના ઉપર બિંદુ સ્થાપન કરીને જ્યોતિર્લિંગ બનાવવામાં આવ્યું. ત્રિપુંડક પરમાત્માના ત્રણ કર્તવ્ય, નવી દુનિયા અર્થાત્ સ્વર્ગની સ્થાપના, તેની પાલના અને જૂની દુનિયા અર્થાત્ કળીયુગનો વિનાશ દર્શાવે છે. આથી ગાયન છે કે, ''બ્રહ્મા દ્વારા સ્થાપના, વિષ્ણુ દ્વારા પાલના અને શંકર દ્વારા વિનાશ'' અર્થાત્ આ ત્રણ કર્તવ્ય કરાવનાર પરમાત્મા શિવ છે, જે ત્રણ દેવતા દ્વારા કરાવે છે, કારણ કે પરમાત્માને પોતાનું શરીર નથી. આથી ગાયન એ પણ છે કે ''બ્રહ્મા દેવતાય નમઃ, વિષ્ણુ દેવતાય નમઃ, શંકર દેવતાય નમઃ, શિવ પરમાત્માય નમઃ'' અર્થાત્ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને શંકર દેવતા છે જ્યારે શિવ પરમાત્મા છે. આ ગાયનનાં આધારે સમજી શકાય કે શિવ અને શંકર અલગ છે. પ્રથમ તો બંનેનાં નામ જુદા છે. આપણે

શિવરાત્રિ બોલીએ છીએ, શંકરરાત્રિ નહીં. આપણે શિવપુરાણ બોલીએ છીએ, શંકરપુરાણ નહીં. સામાન્ય રીતે ઓમ નમઃ શિવાય બોલીએ છીએ. આપણે અજાણતાં બંનેને એક સમાન અથવા એક જ સમજીએ છીએ. ઉપર જણાવ્યા મુજબ, શંકર દેવતા અર્થાત્ રચના છે જ્યારે શિવ પરમાત્મા છે, અર્થાત્ રચતા છે. આથી શિવને દેવોના દેવ, મહાદેવ કહેવામાં આવે છે. શંકર સૂક્ષ્મ વતનવાસી દેવતા છે અર્થાત્ તેમનું નિવાસસ્થાન સૂક્ષ્મ વતન છે, જ્યારે શિવ પરમાત્મા પરમધામ નિવાસી છે, જેને આત્માઓની દુનિયા કહેવામાં આવે છે. શંકર સૂક્ષ્મ દેહધારી દેવતા છે, જેનું શરીર પ્રકાશમય કાયાનું બનેલું છે અને તેમને ભૌતિક શરીર નથી જ્યારે પરમાત્મા નિરાકાર છે અર્થાત્ તેમને કોઈ મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, વનસ્પતિ કે વસ્તુ જેવું શરીર નથી. પરંતુ જ્યોતિબિન્દુ સમાન તેમનું રૂપ છે. શિવનો અર્થ છે, વિશ્વ-કલ્યાણકારી, જે આ દુનિયામાં આવીને સર્વ આત્માઓ અને પ્રકૃતિનું કલ્યાણ કરે છે, આથી તેનું વિશ્વનાથ તરીકે પૂજન કરવામાં આવે છે. જ્યારે શંકર વિનાશના કાર્યમાં નિમિત્ત બને છે, જે આજની વિજ્ઞાન બુદ્ધિ છે, જે અણુબોમ્બ અને મિસાઈલ દ્વારા વિશ્વ-પરિવર્તનના કાર્યમાં મદદગાર બને છે.

રામેશ્વર અર્થાત્ રામના ઈશ્વર પણ શિવ છે, જેની સ્થાપના શ્રીરામ દ્વારા શિવલિંગરૂપે રામેશ્વર ખાતે દર્શાવવામાં આવે છે. તેવી જ રીતે ગોપેશ્વર અર્થાત્ શ્રીકૃષ્ણનાં ઈશ્વર પણ શિવલિંગરૂપે શિવ દર્શાવવામાં આવે છે. પરમાત્મા માનવ આત્માને જ્ઞાન અને શક્તિ દ્વારા અમર બનાવે છે. અર્થાત્ મૃત્યુના ભયથી મુક્ત કરે છે, અર્થાત્ અકાળે મૃત્યુથી છોડાવે છે, આથી તેનું અમરનાથ તરીકે પૂજન થાય છે. પરમાત્મા શિવ જ્ઞાનરૂપી અમૃત આપીને મનુષ્યને દેવતા સમાન બનાવે છે, આથી સોમનાથ તરીકે તેમનું ગુણગાન થાય છે. પરમપિતા પરમાત્મા શિવ મનુષ્યની પશુ જેવી બુદ્ધિને બદલીને દેવતા જેવી બુદ્ધિવાળા માનવ અર્થાત્ દેવતા બનાવે છે, આથી નેપાળમાં તેમની મહિમા પશુપતિનાથ તરીકેની છે. હિન્દુ ધર્મમાં માતા-બહેનોની મહિમા શિવ-શક્તિ તરીકે કરવામાં

આવે છે. જેમ કે મા અંબા, મા દુર્ગા, મા કાલિકા વગેરે, જેમણે શિવ પરમાત્મા પાસેથી અમાપ શક્તિ પ્રાપ્ત કરીને રાક્ષસ જેવી નકારાત્મકતાને હરાવીને દેવપદ પ્રાપ્ત કરેલું. આથી શિવની મહિમા સર્વ-શક્તિમાન પરમાત્મા તરીકે કરવામાં આવે છે.

ઇસ્લામ ધર્મમાં પરમાત્માને અલ્લાહ અર્થાત્ નૂર અર્થાત્ પ્રકાશ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. મક્કામાં કાબાનાં પવિત્ર પથ્થર સંગ-એ-અસવદની પ્રદક્ષિણા કરવામાં આવે છે. જાપાનનાં બૌદ્ધ ધર્મમાં એક પથ્થરને ચિન્કુન્જી અર્થાત્ શાંતિદાતા સ્વીકાર કરીને તેનું ધ્યાન ધરવામાં આવે છે. ક્રિશ્ચિયન ધર્મમાં પરમાત્માને પ્રકાશ(Light) સ્વરૂપે સ્વીકારવામાં આવે છે. શીખ ધર્મમાં પરમાત્માને એક ઓમકાર તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. આથી તમામ ધર્મોમાં પરમાત્માના જ્યોતિબિન્દુ અથવા જ્યોતિ અથવા પ્રકાશ સ્વરૂપનો સ્વીકાર થયેલ છે.

૨. પરમાત્માનું નામ :

પરમાત્માના અનેક નામ મનુષ્ય દ્વારા આપવામાં આવે છે, પરંતુ પરમાત્મા જ્યારે આ દુનિયામાં તેમના વાયદા અનુસાર આવે છે, ત્યારે પોતાનું નામ તેમના કર્તવ્યનાં આધારે દર્શાવે છે. પરમાત્માને પોતાનું ભૌતિક કે સૂક્ષ્મ શરીર નથી, એટલે કોઈ વૃદ્ધ માનવ-શરીરનો આધાર લે છે અને પર-કાયા પ્રવેશ કરે છે, જેની યાદગાર રૂપે શિવના મંદિરમાં ગોધલો કે બેલ(બળદ) દર્શાવવામાં આવે છે. આ વૃદ્ધ શરીરને વિવિધ ધર્મોમાં બ્રહ્મા, આદિદેવ, આદમ, એડમ તરીકે દર્શાવવામાં આવ્યું છે. પરમાત્મા દરેક આત્માના પરમપિતા, પરમશિક્ષક, સદ્‌ગુરુ, કલ્યાણકારી હોવાથી તેમનું નામ શિવ દર્શાવે છે. આ એમનું ગુણવાચક નામ છે, જેને કોઈ માનવ ધર્મ સાથે જોડી ના શકાય. અત્યંત પ્રેમથી તેમને "બાબા" અથવા "શિવબાબા" એવા નામથી ઓળખવામાં આવે છે, જે કોઈ શરીરધારી નથી, અર્થાત્ નિરાકાર પરમપિતા પરમાત્મા છે.

૩. પરમાત્માનું રહેવાનું સ્થાન :

ઘણા લોકો માને છે કે પરમાત્મા સર્વવ્યાપી છે. આપણા શરીરના

પિતાને કોઈ પથ્થર, પ્રાણી, પક્ષી અથવા ગંદકી વગેરે કહે તો આપણને ના ગમે ને, તેવી જ રીતે પરમાત્માને પણ આ બાબત કેવી રીતે ગમે? દરેકમાં પરમાત્માની ભાવના સારી છે અને તે દર્શાવે છે કે કોઈ માનવી બીજા માનવને દુઃખ ના આપે, બીજાનું નુકસાન ના કરે, છેતરે નહીં અને માનવ તેમજ અન્ય પ્રાણીઓની હત્યા ના કરે પણ વાસ્તવમાં એવું નથી... આથી શાબ્દિક રીતે બધામાં આત્મા છે, પરંતુ પરમાત્મા નથી. ઘણા લોકો બ્રહ્મને પરમાત્મા કહે છે, પરંતુ તે આત્મા અને પરમાત્માને રહેવાનું સ્થાન છે. જેમ રાષ્ટ્રપતિ ભવન અને રાષ્ટ્રપતિ જુદા છે, તેવી રીતે બ્રહ્મ અને પરમાત્મા જુદા છે. બ્રહ્મ છઠ્ઠું મહાતત્ત્વ છે, જેમાં આત્મા અને પરમાત્મા રહે છે, જેને પરમધામ કહેવામાં આવે છે.

૪. પરમાત્માના દિવ્ય ગુણ :

પરમપિતા પરમાત્માને ગુણોનાં સાગર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. પરમપિતા પરમાત્માના મુખ્ય અને વિશેષ ૧૮ દિવ્ય ગુણો ચિત્રમાં જણાવ્યા મુજબ છે. પરમાત્મા સર્વોપરી અર્થાત્ તેઓના કોઈ માતા-પિતા, શિક્ષક, સતગુરુ નથી; સત્ય છે મતલબ દુનિયામાં આવીને માનવ-

શરીરનો આધાર લઈને સનાતન સત્ય કહે છે; પતિતપાવન અર્થાત્ મનુષ્ય આત્માઓ અને પ્રકૃતિને પાવન બનાવે છે; જ્ઞાનનાં સાગર હોવાથી આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્રનું જ્ઞાન આપે છે; દુઃખહર્તા અર્થાત્ આત્માઓનું દુઃખ દૂર કરે છે; સુખકર્તા હોવાથી દરેકને સુખ આપે છે; સર્વના મુક્તિદાતા અર્થાત્ સર્વ આત્માઓને આ દુઃખની દુનિયામાંથી મુક્ત કરે છે; સર્વ ધર્મ સ્વીકાર્ય હોવાથી સર્વ ધર્મની આત્માઓ તેમને પરમાત્મા તરીકે સ્વીકારે છે; સર્વથી ન્યારા હોવાથી કોઈના પ્રત્યે મોહ નથી; સર્વદાતા હોવાથી હંમેશાં આપે છે; જ્ઞાનસભર હોવાથી રાજયોગનું તેમજ સૃષ્ટિની શરૂઆત, મધ્ય અને અંતનું જ્ઞાન આપે છે; સર્વોચ્ચ હોવાથી જન્મ-મૃત્યુ, કર્મ અને સૃષ્ટિચક્રમાં આવતા નથી; દિવ્ય-દૃષ્ટિ દાતા હોવાથી સાક્ષાત્કાર કરાવે છે; સર્વ-પ્રભાવ મુક્ત; કર્મ-બંધનથી મુક્ત; જન્મ-મૃત્યુથી મુક્ત; નિરાકારી અર્થાત્ ભૌતિક અથવા સૂક્ષ્મ શરીર નથી, પરંતુ પ્રકાશનું સ્વરૂપ છે; અને મનુષ્ય સૃષ્ટિરૂપી વૃક્ષનું બીજ છે.

૫. પરમાત્માનું દિવ્ય કર્તવ્ય :

પરમાત્મા સર્વ આત્માઓના પિતા હોવાથી સર્વ પ્રત્યે શ્રેષ્ઠ ભાવના ધરાવે છે અને તેમનામાં કોઈ પણ પ્રકારની નકારાત્મકતા નથી. પરમાત્માનાં મુખ્ય ૬ દિવ્ય કર્તવ્ય છે. પરમાત્મા પતિત આત્માઓ અને સૃષ્ટિને પાવન બનાવે છે; તેઓ નવી દુનિયાની સ્થાપના કરાવે છે, જૂની વિકારી દુનિયાનો વિનાશ કરાવે છે, અને નવી નિર્વિકારી દુનિયાનું પોષણનું કાર્ય કરાવે છે; નવા ધર્મની સ્થાપના કરાવે છે અને મનુષ્ય આત્માઓ દ્વારા સ્થાપિત તમામ ધર્મોનો વિનાશ કરાવે છે; માનવ આત્માઓને દેવતા અથવા દેવદૂત બનાવે છે; કળીયુગી દુનિયાને દિવ્ય દુનિયા બનાવે છે; અને મનુષ્ય આત્માઓને મુક્તિ અને જીવનમુક્તિ આપે છે.

ઉપરોક્ત માપદંડોના આધારે, પરમાત્માને કોઈ દેવતા, દેવદૂત, ધર્મના સ્થાપક, ધાર્મિક માર્ગદર્શક, સંત, સાધુ, ફકીર, વિદ્વાન, પંડિત,

મૌલવી, પાદરી વગેરે કહી શકાય નહીં, પરંતુ માત્ર પ્રકાશ અથવા જ્યોતિ અથવા પ્રકાશબિન્દુ કહી શકાય.

હવે આપણે સર્વ આત્માઓના પિતા, પરમાત્માનું ધ્યાન કરીએ. આપણે નિરાકાર, પ્રકાશ સ્વરૂપ, આત્મા છીએ, જે અમર, શાશ્વત અને અવિનાશી છે. આપણા આત્માના પિતા, પરમાત્મા પણ આપણા જેવા નિરાકાર, પ્રકાશ સ્વરૂપ છે. તેમને પ્રેમથી શિવબાબા અથવા બાબા કહેવામાં આવે છે કારણ કે તેઓ સદા કલ્યાણકારી અને દરેક આત્માના પિતા છે. તેઓ આપણી આ માનવીઓની દુનિયામાં રહેતા નથી, પરંતુ સૌથી ઉપરના ધામમાં અર્થાત્ પરમધામમાં રહે છે. પરમાત્મા સર્વોપરી, સત્ય, પતિતપાવન, જ્ઞાનના સાગર, દુઃખહર્તા, સુખકર્તા, મુક્તિદાતા, સર્વથી ન્યારા, સર્વ આત્માઓના સ્વીકાર્ય, સદા દાતા, સર્વોચ્ચ, દિવ્યદૃષ્ટિ દાતા, જન્મ-મૃત્યુથી ન્યારા અને કર્મબંધન મુક્ત છે. તેઓ નવી દુનિયાની સ્થાપના અને પાલના કરાવે છે, જૂની વિકારી દુનિયાનો વિનાશ કરાવે છે, નવા ધર્મની સ્થાપના કરાવે છે, મનુષ્ય આત્માઓ દ્વારા સ્થાપિત તમામ ધર્મોનો વિનાશ કરાવે છે, માનવ આત્માઓને દેવતા અથવા દેવદૂત બનાવે છે, કળિયુગી દુનિયાને દિવ્ય દુનિયા બનાવે છે; અને મનુષ્ય આત્માઓને મુક્તિ અને જીવનમુક્તિ આપે છે. પરમાત્મા, આપણી આત્માઓના પિતા હોવાને કારણે, તેમની બધી શક્તિઓ, જ્ઞાન અને ગુણોનો વારસો આપે છે અને શ્રેષ્ઠ આત્મા બનાવે છે. આપણે તેમના ગુણો અને કર્તવ્યનું ચિંતન કરીને તેમના જેવા બનવાનું છે.

✤

૭. પરમાત્માના પરિચયના આધારસ્તંભ

દરેક મનુષ્ય આત્માની જેમ પરમપિતા પરમાત્મા પણ પ્રકાશ, જ્યોતિ અથવા જ્યોતિબિન્દુ સ્વરૂપ છે. જેઓ જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનાં સાગર છે અને આ દુનિયામાં આવીને પોતાના દિવ્ય કર્તવ્ય સ્થાપના, પાલના અને વિનાશ કરાવે છે. આ પરિચયનાં આધારે પરમાત્મા સર્વ ધર્મ માન્ય, સર્વોચ્ચ, સર્વોપરી, સર્વજ્ઞ, તેમજ જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોનાં સાગર હોય, જેને પરમાત્માના પરિચયના આધારસ્તંભ તરીકે ચિત્રમાં પણ દર્શાવેલ છે.

૧. સર્વધર્મ માન્ય :

વિજ્ઞાન ભૌતિક વસ્તુઓ સાથે જ્યારે આધ્યાત્મિકતા બિન-ભૌતિક વસ્તુઓ સાથે વ્યવહાર કરે છે, જેને આ શરીરની આંખોથી જોઈ ના શકાય. આ આધ્યાત્મિકતાનું વિજ્ઞાનથી સંશોધન કરી ના શકાય. આથી આત્મા અને પરમાત્માને જોઈ ના શકાય, પરંતુ તેનો અનુભવ કરી શકાય. જેમ કે ગુલાબની સુગંધને, મંદ ઠંડા પવનને, પોતાને ભાવતા સ્વાદને આ શરીરની આંખોથી જોઈ ના શકાય, પરંતુ તેનો અનુભવ અવશ્ય કરી શકાય. આ સનાતન સત્ય છે કે, ‘‘પરમાત્મા એક છે, પરમાત્મા સત્ય છે, પરમાત્મા આપણા પિતા છે.’’ આથી કોઈ પણ દેવતા, દેવદૂત (angel), ધર્મ સ્થાપક, ધર્મગુરુ વગેરેને પરમાત્મા કહી ના શકાય. દરેક ધર્મમાં પરમાત્માને જ્યોતિર્લિંગમ, જ્યોતિ અથવા પ્રકાશ સ્વરૂપે સ્વીકારવામાં આવે છે. તેઓ નિરાકાર અર્થાત્ તેમનો આકાર આ દુનિયા પરનાં કોઈ મનુષ્ય, પ્રાણી, પક્ષી, વનસ્પતિ, પદાર્થ કે વૈભવ જેવો નથી. દરેક ધર્મ પરમાત્માને એક સનાતન પ્રકાશ (Light) તરીકે સ્વીકારે છે. માનવ આત્માઓ જીવાત્મા છે, જ્યારે તેઓ પરમાત્મા છે, અર્થાત્ તેઓને મનુષ્ય આત્માની જેમ ભૌતિક કે સૂક્ષ્મ શરીર નથી. આથી તેઓને અપાર્થિવ, અશરીરી અથવા નિરાકાર કહેવામાં આવે છે.

૨. સર્વોચ્ચ :

પરમાત્મા સર્વોચ્ચ છે, અર્થાત્ સર્વથી ઉચ્ચ છે અને તેમનાથી ઉપર કોઈ પણ નથી. તેમનાં માતા-પિતા, શિક્ષક કે ગુરુ કોઈ નથી, પરંતુ તે તમામ મનુષ્ય આત્માઓનાં માતા-પિતા, શિક્ષક, સતગુરુ, મિત્ર, ચિકિત્સક, સાજન વગેરે છે. દરેક આત્માનાં સર્વસંબંધી પરમાત્મા છે. કોઈપણ દેવતા અથવા દેવદૂત(Angel)ને પોતાના માતા-પિતા, શિક્ષક, ગુરુ વગેરે છે અને પોતાનું શરીર છે. આથી તેમને પરમાત્મા કહી ના શકાય. પરમાત્મા દયા, કરુણા, અહિંસા અને કૃપાના સાગર છે, આથી કોઈ પણ આત્માને દુઃખ, દર્દ, પીડા વગેરે આપી ના શકે, કોઈની હિંસા કરી ના શકે. આથી દરેકમાં આત્મા છે, પરંતુ પરમાત્મા નથી અર્થાત્ પરમાત્મા સર્વવ્યાપી નથી. તેઓ આ દુનિયામાં ના હોવાથી માનવ આત્મા તેઓને બોલાવે છે. તેઓ સર્વોચ્ચ હોવાથી આવીને માનવ આત્માને તેમના જેવા ઉચ્ચ અર્થાત્ તેમની સમાન જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોથી સમાન બનાવે છે. આથી દેવતાઓની આગળ ભગવાન-ભગવતી એક અટકની જેમ લગાવવામાં આવે છે.

પરમાત્માના પરિચયના આધારસ્તંભ

- સર્વધર્મ માન્ય : દરેક ધર્મની આત્માઓ સ્વીકાર કરે
- સર્વોચ્ચ : તેને માતા-પિતા, ગુરુ, શિક્ષક નથી.
- સર્વોપરી : તેઓ સૃષ્ટિ-ચક્ર, શરીર અને કર્મથી ન્યારા
- સર્વજ્ઞ : તેઓ ત્રિકાલદર્શી, ત્રિનેત્રી અને ત્રિમૂર્તિ
- સાગર : તેઓ જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોનાં સાગર

૩. સર્વોપરી :

પરમાત્મા સર્વોપરી અર્થાત્ સર્વનાં ઉપરી છે, આથી તેઓ શરીરથી ઉપર અર્થાત્ અશરીરી છે, તેમને ભૌતિક કે પ્રકાશનું માનવ શરીર નથી. પરમાત્મા પ્રકૃતિથી પણ ઉપર અર્થાત્ ન્યારા છે, તેઓ સૃષ્ટિચક્રમાં આવતા નથી. આ પ્રકૃતિ કે દુનિયા ‘‘તદ્દન નવી, નવી, મધ્યમ અને

કનિષ્ટ'' અર્થાત્ ''સતોપ્રધાન, સતો, રજો અને તમો'' મતલબ ''સતયુગ, ત્રેતાયુગ, દ્વાપરયુગ અને કલીયુગ'' વગેરે પ્રક્રિયામાંથી પસાર થાય છે, જ્યારે પરમાત્મા આ સૃષ્ટિચક્રમાં આવતા નથી. તમામ માનવ આત્મા આ પ્રકૃતિનાં પાંચ તત્ત્વમાં અર્થાત્ શરીરમાં તેમજ સૃષ્ટિચક્રમાં બંધાયેલ છે, જ્યારે પરમાત્મા પ્રકૃતિનાં પાંચ તત્ત્વોના શરીરથી અને સૃષ્ટિચક્રથી ઉપર છે મતલબ તેમાં બંધાયમાન નથી. તેઓ માનવ જેવું શરીર ધરાવતા નથી. આથી કર્મ બંધનમાં આવતા નથી, અર્થાત્ કર્મ બંધનથી ઉપર અથવા ન્યારા છે.

૪. સર્વજ્ઞ :

પરમાત્મા સર્વજ્ઞ છે, જેવો આ મનુષ્ય સૃષ્ટિની શરૂઆત, મધ્ય અને અંત વિષે જાણે છે. તેઓ ત્રિકાલદર્શી મતલબ ભૂતકાળ, વર્તમાનકાળ અને ભવિષ્યકાળ એમ ત્રણેય કાળને જોઈ શકે છે. તેઓ ત્રિનેત્રી અર્થાત્ ત્રીજું નેત્ર ધરાવે છે, જે જ્ઞાનનું ત્રીજું લોચન છે, જેના દ્વારા ત્રણેય કાળને જોઈ શકે છે અને તેને જાણી શકે છે. તેઓ ત્રિપુટી (Trinity) દ્વારા પોતાનું શરીર ન હોવાથી કાર્ય કરે છે. આ ત્રિપુટી એ ત્રણ દેવતા કે દેવદૂત (Angel) છે, જેને વિવિધ ધર્મોમાં વિવિધ નામથી ઓળખવામાં આવે છે. પરમાત્માને પોતાનું શરીર ન હોવાથી તેમનું મહાન કાર્ય – સ્થાપના, પાલના અને વિનાશનું કાર્ય, આ ત્રિપુટી દ્વારા તેઓ કરાવે છે. તેઓ નવી સ્વર્ગીય દુનિયાની સ્થાપના, જૂની કળિયુગી દુનિયાનો વિનાશ અને નવી સ્વર્ગીય દુનિયાની પાલનનું કર્તવ્ય આ ત્રિપુટી દ્વારા કરાવડાવે છે. જૂની કળિયુગી દુનિયામાં જ નવી સ્વર્ગીય દુનિયાની સ્થાપના થાય છે. અર્થાત્ નવી સ્વર્ગીય દુનિયાની સ્થાપના સાથે જૂની કળિયુગી દુનિયાનો વિનાશ થાય છે, પરંતુ આ દુનિયાનો સંપૂર્ણ પ્રલય થતો નથી.

૫. સાગર :

પરમાત્મા અસીમ જ્ઞાનનાં સાગર છે. કહેવાય છે કે, ''સમગ્ર

સૃષ્ટિનો કાગળ બનાવવામાં આવે, તમામ સમુદ્રની શાહી બનાવવામાં આવે, વિશ્વના બધાજ જંગલોની કલમ બનાવવામાં આવે અને વિદ્યાની દેવી તેમનાં ગુણ લખવા બેસે તો પણ તેમની મહિમા સંપૂર્ણ લખી ના શકાય.'' તેઓ આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્રનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન આપે છે, રાજ્યોગનો અભ્યાસ કરાવે છે, દિવ્ય ગુણોની ધારણા કરાવડાવે છે અને સ્વપરિવર્તન દ્વારા વિશ્વ-પરિવર્તનનું મહાન કાર્ય મનુષ્ય આત્માઓ દ્વારા કરાવડાવે છે. રાજયોગના અભ્યાસ દ્વારા માનવ આત્માઓને પરમાત્મા મુખ્યત્વે સાત શક્તિઓ જેવી કે સમાવવાની શક્તિ, સહનશક્તિ, સમેટવાની શક્તિ, સંકોચવાની શક્તિ, સહયોગ શક્તિ, સામનો કરવાની શક્તિ, નિર્ણય શક્તિ અને પરખવાની શક્તિ આપે છે, જેના આધારે તેને શક્તિઓના સાગર તરીકે યાદ કરવામાં આવે છે. આ આઠ શક્તિઓ માનવ આત્માઓ પરમાત્મા દ્વારા પ્રાપ્ત કરીને સંપૂર્ણ દિવ્ય માનવી બને છે, આથી ચિત્રોમાં આઠ ભૂજાધારી દેવીઓને શિવશક્તિ તરીકે દર્શાવવામાં આવે છે. મનુષ્ય આત્માઓ પરમાત્મા પાસેથી જ્ઞાન અને યાદના આધારે કુલ ૩૬ ગુણો પ્રાપ્ત કરે છે, જેમાં મુખ્ય આઠ ગુણો જેવા કે પવિત્રતા, અંતરમુખતા, ધૈર્યતા, નિર્ભયતા, મધુરતા, નમ્રતા, હર્ષિતમુખતા અને સહનશીલતાનો સમાવેશ થાય છે. આથી પરમાત્માને ગુણોના સાગર તરીકે યાદ કરવામાં આવે છે.

ચાલો આપણે પરમાત્માનું ધ્યાન કરીએ. આપણે જ્યોતિબિન્દુ પ્રકાશ સ્વરૂપ આત્મા છીએ. આપણે પરમાત્માના સંતાન છીએ. આપણી આત્માના પિતા પરમાત્મા પણ આપણી જેવા જ જ્યોતિબિન્દુ પ્રકાશ સ્વરૂપ છે. તેઓને પ્રેમથી પિતા અથવા બાબા કહેવામાં આવે છે, જેઓને પોતાનું શરીર નથી અને સૌથી ઊંચા પરમધામમાં રહે છે. તેઓ સર્વ ધર્મ આત્માઓના પિતા છે કે જેઓ દરેક ધર્મમાં સ્વીકાર્ય છે. પરમપિતા પરમાત્મા સર્વોચ્ચ છે અર્થાત્ તેઓ તમામ આત્માઓના માતા, પિતા, શિક્ષક અને સતગુરુ છે, પરંતુ તેમના કોઈ માતા, પિતા, શિક્ષક કે સતગુરુ નથી. તેવો સર્વોપરી છે અર્થાત્ તેઓ જન્મ-મરણના ચક્રમાં,

કર્મ બંધનમાં કે સૃષ્ટિચક્રના બંધનમાં આવતા નથી. તેઓ સર્વજ્ઞ છે અર્થાત્ તેઓ ત્રિકાળદર્શી છે, જેથી તેઓ ભૂતકાળ, વર્તમાનકાળ અને ભવિષ્યકાળને જોઈ શકે છે, ત્રિનેત્રી છે મતલબ સત્ય જ્ઞાનનું ત્રીજું નેત્ર ધરાવે છે અને આત્માઓને તે સત્ય જ્ઞાન આપે છે જેનાથી મનુષ્ય આત્માઓને દેવતા કે દેવદૂત બનાવે છે અને ત્રિમૂર્તિ છે, જેથી તેઓ ત્રણ દેવતા કે દેવદૂત દ્વારા નવી સૃષ્ટિની સ્થાપના, તેની પાલના અને જૂની દુનિયાનો વિનાશ કરાવે છે. તેઓ સત્ય જ્ઞાન, સર્વશક્તિઓ અને સર્વગુણોના સાગર છે, જેથી માનવ આત્માઓને તેમના સમાન બનાવે છે. આપણે પરમાત્માના સંતાન હોવાથી આપણે પણ જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના માસ્ટર સાગર છીએ અને તેના સ્પંદનો વાતાવરણમાં ફેલાય છે, જેનો અનુભવ સર્વઆત્માઓ અને પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વો પણ કરે છે અને શુદ્ધ બને છે.

✤

૮. પરમાત્માની માન્યતાઓની સમજ

આત્મા જે ભૌતિક અને પ્રકાશમય શરીરને ચલાવે છે તે અપાર્થિવ, નિરાકાર, આધ્યાત્મિક, અદશ્ય શક્તિ છે, જે અમર્યાદિત પ્રકાશ (આત્મા) અથવા પ્રકાશના બિન્દુનો સ્રોત છે, જે અજર શાશ્વત, અમર અને અવિનાશી છે. આત્માની જેમ જ પરમપિતા પરમાત્મા પણ પ્રકાશ, જ્યોતિ અથવા જ્યોતિબિન્દુ સ્વરૂપ છે, જેને પ્રેમથી ''બાબા'' અર્થાત્ ''પરમપિતા'' કહેવામાં આવે છે, જેઓ પરમધામમાં રહે છે, જેઓ જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનાં સાગર છે, જેઓ આ દુનિયામાં આવીને પોતાના દિવ્ય કર્તવ્ય – સ્થાપના, પાલના અને વિનાશ, ત્રિમૂર્તિ દ્વારા કરે છે. આથી પરમાત્મા સર્વધર્મ માન્ય, સર્વોચ્ચ, સર્વોપરી, સર્વજ્ઞ તેમજ જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોનાં સાગર છે. આ પરિચયનાં આધારે પરમાત્મા વિષેની વિવિધ માન્યતાઓ જે ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે તેને સમજી શકાય.

૧. પ્રકૃતિ પરમાત્મા છે :

પરમપિતા પરમાત્માનાં અનેક દિવ્ય ગુણોમાં એક ગુણ, દાતા અથવા મદદ કરનારનો છે. આથી પ્રકૃતિનાં જે તત્ત્વમાં દાતા અથવા મદદ કરવાનો ગુણ છે તેને પરમાત્મા કે ભગવાન તરીકે સ્વીકાર કરવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે, સુર્ય પ્રકાશ અને શક્તિ આપે, અર્થાત્ સૂર્યપ્રકાશથી જ વનસ્પતિના ક્લોરોફિલની મદદથી તેનો વિકાસ થાય અને સૃષ્ટિનાં તમામ પ્રાણી, પક્ષી વગેરે જીવોનું જીવન શક્ય બને. આથી સૂર્ય ભગવાન તરીકે પૂજવામાં આવે છે. ચંદ્રમાં શીતળતા આપે આથી ચંદ્ર ભગવાન તરીકે માનવામાં આવે છે. પૃથ્વી દરેક જીવને રહેવા માટેનું સ્થાન આપે અને પોષણ કરે છે, આથી તેને પૃથ્વી માતા તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. આની પાછળની ભાવના બહુ જ ઉચ્ચ અને મહાન છે, પરંતુ આ પ્રકૃતિનાં તત્ત્વો છે. જેનાથી સર્વ પરિચિત છે. તેમાં ચેતના નથી, જ્યારે પરમાત્મા સત્-ચિત્-આનંદ સ્વરૂપ છે, અર્થાત્ ચેતના ધરાવતી મહાસત્તા છે. આથી પ્રકૃતિને પરમાત્મા સમાન આ ગુણમાં કહી શકાય, પરંતુ પરમાત્મા એક છે, સત્ય છે અને સર્વ આત્માઓના પિતા પણ છે.

૨. આત્મા પરમાત્મા છે :

દરેક મનુષ્ય, પ્રાણી કે પક્ષીનાં જીવમાં આત્મા રહેલો છે, જેને વિજ્ઞાન ચેતના કે શક્તિ કહે છે, જેનાથી શરીર ચાલે છે. આ આત્મા શરીરની કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા પ્રકૃતિ સાથે આદાન-પ્રદાન અર્થાત્ ક્રિયા-પ્રતિક્રિયાથી પ્રવૃત્તિ કરે છે. એક માનવ આત્મા બીજાં મનુષ્યને ઈજા ના પહોંચાડે, દગો ના કરે અથવા મારી નાખે નહીં, તે આશયથી આત્મામાં પરમાત્મા રહેલો છે, તેમ કહેવાય છે. મનુષ્ય આત્મા બીજા પ્રાણી, પક્ષીને અથવા કોઈ પણ જીવને ઈજા ન પહોંચાડે, કે તેનું ભક્ષણ ના કરે તે હેતુથી દરેક જીવમાં પરમાત્મા રહે છે, તેવું કહેવામાં આવે છે. આત્મામાં પરમાત્મા રહે છે, તે પાછળની ભાવના બહુ જ ઉચ્ચ છે. માનવ આત્મા ગુણોમાં પરમાત્મા સમાન બને છે, જેને સંપૂર્ણ માનવ અર્થાત્ દેવતા કે દેવદૂત કહેવામાં આવે છે. માનવ આત્મા અને પરમાત્મા બંને અલગ અસ્તિત્વ ધરાવે છે તેમજ બંનેના નામ, રૂપ, રહેવાનું સ્થળ, ગુણો અને કર્તવ્ય સંપૂર્ણ જુદા છે.

પરમાત્મા વિષેની માન્યતાઓ

- પ્રકૃતિ પરમાત્મા છે.
- આત્મા પરમાત્મા છે.
- બ્રહ્મ પરમાત્મા છે.
- પરમાત્મા સર્વવ્યાપી છે.
- પરમાત્મા નિરાકાર છે.
- પરમાત્મા દેવતા અથવા દેવદૂત છે.
- પરમાત્મા નામરૂપથી ન્યારા છે.

૩. બ્રહ્મ પરમાત્મા છે :

બ્રહ્મ એ છઠ્ઠું તત્ત્વ છે, જે આ પ્રકૃતિનાં પાંચ તત્ત્વોથી પાર અર્થાત્ દૂર છે, જ્યાં માનવ-શરીર કે પ્રકૃતિ જઈ શકતા નથી. મનુષ્ય આત્માને બે શરીર છે, પ્રકાશમય (aura) અને સ્થૂળ (physical) શરીર, બેમાંથી

એકપણ શરીર ત્યાં જઈ શકતું નથી. માનવ આત્મા જ ત્યાં જઈ શકે છે. જેમ રાષ્ટ્રપતિ ભવન અને રાષ્ટ્રપતિ જુદા છે, તેવી જ રીતે આત્મા અને બ્રહ્મ બંને જુદા છે. જેવી રીતે રાષ્ટ્રપતિ ભવન એ રાષ્ટ્રપતિને રહેવાનું સ્થાન છે, તેવી રીતે આત્મા અને પરમાત્માને રહેવાનું સ્થાન બ્રહ્મ તત્ત્વ છે, પરંતુ તેનો આકાર અંડાકાર હોવાથી તેને બ્રહ્માંડ કહેવામાં આવે છે. આથી બ્રહ્મ કે બ્રહ્માંડ પરમાત્મા નથી, પરંતુ આત્મા અને પરમાત્માને રહેવાનું સ્થાન છે. જેને પરમધામ, બ્રહ્માંડ, શાંતીધામ કે નિરાકારી દુનિયા તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

૪. પરમાત્મા સર્વવ્યાપી છે :

દરેક આત્મામાં ઈશ્વરીય ગુણો રહેલા છે, જેનો સર્જનહાર પરમપિતા પરમાત્મા છે. ગુણોમાં સમાનતા હોવાને કારણે પરમાત્માને સર્વવ્યાપી કહી ના શકાય. ઉદાહરણ તરીકે, પુત્ર અને લૌકિક પિતાના ગુણો સમાન હોય તો પણ પુત્રને પિતા ના કહેવાય, બંનેનું અસ્તિત્વ જુદું છે. આવી રીતે જોતાં પરમાત્મા સર્વવ્યાપી અર્થાત્ દરેકમાં છે, તેવું કહી ના શકાય. દરેકમાં તેમની આત્મા રહેલી છે, જે શરીરનું સંચાલન કરે છે અને પરમાત્મા અલગ અસ્તિત્વ ધરાવે છે. આ માન્યતા પાછળની ભાવના બહુ જ ઉચ્ચ છે. એક આત્મા બીજી આત્માને કષ્ટ ના આપે, બીજાને દગો ના કરે, બીજાને મારી ના નાખે, તેવી ઉચ્ચ ભાવનાને આધારે પરમાત્માને સર્વવ્યાપી કહેવામાં આવે છે. સર્વમાં પરમાત્મા રહેતા હોય તો વિશ્વની આ તમોગુણી હાલત શક્ય નથી. વાસ્તવમાં પરમાત્મા એક છે, સત્ય છે અને સર્વ માનવ આત્માઓના પિતા પણ છે.

૫. પરમાત્મા નિરાકાર છે :

પરમાત્માને કોઈ પણ મનુષ્ય, પ્રાણી, પક્ષી, વનસ્પતિ, વસ્તુ, વૈભવ વગેરે જેવો આકાર નથી. અર્થાત્ તેનો આકાર આ દુનિયાની કોઈ પણ વસ્તુ, પદાર્થ કે જીવ જેવો નથી. પરંતુ તેમને આકાર જરૂર છે, જે તેનું રૂપ છે. પરમાત્માનું રૂપ કે આકાર દરેક માનવના ધર્મ દ્વારા સ્વીકાર્ય છે, જે જ્યોતિબિન્દુ કે જ્યોતિ (પ્રકાશ) સ્વરૂપ છે. જ્યોતિ કે પ્રકાશ

કોઈ એક બિંદુમાંથી જ બહાર આવે છે આથી પરમાત્મા જ્યોતિબિન્દુ કહેવાય. આથી પરમાત્માને અપાર્થિવ, અશરીરી, પ્રત્યક્ષ કે પાર્થિવ અસ્તિત્વ વિનાના, પ્રત્યક્ષ દેખાય નહીં તોય દુનિયાની નજરે અસ્તિત્વ ધરાવતા, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદશ્ય સર્વોચ્ચ સત્તા માનવામાં આવે છે. આપણી આત્મા પણ સૂક્ષ્મ તે સૂક્ષ્મ જ્યોતિબિન્દુ છે, જેને જોઈ શકાય નહીં, પરંતુ શરીર દ્વારા અનુભવ કરી શકાય, તેવી જ રીતે આત્માના પિતા પરમપિતા પરમાત્મા પણ આત્મા જેવા જ જ્યોતિબિન્દુ છે.

૬. પરમાત્મા દેવતા અથવા દેવદૂત છે :

પરમાત્માને પોતાનું ભૌતિક કે સૂક્ષ્મ શરીર નથી, જ્યારે દેવતાઓને પણ બંને શરીર છે અને દેવદૂતને માત્ર સૂક્ષ્મ શરીર છે. દેવતા અને દેવદૂતના ગુણો પરમાત્મા સમાન હોય છે પરંતુ તેઓ શરીરધારી છે અને પરમાત્માની રચના છે. પરમાત્મા એક છે, સત્ય છે અને સર્વ માનવ આત્માઓના પિતા પણ છે.

૭. પરમાત્મા નામરૂપથી ન્યારા છે :

આ દુનિયામાં કોઈ પણ વસ્તુ કે જીવને નામ, રૂપ વગેરે છે તો પછી આ દુનિયાના રચતા ભલા નામ રૂપથી ન્યારા કેવી રીતે હોઈ શકે? તેમનું સનાતન નામ કલ્યાણકારી અર્થાત્ શિવ છે. તેમનું રૂપ જ્યોતિબિન્દુ કે જ્યોતિ (light) સ્વરૂપ છે અને જ્યોતિ (light) એક બિંદુમાંથી જ બહાર આવે છે, આથી પરમાત્માનું સ્વરૂપ જ્યોતિબિન્દુ સમાન છે. જેવી રીતે આકાશ પોલાણ છે છતાં પણ નામ છે, તેવી રીતે પરમાત્માને પોતાનું નામ અને રૂપ છે.

આ રીતે જોતા પરમાત્મા વિષેની માન્યતાઓ પાછળની ભાવના બહુ જ ઉચ્ચ છે પરંતુ તેની સમજ પણ બહુ જ જરૂરી છે.

ચાલો આપણે પરમાત્માના યોગનો અભ્યાસ કરીએ. આપણે અનન્ય પ્રકાશના સ્રોત છીએ અને ત્રણ શક્તિઓ ધરાવતાં પ્રકાશબિંદુ છીએ, જે મન, બુદ્ધિ અને સંસ્કાર છે. આપણે પરમાત્માના સંતાન છીએ, જે આપણા જેવા છે અર્થાત્ પ્રકાશ સ્વરૂપ અથવા પ્રકાશબિંદુ છે અને

દરેક આત્માના પિતા છે, આથી આત્મા એ પરમાત્મા નથી અને તેવો સર્વવ્યાપી નથી. તેવો સર્વોચ્ચ પરમધામમાં રહે છે, જેને બ્રહ્માંડ કહેવામાં આવે છે, આથી તેવો બ્રહ્મ તત્ત્વ નથી. તેઓ ત્રિમૂર્તિ હોવાથી નવી દુનિયાની સ્થાપના અને તેની પાલના તેમજ જૂની દુનિયાનો વિનાશ ત્રણ દેવતા અથવા દેવદૂત દ્વારા કરાવે છે. આથી તેઓ દેવતા કે દેવદૂત નથી. તેમનો આકાર કોઈપણ માનવી, પશુ, પક્ષી, વનસ્પતિ, પદાર્થ જેવો નથી. આથી નિરાકાર કહેવાય છે. તેઓ દરેક આત્માનું કલ્યાણ પિતા તરીકે કરે છે. આથી નામ શિવબાબા અથવા પિતા છે અને તેમનો આકાર પ્રકાશ સ્વરૂપ છે, અર્થાત્ નામરૂપથી ન્યારા નથી. તેઓ પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વોથી પાર છે અર્થાત્ પ્રકૃતિ પરમાત્મા નથી. આપણે તેમના સંતાન હોવાથી તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો માસ્ટર સાગર છીએ. આપણે તેમની શક્તિઓને આસપાસ સ્પંદનો દ્વારા ફેલાવીને વિશ્વ અને પ્રકૃતિને પણ તેમની શક્તિઓ દ્વારા શાંતિપૂર્ણ, શક્તિશાળી અને શુદ્ધ બનાવીએ.

✤

3

રાજયોગની સમજણ

૯. આત્મા અને પરમાત્માનું મિલન

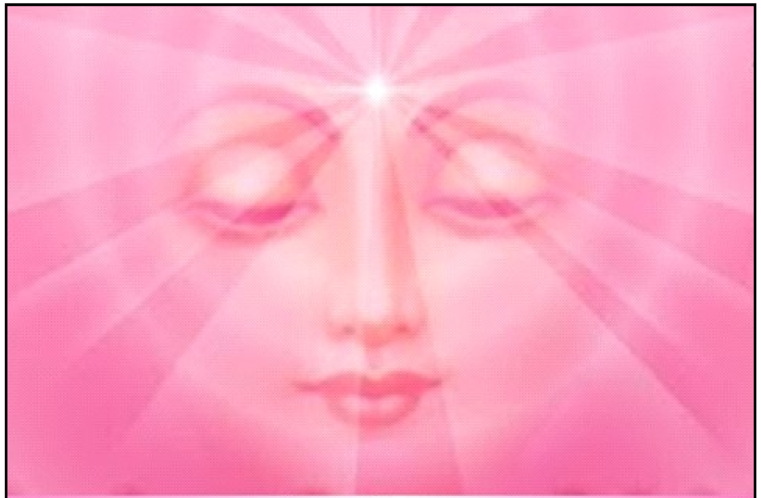
દરેક મનુષ્યના ભૌતિક અને પ્રકાશમય શરીરને ચલાવનાર તો અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદશ્ય શક્તિ જ્યોતિબિન્દુ આત્મા છે. જે અજર, અમર, અવિનાશી છે. આત્માની જેમ જ પરમપિતા પરમાત્મા પણ પ્રકાશ અથવા જ્યોતિબિન્દુ સ્વરૂપ છે, જેને પ્રેમથી ''બાબા'' અર્થાત્ પરમપિતા કહેવામાં આવે છે, જેઓ પરમધામમાં રહે છે. આ દુનિયામાં આવીને પોતાના દિવ્ય કર્તવ્ય – સ્થાપના, પાલના અને વિનાશ, ત્રિમૂર્તિ દ્વારા કરે છે. પરમાત્મા સર્વધર્મ માન્ય, સર્વોચ્ચ, સર્વોપરી, સર્વજ્ઞ તેમજ જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોનાં સાગર છે.

યોગ શબ્દ સંસ્કૃત ભાષાના શબ્દ યુજ (yuj) ઉપરથી આવેલો છે, જેનો અર્થ થાય છે – જોડાણ અથવા મિલન. આથી જોડાણ ત્રણ પ્રકારના હોય છે. ભૌતિક દૃષ્ટિકોણથી બે વસ્તુઓ વચ્ચેનું જોડાણ, જેમ કે ખાંડને દૂધમાં ઉમેરવી; માનસિક દૃષ્ટિકોણથી બે વ્યક્તિ કે વ્યક્તિ અને વસ્તુ વચ્ચેનું જોડાણ જેમ કે કોઈપણ વ્યક્તિ કે વસ્તુ વિષે વિચારવું; અને આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિકોણથી આત્મા અને પરમાત્મા

વચ્ચેનું જોડાણ, જેમાં આત્મા સમજીને પરમાત્માની શક્તિઓ અને ગુણોનું ચિંતન કરીને તેમાં તેના સમાન બનવું. રાજ અર્થાત્ રાજા બનવું કે રહસ્ય જાણવું; મતલબ આપણી કર્મેન્દ્રિયોના રાજા બનવું તેમજ આત્મા, પરમાત્મા અને મનુષ્ય સૃષ્ટિના ચક્રના રહસ્યને જાણવું.

રાજયોગને સર્વ યોગોનો રાજા પણ કહેવામાં આવે છે, કારણ કે તેમાં તમામ પ્રકારના યોગ સમાવિષ્ટ છે. આથી રાજયોગનો અભ્યાસ અર્થાત્ ચિત્રમાં દર્શાવ્યા મુજબ કર્મ કરતાં પોતાને આત્મા સમજીને પરમાત્માને પરમધામમાં શુદ્ધ સંકલ્પ દ્વારા યાદ કરવા. કર્મયોગ એક પ્રકારનો રાજયોગ છે. જેમાં ઘરનું કે ઘર-બહારનું કાર્ય કરવાની સાથે પરમાત્માને મન અને બુદ્ધિથી યાદ કરવા. આથી રાજયોગ ખુલ્લી આંખે કરવાનો યોગ છે, અર્થાત્ આ યોગમાં આંખો બંધ કરવાની જરૂર નથી, કારણ કે બંધ આંખો દ્વારા કર્મ કરી શકાય નહીં. ખુલ્લી આંખો હોવાથી મન દ્વારા માત્ર સિમિત વિસ્તાર જોઈ શકાય છે, જ્યારે બંધ આંખો દ્વારા મનને સમગ્ર વિશ્વનું મેદાન ફરવા માટે મળી જાય છે. બંધ આંખો હોય તો થાકની પરિસ્થિતિમાં ઉંઘ પણ આવી શકે છે. આ ત્રણ કારણોને લીધે રાજયોગ ખુલ્લી આંખો દ્વારા કરવામાં આવે છે. રાજયોગ એક પ્રકારનો કર્મયોગ હોવાથી આત્મા પરમાત્માને હાલતાં-ચાલતાં, ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં યાદ કરી શકે છે, આથી રાજયોગમાં કોઈ પણ ખાસ પ્રકારના આસન કે પ્રાણાયમની જરૂર નથી તેમજ રાજયોગમાં કોઈ પણ ખાસ સ્થાનની પણ જરૂર નથી.

રાજયોગમાં બુદ્ધિયોગનો પણ સમાવેશ થાય છે. જેમાં બુદ્ધિ દ્વારા પરમાત્માના જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોનું ચિત્રણ કરીને મનથી ચિંતન કરવું. ભક્તિયોગ પણ રાજયોગમાં સમાવિષ્ટ છે. ભક્તિ યોગ અર્થાત્ માત્ર એક પરમાત્મા સાથે શુદ્ધ સ્નેહ. રાજયોગમાં પણ પોતાને આત્મા સમજીને પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ અને દિવ્ય ગુણોનું ચિંતન કરવાનું છે, કારણ કે ''જેવું ચિંતન તેવું જ વ્યક્તિત્વ'' બને છે, જે વૈજ્ઞાનિક રીતે સિદ્ધ થયેલ છે. રાજયોગમાં સંન્યાસ યોગ પણ



રાજયોગનો અભ્યાસ

સમાયેલો છે. સંન્યાસ યોગમાં માનવ પોતાના ઘરબાર, કુટુંબ વગેરેનો ત્યાગ કરે છે, જ્યારે રાજયોગમાં પરમાત્મા આત્માને પોતાની નકારાત્મકતાનો ત્યાગ કરાવે છે. રાજયોગ વૈચારિક ક્રાંતિ છે, જેમાં આત્મા પોતાના નકારાત્મક અને વ્યર્થ વિચારોનો ત્યાગ અર્થાત્ સંન્યાસ કરે છે અને મનને હકારાત્મક અને ઉચ્ચ વિચારો તરફ સતત અભ્યાસથી પરિવર્તિત કરે છે. વિચાર પરિવર્તન થતાં વાણી અને વર્તનમાં પણ પરિવર્તન સરળ બને છે. વિચાર પરિવર્તનથી સ્વ-પરિવર્તન થાય છે, જે વિશ્વ-પરિવર્તનનો આધાર છે.

જ્ઞાનયોગનો સમાવેશ પણ રાજયોગમાં થાય છે, કારણ કે રાજયોગમાં આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્રનું તેમજ સૃષ્ટિના કાયદાઓ વિષે સવિસ્તાર સમજ આપવામાં આવે છે. આ જ્ઞાન અને સમજના આધારે જ પરમાત્માને યાદ કરવામાં આવે તો તેની સાથે સાચું જોડાણ થાય, જેના દ્વારા તેની શક્તિ અને ગુણો આપણા જીવનમાં પ્રત્યક્ષ રીતે અનુભવમાં આવે. રાજયોગમાં સમત્વ યોગ પણ સમાવિષ્ટ છે, જેમાં સમતોલન અને

સમપ્રમાણ (balance) ખૂબ જ મહત્ત્વ ધરાવે છે. ઉદાહરણ તરીકે, કુટુંબની અંદર સ્નેહ ખૂબ જરૂરી છે પણ સાથે કુટુંબનાં કાયદાઓ અને નિયમ પાલન પણ મહત્ત્વનું છે. આથી કુટુંબની અંદર સ્નેહ અને કાયદાનું સમતોલન કે સમત્વ ખૂબ જરૂરી છે. રાજયોગ સહજયોગ છે, કારણ કે બાળક પણ પોતાને આત્મા સમજીને પરમાત્માને યાદ કરી શકે છે.

રાજયોગ અર્થાત્ આ યોગ કોઈ પણ વ્યક્તિને પોતાનો મતલબ સ્વનો રાજા બનાવે છે. આત્મા પાંચ કર્મેન્દ્રિયોનો રાજા બને છે. આજે માનવ પોતાની ટેવને વશીભૂત ના ખાવાનું ખાય છે, ના પીવાનું પીવે છે, ક્રોધ ના કરવાનો હોય ત્યાં પણ ગુસ્સો કરે છે, કારણ કે પોતાનો સ્વ અર્થાત્ પોતાના ઉપર કાબુ નથી. રાજયોગના અભ્યાસથી મનુષ્ય પોતાના ઉપર રાજ્ય કરે છે, મતલબ સ્વ-રાજ્ય અધિકારી બને છે. રાજયોગ આત્માની અને પરમાત્માની સંપૂર્ણ સમજ અને અનુભૂતિનાં આધારે જીવનના નવીન દૃષ્ટિકોણ અને અભિગમ કેળવવાની વ્યવહારુ પદ્ધતિ છે. તે માનવનાં મન અને શરીરને શાંત કરે છે, તે આજના આધુનિક જીવનના અનિવાર્ય પડકારરૂપ પરિબળોનો સામનો શાંત અને સ્વસ્થ ચિત્તે કરવા માટે માનવીને અમાપ માનસિક શક્તિ, દૃઢતા અને ક્ષમતા અર્પણ કરે છે. રાજયોગ માનવને આંતરિક શાંતિના ઉજાસ તેમજ અસીમ આનંદનો અનુભવ કરાવે છે, તે પોતાની જાતની અને પોતાની અમાપ શક્તિઓની સમજ અને અનુભૂતિ કરાવે છે. રાજયોગ જીવનનાં કોઈ પણ પ્રકારના પડકારને પહોંચી વળવા માટેની તાકાત આપે છે. રાજયોગ કોઈપણ પ્રકારનાં ભય, ચિંતા અને તણાવમાંથી મુક્તિ આપે છે. રાજયોગ મનની પરમ શાંતિને પ્રસ્થાપિત કરે છે, તે પોતાના વિચાર ઉપર નિયંત્રણ પ્રાપ્ત કરાવે છે અને કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં હકારાત્મક લાગણી પેદા કરે છે. રાજયોગ એકાગ્રતામાં સુધારો કરે છે અને ત્વરિત પરિવર્તનમાં સ્થિર થવાની શક્તિ આપે છે, તે આપણી સ્મૃતિને શક્તિશાળી બનાવે છે અને આત્મવિશ્વાસમાં વધારો કરે છે. રાજયોગ જીવન જીવવાની કુશળતામાં વધારો કરે છે અને માનવ જીવનનાં ઇરાદાની ઊંડી સમજ આપે છે.

રાજયોગનો અભ્યાસ કોઈ પણ વ્યક્તિ કરી શકે છે, જેમાં જાતિ કે લિંગ, ઉંમર, રાષ્ટ્રીયતા, સંસ્કૃતિ, ધર્મ, ભાષા, સામાજિક દરજ્જો, સંપત્તિ, વ્યવસાય કે હાલની કોઈ પણ સ્થિતિ વચ્ચે આવતા નથી. માત્ર તમારે પસંદગી કરવાની છે, તમારા અંદરનાં અવાજને ધ્યાનથી સાંભળવાની. હવે રાજયોગનો અભ્યાસ આ જ્ઞાનના આધારે ખુલ્લી આંખે, કોઈ પણ કર્મ કરતા, માત્ર સંકલ્પ દ્વારા નીચે મુજબ કરી શકાય.

આપણે એક આત્મા, પ્રકાશબિંદુ છીએ. આપણે ન તો આ દેહ છીએ કે ન તો શરીર દ્વારા ભજવાતું પાત્ર. આપણે આત્મા છીએ, અમર્યાદિત પ્રકાશનો સ્રોત, પરંતુ આપણે જે ભૂમિકા ભજવી રહ્યાં છીએ તે નથી. આપણું પાત્ર કે ભૂમિકા સહ-કર્મચારી, મિત્ર, સંબંધી અથવા કુટુંબના સભ્યની હોઈ શકે પણ અલગ-અલગ સમયે અલગ-અલગ હોય છે. કુટુંબમાં પણ, જીવનસાથી, બાળક અથવા માતા-પિતાની આપણી ભૂમિકા જે પણ ખૂબ જ ટૂંકા સમયમાં અને સમયાંતરે બદલાતી રહે છે. આપણે આ દેહથી અલિપ્ત થઈને શરીરનું નિરીક્ષણ કરીએ છીએ. આપણે આપણી આસપાસ ચાલતી પ્રવૃત્તિનું અવલોકન કરીએ. આપણે આપણા અને અન્ય વિષેના તમામ નકારાત્મક વિચારોને નકારી કાઢીએ અને માત્ર હકારાત્મક વિચારો, લાગણીઓ અને ઇચ્છાઓને જ સ્વીકારીએ. આપણે શક્તિશાળી, શાંતિપૂર્ણ અને શુદ્ધ આત્મા છીએ, જેથી અન્ય આત્માઓ અને પ્રકૃતિના તત્ત્વોને પરિવર્તિત કરવા આસપાસમાં પરમાત્માની શક્તિના સ્પંદનો ફેલાવીએ.

ઉપરોક્ત રીતે રાજયોગ કર્મ કરતાં કરતાં, સહજતાથી, મન અને બુદ્ધિના સતત અભ્યાસ દ્વારા પરમાત્માના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનું ચિંતન કરીને કરી શકાય, જેનાથી સ્વપરિવર્તનથી વિશ્વ પરિવર્તન શક્ય બને.

✤

૧૦. પરમાત્માની યાદથી પ્રાપ્ત શક્તિઓ

મનુષ્ય કર્મ કરતાં પોતાને આત્મા સમજીને પરમપિતા પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ અને દિવ્ય ગુણોનું ચિંતન કરે તેને જ યોગ અથવા યાદ કહેવામાં આવે છે. આ રીતે પોતાની કર્મેન્દ્રિયોના રાજા બનવું અને સંપૂર્ણ સ્વપરિવર્તન લાવવું, જે વિશ્વ પરિવર્તન લાવે છે. રાજયોગથી ચિત્રમાં દર્શાવ્યા મુજબની ૮ શક્તિઓ દરેક આત્માને પરમાત્મા તરફથી ભરપૂર માત્રામાં પ્રાપ્ત થાય છે. દરેક આત્મામાં આ બધી શક્તિઓ વત્તા-ઓછા પ્રમાણમાં હોય છે, પરન્તુ તમામ શક્તિઓ ભરપૂર નથી, જે દેવતાઓ કે દેવદૂતમાં છે. પરમાત્મા સર્વ-શક્તિમાન અને તમામ શક્તિઓના સાગર છે, આથી તેમને યાદ કરવાથી ''જેવું વિચારો તેવા બનો'' અને અર્ધ-જાગૃત મનના સિદ્ધાંત પ્રમાણે પરમાત્માની શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય છે, જેની સમજ નીચે મુજબ છે.

૧. સમાવવાની શક્તિ :

સમાવવાની શક્તિનું જ્વલંત ઉદાહરણ ચિત્રમાં દર્શાવ્યા મુજબ પાણીનો સાગર છે. સાગરમાં ગંગાજળ હોય કે ગન્દુ પાણી હોય, પરંતુ સાગર તેને સમાવી લે છે. માનવ-જીવનમાં પણ અનેક પરિસ્થિતિ, માનવીઓ, પડકાર, પ્રશ્નો, વિઘ્નો વગેરે કાર્મિક હિસાબ-કિતાબ મુજબ આવવાના જ છે. આથી તેની સામે શા માટે, શું, ક્યારે, કોણ, ક્યાં, કેવી રીતે વગેરે પ્રશ્નો કરીને પોતાની શક્તિનો વ્યય ના કરીને તેનું સમાધાન કરવામાં જ સાર છે. તેનો સહર્ષ સ્વીકાર કરીને આગળ વધવામાં પોતાની શક્તિનો સંચય થાય છે, જેનો ઉપયોગ ઉકેલ લાવવામાં થાય છે. રાજયોગનાં અભ્યાસથી સમાવવાની શક્તિમાં વધારો થાય છે.

૨. સહન શક્તિ :

ફળોથી લથપથ ઝાડને બાળક પથ્થર મારે તો સામે પથ્થર નથી મારતું પણ મીઠું ફળ આપે છે. આવી રીતે માનવ સામે પથ્થરરૂપે

પરિસ્થિતિ, લોકો, પ્રશ્નો, પડકારો, વિઘ્નો વગેરે આવે છે, જે આપણા ભૂતકાળના કર્મોનો હિસાબ-કિતાબ છે. આથી થોડી સહનશક્તિ કેળવીને તેની પ્રતિક્રિયા (Reaction) આપવાને બદલે પ્રતિસાદ (Response) આપવાનો છે, જેથી આપણા કાર્મિક હિસાબ-કિતાબ આગળ ના વધે. પ્રકૃતિનાં સિદ્ધાંત મુજબ "વાવો તેવું લણો" અને તે પણ વ્યાજ સહિત અર્થાત્ નકારાત્મક પ્રતિક્રિયા વધુ નકારાત્મક બનીને ભવિષ્યમાં આપણી સામે આવે છે. આથી પ્રતિક્રિયા આપવાને બદલે પ્રતિસાદ આપવાથી તેનો નિકાલ આવે છે. કોઈ પણ ક્રિયાને સમજીને આપણી ભૂલ હોય તો સુધારી લેવી અને ના હોય તો શાંતચિત્તે પ્રતિસાદ આપીને ભૂલી જવામાં અને માફી આપી દેવાથી તેનો નિકાલ થાય છે. ઉદાહરણ તરીકે, અકસ્માત થાય તો નુકસાન વળતર લેવામાં અથવા પોલીસ કાર્યવાહી કરવામાં સાર છે, ઉગ્ર બોલાચાલી કે ઝઘડો કરવામાં સાર નથી, જે પ્રતિક્રિયા છે. રાજયોગનાં અભ્યાસથી સહનશક્તિમાં ઘણી વૃદ્ધિ થાય છે.

૩. સમેટવાની શક્તિ :

કોઈપણ વ્યક્તિ અમુક દિવસો માટે ઘરની બહાર ફરવા કે યાત્રા કરતી વેળા સાથે ઘરનો તમામ સામાન લઈ જતી નથી, પરંતુ બહુજ જરૂરી દૈનિક ઉપયોગી વસ્તુઓ જ સાથે લઈને જાય છે. હવે આ દુનિયાની હાલત જોતા પરિવર્તનનો સમય ખૂબ નજીક હોવાથી બધું છોડીને જવાનું છે, અર્થાત્ ચીજવસ્તુઓને છોડવાની જરૂર નથી, પરંતુ તેના વગર જીવન જીવવાની કળા શીખવાની છે, મતલબ કોઈપણ વ્યક્તિ કે વસ્તુનો મોહ છોડવાનો છે, જેને સમેટવાની શક્તિ કહેવામાં આવે છે. રાજયોગના અભ્યાસ દ્વારા સમેટવાની શક્તિનો વિકાસ થાય છે.

૪. સંકેલવાની શક્તિ :

પાણીમાં રહેતો કાચબો જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે કર્મેન્દ્રિયો પ્રસારીને પોતાનું કાર્ય કરે છે અને કાર્ય પૂર્ણ થતાં પોતાની ઢાલમાં વિશ્રામ કરે છે. કોઈપણ વ્યક્તિ આ રીતે પોતાના કાર્યમાંથી અમુક સેકન્ડ કે મિનિટનો સમય કાઢીને પણ વચ્ચે-વચ્ચે પરમાત્માને યાદ કરી શકે અને વિરામનો અનુભવ પણ કરી શકે. આ પ્રક્રિયાને વિચારોનો "ટ્રાફિક કંટ્રોલ" કહી શકાય જેમાં દર કલાકે આપણ વિચારોને તપાસીને નકારાત્મક વિચારોને સકારાત્મક બનાવવાના છે. આ વિચાર પરિવર્તનની પ્રક્રિયાથી સંકેલવાની શક્તિ વધે છે, જે રાજયોગનો ભાગ છે. દરેક આત્મા પરમાત્મા પાસેથી આ શક્તિ મેળવે છે, જેની યાદગાર શિવમંદિરમાં કાચબાની છે.

૫. સહયોગ શક્તિ :

પરમાત્મા સૃષ્ટિ પરિવર્તન અર્થાત્ કળિયુગમાંથી સતયુગ બનાવે છે પણ તેમણે પોતાનું શરીર નથી. આથી આત્માઓના સહકાર દ્વારા આ કાર્ય કરે છે. આ કાર્ય સૂક્ષ્મ રીતે કરે છે, અર્થાત્ કોઈપણ સંપત્તિની તેમને જરૂર નથી, પરંતુ માનવ આત્માઓની હકારાત્મક વિચાર શક્તિ

દ્વારા કરે છે. કોઈપણ વ્યક્તિ પોતાના વિચારોને પરમાત્માની યાદ દ્વારા હકારાત્મક બનાવીને પોતાનો સહયોગ આપી શકે છે. રાજયોગ દ્વારા સહયોગ શક્તિમાં પ્રચંડ વધારો થાય છે, કારણ કે રાજયોગ વિચાર પરિવર્તનનો ઉચ્ચતમ માર્ગ છે.

૬. સામનો કરવાની શક્તિ :

શેક્સપિયરની વિચારધારા મુજબ દરેક વ્યક્તિ આ સૃષ્ટિ ઉપર પોતપોતાનું પાત્ર ભજવે છે. શાસ્ત્રોમાં જણાવ્યા મુજબ સામાન્ય રીતે નજીકની બે વ્યક્તિ સાથે મૃત્યુ પામતી નથી. અર્થાત્ દરેક વ્યક્તિ પોતાના કર્મ અનુસાર ભાગ્ય ભોગવે છે. જ્યારે કોઈપણ નજીકની વ્યક્તિ શરીર છોડે તો દુઃખની લાગણી સ્વભાવિક ઉત્પન્ન થાય, પરંતુ તે સમયે શરીર છોડી દેનાર આત્મા પણ દુઃખમાં છે. કોઈપણ આત્માને પોતાના શરીર સાથે મહત્તમ લગાવ હોવાથી શરીર ત્યાગ પસંદ નથી. આવા સમયે શરીર છોડી દેનાર આત્માને શાંતિ અને શક્તિની જરૂર છે. આથી આ સમયે રડીને કે દુઃખ વ્યક્ત કરવાને બદલે તે આત્મા માટે શાંતિ કે સુખની પ્રાર્થના કરવી ઉત્તમ છે. શરીર ધારણ કરનાર આત્માનું મૃત્યુ નિશ્ચિત છે, તો શરીર છોડી દેનાર આત્માની શાંતિ માટે હકારાત્મક વિચાર ખૂબ જ મદદ કરે છે. રાજયોગ દ્વારા સામનો કરવાની શક્તિનો ધીરે ધીરે વિકાસ થાય છે.

૭. નિર્ણય શક્તિ :

રાજયોગની મદદથી વિચાર પરિવર્તન સકારાત્મક બને છે, જેનાથી વિચારોની સંખ્યામાં ઘટાડો થાય છે. આથી વ્યક્તિની શક્તિઓની બચત થાય છે, જે કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં નિર્ણય કરવાની શક્તિમાં વધારો કરે છે. વ્યક્તિને યુદ્ધ જેવી પરિસ્થિતિમાં પણ શાંત, સ્થિર, અચળ, અડોળ અને ઠંડો રાખે છે, જેનું ઉદાહરણ શાસ્ત્રોમાં યુધિષ્ઠિર છે. નિર્ણય શક્તિમાં વધારો થવાથી વ્યક્તિની કાર્યક્ષમતા પણ વધે છે.

૮. પરખવાની શક્તિ :

હીરાનો વ્યાપારી હીરા પારખી શકે છે, તે જ રીતે રાજયોગી આત્મા કોઈપણ આત્માને પારખી શકે છે. કોઈપણ વ્યક્તિના વિચાર વાંચી શકે છે. પોતાના વિચારોથી સામેના વ્યક્તિના વિચારોને હકારાત્મક પણ બનાવી શકે છે. હકારાત્મક વિચારના તરંગો દ્વારા કોઈપણ વ્યક્તિની ભાવના, લાગણી, વૃત્તિનું પરિવર્તન કરી શકે છે, જેને "વૈચારિક રેકી" પણ કહી શકાય.

માનવ વિચારોમાં અમાપ શક્તિઓ રહેલી છે, માટે જ કહેવત છે, "સંકલ્પ દ્વારા બ્રહ્માએ સૃષ્ટિની રચના કરી". વિચારોની શક્તિ મહાન શક્તિ છે, જે રાજયોગના અભ્યાસનો આધાર છે. દરેક માનવ આત્મા બ્રહ્મા સમાન છે, જે પોતાના વિચારોના સર્જક છે, જેના આધારે સ્વપરિવર્તન થાય છે. શિવશક્તિ માતાજીઓને ૮ હાથ દર્શાવવામાં આવે છે, તે પણ આત્માઓએ પરમાત્મા પાસેથી પ્રાપ્ત કરેલી શક્તિઓનું ચિત્રણ છે. માનવનું સ્વપરિવર્તન જ વિશ્વપરિવર્તનની આધારશિલા બને છે.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે અનન્ય પ્રકાશનો સ્રોત અથવા પ્રકાશબિન્દુ છીએ. આપણે પરમાત્માના સંતાન છીએ, જે પ્રકાશ સ્વરૂપ છે, જેવો પ્રેમથી બાબા એટલે કે પિતા તરીકે ઓળખાય છે. તેવો સર્વોચ્ચ ધામમાં રહે છે, તમામ દૈવી ગુણો ધરાવે છે અને તેમની શક્તિઓથી દૈવી કાર્યો કરે છે. પોતાને શક્તિશાળી, શુદ્ધ આત્મા સમજીને પરમાત્માને યાદ કરવાથી તેમની શક્તિઓનો પ્રવાહ આપણામાં આવે છે, કારણ કે "જેવું વિચારો તેવા બની જવાય". પરમાત્માને દિલથી યાદ કરવાથી તેમની શક્તિઓ ભરપૂર માત્રામાં પ્રાપ્ત થાય છે. દરેક આત્મા પરમાત્મા પાસેથી ૮ શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરે છે, જેને કારણે હિન્દુધર્મમાં કોઈ દેવી-દેવતાઓને આઠ હાથવાળા દર્શાવવામાં આવે છે. જે એક રૂપક તરીકે દર્શાવેલ છે. પરમાત્માના સંતાન હોવાને

કારણે, આપણે તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના માસ્ટર સાગર છીએ. આપણે તેમની શક્તિઓને આસપાસના વાતાવરણમાં સ્પંદનો દ્વારા ફેલાવીએ કે જેથી તમામ આત્માઓ અને પ્રકૃતિના તત્ત્વો પણ તેમની શક્તિઓ દ્વારા શાંતિપૂર્ણ, શક્તિશાળી અને શુદ્ધ બને. આવા વિચાર પરિવર્તનથી સ્વ-પરિવર્તન થાય છે, જે વિશ્વ-પરિવર્તનનો આધાર બને છે.

✤

4

વિશ્વ નાટકની સમજણ

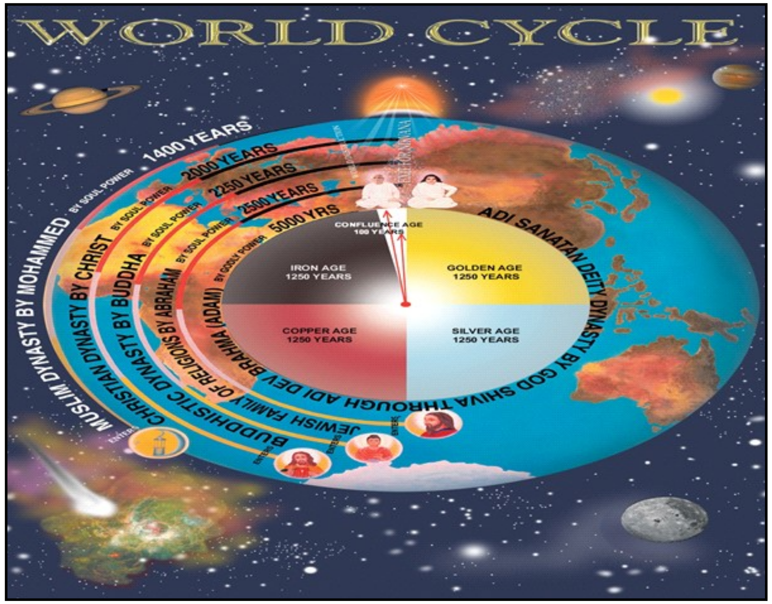
૧૧. મનુષ્ય સૃષ્ટિનું ચક્ર

આત્મા અને પરમાત્મા પોત-પોતાનું પાત્ર ભજવવા માટે આ સાકારી દુનિયામાં સૃષ્ટિચક્રમાં આવે છે. આ સૃષ્ટિચક્રને જ સમયનું ચક્ર કે સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ચાલતું અવિનાશી નાટક કહેવામાં આવે છે. જેવી રીતે દિવસ-રાત્રી, ઋતુ, માનવ-જીવન અને મકાન કે ઇમારતનું ચક્ર ચાર ભાગમાં અવિરતપણે ચાલે છે તેવી જ રીતે દુનિયા ઉપર પર ચાર યુગનું ચક્ર સતયુગ, ત્રેતાયુગ, દ્વાપરયુગ, કળિયુગનું સૃષ્ટિચક્ર ચાલ્યા જ કરે, જેને માત્ર પરમાત્મા જ જોઈ શકે. પરમપિતા પરમાત્માની શ્રીમત અનુસાર આ સૃષ્ટિચક્ર આશરે ૫૦૦૦ વર્ષનું છે, જે શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતામાં દર્શાવેલ છે તેમજ બાઈબલમાં પણ જણાવેલ છે, જે ચાર સમાન યુગમાં વહેંચાયેલું છે. આ સૃષ્ટિચક્ર ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે. શાસ્ત્રોમાં જણાવ્યા પ્રમાણે કળિયુગનું આયુષ્ય હજુ ૪૦,૦૦૦ વર્ષ છે. આશરે ૨૨૫ વર્ષ પૂર્વે દુનિયાની માનવ વસ્તી ૧૦૦ કરોડ હતી, જે આજે આશરે ૮૦૦ કરોડ દર્શાવે છે. તો પછી ૪૦,૦૦૦ વર્ષમાં માનવ વસ્તી આ દુનિયામાં સમાવિષ્ટ થઈ ના શકે. કેટલાક લોકો માને છે કે કળિયુગ નાનું બાળક છે. તેમને પ્રશ્ન પૂછવામાં આવે કે શાસ્ત્રો લખાયા તેને

કેટલા વર્ષ થયા તો હજારો વર્ષ પહેલાં લખાયા તેવું કહે છે. શાસ્ત્રો લખાયા ત્યારે કળિયુગ બાળક હતો, પરંતુ આજે તો તેનું આયુષ્ય વધારે હોવું જોઈએ. આથી સૃષ્ટિચક્રનું આયુષ્ય ૫૦૦૦ વર્ષનું છે, હજારો વર્ષનું નથી. શાસ્ત્રો આપણી સાચી સમજ માટે છે અને ચલચિત્ર જેવા છે. ચલચિત્રમાં જણાવ્યા મુજબ મુખ્ય નાયક કે નાયિકા અલગ છે અને તેનું પાત્ર અલગ છે, અર્થાત્ તેમનું અસ્તિત્વ છે, પરંતુ જે પાત્ર તેઓ ભજવે છે તે નથી. તેવી રીતે શાસ્ત્રોમાં પણ જે સંદેશો કહેવામાં આવ્યો છે તે સત્ય છે, તેમના પાત્રો સત્ય છે પણ તે પાત્ર જે ભજવે છે તેવા તેઓ નથી.

ઘણા ધર્મોમાં સૃષ્ટિચક્રને વિવિધ રીતે દર્શાવવામાં આવે છે. જ્યારે અન્ય ધર્મ સ્થાપક આવ્યા ત્યારે હિન્દુ ધર્મ અસ્તિત્વમાં હતો. હિન્દુ ધર્મમાં આ સૃષ્ટિચક્રને સ્વસ્તિક તરીકે દર્શાવવામાં આવે છે, જેના ચાર સમાન ભાગ છે, ત્રણ કે પાંચ ભાગ બતાવતા નથી. આ સૃષ્ટિચક્રમાં ચાર ભાગ આ દુનિયા ઉપરથી ચાર યુગ પસાર થયા તેની યાદગાર છે. આ દુનિયા અર્થાત્ આપણી પૃથ્વી ઉપર સતયુગ, ત્રેતાયુગ, દ્વાપરયુગ અને કળિયુગ એવા ચાર યુગ ચક્રમાં ચાલ્યા કરે છે. આ દુનિયામાં વિનાશ અને મહાવિનાશ થાય છે, પરંતુ પ્રલય થતો નથી. પ્રલય થાય તો આ પ્રકૃતિની વિવિધતા આવે ક્યાંથી? પ્રલય થાય તો મનુષ્ય, પ્રાણી, પક્ષી, વનસ્પતિ વગેરેના બીજ આવે ક્યાંથી? પરિવર્તન દુનિયાનો નિયમ છે. આથી વિનાશ અને મહાવિનાશ પણ પરિવર્તનનો નિયમ છે, પ્રલય નહીં. વિજ્ઞાન ‘‘મોટો ધડાકો’’ (Big Bang)ના તાત્ત્વિક સિદ્ધાંતમાં માનતું હતું, પરંતુ આજે વૈજ્ઞાનિકો પૂછે છે કે ‘‘મોટો ધડાકો’’ થયો તે પહેલા શું હતું ? તેઓની પાસે કોઈ પણ જવાબ નથી. અર્થાત્ આ તાત્ત્વિક સિદ્ધાંત બરાબર નથી. વિજ્ઞાને બહુ જ સગવડ આપી છે, પરંતુ તાર્કિક ચકાસણી જરૂરી છે. ટૂંકમાં, ચિત્રમાં જણાવ્યા મુજબ સૃષ્ટિચક્ર પરિવર્તન સાથે તાલમેળ મેળવીને ચાલે છે.

સતયુગની શરૂઆતમાં દેવી-દેવતા અથવા દેવદૂતનું રાજ્ય હતું,



તેઓ સર્વગુણ સંપન્ન, ૧૬ કળા સંપૂર્ણ, સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, મર્યાદા પુરુષોત્તમ અને અહિંસા પરમો દેવી-દેવતા અથવા દેવદૂત ધર્મના હતા. આ દુનિયાને સ્વર્ગ, બહિસ્ત, હેવન, પેરાડાયસ તરીકે વિવિધ ધર્મોમાં દર્શાવવામાં આવે છે, જે આપણી ધરા પર જ હતું. તેઓની આત્મા પરમાત્મા સમાન ગુણોમાં અને શક્તિઓમાં છે તેમજ સંપૂર્ણ આત્મિક સ્વરૂપમાં આત્મ-અભિમાની છે. દેવાત્માઓ પોતાનું કર્મ-ફળ ભોગવે છે. અર્થાત્ પોતાની સંચય શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે. આ બંને યુગમાં ભારત અર્થાત્ ભ્રુ એટલે કે પૃથ્વી, રત્નોથી ભરપૂર હતી. ભારત માત્ર એક ખંડ હતો અને તમામ જમીન જોડાયેલી હતી. ભારત અર્થાત્ સંપૂર્ણ દુનિયા ઉપર સંપૂર્ણ પવિત્રતા, સુખ, શાંતિ, આનંદ અને પ્રેમનું રાજ્ય છે અને સંકલ્પથી ચાલતી આ દુનિયામાં શાંતિ અને વિજ્ઞાનનો સંપૂર્ણ સમન્વય છે. સતયુગમાં સંપૂર્ણ સુખ ભોગવીને દેવતાઓ અથવા દેવદૂત ત્રેતાયુગમાં પ્રવેશ કરે છે, જેમાં તેઓની શક્તિ થોડી ઘટે છે. તેઓની સંખ્યા વધે છે પરંતુ તેઓ સંપૂર્ણ સુખી, તંદુરસ્ત અને સંપત્તિવાન છે.

બે યુગ પસાર કર્યા પછી સમયનું ચક્ર દ્વાપરયુગમાં અર્થાત્ દેહ અભિમાનમાં પ્રવેશે છે જે વિશ્વચક્રને ડાબી બાજુએ ફેરવે છે. તેઓમાં દેહ-અભિમાન આવે છે, જેનો આઘાત પ્રકૃતિ પર લાગે છે અને વિનાશ થાય છે, જેમાં ભારત ભૂમિ સાત ખંડોમાં વિભાજિત થાય છે. સ્વર્ગીય દુનિયા જે અહીં હતી તેની ઘણી સંપત્તિ નાશ પામે છે. અર્થાત્ જમીન અને પાણી ઉપર નીચે થાય છે. દેવતાઓ અથવા દેવદૂતને અખૂટ વારસો પરમપિતા પરમાત્મા દ્વારા મળેલો હતો, જે તેમના સંસ્કારમાં સંગ્રહિત હતું, તેથી તેઓએ જ્યોતિર્લિંગ બનાવ્યું. બિંદુ તે જ્યોતિનું કે પ્રકાશનું ઉદ્‌ગમસ્થાન છે અને પરમાત્મા જ્ઞાન શક્તિઓ અને ગુણોના સાગર છે અર્થાત્ સિંધુ છે. પરમાત્મા બિંદુ અને સિંધુ હોવાથી તેમજ દેવતા પોતાની દિવ્યતા દેહાભિમાનને કારણે ગુમાવે છે. આથી તેઓ પોતાને પરમાત્માના આકાર અને ગુણોથી હિન્દુ તરીકે અને રહેઠાણના સ્થળને હિન્દુસ્તાન કહેવા લાગે છે. તેઓએ લગભગ ૨૫૦૦ વર્ષ પહેલાં પ્રકાશના અંડાકાર આકાર તરીકે પરમ આત્માની પૂજા શરૂ કરી અને ત્યારે પરમાત્માના સંદેશાવાહક તરીકે અબ્રાહમ (Abraham) આ દુનિયા ઉપર આવે છે અને કહે છે કે પરમાત્મા નૂર અર્થાત્ પ્રકાશ છે. તેણે ઇસ્લામ ધર્મની સ્થાપના કરી જે યહૂદી ધર્મનો પરિવાર છે. દેહાભિમાનને કારણે વિવિધ વિસ્તારના રાજાઓ વચ્ચે લડાઈ થાય છે અને હિંસા વધે છે. આથી ૨૨૫૦ વર્ષ પહેલા પરમાત્માના સંદેશાવાહક મહાત્મા બુદ્ધ આવે છે. તેઓ પરમાત્માનો અહિંસા પરમો ધર્મ તરીકે પ્રચાર પ્રસાર કરે છે અને બૌદ્ધ ધર્મ સ્થાપન કરે છે. સમયનું ચક્ર આગળ વધે છે અને હવે રાજાઓને જોઈને પ્રજા પણ લડાઈ ઝઘડા કરે છે. આવા સમયે ૨૦૦૦ વર્ષ પહેલા પરમાત્માના સંદેશાવાહક તરીકે મસીહા ઈશુ ખ્રિસ્ત આવે છે અને પરમાત્માનો પ્રેમનો સંદેશો પાઠવે છે કે લડાઈ ઝઘડાને બદલે પાડોશીને પણ પ્રેમ કરો. તેવો ખ્રિસ્તી ધર્મની સ્થાપના કરે છે. માનવ આત્માઓ વધુ વિકારી બને છે. આથી ૧૫૦૦ વર્ષ પહેલાં પરમાત્માના સંદેશાવાહક તરીકે મહાત્મા શંકરાચાર્ય આવે છે અને પરમાત્માનો પવિત્રતાનો સંદેશો પાઠવે છે. તેવો સંન્યાસ ધર્મની

સ્થાપના કરે છે. આ રીતે દ્વાપરયુગમાં મુખ્ય ચાર ધર્મ આવે છે તેમજ ધર્મસત્તા અને રાજસત્તા અલગ પડે છે.

સમયનું ચક્ર આગળ ચાલે છે. હવે દેહાભિમાન વધે છે અને કળિયુગની શરૂઆત થાય છે. હવે વિવિધ આક્રમણ કરનારા ભારત ખૂબ જ સમૃદ્ધ હોવાથી ચડાઈ કરે છે અને આ આત્માઓની શક્તિ ઓછી થવાથી તેના ઉપર વિજય પ્રાપ્ત કરે છે. અંતે તમામ આત્માઓ તમોપ્રધાન બને છે અને અતિ દુઃખ પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે પરમાત્માને પોકારે છે કે, ''હે પતિતપાવન આવો અને પવિત્ર બનાવો તેમજ દુઃખોથી છોડાવો.''

સમયનું ચક્ર આગળ ચાલે છે અને કળિયુગને અંતે સૌથી નાનો યુગ આવે છે, જેને પુરુષોત્તમ સંગમયુગ કહેવામાં આવે છે. પરમાત્મા પોતાના વાયદા અનુસાર એક વૃદ્ધ મનુષ્ય પુરુષ શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે, જેનું નામ બ્રહ્મા રાખે છે. જે આદિદેવ, આદમ અથવા એડમ તરીકે વિવિધ ધર્મમાં ઓળખાય છે. પરમાત્મા આ માનવ-શરીર દ્વારા જ્ઞાન અને શક્તિ આપે છે. આત્માઓના પુરુષોત્તમ સંગમયુગના પુરુષાર્થના આધારે તેઓનું ભવિષ્ય અને પદ નક્કી થાય છે. ફરી આ પૃથ્વી ઉપર સ્વર્ગ સ્થાપન કરીને પરમાત્મા પરમધામમાં સ્થિત થાય છે. કોઈપણ વસ્તુ નવી બનાવવી પડે, જૂની આપમેળે થાય છે જે પ્રકૃતિનો સિદ્ધાંત છે.

દરેક આત્મા જ્યારે પરમધામમાં હોય છે ત્યારે મુક્ત અવસ્થામાં હોય છે અને સંપૂર્ણ હોય છે અર્થાત્ શાંતિ, શક્તિ તેમજ પવિત્રતાથી સંપન્ન હોય છે. જે આત્માઓ સ્વર્ગમાં આવે છે તેવો જીવનમુક્ત અવસ્થામાં આવે છે. અર્થાત્ શાંતિ, શક્તિ, પવિત્રતા અને સુખથી સંપન્ન છે. તેઓ આત્માભિમાની હોવાથી કર્મબંધનમાં આવતી નથી. ત્યારબાદ દેહાભિમાન આવતાં કર્મબંધનમાં આવે છે અને પોતાની શક્તિ ગુમાવીને પતિત બને છે જેને પરમાત્મા ફરી જ્ઞાન તેમજ શક્તિથી અથવા સજા આપીને પાવન બનાવે છે. આ રીતે સૃષ્ટિચક્રમાં આત્મા,

પરમાત્મા અને પ્રકૃતિની ભૂમિકા નિત્ય છે. અર્થાત્ સૃષ્ટિચક્ર અવિરતપણે ચાલ્યા કરે છે.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે પરમાત્માના સંતાન હોવાથી તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના માસ્ટર સાગર છીએ. આપણે આત્માઓ પરમધામ ઘરમાં શાંતિ, શક્તિ અને પવિત્રતાથી ભરપૂર છીએ. આપણે શાંતિ, શક્તિ, પવિત્રતા અને ખુશીઓથી ભરપૂર સુવર્ણયુગમાં દેવ અથવા દેવદૂત તરીકે આવીએ છીએ. ત્રેતાયુગમાં આપણે સુવર્ણયુગના તમામ ગુણો ધારણ કરીએ છીએ, સિવાય કે આત્માની બે કળા ઓછી થાય છે અને વસ્તી વધે છે. સમયનું ચક્ર આગળ ચાલે છે અને દ્વાપરયુગની શરૂઆત થાય છે જ્યાં દેહ અભિમાનની પ્રવેશતા થાય છે, જેનાથી પ્રકૃતિમાં અર્ધવિનાશ થાય છે. આથી સંપૂર્ણ એક દુનિયા સાત ખંડોમાં વિભાજીત થાય છે. દેવાત્માઓ માનવ આત્માઓ બને છે, આથી બિન્દુ તરીકે દર્શાવવામાં આવેલ પ્રકાશ આકારના સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા શિવની પૂજા કરે છે. પરમાત્મા પ્રકાશના બિંદુ છે અને જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો સાગર અર્થાત્ સિંધુ છે, તેના આધારે દેવાત્માઓ પોતાને હિન્દુ તરીકે ઓળખાવે છે, કારણ કે તેઓ દેવત્વ ગુમાવે છે અને રહેવાના સ્થળને હિન્દુસ્તાન તરીકે ઓળખાવે છે. આ યુગમાં અન્ય ચાર મુખ્ય ધર્મો અસ્તિત્વમાં આવે છે. દેહભાનને કારણે આત્માઓ તેમની શક્તિઓ ઝડપથી ગુમાવી દે છે અને કળિયુગી દુનિયાની શરૂઆત થાય છે, જેમાં ખૂબ જ દુઃખ અને અશાંતિ વધે છે. તમામ આત્માઓ મુક્તિ અને જીવન મુક્તિની સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા સામે પોકાર કરે છે. અંતે પરમાત્મા તેમના જ્ઞાન અને શક્તિઓનો વારસો આપવા માટે વૃદ્ધ માનવ-શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે. સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના આધારે માનવ આત્માઓને પુરુષાર્થ મુજબ ફરી દેવતા કે દેવદૂત સમાન બનાવે છે, જૂની દુનિયાનો વિનાશ કરાવે છે અને ફરી નવી દુનિયાની શરૂઆત થાય છે.

✤

૧૨. મનુષ્ય સૃષ્ટિચક્રના કાયદાઓ

આત્મા પરમાત્મા અને પ્રકૃતિનું સૃષ્ટિચક્ર અવિનાશી છે. કોઈપણ વસ્તુ નવી બનાવવી પડે, જૂની આપમેળે થાય છે જે પ્રકૃતિનો સિદ્ધાંત છે. આ રીતે સૃષ્ટિચક્રમાં આત્મા, પરમાત્મા અને પ્રકૃતિની ભૂમિકા નિત્ય છે અર્થાત્ સૃષ્ટિચક્ર અવિરતપણે ચાલ્યા કરે છે. ચિત્રમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આ સૃષ્ટિચક્ર તેના મૂળભૂત ૬ કાયદાઓ મુજબ ચાલે છે.

૧. માનવ નિર્મિત કાયદાઓ :

આ સૃષ્ટિચક્રમાં વિવિધતા અને સમયની જરૂરિયાત મુજબ પરમાત્માના સંદેશવાહકો, મસીહા, પયંગમ્બર, મહાત્માઓ આવે છે. તેઓ જ્યારે આવે છે ત્યારે પરમાત્માનો સંદેશો આપે છે અને વિવિધ ધર્મોની સ્થાપના કરે છે. ધર્મ અર્થાત્ જીવનમાં ધારણ કરીને પાલન કરવું, જેને અંગ્રેજીમાં રિલિજીઅન (religion) કહેવામાં આવે છે. રિલિજીઅન શબ્દ રિલિજીઓ ઉપરથી આવે છે, અર્થાત્ "જીવન જીવવાની પદ્ધતિ" તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. ધર્મસ્થાપક અથવા ધર્મપિતાઓએ પોતાની આત્મામાં સંસ્કારરૂપે સંગ્રહિત પરમાત્માના જ્ઞાનના આધારે તેનો સંદેશો આપ્યો. ઉદાહરણ તરીકે, મહાત્મા બુદ્ધે સમયની જરૂરિયાત પ્રમાણે અહિંસાનો સંદેશો આપ્યો, જ્યારે મહાત્મા ઈસુ ખ્રિસ્તે પરમાત્માના પ્રેમનો સંદેશો આપ્યો. તેઓએ સમાજમાં નૈતિકતા, સુમેળ, સ્નેહ અને શાંતિ સચવાઈ રહે તેવો પરમાત્માનો સંદેશો આપ્યો. કોઈપણ ધર્મપિતાએ બીજા ધર્મની આત્માઓને દુઃખ, દર્દ, મારવાનો સંદેશો આપેલો નથી. કારણ કે દરેક આત્મા તે જ પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છે. આત્મા એક જ પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન હોવાથી ભાઈ-ભાઈ છે. આથી હિંસા, ઘૃણા, નકારાત્મકતાની વાત જ રહેતી નથી.

૨. પ્રકૃતિનાં કાયદાઓ :

પ્રકૃતિનાં કાયદાઓ વિવિધ દષ્ટિકોણથી પોતાની રીતે સ્વતંત્ર તેમજ અમુક અંશે આધારિત ચાલે છે. ભૌતિક વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ જોતાં "આ વિશ્વમાં કુલ શક્તિ સમાન રહે છે. શક્તિ ઉત્પન્ન થતી નથી કે વિનાશ

પામતી નથી, પરંતુ રૂપાંતરિત થાય છે.'' દાખલા તરીકે, વિદ્યુતશક્તિ યાંત્રિકશક્તિમાં ફેરવાય છે. જેમ કે વીજળીથી પંખો ચાલે છે. પ્રકૃતિની અંદર ''ક્રિયા અને તેની પ્રતિક્રિયા સમાન અને સામસામી હોય છે.'' આ પ્રાકૃતિક નિયમોમાં પરમાત્માની કોઈપણ પ્રકારની ભૂમિકા નથી. ઉદાહરણ તરીકે, ઘણાં લોકો કહે છે કે પરમાત્મા આ સૃષ્ટિનું પત્તું પત્તુ હલાવે છે. પરમાત્મા કહે છે કે વૃક્ષની ઉપર પવન આવે છે અને તેના પત્તાંઓ હાલે છે જેમાં તેઓની કોઈ જરૂર જ નથી. જીવવિજ્ઞાન મુજબ સમય પ્રમાણે ઉંમર વધે છે તેમ શરીરમાં ફેરફાર આવે છે અર્થાત્ પ્રથમ બાળક તરીકે જન્મ થાય છે, પછી યુવાન, પુખ્ત, વૃદ્ધ અને ફરી આત્મા શરીર છોડીને નવું શરીર બાળક તરીકે ધારણ કરે છે. તેવી જ રીતે કોઈપણ વસ્તુ કે વૈભવ પ્રથમ નવો અર્થાત્ સતો, પછી મધ્યમ અર્થાત્ રજો અને અંતે જૂનો અર્થાત્ તમો બને છે. બુદ્ધિઝમ પ્રમાણે આ દુનિયામાં કોઈપણ વ્યક્તિ કે વસ્તુ સ્થાયી કે કાયમી નથી. પ્રકૃતિમાં દરેક વસ્તુ પરિવર્તનશીલ છે, જે પ્રકૃતિનો નિયમ છે.

સૃષ્ટિચક્રના કાયદાઓ

- માનવનિર્મિત કાયદાઓ : સમાજમાં નૈતિકતા, સુમેળ, સ્નેહ અને શાંતિના ઉચ્ચ માનદંડ નિભાવવા માટે.
- પ્રકૃતિના કાયદાઓ : ભૌતિક વિજ્ઞાન મુજબ – શક્તિ; જીવવિજ્ઞાન મુજબ – ઉંમર; સ્થિતિ મુજબ – સતો (શુદ્ધ), રજો અને તમો(અશુદ્ધ); બુદ્ધિઝમ મુજબ અસ્થાયી કાયદો.
- કર્મનો કાયદો : સાક્ષી, પુરાવો નથી; કર્મફળ કોઈપણ સમયે આવે.
- કારણ અને પરિમાણનો કાયદો : કર્મનું કારણ અને તેનું પરિણામ
- ફળપ્રાપ્તિનો કાયદો : તાત્કાલિક, મધ્યમ અવધિ, લાંબી અવધિ
- ચેતનાનો કાયદો : સુકર્મ, અકર્મ, વિકર્મ

૩. કર્મનો કાયદો :

માનવ આત્મામાં પરમાત્માએ વિશાળ બુદ્ધિ આપેલી છે, જેના આધારે પોતાની પસંદગી મુજબ નિર્ણય કરે છે. આથી તેના તમામ વિચાર, વાણી અને કર્મની જવાબદારી પોતાની છે. મનુષ્યના કર્મના સિદ્ધાંત પ્રમાણે ''માનવી જે કર્મ કરે તેનું ફળ તેને જ અવશ્ય મળે'', આ એક આધ્યાત્મિક કાયદો છે. પ્રકૃતિ કોઈપણ કર્મમાં ઉમેરો કરીને પાછું આપે છે. દાખલા તરીકે, ધરતી ઉપર એક સફરજનનું બીજ વાવવામાં આવે તો પ્રકૃતિ હજારો સફરજન બીજ સાથે પાછા આપે છે. પૃથ્વી ઉપર એક ઘઉંનો કે ચોખાનો દાણો વાવવામાં આવે તો પ્રકૃતિ હજારો દાણા તે જ અનાજના પાછા આપે છે. બેંકમાં થાપણ કે ડિપોઝિટ સમય મુજબ મૂકવામાં આવે તો તેના ઉપર બેન્ક પણ વ્યાજ તરીકે નાણાં વધુ ઉમેરીને પરત કરે છે. આ જ રીતે મનુષ્ય જે કર્મ કરે તેમાં તે પ્રકારનો પ્રકૃતિ ઉમેરો કરીને પરત આપે છે, જેનું ફળ કર્મ કરનારે જ ભોગવવું પડે. આથી આ કર્મ ફળમાં કોઈ સાક્ષી, કોઈ સાબિતીની જરૂર નથી અને કર્મફળ ગમે ત્યારે સામે આવે, આવે અને આવે જ. કર્મનું બીજ વિચાર અથવા સંકલ્પ છે, જે વચન કે કર્મમાં પરિણમે છે. આથી વિચાર પરિવર્તન સ્વ-પરિવર્તનનો પાયો છે અને સ્વ-પરિવર્તન વિશ્વ-પરિવર્તનનો આધાર છે. કહેવત છે કે ''જેવું વિચારો તેવા બની જશો.''

૪. કારણ અને પરિણામનો કાયદો :

મનુષ્યો કોઈપણ કર્મ કારણ વગર કરતાં નથી અને કર્મ વગર કોઈપણ માનવ આત્મા રહી ના શકે. કર્મ સંન્યાસી પણ ખાવું, પીવું, હાલવું, ચાલવું, ઉઠવું, બેસવું વગેરે કર્મ કરે જ છે. કર્મ કારણ સહિત કરે તો ફળ અર્થાત્ પરિણામ અવશ્ય મળે જ. કોઈપણ વ્યક્તિનું મૃત્યુ પણ થાય ત્યારે કહેવાય છે કે તેનું કારણ કોઈ રોગ કે અકસ્માત

હતો. પરમાત્મા દ્વારા મૃત્યુ થયું એમ કોઈ કહી ના શકે. આથી કર્મનું કારણ અને તેનું પરિણામ નક્કી છે.

૫. ફળ પ્રાપ્તિનો કાયદો :

કોઈપણ માનવીના કર્મનું ફળ તેને સમયાંતરે મળે જ. કોઈ કર્મનું ફળ તાત્કાલિક મળે, જેમ કે ગરમ ચૂલા ઉપર હાથ મૂકવામાં આવે તો તાત્કાલિક દાઝી જવાય. કોઈ કર્મનું ફળ થોડા સમય પછી મળે. ઉદાહરણ તરીકે વૈદ્યકીય વિશ્વવિદ્યાલયમાં પ્રવેશ મળે તો પાંચ વર્ષમાં વૈદ બની જવાય. કોઈ કર્મનું ફળ લાંબા સમય પછી મળે, દાખલા તરીકે કોઈ વ્યક્તિ ધર્મશાળા બનાવે તો તેને નામ, માન વગેરે અહીં મળે અને ભવિષ્યમાં સારું રહેવાનું સ્થાન મળે. જો કોઈ વ્યક્તિ વિદ્યાલય બનાવે છે તો તેને અહીં નામ, સન્માન વગેરે મળે છે અને આત્મા તેની સાથે સંસ્કાર લઈ જાય છે તેથી ભાવિ જીવનમાં સારું શિક્ષણ મેળવે છે.

૬. ચેતનાનો કાયદો :

કોઈ પણ મનુષ્ય કર્મ કરે ત્યારે તેની ચેતના અથવા ભાન અથવા ઇરાદો પણ મહત્ત્વનું કાર્ય કરે છે. જેમ કે, કોઈપણ વ્યક્તિ બીજાને મારવાનો પ્રયત્ન કરે અને વ્યક્તિ બચી જાય તો પણ સજા તો બીજા વ્યક્તિનું મૃત્યુ થયું હોય તેવી જ મળે. ચેતનાના આધારે માનવી સુકર્મ, અકર્મ અને વિકર્મ કરે છે. જ્યારે મનુષ્ય શરીર સમજીને કાર્ય કરે છે ત્યારે દેહ ભાનના બંધનમાં રહીને અર્થાત્ સ્ત્રી-પુરુષ, યુવાન-વૃદ્ધ, રાષ્ટ્રીયતા, ધર્મ, સંપત્તિ, સામાજિક દરજ્જો, ડિગ્રી, કામગીરી વગેરેના ભાનમાં રહીને કર્મ કરે છે ત્યારે વિકર્મ બને છે. માનવી પોતાને આત્મા સમજીને કર્મ કરે છે ત્યારે કર્મબંધન બનતું નથી, કારણ કે કોઈપણ પ્રકારનું બંધન વચ્ચે આવતું નથી, જેને અકર્મ કહેવામાં આવે છે. મનુષ્ય જ્યારે આત્મા સમજીને પરમાત્માની યાદમાં કર્મ કરે છે, ત્યારે કોઈપણ

બંધન વચ્ચે આવતું નથી અને પરમાત્માની યાદને કારણે શક્તિ જમા થાય છે, જેને સુકર્મ કહેવામાં આવે છે, જે શ્રેષ્ઠ કર્મ અથવા પુણ્યકર્મ છે. આથી શ્રેષ્ઠ કાર્યો કે સુકર્મ કરવામાં સમય, પૈસા કે શક્તિનો વ્યય થતો નથી.

સૃષ્ટિચક્ર ઉપરોક્ત કાયદા મુજબ ફર્યા કરે છે, જે અનંત છે. પરમાત્માનું કર્તવ્ય આ ચક્રમાં જ્ઞાન અર્થાત્ સમજ અને શક્તિ આપવાનું છે, જેના આધારે માનવ આત્મા પોતાની પસંદગી મુજબ કર્મ કરીને પ્રાપ્તિ કરે છે.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે આત્માઓ પરમપિતા પરમાત્માના સંતાન છીએ આથી આપણે પરમાત્માના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના માસ્ટર સાગર છીએ. આપણી આત્માઓ પોતાનું પાત્ર ભજવવા માટે શરીર ધારણ કરે છે, જે પ્રકૃતિના પાંચ તત્ત્વોનું બનેલું છે. આત્મા, પરમાત્મા અને પ્રકૃતિનો ખેલ આ દુનિયા ઉપર ચાલે છે. આપણે સમાજમાં નૈતિકતા, સંવાદિતા, શાંતિ અને પ્રેમના ઉચ્ચ ધોરણને જાળવી રાખવા માટે કેટલાક કાયદાઓ બનાવ્યા. આપણે આત્માઓએ પ્રકૃતિના નિયમ, કર્મના નિયમ, કારણ અને અસરના નિયમ, ફળના નિયમ અને ચેતનાના નિયમનું પાલન કરવું જોઈએ, જેને આધારે સૃષ્ટિચક્ર ચાલે છે. આપણી ચેતના એ સૃષ્ટિચક્રના તમામ નિયમોનો આધાર છે. જ્યારે આપણે શરીરભાનમાં કર્મ કરીશું તો તેમાં જાતિ, ઉંમર, ધર્મ, રાષ્ટ્રીયતા, સામાજિક સ્થિતિ, સંપત્તિ, વ્યવસાય વગેરેની સીમાઓ આવી જશે જેથી પાપકર્મ થશે. જ્યારે આપણે આત્મભાનમાં કર્મ કરીશું તો આપણા વિચારો, શબ્દો અને કાર્યમાં ઉપરની બધી સીમાઓ વચ્ચે આવશે નહીં જેથી તે કર્મ અકર્મ બની જશે. જ્યારે આપણે આત્મભાનમાં અને પરમાત્માની યાદમાં કર્મ કરીશું ત્યારે શ્રેષ્ઠ કર્મ થશે. આથી આપણું કર્મ સારું થશે અને ભવિષ્ય માટે સંચિત થશે.

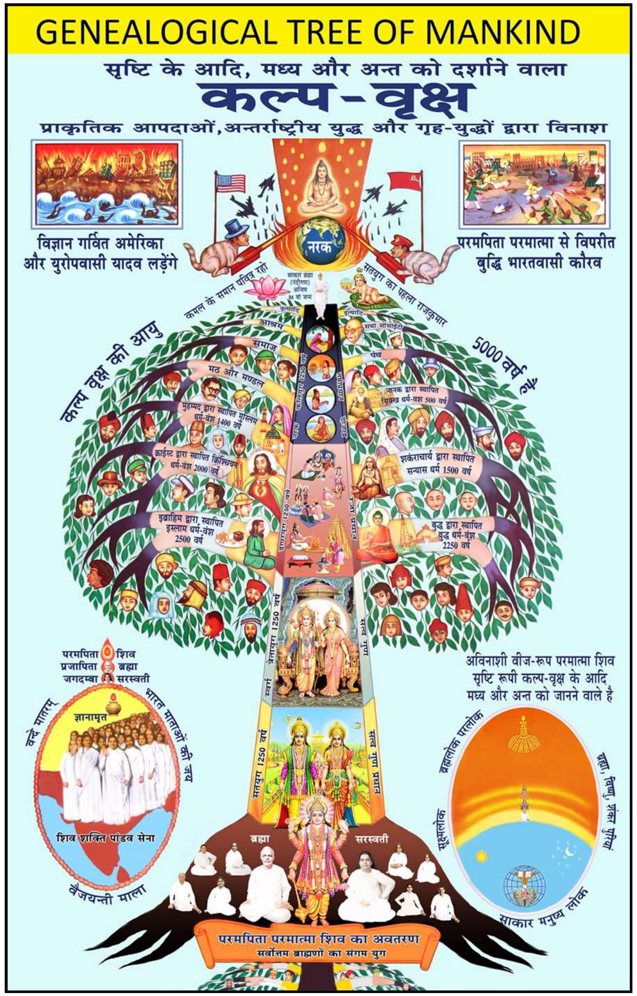
આપણા સુકર્મોથી સ્વ-પરિવર્તન થશે જે વિશ્વ પરિવર્તન તરફ દોરી જશે. સુકર્મોને આધારે આપણે શાંતિ, શક્તિ, પવિત્રતા અને સુખથી ભરપૂર અહીં બનીશું અને ભવિષ્યમાં સુવર્ણ યુગમાં દેવ અથવા દેવદૂત બનીશું. આપણે શાંતિપૂર્ણ, શક્તિશાળી, શુદ્ધ અને શ્રેષ્ઠ આત્મા છીએ.

✤

૧૩. મનુષ્ય સૃષ્ટિનું કલ્પવૃક્ષ

આત્મા અને પરમાત્મા પોત-પોતાના પાત્ર ભજવવા માટે આ સાકારી દુનિયામાં સૃષ્ટિચક્રમાં આવે છે. આ સૃષ્ટિચક્રને જ સમયનું ચક્ર કે સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ચાલતું અવિનાશી નાટક કહેવામાં આવે છે. આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્ર અવિનાશી છે.

મનુષ્યના મન ઉપર ધર્મની ઊંડી અસર રહેલી છે. ધર્મ અર્થાત્ ધારણા, મતલબ વ્યવહારુ જીવનમાં આચરણ કરવું. અંગ્રેજી શબ્દ "રિલિજીઅન" મૂળ લેટિન શબ્દ રિલિજીઓ ઉપરથી આવેલ છે, જેનો અર્થ છે "જીવન જીવવાની પદ્ધતિ". આથી ધર્મ મનુષ્યના જીવનનો એક ભાગ શરૂઆતથી જ છે અને ધર્મ એક સંસ્કૃતિ છે. માનવીના વ્યક્તિત્વ, માન્યતાઓ, દૃષ્ટિબિંદુ, વૃત્તિ, ચેતના અને વિચાર ઉપર ધર્મ, કુળ અથવા વંશ, ભાષા, રાષ્ટ્રીયતા, સંસ્કૃતિ અને પૂર્વજોનો બહુ મોટો પ્રભાવ રહે છે. આથી મનુષ્ય જાતિનો અસલ ધર્મ અને સંસ્કૃતિ જાણવી જરૂરી છે. વિશ્વના માનવ જાતિની વૃદ્ધિ ઉપર પ્રકાશ પાડવા માટે અને વિશ્વના વિકાસને સમજાવવા માટે તેને એક વૃક્ષની સાથે સરખાવવામાં આવેલ છે. માનવ જાતિનું આ વૃક્ષ સૃષ્ટિચક્રનો ઇતિહાસ ચિત્રણ કરે છે, જેમાં વિશ્વના તમામ ધર્મ અને રાજવંશનો સમાવેશ થાય છે. આ મનુષ્ય સૃષ્ટિનું ઝાડ શ્રીમદ્ ભગવત-ગીતામાં "કલ્પ-વૃક્ષ" અથવા "સૃષ્ટિ રૂપી ઉલ્ટુ તેમજ અદ્ભુત વૃક્ષ અને તેના બીજરૂપ પરમાત્મા" તરીકે વર્ણિત છે, જે ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે. આ મનુષ્ય સૃષ્ટિના વૃક્ષનું બીજ પરમાત્મા છે, જે પરમધામમાં ઉપર રહે છે, જ્યારે તેમના સંતાન માનવ આત્માઓ નીચે અર્થાત્ આ દુનિયામાં પોત-પોતાનું પાત્ર ભજવે છે, આથી ઉલ્ટું ઝાડ દર્શાવેલ છે. આપણી સમજણ માટે આ ઝાડને સીધું અથવા સુલટું બતાવેલ છે અને સમજવા સૃષ્ટિચક્રની જેમ ચાર ભાગમાં વિભાજિત કરેલ છે. ક્રિશ્ચિયન ધર્મમાં પણ જે "નાતાલ વૃક્ષ" દર્શાવેલ છે તે પણ મનુષ્ય સૃષ્ટિના આ વૃક્ષ સાથે મળતું આવે છે.



માનવ સૃષ્ટિના ઝાડના થડમાં દેવતા અથવા દેવદૂતનો ધર્મ હતો અને તેઓ સંપૂર્ણ સ્વરાજ્ય અધિકારી હતા. દેવતાઓનું રાજ્ય હોવાથી તમામ પરંપરા અને રિવાજ સત્ય હતા. તેઓ સર્વગુણ સંપન્ન, ૧૬ કળા સંપૂર્ણ, સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, મર્યાદા પુરુષોત્તમ અને અહિંસા પરમો દેવી-દેવતા ધર્મના હતા, જેઓની આજે પણ પૂજા થાય છે. તેમનું રાજ્ય સંપૂર્ણ સુખ, શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ અને શક્તિથી ભરપૂર હતું. આ દુનિયાને “સ્વર્ગ, બહિસ્ત, હેવન, પેરાડાયસ, સતયુગ” તરીકે વિવિધ ધર્મોમાં

દર્શાવવામાં આવે છે, જે આપણી ધરા પર જ હતું. તેઓની આત્મા પરમાત્મા સમાન ગુણોમાં અને શક્તિઓમાં છે. દેવાત્માઓ અથવા દેવદૂત પોતાનું કર્મ-ફળ ભોગવે છે. અર્થાત્ પોતાની સંચયશક્તિનો ઉપયોગ કરે છે. આથી ત્રેતાયુગમાં તેમના દેવતાઈ ગુણોમાં થોડો ઘટાડો થાય છે, પરંતુ તેમનું રાજ્ય સંપૂર્ણ સુખ, શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ અને શક્તિથી ભરપૂર રહે છે. આ બંને યુગમાં મહારાજા મહારાણીની ૮ પેઢી અને તેમની સાથે ૧૦૮ રાજા-રાણીની પેઢી પણ હોય છે, જેની યાદગાર દરેક ધર્મમાં ૮ અને ૧૦૮ની માળા તરીકે સ્વીકાર્ય છે. માળા ઉપર ફૂલ પરમાત્માની યાદગાર અને મેરુનો મણકો (couple bead) વિવિધ ધર્મમાં બ્રહ્મા-સરસ્વતી, આદમ-બીબી, એડમ-ઇવ વગેરે તરીકે સ્વીકાર્ય છે. આ બંને યુગમાં ભારત અર્થાત્ ભ્રુ એટલે કે પૃથ્વી, રત્નોથી ભરપૂર હતી. ભારત માત્ર એક ખંડ હતો અને તમામ જમીન જોડાયેલી હતી. ભારત અર્થાત્ સંપૂર્ણ દુનિયા ઉપર તેઓનું સંપૂર્ણ રાજ્ય હતું અને સંકલ્પથી ચાલતી આ દુનિયામાં શાંતિ અને વિજ્ઞાનનો સંપૂર્ણ સમન્વય હતો.

હવે દ્વાપરયુગ આવે છે, દેવતા અથવા દેવદૂતને દેહભાન આવે છે. વિકારોની પ્રવેશતા થાય છે અને દેવતા પૂજ્યમાંથી પૂજારી બને છે, જેનો આઘાત પ્રકૃતિ પર લાગે છે અને વિનાશ થાય છે, જેમાં ભારત ભૂમિ સાત ખંડોમાં વિભાજિત થાય છે. તેવો જ્યોતિર્લિંગ બનાવીને નિરાકાર પરમાત્મા શિવની પૂજાની શરૂઆત કરે છે. પરમાત્મા જ્યોતિબિન્દુ અને ગુણોમાં સિંધુ (સાગર) હોવાથી તેના આધારે રહેવાના સ્થાનને હિન્દુસ્તાન અને પોતાને હિન્દુ કહેવા લાગે છે, કારણ કે તેવો દિવ્યતા ગુમાવે છે. હવે પરમાત્માના સંદેશવાહકો આવે છે અને મુખ્ય ૪ ધર્મો – ઇસ્લામ અર્થાત્ યહૂદી સંલગ્ન ધર્મ, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી અને સંન્યાસ ધર્મની સ્થાપના કરે છે, જેને માનવ કલ્પવૃક્ષની મુખ્ય શાખાઓ તરીકે દર્શાવેલ છે. આ દરમિયાન હિન્દુઓએ શિવની સાથે વિવિધ દેવતાઓની પણ પૂજા કરવાનું શરૂ કર્યું. ભારતના ટુકડા પ્રાકૃતિક રીતે થવાથી

જુદી-જુદી રાજાશાહી, ભાષા, સંસ્કૃતિ, રાજવંશ, આંતરિક વિખવાદ, કુસંપ, વિભાગ વગેરે અસ્તિત્વમાં આવે છે.

સમયનું ચક્ર આગળ વધતા કળિયુગ આવે છે. કળિયુગમાં દરેક ધર્મ અનેક પંથ, સંપ્રદાય, મઠ વગેરેમાં વિભાજીત થાય છે, જે માનવ કલ્પવૃક્ષમાં શાખાઓ અને ઉપશાખાઓ તરીકે દર્શાવેલ છે. હાલમાં ૪,૩૦૦થી પણ વધુ આવા ધર્મ છે. દરેક ધર્મ અને લોકો તમોપ્રધાન બને છે, જે તમામ મનુષ્યને અતિશય દુઃખ, હુલ્લડ, દુષ્ટતા અને અધાર્મિકતાના સમય તરફ દોરે છે. માનવ સમાજમાં ભાષા, દષ્ટિકોણ, રાજકારણ, ધાર્મિક સિદ્ધાંત, જાતિ, વંશ, રાજ્ય, દેશ વગેરેમાં મતભેદ ઊભા થાય છે, જેને કારણે મનુષ્ય રાક્ષસ જેવો બની લડે છે.

આવી દુનિયા હંમેશાં ના ચાલે અને દુષ્ટતાનો અંત આવે જ. દુનિયામાં શાંતિ સ્થાપન કરવાનું કાર્ય કોઈપણ મનુષ્ય કરી ના શકે, માત્ર સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા જ કરી શકે. આવા સમયે નિરાકાર પરમપિતા પરમાત્મા શિવ (કલ્યાણકારી) એક વૃદ્ધ શરીરનો આધાર લે છે, તેને વિનાશ અને સ્થાપનાનો સાક્ષાત્કાર કરાવે છે અને તેનું નામ પ્રજાપિતા બ્રહ્મા રાખે છે, જે આદિ દેવ અથવા આદમ અથવા એડમ તરીકે વિવિધ ધર્મમાં દર્શાવેલ છે. આ મનુષ્ય તનનો આધાર લઈને પરમાત્મ જ્ઞાન આપે છે અને રાજયોગની શિક્ષા દ્વારા સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, અતિ પવિત્રતાનો રસ્તો ફરી બતાવે છે, જેનાથી મનુષ્ય આત્મા ફરી દેવતા અથવા દેવદૂત બને છે. આ રીતે પરમાત્મા મનુષ્ય સૃષ્ટિના પરિવર્તનનું બીજ છે જે આ દુનિયાને નવી અર્થાત્ સ્વર્ગ બનાવે છે અને ફરી આ દુનિયા આપમેળે જૂની અર્થાત્ કળિયુગી તમોપ્રધાન બને છે, જેને એક મનુષ્ય સૃષ્ટિના વૃક્ષ તરીકે દર્શાવેલ છે.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે પ્રકાશ સ્વરૂપ આત્મા અને પરમાત્માના સંતાન છીએ આપણા પરમપિતા પરમાત્મા

પણ પ્રકાશ સ્વરૂપ છે, પ્રેમથી બાબા એટલે કે પિતા તરીકે ઓળખાય છે, પરમ- ધામમાં રહે છે, બધા દૈવી ગુણો ધરાવે છે અને તેમની શક્તિઓથી દૈવી કાર્યો કરે છે. તેમના બાળક હોવાને કારણે, આપણે તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો માસ્ટર છીએ. આપણે આપણા મધુર શાંતિધામ ઘરમાં શાંતિ, શક્તિ અને પવિત્રતાથી ભરપૂર છીએ.

આપણે શુદ્ધ આત્મા તરીકે આવીને માનવ વંશાવળીના ઝાડના થડમાં દર્શાવેલ સુવર્ણયુગ અને રજતયુગમાં આપણી ભૂમિકા ભજવવામાટે દેવતા અથવા દેવદૂતનું શરીર ધારણ કરીએ છીએ. આપણે અપાર સુખ ભોગવીને આપણા દેવત્વની શક્તિ ગુમાવીએ છીએ અને તામ્રયુગના પ્રારંભમાં દેહભાનમાં પ્રવેશ કરીએ છીએ. આપણા દેહભાનને કારણે પ્રકૃતિને આઘાત લાગે છે, અર્ધ-વિનાશ થાય છે, જેમાં ઘણી સંપત્તિ નષ્ટ થાય છે, પરંતુ આપણને કોઈ શારીરિક નુકસાન થતું નથી અને ભારત અર્થાત્ રત્નોથી ભરપૂર દુનિયા સાત ખંડોમાં વિભાજિત થાય છે. આપણે પરમાત્માની શોધ દેહભાનને કારણે કરીએ છીએ. આથી આપણે જ્યોતિર્લિંગ બિંદુના સ્વરૂપમાં પ્રકાશની પૂજા શરૂ કરી જે શિવ અર્થાત કલ્યાણકારી તરીકે ઓળખાય છે અને તે જ્ઞાન શક્તિ અને ગુણોના મહાસાગર અર્થાત્ સિંધુ છે. બિંદુ સ્વરૂપ અને સિંધુ સમાન પરમાત્માની પૂજન કરવાથી રહેવાના સ્થાનને હિંદુસ્થાન અને પોતાના ધર્મને હિન્દુ ધર્મ માનવા લાગ્યા. આ યુગમાં મુખ્ય ચાર ધર્મ સ્થાપક મનુષ્ય ઝાડની શાખાઓ રૂપે ઇસ્લામ, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી અને સંન્યાસ ધર્મની સ્થાપના કરે છે અને તેઓના ધર્મની આત્માઓ પરમધામથી નીચે આવે છે, જેનાથી માનવ વસ્તી વધે છે.

સમયનું ચક્ર આગળ વધે છે અને લોહ યુગ આવે છે, જેમાં દરેક ધર્મમાં વિવિધ સંપ્રદાયો, માર્ગો વગેરે તરફ દોરી જાય છે. માનવ વસ્તીમાં વધારો થાય છે, માનવ આત્માઓ દુઃખી અને દુષ્ટ બની જાય છે અને સર્વશક્તિમાન, પતિતપાવન અને મુક્તિદાતા પરમપિતા પરમાત્માને પોતાને છોડાવવા માટે પોકારે છે. આથી તેઓ વિનાશ તેમજ નવી

દુનિયાની સ્થાપનાના સાક્ષાત્કાર કરાવે છે અને મનુષ્યના સામાન્ય અને વૃદ્ધ શરીરમાં અવતરણ કરે છે.

પરમાત્મા તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના આપણી આત્માઓને મનુષ્યમાંથી દેવતા કે દેવદૂત તેઓની શ્રીમત મુજબ આપણા પુરુષાર્થના આધારે બનાવે છે. ફરીથી અણુયુદ્ધ, આંતરવિગ્રહ અને પ્રાકૃતિક આપત્તિઓ દ્વારા મહાન પરિવર્તન પછી આત્માઓ પોતાના ઘર પરમધામમાં જાય છે અને થોડી માનવ આત્માઓ તેઓની શ્રીમત મુજબ તેઓના પુરુષાર્થના આધારે નવા સુવર્ણયુગમાં દેવતા કે દેવદૂત રૂપે પ્રવેશ કરે છે. આ રીતે આપણે આત્માઓ માનવ સૃષ્ટિચક્રમાં પોતપોતાનું પાત્ર ભજવીએ છીએ, જે માનવ જાતિના કલ્પવૃક્ષમાં ચિત્રિત કરેલ છે.

✤

૧૪. મનુષ્યના ઉત્થાન અને પતનનું વૃત્તાન્ત

આત્મા અને પરમાત્મા પોત-પોતાનું પાત્ર ભજવવા માટે આ સાકારી દુનિયામાં સૃષ્ટિચક્રમાં આવે છે. આ સૃષ્ટિચક્રને જ સમયનું ચક્ર કે સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ચાલતું અવિનાશી નાટક કહેવામાં આવે છે. આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્ર અવિનાશી છે.

આ સૃષ્ટિચક્રમાં મનુષ્ય જાતિનું ઉન્નતિ અને પડતી કઈ રીતે થાય છે તે પરમાત્મા એક નિસરણી અથવા સીડીના રૂપમાં દર્શાવે છે. હિન્દુ ધર્મમાં પણ મૃત્યુ પછી આવી કિંમતી ધાતુની સીડી બનાવીને દાનમાં આપવામાં આવે છે અને માનવામાં આવે છે કે આત્મા તેની મદદથી સ્વર્ગમાં જાય છે. ખરેખર આ સીડી મનુષ્ય આત્મા દેવતા અથવા દેવદૂતમાંથી સામાન્ય માનવી અને ત્યારબાદ પોતાનામાં પરમાત્મ જ્ઞાન અને યોગની મદદથી ફરી સર્વગુણ સંપન્ન દેવતા કેવી રીતે બને છે તેની વાર્તા અથવા કથા અથવા વૃતાન્ત દર્શાવે છે, જે ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે.

માનવ સૃષ્ટિની સીડીની શરૂઆતમાં દેવતા અથવા દેવદૂતનો ધર્મ હતો અને તેઓ સંપૂર્ણ સ્વરાજ્ય અધિકારી હતા. દેવતાઓનું રાજ્ય (પરમાત્માનું રાજ્ય) હોવાથી તમામ પરંપરા અને રિવાજ સત્ય હતા. પ્રથમ ૧૨૫૦ વર્ષ શ્રીલક્ષ્મી-શ્રીનારાયણનું સૂર્યવંશી સતયુગી રાજ્ય હતું. તેઓ સર્વગુણ સંપન્ન, ૧૬ કળા સંપૂર્ણ, સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, મર્યાદા પુરુષોત્તમ અને અહિંસા પરમો દેવી-દેવતા ધર્મના હતા, જેઓની આજે પણ પૂજા થાય છે. તેઓના ૮ જન્મ થાય છે અને શરૂઆતમાં વસ્તી ૯ લાખની હોય છે. તેમનું રાજ્ય સુખ, શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ અને શક્તિથી ભરપૂર સંપૂર્ણ અવિભાજ્ય દુનિયા ભારત અર્થાત્ રત્નોથી ભરપૂર દુનિયા ઉપર હતું. તેમનું સરેરાશ આયુષ્ય ૧૫૦ વર્ષ ઉપરનું હોય છે. આ દુનિયાને 'સ્વર્ગ, બહિસ્ત, હેવન, પેરાડાયસ, સતયુગ' તરીકે વિવિધ ધર્મોમાં દર્શાવવામાં આવે છે, જે આપણી ધરા પર જ હતું. તેઓની આત્મા પરમાત્મા સમાન ગુણોમાં અને શક્તિઓમાં છે.

દેવાત્માઓ અથવા દેવદૂત પોતાનું કર્મ-ફળ ભોગવે છે. અર્થાત્ પોતાની સંચય-શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે. આથી તેમના દેવતાઈ ગુણોમાં થોડો ઘટાડો થાય છે અને ત્રેતાયુગની શરૂઆત થાય છે. આ ૧૨૫૦ વર્ષમાં આત્મા ૧૪ કળા સંપૂર્ણ હોવાથી પોતાને ક્ષત્રિય કુળની માને છે, જે કોઈ લૌકિક જ્ઞાતિની વાત નથી, પરંતુ આત્માની શક્તિ દર્શાવે છે. અર્થાત્ આત્મા સતો ગુણ ધરાવે છે. દરેક આત્માના સરેરાશ ૧૨ જન્મ છે અને આયુષ્ય સો થી સવાસો વર્ષ છે. શ્રીરામ અને શ્રીસીતા ૧૨ પેઢી રાજ્ય કરે છે અને તેમનું રાજ્ય પણ સંપૂર્ણ સુખ, શાંતિ, આનંદ, પ્રેમ અને શક્તિથી ભરપૂર રહે છે. આ બંને યુગમાં ભારત અર્થાત્ ભ્રુ એટલે કે પૃથ્વી, રત્નોથી ભરપૂર હતી. ભારત માત્ર એક ખંડ હતો અને તમામ જમીન જોડાયેલી હતી. ભારત અર્થાત્ સંપૂર્ણ દુનિયા ઉપર તેઓનું રાજ્ય હતું અને સંકલ્પથી ચાલતી આ દુનિયામાં શાંતિ અને વિજ્ઞાનનો સંપૂર્ણ સમન્વય હતો.

હવે દ્વાપરયુગ આવે છે, દેવતા અથવા દેવદૂતને દેહભાન આવે છે. વિકારોની પ્રવેશતા થાય છે અને દેવતા પૂજ્યમાંથી પૂજારી બને છે, જેનો આઘાત પ્રકૃતિ પર લાગે છે અને વિનાશ થાય છે. જેમાં ભારત ભૂમિ સાત ખંડોમાં વિભાજિત થાય છે. તેઓ જ્યોતિર્લિંગ બનાવીને નિરાકાર પરમાત્મા શિવની પૂજાની શરૂઆત કરે છે. પરમાત્મા જ્યોતિર્બિંદુ અને જ્ઞાન, શક્તિ તેમજ ગુણોમાં સિંધુ (સાગર) હોવાથી તેના આધારે રહેવાના સ્થાનને હિન્દુસ્થાન અને પોતાને હિન્દુ કહેવા લાગે છે, કારણ કે તેઓ દિવ્યતા ગુમાવે છે. ત્યારબાદ દેવતાઓની પૂજા કરે છે અને શાસ્ત્રોની રચના કરે છે. અન્ય ચાર ધર્મ ઇસ્લામ, બુદ્ધિઝમ, ક્રિસ્ટીયાનીટી અને સંન્યાસ ધર્મ તેમના ધર્મસ્થાપક દ્વારા આવે છે. દેહભાનને કારણે દરેક આત્મા ૮ કળા અર્થાત્ શક્તિ ઘટે છે, રજોગુણી બને છે અને પોતાને વૈશ્ય તરીકે ઓળખે છે. તેવો ૧૨૫૦ વર્ષમાં સરેરાશ ૨૧ જન્મ લે છે.

સમયનું ચક્ર આગળ વધતા કળિયુગ આવે છે, જેમાં દરેક ધર્મ

અનેક પંથ, સંપ્રદાય, મઠ વગેરેમાં વિભાજિત થાય છે. હાલમાં ૪૩૦૦થી પણ વધુ આવા ધર્મ છે. દરેક ધર્મમાં અનેક પ્રકારની ભક્તિ થાય છે અને શ્રદ્ધા જેમાં છે તેનું જ્ઞાન કે સમજ નથી જેને અંધશ્રદ્ધા કહેવામાં આવે છે. દરેક આત્મા શુદ્ર અર્થાત્ શૂન્ય કળા નજીક પહોંચી જાય છે. તેઓમાં કોઈપણ શક્તિ રહેતી નથી. આ યુગમાં માનવ આત્માની

શક્તિ ઘટવાથી ૧૨૫૦ વર્ષમાં સરેરાશ ૪૨ જન્મ થાય છે અને અતિ તમોપ્રધાન બને છે. દુનિયામાં શાંતિ સ્થાપના માટે સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ દ્વારા રાજ્યસત્તા અને ધર્મસત્તા અનેક પ્રયત્નો કરે છે. શાંતિના નોબેલ પારિતોષિક અપાય છે, પરંતુ શાંતિ દુનિયામાં ક્યાંય દેખાતી નથી.

દુનિયામાં શાંતિ સ્થાપન કરવાનું કાર્ય કોઈપણ મનુષ્ય કરી ના શકે, માત્ર સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા જ કરી શકે. આવા સમયે નિરાકાર પરમપિતા પરમાત્મા એક વૃદ્ધ શરીરનો આધાર લે છે, તેને વિનાશ અને સ્થાપનાનો સાક્ષાત્કાર કરાવે છે અને તેનું નામ પ્રજાપિતા બ્રહ્મા રાખે છે, જે આદિ દેવ અથવા આદમ અથવા એડમ તરીકે વિવિધ ધર્મમાં દર્શાવેલ છે. આ મનુષ્ય તનનો આધાર લઈને પરમાત્મ જ્ઞાન આપે છે અને રાજયોગની શિક્ષા દ્વારા સંપૂર્ણ નિર્વિકારી, પવિત્રતાનો રસ્તો બતાવે છે અને મનુષ્ય આત્માને બ્રાહ્મણ બનાવે છે. અર્થાત્ જેનું મન બ્રહ્મ તત્ત્વમાં સ્થિર થાય તેવા આત્મ-અભિમાની બનાવે છે. આ નવો જન્મ જ્ઞાનથી થાય છે, શરીર તે જ રહે છે, જેનાથી મનુષ્ય આત્મા ફરી દેવતા અથવા દેવદૂત બને છે. આ સૌથી નાના યુગને પુરુષોત્તમ સંગમયુગ કહેવામાં આવે છે, જે કળિયુગ અને સતયુગ વચ્ચેનો પરિવર્તન યુગ આશરે ૧૦૦ વર્ષનો છે. આ રીતે મનુષ્ય આત્માના સત્યુગમાં ૮ જન્મ, ત્રેતાયુગમાં ૧૨ જન્મ, દ્વાપરયુગમાં ૨૧ જન્મ, કળિયુગમાં ૪૨ જન્મ અને પુરુષોત્તમ સંગમયુગમાં સ્વપરિવર્તનનો ૧ જન્મ, આ સાથે કુલ ૮૪ જન્મો થાય છે. માનવની આ ચડતી અને પડતીનું વૃત્તાંત એક મનુષ્ય સૃષ્ટિની સીડી તરીકે દર્શાવેલ છે.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે આત્માઓ પરમાત્માના સંતાન છીએ. આપણે આત્માઓ પરમધામ ઘરમાં શાંતિ, શક્તિ અને પવિત્રતાથી ભરપૂર છીએ. આપણે આત્માઓએ સંપૂર્ણ પવિત્રતા, શક્તિ, શાંતિ અને સુખના ૮ જન્મો દેવતા અથવા દેવદૂત રૂપે સતયુગમાં ધારણ કર્યા. સમય જતાં, આપણી શુદ્ધતા ત્રેતાયુગમાં બે કળા ઘટી, જેથી આપણા ૧૨ જન્મ થયા. સૃષ્ટિચક્રના અર્ધ-સમય

દરમિયાન, ભારત અર્થાત્ પૃથ્વી અથવા સારી દુનિયા રત્નોથી ભરેલી હતી અને એક જ ખંડ ભારત હતો, જેમાં વિજ્ઞાન અને શાંતિનું સંપૂર્ણ સંતુલન હતું.

હવે આપણે આત્માઓ દેહભાનમાં આવવાથી આપણી દેવત્વની શક્તિ ગુમાવીએ છીએ અને દ્વાપરયુગની શરૂઆત થાય છે. આપણે પૂજ્ય આત્માઓ પૂજારી બનીએ છીએ. આપણે જ્યોતિસ્વરૂપ પરમાત્મા શિવની પૂજાની શરૂઆત બિંદુ સ્વરૂપે શરૂ કરી જે જ્યોતિર્લિંગ શિવ તરીકે ઓળખાય છે, તેઓ જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોના સાગર છે અર્થાત્ સિંધુ છે. પરમાત્મા સ્વરૂપમાં બિંદુ અને ગુણોમાં સિંધુ હોવાથી આપણા ધર્મને હિન્દુ અને રહેવાના સ્થાનને હિન્દુસ્તાન તરીકે ઓળખાવવા લાગ્યા. આપણા દેહભાનને કારણે પ્રકૃતિને આઘાત લાગે છે જેના કારણે અર્ધ વિનાશ થાય છે અને અખંડ ભારતનું સાત ખંડોમાં વિભાજન થાય છે. દેહભાન વધવાથી જ્યોતિ સ્વરૂપ પરમાત્મામાં ધ્યાન લાગતું નથી. આથી આપણે દેવતાઓની મૂર્તિઓની પૂજા કરવાનું શરૂ કર્યું. આપણે શાસ્ત્રો લખ્યા, દેહભાનને કારણે છ કળા શુદ્ધતા ગુમાવી દીધી અને સરેરાશ ૨૧ જન્મ લીધા. ઇસ્લામ, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી અને સંન્યાસ ધર્મની સ્થાપના કરવા માટે દ્વાપરયુગમાં પરમાત્માના સંદેશવાહક આત્માઓ આવ્યા.

સમયનું ચક્ર આગળ વધે છે અને કળિયુગ આવે છે, જેમાં દરેક ધર્મ વિવિધ પથ, સંપ્રદાય, મઠ વગેરેમાં વિભાજિત થાય છે. આપણી આત્માઓ લગભગ બધી કળા પવિત્રતાની ગુમાવે છે. દરેક આત્માના સરેરાશ બેતાલીસ જન્મો થાય છે અને અતિ દુઃખી દુનિયા બને છે. દરેક આત્મા સર્વશક્તિમાન, પતિતપાવન અને મુક્તિદાતા પરમાત્માને વિશ્વને પરિવર્તિત કરવા માટે પોકારે છે. આથી તેઓ ભારતમાં મનુષ્યના વૃદ્ધ શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે, જેને ''પ્રજાપિતા બ્રહ્મા'' નામ આપે છે, જે બ્રહ્મા, આદમ, એડમ, આદિ દેવ વગેરે નામથી વિવિધ ધર્મોમાં માનવામાં આવે છે. પરમાત્મા તેમના જ્ઞાન અને શક્તિઓ દ્વારા મનુષ્યને દેવતા અથવા દેવદૂત સમાન બનાવે છે અને કળિયુગને સ્વર્ગ બનાવે છે.

આપણી આત્માઓ પરમાત્માની શ્રીમત ઉપર પોતાનું જીવન ઉચ્ચ બનાવે છે, તેઓ તેમની સમાન પવિત્ર બનીને પોતાના અસલી ઘર પરમધામમાં જાય છે. જે આત્માઓ પરમાત્માની શ્રીમતને અનુસરતી નથી તેઓ સજા ભોગવીને પણ પોતાના ઘરમાં પવિત્ર બનીને જાય છે. આ રીતે માનવ આત્મા વધુમાં વધુ ૮૪ પુનર્જન્મ લે છે અને ઓછામાં ઓછો એક જન્મ લે છે. હિન્દુઇઝમમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે આ છે માનવ આત્માઓનું ૮૪ જન્મના ઉત્થાન અને પતનનું વૃત્તાંત. ફરીથી અત્યારના પુરુષાર્થના આધારે આપણે આત્માઓ પરમધામથી આ દુનિયામાં પોતપોતાનું પાત્ર ભજવવા માટે આવીએ છીએ. ઓમ શાંતિ અર્થાત્ આપણે આત્માઓ શાંત સ્વરૂપ છીએ.

✤

5

રાજયોગના આધારસ્તંભ

૧૫. પરમાત્માનો સંગ

આત્મા અને પરમાત્મા પોત-પોતાનું પાત્ર ભજવવા માટે આ સાકારી દુનિયામાં સૃષ્ટિચક્રમાં આવે છે. આ સૃષ્ટિચક્રને જ સમયનું ચક્ર કે સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ચાલતું અવિનાશી નાટક કહેવામાં આવે છે. આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્ર અવિનાશી છે. આથી રાજયોગ અર્થાત્ મનુષ્ય પોતાને આત્મા સમજીને, પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ તેમજ દિવ્ય ગુણોનું અને માનવસૃષ્ટિના ચક્રનું ચિંતન હાલતાં-ચાલતાં ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં, દરેક કાર્યમાં કરીને, પોતાની ઇન્દ્રિયોનો રાજા બનવાનો તેમજ સ્વ-પરિવર્તનનો સતત અભ્યાસ, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે.

રાજયોગની મદદથી વિકર્મ વિનાશ થાય છે. જેવી રીતે બૃહદદર્શક

કાચ કે લેન્સ સૂર્યના કિરણોને એકત્રિત કરે છે અને કાગળને ભસ્મ કરે છે તેવી રીતે રાજયોગમાં પોતાને આત્મા સમજીને પરમાત્માને યાદ કરવાથી વિકર્મ વિનાશ થાય છે. વિકર્મ વિનાશનો અર્થ એ નથી કે કર્મફળ ભોગવવું ના પડે, પરંતુ રાજયોગની સમજ અને શક્તિથી ગમે તેવું કર્મફળ પણ આસાનીથી સ્થિર અને શાંતચિત્તે પસાર કરી શકાય. રાજયોગમાં અનુભવનું મહત્ત્વ હોવાથી યોગના પ્રયોગ કરીને આપણે શીખવાનું છે. જેમ આપણા ઘરની પથારી અથવા ખાટલાને ચાર પાયા અથવા આધાર હોય છે, તેમ રાજયોગને ચાર આધાર હોય છે. રાજયોગના ચાર આધારમાં પરમાત્માનો સંગ, દૈવીગુણોની ધારણા, શુદ્ધ અન્ન અને પરમાત્મા સાથેના સંબંધનો સમાવેશ થાય છે.

રાજયોગનો પ્રથમ આધાર પરમાત્માનો સંગ છે, જેને સામાન્ય પરિભાષામાં સત્સંગ કહેવામાં આવે છે, જેમાં ''સત'' અર્થાત્ પરમાત્મા અને ''સંગ'' અર્થાત્ સાથ. પરમપિતા પરમાત્માને પોતાનું શરીર નથી, આથી પરમાત્મા એક વૃદ્ધ મનુષ્ય શરીરનો આધાર લઈને તેના મુખ દ્વારા જ્ઞાન આપે છે અને શક્તિનો અનુભવ કરાવે છે. પરમાત્મા જે જ્ઞાન આપે છે, તે તમામ લેખિત છે, સમયાંતરે અવાજમાં તેમજ દૂરદર્શનમાં (video) પણ સંગ્રહિત છે. પરમાત્મા જે જ્ઞાન સંભળાવે છે તેને મુરલી ક્લાસ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. મુરલી લાકડાંની હોય છે અને તેને વગાડનાર અન્ય હોય છે, તેવી જ રીતે પરમાત્મા બીજાંના મુખથી જ્ઞાન આપે છે, કારણ કે પોતાનું શરીર નથી. આથી પરમાત્માને મહાવાક્યને મુરલી તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. પરમાત્માને બાબા અથવા સર્વ આત્માઓના પિતા કહેવામાં આવે છે, તેથી તેમના મહાવાક્યોને બાબા મુરલી તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. આ તમામ મહાવાક્ય ઇન્ટરનેટ ઉપર પ્રાપ્ય છે, જેની માહિતી વેબસાઈટ મુજબ ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે.

WEB SITES

- WWW.BABAMURLI.COM
- WWW.MADHUBANMURLI.ORG
- WWW.BKDRLUHAR.COM
- WWW.JEWELS.BRAHMAKUMARIS.ORG
- WWW.PMTV.IN WWW.AWAKENINGTV.IN
- WWW.OMSHANTITV.ORG

પરમપિતા પરમાત્માના મહાવાક્યો બાબા મુરલી www.babamurli.com અને મધુબન મુરલી www.madhubanmurli.org તરીકે પ્રથમ બે વેબસાઈટ ઉપર દરરોજ કેલેન્ડર તારીખ મુજબ દર્શાવવામાં આવે છે. બાબા મુરલી વેબસાઈટ ઉપર દૈનિક મુરલી કુલ ૨૮ ભાષાઓમાં હાલ મુકવામાં આવે છે, જેમાં ભારતની ૧૨ ભાષાઓ છે અને ૧૬ વિદેશની ભાષાઓ છે. પરમપિતા પરમાત્માનું જ્ઞાન અને રાજયોગ વિશ્વની તમામ આત્માઓ માટે હોવાથી વિશ્વના વિવિધ ભાષાઓમાં મૂળ હિન્દી ભાષામાંથી ભાષાંતર કરી મૂકવામાં આવે છે. હવે પ્રથમ હિન્દી ભાષામાં પરમાત્માની મુરલી ખોલશો તો દૈનિક ૧૫ વિભાગ જોવા મળશે, જેમાં પરમાત્માની મુરલી વિવિધ ફાઈલ જેવી કે એચ.ટી.એમ.; પી.ડી.એફ.; જ્ઞાન, યોગ, ધારણા અને સેવા, એવા ચાર રંગના ભાગમાં વિભાજિત; શ્રાવ્ય મુરલી અલગ અલગ સ્થાન ઉપરથી; શ્રાવ્ય મુરલી સાર; મુરલી સાર, એસ.એમ.એસ., મુરલી ધ્યાન, સ્લોગન, સ્વમાન, વરદાન, ચિત્રમાં વરદાન, ચાર્ટ એચ.ટી.એમ., અને ચાર્ટ પી.ડી.એફ. સમાવિષ્ટ છે. બાબા મુરલીની પી.ડી.એફ. (pdf) ખોલીએ તો દૈનિક સંપૂર્ણ ત્રણ પાનની મુરલી જોવા મળશે. દરરોજ પરમાત્માના મહાવાક્ય નિયમિત સાંભળવા અને વાંચવા તેમજ તેને ચિંતન કરીને જીવનમાં ઉતારવા ખૂબ જ જરૂરી છે. મુરલીની નીચે

ઝીપ (zip), પી.ડી.એફ. (pdf) ખોલશો તો છેલ્લાં ૧૫ વર્ષની પરમાત્માની મુરલી મળશે. પરમાત્માનું જ્ઞાન વિશ્વની તમામ આત્માઓ માટે ખુલ્લું છે. મધુબેન મુરલી વેબસાઈટ ઉપર પણ આ જ પરમાત્માની મુરલી અલગ શૈલીમાં મળશે, જેમાં સીધી જ પી.ડી.એફ. (pdf) જોવા મળશે. ૨૮ ભાષાઓ માટે ઉપર બોક્સમાં યાદી છે તેમજ વાંચન અને શ્રાવ્યની પણ વ્યવસ્થા સમાવિષ્ટ છે.

પરમપિતા પરમાત્માના જ્ઞાન અને રાજયોગનો વિસ્તાર અન્ય બે વેબસાઈટ www.bkdrluhar.com અને www.jewels.brahmakumaris.org ઉપર ખૂબ જ વિસ્તારપૂર્વક જોવા મળશે. જેમાં પ્રથમ વેબસાઈટમાં મુખ્યત્વે પરમાત્માના મહાવાક્યો, વિવિધ ભાષણો, વર્ગો, મોબાઈલ એપ્સ, યોજનાઓ, સામયિક, ચોપડીઓ, લેખ, ધ્યાન, ચાર્ટ, છાયાચિત્ર, મ્યુઝિક, સાપ્તાહિક કોર્સ, ખાવાની વાનગી, શ્રાવ્ય અને દૂરદર્શન વિભાગ, ભાષા વિભાગ, ટેલિફિલ્મ્સ, કાર્યક્રમો, વાર્તાઓ, અનુભવ, તહેવાર, સેવા વિભાગ, પરિષદ, પ્રભાગ, આરોગ્ય વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. બીજી વેબસાઈટમાં મુખ્યત્વે વર્ગો, ફાઇલ્સ, ચલચિત્ર, કાર્યક્રમ, બાબા મુરલી, ગીતો, આલ્બમ વગેરે સાથે છેલ્લાં થોડાં માસના તમામ વિડિઓઝ મૂકવામાં આવે છે.

પરમપિતા પરમાત્માના જ્ઞાન અને રાજયોગનો વિસ્તાર મુખ્યત્વે ત્રણ દૂરદર્શન ચેનલ ઉપર ખૂબ જ વિસ્તારપૂર્વક જીવંત કે વિડીયો દ્વારા જોવા મળશે, જે ભારતમાં વિવિધ દૂરદર્શન ચેનલ દ્વારા પણ દર્શાવવામાં આવે છે. વિશ્વની કોઈપણ દેશમાં ત્રણ ટી.વી. ઇન્ટરનેટના માધ્યમથી વિનામૂલ્યે જોઈ શકાય છે. પ્રથમ પીસ ઓફ માઈન્ડ ટી.વી. www.pmtv.in વિવિધ કાર્યક્રમો આપે છે. જેમાં મુખ્યત્વે માર્ગદર્શક ધ્યાન, મનોરંજક આધ્યાત્મિક ગીત, સ્વપરિવર્તન ઉપર નિષ્ણાતોના વાર્તાલાપ, જીવનના વિવિધ પાસાંઓમાં આધ્યાત્મિકતાનું અમલીકરણ, સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ, પ્રેક્ષકોના જીવનના વિવિધ પ્રશ્નોના નિરાકરણ માટે જૂરીનાં સભ્યોની ચર્ચા વગેરેનો સમાવેશ કરવામાં આવે છે. બીજું અવેકનીંગ

ટી.વી. www.awakeningtv.in વિવિધ કાર્યક્રમો આપે છે, જે સહકુટુંબ જોઈ શકાય છે, જે આપણી આધ્યાત્મિક, ભાવનાત્મક, સામાજિક અને ભૌતિક જીવનયાત્રા મજબુત બનાવે છે. વિવિધ કાર્યક્રમોમાં પરમાત્માના મહાવાક્યો અર્થાત્ બાબા મુરલી, માર્ગદર્શક ધ્યાન, આધ્યાત્મિક ગીત, સ્વપરિવર્તન ઉપર નિષ્ણાતોના વાર્તાલાપ, જીવનના વિવિધ પાસાંઓમાં આધ્યાત્મિકતાનું અમલીકરણ, સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ વગેરેનો સમાવેશ કરવામાં આવે છે. ત્રીજું ઓમ શાંતિ ટી.વી. www.omshantitv.org આપણી આધ્યાત્મિક જાગૃતિ માટે સમર્પિત છે, જે મર્મભેદી કાર્યક્રમો દ્વારા આપણને નિયંત્રિત યોગ અને સશક્તિકરણ તેમજ સ્વપરિવર્તનના વાર્તાલાપથી મદદ કરે છે. દર્શકોને દૈનિક જીવનમાં ઊંડી સમજ અને આધ્યાત્મિક યુક્તિઓ દ્વારા લાભ મળે છે અને તેઓ વિવિધ કાર્યક્રમોની અરસપરસ ચર્ચા દ્વારા વ્યક્તિગત, સામાજિક અને જટિલ પ્રશ્નોનું નિરાકરણ મેળવી શકે છે.

તમામ પ્રકારના જ્ઞાનનો આધાર પરમપિતા પરમાત્માના મહાવાક્યો અર્થાત્ મુરલી છે. પરમાત્મા જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણના સાગર છે આથી વેબસાઈટ કે ટી.વી. ઉપરનું તમામ સાહિત્ય કે કાર્યક્રમનો આધાર તે છે. પરમાત્માના મહાવાક્યો અને બાકી તમામ માધ્યમો આપણને પરમાત્માનો સંગ વધારવામાં મદદરૂપ બને છે. પરમાત્માના સંગને આધારે આપણું જીવન શ્રેષ્ઠ બને છે કારણ કે "જેવો સંગ તેવો રંગ" અને "જેવા વિચારો હોય તેવા બની જવાય". ઉપરોક્ત તમામ સગવડોનો લાભ મેળવીને પરમાત્માનો મહત્તમ સંગ સહેલાઈથી મેળવી શકાય અને તેનો ઉપયોગ આપણા દૈનિક જીવનમાં કરી શકાય.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે આત્માઓ પરમપિતા પરમાત્માના બાળકો છીએ. તેઓ જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો સાગર છે. તેઓને પોતાનું શરીર નથી, આથી તેમની કામ કરવાની રીત અનોખી છે. આપણે આત્માઓ તેમની સાથે સંકલ્પની શક્તિથી

જોડાણ કરીએ અને સંકલ્પ મોટી અવિનાશી શક્તિ છે. પરમાત્માના શક્તિશાળી, શુદ્ધ અને હકારાત્મક તરંગો આપણા મન અને બુદ્ધિને સ્પર્શ કરે છે. આ પરમાત્માની શક્તિ આપણા જીવનમાં આવતી કોઈપણ પરિસ્થિતિ, લોકો, પડકારો, સમસ્યાઓ, અવરોધોનો ઉકેલ આપે છે. જો આપણે તે શક્તિને ગ્રહણ ના કરી શકીએ તો પરમાત્મા તેઓના દૈનિક મહાવાક્યોમાં અર્થાત્ મુરલીમાં ઉકેલો આપે છે. તેઓને પોતાનું શરીર ના હોવાથી આપણને મદદ કરવા માટે કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા વસ્તુને સાધન તરીકે બનાવીને પણ આપણને મદદ કરે છે. આ રીતે આપણે આપણી દિનચર્યામાં તેઓના સંગમાં રહીએ તો હંમેશાં મદદ કરવા તૈયાર છે. આપણે સર્વશક્તિમાન પરમપિતા પરમાત્માના સંતાન હોવાથી તેઓ કોઈપણ સંજોગોમાં આપણને મદદ કરવા તૈયાર હોય છે. તેમના સંગના રંગથી આપણે આપણું જીવન શીતળ, શાંત, સ્થિર, અચળ અને અડોળ બનાવીએ.

✤

૧૬. દિવ્ય ગુણોની ધારણા

રાજ્યોગ અર્થાત્ મનુષ્ય પોતાને આત્મા સમજીને, પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ તેમજ દિવ્ય ગુણોનું અને માનવ સૃષ્ટિના ચક્રનું ચિંતન હાલતાં-ચાલતાં, ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં, દરેક કાર્યમાં કરીને, પોતાની ઇન્દ્રિયોનો રાજા બનવાનો તેમજ સ્વ-પરિવર્તનનો સતત અભ્યાસ, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે. રાજયોગમાં અનુભવનું મહત્ત્વ હોવાથી યોગના પ્રયોગ કરીને આપણે શીખવાનું છે. રાજયોગના ચાર આધારમાં પરમાત્માનો સંગ, દૈવીગુણોની ધારણા, શુદ્ધ અન્ન અને પરમાત્મા સાથેના સંબંધનો સમાવેશ થાય છે.

રાજ્યોગનો બીજો આધાર દિવ્ય ગુણોની ધારણા અર્થાત્ તે ગુણોને પોતાના જીવનના આચરણમાં લાવવા. દિવ્ય ગુણોમાં ૩૬ પ્રકારના ગુણ છે અને ૧૬ પ્રકારની કળાઓ છે, જેનાથી દરેક દેવતા અથવા દેવદૂત સંપન્ન અને સંપૂર્ણ છે. આથી તેઓનું ગાયન છે - સર્વગુણ સંપન્ન, સોળે કળાએ સંપૂર્ણ. દેવતાઓને ૩૬ પ્રકારનો ભોગ લગાવવામાં આવે છે, તે પણ તેમના ૩૬ દિવ્ય ગુણોની યાદગાર છે. આ ૩૬ ગુણોમાં મુખ્યત્વે ૮ ગુણો છે, જેને ચિત્રમાં ફૂલોની કલગીના (bouquet) રૂપે દર્શાવેલ છે.

૧. પવિત્રતા :

પવિત્રતા અર્થાત્ શુદ્ધતા અને સ્વચ્છતા. શુદ્ધતા અર્થાત્ અંદર અને બહાર એક, મતલબ "જેવા વિચાર તેવી વાણી અને વર્તન". જો વિચાર, વાણી અને વર્તન એકરૂપ ના હોય તો પ્રથમ પોતાને જ નુકસાન છે, બીજાની વાત છોડો. આથી આત્માને આઘાત લાગે છે અને આત્મા પોતાની શક્તિ ગુમાવે છે. કહેવત પણ છે "સ્વચ્છતામાં પરમાત્માનો નિવાસ છે." આથી આપણું શરીર, શેરી, નગર, દેશ અને વિશ્વ સ્વચ્છ રાખવું તે આપણી સૌની જવાબદારી છે. આથી દરેક માનવીમાં પવિત્રતા હોવી ખૂબ જરૂરી છે. કર્મ કરતા પરમાત્માની યાદ પવિત્રતામાં વધારો કરે છે.

૨. અંતર્મુખતા :

કહેવત છે કે, "અંતર્મુખી સદા સુખી." માનવીની શક્તિ નકારાત્મક અને વ્યર્થ વાણીમાં વધુ પ્રમાણમાં વપરાય છે. એવું કહેવામાં આવે છે કે "Go within" અર્થાત્ "અંદર જાઓ" કારણ કે આત્મા સુખ, શાંતિ, આનંદ, શક્તિ અને પ્રેમ સ્વરૂપ છે. આપણે જે બહાર દુનિયામાં કે વ્યક્તિઓમાં શોધીએ છીએ તે આપણી અંદર છે. પરમાત્માની યાદ આ ગુણમાં વધારો કરે છે.

૩. ધૈર્યતા :

કોઈપણ કાર્ય ઉતાવળમાં અને ચિંતામાં કરવામાં આવે તો પરિણામ ધાર્યું મળતું નથી. આથી કહેવત છે કે ધીરજના ફળ મીઠા છે. આ ગુણથી માનવી શાંત, સ્થિર, શીતળ, અચલ અને અડોલ બને છે જેની યાદગાર મહાભારત શાસ્ત્રમાં યુધિષ્ઠિર અર્થાત્ યુદ્ધમાં પણ સ્થિર બતાવેલ છે. રાજયોગ આ ગુણ વધારવામાં બહુ ઉપયોગી છે.

૪. નિર્ભયતા :

માનવીનું મન વિકલ્પ અને વ્યર્થ વિચારોથી ભય ઉત્પન્ન કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે, કોઈ વ્યક્તિ ભયમાં રહે કે પોતાની નોકરી જતી રહેશે. આથી તેની ઉત્પાદકતા ઘટે અને તેના કારણે નોકરીમાંથી કાઢી મૂકવામાં આવે. આથી જે પરિસ્થિતિ ઉપર આપણો કાબૂ નથી તેનો ભય રાખવો વ્યાજબી નથી. પરમાત્માને સાથી બનાવીને કાર્ય કરવાથી નિર્ભયતા વધે છે.

૫. મધુરતા :

મધુર સ્વભાવના વ્યક્તિ બધાને ગમે. પરમાત્મા કહે છે કે "થોડું બોલો, ધીમે બોલો, મીઠું બોલો." ભાષા આપણી વર્તણૂકનો ભાગ છે. તેની અસર આત્માના સ્વભાવ સંસ્કાર ઉપર ઊંડી પડે છે. મધુર બોલવા સાથે મધુર વિચારો પણ ખરાં. દરેક આત્મા પરમાત્માનું સંતાન હોવાથી ભાઈ-ભાઈ છે. ભાવના મીઠી રાખો. પરમાત્મા સાથે સંબંધ જોડવાથી મધુરતાનો ગુણ વધે છે.

૬. નમ્રતા :

માનવી માટે નમ્રતા પ્રાથમિક ગુણ છે. નમ્ર બનવા માટે ચાર સી (C)થી દૂર રહો. પ્રથમ C અર્થાત્ (Comparision) સરખામણી કોઈ જોડે ના કરો. દરેક આત્માના સંસ્કાર અનોખા છે. બીજો C અર્થાત્ (Competition) નાદુરસ્ત સ્પર્ધા ના કરો, કારણ કે દરેક આત્માની પોતપોતાની યાત્રા છે. કોઈને પાડીને આગળ વધો તો કર્મનું ફળ ભોગવવું જ પડે. ત્રીજો C અર્થાત્ (Criticize) કોઈની પણ નિંદા ના કરો કારણ કે તે નકારાત્મકતા હોવાથી આપણી શક્તિનો વ્યય થાય છે, નુકસાન પોતાને પહેલું છે. ચોથો C અર્થાત્ (Complain) ફરિયાદ ના કરો કારણ કે પરમાત્માની યાદ રહેતી નથી. જે કંઈ કહેવું હોય તે પ્રેમથી કહો અને શુભ ભાવના રાખો. જીવનમાં સતત કર્મ અને યાદની સમતુલા જાળવી રાખવાથી નમ્રતા વધે છે.

૭. હર્ષિતમુખતા :

આ કોઈ બહારની કે બનાવટી વાત નથી, પરંતુ સર્વ પ્રત્યે સંતુષ્ટતાનો ભાવ છે. કોઈપણ પરિસ્થિતિ, મનુષ્યો, પ્રશ્નો, વિઘ્નો અને પડકારોમાં પણ સંતુષ્ટતા જળવાઈ રહે તો હર્ષિતમુખ રહી શકાય. તમામ પરમાત્માના સંતાન હોવાથી દરેક પ્રતિ શુભ-ભાવના અને શુદ્ધ કામના રહે, જે હર્ષિતમુખતાનો આધાર છે. પરમાત્માની યાદ જ આ ગુણમાં વૃદ્ધિ કરે છે.

૮. સહનશીલતા :

કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં પ્રતિક્રિયા આપવાને બદલે પ્રત્યુત્તર આપવાનો છે. દરેક વ્યક્તિ પોતાના દષ્ટિકોણથી પોતાને સાચો માને છે, આથી તેને સમજવો જરૂરી છે. અકસ્માત સમયે મારામારી કરવાને બદલે સમાધાન અથવા કાયદાકીય કાર્યવાહી કરવામાં ભલાઈ છે. રાજયોગની મદદથી સહનશીલતાની વૃદ્ધિ થાય છે.

દેવતાઓ અથવા દેવદૂતના ૩૬ દિવ્ય ગુણોમાં ઉપરોક્ત ૮ મુખ્ય ગુણોનો સમાવેશ થાય છે. આથી તમામ ૩૬ દિવ્ય ગુણો આ મુજબ છે : યથાર્થતા, ગુણગ્રાહ્યતા, પરોપકાર, નિશ્ચિન્તતા, હર્ષિતમુખતા, સ્વચ્છતા, સંતુષ્ટતા, સહયોગ, સાહસ, ન્યારાપન, દઢતા, અનુશાસન, સરળતા, નિરહંકારીતા, સ્ફૂર્તિ, દૂરદર્શિતા, નિર્ભયતા, ઉદારતા, શુભભાવના, ઈમાનદારી, નમ્રતા, અન્તર્મુખતા, હલકાપન, ગંભીરતા, રહમદિલ, સુઘડતા, નિર્ભયતા, ધૈર્યતા, શાલીનતા, પવિત્રતા, શ્રેષ્ઠતા, આત્મવિશ્વાસ, સાદગી, મધુરતા, અથક અને સહનશીલતા.

દેવતાઓને ૧૬ કળા સંપૂર્ણ પણ કહેવામાં આવે છે, જે પવિત્ર, શક્તિસભર, શાંતિપૂર્ણ અને સુખી જીવન જીવવાની વિવિધ કળા છે, જે આ મુજબ છે : શીખવાની અને શીખવવાની કળા; વ્યવહાર અને ખુશ કરવાની કળા; મનને ખુશ રાખવાની કળા; જીવંત રહેવાની કળા; પરિવર્તન કળા; સર્વને મિત્ર બનાવવાની કળા; સ્વાસ્થ્ય કળા; વક્તૃત્વ

અને પત્રલેખન કળા; કાર્ય પ્રત્યક્ષ કરવાની કળા; હાસ્ય તેમજ વિનોદ કળા; નેતૃત્વ કળા; પાલના કરવાની કળા; સમાયોજના કળા; વ્યર્થમાંથી ઉત્તમ બનાવવાની કળા; વિચાર અને નિર્માણ કળા અને સામાજિક સેવાની કળા.

કોઈપણ મનુષ્ય આત્મા પરમાત્માના જ્ઞાન અને યાદના દૈનિક અભ્યાસ દ્વારા પોતાનામાં ૩૬ ગુણો અને ૧૬ કળા પ્રાપ્ત કરીને પોતાનું જીવન શાંતિ, શક્તિ, પવિત્રતા અને સુખથી ભરપૂર બનાવી શકે છે.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે અમર્યાદિત પ્રકાશનો સ્રોત, જ્યોતિબિંદુ આત્મા છીએ. આપણે પરમાત્માના સંતાન છીએ અને તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો માસ્ટર મહાસાગર છીએ. પરમાત્માને પોતાનું શરીર નથી તેથી તેની કામ કરવાની રીત અનોખી છે. આપણે પોતાને આત્મા સમજીને તેઓની સાથે સંકલ્પથી જોડાણ કરીએ અર્થાત્ યાદ કરીએ. આપણા જીવનમાં આવતી કોઈપણ પરિસ્થિતિ, લોકો, પડકારો, સમસ્યાઓ, વિઘ્નોના ઉકેલ માટે આપણા મન-બુદ્ધિને તેઓ સાથે જોડીએ તો તેવો તેના ઉકેલ માટે ચોક્કસ મદદ કરે. તેવો સાથે આપણા સર્વ સંબંધ હોવાથી આપણી બુદ્ધિને સજાગ કરે, તેમના મહાવાક્યોમાં ઉકેલ આપે અથવા કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા વસ્તુને તેનું સાધન બનાવીને આપણને મદદ કરે છે. તેઓ દરરોજ આપણને તમામ દૈવીગુણો અને જીવન જીવવાની કળાઓ શીખવે છે. તેઓ સર્વ શક્તિઓ અને ગુણોના સાગર હોવાથી આપણે તેઓના સંગ કે યાદ દ્વારા તેનો અનુભવ કરીએ. આથી આપણું જીવન સ્થિર, શાંત, શીતળ, અચળ અને અડોલ બને, જે આપણા જીવનનું લક્ષ્ય છે. આપણું જીવન તેઓની છત્રછાયા નીચે પવિત્રતા, શક્તિ, શાંતિ અને સુખથી ભરપૂર બને છે.

✤

૧૭. શુદ્ધ અન્ન

રાજયોગ અર્થાત્ મનુષ્ય પોતાને આત્મા સમજીને, પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ તેમજ દિવ્ય ગુણોનું અને માનવ સૃષ્ટિનાં ચક્રનું ચિંતન હાલતાં-ચાલતાં, ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં, દરેક કાર્યમાં કરીને, પોતાની ઇન્દ્રિયોનો રાજા બનવાનો તેમજ સ્વપરિવર્તનનો સતત અભ્યાસ, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે. રાજયોગમાં અનુભવનું મહત્ત્વ હોવાથી યોગના પ્રયોગ કરીને આપણે શીખવાનું છે. રાજયોગના ચાર આધારમાં પરમાત્માનો સંગ, દૈવીગુણોની ધારણા, શુદ્ધ અન્ન અને પરમાત્મા સાથેના સંબંધનો સમાવેશ થાય છે.

રાજયોગનો ત્રીજો આધાર શુદ્ધ અન્ન છે. કહેવત છે કે, ''અન્ન તેવું મન'' અર્થાત્ ખોરાક આપણા વિચારો ઉપર ઘણી અસર કરે છે અને ''પાણી તેવી વાણી'' અર્થાત્ પાણી આપણા શબ્દોમાં મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે, જે આપણા જીવનમાં આપણા ખોરાક અર્થાત્ અન્ન અને પાણીનું મહત્ત્વ દર્શાવે છે. આથી આપણે શું ખાવું-પીવું અને શું ના ખાવું-પીવું તે બહુ જ મહત્ત્વનું છે, જે ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે.

શુદ્ધ અન્ન	
• શાકભાજી	• પ્રાણીનું માંસ નહિ
• અનાજ	• માછલી નહિ
• કઠોળ	• ઈંડા નહિ
• દૂધ	• દારૂ નહિ
• માખણ	• ધૂમ્રપાન નહિ

મનુષ્યની શરીરરચના જોવામાં આવે અને તેની સરખામણી માંસભક્ષી પ્રાણી જોડે કરવામાં આવે તો આ બાબત વધુ સ્પષ્ટ થાય. વિજ્ઞાન પણ માનવીને એક પ્રાણી તરીકે સ્વીકારે છે. બહારથી મનુષ્યના નખ અને દાંત માંસાહારી પ્રાણી જેવા નથી, જે દર્શાવે છે કે તેનો ખોરાક માંસ, માછલી, ઈંડાં વગેરે નથી. પ્રકૃતિની વ્યવસ્થા મુજબ માનવી સિવાય બધા જ પ્રાણી પ્રાકૃતિક આહાર જ લે છે. અંદરથી માંસભક્ષી પ્રાણીના આંતરડાની લંબાઈ શરીરના ધડ (trunk)ની લંબાઈ કરતાં ૩ થી ૬ ગણી હોય છે જ્યારે વનસ્પતિભક્ષી પ્રાણીના આંતરડાની લંબાઈ શરીરના ધડ (trunk)ની લંબાઈ કરતા ૧૦ થી ૧૨ ગણી હોય છે. માણસના આંતરડાંની લંબાઈ પણ શરીરની લંબાઈ પ્રમાણમાં વનસ્પતિભક્ષી પ્રાણી જેટલી હોય છે. આથી માનવીની બાહ્ય અને આંતરિક શરીરરચના વનસ્પતિભક્ષી પ્રાણી જેવી હોવાથી તેનો ખોરાક શાકાહારી છે. ઘણા લોકો દૂધ અને દૂધની બનાવટને પણ શાકાહારી ખોરાક ગણતા નથી. તેનો ત્યાગ કરવામાં પણ કોઈ પ્રશ્ન નથી. વિજ્ઞાન ઉત્ક્રાંતિવાદના સિદ્ધાંત પ્રમાણે એવું માને છે કે આદિ માનવ માંસભક્ષી હતો અને વાંદરામાંથી મનુષ્ય બનેલો છે. ડાર્વિનની માન્યતા બે વસ્તુ ધારે છે – ધીમું પરિવર્તન અને વિવિધતા (diversity), જેથી આજે ઘણા વૈજ્ઞાનિકો ડાર્વિનની માન્યતા સ્વીકાર કરતા નથી. આંબાના બીજમાંથી આંબો બને અને તેને કેરી આવે; સિંહના બીજમાંથી સિંહ બને, શિયાળ નહિ; તેવી રીતે માનવ બીજમાંથી ભલા માનવ જ બને, વાંદરામાંથી માણસ ન બને. આ વૈજ્ઞાનિક, તાર્કિક, જૈવિક વગેરે તમામ રીતે સત્ય છે અને સાબિત પણ કરી શકાય. આદિ માનવની માન્યતાને કારણે માનવ માંસભક્ષી પ્રાણી છે, તેવું કહી ના શકાય. માંસભક્ષી ખોરાકમાં માછલી અને ઈંડાંનો પણ સમાવેશ થાય છે, કારણ કે પ્રાણીજન્ય ખોરાક છે. દારુ એ ઇથેનોલ છે, જે અનાજ, ફળ અથવા શાકભાજીમાં આથો ચડાવવાથી બને છે. આથી શાકાહારી ખોરાક નથી. તમાકુથી બનેલી કોઈપણ વસ્તુ

જેવી કે બીડી, સિગાર, જરદો, બજર વગેરે મનુષ્યનો ખોરાક નથી. તમાકુને અન્ય પ્રાણીઓ ખાતા પણ નથી. આથી તમાકુના ખેતરને વાડ હોતી નથી. આથી આ તમામ વસ્તુઓ માનવીના ખોરાકમાં બાધ્ય છે. પરમાત્મા પણ કહે છે કે માનવ આત્મા પોતાની શક્તિ ગુમાવે છે. અર્થાત્ પતિત બને છે અને પરમાત્મા તેના જ્ઞાન અને તેની શક્તિથી તેમજ માનવીના પુરુષાર્થથી તેને મનુષ્યમાંથી પાવન દેવતા અથવા દેવદૂત બનાવે છે. દેવતા પણ માનવીઓ છે પણ દૈવી ગુણોવાળા માનવીઓ છે. આથી દેવતાઓના ભોગમાં માંસ, માછલી, ઈંડાં, દારૂ, ધુમ્રપાનની વસ્તુઓ આપણે ધરાવતા નથી, કારણ કે તે તેમનો ખોરાક નથી.

કોઈના કુટુંબની અથવા કોઈની આદત શાકાહારી નથી તો શું? તેવોએ મુખ્ય આધાર જ્ઞાન અને રાજયોગનો અભ્યાસ અવશ્ય કરવો અને તેની સાથે-સાથે શાકાહારી ભોજન માટે પોતાના ઉપર પ્રયોગ કરવો. થોડા સમય માટે અને જેના વગર સહેલાયથી ચાલી શકે તેમ હોય તેવી વસ્તુઓ પ્રથમ છોડવી. જ્ઞાન અને રાજયોગની શક્તિથી દઢ સંકલ્પ દ્વારા પરિવર્તન શક્ય છે, જેના હજારોની સંખ્યામાં ઉદાહરણ છે. મદ્યપાન અને ધુમ્રપાન પણ છોડી શકાય છે. આપણે આદત પાડી છે તો તેનું પરિવર્તન પણ કરી શકાય, જેના માટે જરૂર છે દઢ સંકલ્પ અને સતત અભ્યાસ તેમજ પુરુષાર્થની.

આ સાથે ખોરાક બનાવતા સમયે કેવા વિચારો સાથે અર્થાત્ કેવી મનોસ્થિતિથી તૈયાર કરવામાં આવે તે પણ ખૂબજ મહત્ત્વનું છે. દાખલા તરીકે દેવતાના પ્રસાદનો શીરો મંદિરમાં બનાવવામાં આવે, તે જ શીરો ઘેર બનાવવામાં આવે અને તે જ પ્રમાણમાં બધી વસ્તુઓ ધરાવતો શીરો હલવાઈની દુકાનેથી ખરીદવામાં આવે તો તેના સ્વાદમાં ઘણો ફરક અનુભવ થાય છે. મંદિરનો શીરો બનાવતી વખતે મનુષ્યની ઉચ્ચ ભાવના દેવતા માટે બનાવવામાં આવે છે તેવી છે, આથી તે સૌથી

સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. ઘેર જ્યારે બનાવવામાં આવે ત્યારે ઘરના સદસ્યની પ્રેમની ભાવનાથી બનાવવામાં આવે છે. જ્યારે હલવાઈની દુકાનેથી ખરીદેલા શીરામાં કમાવાની કે લોભની ભાવના સમાયેલી છે. આપણા વિચારો અને ભાવના પાણીના અણુઓના બંધારણ ઉપર પણ અસર કરે છે. જાપાનના માસારું ઇમોટો (Masaru Emoto) એ ઈ. સ. ૧૯૯૯ પછી ''પાણીનો સંદેશો'' એવાં ઘણા પુસ્તકો, વિચારોનો પ્રભાવ પાણીના પરમાણુ ઉપર, પ્રાયોગિક રીતે સિદ્ધ કર્યાં પછી લખ્યા. તેના પ્રયોગમાં પાણીના સ્ફટિક ઉપર વિચારોની અસરના ફોટોગ્રાફ પણ પ્રકાશીત કર્યાં. આપણા વિચારો પાણી ઉપર પણ પ્રભાવી છે તેવું સિદ્ધ કરી બતાવ્યું. આથી આપણા સંબંધોમાં પણ સ્વાર્થની ભાવના પાછળનું એક મહત્ત્વનું કારણ આપણો બજારુ તૈયાર ખોરાક અને પાણી પણ છે.

આપણા પૂર્વજો વિશાળ ડહાપણ ધરાવતા હતા અને આ બધી વાતો જાણતા હતા. આથી કહેવામાં આવ્યું કે, ''અન્ન એવું મન અને પાણી તેવી વાણી.'' રાજયોગના સતત અભ્યાસ દ્વારા સાચી સમજ અને પ્રાપ્ત થયેલી પરમાત્માની શક્તિઓની મદદથી તેમજ પોતાના ઉપર પ્રયોગ કરીને જીવનમાં શુદ્ધ અન્નની ટેવ આપણા તન અને મનના સ્વાસ્થ્ય માટે વિકસિત કરી શકાય.

ચાલો આપણે રાજયોગ અભ્યાસ કરીએ. આપણે આત્માઓ પરમપિતા પરમાત્માના સંતાન છીએ. તેવો જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો સાગર છે, તેવોને પોતાનું શરીર નથી તેથી તેમની કામ કરવાની રીત અનોખી છે. આપણે આત્મા સમજીને તેવોની સાથે સંકલ્પ દ્વારા જોડાણ કરીએ અને વાત કરીએ. આપણા જીવનમાં આવતી કોઈપણ સમસ્યાઓ, પરિસ્થિતિ, લોકો, પડકારો, અવરોધોના ઉકેલ માટે તેવો આપણી બુદ્ધિને સ્પર્શ કરીને, તેના દૈનિક મુરલી મહાવાક્યોમાં અથવા કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા વસ્તુને સાધન બનાવીને આપણને મદદ કરે છે. તેવો તેમના

તમામ દૈવીગુણો અને જીવન જીવવાની કળા શક્તિશાળી સ્પંદનો દ્વારા આપણામાં ભરે છે અને આપણને દેવતાઓ અથવા દેવદૂત બનાવે છે. આપણે તેમના સ્મરણમાં તૈયાર કરવામાં આવેલ શુદ્ધ ભોજન સ્વીકાર કરીએ. આ રીતે આપણે શુદ્ધ ભોજન સહિત આપણી દિનચર્યામાં તેમની સંગતમાં રહીએ. તેઓ હંમેશાં તેમના દૈવીગુણોથી આપણને મદદ કરવા તૈયાર છે. આપણે સદ્‌ગુણો સાથે તેમના સર્વશક્તિમાન સંગનો અનુભવ કરીએ. આપણે આપણું જીવન સ્થિર, શીતળ, શાંત, અચળ અને અડોલ બનાવીએ. જે આપણા માનવ જીવનનું લક્ષ છે. આપણું જીવન સુખ, પવિત્રતા, શક્તિ, શાંતિ અને આનંદથી ભરેલું બને છે.

✤

૧૮. પરમાત્મા સાથે સર્વ સંબંધ

રાજયોગ અર્થાત્ મનુષ્ય પોતાને આત્મા સમજીને, પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ તેમજ દિવ્ય ગુણોનું અને માનવસૃષ્ટિના ચક્રનું ચિંતન હાલતાં-ચાલતાં, ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં, દરેક કાર્યમાં કરીને, પોતાની ઇન્દ્રિયોનો રાજા બનવાનો તેમજ સ્વ-પરિવર્તનનો સતત અભ્યાસ, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે. રાજયોગમાં અનુભવનું મહત્ત્વ હોવાથી યોગના પ્રયોગ કરીને આપણે શીખવાનું છે. રાજયોગના ચાર આધારમાં પરમાત્માનો સંગ, દૈવીગુણોની ધારણા, શુદ્ધ અન્ન અને પરમાત્મા સાથેના સંબંધનો સમાવેશ થાય છે.

રાજયોગનો ચોથો આધાર પરમાત્મા સાથે સર્વ-સંબંધો છે. હિન્દુ ધર્મમાં પરમાત્માનું ગાયન છે કે, ''ત્વમેવ માતા ચ પિતા ત્વમેવ, ત્વમેવ બંધુ ચ સખા ત્વમેવ; ત્વમેવ વિદ્યા દ્રવિણમ્ ત્વમેવ, ત્વમેવ સર્વ મમ દેવદેવ.'' આથી પરમાત્મા આપણા માતા, પિતા, બંધુ, મિત્ર, વિદ્યા, ધન વગેરે સર્વસ્વ છે. વિશ્વમાં દરેક માનવ આત્માના આપણા વ્યવહારિક જીવનના આધારે પરમાત્મા સાથે મુખ્યત્વે નવ સંબંધો હોય છે, જે ચિત્રમાં દર્શાવેલ છે.

હવે ચાલો પ્રયોગ કરીએ કે આપણે તેમની સાથે આવો સંબંધ કેવી રીતે નિભાવી શકીએ. તમારે તમારા કુટુંબીજન, સંબંધીઓ, મિત્રો, સહકાર્યકરો વગેરેમાંથી માત્ર તમને સૌથી વધુ પ્રિય હોય તેવા છ વ્યક્તિઓને પસંદ કરવાના છે. તમારે કોઈને કહેવાના નથી. આથી પસંદગી તમારી છે. આ છ વ્યક્તિઓમાંથી બે-બે ના ત્રણ જૂથ બનાવવાના છે. તો ચાલો તૈયાર. પ્રથમ જૂથમાં તમોને સૌથી પ્રિય બે વ્યક્તિ મૂકો. ત્યારબાદ બીજા જૂથમાં અન્ય બે વ્યક્તિ મૂકો અને પ્રથમ જૂથમાંથી ફરી મૂકવાના નથી. હવે ત્રીજા જૂથમાં અન્ય બે વ્યક્તિ મૂકો. હવે તપાસો કે કોઈપણ જૂથમાં પરમાત્મા મૂક્યા ? જ્યારે આપણે વ્યક્તિઓના

સંબંધ	
• માતા	• પિતા
• બંધુ	• મિત્ર
• શિક્ષક	• સદગુરુ
• શસ્ત્રવૈધ	• સાજન
• બાળક	

જુદાજુદા જૂથો સાથે આવો પ્રયોગ કરીએ છીએ, ત્યારે ૯૯% લોકો ના કહે છે. આપણે ગાતા હોઈએ છીએ કે તેની સાથે સર્વ-સંબંધ છતાં શા માટે આપણે તેને ક્યાંય મૂકતા નથી ? આપણને ખબર નથી કે તેની સાથે કેવી રીતે સંબંધ બાંધવો ? તેથી ચાલો જાણીએ કે પરમાત્મા સાથે આ સંબંધ કેવી રીતે સમજીને નિભાવી શકાય.

પ્રથમ સંબંધ મનુષ્ય શરીર ધારણ કરે તો લૌકિકમાં પણ માતા સાથેનો છે. માતા પ્રથમ શિક્ષક અને ગુરુ પણ છે. માતા આપણને ખાતાં, પીતાં, હાલતાં, ચાલતાં, બોલતાં, સામાજિક વર્તન વગેરે બાબતો સર્વ પ્રથમ શીખવે છે. પરમાત્મા પણ માતાની જેમજ આ બધી વસ્તુઓ તેમના મહાવાક્યો અથવા મુરલી (બીજાંના શરીરનો આધાર લઈને બોલેલા મહાવાક્યો કારણ કે પરમાત્મા નિરાકારી, પ્રકાશરૂપ, સર્વોચ્ચ, સર્વોપરી, સર્વજ્ઞ, જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોના સાગર છે) દ્વારા શીખવે છે, જે બે વેબસાઈટ ઉપર વિના મુલ્યે (www.babamurli.com, www.madhubanmurli.org) પ્રાપ્ય છે. આ ઉપરાંત કેવું વિચારવું

તે પણ શીખવે છે, જે આ દુનિયાની કોઈપણ વ્યક્તિ, સંસ્થા, કુટુંબ, શાળા, કૉલેજ, વિશ્વવિદ્યાલય વગેરે શીખવતા નથી. આથી પરમાત્મા આ સમયે માતા તરીકેનો સંબંધ આત્મા સાથે જોડે છે અને જ્ઞાન તેમજ શક્તિ દ્વારા તેના બાળકોને નવી દુનિયા સ્વર્ગને લાયક બનાવે છે.

પરમાત્મા દરેક મનુષ્ય આત્માના પિતા પણ છે. દુનિયામાં પણ પિતા પાસેથી સંતાનોને ધન-સંપત્તિનો વારસો મળે છે. પરમપિતા પરમાત્મા જ્યારે આ દુનિયામાં એક વૃદ્ધ શરીરનો આધાર લઈને જ્ઞાન અને રાજયોગની મદદથી આ દુનિયાને પાવન સ્વર્ગ બનાવે છે ત્યારે સ્વર્ગનો વારસો તેના સંતાનો અર્થાત્ આત્માઓને તેમના પુરુષાર્થ મુજબ આપે છે. તેવો પોતાની હથેળી ઉપર તેમના સંતાનો માટે વારસામાં સ્વર્ગ લઈને આવે છે. દુનિયામાં સામાન્ય રીતે વારસો તેમના પુત્રોને મળે છે, પરંતુ પરમાત્માનો વારસો આત્મા માટે હોવાથી તેમાં કોઈ જાતિભેદ દુનિયા જેવો નથી. આથી પરમાત્મા દરેક મનુષ્ય આત્માના સાચા પિતા છે, જેના દ્વારા દરેક આત્માને મુક્તિ અથવા જીવનમુક્તિનો વારસો મળે છે.

પરમાત્મા દરેક આત્માના બંધુ પણ છે. જેવી રીતે લૌકિક ભાઈ આંગળી પકડીને ચાલતાં શીખવે તેમ પરમાત્મા શ્રીમત અર્થાત્ પોતાની શ્રેષ્ઠ મતની આંગળી પકડીને આત્માને માર્ગદર્શન આપે છે. પરમાત્માના દૈનિક મહાવાક્યોમાં (જે ઉપર જણાવ્યા મુજબ બે વેબસાઈટ ઉપર વિનામૂલ્યે પ્રાપ્ય છે) શ્રીમત આપવામાં આવે છે, જેના ઉપર આત્મા આરામથી ચાલી શકે છે. પરમાત્મા દરેક આત્માના મિત્ર પણ છે. અર્થાત્ આત્મા પોતાની કોઈપણ વાત સંકલ્પ દ્વારા પરમાત્મા સાથે કરીને હળવી થઈ શકે. દુનિયાના મિત્ર તો ખાનગી વાત બીજાને કહી શકે, જ્યારે પરમાત્મા "ખુદા દોસ્ત" તરીકે જાણીતા છે અને દરેક વસ્તુનું નિરાકરણ કરવામાં સદા સાથ તેમજ સમજ અને શક્તિ પણ આપે છે.

પરમાત્મા દરેક આત્માના સર્વોચ્ચ શિક્ષક છે અને દરરોજ નિયમિતપણે ત્રણ પાનના મહાવાક્યો વિનામૂલ્યે જાહેર કરે છે, જે ઉપર જણાવ્યા મુજબ બે વેબસાઈટ ઉપર વિનામૂલ્યે પ્રાપ્ય છે. આ મહાવાક્યો ૩૬૫ દિવસ પ્રતિ વર્ષ વાંચવા, સાંભળવા કે જોવા મળે છે, જેમાં કોઈ જાહેર રજા, અઠવાડિયાના અંતની રજા કે લાંબી રજા હોતી નથી. પરમાત્મા દરેક આત્માના સતગુરુ છે. દુનિયામાં ગુરુ છે પણ તેવોને પણ શરીર છોડીને ક્યાં જવાનું છે તે ખબર નથી. કારણ કે આત્મા પુનર્જન્મ લઈને અહીં જ આવે છે, જે સંમોહનવિદ્યા કે વશીકરણ વિદ્યા (hypnotism) દ્વારા વૈજ્ઞાનિક રીતે સિદ્ધ થયેલ છે. આથી પરમાત્માને ગુરુઓના પણ ગુરુ સતગુરુ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. તેવો આવીને દરેક આત્માને ગતિ અને સદ્‌ગતિનો સાચો રસ્તો બતાવે છે.

પરમાત્મા દરેક આત્માના શસ્ત્રવૈદ (surgeon) છે અને આત્માની શસ્ત્રક્રિયા કરે છે. અર્થાત્ પતિત આત્માને પાવન બનાવે છે. આથી પરમાત્માને પતિતપાવન કહેવામાં આવે છે. દરેક ધર્મની આત્મા પરમાત્માને પતિતપાવન, મુક્તિદાતા તરીકે આ દુનિયા ઉપર બોલાવે છે. જ્યારે આત્માઓ અતિ-પતિત અને દુઃખી બને છે ત્યારે તેને બોલાવે છે અને તે આવીને પોતાનું શસ્ત્રવૈદ તરીકેનું કાર્ય પૂર્ણ કરે છે. પરમાત્મા દરેક આત્માના સાજન (beloved/husband) પણ છે જે આત્માઓને જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોથી સજાવે છે અને પોતાને ઘેર પરમધામ લઈ જાય છે અને ત્યાંથી પુરુષાર્થ અનુસાર સ્વર્ગમાં મોકલી આપે છે. આથી પરમાત્માને સાજનના પણ સાજન કહેવામાં આવે છે. પરમાત્મા દરેક આત્માને સાચવે છે. અર્થાત્ બાળક તરીકે કાળજી પણ લે છે. આથી તેવો આત્માના સંતાન તરીકેની ભૂમિકા પણ ભજવે છે.

આ રીતે પરમાત્માના દરેક આત્મા સાથે નવ સંબંધ છે. જ્યારે આપણે કોઈપણ ભૂમિકા આ સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ભજવીએ ત્યારે મનની

અંદર યાદ લાવવાની છે કે તે તમામ સંબંધ પરમાત્મા જોડે પણ છે. આ અભ્યાસથી પરમાત્માની યાદ વધે અને તેના ગુણોની યાદ આવે જેનાથી આપણે પણ ‘‘જેવા વિચારો તેવા બની જવાય’’ મુજબ જ્ઞાન, શક્તિ અને ગુણોથી સંપૂર્ણ માનવ અર્થાત્ દેવતા અથવા દેવદૂત બની શકીએ અને આ દુનિયા ઉપર સ્વર્ગ આવે.

ચાલો આપણે રાજયોગનો અભ્યાસ કરીએ. આપણે આત્માઓ પરમપિતા પરમાત્માના સંતાન છીએ. તેવો જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોનો સાગર છે, તેવોને પોતાનું શરીર નથી. તેથી તેમની કામ કરવાની રીત અનોખી છે. આપણે આત્મા સમજીને તેવોની સાથે સંકલ્પ દ્વારા જોડાણ કરીએ અને વાત કરીએ. તેવો આપણા જીવનમાં આવતી કોઈપણ સમસ્યાઓ, પરિસ્થિતિ, લોકો, પડકારો, અવરોધોના ઉકેલ માટે તેવો આપણી બુદ્ધિને સ્પર્શ કરીને, તેના દૈનિક મુરલી મહાવાક્યોમાં અથવા કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા વસ્તુને સાધન બનાવીને આપણને મદદ કરે છે. તેવો આપણી આત્માઓને શું વિચારવું, બોલવું અને કરવું તેનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન આપે છે. આથી મા તરીકેની ભૂમિકા ભજવે છે. તેવો પિતા તરીકે આત્માઓને પુરુષાર્થ અનુસાર મુક્તિ અને જીવનમુક્તિનો વારસો આપે છે. તેવો શ્રીમત અનુસાર ભાઈ તરીકે અને કોઈપણ જીવનની વાતને સંકલ્પ દ્વારા વહેંચીને મિત્ર તરીકે આપણી સાથે રહે છે. પરમ શિક્ષક તરીકે દરરોજ તેમના મહાવાક્યો વિનામૂલ્યે શીખવે છે અને સતગુરુ તરીકે આત્માઓને સાચો મુક્તિ જીવન મુક્તિનો રસ્તો બતાવે છે. એક સર્જન તરીકે આત્માની સર્જરી કરીને પતિતમાંથી પાવન બનાવે છે અને સાજન બનીને આત્માઓને તમામ દૈવીગુણોથી સજાવે છે, અર્થાત્ આપણને દેવતાઓ અથવા દેવદૂત બનાવે છે. દરેક આત્માની સારસંભાળ કરે છે. આથી સંતાન તરીકે પણ પાત્ર ભજવે છે. આ રીતે સંસારના તમામ પાત્રો સાથે વ્યવહાર કરીએ ત્યારે આપણા આ

સંબંધો પરમાત્મા સાથે પણ છે તેવું યાદ કરવાથી તેમની યાદ વધે અને આપણે તેમના માસ્ટર સર્વશક્તિમાન બનીએ. આપણે આપણું જીવન સ્થિર, શીતળ, શાંત, અચળ અને અડોલ બનાવીએ જે આપણા માનવ જીવનનું લક્ષ છે. પરમાત્માની યાદથી આપણું જીવન સુખ, પવિત્રતા, શક્તિ, શાંતિ અને આનંદથી ભરેલું બને છે.

✤

6

પૃષ્ઠભૂમિ

૧૯. પરમાત્માનું માનવ શરીરમાં અવતરણ

દરેક મનુષ્યના ભૌતિક અને પ્રકાશમય શરીરને ચલાવનાર તો અપાર્થિવ, અશરીરી, આધ્યાત્મિક, નિરાકાર, અદૃશ્ય શક્તિ જ્યોતિબિંદુ આત્મા છે, જે અજર, અમર, અવિનાશી છે. આત્માની જેમ જ પરમપિતા પરમાત્મા પણ પ્રકાશ અથવા જ્યોતિબિંદુ સ્વરૂપ છે, જેને પ્રેમથી ''બાબા'' અર્થાત્ પરમપિતા કહેવામાં આવે છે, જેવો પરમધામમાં રહે છે, આ દુનિયામાં આવીને પોતાના દિવ્ય કર્તવ્ય - સ્થાપના, પાલના અને વિનાશ, ત્રિમૂર્તિ દ્વારા કરે છે. રાજયોગ અર્થાત્ મનુષ્ય પોતાને આત્મા સમજીને, પરમાત્માના અખૂટ જ્ઞાન, અમાપ શક્તિઓ તેમજ દિવ્ય ગુણોનું અને માનવ સૃષ્ટિના ચક્રનું ચિંતન હાલતાં-ચાલતાં, ઉઠતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં, દરેક કાર્યમાં કરીને પોતાની ઇન્દ્રિયોનો રાજા બનવાનો તેમજ સ્વ-પરિવર્તનનો સતત અભ્યાસ, જે વિશ્વ પરિવર્તનનો આધાર છે. આત્મા અને પરમાત્મા પોત-પોતાનું પાત્ર ભજવવા માટે આ સાકારી દુનિયામાં

સૃષ્ટિચક્રમાં આવે છે. આ સૃષ્ટિચક્રને જ સમયનું ચક્ર કે સૃષ્ટિ રંગમંચ ઉપર ચાલતું અવિનાશી નાટક કહેવામાં આવે છે. આત્મા, પરમાત્મા અને સૃષ્ટિચક્ર અવિનાશી છે. પરમપિતા પરમાત્માને પોતાનું શરીર નથી, આથી પરમાત્મા એક વૃદ્ધ મનુષ્ય શરીરનો આધાર લઈને તેના મુખ દ્વારા જ્ઞાન આપે છે અને શક્તિનો અનુભવ કરાવે છે, જેને પ્રજાપિતા બ્રહ્મા, આદિદેવ, આદમ, એડમ વગેરે નામથી વિવિધ ધર્મોમાં યાદ કરવામાં આવે છે.

પરમપિતા પરમાત્મા જે વૃદ્ધ શરીરનો આધાર લે છે તે પરમાત્મા, શિક્ષક કે સતગુરુ નથી, પરંતુ આપણા જેવા માનવી જ છે. માત્ર પરમાત્મા તેના શરીરનો ઉપયોગ કરીને તેનું જ્ઞાન અને રાજયોગની શિક્ષા આપે છે, જેના દ્વારા તે પણ પોતાનું જીવન ઉચ્ચ બનાવે છે અને આપણને તેમના જેવું ઉચ્ચ જીવન બનાવવાની પ્રેરણા આપે છે. આ વૃદ્ધ શરીરનું લૌકિક નામ હતું દાદા(ભાઈ) લેખરાજ, જેમના શરીરનો આધાર પરમાત્મા તેમની ઉંમર આશરે ૬૦ વર્ષની થાય છે ત્યારે લે છે. આથી તેમના આગળના જીવન વિષે જાણવાની ઇચ્છા થાય તે સ્વાભાવિક છે. તેવોનો જન્મ ઈ. સ. ૧૮૭૬માં સિંધ હૈદરાબાદમાં જે હાલ પાકિસ્તાનમાં છે, સિંધી પરિવારમાં થયો હતો. તેમના પિતા શાળામાં શિક્ષક હતા અને નાનપણમાં માતાપિતાની છત્રછાયા ગુમાવી. આથી ભાઈના અનાજના વેપારમાં જોડાયા. તેમના સિંધી પરિવારના યુવાનો ભારતના અને વિશ્વના વિવિધ શહેરોમાં વિવિધ ધંધા-રોજગાર કરતા હતા. આથી તેવો યુવાન વયે મુંબઈસ્થિત તેમના પરિવારના સંબંધીઓ સાથે હીરા-ઝવેરાતના ધંધામાં જોડાયા. ધીમે-ધીમે તેમને ધંધામાં ફાવટ આવતાં ખૂબજ આગળ વધ્યા અને પોતાની ભવ્ય દુકાનો કલકત્તા, મુંબઈ, હૈદરાબાદ જેવા મોટાં શહેરોમાં ખોલી. તેવો બહુ જ ધન કમાવા લાગ્યા. પોતે વિષ્ણુના પરમભક્ત હતા અને બહુ મોટું ગુપ્તદાન તેમના સમાજમાં તેમજ અન્ય જગ્યાએ કરતા હતા. પોતે તાર્કિકશક્તિ ધરાવતા હતા. આથી ધર્મની ઊંડાણપૂર્વક સમજણ માટે તેમને ૧૨ ગુરુ કરેલા. ઘરગૃહસ્થ અને ધંધા-રોજગારને

સંલગ્ન પ્રસંગોને તેવો પોતાના અને બીજાંના કલ્યાણ અર્થે સત્સંગ બનાવી દેતા. તેમને બે પુત્રો અને બે પુત્રીઓ હતી, જેમાંથી ત્રણ સંતાન પરિણીત હતા. માત્ર એક સૌથી નાનો પુત્ર જ અપરિણીત હતો. હવે તેવો ૬૦ વર્ષની ઉંમર તરફ હતા તેથી નિવૃત્તિ લેવાનું વિચારતા હતાં. પરંતુ ઝવેરાતના ધંધામાં સારી કમાણી હોવાથી આગળ વધતા હતા.

એકવાર તેમને તેમના ઇષ્ટદેવનો સાક્ષાત્કાર થયો અને ગુરુના માર્ગદર્શન મુજબ તેમણે ભક્તિ વધારી. આથી તેઓને ત્રણ સાક્ષાત્કાર થયા, જેમાં આ સૃષ્ટિનો મહાવિનાશ, પરમધામ અને સ્વર્ગનો સાક્ષાત્કાર થયો. પરંતુ કોણ કરાવે છે તેનો ખ્યાલ ના આવ્યો. મહાવિનાશના સાક્ષાત્કાર પછી તેમને આ દુનિયા પ્રત્યે વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થયો અને તેમણે પરમાત્માના કાર્યમાં સહયોગી થવા માટે ઝવેરાતના ધીકતા ધંધામાંથી નિવૃત્તિ લીધી. હવે તેમણે પોતાના તન, મન અને ધનથી પોતાના ઘેર ૧૯૩૫માં સત્સંગ ચાલુ કર્યો, જેમાં ઓમનો ધ્વનિ કરતા હોવાથી સત્સંગનું નામ ''ઓમ મંડળી'' રાખ્યું. હવે તેમને ધીરે-ધીરે ખ્યાલ આવ્યો કે પરમાત્મા શિવ (કલ્યાણકારી) તેમના દ્વારા પોતાનું કાર્ય કરવા માંગે છે. પરમાત્મા તેમના શરીર દ્વારા જે લોકો સત્સંગમાં આવતા હતા તેમને તેમની માન્યતા અનુસાર સાક્ષાત્કાર કરાવવા લાગ્યા. આથી સત્સંગની સંખ્યા ૩૦૦ નજીક પહોંચી.

પરમાત્માની આજ્ઞા અનુસાર દાદાએ પોતાનું તન, મન અને ધન કુટુંબ સહીત ઓમ મંડળીને સમર્પણ કર્યું. આ દૃષ્ટાંત જોઈને અન્ય ચાર પરિવાર પણ સંપૂર્ણપણે સમર્પિત થયા. ૮ માતાઓ અને બહેનોની વ્યવસ્થાપક સમિતિ સંચાલન માટે બનાવવામાં આવી. આ સમિતિમાં રાધા નામની એક યુવાન કન્યા હતી, જે સુંદર કંઠે ગાતી હતી અને વીણા પણ વગાડતી હતી, જેને ઓમ ધ્વનિ સંભળાવવાની જવાબદારી સોંપવામાં આવી. તે હવે ''ઓમ રાધે'' તરીકે ઓળખાવા લાગી, જેને સમિતિમાં અગત્યના કામ સોંપવામાં આવ્યા. પરમાત્મા દિવ્યદૃષ્ટિ દ્વારા અનેક સાક્ષાત્કાર સૂક્ષ્મ વતનમાં કરાવતા હતા અને સંદેશી બહેનો

દ્વારા પણ વિવિધ માર્ગદર્શન આપતાં હતાં. પરમાત્માએ બહેન-ભાઈઓના નામ પણ બદલ્યા જેથી શરીરની લૌકિકતા અને દેહભાન ઓછું થાય, જેમાં ઓમ રાધેનું નામ જગદમ્બા સરસ્વતી રાખ્યું જેને ''મમ્મા'' તરીકે ઓળખતા અને દાદાનું નામ પ્રજાપિતા બ્રહ્મા રાખ્યું, જેને બ્રહ્માબાબા તરીકે ઓળખતા.

આ મંડળીમાં બાળકો પણ હતા જેમની ઉંમર ૬ થી ૧૦ વર્ષ અને ૧૧ થી ૧૪ વર્ષ હતી. દરેકના માતાપિતાની સંમતિ પછી બે છાત્રાલયના વર્ગ ચાલુ કરવામાં આવ્યા, જેમાં તેઓને રાજકુમાર જેવી સગવડો આપવામાં આવી જેથી તેઓ ભવિષ્યમાં ઉત્કૃષ્ઠ વ્યવસ્થાપક બની શકે. પરમાત્માએ એક આધ્યાત્મિક સેના ઊભી કરવાની શરૂઆત કરી. પરમાત્મા સાચો રસ્તો બતાવીને તેમના બાળકોને તૈયાર કરવા લાગ્યા, જેમાં પરમાત્માનો સંગ, દિવ્ય ગુણોની જીવનમાં ધારણા, શુદ્ધ અન્ન અને પરમાત્મા સાથે સર્વ સંબંધ સમાવિષ્ટ હતા. આથી તેમના સમાજમાં તેનો ખૂબ વિરોધ થયો અને એક ''એન્ટી ઓમ મંડળી'' બની, તેઓએ કોર્ટના કેસ સહિત ઘણા અવરોધો ઊભા કર્યા, પરંતુ પરમાત્માના સાથથી સર્વ પ્રશ્નો સહજ રીતિ ઉકેલાયા. પરમાત્માના જ્ઞાન અને શક્તિથી વધુ ૧૦૦ વ્યક્તિ ઉમેરાતાં હવે ૪૦૦ વ્યક્તિની ''ઓમ મંડળી'' બની. એક વર્ષ પછી મંડળી સિંધ હૈદરાબાદથી કરાંચી સ્થળાંતર થઈ, જ્યાં ૧૪ વર્ષ (૧૯૫૦ સુધી) પરમાત્માએ દાદા દ્વારા આધ્યાત્મિક પ્રશિક્ષણ આપ્યું.

૧૯૪૭માં ભારતનું વિભાજન ભારત અને પાકિસ્તાનમાં થયું. આથી ઘણા મંડળીના સભ્યોના સંબંધીઓ ભારતમાં સ્થળાંતર થયા. તેઓએ ઓમ મંડળીને ભારત આવવા અનેકવાર આમંત્રણ આપ્યું. ૧૯૫૦માં તેઓના આમંત્રણના આધારે અને પરમાત્માના માર્ગદર્શન મુજબ મંડળી માઉન્ટ આબુ ખાતે સ્થળાંતર થઈ. હવે પરમાત્માએ ''ઓમ મંડળી''નું નામ ''પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારીઝ ઈશ્વરીય વિશ્વવિદ્યાલય'' રાખ્યું. પરમાત્મા તેના બાળકો (આત્માઓ)ના પિતા છે, આથી તેવો ''પ્રજાપિતા'' છે.

પરંતુ તેમને શરીર ના હોવાથી વૃદ્ધ શરીરનો આધાર લે છે, જેનું નામ તેઓ ''બ્રહ્મા'' રાખે છે અને વધુ સંખ્યામાં બહેનો, તેમાં ખાસ કુમારીઓ હોવાથી, ''કુમારી'' શબ્દ આવે છે; ઈશ્વર દ્વારા સંચાલિત હોવાથી ''ઈશ્વરીય'' શબ્દ આવે છે; આધ્યાત્મિક જ્ઞાન સારા વિશ્વની આત્માઓ માટે હોવાથી ''વિશ્વવિદ્યાલય'' તરીકે નામ રાખવામાં આવે છે. પરમાત્મા કોઈપણ વસ્તુ અગાઉથી નથી કહેતાં પરંતુ સમયની જરૂરિયાત મુજબ દિશા નિર્દેશ કરે છે.

હવે આમંત્રણ અનુસાર બહેનો તેમના સંબંધીઓ જોડે જ્ઞાનદાન કરવા અને તેમના અનુભવો વહેંચવા જાય છે. બધાને તેમનું જ્ઞાન અને જીવન પરિવર્તન આકર્ષિત કરે છે અને સેવાકેન્દ્રો ખોલવા માટે મદદ કરે છે. પરમાત્મા પહેલેથી કહે છે કે ''માંગવાથી મરવું ભલું'' આથી ધન સ્વેચ્છાએ જે લોકો જ્ઞાનનો લાભ લે અને પોતાના જીવનમાં પરિવર્તન આવે તે જ આપે. સરકારી સહાય અને અન્ય લોકો પાસેથી ધન લેવું નહિ કારણ કે ''અન્ન એવું મન'' અને સેવાકેન્દ્રોની વ્યવસ્થા નિયમિત પરમાત્માના સ્વયંસેવક બાળકોની સમિતિ દ્વારા પારદર્શક રીતે જે તે દેશના કાયદા પ્રમાણે કરવામાં આવે. હવે ભારતમાં વિવિધ સેવાકેન્દ્રો ખૂલવા લાગ્યા જ્યાં લોકોને વિનામૂલ્યે રાજયોગની શિક્ષા અને નિયમિત પરમાત્માનું જ્ઞાન આપવામાં આવે છે.

મમ્માએ ૨૪ જૂન, ૧૯૬૪ના રોજ પોતાનું પાર્થિવ શરીર છોડીને પરમાત્માના મહાવાક્યો મુજબ સંપૂર્ણ જીવન બનાવ્યું અને સંસ્થાની આંતરિક જવાબદારી દીદી મનમોહિનીને સોંપવામાં આવી. ૧૮ જાન્યુઆરી, ૧૯૬૯ના રોજ દાદાએ પોતાનું વૃદ્ધ શરીર ૯૩ વર્ષની ઉંમરે ત્યાગીને પરમાત્માના આદેશો અનુસાર સંપૂર્ણ જીવન બનાવ્યું અને તેમની જવાબદારી દાદી પ્રકાશમણિને વહીવટી વડા તરીકે સોંપવામાં આવી. હવે પરમાત્માનું અવતરણ દાદાના સૂક્ષ્મ શરીર સાથે પરમાત્માના સંદેશી દાદી હૃદયમણિ અથવા દાદી ગુલઝારના શરીરમાં સમયપત્રક મુજબ થવા લાગ્યું. ૧૯૭૩-

૭૪માં પરમાત્માના આદેશ અનુસાર વિદેશમાં પ્રથમ સેવાકેન્દ્ર લંડન ખાતે ''રાજયોગ મેડિટેશન સેન્ટર'' તરીકે ખોલવામાં આવ્યું, જ્યાં દાદી જાનકીએ મહત્ત્વનું યોગદાન આપ્યું. હવે વિદેશોમાં તેમજ ભારતમાં પણ સેવાકેન્દ્રો અને પરમાત્માના બાળકો વધવા લાગ્યા, જેથી માઉન્ટ આબુ ખાતે ''પાંડવભવન'' અથવા ''મધુબન'' મુખ્ય કાર્યાલયની આજુબાજુના નિવાસસ્થાનો પણ ખરીદવામાં આવ્યા. ૧૯૮૨માં પરમાત્માએ આદેશ આપ્યો કે ''સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ''ના સભ્ય બનો અને વિદેશોના સેવાકેન્દ્રો અને મુખ્ય કાર્યાલયના પ્રયત્નોથી બ્રહ્મકુમારીઝ બિનસરકારી સંસ્થા તરીકે તેની સભ્ય બની અને સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘનું શાંતિનું કાર્ય વિવિધ દેશોમાં કરવા લાગી.

૧૯૮૪માં પાંડવભવન મુખ્ય કાર્યાલયની સામે ૫૦૦૦ માણસો સમાવિષ્ટ કરી શકે તેવો સભાખંડ ''ઓમ શાંતિ ભવન (Universal Peace Hall)'' બનાવવામાં આવ્યો જ્યાં વિવિધ ભાષામાં ભાષાંતરની સગવડ ઊભી કરવામાં આવી, કારણ કે ઘણાં વિદેશી ભાઈ-બહેનો પરમાત્માને મળવા માટે આવવા લાગ્યા હતા. સંસ્થાનો પ્રચાર પ્રસાર દેશવિદેશમાં થતા વિવિધ આંતરરાષ્ટ્રીય મહાસંમેલનો માઉન્ટ આબુ ખાતે ૧૯૮૫થી ૧૯૯૦ વચ્ચે ખાસ બોલાવવામાં આવ્યા. ૧૯૯૧-૯૨માં સૂર્યશક્તિથી સંચાલિત વિશાળ પરિસર ''જ્ઞાન સરોવર'' અથવા Academy for Better World માઉન્ટ આબુમાં બનાવવામાં આવ્યું. આ જ વર્ષમાં સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘની મદદથી ''વૈશ્વિક ઇસ્પિતાલ અને સંશોધન કેન્દ્ર'' (Global Hospital and Research Center) ટ્રસ્ટના કાયદા હેઠળ, માઉન્ટ આબુમાં, આસપાસના આદિવાસી વિસ્તારને મફત વૈદ્યકીય સગવડ મળી તે હેતુથી ખોલવામાં આવ્યું. પરમાત્માના આદેશ અનુસાર વિવિધ વર્ગોની ઈશ્વરીય સેવા માટે ૨૦ વિભાગ (Wings) ''રાજયોગ શિક્ષણ અને સંશોધન સંસ્થા'' ટ્રસ્ટના કાયદા હેઠળ બનાવવામાં આવી, જે ચિત્રમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે છે.

૧૯૯૭માં સંસ્થાએ વધુ સગવડતા માટે આબુ રોડ ઉપર વિશાળ પરિસર આધુનિક સગવડો અને સૂર્ય શક્તિથી સંચાલિત ''શાંતિવન'' બનાવ્યું, જેમાં ૫૦,૦૦૦ ભાઈ-બહેનો રહી શકે, જમી શકે અને પરમાત્માનું મિલન મનાવી શકે તે માટે ૩૦,૦૦૦ ભાઈબહેનોની ક્ષમતાવાળો ''ડાયમંડ હૉલ'', ૫૦૦૦ ભાઈ-બહેનોની ક્ષમતાવાળો ''કૉન્ફરન્સ હૉલ'', અન્ય નાના હૉલ તેમજ અન્ય તમામ સગવડો ઊભી કરી. ત્યારબાદ બ્રહ્માકુમારીઝ દ્વારા ગોડલીવુડ સ્ટુડિયો સાથે મનમોહની સંકુલ, ઇન્ડિયા વન સોલર થર્મલ પ્લાન્ટ, માનસરોવર પરિસર, ટ્રોમા સેંટર અને હોસ્પિટલ, ગૌશાળા વગેરે યોજનાઓ આબુ રોડ, રાજસ્થાનમાં સ્થાપિત થયેલ છે. અન્ય યોજનાઓ પણ આગળ વધી રહેલ છે.

રાજયોગ શિક્ષણ અને સંશોધન સંસ્થાના વિભાગ	
• પ્રબંધક વિભાગ	• કૃષિ અને ગ્રામીણ વિભાગ
• કળા અને સંસ્કૃતિ વિભાગ	• વૈજ્ઞાનિક અને ઇજનેર વિભાગ
• વ્યાપાર અને ઉધ્યોગ વિભાગ	• સુરક્ષા સેવા વિભાગ
• શિક્ષા વિભાગ	• પાણી અને વાયુ પ્રવાસ વિભાગ
• ધારાશાસ્ત્રી વિભાગ	• સામાજિક સેવા વિભાગ
• સૂચના અને પ્રોધ્યોગિક વિભાગ	• આધ્યાત્મિક અમલીકરણ અને સંશોધન વિભાગ
• માધ્યમ વિભાગ	• રમતગમત વિભાગ
• વૈધકિય વિભાગ	• સડક અને રેલવે વિભાગ
• રાજનીતિજ્ઞ વિભાગ	• મહિલા વિભાગ
• ધાર્મિક વિભાગ	• યુવા વિભાગ

દાદી પ્રકાશમણિએ ૨૦૦૭માં શરીર છોડતાં દાદી જાનકી સંસ્થાના ''વહીવટી વડા'' બન્યા, જેઓએ ૨૦૧૯માં શરીર છોડતાં વહીવટી વડા દાદી હૃદયમોહિની બન્યા, જેમણે ૨૦૨૦માં શરીર છોડતાં હાલમાં

સંસ્થાના વહીવટી વડા દાદી રતનમોહિની છે. હાલમાં સંસ્થાના દેશ-વિદેશમાં ૮૫૦૦ સેવાકેન્દ્રો ૧૪૦ દેશોમાં ચાલે છે અને ૧૬ રિટ્રીટ સેંટર ચાલે છે, જેમાં વિવિધ કાર્યક્રમો જાહેર જનતા તેમજ સંસ્થાના વિદ્યાર્થીઓ માટે થતાં હોય છે. ઉત્તર અમેરિકામાં કેલિફોર્નિયા અને ન્યૂયોર્ક ખાતે રિટ્રીટ સેંટર ચાલે છે. દરેક સેવાકેન્દ્ર દ્વારા પણ વિનામૂલ્યે જાહેર જનતા માટે તેમજ સંસ્થાના વિદ્યાર્થીઓ માટે સમયાનુસાર વિવિધ કાર્યક્રમોનું આયેજન થાય છે, જેમાં રાજયોગના અભ્યાસનો પણ સમાવેશ કરવામાં આવે છે, જેનો કોઈપણ વ્યક્તિ લાભ લઈ શકે છે.

ચાલો રાજયોગનો અભ્યાસ કરીએ. આપણે આત્માઓ અમર્યાદિત પ્રકાશના સ્રોત છીએ જેમાં ત્રણ શક્તિઓ છે જે મન, બુદ્ધિ અને આદતો અથવા સંસ્કારો છે. આપણે પરમાત્માના સંતાન છીએ, તેમના જ્ઞાન, શક્તિઓ અને ગુણોના માસ્ટર સાગર છીએ. તેની પાસે શરીર નથી તેથી તેની કામ કરવાની રીત અનોખી છે. આપણે આપણી જાતને આત્મા સમજીને તેની સાથે જોડાઈએ છીએ અને વિચારો દ્વારા એની સાથે વાત કરીએ છીએ, જે શક્તિશાળી ઊર્જા છે. તે આપણી બુદ્ધિને સ્પર્શે છે અને આપણા જીવનમાં આવતી કોઈપણ પરિસ્થિતિ, લોકો, પડકારો, સમસ્યાઓ, અવરોધોનો ઉકેલ આપે છે. જો આપણે બુદ્ધિ દ્વારા તે ઉકેલને પકડી શકતા નથી, તો તે તેમના મુરલીના દૈનિક મહાવાક્યોમાં ઉકેલો આપે છે. તે આપણને મદદ કરવા માટે કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા વસ્તુને સાધન તરીકે બનાવીને પણ મદદ કરે છે કારણ કે તેની પાસે કોઈ ભૌતિક શરીર નથી અને તે આપણા પિતા છે. આમ આપણે આપણી દિનચર્યામાં તેમની કંપનીમાં રહીએ છીએ અને તે હંમેશાં આપણને મદદ કરવા તૈયાર છે. આપણે તેમના સર્વશક્તિમાન સંગનો અનુભવ કરીએ છીએ અને આપણું જીવન સ્થિર, શીતળ, શાંત, અચળ અને અચલ બની જાય છે, જે જીવનનું લક્ષ્ય છે. અર્થાત્ પવિત્રતા, શક્તિ, શાંતિ અને આનંદ સંપન્ન જીવન બને છે.

✤

❖ **સુખ :**

૧. ખુશખુશાલ રહેવા માટે એક અનાસક્ત નિરીક્ષક બનો.

૨. ચિંતા મૃત્યુ છે, સુખ જીવન છે. ચિંતા ચિતા સમાન હોય છે.

૩. જીવનનો આનંદ માણવા માટે ભગવાનને તમારા સાથી બનાવો.

૪. સ્વ-નિયંત્રણ એ સુખની મુખ્ય ચાવી છે. સુખદ બનવા માટે વર્તમાનમાં રહો.

❖ **જવાબદારી :**

૧. જવાબદારી નિભાવતી વખતે નિમિત્ત હોવાની ભાવના રાખો અને હળવા બનો.

૨. જવાબદારીનો આધાર પ્રામાણિકપણે ફરજ નિભાવવાનો છે.

૩. નૈતિક જવાબદારી એ છે કે પોતાની ક્ષમતામાંથી શ્રેષ્ઠ કરવું.

૪. અધિકારો અને જવાબદારીઓ સાથે જાય છે.

૫. આપણું વર્તમાન આપણા ભૂતકાળના કાર્યોનું પરિણામ છે.

❖ **નમ્રતા :**

૧. નમ્રતા એ આત્મસન્માનનું મૂળ છે.

૨. નમ્રતા એ ટ્રસ્ટીશીપની ઓળખ છે.

૩. નમ્ર બનો પણ ગુલામ નહીં.

૪. નમ્રતા સ્વત્વ અને સંકુચિત દૃષ્ટિને દૂર કરે છે.

❖ **સરળતા :**

૧. મહાન લોકો હંમેશાં સરળ અને અહંકાર રહિત હોય છે.

૨. સરળતા મધુરતા અને શાણપણ ને જોડે છે.

૩. સાદગી સત્યની નજીક હોય છે.

૪. સાદગી અને સત્ય જીવનમાં સુગંધ તરીકે કામ કરે છે.

❖ **પ્રામાણિકતા :**

૧. પ્રામાણિકતા એ છે કે તમે જે વિચારો છો તે બોલો, અસત્ય નહીં.

૨. પ્રામાણિકતા તાકાત અને સ્થિરતા સુનિશ્ચિત કરે છે.

૩. જે પ્રામાણિક છે તે હંમેશાં હળવાશ અને તણાવ મુક્ત અનુભવે છે.

૪. પ્રામાણિકતા શક્તિ અને આત્મવિશ્વાસ આપે છે.

૫. વ્યક્તિની ઓળખ તેની ક્રિયાઓથી થશે, શબ્દોથી નહીં.

❖ **સહકાર :**

૧. જે સહકાર આપે છે તેને સહકાર મળે છે. સહકાર આપવાનો અર્થ ગુલામ બનવાનો નથી.

૨. પરસ્પર આદર દ્વારા સહકાર ટકી રહે છે. સહકાર મેળવવા ટ્રસ્ટી બનો.

૩. આપણે સહકાર દ્વારા સફળતાના પહાડો સર કરી શકીએ છીએ.

૪. નૈતિકતા અને નૈતિક મૂલ્યો સહકારનો પાયો બનાવે છે.

❖ **જ્ઞાન :**

૧. નિશ્ચય તમારા ગળામાં સફળતાની માળા બાંધે છે.

૨. રાહ ન જુઓ, હમણાં જ કરો. પહેલા પોતે કરો, પછી પ્રચાર કરો.

૩. ભૂતકાળમાંથી શીખો, વર્તમાનનો ઉપયોગ કરો, ભવિષ્ય માટે શ્રેષ્ઠ આશા રાખો.

૪. જ્ઞાની વ્યક્તિ અન્ય લોકો માટે પ્રકાશની દીવાદાંડી છે.

૫. અનુભવ એ શ્રેષ્ઠ શિક્ષક છે. તમારી વિચારસરણી ને બદલો, વિશ્વ બદલાશે.

❖ **આદર :**

૧. પોતાના મૂલ્યને સમજો અને અન્યના મૂલ્યનું સન્માન કરો.

૨. આત્મજ્ઞાન સાથે વ્યક્તિ સાચા આત્મસન્માનનો અનુભવ કરે છે.

૩. જેને આત્મસન્માન છે તે ક્યારેય બીજાનું અપમાન કરશે નહીં.

૪. સ્વાભિમાન સ્વતંત્રતા પેદા કરે છે.

❖ **શાંતિ :**

૧. શાંતિપૂર્ણ રહેવા માટે નકારાત્મક વિચારો ટાળો.

૨. ક્રોધ - અજ્ઞાનીઓનું શસ્ત્ર, શાંતિ - જ્ઞાનીઓનું શસ્ત્ર.

૩. મૌનની શક્તિ કામમાં કાર્યક્ષમતા વધારે છે.

૪. ક્રોધ - બધી બીમારીઓનું મૂળ, શાંતિ - બધી બીમારીનો ઉપાય.

૫. શાંતિપૂર્ણ હોવું એ અપેક્ષાઓથી મુક્ત થવું છે.

❖ **એકતા :**

૧. એકતા વાતાવરણને શક્તિશાળી અને ઉત્કૃષ્ટ બનાવે છે.

૨. અનાદર એકતાને તોડે છે, આદર એકતા બનાવે છે.

૩. વિવિધતામાં એકતા એ પ્રગતિશીલ સમાજનું સૂચક છે.

૪. એકતા અને એકાગ્રતા સિદ્ધિ અને સફળતા તરફ દોરી જાય છે.

૫. એક થવા માટે "હું" ને ટાળો.

❖ **પ્રેમ :**

૧. જે સત્યને ચાહે છે તે ભગવાનને પ્રેમ કરે છે.

૨. પ્રેમ અને કાયદામાં સંતુલન જીવનને સંપૂર્ણતા તરફ દોરી જાય છે.

૩. પ્રેમ અને ધ્યાનની અપેક્ષા ન રાખો, તેને બદલે આપો.

૪. પ્રેમ એ પરિવર્તન, વિકાસ અને સિદ્ધિ માટે ઉત્પ્રેરક છે.

૫. નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ શાંતિ તરફ દોરી જાય છે.

❖ **સહનશીલતા :**

૧. સહિષ્ણુતા અજ્ઞાનથી સર્જાયેલ તણાવને દૂર કરે છે.

૨. સમજણ અને ખુલ્લા મનથી સહનશીલતા વધે છે.

૩. સહનશીલતાનું બીજ કરુણા અને કાળજી સાથે વાવવામાં આવેલ પ્રેમ છે.

૪. સહનશીલતા એ કાયરતા નથી પણ બહાદુરી છે.

૫. સહનશીલતાનો અર્થ થાય છે માફ કરો અને અન્યની ભૂલોને ભૂલી જાઓ.

✤