

ઘર-ગૃહસ્થમાં

રહેવા ઇત્યાં

યોગ દ્વારા સુખ-શાંતિની પ્રાપ્તિ



# ઘર-ગૃહસ્થમાં રહેવા છતાં

યોગ દ્વારા સુખ-શાંતિની પ્રાપ્તિ

\*

\*

ડિસેમ્બર ૧૯૮૫

નકલ ૫૦૦૦

પ્રકાશક :- પ્રબોધિતા બ્રહ્મકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ-  
વિદ્યાલય પાંડવ ભવન, માઉન્ટ આબુ

---

Printed at Om Shanti Press, Gyan Amrit Bhawan, Telhati, Aou Road (Raj.)

## વિષયાનુક્રમણિકા

અનુ. નં.	વિષય	પાન નં.
૧.	યોગાભ્યાસ દ્વારા-પ્રાપ્તિ.	૨
૨.	ગૃહસ્થીને માટે સહજ યોગ.	૩
૩.	યોગાભ્યાસની વિધિ.	૧૦
૪.	કર્તવ્ય અને અકર્તવ્ય.	૧૫
૫.	ગૃહસ્થમાં પણ નિઃસંકલ્પ સમાધિ.	૨૪
૬.	યોગની મુશ્કેલીનું બહાનું નકામું છે.	૩૩
૭.	યોગાભ્યાસીનો નિશ્ચય.	૩૫
૮.	ગૃહસ્થમાં ભોગીના બદલે યોગી બનો.	૪૦
૯.	ઘર-ગૃહસ્થને 'આશ્રમ' કેવી રીતે બનાવીએ ?	૪૪

## ગૃહસ્થીને માટે કુદરતી યોગ

યોગનો વિષય ખુબ જ મધુર વિષય છે, 'યોગ' શબ્દ સાંભળતાં જ માણસનું મન ઉડીને પરમપિતા પરમાત્મા પાસે પહોંચવાની ચેષ્ટા કરવા માંડે છે. મનુષ્યના મનમાં એક અલૌકિક મસ્તી રહેલી છે અને યોગથી જે ઈશ્વરીય આનંદ મળે છે તેનો અનુભવ કરવાની ઇચ્છા તો કેટકેટલાય માણસોને હોય છે પણ યોગની સ્વાભાવિક અને સાચી વિધિનો ખ્યાલ ન હોવાને કારણે તેઓ ઈશ્વરીય સુખ તથા ઈશ્વરીય પ્યારથી અને સાથે-સાથે મનની ખરી શાંતિથી વંચિત રહી જાય છે. અને જીવનની અણમોલ પળોને વ્યર્થ ગુમાવે છે.

મનુષ્યમાત્રને પરમપિતા પરમાત્માને મળવાનો એટલે તેમની સાથે યોગાયુક્ત થવાનો અધિકાર છે. અને મનુષ્ય નિશ્ચય કરે તો સહેલાઈથી યોગયુક્ત થઈ શકે છે. યોગમાં સ્થિત થવા માટે અને જીવનમાં સાચા સુખ—શાંતિનો અનુભવ કરવા માટે મુખ્ય છ બાબતો આવશ્યક છે.

### ૧. નિશ્ચય

નિશ્ચય એટલે સંકલ્પ કે નિર્ણય-માનવીનો નિશ્ચય જ તેના મન-વચન, કર્મનો નેતા હોય છે. માણસ જ્યારે બુદ્ધિ-પૂર્વક કોઈપણ વસ્તુ વિશે ખારાખોટાનો નિશ્ચય કરે છે ત્યારે તે વસ્તુ મેળવવા કે ત્યાગવા ચિંતનશીલ બને છે. તે વસ્તુને મેળવવા કે ત્યાગવાને માટે અનુકૂળ કર્મ અથવા પુરુષાર્થ પણ કરે છે. તેવું જ યોગાભ્યાસની બાબતમાં પણ છે. તે વસ્તુને એટલે કે મનને ઈશ્વરાભિમુખ કરવું, હવે મન ત્યારે જ ઈશ્વરાભિમુખ થઈ શકે કે જ્યારે માણસ યોગીજીવનને પોતાનું લક્ષ્ય નક્કી કરે. પરમાત્માની ધૂનમાં તલલીન થવાના પુરુષાર્થમાં જ પોતાનો પુરુષાર્થ નક્કી કરે અને પોતાને અવ્યકત આત્મા નિશ્ચય કરે.

યોગી કોણ થઈ શકે ? અનુભવના આધારે આ સવાલનો જવાબ એ છે કે મનુષ્યે જે લક્ષ લક્ષમાં રાખવા જોઈએ કે

(૧) વિષય વિકારથી ભરેલા જીવનમાં ખરું સુખ છે જ નહિ

(૨) હું આત્મા છું અને પરમપિતાનું સંતાન છું. જે વ્યક્તિ આ બે મુદ્દા જ્યાંલમાં રાખે છે, તે જ યોગી થઈ શકે છે તેનો જ યોગાભ્યાસ સહેલાઈથી નિર્વિઘ્નપણે અને સતત સારી રીતે ચાલી શકે. આ બે બાબતો ફરી જોઈએ :—

(૧) વિષયવિકારયુક્ત જીવનમાં સાચું સુખ છે જ નહિ.

સૌથી પહેલાં મનુષ્યે એ નક્કી કરવું જોઈએ કે ભોગી

જીવન અથવા વિકારી જીવન એ જીવન જ નથી. વિકારી જીવન એટલે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, ઈર્ષ્યા વગેરેથી સભર જીવન.

વળી વિકારી જીવન એ નરકનું જ જીવન છે. મૃત્યુ સમાન છે. કારણ કે કોઈપણ સંજોગોમાં તેનું પરિણામ ખરાબ હોય છે. જ્યાં સુધી માણસ વિકારયુક્ત જીવનને જ જીવન માને છે ત્યાં સુધી તે ઈશ્વરીય આનંદનો રસ પામી શકે નહિ. એટલે જ ઘર-ગૃહસ્થમાં રહેવા છતાં પણ જ્યારે વિકારોને વિષ સમજવા લાગે છે અને નિશ્ચય કરવા માંડે છે કે વિષય વિકાર તો છેવટે દુઃખ આપનાર છે અને એકમાત્ર યોગ જ અમૃત છે. પ્રભુની સ્મૃતિ જ સુખકારી છે, ત્યારે જ યોગાભ્યાસ માટે ભૂમિકા અનુકૂળ બને છે. મનુષ્ય જ્યારે આ નિશ્ચય કરે કે ભોગીનું જીવન એ તો રોગ અને શોકનું જીવન છે. માટે હવે આ વિકારોથી મુક્ત થવા પુરુષાર્થ કરીશ અને વિષય-બૈતરણી માં તણાઈ જતા જીવન-જહાજને ઉગારવા માટે પુરુષાર્થ કરીશ. ખરેખર ત્યારે જ તે યોગને માર્ગે તું વળી શકે છે.

(૨) હું આત્મા છું, પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું.

જ્ઞાનના અભાવે માણસ પોતાને દેહ-નિશ્ચય કરીને માત્ર

દૈહિક સંબંધોના ભાનમાં જ, અને દૈહિક માતાપિતાની પાસેથી ક્ષત એકાદ જન્મ માટે જ સંપત્તિ અથવા સુખનો થોડો અધિકાર મેળવી શકે છે. પરંતુ યોગનો આધાર જ ‘આત્મ-નિશ્ચય’ છે, યોગી પોતાને એક આત્મા અને પરમપિતા પર-માત્માનું સંતાન નિશ્ચય કરવાથી જ અવિનાશી સુખશાંતિનો ઈશ્વરીય જન્મસિદ્ધ અધિકાર મેળવી શકે છે. નાસ્તિક માણસને પરમાત્માના અસ્તિત્વમાં શ્રદ્ધા ન હોવાના કારણે ઈશ્વરીય આનંદથી વંચિત રહેવું પડે છે. અને પોતાને શિવ અથવા પરમાત્મા માનનાર માણસ પરમપિતા પરમાત્મા પાસેથી અખૂટ સુખ-શાંતિનો ઈશ્વરીય જન્મસિદ્ધ અધિકાર મેળવવા પુરુષાર્થ કરતો જ નથી.

યોગાભ્યાસ એટલે પરમાત્માની સાથે સંબંધ જોડવો. હવે જ્યારે સંબંધ જોડવાની વાત આવે છે ત્યારે આત્મા અને પરમાત્માને અલગ અલગ માની અને આનંદના સાગર, શાંતિના સાગર, સર્વશક્તિવાન તથા કલ્યાણકારી પરમાત્માને માતપિતા, બંધુ, સખા, શિક્ષક અથવા ગુરુ રૂપમાં-નિશ્ચય કરવા. યોગા-ભ્યાસને માટે આ નિશ્ચય જરૂરી છે.

## ૨. સમર્પણ

પહેલા જે બાબતમાં નિશ્ચય કરવાની વાત સ્પષ્ટ કરવામાં આવી છે, તે સિવાય યોગાભ્યાસને માટે સમર્પણની પણ જરૂરિયાત છે. આજે તન, મન અને ધનમાં આસક્તિ હોવાના કારણે માણસ દેહ અને સંપત્તિ માટે અભિમાની બન્યો છે તેથી માણસ જ્યારે પોતાના તન, મન અને ધન પરમાત્માને હવાલે સમજે છે ત્યારે જ તેનળે મોહા સ્મૃતિ લખ્યા બને છે. એટલે કે મોહ (આસક્તિ) મટે છે અને આત્માને અસલી સ્વ-સ્મૃતિ મળે છે. જ્યારે માણસ સર્વ ભાવથી પરમાત્મા ઉપર ન્યોછા-

વર થાય છે ત્યારે પરમાત્મા પણ ત્રિલોકની સાથે તેના ઉપર વારી બંધ છે. અને ત્યારે માણસને ખરો આનંદ મળે છે. લોકો રાજા જનકનું દૃષ્ટાંત આપે છે કે જ્યારે રાજા જનકે પોતાનું સર્વસ્વ ‘આષ્ટાવક’ને સમર્પિત કર્યું ત્યારે જ તેમનું મન યોગને માટે એકાગ્ર બન્યું હતું. તેથી જ યોગાભ્યાસની ઇચ્છા રાખનાર ગૃહસ્થને માટે જરૂરી છે કે તે પોતાને એક દ્રુટી સમજે અને બધું પ્રભુને અર્પણ કરતાં અનાસકત ભાવથી કામ કર્યા કરે.

જ્યાં સુધી માણસને પોતાના પુત્ર-પત્ની વગેરે સંબંધી ધન-દોલત, તન-તબેલામાં આસક્તિ છે ત્યાં સુધી યોગનું રસાસ્વાદન પામવું અશક્ય છે. વળી એ બાણવું અગત્યનું છે કે યોગાભ્યાસથી આસક્તિ નાશ પામે છે. અને આસક્તિ મટવાથી જ યોગ સારો અને શક્તિશાળી બને છે. તેથી યોગાભ્યાસની ઇચ્છા રાખનાર માણસે એ બાણવું જરૂરી છે કે માણસે ધરખાર ત્યજીને કે સંન્યાસીનાં વસ્ત્રો પહેરીને સંન્યાસ લેવાનો નથી બલકે આ વસ્તુઓની આસક્તિનો જ સંન્યાસ લેવાનો છે. માત્ર આ વસ્તુઓની આસક્તિનો ત્યાગ નહિ કરવો પણ આનાથીય આગળ વધીને પોતાના શરીર પ્રત્યેની આસક્તિને મિટાવવી અને આખીય સૃષ્ટિને બુદ્ધિ પૂર્વક ભૂટી જઈને એની જગાએ પરમપિતા પરમાત્મા સાથેનો સંબંધ જોડવો અને મુક્તિધામ સ્વર્ગ તરફ જ પોતાનું લક્ષ્ય રાખવું જોઈએ.

### ૩ સરણતા અને સમતા

સરણ ચિત્તવાળો માણસ નિઃસંકલ્પ બની શકે છે. કારણ કે સરણ ચિત્તવાળા માણસની બુદ્ધિ કોઈપણ પંચાતમાં પડતી નથી. એટલે જ યોગને માટે સરણતા ખૂબ જ જરૂરી છે. કોઈ

પણ માણસ ગમે તેટલો બુદ્ધિશાળી હોય છતાં જો તે કુટિલ હોય તો યોગનો અભ્યાસ સારી રીતે પૂર્ણ કરી શકે નહિ. કહેવત સાચી જ છે કે 'સરળતા ઉપર સાહેબ રાજી.'

#### ૪. બ્રહ્મચર્ય અને આહારની શુદ્ધિ

જો માણસ બ્રહ્મચર્યનું પાલન નથી કરતો તેના સ્વભાવમાં વર્તનમાં સમત્વ આવવું ખુબ જ મુશ્કેલ છે. યોગાભ્યાસનો અર્થ એ છે કે પરમપવિત્ર પરમાત્મા ઉપર મનને એકાગ્ર રાખવું અને ઈશ્વરીય ગુણોનું ચિંતન કરવું—એથી સ્પષ્ટ છે કે જો માણસ અપવિત્રતાની વાત વિચારે છે અથવા આસુરી કર્મનું મનન કરે છે તે ખરેખર યોગીના લક્ષ્યથી વિપરીત લક્ષ્ય અપનાવીને ભોગી જ બનવાનો પુરુષાર્થ સાધે છે.

એ ચોક્કસ છે કે બ્રહ્મચર્ય વિના માણસ ન તો સ્મૃતિ સ્થિર કરી શકે, કે ન તો સહનશીલતા, અથવા સમતા લાવી શકે. પરમપિતા પરમાત્માની શુદ્ધ, નિર્મળ અને ધ્રુવ સ્મૃતિની અવસ્થા મેળવવા માટે માણસે પોતાના ખોરાક ઉપર પણ ખાસ કાળજી રાખવી જોઈએ. ખોરાક અને વિચારોનો સંબંધ બી અને છોડ જેવો છે. માણસ જેવો ખોરાક ખાય તેવું જ સત્ત્વ તૈયાર થાય છે. સતોગુણી કે પવિત્ર ભોજન લેવાથી તેની બુદ્ધિ પર પણ તેવી જ અસર થાય અને જેવો ખોરાક તેવા જ વિષયો ઉપર મનની એકાગ્રતા હોય છે.

#### ૫. સ્મૃતિ

મોટે ભાગે લોકો સમજે છે કે યોગ ખૂબ મુશ્કેલ છે, પરંતુ સ્મૃતિ જ સરળ સમાધિ છે. જ્યારે જ્યારે મન પોતાના દેહના ભાનને ભૂલીને બિન્દુસમ, જ્યોતિ-સ્વરૂપ પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિ ઉપર ટકે છે ત્યારે મનુષ્ય આત્માનો યોગ પરમપિતાની સાથે થાય છે જ સ્મૃતિ એટલે કે કોઈ મંત્રનું



સ્મરણ કે કોઈ રૂપ-વિશેષનું ધ્યાન કરવું તે નહિ પરંતુ સર્વો-  
 ત્તમ ગુણોવાળા પરમપિતા પરમાત્મા શિવ સાથે તન્મય થવું.  
 શિવયુક્ત થવું. તેનું જ નામ સ્મૃતિ. જેમ જેમ માણસ  
 મોહનો ત્યાગ કરતો જાય છે તેમ તેમ તેની સ્મૃતિ શુદ્ધ અને  
 નિર્મળ થતી જાય છે, ધ્રુવ થતી જાય છે. પરમપિતા પરમા-  
 ત્માની સ્મૃતિમાં રહેવાથી આત્મા શુદ્ધ બને છે. અને શુદ્ધ  
 મુક્તિધામમાં તથા જીવનમુક્તિધામમાં પહોંચે છે. પરમાત્માની  
 સ્મૃતિમાં જે ખીજ જીવો કે પદાર્થોની યાદ લખી જાય છે તો  
 તે સ્મૃતિ શુદ્ધ ન હોવાના કારણે તેની સ્થિતિ અને વૃત્તિ  
 પણ અશુદ્ધ થઈ જાય છે. અને ગતિ પણ તે પ્રમાણે જ થાય  
 છે એનું મુખ્ય કારણ એ છે કે સ્મૃતિથી જ સ્થિતિ-વૃત્તિ  
 અને કૃતિનો સંબંધ છે એટલે જ કહેવાય છે કે સ્મૃતિને  
 સારી રીતે ઇશ્વરમાં લગાવવાથી સંસારની સ્થિતિમાં ઘણો  
 મોટો ફેરફાર થાય છે.

ઘણી વાર આપે જોયું હશે જ્યારે કોઈ માણસ કોઈપણ  
 કારણથી સ્મૃતિ ગુમાવી બેસે છે, ત્યારે તે કાવે તેમ બડબડવા  
 માટે છે. અને લડવું ઝઘડવું તે વ્યક્તિ માટે સામાન્ય બની  
 જાય છે તેવી જ રીતે આત્માની અને પરમાત્માની સ્મૃતિ  
 માણસને રહેતી નથી ત્યારે પણ તેનું ખોલવું-ચાલવું, રહેવું-  
 કરવું, દૈવી મર્યાદામાં રહેતું નથી. એટલે જ કહી શકીએ  
 છીએ કે વૃત્તિને પણ ફેરવવાને માટે સ્મૃતિ જ અગત્યનો ભાગ  
 લજવે છે. વાસ્તવમાં સ્મૃતિથી જ પરમાત્માનો સહારો મળે  
 છે. સ્મૃતિથી જ સહનશીલતા કેળવાય છે. સ્મૃતિથી જ સત્-  
 સ્વરૂપ પરમાત્માનો સંગ મળે છે. સ્મૃતિ ખરેખર ઇન્જેક-  
 શનની જેમ જ છે કે જેથી મનુષ્યને સર્વશક્તિમાન પરમાત્માની  
 શક્તિ પણ મળે છે અને એથી જ જન્મ-જન્માંતરના વિકર્મરૂપી  
 ક્રીડાઓ નાશ પામે છે.

યોગને માટે માણસે ખાસ કરીને પાંચ વાતોની સ્મૃતિ રાખવી જોઈએ. (૧) હું કોણ છું અને આ સૃષ્ટિરૂપી મુસાફરખાનામાં ક્યાંથી આવ્યો છું, અને મારે ક્યાં, ક્યારે અને કેવી રીતે પાછા જવાનું છે? (૨) બીજા જે બધા શરીરધારી છે તેમની સાથે મારો સાચો સંબંધ શું છે? પરમાત્માની સાથે મારો શું સંબંધ છે? અને પરમપિતા પરમાત્મા પાસેથી મને શું મળવાનું છે? (૩) મારી પ્રારંભિક અવસ્થા કેવી હતી અને તે કેવી રીતે અને ક્યારે બદલાઈ અને તેમાં પડતી કેમ આવી, અને હું તે અવસ્થાને કેવી રીતે ફરીથી મેળવી રહ્યો છું અને તે માટે પરમપિતા પરમાત્માએ મને કેવો જગાડ્યો છે? (૪) હવે આ જન્મમાં મારે શું કરવું જોઈએ? કેવી રીતે પરમાત્મા ઉપર ન્યોછાવર થઈ જવું જોઈએ, કોના મત અનુસાર ચાલવું જોઈએ, જેથી, મારું આ જીવન યોગી જીવન જ બની રહે? (૫) આ જીવનમાં યોગી બનવાને માટે અત્યારે અને પછી શું લાલ છે? કેટલી પ્રાપ્તિ છે? અને પરમાત્મામય થવામાં કેટલો આનંદ છે?

સ્મૃતિની બાબતમાં એટલું હવે કહેવું ઘટે કે જ્યારે માણસ આ પાંચ પ્રશ્નોના જવાબની સ્મૃતિમાં રહે છે ત્યારે તેનું મન યોગસ્થિત (યોગસ્થ) બની જાય છે.

### ૬. અભ્યાસ

જન્મનો સંબંધ દૈહિક હોવાને કારણે માણસમાં દેહનું અભિમાન વધતું જ જાય છે અને તેથી જ માણસને આત્મા અને પરમાત્માની વિસ્મૃતિ થતી દેખાય છે. અને એટલે જ હવે ઈશ્વરીય સ્મૃતિના અભ્યાસની જરૂર છે. વારંવાર અભ્યાસ કરવાથી જ સ્મૃતિ શુદ્ધ અને ધ્રુવ થશે. માત્ર આ નિશ્ચય થવાથી કે હું આત્મા છું, પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું, એટલું પરતું નથી બલકે તેની સ્મૃતિનો અભ્યાસ જરૂરી છે.

જેથી આ નિશ્ચય વર્તાનમાં લાવી શકાય. વ્યવહારમાં આ વસ્તુને લાવતાં ઘણીવાર એવું પણ બને કે સ્મૃતિની જગાએ વિસ્મૃતિ જ પોતાનું બળ દેખાડે. પણ સતત અભ્યાસ ચાલુ રહે તો વિસ્મૃતિની અવસ્થા સ્વપ્નામાં પણ આવી શકે નહિ, એટલે જ માણસ દરરોજ પરોઢિયે અમૃતકાળમાં અને રાત્રે ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં ધ્યાનસ્થ રહેવાનો અભ્યાસ કરે જ. પણ સાથે સાથે દિવસે જ્યારે પણ સમય મળે ત્યારે તેણે ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં પ્રેમ અને ઉલ્લાસપૂર્વક ટકવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

અભ્યાસના શરૂઆતના દિવસોમાં ક્યારેક થાક, ક્યારેક આળસ, ક્યારેક ખચકાવું તો ક્યારેક ઉદાસીનતાની લહેર આવે તો પણ પોતાના અભ્યાસને છોડવો જોઈએ નહિ.

કારણ કે યોગથી ચલિત થઈ ફરી ચઢવું વધારે મુશ્કેલ હોય છે. યોગ એ તો ખૂબ જ સરળ અને મધુર છે— એટલું યાદ રાખવું જોઈએ કે તેનાથી અપાર પ્રાપ્તિ થાય છે અને એના વડે જ મનના વિક્ષેપને હટાવી અભ્યાસમાં લાગી જવું તે યોગ્ય અને કલ્યાણકારી છે.

## યોગાભ્યાસની વિધિ

યોગાભ્યાસને માટે માણસે એકાન્ત અને શાંત જગાએ બેસવું જોઈએ અને સ્વચ્છ સ્થાન પર ગાદી પાથરીને તેના ઉપર સફેદ ચાદર પાથરી લેવી વધારે સારી છે, જે કદાચ ઝોરડો પણ ચારે બાજુએથી સફેદ ચાદર વડે ઢંકાયેલો હોય તો વધુ સારું રહે છે. યોગાભ્યાસની વખતે જે નહિવત બોલવામાં આવે કે ખૂબ જ ધીમે ધીમે અને ઓછું બોલવું પડે તો સૌથી ઉત્તમ છે. અને ધૂપસળી સળગાવવાથી વાતાવરણ ખુબ જ અનુકૂળ બની જાય છે.

યોગાભ્યાસને માટે આમ તો કોઈપણ સમય અનુકૂળ બની શકે છે. પણ પરોઢિયે બ્રાહ્મમુહુર્ત અને સાંજે સંધ્યા સમયે (જ્યારે દિવસ અને રાત્રિ મળે છે) યોગાભ્યાસને માટે ખૂબ જ અનુકૂળ હોય છે. રાતભર ઊંઘની અવસ્થામાં માણસનું મન થોડુંક આરામ કરી લે અને સ્થિર થવા માંડે છે. એટલે જ સવારે જ્યારે માણસ જાગે છે ત્યારે તેનું મન વધારે ચંચળ રહેતું નથી. અને તે સમયે મોટા ભાગના લોકો ઊંઘતા હોય છે કે ભક્તિપૂજા કરતા હોય છે અથવા સાધારણ હોવાથી વાતાવરણ ખૂબ જ સહાયકારી અને અનુકૂળ રહે છે. તેમજ સંધ્યા સમયે જ્યારે રાત્રિ થવા માંડે છે ત્યારે પણ લોકોનું મન પોતાના કામને સમેટવાનું કે વેપાર બંધ કરી ઘેર પાછા ફરવાનું જ હોય છે. એમ પણ કહેવાય છે કે સંધ્યા પછી દેવતાઓ ફરવા નીકળે છે. આ સમયે જંગલમાં સાધકો સાધનામાં લાગી જાય છે.

યોગ માટે કોઈપણ જાતના પ્રાણાયામની જરૂર રહેતી નથી અને યોગને માટે હઠપૂર્વક કોઈ ખાસ આસનની પણ જરૂર રહેતી નથી. માણસને જે રીતે બેસવું ફાવે તે રીતે બેસી શકે છે. પણ એ વાતની કાળજી રાખવી જોઈએ કે શરીરમાં સ્ફૂર્તિ અને આનંદ હોવો જોઈએ. આજસ કે થાક સહેજ પણ ન હોવા જોઈએ. આંખને બંધ કરવી એ પણ જરૂરી નથી. માત્ર મનને પ્રેમપૂર્વક પ્રભુની સ્મૃતિમાં જોડવું જોઈએ, આને માટે પ્રથમ એ સ્મૃતિમાં સ્થિત રહેવું જોઈએ કે હું એક આત્મા છું, જ્યોતિ-સ્વરૂપ છું, બિન્દુરૂપ છું અને ભૂકૃતિમાં મારો વાસ છે. સૂર્ય અને તારાગણથી પણ પાર લાલ લાલ જે પ્રકાશ લોક એટલે કે બ્રહ્મલોકથી હું આ મનુષ્ય સૃષ્ટિમાં આવ્યો છું. હવે મારે ફરી તે જ બ્રહ્મલોકમાં જવાનું છે, જ્યાં

પવિત્રતા અને શાંતિ છે. આત્મા નિર્વિકારી અને શક્તિસંપન્ન રહે છે. તે બ્રહ્મલોક આત્માઓનું અસલ નિવાસસ્થાન છે.

હું આત્મા પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું. પરમાત્મા પણ જ્યોતિ-સ્વરૂપ છે. તે પણ એક આત્મા જ છે અને બિન્દુરૂપ જ છે. પણ તે જ્ઞાનના સાગર, શાંતિના સાગર, આનંદના સાગર, પ્રેમના સાગર છે. તે જ સર્વશક્તિમાન છે. તે પણ બ્રહ્મલોકના જ વાસી છે. હવે તે બ્રહ્મલોકના વાસી અર્થાત સૂર્ય અને તારા-ગણથી પણ પાર જ્યોતિ-બિન્દુ સ્વરૂપ પરમાત્મા શિવ ઉપર જ મનને એકાગ્ર રાખવું જોઈએ.

જેમ તાર વડે બલબનું કનેક્શન પાવરહાઉસને જોડવાથી બલબમાં પ્રકાશ અને શક્તિ આવવા માંડે છે તેવી જ રીતે ઈશ્વરીયસ્મૃતિ એવો તાર છે કે જેથી આત્માનો સંબંધ પરમાત્માની સાથે જોડાય છે. એટલે જ આ રીતની સ્મૃતિ વડે મનને પરમાત્માની સાથે જોડવું જોઈએ કે હું તો પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું, જ્યોતિબિન્દુ આત્મા છું. સર્વશક્તિમાન, ત્રિલોકીનાથ, ત્રિકાળદર્શી આનંદસાગર બધા આત્માઓના પરમપિતા દેવોના પણ દેવ એવા જ્યોતિબિન્દુ પરમાત્મા શિવનો જ બની ગયો છું. (આ રીતે મનન કરતી વખતે મનની આંખ બ્રહ્મલોકમાં પરમપિતા શિવ ઉપર માંડવી જોઈએ) ત્યાંથી મારા ઉપર પ્રકાશ અને શક્તિ ઉતરી રહ્યાં છે. અને મારા વડે સંપૂર્ણ સંસારમાં ફેલાઈને તેને પણ પવિત્ર બનાવી રહ્યા છે આહ ! કેટલો આનંદ છે આ અવસ્થામાં ! હું તો પ્રકાશનો એક ગોળો છું. શક્તિસ્વરૂપ છું. એટલી શક્તિ મળ્યા રહી છે, એટલો જ્યોતિપૂંજ મળી રહ્યો છે ! ! હે શિવબાબા ! ! આપે મને પોતાનો બનાવ્યો છે, હું ખૂબ જ સૌભાગ્યશાળી છું. આ જ ખરું જીવનસુખ છે તો આ જ અવસ્થામાં છે. હે દેવ,

તમે જ પતિતને પાવન કરનાર કળિયુગી સૃષ્ટિને બદલીને સત-  
યુગી બનાવનાર, અને દરેકને મુક્તિ અને જીવનમુક્તિ આપનાર  
છો. હે પરમપિતા ! આપ જ સદ્બુદ્ધિ આપીને માણસને  
દેવતા બનાવો છો અને એકવીસ જન્મને માટે સ્વર્ગીય રાજ્ય  
લાગ આપો છો.... આ પ્રમાણે મનન કરતાં કરતાં પ્રેમવિભોર  
થઈ પરમપિતા પરમાત્મા શિવની સ્મૃતિમાં એકાચ્ચિત્ત થઈ  
દેહનું લાન વિસરી પરમધામના (બ્રહ્મલોકમાં) પ્રકાશમાં પ્રકાશ,  
શક્તિ અને શાંતિનું સ્વરૂપ થઈ બેસવું જોઈએ.

આ રીતનો અભ્યાસ પરોઢિયે અને સંધ્યા સમયે કરવો  
જ જોઈએ. પણ એ સિવાય દિવસભર કાર્ય કરતાં પણ આ  
રીતના અભ્યાસની ટેવ પાડવી જોઈએ. બીજા લાઈ-બહેનોની  
સાથે કામ કરતી વખતે તેમને પણ આત્મિક દૃષ્ટિથી જ જોવા  
જોઈએ. એટલે કે આ સ્મૃતિ હોવી જોઈએ કે આ બધા પણ  
ભૃત્યુદીમાં રહેવાવાળા જ્યોતિબિન્દુ આત્માઓ છે. પરમપિતા  
શિવના અમર સંતાન છીએ, હું પણ એક આત્મા છું. હરતાં  
ફરતાં માણસે પોતાના મનમાં આ ધૂન માંડવી જોઈએ કે હું  
તો પરમધામથી આ સૃષ્ટિક્ષેત્ર ઉપર આવ્યો છું. આ શરીરરૂપી  
વસ્ત્ર અહીં પહેરી થોડોક સમય માટે લાગ લગવી રહ્યો  
છું. હવે આ સૃષ્ટિનું નાટક પૂરું થવા આવ્યું છે. આ શરીરરૂપી  
વસ્ત્ર અહીં જ ત્યજીને બધા દૈહિક સંબંધ અહીં જ ત્યજીને  
મારે ફરી બ્રહ્મલોકમાં જવાનું છે. મેં મોહ-મમતા અને  
આસક્તિની બધી બેડીઓ તોડી નાખી છે. હું તો મુક્તિદાતા  
પ્રભુનું બાળક છું, એટલે મુક્ત જ છું. લોકસેવાથી અને જીવન-  
નિર્વાહને માટે મારે કમ કરવું છે એને એ કામ એક ટ્રસ્ટીની  
જેમ જ કરવું છે. હું ગમે તેવો ડોઠ પણ છું તો પ્રભુનો  
જ અને મારી પાસે જે કંઈ છે તે પ્રભુનું જ છે, હું કર્મ-  
ન્દ્રિયરૂપી અમાનત વડે કંઈ પણ જાતના વિકર્મ કે ઉચાપત

કરીશ નહિ. પાપનો ભાગીદાર બનીશ નહિ. હે પરમપિતા-શિવ ! હું તો આપનું જ બાળક છું. અને પોતાના ખરા અને અસલી સ્વરૂપમાં શાંતિ-સ્વરૂપ, પ્રેમ-સ્વરૂપ, પવિત્ર અને બિન્દુરૂપ છું. હું સર્વભાવથી આપની શરણમાં આવ્યો છું. આપની આજ્ઞાનુસાર ચાલી પોતાના જીવનને ઉચ્ચ બનાવવા પુરુષાર્થ કરીશ.

આ પ્રમાણે ઘરમાં, દુકાનમાં કે કોઈ પણ જગાએ કામ કરતાં મનમાં આંત્મિક સ્મૃતિ અને ઈશ્વરીયસ્મૃતિ બનાવી રાખવી જોઈએ. આમ કરવાથી કામની ક્ષમતા વધશે. નિર્ણય-શક્તિ તીવ્ર થશે અને વિવેક પ્રખર થશે. દષ્ટિ અને વૃત્તિ પવિત્ર રહેશે. સહનશીલતા વગેરે દિવ્ય ગુણો આવશે અને હર્ષ, ઉલ્લાસ, શાંતિ, શક્તિ અને ખીબાઓ પ્રત્યેની કલ્યાણ-ભાવનાનો જાત અનુભવ થશે. થાક લાગશે નહિ, ગુચ્ચવણ, ખેદ કે સંતાપનો અનુભવ થશે નહિ, અને મનુષ્ય પોતાને એક પવનની જેમ હલકો છે એવો સ્વયં અનુભવ કરશે. ઘર અને બહારના કર્તવ્ય નિભાવી કમળના ફૂલોની જેમ ચારા અને ચારા બની રહેશે, તથા નિંદા-સ્તુતિ, માન-અપમાન ઈર્ષ્યા, દ્વેષ વગેરે પરિસ્થિતિમાં એકરસ, અવિકાર, અલિપ્ત અને આનંદમાં મગ્ન રહેશે.

આ પ્રમાણે પોતાના યોગી જીવન અને પવિત્ર જીવન વડે અન્ય કંઈ આત્માઓના પણ આત્મા રૂપી દીપક જગાવવા અને તેમનું કલ્યાણ કરવાનો નિમિત્ત બની રહેશે. અને પોતાના કુટુંબીઓનાં જીવનને ઉચ્ચ બનાવવા પ્રેરણારૂપ બની રહેશે.

## કર્તવ્ય અને અકર્તવ્ય

દરેક માણસને કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યનું જ્ઞાન હોવું જોઈએ. કર્તવ્ય એટલે શું કરવું જોઈએ અને અકર્તવ્ય એટલે શું નહિ કરવું જોઈએ. જે માણસને એ જ જ્ઞાન ન રહે કે ઘરની બીજી વ્યક્તિઓ પ્રત્યે મારું શું કર્તવ્ય છે, દેશ કે સમાજ પ્રત્યે મારું શું કર્તવ્ય છે, અને માણસના પોતાનામાં પણ પોતાનું શું કર્તવ્ય એટલે કે ફરજ છે. એ જે બાણતો નહિ હોય તો પોતાના જીવનમાં અશાંતિ ઉત્પન્ન કરશે અને સમાજમાં પણ કલેશ અને કબ્જિયાનું નિમિત્ત બનશે. આવી વ્યક્તિ યોગનો અભ્યાસ પણ સારી રીતે કરી શકશે નહિ. અને તેનો ગૃહસ્થ આશ્રમ પણ પવિત્ર બની શકશે નહિ. જે માણસ જ્યાં સુધી જ્ઞાનયુક્ત કામ કરી શકતો નથી ત્યાં સુધી યોગની સિદ્ધિને પણ મેળવી શકતો નથી. એનું કારણ એ જ કે વ્યક્તિ વડે થયેલ અકર્તવ્ય તેના યોગાભ્યાસમાં વિઘ્નરૂપ થઈ પડે છે. એટલે જે ગૃહસ્થ યોગાભ્યાસ અભિલાષી હોય તેને કર્તવ્યનું જ્ઞાન હોવું જરૂરી છે.

કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યના નિર્ણયમાં મતભેદ જેવા મળે છે. દાખલા તરીકે કેટલાક લોકો કહે છે- 'ગમે તેવી પરિસ્થિતિ કેમ ન હોય, અહિંસાનું પાલન એ જ માણસનો પરમધર્મ અને પ્રથમ કર્તવ્ય છે.' જ્યારે બીજા લોકો એમ કહે છે કે 'પોતાની રક્ષા માટે અથવા બીજાને પણ કોઈના અત્યાચારથી બચાવવાને માટે હિંસા કરવી મનુષ્યનું કર્તવ્ય થઈ પડે છે. કારણ કે આવી પરિસ્થિતિમાં પણ હિંસા ન કરવાથી સંસારમાં અત્યાચારોએને પ્રોત્સાહન મળશે.' એની વિરુદ્ધ અહિંસામાં માનનારાઓ કહે છે જે બીજી વ્યક્તિ હિંસા કરીને અકર્તવ્યથી દોષિત થતી હોય તો આપણે કેમ તેનાથી પ્રભાવિત થઈ પોતાના કર્તવ્યનો માર્ગ ત્યજવો જોઈએ? વળી સામાન્ય પરિસ્થિતિમાં તો દરેક વ્યક્તિ અહિંસક જ હોય છે.



માણસની અહિંસક ખન્યાની ખરી પરીક્ષા તો ત્યારે થઈ શકે કે જ્યારે હિંસાની શક્યતા હોય અને હિંસા ન કરે, એટલે જ તેઓ કહે છે કે જ્ઞાનીનાં શસ્ત્ર તો પ્રેમ, અહિંસા, મધુર-વાર્તાલાપ, સહનશીલતા વગેરે છે, ન કે હિંસા, દ્વેષ, કટુતા, બદલાની ભાવના વગેરે. એટલે જ ગીતામાં લગવાનુવાચ છે કે 'હે વત્સ! કર્મ' (કર્તવ્ય) શું છે? અને કયા કર્મની શી ગતિ છે? આ બાબતમાં તો પડિતો પણ દ્વિધામાં છે. તેમની બુદ્ધિ મોહિત છે. એટલે તું કર્મ, અકર્મ, અને વિકર્મની ગતિનું જ્ઞાન મારી પાસેથી મેળવ અને કર્મચોગી થા.'

માણસ સ્વયં તો અલ્પજ્ઞ છે, અને અવિવેક તથા મિથ્યા જ્ઞાનથી પ્રભાવિત થઈ જાય છે. તેથી કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યની બાબતમાં જાતે નિર્ણય કરી શકતો નથી. જ્ઞાનના સાગર પરમ-પિતા પરમાત્મા શિવ જે સત્ય જ્ઞાન આપે છે તેને મેળવવાથી જ માણસ અને સમાજનું કલ્યાણ થઈ શકશે. અને માણસ યોગયુક્ત થઈ આનંદનો ભાગીદાર થઈ શકે છે. પરંતુ આજે જ્યારે કોઈને એમ કહીએ કે આપ ઈશ્વરીય જ્ઞાન મેળવો અને તેને માટે સહેજ સમય કાઢો તો તે જવાબ આપે છે-ઈશ્વરીય જ્ઞાનની અમને જરૂર જ શી? બાળકો પ્રત્યે અને પત્ની પ્રત્યે અમારું કર્તવ્ય છે-ધન લેગું કરવું અને તેમનાં લૂગડાં-લત્તાં, ખાવાપીવા વગેરેને માટે આર્થિક પ્રબંધ કરવો. આ ફરજ અમે સારી રીતે પૂરી પાડી રહ્યા છીએ. આમ તો અમે પૂરેપૂરી રીતે પ્રયત્ન કરીએ છીએ કે કોઈને દુઃખ ન આપીએ, જૂઠું ન બોલીએ, અને કોઈની પાસેથી અનુચિત પૈસા છળકપટથી ન લઈએ. શેષ, આજકાલના જમાનામાં સહેજ હેરફેર તો કરવો જ પડે છે.

શું ખરેખર આજે માણસ પોતાનું કર્તવ્ય

નિભાવી રહ્યો છે ?

ઉપરની વાતને માણસ પોતે જ ન્યાયી થઈ પોતાને પ્રમાણ-

પત્ર આપતો હોય તેમ કહી શકાય. એટલે જ ભાવપૂર્વક કહી શકાય છે કે કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યની ખાખતમાં માણસને ઈશ્વરીય જ્ઞાન થવું જોઈએ. આ વાતને વધુ સ્પષ્ટ કરવાને માટે ઉપર ચર્ચાએલ લોકોનું દષ્ટાન્ત લઈએ. જે કહે છે કે અમે તો ધન કમાઈને ખાળકો અને પત્ની પ્રત્યે અમારી ફરજ નિભાવી રહ્યા છીએ. જ્ઞાનના સાગર પરમ પવિત્ર પરમપિતા પરમાત્મા આવા લોકોને કહે છે કે તમે ધન કમાઈને ખાળકો પ્રત્યેની આર્થિક જરૂરિયાત પૂરી પાડવાની ફરજ બજાવતા હશો. પણ તેમની સામે ગુસ્સે પણ થતા હશો, તેમનામાં મોહમમતાની ભાવના દેખાડતા જ હશો, કોઈ માણસ પ્રત્યે નિંદાસૂચક શબ્દ પણ કદાચ બોલતા હશો. શું ક્રોધ, મોહ, નિંદા અકર્તવ્ય નથી? શું આપને ક્રોધાદિ વિકારોથી યુક્ત જોઈ, તે જ વિકારોનું અનુકરણ કરવાને કારણે ખાળકોનું જીવન આગળ ઉપર દુઃખી થશે નહિ?

આ સિવાય માણસ કુટુંબીજનોની આર્થિક જરૂરિયાતને તો પૂરી પાડે છે પણ તેમને હંમેશને માટે રોગ, શોક, અકસ્માત, દુર્ભાગ્ય વગેરેથી તો રક્ષણ આપી શકે જ નહિ, તેથી સ્પષ્ટ દેખાય છે કે માણસે પૂરેપૂરી ફરજ બજાવી નહિ. ખાળકોના રહેવા-ખાવાનો પ્રબંધ કરવો, આ કોઈ ઉચ્ચ કોટિનું કર્તવ્ય કે અકર્તવ્યની પૂર્ણતા નથી, કારણ કે એનાથી થોડા જ સમય માટે અપૂર્ણ સુખ મળે છે. ખાવા પીવાની અને રહેવા કરવાની સગવડ તો મૂક પંખીઓ-ચકલીઓને પણ આપણે કરતાં જોઈએ છીએ. પોતાના બચ્ચા માટે કેવી રીતે તણખલાઓ લેવાં કરી માળો ખાંધે છે, એ આપણે બધાં જોઈએ છીએ. તેથી ખાળકને પાળવાનું જે કર્તવ્ય છે તે કર્તવ્ય તો મૂક પશુ અને પંખેડૂઓ પણ સારી રીતે કરી લે છે. માણસ બધા પ્રાણીઓમાં શ્રેષ્ઠ છે. તેથી જ તેનું કર્તવ્ય પણ ઉચ્ચ હોવું જોઈએ. માણસ આચારસંહિતા અને વ્યવહારસંહિતા બાણી શકે છે; તેથી જ ને પોતાના

કર્મની સાથે ધર્મને જોડશે નહિ, બુદ્ધિને ઈશ્વરીય જ્ઞાનથી સમન્વિત કરશે નહિ તો તેની ખાસિયત જ શી રહે? તેથી જ પરમપિતા પરમાત્મા કહે છે કે હવે કર્મ, અકર્મ અને વિકર્મને બાણીને કર્મયોગી થવું જરૂરી છે. આ પ્રમાણે કરવાથી કર્મમાં એવું બળ આવી જશે કે હંમેશને માટે સુખશાંતિ મળશે.

બીજાનું ખૂન નહિ કર્યું હોયતો આત્માનું ગળું દબાવ્યું હશે ઘણીવાર લોકો કહે છે કે- 'અમે કોઈનું ખૂન નથી કરતા.' એવું બને કે તીખી ધારવાળા કોઇ શસ્ત્રથી તેઓ કદાચ કોઈનું ખૂન ન કરતા હોય, પણ તીખી તલવાર કરતાં પણ વધારે ઘાતક શબ્દ તો તેઓ પોતાના મુખરૂપી મ્યાનમાંથી કાઢી હૃદયને છેદી જ નાંખતા હશે. અંદકની ગોળી કરતાંય વધારે ઘાતક કુવાતની ગોળીથી કોમળ હૃદય ઉપર આઘાત કરતાં હશે. એ સિવાય ઘણીવાર પોતાના આત્માના શુદ્ધ અવાજને દબાવી આત્માનું હનન તો કરતા જ હશે. એનાથી પણ આગળ આવીએ તો આપણે બાણીએ છીએ કે એવો એક પણ માણસ નથી કે જેણે પોતાની કામપૂર્તિને લીધે અન્ય આત્મા (પત્ની)ના અખંડ પ્રહ્લયનું ખંડન ન કર્યું હોય? એવો કોણુ નર હશે કે જેણે પોતાના નેત્રરૂપી ધનુષની દોરી ઉપર કામબાણ ચઢાવીને બીજાની કાયા ઉપર આક્રમણ ન કર્યું હોય? એવો કોણુ નર હશે કે જેણે કામ, ક્રોધ, મોહ, અહંકાર વગેરે છત્રીદળ લશ્કરને પોતાના હૃદયરૂપી હવાઈ મથક ઉપરથી ઉડાન આપી બોબના તન, મન રૂપી દેશ ઉપર ઉતારીને આક્રમણ કરવાનો યત્ન ન કર્યો હોય?

લોકો કહે છે કે અમે ક્યારે જુદું નથી બોલતા કે કોઈની સાથે દગો પણ નથી કરતા. એ બની શકે કે વેપારી વેચવાની

વસ્તુઓ માં ભેગસેગ ન કરે, કોઈ ઈન્કમટેક્સ-સેલ્સ ટેક્સના ચોપડા પ્રમાણિકપણે રાખતો હોય, કે કોઈ મજૂર પ્રમાણિકપણે કામ કરતો હોય, કે કોઈ કારકુન લાંચરૂશવત ન લેતો હોય. પણ આજે બધા લોકો પોતાને પોતાના 'દેહનાં પિતાનું' સંતાન' માને છે એથી પોતાના દેહના પિતાને જ 'પોતાના પિતા' તરીકે ઓળખે છે. આ બધું શું ઓછું અસત્ય છે? આ શું ઓછી આત્મપ્રવંચના છે? આખો દિવસ પોતાને પરમપિતાનું સંતાન ન માનવાને કારણે અને તેમની સાથેનો સંબંધ-વિચ્છેદ હોવાને કારણે જ માણસ અવિનાશી અને અખંડ સુખરૂપી ઈશ્વરીય સંપત્તિ અને પાલનથી વેગળો રહ્યો છે !

કદાચ કોઈ વ્યક્તિ આત્મા અને પરમાત્માને પણ માનતી હશે, પણ માનવું એ એક વાત છે અને ઓળખવું એ જુદી જ વસ્તુ છે. વળી ઓળખીને પણ તે પ્રમાણે વર્તવું તેનાથી ય જુદી વસ્તુ છે. આજે કેટલાય લોકો કે જેમને પરમાત્માનું યથાર્થ જ્ઞાન નથી તેઓ કહે છે કે ઈશ્વર સર્વવ્યાપક છે, એટલે કે કૂતરામાં, બિલાડીમાં; સાપમાં, વીંછીમાં, મળમૂત્રમાં, કાદવમાં દરેકમાં છે. તેમને જ્ઞાન જ નથી કે ખરેખર પરમાત્મા સર્વવ્યાપી નથી અને પરમાત્માને સર્વવ્યાપક માનવું એ પરમ આદરણીય પરમ કલ્યાણકારી પરમપિતાનું અપમાન કરવું કે તેમને વગોવવા જેવું છે. એટલે એમ કહી શકાય કે કોઈ માણસ કોઈની નિંદા નહિ કરતો હોય પરંતુ તે પરમાત્માને સર્વવ્યાપક માનીને પરમનિંદાનું મોટું પાપ કરતો હોય છે. આ રીતે મોટામાં મોટું અકર્તવ્ય કરતો આવ્યો છે તેને કદાચ એની જાણ પણ નહિ હોય તેથી ગૃહસ્થમાં રહી કર્મ યોગની ઉચ્ચ સિદ્ધિને પ્રાપ્ત કરવા એ જરૂરી છે કે મન-વચન-કર્મથી કોઈને દુઃખ ન આપવું અને કોઈપણ જાતના વિકારને તાબે ન થઈ કર્મ કરીશું તો આત્મા અને પરમાત્માને સાચી રીતે ઓળખીશું. પોતાને અને

પરમાત્માને ઝોળખવું માણસનું પ્રથમ કર્તવ્ય છે. આ જ્ઞાનના અભાવે માણસથી અકર્તવ્ય થયા કરે છે. અને તે કર્મચોગીની જગાએ કર્મલોગી અને પાપી થવાના માર્ગે ચઢી જાય છે.

પૂર્વકાળના અકર્તવ્યને મટાડવાનું કર્તવ્ય

કદાચ માણસ ચાલુ જન્મના પાપોથી મુક્ત થઈ શકશે. પણ પૂર્વજન્મમાં કેટલાંય અકર્તવ્ય કર્મ કર્યા હશે ? આજે જીવનમાં દુઃખ અને અશાંતિ પ્રગટાવનારી જે પરિસ્થિતિઓ ઊભી થાય છે એથી એ સાબિત થાય છે કે માણસે પૂર્વજન્મમાં કેટલાંય અકર્તવ્ય કર્યા હશે. નહીં તો અકારણ કોઈ દુઃખ આવી શકે નહિ. તેથી જ પૂર્વજન્મમાં કરેલાં અકર્તવ્ય-પુજને દૂર કરવો એ પણ એક કર્તવ્ય છે. દૂર કરવાની વિધિ બાણવી એ પણ કર્તવ્ય છે. અને બાળક, પત્ની વગેરેનો એની સાથે પરિચય કરાવવો એ પણ એક મોટું કર્તવ્ય છે.

કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યના ભેદને ઝોળખવાને માટે એ પણ બાણવું જરૂરી છે કે શું શરીરથી જુદી આત્મા નામની કોઈ અવિનાશી સત્તા છે ? અને પુનર્જન્મ અને પૂર્વજન્મ સત્ય છે ? આત્માને પોતાના કર્તવ્ય (કર્મ) અને અકર્તવ્ય (કુકર્મ)નું ફળ કોઈ જન્મમાં મળે છે ? શું આ શરીરના લોકોથી જુદી પરલોકની પણ સત્તા જ્યાં ધર્મયુક્ત કર્મ કરવાવાળાને સુખ અને અધર્મયુક્ત કર્મ કરવાવાળાને દુઃખ મળે છે ? આ સિવાય એક સવાલ એ પણ છે કે માબાપ, ભાઈબહેન, પત્ની-પુત્ર વગેરેની સાથે અમારો આલૌકિક સંબંધ જ છે કે આ સંબંધથી જુદો સ્થાયી અને શ્રેષ્ઠ સંબંધ પણ છે. આ સંબંધને બાણ્યા પછી જ તેમના પ્રત્યે અમારું કર્તવ્ય નક્કો થાય છે. તેથી આ બધી વાતો કર્તવ્યજ્ઞાનની સીમામાં જ આવી જાય છે, જ્યાં સુધી માણસ આ ઈશ્વરીય જ્ઞાન સ્પષ્ટ રીતે ન મેળવે ત્યાં સુધી માણસથી કોઈને કોઈ અકર્તવ્ય(પાપ)થયા જ કરશે.

## શું દાનપુણ્ય કરવાથી માણસનું કર્તવ્ય પૂરું થઈ જાય છે?

લોકો પાસેથી સાંભળવા મળે છે કે-‘ ગરીબોને અન્ન-  
ધન આપવું, રોગીઓને માટે ઔષધાલયો બંધાવી આપવા  
ખીજની સેવા કરવી એ જ માણસનું કર્તવ્ય છે.’ પણ આ  
ખાખતમાં એ વિચારવા જેવું છે કે ઘણા લાંબા સમયથી  
ગરીબોને અન્નધન દાનના રૂપમાં આપવામાં આવે છે, રોગીઓને  
માટે ઔષધાલયની હરોળ ઉભી કરવામાં આવી રહી છે. ખીજ  
લોકોની સેવા સમાજ-સેવક, પાઠોશી કે દયાળુ વૃત્તિના લોકો  
કરતા આવ્યાં છે. છતાં આજે સંસારમાં કયા કર્તવ્યની ખામી  
છે કે જ્યાં જુઓ ત્યાં ઔષધાલય રોગીઓથી ભર્યા જ રહે છે.  
નવા નવા રોગો માણસોમાં ફેલાઈ રહ્યા છે, અસંખ્ય માણસોને  
એક ટંક પૂરતું લોજન પણ મળતું નથી. આજે દવાખાનાની  
સંખ્યા કરતાં રોગીઓની સંખ્યા વધારે છે. આ સંસારમાં દાન-  
પુણ્ય કરવા છતાં સ્વર્ગ ખનવું તેા દૂર રહ્યું પણ અશાંતિનું ઘર અને  
દુઃખનું ધામ ખનવા માંડ્યું છે. અને આ રીતની દાન પુણ્યની  
સેવાથી માણસને પરાશ્રયી બનાવવામાં આવે છે, કે જેથી તે  
કર્મની જાંજીરમાં વધુ ને વધુ જકડાય. સર્વોત્તમ સેવા તેા  
એ છે કે માણસને કર્તવ્યનું જ્ઞાન આપી પુરુષાર્થ પરાયણ,  
આત્મનિર્ભર અને સતકર્મ કરનાર અને પૂર્વજન્મમાં થયેલ  
અકર્તવ્યને દૂર કરવા સમર્થ કર્મયોગી બનાવવા જોઈએ.

## શું નિષ્કામ કર્મ કરવું એ જ કર્મયોગ છે?

કેટલાક લોકો એમ પણ કહે છે કે કર્મ કરતાં રહેવું  
એ જ માણસનું કર્તવ્ય છે, માણસે ‘નિષ્કામ કર્મ’ કરવું  
જોઈએ. આ જ ‘કર્મયોગ’ છે આથી માણસ છેવટે બધા  
દુઃખોથી મુક્ત થઈ જાય છે. પણ વિચારવાનું એ કે આજે

સંસારમાં કર્મ પહેલાં કરતાં પણ વધુ થઈ રહ્યાં છે. છતાં સંસારના લોકો દુઃખી શા માટે છે? એટલે સાચું જ છે કે કર્મ થઈ રહ્યું છે પરંતુ કર્તવ્યની જ ખામી છે. ખરેખર નિષ્કામ કર્મ તો કોઈથી પણ થઈ શકે નહીં. કારણ કે કામના તો નિષ્કામ કર્મમાં પણ લરેલી હોય છે જ. આ કર્મક્ષેત્રમાં કર્મથી કોઈનો પણ છુટકારો થઈ શકે એમ નથી, તકાવત માત્ર કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યનો છે. મોટી ખામી તો એ છે કે મનુષ્ય કર્મ કરતા પરમાત્માની યાદમાં રહેતો નથી. અને એ પણ બૂલી જાય છે કે હું આત્મા છું અને ખીજની સાથે પણ મારો આત્મિક સંબંધ છે. આજે જે લોકો પ્રાતઃથી સંધ્યા સુધી ઓફિસમાં, દુકાનમાં નિશાળમાં કે ઘરમાં કર્મ (કામ) કરે છે, તેમને નોકર, વેપારી, શિક્ષક કે કોઈ વ્યવસાય કરનાર કહી શકાય પણ તેને કર્મયોગની સંજ્ઞા આપી શકાય નહિ. કારણ કે કર્મ(કામ) કરતાં તેમનો મનોયોગ અથવા બુદ્ધિયોગ પરમપિતા સાથે હોતો નથી.

તેથી જ સ્પષ્ટ છે કે કર્મ, અકર્મ અને વિકર્મનું અથવા કર્તવ્ય-અકર્તવ્યનું અથવા ધર્મ અને કર્મનું અને આત્મા પરમાત્મા સાથેના સંબંધ અને સંસારનું જ્ઞાન હોવું જરૂરી છે. જ્યાં સુધી માણસને આ જ્ઞાન નહિ થાય અને તે આ જ્ઞાનને આધારે સત્ય ધર્મને કર્મની સાથે નહિ જોડે અથવા કર્મ કરતાં યોગી નહિ બને, ત્યાં સુધી તે સાચું કર્મ કરી શકશે નહિ.

**કર્મયોગી બનવાને માટે શું જાણવું જરૂરી છે ?**

આપણે જોઈએ છીએ કે માણસ જ્યારે ઘરમાં હોય છે ત્યારે તેના દૈહિક સંબંધીઓ જ્ઞાનના આધારે 'ફલાણી મારી પુત્રી છે કે પત્ની છે, ફલાણો મારો પુત્ર કે પૌત્ર છે, તે તેમની સાથે તે સંબંધ માનીને કર્મ અથવા કર્તવ્ય કરે છે. ઓફિસમાં જ્યારે હોય છે ત્યારે ત્યાં 'ફલાણો' મારો ઓફિસર છે, ફલાણો

માણુસ મારે આધીન છે. આ શારીરિક સંબંધ-જ્ઞાનને લીધે માણુસના વ્યવહાર અને કર્તાવ્યમાં તફાવત હોય છે પણ ખરે-ખર આ સંબંધનું જ્ઞાન તો દેહદંષ્ટિ ઉપર આધાર રાખે છે. અને દેહ મારફત કર્મ કરનાર તો આત્મા જ છે. તેથી માણુસ પોતાને યૃહસ્થના કર્તાવ્યનું પાલન કરે છે. ઓદિસમાં કારકુન માનવાને કારણે કારકુનનું કર્તાવ્ય નિભાવે છે, તે જ પ્રમાણે માણુસને આત્માના ઘર-શાન્તિધામનું જ્ઞાન હોવું જોઈએ. અને એ પણ જ્ઞાન રહેવું જોઈએ કે આ સૃષ્ટિ એક વિરાટ નાટક છે. શરીર મારું વસ્ત્ર છે. મારા સંબંધીઓ આ વિરાટ નાટકમાં સહકાર્યકર્તા છે. અને ખરેખર તે પણ આત્માઓ જ છે. અને મારે અહીં સાક્ષી તરીકે ઉચ્ચ કર્તાવ્ય કરવાનું છે. આ જ્ઞાન થયા પછી માણુસ શાંતિરૂપી પારલૌકિક ધર્મ અથવા સ્વધર્મનું પાલન કરશે. અને ખીજની સાથે પોતાનો સાથે સંબંધ જાણીને આત્મિક રીતથી વિધિપૂર્વક કર્તાવ્ય કરશે. ત્યારે સંસારનો ટંટોડિસાદ, વેર, વચન, દુઃખ કલંક મટી જશે અને જ્યાં લોકો રહેતાં હશે ત્યાં આનંદ વરસવાં માંડશે અને આ સંસાર સુખધામ ખની સ્વર્ગ ખની જશે.

### કર્તાવ્ય અને અકર્તાવ્યની વિભાજક રેખા

આ સવાલનો જવાબ સહેલો છે. પરમાત્માએ જાતે જ કર્તાવ્ય અને અકર્તાવ્યની રેખા દોરી આપી છે. જે ભૂલને લીધે માણુસનું કર્તાવ્ય અકર્તાવ્યમાં ફેરવાઈને દુઃખનું પ્રારબ્ધ આપે છે અથવા કર્તાવ્યની ઉત્તમતા ઉપર ડાઘ લગાવે છે, તે ભૂલને સુધારવા પરમપિતા પરમાત્મા શિવે સ્વાભાવિક યુક્તિ ખતાવી છે. આ યુક્તિએક એવી ચાવી છે કે જેથી સ્વર્ગના સુખનો ખજાનો મળી શકે છે. આ એક એવો મંત્ર છે કે આ સંસારની દરેક વસ્તુ સુખ આપનાર થઈ જાય છે.



તે યુક્તિ કે ચાવી છે દેહી-નિશ્ચય, આત્મસ્મૃતિ અથવા પોતાને અવિનાશી આત્મા પરમપિતા પરમાત્માનું અવિનાશી સંતાન નિશ્ચય કરવું. જે માણસ પોતાને 'આત્મા' નિશ્ચય કરી આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિર રહી પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિમાં રહીને એટલે કે યોગયુક્ત થઈ કર્મ કરશે તો તેનું કર્મ ધર્મયુક્ત છે. અને તે જાતે એક કર્મયોગી છે. ત્યારે જ એમ કહી શકાય કે તે સત્કર્મ કર્તવ્ય કરે છે. જે પોતાને 'દેહ' નિશ્ચય કરી વતે છે તેનું કર્મ કર્તવ્યની રેખા ઝાળંગીને અકર્તવ્યના પરીઘમાં પ્રવેશે છે. સંસારમાં બધી જાતની યુક્તિઓ ઔષધો, સાધનો અને વિચારોનો અનુભવ માણસે મેળવ્યો છે, તે માણસ માત્રને ક્યાં સુધી લાભકારી નીવડે છે? પણ પરમપિતા પરમાત્મા વડે અપાયેલ આ પરમ યુક્તિ પરમઔષધ, પરમમંત્ર, પરમ પુરુષાર્થથી દૂર રહેવાને કારણે આજ સંસાર-દુઃખી છે. હવે આ કલ્યાણકારી યુક્તિને અપનાવીને અસંખ્ય લોકોને સુખ મળી રહ્યું છે, એ યુક્તિને જે કોઈ પોતાના જીવનમાં અપનાવશે તે ચોક્કસ કલ્યાણના ભાગીદાર બનશે. કર્મયોગી, કર્તવ્ય-પરાયણ તથા પવિત્ર બનનાર નરને ખરેખર જ આત્મિક સુખ મળશે.

### ગૃહસ્થીમાં પણ નિઃસંકલ્પ સમાધિ

નિઃસંકલ્પ એટલે સંકલ્પ વિનાનું. નિઃસંકલ્પતા એક એવો દિવ્ય ગુણ છે, કે જેને અપનાવવાથી માણસની બધી ચિંતાઓ મટી જાય છે. આ ગુણ કેળવવાથી માણસને સાચી શાંતિ મળે છે. તેથી બુદ્ધિ વ્યર્થ ચેષ્ટાઓ, ખોટા વિચારોથી મુક્ત રહી, યોગનો આનંદ અનુભવે છે, નિઃસંકલ્પતા એટલે જડ પદાર્થની જેમ સંકલ્પશૂન્ય કે અચેતન થવું એ નથી. બલકે નિઃસંકલ્પતા પાંચ મુખ્ય જીવનઉપયોગી અર્થ છે. જેને અપનાવવાથી માણસ ગૃહસ્થીમાં રહીને પણ યોગી જીવનનો આનંદ પામે છે. અને દેવપદનો અધિકારી બને છે.

(૬) વીતેલા અહેવાલ વિષે નિઃસંકલ્પતા.

નિઃસંકલ્પતાનો પ્રથમ ગુણ એ કે કર્મ કર્યા પછી જે કોઈ પરિણામ આવે તેને વિષે વધુ સંકલ્પ, ચિંતન કરવું જોઈએ નહિ. કોઈપણ જાતના પરિણામની ઘટના, વૃત્તાન્ત કે અહેવાલનું સતત ચિંતન યોગ્ય નથી. ધારે કે એક માણસે મેજ ઉપર પડેલી ઘડિયાળને ઉઠાવી અને તેના હાથમાંથી પકી ગઈ. તે વિચારે કે 'હાય ! આ શું થયું ? કોણ જાણે કયા નાલાયકે અહીંયા મૂકી હશે ? કેટલું સારું થાત, કે જો હું ઘડિયાળને અડક્યો જ ન હોત, મારું તો નસીબ કૂટેલું છે. કોણ જાણે મારાથી આવું કેમ થયું હશે ? આ પ્રમાણે નિરર્થક સંકલ્પ કરનાર માણસને નિઃસંકલ્પ નહિ કહી શકાય. નિઃસંકલ્પ અવસ્થાએ પહોંચેલો માણસ તો વિચારશે, 'જે થવાનું હતું તે થયું. હવે પસ્તાવો કરવાથી શું લાભ ? લવિષ્યમાં મારે કાળજી રાખવી જોઈએ. હવે જ્યારે સંભવ હોય ત્યારે મારે આ ઘડિયાળ સમરાવી લેવું જોઈએ.' એટલું જ વિચારી તે વારંવાર આ ઘટનાનું ચિંતન નહીં કરે. બલકે શાંતચિત્ત થઈ જાય છે. તે આવા બનાવને એક સંભવિત ઘટના અથવા (નસીબ) 'નિયતિ' માની શાંતિના માર્ગે આગળ ધપે છે. પોતાનો સમય કે શક્તિ આવા નિરર્થક સંકલ્પમાં ગુમાવતો નથી. તે સમજે છે કે સંસારની બધી વસ્તુઓ વિનાશી છે. કોઈ પણ વસ્તુનો અચાનક નાશ જોઈ માણસે દુઃખી નહિ થવું જોઈએ કારણ કે માણસની ખુશી અથવા શાંતિ આવી વસ્તુઓથી વધારે મૂલ્યવાન છે. વસ્તુઓને નાશ જોઈ, પોતાના સંકલ્પોથી (ચિંતનથી) પોતાના આનંદનો નાશ કરવો, તે જાતે જ એક રીતની ચિંતાની ચિંતા પર ચઢાવા-સમાન છે. મુદતની વાત તો એ છે કે યોગાદ્યાસને માટે દરેક સ્થિતિમાં સંતુષ્ટ, પ્રસન્ન, આનંદમગ્ન, અને નિઃસંકલ્પ રહેવું જરૂરી છે.

ધારો કે ખસમાં કોઈ ભાઈનું પાકીટ કપાયું હોય, અને તે આ પ્રમાણે વિચારે કે આજે જો હું ઘરની બહાર જ ન આવ્યો હોત તો સારું થાત. હું કેટલો કમનસીબ છું કે મારી આ દુર્ઘટના થઈ! કોણ જાણે કઈ મુશ્કેલી મને આ ખસમાં લઈ આવી. વળી આજે મેં એટલા બધા પૈસા પાકીટમાં મૂક્યા જ શા માટે? કંઈ સમજાતું નથી. મારા સિવાય ખિસ્સાકાતરૂને બીજો કોઈ ન મળ્યો....' આ પ્રમાણે વિચાર કરનાર નિઃસંકલ્પ કહી શકાય નહિ, બદલે ચંચળ અને વિક્ષિપ્ત ચિત્તવાળો જ માનવામાં આવશે, આવા વ્યવહારને બદલે જો હવે ખિસ્સાકાતરૂને પકડવાનો ઉપાય થઈ શકે તો સારું; નહિતર વિચારીને શાંત થઈ જવું જોઈએ કે 'જે થવાનું હતું તે થયું હવે ફરીથી કાળજી રાખીશ.' આ રીતે વિચારનાર માણસને નિઃસંકલ્પ કહી શકાય. આવી નિઃસંકલ્પતા જ યોગમાં સહાયક થઈ પડે છે.

ધારો કે કોઈ ભાઈને ખસ સ્ટેન્ડ ઉપર આવતા આવતામાં એમની સામેની ખસ ઉપડી જાય છે અને આ ભાઈ જોતા રહી જાય છે. હવે એ વિચારે છે કેમ 'અરે હું તો ભારે મુશ્કેલીમાં મુકાયો. ખસવાળો પણ કેટલો નકામો માણસ છે. તે આજે ખસને જલદી લઈ ગયો. ખરેખર મુશ્કેલીનો પાર નથી!! જે કંઈ થાય છે તે બધું જીંધું જ થાય છે. કદાચ ઘેરથી બે મિનિટ વહેલો નીકળ્યો હોત તો મને ખસ મળી ગઈ હોત. પણ હવે શું થશે.....' આ પ્રમાણે વીતેલી વાત વિસારવાને બદલે જે વ્યક્તિ સિંતન કર્યા કરે છે, તે ખરેખર, જીવતાં જ ચિતા ઉપર ચઢવાનો પ્રયત્ન કરે છે, તેથી જ પોતાના ભૂતકાળની વાતથી વેગળા રહી માત્ર સાક્ષીની જેમ જ વર્તવું એ જ ખરેખર, નિઃસંકલ્પતાના ગુણની નિશાની છે.

આ સૃષ્ટિ અનાદી સંકલ્પથી ઉદ્ભવતી પામેલી છે. અને અનાદિ

સંકલ્પથી જન્મેલ આ સૃષ્ટિમાં જે કોઈપણ માણસ કોઈપણ બનાવને લીધે દ્વિધામાં પડી આમ સંકલ્પ કરે કે આમ કેમ થયું? આ રીતે ન થતા બીજી રીતે શા માટે ન થયું? તો ખરેખર તે ભાઈ અનાદિ સંકલ્પની સૃષ્ટિના રહસ્યને વિચારી પોતાના સંકલ્પની સૃષ્ટિમાં રાચવા મથે છે. અનાદિ સંકલ્પની સૃષ્ટિ ઉપર સ્થિત ન રહી, જે આત્મા પોતાના સંકલ્પની સૃષ્ટિ રચે છે; એટલે કે 'આ રીતે કેમ થાય? આ રીતે જ થવું જોઈતું હતું' તે આ રીતનો સંશયાત્મક સંકલ્પ અથવા નકામી એપ્ટા ઉત્પન્ન કરે છે. પોતાના માટે કર્મબંધન એકત્ર કરે છે. અથવા કર્મોના હિસાબ કિતાબ બનાવવા શરૂ કરે છે, આવું વર્તન રાખનાર માણસથી યોગ થશે નહિ અને તે શાંતિ અને આનંદ પણ મેળવી શકે નહિ.

ગૃહસ્થી માણસના જીવનમાં આ પ્રકારના કેટલાય બનાવ બનશે, તેથી તેણે પોતાના મનમાં આ તોફાન પેસવા દેવા જોઈએ નહિ. બલકે મનને નિઃસંકલ્પ સ્થિતિમાં રાખવું જોઈએ. ત્યારે જ તેનો યોગ પ્રભુની સાથે સતત જોડી શકાશે.

ભવિષ્યકાળ માટે વ્યર્થ સંકલ્પ ન કરવો એ જ નિઃસંકલ્પતા

નિઃસંકલ્પતા એટલે કર્મ કરતાં ભવિષ્યકાળ વિષે નકામી અને અયોગ્ય ચિંતા ન કરવી. કોઈ ભાઈ આ પ્રમાણે વિચારે કે 'હવે હું આ કામ માટે જાઉં છું, રામ જાણે તે થશે કે કેમ? ફલાણે માણસ મારી વાત માનશે કે કેમ? જે તે કદાચ નહિ માને તો મારું જવું નકામું જ થશે' પરિણામની પૂર્વે નકામો આ પ્રકારનો સંકલ્પ કરવો એટલે પોતાને દ્વિધામાં નાખી નિર્બળ બનાવી નિરાશાનો ખાડો ખોદી તેમાં પડવા જેવું જ છે. આ સિવાય જે વ્યક્તિ કોઈ શુભ કાર્યને કર્તવ્ય સમજી તેને કરવા માંડે છે અને અનાગત અથવા ભવિષ્ય નિર્મૂળ

ચિંતન કરી લવિષ્યનું ભૂત ઊભું નથી કરતી તે જ નિઃસંકલ્પ વ્યક્તિ છે. આવી વ્યક્તિ સફળ ન થાય તો પણ દુઃખી થતી નથી, કારણ કે તે તો કર્મને અક્ષર-અવિનાશી સમજી સારા કાર્યના અંતને સારું સમજે છે. અને આવા કાર્ય કરવામાં જ આનંદ અનુભવે છે.

ઘણીવાર જોવા મળે છે કે કોઈ માતા પોતાના બાળકની રાહ જોતી હોય અને બાળકને નિશાળેથી ઘેર આવતાં કલાક અડધો કલાક મોડું થયું તો મા ચિંતામાં પડી જાય છે— ‘મને લાગે છે કે આને કંઈક અકસ્માત થયો હશે?.... તે ઘણીવાર સડક ઉપર સાવધાનીથી ચાલતો નથી. અને આજ-કાલના ખસ કે રિક્ષાવાળા પણ ક્યાં કાળજીથી વાહન ચલાવે છે? એમને મન તો એ કે સડક એમના બાપની જ છે. બાબો સડક એળંગતો હશે, ખસ પણ ફૂલ સ્પીડમાં આવતી હશે. અને જો અકસ્માત થયો હશે તો, ખસ રાયવર બાબાને દવાખાને લઈ જશે? અને જો દવાખાનામાં લઈ જતાં પહેલાં જ બાબો,.....ના.....ના.....આવું ન બને.’ આ પ્રમાણે વ્યર્થ સંકલ્પ કરતાં રડવાનું પણ શરૂ કરે છે.

સાચું જ છે આ પ્રમાણે ચિંતન કરવું, તે એક કરોળિયાની જેમ મોમાંથી બાળું કાઢી તેમાં ફસાવા જેવું છે. આ રીતે ચિંતાની જવાબા ઉપર નકામા સંકલ્પનું તેલ છાંટવા જેવું છે, માણસે હંમેશા શુભ જ વિચારવું જોઈએ અને શાંત રહેવું જોઈએ. બનાવ બન્યો હશે કે કેમ, એની બાજુ પણ ના હોય અને માણસ તે બનાવને લીધે ઘરમાં ખીબના હૃદયની ગતિ રોકી દેવા જેવી અવસ્થા ઉભી કરે છે. તેને ખરેખર મૂર્ખ સિવાય ખીજું શું કહી શકાય? આ રીતનું વર્તન ખરેખર મનની વિક્ષેપતા, ઉગ્રપણું, ઉદડતા, અને ઉચ્છંબલપણું જ છે. જેવી રીતે નિરંકુશ ઘોડો છેવટે ઘોડે સ્વારને માટે મુશ્કેલી

ઉભી કરે છે, તેવી રીતે નિરંકુશ મન પણ માણસને તીવ્રગતિથી દુઃખની ખીણમાં હડસેલે છે. આવી વૃત્તિ રાખનાર કેવી રીતે યોગસ્થ સંકલ્પ થઈ શકે ? યોગાભ્યાસ કરવાવાળા માણસે તે વ્યર્થ સંકલ્પ રોકી એકાગ્રચિત્ત રહીને નિઃસંકલ્પ સમાધિમાં રહેવું જોઈએ. કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં પોતાને સંકલ્પ-વિકલ્પની અવસ્થાથી મુક્ત રાખવો જોઈએ.

ખરેખર નિઃસંકલ્પ વ્યક્તિ પ્રથમ બધી સ્થિતિનું સર્વેક્ષણ (અવલોકન) કરે છે. નિશ્ચિંત રીતે સાચી બાબત જાણવા માટે યત્ન કરે છે. તે સંસારસાગરની લહેરોમાં વહી જતો નથી. બલકે એક સાક્ષી થઈ આ વિરાટ નાટકને જોયા કરે છે. તે સમજે છે કે - જે કંઈ બનાવ બની રહ્યો છે તે કર્મવિધાન અનુસાર યોગ્ય જ થઈ રહ્યું છે. ભાગીને ટાળી શકાય નહિ તેથી વ્યક્તિએ દુઃખી ન થતાં, બલકે પોતાનાથી જે કંઈ યોગ્ય થઈ શકે તે જ શાંતિ અને સંતોષપૂર્વક કરવું જોઈએ. સ્પષ્ટ છે કે નિઃસંકલ્પતાનો ગુણ ધારણ કરવાથી જ માણસને શાંતિ મળી શકે છે. નહિ તો વ્યક્તિનું મન દરેક ક્ષણે કંઈક દુઃખનું કારણ શોધી, પોતાને દુઃખથી પીડા આપતું રહેશે. ચિત્તની શાંત અવસ્થામાં જ યોગનો અભ્યાસ કરી શકાય છે, એ યાદ રાખવું ઘટે.

અવકાશ વખતે સ્વરૂપનિષ્ઠ હોવું એ જ નિઃસંકલ્પતા

નિઃસંકલ્પતાનો ત્રીજો ભાવર્થ એ છે કે જ્યારે માણસ નવરાશમાં હોય ત્યારે તે કાચબાની જેમ કર્મેન્દ્રિયોને સમૈટી સંસારી અને વ્યવહારી સંકલ્પોને ત્યજી સ્વરૂપનિષ્ઠ બને. આ વાતને બધા માને છે કે 'આત્મા'નું મૂળ સ્વરૂપ જ 'નિઃસંકલ્પતા' છે. જ્યારે આત્મામુક્ત અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે તે નિઃસંકલ્પ રહે છે. અને ફરી જ્યારે આત્મા મુક્તિધામ એટલે

કે પ્રહ્લોકથી ઉતરી કર્મક્ષેત્રમાં આવે છે અને શરીરનો આધાર લે છે, ત્યારે તે માત્ર શુદ્ધ સંકલ્પ જ પેદા કરે છે અને તેથી જો મુક્તિપ્રાપ્તિમાં ફરી જવું હોય તો આત્માએ નિરાકારી, નિર્વિકારી, અને નિઃસંકલ્પ અવસ્થામાં રહેવાનો અભ્યાસ કરવો ઘટે. તેથી નિઃસંકલ્પતા મુખ્ય ગુણ હોવો જોઈએ. પહેલાં નિઃસંકલ્પ બની પછી જ શુદ્ધ સંકલ્પમાં ઉતરવું જોઈએ.

એટલે જ નિઃસંકલ્પતાનો ભાવાર્થ એ કે - જ્યારે માણસ સ્વરૂપ સ્થિતિને માટે બેસે છે, એટલે કે નિરાકારી, નિર્વિકારી, નિઃસંકલ્પ પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિના પુરુષાર્થને માટે બેસે છે, ત્યારે અહીં-તહીંના કે આગળ પાછળનાં સંકલ્પ ઉત્પન્ન કરવા જોઈએ નહિ. દા. ત. તે વખતે આવી રીતના સંકલ્પ ન કરવા જોઈએ કે 'આવતી કાલે દુકાન પર જઈ હું ફલાણું કામ કરીશ. અથવા એફિસમાં જઈ ફલાણી ફલાણી ફાઈલ જોઈશ. અથવા ફલાણો માણસ મારી સાથે સારી રીતે વર્તતો નથી,' વગેરે. આત્માનું મૂળ-સ્વરૂપ જ નિઃસંકલ્પતા અને નિર્વિકારી છે. અને તેમાં જ ટકવાનું કામ કરી રહ્યા છીએ ત્યારે શરીર સંબંધી સંકલ્પ જ ન થવા જોઈએ. એને બદલે સાંસારિક સંકલ્પોથી નિવૃત્ત થઈ પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિમાં સતત મગ્ન રહેવું એ જ યોગ છે.

૪. કર્મ કરતાં, પરમાર્થચિંતન જ્ઞાન મંથન, અથવા ઈશ્વરીય સ્મૃતિ જ નિઃસંકલ્પતા છે.

પહેલા આપણે નિઃસંકલ્પતાના ત્રણ પાસાં જોયાં (૧) કર્મ કર્યા પછી જ્યારે પરિણામ આવે ત્યારે નિઃસંકલ્પ અવસ્થાવાળા માણસના કયા લક્ષણ હોય છે. (૨) પરિણામ પહેલાં નિઃસંકલ્પ રહેવાનો શો અર્થ છે? (૩) નવરાશમાં નિઃસંકલ્પ સમાધિમાં સ્થિર થવાનો શો ભાવાર્થ છે? જેમાં તેની બુદ્ધિને સંપૂર્ણપણે

લગાવવાની જરૂરિયાત ન જણાતી હોય તો તે કર્મને કરતાં પણ અન્ય સાંસારિક સંકલ્પને જન્મ ન આપી ઈશ્વરના ગુણધર્મ, સ્વભાવ-સંબંધ વિગેરેની સ્મૃતિમાં રહેવું એ જ નિઃસંકલ્પતા છે, દા. ત. કોઈ બાઈ ધરનું કોઈ કામ કરતી હોય અને મનમાં આ પ્રમાણે વિચારે 'જુઓને, મારું બાળક કેટલું બગડી ગયું છે. તે મારું માનતું જ નથી. મારા પતિ પણ એને કશું કહેતા નથી. કેવી મુશ્કેલી છે. હવે મારે શું કરવું....' અરે હા ! હું તો ભૂલી જ ગઈ આજે તો સિનેમા જોવા જવાને! પ્રોગ્રામ હતો, અને બહેનપણીઓને સેન્ડવીચ અને લેગપૂરી ખવડાવવાનું વચન આપ્યું છે....' વગેરે વગેરે આ રીતે મનના ઘોડા ઠોડાવવા એ ખરેખર મનને થકાવવા બરાબર છે. અત્યારે ધરનું કામ પૂરું થયું નથી. હજુ બાળકો નિશાળે છે છતાં સંકલ્પોનો ઢગલો ઊભો છે. એથી શો લાભ ? તેથી આ રીતના સંસારી સંકલ્પને બદલે પોતાને 'આત્મા' નિશ્ચય કરી બુદ્ધિને પરમાત્માના ગુણાનુવાદમાં લગાડવી જોઈએ કે તે પરમપિતા તો સદ્ગતિ કરનાર અને કલ્યાણકારી છે. તેમના પ્રેમમાં, તેમની ધૂનમાં રહેતા કાર્ય કરવું એ જ નિઃસંકલ્પતાની અવસ્થાને મેળવવાની છે.

તેમજ ધારો કે કોઈ વ્યક્તિ ઘોડાગાડીમાં જઈ રહી છે, અને તે વિચારે છે કે મારો એક મિત્ર જલંધરમાં છે. તેને મળ્યાને ઘણાં વર્ષો થઈ ગયાં છે....હવે તો મારા ભાઈ નો છોકરો ખૂબ મોટો થઈ ગયો છે. પરમ દિવસે મને પગાર મળશે, મારો અફસર પણ ખૂબ અજબ માણસ છે. આ સરકાર પણ નકામી છે....કેટલું સારું થાત જો હું ઈજનેરી ભણ્યો હોત તો ? આ રીતે મનમાં ઘોડા ઠોડાવવાથી શું વળવાનું છે ! આવા સમયે માણસે બુદ્ધિને પરમાર્થ અથવા સત્સંગમાં લગાડવી જોઈએ. એટલે કે સત્ય સ્વરૂપ પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિમાં સ્થિત



રહેવું જોઈએ. બીજા સંકલ્પ ન કરવા અને ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં મનને લગાડવું એ જ નિઃસંકલ્પ સમાધિમાં ટકવા બરાબર છે.

નિરાલાપણું જ નિઃસંકલ્પતા છે.

નિઃસંકલ્પતાનો એક ભાવાર્થ આ પણ છે કે વ્યક્તિ નિરાળી રહે. દાખલા તરીકે કોઈનો પુત્ર વિદ્યાભ્યાસમાં સારી મહેનત નથી કરતો; અથવા નાપાસ જાહેર થયો છે. આ જાણી તે વ્યક્તિ રાતદિવસ એ ચિંતામાં રહે છે કે-એનું શું થશે ! એણે તો મને ભારે મુશ્કેલીમાં મુક્યો છે. જો જન્મતી વખતે જ મરી ગયો હોત તો સારું થાત. એને સારો મેથીપાક ખવડાવવો પડશે, તેથી સ્પષ્ટ જણાય છે કે આ પ્રમાણે ચિંતા અને ક્રોધ વડે પોતાનું સ્વાસ્થ્ય બગાડવું અને ઘરમાં અશાંતિનું વાતાવરણ ઉભું કરવું અને પોતાના વર્તનમાં ઉદ્વિગ્નપણું અને ઉદ્દાસી લાવી પોતાના પગ ઉપર સ્વયં કુડાડી મારવા બરાબર છે, નિઃસંકલ્પ માણસ સમજે છે કે દરેક આત્માના સંસ્કાર પોતપોતાના જ હોય છે. તેથી જો આ બાળક મારા કહેવા છતાં પણ વિદ્યાભ્યાસની કાળજી નહિ રાખે, તો એમાં હું શું કરી શકવાનો છું ? એના કર્મ એની સાથે છે. હું નિરર્થક પોતાના આત્માને દુઃખી શા માટે બનાવું ? મારી ફરજ છે કે એના વિદ્યાભ્યાસને માટે સગવડ આપું, એને અભ્યાસની અગત્યતા સમજાવું. આ સિવાય જો પૂર્વકર્મના પ્રભાવે મારી વાત સમજી ન શકે તો એનું એવું નક્કીબ જ હશે. આમાં ચિંતા કરી પોતાના જીવનને બગાડવું, એ ખરેખર ભૂલ છે. આ પ્રમાણે તે સંબંધીઓ દેશવાશીઓ અને સમાજ વગેરે પ્રત્યેહિત ભાવથી ફરજ તો નિભાવે છે, પણ આ બધું કર્યા પછી નિશ્ચિંત અને નિઃસંકલ્પ થઈ જાય છે. યુક્તિને પરિણામે, તેના જીવનમાં સુખશાંતિની વેલ લહેરાવા લાગે છે. અને તે ક્યારેય પણ શોક,

ચિંતા અને અશાંતિનો શિકાર થતો નથી. બદલે કુદરતી રીતે સમાધિમાં રહે છે. જો માણસ આ પ્રમાણે નિરાળો એટલે કે નિઃસંકલ્પ નથી રહેતો તો પરચિંતન કરે છે પણ પ્રભુચિંતન નથી કરતો. તે ઈશ્વરને બદલે અસુરોનું ચિંતન કરે છે. અને નિઃસંકલ્પ સમાધિના પરમસુખથી વેગળો રહે છે.

\* \*

## યોગની મુશ્કેલીનું બહાનું નકામું છે

આપણે જોઈએ છીએ કે માણસ હંમેશાં તે જ કામ કરે છે જે કુદરતી કે સ્વાભાવિક હોય. માણસ હંમેશાં યત્ન કરે છે કે મુશ્કેલ કામ પણ સહેલું થાય તો સાડું. આજે લોકોમાં ગેર-સમજ ઉભી થઈ છે કે પરમાત્માને યાદ કરવા, અને તેમની સ્મૃતિમાં ટકી રહેવું મુશ્કેલ છે. લોકો સમજે છે કે યોગને માટે હઠક્રિયાઓ કરવી પડે છે, ઉપવાસ કરવા પડે છે. જંગલમાં કંદમૂળ ઉપર રહેવું પડે છે, વગેરે, વગેરે. સાધુ-મહાત્માઓ પણ હંમેશ પોતાના પ્રવચનમાં એમ કહેતા હોય છે કે મન ખૂબ જ ચંચળ છે. તેથી જ માણસ આજે પુરુષાર્થ કરવાનું છોડી દે છે. અને તેઓ કહેવા માંડે છે કે જો મન ચંચળ જ છે અને ચંચળતા છોડી શકતું ન હોય તો પછી ચંચળ જ ભલે રહ્યું અને જો ક્યારેક કલાક-અર્ધ કલાક, પરમાત્માની સ્મૃતિમાં તેઓ બેસતા હોય તો પણ તેમના મનમાં આનંદ રસની ઉપલબ્ધિ થતી નથી. તેથી તો તેઓ ફરીથી યત્ન કરવાનો છોડી દે છે. તેઓ વિચારે કે-કોણ બાણે મન લાગશે કે કેમ ? તેથી ધારે છે કે આંખ બંધ કરી બે સેકન્ડ ઈશ્વર પ્રત્યે હાથ જોડવા એ પૂરતું છે પરંતુ તે બે સેકન્ડમાં પણ તેમનું મન સ્મૃતિની અવસ્થાનો પરમઆનંદ ભોગવી શકતું નથી. હવે ખરે

ખર જોઈએ તો આજે અવસ્થા પેદા થઈ છે તેનું કારણ પરમ  
 પિતા અને પોતાના યથાર્થ પરિચયના અભાવે, પરમાત્માની  
 સ્મૃતિની એકરસતા વિષે સાધુઓના જૂઠા વચનોને લીધે, પુરૂ-  
 ષાર્થહીનતાની ભાવના અને આજસુ સ્વભાવને લીધે જ છે.  
 આપણે જોઈએ છીએ કે મા પોતાના બાળકોને બોલતા શીખ-  
 વાડવા માટે કેટકેટલી મહેનત કરતી હોય છે, વળી પછી ચાલવા  
 અને ભાષા શીખવાડવા માટે પણ કેટલો પરિશ્રમ કરવો પડે  
 છે. સતત વરસો સુધીની સાધનાને પ્રતાપે મોટા થઈ કોઈ  
 મોટો વક્તા, વિચારક, વિદ્યાવાન અને ગુણુવાન વ્યક્તિ બની  
 શકે છે. જો પહેલાં મા કે પાલક વડે મહેનત કરવામાં ન  
 આવી હોત તો તે બાળક મૂંગુ જ રહ્યું હોત, અને ચાલ-  
 વાને બદલે પેટ વડે સરકી આગળ વધ્યું હોત. બાળકનો  
 સંપૂર્ણ વિકાસ થાય તે માટે તો તે પ્રયત્ન કરે છે. તેઓ તેના  
 માટે પુસ્તકો લાવી આપે છે, જેથી તેની બુદ્ધિનો વિકાસ જળ-  
 વાઈ અને પગભર થઈ શકે. એ પણ ખ્યાલ રાખે છે કે બાળ-  
 કની પાસે કોઈ કમાણીનું સાધન હોવું જોઈએ, કોણ એવો હશે  
 કે જેને બાળકના માટે ઘર બનાવવાની ઈચ્છા ન હોય ! આ  
 પ્રમાણે બાળકના જન્મથી માંડી તેને માટે કેટકેટલી મહેનતની  
 જરૂર રહે છે પણ આ જાણી ખરેખર આશ્ચર્ય થાય છે કે  
 બાળક પ્રત્યેના મહેનતના હજારો ભાગ પણ માણસ પોતાના  
 જીવનમાં સાચી શાંતિ અને સુખ મેળવવા પાછળ પણ નથી  
 આપતો, જેથી તે ભવિષ્યમાં જન્મજન્માંતરનું સ્વર્ગીય સુખ  
 ભોગવી શકે, આવા પુરૂષાર્થને માટે તેને કહેવાની ટેવ પડી  
 ગઈ છે કે 'મારી પાસે સમય નથી.' અથવા 'આમાં તો ઘણી  
 મહેનતની જરૂર રહે છે.' પણ તે એ નથી વિચારતો કે મહેનત  
 તો દરેક કામની પાછળ કરવી પડે છે. અને મહેનત પછી તો  
 સારું અને મીઠું ફળ મળી શકે છે. ઈશ્વરીય વારસો

મેળવવા માટે સહેજ મહેનત કરવાથી સ્થાયી અને અધિક સુખનું ફળ મળે તે સ્વાભાવિક છે. એના વડે માણસ હંમેશને માટે માલામાલ થઈ જાય છે.

પુરુષાર્થ કરતા કરતા તો માણસે રોકેટ બનાવ્યું. અને પરમાણુ શક્તિની પણ શોધ કરી છે. એમ કહેવું કે પરમાત્માને યાદ કરવું મુશ્કેલ છે, એ તો પુરુષાર્થહીનતા અને અજ્ઞાનપણાનો સંકેત છે, માણસને જેટલા લૌકિક સંબંધીઓ છે તેનાથી જો એક વધારે હોય તો શું એને યાદ નહિ કરી શકે? તેથી પરમાત્માને યાદ નથી કરી શકતા કે સમય નથી મળતો, એ ખરેખર જૂઠું છે, જે લોકો કહે છે કે 'મન ચંચળ છે; એ ટકી શકતું જ નથી' તેમણે વિચારવું જોઈએ કે જ્યાં સુધી આ જ્ઞાન ન હોય કે મનને કયાં ટકાવવાનું છે ત્યાં સુધી તે ટકશે જ કેવી રીતે? તેથી વિચારવા જેવું છે કે બાળકો પ્રત્યે જો એટલી બધી કાળજી રાખતાં હોઈએ તો થોડી કાળજી જાતને માટે રાખી, મનની સાચી શાંતિ મેળવવા યત્ન કરવો જોઈએ.

### યોગાભ્યાસીનો નિશ્ચય

યોગાભ્યાસી સામે કઈ જાતની પરીક્ષાઓ કે વિધો ઉભા થાય છે. જો માણસને નીચે વર્ણવેલી બાબતોનો નિશ્ચય હોય તો તે યોગમાં સારી અવસ્થાએ પહોંચી શકે છે.

#### ૧. પવિત્રતા, શાન્તિ અને પરમાત્મા જ સાચો આશ્રય છે.

આજે કોઈ માણસ પોતાને હિન્દુ કે મુસલમાન, અથવા ખ્રિસ્તી વગેરે ધર્મનો માને છે, પરંતુ યોગી તો 'પવિત્રતા અને શાંતિને' જ પોતાનો સ્વધર્મ માને છે. તે 'આદિ સનાતન દેવી-દેવતા'ને જ પોતાનો ધર્મ માની પવિત્ર, શાંત અને દૈવીગુણયુક્ત બનવા પુરુષાર્થ કરે છે.

જ્ઞાન વગરના ભક્ત માણસો તો પોતાના શાસ્ત્ર, ગુરુ, કર્મ-કાંડ, વગેરેને કલ્યાણકારી સમજી તેમાં લાગી રહે છે. પરંતુ જે યોગનો અભ્યાસ કરવા ઇચ્છે છે તે પરમપિતા પરમાત્માને જ કલ્યાણકારી માની તેમાં મનને પરોવી રાખે છે. તેને કર્મ-કાંડ પણ નકામાં લાગે છે. તે આ બધા આશ્રયોને ત્યજી પરમ-પિતા પરમાત્માનો જ આશ્રય લે છે. અને સાચા મનથી તેમની શરણમાં જાય છે. લૌકિક ગુરુઓ અને શાસ્ત્રોના ભરોસે જીવનમાં નથી ચાલતો, બદકે નિરાકાર પરમાત્માના જ ભરોસે એક બળ ઉપર ચાલે છે. કારણ કે તે સારી રીતે જાણે છે કે કામ, ક્રોધ વગેરે બળવાન વિકારો ઉપર વિજય મેળવવાનું બળમાત્ર સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા જ છે, બીજા કોઈમાં નથી. તેનું મન બીજી દરેક વસ્તુથી દૂર રહી સ્નેહથી પરમાત્માની સાથે લાગી જાય છે. તે મનમત, ગુરુ-મત, કોઈ શાસ્ત્ર-મતને બદલે એક નિરાકાર પરમાત્માના જ મતને સર્વશ્રેષ્ઠ મત ગણે છે. સંસારના લોકો તેને ગમે તેટલું રોકે કે ટોકે પણ તે કોઈની પરવાહ ન કરતાં એક પારલૌકિક પરમાત્માની જ પરવાહ રાખે છે.

માણસની આ વૃત્તિને જ “સર્વોત્તમ સંન્યાસ ” કહે છે. કારણકે ભગવા કપડાવાળા સંન્યાસી તો માત્ર ઘરબાર અને વસ્ત્રોનો જ સંન્યાસ કરે છે. પણ નકામાં પાંડિત્યથી તેમનો મોહ છૂટતો નથી, પરંતુ સંન્યાસી તો તેકે જે ભિન્નસંબંધીઓની વચ્ચે રહી મમતાનો સંન્યાસ કરે અને તેનું મન બીજે કયાંય ન જતાં એકમાત્ર પરમાત્માની બાજુ જ જાય છે. ગૃહસ્થમાં રહીને યોગાભ્યાસને માટે એવી જ વૃત્તિ અથવા એવા જ સંન્યાસની જરૂર છે.

૨. પરમાત્માની સત્યુગી રચના જ સુખ આપનાર છે. અજ્ઞાની માણસ માને છે કે સુખ અને દુઃખ બંને ઇશ્વર જ આપે છે. પરંતુ યોગી હંમેશા એમ માને છે કે પરમાત્મા

તો કલ્યાણ કરનાર છે. તે સુખદાતા અને શાંતિદાતા છે, અને દુઃખ હરવાવાળા છે. કોઈને દુઃખ આપતા જ નથી દુઃખ તો માયા અથવા માણસે જાતે કરેલા પાપનું પરિણામ છે. પરમાત્મા તો મુક્તિ અને જીવનમુક્તિના દાતા છે. સદગતિ આપનાર છે. જે આ દુઃખ, દારિદ્ર્યતા અને દુર્ગતિની દુનિયા છે, તેના રચયિતા પરમાત્મા નહિ, બલકે તે તો સંપૂર્ણ સુખ અને શાંતિયુક્ત સતયુગી અને ત્રેતાયુગી સંસારના રચયિતા છે ‘સ્વર્ગ’-“જીવનમુક્ત જંગ” અથવા “વૈકુંઠ” કહીએ છીએ. પરમાત્મા તો ખરેખરા મનુષ્યાત્માને દુઃખી સંસારથી દૂર મુક્તિ ધામમાં કે, જ્યાંથી મનુષ્યાત્માઓ અહીં આંવ્યા છે, તેને ફરી ત્યાં જ લઈ જાય છે, તેથી અજ્ઞાની માણસ જે અવસ્થામાં પ્રભુને ભલો-ખુરો કહે છે અને તેમને દોષ આપે છે, યોગી તે અવસ્થામાં નિઃસંકલ્પ રહી પરમાત્મા અને મુક્તિધામ, અને જીવનમુક્તિધામને વધુ યાદ કરે છે. કારણ કે યોગીનો અખૂટ નિશ્ચય હોય છે કે દરેક સંકટ આપણા જ કર્મોનું જ ફળ છે અને પરમાત્મા તો સંકટ-મોચન છે. તેથી તે ખૂબ તનમય થઈ ખરા મનથી પરમપિતા પરમાત્માને યાદે છે. યોગી જાણે છે કે, પરમપિતા પરમાત્મા જ દરેક સંકટમાંથી મુક્તિ આપનાર છે. અને મુક્તિધામ અને જીવનમુક્તિધામ લઈ જનાર છે.

### ૩. નિયતિમાં નિશ્ચય

અજ્ઞાની માણસ થોડી પણ વિપત્તિ આવી જાય છે કે તરત જ ગભરાઈ ઉઠે છે, દુઃખી થવા માંડે છે, અને પોતાના શાંતિ રૂપી સ્વધર્મને તજે છે. જ્યારે યોગીનો દૃઢ નિશ્ચય હોય છે કે, આપણે કર્મ કરવું જ જોઈએ, તેના ફળ માટે સહેજ પણ ચિંતા કરવી જોઈએ નહિ. યોગી જાણે છે કે નિયતિ ઘડેલી જ છે તદનુરૂપ જ બધું થઈ રહ્યું છે. તેથી દુઃખી થવું કે ચિંતા કરવી એક જાતની મૂર્ખામી જ છે. કારણ કે યોગી જાણે છે કે પરમાત્માની

યાદમાં રહેવાથી બગડેલ પરિસ્થિતિ પણ સુધરી જાય છે, અથવા તેને સહન કરવાની શક્તિ પણ આવી જાય છે. તેથી તે દુઃખી ન બનતાં યોગયુક્ત બને છે. તે “હાય હાય” ન કરતાં ‘હરિહરિ’ કરે છે. “મરા મરા” ન કરતાં “રામ રામ” નું સ્મરણ કરે છે. તે સૃષ્ટિના આદિ, મધ્ય અને અંતના રહસ્યને જાણતો હોઈ દુઃખી થતો નથી. જે માણસ નિયતિમાં (pre ordained plan) નિશ્ચય નથી કરતા તેમની અવસ્થા ઠાલ્યા કરે છે, તેની સમાધ સહજ અને સુદૃઢ થઈ શકતી નથી. તેનો યોગ અખૂટ અને અખંડ અથવા નિરંતર, અને નિર્વિદન થઈ શકતો નથી. સંસારના વિખવાદ-કલેશ, હાનિ-લાભ, નિંદા-સ્તુતિ, તેને માટે વિશેષ રૂપ લે છે કે જે આ સંસારના વિધિ-વિધાનને અથવા નિયતિથી અજાણ છે, નહિતર જે નિયતિમાં નિશ્ચય રાખે છે તે એકરસ અવસ્થામાં રહે છે. તેમનું મન યોગના સિંહાસન થી ક્યારેય નીચે ઉતરતું નથી. તેની નિષ્ઠા ક્યારેય પણ તૂટતી નથી. બલકે તેમનું મન પરમાત્મામાં સતત લાગેલું રહે છે.

#### ૪. પરિવર્તન અને પરિણામ

યોગીજીવનનો આનંદ લેનાર માણસે આ નિશ્ચય અખૂટ રાખવો જોઈએ કે, આ સંસારની બધી વસ્તુઓ નર્થર છે અને સંસારના બધા પદાર્થ પરિવર્તનશીલ છે, અજ્ઞાની માણસ આ વાતને વીસરી જાય છે, અથવા આ વાતને વર્તનમાં લાવી શકતો નથી. તેથી જ્યારે તેનો સંબંધી શરીર છોડે છે, ત્યારે રોવા માંડે છે. જ્યારે સહેજ ધનનું નુકશાન જુએ છે. ત્યારે તે ઉદાસ બની જાય છે. તે વિસરી જાય છે કે પરિવર્તન તો આ સંસારમાં દરેક પાંદડે પાંદડે લખ્યું છે. પરિણામ અથવા વિનાશ તો આ જગતની દરેક બુદ્ધ ઉપર અંકિત છે. એનું નામ જ સંસાર એટલે કે “ચાલવાવાળું” અને “જગત” એટલે કે “ગતિવાળું” છે. અહીં કોઈપણ ચીજ જેવી છે તેવી જ નથી રહેતી પરંતુ અદર્શ્ય રૂપે બદલાતી રહી છે. જે માણસ

યોગી હોય છે તે આ બધું જાણે છે. તેથી હાનિ-લાભ અથવા નિંદા ગ્લાનિની અવસ્થામાં એક-સરખો રહે છે કારણ કે તેનો નિશ્ચય હોય છે કે, ચાલુ અવસ્થામાં પણ ફેરફાર આવશે જ. આ પરિસ્થિતિ પણ પરિવર્તનના ચક્કરમાં આવશે જ, આ પણ રહેવાની નથી. તે સંસારને પરિણામી, અને ક્ષણભંગુર માની પોતાના મનને અપરિવર્તનીય અને હંમેશા એકરસ પરમપિતા - પરમાત્મામાં જ ટકાવી, સ્થાયી સુખ લોગવવા પુરુષાર્થ કરે છે- તે સમયને વ્યર્થ ગુમાવતો નથી. તે જાણે છે કે તેનું શરીર પણ પરિવર્તનશીલ અને પરિણામી છે, અને કોઈપણ સમયે તેનો અંત આવી શકે છે. તેથી તે શરીરના અંત પૂર્વે પ્રભુનો પ્રેમ, અથવા તેમનાથી પવિત્રતાનો લાભ લેતા રહેવાની ધૂનમાં રહે છે.

આ પ્રમાણે સ્પષ્ટ છે કે યોગાભ્યાસમાં નિશ્ચય ખાસ- અગત્યનો લાગ લજવે છે. માણસને જેવો નિશ્ચય હોય તેવું જ તેનું રૂપ હોય છે. નિશ્ચયલેહને લીધે જ માણસ અને દેવતામાં તફાવત છે ગીતામાં લગવાને કહ્યું છે કે નિશ્ચય પ્રમાણે જ માણસ બને છે તેથી ઉપર જે રહસ્ય સ્પષ્ટ કરવામાં આવ્યું છે તે અનુસાર માણસે યાદ રાખવું જોઈએ કે હું માત્ર આત્મા છું. ત્રિલોકીનાથ, સર્વશક્તિમાન જ્ઞાનના-સાગર-શાંતિના સાગર, આનંદના સાગર પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છું. પવિત્રતા મારો સ્વધર્મ છે. અથવા દેવી-દેવતાધર્મ અથવા દિવ્ય ગુણોની ધારણા જ મારો ધર્મ છે, ફરજ છે. આ સંસાર તો પરિવર્તનશીલ નાટક જેવું છે જે પૂર્વનિયોજિત બનાવેલ રચના અનુસાર ચાલ્યા જ કરશે. હું માત્ર મારો લાગ લજવવા પરમ-ધામથી આવ્યો છું અને હવે મારે અહીંથી પાછા ફરવાનું છે. સાચું સુખ તો એક માત્ર પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિમાં અથવા તેમના વડે રચાયેલી સતયુગી સૃષ્ટિમાં જ છે અને યોગી જીવન જ સર્વશ્રેષ્ઠ જીવન છે. આ પ્રમાણે નિશ્ચય કરનાર



યોગસ્થ રહી કાલાંતરમાં પૂર્ણ પવિત્રતા, શાંતિ અને સુખ અથવા-દેવતાનું પદ મેળવી શકે છે.

### ગૃહસ્થમાં લોગીને બદલે યોગી બનેા

ધણાં લોકો કહે કે ગૃહસ્થાશ્રમમાં કામ-વિકારની છૂટ છે. હમણાં તો પવિત્ર રહી શકવાનો અમારી અવસ્થા જ નથી. જ્યારે અમે ઘરડાં થઈશું અને સંન્યાસાશ્રમમાં પ્રવેશ કરીશું, ત્યારે આ વિકારને છોડી દઈશું. અત્યારે તો આ વિકારને લોગવવો એ ગૃહસ્થનો ધર્મ છે. એ નિલાબ્ધે જ છૂટકો, નહિતર લગ્ન કરવાનો કે ગૃહસ્થ થવાનો કોઈ અર્થ જ નથી. ગૃહસ્થમાં એનો લોગ કરવાને માટે તો આપણા ધર્મશાસ્ત્રોએ અને મહાત્માઓએ આજ્ઞા આપેલી જ છે. હા, અમે બીજી નારીઓ પ્રત્યે ક્રુદ્ધિ નથી રાખતા. ખરેખર આ રીતની વિચારસરણી જ ભૂલભરેલી છે. જે ગૃહસ્થીમાં કામ-લોગ છે તેને “આશ્રમ” કહી શકાય જ નહીં. “આશ્રમ” એક પવિત્ર સ્થળનું નામ છે. આજે લોકોની અજ્ઞાનતા અને અપવિત્રતાને કારણે ઘર અને આશ્રમ જુદાં થઈ ગયા છે, એ એક હકીકત છે.

આજે પણ લગ્ન થયા પછી વહુ વરને ત્યાં આવે છે, ત્યારે વરનાં માખાપ કહે છે કે અમારે ત્યાં લક્ષ્મી આવી છે. પણ વર અને વધૂની ગૃહસ્થીમાં “કામ વિકાર”નો પ્રવેશ થવાથી શ્રી લક્ષ્મી અને શ્રી નારાયણની જેમ પવિત્ર રહી શકતાં નથી તેમની ગૃહસ્થીમાં અને શ્રીલક્ષ્મી-નારાયણની ગૃહસ્થીમાં આ જ તફાવત છે. જો આ તફાવત ન હોત તો આજના ગૃહસ્થ લક્ષ્મી-નારાયણ દંપતિને શા માટે પૂજત ? તેથી હવે નારીએ શ્રી લક્ષ્મીની જેમ ગુણ ધારણ કરવો જોઈએ, અને “કામથી દૂર રહેવું” જોઈએ. નરે પણ શ્રીનારાયણ બનવું જોઈએ. કામાયણની પદવી ન મેળવવી જોઈએ.

‘વૃદ્ધાશ્રમમાં અમે પવિત્ર બનીશું એવું’ વિચારવું એ પોતાની

જાતની સાથે દગો કરવા ખરાબર છે સહેજ વિચારો કે આજે કેટલા માણસ વૃદ્ધાવસ્થા સુધી પોતાની આયુ લોગાવી શકે છે. કેટલા તો વૃદ્ધાવસ્થા પહેલાં જ મૃત્યુના મુખમાં પ્રવેશી જાય છે. અને જીવતા રહ્યા હોય તો ય શું? વૃદ્ધાવસ્થામાં પવિત્રતા એટલે કે બ્રહ્મચર્યનો પ્રશ્ન જ ક્યાં રહે છે?

આ એક વિચારવા જેવી વસ્તુ છે કે સંસ્કાર પાકા થઈ જવાથી પુરુષાર્થ કરવો મુશ્કેલ હોય છે. તેથી કુટેવને તો શરૂ-આતથી જ ઉખાડી નાંખવામાં સુખ્યુદ્ધિ છે. આજે લોકો કહે છે કે શાસ્ત્રોમાં માત્ર ૨૫ વર્ષ સુધી બ્રહ્મચર્યાશ્રમ નક્કી કરવામાં આવ્યો છે. પરંતુ સવાલ એ છે કે આજે લોકો ૨૫ વર્ષ સુધી સંપૂર્ણપણે અને મર્યાદાપૂર્વક બ્રહ્મચર્યનું પાલન જ કર્યા કરે છે? આ સિવાય શાસ્ત્રવાદી જાતે જ કહે છે કે શાસ્ત્રમાં ૨૫ વર્ષ સુધી જ બ્રહ્મચર્યને માટે આજ્ઞા નથી. બલકે આ આજ્ઞા છે કે ૩૬ વર્ષ સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળવું એ વધારે સારું છે. અને એ પછી ૪૮ વર્ષ સુધી પવિત્ર રહેવાનું વ્રત લે તો ઉત્તમ છે. અને એ પછી જો કોઈ આખું ય જીવન બ્રહ્મચર્યમાં જ ગાળવા ઈચ્છે તો અતિ ઉત્તમ છે. એથી સ્પષ્ટ છે કે ખરે-ખર આખું જીવન બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવાનું લક્ષ્ય છે પણ પછીથી (દ્વાપર યુગથી) માણસને માટે ૨૫ વર્ષ તો ટાળી ન શકાય એવી રીતે સંપૂર્ણપણે બ્રહ્મચર્ય પાળવાનો સંપૂર્ણ નિયમ ઘડવામાં આવ્યો હતો જો ‘જીવનપર્યંત બ્રહ્મચર્ય પાલનનું’ લક્ષ્ય ન હોત તો ‘મહાત્મા’ લોકો પોતે આખું જીવન બ્રહ્મચર્ય વ્રત શા પાટે પાળત? અને ગૃહસ્થીઓને મહાત્મા ન કહી, સંન્યાસીઓને જ લોકો ‘મહાન-આત્મા શા માટે કહેત? તો હવે જો, માણસ ગૃહસ્થમાં રહી યોગી બનવા ઈચ્છશે અને કામ વિકારનો સંન્યાસ લઈ, લોગીમાંથી યોગી

બનશે તો તેનો દરબજો ઘર ત્યજીને સંન્યાસ લેનારા-  
ઓથી પણ ઊંચો રહેશે. ત્યારે તેને ગૃહસ્થ આશ્રમ  
સંન્યાસીઓના આશ્રમ કરતાં પણ ઊંચો રહેશે.

### હવે સૃષ્ટિને માટે સંકટનો સમય છે

ખાસ વાત તો એ છે કે અત્યારે સંકટ કાળ છે, અણુ-  
ઓમ્મ અને હાર્દરોજન ઓમ્મથી સૃષ્ટિના મહાવિનાશની ઘડી  
તો નજીક જ છે અને પતિત-પાવન-પરમપિતા પરમાત્મા  
આસુરી પતિત અને મર્યાદાહીન સૃષ્ટિનો મહાવિનાશ કરાવી  
નવી મર્યાદાવાળી અને યોગબળવાળી પાવન સૃષ્ટિની સ્થાપના  
કરાવવા ઈચ્છે છે તેથી મહાત્માઓ કરતાં પણ મહાન જે પરમ  
પુનિત પરમાત્મા છે તેમની આજ્ઞા છે કે આખરી જીવનના  
રહેલા શેષ સમયમાં પવિત્ર બનેા એટલે કે બ્રહ્મચર્ય વ્રત  
ધારણુ કરો, ગૃહસ્થીઓને ત્યાં કોઈ યજ્ઞ થાય કે તેમને ત્યાં  
કોઈ મહાત્મા પધારે છે, ત્યારે તેઓ પણ બ્રહ્મચર્ય વ્રત ધારણુ  
કરે છે. તેથી હવે જ્યારે પરમપિતા પરમાત્મા શિવ સ્વયં આ  
જગતમાં અવતર્યા છે અને તેમણે આ જ્ઞાનયજ્ઞ સ્થાપિત કર્યો  
છે તો તેમની એ આજ્ઞા છે કે જ્યાં સુધી આ જ્ઞાનયજ્ઞ  
ચાલે છે ત્યાં સુધી તો પવિત્ર બનેા.

### શુ ગૃહસ્થીમાં કામવિકારને જીતી શકાય ?

કેટલાય માણસો કહે છે ભાઈ સાહેબ, ગૃહસ્થીમાં રહીને  
કામ-વિકારને જીતવો મુશ્કેલ નહીં. પણ અસંભવ છે. કામ  
વિકાર તો સ્વાભાવિક છે. સ્ત્રી અને પુરુષ તો આગ અને  
કપાસની જેમ છે. એ લેગા થશે તો આગ લાગવાની જ.  
ઘીનો ડબો જો આગની પાસે રહેશે તો પીગળવાનો જ;  
એટલે ઘરમાં રહેતાં 'કામ' વિકારને જીતવો મુશ્કેલ છે.  
પરંતુ તે વીસરી બંધ છે કે પરમપિતા પરમાત્મા શાંતિના  
સાગર છે. યોગથી આ કામાગ્નિ શાન્ત થઈ બંધ છે.

લોકો જાતે જ ગાય છે કે 'મૈ' મુરખ ખલ કામી, કૃપા કરો ભર્તા:' સ્પષ્ટ છે કે પરમાત્માની કૃપાથી પહાડ પણ રાઈ બની જાય છે. તેથી જે 'કામ' વિકાર અત્યાર સુધી અજ્ઞેય ગણાય છે તે સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા દ્વારા શક્તિ મેળવી તેને જીતવો સહેલ થઈ જાય છે. પણ જો કોઈ બાળક આમ કહેતું રહે કે, ઘુંટણિયે ચાલવું તો માણસ જાત માટે સ્વાભાવિક છે.' તો તેની આ રીતની બુદ્ધિ બાળબુદ્ધિની જૂલ છે. ખરેખર, બાળક કોઈ વસ્તુને પકડી ઊભો થઈને ચાલી શકે છે. તેમજ પરમ-શિક્ષક અને સદ્ગુરુ પરમાત્માની જ્ઞાન તથા યોગરૂપી આંગળી પકડી અને પવિત્ર પંથ ઉપર ચાલતાં શીખી શકીએ કારણ કે તે જ એક માત્ર સમર્થ છે. ઋષિ-મુનિ, સાધુ-સંત, ગુરુ-ગોંસાઈ એમના જેવા યોગ્ય આપણને બનાવી શકે નહિ. આ કામરૂપી વિષય-સાગરથી પાર ઉતારનાર, પતિત-પાવન એકમાત્ર નિરાકાર રામ જ છે. તેથી ખેવનહાર, તારણહારિ, પતિત-પાવન વગેરે શબ્દોથી એકમાત્ર તેમનું ગાયન થાય છે. પણ આજે માણસે જીવનરૂપી નૈયાને 'રામ' ને હવાલે કરવાને બદલે કામને સોંપી છે અને પછી કહે છે કે આ વિષય સાગરથી પાર ઉતરવું મુશ્કેલ છે.

### યોગાભ્યાસમાં વિકલ્પ અને વિઘ્ન

કેટલાય લોકો કહે છે કે યોગાભ્યાસ કરવાની ઈચ્છાથી અમે સવારે યોગ કરવા બેસીએ છીએ પરંતુ મન બહુ તોફાન કરવા માંડે છે. અનેક જાતના સંકલ્પોથી ચિત્ત પરેશાન થવા માંડે છે અને યોગાભ્યાસ થઈ શકતો જ નથી. ઘણી વાર તેઓ પ્રશ્ન કરે છે કે, અભ્યાસમાં સ્થિરતા લાવવાની યુક્તિ શી છે? અમારાં સંસારી સંસ્કાર અમને પોતાની બાબુ ખેંચે છે તેમને

કેવી રીતે દૂર કરીએ ? ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં જે આનંદ મળે છે, જે શક્તિ મળે છે તેનો સ્થાઈ અનુભવ કેવી રીતે મેળવીએ ? અમારા આ વિકલ્પોનું કારણ અને નિવારણ શું છે ?

વાત એમ છે કે મનને જૂની ટેવ પડી છે, તે છોડી શકતું નથી. તે ટેવ પ્રમાણે જ ચાલે છે. હવે તેને ઈશ્વરાભિમુખ કરવા જે બાબતોનો ખ્યાલ રાખવો જોઈએ. એક તો એ કે માયાવી વિકલ્પો ત્યાં સુધી આવશે કે જ્યાં સુધી પોતાને આ મૃત્યુલોકનો રહેવાસી સમજશે. તેની યુક્તિ એ છે કે તમે આ નિશ્ચયમાં ટકો કે, હું આત્મા પરમધામનો નિવાસી છું. અથવા પરમધામમાંથી આ સૃષ્ટિ પર થોડો ભાગ લજવવા આવ્યો છું હવે મારે જલદી, અહીંથી પાછા ફરી તે જ્યોતિલોકમાં, તે શાંતિધામમાં, પવિત્રપુરીમાં અથવા પરલૌકિક પરમાત્માના દેશમાં જવું છે આ માયાનગરી મારી નગરી નથી. આ તો વિદેશ છે. જ્યારે માણસ પરમધામ અથવા પરલોકની સ્મૃતિમાં રહે છે ત્યારે સ્થિતિ પણ પરલૌકિક અથવા અલૌકિક થઈ જશે. અને આ કળિયુગી માયાવી સંસારના વિકલ્પ મનને સતાવી શકશે નહિ.

**ઘર-ગૃહસ્થાને 'આશ્રમ' કેવી રીતે બનાવીએ ?**

ખરેખર, માબાપ ઉપર ખમણી જવાબદારી હોય છે. જો તેમનો સ્વભાવ શીતળ અને અવસ્થા યોગયુક્ત હશે તો તેનો પ્રભાવ બાળક ઉપર પડ્યા વગર નહીં રહે.

જો ઘરમાં બાપુજી પોતાની વાતને મનાવવા બા ઉપર ગુસ્સે થાય છે, તો બાળક આ વાતને જુએ છે અને વિચારે છે કે ભવિષ્યમાં જો તેને પોતાની વાત મનાવવા હશે તો તે પણ એવી જ રીતે જુસ્સાથી વાત કરશે. આ પ્રમાણે તે સારી વાત

પણ શીખે છે અને ખોટી વાત પણ શીખે છે. એટલે જ શ્રુતસ્થ લોકો ઉપર ખમણી જવાબદારી હોય છે. પોતાના જીવનને પવિત્ર બનાવવું અને બાળકોના જીવનને ઉચ્ચ બનાવવું.

વનમાં ઝુંપડી બનાવી આશ્રમ બનાવવામાં મુરકેલી નથી, ઘરને 'આશ્રમ' બનાવવાની વાત બહુ જાણી છે. જંગલમાં તો લાકડાં, માટી, પાંદડાં, લઈ ઝુંપડી બનાવી 'આશ્રમ' બનાવી શકાય. પણ ઘરને તો ઈશ્વરીય જ્ઞાનથી જ 'આશ્રમ' બનાવી શકાય.

પરંતુ આજે જોઈ એ છાંચ દરેક ઘરવાળાઓને આ જ્ઞાન હોય છે કે ધી નથી, ઘાસતેલ નથી, ઘઉં નથી, તેથી ધી, ઘાસતેલ, ઘઉં લાવવાના છે અને રેશન પણ લાવવું છે. પરંતુ તેમને આ ખબર નથી કે આત્માની જ્યોતિ ઓલવાઈ રહી છે. તેમાં જ્ઞાન રૂપી ધી નાખવું છે. આત્માને ભોજન આપવું છે. દિવસનું જમવાનું પુરું થયું નહીં કે રાત્રિના ભાણાની ચિંતા શરૂ થઈ જાય છે, કોઈ આગળના બે દિવસની વાત વિચારે જ છે. ભલેને તેમને કાલની ખબર ન હોય. તે કેટલીય પુંજ લેગી કરે છે, કે ભવિષ્યમાં સંતાનને કામ આવશે, પણ પોતાના જીવન વિષે સહેજ પણ વિચાર્યું છે? ભવિષ્યને માટે અવિનાશી કમાણી વિષે પણ સહેજ ચિંતા કરી છે?

\*

## પ્રભાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયનો પરિચય

દ્વયેય : ઈ. સ. ૧૯૩૭માં આ સંસ્થાની સ્થાપના થઈ. તેના ઉદ્દેશો અને દ્વયેય નીચે પ્રમાણે છે.

૧. પ્રત્યેક સ્ત્રી તથા પુરુષને પરમપિતા પરમાત્માનું જ્ઞાન આપી તેમની પ્રીત, એ સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા સાથે જોડવી.
૨. ઈશ્વરની સ્મૃતિમાં રહેવું અને આહાર-વ્યવહારને પવિત્ર તથા સાત્ત્વિક બનાવવાનું શિક્ષણ આપવું.
૩. સામાન્ય માનવી, શૃદ્ધસ્થ વ્યવહારમાં રહેવા છતાં પણ કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ તથા અહંકાર વગેરે વિકારો પર કેવી રીતે વિજય પ્રાપ્ત કરે અને પોતાના જીવનમાં પવિત્રતા તથા શાંતિ કેવી રીતે સંપાદન કરે તેનું અનુભવાત્મક શિક્ષણ આપવું.
૪. આત્મા, પરમાત્મા, સૃષ્ટિરૂપી નાટક, ધર્મ અને દૈવી-ગુણો વગેરેનું યથાર્થ જ્ઞાન આપી મનુષ્યનાં કર્મો શ્રેષ્ઠ બનાવવા; ભારતને બ્રહ્માચારીમાંથી શ્રેષ્ઠાચારી બનાવી ૨૫૦૦ વર્ષ (અડધો કલ્પ-સતયુગ અને ત્રેયાયુગ) માટે બાપુજીએ કલપેલું રામરાજ્ય અર્થાત્ સાચા દૈવી સ્વરાજ્યની ફરીથી ૫૦૦૦ વર્ષ (કલ્પ) પહેલાંની જેમ સ્થાપના કરવી.

કાર્ય :- આ વિશ્વ વિદ્યાલય દ્વારા ભારતમાં તથા વિદેશોમાં લગભગ ૬૫૦ થી વધુ સેવાકેન્દ્રો ચાલે છે. આ સેવાકેન્દ્રોમાં આવતાં હજારો ભાઈબહેનો પોતાના જીવનમાં ઈશ્વરીય જ્ઞાન તથા સહજ રાજયોગના બળ દ્વારા પરિવર્તન લાવી પવિત્ર જીવન જીવી રહ્યા છે. સુખી અને શાંત પવિત્ર જીવન એ તેઓનો અનુભવ છે. જ્ઞાન ફક્ત જ્ઞાનને માટે નહિ પરંતુ વ્યવહારિક

જીવન આ જ્ઞાન દ્વારા શ્રેષ્ઠ અને તેવો પુરુષાર્થ અહીં  
કરાવવામાં આવે છે.

પરમાત્માને, પરમાત્માના રૂપે તો સૌ માને જ છે. પરંતુ  
પરમાત્મા સર્વ આત્માઓના પારલૌકિક પરમપિતા છે અને  
તેમની પાસેથી આપણને આપણો ઈશ્વરીય જન્મસિદ્ધ અધિ-  
કાર-નજદીકના ભવિષ્યમાં સ્થાપનાર નવી સ્વર્ગીય દૈવી સૃષ્ટિમાં  
શ્રેષ્ઠ રાજ્યપદ ( ૨૧ જન્મ ૨૫૦૦ વર્ષ ) પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.  
તે માટેનું આવશ્યક, જેવું ઈશ્વરીય જ્ઞાન, ગીતા જ્ઞાનદાતા  
પરમપિતા પરમાત્મા પ્રબલપિતા બ્રહ્મા દ્વારા આપણને આપી  
રહ્યા હતા. આ ઈશ્વરીય સંદેશ સૌને મળે તે માટે સ્વયં  
પરમાત્મા દ્વારા સ્થપાયેલ આ વિશ્વ વિદ્યાલય આ સૃષ્ટિ ઉપ-  
રનું એકમાત્ર સાચું ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય છે.

સ્થૂળ સૃષ્ટિમાં અલ્પ સમયની વિનાશી ચીજોની પ્રાપ્તિ  
અર્થે સૌ પ્રયત્ન કરતા હોય છે, પરંતુ આ બધી વસ્તુઓ તો  
નજદીકના ભવિષ્યમાં થનાર વિનાશમાં નષ્ટ પામવાની જ છે.  
આથી વિનાશ પછીની દુનિયામાં સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રારબ્ધના રૂપે સર્વ  
ઈચ્છનીય વસ્તુઓ અમર્યાદિત સ્વરૂપમાં પ્રાપ્ત થઈ શકે તે  
માટેનું કાર્ય આ વિદ્યાલયમાં થઈ રહ્યું છે, આવનાર નવી  
સ્વર્ગીય દૈવી સૃષ્ટિની સ્થાપનાનું કાર્ય અહીં થઈ રહ્યું છે.

માનવ સમાજ દૈવી ગુણોથી ઝગમગતો, પૃથ્વીમાના  
અન્દ્રની જેમ શુદ્ધ અને પવિત્ર પ્રકાશ ફેલાવતો, વર્ષાની શીતલ  
ધારાઓની માફક આહલાદક સુગંધ પ્રસરાવતો અને ધન-  
ધાન્યથી સભર બની રહે એવું નવનિર્માણ અહીં થઈ રહ્યું છે.

કાર્યપદ્ધતિ—જીવનનું ઘડતર જ્ઞાનથી થાય છે અને  
તેમાં ઈશ્વરીય જ્ઞાન તો સર્વશ્રેષ્ઠ છે. આ જ્ઞાનની સમજણ



ટૂંકાણુમાં આપવા માટે આ ઈશ્વરીય સંસ્થાના પ્રત્યેક સેવા કેન્દ્ર પર સવારે અથવા સાંજે એક કલાક એમ સાત દિવસ માટેનો એક સાપ્તાહિક વ્યક્તિગત અભ્યાસક્રમ (કોર્સ) રાખવામાં આવ્યો છે. કોઈ પણ સમજદાર વ્યક્તિ, જાતિ કે ધર્મના ભેદ વગર આનો લાભ વિના મૂલ્યે લઈ શકે છે અને સહજ રાજયોગ શુ' છે તથા આ રાજયોગ દ્વારા પૂર્વજન્મોનાં તથા આ જન્મનાં અનેક વિકર્મો કેવી રીતે ભસ્મ કરી શકાય તેની સમજ પામી શકે છે.

જ્ઞાન દ્વારા વ્યવહારને શુદ્ધ કરવામાં માયારૂપી વિઘ્નો આવતાં હોય છે તેથી નિયમિત જ્ઞાન-સ્નાન દ્વારા આ વિઘ્નો કેમ દૂર થાય અને સંસ્કારો શુદ્ધ અને તે માટે સવારે તથા સાંજે સામુદાયિક વર્ગો પણ ચાલે છે. 'બ્રહ્મચર્યનું' પાલન કરવું, આહાર-વિહારનો શુદ્ધિ જાળવવી વગેરે નિયમોનું પાલન અહીં જરૂરી સમજવામાં આવે છે. વિનાશને સમયે કોઈ પણ વ્યક્તિને એમ ન થાય કે પરમાત્મા ગુપ્તરૂપમાં દિવ્ય અવતાર ધારણ કરીને આવ્યા છતાં તે તેમને ન ઓળખી શક્યો અને તેનું જીવન શુદ્ધ કરવામા સફળ ન થયો; તે માટે આ સંસ્થા તરફથી પ્રદર્શનો, પ્રોબેક્ટર શો, સેમીનારો, ઉત્સવો વગેરે નિયમિત યોજાય છે. તદ્ઉપરાંત વિવિધ પ્રકારનું સાહિત્ય પણ બહાર પાડવામાં આવે છે. જ્ઞાનમૃત માસિક પણ પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવે છે.





પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઇશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય  
પાંડવ ભવન, માઉન્ટ આબુ (રાજસ્થાન)