રાજવાણી

આત્મનિરીક્ષણ

અંક 234

ડિસેમ્બર 2022

જીવનમાં સફળતા મેળવવા માટે, વિકાસ કરવા માટે, સાચી સમજણ કેળવવા માટે, વિવેક બુદ્ધિ ખીલવવા માટે આત્મનિરીક્ષણ કરવું જરૂરી છે. આપણા સ્વભાવમાં, વાણી, વર્તન, વિચાર, વ્યવહારમાં સકારાત્મકતા, નકારાત્મકતા, સદ્દગુણો, દુર્ગુણો, કુટેવો, સુટેવો, આદતો વિગેરેનું તટસ્થભાવે નિરીક્ષણ કરતા રહેવું, સદ્ભાવનો વિકાસ કરવો અને અસતભાવને વિદારવાનો, નિર્મૂલ કરવાનો સભાનપણે પ્રયત્ન કરતા રહેવું.

આપણી પાસે આખા જગતનું જ્ઞાન હોય પરંતુ પોતાના વિષે જ અજ્ઞાન હોઈએ તો એનો શું અર્થ?

આપણા જીવન મહાલયને સજાવવામાં આપણી શક્તિ, સમૃદ્ધિ અને સમયનો ઉપયોગ કરીએ છીએ, પરંતુ આપણા આંતરિક સૌંદર્યના વિકાસ માટે પણ યોગદાન આપવું જરૂરી છે. દરરોજ નિયમિત પણે આપણે આપણા મનનું, આત્માનું આત્મનિરીક્ષણ કરવું જોઈએ. જેવી રીતે માળી બગીચામાંથી નકામી (વીડ્સ) ઘાસ કાઢી નાખે છે તેમ જો અશુદ્ધ વિચાર, આદત ને ઉગતો જ અટકાવી શકાય.

સફળતા અને સમૃદ્ધિનો પાક લણવા માંગતા હોઈએ તો આપણી જીવન ધરતીનું પૃથ્થકરણ જરૂરી છે. એની માવજત જરૂરી છે, તંદુરસ્ત બીજ જરૂરી છે. પાકનો આધાર ધરતી અને બીજ પર નિર્ભર રહે છે.

જેવું વાવશો તેવું લણશો.

આજે આપણે જે પ્રારબ્ધ ભોગવી રહ્યા છીએ તે આપણા ભૂતકાળના કર્મબીજનું પરિણામ છે. ભવિષ્યના સાત્વિક, સમૃદ્ધ પ્રારબ્ધ નિર્માણ માટે વર્તમાનમાં સાત્વિક, સફળ, કર્મબીજનું વાવેતર કરવું જોઈએ.

સતત આત્મનિરીક્ષણ કરતા રહીએ, નકારાત્મકતા અજ્ઞાનતાના વીડ્સ-ઘાસનું નીંદણ કરતા રહીએ, જીવન ધરતીનું પોષણ અને ખેડાણ કરતા રહીએ અને જીવનયાત્રાને સફળ બનાવીએ.

આત્મનિરીક્ષણ એટલે જીવનમંદિરનો દીવો, તેને પ્રજ્વલિત રાખવા માટે સવાર સાંજ આત્મનિરીક્ષણનું ઇંધણ પૂરતા રહેવું જોઈએ.

ૐ મા ૐ

- રાજયોગી નરેન્દ્રજી