

રાજવાણી

સુખ શાંતિની શોધ

અંક 239

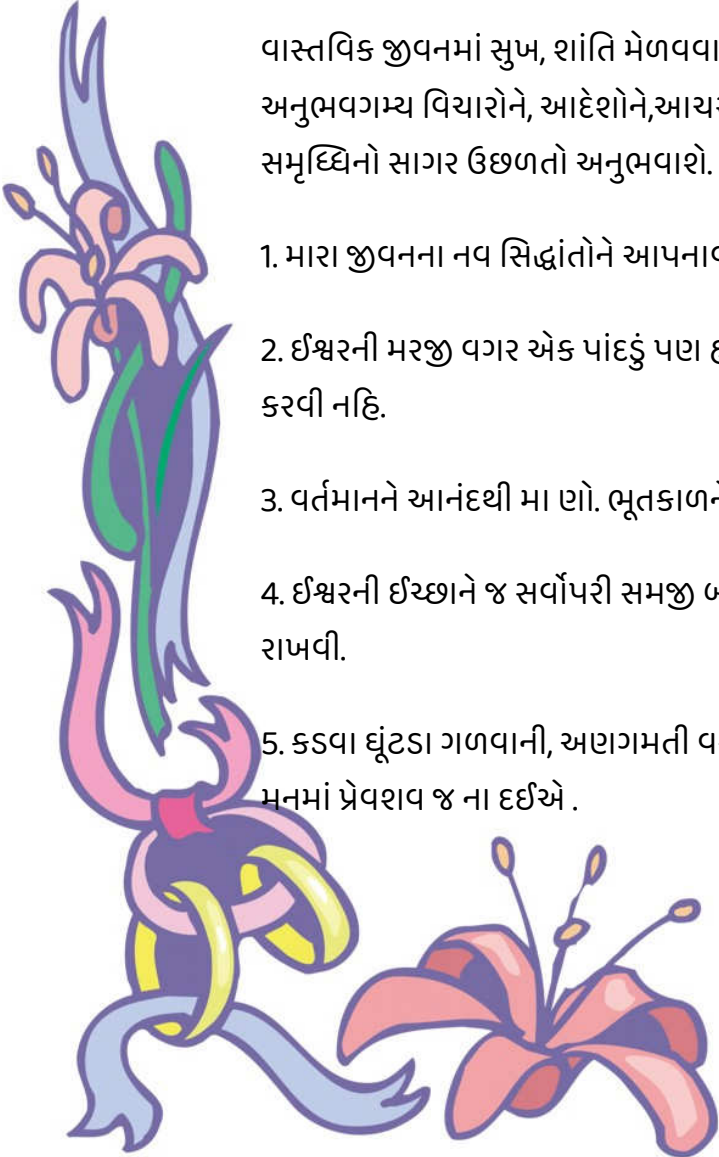
મે 2023

માનવ જીવનની યાત્રા સુખ, શાંતિથી, આનંદથી અને પરમના સાનિધ્યમાં વહેતી રહે તેવી દરેક વ્યક્તિની ઈચ્છા હોય છે. પરંતુ સામાન્ય રીતે આપણી બધી જ ઈચ્છાઓ પરિપૂર્ણ થતી નથી. તેનું કારણ શું?

માનવીનું મન સાત્વિક, અસાત્વિક વિચારોનું કેન્દ્ર સ્થાન છે. મનને ઉર્ધ્વગામી કે અધોગામી ગુણોમાં વ્યસ્ત રાખવું તે આપણા હાથની વાત છે. નિરોગી, સ્વસ્થ શરીર, આર્થિક સધ્ધરતા, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ અને સાત્વિક વાતાવરણ સુખ, શાંતિ માટે પાયાની જરૂરિયાત છે. સાથે સાથે એષણાઓનો અંકુશ, સંયમ, સંતોષ અને વિવેકની માનસિક સમૃદ્ધિ આપણને પવિત્ર પંથના યાત્રિક બનાવવામાં મહત્વનો ફાળો આપે છે.

વાસ્તવિક જીવનમાં સુખ, શાંતિ મેળવવા માટે, સમૃદ્ધ જીવનનો આનંદ માનવ માટે મારા અનુભવગમ્ય વિચારોને, આદેશોને, આચરણને જીવનમાં આપનાવવાથી જીવનમાં સુખ, શાંતિ, સમૃદ્ધિનો સાગર ઉછળતો અનુભવાશે.

1. મારા જીવનના નવ સિદ્ધાંતોને આપનાવીને આચરણ કરવું જરૂરી છે.
2. ઈશ્વરની મરજી વગર એક પાંદડું પણ હાલતું નથી એ સિદ્ધાંતને ધ્યાનમાં રાખી પારકી પંચાત કરવી નહિ.
3. વર્તમાનને આનંદથી મા ણો. ભૂતકાળને વાગોળો નહિ અને ભવિષ્યની ચિંતા કરવી નહિ.
4. ઈશ્વરની ઈચ્છાને જ સર્વોપરી સમજી બધી જ પરિસ્થિતિમાં માનસિક સમતુલા જાળવી રાખવી.
5. કડવા ઘૂંટડા ગળવાની, અણગમતી વસ્તુ, વાતો વાતાવરણને નજર અંદાજ કરતા રહીએ, મનમાં પ્રેવશવ જ ના દઈએ .



6. પૂર્વગ્રહો, અભિગ્રહોને મનમાં પ્રેવેશવા જ ન દેવા.
7. સહનશીલ, ક્ષમાશીલ બનીએ.
8. અપેક્ષા રાખીને અશાંતિ ઉભી કરવી નહિ.
9. આત્મસંતોષ જ પરમની કૃપાશિષ, કૃપા પ્રસાદી સમજવી.

ૐ મા ૐ

- રાજયોગી નરેન્દ્રજી

