

[illegible]

માનવતાદિન

જીવનને પરમનો પથગામ બનાવીએ...

તા. ૭-૯-૨૦૦૫
બુધવાર

આધ્યાત્મિક પંથના પ્રવાસીઓ,

આજે માનવતા દિન છે. પંચમહાભૂતના આ શરીરે જીવનના '૭૪' માં વર્ષમાં પ્રવેશ કર્યો. માનવસેવાનો આદેશ આપીને માતાજીએ આ શરીરને તપાવી તપાવીને તીર્થ બનાવી દીધું છે. આ તીર્થમાં માતાજીએ વાસ કર્યો છે. માતાજીના ઐશ્વર્યનો આવિર્ભાવ મારા રોમેરોમમાં હું અનુભવી રહ્યો છું.

મેં અગાઉ શાયરીમાં લખ્યું હતું કે,
 "તારા અને મારા સરનામાના બે છેડા,
 તું રહે અગોચરમાં હું રહું ગોચરમાં."

આ પંક્તિઓમાં થોડો ઉમેરો કરીને હવે હું મારો ભાવ વ્યક્ત આ પ્રમાણે કરું છું.

"ગોચરમાં રહેતા તારા બાળને મળવા તું અધીરી બને,

દિને નિરાંતે આવે, આશિષની વર્ષા કરે,

સેવાની ક્ષિતિજો સમજાવતી જાયે, વિસ્તારતી જાયે,

મીઠા માતૃત્વનો અહેસાસ અહર્નિશ કરાવતી રહે."

માતાજીની ઈચ્છા અને આદેશને સર્વોપરી ગણીને માનવસેવા યજ્ઞની જ્યોતને જલતી રાખવાનો પુરૂષાર્થ હું કરી રહ્યો છું. માતાજી મારા પુરૂષાર્થમાં પ્રેરણાનું પિયુષ સિંચ્યાં કરે છે.

પરમાત્માએ દીધેલ માનવજીવન સફળ કરવા માટે, માનવતાના બીજને અંકુરિત કરી, આપણી શક્તિ અને ક્ષમતા અનુસાર તેનો વિકાસ કરી, માનવતાના મૂલ્યોને મહેકાવવાં જોઈએ.

માનવજીવન દરમિયાન જ વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરી શકે. પરમાત્માના ઐશ્વર્યની, કૃપાની પ્રેરણાની અને આશીર્વાદની અનુભૂતિ કરી શકે છે. પોતાના ઇષ્ટના સ્વરૂપમાં પરમાત્માના પ્રત્યક્ષ સાકાર સ્વરૂપે દર્શન પામી શકે છે.

કોઈપણ યોનિમાં જીવન તો છે જ. પશુ, પંખી, કીટ, પતંગ બધાંય જીવજંતુઓને જીવન છે. તો આ જીવન એટલે શું ? શ્વારહોશ્વાસની પ્રક્રિયાને, જીવન કહી શકાય !

ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ

ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ

ૐ
મા
ૐ

જીવન એટલે જન્મથી મૃત્યુ વચ્ચેનો સમય. જીવનના ઉદય અને અસ્ત વચ્ચેના સમય દરમિયાન જીવન ધબકતું, શ્વસતું સંવેદનાઓ અનુભવતું રહે છે. પ્રારબ્ધને ભોગવતું અને પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરતું, વર્તમાનને માણતું રહે છે. જન્મ એ જીવનનું સોનેરી પ્રભાત છે. મૃત્યુ એ જીવનની રાત્રિ છે, જીવનનો વિરામ છે.

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

સામાન્ય રીતે માનવજાતને પરમાત્માએ સો વર્ષનું આયુષ્ય બક્ષ્યું છે. માનવજીવનને વિવિધ તબક્કાઓમાં વહેંચીએ તો:

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

શૈશવ - બાળપણ, જન્મથી પાંચ વર્ષનું જીવન

કિશોરાવસ્થા - છ વર્ષથી અઢાર વર્ષનું જીવન

યૌવનાવસ્થા - ઓગણીસ વર્ષથી પચાસ વર્ષનું જીવન

વૃદ્ધાવસ્થા - એકાવન વર્ષથી જીવનના છેલ્લા શ્વાસ સુધીનું જીવન

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

શૈશવકાળ એ જીવનનું પ્રભાત છે. વૃદ્ધાવસ્થા એ જીવનની સંધ્યા છે. યૌવન એ જીવનનું મધ્યાહ્ન છે. ઉષ્કાળથી સાયંકાળ સુધીના સમયનું અને જીવનનું સાત્વિકતાપૂર્ણ, રચનાત્મક આયોજન કરવામાં આવે તો દિવસના અને જીવનના દરેક કાળ - સમયને માણી શકાય. ફળદાયી કરી શકાય અને પરમાત્માને અપેક્ષિત વિકાસ સાધી શકાય.

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

જીવનની દરેક અવસ્થા દરમિયાન જીવનનું યણતર અને ઘડતર પ્રસન્નતાપૂર્વક અને સત્યની બુનિયાદ પર થવું જોઈએ., તો જ મનુષ્ય જીવન સાર્થક કરી શકાય.

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

શૈશવકાળ: જન્મથી પાંચ વર્ષ સુધીનો સમય ઉગતા સૂર્યની જેમ સોહામણો અને શાતા આપનારો છે. આ સમય દરમિયાન બાળકનો શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ થાય તેવું હુંફાળું, પ્રેમાળ, સાત્વિક અને પ્રસન્ન વાતાવરણ પ્રદાન કરવાની સમજ અને જ્ઞાન દરેક માતાપિતાએ ન હોય તો મેળવી લેવા જોઈએ. બાળકના જન્મ કે ગર્ભાધાન પહેલાં જ પરિણિત યુગલે સંસાર બાગને ખીલવવા માટે બાળમાનસના ઉછેર અને વિકાસનું જ્ઞાન મેળવવું જરૂરી છે. બાળકના માનસપટ પર જીવનની ઉજ્જવળ, હકારાત્મક અને સાત્વિક વાણી, વર્તન અને વ્યવહારની છાપ ઉપસાવવી જોઈએ. જીવનનું પ્રભાત સોનેરી સોણલાં લઈને જ ઊગવું અને પ્રાંગરવું જોઈએ. માતાપિતા કે ઘરના અન્ય સભ્યોના કટુતાભર્યા કે નકારાત્મક વલણો, વિચારોનો પ્રભાવ બાળકના માનસપટ પર જાણ્યે અજાણ્યે પણ પડવો જોઈએ નહીં. માણસાઈના દિવાની જ્યોત બાળપણથી જ બાળમાનસમાં પ્રગટાવવી જોઈએ. બેબી સીટીંગ, પ્લે ગ્રુપ, નર્સરી ગ્રુપ કે કીન્ડર ગાર્ડનમાં મોકલતાં પહેલાં બાળકોની સંભાળ અને શિક્ષણ આપતી સંસ્થાનું વાતાવરણ અને તેના વ્યવસ્થાપકો, અન્ય કર્મચારીઓના સ્વભાવ, આવડત અને બાળકો સાથેના ઋજુતાભર્યા વર્તનની તપાસ કરવી જોઈએ. શૈશવકાળ એ જીવનનો પાયો છે. પાયાની મજબૂતાઈ અને ઊંડાઈ ઉપર જ જીવનની ઈમારત ચણી શકાશે, ટકાવી રખાશે.

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

કિશોરાવસ્થા: છ વર્ષથી અઢાર વર્ષ સુધીનો સમય ક્રમશઃ બાળપણથી કિશોરાવસ્થાનો સમય છે. જીવનને સમજવાની અને માણવાની શરૂઆત કિશોરાવસ્થાથી થાય છે. કુટુંબ, સમાજ અને શાળાના

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ

[illegible]

શિક્ષણ, સંસ્કાર અને વાતાવરણની અસર કિશોર-કિશોરીના જીવન ચણતર અને ઘડતરમા અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. કિશોરાવસ્થા દરમિયાન કિશોરો (બાળક-બાળકી)નો સર્વાંગી વિકાસ થાય, જીવન અને જગત વ્યવહારની સાચી સમજ મેળવે તેવું જ્ઞાન મળવું જોઈએ. વિદ્યાભ્યાસ દરમિયાન કિશોરોનો શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ થાય તેવા જ્ઞાનનો સમાવેશ ક્રમશઃ તેમના અભ્યાસમાં થવો જોઈએ. માતાપિતા અને શિક્ષકોને તેઓ તેમનો આદર્શ માનતા અને ગણતા હોય છે. તેથી માતાપિતા અને શિક્ષકોએ તેમના વાણી, વર્તન અને વ્યવહારમાં સચ્ચાઈ, સભ્યતા, શાલિનતા અને વિવેક દાખવવાં જોઈએ. પ્રાથમિક અભ્યાસકાળ દરમિયાન બાળકોના ચારિત્ર્ય ઘડતર માટે બાળમાનસનો અભ્યાસ કરેલ અનુભવી, પીઢ, સંસ્કારી, શાંત, સરળ અને બાળકોને ગમ્મત સાથે જ્ઞાન આપે તેવા શિક્ષકોની પસંદગી કરવી જોઈએ. શિક્ષણનો આ પ્રાથમિક તબક્કો સુવ્યવસ્થિત પસાર થાય તો માધ્યમિક અને ઉચ્ચ શિક્ષણ ઉજ્જવળ બની શકે. યુવાનોમાં વર્તાતી અશ્વિલતાના, અવિવેક અને અશિસ્ત અટકાવી શકાય. વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક વચ્ચે પ્રેમ અને આદરનું વાતાવારણ સર્જી શકાય.

જીવન ઘડતર અને વિકાસનો મોટો ભાગ શાળાકીય વાતાવરણમાં જ થતો હોય છે. વિદ્યાર્થીઓ આદર્શ માનવ બને તેની જવાબદારી શાળાના વાતાવરણની અને શાળાના દરેક શિક્ષકની બની રહેવી જોઈએ. વિદ્યાર્થી અવસ્થા દરમિયાન જ વિદ્યાર્થીમાં શિસ્ત, સંયમ, નિયમિતતા અને વિવેકના ગુણો કેળવાવવા જોઈએ. શિક્ષકોની સાથે સાથે માતાપિતાનો અને ઘરના અન્ય સભ્યોનો સામૂહિક સહકાર અને પ્રયાસ કિશોરના સર્વાંગી વિકાસમાં મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

યુવાવસ્થા: ઓગણીસથી પચાસ વર્ષની ઉંમર સુધીનું જીવન ક્રમશઃ યૌવનમાં વસંતના પ્રવેશથી પાનખરના પ્રારંભ સુધીનો ગણી શકાય. મધ્યાહ્નના સૂર્યની જેમ જીવનના દ્યેય, આદર્શો અને વિકાસનો સૂર્ય અથાગ પ્રયત્ન, પરિશ્રમ અને પુરૂષાર્થ કરીને તપવો જોઈએ. શિક્ષણ, સંસ્કાર અને સદ્ગુણોનું અનુસરણ જીવન વ્યવહારમાં અપનાવવાનો આ ઉત્તમ સમય છે. જીવનના ચાર પુરુષાર્થો - ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષનો પ્રારંભ અને વિકાસ આ સમય દરમિયાન જ વિવેકપૂર્વક કરવો જોઈએ. સાત્ત્વિક અને નૈતિક મૂલ્યોને અનુસરીને જ વ્યવસાય, વેપાર કે નોકરી દ્વારા ધનસંપત્તિ સંપાદન કરી પરમની પ્રસાદી સમજીને સંતોષથી અને આનંદથી તેનો સાત્ત્વિક વિનિયોગ સ્વ અને સમષ્ટિના શ્રેય અને પ્રેય માટે કરવો જોઈએ. ધનસંપત્તિના સ્વામી પરમાત્માને જ બનાવવા અને ગણવા જોઈએ. જેથી પરમાત્માની નિશ્ચામાં રહીને પરમની પ્રેરણા અનુસાર ધનસંપત્તિનો યોગ્ય ઉપયોગ અને વૃદ્ધિ કરી શકાય.

પરિણય જીવનનો પ્રારંભ કરી આદર્શ ગૃહસ્થાશ્રમી બનવું જોઈએ. લક્ષ્મી અને નારાયણ સદાય ઘરમાં વાસ કરે અને આશિષ વર્ષાવતા રહે તેવું પ્રસન્ન વાતાવરણ ઘરમાં સદાય પ્રસરેલું રહેવું જોઈએ. ઉભય પતિ-પત્નિનો પ્રેમ, સહકાર, સમત્વભાવ અને વિવેકયુક્ત વ્યવહાર દ્વારા સંસ્કારી અને તંદુરસ્ત બાળકો પેદા કરવા જોઈએ. બાળકો પરમાત્માનું જ સાકાર સ્વરૂપ છે તેમ સમજી પરમની પૂજા સમજી તેમનો ઉછેર કરવો જોઈએ. તેમના વિકાસમાં સમય અને શક્તિનું યોગદાન આપવું જોઈએ. સંસ્કારી અને સ્વસ્થ પ્રજા, કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને માનવતાનું ગૌરવ વધારી શકે, માનવતા મહેંકાવી શકે.

યુવાવસ્થા દરમિયાન ધાર્મિક જીવન જીવવાનો દ્રઢ સંકલ્પ કરી તેનું આચરણ કરવું જોઈએ.

ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ ॐ मा ॐ

ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ

નીચે દર્શાવેલા ધર્મના લક્ષણો આપણા જીવનમાં વણાઈ જવા જોઈએ જેવા કે :-

૧. સત્ય અને સાત્વિકતા પ્રત્યે આપણો પ્રેમ હોવો જોઈએ. આપણી શુભ ભાવના હંમેશા બની રહેવી જોઈએ.
૨. આપણને જેવો વ્યવહાર ગમે તેવો જ વ્યવહાર અન્યની સાથે કરવો જોઈએ. કોઈનાય પ્રત્યે દ્વેષભાવ રાખવો જોઈએ નહીં.
૩. ક્ષમાશીલ સ્વભાવ હોવો જોઈએ. "FORGET AND FORGIVE" ની ભાવના રાખવી જોઈએ.
૪. આપણું કર્મ એવું હોવું જોઈએ કે, જેના થકી આપણને સંતોષ થાય, આપણો આત્મવિકાસ થાય, આત્માને પુષ્ટિ મળે, આનંદ મળે તેવું જ કર્મ કરવું જોઈએ.
૫. એષણાઓ, ઈચ્છાઓ પર નિયંત્રણ રાખવું જોઈએ. દરેક એષણા કે ઈચ્છાને વિવેકના ગરણે ગાળીને પછી જ જરૂર લાગતી ઈચ્છાઓની પૂર્તિ કરવી જોઈએ. દ્રઢ મનોબળ કેળવવું જોઈએ.
૬. જીવનમાં ક્યારેય જૂઠ, ચોરી, છળકપટ કે હિંસાનો આશ્રય લેવો નહીં. અનૈતિક વ્યવહાર કે વાતાવરણમાં ભાગ લેવો નહીં, સાથ આપવો નહીં કે પ્રલોભનમાં ફસાવવું નહીં.
૭. મન, વચન, કર્મથી હમેશા પ્રવિત્ર રહેવાનો પ્રયત્ન કરતાં રહેવું જોઈએ.
૮. ક્રોધ અને ઈર્ષ્યાને જીતવા માટે મૌન અને મંત્રજાપનો આશ્રય લેવો જોઈએ. ક્રોધથી વિવેક વિસરાઈ જવાય છે. મન પરનો કાબૂ ગુમાવી દેવાય છે. ક્રોધને જીતવો જોઈએ, ઈર્ષ્યાને ત્યજવી જોઈએ.
૯. સત્સંગ, સ્વાધ્યાય, સદ્ગુરુનું સાનિધ્ય અને આશીર્વાદથી અને સાત્વિક જ્ઞાનથી વિભૂષિત થવું જોઈએ. રચનાત્મક જ્ઞાનથી જીવનને સમૃદ્ધ બનાવવું જોઈએ.
૧૦. કોઈપણ વ્યક્તિના જીવનબાગને મહેકાવવામાં યોગદાન આપવું જોઈએ. હર્યા ભર્યા જીવન બાગમાં આગ લગાડવાનો કે ઉજાડવાનો પ્રયત્ન ક્યારેય કરવો જોઈએ નહીં.
૧૧. પ્રેમમય વાતાવરણ, પવિત્રતા અને પરમના શરણમાં રહેવાથી આપણામાં ધર્મનો પાયો વધુ મજબૂત બને છે.

વૃદ્ધાવસ્થામાં પ્રવેશ કરતા પહેલા જ જીવનનો વનપ્રવેશ થાય તે પહેલાં જ આપણું જીવન, ધાર્મિક, નૈતિક અને સાત્વિક મૂલ્યોથી અલંકૃત થઈ જવું જોઈએ.

ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ ॐ મા ॐ

ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ

ૐ
મા
ૐ
ૐ
મા
ૐ

વૃદ્ધાવસ્થા: પચાસ વર્ષથી જીવનના છેલ્લા શ્વાસ સુધીનો સમય વૃદ્ધાવસ્થા છે. જીવનની ઢળતી સંધ્યાનો આ સમય સંસારના કાર્યો અને ફરજો પૂર્ણ કરી, પરમના શરણમાં લીન થવાનો સમય છે. સંસારના વળગણમાંથી ક્રમશઃ સ્વેચ્છાએ નિવૃત્ત થઈ માનવતાના, પરમાત્માના કાર્યોમાં, સાત્ત્વિક પ્રારબ્ધ નિર્માણ કરવાના કાર્યોમાં મન, વચન, કર્મથી પ્રવૃત્ત થવું જોઈએ. સંસારની ફરજો પૂર્ણતયા અદા કરી, પરિવારને સંસ્કાર અને શિક્ષણ આપી સ્વાશ્રયી બનાવ્યા પછી તેમને સ્વતંત્રપણે તેમનો જીવન વ્યવહાર ચલાવવા દો. પરિવારના જીવનમાં ચંચુપાત કરવાથી, અકારણ, વણમાગી સલાહ સૂચન કરવાથી કે તેમના પ્રશ્નોની ચિંતા કરવાથી સંબંધોમાં કડવાશ પ્રસરે છે, તમારા જીવનમાં અશાંતિ સર્જાય છે.

ૐ
મા
ૐ
ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ
ૐ
મા
ૐ

મારી તો નમ્ર સલાહ છે કે, સંસાર સાગરના કિનારે જ રહો, મધદરિયે અટવાશો તો ડૂબી જવાશે, ગુંગળાઈ જવાશે, જીવનની ઢળતી સંધ્યાએ વધુમાં વધુ સમય પરમના શરણમાં રહેવાનો અને માનવતાના કાર્યો નિઃસ્વાર્થભાવે કરવામાં જ વ્યતીત કરવો જોઈએ. સેવા, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, પ્રાર્થના, ધ્યાન અને નામસ્મરણ જેવી વિવિધ પ્રવૃત્તિમાં જીવનને વ્યસ્ત રાખવાનું આયોજન કરો. જીવનને બોજ ન બનાવશો. મોજ મનાવજો તો જીવનની ઢળતી સંધ્યા સમી વૃદ્ધાવસ્થા પણ સોહામણી બની રહેશે. અસ્તાયળના સૂર્યની લાલાશભરી ખુમારી તમારા જીવનમાં રાખશો તો પરમાત્માની કૃપા અને આશીર્વાદ તમારા પર સતત વરસતા રહેશે. પરમાત્માની પ્રત્યક્ષતા કે પરોક્ષતાનો અનુભવ જીવનમાં વર્તાવવા લાગશે. દસ દિશાએથી પરમાત્માની કૃપા પ્રસાદી મળતી રહેશે. મન શાંતિ અને સંતોષનો અનુભવ કરતું રહેશે.

ૐ
મા
ૐ
ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

આપનું જીવન પરમનો પયગામ બની જાય તેવી શુભેચ્છા સહ આશીર્વાદ.

ૐ
મા
ૐ

ૐ મા ૐ

ૐ
મા
ૐ

- રાજયોગી નરેન્દ્રજી

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ
મા
ૐ

ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ ૐ મા ૐ